

茨城 JA 年金友の会

2016
No. 18

平成28年11月

編集・発行

JAバンク茨城年金友の会
JAバンク茨城県信連
(茨城県信用農業協同組合連合会)
茨城県水戸市梅香1-1-4
電話 029-232-2041

<http://www.ib-ja.or.jp/jabank>



第12回 JAバンク茨城年金友の会 グラウンド・ゴルフ交流大会開催

平成28年10月18日(火)、土浦市霞ヶ浦総合公園において、「第12回JAバンク茨城年金友の会グラウンド・ゴルフ交流大会」が盛大に開催されました。

この大会は、競い合うだけでなく参加者の皆様との交流を図ることを目的とし、各JA年金友の会会員同士での厳しい予選を勝ち抜かれた方々から、競技者445名、JA事務局等も含めた関係者計約850名が参加されました。

当日は、前日からの雨により開催が危ぶまれましたが、小雨降るなかの開会式では、昨年度の男女優勝者による選手宣誓、茂呂会長・佐野副会長とご臨席いただいた来賓の皆様による始球式で幕を開けました。競技者の皆様は日頃の練習の成果を発揮され実力の均衡した大会となり、緊張感の中にも時折笑顔を見せながら、グループの皆様と交流を図り楽しくプレーされている様子でした。

試合終了後には、今年もホールインワン大会(ミニゲーム)を実施し、大勢の方が参加され、競技とはまた違った盛り上がりを見せていました。

また、茨城県レクリエーション協会のインストラクターによる健康を保つ体操が、JAバンクでもお馴染みのサザエさんのTEAMキングに合わせて行われ、参加された皆様は、生き生きとした表情で楽しめました。

閉会式は、各賞の表彰が行われ、上位入賞された皆様は、日頃の努力が報われたと堂々とした振る舞いで、大変誇らしげな様子でした。

ぜひ、来年度も本大会へのご参加をお待ちしております。
(気になる大会の結果は2ページから！)



CONTENTS

グラウンド・ゴルフ 交流大会開催	1
グラウンド・ゴルフ 大会優勝者のコメント	2
グラウンド・ゴルフ 大会結果	2
特典協力店舗広告	8
特典協力店舗一覧	10
医療情報	13
結いの恵み	14
茨城年金友の会だより	15

優勝おめでとうございます

優勝者からの一言



女性の部
優勝

JA 土浦千代田年金友の会
久保田ナガさん (76)

週に2回練習を頑張っています。
まさか、二連覇できるとは思いませんでした。



男性の部
優勝

JA 岩井年金友の会
倉持 稔さん (74)

練習を一生懸命やってきました。
その成果が出て、嬉しいです。

第12回 グラウンド・ゴルフ 交流大会結果



とき 平成 28 年 10 月 18 日 (火) ところ 土浦市霞ヶ浦総合公園

【男性の部】(1位~38位)

順位	氏名	所属
1位	倉持 稔	JA岩井
2位	箕輪 栄吉	JAなめがた 麻生
3位	山崎 貴	JAなめがた 麻生
4位	堀越 貴一	JAなめがた 潮来
5位	本多 一成	JA常陸 大宮
6位	小貫 平太	JAなめがた 麻生
7位	茂木 俊行	JAなめがた 牛堀
8位	鈴木 孝之	JA常総ひかり 下妻
9位	久保田高市	JAやさと
10位	飯村 文雄	JAつくば市 筑波
11位	黒澤 泰次	JA常陸 ひたちなか
12位	小沼 進	JAなめがた 玉造
13位	江幡 三郎	JA水戸 内原
14位	加藤 多聞	JA常陸 高萩
15位	菊川 洋征	JA茨城かすみ
16位	宮本 勝	JAなめがた 潮来
17位	塚本 作衛	JA土浦 土浦
18位	小森 清司	JA水戸 常澄
19位	菱沼 章	JA北つくば 大和

順位	氏名	所属
20位	高橋 政治	JA常総ひかり 千代川
21位	張替三千稔	JA茨城むつみ 猿島
22位	佐藤 隆之	JA常陸 ひたちなか
23位	上原 博正	JA岩井
24位	川崎 武夫	JA常陸 ひたちなか
25位	石塚 忠勝	JA新ひたち野 美野里
26位	坂本 安	JA稲敷
27位	西野 平	JA常陸 太田
28位	今泉 孝	JAなめがた 潮来
29位	小林 三令	JA稲敷
30位	長倉 泰宣	JAつくば市谷田部
31位	伊東 淳	JAつくば市 桜
32位	稲見 全可	JAしおさい 大野
33位	田山 嗣明	JAやさと
34位	古市 二郎	JA土浦 土浦
35位	上野 弘	JA茨城むつみ 三和
36位	荻谷 金一	JA水戸 常澄
37位	山下 利和	JA茨城むつみ 五霞
38位	浅野 勝一	JA常総ひかり 石下

【男性の部】(39位～120位)

順位	氏名	所属
39位	村上 克美	J A 茨城むつみ 三和
40位	横山二三雄	J A やさと
41位	星 健二	J A つくば市 豊里
42位	大山 大三	J A 北つくば 岩瀬
43位	栗山 満	J A 稲敷
44位	稲子谷 栄	J A 常総ひかり 千代川
45位	深谷 実	J A 水戸 内原
46位	荒川 勉	J A 常総ひかり 千代川
47位	佐久間茂郎	J A 茨城かすみ
48位	渡辺 行雄	J A 北つくば 岩瀬
49位	鈴木 勝利	J A 茨城むつみ 三和
50位	坂入 善助	J A つくば市 豊里
51位	坏 輝雄	J A 水戸 水戸
52位	桐原 宏好	J A 常陸 大宮
53位	大久保和夫	J A 茨城むつみ 猿島
54位	飯島 忠	J A 常総ひかり 石下
55位	鯉沼 栄一	J A 常陸 大宮
56位	野口 文男	J A しおさい 神栖
57位	長谷川保雄	J A やさと
58位	永井 勝男	J A やさと
59位	高倉 知行	J A 常陸 大宮
60位	川澄 恒吉	J A 北つくば 協和
61位	深津 春雄	J A 岩井
62位	潮田 徹	J A やさと
63位	箱守 信一	J A 常総ひかり 下妻
64位	松崎 順二	J A 常総ひかり 水海道
65位	篠塚 皓男	J A 茨城みなみ
66位	高野皓市郎	J A つくば市谷田部
67位	坂本 繁	J A 土浦 土浦
68位	海老沢次男	J A 北つくば 協和
69位	堀江 和明	J A 常陸 大宮
70位	遠藤 喜平	J A しおさい 鹿嶋
71位	山崎 勇	J A なめがた 北浦

順位	氏名	所属
72位	片野 功	J A 常陸 高萩
73位	谷上 富次	J A 岩井
74位	小林 俊彦	J A 土浦 土浦
75位	木村 清	J A 常総ひかり 八千代
76位	松橋 章	J A しおさい 大野
77位	名越 征夫	J A 岩井
78位	間中 伝	J A 岩井
79位	埜口 仁	J A つくば市谷田部
80位	関 保男	J A 常陸 太田
81位	栗山 義雄	J A なめがた 玉造
82位	藤崎 栄	J A なめがた 麻生
83位	飯島清衛門	J A 水戸 常澄
84位	高橋 瑞男	J A しおさい 波崎
85位	野原 享	J A なめがた 玉造
86位	臼井 邦夫	J A 北つくば 眞壁
87位	太田 巖	J A なめがた 潮来
88位	中村 正	J A 茨城旭村
89位	桜井 功	J A ほこた
90位	加藤 勇	J A 北つくば 関城
91位	高岡 康	J A 水戸 水戸
92位	井坂 光男	J A 新ひたち野 美野里
93位	石寄 征夫	J A 茨城旭村
94位	神矢 一雄	J A 岩井
95位	野口 清	J A 茨城むつみ 猿島
96位	染谷 務	J A つくば市谷田部
97位	藤田 勝利	J A やさと
98位	廣渡 淳一	J A やさと
99位	小池 忠男	J A 常陸 大宮
100位	石井 勝夫	J A 常陸 大宮
101位	張替 正	J A 岩井
102位	田村 勝	J A 北つくば 岩瀬
103位	永長 實	J A 稲敷
104位	菊地 五郎	J A 茨城みなみ
105位	川澄 光夫	J A 北つくば 協和
106位	川津 勇	J A 茨城旭村
107位	黒沢 孟	J A 常陸 ひたちなか
108位	本多 謙助	J A やさと
109位	関根 善一	J A 水戸 水戸
110位	飯塚 光男	J A 茨城みなみ
111位	本戸 健祐	J A 常総ひかり 八千代
112位	江口 市郎	J A 常陸 高萩
113位	中島 光	J A 北つくば 岩瀬
114位	清末 武	J A 常陸 高萩
115位	中島 敏之	J A 北つくば 協和
116位	蒲谷 和彦	J A 常陸 大宮
117位	内藤 勝雄	J A 常総ひかり 八千代
118位	青木 守雄	J A 茨城むつみ 猿島
119位	竹内 勝一	J A 茨城旭村
120位	鈴木 実	J A 常陸 太田



上位入賞者の皆さま (男性の部)

準優勝 優勝 3位
 箕輪栄吉さん 倉持稔さん 山崎實さん

【男性の部】(121位~218位)

順位	氏名	所属
121位	坂場 四郎	J A新ひたち野 小川
122位	沼田 正巳	J Aしおさい 神栖
123位	大和田伸行	J A北つくば 関城
124位	栗山 昭能	J A茨城かすみ
125位	植松 宏	J Aなめがた 牛堀
126位	加納 精	J Aなめがた 北浦
127位	北泉寅十郎	J A茨城みなみ
128位	中島 守男	J A北つくば 協和
129位	荻津 正男	J A常陸 笠間
130位	坂元 正一	J A土浦 土浦
131位	沼里 勇	J Aなめがた 北浦
132位	田中 信義	J A茨城むつみ 境
133位	中里 清	J A常総ひかり 千代川
134位	高田 光雄	J A茨城旭村
135位	渡辺 征紀	J Aしおさい 鹿嶋
136位	飯田 政雄	J Aやさと
137位	飛田 守	J A常陸 ひたちなか
138位	赤荻 敏雄	J A北つくば 関城
139位	坂井 隆男	J A茨城むつみ 境
140位	大迫 頼男	J A茨城みなみ
141位	石内 光秋	J A北つくば 関城
142位	石塚 一夫	J Aつくば市 莖崎
143位	寺田 清	J Aなめがた 牛堀
144位	吉川 誠一	J Aなめがた 牛堀
145位	須貝 長平	J Aなめがた 玉造
146位	細谷 稔	J A常陸 ひたちなか
147位	島野 正儀	J A茨城むつみ 境
148位	寺田 邦一	J A常総ひかり 下妻
149位	富田 武雄	J Aほこた
150位	川口 健造	J A新ひたち野 美野里
151位	篠崎 俊一	J Aなめがた 麻生
152位	菊地茂一郎	J Aつくば市 筑波
153位	小林 健治	J A水戸 かつら
154位	木村 英一	J A土浦 土浦
155位	後藤 瑞之	J A常陸 大宮
156位	国井 豊吉	J A水戸 常北
157位	佐伯 治	J A茨城旭村
158位	辺見 宗吉	J Aほこた
159位	山室 博次	J Aつくば市 莖崎
160位	米川 義明	J A茨城旭村
161位	青柳 宗次	J A水戸 かつら
162位	池島 嘉明	J Aつくば市 筑波
163位	羽富 芳夫	J A岩井
164位	高久 功	J A茨城旭村
165位	笹目 惣助	J A新ひたち野 小川
166位	豊口 包昭	J A北つくば 大和
167位	矢畑 忠三	J A茨城むつみ 五霞
168位	渡辺 兼利	J A北つくば 明野
169位	皆川 清	J A常陸 大宮

順位	氏名	所属
170位	長山 義雄	J A常陸 大宮
171位	荻津 利一	J A常陸 太田
172位	水越 輝雄	J A北つくば 下館
173位	浅野 正男	J A稲敷
174位	鈴木繁一郎	J A北つくば 協和
175位	中島 功	J A竜ヶ崎
176位	小野澤俊雄	J A常総ひかり 石下
177位	関谷 米司	J A常陸 大宮
178位	大野 武巳	J A茨城むつみ 五霞
179位	菊池 信章	J A常陸 太田
180位	倉持 計三	J A岩井
181位	清水 操	J A水戸 茨城町
182位	本田 三夫	J A常総ひかり 千代川
183位	栗野 廣	J A常総ひかり 石下
184位	清水 収	J A常陸 太田
185位	染谷 政男	J A茨城むつみ 境
186位	酒井 仁	J Aつくば市 桜
187位	小野 健吉	J A水戸 常北
188位	伊藤 勝康	J A稲敷
189位	増子 三雄	J A常陸 ひたちなか
190位	片田 武夫	J A茨城むつみ 三和
191位	平田 雅巳	J A北つくば 岩瀬
192位	吉沢 清	J Aつくば市 筑波
193位	石津 和夫	J Aほこた
194位	藤井三千生	J A常陸 笠間
195位	永井 斉	J A常陸 太田
196位	井川 恵禎	J A水戸 水戸
197位	佐藤 正廣	J A常陸 高萩
198位	細田 英一	J A茨城かすみ
199位	鶴井 廣志	J Aやさと
200位	会田 勝利	J Aつくば市 大穂
201位	高林 啓一	J Aつくば市 莖崎
202位	大山 忠良	J A常陸 ひたちなか
203位	平塚 光	J A常総ひかり 石下
204位	橋本 克己	J A常総ひかり 下妻
205位	菱沼 進	J A北つくば 岩瀬
206位	柳田 一夫	J A北つくば 協和
207位	西村 雅勇	J A北つくば 明野
208位	藤枝 正義	J Aしおさい 波崎
209位	平山 誠	J Aなめがた 牛堀
210位	富樫 清吉	J A土浦 土浦
211位	稲田 忠	J A常陸 高萩
212位	長岡 光	J A常陸 大宮
213位	鶴井新五郎	J Aやさと
214位	千葉 誠	J Aやさと
215位	小林 實	J A茨城みなみ
216位	畑中 仁	J A常陸 高萩
217位	安達 賢司	J A北つくば 岩瀬
218位	高橋 清	J A茨城みなみ

【男性の部】(219位～264位)

順位	氏名	所属
219位	嶋崎 國夫	J A北つくば 岩瀬
220位	飯塚 雅男	J A竜ヶ崎
221位	塙 政義	J Aほこた
222位	市村 幸一	J A北つくば 明野
223位	根本 周治	J A常陸 高萩
224位	横田祐一郎	J A北つくば 下館
225位	根本 路夫	J A稲敷
226位	市村 章	J A北つくば 真壁
227位	藤崎 好幸	J A新ひたち野 小川
228位	市塚 武雄	J A北つくば 下館
229位	根本 正	J Aやさと
230位	船橋 愿	J A水戸 かつら
231位	根本巳之助	J A稲敷
232位	小林 忠	J A常総ひかり 水海道
233位	薄井 進	J A常陸 高萩
234位	太田 英夫	J A北つくば 岩瀬
235位	柳澤 久	J A土浦 土浦
236位	山崎 勲	J A竜ヶ崎
237位	飯島 弘	J A竜ヶ崎
238位	赤津 勝弘	J A常陸 高萩
239位	小堀 利勝	J A水戸 常北
240位	高浜 孝一	J A北つくば 明野
241位	笠倉 武雄	J A北つくば 大和

順位	氏名	所属
242位	成田 健一	J A北つくば 大和
243位	住谷 和一	J A常陸 高萩
244位	山口 善弘	J A新ひたち野 小川
245位	田崎 育雄	J A北つくば 真壁
246位	角野撰之助	J A北つくば 関城
247位	鈴木 昇	J A土浦 千代田
248位	小沼 明夫	J A北つくば 関城
249位	雨貝 行信	J A水戸 常澄
250位	深谷丈之助	J A常陸 笠間
251位	野沢 義雄	J A常陸 大宮
252位	大塚 広一	J A常総ひかり 下妻
253位	尾吹 光昭	J A水戸 茨城町
254位	斉藤 行雄	J A北つくば 下館
255位	川村 守男	J A土浦 土浦
256位	猪瀬 常雄	J A北つくば 下館
257位	石内 利男	J A北つくば 関城
258位	小河原英次	J A北つくば 真壁
259位	加藤岡 宏	J A水戸 茨城町
260位	重藤 侃	J A新ひたち野 小川
261位	斉藤 守	J A水戸 茨城町
262位	須藤 誠一	J A北つくば 関城
263位	米島 正勝	J A岩井
264位	関野 勉	J A竜ヶ崎

【女性の部】(1位～27位)

順位	氏名	所属
1位	久保田ナガ	J A土浦 千代田
2位	増尾 信子	J A茨城かすみ
3位	櫻井 正子	J Aつくば市 豊里
4位	栗山フジエ	J A稲敷
5位	遠山かつえ	J A稲敷
6位	染谷 秋子	J A岩井
7位	根本優美子	J A稲敷
8位	根本スミ子	J A稲敷
9位	須田さかえ	J A常陸 ひたちなか
10位	小松崎貞子	J Aなめがた 潮来
11位	神坂 栄子	J A岩井
12位	佐々木清子	J Aしおさい 大野
13位	中山 たか	J A常総ひかり 千代川
14位	塚田 孝子	J A茨城むつみ 猿島
15位	伊勢崎はつ	J A常総ひかり 水海道
16位	関根 善子	J A水戸 水戸
17位	伊藤よし子	J A稲敷
18位	石綿すみ子	J A茨城むつみ 境
19位	理崎 いね	J Aなめがた 玉造
20位	綿引 栄子	J A常陸 高萩
21位	塚田とみ子	J Aつくば市 筑波

順位	氏名	所属
22位	久保庭悦子	J A土浦 霞ヶ浦南
23位	米川 ヨネ	J Aしおさい 鹿嶋
24位	針貝ヨシ子	J A茨城むつみ 境
25位	古渡 広子	J A茨城みなみ
26位	砂押 豊子	J A常陸 ひたちなか
27位	大和田憲子	J A常陸 ひたちなか



上位入賞者の皆さま(女性の部)
 準優勝 優勝 3位
 増尾信子さん 久保田ナガさん 櫻井正子さん

【女性の部】(28位～125位)

順位	氏名	所属
28位	荒原みさ子	J Aなめがた 潮来
29位	出口 光江	J A常総ひかり 水海道
30位	佐藤サカエ	J A茨城旭村
31位	小山 博子	J A岩井
32位	鈴木きみい	J A常総ひかり 八千代
33位	谷口 すみ	J A茨城みなみ
34位	沢田とく子	J A岩井
35位	石塚 英子	J A岩井
36位	百瀬 幸子	J A土浦 土浦
37位	大和田真佐代	J A常陸 ひたちなか
38位	三輪 弘子	J A茨城みなみ
39位	清宮テル子	J Aしおさい 大野
40位	古宇田 重	J Aつくば市 筑波
41位	小林せつ子	J A水戸 かつら
42位	仲村 歌子	J Aやさと
43位	雨貝 せい	J A土浦 土浦
44位	石渡 絹枝	J Aつくば市 桜
45位	間中まさい	J A茨城むつみ 境
46位	古市 廣子	J A土浦 土浦
47位	寺田てる子	J Aつくば市 大穂
48位	富田 米子	J A茨城みなみ
49位	宮本 茂子	J A茨城かすみ
50位	大久保みち子	J Aなめがた 玉造
51位	伊東としの	J A新ひたち野 小川
52位	小林せつ子	J A常陸 ひたちなか
53位	富樫 愛子	J A土浦 土浦
54位	折笠 たみ	J Aなめがた 麻生
55位	森田二三子	J Aつくば市 大穂
56位	小師 照子	J A常総ひかり 下妻
57位	飯村 行江	J Aつくば市 筑波
58位	岩田 イト	J Aつくば市谷田部
59位	半村 幸子	J A茨城むつみ 境
60位	武田 広美	J A茨城みなみ
61位	矢口 幸子	J A茨城みなみ
62位	宮本とし子	J A岩井
63位	住谷美枝子	J A常陸 ひたちなか
64位	井坂 ふみ	J A常陸 太田
65位	忍田ハツイ	J A常総ひかり 石下
66位	飯田 かつ	J Aつくば市 筑波
67位	鈴木 房子	J A岩井
68位	吉田 みい	J A常総ひかり 石下
69位	山本 静子	J A土浦 霞ヶ浦南
70位	久米 臣子	J A新ひたち野 小川
71位	志賀 光代	J A常陸 高萩
72位	松沢 悦子	J A土浦 霞ヶ浦南
73位	小野 正子	J A常陸 高萩
74位	山本ユキエ	J A茨城むつみ 三和
75位	渡邊 恵子	J A常陸 太田
76位	石田 利江	J Aつくば市 桜

順位	氏名	所属
77位	坂本 君子	J A土浦 土浦
78位	城之内玉江	J Aしおさい 神栖
79位	真家りう子	J A常陸 笠間
80位	木村 治子	J A茨城むつみ 五霞
81位	井坂 うめ	J A常陸 太田
82位	市村 小波	J A水戸 内原
83位	木村 仁子	J A常陸 高萩
84位	植田 リ江	J A北つくば 真壁
85位	菊地なみ子	J A茨城みなみ
86位	増山トシエ	J A常総ひかり 千代川
87位	中島 ゆき	J A茨城みなみ
88位	千葉ウメ子	J A茨城むつみ 境
89位	永山 和江	J Aほこた
90位	本橋 七枝	J A稲敷
91位	湯本 よし	J A常総ひかり 八千代
92位	山田登美子	J A常陸 高萩
93位	小島 満志	J A岩井
94位	飯野登美子	J Aつくば市谷田部
95位	松崎佳都子	J A岩井
96位	山田あさ子	J A茨城むつみ 五霞
97位	高崎 静枝	J A茨城むつみ 三和
98位	菊地美恵子	J A茨城みなみ
99位	宮内 育子	J A北つくば 真壁
100位	長江佳代子	J A土浦 土浦
101位	岡野イツ子	J A北つくば 協和
102位	浦島喜久子	J A北つくば 明野
103位	岩浪美代子	J A土浦 千代田
104位	外丸 靖子	J A茨城むつみ 猿島
105位	青木 愛子	J A茨城みなみ
106位	菊地 利子	J A茨城みなみ
107位	柴田 孝子	J A常陸 太田
108位	倉持ヨシエ	J A茨城むつみ 猿島
109位	小島よしい	J A常総ひかり 千代川
110位	高橋よし子	J Aしおさい 波崎
111位	水垣 光江	J A常総ひかり 八千代
112位	野口 ミチ	J A茨城むつみ 猿島
113位	山口カツオ	J A常総ひかり 下妻
114位	佐伯 喜子	J A茨城旭村
115位	木村 幸子	J A茨城むつみ 猿島
116位	重藤みち子	J A新ひたち野 小川
117位	藤崎 ミチ	J Aなめがた 麻生
118位	藤 みち	J Aつくば市 豊里
119位	渡邊すみ子	J A常陸 大宮
120位	山下 光子	J A茨城むつみ 五霞
121位	小島 とく	J A北つくば 協和
122位	岩井 幸子	J Aしおさい 神栖
123位	松本 清子	J A常陸 高萩
124位	戸塚 愛	J A常総ひかり 水海道
125位	前島 芳子	J Aなめがた 牛堀

【女性の部】(126位～181位)

順位	氏名	所属
126位	深谷美知子	J A水戸 内原
127位	五十嵐まつ	J A常総ひかり 下妻
128位	大和田アヤ子	J A北つくば 関城
129位	霜田かつ代	J A常総ひかり 八千代
130位	蓮沼 久子	J A北つくば 協和
131位	宇佐美栄子	J A常陸 高萩
132位	池田 春恵	J A稲敷
133位	中山 貞子	J A常総ひかり 八千代
134位	村山 和子	J A茨城かすみ
135位	浅野さわ子	J A稲敷
136位	谷上すみ子	J A岩井
137位	小山登志子	J Aつくば市 豊里
138位	鈴木千津子	J A常陸 太田
139位	仲田 徳子	J A水戸 水戸
140位	大沢 まさ	J A常陸 笠間
141位	相馬てる子	J A土浦 千代田
142位	長岡 八重	J Aなめがた 牛堀
143位	石津 邦	J Aなめがた 潮来
144位	中野 幸子	J A北つくば 岩瀬
145位	高須 敏子	J A稲敷
146位	大山よし江	J A土浦 土浦
147位	友部 文江	J A常陸 笠間
148位	大内 朝子	J A常陸 大宮
149位	川松美砂子	J A常陸 笠間
150位	安藤 和子	J Aしおさい 波崎
151位	鈴木 秀子	J A北つくば 真壁
152位	野木 桂子	J A常陸 高萩
153位	大類 照子	J A岩井

順位	氏名	所属
154位	栗原ユキ子	J A稲敷
155位	瀬尾あや子	J Aつくば市谷田部
156位	鈴木 秀子	J A常総ひかり 下妻
157位	菊地 貞子	J A北つくば 関城
158位	藤田 貞子	J A北つくば 大和
159位	杉山 ひろ	J A北つくば 関城
160位	宮内多喜子	J A水戸 水戸
161位	小島志づ子	J A北つくば 協和
162位	大堀みち子	J A稲敷
163位	池田 菊江	J A稲敷
164位	鯉淵 ヨネ	J A北つくば 岩瀬
165位	大月よしえ	J A常総ひかり 千代川
166位	廣沢みづい	J A北つくば 協和
167位	佐藤 朋子	J A北つくば 関城
168位	渡辺ヒサ子	J A北つくば 関城
169位	小山 由枝	J A常陸 笠間
170位	和田 幸子	J A北つくば 明野
171位	若泉 きぬ	J A竜ヶ崎
172位	中山 君江	J A竜ヶ崎
173位	大塚 和子	J A北つくば 協和
174位	平田 朝子	J A北つくば 岩瀬
175位	飯田 ミキ	J A水戸 常北
176位	藤井 節子	J A茨城みなみ
177位	小倉 きよ	J A竜ヶ崎
178位	戸倉 道子	J Aほこた
179位	斉藤 みよ	J A茨城みなみ
180位	仁平 律	J A北つくば 岩瀬
181位	倉持 初枝	J A北つくば 明野



敢闘賞

	氏名	所属
1	加納 精	J Aなめがた 北浦
2	石内 利男	J A北つくば 関城
3	深谷丈之助	J A常陸 笠間
4	大塚 広一	J A常総ひかり 下妻
5	菊地茂一郎	J Aつくば市 筑波
6	北泉寅十郎	J A茨城みなみ
7	中島 守男	J A北つくば 協和
8	菊池 信章	J A常陸 太田



1 会員証発行

JA年金友の会会員証は、茨城県内の各JAに年金の振込を指定した年金友の会の会員の方に発行されております。

2 会員証の呈示

会員証の特典協力店舗への呈示は、ご本人に行っていただくこととなります。会員証の呈示がない場合、特典をご利用いただけないことがあります。

3 各特典協力店舗の特典について

特典をご利用いただける範囲が店舗ごとに、ご本人のみの場合と、同伴者もご利用いただける場合がありますので、ご利用の際に必ずご確認ください。また、特典内容は変更になる場合があります。

4 会員証の取扱いについて

- 会員資格喪失の際には、発行JA窓口で会員証の返却をお願いいたします。
- 会員証を紛失又は破損した場合には、発行JA窓口までご連絡ください。
- 会員証は、他人への譲渡・貸与は禁じられております。

JA年金友の会会員証
特典協力店舗が
120店舗になりました。
(平成28年10月末現在)



パークアルカディアの豊かな自然に囲まれたレストラン。四季折々の風景を眺めながら、ゆったりお食事ができます。月替わりのスペシャルランチがお薦めです。

会員特典 お食事の方に限り、会員証呈示でドリンクバー無料(会員様のみ)

レストラン 山ゆり

〒319-3111 常陸大宮市山方5858-6 TEL/0295-57-6868
営業時間/11:00~18:00 (オーダーストップ17:30)
定休日/月曜(祝祭日の場合は翌日)、年末年始

株小美玉ふるさと食品公社

県内最大の酪農の地である小美玉市内の乳牛からしぼった搾りたての生乳を100%使用し、独自の加工技術で乳製品を製造販売しています。

美野里直売所
地域活性化に貢献すべく、地元の食材等を使った新製品の開発、イベント販売、お客様のニーズにお応え致します。通信販売、ギフト梱包も承ります。

会員特典 そらの駅・そらの内ヨーグルトハウス、美野里直売所にて5%OFF

そらの駅・そらの内ヨーグルトハウス
TEL: 0299-56-6991
〒311-3413 小美玉市山野1628-42
営業時間/9:00~18:00 定休日/年中無休

美野里直売所 TEL: 0299-48-3150
〒319-0132 小美玉市御室1164-8
営業時間/9:00~17:00(月~土)
定休日/日曜日・祭日・年末年始

里山体験を通じて家族の絆が深まるホテル

里山牛コース

里山ホテル ときわ路
〒313-0008 茨城県常陸太田市増井町1800
TEL: 0294-72-4141 / FAX: 0294-72-4140

森のレストランRocco
営業時間/11:00~14:00(L.O.)
月・火定休
※月曜が祝日の場合営業、水曜に振替

会員特典 ワンドリンクサービス ※宿泊夕食時でもご利用いただけます。

アイドルタイム無しで何時にいらしゃってもゴハンが食べられます。

選べる空間感カッスで飲む地元産煎餅餅でホッと一休みしていただく。

各種ワークショップや音楽イベントも開催!
同窓会などの宴会などもご相談ください。ご予算に合わせて準備いたします。座敷に簡易カラオケもあります。

会員特典 何かご注文のお客様に、福来蜜柑の砂糖漬けなどお茶菓子サービス

カフェナイロ

〒309-1611 茨城県笠間市笠間1537
TEL: 0296-71-7320
営業時間/11:00~21:00 定休日/水曜

那珂湊おさかな市場徒歩1分、四季折々の磯料理とあんこう鍋、ソムリエ厳選世界のワインが自慢の店です。

会員特典 ドリンクメニュー全品100円引き

海鮮レストラン 浜辺

〒311-1221
ひたちなか市湊本町11-4(春日ホテル併設)
0120-05-3164 TEL/029-262-3164
営業時間/11:00~21:00 (L.O.20:40)
定休日/不定休

自家焙煎珈琲豆専門店

南部珈琲

煎りたて・挽きたて・淹れたてのコーヒーで、癒しのひと時を愉しんでください。

ご注文をいただいてから、お客様のお好みに合わせてコーヒー生豆を焙煎しています。焼き上がり20~30分ほどお時間がかかりますので、お急ぎの方は電話予約が便利です。

会員特典 店内商品・喫茶5%OFF (酒類除く)

自家焙煎珈琲豆専門店 南部珈琲
〒300-1233 茨城県牛久市栄町1-21
TEL: 029-830-8235
営業時間: 10:30~18:00(L.O.17:30) 定休日: 水、祝日
ホームページ: <http://www.nanbu-coffee.com/>
フェイスブック: <https://www.facebook.com/nanbucoffee/>

小倉屋食堂

日本一といわれる常陸秋そばの産地、金砂郷にあり、カツ丼やラーメンの他、1ヶ月ごとの限定メニューを提供しております。地元産の素材を生かしたメニューのほか、予約により大小宴会・仕出し・お弁当などを承っております。

会員特典 会員証ご呈示の方50円割引

〒313-0113 茨城県常陸太田市高神町331-4
TEL: 0294-76-2035 定休日: 日曜日、年末年始
営業時間: 11:30~14:00 / 17:00~20:00

ねことひだまり

手作り雑貨と貸haco屋

手作り作家さんも募集中!

可愛いハンドメイド雑貨がそろっています。世界に一つだけのお気に入りを探しにいらしてください。

会員特典 1,000円以上お買い上げで100円割引

〒309-1716 茨城県空間市住吉1362-2-101
TEL: 0296-73-6522 定休日: 日曜・月曜・祝日
営業時間: 10:00~17:00
ブログ: <http://ameblo.jp/nekotohidamarj>

茨城産小麦粉、空間いぢぢの自家製天然酵母を使用した、本格ペーカリー

★粉から作るこだわりの製法 (オールスワッチ製法)
★石窯を使った遠赤外線焼成
★活性水酵母を使ったパン作り

季節の素材を取り入れ、毎日100種類以上のパンを作っています!

会員特典 1,000円以上お買い上げで、オリジナルシーズンドリンク無料

〒309-1611 茨城県空間市空間2286-1
TEL/FAX: 0296-74-0888
営業時間: 10:00~18:00 (パンが無くなり次第終了)
定休日: 無し

メキシコの世界遺産を訪ねる

6日間

アエロメヒコ航空 直行便利用!

テオティワカン 遺跡

グアナフアト

マリアッチ ショー

テキーラ

288,000円

旅行代金 大人一人様(2名様) 割利用

利用ホテル(1泊) サム・ミゲル・デアジエンデ

グアナフアト

サン・ミゲル・デアジエンデ

ケタラ

5大ポイント!!

●お問い合わせお申し込み 株農協観光茨城支店 TEL:029-232-2301

会員特典 会員証ご呈示で 5,000円割引

株農協観光



JA年金友の会 特典協力店舗一覧

120
店舗

(特典協力内容は都合により変更・中止となる場合がございます。)

〈県内共通店舗〉

(平成28年10月末現在)

店舗名	特典内容	その他
㈱農協観光 茨城支店	別ページの広告をご覧ください。	お問合せ先 029-232-2301
銘菓の老舗 あさ川	「水戸の梅」「妹ほっかり」5%割引	県内51店舗(FC店舗の多賀・湊・石岡・鉾田・潮来・結城店を除く)でご利用いただけます。
ばんどう太郎グループ	2名様まで50円割引	ばんどう太郎/かつ太郎/海のさむらい/さむらい/焼肉ダイニング百萬太郎/ひな野の坂東太郎グループ店でご利用いただけます。
祐月	各種人形等表示価格より5%割引	水戸店でご利用いただけます。
揚げたて屋 てん	えび天1本無料 ※4名様まで	河和田店・茨大前店でご利用いただけます。
ちゃあしゅう屋	会員様、同伴者の方5%OFF	孫目店・鹿嶋店でご利用いただけます。
コク味噌タンメン がっぺ屋	会員様、同伴者の方10%OFF	水戸店でご利用いただけます。
カラオケ ビックエコー	ルーム料10%OFF	in50号店・上水戸店・那珂店・笠間店・鉾田店・桜川店・日立店・大宮店・つくばモノコ店・守谷店県内10店舗でご利用いただけます。
MEN'S PLAZA AOKI	全品5% OFF	県内14店舗でご利用いただけます。
中国料理 鉄人	①コース料理10人以上1人無料(1,500円コース除く) ②2,000円以上お食事の方500円割引 ③4,000円以上お食事の方1,000円割引 ④食べ飲み放題(2時間) お一人様 男性3,100円 女性2,700円	水戸見川店・水戸インター店・水戸中央ビル店・水戸住吉店でご利用いただけます。
焼肉 でん	4名様までドリンクバーサービス	水戸店・土浦店・石岡店・つくば店・牛久店・下館店でご利用いただけます。
菓寮 花小路	2千円以上お買上げで黒糖饅頭1個進呈	水戸店・那珂店・つくば店でご利用いただけます。
亀印製菓	会員証呈示で5% OFF	県内30店舗でご利用いただけます。*セール品、特別除外品、他のサービス券との併用はできません。
ステーキ宮	会員証呈示で5%割引	土浦店・筑波学園店・守谷店・牛久店・水戸インター店・ひたちなか店・水戸店・日立金沢店でご利用いただけます。
シダックス	2時間以上ご利用で ルーム料金1時間無料	茨城県内の店舗のみご利用可。水戸西原クラブ・水戸元吉田クラブ・水戸南町クラブ・ひたちなか勝田クラブ・石岡クラブ・古河鴻巣クラブ・下館玉戸クラブ・鹿嶋宮中クラブ・つくば稲荷前クラブ・土浦永国クラブ・牛久米町クラブ・守谷本町クラブ
小野瀬グループ	会員証呈示で100円割引 *他サービスとの併用はできません	下記店舗でご利用いただけます。海鮮うまいもんや ごほう下館本店・旬や ごほう水戸エクセル店・海鮮和食処 晤賢(ごほう)岩瀬本店・創作厨房 とり屋楽座結城店・グルメ回転・すし勢結城店、我孫子店・カフェ彩珈琲
メガネハット	会員証呈示でメガネ・補聴器10%割引	下記店舗でご利用いただけます。水戸店・ツインズ笠原店・ひたちなか高場十字路口店・古河店・総和店・三和店・境店・ヨークタウン坂東店・下妻店・水海道バイパス店・松代店・つくば354稲荷前店・ひたち野牛久店・牛久カスミ店・江戸崎店・アクロスプラザ神栖店・神栖神の池店・守谷店・戸頭店・取手東店

〈県北地区〉

店舗名	業種	店舗所在地	お問合せ先	特典内容
夢浪漫(レストラン)	飲食	水戸市姫子	029-257-1666	会員の方と、同伴者の方10%OFF
がんこ家	飲食	水戸市笠原 水戸市石川	笠原店 029-240-4222 赤塚店 029-253-2566	ランチ・ディナー5% OFF
きくすい	飲食	水戸市西原	029-255-1710	ソフトドリンクメニューより、ワンドリンクサービス
手づくりのパン きんのすず	パン屋	水戸市笠原町	029-243-8878	1,000円以上お買上げの方10% off or エコバックプレゼント
浅見カントリークラブ	ゴルフ場	水戸市杉崎町	029-259-3811	当日フロントでカード呈示により、1組最大4名までドリンクバーサービス(他サービス等との併用不可)
フラワーギフト	ギフト	水戸市河和田 茨城県長岡	水戸店 029-252-6700 水戸南店 029-292-1709	500円割引サービス券プレゼント 一万円以上のお買上げでご利用いただけます。
別春館 (明利酒類株式会社)	酒販売	水戸市元吉田町	029-246-4811	2,000円以上お買上げの方に梅酒カップ進呈 一人笑・二人笑・三人笑・華むら咲 5%割引
コヤマスポーツ	スポーツ用品	水戸市南町	029-231-5177	インソール作製10%割引。 ウォーキングシューズ・グラウンドゴルフ用品15%割引
日本の味 横綱 本店	飲食	水戸市大足町	0120-194527	食後デザートサービス
クリーニングハセガワ	クリーニング	水戸市本町	029-221-7919	全品10% OFF
花みどり	ガーデンショップ	水戸市鯉淵町	029-259-6332	2,000円以上お買上げのお客様に花苗プレゼント
スタジオYO・GA	ヨガスタジオ	水戸市石川	029-254-9753	オアシスの水サービス
中国飯店 珍来	飲食	水戸市笠原町	029-241-9451	食後にデザートサービス
はなまる	飲食	水戸市河和田町	029-254-8704	ワンドリンクor シャーベットサービス
大黒館	飲食	水戸市元吉田町	0120-47-7107	5%割引(ランチメニューを除く)
らーめんドラゴン	飲食	水戸市赤塚 笠間市旭町	029-253-3393 090-5340-7063	4名様迄100円引き

店舗名	業種	店舗所在地	お問合せ先	特典内容
鮎処つかさ	飲食	水戸市内原町	029-259-5678	5% off (ランチメニューは除く)
与三郎庵	飲食	水戸市木葉下町	029-252-4360	会員、ご同伴者全員10% OFF
お菓子博物館	レジャー施設	水戸市見川町	029-305-2828	お菓子券プレゼント
中華そば 浜田屋	飲食	水戸市浜田町 水戸市笠原町	水戸本店 029-231-5939 50号ビル内 029-241-9222	味付玉子サービス
アーククラブ迎賓館	式場	水戸市住吉町	029-304-0800	式費用総額より10万円OFF ※契約時、会員証をご呈示頂いた場合に限る
鉢の木	和菓子	水戸市南町	029-221-5874	1,500円以上お買い上げでどら焼1ヶサービス
水府庵	飲食	水戸市若宮	029-221-6329	安全無添加 自家製そばアイスクリームサービス
海鮮料理御食事処 いろいろ	飲食	水戸市大串町	029-269-4485	会員の方と同伴者全員5%OFF
フェアブルーム水戸アメijingステージ 麗風つくばシーズズテラス ティアステージつくばフォレストテラス	式場	水戸市河和田町 つくば市研究学園 つくば市花室	029-309-5888 029-860-4122 029-860-6600	キリスト拳式料 194,400円分(税込) プレゼント
梅の花 水戸店	飲食	水戸市笠原町	029-305-5311	梅ドリンクサービス (8名様まで)
おかの園	販売	水戸市吉沢町	0120-47-9008	10%割引+ポイントサービス (毎日)
五浦観光ホテル	宿泊施設	北茨城市大津町	0293-46-1111	宿泊者にモーニングコーヒーサービス。 日帰り入浴料200円割引 (800円に) ※会員の方のみ
食彩 太信	飲食	北茨城市大津町北町	0293-46-5511	ソフトドリンク1本サービス
金砂の湯 (JA常陸)	温泉施設	常陸太田市上宮内町	0294-76-9919	入浴料50円割引
MKマルサン	内装工事	常陸太田市町田町	0294-85-0653	内装工事代を20%割引
宝来館	旅館	常陸太田市棚谷町	0294-85-0114	日帰り入浴半額割引
納豆工房	販売	常陸太田市高柿町	0120-41-7101	「しあわせの常陸野和っふる®」か「豆乃香和っふる」どちらか1個プレゼント
里山ホテル ときわ路	宿泊施設	常陸太田市増井町	0294-72-4141	ワンドリンクサービス ※宿泊夕食時でもご利用いただけます。
小倉屋食堂	飲食	常陸太田市高柿町	0294-76-2035	会員証で呈示の方50円割引
東海会館 (JA常陸)	総合式場	東海村船場	029-282-8351	15名以上の宴会予約で、瓶ビール又はウーロン茶を2人に1本サービス
JA常陸 ひたちなか不動産管理センター	賃貸住宅	ひたちなか市大平/ 東海村船場	勝田支店 029-270-2131 東海支店 029-282-2552	会員紹介のアパート契約者には、契約時に仲介手数料を50%割引
ホテルクリスタルパレス	式場	ひたちなか市大平	029-275-0815	会員からの紹介者限定で、ご成約につきスナップアルバムプレゼント。※当式場にて、60名以上の挙式・披露宴をされ、持込のない方に限ります。
ホテルクリスタルパレス レストランサーラ	飲食	ひたちなか市大平	029-273-7711	お食事の方にアイスクリームプレゼント
阿字ヶ浦温泉のぞみ	複合施設	ひたちなか市阿字ヶ浦町	029-265-5541	フェイスタオル (レンタル) サービス
海鮮レストラン 浜辺	飲食	ひたちなか市湊本町	0120-05-3164	ドリンクメニュー全品100円引き
釜めし寿司 かぐや姫 本店	飲食	那珂市飯田	029-295-7788	会員の方と、同伴者全員の方10%OFF
なか健康センター	温泉施設	那珂市菅谷	029-352-1526	入館料: 大人1,840円⇒1,440円 小学生1,080円⇒720円 ※会員含め4名様まで ※幼児・繁忙期 (正月・GW・盆) は割引対象外
らーめんげんき屋	飲食	笠間市小原 笠間市平町	本 店 0296-70-5558 駅前通り店 0296-71-3777	お母さんの手作りギョーザ 一皿サービス
SECOND (セコンド)	カイロプラクティック マッサージ	笠間市鯉淵	0296-78-4922	初回1,000円割引。2回目~ 500円割引
そば処 一休庵	飲食 陶芸教室	笠間市平町	0296-77-1024	合わせて3,000円以上お買い上げの方にオリジナルはしおきプレゼント! (全5種類)
万葉	飲食	笠間市鯉淵	0296-71-5655	ソフトドリンクサービス
そば家 和味 (なごみ)	飲食	笠間市飯合	0296-74-2744	会員証で呈示の方50円引き
石挽蕎麦家 尚庵	飲食	笠間市石井	0296-72-5676	お食事の方お一人につき100円引き
出雲館	複合施設	笠間市福原	0296-74-2948	吹きガラス体験 (先着10組様・要予約) 4,000円⇒2,000円 (税別)
きらら館	販売	笠間市笠間	0296-72-3109	合計金額より10%OFF ※一部対象外がございます。
笠間の家	複合施設	笠間市下市毛	0296-73-5521	商品10%OFF
森の石窯パン屋さん	飲食・販売	笠間市笠間	0296-74-0888	1,000円以上お買い上げで、オリジナルシーズンドリンク無料
カフェナナイロ	飲食	笠間市笠間	0296-71-7320	何かご注文のお客様に、福来蜜柑の砂糖漬けなどお茶菓子サービス
ねことひだまり	販売	笠間市住吉	0296-73-6522	1,000円以上お買い上げで100円割引
田原カイロプラクティック	マッサージ	茨城町長岡	029-292-2222	初回300円引き。2回目以降200円引き
オールドオーチャード ゴルフクラブ	ゴルフ場	茨城町鳥羽田	029-292-7777	昼食時1ドリンクサービス (※グラスビールまで) (1組4名様まで)
潮騒の湯	温泉施設	大洗町大貫町	029-267-4031	平日 (月~金) 大人800円⇒700円 土日・祝祭・特別営業日大人1,000円⇒900円
民宿・旅館 いそや	飲食 宿泊	大洗町磯浜町	0120-14-8239	お食事の方 会員・ご同伴者 ワンドリンクサービス 宿泊の方 500円割引
七会きのごセンター	きのご販売	東茨城郡城里町小勝	0296-70-7088	全商品10% OFF
喜楽	複合施設	日立市日高町	0294-33-7889	岩盤浴ご利用料金 特別価格¥1,180 (お一人でも利用可)
菓匠たけだ	菓子	日立市田尻町 日立市鮎川町	0294-43-3524 0294-36-1608	ご予約のお引き菓子3%引き
レストラン 山ゆり	飲食	常陸大宮市山方	0295-57-6868	お食事の方に限り、会員証呈示でドリンクバー無料 (会員様のみ)

〈鹿行地区〉

店舗名	業種	店舗所在地	お問合せ先	特典内容
JA茨城旭村 サングリーン旭	農産物直売所	鉾田市縦山	0291-37-4147	時期の旬の野菜・果物（さつまいも・メロン・イチゴ）を1ケースのみ100円割引
ファーマーズマーケット なだろう	農産物直売所	鉾田市飯名	0291-34-8888	買物袋・専用メンバーズカード・会員証の持参で、2ポイント進呈（通常1ポイント）
いこいの村酒沼	宿泊施設	鉾田市箕輪	0291-37-1171	会員証を呈示した宿泊者に対し、ソフトドリンク1本サービス
華のれん	飲食	行方市石神	0299-80-7200	お食事と一緒にソフトドリンクかデザート注文した会員の方に100円割引
道の駅「いたこ」	ドライブイン	潮来市前川	0299-67-1161	足湯無料サービス（通常200円）

〈県南地区〉

店舗名	業種	店舗所在地	お問合せ先	特典内容
東筑波ユートピア	動物園	石岡市吉生	0299-43-1100	入場料 大人1,000円を800円/小人500円を400円 ※3才未満は無料
石岡健康センター	温泉施設	石岡市真家	0299-28-8160	入館料250円引
新ひたち野農業協同組合	賃貸住宅	石岡市南台	0299-56-5800	会員本人及び会員紹介のアパート契約者には、契約時仲介手数料を50%割引
志ち乃	和菓子	土浦市手野町/ つくば市上野字向原	029-828-1117 029-850-6111	お買上げ金額1,000円以上の時のみ有効（3%割引） ※他の割引券とは併用不可
L'AUBE	結婚式場	土浦市川口	029-875-8888	挙式料無料
辰海 つくば店	飲食	つくば市松野木字西山	029-838-5666	ランチタイム ソフトドリンクサービス 夜 生ビール1杯サービス（会員の方のみ）
筑波ハム	飲食・販売	つくば市下平塚	029-856-1953	レストランにてお食事をした会員の方に対して、ソフトドリンクかドリンクヨーグルトをサービス
つくば湯ワールド/ スパレボウル	複合施設	つくば市下原	029-839-5555	湯～ワールド 入場料金1,620円⇒特別料金1,296円/スパレボウル 通常料金520円⇒特別料金460円 ※早朝・深夜割引は適用されません。※会員の方のみ
筑波観光鉄道(株)	観光	つくば市筑波	029-866-0611	ロープウェイ・ケーブルカー往復 大人100円割引 小人40円割引 ※会員証1枚で4名様まで
筑波山京成ホテル	宿泊施設	つくば市筑波	029-866-0831	同伴者5名まで通常宿泊料金より1,000円割引 日帰り入浴料100円割引 ※他の割引との併用は不可
本格的手打ちそば 蕎麦舎(つくば本店)	飲食	つくば市柳橋	029-856-1090	会員・家族に限りソフトドリンクサービス
茶の木村園	販売	つくば市春日	0120-39-7575	お買上げで有機・微生物制御発酵茶500mlペットボトル1本進呈 ※発送の場合でもOK
しゃぶしゃぶ・日本料理 木曾路 つくば店	飲食	つくば市小野崎	029-858-3781	会員・ご同伴者お食事の方にグラスドリンクサービス
doppel ドッベル	時計	つくば市天久保	029-854-7035	オーバーホール(OH) 10%OFF
わんわんランド	複合施設	つくば市沼田	029-866-1001	入園料割引 大人(中学生以上)1,500円→1,200円 小人(3才～小学生)700円→500円 ※カード1枚につき5名様まで割引。
そば処 志づき	飲食	つくばみらい市谷井田	0297-57-1552	ランチタイム ソフトドリンクサービス/夜の部 生ビール1杯サービス ※会員の方のみ
ガーデンショップ堀越	ガーデンショップ	守谷市立沢	0297-44-6880	店内商品合計金額より10%OFF ※一部割引対象外商品あり
手作処 かつぱ本舗	和菓子	牛久市田宮町	029-873-8760(代)	団子20%引き
南部珈琲	飲食・販売	牛久市栄町	029-830-8235	店内商品・喫茶5%OFF(酒類除く)
Cafe hive(カフェ ハイヴ)	飲食	取手市上高井	0297-78-1557	1グループ様にワイン(赤or白)ボトル1本サービス
パンダカフェ	飲食	取手市東	0297-73-3251	全商品5%割引 ※毎月10日と20日(特典日)のみ
らーめん夢道中 河内店	飲食	稲敷郡河内町	0297-84-4727	味付玉子サービス(会員の方のみ)
うい庵	飲食	稲敷市曲淵	0299-79-0881	ホットコーヒーか紅茶をサービス ※食事またはスイーツをご注文のお客様
(株)小美玉ふるさと食品公社	飲食・販売	小美玉市山野 小美玉市部室	0299-56-6991 0299-48-3150	そらの駅そ・ら・ら内ヨーグルトハウス、美野里直売所にて5%OFF

〈県西地区〉

店舗名	業種	店舗所在地	お問合せ先	特典内容
館最中本舗 湖月庵	和菓子	筑西市内	0296-22-2513	1,000円以上お買上げの方にお菓子プレゼント
スプリングフィルズゴルフ クラブ	ゴルフ場	筑西市小栗	0296-57-9811	土・日・祝日 プレー代1,500円割引/平日 プレー代500円割引 ※各種割引との併用不可
ひがの屋	菓子	筑西市連沼	0296-57-3511	手焼きせんべい1枚プレゼント ※味はおまかせください。
ミヤモトスポーツ	スポーツ用品	下妻市長塚	0296-44-2805	現金10%割引及びポイント2倍 グラウンド・ゴルフ用クラブ20%割引
ピアスパークしもつま	複合施設	下妻市長塚乙	0296-30-5121	通常700円の入浴料を100円割引(※会員の方のみ)
和菓子工房 きくや	和菓子	坂東市岩井	0297-35-2095	2,000円以上お買上げの方にお菓子プレゼント
(有)創作和菓子すずき	和菓子	坂東市辺田	0297-35-0176	2,000円以上お買上げの方にお菓子プレゼント(会員証呈示)
(有)四ツ六庵	飲食	坂東市岩井	0297-35-0582	全品50円引き ※ただしランチメニューを除く
(有)和久井人形店	人形店	桜川市西桜川	0296-75-2375	10%引き
御菓子司 蛸屋	和菓子	桜川市明日香	0296-75-6170	2,000円以上お買ひもとめで5%引き
ほさか	飲食	桜川市富士見台	0296-76-3339	ソフトドリンク1杯サービス

関節リウマチについて

筑波大学附属病院水戸地域医療教育センター 水戸協同病院

膠原病リウマチ内科

千野 裕介

司会者…まず始めに、関節リウマチとはどのような病気ですか？

千野…関節リウマチは一般的にはいわゆる「リウマチ」と言われています。この病気が主に全身の動く関節に炎症が生じ、患者さんは全身や手の「こわばり」や関節の腫れ、痛みを感じます。病期が進むと関節に構造的な変化が生じ、関節が変形してしまいます。これにより身の回りのことに支障を来し、手をうまく使えなかったり、車いす生活を余儀なくされたりすることもあります。また肺に炎症を来すいわゆる「間質性肺炎」を合併することもあります。

司会者…つまり全身の様々な関節に関節炎を来し、進行すると関節破壊につながるということですね。また肺のような重要な臓器にも炎症を起こすこともあるのですね。それでは、関節リウマチの原因とはどういったものでしょうか？

千野…関節リウマチは実は免疫の異常が原因で起こる病気です。本来自分の身を守るはずの免疫が異常を起こし、自分自身の体を敵とみなして攻撃してしまう結果、関節リウマチでは関節や肺に炎症が起きますのです。それには遺伝的な要因や環境要因がからんで発症することがわかっています。が、まだ詳細な原因は不明です。

司会者…なるほど。免疫の異常が原因で起こる病気というわけですね。それではいわゆる「膠原病」と言われるものなのでしょうか？

千野…はい。広い意味で様々な膠原病と言われている病気の中の一つと言うことができます。

司会者…少し気になるのですが、関節が痛くなることは健康な方でもよくありますよね？どういった時に医療機関を受診すればよろしいのでしょうか？

千野…ポイントには、特に思い当たる原因がないのに、自然にいろいろ関節が腫れて痛いことが1ヶ月以上長く続くということがあればやはり医療機関を受診した方がいいということですね。関節リウマチの免疫の異常は体に記憶されていて一生の問題となります。それなのでインフルエンザにかかった時のように一過性で終わることはありません。

司会者…それでは慢性的な経過で関節に炎症が持続していることが考えられる場合には関節リウマチなどを疑って医療機関を受診すべきだということですね。それでは診断はどのようになされるのでしょうか？

千野…診断はまず関節に炎症が起きていることの証明が前提となります。特に関節の滑る膜と書いて「滑膜」というところが関節リウマチでは特徴的な炎症が生じます。これを触診や関節エコー、関節MRIなどで確認します。そして採血でCRPや赤沈といった炎症反応を見たり、免疫異常としてリウマチ因子や抗CCP抗体というものを見ます。それらを総合的にみて関節リウマチと診断します。同時に肺の炎症がないかを聴診したり、胸部レントゲン写真などでスクリーニングします。

司会者…わかりました。診断には関節炎の証明が重要なですね。よく手の端の関節が節くれた方を目にすることがありますが、それとは区別されるのですか？

千野…はい、加齢に伴って出現するいわゆる「変形性関節症」とは区別されます。よくヘバーデン結節と言われますね。一つ注意しなければならぬのは、リウマチ因子や抗CCP抗体が陽性とならない関節リウマチの患者さんが5人に1人はいらぬということですね。また人によっては炎症反応自体も上昇しない方がいらっしゃいます。その時は他の原因では説明できない関節炎が慢性的にあるということが診断の決め手となります。

司会者…なるほど。時に診断は難しいこともありそうですね。それでは肝心の治療はどういったものがあるのでしょうか？

千野…基本的に抗リウマチ薬が中心となります。内服薬では頻用されるものが多いですがあります。特にアンカドラッグと言われている（とても基本的で大事な薬という意味ですが）、メソトレキサート（別名MTX）、薬品名でいうとリウマトレックスが有名ですが、これが基本となります。更に最近では生物学的製剤と言われている点滴や注射の抗リウマチ薬があります。これらの内服薬や生物学的製剤を、患者さんの年齢、体重、腎機能、その他の病気の具合、B型肝炎やC型肝炎、結核などの感染症の有無などを総合的に考慮して治療を選択します。内服薬を2剤、3剤組み合わせて使ったりすることもあります。

司会者…治療の話となると何か難しそうですね。もちろん有効であればいいのですが、何か困難な点はありませんか？

千野…まず関節リウマチの治療は免疫の異常に対抗するため、ある程度免疫を抑える治療となります。従って感染症に対する患者、医師の意識が重要となります。予防に努め、いざ感染症に罹患した場合には早めに主治医に相談することが大切です。その際内服を中断する必要のある薬剤や、絶対に継続しなければならぬステロイドなどがあります。また経済的に負担となる薬価の高い薬剤も多いことも事実です。その場合でも長期的視野に立ち、有効な治療を

行うことをお勧めします。

司会者…ステロイドという話ができましたが、ステロイドはどういった薬剤なのでしょう？

千野…ステロイドは関節リウマチの治療では補助的に使います。しかし患者さんの状態によってはステロイドが治療の主体となることもあります。特徴としては炎症をとる効果が非常に高く、即効性があり有効です。しかし長期内服により弊害も起こります。例えば骨粗鬆症、糖尿病、脂質異常症、白内障、肥満などがあります。このことからまずは使わないことが良いです。ただし必要な患者さんにもいることは事実です。その場合にはできるだけ少ない用量となるように努めます。ステロイドは絶対に自分で減らしたり、やめたりしないで下さい。急激な減量中は時に危険なこともあります。

司会者…ステロイドは有効な薬剤ですが副作用も懸念されるものなのですね。ただ必要としている患者さんもいて、それを理解することも大切なのですね。それでは治療の目標はどうなるのでしょうか？

千野…抗リウマチ薬、生物学的製剤を使い、まず「寛解」を目指します。寛解というのは雪解けのようなイメージでとらえてください。というのは、関節リウマチの病気の勢いは消せても免疫の異常は残るため「治癒」とい言い方はしません。一生の病気だということですね。また患者さん状態によっては寛解ではなく病気の活動性が低い状態が目標となることがあります。

司会者…よくわかりました。関節リウマチは免疫の異常が原因で関節や肺に炎症を来し、抗リウマチ薬による治療が必要となる一生の病気ということですね。

千野…一生の病気ですが、現在は治療が格段に進歩し、寛解を達成して普通に生活できる患者さんも多い時代です。決して悲観せず患者、医師お互いの協力のもと、より良い状態を目指しましょう。



年金定期貯金
結いの恵み



お申込み & 満期到来でうれしいチャンス!

取扱期間 / 平成28年4月1日～平成29年3月31日

お申込み
いただくと
抽選で!

全国で年間最大 **194,300** 人に
「ニッポンの恵み」
(8,000円相当)をプレゼント!

「結いの恵み」にお申込みいただくと、全国の農畜産物が抽選で当たります。

さらに
満期時に
抽選で!

全国で年間最大 **48,600** 人に
さまざまなジャンルから選べる暮らしにいいもの、
プレゼント!

●抽選権 / 50万円につき、1口の抽選権をおつけします。 ※抽選番号(抽選券)は発行いたしませんのでご了承ください。

●ご利用いただける方

個人の方で、以下の条件のうちいずれかに該当される方
(1)JAで年金を受給されている方(指定手続き中を含む)
(2)JAへ年金受給口座の指定を予約された方
(ご予約の場合は、満57歳以上の方を対象とします。)

●対象となる年金・年金予約

JAにご指定いただけるすべての公的年金を対象とします。

●預入金額

50万円以上 ※新規お預け入れに限ります。

詳しくはこちら! [JAバンク茨城](#) [検索](#)



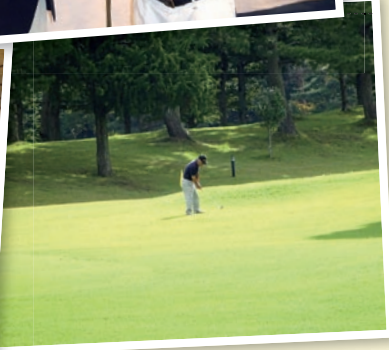
～茨城年金友の会だより～

今回は、県西地区から、JA北つくば年金友の会で開催されたゴルフ大会をご紹介します。

<JA北つくば年金友の会>

ゴルフ大会

JA北つくば年金友の会は、平成28年9月30日（金）、栃木県の益子カントリー倶楽部において「第9回JA北つくば年金友の会ゴルフ大会」を開催しました。参加された総勢166名の皆様は、日頃の練習成果を発揮し、熱戦を繰り広げられました。この大会は、スポーツを通じて年金友の会会員の交流を深めるとともに会員の拡大を目的に毎年開催しております。



今回のJA年金友の会情報誌(No.18)は、グラウンド・ゴルフ交流大会の結果を会員の皆様へ、いち早くお知らせするためにも11月発行としました。

グラウンド・ゴルフは昭和57年に鳥取県泊村(現・湯梨浜町)で創案され、今では多くの人々に愛好され全国的なスポーツとして広く普及しています。今回の大会でもその人気ぶりが大いに伝わってきました。ちなみに、「ホールポストの中にボールが静止した状態・トマリ」はこの発祥地の泊村(とまりそん)からきているそうです。

事務局では、今後も年金友の会の活動を盛り上げ、会員特典内容の充実を注いでまいりますので、引き続きよろしくお願いたします。

編集後記

茨城県JA紹介	
JA水戸	JA茨城みなみ
JA常陸	JA土浦
JA日立市多賀	JAつくば市
JA茨城旭村	JAつくば市谷田部
JAほこた	JAやさと
JAしおさい	JA新ひたち野
JAなめがた	JA北つくば
JA稲敷	JA常総ひかり
JA茨城かすみ	JA茨城むつみ
JA竜ヶ崎	JA岩井

大切な年金はJAで一緒に!!

年金ご紹介 キャンペーン

紹介する人も、紹介される人も
いいことあるよ♪



当JAで年金をお受取(予約含む)の方のご紹介で、お友達、お知り合い(当JA地区内にお住まい・お勤めの方)が当キャンペーンを利用して**年金振込口座**を当JAにご指定(予約含む)頂くと、**特典**がございます。(ご予約の場合は、満57歳以上の方を対象とします。)

期間
平成29年
1/31(火)まで

ご紹介を頂いた **あなた様の特典**



QUO (クオ) カード
1,000円分 **進呈**

※QUO (クオ) カードは、コンビニエンスストア・ファミリーレストラン・ガソリンスタンド・ドラッグストア・書店などにご利用いただける、全国共通の商品券(プリペイドカード)です。
※ご紹介先が、既に当JAに年金振込を頂いている場合は、ご希望に添えないこともあります。

年金振込をして頂いた **お友達・ご家族の特典**



特典 1
結いの恵みなど有利な貯金をお預け入れいただけます。

特典 2
年金友の会旅行・グラウンドゴルフなどへの参加。

特典 3
便利でATM手数料がおトク!!

※その他プレゼント等詳しくは、窓口または渉外担当者へおたずねください。

キリトリ線 ✂

あなた様の記入欄

フリガナ
お名前 _____
ご住所 〒 _____

☎ () _____

年金ご紹介カード 今回ご紹介頂ける方のお名前、ご住所をご記入ください。

フリガナ
お名前 _____
ご住所 〒 _____

☎ () _____

あなた様との関係 友人 知人 配偶者・親戚・親類 その他 () _____

※この個人情報については、本キャンペーンにおける景品の発送やお申し込みの確認など本キャンペーン関連業務に限り利用いたします。

※ご紹介先に、当JAよりご連絡させていただきますことを事前にお伝えください。 ご連絡済み

JA 使用 欄	日付	支店受付日	訪問日	本店送付日	QUOカード受渡日
	確認印	/	/	/	/

取扱店: _____

備考 _____