



Happy Halloween

# わんち 年金相談会

個別にゆくり相談できる  
 開催日:平成30年11月18日(日)  
 来たる11月18日(日).朝9:00~15:00に年金相談会を行います。これから年金をもらえる方、もう少し先のことだけはいくらもらえるのか、いつからもらえるのか、仕事をしながらもらう方法等、聞いてみたい? 知りたい方もこの無料の相談会でフロロに相談することをおすすめします😊  
 尚、この無料の年金相談会は予約制となっておりますので、お早めにご連絡下さい。

こんな封筒が届いている人、届く予定の人は必見です!!

年金無料相談会日時  
 平成30年11月18日(日)  
 9:00~15:00(予定)  
 JAながさき西海世知原 出張所内  
 0956-76-2301  
 ※予約はもちろん、気になさることなどありましたらお気軽にどうぞ♡

## 女性部の料理教室 手作りみもづくり

当JAの本店で作ったんだよ♫

完成品多...だけどもまだ食べられない!

味噌は、血圧を下げる働きやコレステロールの抑制、老化防止、美肌効果があります😊  
 また、味噌汁を毎日飲む人は胃ガンになりにくいんだってのこと! 健康の強い味方である味噌をぜひ手作りしてみてください♡

作り方はすごく簡単♡  
 大豆を18時間以上水につけて煮てつぶし、潰した大豆に塩と麴を混ぜ合わせ容器に入れて涼しい場所ので約10ヶ月~1年ほど寝かせてたらできあがり♡

☆味噌のオススメ分量☆  
 大豆 1,300g、麴 2,000g  
 塩 800g

みもづくり

## 北松地区の和牛共進会

堤 幸一 第4部 優等賞 2席

真弓 一郎 第2部 優等賞 2席

末吉 裕之 第5部 優等賞 3席

松瀬 昌樹 第1部 優等賞 3席

共進会お疲れさまでした!!  
 次は県北地域和牛共進会です😊 ますます良い結果とほるよう願っています♡ おめでとうございます。

## さやかを探せ

70セントワイズ

右のロードレース大会のスクラップ写真の中に当出張所の職員が隠れているヨ♡

すべて見つけた人に、出張所より抽選で5名の方に70セントを差し上げます😊

締切は、平成30年11月12日(月)までとさせていただきます。  
 「さやか」を見つけたら、『かいち』を持って世知原出張所の窓口へお知らせ下さい♡

## 世知原ロードレース大会

平成30年9月23日にありました😊

みんな一生懸命に走りきりました! こちらが元気をもらえるようなアツい! 走りでした!

選手の声♡

真弓 貴治 さん  
 マラソンは練習した者が勝つ!!  
 これからも子供たちに陸上のことをたくさん伝えていきたい!!

町の人の声♡

Yさん  
 県内外からたくさんのランナーがこの大会を彩ってくれました。たくさんの声援もあり、盛り上がっていました。

Oさん  
 ロードレースの日はいつにもまして賑わいを見せてくれました😊 私も沿道からランナーに声援をおくってました♡ カが入りました😊