

# たちばな

太陽としおかせいっぱい、豊かな心、豊かな未来



競技の合間のひと時。集まって作戦会議中？の伊方チーム  
(にしゅうわ女性部・同志会「健康のつどい」6月29日伊方スポーツセンター)

2012

8

August  
No.226

## トピックス 第19回通常総代会

### JAインフォメーション

ルミエール人形供養祭、  
年金花道キャンペーン、  
カルチャースクール参加募集（八幡浜女性部）

ご飯をおいしく食事を美味しくSP  
手作り加工品展 出展作品レシピ



## 地域福祉 充実へ



ふれあい助け合い組織「たちばな」

会長 **とく 得 能 純 子**

組織が発足して12年が経過し、活動内容も年々充実してきました。高齢者支援研修会・福祉先進地視察・会員交流会・各地区でのミニデイ実施・介護予防教室（八幡浜市委託事業）などを行っています。特にミニデイは、各地区の気風や状況に合ったサービスの提供で、利用者の皆様から大変喜ばれています。利用者は、戦前戦後と物の乏しい時代に、大変苦労

しながら地域農業を守り育ててこられた方ばかりです。これら先輩方に、私たちの活動を通して「ここに住んでいて良かった」と言ってもらえるような温かい地域づくりに向けて、これからも活動していきます。今年1月には念願のデイサービスセンター「だんだん三瓶」がオープンし、利用者の皆様からは温もりある素晴らしい施設と職員だと、大変喜ばれています。また、同センターを拠点に地域ミニデイ活動同士の交流も行っています。

さて、このような「たちばな」の活動も、地域住民の皆様のご理解とご協力なくしては、将来的に充分な形で実施できなくなるかもしれません。支援を必要とされる方々はだんだんと増えていますが、高齢化は組織の中でも進んでおり、支援す

**心** れあい助け合い組織「たちばな」の活動目的は「高齢化に対抗するため、会員及びその家族や地域住民がお互いの力を合わせ、ふれあい助け合い活動を通じて、安心して暮らせる地域づくりを進めるとともに、研修会の実施で会員の知識向上と親睦を図る」ことにあります。

べき組織の会員は残念ながら減少しつつあるからです。現在の会員は女性部員とヘルパーで73名ですが、農繁期には一気に人手が減るなど、西宇和をフォローするにはまだまだ不十分です。

ふれあい助け合い組織「たちばな」には、JA女性部員やヘルパー資格者でなくても参加できます。「たちばな」の目的に賛同する「地域のために何かお手伝いしたい」「将来のために介護の勉強や手伝いを体験したい」「高齢者を抱える者として相談相手が欲しい」などとお考えの方、ぜひご入会いただき、活動にご参加ください。今の元気なうちに、福祉ボランティアの種を撒き、明るく楽しく高齢者に優しい福祉の街づくりに向け、共に努めませんか？ ご協力・ご参加お待ちしております。

# CONTENTS

## 3 営農BOX

東京最前線

日本一の産地づくり【NEW】

野菜を作ってみよう！

## 7 JAのうごき

理事会

生産販売委員会

経営管理委員会

## 8 みんなの広場

トピックス東西南北

ぶらりにしうわ

今月の表紙

JAインフォメーション

- 人形供養祭のご案内
- ルミエールモニターレディ募集
- オートパル整備士募集
- 感電事故に気を付けましょう
- 年金花道キャンペーン実施中！
- 受講生募集

（八幡浜女性部カルチャースクール）

- ブライダルフェアのご案内

わが家のアイドル

フレッシュペンリレー Vol.108

ここにこ年金クラブ

ご飯をおいしく食事を楽しくSP

簡単！毎日できる！健康管理体操

川柳コーナー

星占い

たちばなクイズ

みんなのひとこと

## 20 西宇和人 にしうわんちゅう

清水 設二さん(川之石)

# 8

2012





## 果実販売停滞！ 震災後の昨年以上に厳しく…



担当：東京営業所所長 **木下 和隆**

### 総括

京浜市場6月中旬における主要果実の実績は、数量前年比99%、単価前年比103%と概ね昨年並みの水準で推移しているように見えるが、その内容は非常に脆い。実のところ果実総体に荷動き悪く低迷した環境が続いており、上記実績が形成されるに至った要因は、貯蔵りんごの入荷減・単価高（数量81%、単価129%）、春先の天候不順によって出遅れたメロン（数量81%、単価113%）やマンゴー（数量73%、単価111%）によるところが大きい。また、上記は6月中旬までの累計実績であり、直近の旬別実績では、マンゴーで数量144%、単価77%と急激な入荷増の単価安に転じており、6月末現在ピークを迎えているサクランボ等は数量112%、単価92%とこちらも入荷増の単価安という展開になっている。また、ハウスみかんについても4月からの累計は数量95%、単価102%となっているが、6月中旬単体でみると数量92%、単価99%となっており入荷減の単価安という非常に厳しい状況に陥っている。ここまで、実績数の羅列をしてきたが、要は、末端店舗での売れ行きが非常に悪いということをお伝えしたかった

に他ならない。相場の高い安いは状況に応じてあるものの、末端の荷動きが停滞しているのは商売にならない。残念ながら量販店舗を状況調査に廻ってみても、青果コーナーはとても好調とは言いがたい。また、入荷のピークを迎えた品種でも、絶対量が例年の感覚から言うと不足気味の雰囲気があるため、相場が落ちきらず、高くもなく安くも無いという市況展開の中、店舗側での売価にほとんど変化が見られないことも、売れ行きを停滞させている原因と思える。産地側からすると、生産量が落ち込んでいられるにも関わらず単価が上がるという、競合品目があり無い時期になぜ売れ行きが悪いのかという疑問が生じるが、市場側では入荷量が多くないため単価は落としたくない、しかし、実際に売れていく価格にしていかなければ荷動きそのものが停滞し残荷が増えていくというジレンマに陥っているのが実態ではないだろうか？世間では消費税増税法案が衆院で可決され、その施行を待つ段階となった。社会福祉問題や企業の不況感、給料が上がらない現状など、世相が暗くのしかかる。嗜好品の域に存在する果物販売が厳しい状況となるのは必死の様相だ。

西宇和産ハウスみかんもその影響を色濃く受けており、近年で最も厳しい状況と言えるかもしれない。また、放射能問題も沈静化してきた雰囲気があるが、一方で店舗によっては東北や東関東の一部産地を扱わない、又は、積極的に扱わないという暗黙の対応が増えてきており、消費者の当該産地品を避ける率も高まっているように思える。昨年は復興復興に向けて皆で協力しようという力が溢れていたが、喉元過ぎればで、昨年の比ではない厳しさが出てきている。本場の正念場は今年のようなようだ。JAに

しうわとしては、今年も福島産の桃を産地間取引する予定だが、こういう取組みを今後も継続して欲しい。明日は我が身で、決して対岸の火事と捉えることなく、国産果実生産団体として相互協力のもと、地域の産業を守っていく体制が、今後もつと必要とされると信じて疑わない。ちなみに本年産の桃は、好天が続いているため内容も高品質に仕上がっており、満足できる商品に仕上がっており、果物本来の価値は食味内容にあるはずなので、是非とも積極的にご協力頂きたい。

## 東京ペンリレー *Tokyo Pen Relay*

今回は、川崎中央青果 果実部 増田君です。

まず **増田** ただし **唯**

- ① 26歳
- ② 両親、兄
- ③ 愛媛、静岡、徳島
- ④ 食べること！
- ⑤ 1年間健康に過ごすこと！
- ⑥ 日本を代表するみかん産地の名前に恥じない品物を、これからも継続して出荷して下さい！



- ①氏名 ②年齢 ③家族構成 ④担当産地
- ⑤趣味 ⑥今年の抱負 ⑦JAにしうわへの要望

日本一の産地づくり NISHIUWA

～今日の実践  
西宇和の未来へ～

営農指導部  
西本 史和

肥大状況 (6/20調査)

品 種	横 径 (mm)	平年比 (%)	縦 径 (mm)	平年比 (%)
極 早 生	21.5	100	19.8	97
宮 川 早 生	20.8	96	20.5	98
南柑20号	19.8	104	18.3	104

肥大状況 (6/20調査)

温州みかんの品質向上策は、言うまでも無くマルチ被覆が最も効果的です。最悪の気象を予測し、最高の品質を目指す・・・今出来ることはマルチ被覆です。

1. 果実内容が平均以下にしかならない園地（味格外の多い園地）。
2. 完熟品・特殊商材などいっそう高品質果をねらう園地。
3. 着色促進（極早生・早生温州）でスムーズな収穫、出荷を目指す。
4. 秋雨遮断・浮き皮防止を目的に行う。（特に20号）

着色促進・熟期促進・糖度アップ・紅の向上へ

ポリリン酸カリ	2,000倍：2～3回
ビビッドレッド (リン酸9ーカリ7)	1,000倍：2～3回
フィガロン乳剤	3,000倍／～300㍈

病害虫  
の防除

○ミカンハダニ

8月以降は果実に寄生し加害し、着色不良や紅が薄いなど、品質低下を招きます。発生密度が低いうちに、ムラが無いよう丁寧に散布しましょう。

温州みかんの摘果

8月からは適正生産や品質向上に向けて仕上げ摘果の重要な時期になります。今年は軸太、上向き肌粗果が多いため着果負荷(ストレス)を強めにかけ品質アップを図りましょう。果皮がつるっとして光沢が出始めると仕上げ摘果開始の合図です。果汁の蓄積が多くなり着果のストレスがかかり始め果実表面のキメが良くなる8月上・中旬頃から開始し、病害虫や内なり、裾なり果を中心にとした小玉果の摘果を行います。



(グリーンの薄い樹冠内部の果実は糖度が低い)

中晩柑の摘果

今年産の中晩柑はバランスもよく、良好な状況です。粗摘果に引き続き5～6枚の有葉果を残し、大玉生産に努めましょう。結果量の少ない樹ではかぶり枝を除去しましょう。

○ミカンサビダニ

サビダニは高温乾燥が続くと多発し、防除が遅れると甚大な被害を受けます。発生が見られる場合は初期防除を行ない、定期防除で発生密度を下げましょう。

○かいよう病

これから秋にかけて台風襲来の時期になります。かいよう病に弱い品種には、特に注意が必要です。



# 日本一の産地づくり NISHIUWA

## 高商品づくりをめざそう

### 農業制度資金のご案内

愛媛県農林水産部管理局農業経済課

#### Q どのような方が借りられますか？

A 認定農業者、集落営農組織、認定就農者、その他農業の担い手の方などですが、資金によって対象者が異なっております。

#### Q 農業制度資金とは、どのような資金ですか？

A 農業のために必要な設備投資や運転資金、経営の再建を図るための資金などを長期かつ低利で融資する資金です。

#### Q どこに相談・申込みをすればいいですか？

A それぞれの資金については、ご融資する条件などもありますので、まずは、最寄りの農協などの融資期間、市町または県の機関などにお尋ね下さい。

**「認定農業者」**とは、意欲ある農業者の方で、現在の経営をよりよく改善するための、5年後の経営目標（農業経営改善計画）を作成し、この計画が市町から認定を受けた方です。

**「認定就農者」**とは、自ら農業経営を目指す方や農業法人などへの就職を目指す方で、就農計画を作成し、この計画が県から認定を受けた方です。

農業制度資金に関する情報は県ホームページでもご覧いただけます。  
<http://www.pref.ehime.jp/h35300/nougyoukeizai/index.html>

#### — 農業制度資金に関するお問い合わせ先 —

機 関 名	所 在	電 話
南予地方局産業経済部八幡浜支局 地域農業室・産地育成室	八幡浜市北浜1-3-37	0894-23-0163
愛媛県農林水産部管理局農業経済課	松山市一番町四丁目4-2	089-912-2529
株日本郵政金融公庫松山支店 農林水産事業農業食品課	松山市三番町六丁目7-3 5階	089-933-3371
愛媛県農業信用基金協会	松山市南堀端町2-3	089-948-5678

### こんなとき、こんな資金が利用可能です！

注) 内容につきましては、代表的なものを例示しておりますので、詳細は相談窓口にご確認下さい。

資金の種類	融資対象者	融資機関	金利(%)	融資限度額	土 地	建 設	農 具	植 培	導 入	運 転	負 債	災 害 等	
					購 入	賃 借	設 置	購 入	購 入	購 入	購 入	購 入	購 入
農業近代化資金	認定農業者	農協 銀行等	0.60~ 1.25	個人 1,800万円 法人 2億円	●	●	●	●	●	●		●	
	認定就農者 その他担い手		1.40		●	●	●	●	▲				
農業経営改善促進基金 (スーパーS資金)	認定農業者	農協	1.50	個人 500万円 法人 2,000万円	●				●	●			
愛媛県農林漁業協同化資金	農業者 農業団体	農協	0.40、 1.40	一般 50万円 作業受託 400万円	▲	▲	▲	▲	●	▲		▲	
農業改良資金	認定就農者 その他担い手	日本政策 金融公庫	無利子	個人 5千万円 法人 1億5千万円		●	●	●	●	▲			
農業経営基盤強化資金 (スーパーL資金)	認定農業者	日本政策 金融公庫	0.60~ 1.40	個人 1億5千万円 法人 5億円	●	●	●	●	●	●	●		
経営体育成強化資金	その他担い手	日本政策 金融公庫	1.40	個人 1億5千万円 法人 5億円	●	●	●	●	●	▲	●		
農林漁業セーフティネット資金	認定就農者 その他担い手	日本政策 金融公庫	0.60~ 0.85	600万円						●		●	●
農業経営負担軽減支援基金	農業者	農協	1.40	負債残高							●		
就農支援資金 (施設)	認定就農者	農協	無利子	青年 3,700万円 中高年 2,700万円			●	●	●	●			

# 野菜を作ってみよう

上手く育てば楽しくなる

果菜類の栽培に  
当たつての注意  
事項を述べたい  
と思います。

## 【キュウリ】

### ①追肥

キュウリは肥切れを起こすと勢いが弱まり、尻太の果実が多くなります。十分に基肥を施用している場合でも、植付け後2〜3週間目頃、株元の周囲(株元には直に触れないように)に化成肥料を大きじ1杯程度撒き、上根をいためないように軽く土と混ぜ合わせます。

その後、2週間に1回の割合で、合計4回程度追肥を行います。この時は、化成肥料と油粕をそれぞれ株当たり大きじ1杯ずつ施用して、鍬で軽く土と混ぜ合わせます。生育後半になると、根が縦横に張っているので、切らないように気をつけます。

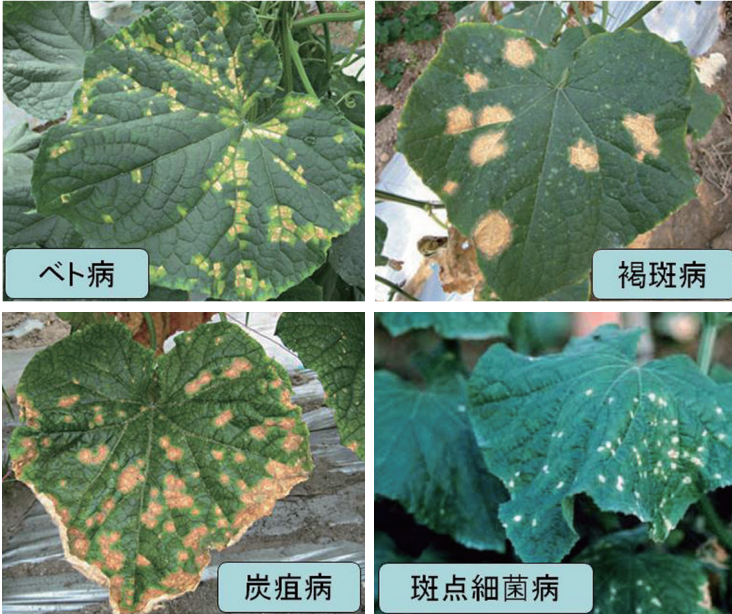
### ②葉かぎ

子づる、孫づるが伸びて込み合ってきたら、親づるの葉から適宜葉かぎしていきます。1週間に株当たり2〜3枚程度を目安にします。

### ③病害虫対策

黄色い斑点の病害が広がって行くことがあります(写真1)。病気に対応した農薬を散布します(表1)。

写真1 きゅうりの斑点性病害



## 【トマト】

トマトの果実が膨らんできたときに、尻部分(雌しべがとれた部分)が黒変し、収穫が近づくとへこんでくる症状が見られることがあります。カルシウム欠乏による尻腐り病です。作付け前に石灰資材を施すことが必要です。また、土壌が過度に乾燥した場合も発生が多くなるので、それまでに十分に根張りを確保して、適度に灌水してやるのが大切です。

表1 キュウリの防除農薬	ジマンダイセン水和剤	ビスダイセン水和剤
希釈倍率	600倍	600~800倍
使用時期 使用回数	収穫前日まで 3回以内	収穫前日まで 2回以内
べと病、炭疽病、 褐斑病	○	○
斑点細菌病	×	○

## 【ナス】

### ①草勢の判断

ナスは花を観察することにより、草勢を判断することができます(図1)。肥料切れや水分不足などで株の勢いが弱くなっている場合、摘果や若どりを行い株の負担を軽くし、灌水や液肥の追肥などで草勢の回復を図ります。

### ②更新剪定

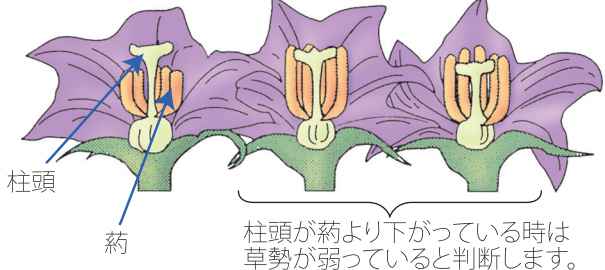
ナスは7〜8月にかけて収穫のピークを迎え、その後勢いが弱まってきます。そこで、8月に入って収穫ピークを過ぎた頃に更新剪定を行って、秋茄子の収穫に備えます。この際、更新剪定を行わない株も半分程度残しておけば、収穫が完全に途切れることはなく安心です。

更新剪定は、地上50cm位まで、太い枝を切り戻します。この時、切り戻した各枝先には1芽程度残しておきます。株の周囲に化成肥料と油粕をそれぞれ株当たり

### ③病害虫対策

果実の表皮に白いかすりが入り、ガサついてくることがあります。これはアザミウマ類による被害です。スタークル顆粒水溶剤(濃度:2000倍、使用時期:収穫前日まで、使用回数:2回以内)を散布します。

図1 ナスの草勢判断の目安





# JJAのウグキ

## 6月21日 生産販売委員会

### 《協議事項》

- ▼平成24年度指定市場(案)について
- ▼共選運営規程について

## 6月28日 生産販売委員会

### 《状況・情勢報告》

- 柑橘育成状況について
- 柑橘販売情勢について
- 平成23年産第2回温州予想数量(6月20日時点)について

### 《協議事項》

- ▼平成24年度柑橘販売促進(クレヨンしんちゃん)(案)について
- ▼平成23年産中晩柑精算(案)について
- ▼平成24年産柑橘・落葉果樹受入取扱要領(案)について
- ▼平成24年度ブチみかんの取り扱いについて
- ▼平成24年度視察・研修会について
- 生産販売職員研修会(7月5日)
- 第2回職員事務処理研修会(7月12日)
- 共選監事研修会(7月30日)
- 拠点市場役員研修会(8月4日)
- 事務所長視察研修会(8月9日)
- 販売女子視察研修会(8月10日)
- 生産販売委員九州視察研修会(8月28・29日)
- ▼新規DBの承認について(川上・流通センター)

### 《報告事項》

- 平成24年度選果場役員報酬・従業員賞金について

- 第3回販売PJ会報告について
- 部会別専属利用契約者数(平成24年6月13日※)について
- 当面の行事計画について

## 6月22日 理事会

### 《事前報告》

- ▼5月末実績について

### 《協議事項》

- ▼県統一電算移行に関する覚書締結について
- ▼三瓶支店管内遊休資産(皆江山林)の売却について
- ▼伊方道改良工事(瀬戸出張所管内)に係る土地収用について
- ▼子会社の役員推薦について
- ▼平成25年度新規職員採用計画について
- ▼夏季賞与支給枠について
- ▼組合員の加入・脱退について
- ▼業務報告書の提出について
- ▼平成24年度指定市場(案)について
- ▼真穴選果場選果機能向上工事について

### 《報告事項》

- 内部監査報告(矢野崎出張所)について
- 地区別座談会の「質問・要望」について
- 平成24年度日本農業新聞普及運動の実施について
- JAバンクモニタリングの報告について
- 新規就農者拡大促進事業の概要について

- 専属利用契約者の加入・脱退について
- 福島県産桃の購入について
- 7月の行事予定について

## 6月28日 理事会

### 《協議事項》

- ▼役員報酬配分の決定について
- ▼役員賠償責任保険の個人負担について

## 6月8日 第3回 経営管理委員会

### 《協議事項》

- ▼第19回通常総代会提出議案の追加について

## 6月25日 第4回 経営管理委員会

### 《事前報告》

- ▼5月末実績について

### 《協議事項》

- ▼三瓶支店管内遊休資産(皆江山林)の売却について
- ▼県統一電算移行に関する覚書締結について
- ▼子会社の役員推薦について

### 《報告事項》

- 内部監査報告(矢野崎出張所)について

## 5月末主要残高

<b>貯金</b>	<b>生活資材取扱高</b>
1,334.0億円 計画比 98.8%	2.6億円 計画比 98.8%
<b>貸出金</b>	<b>販売品販売高</b>
173.7億円 計画比 98.6%	12.0億円 計画比 98.8%
<b>長期共済新契約高</b>	<b>正組員</b>
34.5億円 計画比 134.9%	6,646人 4月1日より ▲41名(直近)
<b>生産資材取扱高</b>	<b>准組員</b>
9.3億円 計画比 117.2%	5,878人 4月1日より ▲14名(直近)

## 6月26日 第5回 経営管理委員会

### 《協議事項》

- ▼委員順位の決定について
- ▼専門委員会の構成について
- ▼役員報酬配分の決定について
- ▼役員賠償責任保険の個人負担について
- ▼退任した経営管理委員の退任慰労金について

- 地区別座談会の「質問・要望」について
- 業務報告書の提出について
- 伊方町道改良工事(瀬戸出張所管内)に係る土地収用について
- JAバンクモニタリングの報告について
- 平成25年度新規職員採用計画について
- 夏季賞与支給枠について
- 新規就農者拡大促進事業の概要について
- 専属利用契約者の加入・脱退について
- 福島県産桃の購入について
- 組合員の加入・脱退について
- 7月の行事予定について





## 全議案可決!!第19回通常総代会

農地保全へ「集積円滑化事業」参加も決議  
新経営管理委員に塩崎満雄氏

J Aにしようわは6月26日、第19回通常総代会を本店5階スターホールで開いた。各地区総代268名が出席(内、委任状8名)し、第1号~第8号議案・附帯決議(農地利用集積円滑化事業)・特別決議(T P P交渉参加阻止)について審議し、全議案賛成多数で可決した。本総会では、23年度決算が融資先の担保評価見直しに伴う貸倒引当金の積み増しを要因とした赤字決算のため、組合員への出資配当金が出せないことについて質問が出された。執行部は「J Aの事業経営そのものは黒字であり順調に推移している。行政の指導により融資先の担保評価を低く見直したことで積み増しが発生したが、これにより今後の心配が解消されたと言える。新たに債権管理部を立ち上げており、全力で債権の回収に当たりつつ、更に事業実績を伸ばし、組合員の皆さんに還元していきたい」と説明し理解を求めた。また、退任された梶原孝一氏に代わり、塩崎満雄氏(三崎・64歳)が経営管理委員に選任された。

# TOPICS

にしうわ東西南北



## 各地区で 座談会開催

6月上旬、J Aは総代会を前に西宇和全地区で、組合員の意見・要望などを聞くための地区別座談会を開いた。



## 役員・管理職が コンプライアンス研修

6月8日にJ Aは全役員と管理職職員を集め、不祥事防止と健全経営維持にむけたコンプライアンス研修を行った。



## 今月の表紙



女性部と女性果樹同志会は6月29日、伊方スポーツセンターで「健康のつどい」を開いた。140名が参加し、厚生連保健士の講義「大人のラジオ体操」を聴いた後、シャッフルゴルフやタオル引きで大いに笑い、みかんクイズで知識を競った。河野純子女性部副部長は「絶好の防除日和にご参加頂き感謝します。私たちが女性が明るく健康であれば地域も元気になります。今日は学ばせ、動き、笑ってください」と挨拶した。



反射神経と意地のぶつかり合い「タオル引き」。

私たちが女性が「明るく健康でなければ!」  
にしうわ女性部・同志会「健康のつどい」  
(伊方スポーツセンター)

## ぶらり にしうわ

トトロの森 (通称)  
(王子の森公園グランド周り植木)



中は大人でも少しかがめば通れる広さ。



外から見るとただの植木。

※皆さんの近所にある回気ない癒しの空間・場所を教えてください。クイズ応募のハガキに書いて送ってください。

桜・芝生・充実した遊具・球場と、広い敷地でたっぷり遊べる王子の森公園八幡浜市五反田、Aコープや

わたしは(横)には、トトロの森と呼ばれる秘密の森があるのをご存じ?





友の会のいろいろなイベントが楽しみ。粗品も工夫があって楽しい。(瀬戸・小川政子さん)



▲八幡浜市大平

垣内 <sup>ゆづき</sup> 佑月 ちゃん (3歳)

パパ：貴行さん ママ：夕里枝さん

「お調子者の佑月くん。ケガせず元気に大きくなってね」  
パパ・ママより

未来へ輝く若者たち vol.108



西予市三瓶町  
あかいけん  
**赤井健**さん  
(23)

- ①あなたのセールスポイントは？  
何でも一生懸命頑張るところ
- ②趣味・好きな事は？  
バスケットボール・ビリヤード・ダーツ
- ③自分の性格は？  
ポジティブ
- ④好きな女性のタイプは？  
子供好きで家庭的な人
- ⑤農業・農家のイメージは？  
農家さんは優しい人が多い。体力的には大変な仕事。
- ⑥今後の目標は？  
接客業なので一人でも多くのお客様に喜んでもらえるようになりたい。幸せな家庭を築きたい。
- ⑦JAに対しての要望は？  
人の輪を広げるような活動をしてほしい。

今回は、八幡浜市で頑張る清水健太さんにバトンタッチ



▲八幡浜市若山

井上 <sup>そうま</sup> 蒼天 ちゃん (4歳)  
<sup>こうだい</sup> 昂大 ちゃん (3歳)  
<sup>まお</sup> 麻央 ちゃん (2ヶ月)

パパ：竜一さん ママ：麻里さん

「妹とよく遊んでくれる優しいお兄ちゃんたち。これからもずっと仲良しでいてね」パパ・ママより



ルミエール・モニターレディ

募集します!

モニターレディの活動とは...

- 年3回のモニター会議
- カルチャー教室参加
- 葬儀の知識習得研修参加
- モニターレディ同士の交流
- 儀式への新たな提案

※1年間の契約期間終了後も、ルミエールのアドバイザーとして教室・研修参加・提案などで活躍いただけます。

**資格** 30~60歳代の女性  
JAにしうわ管内在住の方

**募集人数** 20名 応募多数の場合は抽選

**募集期間** 平成24年8月1日(水) ~ 8月30日(木)

**申込方法** お近くのJA窓口または、ルミエールで応募用紙を受け取り、必要事項をご記入の上、投函してください。



ぜひご来場ください

- 人形など受付時間  
**8時30分 ~ 11時00分**  
古い回転灯籠も合わせてご供養いたします。
- お楽しみイベント開始時間  
**9時00分 ~**  
食事・おやつ・楽しいゲームなどお楽しみイベント盛りだくさん。
- ご供養時間  
**11時30分 ~ 12時00分**



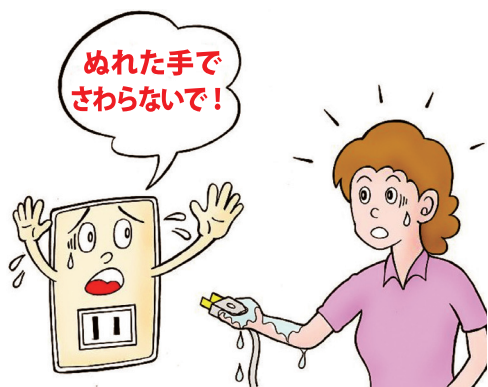
第10回

人形供養感謝祭

思い出の人形を大切に...ご供養しませんか?

無料 供養料

ルミエールへのお問合せ・行事参加・入会などのお申し込みは...  
フリーダイヤル 0120-66-1935 (TEL 24-1935 FAX 24-1938)



ぬれた手でさわらないで!

夏季は、皮膚の露出部分が多くなり、発汗により皮膚がぬれて電気が通りやすくなります。また、疲労から注意力が散漫になりがちで、感電などの電気事故は、夏季(7~9月)に集中して発生しています。

そのため、8月を「電気使用安全月間」とさだめ、経済産業省主唱のもと、電気使用安全の周知・啓発のため街頭キャンペーン、電気安全講習会の開催、電気設備の点検や不良設備の改修促進などの活動を行っています。

8月は「電気使用安全月間」

四国電気保安協会八幡浜事業所 ☎24-4100

一緒に働きませんか!

自動車整備士募集

J A にしうわオートパル

八幡浜市保内町須川65-1 TEL 36-2222

- 基本給** 151,720円  
賞与：年4.0か月  
昇給年率：1.5~2.0%  
退職給与制度あり
- 手当** 1級整備士 12,000円  
2級整備士 9,000円  
検査員 10,000円  
通勤・家族手当あり
- 勤務時間** 8:30~17:00 (昼食休憩60分)
- 加入保険** 健康・厚生・雇用・労災
- 休日** 日曜・祝祭日(土曜日隔休)
- 採用試験** 平成24年9月19日(水) 午前9時~
- 採用予定** 自動車整備士1名
- 応募締切** 平成24年9月12日(水)

応募・申し込みに関する詳細お問い合わせは  
株ジェイエにしうわ 本部 (TEL 24-7532 担当:石井)



# Information



## 選ぶなら「JAの年金自動受け取り」です



瀬戸出張所  
上杉めぐみ

### ただ今「年金花道キャンペーン」実施中

- 新規にJAでの年金お受け取り手続きをしていただくと・・・  
**「5000円分のギフトカード」をプレゼント!**
- JAでの年金お受け取りの予約をしていただくと・・・  
**「金利上乘せ予約貯金」をご用意いたします**  
(年金のお受け取り開始までJAが確実にサポートいたします)



年金受け取りに関するお問い合わせは、お近くのJA金融窓口、またはMA(マネーアドバイザー)へお申し付けください。JAにはお得益いばいす。

#### JAで年金お受け取り手続きをされると...

- 自動的に「JA年金友の会」の会員さんになります。
- 毎年「お食事会(友の会総会)、旅行、ゲートボール・クロッケー大会など、いろいろなイベントがあります。(支部によって相違します)
- 毎年お誕生日に「記念品」をプレゼントいたします。
- ルミエールにしようで、割引特典があります。



瀬戸出張所  
宮本隆史

## サマーブライダルフェア 2012

8月5日(日) 11時~15時  
リジェール八幡浜  
(JA西宇和会館5階スターホール)

★ ウエディングドレス & カクテルドレスの無料試着

★ 祝料理の試食

★ 写真・引出物・記念品等の展示

★ 各種相談会

※ 試食を希望されるお客様は、フェア前日までにご予約下さい。  
(お一人様1,000円)



0800-200-2458  
JAにしうわ会館 八幡浜市江戸岡1丁目12番10号

TEL 0894-24-1113  
JAにしうわ本店経済部

## 受講生募集します!!

八幡浜女性部カルチャースクール

次回開講日

8月23日(木)

申込締切

8月17日(金)

次回内容

フラダンス教室

中四国ハワイアン協会

インストラクター

井上由美先生

会場・時間

JAにしうわ別館3Fにて 13時30分~

八幡浜女性部では、昨年に続いて『カルチャースクール』を実施しています。女性部員だけでなく、一般の皆さんにも、八幡浜女性部活動の魅力と活気を見て、体験して、知ってもらえる地域交流の「場」として活用していただきたいと考えています。お友達とお誘いあわせて、ぜひ一度ご参加ください。とても楽しい活動ですよ! 準備物など、詳細は申込時にご確認ください。



開講月: 8月・9月・2月に各1回

内容: 料理・手芸・健康など、教室活動の体験

会費: 参加料として1回500円程度

(材料費等含む)

申込先: 八幡浜営農管理センター・女性部事務局

担当: 加藤華子 TEL24-7508





# ご飯をおいしく 食事を楽しく



## 加工品展 スペシャル

### 甘平ロール☆

【考案者】曾我 志津子(喜須来)  
ふんわりロールケーキの中に果実のシャキシャキ感も味わえます。



果実ソースから出る苦みはレモン汁で押さえます。

材料	作り方
卵(M)…………… 4個	<ol style="list-style-type: none"> <li>卵とグラニュー糖を白くなるまで泡だて器で混ぜ合わせ、薄力粉をふるい入れ、さっくり混ぜる。</li> <li>①に液状の牛乳とバターを手早く混ぜ合わせ、天板の中心から流し入れ、200度で10分焼く。</li> <li>甘平の中身をほぐしグラニュー糖と洋酒を加えて煮詰め、仕上げにレモン汁を加える。</li> <li>②のロール生地③のソースをぬり、生クリームを泡立てたものを隅々までのばす。</li> <li>半分くらいの位置に甘平の薄皮をむいたものを並べ、奥から筋に沿って折り曲げ、下にしいたクッキングシートを利用して丸める。</li> <li>シートの上からラップで巻き、端が下になるようにして冷蔵庫で30分休め、できたらソースを上からぬり、ミントをかざる。</li> </ol>
グラニュー糖… 120g	
薄力粉…………… 90g	
牛乳…………… 大さじ2	
バター(無塩)… 25g	
甘平…………… 2個	
グラニュー糖… 50g	
洋酒…………… 少々	
レモン汁………… 少々	
生クリーム…… 200cc	
グラニュー糖… 15g	

【考案者】木下千枝(瀬戸)  
美味しいポンカンを選ぶのがポイント。

### ポンカンシフォン

材料(17cmシフォン型1台分)	作り方
薄力粉…………… 100g	<ol style="list-style-type: none"> <li>下準備として、薄力粉・ベーキングパウダー・上白糖をそれぞれふるっておく。ポンカンの中袋を取り除き、ひと房を3つに切る。オーブンを170度にあたためる。</li> <li>卵黄と上白糖を混ぜ、白っぽくなったらサラダ油を加えてさらに混ぜ、つやが出てきたらポンカン果汁を加えて混ぜる。</li> <li>角がしっかり立つメレンゲを作り、②にメレンゲの1/3の量を入れてゴムベラで混ぜる。</li> <li>8割がた混ざったら粉類・上白糖・果実を一度に加え混ぜる。</li> <li>粉っぽさが残るくらいで残り2/3のメレンゲを入れ、均等になるように混ぜる。</li> <li>均等に混ざったら型に流し入れ、中の空気を抜く。</li> <li>オーブンで35分焼き、焼きあがったら型を逆さまにして冷ます。</li> <li>好みの大きさに切り分けて召し上がれ。(写真はひと口サイズ)</li> </ol>
ベーキングパウダー…………… 小さじ1/2	
卵黄(M)…………… 3個分	
上白糖…………… 60g	
サラダ油…………… 50cc	
ポンカン果汁…………… 50cc	
ポンカン果肉…………… 100g (メレンゲ)	
上白糖…………… 30g	
卵白(M)…………… 3個分	



いろんな種類の柑橘は、それぞれの旬でいろんなスイーツが楽しめますね。

### みかんマーマレードの ロールケーキ

【考案者】井上久美(川上)  
みかんのマーマレードを生地に入れて香りを、マーマレードにはみかんジュースを入れしっとり感を出して塗りやすく調整。



生クリームに果実の組み合わせはアッサリスツキリの風味ですね。

材 料	作り方
(生地)	<ol style="list-style-type: none"> <li>ボールに④を入れ、湯せんにかけながら細かいクリーム状になるまで泡立てる。量が3倍位に増えたらマーマレードを入れ軽く泡立てる。</li> <li>①にふるった小麦粉を加え、さっくり混ぜ合わせる。</li> <li>天板にオーブンシートを敷き②を四隅に行きわたるように流し込みならす。天板の底を2~3回たたき、ゴムベラの先で泡を消しておく。</li> <li>天火は180度くらいにあたためておき、14~15分で焼き上がり。</li> <li>生クリームに砂糖を入れ泡立てる。</li> <li>マーマレードにみかんの絞り汁を混ぜ生地ぬりやすい濃度にする。</li> <li>④に⑥・⑤の順でぬり、みかんの実をちらして巻く。</li> <li>軟らかいので、食べる時は少し厚めに切ると良いです。</li> </ol>
小麦粉…………… 65g	
④卵…………… 4個	
砂糖…………… 105g	
みかんマーマレード…………… 40g	
生クリーム… 1パック	
砂糖…………… 大さじ1	
みかんマーマレード…………… 適宜	
みかん絞り汁…………… 適宜	
みかん(袋をとったもの)…………… 適宜	
…………… 適宜	

JAバンクえひめ・キャッシュカード紛失共同受付センター：フリーダイヤル ☎ 0120-71-0874



夏はちょっと辛く、さっぱり。めんたいこはメーカーにより、塩辛さが違うので、味見をきちんとして調味料を加減しましょう。めんたいこはスプーンなどでこいて薄皮を取ると楽。ミニトマトをカットしてたっぷり。冷製なので、後から量や種類も加減できます。

## 冷製・めんたいパスタ

相性の良いマヨネーズとめんたいこがソース

### 材料 (1人分)

スパゲティ……………320g  
塩……………大さじ1・1/2  
辛子めんたいこ……………1腹(80g)  
マヨネーズ……………大さじ2  
ミニトマト……………1パック  
シソの葉(バジル)……………20枚  
オリーブ油……………大さじ1  
塩・こしょう……………各少々  
粉チーズ・タバスコ……………適量

### 作り方

1人分約 389kcal

- ① ミニトマトは2つに切る。シソは千切りにし、水に放してから、水分をふき取る(バジルは使う直前に手でちぎる)。
- ② めんたいこは薄皮を除き、マヨネーズとこしょうを加えて、混ぜる。
- ③ スパゲティをゆでる湯、3Lを沸かし、塩を加えて、表示通りにゆでる。ゆで上がった後、手早く水洗いして水気を切り、オリーブ油をまぶし、塩、こしょうを少々振る。スパゲティを②とあえる。器に盛って、ミニトマトとシソを飾る。好みで粉チーズ、タバスコを振る。



## 鶏肉のカレーマリネ

材料、全部を混ぜて冷蔵庫へ。後は焼くだけ

肉、野菜を下準備して、冷蔵庫に入れておく(前日からでも大丈夫)。しかも肉がふっくらしておいしくなります。野菜の種類や切り方も好みでどうぞ。肉を香ばしく焼いて盛り付ければ完成。キュウリのほかにレタス、サラダナなど手近なもので…。



### 材料 (4人分)

鶏もも肉……………2枚(400g)  
塩・こしょう……………各少々  
タマネギ……………1/2個(100g)  
ショウガ……………20g  
赤ピーマン……………1個(150g)  
ピーマン……………3個  
A 酢……………大さじ4  
塩……………小さじ1  
カレー粉……………小さじ1  
こしょう……………少々  
サラダ油……………大さじ6  
キュウリ……………1~2本  
サラダ油……………大さじ1

### 作り方

1人分約 380kcal

- ① 鶏肉は竹串などで皮に穴を開け、塩、こしょうを振る。タマネギ、ピーマンは1.5cm角に切る。ショウガも薄切りにする。
- ② ボウルにAを合わせる。ここに①の全部を入れ、よく混ぜて冷蔵庫に1時間以上、漬けておく。
- ③ フライパンに油を熱し、②の鶏肉を入れ、両面を色よく焼く。②の野菜も加えてさっと炒める。漬け汁も加えて、ふたをして、中まで火を通す。
- ④ キュウリは半分に切り、皮むき器で全体を引く。皿に並べる。③の鶏肉は食べやすい大きさに切って盛り、野菜も乗せ、汁も掛ける。

## 簡単!毎日できる! 健康管理体操

### ⑭ ダンベル体操3

ダンベル(ペットボトルに水を入れた1kgでOK)を使った腕の体操です。軽い負荷ですが続ける事が大事です!



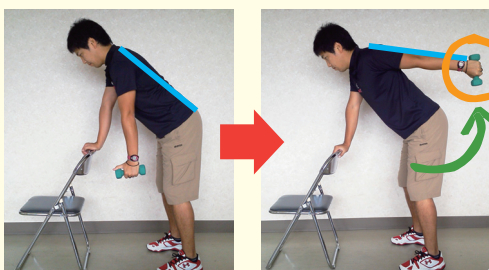
わいずみ たかし  
和泉 貴史

★B級パーソナルトレーナー  
★S.A.O.インストラクター

### 「ストレートアームラタラルレイズ」

二の腕を鍛える体操

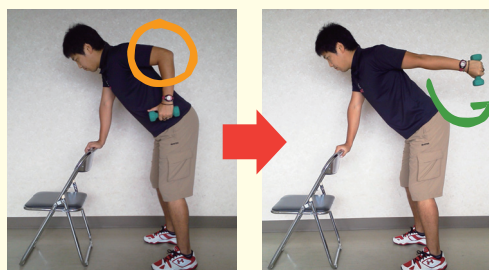
夏だからこそ、  
チャレンジ!!



- ① 腰や肩が丸くなったり反ったりしない姿勢をつくりまします。
  - ② 肘を伸ばし肩の高さまで腕を5秒間かけて上げていきます。
  - ③ 「サッ」と下ろすのではなく、「ジワーッ」と5秒間かけてダンベルを下ろしていきます。
- ※上げたときにダンベルが起きていることがポイントです。

### 「ベントアームラタラルレイズ」

二の腕を美しくする体操です!!



- ① 肘を曲げ脇をしめ肩と肘を同じ高さにする。
  - ② 肘の高さをキープしたまま肘先を5秒間かけて伸ばしていきます。
  - ③ 「サッ」と曲げるのではなく、「ジワーッ」と5秒間かけて肘を曲げていきます。
- ※脇が開いている場合はタオルなどを脇に挟みタオルを落とさないようにしてみてくださいよ!!

動ゆ  
かっ  
しく  
りし  
こ  
秒  
間  
ず  
つ  
腰  
が  
反  
ら  
な  
い  
よ  
う  
に  
!!



今月のあなたの運勢

8月 ♡全体運  
♥健康運  
◆幸運を呼び込む食べ物

占い師：モナ・カサンドラ

牡羊座

(3/21 ~ 4/19)

♥レジャー運が絶好調。海や高原といったリゾートに出掛けるのがお勧め。気の合う仲間たちと楽しく過ごして  
◆無理なダイエットはNG。動くのが一番  
◆アシタバ

牡牛座

(4/20 ~ 5/20)

♥感情的になり、ピリピリしがち。いつも笑顔を大切に。開運には料理や日曜大工など手作りを満喫するのが正解  
◆リラックスすることで体調に好変化が  
◆キクラゲ

双子座

(5/21 ~ 6/21)

♥コミュニケーション運が上向いているので、すぐに初対面の相手とも親しくなれそう。好きなことに励むのも◎  
◆快適な期間。積極的にスポーツに励んで  
◆桃

蟹座

(6/22 ~ 7/22)

♥プライベートタイムを満喫したい月。やるべきことを早めに済ませ、その後、のんびりして。紅茶に凝るのも吉  
◆オーバーペースに注意。無理は禁物です  
◆ニガウリ

獅子座

(7/23 ~ 8/22)

♥積極性が増し、持ち前のリーダーシップを発揮できそう。どんどん自己主張を。新しいことを始めるのも大賛成  
◆話題の食材や体操が体質に合う可能性大  
◆カボス

乙女座

(8/23 ~ 9/22)

♥小さな喜びごとに恵まれ、穏やかな心境で過ごせます。周囲との調和を第一に考え、人と協力し合う姿勢が必須  
◆ストレス発散にはウォーキングがベスト  
◆アワビ

天秤座

(9/23 ~ 10/23)

♥向学心が旺盛になり、様々なジャンルに興味を抱く時期です。まずは情報を集めてみて。読書も良い刺激に  
◆熱中症対策などをきちんと行えば安心  
◆モロヘイヤ

蠍座

(10/24 ~ 11/22)

♥自分のやり方や考えにこだわりやすく、孤立する暗示。柔軟性を発揮して。心を安定させるには土いじりが最適  
◆不規則な生活習慣は改善を。休息も大事  
◆スルメイカ

射手座

(11/23 ~ 12/21)

♥普段以上に行動力がアップしているよう。スムーズに物事がはかどりやすいはず。何事にも意欲的にトライを  
◆簡単なストレッチが体調キープの鍵に  
◆梨

山羊座

(12/22 ~ 1/19)

♥あれこれ考えすぎ、動けなくなる時期。恐れず、開き直りの気持ちでぶつかってみて。気晴らしには神社散策を  
◆スポーツ前には念入りに準備体操をして  
◆イワシ

水瓶座

(1/20 ~ 2/18)

♥ささいなことで一喜一憂する気配。やたらと極端に捉えないよう、バランスの取れた発想を。相談は良い結果に  
◆小まめに動けば、体調良好で過ごせそう  
◆ブドウ

魚座

(2/19 ~ 3/20)

♥細かな部分が気になるかも。他人には干渉せず、見守る姿勢が必要。お世辞にも冷静な対処を  
◆運動不足で新陳代謝を悪くしないように  
◆カンパチ

川柳コーナー

今月のテーマ

梅雨

今月の二十撰

梅雨の朝 「今日も雨か」と 独り言	梅雨さ中 夜千し朝千し 野良着かな	アジサイは 梅雨の心を 晴らす花	梅雨入りで 水やり助かる 自家菜園	避けたいが 梅雨も越さなきゃ 夏は来ぬ	長梅雨や 節電の夏 恋し冬	梅雨時の 日とおっかけ エンジン音	梅雨寒の 嫌いな母は まだコタツ	朝ぼらけ 梅雨の晴れ間の 押し車	通学路 黄色の傘は 梅雨の花
川之石 85歳	瀬戸 72歳	喜須来 76歳	三崎 77歳	矢野崎 59歳	瀬戸 19歳	三崎 65歳	伊方 48歳	双岩 94歳	山本 迂 <small>うま</small> 叟 <small>そう</small>

「何もせず 休みなさい」と 梅雨の声	梅雨入りで 水虫入る 足の裏	カタツムリ 梅雨の毎日 嬉しそう	つゆ時は 昔はおむつ 火であぶり	梅雨の日は 家から出れず テレビ守り	露にぬれ 飛ぶツバメなせ 風邪ひかぬ	雨音で テレビの音量 高くする	雨降ると カエルと孫が 大合唱	窓際の てるてる坊主に 腹を立て	
伊方 59歳	三崎 84歳	伊方 56歳	宮内 16歳	瀬戸 83歳	川之石 83歳	双岩 84歳	瀬戸 14歳	町見 69歳	伊方 52歳

来月のテーマ

虫

※川柳コーナーの応募方法につきましてもクイズコーナーと同様にハガキやFAXで受け付けております。皆さん、どんどんご応募ください。

7月の当選者

- 八幡浜市保内町喜木 小野 美和さん
- 八幡浜市川上町 正 真由美さん
- 八幡浜市日土町 宮下 幸子さん
- 伊方町河内 木戸 梅香さん
- 伊方町九町 高田 ツヤ子さん
- 伊方町三崎 宮本喜代子さん
- 伊方町三崎 たにがわりんさん
- 三瓶町長早 濱口 愛子さん
- 三瓶町蔵貫 鈴木 将晃さん
- 三瓶町二及 山下 浩明さん

7月号の答え

A B C D E  
アマノガウ

1	ド	7	ウ	口	15	18	エ	18	22	グ
2	ア	ナ	8	13	カン	ゾ	ウ			
3	ド	11	カ	ガ	16	ミ	ウ			
4	ウ	9	テ	14	ル	ツ	ボ			
5	タ	12	ン	カ	17	ハ	シ	21	ウ	23
6	イ	ワ	シ							ゴ

おめでとうございます

\*当選商品は紙面発表から1ヶ月以内を目安に、お近くのJAにしうわ営業所等から配達いたします。

ご葬儀のお問い合わせはルミエールにしうわへご連絡下さい：フリーダイヤル 0120-66-1935



# みんなで考えよう クイズ たちばなクイズ

## クロスワードに挑戦



正解者の中から抽選で  
素敵な賞品がもらえるよ!!

### タテのカギ

- 1 魚の形をした甘い菓子
- 4 踏むときゆっつきゅつと鳴く海岸もあります
- 6 遠くて近きは男女の —
- 7 豚を育てる — 農家
- 9 インナーの上に着ます
- 10 昔はこれに水を張って行水しました
- 12 1さお、2さおと数える家具
- 14 ペリーが乗ってきました
- 16 ゴロゴロと引っ張って海外旅行へ
- 17 縫い針の後を追いかけます
- 18 よろいのような皮膚を持つ草食動物
- 19 2012年の夏季オリンピックの開催都市

### ヨコのカギ

- 1 東北三大祭りの一つ、仙台 — まつり
- 2 墨を吐く海の生き物
- 3 昨日と明日の間
- 4 シャンポリオンが解説したのはロゼッタ —
- 5 カレーによく合うインドのパン
- 8 うっかりうとうとしてしまいました
- 9 衣服のしわをのぼします
- 11 瞬間的な停電の原因になります
- 13 小麦粉をこねて作った団子入りの汁物
- 15 先に進めない — 小路
- 16 高知の旧国名
- 17 スイカを丸ごと漬けて冷やすことも

二重マスの文字をA~Fの順に並べて  
できる言葉は何でしょうか?

1	6		10		16	18
2	A		11	14		B
		9				
3	7			15		19
		8		12		
4					17	D
5			13			

### プレゼント賞品

抽選で10名の方に  
プレゼント



今月からしばらくの間、プレゼント商標が代わりです。県内産あきたこまち

### 応募方法

官製ハガキに上記を明記の上、7月31日必着で送付して下さい。当選者は9月号で発表します。クイズ応募はFAXでも受け付けています。記入要領はハガキと同じです。(但し抽選対象は1枚のみです) お気軽にご応募下さい。

FAX番号24-7506

● たちばなクイズの答え  
● 川柳(希望者のみ)  
● ぶらにし紹介など  
● 郵便番号、住所  
● 氏名、年齢、電話番号  
● JAや広報「たちばな」へのご意見・ご感想・ひとこと  
7月31日必着

796-0031  
八幡浜市江戸岡  
1丁目12-10  
JAにしうわ「たちばな」  
プレゼントクイズ係

### みんなの ひとこと

- ◆ 今、三崎(大佐田山道)のアジサイがすくすくきれいだ。婦人部の皆さんの手入れのおかげ。ありがと。(三崎65歳)
- ◆ 早いもので今年も半年過ぎました。もう夏本番。今は一人暮らしですが、夏休みには孫たちが勢揃い。忙しいけれど楽しみです。(町見69歳)
- ◆ 近所の「野菜及」と畑で情報交換!年々とも土いじりが出来るよう、只今野菜畑を楽しく造成中。(伊方59歳)
- ◆ 晴れ間に庭の手入れ。草の伸びに驚き夢中になって1時間余り。腰の痛みは年齢を感じてしまいます。(川上56歳)
- ◆ 野菜作りを始めてみて、キャベツが虫に食われてしまつたのは驚きです。農薬はなるべく使いたくないんだけど、虫に負けそうです。(三崎65歳)
- ◆ その野菜が美味しくて安全だつていいですね。まあ多少は自然への恩返しとして気持ちで。(三崎65歳)
- ◆ 食パンはおばあちゃんがよく作ってくれます。今度は一緒にみかんパンを作りたい。(三崎60歳)
- ◆ 昨年収穫期にイノシシに食べられてしまったサツマイモ。今年も植えました。美味しいサツマイモを食べたい!(三崎56歳)
- ◆ 大島の龍王伝記の文に感服しながら、昔参詣した時のことを懐かしく思い出した。60年ほど前大島に住んでいました。(川之石87歳)
- ◆ 家でも学校でも川柳を作っています。季節によってテーマを出されます。(瀬戸12歳)
- ◆ 毎月川柳に登場されている山本辻斐さん、面白いです。毎月たのしみ。(三瓶47歳)
- ◆ 辻斐さんは、毎回ほんとに素晴らしい作品と、いろいろ揃った楽しい作品を送って下さいます。チャレンジされる皆さんのお手本になればいいな。こんなこと書くと辻斐さんフレッシュアカーナ。(三瓶78歳)
- ◆ あら、もうたちばなが来た。一ヶ月経つのが早いこと。さて、まずクイズから。(三瓶78歳)
- ◆ 一人暮らしの時は無洗米。今は家族と同居。母に弁当を作ってもらっているのが米が当たるといいなあ。(三崎21歳)
- ◆ 表紙の子供たちの生き生きとした表情がいいですね。見るとこちらにも元気がなります。(三崎33歳)
- ◆ 市内のあちこちでも運動会の月に終わつたよ。熱中症の心配もないし、見る方も楽やったよの声。今後春季開催が増えるかもしれませんね。(川上46歳)
- ◆ 開催日がミカン収穫期に重ならない事もグッドですが、年々暑くなる真夏の炎天下の練習が心配です。春開催は良い傾向かも。夏は水泳や陸上など、やるのが一杯だし。(宇田少年団で「宇宙ササカ」の種をもらい育てています。3代目の種なの突然変異で変わった花が咲くかも何の事かわかんないけど)。。。だって、お花が咲くのが楽しみです。(喜須来ら6歳)
- ◆ 夏ミカンのちらし寿司作ってみました。あつさり美味しくかったですよ。これからの季節にピッタリ。(町見58歳)
- ◆ ひとこと「煎」ゴヤを買って料理した時の種が、グングン育っている。生命力の強さに感心。主人がネットを張ってくれた。今年はゴヤで緑のカーテン。(三瓶69歳)
- ◆ はじめてゴヤで日よけを作ってみた。まだ成長中だが上手な作り方とか教えて貰えたらなあ。(川之石59歳)
- ◆ ゴヤをうまく育てるコツは「うまく育てている人に聞くこと」です。や、前回クイズのタテ22、偶数なのに3が入ってましたね。ミスプリントのチエックすの抜けです。影響ない部分のミスは笑って許してくださいませ。(三瓶69歳)

※ご応募頂いたハガキ・FAXに記載の個人情報につきましては、本誌掲載及び当選商品発送時の確認以外の目的には使用いたしません

お車のご購入・修理のことなら、オートパルへお問い合わせ下さい! : TEL 36-2222



# Nishiu Want You

沖縄の言葉、〇〇人「〇〇んちゅう」・NISHIUWA(西宇和)・WANT YOU(あなたがほしい)を結びました。「西宇和にあなただのような人がいてくれて嬉しい…」そんな想いを込めて、ふると西宇和で頑張っている人を紹介するコーナーです。



2009年愛媛マラソン・69歳時の勇姿



「体が動く限り走りまわす」と清水さん

中学生の時(60年前)、八幡浜駅伝大会で区間賞を獲得したのち、働きながら川之石高校に通い、八幡浜体協メンバーとして大会に参加するようになった。高校3年時には愛媛駅伝(新居浜〜松山

間)で見事優勝している。25歳の時、出身地の日土から川之石に養子に入った後はしばらく遠ざかっていた。ところが47歳の時に農協のふれあいイベントで駅伝大会があり、参加し



玄関には数々のトロフィーと賞状が飾られている

しみず せつじ  
**清水 設二**さん (72)  
八幡浜市保内町川之石

たところ区間賞を獲得した。これをきっかけに川之石地区代表として保内駅伝に参加するようになり、50歳の時には実力を買われて保内体協に誘われ、本格的に復帰を果たした。

更なる挑戦で愛媛マラソンに参加したのは54歳の時。当時の公認記録3時間35分が切れるはずと踏んだ清水さんだったが、惜しくもタイムは切れず、以来3年間はフラフラで途中棄権など、走走もできない状態が続いた。「なぜ走りきれないのか…」初めてマラソンの本を買って読み込んだ。

今まではペース配分もせず、途中の水分解補給も無しでは記録突破は無理と理解した清水さん。そ

して58歳の時、ついに3時間30分で走破した。以来72歳の今日まで、実に12回の公認記録突破を果たしている。近年の公認記録は6時間だが、清水さんは今回4時間06分で走った。「6時間になったけん、まだ当分は走れらいい」と笑う。大会では友でありライバルでもある同年配ランナーに会うのが楽しみという。

近年は参加者が激増し、インターネットなど使わない清水さんは予約待ちが大勢居ることなどつゆ知らず、昨年は申込が締め切りに間に合わなかった。「今回は子供に頼んで申し込んでもらった。もちろん来年もお願いする。体が動く限りは走りまわす」

## 西宇和人大募集中

広報たちばな編集部では、西宇和人(にしゅうわんちゅう)を募集します。老若男女・自薦他薦・誰でもOK! 地域で、学校で、職場で名人、すご技の持ち主、良き指導者、ムードメーカー、〇〇チーム監督さんやキャプテンなどなど、身近なプチヒーロー・プチヒロインを送って下さい。採用された方には粗品を進呈します。

## 【応募の注意】

顔写真1枚、活動などがわかる写真1枚、任意の用紙に下記様式を参照に、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢・職業(学年)・西宇和人たる理由(特長・履歴・目標)・家族の氏名年齢などを必ず記入し、お近くのJA窓口へお渡し下さい。

## 【西宇和人応募様式】

西宇和人氏名(フリガナ) / 年齢 / 職業 / 住所 / 電話番号 / 西宇和人たる特長・活動内容紹介文(300字以内) / アップの写真1枚 / 活動中または家族との写真1枚  
推薦人氏名(フリガナ) / 年齢 / 職業 / 住所 / 電話番号 / 西宇和人との関係