

# 女性部だより

No.305

令和4年11月号

JA豊橋女性部会

問合せ・お申込み  
☎25-9225

## 健康料理教室教室

8月31日・9月1日の2日間研修棟調理実習室と、9月2日に石巻構造改善センターで健康料理教室を開催しました。JA厚生連管理栄養士の指導で、「簡単!豪華見え料理」をテーマに【豆腐そぼろの混ぜご飯】【キャベツたっぷりふわふわ花シューマイ】【ブーケミモザサラダ】を作りました。どれも簡単で見栄えもよくて美味しい!家でも早速作ってみたいと好評でした。



## ソーイング教室

9月21日(水)に研修棟調理実習室にて、ソーイング教室を開催しました。今回は着物生地で「アームバンド+アームカバー」を作りました。お好みの布で簡単に縫えるバンドです。



## 健康料理教室参加者募集

☆12月のテーマは「話題の食材でワンプレートランチ」です。

**開催日時** 12月15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** 12月16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

**参加費** 550円 (女性部会員外1,050円)

**持ち物** マスク、エプロン、ハンドタオル、筆記用具

**定員** 20名程度

**締切日** 各開催日の10日前まで

## しめ縄教室参加者募集

☆毎年恒例のしめ縄教室です。自分で作ったしめ縄を飾って新年を迎えませんか？

**開催日** 11月30日(水)

**時間** ①午前10時～ 構造改善センター2階

**(会場)** ②午後2時～ JA豊橋中央支店2階大会議室

**定員** 各回20名程度 **講師** 植田支部 女性部会員

**内容** リースしめ縄(小)、棒メ(中)の2本

**参加費** 900円 (女性部会員外1,400円)

**締切日** 11月15日(水) ※マスクを持参してください。

**開催日** 12月19日(月)

**時間** 午後1時30分～ JA豊橋中央支店2階大会議室

**定員** 20名程度 **講師** 植田支部 女性部会員

**内容** リースしめ縄(小)、棒メ(中)の2本

**参加費** 900円 (女性部会員外1,400円)

**締切日** 12月5日(月) ※マスクを持参してください。

**お願い** 本講座は技術習得のため、しめ縄等は参加者本人で作っていただきます。ご理解ご協力をお願いします。

※完成品の販売もあります(要予約)(助成金対象外)

## 寄せ植え教室参加者募集

☆クリスマスにもお正月にも飾れる寄せ植えを作りませんか？

**開催日** 12月5日(月)

**場所** 菜っ花園ハウス (豊橋市老津町鎌倉4)

**時間** 午後1時30分～ **講師** 菜っ花園

**定員** 20名程度 **締切日** 11月28日(月)

**参加費** 3,300円 (女性部会員外3,800円)

**持ち物** マスク、薄手の手袋、持ち帰り用の箱

## アレンジフラワー教室参加者募集

☆お正月用に自分で生けたお花で新年を迎えませんか？

**開催日** 12月26日(月)

**場所** JA豊橋 花き集出荷場 2階(豊橋市野依町字南丸山337)

**時間** 10:30～13:30(受付終了) 時間内で生けていただき、各自完成したら終了です。

**講師** H&Kフラワー **定員** 40名程度

**参加費** 3,000円 (女性部会員外3,500円)

**持ち物** マスク、花切り用のハサミ、持ち帰り用の箱

**締切日** 12月12日(月)

## 劇団四季(観劇)参加者募集

☆『劇団四季ミュージカル《CATS(キャッツ)》』

**開催日** 令和5年1月27日(金)

**旅行代金** 19,000円 (女性部員外19,500円)

(概算)(35名の場合)

☆劇場までは往復貸切バスでの送迎です。

☆名古屋四季劇場の座席はS席です。

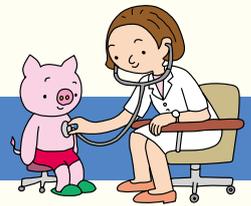
☆徳川美術館の見学と日本料理宝善亭でミニ会席料理の昼食です。

☆観劇チケットは買い取りのため、定員になり次第締め切ります。お申込み後のキャンセルは受けかねますのでご注意ください。

※女性部だよりでの案内は、健康診断募集を除き女性部会員向け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。大腸がんにかかる人の割合が年々多くなってきています。大腸がん検診も人間ドックと併せて受診することをお勧めします。

## 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**

- ◆血液項目
  - 脂質: 中性脂肪・HDL-C・LDL-C
  - 肝機能: AST・ALT・γ-GT
  - 代謝系: 空腹時血糖・HbA1c
  - 蛋白: アルブミン
  - 腎機能: クレアチニン・尿酸
  - 貧血: 赤血球・Hb・Ht
  - 白血球

※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られませんので、ご了承ください。)

## 各種がん検診他

(税込)

- ◆肺がん検診(かく痰細胞診).....**1,480円**
- ◆大腸がん検診(便潜血2日法).....**1,100円**
- ◆新型コロナウイルス抗体検査(血液検査).....**3,850円**
- ◆骨粗鬆症予防検診.....**1,100円**
- ◆腹部超音波検診(エコー検診).....**2,770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**
- ◆甲状腺(TSH)検査(血液検査).....**1,650円**
- ◆蜂アレルギー検査(血液検査).....**2,200円**
- ◆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・消化器・肝臓.....各**1,100円**

- ★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。

健診申し込みは  
下記申込書を支店  
窓口まで提出



開催日	開催場所	締め切り	開催日	開催場所	締め切り
令和4年11月22日(火)	本店	令和4年11月1日(火)	令和4年12月14日(水)	石巻支店	令和4年11月22日(火)
令和4年11月29日(火)	高師原支店	令和4年11月8日(火)	令和4年12月20日(火)	第3事業所	令和4年11月29日(火)
令和4年12月7日(水)	吉田方支店	令和4年11月16日(水)	令和4年12月21日(水)	岩田支店	令和4年11月30日(水)
令和4年12月9日(金)	大村支店	令和4年11月18日(金)	令和5年1月11日(水)	福岡支店	令和4年12月21日(水)
令和4年12月12日(月)	西支店	令和4年11月21日(月)	令和5年1月12日(木)	高師原支店	令和4年12月22日(木)

### 健診を受けられる皆様へ

- ① 検査前日の夜9時から健診終了までは食事をしないでください。② 当日、水は検査2時間前までに200ml以内なら飲んでも差し支えありません。なお検査当日の内服については、心臓病・高血圧の方は検査開始2時間前までに飲んでください。

●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。予約制なので健康診断当日に予約の紙を提出してください。健康診断結果説明会には自宅に届いた結果表を必ず持ってきてください(無料)。申し込み後に、キャンセルされる場合は必ず連絡ください。(電話 25-9225 組合員課)

キリトリ

## 健診申込書

※ご記入頂いた個人情報、健診の受付・案内・代金の振替などの健康管理活動実施以外の目的には使用いたしません。

健診申込支店名( )支店	希望健診日 月 日	健診会場( )
ふりがな 氏名	電話	
住所	性別 男・女	
利用者コード	生年月日 T・S・H 年 月 日	
国民健康保険の方 又は その他の方	農協健康保険の方	
国民健康保険証番号	農協健康保険証番号 ※カッコ内該当するものに○印 (本人・扶養家族・任意継続・任意継続家族) 記号(4桁) 番号(4桁)	
※健診当日、国保より発行される特定健康診査受診券と、保険証番号確認のため健康保険証をお持ちください		
受診を希望する項目に○印を付けてください。	受診を希望する項目に○印を付けてください。	
◆基本コース(どちらかをお選びください)	◆基本コース(どちらかをお選びください)	
1. 集団人間ドック(バリウムコース) 9,410円(税込)	1. 一般コース(バリウム無・健保助成有)	
2. 集団人間ドック(ピロリ菌コース) 9,410円(税込)	2. 一般+胃がんコース(バリウム有・35歳以上・健保助成有)	
3. 集団人間ドック(ベーシックコース) 6,390円(税込)	◆オプション	
◆オプション	3. 肺がん検診 (自己負担・1,480円(税込))	
4. 肺がん検診 1,480円(税込)	4. 大腸がん検診 (34歳以下 自己負担・1,100円(税込))	
5. 大腸がん検診 1,100円(税込)	5. 新型コロナウイルス抗体検査 (自己負担・3,850円(税込))	
6. 新型コロナウイルス抗体検査 3,850円(税込)	6. 骨粗鬆症予防検診 (自己負担・1,100円(税込))	
7. 骨粗鬆症予防検診 1,100円(税込)	7. 腹部超音波検診 (自己負担・2,770円(税込))	
8. 腹部超音波検診 2,770円(税込)	8. ピロリ菌(ABC)検査 (自己負担・3,020円(税込))	
9. ピロリ菌(ABC)検査 3,020円(税込)	9. 心不全リスク検査 (自己負担・1,100円(税込))	
10. 心不全リスク検査 1,100円(税込)	10. 甲状腺(TSH)検査 (自己負担・1,650円(税込))	
11. 甲状腺(TSH)検査 1,650円(税込)	11. 蜂アレルギー検査 (自己負担・2,200円(税込))	
12. 蜂アレルギー検査 2,200円(税込)	◆腫瘍マーカー検査	
◆腫瘍マーカー検査	12. 前立腺(49歳以下 自己負担・1,690円(税込))	
13. 前立腺 1,690円(税込)	13. 卵巣がん(ROMA)(ロマ) (自己負担・3,850円(税込))	
14. 卵巣がん(ROMA)(ロマ) 3,850円(税込)	14. 乳房 (自己負担・1,100円(税込))	
15. 乳房 1,100円(税込)	15. すい臓・胆道 (自己負担・1,100円(税込))	
16. すい臓・胆道 1,100円(税込)	16. 消化器(自己負担・1,100円(税込))	
17. 消化器 1,100円(税込)	17. 肝臓 (自己負担・1,100円(税込))	
18. 肝臓 1,100円(税込)		
支払い方法 1. 当日受付にて現金	2. JA豊橋の通帳より引落し	
	支店名: ( ) 口座番号: ( ) 口座名: ( )	

豊橋市国民健康保険、豊橋市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。健診当日「2022年度特定健康診査受診券」と「健康保険証」をお持ちください。