

女性部会だより

No.328

令和6年10月号

JA豊橋女性部会

問合せ・お申込み
☎25-9225

運動教室 ～やってみよう♪コグニサイズ～

7月25日に本店で開催し、約10人が参加しました。頭と体を同時に動かす運動です。JA愛知厚生連の保健師から、認知症と運動習慣についての講話後、グループごとにしりとりゲーム・連想ゲームをして、ミッキーマウスマーチに合わせたダンスやラダーを使って課題のステップを行いました。

参加者は思っているより難しいと真剣に取り組んでいました。日頃、使わない部分の脳を活性化し楽しく汗を流しました。会場は賑やかで、笑いの絶えない時間となりました。



親子料理教室 ～給食献立をつくってみよう!～

8月8日に本店調理実習室、9日にミナクル調理実習室で開催し、計18組の親子が参加しました。テーマは「給食はバランス食の見本! 給食献立をつくってみよう!」です。

メニューは、フライパンで作る手づくりナン・彩り野菜のキーマカレー・フレンチサラダ・フルーツヨーグルト・牛乳でした。

子ども達は、ナンの生地をこねたり、フルーツをカットしたりと積極的に調理していました。「ナンおいしい～」と好評で、給食でも人気のメニューと言っていました。



ペットボトルキャップ寄付

8月16日に支店や事業所へ届けていただいたペットボトルキャップを女性部会役員の加藤さんから豊橋市民センターへ寄付しました。

今年4月から集まったペットボトルキャップは、なんと204.5kgありました。回収活動にご協力いただきありがとうございます。

CO₂削減と小さなこどもの命を守るワクチン支援になります。引き続き回収を行っていますのでご協力よろしくお願いします。



健康料理教室参加者募集

10月のテーマは「秋野菜を食べよう」です。

開催日時 10月9日(水) 午前10時～午後1時頃

会場 JA豊橋 研修棟 調理実習室

開催日時 10月10日(木) 午前10時～午後1時頃

会場 石巻構造改善センター料理教室

〈各回とも〉

講師 JA愛知厚生連 管理栄養士

定員 20名程度

参加費 600円

持ち物 マスク、エプロン、ハンドタオル、筆記用具

締切日 各開催日の10日前まで

ハンドメイド教室参加者募集

「己書」年賀状を作成します。今年は手書きの年賀状を送りませんか?来年の干支の「巳」を書きます。

開催日時 11月25日(月) 午後1時30分～

会場 JA豊橋 研修棟 調理実習室

講師 西川 操子氏 (己書道場師範)

参加費 500円

定員 12名

持ち物 筆記用具

締切日 11月11日(月)

劇団四季(観劇)参加者募集

ザ・ストリングス・ホテルにてランチバイキングと劇団四季ミュージカル《バケモノの子》

開催日 令和7年1月24日(金)

場所 名古屋 四季劇場

旅行代金 24,100円(概算)(40名の場合)

※参加人数により金額が変更になる場合があります。

申込開始日時 9月24日(水) 午前9時～

締切日 定員になり次第締め切り

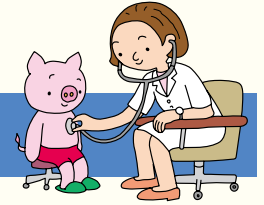
※名古屋四季劇場の座席はS席です。

※お申込み後のキャンセルはできません。観劇チケットは買い取りのため、ご注意ください。

※女性部だよりでの案内は、親子料理教室と健康診断募集を除き女性部会員限定の募集となっております。女性部会へのご加入は最寄りの支店で手続きを行ってください。(年会費500円、印鑑が必要です)

健康診断のご案内

総務部 組合員課
問合せ ☎25-9225



自分の体を知るために、年に一度は定期健診を受けましょう。健康診断は女性部会員以外の方でも受けることができます。
健診のお申し込みは、各支店窓口までご来店の上「集団人間ドック申込書」にご記入ください。

集団人間ドック健診メニュー

(税込)

- ◆問診
- ◆診察
- ◆身体測定（身長・体重・腹囲）
- ◆血圧測定
- ◆尿検査（尿糖・尿蛋白・尿潜血）
- ◆心電図
- ◆胸部レントゲン
- ◆選択項目（どちらかお選びください）
 - ①胃バリウム検査（バリウムを使ったX線検査）……………料金 **9,410円**
 - ②胃ピロリ菌(ABC)検査(血液検査でピロリ菌感染の有無を調べ胃がんのリスクを判断します)……………料金 **9,410円**
 - ③ベーシックコース(健診メニューの問診～胸部レントゲンまでの内容)……………料金 **6,390円**

※お申込後、問診票・結果表につきましてはご自宅に郵送いたします。

※豊橋市国民健康保険加入者で40～74歳までの方と、豊橋市後期高齢者医療保険加入者の方は、特定健康診査受診券+保険証を健診当日受付にお持ち頂くと、特定健診部分の料金が健康保険より助成されます。（年齢対象外の場合や、その他社会保険などに加入されている場合は健康保険からの助成は受ける事はできませんので、ご了承ください。）

- ★オプションのみの受付はできませんのでご了承ください。
- ★ピロリ菌(ABC)検査は胃がんのなりやすさを判定する検査です。直接胃がんを見つける検査ではありません。以下の項目に該当する方は、ピロリ菌(ABC)検査結果が正確に判定できない可能性があります。
 - 胃の病気の治療中の方 ●胃切除後の方 ●胃酸を抑える薬を服用中の方 ●腎不全の方
 - ヘリコバクター・ピロリ菌除菌治療を受けた方
- ★心不全リスク検査とは、心臓に負担が加わることによって心臓から分泌されるホルモンの量を測定し、心不全(心臓に負担が掛かった状態)の重度を調べます。尚、腎臓疾患のある方など、腎機能の低下により高値を示す場合があります。



各種がん検診他

(税込)

- ◆大腸がん検査(便潜血2日法)…………… **1,100円**
- ◆腹部超音波検査(エコー検診)…………… **2,770円**
- ◆骨粗鬆症予防検査…………… **1,100円**
- ◆肺がん検査(かく痰細胞診)…………… **1,480円**
- ◆ピロリ菌(ABC)検査(血液検査)…………… **3,020円**
- ◆心不全リスク検査(血液検査)…………… **1,100円**
- ◆蜂アレルギー検査(血液検査)…………… **2,200円**
- ◆アレルギー検査(血液検査)…………… **4,950円**
- ◆甲状腺検査(血液検査)…………… **3,300円**
- ◆各種抗体検査(血液検査)…………… 各**3,850円**
 - ・麻疹(はしかに対する抗体の有無)
 - ・風疹(三日はしかに対する抗体の有無)
 - ・水痘IgG(帯状疱疹に対する抗体の有無)
 - ・ムンプスIgG(おたふくかぜに対する抗体の有無)
 - ・新型コロナウイルス抗体検査
- ◆腫瘍マーカー検査(血液検査)
 - ・前立腺…………… **1,690円**
 - ・卵巣(ROMA)(ロマ)…………… **3,850円**
 - ・乳房 ・すい臓、胆道…………… 各**1,100円**
 - ・消化器 ・肝臓

開催日	開催場所	締め切り	開催日	開催場所	締め切り
令和6年10月21日(月)	本店 (申し込みは中央支店)	令和6年9月30日(月)	令和6年11月25日(月)	高豊支店	令和6年11月5日(火)
令和6年10月30日(水)	二川支店	令和6年10月9日(水)	令和6年11月29日(金)	第6事業所 (申し込みは前芝支店)	令和6年11月8日(金)
令和6年11月1日(金)	西支店	令和6年10月11日(金)	令和6年12月4日(水)	吉田方支店	令和6年11月13日(水)
令和6年11月18日(月)	いなみ支店	令和6年10月28日(月)	令和6年12月9日(月)	第3事業所 (申し込みは大津支店)	令和6年11月18日(月)
令和6年11月20日(水)	岩田支店	令和6年10月30日(水)	令和6年12月10日(火)	高師原支店	令和6年11月19日(火)

- 当日受付時間…AM7:30
- 健診開始…AM8:20

健康診断受診者を対象に健康診断結果説明会を後日実施します。(無料) 予約制です。申し込みの際は、集団人間ドック申込書に記入してください。健康診断結果説明会には自宅に届いた結果表を必ずご持参ください。申し込み後に、キャンセルされる場合は必ず連絡をください。



がんきなカラダプロジェクト ～ご自宅近くのJAで健康診断を受けようキャンペーン～

- ①対象条件
 - ・JAの組合員(正・准)及びその同居家族の方
 - ・JAあいち健診センターの実施する集団人間ドックを初めて受診もしくは過去5年間未受診(2019年4月1日以後、未受診の方が対象です)
- ②対象期間 2024年4月1日～2025年1月15日

初回受診限定

基本コース料金が
全額キャッシュバック
(オプション料金は含みません)

健診を受けられる皆様へ

- ① 大腸がんにかかる方は年々増加しており、わが国のがんによる死亡原因の上位に位置するがんです。早期発見のため「大腸がん検査」も人間ドックと併せて受診することをお勧めします。
- ② 各会場とも、締め切り日前でも定員数に達した場合、受付を終了させていただきますのでご了承ください。
- ③ 豊橋市国民健康保険、後期高齢者医療保険に加入している方は、健康保険より特定健診部分の料金が助成されます。
☒豊橋市から郵送される「令和6年度 豊橋市国民健康保険 特定健康診査受診券」又は「令和6年度 後期高齢者医療制度 健康診査受診券」と「健康保険証」をご準備のうえ、当日は必ずご持参ください。