

JAmp

静岡県の遊・食・知をお届けする情報誌

[ジャンプ]

JAバンク 静岡

沼津港直送の海の幸を堪能

大人の寿司の 楽しみ方

Discover 静岡色図鑑

ウイスキー

JA職員の口コミ情報

地元の歴史を学べる 場所・施設

～定年後のマネーライフ～

60歳代前半の 年金の受け取り方



沼津港直送の海の幸を堪能

大人の寿司の楽しみ方

国民食として老若男女に親しまれている寿司。今や世界共通語である「SUSHI」は、日本が誇る和食のひとつです。その歴史は平安時代、魚を飯と塩で乳酸発酵させた「なれずし」に始まります。現代につながる「握りずし」が登場したのは江戸時代。握りずしは、ネタとシャリを別々に仕込んでその場で握り、すぐ食べられることから、気の短い江戸っ子に大好評。花見や相撲見物の客に合わせて屋台寿司が流行しました。“寿司の聖地”といわれる東京・銀座の台所が築地の魚河岸であるように、新鮮な魚介類が

集まる魚市場のそばには、優良でイキのいい寿司屋が多いものです。駿河湾や近海で獲れた魚介類が水揚げされる沼津港もしかり。日本有数の取扱高を誇る魚市場があり、最盛期には200軒もの寿司屋があった沼津は全国屈指の寿司どころ。港には、新鮮なネタと職人技を楽しみに遠方からも多くの人が訪れ、舌鼓を打っています。

寿司は、ネタが新鮮であればあるほど、やはり握りたてを食べたいもの。それなら、寿司店のカウンターでいただくのがいちばんです。でも、お

店でのマナーや値段が気になって、敷居が高いと感じる方もいるかもしれません。そんな人のために沼津市と地元の寿司店で展開しているのが「カウンターで寿司食いねえin沼津」キャンペーン。気軽にカウンターで寿司を楽しんでほしいと、各店のおまかせコースを3,240円の定額でいただけます。職人さんとの会話や、洗練された手技が目の前で見られるのもカウンターの醍醐味。大人のたしなみのひとつとして、自分へのごほうびとして、お寿司屋さんのカウンターに座ってみませんか？



①目の前で職人さんが握る姿を見られるのもカウンター席の魅力。“最高のものををお出ししたい”という思いが伝わってくる。②寿司は究極のオーダーメイド料理。「ごはんは小さめに」などとお願ひできるのもカウンターならでは。③両方の手のひらを合わせ、一定のリズムで手早く握る。④季節を大切にするのが日本料理、それは寿司の世界でも同じ。旬によって変わるネタを堪能しよう。⑤キャンペーン協力店のおまかせコースの内容はお店によっていろいろ。「鮭庵さいとう本店」は、握りずし9貫に小鉢、汁椀付。⑥ネタケースの中には、市場を回って仕入れた季節のネタが並ぶ。

特集 大人の寿司

カウンター入門 大人の作法



知っていれば安心 Q&A

寿司をカウンターで食べたいけれど、マナーや作法がよくわからない……。

そんな方のためのQ&Aをご紹介します。

いちばん守ってほしいマナーは、出された寿司はなるべく早く食べること。

話に夢中になったり、写真を撮ったりして、

せっかくの味が落ちてしまわないようにしたいですね。

注文の仕方は3種類 「おまかせ」「お好み」「お決まり」

「おまかせ」は板前さんにその日のネタの選択をすべてまかせるもの。「お好み」は客が好きなものを選んで注文すること。

「お決まり」は松・竹・梅など、値段と内容が決まっている定番をいいます。

Q お店に行く前に 心がけておくことは？

A お寿司屋さんに限らず食事のマナーは同じです。香水やヘアスプレーなどの強いにおいは、お寿司の味の邪魔をするので控えめに。他のお客さんへの配慮も忘れないようにしましょう。



Q 注文するネタの順番に 決まりはある？

A 一般的には、味の淡い白身から始め、光り物や貝類、マグロやウニ、卵焼き、巻物で締めるのが基本と言われていますが、好きなものを好きだけでOK。「おまかせ」で握ってもらう場合は、好き嫌いや予算をあらかじめ伝えておくといいでしょう。



Q 一貫ずつ握って もらうのはOK？

A カウンターで注文すると二貫ずつ出されるのが普通ですが、いろいろなネタを味わいたいとか、少食の人の場合は一貫ずつ握ってもらうように頼んでみましょう。



Q 醤油の上手な つけ方は？

A 箸の場合も手で食べる場合も、ネタとシャリをはさむように持ち、横に90度傾けて、ネタとシャリの両方に醤油をつけます。握りずしはネタとシャリの一体感が身上。ネタだけ剥がして醤油につけるのは避けましょう。



Q 時価っていくら？ 聞くのは野暮？

A ネタによっては「時価」というものがあります。これは同じ魚でも部位によって価格が違うため高額とは限りません。心配だったら聞いてみましょう。「おすすめのネタは何ですか？」などと板前さんとの対話も楽しみましょう。



Q 会計の時によく 「おあいそ」と聞くけど？

A 会計の時に使う人が多いですが、実は「おあいそ」とはお店の人が使う言葉で、お客さんにお愛想するという意味なんです。会計時には「お勘定（またはお会計）をお願いします」と声掛けするのがスマートです。



※参考「寿司屋のカウンターデビュー 応援BOOK」発行:カウンターで寿司食いねえin沼津 キャンペーン事務局

おすすめ!「カウンターで寿司食いねえin沼津」キャンペーン

新鮮なネタが揃う沼津の寿司を、カウンターで気軽に、粹に、楽しめる! 沼津市が、寿司のおいしさを知り、気軽に楽しんでもらおうと企画したキャンペーン。市内27の協力店(2014年12月現在)のカウンターで、各店のおまかせコースを3,240円の定額で食べられます。内容はお店ごとに異なるので、食べ歩きをして楽しむのもおすすめ。

※参加店等、最新情報は沼津市ホームページでご確認ください。



はじめての人もこの1冊で安心!
「寿司屋のカウンター
デビュー応援BOOK」

※ホームページでダウンロードできます



お話をうかがったのは
「鮎庵さいとう」店主 斎藤毅さん

■鮎庵さいとう 本店

沼津市春日町47-2 TEL.055-954-3009

営業時間 平日11:30~14:00、17:00~21:00 土日祝11:30~21:00 木曜定休

<http://www.sushiansaitou.com/>

お問い合わせ

カウンターで寿司食いねえin沼津 キャンペーン事務局
(沼津市役所商工振興課) TEL.055-934-4748

<http://www.city.numazu.shizuoka.jp/kankou/taberu/sushi/>

沼津港は魚種も豊富で
ネタも新鮮!
沼津の寿司は全国に誇る
レベルの高さです。
握りたてのおいしさと
季節感を楽しんでください。

Discover 食飾職 静岡色 図鑑

おいしい食べ物や特産品、文化や伝統を守る職人さん…知っているようで知らない地元のいろんな「色」にフォーカスするシリーズ。

今回は、富士山麓の大自然の中でウイスキーづくりを行っている蒸溜所をご紹介します。

Vol.8 ウイスキー

大人
の
社
会
科
見
学

企業の歴史やモノづくりの現場など、大人になった今だからこそ、見てみたい!知りたいたい! 社会科見学へ。



「インターナショナルスピリッツチャレンジ2014」で金賞を受賞。富士御殿場ならではのウイスキー。

富士山の伏流水で仕込むウイスキー。 自然と人、流れる時間が醸し出す味わい



ウイスキーってどんなお酒?

大麦、ライ麦、トウモロコシなどの穀物からつくられた蒸留酒を、樽に貯蔵して熟成させたものがウイスキー。麦芽だけを原料にした「モルトウイスキー」、トウモロコシを主原料にした「グレーンウイスキー」、その2つを組み合わせたものが「ブレンデッドウイスキー」です。

「天使の分け前」ってなに?

ウイスキーは、樽で熟成する間に毎年3%ずつ蒸発します。年々減ってしまうのですが、ウイスキーの味わいや香りを生むためには仕方のないこと。この樽から減った分のウイスキーを「天使の分け前(エンジェルズ・シェア)」と呼んでいるのです。

御殿場の名水、風土・気候

ウイスキーは気温、湿度、水の性質など、自然条件の影響を受けて育まれるもの。富士山麓の伏流水、年間を通じて発生する霧、森の潤いと清らかな空気などの雄大な自然に包まれた御殿場の地は理想のウイスキーづくりを行うには最適の地なのです。

ウイスキー★ゼミナール

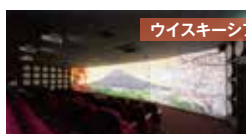
世界の5大ウイスキーは、スコッチ、アイリッシュ、カナディアン、アメリカン、ジャパニーズ。日本で製造されるウイスキーは、基本的にスコッチタイプのウイスキーですが、日本人の好みに合わせて独自の発展を遂げています。

ウイスキーの仕込みからボトリングまで一貫して行う、 世界でも珍しい蒸溜所

最初にウイスキーづくりへのこだわりがわかる映像を見てから工場内の見学へ。見学ガイドさんの説明を聞きながら、原料のビート麦芽を見たり、巨大な蒸留釜(ポットスチル)に触れたり、ガラス越しにボトリングの様子も見られます。見学の後には楽しい試飲が待っています。



ウイスキーの製造工程 仕込み → 発酵 → 蒸留 → 熟成 → ブレンド → びん詰め



ウイスキーシifter

話題のプロジェクトマッピングやCGを駆使した映像は見もの!



蒸留釜(ポットスチル)

形や大きさが味を左右する銅製の蒸留釜。ウイスキーの蒸留は2回、ちなみに焼酎は1回。



バレル(樽貯蔵)

蒸留時には無色透明のウイスキー。熟成の過程で琥珀色になり、まろやかさを増していく。



ボトリング

びん詰めラインの様子をガラス越しに見学。1本1本厳しく目視チェックされている。



試飲タイム

おすすめのハイボールの作り方を教えてくれる。試飲は2杯までOK。



ウイスキーのこだわりの製法やうまさの秘密を実感できるツアーです。工場限定のお土産もおすすめです。

★案内してくださった方
キリンディスティラリー
富士御殿場蒸溜所
工場見学ガイド 篠原 優さん

★見学DATA [予約制]
所要時間 約60分(試飲を含む)
参加費 無料
※3か月前の月初より受付(申し込み先着順)
休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始、その他不定休あり
お問合せ キリンディスティラリー株式会社
富士御殿場蒸溜所
御殿場市柴怒田 970
TEL.0550-89-4909(見学担当直通)

JA職員の口コミ情報 「わが街の新名所」



あなたの街のJA職員がこっそり教えるおすすめSPOT。地元で評判のその理由、その魅力をご紹介します！
今回は…『地元の歴史を学べる場所・施設』をご紹介します。

JAしみず 杉山夕貴さんおすすめ

世界文化遺産・三保松原

静岡市清水区三保
(静岡県道199号三保駒越線「羽衣の松入口」交差点右折、約5分)
<http://www.shizuoka-citypromotion.jp/mihonomatsubara/>



2013年、三保松原は世界文化遺産「富士山」の構成資産として登録されました。国内でも日本三大松原に数えられるなど、国内外でその美しさはお墨付きです。天気の良い日に赴くと、松原と富士山の堂々たる共演ぶりに圧倒させられます。駐車場近辺にはお土産屋さんや、三保松原を学び体感する施設「みほナビ」もあり充実した時間を過ごせます。



御穂神社から三保松原に続く松並木の参道、通称「神の道」はボードウォークとして整備され、ライトアップされた夜間はさらに幻想的



JAしみず 三保支店 杉山夕貴

JA伊豆太陽 三河詩穂さんおすすめ

吉田松陰寓寄処 (よしだしょういん ぐうきしよ)

下田市蓮台寺300-1 TEL.0558-23-5055(下田市教育委員会)
開館時間/9:00~17:00
定休日/水曜日
<http://www.city.shimoda.shizuoka.jp/category/050202bunkazai/1194.html>



下田市にある「吉田松陰寓寄処」は、ペリー艦隊に便乗して海外渡航を企てた吉田松陰が一時身を寄せた古民家です。当時は医師村山行馬郎の自宅で、松陰は2階の小部屋に身を隠したと伝えられています。現在は公開されており、管理人さんが丁寧に松陰や黒船来航の歴史を説明してくれます。是非、幕末の雰囲気を感じてみてください。



現在では貴重な江戸時代の茅葺き民家です。周辺には立ち寄り湯もたくさんあるので、ゆっくり下田をお楽しみください



JA伊豆太陽 稲生沢支店 三河詩穂

JA三島函南 山下佳那さんおすすめ

山中城跡公園

三島市山中新田字下ノ沢 TEL. 055-985-2970
(営) 10:00~16:00 (山中城跡公園観光案内所・売店)
定休日/月曜(祝日の場合は営業)
<http://www.mishima-kankou.com/msg/midokoro/10000020.html>



山中城は戦国時代末期に、小田原に本城をおいた北条氏が築城しました。その後、豊臣秀吉と不仲になった北条氏政は、秀吉の小田原攻めに備え急速改修し防備を固めることにしたものの、間に合わず未完成のまま4万の豊臣軍を迎えました。わずか4千の北条軍は、鉄砲と圧倒的兵力の前にわずか半日で落城したと伝えられています。



現在は国の史跡に指定され、日本100名城に選定されました。晴れた日は富士山もとてもきれいに見えます



JA三島函南 坂支店 山下佳那

JA遠州夢咲 松浦裕也さんおすすめ

黒田家代官屋敷

菊川市下平川862-1 TEL. 0537-73-7270(資料館受付)
(営) 10:00~16:00 定休日/月曜、祝祭日の翌日、年末年始
http://www.city.kikugawa.shizuoka.jp/shakaikyoku/kurodake_2.html



黒田家は、江戸時代に代官として小笠の地を治めていました。その屋敷は、江戸時代末期の様子をよく保存しており、主屋と長屋門などが国の重要文化財に指定されています。毎年2月上旬から3月上旬ごろに梅まつりが開催され、一般開放された庭園で梅の花を観賞することができます。



資料館では、黒田家が所蔵する鎧兜や武具のほか、生活にまつわる月琴、時給文箱など、展示された貴重な品々が見られます



JA遠州夢咲 小笠支店 松浦裕也

◎次回は、JA職員おすすめの

『特別な日に訪れたいとっておきレストラン』をご紹介します。お楽しみに！



60歳代前半の年金の受け取り方

少子高齢化による就業者人口の減少に伴い、
60歳を過ぎても仕事を続ける人が増えてきています。
60歳の定年後も働きながら年金を受給できますので、
その受け取り方についてご紹介いたします。



1

年金をもらいながら働くことができます。
(在職老齢年金について)

在職老齢年金制度により、給料と年金の合計額によっては、年金が減額になったり、
全額カットになることもあります。

【60歳代前半の在職老齢年金早見表】

単位(万円)

年金額 年額 総報酬月額相当額	48	60	72	96	120	144	168	192	216	240
4	5	6	8	10	12	14	16	18	20	
10	4.0	5.0	6.0	8.0	10.0	12.0	14.0	16.0	18.0	19.0
14	4.0	5.0	6.0	8.0	10.0	12.0	14.0	15.0	16.0	17.0
18	4.0	5.0	6.0	8.0	10.0	11.0	12.0	13.0	14.0	15.0
22	4.0	5.0	6.0	7.0	8.0	9.0	10.0	11.0	12.0	13.0
26	3.0	3.5	4.0	5.0	6.0	7.0	8.0	9.0	10.0	11.0
30	1.0	1.5	2.0	3.0	4.0	5.0	6.0	7.0	8.0	9.0
34	0	0	0	1.0	2.0	3.0	4.0	5.0	6.0	7.0
38	0	0	0	0	0	1.0	2.0	3.0	4.0	5.0

在職老齢年金=年金月額-(年金月額+総報酬月額相当額-28万円)÷2

総報酬月額相当額とは…給料の平均額+前1年間の賞与の12分の1

表の見方

年金月額4万円・総報酬月額相当額10万円の場合→4万円全額支給

年金月額5万円・総報酬月額相当額26万円の場合→3.5万円支給(1.5万円カット)

年金月額6万円・総報酬月額相当額34万円の場合→全額カット

2

厚生年金加入が長い人には
特別に支給される年金があります。

次の条件に該当する方は、働き方をJAの年金相談会などでご相談ください。

①厚生年金に44年以上加入していた人

②障害年金の3級以上の症状の人

特例を使うと、支給開始年齢から満額の年金がもらえてお得です。条件は、「厚生年金に加入していない」ことです。

【「厚生年金44年加入特例」の事例】

S29年5月生まれの夫 [男性]

中学卒業以来60歳まで44年間、厚生年金に加入した場合

※この方の場合、61歳以降厚生年金に加入していなければ、
61歳から満額の年金がもらえます。

61歳

65歳

報酬比例部分の年金	例:120万円	
定額部分の年金	例: 77万円	本来の支給は65歳から
加給年金	例: 38万円	本来の支給は65歳から

※網掛け部分が支給開始年齢の特例です。

この例では、4年間で最大115万円×4年=460万円も多くもらえます。

障害者の場合、障害年金をもらってなくても該当する場合があります。

例:心臓ペースメーカー、人工弁、人工肛門、人工関節などは障害年金の3級です。

3

厚生年金に加入しない働き方をすれば 年金は全額がもらえます。

勤務時間の短いパートタイマーとして働く場合などは、賃金にかかわらず支給開始年齢から厚生年金をもらえます。

事例1 厚生年金に加入している会社で働く

1

2ヵ月の雇用契約期間で
アルバイトをする。
(契約を更新すると、
強制加入となります)

2

一般従業員の1日の
所定就労時間の
3/4未満の雇用契約
(パート)で働く

3

一般従業員の1ヵ月の
所定就労日数の
3/4未満の雇用契約
(パート)で働く

②③とも3/4以上にならない限り、厚生年金へは加入しません。

1日8時間で就労日が月間21日の会社の場合、6時間未満で21日働くか、8時間で月間15日勤務にすればOKです。

(注)3/4基準は役所内の目安であり、実際の運用解釈は勤務先を管轄する年金事務所によって多少違います。

事例2 厚生年金に加入していない会社へ就職する

- 法人は強制加入の事業所ですが、現実には未加入の事業所もあります。
- 従業員が5人未満の個人事業所は通常、厚生年金に加入していません。

事例3 自分で自営業を開始した場合など

①個人事業の場合、
事業主は厚生年金に加入できません。

②不動産所得が多額でも
老齢年金の額には影響しません。

4

厚生年金には、国民年金のように60歳から 繰り上げでもらう制度があります。

あまりおすすめできませんが、60歳から年金をもらいたい人は、繰り上げ請求できます。
ただし、年金額は生涯減額されます。最大でマイナス30%です。

【年金繰り上げ受給のイメージ】

S30年5月15日生まれの男性が60歳から繰り上げでもらう場合の例		
60歳	62歳(本来の開始年齢)	65歳
支給率88% ←	報酬比例部分	老齢厚生年金
支給率70% ←		老齢基礎年金

5

60歳以降、一定率以上給与が下がると、 職安からお金がもらえます。

次の方は、申請すれば職安(公共職業安定所=ハローワーク)から2ヵ月ごとに65歳まで給付金がもらえます。

①60歳時点で雇用保険加入が継続して5年以上ある。

②60歳前6ヵ月間の給与月額平均額に比べて、60歳以降の給与月額が75%未満に下がった。

【高年齢雇用継続給付金の例】

S29年4月10日生まれ [男性]
60歳時の給与月額40万円、60歳以降の給与月額18万円の場合

年金は61歳からですが、職安の給付金は60歳からもらえます。非課税です。

60歳

65歳

高年齢雇用継続給付金 $18万円 \times 15\% = 27,000円/月額$

※割合はこの例の場合。条件によって異なります。
また、これによりもらえる在職老齢年金が減額される場合があります。

新規口座も、給与口座も、 便利なJAバンク。 業界トップクラスの 手数料無料ATMでお得に。

JAバンクのキャッシュカードなら、三菱東京UFJ銀行、セブン銀行、JFマリンバンク、ゆうちょ銀行、イーネット、ローソンのATMでも平日日中の出金手数料が無料です。

給振口座はJAへ



いまなら
特製QUOカードを
プレゼント。

松下奈緒JAバンクオリジナル
QUOカード(5,000円分)を
全国で先着10万名様に
プレゼント

■お申込期間:平成27年2月1日～5月31日

■お申込方法:専用の応募ハガキまたはJAバンクHPからお申込みください。

■対象取引:平成27年2月から6月に新たにJAで給与受取口座を指定し、いずれかの月において5万円以上の給与のお受取りが確認できた方

※景品内容等については、予告なしに変更する場合や地域により異なる場合があります。

※詳しくはお取扱いのJA窓口までお問い合わせください。

※QUOカードのデザインに関しては、実際のもものと異なる場合がございます。

present

PRESENT & アンケート

今回の『JAmp』はいかがでしたか?

あなたのご意見、ご感想をお聞かせください。

A 「レコルト」1カップ

コーヒーマーカー「ソロカフェ」…1名様
お好みのコーヒーを1杯ずつ淹れられる
便利なコーヒーマーカー。
アツアツも急冷もOKのダブルウォールガラス&
レンジブック付き。



B 急須&湯呑み2コセット

…2名様
ざらざらとした温かみのある
風合いが魅力の急須&
湯呑みのセット。
※色は黒と白があります。
どちらかはお選びいただけません。



C 花柄のレターセット&一筆箋のセット…3名様

モノクロの手描き風イラストに
色を1色ずつ足した、
おしゃれな花柄のレターセット。
同柄の一筆箋もセットです。
※柄はお選びいただけません。



D 動物柄の便箋&封筒のセット…3名様

幸運を招くという、フクロウ、
ハリネズミ、カエルをモチーフにした
便箋と封筒のセット。動物が浮き上がるような
エンボス加工が便箋1枚ずつに施されています。
※柄はお選びいただけません。

E お米券2kg

…10名様



応募方法



官製ハガキに①郵便番号②住所③氏名
④年齢⑤電話番号⑥希望賞品(第1希望・第2希望)⑦本号の感想や「こんな特集を読みたい」というご意見を明記の上、
下記宛先までご応募ください。

宛 先

〒422-8621
静岡県駿河区曲金三丁目8番1号
静岡県信連JA企画推進部
『JAmp』プレゼント係

応募締切

2015年3月31日(当日消印有効)

●プレゼント当選者の発表は、
賞品の発送をもって代えさせて
いただきます。

個人情報の
取り扱いについて

皆様からお預かりした個人情報につきましては、『JAmp』誌面作成の参考、
プレゼント送付に必要な範囲でのみ利用させていただきます。
法的開示要請以外に、ご本人の同意なく第三者への提供は致しません。

■編集後記

今回の「寿司特集」、いかがでしたか?個人的には「お寿司屋さんのカウンター」というと、ハレの場というイメージがあり、凛とした雰囲気緊張してしまいがちでした。でも、今回の取材でいただいたお寿司のおいしいこと!大将とのやりとりを含めて、「カウンターで食べるお寿司っていいなあ」とあらためて思いました。国民食だからこそ、カウンターでいただく醍醐味もより多くの人にとって身近なものになればいいなと思います。「カウンターは少し敷居が高い」と思う方は、より食事を楽しむためにも、今回の特集をぜひ参考にしてくださいね。リラックスした気持ちでのれんをくぐり、沼津の美味しいお寿司をたっぷり味わっていただければ幸いです。

JAバンク 静岡 2015/2 第16号
発行元
静岡県信連JA企画推進部
〒422-8621 静岡県駿河区曲金三丁目8番1号
TEL.054-284-9666 FAX.054-284-9902
http://www.jabank-shizuoka.gr.jp

●JAバンク静岡ホームページでは、『JAmp』最新号をはじめ、バックナンバーも紹介しています。トップページよりご覧ください。