

JAうま



特集 工夫と試行錯誤を重ねて 高品質な作物の生産を

- 2 特集 工夫と試行錯誤を重ねて
高品質な作物の生産を
- 4 うまの話題
- 5 輝く女性部
- 6 JAうまの自己改革
- 8 あったか荘ダイアリー
- 9 料理レシピ

- 10 コスモスちゃん知恵袋
- 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



JAうま
ホームページ



JAうま
Instagram

特集

工夫と試行錯誤を重ねて 高品質な作物の生産を

【就農のきっかけ】

四国中央市豊岡町豊田の進藤正三さん（69）は、水稲のほか、主に管内特産のサトイモ、ヤマノイモを栽培する専業農家。長年勤めた消防署を定年退職し福祉施設で3年ほど働いた後、両親が支えてきた実家の農業を引き継ぎ本格的に就農しました。

【私の経営】

現在は、学校給食用の特別栽培米「うまさだち」を含む水稲100[㍓]、サトイモ50[㍓]、ヤマノイモ10[㍓]、その他野菜・果樹10[㍓]を栽培しています。繁忙期は親戚や知人の力も借りつつ、普段は進藤さんを中心に、妻の久美代さんと二人三脚で農業に勤めています。

【楽しみながら

丁寧な栽培管理を】

仕事をしている時から休みの日には、父親の農作業を手伝いによく圃場へ足を運んだと進藤



豊岡町
進藤正三 さん



さん。手伝いを始めた当初から今日まで継続し、日々行った作業の内容を細かくノートに記録しています。作業の流れを把握することで効率よく作業ができ、また、良かったこと良くなかったことも数多く見えてきたと言います。「ノートには、先輩農家の話を聞いて気付いたことや教わったことも記録している。色々な方の話を聞いて自分なりにやってみることが良い作物を育てる大切な要素だと思う」と話します。ヤマノイモの栽培では、地温の上昇を防ぎ、土壌水分を保てるよう昔ながらの藁（わら）を用いて土を覆う技術を取り入れています。また、サトイモ栽培では近年、管内で軟腐病が広く発生し収量が減少していることを受けて、様々な教えを圃場別で試みるなど、土壌の性質をはじめとした環境に応じた最適な栽培方法を模索しています。

「おいしい」の笑顔を活力に

朝早くに圃場に出て手入れは怠らないようにしていると進藤さん。収量・品質の向上に向けて、日々農業と真摯に向き合っています。農業を続けられているのは、先輩農家やご近所など

たくさんの方々に支えられてきたおかげだと言い、恩返しという意味でも、今後は1本でも多くの水路や農道の修繕をするなど、次の世代が農業に従事しやすい環境や仕組みを地区の農家の方たちと力を合わせて作っていききたいと話します。

「孫や親戚、ご近所などに食べてもらって、『おいしい』と言って喜んでもらえるのが嬉しくて一番のやりがいになっている。農業が好きなので、これからも身の丈にあった農業を長く続けていきたい」と農業への想いを話してくださいました。



今月のうまキッズ



いつも元気に笑顔と癒しをありがとう！
姉妹で仲良くね♡



お茶作りを学ぶ

お茶摘み体験 in 富郷

J A うま富郷茶業部会は7月6日、富郷町寒川山の四国中央市林業研修センターと同センター近くにある茶畑で「お茶摘み体験 in 富郷」を開催しました。消費者との交流と同地区の茶業について認知してもらおうと、生活研究グループや行政、J A うまが連携し毎年実施している同体験会。22回目となる同日の体験会には、家族連れなど合わせて16組、計52人が参加しました。

夏の日差しを浴びて鮮やかなもえぎ色に芽吹く茶畑に入った参加者たち。同部会の合田篤夫部会長から茶葉の摘み取り方を教わり、「一芯二葉」を確認しながら丁寧に茶葉を摘み取りました。お茶摘みをした後には、番茶づくりを体験。摘み取ったばかりの茶葉を電子レンジで蒸し、手で揉んで、フライパンで火にかけ乾かして手作りの番茶を完成させました。また、富郷出張所の製茶場を見学して茶葉からお茶になるまでの過程を学んだり、「こんにゃく玉」をつくる体験をするなど、豊かな自然のなかで特別な時間を楽しみながら、地域の農業と食文化に触れ理解を深めました。



水の恩恵に感謝

第52回疏水感謝祭を開催

妻鳥地区土地改良区とＪＡうまは７月１２日、ＪＡうま川之江中央支店で第５２回疏水感謝祭を開きました。

式典には、農業者をはじめ、企業や行政、ＪＡなど農業と製紙業の会社関係者など合わせて１０４名が出席。神事を執り行い、市民生活や地域産業を支える水源、吉野川水系銅山川の新宮・柳瀬・富郷の三つのダムから供給される水の恩恵と、その疏水事業に尽力した先人たちの偉業に感謝を込めて祈りを捧げました。

同感謝祭では、地域住民との交流を深めることなどを目的に、イベントを同時開催。ＪＡうま産直市おいでや市の店頭では、ＪＡうまの職員らが、“お菓子すくい”のコーナーや炭火を使って焼いた“焼きとうもろこし”の販売、ガラポン抽選会などを行ったほか、管内特産のお茶の販売、フルーツサンドなど数多くが出店し、会場内は家族連れなど来場客で賑わいました。



神事



ガラポン抽選会



店頭販売



お菓子すくい

＊輝く女性部

疏水感謝祭 イベント会場で フリーマーケット出店

女性部 川之江ブロック

ＪＡうま女性部川之江ブロックのメンバーらがフリーマーケットを出店しました。

出品したのは、ＰＰバンドを編んで作ったバスケットや、クラフトバンドで作った髪飾り、ストラップなどのアクセサリ。手芸が好きな部員が集まって、月刊誌“家の光”の手芸の記事を参考にしたり、部員同士で教え合うなどして完成させた作品です。ブースには、バスケットは大きなものからミニチュアサイズまでカラーバリエーションも豊富に、アクセサリは色々な編み方や結び方で作られたオシャレな作品を数多く出品。女性の方を中心に、たくさんの方にお買い求めいただきました。



J A うまの自己改革

協同の力で暮らしと農業に潤いを



J A うまでは、平成28年より組合員との対話に基づいて、「農業者の所得増大」「農業生産の維持・拡大」「地域の活性化」を基本目標とする創造的自己改革を実践してきました。これまでに、愛媛さといも広域選果場の新設・運用、J A ファームうまとの連携による農作業受託の拡大、地域T A Cによる恒常的な訪問活動、資産保全サポートセンターによるくらしの課題解決など、様々な取り組みを進めてきました。

令和7年度から令和9年度を実践期間とする第10次中期経営計画においても、組合員・利用者のくらしに寄り添い、声を聴くことを大切にします。そして、組合員・地域にとってなくてはならない存在であり続けるため、総合事業を基本として不断の自己改革に取り組んでまいります。

01 自己改革を実践するための具体的な方針

- ① 日々の訪問活動や座談会等を通じた組合員との対話を原点としてニーズを的確に把握します。
- ② 「農業者の売上増加・コスト低減」につながる農業者目線で必要な取り組みについて、目標及び実践具体策を設定し、改革の目的である所得増大や農業生産の維持拡大、地域の活性化を目指します。
- ③ 改革の取り組みと成果について、組合員との対話を通じて評価を把握し、次の改革につなげることで、PDCAサイクルを回し不断の自己改革を実践します。

02 自己改革の実践に向けた組合員の意思反映

- ① 自己改革の実践にあたっては、ニーズ把握や改革の評価、実践事項の見直しなどに向けた正組合員との対話のみではなく、准組合員総代等を通じて「正組合員とともに地域農業や地域経済の発展を支える組合員」である准組合員の声も聴き、正組合員と准組合員が一体となったJ A 運営を目指します。
- ② 農業振興の応援団でもある准組合員の事業利用にあたっては、正・准組合員の利用状況を把握したうえで、改革の目的である農業者の所得増大につながるよう活動します。

03 自己改革を支える経営基盤の確立・強化の取り組み

- ① 中長期的な視野に立って、環境変化に適応します。
- ② 販売力の強化を通じた事業伸長や効率化による費用削減を一層進めることにより、健全で持続性ある経営基盤の確立・強化に努めます。

上記を踏まえた具体的取り組み（抜粋）として、自己改革工程表を設定し進捗管理や組合員の皆様への開示を行っています。

第10次中期経営計画

自己改革工程表

重点目標

成果指標

農業者の所得増大・農業生産の維持拡大

里芋集荷量維持による販売力の確保		令和7年度 目標	令和8年度 目標	令和9年度 目標
KPI※：里芋集荷量	想定：売上増加効果	1,950 t	1,950 t	2,000 t
令和9年度目標	2,000 t			
担い手支援による農業生産の維持拡大		令和7年度 目標	令和8年度 目標	令和9年度 目標
KPI：農作業受託面積	想定：売上増加効果	130ha	145ha	160ha
令和9年度目標	160ha			
肥料農業予約率向上によるコスト低減		令和7年度 目標	令和8年度 目標	令和9年度 目標
KPI：肥料農業予約率	想定：コスト低減効果	80%	81%	82%
令和9年度目標	82%			
農業メインバンク機能の発揮による 地域農業の活性化		令和7年度 目標	令和8年度 目標	令和9年度 目標
KPI：農業融資新規実行額	想定：売上増加・コスト低減効果	6,500 万円	6,500 万円	6,500 万円
令和9年度目標	6,500万円			

地域の活性化

福祉事業を通じた地域共生社会への貢献		令和7年度 目標	令和8年度 目標	令和9年度 目標
KPI：福祉施設利用者数		12,000人	12,600人	13,000人
令和9年度目標	13,000人			

経営基盤の確立・強化

財務安全性の確保		令和7年度 目標	令和8年度 目標	令和9年度 目標
KPI：自己資本比率		17.17%	17.54%	17.93%
令和9年度目標	17.93%			

対話・意思反映

KPI：地区別組合員説明会 開催回数、出席人数		令和7年度 目標	令和8年度 目標	令和9年度 目標
令和9年度目標	10回、230人	10回、210人	10回、220人	10回、230人
KPI：准組合員総代意見交換会 開催回数		令和7年度 目標	令和8年度 目標	令和9年度 目標
令和9年度目標	3回	3回	3回	3回
KPI：組合員訪問による対話人数（一斉訪問）		令和7年度 目標	令和8年度 目標	令和9年度 目標
令和9年度目標	5,500人	5,500人	5,500人	5,500人

※KPI…重要業績評価指標。組織目標達成のため、業績を評価し管理する定量的な指標。

あったか荘ダイアリー

あったか荘三島

「久しぶり～元気にしてた??」

5年ぶりにボランティアの美鈴会さんとの交流が再開できました。一人一人に声をかけ、楽しい話をしてくださいました。一緒に踊ったり身体を動かして、笑いの絶えない楽しい時間となりました。



四国中央医療福祉総合学院生と交流

四国中央医療福祉総合学院の1年生が訪問してくれました。一緒にゲームをしたり、若者とふれあい楽しく過ごすことができ、皆さん大変喜ばれていました。



あったか荘川之江

夏祭り

7月11～16日に夏祭りを開催しました。昼食には鉄板で焼きそば、おやつにねぎ焼きとかき氷を食べ、その後は童心に返り、輪投げ・ヨーヨー釣り・金魚すくいを楽しみました。浴衣姿も素敵でした。



あったか荘土居

小学生との交流

7月7日、土居小学校4年生の皆さんが社会科交流のため来所されました。施設見学をしたり、利用者さんとゲームで交流され、最後にはお手紙と折り紙の可愛いプレゼントをいただきました。



笹飾り

毎年恒例の笹飾りが完成し、今年は「笹飾り実行委員長賞」を受賞することができました！



指の間たたき体操

(2) 同様に、両手の人さし指と中指の間同士、中指と薬指の間同士、薬指と小指の間同士をたたき合わせます。



(1) 両手の親指と人さし指の間同士を、トントンと2回軽くたたき合わせます。1秒に1、2回の速さで20回程度繰り返します。

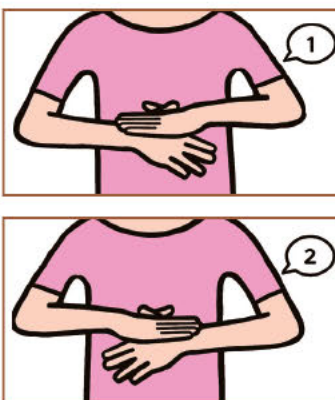


応用

(2) 両手を2回握ります。(1)と(2)をリズムカルに10セット程度繰り返し、他の指でも同様に行いましょう。



(1) 両手の親指と人さし指の間同士を1回軽くたたき合わせ、手の向きを変えてもう1回たたき合わせます。



指の間たたき体操で指の疲れを癒やす

脳トレ！ 手足の体操

健康生活研究所所長●堤 喜久雄

農作業やデスクワーク、家事などで手や指が疲れたときにお薦めの体操です。指と指の付け根のつぼ（八邪）を小刻みにたたいて刺激します。指先から温まり、じん

わりほぐれて指の動きが軽くなるのを感じられるはずです。初めは無理をせず、できる範囲で続けましょう。



ビタミン類や抗酸化成分が豊富な野菜。特に豊富なのがビタミンCで、肌のハリや弾力を保つ効果があります。また、強い抗酸化作用を持つため、老化防止や病気の予防にも役立ちます。水気が付いていると傷みやすいので、しっかりと拭いてから、一つ一つ新聞紙などで包み、ジップ付袋に入れて野菜室で保存しましょう。



ナスの皮の色素は「ナスニン」というポリフェノールの一種。抗酸化作用があり、生活習慣病の予防などに役立ちます。また、カリウムを豊富に含んでおり、むくみ軽減や血圧コントロールをサポートする効果も。低温や乾燥に弱いので新聞紙などで包み、野菜室で保存しましょう。

ピーマンの塩こんバター

材料（2人分）

ピーマン	5～6個	レモン汁	小さじ 1/2
バター	10g	サラダ油	小さじ 2
塩こんぶ	10g	黒コショウ	少々
		白いりごま	少々

<作り方>

- ①ピーマンは種とヘタを取り、3～5mm幅の斜めせん切りにします。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、ピーマンを広げ、3～4分焼きます。
- ③ピーマンがしんなりしたら、バター・塩こんぶ・レモン汁を加えて、炒め合わせます。
- ④バターが溶けたら火を止め、粗びき黒コショウをふり、器に盛りつけ、白いりごまをふりかけて完成です。



ナスとベーコンの塩炒め

材料（2人分）

ベーコン(スライス)	35g
ナス	140g
オクラ	20g
ニンニク	1かけ

(A)	
水	大さじ 2
酢・酒	各大さじ 2
塩	ひとつまみ
粗びき黒コショウ	少々
サラダ油	大さじ 2

<作り方>

- ①ナスは皮付きのまま縦6～8等分に切り、オクラは斜めに3等分にし、ニンニクは粗みじん切りにします。ベーコンは1cm幅に切ります。
- ②フライパンに油大さじ2を中火で熱し、ベーコン、ニンニク、オクラを加えて香りが出るまで炒めます。
- ③ナスと(A)を加え、ナスに火が通るまで3～4分炒めたら完成です。

あなたもチャレンジ！家庭菜園

園芸研究家 ● 成松次郎

コリアンダー（パクチー）エスニックな香りと味を楽しむ

コリアンダーは地中海原産のセリ科野菜。中国ではシャンツァイ（香菜）、タイではパクチーと呼ばれ、中華料理やエスニック料理に欠かせない食材です。セリに似た濃緑色の葉には独特の強い香りがあり、肉料理の添え物や炒め物に使います。成熟した種は芳香とスパイシーな風味が熱し、香味料になります。比較的に冷涼な気候を好み、中間地などでは夏には高温を避けるため、遮光するとよく育ちます。

中間地では冬を除いて周年栽培できますが、種まきに適しているのは春（4月）と秋（9月）です。収穫は種まき後約2カ月で始められます。

【品種】「サワディ」（トキタ種苗）、「ぱくちー」の名で販売されています。また「パクチー」（サカタのタネ）などがありますが、「コリアンダー」や「パクチー」の名で販売されています。

【種まき】ペンチなどを使い、種を軽く押し割れ目を入れ、一晩水に浸すと発芽が早まります。小型の連結ポットや7・

5〜9cmポットに4、5粒まき、5mm程度に浅く覆土します。一つの殻に二つの種が入っているため、通常1粒から2株発芽しますが、その後間引いて本葉4、5枚の1株立ちの苗に仕上げます（図2）。間引きの際は残す株を傷めないように根元をはさみで切り取ります。じかまきの場合、条間30cm、約1cm間隔の筋まきをし、徐々に間引いて、最終株間を約15cmにします。

【灌水（かんすい）】水分を多く必要とするため、土が乾いたら少量を回数多く灌水します。夏の暑さ対策には50%程度の遮光ネットやトンネル被覆（図4）がよいでしょう。終日遮光をする場合は20%程度を使います。

【病害虫の防除】アブラムシが付いたときは、見つけ次第、手でつぶしたり、登録農薬で駆除します。ハダニは主に葉裏に寄生し白い斑点やかすれた症状を示すので、登録農薬で防除します。農薬に頼らない防除法として防虫ネットのトンネル被覆がお勧めです。

【収穫】草丈が30〜40cm、葉数が10〜15枚

図1 畑の準備



図2 苗作り

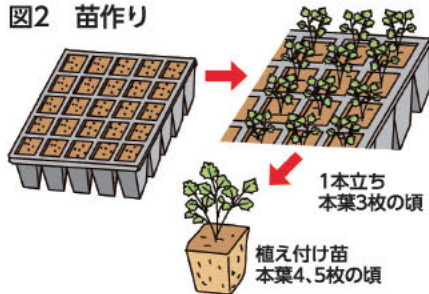


図3 植え付け

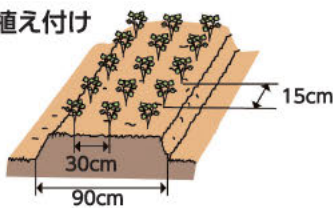


図4 暑さ対策

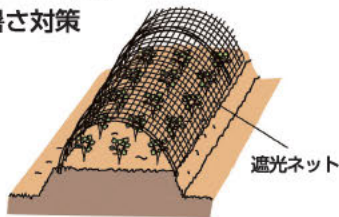
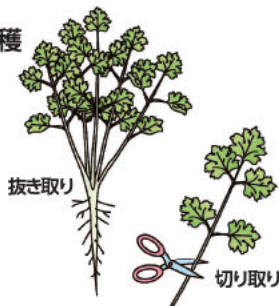


図5 収穫



栽培カレンダー（コリアンダー（パクチー））

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
冷涼地		●	▲	■				
中間地・暖地	●	▲	■			●	▲	■

● 種まき ---- 苗作り ▲ 植え付け ■ 生育 ■ 収穫

※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。

くらいになったら、抜き取って収穫ができますが、下葉を順次切り取るのも良いでしょう。春と秋では、1、2週間に1、2枚ずつ収穫できます（図5）。花茎が伸びてきたら、常に摘み取ってください。

三木茂 社会保険労務士からの 年金相談一口メモ

「厚生年金の成り立ちから 今年の改正に至るまで」

昭和17年に労働者年金保険制度が創設され、2年後の昭和19年に女性労働者も被保険者の対象とされたのと同時に厚生年金保険法へと名称を改められたのが厚生年金の始まりです。昭和34年には、全ての国民を対象とした老後の所得保障の必要性の高まりから国民年金法が制定され、昭和36年4月1日から、拠出制の国民年金制度が実施されました。これにより、20歳以上60歳未満の全社員（専業主婦・学生は任意加入）が何らかのかたちで年金制度に加入しなければならなくなりました。年金の目的は「老齢」「障害」「死亡」で、これらの要因により自立した生活が困難になるといったリスクに備えられるようになりました。

老齢については、厚生年金保険に20年以上加入している場合、昭和の時代に年金を受給されていた方は、年金を基本とした生活設計が可能でした。しかしながら、少子高齢化が進み年金制度を支える側の現役の割合が減少し制度改正が行われてきたことで、近年においては年金を請求されている方については、年金だけでは生活設計ができないような状態になっており、今後更に少子高齢化が進むことを前提とした法律の改正が行われています。

年金相談に来られる方の多くから「年金を多くもらうためにはどうすればよいか」という質問をいただいています。年金制度には繰上げ、繰下げの制度がありますが、繰上げについては、繰上げする期間に応じて年金額が減額されるため慎重にすべきだと思われます。年金を多く受け取るためには、長生きするのが一番であり、長生きすればするほど得になります。

「掲載終了のお知らせ」 「三木茂 社会保険労務士からの年金相談一口メモ」は、本号をもちまして掲載を終了することとなりましたのでお知らせいたします。

相続問題はだれに相談すればいいの？

今回は、5月号で掲載した「相続対策の勘どころシリーズ」の2回目となります。前回は、これまでにあった相続相談の内容と相続税を納税する人に対しての注意点を中心に解説しました。

そもそも相続問題は、相続税を納税する人だけにあるのかというところではありません。

今回は、家族間の「気持ちの問題」による相続問題は、いったい誰に相談すれば良いのでしょうか？ということに焦点をあててお話をしていきたいと思います。

相続税以外にも色々と問題解決しなければならないことが多くあります。相続にお困りの方のライフプランに沿って、まずライフプランが先にあった上で、老後設計、相続対策を含めたトータル資産管理運用のアドバイスを行ってくれる、人生設計の良きアドバイザーとしての立ち位置を保ちながら、ご相談者に対して、税務に関しては税務のプロ、法務に関しては法務のプロ、金融に関しては金融、生命共済には生命共済のプロ、不動産のプロ、それぞれの立ち位置のプロのコーディネートをしてくれる、そういう存在が必要だと考えています。

相続というと専門用語が多く、また難しい表現も出てきますが、ご相談者の目線でわかりやすい言葉で話をしてもらえる：そういう立ち位置で仕事をしている、様々な専門家とご相談者を結ぶコーディネーターとして、全体像の取りまとめといった整理をする役割を担ってくれる存在が必要なのではないかと思っています。

「じゃあ、どこにそのような役割の方が居るのか？」ということなのですが、次回以降で解説していきます。

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。

おいしく食べて美しく

秋の味覚で不眠症対策

秋になり、不眠に悩まされる人が増えています。原因は、日照時間の減少や朝晩の気温差などによって自律神経が乱れやすくなるためです。寝付きが悪い、夜中に目が覚める、朝スッキリ起きられないなどの症状が続くと、美容にも心身のパフォーマンスにも影響を及ぼします。そこで今回は、秋の不眠対策として、お薦めの食材を三つご紹介します。

■ サツマイモ

秋の定番食材のサツマイモは、炭水化物を多く含み、脳内で幸せホルモンと呼ばれるセロトニンの生成をサポートします。炭水化物を取ることでセロトニンの材料となるトリプトファンというアミノ酸が脳に運ばれやすくなり、心の安定につながります。夕食やおやつに蒸したサツマイモを取り入れると、心も体もリラックスしやすくなるでしょう。

■ サケ

サケはセロトニンの材料であるトリプトファンを多く含む食品です。加えて、気分を安定させる神経伝達物質の働きをサポートするDHAやEPAといったオメガ3脂肪酸も豊富に含まれます。焼きさけやホイル焼きを食事に取り入れることで、睡眠の質をサポートするトリプトファンをしっかり取れるでしょう。

■ 栗

栗には、筋肉の緊張を緩めて心身をリラックス状態へ導く働きがあるマグネシウムが豊富に含まれているため、不眠の方にはお薦めの食材です。また、栗の渋皮に多く含まれるタンニンには、強い抗酸化作用があるため肌の老化予防にも役立ちます。おやつにゆで栗を食べたり、夕食に栗ご飯を取り入れると良いでしょう。

旬の食材を上手に取り入れて食事を楽しみ、秋の夜長にぐっすり眠れる体づくりを始めませんか。食事に加えて、ぬるめのお風呂や軽いストレッチなどを習慣にすると、よりリラックスして質の良い睡眠を促すことができますよ。



栄養士・ダイエットコーチ

吉田 理江(よしだりえ)

飲食店勤務後、料理研究家のアシスタントを経て独立。栄養指導、健康・ダイエットレシピの作成やコラム執筆、セミナー講師など幅広く活動中。薬膳アドバイザーやアンチエイジング料理プランナーなどの資格も多数取得。

令和8年度新規職員採用選考について

うま農業協同組合 正職員

職 種	総合職
採 用	大学院修了、大学・短期大学・専門学校を令和8年3月31日までに卒業見込みの者又は、卒業後30歳未満の者 10名程度
勤 務 地	四国中央市内
勤務時間	8:30～17:30
休日休暇	土、日、祝祭日、年末年始、年次有給休暇、特別休暇、育児休暇、介護休暇ほか 配属先によっては土曜、日曜、祝祭日の出勤あり（振替休日対応）
初 任 給	令和8年4月予定（基本給のみ） 大卒190,680円 短大・専門卒177,620円
諸 手 当	通勤手当、勤務手当、資格手当、家族手当ほか
昇 給	年1回
賞 与	年2回（夏・冬）業績によっては年度末にも支給
福利厚生	各種社会保険（厚生年金・健康・雇用・労災）、職員旅行等
教育研修	階層別集合研修、職務別集合研修、関係団体での専門研修・ トレーニー制度、資格取得奨励金制度など
そ の 他	高等学校を令和8年3月に卒業見込み者の採用については、別途学校へ募集予定

応募受付及び採用選考

受付期限 令和7年9月11日（木）（書類必着）

○提出書類 履歴書（手書き・デジタル問わず）、成績証明書、卒業見込証明書

○選 考 日（筆記試験・適性検査・小論文・役員面接）令和7年9月16日（火）午前9:15～

○会 場 うま農業協同組合 総合経済センター2階 四国中央市中之庄町1684番地4

【新規職員採用選考に関するお問い合わせ先】

うま農業協同組合 総務部総務課 担当：石川、尾藤
電話：0896-24-3736 F A X：0896-24-6141



令和8年度学生募集 えひめ農業未来カレッジ （愛媛県立農業大学校）

～稼げる！カッコいい！感動を楽しめる！農業人材を育成します！！～

	総 合 農 学 科
募集定員（コース）	55人（農産園芸コース、果樹コース、畜産コース）
修 業 年 限	2年
受 験 資 格	高等学校または中等教育学校卒業（見込）者等
選 考 方 法	学科試験及び面接試験
入学願書受付期間	【推薦入試（専願制）】 令和7年9月10日（水）～同年9月24日（水） 【一般入学試験（一次募集）】 令和7年12月8日（月）～同年12月22日（月）
試 験 日	【推薦入試（専願制）】 令和7年10月10日（金） 【一般入学試験（一次募集）】 令和8年1月22日（木）
問 合 せ 先	えひめ農業未来カレッジ（愛媛県立農業大学校） 〒791-0112 松山市下伊台町1553番地 TEL 089-977-3261（代表）

※願書の請求、受験の詳細は愛媛県立農業大学校までお問い合わせください。

定員に満たない場合は追加募集を行いますので、詳しくはHPをご覧ください。

<https://himekare.jp>



クイズに 挑戦!! クロスワードパズル

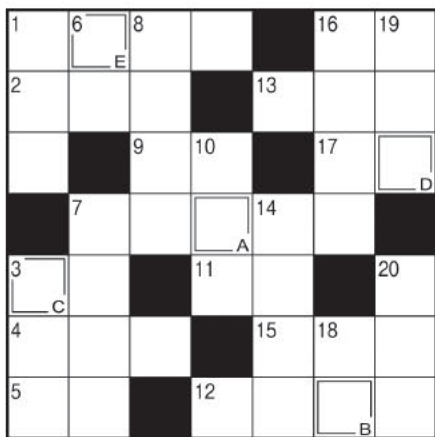
タテのカギ

- ①車窓を流れていきます
- ③おしゃべりではありません
- ⑥アルファベットの5番目
- ⑦9月1日は――大震災の起きた日。現在は防災の日になっています
- ⑧あばら骨ともいいます
- ⑩塗装していない、――のカウンター
- ⑭数え年99歳のお祝いです
- ⑯ホッキョクグマの別名
- ⑯終わったら秋になります
- ⑯祭りの――で焼きそばを買った
- ⑳十五夜に供える月見――

ヨコのカギ

- ①9月の第3月曜日は――の日。国民の祝日です
- ②敷布団にかけます
- ③ツナやビールを詰めます
- ④仕入価格のこと
- ⑤空振りしたらバットが切れるもの
- ⑦高知市の景勝地。坂本龍馬像があります
- ⑨重い――を上げて出かけた
- ⑪タリヤやコスモスはこの植物の仲間
- ⑫文は主語、――、目的語などからできています
- ⑬鶏卵の重量の60%を占めます
- ⑮兄が一人いる男性
- ⑯しめ縄から下げる白い紙。「垂」「四手」と書きます
- ⑰なくて――

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?



※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 <https://www.ja-uma.or.jp>
からも応募できます。



7月号の答え

ネガイゴト
(応募80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、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

85円分の切手をはってください



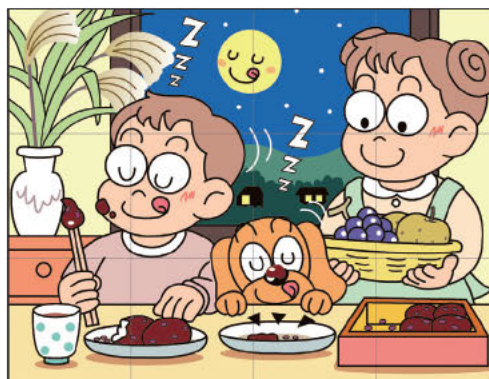
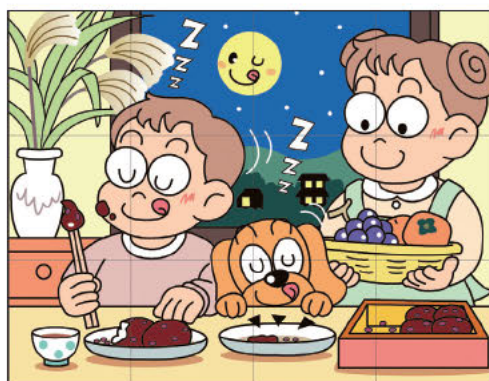
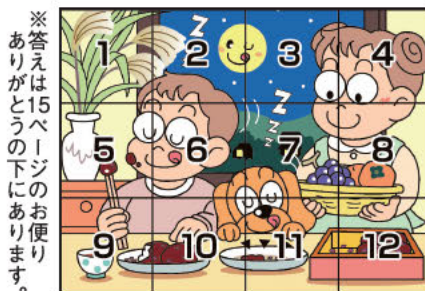
7 9 9 0 4 2 2

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
9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



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ましょう。

キリトリ線



静かな感謝のかたち

人形供養祭



日時

令和7年 9月28日(日曜日) 開始:13時00分～

場所

プリエール川之江会館



お人形のお預かり

9月23日(火)～27日(土) 午前9時から午後5時まで、
プリエール川之江会館にてお預かりいたします。供養
祭当日は、午前10時まで受付が可能です。

※お人形以外のお道具や収納ケースは、お預かりする
ことができませんのでご注意ください。

詳しくは、お近くのプリエール各会館へお問い合わせください。

プリエール川之江 ☎0896-58-6889

プリエール三島/土居 ☎0896-24-5600

スタッフ 募集に ついて

プリエールと一緒に働いていただける方を募集しております。

- ・葬儀の司会に興味のある方(経験者歓迎)
- ・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。

連絡先: プリエール川之江 TEL (0896) 58-6889
プリエール三島 TEL (0896) 24-5600 木浦、高橋まで



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。

お客様

感謝DAY 9/12・13

時間

9:00～17:00

場所

オートパルうま店

無料点検
ミニ展示会



オイル交換してますか?
4000km毎もしくは半年を目安に
愛車のオイル交換しましょう!

エンジンオイル交換

外車・改裝車・ディーゼル車は対象外とさせていただきます

軽自動車

小型自動車

1,500円

2,000円

(税込)

(税込)

注) 排気量によって異なります

お買い得中古車
あります!

オートパルうま

JAえひめエネルギー(株)うま店



四国中央市三島中央5-8-74
TEL 0896-23-1146



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、85円分の切手を貼って投函してください

俳句と川柳

俳句

二本目を七月に買う日焼け止め

風邪もらい咳合唱の六月の夜

新涼や札所道へと歩を揃へ

だんご虫いたづら孫や夏帽子

初孫は上機嫌トマトまるかじり

風物詩蛙の声も耳にせず

恙なく今日一日終え遠火花

星月夜手に取るやうな露天の湯

川柳

元気だせ頭の体操若返り

米高し御飯少なめあと麺類

あじさいが迎えてくれた里の味

手伝った料理上手とやらされる

噛み合わせ会話個性と受け入れる

短歌

秋の雷聞きつつ夜勤せし窓辺

遠くなつたり近くなつたり

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句ください。



I・Y

村田 菊子

信藤 國子

R・T

友 健

慎 也

白川 靖江

小田 慶喜

飛鷹 悦子

合 修

鈴木 洋子

日野 和男

宮内 カツ子

小田 和子



お便り ありがとう

☆知人から珍しい品種のあじさいを頂いて4年目。今年も鮮やかな赤とピンクの花を咲かせました。梅雨も今年は大変短く明けてしまったけど、雨が欲しいですね！

(やんこさん)

【編】あじさい、とても品種が多いんです。雨の日に咲くあじさいは、華やかさのなかに優雅さがあって、明るく優しい気持ちにさせてくれます。今年は6月から猛暑日が多かったり、まだまだ厳しい暑さが続いています。程よい雨を期待しつつ、一日も早く秋が訪れてくれることを願っています。

☆この間、家族でびわを買いました。家族3人で夕食に食べると、甘くて美味しかったです。また3人で食べたいです。

(M・Kさん)

【編】まだ私が小さい頃、お隣の庭先にびわの木があって、いただいてよく食べていた記憶が。ご家族、皆さんお好きなんですね。瑞々しくて、甘くてとっても美味しいですね。

☆近所のおじさんが、いつも野菜を届けてくれます。キャベツ、なす、キュウリ、ねぎ、豆、芋など。無農薬で新鮮で、やわらかくて甘い、とれたて野菜です。感謝！感謝！でおいしく頂いています。ありがとうございます。いつまでも元気で野菜作りを楽しんでほしいです。

(K・Kさん)

【編】そうなんですね。無農薬で、手をかけて育てたお野菜。ご近所のおじさんの農業に向き合う想いや作物への愛情、真心がギュッと詰まっています。いただいたお野菜の美味しさが伝わってくるようですね。羨ましい限り。ありがとうございます。

☆夏の味覚、トウモロコシが大好きです。シャジャうま市で見かけると買っています。朝採れは特に美味しいです。しばらくは楽しみです。

ます。

(N・Aさん)

【編】シャジャうま市のご利用ありがとうございます。私もトウモロコシが大好き。夏を感じられて、茹でて美味しく食べたいです。すよね。品種によっても、朝採れの収穫したてのものは生でも食べられるし、凄く糖度が高くて甘いとか。まだ生では食べたことがないので、機会があれば食べてみたい。今年は、たくさん楽しめましたか？

☆クロスワードは、頭の体操に最適です。毎月楽しみにしています。

(一さん)

【編】私も毎月挑戦していますが、比較的スムーズに解けたり、だいたい頭を捻らないと解らないところもあつたりして、良い頭の体操になります。これからもぜひ挑戦してみてください。また、お便りもいただくと嬉しいです。

☆願い事を書いた短冊や飾りを作った。毎年のように飾っていたころが懐かしいです。

(T・Kさん)

【編】そうですね。笹飾りを作ったり、友だちや家族と一緒に夏祭りに行ったり、川や海で遊んだり、夏は特に思い出が多くて、七夕の時期になるとよく小さい頃のことを思い出します。今の子どもたちにも、楽しい素直な思い出をたくさんつくってもらえると良いですね。

☆(願い事) せっかく手掛けたスイカや野菜、そしてお米、ちゃんと収穫まで育ちますように。猪、狸に荒らされ野菜づくりに悪戦苦闘です。

(H・Vさん)

【編】近年は、気候変動の影響などもあって野生鳥獣による農畜産物への被害がかなり増加しているようです。丹精込めた畑の作物やお米が食べられずに被害を受けるのは、やりきれないですね。被害もなく、たくさん収穫できますように……！

☆今年は梅雨明けが早く雨が少ないから？わが家のおままごと菜園

の夏野菜は大きく育っています。暑いので水やりもサボっています。茄子を収穫したので、なすそぼろ丼作ってみました。

(U・Yさん)

【編】異常なまでの猛暑は、茎や葉が萎れたり実が日焼けしたりと、暑さに強い夏野菜にも影響しているようで、管理するのも大変です。7月号のお酢の特集記事、参考になりました。また、ありがとうございます。野菜レシピも、ぜひ読んでみてください。ありがとうございます。

☆暑中御見舞い申し上げます。今夏も厳しい暑さが続き、夏バテや熱中症に気を付けて過ごせたらと思います。お酢の力で夏を乗り切ります。お酢の力でも、お酢の特集は、とても興味深く、参考になりました。夏にお酢のA・C・O・P商品の紹介も良い情報です。異常気象に伴う高温対策をする農家の皆さん、暑さに気をつけて下さいね。

(みかんさん)

【編】毎年暑さが更新されているような気がします。7月号の特集、ご参考いただきありがとうございます。私も特集を作成しながら、身体の内から対策をすることが大切だと気づきました。まだ少し暑さは続きそう。暑い中毎日頑張ってください。農家さんには感謝です。

編集後記

まだまだ厳しい暑さが続いているようですが、みなさまお身体にお変わりありませんか。

私は暑さにめっぽう弱いので、外にお出かけなんて滅多にしません。今夏はお休みの日に久しぶりに友達に会いに出かけました。好きなことを時間いっぱい楽しんだ。とってもスッキリした。素敵な思い出ができました。夏は暑さを理由に引きこもりがちですが、外に出ることもやはり大切ですね。

大西

9月の予定



※8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	4 先勝	5 友引	6 先負	7 仏滅
8 大安	9 赤口	10 先勝	11 友引	12 先負	13 仏滅	14 大安
15 赤口 敬老の日	16 先勝	17 友引	18 先負	19 仏滅	20 大安	21 赤口
22 友引	23 先負 秋分の日	24 仏滅	25 大安	26 赤口	27 先勝	28 友引
29 先負	30 仏滅					

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！



0120-258-931

JA共済
アプリ



緊急時の備えに
導入してください!!



農林水産 研究所から

農林水産参観デー開催のご案内

日時 10月1日(水) 8:30～16:00
2日(木) 8:30～12:00

愛媛県農林水産研究所（松山市上難波）及び果樹研究センター（松山市下伊台町）では、県民の皆さんに親しんでいただくため、試験研究の発表や施設、ほ場の公開、そのほかさまざまなイベントを開催。入場料は無料、どなたでも参観可能です。ぜひ、お出かけください！

問い合わせ先 農林水産研究所：089-993-2020
果樹研究センター：089-977-2100

【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。

理事会だより

令和7年度 JAうま第4回理事会

令和7年7月28日(月)

- 第1号議案 令和6年度末監事監査に対する回答書(案)について
- 第2号議案 特別調査委員会(旧 第三者委員会)等設置要領の一部改正(案)について
- 第3号議案 大口貸出案件の承認について(手形貸付金の新規)
- 第4号議案 大口貸出案件の承認について(手形貸付金の新規)
- 第5号議案 大口貸出案件の承認について(証書貸付金の新規)
- 第6号議案 ATMの更新対応について
- 第7号議案 2025年版ディスクロージャー誌の発刊について
- 第8号議案 当組合の理事が代表者となっている組合員組織等との対応について(案)
- 第9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。



上柏町 石川さん



ペットのお名前
くう

犬種

ミニチュアダックスフンド

性別・年齢

オス・3歳

性格

甘えん坊

特技

おもちゃキャッチ

ペットへの想い

癒しをありがとう😊

これからも楽しい毎日
過ごそうね！

