Nishiuwa Member's Communication Magazine

西宇和農業協同組合　広報誌

たちばな

5 May 2018
No.295



フォーカスにしうわ

第3回 みかんマイスター講座

特集

ストレスフリーの生活習慣

FOCUSにしうわ

入賞作品の味を再現
ＪＡにしうわ女性部



ＪＡにしうわ女性部は3月2日、八幡浜市水産物地方卸売市場で第3回みかんマイスター講座を開いた。1月にＪＡ本店で行われた「手作り加工品展」（同女性部主催）の入賞作品を再現しようと、女性部員ら38人が、地元の柑橘などを使った料理に挑戦した。

メニューは「みかんチョコクランチ」や「とり肉のみかん照り焼き」の他、鯛の切り身とみかんをじゃこ天で巻いて揚げる「八幡浜三銃士揚げ」、同女性部の推奨商品「Ａコープかつおだし」を使った「みず菜の白和え」の4品。食材のひとつ「温州みかん」の代わりには、旬の「はるみ」を使った。

メニューを考案した野本沙希さん（八幡浜支部）や二宮絹枝さん（宮内支部）らが、作り方などを紹介した後、7つの班に分かれて調理に取り掛かった。受講者はレシピで手順を確認しながら、役割分担して手際よく調理を進めた。照り焼きソース作りでは、煮詰め具合などを確認しようと、グループ間で火加減の相談や味見をする姿がみられた。

調理を終えた参加者は、写真を撮ったり、出来栄えを披露しあったりした後、試食を兼ねたランチタイムを仲間と世間話しながら楽しんだ。







作り方のポイントを紹介する二宮さん



手作りのみかんパウダーを紹介する野本さん

CONTENTS

2 フォーカスにしうわ
第3回みかんマイスター講座
組織機構図
平成30年度職員人事異動

6 営農ＢＯＸ
日本一の産地づくり
野菜を作ってみよう
東京最前線

9 ＪＡのうごき

9 西宇和みかん支援隊かわら版

10 特集
心と体を健康に！
ストレスフリーの生活習慣

12 トピックス
マンダリンスクール
舌田地区祭り

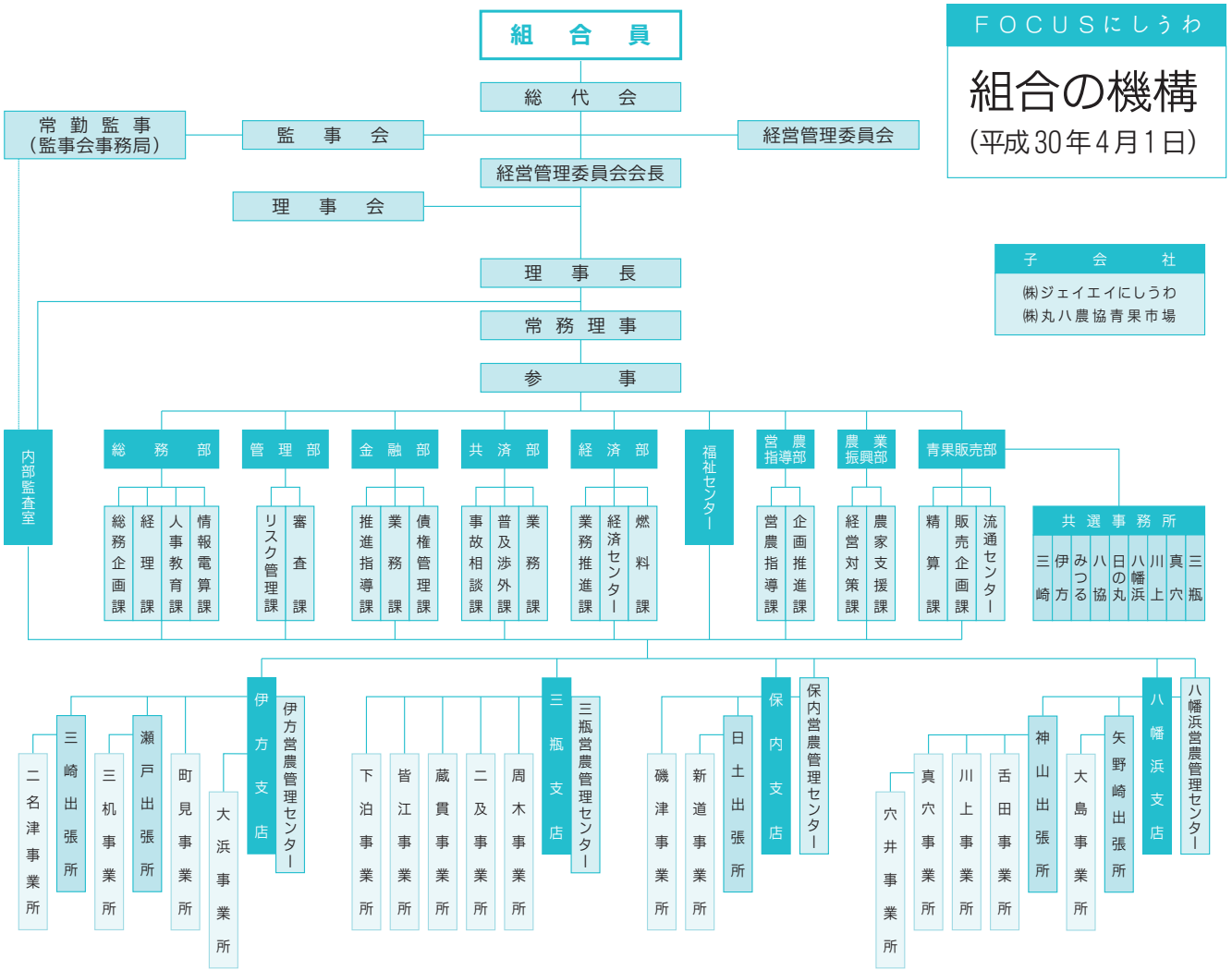
13 みんなの広場
ハッピーキッズ
ご飯をおいしく食事をたのしく
川柳
今月のナイスショット
みんなのひとこと
たちばなクイズ
今月の運勢

16 お知らせ
平成三十年秋巡業
大相撲松山場所

FOCUSにしうわ

組合の機構

（平成30年4月1日）



組織機構

①企画管理部は金融部「資金運用課」の貸出審査部門を切り離した「審査課」を新設。また「情報電算課」「企画管理課」は本店への移設等に伴い総務部に移行し「リスク管理課」と「審査課」の2課とし、資産査定の精度を上げるための指導強化や不祥事未然防止とコンプライアンス態勢整備等に力点を置き、名称を「管理部」とした。

②金融部は「資金運用課」の貸出審査部門を切り離した資金運用部門を「業務課」に統合し「推進指導課」「債権管理課」の3課とした。

③総務部は企画管理部の機構変更に伴い、企画部門を「総務課」に統合して「総務企画課」とし、新たに「情報電算課」を含め「人事教育課」「経理課」の4課とした。

④内部監査室は本店4階に移設し、業務精通者の配置等により、専門性の高い体制とした。

今月の表紙

テレビ番組『元気！えひめ農業』収録

県内の元気な農家と愛媛のおいしい旬の食材を紹介するテレビ番組「JAバンクえひめ Presents 元気！えひめ農業」（南海放送）の収録が3月上旬、管内で行われました。今回の食材は、収穫シーズンを迎えた「清見タンゴール」。生産者の圃場から清見の特長などを紹介する収穫篇では、寺崎文人さん（伊方町三崎）、清見を使った美味しいレシピを紹介する調理篇では、野本沙希さん（八幡浜市向灘）が、それぞれ出演されました。

※番組は4月5日（木）・12日（木）に放送されました。

※番組で紹介されたレシピは料理コーナーで掲載しています。



平成30年度 職員人事異動

■氏名・役職／前任
✻等級・昇格者（5等級以上の該当者）
※新採：新規採用、中採：中途採用、臨時：嘱託・臨時・パート、MA：信用専任渉外、LA：共済専任渉外

総務部

✻**井田 敏勝**・参事／同参事
■**池田 繁**・次長兼情報電算課長／企画管理部・情報電算課・次長兼課長
【総務企画課】
✻**山田 浩司**・課長／同総務課・調査役
■**山中 伸隆**・副調査役／保内支店・共済課ＬＡ・副調査役
■**浅野 由佳**／三崎出張所・金融共済課
【情報電算課】
■**波戸 正憲**・副調査役／企画管理部・情報電算課
■**魚海 資一郎**／企画管理部・情報電算課
■**水口 祐樹**(新採)
■**西岡 利恵**(臨時)／企画管理部・情報電算課(臨時)
【総務部付】
■**川上 真一**・株式出向・本部長／福祉センター・センター長
■**青山 喜一郎**・信連出向／伊方支店・共済課ＬＡ
■**馬淵 一太郎**・公認会計監査ＰＪ班(臨時)／企画管理部・部長
■**宇都宮 美登里**・公認会計監査ＰＪ班(臨時)／三瓶支店・経済課(臨時)

内部監査室

✻**木下 三義**・課長／神山出張所・金融課・係長

管理部

■**徳田 正**・部長／金融部・部長
■**山本 哲也**・次長兼リスク管理課長／神山出張所・出張所長
【リスク管理課】
■**井上 美重子**／企画管理部・リスク管理課
【審査課】
■**佐々木 忠則**・課長／川上事業所・事業所長

金融部

■**菊池 伸二**・部長／保内支店・支店長
■**松本 綱光**・次長兼債権管理課長／三崎出張所・出張所長
■**川本 嘉幸**・次長兼業務課長／矢野崎出張所・出張所長
【債権管理課】
■**松本 勝則**(臨時)／同課長
【業務課】
■**大谷 多恵子**・副調査役／日土出張所・金融課・副調査役
■**山上 聖人**・副調査役／同資金運用課・副調査役
■**清水 由紀**(臨時)／同資金運用課(臨時)
【推進指導課】
■**髙岡 俊介**・副調査役／総務部付・信連出向・副調査役

共済部

【事故相談課】
✻**田中 直輝**・課長／同調査役
✻**稲葉 晃大**・調査役／同副調査役

経済部

■**梶原 大**・業務推進課／日土出張所・金融共済課ＬＡ

青果販売部

■**奥野 信一**・次長兼販売企画課長／同精算課・次長兼課長
【販売企画課】
■**朝井 伸**・副調査役／同東京営業所・副調査役
【精算課】
✻**泉田 真成**・課長／同係長
✻**井上 恵理**・調査役／営農指導部・企画推進課・副調査役
【東京営業所】
■**竹中 一洋**・所長／伊方支店・伊方選果場・事務所長

営農指導部

✻**明神 秀幸**・部長／同部長
✻**河野 和仁**・次長兼営農指導課長／保内営農管理センター・営農指導課・課長
【営農指導課】
■**石﨑 百合子**(臨時)／三崎出張所・営農指導課(臨時)
【企画推進課】
■**広瀬 行信**・係長／企画管理部・企画管理課・係長
■**井上 剛志**／農業振興部・農家支援課
■**井上 理映子**／総務部付・産休

農業振興部

■**大杉 充**・次長兼農家支援課長／同農家支援課・課長
【農家支援課】
■**梅野 博支**(臨時)／八幡浜営農管理センター・経済課(臨時)

【経営対策課】
■**井上 藤人**・課長／営農指導部・企画推進課・課長

福祉センター

■**二宮 俊二**・センター長(臨時)／総務部付・株式出向・本部長

八幡浜支店

■**菊沢 幸二**・次長兼金融課長／真穴事業所・金融共済課・支課長
【金融課】
■**山則 智裕**・副調査役／金融部・資金運用課・副調査役
■**片山 千恵**／矢野崎出張所・金融共済課
■**芳之内 涼**・ＭＡ(新採)
【共済課】
■**田中 優一**・副調査役／三崎出張所・共済課・副調査役
■**伊藤 彰浩**・ＬＡ／同金融課ＭＡ

三瓶支店

【金融課】
■**宮本 真利**・副調査役／同共済課ＬＡ・副調査役
■**浅川 真奈美**(中採)／同金融課(臨時)
■**森 厚志朗**・ＭＡ(中採)／同経済課(臨時)
■**立林 孝子**(臨時)／真穴事業所・金融共済課(簡易局)(臨時)
【共済課】
■**上原 正希**・ＬＡ／同金融課ＭＡ
【経済課】
■**菊池 雄太**(中採)／同経済課(臨時)
■**冨士村 拓哉**(新採)
■**中須賀 節美**(臨時)／同周木事業所(臨時)
■**福井 秀代**・下泊事業所(臨時)／燃料センター・三瓶給油所(臨時)
■**篠川 恵美**・蔵貫事業所(臨時)／同皆江事業所(臨時)
■**西田 香織**・二及事業所(臨時)／同経済課(臨時)
【営農指導課】

■**松田 宏**・副調査役／保内営農管理センター・営農指導課

保内支店

■**宇都宮 正二**・支店長／総務部・総務課・課長
【金融課】
■**豊島 数行**・調査役／三瓶支店・金融課・調査役
■**浅野 浩恵**・調査役／内部監査室・係長
■**耳塚 慧誠**・ＭＡ／町見事業所
■**菊池 祐次**・ＭＡ(新採)
【共済課】
■**西田 加代**・課長／川上事業所・金融共済課・課長
■**二宮 慶太**・ＬＡ／同金融課ＭＡ

伊方支店

✻**井上 博文**・支店長／金融部・次長兼課長
【金融課】
✻**田中 善富**・調査役／八幡浜支店・金融課・副調査役
■**崎須家 知恵美**・ＭＡ／保内営農管理センター・経済課
■**渡邊 愛里香**／保内支店・金融課
■**梶原 慎平**・ＭＡ(新採)
【共済課】
■**尾下 里美**・ＬＡ／同共済課
■**菊池 孝平**・ＬＡ／同金融課ＭＡ
【経済課】
■**中谷 由美子**(臨時)／三崎出張所・経済課(移動購買)(臨時)
【営農指導課】
■**荒木 幸平**／営農指導部・営農指導課
■**岡田 恵子**(臨時)／保内営農管理センター・営農指導課(臨時)
【伊方選果場】
✻**緒方 謙一**・事務所長／真穴事業所・真穴選果場・事務所長

矢野崎出張所

■**岡本 浩**・出張所長／金融部・資金運用課・課長

神山出張所

■峯本　安彦・出張所長／伊方支店・支店長

【金融課】

■井上　保明・課長／保内支店・金融課・考査役

■高岡　茉莉奈／金融部・推進指導課

■上田　千尋／八幡浜支店・金融課

【共済課】

■三瀬　将志・ＬＡ／八幡浜支店・共済課ＬＡ

日土出張所

【金融共済課】

■豊島　桜子・副調査役／神山出張所・金融課・副調査役

■菊池　真知子・ＭＡ(臨時)／保内支店・共済課(臨時)

■谷中　大記・ＬＡ／矢野崎出張所・金融共済課ＭＡ

■梶原　慎平・ＬＡ／経済部・業務推進課

【経済課】

■上田　崇之・副調査役／同金融共済課ＬＡ

■清水　勝則(臨時)／流通センター・特産センター(臨時)

瀬戸出張所

【金融共済課】

■二宮　大成・係長／三崎出張所・金融共済課・係長

■黒田　寛子・副調査役／町見事業所・副調査役

■松岡　浩太郎・ＭＡ／瀬戸出張所・経済課

【経済課】

■阿部　洸介／三崎出張所・経済課

■松井　利裕(臨時)／伊方支店・経済課(臨時)

【営農指導課】

■井上　淳美(臨時)／ＰＣセンター(臨時)

三崎出張所

■中谷　才・出張所長／企画管理部・次長兼課長

【金融共済課】

■坂本　誠・課長／瀬戸出張所・金融共済課・課長

■橋本　由香／瀬戸出張所・金融共済課

■木村　翔太／同金融共済課複合渉外

■清水　司・金融共済課複合渉外／瀬戸出張所・金融共済課ＭＡ

【経済課】

■山内　裕二・係長／経済センター・ＪＡグリーン・調査役

■梶谷　真一／伊方支店・共済課ＬＡ

■宮松　傳紀／瀬戸出張所・経済課

■阿部　光衛(臨時)／三崎出張所・経済課

■山崎　幹子(移動購買)(臨時)／保内営農管理センター・ＰＣ川之石(臨時)

【営農指導課】

■菅原　清子(臨時)／瀬戸出張所・営農指導課(臨時)

真穴事業所

【金融共済課】

✻山﨑　晃史・課長／伊方支店・金融課・調査役

■島崎　みどり(中採)／同経済課(臨時)

【経済課】

✻二宮　賢二・課長／経済センター・ＪＡグリーン・店長

■薬師神　篤子(臨時)／三瓶支店・二及事業所(臨時)

【営農指導課】

✻楠　葉子・調査役／みつる選果場・副調査役

【真穴選果場】

✻宇都宮　英晃・事務所長／同副調査役

■山越　耕治郎・副調査役／流通センター・業務課・副調査役

■河野　宏明／保内支店・金融課ＭＡ

川上事業所

✻呑口　直樹・事業所長／共済部・事故相談課・課長

【金融共済課】

✻川口　重明・課長／矢野崎出張所・金融共済課・係長

■兵頭　紗季／神山出張所・金融課

【経済課】

■山口　駿(新採)

■三好　邦子(臨時)／ＰＣセンター・喜須来店(臨時)

【営農指導課】

■宇都宮　悠司・副調査役／八幡浜営農管理センター・営農指導課・副調査役

【川上選果場】

■佐々木　香菜子／中央選果場・八協選果場

町見事業所

■山下　栄子・副調査役／伊方支店・営農指導課・副調査役

■植田　雅也／八幡浜営農管理センター・経済課

八幡浜営農管理

■宇都宮　浩文・次長兼営農指導課長／営農指導部・営農指導課・次長兼課長

【営農指導課】

■笹田　知宏／三瓶支店・営農指導課

■佐々木　穂高／伊方支店・営農指導課

■垣本　光一／営農指導部・営農指導課

■片岡　幹雄／営農指導部・営農指導課

【経済課】

■古澤　秀彦・課長／三崎出張所・経済課・課長

■菊池　武士／神山出張所・共済課ＬＡ

■鎌田　公恵(臨時)／経済センター・農機具センター(臨時)

■井関　利男・農機具センター(臨時)／流通センター・業務課(臨時)

流通センター

■松田　英治・業務課・副調査役／みつる選果場・副調査役

■柳澤　秀和・業務課・副調査役／中央選果場・八協選果場・副調査役

■竹中　富香・特産センター(臨時)／青果販売部・精算課(臨時)

燃料センター

✻小野　耕一・ＬＰＧ(ＳＳ兼務)・所長／同ＪＡＳＳ・所長

■岡野　芳仁・三瓶給油所(臨時)／大平給油所・副調査役

■片山　りず・三瓶給油所(臨時)／三瓶支店・蔵貫事業所(臨時)

中央選果場

✻谷川　孝広・日の丸選果場・事務所長／同事務所長

■木下　和隆・八協選果場・事務長／青果販売部・販売企画課・係長

■大和　未幸・八協選果場(臨時)／川上事業所・川上選果場(臨時)

保内営農管理センター

【営農指導課】

■後藤　和久・課長／同考査役

■山田　敏樹・調査役／日土出張所・経済課・調査役

■渡邊　健太／真穴事業所・営農指導課

■菊池　華子／総務部付・産休

【経済課】

■綾　美香／八幡浜営農管理センター・経済課

■松田　千鶴・ＰＣセンター(臨時)／経済センター・ＪＡグリーン(臨時)

経済センター

■沖本　泰範・ＪＡグリーン・店長／農業振興部・経営対策課・課長

■上甲　未美・ＪＡグリーン／伊方支店・経済課

■中川　万喜勇・ＪＡグリーン(臨時)／同農機センター(臨時)

■原崎　昭子・農機具センター(臨時)／保内営農管理センター・経済課(臨時)

みつる選果場

■清水　竜弘・副調査役／真穴事業所・真穴選果場・副調査役

■梶本　光江／真穴事業所・営農指導課

ＰＣセンター

■山下　直子・喜須来店(臨時)／ＰＣセンター・川之石店(臨時)

以上

定年退職者

■岡野　芳仁　燃料センター(三瓶)・副調査役　※4月～再雇用

■阿部　光衛　三崎出張所　※4月～再雇用

■加藤　八千代　営農指導部

■野本　史範　真穴事業所・係長

■松本　勝則　金融部・課長　※4月～再雇用

■馬淵　一太郎　企画管理部・部長　※4月～再雇用

■二宮　俊二　総務部付(株式)本部長　※4月～再雇用

■武内　洋介　保内支店・課長

■井上　よし子　伊方支店

■山本　磨理子　八幡浜支店・次長

■三原　善徳　金融部・課長



営農指導部　藤 原　　誠

芽花管理の徹底で連年安定生産！！

暖かくなるにつれて、樹体の生育は活発となり、発芽から開花期となります。園地・個人毎のバラツキはありますが、今年産の結果母枝は平年に比べても多く、全体的に花は多い予定です。健全な充実した花を咲かせ確実に結実させるため、芽花管理と新梢の緑化促進がポイントとなります。また、新梢を確保することは次年度の結果母枝の確保とともに高品質果生産（新葉は旧葉より光合成能力が高いため）にも繋がります。短期間の作業となりますので計画的に行いましょう。

温州みかんの結果母枝

温州平均	30年用	前年度	平年値	前年比(%)	平年比(%)
西宇和	23.9	18.0	22.4	132%	107%
愛媛県	24.5	19.7	23.0	124%	107%

早生平均	30年用	前年度	平年値	前年比(%)	平年比(%)
愛媛県	24.6	17.6	22.6	140%	109%

普通平均	30年用	前年度	平年値	前年比(%)	平年比(%)
愛媛県	24.0	21.9	23.5	109%	102%

着花過多樹

摘蕾作業を行うことで新梢の確保、樹勢維持を図る事が出来ます。蕾が大豆大から満開までの数日が適期です。花が多すぎると多くの養分を花で消費する為、新梢の伸長を妨げ、樹勢低下や隔年結果を起こします。また、着果過多になると、果実肥大の鈍化や果実品質の低下（浮皮果・糖度の低下）を招きます。



局部全摘蕾

開花前の蕾の段階で一樹当り10本～15本程度のやや上向きの側枝等を全摘蕾する。

着花不足樹

園地・個人間によっては着花不足樹もありますので、４月～５月は徹底した果梗枝処理と芽かきで発芽量を調整します。芽と花のバランスを（４：６）少し花量を多くし、高温による生理落果にも対応出来るように備えます。不作樹の芽花管理作業は、早く作業を行い早期に緑化促進させると効果が高くなります。

芽かき

着花が少なく新梢の発生が多い樹は、芽が遅くまで長く伸びます。そのため、花の養分が不足し落花（果）が助長されるので、蕾（花）付近の果梗枝や新梢は除去します。

２枚～４枚程度の芽を残す。



周りの芽は除去する。

強い芽を除去する。



（５枚以上で先端が湾曲している。）

中晩柑（清見）



近年、着花のバラツキが大きくなり隔年結果をおこしています。着花不足樹は、かぶさった新梢を剪除し、下垂枝などに着花している弱い花に光を当てて結実を促します。

葉面散布（栄養補給と緑化促進）

園地によっては旧葉の葉色が悪い園や落葉が多い園が見受けられます。

樹体内の貯蔵養分は、発芽と開花に大半を消費するため満開後は空っぽとなります。

春肥の施用だけでなく葉からの葉面散布で栄養補給し、新梢の緑化を促進させることがポイントです。

（葉面散布液肥）　神協スピリッツ８０３号　１，０００倍
　　葉面マグ　２００倍

※　発芽から新梢緑化期まで２～３回散布しましょう。

病害虫防除

■ せとか・愛媛果試２８号の初期黒点病

せとか・愛媛果試２８号の初期黒点病は毎年問題となっています。初期の防除を怠ると精品率の大幅な低下に繋がりますので注意しましょう。

防除時期：４月中旬～下旬

対　象	薬　剤　名	濃　度 倍　数	使用時期 収穫前	使 用 回 数	10ﾘｯﾄﾙ当り 薬　量
せとか 愛媛果試 28号	アビオンE ＋ ICボルドー66D	1,000倍 80倍	— —	— —	10cc 125ｇ

■ かいよう病

昨年夏秋梢への罹病が多い中、幼果への感染が始まる時期です。特に、甘平・せとかの果実被害が多かったので幼果への発病を抑えましょう。

防除時期：落弁直後（５月下旬～）

対　象	薬　剤　名	濃　度 倍　数	使用時期 収穫前	使 用 回 数	10ﾘｯﾄﾙ当り 薬　量
温州みかん 中晩柑	アビオンE ＋ ICボルドー66D	1,000倍 80倍	— —	— —	10cc 125ｇ

■ 灰色かび

灰色かび病は開花期に、低温多湿条件下で花弁が落ちにくい時に発生します。降雨が多いようであれば満開期と満開から７～１０日後の晴れ間を狙って２回防除を行うようにしましょう。

防除時期：満開期（５月上旬～中旬）と満開７日～１０日後（５月中旬～下旬）

対　象	薬　剤　名	濃　度 倍　数	使用時期 収穫前	使 用 回 数	10ﾘｯﾄﾙ当り 薬　量
温州 みかん	スイッチ(顆水) 又は ﾌｧﾝﾀｼﾞｽﾀ(顆水)	3,000倍 4,000倍	７日前 14日前	３回 ３回	3.3ｇ 2.5ｇ

対　象	薬　剤　名	濃　度 倍　数	使用時期 収穫前	使 用 回 数	10ﾘｯﾄﾙ当り 薬　量
中晩柑	スイッチ(顆水) 又は ﾌｧﾝﾀｼﾞｽﾀ(顆水)	3,000倍 4,000倍	45日前 14日前	２回 ３回	3.3ｇ 2.5ｇ

マルチ栽培の準備

今年は着果量も多いと予想され、マルチ被覆による品質向上が重要です。マルチ予定園は、かん水施設や排水路の設置など準備を行いましょう。



南予地方局産業経済部八幡浜支局地域農業育成室　担当係長　山崎 文裕

シシトウ（獅子唐辛子）

シシトウの作型　●：播種　▲：定植　■：収穫

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
夏秋どり（露地）	●			▲		■	■	■	■	■		
		●			▲		■	■	■	■		

中南米が原産のトウガラシには「辛み種」と「甘み種」があり、辛みのない甘いトウガラシの中果系をピーマン、小果系をシシトウ、辛みのある小果系をトウガラシといいます。シシトウはシシトウガラシ（獅子唐辛子）の略で、実の先端がくぼみ、獅子の口のように見えることからこの名前がつきました。
栄養成分はピーマンとほとんど変わりませんが、ビタミンＣやカロテンなどを豊富に含み、疲労回復に効果があるとされています。完熟すると赤くなりますが、通常は未熟な緑色の実のうちに収穫します。
同じナス科のナスやピーマンよりも高温を好み、生育適温は２２～３０℃と果菜の中でも最も高温性で、暑さに強いのが特徴です。
保温して種から苗を作ることもできますが、寒さに弱いので育苗はかなり難しく、家庭菜園では１～２株あれば十分な量を収穫できるので、市販の苗を買ってきて栽培した方が効率的です。

【苗の植付け】

連作を嫌うので、シシトウはもちろんトマト、ナス、ピーマン、ジャガイモなどのナス科野菜を３年以上栽培していない圃場を選び、苗を植える２～３週間前に苦土石灰をまいてよく耕し、幅６０cmほどの畝を立てて黒マルチを張ります。
植付けは、マルチに４０～５０cm間隔で植え穴をあけ、植付け前にポットと植え穴にたっぷり水をやっておき、浅めに植付けます。
植付け後たっぷり水をやり、苗が風で倒れないように仮支柱を立てておきます。
活着して丈が伸びてきたら、仮支柱を外し、株元から少し離れたところに長さ１２０cmの本支柱を立てます。

【整枝】

植付けから２～３週間後、１番果が着果し発育してくると分枝が伸びてくるので、ピーマンと同様に３本仕立てとし、生育の旺盛な３本の枝を残して、それより下の枝をすべて整枝して摘み取ります。
また、生育とともに枝が込んできたら、重なった枝などをこまめに整枝しましょう。

【追肥】

実が付き始めた頃、第１回目の追肥を施し、以降は３週間に１回を目安に化成肥料を追肥します。
シシトウは栽培期間が長く、たくさんの実をつけるため、多くの肥料を必要とします。肥料切れしないように注意しましょう。

【水やり】

シシトウは細根が多く浅く分布するので、高温期の乾燥に弱く、水不足によるストレスで辛くなることがあります。
夏場は敷きわらなどをして保湿し、土が乾いたら十分に水をやりましょう。

【収穫】

最初にできた実はまだ小さなうち（３～４cm）に収穫し、株を充実させます。開花から約２週間後、実の長さが５～７cmほどの大きさになったら収穫します。
手でへたの部分から摘み取るか、ハサミなどで切って収穫します。
収穫が遅れると果実の曲がりが発生したり株が疲れて弱るので、とくに最初のうちは小さなうちに収穫しましょう。
シシトウは栽培期間が長く、一度収穫したあとも１０月ごろまで次々と実がなり続けます。
古くなった葉は病気の要因になるので、株の下の方の葉は取り除き、傷んでいる葉も一緒に除きます。

【更新剪定】

休みなしに収穫を続けると、夏の終わりごろには草勢が急に悪くなり、できる実の数が少なくなります。
１０月末まで長く収穫を楽しむには、ナスでよく行われる更新剪定が有効です。ただし、更新剪定して回復するまでの間は収穫ができなくなるので、すべての株ではなく、数本を更新剪定するとよいでしょう。
更新剪定のやり方は、８月になって株の草勢が弱ってきたら、すべての枝の開花中の花の先で切り取り、追肥します。新しい枝が伸び、１０月末まで収穫できます。



平成30年3月27日 執筆

京浜市場　主要国産果実販売実績　（単位：ｔ、kg／円、％）

		1月計		2月計		3月上旬		3月中旬	
		数量	単価	数量	単価	数量	単価	数量	単価
露地みかん	実績	14,342	377	9,973	360	1,700	330	799	307
	前年比	70	144	73	120	109	97	93	77
清見	実績			155	310	259	342	340	321
	前年比			52	117	43	115	58	119
せとか	実績	86	1,016	344	746	258	595	355	506
	前年比	85	102	98	103	85	107	105	104
しらぬひ	実績	758	624	2,406	437	1,571	375	1,662	353
	前年比	92	102	81	110	100	106	114	96
イチゴ	実績	4,810	1,546	5,974	1,335	2,715	1,225	2,006	1,209
	前年比	101	1,063	95	106	123	102	117	100
果実計	実績	37,032	529	38,976	509	13,113	534	10,932	509
	前年比	84	121	86	113	100	112	106	106



担当：東京営業所所長
朝井　伸

悩みから脱出できず……4月になると若干の光が見えてくるのか？

3月に入っても、2月からの悩み基調からは脱出できていない。とにかく1月からの野菜高騰等で、果物には厳しい状況が続いている。特に柑橘類には明るい話題が見えてこない…。静岡産の高値で推移したことの反動が予想以上の波を起こしている。青島みかんの販売は3月上旬でほぼ販売は終了したが、仲卸やお店が持っている残荷はまだあり、店での売場はみかんが中心に置かれており、なかなか中晩柑が主役になれない状態だった。下旬になり、デコポンの置き場が徐々に広くなっており、やっと中晩柑の売場構成に近づいてきている。

しかし、そのデコポンが他産地の出荷が計画通り行なわれておらず、相場にも大きな影響を与えている。西宇和産については、2月から販売をしており、3月の中下旬には最終コーナーを回っていたこともあり、大きな相場の下落の波に巻き込まれることは無かったが、1,500円以下の相場が出ている状況では、これから始まる貯蔵の販売は予断を許さない状況になるのではないか？今年の作柄を考えれば早く出荷していくことを考えないといけないが、焦って出荷しても相場の上昇は厳しいと思うので、4月に入りしっかりと周りの環境を見極めて出荷していくことが大切になると思う。

露地せとかについては、寒波被害でかなりの数量減を予測していたため、市場としても売り込みが出来ない状況でスタートしたが、フタを開けるとほぼ計画通りの出荷が出来ており、市場も混乱しながらの販売になっている。どの柑橘も着色遅れでピークがずれたり、今年度産ほど産地情報が間違ったことは反省しなければならないと思う。

3月から本格的になる清見については、当初から今年度産は少ない予想数量でのスタートをした。前半に書いたとおり、販売環境が悪い中でのスタートだったが、入荷も少ないことでスムーズな販売は出来ていた。しかし、スムーズな販売も長くは続かず、現状では厳しい販売状況になっている。みかんから仲卸は残荷を抱えたままの販売が続いており、現状みかんの残荷は少なくなっているが、まだデコポン・せとかの残荷があり、清見には目が向いていない状況。4月に入ると残荷も減ってやっと清見にもスポットライトが当たると思うので、その間は我慢が必要な気がする。ヤケ果の混入も散見しているので選別等で注意をお願いしたい。

最後に、私事ですが4月の人事異動で愛媛に戻ることになりました。全農えひめ出向で1年、西宇和の駐在として4年、計5年間という長い期間、産地の皆様はもとより市場関係者の皆様のご指導ご協力のもと職務を遂行することができました。心より御礼を申し上げますとともに、感謝の念でいっぱいです。4月より青果販売部に配属されますが、東京で見たこと感じたことを皆様に還元することが使命だと思っております。西宇和産というブランドは東京でも十分通用します。しかし、まだまだ努力は必要です。打倒西宇和で向かってきている産地はたくさんあります。どの産地にも負けない商品を出荷していかないとすぐに追い越されてしまいます。このサイクルは年々早くなっています。消費者が求めるニーズに答えていかないと西宇和という看板があっても厳しい時代になると思います。出来た物ではなく、作り上げた物を出荷していくことが西宇和の使命だと思っておりますので、今後ともご協力をお願い致します。4年間、つたない文章でしたがご拝読、本当にありがとうございました。

共選長会

3月7日

状況・情勢報告
(1)(1)柑橘生育状況
(2)柑橘販売情勢

協議事項
❶平成29年産温州みかん精算並びに富士柿・紅まどんな精算

報告事項
①中晩柑加工実績報告
②当面の行事計画

理事会

3月22日

事前報告
(1)監事監査報告(保内支店・保内営農管理センター)
(2)2月末実績

議　題
❶平成30年度内部監査計画
❷平成30年度余裕金運用計画
❸金融機関向け貸出金の取組み
❹平成29年度予約肥料奨励金の支出
❺平成29年度温州・富士柿他精算
❻福祉事業関連規程の改廃
❼総合事業継続
❽農業経営に係る事業計画
❾役員報酬審議会設置規程の改正
❿組織再編に伴う諸規程の改正
⓫運用管理規程(運用の基本方針)の改正
⓬臨時雇就業規則の改正
⓭規程類管理規程の改正
⓮組合員の加入・脱退
⓯伊方支店管内資産の売却
⓰三瓶畜産センターの売却

報告事項
①生産履歴記帳運動内部検査報告
②全般統制評価
③平成29年度下期事業別一斉点検結果報告
④不祥事再発防止策1月、2月の進捗状況
⑤要改善指定「解除通知」受理
⑥不祥事類似案件「給油所現金、ガソリンの横領」点検結果報告
⑦コンプライアンス業務点検指摘事項改善書の提出
⑧不祥事未然防止要領の改正
⑨平成30年コンプライアンスプログラムの策定(子会社含む)
⑩平成30年度連続職場離脱実施要領
⑪2月自主検査月次チェック報告
⑫疑わしい取引の届出
⑬犯罪収益移転防止法で定める特定事業者作成書面
⑭組合員アンケート報告
⑮貸出金利率の最高限度
⑯信用供与等の限度額
⑰借入金の最高限度
⑱信用事業手数料の改正
⑲子会社との事前協議
⑳常勤監事書類回付・閲覧要領の改正
㉑4月の行事予定

共選長会

3月23日

中晩柑類　近赤外線品質維持装置報告(㈱四国総合研究所)

状況・情勢報告
(1)(1)柑橘生育状況
(2)柑橘販売情勢
(3)平成29年度中晩柑予想数量(3／10時点)

協議事項
❶平成29年産南津海(カラ)・河内晩柑受入取扱要領及び出荷計画
❷平成29年産貯蔵デコポン・木成デコポン出荷計画
❸平成29年産中晩柑・キウイ早取りDB奨励金精算
❹平成29年産消費動向調査精算
❺平成29年度決算見込み及び平成30年度事業計画
❻平成30年度運営助成金上期

報告事項
①中晩柑加工実績報告
②当面の行事計画

経営管理委員会

3月29日

事前報告
(1)監事監査報告(保内支店・保内営農管理センター)
(2)2月末実績

議　題
第1号議案　総合事業継続
第2号議案　役員報酬審議会設置規程の改正
第3号議案　三瓶畜産センターの売却

報告事項
①生産履歴記帳運動内部検査報告
②平成30年度余裕金運用計画
③不祥事再発防止策1月、2月の進捗状況
④要改善指定「解除通知」受理
⑤不祥事類似案件「給油所現金、ガソリンの横領」点検結果報告
⑥コンプライアンス業務点検指摘事項改善書の提出
⑦不祥事未然防止要領の改正
⑧組合員アンケート報告
⑨金融機関向け貸出金の取組み
⑩貸出金の利率の最高限度
⑪信用供与等の限度額
⑫借入金の最高限度額
⑬平成29年度予約肥料奨励金の支出
⑭農業経営に係る事業計画
⑮伊方支店管内資産の売却
⑯子会社との事前協議
⑰諸規程の改正
⑱組合員の加入・脱退
⑲4月の行事予定

2月末主要残高

貯　金		生活資材取扱高	
1,414.7 億円	計画比 99.9%	12.6 億円	計画比 98.5%
貸 出 金		**販売品販売高**	
97.0 億円	計画比 103.2%	122.1 億円	計画比 92.4%
長期共済新契約高		**正組合員**	
359.2 億円	計画比 106.2%	5,759 人	4月1日より ▲131人(直近)
生産資材取扱高		**准組合員**	
38.1 億円	計画比 105.0%	6,415 人	4月1日より +49人(直近)

西宇和みかん支援隊 かわら版 その43

平成30年度活動計画

西宇和みかん支援隊では、引き続き、労働力の確保と担い手の確保・育成に関する活動を進めてまいります。今回は、平成30年度に新たに取り組む活動を紹介します。

アルバイター確保の産地間連携

農繁期の異なる産地と連携して、効率的な労働力の確保につなげる仕組みを構築します。現在、北海道JAふらのとJAおきなわとの連携体制をとっており、今後、他の産地との連携を検討します。また、西宇和管内のアルバイター事業の実施地域の拡大も進め、受入体制の構築を図ります。

Iターン等による担い手の確保・育成

都市部等から就農者を募集し、独立就農者へと育成する取り組みを進めます。都市部での就農相談会で西宇和の紹介を行うほか、農業系求人サイトを活用した人材募集を行います。直ちに就農することはできませんので、農業体験により地域を知ってもらうとともに、各地区に設置している担い手支援チーム等と協力して技術研修を実施します。

心と体を健康に！

ストレスフリーの生活習慣

質の良い睡眠を



ストレスや夜型の生活で睡眠の質も時間も低下しがちに。厚生労働省が実施した「平成28年国民健康・栄養調査」によると、睡眠で休養が十分に取れていない人の割合は19・7％もあり、ここ数年の推移を見ても増加しています。質の良い睡眠が取れない原因はいくつもありますが、その一つとして考えられるのが不規則な生活で体内リズムが崩れること。

- **夜遅くに食事を取る**
- **朝食を食べない（食べられない）**
- **お風呂に入らずに寝る**
- **夜遅くにスマートフォンやパソコン、テレビなどを見ている**
- **朝、太陽の光を浴びない**

などは体内時計が崩れやすい生活習慣です。

まずはしっかり早起きして、朝食を取ることで眠った脳や体を目覚めさせ、決まった時間に昼食を取り、夕食は消化の良い物を腹八分目でいただくのがベスト。

食事では、必須アミノ酸の一種でリラックス効果があり、睡眠や精神安定作用のある神経伝達物質・セロトニンを作るトリプトファンを取るのがお勧めです。牛乳や大豆製品、バナナなどに含まれます。

カツオやマグロ、サケなどの魚に含まれているビタミンB6はたんぱく質の代謝に不可欠で、トリプトファンからセロトニンが作られるときにも関与するので併せて取ると良いでしょう。

酒を飲むと寝付きが良くなりますが、睡眠の質が悪くなるので、寝酒や深酒には気を付けましょう。コーヒーや紅茶・緑茶に含まれるカフェインも脳や筋肉を刺激し、興奮させる作用があるので睡眠前は避けるべきです。ハーブティーやホットミルクなどが良いでしょう。

適度な運動でリフレッシュ



ずっとデスクワークだったり、家にいたりするとストレスもたまりやすくなるので、適度な運動は気分がリフレッシュするのでお勧めです。ジムに通うとなるとハードルが上がるかもしれませんが、このような方法もあります。

- **1駅分歩く（バスや自転車を利用しないで歩く）**
- **エレベーター、エスカレーターを控えて階段で**
- **電車では座らずに立つ**
- **家事をオーバーな動作で行う**
- **デスクワークや食事中でも正しい姿勢をキープする**

慣れてきたら、散歩やランニングなどを始めたり、町会など主催のゲートボールやバレーボールなど、1人ではなく数人でスポーツを始めたりするのも良いかもしれません。

運動をすることで、筋肉がつき基礎代謝が上がる他、おなかも空くので食事もおいしく食べることができます。

ストレスをためがちな食べ方



食事も食べ方次第ではストレスをためてしまうので注意が必要です。朝食を食べないなどの「欠食」や、いつも同じ物を食べ続けたり、偏った食事の「偏食」。また仕事をしながら、スマートフォンを触りながらなどの「ながら食い」や「暴飲暴食」もストレスには良くありません。忙しかったり、面倒だったとしても一日3回の食事は落ち着いて取り、しっかりと体に栄養を補給してあげましょう。

ストレスを感じると増えるものの一つが間食。ダイエットのため通常の食事を減らし、その結果おなかが空いて間食するのも良くありません。ただし、昼食と夕食の間が空いてしまう人などは適度な間食も必要です。その場合はスナック菓子やケーキなどのスイーツ、砂糖たっぷりのコーヒーやジュースは血糖値が急激に上がってしまうのでNG。おにぎりやサンドイッチなどの軽食や、ナッツやドライフルーツなどがお勧めです。次の食事に響かない程度に栄養補給をするようにしましょう。

ストレスに負けない食事



ストレスに負けない体づくりのために、精神の興奮状態を和らげ、不足した栄養素をしっかりと補えるバランスの良い食事をしましょう。バランスの良い食事のイメージは「定食」です。ご飯、みそ汁、主菜に副菜と一汁二～三菜あるのがベスト。毎食しっかり食べられない人は昼食だけ、夕食だけなど、3食のうちどれか1食でも整えるようにしましょう。

丼物にはみそ汁や小鉢を付ける。サンドイッチやパスタなどにはスープやサラダを付ける。そば・うどんにはトッピングを加えるなど、単品物のときはそれだけで終りにせず、「定食」スタイルに形を近づけるようにしましょう。

ストレスに強くなる栄養素はビタミンB群やカルシウム、マグネシウムなど。神経の興奮を静め、精神を安定させる作用があります。またストレスを感じると副腎皮質ホルモンが分泌され、その材料となるタンパク質やその防錆（ぼうせい）に不可欠なビタミンB群、ビタミンCが消耗されます。

ビタミンB群は玄米や雑穀に含まれるので、白米からこれらにチェンジすると無理なく補給できます。これ以外に大豆製品やナッツ、海藻類などにも含まれています。これらにはマグネシウムも豊富に含まれていて和食にすることで自然と摂取できるようになります。

バランスの良い食事はもちろん大切ですが、おいしく、楽しく、リラックスしながら食事を取ることが一番重要かもしれません。家族や会社の仲間、友達などとだんらんの時間を持ちながら食事を楽しみましょう。

4月から新生活が始まり、仕事や学校、家庭の悩みなど、ストレスを感じるようになるのが5月です。ストレスに負けない生活をするために、食事だけでなく生活習慣から見直す改善策を考えてみましょう。



解　説：柴田真希（管理栄養士）
イラスト：石川ともこ

柑橘栽培の知識深める マンダリンスクール







マンダリンスクールの受講者ら約10人が3月7日、県みかん研究所（宇和島市吉田町）の「春季公開セミナー」を視察した。受講者は新品種の試食をはじめ、剪定講習への参加や研究成果をまとめたパネルなどに熱心に目を通すなどして知識を深めた。

試食ブースでは、県育成品種の「愛媛果試第28号」（紅まどんな）と「甘平」を交配した新品種「愛媛48号」が注目を集めた。「愛媛48号」の熟期は3～4月で果皮は赤みの強い橙色。外観・食味ともに良好でクラッキング（微細な亀裂）はほとんど発生しないという。品種登録は平成33年を見込む。

剪定講習では、同研究所職員が温州みかんなどの剪定を実演した。講師は「まずは間伐や縮伐を行って、横枝がしっかりと伸びる環境づくりを」と呼び掛けた。また「樹の中心に入って、真っ直ぐ立てるか、自分の頭が樹の上から出るかを目安に、枝の混み具合を確認する」などと剪定前のポイントを紹介。集まった多くの来場者がメモを取るなどしながら聞き入っていた。

舌田地区祭り













舌田地区祭りが3月4日、舌田地区公民館とＪＡ合田集荷所で開かれた。地域の活性化と地区の交流を深めようと、同公民館が当ＪＡ舌田事業所との共催で開催し、今年で22回目。祭りを楽しみにしていた地区住民らでにぎわった。

会場となった公民館では、バザーがあった他、活動の1年を振り返るコーナーが設置され、フラワーアレンジメントやパッチワークなどの手芸作品、写真などが展示された。合田集荷所では、農機具の展示・即売をはじめ、たこ焼きや鶏唐揚げなどの出店ブース、高騰が続く野菜の特売などもあり、多くの来場者が目当ての商品を買い求めた。

会場では他に、もちつきや活魚販売、電化製品などが当たる福引会もあった。

伊方町
湊浦



岡田 風輝（ふうき）くん（5ヶ月）

パパ：政治さん　ママ：香理さん

「家族みんな　ふうくんに癒されています。元気に大きく育ってね」

伊方町
川永田



左　右
渡邉 奏大（かなた）くん（6ヶ月）
葉那（はな）ちゃん（4歳）

パパ：裕哉さん　ママ：はるみさん

「これからも姉弟仲良く育ってね♡」

ご飯をおいしく 食事をたのしく

清見を使ったレシピ

作成者：野本 沙希

エビマヨ ～清見風味～

材料　４人分

- ブラックタイガー……１６尾
- A　塩……適量
- A　溶き卵……１／２個
- A　ゴマ油……適量
- 片栗粉……適量
- 揚げ油……適量
- B　マヨネーズ……１５０ｇ
- B　練乳……５０ｇ
- B　清見の搾り汁……大さじ２
- B　レモンの搾り汁……数滴
- B　擦った清見の皮……適量
- キャベツの千切り……適量

作り方

① エビは殻をむいて背開きにし、背ワタを除く。
② エビにＡを表記の順に加えて軽くもむ。
③ 背のほうを内側にして丸める。
④ 片栗粉をまぶして、１７０度～１８０度で揚げる。
⑤ Ｂを合わせて、ソースを作る。
⑥ 揚げたエビにソースをからめる。
⑦ お皿にエビとキャベツを盛る。
⑧ 飾りに、擦った清見の皮をエビに散らす。





清見豆腐

材料　４人分

- 無調整豆乳……４００ml
- にがり……２０ml
- 擦った清見の皮……適量
- 大葉……お好み
- 清見の皮（千切り）……お好み

作り方

① 豆乳ににがりを加えて、ゆっくりとよく混ぜる。
② レンジにかける（６００ｗで２分弱）。
※固まりが悪い時は１０秒ずつかけて様子をみる。
③ ラップをして、タオルで包み１０～１５分。
④ 冷蔵庫で冷やす。
⑤ 豆腐に大葉と清見の皮をのせる。

即席漬物

材料　４人分

- たくあん……５０ｇ
- 白菜……２枚
- きゅうり……１／２本
- 清見の皮（薄切り）……適量
- 醤油……大さじ１
- 塩……お好みで

作り方

① 材料を全て千切りし、合わせて１０分置く。



川柳コーナー

今月のテーマ
初任給

四十六年前　母へ初任給での　プレゼント　（宮　内　68歳）
うれしさに　わくわくさせる　このきもち　（瀬　戸　66歳）
初孫の　笑こぼれるや　初任給　（川　上　76歳）
重みなき　万札一枚　何時の頃　（矢野崎　79歳）
初任給　涙で受け取り　神棚へ　（日　土　64歳）
嬉しくて　家族に分けた　自慢した　（宮　内　68歳）
手に取った　初任給　胸ふくらむ　（双　岩　63歳）
八十四歳　八千百円の　初サラリー　（喜須来　84歳）
初任給　遠い昔　今は年金受給　（三　崎　65歳）
初めての　初任給　親元に　（双　岩　68歳）
無限大　夢の一歩も　この日から　（三　崎　71歳）
こ・こんなにも　びっくりしたなあ　初任給　（福岡市　55歳）
ついに来た　財布の中身　ひとりだち　（瀬　戸　61歳）
色あせた　初任給で買った　ネックレス　（磯　津　62歳）

※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。

来月のテーマ
夫婦（めおと）

今月のナイスショット

Nice Shot



筵田（むしろだ）お雛さま街道

八幡浜市の日土町筵田（むしろだ）地区で3月25日、集会所や道沿いなどにひな人形を飾る「筵田お雛さま街道」が始まり、約3万体の人形を一目見ようと多くの人が訪れていました。

地域の活性化を図ろうと今年で7回目の開催。県内外から譲り受けたひな人形を、メイン会場の筵田集会所や神社の石段などに地区の皆さんが工夫して飾り付けています。

みんなのひとこと

県外に就職している娘が、うちから送った柑橘を知り合いの人にあげると、スーパーで売っているのと全然違う、甘い、美味しいと驚かれ、嬉しくなるそうです。社会人になってよく食べてくれるようになりました。（宮内　54歳）

先日の年金友の会「歌謡コンサート」。初めて行きましたが楽しかったし、笑って、聞いてとても良かったです。（日土　65歳）

我が家の甘夏を鳥がつつきだしたので早速収穫。コンテナ3杯とれました。金沢の友人に送り、皮も実も全部使わせてもらうと嬉しい返事。加賀名物が楽しみです。（日土　64歳）

たちばなを読みながら、明日も雨なのかな？山の仕事がいっぱい待っています。（舌田　76歳）

今年は色々な柑橘を食べさせて頂き最高でした。今、みかん農家では世代交代、後継ぎがいないと深刻な時期になっておりますね。どうか愛媛のみかんを何時迄も守って頂き、美味しく食べたいですね！（双岩　68歳）

88歳の母は、健康・足腰強化の為、ほぼ毎日歩いている。『継続は力なり』。そういう私は、行動しようとしてもなかなか重い腰を上げることができない。（川之石　63歳）

清見の収穫が始まり、農家の方々は忙しく動かれています。おいしいみかんを作るのは大変ですね。頑張ってほしいです。（三崎　61歳）

たちばな（助け合い組織）等、介護の事業にも熱心なＪＡさんに、参加者の多いことに感心しています。（川上　76歳）

肥料の三要素は？と学校の面接で聞かれ「空気・水・太陽」と答えた娘。今では二児の母となり、たくましく成長しました。（三崎　69歳）

ドキドキしながら両手で受け取った給料袋の『重み』を、50年以上経ての今でも覚えておりますが、ＰＣやメールで受け取る昨今、つくづく時代の流れを感じております。（三崎　71歳）

農業用の「テクスキンらくらくスーツ」Ｓサイズがあり、早速ＪＡに行き注文しました。一般の店にはなかなかＳサイズがありません。助かりました。（真穴　75歳）

毎回、家族で笑いながら解いています。（三瓶　23歳）

少しずつ暖かくなるにつれて身軽になり、ウォーキングがしやすくなりました。今が一番良い季節ですネ。（町見　64歳）

いよいよ春。お宮の桜もチラホラのチラ咲き始めました。散るのが早いのがさみしいですが、家の窓から山の方を見る楽しみができます。（真穴　76歳）

友達とタケノコの山へ行ってみると、早くもイノシシが土を掘り起こし、ビックリした。今年も人間が先か、それともイノシシが先か！残りを食べさせてもらうのかなあ～。（宮内　59歳）

桜の花が咲き始めて、タケノコを入れたちらしずしのお弁当を持って花見に行きたいです。（三瓶　83歳）

祖母のみかん採り、今年も手伝いました。地域のために何かできればと思います。ＪＡのみなさん、農家のみなさんも頑張ってください。（矢野崎　18歳）

たちばなの裏にＪＡＳＳのイベントが書いてあり、子供達を連れて行ってきました。はじめてセルフスタンドで入れるのでドキドキでしたが、職員の方が丁寧に教えてくれました。子供達にはお菓子を、ボックスティッシュとすばらしい笑顔で見送ってくれました。また行きたいです。（三崎　35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。

たちばなクイズ

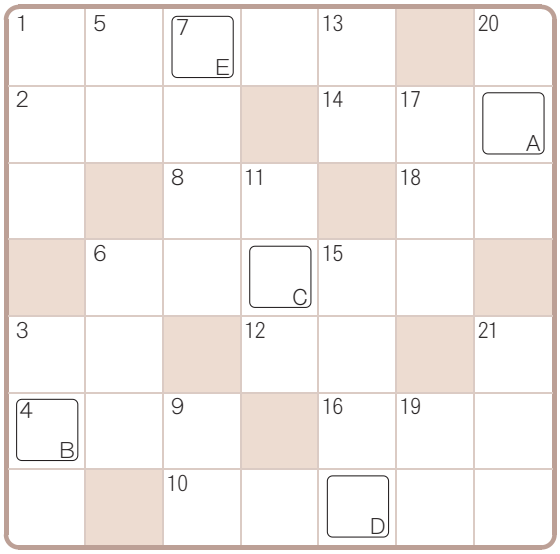
➡ タテのカギ

1 てこには ── ・力点・作用点があります
3 5月5日は ── の日。国民の祝日です
5 父や母の兄弟です
6 川の流れの急な所
7 別名は虞美人草、ポピー
9 日本庭園だとコイが泳いでいることも
11 刃物で紙に描きます
13 生物や化学を学ぶ教科
15 無地ではない衣服
17 バイオリンや笛のこと
19 鳥よけに張ることもあります
20 唱歌『春の小川』の歌詞に出てくる花
21 レイシとも呼ばれる果物

➡ ヨコのカギ

1 潮の引いた浜で貝を探します
2 マジシャンが披露するもの
3 ストー夫人の著書『アンクル・トムの ── 』
4 輪のある惑星として知られています
6 急いで記した文字のこと
8 野球部の監督が選手に ── を飛ばした
10 動物がよく通る所にできます
12 魚やイカの呼吸器官
14 化粧をするときにのぞきます
16 イースター島の巨大な石像
18 同伴者のこと

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？



応募方法

官製ハガキに下記を明記の上、５月１日必着で送付して下さい。当選者は６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 番号が変わりました。FAX 24-7506

〒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

- たちばなクイズの答え
- 川柳（希望者のみ）
- 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

5月1日必着

プレゼント賞品

愛媛県産 米を１０名様に



４月号の答え

たけのこ



４月の当選者

- 三瓶町朝立 **紀伊野和代** さん
- 八幡浜市舌間 **都築百恵** さん
- 八幡浜市向灘 **横山千代子** さん
- 八幡浜市日土町 **上田政則** さん
- 保内町宮内 **国安裕子** さん
- 保内町磯崎 **大内るみ** さん
- 伊方町河内 **木戸清美** さん
- 伊方町二見 **谷口和久** さん
- 伊方町川之浜 **阪下幸吉** さん
- 伊方町二名津 **梶原美智子** さん

今回は１５１通のご応募がありました。ご当選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、お近くの出張所・事務所から配達いたします。

５月のあなたの運勢　モナ・カサンドラ

♥：全体運
♠：健康運
♣：幸運を呼ぶ食べ物

おひつじ座 3/21～4/19
♥ゆったり過ごせる期間です。好きなことに意識を向け、のんびり自分の時間を満喫しましょう。散歩もお勧め
♠栄養バランスに配慮すると、さらに好転
♣トリガイ

おうし座 4/20～5/20
♥積極性が高まる兆し。未経験の分野でも前向きにトライすれば、手応えがありそう。体を動かすことにもつき
♠体力アップを図る好機。より健康体に
♣ゼンマイ

ふたご座 5/21～6/21
♥面倒見の良さを発揮することで、対人面に好影響が。持ち前の社交性を生かして。気分転換には音楽鑑賞が最適
♠軽いスポーツを楽しむと体調に好変化が
♣キャベツ

かに座 6/22～7/22
♥知的好奇心を刺激されやすい時期。やってみたいことがあれば、じっくり情報収集を。ネット関連の事柄も幸運
♠スキンケアを丁寧に。調子が上向きそう
♣カツオ

しし座 7/23～8/22
♥意地を張りやすい傾向大。人の意見やアドバイスには素直に耳を傾けた方が好結果に。開運には土いじりが有効
♠無理をしがち。疲れたら、十分な休息を
♣ワカメ

おとめ座 8/23～9/22
♥フットワークが軽くなる月。興味を引かれることに即チャレンジするなど、スピーディーな行動を。スポーツも◎
♠快適に過ごせます。大いに体を動かして
♣ニンニク

てんびん座 9/23～10/23
♥あれこれ考え過ぎてしまいそう。肩の力を抜き、気楽に構えましょう。リフレッシュには森林浴やハイキングへ
♠小さなけがに注意。慎重に行動すること
♣モズク

さそり座 10/24～11/22
♥勢いがあるときはいいけれど、小さなことでつまずきやすい暗示。失敗を引きずらず、サッと気持ちを切り替えて
♠ストレス解消には軽い体操が効果的です
♣コゴミ

いて座 11/23～12/21
♥珍しく神経質になりがち。やたらと後ろ向きな発想をしやすいので、意識してプラス方向に捉えるのが賢明
♠運動不足で太りやすい。クヨクヨもNG
♣ジャガイモ

やぎ座 12/22～1/19
♥楽しいことに縁あり。飲み会や旅行などに誘われたら、気軽に参加してみるとラッキー。芸術鑑賞も良い刺激に
♠適度な気晴らしが健康キープのポイント
♣ゴボウ

みずがめ座 1/20～2/18
♥親しい人に対して、ついロうるさくなってしまう気配。見守る姿勢を大切に。リラックスするには足湯がベスト
♠開運には不規則な生活習慣の改善が必須
♣メロン

うお座 2/19～3/20
♥コミュニケーション運が活性化。初対面の人とも楽しく話が弾みそう。人脈を広げた分、チャンスが広がります
♠姿勢を正せば健康面にうれしいご褒美あり
♣アジ



平成３０年秋巡業
大相撲松山場所

開催日　平成30年 10月25日 木

場所　愛媛県武道館

平成３０年５月２８日～６月８日（平日のみ）でＪＡ本所（本店）・支所（支店）にて先行受付開始（抽選の場合あり）

お問合せ先　大相撲松山場所実行委員会事務局
TEL089-948-5835

主催　大相撲松山場所実行委員会

後援　愛媛県・松山市・ＪＡグループ愛媛 等

チケット料金

座　席	料金（お一人様）	座　席	料金（お一人様）
タマリS席（座布団付）	14,000円	イスS席	10,000円
タマリA席（座布団付）	13,000円	イスA席	8,000円
2人マスS席（座布団付）	12,000円（24,000円）	2階イスA席	8,000円
2人マスA席	10,000円（20,000円）	2階イスB席	6,000円
ステージマス席	10,000円	2階車イス席	6,000円
ステージイス席	10,000円	2階介護席	6,000円

興行内容

8：00	土俵～稽古土俵、横手会
10：30頃	あびっこわんぱく相撲
11：00頃	序二段・三段目取組・初っ切り・幕下取組・相撲甚句、太鼓打分、弓取りの実演（特別）
12：30	十両土俵入り・十両取組・綱締め実演（特別）幕内・横綱土俵入り・幕内取組
15：00	弓取り式、打出し（終了）

※一部変更になる場合がありますので、予めご了承ください。

信用事業手数料の変更について

ＪＡバンクえひめでは、このたび信用事業運営適正化の観点ならびに信用事業収益の確保の方策から、県下ＪＡの役務収益の見直しを行うことになりました。当ＪＡも同様の趣旨により**平成 30 年 5 月 1 日**から以下の内容で改定を実施予定です。なお、改定に際しては県内金融機関の水準を上回らない範囲での見直しを予定していますが、内容をご理解のうえご協力頂きますよう宜しくお願い申し上げます。

＜改定する手数料＞

変更箇所

為替手数料

区分			振込手数料１件につき				給与振込手数料１件につき		送金手数料１件につき	
			当店あて		他金融機関あて 電信扱		当組合本支店・系統金融機関あて	他金融機関あて	当組合本支店・系統金融機関あて	他金融機関あて
			3万円未満	3万円以上	3万円未満	3万円以上				
手数料（消費税含）	ＪＡネットバンク利用	個人 振込（振替）	無料	無料	３２４円	４３２円	無料	２１６円	４３２円	６４８円
		法人 振込（振替）	無料	無料	３２４円	４３２円				
		法人 総合振込	無料	無料	３２４円	４３２円				
		法人 給与・賞与	無料	無料	２１６円	２１６円				
	ＡＴＭ利用		無料	無料	**４３２円**	**５４０円**				
	定時定額自動振込		無料	無料	３２４円	４３２円				
	総合振込	ＭＴ等（ＵＳＢ）	１０８円	２１６円	３２４円	４３２円				
		帳票	１０８円	３２４円	５４０円	７５６円				
	窓口利用		**２１６円**	**４３２円**	５４０円	７５６円				

両替手数料

区分	枚数	手数料（消費税含）
窓口両替	５０枚以下	無　料
	５１枚以上　１００枚以下	**３２４円**
	１０１枚以上　１０００枚以下	**４３２円**
	１００１枚以上	**１０００枚ごとに４３２円加算**

発行手数料等

区分			内容	手数料（消費税含）
発行手数料	自己宛小切手		１枚につき	５４０円
	残高証明書	当組合所定様式	１通につき	**４３２円**
		その他	１通につき	**１，４０４円**
	融資証明書		１通につき	**４３２円**
	利息証明書		１通につき	**４３２円**
	取引履歴明細表		１取引先につき	**５４０円**
再発行手数料	通帳		１冊につき	１，０８０円
	証書		１枚につき	１，０８０円
	キャッシュカード		１枚につき	１，０８０円
	ＩＣキャッシュカード		１枚につき	１，０８０円
	ＩＣキャッシュ・クレジット一体型カード		１枚につき	１，０８０円

※詳細および他の手数料につきましては、各支店・出張所金融窓口にお問い合わせ下さい。

発行／西宇和農業協同組合　〒796-0031 八幡浜市江戸岡1丁目12-10
発行責任者／木下　親　発行日／平成30年5月1日　印刷／㈱豊予社
JAにしうわホームページ　http://www.ja-nishiuwa.jp