

# JAうま

2022

5  
Vol.314

特集 夫婦で助け合い こだわりをもった農業を  
寒川町 植田稔さん、八重子さん



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



うま農業協同組合



## 今月の目次 | contents

ページ	内容
2	特集 夫婦で助け合い こだわりをもった農業を 寒川町 植田稔さん、八重子さん
4	令和4年度 新任室長・副部長・支店長・副支店長 ・所長紹介！ L A・MA紹介
5	うまの話題
8	おいしいミルクレシピ
9	あったか荘ダイアリー
10	コスモスちゃん知恵袋
11	人間ドックお得情報
12	野菜レシピ 新じゃがいも
13	クロスワード・まちがいさがし
14	インフォメーション
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

これからも仲良く元気に大きくなってね



**常に消費者のことを持つて**  
 「自分の第2の人生がスタートして、農業経営にチャレンジしながら地域社会への貢献もしたいと思った」と話す稔さん。農業に従事し始めた当初は十分な経験も無く、作物圃場を管理しています。

寒川町の植田稔さん、八重子さんご夫婦は、管内特産のサトイモ、ヤマノイモをはじめ、水稻、ショウガなど多品目の作物を栽培。ご夫婦、二人三脚で農業に力を入れています。現在は、水稻35haとサトイモ25ha、ヤマノイモ10haのほか、ショウガやタマネギ、トマト、ナスなどの野菜15haと、合わせて85haの圃場を管理しています。

地元の大手製紙会社の人事・労務の部署で、また転職後の会社でも企画や生産を担う部署で部長職などを務めた稔さん。稔さんが会社に勤務していた間は、妻の八重子さんが介護の仕事をしながら稔さんの母親が行う農作業

栽培の知識が足りないと感じた稔さんは、JAうまで営農指導を担当する息子さんから、植え付けの時期や施肥の方法など作物の栽培方法を細かく教わりながら知識を深めていく。ここ数年の間には、ご夫婦お二人が栽培した作物が市の農産物品評会で入賞するほどで、昨年行われた同品評会ではヤマノイモ「やまじ王」の部門で部会長賞を受賞されるなど、良質な作物を多品目に渡り生産されています。「ヤマノイモは特に栽培が難しく大きいものができず苦労したけど、JAの指針を参考にして土壤づくりから防除、水の管理などを徹底したこととで現在では安定した生産ができる」と稔さん。JAうま産直市などへ出荷する作物はすべて出荷日前日のできるだけ遅い時間か、出荷当日の朝に収穫するなど新鮮さを重視していると話します。ま

## 特集

夫婦で助け合い こだわりをもった農業を  
寒川町 植田稔さん、八重子さん



### これからの中標、農業への想い

シヨウガの栽培では、3年ほど前に種芋専用に保管用冷蔵庫を購入したと稔さん。「これからは葉が生い茂った綺麗なシヨウガ畑を作り上げて、誰が見ても立派だと言つてもらえるようなシヨウガを生産したい」と今後の目標を話します。

取材の最後には地域の農業について「農業を継承する人が年々減少して耕作放棄地が増えていく。これから若い世代にも農業の魅力を知つてもらつて、生産者が増えて交流が盛んになることで、地域や地域農業の活性化にも繋がると思う。自分たちが行つてることが一つの情報源となつて参考になれば嬉しい」と稔さん。また、ここ数年は小学生のお孫さんお二人が農作業を手伝ってくれているそうで「孫たちが自分たちの大切な戦力になつてくれている。農業をしていて、孫たちと一緒に作業している時が本当に嬉しく感じる」と稔さん、八重子さんご夫婦は、笑顔で楽しそうに農業への想いを話してくださいました。



# うまの話題

## 令和4年度JAうま辞令交付式・入組式 新年度がスタート

4月1日JAうまは、令和4年度定期人事異動に伴う辞令交付式、及び令和4年度新規採用者の入組式を総合経済センターで行い、新たな体制で新年度をスタートさせました。

入組式で合田久組合長は「日々の業務で様々な経験を積み重ね、JAうまの力として我々と共に地域から信頼され、より必要とされる組織を作り上げていきましょう」と挨拶し、入組した職員を激励しました。

入組した職員2名は辞令を受け取り「JAの職員として、自分の仕事に責任を持ち、地域に貢献していきたい」と力強く抱負を述べました。



辞令交付式



入組式

## 令和3年度定年・早期退職者送別会及び退職記念品贈呈式

3月31日JAうまは、令和3年度定年・早期退職者送別会及び退職記念品贈呈式を行いました。合田久組合長から退職者へ感謝の言葉が送られると、退職者一人ひとりからはJAでの思い出やお世話になった組合員の皆様への想いが語されました。

退職者は役職員の拍手で見送られ、第2の人生をスタートしました。



退職者（敬称略）※五十音順

組合員・地域の皆様、  
長い間お世話になりました。  
令和3年度末 退職者一同

（※）の退職者は、継続再雇用職員として引き続き在籍いたします。今後ともよろしくお願ひいたします。

## 第11回JAうまカップグラウンド・ゴルフ大会開催

4月4日、四国中央市グラウンド・ゴルフ協会とJAうまは、第11回JAうまカップグラウンド・ゴルフ大会を川之江浜公園多目的広場で開催しました。

空一面に青空が広がり、うららかな陽気となったこの日の大会には、管内の愛好家ら66名が参加しました。競技に先立ち行われた開会式でJAうまの合田久組合長は「皆さん実力を発揮し、好成績を目指してほしい。地域のJAとして、地域の皆さんのからしがより豊かになるよう、活動を支援していきたい」と挨拶しました。

新型コロナウイルスまん延防止措置の適用で本大会直前まで施設が利用できず練習不足のなかでの競技となりましたが、数多くのホールインワンが決められるなど選手らは見事なクラブさばきを披露し、会場内あちらこちらのホールで大きな歓声があがるなど盛り上がりを見せました。

### 上位3チーム

- 1位 川之江A
- 2位 川之江H
- 3位 川之江C

### 個人上位3名

#### 男性の部

- 1位
- 2位
- 3位

#### 女性の部

- 1位
- 2位
- 3位



個人 男性の部 上位3名



優勝 川之江Aチーム



個人 女性の部 上位3名

## 土居中央経済センター店舗新築工事竣工式 地域の営農振興のための施設として

J Aうまは3月24日、土居中央支店北側に新たに建設した土居中央経済センター新店舗施設内で同施設の新築工事竣工式を執り行いました。工事関係者と、JAうま同地区各部会の代表者、役職員ら計27名が出席しました。

J Aうまでは、令和第2次店舗再編として、同地区の川下経済センターを同センターに統合し、既存施設の老朽化への対応と、営農関連資材等の品揃えの充実、指導員の集約による営農相談窓口機能の強化などを目的に施設をリニューアルしました。同施設の規模は、平屋建て延床面積396m<sup>2</sup>で、売場面積は204m<sup>2</sup>と既存の施設に比べ大幅に拡張し、また、女性組織が利用する生活改善室も設置しています。

施設完成にあたり、JAうまの合田久組合長は「当地区的営農振興の拠点としての役割を果たせるよう、組合員をはじめ地域の方々の負託に応えられる店舗運営を目指し取り組んでまいります」と述べました。



## J A共済 市内のお母さんを応援 母子健康手帳ケース贈呈式

J A共済は、子育てに役立つ情報提供や各種イベントの開催を通じて妊婦・子育て世代を支援するために行う「J Aこども俱楽部」活動を展開しており、平成22年からは、その活動の一環として妊婦の方へ「母子健康手帳ケース」を贈る取り組みを毎年実施しています。

3月18日J Aうまは、四国中央市役所で「母子健康手帳ケース贈呈式」を行いました。

同日、J Aうまの合田久組合長と守屋健二常務、共済部職員が同市庁舎を訪問し、母子健康手帳ケース550個を寄贈しました。

同贈呈式では、合田組合長が篠原実市長へ目録を手渡し「便利なケースなので、ぜひ使っていただきたい。これからも地域のJ Aとして、市民の皆様の暮らしの一助となるサービスを提供していきたい」と挨拶しました。篠原市長からは「子どもたちの健やかな成長のために、たいへん役に立っていると思う。感謝を申し上げたい」と謝辞をいただきました。

同ケースは、同市保健センターにおいて全ての妊婦の方に交付される母子健康手帳と一緒に配付いただいている。



JA共済は頑張るママと赤ちゃんを応援します♪

# JAこども俱楽部

## ただいま会員募集中★

もらって嬉しいJAこども俱楽部の3つの特典

★1 JAオリジナル特産品など  
プレゼント!

★2 ご出産祝い  
プレゼント!

★3 楽しいイベントにご招待!

※当該イベントは一例です。JAにより開催されるイベント内容は異なる場合があります。  
※新型コロナウイルスの影響によりイベントの実施については変更になる場合があります。

JAこども俱楽部オンライン

お申込み方法

★右のQRコードから簡単入会!!

※QRコードはお客様のものご利用になります。  
※一部の端末ではQRコードリーダーアプリのダウンロードが必要です。

★窓口でのお申込み

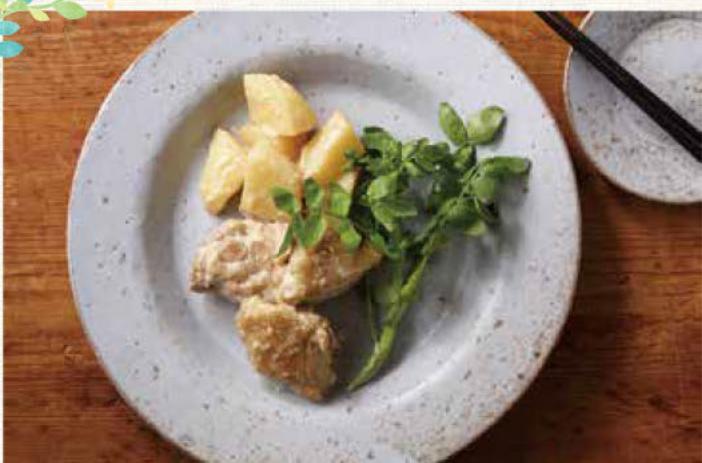
下記に必要事項を記入の上、各支所(店)・出張所窓口へご持参ください。

お問い合わせ先

J Aうま 共済部 普及相談課

〒799-0422 四国中央市中之庄町1684番地4  
TEL 0896-24-3836 FAX 0896-23-6373

※ご提供いただいた個人情報は、JAおよびJA共済の事業および各種サービスのご提供・ご案内・販売等の目的以外には利用いたしません。また、JR共済は「個人情報保護方針」を定め、個人情報の保護に努めています。



牛乳をもっと食卓に

# おいしい ミルクレシピ

爽やかな あっさり風味

ポン酢で作る 鶏肉じゃが

## 材料（2人分）

A	牛乳	100ml
	ポン酢しょうゆ	大さじ1
	鶏もも肉（一口大に切る）	…200g
	ジャガイモ	…大1個（200g）
	サラダ油	…小さじ2
	レモン（輪切り）	…2枚
	クレソン	…2枝

出典●一般社団法人Jミルク「乳和食サイト」  
レシピ●料理家・管理栄養士 小山浩子さん

## 作り方

- ① ジャガイモは皮をむいて8等分にし、耐熱容器に入れ、ラップをかけて電子レンジで1分30秒加熱する。
- ② Aを合わせておく。
- ③ 小さめのフライパンにサラダ油を入れて熱し、鶏肉、ジャガイモを焼き付けたら、②とレモンを加える。クッキングシートをかぶせ、ふたをする。
- ④ 煮立ったら中火から徐々に火加減を弱めながら10分ほど煮る。牛乳が分離してきたらレモンを取り出し、ジャガイモが軟らかくなったらふたとシートを取り、水分を飛ばすようにして、煮汁を絡める。
- ⑤ 盆に盛り、クレソンを添える。

## 頭の後ろに伸ばした手指を動かす

基本の動き



(1)背筋を伸ばして姿勢を良くします。片手を頭の後ろに持つていて、指先を握ります。その手の方向に息を吐きながら首だけをゆっくりとひねります。

### ポイント

体は前を向いたまま、首に釣られてひねらないように。



(2)呼吸は止めず、指を親指から順に1本ずつ伸ばしていきます。目の端に指先が見えますか？何本見えたでしょうか。見えたなら成功です。見えない場合は無理をせず、その状態のまま指を伸ばす体操を続けます。

### ポイント

首は下に傾けないよう、なるべく真っすぐに保ちながら真横の方向に向けます。

春の陽気が気持ち良い季節。寒さでこわばつていた体もほぐれ、動かしやすくなってきた。この時期は柔軟性を高めるにお勧めです。腕と手を使い、首をひねったときに手を使い、首をひねったときに腕を上げたりして、硬くなりがちの首や肩、背中の柔軟性を高める体操をご紹介します。勢いをつけてひねると筋を傷めることがありますので、ゆっくりと呼んで吸に合わせて行います。握った指を一本一本広げると親指から小指まで順番にゆっくりと伸ばしていくことで

(3)5本の指が開いたら、今度は小指から1本ずつ折り曲げて最初の状態に戻します。息を吐きながら腕を元に戻し、反対の手も同様に行います。

余裕が出てきたら左右に動きの差があるかどうか観察しましょう。どちらか向きやすい方向があるかもしれません。続けることが大切で、少しずつ柔軟性がアップしていきます。



## 首・肩・背中の柔軟性アップ ステップ1

脳トレ効果も得られます。春は農作業も忙しくなります。筋肉や関節をほぐして動きやすい体に整えて、作業をスマートに！

手軽に健康 手指体操

健康生活研究所所長●堤 喜久雄



# あつたか荘ダイアリー

## あつたか荘三島

### 四つ葉のクローバー作り

コロナ終息の願いを込めて、スタッフと一緒に四つ葉のクローバーを作りました。



### 草引き

久しぶりの草引きで手を泥だらけにしながら頃張られ「これ見てんな」と嬉しそうに働き者の手を見せてくれました。



ひな祭り。  
ひな祭りのパネルを手作りして、記念撮影。皆さんそれぞれが、広告用紙から自分が食べたい物などを選んで切り抜き、貼り付けました。カラフルで可愛いパネルができあがりました。

## あつたか荘川之江

### お買い物

ファミリーマートの移動販売があつたか荘に来てくれました。皆さんか楽しみにしていた買い物行事ということで、お惣菜やお菓子、飲み物などでかごがかわいいになるまで買い物を満喫されました。「ずっとどこにも行けてなかつたけん本当によかったです」と、とても喜ばれていました。



## あつたか荘土居

### 桜の前でにっこり

お出かけができない中ですが、あつたか荘前の桜の前でしばしのお花見。きれいな花に負けない笑顔でハイポーズ♪



### あつたか画廊

利用者さんがこつこつと仕上げた作品を展示しています。塗り絵やちぎり絵等、濃淡や色合いに工夫をこらしてきれいな画が出来上がりました。



## あつたか荘川之江のご利用で あつたか荘のおいしい食事をご自宅で!!



1食  
**500円**  
(税込)

あつたか荘川之江では、安心・安全・新鮮な食材で調理したお弁当をご自宅までお届けするサービスを行っています。施設内調理にて栄養バランスの良いお弁当を提供します。

\*あつたか荘川之江を利用された方に、  
**利用当日1食 500円(税込)**にて  
お弁当をご提供。

\*帰りの送迎時、ご自宅にてご利用者様またはご家族様にお渡します。

\*あつたか荘利用後の夕飯の用意等の負担を軽減できます。

◎詳しくはあつたか荘スタッフまで  
お問い合わせください。

JAうまデイサービスセンター  
あつたか荘川之江

## あなたもチャレンジ！家庭菜園

園芸研究家・成松次郎

### ラッカセイ ゆでれば甘く、煎れば香ばしい

ラッカセイの根には、根粒菌が共生し、空気中の窒素を植物に供給するため、窒素の少ない土壤でも生育できます。温暖地では種まき適期は5月中旬～6月中旬です。

**品種** ゆで豆向きには、早生の「郷の香」、晩生の「おおまさり」などがあります。煎り豆向きで晩生の「千葉半立」、中生の「ナカテユタカ」やや早生で最近育成された「Qなつ」があります。

**【畑の準備】**事前に1平方m当たり苦土石灰150gを菜園全体に散布して耕しておきます。深さ20～30cmの溝を70～80cm間隔で掘り、溝1m当たり化成肥料（NPK各成分10%）100gと堆肥2kgとを施します。

**【種まき】**土を盛り上げて幅30cm程

度の畝を立て、種は25～30cm（「おまさり」は50～60cm）の間隔で2粒まきます（図2）。鳥よけは、トンネル状にネットをかけるか、不織布でべた掛けをします。また、釣り糸を上部に張ると、カラスは羽が糸に触れることを嫌うため、飛来を防ぐことができます。なお、畑の都合や鳥害回避のために、小型ポットで本葉2枚くらいまで育苗をしてから植え付けることもできます。

**【灌水（かんすい）】**発芽までは十分与え、その後はやや乾かし気味にしますが、夏の乾燥は実の太りに影響するので灌水すると良いでしょう。

**【土寄せ】**開花後に株元に土寄せをします。この土寄せは子房柄が地中に入りやすくするためです（図3）。**【病害虫防除】**コガネムシ類の幼虫が、実の付きが悪くなるため、野菜の後作では肥料を控えめに与えましょう。

**【収穫（ひき）】**ゆで豆向き品種では、「郷の香」は開花期（株全体の半数に開花が始まったとき）からおよそ70日、「おまさり」でおよそ85日のさやは十分に肥大した頃です。煎り豆向きでは、「ナカテユタカ」「Qなつ」はおよそ80日、「千葉半立」はさやが膨らみ、網目がはつきりと見えた95日頃で、中の豆の皮が茶色に着色しています。

**【食べ方】**電子レンジを利用した、煎り方を紹介します。乾燥さや50g耐熱皿に並べ、500Wで1分半加熱した後、攪拌（かくはん）し、再度1分間加熱後攪拌し、さらに500Wで1分間加熱します。加熱の過程度でかき混ぜることで、煎りむらを少なくできます。電子レンジの出力を低く設定し、加熱時間を長く取ることでも煎りさやができます。また、身では、水に10秒ほど漬け、紙封筒に入れ封筒に入れて50gでは500Wで3分程度加熱します。いずれも分量が多い場合は調理時間が長くなり、少ない場合は短くなります。

※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。

三木茂  
社会保険労務士からの  
**年金相談一口メモ**

「令和4年4月より、年金制度が見直されています」

図1 畑の準備

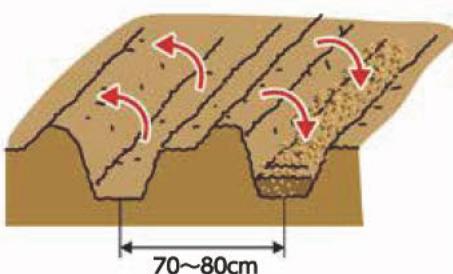


図2 種まき

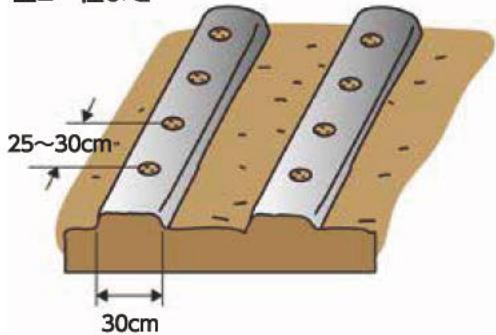
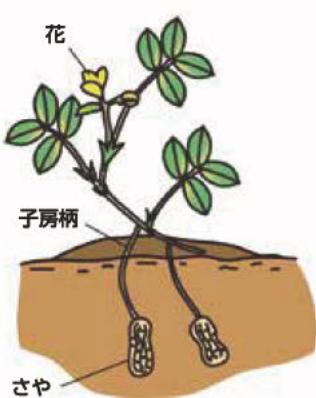


図3 土寄せ



1. 65歳未満の在職老齢年金に該当される方について、総報酬月額と老齢厚生年金の基本月額の合計が「47万円」を超えた部分の二分の一を停止する制度へと変更となります。（変更前は、「28万円」を超えた部分の二分の一を停止する制度）現在、働いている方については年金額が減額されるため働き方（労働時間や労働日数などを）を慎重に考えながら働く必要がありますが、この制度の変更により、封筒に入れて50gでは500Wで3分程度加熱します。いずれも分量が多い場合は調理時間が長くなり、少ない場合は短くなります。
2. 令和4年4月から、年金手帳は基礎年金番号通知書に変わりました。令和4年4月以降新たに年金制度に加入する方には、「基礎年金番号通知書」が発行されます。また、年金手帳の紛失等で再交付を希望される場合は「基礎年金番号通知書」の再交付を申請することとなります。なお、年金に関する照会や申請にマイナンバーを利用できるようになります。年金手帳の必要性が減ってきていま

ス粒剤などで防除対策をしましよう。

【収穫】ゆで豆向き品種では、「郷の香」は開花期（株全体の半数に開花が始まったとき）からおよそ70日、「おまさり」でおよそ85日のさやは十分に肥大した頃です。煎り豆向きでは、「ナカテユタカ」「Qなつ」はおよそ80日、「千葉半立」はさやが膨らみ、網目がはつきりと見えた95日頃で、中の豆の皮が茶色に着色しています。

【食べ方】電子レンジを利用した、煎り方を紹介します。乾燥さや50g耐熱皿に並べ、500Wで1分半加熱した後、攪拌（かくはん）し、再度1分間加熱後攪拌し、さらに500Wで1分間加熱します。加熱の過程度でかき混ぜることで、煎りむらを少なくできます。電子レンジの出力を低く設定し、加熱時間を長く取ることでも煎りさやができます。また、身では、水に10秒ほど漬け、紙封筒に入れ封筒に入れて50gでは500Wで3分程度加熱します。いずれも分量が多い場合は調理時間が長くなり、少ない場合は短くなります。

※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。

三木茂  
社会保険労務士からの  
**年金相談一口メモ**

## 遺言では実現できない新たな相続

### 対策シリーズ⑯（復習シリーズ）

認知症対策を行わずにいると、どのような問題があつたのでしようか？（4月号の続き）

四国中央市内に住むAさんは、夫に先立たれることで落ち込んでしまい、身体も弱くなってしまいました。息子のB男さんと長女のC子さんはAさんと離れて暮らしているため、そろそろ施設への入所を検討しようと考えていた矢先でした。

Aさんは、重病を患つて入院し、その後認知症が発症してしまったのです。

B男さんとC子さんは、入院にかかる費用をAさんの貯金でと考えていましたが、Aさんの通帳がどこにあるのか分からず、銀行に行つてもご本人でないと預貯金の有無や残高の確認、引出、振込はできないと言われました。空き家となつたAさん所有の自宅やアパートも売却することも貸すこともできず、悩みを抱えています。

#### 両親の万が一に備え、「家族信託」を活用してみませんか？

ご両親が元気なうちから、「親の財産を別の人気が管理できるようにさせてほしい」と頼むことは、親に失礼だと思われるかもしれません。

しかし、上記のようなケースが発生してしまつてからでは、仮に息子や娘であつてもお金を引きおろすことも、介護費用で充てるために自宅を貸したり売つたりすることも、ご本人でなければできず、ご両親もあなたも困ってしまいます。

これを解決できる方法は今まで知られていませんでした。なぜなら、このような問題に直面するのは、生涯に何度も経験することではないですし、あまり人に相談しないことだから、情報手に入れることができたのです。また、解決策であるこの手法も最近の法律の改正によって生まれてきた制度ですので、専門家ですら知らないという方も多いのです。

その新しい認知症対策の制度を家族信託と言います。（次号以降で家族信託つてどんな制度なのかお話ししていく

#### お問い合わせ先

J A うま資産保全サポートセンター

電話：0896-24-3827 Eメール：cosumos@ja-uma.or.jp  
または、JAうまホームページからお問い合わせください。

自分のために 家族のために 明日のために

県下  
JA組合員  
限定

# 人間ドック お得情報

対象者

正組合員・本人  
准組合員・本人

ご家族はこの制度の  
対象となりません。

お申込み

最寄りのJA各支店までお越し  
ください。

#### JA組合員 健厚応援制度

対象期間内にJAへ申請、受診  
の場合 5,000円の助成

◆実施期間  
令和4年4月4日～令和5年3月31日

◆申込期間  
令和4年2月1日～令和5年2月28日

#### ◆コースのご案内（1日人間ドック）

※ただし、契約内容によってご利用いただけない場合がございますので、詳しくは厚生連までお問い合わせください。

基本  
胃部内視鏡コース +女性プラン  
通常 料金 44,550円  
39,550円

通常 料金 50,600円  
45,600円

基本  
胃部X線コース +女性プラン  
通常 料金 40,150円  
35,150円

通常 料金 46,200円  
41,200円

さらに!!  
特定健診の受診券を  
使って安く受診しよう!!

例) 国民健康保険の場合8,800円の  
助成あり!!



愛媛県厚生連健診センター

〒790-0925 松山市鷹子町533番地1

0120-874-702

受付時間 9:00～17:00(土・日・祝日・お盆・年末年始を除く)

<http://www.kousei-ehime.or.jp/>



10名様以上のご利用は、JA厚生連無料バスで送迎いたします。(要日程調整)





新じゃがいもは一般的なじゃがいもとは違い、冬から育てられ春に収穫されます。収穫後に貯蔵することなくすぐに出荷されるので、水分が多くみずみずしくて皮が薄くやわらかい特長があります。

### 新じゃがいもの主な栄養素と働き

新じゃがいもには病気に対する免疫を高める働きがあるビタミンCが豊富に含まれています。また、むくみを解消するカリウムや、体内の代謝や合成を助けるナイアシン、ブドウ糖をエネルギーに変える働きがあるビタミンB1も多く含まれます。皮付近に栄養素がたくさんつまっているので、皮ごと調理して食べるのがおすすめです。

### かんたんジャーマンポテト

#### 材料（4人分）

新じゃがいも 500g	オリーブオイル 適量
玉ねぎ 1個	塩・こしょう 各適量
ウィンナー 100g	パセリ 適量
ベーコン 100g	おろしにんにく(チューブ) 適量



#### <作り方>

- ①新じゃがいもは皮付のままくし形切りにし、電子レンジで5分加熱します。
- ②玉ねぎとベーコンは1センチ幅に切り、ウィンナーは斜め切りにしておきます。
- ③フライパンにオリーブオイルとおろしにんにくを入れ、ウィンナーとベーコンを炒めます。
- ④③に新じゃがいもと玉ねぎを入れ、新じゃがいもの皮に焼き目が付くまで炒めます。
- ⑤塩・こしょうで味を整え、みじん切りにしたパセリを加えたら完成です。



### デリ風ポテトサラダ

#### 材料（4人分）

新じゃがいも 200g	バジルペースト (チューブ) 適量
ブロッコリー 100g	マヨネーズ 適量
ゆで卵 2個	塩・こしょう 各適量



#### <作り方>

- ①新じゃがいもは皮付のままくし形切りにし、ブロッコリーは小房に分けます。
- ②①を耐熱容器に入れ、電子レンジで5分加熱します。
- ③ゆで卵は硬めにゆで、くし形切りにしておきます。
- ④ボウルにバジルペーストとマヨネーズを入れて混ぜ、②を加え和えます。
- ⑤④にゆで卵を加え、さっくり混ぜ合わせて、塩・こしょうで味を整えたら完成です。

クイズに  
挑戦!!

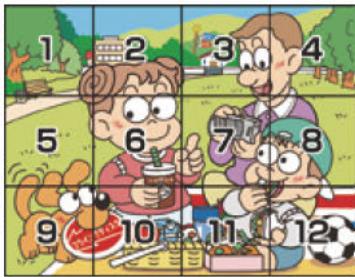


# クロスワードパズル



まちがい  
さがしい

上のイラストには下のイラストと違う部分が5カ所あります。  
間違っている部分を上の枠内の数字で探ししましょう。



- ①ハナショウブとカキツバタは——をつけるのが難しい
- ②擬餌鉤（ぎじばり）の一種です
- ③米国の通貨単位
- ④料理中の料理から一口分を取つて……
- ⑤の前の小事
- ⑥商品を並べて売る場所
- ⑦の余地もないほど混み合つた会場
- ⑧あごや鼻の下に生えます
- ⑨料理長をフランス語でいふと
- ⑩柱・傷・5月5日・ちまきから連想
- ⑪定期券を買った
- ⑫エラシー、焼きもちともいひます
- ⑬高校の最寄り駅までの——定期券を
- ⑭バスやタクシーから降りること
- ⑮花
- ⑯屋外で写生するときに机代わりにする道具
- ⑰マニキュアを塗るといひます
- ⑱届いた手紙の——を切つた
- ⑲お便りしやにぎりがあります
- ⑳力キツバタに似た花が咲きます

- ①二重マスの文字をA～Eの順に並べて
- ②できる言葉は何でしょうか？
- ③JAうまHP <http://www.ja-uma.or.jp>

- ①二重マスの文字をA～Eの順に並べて
- ②できる言葉は何でしょうか？
- ③JAうまHP <http://www.ja-uma.or.jp>



3月号の答え

ネンドマツ  
(応募76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5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  
をもってお知らせ致します。是非ご応  
募ください。

個人情報の取り扱いについて  
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



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	(〒 一 )		
TEL	( )		
名前		性別	男・女
		年令	才
5月号 クロスワード解答			

----- キリトリ線 -----

輝く青葉に風薫る5月 夏の気配も感じられるようになりました  
みなさまいかがお過ごしでしょうか?

私たち葬祭会館プリエールでは、  
故人様とご遺族の方々の心に寄り添うご葬儀をお手伝いさせていただいております。

近年、コロナ禍における葬儀の在り方や家族葬に関するお問い合わせで、  
事前相談を希望される方が増えてきているように感じます。

今回は、事前相談のメリットをご紹介させていただきます。

## 事前相談のメリット

**葬儀のイメージが具体的になります。**  
感染症の拡大予防策への取り組みをはじめ、会館の写真などをご覧いただきながらご説明いたします。

**最適な式場がわかります。**  
数ある式場の特徴がわかり候補が絞れます。

**実際を想定した葬儀費用が明確になります。**  
総額でどのくらい必要か目安をつけることができます。

**スタッフの対応・会社の姿勢や雰囲気を確認できます。**  
サービス品質を感じていただけます。女性ディレクターも在籍!安心して葬儀を任せらかどうか判断できます。



★ご葬儀の打合せは、限られた時間の中で進めていくようになります。事前にご家族でご相談しておくことで、より良いお見送りの方法が見つかるかもしれません。

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では、感染症予防及び拡大防止対策に取り組んでおります。ご参列の皆様に安全安心なご葬儀ができるよう今後もつとめてまいりますので、ご理解ご協力のほどお願い申し上げます。



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

## 旧関川支店ATMコーナー 営業終了のお知らせ

J A うま旧関川支店A T Mコーナーは、令和4年5月28日（土）をもちまして営業を終了させていただきます。

組合員・利用者の皆様には大変ご不便をお掛けいたしますが、今後は、J A うまの各支店金融窓口及びA T Mをご利用いただきますようお願い申し上げます。

また、平日の日中（8：45～18：00）において手数料無料の提携金融機関等A T M（伊予銀行、愛媛銀行、コンビニなど）もご利用いただけますので、併せてご案内申し上げます。

### 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、投稿・イラスト・書類を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itaduka、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

風鐸を幽かに搖らす春の風  
初句会師も見えられず三人で  
ひなあられパクリ三十路の吾子のこと  
ねぎ白菜児ら喜びて持ち帰る  
お互ひに躊躇言葉春浅し  
起きぬけに先づストーブのスイッチを  
四人ともはじける笑顔春もらう



J A 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のお便り投稿はがきにて投げください。

## 川柳

マスク顔インフルエンザ逃げ去つた  
走れ走れとわたしを急かす風車  
たゞぎる青春自由自在に天を舞う  
双葉まだつけた野菜がいとおい  
戦禍の映像なにも出来ない罪悪感  
生きているからこそ出来る遊び事  
春がきた菜の花咲く道線路道  
大観の軸かけ祝う古希の春  
捜し物増えて張らむロスタイルム  
つくしんば今年も元気で顔見せて

高橋 寿子  
寺尾 健  
谷 友 健  
信藤 秀子  
岸 信 藤  
K · M 豊子  
秀子  
國子  
豊子  
淳子  
眞生  
敏  
山下 淳子  
鎌倉 尊子  
三宅 瞳生  
鈴木 久美恵  
鈴木 寿紀  
玉井 こづゑ

三宅 定雄  
星野 美根子  
宮内 カツ子  
三宅 瞳生  
三宅 淳子  
鈴木 敏  
山下 淳子  
鎌倉 尊子  
三宅 瞳生  
鈴木 久美恵  
鈴木 寿紀  
玉井 こづゑ

短歌

ブーチンよ戦うならば思いきり  
急いでおくれ相手はコロナ  
塩焼きの鱈の切身ふた切れの  
焼き上がり待つ魚屋の路地  
逃げ水を追ひかけてゆく少年に  
若き日の我重ねてをりぬ  
我が力すべて出しても報われず  
力のなきをこの年で知る

石村 幸子  
小田 康喜  
小田 和子  
ソ · S

## ありがとう



お便り

☆毎年2月頃、おいでや市から大版と神奈川に住む兄、妹に柏楊類を送ります。今年は「はるみ」でした。向こうではあまり販売していないそうです。すごく喜ばれます。

〔編〕産直市をご利用いただきありがとうございます！流通する期間も短く、市場に出回る量も限られているため、中々お目にかかる機会が少ない貴重な「はるみ」。甘くて果汁たっぷりでとっても美味しいですよね😊ご兄弟にも食べていただけてよかったです😊

〔編〕段々と暖かくなり、山菜がたくさん取れるようになると春を実感しますね。山菜の中でも、私はタラの芽の天ぷらが大好きです♡旬の食材は美味しい、栄養もあるので一石二鳥ですよね😊

☆もう少し暖かくなり、ワサビやタケノコの出番が待ち遠しいです。早く食べたいな。(T · Tさん)

〔編〕段々と暖かくなり、山菜がたくさん取れるようになると春を実感しますね。山菜の中でも、私はタラの芽の天ぷらが大好きです♡旬の食材は美味しい、栄養もあるので一石二鳥ですよね😊

☆縮小して実施された昨年の産業祭。今年こそ「コロナ」が収束して、例年のように開催されることを祈っています。(H · Hさん)



〔編〕コロナ禍となつて3年目となり、行われていたイベントなどが開催できない日々が長く続いている本当に残念です。少しでも早く収束して、地域の皆さまの笑顔溢れる場を取り戻せる日が来ることを願うばかりです…。



〔編〕ご卒業、ご入学、おめでとうございます。新しい制服や、環境にはもう慣れたかな？3年間はあつという間なので、勉強や部活動など、楽しく充実した毎日を送つてくださいね😊

〔編〕ご卒業、ご入学、おめでとうございます。新しい制服や、環境にはもう慣れたかな？3年間はあつという間なので、勉強や部活動など、楽しく充実した毎日を送つてくださいね😊



〔編〕お孫さんの優しさを感じるとっても素敵なお菓子作りですね。小学2年生でお菓子作りなんて凄いです！これからどんどん成長していくお孫さんの姿を見るのが楽しみですね😊

〔編〕家族の一員となつて同じ空間で生活をしていると日々親しみが増して、可愛くて仕方がないです。よね😊私も最近ミニチュアダックヌードルを飼い始めたのですが、愛らしくキュートな見た目や仕草に毎日癒されています😊



5

2022 May

## 5月の予定



※4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 仏滅
2 大安	3 赤口 憲法記念日	4 先勝 みどりの日	5 友引 こどもの日	6 先負	7 仏滅	8 大安
9 赤口	10 先勝 年金 金生支店	11 友引 年金 松柏支店	12 先負 年金 川之江中央支店	13 仏滅 年金 豊岡支店	14 大安	15 赤口
16 先勝	17 友引 年金 土居中央支店	18 先負 年金 本店	19 仏滅 年金 中曾根支店	20 大安	21 赤口	22 先勝
23 友引	24 先負	25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 先勝	29 友引
30 大安	31 赤口					

年金・・・年金相談日（午前10時～正午）

## 【高齢者介護のご相談窓口について】

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する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。



中曾根町 山本さん



昨年の秋、山本さん一家の一員となつたもねちゃん。庭の木をかじったり、草を抜くことが好きで、いつの間にか剪定作業がもねちゃんの特技のようなものに😊愛情表現豊かなもねちゃんは、撮影中も可愛い表情をたくさん見せてくれました♡

## ●ペットのお名前

もね

## ●犬種

ラブラドールレトリバー

## ●性別・年齢

メス／1歳

## ●性格

明るい

## ●特技

庭の剪定

## ●飼い主から

ペットへの想い

いつも家族に元気と癒しを与えてくれてありがとう！

## 理事会だより

## 令和3年度 JAうま第12回理事会

令和4年3月28日(月)

- 第1号議案 令和4年度事業計画（案）について
- 第2号議案 第9次中期経営計画（案）及び第9次中期営農振興計画（案）について
- 第3号議案 目的積立金の取崩について
- 第4号議案 令和4年度内部監査計画（案）について
- 第5号議案 大口貸出先に対する購買未収金の決済サイト変更について
- 第6号議案 令和4年度地域営農推進事業について
- 第7号議案 介護職員処遇改善支援補助金の支給に関する規程の制定について
- 第8号議案 個人情報取扱規程の一部変更（案）について
- 第9号議案 特定個人情報取扱規程の一部変更（案）について
- 第10号議案 特定個人情報取扱細則の一部変更（案）について
- 第11号議案 令和4年度JAうまコンプライアンス・プログラム（案）について
- 第12号議案 大口貸出案件の承認について
- 第13号議案 令和4年度余裕金運用計画及び令和4年度第1四半期余裕金運用計画（案）について
- 第14号議案 ローン融資要領（オリコ保証型）の制定について
- 第15号議案 ローン融資要項の改正について
- 第16号議案 当組合における取引のリスク評価書の改正について
- 第17号議案 内部統制システム基本方針にかかる運用状況評価について
- 第18号議案 定款の一部変更（案）について
- 第19号議案 定款附属書役員選任規程の一部変更（案）について
- 第20号議案 給与規程の一部変更（案）について
- 第21号議案 育児・介護休業等に関する規程の一部変更（案）について
- 第22号議案 経理規程の一部変更（案）について
- 第23号議案 JA役員賠償責任保険の契約期間満了に伴う再加入について

※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、ご了承ください。

