

おうちの人と
いっしょに!

夏休みの思い出づくりに!

ちゃぐりん

フェスタ



『ちゃぐりん』って?
JAグループの食農教育を
すすめる子ども雑誌。
(一社)家の光協会が
制作する月刊誌です。

と き : 令和8年7月25日(土)
と ころ : 竹野地区コミュニティセンター

★トウモロコシのマヨパン、
モモのパフェをつくってみよう!



★野菜と果物のフリッツ
をつくってみよう!



※写真はイメージです

みんな、学校で
『ちゃぐりん』を読んでいるかな?
『ちゃぐりん』を使ってやってみよう!



©伊東ぢゅん子
フードレンジャー・チャグリン

[参加費]
1人500円

[定員]
先着10組

協賛:(一社)家の光協会

詳細・申し込みについては裏面をご覧ください。
主催 JAたじま 竹野支店 TEL 0796-47-1155

ちゃぐりんフェスタ 竹野会場のお申し込みについて

1. 開催日時

令和8年7月25日(土) 10時～ 2時間程度

2. 開催場所

竹野地区コミュニティセンター(豊岡市竹野町竹野1585-1)

3. 参加費

1人 500円

4. 対象者

竹野町内にお住まいの親子

5. 定員

10組(先着順)

6. 持ち物

参加費、エプロン、タオル、三角巾、マスク等

7. 申し込み方法

下記の申込書を JAたじま竹野支店へお持ちいただくか、
下記のお問い合わせ先へ お電話、FAXにてお申し込みください。

8. お問い合わせ先

JAたじま 竹野支店 TEL 0796(47)1155 FAX 0796(47)1607
ちゃぐりんフェスタ事務局 高木・根岸

ちゃぐりんフェスタ 参加申込書 申込日 年 月 日

※お子様連れの方は、お子様のお名前、生年月日もご記入ください。

| ご住所 | お名前 (ふりがな) | 生年月日 | 連絡先 |
|-----|------------|-----------|-----|
| | | SHR 年 月 日 | |
| | | SHR 年 月 日 | |
| | | SHR 年 月 日 | |
| | | SHR 年 月 日 | |

【連絡事項】※アレルギーの状態などがありましたらご記入ください。

※ご記入いただいた個人情報は、JAの事業および各種サービスの提供・ご案内等の目的以外には利用いたしません。
※当日撮影する写真は、JA たじま各種広報媒体に掲載させていただく場合があります。ご了承ください。



JAたじま

地域ふれあい活動

地域のみなさまと
つながる、学ぶ、楽しむ!
一緒に素敵な時間を
過ごしましょう♪

地元の野菜を使った米粉入り

ピザ教室

8/22 (土)

10:00～(2時間半程度)

場所 森本公民館

定員 15組 (30人) 親子対象

参加費 (1名につき) 500円

※おひとり1枚のピザを
お持ち帰りいただけます!



持ち物



エプロン



三角巾



手拭き
タオル



飲み物

防災講習会

「防災リュックを考える」

9/11 (金) 19:00～20:00

場所 JAたじま竹野支店2階

定員 30名



備えがあると、いざという時に安心。
大きな災害に備えて防災について
一度考えてみませんか?



皆様のご参加お待ちしております!

ご記入いただきました個人情報はJAたじまの事業および各種サービスの提供、ご案内等の目的以外には利用いたしません。

お問い合わせ先

JAたじま 竹野支店

豊岡市竹野町竹野1510-1

☎ 0796-47-1155

ピザ教室 申込書

申込締切: 8/14 (金)

申込日: 年 月 日

お名前 _____

ご住所 〒 _____

電話番号 () _____

| 参加人数 | 大人 (中学生以上) | 子ども (小学生以下) | 合計 (親子合計) |
|------|---------------|----------------|--------------|
| | 人 | 人 | 人 |

お子様の氏名・年齢 (小学生以下のお子様をご記入ください)

- ① お名前(ふりがな) () 年齢 (歳)
- ② お名前(ふりがな) () 年齢 (歳)
- ③ お名前(ふりがな) () 年齢 (歳)

アレルギーの有無 あり なし

(ありの場合) アレルゲン: _____



防災講習会 申込書

申込締切: 9/4 (金)

申込日: 年 月 日

お名前 _____

ご住所 〒 _____

電話番号 () _____

参加人数 (大人・子ども問わず) _____ 人



今後の予定

10月
ごろ

ママ友くらぶ 「肉まんを作ろう！」

ふわふわの肉まん作りに
チャレンジしてみませんか？



11月
ごろ

健康教室 「ヨガ体験」

心も体もリフレッシュ♪
はじめての方も大歓迎！



12月
初旬ごろ

料理教室 「おせちづくり」

お正月を彩るおせち料理を
一緒に作りましょう！



詳細は決定次第随時お知らせいたしますので

お楽しみに！



竹野だより

JA たじま 竹野支店発行

TEL 47-1155

7月

健康セミナー「元気に暮らすおはなし会」開催

6月12日(金)竹野川湊館にて「元気に暮らすおはなし会」を開催しました。今回は、南但介護センター主任介護支援専門員・看護師の山科さんを講師に迎え「知って守る！熱中症から身を守る講座」と題してお話をいただきました。

講座では、こまめな水分補給の大切さや熱中症の症状、応急処置などについて分かりやすく説明をいただきました。

また、竹野支店支店長の高木より『家の光』7月号に記載されている熱中症対策の記事を紹介しました。

『家の光』には毎号、季節に合わせた暮らしに役立つ情報が掲載されています。竹野支店の店頭に見本をご用意しておりますので、興味のある方はぜひお気軽にお手に取ってご覧ください。



熱中症クイズ

暑い季節、正しい知識で熱中症を予防しましょう！

Q1. 熱中症の症状として正しいものはどれでしょうか

- めまい
- 背中のかゆみ
- 腹痛



Q2. 熱中症予防のために、水分以外にもう一つ摂取すべきものは何でしょうか

- 糖分
- 塩分
- 油分



Q3. 水分補給にあまり適さない飲み物は何でしょうか

- 麦茶
- スポーツドリンク
- アイスコーヒー



Q4. 熱中症の発生が最も多い場所はどこでしょうか

- 道路
- 職場
- 自宅



Q5. 「ある物」の色を見ることで「どの程度の脱水状態にあるか？」を大まかに知ることができます。その「ある物」とは何でしょうか

- 尿
- 痰
- 鼻水



正解と解説

Q1 → 1.めまい

めまいや立ちくらみは、熱中症の代表的な初期症状（熱失神）です。異変を感じたらエアコンが効いた部屋など涼しい場所で休みましょう。



Q2 → 2.塩分

梅干しを食べるなどほどよく塩分を取りましょう。



Q3 → 3.アイスコーヒー

カフェインには体内から水分を排出する作用があります。水分補給には水、経口補水液などがおすすめです。



Q4 → 3.自宅

熱中症患者全体の30~40%を占めます。特に高齢者は自宅での発生率が圧倒的に高く、室内でのこまめな水分補給やエアコンの使用が必須です。



Q5 → 1.尿

尿の色が「薄いレモン色（わら色）」なら水分状態は良好です。黄色が濃くなるほどこまが進んでおり、オレンジや茶褐色、赤色の場合は要注意です。



おはなし会でも出題した熱中症クイズです。あなたはいくつ正解できましたか？日頃から熱中症を予防し、元気に夏を過ごしましょう！！





年金友の会グラウンド・ゴルフ大会開

6月18日(木)但馬ドームにて「年金友の会グラウンド・ゴルフ大会」本戦が開催されました。当日は曇り空で湿度が高く、汗ばむ陽気のなか参加者の皆さんは元気いっぱいプレーを楽しまれました。竹野地区からは2チーム出場し、竹野Aチームが25位で飛び賞に入賞し、表彰されました。出場されたみなさまお疲れ様でした。次回は秋に竹野地区の年金グラウンド・ゴルフ大会を予定しております。みなさまのご参加を心よりお待ちしております！



400名限定

年金指定替キャンペーン

今なら もれなく



5,000円分の QUOカードプレゼント!

キャンペーン期間
令和8年 6月1日(月)～12月30日(水)

現在、他の金融機関で公的年金をお受け取りの方が、受取口座をJAたじまに変更いただくと、5,000円分のQUOカードをプレゼントいたします。



JAたじまで年金をお受け取りいただくと、「年金友の会会員」になります。

グラウンド・ゴルフ大会への参加や親睦旅行への参加など、その他楽しい特典をご用意しております!



この機会にぜひJAで年金を受け取ってみませんか?

※詳しくは、お近くのJAたじま窓口までお気軽にお問い合わせください。

