

みなみかぜ

2022

10

No.307

JA EHIME MINAMI
MINAMIKAZE

特集
1

米・波岡集落営農組合



特集
2

栗の栽培

新型コロナウイルス感染症対策のため、広報誌等はお声掛けせず、ポストに投函しております。

Instagram
JAえひめ南 [公式]



- 2. 特集
- 5. JAトピックス
- 10. 営農講座
- 11. 柑橘講座

- 12. クロスワード 他
- 13. 手軽に健康 手指体操 他
- 14. お知らせ
- 15. 読者からのひとこと 他

米作り

宇和島市三間町波岡
波岡集落営農組合

宇和島市三間町では米を栽培している農家が約400人います。その中、同町で米栽培を熱心に取り組んでいる波岡集落営農組合を取材させて頂きました。同組合についてご紹介します。

波岡地区は、住民の高齢化や後継者不足による地域農業の衰退に備えるため集落で話し合いを重ねた結果、平成8年に任意組織である集落営農組合を結成しました。そして「10年後も集落で米づくりを続けよう」を合言葉に何度も検討を重ね、平成14年4月に任意組織から農事組合法人となり、9月には四国で初めて特定農業法人に認定されました。集落営農の利点は、複数の個人が集まって、機械の共同利用や作業の共同化で土地の利用・作業の効率化を図り、将来的には耕作放棄地の減少につながることです。主に水稻作業受託を経営内容としています。現在の組合人数は28人で、そのうち6人がトラクターやコンバイン等のオペレーターをしています。受託している水稻面積は14・8畝で同組合が栽培している面積は3・7畝あります。受託作業では草刈りや水稻作の耕起、代かきから収穫まですべての作業を管理しています。栽培品種は、コシヒカリ、あきたこまち、ひめの凛、にこまる等、6品種栽培しています。また、今回米農家の所得拡大に向けて、全農が業務用米として取り組む契約栽培米「にじのきらめき」の試験栽培も行っています。





今年、コシヒカリを4月10日に作付けし、8月13日から稲刈りが始まりました。コシヒカリは、エコ栽培米として50%以上の減農薬・減化学肥料栽培に取り組み、環境保全型農業の推進をします。今年、去年に比べて収量は多い見込みです。法人としては全量をJAへ、個人農家はJAや道の駅へ出荷します。米を栽培するうえで大変なことは草刈りです。特に夏場の暑い時期は大変です。8月には10日に1回のペースで草刈り作業を行います。このほか、同組合は、稲刈りをした後の水田50アールで景観作物のコスモスを11月に町内である「コスモまつり」に合わせて8月末に種を植えます。また平成26年にはヒマワリや、ナタネ栽培に取り組んでいて、環境保全に役立てていました。

同組合は宇和島市の集落営農連絡協議会で12の組合(三間・津島)で交流があり、会議を通して情報交換などを行っています。

同組合の高山健司さん(66)は「米作りを続けることで、農地の維持管理を図り、守っていききたい」と話していました。



道の駅みままでは8月27日と28日の2日間にわたって、「みま米新米まつり」が行われました。新米を使ったお弁当やおにぎりが販売されました。生産者は「みま米がもっと県内外に広がり、地域の活性化につながってほしい」と話していました。

みま米 新米まつり 道の駅みま



三間町婦人会の「おむすびコロコロ隊」の皆さんが心を込めて作ったおむすび弁当です。



道の駅みまの生産者 阿藤さんと松本さん



栗の栽培

北宇和郡鬼北町上鍵山
ひょうとうともゆき
兵頭知幸さん(69)



J A えひめ南鬼北くり同志会では、生産者約300人が約80畝で栗を栽培しています。今回は、同志会の会長を務める北宇和郡鬼北町上鍵山の兵頭知幸さんに取材をさせて頂きました。

兵頭さんは父親から引き継いだ栗園などを中心に本格的に10年前から栗の栽培を始め、1・2畝の園地で、「銀寄(ぎんよせ)」「美玖里(みくり)」「岸根(がね)」など計20品種を栽培しています。9月10日から10月20日頃まで収穫に励みます。今年は去年より600^{kg}増の1^トを目標に出荷をする予定です。

丹精込めて育てた果実をイノシシやシカが狙うため被害防止対策として園地をフェンスで囲っています。イノシシは下から地面を掘って入ろうとするので防獣フェンス用で地面にもワイヤーを張っています。

夏場には1日50^トの山水を使って自作のスプリンクラーで水やりをします。たくさんの果実を成らし、品質の良いものを作るために兵頭さんは、土作りと剪定作業を大事にしています。植栽をする際には、根を乾かさないうように水はけを良くし、日当たりの良い場所に植えることが大切です。高温障害や病害虫の発生に気を付けています。乾燥しすぎている土壌や日陰では生育不良で枯れてしまうこともあるそうです。また、葉が落ちて、12月から3月にかけての寒い時期に剪定作業をこまめに行います。

兵頭さんは、品種によっては樹木が成長しても果実が成らなかつたり、生育不足などの課題にぶつかりながら雑誌や新聞などで調べたり、J A の指導員やくり栽培農家である叔父方の園地に行き、技術を教えてもらい問題を解決しています。現在は、堆肥を有効活用し、堆肥の種類や量を園地ごとに変えて出来栄を確認し、作業日誌を付けながら、栗の生育状況を研究しています。兵頭さんの農業へのやりがいは、「課題を見つけては自分なりに解決方法を考え、どのような結果になるか楽しみながら日々の農業を楽しんでいる。また、その結果が成功したらとても嬉しい」と話していました。



栗の出荷始まる



J A えひめ南管内では栗の出荷が8月24日から始まりました。9月下旬に出荷最盛期を迎え10月中旬まで続きます。今年は約50^トの出荷量の見込みで、京都の市場の他、約20^トを岡山の菓子メーカー「源吉兆庵」に出荷する予定です。鬼北宮農センターによると、7月から8月の果実肥大期に雨が少なかったことから果実はやや小玉傾向ですが、品質に影響はしないそうです。



シカやイノシシが栗を狙う為、下から入らないように、ワイヤーメッシュで対策をします。

7
29

津島町 早期米収穫始まる



J A えひめ南管内の宇和島市津島町では7月29日に早期米の収穫が始まりました。同J A管内の水稲の作付け面積は、約2,000haで大半が「コシヒカリ」「あきたこまち」の早期米です。全体的に生育は順調で平年以上の収量が期待できます。稲刈りの最盛期は8月10日ごろから月末にかけてです。

津島町高田の船田渉さん(60)は、気温が30℃を超える中、4月中旬に植え付けた「あきたこまち」約65aの稲刈りをしました。船田さんは「今年は天候に恵まれ病害虫の被害もほとんどなかったので去年より収量も多そうだと話しています。J A管内では8月10日から米検査が始まりました。



津島営農センターで米検査

J A えひめ南の南宇和支所管内では6月下旬からオクラの出荷が始まっています。管内では去年より1人多い9人の農家が約45㍏でオクラを栽培しています。

野菜集出荷場に出荷されたオクラは、S・M・Lのサイズに選別して袋詰めした後、地元や松山の市場に出荷されます。今年は天候にも恵まれ、病害虫の発生も少なく順調に生育していることから、営農センターでは、去年の約2400ケース(1ケース約5.5㍏)を多少上回る出荷を見込んでいます。出荷は9月末までの予定です。

8
12

愛南町でオクラの出荷

8-8
9

農家労働力の確保へ相談会



農家の繁忙期の働き手を確保するため、J A えひめ南は8月8日と9日に「農業労働力相談会」を立間中央支所と本所で開きました。会場には、人材派遣会社など5つの企業・団体が個別にブースを設置しました。これから収穫や選果作業に人手を必要とするみかん農家などが会場を訪れ、アルバイトの紹介や人材の派遣についての説明を受けていました。相談会には、二日間で11人の農家が出席しました。説明を聞いた農家は「相談先が複数あり、こちらの条件に合う人手を探してもらえる点が便利なので活用したい」と話していました。

宇和島支所管内ではブドウの出荷が6月末から8月の中旬まで行われていました。来村ブドウ部会では、6人が29㍏で栽培していて、「デラウェア」は糖度が18度以上、「ピオーネ」や「シャインマスカット」などの大粒は糖度17度以上の出荷基準があります。今年度は昨年並みの約1㍏の出荷を見込んでいます。

同部会に所属する農家・土居真也さん(29)は、「摘粒作業を徹底的にして綺麗な粒・甘みの強い果実にすることを心掛けている」と話していました。



ブドウ農家の土居真也さん

8
16

宇和島営農センターでブドウの出荷

8
16

スマート農業で 「ドローン実演会」



愛南町で8月16日に南宇和宮農センターの就農研修生を対象としてドローンを活用して農作業の省力化や災害現場の支援などに取り組んでいるドローンワークス宇和島による「ドローンの農業散布実演会」が行われました。JAえひめ南が所有する研修圃場のうち40㍍で作業が行われました。通常、スピードプレーヤー（走行式防除機）で40㍍あたり2時間半ほどかかるところを、ドローンであれば約10分で散布作業を終わらせることができます。このドローンは農作業の大幅な労力軽減はもちろん、速度・高さ・散布量が調整できます。

研修生の柿本大樹さんは「夏の暑い時期にカップやマスクをして防除作業をするのは大変。ドローンを使えば安全で短時間で作業ができる」と期待を寄せていました。



JAえひめ南信用部は「第13回JAえひめ南渉外担当者ロールプレイング決勝大会」を開きました。この大会は、組合員や利用者等の接点である渉外担当者による営業力の強化を図るために出場者自らの商品知識やセールス話法のスキルアップ、情報交換を行うのが目的です。

事前にブロックごとに予選を実施し、代表者5名が参加。出場者は9分間の競技時間で、テーマに沿ってチラシを活用しながら商品説明を行い演技しました。審査員は顧客のニーズに応じたセールスを重点的に審査しました。



最優秀賞を受賞した南宇和支所の宮本あゆ子さんは「これからもお客様に笑顔をお届けながらニーズに合ったセールスをしていきたい」と話していました。

8
13

三間町支所 「三間町納涼大会」に参加



JAえひめ南三間町支所は8月13日に開かれた「第55回三間町納涼大会」に15名が参加しました。毎年お盆に開かれるお祭りです。3年ぶりに開かれ、8団体が三間町役場から大会本部のある三間中学校グラウンドまで三間町音頭を踊りながら練り歩き、地域の祭りを盛り上げました。大会の最後には花火が夜空に打ち上がりました。



2列になり三間町の商店街を練り踊りました。

【結果】

最優秀賞＝宮本 あゆ子さん(南宇和支所)
優 秀 賞＝前田 隆満さん(宇和島支所)



8
24

信用渉外担当ロープレ大会



資材高騰対策を緊急要請



要請書を渡す山本組合長と長谷川議員（左から2人目）

7月20日、東京都千代田区永田町の議員会館へJAえひめ南の山本長雄組合長や渡邊鉄雄常務、南予果樹同志会の赤松正月会長が地元選出の長谷川淳二衆議院議員を表敬訪問しました。目的は、地域農業の振興・生活支援へ向けた意見要望をしたもので、農業生産資材、燃油、飼料等の高騰対策、とりわけ肥料価格の高騰による農業経営への影響等について現状報告し、肥料費の支援、高騰対策について陳情しました。



JA愛媛中央会の西本満俊会長らJA愛媛グループは、7月22日に東京都内で県選出国會議員に生産資材高騰対策などに関する緊急要請を行いました。

要請内容は、肥料価格高騰影響緩和対策の創設と堆肥等利用促進・流通広域化や施設整備に関する支援措置、電気料金高騰によるJAや農家の負担軽減措置など4項目です。

要請に対して村上誠一郎衆議院議員、山本順三参院議員、井原巧衆議院議員、長谷川淳二衆議院議員は「農業者が安心して営農を継続できるよう現場の声を受け止め、しっかり取り組んでいきたい」と応えました。

◎ 資料参考・写真提供：愛媛県農政同志会「愛媛県農政同志会報」第187号

山本組合長の話

農業を取り巻く環境は厳しさが増す中、生産資材等価格高騰は将来の生産農家の存続に重大な影響をもたらしている喫緊の課題であります。次世代へつなぐために重要な役割を持つJAとして、引き続き各関係機関・各行政庁に対して支援・要請を続け、地域農業を守っていきつらした対応に取り組んで参ります。

お知らせ

JAえひめ南独自の肥料価格高騰対策について

対策1 予約価格を3%引き下げします。(通常は2%引き下げ)
※対象期間：令和4年10月1日～令和5年3月31日
※対象品目：JA部会予約対象銘柄(約50銘柄)

対策2 高度化成444(オール14)を1袋当たり110円値下げします。
※8月2日の価格改定時に実施済
※期間設定なし



肥料価格高騰対策のごあんない



～肥料価格高騰に直面する農家の皆様を支援します～

肥料価格の高騰による農業経営への影響緩和のため、化学肥料の低減に向けて取り組む農業者の皆様の肥料費を支援します。



支援の対象となる肥料

令和4年6月から令和5年5月に購入した肥料(本年の秋肥と来年の春肥として使用する肥料)が対象です。

支援の内容

化学肥料低減の取組を行った上で前年度から増加した肥料費について、その**7割**を支援金として交付します。

支援金 =

$$\left(\text{当年の肥料費} - \left[\frac{\text{当年の肥料費}}{\left[\begin{array}{c} \text{価格上昇率} \\ \text{統計データを} \\ \text{を基に決定} \end{array} \right]} \div \left[\begin{array}{c} \text{使用量低減率} \\ \text{0.9} \end{array} \right]} \right) \times 0.7$$

申請に必要なもの

次の2つがあれば申請できます。

- 1 本年秋肥(令和4年6月～10月に注文)、来年春肥(令和4年11月～令和5年5月に注文)の購入価格がわかるもの(注文票など)

〔本年秋肥と来年春肥は、それぞれをまとめて、別々に申請してください。注文票のほか、領収書または請求書が必要です。〕

- 2 化学肥料低減に向けた取組に**2つ以上**取り組むこと

※本対策の申請手続きなど詳細につきましては、本誌を編集する段階では決まっていません。決定次第お知らせいたします。

出典：農林水産省ホームページ

https://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_hiryu/220729.html



えびめ南の女性部活動



7/26 鬼北支所女性部健康部会が「いきいき健厚セミナー」

鬼北支所女性部健康部会は、7月26日に愛媛県厚生連健康センターで開かれた「いきいき健厚セミナー」に12名が参加しました。

「中高年の尿トラブルについて」の講話では、排尿のしくみ、男女の違い、原因ごとの症状改善の方法を学び、骨盤底筋体操を実際に行いました。

また、農作業中のケガを防止し、毎日元気に作業が出来るように「Let'sフレイル予防～アグリエクササイズ～」の準備体操を無理なく動ける範囲で心地良い音楽を聞きながら、リラックスして楽しく実践しました。



7/29 宇和島支所が「苔玉作り」体験

宇和島支所女性部は役員研修で、鬼北支所女性部のミニグループを講師に招き本所で「苔玉作り」を体験しました。苔玉とは植物の根をケト土などの粘土質の土で包み、土のまわりに苔を巻きつけたもので、インテリアとして飾られます。基本的には鉢植えではなく、お皿や器などの上に置いてアイデア次第でいろいろな飾り方ができ、SNS映えにも抜群です。



8/20 おれんじキャンパス第2回目

JAえびめ南女子大学「おれんじキャンパス」は、20日にJA本所で第2回目のカリキュラム「天然由来の優しい石鹸」作りを開きました。カリキュラムには22人の受講生が参加しました。講師のAEAJ認定アロマセラピーアドバイザーの渡邊眞由美さんが、コールドプロセス製法という、熱を加えず油脂とアルカリ(苛性ソーダ)を混ぜ合わせ、自然に発生する熱を利用して化学反応をおこして作る方法で夏の海をイメージしたオリジナルな優しい石鹸作りを指導しました。

参加した受講生は色の配合や配置を考えながら楽しく受講しました。この石鹸は1か月ほど熟成し完成します。

講師の渡邊さんは「石鹸は毎日使うもの。自分たちで作ったオリジナル石鹸を実際に使って肌触りや使い心地を感じてもらいたい」と話しました。



生徒さんの作品です。
1カ月後に出来上がります。



営農講座



三間営農センター
営農指導員

とみなが 富永 洋平 指導員

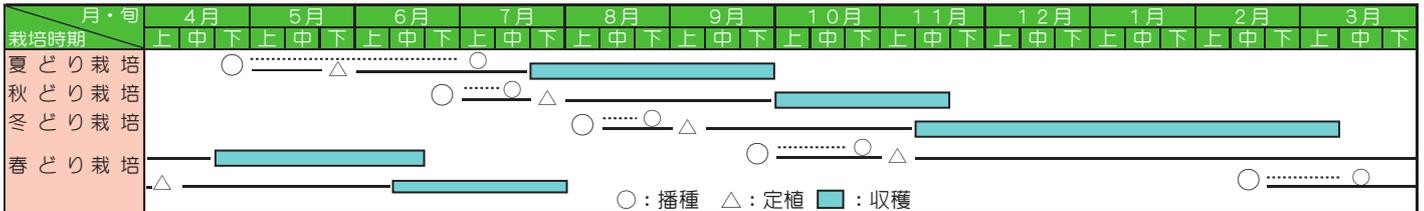


キャベツの栽培のポイント

1. キャベツの特徴

キャベツは定植後 60 日から収穫出来る早生種、90 日から収穫出来る晩生種と幅広く、春獲りから秋冬獲りまで様々な品種が存在し、どの時期でも栽培を楽しめる野菜です。JA えひめ南管内でも三間地区を中心に盛んに栽培されています。

栽培基準



2. 栽培のポイント

保水性・排水性の良い圃場を選定しましょう。堆肥・苦土石灰は定植 1 カ月前には施し、元肥は 10 日前までには施しましょう。苗の準備が出来たら、初期の害虫対策としてヨトウムシやハスモンヨトウなど集団で食害する害虫が発生すると、あっという間に穴だらけになりますので、プレバソフフロアブル 5（希釈倍率 100 倍）を苗に灌注処理を行いましょう。定植後は活着するまでは、しっかりと灌水を行い、排水条件の悪い圃場で栽培される場合は、湿害により根が傷みやすいので溝切を行い、排水対策に取り組みましょう。

★施肥基準 1 a 当たり

	肥料名	施肥量	窒素	リン酸	加里
基肥	堆肥	300kg			
	苦土石灰	10kg			
	B M 苦土重焼燐	4kg		1.4	
	化成 4 - 4 - 4	10kg	1.4	1.4	1.4
追肥	N K 化成特 11 号	6kg	0.8	0.1	1.0
	硫安	2kg	0.4		
合	計		2.6	2.9	2.4

病虫害対策は、病虫害の密度を増やさないように、よく観察し、早期発見、早期防除を心がけましょう。

キャベツなどアブラナ科野菜の多くは、冷涼な気候と日照、水はけのよい場所を好みます。アブラナ科野菜などを栽培していた畑では、病虫害の被害を受けることがあるので連作を避けます。

3. 肥料のやり方（1 a 当たり）

1 回目の追肥は、定植後 1 カ月ごろに N K 化成特 11 号を 4 Kg / 1 a を葉にかからないよう株の周りに施し、根を傷めないよう軽く混ぜ合わせ株元に寄せて、2 回目は 1 回目に追肥の 2 週間後に N K 化成特 11 号 2 Kg / 1 a を施し、根を傷めないよう中耕・除草・土寄せを行いましょう。生育が悪いときは、結球初期に硫安を 2 Kg / 1 a 施しましょう。

4. 病虫害防除

	発生時期	病虫害名	薬剤名	希釈倍率・使用方法
害虫名	9~10月	アブラムシ類	コルト顆粒水和剤	3,000~4,000倍
		ヨトウムシ類	プレオフロアブル	1,000倍
	10月~11月	コナガ	ディアナ S C	2,500~5,000倍
		アオムシ		
3~11月	ナメクジ類	スラゴ	1~5g / m ²	
病名	9月	軟腐病	バリダシン液剤 5	800倍
	9~10月	黒腐病		
	10~11月	べと病	ダコニール1000	1,000倍
		菌核病	ベンレート水和剤	2,000倍

5. 収穫

球の頭部を手で押さえて、固く締まっているようならば収穫適期です。

※詳しくは、最寄りの営農センター・営農指導員へお問い合わせください。

柑橘講座

みかん指導課

果樹専門指導員 喜佐方地区担当

はまな けいた
濱名 慶太 指導員



柑橘重点作業 10月

極早生の収穫も終盤となり、引き続いて早生温州の収穫及び出荷が始まります。下段に記載している作業内容及び病害虫に注意し、今後の農作業に努めて下さい。

また、収穫作業と重なりますが、中晩柑類の見直し摘果、収穫終了園の施肥と作業が立て込みますので、段取りをしっかりと立てて効率的に作業を行いましょう。

1、収穫と樹上選果

着果量と果実肥大の低下は果実品質のバラツキに直結します。本年は8月に入り、全体的に日焼け果が多く発生している状況です。温州類は樹上選果時に日焼け果の除去、中晩柑類に関しては見直し摘果を行い、残っている小玉果や内裾なり果を除去しましょう。

品種		重点作業
温州類	極早生	品質、体質を考慮し、着色基準を満たしたのから順次採収を行い、早めの出荷を心掛けましょう。
	早生温州	10月後半から収穫が始まります。樹上選果を行い、規格と品質の向上を図りましょう。
	中生・普通温州	10月は大玉果と日焼け果を摘果し、キズ・小玉等、見直し摘果をしましょう。
中晩柑類	紅まどんな	<ul style="list-style-type: none"> 引き続き仕上げ摘果を行い、規格と品質の向上を図りましょう。 施設の天ビニール、雨よけ資材を10月上旬までに被覆しましょう。
	ポンカン・甘平・せとか・デコポン	見落とした内・スソの小玉果除去を徹底する。 【小玉摘果目安：10月1日】ポンカン：51mm、デコポン：63mm、せとか：61mm
	河内晩柑	10月も引き続き、外周部を中心に極小果や天なり果、縷状果（房状になっている果実）を摘果しましょう。

2、秋肥の施用

樹勢回復、耐寒性の向上、冬季の落葉防止、翌年の着花及び新梢の充実のため必ず施用して下さい。

品種名	反当施用量（袋数）	施用時期	肥料銘柄(N-P-K)【何れかを使用】
極早生	120kg（6袋）	10月中旬	宇和有機入り配合48号（10-8-8） 宇和ボンアミノ（10-8-8）
早生温州	100kg（5袋）	10月下旬	柑橘有機入り配合1044（10-4-4）

※中生・普通・晩生温州、中晩柑の秋肥は11月上旬施用。



3、病害虫防除

近年、腐敗果が多く発生しています。収穫前には貯蔵病害の防除（下記の薬剤を参照）を徹底し、収穫・選別の際の果実の取り扱いを丁寧にするよう心掛け、腐敗果を少しでも減らすよう努めましょう。そのほか9月に引き続き様々な病害虫が発生します。発生状況や園地の状態に注意し、病害虫が発生次第対応しましょう。

病害虫名		主な発生時期と防除適期	防除薬剤	希釈倍数
虫害	ミカンハダニ	発生：5月～11月 防除：8月～11月発生次第	スターマイトフロアブル	3,000倍
	カメムシ	発生：8月～10月 防除：8月～10月発生次第	スタークル顆粒水溶剤 又はアルバリン顆粒水溶剤	2,000倍 2,000倍
	ハナアザミウマ	発生：9月～1月（着色期） 防除：9月～10月発生次第	スピノエースフロアブル 又は、ディアナWDG	6,000倍 10,000倍
	カネタタキ	発生：6月～10月 防除：8月～10月発生次第	テルスターフロアブル [㊟]	3,000倍
病害	貯蔵病害	発生：貯蔵中（9月～5月） 防除：収穫の前日～10日前	ベンレート水和剤 又は、ベフラン液剤 [㊟]	4,000倍 2,000倍
	褐色腐敗病	発生：8月～11月 防除：発生次第	アリエッティ水和剤	400倍

※㊟の薬剤は購入時印鑑が必要です。

※病害虫防除等の不明な点は、各地区駐在の果樹専門指導員又はみかん指導課へご相談下さい。

手軽に健康 手指体操

手足じゃんけんで脳トレと健康チェック その3

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

手足じゃんけんの最終回は手と足で1人じゃんけんを行います。手が勝つ場合、負ける場合、どちらもできるように練習しましょう。手指、両足、足指の三つの動きを同時に把握するため、思考力と集中力が要求される体操です。すぐにできるものではありませんし、全部の動きを完璧にやることは難しいかもしれません。速さより正確さを心がけ、ゆっくりと丁寧に繰り返し練習しましょう。手指、足指の機能が衰えると、スムーズに動かなくなります。健康チェックも兼ねて、毎日続けることで指先の筋肉が鍛えられます。このじゃんけんなら1人でも楽しめます。脳トレ、筋トレは継続が大切。家族や仲間と一緒にやるなど応用しながら続けてみましょう。

手と足でじゃんけんする

基本の動き



① 最初の姿勢です。両手は肘を曲げてグー。両足は膝をそろえてそのまま地面に着けます。



② 手はグー、足はチョキ
「じゃんけんぽん」と声を出しながら、両腕を伸ばして手指はグーにします。足指はチョキ(親指を上立て、他は地面に着ける)を取りつつ片足を前へ出します。



③ 手がチョキ、足はパー
①に戻ってから両腕を伸ばして手指はチョキにします。両足は指を広げながら膝も離します。



④ 手がパー、足はグー
①に戻ってから両腕を伸ばして手指はパーにします。両足は指を曲げながら膝をそろえて前に出します。

理事会報告 令和4年度 第5回理事会

令和4年8月26日(金)

(協議事項)

- 第1号議案 資産査定要領の変更について
- 第2号議案 余剰金運用等にかかるリスク管理手続の変更について
- 第3号議案 情報セキュリティ基本方針、基本規程の変更について
- 第4号議案 第三者委員会要領の変更について
- 第5号議案 個人情報取扱規程の変更について
- 第6号議案 特定個人情報取扱規程の変更について
- 第7号議案 コンプライアンス・マニュアルの変更について
- 第8号議案 職員給与規程の変更について
- 第9号議案 マルエムフルーツアイランドの
令和4年度前渡金について
介護職員等ベースアップ等支援加算に
関する規程の設定について
- 第10号議案

(報告事項)

- ① 令和4年6月末経営分析結果について
- ② 令和4年7月末事業実績について
- ③ 主要数値の報告及び財務向上プラン実績報告について
- ④ 令和4年度7月クロスチェック実施結果について
- ⑤ 反社会的勢力認定結果について
- ⑥ 令和3年度内部監査品質評価について
- ⑦ 令和4年度「家の光三誌」・「日本農業新聞」の普及運動について
- ⑧ JAえひめ南独自の肥料高騰対策について
- ⑨ 南宇和葬祭会館新築施行概要について

(その他)

- ① 次回理事会開催予定について
令和4年9月28日(水) 午後1時30分

特定重度疾病共済

三大疾病をはじめとした**重い生活習慣病**に備える共済です。

ポイント① 三大疾病（がん・急性心筋梗塞・脳卒中）に加えて、三大疾病以外の「心・血管疾患」や「脳血管疾患」、さらには「その他の生活習慣病」まで、**幅広く保障**します。



疾病区分	①がん	②心・血管疾患	③脳血管疾患	④その他の生活習慣病
	<ul style="list-style-type: none"> 悪性新生物 上皮内新生物 脳腫瘍 	<ul style="list-style-type: none"> 急性心筋梗塞 (急性心筋梗塞、再発性心筋梗塞) 急性心筋梗塞以外の心・血管疾患 (狭心症、不整脈、高血圧性心疾患※、大動脈瘤および解離など) 	<ul style="list-style-type: none"> 脳卒中 (くも膜下出血、脳内出血、脳梗塞) 脳卒中以外の脳血管疾患 (脳動脈瘤、もやもや病、高血圧性脳症など) 	<ul style="list-style-type: none"> 糖尿病 肝硬変 慢性じん不全 慢性すい炎

※特定重度疾病共済の支払対象である「心・血管疾患」には「高血圧性心疾患」「高血圧性心じん疾患」といった高血圧に起因する心・血管疾患が含まれますが、単なる「高血圧症」は支払対象とはなりません。

ポイント② ①がん、②心・血管疾患、③脳血管疾患、④その他の生活習慣病の4つの疾病区分ごとに、共済期間を通じてそれぞれ1回、**最大で4回共済金をお受取り**になれます。



※がんに関する責任(保障)の開始は、ご契約日からその日を含めて91日目からとなります。これより前に被共済者ががんと診断確定された場合には、がんにかかる共済金はお支払いいたしません。なお、がん以外にかかる疾病区分および共済掛金の払込免除についてはご契約日から保障します。

ポイント③ まとまった一時金で受け取れるため、治療費や収入減少など、**継続的な治療による様々な経済的負担に備える**ことができます。

ご契約例

- 加入年齢：30歳
- 共済金額：200万円
- 共済期間：80歳満了

各疾病区分のお支払事由に該当した場合、特定重度疾病共済金を一時金として各疾病区分につき1回ずつお受取りいただけます。(最大4回)

各疾病区分のお支払事由に該当したとき
特定重度疾病共済金として

200万円 (最大4回)

- ◎この共済は、死亡時における保障はありません。
- ◎特定重度疾病共済金を4回お支払いした場合には、ご契約は消滅します。

30歳
ご加入

80歳
満了

【ご契約例での共済掛金表 月払い 口座振替扱い】 令和4年4月現在

男性	加入年齢(歳)	女性	男性	加入年齢(歳)	女性
2,208円	0	1,660円	5,216円	35	3,552円
2,450円	5	1,836円	6,058円	40	3,952円
2,738円	10	2,040円	7,084円	45	4,370円
3,080円	15	2,276円	8,326円	50	4,802円
3,478円	20	2,552円	9,762円	55	5,286円
3,948円	25	2,868円	11,370円	60	5,868円
4,520円	30	3,204円	13,176円	65	6,568円

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

お問い合わせ先

読者から ひとこと

いつも楽しみにしています。パズル？頭の体操は脳トレになり好きです。

女性部レシピはとても参考に作りつてみようと思います。

暑い日が続きますがお体ご自愛下さい。
(宇和島市 K・Aさん 73歳)

脳トレは大事ですよ！是非作ってみてください！お気遣いありがとうございます。

今年の夏はいつもより暑く感じます。少しばかりつくっている野菜達に水をやるのも一苦労。4リットルのペットボトルを3個持って行ったり来たり。毎日の天気予報、目を皿のように眺めています。

(宇和島市 T・Sさん 86歳)

今年の日差しがとて強く、雨が少なかったため、水やりをするのが大変だったと思います。水やりお疲れ様でした。

各地域での農の活動いつも心癒されます。コロナと暑さで折れそうな心をみなみかぜの誌面を通してたくさん笑顔に励まされています。いつもありがとうございます。

(愛南町 K・Hさん 66歳)

コロナに負けずにこれからもJAの活動を伝えていきたいです。ありがとうございます。

先日吉田町で「JAのとくし丸」を見ました。4〜5人の皆さんが利用されていました。近くに店が無くなってしまい、私の地区にも他店の車が来てくれています。車の便が無く、市街地まで買い物に行けない人の足となる移動スーパーはありがたいなあと感じます。

(宇和島市 K・N 76歳)

車の免許を返納される方も多くなってきていますよね。移動スーパーが街を盛り上げてくれるといいですね。

今年、初めてスイカを植え、育てました。暑さで畑の中で割れているものもあります。日よけを行い大きくなっていきます。孫たちが喜ぶ顔が早く見たいです。
(三間町 H・Mさん 57歳)

冷蔵庫に冷やしたスイカ🍉を食べると最高に美味しいですよ！お孫さん、喜ぶと思います！

おたより募集中!



本誌の感想をはじめ、皆さんの身のまわりで起きた小さなニュースをお送りください。掲載させて頂いた方にはもちろん、お近くの支所店舗でも使い頂ける500円分の商品券をお贈りします。(お送りいただいた内容は主旨を変更しない範囲で語句を修正させていただきます。)

今月の朝ごはん

材料

キュウリ	3本
ミョウガ	3本
タカノツメ	3本
ニンニク(みじん切り)	小さじ1/2
ショウガ(みじん切り)	小さじ1/2
サラダ油	大さじ1
A(調味料)	
塩	小さじ1
しょうゆ	小さじ1
コチュジャン	小さじ1
こしょう	少々
炒りごま	大さじ1

作り方

- 1 キュウリは3〜4cm幅の拍子木切り、ミョウガは小口切りにする。タカノツメは種を取り除いておく。
- 2 フライパンにサラダ油を引き、タカノツメ、ニンニクとショウガのみじん切りを入れ、弱火で香りを出す。
- 3 キュウリを入れ中火で2分ほど炒め、A、ミョウガを入れ、さらに1分ほど炒める。
- 4 ③を保存容器に移し粗熱を取り、冷蔵庫で一晩なじませ出来上がり。



キュウリの辛味炒め



シェフ永井のおすすめ



永井智一
(ながい・ともかず)

茨城県笠間市にある「天晴(旧キッチン晴人)オーナーシェフ

えんぴつ

朝晩だいぶ涼しくなりました。今年の夏はとて暑くてかき氷がとても美味しく感じました。秋になると栗🍎、サトイモ、梨🍐など美味しいものがたくさん食べられますね！

(古谷)

今月の表紙は三間町婦人会の皆さんです。新米の時期に、道の駅三間で土日に販売されています。お弁当の中にはおにぎり2個、キュウリや梅干しの漬物、ナゲット、ジャガイモの煮っころがしなどすべて手作りで作られています。



今月の表紙



野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

フルーツ パラダイス

イラスト：小林裕美子

柿

～日本から世界へ広まった「KAKI」～

柿のプロフィール

【分類】カキノギ科カキノキ属

【原産地】中国、日本（諸説あり）

【おいしい時期（旬）】9～12月ころ（秋）

【主な栄養成分】ビタミンC、β-カロテン、β-クリプトキサンチン、リコピン、カリウム、食物繊維、タンニンなど

解説 KAORU

選び方

果皮につやと張りがある

全体が均一に濃い赤みを帯びている（品種による）

へたが鮮やかな緑色で4枚そろったきれいな形

大きめでずっり

NG 形がいびつへたと果皮に隙間があると品質が落ちているかも……

保存方法

早く柔らかくして味がいい

常温保存 常温に置いておく、徐々に柔らかくなる
新聞紙で包むかポリ袋に入れて保存

日持ちさせたい、堅めの食感を保ちたい

冷蔵保存 1個ずつ新聞紙に包んでポリ袋に入れるか、ラップで包み冷蔵庫の野菜室へぬらしたペーパータオルをへたに当てると、軟化を遅らせることができる

持ったときに柔らかい場合は食べ頃の日持ちしないのですぐ食べてね

へたを下にし、重ねずに保存
果肉の傷みを防げるよ

すでに柔らかくなっている

冷凍保存 1個ずつラップで包み冷凍庫へまたは使いやすいサイズにカットして冷凍

柿のミツ

歴史

奈良時代 祭祀（ヤル）用として

平安時代 本草和名や延喜式に記述あり

日本で品種改良や栽培技術が発達
世界へ広まり「KAKI」と呼ばれている

柿のいろいろ

甘柿				
	富有 (ふゆう)	次郎	太秋 (たいしゅう)	筆柿 (ふでがき)
渋柿				
	平核無 (ひらたねなし)	刀根早生 (とねわせ)	甲州百目 (富士柿)	西条 (さいじょう)

富有は顎で食べ、次郎は歯で食べ、平核無は舌で食べる

富有は果肉が柔らかく、次郎は堅め、平核無はねっとりとした食感の例え

柿のチカラ

栄養たっぷり!

β-カロテン、β-クリプトキサンチン、リコピン
老化予防、がん予防に

ビタミンC

タンニン
血圧上昇の抑制、二日酔い改善に

カリウム
むくみ改善、高血圧予防に

含有量は主要な果物の中でトップクラス
免疫力向上や風邪予防、美肌効果

楽しみ方・食べ方のコツ

おいしい切り方 へたの切れ目や果皮の4条の溝に沿って切ると、種に当たらない
くし形にカットすると甘味が均等にいき渡る

完熟柿 スpoonですくって食べるとゼリーのようなとろける食感

ピューレ ジュース、スムージー、シャーベット、ムースなど

料理として あえ物（白あえ、なますなど）、サラダ、漬け物、天ぷら

風味付け ダイコンのなます、カブやハクサイの漬け物、煮込み料理