

日の出あさが通信

令和7年6月発行

NO.2

JA筑紫 日の出支店

TEL:092-571-2191

担当: 濱口



6月

13日(金)・16日(月)・17日(火)・18日(水)・19日(木)

年金感謝デー

(いつも 当JA で年金をお受取りいただき、ありがとうございます!)

★ 年金振込指定のご通帳をご持参ください ★

① 窓口にて“スピードくじ”を1枚進呈します。

② その場で“当たり”がわかります。

当たり は コチラ!!



菊合わせ 盛鉢 (たち吉)

太陽を思わせるような大胆な菊柄
長寿を象徴する縁起物です。

※ スピードくじの進呈は年金振込店舗で、お1人様1枚です。
※ 実施期間中であっても、スピードくじがなくなり次第終了となります。

組合員の皆様 こんにちは!!

6月に入り、汗ばむ日が多くなります...が、木毎雨の時期は
肌寒く感じる日もありますので体調管理にはお気を付け下さい!

水分補給をしっかりと!

まだ真夏ほどの暑さではありませんが、この時期から十分に注
意したいのが「熱中症」です。熱中症対策として最初に思いつくのは水分補給ですね?そこでポイントをまとめてみました!!

- ① 1日あたり **1.2L以上**の水分を摂ることが望ましいです。
ジョップ1本(200ml) × 6回と小分けにして摂取しましょう。
- ② 起床時・就寝前・入浴前後など **タイミング**を決めましょう。



※ 喉が渇いてから飲むのではなく、こまめに水分を摂取しましょう!!

※ アルコール飲料やカフェイン飲料は利尿作用があるため、水分補給には適していません。

水やお茶(緑茶以外)をのめましょう!!

JA 筑紫

←支店だまりはHPにてご覧いただけます😊