

Yume Minami Magazine

11

夢みなみ



“地域の懸け橋”それが私たちJAです

特集

01

「国消国産」

乃木坂46と一緒に学ぶ

p.04



YouTube
「夢みちゃんネル」
随時アップ中です!



JA夢みなみホームページ
<https://www.ja-yumeminami.or.jp/>

JA 夢みなみ

検索



JAグループ

耕そう、大地と地域のみらい。

農業の魅力にとりつかれ



玉川支店管内で露地キュウリ20aを栽培する円谷俊一さんは、昨年親元で就農し今年から本格的に自身が主体となって露地キュウリの栽培を始めました。元々研究や分析するのが好きな俊一さんはすぐに農業の楽しさとやりがいにとりつかれ、キュウリ栽培に情熱を注いでいます。

やりがいを追求し、やがて農家へ

航空給油の会社に勤める俊一さんに転機が訪れたのは昨年のことです。手を負傷した母からキュウリ栽培をやってみないかと相談されたのです。やりがい



1 畦つつ水と養液の供給時間をずらし調整

はあるものの精神的負担が大きかったという会社の退職を決意し、昨年7月に地元へ戻りました。地元へ帰ってきた当初は専

業農家になろうという考えはなく、何か事業を起こしたいという思いがありました。しかし手伝いをしていくうちに「農家はマーケティングもブランディングもないか」と感じ、露地キュウリを極めることを決意しました。

学びを深め実践

ここから俊一さんの学びの日々が始まります。インターネットを駆使し、キュウリ栽培について調べ環境制御による生

産が一番効率的と様々な研究施設へ視察をしました。安定的な収量と増収が見込める環境制御について学び、自分の露地キュウリにも応用できることがあるのではないかと考えました。学んだことを生かした上で「いかに低コストで収量と生産効率をあげられるか」を研究テーマに、自分のアイデアで勝負しよう」と試行錯誤を繰り返しています。

挑戦はまだ始まったばかり

本格的に専業農家として始動した今年、面積を3倍に増やしその一部で養液土耕栽培を始めました。元々行っていた灌水と養液の供給方法を改善し、朝1回だった養液の供給を1日6回自動で行えるようにしました。これにより収量のばらつきを抑え、均一な品質を保ちます。この設備は俊一さんと床暖房の会社を経営する父、兼一さんが自ら設計、設置したので低コストを実現。来年は農薬散布も自動で行えないものかと今から設計



丁寧に収穫作業を行っています

図を考え、自分で設置する予定です。機械で自動化できることが増えれば、人の手でできない葉かきや芽かき、収穫作業に時間をかけられ、収量アップにつながります。「今の趣味はキュウリ栽培になりました」と笑顔で語る俊一さんの挑戦はこれからも続きます。

目次 Contents

- 2 農に生きる人
- 4 特集1 乃木坂46と一緒に学ぶ「国消国産」
- 6 エリアニュース
- 13 キラッ☆アクティブ 女性部&青年連盟
- 14 PROJECT-G
- 15 わが家のアイドル
- 16 直売所情報
- 18 営農情報
- 19 介護ハンドブック、野菜もの知り百科
- 20 読者のページ
- 22 白河厚生総合病院だより
- 23 インフォメーション
- 30 クロスワードパズル
- 31 自己改革の取り組み、今月の表紙
- 32 アイデアレシピ

広報誌のどこかに私が隠れているよ！さがしてね！
※詳しくはP30をご確認ください。



日本の「食」の
実態は？

日本の「食」は、いま、さまざまなリスクに直面している

私たちが生きていくために欠かせない農畜産物。それは、自然の恵みを生かし、時間をかけてつくられるもの。足りないから

といてすぐにつくれるわけではありません。いま、その日本の「食」はさまざまなリスクに直面しています。



食料自給率の低迷

食料の多くを輸入に頼っている

農業生産力の弱体化

生産者の減少と高齢化、農地の減少がすすむ

多発する自然災害

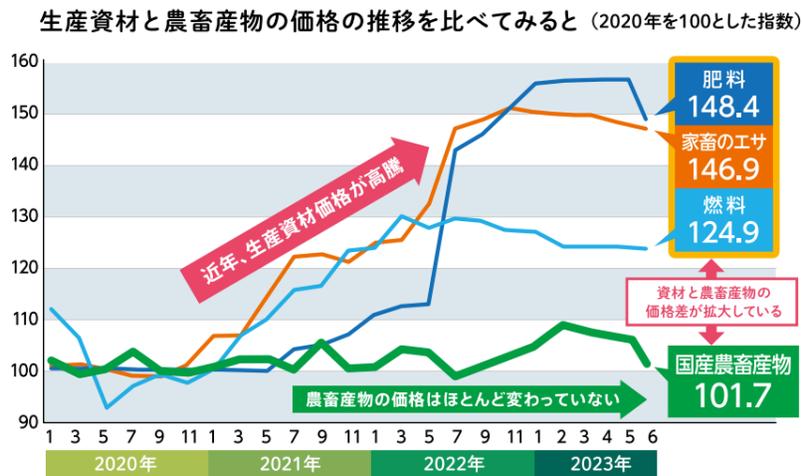
多くの災害が世界と日本の農業にダメージ

世界的な人口増加

世界の人口増加による食料不足

農畜産物を生み出す資材費の高騰 ↑ 肥料や家畜のえさ、燃料などの値上がり

いま一番の課題は、農業生産に欠かせない肥料、家畜のえさ、燃料などの高騰です。ロシアによるウクライナ侵攻や円安の影響などにより、約3年前と比べて価格が大きく上昇しています。一方で、国産農畜産物の価格はほとんど変わっていません。このため、農家の皆さんの経営は大変厳しい状況にあります。



農作物価統計調査より全中作成

いま私たちに
できること

『国消国産』をすすめよう!!

いま、日本の「食」がこうしたリスクに直面するなか、何ができるのか。その1つのアンサーとしてJAグループが提起しているのが『国消国産』(私たちの『国』で『消』費する食べものは、できるだけこの『国』で生『産』するという考え方)です。

地元食材の宝庫のJA直売所へ行ってみる、スーパーで国産農畜産物を手に取ってみるなどの私たちにできる身近な行動で、農家の皆さんを応援することが、『国消国産』につながっていくんです。

日本の未来を支える農業。乃木坂46は、JAグループの「国消国産」を応援します。



メンバーが生産現場で奮闘する動画を公開中! 楽しんで学べるコンテンツがたくさん! ぜひアクセスしてください!

乃木坂46 国消国産



JAグループ

耕そう、大地と地域のみらい。



特集1

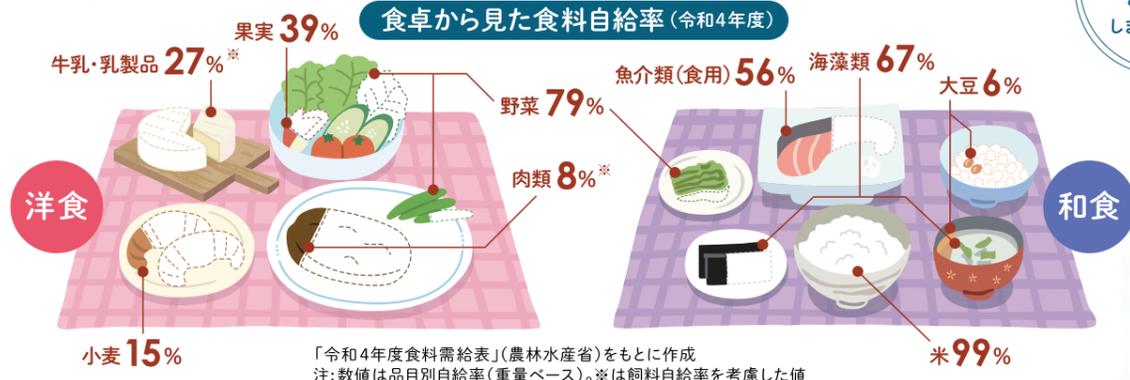
乃木坂46と一緒に学ぶ「国消国産」

なぜ今
国消国産?

私たちが食べているものの約6割*は外国から輸入している

※出典:「令和4年度食料需給表」(農林水産省)

もし輸入が
止まってしまったら
どうなっ
てしまうの
だろう



「令和4年度食料需給表」(農林水産省)をもとに作成
注: 数値は品目別自給率(重量ベース)。*は飼料自給率を考慮した値

国消国産を
すすめる?

『国消国産』は私たちの食卓を未来へつなぐこと



JAグループが『国消国産』を提起したのは、「私たちの『国』で生『産』した食べものを、この『国』で『消』費する」だけでは、食べものの多くを輸入に頼る危うい状況を変えられないからです。『国消国産』は、

「私たちの『国』で『消』費する食べものは、できるだけこの『国』で生『産』する」という考え方。これを実践することは、食料自給率の向上、ひいては私たちの食卓を未来へつなぐことにもなるんです。



「国消国産」は地産地消やSDGsにもつながっている

各地で、地産地消を すすめよう!

その地域で生産された農畜産物を
その地域で消費しよう

例えば

JA直売所で
地元の新鮮な
農畜産物を手にとる

農家の皆さんを応援!!

国消国産の実現!

私たちの『国』で『消』費する食べものは、
できるだけこの『国』で生『産』する
そのことによつて

- 食料自給率が高くなる
- 農畜産物を生産する力が高まる
- 次世代の農業生産者が増える

SDGs にも貢献

● 食材を長距離輸送する必要がなく、
CO₂排出量の削減で“つくる責任”に貢献

● 必要以上の食料輸入をしないことで、
“飢餓をゼロに”に貢献



牡牛座
4/20~5/20

【全体運】対人運が活発化。もめることもありそうですが、向き合ってみると分かり合えることも。ポジティブに考えて 【健康運】ちょっとしたけがに注意。ばんそこうを携帯して 【幸運の食べ物】ハクサイ



牡羊座
3/21~4/19

【全体運】秋の実りを楽しみましょう。思い出の料理を食べに行くのもお勧め。旧友との会話にも花が咲きそうです 【健康運】冷えは大敵。体を温めて。厚手の靴下が吉 【幸運の食べ物】ダイコン

全 域

JAと地域農業を学ぼう 准組合員のつどい開催



荷受けされたキュウリの量にびっくり

准組合員にJAの事業や地域農業への理解を深めてもらおうと9月9日、きゅうりん館で准組合員のつどいを開きました。

このつどいは昨年に続いて3回目の開催。当JAの准組合員を対象に広報誌やホームページなどで参加を募り、60人が参加しました。佐々木組合長は「本日のつどいを通じて地域農業の魅力を再認識し、地域農業を力強く応援していただきたい」と挨拶しました。参加者はきゅうりん館の担当者から施設の概要やキュウリの説明を受けた後、実際に選果や箱詰め、予冷など出荷されるまでの一連の

流れを見学。規模の大きさや選果の速さに、参加者からは驚きの声が上がっていました。その後、本来は梨園に移動し梨狩りをする予定でしたが、台風13号の影響で予定を変更。営農担当者から梨について説明を受け、事前に準備した「豊水」を1人3個ずつ選んでもらいました。当JAは同イベントを准組合員との接点づくりになる貴重な機会と位置づけ、次年度以降も地域住民に喜んでもらえるような企画を開いていきます。



梨について少しお勉強

全 域

優勝目指して16チームが激闘 組合長杯サッカー大会



熱戦を繰り広げる選手

9月2、3の両日、福島空港公園・緑のスポーツエリアで第6回JA夢みなみ組合長杯サッカー大会を開催し、管内の16チームが熱戦を繰り広げました。

開会式で佐々木組合長は「精一杯のびのびとプレーし、日頃の練習の成果を存分に発揮してほしい」と挨拶。FC Careraの穂積準選手が選手宣誓をしました。4つのブロックに分かれ、初日に予選リーグ、2日目は順位決定リーグを行いました。シュートやナイスプレーが決まると大きな歓声が上がりました。

白熱した試合の結果、浅川サッカー少年団が優勝し、丸山専務から優勝トロフィーと賞状、メダルが授与されました。また、最優秀選手に選ばれた圓谷怜生選手にはちよきんぎよのクッションが贈られました。



優勝した浅川サッカー少年団

すかがわ

ゴルフで 親睦を深める

すかがわ地区は9月16日、白河メドウゴルフ倶楽部で第8回組合長杯ゴルフ大会を開催し、組合員やJA役員約100人が参加しました。

同大会は組合員同士の交流の場と、健康的な心身作りが目的。当日は天候に恵まれ、参加者は交流を深めながらコースやアトラクションを楽しみました。

9月22日に須賀川本店で表彰式を行い、常勤役員から優勝者と準優勝者にそれぞれトロフィーと楯目録が授与されました。

大会結果（敬称略）
 ▼優勝 桑名 省吾（岩瀬）
 ▼準優勝 和田 信之（須賀川）
 ▼第3位 藤原 廣康（須賀川）



優勝した桑名さん(中央左)と準優勝の和田さん(同右)

しらかわ

秋晴れの下のびのびプレー 組合長杯学童軟式野球大会



優勝目指して奮闘する選手

9月23、24の両日、西郷村民球場で第14回JA夢みなみ組合長杯学童軟式野球大会を開きました。7チームが参加し、トーナメント形式で激戦を繰り広げました。開会式で佐々木組合長は「日頃の練習を發揮し、けが無くのびのびとプレーしてほしい」と激励。東北ジュニアスポーツ少年団ESの角田莉空斗選手が力強く選手宣誓をしました。

決勝戦ではにしのとジャイアンツと棚倉キッズスポーツ少年団が対戦。手に汗握る試合の結果、4対2でにしのとジャイアンツが勝利し、2度目の優勝に輝きました。

大会結果（敬称略）
 ▼優勝 にしのとジャイアンツ
 ▼準優勝 棚倉キッズスポーツ少年団
 ▼最優秀選手賞 邊見 謙斗（にしのとジャイアンツ）
 ▼優秀選手賞 割栢 蒼介（棚倉キッズスポーツ少年団）



優勝したにしのとジャイアンツ



最優秀選手賞の邊見選手(左)と優秀選手賞の割栢選手

全 域

貴重な意見交換の場



多くの方が参加し、活発な意見交換が行われました（写真は平田支店）

9月4日から14日にかけて各支店で集落座談会を開催しました。座談会では、JAから令和5年度の上期事業経過や米の集荷対策、令和6年度の春肥料・農薬の予約、当JAの自己改革などについて説明。その後、参加した組合員とさまざまなテーマで質疑応答や意見交換を行いました。座談会で寄せられた意見や要望は、今後のJA運営に反映させていきます。

全 域

収穫の秋！ 米の集荷作業へ全力前進

米集荷対策会議



挨拶する八木常務

8月29日、白河営農経済本店で令和5年度米集荷対策会議を開き、JA役員32人が出席しました。

八木常務は「連日の暑さで水稲の高温障害や水不足が心配。出荷予約以上の集荷が出来るよう心を一つにして集荷作業に当たってほしい」と挨拶しました。

米穀情勢について担当者が「令和4年産米の民間在庫数量が数年ぶりに200万tを割り込んだ中での販売環境となり、需要回復が見込まれる」と報告しました。その後、令和5年産米の集荷推進要領や米の検査方法などが説明されました。

米集荷作業安全祈願祭

9月下旬、管内で米の収穫作業が始まりました。米の検査開始に先立ち、白河営農経済本店で9月19日に作業の安全と豊作を願い安全祈願祭を行いました。JA役員約30人が出席し、佐々木組合長ら代表者が玉串を奉奠しました。佐々木組合長は「組合員の皆様にも注意喚起しながら事故やけがの無いよう作業を行ってほしい」と述べました。



玉串を奉奠し作業の安全を祈願

米検査スタート



検査員による初検査(すかがわ地区)

9月21日のすかがわ地区を皮切りに、22日にしらかわ地区、26日からはいしかわ地区で米検査がスタートしました。

初検査に合わせて各地区では、目揃会や初検査式を実施。農産物民間検査員の資格を持つ職員らが集まり、公正かつ公平な検査の実施に向けて検査規格や規定を確認した他、サンプル米を用いながら等級や品質の見極めについて意見を交わしました。

また、今年度は乳白粒や胴割粒、カラムシによる被害が多い傾向にあり、注意深く検査していくことを申し合わせました。



初検査前に目揃えを行う検査員(しらかわ地区)

3地区の初検査の結果は一等比率約99パーセントとなり、好調な滑り出しとなりました。当JAでは令和5年産米集荷目標55万俵の早期達成とさらなる上乘せを目指し、役員一丸となって円滑な集荷・検査業務に取り組んでいます。



サンプルを採取し米の品質を確認(いしかわ地区)

全 域

栄えある県農業賞を受賞 JAへも喜びを報告



内堀雅雄知事(左)から表彰状を授与される郷さん夫妻

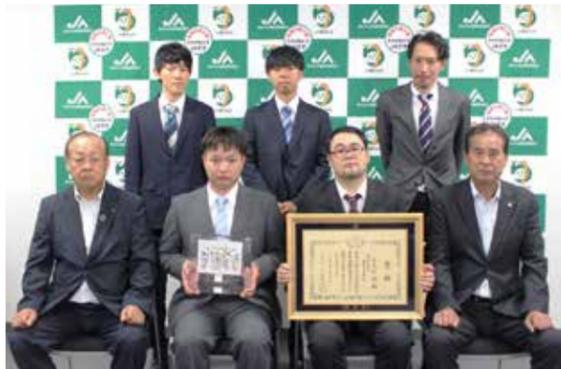
組み販路拡大に努める一方で、農薬を使わず防虫効果が得られる複合性フェロモン剤を使用し、環境に配慮した果樹栽培にも力を入れています。

▽集団活動部門・農村青年活動の部 S A F会(西白河地方)

水稲やブロッコリー、梨などを栽培する若手農家13人で活動。栽培技術向上に向けてハウスの遠隔監視システムなど最新技術を積極的に導入し、農家の経営改善や交流促進を図っています。

■受賞者紹介(当JA管内)
▽農業経営改善部門
郷隆さん・美枝子さん(石川町)
水稲、リンゴ、桃、サクランボを栽培。6次化商品の開発に取り

県内の農業分野の賞で最も権威のある第64回県農業賞の表彰式が9月12日、福島市で行われました。同賞は「農業十傑」として知られ、生産拡大や販路開拓、後継者育成に意欲的に取り組む、地域農業の発展に貢献している個人や団体を表彰するものです。



受賞報告に訪れたSAF会メンバー(前列中央と後列)

しらかわ

収穫作業本番へ 作業の安全を祈願



玉串をささげ作業の安全を祈願する酒井社長

(株)白河フーズが9月11日、秋の収穫作業本番の前に同社事務所前で安全祈願祭を行いました。佐々木組合長や同社の酒井文夫社長をはじめ関係者13人が出席し、12月末まで続く作業の無事を祈りました。

同社では今年度、ライスセンタ12施設の運営と自社水田40haの刈り取りの他、WCS(ホールクロップサイレージ)用稲12ha、大豆60ha、ハトムギ5ha、ソバ33haなど計約150haの収穫作業を請け負います。9月15日から刈り取り作業とライスセンターでの米の荷受けをスタートさせました。

すかがわ

天気予報コーナーで 梨生産農家を紹介



インタビューに答える阿部さん

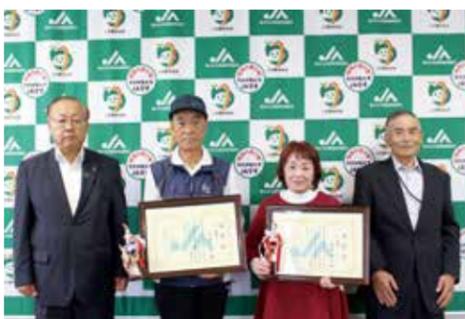
須賀川支店西袋地区で梨を生産する阿部一恵さんが9月13日、福島放送「ふつくん&しまちゃん天気予報」の取材を受けました。祖父の代から受け継がれてきた梨園地で撮影が行われ、畑の全景や実っている梨、収穫の様子を収録。インタビューでは栽培時に心掛けていること、管理に苦労・工夫したところ、おいしい梨の見分け方などを話しました。

また、今シーズンの梨の品質について「近年では例を見ない天候だったが、果実は平年並みの大きさで糖度も高く、おいしい梨が育った」と話していました。

- 大会結果(敬称略)
- 男性▼優勝 川原 学(泉崎)
 ▼準優勝 吉田 信雄(東)
 ▼第3位 関根 義夫(大東)
- 女性▼優勝 関根 サク(大東)
 ▼準優勝 青木セイ子(岩瀬)
 ▼第3位 最上 サキ(古殿)

年金友の会は9月21日、福島空港公園で第5回グラウンドゴルフ大会を開きました。4年ぶりの開催となった本大会には会員約240人が参加しました。

悪天候の中での試合となりましたが、会員らは元気にプレーを楽しみ、ホールインワンが出たときは大きな歓声が上がりました。



(左から)佐々木組会長、優勝の二人、中村幹雄会長

全 域
4年ぶりのGゴルフ
優勝目指す



みんなで夏の思い出をつくりました♪

8月26日、きゅうりん館で第4回あぐりスクールを開催しました。6人が参加し、野菜収穫やカレー作り、梨狩りを体験しました。

子どもたちは「みんなのはたけ」に自分たちで種まきしたナスやエダマメ、トマトなどの夏野菜を収穫しました。その後、収穫した野菜を入れたカレー作りに挑戦。野菜の切り方などを担任の先生に教わり、みんなで協力してカレーを完成させました。

午後は、梨農家の圃場に向かい、梨について勉強しながら収穫を体験。子どもたちは楽しみながら自分の住む地域農業について理解を深めていました。

すかがわ
収穫野菜で
カレー作りにチャレンジ!



はたけんぼの来店者に資材を渡ししながら交通安全を呼び掛ける職員

9月1日、当JA農産物直売所のはたけんぼ、り菜あん、安心館で交通安全啓発活動を行いました。秋の全国交通安全運動に合わせ「JAグループ統一交通安全キャンペーン」として、交通事故のない安全で安心して暮らせる地域づくりを目指す取り組みの一環です。交通事故が増加していることから特にドライバーを対象として、自動車が多く集まる各直売所で共済担当者やJA共済連福島の職員が交通安全キャンペーン資料を手渡し、交通安全ルールの遵守を呼び掛けました。

全 域
交通ルールを守ろう



ボウサイザーと一緒に踊りながら楽しく防災について学ぶ園児

8月24日、当JAとJA共済連福島は玉川村こども園たまかわクックの森で「防災戦隊ボウサイザーの防災教室」を開催しました。同園の4、5歳児75人が、消防署による防災講話やJA共済のオリジナル防災ヒーロー「防災戦隊ボウサイザー」によるステージショーを鑑賞し、歌や踊りを交えながら防災について楽しく学びました。

この防災教室は、子どもが安全に生活し、緊急時に教職員や保護者の指示に従い、落ち着いて素早く行動できるようになることを目的に開催しています。

いしかわ
ヒーローと一緒に
防災について学ぶ

JAとJA共済連福島は9月15日、浅川町立あさかわこども園で交通安全ミュージカル「魔法園児マモルワタル」を開き、園児や先生など約120人が参加しました。園児たちは歌や踊りを楽しみながら、信号機の色の意味などを学びました。その後、代表園児が舞台上に立つて、主人公たちと一緒に正しい横断歩道の渡り方を体験しました。

同ミュージカルは、JA共済が取り組む地域貢献活動の一つ。子どもたちに交通安全ルールを守ることの大切さを伝え、交通事故撲滅に向け全国各地で上演しています。



横断歩道の渡り方をみんなでチェック!

いしかわ
交通安全を
ミュージカルで伝える



骨密度を測定する参加者

しらかわ地区は9月13日、白河営農経済本店で健康増進活動を開きました。16人が受診し、病気の予防と早期発見に努めました。

参加者は「日帰りコース」として、一般的な健康診断項目の他、胸部と胃部のX線検査や骨密度測定、毛細血管観察、オプシオンで胃がんリスク階層別検査などを受けました。

検査後は農村検診センターの緑川淳副所長が、生活習慣病予防についての健康講話を実施。高血圧、コレステロール、がん予防などの話を聞き、参加者は健康に対する意識を高めました。

しらかわ
健康長寿を
目指して



旬の梨は2品種を取り揃え味比べにお買い求める方も

すかがわ地区は9月17日、岩瀬コミュニティセンターで開かれた「みらいの農業フェア&いわせマルシェ」で、キュウリや梨、シイタケなどを販売しました。手頃な値段で販売された農産物は多くの人に喜ばれました。

同イベントは16、17日の両日開催され、未来の農業を考える機会を作る「みらいの農業フェア」と商工会などの飲食店を出店する「いわせマルシェ」を同時開催しました。17日には『百姓の百の声』の映画上映会やトークショーなどが開かれ終日にぎわいを見せました。

すかがわ
新鮮な農産物を
取り揃え好評



さぎそうの小室孝行施設長(左)に鉢花を贈る鈴木友子浅川支部長

いしかわ地区ふれあいグループ連絡協議会は9月11日から12日にかけて、同地区の5つの介護施設へ鉢花を贈りました。

石川町の共生園、玉川村のたまかわ荘、平田村のよもぎ荘、浅川町のさぎそう、古殿町のふるどの荘を同協議会の部員がそれぞれ訪れ、施設の職員へ鉢花を手渡ししました。

同グループは高齢者や障害者の支援活動や福祉活動に積極的に取り組んでおり、毎年敬老の日に合わせ鉢花をプレゼントしています。

いしかわ
敬老の日に合わせ
お花をプレゼント



女性部 & 青年連盟

女性部

JA夢みなみ女性部組織連絡協議会

4年ぶりに県外研修を満喫

9月2日、コロナ禍で実施を見合わせていた県外研修を4年ぶりに開催しました。研修には各支部の支部長や副支部長ら29人が参加。埼玉県の川越まで足を延ばし、久々の研修を楽しみました。

一行は、江戸の面影を色濃く残す蔵造りの町並みを散策したり、縁結びの神様として知られる川越氷川神社を観光。お楽しみの昼食では、地産地消を取り入れた創作料理の店「いも膳」にて看板料理のいも懐石を堪能しました。全ての料理に川越の特産品であるサツマイモが使われており、いも本来の優しい味わいや見た目の美しさは元より、料理のアレンジの幅の広さにみんな感心しながらおいしい食事に舌鼓を打っていました。

非常に暑い中での研修でしたが、楽しく交流を図り有意義な1日となりました。



手の込んだサツマイモ料理が次々と。料理の勉強にもなりました！



江戸風鈴の音色に願いを込めて... 氷川神社で「縁むすび風鈴」を満喫



楽しい鯛みくじも♪結果は...

発表本番に向けて！

～フラダンス&スコップ三味線活動～

すかがわ岩瀬女性部では月に1回ずつ、参加者を募りフラダンスとスコップ三味線の練習会を開いています。

JA夢みなみ女性部組織連絡協議会が毎年1月に開催している生活文化活動発表交流会でのステージ発表に向けて、8月から練習をスタートしました。毎回10人ほどが集まり、和気あいあいにぎやかに活動しています。



今後の活動スケジュール

場所：きゅうりん館会議室
時間：19時～20時

| フラダンス | スコップ三味線 |
|----------|----------|
| 10/25(水) | 10/30(月) |
| 11/22(水) | 11/27(月) |
| 12/20(水) | 12/25(月) |
| 1/24(水) | 1/29(月) |

※参加人数によっては中止になる場合もございますのでご了承ください。



昨年度のフラダンス発表ステージ

「発表会には出られないけどやってみようかな♪」「見学だけでも行ってみたいかな♪」という方も大歓迎です！興味のあるすかがわ岩瀬女性部員の方は、下記担当までお気軽にお問合わせください。
女性部員も随時募集中です！仲間の輪を広げて一緒に楽しく活動しましょう！！

【お問合わせ先】すかがわ営農センター支援課(担当:稲部) TEL:0248-72-5238

エリアニュース 管内各地で行われた主な出来事をご紹介します。



かまぼこの生地を丸く型取り 絵や文字を描いていきます

9月9日、女性大学の第3回講座として学習旅行を実施し、受講生と事務局18人がいわき方面を巡るバスの旅を楽しみました。
一行は、いわきかまぼこ工房でかまぼこアートと昔ながらの竹ちくわ作りを体験。カラフルに仕上がったかまぼこはお土産に持ち帰り、自分で作った焼きたてちくわをその場で味わいました。
トマトのテーマパーク・ワンダーファームでは、トマト狩りといろんなトマト料理をビュッフェで楽しめるランチを堪能。塩屋崎灯台などにも立ち寄り、参加者は旅を満喫しながら交流を深めました。

いしかわ

バス旅で交流 & リフレッシュ



貝だくさんの芋煮を振る舞いました

しらかわ地区は9月9日、10の両日、しらかわの森スポーツ公園で開かれた「風とロック芋煮会2023 風とロックイモニーパーク」で、県産農産物をたっぷり使った芋煮約2000食を振る舞いました。
当JAからは両日合わせて12人の職員が参加。同イベントには県内外から多くの来場者が訪れ、ブース前は長い行列ができるほどの盛況ぶりでした。
芋煮は、被災地の復興支援や医療支援への募金に寄付した人に配られ、食べ応えがあつておいしいと好評でした。

しらかわ

心を込めて おいしい芋煮どうぞ



受賞した窓口担当職員(前列中央)と応援のJA役職員

第14回JA共済スマイルサポート・ロールプレイング県大会が9月13日、福島市で開催されました。同大会には、県内5JAから9人が出場。自動車共済の加入者が契約の終期日を迎えた想定で、電話での契約の継続を案内し、適切な対応や商品知識を披露しました。
当JAからは、長沼支店の本馬千聖職員と天栄支店の関根憂紀職員が出場し、奨励賞を受賞しました。

全域

利用者に寄り添う提案を ロープレ県大会で健闘



生徒からの質問に答える安部職員

白河旭高校が9月19日に開いた探求学習「地域のフロントランナー」と話をしよう！に、白河支店管内で農業を営む関谷裕幸さんと当JAの安部純一職員がゲストとして参加し、「農業」をテーマに高校生と意見を交わしました。
社会に貢献できる高い志を持った生徒の育成を目的に開催され、32の地元企業・団体と、同校の1年生約160人が参加。2人は、農業分野を希望したグループ3組とそれぞれ対話し、関谷さんは農業の現状や栽培へのこだわり、今後の農業の在り方などを、安部職員はJA事業を通じた地域とのつながりやJAが果たす役割などについて語り合いました。

しらかわ

白河旭高生と 農業について語らう

My name

天栄支店

古川 ^{れんと} 蓮士くん・^{りおな} 莉央奈ちゃん

チャームポイント 蓮士くん長いまつげとかわいい笑顔
莉央奈ちゃんかわいい笑顔にえくぼ

たからもの 蓮士くんアニアのかぶとむしとくわがたむし
莉央奈ちゃんうさぎのぬいぐるみ

ご両親から一言 兄妹、仲良く元気に楽しくだよ♡



取材者:磯部 洸大(天栄支店)

わが家のアイドル

My Family Cute kids!



中島支店

My name

近藤 ^{よしかず} 良和くん・^{ほのか} 穂果ちゃん

チャームポイント 良和くん目を細めて笑った顔
穂果ちゃんたれ目

たからもの 良和くんガーガーさん(重機のおもちゃたち)
穂果ちゃんテレビのリモコン

ご両親から一言 自然の中でたくさん遊んで、大きくなってね♡



取材者:佐川 希和子(中島支店)

My name

平田支店

関根 ^{こはる} 心春ちゃん

チャームポイント かわいい笑顔

たからもの 寛じいじいにもらった手帳

ご両親から一言 元気いっぱい育ててね♡



取材者:木村 瑛美(平田支店)



01 第74回日本学校農業クラブ東北連盟大会岩手大会の開催

令和5年8月24日(木)・25日(金)に岩手県で開催されました第74回日本学校農業クラブ連盟東北大会へ、本校から11名の生徒が出場しました。

平板測量競技、家畜審査競技、クラブ活動紹介発表の3競技に福島県の代表として出場し、日頃の学習成果を十分に発揮することができました。出場者及び成績は下記のとおりです。

クラブ活動紹介発表では「岩農スキーム～未来を創るNew Power～」と題して、本校の農業クラブで行っている活動を紹介し、最優秀賞を獲得。10月24日(火)～26日(木)に熊本県で開催される全国大会に出場することになりました。また、平板測量競技に出場の環境工学科チームと、家畜審査競技・乳用牛の部の岩谷乃愛さんは7月に行われた県大会において最優秀賞を受賞しているため同じく全国大会への出場が決定しております。

平板測量競技

環境工学科3年(4人1チーム) ※全国大会出場

山邊 瑚徠、佐藤 悠真
三瓶 陸、渡邊 健

家畜審査競技・乳用牛の部

【優秀賞】

生物生産科2年岩谷 乃愛
※全国大会出場
生物生産科3年大河原心暖



クラブ活動紹介発表

【最優秀賞】(5人1チーム) ※全国大会出場

生物生産科3年影山 直輝
ヒューマンサービス科3年.....熊田 奈々
ヒューマンサービス科3年.....藤家 柳紗
生物生産科2年柳沼 れな
食品科学科2年佐久間金範



Iwase Agriculture High school



うおざ 魚座 2/19~3/20

【全体運】努力の結果が出てやりがいを感じられそう。1人では難しいことも仲間と協力して大成功。宴席や旅行も幸運の兆し 【健康運】シェイプアップや筋カトレニングにツキ 【幸運の食べ物】ジャガイモ



みずがめ 水瓶座 1/20~2/18

【全体運】周囲からの注目度がアップ。良いことも悪いことも目立つので自分を律して。人に配慮すると状況は好転へ 【健康運】関節痛や貧血の予防に力を入れて。お茶が吉 【幸運の食べ物】リンゴ

安心館 いしかわ

8月26日(土)に同イベントを開催。1500円以上お買上げのお客様に「野菜クジ」を引いていただき、当たりが出たら粗品をプレゼントしました。7種類の野菜のぬいぐるみにクジをつけて並べ、カゴの中から好きなものを一つ選んでいただきました。吉田副店長は「かわいい野菜たちの中から、自分の好きなものを選んだり、色で選んだり、皆さんに楽しんでいただけて良かった」と話していました。



各店舗からのお知らせ

はたけんぼイベント情報

- 10月21日(土)／地産地消まつり
(県内JA直売所が集まって特産品の販売)
- 10月28日(土)・29日(日)／新米フェア(予定)
- 11月3日(金・祝)～5日(日)／秋の味覚フェア
- 11月11日(土)・12日(日)／里芋コロッケ販売

★毎週水曜日は当たりレシートの日!
当たりが出たら粗品をプレゼントします。

安心館イベント情報

- 10月22日(日)／油揚げの日(特売)
- 10月28日(土)／卵の日(特売)
- 11月2日(木)／納豆の日(特売)
- 11月7日(火)／お米の日(ポイント2倍)

★毎週日曜日は、当たりレシートの日!
当たりが出たら粗品をプレゼントします。

り菜あんイベント情報

- 10月21日(土)・22日(日)／柿詰め放題
- 10月28日(土)／卵イベント
- 10月29日(日)／肉の日
(対象の豚肉、牛肉が通常価格より2割引)、
ハロウィンイベント(カボチャおぼけを探せ)
- 11月3日(金・祝)／しらかわ地区JAまつり
- 11月4日(土)・5日(日)／新米フェア
- 11月11日(土)／里芋コロッケ販売
- 11月12日(日)／串焼き販売

★毎週水曜日は当たりレシートの日!
当たりが出たら粗品をプレゼントします。

3店舗共通イベント情報

毎月8日はお米の日「お米ポイント2倍」

毎月12日は豆腐の日「豆腐特売」

※イベント内容は変更になる場合がありますので、
店舗チラシをご覧ください。

直売所情報

Farmer's market INFORMATION

イベントの様子

野菜の日(8月31日)イベントを開催しました!

はたけんぼ すかがわ

8月27日(日)、県内を中心に活動している「野菜ソムリエコミュニティふくしま」のメンバーが店内に立ち、はたけんぼ野菜を使った7品の試食とレシピを紹介しました。特に「オクラ唐揚げ」や「トマトとコーンの炊き込みごはん」が人気で、「家でも作ってみます!」と嬉しそうにレシピを手にするお客様の笑顔が印象的でした。またイベント広場では、枝豆・ピーマン・ジャガイモの詰め放題を開催し、旬の野菜をPRしました。



り菜あん しらかわ

8月26日(土)・27日(日)の両日、ピーマン・タマネギ・ニンジンの詰め放題を開催しました。通常開催する単品の詰め放題ではなく、組み合わせは自由。「メニューを考えながら野菜を選んで詰められるのが嬉しい」「形が違うので、パズルみたいで楽しい」と、お客様からも好評でした。大谷副店長は、「野菜の日だけでなく、旬の野菜のおいしさを季節ごとに、家族みんなで味わって欲しい」と話していました。



FARMING INFORMATION 営農情報

サヤエンドウ・スナックエンドウ栽培について

○栽培カレンダー

| | 10月 | | | 11月 | | | 12月 | | | 1月 | | | 2月 | | | 3月 | | | 4月 | | | 5月 | | | 6月 | | | 7月 | | | | | |
|-------|-----|---|---|-----|---|---|-----|---|---|----|---|---|----|---|---|----|---|---|----|---|---|----|---|---|----|---|---|----|---|---|--|--|--|
| | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | | | |
| 播種準備 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 播種 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 補植 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| マ間引 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 支柱設置 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 病害虫防除 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 追肥 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 収穫 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |



西郷支店
佐原 榛香

○栽培適地について

日当たりが良く、排水の良い場所を選びます。適正な土壌pHは6.5(弱酸性)~7.0(中性)です。酸性土壌は適さないため、弱酸性の域を越える場合には石灰質肥料を施し、土壌酸度を中和するようにしてください。

○施肥について

播種の2週間前には、畦を立てる場所を耕運し、苦土石灰を適量散布してよく混ぜてください。

1週間程前になったら、化成肥料を散布し畦を立てます。

- *基肥 完熟堆肥 2kg/m² …… 播種の1ヶ月前には散布してなじませます。
- 苦土石灰 150~200g/m² …… 播種の2週間前を目安に散布して土壌酸度の矯正をします。
- 化成肥料 50g/m² …… 播種の1週間前を目安に散布してなじませます。

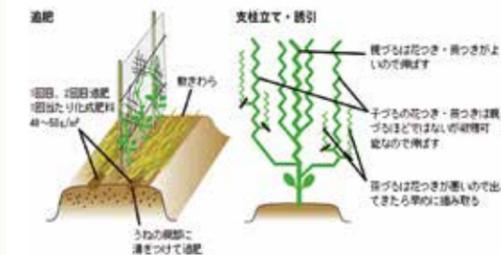
○播種について

まず、幅60cm、高さ10~15cmの畦を立てます。(1条植え)
そこにマルチを張り、剥がされないようにマルチ両端にしっかりと土をかけます。
その後、株間25~30cmで2~3粒ずつ種を蒔きます。(覆土は2~3cm程度)
*年内の生育が本葉5枚以上になると、越冬率が低下するため
早まきには注意してください。



○その後の管理について

- ①春先になり、草丈が7~8cm程度になったら、1ヶ所2本になるように間引きします。
- ②春になると、風が強い日が多い為、草丈が伸び、間引きが終わったら、支柱を立ててサヤネットを張ります。
…ネットを張り、生長点部分をネットにとめてやると、強風の被害を軽減させることができます。
*春先の強風対策として誘引作業は必須です。



- ③サヤ・スナックエンドウは、ハモグリバエ・アザミウマ類の被害が目立つので適時散布基準を守り防除します。
- ④収穫…サヤエンドウは5月中旬頃~ スナックエンドウは5月下旬頃~収穫となります。



介護ハンドブック

脳卒中後のうつを患った家族への対応

介護者メンタルケア協会代表 橋中今日子

脳梗塞や脳出血の後遺症といえども、まひや言語障害といったイメージが強いのですが、脳の血流量の変化によって、抑うつ状態のような精神症状が出る場合があります。

■脳梗塞後に悲観的な言動が増え引きこもり状態に

Aさん(男性・60代)と妻は、卓球と登山が趣味で、地域活動にも積極的に参加する活動的な夫婦です。ところが、半年前に妻が脳梗塞で倒れてしまいました。幸い、手足に軽いしびれが残るものの、リハビリの成果もあって、つえなしで歩けるまでに回復しました。しかし妻は「生きていくのがつらい」と嘆き、ずっと横になってしまいます。Aさんは「寝て過ごしてもなんにも変わらないよ!頑張らなきゃ!」と叱咤(しつた)激励しますが効果がありません。

■心療内科の受診で笑顔が戻る

その後、妻は主治医の勧めで心療



内科を受診し、「脳卒中後うつ病」と診断されました。うつ症状は、本人の意志で解決できるものではありません。家族は、悲観的な言動を目の当たりにするのがつらく、早く元気になってほしいという思いから励ましたくなります。しかし、本人は「早く元気にならなければ」と焦っている場合もあり、励ましが逆に本人を苦しめることもあるのです。妻は、心療内科で処方された薬の服用を続け、調理や手芸、園芸などに取り組む作業療法を受けるようになりました。半年ほどたった頃には悲観的な言動がなくなり、笑顔が増えてきたそうです。現在は、同じ年代の人が多いデイサービスの利用も検討しているとのことでした。妻の変化によって、Aさんは精神的な余裕を取り戻すことができ、地域活動や趣味を再び楽しむことができるようになりました。大病を患った家族の様子がおかしいと思ったときは、家族だけで悩まず、ケアマネジャーに相談して医療機関を受診しましょう。心療内科での治療は、比較的ゆつくり成果が出る人が多いですから、焦らず気長に見守るのもポイントです。



野菜もの知り百科

コスレタス(キク科アキノゲシ属)

土壌医 藤巻 久志

レタスの原産地は地中海沿岸から西アジアにかけてです。和名は「ちしゃ」です。切ると白い液が出るため乳草とも呼ばれ、それが変化して「ちしゃ」になりました。

レタスは「玉(結球)レタス」、サニーレタスなどの「リーフレタス」、サンチュなどの「茎レタス」、今回紹介する「コスレタス」の四つに大きく分けられます。日本では流通している物のほとんどが玉レタスでしたが、韓国料理やイタリア料理などの普及に伴い、その他のレタスも食べられるようになりました。

コスレタスの名前はエーゲ海のコス島で栽培されていたからで、ロメインレタスともいいます。ロメインはローマのことです。葉を巻き込まずに立った状態で、タケノコ形に成長することから和名は「立ちちしゃ」です。



レタスは鉄製の包丁で切ると鉄と反応し、切り口が赤茶色になります。乳状の液に含まれているポリフェノールの酸化が早まるためです。包丁を使うと細胞が壊され鮮度が落ちますが、手でちぎると断面が粗くなるので、ドレッシングが絡みやすくなります。

コスレタスは葉が厚く、シャキシャキとした食感が魅力で、シーザーサラダの食材として有名です。古代ローマの英雄ジュリアス・シーザーが好んだサラダというのには俗説です。シーザーサラダは1924年7月4日(米国独立記念日)に、カリフォルニア州に接するメキシコの町で、イタリア系移民の料理人・シーザーが考案し調理しました。

元祖デイズニールランドがある米国西海岸は新婚旅行の人気エリアでした。レストランではコスレタスだけを縦割りにして皿にのせたものが出されました。レタスだけを意味するレタス・アローンがレット・アス・アローン(私たちにだけに)に似ているので、レタスだけのサラダをハネムーンサラダといわれています。

皆様からの作品やお便りの紹介等、読者の皆様が参加するコーナーです。

お便り紹介

皆様からたくさんのご意見・ご感想をいただきました。ご紹介しきれないお便りも、大切に読ませていただいております。心温まるお便りやご意見ありがとうございます！

- 野菜作りなどくわしく説明してあるので大変参考になってます。(古殿町/大竹久江さん)
毎月読者のページやクロスワードパズル、アイデアレシピを楽しみに拝読しています。家庭菜園の作物もヒントになったりでありがたい広報誌です。(泉崎村/長久保恵美子さん)
ありがとうございます。おいしい野菜がたくさんできますよーに！(白河市/深谷節子さん)
お孫さんのご登場、お待ちしております♡(白河市/深谷節子さん)
【キャンプ道具で防災対策】
わが家のアイドルがとてもかわいいです。わが家の孫がたまたまと楽しみかな!!(白河市/深谷節子さん)
お孫さんのご登場、お待ちしております♡(白河市/深谷節子さん)
【キャンプ道具で防災対策】
週に2回は最低でも利用して

作品紹介

皆様からお送りいただいた素晴らしい作品をご紹介します！

- 【俳句・川柳】
蒸し暑き 冷やしサイグレーラッパ飲み 石川町/佐藤チヨウさん
ミニトマト 暑さに負けてやけどかな 天栄村/小針恵美子さん
武士のこもれし城や愛珠沙華 中島村/加藤敏男さん
ひ孫ちゃん 人まねじょうずの手のしぐさ 泉崎村/小針モト子さん
盆ざりてしずかに聞えるむしの声 白河市/室ヒロ子さん
雨降らず千されたガシのでない高齢しや 玉川村/石森順子さん
炎天下高校野球見る根気 平田村/矢吹正一さん
朝夕の風に初秋の気配あり 須賀川市/橋本節子さん
鉄洗ふ手元をてらす秋の月 須賀川市/金澤トキエさん
この暑さ捨りの秋が夏となる 須賀川市/関根信幸さん

- 夕映えや稲穂は躍る疎水塚 須賀川市/安田キミさん
秋の空の暮れ早し権太倉 白河市/大竹みどりさん
緑濃い山の端白く穂の花 西郷村/和知肇さん
秋空に コンバインとてフルコース 中島村/野木重子さん
夕立や暑さやわらげ虹が立つ 中島村/宮本馨さん
朝寝床俺の川柳発祥の地 石川町/松山重一さん
夫の留守鬼の居ぬ間のランチ会 浅川町/小室幸子さん
窓開てカーテンごしに秋の風 泉崎村/大森伍郎さん
秋雨が農作業の邪魔をする 須賀川市/渡邊美和子さん
猛暑日も時行き消えし虫の声 須賀川市/間弓松芳さん

- 【短歌】
渡り鳥帰った後の田んぼには 淋しく残るしらすぎ親子 西郷村/伊東恵美子さん
盆近し 焼き茄子好きな息子遊く 初物供いて気持ち安らぐ 須賀川市/佐藤テエ子さん
師匠と仲間と 民謡を訪ねてバス旅幾度 白河市/渡邊初代さん
夏祭り昭和のゆかた出して着た ちよっぴり派手だが まあーいっかあー 須賀川市/安藤ウメノさん
若き日に農に生きんと語り合う 知己の早き死吾驚愕す 石川町/深谷恒生さん
花冷えの墓に眠れし御仏の 甥の姿に目覚め悲しむ 平田村/熊谷武男さん
寝苦しく稲田の夜道そぞろして 吾の月影さき立ちにして 中島村/佐久間保明さん

- 腕を立て足つつばらせ頭上げ 頑張っているひ孫のうっ伏せ 須賀川市/深澤ヒサ子さん
亡き母の思い出飾りし茶筆菊の写真と語りて早10年 須賀川市/遠藤良枝さん
ビアパーティーまんまる月に 照らされて昼の熱気の疲れ飛ぶ 白河市/穂積やえ子さん
D51で二時間かけて嫁ぎきし 妻も老いたりグイヤ婚過ぐ 西郷村/黒澤正行さん
ハイウェイ帰って来たよと 見上げれば浅間山はすそ野ゆらりと広げ 白河市/猪俣文江さん
農外働農機資求めいささか農 吾が田穂はふと天空見る 古殿町/米川ペンさん
歳重ね憂うる事の多かれど 野に咲く花の野菊ほどの幸 須賀川市/川田真佐子さん
手をつなぐ親子の笑ひ聞こえくる 朝日まぶしい花の道行く 白河市/安沢桂子さん

ます。今回の秋彼岸ははたけんぼの開店時間が30分早くなっていて混雑が少し緩和されてたように思いました。農家の方とスタッフの方は大変だったと思いますが利用客としては、とても助かりました。ありがとうございます。(須賀川市/兼子浩恵さん)
↓ご利用ありがとうございます。新鮮な野菜や綺麗な花を届けることは嬉しい事です😊
●主人は夢みなみのロゴマーク探し、私はパズルを楽しんでいつも応募しています。



JA夢みなみでは、皆様からのお便りや写真、絵手紙、川柳、俳句、短歌などの作品をお待ちしております。住所・氏名・年齢を明記の上、下記の宛て先までハガキか封書でお送りください。また、作品に込めた思いを作品と一緒にご記入ください。応募された作品の返却はできません。また、掲載本数には限りがあるため、応募多数により全ての作品をご紹介できない場合もございますので、ご了承いただけますようお願いいたします。※ご記入いただいた情報は本誌への掲載以外には使用いたしません。
作品 募集中
宛て先 JA夢みなみ 広報誌編集係
住所 〒962-0839 福島県須賀川市大町85
メールアドレス kikaku@ja-yumeminami.or.jp
締切り 10月27日(金)必着
メールでも作品を応募いただけます!

肥料・農薬の購入は まとめて予約&早期配送・早期決済でお得に!

10月のふれあい週間で令和6年度用肥料・農薬予約注文書を配布します。予約注文の締切は11月末まで! お早めどうぞ!

●**早期配送&早期決済でお得!** ※還元金のお支払いについては、令和7年5月(予定)に全額口座振込とさせていただきます。

| 肥料 | | |
|---|--|--------------|
| 配送時期 | 決済方法 | 奨励 |
| 12月配送 (自己取り) | 令和6年1月25日未収金決済または 令和6年1月25日までにお支払いを終えた方 | 購入金額の1%を還元 |
| | 令和6年8月25日未収金決済または 令和6年8月25日までにお支払いを終えた方 | 購入金額の0.5%を還元 |
| | 令和6年11月25日未収金決済 | 還元はありません |
| 1~2月配送 (自己取り) または 3月配送 (自己取り) | 貯金決済 | 還元はありません |
| | 令和6年8月25日未収金決済または 令和6年8月25日までにお支払いを終えた方 | 購入金額の0.5%を還元 |
| | 令和6年11月25日未収金決済 | 還元はありません |
| 農薬 | | |
| 配送時期 | 決済方法 | 奨励 |
| 3~4月配送 ※育苗用農薬は 2~3月 | 貯金決済 | 還元はありません |
| | 令和6年8月25日未収金決済または 令和6年8月25日までにお支払いを終えた方 | 購入金額の0.5%を還元 |
| | 令和6年11月25日未収金決済 | 還元はありません |

●**予約&早期配送・自己取りですらにお得!**

| 品目 | 引き渡し方法 | 予約メリット (品目に応じて当用価格より) |
|----|-----------------------|--------------------------|
| 肥料 | 12月配送 | 30円~130円値引き |
| | 12月自己取り | 60円~160円値引き |
| | 1~2月配送 | 10円~100円値引き |
| | 1~2月自己取り | 40円~130円値引き |
| | 3月配送 | 当用価格 |
| 農薬 | 3~4月配送 ※育苗用農薬の2~3月 | 当用自己取り価格 |
| | | 予約価格を設定 |

●**その他にもこんなメリットが!**

大口予約奨励

令和6年度用肥料・農薬の推進期間内に予約のあった組合員に対してその購入金額に応じ、奨励措置を実施します。

- 予約金額100万円以上の組合員に対し
予約金額の6%を還元
- 予約金額75万円以上100万円未満の組合員に対し
予約金額の5%を還元
- 予約金額40万円以上75万円未満の組合員に対し
予約金額の3%を還元
- 予約金額20万円以上40万円未満の組合員に対し
予約金額の1%を還元

※対象となる予約金額は、水稲肥料・水稲農薬・そさい肥料・そさい農薬・果樹肥料・果樹農薬の合計金額(税抜)となります。
※奨励金のお支払いについては、令和7年5月(予定)に全額口座振込とさせていただきます。

●注意事項

※商品の参考価格につきましては、肥料は令和5年6月~10月迄の秋肥価格を農薬の参考価格は前年度予約価格を掲載しております。今後、市況の影響等により予約注文書の参考価格より肥料予約価格が11月、農薬についても12月の価格改定のため変動することがあります。(肥料価格は概ね値下げ傾向です)

お問い合わせは最寄りの各支店まで

抗菌薬が効かない「薬剤耐性(AMR)菌」が拡大!!



先月号では抗菌薬の効果や功績についてお伝えしました。今回は細菌と抗菌薬の関係と薬剤耐性菌について解説します。

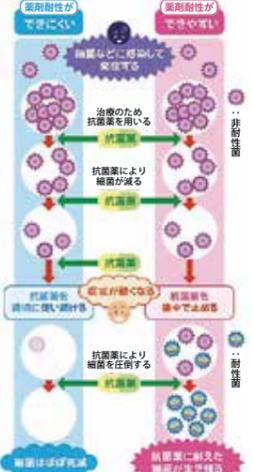
「風邪には抗菌薬が効かない!」

細菌に対しては非常に優れた効力を持つ抗菌薬ですが、ウイルスには細胞壁やリボソームといった構造はなく、細菌とは全く別の構造のため抗菌薬は効果を示しません。身近な感染症としては、風邪の原因の80~90%がウイルスといわれており、コロナウイルスやRSウイルス、アデノウイルスなど200種類以上あります。その他にもインフルエンザ(ノロウイルスによる)感染性胃腸炎、水ぼうそう、おたふくかぜ、麻疹(はしか)、風疹などがウイルスによる感染症です。それらウイルス感染症の薬を開発するには、各ウイルスの特徴を捉え、そ



白河厚生総合病院
抗菌薬適正使用支援チーム/
院内感染対策チーム
薬剤師
小林 俊生

のウイルスに適合した抗ウイルス薬を開発しなくてはなりません。インフルエンザに対する抗ウイルス薬としてタミフルなどが有名ですが、その他のほとんどのウイルスには細菌感染に対する抗菌薬のようには細菌感染に特有な構造や酵素を持っていません。新型コロナウイルス感染症に対する抗ウイルス薬の開発には全世界で非常に多くの時間と労力を費やし、やっと開発されたのが記憶に新しいかと思えます。ウイルス感染のほとんどの治療法は、水分補給や解熱剤などの対処療法が中心となります。また、感染前に行うワクチン接種は感染時の症状を軽減させるのに非常に有効といわれており、感染症のリスクを軽減することにつながります。「インフルエンザに罹った時に抗菌薬を処方してもらった」という方もいるかと思いますが、インフルエンザに感染すると、体力や免疫力の低下から他の細菌に感染しやすくなり、半数以上の方が細菌による感染症を合併するといわれています。例えば、黄緑色の鼻水や、痰が絡む咳などの症状がある場合は、他の細菌の感染を併発



同じ種類の細菌でも個性があり、医師は細菌感染症の症状などからその個性を考慮して、ほとんどの細菌が死滅する日数を計算し処方しています。大半の量が死滅すると症状は軽減するかもしれませんが、薬を飲み切らなければ、結果的に抗菌薬に耐える傾向のある個性を持った細菌が生き残ります。その個性にどのようなものがあるかといえば、細菌自体を覆っている膜が薬が浸透しにくいもの(バイオフィルム)だったり、細菌に入ってきた薬を汲み出す機能(排出ポンプ)を持つもの、抗菌薬の作用部位が標準的な細菌と違っていたり(遺伝子の変異)、抗菌薬を分解する酵素を持っていたり(分解酵

「薬剤耐性(AMR)菌ってなに?」

医師に処方された薬の服用を症状が軽減したからと止めてしまったり、飲み残していた抗菌薬があるからと病院に行かずにその薬を服用して様子を見ようとした経験はありませんか。

「薬剤耐性菌を増やさないために!!」

薬剤耐性の増加は抗菌薬が効かない細菌感染症を増やす結果となり、抗菌薬がなかった時代に逆戻りする事になります。そのことから、死者数が増える事、死者数を減らす事、2050年には全世界で年間1000万人を超える事予想されています。この世界的な問題を受け、2015年の世界保健総会では、薬剤耐性に関するグローバル・アクション・プランを採択。加盟各国に2年以内に薬剤耐性に関する国家行動計画を策定するよう求めました。これを受け日本でも第1版(2016・2020)に続き第2版(2023・2027)のアクションプランが決定されました。この中で国は、医療従事者の抗菌薬の適正処方を目指す一方で、患者さんへの正しい服用の推進も求めています。薬剤耐性菌をこれ以上増やさない為にも、医師から処方されたお薬は医師の指示に従い正しく服用することを願います。

乳幼児や高齢者、他の病気で体力が弱っている方が、細菌由来の気管支炎や肺炎などの合併症を引き起こしやすいといわれており、医師はその患者さんの容体に合わせ抗菌薬の処方を行う事もあります。素の保持)する個性です。これらの個性を持った細菌は、標準的な細菌の中で生息しているときは少数派として存在しますが、標準的な細菌が死滅することで生息圏をを広げ多数派として存在することができるようになります。さらにその個性を持った細菌同士が接合伝達などの機会が増え、より強力な耐性菌が誕生する結果を招くこととなります。現在、これら薬剤耐性菌にも効果が示す抗菌薬の開発も進んでいます。更に薬剤耐性抗菌薬に耐性を持った薬剤耐性菌も誕生しています。



厚生労働省の「薬剤耐性(AMR)対策について」ホームページ
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000120172.html>

令和5年度

すかがわ地区感謝祭開催のご案内

とき 令和5年
10月28日(土)
9:30~16:00

ところ すかがわ営農センター
きゅうりん館
(須賀川市松塚字赤坂 1-1)

臨時 大桑原つつじ園駐車場
駐車場

主な催し物

- 肥料農薬商品提案会・予約
- 農業機械展示・販売
- 生活関連展示・販売
- 農産物販売
- 自衛隊・警察車両・白バイ展示(午前中のみ)
- パターゴルフ大会(参加イベント)
- 新鮮野菜 無料配布会(午前・午後) ※数量限定!
- よさこい踊り
- 縁日コーナー
- 青年連盟・女性部による模擬店
- キッチンカー出店



※イベント内容は天候やその他やむを得ない事情により、変更または一部中止になる場合がありますのであらかじめご了承ください。

その他たくさんのイベントを開催!!



入場無料

第6回いしかわ牛肉まつり2023 開催のご案内

とき 令和5年
11月18日(土)
10:00~15:00

ところ クリスタルパーク石川
(石川町総合運動公園)
石川町字渡里沢 296-8

主な催し物

- それいけ!アンパンマン 撮影会
時間...1回目 11:30~
2回目 13:30~
- いしかわ牛 精肉販売
- いしかわ牛認定店、キッチンカー出店



※イベント内容は天候やその他やむを得ない事情により、変更または一部中止になる場合がありますのであらかじめご了承ください。

令和5年度 秋の収穫祭イベント

しらかわ地区JAまつり開催のご案内

とき 令和5年
11月3日(金・祝)
9:00~15:30

雨天実施

ところ JA夢みなみ (旧JAしらかわ本所)
白河営農経済本店構内



秋の農産物即売会コーナー

野菜・果実・花・農産資材・日用品・雑貨・食品など販売!

農青連 女性部 美味菜発見 飲食コーナー

各支部より地元食材を使って自慢のグルメを提供します。どうぞご賞味下さい。

大抽選コーナー 時間 9:00~15:00

抽選券は、ふれあい館等に配布しておりますので、当日は必ず持参してください。当日は抽選会コーナーにてクジを引いていただき、当選者にはその場で賞品をお渡し致します。

| | |
|-----------------|--------|
| 1等 家庭用冷凍庫(タテ型) | 7本 |
| 2等 福島牛(すき焼用)セット | 14本 |
| 3等 JAオリジナル商品セット | 28本 |
| 4等 タオル(白) | 1,300本 |
| 5等 ハトムギペットボトル | 2,200本 |

主な催し物

- 大抽選会
- 秋の農産物即売会コーナー
- 書写図画展覧会&フォトコンテスト
- 農青連&女性部飲食コーナー
- キッチンカー・露店フェス
- 野立て看板コンクール
- 農の生け花展示
- 新米すくいどりチャレンジ
- 農機具展示、自動車用スタッドレスタイヤ展示予約コーナー



キッズコーナー

- ミニ動物園
- ミニSL
- じゃんけん大会
- 警察、消防、自衛隊車両展示
- 稲わらロール落書き
- バッテリーカー
- ファンタジースライダー

屋外特設ステージ

- それいけ!アンパンマン ショー (2回公演、各回約30分)
- よさこい踊り(白河厚生総合病院看護学院)
- フラダンスショー(しらかわ女性部ロマニアロハース)
- 本田知美ミニコンサート
- チアダンスショー(チームLea☆StarS)

それいけ!アンパンマン ショー

観覧無料

「クリームパンダのおつかい大作戦!？」

日時 **11/3(金・祝)** 1回目 10:30~ (各回約30分)
2回目 14:00~ ※各回ショー終了時に、握手会を開催します。

場所 屋外特設ステージ

JA共済Presents

その他たくさんのイベントを開催し、皆様のご来場をお待ちしております!

※場合によってはイベントの時間や内容等が変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。

みなさまの農業経営を支援する

令和5年度版 **JA情報マネージメント**

JA情報マネージメントは、みなさまの農業経営を支援するため、JAとの販売・購買・貯金等の取引内容を、農業簿記の標準勘定科目毎に集計して提供するシステムです。

情報提供を希望される方は、「利用申込書」に必要事項を記入、署名・押印のうえ、最寄りのJAにお申込みください。

また、確定申告等の税務資料も作成しております。希望される方は、JA情報マネージメントといっしょにお申込みください。

システムの特徴

みなさまの税務申告の方法（白色・青色収支・青色複式）に応じたJAとの取引データを集計して提供いたします。

取引データの提供方法

- ① 単式簿記（収支計算）、複式簿記によるデータ提供方式が選べます。
- ② 提供帳票（貯金出納帳、貸借対照表等）が選択できます。
- ③ 電子データによる取引情報の提供で、市販ソフトとのデータ連携ができます。

★市販ソフトとのデータ連携
ソリマチ農業簿記Ver.12へJA取引データ取込みができます。

〈注意事項〉

JA情報マネージメントを利用した農業所得の決算と申告書作成に当たっては、その他の取引（例えばJA以外の業者等との取引）を加えることや、「按分表」を利用して、事業・家事の按分計算により適正額を算出する等の決算額の修正が必要となります。

JA情報マネージメントでは令和5年10月から開始される適格請求書保存方式（インボイス制度）における各取引がインボイスによる取引かどうかの判定を行っておりません。そのため、消費税課税事業者のうち本則課税の場合はインボイス以外による取引を確認のうえ自ら修正する必要があります。

なお、本帳票はインボイスには該当しませんので各取引にかかるインボイスを保管する必要があります。JA情報マネージメントの利用申込に当たっては、みなさまの申告方法に応じた帳票類の選択と、料金のお支払い方法（引落し口座指定等）を明記くださるようお願いいたします。

料金等詳しい内容は最寄りの各支店までお問い合わせください



JAにお金にまつわる
お悩みを
相談してみませんか



将来に備えて、お金の色分けや

資産運用を始めてみたい方、はじめの一步はJAへ。

お金にかかわるお悩みにしっかりお応えいたします。

©よりぞう

専門のJA職員がお金の悩みをアドバイス！ご来店をお待ちしております！

JA夢みなみローンセンター営業時間のご案内 **毎週日曜日も営業しています！**

平日 9:00~17:00 / 日曜 9:00~15:00

※ただし、年末・年始、大型連休、盆休、及びその他の祝日は休業日となります。

各種ローンのご相談に
お気軽にご来店ください！

■須賀川ローンセンター
〒962-0839 須賀川市大町85
TEL: 0248-72-5206

■白河ローンセンター
〒961-8585 白河市弥次郎窪29-1
TEL: 0248-22-5158

注目!!
一時払仕組みの
ご案内です!



一時払終身共済 (平28.10)

生存給付特則付

一時払終身共済 (平28.10)

一時払介護共済

毎月、前月の市中金利により設定される予定利率※1 に応じて、お支払いいただく共済掛金が決まる仕組みとなりました！

予定利率

令和 5 年 10 月加入の場合※2

一時払終身共済 (平28.10)
生存給付特則付一時払終身共済 (平28.10)

【 0 . 8 % 】

一時払介護共済

【 1 . 1 % 】

令和5年9月までの
予定利率

一時払終身共済 (平28.10) ・ 生存給付特則付一時払終身共済 (平28.10) : 固定型の予定利率設定 **[0.3%]**
一時払介護共済 : 固定型の予定利率設定 **[0.4%]**

※1 予定利率とは、共済掛金積立金（将来の共済金等をお支払いするために、共済掛金の中から積み立てられているお金）を運用する際に適用されるあらかじめ定められた利率をいいます。

※2 予定利率は、金利情勢に応じて毎月1日に設定され、月末まで同一となります。このため、ご契約される月によりお払込みいただく共済掛金が変動（増減）する場合がございます。

※3 現在の共済掛金については、「掛金シミュレーション」にてご確認ください。お近くのJAにお問い合わせください。

※4 「申込み」「告知」「共済金の払込み」の手続きが完了した日（契約日）の予定利率が適用されます。

※5 保障の開始は※4の手続きが完了した時点となります。

詳しくはお近くのJA（または担当者）にお問い合わせください。

お問い合わせは

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。

23079990226



理事会だより

第7回理事会

令和5年8月30日(水)

【議案】

- 議案第 1号 総代協議会会長会並びに支店運営委員会・支店地域別総代協議会合同会議の開催について
- 議案第 2号 福島県農業信用基金協会への増資について
- 議案第 3号 集落座談会の協議内容について
- 議案第 4号 理事との契約について(米集荷業務委託契約の締結)
- 議案第 5号 理事会付議貸付について
- 議案第 6号 JA住宅・リフォームローン特別金利の継続について
- 議案第 7号 令和6年度用肥料・農薬予約購入奨励措置要領について

第8回理事会

令和5年9月20日(水)

【議案】

- 議案第 1号 令和5年産共計対象米穀(JA米・一般米・備蓄米・加工米・輸出米)概算金単価について
- 議案第 2号 令和5年産買取米価格及び飼料用米の価格設定について

わたしたちのJA

令和5年8月末現在

- 正組合員数 18,340人 (正組合員戸数) 16,207戸
- 准組合員数 14,026人 (准組合員戸数) 10,557戸
- 出資金残高 51億1,014万円
- 貯金残高 2,103億5,113万円
- 貸出金残高 601億8,022万円
- 長期共済保有高 7,368億3,792万円
- 購買品供給高 30億4,354万円
- 販売品販売高 72億4,312万円

JAグリーンセンター石川から 冬季休業のお知らせ

誠に勝手ながら、JAグリーンセンター石川は、下記日程を冬季休業とさせていただきます。ご不便をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

冬季休業期間 令和5年11月 1日(水)～ 令和6年 2月29日(木)

休業中のお問い合わせは最寄りの各営農センターまで

ガスセンターからの お知らせ

福島県ではLPガスの料金高騰に伴いお客さまの料金負担軽減施策を実施しております。当JAにおきましても該当となりますのでお知らせいたします。

対象者 当JAガスセンター利用者

値引額 1契約(1ガスメーター)につき、請求額から最大3,000円(税抜)を値引きいたします。

※下記の値引期間中において合計3,000円(税抜)となります。
※税込み表記であれば合計3,300円(税込)となります。
※各月の請求額が1,500円に満たない場合は、請求額は0円となります。

値引期間 令和5年10月・11月検針請求額にて、各月1,500円(2ヵ月合計3,000円)を上限に値引き。

お問い合わせ

- JA夢みなみガスセンター (しらかわ地区・いしかわ地区にお住まいの方) TEL:0248-22-5165
- JAサービス夢みなみすかがわガスセンター (すかがわ地区にお住まいの方) TEL:0248-92-3320

JA葬祭スタッフ 募集のお知らせ

仕事内容 式典の設営、接客などの葬儀全般

まごころ斎苑 (白河市久田野前田52-6)

まごころ西郷斎苑 (白河市真舟10-3)

勤務地

あぶくま斎場石川 (石川郡石川町字当町373-5)

あぶくま斎場玉川 (石川郡玉川村岩法寺字宮ノ前116-2)

時給

1,000円+交通費
・葬儀が入り次第、勤務となります。
・勤務時間は5～6時間程度

お問い合わせ先

- 経済部典礼センター 担当:藤田 白河市弥次郎窪29-1 TEL:0248-24-5850

様々なリスクに備えて収入保険に加入しましょう!

農業経営には様々なリスクが...



| | | | |
|----------------|----------------|------------------|----------------|
| <p>自然災害で減収</p> | <p>市場価格が下落</p> | <p>災害で作付不能</p> | <p>病気で収穫不能</p> |
| <p>倉庫の浸水被害</p> | <p>取引先の倒産</p> | <p>盗難や運搬中の事故</p> | <p>為替変動で大損</p> |

様々なリスクをカバーしたい方

収入保険をおすすめします!

- ・青色申告を行っている農業者が対象です。
- ・原則全ての農産物を対象に、自然災害や価格低下だけでなく、農業者の経営努力では避けられない収入減少を広く補償します。

詳しくは、JAの各地区営農センター、または各支店の営農担当者までお問い合わせください。

JA夢みなみ 太陽耕うん爪キャンペーン

キャンペーン期間：令和5年11月1日(水)～令和6年3月29日(金)注文分 秋耕で稲わらをすき込み温室効果ガス削減!!

ホルダー爪 (穴1つの爪)



ナタ爪 赤爪 桜爪 SP爪 SPN爪

ご注文の際はトラクタ・耕うん機の型式、ロータリ型式、爪の種類をご確認ください!

【お問い合わせ先】JA農機センターでは最適な爪をご提案いたします!

- 株式会社JAサービス夢みなみ
- すかがわ農機センター (須賀川市岩測字荒池66-1) TEL0248-92-3231
 - しらかわ農機センター (白河市弥次郎窪29-1) TEL0248-22-7861
 - いしかわ農機センター (石川町字石田46-1) TEL0247-26-6057

フレンジ爪 (穴2つの爪)

ふれあい週間は 15日(水)~21日(火)

| | | | |
|----|-------------------------------|----|--|
| 1 | 水友引 | 17 | 金友引 |
| 2 | 木先負 | 18 | 土先負 いしかわ牛肉まつり 第6回あくりスクール (すかがわ地区) |
| 3 | 金仏滅 文化の日 JAまつり(しらかわ地区) | 19 | 日仏滅 |
| 4 | 土大安 親子ふれあいのつどい (いしかわ地区) | 20 | 月大安 |
| 5 | 日赤口 | 21 | 火赤口 |
| 6 | 月先勝 総代協議会会長会議 | 22 | 水先勝 小雪 |
| 7 | 火友引 | 23 | 木友引 仏事事前相談会(3地区) 勤労感謝の日 |
| 8 | 水先負 立秋 | 24 | 金先負 |
| 9 | 木仏滅 | 25 | 土仏滅 |
| 10 | 金大安 | 26 | 日大安 |
| 11 | 土赤口 第4回女性大学 (いしかわ地区) | 27 | 月赤口 |
| 12 | 日先勝 | 28 | 火先勝 |
| 13 | 月仏滅 | 29 | 水友引 |
| 14 | 火大安 | 30 | 木先負 理事会 |
| 15 | 水赤口 健康増進活動 (すかがわ地区) | | |
| 16 | 木先勝 | | |

※各日程については予定であり、変更になる場合もございますのでご了承ください。

自己改革の取り組み

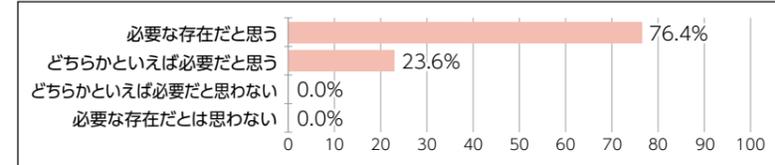
当JAの各事業で行っている自己改革の取り組みについてご紹介いたします。

准組合員アンケートの結果について

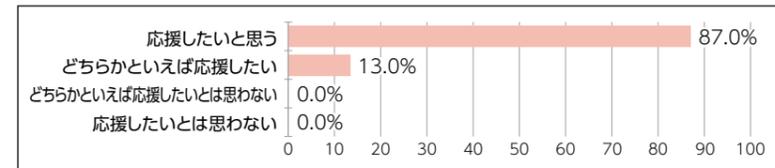
JA夢みなみでは、准組合員を「地域農業の応援団」と位置付けて、准組合員との接点強化に取り組んでいます。9月9日に開催した准組合員のつどいとあわせて、准組合員アンケートを行い、高い評価をいただきました。

准組合員アンケート結果

●JAは地域農業や暮らしにとって必要な存在だと思いますか？



●JA事業の利用、地域の農産物の購入や農業体験などを通して、JAの行う地域農業の振興を応援したいと思いますか？

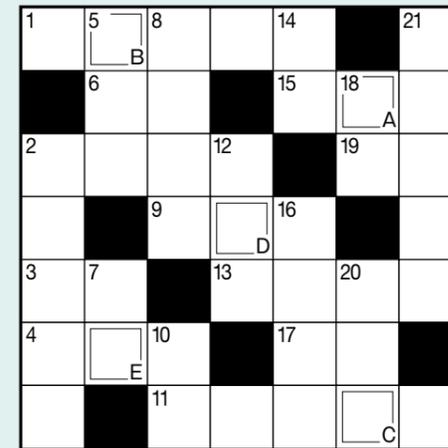


また、JAが果たす役割として、多くの方が「地域農業の振興・担い手支援などの農業支援」と「安心できる農産物・食料品の提供」を期待していることがわかる結果となりました。JA夢みなみではこれからも、准組合員との接点強化を図り、意思を事業運営に反映させる取り組みを行ってまいります。

クロスワードパズル Crossword Puzzle

正解者の中から抽選で5名の方に
全農商品券500円分を
プレゼント!

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?



答え A B C D E

ヨコのカギ

- ① 甘柿の王様と呼ばれることもあります
- ② 屋内のこと。——派
- ③ ポンレス——、——サンド
- ④ 漢字では石榴、柘榴などと書く果物
- ⑤ たき火に手をかざして取ります
- ⑥ 飲んで食べて話して楽しめます
- ⑦ 山野で生まれ育ったヤマノイモ
- ⑧ 奇術師が披露するもの
- ⑨ ベンチよりふかふかしています
- ⑩ 富士山の山頂を白くします
- ⑪ 漬物やワインを詰めます

タテのカギ

- ⑫ 日光の紅葉の名所。48個のカーブがあります
- ⑬ 考えるときにひねるもの
- ⑭ 応用に移る前にしっかりと
- ⑮ 1カ月の後ろ3分の1
- ⑯ ペンのはキャップと呼ぶこともあります
- ⑰ 東京都中央区の地名。豊洲へ移転した東京都中央卸売市場があった場所
- ⑱ 2人でおそろいの服を着ます
- ⑲ 大敵、運転中は気を引き締めて
- ⑳ 白——に身を包んだ花嫁さん
- ㉑ ジョギングや水泳、筋トレなどはこの一種
- ㉒ ハウスを使わず作物を育てる——栽培

【先月号の答え】
カラスウリ

今月の表紙 This month's cover

今月は東支店管内の浅田委里香さんのかわいいお子さん、優くんと凜ちゃんの登場です。お母さんの委里香さんは家族で農業を営んでおり、水稻2.5ha、レタス60a、トマト15aを栽培しています。

優くんは、身体を動かすのが大好きな小学2年生。小学1年生からサッカーチームに所属し、練習に励んでいます。将来の夢を聞くと、「サッカー選手!」と元気に答えてくれました。幼稚園の年長さんの凜ちゃんは、おしゃべりが大好きな女の子。活発な性格で、おばあちゃんと一緒にフラダンスの練習をすることが楽しみなんだとか。

取材の空き時間にかけっこや鬼ごっこが始まるほど、元気いっぱい仲良しな2人。お母さんの委里香さんはそんな2人を「元気で健やかに育ててほしい」と優しく見守り続けます。

東支店

水稻・レタス



(写真左から)優くん、凜ちゃん、お母さんの委里香さん

クロスワードパズル・ロゴマークを探せ! の応募方法

ハガキにクイズの答えと必要事項を記入の上、広報誌への感想などを添えてお送りください。たくさんのご応募お待ちしております。

■応募締切/11月17日(金)必着

962-0839
福島県須賀川市
JA夢みなみ 大町85
広報誌編集係

9月号クロスワードパズルの当選者[5人]

- 泉崎村/大森 伍郎さん
- 中島村/金澤 良子さん
- 石川町/宗像 千里さん
- 須賀川市/福田チカ子さん
- 群馬県/荒井 佑也さん

※当選者様へお送りする全農商品券は9月下旬に郵送いたしました。

夢みなみのロゴマークを探せ!

広報誌11月号のどこかに、ウインクしている夢みなみのロゴマークが2ヶ所に隠れているよ。探してね!

夢みなみのロゴマークを見つけ、ご応募いただいた方の中から抽選で、5名様をジェラート券をプレゼント!

10月号の答え
P6・P19



今月の家の光

11月号の読みどころ

毎月、生活のお役立ち情報満載!その他、地上・ちゃぐりんなど購読のお申し込みは最寄り各支店まで!



特集

わが子の未婚に悩むあなたへ 結婚すれば、幸せ?

わが子のために、一様ではない幸せのカタチについて考えてみませんか。

・ウー・ウェンさんの 風邪を遠ざけるシンプル鍋

手芸

セーターをリメイク
ニット帽&アームウォーマー
着なくなったリブニットセーターをリメイク!





Recipe

ナスの甘味噌添え

材料

- ナス …… お好みの量
- 油 …… 適量

【甘味噌ダレ】

- 酒 …… 100ml
- ザラメ …… 100g
- 味噌 …… 100g



POINT

甘味噌ダレは、タッパーに入れて、冷蔵庫に保存しておけば、料理に重宝します！
濃厚なのでキュウリやこんにゃく、おでん用の味噌など何でも合いますよ！



小貫 美枝子 さん
(鏡石町中町)



作り方

- 鍋に★を入れ、中火でかき混ぜながら煮詰める。とろみが出たら甘味噌の完成。
- ナスはヘタの部分を切り落とし、縦半分に切り皮表面に斜め格子の隠し包丁を入れる。
- 水にさらしてアクを抜き、キッチンペーパーで水分をふき取る。
- フライパンに油をひいて熱し、ナスを並べたら蓋をして弱火にかけ蒸し焼きにする。
- 火が通ったら皿に移し、①を添えれば出来上がり。

編集後記

10月になりやっと秋の訪れを感じられるようになりました。夏のうだるような暑さもやわらぎ、朝晩の涼さと吹き抜ける風のさわやかさに私もやっと外に出ようという気になってきました。今月号ではサッカー大会や野球大会、ゴルフ大会などスポーツの秋を感じさせる記事が多く掲載されています。開催時はまだまだ暑く30度を超える気温の中スポーツをする姿に感心し、感動しました。この感動を忘れないうちに私も何か始めようかと思いつつ日々をまったり過ごしています。秋の風情溢れる景色を楽しみながらウォーキングから始めてみようかな、と思っています。有言実行、言ったからにはやるぞー！(山田)



山田

緊急時の各種お問い合わせ先

夜間・休日の事故の連絡は…

→JA共済事故受付センター
《受付時間：24時間(年中無休)》

TEL:0120-258-931
じこほ くみあい

レッカー移動等、
応急対応が必要な場合は…

→JA共済サポートセンター
《受付時間：24時間(年中無休)》

TEL:0120-063-931

JAカードの紛失・盗難などは…

→NICOS盗難紛失受付センター
《受付時間：24時間(年中無休)》

TEL:0120-15-9674
いご くらうなし

キャッシュカード・
通帳の紛失などは…

■平日9:00～17:00は
→お取引のJA店舗にご連絡願います。
■平日(上記以外の時間)および、
土曜・日曜・祝祭日は
→JAバンク・キャッシュカード
紛失共同受付センター

TEL:0120-555-793