

みなみかぜ

2024

1

No.322

JA EHIME MINAMI
MINAMIKAZE

特集
1

組合長新年のご挨拶 年男・女の農家さん 今年の抱負

特集
2

JAえひめ南 自己改革の取り組み



耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

Instagram
JAえひめ南 [公式]



もくじ
No.322

- 2. 特集
- 8. JAトピックス
- 12. 営農講座
- 13. 柑橘講座

- 14. クロスワード 他
- 15. 脳トレ!手足の体操 他
- 16. お知らせ
- 19. 読者からのひとこと 他

◆二〇二四年一月

新年のご挨拶



新年明けましておめでとうございませう。令和6年の年頭にあたり、謹んでご挨拶申し上げます。

組合員の皆様には、旧年中も各事業全般にわたりひとかたならぬご理解・ご協力を賜り、心より感謝申し上げます。輝かしい新春を迎え、皆様とともに新年をことほぎ、あわせてご清福・ご繁栄をお祝いできますことに喜びを感じております。

さて、わが国を取り巻く情勢の中でも、ロシアによるウクライナ侵攻は未だ先行き不透明で中東の武力衝突等も激しさを増し不安定な状況が続いており、急速な円安の進行等も含め様々な分野へ影響を与えています。特に農業生産現場においては、生産基盤の弱体化は進み、生産コストも高止まりし農家経営を圧迫、大変厳しい状況が続いています。

このようなことも背景に、政府は25年ぶりとなる「食料・農業・農村基本法」の見直しを進めています。食料安定供給の確保は、基本法見直しを待つまでもなくJAグループ総力をあげて取り組むべき課題と認識しております。

JAグループは今年、JA全国大会及びJA愛媛県大会を開催する予定です。この節目で迎える大会では、世界規模で

懸念される食料危機時の生産転換や流通体制のほか、食料安全保障の強化に向けた国内生産拡大等が重要な焦点でなかるうかと思っております。

JAえひめ南も今年は、第8次中期経営計画・第6次農業振興計画の仕上げの年であり、自己改革の基本目標である「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」に向け、環境変化等にも柔軟に対応しながら役職員一丸となって取り組んで参る所存です。

また、新型コロナウイルス感染症は5類へ移行となり沈静化していますが、新たな生活様式の中、これまで希薄となっていた協同組合としての「人と人の結びつき」の再構築が必要と考えております。

JAは総合事業が魅力のひとつであります。何でも、ほとんどの要望に応えることが出来ます。「JAにひとこと相談すれば、すべてが間に合う」。これを役員が確実に実践することが、組合員への貢献であり地域や農業を守ることにつながると思っております。

今年も、組合員の皆様が健康で充実した1年を過ごされますことと、JAえひめ南を一層ご支援いただきますよう心からご祈念申し上げます、年頭のご挨拶とさせていただきます。



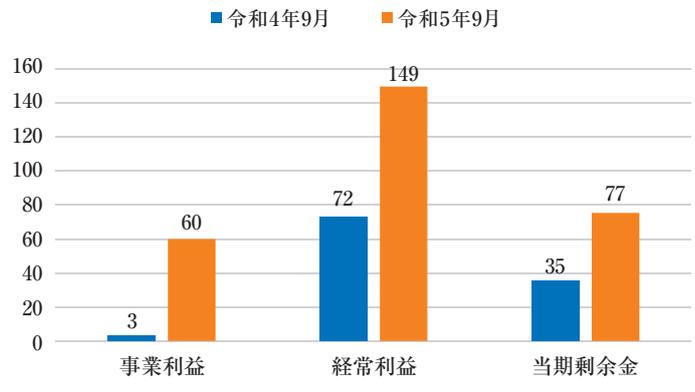
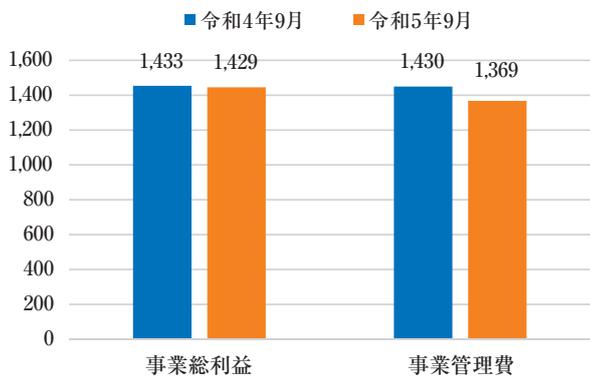
代表理事組合長

吉見 一弥

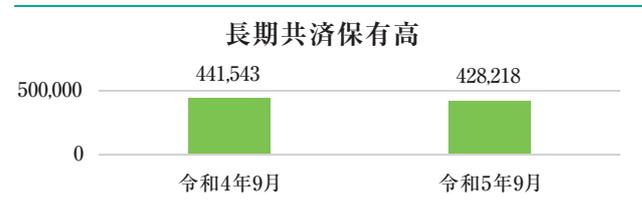
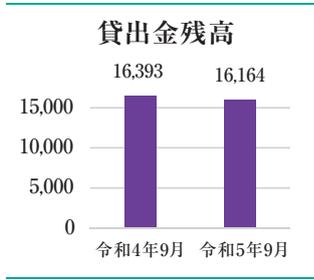
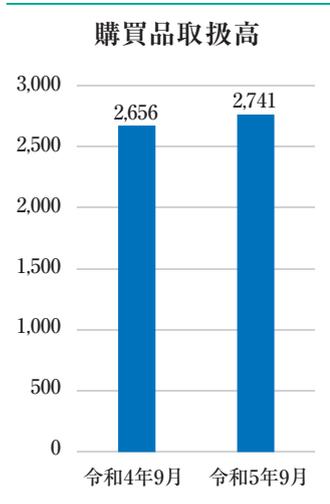
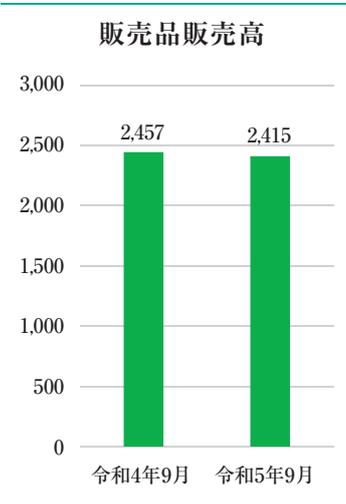
令和5年上半期の業績

■ 損益の状況

(単位：百万円)



■ 事業実績



皆様のご意見・ご要望を

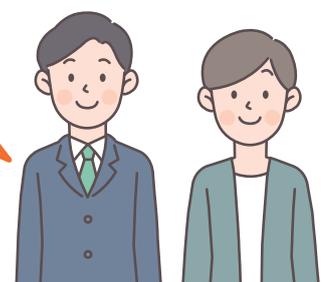
お聞かせください！

組合員や利用者との関係強化を
図るとともに、ご意見やご要望を
各事業で把握し、今後の事業運営に
反映して参ります。



JA えひめ南ホームページ
(お問い合わせフォーム)

くわしくはこちら (URL : <http://www.ja-eminami.or.jp/contact/index.php>)



今年の抱負

2024年の抱負を聞いてみました。



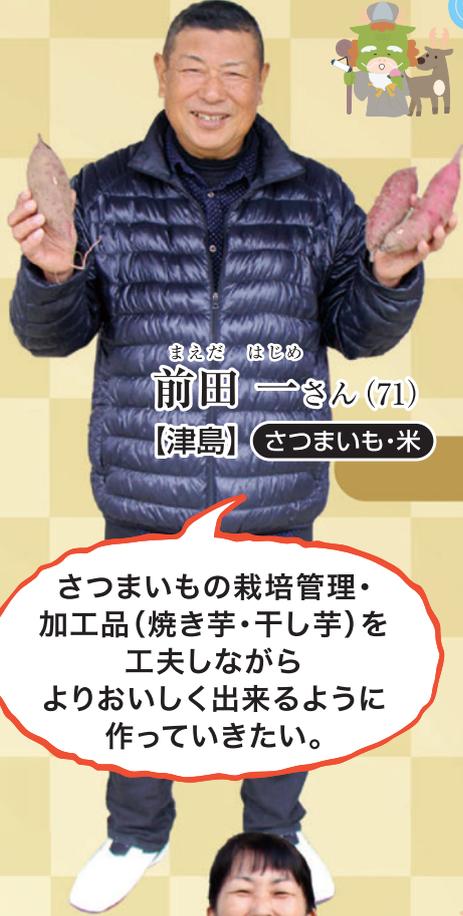
あずま ひでお
東 秀雄さん (71)
【津島】 米



去年の反省点を
生かして
いいお米を作りたい。
ドローンを使って
効率の良い農作業を
していきたい。



まえだ けいめ
前田 一さん (71)
【津島】 さつまいも・米



さつまいもの栽培管理・
加工品(焼き芋・干し芋)を
工夫しながら
よりおいしく出来るように
作っていきたい。

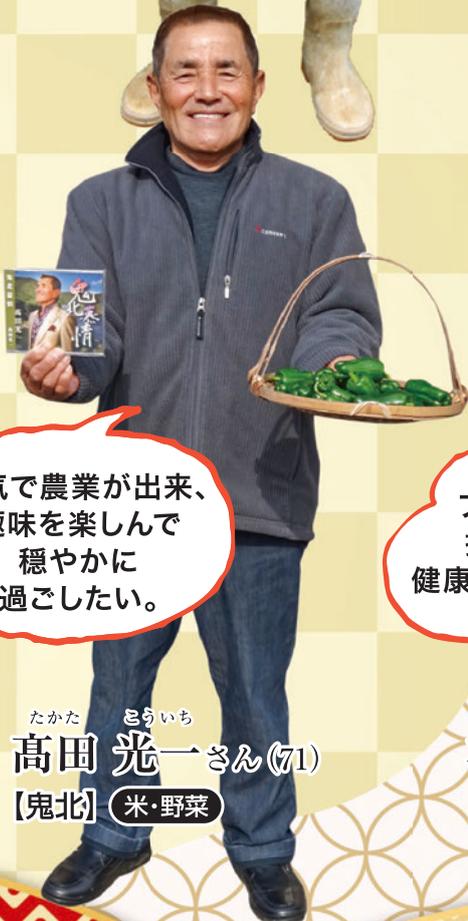
りくもと まさとし
陸本 政俊さん (83)
【宇和島】 柿・かんきつ



若者に負けず、
去年よりも良い果実を
つくるように、まだまだ頑張る。
今年も健康を第一にする。



たかた こういち
高田 光一さん (71)
【鬼北】 米・野菜



元気で農業が出来、
趣味を楽しんで
穏やかに
過ごしたい。

ありま みほ
有馬 美穂さん (47)
【鬼北】 米・柚子



フルマラソンに
挑戦したい。
健康を維持する。



うへだ たつや
上田 達也さん (47)
【宇和島】 玉ねぎ・かんきつ



肥料や農薬を
できるだけ減らして
いいものをつくる
ように頑張る。

新春企画 2024



年男・年女の

農家さんの

JAえひめ南管内で年男・年女を迎える農家さんに

～抱負・お名前・年齢・地区・栽培品目～



良いみかんを
作って、彼女を
見つけたい。

あかまつ だいすけ
赤松 大輔さん (35)
【信田】かんきつ



バイクで日帰り
弾丸旅を楽しむ。

みやもと よしたけ
宮本 義丈さん (47)
【南宇和】米・ブロッコリー・さつまいも



今年こそは、
飼料米を規定量
採れるように頑張る。

あかまつ のぶあき
赤松 宣明さん (47)
【南宇和】米・ブロッコリー・さつまいも



おいしい
おにぎり

安定した収量で
高品質のみかんを
作りたい。

たむら なおひろ
田村 直洋さん (47)
【信田】かんきつ



毎日笑顔で、
安心・安全なおいしい
お米作りを頑張るで!!
そやね、お父さん!!

ふじた あつみ
藤田 厚美さん (71)
【三間】米



農作業で
目指せ-5kgの
ダイエット!!

まつもと せな
松本 野絵さん (35)
【三間】つるむらさき・ナバナ・春菊

『自己改革』の主な取り組み内容

Ⅱ 地域の活性化

1. 営農部門と連携した農業金融機能強化の取り組み

- 農業メイン強化先を中心とした農業者との関係構築・強化のため、農業融資担当者やT A C が農業に対する聞き取りを実施し、農業関連資金ニーズに応えていくための取り組みを実施中です。



2. 3Q訪問活動の取り組み

- 前年に引き続き、世帯別から契約者別への3Q訪問活動を実施し、安心の提供とニーズ調査による保障を提案しました。

【3Q訪問活動】

	令和4年度実績	令和5年度目標	令和5年9月末実績
訪問件数	19,733人	28,000人	9,884人

3. 移動購買事業による地域利用者への生活支援の取り組み

- 移動購買事業の更なる内容充実を目指し、地域利用者及び買い物弱者への生活支援に取り組みました。
- 定期的に検討会を実施し、他社の移動購買車の販売地域拡大の状況の確認をしながら、問題解決・改善に取り組み、運行場所・日時等の変更を行いました。



Ⅲ 対話・意思反映

1. 組合員との対話運動の取り組み

- 運営委員会・座談会を通じ、組合員との対話運動に取り組みました。

【組合員との対話・意思反映】

	令和4年度実績	令和5年度目標	令和5年9月末実績
運営委員会等の開催数	93回	99回以上	57回
准組合員意思反映人数	29人	30人	30人

I 農業者の所得増大・農業生産の拡大

1. 主要3品目の生産量拡大の取り組み

- 「3品目販売増強助成制度」を活用し、作付面積の拡大に取り組みました。販売増強制度については、農業生産の拡大・組合員の所得増大・地域の活性化を実現することを目的に創設し、種苗代・資材代の半額助成を行っています。

この制度を活用し、新規栽培者の方の初期投資軽減や既存栽培者の作付面積増加に対し支援を行い、更なる農業生産の拡大に取り組みました。

- ブロッコリーについては、台風等の大きな被害もなく定植は順調に進みました。本年の特徴として、作付後の雨量が非常に少ないため、生育が停滞しないよう灌水指導を実施しました。また、新たな販売先・契約販売等を企画し取り組みます。
- キュウリについては、目標達成には至りませんでした。上期は出荷量・販売単価とも概ね好調に推移しました。また、負担軽減策であるJA東宇和との広域連携による共同選果を継続し連携強化に取り組みました。

- 里芋については、販売単価向上を目的に、従来の秀優込み1等級による出荷規格から、令和5年度より秀品・優品の2等級による選果・出荷へ変更しました。

秀品と優品の価格差は概ね10kg当り1,000円となり、従来と比較し所得向上に繋がる結果となりました。

今後も生産者の所得向上、生産意欲向上に繋がるよう取り組みます。



【主要3品目の作付面積】

	令和4年度実績	令和5年度目標	令和5年9月末実績
ブロッコリー	38.9ha	42ha	37ha
キュウリ	4.4ha	4.0ha	3.7ha
里芋	12.1ha	10.5ha	10.7ha

2. 営農支援体制の強化の取り組み

- 愛媛お手伝いプロジェクトと連携した有償ボランティアによる労働力支援に取り組みました。
- 水稲関連の担い手大型規格を推進し農家コスト低減に取り組みました。

※大型規格：注文単位40kg(4ha分)、水稲除草剤及び水稲箱処理剤。

各地でイベント開催



10-29 三間町農協祭り



ふれあいパーフェクト
(スタンプラリー)



スーパーボールすくい



金魚すくい

11-18 南宇和JAフェスティバル



もちまき



麦みそ・ばら寿司の販売



野菜の販売

11-19 津島町JAフェスティバル



塩秋鮭販売



野菜の販売



わなげ

11-26 みなみくん創業祭



みなみ会による野菜のプレゼント



つきたて芋もち



ガラポン抽選会



えひめ南は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

11
11

衆議院議員と 役職員が意見交換会



長谷川代議士に要請書を渡す組合長

11月11日に本所で、総務大臣政務官・衆議院議員の長谷川淳二代議士と常勤役員・職員との意見交換会を開きました。

当日は、営農振興部長とみかん指導販売部長が上期の実績報告を行い、その後、当JA管内の地域農業の振興に関する要請7項目について意見交換を行いました。会終了後、吉見組合長より長谷川代議士へ要請書を手渡し、国・県等の行政機関への積極的な働きかけをお願いしました。



JA トピックス topics

新規採用職員が 農業体験

11
14



11月14日、令和5年度の新規採用職員を対象に宇和島市吉田町のみかん学校(令和6年度開校)の園地で農業体験研修として早生みかんの収穫体験を実施しました。この研修は農作業の体験を通し、農業に対する理解を深め、JAの使命、JA職員としての誇りを深めることを目的に3年前から行っています。

初めてみかん収穫を体験した廣瀬美羽さんは「想像以上に大変で、長い期間収穫作業を行っている農家さんの凄さを痛感した。この農業体験を活かして農協職員として、日々精進していきたい」と話していました。

11
17

園地コンクールの審査



11月に愛媛県内8園地で、えひめ・みかん祭りほ場・園地若返りコンクールの審査(柑橘)があり、えひめ南管内の2園地(吉田町沖村の清家辰徳さん(南柑20号)・宇和島市白浜の山下茂雄さん(愛媛果試第48号))を県や全農えひめなど8名が審査しました。

JAのみかん指導課が園地や栽培管理などを説明し、審査員は園地の整備状況や樹勢・品質・土壌管理などを総合的に評価しました。

審査の結果、清家さん・山下さん共に愛媛県知事賞を受賞しました。おめでとうございます。

表彰式は3月に松山で行われる予定です。



愛媛果試第48号(紅プリンセス)の若返り園地



南柑20号の園地





えびめ南の女性部活動



10/14

耳つぼ セルフケアを学ぶ



女子大学おれんじキャンパスは10月14日に本所で自分で簡単に出来る「耳もみセルフメンテ」の講座を開きました。

耳つぼインストラクターの柴田かおりさんを講師として迎え、自律神経や身体のあらゆるつぼを教えていただきました。参加者たちは自分で耳をマッサージしながら身体の改善を目指していました。

耳つぼは、美容や健康に効果があると言われています。参加者は「これなら自分でもできるのでできるだけ毎日して体の不調を整えたい」と話していました。



10/15

最大イベント「でちこんか」に参加



鬼北町の最大イベントである「でちこんか」が10月14、15日に開かれ、15日に鬼北支所女性部が参加しました。

町内外の出店がずらりと並ぶ「びっくり市」では女性部役員が思いを込めた手作りこんにやく・豆ごはん・もち米を販売、酪農部会も酪連と連携し乳製品を販売しました。

たくさんの来場者が訪れ賑わいと活気あふれる1日となりました。

10/21

つるむらさきを使ったオリジナルレシピを考案



宇和島支所女性部のフレッシュミズ部会は三間町産のつるむらさきを使って調理実習を行いました。一人ひとりがレシピを考案し、おひたし・スープ・カレー・ごはんなど11品の料理を手際よく作り上げました。どの料理も独特のえぐみや臭みも感じられず美味しく出来上がりました。



10/22

産業祭でたこ焼きを販売



伊予吉田町支所女性部は10月22日に吉田産業祭「きなはいや吉田三万石2023」に参加しました。農繁期で多忙の中、女性部会員による「たこ焼き」の実演販売を行い、好評につき予定より早く完売することが出来ました。

吉田産業祭りに出店することにより、組合員や地域住民との親睦を図り、A並びに女性部の重要性をアピールすることが出来ました。





えびめ南の女性部活動



10/27

大きなお芋が掘れました



津島支所女性部は10月27日に清満支所裏の畑でサツマイモの収穫をしました。

雨が降らず、土が固くて掘るのに苦労しながら部員たちは手ぐわでサツマイモを傷つけないように掘りました。今年は、病害虫の被害も少なく大きなサツマイモが多く収穫出来ました。



このサツマイモは5年ぶりに開催される津島支所の農協フェスティバルや工房よんさいで作る、芋のもちに加工して販売します。

毛利キクエ部長は「自分たちが育てたサツマイモを使っておいしい芋のもちをこれからも作っていきたい」と話していました。



11/8

健厚セミナーに遊子支部が参加



宇和島支所女性部の遊子支部は11月8日に松山で健厚セミナーに参加しました。

最初に、中高年の尿トラブルについて講話を聞きその後、季節の材料を使って調理実習をしました。午後からは背中・肩甲骨のストレッチを学びました。

参加者は「講話も運動も日常生活に役立つ内容で、参加して良かった」と話していました。

11/17

鬼北ブロック大会を開く



鬼北支所と三間町支所女性部は11月17日に三間町支所で「第55回鬼北ブロックJA女性部大会」を開き、92名が参加しました。

大会では、鬼北ブロック長のあいさつから始まり、家の光普及功労団体並びに功労者表彰や北宇和高等学校三間分校の生徒による特別発表、鬼北女性部・田中美鶴さんの活動発表がありました。また、記念講演では宇和島地域擁護センター「ピット」の藤原雄悟さんと山下唯さんが「今知ってほしい成年後見制度～安心して暮らすために」と題し、成年後見人制度のことなど、将来安心して暮らすための支援について説明しました。部員たちは「将来の不安を相談できる場所があり、とても安心です。成年後見人制度について知れてよかった」と話していました。



女性部レシピ

大根の佃煮

レシピ提供：三間町支所

材料
4人分

- ・大根 2kg
 - ・ショウガ(千切り・すりおろし どちらでも) 100g
 - ・砂糖 400g
 - ・酢 200cc
 - ・梅干し 3～4個
- おこのみで かつお節

作り方

- ① 大根は皮をむき、厚さ2～3mmのいちょう切りにし、塩少々ふり全体になじませ一晩置く。(急ぐ時は随時)
- ② しょうがは皮をのぞき千切りにする。(すりおろしでもOK) 梅干しは種を除いて包丁で叩いておく。
- ③ 鍋に醤油、砂糖、梅干しを入れて煮立たせる。
- ④ ①の大根をよく絞って③の鍋に入れ、全体に火が通るよう5～6分煮る。
- ⑤ ④をザルなどで大根と煮汁にわけ、煮汁にしょうがを加え半量になるまで煮詰める。
- ⑥ ⑤の煮汁に大根を戻し、絡め煮して火をとめる。(かつお節を入れるならここで)
- ⑦ 1～2時間冷まし、大根のみ密閉容器にいれて冷蔵庫で保存する。



追伸

⑦で残った煮汁は魚の煮付けに使ってもOK



営農講座



宇和島営農センター
営農指導員

うじはら 氏原
たけひろ 武弘 指導員



えんどうの管理について

1. えんどうの苗の植え付け方法

種まき後に5日程度で芽が出てきます。その後、本葉が2枚くらいの頃に1～2本に間引きします。生育のよいものを残してそのほかの株は根本をハサミで切り取ります。

マメ類は種まき後から発芽までの間、鳥による被害が多いのでポットで育苗して定植するのもよいでしょう。育苗期間が1カ月程度なので6cmポットにまきます。大きくなってから定植すると活着が悪くなるので、本葉3～4枚ぐらいになったら、根鉢をくずさないように定植します。



2. 越冬について

本葉2～3枚ごろが最も耐寒性が強く、幼苗は-4℃ぐらいの低温に耐えることができますが、越冬時に生育が進みすぎると寒害を受けやすくなります。大きくなりすぎた場合はしっかり防寒対策をしてください。えんどうは、一部の品種を除き生育初期、一定の低温にあわないと発芽できません。

適期に種まきしたもので、直接霜にあたると傷みやすくなるので、株の上に笹の枝やワラをかぶせて霜よけします。また寒さが厳しくなる頃まで、トンネル支柱に不織布や寒冷紗をかけると防寒対策になります。冬は風が強いので、被覆資材が飛ばされないようハウスバンドなどで補強するとよいでしょう。



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 1月

先月から引き続き、ポンカンをはじめとしたさまざまな中晩柑類の収穫・出荷を迎えます。品種や園地によっては着色進度が大きく異なる場合がありますので、着色状況に留意し、適期収穫及び品種にあった貯蔵を心掛けてください。

年明け以降は気温が下がることが多いので、寒さに警戒しつつ計画的に作業を進めましょう。

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、出来る限り早めの採収を心掛けて下さい。

品種		重点作業
温州類	普通・晩生温州	大津4号などの晩生温州の収穫期です。貯蔵を行う品種は予措を行なった後、貯蔵しましょう。
中晩柑類	ポンカン	太田ポンカン・今津ポンカンの収穫期です。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%）
	甘平	1月下旬～2月に収穫が始まります。樹上選果と収穫の準備を行いましょう。甘平は予措の必要はありません。

※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。

2. 病虫害防除

マシン油乳剤の散布は、年間防除の基本であり、ミカンハダニ、カイガラムシ類等の越冬害虫の総合防除であり、安定して高い効果を示します。

近年、カイガラムシ類の発生が増加傾向にあるため、全園散布を徹底して下さい。

散布の際は、暖かい日を選び、樹幹部及び葉裏までしっかり薬液が付着するよう丁寧に行ってください。

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	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、ペフラン液剤	4,000倍 2,000倍

※ 貯蔵病害の防除効果を上げるために、ペフラン液剤とベンレートの水和剤の混用もよい。

※ 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ください。

3. 収穫後の樹勢回復

収穫後、速やかに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。窒素成分の多い液肥等を散布し、樹勢回復を図りましょう。尿素300倍の葉面散布を複数回行うことが重要です。マシン油乳剤散布時の混用を始め、出来る限り複数回行いましょう。また、乾燥が続く場合は、冬季もかん水を実施しましょう。



4. 土壌管理

土壌の酸性化により微量要素の欠乏症・過剰症の発生園地が見受けられます。中でも葉の葉脈以外の部分が黄色く変色するマグネシウム欠乏（苦土欠）が多い状況です。土づくりは健全な樹づくりのための基礎となります。

目的	資材名	施用時期	施用量/10a
pHの矯正・苦土の補給	苦土石灰（粉）、粒状苦土石灰	1月下旬～	120kg
	顆粒サンスリー ※1		60kg
pHの矯正・カルシウムの補給	サンライム（粉）、パールシエル（粒）	春	200kg
pHの矯正・微量要素、苦土、カルシウムの補給	ストロングバランス（粒）		60kg

※顆粒サンスリーは、生石灰なので直接水にふれると発熱するため、取り扱いには注意し、施用の際はビニール手袋等を使用して下さい。

5. 花芽抑制

剪定と合わせて、花芽の抑制対策が必要な園地は以下の薬剤の使用も良い。

	散布時期	使用薬剤・倍数	備考
成木	1月上旬	ジベレリン液剤 2,000倍 + マシン油(97%) 80倍	200～300 l / 反
苗木	1月上旬	ジベレリン液剤 200倍 + マシン油(97%) 80倍	—

※ジベレリン液剤は、移行性がないため来春に花を減らしたい部位に散布してください。

11月号の答え

1	フ	5	ユ	8	ウ	ガ	14	キ	21	ペ
		6	ダ	ン			15	ソ	18	フ
2	イ	ン	ド	12	ア			19	タル	
	口		9	ウ	タ	16	ゲ		ツ	
3	ハ	ム			13	マ	ジ	20	ツ	ク
4	ザ	ク	10	ロ		17	ユ	キ		
	カ			11	シ	ネ	ン	ジ		ヨ

たくさんのご応募ありがとうございます。11月号の答えは「フユジタク」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 宇和島市栄町港
JAえひめ南 三三三〇三
総務課 行基

○月号の答え○○○○○
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 eminami@ja-eminami.or.jp

【応募締切】 1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 大学入学共通テストの理科の科目の1つ
- ④ キウイやポンカンの生産量が日本一の県
- ⑦ エッセーともいいます
- ⑨ かつお節や昆布で取ります
- ⑩ ガラガラとうがいをして洗うもの
- ⑪ ゆでた麺をざるにあげて行きます
- ⑬ 大股の人は広めです
- ⑮ カメやカッパの背に付いています
- ⑯ ——や硯(すずり)を用意して書き初めをした
- ⑰ カラオケで楽しむもの
- ⑱ ——の計は元旦にあり
- ⑳ 旧暦1月の異称
- ㉑ 見張ること。——カメラ

ヨコのカギ

- ① おせち料理にも使うニシンの卵巣の加工品
- ② 旅行前に——ブックを買った
- ③ 俳人が名作を生み出した地に建てられていることも
- ⑤ 北を向いたとき西になる方向
- ⑥ 丁寧にいうとご飯です
- ⑧ 横綱を先導して土俵に上がります
- ⑫ セイウチの口からよっきり
- ⑬ 農地——、道路交通——
- ⑭ DNAが含まれる体の設計図。——操作
- ⑮ 猫が中で丸くなっているかも
- ⑯ 不要物を可燃、——、資源ごみに分別した
- ⑰ 彼女は——を言わず彼を外に連れ出した
- ⑱ エレベーターの表示では「B」



1	7	10			17	20
2				15		
3			13			
	8	11		18		
4		12			19	21
5	9			16		
6			14			



JA組合員の皆様へ

2024 香峰

清く、優しく、美しく...
すこやかに育てとの
願いを込めて



2024 JA Collection



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 特別展示会

■ 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 / 1月19日(金)~22日(月)

■ 営業時間 / AM10:00~PM6:00 ■ 4月末まで休まず営業

■ 期間中のご予約で 通常割引価格よりさらに 5%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

指先マラソンで脳への血行を促進

健康生活研究所所長●堤 喜久雄

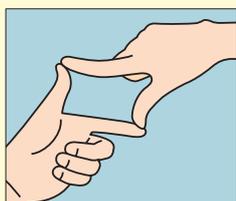
寒い季節は外に出るのもおっくうになりがちです。活動不足を補うためにも、効率良く短時間で血行を促進できる体操をご紹介します。

手首も回転させ、指先をこすり合わせながら動かします。脳の血流をアップさせ、創造力や記憶力も高める効果が期待できます。

繰り返し行う習慣を身に付け、脳の若さを保ちたいですね。ゆっくりで構いませんので、正確な動作を心がけましょう。慣れてくると楽に動かせるようになりますよ。

いずれかの指先を合わせる

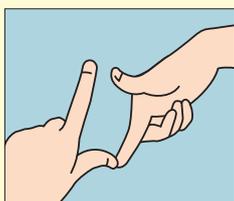
(1)～(5)の動きを5回繰り返します。



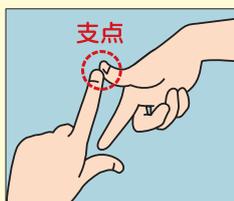
① 右手の人さし指と左手の親指、右手の親指と左手の人さし指を合わせます。



② 右手の人さし指と左手の親指は支点として付けたまま、右手の親指と左手の人さし指を離します。



③ 右手の親指を手前へ、左手の人さし指は奥へ回転させ、上で指先同士を合わせます。



④ 右手の親指と左手の人さし指は支点として付けたまま、右手の人さし指と左手の親指を離します。



⑤ 右手の人さし指は奥へ、左手の親指は手前へ回転させ、上で指先同士を合わせます。

ポイント 1セット5秒程度の速さで練習し、少しずつ速く動かしてみましょう。

理事会報告 令和5年度 第8回理事会

令和5年11月29日(水)

令和5年度愛媛県常例検査による検査書について

令和5年度上期監事監査報告について

(委員会報告)

管理本部委員会

(協議事項)

第1号議案 JAえひめ南ガバナンス強化に向けた取組みについて

第2号議案 印章管理規程の変更について

第3号議案 マネー・ローndリング等関連規程類の一部変更について

第4号議案 農業経営資金の取扱いについて

第5号議案 貸出の承認について

第6号議案 生産資材販売取引の承認について

第7号議案 出資金の減口について

(報告事項)

① 令和5年10月末事業実績について

② 主要数値の報告及び財務向上プラン実績報告について

③ 「マネー・ローndリング及びテロ資金供与対策

に関するアンケート」への対応について

④ 令和5年度上期不祥事未然防止要領の進捗状況について

⑤ 令和5年度内部監査外部確認報告について

⑥ 役員視察研修旅行について

⑦ 『JA・洋服の青山宇和島店合同展示会』について

⑧ 葬祭会館JALミエール宇和島オープンについて

(その他)

① 次回理事会開催予定について

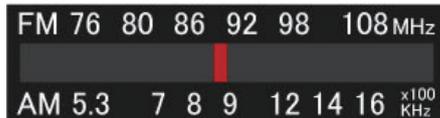
令和5年12月25日(月) 午後1時30分

南海放送よりワイド FM 転換実験に関するお知らせ

南海放送ラジオは、2024年2月1日から9月30日まで、ワイド FM 転換実験として、AM 宇和島局の運用を休止させていただきます。これに伴い AM 1116 kHz では南海放送ラジオをお聴きいただけなくなる場合があります。（この機会にいい音質でエフナンをお聴きいただける）ワイド FM や radiko などでお聴きいただきますようお願い申し上げます。

ワイド FM の受信には周波数 90.0 ~ 94.9MHz 対応のラジオが必要です。

エフナン南海放送は 91.7MHz で南海放送を聞くことができます。



○受信できます



✕受信できません

*<https://radiko.jp/> (ラジコ)

*詳しくは南海放送のホームページでご確認ください。

ホームページ <https://www.rnb.co.jp/radio/am2fm/>

運用休止期間：2024年2月1日から9月30日

*2月1日から3月31日までは段階的減力を行い、4月1日から9月30日の間は完全に運用を休止致します

この件に関するお問い合わせは

南海放送株式会社 新時代 FM 準備室

☎089-915-0917 (平日 10時~17時)

ホームページ <https://www.rnb.co.jp/radio/am2fm/>

農協・漁協・森林組合・経済連・青果連

等にお勤め「特例一時金」を受けとれます!

令和2年6月15日から令和5年5月送金時点までに、61万名の方に2,455億円の一時金※2をお支払いいたしました。

しかし、住所が未登録の方は一時金を受け取るための手続き書類をお送りすることができていません!

※1 平成14年3月31日までに1年以上の農林年金の組合員期間がある方 ※2 対象団体は農協、漁協、森林組合、農業共済、厚生連病院、土地改良区、農業会議、たばこ耕作組合、農業信用基金協会など
※2 厚生年金保険制度及び農林漁業団体職員共済組合制度の統合を図るための農林漁業団体職員共済組合法等を廃止する等の法律の一部を改正する法律(平成30年5月25日)に基づき支給する特例一時金



お問い合わせください

フリーダイヤル
0120-199-155

受付時間：9時~17時(土・日・祝日を除く)

農林年金

農林漁業団体職員共済組合

農林漁業団体職員共済組合
(農林年金)住所登録センター
東京都台東区秋葉原2-3

詳しくは「農林年金」で検索!

農林年金

☒ kanrichosyu@norin-nenkin.or.jp



X (@Twitter)
@norin_nenkin
で検索

愛媛県農林年金連絡協議会

オートパルの初売り!!

オール
ダイハツ

初売り フェア

新春 大抽選会

ご来場で、お菓子詰め合わせをプレゼント!



※数に限りがございます。
無くなり次第終了となります。
※画像は全てイメージです。

日時

1/4 (木)・5 (金)・6 (土)
AM9:00~PM5:00

場所

オートパルえひめ南
宇和島営業所(特設会場)

3日間

会場ご案内図



**4日
(木)**

じゃこ天実演試食会
もちつき実演

つきたてのおもち
配ります!!



同時開催!!

ダイハツ・スズキ合同フェア!

ダイハツ

ブーン・トール・
トールカスタム



ご成約の
方に▶▶

純正オプション
(税込)
7.7万円分
プレゼント

※一部対象とな
らない条件が
ございます。

ダイハツ

タント・タントカスタム・ウェイク・
ムーヴキャンバス・ムーヴ・ムーヴカスタム・
キャスト・ミライース・ミラトコット

ご成約の
方に▶▶

純正オプション
(税込)
5.5万円分
プレゼント

※一部対象とな
らない条件が
ございます。

ダイハツ

ハイゼットカーゴ・
ハイゼットトラック



ご成約の
方に▶▶

純正オプション
(税込)
3.3万円分
プレゼント

※一部対象とな
らない条件が
ございます。

県1JA構想について ～こんなJAを目指しています～

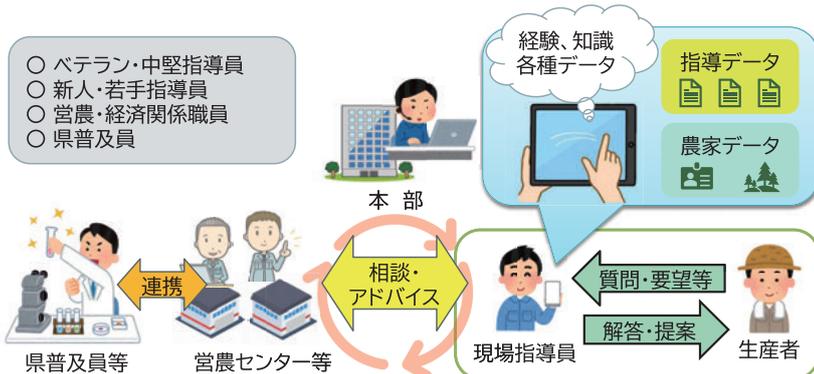


Vol. 2 担い手の多様なニーズに応えるために

第2号となる今回は、より高度な営農技術・営農情報の提供に向け、組合員の皆さまからの多様な営農指導ニーズにどう応えていくのか。県1JA構想で検討をすすめている営農指導の検討方向をご紹介します。

営農指導体制の検討方向

県1JAでは、愛媛農業のさらなる振興・発展に向けて、営農指導専任体制を確保するとともに、従来の技術指導に加えて、経営指導を展開していきます。経営指導の展開にあたっては、営農指導のDX化を前提としたデータに基づく営農指導、指導員間の情報共有体制を確立、行政機関との連携などにより、地域農業の持続的な発展を支え



- ベテラン・中堅指導員
- 新人・若手指導員
- 営農・経済関係職員
- 県普及員

県普及員等 営農センター等

現場指導員 生産者

農場や現地等で対応

【営農指導員の連携強化（指導員ネットワーク）のイメージ】

栽培履歴や土壌診断データから、圃場に適した施肥設計を行い、適正な施肥量を提案に繋がります。

※活用例2※

各生産品目部会の事務局機能を有する指導員は、蓄積データの分析を通じ、個々の組合員や部会組織に対し、データに基づく新たな提案を行います。

※活用例1※

営農指導員が日々の業務で得た情報や、これまでに培われてきた営農技術などをデジタル化し、それらを集積した「営農データベース」を整備し、営農指導に活用していきます。

営農指導体制の強化

1. 営農データを活用した営農指導の展開（DX化）

るための体制を構築します。なお、営農指導員数は、県1JA発足時点の要員を維持する方向で検討をすすめています。

2. 営農指導員の連携強化

すべての営農指導員がタブレット等を用いて、いつでもどこでも必要な営農情報にアクセスできる環境を整備し、より高度な営農技術・情報を組合員の皆さんに提供できるように指導員間の連携強化（「指導員ネットワーク」の構築）を図ります。

3. 農業経営支援の実施

地区本部単位に、地域の農業者の課題解決を行える支援体制を構築し、支店・営農センターが行う農業融資や相続、承継相談などの経営相談・事業承継対応等を支援していきます。また、本部にはより専門的な相談に対応するための事業横断的な相談体制を整え、地区本部と共に高度な農業者支援対応を実施します。

次回予告

次回は農産物販売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11月発行

読者から ひとこと

今月のはじめに扇風機を片付けたばかりなのに、もう電気ストーブを出さないと・・・と困っている今日です。

衣類もダウンベスト・ジャンパーなど出しました。秋が短く冬がそこに来ていたような、寒いのが嫌ですね。

(宇和島市 S・Hさん 71歳)

夏が過ぎるとすぐに冬になりました。12月から本格的に寒くなりましたね。私も寒いのは苦手なので温かくして風邪を引かないように気を付けましょう。

国産国産、大事ですね。退職して、少しだけ野菜作りに挑戦していますが、うまくできたり、できなかったりです。地域で、できたものを安心して食べたいものです。「丸ごと茄子」おいしそうです。

(津島町 H・Kさん 62歳)

野菜作りの挑戦、すばらしいです。自分で作った野菜を使って料理するとさらにおいしく感じますね。これからも頑張ってください!!

今月の表紙の里いも農家さん、素敵な笑顔でたくさん収穫できたのですね。おいしい里いもを食べたいです。

(宇和島市 K・Iさん 66歳)

たくさん収穫できて嬉しそうでした。里いもはコロツケや芋炊き、シチューなど様々な料理に活躍します。

毎月、本誌が届くのを楽しみにしています。今後退職して畑でもするようになったら、植えたい野菜や苗木の育て方を切り取り、ファイルしています。どのページも楽しく読ませて頂いていますので記事作り頑張ってください。

(津島町M・Tさん 62歳)

いつも広報誌を読んで頂きありがとうございます。仕事を退職しても、野菜作りを楽しんでください。これからも記事作り頑張ります!!

今年は雨が降らないので我が家もそうですが柑橘農家は大変です。

(宇和島市 S・Yさん 68歳)

野菜や柑橘などをつくっている農家さんたちは本当に雨が降らなくて大変だと思えます。年々気候の変化などで影響があるので落ち着いてほしいです。

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)

今月の朝ご飯

季節のもずく酢

材料 (4人分)

もずく	300g
柿	1個
ゴールドキウイ	1個
おろししょうが	小さじ1
リンゴ	1/2個
合わせ酢	
かつおだし	300ml
薄口しょうゆ	50ml
みりん	50ml
酢	100ml
砂糖	30g

作り方

- ① 合わせ酢の材料を混ぜ合わせ、鍋でひと煮たちさせ冷ましておく。
- ② もずくは沸騰した湯に入れ、ざるにあけて、そのまま冷ます。
- ③ 合わせ酢の半量を②のもずくに入れ、1時間ほど漬けておく。
- ④ 器に③のもずくを盛り付け、柿、ゴールドキウイ、リンゴ、おろししょうがを盛り、合わせ酢の残り半量を注ぎ出上来上がり。



今月の表紙



今月の表紙はみなみくんの創業祭に遊びに来てくれた、千尋ちゃん⑤と羽都花ちゃん⑥と那波ちゃん⑦です。おいしそうにわたがしを食べさせてもらいました♪

えんぴつ

11月19日に神戸マラソンに参加しました。2万人を超える大きな大会で景色を見ながら楽しく苦しみ(笑)、無事に完走しました。(笑)
関西方面に行くのは4年ぶりで甥っ子や姪っ子にも会えてとても楽しかったです。次は愛媛マラソンに向けて頑張りたいです。
(古谷)



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

シェフ永井のおすすめ



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

ブタンのプロフィール
 【分類】ミカン科ミカン属
 【原産地】東南アジア
 【おいしい時期(旬)】10~3月ごろ
 【主な栄養成分】ビタミンC、ビタミンE、カリウム、クエン酸、ペクチン、リモネンなど

解説:KAORU

ブタン

秋冬が旬! 豊かな香りと上品な味わい

選び方

へたが緑色

皮全体がきれいな色

皮が滑らかできめ細かい

皮に張りがある

ずっしりとした重みを感じる→水分が多くジューシー!

しっかりとした手触り

ブタンのいろいろ

「文旦」「ザボン」や「ポンタン」とも呼ばれる

土佐文旦
最も生産量の多い品種の果肉は淡い黄色でしっかりしている。果汁は少なめで爽やかな甘味と穏やかな苦味が特徴

大橘
鹿児島県原産の鹿児島県では「サワーポメロ」、熊本県では「パール柑」の名で流通している。香りが良く、苦味は控えめで爽やかな甘酸っぱさ

水晶文旦
高知県で誕生した「晚王柑」と「土佐文旦」の交雑種。果肉は水晶のような光沢があり、ジューシーで柔らかい濃厚な甘味と爽やかな酸味が特徴

安政柑
江戸時代の安政年間に広島県島田で誕生。甘味と酸味のバランスが良く、爽やかな風味

晩白柚 (ばんぺいゆ)
熊本県八代の特産。世界最大級のかんきつ(2kg以上のものも)の迫力ある外観と香りの良さが特徴で飾って楽しむかんきつもの皮が厚く2か月程度日持ちする

阿久根文旦
鹿児島県阿久根地方の特産。「阿久根ポンタン」「本田文旦」とも呼ばれる。「ポンタンメ」にも使われる。白いワタの部分が多く、ぼん漬けなどに利用される

平戸文旦
長崎県の特産。果皮は分厚く、品種改良にも使われる

保存方法

直射日光を避け風通しが良い冷暗所で保存



皮が厚いので、保存状態が良ければ1か月弱日持ちする

箱ごと保存

注意
長期保存は水分が抜けて食感が悪くなる……

外気に触れないよう新聞紙などで隙間をふさぐ
しばらく置くと酸味が和らぎまろやかな味わい

冷蔵保存

乾燥しないようポリ袋などに入れるか、ラップに包み野菜室へ



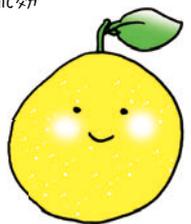
注意
冷やし過ぎると低温障害が出て風味が落ちる……

ブタンのチカラ

ビタミンC
ミカンなどと比べても含有量が多い
風邪予防、美肌効果、疲労回復に

リモネン
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

ビタミンE
血行促進
冷え性改善に



ペクチン
食物繊維の一種
薄皮に多い
便秘改善、血中コレステロールの低下作用に期待

カリウム
むくみ予防
高血圧予防に

クエン酸
疲労回復や食欲増進に

食べ方・楽しみ方

甘味と酸味のバランスが良くすっきりとした上品な味わい。後味に優しいほろ苦さを楽しめる



皮が厚いので、ナイフで少し切り込みを入れてからむく

薄皮も厚くて苦味があるため、果肉を取り出して食べる



白いワタの部分も砂糖漬けなどにして食べられる



粒がしっかりと歯切れが良いので、料理にもお薦め