

ほほえみ

<http://www.ks-ja.or.jp/izumi/>

農を訪ねて / 宇都 ^{う と しゅうぞう}松三さん (ゴーヤー農家)
特集 / あれ? どうしたの? もしかして...
家族が認知症になったら

 JA鹿児島いずみ

2014

6

No.267

今月の表紙



出水事業所管内

宮木 菜帆 ちゃん (10歳) (左)
 優和 ちゃん (9歳) (右)



食材：サニーレタス

【ご両親】

宮木 隆裕さん
 由美子さん

◎手に持ってもらったサニーレタスは
 食べたことありますか？

菜帆ちゃん：食べたことあります。

優和ちゃん：ある！

菜帆ちゃん：サラダで。

◎お母さんの作る料理はなにが好き？

菜帆ちゃん：ハンバーグ！

優和ちゃん：ハンバーグ。

◎お父さんの作る料理はなにが好き？

菜帆ちゃん：さつまいものクリームパスタ！

優和ちゃん：トマトの冷製パスタ！

◎将来の夢を教えてください。

菜帆ちゃん：作家さんです。

優和ちゃん：ピアノの先生♪



もくじ contents

【農を訪ねて】

宇都 松三 さん ゴーヤー農家
 6

【特集】

あれ？ どうしたの？ もしかして…
 家族が認知症になったら
 8



話し輪いふるさと..... 3

食と健康のページ.....10

みんなのページ.....12

農作業メモ.....14

J A インフォメーション

役員会だより ほか

..... 16

第23回 J A 鹿児島いずみ

総合展示会 ほか 17

おしゃべり読者コーナー..... 18

頭の体操クロスワードパズル・

クイズ当選者発表.....19

JAってどんなことしてるの～？

「共済事業部」の巻.....20



わたしたちの J A (4月末現在)

正組合員数 7,282人

准組合員数10,621人

合計 17,903人

出資総額 29億6,658万3千円



総代会前に事業所別座談会開く



開会にあたり内村正男組合長あいさつ（江内事業所）

JAは5月12日から14日にかけて、各事業所等で第22回通常総代会前の事業所別座談会を開き、多くの正組合員の方々が出席しました。

座談会では、常勤役員や参事が総代会資料に基づき、平成25年度の事業実績報告や26年度の事業計画等について概要を説明しました。

特に、26年度事業計画の畜産関係では、関係機関と連携した補助事業の活用や農家の経営・技術指導を強化して畜産基盤の維持をはかること、疾病の浸入防止対策を強化することなどを説明しました。

また、園芸農産関係では、生産・販売の安定化をはかるために、契約取引の拡大や新規就農者・担い手農家の育成、高齢者・女性農業者に対する作業受委託の支援に取り組むことなどを説明しました。

さらに、今年度は2人の女性理事を登用し、昨年選出された女性総代と共に女性の多様な視点を反映させた事業運営に取り組むことなどを説明しました。

なお、JAでは座談会で出された意見・要望等について、各部門で検討しながら今後の組合運営に活かしていく方針です。



説明に合わせて資料を確認（長島事業所）



「地元の農産物を味わってほしい」と紅甘夏を贈呈



大野健志部会長（右）から紅甘夏を受け取る利用者（左）

鹿児島いずみ農協甘夏専門部会は5月1日、地元の農産物を味わってほしいと、貯蔵紅甘夏をJA介護福祉センターの利用者に贈りました。

当日は、大野健志部会長が「今年の紅甘夏も大変おいしくできました。地元でできた安心・安全な紅甘夏を食べてください」とあいさつし、利用者に紅甘夏を手渡しました。

最後に、利用者を代表して松山傳つたえさんが「生産者の方々が一生懸命頑張って作った紅甘夏、みんなでおいしく食べさせていただきます」と感謝の言葉を述べました。



旬の野菜・果物の特売市賑わう



たくさんの買い物客で賑わった特売市

JAは5月4日と5日の2日間、本所敷地内にある農産物直売所「より道いずみ」の店舗横でソラマメ、長島の赤土バレイショ、デコポン等の特売市を開きました。

これは、旬を迎えている野菜や果物を販売することで地産地消につなげるとともに、ゴールデンウィーク中に帰省している人にも地元の農産物を知ってもらいたいと、今回初めて開いたものです。

両日もゴールデンウィーク期間中ということもあり、開店と同時に家族連れなど多くの買い物客が旬の野菜や果物を買って求め、終日賑わっていました。

審査委員泣かせの優秀牛が 出揃った枝肉共励会



最優秀賞を受賞した連尺野新一さん(左下)と青年部員ら

J A 肥育牛部会青年部は4月18日、南九州畜産興業(株)で肥育牛青年部枝肉共励会を開きました。

会では、霜降りの度合いを示すサシナンバーで、12番が6頭出るなどかつてない好成績に審査が難航しましたが、枝肉の厚みに富み、きめ細かな肉質等から連尺野新一さんが出品した枝肉を最優秀賞に決定しました。

なお、主な成績は次の通りです。

▶最優秀賞=連尺野新一さん(江内) ▶優秀賞1席=宮路優作さん(東) ▶優秀賞2席=吉野力さん(江内) ▶優良賞1席=宮之原義弘さん(東) ▶優良賞2席=木牟礼豊さん(江内)

鹿大生が バレイショ掘り取り体験



掘り取り体験をした大学生と教官ら

5月3日から5日までの3日間、鹿児島大学農学部の学生18人と教官2人を農村調査実習として受け入れ、バレイショの掘り取りを中心に農作業体験をしました。

長島地区赤土バレイショの収穫体験を通じて、産地の確立に至る経緯や農業の生産現状、生産者との交流を深めることが狙いで、今年で3回目となります。

初日はJ A流通センターを見学して、2日目から5組に分かれて、受け入れ農家のもとで作業を行いました。

強い日差しのもと、学生らは生産者に出荷基準を確認しながら、手際よく収穫作業をしていました。

今年度の取り組み内容などを 確認 J A 青年部総会



開会にあたり牧内次雄青年部副部長あいさつ

J A 青年部は4月17日、本所で第27回通常総会を開き、管内8支部の支部長やJ A関係者など16人が出席しました。

会では、平成25年度の活動報告と26年度の活動計画の2議案を審議し、原案通り承認決定されました。

中でも、TPP問題について国会決議の実現を求めることやJ A管内の小学生を対象とした食農教育「アグリキッズスクール」に今年度も引き続き取り組むこと、組織活性化に向けた取り組みを強化していくことなどを確認しました。

J A 全農の新採用職員が 農業体験で農家の現状を学ぶ



生産者から指導を受ける実習生ら

4月7日から23日までの期間、J A管内でJ A全農の新採用職員3人が農業体験やJ Aの業務実習を行いました。

期間中、実習生はJ Aの選果場で紅甘夏の選果作業や購買店舗での実習、農家の指導を受けながらバレイショやソラマメの収穫作業などを行いました。

実習生は「農業は今まであまりしたことがなかったので、良い経験になった。また、農業体験を通じて生産者のいろいろな生の声を聞くことができた。今後の業務に活かしていきたい」と話していました。



波しぶきを上げ 船団が勇壮にパレード



白い波しぶきを上げ疾走する船団

阿久根市の黒之浜港沖では4月9日、北さつま漁業協同組合黒之浜支所主催の漁船による船団パレードが行われました。

パレードは、旧暦の3月10日にあわせて開かれる祭りの一環。各漁船は色鮮やかな大漁旗を掲げ、同港と長島の海峡を周回しました。

当日は、詰めかけた見物客が岸壁から見守る中、春の暖かな日差しを受けながら、漁船十数隻が白い波しぶきを上げて疾走し、航海の安全と豊漁を願いました。

(平 浩美 広報委員)



収穫する日が楽しみ！ 蕨島小学校イモの苗植え



下級生に苗の植え付け方を説明する5年生児童ら

出水市立蕨島小学校は5月7日、同校敷地内の農園でサツマイモの苗植え体験を行い、全校児童14人が参加しました。

当日は、教員があらかじめ準備していた畝に5年生4人がマルチを張った後、苗の植え付け方について図や実際の苗を使って下級生に説明しました。その後、全員で1本ずつ丁寧に植え付けました。

5年生の上床有日桜さん(10)は「久しぶりの苗植えだった。収穫できる日が楽しみ」と笑顔で話していました。

《農業用廃プラスチック類回収のお知らせ》

いずみ地域農業用廃プラスチック類適正処理推進協議会は、平成26年度第1回目の廃プラスチック類の回収を、次の通り実施いたしますのでお知らせします。

平成26年6月回収計画

市町名	回収日	回収場所	回収時間
長 島 町	6月23日(月)	獅子島アイランドセンター	10:00~12:00 8:00~10:00
	6月24日(火)	伊唐大橋手前空地 東バレイショ選果場	
	6月25日(水)	平尾サメシマフーズ駐車場 小浜漁港	
	6月26日(木)	長島バレイショ選果場 田尻公民館	
阿久根市	6月27日(金)	阿久根市民会館 JA三笠肥育牛積込場	8:00~10:00
出水市	6月27日(金)	JA本所資材センター 出水製茶工場	

※廃プラスチック運搬の際は、産業廃棄物運搬中ステッカーを車輛に貼り付けて運搬してください。

※口座引落を希望される方は、口座番号の確認をお願いします。

※廃プラスチック持ち込みの際、梱包方法を守ってお出してください(バラバラにならないようにする)。

※農薬容器類は、洗浄後ラベルをはがしたものだけ回収します(廃残農薬回収時は、そのまま出せる)。

【お問い合わせ先】

鹿児島いずみ農業協同組合
園芸農産事業部 資材課 TEL: 64 - 2632
園芸農産事業部 指導課 TEL: 64 - 2630

長島町役場 農 林 課 TEL: 88 - 5670
阿久根市役所 農 政 課 TEL: 73 - 1142
出水市役所 農 政 課 TEL: 82 - 5424

農を訪ねて

まだ「見習いの見習い」。
レベルアップしなくては！



ゴーヤー農家

宇都松三さん

阿久根事業所管内

ハウス栽培から 本格的な就農

宇都さんは、勤め先を退職してから実家の農業を手伝って、露地栽培でオクラやインゲン、実えんどうなどを作っていました。「その頃は、まだ自分がやっていることに物足りなさを感じていた。もっと何かやってみたいと考えていた」と当時を振り返る宇都さん。奥さんの実家がハウスでゴーヤーを栽培していたことがきっかけで、夫婦2人でゴーヤーとキヌサヤのハウス栽培を行うようになりました。

現在は、仕立ては宇都さん1人で行っていきますが、植え付けや交

配、芽かき、枝の整理や収穫等は夫婦2人で協力して作業を行っています。

毎日が試行錯誤

平成23年度の豆類部会の会議で降灰対策事業のを知り、興味を持った宇都さんは、早速市役所に話を聞きに行きました。

降灰対策事業を導入するためには3人で30アール以上必要でした。そのため、宇都さんは周りへ呼びかけをして、平成24年には5



J A 指導員の話真剣に聴く宇都さん

人が集まり、降灰対策事業を利用して、ハウスを2棟建てることが出来ました。

平成25年の1月によく完成したハウス。そのハウスを利用する前に、宇都さんは積極的に市やJ Aの指導員にはもちろん、知り合いの先輩農家へ勉強のために話を聞きに行っていたそうです。

栽培方法は十人十色で、作業がしやすいように様々な工夫をしていることがわかりました。畝作りにしても、生産者によってそれぞれで、列の数や幅が違ったそうです。枝の管理も、上までしっかりと伸ばす方法や、天井に近くなると芯止めする方法等もありました。

「いろんな人から話を聞いて試したりするけど、自分の感覚に合わなかったりする。どういうやり方が自分に合っているのか、まだ答えは出ていないんだよ」と語る宇都さん。市やJ Aの指導員から教えられたことをどんどん試して、自分に合った栽培方法を見つけようとしています。

見習いの見習いから見習いへ

今後について宇都さんは「まだまだ未熟で、自分の栽培スタイル

も確立出来ていないけど、そろそろ「見習いの見習い」から「見習い」までランクアップしたいね」と笑って話します。

また、農業の楽しさについては「毎年気候等の栽培条件が違い、変化に対応するのは難しいけど、綺麗で大きなものが出来たときの感動は忘れられないね」と笑顔で語る宇都さん。自信を持って広いハウスを見据える姿は、とても頼もしく見えました。

Profile

と松三さん(61)
う都松三さん(61)
阿久根市西目

○略歴：昭和27年 生まれ
昭和56年 結婚
平成22年 就農

《経営品目》

ゴーヤー、キヌサヤ、水稻



〈ゴーヤー〉

今回は、ゴーヤー生産者の宇都松三さんを紹介しました。

ゴーヤーという呼び名は沖縄県で使われていて、「蔓荔枝（ツルレイシ）」や「苦瓜（ニガウリ）」という和名があります。

また、地球温暖化によってエゴが叫ばれるようになった近年では、緑のカーテンにも利用されています。

J A管内産のゴーヤーは、5月上旬から8月中旬頃にかけて集出荷の最盛期を迎えます。

インドを中心とする東南アジアが原産で、15〜16世紀頃に中国へ伝わり、日本には16世紀頃に伝わってきたと言われています。

イボに覆われ、少し苦みのあるゴーヤーは、カロチンや食物繊維が多く、夏のスタミナ食材として食べられています。独特の苦みは、ククルピタシンというウリ科の植物特有の成分が含まれているからです。血圧や血糖値を下げる効果や食欲増進作用があると言われています。

あれ？

どうしたの？

もしかして…

家族が認知症になつたら

85歳以上の4人に1人が認知症だといわれています。高齢化社会を迎え、誰もが発症する可能性のある身近な病気です。もし家族の誰かが認知症になったら、どのように向き合えばいいのでしょうか。30年以上も認知症患者のいる家族の悩み相談窓口となつてきた「認知症の人と家族の会」にお話を聞きました。

単なる物忘れと認知症は違う

年齢を重ねると誰でも、すぐに人の名前を思い出せなかったり、物をどこに置いたか、しまったかを忘れていたりするもの。それは加齢による単なる物忘れで、体験したことの一部を忘れても、記憶の帯はつながらず、ヒントがあれば思い出せるものです。

認知症の場合は、数日前、数日前の出来事を思い出せないとか、言葉がなかなか出てこない、家電製品が上手に使えないなど、体験したこと自体を忘れて、記憶が抜け落ちてしまうのです。

単なる物忘れと認知症はどこが違うのでしょうか。明らかに違うのは、認知症は正常だった脳の働きが徐々に低下する病気だということです。いろいろな病気が原因となつて起こるので、症状もさまざまです。病気が進行するにつれ、記憶や判断など脳の

機能が低下して、次第に日常生活を送ることができなくなります。

認知症というと、家族の顔が分からない、徘徊(はいかい)する、失禁するなどの重い症状ばかり思い浮かべてしまうかもしれませんが、決して重い症状ばかりが認知症とは限りません。日常生活で本人や家族に困ることが増えてきたら、認知症の可能性も考えましょう。

早期発見・早期治療と家族の協力が大切

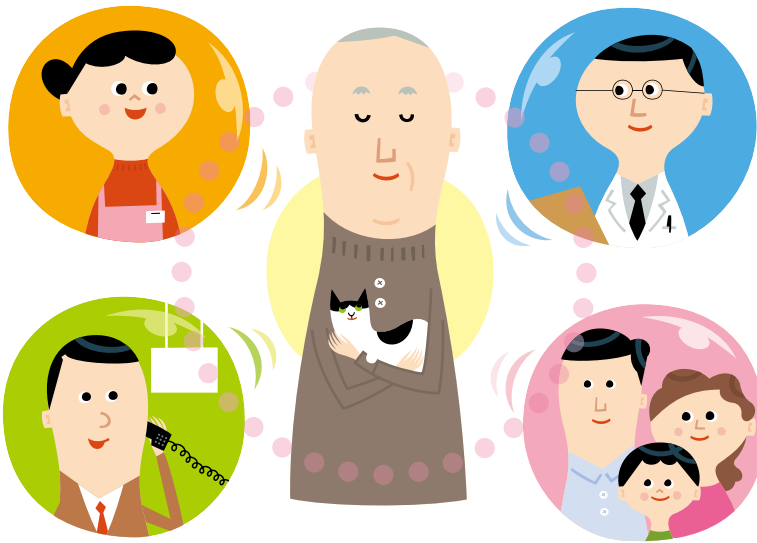
家庭では、どこまでが単なる物忘れで、どこからが認知症なのか、なかなか判断がつきにくいものです。本人や家族が「年のせい」だと思つような、日常の小さな変化が認知症のサインだったりすることもあつるので、「おかしいな」と思ったら、ためらわずに早め

に医師に相談することが大切です。認知症は、軽度な症状から生活に支障を来す中等度まで約2年で進行するという報告もあります。早く見つけて治療すれば、進行を緩やかにしたり、症状を軽くできる可能性もあるため、その後の日常生活は大きく変わります。

ただ、本人が認知症を認めたくない気持ちがある場合、受診に反発するケースも多く見られます。そこで本人には言わずに、まずは行政の窓口である市区町村の地域包括支援センター、または病院への窓口としてかかりつけの医師に相談しましょう。そこから「物忘れ外来」「認知症外来」など、認知症の診断を行う専門外来のある医療機関を紹介してもらえます。本人が専門の医療機関に行きたがらない場合は、最初は家族だけで訪ねて相談してみるのもいいでしょう。受診するときは「早期発見の目安」(認知症の人と家族の会)を基にチェックして、気になることを書き留めておき、普段の本人の様子をしっかりと伝えることです。

認知症と診断されると、家族はつい長い介護生活に不安を覚えますが、診断された本人が1番戸惑い、不安を募らせて、自分を責めるのです。家族や周囲の人にとって大切なのは、認知症は病気であることを理解すること。そして、本人の気持ちに寄り添って、安心できる環境づくりを心掛けることです。そのためにも、介護する人も、心に余裕を持ち、自分のことも大切にしましょう。誰か1人に負担がかからないように、家族がそれぞれの立場で役割分担をして、正しい共通認識を持ち、協力し合うことが重要です。

取材協力:公益社団法人 認知症の人と家族の会 東京都支部
相談窓口 TEL.03-5367-2339(毎週火・金曜日10:00~15:00)



気軽に相談を

地域包括支援センター

介護保険法で認められた、全国約4000カ所にある相談センター。市区町村の役所で連絡先を教えてください。

認知症の人と家族の会

全国46都道府県に支部があり、介護経験を持つ会員が相談を受け付けています。

TEL.0120-294-456

(月～金曜日10:00～15:00)

<http://www.alzheimer.or.jp/>

認知症 早期発見の目安

いくつか思い当たることがあれば、専門家に相談しましょう。

※認知症の人と家族の会作成

物忘れがひどい

- 電話の相手の名前をすぐに忘れてしまう
- 同じことを何度も言う・聞く・行う
- しまい忘れや置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類など、盗まれたと人を疑う

判断・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった

時間・場所が分からない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある

人柄が変わる

- ささいなことで怒るようになった
- 周囲への気遣いがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

不安感が強い

- 1人になると怖がったり寂しがったりする
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

- 下着を替えず、身だしなみに構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込み何をするのもおっくうがる、嫌がる



ちよつこい
よいやんせ

農産物直売所

JA女性部の店

より道いずみ



栄養満点の かぼちゃ!

今夜のおかず
いかがでしょうか!



毎月17日はイベントデー!

かぼちゃの巻

軒先に咲く色鮮やかな紫陽花が楽しめるようになる6月。植物が活き活きと輝く梅雨の季節が今年もやってきます。

6月におすすめしたいのは、緑黄色野菜の定番“かぼちゃ”。

長期保存が出来て栄養満点、おかずにもお菓子にも利用できます。

農産物直売所「より道いずみ」店内には、大きく育ったかぼちゃが所狭しと並びます。

かぼちゃには「日本かぼちゃ」「西洋かぼちゃ」「ペポかぼちゃ」の3つの種類があり、現在「西洋かぼ

主な成分
βカロテン、カリウム、ビタミンE、食物繊維など豊富に含まれています。眼病予防や眼精疲労に効果があるルテインも含まれています。

おススメの食べ方
皮を全部むいて煮ると煮崩れしやすくなるので、半分以上皮を残すようにむいて煮ると、味がしみやすく、栄養たっぷりの煮物になります。天ぷら、スープはもちろん、プリンやパイなどのお菓子もおススメです。

選び方
☆皮が硬くて形が左右対称のもの
☆ヘタが乾いていて、ヘタの周りが少しへこんでいるもの
☆皮にオレンジ色の部分がある場合、色が濃いもの
☆果肉の色が濃く肉厚で、種とわたが詰まっていて種がふっくらしているもの

ちゃ」が一般的に主流となっています。ホクホクとして甘味が強いのが特徴です。「ペポかぼちゃ」には様々な色や形があり、「そうめんかぼちゃ（金糸うり）」や「ズッキーニ」の品種が挙げられます。

農産物直売所「より道いずみ」 営業時間 8：30～17：00 出水市高尾野町下水流890番地 TEL 64-2660

健康百科

パソコンと目の健康

佐久総合病院名誉院長 松島松翠

仕事や個人でパソコンを長時間使う人が増えていますが、そのため目が疲れる、目が刺激される、ぼやけて見える、首や肩が凝る、手や腕が痛む、ということが多いようです。

これには、1つはパソコンの位置といすの高さがまず関係します。パソコンの位置が高いと、上方視することになり、これは目が疲れます。なるべく下方視ができるように、パソコンの位置も机の高いところには置かず、少し低いところに置くことを考えてください。

次に大切なことは、作業時間と休止時間の取り方です。望ましいやり方は、1日のパソコン作業時間は4時間を超えないようにすること。また1回の連続作業時間は、50分を超えないようにし、50分ごとに少なくとも作業休止時間を10分取るというものです。

一般に、近視ならば余計に目が疲れるだろうと考えがちですが、近視は近くを見るのに適した目ですから、パソコンなど近くを見る仕事は、むしろ近視の人に適しているといえます。パソコンの画面を見る仕事なら、



視力が0.2～0.3くらいまでの人なら、眼鏡やコンタクトを外して仕事をした方が、楽だといえます。

コンタクトは長時間の使用には不向きなので、仕事中は眼鏡、アフターファイブはコンタクトというふうに使い分けて、目の負担を軽くすることも考えてください。

目の疲れが続く場合、医学的な対処方法としては、角膜の表面をなるべく乾かさないために、「人工涙液」の点眼が行われます。これには防腐剤（ホウ酸）入りのものと、入っていないものがありますので、医師に確認してから使用してください。



メイン

タケノコ入り おからチャーハン

材料 (4人分) (1人分約 494kcal)

ご飯……………2合	卵……………3個
タケノコ……………150g	グリーンピース……………50g
ニンジン……………50g	塩コショウ……………適量
タマネギ……………100g	油……………大さじ2
おから……………100g	塩……………適量

作り方

- ① グリンピースは塩茹でする。
- ② おからは水分を飛ばすため、軽く炒める。
- ③ タケノコは茹でてから、粗みじん切りにする。ニンジン、タマネギも同じように粗みじん切りにする。
- ④ ボールに卵を割り、塩を少々加えてよく混ぜる。
- ⑤ フライパンに薄く油を敷いて、強火で温めたら卵を一気に流し入れ、半熟のスクランブルエッグ状になるまで火を通し、皿に移しておく。
- ⑥ フライパンに油を入れ、粗みじん切りにしていた③を入れて炒める。火が通ったら、ご飯を加えて炒める。
- ⑦ ①②⑤を加えて混ぜ、塩コショウで味を調える。

もう一品

豚玉カツ

材料 (4人分) (1人分約 516kcal)

豚バラ薄切り肉… 300g	揚げ油……………適量
タマネギ……………1/2個	キャベツ……………1/4個
塩コショウ……………少々	ミニトマト……………8個
小麦粉、パン粉、卵… 適量	

作り方

- ① タマネギは2割角に切る。
- ② 豚肉は塩コショウをして小麦粉をまぶす。
- ③ タマネギと豚肉を合わせてよくこねる。8等分にして火が通りやすいように平らにまとめる。小麦粉、溶き卵、パン粉の順番に均一にしっかりとつける。
- ④ 揚げ油を170°Cに熱し、③を入れる。全体がきつね色になり、中に火が通ったら油を切って引き上げる。
- ⑤ 器に盛り、付け合わせのキャベツとミニトマトを添える。

もう一品

春巻きコロケ

材料 (10個分) (1個分約 260kcal)

春巻きの皮……………10枚	スライスハム……………5枚
ジャガイモ……………3個	コーン缶……………小1缶
赤ピーマン……………1個	白みそ……………大さじ1
緑ピーマン……………1個	

作り方

- ① ジャガイモを洗って、小さく切り塩茹ですて、温かいうちに皮をむいてつぶす。
- ② ピーマンはあられ切りにする。
- ③ ハムはみじん切りにする。
- ④ コーンは缶の汁を切っておく。
- ⑤ つぶしたジャガイモに②③④と白みそを入れてよく混ぜ合わせ、春巻きの皮で包みこむ。
- ⑥ 揚げ油を170°Cに熱し、きつね色になるまで揚げて油を切る。

うちのアイドル



町口 ^{なな}那菜ちゃん(1歳)

【ご両親は、長島町蔵之元の町口博一さん、智子さん】

歌と踊りが大好きな那菜ちゃん。

人見知りするけど、慣れるといろんな曲を歌って踊って、みんなを楽しませてくれます。これからも、笑顔のかわいい優しい子になってください。

思ひ出 写真館



東事業所管内
尾道 榮二さん(75歳)

№
48

いつの写真ですか？

この写真は、現在の長島町が合併する前の平成 17 年に J R 東海新幹線に飾られた写真です。

J R 東海が発行している雑誌「ひととき」の取材を受けて、額縁に入れられた写真がグリーン車だけに飾られました。実際に飾られている様子は見に行けませんが、自分が載っている雑誌を見るだけで嬉しくも恥ずかしかったことを覚えています。

その頃の思い出を教えてください。

昭和 53 年頃に、出稼ぎ先の大阪から帰ってきて以来、ミカン一筋で今までやってきました。父から引き継いだ土地を開拓して紅甘夏を育てながら、ミカンの運送をして生計を立てていました。

長島町と合併する前、東町は「みかんとブリと橋のまち」と言われていました。最盛期は、東事業所果樹

ほほえみさん



江良 梓さん (24歳)

◆お仕事は？

臨床検査技師として病院に勤めて3年目になります。幅広い年代の方と一緒に働いていて、とても明るくて楽しい職場です。

◆休日の過ごし方は？

学生時代から続けているダンスの練習に友だちと参加したり、九州巡りの旅行に行ったりしています。

◆これから挑戦してみたいことは？

8月に試験を受けます。臨床検査技師に関するより専門的な内容で、スキルアップを目標に頑張ります。



新幹線に飾られた尾道さん夫婦の写真

部会の部会員は 120 人ほどでしたが、現在は半分ほどになってしまいました。

苗から作ると、自分が納得できるまでに最低でも5年はかかるので、周りからは「苦勞をするよ」と言われました。でも、私は仕事をしていて、疲れたと思ったことはありません。自分の子どもを育てるつもりで紅甘夏を栽培する気持ちは今でも変わりません。

みんなのページへの 投稿大募集!!

みんなのページでは、投稿コーナーの①うちのアイドル②もじよかペットへの写真を募集しています。下記の応募要領でぜひ応募ください。(原則として写真は返却しません)

● 応募要領

プリントした写真、またはデジタルカメラで撮影した画像データをお送りください。採用された方には粗品を進呈いたします。

①うちのアイドル…お子様の写真かデジカメ画像に、お子様の氏名・年齢と80字以内のコメント、保護者の氏名・住所を記載してください。

②もじよかペット…ペットの写真かデジカメ画像に、ペットの名前や年齢等と50字以内のコメント、飼い主の氏名・住所を記載してください。

● 応募先住所

〒899-0405

出水市高尾野町下水流 890

J A 鹿児島いずみ企画広報課宛

Eメール izm-kikaku02@ks-ja.or.jp

★お父さん 光輝さん



ありがとう…私のお父さん

作文

出水市立野田小学校 5年生

七枝 沙姫さん

す	か	気	本	く	ま	て	ば	の	帰	て	も	仕	は
ん	を	こ	当	ケ	す	も	ら	た	行	朝	お	事	わ
は	つ	れ	は	ン	そ	お	わ	て	き	は	父	を	よ
	け	か	大	カ	お	ん	父	に	き	早	さ	し	う
て	て	ら	好	も	父	け	さ	仕	ま	夜	く	ん	て
ほ		も	き	す	さ	い	ん	事	す	は	仕	は	い
し	仕	で	る	ん	し	を	を	お	事	ま	と	父	
い	事	体	す	け	と	て	が	家	そ	に	い	す	い
で	を	に	ど	よ	い	と	ん	族	く	出	つ	う	ん

飛び出せ! ぼくら夢中っ子



米ノ津東サッカースポーツ少年団

Q1. どんなチームですか?

小学1年生から6年生までの22人で活動しています。

毎週、月・水・金の3回、パスやドリブルなどの基礎から、ミニゲームなどの練習をしています。

Q2. みんなで心掛けていることと指導者からチームに一言

みんなで心掛けていることは、最後まで諦めずに、サッカーを楽しむことです。県大会出場を目標に練習を頑張っていて、1試合1試合を大切にしたいです。



もじよか ペット

なまえ
いち (オス:左)
小梅 (メス:右)

飼い主: 出水市中央町の
小園 明さん



2匹とも、朝8時半に出勤して、事務所で遊んでいます。時々、脱走して心配させます。



畜産

肥育牛の夏場の管理



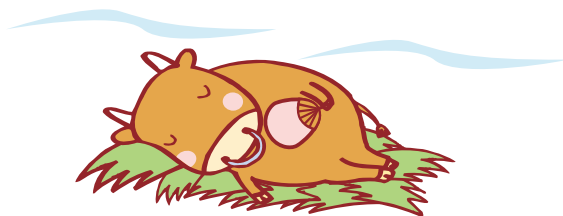
畜産事業部
畜産指導1課 中 藺 徳 之

牛は本来、寒さに強く、暑さに弱いと一般的に言われています。

肥育牛は、その名前の通り、体重を増やさなくてはなりません。

これから本格的な夏を迎えますが、肥育牛の最適温度は10～20℃とされていて、1番過ごしにくい時期に入ります。環境温度が高くなると、体温の上昇等生理的変化が起こり、採食量の低下や発育の停滞を招き、肉質に悪影響を及ぼします。

暑熱対策や飼養管理を再確認し、事故防止に努めてください。



飼養管理のポイント

1. 観察の徹底を

ビタミンA欠乏症の兆候を見逃さないように、朝・晩の観察を徹底しましょう。

採食量の低下、四肢の腫れ、眼球の飛び出し等がないか注意しましょう。

2. 新鮮な水の給与

給水には、発汗により失った水分を補うと同時に体の中を冷却して体温を下げる作用もあります。

新鮮な水がいつでも飲める環境を作ってあげてください。

3. 牛舎内外の環境整備

暑く湿った空気が滞留しないように牛舎内外の通風を良くしてください。また、牛舎周りの草払いを行い、環境整備に努めてください。

4. 飼料給与

夏場は、通常よりも飼料給与回数を増やすことで飼料の食べ残しや、採食量の維持確保に努めましょう。

夜間涼しくなると、牛の体温が下がり、飼料摂取量も増えるため、夏場は夜の給与量を増やし、昼の給与量を減らす工夫が必要です。昼の給与量を40%、夜の給与量を60%程度に調整するのが好ましいです。

農産

普通期水稲の管理



北薩地域振興局農林水産部
農政普及課出水市駐在 飯山 光太郎

6月から7月は田植え、初期の水管理、雑草防除など普通期水稲の今後の生育を左右する大切な時期です。

ほ場をよく観察し、適切な管理を行いましょう。

田植え

早生品種の「ヒノヒカリ」は6月25日頃の田植えを行い、中生品種の「あきほなみ」は6月15日～6月25日頃に田植えを行いましょう。大雨で冠水が予想される場合は、その時を避けて田植えを行いましょう。極端な早植えは出穂が早まり、高温登熟となるため品質が低下しやすくなりますので、やめましょう。

栽植密度は60～70株/坪(株間15～18㎝)が目安です。植え付け本数は3～5本/1株になるようかき取り爪を調整し、植え付け深さは、約2～3㎝とします。

田植え後の水管理

田植え後から活着期までは、田面が露出しない程度の浅水にします。冠水すると、活着が劣り欠株になります。梅雨と重なるため、大雨の時は落水し、冠水しないようにします。

病害虫防除

本田での病害虫防除回数を減らすため、箱施薬剤を使用します。ただし、ウンカ類の飛来が多い年は、箱施薬剤を使用したほ場でもウンカ類の発生が認められることがあります。特に早植えのほ場では、箱施薬剤の効果が早く切れるため、注意が必要です。

なお、余り苗はいもち病等の発生源となりますので、早目に処分しましょう。

雑草防除

雑草の発生を減らすため、事前の耕起・代かきで、生えている草を完全に埋没させましょう。また、除草剤の散布後、田面につくられた薬剤の層の効果を安定させるために、散布後は7日間程度は落水がないように保ちましょう。

※使用する農薬等は、地区の栽培こよみや最寄りのJAで確認し、使用基準を厳守し、安心・安全な水稲栽培に努めましょう。



果実

柑橘類の摘果作業

園芸農産事業部
果実課

多野 崇



6月は摘果の時期です。摘果は重要な作業であり、今年は着果が多いので、生理落果の状況を確認しながら遅くならないよう計画的に実施しましょう。

また、農薬の散布については、気温の高い時間の散布を避け、ラベルを良く読み、登録がある作物であるのか、希釈倍数、使用基準を遵守すると共に近隣ほ場への農薬の飛散にも十分注意しましょう。

摘果の目的と効果

摘果は、隔年結果の軽減や高品質果実生産のためには重要な作業となります。

着果量が多すぎると、翌年は着花が少なく着果不足となって隔年結果を助長するため、着果量を制限します。奇形果、キズ果、病虫害被害果など外観の悪い果実を摘果することで、外観的な品質が向上し、内容が劣る内なり、裾なり果などを摘果することで果実内容が揃います。

摘果の時期・程度

早い時期から摘果をすることで樹への負担は軽減され、摘果効果も大きくなります。着果量や品種によって多少異なりますが、6月中旬から粗摘果を始め2~3回に分けて行ってください。摘果の程度は下表を参考に行います。

種類	程度
温州みかん	15~25枚の葉当たり1果
ぼんかん	120枚の葉当たり1果
甘夏類	100枚の葉当たり1果
デコポン	樹容積1㎡当たり13果

摘果の方法

①粗摘果

着果が多い樹や樹勢が弱い樹から粗摘果を始め、摘果する果実は、品質が悪く、小玉になりやすい膝から下の裾なり果、樹の内部の内なり果から行い、次に樹の外側の肥大の劣る果実の順に行います。また、病虫害被害果や風傷果なども摘果を行きましょう。

②仕上げ摘果

仕上げ摘果では、粗摘果で見落とした裾なり果や内なり果の摘果を行うとともに、樹の外側の着果の多い部分を中心に行い、果梗枝の細い果実を残して、品質の均一化を図りましょう。葉裏に隠れる果実を中心に残すと日焼け果の発生が少なくなります。また、樹の上部は摘果しすぎると夏秋梢が発生しやすくなり、芽に養分が取られ、果実肥大が鈍くなるなどの影響があるため、軽く行いましょう。

畜産

豚の夏場の管理

畜産事業部
畜産指導2課

尾付野 友幸



暑熱対策

寒冷期における保温対策と異なり、夏の冷房すなわち防暑対策は一般的になおざりにされがちです。

豚の適温は15~20℃(分娩直後の子豚は28~30℃)ですが、体温調整機能が劣っているために、防暑対策を第1に考慮しなければなりません。

肥育豚の管理

豚は30℃を超えると、食欲が減退し増体重は急激に落ち、32℃以上になると体重は減少します。体重が大きくなるほど暑さの影響を強く受けます。一般的な防暑対策は勿論のことですが、特に飼育密度に留意して、通風、乾燥に努めてください。

繁殖豚の管理

30℃を超えると、繁殖豚は受胎率が低くなり発情を示さないものまで出てきます。豚舎内の通風、乾燥に努め、できれば屋根下には断熱材を用います。換気扇や送風機を用い、豚舎内を涼しくする事が望ましいです。特に分娩柵を利用する期間は、豚自身涼しい場所を求めて移動する事ができないので、熱射病などになる事が多いです。このことは子豚の育成率に大きく影響するので、分娩豚舎の環境整備に十分留意しなければなりません。

種雄豚の管理

雄豚は皮膚が厚く、しかも皮下脂肪に覆われているために暑さに弱いです。特に夏から秋にかけて性欲の減退と造精機能の低下が目立ちます。日中の暑い時の供用は避けましょう。

豚舎及び施設の管理

一般的な防暑対策は次のとおりですが、効果があがるように適宜組み合わせ実施しましょう。

- ア) 豚舎は、窓や腰板、戸を外し開放的にしましょう。
- イ) 照り返しや直射日光を防ぐため、西、南側に日陰樹を植えたり、人工日陰(カンレイシャ、シャワーネット、クーリングパッド)を作りましょう。
- ウ) 屋根は断熱効果のある材料を用いましょう(石灰塗布、散水等)。

● 豚に涼しい環境を！

● 豚においしい餌と冷たい水を！

● 豚に愛情を！



年金無料相談

年金に係わる無料相談を、相談日の午前と午後、2カ所に分けて開きます。お気軽にご相談ください。

開催日 平成26年6月18日(水)
 午前 10時～11時30分まで
 東事業所 ☎86-1211
 午後 1時30分～3時まで
 長島事業所 ☎88-5555
 相談員 森代武志社会保険労務士

毎月第4土曜日 JAバンク 無料年金電話相談実施中!
 平成26年6月28日(土)▶10:00～15:00
 フリーダイヤル ☎0120-800-547

JA住宅ローン無料相談会実施中!

住宅ローンに係わる無料相談会を、下記の日程で開きます。お気軽にご相談ください。

日程① 平成26年6月4日(水) 17時～19時まで	日程② 平成26年6月15日(日) 9時～16時まで
場所 JA鹿児島いずみ本所	場所 JA鹿児島いずみ本所

～JA住宅ローン相談会開催日程～
 ☆毎月第1水曜日(夜間) 17:00～19:00
 ☆毎月第3日曜日(昼間) 9:00～16:00
 ※場所: JA鹿児島いずみ本所



詳しくは TEL: 0120-63-8510まで

《平成26年度》

1a(アール)ハウス設置事業のご案内

事業を活用される方を募集します!

目的 近年、異常気象により露地での生育が不安定になっています。JAでは、施設化と品目を組み合わせることで、増収対策と品質向上を図り、生産者の所得確保を目的に1a(アール)ハウス設置事業(資材費の助成)を行います。

対象品目

インゲン・キヌサヤ・ゴーヤー
 ・オクラ等の組み合わせ



申込期限 平成26年6月27日(金)

※申込者多数の場合は、別途協議あり。

お申し込み・お問い合わせ

JA鹿児島いずみ 園芸農産事業部 園芸農産指導課
 TEL: 64-2630

役員会だより

※下記の協議事項はすべて原案通り承認決定されました。

第2回理事会(平成26年4月30日)

- 1) 平成25年度事業実績および剰余金処分案ならびに平成26年度事業計画の変更
- 2) 平成25年度事業報告、貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案及び注記表
- 3) 平成25年度部門別損益計算書
- 4) 第22回通常総代会の提出議案
- 5) 第22回通常総代会の招集
- 6) 事務リスク管理規程の制定
- 7) 公印規程の一部変更
- 8) 自己資本比率算出要領の一部変更
- 9) 貸付審査

第2回監事会(平成26年4月21日)

- 1) 監事の選任議案同意に関する事

第3回監事会(平成26年4月28日)

- 1) 平成25年度未決算書類監査報告
- 2) 中央会監査の相当性評価に関する報告事項
- 3) 独立監査人の監査報告書
- 4) 総代会に提出する監査報告書

人間ドック受診案内

《JA厚生連より◆人間ドック受診案内》

各事業所では、日程にあわせて人間ドック受診者の募集を行っています。お申し込み等詳細については、最寄りのJAまたは本所生活燃料課(Tel. 64-2625)へお問い合わせください。

受診日	事業所名	コース	募集人員
7/7	阿久根	女性	10人
7/8	米ノ津	一般	5人
7/8	米ノ津	女性	5人
7/23	阿久根	一般	5人
7/23	阿久根	女性	5人
7/23	長島	一般	5人
7/23	長島	女性	5人
7/24	三笠	女性	10人
7/25	東	一般	10人
7/25	東	女性	10人
7/30	高尾野	一般	5人
7/30	高尾野	女性	5人



JA鹿児島いずみ JA窓口 サマーキャンペーン!

期間：平成26年6月2日(月)～7月31日(木)まで

キャンペーン期間中、『貯王』・『夢・希望(みらい)応援積立』をご成約の先着2,000名の方に「ちょきんぎょタンブラー」をプレゼント! また、ご成約の方の中から、後日下記の景品が当たる抽選を行います。

キャンペーン景品

県下500名様に
1万円相当の
黒牛・黒豚セットを
プレゼント!!



特賞

●商品概要 (個人の新規預け入れのみ)

懸賞付定期貯金 ちょきんぐ
定期貯金 貯王

◆定期貯金

◆預入額

スーパー定期
1年もの(自動継続)

10万円以上

◆適用金利

店頭表示
金利

× **15倍**
(初回満期まで)

★年金友の会会員は
別途特典あり!

◎詳細については、最寄りの
JA貯金窓口へお問い合わせください。



第23回 JA鹿児島いずみ 総合展示会



昨年の展示会の様子

●開催日時

7月18日(金)

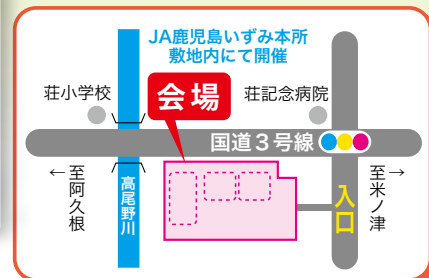
午前8時～午後5時

7月19日(土)

午前8時～正午

●開催場所

JA鹿児島いずみ本所



展示コーナー

- ・農業機械・ガス器具
- ・ゆワイター・生産資材
- ・タイヤ・オイル
- ・生活用品 など...



イベントコーナー

- ・牛・豚肉特価販売!
- ・「より道いずみ」特売
- ・協同食品 商品即売
- ・かき氷・たこ焼き
- ・果物類・ジュース



ご成約10万円以上の方に
記念品贈呈

ご来場の方に粗品進呈

詳しくは農業機械課本部 (Tel.64-2344) までお問い合わせください。

☑ お肉を食べて健康に！の特集を
とても興味深く読ませていただきま



出水市野田町
西園 珠涼さん

☑ お酒が飲めないのが花見酒には
無縁な私…。花をみながら飲んだら
美味しいのでしょうか…。飲める人
がうらやましいです。
(阿久根市折口 古賀広子さん)
☑ お酒は飲めなくても、桜の下で
するお花見はやっぱり楽しいです
ね！ 気心の知れた仲間が集まるの
はいくつになっても楽しいです☆
私も毎年雰囲気だけ楽しめます。

読者の皆さまから
寄せられたご意見、
メッセージ・イラスト
などをご紹介します。



出水郡長島町
山下 晏未さん

☑ アグリキッズスクールでお世話
になった息子も、この春、家を巣立
っていきました。新生活を迎える皆
さん、ガンバレー!!
(出水市西出水町 出石ゆきえさん)
☑ アグリキッズスクールも今年で
8回目を迎えました。
子どもの成長は本当にあっという
間です。



出水市平和町
山下 莉奈さん

した。
もちろんお肉は大好きで、家族で
ワイワイしながら食べています。体
重が心配だけど、食べて健康に頑張
ります！ ヨッシャー☆
(出水市大野原町 園田孝之さん)
☑ 私もお肉大好きです♪ 適量を
食べれば体にいいのはわかっている
けど、ついつい箸が進んでしまって
食べ過ぎちゃいます。健康に気を付
けて頑張りましょう!!

JA鹿児島いずみの 福祉事業をご利用ください。

事業所番号：住宅型
指定年月日：H21.6.1

JA鹿児島いずみでは、有料老人ホームを運営しています。

【対象利用者】

60歳以上で自立から介護認定要介護2までの方

【居室の広さと装備品】

約8畳、介護用ベッド（3モーター）
ウォシュレット、スプリンクラー、クローゼット

空き部屋
情報

1部屋

【入居料】

月額/80,000円（家賃30,000、食費36,000、管理費14,000）
但し、自動車・家電等の持ち込みは1台につき月/1,000円徴収します。

【お問い合わせ期間】

いつでも構いません（但し、受付時間内をお願いいたします）。

◆お問い合わせから利用までの流れ

入居者面談及び入居申請書の提出

入居者審査及び決裁

入居契約書の締結

入居の開始

※詳細についてのお問い合わせは、下記までお気軽にご相談ください。

お問い合わせ先

JA鹿児島いずみ有料老人ホーム

〒899-0405 出水市高尾野町下水流890

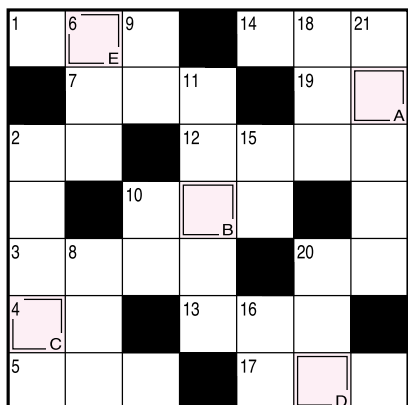
Tel(0996) 82-0090

受付時間 8:00~17:00 (月~日)

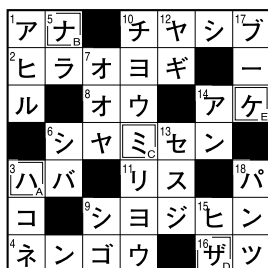
頭の体操★クロスワードパズル

Q

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？ 出題●ニコリ



4月号
の解答



A B C D E
「ハナミザケ」



タテのカギ

- 2 1993年にチェコと分離した国
- 6 その日にあったことなどを書き留めます
- 8 プレゼントに掛けて結びます
- 9 彼の実力は未知——だ
- 10 和・——・中とそろったバイキング料理
- 11 アジサイに似合いそうな生き物
- 15 アーチェリーの選手が狙いを定めるもの
- 16 食べ物が入ったり言葉が出たり
- 18 日差しから頭を守るためにかぶります
- 20 アンダー——の右腕投手
- 21 家族だけ、内輪だけで他人はいませ



ヨコのカギ

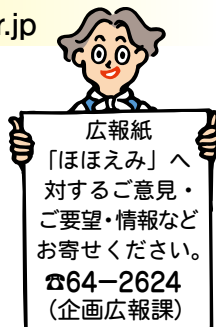
- 1 ウィンブルドンで行われる大会がよく知られるスポーツ
- 2 油断も——もない
- 3 胃のX線検査のために——を飲んだ
- 4 地球——で環境問題を考える
- 5 アプリコットともいう果実
- 7 次の駅には止まらず——します
- 10 帆に風を受けて進みます
- 12 仏作って——入れず
- 13 海路、空路ではなく地上を行きます
- 14 開くと花が咲きます
- 17 牛乳を発酵させて作ります
- 19 鳴門海峡には巨大なものが発生します
- 20 ちりんちりと鳴ります

- 「4月号クイズ当選者」
当選おめでとうございます。
- ★ 応募数：六十六通
 - ★ 前田 健悟さん 長島町蔵之元
 - ★ 中浦 厚子さん 長島町獅子島
 - ★ 竹原 ソエ子さん 阿久根市脇本
 - ★ 折橋 陽子さん 阿久根市山下
 - ★ 西園 珠涼さん 出水市野田町下名
 - ★ 尾崎 和子さん 出水市高尾野町江内
 - ★ 遠竹 芽依さん 出水市高尾野町
 - ★ 松本 留利子さん 出水市上大川内
 - ★ 福脇 学さん 出水市境町
 - ★ 出石 ゆきえさん 出水市西出水町

クイズ・おたより・投稿等の応募方法と送り先

下のハガキの記入例を参考にどしどしご応募ください。また、Eメールでも受け付けています。

Eメール: izm-kikaku02@ks-ja.or.jp



- 〈しめきり〉 平成26年6月30日消印有効
- 〈当選発表〉 平成26年8月号
- 〈クイズ賞品〉 正解者の中から抽選で10名様にAコープ商品券をプレゼントします。

あとがき

現在、自宅の庭の一角に小さな畑を作って、ピーマン・トウモロコシ・ブロッコリー・キャベツ・サニーレタス等を育てています。
今まで、作物を育てたことがなかったので妻と協力しながら、JAの指導員からアドバイスをもらったり、本などで管理方法を調べながら栽培しています。
時季外れで収穫できそうにないものもありますが、子どもたちも草むしりを手伝ったり、収穫を楽しみにしているので、日々頑張っています。(聡)

答
○ A
○ B
○ C
○ D
○ E
郵便番号・住所・氏名・年齢・職業・電話番号
本紙への感想や要望、JAに対する意見などをお書きください。

8 9 9 0 4 0 5
出水市高尾野町
下水流890番地
JA鹿児島いずみ
企画広報課
宛

記入例(横書きでも)

送り先

JAってどんなこと してるの〜?



共済事業部 部長
宮原 洋美

わたしたち共済事業部を紹介
します。

共済事業部は3つの課があり、「もっと安心、もっと信頼されるJA共済をめざして」をキャッチフレーズに、最良の保障・価格・サービスによる「ひと・いえ・くるまの総合保障」の提供を通じて、組合員・利用者の豊かな生活づくりにつとめています。

また、生活福祉活動の一環として、交通安全キャンペーンや厚生連が行っている巡回健診・人間ドックに対して受診料の一部助成等の取り組みも行っています。

共済事業部の巻

普及推進課



交通安全キャンペーン

普及推進課では、共済の専門的知識を習得したLA（ライフアドバイザー）30名が共済を普及する渉外担当として推進活動を展開しています。

生命共済、建物共済、自動車・自賠責共済による総合保障を推進しており、契約者に対して「3Q訪問活動によるあんしんチェック」を行っています。

特に、「ひと」保障の取り組み強化ということで、KING保障（介護・医療・年金・がん共済）に力を入れて推進活動を展開中です。



普及推進課 課長
中村 勝

共済事務課



窓口サービス活動

共済事務課では、共済窓口担当者（スマイルサポーター）を中心に、自動車・自賠責共済の普及拡大や各事業所から送付されてくる新契約の引受・異動・支払処理等の事務、保全等を主な業務とした窓口サービス活動に取り組んでいます。

特に、契約者の方々が「安心・便利・速い」と感じることでできる事務処理や契約者・利用者への対応力強化に力を入れています。



共済事務課 課長
川内 龍司

自動車査定課



素早い対応

自動車査定課では、多発する事故への対応として自動車事故損害調査員が契約者の交通事故に係わる業務を行っています。

損害調査サービスの迅速化・適正化をはかるとともに、事故に遭われた契約者の視点に立ち、「利便性」「わかりやすさ」に重点を置いた対応を心掛け、契約者の満足度向上に取り組んでいます。



自動車査定課 課長
外山 茂久

共済に関するお問い合わせは、共済事業部（64-2621）もしくは最寄りの各事業所共済窓口まで