

JAうま

2021
3
Vol.300

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



特集1

四国中央市の郷土料理"蒸し上げ雑炊"がグランプリを獲得

特集2

"感謝" "ありがとう"



JAうま
インスタグラム



JAうま
フェイスブック



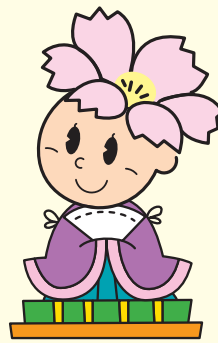
JAうま
ホームページ

四国中央市の郷土料理 蒸し上げ雑炊が グランプリを獲得



—— 最終結果 ——

No.1	蒸し上げ雑炊(四国)	311点
No.2	いなまんじゅう(東海)	300点
No.3	わっぱ煮(関東甲信越)	298点



JAうま

うま農業協同組合
vol.300/March.2021

3

令和3年3月

今月の目次 | contents

ページ

- 2 特集1
四国中央市の郷土料理"蒸し上げ雑炊"が
グランプリを獲得
- 5 うまの話題
- 6 特集2 "感謝""ありがとう"
- 8 輝く女性部
- 10 コスモスちゃん知恵袋
旬を食べよう
- 12 JAうまからのお知らせ
- 13 クロスワード・まちがいさがし
- 14 うま仕出しセンター閉店のお知らせ
- 15 俳句と川柳／お便りありがとう
- 16 今月の予定

今月のうまキッズ

みつば
小倉 三葉くん (7歳5カ月)
なぎ
凧くん (3歳3カ月)



これからも元気にのびのびと、
笑顔いっぱい2人でいてね😊



番組にリモート出演した3名
(左から高津麗子さん、友安秀子さん、井川和子さん)

1月11日、NHKで放送された「列島縦断・宝メシグランプリ2021」で、管内の特産サトイモ「伊予美人」を使った“蒸し上げ雑炊”がグランプリを獲得しました。

この番組は、全国の様々な地域の、その地域でしか食べることができない極上の絶品料理「宝メシ」を探し出し、その中から食の専門家たちが自慢の舌と豊富な知識で厳正に審査し、「宝メシグランプリ」を決める番組です。井川和子さん、高津麗子さん、友安秀子さんの3名が四国ブロック代表として「ホッカホカ! 冬の宝鍋対決」に出場、リモート中継で番組に出演し、「伊予美人」を使った郷土料理“蒸し上げ雑炊”を全国に紹介しました。

管内でもあまり知られていない幻の郷土料理“蒸し上げ雑炊”。東京のスタジオで試食したゲスト陣からは、「様々な具材の旨味がだしにしみ出ている美味しい」「サトイモがほっくりとした感じが冬にぴったりで美味しい」などの高い評価を得て、今回全国各地から8つの「宝メシ」がエントリーする中、見事その頂点に輝きました。

ほっと また食べたくなる… ♪母の味♪



番組では、蒸し上げ雑炊を知る地元の女性3名が出演し、番組を盛り上げました

次のページでは、そんな魅力が詰まった“蒸し上げ雑炊”のレシピをご紹介します。

食通が感動した

絶品さといも料理

「蒸し上げ雑炊」 (6人前)

【材 料】

- ・米…………… 300g(2合)
- ・油揚げ…………… 1枚
- ・大根葉…………… 400g
- ・皮つき里芋…………… 400g
- ・えびじゃこ(皮付き)
…………… 300g
- ・粒みそ…………… 150g弱
- ・出汁(いりこ)…………… 1200cc



【作り方】

- ①大根葉を湯がいて1cmくらいに刻む
- ②えびじゃこは頭と皮を取る。頭と皮は捨てずに出汁をとる。いりこだしと合わせて1200ccとっておく。
- ③里芋は、2cm角とより小さく切ったものの2種類を作る。(小さく切ったものは、つぶれてねっとりして美味しい)
- ④油揚げは縦に半分に切り、5mmくらいに切っておく。
- ⑤米は洗ってざるにあげておく。分厚い鍋を用意して大根葉、里芋、えびじゃこ、油揚げ、米の順に入れ味噌を点々と置き、だしを入れ強火にかける。沸騰したら中火で8分、弱火で15分炊き、蓋をとり全体を混ぜて、蓋をして15分蒸しあげる。

市長を表敬訪問、グランプリ受賞を報告

調理に携わった3名とJAうま合田久専務らは2月10日、四国中央市の篠原実市長を表敬訪問し、宝メシグランプリで「蒸し上げ雑炊」がグランプリを受賞したことを報告しました。



四国中央市長(右から2番目)に
グランプリ受賞を報告した関係者ら

篠原市長は、「全国にも、伊予美人をPR出来たと思う。学校給食にもどんどん取り入れ、食文化の継承に繋がってほしい」と話しました。

番組に出演した友安さんは、「身近な食材を使ったほっこりした味が優勝に繋がったと思う。若い世代にも、この素晴らしい郷土料理を伝えていきたい」と受賞した喜びを笑顔で伝えました。

産直市出荷者向け衛生管理研修会 食品衛生法改正によるポイントを周知

うまの 話題

1月18日、川之江中央支店でJAうま産直市の出荷者を対象にした研修会を開きました。

この研修会は、令和2年6月1日に義務化された「HACCP（ハサップ）」と呼ばれる食品衛生管理手法を会員に周知するため行われたもので、この手法を取り入れることによって食品製造過程で起こりうる危害を適切に除去および低減を図ります。

講師として説明した四国中央保健所の職員からは、「今回の法改正に伴い『HACCPに基づく衛生管理』および『HACCPの考え方を取り入れた衛生管理』が制度化されることにより、大きな事業者だけではなく、自宅で漬物などの加工品を作り、産直市に出荷している方も対応が必要になる」と話し、期限内の早期対応を呼び掛けました。



高糖度でジューシー 甘平出荷はじまる

JAうま管内では、2月1日から甘平の出荷が始まりました。

甘平は愛媛県のオリジナル柑橘で、高い糖度とジューシーな果肉が特徴です。松柏支店敷地内の選果場では、営農担当職員とパート従業員らが、管内の生産者から集められた「甘平」を一つひとつ確認しながら丁寧に選果し、箱詰めして出荷に向けた準備を行いました。

JAうま管内では今年度、15軒の生産者が出荷を計画しており、生産者数、生産量ともに増加しています。

営農指導員は、「酸味が少し薄く感じられるが糖度が高く、概ね平年並みとのことで、今年も美味しい甘平をお届けできる」と話しました。

選果された「甘平」は主に松山の市場に出荷され、管内の産直市でも販売しています。



滑らかな舌触り 冬の定番スイーツ 産直市で人気の焼き芋

JAうま産直市「ジャジャうま市」では、今年も焼き芋の販売を行っており、滑らかな舌触りと上品な甘さが好評を得ています。

焼き芋に使うサツマイモは、茨城県産の「シルクスweet」という品種で、焼き芋にすると更に糖度が増すことから多くの焼き芋ファンに親しまれています。

ジャジャうま市では、この「シルクスweet」を使った焼き芋を専用の焼き芋機で販売しています。焼き芋機には保温機能もあり、いつでも温かい焼き芋を楽しむことができます。

この焼き芋は、ジャジャうま市店内で、3月末までの販売を予定しています。



感謝
ありがとう

関川支店
長津支店
川滝支店

関川支店、長津支店、川滝支店の3店舗が令和3年3月26日（金）の営業をもって閉店となり、統括支店（関川支店・長津支店は土居中央支店、川滝支店は川之江中央支店）へ業務を継承いたします。

これまで、店舗をご利用いただいた地域の皆さまをはじめ、ご愛顧いただきましたたくさんのお客さまに心より感謝を申し上げます。

今後、より一層地域の皆さまに寄り添い、愛されるJAを目指して参りますので、変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

— 関川支店 —



関川支店 職員の皆さん

昭和40年の合併により土居町農業協同組合関川支所となり、うま農業協同組合となった後の平成14年に北野出張所を関川支店に統合、四国中央市の最西端、土居町上野・北野地区の店舗として長年に渡り組合員・地域の皆様にご支援を賜りましたことに感謝し、心より御礼申し上げます。

現在の店舗は閉店となりますが、土居中央支店へ統合後もこれまでと変わることなく、地域の皆様のお役に立てますよう努めてまいります。今後とも宜しくお願い申し上げます。



関川支店
高橋博志支店長

—長津支店—



長津支店 職員の皆さん



長津地区の農業協同組合として設立、土居町農業協同組合への合併を経て平成8年にうま農業協同組合長津支店となり現在に至るまでの間、地域の皆様には金融店舗をはじめAコープや経済店舗など様々な面でご利用いただきご支援、ご協力いただきましたこと深く感謝申し上げます。

土居中央支店へ統合となりましても一層のサービス向上を目指してまいりますので、今後とも変わらぬお取引を賜りますようお願い申し上げます。

長津支店
石川直美支店長



—川滝支店—



川滝支店 職員の皆さん

現在の川滝支店の店舗は、川滝町農業協同組合として昭和47年に完成し営業を開始しました。昭和59年には、旧川之江市内の6農協の合併により川之江市農業協同組合川滝支所へ、平成15年にうま農業協同組合川滝支店となり現在に至りますが、これまで約半世紀に渡り組合員や地域の皆様に支えていただきましたこと、心より感謝しております。

3月29日からは川之江中央支店へ統合となりますが、よりサービスの充実に努めてまいりますので、変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。



川滝支店
篠原裕二支店長

あったか荘三島

新年

壁に、今年の干支の「丑」や獅子舞、書初めを飾っています。しめ縄で作ったお正月リースは、利用者の方と一緒に3〜4ヶ月かいて作りました。

張り子のため、型作りから色付けまで、地道な工程を経て完成させました。「嬉しいわ〜」と、とても喜んでおられました。



手作り作品

余暇活動として、ペットボトルのキャップで作ったパズルや壁紙用の作品など、皆さんそれぞれに取り組んでおられます。



あったか荘川之江

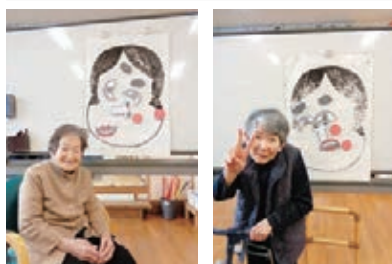
書初め

新春を迎え、心新たにみんなで書初めを行いました。2021年は丑の歩みで、のんびりかつパワフルに参りましょう！



福笑い

伝統的なお正月の遊びである、福笑いにチャレンジ！「もっと上、左」などみんなの声を頼りに置いていくと…、個性豊かな顔がたくさん出来上がりました。



あったか荘土居

節分

今年の節分は、124年ぶりに2月2日です。96歳の利用者の方手作りの鬼のパンツとせ間でブームになっている「鬼滅の刃」のお面、スタッフが新聞紙で作った豆で、日頃の手や肩の痛みを忘れ、鬼を退治しました。



お参り

外周歩行訓練の途中に延命寺で、お参りをしました。地蔵菩薩へ疫病退散を願いました。みんなの思いが届きますように!!



輝く女性部

趣味の時間を楽しむ

JAうま女性部長津支部「手芸教室」

長津支店女性部は、週に一回長津支店の一階会議室で手芸教室を開いています。広い会議室にはキッチンも備わっており、今は新型コロナウイルス予防のため行われていませんが、料理教室やお菓子教室も行っていました。

「特定の先生はいなくて、部員一人ひとりが先生なの」と河村部長は話します。

誰かが新しい情報を持ってきたら部員みんなで共有したり、みんなで教え合ったり助け合ったりして、作品を完成させるのも女性部活動の楽しみの一つだそうです。

今はコロナ禍で活動時間も短縮していますが、編み物やクラフトバンドで作るカバンなどをみんなで教えあいながら楽しく製作しているそうです。





「四国中央市が発行しているパンフレット」

地域農業の鳥獣対策と 持続可能な社会の実現



●生息域の拡大! 身近に迫る鳥獣被害

カラス、イノシシ、シカ、ハクビシンなどの野生生物のうち人間の生活に危害を加えるものを有害鳥獣と呼びます。この有害鳥獣による被害は毎年発生しており、農作物に関する被害額自体は減少傾向にあるものの、農作物の食害のほか、圃場や石垣を荒らされるなど被害は年々深刻化して、農業者等の生産意欲の後退につながる大きな問題となっています。また、野生生物の生息域は全国で拡大傾向にあり、今後も警戒する必要があります。



●なぜ、生息域が拡大しているのか

生息域拡大の要因として、気候・環境の変化と耕作放棄地の増加が挙げられます。

有害鳥獣の生息域・行動範囲は、山間部や畑などの作物があるところにとどまらず、人が住む住宅地周辺にまで広がり、社会問題にもなっています。

耕作放棄地がある場所は草が生い茂り、鳥獣の棲み処や餌場になりやすいと言われています。また、未収穫作物がある畑や食品残渣のある場所は、動物にとって「安全」で「エサがある」価値の高い場所と認識され何度も往来する恐れもあります。

●野生生物が増え、民家周辺に近づくことで人に与える影響はどんなものがあるでしょうか。

<野生生物が人へもたらす影響とリスク>

- ・農作物への被害と森林被害（食害）
- ・農地が荒らされることによる農業者の生産意欲の減退
- ・農地が荒らされることによる土砂崩れ等の二次被害の恐れ
- ・住宅地への侵入、住民へのリスク
- ・マダニ感染症やウイルス、寄生虫のリスク

農作物や森林に対する食害だけでなく、野生生物が住宅地周辺を往来することで思わぬ事故の発生が起きる恐れがあります。また、野生生物に直接遭遇しなくてもペットなどを介してマダニや寄生虫、ウイルスなどの被害が起きることもあり、個体数が増えることで人体に影響を与える可能性も高くなります。

「鳥獣による被害を軽減する取組み」

野生生物による農作物の食害等の被害を抑えるため、電気柵や金網の設置、狩猟免許を持った狩猟者による鳥獣の捕獲が行われています。（愛媛県および四国中央市では、狩猟免許取得の補助制度があります。）

また、新しい技術を用いた檻を設置するなど、行政による鳥獣対策も行われています。



設置中のICT檻



設置中の地獄檻

地域農業を次世代へ繋げるために

農地を必要としている人へ貸す制度【農地中間管理機構】
「公的機関が耕作しない農地の貸し借りを仲介」

- 新規で農業をしたいから土地を借りたい
 - 農業をしないので誰かに農地を貸したい
- こうした要望に応える制度があります。

持続可能な農業と豊かな暮らしの実現

人間社会の生活環境や地球環境の変化に伴い、動物たちの生息環境にも変化が生じています。

また、自然や環境の保全、野生動物の保護が叫ばれているなか、有害鳥獣による食害や農地を荒らす行為は、営農を営む農家の意欲を減退させ耕作放棄地を増加させる一因となっています。耕作放棄地を減らし人間による社会経済活動と野生生物との共存を図ることは、環境保全と生物保護の観点から重要な課題です。

2015年、国連では2030年までに持続可能な社会の実現を目指す「SDGs」が採択されました。JAが進めている環境保全型農業の取組みは、自然環境や生物多様性を保全し生態系を維持、農業の多面的機能を生かす取組みに役立っています。また、このようなことが地域ぐるみで行われることで地域農業の活性化にも繋がるのが期待できます。SDGsが目指す「誰もが取り残されない持続可能な社会」を実現するため、JAと行政、地域住民が一体となり課題へ取り組むことが求められています。

あなたもチャレンジ！家庭菜園

ミツバ 香りが良く、お吸い物に重宝

ミツバは日本原産のセリ科野菜で、半日陰でもよく育ち、乾燥に弱いので、他の野菜の陰になる所に適します。種まきの適期は4～5月と9月です。

ミツバの発芽適温は20度前後で、10度以下の低温や30度以上の高温では発芽が困難です。発芽後は10～20度でよく成長します。なお、低温により花芽分化し、その後の高温・長日でとう立ちするため、温暖地では4月中旬以降、寒冷地では5月上旬以降に種まきします。

ミツバは、青ミツバ（または糸ミツバ）、切りミツバ、根ミツバの3タイプがあります。青ミツバは青々とした葉を楽しむ品種で、店頭に並ぶのはほとんどが水耕栽培です。切りミツバは冬に根株を掘り上げ、これを室（むろ）という暗室

図1 畑の準備

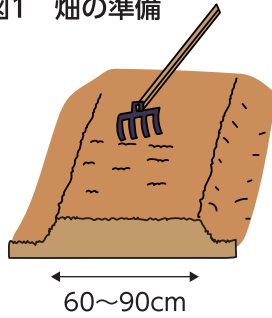


図2 種まき

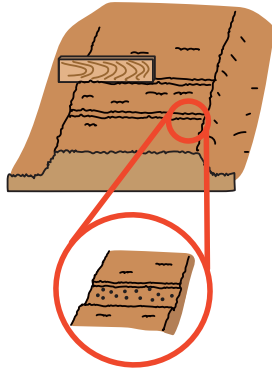


図3 追肥

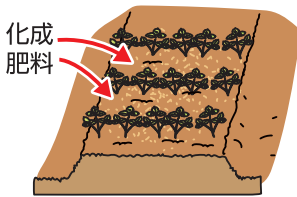
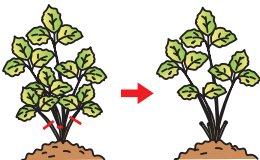


図4 収穫



に持ち込んで軟白させた物で、根を切って収穫されます。根ミツバは春から育てた根株に畑のままで土を掛け、早春に伸びてきたところを掘り取ります。ここでは青ミツバの作り方を紹介します。

【品種】「白茎三ツ葉（関西系）」「タキイ種苗」の「白茎みつば」（サカタのタネ）など。

【畑の準備】種まきの2週間前までに1平方m当たり苦土石灰100gを施し、よく耕しておきます。その後、化成肥料（NPK各成分で10%）100g程度と堆肥2kgを混ぜ、幅60～90cmのベッドを作ります（図1）。

【種まき】ベッドと直角に、20cm間隔の細いまき溝を作ります。まき溝に1cm間隔に種をまきます。種は好光性なので、隠れる程度（5mm）に土を薄く掛けます。発芽

まで、十分灌水（かんすい）します（図2）。

【管理】早まきでは、ビニールフィルムでトンネルを作り、発芽を促します。不織布のべた掛けは、安定した発芽に役立ちます。

追肥は2～3週間ごとに、1平方m当たり30g程度を与えます（図3）。また、乾燥に弱いため畑が乾いたら灌水し、真夏の高温・強光下では黒寒冷しゃなどで日よけします。

【収穫】草丈20～25cmになったら、地際より少し上で刈り取ります。刈り取った後から、新しい葉が伸び出てきます（図4）。なお、冬には寒さで茎葉が枯れますが、春には越冬した根株から新たな茎葉が伸びてきます。

※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。

園芸研究家 ● 成松次郎

三木茂 社会保険労務士からの
年金相談一口メモ

「年金が減額されることになりました」

公的年金の二〇二二年の年金額は四月分（六月十五日振込分）から〇・一％減額されることになりました。

昨年の新型コロナウイルス等の関係もあると思いますが、現役世代の賃金水準が低下していることが主な要因となっており、賃金低下に合わせて年金額を抑えるという二〇一六年の年金改正で盛り込まれた新ルールが適用されました。年金額の減額は、二〇一七年以来四年ぶりとなります。

一方、将来の年金財政のために年金額を抑える「マクロ経済スライド」は三年ぶりに発動されませんでした。

以前は、完全物価スライド制だったため、今回のように物価が上昇または横ばいで賃金が下落した場合、年金額は据え置かれていました。しかし、将来にわたり年金制度を安定的に運用するために、賃金変動に合わせて年金額を減額する新ルールを導入しました。

基本的に年金受給者は、現役世代の賃金水準が上がらないと年金額が上がらないということになります。

令和2年11月号の続き

事例紹介

高齢者アパートオーナーの資産管理

相談者…長男64歳（父87歳、長女60歳）

状況

アパートを複数持っている父と、その子である長男、長女の3名のご家族です。父は自分でアパートの管理を行っていますが、先日でも外出先で急に倒れ数日間入院する等、体調も悪くなってきました。無事退院しましたが、物忘れがひどくなっており、認知症を危惧しています。今後、認知症の程度が進むと、アパートに入居希望者が出た場合や退去者がでた場合の契約手続き等のアパート賃貸管理や修繕、また、相続の問題を心配しています。

「民事信託を使った場合」

受託者の判断で大規模修繕／売却／建替え／賃貸借契約／管理委託契約ができます。

- ・所有者である父を委託者、長男を受託者、そして利益（家賃）を受け取る権利は父とするため、受益者は父とし、アパートを信託財産とする信託契約を締結する。
- ・委託者と受益者が父であり、名義だけを受託者である長男とする信託契約としているため、不動産取得税、贈与税や譲渡所得税等は発生しない。

・父が元気になる前は、父と長男が一緒にアパートの管理を勉強し、将来、父の判断能力が喪失した場合には、受託者である長男が財産管理処分権限をもっているため、入退去時の賃貸借契約のほか、大規模修繕、建替え、売却を行うことができる。

・信託契約書の中に、将来相続が起こった場合に、どの物件を誰が相続するのか残余財産の帰属先を定めておくことができるため、定めておけば、別途遺言を作成したり、相続発生後に遺産分割協議をしなくても、信託契約書で定めたとおり財産を相続させることが可能となる。

このような運用方法も考えられますので、ぜひこの機会にご検討してみたいかがでしょうか？

お問合せ先

JAうま資産保全サポートセンター

電話：0896-24-3827 Eメール：shisan-support@ja-uma.or.jp

または、JAうまホームページからお問合せください。

旬を食べよう

タラノメ

・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ぐらいでよい。
※天ぷらにするときはあく抜きはしなくてよい。

・食べ方（タラノメの肉巻き）

- ① タラノメの袴を除けて、軽く塩茹でする。
- ② 塩茹でしたタラノメを豚バラで巻く。
- ③ 豚バラを巻いたタラノメを焼き、塩コショウで味付けすれば完成。

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。

・食べ方[つくしの卵とじ]

- ① ごま油を入れ、鍋を加熱しアクを抜いたつくしを入れなじませる。
 - ② 鶏肉を入れて炒め、酒とみりんを入れて加熱する。
 - ③ 鶏肉からの出汁が足りていないなら粉末の出汁を入れ、醤油を入れる。
 - ④ 溶き卵を入れて加熱し、ある程度たてば火を止めあとは余熱で。
- ※お酒の入れすぎに注意（入れすぎると味が悪くなる）。甘い方がいい方は少し砂糖を入ると良い。

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。

・食べ方（フキノトウ味噌）

- ① 味噌60〜70g（フキノトウ100gに対して）とみりん大さじ2杯を合わせる。
 - ② お鍋に油を大さじ1入れる
 - ③ アク抜きしたフキノトウを5mm位に刻み、刻み終わったらすぐに炒める。
 - ④ フキノトウ全体に油がなじんだら、味噌とみりんを合わせたものを入れ少し練るように加熱する。焦げないように注意！
 - ⑤ 甘さが足りなければ砂糖を加え、味を調整すれば完成。
- ※アクが強いので切ったらすぐに炒めるのがコツ

J A うまからのお知らせ

クレジットカードの不正利用にご注意ください!!

特にフィッシング（詐欺）メールにご注意ください。



- ❑ 愛媛県内でもフィッシングメールや偽サイト等によりクレジットカード情報を含む個人情報不正に盗まれ、通販サイト等でクレジットカードが不正利用される被害が確認されています。
- ❑ 不審なメールを受信し、不審なサイトに誘導された場合には、個人情報の入力や送信をしないでください。

■ フィッシングとは？

フィッシングとは、クレジットカード会社や、大手有名企業などを詐称した電子メールを送りつける、偽の電子メールから偽のホームページに接続させる等の方法で、クレジットカード番号、アカウント情報（ユーザーのID、パスワード）、住所、氏名、口座番号等の個人情報を詐取する行為のこと。

■ フィッシングの手口とは？

典型的な手口としては、クレジットカード会社、大手有名企業などからの「情報の確認」「属性情報の変更」等のお知らせを装った電子メールなどで、巧みにリンクをクリックさせ、あらかじめ用意した本物のサイトにそっくりな偽サイトに利用者を誘導します。そのサイト上でクレジットカード番号や口座番号などを入力するよう促し、入力された個人情報を盗み取られること。

クレジットカード不正利用の被害にあわないための4ポイント



1. 怪しいメールに注意しましょう❑

J A やクレジットカード会社からメールでお客様の口座番号やクレジット番号、ID やパスワードを確認することはありませんので、このような問い合わせのメールには注意してください！
※なお、メール本文中のリンクはフィッシングサイトに誘導される危険がありますのでそのサイト上でクレジットカード番号等を誤って入力しないようにしましょう。

2. パソコンの安全性を保ちましょう💻

ウイルス対策（フィッシングやスパムメール対策）のソフトウェアを使えば、危険なサイトにアクセスしたり、怪しいメールを受け取ったときに警告が表示されます。インターネットブラウザには最新の修正プログラムを導入しましょう。

3. 外出先でクレジットカードをご利用いただくときに注意しましょう👛

クレジットカードをご利用いただく際にはなるべく目の前で処理をしてもらうなど、カードから目を離さないようにしましょう。

4. ショッピングによる利用明細とクレジットカードの利用履歴を確認しましょう📄

ショッピングによる利用明細とクレジットカードの利用履歴をこまめにチェックし、身に覚えのない引き落としがないか確認しましょう。

身に覚えのない引き落としがある場合や、フィッシング（詐欺）メールに誤ってカード番号等を入力してしまった場合は、カード裏面の電話番号またはクレジットカード会社から送付される利用明細に記載のコールセンター等へ連絡してください。

クイズに挑戦!

クロスワードパズル

タテのカギ

- ② 速度違反の交通取り締まりを「言」
- ⑤ 仏様の頭の渦巻き
- ⑦ 名を捨てて——を取る
- ⑧ お清めにも使う調味料
- ⑨ 円を描くときに使います
- ⑪ 人数確認のために——を取った
- ⑫ ボビンに巻いてミシンにセットします
- ⑭ クロワッサンやコロネ、マフィンなど
- ⑮ コウツやミツマタの繊維をすいて作ります
- ⑯ 花より団子、色気より——なのです
- ⑰ 三蔵法師の旅物語。堺正章主演のテレビドラマもありました

ヨコのカギ

- ① 桃の節句に付きものすし
- ② 体温計であるかどうかわかめず
- ③ 理科で学ぶ動物フランクtonの代表格
- ④ 難関を——して大学に合格した
- ⑥ 恥ずかしいときに赤らめます
- ⑨ 萩本欽一と坂上三郎のお笑いコンビ、——55号
- ⑩ 乳液や化粧水、パックなどを使って行います
- ⑪ 「元気で留守がいい」と言つ人も
- ⑬ 友人と——もない話で盛り上がった
- ⑭ 円周率を表すギリシャ文字
- ⑯ アスパラガスやウドは主にこの部分を食えます



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?



1月号の答え

門松(かどまつ)
(応募73通)

※解答は、漢字、ひらがな、カタカナ
どちらでも構いません。

次回のクイズ締切日は3月25日(木)
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。是非ご応募
ください。
JAうまHP <http://www.ja-uma.or.jp>
からも応募できます。

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 2

63円分の切手をはってください



四国中央市中之庄町1684-4
JAうま 総合企画部ふれあい課
広報委員会 行

住所	(〒)		
TEL	()		
名前	性別	男・女	
	年令	才	
3月号 クロスワード解答			

※JAうま各支店・センター窓口にお出しいただくか、郵送してください

まちがいが
さがしい



※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。

キリトリ線

葬儀の疑問 Q&A

誰もがいつかは経験する人生最後のセレモニーであるお葬式…。

お葬式といわれてもよくわからないし不安な方もいらっしゃるでしょう。

今回は数あるご質問の中から一例を紹介させていただきます。



お葬式っていくらかかるのかなぁ…。
不安だしわからないなぁ。



葬儀費用と申ししてもその内訳は
施行費用・飲食接待費用 (食事など) ・**寺院などへのお礼**と3つに
分かれ、それらを合算したものが総予算となります。

施行費用	＝	施工費用	＋	飲食接待費用	＋	寺院関係費用
		祭壇、お棺、 写真、霊柩車、 宗旨別の御供え など		昼食・精進落としのお膳 飲料・斎苑接待 など		導師へのお礼等

色々な疑問や不安がございましたら、遠慮なくご相談下さい。ご葬儀に関するお問い合わせ、事前相談をいつでも承っております。

会員募集中
事前相談受付中

ご葬儀に関するお問い合わせ、事前相談
をいつでも承っております。
色々な疑問や不安がございましたら、遠慮
なくご相談ください。



葬祭会館プリエール川之江 Tel 0896-58-6889
葬祭会館プリエール三島 Tel 0896-24-5600
葬祭会館プリエール土居 Tel 0896-74-2020

※プリエール土居は葬儀利用が無い場合業務の都合上、スタッフが常駐しておりません。
そのため、電話はプリエール三島へ自動転送されます。ご了承くださいませ。

うま仕出しセンター閉店のお知らせ

さて、長年にわたり組合員や地域の皆様にご利用いただき営業を続けてまいりましたが、昨今の諸事情により令和3年3月20日(土)をもちまして閉店させていただくこととなりました。

なお、当店の都合により3月上旬頃から商品によっては受注できない事が予想されますが、御容赦下さい。

これまでに賜りました皆様の芳情に心より感謝申し上げます。

長い間、本当にありがとうございました。

うま農業協同組合
うま仕出しセンター

アンケートにご協力ください

1. 広報誌「JAうま」について、ご意見・ご感想を自由にお書きください

2. JA事業(金融共済店舗・経済センター・産直市など)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・投句・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、63円分の切手を貼って投函してください

俳句と川柳

俳句

北に住む妹からのリンゴ箱
園児らの秋を探しに大地山
夕映えにひらめく庭の枯葉かな
半月や師走の空の晴れ渡り
コトコトと鍋より湯気のおでんかな
参詣の人と佇ち見る冬桜
凍蝶にふつと息吹きかけてみる
柿すだれ共に作れりあといく年
暖かや広場めぐりてデイサービス

川柳

空元氣だして守っている自分
寒さに堪え雑草の芽が土を蹴る
天空映す鏡です父母ヶ浜
近頃は女が男の用心棒
ココナ禍は群れずに生きる術教え
お正月好きな人から賀状来る
ジイジにも遠い昔の神田川
マスクして今年を祈る石畳
真夜中のラーメン悪魔のささやき
ばあさんの花の飾りがよく似合う

短歌

娘の心と繋がらぬま、年を越す遠き娘がなお遠き自肅
節分の鬼の主役ですよって赤色塗られ二本角付け
早や梅の蕾も背伸びし始めてもう目を覚ます頃かと思う

「JAうまホームページ（お問い合わせフォーム）もしくは、本誌P14のお便り投稿はききにしてください。」



お便り
ありがとう



☆ジャジャつま市に行き、毎回おからを買って帰ります。ハンバーグを作る時に、パン粉の代わりにおからを入れます。腹もちがよく、ダイエット効果もあるようです。ロールキャベツにもします。安くて美味しくて二石鳥です。

【編】ヘルシーでお財布にも優しいなんて◎これで大好きなハンバーグを思う存分・♡笑

☆ストーブの上のせて焼く、サツマイモがとても美味しいです。シルクスイート、鳴門金時など・・・油断していたらこげる位、火力が強いので寒い日は家の中に居る時間が長いので綺麗に焼けます。

【編】ストープの上で焼くサツマイモって、なんであんなに美味しんでしょ◎ハフハフしながら食べる焼き芋、最高です!!

☆30日には、おいでや市で注文していた「たかきび」「きびもち」を太勢の人たちと一緒につくのが我が家の一年の締めくくりです。皆さんになつかしい、たかきび、きびもちちは毎年喜んでもらっています。

【編】たかきび、きびもち美味しそ〜◎みんなで作って食べる時って、思わず笑顔がこぼれますよね。楽しい年末となったようですね!

☆1月号の果物百科に載っていた「いちごのサンドイッチ」を作ってみようと思います。

【編】手作りのフルーツサンド、ぜひ作ってみてください〜!食べ始めたから手が止まりません◎

☆昨年は、個人的には腰痛や肺炎など散々でした。社会的には新型コロナウイルスで散々でした。今年こそいい年にしたい(なつてほしい)ですね。長津に住んでいますので、店舗統合など不便になりますが、ホジティブ思考で頑張りましょう。是非!

【編】早く収束を願うばかりです。今年には明るい年に。そして1日も早く、穏やかな日常が戻りますように。

☆七草がゆの「古くからの言い伝えを、新しい気持ちで読みました。今日、さっそく作ってみました。

【編】当誌をお読みいただきありがとうございます。七草がゆ美味しそうですね〜私も大好きで1月7日がいっつも楽しみです(笑) 美味しい七草がゆ、出来たでしょうか◎♡

☆昨年は、コロナの一年でしたが、東京の子供や孫とは会えない一年でしたがSNSで繋がって淋しい思いをせず、便利な時代になったなあと思いました。今年は明るい年になつてほしいね。

【編】なかなか会いに行けないからこそ、尚更、SNS等でご家族のお顔を見たり声を聞くと、ほっとしますね◎♡

皆さんと会える日が待ち遠しいですね。

なつてほしい自分



(I・Fさん)



(高橋さん)

編集後記

今月号の広報誌は、なんと発行から300回目なんです! 私よりも先輩のこの「JAうま」。こうして毎月発行でき300回目を迎えられたのも、皆さんのご協力と温かい愛情があるからこそです。本当にありがとうございます◎♡これから、よりパワーアップした「JAうま」をお届けします!

(河村)

3月の予定

※2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 赤口	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅	6 大安	7 赤口
8 先勝	9 友引 年金 金生支店	10 先負 年金 寒川支店	11 仏滅	12 大安 年金 豊岡支店	13 友引	14 先負
15 仏滅	16 大安 年金 川下支店	17 赤口 年金 松柏支店	18 先勝 年金 川之江中央支店	19 友引	20 先負 春分の日	21 仏滅
22 大安	23 赤口 年金 関川支店	24 先勝 年金 本店	25 友引 年金 中曽根支店	26 先負	27 仏滅	28 大安
29 赤口	30 先勝	31 友引				

年金・・・年金相談日(午前10時～正午)

【介護相談会の開催自粛に関するお知らせ】

新型コロナウイルス感染症の感染を防止する観点から、各支店等で開催しておりました介護相談会の開催を現在見合わせています。

高齢者介護に関して、JAうま福祉部では、専門のケアマネジャーが対応いたします相談窓口を設けています。介護に関するご質問やご相談がございましたら、JAうま居宅介護支援センター(Tel: 0896-28-9001)まで、お気軽にお問い合わせください。



四国中央市金生町 藤川さん



クロちゃん

チビちゃん

知り合いから譲り受けた2匹のワンちゃんは、藤川さんにとってかけがえのない家族です。2匹とも食べることが大好きらしく、取材中も犬用のおやつをペロリ。

ちょっと人見知りのチビちゃんもおやつを食べる時はこっそり触っても気づかないくらい夢中でした。

- 名前
チビちゃん / クロちゃん
- 犬種
ボメラニアン / ミニチュアピンシャ
- 性別・年齢
オス・13歳 / オス・7歳
- 性格
人見知り / 人懐っこい
- 好きなこと
散歩とお風呂
- 飼い主からペットへの想い
かけがえのない家族として、これからも家族を癒してください

広報誌のキッズモデル大募集!

広報誌の表紙を飾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を広報誌「JAうま」に掲載しても構わないという方は、広報誌に付いているハガキ、またはお電話にてご連絡ください。(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でご相談の上決定いたします。

連絡先

TEL:0896-24-3827

総合企画部 広報委員会
まで



たくさんのご応募
お待ちしております。

広報誌ゆるぎゃら さとりん

