

JAうま

笑顔のふれあいネットワーク JA-UMA Communication Magazine

2015

1

Vol.226

おそろいの服
似合ってるかな?

特集1
新年のご挨拶

特集2
グリーンフェスタ&産業祭
開催報告!

特集3
新年の抱負 大集合!!

表紙: 高橋 ゆめ 夢姫ちゃん(6才) 朱羅くん(1才)

時折雪が舞うほど寒い中、撮影に協力してくれた夢姫ちゃんと朱羅くん。子どもは風の子と言わんばかりに庭を駆け回ってました。お母さんは「仲良くしてね」と言っていました。

代表理事組合長
代表理事常務
代表理事常務

石川 邦彦
加藤 正雄
松木 照夫

理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事
理 事

森川 雅之
近藤 善春
武村 喜志雄
大西 晁
一柳 栄一
三宅 繁博
尾藤 秋貞
山川 彰夫
三好 政広
河村 薫
大西 信行
宗次 一博
高橋 厚徳
曾我部 俊朗
高橋 藤信
井川 和子
妻鳥 和美
脇 武延
武村 喜太郎
長野 岩男
横尾 昇
鈴木 邦雄
筱原 保樹
篠永 誠司

代表監事
常勤監事
監 事
監 事
監 事
監 事
員外監事
参 事

村上 豊司
梶 進
賀田 康臣
曾我部 伸一
片岡 晶
大西 末博
岡本 明郎
兵 隆司

米麦部会長
特産部会長
野菜部会長
果樹部会長
畜産部会長
ジャジャうま支部会長
おいでや支部会長
ふれあい支部会長

安部 忠男
宝利 義博
鈴木 陸史
尾藤 政行
三宅 東洋彦
前田 正子
井川 和子
高橋 博

年金友の会 会長
川之江・新宮支部支部長
三島支部支部長
土居町支部支部長

一柳 初太郎
柴垣 進
一柳 初太郎
近藤 旦

土居町青壮年部委員長

則友 敏春

金生支店青壮年部部長

大西 晁

女性部部長

石川 節子



JAうま

うま農業協同組合
vol.226/January.2015

平成27年1月号

1

今月の目次 | contents

ページ

- 2 **特集** 新年のご挨拶
- 2 **特集** JAうま×四国中央市
グリーンフェスタ&産業祭 開催報告
- 2 **特集** 新年の抱負大集合!!
- 7 **アグリアドバイザー通信**
- 8 残った餅が大変身
お餅アレンジレシピ
- 9 **JAうまトピックス**
親子で体験!地産地消体験ツアー
伊予美人も冬支度
地元の小学生があつたか荘土居を訪問
- 10 **コスモスちゃん知恵袋**
家庭菜園/年金相談一口メモ
花づくり/プリエール通信
- 12 **クイズ&レシピ**
新鮮食材で楽しくクッキング 白ごま風味の豆乳鍋
これが還付金サギ!/クイズ挑戦状!
まちがいさがし/俳句と川柳
- 14 **インフォメーション**
無料年金相談/理事会だより
第37回えひめみかん祭り
- 15 **JA PLAZA**
窓口担当者紹介/えがお100倍
お便りありがとう/編集後記
- インフォメーション**
まごまご定期貯金のお知らせ

ふれあい市 今月の逸品

ひじきたっぷり里芋コロッケ

里芋の産地ならではの逸品、里芋コロッケ。このコロッケに使われている里芋は、甘みとほどよい粘り、ホクホクとした食感が魅力の姫かぐやという品種。カルシウムや鉄分豊富なひじき



もたっぷり入って栄養満点。また、里芋を炊く時に一緒に入れた生姜の風味が食欲をそそります。

■販売期間:11月~2月くらいまで

■値段:2個で150円

2015

新年のご挨拶

輝かしい新年を迎え、皆々様のご清福をお祈りいたします。
本年も、なにとぞよろしくお願ひ申し上げます。



うま 農業協同組合
代表理事組合長 石川 邦彦

新年明けましておめでとうございます。
組合員並びに地域の皆様方におかれましては、ご家族お揃いで健やかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。
平素はJA事業全般にわたり、深いご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

昨年4月、17年ぶりに消費税が8%へと増税が実施されました。消費税率引き上げ前の駆け込み需要、その後の反動減と日本経済は大きく揺れ動いているといえます。そのような中、昨年の12月には衆議院選挙が実施されました。結果は自民党が圧勝し、1強体制を不動のものとなりましたが、争点は「アベノミクス」継続の是非に集中し、TPP交渉・農政問題は置き去りにされた形となりました。消費税率8%へのアップによる影響や、円安傾向が強まるなか安倍新政権には農家の声を真摯に受け止め、JA改革を含む農政問題に取り組んでもらいたいものです。

そのTPP交渉には目立った進展もなく、昨年11月に行われた首脳級会合においては、全体の交渉は「終局が明確になりつつある」という表現にとどまり、時期は明確になりませんでした。一方で、規制改革会議等の議論でJAの事業や組織の在り方が取り上げられております。今後もJAを取り巻く事業環境は想像以上に厳しさを増してくると思っております。しかし、このような逆境におかれている時こそ組合員、地域住民の皆様

様と向き合い、事業活動に取り組んでいかなければならないと思います。利用者の求めるサービスを適切に提供し、その役割をきちんと果たし地域で必要とされるJAであることが大切であると改めて感じております。

農業情勢においては、農産物全般にわたる消費の落ち込み、担い手不足、農業者の高齢化、遊休農地の拡大等、農業を取り巻く環境も厳しさを増しているといえます。それに追い打ちをかけるように、2014年度産米の価格は、農政改革初年度にもかかわらず、大幅に下落しました。さらに円安などによる資材高騰が、二重苦として農家経営を直撃しております。今までは、米や野菜を作って出荷することが農業でしたが、これからは、市場の調査や農作物のブランドづくりなど、時代に合わせた改革を進めていかなければならないと考えております。

JAうまにとって面白い話題もありました。昨年7月に、大分県で開催された全国農業コンクールにおいて、特産品である伊予美人が「農林水産大臣賞」を受賞することができました。里芋部会会員による生産技術の向上に向けた取り組みや、アグリアドバイザーを中心とした農家訪問活動により、地域農業の振興に努めた結果、このような栄えある賞を受賞できたと思います。これを契機に伊予美人の1層のブランド化に取り組む、地域農業の発展に寄与できたらと考えております。

「食」ということを真剣に考えることができるのが農業の魅力です。食へるものがどのように作られているのか「食」の根源に携わる農業はもつとも重要な職業であると思います。今年は、JAから農業の魅力を発信し、農業に魅力を感じる若者がひとりでも増えるような取り組みを行っていきたいと思っております。

本年も皆様方にとりましてご健勝で素晴らしい年になりますようご祈念申し上げますとともに、これまでも増して皆様のご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。年頭のご挨拶とさせていただきます。

JAうま×四国中央市 「グリーンフェスタ&産業祭」 開催報告

JAうまと四国中央市は11月15日と16日の2日間、ジャジャうま広場と伊予三島運動公園体育館前の2会場で「JAうまグリーンフェスタ&四国中央市産業祭」を開きました。今年も、多数の団体が参加し、農産物展示販売やサトイモ「伊予美人」などの特産品販売、商工業展など地元の産品を数多く出品しました。

今年が目玉、四国最大級の大鍋を使いたいもたきには開始直後から長蛇の列ができ、大勢の人で賑わいました。

第一会場

運動公園体育館前では、多数の団体がテントを並べ、地元産で作った加工品などを販売。来場客を呼ぶ威勢のいい声が響き、大鍋のいもたきや女性部バザーなど様々な催し物で会場を盛り上げました。



活気満載！セリ市



大鍋用のしゃもじもデカイ！



農産物展には伊予美人ブースが！



大鍋を使いたいもたきには長蛇の列



今年も多くの地元農産物がズラリ

第二会場

ジャジャうま広場では、JAうまが中心となってイベントを実施。今年初お目見えの里芋カレーは、すぐに売り切れてしまうほどの人気ぶりでした。



アンパンマン撮影会には多くの親子連れに来ていただきました



餅つきに子供も参加



伊予美人を使った里芋カレーも大人気



こんなトラブルも…（断水中）

第19回JAうまカップジュニアサッカー大会

結果報告

JAうまは11月15日と16日の2日間、伊予三島運動公園グラウンドで「第19回JAうまカップジュニアサッカー大会」を開催しました。市内で活動する7チームが出場し、子供たちは一生懸命ボールを追ってグラウンドを駆け回りました。

開会式では、四国中央市サッカー協会の曾我部宏文会長が「サッカーを通して体力の向上、そして強くたくましい精神力の育成に取り組んでください」と激励の言葉を選手らに送っていました。

試合は各学年に分かれて行い、それぞれの優勝チームと準優勝チーム、また、MVPの選手には石川邦彦組合長から表彰状が手渡されました。

☆おめでとう☆ 優勝チーム・MVP

6年生の部



豊岡サッカースクールB



坂田 拓也 君
豊岡小学校 6年

5年生の部



F.C. 川之江jr A



石川 凌 君
妻鳥小学校 5年

4年生の部



川南フェニックス



安藤 隆人 君
妻鳥小学校 4年

3年生の部



F.C. 川之江jr A



藤本 秀斗 君
中之庄小学校 3年

功労賞・農産物展受賞

グリーンフェスタと産業祭の開会式では表彰式も行い、地域農業の振興に貢献した功労者5名と市内各地から集まった穀物・野菜・果樹など中から、優秀な農産物を出品した4名が各賞を受賞しました。

前列

左から

辻政春さん

岸利文さん

越智友廣さん

近藤修さん(奥様代理)

高橋孝正さん

後列

左から

高橋正行さん(代理者)

古川澄佳さん

寺尾奏周さん

村上弘志さん(代理者)



賞を受賞された皆さんおめでとうございます



農家と消費者の架け橋になりたい



高橋 諒 営農・生活指導員
担当:産直市関係・野菜・生活指導
担当地域:全域・三島・松柏地区
資格:食育ソムリエetc

営農・生活指導員として日々業務に励む傍ら、食育ソムリエの資格を取得。これまで以上に農家・生産者と消費者を結ぶ役割が期待される。

11月から発足した「里芋加工研究会」にも参加し、JAうま特産品「伊予美人」のパウダーを使った加工研究にも力を入れる。

【活動】
プチ営農相談会(月1〜2回朝7時半〜)
食育ソムリエ店内巡回
産直市生産者巡回
野菜の講習会
里芋の粉末を使用した加工品の検討会参加等の生活指導
広報誌に文章掲載
(H26.8月〜)



旬を食べよう!

愛媛の柑橘(年明け編)

・中晩柑

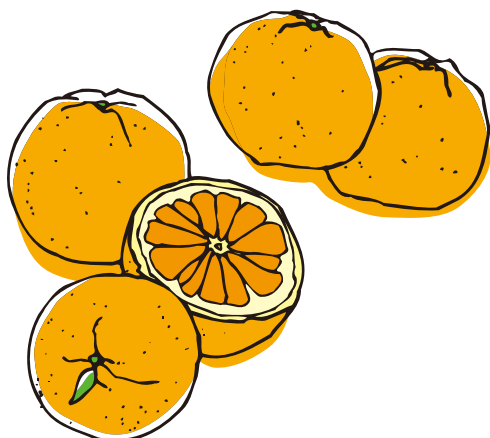
・不知火:「特徴のある見た目と、甘くジューシーな食感」
(12月〜5月頃)

・伊予柑:「色よし、味よし、香りよし、爽やかな甘さと香りが広がるなじみの深い柑橘」
(1月〜3月頃)

・ポンカン:「甘さ引き立つお手軽カンキツ」
(1〜3月頃)

・甘平:「シャキッとした食感と濃厚な味」
(2〜3月頃)

・はるみ:「手で皮がむけ、味はとても甘くてジューシー」
(2〜3月頃)



愛媛の柑橘(年明け編2)

・中晩柑

・せとか:「見た目よし、香りよし、味よし、食感よし
(1月〜3月頃) 良いところがいっぱいあった柑橘です。」

・ネーブル:「華やかな香りと濃厚な甘みのある果肉
(1月〜4月頃) がざっしりつまってます。」

・はるか:「酸味が少なくまろやかな甘みの味と黄色
(2月〜3月頃) 色見た目のギャップを楽しんで」

・清見:「高い糖度とほどよい酸味で果肉はや
(3月〜5月頃) わらかくジューシー」

・媛小春:「愛媛柑橘のニューフェイス。さわやかな
(1月〜3月頃) 香りと甘さが早春を告げる。黄金色の柑橘」

私がおすすめします!

食育ソムリエ
高橋 諒
TEL: 080-8639-9255



食育ソムリエとは、野菜や果物の旬や鮮度の見分け方、オススメの調理方法や素材にあった保存方法等について消費者へアドバイスできるJC総合研究所が独自に認証した資格です。
産直市でお見かけの際は、お気軽にお声かけください。



残った餅が
大変身!

お餅アレンジ レシピ

お正月を過ぎて、残ってしまった餅。
アレンジしだいでさまざまな楽しみ
方ができます。

餅を使った手軽なメニューをご紹介します!

餅入り ミネストローネ



371kcal

具だくさんのスープに餅をプラス。材料をカップに入れて電子レンジで温めるだけです。忙しい朝にもぴったりです!市販のトマトジュースを使うため材料もシンプル。

■材料(1人分)

切り餅……………1個
カブ……………小1個(50g)
タマネギ……………30g
ニンジン……………30g
厚切りベーコン……………1枚(50g)

A

水……………50ml
スープのもと……………小さじ1/2

B

トマトジュース(無塩)……………100ml
塩・こしょう……………各少々

■作り方

- ①切り餅は6等分する。
- ②カブは茎を1~2cm残して8等分に、タマネギは1cm角に、ニンジンは3mm厚さのいちょう切りにする。ベーコンは1cm幅に切る。
- ③深めの器に②とAを入れ、ラップを掛けて電子レンジで約4分(500W)加熱する。
- ④全体を混ぜ、Bを加えて軽く混ぜる。餅を重ならないように入れ、再びラップを掛けて電子レンジで約3分(500W)加熱する。そのまま1分ほど蒸らす。

餅チーズグラタン



415kcal

トマトソースのグラタン。

マカロニの代わりに餅を使います。

とろ〜り溶けた餅とチーズが、トマトソースと相性抜群。

■材料(4人分)

切り餅……………4個
鶏もも肉……………200g
ブロッコリー……………1/2株(100g)
タマネギ……………1/2個
ニンニク……………1片(10g)
オリーブ油……………大さじ2

A

トマト水煮缶詰……………1缶(400g)
固形スープのもと……………1/2個
白ワイン……………大さじ2
ローリエ……………1枚
塩……………小さじ1/2
こしょう……………少々
ピザ用チーズ……………100g

■作り方

- ①切り餅は、半分に切る。
- ②鶏もも肉は、一口大に切る。
- ③ブロッコリーは小房に分け、さっとゆでる。タマネギ、ニンニクはみじん切りにする。
- ④鍋にオリーブ油を熱し、③のタマネギ、ニンニクを弱火で4~5分炒める。
- ⑤④に①を入れる。肉の色が変わったらAを加え、トマトをつぶしながら約10分煮る。
- ⑥グラタン皿に餅、ブロッコリーを入れ、⑤を掛け、チーズを載せる。
- ⑦⑥をオーブントースターで10~15分焼く。

餅の和風ピザ



355kcal

餅生地のお餅の和風ピザ。

もちもち、カリッとしたお餅の食感としょうゆの香ばしさが病みつきになります。
おやつやおつまみにもお勧め。

■材料(1人分)

切り餅……………2個
ちりめんじゃこ……………大さじ1
万能ネギ……………1~2本
ピザ用チーズ……………20g
しょうゆ……………小さじ1
サラダ油……………小さじ1/2

■作り方

- ①切り餅は半分の厚さに切る。万能ネギは小口切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を温め、①の餅を2個くっつけて並べる。弱火でふたをして約2分焼く。
- ③②を裏返してしょうゆを塗り、ちりめんじゃことチーズを載せる。水大さじ1~2(材料外)を加え、ふたをして1~2分、チーズが溶けるまで蒸し焼きにする。
- ④③を食べやすい大きさに切り、器に盛る。万能ネギを載せる。

残った餅は?

真空パックの物は常温で商品の表示通りに保管しましょう。パックされていない切り餅は1切れずつラップに包んで保存袋に入れ、冷蔵庫で約1週間。それ以上保存する場合は冷凍しましょう。使うときは半解凍程度にして加熱調理します。

「店舗スマイルアップコンテスト」開催

JAうまは、11月7日に冬の金融キャンペーンに合わせ「店舗スマイルアップコンテスト」を開催しました。各店舗とも、さまざまな工夫を凝らした店舗づくりとなっていました。JAうまでは、これからお客様が気持ちよく安心して利用できる店舗づくりに努めてまいります。



親子で体験

地産地消体験ツアー

11月30日、愛媛県主催の地産地消体験ツアーで伊予美人見学が行われました。

抽選で選ばれた11名ほどの親子を乗せたバスが松山から到着すると、早速選果場を見学。伊予美人が選果されていく様子をじっくりと見学していました。

選果場を後にした親子らは、JAうま里芋専門部会・宝利部会長の圃場で実際に伊予美人の収穫を体験。掘った後の割る作業がくせになったのか、子供らは黙々と掘った伊予美人を割っていました。

伊予美人収穫後は、経済センターでもたきに舌鼓。べに伊予美人を粉に練り込んだ「伊予美人うどん（試作品）」も振る舞われ、どれも美味しいと評判でした。



伊予美人について説明する河村課長

伊予美人も冬支度

平成27年度産用の優良種子生け込み

12月3日、四国中央市豊岡町の圃場で伊予美人優良種子の貯蔵を行いました。

およそ6坪の圃場では、4月にプラグ苗で作った優良系統の伊予美人（選抜組）が専用の機械を取り付けたトラクターで掘り出され、JA職員や四国中央農業指導班、農家の方々の手によって貯蔵されました。

トラクターで掘り出された伊予美人は、リレー方式で運ばれ丁寧な圃場の上に盛られていきました。圃場に盛られた伊予美人には保温用に藁がかけられ、その上から土をかぶせ冬を越します。冬を越した伊予美人たちは、3月頃再度掘り出され注文のあった農家のもとに配られるそうです。

JAうま営農指導員は「今年は天候不順が続き心配されたが、良質な伊予美人が多かった。春にはいい種芋を農家に届けることができるだろう」と期待を込めて話しました。



3月中旬頃まで圃場で貯蔵されます

標語で明るい未来を

地元小学生があつたか荘土居を訪問

11月21日、土居小学校の児童があつたか荘土居を訪問しました。

今回、児童らは自分たちで植えたパンジーのプランターに人権標語を書いて利用者にプレゼントしました。

児童からの可愛らしいプレゼントに利用者からも「ありがとう」と感謝の言葉が述べられていました。

プレゼントされたパンジーはあつたか荘土居の玄関に飾られています。



掘り出した伊予美人を手際よく運ぶJA職員ら



可愛らしいパンジーが児童から贈られました

JAうま訪問介護事業所

介護事例報告会で最優秀賞受賞

11月17日、JA愛媛中央会で開催された「平成26年度JAグループ愛媛介護事例報告会」において、JAうま訪問介護事業所の光田昌紀さんが発表した「穏やかに暮らしたい」～Aさんの生活を支えるために取り組んできた事～が最優秀賞に選ばれました。

光田さんの発表は、身寄りがなく独居の利用者Aさんが地域で「その人らしい」生活を続けていけるよう、訪問介護のチーム全員で深く考察・検討を行い、訪問介護のチーム全体として介護力を向上させている点等が高く評価されました。



今回受賞した光田昌紀さん（2列目中央）と訪問介護事業所 職員のみなさん



賞状が贈られました

あなたもチャレンジ！家庭菜園

ニラは春先の株分け更新が大切

肉との相性が良い、スタミナを養うニラは、カロテン・ビタミンB₂・カルシウム・カリウムなどが豊富で栄養価は抜群、体を温める温性野菜で、血流を良くして胃腸の働きを整える効果もあります。

強健な野菜で、一度植えておけば毎年、年に数回刈り取りできるので、狭い家庭菜園にもうってつけです。

しかしいくら強いといっても、2～3年取り続けると幅広で厚みのある良い葉が収穫できなくなってしまう。そうなる前に早めに株分けし、更新するのが上手な育て方です。

株を分けるのに一番良い時期は、2月下旬～3月上旬ごろです。ニラは冬に入ると葉が枯れて根株が休



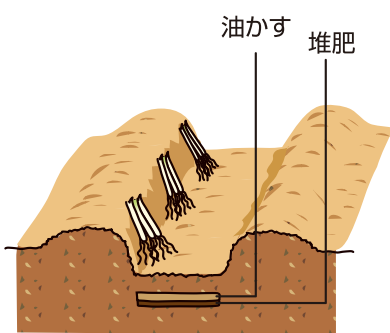
刈り取る
大きくくわを打ち込んで掘り上げる



根株を割る



1株ずつ分ける



新しい畑に2～3株ずつ並べてまとめて植え付ける

眠状態に入りますが、これから覚め、小さな新芽が動き始めた状態を見計らって作業します。このころは根株に栄養が十分に蓄えられていて、断根や分割という荒療治をしても傷みが少なく、作業もしやすいからです。

株分けは、まず地上に残っている枯れ葉を、5cmぐらいの高さに、きれいに刈り取ります。そして株の周りにくわかシャベルを大きく打ち込んで根株を掘り起こします。

根株は強大で、細根が密に張っているの、全てを掘り取ることはできませんが、中ほどで切断するようになっても構いません。

掘り上げた根株は、土を落とし、指先に力を入れて大きく割り、さらに小割りして図のように1株ずつに

仕分けします。

新しい畑への植え付けは、条間80cm、深さ10cmほどの植え溝を作り、分けた株を2～3株まとめて20～25cmの株間に植え付けます。元肥には堆肥や油かす、緩効性の化成肥料を十分に施しておきます。植えるときには、根株を束状にまとめないで、平置きにしましょう。覆土は株の上部がやや出るぐらいにとどめ、やがて新葉が伸びだしてきたら葉先を埋めないよう注意して2回ほど覆土し、溝が全部埋まるようにしてください。こうすれば晩春には見違えるほど勢いの良い、良質のニラを収穫することができま

収穫は25cmほどに伸びたとき、地上5～6cmのところから刈り取ります。その後少量の追肥をし、伸びたら再び収穫します。

8月に入るととう立ちし、やがて開花してくるので、一斉に全部刈り取りし、追肥して秋の収穫に備えましょう。

年金相談一口メモ

「年金伸び率抑制へ」

本来年金支給額の伸びは、前年の物価上昇（または下落）によって決まっています。しかし、平成27年度は、「マクロ経済スライド」の導入が決定的となりました。この制度の導入により、平成26年度の物価が上昇したとしても、平成27年度の年金給付水準は低く抑えられる事になると思われます。

また、平成27年度は、かつて物価下落時に年金額を据え置いた事で高止まりになっている支給水準を解消する為、平成27年4月に0.5%の引下げが決まっています。

平成27年度の正式な年金額は、1月末にわかる平成26年の年間物価上昇率を反映させ、厚生労働省から発表される事になっています。

今後、少子高齢化が進む中、年金受給者に比べ年金を掛けていく若い世代の加入者が少なくなってきたり、今まで以上に年金額が増えていく事は現状からすると期待できないと思われる

消費増税が平成27年10月から平成29年4月まで延期された事により、年金にも影響が出てきています。25年間加入していないと年金受給資格がない方について、10年加入している方から支給しようとしていた案件及び低年金額受給者に対する月額5千円（年間6万円）増額の件も平成29年4月まで延期されそうです。

四季の花づくり

土の機能回復に「天地返し」

1月の作業はあまり多くありません。水やりと空いた花壇の土の天地返しぐらいです。

草花が育つのに、土は最大の要素です。伸びる草花の茎を支えるためにも大いに役割を果たすのですが、それよりも重要なのは、水や栄養素を蓄えて、草花の生育、開花を進めるのを支える働きです。命を支えているわけです。この機能を良くしてやるために行うのが天地返しです。

この重要な働きを持つ土も、肥料を加えて、われわれ人間が望む量の草花を育てようとすると、その大切な能力がだんだん衰えていきます。土が固く締まって、栄養素や水を蓄えてくれる隙間がなくなってくるのです。草花が生育するためには、根が十分に呼吸できることがまず大切で、これができる、根の生育が良くなり、水や栄養素をよく吸い上げられるようになります。

草花の命を支える重要な働きですから、失われたり減少したりした機能の回復には、少々きつい作業が必要になります。それが、天地返しという、深い所にある土を表面に出し、表面の土

を裏返して下層にしてやる作業です。天地返しは深いほどいいのですが、30cmぐらいの深さにやりたいものです。

この作業を冬の間にやっておき、風雨にさらし、さらに凍るような状態にしておく、硬くなった土塊がほどよく、バラバラに砕かれ、空気や水を含みやすい、ふっくらした土に変わります。園芸書などに、栽培に理想的な土として、「空気を多く含み、水持ちが良く、排水の良い土」という矛盾したような表現がありますが、天地返しをしてやることで、そんな状態の土にできるのです。この作業をしておくことで、小さな粒の塊ができ、それが積み重なった状態を作り、水持ちの良さと空気の入り込みを良くする機能が併存するようになるわけです。



プリエール通信

プリエール三島会館内覧会！

7月18日より小規模葬（家族葬など）にも対応できるよう、プリエール三島会館の増改築工事をすすめておりましたが、12月中に工事が完了しました。これもひとえに皆様のご協力のお陰と心より感謝いたしております。

また、工事期間中は皆様にご迷惑をおかけしましたことを改めてお詫び申し上げます。

つきましては、1月22日（木）に内覧会を開催させていただきます。

当日は人形供養祭、相談会を執り行う予定です。人形供養を希望される方は、三島会館までお持ちください。

【受付】1月12日（月）～1月22日（木）午前9時～午後5時 ※最終日1月22日は午前11時まで

（但しガラスケース等の収納ケースはお預かりできません）

皆様方のご来館をスタッフ一同、心よりお待ちしております。

些少ですが、粗品も準備しております。

是非お越しくださいませ。



葬祭会館プリエール川之江
葬祭会館プリエール三島
葬祭会館プリエール土居

Tel.58-6889
Tel.24-5600
Tel.74-2020



撮影:大井一範

新鮮食材で 楽しくクッキング

白ごま風味の豆乳鍋

美肌・アンチエイジング・抗酸化パワー効果などがいっぱいのお鍋です。栄養豊富なごまは、練りごまにすると体への吸収率がアップします。薬味をスタチから食べるラー油に替えると、和風がエスニックへ変身します。お楽しみください。

1食当たり
約540kcal

材料 (2人分)

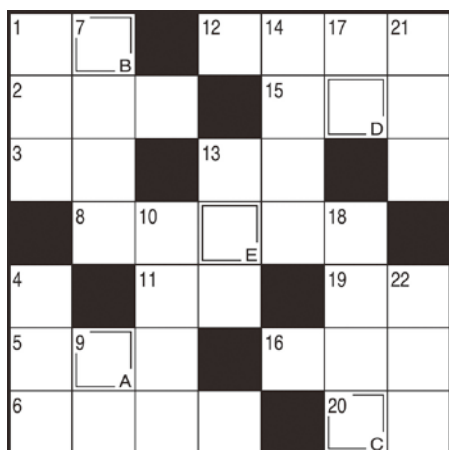
カキ……………8個
生サケ……………2切れ
豆腐……………1丁
ハクサイ……………200g
シイタケ……………4枚
ネギ……………2本
お汁……………300ml
だし汁……………300ml
豆乳……………500ml
白練りごま……………大さじ3〜4
白みそ……………大さじ3〜4
酒……………大さじ1
塩……………小さじ1
しょうゆ……………大さじ1
薬味……………少々
スタチ……………1個
食べるラー油……………適量

作り方

- (1) 生サケ、豆腐、野菜類は食べやすい大きさに切る。薬味のネギは細切り、スタチは2等分に切る。
- (2) 練りごまと白みそに、温めだし汁を少量ずつ加え、溶いておく。
- (3) 土鍋などにお汁の材料を全て入れ中火で温める。
- (4) (3) に具材を加え、カキとサケに火が通ったら器に取り分け、お好みの薬味でいただく。



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?



ブッティさんほか10名の方々にご当選
おめでとうございます。次回のクイズ締
切日は1月26日(月)必着。抽選でジャジ
ヤうま市お買物券を10名様にプレゼン
ト! 当選された方には発送をもってお知
らせ致します。是非ご応募ください。
J A うまH <http://www.ja-uma.or.jp>
からも応募できます。



11月号の答え

ジネンジョ
(応募69通)

- タテのカギ**
- ① 七福神の一人 タイを抱えています
 - ④ 117に電話すると分かります
 - ⑦ スライスして焼いた食パン
 - ⑨ 笑い話の最後に付けるもの
 - ⑩ 階段の途中の広くなっている所
 - ⑬ たばこの一種 紙巻きより大きい物が多い
 - ⑭ ロシアの首都
 - ⑰ 漢字では羊の歯と書く植物
 - ⑱ 海や川で魚介を捕るのが仕事
 - ⑳ 肉や乳などを利用するために飼育します
 - ㉒ 寝室から聞こえる「グオー、グオー」
- ヨコのカギ**
- ① 平成27年は乙未(きのとひつじ)
 - ② 鶏肉はチキン、牛肉は――
 - ③ 煙突の中にとまります
 - ⑤ 湖に張ったらスケートができるかも
 - ⑥ ツルの物は長くワシは鉤(かぎ)形
 - ⑧ 最短距離の道は通らずに……
 - ⑪ 縄文時代の物には縄で付けた模様があります
 - ⑫ すらりと伸びた――のような脚
 - ⑬ 金属をたたいて薄く延ばした物
 - ⑮ 徳島県名産のかんきつ類
 - ⑯ 1週間に7種類あります
 - ⑰ 夕空に輝く――の明星
 - ⑱ 晴れ着で成人――に出席する若者

クイズに挑戦!

クロスワードパズル

俳句と川柳

俳句

寄せ太鼓無数の風船秋空へ
夫遺す土地を守りて稲を刈る
苗もののまだいとけなく野分だつ
秋祭り思ひ出残し終りけり
アルバムに思ひ出たどる夜長かな
台風の去りしと弾む太鼓台
行く秋や一人侘しく温め酒
秋風や孝も成せず母の忌が
冬空を見上げて遠き我が里よ
山小屋の焼栗の香りに秋を知り
ゆく秋や村に一つの撥ね釣瓶

川柳

木漏れ日が森の緑を目覚めさす
バラ園の香りで囲むバラの客
幸せは良き友が居て今日も暮れ
風を褒めせせらぎを褒め我が郷土
眠っていた切手やつと日の目見る
窓越しに見える風景冬の雲
五体満足ただそれだけで良しとする
天高く祭り太鼓が鳴りひびく
夜空見上げ視線と気持ち上向きに
妻の留守焼芋買いに走るオレ
コツコツと日頃の成果大輪に

松木 功子
松木 順子
真鍋 寿美女
安部 清子
岸 豊子
谷 秀子
竹内 式部
寺尾 島子
合田 君子
北川 鉄心
伊藤 富子

藤原 眞佐美
本田 醇子
眞鍋 菊甫
金子 一孝
石井 千恵
高橋 紀子
月原 つくし
水田 隆子
山本 千里
山本 明男
次 代

キリトリ線

郵便はがき

切手をはってください



7 9 9 0 4 2 1

四国中央市三島金子2-4-23
JAうま 総合企画部企画課
広報委員会 行

住所	(〒)
名前	男・女 (才)
TEL	

キリトリ線

まちがいさがし

※答えはクイズ挑戦状の下にあります。



上のイラストには下のイラストと違う部分があります。間違っている部分を上の枠内の数字で探しましょう。

個人情報の取扱いについて

クイズ応募・投稿の際、ご記入いただいた個人情報については、プレゼント発送、本誌「お便りありがとう」コーナーへの掲載のみに使用し、他の目的に使用することはありません。

無料年金相談

1月

日付	曜日	時間・場所など
9	金	豊岡支店(10:00~12:00)
13	火	金生支店(10:00~12:00)
14	水	寒川支店(10:00~12:00)
15	木	川之江中央支店(10:00~12:00)
17	土	ローンセンター(9:00~15:00)
20	火	川下支店(10:00~12:00)
21	水	松柏支店(10:00~12:00)
22	木	中曽根支店(10:00~12:00)
27	火	関川支店(10:00~12:00)
28	水	本店(10:00~12:00)

2月

日付	曜日	時間・場所など
4	水	寒川支店(10:00~12:00)
10	火	金生支店(10:00~12:00)
12	木	川滝支店(10:00~12:00)
13	金	豊岡支店(10:00~12:00)

理事 会 だ よ り

平成26年度

第8回理事会

平成26年11月25日(火)

- 第1号議案 プリエール三島会館備品購入について
 第2号議案 (有)豊岡農場決済サイト延長について
 第3号議案 理事に対する貸出案件の承認について
 第4号議案 冬季賞与の支給について
 第5号議案 表彰委員会規則の一部変更について(案)
 出資減口申込の承認について

※ 理事会議事録は、各支店で閲覧できます。
 1・2ヵ月遅れることもあります、ご了承ください。

キリトリ線

1月号クイズ解答

1月号アンケートにお答え下さい。

家族の中でよく読んでいる人	
興味をひかれた記事	興味をひかれなかった記事
(□に✓してください) ☐ 特集1 ☐ インフォメーション ☐ JAうまピックス ☐ コスモスちゃん知恵袋 ☐ JAPLAZA ☐ その他【 】	(□に✓してください) ☐ 特集1 ☐ インフォメーション ☐ JAうまピックス ☐ コスモスちゃん知恵袋 ☐ JAPLAZA ☐ その他【 】

JA窓口等ご利用にあたってお気づきの点がございましたらご記入下さい。

お便り・イラスト(身近な話題・意見など)

匿名希望の方はペンネーム ()

※52円分の切手を貼って郵送するか、各支店窓口へお出しください。

第37回
えひめみかん祭り
 えひめの風と薫りと愛顔を届けます

2015
1/24 sat・25 sun
 展示 & 販売会

いよてつ高島屋8階 スカイドーム特設会場
 午前10時~午後7時 ※25日(日)は午後6時まで
 果実コンクール・愛媛かんきつと加工品販売
 かんかんまつり、ポンジュース競口取ど、楽しいイベント盛りだくさん。

主催: 愛媛県 JA全農えひめ 愛媛県果樹同志会 愛媛新聞社

こんにちは☆土居中央支店です

1月5日より「まごまご定期貯金」キャンペーンを行っています。

素敵な「ちょリスグッズ」をプレゼント!!

期間は2月27日まで! 急げ! JAへ

同時に「おたのしみ定期積金」もキャンペーン中

年1回日帰り旅行などをご案内

くわしくは窓口またはMAまで

明るい笑顔でお客様をお迎えすることが
私たちのモットーです
皆様のご来店をこころよりお待ちしております。



土居中央支店の皆さん



えがお
100倍

土居町

えいすけ
山内 瑛介くん(9ヶ月)

お父さん: 山内 裕二さん
お母さん: 真紀子さん

- こども共済に加入されたキッカケは?
JA職員の紹介
- 加入する際にどのような点を重視しましたか?
保障内容
- お子さまにどのように育ってほしいですか?
元気に明るく育ってほしい
- お子さまのチャームポイントは?
笑顔



お便り
ありがとう

☆JA女性部の運動会に参加しました。久々に身体を動かす人もいて、ヒヤッとする場面もありましたが、皆盛り上がりつつ楽しい時間を過ごせました。スタッフの皆様有難うございました。(ブッティ)

【編】久々に身体を動かした人、大丈夫でしたか? 寒いと余計に身体を動かす機会も減ってしまいましたが、怪我をしないように運動前の準備運動が大切ですね。

☆先日、京都の知人をおいでや市に案内しました。関西ではあまり愛媛みかんが出回ってなくて、すごく美味しいと評判でした。おいり・しょうが糖・里芋コロツケ・ジャコちくわも喜ばれました。日頃、何気なく食べている物が故郷の自慢できる味なんですネ。

(S.N)

【編】僕も県外の友達にみかんすゝく喜ばれました。身近にあるとどうしても当たり前になりがちですが、故郷の自慢をこれから大切にしていきたいですね。

☆朝、夕と寒くなり、鍋料理が美味しくなりました。寒さに強くないので早く暖かくと今から思います。

(Y.M)

【編】だいぶ寒くなってきましたね。イルミネーションが点灯しだすと冬到来という感じがします。鍋料理が美味しい季節ですが、食べすぎには注意ですね(笑)

☆年末の掃除を手早く済ます方法を教えてください。特に風呂が大変で...。(A.K)

【編】毎年の恒例行事ですね。普段から綺麗にできればいいんですが...。水垢汚れには、お酢を2〜3倍に薄めて使うと効果的みたいですよ。お酢に含まれる酸が汚れを浮かせるそうです。さすがに手早くとはいかないかも知れませんがお試しください。



イラスト

A.Oさん

編集後記

あけましておめでとうございます。2015年が始まり、東京五輪まであと5年となりましたね。決まったのがこの間のように思います。

わたくしは2月のマラソンに向けての絞り込みを行っています。今のところ大きな変化は見られませんが、本番に合うのかと追いついておられます。

この広報誌を編集している時点では、まだ12月なので1月号の編集はまだまだですが、毎回表紙の写真について好評をいただき嬉しい限りです。

広報誌を通じて「JAうま」をさらに広めていければと思っておりますので、本年も宜しくお願い申し上げます。(じろー)



広報誌のキッズモデル大募集!

当広報誌の表紙に載ってくれるキッズモデルを募集しております。お子さんやお孫さんが広報誌「JAうま」に載っても構わないという方は、当広報誌に付いているハガキまたは、お電話にてご連絡下さい。(四国中央市在住の方に限ります。ご家族での撮影もOK!)

掲載頂いた方にはJAうま産直市で使える「農産物直販所お買物券(500円分)」をプレゼント! 写真撮影はJAうま広報担当が行い、撮影場所はお依頼者と相談の上決定いたします。

連絡先
TEL:0896-24-3827
総合企画部企画課 広報委員会
まで



たくさんのご応募
お待ちしております。

広報誌ゆるぎや
さとりん

新規に100万円以上で
ちょリスブランケット
プレゼント!!
愛媛県下先着3,450名様

フード:約270×360mm
ブランケット:約500×1,000mm

新規に200万円以上で
ちょリスぬいぐるみ
プレゼント!!
愛媛県下先着1,900名様

全長:
約420mm

おじいちゃん、おばあちゃん、ありがとう!

まごまご定期貯金

キャンペーン期間 平成27年1月5日(月)～平成27年2月27日(金)

対象者 / 年金受給者・年金予約者の方で、キャンペーン定期を新規に100～200万円以上ご契約の方。
※お一人様1点限り。※なくなり次第終了とさせていただきます。

先着プレゼントは数量限定です! おはやめに!

JAバンクの
CMでおなじみ

「ちょリス」が踊りだす
オフィシャルHPのURLはコチラ

<http://choris.jp/>

詳しくはお近くのJA窓口または渉外担当者へお問い合わせください。

