

年金旅行のご予定

しまなみ海道と西日光耕三寺参拝の旅

伯方塩業(株)大三島工場



平山郁夫美術館



ようみバラ公園



耕三寺



大山祇神社



大島・大三島・生口島を巡る旅となっております！
ようみバラ園はバラ祭りと同時期に行けるのでちょうど見頃を迎えています！！
信寿会会員の皆様、ぜひご参加ください(*^_^*)

年金は **かわしん** で！！

無料年金相談会 5月15日(日)南支店

定期的に10時～15時までの間、
お一人様30分ずつ実施しています。
相談日以外での個別相談も承っております
のでお気軽にご相談ください(*^_^*)

- 例えば・・・
- 年金請求書の記入の仕方がわからない。
 - 失業保険と年金は両方もらえるのか。
 - 60歳以上で在職中だが請求はいつしたらいいのか。
 - 加給年金・振替加算とは？
～などお気軽にご相談ください。
本部 ☎0896-58-1300 (担当:石水)



ふれあい行事

パークゴルフ大会



12月12日(土) 浜公園にて
第13回川之江信用金庫杯
パークゴルフ大会を行いました！
快晴の空のもと、新入職員も
一緒にまわり、笑顔溢れる
プレーを見せていただきました。



川之江信金経営応援セミナー
～スタート目前！中小企業のための
マイナンバー対策～



12月16日(水) ホテル・グランフォーレにて
地元中小企業の代表者や経理担当者を
対象に、税理士法人トーマツ高松事務所の
田中氏を招き、経営応援セミナーを開催
しました。マイナンバー制度への疑問点等の
質疑応答の時間もあり、中小企業の対応を
後押しするセミナーになりました。

第3回無料年金相談会



2月21日(日) 10時～15時 本店1階にて
年金専担者2名による年金相談会を実施
しました。
3回目ということもあり、事前に予約をして
相談会に足を運んでくださるお客様が
増えてきました！！
今回の相談内容は。。。
・年金とパート所得、配偶者への扶養の
限度額について
・年金請求手続き
・繰上げ請求と繰下げ請求について
・得をする退職のタイミングとは
・年金受給開始時期の確認

不明なことがあれば、いつでも
ご相談ください！！！！



信寿会新聞

第 11 号

発行所
川之江信用金庫



信寿会新聞の発刊のお知らせ
かわしんから信寿会会員様へ(当金庫に年金受取口座をご指定頂いているお客様へ)お届けする情報紙第11号です。当金庫の活動情報やお知らせをご案内します。



暮らしの豆知識



対策: その1 花粉を身につけて持ち込まない!

玄関に入る前に洋服についた花粉をよく払いましょう。髪の毛にもついているので頭も払う必要があります。セーターやトレーナーよりもジャケットなど脱ぎやすい上着にし、玄関に入ってすぐのところでハンガーなどに掛けることで、玄関までで留めることができます。衣類の素材によっても花粉のつきやすさが違うので、できるだけ表面がツルツルした素材がいいでしょう。

対策: その2 洗濯物に花粉をつけて持ち込まない!

花粉を全てきちんと払ってから洗濯物を取り込むのも大変です。室内干しにするか、衣類乾燥機を利用するのがオススメです。部屋干しをする場合、合わせて室内の湿気にも注意が必要です。必要に応じて除湿機やエアコンのドライ運転も利用しましょう。

対策: その3 布団に花粉をつけて持ち込まない!

外での布団干しは控えて、布団乾燥機を利用しましょう。布団や枕に付着すると、上げ下げの時に室内に花粉を撒き散らすことになり、睡眠時に顔に近い場所から吸入し、つらい朝をむかえることとなります。

もし家に花粉を持ち込んでしまったら...

花粉には重さがあり、しばらくは空気中を漂っていますが風のない室内では、ゆっくりと床に落ちていきます。床掃除をすればいいのですが、掃除機をかけずにまずは拭き掃除から始めましょう!! 花粉も拭き取れるウェットタイプの床用ワイパーを使うと便利です。拭き掃除の後、フローリングの隙間やカーペットなどの花粉を掃除機で吸い取るという手段がいいと思います。空気清浄器を上着を脱ぐ玄関ホールへ置くのも一つの方法です。

春を感じる俳句

<p>雀子 走りや 鬼瓦 鳴雪 (内藤)</p>	<p>春雨 ぬれに 毛毬かな (子謝 蕪村)</p>	<p>一輪草 一つといふは 潔ぎよし (山崎ひさを)</p>	<p>羽出すと 思へば飛びぬ 天道虫 (高浜 虚子)</p>	<p>チューリップ 喜びだけを 持ってるる (細見 綾子)</p>
--	--	--	--	---

日が長くなり花が咲き、鳥のさえずりで春の到来を実感しますが、それ以外に季節を感じるものとして言葉があります。日本語は世界に類をみない美しい言語です。そのなかで、たった17文字で表現する俳句の中から春を表現したものをご紹介します。

～春の季語～
山笑う 水温む 彼岸 暖か 木の芽 燕 椿 たんぽぽ つくし すみれ のどか 梨の花 雀の子 蛙の子 桜 柳 など

五・七・五の中に季語を入れれば俳句になります! 気軽に挑戦してみてくださいいかがでしょうか。

☆☆☆60歳からの能力テスト☆☆☆



物忘れ・認知症を防ぐ 脳トレーニング



問題1

次の漢字は何と読むでしょう。
☆ヒント☆ 3~5月が旬の野菜・山菜です!!

①筍 → _ _ _ _

⑥土筆 → _ _ _ _

②蔕 → → → _ _

⑦蚕豆 → _ _ _ _

③蕨 → _ _ _ _

⑧菜の花 _ _ _ _

④蓬 → _ _ _ _

⑨穂の芽 _ _ _ _

⑤独活 → → _ _

⑩草蘇鉄 → _ _ _ _

問題2

□にあてはまる数字は何でしょう。(0~9までの数字)

① $18 + \square + 20 - 12 = 33$

② $77 - \square - 25 + 7 = 55$

漢字にすると難しいものもありますが、、、旬の野菜・山菜は栄養満点なので、食事に取り入れて味わっててください!! 春が旬の魚は鯖(さわら)・鯛(たい)・細魚(さより)などです。

問題1 ①たけのこ ②ふき ③わらび ④おもち ⑤うらぶ ⑥たまご ⑦からあげ ⑧たけのこ ⑨たまご ⑩からあげ

問題2 ①7 ②4