

よつばの

YUUME

あなたとJAをつなぐ情報誌

6

2024
vol.278

清流の里に未来を拓く

加美よつば農業協同組合

特集

体に良いこと今日から始める！ 牛乳習慣



CONTENTS

特集 体に良いこと今日から始める！牛乳習慣	2～3
今月の営農情報	4～5
わだいゆめ	6～7
女性部・青年部の活動／お役立ち掲示板	8
青春ストーリー／本店金融課にお越しください	9
食卓を彩る旬のレシピ／お米をおいしく楽しもう	10
文集 葉菜山	11
JAからのお知らせ	12～13
みんなの声／JA行事予定／理事会・監事報告	14
まちがいさがし／今月のプレゼント	15
おらいのめんこ孫／編集後記	16

体に良いこと今日から始める!

牛乳習慣

日本人に不足がちなカルシウムや良質なタンパク質を豊富に含む牛乳・乳製品は、あらゆる世代の健康づくりに役立ちます。あなたの健康習慣にも取り入れてみませんか。

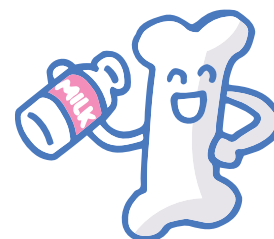


イラスト：服部新一郎

頼もしいカルシウム源

牛乳・乳製品は、日本人に不足がちなカルシウムの頼もしい供給源です。牛乳のカルシウム吸収率は約40%と、他の食品よりも高いことが分かっています。従って、1食で食べられる量、さらに摂取したカルシウムが小腸から体内に入る吸収率まで併せて考えると、数ある食品の中でも牛乳は特にカルシウムの補給に適していることが分かります。

カルシウムの摂取は、成長期の子どもの最大骨量を高め、若年女性や子育て・働き盛り世代の骨量の維持、閉経後の女性の急速な骨量減少の抑制、さらに加齢による骨量減少の抑制など、骨の健康を一生サポートします。



良質なタンパク質源

牛乳・乳製品のタンパク質「乳タンパク質」は、必須アミノ酸のバランスが良く、消化・利用効率も高い良質なタンパク質です。必須アミノ酸のバランスを評価する「アミノ酸スコア」(最大値100)では、牛乳やヨーグルト、チーズは、どれもスコアが100点です。さらに発酵食品のヨーグルトやチーズの場合は、タンパク質の一部がすでに分解されているため、体の中でより消化・吸収しやすいのです。

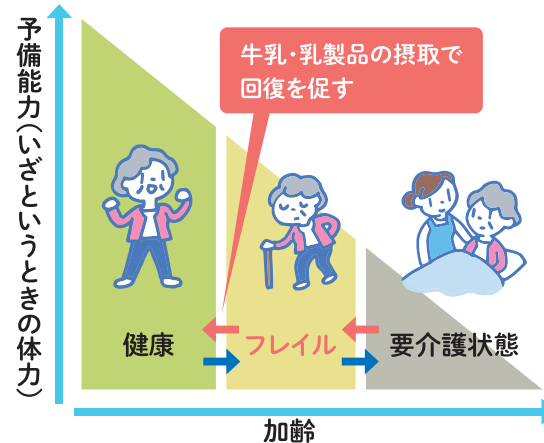
健康的なダイエットと生活習慣病リスク低減に

肥満者や若年女性で注意したいのが、摂取エネルギーを減らしてタンパク質不足に陥る、不適切なダイエットです。筋肉量が減って基礎代謝が低下すると、逆に太りやすい体質になってしまいます。

牛乳・乳製品なら、より少ないエネルギー量で豊富な栄養と良質なタンパク質を提供し、健康的な減量に役立ちます。

お年寄りや低活動の人ほどお勧め

タンパク質は、エネルギー摂取量や身体活動量が少ないと利用率が低下し、逆に必要量が増すことが知られています。従って、お年寄りや、若くても身体活動量が少ない人ほど、タンパク質摂取量を増やす必要があります。加齢に伴い心身の活力が低下する状態をフレイルといいます。牛乳・乳製品がこのフレイルからの回復を促すことは、さまざまな研究結果から期待されています。



ビタミンDも

一緒に取ろう!

カルシウムの吸収を高めるビタミンDは、牛乳・乳製品とぜひ一緒に取りたい栄養素です。牛乳にも含まれ、また他のビタミンDが含まれる食品(魚類、キノコ類など)と組み合わせた料理で取ることもお勧めです。外で30分程度日光を浴び、適度な紫外線を皮膚に触れさせることで体内でも生成されます。



牛乳・乳製品で健康長寿

牛乳と、その特徴を最大限に生かして作られる幅広い乳製品は、豊かな栄養とさまざまな機能性、そして入手のしやすさや摂取の手軽さを併せ持つ優れた食品群です。

痩せやフレイルなどの栄養不足を補い、肥満やメタボリック症候群などには健康的な体重管理を助けて生活習慣病に貢献します。

牛乳・乳製品は、子どもから大人、高齢者まで、それぞれの世代に必要な体づくり・健康づくりをサポートするだけでなく、危惧されている若年女性の痩せや低出生体重児、肥満や生活習慣病、高齢者のフレイルなどの予防・改善に貢献します。



1日3回の牛乳・乳製品習慣を!

組み合わせは自由。
毎日の食生活に牛乳・乳製品を取り入れましょう。

1回の日安

牛乳	コップ1杯(200ml)
ヨーグルト	カップヨーグルト1個 飲むヨーグルトなら1本
チーズ	6個入りなら1個 スライスチーズなら1枚 キャンディーチーズなら3個

食べ方の例

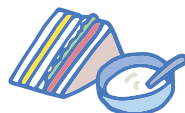
朝

- 朝食の飲み物を牛乳、カフェオレ、ミルクティーに。
- パンやサラダにチーズをのせて。



昼

- 昼食のサンドイッチやおにぎりにチーズをプラス。
- デザートにヨーグルト。



夜

- お風呂上がりに牛乳。
- 就寝前にはホットミルク。



いつでも

- おやつや小腹がすいたときにチーズやヨーグルト。
- スポーツの後に牛乳。





雑草対策の仕方

【指導】

米穀課 中 館 栄 紀



水管理

分げつの促進には水田水温や地温を高めることが大切です。好天時は浅水とし、低温時は葉先が出る程度の深水管理を行います。生ワラや牛ふん堆肥など有機物を多用している水田では、気温が高くなると土壌還元（ワキ）が起こりやすく、アオミドロの発生が多くなります。このような場合には、水の入れ替え・夜間落水を行い根腐れや生育停滞を防止しましょう。

●アオミドロが多発すると…

日光を遮断するため水面を覆って苗の光合成を抑制したり、稲を倒したりなど悪影響があります。

補植苗は速やかに処分

補植苗が圃場に残っていると、いもち病の伝染源となります。**5月中に土中に埋めるなど確実に処分してください。**

中後期除草剤による雑草防除

中後期除草剤によって水田雑草の発生を抑制することにより、カメムシ類の発生密度を抑制します。斑点米被害のリスクが低減されるので水田内の雑草管理を徹底しましょう！

●ホタルイ、アゼナ類、クログワイには…

バサグラン粒剤（3～4 kg/10 a）を田植後15日～50日までに1～2 cmの浅水で使用します。晴天が2日以上続く日を選んで散布してください。

●湛水状態で使用できる中後期除草剤

ゲバード1キロ粒剤・ゲバードジャンボ剤は田植後14日～ノビエ4葉期まで（但し、収穫60日前まで）に使用します。

※マニュアル米で使用できますが、特別栽培米・生活クラブ提携米には使用できません。

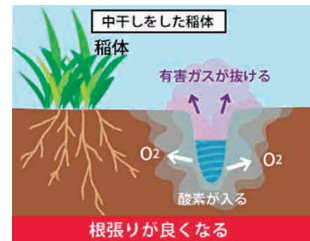
中干し

中干しは米の品質や収量を左右するため重要な管理

作業です。中干しの開始が遅れたり、実施しないと未熟粒の原因となる無効分げつ（穂にならない）を増加させる原因にもなります。また、登熟期間の養水分の吸収に必要な根の発達も不十分となり未熟粒やくすみの発生を助長し、品質・収量の低下を招きますので、中干しの重要性を再確認しましょう。

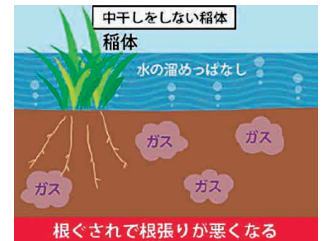
●中干しの効果

- 効果1** ムダな分げつの発生を抑制し、過繁茂を防ぐ
- 効果2** 秋の実りに働く根が発達し、根の活力が高まる
- 効果3** 過剰な窒素の取り込みを抑制し、倒伏を防ぐ
- 効果4** 田面が固くなり、コンバイン収穫作業時のリスクが軽減される



- 水管理が良いため根が健全。
- 下葉の枯れ上がりが少ない。

○ 稲体がしっかりする



- 水管理が悪いため根ぐさを生じる。
- 下葉の枯れ上がりが多い。

× 稲体が軟弱になる

水稲の高温障害（胴割れ・乳白）対策に

●ケイ酸施用の効果

- 効果1** 玄米中窒素含有（タンパク）の低下
- 効果2** 茎葉の硬化による病虫害抵抗性や耐倒伏性向上
- 効果3** 茎葉が直立し、受光態勢（でんぷんの増産）や根の活力、登熟促進
- 効果4** 高・低温や強風による水分ストレス、葉身の老化軽減
- 効果5** アルカリ性のため、土壌の酸性化を抑制

KSK28（ケイ酸28% カリ17%）▶



野菜出荷休日カレンダー(6月)

日	月	火	水	木	金	土
						①
2	3	④	5	6	7	⑧
9	10	⑪	12	13	14	⑮
16	17	⑮	19	20	21	⑮
23/30	24	⑮	26	27	28	⑮

○印が皆さんの休みの日です。
※JAのHPでもご覧いただけます。

4 月子牛市場成績

(税込)

性 別	雌	去 勢	計
頭 数 (頭)	62	91	153
平均体重 (kg)	299	325	314
平均販売価格 (円)	567,050	664,158	624,807
前月比較 (平均販売価格・円)	133,166	54,312	100,657
前年同月比較 (平均販売価格・円)	32,612	11,507	21,776
市場平均販売価格 (円)	560,558	707,885	642,986

令和5年産米 4月末の出庫状況

集荷数量	228,340.5俵
出庫数量	172,471.0俵
出 庫 率	75.5%

※出庫数量には移動保管数量も含まれます。





プランター栽培をしてみませんか？

【指導】

園芸課 後 藤 瑠 伽



「広いスペースはないけど、野菜を作りたい！」そんな方にオススメなのが、簡単に始められるプランター栽培です。そんなプランター栽培のポイントをご紹介します。

プランター栽培にオススメの野菜

プランター栽培をするにあたり、人気なのが中玉トマトやミニトマトです。理由としては、品種改良などで病気に強い苗が多いこと、色や触感の違いなど種類がとても豊富で育てやすいことが挙げられます。

プランター選びの注意点

プランターには様々な形があり、育てる野菜によって大きさや深さが変わります。例えば、葉物野菜は根があまり長くならないので深さが20～25cm程のもの、人の背丈ほど育つ野菜は根が張るため深さが30cm以上の大きめのものを選びましょう。

植え付けの仕方

①鉢底石を敷く

通気性や排水性を良くするために鉢底石をプランターの底に敷きましょう。網の袋に入ったものは洗って繰り返し使えるためオススメです。

②培養土を入れる

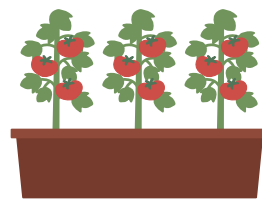
鉢底石の上から培養土を敷きます。この時、縁のギリギリまで培養土を敷いてしまうと、水やりをした際に溢れてしまうので注意しましょう。

③苗を植え、支柱を立てる

培養土に穴を掘り、苗を植え付けます。この時に、苗の根鉢は崩さず、根を傷つけないよう、しっかり隠れるまで培養土を被せます。苗は風に弱くあおられてしまうため、植え付け直後は割りばしで仮支柱を立て、2～3週間後に本支柱を立て、きちんと支えてあげましょう。

④水やりはたっぷりと

水やりは水があふれるくらいにたっぷりとしましょう。水をあげる際に、跳ねた水が葉に付くと病気の原因になってしまうため十分に注意します。トマトの場合は、土の表面が乾いた後に再度たっぷり水をあげましょう。



夏を迎えるために暑熱対策の徹底を！

【指導】

畜産課 高 橋 宏 大



牛の体調管理

暑熱は受胎率低下、発情発現や周期への影響、抵抗力・食欲低下など生産性低下を招きます。繁殖性、子牛の発育を維持できるよう暑熱対策をしっかりととりましょう。

●新鮮な水

水は、水分補給に加え体温を低下させる効果があります。夏場は水温が上昇し雑菌の繁殖も活発になるため、水槽の水換え・ウォーターカップの掃除をこまめに実施し清潔な水を与えましょう。

●牛舎消毒と換気

牛舎消毒はハエや蚊を駆除し、牛のストレス軽減や感染症予防に効果的です。換気は、空気環境の改善と温度を下げます。「外気を中へ、内気を外へ」を心がけ扇風機や送風機で換気をしましょう。

豚の体調管理

豚も同様に繁殖性や増体に影響が出ます。豚は汗腺が退化しており、汗をかいての体温調節ができないうえ、厚い皮下脂肪に覆われているため、暑さがとても苦手です。

●繁殖豚管理

豚舎が30℃を超えると、受胎率低下や発情を示さない豚も出てきます。扇風機や送風機で豚舎の温度を下げましょう。分娩・哺乳中の母豚にはペットボトルに水を凍らせ、底に穴を開けて吊るして首筋へ水滴をたらすドロップクーリングが効果的です。

●肥育豚管理

肥育豚も同様に、食欲減退、体重の減少が見られます。特に飼養密度には注意をし、豚舎の通風、床の乾燥に努めてください。



YUME. 2024. 6



双子座 ふたご
(5.21～6.21)

《全体運》非常に勢いのあるラッキー月です。気になることは物は試しとやってみて。面白い発見がありそう。旅行も吉 《健康運》ゆったりする時間も大切。ハーブティーにツキ 《幸運の食べ物》アシタバ

管内では、GWに合わせて2024年産米の田植えが始まり、5月下旬まで続く見込みです。

4月28日、色麻町の鎌田一宣さんは管内でいち早く田植えをスタート。前日からの2日間で約6ヘクタールに「ひとめぼれ」を植え付け、「だて正夢」を含め合計で13ヘクタールに田植えを行いました。

鎌田さんは「今年は天候が良すぎて、苗がやや育ちすぎてしまった。適切な管理をしながら、生育を見守りたい」と話しました。

J Aの営農指導員は今後、生産者と積極的な情報共有をしながら育苗巡回を行い、健全苗を移植できるようサポートしていきます。

関連動画を公開中!

スマホでQRコードを
読み取ってください



船形山を背に田植えをする鎌田さん

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

世界を変えるための17の目標

J A加美よつばはSDGsに
取り組んでいます!

わ だ い ゆ め

W A D A I Y U M E



観客に迫り迫力の虎舞を披露



火伏せの虎舞 餅まきで盛り上げ

4月29日、650年以上続く伝統の「初午まつり・火伏せの虎舞」が加美町で開かれ、季節を先取りした暑い日差しの中、地元消防団と小中学生が地域の家々を回り、防火を祈願しました。また、力強い虎舞の演舞や華やかな山車を見ようと、大勢の見物客が訪れました。

J Aでは、虎舞の演舞に併せて総合催事ホールよつば館の屋上から餅まきを行い、祭りをさらに盛り上げました。観光に訪れた県内外の人に米のおいしさをPRし、消費拡大に繋げようと、管内産「みやこがねもち」を使用した餅300個を用意。J Aの工藤義也組合長ら役員が、屋上から餅をまいて見物客に振る舞いました。

関連動画を公開中!

スマホでQRコードを
読み取ってください





タマネギの出来を確認する生産者ら

12 つくも責任
つかう責任

タマネギ栽培 初の直播栽培も順調

玉葱部会では、2023年からタマネギの直播栽培に取り組んでいます。昨年9月に試験的に直播したタマネギは、順調に生育して出荷を目前に控えています。

管内で初めて直播に挑戦した生産者の尾出芳彦さんは「田んぼ仕事と時期が被るため、手間を削減しようと直播を取り入れた。発芽率は80～90%と良かったが、ヨトウムシが多かったため、害虫対策も必要だと感じた。今年の出来が良ければ、徐々に直播の栽培面積を増やしていきたい」と意気込みました。

4月16日には現地検討会を開き、直播圃場のほか2カ所を巡回。生育は順調で、今年度120トンの出荷を見込んでいます。

17 パートナリングで
目標を達成しよう

安心・満足を追求めた 総合保障を提案

J Aは4月12日、よつば館で共済進発式を開き、L Aを含む役職員ら31名が参加しました。式では組合員、家族一人ひとりの生命と財産を守るため推進活動に取り組み、利用者の安心や満足度を追求した事業を展開していくことを申し合わせました。

工藤義也組合長は出席した職員に向けて「目標達成に向けて、職員で協力し合い一層頑張ってもらいたい」と激励。職員を代表して共済センター普及課の本田幸子L Aが「契約者一人ひとりに寄り添う活動を通じた総合保障の提供、安心と満足の提供をより一層強化します」と力強く目標宣言をしました。



早期目標達成に向け、がんばろう三喝をする職員ら

12 つくも責任
つかう責任

加工用トマト 120t集荷を目指す

4月11日、J A加美よつばとJ A新みやぎ・いわでやま地区は合同で加工用トマト栽培講習会を開き、定植を前に栽培技術を学ぼうと生産者ら9名が参加しました。

加工用トマトの卸先であるコーミ(株)の林康弘課長は「定植が近づくとつれて水まきの回数を減らしてほしい。水をあげすぎると定植後に根が伸びにくくなるので注意。ハウス内の温度管理を徹底し、こまめなハウスの開け閉めも忘れずに」とアドバイスしました。

「とまとケチャップ」や「トマトと玉ねぎのソース」の原料となる加工用トマトは、2024年産の作付面積2.4ヘクタール、出荷量120トンを目指します。



真剣な眼差しで聞き入る参加者

女性部の活動



本部

コロナ乗り越え新しい活動を目指す 第25回通常総会を開催

女性部本部は4月19日に本店で第25回通常総会を開き、代議員57名が出席しました。総会では、令和5年度の事業報告や令和6年度の事業計画について承認を得たほか、地域貢献や仲間づくり活動、食農教育活動などに取り組み、魅力ある女性活躍の場を広げる活動を継続的に展開することを申し合わせました。

令和6年度は、JAみやぎ女性組織協議会の「つながろう」 「まもろう」 「かわろう」を重点事項とした3カ年計画「JA女性想いをひとつに かなえよう」の実践最終年度です。このスローガンのもと、環境に合わせた新しい活動に積極的に挑戦していきます。

◀記念講演では災害時の自助・共助について学んだ



青年部の活動

本部 活力ある地域農業を目指して

JA青年部は4月5日、本店で第25回通常総会を開きました。総会では令和5年度の事業報告や令和6年度の事業計画など6議案を承認。6年度も次世代を担う子ども達に田植えや稲刈り体験などを通して、食の大切さを伝える活動を継続的に行っていくことを申し合わせました。

任期満了による役員改選も行われ、委員長は庄子智弘さんが引き続き務めます。また、県内の各青年部を統括する宮城県農協青年連盟の委員長には橋本拓未さんが就任しました。

次世代の担い手として地域農業のさらなる振興を図り、組織の結集力を高める活動を今後も展開してまいります。



◀6年度も引き続き、食農教育や地域の行事に携わっていく

お役立ち掲示板

スマホで残高照会や
入出金明細を確認できる!



JAバンクアプリ

キャッシュカードがあればすぐにご利用可能です!

残高照会

入出金
明細照会

明細
ダウンロード
機能

投信
残高照会

定期預入
明細照会

PayB
(払込票決済)



金融共済部

ご来店不要!スマホで
全部できちゃうんです!

JAバンクアプリとは、スマホで残高照会や入出金明細、定期、定積の預入明細照会、PayB(払込票決済)などができるサービスです。キャッシュカードがあればすぐに登録・利用が可能です。

ご利用方法について詳しくは、本店窓口・加美支店窓口までお問い合わせください。

アプリダウンロードは
こちらから!



乙女座 おとめ
(8.23~9.22)

〈全体運〉 試練を乗り越えていける力強い運氣。大きな課題に取り組みましょう。時間のかかる計画のスタートがお勧め 〈健康運〉 体調が改善へ。スポーツを楽しんで体力アップ! 〈幸運の食べ物〉 ソラマメ



青春ストーリー

生活技術科3年生

大 泉 悠 花 さん
(大崎市 出身)



★現在の目標
バスケットの地区総体で勝ち進み
県大会出場へ！



▲この日はイチゴのパック詰めを教わった

- Q** 農業に興味を持ったきっかけは？
A 父親が加美農業高校の出身だったため、入学をすすめられました。日々食べ物を食べる中で、野菜を作るうえで大変さを学びたいと思い、施設野菜を専攻しました。
- Q** どんなことを勉強しているの？
A 施設野菜ではトマト、キュウリ、スイカ、メロンなどをハウスで育てています。今年のプロジェクト研究では、メンバーにピーマンが苦手な人が多いことから、栽培の過程でどうやったら甘く作れるのか、加工して食べやすくできるかなどを調べていく予定です。
- Q** 好きな教科は？
A 数学です。計算がおもしろく、正解できた時の達成感が好きです。
- Q** 学校生活で印象的だった事は？
A 1年の時の文化祭です。初めてでも皆が楽しめる雰囲気がとても良かったです。クラスの出し物では、動画を見ながら練習したダンスを披露しました。

本店金融課 にお越しく下さい

本店金融課窓口は令和5年の金融店舗再編により、色麻支店金融課から本店金融課窓口と名称が変わりましたが、以前と変わらずに営業を行っています。窓口では、貯金・為替など各種取引を行うことができます。再編により店舗が無くなってしまった小野田区域と宮崎区域には、移動店舗車「よりぞう号」が隔日で運行し、搭乗した職員が対応しております。

また、店舗入り口にはお客様を明るく迎えようと、職員が協力して作った四季折々の飾りつけをしておりますので、ぜひご覧になってください。

今後も本店金融課窓口と移動店舗車「よりぞう号」をお気軽にご利用ください。



早坂あけみ課長



▲この車両で宮崎・小野田区域を担当します



✿本店金融課

加美郡色麻町四電字机木町14番地の1
☎65-2221





3種の芋のポテサラ

それぞれの芋の特徴を生かして



材料 4人分

ジャガイモ

男爵薯……2個
キタアカリ……1個
インカのめざめ……2個

厚切りベーコン

……1枚

マヨネーズ……大さじ5

牛乳……大さじ2

蜂蜜……大さじ1

塩・こしょう……各少々

サニーレタス……適宜

作り方

- ①ジャガイモ3種はよく洗って皮付きのままゆでる。竹串を刺して軟らかくなったら皮をむく。
- ②男爵薯は熱いうちにつぶす。キタアカリとインカのめざめは一口大に切る。ジャガイモ3種を混ぜてマヨネーズを加え、牛乳で固さを調整する。蜂蜜を加えるとまろやかになる。
- ③ベーコンは1cm幅に切り、油を加えずにフライパンで炒める。キュウリは小口切り、タマネギは薄切りにしてそれぞれ塩少々（分量外）をまぶす。しんなりしたら水気を絞る。ニンジン半月切りにしてゆでる。
- ④③を②に混ぜ合わせ、塩・こしょうで味を調える。
- ⑤サニーレタスを盛り付けた皿に④を盛り付ける。

マンゴープリン

冷凍マンゴーを使っても手軽に作れます



材料 4人分

ゼラチン……9g
熱湯……70ml
マンゴー……200g
砂糖……40g
レモン汁……20ml
冷水……130ml
ミント……4枚

作り方

- ①ゼラチンに熱湯を加え、10分膨潤させてから透明になるまでかき混ぜて溶かす。
- ②マンゴーの種、皮を除き、果肉を30秒ブレンダーにかけてピューレにする。
- ③②をホーロー鍋に入れて、砂糖、レモン汁を加え50度まで加熱する。
- ④③に①を加え、冷水を混ぜ、ガラス容器に入れて冷やし固める。
- ⑤仕上げにミントの葉を飾る。

お米をおいしく楽しもう

お米の「品種」

みんなは普段、どんなお米を食べているか、分かるかな？

「え？ どんなん？ どんなんお米って……。普通に白いやつでしょ？」

そう、確かに見た目は白いよね。でも同じに見えて実はいろいろな種類があります。例えば犬を考えてみよう。同じ犬とはいっても、大きい犬や小さい犬、毛が長い犬や短い犬などさまざまだね。お米もそれと同じ。お米にもいろいろな種類があるんだ。これを「品種」といいます。

「コシヒカリ」「つや姫」「ゆめぴりか」……。もしかしたら聞いたことがあるんじゃないかな？ 日本には1000種類も品種があるんだ。栽培されているのは300種類くらいだけれども、それでも多いよね。

「さ、300って……。そんなに味の違いがあるのかなあ？」

お米は硬さと粘りの違いで味が決まる。品種ごとに性格が異なるんだ。それとお米は農産物だから、地域によって育つお米とそうでないお米がある。沖縄のような暖かい地域で栽培されているお米は、北海道のような寒い地域では栽培できないんだ。気温の違いや太陽が照っている時間の違いによるんだよ。

ではここでほんの一部だけれども品種を紹介してみよう。

今、日本で最も生産量が多いのが「コシヒカリ」。次に多いのが「あきたこまち」「ひとめぼれ」「ヒノヒカリ」の三つで、いずれも「コシヒカリ」から生まれたお米。

最近では各地でたくさんのお米が生まれていて、「つや姫」は山形県生まれ、「ゆめぴりか」は北海道生まれだ。「コシヒカリ」は福井県生まれだけれども、今では新潟県が生産量が多くなっているよ。

変わった名前では富山県生まれの「富富富」。熊本県では「くまさんシリーズ」があつて「森のくまさん」「くまさんの輝き」「くまさんの力」というお米があるんだ。

新しい品種は10年以上かけて一つ一つ生まれるんだ。そこまでして品種を生み出す日本人は、本当にお米好きということが分かるね。

五ツ星お米マイスター ● 小池 理雄



薬茶函

令和のこの時代は旅行の際に飛行機が使われることは茶飯事です、昭和の頃は今ほどではありませんでした。

どこの学校でも職員旅行といって夏休みにいろいろなところに行ったりするものですが、わたしがいた仙台の学校では、あるとき飛行機で仙台から大阪伊丹空港まで行き、そこでレンタカーを借りて南紀白浜を回り、名古屋空港から帰ってきたときがありました。

また、当時は兄が韓国の浦項（ポハン）製鉄所（現在のポスコ「Pohang Iron and Steel Company」）で働いていたことで、子どもを連れて行ったこともあり少し飛行機に慣れていました。

その後、勤務が岩出山に変わりましたが、職員旅行は毎年、近辺の鳴子ということで、一度飛行機に乗ってみたい、そして遠くまで行ってみたいということで旅行担当をやらされてしまいました。

そうして立てたのは沖縄旅行です。

二十七年間のアメリカ統治が終わり、日本に復帰して間もなくの頃です。

天候に恵まれ、沖縄市の東南植物楽園、恩納村恩納海岸の万座毛、糸満市の摩文仁の丘、同喜屋武岬のひめゆりの塔、南城市の玉泉洞（ぎんせんどう）などを回りましたが、それぞれがそれぞれに

すばらしいところばかりでしたが、結果的にはわたしが一番に心に残る思い出となったのは龍泉洞や阿武隈洞のように大きな鍾乳洞の玉泉洞です。

当時のわたしは学級担任をしていましたから、そのお店屋さんで、子どもたちへのおみやげにと思いハイビスカスの絵の入った帽子を四十五個お願いしてきました。

帰ってから数日して大きなダンボール箱が二個届きました。

開いてみると、一つ一つの帽子がていねいに包装紙にくるまれてあり、それに封筒に入った手紙が添えてありました。

それには、「ご注文の品は八方手を尽くしましたが四十二個しかそろえることができなかったため、三個は別のものを入れます」。

そのため、「お金はお返しいたします」と認めてあつて全額が戻されてきたのです。

旅行中、ガイドさんからあんなにも口酸っぱく何度も何度も「本土のみなさんは（長い間アメリカの支配下に置かれ、現在も基地を置かれている）私たちの気持ちをちっとも分かってくださっていない」と聞かされてきて、どうしてそのお金をそのまま受け取ることができるのでしょうか。

わたしはそのお金を持って高校時代の同級生が経営している鳴子の旅館まで行き、「これで『こけし』を買ってくれるように」と頼みました。

そしてそれには「初めての沖縄旅行。青い空に浮かぶ白い雲がきれいでした。でも、本当にきれいだっ

たのはそこに住んでいるみなさんの心でした」

に次のような文を添えた手紙を送りました。

わたしの住む宮城県白石市のまちを「児捨川」っていう川が流れています。

この川の上流には遠刈田こけしの産地があります。

江戸時代の天保・天明の飢饉のときなどは、米や麦や野菜は勿論、木の実や皮、そして薬などもみんな食べ尽くし、最後は土の表面に生えた苔を煮てその上澄み液を飲んだってテレビで放送していたのを観たことがあります。わたしの住む東北ではこのような極限状態の中で親は間引きをやった後に、木でお人形を彫って「おいおい」と泣きながらそれを抱いたとのことでした。

ですから、このお人形（こけし）のことを「子消し」と書いたりすると言ってる人もいます。

わたしは、おばあさんが川から拾ってきた桃の中から赤ちゃんが生まれたという「桃太郎」のお話のともとは「間引き」だろうと推察しています。

少し経って、玉泉洞から、このお話が、「沖縄の美しさ空と海そして真心」といった題で、地元の沖縄タイムスに載ったと新聞が送られてきました。

ただ、それから四十年の月日が流れ、数年前に沖縄旅行をするようになった娘に「玉泉洞を訪ねてきて」と頼みましたが、「お店自体がなくなっていた」とのことでした。

加美警察署から
お知らせ

「はみ出し事故」その一瞬が

命取り

こうなった原因は…



無謀運転



いねむり運転



わき見運転



死亡事故の約4割が車線はみ出し事故です!!!

悲惨な事故を起こさないために

- スピードを出しすぎない
- 道路状況を見極めたゆとりある運転
- 運転に集中し「わき見運転」をしない
- 眠気や疲労を感じる前に休憩をとる



クールビズ

「夏の軽装化」運動の実施

省エネ、消費電力の削減を目指しクールビズ「夏の軽装化」運動を実施します。また、エアコン温度設定や間引き照明、節電等にご協力ください。

実施期間

5月1日(水)

～

10月31日(木)

J Aバンクをご利用のお客さまへ

J Aバンクの金利が以下の通り、変更になりましたのでお知らせします。今後、さらに変更になる場合もございますので、詳しくは窓口にてお問い合わせください。

普通貯金	0.020%				
	1年	2年	3年	4年	5年
定期貯金	0.025%	0.025%	0.150%	0.150%	0.200%
	1年	2年	3年以上		
定期積金	0.025%	0.075%	0.150%		

※ J A加美よつばでは4月27日より変更となっています。



山羊座 やぎ
(12.22～1.19)

〈全体運〉 少しずつ快方に向かっています。イライラしたら深呼吸を。落ち着いて取り組みは確実に前進。
丁寧な作業を心がけて〈健康運〉 良い薬や病院が見つかる予感。筋トレも◎ 〈幸運の食べ物〉 エダマメ



JAグループ宮城

宮農支援フェア 2024

6/19水・20木

6/19 ▶ 9:30～15:00

6/20 ▶ 9:30～14:00

来場
記念品進呈!

多数用意しております
が品切れの際は
ご容赦願います。

夢メッセみやぎ

仙台市宮城野区港三丁目1-7

昨年の開催風景



展示会にてご成約

いただいた方へプレゼント!

やまびこ製品

刈払機 (エンジン式)

純正KL型チップソー

キャリア動噴

ステン畦畔15G型

丸山製品

刈払機全機種

混合燃料2L

バッテリー動噴全機種

マルみえるノズル

■主催/JAグループ宮城

■協賛/宮城県系統農機メーカー連絡協議会



JAグループ / 全農



13 YUME. 2024. 6



水瓶座 みずがめ
(1.20～2.18)

《全体運》運勢には勢いがあります。滞っていたことが動き出し、連絡もスムーズに。ただ油断は禁物。やり過ぎには注意《健康運》働き過ぎに気を付けて。ストレッチで体をほぐして《幸運の食べ物》夏ミカン



今月号のテーマは「梅雨」

来月号のテーマは「好きな野菜」です。
たくさんのお便りをお待ちしています！

たくさんのお便り、ありがとうございます。
皆さんの梅雨に対する思い
がじわじわと伝わってきました。私も
体調を整え、梅雨の風
景を楽しみたいです。
(広報担当)



梅雨でも体の中から汗が出ます。水分補給
をして熱中症を防ぎましょう。
(宮崎 S・Hさん)

梅雨は一年の中で一番つつとつしいです。
洗濯物が乾かず、畑は雑草の成長が早く、
忙しくなる時期です。
(中新田 M・Sさん)

昨年は梅雨がなかったように思っているの
で、今年は、夏になる前に梅雨があるとい
いなあと思っています。植木鉢が100個
以上あり、水掛けが大変なので…
(中新田 S・Sさん)

カビおよび食中毒に注意し、五月晴れを楽
しみながらがんばろう！
(色麻 S・Sさん)

理事会報告

全議案原案どおり承認されました

第1回4月臨時理事会（令和6年4月15日開催）

第1号議案 実務精通理事（常務理事）並びに員外監事として推薦
する候補者について

第2号議案 女性理事として推薦する候補者について

第2回4月定例理事会（令和6年4月26日開催）

第1号議案 定款の一部変更について

第2号議案 定款付属書総代選挙規程の変更について

第3号議案 令和6年度コンプライアンスプログラムの策定について

第4号議案 職制規程の一部変更について

第5号議案 宮城県エルピーガス保安センター協同組合からの脱退
について

監事会報告

全議案原案どおり承認されました

第1回4月監事会（令和6年4月4日開催）

第1号議案 令和5年度監事会事業報告書及び令和6年度監事会事
業計画書（案）について

より
詳しい

JAの情報やお知らせは
公式ホームページをご覧ください！

加美よつば

Q 検索

「加美よつば」で検索するか、右のQRコード
から！



2024 6月 JA 行事予定

2 直売所ポイント2倍デー

★ イブニングサービス

移動店舗車（小野田）

移動店舗車（宮崎）

01 土

02 日

03 月

04 火

05 水

06 木

07 金

08 土

09 日

10 月

11 火 子牛市場

12 水

13 木

14 金

15 土 スポーツ少年野球大会

16 日

17 月

18 火

19 水

20 木 理事会

21 金

22 土

23 日

24 月

25 火

26 水

27 木 総代会・臨時理事会

28 金

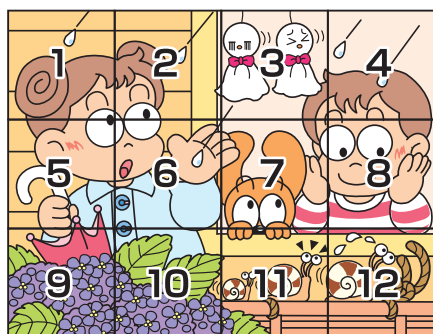
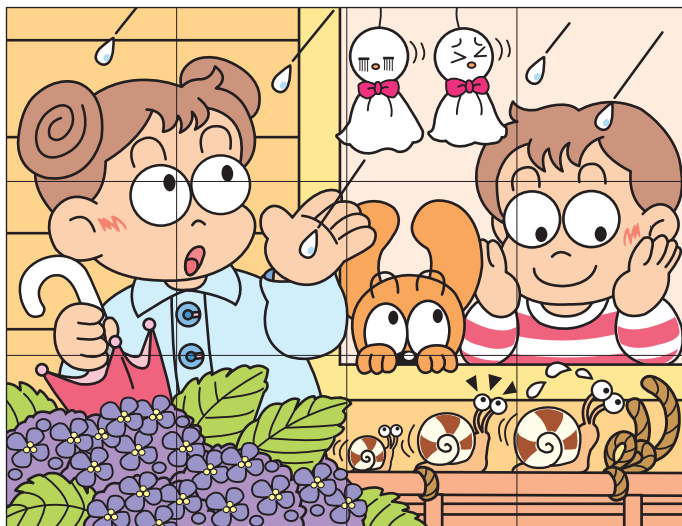
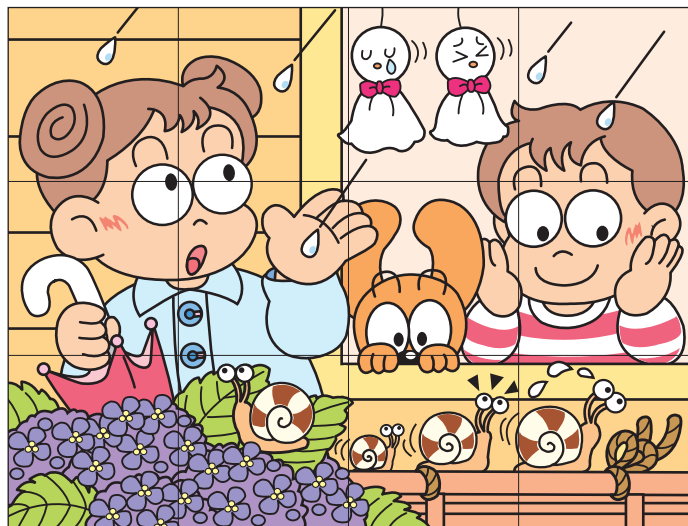
29 土

30 日

※予定が変更・中止となる場合が
あります。

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左下の枠内の数字で探しましょう。



《応募方法》正解者の中から抽選で、下記に掲載の「JA全農ニッポンエール グミ各種」の中からいずれか2袋を4名の方にプレゼント。ハガキ（左下掲載ハガキでも可）、メールまたは各拠点センター窓口にある応募用紙に解答・来月号のテーマに寄せた内容またはご意見・住所・氏名・電話番号を書いて左下掲載ハガキの宛先またはJA窓口までご応募ください。

5月号の答え

- 2………煙突から煙が出ている
- 3………帽子の形が違う
- 5………釘が出ていない
- 8………ズボンにラインが入っている
- 10………羊の目が違う

締切 5月31日(金)



郵便はがき

お手数ですが
63円切手をお貼りください

9 8 1 4 1 2 2

色麻町四竈字柵木町14番地の1
加美よつば農業協同組合
「YUME」編集係 行

ご住所 〒		
お名前 P.N. (ご希望の方)		
年齢	性別	電話番号
歳	男・女	()

✂ (キリトリ線)

今月のプレゼント

JA全農 ニッポンエール グミ各種

1袋 (40g) 参考価格 175円 (税込)



JA全農の商品ブランド「ニッポンエール」のネーミングには、国内で生産されるたくさんの食べ物への愛情と、日本の食を支える人々に対する感謝の気持ちが込められています。全国の特産フルーツを使ったグミがなんと60種類以上の品ぞろえ！

今月のプレゼントは
「JA全農
ニッポンエール グミ各種」
の中からいずれか2袋を
4名の方に！

〈商品のお問い合わせは〉 JA全農へ

*個人情報取扱いについて ご応募に際して取得しました個人情報は、プレゼントの抽選・発送、広報誌の編集企画の目的以外には使用しません。ただしJAからのお知らせを送付させて頂く事がありますのでご了承ください。また、承諾なく第三者に提供致しません。



我が家のめいこ孫を紹介！

おじいちゃん・おばあちゃんが

今月の表紙

あらいの

めんこ孫

色麻
岩松 孝一さん (56歳)
ちえみ
千枝末さん (55歳)
ゆうし
祐志くん (6カ月)

ゆーちゃんは初孫ということもあり、とってもかわいくて、毎日家に帰ってくるのが楽しみです。目元はお父さん似、口元はお母さん似かな？まだ6カ月とは思えないほどよく体を動かして、運動が好きそうところは両親2人に似ています。

おじいちゃんとお父さんが所属する地域のフットサルチームの練習には、週3回家族皆で参加します。ゆーちゃんは体育館に行くと、動くものが気になるようでボールや周りの人を目で追いかけていきますね。

休日には、おじいちゃんがベビーカーを押して一緒にお散歩へ行くのが日課。大きくなったら親子3代でフットサルや色んなスポーツをできたらいいなと思っています。健康に元気に育ってね。

編集後記

今年度から広報誌を担当します「景」です。加美町に住むのが初めてなので、4月のある休日、葉菜山の直売所へ行きました。好きな音楽を再生しつつ向かってみると、休日ということもあり直売所は混み合い、活気を感じられました。私は家族へのお土産に、味噌漬けと行者ニンニクを買いました。



この地域は知らないことだらけなので、少しずつ町内を回りたいですね！今後もちよめ助と旬な情報をお届けしていきますので、よろしくお願いします。

景

応募用紙

まちがいさがしの答え（数字を5つ記入してください）

「みんなの声」または「みんなのご意見広場」へのお便り
広報誌への掲載 ▶ 可 ・ 匿名(P.N.)なら可 ・ 不可
(○で囲んでください)

URL <https://www.ja-kami.or.jp/>
E-mail yotsuba@ja-kami.or.jp

リサイクル運動推進のため再生紙を使用しています。