

JAうま



お知らせ 令和8年度 組織機構・体制について

- 2 令和8年度 組織機構・体制について
- 4 さくらひめ 四国中央会
うまの話題
- 6 輝く女性部
- 7 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
インスタグラム

部署	職位	氏名	旧任(職位)
営農指導販売課	園芸担当課長兼愛媛さといも広域選果場次長	植田 悠介	留任
生産資材課兼店舗	課長	岡本 悠	産直店舗課 課長兼店長
農機センター	センター長	白川 洋一	留任
生活燃料課	次長	辻 耕治	留任
	課長	大久保 佐紀子	留任
	課長補佐	佐々木 剛	昇進
産直店舗課	課長代理	秦 和宏	留任
	課長	福田 為文	川之江中央経済センター センター長
	おいでや市・ふれあい市長	石川 典嗣	金生支店 次長
支店	ジャジャうま市長	高橋 諒	留任
	ジャジャうま市店長代理	喜井 佑一	留任
	支店長	寺尾 克彦	留任
川之江中央支店	支店長	高津 孝之	川之江中央支店 共済業務課 課長
金融共済課	課長	篠原 章夫	金生支店営業係 複合渉外
土居中央支店	課長補佐	武村 哲宏	昇進
	支店長	山川 孔	土居中央支店 副支店長兼金融業務課課長
	課長	曾我部 茂昭	中曽根支店 支店長
金融共済課	課長	藤田 しのぶ	土居中央支店 共済業務課課長代理
金生支店	支店長	高津 俊之	留任
松柏支店	次長	泉田 美由紀	金融部 金融業務課 課長補佐
	支店長	福田 剛史	川之江中央支店 副支店長兼金融業務課課長
	次長	山内 利彦	本店営業部 営業課 課長心得
中曽根支店	支店長	篠永 一久	本店営業部 副部長兼金融業務課課長
	次長	三村 佳世	中曽根支店営業係 複合渉外
	支店長	高橋 博志	留任
豊岡支店	支店長	近藤 鉄也	留任
経済センター・出張所	センター長	高村 佳寿也	営農経済部 生産資材課兼店舗 課長
川之江中央経済センター	センター長		

部署	職位	氏名	旧任(職位)
川之江中央経済センター	次長	石川 敏久	松柏支店 営業係MA
土居中央経済センター	センター長	近藤 厚志	豊岡経済センター センター長
豊岡経済センター	次長代理	妻鳥 昭仁	土居中央支店 営業課MA
新宮出張所	センター長	鈴木 誠	川之江中央経済センター 次長
	次長	石村 輝彰	留任
	所長代理	井上 忠正	留任
富郷出張所	所長	鎌倉 正和	留任
福祉部			
福祉課	課長兼居宅介護支援センター管理者	吉岡 賢治	留任
訪問介護事業所	管理者	吉岡 美奈	留任
あったか荘川之江	管理者	中内 美香	留任
あったか荘三島	管理者	入山 寛	留任
あったか荘土居	管理者	秦 誠治	留任

今月のうまキッズ



これからいっぱい笑わせてね!
元気に大きくなあれ!

地域農業の魅力発信

さくらひめ 四国中央会

さくらひめ四国中央会は、四国中央農業指導班の呼びかけにより発足し、今年で活動9年目。メンバーは野菜や花卉、採養鶏、果実といった多様な品目を手がける女性農業者で構成されており、それぞれが異なる分野で活躍しています。

活動の原点は、農業の魅力を発信し、地域の活性化に貢献すること。県内外の視察研修で学んだことを生かして、市の産業祭への参加や、市内中学校での出前授業など、農業と食を身近に感じてもらうための取り組みを積極的に行っています。また、これらの活動を通して地域の子もたちや消費者に農業の大切さや楽しさを伝え、次世代へのバトンをつなぐ役割も担っています。

大きな特徴は、女性農業者ならではの視点で、技術や経営、ライフイベントとの両立などについて相談や情報共有ができること。異なる作物を栽培しているからこそ、情報交換会では新たな視点や知識を得ることができ、メンバー同士が互いに刺激を受けながら成長しています。

これからも、「自分たちの農業」を軸に、交流を通じて学び合い、高め合いながら、農業の魅力を発信していきます。



概要

さくらひめ四国中央会は女性農業者計6人で構成する。平成29年12月に発足し、四国中央市で農業の魅力発信をテーマに活動。熊田千佳子さんが代表を務める。
(活動が高く評価され、令和7年度愛媛県優良農山漁村生活研究組織知事表彰を受賞。)

第51回四国中央農山漁村ふるさとづくり大会

第21回四国中央市地産地消・食育推進フォーラム同時開催

愛媛県、四国中央市、JAうまをはじめ、市内の農業関係組織・団体で構成する四国中央農山漁村ふるさとづくり大会実行委員会は、2月7日、「第51回四国中央農山漁村ふるさとづくり大会」および「第21回四国中央市地産地消・食育推進フォーラム」をJAうま総合経済センターで開催し、農業者組織や学校関係者など137人が参加しました。

今回は、「消費者とともに育てる『愛顔のふるさと』～地域の食と農業を楽しむ関係づくり」をテーマに実施。輝らり果樹園の金光史氏による講演や、小学生・四国中央生活研究協議会による活動発表のほか、四国中央農業指導班による農福連携の紹介、(有)協製茶場の協純樹氏による「おいしいお茶の淹れ方講座」も行われました。最後には、地元食材を使った料理の試食もあり、参加者は地域農業と食への理解を深めました。



令和8年産サトイモ・ヤマノイモの栽培に向けて栽培講習会を開催

四国中央農業指導班とJAうまは、2月12日・13日の両日、管内3地区において令和8年産サトイモ・ヤマノイモの前期栽培管理に関する講習会を開催し、合わせて80人の生産者が参加しました。

サトイモ栽培においては、優良な種芋の確保とその消毒手順、土壌改良資材の施用による土づくりや害虫防除のための農薬散布、施肥設計など、植え付けまでの一連の作業について解説。本年は少雨・乾燥傾向が続いていることから、土壌水分の管理に注意しながらマルチ張りや植え付けを行うことや、排水不良対策を適切に実施することなど、留意すべきポイントについても説明しました。また、JAうまの担当者からは、令和8年産の栽培指針に新たに採用されたサトイモ全期マルチ栽培用の肥料に関して、その成分や効果を従来品と比較しながら紹介しました。

ヤマノイモの栽培についても、種芋の準備から植付け後の管理作業まで実践的な内容を中心に、特に、土壌水分管理についてポイントを置き説明しました。また、ヤマノイモ産地の維持・強化に向けて、面積拡大部分の資材等を助成する事業を紹介しました。



テレビ番組で旬の白ネギの魅力を発信！

(株)JAファームうま 三好悠矢さん

2月14日(土)愛媛朝日テレビで放送された「なるちか！」内「えひめ旬感キッチン」に、JAうまの子会社(株)JAファームうまの三好悠矢さんが出演し、旬の白ネギの魅力を紹介しました。

同コーナーは、三好さんが丹精込めて育てた白ネギの圃場からスタート。アナウンサーとシェフが収穫作業を体験したり、収穫したばかりの白ネギをその場で生のまま試食したりする様子が放送されました。知り合いからの勧めで2年前から白ネギの栽培を始め、ようやく納得のいくものができるようになったと三好さん。「お客さんに美味しいと言ってもらえるのが何よりのやりがいです」と笑顔で話していました。

また、番組後半にはシェフが考案した白ネギを使ったアレンジ料理“ネギのとろっとろ春巻き”が、三好さんとJAうまの近藤善春専務に振る舞われました。



愛好家が集い交流を深める

JAうま杯レクリエーションバレーボール大会を開催

2月15日JAうまは、「第17回JAうま杯レクリエーションバレーボール大会」を伊予三島運動公園体育館で開催しました。本大会は、地域振興に貢献することを目的にJAうまが主催し毎年実施しているもので、今年は市内の18チーム、総勢123名の選手が出場しました。

試合は6つのブロックで総当たり戦を行い、各ブロックの順位ごとのグループに分かれて順位決定戦を実施。コート上では、チームワークあふれるプレーが随所に見られるなど白熱した試合が繰り広げられました。

大会の主な結果は、右記のとおりです。



優勝：Nexus



準優勝：ナチュラル

輝く女性部

ひなまつりとこいのぼりのアートパネル作り カルチャースクール

J Aうま女性部は、令和7年度の第1回・第2回カルチャースクールを総合経済センター2階会議室で開催しました。昨年度に引き続き、市内村松町の(株)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て実施しました。

第1回目のテーマは「ひなまつりのアートパネル」。色とりどりの水引を使い、ひなまつりをイメージした華やかなパネルを作成しました。参加者は講師のアドバイスを受けたたり、部員同士で教え合ったりしながら、和やかな雰囲気の中で作業を進めました。

第2回目は「こいのぼりのアートパネル」作りに挑戦。水引の基本的な結び方であるあわじ結びをアレンジし、春の訪れを感じさせる色鮮やかなこいのぼりを表現しました。こちらも講師や部員同士でアドバイスをし合いながら、参加者一人ひとりが個性あふれる作品を仕上げました。どちらの回も、参加者同士の交流が深まり、手作りの楽しさを実感する時間となりました。



手作り便利グッズをプレゼント

J Aうま女性部 あったか荘川之江を訪問

1月23日、J Aうま女性部の部員7名が、通所介護施設「あったか荘川之江」を訪問しました。今回の訪問は、昨年11月に女性部各支部の役員が集まり開催した手芸教室で作成した「便利グッズ」を、施設の利用者の皆さんにプレゼントすることを目的としたものです。

この便利グッズは、固く締まった瓶やペットボトルのキャップを開ける際に役立つもので、滑り止め素材を正方形にカットし、色とりどりの毛糸で縁取りを施した、見た目にもかわいらしい手作り品。手芸教室終了後も、部員が自宅で仕上げるなどして完成させました。

当日は、部員が一人ひとりに声をかけながら、グッズを手渡しました。その後は、部員と利用者の皆さんと一緒に歌を歌うなど、和やかな雰囲気の中で交流を深めました。

なお、今回作成した便利グッズは、あったか荘川之江のほか、あったか荘三島・あったか荘土居の利用者の皆さんにもプレゼントしました。



おいしく食べて美しく

美容に役立ってる朝食

新生活で慌ただしい朝を過ごしている方も多い時期ですね。忙しいとつい欠食してしまったり、飲み物だけなど簡単なもので済ましてしまいがちですが、美容のためにも朝食はぜひとも取りたいものです。朝食は「食べる美容ケア」ともいえます。

■きちんと朝食を取るメリット

朝食を取ると体内時計がリセットされます。ホルモンの分泌のタイミングが正常化されたり、自律神経のオン・オフが整いやすくなったりするといわれています。朝からしっかりと体温が上がれば代謝もアップすると、日中の活動がスタートしやすくなるとともに、夜は睡眠の質が上がり、肌荒れやくすみができにくくなるといった美容につながる効果が生まれます。また、朝食を取ると腸が動くスイッチが入り、便秘になりにくくデトックスに結び付くのもうれしいポイントです。

■美容に良い朝食のポイント

①炭水化物・タンパク質をそろえる②野菜・海藻・キノコ・果物でビタミン・ミネラル・食物繊維を意識③発酵食品で腸活強化④よくかむ⑤水分補給も忘れない——の五つがポイントです。

朝食でタンパク質を取ると、睡眠中に細胞などの修復に利用されて減ったタンパク質を補給でき、修復活動の仕上げができるといわれています。大切なのは、タンパク質と炭水化物を一緒に取ることです。血糖値を安定させながらエネルギー源を確保でき、脂肪の合成が起きにくく太りにくい体づくりにも役立つと考えられます。また、消化・吸収のスピードが穏やかな固形や半固形の食品でタンパク質を取ると、腸への負担が少なく、肌や髪に合成に役立つアミノ酸を持続的に供給できると考えられています。例えば、卵1個+納豆1パックや、ヨーグルト+サラダチキンの組み合わせで朝に取りたいタンパク質量15~25gを摂取できます。表情筋を鍛えることにもつながるため、ゆで卵や焼き魚、厚揚げなど、よくかめる食材を取り入れるのも良いですね。



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。栄養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。

あったか荘ダイアリー

あったか荘三島

鬼もびっくり！ 笑顔溢れる豆まき大会♪

節分の豆まきを行いました。職員が鬼に扮して登場すると笑い声と歓声が上がり、和やかな雰囲気の中で「鬼は外！福は内！」の掛け声と共に一年の無病息災を願いました。



あったか荘川之江

鬼退治!!

節分行事で豆に見立てた新聞豆で鬼退治！
鬼をめがけてしっかり投げて鬼退治ができました。季節の行事を存分に楽しみました。



あったか荘土居

誕生日会 & 外食行事

誕生日を迎えた利用者様の誕生日会を行い、外食に行きました。「おいしいものを食べて、いつまでも若々しく頑張ります」と素敵なお言葉をいただきました！



雛飾り

今年も雛人形を出しました。「あかりをつけましょ…」と口ずさみながら記念撮影を行いました。桃の節句が待ち遠しいですね！



リズムに乗せてトン・トン・トン・パ

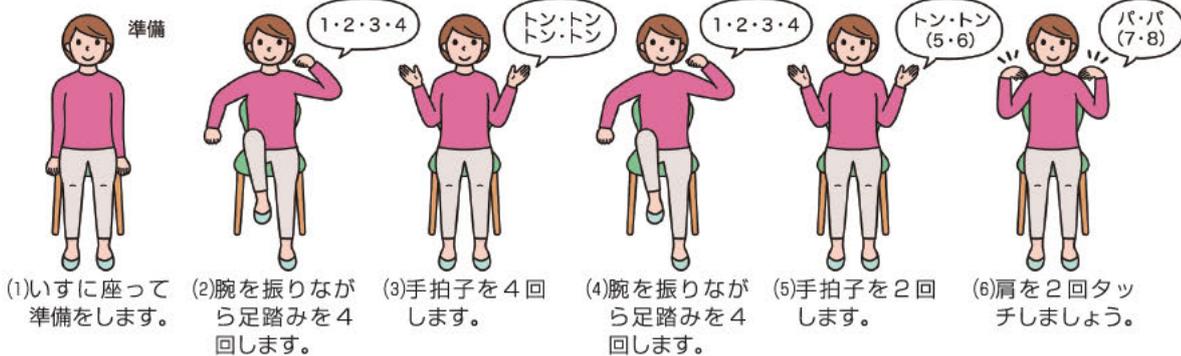
寒暖差や生活・職場環境の変化により、疲れやだるさ、頭痛などの不調を感じることはありませんか。仕事の合間に体をほぐして心も体もリフレッシュしましょう。

体操は全身的な運動と部分的な運動に区別でき、全身的な運動は、歩く・走る・跳ぶ・回るなどを指します。部分的な運動は体を①首②腕③脚④胸⑤体側⑥背腹(せはら)⑦腰の七つの部位に分けて考えます。これらの部位を曲げ伸ばす、回す、振る、ねじるなどしながら体を動かします。

さて今回は、足踏みと手拍子を繰り返しながらリズムに乗せて体の部位をタッチする運動です。いすに座った状態で体を動かすときは深く腰かけ過ぎないようにしましょう。



レッツ、トライ！ 足踏み+手拍子+体の部位タッチ



※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。
※慣れてきたら(6)をおなかや脚など別の部位をタッチする動作に置き換えてみましょう。

指出し体操で右脳を鍛える

両手のリズムミカルな動きで右脳を鍛える体操です。右脳は想像力などを受け持つとされていますので、頭がぼんやりするときやアイデアがうまく出ず、煮詰まったときなどに試してみましょ

きなどに試してみましょ。大人数での集まりなどで、皆で挑戦すると盛り上がりります。

指出し体操



※(1)~(4)を10回繰り返しましょう。
※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。



食物繊維やカリウムなどを含み、むくみや整腸に役立つ野菜。セロリの葉には、βカロテンやビタミンCなどの抗酸化ビタミンが豊富で、免疫力の維持や美肌効果が期待できます。葉と茎を分け、それぞれ水で濡らしたキッチンペーパーで包み、袋に入れ、野菜室で立てて保存するのがオススメです。



ビタミン類やβカロテン、葉酸、食物繊維など栄養価が高い野菜。生活習慣病や老化性疾患の予防効果が期待できます。ビタミンAやビタミンKは脂溶性ビタミンといい、油と組み合わせて摂ることで吸収率が高まります。ポリ袋に入れ、野菜室で立てて保存すると鮮度が保ちやすいです。

セロリのきんぴら

材料（2人分）

セロリ	1本(150g)	ごま油	大1
ちくわ	2本	砂糖	大1
赤トウガラシ(小口切り)	少々	しょうゆ	大1/2
		酒	小1

<作り方>

- ①セロリの茎は斜め薄切りにし、葉は細かく切ります。ちくわはセロリの茎と同じ厚さに切ります。
- ②フライパンにごま油とセロリの茎を入れ、中火で3～4分炒めます。
- ③ちくわと砂糖・酒を加えて弱めの中火にし、2分ほど炒めたらしょうゆと赤トウガラシを加え、最後に葉を加えて、しんなりしたら完成です。



ブロッコリーのツナマスタード和え

材料（6人分）

ブロッコリー	1房	おろし玉ねぎ	小2
ツナ缶	1缶(約70g)	レモン果汁	大1
ゆで卵		粒マスタード	小2

<作り方>

- ①ブロッコリーは小房に分け、茎の皮をむいて食べやすい大きさに切ります。
- ②お湯を沸かして、塩ゆでし、ザルにあげておきます。
- ③Aを合わせます。
- ④軽く油を切ったツナ缶と②③を合わせ器に盛り、くし形に切ったゆで卵を飾り、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

オクラ 密植栽培で生長を抑えて柔らかい実を楽しむ

アフリカ原産のオクラは暑さに強く、真夏に美しい黄色の花が次々に咲いて、実になります。一方で寒さには弱く、10度以下の低温になると生育が停止してしまいます。

【品種】「アリーファイブ」(タキイ種苗)、「ピークファイブ」(サカタのタネ)、「ブルースカイ」(ヴィルモランみかど)などの五角種や、大きく育っても堅くなりにくい丸さや種の「ヘルシエ」(タキイ種苗)、「みどり丸ノ助」(サカタのタネ)などがあります。

【畑の準備】 植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰100g程度を散布して耕耘(こうごん)しておきます。次に、1週間前に化成肥料(NPK各成分10%) 200gと堆肥2kgを施して土とよく混ぜておきます。元肥の窒素量が多いと実の付きが悪くなるので注意が必要です。2条植えではベッド幅は約90cmにし、地温を確保するため黒マルチを張ります。

【種まき】 高温性のため、まだ地温が低い時期に早まきしても発芽しにくく育ちも悪くなってしまいます。地温が15度以上になってから種まきします。

ポットで栽培して植え替える場合は、9cmポリポットに4、5粒まき、発芽後の間引きはしません(図1)。

図1 苗作り

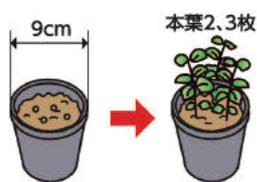


図2 植え付け

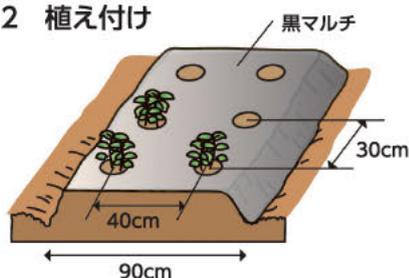


図3 収穫・摘葉

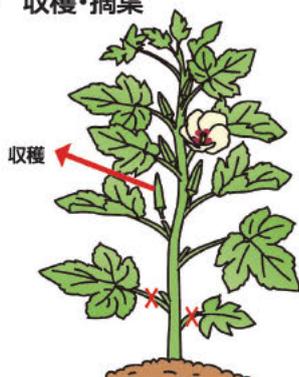
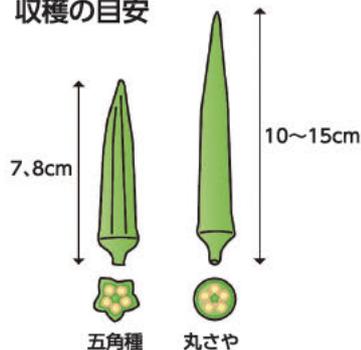


図4 収穫の目安



間引かず栽培することで生長を抑制し、実が堅くなることを抑えます。じかまきでは株間30cm間隔に5、6粒の種をまき、1cmほど覆土して軽く鎮圧します。種は堅く吸水しにくいので、一晩水に漬けてからまくと良いでしょう。

【管理】 2条植え(またはじかまき)では条間約40cm、株間約30cmとし、本葉2、3枚の間引きをしない苗を植え付けます(図2)。じかまきでは本葉2、3枚のときに間引いて4本残します。

追肥は、1回目の収穫の開始時期に1平方m当たり化成肥料30g、それ以降は月2回、1回当たり1平方m当たり50gを与えます。マルチ栽培では、マルチをめくって畝の両側

に化成肥料を散布します。

収穫ごとに着果した節の下の葉1、2枚を残し、その下の葉を取り除きます(図3)。摘葉は通風、採光が良くなり側枝の発生と着果を促します。

【病害虫防除】 アブラムシ、カメムシ、ハスモンヨトウは登録農薬で早めに防除します。なお、ネコブセンチュウが根に付くと生育が悪くなるので、前年作の野菜に被害があれば、他の畑または別の畝を選びましょう。

【収穫】 開花後7、10日の若いさやを、五角種は長さ7、8cm、丸さや種は長さ10、15cmで収穫します(図4)。日照不足や低温が原因で、実に米粒大の突起物ができる「いぼ果」

栽培カレンダー(オクラ)

	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
冷涼地			●	▲	○	■	■	■
中間地		●	▲	○	■	■	■	■
暖地	●	▲	○	■	■	■	■	■

● 種まき ●● 苗作り ▲ 植え付け ○ トンネル ■ 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。

となる場合がありますが、食べても差し支えありません。

相続問題はだれに相談すればいいの？(再)

前回12月号では、「具体的に相続の対策って何をしたらいいの？」「という疑問に対して、「争う族対策」「節税対策」「納税資金対策」といった3つのポイントを押さえることが重要であるとお伝えし、1つ目のポイントとして「争う族対策」について解説いたしました。

今回はその2つ目のポイント、「節税対策」についてお話しいたします。

「節税対策」とは、相続税をいかに低く抑えるかということですが、「生命共済(死亡共済金)の非課税枠」「小規模宅地等の特例」「配偶者の税額軽減」といった優遇税制がいくつもありますので、そのような税制を上手に活用することがポイントになります。

また、節税対策のひとつ「生前贈与」は、もう皆さんご存知だと思いますが、「年間110万円」までは非課税になるというものなので、相続税が多くなりそうであれば、この110万円の枠はせめて上手に活用した方がいいですね。なお、年間110万円までは非課税ですが、亡くなる前7年以内の贈与は相続財産としてカウントされます。

そもそも相続が発生するまでに財産を少なくしておくという意味でいくと、資産の評価を下げることも節税対策のひとつになります。これは、不動産を上手に活用することで、その評価額を大幅に下げることができます。「え？そんなことができるの？」と言われる方もいらっしゃると思いますが、節税するためには有効な手段と言えます。

いずれにしても、「節税対策」のポイントで言うと、右記のような優遇税制のほか、生前贈与や生命共済、あと不動産を上手に活用すること。この辺りがキーワードになると思いますので、そういう部分で「節税対策」を考えていただければ良いかと思えます。

今回は、残りのポイントである「納税資金対策」について押さえていきたいと思えます。

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。

相続サロンのご案内

相続を争続にしないため

相続について今ご家族で考えてみませんか？

相続税の試算・遺産の分割方法・相続税の節税対策
遺言作成・生前贈与
このようなお悩みはぜひご相談ください。

とき **5月9日(土) 9:30▶16:00**

事前予約制
無料

ところ **JAうま中曽根ローンセンター**
四国中央市中曽根町1596-2

※ご来場の際には固定資産税の納税通知書をお持ちください。

次回開催予定日 / **7月18日(土)**

講師



税理士 **合田 英昭** 氏
JBAグループ四国支社長
税理士/不動産鑑定士/MRICS

講師



司法書士 **進藤 裕介** 氏
司法書士法人やまびこ
相続事業継承コンサルタント

- 講師は変更となる場合があります。
- 定員に達し次第、ご予約を打ち切らせていただきます。
- なお、ご相談時間は1組様につき45分までとさせていただきます。

個人情報の取扱いについて

お預かりします個人情報はJAうまとJBA税理士法人グループ、司法書士法人やまびこより相談・提案等に利用させていただく場合があります。取得した相談内容等の個人情報については、規程・法令等に基づいた取扱いをいたします。

ご予約・
お問い合わせ先

JAうま資産保全サポートセンター
TEL 0896-24-3827 (担当：篠原)

農産加工への挑戦

設備資金に!

JA 農業

運転資金に!

おまかせ資金

器具の修繕

農地取得

ハウス・農機具の購入

JAバンクスひめキャラクター ぱんじゃくん

お得その1 利子補給対象資金です。農業生産に直結するお借入が対象です。
●当初のお借入金額10万円以上
※お借入状況、条件によっては利子補給の対象とならない場合がございますので、詳しい条件等につきましては、担当者にお尋ねください。

お得その2 保証料助成制度対象資金です。保証料は1/2相当分助成します。

※利子補給適用後の金利は、お借入当初に適用されるものです。※標準金利・利子補給適用後金利は、金融情勢の変化により見直しさせていただくことがあります。詳細は窓口までお問い合わせください。(令和7年4月1日現在)
※お申し込んでも、審査結果によってはお客様のご希望に沿えない場合がございますので、あらかじめご了承ください。

友だち募集中

JAうまLINE公式アカウントはじめました!

友だちになると、おトクなお知らせやイベント情報などがスマホに届きます!

QRコードから友だち追加
またはID検索でかんたん登録

LINE

IDはこちらを入力
@626iuqhv

クイズに 挑戦!! クロスワードパズル

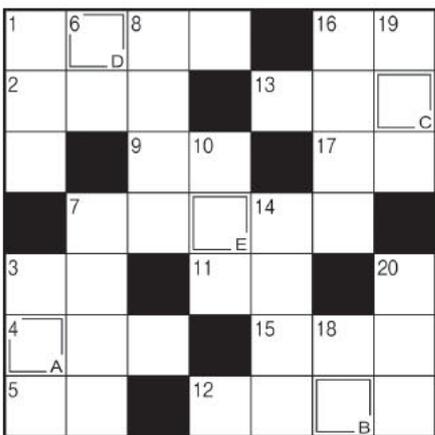
タテのカギ

- ①潮干狩りでよくとれる二枚貝
- ③カソリンは—性の高い液体です
- ⑥海に浮かべて目印にします
- ⑦ゴロゴロゴロ…ピカッ!
- ⑧工事が終わり建物が完成すること
- ⑩相撲を取る人のこと
- ⑭連載ではありません
- ⑯伊勢神宮は—と外宮に分かれています
- ⑯白山山地を象徴する木
- ⑲トランプのJ、Q、Kのこと
- ⑳唱歌「春の小川」に出てくる花

ヨコのカギ

- ①ナノハナと呼ばれることもあります
- ②—は流流仕上げを御覧じろ
- ③若いメンドリが生んだものには二つ入っていることも
- ④桜が咲く時期ならではのレジャー
- ⑤竿や糸、針を使って楽しみます
- ⑦津軽、関門、ドーバーといえは
- ⑨セロリやミツバは—科の野菜です
- ⑪うわ、服にコーヒ—の—がついちゃった
- ⑫北口樺花選手の専門種目
- ⑬お金を入れます。春に買うと「お金で張る」から縁起がいいそうです
- ⑮—「転換しよう」と散歩に出た
- ⑯田植えに向けて育てます
- ⑰酔っぱらって巻く人もいます

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?



2月号の答え

ゴウカク (応募101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4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
ヤジャうま市」「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。

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

85円分の切手をはってください

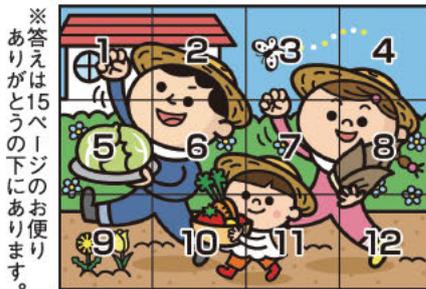


四国中央市中之庄町1684-4
JAうま 総合企画部ふれあい課
広報委員会 行

住所	(〒 —)
TEL	()
名前	性別 男・女
	年令 才
4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ページのお便りに
ありがとうの下にあります。



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

お見送りをする人の心に、春の温かさを・・・

やわらかな春の日差しと春風に心華やぐ季節となりました。

皆さま、いかがお過ごしでしょうか？

日頃より、地域の皆さまには大変お世話になっておりますこと、心より感謝申し上げます。

さて、今月は、改めて私ども「葬祭会館プリエール」が、どのような想いでこの仕事に向き合っているかをお伝えできればと思います。

お気持ちに寄り添い、真心を込めたお手伝いを…

◆私たちが大切にしていること

ご葬儀は、ご家族にとって一度きりの大切な時間です。

私たちは形式よりも、故人様それぞれのらしさやご家族のお気持ちを何よりも大切にしたいと考えています。

「いいお見送りができた」と思っただけのよう、一つひとつ丁寧に、心を込めてお手伝いしています。

私たちがこの地域で仕事を続けられてこられたのは、日々支えてくださる地域の皆さまのおかげです。困った際に、ふと思い出していただける存在であり続けられるよう、誠実に努めてまいりますので、これからも「葬祭会館プリエール」を、よろしくご依頼申し上げます。



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、野村まで



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。

広報誌の

キッズモデル大募集!

当JA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で、広報誌「JAうま」へ掲載いただけるという方は、**当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。**

掲載いただいた方には、**JAうま産直市**で使える

農産物直販所お買物券
500円

をプレゼントいたします。



- ※四国中央市在住の方に限ります。
- ※お申し込みいただいた順での掲載となります。
- ※写真撮影はJAうま広報担当者が行います。
- ・日時・取材場所はご依頼者様と相談の上決定いたします。
- ・撮影時間は30分～1時間程度。
- ※データでお送りいただいた写真を掲載することも可能です。(2枚)

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!

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・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



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句ください。

俳句

昔日の山道辿る石露明り

お遍路さんとすれ違いし春の訪れを知る

この家も光る自転車新入学

火鉢一つ寒さしのいだ其の昔

物価高心のとげに二人鍋

粉雪舞う石段つらの寒つばき

山間を駆け抜けてゆく木の芽風

吊るし柿親子で食べる昼下がり

信藤 國子

木原 晃

白川 靖江

合 修

R . T

村田 菊子

小田 慶喜

I . Y

川柳

初孫の握る手の中夢の中

寒さに耐えて春を待つ椿の蕾のと根性

立春過ぎ最強寒波にこたつ守り

木漏日は伏せた心をやわらげる

如月を悔いなく過し春をまつ

友 健

慎 也

鈴木多恵子

水田 隆子

一柳ヒサ子

短歌

春の野を半里向かふの地藏まで

歩き参つて半里を戻る

小田 和子



お便り ありがとう

☆旬のお野菜は、本来の美味しさを一番感じられる時期です。JAうま2月号「キャベツとあさりのクリーム煮」とっても簡単に美味しくいただきました。

☆旬の野菜は、みずみずしさや甘みがあつて美味しく、栄養もたっぷり！体に嬉しいことがいっぱい！、たくさんいただいたことですね！「簡単に美味しくかつた」とのお声をいただき、とても嬉しく拝見しました。ありがとうございます。

☆落葉樹の木々も少し明るくなつたように見えます。桜の花ももう少しで見えるので春が待ちどおしいです。

☆温かな日差しが差し込む日もあつて、過ごしやすくなりました。これからは新しく綺麗で、外を歩くのが楽しくなる季節！🌞天気の良い日には、心も体もリフレッシュできる快適な楽しい時間を作りたいですね。

☆クロスワードパズルを毎月楽しみにしています。私達高齢者にもドンドン答えが出るので嬉しいです。庭に福寿草が10ヶ余力強く芽を出しました。この力強さに元気をもらいます。

☆クロスワードパズル、お楽しみいただけて嬉しいです。私も挑戦していますが、全問正解とはいかない時が度々あります。ドンドン答えが出てくるなんて凄いです！お庭の福寿草、今年は何のくらい咲きましたか？鮮やかな黄色い花は、春の訪れを感じさせてくれて、明るい気持ちになりますね。

☆JA広報誌があること、HPから広報誌を閲覧できることも知ら

なかった。地元ならではの広報誌がとても良い印象でした。クロスワードで応募できる企画も楽しい！HPから応募できるのも嬉しかったです！

☆うれしいお便りをありがとうございます。これからも地域の農業や話題など楽しんでいただける情報をお届けできればと思っています。私も皆さまからのご応募やお便りが毎月の楽しみになっています。今後とも、よろしくお願いたします。

☆私の家は、野菜も卵もお米も、すべてジャジャうま市で購入しています！お米、とっても美味しく、お母さんが困るくらい、何杯もお米をおかわりしています！

☆たくさんご利用いただいているんですね！ありがとうございます。産直市には、地元の農家さんが直接出荷しているものがたくさんあつて新鮮で安心、季節ごとの旬の味覚を楽しめるのも魅力です。これからは、地元農業の応援をよろしくお願いたします！

☆クロスワードをするのが楽しくいつも応募しています。料理も新しい発見があり挑戦したくなりました。

☆クロスワードパズル、時には悩みなながらも、答えが分かったときのスッキリ感は格別です。料理レシピでは、旬の野菜を使つて簡単に調理できるお料理をご紹介します。ぜひ参考に調理してみてくださいね。

☆産直市で大きなプロッコリーを見つけた。一度に食べきれないので、2度に分けて美味しく食べました。

☆プロッコリー、すくおいです。すくおい！昨年初めて栽培してみました。偶然にも植え付けた苗が「わき芽」の出る品種だったみたいで、長い期間収穫ができ

てラツキな気持ちになりました。産直市にも、時期によつては色々な品種が出荷されているようなので、ぜひ食べ比べてみてくださいね。

☆毎日寒い日が続きます。先日大根一本をすりおろしてみぞれ鍋を作りました。おたまり、栄養満点。皆さんもぜひ作ってみてください。白菜、白葱も沢山食べれます。水は不要で海鮮が美味しいです。

☆みぞれ鍋、とってもおいしいです。まだ食べたことがないので、お便りを読んで「これを作ってみない」とワクワクしています。体が温まって、冬野菜もたくさん食べられて、栄養もたっぷり摂れるのも魅力です。次のシーズン、必ず食べようと思います！

☆3月5日のJAコンサートが当たりました。友人を誘って行こうと思います。ありがとうございます！！

☆当選、おめでとうございませう！コンサートにはお友だちと一緒に参加いただけたいですね。コンサート、演奏の臨場感や会場の雰囲気とか特別なものがあります。楽しんでいただけましたか？また、ご感想などお聞かせいただけると嬉しいです。

☆友人から美味しい沢庵を沢山いただきました。黄色鮮やかで味は天下第一バリバリ、ポリポリ、口の中で踊っています。やめられませぬ(笑)

☆お友だちが漬けた沢庵、とってもおいしそう！お便りを読んでお腹がすいてきました(笑)。お友だち、お漬物作りがお上手なんです。私もいつか自分で上手に漬けるようになりたいな。今度、母に教わりながら挑戦してみますね。楽しいお便り、ありがとうございます。

「まちがいさがし」答え：1.....窓の形が違う 3.....チョウの向きが違う 7.....帽子にリボンが付いていない 9.....タンポポがチューリップになっている 11.....女の子の口の形が違う

4月の予定



※3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 先負	2 仏滅	3 大安	4 赤口	5 先勝
6 友引	7 先負	8 仏滅	9 大安	10 赤口	11 先勝	12 友引
13 先負	14 仏滅	15 大安 介護相談会 中曽根支店 (午前10時~正午)	16 赤口	17 先負	18 仏滅	19 大安
20 赤口	21 先勝	22 友引	23 先負	24 仏滅	25 大安	26 赤口
27 先勝	28 友引	29 先負 昭和の日	30 仏滅			

【4月開催の介護相談会について】

悩まずに、相談してみませんか？4月は、15日(水) AM10:00から正午まで、中曽根支店にて開催いたします。相談会では、介護保険で利用できるサービスやご利用の際のお手続きなど、高齢者福祉に関するご相談やご質問をお聞きしサポートいたします。お気軽にご利用ください。
事前のご予約も可能です。
JAうま福祉部 (Tel: 0896-24-8713) までご連絡ください。

理事会だより

令和7年度 JAうま第11回理事会

令和8年2月24日(火)

- 第1号議案 令和8年度地域営農推進事業について
- 第2号議案 大口貸出案件の承認について(手形貸付金の更新)
- 第3号議案 令和8年度における信用供与の最高限度額等について
- 第4号議案 債権譲渡の承認について
- 第5号議案 令和8年度機構変更(案)について
- 第6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。



中曽根町 大西さん



ペットのお名前
ちひろ
猫種
保護猫
性別・年齢
メス・2歳

性格
いたずらっ子
ペットへの想い
食べすぎは要注意で…
ずっと元気でいてね!

編集後記

あたたかい日差しに、春の訪れを感じますね。
この時期になると、店頭で桜味のお菓子をよく見かけますが、まだ食べたことがありません。可愛い見た目に惹かれながらも味の想像がつかず、つい王道を選びがち。今年こそ挑戦したいなと思っています…!
些細なことでも、たくさんの発見がある一年になるといいなと思っています。今年度も、どうぞよろしく願いいたします🌸

大西

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!!

