

みなみかぜ

2023

12

No.321

JA EHIME MINAMI
MINAMIKAZE

特集 1

年金友の会クロッケー決勝大会
年金受け取りはJAへ

特集 2

次世代の子どもたちへ
食農教育



耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

Instagram
JAえひめ南 [公式]



- 2. 特集
- 6. 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. 脳トレ! 手足の体操 他
- 14. お知らせ
- 15. 読者からのひとこと 他

特集①

年金友の会



クロッケー決勝大会



試合後にはお楽しみ抽選会がありました。



10月17日に宮下ふれあい広場で第27回 JA えひめ南年金友の会統一クロッケー決勝大会が開かれました。各支所で予選を勝ち抜いた16チームが出場し、優勝を目指しました。

この大会は年金友の会の会員相互の親睦と健康促進をはかることを目的に毎年開かれています。

会員たちは、チーム内で協力しながら楽しく競技をしました。

競技の結果優勝に輝いたのは鬼北地区の小松チームです。小松チームの松浦孝子さんは「週の半分くらいはみんなで練習しています。普段通りの力が出せ、優勝できて嬉しいです」と話していました。



① 小松チーム(鬼北)



② 九島Bチーム(宇和島)



③ 清満Cチーム(津島)



敢闘賞 魚神山チーム(南宇和)

JAえひめ南なら

JAで年金をお受け取りいただくと こんなにいいことがあります。

JAは、地域の皆様にお気軽にご利用いただけます。

ギフトカード5,000円分プレゼントの他にも特典いっぱい!

特典① 年金を予約すると、請求手続きに要する費用をJAで2,000円まで負担します。

特典② 年金友の会会員様限定!! 金利優遇の定期貯金・定期積金をご用意しています。

※詳しくは、JA窓口または渉外担当者へお問い合わせください。

特典③ 毎年様々なイベント

○年に1回の年金友の会総会では、芸能アトラクションをお楽しみいただけます。
○親睦をかねて「クローケー大会」を行っています。

特典④ 皆様のお友達をご紹介ください!

JA年金友の会 ご紹介キャンペーン

ご紹介者様にはギフトカード2,000円分をプレゼント!

〈ご紹介の対象者〉他の金融機関等で公的年金(厚生年金・国民年金・共済年金)をお受取りされている方
※ギフトカードプレゼントはご紹介された方がご成約された場合に限りさせていただきます。

特典⑤ うれしいプレゼント

○お誕生月にはプレゼントをします。
○長寿者(1月1日時点で、数え年で95歳になられた方)に対し、素敵な記念品を贈呈します。
○年金を予約された方にJAバンクオリジナルクーポンをプレゼントします。

年金受け取りはJAへお任せください。
うれしい特典がいっぱいです。

年 **0.12%**
(税引前)

対象商品/スーパー定期
お預入期間/1年
お預入金額/50万円以上
適用金利/年0.12%(税引前)

年金定期貯金・年金予約定期貯金

すこやか

JAで年金のお受取、ご予約をされている方限定

つなごうひろが(え)め南
お問い合わせは…… **JAえひめ南** [信用部 企画課] TEL 0895-22-8111

宇和島支所
TEL22-8111

立間中央支所
TEL52-0666

三間町支所
TEL58-3322

鬼北支所
TEL45-1313

松野支所
TEL42-1131

津島支所
TEL32-2611

南宇和支所
TEL72-1121

内海支所
TEL85-0324

葬祭会館 JAルミエール宇和島



OPENイベント開催!

開催日時

12/9^土

9:00～16:00

10^日

9:00～12:00

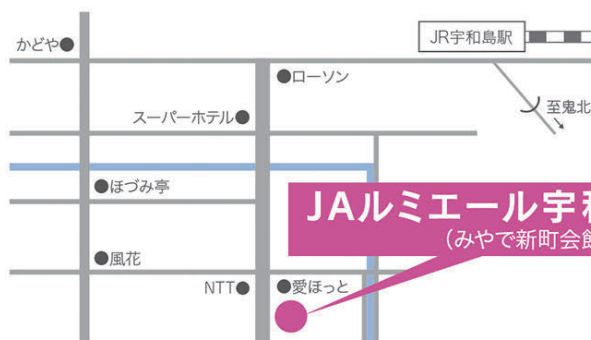
内覧会を実施いたします。

期間中ご来場の方には
粗品をプレゼントいたします!

ご来場お待ちしております。

内外装をリニューアルしました。

- エレベーターの設置
- 霊安室の設置
- 1Fに駐車場完備(15台)



年中無休・24時間受付

JAえひめ南葬祭センター



0120-105-969 または 0895-45-3610



J A えひめ南では地域のこどもたちに農業に興味をもってもらおうと食農教育に取り組んでいます。9・10月に行われた定植・収穫体験を紹介します。

イチゴの定植

津島支部青年部は9月28日に津島町のイチゴ農家・西田知史さんの圃場で清満小学校の1・2年生を対象にイチゴの定植を行いました。定植したイチゴの品種は「あまおとめ」です。西田さんに植え付け方を教えてもらい児童たちは一つひとつ丁寧に10本ずつ苗を植え付けました。今年の12月にイチゴの収穫体験を実施する予定です。児童たちは収穫を楽しみにしています。



稲刈り体験



喜佐方小学校（平田延幸校長、児童32名）は、地域から借り受けている水田「田んぼんぼ」で、10月6日にもち米の刈り入れを行いました。同校では、児童たちに農業に関心を持ってもらおうと田植え、稲刈りやサツマイモの栽培、収穫などを授業の一環として行っています。当日は、清家寿章さんからPTA役員の指導の下、児童たちは稲刈り鎌を持ち、慣れない手つきで刈り取っていました。今年初めて稲刈りをした1年生は、額に汗をかきながら「上級生から教わりながらやった。おもしろかった」と話していました。今日刈り取ったもち米は、来年1月に児童たちでもちつきをする予定です。

ミカンの収穫

10月21日にあぐりスクールを開き、宇和島市吉田町のみかん研究所でみかんの収穫体験とJ A 玉津共選場の見学を行いました。研究所の藤原文孝所長にかんきつの種類や歴史などについて教えてもらい、その後みかんの収穫体験をしました。参加した子どもたちはハサミのみかんを丁寧に摘み取り、おいしそうに食べていました。



芋ほり体験



鬼北地域支部の青年部は10月25日に、食農教育の一環で三間小学校の1年生と三間認定こども園の園児を対象に、宇和島市の老人ホーム美沼荘敷地内の希望農園でサツマイモの収穫体験をしました。児童・園児合わせて55人が参加しました。今年の5月に「鳴門金時」の苗を植え付け、順調良く生育したサツマイモを傷つけないように手で掘っていききました。児童たちは自分の持ってきたナイロン袋にたくさんのサツマイモを入れて嬉しそうに「たくさんとれたよ」と笑顔を見せました。安波智延さん（47）は「食農教育を通して農業に興味を持ってもらえたら嬉しい」と話していました。

9月
10月信用
ロープレ県大会出場JA
トピックス
topics愛南町で献上米・
粟の抜穂式10
6

渉外担当の宮本さん

9月21日にテラーロールプレイング県大会、10月6日にMAロールプレイング県大会がそれぞれ松山で開催され、JAえひめ南のテラー代表として南宇和支所の原田有貴さん、MA代表として宮本あゆ子さんが出場しました。

今後も商品知識やセールス技法を学び、利用者の皆様へのサービス向上に役立てていきたいと思っています。



窓口担当の原田さん



稲穂を刈り取る組合長と西川さん

JAえひめ南は10月6日に南宇和郡愛南町で新嘗祭(にいなめさい)に献上する献穀米及び献穀粟の抜穂式を開きました。

神事を行い、吉見一弥組合長や粟献穀者の山本昇さん(76)、米献穀者の西川峰男さん(74)がそれぞれの献穀圃場で刈り取り、神前に供えました。

黄金色に色づいた愛媛県育成の「ひめの凜」は、台風の影響もなく順調に生育しました。

西川さんは「今年は猛暑で大変だったが、水の管理や病害虫に気を付けて無事に収穫できて安心した。最後まで気を抜かないよう無事に献納できるように誠心誠意努めていきたい」と話していました。

10月下旬に精米1升と精粟5合を皇居へ献納する予定です。

10
21

ゆずの出荷始まる



全国有数のユズの産地、鬼北町では10月21日からユズの出荷が始まりました。

鬼北営農センターの集荷場では、早朝から農家が収穫してきたユズが次々と運ばれ、スッキリとした爽やかな香りに包まれています。

JAえひめ南管内では三間・鬼北地区で、約600名の農家が栽培しています。

鬼北営農センターによると今年は表年のため玉数としては例年より多くなっていますが、やや小玉傾向です。生産量は例年並みの約1500トンを計画しています。

このユズはJAのユズ搾汁施設に持ち込まれ洗浄後、搾汁され、地元業者を中心にポン酢やドレッシングなどに加工します。

池田一成さんが共励会に参加

10
26

神戸市中央卸売市場(兵庫県)で10月26日、県肉畜見本市共励会があり、出品した県内の生産者らが枝肉の品質を競い合いました。今回は愛南町の生産者・池田一成さんがJAえひめ南を代表して出品し優秀な成績をおさめました。

共励会には、昨年よりも4頭多い23頭分の枝肉出品があり、最優秀賞にJAおちいまぼりの生産者、優秀賞にJAひがしうわの生産者らが輝きました。池田さんの出品枝肉は、29カ月齢613.5kgの去勢牛で、とくにロース芯が大きなA5等級の成績をおさめました。

共励会を主催し、枝肉の販売を手がけるJA全農ミートフーズ(株)は出品された枝肉について、「全体的に体形がよくロース芯が大きいものがそろっている。肉のてり、脂質もバランスがよい」と、県内産牛肉の品質の高さを評価しました。

10
20秋の果実
柿の出荷始まるJA
トピックス
topicsスマイルサポーター
ロールプレイング10
20

柿を栽培する末光さん夫婦



秋の味覚を代表する果実「柿」の季節がやってきました。

えひめ南の三間・宇和島管内では10月下旬から加工用渋柿「伊達柿」の出荷が始まりました。

宇和島営農センターによると台風も少なく、玉太り・色づきの良いきれいな果実に仕上がっています。

伊達柿は三間・宇和島（柿原）で17名の農家が栽培し、高品質の果実をつくるために毎年、摘果講習会などを開いています。今年度は例年並みの8.4トンの生産量を見込み、三間町の源吉兆庵宇和島工場へ直送し高級和菓子になり販売されます。

宇和島市柿原の末光亨さんは（妻）裕子さんと一緒に柿やかんきつを栽培していますが、高品質の柿をつくるためにかん水や病害虫の防除・肥料などの管理をして色づき・糖度・玉太りの良い果実をつくるように心掛けています。

末光さんは「自分の時間に合わせて農業できる。良いものができると嬉しいし、お客さんや友達に“おいしい！立派な柿だね。”と言われるとやりがいがある」と話していました。



共済部は10月20日に本所でスマイルサポーターロールプレイング大会を開き、各支所の6名が出場しました。今年度のコンテストは、「ほっとけんしん活動」を通じて安心と満足の提供を行うことで、契約者の満足度を高めるとともに、契約者対応のスキル・対話スキルの向上などを目的に実施しました。コンテストの結果、鬼北支所の土居悠那さんが最優秀賞、三間町支所の山下千春さんが優秀賞を受賞しました。おめでとうございます。

土居さんは「ロープレの経験を生かしてこれからも利用者に安心と満足を届けたいです」と話していました。



ロープレを行う土居さん

10・16
～18

JA 沖縄とえひめ南女性部の交流会

8
読者の声に
おこす

10月16日 JA えひめ南女性部は、沖縄県で JA 沖縄南部地区女性部と交流会を行いました。

沖縄県は、すでに県1 JA に統一されていますが、今回は南部地区女性部51名と JA えひめ南女性部役員・事務局8名との交流でした。各テーブルごとで資料を参考に説明、意見交換などがあったのですが、沖縄独自の地名・人名には首を傾げるばかりでした。

懇親会では、女性部員・沖縄芸術大学伝統芸能科による沖縄の琉球舞踊などを披露していただき一同見とれていました。

これからも末永いお付き合いを願い、宇和島での交流会でお会いできるのを楽しみに帰路につきました。





えびめ南の女性部活動



9/27

デイサービスで小物入れを作る



鬼北支所の助けあい組織「みつば会」は9月27日に北川西部館でミニデイサービスを開きました。部員による手作りの野菜カレーを食べて、それぞれの個性あふれる牛乳パックで作る小物入れを作りました。

コロナ禍で3年ぶりのミニデイ開催を楽しみ参加してもらい、「楽しかったので、また開催してほしい」と笑顔で話していました。



10/1

ハタダお菓子館で「タルト巻き体験」



伊予吉田町支所女性部のフレッシュミズ部会は10月1日に東温市のハタダお菓子館で、「タルト巻き体験」をしました。タルトの製造過程を見学した後、タルト巻きに挑戦しました。実際に始めて見ると、刻み栗入りの餡は焼き立ての柔らかいカステラ生地の上を上手に広がらず四苦八苦しましたが、講師の方に教えてもらいながら最後にはおいしいタルトを巻くことが出来ました。



10/4

ゆうゆうクラブ 中山町でそば打ちに挑戦



宇和島支所女性部のゆうゆうクラブは10月4日に伊予市中山町の道の駅なかやま(クラフトの里)でそば打ち体験を行いました。

3班に分かれて指導者に粉を混ぜる・捏ねるなど麺切りまでの一連の流れを教わりながら作業しました。

部員たちは交流を深めながら初めてのそば打ち体験を楽しみました。「自分でつくったそばをその場で食べれるなんてとてもいい体験になった」と話していました。



10/4

教育文化セミナーで「終活」について学ぶ



南宇和支所の女性部は10月4日に南宇和支所で「教育文化セミナー(第55回家の光大会)」を開きました。

4年ぶりの大会であり、体験発表・読書会・功労団体表彰をした他、葬祭センターの中川センター長と(株)えん心企画の山本氏による「終活」について研修会が行われました。エンディングノートの書き方・手順などを学び部員たちは興味津々にメモをしながら聞いていました。





えびめ南の女性部活動



10/6

移動役員会で津島町のベルグアース(株)を視察



J A えびめ南女性部は10月6日に女性部役員・事務局合同会議(移動役員会)を津島支所で開き23人が参加しました。

会議の後の視察研修では、野菜苗の製造・販売などを行っている宇和島市津島町のベルグアース株式会社でハウス・施設の見学をしました。ベルグアースでは年間を通して約4千万本の苗を生産し、トマトを中心にナス・キュウリ・スイカなどを栽培しています。

藤田厚美部長は「家庭菜園をしているのでとても興味があり、どのように苗を育てているのかいろいろ知れてよかった」と話していました。



10/11

エルダー部会 楽々ショーを楽しむ



女性部のエルダー部会は10月11日に本所で「楽々セミナー」を開きJ A 女性部員や役職員など63名が参加しました。



今年度は「楽々ショー」と題して各支部の代表者が踊り・歌・腹話術などを披露した他、ビンゴゲームもあり、部員たちは楽しみました。

楽々セミナーは会員相互の親睦と仲間の輪を広げていくことを目的に毎年開かれています。参加した部員は「楽しいショーを見て元気をもらった」と話していました。



10月

宇和島支所のみつば会がミニデイを開く



宇和島支所の助けあい組織みつば会は10月に蔦・下波・九島で「ミニデイサービス」を開きました。4年ぶりの開催となり、ラジオ体操からはじまり、簡単に出来るゲームやクイズ、手芸ではソープフラワーを使ったフラワーアレンジメントをつくりました。

また、おやつとして部員たちがつくった蒸し饅頭を振る舞いました。

参加した地域の方は「みんなで集まって楽しかった。ミニデイサービスが再開できて嬉しい」と話していました。



蔦



九島



下波

女性部レシピ

椎茸のチーズ焼き

レシピ提供：伊予吉田町支所

材料(2人分)

- ・しいたけ 6個
- ・とろけるチーズ 1つかみ
- ・パセリ 少々
- ・醤油 数滴



作り方

- ①しいたけの軸を切り、醤油を数滴たらす。
- ②とろけるチーズをのせてオーブントースターや魚焼きグリルなどで、5分程焼く。
- ③お皿に並べてパセリをかけて出来上がり！



宮農講座



鬼北宮農センター
副センター長

おがわ とよあき
小川 豊明



果樹の管理について

ゆず

人にも、環境にも、やさしく、ゆずも安心・安全。

化学農薬・化学肥料・除草剤を使用しない特別栽培に取り組んでいます。

1. 施肥

肥料名	施肥時期	目的	施肥量/10 a
粒状エコマグ	1月	土壌改良	45kg



2. 防除

薬剤名	病害名	防除時期	倍率	薬剤量/100 ㍓
クミアイアタックオイル	カイガラムシ類	注) 12月～3月上旬	60倍	1,666m㍓

注) ただし、厳寒期(1月中旬～2月下旬)の散布は避ける。

※ 散布量多めに、丁寧に散布する。カイガラムシ必須。

3. 作業管理

整枝剪定の時期は、(3月～5月)になります。樹木の状態により剪定方法を変えましょう。

▼せん定の時期と程度

項目	今年の表年樹(しっかり剪定)	今年の裏年樹(軽めの剪定)
状態	葉数多い、葉色濃い、夏枝多い	落葉多い、葉色黄色、成り房多い
剪定時期	早め(3月上旬～)早いほど春枝が確保できる	遅め(3月下旬～)徒長的な春枝を抑える
剪定程度	間引き剪定主体。夏枝を除去して予備枝を確保	着花を確認し剪定。上向きの果硬枝を除去

もも

1. 防除

薬剤名	病害名	防除時期	倍率	薬剤量/100 ㍓
クミアイ機械油乳剤(95%)	カイガラムシ類	12月	20倍	5 ㍓
石灰硫黄合剤	縮葉病	2月下旬～3月上旬	7倍	14.2 ㍓

※石灰硫黄合剤は、必ず展着剤を加え、散布時は、風の無い日を選び、かけむらのないよう丁寧に散布。

2. 作業管理

整枝剪定の時期は、11月下旬～1月中旬になります。

3月上旬に摘蕾、4月から5月にかけて摘果の時期になります。摘蕾：花蕾に赤みが見え始めた頃に。



くり

1. 防除

薬剤名	病害名	防除時期	倍率	薬剤量/100 ㍓
クミアイ機械油乳剤(95%)	カイガラムシ類	12月	12倍	8.3 ㍓

2. 施肥

肥料名	施肥時期	目的	施肥量/10 a
①愛媛くりブレンド16-8-10	1月～2月	新芽充実	60kg
①愛媛くりブレンド16-8-10	6月上旬	果実充実	40kg
①愛媛くりブレンド16-8-10	9月下旬	樹勢回復	40kg
②スーパーSRコート23-12-13	2月上旬	省力化用(一発肥料)	80kg

注) ただし、①②どちらか施肥。

3. 作業管理

整枝剪定の時期は、12月～2月になります。樹高は、3m程度の低樹高仕立てに心がけましょう。



柑橘講座



みかん指導課

果樹専門指導員 津島・南宇和地区担当

たなか たかふみ
田中 孝史 指導員



柑橘重点作業 12月

今月は温州類(南柑20号・晩生等)の収穫も終盤戦です。さらに中晩柑類(ポンカン等)の収穫も始まってきます。果実の外観や品質低下を防ぐためにも収穫が遅れないよう心がけましょう。有袋品種の有袋などを計画的に行い、品種に合わせた収穫・予措・貯蔵を効率よく行いましょう。

※予措＝果実を輸送・貯蔵する前に果皮の呼吸を押さえるため、あらかじめ果皮を少し乾燥させること。

1. 品種ごとの作業、管理

収穫期を迎えた品種は鳥獣害対策も含め出来る限り早めの収穫を心掛けて下さい。南柑20号などの浮き皮症状の一番の対策は適期の収穫です。浮き皮が見られる園地は早急に収穫を行いましょう。

品種		重点作業
温州類	中生・普通温州	南柑20号、普通温州は丁寧な収穫を心掛け、採収後は庫内の温湿度管理(高温・乾燥＝萎び、ヘタ枯れの原因、過湿＝予措戻りの原因)に注意し、適切な予措(7日程度)を行った上で選果を行って下さい。 大津4号など貯蔵を行う品種は予措を行った後、貯蔵しましょう。
中晩柑類	ポンカン・甘平・せとか・デコポン	①太田ポンカンの収穫が始まります。収穫後のポンカンは予措を行いましょう。 太田ポンカン(減量歩合3%)、今津ポンカン(減量歩合6%) ②甘平・せとかなどの袋掛け、サンテ掛けが必要な品種は着色が十分進んだ園地から被覆しましょう。袋は越冬品種の防寒対策、サンテは退色防止です。
	ブラッドオレンジ	12月上旬(5部着色)が落果防止剤※の適期となります。タロッコ、モロとも散布を行いましょう。

※ 落果防止剤はマデック EW 2,000 倍を使用し、ササラ(展着剤) 2,000 倍の加用も良い。

2. 収穫後の樹勢回復

今年は秋季が乾燥したこともあり、冬季の落葉も懸念されます。収穫後は、速やかにかん水や液肥の葉面散布を行い、樹勢回復を図ることが連年結果にとって非常に重要な作業のひとつです。

液肥の資材は、窒素成分の多い尿素 300 倍や窒素(N)・リン酸(P)・カリ(K)等の肥料成分が含まれているファイン千代田等の液肥を積極的に使用しましょう。マシン油乳剤散布時には液肥を必ず混用し、液肥を出来る限り散布しましょう。複数回散布を行うことが樹勢回復には重要です!

また、秋肥を施用していない園地では早急に必ず施用して下さい。



3. 病虫害防除

収穫前には必ず腐敗防止剤を散布しましょう。腐敗防止剤は丁寧に散布し、散布後 100mm の降雨があれば再散布してください。

病虫害名		主な発生時期と防除適期	防除薬剤	希釈倍数
虫害	カイガラムシ類 ハダニ類	防除: 12月～2月 収穫終了後 ※河内晩柑は1月中に行う。	マシン油乳剤(95%)	40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

※ 農薬の使用基準(収穫前日数)に注意し、適切な防除を行って下さい。

10月号の答え

1	コ	6	ス	8	モ	16	ノ	19	ト
2	ア	キ	チ	13	ズ	コ	ウ		
	ラ		9	ウ	10	バ	17	ギ	フ
		7	ワ	タ	14	ド	リ		
3	ク	リ		11	キ	ク		20	バ
4	ラ	イ	ト		15	シ	18	ユ	ト
5	ブ	ン		12	シ	ヨ	カ	ン	

たくさんのご応募ありがとうございます。10月号の答えは「カラスウリ」でした。正解者の中から抽選で5名の方に、JA支店店舗などでお使いいただける1500円分の商品券をお贈りします。なお当選者の発表は、賞品の発送に代えさせていただきます。

※氏名にふりがなの記載をお願いします。
縦・横どちらでもかまいません。

〒798-0031 JAえひめ南 総務課行き	宇和島市栄町港 三三三〇三
○月号の答え ○月 ○日 ○日	○郵便番号 ○ ○ ○
○住所 ○氏名(年齢) ○電話番号 ○本誌に関する感想やご意見 などをお聞かせください。	

メール eminati@ja-eminami.or.jp

【応募締切】 12月31日

パズル？ 頭の体操

出題●ニコリ

二重マスの文字を
A～Eの順に並べて
できる言葉は何で
しょうか？

タテのカギ

- ①冬眠するものも多い大型の哺乳類
- ②謎の多い浮世絵師、東洲斎
- ③その月の一番最初の日
- ④寒い日に吐くと白く見えることも
- ⑤授業中は慎んでください
- ⑥ワカメの根元に近い部分
- ⑦予報によると来週は寒いらしい
- ⑧建物が生きているかのような肌
- ⑨の細かい滑らかな肌
- ⑩年越しに付きもの種類
- ⑪チン！と鳴らすと人が来ます
- ⑫1号は東京と大阪を、2号は大阪と福岡を結びます
- ⑬年賀状のイラストによく使われます。令和6年は「辰」です

ヨコのカギ

- ①サンタがプレゼントを入れます
- ②パパー、ママー、どこー？
- ③欧米のクリスマスには、この鳥の丸焼きがよく食べられます
- ④大好きな歌手の——を見に行ったら
- ⑤レンコンは根のように見えますが、実はこれ
- ⑥「海のミルク」と呼ばれる貝
- ⑦除夜の鐘を突ける場所もあります
- ⑧水や砂と混ぜコンクリートを作ります
- ⑨サハラ、タクラマカンといえば
- ⑩刃物で紙を加工して描きます
- ⑪冬の京都市は——冷えるといわれます

1	6	8			15	17
2				13		
			11			
3		9			16	
		10				
4	7			14		18
5			12			

2024 香峰

雛

清く、優しく、美しく...
すこやかに育てとの
願いを込めて

JA組合員の皆様へ

2024 JA Collection

五月人形

強く、明るく、元氣よく...
たくましく育てとの
願いを込めて

豪華段飾りからコンパクトな収納飾りまで 県下最大級の品揃えで、厳選されたお品をご納得のお値段にてご奉仕させていただきます。

新作 ひな人形・五月人形 早期ご予約会

■ 場所 / 香峰 人形の光商会 大展示場

松山市保免上2丁目2-1 TEL(089)945-0087

■ 日時 / 12月2日(土)～10日(日)

■ 営業時間 / AM10:00～PM5:00 ■ 12/28(木)まで休まず営業

■ 期間中のご予約で 通常割引価格よりさらに 10%特別割引 他 特典満載
お問い合わせはお近くの各JA農協窓口へお気軽にどうぞ。



脳トレ! 手足の体操

早口言葉で「口八丁手八丁足八丁」

健康生活研究所所長●堤 喜久雄

何かと慌ただしい年末年始は、生活リズムを崩さないことが健康のポイントです。今回は声を使ったリズムカルで軽快な体操をご紹介します。発声しながら体を動かすと腹式呼吸につながり、体のリズムを整えることができます。

体操の一つ一つの動きはシンプルですが、手足に肘と膝、さらに舌と口を動かすことで脳もフル回転します！集中して行いましょう。終わった後は、ゆっくり深呼吸をしてリラックスしてください。このめりはりが大切です。

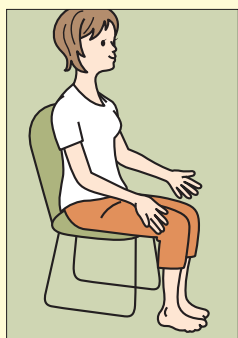
この体操は速く行うよりも正確な動きを心がけましょう。発声は小さな声でも構いませんので、舌と口を動かし正確に発声してください。

声に合わせてリズムカルに

「生麦、生米、生卵」の早口言葉に合わせて行います。



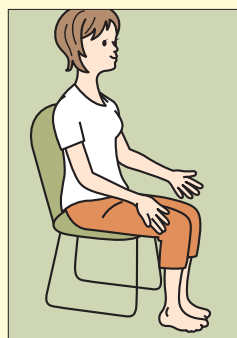
① いすに座ります。「生麦」と言うと同時に両手を握り、右膝を上げます。



② 「生米」で両手を開き、右膝を下ろします。



③ 「なまたま」で両手を握り、左膝を上げます。



④ 「ご」で両手を開き、左膝を下ろします。①～④を5回繰り返します。

ポイント 他にも「東京、特許、許可局」など語呂のいい早口言葉でもやってみましょう。

理事会報告 令和5年度 第7回理事会

令和5年10月27日(金)

(委員会報告)

管理・金融合同本部委員会

(協議事項)

- 第1号議案 「内部統制システム基本方針」の一部変更について
- 第2号議案 JAえひめ南コンプライアンス業務点検にかかる改善書について
- 第3号議案 大口農家との取引きについて
- 第4号議案 出資金の減口について

(報告事項)

- ① 令和5年9月末決算結果及び事業実績報告について
- ② 第8次中期経営計画進捗状況について
- ③ 事務ミス・相談苦情・ヒヤリハット報告について
- ④ 疑わしい取引の届出状況について
- ⑤ 令和5年度上半期利用者保護等管理にかかる対応について
- ⑥ 反社会的勢力管理先対応状況について
- ⑦ 令和5年度凍結口座名義人認定結果報告について
- ⑧ 総体的なリスク管理表について
- ⑨ 監事監査規程の改訂について
- ⑩ 令和5年度上期内部監査中間報告書について
- ⑪ 令和5年度9月末組合員加入脱退状況について
- ⑫ 国消国産の取組みについて
- ⑬ 令和5年度第2四半期余剰金運用状況および第3四半期運用計画・運用方針について
- ⑭ 信用部の今後の取組みについて
- ⑮ 共済部の今後の取組みについて
- ⑯ 労働保険事務組合からの報奨金について
- ⑰ 農機ビッグフェアについて
- ⑱ 愛媛県農畜産物消費拡大・愛用運動の協力について

(その他)

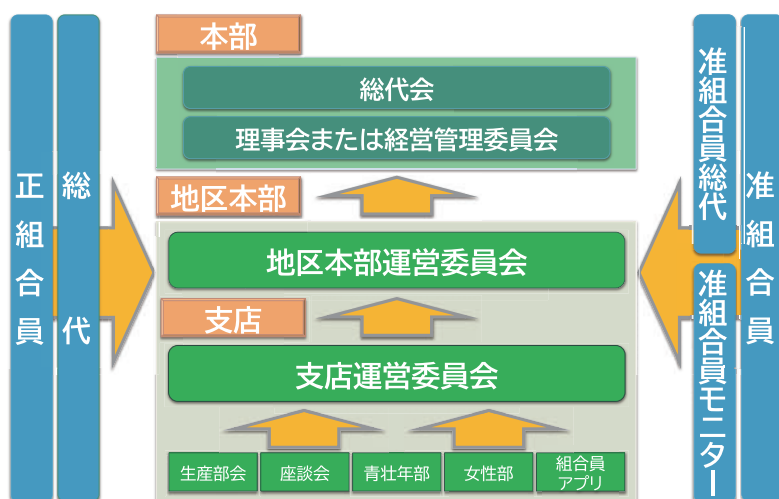
- ① 次回理事会開催予定について
- 令和5年11月29日(水) 午後1時30分

県1JA構想について ～こんなJAを目指しています～

かわら版

Vol.1 組合員の声(意思)をJA経営に反映させるために

組合員の皆さまに、県1JA構想の協議・検討状況等を共有し、よりよい構想づくりをすすめていくために、定期的に瓦版を発行することといたしました。第1号となる今回は、組合員の皆様からの“声”をどうJA経営・運営に活かしていくのか。県1JA構想で検討をすすめている意思反映の仕組みをご紹介します。



地区本部の設置

県1JA発足時の運営体制は、現JAを地区本部とする『地区本部制』を採用する方向で検討しています。地区本部では、一定の権限を持ったうえで地区別損益管理を徹底のうえ、地区の特性や独自性を継続して発揮します。なお、地区本部制から一定期間経過後には、組織・事業・経営を再編し、さらなる合併効果と地域性重視の観点をもって新たな運営体制の移行を検討します。

意思反映の仕組み

県1JAでは、組織の広域化に伴い、総代数・理事・経営管理委員数が減少し、各地域の組合員の声が反映されにくくなる懸念があります。そのため、広域化したJA組織であっても、多くの組合員の皆様のご意見が事業運営に反映できるよう、総代会や理事会に限らず、様々なルートで意思反映の仕組みを構築します。

総代会で… 組合員組織から… 運営委員会から… アプリから…



農協運営、地域振興、事業利用に関することなど
様々なルートから意思反映を実現！

【意思反映の仕組み（イメージ）】

1. 地区本部運営委員会
地区本部（旧JA）単位に、各地区本部の総代、組織代表などによって構成される地区本部運営委員会を設置し、組合員の意思をJAの事業・経営に繋げる役割を担います。
2. 支店運営委員会
支店単位を基本として、総代、生産部会、組合員組織（協力組織）などによって構成される支店運営委員会を設置し、各地区独自の課題や支店運営などの協議を行い、支店活動の積極的な展開をはかります。
※支店運営委員会の設置単位は今後検討
3. 准組合員
准組合員については、「准組合員総代」「准組合員モニター」などの制度を設置し、JAや農業への理解を促進するとともに、准組合員の意思をJA運営に反映していきます。
4. 組合員アプリ
既存の意思反映手段に加えて、直接JAにご意見・ご要望をお伝えいただけるよう、組合員アプリなどの仕組みも検討していきます。

次回予告

今回は営農指導の検討方向について解説するよ！



県1JAにかかるご意見・ご要望 はこちらまで!!

来年(R6年)12月に開催予定のJA愛媛県大会に向けて、県1JA構想を検討しています。よりよい構想づくりをすすめるため、組合員の皆さまからの県1JA構想にかかる率直なご意見・ご要望をお聞かせください。



（発行元）JA愛媛中央会 県1JA合併対策部、R5年10月発行

読者から ひとこと

今年はおくらがよく採れて、娘家族にもたくさんあげて喜ばれました。オクラの唐揚げや塩昆布と混ぜる無限オクラなど、気に入ったレシピも増えました。

(宇和島市 I・Dさん 69歳)

オクラは汁物や和え物などいろんな料理に使えます♪ネバネバして食感が楽しいですね。夏バテ予防にもなるし最高の夏野菜です!!

100均の泉州黄玉葱の種がそろって発芽しました。営農講座「玉ねぎの栽培」を参考に、立派な玉ねぎを目指します。いつも追肥など参考にしています。

(津島町 T・Kさん 66歳)

参考にして頂きありがとうございます。玉ねぎの栽培頑張ってください!!

表紙の赤ちゃん可愛い!!

見ているだけでつい微笑んでしまいます。私も9月に2人目のひ孫に恵まれ幸せをもらっています。

(吉田町 M・Mさん 82歳)

赤ちゃんを見ていると癒されますよね♪
ひ孫さんおめでとございます。これから賑やかになってきますね😊

毎月パズル頭の体操が楽しみです。一生懸命考えて答えを送ります。

(愛南町 H・Oさん 78歳)

いつもご応募ありがとうございます。これからもパズルで頭の体操を続けてください。

イチジク美味しいですね。好物の一つです。パズルも好きで毎回やっています。

(愛南町 K・Sさん 70歳)

イチジクは美容や健康にいいと言われてますよね♪プチプチとした食感と甘い果肉が最高です!!

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お使い頂ける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 (4人分)

豚バラ肉スライス	200g
レンコン	8枚
タマネギ	1個
ニンジン	1/2本
合わせだれ	
水	100ml
ガラスープ	小さじ1/2
料理酒	大さじ2
砂糖	大さじ1
しょうゆ	小さじ2
オイスターソース	大さじ1と1/2
サラダ油	大さじ2
ニンニク、ショウガみじん切り	各小さじ1/2
ごま油	小さじ1
水溶き片栗粉	大さじ3

作り方

- 1 豚バラ肉スライスは3等分に切る。レンコンは下ゆでし、5mmの厚さ8枚に切る。タマネギは半分に切り1cm厚にカットし、ニンジンは短冊切りにしておく。
- 2 フライパンにサラダ油を熱し、①の豚バラ肉スライスをしっかりと炒め取り出す。
- 3 同じフライパンにニンニク、ショウガ、レンコン、タマネギ、ニンジンを入れ中火で4～5分ほど炒め、②を戻し、合わせだれの材料を入れ、強火にしてさらに3、4分炒める。
- 4 水溶き片栗粉でとろみをつけ、ごま油を鍋肌から回し出来上がり。

レンコンと豚バラ肉のオイスターソース炒め



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

10月28日に津島町の南楽園でティラノサウルスレースがあり120人が参加しました。私も初参加でティラノサウルスの着ぐるみを着て50mを走りました。残念ながら予選敗退となりましたがいいい思い出になりました★(古谷)



えんぴつ

今月の表紙はあぐりスクールに参加した愛華ちゃん⑤と望愛ちゃん⑥です。お揃いの服を着て、仲良くみかん収穫を楽しんでいました。二人ともお似合いです😊



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

ユズ

～日本料理の名脇役～

ユズのプロフィール
【分類】ミカン科ミカン属
【原産地】中国
【おいしい時期(旬)】青ユズ(夏～初秋)、
黄ユズ(秋～冬)
【主な栄養成分】ビタミンC、ペクチン、
クエン酸、リモネン、ピネンなど

解説:KAORU

選び方



良い香り♪

形が良い

皮全体が
きれいな色

皮が堅く張り
があり、厚い

NG



しなびている
黒ずみや傷がある
へたの切り口が茶色く乾燥している

保存方法

冷蔵保存

乾燥しないようポリ袋などに入れるかラップに包み、冷蔵庫の野菜室へ

気温が低い時期は冷暗所で「もOK」、冷暗所で1週間、冷蔵では1、2週間程度保存できる

長期保存

薄くむいて細かくカットして天日干し、乾燥したら密閉容器に入れ保存の粉末状にしておくと便利だよ!

浅漬け、お吸い物、
ゆずこしょうなどに利用

冷凍保存

皮
幅を広めにのし、ひたひたにラップに包んで保存。凍ったまま細く刻んで利用

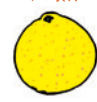
白い部分はある程度残すと香りが良いよ!

果肉
ラップに包み保存袋に入れて保存の自然解凍して搾って利用

ユズのいろいろ

本ユズ

木頭系



徳島県那賀郡木頭村(現・那賀町)で選抜の果汁も多く皮が厚い

山根系



徳島県阿南市の山根氏によって選抜された早期結実品種

多田錦



種なしでとげも少なく扱いやすい人気種

花柚(はなゆ)



ユズの近縁種の「花柚子」「オゆず」「常柚(とこゆ)」とも皮は薄めで、本ユズに比べて香りが穏やかな花もお吸い物や料理の香り付けなどに利用される

鬼柚子(獅子柚子)

ブンタンの仲間の「つづつ」として皮が特徴のジャムや砂糖漬けなどに利用される

柚柑(ゆこう)

ユズの近縁種で「柚香」とも酸味が強く香りが良く、ポン酢などに利用される



ユズの子カラ

ビタミンC

皮に豊富の風邪予防、美肌効果、疲労回復に

クエン酸

疲労回復や食欲増進に、カルシウムの吸収を助ける働きも



ペクチン

食物繊維の一種。便秘改善や生活習慣病予防に

リモネン、ピネン

皮に含まれる香り成分。精神をリフレッシュさせる効果に期待



食べ方・楽しみ方

日本料理ではおなじみの調味食材、熱を加えても香りが消えないのが魅力

細く刻んで「漬け物」、雑煮、あえ物などに



柚香蒸し



柚子釜



風味付け

刺し身や焼き魚、煮物に



ゆずこしょうなどの調味料やゆず茶、ジュース、シャーベット、ゼリーにも



海外でも人気

日本産は海外産に比べて香り高く高評価のフランス料理やスイーツにも使われている

JAの営業時間外・休日の
自動車事故やトラブルは...

JA共済事故受付センター

じこは

くみあい

0120-258-931

万が一のために、
ぜひ登録を
お願いします!!
24時間365日受付

