

# ほほえみ



※300

育てよう明日を  
JAグループ鹿児島

2017  
No.300

3 月号

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

JA鹿児島いずみ



【もぐもぐ企画】

ふれあい給食会

JA まるごといただきます!! ..... 6

【記念特集】

おかげさまで300号!!

皆さまとJAをつなぐ広報紙 ..... 8

話し輪いふるさと ..... 3

平成28年度 第4回アグリキッズスクール  
餅つき大会&卒業式! ほか .....5

食と健康のページ ..... 10

みんなのページ ..... 12

農作業, 農ライフ!! ..... 14

JA インフォメーション  
役員会だより ほか ..... 16

JA健康サロン最新式交流磁気治療 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・クイズ当選者発表 ..... 19

育てよう明日を通信 ..... 20

広報紙ほほえみ発行  
第300号にあたって



代表理事組合長  
内村正男

組合員および地域住民の皆さまには日頃からJAの事業運営へのご理解・ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

おかげさまでJA鹿児島いずみは、平成29年3月で合併25周年を迎えました。合併当初から現在に至るまでJA鹿児島いずみに対し、ご協力をいただきました組合員・地域住民の皆さまに心より感謝を申し上げます。

また、JA鹿児島いずみ広報紙「ほほえみ」は当月号で、300号の発行を迎えました。同紙作成にご協力いただいたすべての方々に、重ねて感謝を申し上げます。さらに、記念号といたしまして記念特集、プレゼント企画（p.8〜9）を実施いたしますので、どうぞご覧ください。

今後とも、JA鹿児島いずみならびに広報紙「ほほえみ」をよろしくお願い申し上げます。





最高価格134万4千円

新年初子牛セリ市



活気溢れた子牛セリ

J Aは2月1日、出水市野田町の家畜市場で子牛セリ市を開きました。平均価格（税込）が85万1千円と前回12月より約2万4千円の安値で取引されました。

当日は、328頭が売却、2億7942万9千円を売り上げ、最高価格は、去勢で134万4千円、雌は130万円となりました。

今回のセリ市では、発育の良い牛を中心に引き続き高値での取引がされましたが、一部の発育不足の牛や、産歴の進んだ母牛の産子は、引き合いが弱まり前回と比べて安値での取引となりました。

これらのことを踏まえJ Aでは今後、飼養管理マニュアルに基づいた子牛育成や、高齢母牛の更新など指導を行い、生産基盤強化を図っていく方針です

さらに、規模拡大農家対策として畜産基盤再編総合整備事業等および肉用牛生産基盤強化等対策事業を活用し、飼料畑造成と施設整備をすすめる規模拡大を図るほか、中核的担い手育成増頭推進事業と系統的肉用牛生産基盤拡充対策事業にも継続して取り組み、農家の支援を行います。



女性も大活躍!!



初購買者へ大将季を贈呈



地域・JAの発展に向けて  
農政協議会で意見交換

JAは2月2日、出水市内のホテルで農政協議会を開き、各市町長や各関係機関の長、JA関係者など25人が出席しました。

会では、JAから主要農畜産物の販売状況等の情勢報告のほか、平成29年度の事業計画について説明しました。意見交換会では、農家所得の向上に向けた今後の農畜産物の販売対策、地域農業の発展に向けての取り組みなどについて多くの意見・要望が出されました。

JAでは、これらの意見・要望等を参考にしながら行政と一体となった取り組みを展開していきます。



JA内村組合長のあいさつ

営農座談会で  
経営所得安定対策など説明

JAは、2月7日から24日にかけて管内全地域で生産者を対象に営農座談会を開きました。

座談会は、生産者に平成29年度のJAの園芸・農産各部門の事業内容等の説明を直接行うことでより理解を深めてもらうことが目的です。期間中は、園芸農産事業部の全指導員と行政の担当者で対応し、延べ105カ所で約1000人参加しました。

会では、JA営農指導員や行政担当者が米や甘しょの経営所得安定対策等の内容や今後の豆類の栽培管理方法、春夏野菜の推進等、各種支援体制について行政が実施する補助事業関係、JAが高齢・婦女子化対策のため実施する3アール助成、労働力補完事業について説明しました。



担当者の説明を聞く参加者ら

東京新宿ベジフル新入社員が産地研修!

1月30日から2月4日までの期間、JAのバレイショや豆類を取り扱っている東京新宿ベジフル(株)(東京都中央卸市場淀橋市場内)の新入社員8人を受け入れ、JA管内各地で農業体験やJAの業務実習を行いました。

これは、市場関係者の若手社員を対象に農業の生産現場を学び、生産者と直接触れ合うことで、社員の意識向上を図ることを目的に行われた

もので、今回で5回目の取り組みです。

期間中は、JAバレイショ選果場での選果作業や、生産者のほ場でバレイショの収穫作業を行いました。

実習生は「バレイショの収穫体験で生産者との情報交換で、農業に対する理解がさらに深まりました。生産者の想いを消費地に伝えられるように業務の中でしっかりと活かしていきたいです」と話していました。



宮路幸雄さんのほ場で



竹之下良文さんのほ場で



# 平成28年度 第4回アグリキッズスクール 餅つき大会 & 卒業式!



もち餅♪



## もち餅つき大会!



仲良く餅つき  
力いっぱいお餅をベッタン!



バレイショも食べたよ!

みんなで食べるとおいしいね!

## そつぎょうしき 卒業式!

JA鹿児島いずみ アグリキッズスクール 卒業式



校長先生のあいさつ



そつぎょうせいだいいゆう  
卒業生代表  
あいさつ



そつぎょうしゅうじょうしゆ  
卒業証書授与



教頭先生のあいさつ



かいきんしゅうじょう  
皆勤賞授与

JA鹿児島いずみは1月28日JA本所で、平成28年度食農教育第4回アグリキッズスクールを開き、餅つき大会と卒業式を行いました。

当日は、生徒ら約30人が参加し、最初に杵と臼を使った昔ながらの餅つきを行い、つきたての餅は女性部が準備した温かいぜんざいなどで味わいました。

また、当日は今年度最後のスクールとなり、生徒の保護者も招いて同本所で卒業式を行いました。

式では、卒業生を代表して段原弘太郎さん(12)が「アグリキッズスクールで経験したことを活かして、これからは好き嫌いをせずに色々な食べ物を大切に食べたいです」とあいさつ。出席した保護者らや生徒から温かい拍手が送られました。また、子どもたちが書いた感想文から「毎回とても楽しかった。来年も参加したい」との声が多く寄せられました。

## こんにちはAコープです! 夕食宅配 ご注文承り中!

管理栄養士が作った、毎日変わる飽きない献立のお弁当を、月～金曜日の5日間、毎日お届けします。レンジで温めるだけのお弁当・おかずです。一人暮らしで食事づくりが大変な方、仕事や子育てで忙しい方など、どうぞご利用ください。

- エコープ
- 西いずみ店 0996-64-1550
- 三笠店 0996-75-2114
- 野田店 0996-84-2700
- あづま店 0996-86-0777
- 阿久根店 0996-72-2211

受付時間  
10時～17時



※写真は一例です

詳しくは、左記店舗にお問い合わせください。**お弁当コース**

※配達エリア…各店舗より約3kmの圏内とさせていただきます。

まずは、スマートフォン・パソコンからホームページをご覧ください。  
JA・Aコープネットスーパー  クリック  
<https://acoop-ks-netsuper.jp/>  
(お問合せ) Aコープ鹿児島店舗事業部 TEL.099-284-8646





# ふれあい給食会

もぐもぐ企画!!

# JAまるごと いただきます!!



おいしい給食をいただきます!



東出水小学校1年ろ組にお邪魔しました!



みんなで「いただきます!」

1月27日、出水市立東出水小学校でふれあい給食会が開かれました。

この給食会は、子どもたちへの“食育”として、地元産の安心・安全な農畜産物を「食べて・知って・学んでもらおう」と、出水市が主催、そして当JA協賛で開きました。

今回ご紹介するのは、同小学校1年ろ組の様子ですが、出水市内の全小・中学校へ農畜産物を提供しての食育活動を展開しました。

育ち盛りの子どものおいしいそうな食べっぷりなど、当日の様子をご紹介します。





**野菜サラダ**  
出水産ミニトマト・出水産ソラマメ  
ブロッコリー・カリフラワー



こんだて  
**献立**

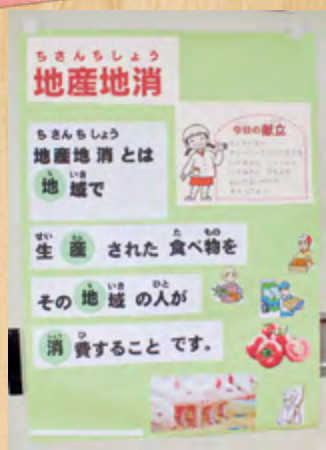
山水米



茶美豚のすき焼き



茶美豚 (チャーミーとん)



廊下に掲示された「地産地消」についての紹介



ソラマメあま〜い!



みんなでパクパクおいしいね★



茶美豚おいしい♪



いづらくんとJA宮田課長が農畜産物を紹介!



## 学校インタビュー

出水市立東出水小学校  
片岡光治良 校長先生より

子どもたちに、地元産のおいしい農畜産物の魅力を知って、郷土に誇りを持ってもらいたいと常日頃から考えています。今回の給食会を通して食の大切さと農家の方のありがたみを感じてもらえたと思います。これからも、地産地消を意識した給食の提供ができるように関係機関と協力して取り組んでいきたいです。



# おかげさまで300号!!

皆さまとJAをつなぐ広報紙

当JAは、平成4年3月に県下トップを切って2市4町の10農協による広域合併JAとしてスタートしました。

同時に『のうきょうだより』第1号が発行され、その後時代とともにページ数も増え、印刷も白黒刷りからフルカラー刷りへと変わっていきました。

その間、表紙や紙面内容の刷新を図り、JAの各事業や地域社会における農業の役割などをご理解いただくための紙面作りに取り組んできました。

この度、300号を迎えるに当たり、読者の皆さまのご支援のたまものと深く感謝申し上げます。

今後も、読者の皆さまに役に立つ情報や心を和ませる記事の掲載に努めて参りますのでよろしくお願い致します。

合併当初から現在までの広報紙の移り変わりを、当時の主なできごとを交えてご紹介します。



H.9  
1997  
No.60

## JA鹿児島いずみ広報紙「ほほえみ」スタート!!

### ★主なできごと★

平成8年3月

- ・長島バレイショ選果場完成

平成8年5月

- ・「JA婦人部会」から「JA女性部」へ名称変更

平成8年11月

- ・合併5周年記念「カンントリーフェスタ」(現:JA農業祭)開催

平成9年5月

- ・長島地区赤土バレイショがかごしまブランド産地に指定



▲広報紙No.60  
平成9年3月1日発行(表裏2ページカラーで全16ページ)

広報紙名称を一般公募により募集し東八千代さん(阿久根市)の「ほほえみ」に決定! 同号より再スタートしました。



H.4  
1992  
創刊号

## のうきょうだより JA鹿児島いずみ 創刊号発行!!

### ★主なできごと★

平成4年3月

- ・2市4町10農協の広域合併に伴い、新しく“JA鹿児島いずみ”誕生
- ・農協マークも新しく変わりました!



- ・会長が松山従夫氏・組合長が西田福七氏・副組合長が上野時義氏、ほか理事70人、監事26人体制がスタート!



▲創刊号  
平成4年3月23日発行(A4版表裏2ページカラーで全4ページ)

### ちなみに...

#### 知ってますか? 「JAマーク」の意味

自然



人間  
豊かさ  
実り/人の和

…アルファベットの「J」



Japan Agricultural Cooperatives  
ジャパン (日本) アグリカルチュラル (農業の)

合わせて「JA」です。全体で「大地」や「日本の国土」を描いています。

コーポラティブス (協同組合)

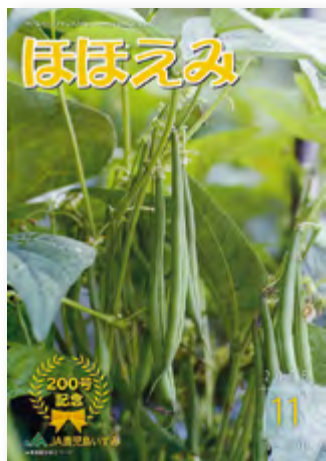


H.20  
2008  
No.200

## 管内の農産物をメインに☆

### ★主なできごと★

- 平成19年8月
  - ・第1回JAアグリキッズスクール開校
- 平成20年7月
  - ・米ノ津セルフSSオープン
- 平成21年6月
  - ・介護福祉センター開業



▲広報紙No.200  
平成20年11月1日発行(全20ページカラー刷り)



H.12  
2000  
No.100

## 元気いっぱいの子どもたちが表紙に登場!!

### ★主なできごと★

- 平成12年9月
  - ・JA訪問介護事業をスタート
- 平成12年12月
  - ・JA有機センターが稼働
- 平成13年12月
  - ・総合葬祭ルミエールいずみ斎場開業
- 平成14年4月
  - ・JA園芸流通センター・営農支援センター稼働
- 平成14年5月
  - ・実エンドウがかごしまブランド産地に指定



▲広報紙No.100  
平成12年7月1日発行(A4版表裏4ページカラー刷り全16ページ)

## 人気のページ

毎月皆さまからいただくおたよりで反響が多いものをご紹介します!



人気記事

毎号、JA女性部に登場していただき、旬の食材を使ったレシピを掲載しています。「毎回楽しみです(出水市明神町のSさん)」「いつも自分で作っておいしく食べています(出水市中央町のNさん)」など、「ほほえみキッチンファン」によるおたよりは毎号多く寄せられています。



## 農を訪ねて

人気記事

「農家の方の行動力と農業に対する強い熱意を感じました」(長島町川床のTさん)、「頼もしい若手農業者の誕生。頑張ってください!」(出水市下鯖町のHさん)、などご紹介する生産者の方に関心を持って読んでくださっている方が大勢いらっしゃいます。

## ★300号記念!JA鹿児島いずみ農畜産物プレゼント!★

広報紙「ほほえみ」300号を記念して、JAへご意見・ご要望や同紙へのご感想などのおたよりをいただいた方の中から抽選で10名様に「JA鹿児島いずみ農畜産物」をプレゼントいたします!!(下記の中からおひとつ選んでいただきます)ハガキ、またはメールにて右記の要領でご応募ください。なお、当選の発表は当選通知の発送をもってかえさせていただきます。

**選べる農畜産物をプレゼント** 以下の中からおひとつお選びください。



- 華鶴和牛(凍) すき焼き用(300g)
  - パレイショ (10kg)
  - ソラマメ (4kg)
  - 茶 (100g×3本入り)
  - 山水米 (10kg)
- (お問い合わせ) JA鹿児島いずみ総務部企画広報課 電話:64-2624

**応募方法** ハガキまたはメールに

- ①お名前
- ②年齢
- ③郵便番号
- ④住所
- ⑤電話番号
- ⑥ご意見・ご要望・ご感想
- ⑦ご希望の農畜産物

**宛先** 〒899-0405  
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

**Eメール**  
izm-kikaku02@ks-ja.or.jp

**応募締切** 平成29年3月31日(金)

**当選発表** 当選通知をもってかえさせていただきます。





わたしたちが作りました!



J A 鹿児島いずみ女性部  
江内支部のみなさん

### メイン 三色おにぎり



#### 材料 (3個分)

- ・たかなの漬物… 大きめ1枚
- ・卵…………… 1個
- ・ダイコン…………… 輪切り1枚
- ・ニンジン…………… 輪切り1枚
- ・三杯酢…………… 適量
- ・ゆかり(しそふりかけ) 適量
- ・ごはん…………… 1~2合分

#### 作り方

- ① 卵で薄焼き卵を焼く。
- ② ダイコンは三杯酢に漬けておく。ニンジンは塩ゆでする。
- ③ ごはんに「ゆかり」を混ぜて、丸おにぎりを3つ握る。
- ④ たかなの漬物、薄焼き卵でそれぞれおにぎりを包む。
- ⑤ ダイコンおにぎりはおにぎりの上にニンジンをのせて、ダイコンで包む。
- ⑥ 仕上げにおにぎりのあたみに切り込みをいれて出来上がり。

### もう一品

#### 簡単トマトスープ



#### 材料 (4人分)

(約 53kcal)

- ・トマト…………… 1個
- ・玉ねぎ…………… 1個
- ・コンソメ…………… 3個
- ・塩…………… 少々
- ・水…………… 600cc

### もう一品

#### アスパラガスのハンバーグ巻



#### 材料 (4人分)

(約 157kcal)

- ・合挽きミンチ…………… 160g
- ・玉ねぎ…………… 1個
- ・ニンジン…………… 1/2本
- ・粉豆腐…………… 大きじ5
- ・アスパラガス…………… 4本
- ・卵…………… 1個
- ・片栗粉…………… 少々
- ・塩コショウ…………… 少々
- ・トマトケチャップ…………… 適量
- ・マヨネーズ…………… 適量

#### 作り方

- ① アスパラガスは塩ゆですておく。
- ② 玉ねぎ、ニンジンはみじん切りにする。
- ③ ミンチと②、粉豆腐、卵、塩コショウを混ぜ合わせ、粘りが出るまでこねて、8等分に分ける。
- ④ ①に片栗粉を少々ふり、②で巻いてフライパンで蒸し焼きにして出来上がり。
- ⑤ ケチャップやマヨネーズなど、お好みのソースでいただく。

#### 作り方

- ① トマト、玉ねぎはくし型に切る。
- ② 鍋に水と玉ねぎを入れて火にかける。少し煮立ったら、トマトとコンソメを投入し塩で味を調えて出来上がり。





農産物直売所  
JA女性部の店 より道いずみ

よって  
くいやん



いちごのご紹介

暦の上では立春が過ぎ、春を迎えています。寒さの中にも少しずつ春の訪れを感じられるようになる一方で、あちらこちらでインフルエンザの流行を耳にすることもあり、まだまだ侮れない冬が続いています。

さて、今回ご紹介するのは大人気果実の“いちご”です。赤くて丸くおいしいいちごには、皆さまもご存じのとおりビタミンCがたっぷり！1日5～6粒食べると1日の必要摂取量をクリアすると言われています。その他、ポリフェノール、カルシウム、マグネシウム、カリウム、キシリトール、食物繊維、葉酸など様々な栄養成分が凝縮されています。また、

3行講座



いちごをおいしく☆かしこく食べよう♪

- ①光沢があり、つぶつぶが目立っているものを選ぶ。
- ②ビタミンCの流失を防ぐため、ヘタは取らずに水洗いをする。
- ③先端の方が甘いので、ヘタ側から食べるとよりおいしく食べられる。



いちごの“つぶつぶ”が果実で、“赤い部分”が成長した茎であるという事実も有名です。

農産物直売所より道いずみには、これからの季節フレッシュなもぎたていちごが皆さまのご来店をお待ちしております。おいしいいちごを食べて幸せな気分と健康を手に入れましょう♪

17日は  
より道デー

農産物直売所 JA女性部の店

「より道いずみ」

出水市高尾野町下水流890番地

営業時間 8:30～17:00 TEL 64-2660



健康百科

膠原病とは？

佐久総合病院名誉院長  
松島松翠

膠原（こうげん）病とは、一つの病気の名前ではありません。共通する特徴を持った複数の病気の総称です。本来はウイルスや細菌などの外敵から自分を守ってくれるはずの免疫細胞が、自分の体内の組織を攻撃する自己免疫の病気です。

膠原病で最も代表的なものは、関節リウマチですが、その他、全身性エリテマトーデス、皮膚筋炎、多発性筋炎、強皮症、シェーグレン症候群などがあります。

このうち、関節リウマチ以外は、頻度が多い病気ではありませんが、共通して見られる症状がいくつかあります。

まず一つ目は、痛み、腫れ、こわばりなどの「関節の症状」、二つ目は、発疹、レイノー症状（手の指先が白から紫に変色し、赤くなって元に戻る）、皮膚硬化などの「皮膚の症状」、三つ目は、筋力の低下、筋肉痛などの「筋肉の症状」、四つ目は発熱、体重減少、リンパ節の腫れなどの「全身症状」が現れやすい症状です。

なかでも関節の症状は、現れ方や程度の差はあるものの、多くの膠原病に共通して見られます。ほとんどの患者さんは女性です。特に若年から中年の女性に起

りやすいため、女性ホルモンとの関わりがあるのではないかと考えられています。

もし気になる症状があれば、まずかかりつけ医を受診し、膠原病の疑いがあれば、病状に合った専門医を紹介してもらうのが良いでしょう。

病気や症状の程度によっては医療費が高額になることがあります。そのため、多くの膠原病が指定難病に認定され、医療費助成の対象になっています。担当医や自治体で確認されると良いでしょう。





ありがとう! 私の父さん



★お父さん 幸介さん

頑好私て整いのん姿ハ人い番父の  
張きはく理まビ私けをビも父には仕私  
でれ運すツはい見りので優事の  
てすこた動チソしてし患す先患を父  
ほんりな肩ヤフて者す者しは  
しこなもどのイトいといさ毎るさてり  
いの父しを準をボまてるん日心んいハ  
で先がま教備しすも父を優をまビ  
すも大すえ・テルそのり何しーすり

阿久根市立西目小学校5年生  
飛松采奈さん(写真左)



ほほえみさん  
☆☆☆☆☆

出水市  
波戸内 結衣さん (21歳)

- ◆お仕事は？  
営業職1年目です。和やかな雰囲気働きやすい環境で日々の仕事に励んでいます。
- ◆休日の過ごし方は？  
友人と買い物に出かけたり、ランチを楽しんでいます。
- ◆地域にひとこと！  
出水は人・自然ともに魅力がたくさん地域です。おいしい農畜産物を育てている農家の方に感謝するとともに、いつまでも元気で頑張っていたきたいと思っています。



うちのアイドル

(写真左から) 石澤 瑛音くん(5歳)  
華ちゃん(3歳)・璃音くん(7歳)

3人の笑顔に毎日癒されています。いつもでも仲良く3兄妹でいてください♪

ご両親 出水市野田町 石澤宗一郎さん、亜希子さん

もじよかペット



飼い主 出水市福ノ江町の  
村上 恵美子さん

わが家のビジュアル担当のマミです♪  
チャームポイントは  
フサフサの毛並みです☆





## 思ひ出写真館



№  
78

尾野島ヨシ子さん(84歳)  
江内事業所管内

### いつの頃の写真ですか？

昭和46年、江内小学校の運動会で婦人会代表として団体リレーに参加した時の写真です。足の速さに自信があり、出場するからには運動会を盛り上げようと裸足でグラウンドを駆け抜けたことを思い出します。

### その頃の思い出を教えてください。

当時私は、2人の子どもの子育て真っ只中で集落婦人会の会長を務めていました。さらに食生活改善推進委員や母子保健推進員としても活動し、普段は家事・育児の傍らで農業もしていたので、目が回るほど忙しい日々を過ごしていました。

しかし、婦人会や各活動を行う中で色々な人との出



婦人会活動もリレーも全力疾走！  
(前列左が尾野島さん)

会いなど得るものが多く、江内で生まれ、江内で育った私にとって地元での暮らしがより一層充実したものになりました。

「継続は力なり」わたしの好きな言葉です。今まで取り組んできたことは、確実に自分の力、生きる糧になっています。

現在も私は、JA女性部や婦人会に所属し、さらに食生活改善推進委員は現役で続けています。また、みかんやソラマメ作りに精を出しながら歌謡教室や踊りを習って趣味を楽しみ、昔と変わらず忙しい日々を過ごしています。

## おつまれ きばっ人!!

### Q1. どんなチームですか？

仲間を大事に、感謝の気持ちを持ち、元気よくあいさつすることを心掛けています。小学1～6年生20名が所属し、週に3回基本練習を中心に練習しています。

### Q2. 監督からチームに一言

いつも元気よくあいさつして、仲間想いのやさしい子どもたちです。また、いつもご協力いただいている保護者の皆さんに感謝しています。



米ノ津東ソフトボール少年団

### 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。右記の応募要領でぜひご応募ください。(原則として写真は返却します)

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 JA鹿児島いずみ企画広報課宛  
Eメールizm-kikaku02@ks-ja.or.jp



農産 早期水稻の管理

園芸農産事業部指導課 栢 善 幸



早期水稻イクヒカリの品種特性について掲載します。

イクヒカリの特性

長所は、①コシヒカリに比べ約1割収量が高い。②耐倒伏性が強い。短所は、①コシヒカリより出穂期が1～2日、成熟期が4～7日遅い。②検査等級はコシヒカリ並かやや劣る、などが主な品種特性になりますので、作付けの参考にしてください。

いもち病の防除について

近年、いもち病がイクヒカリにも発生しています。いもち病の発生原因は保菌種もみです。塩水選と種子



消毒は必ず行ってください。

昨年いもち病が発生した方は、播種時にベンレート水和剤の1000倍液とタチガレースM液剤の1000倍液を混用し、1箱当たり1畝灌注し防除を行ってください。

田植え及び栽植密度

気温及び水温がある程度上がる、4月上旬以降の活着しやすい時期をとらえ田植を行います。活着の限界平均気温は、稚苗で13℃です。

早期水稻において、おいしい米づくりのためには栽植密度《密植》が重要になります。その理由として①疎植を行うと、遅くまで分けつが発生し、遅れ穂が多くなる事により未熟粒《ヤセ米》が多くなり等級が下がる傾向にあります。②疎植は米のタンパク質含有率が高くなる傾向があり食味が低下します。

最適な栽植密度は1平方メートル当たり20～25株、畦間30センチ、株間13～16センチ（坪当たり平均70～80株前後）、1株当たりの植付本数は株当たり平均4本です。有効茎数の確保のため、田植機の調整を十分行いましょう。

水管理

水の管理は活着促進、保温効果、苗の保護のため、特に重要な作業です。植え付け後から活着期まではやや深水とし、活着以降は浅水管理を基本とします。活着促進のため、日中は止水し、かけ流しは行わないようにしましょう。水温が上昇しガスが発生する場合は、1～2日落水し、根の健全化に努めます。田植後25日頃から間断かん水を行い、中干しにそなえましょう。

園芸 オクラを作ろう

園芸農産事業部指導課 磯 崎 靖



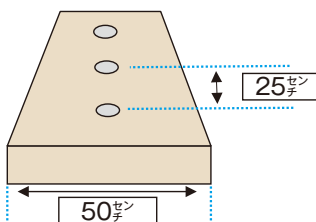
4月	5月	6月	7月	8月	9月
種蒔き		収穫			

圃場準備

- 種蒔き30日前までには、堆肥・苦土石灰は全面散布します。
- 施肥、マルチ被覆は、水分があるときに行い、地温確保のため、播種14日前までに終わらせます。
- 排水溝を設けて、雨水が溜まらないようにします。



【作式】



【施肥設計】

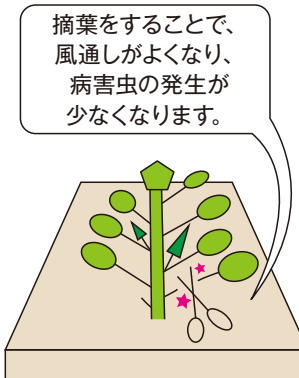
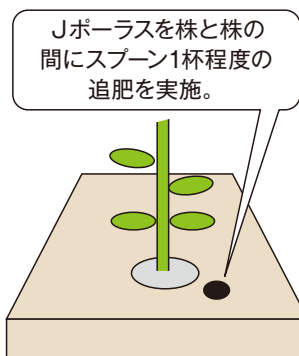
肥料名	1㎡当たり	備考
堆肥 (いずみ有機2号)	200㎏	全面散布
苦土石灰	10㎏	全面散布
オクラ配合	6㎏	

播種

- 1穴に4粒播きます。
- オクラの種は、皮が硬いので、一昼夜水に浸けてから種を播きます。
- 育苗してから定植する場合は、本葉が1枚開いた頃に行います。

かん水・追肥・摘葉

- 種蒔きをしてから本葉が1～2枚頃までは、株元が乾燥しないように適宜かん水し、収穫開始後は、生育に応じて実施します。
- 収穫開始後に2週間に1回のペースで追肥（Jポラス）を実施します。
- 果実を収穫した際に摘葉します。収穫した果実より下の葉を1～2枚残し、それより下の葉は全て摘葉します。



収穫

- 種蒔きをしてから60日後くらいで収穫が始まります。
- 大きくなりすぎると硬くなるので、9割程度で収穫します。



畜産

平成29年は、酉年!ニクの年!  
「第11回全共宮城大会」の年!!

【畜産事業部より】

平成29年9月に開催される第11回全共宮城大会まで、いよいよ残り半年程となりました。

全共とは全国の優秀な和牛を5年に一度、一堂に集めて、改良の成果やその優秀性を競う全国大会で、別名「和牛のオリンピック」と呼ばれています。

雄牛・雌牛の体型の良さなど、改良成果を月齢別に審査する「種牛の区」と、枝肉の状態を肉質を審査する「肉牛の区」に、全国の代表牛約500頭が出品されます。

第11回全共は「高めよう生産力 伝えよう和牛力 明日へつなぐ和牛生産」をテーマに開催され、本県も「ひらけ栄光の扉 世界へ未来へ 鹿児島黒牛」のスローガンの下、首位奪還という目標に向かって、皆さま方の特別なご理解とご協力をいただき、関係者が一丸となり出品対策に取り組んでいます。

本年9月に、「杜の都仙台」で「鹿児島黒牛」が好成績を収め、大き

く羽ばたけますよう、一層のご協力とご声援をよろしく願っています。

第11回全国和牛能力共進会へ向けた本県のスケジュール

種牛の区においては、4月12日(水)に地区一次予選会を実施し、28日までに出品牛申込を行います。そして、7月12日(水)の地区最終予選会を経て、29日・30日の県最終予選会にて本県代表牛が決定します。

肉牛の区においては、平成28年4月末の幹旋会の後、6月より概ね2カ月に1回の巡回指導調査を実施しています。最終巡回を7月に行い本県代表牛が決定する予定です。

全共宮城大会  
マスコットキャラクター  
うしままむね  
「牛政宗」

承認番号18号



第11回全共へ向けたスケジュール (平成29年度)

時期	種牛の部	肉牛の部
4月	12日(水) 地区一次予選会	巡回調査
	17日(月)まで 出品牛申込(出水)	
6月		巡回調査
7月	12日(水) 地区最終予選会	最終巡回
	29・30日 県最終予選会	
9月 宮城県仙台市 ：夢メッセみやぎ、仙台市中央卸売市場食肉市場	5・6日 出品牛搬入・測定 予備調査	6日(水) 出品牛搬入
	7日(木) 開会式 宮様御台覧	7日(木) と畜
	8日(金) 各区審査	8日(金) 冷蔵
	9日(土) 各区審査 等級決定	9日(土) 枝肉格付・審査
	10日(日) 各区審査 等級決定	10日(日) 等級決定 枝肉セリ
	11日(月) 名誉賞・上位入賞・特別賞 決定・展示 閉会式	

シニア野菜ソムリエ KAORUの  
ベジタブルライフ

ソラマメ ~空に向かって伸びる、生命力あふれる初夏の味覚~

ソラマメのプロフィール

- 【分類】マメ科
- 【原産地】中央アジア~地中海沿岸、北アフリカなど諸説あり
- 【和名】天豆、蚕豆、四月豆、五月豆、蚕豆
- 【おいしい時期(旬)】~6月
- 【主な栄養成分】タンパク質、糖質、ビタミンB1・B2・C、カリウム、鉄、銅、食物繊維など



イラスト：小林裕美子

ソラマメの子カラ

栄養のバランスの良さが魅力!

薄皮も一緒に食べると健康や美容により効果的。栄養価が高く、春~初夏の疲労回復や体づくりに役立つ。

ソラマメのじみツ

豆が上向きに付き、空に向かって伸びるので「空を向いた豆」が名前の由来

その扁のようなので、蚕豆とも書く

黒い筋の部分は「お黒黒」と呼ばれてるよ

保存方法

鮮度が落ちやすいのでなるべく早めには調理を! さやから出ると水分が蒸発してしまうため、さやは調理する直前にむくこと

塩ゆでして冷ましてから冷蔵庫で保存し、1~2日で食べ切る。すぐに食べない場合は固ゆでして冷凍保存(ジッパー付き保存袋に)がお勧め

見分け方

さやの緑色が鮮やかで、ツヤツヤがある

さやが上向きに付き、空に向かって伸びるので「空を向いた豆」が名前の由来

さやが白く腐もがうっすらと生えているものは新鮮

豆の大きさがそろっていて、しわがなく、ふっくらしている

腎臓の部分が茶色い場合は鮮度が落ちているので避ける

楽しみ方・食べ方のコツ

塩を一つまみに薄くマゼ、特製の煮汁でゆでるとおいしい

お黒黒の部分に切り込みを入れると、味も染み込みやすく、食べるときは薄皮をむきやすくなるよ

塩ゆでしてポタージュやソース

しょうゆと醤油を合わせたお味噌汁

お黒黒さんが炒めたソラマメがはじめて、しょうゆの味に感動! ほんのりとから生まれたとまじわっている

完熟・乾燥させたオタクマが加工用として大活躍! 中国の発酵調味料、豆板じんの主原料として、煮豆や炒り豆、練りあんなどに加工される

豆板じんの材料は

ソラマメのいろいろ

一才ソラマメ  
さやが大きく豆1粒が1寸ほど(約3cm)の平均2~3粒の現在流通している大半を占める主要品種(陽高一才打、一才、徳一才など)

早生ソラマメ  
平均4~5粒のやや小型の早生種。現在はごくわずか(原州早生など)



## 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29年3月8日(水)  
 午前 10時～11時30分まで  
 阿久根事業所会議室 ☎72-1111  
 午後 1時30分～3時まで  
 三笠事業所会議室 ☎75-2111  
 相談員 森代武志社会保険労務士

偶数月の  
第4土曜日 JAバンク 無料年金電話相談実施中!  
 平成29年4月22日(出)▶10:00～15:00  
 フリーダイヤル ☎0120-800-547

## 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10回理事会（平成29年1月27日）

- 1) 県常例検査回答書(案)
- 2) 平成29年度事業計画書
- 3) 平成28年度事業利用戻の実施
- 4) 農業信用基金協会の出資引受
- 5) 就業規則等の一部変更
- 6) 貸付審査

第8回監事会（平成29年2月3日）

- 1) 県常例検査の回答書に対する意見書
- 2) 平成28年度第3回無通告監査の結果
- 3) 平成28年度第2回臨時監査(資産査定)結果
- 4) 平成28年度末決算棚卸実査
- 5) 平成29年度監事監査計画(案)
- 6) 第1回監事会

## 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 平成29年3月12日(日)・26日(日)  
 9時～12時まで

場所 JA鹿兒島いずみ本所  
 (クレインハート(株)旅行センター事務所内)

詳しくはTEL: 0120-63-8510まで

## JAアグリセンターからのお知らせ

# 春野菜苗 & 花苗 特売市

JAアグリセンターでは、4月1日(土)から『春野菜苗・花苗の特売市』を開きます。当センターで育てた苗を通常価格より安く販売いたしますので、この機会にぜひご利用ください。

日時 平成29年4月1日(土)～10日(日)  
 午前9時～午後4時まで

場所 JAアグリセンター  
 出水市高尾野町大久保 2525-1

取扱苗

野菜苗  
 ・キュウリ ・ピーマン  
 ・トマト ・ゴーヤー  
 ・カボチャ ・スイカ  
 ・ナス ・メロンなど

花苗  
 ・ペチュニア ・ナデシコ  
 ・ケイトウ ・キンセンカなど

期間中は毎日営業!



お問い合わせは TEL82-4862 まで



## 第33回 春期 JA農機火展示会

平成29年4月21日(金) 9:00～15:00  
 22日(土) 9:00～15:00

薩摩中央家畜市場(さつま町) JA農機がごしま

お問い合わせは 農機センター本部 TEL64-2344 まで

## わたしたちのJA (1月末現在)

正組合員	.....	6,876人
准組合員	.....	10,969人
合計	.....	17,845人
出資総額	.....	31億3,843万3千円



JA健康サロン

最新式交流磁気治療

肩こり

腰痛

膝痛

不眠

便秘

夜中の  
トイレ

冷え性

など

会場

JA鹿児島いずみ 三笠事業所2F 会議室

色々な症状でお困りの  
方や何をしても治らない  
とお悩みの方は是非とも  
ご来場ください。

お試し  
無料!

グランドオープン!

3月13日(月)~

受付  
時間

午前 9:00~ 昼 12:30  
午後 2:00~ 午後 4:30

お問い合わせ JA鹿児島いずみ 三笠事業所 Tel.75-2111 JA鹿児島いずみ 生活燃料課 Tel.64-2625

も使わ  
なつた  
ねたい  
どつ!  
どつ!

あなたのJADDOポイント

貯まったまま  
に、なっていませんか?



選択利用コースのポイント使用方法

JADDOカードをご持参のうえ、お近くの店舗・施設にお越しください。

- 1 JAでの生活物資・肥料・農薬などの購入の際に使う。
- 2 華蓮・Zino、とんかつ華蓮、黒酢ドリンクバーSu+、JA茶房さつま路等での代金から値引いて使う。  
※原則として1ポイント1円からお使いいただけますが、一部店舗においてポイント使用下限がございます。  
※たわわタウン谷山のJA茶房さつま路、黒酢ドリンクバーSu+では値引きできません。
- 3 JAの窓口やおいどん市場と次郎館で「農協共通商品券」へ換券の上、JAグループ鹿児島の店舗・施設で使う。  
※「農協共通商品券」への換券は500ポイント単位で換券できます。 ※換券可能店舗についてはJADDOのホームページにてご確認ください。

ポイントを確認する

まずは貯まっているポイント残高を確認しましょう!

- 1 JAの窓口でご確認いただけますので、JADDOカードをご提示ください。
- 2 会員専用webサイトでご確認いただけます。  
➔ <http://www.jaddo.jp>
- 3 JADDOカードカスタマーセンターへお問い合わせください。  
➔ ☎ 0120-250-380





おしゃべり  
読者  
コーナー  
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  
などを紹介いたします。

☒ 家庭菜園に8種類の野菜を植えています。アナグマに掘りおこされてさんざん！主人も私もがっかり。より道いずみにお世話になります。

(出水市 庄 坂元 京子さん)

☑ おいしい畑を狙った、なんと罪なアナグマなのでしよう!!来年は、坂元さんの畑にたくさん野菜が実ることを願っています☆

☒ お正月に家族で「高千穂の峰」に登山して来ました。想像していたより険しくて全身筋肉痛になりましたが自然の中を歩くのは気持ちがいーハマリそうです。

(阿久根市折口 濱嶋 玲子さん)

☑ 新年に天孫降臨の山として知られる高千穂の峰の登山とは、とても縁起が良いですね。どんな景色が見られたのか興味深いです！

☒ 孫が車大好きで、でぞめしきを見に連れて行きました。感動して声にならない声を発していました。先日は、消防署の方に消防車に乗せてもらい大喜びでした。

(阿久根市脇本 福浦 ひとみさん)

☑ 出初め式は消防車を間近に見られたり、放水演習など迫力満点で、お孫さんも嬉しかったことでしょう。消防車に乗るなんてとても貴重な経験ですね。

イラストボード



長島町平尾 内田 陽菜さん



出水市大野原町 村上 なつきさん



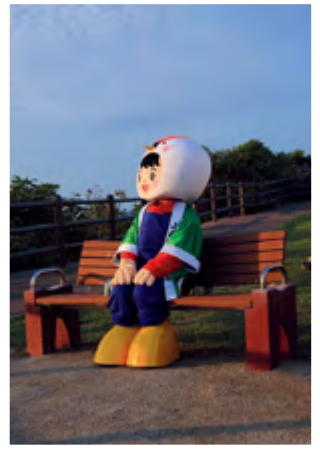
長島町平尾 白濱 凜さん



阿久根市脇本 瀧上 宗成さん

地域 Vol.2  
いづるくんNEWS  
いづるくん写真を撮ってもらったよ!

昨年某日、いづるくんがぶらりと訪れた長島町唐隈の長崎鼻灯台公園(ながさきはなとうだいこうえん)でたそがれていたところ、偶然出会ったアマチュアカメラマンの松永修さん(出水市麓町)に写真を撮っていただきました。



撮影：出水市の松永修さん

同公園は、夕陽と釣りの名所として知られており、松永さんは夕陽を狙って訪れていたそうです。

地域の方との触れ合いにいづるくんも大喜びでした。皆さま、いづるくんを見つけた際はお気軽に声をかけてください。

ほっとひといき フォトコーナー  
竹工作にかわいらしいひな人形

出水市高尾野町の竹添秋信さんは、昔話のかぐや姫の誕生場面をイメージした竹工品を作成しました。使用した竹は自ら伐竹したもので、趣味の日曜大工を活かして美しく加工しました。また、飾られているひな人形はぶらりと立ち寄った道の駅で一目ぼれして購入したものだそうです。

竹添さんは「昔懐かしい雰囲気竹工品ができました。私の自信作です」と話していました。

こちらの作品は、農産物直売所より道いずみに展示していますので、ぜひご覧ください。



頭の体操★クロスワード



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？

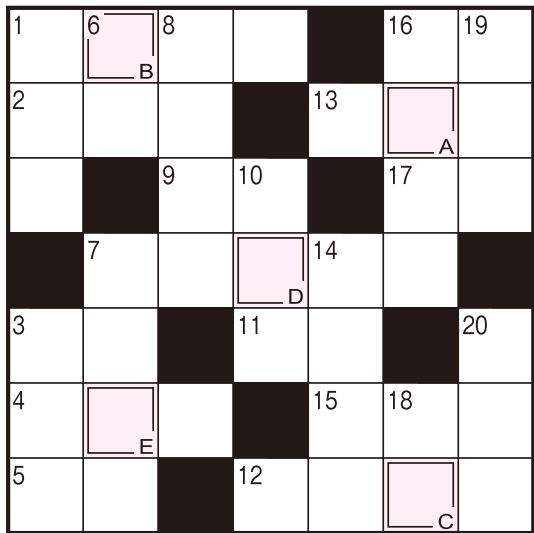
タテのカギ

- 1 役者が観客に見せるもの
- 3 卒業式で在校生が卒業生のために読みます
- 6 ドラマの——地を見学しに行った
- 7 ボラの卵巣から作る珍味
- 8 ヒエヤアワ、キビなどのこと
- 10 自分の目では見ることができない範囲
- 14 鍋料理の締めに作ることも
- 16 阿彌陀如来が居るとされる所
- 18 中敷きを入れると履きやすくなることも
- 19 京都市内の道は——の目のようだといわれます
- 20 知多半島、渥美半島がある県

ヨコのカギ

- 1 桃の節句に付きものの飲み物
- 2 水をくんで運ぶのに適した容器
- 3 流れ星が横切る所
- 4 雲の切れ間から——が差す
- 5 栄養があつておいしい物のこと
- 7 両親と未婚の子どもで構成されます
- 9 背中とお尻の間
- 11 陸・海・——
- 12 ONとOFFを切り替える装置
- 13 白歯の別名です
- 15 周囲が——の手を差し伸べた
- 16 12時から23時の終わりまで
- 17 エビネやサギソウもこの仲間

出題●ニコリ



1月号の解答

A B C D E  
「デゾメシキ」

クイズ・おたより・投稿等の応募方法と送り先

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

解答 ○ A ○ B ○ C ○ D ○ E

郵便番号・住所  
氏名(ペンネーム)・年齢  
職業・電話番号  
本紙への感想や要望、  
JAに対するご意見などを  
お書きください。

送り先

記入例(横書きも可)

記入例を参考にどしどしご応募ください。  
Eメールでも受け付けています。

izm-kikaku02@ks-ja.or.jp

- クロスワード
- しめきり ▶ 平成29年3月31日消印有効
  - 当選発表 ▶ 平成29年4月号
  - 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。



広報紙「ほほえみ」へ対するご意見・ご要望・情報などお寄せください。  
☎(0996)64-2624 (企画広報課)

1月号クイズ当選者

- ★ 戸田 友美さん 出水市西出水町
  - ★ 坂元 京子さん 出水市荘
  - ★ 富永 光子さん 出水市下大川内
  - ★ 前 芙美子さん 出水市高尾野町大久保
  - ★ 小島 民子さん 出水市高尾野町江内
  - ★ 山口 央さん 出水市野田町上名
  - ★ 波留 久美子さん 阿久根市波留
  - ★ 福浦 ひとみさん 阿久根市脇本
  - ★ 上濱 喜美子さん 長島町山門野
  - ★ 宮下 夏鈴さん 長島町指江
- ☆ 応募数：一〇三通  
答えは「デゾメシキ」でした。



J A鹿児島いずみ広報紙「ほほえみ」300号発行にあたり、今までご協力をいただきました地域の皆さまをはじめ、紙面作成に携わったすべての方の築きのもとで、現在作成担当をさせていただいていることに感謝申し上げます。

取材でお世話になった方に「よお！カメラマン！」とか「また写真撮りにけえね」など声をかけていただくことも増え、紙面作成から生まれる地域の方々とのつながりにありがたく思う今日この頃です。

今後も、地域の皆さまとJAと一緒に作り上げる広報紙「ほほえみ」になるよう、ご協力そしてご愛読のほどよろしくお願いたします！！(彩)



# 育てよう明日を

通信

このコーナーは、J A 県中央会・各連合会の情報をお伝えするコーナーです。

女性部

## 第1回県女性のつどい開催



J A 鹿児島県女性組織協議会は1月23日、鹿児島市の市民文化ホールで「第1回県女性のつどい」未来への贈りもの」を開きました。県内女性部員、J A 役員など600人が参加し、講演や活動発表などで盛り上がりました。

川畑功美子会長が「趣味や特技を生かした仲間作りで地域活動に参加し、新しい視点で組織の可能性を見つけていきましょう」とあいさつ。

鹿児島読売テレビの岡本善久アナウンサーと妻でフリーアナウンサーの安代さんが、「大変だ！と言わずに笑おう。岡本家族の約束」と題して講演。夫妻が5人の子育てを例に、女性部員へエールを送りました。

活動発表では県内10地域のグループが歌や踊りを披露。日頃の練習の成果を發揮しました。女性部全員で踊り「ハンヤ節」や歌声喫茶もあり、会場は歌と笑いに包まれました。

経済連

今年も最新鋭の大型農業機械から  
家庭菜園用の小物機械まで、  
豊富な品揃えで皆様のお越しをお待ちしています。



## 第33回春期J A 農業機械大展示会のご案内

- |        |   |
|--------|---|
| 南薩ブロック | 日時：3/10(金)・11(土) 9:00~15:00<br>場所：かせだドーム(南さつま市)     |
| 大隅ブロック | 日時：4/13(木)・14(金) 9:00~15:00<br>場所：東串良畜産指導センター(東串良町) |
| 北薩ブロック | 日時：4/21(金)・22(土) 9:00~15:00<br>場所：薩摩中央家畜市場(さつま町)    |

問合せ先：経済連 農業機械課 ☎ 099-258-5481

JAグループ  
鹿児島

## 鹿児島ユナイテッドFCを 地元農畜産物で応援



J Aグループ鹿児島は、1月26日、指宿市菅陸上競技場で鹿児島ユナイテッドFCに県産農畜産物を贈呈しました。

J Aいぶすきがソラマメ4キ、スナックエンドウ2キ、サツマイモ(紅はるか)10キ、J A 県経済連が牛肉5キ、豚肉5キ、鶏肉5キを贈呈。全国出荷量1位の品目にこだわりました。

地元の農畜産物をいっぱい食べて、来シーズンにむけて頑張ってくださいね。



ほほえみ 3月号  
発行日：平成29年3月1日

鹿児島いづみ農業協同組合  
編集発行：総務部企画広報課

〒899-0405 鹿児島県出水市高尾野町下水流890番地  
TEL 0996(64)2600 (代) FAX 0996(64)2608