

2017
10
Vol.259

JAうま

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

特集1

里芋「伊予美人」出荷始まる

特集2

市内の親子が参加！学校給食米収穫祭



特集 里芋「伊予美人」の 出荷が始まりました



→「名前の通り美人に育っている」と
にっこり笑顔の高橋博（ひろむ）さん



JAうま

うま農業協同組合

vol.259/October.2017

平成29年10月号

10

今月の目次 | contents

ページ

- 2 特集1 里芋「伊予美人」の出荷が始まりました
- 4 学校給食米収穫祭
- 5 少年軟式野球親善交流大会
四国中央市バスケットボール大会
- 6 JAうまトピックス
理事会だより
- 8 特集2 今日から始めよう 生活習慣病予防
- 10 コスモスちゃん知恵袋
- 12 インフォメーション
コスモス資産管理部 「ちょっと気になること」
ブリエール通信
- 13 クロスワード・まちがいさがし
- 14 JAPLAZA
レシピ サトイモのバルミジャーノフリッター
俳句と川柳／お便りありがとう
- 16 インフォメーション
今月の予定
いもたきセット発売のお知らせ
JAバンク 南こうせつwithフレンズ2018

今月のうまキッズ

まさこ
加地 真子ちゃん (8才)

ひろき
加地 博貴くん (3才)



笑顔いっぱい、
元気いっぱい、
宝の子。



出荷直前の動き

8月下旬 試験掘り調査



愛媛県の担当者、生産者と伊予美人の生育状況を確認するため、豊岡地区19圃場、土居地区10圃場、寒川地区で試験掘り調査を実施しました。

掘り出した芋は圃場ごと親芋・子芋・孫芋に分け、品質別に個数や重量を調べ、今年の出来を確認しました。

9月5日 里芋・山の芋出荷協議会



JA愛媛野菜生産者組織協議会、全農えひめ、県内JAや市場関係者ら約50名が出席し、出荷協議会を開きました。JAうまは試験掘り調査結果と9月10日から出荷することを市場へ伝えました。

市場関係者からは売り場確保のため年内の数量確保と安定的な出荷が要望されました。JAうまはJA域を超えた東予地区広域選果の取り組みで対応する構えです。

中国四国最大の里芋産地であるJAうまで「伊予美人」の出荷が9月10日から始まり、選果場のある豊岡経済センターと川下経済センターでは、初日17トを出荷しました。

JAうま豊岡特産部会部長の豊岡町・高橋博さんは、「今年は仕上がりが早く、出荷始めでもすでに大きい芋が多い。品質の良い、丸く綺麗な芋が出来た」と自信をのぞかせました。

伊予美人は芋の形状が丸く、

白いのが特徴。柔らかく粘りのある食感が人気を集めています。

今年は天候に恵まれ、例年よりやや生育が早く、秀品率は平年並み。大玉傾向となりました。JAうま管内では、農家約400戸が80畝（前年比100%）を栽培、出荷量は2000ト（前年比112%）を計画しています。出荷は京阪神を中心に、県内、中四国、関東へ12月末をピークに来年4月末頃まで続きます。

愛媛県全体では、JAうまを含め7JA合わせて29年産は栽培面積132・3畝（前年比105%）、出荷量は約3106ト（前年比117%）を見込んでいます。『愛媛のブランド「伊予美人」』のより一層の浸透にむけて、市場や消費者向けの消費宣伝活動やJA域を超えた東予地区広域選果の取り組みで、産地の維持・拡大に努めています。

→ 選果台を流れる里芋の品質を瞬時に見分ける職員



← 選果場に運ばれた里芋は直ちに選別、箱詰めされます

8月26日

第13回 四国中央市学校給食米 収穫祭

主催：四国中央市地産地消推進委員会

土居町の鈴木和夫さんが耕作する田んぼで学校給食米収穫祭が開かれ、市内から関係者と親子約370人が参加しました。

収穫したお米は、4月29日の田植え体験会で子供たちが手植えしたものです。品種はコシヒカリで、化学合成農薬と化学肥料を通常より半減して生産し、地域ブランド米「うまさだち」として出荷します。2学期から1年間、市内全小中学校と一部幼稚園の米飯給食に使用されます。

収穫体験



給食に出るお米を小学生が昔ながらの方法で、一束一束鎌を使って刈りとりました。



しちぢゅ〜の
田んぼアート



フェンシング
をするカカシ

昔体験



唐箕（とうみ）
風をを起こして米を選別する。



縄ない機
稲わらから縄を作る。



足踏み脱穀機
踏み板を踏むと突起物がたくさんついた胴が回転し、籾（もみ）がはすれる。



精米
瓶に玄米を入れて棒で突くと白米になる。



管内では8月初旬からコシヒカリの収穫が始まり、8月18日から米の農産物検査が始まりました。検査資格を持つ職員が「穀刺し」で袋から米を抽出し、今年の出来を確認しました。

今年産の米は、収量・品質ともに平年並み。早期米出荷量見込みは200トンです。入庫した米は、学校給食に使用されるほか、産直市と全農えひめへ出荷されます。

おにぎりパーティー

稲刈り後は、炊きたての新米を皆でいただきました。美味しかったね！



JAうまは地域貢献活動の一環として、地域イベントの主催や協賛をしています。
8月には子ども達が日頃の練習成果を発揮して、熱い戦いを繰り広げました。



アウト?セーフ?



選手宣誓!

8月5日・6日

第15回JAうま
少年軟式野球
親善交流大会



準優勝 山田井少年野球クラブ



優勝 金田とどろき



シュート☆



ジャンプボール!

8月19日・20日

第6回JAうまカップ
四国中央市
バスケットボール大会

女子の部

男子の部



優勝 寒川ミナミバスケットボールスポーツ少年団
ミニバスケットボール四国中央市大会



優勝 四国中央フレスシズ【SKC】
第6回 JAうまカップ
ミニバスケットボール四国中央市大会



準優勝 長津ミナミバスケットボールスポーツ少年団
ミニバスケットボール四国中央市大会



準優勝 武士ジュニア(岡山県)
ミニバスケットボール四国中央市大会

イベントで新鮮野菜販売 富郷地区生産者部会



8月5日湖水まつり、20日てらの湖畔広場夏の感謝祭で、富郷地区生産者部会は夏野菜やお茶を販売しました。

えひめ国体のラグビーの試合を富郷スカイフィールドで開催することから、同生産者部会ではPRと応援の意味を込めてラグビーカボチャやラグビースイカを生産し、イベントでも好評でした。



オシャレしましょ♪ ファッションセレクトフェア



8月4日と5日、総合経済センターでファッションセレクトフェア宝飾大展示会を開催しました。

オオツキジュエリー(株)のご協力で、ネックレスや指輪などの装飾品、服や靴、バッグなど、オシャレを楽しみたい日にぴったりの商品がたくさん並びました。ネイルの無料体験やジュエリーのリフォームなども出来、多くの女性客で賑わいました。



防除薬剤について学ぶ 土居町青壮年部講演会



土居町青壮年部は8月29日、土居中央支店で今年から新たに里芋の防除薬剤に登録された「アミスター20フロアブル」について、薬剤開発会社シンジェンタジャパン(株)の藪田実男さんに講演していただきました。

藪田さんは、この薬剤の特性や実験結果などを図や表を使って説明し、里芋に使う際の注意点について、ローテーション防除や回数制限、高温多湿時をさけることや薬剤を混用しないことなどを呼びかけました。

お魚料理いろいろ 女性部営農購買部会



8月19日、平成29年度女性部営農購買部会を開きました。活動テーマは「地産地消! 安心・安全は家庭から」。愛媛食育クラブの石川弘香さんほか2名をお呼びし、地元の海の幸を使った料理を教えていただきました。

作ったのは、アジフライ、イリコを使った炊き込みごはん、イリコ味噌を使ったピザ、とろろ昆布と鰹節を使った即席お吸い物など。どれも美味しく出来上がり、楽しい時間を過ごしました。



充実の夏 あったか荘三島



あったか荘三島では、例年開催している夏祭りのイベントを行いました。ヨーヨーやかき氷、チョコレートのつかみ取りなどお祭り気分楽しいひと時を過ごしました。職員は利用者さんに浴衣を着せてもらいました。

また、みなと祭と四国中央紙まつりでは、笹飾りとちぎり絵でそれぞれ賞をいただき、紙まつりの表彰式には利用者さんが出席しました。



花火大会を前に 関川河川敷草刈りボランティア



8月6日、関川河川敷ふれあい広場の草刈りボランティアに土居地区の店舗職員が参加しました。職員は1年のうちに生い茂った雑草を草刈り機で勢いよく刈り払いました。この活動は花火大会を前に毎年行われるもので、市内の団体や企業が参加しています。

理 事 会 だ よ り

平成29年度 第5回理事会

平成29年8月30日(水)

第1号議案 理事の定数削減(案)について

第2号議案 JAの子会社に対する貸出(利益相反)の承認について

第3号議案 余裕金運用等にかかるリスク管理手続きの改正について(案)

第4号議案 JASTEMマニュアル類改正に伴う文書管理規程の改正について(案)

第5号議案 農業者のための労災保険特別加入団体の設立について

※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が、ご了承下さい。

地域とのふれあい大切に 寒川地区盆踊り大会に参加



8月5日、「寒川町夏祭り盆踊り大会」に今年も寒川支店職員と寒川地区の女性部が参加しました。この盆踊り大会は、地域の子供や団体が参加していて、JAうまも「しあわせ連」という名前で毎年参加しています。会場の寒川小学校運動場にはやぐらが立ち、周りに出店が並びました。しあわせ連は今年も最優秀賞に輝き、抽選会ではなんと、女性部2人の方に1位賞品の扇風機が当たりました。

今日から始めよう！

生活習慣病予防

生活習慣病は、生活習慣を見直すことで
予防や改善に導くことができます。

専門医である日本生活習慣病予防協会の
池田義雄理事長にお話を伺いました。

生活習慣病とは

生活習慣病とは、さまざまな疾患の総称です。偏った食事や運動不足、睡眠不足、喫煙、過度の飲酒、過度のストレスなど、好ましくない生活習慣や環境の積み重ねが、発症のリスクを高め、疾患の進行にも深く関わっています。

具体的には、糖尿病、高血圧、脳卒中に動脈硬化、高尿酸血症／痛風、脂質異常症（高脂血症）、心筋梗塞、狭心症、脳梗塞、脳出血、肺がん、大腸がん、骨粗しょう症、肥満症／メタボリックシンドロームなどが挙げられます。



池田 義雄
(いけだ よしお)

医学博士。専門は内科学（糖尿病・肥満）、健康医学（生活習慣病・メタボリックシンドロームなど）。日本生活習慣病予防協会理事長の他、糖尿病治療研究会名誉顧問、タニタ体重科学研究所名誉所長、セルフメディケーション推進協議会会長などを務める。『量る・計る・食べるダイエット』（アスペクト）ほか著書多数。

「一無、二少、三多」のライフスタイル

生活習慣病予防のため、日本生活習慣病予防協会では「一無、二少、三多」のライフスタイルを提唱しています。

一無 禁煙

二少 少食、少酒

三多 多動、多休、多接

生活習慣病リスクをチェック！

生活

- ☐ 40歳以上である
- ☐ 20歳時より体重が10kg以上増えている
- ☐ おなか回りがぼっこり出ている
- ☐ 大食漢である
- ☐ たばこを吸う
- ☐ お酒をよく飲む
- ☐ 体を動かすのが嫌い
- ☐ 夜更かしが多く、睡眠不足である
- ☐ 多忙で休養が取れない
- ☐ ストレスがたまっている

食事

- ☐ ご飯やパンなど（炭水化物）の摂取量が多い
- ☐ 脂っこいものが好き
- ☐ ほぼ毎日間食をしている
- ☐ 深夜の時間帯によく飲食する
- ☐ 朝食は食べたり、食べなかったり
- ☐ 早食い、ドカ食い、ながら食が多い
- ☐ 濃い味付けが好きである
- ☐ 外食やファストフード、レトルト食品をよく利用する
- ☐ 甘い清涼飲料水をよく飲む
- ☐ 野菜や海藻類の摂取量が少ない

運動

- ☐ 運動不足だと実感している
- ☐ 1日の歩数は7000歩未満が多い
- ☐ 移動には車をよく使う
- ☐ つい階段での移動を避けてしまう
- ☐ 継続して行っているスポーツはない

「一無、二少、三多」のこれら6項目のライフスタイルを実行できている人ほど、肥満の程度、血圧、血糖、中性脂肪、コレステロール、尿酸などの検査値が良くなることが分かっており、罹患（りかん）率も実行できていない人に比べて低いという研究データが出ています。1項目実行できなくなるとに罹患率は高まります。

6項目のうち「少食」については腹八分目を心掛けることです。これは、現在の自分の食欲や満腹感に対する八分ではなく、20代前半の食事量の八分です。生きていくために最低限必要なエネルギー（基礎代謝）は、20歳をピークに徐々に落ちていくので、加齢とともに食べる量も減らす必要があります。20代の頃と同じエネルギー量を取っているのは肥満につながります。

「多動」は、十分な運動を意味します。運動は、通勤や買い物で歩いたり、エレベーターを使わず階段を上がるなど、頭では分かっているつもりでも意識しなければできません。運動はその気になって、心でするものと考えてください。

「多接」とは、多くの人や事、物に接するという意味です。人との出会いや交

流により絆も生まれ、いろいろな物事に触れることで好奇心が満たされます。何歳になっても好奇心旺盛で、精神的に豊かであることが、生活習慣病を遠ざける一つの要因にもなるのです。これはストレス軽減とも深い関係があります。

年齢に応じて

日々の積み重ねが発症につながるため、まだ病気とは縁のない20代から「一無、二少、三多」を実践し、生活習慣病予防を心掛けてほしいものです。重大な合併症の発症に至るまでには20年も30年もかかる場合が多いのが生活習慣病です。

近年は定年の年齢も上がっています。年を取っても仕事ができる体づくりが大切です。今現在、生活習慣病を抱えている人も、その疾病の性質をよく知って、それ以上悪化させないよう、生活習慣を見直していきましょう。

取材協力：一般社団法人日本生活習慣病予防協会
<http://www.seikatsusyukanbyo.com/>

判定やいかに……

生活 の項で5個以上当てはまる人は、要注意！

40歳を超えると、生活習慣病リスクは高まります。加えてたばこやお酒、ストレスが、さらに生活習慣病を誘引。おなか回りがメタボ（腹囲が男性…85cm以上、女性…90cm以上）になっている人は、食事や運動をはじめとする生活習慣全般の見直しが必要です。

食事 の項で5個以上当てはまる人は、要注意！

外食やファストフードが日常で、夜更かししながら寝る前まで食べているような人は、血糖値や中性脂肪が上昇します。さらに濃い味付けが好き、魚より肉、野菜や海藻類など食物繊維の取り方が少ない、などの食生活は動脈硬化を促進します。食事は規則正しく、腹八分目でバランス良く食べることが大切です。

運動 の項で3個以上当てはまる人は、要注意！

日頃から通勤以外は歩かない、という人は週3回以上、30分以上は歩くよう意識して生活してみてください。運動量は、ご自身の体力・体調を見ながら調整を。体を動かすことは心身の諸機能を高め、ストレス解消にもつながります。

三つのカテゴリーのうち二つ以上に「要注意」が出たら、生活習慣病リスクが高く、すでに予備軍になっている可能性があります。これらの不摂生は、短期間ではそれほど体に影響を及ぼさないため、なかなか気付かないものですが、10年、20年とその習慣を続けていくうちにある日突然発症する、それが生活習慣病の怖いところです。

手遅れになる前に、年に1回は健康診断を受け、数値異常が見つかった際は生活習慣の改善に取り組みしましょう。最寄りの医療機関で受診することをお勧めします。

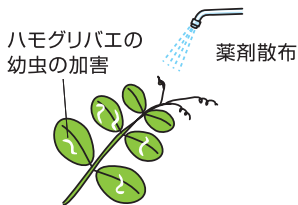
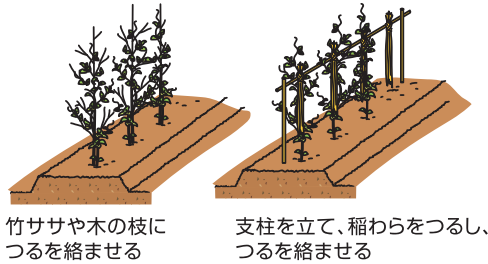
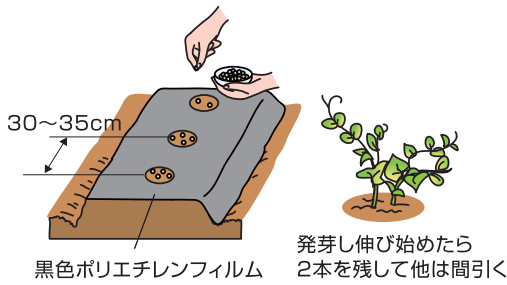
あなたもチャレンジ！家庭菜園

取れ立ての新鮮な味が格別なサヤエンドウ

栽培管理が楽で、失敗も少ないサヤエンドウ。店頭売りでは得られない新鮮さが魅力で、家庭菜園にはぜひ取り入れたい野菜です。

カロテン含有量が多く、分類は緑黄色野菜。ビタミンC、食物繊維も豊富。使い道はサラダや汁の実、煮物にと広く、飽きずに重宝します。育て方のポイントを列挙します。

- (1) 連作畑を避ける。
- (2) まきどきを誤らない。
- (3) 冬に株が風で振り回されないよう仮支柱、風よけを設ける。
- (4) 伸びだしたつるがよく絡むよう、しっかりとした支柱を立てることなどです。



サヤエンドウは野菜の中でも特に連作を嫌う性質があります。4〜5年はサヤエンドウを作ったことのない畑を選びましょう。

種まきの適期は関東南部以西の平たん地では10月20日前後ですが、これより寒い地域では少し遅く月末ぐらい、暖かい地域では少し早くまぐぐらいに差をつけましょう。寒い地域で早まきすると、大きく育つてから厳しい寒さに遭うため寒害を受けやすくなります。地域の慣行をよく調べてください。

サヤエンドウは茎葉が柔らかく、越冬中に株が風に振り回され、茎が折れたり枯死したりしやすいので、

草丈が15〜20cmに伸びたら短い支柱を交差させて立て、株を固定したり、畝に沿って稲わらを半折れにし、下方を土に埋め、簡単な風よけを作ったり、べた掛け資材で覆ったりして寒風から守ってやりま。

越冬後草丈が20〜25cmぐらいになる頃には巻きひげも出るので、早めに支柱を立て、これに絡ませるようつるを誘引してやりましょう。支柱材としては、細枝のたくさん付いたササや、子枝の付いた木の枝などが最良ですが、入手できない場合は、木杭に横竹を渡し、所々に稲わらを小束にしてつるす方法、それらがなければ果菜用の支柱材を立て、横に3段ほどプラスチックひもを渡したり、キュウリの誘引ネット(網目15cm)を取り付けるなど、いろいろ工夫してみてください。

肥料分は多くは必要ないので、前作に野菜を育てた畑なら、越冬前に畝に沿って軽く溝を作り、1株当たり化成肥料大さじ2杯ぐらい、本支柱を立てた後に、畝の反対側に同量を施し、土を盛り上げて畝を形作るぐらいで足りるでしょう。

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

三木茂 社会保険労務士からの年金相談一〇メモ

「年金は請求権が発生したら必ず請求しましょう」

年金権が発生しているのにも関わらず請求されていない方がおられます。

老齢年金については誕生日の翌月から年金が受給できます。現在は日本年金機構から誕生月の3か月前に裁定請求書が送付されてきます。請求権があるにも関わらず請求書が来ないのは、住所が変わっているのに変更届が提出されていない方、また特に女性に多いのですが、氏名が変わっているのに氏名変更届が提出されていない方です。

又、裁定請求書が来ているのに提出されていない方がおられます。裁定請求書は誕生日が過ぎたら必ず請求しましょう。5年経過すると、貰える年金が時効により貰えなくなります。繰下げできるのは65才から70才までの方です。60才から65才までの方は特別支給の老齢厚生年金ですので、必ず請求しなければなりません。後に加給年金の返還処置をしなければならぬ等、多くの問題が発生します。

相続と親族 その14

今回も扶養について説明します。

前回、扶養の内容について、扶養される者と扶養する者との協議できないときは家庭裁判所が決めることを説明しました。

この場合、扶養の順位はどう考えたらいのでしょうか。扶養をする義務ある者が数人いたときにどうするかです。例えば、親権者とそうでない者、子と親の兄弟姉妹などです。

一般的には、扶養をなすことが身分関係から当然に生じる生活保護義務の関係にある者に扶養義務が優先的にあるとされています。また、親権の有無は子に対する扶養義務に関係がなく、資力などに応じて扶養すべきと考えられています。

そして、この点について協議できないときも、家庭裁判所で決めることになります。

ところで、子の1人が親を扶養した後、他の子（つまり自分の兄弟姉妹）に過去の扶養の費用を請求できるのでしようか。この点については、古い裁判例では求償はできないとしていましたが、現在では求償も認めら

れると考えられています。

では、親を扶養した子は相続に当たり寄与分の主張が可能なのでしようか。この点、特別な寄与、例えば親の面倒を見るため昼夜逆転の生活をしたなどの事情がないと、親の面倒を見ても扶養の範囲内とされてしまい、寄与分とは認めないとされることもあります。

以前、芸能人の親が生活保護費を受給して問題になったことがあります。生活保護法には、民法上の扶養は生活保護に優先するという大原則がありますが、半面で扶養義務者がいるから生活保護は受けられないという点でもありませんので注意してください。扶養義務者がいても諸事情によつては生活保護を受けられることもあるのです。



お問合せ先

資産保全サポートセンター

電話：0896-24-2327 Eメール：shisan-support@ja-uma.or.jp

●万が一に備えよう わが家の防災

家族でやっておく災害対策

7月初旬、九州北部で多数の人的被害を伴う豪雨災害が発生しました。甚大な被害を受けた地域の方々には心よりお見舞い申し上げます。

日本は地震大国であるだけでなく、気象災害においても大きなリスクを抱えていることをあらためて思い知らされました。日本列島では今や毎年のように「記録的豪雨」による被害が各地で発生しています。ですから地震に加えて台風、豪雨などへの備えも、ひとつとせずに、日本国民全員が意識して準備していかなくてはなりません。地域で行っている防災訓練や避難訓練に参加すること、水や食料の備蓄をすることも重要なことなのですが、それぞれの家庭が意識して、被害に遭わないようにするにはどうしたらいいかを考えることが、本場の対策なのです。

自分の住む自治体の発行する「ハザードマップ」を家族全員で見たことはありますか？避難場所や避難所の位置を確認するだけでなく、自宅周囲の危険度の高低を知ることが、危機が迫ったときに避難経路を決めるのに役立ちます。

自分の生活する場所にどのような危険があるのか、「いつ」「どのように」逃れるのかを事前に考えておく必要があります。津波、土砂災害、浸水、火災など地域によつて最もリスクの高い災害に対して、避難経路や避難を決めるタイミングを家族全員で決めておきましょう。災害用伝言ダイヤル「171」などの連絡手段を確認したり、遠方の親族の電話番号を共有しておくことも災害時の連絡手段として有効です。

これらに加えて、近所同士でお子さんやお年寄りのサポート方法を考えるなど、地域全体で弱者を守る地域コミュニティをつくっておくことも、自分の不在時に、大切な家族の安全を図るためには、とても大切なことです。



ゆ かん 湯灌のご案内

湯灌の儀式には亡くなられた方が来世に導かれるために現世の汚れを洗い清めるという意味と、赤ちゃんが産まれたときに産湯につかるように、新たに来世へ生まれ変わるためにという願いを込めています。

湯灌サービス Q & A

Q 1 : 病院できれいにしてもらったのですが・・・

病院での処置は、アルコール綿での清拭と綿詰めが基本で、医療面における応急処置といったものが多いようです。湯灌はこれとは全く別のもので、実際にシャワーによるお湯を使って身体を洗い、含み綿でお口元をきれいに整え、ご遺族の意向に沿って、お化粧をするといった本格的なものです。湯灌にかかる時間は、故人様の状態や環境によって多少変わりますが、準備・片付けを含めて約1時間半程度です。

Q 2 : 死化粧とはどんなもの？

お顔の色をいくらかでも生前に近いようにするごく自然なものです。故人様の顔色や状態によって対応をいたします。また傷等も程度によりますが目立たないようにできます。

また衛生面を考慮して化粧用品は新しいものをつかっておりますが、故人様が愛用されていた化粧品を使って欲しいなどご要望がありましたらご相談ください。その際、ご希望の衣服などをお持ち頂ければ着替えさせていただきます。

Q 3 : 宗教は関係ありますか？

宗教や宗派を問わず、どなたにでも対応致します。

Q 4 : 必要な広さや準備は？

たみ3畳分程のスペースを頂ければ必要な物はお湯や浴槽など全て準備してお伺いします。完全防水ですので、絨毯などの上でも大丈夫です。また、使用させて頂いたお湯は全て回収させていただきます。



葬祭会館プリエール川之江 Tel58-6889

葬祭会館プリエール三 島 Tel24-5600

葬祭会館プリエール土 居 Tel74-2020

※土居会館の電話は三島に転送されます

株式会社コスモスからの

ちよつと気になる事

資産管理部の石川です。

株式会社コスモスでは、JAつま事業所で積水ハウスの各士業（弁護士・税理士・司法書士など）による無料相談会「よろず相談会」を毎月行っています。

主な相談内容は、

1. 相続争いが起こらないようにするには
2. 法定相続分以外の相続方法はないか
3. 相続人が確定できず相続できないなど、相続に関するご相談（なかでも財産分与）が多いように思われます。

よろず相談会では、専門家による無料相談のほか、相続税対策や土地の相続税評価など、ご依頼があれば承っております。

よろず相談会実施に関するご案内は、毎月のJAつま広報誌とあわせてご案内チラシをお配りしていますので、ご確認の上、お気軽にお越しください。

ご相談会場にてお待ちしております。

● 詳しいお問い合わせは、

株式会社コスモス 資産管理部

Tel 22-13540まで

クイズに挑戦!

クロスワードパズル

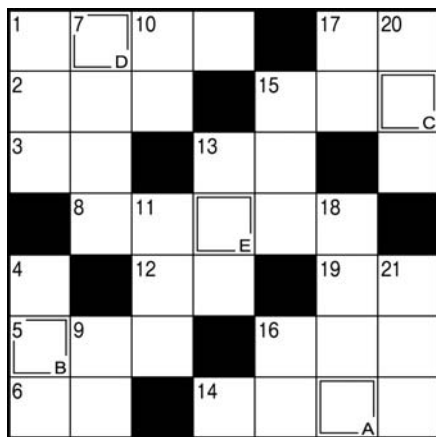
タテのカギ

- ① くるくるとカールした髪
- ④ ふすまや障子はこの上を動きます
- ⑦ 電車の中にぶら下げられています
- ⑨ くらを置いて乗ります
- ⑩ 自分の娘の夫のこと
- ⑪ ーに無勢だ、勝てないなあ
- ⑬ せき止めに良いといわれるバラ科の果物
- ⑮ 車を止めてーブレーキを引いた
- ⑯ スズシロはダイコン、スズナは
- ⑰ 黄色い貴金属。元素記号はAu
- ⑱ 競技などを途中で棄権すること
- ⑳ 眠るときに着る物
- ㉑ 猫にー豚に真珠

ヨコのカギ

- ① 唱歌『虫のこえ』で最初に出てくる虫
- ② 江戸ーはガラスをカットして作られる工芸品です
- ③ よく内科と対比されます
- ⑤ マタタビ科の果物。鳥の名にちなんで名付けられました
- ⑥ リビングともいいます
- ⑧ 季節によって住む場所を変える鳥
- ⑫ 箸を数えるときに使う言葉
- ⑬ 舟をこぐ道具
- ⑭ こしあんとー、どちらが好みき?
- ⑮ 秋においしい魚の代表格
- ⑯ 牛などに食べさせる牧草のこと
- ⑰ 臼と一緒に働きます
- ⑱ 吸盤がたくさんある海の生き物

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?



今回のクイズ締切日は10月25日(水)必着。抽選で産直市お買物券を10名様にプレゼント! 当選された方には発送を持ってお知らせ致します。是非応募ください。
JAうまH <http://www.ja-uma.or.jp>からも応募できます。



8月号の答え

ハウセンカ
(応募58通)

※解答は、漢字、ひらがな、カタカナ
どちらでも構いません。

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。

キリトリ線

郵便はがき

7 9 9 0 4 2 1

62円分の切手をはってください



四国中央市三島金子2-4-23

JAうま 総務部企画課

広報委員会 行

住所	(〒)		
TEL	()		
名前	性別	男・女	
	年令	才	
10月号 クロスワード解答			

キリトリ線

まちがいさがし



※答えは15ページのお便り
ありがとうございます。



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。

サトイモの パルミジャーノフリッター

材料 (1人分)

サトイモ……………3個

衣

薄力粉……………1/2カップ

ビール……………1/2カップ

パルメザンチーズ……………大さじ2

パセリ……………少々

塩……………少々

サラダ油……………適宜

料理楽しく ステップアップ

「キッチン晴人」のオーナーシェフ
永井 智一



作り方

- (1)サトイモは皮をむき、水大さじ1 (材料外) を入れた皿に載せ、ラップフィルムを掛け、軟らかくなるまで電子レンジで加熱する。
- (2)衣の材料をボウルに合わせ、ホイッパーでゆっくりと混ぜ合わせる。
- (3)(2)に粗熱を取ったサトイモを入れ、170度のサラダ油で揚げる。
- (4)油を切り、塩とパセリを振って出来上がり。付け合わせにラディッシュなど (材料外)。

point

時間がたってもサクサクなのでお弁当にも。白身魚でもおいしいです！

のんき家族
レオナルド★いも



組合員の皆様へ

農家所得増大に向けた 生産資材コスト低減への取組について

肥料の新たな共同購入運動の取組内容

1. 銘柄の絞込み (銘柄集約)
2. 組合員の事前予約 (数量の事前確定)
3. メーカーと価格交渉 (価格の徹底比較)

肥料価格の引下げ!!

【申込期日】 平成29年10月20日 (金)

【申込場所】 各経済センター・出張所まで

予約数量提出がないと価格交渉で価格が安くなりませんので
10/20までに提出ください。

【注意事項】

- ※ 価格は参考価格です。
(数量を基にメーカー交渉し、12月頃に決定価格をお知らせします)
- ※ この肥料は予約注文のみとなりますので追加注文はできません。
- ※ 発注数量には基肥・穂肥分を加味してください。
- ※ 配達・引取は1月～3月末までとします。
- ※ 3月末までに引取できない場合は当用価格の対応になります。

【参考価格】

『しあわせ化成 (14-8-12)』 予約価格 (引取) 1,570円 (税込)

平成30年産 水稻・麦・肥料予定価格

品名	容量	参考当用価格 (税込)	参考予約価格 (税込)	
			配達価格	引取価格
高度化成444 (成分14-14-14)	20kg	1,270円	1,232円	1,200円

申込用紙は広報誌と一緒に配布しています。

アンケートにご協力ください (1・2はあてはまるものに○をつけてください)

1. 広報誌の全体の印象

- 文章について
良い・ふつう・悪い
- 写真・デザインについて
良い・ふつう・悪い
- 情報量について
多い・ちょうど良い・少ない

2. 各コーナーについて

- P1-2 今月のうまキッズ 良い・ふつう・悪い
- P2-3 伊予美人出荷 良い・ふつう・悪い
- P4-5 収穫祭・スポーツ大会 良い・ふつう・悪い
- P6-7 トピックス 良い・ふつう・悪い
- P8-9 生活習慣病予防 良い・ふつう・悪い
- P10-11 コスモスちゃん知恵袋 良い・ふつう・悪い
- P12 インフォメーション 良い・ふつう・悪い
- P13-14 クイズ&レシピ 良い・ふつう・悪い
- P15 JA PLAZA 良い・ふつう・悪い
- P16 今月の予定 他 良い・ふつう・悪い

3. 広報誌について、ご意見・ご感想を自由にお書きください

4. JA事業をご利用にあたって、ご意見・ご感想を自由にお書きください

ありがとうございました

お便り投稿
(身近な話題・投稿・イラスト・意見など自由にお書きください)

ご紹介の際は…(いずれかに) ☐ 実名可 ☐ ペンネーム ()

※JAうま各支店・センター窓口にお出しいただくか、62円分の切手を貼って投函してください

俳句と川柳

俳句

大農の土塀は長し青田中
柏の木に尋ねてみたい終戦日
湯上りに湿布貼り合ふ夜の秋
十三年亡き夫恋し盆の月
向日葵の千の顔むく朝の空
浴衣着て少女大人になりけり
子の土産先づ仏壇へ梅雨深し
睡蓮の浮葉に揺らぐ雨蛙
踊りの輪飛び入りの児の浴衣かな

川柳

灼熱を癒してくれる猿滑
美辞麗句底にマグマを溜めている
二言目本音が見栄を切って出る
かいがいしく妻の実家で点稼ぐ
それなりに写る鏡の晴れ曇り
最後のことは決めて釘さし天仰ぐ
一日がドラマ私の人生譜
猪よ待つてろ一反芋畠
原爆忌世界の平和いつまでも
食事後のおかき一枚至福なり

短歌

うな重に添えし寄せ書き元氣でと息孫こまごにもらい幸せ胸に
わけありと書かれし梨の売られたるスーパ―訳を詮索途中
石村 幸子
小田 慶喜

投句募集中!



伊藤 富子
山本 昭子
小田 和子
松木 順子
松木 功子
竹内 式部
谷 秀子
岸 豊子
寺尾 島子
三宅 淳子
山内美恵子
綾 和子
大西 昭美
篠原 孝子
高橋 佳甫
高橋久美子
伊藤 敏数
鈴木 幸子
続宗 照子



お便り
ありがとうございます

☆年を取つてくるとだんだん色々なところが痛くなりま
す。無理できないなあと思
います。

(M・F)

【編】無理しない程度に軽いス
トレッチなどいかがでしょ
うか? 私ごとですが、最近転
んで手首と足の付け根がピキ
ッと痛い日々を過ごしてい
ます。

☆四国中央市に大雨警報が
出てます。ダムの水が満水に
なればいいのに、必要以上に
雨が降らないでほしいと思
うし、人間勝手ですネ。

(匿名希望)

【編】8月の初め頃だったで
しょうか? ものすごい日があ
りましたね。あの雨でダムの
水位が少し上がって取水制限
が解除されたこと記憶してい
ます。自然は人間の思い通り
になりませんね。

☆お盆の前に帰省しました。
夏の野菜の新鮮さ、美味しさ
に大変驚きました。価格も関
西圏にない設定で自分用にも
沢山買いました。いつも楽し

みて帰る際はお世話になり、
ありがとうございます。寒川
町・飛鷹さんの春野菜、漬
け物、ほうれん草や椎茸が美味
しかったのを思い出します。

(匿名希望)

【編】産直市をご利用くださ
っているのでしょうか? ありが
とうございます! 産直市の商
品には出荷した人の名前が記
載されていますね。名前を見
て野菜や果物を買われるお客
様もたくさんいらっしゃいま
す。

☆今年の夏は特別暑く感じ
ます。91才の祖母が、その暑
い中、野菜を育てて私達に持
てきてくれて感謝感謝の日々
を送っています。身体に気を
付けて熱中症にならない様
に:「ばあちゃんいつも有難
う!」

(ひろみママ)

【編】今年は夜も気温が下
がらず、寝苦しい日が多
かったですね。おばあさまを
大切になさってくださいね。



産直市だよ

生産者の宇田さん夫妻が
手作りの縁台を2つ、おい
でや市に寄付してくれまし
た。早速イベントで商品の
陳列棚にしたり、お客様の
休憩場所になったりと大活
躍しています。大切に使用
させていただきます。ありが
とうございます!



編集 後記

土居中央経済セ
ンターに「手縫い」
の里芋が飾ってあ
り、可愛くてカメ
ラをバシャリ。考えたのは同セ
ンターの高村次長だそうす! な
かなかイカつい雰囲気の人な
ので、とても意外でした(A)



10月の予定

※9月15日現在の予定です。
変更になることもありますので事前にご確認ください。

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9 体育の日	10 年金 金生支店	11 年金 寒川支店	12	13 年金 豊岡支店	14	15
16	17 年金 長津支店	18 年金 松柏支店	19 年金 川之江中央支店	20	21	22
23	24 年金 土居中央支店	25 年金 本店	26 年金 中曽根支店	27	28	29
30	31					

年金・・・年金相談日（午前10時～午後12時）

JAバンクえひめ PRESENTS

南こうせつ with フレンズ 2018



CHRIS HART KOSETSU MINAMI TOKIKO KATO

2018 2・27 開場 17:00 開演 18:00 ひめぎんホール メインホール 全席指定 ※未就学児の入場はできません。

抽選で 2,250名様 [2名1組 1,125組] にご招待

JAバンクえひめで年金のお受け取りをご予約された方、もしくは、すでにJAバンクえひめで年金をお受け取りの方で、ご応募いただいた中から抽選で2,250名様（1,125組）を「南こうせつ with フレンズ 2018」にご招待いたします。

応募締切：2017年11月30日（木）当日消印有効

※当選者の発表はチケットの発送をもってかえさせていただきます。

※詳しくはお近くのJA窓口までお問い合わせください。