



# 阿志岐ふれあいだより

平成30年2月8日(木) 阿志岐出張所 担当: 加藤 佑実

TEL: 092-922-2609



2月に入りまだまだ寒い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか？  
福岡県内では、インフルエンザがとても流行しているようなので、対策を心がけましょう！インフルエンザは飛沫感染が主な感染経路になるのでマスクの着用が最適だそうです。その他の予防法として、①外出後の手洗い②適度な湿度の保持③十分な休養とバランスのとれた食事だそうです。  
健康な体でこの時期を乗り越えましょう(^)/



今年も平成29年分の確定申告の時期になりました。  
御笠・阿志岐地区では2月16日(金)に御笠支店にて午前9時～午後4時迄受付を行います。当日は多くの方の来店が予想されますので、書類が整いましたら、事前に最寄りの店舗へお持ちいただければ対応いたします。また、必要書類等の確認などはお早めにお問い合わせください。確定申告の際は、マイナンバーの提出が必要となりますので、申告者のマイナンバー通知書またはマイナンバーカードをご持参ください。また、扶養されている方がいる場合は、扶養者のマイナンバーも必要となりますのでご注意ください。

所得税の申告期限は3月15日迄となっておりますので、店舗への提出は2月末迄にお願いいたします。  
ご不明な点がございましたら、下記の店舗へお問い合わせ下さい。

- 御笠支店 TEL: 092-922-3135
- 阿志岐出張所 TEL: 092-922-2609



## 年金感謝デー

平成30年  
2月  
15(木)・16(金)・19(水)・20(木)・21(金)

味の兵衛 ちまみ入だしセット

2月15日(木)～21日(水)の5日間  
年金振込指定の通帳をご持参の上窓口まで  
ご来店下さい。  
スピードくじを1枚進呈いたします。  
その場でめくってアタリが出ましたら  
素敵な商品と交換いたします！！

※くじはなくなり次第終了となります。

今月の賞品はこちら！

### 長ねぎ Green Onions

JA筑紫HPでもご覧いただけます。

冬が一番おいしい「長ねぎ」。身体をあたため、殺菌作用もあるのでまさに冬にぴったりの野菜です！  
そんな長ねぎのおいしい見分け方はご存知ですか？全体的にみずみずしく、葉先までピンとしているものが新鮮な証拠です。白い部分と緑色の部分の境がはっきりしていて、光沢があるものを選びましょう(^)/

捨ててしまいがちなひげ根も  
素揚げにして塩をかけて  
食べると美味！！

白い部分には、ビタミンCやネギ独特の  
香りや辛みのもと「硫化アリル」が多く  
含まれ、食欲を増進させてくれます。

長ねぎの簡単レシピやもっと為になる情報を  
知りたい！という方は「comu(こみゅ)」という  
JA筑紫発刊のコミュニティ誌に掲載されてお  
りますのでチェックしてみてください！

緑色の部分はビタミンCやβ-カロ  
テン、カルシウムなどの栄養がたっ  
ぷり！捨ててしまうのはもったいない！