

ほほえみ

JA鹿児島いずみ

<https://ja-izumi.or.jp/>

No.385

2024
4
月号



新しい夢 **どんどん**
育てよう明日を
JAグループ鹿児島



ホームページ



FaceBook



LINE



Instagram



JA 鹿児島いずみ
キャラクター
いづくん



Contents

【特集】

あなたもJA女性部員になって地域を盛り上げてみませんか？
JA鹿児島いずみ女性部の紹介 …………… 6

SLEEP WELL FOR GOOD HEALTH
健康快眠講座 …………… 8

地域×JA いづるくん NEWS …………… 3
組合員加入で！
JADDO カードポイントを進呈いたします！ …………… 5
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 …………… 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
JAバンクからの大切なお知らせ ほか …………… 20

今月の表紙

小田 優愛ちゃん (11) 菜愛ちゃん (6)
茉愛ちゃん (5) 怜生くん (4)

【ご両親：阿久根市脇本の小田淳史さん・美優さん】

Q1. 好きな食べ物は何ですか？

優愛ちゃん サーモン！
菜愛ちゃん わたあめ！
茉愛ちゃん アメ！
怜生くん イチゴ！

Q2. 将来は何になりたい？

優愛ちゃん 保育士になりたいです。
菜愛ちゃん 美容師になりたいです。
茉愛ちゃん ケーキ屋さん！
怜生くん 消防士！

ご両親から これからもみんな仲良く
ひとこと 元気に育ってね☆



元気な4人姉弟☆毎日にぎやかで楽しそうだなあ！これからもみんな元気で仲良くね♪

● わたしたちのJA (2月末現在)

正組合員：5,611人 准組合員：10,410人 合計：16,021人 出資総額：38億2,701万8千円



**女性組合員の声をJA運営に活かす
第5回女性組合員の会**



活発な意見交換が行われました

J Aは2月14日、本所で第5回女性組合員の会を開きました。

当日は、女性部や各生産部会、J A女性理事など関係者ら約40人が参加。J A役職員らが情勢報告や令和6年度事業計画などについて説明を行ったほか、各事業部長を含めて意見交換を行いました。J A上宗光組合長は「女性目線の様々な意見を聞き取り、J Aの運営に反映させることで課題解決に努めていきたい」と話しました。

J Aでは、今後も女性ならではの発想や企画を積極的に取り入れ、明るいJ A運営を目指していきたい考えです。



**田中勇一さん(阿久根)が最優秀賞！
タケノコ品評会**



一つひとつを入念に審査

J A筍部会と出水地区特用林産振興会は2月19日、本所で出水地区早掘りタケノコ品評会を開きました。

当日は、J A筍部会役員や北薩地域振興局の職員など関係者らが、3本1組で出品された13点の、形状・色・商品性などについて入念に審査し、田中勇一さん(阿久根)のタケノコが見事最優秀賞に輝きました。

なお、成績は表の通りです。

最優秀賞	田中 勇一さん	阿久根
優 秀 賞	松元 継久さん	出 水
	森 雄一郎さん	野 田



**農大生がJ A管内で研修
野菜産地の現状やスマート農業を学ぶ**

鹿児島県立農業大学校は2月22日、野菜産地の動向やスマート機器を取り入れた施設野菜産地の現状と取り組みについて学ぶため、J A管内で研修を行いました。

当日は、同校農学部野菜科の1年生16人が参加。J Aの営農指導員や北薩地域振興局の担当者が、学生らにJ A管内の農産物や施設野菜におけるスマート農業への取り組みなどを紹介しました。また、J Aのミニトマト選果場やバレイショ選果場を見学したほか、ハウスの自動開閉装置や環境モニタリング装置などを導入しているいちご農家の外園雄一さんとミニトマト農家の坂下政貴さんのハウスを視察しました。

学生らは、「いちご農家になってよかったことを教えてください」や「スマート農業を取り入れてよかった点はどこなところですか」など、生産者に熱心に質問していました。学内のハウスでいちごを作っている松元悠翼さんは「土づくりや細かい管理等、気付かされることが多くとても勉強になった。将来は農業法人等で経験を積み、いずれ米農家である祖父の経営を継ぎ、野菜も作りたい」と話していました。

J A 柘俊次指導員は「一人でも多くの学生が就農や農業関連の職で活躍してくれれば嬉しい」と話しました。



外園さん(いちご農家)の話に熱心に聴く学生ら



坂下さん(ミニトマト農家)に質問する学生ら

JA共済アンパンマン交通安全キャラバン開催!



楽しく交通ルールを学びました

©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

J AとJ A共済連は2月17日、本所で「J A共済アンパンマン交通安全キャラバン」を開きました。

当日は、約180組の家族が参加。子どもたちは、アンパンマンたちと歌や踊りを通じて、信号の色の意味や横断歩道の渡り方などの交通ルールを楽しく学びました。また、イベントの最後には握手会も行われ、子どもたちは嬉しそうにアンパンマンたちと握手をしていました。参加した親子は、「楽しかった」や「子どもたちがとても喜んでくれたので参加してよかった」と話していました。



J A版スマホ教室開催! スマホやLINEの使い方を学ぶ



スマホの使い方を教える講師の森田氏

J Aは2月28日、スマホの操作に不安のある高齢者等のデジタル対応を支援するとともに、金融や共済などのJ A利用者の利便性向上や維持拡大を図るため、J A版スマホ教室を開きました。

当日は、組合員や地域住民が受講。NTTドコモ株式会社のスマホ担当講師森田光一郎氏が、受講者らにスマホの基本的な操作方法やアプリの探し方、LINEの使い方などを一つ一つ丁寧に教えました。受講した人は「分かりやすい説明でよかった」や「周りの人にも、今回得た知識を教えたい」と喜んでいました。



女性部特製の手作り味噌を配布



手作り味噌に喜ぶ打上さんと部員の川南さん

J A女性部は3月上旬、管内の約1,700人の高齢者に手作り味噌を配布しました。これは身体に良い味噌を食べてもっと長生きしてもらおうと同部員らが毎年行っているもので、対象者は管内の75歳以上の一人暮らし高齢者と85歳以上の夫婦です。

3月8日、高尾野・東支部はJ A高尾野加工センターで約240人分の味噌袋を作り、メッセージカードを添えて担当地区で配布を行いました。部員の川南節子さんから味噌を受け取った打上政子さんは「昨年からもらっている。おいしかったので、今年ももらえて嬉しい」と喜んでいました。



農業やJAの魅力を高校生にPR! 協同組合(JA)講座開設



卒業生講話を行った馬見塚職員

J Aは2月26日、生徒らに農業の重要性とJ Aの地域での役割について深く学んでもらうため、鶴翔高等学校で協同組合(J A)講座を開きました。

講座には、同校の農業科学科1~2年生、食品技術科1年生の36人が参加。J A企画広報課の岡村卓磨次長が講師となり、農業の現状やJ Aの事業内容等について説明したほか、J A果実課の馬見塚夢功職員が同校の卒業生として講話を行いました。

今後も、J Aは同校との協力関係をさらに強化し、地域農業の課題解決に向けて取り組みを進めていく方針です。

組合員加入で!

JADDO
じゃっど!

カードポイントを
進呈いたします!



これまで、正組合員加入をしていただいた方に
JADDOカードポイントを付与しておりましたが、

**4月1日より、准組合員 (SS組合員を除く) に
加入していただいた方にも付与いたします!**

ぜひこの機会にJAの組合員になりませんか?



これまでは…

女性正組合員加入
⇒5,000ポイント付与
男性・団体正組合員加入
⇒2,000ポイント付与

4月1日より

女性正組合員加入	5,000ポイント付与
男性・団体正組合員加入	3,000ポイント付与
准組合員加入 (SS組合員除く)	2,000ポイント付与

※ご本人名義のJADDOカードへのみ付与することができます。

正組合員加入条件：10アール以上の土地を耕作または年に90日以上従事

准組合員加入条件：地区内に住所を有するまたは地区内に勤務地がある。

1年以上継続してJAを利用し、今後も利用が適当と認められる地区外の方

JADDOカードはお持ちですか?

JADDOカードは、JAやAコープ等をご利用いただくことで、
どんどんポイントがたまります!

会員
特典

- ・組合員加入でポイントが付与されます!
- ・JADDOカードの優待施設でお得なサービスを受けることができます!
- ・組合員の方は、員外の方に比べて**1.2~2倍**のポイントが付与されます!

※ポイントの倍率については、利用内容によります。

※JADDOカードへ登録することで、組合員ポイント付与となります。(名寄せ登録)



※加入手続きの詳細につきましては、本所または最寄りの事業所へお問い合わせください。

あなたもJA女性部員になって地域を盛り上げてみませんか？

JA鹿児島いずみ女性部の紹介



女性部総会

★合言葉★

女性部員間の
交流や地域との
絆づくり



● JA鹿児島いずみ女性部とは ●

平成4年3月のJA合併に伴い、従来の地区婦人部協議会がJA鹿児島いずみ婦人会として始まった女性部組織です。その後、「全国農協婦人部組織協議会」の名称が「JA全国女性組織協議会」へと名称を変更したことを受け、平成8年4月に「婦人会」から「女性部」へと名称が変わり、現在の「JA鹿児島いずみ女性部」となりました。

活動は、年間活動計画に沿って、支部全体で行う活動の「ふれあいグループ」と、ダンスや料理、大正琴など目的に沿った仲間たちが集まり活動する「目的別グループ」の大きく2つのグループに分かれています。事業所を拠点とした各支部によって、グループ活動の内容は異なりますが、どの支部でも「女性部員間の交流や地域との絆づくり」を合言葉に様々な取り組みを行っています。

女性部員募集中です！

JAの組合員でなくても大丈夫！年齢制限等ありません。少しでも女性部の活動に興味のある方は、JA鹿児島いずみ 生活燃料課（64-2625）までお問い合わせください。

主な活動内容

味噌加工や白だしなどの家庭用調味料作りや料理教室、グラウンドゴルフなどのスポーツ、介護センター慰問、一人暮らし高齢者への手作り味噌配布、手芸など多岐にわたります。また、広報紙「ほほえみ」での料理紹介、にじいろキッズフェスティバルなどでの食事等も担当しています。

そのほかにも、平成22年には女性部の中でも若い年代を中心に活動を行う「フレッシュミズ」を立ち上げて交流を深めているほか、JA本所敷地内にある農産物直売所「より道いずみ」を運営し、安心・安全な地元農畜産物を提供するなど地産地消に努めています。



味噌作り



白だし作り



グラウンドゴルフ大会



健康教室



フラワー教室



介護センター慰問



みんな明るく、
元気いっぱい
活動しているよ！



高齢者へ手作り味噌配布



ビーズプレスレット作り

食農教育活動

中学生と
みそ作り



小学生と
ぼたもち作り



農産物直売所

JA女性部の店「より道いずみ」



より道いずみ感謝デー

店頭には、地元の農家さんが育てた新鮮で安心・安全な農産物が多く並んでいます。

また、毎月17日には“より道いずみ感謝デー”を開催し、先着250名様にその時期オススメの商品を無料配布するほか、目玉商品(3品)を通常よりもお手頃な価格で提供しています☆

眠講座

私たちは人生の3分の1を眠って過ごします。実はこの睡眠の質が健康を左右する鍵を握っています。睡眠と健康との関係、快眠のポイントを解説します。

2 睡眠と覚醒のリズム

規則正しい生活を送ると、一定の時刻に眠気が起こり、朝も同じ時刻に自然と目が覚めます。寝入る前、脳の温度が低下し、体内時計ホルモンが分泌を始め入眠を促します。朝方になると覚醒作用を持つ副腎皮質ホルモンの分泌が始まり、脳の温度が自然に高くなります。このように自律神経やホルモンなどさまざまな体の機能が働き、睡眠のリズムがつくられて、質の高い睡眠を維持できるよう心がけましょう。

1 現代人の睡眠傾向

現代は仕事や勉強、インターネット利用などによる夜型の生活などで、睡眠不足になりがちです。それに伴い、不眠症や睡眠時無呼吸症候群、過眠症などの睡眠障害を抱える人も増加しています。女性の睡眠時間の短さや、子どもたちの睡眠不足が学習能力や情緒形成に与える悪影響も懸念されています。日中強い眠気に襲われると、社会生活にも支障を来すため、ひどくなる前に治療を始めましょう。



3 浅い眠りと深い眠り

私たちの睡眠には、夢を見る浅い眠りの「レム睡眠」と、大脳を休める深い眠りの「ノンレム睡眠」という2種類があります。成人の睡眠はこの2つが約90分周期で入れ替わります。シニア世代はノンレム睡眠が減ってレム睡眠が増え、尿意やちょっとした物音でも目が覚めるようになりがちです。朝方に目が覚めて二度寝ができないときは、床から出て朝の時間を有意義に使いましょう。

4 上向き寝でリラックス

寝るときの姿勢は上向きがお勧めです。体に余分な力が入らず、最もリラックスした状態で眠れます。睡眠中に寝返りを打って横向きやうつ伏せになることがありますが、寝返りは体の同じ部位が圧迫され続けて血液循環が滞ることを防ぎ、体の負担を和らげるための自然な動きです。体温調節や寝床内の温度や湿度を調節する働きもあります。



健康快

6

寝付きの効果を
上げる入浴

入浴は就寝2～3時間前が理想です。入浴は就寝前に体温を一時的に上げる効果があります。入浴によって体温が0.5度上がるだけでも、寝付きが良くなるといわれています。38度のぬるめのお湯で25～30分、42度の熱めのお湯なら5分程度がお勧め。約40度のお湯で30分ほどの半身浴も効果が認められています。



5

食事と睡眠
～これはNG!

毎日規則正しく食事を取り、体内時計を整えましょう。特に朝食は大切で、エネルギー不足で日中の活動量が下がれば、夜の睡眠にも影響します。就寝に近い時間の夕食や夜食も消化活動によって睡眠を妨げてしまいます。コーヒー・緑茶・チョコレートなどカフェインが含まれる飲食物は覚醒作用があるので、就寝の5、6時間前からは控えましょう。

NG



7

夕方の運動習慣で
深い眠りに

運動習慣がある人には不眠が少ないことが分かっています。夕方から夜(就寝の3時間程度前)に、速足の散歩や軽めのランニングなどの運動をしましょう。習慣的に続けると、寝付きが良くなり、深い睡眠が得られるようになります。ただし、就寝直前の運動は体を興奮させてしまうので避けましょう。

8

昼の過ごし方も大切

昼間に明るい光を浴びると体内時計を調節でき、よく眠るために重要なメラトニンというホルモンが増えることが知られています。また、15分程度の昼寝は午後の眠気を解消し活力を与えてくれます。シニア世代は30分程度の昼寝をすると、夕方のうたた寝が減少し、夜によく眠れるようになるといわれています。

良い睡眠習慣を身に付けて十分な休養を取り、毎日を健康に過ごしたいですね。



農産物直売所

JA女性部の店
より道いずみ



ぜひ生で
食べてください！
おいしいですよ。

いでいし たかお
出石 隆夫さん
(出水市今釜町)



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

毎月17日は
より道デー

「キンカン」のご紹介

桜の花が咲き始め、穏やかな気候に心とむ季節となってきましたね。

さて今回は、鮮やかなオレンジ色が目を引き、小さいながらもビタミンCや食物繊維などを豊富に含んだ「キンカン」をご紹介します。

出水市今釜町の出石隆夫さんはキンカンを栽培して約15年。現在、屋根掛けハウスで約70本のキンカンの樹を育てています。おいしいキンカンを作るため、肥料や水の管理には特に気を配っているとのこと。今年は少し実が小さいものの量が多く、甘くておいしいキンカンに仕上がっています。また、ハウスで育てていることもあり、出石さんのキンカンは、皮がやわらかくて食べやすいと大好評です。出石さんは、「最近ではリピーターの方も増えてきたので嬉しい。生で食べておいしいと言われるキンカンをこれからも作ってみたい」と話していました。

出石さんのキンカンは、4月いっぱいまで農産物直売所「より道いずみ」の店頭に並ぶ予定です。古くから生薬としても親しまれてきた栄養満点のキンカン。ぜひ、一度食べてみてはいかがでしょうか。



キンカンは甘露煮などにしてもおいしいけど、ビタミンCなど熱に弱い栄養素を無駄なく摂るには、やっぱり生で食べるのが一番オススメだよ！

こんにちは！営業課です！

JA鹿児島いずみを
まるごとお届け！



発信日
6.4.1
vol.55



旬のおすすめ

内容(一部)

赤土バレイショ
2L~L

5kg **2,500円** 税・送料込

10kg **3,500円** 税・送料込

発送時期：4月中旬~



一度食べたら病みつきになる、長島の赤土で育ったミネラルたっぷりのバレイショです。甘く濃厚な味わいと、ホクホクとした食感をお楽しみください！

【お問い合わせ】
園芸農産事業部 営業課

TEL 0996-64-2631 ・ 0120-212-631 (通販専用ダイヤル)
FAX 0120-322-631

JA鹿児島いずみ
オンラインショップ <https://www.ja-izumi.shop/>





ほほえみきっちゃん



ほっこり♪さつまいものだご汁



つくったのは
JA女性部長島支部のみなさん



■材料 (4人分)

- ・大根 100g
- ・さつまいも 60g
- ・いもでんぷん粉 60g
- ・ゴボウ 50g
- ・白菜 30g
- ・しいたけ 30g
- ・にんじん 20g
- ・ネギ 1本
- ・こんにゃく 1/2枚
- ・塩 適量
- ・水 適量

- ④だし汁 600ml
- 醤油 大さじ1
- 塩 小さじ1

■作りかた

- ①さつまいもは茹でて潰しておく。
- ②いもでんぷん粉と塩を混ぜたら①を入れ、水を少しずつ加えながら、耳たぶくらいの固さになるまでこねる。
- ③大根とにんじんはいちょう切り、ゴボウはささがき、しいたけは薄切り、こんにゃくは拍子切り、白菜は1cm幅、ネギは2cm幅に切ったら、全てだし汁の中に入れて煮る。
- ④火が通ったら②を一口大にちぎって入れ、醤油と塩で味を整えれば完成!

クレソンの白和え



■材料 (2人分)

- ・木綿豆腐 1丁
- ・クレソン 1束 (50g)
- ・大根 50g
- ・にんじん 50g
- ・こんにゃく 1/2枚
- ④白すりごま 大さじ2
- 砂糖 大さじ2
- 塩 小さじ1/3

■作りかた

- ①クレソンは2cm幅に切り、大根とにんじんは皮をむいて3cmくらいの長さで千切り、こんにゃくは3cm幅の拍子切りにする。
- ②①を塩茹でして、よく水気を切っておく。
- ③木綿豆腐は3分茹でて余分な水分を抜き、ボウルに入れ立て器でなめらかになるまでよく混ぜる。
- ④③に④と②を加えてよく混ぜ、全体が馴染んだら完成!





いつもありがとうございます!!

おれ	の	に	も	平	して	ム	小	援	試	仕	事	っ	魚			
父	る	で	付	ば	日	て	の	だ	に	合	事	も	た	と	ば	
さ	気	僕	さ	く	の	い	れ	練	人	来	が	が	し	り	市	く
人	に	自	合	の	空	ま	て	習	の	あ	休	て	、	場	の	
あ	な	身	っ	野	い	す	い	の	ク	く	る	み	い	事	に	あ
り	り	も	て	球	た	つ	送	う	れ	と	で	ま	務	集	父	
が	ま	が	く	の	時	も	迎	ぐ	ま	ま	野	す	の	荷	さ	
と	す	人	れ	練	間	感	を	十	す	は	球	。お	に	ん		
う	。	ば	る	習	に	謝	し	し	。	た	の	仕	行	は		

【作文】
阿久根市立阿久根小学校6年生
小林 幸也くん
【お父さん】
拓也さん



ほほえみさん

濱崎 のぞみさん (22歳) 長島町指江

- ◆職業は？
公務員として、地域の皆さんに貢献できるよう日々頑張っています。
- ◆休日の過ごし方は？
友人とドライブやカフェ巡りをしています。いつか、京都観光をしながら食べ歩きをしてみたいです。
- ◆地元のPRをお願いします！
景色が良くて食べ物もおいしく、1年を通してイベントが盛り沢山の町です！

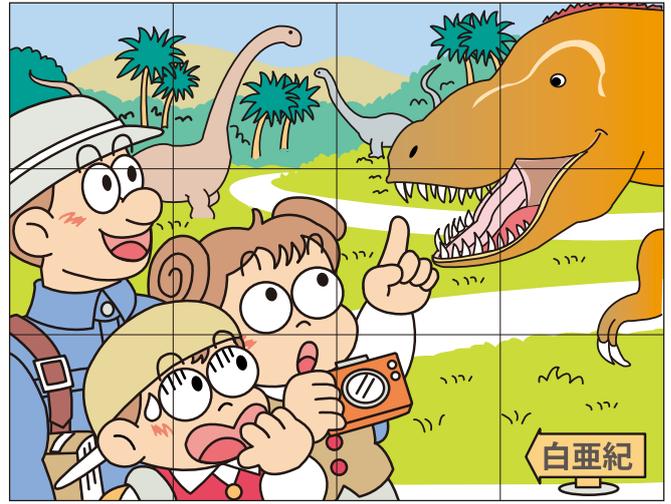
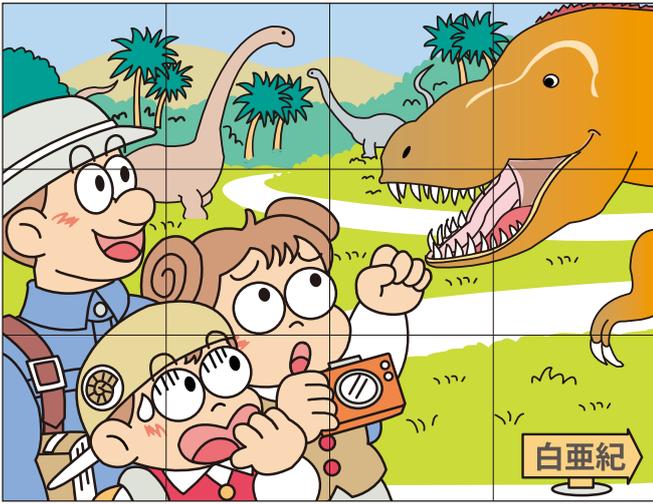
あつまれ
きばっ人!!



小島グラウンドゴルフ同好会

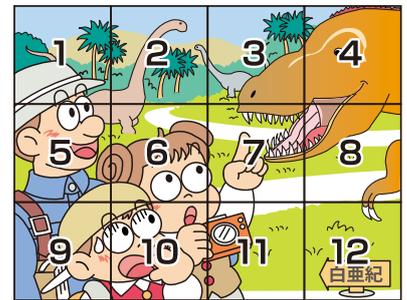
◎どんなチームですか？
週に2回、13人で活動しています。女性が多く、とってもぎやかです。試合（特に年金友の会）での優勝を目指し、みんなで楽しくプレーしています。

◎代表者からメッセージ
これからも和気あいあいと、怪我をしないように、みんなで仲良くプレーしていきましょう！



まちがいさがし

右のイラストには左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右下の枠内の数字で探しましょう。



解答は 18 ページ

出題・イラスト：酒井栄子

★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
写真を大募集しています!
たくさんのご投稿をお待ちしています!



「ほほえみさん・さわやかさん」
「いつもありがとう(作文)」
「思ひ出写真館」へ
ご協力いただける方も
ぜひご連絡くださ〜い♪

* 応募要領 *

*** もじよかペット ***

プリント写真または携帯・
デジカメで撮影した画像
データをお送りください。
ペットの
①お名前
②年齢
③コメント(50字程度)
④飼い主のお名前・住所
を記載ください。



うちのアイドル

プリント写真または携帯・
デジカメで撮影した画像
データをお送りください。
お子さまの
①お名前
②年齢
③コメント(80字程度)
④保護者のお名前・住所
を記載ください。



【応募先】

〒899-0405 出水市高尾野町下水流890番地
JA鹿児島いすみ 総務部企画広報課宛
E-mail:izm-kikaku02@ks-ja.or.jp Tel:64-2624



畜産 飼料作物栽培のポイント

北薩地域振興局
農政普及課出水市駐在

田上美紀



酸性土壌に強い夏作飼料「ネマレット」

飼料作物の栽培には、pH6.0～6.5の弱酸性土壌が適しているといわれます。

前作に酸性土壌を好むバレイショを作付けしている場合は、飼料作物の生育に悪影響が出るため要注意です。

苦土石灰や炭酸カルシウムを投入して土壌の矯正をしたいところですが、そうか病の発生を考えると難しいかもしれません。

そこで、酸性土壌でも生育良好な草種として注目されているパールミレットの「ネマレット」をご紹介します。



特徴的な穂

R5年度長島町での展示ほ結果より

播種量	4kg/10a
播種適期	5～6月
収穫	7～8月
生草収量	約5t/10a
乾物率	約20%
成分値	TDN56.3%、CP8.0%

初期生育はソルゴー類と大差ありませんが、途中からぐんぐん伸び、播種60日目には写真のような特徴的な穂が付き、草丈は平均2.5m程度まで伸びました。

茎はソルゴーほど堅くなりません。再生しないためバレイショの作付けには影響の少ない草種です。

種子代は去年の実績で税抜き1,290円/kgでしたので参考にしてください。



出穂時草丈約2.5m

農産 甘しょの定植について

園芸農産事業部
指導課

大田昭浩



サツマイモ基腐病の基本的な3つの対策（畑に菌を持ち込まない対策・菌を増やさない対策・菌を残さない対策）を行い、増収対策に努めましょう。

①畑に菌を持ち込まない対策

育苗ほ場で基腐病を確認した場合は、ほ場外に種いもごと持ち出し除去しましょう。

②畑で菌を増やさない対策

フロンサイドSCを全面散布土壌混和後に畝立てを行い、ほ場の排水対策とほ場で発生が確認されたら苗ごとほ場外に持ち出し除去しましょう。また、5月下旬～6月上旬頃にフロンサイドSC等で7月下旬～8月中旬の頃にアミスター20フロアブル等での予防散布を行きましょう。

③畑に菌を残さない対策

収穫後に速やかに耕耘作業を行い、残渣処理を行いましょう。

収穫においては、植え付け後150日以上を目安にい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。

採苗

外気に1週間程度ならした丈夫な苗を採ること。

葉数8～10枚程度伸長したつるを基部2～3節残して切る。

苗消毒

採苗後は、ベンレート水和剤500倍液に苗全体を30分浸漬し、基腐病・つる割病の予防を徹底しましょう。

取り置き苗

苗消毒後倉庫など光、風の当たらない場所に4～5日束ねて立てて置くこと。1mm程度発根した苗を植えることで活着対策となります。

苗消毒後コンテナに入れ、コンテナの下に濡れむしろ等を敷き、透明ポリフィルムで被覆し、湿度を保つと発根が速くなります。

植付

植え込み節数を5節以上確保しましょう。また、早植え、マルチ栽培を行うことで、いもの肥大する期間が長くなることで増収となります。

栽植密度

うね幅	植付時期	株間	植付本数
90cm	4～5月上旬	40cm	2,800本/10a
90cm	5月中旬～6月	35cm	3,200本/10a
110cm	4～5月上旬	40cm	2,300本/10a
110cm	5月中旬～6月	35cm	3,000本/10a

園芸 ゴーヤーの管理

園芸農産事業部
指導課

磯崎 靖



月	4月			5月			6月			7月			8月		
	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下
作型		●			●										

●定植期 ●収穫期

温度条件

・ゴーヤーの生育適温は17~28℃（最適温度：25~28℃）です。

定植

- ・定植は、天気の良い日の午前中に浅植えにしましょう。
- ・肥料袋等を使用して、風よけをしましょう。



かん水

- ・地表面が白くなってきたのを目安に実施しましょう。

整枝・誘引

- ・親づるを8節程度で摘心し、子づる4本程度仕立てとし子づるから発生した孫づるは、全て除去します。



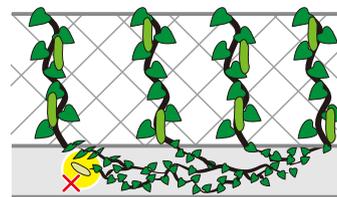
- ・初生葉から出る子づるは、除去します。

交配

- ・交配は必ず人工交配を行い、着果目標節位を15節以上、茎の太さ5mm以上、葉幅が25cm以上とします。ハウス内温度が20℃以上で花粉が出ているのを確認してから午前中のうちに充実した雌花に交配します。交配は雄花1花で雌花2~3花程度とします。

摘花(果)・摘葉

- ・15節までは摘花し、連続着果は2~3果程度とし、曲り果・奇形果等は摘果します。収穫始めまでは、極端な摘葉は控え、草勢がつかいたら老化葉等を摘葉します。



・15節より下には果実をつけない
・不受精果・曲がり、奇形果は摘果する
・老化、病虫害葉は、摘葉する

追肥・かん水

- ・追肥は、交配開始時期から開始し、着果状況、草勢（生長点の太さ）を見ながら追肥用肥料を1,000倍に薄めて、施用します。かん水は、交配開始時期までは土壌の乾き具合と草勢を見ながら行い、着果を確認したら5~7日（晴天が続く場合は3~5日）おきに行いましょう。

収穫

- ・収穫は早朝に行い、果実の太さ5.5cm程度で収穫します。

果実 柑橘類の満開後の管理

園芸農産事業部
果実課

妙園 薫



満開期を迎え、今年の作柄が予想できるようになりました。

今年の花は、昨年7月、9月の乾燥で樹勢低下が懸念されましたがその後の定期的な降雨により生育は順調に推移し柑橘類全体の着花予想は平年並が見込まれます。

今後は園地別の開花状況等を観察し、樹の状態に応じた管理を適切に行うことが大切です。

着花対策

- (1)新梢の緑化促進と、樹勢回復または結実を促進させるため、葉面散布を行うようにしてください。

散布剤	たわわ80号1,000倍または尿素500倍
-----	-----------------------

- (2)着花不足樹については、強いせん定を控え、着花枝を残し長い新梢や上向きの新梢を中心に芽かぎを行います。また、着花枝にかぶさっている無着花枝または重なり枝は基部から間引いてください。

夏肥の施用

新葉や細根の生長が盛んで、細胞分裂期から肥大期へ移ります。新葉の充実、果実肥大のため夏肥を5月上旬~下旬に施用してください。

ポンカン	LP出水果樹配合5袋/10a当たり
中晩柑類	LP出水果樹配合6袋/10a当たり

防除

気温の上昇と梅雨入り前の思わぬ天候不順により、病原菌の活動が活発になってきます。したがって、適期適薬で計画的な防除が必要です。果実外観の低下を招かないよう徹底した防除に努めましょう。

温州みかん

月	時期	病害虫	薬剤
4月	下	ミカンハモグリガ ケシキスイ類 ゴマダラカミキリ クワノミハムシ、そうか病 黒点病、灰色カビ病	オリオン水和剤40 1,000倍加用 フルーツセイバー 2,000倍
5月	上	訪花害虫、灰色カビ病 黒点病、そうか病	モスピランSL液剤 4,000倍加用 ナリアWDG 2,000倍

中晩柑

月	時期	病害虫	薬剤
4月	下	アブラムシ類、訪花害虫 灰色カビ病	オリオン水和剤40 1,000倍加用 フルーツセイバー 2,000倍
5月	上	訪花害虫、灰色カビ病	モスピランSL液剤 4,000倍加用 ナリアWDG 2,000倍(5分咲き)
	下	アザミウマ類、サビダニ類 チャノホコリダニ、黒点病	アビオン-E加用 コテツフロアブル 4,000倍加用 ジマンダイセン(水)600倍

開花期から落果期にかけて、曇天が続く年や着花の多い年には、灰色カビ病が多発するので注意してください。また、開花後の幼果には、出水地区はマメ地帯のため、そばかす病や黒点病の発生に注意してください。



マイカーローン 金利 (R6.3 現在)

	最軽減後	軽減前
固定金利	1.00%	1.50%

※別途、保証料の支払がございます。保証料につきましては店頭またはJAホームページでご確認ください。

金利軽減項目

- ①JAカードご契約 ②JAネットバンクご契約 ③JAバンクアプリご契約
④JA住宅ローンご契約の方 ⑤年金友の会、または当JA口座に給与振込、
農産物販売代金振込のある方(100万円以上)
①~⑤の項目に2件以上該当の場合、基準金利より0.50%軽減

ご利用限度額 1,000万円以内 お借入期間 6ヶ月以上10年以内

お使いみち

自動車・バイク購入(中古車含む)、点検・修理・車検、購入に付帯する諸費用、
購入時における保険掛金、カー用品の購入費用、車庫建設費用、他金融機関等
から借入中の自動車資金の借換資金

鹿児島いずみ農業協同組合 融資

検索

ネット申込は
こちらから↓

お問合せ先

鹿児島いずみ農業協同組合 本所 金融事業部 融資管理課
TEL(直通) : 0996-64-2606
フリーダイヤル : 0120-63-8510



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。

日程	場所	電話
4/10 (水)	午前 江内事業所会議室	85-5111
	午後 米ノ津事業所会議室	67-2025
5/8 (水)	午前 高尾野3Kセンター会議室	82-1131
	午後 野田事業所会議室	84-2411

相談員 社会保険労務士法人 MK 労務管理事務所
※ご利用希望の方は事前にお電話ください(予約優先)

通帳未記帳取引照合表の 送付終了について

令和6年7月31日作成分をもちまして、通帳未
記帳取引照合表の送付は終了させていただきます。
おまとめを希望されないお客様は、窓口へ依頼書の
提出をお願いします。

また、スマートフォンやパソ
コンで口座残高や明細が確認で
きる「JAバンクアプリ」や「J
Aネットバンク」をおすすめし
ています。



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13回理事会(令和6年2月27日)

- 令和6年度事業計数計画
- 令和6年度余裕金運用
- 令和6年度金融機関貸付・仕組み預金取組み基準の
設定
- 令和6年度信用供与等の最高限度額
- 令和6年度貸付金利率の最高限度
- 令和6年度借入金の最高限度額
- 令和6年度内部監査計画
- 年度末会計処理の決定
- 肥育牛農家の預託限度額の決定

第9回監事会(令和6年2月9日)

- 令和5年度末決算棚卸の実施(案)
- 令和6年度監事監査計画(案)
- 令和5年度末決算書類監査要領(案)
- 令和5年度第3回無通告監査報告
- 令和5年度第2回随時監査の結果
- 第1回監事会の日程

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、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
5/8	三笠	女性	7人
5/22	米ノ津	女性	5人
5/22	大川内	女性	3人
5/28	出水	一般	10人
5/28	出水	女性	10人
5/28	高尾野	一般	5人
5/28	高尾野	女性	5人
6/14	阿久根	一般	10人
6/14	阿久根	女性	5人
6/18	野田	一般	10人
6/18	野田	女性	5人
6/20	長島	一般	10人
6/20	長島	女性	2人
6/24	阿久根	一般	5人
6/24	阿久根	女性	10人
6/25	東	一般	6人
6/25	東	女性	5人

鹿児島いずみ農業協同組合 第32回 JA通常総代会のご案内

日程

令和6年

5月29日(水)

会場

マルマエホール出水
(出水市文化会館)



昨年の総代会の様子

第32回JA鹿児島いずみ通常総代会を、5月29日(水)にマルマエホール出水(市文化会館)で開催します。

総代会は、組合員の代表である総代の皆さんが出席し、令和5年度の事業報告および令和6年度の事業計画などについて審議されます。

安全は家族のためじゃっど

～JAグループ鹿児島 令和6年度農作業安全月間～

4～6月は、JAグループ鹿児島「令和6年農作業安全月間」です。
この機会に今一度、農作業の作業内容や作業場の安全確認をしてみましょう。

令和5年度
JAグループ鹿児島での
労災事故ベスト3

※令和6年1月末
現在調べ

1位 牛の世話中のけが

2位 農業機械等の使用中のけが

3位 作業中の転倒、コンテナ等の移動中のケガ



「農家でも労働保険に入れるの??」

令和5年度のJAグループ鹿児島での労災事故の従業員と事業主の事故割合は6:4で、6割が事業主または、事業主のご家族の方になります。従業員、アルバイト、パートさんだけでなく事業主と一緒に農業をしているご家族も一定の条件を満たせば労災保険に加入できます。この機会に万々に備えて、労災保険に加入しましょう!

※労災保険は、お近くのJAで加入できます。お気軽にお問い合わせください。

 鹿児島県農協労働保険事務組合



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いたします。

✉ J A 鹿児島いすみ管内の農畜産物
がこんなにあるとは知りませんでした。
買った物を買う際は、かごしまブ
ランドに注目したいです。

(出水市米ノ津町 P.Nリラックスさん)

🐛 そうなんです！JA管内は、おい
しい農畜産物で溢れています。こ
れからも安心安全でおいしい農畜産物
を食べられるよう、できるだけ地元や
国産のものを選び、みんなで農家さん
を応援していきましょう☆



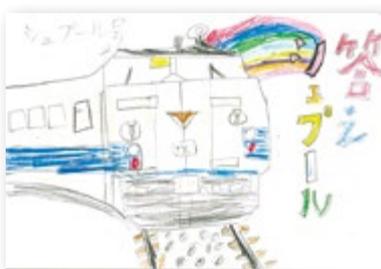
出水市知識町
P.N ふらんすばんさん

✉ 温暖化が進み、野菜つくりも大変
です。真夏が心配です。

(阿久根市波留 榮森 久光さん)

🌍 ここ数年、異常気象がもう異常で
はなくなってきたている気が…。温
暖化は、農産物の収量や品質に大きく

影響するため本当に心配です。なにか
対策を考えていかなければいけません
ね。



出水市武本
小うら広海さん



J A 鹿児島いすみ管内の食の宝庫
にお腹がすきました。詰め合わせ
にしてプレゼントしてほしいです。愛
知から応援しています！

(愛知県岡崎市 北野 広郷さん)

🐛 愛知からお便りありがとうございます
ます!! 県外の方にも、いすみの食
の魅力を伝えることができよかったです。
これからも応援よろしくお願
いします☆



idustagram

いつ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!



☆ 不思議な形の野菜たち ☆

3/16放送 MOGUMOGUふあーむ
KKB鹿児島放送 ☆紅甘夏を紹介☆



江内
♡ #P.N 花大好きさんから提供の大根
10kgの大根を収穫しました



東
♡ #浜子カ工さん提供の大根
#「私たち親子です！」



♡ #紅甘夏の魅力をPR
#生産者の大野健志さん (左)



高尾野
♡ #山下素直さん提供のタケノコ
#「私たち双子です①」



阿久根
♡ #P.N まめこぞうさん提供の実えんどう
#「私たち双子です②」

かわいいお花を頂きました! ♡



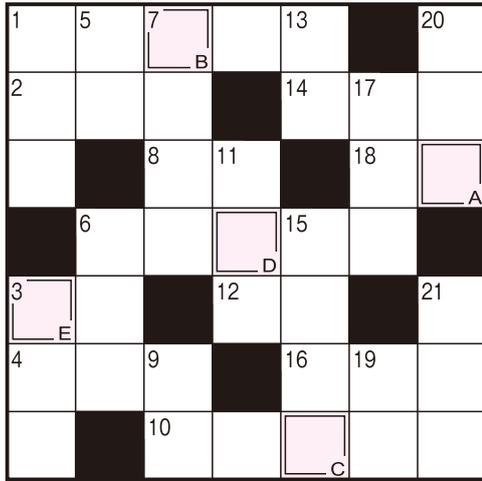
♡ #鶴荘学園2年生
#ありがとう

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 冬がウインターなら、春は
- 2 天ぷらやフライに付けられています
- 3 煮物を作るときにすくうこともあります
- 4 水中をふわふわと漂う生き物
- 6 平面は2次元、立体は
- 8 桃太郎がきび団子を着けていた場所
- 10 入学式で胸に着けるお母さんもあります
- 12 メジロやヒヨドリが吸うもの
- 14 関東——、——裁判所
- 16 漢字で書くと土筆。春の山菜です
- 18 オンの反対語



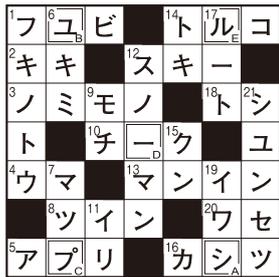
タテのカギ

- 1 ゴルフプレーヤーがカードに記録します
- 3 眠いときに出ます
- 5 アマではありません
- 6 お花見といえばこの花
- 7 テレビやエアコンの操作に使います
- 9 お酒は飲めません
- 11 みそ汁の具にしてもおいしい二枚貝
- 13 ストレスがたまるとこぼしたくなることも
- 15 ダブルプレーともいいます
- 17 湯が冷めないよう——ポットに入れた
- 19 当たりかな、外れかな
- 20 山梨県の県庁所在地である市
- 21 馬に乗る人のこと

答え

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

2月号の答えと当選者



● 答え シュプール ● 応募総数 81 通



当選者

小うら 広海さん	出水市武本
P.N およよジョンさん	出水市境町
P.N ビールさん	出水市下大川内
P.N ネモフィラ咲き誇れさん	出水市高尾野町大久保
村上 敏子さん	出水市高尾野町江内
西 ケイ子さん	出水市野田町
いわきり あらたさん	阿久根市赤瀬川
P.N ゆりともママさん	阿久根市波留
P.N あっくんまますん	長島町鷹巣
諏訪 チカ工さん	長島町鷹巣

クロスワード・おたより・投稿等 応募要項

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

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

クロスワードの応募要項

- しめきり ▶ 令和6年4月30日消印有効
- 当選発表 ▶ 令和6年6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・情報なども
お寄せください。

☎(0996)64-2624
JA鹿児島いずみ企画広報課

あとがき

Editor's Note

今年、2年ぶりに人間ドックを受けに行ってきます。2年前は血管年齢が実年齢+20歳と言われてしまったので、今回はせめて実年齢であってほしいと思います、毎日5000歩以上を目標にウォーキング中です。年明けに体調を崩し、しばらく調子が戻らなかつたこともあり、健康であることの大切さを身にしみて感じている今日この頃。今のうちから定期的に運動をし、バランスのよい食事を心がけていきたいと思えます。

(和)



ATMなどのサービスを一時休止させていただきます。

いつもJAバンクをご利用いただきありがとうございます。
このたびJAバンクはお客様へのサービスや利便性の向上を目的としたシステム更改に伴い、誠に勝手ながらATM・JAネットバンク等のサービスを一時休止させていただきます。
ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

休止日

**2024年
(令和6年)**

3月10日

日曜日

全取引休止
6:30-9:00

4月29日

月曜日・祝日

一部取引休止
0:00-24:00

5月18日

土曜日

全取引休止
21:00-翌8:00

5月26日

日曜日

一部取引休止
0:00-24:00

7月14日

日曜日

全取引休止
6:30-9:00

7月15日

月曜日・祝日

一部取引休止
0:00-24:00

8月17日

土曜日

全取引休止
21:00-翌8:00

すべてのサービスが休止 県内JAのATMとJAネットバンクサービスはご利用可能

休止するサービス



現金のお引き出しはお早めに。

お客様にはご不便をおかけし誠に申し訳ございませんが、あらかじめ現金をお引き出しいただく等のご準備をお願い申し上げます。

※JA・店舗・ATM・提携金融機関によっては、ご利用可能日、ご利用可能時間およびご利用可能サービスが異なるため、上記スケジュール以外にもサービスをご利用いただけない場合がございます。詳しくは、JA窓口・ホームページ等でご確認ください。

JAバンクのホームページ
<https://www.jabank.org>



こんにちはAコープです!

西いずみ店・三笠店・あづま店で実施中!

キャンペーン期間中、1,000円(税込)お買上毎にシールを1枚差し上げます。



シールを集めると、キャンペーン商品を特別価格にてご購入いただけます。お洒落なキッチングッズです。ご利用ください。

5月12日◎まで。

電子折込チラシご利用ください!

エコープの折込チラシが、パソコンやスマートフォンでご覧いただけます。チラシに掲載されていないお買得品やお店からのお知らせ等も掲載しています。

※アプリの登録は無料です



トクバイ



Kurashiru

