



# ほほえみ



育てよう明日を  
JAグループ鹿児島



JA鹿児島いずみ  
<http://www.ks-ja.or.jp/izumi/>



# ほほえみ



池林 <sup>いすむ</sup>泉夢くん(8)・<sup>ひろむ</sup>大夢くん(9カ月)・<sup>あいむ</sup>愛夢ちゃん(7)  
ご両親：池林 元樹さん、直美さん 米ノ津事業所管内

## 10月号 もくじ

### 【特集】

毎年好評開催 高尾野植木市 ..... 6

もったいないをゼロに！  
食品ロスを減らすために私たちができること  
..... 8

地域×JA いづるくんNEWS ..... 3

食を育むおいしいページ ..... 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

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

秋の屋根・外壁塗装キャンペーン ほか ..... 20

Q. このくだものはななんだ？

泉 夢 くん  
愛 夢 ちゃん みかん!! あまくてだいすき!  
大 夢 くん

Q. お母さんがつくるごはんは、なにがすき？

泉 夢 くん からあげ!  
愛 夢 ちゃん 天ぷら★  
大 夢 くん まんま♥

Q. 大きくなったら何になりたい？

泉 夢 くん ロボットをつくる人!  
愛 夢 ちゃん 保育園の先生!  
大 夢 くん カッコいい大人♥  
(パパとママの希望です! 笑)





## 鹿児島県が団体優勝！ 最高ランク6頭で挑んだ九州管内系統和牛枝肉共励会



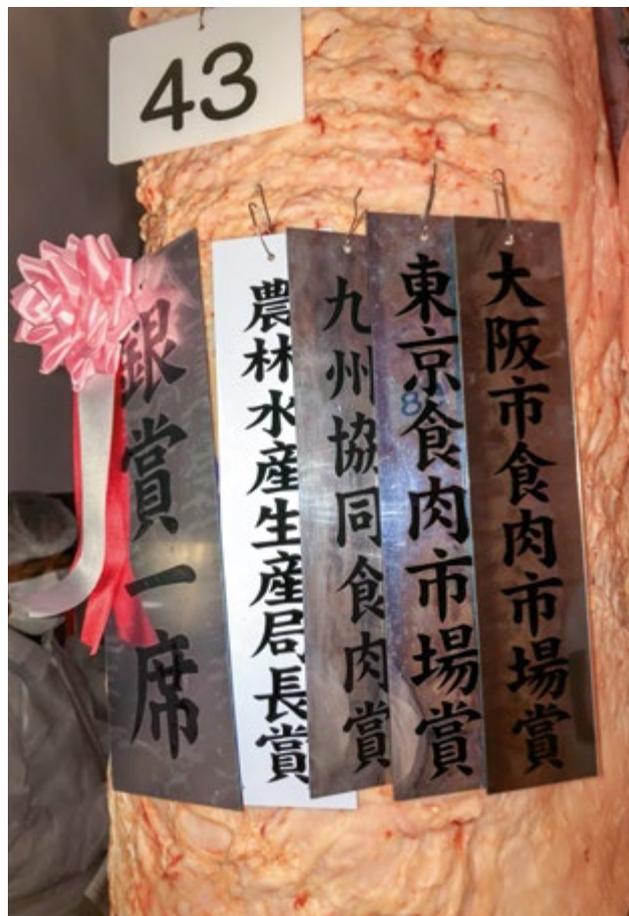
圧倒的な鹿児島黒牛の強さを見せた参加者ら

JAは9月1日、福岡県太宰府市のJA全農ミートフーズ(株)九州支社で行われた第42回九州管内系統和牛枝肉共励会に6頭を出品し、肥育牛生産者の林信一さん(米ノ津)が個人賞で銀賞一席を受賞、また鹿児島県全体では、3年連続となる団体優勝を勝ち取りました。

当日は、九州・沖縄8県から各17頭、合計136頭が枝肉審査され、九州管内の枝肉レベルを競いました。鹿児島県の出品牛は5等級率100%で、特に霜降りの度合いを示すBMS(脂肪交雑)の最高No.12が12頭出現し、さらにBMS平均が11.71と歴代最高の成績で「鹿児島黒牛」の圧倒的な品質の良さをもって、団体優勝を勝ち取りました。



銀賞一席を受賞した林さん



受賞した枝肉



### 小学生が元気いっぱいプレー

8月26日、出水市の高尾野多目的運動場で第25回JA旗争奪ソフトボール少年団大会が開かれ、JA管内小学校の少年団17チームが参加しました。

始球式では、JAマスコットキャラクターのいづるくんが見事な投球を披露し、会場を沸かせました。

参加した小学生らは、日頃の練習の成果を発揮して元気いっぱい白球を追いかけていました。また、保護者も大きな声で声援を送り、会場は熱気に包まれていました。

決勝戦では東出水チームと米ノ津チームが対戦し、東出水チームが見事優勝しました。

なお、成績は次の通りです。



優 勝	東出水チーム
準優勝	米ノ津チーム
第3位	高尾野チーム
	米ノ津東チーム



優勝した東出水チームの皆さん



いづるくんナイスピッチング!!

### いかだレースでJA若手職員が奮闘!

出水市の米ノ津川で8月25日、第4回出水いかだレース大会が開かれ、JA鹿児島いずみ米ノ津事業所に所属する若手職員8人が参加しました。

大会は、メンズ・レディース・男女混合・ファミリー・一般の部に分かれ、当日は出水市内から92チームが出場。当JAチームはレディース・メンズの両部に参加。レディースチームはマスコットキャラクター「いづるくん」に、メンズチームは鹿児島黒牛「ギョウジンガーブラック」にそれぞれ手作りコスチュームで変身し、大会を大いに盛り上げました。

参加した職員は「地域の皆さんと楽しく大会に参加できました。また、JAのPRもできてとてもよい機会となったので今後も積極的に地域行事に参加して盛り上げていきたいです」と笑顔で話しました。



若さはじける若手職員ら



鹿児島黒牛をPR!(メンズの部)



かわいらしいいづるくんで勝負!(レディースの部)



産地体制の強化に向けて活動方針を確認する会員の



### 安定した農業経営に向けて 野菜振興協議会総会

9月11日、JA本所で第19回野菜振興協議会総会が開かれ、生産者の代表やJAなど関係者約80人が参加しました。平成30年度は安定した農業経営を目指し、生産技術の向上による収量・品質対策や女性組織活動の充実による産地のPRおよび産地体制の強化を図ることを確認しました。具体的な取組みとしては、契約・直販取引の拡大による部会員の所得向上や、生産安定に向けた3aハウス助成の活用による生産基盤の維持拡大を図るほか、新規就農者・担い手の育成支援、農業者労働力補完として職業紹介事業の活用を進めていきます。

開会であいさつするJA三原仁常務



### マルイ農協の“育て元気！”講演会

8月19日、JA本所でマルイ農協がJAと赤鷄農協の協賛で、高校生や子育て世代の方を対象とした講演会「マルイの“育て元気！”講演会 生きる！+活きる！カこぶ」を開き、高校生や地域住民の方々が参加しました。

講演会は2部構成となっており、第1部ではコチカラ・ニッポン代表を務める川島高之氏、第2部では(株)ライフプラザパートナーズのエグゼクティブファイナンシャルアドバイザーの東圭太氏による講演がそれぞれ行われ、参加者らは終始興味深く聞き入っていました。

## 平成30年産稲ワラ 公表参考価格決定！

### 稲ワラ公表参考価格(10㌔当たり)

- ・ 掛け干し …………… 9,700円
- ・ コンバイン …………… 4,800円

#### 【規格および条件】

- ①十分に乾燥させ、長期保存に耐えられるもの。
- ②稲ワラは、運搬可能な場所に集積してあること。
- ③天候不良時は、双方で連絡を取り合って濡れないような対策をしてください。
- ④稲ワラの規格および条件に適合しない場合は、両者で協議すること。

### 稲ワラと堆肥を交換する場合の堆肥量

- ・ 堆肥交換量 …………… 2トッ車1台  
(10㌔当たり)

#### 【規格および条件】

- ①良質な堆肥とします。
- ②堆肥散布にかかる料金等については、条件・地域間の差もあることから各取引ごとにご相談の上実施してください。

講演に聞き入る参加者ら



### 1頭でも多く増頭を 全体研修会を開く

8月17日、JA本所で生産牛部会全体研修会が開かれ、今後も生産牛の維持・増頭に努め、飼養管理・衛生管理の徹底を図り、購買者の求める優良子牛生産に努めることを確認しました。あいさつでは同部会の溝上昭雄会長が「子牛の増頭を目指し、母牛の栄養管理を徹底し、生産率を上げるよう努力をしていきましょう」と参加者に呼びかけました。

なお、当日は平成29年度子牛最高売上者の表彰式も行われ、雌牛の部に池田修さん(高尾野)、去勢牛の部に馬場園正志さん(高尾野)が受賞されました。

毎年好評  
開催!!

11月7日(水)スタート! 毎月7日は講習会開催!!

# 高尾野植木市



JA鹿児島いずみの高尾野植木市には毎回たくさんの方にご来場いただき、誠にありがとうございます!

高尾野地区の植木農家の皆さんが育てた、生き活きとした樹木や花をより多くの方々に楽しんでいただけるように、今回は高尾野植木市の魅力をたっぷりご紹介します!

## どんな樹や花が出るの?



つつじ  
時期：4月



さつき  
時期：5月



ラカンマキ  
時期：1年中



もみじ  
時期：1年中

### その他...

- ・ヒメシャリンバイ
- ・トキワマンサク
- ・シマトネリコ
- ・ハナミズキ
- ・ヤマボウシ

※出品樹木・花は、セリ市当日に確定いたしますのであらかじめご了承ください。

## 樹や花が暮らしにもたらす効果

### リラックス効果

樹や花には、見る人の気持ちを和らげ、緊張をほぐすなどのリラックス効果があります。これは、樹木から発散される「フィトンチッド」とよばれる物質によるもので、目の疲れや精神的な疲労を和らげる効果も期待できるといわれています。

### 庭先で四季を満喫

自宅で季節ごとに花が咲く樹を植えることで、日本特有の四季の移ろいを日々の生活の中に取り入れることができます。

### 防犯対策

自宅敷地内の開口部先などに樹木を植えることで、外部を遮蔽し、程よくプライベートを保つことができることから、防犯にもつながるといわれています。





# 植木市に行ってみよう!

## 準備するもの

【身分証明書】

運転免許証 または  
健康保険証



### STEP1 受付 午前8:00~



8

番号札



登録証

事務所窓口で受け付けをします。  
内容は以下のとおりです。

- ①身分証明書の提示(初回のみ)
- ②申し込み用紙への記入
- ③番号札と登録証の受取

### STEP2 セリ開始 午前9:30~



河川敷沿いの会場に移動します。  
セリ人の案内のもと進行しますので、  
活気あふれるセリを思う存分  
お楽しみください!

### STEP3 代金精算



セリ後、事務所窓口でセリ伝票を  
もとに購入代金の精算をします。  
なお、購入の有無に限らず番号札  
は返却します。

## 【平成30年度 高尾野植木市開催日時】

午前  
9:30より  
開市!

平成30年		平成31年				
11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
7日	7日	—	7日	7日	7日	7日 <b>最終</b>
17日	17日	17日	17日	17日	17日	—
27日	—	27日	27日	27日	27日	—

◎なお、出水植木組合主催の植木市は10月2日から5月まで、毎月2の付く日に開催されます。

- 受付 午前8時~
- 開市時間 午前9時30分~11時30分  
(終了時刻が早まる場合がございます)
- 開催場所 JA鹿児島いずみ本所近く河川敷  
(出水市高尾野町下水流890番地)
- お問い合わせ JA鹿児島いずみ 園芸農産事業部 販売経理課  
TEL64-2631  
高尾野植木市場  
TEL82-0700

※植木市前日・当日のみ  
受付時間 前日(8:00~17:00)  
当日(8:00~11:30)

## 毎月7日開催 植木講習会

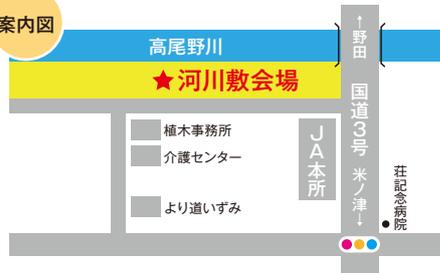
午前9:00~9:15



毎月7日は、植木講習会が開催されます。  
植木の管理・剪定方法などの専門的な知識をわかりやすく講習します。

お気軽にご参加ください!

案内図



## 植木振興会から

私たち植木農家が真心込めて育てた植木をぜひ皆さまの暮らしに  
役立てたいと思っています。ぜひ、お気軽にお越しください!

高尾野植木振興会 会長 塚元 哲郎



# 食品ロスを減らすために 私たちができること

管理栄養士・株式会社エミッシュ代表 柴田 真希(しばたまき)

「食品ロス」という言葉をご存じでしょうか？ 食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。日本では食料消費全体の3割に当たる約2800万トンの食品が捨てられていますが、このうち食品ロスは約632万トンとされています。日本人1人当たりで換算すると、お茶わん約1杯分の食べ物が毎日捨てられている計算です。

こんなにたくさんの食品が一体どこで廃棄されているかという、食品メーカー、卸、小売店、飲食店など多岐にわたります。メーカーや小売店では、定番カット食品と期限を超えた食品などの返品、バレンタインなどイ

ベント商品などの売れ残り、包装の破損や印刷ミスなどが廃棄されてしまう理由です。

対策としては、安全に食べられる食品は福祉施設などへ無料で提供する「フードバンク」と呼ばれる活動が行われています。また、3分の1ルール(食品の製造日から賞味期限までを3分割し、「納入期限は、製造日から3分の1の時点まで」「販売期限は、賞味期限の3分の2の時点まで」を限度とする食品流通業界の商慣習)の見直しなどもされているところです。

しかし、実は食品ロスは家庭からも多く発生しています。実に年間約302万トンにも上るのです。

数値・データ等は政府広報オンラインより

## さまざまな場面で発生する食品ロス



イラスト:MDRデザイン事務所

## 食品ロスを減らす5つの工夫

家庭での食品ロス削減は誰もができること。食べ物の廃棄量を減らすという環境面だけでなく、家計面にもメリットがあり、新鮮なうちうまくなりくりできれば、体調面でも良い効果が得られるでしょう。では、そのための5つの工夫をご紹介します。

### 食材を買い過ぎない

安いからなどの理由で食材をたくさん購入したり、在庫があるのを忘れて同じ食材がかぶったりすると使い切れずに腐らせてしまう原因となります。このような無駄を防ぐためにも、買い物の前にはしっかり食品の在庫を確認して、必要な分だけ購入するようにしましょう。もしも同じ食材を購入してしまったら、冷凍庫をうまく活用したり、早めに調理して作り置きするのも良いでしょう。



### 食材のアレンジ

何かを作るために購入した食材も、使い切れなかった場合は他の料理にアレンジして上手に使い切るようにしましょう。料理が苦手な人はなかなか難しいと思うかもしれませんが、加熱して食べられる野菜などは小さく刻んでみそ汁やスープにすれば毎食の料理に入れることができます。生食の食材もドレッシングなどと混ぜてサラダやあえ物に。レシピサイトで検索して新しい料理にチャレンジして、レパートリーを増やすのも良いでしょう。

### すぐに食べる物は賞味期限の短い物を

家庭での食品ロスを少なくするために食品を購入する際、賞味期限の長い物を購入するように気を付ける人もいらっしゃるでしょう。ただ、その分賞味期限が短い商品が店に残ってしまえば店側で廃棄することになってしまいます。

もしすぐ食べるのであれば、新しい物ではなく古い順番に取るようにし、食品ロスを少なくするように協力し合うことも大切です。

### 「消費期限」と「賞味期限」の違い

「消費期限」と「賞味期限」の違いをしっかりと理解しているでしょうか。

「消費期限」とは、お弁当やお総菜など品質の劣化が早い食品に表示されている食べても安全な期限のこと。従って、期限を過ぎた食品は食べない方が安全です。

一方、レトルト食品やハム・ソーセージなど、品質の劣化が比較的遅い食品に表示されている「賞味期限」は、いわば「おいしく食べられる期限」。期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。例えば、卵の賞味期限は「生食できる期限」を示したもので、しっかり加熱すれば期限を過ぎても食べることができます。

	賞味期限	消費期限
意味	おいしく食べることができる期限。この期限を過ぎても、すぐに食べられないということではない。	期限を過ぎたら食べない方がよい期限。
表示	3か月を超える物は、年月で表示し、3か月以内の物は年月日で表示。	年月日で表示。
対象の食品	スナック菓子、カップ麺、缶詰、レトルト食品、ハム・ソーセージ、卵、牛乳など。	弁当、サンドイッチ、生麺、総菜、ケーキなど。

### 外食での食べ残し

家で作る際には多めに作り過ぎないこと、余っても冷蔵庫などで保存し早めに食べ切る、などの工夫をすることができます。ただし、外食の場合は食べ切れないと捨てられてしまうことになりがちです。そうならないためにも、メニュー表に写真がなく量が確認できない場合は、お店の人に確認しましょう。また嫌いな物やアレルギーなどで食べられない場合は、初めに言って抜いてもらうように。小盛りメニューがあるか、ご飯の量を少なくするかなどで調整するのも良いでしょう。





農産物直売所 JA女性部の店

# より道いずみ

## さつまいものご紹介

日に日に秋も深まり、絶好の行楽シーズンがやってきました。

今回は、秋の代表的な味覚「さつまいも」をご紹介します。

鹿児島県から全国に広まったさつまいも。実は中南米が原産といわれ、ヨーロッパ、中国そして今からおよそ400年前に日本に伝わり、現在では消費者である私たちの身近な食材として親しまれています。

さつまいもの主成分はでんぷんであり、このでんぷんが糖化することにより甘みが増して、風味豊かなさつまいもになります。また、食べたえも抜群ですがカロリーは米や麦のおよそ1/3程度であるため、栄養価も高く腹もちも抜群でダイエット中の女性にも愛されているようです。

さて、より道いずみにはさまざまな品種の旬のさつまいもが並びます。食欲の秋、さつまいもの食べ比べて旬の味覚を楽しんでみてはいかがでしょうか？



### ★激げマ★ さつまいものツナサラダ

- ①ふかしたさつまいもをマッシュする。
- ②①にきざみ玉ネギとツナを混ぜ合わせる。
- ③マヨネーズ、塩コショウで味を調べて出来上がり!



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 営業時間 8:30~17:00 Tel.64-2660

私の食育日記

## 味比べパーティーで味覚のお勉強

タレント・食生活アドバイザー●岡村麻純

わが家で最近はやっているのが味比べパーティーです。もともとはパパが大のトマト好きで、いろいろな種類のトマトが食べてみたい!と、ミニトマトから大きいトマトまでサイズもいろいろ、赤だけでなく黄色や緑と色もいろいろ、「桃太郎」にファーストトマトと品種もいろいろ、たくさん食卓に並べみんなで食べ比べてみたのが始まりです。4歳の息子も一緒になって、「これが一番甘いね」とか、「この辺は酸っぱくて、これが甘じょっぱい!」とか、彼なりの言葉で表現しています。これって立派な食育になっていると気が付きました。

私たち大人より子どもの方が味を認識する味蕾(みらい)がたくさんあり、味覚は敏感です。乳幼児の頃にはこの味蕾は1万個ほどあるといわれ、この時期は味に敏感過ぎてミルクやおっぱい以外を口にするのは味覚的にもきついそうです。そして味に鈍くなり始めた頃にちょうど離乳食が始まるといわれています。その後は減少し、高齢者といわれる頃

には、約3000個になるそうです。たばこや嗜好(しこう)品、味の濃い食事を続けることで味蕾は減少しやすくなることが分かっています。

しかし子どもは、味に対する経験値は大人より未熟です。なので、こうやって味比べをすることで、味覚への意識が高まり、まさに味覚のお勉強になるのではと思いました。

トマトだけでなく、白米をいくつかの銘柄と比較してみたり、全国のご当地うどんの味比べをしたり、最近では家で作っている食パンの強力粉を、「はるゆたか」と「ゆめちから」と、種類ごとに焼いて味比べをしてみたりしています。同じ物がたくさん並ぶせいか、息子はいつも大はしゃぎです。味だけでなく、歯触りや香りの違いにも意識が向くよう、これからのいろいろな味比べパーティーをしてみようと思います。



# ほほえみ きつちん



わたしたちが  
つくりました!

J A鹿児島いすみ女性部  
東支部のみなさん

## ★お月見★さつまいもだんご★



【材料】(4人分)  
1人分約160kcal

さつまいも…………… 250g  
片栗粉…………… 80g  
絹ごし豆腐…………… 120g



【作り方】

- ①片栗粉と豆腐を混ぜ合わせ、よくこねておく。
- ②①に事前にふかして粗熱をとったさつまいもを加える。水を足しながら、手で丸められる固さになるまでこねて、2cm程の大きさに丸める。
- ③沸騰したお湯で②を5分程ゆでて、だんごが浮いてきたらざるに上げ、冷水にさらして出来上がり。

## 🍵 お米で健康 🍵

管理栄養士・雑穀料理家●柴田真希

### 【みそ汁の栄養】

ご飯のお供といえば、やはりみそ汁。ご飯やみそ汁を飽きたと感じることはありませんから、日本人に欠かせない料理の一つです。昨今の「減塩志向」から控える人がいるということも耳にしますが、みそ汁の栄養ポイントをご紹介します。

みそ汁の調味料である、みその原料は「大豆」です。大豆に塩やこうじを入れて発酵させた物がみそになります。大豆はタンパク質の他、ビタミンB群をはじめとしたビタミンやマグネシウム、カリウムをはじめとしたミネラル、食物繊維を豊富に含むことはご存じだとは思いますが、これが発酵されることによりタンパク質がアミノ酸に分解され、消化されやすくうま味も増すなどのメリットがあるのです。

気になる塩分は、みその種類にもよりますが10～13%くらいで、淡色辛みそで大きさ1杯当たり2・2gです。2人分で300ccのだし汁に対して大きさ1杯のみそを溶かせば、1人分1g強で済みます。

みそ汁には具材を入れますが、野菜や芋などにはカリウムが含まれます。カリウムには血圧を安定さ

せる作用があり、高血圧予防には欠かせません。また、ワカメなどの海藻にはマグネシウムが含まれ、代謝を促してくれます。カリウムやマグネシウムはゆでると流れ出てしまうため、丸ごと取れるみそ汁は生活習慣病予防に役立つといえるでしょう。塩分が気になる人は具材を多めに。汁の量を減らすことができ、野菜が多く取れるので一石二鳥です。

みそ汁はご飯と一緒に食べることが多いですが、ご飯に不足しがちな必須アミノ酸のリジンがみそには豊富に含まれています。さらに、ビタミンC、β-カロテンなどのビタミンは米には含まれませんが、みそ汁に旬の野菜をふんだんに使うことで補給できます。ご飯にない栄養素も補給できるみそ汁は、ご飯と最高の組み合わせなのです。



# うちのアイドル



左から 秋田 海凧斗くん(2歳)、恵凧ちゃん(3歳)  
凧翔くん(5カ月)

賑やかな毎日。上の子二人は双子みたいに成長(\*^\_^\*)みんなのかわいい笑顔に日々の疲れも吹っ飛ぶよ!! なたたちの元気が一番!!

【ご両親: 出水市の秋田孝博さん、恵理香さん】



ほほえみさん

竹山 真菜実さん (21歳) 長島町指江

◆お仕事は？

今年の4月から保育教諭として働いています。慣れないことばかりですが、大好きな子どもたちや、いつも指導してくださる先輩先生方のおかげで自分自身の成長と仕事へのやりがいを日々感じています。

◆休日は？

友人と出かけたり、一人カラオケで気分転換をしたりしています。

◆地域の魅力は？

海・山・食の豊かさはもちろんのこと、人の温かさや居心地の良さを感じる場所です。

生まれ育った地域で働けることに誇りを持ち、これからも自分のできる範囲で地域貢献していきたいです。

## 秋だニャー♪ もじよかペット スペシャル!

くう



飼い主 出水市福ノ江町の村上尚子さん  
毛が黒いから「くう」と名前をつけたら…  
よく「食う」猫になってしまいました(笑)

たろべ



飼い主 出水市高尾野町江内の  
P.N. 笠山のおばさん

家族になって丸2年のたろべ。家族の癒しです。虫とり名人ならぬ名猫です。

思い出写真館



№  
93

沖洲 一典さん  
(72歳)

米ノ津事業所管内

いつの頃の写真ですか？

昭和 51 年頃、妻の妹が住む指宿山川に家族で遊びに行った時の写真です

その頃の思い出を教えてください。

米ノ津の海の近くで育ったこともあり、大の釣り好きである私は、もちろん指宿でも釣りを楽しみました。長崎島では、黒鯛やカワハギなど家族で食べきれないほど大漁でしたので、教師をしていた義理妹の同僚の先生方を招いて大宴会を開きました。

釣り好きの遺伝は孫の代まで受け継がれ、夏になる



当時1歳の娘とともに

と福岡にいる孫が遊びに来て釣り三昧の日々を送ります。学校の写真クラブに所属する孫娘は、釣りの風景写真をコンテストに応募したり、孫息子は私との釣りの思い出を書いた作文が新聞へ掲載されたりと、それぞれ海好きの血をひいて素直に育ってくれて、どんな大物を釣るよりもうれしい限りです。

これからも、孫たちの健やかな成長を見守りながら釣りに畑に充実した時間を過ごしていきたいと思っています。



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もじょ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…お子様の写真がデジカメ画像に、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もじょかペット…ペットの写真がデジカメ画像に、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-mail : izm-kikaku02@ks-ja.or.jp



川床バレーボールスポーツ少年団

Q1.どんなチーム  
ですか？

小学1～6年生の新体制でスタートして半年。楽しく思いやりのバレーをモットーに、日々活動中!!ブロック別の夏の大会で優勝することができ、メンバーのやる気も上昇中です!

Q2.責任者から  
メッセージ

これからもみんなで頑張りましょう!!

園芸

そらまめ・実えんどうの播種について



園芸農産事業部指導課 大野 泰 誉

※そらまめは、低温処理した芽出し苗を植付します。低温処理が出来なかった場合は、11月上旬に播種してください。

※そらまめのカラス対策として、圃場やマルチ上にテグスを張りましょう。

圃場準備

発芽を揃えるため、下記の表を参考に、うね上げ・土壌消毒を定植（は種）の3週間前までに終わらせておきましょう。また、土壌消毒を行った場合は植付の3～5日前に必ずガス抜きを実施しましょう。また、畦内の水分不足が懸念される場合は、マルチ穴あけ後、300cc/穴程度の灌水を、播種3日前までに実施してください。

定植・播種時期のめやす

		10月			11月		
		上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
そらまめ	早場		○……○				
	遅場			○……○			
実えんどう	早場		○……○				
	中間			○……○		○	
	遅場					○……○	

※霜が強い地域での早播きは控えます。  
 ※欠株対策として、セルトレー等に植付本数の1割程度の補植苗を準備しましょう。

病虫害対策

初期生育を揃えるため、播種時および発芽後の病虫害対策を実施しましょう。

◎アブラムシ対策

アドマイヤー 1粒剤	2 <sup>g</sup> ラ/穴（6 <sup>g</sup> 畝/10 <sup>m</sup> まで） ※は種時（土壌混和）に実施
---------------	--

◎立枯病対策

タチガレン液剤 500倍	400～500 <sup>g</sup> ラ/10 <sup>m</sup> （そらまめ） 600～700 <sup>g</sup> ラ/10 <sup>m</sup> （実えんどう） ※発芽後植穴かん注
-----------------	--

栽植密度

適正な播種数・枝数が品種ごとに違います。株間・播種数を守って植付・播種を行いましょう。

品種	株間	播種数	仕立枝数	m間枝数
そらまめ	45～50cm	1本	4～5本	8～10本
まめこぞう	20cm	3粒	3本	15本
南海緑	20cm	2～3粒	5～6本	25本

農産

甘しょの次年度対策



園芸農産事業部指導課 大田 昭 浩

大きいものは、水分含有量が多く貯蔵中に腐れが発生し易くなるので注意して下さい。

形状については、親いもの形状を引き継ぎやすいため、株単位で紡錘形に揃っているものを選びましょう。

※早い時期からの種いもの確保は、貯蔵中の腐敗原因となりますので、注意しましょう。

甘しょの生育状況は、育苗期間中の低温により、苗の生育不良による植え付けの遅れがみられたが、活着は良く生育初期は順調に推移しました。

収穫においては、無理な早掘りを行わず、植え付け後150日以上を目安にもの肥大を見ながら、適期の収穫と計画出荷に努めましょう。

種いもの選定と収穫

種いものは、植え付け後120日を目途にし、株単位で腐敗や病害のない健全なものを選んでください。

時期は、貯蔵中の腐敗を防ぐために、気温が15℃程度に下がってから行き、降霜前には終わらせてください。

収穫作業は、晴天が続き畑が良く乾いている晴天日で、入庫日7～10日前に種いものを傷をつけないように丁寧に行い、掘り採り後は、雨や夜露にさらさないよう注意してください。また、生育日数の短い、若いものは苗床での萌芽・苗立ちが優れ、種いものに望ましいです。種いもの尻尾があると、苗床での発根が早く、萌芽も早まります。

大きさについては、200<sup>g</sup>～300<sup>g</sup>の物を確保しましょう。小さい芋では、茎数が少なく、葉も小さくなり、

種いもの量

2回採苗の場合で10<sup>m</sup>当たり200～400個、約40～120<sup>kg</sup>準備してください。

収穫後のほ場管理

立ち枯れ病・つる割れ病・病いも（紫紋羽病、黒斑病等）の発生が見られたほ場からは、病いもやいもつるを確実にほ場以外に持ち出して処理してください。また、紫紋羽病の発生ほ場は、クロールピクリン等で植え付け前に土壌消毒を行ってください。

マルチ資材等は、廃ポリ回収等を活用し適正処理をしましょう。



共通

農作業安全対策  
(刈払機編)

北薩地域振興局 農政普及課出水市駐在 原口和幸



刈払機事故の4つの主な特徴は、「斜面・法面での不安定な姿勢による事故」、「回転刃による事故（接触、飛散物）」、「詰まりなどの除去時の事故」、「周辺環境に起因する事故」です。刈払機を使用する際は、以下の事項に留意し、安全第一で農作業事故防止に努めましょう。



図1 作業服・保護具



図2 滑りやすい傾斜地で法面途中に足場や小段を設けた例『(一社)日本農村医学会編「こうして起こった農作業事故」(No.Ⅳ) p44より』

- 必ず取り扱い説明書を読み、作業に適した作業服・保護具を着用してください(図1)。
- 作業前に各部の点検を行い、飛散物や巻き付きを避けるため、あらかじめ作業現場の異物・障害物(石や空き缶、ひも類など)を取り除いてください。

- 傾斜地での作業は足場を確認し、滑りやすい場合は、法面途中に足場や小段を設けてください(図2)。
- 朝露や雨で作業面が濡れていると滑りやすくなるので作業しないでください。
- 飛散物防護カバーは必ず指定された位置に装着し、刈刃の巻き付き除去はエンジン停止後に行ってください。



図3 草を刈る位置

- 作業中は15m以内に人を近づかせず、作業者に近づく時はあらかじめ安全な合図を決めておき、前方から合図を送るようにしてください。

- 草刈り部のキックバック(刃が回転方向の反対側に跳ね返される現象)が発生する位置を理解し、能率のあがる刈刃位置で作業してください(図3)。
- 刈る時にはメインパイプを右から左へ振り、右足からすり足で前に進み、左足がこれに続くという進み方をしてください(図4)。



図4 作業方法

- 長期間使用しないで格納する時は、燃料タンク気化器内部の燃料を抜いてください。

【参考：(一社)日本農村医学会、(一社)日本農業機械工業会刈払機部会資料】

園芸

春バレイショの管理  
(浴光催芽)

園芸農産事業部指導課 小園英樹



春バレイショでは、種いもを植付け前に浴光催芽(萌芽をそろえ、生成をすすめること)することにより、増収のための第一歩になります。丈夫な芽を育ててから植えてください。

浴光催芽の方法

- 1) 植え付け前種いも消毒後20~30日間ほど、明るい室内(倉庫等)や軒下、ビニールハウスに種いもをバラで薄く並べるか又は、コンテナや魚箱に浅く入れて十分光が当るように積み重ねる(貯蔵中に細かい芽が伸びていたり、頂部の一芽だけが強く育っていたら、必ずかぎとってから浴光催芽をしてください)。

- 2) 種いもをバラで並べるときは、地面にビニールを敷いて、地面からの湿気を防ぎ、乾燥状態を保つ。並べる厚さは3段が限度。容器に入れる場合も同じです。

- 3) 適温は15~20℃。日中は25℃を越えないように、又、夜間は凍らないよう管理します。
- 4) 浴光催芽期間中に1~2回容器を上下に入れかえて、平均に芽が育つようにしてください。

- 5) 芽の長さは5mm程度にし、芽が伸び過ぎるようなら、直射日光にあてて、徒長を抑えましょう。

- 6) 浴光催芽は植付け直前まで継続し、種いも切断後はできるだけ早く植えてください。

- 7) 腐敗している種いもや萌芽不良の種いもは、切断するときに取り除いて、植えないようにしましょう。



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

## 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6回理事会（平成30年8月29日）

1) 理事との契約について

第4回監事会（平成30年8月9日）

- 1) 平成29年度監事監査回答書
- 2) 平成30年度第1回無通告監査の結果
- 3) 平成30年度上半期棚卸実査要領（案）
- 4) 平成30年度上半期書類監査の日程



生活関連資金（住宅・車等）の無料相談会を、下記の日程で開催いたしますので、お気軽にご相談ください。

**日程** 平成30年11月4日・11日・18日・25日

**※毎週日曜日 9時～12時まで**

**場所** JA鹿児島いずみ本所  
 （本所ATM側管理センター事務所内）

詳しくはTEL：0120-63-8510まで

## 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（TEL64-2625）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
12 / 11	出水	女性	5人
12 / 11	大川内	一般	2人
12 / 11	大川内	女性	2人

## そらまめ・実えんどうを作付してみませんか？

JA鹿児島いずみでは、そらまめ・実えんどうの生産者を広く募集しています。

近年は販売単価も安定しており、少面積でも収益性が上がる、とてもおすすめな栽培品目です。なお、当JAでは、種子に対する助成を行っております。

### 【平成30年度推進対策助成】

◎豆類生産者（豆類全品目）に対し、種子購入費用に対する40%以内の助成

※JA鹿児島いずみを通じて、豆類を出荷・販売する生産者に限ります。

※助成時期は、平成31年2月末を予定しています。

興味がある方は、園芸農産事業部指導課  
 TEL64-2630 までお問い合わせください。

## わたしたちのJA（8月末現在）

正組合員 …………… 6,500人  
 准組合員 …………… 10,858人  
 合計 …………… 17,358人  
 出資総額 …………… 33億51万7千円



第17回 JA鹿児島いずみ

# 農業祭

JAでは、地域の皆さまとのふれあいを通じて、農畜産物のもつ重要性の再確認と、収穫の喜びや農業への理解を深めてもらおうと、今年も農業祭を開きます。

当日は、盛りだくさんのイベントを用意して、皆さまのご来場をお待ちしています。



## 屋外ステージ

歌謡ショー

### 香西かおり

- ★キャラクターショー
- ★郷土芸能
- ★抽選会など

※イベント内容は一部変更になる場合があります。



## 食・農ふれあいコーナー



### 牛・豚肉販売!

- ★農畜産物や生活資材などの展示・販売会
- ★花・苗木の販売
- ★農産物の品評会 などなど



## 味グルメコーナー

- ★牛肉や豚肉の試食
- ★餅なげ大会
- ★おにぎり・うどんなど

## ちびっこふれあいコーナー

- ★ふわふわ遊戯
- ★金魚・ボンボンすくい

交通安全  
子ども免許証  
作成など



入場無料

※雨天決行 ※駐車場有り

とき **11月23日(金) 勤労感謝の日** 午前9時30分から 午後4時まで

ところ JA鹿児島いずみ本所敷地内 (出水市高尾野町下水流/国道3号線沿い) 主催:鹿児島いずみ農業協同組合

阿久根・長島方面から来場される方々へ:当日は国道3号が大変混雑しますので、市道・県道等もご利用ください。

# JAローン キャンペーン

身近で便利、安心な JAバンクのローン!

## マイカーローン

新車や中古車の購入をはじめ、修理・車検費用などに使える!

金利 **1.8~3.5%** (保証料込)

キャンペーン期間 2018年9月3日~2019年5月31日



## 教育ローン

お子さまの教育に必要な資金に使える!

金利 **1.9~3.5%** (保証料込)

キャンペーン期間 2018年9月3日~2019年4月30日



他にも様々な用途で使える資金があります!



スマートフォンでも パソコンでも  
24時間365日 受付中!

## ネットでのお申し込み

### マイカーローン & 教育ローン

金利 **1%** (保証料別)

▼パソコンから  
<https://ja-netloan.jp/>  
スマートフォンから▶

JAネットローン 検索



キャンペーン期間 2018年9月1日~2018年10月31日



JA鹿児島いずみ  
公式マスコットキャラクター  
いづるくん

【お問い合わせは】  
JA鹿児島いずみ ☎0120-63-8510 TEL0996-64-2606

# イラスト ボード



長島町蔵之元  
まちぐち ななさん



出水市高尾野町  
八木 玲奈さん



出水市西出水町  
福本 ゆいさん



阿久根市赤瀬川  
山下 和太瑠さん

小学生の田植え記事を見て、自分たちの子どもの頃を思い出しました。昔は年に2回、田植えと稲刈りの時期に「農繁期」として学校が休みになる日があり、家族総出で作業しました。昔ながらの懐かしい思い出です。

（出水市向江町 P.N.ありがとさん）

昔は、家族で協力して汗を流す貴重な時間があったのです。子ども頃から農に携わって過ごすことは今も昔もとても大切なことですね！



## 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・イラストなどをご紹介します。

いづるくんのぼうしをたいせつにしています！

（出水市野田町 ばばゆずきさん）

ありがとうございます！にじいろキッズのときのぼうしだね。これからもずっとたいせつにつかってね！

今年の夏は異常に暑かったため農家の皆さまの苦労が身にしみています。

（阿久根市波留 岩崎 二三子さん）

本当に今年の夏は酷暑でした。改めて、農畜産物を育ててくださる農家の皆さまへ感謝です。

いづるくん活動の舞台裏や地域のみなさまとの交流などオフショット写真を公開していくよ！！



## idustagram

いづるくんと地域の皆さまとの

### ★夏の思い出★

いかだレース  
8/25




#みんなのレースを見守ったよ！

### JA旗杯 ソフトボール大会 8/26



#試合頑張ってるね！



#おともだちができたよ☆



#出会った記念に♪



#これからも仲良くしてね☆

# 頭の体操★クロスワード



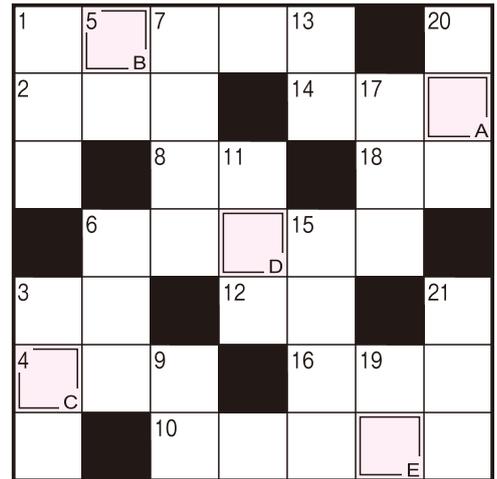
二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？  
出題●ニコリ

## ヨコのカギ

- 1 ギーチョンと鳴く秋の虫
- 2 図書館で専門的な仕事をします
- 3 海に潜って貝などをとる職業
- 4 目のこと。つぶらな――
- 6 ゆらゆらとバランスを取る玩具。長い腕を持つ人の形をしています
- 8 子(ね)と寅(とら)の間
- 10 警察官や消防士、裁判官はこれ
- 12 黄門様のお膝元です
- 14 決まった時間に寝起きする、――正しい生活
- 16 渦巻き模様が付けられた練り物
- 18 二十世紀、新高などの品種があります

## タテのカギ

- 1 馬に乗る人のこと
- 3 マガモを改良して作られました
- 5 お金を借りると付くことも
- 6 日本海軍が造った世界最大の戦艦
- 7 軍配を持って土俵に上がります
- 9 神社で神事に奉仕する女性
- 11 泡立ててメレンゲを作ります
- 13 田畑を耕す道具の一つ
- 15 首都はハノイ。米の生産が盛んな国です
- 17 ――あれば憂いなし
- 19 野球でランナーが滑り込む所
- 20 カトリックでは神父、プロテスタントなら
- 21 リレーの選手がつかなく物



●解答欄

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

8月号の解答



A B C D E  
「ナツマツリ」

- 【8月号クイズ当選者】  
当選おめでとうございます。
- ★ 山内 嘉治さん 出水市大野原町
  - ★ 成松 結音さん 出水市下知識町
  - ★ 吉森 徳子さん 出水市下鯖町
  - ★ P.N グリンピースさん 出水市高尾野町柴引
  - ★ P.N 紫あじさいさん 出水市高尾野町江内
  - ★ 餅井 琉生さん 出水市野田町下名
  - ★ 岩崎 二三子さん 阿久根市波留
  - ★ P.N はなはなさん 阿久根市多田
  - ★ 豆ヶ野 湊土さん 長島町獅子島
  - ★ P.N ポテト娘さん 長島町鷹巣
- ☆ 応募数：八十八通  
答えは「ナツマツリ」でした。

## あとかき Editor's Note



小学4年生の甥っ子のペットは、ヤモリの「ちび」。いつか訪れるだろうちびとの別れを思うだけで泣いてしまうほど、大切に育てているようです。実家に遊びに来る時はいつもちびをいれた虫かごをぶら下げてやってきて、自分のごはんはしかと食べずにちびのエサを探しに近所の草むらに出かけていきます。「優先順位がおかしい！」と母親から叱られながらも、負けじとチビをかわいがる甥っ子。子どもが何かに一生懸命になる姿は、とても純粋でかわいらしいものです。

毎日忙しくされている大人の皆さま！これから、過ごしやすくなる季節となりますので、たまには童心に戻って自分のための趣味・時間をつくり、粹な時間を過ごし、疲れた心や体をリセットしてみるのはいかがでしょうか(^o^)(彩)

## クイズ・おたより・投稿等の応募方法と送り先

899-0405

出水市高尾野町  
下水流890番地  
JA鹿兒島いずみ  
企画広報課宛

送り先

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。  
※ペンネーム希望の方も氏名は  
必ず記入してください。

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30年10月31日消印有効  
当選発表 ▶ 平成30年12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)



# 秋の屋根・外壁塗装キャンペーン

**点検・診断無料!!お見積り無料!!**

まずはお気軽にご相談ください。専門業者が調査・お見積りします!

キャンペーン期間 平成30年 **10月1日**月▶**11月30日**金

**キャンペーン特典1**



上記期間中に、ご成約いただいた方には **JADDOポイント進呈!**

※JADDOカードをご持参のうえ、スタッフにご提示ください。  
見積り特典 **1,000ポイント** + 成約特典として成約額(税抜)の **1%相当額**のポイント ※1,000円未満切り捨てとします。



## あなたの家は大丈夫?

さわると手に白い粉がつく!

外壁や屋根の色があせてきた

10年以上塗り替えをしていない

コケ、カビなどの汚れが目立つ!

壁にヒビが入っている

あちこちで雨漏りがする

### 外壁かんたんセルフチェック

チョーキングは、外壁表面の塗装が劣化している場合に発生します。外壁をさわって白い粉状のものが付着したら塗替えサイン、無料点検をおすすめします。

**キャンペーン特典2**

**外壁塗装 30坪パック**

※**築20年のお家が新築のような輝き!!**



安心の3回塗り!

- ①足場工事
- ②高圧洗浄
- ③養生
- ④下塗り
- ⑤中塗り
- ⑥仕上げ塗り

施工内容 **シリコン塗装** キャンペーン特別価格

足場工事 + 養生ネット

**59.0万円(税別)~**

※延べ床30坪(塗装面積150㎡)の場合の価格です。  
※雨樋・軒天・破風などの塗装は含まれておりません。別途お見積りさせていただきます。

お問い合わせ JA鹿兒島いずみ 本所 生活燃料課 Tel64-2625

## こんにちはAコープです!



### Aコープの旬の情報満載 ホームページ

Aコープのこだわり商品の紹介や、イベント情報、旬のレシピ等を紹介しています! また、オンラインショッピングもAコープ自慢の限定商品など豊富に取り揃えております。ぜひ、ご覧ください!

◆ホームページアドレス <http://acoop-ks.co.jp>

検索はこちらから⇒

### Webチラシも配信中

火・水・木のちよつきり市、  
木・金のお買い得チラシが  
ホームページで  
ご覧いただけます。  
ぜひ、ご利用ください。

