

JAうま

2022

11
Vol.320



特集 管内特産のサトイモ 令和4年産の収穫期を迎える
「伊予美人」の選果・出荷を開始 消費者のもとへ





JAうま特産部会の令和4年産のサトイモの作付けは、355戸の農家により約85haを栽培。今年は、梅雨明けが早くその後の降雨量も少なかつたことから生育の遅れが心配。JAうまは主要作物として、生産者をはじめ県や市等の関係機関と連携。全期マルチ栽培等の栽培体系を確立するなどして品質・収量の向上に取り組んできました。現在管内は、中四国でも有数のサトイモの産地となっています。

特集

管内特産のサトイモ 「伊予美人」の選果・出荷を開始 消費者のもとへ

JAうま 11

JAうま農業協同組合

vol.320/November.2022

令和4年11月



今月の目次 | contents

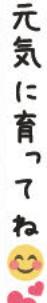
ページ

- | | |
|----|--|
| 2 | 特集 管内特産のサトイモ
令和4年産の収穫期を迎える
「伊予美人」の選果・出荷を開始 消費者のもとへ |
| 4 | うまの話題 |
| 5 | あったか荘ダイアリー |
| 6 | 輝く女性部 |
| 7 | 料理レシピ サツマイモ・シイタケ |
| 8 | 新型コロナウイルス感染症にかかる
入院共済金等のお支払いについて |
| 9 | 肥料価格高騰対策のお知らせ
インボイス制度について |
| 10 | コスマスちゃん知恵袋 |
| 12 | プリエール通信 |
| 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



これからも姉妹仲良く
元気に育ってね





「伊予美人」生産者 高石恒彦さん

初出荷日の翌12日、寒川町にある高石恒彦さんの圃場では、朝早くからサトイモの収穫作業が行われました。圃場では、2m程まで伸びたサトイモの茎を鎌で切り落とし、鍬を使って大きく育った株を丁寧に掘り起こしました。実家の農業を引き継ぎ、5年前から本格的にサトイモの栽培を始めたと高石さん。「今年は雨が少なくて水管理には苦労したけど、ため池の水を利用するなどして乗り切ることができた。いいものが育った」と満足そうに話します。また、消費者に向けて「甘くて柔らかく、口の中でとろけるような舌触りが特徴。鍋やいも焼き、コロッケにして美味しく」「子どもからお年寄りまで、たくさん的人に味わってもらいたい」とサトイモ「伊予美人」の魅力を話してくださいました。

配されましたが、作柄は平年並みと順調。JAうまの合田久組合長は「水不足や高温等で大変な苦労があつたかと思うが、生産者の高い管理技術で丸い良い芋ができる」と話しました。JAうまでは、令和4年産サトイモ「伊予美人」の総出荷量2,300トンを見込んでいます。同日、同選果場で選果されたサトイモはおよそ15トン。愛媛県内をはじめ、広島や関西、関東圏の市場へ出荷されました。

うまの話題

サトイモ「伊予美人」の魅力を発信

四国中央市的主要作物、サトイモ。JAうまでは、生産者所得の向上を図るため、生産者部会や県、市、JA全農えひめ等と連携し、愛媛県の愛あるブランド“伊予美人”的さらなるブランド力の強化に向けた消費宣伝活動を積極的に展開しています。

管内でも9月上旬から、令和4年産のサトイモの収穫が始まり、消費を拡大しようと、生産者をはじめJAうま女性部の部員、役職員らが県内放送局の情報番組等に出演。サトイモ“伊予美人”的魅力を広く消費者に向け発信しました。



9月22日、NHKの放送番組“ギュッと！四国”的番組収録が土居町津根の河上孝士さんの圃場で行われました。

サトイモ栽培を始めて30年以上になる河上さん。リポーターにサトイモ「伊予美人」の魅力や、栽培をするうえでのこだわりを丁寧に説明しました。

圃場でサトイモの収穫を体験したリポーターと番組スタッフは、JAうまの総合経済センターへ移動。JAうま女性部の河村洋子部長と妻鳥和美副部長がスタッフ方に、鶏がらからとった出汁を使用するなど、「伊予美人」を使った「いも炊き」のこだわりの調理法を伝授しました。

10月1日に放送された同番組内では、ゲスト出演したお笑いタレントの間寛平さんが、スタッフが調理した“いも炊き”を試食。間さんは「柔らかくて甘みがある優しいサトイモ“伊予美人”と鶏がらの出汁がマッチしていてとても美味しい」と笑顔で話しました。



10月8日に生放送された愛媛朝日テレビの“なるちか！”の番組内では、寒川町にあるJAうま特産部会の宝利義博部会長の圃場と、同部会長のご自宅の敷地内から中継が行われました。

圃場では、宝利部会長が株を手に取って、種芋が成長し親芋となって、子芋、孫芋、ひ孫芋がつくなどといったサトイモの生育過程などをスタジオに向け説明。リポーターには、鍬の使い方など収穫の仕方を丁寧に教えました。また、JAうま女性部の河村洋子部長と高橋千恵子副部長が出演。「伊予美人」を使ったアレンジレシピ“おでん”、“ポタージュ”、“アヒージョ”を紹介しました。



宝利部会長のご自宅からの中継には、JAうまの近藤善春専務と宮農経済部の職員らも加わり“いも炊き”を囲みながら、「“伊予美人”的名付け親は誰？」といったクイズを交えながらの中継。ブランド名を“伊予美人”と名付けた宝利部会長を中心に終始和やかな雰囲気のなかで、“伊予美人”的魅力が県内の消費者に届けられました。



おでん



ポタージュ



アヒージョ

10月12日、あいテレビで放送された情報バラエティ番組“よるマチ！”には、JAうま土居町里芋部会の尾藤秋貞部会長が出演。9月29日には土居町上野にある尾藤さんの圃場と、ご自宅の敷地内で番組収録が行われました。

圃場では尾藤さんが、管内のサトイモ栽培の歴史や栽培・収穫方法などを説明。同番組のリポーターが鍬を使ってサトイモの収穫作業を体験。収穫体験後に移動した尾藤さん宅の農業用倉庫前では、JAうま宮農経済部の石井成幸副部長と同部宮農指導販売課の植田悠介課長補佐がリポーターに“伊予美人”的特徴を伝えながら、“サトイモの塩ゆで”といも炊き、“サトイモコロッケ”的3つの料理を振舞いました。尾藤さんの圃場で収穫したサトイモを食べたリポーターら取材関係者は「塩ゆでを食べたことがなかったけど、柔らかで粘りがあり甘味があって凄く美味しい。こんなに美味しいサトイモは初めて」と驚いた表情で話しました。



特殊詐欺被害防止活動を実施

同活動にJAうまからは、本店に勤務する職員5名が参加。同署の警察官、他行行員らと来店客に声を掛け、架空請求詐欺や還付金詐欺の手口や、同詐欺の被害に遭わないための対処法等を周知するチラシを手渡し、ATMの操作の指示や、レターパック等で現金を送付するよう求められるなど、受けた電話やメール等の内容に疑いや不安を感じた時は、迷わず家族や金融機関、警察等に相談するよう呼び掛けました。

管内では、今年6月から9月までの間、被害総額にして約2,200万円にも及ぶ特殊詐欺の被害が発生。また、その他にもJAうまの店舗で同詐欺の被害を水際で防いだケースや、利用者宅へ自治体やJAの職員を名乗る不審な電話に入るなど特殊詐欺が疑われる事案が数件確認されていました。

この日職員らの呼び掛けを聞いた来店客は「被害に遭わないよう十分注意したい。話を聞けてよかったです」と話しました。



スマイルソーター・ロールプレイング大会を実施

窓口業務のスキルの向上と、その定着を目的として毎年行っているもので、選抜された各ブロックの代表者5名がカウンターセールスと自動車共済の2つの部門に分かれ、合田久組合長をはじめとした常勤役員、全共連普及推進部東予地区担当グループの阿部茂雄部長ら6名の審査員を前に、それぞれ部門毎に与えられた課題に沿って演技を披露。お客様の情報を収集し的確な情報を分かりやすく提供するなど、日頃の業務の中で積み上げ築いた優れた接客・提案スキルを遺憾なく発揮しました。

審査した合田組合長は「お客様とのコミュニケーションが取れ、ニーズに合った保障が提案できていた。これからも組合員・利用者が安心で、満足していただける保障を提供してほしい」とすべての演技を高く評価し、激励しました。

審査の結果、「カウンターセールス部門」は中曾根支店の真鍋美香さんが、「自動車共済部門」では本店営業部の田中紀子さんが、それぞれ1位を獲得しました。



あったか荘ダイアリー

あったか荘三島

敬老会

9月の敬老会で、職員による「サザエさんダンス」と「マジックショー」を披露しました。短い練習時間でしたが、失敗も含めて楽しんでいただけたようでした。来年の敬老会も職員一丸となり、皆さんに喜んでいただけるように全力を尽くします!



あったか荘川之江

敬老習慣

9月は敬老習慣がありました。出し物はスタッフオリジナルあったか劇場「桃太郎」!皆さんの笑い声がフロアに響いていました。大正琴の演奏を披露してくれた利用者さんもいました♪おやつには地元の銘菓とお抹茶が出て、こちらも好評でした!「健康長寿」でこれからもたくさんの笑顔があふれますように。



あったか荘土居

敬老

9月19日、敬老の日を祝うイベントを行いました。スタッフによるトーンチャイム演奏・フラダンスを披露し、プレゼントやbingoゲームで楽しい一日を過ごしました。フラダンス衣装は、利用者さんが手伝ってくれてカラフルなスカートが完成。「何に使うか?」と思いつながらも、手先を使い細かく裂いてくれました。トーンチャイムの演奏は利用者さんも体験し、スタッフに負けない素敵な音色を響かせてくださいました。



輝く女性部 第3回カルチャースクールを実施

J A うま女性部は9月27日、J A うま総合経済センターで令和4年度第3回カルチャースクールを開きました。この日の同スクールには、午前と午後を合わせて各支部の部員30名が参加しました。

発酵食品加工実習と題し、J A 全農えひめの和泉麻菜美氏と厚生産業(株)の宮崎宏之佐氏を講師に迎え行った今回の同スクール。「免疫力アップ」など、摂ることによる健康面でのメリットなど発酵食品について説明を受けた後、「エーコープ米こうじ」を使って、米こうじ味噌と塩こうじ、醤油こうじづくりを行いました。米こうじ味噌は約4カ月後に食べ始められるそう。1~2週間ほど常温で発酵させ完成するという塩こうじと醤油こうじ。かけたり漬けたりと、同こうじを調味料として使った料理レシピなどお煲めの食べ方なども教わりました。部員らからは「こうじが体にもいいことがよく理解でき勉強になった」「発酵したら早速料理に使ってみたい。食べるのが楽しみ」と満足そうに話しました。



女性部健康部会を開催

9月29日 J A うま女性部は、伊予三島運動公園体育館で令和4年度女性部健康部会を開きました。

J A 愛媛厚生連の平田葵依氏を講師に迎え、「フレイル予防で深めよう絆みまもう自分の健康」をテーマに行った同部会には、女性部13支部から61名の部員が参加。冒頭、J A うまの守屋健二常務が「皆さんが健康でいることは、ご家族が幸せな日々を送ることにもつながる。今日行う体操を生活の中にも取り入れるなど健康維持に努めてほしい」と挨拶。部員らは、椅子に座って音楽に合わせ、一定のテンポでリズムよく腕や足を交互に動かすなど日常でも行いやすく、脳トレにもなるという健康体操を教わるなどして体を動かし、心地よく汗を流しました。講師は部員らに「これから涼しく過ごしやすい季節になる。適度な運動を行い、健康寿命の延伸に心掛けましょう」と呼び掛けました。



11月の

旬の野菜をご自宅等へお届け

もぎたてボックスの 料理レシピをご紹介



Vegetable Recipes

野菜レシピ

サツマイモ・シイタケ

旬の野菜で簡単料理 作ってみませんか？

サツマイモの主な栄養素と働き



サツマイモの主成分はでんぶんなどの糖質。イモ類の中で最も食物繊維が豊富に含まれており、腸内環境を整える効果や生活習慣病予防にも効果が期待できる野菜です。さらに、美肌に欠かせないビタミンCやビタミンB1・B2も豊富に含まれています。

シイタケの主な栄養素と働き

シイタケは全体重量の約90%が水分で、低糖質・低脂質の食材です。また、エリタデニンという特有の成分が含まれており、血中コレステロール値を下げる効果と、血流をスムーズにする効果が期待できます。

サツマイモのからしマヨサラダ

材料（2人分）

サツマイモ	200g	オリーブオイル	小1
ブロックベーコン	80g	マヨネーズ	大2
水	200 mL	練りからし	小1

生パセリ	適量
------	----

<作り方>

- ①皮付きのサツマイモ、ブロックベーコンを1cm角に切り、切ったサツマイモは、水に5分程さらし水気をります。
- ②中火で熱したフライパンに①と水を入れて水気がなくなるまで煮たら、オリーブオイルを加えてさっと炒め、火からおろして粗熱を取ります。
- ③ボウルにマヨネーズと練りからしを入れて混ぜ合わせ、②とあれます。
- ④お皿に盛り付けて、パセリを散らせば完成です。



シイタケの肉詰め焼き

材料（8個分）

シイタケ	8枚
片栗粉	適量
サラダ油	適量

肉だね

豚ひき肉	120 g
卵	1個
おろししょうが	小1
塩コショウ	少々

調味料

砂糖	大2
酒	大2
みりん	大2
しょう油	大2
豆板醤(好みで)	小1/4

<作り方>

- ①シイタケは石づきを落とし、軸の部分はみじん切りにします。
- ②みじん切りにしたシイタケと肉だねを粘りが出るまで混ぜ合わせます。
- ③たねを平たく丸め、内側に片栗粉をまぶしたシイタケに詰めます。
- ④熱したフライパンに油を入れ、シイタケのタネを下にして入れたら弱火にし、フタをして両面を焼きます。
- ⑤フタを取り、混ぜ合わせた調味料を入れて中火でからめ、全体に照りがでたら完成です。



新型コロナウイルス感染症にかかる 入院共済金等のお支払いについて

新型コロナウイルス感染症に罹患された皆さんに謹んでお見舞い申しあげますとともに、一日も早いご回復を心よりお祈り申しあげます。

JA共済連では、令和2年4月から実施しております新型コロナウイルス感染症にかかる入院保障の特別取扱い（以下「みなし入院」）のお支払い対象者について、令和4年9月26日（月）より、以下のとおり見直しいたしました。

ポイント 1 「みなし入院」のお支払い対象者について

令和4年9月26日（月）以降、医師により「新型コロナウイルス感染症」と診断された方のうち、重症化リスクの高い以下の方とします。

- 重症化リスクの高い方
- 入院を要する方
- 65歳以上の方
- 妊娠中の方
- 重症化リスクがあり、新型コロナウイルス治療薬の投与または新型コロナウイルス罹患により新たに酸素投与が必要な方

参考
新型コロナウイルス感染症と診断された場合のお支払い範囲

参考	新型コロナウイルス感染症と診断された場合のお支払い範囲	ケース	診断日*	
			9月25日（日）以前	9月26日（月）以降
		入院された場合	○ お支払対象	○ お支払対象
		宿泊・自宅療養された場合（特別取扱い）	○ 重症化リスクの高い方 ○ 上記以外の方	○ お支払対象 X お支払対象外

*検査日ではなく、診断日の判断となります。

ポイント 2 「みなし入院」の取扱いを開始した経緯について

入院共済金等は、共済約款において「医師による治療が必要」であり、「自宅等での治療が困難」なため、「病院または診療所に入り、「常に医師の管理下において治療に専念する」場合にお支払対象とする旨を定めています。

令和2年4月当時、新型コロナウイルス感染症に罹患され、病院または診療所への入院が必要な状態にも関わらず、病床の逼迫等の事情により入院することができない状況が発生いたしました。

こうした中、JA共済連では、組合員・利用者の「安心」と「満足」を提供するというJA共済事業の使命のもと、医師等の管理下で宿泊施設や自宅での療養を余儀なくされた場合も、約款上の定義には該当しないものの、「入院」と同等に取り扱う特別取扱い（みなし入院）を開始いたしました。

ポイント 3 今回の見直しの背景について

今般、政府より新型コロナウイルス感染症にかかる発生届の対象範囲について、令和4年9月26日（月）以降は全国一律に「重症化リスクの高い方」に限定されることが公表され、あわせて療養の考え方についても見直されることとなりました。

今回の政府による措置等を踏まえると、重症化リスクの高い方以外（医師による発生届の対象となる方）については「常に医師の管理下において治療に専念する」状態との判断ができないことから、令和4年9月26日（月）以降の「みなし入院」のお支払い対象について、見直すこといたしました。

※今後、法令の改正等がなされた場合には、必要に応じて更なる対応を行う可能性があります。

ご請求漏れはございませんか？

令和4年9月26日（月）以前に新型コロナウイルス感染症と診断されていた方につきましては、重症化リスクに限らず、お支払いの対象となります。
令和4年9月26日（月）以後でも請求はお受けいたしますので、療養期間終了後に所定の書類（My HER-SYSの療養証明など）をご準備のうえご請求ください。

※詳細はJA共済ホームページ（<https://www.ja-kyosai.or.jp/>）を参照ください。

お問い合わせ

上記内容に関するお問い合わせについては、下記にて承ります。なお、個別の契約内容（共済金の支払いに関する事項等）については、ご契約先のJAへお問い合わせください。

JA共済
相談受付センター

電話
番号

0120-536-093

受付
時間

午前9時から午後6時（月曜日～金曜日）
午前9時から午後5時（土曜日）

※祝日を除きます。

JA・JA共済連は、皆さまのお役に立てるよう、引き続き取り組んでまいります。

農業部からのお知らせ

肥料価格高騰対策について

今回、国の肥料価格高騰対策として、令和4年6月1日から令和4年10月31日までの間に、肥料を購入された方に対し支援金の補助があります。当JAをご利用いただいた方で、当用価格にて購入（予約価格での購入は対象外となります）された方を対象に、10月下旬頃に申請書を郵送いたしますので、内容をご確認いただき、お近くの経済センターもしくは出張所にご提出ください。

申請書提出期限：令和4年11月1日（火）～令和4年11月15日（火）

事業者の皆様へ 伊予三島税務署からのお知らせ

要事前予約

消費税インボイス制度等説明会について

令和5年10月1日から、インボイス制度が実施されます。

事業者の皆様に、インボイス制度について理解を深めていただき、インボイス制度の実施に向けて必要な準備を進めていただくため、インボイス制度等説明会を開催します。是非ご参加ください。

◆インボイス制度説明会の内容

説明会の名称	内 容
① インボイス制度説明会 (消費税の仕組みから知りたい方向け)	インボイス制度の概要に加えて、消費税の基本的な仕組み等について説明
② インボイス制度説明会 (全事業者向け)	インボイス制度の概要について説明 ※説明会終了後、登録申請方法を知りたい方は、申請のサポートをいたします。スマートフォン及びマイナンバーカード等を持参してください。

◆説明会（定員 各50名）

開催日 開催場所	時 間	説明会の名称
令和4年11月16日(水) 金生公民館 (金生町下分865-1)	13:30～14:10 (40分)	① 消費税の仕組みから知りたい方向け
	14:20～15:30 (70分)	② 全事業者向け
令和4年12月15日(木) 中之庄公民館 (中之庄町108)	13:30～14:10 (40分)	① 消費税の仕組みから知りたい方向け
	14:20～15:30 (70分)	② 全事業者向け

◆問い合わせ先（事前予約制です。開催日前日までに申し込みください。）

伊予三島税務署法人課税第一部 電話0896-24-5410（代表）
(自動音声案内にしたがって「2」をプッシュ)

●インボイス制度等説明会にご参加いただく方へ

- 新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、中止又は延期する場合がございます。
- 新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、マスクの着用、手指消毒のご協力をお願いします。

あなたもチャレンジ！家庭菜園

園芸研究家・成松次郎

ホウレンソウのトンネル栽培 冬の寒さでおいしさアップ



図1 畑の準備

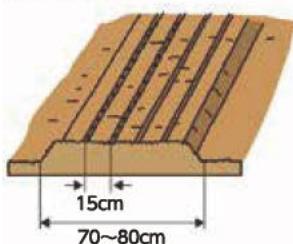


図2 種まき



図3 トンネルの被覆

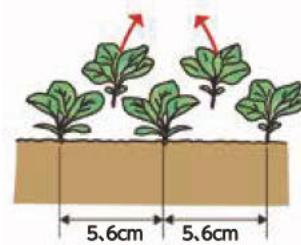


図4 間引き(最終)



図5 追肥

ホウレンソウの生育適温は、20度で冷涼な気候を好みます。15度耐寒性は強いけれど暑さには弱く、25度になると生育が衰えます。冬取りは栄養価が高く、甘味も増し最もおいしいです。中間地から暖地の作型となります。中間地から最もおいしいです。中間地から暖地の作型となります。

品種 秋～冬まきでは、「寒さに強く、低温でもよく伸びる品種」オーバーリース（サカタのタネ）、「伸兵衛」（タキイ種苗）など、特徴のある品種では、葉に切り込みの多い「冬ごのみ」（タキイ種苗）、寒さに縮め栽培向きには葉に縮みのある「雪美菜02」（雪印種苗）などがあります。

畠の準備 ホウレンソウは酸性土を嫌うため、事前に1平方m当たり1kgを土とよく混和しておきます。10cmの栽培床を作り、平らにならし、灌水（かんすい）して土壤水分が2kgを土とよく混和しておきます（図1）。畠立て幅70～80cm、高さ5cm（図1）。

収穫 草丈25cmくらいを収穫の目安にしますが、それでもホウレンソウは30cm程度になれば、200gくらいで切れ取り、枯れの葉を除いています。3週間ない間に束ねておきます。

適度な状態にしておきます。マルチ栽培では1cm間隔の黒色穴開きシートを使います。**種まき** 栽培床は平らにならし、条間15cm、深さ2cm程度のまき溝を切り、1cm間隔に種まきします（図2）。1cmくらい覆土をし、たっぷり灌水します。

トンネルの被覆 トンネル資材は有孔フィルムを使用すれば日中は高温にならず、生育の徒長を防げます（図3）。

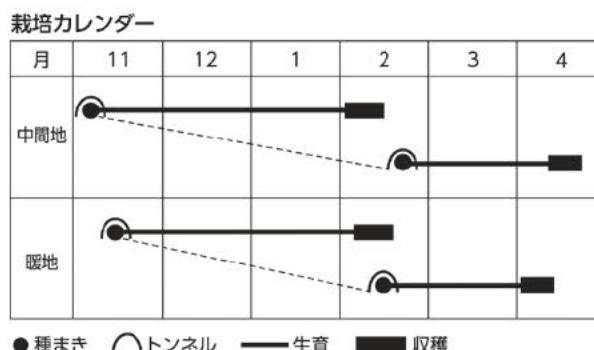
間引きと追肥 1回目は発芽がそろったときに込み合っている所を抜き取り、その後、2、3回に分けて間引き、1本立ちにします。マルチなしの栽培では最終的に株元に軽く土寄せします（図5）。株元に軽く土寄せします（図5）。また、草丈10～15cmの頃、1平方m当たり化成肥料30gを追肥します（図5）。

月の前月まで被保険者・事業主共に社会保険料の負担が免除され、この免除期間については、将来、被保険者の年金額を計算する際、保険料を納めた期間として扱われるという制度です。

この育児休業等の社会保険料の免除については、育児休業の取得日によって社会保険料の免除に該当する場合としない場合があるなど問題があつたことから、令和4年10月から免除となる要件が次のとおり変更になりました。

前にトンネルを開放し、寒さにさらします。葉が厚くなり、放射状に広がつたら収穫します。

※関東南部以西の平坦地を基準に記事を作成しています。



「育児休業中の社会保険料の免除要件が変更されました」

育児休業等期間中の社会保険料の免除と

は、被保険者から育児休業または育児休業に

準ずる休業を取得することとの申し出があつた

場合に事業主からの届出により、育児休業の

開始日の属する月から終了日の翌日が属する

月の前月まで被保険者・事業主共に社会保険

料の負担が免除され、この免除期間について

は、将来、被保険者の年金額を計算する際、

保険料を納めた期間として扱われるという制

度です。

この育児休業等の社会保険料の免除につい

ては、育児休業の取得日によって社会保険料

の免除に該当する場合としない場合があるな

ど問題があつたことから、令和4年10月から

免除となる要件が次のとおり変更になりました。

この育児休業等の社会保険料の免除につい

ては、育児休業の取得日によって社会保険料

の免除に該当する場合としない場合があるな

ど問題があつたことから、令和4年10月から

免除となる要件が次のとおり変更になりました。

1. 月額給与に係る保険料

同一月内で14日以上（月の末日を含んで

いなくとも可）育児休業等を取得した場

合免除される。

2. 賞与に係る保険料

育児休業を1ヶ月超の期間（暦日で計算）

取得した場合のみ免除される。

現在は、女性の育児休業の多くが、子供が満1歳になるまで取得されていますが、男性の育児休業については、女性に比べ短期間の取得となっているケースが多くなっています。

国が男性の育児休業の取得を推奨するなか、事業者には、男性が育児休業を取得しやすい環境を作ることが求められています。

三木茂 社会保険労務士からの
年金相談一口メモ

社会保険労務士からの
年金相談一口メモ

農家の土地相続と節税対策

被相続人（死亡した人）の自宅や店舗等に使っていた宅地は、残された家族や事業を引き継ぐ親族の生活の基礎となる財産ですので、上手に節税したいものです。今回、そうした宅地に対する相続税の特例の代表である「小規模宅地等の特例」をご紹介した上で、特に組合員の皆様のような農家の場合、どのような節税対策ができるかを考えます。

【小規模宅地等の特例】

一定の条件を満たす宅地について、相続税の評価額を安くする特例です。これを適用すると大きな節税ができます。

△対象となる宅地

被相続人自身か、被相続人と生計を共にしていた親族が、居住したり事業を営んだりしていた宅地が対象です。また、その宅地の上に建物等があることが条件です。

△対象となる人

宅地を相続や遺贈によって取得した人です。ただし、被相続人の配偶者等を除き、少なくとも相続税の申告期限まではその宅地で居住や事業を続けることが求められます。

△どのくらい減額される？

居住していた土地（330m²以下）と事業に使っていた土地（400m²以下）は、いずれも80%減額されます。ただし、賃貸アパートの敷地といった貸地（200m²以下）は50%の減額です。

【農家における小規模宅地等と納税猶予の特例】

田畠等、耕作されている農地には、基本的に小規模宅地等の特例は適用されません。農地の上に建物等は建っていないからです。

△特例の対象となる土地

トラクター等を収納する農機具置場や農作業用の建物の敷地であれば、事業用宅地として小規模宅地等の特例（400m²以下・80%減額）を適用できます。つまり、通常の20%の評価額ですむのです。

△農地の納税猶予

耕作されている農地の場合、条件を満たせば相続税額の大部分（農業投資価格を超える部分）の納税が猶予されます。具体例を見てみましょう。面積1,000m²、相続税評価1,000万円の農地があるとします。相続税率20%とするとき、この農地の本来の相続税額は1,000万円×20%＝200万円です。一方、国税庁が定める農業投資価格が50万円とするとき、実際の納税額は50万円×20%＝10万円で済みます。200万円のうち190万円の納税が猶予されるのです。小規模宅地の特例や農地の納税猶予は適用要件が複雑です。事前に専門家に相談されることをお勧めします。資産保全サポートセンターへお気軽にお問い合わせください。

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

または、JAうまホームページからお問い合わせください。

手軽に健康 手指体操

健康生活研究所所長●堤 喜久雄



たまつた疲れをスッキリ！



腕のつぼ刺激で呼吸を整える



つぼ 手三里
手の甲側、肘を曲げたときにできる横じわから、親指側の骨に沿って手の方向に指3本分のところにあります。軽く押すとじんわりとした痛みを感じます。

今回は、万能つぼ「手三里（てさんり）」を使った手指体操をご紹介します。首や肩の凝り、腰痛、背中の痛み、胃腸の不調、吹き出物やにきび肌、歯痛、眼痛、喉の痛みなどの緩和、さらには不安、落ち込みといった精神的な症状にもお助けです。

つぼの刺激と筋肉の動きは呼吸に合わせて行います。どこでもできる簡単な体操を通して、丁寧に自分の心と体に向き合う時間をつくり、年末に向かいましょう。

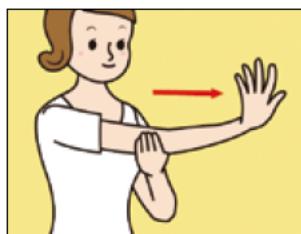
基本の動き



(1)右肘を曲げて、左手でつかみます。左手の親指は右腕の内側に、中指は手三里に当たるようなポジションです。



(2)手三里を押さえ、息を吐きながら右手のひらを半回転させ前へ向けています。



(3)右腕を前へ伸ばして指先を開き、息を吐き切れます。息を吸いながら(1)に戻ります。3回行ったら左腕に替え同じ動きをします。

ポイント

息は口から吐き、鼻から吸います。体操は呼吸に合わせ、1回につき20秒ほどかけてゆっくりと行います。



会員募集中

葬祭会館プリエール川之江・結会館
三島・土居では、各種の特典をご用意し
地域の皆様から会員を募集しています。

お問い合わせは

お申し込みは

『悠々まごころ会』 入会のご案内

○定期積金および新生命共済による会員様を募集しております

定期積金コース

毎月、定額を積み立て、満期時にまとまった金額を受取るタイプ

毎月積立金額	期間	満期時受取額(10年の場合)
5,000円	7年(84回)～10年(120回)	600,000円+利息
10,000円	7年(84回)～10年(120回)	1,200,000円+利息

毎月積立金額 10,000円・
5,000円コースともに、
特別金利

新生命共済コース

生命共済プラン	共済種類	満期・保障	払込終了
①万一の保障をセットし、米寿には満期金も受け取れるタイプ	養老生命共済	88歳満期	88歳
②万一の保障を一生涯にわたり途切れることなく備えるタイプ	終身共済	終身保障	80歳・99歳

※共済金額:100万円以上、契約者1口まで
※詳しい仕組みのご案内につきましては、各JA支店の共済担当者までお問い合わせください。

(会員特典)

●会員及び会員の同居家族が喪主となる弔事に次の特典が受けられます。

葬祭会館プリエール「三島・川之江」利用の葬儀の場合

◆通常の祭壇セットをご利用いただいた場合

月々の掛け金の10倍の割引(50,000円を限度)

新生命共済会員(50,000円を限度)契約者本人に限る
および盛籠(乾物もしくはフリーズドライ)一対をサービス

◆家族葬祭壇セットのご利用において

川之江会館:水蓮・秋桜・結とともにBセット以上の祭壇セット

三島会館:想Bセット以上の祭壇セット
をご利用いただいた場合

月々の掛け金の5倍の割引(25,000円を限度)

新生命共済会員(25,000円を限度)契約者本人に限る
および盛籠(乾物もしくはフリーズドライ)一対をサービス

葬祭会館プリエール土居利用の場合

盛籠(乾物もしくはフリーズドライ)一対をサービス

自宅等による葬儀の場合

祭壇利用料の20%の割引もしくは10%の割引と盛籠1個をサービス

但し、プリエールの祭壇もしくはプリエール土居を利用しない場合は
盛籠1個のサービス

※盛籠は乾物もしくはフリーズドライです。

※特典はR4.8.31現在のものです。



葬祭会館 プリエール三島 TEL 24-5600



葬祭会館 プリエール川之江 TEL 58-6889



葬祭会館 プリエール土居 TEL 74-2020
※プリエール三島へ転送されます。

J A うま 本店・各支店へ

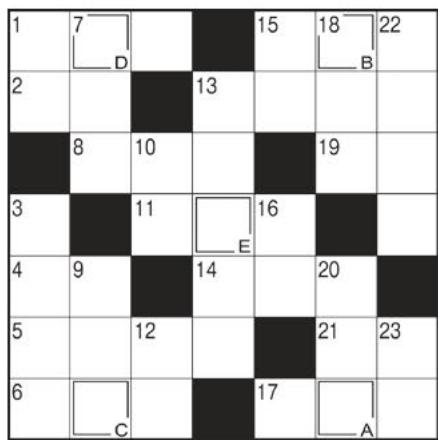
一般葬・家族葬など
あらゆるニーズにお応えします
「事前相談」も受付中です

クイズに
挑戦!!

タテ
の力ギ

クロスワードパズル

ヨコ
の力ギ



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?

次回のクイズ締切日は**11月25日(金)**
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。
JAうまHP <http://www.ja-uma.or.jp>

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



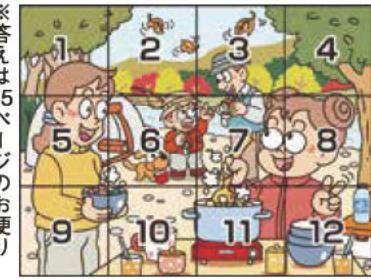
四国中央市中之庄町1684-4
JAうま 総合企画部ふれあい課
広報委員会 行

住所	(〒)
TEL	()
名前	性別 男・女 年令 才
11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itただくか、郵送してください

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。

まちがい
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。

- 忘れないように取ります
- とんぶりは、この植物の実を加工したもの
- マチュピチュは帝国の遺跡です
- 「もしもし」と出ます
- 枯れ山水の庭には作りません
- 香が一式が二なり、陸は
- 王貞治選手は1、長嶋茂雄選手は3でした
- 恋よりも深いものなかも
- 桃太郎の家来の一員
- 七ミジとも呼ばれることがあります
- 不公平ではありません
- 今年収穫した米のこと
- トラクターを数えるときに使う言葉

- 浅草寺の表参道入り口に立つ雷門
- カツブルが組むことや
- 11月23日は感謝の日。国民の祝日です
- 不審に思う気持ち。——の念を抱く
- 牛や馬に与える餌のこと
- 眼科で視力——を受けた
- マラン選手に沿道から飛ぶことも
- クラブを持つコーチを回ります
- 根拠のないうわさ話
- 木々が空中に伸ばすもの
- マスター島にある巨大な石像
- 兵庫県の——市は子午線のまちとして知られています
- マラン選手に沿道から飛ぶことも
- クラブを持つコーチを回ります
- 根拠のないうわさ話
- 木々が空中に伸ばすもの
- マスター島にある巨大な石像
- 兵庫県の——市は子午線のまちとして知られています

- 11月3日は文化の日。——天皇の誕生日であります
- カツブルが組むことや
- 11月23日は感謝の日。国民の祝日です
- 不審に思う気持ち。——の念を抱く
- 牛や馬に与える餌のこと
- 眼科で視力——を受けた
- マラン選手に沿道から飛ぶことも
- クラブを持つコーチを回ります
- 根拠のないうわさ話
- 木々が空中に伸ばすもの
- マスター島にある巨大な石像
- 兵庫県の——市は子午線のまちとして知られています
- マラン選手に沿道から飛ぶことも
- クラブを持つコーチを回ります
- 根拠のないうわさ話
- 木々が空中に伸ばすもの
- マスター島にある巨大な石像
- 兵庫県の——市は子午線のまちとして知られています

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?

次回のクイズ締切日は**11月25日(金)**
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。
JAうまHP <http://www.ja-uma.or.jp>

*JAうま各支店・センター窓口にお出しitただくか、郵送してください

冬の金融キャンペーンのお知らせ



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 (最近の出来事・投稿・イラスト・書類など自由にお書きください)	
ご紹介の際は…(いずれかに✓) <input type="checkbox"/> 実名可 <input type="checkbox"/> ペンネーム()	

*JAうま各支店・センター窓口にお出しeidtaduka、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

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。



黙食はつらいつまらん芋煮会
曼珠沙華じゅうたんみごと毒もつか
法皇のスキが映えるあかね空
藤棚の下の小暗き観音堂
友の来て木蔭でしばし昔話
彼岸花稻穂の実る畦道に
山道の復路の不安葛の花
新米のたけるにおいやひめライス
友訪へば出かける所薔薇の花
稔田の畦に紅蓮の曼珠沙華

川柳

約束は真摯に守る四季の花
プライドはいらぬ元気があれば良い
遙かよりビデオで参加孫挙式
三年ぶり「自己責任」で解き放つ
満月のうさぎの好きな数え唄
台風の余波か篠突く雨に覚め

栗飯の付く定食に列をなす
人の胃袋分かる気のせり
望まない何もいらないただ一つ
「心配な、よ」子等が居るよと
柿の実を盗る悪ガキもいなくなり
子の背中には塾力バン載る

短歌

小田 和子
石村 幸子
大西 萬寿美
三宅 瞳生
山本 千里
綾 孝三
石村 昭美
大西 寛美
谷 寿子
寺尾 久
信藤 國子
白川 靖江
高橋 秀子
岸 定雄
K・M 友 健

お便り ありがとう

☆8月末、我が家でも新米がとれました！高齢のため、稻刈りはJ Aファームさんにお願いし、適期に刈り取つてもらいました。輝くようなお米の白さや、甘さに幸せを感じています♡秋の嬉しい収穫です。JAファームさんありがとうございました。

（うちの子レオンさん）
【編】お米が大好きな私、収穫したばかりのお米は艶やかで、甘く風味豊かで美味しいですよね♪ 10月も上旬、私の家は普通期のお米なので収穫はもう少し先。新米をいただけるのを楽しみにしています。今年は雨が少なく、高温による影響で作柄が心配されてしまつたが、良いお米が収穫できてよかったです。

☆イチジク、栗、ぶどう、りんご、梨、大好きな果物が美味しいくなるので産直市へ行くのが楽しみです。ワクワクします。（T・Tさん）

【編】食欲の秋、秋は「旬」の食べ物がたくさんあるので胃袋も大きくなりがち。産直市店頭にも「旬」の作物がたくさん！産直市のご利用、よろしくお願ひいたします！旬の味をご堪能ください。

（T・Tさん）
☆今、携帯のLINEにハマっています。特にスタンプです。娘がダウンロードしてくれたスタンプは、お気に入りのオリジナルスタンプです。（みーちゃんさん）
【編】今年はサトイモの生育期に雨が少なく、水の管理にもご苦労があつたと思います。取材の際体験させていただいたことがありました。収穫も大変な作業ですね。丸くて美味しいサトイモがたくさん収穫できますように！

☆いいよ収穫の秋。米は順調に育っています。気になるのは台風！雨は欲しいけど無事通過してほしい。（K・Iさん）
【編】台風14号の強風で稲が倒れてしまっている圃場がありました。が、K・Iさんの家の稲は大丈夫でしたか？稲が倒れると収穫作業も大変。一生懸命育てた稲に被害がでるのは本当に辛いですね。台風の影響もなく、美味しいお米がたくさん収穫できていますよ。

（M・Iさん）
【編】現在、ダムの貯水率は回復しましたが、夏場の降雨量が例年に比べ少なく、日常生活や農産物の栽培にも影響がでないか心配な状況が続きました。豪雨災害など地球温暖化による気候変動の影響も心配。暮らしの中で省エネを心掛けることの大切さも感じますね。（Y・Yさん）

【編】先日、取材で「サトイモのボタージュ」をごちそうになりました。初めて食べた「ボタージュ」は濃厚な味と甘さがギュッと詰まっていて、美味しいとビックリ！ 美味しいものをと色々と工夫しながら一生懸命育てられたサトイモ！ いっぱい秋の味覚を堪能したいですね。（Y・Yさん）



【お詫びと訂正】

先月号5ページ「うまの話題 令和4年産早期米検査」の記事に誤りがありました。お詫びして訂正いたしました。

【正】白末熟粒
・11行目

【誤】白末熱粒

11

2022 November

月の予定



※10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 大安	2 赤口	3 先勝 文化の日	4 友引	5 先負	6 仏滅
7 大安	8 赤口 年金 金生支店	9 先勝 年金 松柏支店	10 友引 年金 川之江中央支店	11 先負 年金 豊岡支店	12 仏滅	13 大安
14 赤口	15 先勝 年金 土居中央支店	16 友引 年金 本店	17 先負 年金 中曾根支店	18 仏滅	19 大安	20 赤口
21 先勝	22 友引	23 先負 勤労感謝の日	24 大安	25 赤口	26 先勝	27 友引
28 先負	29 仏滅	30 大安				

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。



綺麗な顔立ちでスタイル抜群の豆柴のポポくん。生まれて2ヶ月程のときに前田さん一家の一員になりました。今ではご家族が帰宅するとすぐに玄関へ行き、出迎えてくれるようになったそう。取材中はとても大人しく、不意に見せてくれる可愛い上目遣いに癒されました♡

●ペットのお名前

ポポ

●犬種

豆柴

●性別・年齢

オス／2歳

●性格

憶病

●特技

ボールキャッチ

●飼い主から

ペットへの想い

いつまでも前田家のムードメーカーでいてね♥

理事会だより

令和4年度 JAうま第6回理事会

令和4年9月28日(水)

第1号議案 事務リスク管理規程の一部変更（案）について

第2号議案 介護職員等ベースアップ等支援加算金制定（案）について

第3号議案 大口貸出案件の承認について（証書貸付金の新規与信）

第4号議案 大口貸出案件の承認について（証書貸付金の更新）

第5号議案 大口貸出案件の承認について（金融機関向け貸出の新規与信）

第6号議案 令和4年度第3四半期余裕金運用計画について

第7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



※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。

