

JAうま

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

2015
3
Vol.228



はじめてのひつじさん
怖いよー



特集
自然と向き合い、農業と向き合う
次の世代に残せるものを。

3月3日は
ひなまつり

表紙：高橋 ひいなちゃん(1才3ヶ月)
いつも周りを明るくしてくれるひいなちゃん。
これからもすくすく元気に育ってね。

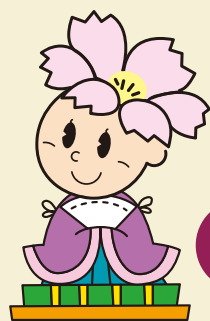
自然と向き合い、農業と向き合う 次の世代に残せるものを



自作の竹炭窯、現在は休業中だそうです



趣味で描いている絵はまだまだ練習中だそうです。現在、金生支店の入り口に展示されています



JAうま

うま農業協同組合

vol.228/March.2015

平成27年3月号

3

今月の目次 | contents

ページ

- 2 **特集** 自然と向き合い、農業と向き合う
次の世代に残せるものを
- 4 平成27年度あぐりスクール第2期生受講生募集
伊予美人のお漬物がT-1グランプリで大絶賛
- 5 プリエール通信
- 7 アグリアドバイザー通信
- 8 JAうまトピックス
女性部と役職員が意見交換
キウイフルーツ剪定講習会
JAバンクえひめピンクリボン運動 ほか
- 10 **コスモスちゃん知恵袋**
家庭菜園／花づくり／年金相談一口メモ
主役は旬の新鮮食材
- 12 **クイズ&レシピ**
新鮮食材で楽しくクッキング
カブと生青のりのスープ
これが金融商品等サギ!／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**
第1回JAうまカップペタンク大会のお知らせ／無料年金相談
理事会だより
第4回JAうまカップグラウンドゴルフ大会開催のお知らせ
- 15 **JA PLAZA**
こんにちは川下経済センターです／えがお100倍
お便りありがとう／イラスト／編集後記
- 16 **インフォメーション**
詐欺にあわないために!小切手ご利用のお願い

おいでや市 今月の逸品

つぼみっ娘(蕾菜)

アブラナ科アブラナ属の一種で、菜の花の仲間、からし菜の変種とされています。見た目は春を思わせるような蕾の形と白と緑の鮮やかな色合いをしており、緑色の部分は火を通すと色が一層鮮やかに変わります。また、火の通りが早く調理がしやすいのが特徴です。生でも食べられるのでサラダにしたり、スープに入れたり、油との相性が良いので炒め物や揚げ物にしても美味しく召し上がっていただけます。



- 販売期間:3月～4月中旬
- 値段:100～150円前後



小屋の入り口には「蒼煌窯」の文字。竹炭を作った時に竹が青紫色に煌めくところから名づけられたそうです

四国中央市金生町で農業を営んでいる石川淳次郎さん(70)は、食品関係の会社でサラリーマンをしていました。54歳の時に脱サラして農業を始め、今では10アほどの大きさのハウスとほぼ3倍の大きさの圃場、そして小屋の周りの山が石川さんの仕事場です。「子ども達が自然と親しんで遊べるような所を残してあげたい」という石川さんが休憩所兼作業場としている小屋の周りの山は、いつでも子どもが自然と触れ合えるよう綺麗に整理されています。



ハウスの一角で色づいていたフルーツトマト。食べてみるとすごく甘かったです。

石川農園ではハウス栽培の他に露地栽培も行っています。暖かいハウスとは違い、外の植物はまだ春に備え準備段階。ハウスの隣では、タラの芽が春が来るのを今か今かと待っていました。現在は菊芋とパットライスをJAうま産直市に出荷していますが、3月下旬ごろからタラの芽も出荷するそうです。

人の為、地域の為にする農業
石川さんを訪ねるとまず目に入るのが「石川農園」と書かれた大きなハウス。ハウスの中には、サボテンや果物など100種類以上の多種多様な植物がハウスの中いっぱいに育てられています。これほど多くの植物を育てる理由には「この中で地域の特産になる美味しいものが出来たら」という石川さんの想いが込められています。農園というよりも植物園に近似的なハウスの中では、石川さんの愛情を受け育ついちごやトマトが美味しそうに色づいていました。



ハウスの中のサボテン。いろいろなサボテンが見られるのも魅力の一つ

石川淳次郎さん(70)
54歳から農業を始める。100種類を超える植物の栽培を行っている。ハウスの中や小屋で育てているサボテンは趣味の一つ。子ども達がいつでも自然と触れ合える場所を残したいと熱く語ってくれました。

平成27年度

あぐりスクール 第2期生受講生募集



5月バケツ稲の
田植えと
伊予美人
植付け体験



10月バケツ稲の
稲刈りと
伊予美人
収穫体験



7月
お茶摘み体験

募集定員

40名程度
(児童及び保護者含む)

申込方法

申込書に必要事項を記入の
上、各支店まで提出して下さい。

募集締め切り

平成27年3月31日(火)

問い合わせ

JAうま総合企画部
四国中央市三島金子2-4-23
24-3827

主催

うま農業協同組合

※写真は平成26年度に行ったものです。

第2期 JAうま あぐりスクール 受講申込書

お子様お名前	ふりがな	ご住所 〒		
		男性・女性	生年月日	年齢
保護者様お名前		男性・女性	TEL	年齢
			— —	才

伊予美人で作ったお漬物

T-1グランプリで伝統部門賞受賞

1月に岡山県で行われた「T-1グランプリ(漬物グランプリ)」でJAうまの特産品伊予美人を使ったお漬物が伝統部門賞を受賞しました。

今回、中四国ブロック大会において松山市在住の鈴木志奈さん(35)がJAうまの特産伊予美人を使って出場し、見事伝統部門賞を受賞しました。伊予美人を使ったお漬物の名前は「瀬戸の名月」。鈴木さんは、松山市の福祉施設で働いており、施設で作っている野菜の活用方法を考えていたところ、鈴木さんが趣味でしていたお漬物を思いついたそうです。「瀬戸の名月」の他にも野菜を使ったお漬物を多数つくっており、「今後は地産地消にこだわったお漬物を作っていきたい」と意気込みを話してくれました。

鈴木さんは、「JAうまで購入した伊予美人で受賞出来たので、是非知らせたかった」と、JAうまに受賞を報告。この報告を受け、後日JAうま松本照夫常務が鈴木さんが勤めている福祉施設「木麦の家」を表敬訪問しました。

松本常務から伊予美人10kgを贈呈し、「伊予美人を漬け物にするというのは新しい発想だ。このような形でJAうまの特産を広めて頂いたことは大変喜ばしい」と感謝の言葉を述べ、「今後も地産地消を広めていく為に協力できることはしていきたい」と今後の活躍にも期待しました。

T-1グランプリとは…

T-1グランプリは、地域の食文化「漬物」チャンピオン決定戦を通して、お漬物と日本の食文化を見直すイベントです。日本の伝統食であるお漬物を通じて、地域の食文化の発展、世代と地域を越えた交流、地産地消、国産農産物の消費拡大を目指し全日本漬物協同組合連合会等多くの企業の協賛・協力のもと2010年から開催されています。



伊予美人10kgが松本常務から贈られました



甘めのたれで漬けられた瀬戸の名月は、ご飯やお酒のお共にピッタリ

伊予美人の加工に新たな動き

伊予美人を使ったスイーツに続いて今度は「うどん」!

1月26日、伊予美人を使った6次産業化を目指す団体「里芋加工研究会」のメンバーは、伊予美人の粉を練り込んだうどんを試作するために香川県高瀬町にあるさぬき麺機株式会社を訪問しました。ここは創業105年を誇る製麺機メーカーで、うどんの他にもラーメンやパスタ等の麺の試作が可能となっています。

この日は、通常のうどんの粉に伊予美人の粉を10%練り込んだものを試食。打ちあがった麺は、うどんと同じ色をしていましたが茹でると蕎麦に似た色に変わりました。試食の感想は「喉ごしもよく非常に美味しい」とのことです。

スイーツに引き続き、伊予美人うどんの動向についても目が離せません。



伊予美人を練り込んで出来たうどん。見た目は蕎麦そっくり!



さまざまな麺に関する製品が置かれていました



今後の研究について話し合う加工研究会のメンバー



プリエール三島リニューアルオープン

昨年7月より増改築を進めておりましたが、1月21日に竣工式及び落成式を滞りなく行うことが出来ました。また、翌22日には内覧会と人形供養祭も執り行われました。

これもひとえに皆様のご協力のお陰と心より感謝申し上げます。

リニューアルにともない、より一層皆様にご満足いただけますよう、スタッフ一同努力したいと思いますので宜しくお願い致します。



悠々まごころ会員募集中

事前相談も随時承っております
お気軽にお問い合わせ下さい



葬祭会館プリエール川之江 Tel.58-6889
葬祭会館プリエール三島 Tel.24-5600
葬祭会館プリエール土居 Tel.74-2020

オートパル 春のタイヤキャンペーン



軽乗用車用

YOKOHAMA ES31

155/65R13

155/65R14

通常価格

3,600円

6,650円

キャンペーン価格

3,360円

5,400円

キャンペーン期間
3月～4月まで

軽トラック用

YOKOHAMA RY52、Y828

145R12／6PR

通常価格

3,600円

キャンペーン価格

3,000円

② 組み換え バランス取り 廃タイヤ代
バルブ代及び消費税 別途

尚 在庫の都合上 前もってご予約下されば幸いです。



自動車の試乗・農機の
デモンストレーションなど
大好評でした



2月7日、8日に自動車&農機展示会を開催しました。
たくさんのご来場、ありがとうございました。

長ネギを育ててみよう

長ネギの栽培時期(秋・冬収穫)



● 苗作り

トレーやプランターを使って苗を作ります。苗床に作種を蒔いたら、薄く土をかぶせ水をたっぷりやりま。発芽後は、混みあってきたら間引きします。

● 植付け

苗の丈が20~30cmになったら、畑に植付けます。5cm間隔ほどで並べ土をかぶせます。畑以外でも肥料袋等を使って省スペースでの栽培もできます(水のやりすぎには注意が必要です)。生育するに従い、根が隠れるくらい土寄せ(肥料袋ならもみ殻も可)をして、収穫の1ヵ月前まで繰り返します。(あまり土をかけすぎると生育が遅れるので注意)

● 収穫

最後の土寄せから1ヵ月後くらいに収穫します。

種まきから収穫までの期間が長いですが、収穫期間も長く楽しめるお野菜です。昔から薬用野菜として知られているネギですが、白い部分にはビタミンCが多く緑黄色野菜に分類される緑の部分にはカロテン、カルシウム、ビタミンKなどが豊富です。なかでも香りの成分であるアリシンはビタミンB1の吸収を助け、血行促進、疲労回復、殺菌などさまざまな効果と働きがあります。

これから年末に向けて育ててみてはいかがでしょうか☆



旬を食べよう

つくし(土筆)

● 処理の仕方

袴をとって沸騰したお湯の中で3~5分茹でる。茹であがったらお湯から出して冷ます。保存する場合はこのまま保存袋に入れる。



タラの芽

● 処理の仕方

固い袴と皮の部分を除ける。その後水に対して2%の塩(水1ℓに塩20g)を入れ沸騰したら2~3分茹で、すぐに冷水でしばらくさらす。

小さいものは湯にくぐらすくらいでよい。

※天ぷらにするとときはあく抜きはしなくてよい。



フキ

● 処理の仕方

ひと掴みのあら塩をふりかけ板ずりをして塩をなじませる。大量のお湯の中に先ほどのフキを入れ茹でる。きれいな緑色になったらお湯から出し冷水にさらす。フキが冷めたら皮を剥き、一晩水にさらしておけばアクがよく抜けます。

※お湯に入れてからの温度が低いとフキが黒くなりやすい。



フキノトウ

● 処理の仕方

アクが強いので切ったらすぐに水につけてないと黒くなります。

アク抜きと苦みを和らげるためにお湯を沸かし塩を入れて3~4分茹ですぐに冷水でさらす。



プチ相談会

おいでや市	3/4、25
ジャジャウ市	3/5、26
ふれあい市	3/18

私がおすすしめします!

食育ソムリエ巡回中!
お気軽にお声かけください。

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、オスめ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。



食育ソムリエ
ワッペン

女性部と役職員が意見交換 女性の声をJAの運営に

1月8日、総合経済センターでJAうま女性部とJAうま役職員による意見交換会を開きました。この日は43名の女性部員が出席し、JA事業に対する意見や要望をJA役職員に伝えました。部員からは、現在進めている特産品の6次産業化の進捗状況や支店の防犯についての意見など、日頃の組織活動を通して感じていることやJAへの要望を積極的に意見していました。石川邦彦組合長は、「女性部活動が活発なものになるよう、今回頂いた意見は今後のJA運営に反映させていきたい」と話していました。



意見交換では様々な意見や要望が出ました

適切な剪定で安定収量を目指す キウイフルーツ剪定講習会

JAうまは1月16日、キウイフルーツ剪定講習会を行いました。今年は、昨年から愛媛県内で被害が報告されている「キウイフルーツかいよう病」を警戒し、JAうま営農指導員と四国中央農業指導班が生産者の園地を個別に巡回しました。現在、JAうま管内4件のキウイ農家では感染の報告は出ていませんが、万が一に備え園地に入る前と後に長靴と剪定ばさみを入念に消毒していました。

講習会では、古い枝、余分な枝の剪定方法を説明。生産者は熱心に耳を傾け営農指導員らの説明を聞いていました。



剪定する枝について細かく説明がされていました

書道の町から2人が入賞 JA共済連 書道コンクール

全国共済農業協同組合連合会愛媛県本部が平成26年度に開催した「JA共済小・中学生書道交通安全ポスターコンクール」で、三島東中学校2年河端朝香さんと三島西中学校3年毛利菜菜さんの作品が入賞しました。昭和31年度から始まった同コンクールは今年で59回目を迎えました。

コンクールでは、条幅の部で河端さん、半紙の部で毛利さんの作品がそれぞれ県本部長賞・南海放送賞に選ばれました。河端さんは「先生や友達、家族の応援があり納得の作品が出来ました。感謝の気持ちで一杯です」と話し、毛利さんは「最後の年にこのような賞を頂き光栄です。今までずっと支えて下さった方々に感謝します」と感謝の気持ちを述べました。



三島西中学校3年
毛利菜菜さん



三島東中学校2年
河端朝香さん

両作品とも生き生きとした作品で審査員から好評を得ていました



受付に用意されたツリーにピンクリボンを飾り付けました



マンモグラフィー健診バス

1人でも多くの人に関心を JAバンクえひめピンクリボン運動

JAバンクえひめは、乳がんの早期発見を目的に定期検診のセルフチェックを啓発する国際的な運動「ピンクリボン運動」の主旨に賛同し、キャンペーン期間中に対象の定期積金をしていただいた方へ乳がん検診を受診してもらう取組みを行っています。

1月17日、JAうま総合経済センターにマンモグラフィー健診バスが派遣され、平成25年10月1日（火）～平成25年12月30日（月）に「ピンクリボン定期積金」を契約していただいた25名の方が受診されました。



新しい年金友の会をよろしく願います
左から(会長)柴垣進さん、(副会長)近藤旦さん、(副会長)一柳初太郎さん
(監事)妻鳥光男さん、(副会長)石川繁孝さん、(監事)高橋勝美さん

JAうま年金友の会運営委員会 支部間の交流深める

JAうまは1月23日、ホテルグランフォーレで平成26年度年金友の会運営委員会を開きました。各支部の役員とJA役職員37名が出席し、今後の運営について協議しました。

JAうま年金友の会は、当JAを年金受給金融機関としている方を対象にしております。親睦旅行など様々な活動を行っています。今回の委員会では、会則の一部変更や役員の改選が行われ、新たな体制のもと意思統一を図り、支部間の交流を深めました。



人形を飾り一気に華やかになりました



ひな人形を前に記念撮影をする利用者

あつたか荘土居 あつたか荘土居にひな人形が寄贈されました

3月3日は、桃の節句ひなまつりの日です。あつたか荘土居では、ひなまつりを迎えるにあたり、地域の方から立派なひな人形と市松人形が贈られました。寄贈していただいた松本真由美さんは「あつたか荘で飾ってくれるのならぜひ」ということで、家で眠っていたひな人形たちをプレゼントしました。飾り付けには濱本麻由美さんも手伝って頂き、利用者らは可愛いプレゼントに喜んでいました。

あなたもチャレンジ！家庭菜園

ジャムにして逸品、ルバーブの薦め

ルバーブはシベリア南部が原産のタデ科の野菜（和名…大黃）です。日本では知名度が低いものの、ギリシヤ、ローマでは紀元前から医薬用として用いられたとされ、ロシア、北欧、スイス方面を旅すると、家庭菜園でもよく見られます。

草丈は50～60cm、葉幅30～35cm、葉柄の大きさが2～3cmにもなる大株の、多年生の強健野菜です。

この葉柄の部分は、肉の消化を助ける酵素が含まれ、カルシウム、カリウムも多く、豊富な繊維質は整腸、脂肪分を取り除く効果があると考えられますが、魅力なのは強い酸味で、これを生かしたジャムの味は逸品です。加工も容易（後述）なので、地産地消の村おこし野菜としてもお勧めです。

ジャムの他に、マーマレードや砂糖漬け、シャーベットなどにも利用できます。葉を食べてもおおいしくないので、鳥獣害を受けにくく、山間地を利用して栽培さ



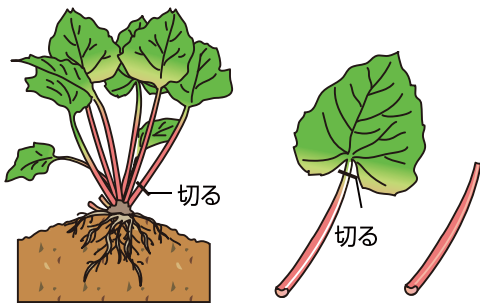
苗作り

れている所もあるようです。

育て方は、3月下旬～4月に種まき、苗作りして畑に植え出す方法と、すでに栽培されている根株を3月ごろ株分けして植え付ける方法とがあります。苗は市販されていることはあまりなく、ネット通販で探すのが手取り早いでしょう。

強健な多年草で、一度植えておけば数年間収穫し続けられます。

冬の間は葉が枯れて休眠し、耐寒性は強く、夏の暑さにもよく耐えて育ちますが、土壌の多湿には弱いので、排水の良い畑を選びます。あらかじめ石灰をまいて耕してお



収穫

赤色が強いほど良い



ジャム



シャーベット



砂糖漬け

いた畑に、元肥に粗い堆肥と油かすを施し、条間120cm、株間50cmぐらいに植え付けます。その後、生育中に2～3回、若干の油かすと化成肥料を追肥し、生長を促します。植えた1年目は収穫せず株を大きく育て、2年目の5月から6月にかけて、1回に2～3枚の葉を、葉柄を付けて切り取り収穫します。

7月ごろとう立ちし、白い花をにぎやかに咲かせますが、そのままにしておくと株の育ちが悪くなるので、早めに切り取ります。

●ルバーブジャムの作り方

ごく切りにしたルバーブの葉柄に砂糖をまぶし、しばらく置いて水分が出てきたら火にかける。煮詰まったらレモン汁を加える。砂糖は全体量の60％ぐらいを目安にしましょう。

三木茂 社会保険労務士からの
年金相談一口メモ

「平成27年4月からの年金額が決定」

広報誌1月号でお知らせしたように平成27年4月から（振込は6月）の年金額がマクロ経済スライドで実施されることが、厚生労働省より発表されました。以前は前年の物価スライドにより実施されておりましたが、少子高齢化に伴い、完全物価スライド制が難しくなったということです。

平成26年の消費者物価指数（生鮮食品を含む総合指数）は前年より2.7%上がりました。賃金上昇率は2.3%上がりました。以前から決まっていたことですが、物価上昇率が賃金上昇率を上回る時は、賃金上昇率に合わせ年金額を見直すことになっております。本来であれば、2.3%年金額を上げるべきところですが、マクロ経済スライドの導入により0.9%抑制されます。また、かつて物価上昇下落時に年金額を据え置いた部分の0.5%引下げが決まっておりますので、「0.9%+0.5%＝1.4%」の引下げになり実質伸び率が「2.3%－1.4%＝0.9%」となります。国民年金を満額もらっている方は年金額608円増え65,008円となります。厚生年金の人は、受給者の生まれた年によつて特例水準の影響が異なる為、改定率は一律ではありません。

四季の花づくり

芽が動く前、宿根草の植え付け

立春のころから徐々に上昇してきた気温が3月になると、さらに上がり、本格的な春に向かっていているな、と思わせられるようになります。草花は根が動きだし、春の開花に向けての準備を始めます。

宿根草の根が動き、やがて芽が動き始めますので、3月中の芽が伸びないうちに、植え付け後3年以上の物は、伸び伸びと育ち、良い花を咲かせてもらうため、株分け、植え替えをしましょう。株分けでは、1株に3芽くらいずつ付けて分けます。1株1芽に小分けすると、かえって開花しない物があったり、花が貧弱になったりします。植え付け場所は、3週間前くらいに耕し、土壌酸度を矯正して、腐葉土など有機質を入れておきます。植え付けて年数がたつてなく植え替えしない物は、株の周囲に浅く溝を掘り、芽出し肥を施して、今年の「体力づくり」を促します。

球根植え付けや種まきは、3月下旬以降のソメイヨシノ桜の開花期ころですが、ダリアやグラジオラスは、鉢に

植えて室内に置けば、暖かいので発根し始めます。芽が出てから花壇に植えれば、早く花が見られます。種物ではキンレンカもそんな手法を使えば、4月の暖かさを待つてまぐより早く咲きます。

秋まきした草花苗は暖かさで伸びが良くなります。中旬過ぎに花壇に定植します。デージーやパンジーは開花期間が長いので、株間は草丈の割にはやや広めに取っておくのが良いでしょう。移植を嫌うスイートピー、ルピナス、ポピーなどは間引きをして通風や日当たりを良くして育てましょう。菊は、親株の脇から出ている冬至芽の根分けをしましょう。



ユネスコ無形文化遺産の
「和食」

主役は旬の新鮮食材



©よい食P

和食に欠かせぬ大豆加工品

2月の節分には「鬼は外、福は内」と言っ^いて、炒った大豆をまいて魔よけ・鬼払い・厄払いをした後、年齢の数だけ食べる風習があります。大豆には災いや病気などの魔を滅ぼす力があると考えられています。日本で大豆栽培が盛んになったのは鎌倉時代から。仏教が広く普及し、その影響で肉食が禁止されたため、体に必要なタンパク源を得るために栽培が広がりました。時代とともに加工技術も発達し、味噌、納豆、しょうゆ、豆腐、きな粉、おから、ゆばなど様々な製品が作られ、日本の食生活に欠かせないものとなりました。

大豆は「畑の肉」と言われるほど、植物としてはタンパク質が豊富です。必須アミノ酸がほどよく含まれ血中コレステロールの低下作用、肥満の改善効果などの生理機能があります。またビタミンB群が多く、疲労物質を分解し疲れをとるため、自然のバランス栄養食といえます。一方で大豆のシンプルな味は多様な料理になじみやすいことも特徴です。

小さな粒ですが「大豆」と書くのは、「大いなる豆」の意味から名付けられたもの。大豆の栄養パワーを取り入れて、食と健康をより豊かなものにしていきましょう。（監修＝女子栄養大学栄養クリニック教授 蒲池 桂子）



ひとくちメモ

朝食に欠かせぬ味噌汁

朝ご飯に欠かせない味噌汁^{たし}。味噌汁はシンプルな料理ですが、出汁と味噌、具材で家庭によって異なる味が出せることから“おふくろの味”の代表とも言われます。味噌にはタンパク質などが豊富に含まれているので、毎朝飲むことによって健康が維持できます。味噌を入れたら沸騰する前に火を消しましょう。味噌の香りが広がりおいしさもアップします。



JAPAN
EXPO 2015 MILANO

2015年ミラノ国際博覧会のテーマは「地球に食料を、生命にエネルギーを」。J Aグループは、「共存する多様性」をテーマに掲げる日本館への協賛を通じて、「多様な農業の共存と食料主権の尊重」を世界に発信し、世界の食料問題の課題解決に貢献していきます。





新鮮食材で 楽しくクッキング

カブと生青のりの スープ

丸ごと1個のカブと、香りの良い生の青のりで作るスープです。とろみとして使う本クズの生命力は強大で、漢方薬としても用いられています。体を温めてくれる優しいとろみ、ぜひお試しください。

1食あたり
約73kcal

材料（2人分）

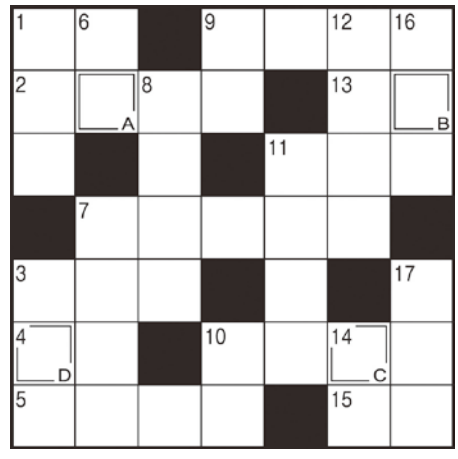
- カブ.....2個
- 生青のり.....50g
- だし汁.....600ml
- 本クズ.....25g
(なければかたくり粉で代用)
- 酒.....大さじ1
- しょうゆ.....小さじ1
- 塩.....適量

作り方

- (1)カブは葉を切り落とし、皮をむく。
- (2)だし汁を入れた鍋にカブを加え、軟らかくなるまで煮る。
- (3)酒・しょうゆを加え、塩で味を調える。
- (4)生青のりを入れ沸騰させてから、同量の水で溶いた本クズを鍋の中をかき混ぜながら加える。
- (5)全体にとろみが出るまで混ぜ合わせて火を止める。
- (6)器に盛り、カブの葉を添える。



二重マスの文字をA～Dの順に並べて
できる言葉は何でしょうか？



- ① 伊予カンやポンカンの主産地
- ③ 新潟の民謡「佐渡——」
- ⑥ 昆布やかつお節で取ります
- ⑦ 3月14日は——デー
- ⑧ 知識を多く蓄えた人のこと
- ⑨ ——を聞いて十を知る
- ⑩ アヒルはこの鳥の仲間を品種改良して作られました
- ⑪ ——大関は、負け越すと大関から陥落します
- ⑫ 水族館にはたくさん並んでいます
- ⑭ ゆでた野菜や麺の水分を切るとき使います
- ⑯ マランの自己——を更新した
- ⑰ 夕方に窓から差し込みます

タテのカギ

クイズに挑戦！

クロスワードパズル

ヨコのカギ

- ① 木々が空中で伸びします
- ② ひな人形に供える四角い食べ物
- ③ ——良ければ全て良し
- ④ 便箋に引かれた線のこと
- ⑤ 「石川早生(わせ)」や「セレベス」などの品種があります
- ⑦ レーズンともいいます
- ⑨ 砂蒸し風呂で有名な鹿児島県の温泉地
- ⑩ 日本髪に挿す飾り
- ⑪ アクセルを踏んで——する
- ⑬ 塗り絵に付けます
- ⑮ 文字のそばに小さな文字で振ります



1月号の答え
オトシダマ
(応募64通)

歌うおばさんほか10名の方々へ当選おめでとうございます。次回のクイズ締切日は3月25日(水)必着。抽選でジャジャうま市お買物券を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。是非応募ください。
J A うま H d <http://www.ja-uma.or.jp>
からも応募できます。

俳句と川柳

俳句

風に聞き雲に語りて千柿す
束の間の寒夕焼でありしかな
廃園とせし蜜柑摘む吾がために
灯の気なき家ひそやかに寒椿
裸木をくぐって蜜柑摘み急ぐ
山畑の枯葉の風に渦なして
佇みて虎落笛聴く仏崎
節分や昨日と今日と豆の数
輪飾りや門扉の三日閑ざしまま

真鍋寿美女
岸 豊子
谷 秀子
竹内 式部
寺尾 島子
松木 功子
松木 順子
山本 昭子
伊藤 富子

川柳

冷え切った心に響く母の鈴
美しく散る夢抱いて善を積む
アウシユビツツアンネの日記思い出す
賭けひきが上手いあなたにしてやられ
追憶の彼方にいつもいるあなた
初日の出力まず生きる手を合わせ
聴きなれぬ寒さ爆弾低気圧
福袋開けてびっくり無駄を買う
口にするプラスの言葉福を呼ぶ
暖冬もいずれば冬の寒さかな
言い訳で楽する手段考える
初場所や期待の角力栃煌山

大西 正隆
河端美佐恵
佐伯 明美
鈴木多恵子
月原つくし
大西 彰
越智ユリ子
片上ふさ子
斎藤タマゴ
高橋 和樹
玉井こずゑ
北川 鉄心

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

3月

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

4月

日付	曜日	時間・場所など
8	水	寒川支店(10:00~12:00)
10	金	豊岡支店(10:00~12:00)
14	火	金生支店(10:00~12:00)

理 事 会 だ よ り

平成26年度 第10回理事会

平成27年1月27日(火)

- 第1号議案 資産査定要領の別紙1の一部訂正について
 第2号議案 大口貸出案件の承認について
 第3号議案 平成26年度上半期末監事監査指摘回答について
 第4号議案 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。

第4回JAうまカップ
グラウンド・ゴルフ大会 開催のお知らせ

主催：四国中央市グラウンド・ゴルフ協会

老若男女
どなたでも歓迎!!
出場者大募集!!

日時：平成27年4月13日(月) 小雨決行

8時30分 受付

8時50分 開会式

9時 競技開始

初心者大歓迎!!
協会がバックアップします
クラブ・ボール貸出OK

会場：川之江浜公園「多目的グラウンド」

参加資格：四国中央市民

参加料：1人300円(弁当は持参下さい)



申込み期限：平成27年3月25日(水) 必着 FAX可

申込み先：57-0188(TEL・FAX兼用)

〒799-0101 四国中央市川之江町3113-69

谷 弘 熙 宛

陸上のカーリング!
ペタンク 開催のお知らせ

主 催：JAうま

日 時：平成27年4月18日(土) 小雨決行

8時15分 受付

8時45分 開会式

9時 競技開始

初心者大歓迎!!

会 場：JAうま総合経済センター「ジャジャうま広場」

参加資格：ペタンク愛好者

参加料：無料

申込み期限：平成27年4月3日(金)

申込み先：JAうま各支店窓口

お問合せ：土居公民館 館長 加地明

28-6358



キリトリ線

3月号クイズ解答

3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うまトピックス ☐ 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うまトピックス ☐ 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。

こんにちは☆川下経済センターです

肥料・農薬の購入は川下経済センターで!!

当地域はJAうま管内の農業中心地帯であり、特に里芋（伊予美人）や、山の芋の生産者が多く農家の方には多くの利用があります。

農産物の出荷（販売）は、川下経済センターまでお願いします。

農産物の出荷（販売）は、
川下経済センターまでお願いします。



えがお
100倍

金生町

はるき
晴生くん（8ヶ月）

お父さん：山中雅喜さん
お母さん：香菜さん

- こども共済に加入されたキッカケは？
JA職員さんのオススメ
- 加入する際にどのような点を重視しましたか？
給付率がよかった
- お子さまにどのように育てほしいですか？
明るく元気に育てほしい
- お子さまのチャームポイントは？
笑顔



お便り
ありがとう

☆暖冬、暖冬と言いつつ寒いですね。春になるのが待ち遠しいです。（すいせん）
【編】日が照った時は少し暖かい気もしますが、朝晩はやっぱり寒いですね…。でも、日の入りの時間が遅くなってきたので春ももうすぐですね。

☆おいでや市の焼き芋はねつとり甘く最高に美味しいです。健康にいいのでいつもおやつにしています。

（歌うおばさん）

【編】産直市で大好評の焼き芋、昨年に引き続き今年も大好評ですね☆おいでや市では今年から売り始めたのですが、大人気です。僕も大好きなので産直市に行くのと焼いてるかどうかもまだ確認してしまっています。

☆お正月の初詣に琴平金毘羅さん参道で「さぬきうどんゆさぶり音頭」を歌って踊りました。とても楽しかった。

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うま広報担当者が行い、撮影場所をご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。
広報誌ゆるきやら
さとりん

たです。（E.O）
【編】「さぬきうどんゆさぶり音頭」初めて聞きました！さぬきうどんゆの応援歌みたいですね。歌って踊っている人はたくさんいたんでしょうか？名前の由来が気になります（笑）
☆種を蒔いてもなかなか上手に長ネギが育たないので、育て方を教えてください。（Y.K）
【編】冬場の鍋には欠かせなく、ビタミンC、カロテン、食物繊維が豊富で疲労回復や風邪の予防にも効果を発揮する長ネギですが、簡単な栽培方法を7ページの「旬を食べよう」に掲載していますので、是非ご覧ください。

イラスト

でこぼんさん



編集後記

私事ではございますが、2月8日（日）に開催された第53回愛媛マラソンを無事に完走することが出来ました。記録は5時間39分22秒です。決して速くはないのですが、「昨年よりも速く」という目標は達成することができました。今年は中盤の風雨が激しく、決して楽な道のりではありませんでしたが、沿道の声援が本当に心強く最後まで走りきることが出来ました。マラソン前にメール等で応援してくれた上司や同僚、まわりの方々にも感謝したいです。本当にありがとうございました。（次郎）



石川組合長が伊予美人ののぼりと共に応援に駆け付けてくれました

愛媛県警察 からの要請で

小切手のご利用を お願いしております

詐欺に
あわない
ために

×現金 → ○小切手



高額の払戻・解約取引は、
現金ではなく「小切手が安全・安心」

「小切手」なら

○現金の被害が防止できます。

○「卑劣な犯罪」に巻き込まれること
のないよう、是非ご利用ください。

ひったくりや
ドロボーも
防げます



JAバンクえひめ
キャラクター
ぱんじゃくん



お客様の大切な財産を
守るためのお願いです。



 **JAバンクえひめ**
(愛媛県下JA／県信連)

／ **愛媛県警察**