

JAうま

2023
11
Vol.332



特集1 “美味しい”と喜んでもらえる柑橘を
柴生町 石川敏行さん

特集2 令和5年産サトイモ「伊予美人」の
選果・出荷開始



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



今月の目次 | contents

ページ	
2	特集1 “美味しい”と喜んでもらえる柑橘を 柴生町 石川敏行さん
4	特集2 令和5年産サトイモ「伊予美人」の 選果・出荷開始
6	うまの話題
8	輝く女性部
9	あったか荘ダイアリー
10	コスモスちゃん知恵袋
12	料理レシピ サトイモ・ニンジン
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



みんな仲良く大きくなあれ! 😊

特集

“美味しい”と喜んでもらえる柑橘を

柴生町 石川敏行さん

市内柴生町の石川敏行さん(73)は、愛媛県警察を定年退職したことを機に実家の園地を引き継ぎ就農。四国中央市防犯協会に勤めながら柑橘栽培を始めました。5年間同協会に勤務した石川さん。現在は、児童の登校時の見守りのほか、高齢者宅への定期的な見回りなど民生委員としての活動を行いながら良質な柑橘の生産に力を入れています。

就農した年に「愛媛果試第28号(紅マドンナ)」、「甘平」、「せとか」の栽培を始めた後、その翌年には「デコポン」「はるか」を定植。温州ミカンのほかには5品種を栽培しています。JAの栽培講習会は必ず受講するという石川さん。営農指導員のアドバイスや栽培指針を参考にするほか、インターネット等でも情報を収集し品質向上、安定生産に向けた技術の習得に熱心に取り組んでいます。



害虫を駆除するためのトラップ

シールディング・マルチ栽培を導入中の園地



試行錯誤して、より安全で良質な果実を

「柑橘栽培は定植してから何年も継続する品目。長年に渡って時間と手間をかけて管理した結果が目に見える形で現れるのも魅力。努力した成果が出て良い果実が収穫できると嬉しい」と石川さん。毎朝園地を巡回し樹木や果実の様子等を確認。専業農家になった年から記録し始めた備忘録に施肥や病害虫の防除など実施した作業内容、樹木・果実の状態などを細かく記録し栽培方法の改善に繋がっているといいます。果実の糖度をより高めるため、樹木全体に太陽の光が行き届くよう枝一本一本を丁寧に調整。指導員の勧めでシールディング・マルチ栽培も取り入れました。できるだけ農薬に頼らず微生物を活用した土づくりによってカルシウムとミネラルが豊富で栄養価の高い作物の生産が望めるというカルテック農法の導入や、害虫を駆除するためのトラップを設置するなど、より安全で環境にも配慮した栽培技術の確立にも努めています。「孫が美味しいと言って収穫を楽しみにしてくれている。栽培面積を増やすことは考えておらず、現状の規模で更に品質の向上を目指したい。家族や地域の方たちに喜んでもらえる上質な果実を生産していきたい」と今後の意気込みを話してくださいました。



石川さんが記録している備忘録

特集

令和5年産サトイモ「伊予美人」の選果・出荷開始

四国中央市は、中四国地方で最大の生産量を誇るサトイモの産地。9月に入り管内でサトイモの収穫が始まり、JAうまは9月8日、サトイモ「伊予美人」の集出荷を開始しました。

JAうま特産部会の令和5年産のサトイモの作付面積は約75畝。およそ310戸の農家がサトイモを栽培しています。今年は早く梅雨が明け、それ以降の猛暑日・真夏日で気温が高い状態が長く続いたこ

とや、台風の影響もあって葉の損傷が見られたことなどから生育の遅れが出て収量や品質が低下しないかとの懸念もあったものの、収量・品質共に平年並みに推移しており作柄は順調とのことでした。

選果初日の当日、土居町蕪崎のJA全農えひめが運営するサトイモ共同集出荷施設「愛媛さといも広域選果場」には約6.5トのサトイモが集荷され、同施設の職員らが形状・品質を丁寧に確認。秀品・

優品の等級別、選果機でサイズ別に選別して箱詰めされ、主に愛媛県内と京阪神の市場などへ出荷されました。

「伊予美人」は、愛媛県農業試験場が開発し平成20年2月に「愛媛農試V2号」として登録され全農えひめがブランド化。白くきめ細やかな肉質と柔らかく粘りと旨味が強いのが特徴で、県の「愛」あるブランド産品にも認定されている県オリジナル品種です。JAうまでは、生産者





をはじめ県や市など関係機関と連携し、メディアを通じて広報活動や試食宣伝活動などを通じて消費の拡大に努めてきました。中四国、関西が主だった市場は現在、関東圏にまで拡大。JAうまでは、令和5年産「伊予美人」の総出荷量2,000トを計画しています。

産地の維持・拡大に向け「愛媛チーム」で、「伊予美人」のブランド力のさらなる向上に取り組んでまいります。

県外の方たちにも美味しい 「伊予美人」を

尾藤秋貞さん

専業農家となりサトイモの栽培を始めて約20年という土居町上野の尾藤秋貞さん。JAうまの土居町里芋部会の部会長を務める尾藤さんは、現在約1畝の圃場でサトイモを生産しています。

9月11日、尾藤さんが管理する圃場でサトイモの収穫作業が行われました。手慣れた様子で2m近くまで伸びたサトイモの茎を草刈り機で切り落とし、トラクターを使って大きく育った株を掘り起こす尾藤さん。掘り起こした株は、手際よく手作業で親芋から子芋・孫芋を分離します。

「5月に気温が上がらない日が続いたこ



ともあって生育遅れも心配した。夏場は、水管理や疫病対策を徹底したことで順調に育っている」と掘り起こしたサトイモを手にとり尾藤さん。「芋炊きはもちろん、パスタやカレーに入れても美味しい。たくさんの方に伊予美人を味わってもらいたいと思って頑張っている」と笑顔で話してくださいました。

うまの話題

“伊予美人うどん”を使ったチュロスを文化祭で販売 三島高等学校 食物部

愛媛県立三島高等学校の食物部は、9月22日に同校で行われた文化祭で“伊予美人うどん”を使ったチュロスを販売しました。

“伊予美人うどん”は、J A うま6次化商品開発グループ「里芋加工研究会」が開発した商品。管内特産のサトイモ“伊予美人”を粉末にして生地練り込んだ中太麺で、サトイモの香りがほんのりして粘りのある食感とつるりとしたのどごしを楽しめるのが特徴です。

同部では文化祭を前に、部員ら32名全員が実際に“伊予美人うどん”を試食したうえで「うどん団子」や「うどんフレンチクルーラー」、「うどんナポリタン」など“伊予美人うどん”をベースにした複数のアレンジレシピを考案。同部顧問の川村千尋教諭が部員らのアイデアを参考にして考え提案した「チュロス」に調理して販売することを決めました。「チュロス」は、手軽に食べることができ若い世代に人気のスペインが発祥といわれる揚げ菓子で、9月8日の部活動で試作と試食を行いました。茹でた“伊予美人うどん”に薄力粉と粉砂糖を馴染ませ6本1組でねじり巻きにし、低温で一度じっくり揚げた後高温でサッと二度揚げするといった手順で調理。完成させ味や食感を確かめた部員は「二度揚げというひと手間を加えることで“伊予美人うどん”のもちもちとした食感を残した。甘くてとても美味しく仕上がったのでよかった」と話しました。

文化祭当日、部員らは作業を分担するなどして150食分を準備。同校生徒たちにとっても好評で、見事完売したそうです。



「四国中央市農業振興条例」制定 持続可能な地域農業の発展を目指して

9月26日に開かれた四国中央市の定例市議会で、「四国中央市農業振興条例」が制定されました。農業をめぐる情勢が少子高齢化や人口減少、担い手不足、遊休農地の増加、有害鳥獣による農畜産物への被害など極めて厳しいものとなるなか、農業振興における様々な課題を解消し、さらに持続可能な地域農業の発展を目指すもので、市議会産業建設委員会が中心となって農業委員会や関係団体等と協議のうえ同条例案をとりまとめ議案を提出。制定が実現しました。

同条例は、持続可能な農業経営を確立させるとともに、食育に根ざした地産地消を推進、安全かつ安心な農畜産物が供給されるようその持続可能な発展を図ることを基本理念として、市、農業者、農業団体、事業者、市民のそれぞれの役割を決め、多様な担い手の確保・育成や遊休農地の発生防止と解消、地産地消及び食育の推進、情報発信及び販路拡大による収益性の高い農業の推進などの基本方針に基づく農業振興の基本となる施策を総合的かつ計画的に推進していくことを定めています。同条例の制定の決議を受けて、J A うまの合田久組合長は「農業振興の基本的な計画が定められることで、J A だけでは難しいさまざまな課題にも関係機関が一体となって取り組むことができる。持続的な地域農業の実現に向けて、J A が担うべき役割をしっかりと果たしていきたい」と話しました。

同条例は、同議会で制定が議決された翌日の9月27日に施行されました。



稲刈り体験学習会開催 松柏小学校

10月2日、下柏町の鈴木登雄さんが管理する圃場で稲の収穫について学習する授業が行われ、松柏小学校の5年生の児童68名が稲刈り作業を体験しました。

“ふるさとの自然を知ろう”を学習テーマに行われた同体験学習。6月の授業で同児童らが手作業で植えた苗は、夏の日差しをたっぷり浴びながら立派に成長。たくさんの穂を付け一面が黄金色になった圃場で稲の収穫が行われました。

体験を前に開かれた開会式でＪＡうまの営農指導員から鎌の使い方や稲の刈り取り方を教わった児童

たち。圃場に移動すると、学んだことを思い出しながら一株一株丁寧に稲を刈り取っていました。「稲刈りは初めて」と言って始めは戸惑いが見られた児童も次第に鎌を使うことにも慣れてきた様子で、刈り取るスピードも徐々にアップ。一生懸命刈り取った稲は落とさないよう注意して、鈴木さんが操作するコンバインまで運びました。

収穫を終えた児童は「お米を作る大変さがよく分かった。農家さんに感謝して、ご飯を残さず食べたい」と笑顔で話しました。



信用窓口・MA（マネーアドバイザー）担当者ロールプレイング大会を実施

8月30日ＪＡうまは、「信用窓口・MA（マネーアドバイザー）担当者ロールプレイング大会」を総合経済センターで開きました。「令和5年度ＪＡバンクえひめロールプレイング県大会」の予選会を兼ね行った同大会。窓口とMAそれぞれの部に、東・中・西部各エリアから1名を選抜。合わせて6名の担当者が出場しました。

同大会は、高度な専門知識・セールス技法のスキルアップを図ること、および各店舗すべての担当者の相互研鑽によるＪＡ全体のレベルアップ、ならびにＯＪＴの普及と定着を図ることを目的に県下ＪＡバンクの取組みとして実施するもので、愛媛県信連の長井ＪＡバンク営業統括部長やＪＡうまの合田久組合長ら5人の審査員を前に、挨拶や態度、話し方、笑顔など基本的な対応から、お客様のニーズの把握や情報の提供、商品の提案などのセールス技術を競い合いました。緊張しながらも競技者らは、約9分間の演技の中で、日頃の業務で培った知識と経験に加えて、それぞれの所場の職員の協力を得るなどして高めた技術を披露しました。

審査の結果、窓口の部では金生支店の三好樹那さん、MAの部では松柏支店の横江明穂さんが1位に輝きました。



輝く女性部 水引の魅力を学ぶ JAうま女性部 カルチャースクール開催

JAうま女性部は9月21日、総合経済センターで令和5年度第1回目のカルチャースクールを開きました。

ウィズコロナからアフターコロナへの転換期を迎える中で、部員相互の交流の場として新しい取組みにチャレンジし、いきいきとした活動の輪を広げようと開く同スクール。市内村松町の(有)高扇山堂の専務取締役で水引デザイナーの有高智佳代氏を講師に迎え、“水引の魅力を学ぼう！”と題して全3回のコースで開催するもので、同日のスクールには、各支部から計21名の部員が参加しました。四国中央市は古くから紙の生産が盛んで国内では有数の水引産地としても知られています。講師から“水引”という名称の由来や同産業の歴史等を学んだ後、水引を使った花飾りの作り方を教わった部員ら。実際に水引を結んでペンダントとブローチを製作しました。

完成させた作品を手に部員は「和が感じられ優しさがあって上品。普段もアクセサリーとして使っていきたい」と笑顔で話しました。



脳の活性化で生き活きライフ 女性部健康部会開催

JAうま女性部は9月29日、伊予三島運動公園体育館で健康部会を開きました。「脳の活性化で生き活きライフ～動く・食べる・繋がる 心と体の二人三脚～」をテーマに開催した同部会。各支部合わせて48名の部員が参加しました。

冒頭の挨拶でJAうまの守屋健二常務は「心と体のバランスを整えることが重要で、睡眠と食事の他に、適度に体を動かすことは基礎体力の維持だけでなくストレス解消にも繋がるという。この活動を健康維持のための有意義な時間にしてもらえればと思う」と述べました。部員らはJA愛媛厚生連の平田葵依氏の指導のもと、椅子に座って行うタオルを使ったストレッチや、ミニゲームを通して体を動かしました。

「いい汗がかけた」と部員ら。「ストレッチのメニューでは普段使っていない所の筋肉が伸びた。運動不足の解消になったのでよかった」と晴れやかな表情で話しました。



あったか荘ダイアリー

あったか荘三島

敬老会

9月の敬老会では、「邦楽グループ/楓雅さん」「ギター守屋さん・山内さん・カズさん」「フラダンス/マイカイ・リコレアさん」に来ていただきました。琴や尺八、ギターや歌、伝統的なフラダンス等を心から楽しむことができました。

今後も、ボランティアの方々の演奏や踊りに触れる機会を設けて、素敵な時間を過ごしていただきたいと思います。



あったか荘川之江

敬老週間

敬老週間では、スタッフによるあったか荘劇団の公演や、有志によるショーにお腹を抱えて笑われていました。おやつには抹茶と地元の銘菓に舌鼓を打たれていました。お祝いの品にっこり笑顔で「また寿命が延びた」と喜ばれていました。



あったか荘土居

敬老の日

敬老の日のお祝いをしました。ご長寿のお祝いの方が多く、日頃の感謝の想いを込めて、スタッフ手作りのちゅんちゅんこを着て記念撮影をしました。また、スタッフの踊りを楽しまれ、仮面を見るだけでは誰か分からず、種明かしが楽しい時間になりました。



2024 香澤

清く、優しく、美しく...
すこやかに育てとの
願いを込めて

JA組合員の皆様へ

2024 JA Collection

強く、明るく、元気よく...
たくましく育てとの
願いを込めて

豪華段飾りからコンパクトな収納飾りまで 県下最大級の品揃えで、厳選されたお品をご納得のお値段にてご奉仕させていただきます。

新作 ひな人形・五月人形 早期ご予約会

■ 場所 / 香澤 人形の光商会 大展示場

松山市保免上2丁目2-1 TEL(089)945-0087

■ 日時 / 12月2日(土)～10日(日)

■ 営業時間 / AM10:00～PM5:00 ■ 12/28(木)まで休まず営業

■ 期間中のご予約で 通常割引価格よりさらに 10%特別割引 他 特典満載
お問い合わせはお近くの各JA窓口へお気軽にどうぞ。



あなたもチャレンジ！家庭菜園

園芸研究家 ● 成松次郎

小松菜のトンネル栽培

寒さでうま味が増加

小松菜はビタミン類、カルシウム、鉄分を多く含む緑黄色野菜で、特に冬採りは栄養価が高く、甘味も増し最もおいしくなる栽培時期です。

【品種】近年は葉が丸く、緑が濃い品種が好まれ、秋冬まきでは「はまつき」（サカタのタネ）、「楽天」（タキイ種苗）、「よかつた菜」（カネコ種苗）などが良いでしょう。

【栽培期間】冬まき（12～2月）はトンネルやべたがけ資材で保温し、60～90日で収穫できます。中間地ではほぼ通年栽培ができ、草丈20～25cmを目標に、春まき（3～5月）は30～50日、夏まき（6～8月）は20～25日、秋まき（9～11月）は30～60日で収穫できます。生育が早く収穫遅れになりやすいため、1週間置きに少しずつまき、長く収穫を楽しむのが良いでしょう。

【畑の準備】種まき2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gをまいて畑をよく耕し、1週間前に化成肥料（NPK各成分10%）100gと堆肥2、3kgを施し、土とよく混ぜておきます（図1）。幅70～80cmの栽培床を作り、畝に平行に条間15cm程度の種まき溝を切りま

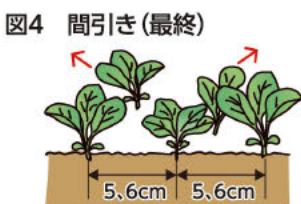
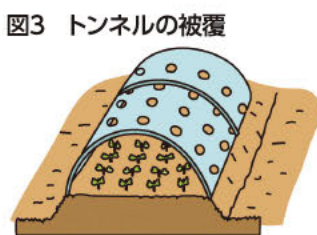
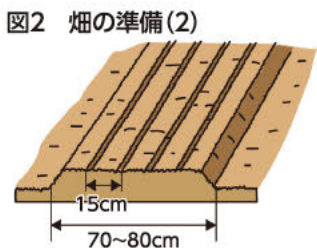
す。このとき、まき溝は支柱や木板を土に押し付け、溝を付けると深さが一定になります（図2）。

【種まき】種が重ならないように1cmくらいの間隔でまき、土を軽くかぶせておきます。

【トンネルの被覆と管理】トンネル内の温度は晴天日の昼には高く、夜間は外気に近い温度になります。冬から春にかけては気温上昇期に当たり、容易に30度を超えるため、温度が上がり過ぎないよう換気が必要です。資材は穴のないフィルムでは裾を大きく開けたり、開ける穴の数を増やしたりして、春に向けて徐々に換気量を増やします。有孔フィルムを使用すれば日中の高温は防げます（図3）。トンネル内をさらにべたがけ資材で被覆すれば厳寒期の霜害予防になります。

【間引き】初めは本葉が見える頃に子葉の重なっているところを間引きします。その後、葉が触れ合う程度に間引き、最後に5、6cm程度にします。間引き後は株のぐらつきを防ぐため、株元に土寄せします（図4）。

【病害虫の防除】害虫の発生は少なく、病気では白さび病が発生したときは、ダコニール1000などの農薬で防除します。生育期間が短いので、農薬の使用は生育初期に限ります。



【収穫】草丈20～25cm程度で根を付けて抜き取り収穫をします（図5）。収穫が遅れると葉が堅くなり食味も落ちます。なお、外葉から必要なだけかき取れば、長期に収穫ができます。

※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。

栽培カレンダー（小松菜のトンネル栽培）

月	10	11	12	1	2	3	4
中間地		○	—	■			
暖地		○	—	■			

● 種まき ○ トンネル — 生育 ■ 収穫

「年金の併給または選択」

三木茂 社会保険労務士からの 年金相談一口メモ

公的年金の給付は老齢・障がい・遺族と大きく3つの種類に分けられますが、受給には「一人一年金」という原則があるので、支給事由が異なる2つ以上の年金の受給権が発生した場合は、そのうちのいずれか一つの年金を選択することになります。

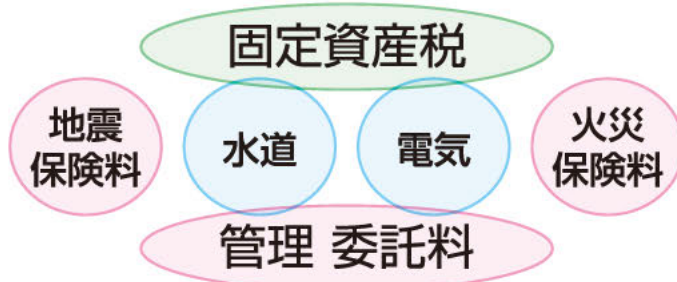
「老齢基礎年金と老齢厚生年金」「障がい基礎年金と障がい厚生年金」「遺族基礎年金と遺族厚生年金」は同じ支給事由であるため1つとみなされ併給することができ、例えば、65歳未満の方で遺族厚生年金を受給されていた方が特別支給の老齢厚生年金を受給できるようになった場合については支給事由が異なるので、遺族給付もしくは老齢給付のどちらかを選択して受給することになります。

なお、65歳を過ぎると、特例的に支給事由が異なる2つ以上の年金を受給できる場合があります。老齢基礎年金を受けている方が遺族厚生年金を受けられるようになったときは、両方の年金を受給できます。その他、障がい基礎年金と遺族厚生年金、障がい基礎年金と老齢厚生年金の組み合わせであれば併給が可能です。また、65歳になって老齢基礎年金と遺族厚生年金に加え老齢厚生年金を受ける権利がある場合は、3つの年金を併給できますが年金額の調整が行われます。遺族厚生年金より老齢厚生年金の年金額が高い場合は遺族厚生年金が全額支給停止になり、ご自身の老齢厚生年金を受給することになります。遺族厚生年金の方が老齢厚生年金より年金額が高い場合には、その差額の部分を受け取るようになります。

～生前に準備しておかないと大変な死後の諸手続き～

【負動産＝持っているだけでマイナスになる財産】とここでは定義づけさせていただきます。

“負”動産の維持にかかる費用



実際に年間どのくらい維持費がかかるの??

平均して年間35万円～50万円の維持費がかかるといわれています

これらの不動産をどのように対策していく必要があるのでしょうか？

ポイントは1つ！！

「このまま放置しておく」と将来、自分の子や孫の世代に迷惑がかかる可能性があるかどうか？

この「可能性」があるのなら、今自分の代で「負動産」対策を行う必要が有るということに繋がります。

その対策とは・・・次回に続きます。

お問い合わせ先

JA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。

人形供養祭・内覧会のご案内

11月23日（木）の勤労感謝の日、プリエール三島会館にて人形供養祭を下記のとおり執り行います。ご自宅にある大切にしておきたお人形や、ぬいぐるみなどをお持ちください。

厳かにご供養させていただきます。

日時 令和5年11月23日（木）
開場 AM10：00 / 供養開始 AM11：00～

ご導師 三角寺住職

11月18日（土）より、プリエール三島会館にてお預かりいたします。
（午前9時から午後5時）

※供養祭当日は、お人形のお預かりはできませんのでご注意ください。ご供養するお人形は前日までにお持ち込みいただきますようお願いいたします。

※ガラスケース等の収納ケース類、付属品等はお預かりできませんので、ご理解・ご協力をお願いいたします。



同日は、イベントも開催いたします

- ・三角寺ご住職の法話 ・お砂踏み
- ・念珠づくり体験 ・仏衣展示 など

会館北側駐車場に**キッチンカー**（ハンバーガー・ワッフル・フライドポテト・ホットドッグなど）もやってきます！

－たくさんの方のご来場をお待ちしております。－

スタッフ募集について

プリエールでは、一緒に働いていただける方を募集しています。

- ・セレモニースタッフ（葬儀などのお手伝い）に興味のある方
- ・葬儀の司会に興味のある方
- ・葬儀の準備などの手伝いに興味のある方
- ・葬儀の施行に興味のある方

お気軽にプリエールへお問い合わせください。

※プリエール川之江（電話番号：0896-58-6889）までご連絡ください。

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。



サトイモの保存方法

サトイモは洗うとカビが生えやすくなってしまうため、調理する直前まで泥は落とさないことをおすすめします。また、毛のような繊維の部分には雑菌が付着していることがあります。洗う際は、毛に逆らうようにして繊維と泥を取り除いてください。

ニンジンの保存方法

ニンジン水分が付いていると腐りやすくなるため、買ってきたら必ず袋から取り出し、1本ずつペーパータオルで包み、野菜室で立てて保存しましょう。また、料理に使いきれず半端に余ったニンジンは、薄く切って冷凍保存することをおすすめします。

サトイモと鶏団子のクリーム煮

材料（4人分）			
サトイモ	350g	小麦粉	大2
タマネギ	1個	固形スープの素（チキン味）	1個
ニンジン	1本	牛乳	1 1/2 カップ
鶏ミンチ	300g	塩・コショウ・薄口醤油	
バター	32g（8g×4個）	①小麦粉 小2	

<作り方>

- ①サトイモは皮を剥き、1cm厚さの輪切りにし、鍋にかぶるくらいの水とともに入れ、火にかけます。煮立ったら弱火で5分茹で冷水で洗い、水気を切ります。
- ②ボウルに鶏ミンチと①・塩少々を合わせ粘りがでるまでかき混ぜます。
- ③鍋に3カップの水を入れ、沸騰したら団子にして鍋に落とし、約7～9分程茹でます。
- ④フライパンにバター（8g×1個）を溶かし、タマネギ・ニンジン・サトイモの順に炒め、ゆで汁3カップとスープの素を加えてよく混ぜて煮立てます。
- ⑤あくを取り、蓋をして10～15分途中混ぜながら煮て、サトイモが柔らかくなった後鶏団子・牛乳・小麦粉・バター（8g×3個）を加えます。
- ⑥煮立ったら塩・コショウ・薄口醤油各少々で調味し、お皿に盛り付ければ完成です。



ニンジンの豚肉巻き焼き

材料（4人分）			
ニンジン	200g	酒	大1
豚ロース薄切り肉	12枚	砂糖	大1
サラダ油	大1/2	みりん	大1
		醤油	大1 1/2

<作り方>

- ①ニンジンは皮付きのまま、斜め薄切りにしてから千切りにします。
- ②豚肉を1枚ずつ広げ、①を1/2量ずつ乗せてきっちり巻きます。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、②の巻き終わりを下にして入れて焼き付け、転がしながら全体を焼きます。火が通ったらペーパータオルでフライパンを拭き、合わせた④を回し入れます。
- ④フライパンを動かしながら④をからめ、照りが出てきたら完成です。

クイズに
挑戦!!

クロスワードパズル

タテのカギ

②日光の紅葉の名所。48個のカブが
あります

⑤ 大敵、運転中は気を引き締めて

⑦白——に身を包んだ花嫁さん

⑧ ジョギングや水泳、筋トレなどはこ
の一種

⑩ ハウスを使わず作物を育てる——栽培

⑫ 考えるときにひねるもの

⑭ 応用に移る前にしっかりと

⑮ 1カ月の後ろ3分の1

⑯ ペンのはキャップと呼ぶこともあり
ます

⑳ 東京都中央区の地名。豊洲へ移転し
た東京都中央卸売市場があった場所
㉑ 2人でおそろいの服を着ます

ヨコのカギ

① 甘柿の王様と呼ばれることもあります

② 屋内のこと。——派

③ ポンレース——、——サンド

④ 漢字では石榴、柘榴などと書く果物

⑥ たき火に手をかざして取ります

⑨ 飲んで食べて話して楽しめます

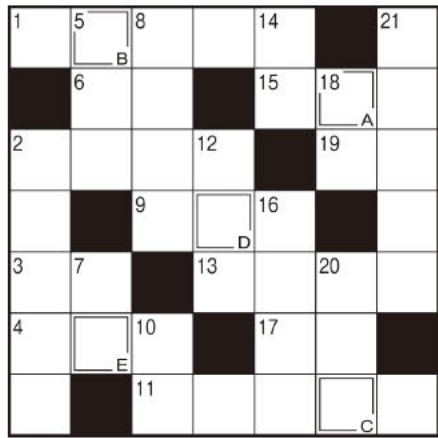
⑪ 山野で生まれ育ったヤマノイモ

⑬ 奇術師が披露するもの

⑮ ベンチよりふかふかしています

⑰ 富士山の山頂を白くします

⑲ 漬物やワインを詰めます



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?



9月号の答え

アキナス
(応募68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11月27日(月)
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。
※産直市お買物券は、JAうま産直市「ジ
ャジャうま市」「おいでや市」「ふれあい
市」の取扱商品との交換に利用できます。
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、ご質問への回答、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

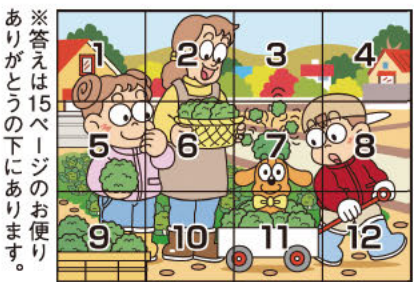


四国中央市中之庄町1684-4
JAうま 総合企画部ふれあい課
広報委員会 行

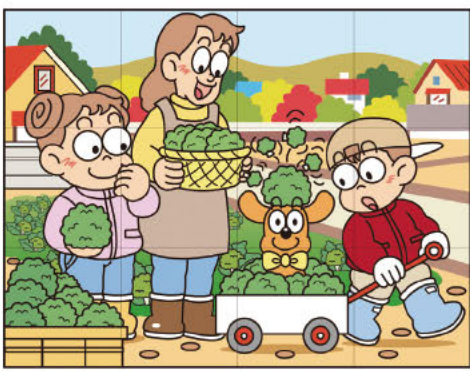
住所	(〒)		
TEL	()		
名前	性別	男・女	
	年令	才	
11月号 クロスワード解答			

※JAうま各支店・センター窓口にお出しいただくか、郵送してください。

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、力所あります。
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

かわいいワンコが
ジャジャうま広場に大集合!

ジャジャわん祭り 2023

犬を飼っていても!飼ってなくても
楽しめるワンコのお祭り!

とき 2023年11月12日(日)
10:00~16:00 (予定) 雨天時は11月26日(日)に
延期開催
※雨天時のイベント中止、延期などについてはコスモネットワークHPでお知らせします。

場所 ジャジャうま広場
四国中央市中之庄町1684-4

内容 しつけ教室やワンワン運動会など
楽しいプログラムを多数用意しています。

お問い合わせ  TEL 0896-24-0130
営業時間 9:00 ~ 18:00(日・祝除く)

I Love ペット

金生町 水谷さん



お庭や公園で遊ぶことが大好きなすもちゃんとまきちゃん。取材中2匹は、水谷さんの「くるりん!」という掛け声に合わせて体を一周クルッと回したり、「ジャンプ!」に合わせてハードルを飛んだり、たくさん芸を披露してくれました。お利口さんで甘えん坊な一面もある2匹がとても可愛かったです♡

- ペットのお名前
すもも(左)/まき(右)
- 犬種
トイプードル
- 性別・年齢
メス・4歳 / メス・6歳
- 性格
おてんば・繊細/あざとい
- 特技
ジャンプ/フリスビーキャッチ・シーソー
- 飼い主からペットへの想い
健やかに一緒に楽しく過ごそうね😊

来てみんきん

おいでや市 創業祭

皆様のおかげで創業13周年!感謝の気持ちを込めて
創業祭を開催!

開催日 11月11日(土)

○ガラポン抽選会 ○店頭販売あり



理事会だより

令和5年度 JAうま第6回理事会
令和5年9月29日(金)

- 第1号議案 当組合における取引のリスク評価書の改正(案)について
- 第2号議案 コンプライアンス・マニュアルの改正(案)について
- 第3号議案 大口貸出案件の承認について
- 第4号議案 融資要項(アグリマイティー資金)の一部改正(案)について
- 第5号議案 融資要項(JA農機ハウスローン)の一部改正(案)について
- 第6号議案 融資要項(JA新規就農応援資金)の廃止(案)について
- 第7号議案 令和5年度第3四半期余裕金運用計画(案)について
- 第8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が、ご了承ください。

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・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

心地よし寝むれぬ窓辺のブルームーン
呼鈴の鼓膜潤う秋の風
神域の境と覚し蕤の花
くれなずむ音色やさしききりぎりす
猛暑と季をつげたるか虫の声
曼珠沙華二段続きの畦に咲く

川柳

育てた花仏壇に生け笑み供え
水くださいすき間のスミレアスファルト
ユーチューバー知らない世界面白い
人生の答えそろそろ見えはじめ
寝すごして飛び起きだけど日曜日
ガン検査心の不安搔き立てる
日暮らしの過ぎ行く日々を惜しみ鳴く

短歌

ハロウインの魔女の衣装を着て孫は
天使の寝顔むにやむにやむにやむにや
朝一の鳥の一声とび起きて
猛暑の夏を何とか過ごせ
雨あとの庭に小さく咲き彩う
トレニアの花のむらさき探し
鯛雲連れ渡りたき瀬戸の海
あの温泉に月眺めたや

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のお便り投稿はがきにて投函ください。



合 修
友 健

信藤 國子
白川 靖江
村田 菊子
石村 智子

高橋 佳甫
古山たまき
西村 寛子
続宗 照子
日野 和男
福田 誠太郎
真鍋 照子

小田 和子
石村 幸子
石川 節子
小田 慶喜

お便り ありがとう

☆先日70歳になったので「脳寿命を延ばす健康生活」の様なタイムリーな記事は参考になります。思いついたことばかりなので改善方法を実行していきたいです。

（伊予路のQちゃんさん）

【編】お誕生日おめでとうござい
ます。普段の生活に少し変化を取り入れるだけで脳の老化の予防につながるのですね。誌面を校正するなかで、私も勉強になりました。これからも生活の知恵や健康維持に関する記事など暮らしに役立つ情報を掲載できればと思っております。ぜひ参考にしてみてくださいね。



☆産直市で珍しいジャガイモ（アデス赤）を買って帰りました。ポテトサラダにしようと思いましたが、美味しかったです。

（ゆんみんさん）

【編】表皮が赤く、熱を通すとほくとした食感と、クリーミーな濃い甘みを味わうことができるアデスレッド。色々な品種があるのですね。お便りを読ませていただき勉強しました。私もポテトサラダに食べてみようと思います。

☆先日、金田のみかん山にママシがいきました。適切に駆除して噛まれることもなかったのが良かったです。最近では、猪や猿や鹿、ハクビシンの被害もたくさん起きているので大変です。熊がいないのが幸いです。

（Y.Sさん）

【編】噛まれることなく駆除できたようで本当に良かったです。本誌の特集でご紹介している柑橘農家の石川さんも、動物や害虫の被害から作物を守るために色々な対策を取られているとお聞きしました。生産者の皆さんのこうした努力があって、日頃美味しい農産物を食べることができているのだと、一生懸命育てた作物に被害がなければ、願っていますね。

（はつちゃん）

☆私はよくはなしばや柿を購入しませんが、とても長持ちするので他では買いません。もう少しで彼岸です。また買いに行きますね。

（はつちゃん）

【編】産直市をご利用いただき、お褒めのお言葉までありがとうございます。季節は秋から冬へ。産直市店頭には、旬の作物もたくさん並んでいます。ぜひお買い求めください。

（T.Yさん）

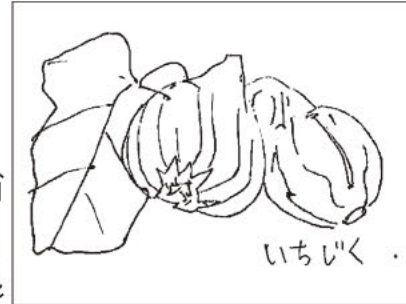
【編】今年は例年に比べると台風の被害は少なかつたけど高温の影響もあって管理が大変だったのですね。厳しい暑さの中、圃場の管理、収穫作業お疲れ様でした。良いお米がたくさん収穫できていますように。



☆わが女性部の記事が載り、一層楽しみになりました！

（Y.Kさん）

【編】広報活動にご協力いただきありがとうございます。生活改善に向けた取組みや地域活動など部員の皆さんが結束して様々な組織活動を行われている様子を、取材ではいつも頭が下がる思いで拝見しています。これからも「輝く女性部」のコーナーで発信してまいります。ご協力、よろしくお願ひします。



（M.Sさん）



（K.Mさん）

オートパルにて 展示会

11月11日(土) 12日(日)

9:00 ~ 16:00

Autopal



全 国 JAF全連グループ

「まちがいさがし」答え：2.....お母さんの髪形が違う 4.....屋根の上に木が見える 7.....犬の耳が下がっている 9.....野菜（ブロッコリー）の数が違う 12.....長靴が違う

11

2023 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 友引	2 先負	3 仏滅 文化の日	4 大安	5 赤口
6 先勝	7 友引	8 先負	9 仏滅	10 大安	11 赤口	12 先勝
13 仏滅	14 大安 年金 本店	15 赤口	16 先勝	17 友引	18 先負 グリーンフェスタ	19 仏滅
20 大安	21 赤口 年金 土居中央支店	22 先勝	23 友引 勤労感謝の日	24 先負	25 仏滅	26 大安
27 赤口	28 先勝 年金 川之江中央支店	29 友引	30 先負			

年金 …年金相談日(午前10時～正午) ※完全予約制※

年金相談をご希望の方は、事前に各支店までご連絡(ご予約)をお願いします。

第26回JAうまグリーンフェスタ& 第19回四国中央市産業祭

JAうまと四国中央市が毎年開催している、食と農のお祭り「グリーンフェスタ&産業祭」。今年は4年ぶりの通常開催となります。多数のイベントを準備し、皆様のお越しをお待ちしております。入場は無料! どうぞご来場ください。

日時

11月18日(土)

午前10時～午後4時

19日(日)

午前9時～午後2時45分

場所

第一会場

四国中央市伊予三島運動公園体育館

第二会場

JAうまジャジャうま広場

グリーンフェスタに関する

お問い合わせはこちら

JAうま総合企画部ふれあい課

TEL: 0896-24-3827

イベント内容

第一会場

- ・もちなげ 18日(土) 午前11時～
19日(日) 午後2時～
- ・女性部のバザー
うどん、いなり寿司 など
- ・農産物品評会
- ・農産物のセリ市 19日(日) など
※品評会終了後

第二会場

- ・もちなげ 18日(土) 午後3時～
19日(日) 午前10時～
- ・JAうまこども倶楽部イベント
※会員限定 18日(土) 午前9時30分～午後2時
- ・介護相談会 18日(土)
- ・大鍋を使った「芋炊き」販売
- ・餅つき など

※抽選券は切り取って、グリーンフェスタ当日に
ジャジャうま広場の本部席へお持ちください

JAの営業時間外・休日の
自動車事故やトラブルは…

JA共済事故
受付センター

00

0120-258-931

24時間
365日受付

万が一のために、
ぜひ登録をお願いします!!

JA共済



第26回JAうまグリーンフェスタ
お楽しみ抽選券
※お一人様一回限り