

たちばな

Nishiuwa Member's Communication Magazine

11

November
2018
No.301

Focusにしよう

アンパンマン 交通安全キャラバン

特集

極早生ミカン初出荷
生産者から
あなたのもとへ
届くまで

TOPICS

瀬戸中・伊方中で
食農教育



FOCUS NISHIUWA

アンパンマンと 右、左、もう一回右

ＪＡにしうわは９月１５日、アンパンマン達と一緒に交通安全を学ぶため、「アンパンマン交通安全キャラバン」が本店スターホールで開かれました。同イベントは次世代を担う子ども達を交通事故から守るため、交通マナーや交通ルールを楽しく学べるイベントで親子連れ約５６０人が参加しました。

ショーではアンパンマンやばいきんまんなどのキャラクターと信号機だんだんが横断歩道の渡り方を見せました。「信号が青になっても、すぐには渡らず右と左、もう一回右を見るよ」と左右の確認が必要だと子ども達に伝えました。その後、実際に信号機の色に合わせて、歩いたり止まったりしてゲーム感覚でルールを学んでいきました。子ども達は「分かりましたか〜？」の呼びかけに手を挙げ大きな声で「はい！」と答え

ていました。

イベントでは「サンサンたいそう」を子ども達と踊った他、キャラバンカーや握手会があり、子どもだけでなく親御さん達も終始、盛り上がりを見せていました。



FOCUS NISHIUWA

年金仲間 ハッピーライフ

ＪＡにしうわ千丈支部年金友の会は９月１２日、本店スターホールで総会を開きました。千丈支部年金友の会は「会員相互の親睦をはかり、健康で楽しく心豊かな暮らしを築くこと」を目的としており、レクリエーションや研修も実施しています。

総会には会員約１２０人が参加し、平成２９年度の活動報告や今年度の活動計画（案）など全議案が承認され、役員改選では尾崎勝義さんが会長のバトンを受け取りました。尾崎勝義会長は大会スローガンを読み上げ、健康で生きがいのある暮らしや会員相互の融和を会員に呼びかけました。

アトラクションでは結城ともこさんが歌謡ショーで会場を盛り上げた他、福引き大会や参加者によるカラオケ大会も行われました。会員自らが好きな歌を手拍

子に合わせ披露し、終始賑わいを見せていました。間奏にはテーブルの花をプレゼントされる方もおり、会場は「わいわいガヤガヤ」そして「ホッコリ」としたムードとなりました。





CONTENTS

2 Focusにしよう

アンパンマン交通安全キャラバン
JAにしよう年金友の会

4 特集

生産者からあなたのもとへ
届くまで

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

8 JAのうごき

10 TOPICS

JA職員マルチ被覆支援
青壮年同志会出前授業

他

14 福祉のページ

16 西宇和みかん支援隊かわら版

16 INFORMATION

農業者年金で生涯所得の確保を

他

18 みんなの広場

ハッピーキッズ
川柳
ご飯をおいしく食事をたのしく
たちばなクイズ
みんなのひとこと
日向ぼっこ
今月の運勢

FOCUS NISHIUWA

長早チームが優勝 三瓶クロッケー大会

JAにしよう三瓶支部年金友の会は9月26日、周木小学校のグラウンドで「JAにしよう理事長杯争奪クロッケー大会」を開きました。各地区7チームとJA職員の1チームを合わせ8チームが参加。2ブロックに分かれ予選を行い、勝ち抜いたチームが決勝戦へ。優勝は長早チーム、準優勝は下泊Aチームが勝ちとりました。

同大会はスポーツを通し、会員相互の親睦と健康増進のため年に一度開かれており、会員たちはこの日を楽しみにしています。今年は25回目の開催となり、会員やJA職員ら約30人が集まりました。普段から週2、3回練習しているチームが多く、見事な腕前と頭脳戦が繰り広げられました。またチーム内で「おーい、ここに持ってこーい」など作戦を立てながら試合が進めら

れました。

参加した会員らは「普段から健康のために運動としてやりよるんよ。それに頭も使うけんボケ防止にもなるんよな」と笑い、楽しんでいる様子でした。



生産者から あなたの もとへ 届くまで



極早生ミカン「日南1号」 JAにしゅうわ本格的に始動 出荷説明会

JAにしゅうわは9月21日、極早生ミカン「日南1号」の本格的な始動を前に出荷説明会を八幡浜市で行いました。共選役員や販売職員、営農指導員ら約50人が参加し、サンプルを手に取り選果基準や病害を確認しました。

販売担当者は、9月に入り雨が多く日照不足となったが今年産の「日南1号」は9月20日時点で糖度9.6（前年比108%）、酸度1.16（前年比89%）で内容の良い仕上がりになっていると説明しました。

説明会では、JA管内の生育状況や受入取扱要領を確認し営農指導部の担当者がサンプルや写真を基に着色や外観などの選果基準を説明。「着色について果梗部は若草色以上、果頂部は3割5分以上の着色。ヘタの廻りは濃すぎないように」「選果時は日焼け果の混入に気を付けること」を指導し、徹底を呼びかけました。



極早生ミカン「日南1号」全園地で収穫開始

「運動会には青ミカン」というように秋の訪れを感じさせる「極早生ミカン」。9月下旬「JA管内のミカン山はオレンジ色に染まり始め、全園地で平成30年度の極早生ミカン「日南1号」の収穫が始まりました。作業は10月下旬頃まで続きます。

八協共選管内では平成28年の春に就農した児嶋隆文さん・梓さん夫婦の園地でも極早生ミカンの収穫が始まりました。夫婦二人で約10畝を栽培。昨年の経験を踏まえ、二度目の繁忙期を迎える児嶋さん夫婦は「誰かが僕たちの作ったミカンを食べるということがまだ不思議な感覚ですね。地元群馬にも届くよう頑張ります」と語り、一つひとつ感謝の気持ちを込めながら摘み取っていました。

今年産の「日南1号」は全体的に糖度が高く、酸度は低く仕上がっています。全国を代表する「JAにしようの柑橘」。本格的な収穫が始まり、同JAはギアを上げ、加速していきます。



あなたのもとへ、 よーいどん

9月29日、丹精込めて作られた愛情たっぷり極早生ミカン「日南1号」の選果が始まりました。

八幡浜市の中央選果場とみつの選果場では「日南1号」の初選果がされ、約60トンを出荷。作業員や営農指導員、共選長らが傷の有無や色づきなどを丁寧に手際よく確認し、等級ごとに次々と箱に詰められました。

今年産の極早生の市場出荷計画量は2,200トン（前年比90%、8月31日時点）。「日南1号」は10月下旬までの出荷を予定しており、主に関東の市場へ出荷されます。さあ、あなたの手に届くまでカウントダウン！



日本一の 産地づくり

収穫前の仕上げ管理徹底を！

営農指導部 藤原 誠

温州ミカンの収穫最盛期を迎え、南柑 20 号に移る多忙な時期ですが、腐敗果を出さないよう採集・出荷等注意してください。樹体内では花芽分化が進み、次年度のための養分貯蔵が始まりますので、早期の樹勢回復を図りましょう。

腐敗防止対応の徹底及び 浮き皮軽減対策

腐敗果の発生は毎年問題となっておりますが、腐敗果が発生すれば販売に悪影響を与え、農家収入の低下にも繋がる重要な問題です。腐敗果を絶対に出さないよう、防腐剤の散布徹底はもちろん採収・運搬・家庭選別時の取り扱いにも充分注意しましょう。採収時には着色・食味基準を厳守し、品質のバラツキをなくすために必ず外成り・内成りの分割採集を行ないましょう。

また、浮き皮果発生が懸念される場合は、カルシウム剤やグリーンステムを数回散布して発生軽減に努めましょう。

対象品種：早生温州

時期	病害虫名	薬剤名	収穫前 日数	年間 使用回数	薬剤 倍数	薬量/ 10%当り
10月中下旬	貯蔵病害 + 樹上予措	ベンレート水和剤	前日	4回	4,000	2.5g
		または トップジンM水和剤	前日	5回	2,000	5g
		または ベフラン液剤	前日	3回	2,000	5cc
		+ PKシリカ	—	—	600~800	16.6g ~ 12.5g
		または ロイヤルシリカPK	—	—	600~800	16.6g ~ 12.5g

※ ベフラン液剤と他剤との混用は、ベフラン液剤を最後に混用する。
※ 浮皮多発園では、浮皮軽減としてグリーンステム1,000倍を着色初期とその散布後20日の使用も良い。

収穫後の予措

収穫した果実は風通しの良い場所におき、通風予措を行いましょう。
減量 2 ~ 3 %……果皮がやや柔らかくなって弾力を持つ程度。早生温州では 3 ~ 5 日程度、中生温州では 7 ~ 10 日程度

鳥獣害対策

近年、野生鳥獣による農作物被害は、各地域で被害が増大している。鳥獣害被害を軽減するための課題をもう一度整理したいと思います。

① 餌付けになることはしない

- ・生ゴミや野菜(果実)を農地などに捨てないようにしましょう。
- ・収穫しない果樹が農地や集落にないか点検し、収

穫しない果樹は伐採も検討しましょう。

- ・お墓のお供え物も、餌付けと同じなので、家に持ち帰りましょう。

② 怪しいところの草刈をしましょう

- ・耕作地や住宅地周辺の怪しい藪は草刈を行いましょう。
- ・雑草が茂れば、獣の侵入経路や隠れ場所になります。
- ・山際等の草木の伐採や下草刈を行って、鳥獣害が出没しにくい環境を作りましょう。

③ 集落で対策を講じましょう

- ・集落から餌になるものをなくしましょう。(生ゴミ、未収穫農産物)
- ・みんなで防護柵の設置や維持・管理(草刈)を行いましょう。
- ・みんなで集落に近寄る鳥獣を追い払いましょう。

袋掛け作業

袋掛け作業を行い、鳥獣害防止や寒害防止に努めましょう。

品種	袋掛け時期	有袋資材
せとか	11 / 中 ~ 12 月 (着色 4 ~ 5 分以上)	2 重または 3 重袋
デコボン 清見 はるみ	11 / 中 ~ 1 月 (着色 4 ~ 5 分以上) ※デコボンは無袋でも良い	1 重袋・白サンテ
甘平	11 月 ~ 12 月	黒サンテ・1 重袋
ニューサマー	10 月 ~ 1 月	1 重または 2 重袋

生育状況

果実肥大

(9月20日調査)

品 種	平成30年		平年比(%)		前年比(%)	
	横径	縦径	横径	縦径	横径	縦径
極 早 生	57.7	46.7	100	99	95	93
早 生 温 州	52.9	45.0	97	96	95	95
南 柑 20 号	52.9	44.2	98	98	96	95
早生伊予柑	73.3	67.9	103	102	104	101
デ コ ボ ン	67.1	66.0	103	102	98	97
清 見	65.1	57.3	99	98	95	89

定期分析

(9月20日分析)

品 種	平成30年		平年比(%)		前年比(%)	
	糖度	酸度	糖度	酸度	糖度	酸度
日 南 1 号	9.6	1.16	106	82	107	89
宮 川 早 生	9.3	1.58	106	79	102	85
南柑20号	9.0	1.87	107	86	103	81
デ コ ボ ン	9.1	3.50	100	96	100	98
清 見	7.9	2.95	98	84	102	89

野菜を作ってみよう

ルッコラ（ロケットサラダ）

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

ルッコラの作型

▲：播種 ■：収穫

月	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
春 まき	▲	---	■									
秋 まき					▲	---	■					

ルッコラはイタリア名で、英名はロケット、和名はキバナズシロソウといいます。地中海沿岸原産の一年草で、ゴマのような風味と、ピリッとした辛さ、ほろ苦さが特徴で、βカロテン、葉酸、ビタミンC、カルシウム、鉄をたっぷり含み、生でサラダにしたり、炒めもの、お浸しなど、さまざまな調理に利用されています。また、辛味成分のアリルイソチオシアネートには、抗菌作用や消化を促進する効果があるといわれています。

生育適温は15～25℃で、生育が早く30～40日前後で収穫でき、栽培管理もほとんどいらないため、家庭菜園の初心者でも比較的簡単に栽培することができます。

葉はハウレンソウの葉先を丸くしたような形をしています。ナバナやコマツナ、カラシナなどと同じアブラナ科の野菜で、コナガやアオムシがよく発生しますので、防虫ネットでトンネル栽培した方が安心です。また、暑さや過湿、乾燥に弱いため、夏場や長雨の時期には遮光や雨よけなどの工夫が必要です。

品種は、代表種の「ロケット」のほか、葉柄が長い早生種「アストロ」、癖がなく食べやすいとされる「オデッセイ」などがあります。

なお、ミズナのような切れ込みの深い葉でルッコラより香り高く苦味も強いワイルドロケット（セルバチコ）は、同じアブラナ科でも一年草のルッコラとは別な属の多年草です。

種まき

酸性の土を嫌うので、種まき2週間前に石灰100g/㎡を全面散布して、よく耕しておきます。

1週間前に堆肥2～3kg/㎡、化成肥料100g/㎡を散布して土とよく混ぜ、幅60cm程度の畝をつくりまします。

畝に、15cm間隔で深さ1cmの溝を3列つけ、1cm間隔で種をすじまきして、土をかぶせて水をやりまします。

間引き

発芽後、本葉1～2枚の頃に株間2～3cm程度に間引きます。間引いたルッコラは、サラダにして食べることができます。

本葉4～5枚になって、隣どうしの葉が重なり合ってきたときに株間4～5cmを目安に2回目の間引きを行います。

栽培管理

2回目の間引きの後、化成肥料を30g/㎡程度条間に施して株元に軽く土寄せしておきます。

以降、週に1回程度、水で500～1,000倍に薄めた液肥を与えると生育がよくなります。

なお、窒素肥料が多くなり過ぎると、ゴマの風味が悪くなってしまいます。

比較的寒さに強い作物ですが、冬の気温の低い時期は防虫ネットの上にビニールをかけてトンネルするといいでしょう。

多湿は大の苦手ですが、あまり乾燥させると葉が硬くなり、苦味や辛味が強くなってしまいますので、土の表面が乾くたびに適量の水を与えてやります。

春まき栽培する場合、気温が高くなるとトウ立ちし、花が咲いて葉がどんどん固くなってしまいますので、蕾が出てきたら早めに摘み取っておきましょう。花や蕾もサラダやスープにして食べることができます。

収 穫

収穫までの期間は、高温期で30日前後、低温期で35～40日程度、晩秋で60日で収穫適期を迎えます。

草丈が20cm程度に育ったら間引くように引き抜いて収穫し、株数が少なくなってきたら今度は必要な分だけ外葉を摘み取り、追肥を株間に施しておくことで次々に葉がでてきて長く収穫できます。

ルッコラは、イタリア料理のサラダなどでよく用いられるハーブで、若い葉はベビーリーフとして販売されています。

ほのかなゴマに似た風味とピリッとした辛さが人気ですが、独特の辛味と苦味は熱を加えると逃げてしまいます。

東京最前線



東京営業所所長
竹中 一 洋

京浜市場 主要国産果実販売実績

(単位：t、kg/円、%)

		7月計		8月計		9月上旬		9月中旬	
		数 量	単 価	数 量	単 価	数 量	単 価	数 量	単 価
ハウス みかん	実 績	1,235	979	945	904	193	801	212	755
	前年比	99	98	105	100	90	106	110	107
露 地 みかん	実 績			14	323	563	258	1,581	242
	前年比			334	96	830	89	170	91
ブドウ	実 績	1,854	1,358	4,704	1,060	1,954	1,060	2,143	1,098
	前年比	126	96	111	105	105	113	99	114
梨	実 績	2,017	492	11,454	330	4,722	295	5,106	271
	前年比	242	78	117	89	102	106	88	105
柿	実 績	19	1,037	69	815	176	458	1,083	393
	前年比	146	96	117	99	288	73	97	114
果 実 計	実 績	38,613	483	42,007	442	12,470	462	14,045	445
	前年比	104	100	92	108	97	113	95	109

徐々に みかんモードに

関東地方の天気は9月の1ヵ月間で晴天は2日しかなく雨と曇りの日が続いた。気温も温度差が激しく、真夏日もあれば20℃を切る日もあり不安定な日が続いた。主要夏果実の販売は「桃」の販売が終了して、スーパー・量販の売場のメインにはブドウと梨が並んでいる。

JAのうごき

理事会

9月19日

事前報告

- ①8月末実績

議題

- ①金融機関向け貸出の取り組み
- ②JAマイカーローン(オリコ保証型)の融資要領の改正
- ③平成30年度温州みかん前渡金支払基準(案)
- ④平成30年度輸送運賃の変更(案)
- ⑤平成30年度えひめ次世代ファーマーサポート事業に係る建設委員会の設置
- ⑥遊休資産の処分
- ⑦組合員の加入・脱退

報告事項

- ①会計監査人の公募
- ②内部監査報告(総務部・金融部・共済部・経済部・営農指導部・青果販売部・農業振興部・管理部・福祉センター・保内営農管理センター)
- ③コンプライアンス態勢関係名簿の変更
- ④不祥事類似事案点検の実施
- ⑤8月自主検査月次チェック報告
- ⑥JAネットローン(三菱UFJニコス型)の導入
- ⑦平成30年7月豪雨被害に係る県単事業等の取り組み
- ⑧10月の行事予定

共選長会

9月21日

状況・情勢報告

- ①柑橘生育状況
- ②柑橘販売情勢
- ③平成30年度温州予想数量(9/20時点)及び中晩柑予想数量(9/10時点)

協議事項

- ①平成30年度温州精算基礎(案)
- ②平成30年度温州前渡金支払(案)
- ③平成30年度西宇和独自対策事業(案)及び調整果実他加工原料関係(案)
- ④平成30年度温州みかん販売促進日程(案)
- ⑤平成30年度温州出荷販売留意事項(案)

ブドウ

「ブドウ」はシャインマスカットの比率が上がってきており、全体の単価を押し上げている。その分、巨峰・ピオーネ等の数量が9月中旬頃から減ってきており少し足りないかなといった状況。また、夏の高温の影響で、ピオーネの着色が薄い傾向がある。シャインマスカットは終始順調な入荷があり、少し余り気味になっているが、悩みの環境ではない模様。来年以降も増えてくる予想の中で、単価を維持していくのは厳しいという声も聞こえてくる。

梨

「梨」は9月に入り単価も安定しており、順調な販売。9月中旬頃から前進出荷の影響か数量も減ってきており、引き合いは強い。販売終了が近づいているが大きな悩みもなく終始順調な販売に見えた。

柿

「柿」は9月中旬より数量が増えてきているが、当初の予想より少ない状況。産地によっては、台風の影響が出ており、市場に入荷が来た時点ではイタミ果とヤワ果の発生が多い。今後も数量は伸びてこない予想となっており、敬遠がちな仲卸もちらほら聞こえてくる。

日南

そんな中、9月より各産地の日南が例年より前進出荷で販売が始まり、前年比でみると潤沢に数量は出てきている。宮崎の日南から始まり、着色は例年並み。また、中身に関しては酸抜けが良く、糖はあまり感じられなかったが、「この時期にしては食べやすい」といった感想。その後熊本と販売が続き、各産地、高単価で販売しているものの、S果・2S果の比率が高く平均すると昨年を下回る単価となっている。

西宇和は9月20日から京浜市場においてN-1の販売がスタートした。4市場での販売となったが、他の産地と比べても、着色・食味ともに良く、階級も他産地に比べM果の比率が高く、評価は上々であった。各市場からの注文も多く、3回の販売で最後は足りない状況となった。仲卸と話をしていると「西宇和はきっちり仕上げてきたね」と言っていたが、10月から始まる日南も期待しているという話であった。日南の生育状況に関しては、N-1同様に着色・食味ともに良好であるという情報を受けており、市場・仲卸の期待に沿う商品が仕上がってくるものと期待しています。

日南の評価が良く計画的な販売をすることで、早生以降の有利販売に繋がっていきます。今後の台風等の自然災害が懸念されますが「さすが西宇和」と言われるように徹底した栽培管理をお願いいたします。

- ⑥平成30年度プチみかん及び全農直販対応（案）
- ⑦平成30年度温州契約販売（案）
- ⑧平成30年度はつひめ・あいさん取扱要領及び販売計画（案）
- ⑨平成30年度西宇和キャンペーン
- ⑩共選再編に係る特別委員会の委員選定

報告事項

- ①平成30年度選果場別賃金調査
- ②当面の行事計画

経営管理委員会

9月27日

事前報告

- ①8月末実績

議題

第1号議案 遊休資産の処分

報告事項

- ①会計監査人の公募
- ②内部監査報告(総務部・金融部・共済部・経済部・営農指導部・青果販売部・農業振興部・管理部・福祉センター・保内営農管理センター)
- ③金融機関向け貸出の取り組み
- ④JAマイカーローン(オリコ保証型)の融資要領の改正
- ⑤JAネットローン(三菱UFJニコス型)の導入
- ⑥ゆうパック価格改定
- ⑦平成30年度えひめ次世代ファーマーサポート事業に係る建設委員会の設置
- ⑧平成30年7月豪雨被害に係る県単事業等の取り組み
- ⑨組合員の加入・脱退
- ⑩10月の行事予定

8月末主要残高

貯 金	
1,434.7 億円	計画比 102.5%
貸 出 金	
105.1 億円	計画比 112.6%
長期共済新契約高	
140.1 億円	計画比 106.3%
生産資材取扱高	
20.0 億円	計画比 105.7%
生活資材取扱高	
5.1 億円	計画比 98.2%
販売品販売高	
11.8 億円	計画比 83.4%
正組合員	
5,692 人	4月1日より ▲48人(直近)
准組合員	
6,345 人	4月1日より +4人(直近)

TOPICS

美味しくなあれ、思い
を込めてよいさっさ

J Aにしうわは全国でもトップクラスの柑橘産地で、特に温州ミカンを主幹作物としています。しかし年々、消費者からは高糖化・本物志向など「高品質生産」が求められるようになり、「今期は気象が悪かった」では許されない時代となってきました。このため、昨年に引き続き高品質生産のための「マルチ被覆」や高齢化による収穫労働力不足を補うための「収穫」などの農作業支援を7月から12月までの土曜日にJ A職員が実施しています。支援先の農家は同J Aの共選出荷者や部会出荷者を対象。

9月1日、八幡浜市高野地の西川雅文さんの園地では午前7時頃から約半日、マルチ被覆が行なわれJ A職員11人が支援に参加しました。自分の家が農家でない職員もいましたが、無我夢中で樹の下に潜り込み汗を

かきながらマルチを敷いていきました。西川雅文さんは「もう終わったんかい。こんだけ人がおったら速いな〜助かるわい」と話しました。支援に行った職員は「この広さを家族だけで作業するのはしんどいでな。本当、頭が上がらんで〜」と休憩中に話しました。

また11月、12月には収穫作業の支援も予定されています。昨年は同J Aが経営している園地（研修園）で若手職員中心に農家の「収穫に対する気持ち」を知るため収穫研修を企画しました。同J Aは農家と共に汗を流して農作業の理解を深め、日本一のミカン産地に向け共に歩んでいきます。



TOPICS

利用者のみなさんに
最高の接客を

J Aにしうわ金融部は9月3日、MA（金融渉外）とテラー（金融窓口）の商品提案力や情報収集力などを競う「ロールプレイング大会」を本店スターホールで開きました。伊方・保内・八幡浜・三瓶の管内4ブロックから予選を勝ち抜いた8人が専門的知識やセールス技法を競いました。MAの部は三瓶支店の村田浪

輝さん、テラーの部は日土出張所の豊島桜子さんがそれぞれ優勝。2人は県大会への出場権を獲得しました。

同大会では「顧客情報の収集」と「ニーズに応じた提案」をする中で、ビジネスマナーや話法の組み立て、クロージングなどを総合評価されます。出場者は世間話の中で顧客から家族構成などを聞き取り、ニーズに合った商品を提案。チラシや身振り手振りを加え、笑顔で分かりやすく丁寧に商品を説明していきました。その際、顧客にとってお得な情報を提供し、次回のアポイントに繋げていきました。

審査委員長の木下親理事長は「今回の練習はロープレのためではなく、普段の業務に活かしてもらいたい」と見学に来ていたMAらにも呼びかけました。



TOPICS

「うまいわ、にしうわ。」



ＪＡにしうわは９月４日、取引先である主要卸売市場の卸売会社１４社を招き、平成３０年度の温州出荷意見交換会を開きました。同会議では温州ミカンの販売計画や販売対策などを決定しました。市場出荷計画量は２万８１８０トン（前年比１１３％、８月３１日時点）、売り上げは９０億円を目指します。主力の早生温州の初売りは１１月５日予定。東京青果（株）果実第３事業部の高羽馨部長は「消費者の満足を意識した販売をしていかなければ次の時代には進めない」と市場を代表し挨拶しました。

同ＪＡではマルチ被覆の推進をし、被覆率３５％（６００ヘクタール）を目標としています。また平均糖度１２度以上、酸度１.１０以下を確保し高品質生産を目指す他、浮皮防止などの対策を徹底します。今年産ミカンは７月中旬から８月下旬まで気温が高く、雨が少なかったことで糖度が高く、酸が低く仕上がることが予想されています。

今年度は西宇和ミカンの品質ブランドを作るため、西宇和品質を保証するマークを作り、ブランド力に重視したキャンペーンを企画しています。また、「うまいわ、にしうわ。」のキャッチコピーで産地の声を消費者に届けていきます。

TOPICS

生活の中に エコープマーク品を



ＪＡにしうわ女性部は９月５日、エコープマーク品のＰＲのため「エコープマーク見本市」を本店スターホールで開きました。この見本市は同ＪＡ女性部の海岸・八幡浜ブロックの活動であり、「ＪＡくらしの宅急便」の利用拡大を目的としています。各支部の部員やマーク品メーカーの約１００人が参加しました。

参加したメーカー８社と全農えひめは「食べる煮干」や「くだものを漬けて飲みま酢」など取扱商品の特徴や活用方法をＰＲしました。各ブースでは試飲・試食が可能になっており、かりんとうやピクルスなどの約２０品のメニューが振る舞われました。特に盛り上がりを見せたのはハウスウェルネスフーズ（株）の「かつおだし」。お味噌汁やスープ、だし巻き玉子など数多くの料理に活用できるのです。参加した西川久美さんは「これから山で忙しくなるからこれがあると便利なんよな」と話しました。

エコープマーク品は「安心・安全のこだわり」「安心の国産原料」「地球環境に配慮」をテーマにしており、農家・組合員に利用してもらうための商品です。参加した部員らは実際に「見て、食べて、聞いて、触って、使って、納得」した様子でエコープマーク品を次々に注文していきました。

TOPICS

JAにしろわ女性部
大活躍

9月10日、「家の光」を通し、記事活用グループや組織活動の活性化を図るため「JA愛媛文化フェスタ」が松山市のJA会館で開かれました。

同フェスタでは県内の4JA女性部による「家の光」記事活用体験発表があり、JAにしろわ女性部は八幡浜支部の河本眞子さんが代表し発表。レベルの高い戦いの末、河本さんは最優秀を受賞し、愛媛県代表として2月に開催される全国大会に出場することになりました。

河本さんにとって「女性部活動」や「家の光」がどれだけ自分の生活を支える存在となっているか考えられる体験発表。心がホッコリする内容となっています。大会終了後には内容も詳しく書かせていただき、多くの方へホッコリをお届けします。



TOPICS

我らにしろわで
生産者の思いを胸に

2018愛媛みかん大使の4人は9月11日、柑橘の全盛期を前にJAにしろわで産地研修を行いました。

今回、見学してもらったのはJAが誇る真穴の園地と真穴共選。真穴の園地では丁寧に積み上げられた石

垣や風を避けるために綺麗に並べられた防風林を目にし、生産者の苦労や努力を実際に感じていました。真穴共選では糖度・酸度を測る「糖酸度センサー（光センサー）」などの説明を受け、生産者から消費者へ「おいしいミカンが届くまで」の流れを学んでいきました。真穴共選の渡邊勇夫共選長は大使4人に「日本一のミカンを送りますんで、よろしくお願いします」と述べ、今年産のミカンを存分にPRしてもらうよう期待の言葉を伝えました。

大使としての責任や役割を改めて感じる事ができた産地研修。彼女たちの背中に今年産のミカンを含めよう（^^）



TOPICS

生産者の 生の声を届ける

西宇和青壮年同志会伊方支部のメンバー3人は食農教育の一環で9月21日、JA管内の瀬戸中学校で出前授業を行いました。生徒は1年生10人。

授業では「なぜ、西宇和でミカンが多く育てられているのか」「美味しいミカンの見分け方」などの説明がされ、質問タイムでは次々に生徒たちが挙手をしました。「農家をしていて大変なこと、良かったことはなんですか」の質問に支部長の菊池俊明さんは「天候によって作業や出来上がりが左右されることが大変。でも、1年間の作業や成果が実ったときには頑張って良かったと感じます」と答え、また「農家を格好いい仕事だと思っているし、誇りに思っています」と生産者の生の声を届けました。

営農指導部の担当者は生徒たちに「みなさんには、

たくさんの将来の夢があると思います。ぜひ、農家を選択肢の一つとして考えてみてください」と呼びかけました。



TOPICS

地元の食材で 食に興味を

JAにしうわ女性部は9月27日、食農教育の一環で地産地消の推進のためJA管内の伊方中学校で食農料理教室を行いました。1年生33人は同女性部3人と営農指導部の担当者の指導のもと地元の食材や旬の食材

を使った料理に挑戦しました。

調理したのは「じゃこわかめごはん」「タイのオレンジソースかけ」「里いもの和風ポタージュスープ」「みかんクランチ」の4品。生徒たちは役割分担をし、材料を切ったりミカンを絞ったりしました。ポタージュに刻んだミカンの皮を乗せる場面では「え！ミカンの皮刻むん!？」とミカンの活用方法に生徒たちは驚いていました。

調理実習に参加した生徒は「普段はあまりお手伝いしないけど、今日教えてもらったことを家でもやってみたいです」と話し、食農に興味を持ってくれました。



TOPICS

JAにしようが地域と
共に歩み続けるために

JAにしよう「組織刷新プロジェクト委員会」は9月25日、JA組織の刷新を図り、今後の事業改革を方向付けるため答申書を提出しました。同委員会は管内正組合員の高齢化と減少が進む中、JAが将来に亘り地域とともに歩み続けるため「今、何をすべきか」対策案を出すべく次世代を担う24人が選ばれ、5月に結成。

「信用共済事業部会」「経済事業部会」「営農販売事業部会」「外務のあり方と人材育成部会」の4つの部会に分かれ、課題と対策について話し合いを重ねました。人材育成「人事管理制度の改正」の課題については「管理職の評価を所属の全職員も実施するなど、360度評価を導入する」などの対策案が提案されました。

同JAの木下親理事長は「今から実行し、改善出来ることもあるので皆さんが現場のリーダーとなって進

めてほしい。また、アイデアはどんどん提案していただき、そこに肉付けをしていきたい」と話し、前向きな姿勢を見せました。



福祉のページ

だんだん三瓶
敬老会

おじいちゃん、おばあちゃん
いつもありがとう。
まだまだ元気で長生きしてね(^o^)



三瓶幼稚園の園児12人がだんだん三瓶（デイサービスセンター）に来てくれました。

園児たちは練習した「めだかの兄弟」や「とんぼのめがね」などを大きな声で歌い、ノリノリのダンスを見せてくれました。曲の合間には園児たちが利用者さんのもとに駆け寄り、握手で元気をお裾分け（^^）利用者みなさんはすっかりメロメロ〜♡

利用者さんも園児たちも笑顔が溢れる温かい時間となりました。



TOPICS

「秋桜の会」 あなたの心奪います

みなさんはJ Aにしよう「三崎出張所」へお越しになったことはありますか？

三崎出張所では日本画グループ「秋桜の会」による

ロビー展が開かれています。

「秋桜の会」は平成7年に三崎地区在住の日本画愛好家が集まり発足しました。小林征子先生（元小学校校長）の指導のもと、制作に励んでおり三崎地区の主な公共施設でのロビー展や文化祭への出展も行っています。また、ボランティア活動にも積極的に参加しています。

今回、初めてJ Aにしよう「三崎出張所」でのロビー展開催（^^）展示は10月末頃までとなっています。来店されたお客様の目を惹く作品が勢ぞろい。ぜひ、あなたの町の三崎出張所へお越しください。



利用者さんから 園児たちに プレゼント

利用者さんが一生懸命作ったマスコットと折り紙で出来た駒にもなる小さな傘！どれも完成度が高く「さすがっ」のひとこと（^^）



最後に
みんなで
「はい、ちーず」
パシャ

西宇和みかん支援隊 かわら版

その
49

収穫準備できてますか？

いよいよみかん収穫です。作業の準備は万全ですか。特に家族以外の方が作業する場合、一時的に手伝ってもらう時など自分はわかっていても他の方は全くわかりません。園地内の通り道・階段・モノレール……補修が必要なところはありませんか？危険なところはありませんか？農具はどうですか？脚立のピンは？一輪車の空気は？採集カゴのひもは？



事故を未然に防ぐ準備は必ず作業の効率化につながります。

安全な環境・条件 = はかどる仕事・楽しい職場
当然、労災保険・傷害共済等の加入をお忘れなく！

事業主のみなさんへ 労災保険に加入していますか？

みかん採り等の農作業のために雇った人（労働者）が仕事中にケガをしたときには、事業主が治療費を負担し、そのケガのため働けない時は、休業補償等を支払わなければならない事を知っていますか？

労働基準監督署では、農業を含む全ての事業主に『人を雇う場合は労災保険に加入すること』を義務づけています。

労災保険に加入していれば、労働者が業務中や通勤途中でケガをした際に、治療費等の給付、仕事が出来ない期間の休業補償の給付、障害が残った場合の給付、遺族への給付などを労災保険から支払うことができます。（労災保険未加入の場合、これらの補償を請求されれば事業主が支払わなければならない事になります）

平成29年度 西宇和管内の農作業事故報告数 25件	
傷病内容	骨折 4件 断 2件 打撲・捻挫 10件 裂 7件 その他 2件
事故の主な原因	・三脚や脚立から転落 ・雑草や傾斜地で足を滑らせて転倒 ・段々畑の端から下の段へ転落 ・枝が折れるなどで木から転落 ・モノレール等、農機具取り扱い中の事故 ・通道中や園地移動中の交通事故

いつも慣れている
“簡単な作業”の
はずだったのに…

人は年齢を重ねるごとに力も感覚も弱くなっていきます。しかし残念な事にケガをするまでそのことに気づかないのが人でもあります。いつも来てくれる労働者たちも、皆さんと同じように年齢を重ね、全ての面で“弱く”なっていることを知らずに下さい。「無理をしない・させない」「危ない所で作業しない・させない」を心がけて、事業主・労働者ともに、農作業事故防止に努めて下さい。

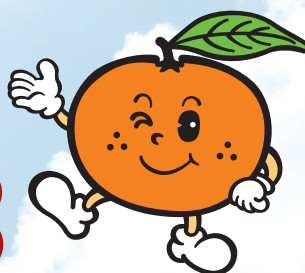
◆労災保険料は、前年度支払賃金総額の1.3%（ケガの補償請求等により掛け金が変更になることはありません）
例えば、平成29年度中（H29.4月～H30.3月）に支払った賃金総額が50万円だった場合、50万円×1.3%＝6,500円（新加入時に支払う保険料は、6,500円です）

※加入翌年の更新時（5～6月頃）には、石給（アスベスト）健康被害者の救済費用に充てるため「一発給付金」として前年支払賃金の0.002%を前年加算することが法律で定められています。（例）50万円×0.002%＝10円を加算

労災保険のお問い合わせ・ご加入等のお申込みは、お近くの
営農指導センター・支店・事業所の「労災保険担当者」へ
ご相談ください



JAにしうわ 特産センター かん かん び より 甘柑日和 オープン2周年記念



2周年記念
営業時間

11月10日(土)・11日(日) 8:30～17:00

記念の特売品を
盛りだくさん
用意しております！



西宇和みかんの
季節の始まり！！

ご来店先着150家族様に
みかん1袋
プレゼント



お店と臨時駐車場のご案内



直売所
JAにしうわ 特産センター
かん かん び より
甘柑日和

八幡浜市北浜一丁目1569番地16
TEL24-7520 FAX24-7540
フリーダイヤル
0120-478-186

農業者年金で生涯所得の確保を！



- あなたの老後生活への備えは十分ですか？
- 年金は家族一人ひとりについて準備することが大切です。
- 老後の備えは国民年金プラス農業者年金が基本です。

農業者年金へは…

**国民年金
第1号被保険者**

国民年金保険料納付免除者を除く。

**年間60日以上
農業に従事**

60歳未満

の方ならどなたでも加入できます。

月々の保険料を大きくすることで将来の支給額を増やせます！

農業者年金の保険料は2万円から6万7千円まで（千円単位で）加入者が自由に選択できます。また、保険料の額はいつでも見直しできます。

加入期間が短くても保険料を増やすことで豊かな老後に備えることができます。

※脱退は自由ですが、脱退された場合でも積み立てた保険料は将来、年金として支払われます。

／なるほど！／



農業者年金に加入すれば ～農業者年金の支給額（年額）の試算～

加入年齢	加入年数	性別	保険料 月額4万円の場合	保険料 月額6万7千円の場合
40歳	20年	男性	60万円	101万円
		女性	51万円	85万円
50歳	10年	男性	27万円	45万円
		女性	23万円	38万円

※上のケースは、65歳までの運用利回りが2.5%、65歳以降の予定利率が0.35%となった場合の試算です。制度発足以降15年間（平成28年度まで）の運用利回りの平均は、年率2.77%です。

予定利率は、毎年度農林水産省告示により定められ平成30年度は0.35%です。

※各金額は単位未満を四捨五入により表示しています。

お問い合わせ・ご加入等はお近くの営農管理センター・支店・事業所の「農業者年金担当者」へご相談下さい。

Happy Kids

パパ：文崇さん ママ：千秋さん
兄弟仲良く、元気いっぱいたくさん遊ぼうね！



三瓶町 津布理
左 右
佐藤 翔斗^{はると}くん (1歳)
碧斗^{あおと}くん (3歳)

パパ：辰徳さん ママ：佐紀さん
これからも元気にのびのび大きくなつてね！



三瓶町 垣生
有馬 真生^{まさき}くん (3歳)

川柳コーナー

【今月のお題】
運動会

思い出す 赤組勝利に ジャンプした
児が走る カメラも走る 運動会
爺じいも 孫のためにと 綱引きに
助け合い 二人三脚で ゴールイン
幼稚園 人生初の メダル
父兄席 場所取り合戦 今は昔
かけっこで 勉強苦手でも 名誉挽回
徒競走 前の子転んで 三等賞
秋の空 孫とつれづれ 運動会に
次ダンス 心おどるよ あなたの手
うちの子は 逃げてばかり 帽子取り
運動会 てるてる坊主も 困ってる
ヨイドン 手を振り走る 一年生
家族ごと ゴザに並べて お弁当
ちらちらと 敬老席見る 孫可愛い
初めての 団長声だし 汗たらず

(伊方 71歳)	(川名 51歳)	(中津川 68歳)	(中津川 62歳)	(川上 83歳)	(伊方 83歳)	(伊方 61歳)	(三崎 70歳)	(川之石 67歳)	(日土 65歳)	(松柏 68歳)	(三瓶 76歳)	(三瓶 68歳)	(伊方 71歳)	(伊方 77歳)	(日土 11歳)
----------	----------	-----------	-----------	----------	----------	----------	----------	-----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------

【来月号のお題】 ※川柳コーナーの応募方法につきましては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、どんどん応募ください。
思わずホッコリ

ご飯を美味しく 食事を楽しく

みかん香る簡単肉まん

瀧山 富美 (川上)



材料——— 4個分
冷凍肉シューマイ… 大4個
むしパンミックス
…………… 200g
みかんジュース… 75ml
みかんの皮… M 1/2個分
打ち粉…………… 適量

- 作り方———
- ① 冷凍肉シューマイをレンジで解凍しておきます。
 - ② みかんの皮をむいて内側の白い皮をスプーンで取り除いてオレンジ色のみかんの皮を作り、皮をみじん切りにしておきます。
 - ③ むしパンミックスにみかんジュースを入れてヘラでよく
 - ④ 4等分にして生地を丸め、手のひらでのばし①の肉シューマイを包みます。
 - ⑤ 蒸気のたっている蒸し器に入れて中火で約14分蒸して出来上がり。

私のこだわり

肉だねに、冷凍の肉シューマイを利用して簡単に作れる肉まんです。みかんの皮を入れることで、さわやかな香りがたぐいいます。

みかんラスク

野本 沙希 (八幡浜)



材料——— 食パン1枚分

<みかんラスク>

食パン…………… 1枚
バター…………… 30g
グラニュー糖…………… 10g
みかんパウダー… 大さじ2
<みかんパウダー>
みかん…………… 適量
重曹(食品用)…………… 適量
ぬるま湯

作り方———

<みかんラスク>

- ① バターを溶かす。(レンジなら600wで20秒)
- ② 食パンを好きな大きさに切る。
- ③ ボウルに①と②を入れ、底からすくうように混ぜる。
- ④ グラニュー糖とミカンパウダーを加え、底からすくうように混ぜる。
- ⑤ オープン板にクッキングシートを敷き、④を並べる。
- ⑥ 190℃に予熱したオープンで15分焼く。(焼き具合を見ながら)

<みかんパウダー>

- ① ぬるま湯に重曹を入れ、みかんをよく洗う。
- ② 水気をふき取る。
- ③ 皮をむく。ヘタは除く。
- ④ ネットなどに入れ、4～7日間干す。
- ⑤ ミルサーにかけ、粉にする。

私のこだわり

家にあるもので、簡単におやつを作れるように考案しました。ミカンパウダーを入れることによって、さわやかな香りと風味を加えました。

たちばなクイズ

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？

1	6		11	14	18	22
2		A	8		15	
		9	12		19	
	7			16		
3			13			23
4		10		17	20	
5					21	

タテのカギ

- 1 武士が腰に差す物
- 3 パリやベルリン、バンコク、北京など
- 6 8は2の4□です
- 7 英語ではゼブラ。草食動物です
- 8 月が出ていなくて真っ暗です
- 10 タンスなどに加工する軽い木材
- 12 家族やごく近い人のこと
- 14 遠くて近きは男女の□
- 16 モミジとも呼ばれる木
- 18 10月は神無月、11月は□
- 20 ネタやシャリなどから作ります
- 22 このぶんしょうにはつかわれていません
- 23 ヒトコブ□やフタコブ□は砂漠で使われる動物

ヲコのカギ

- 1 アフリカの川や池にすむ動物。体も口も大きい
- 2 そろそろスタッドレス□に交換しようかな
- 3 まるで取り付く□もない様子だったよ
- 4 □栽培はオーガニック農法とも呼ばれます
- 5 鳥籠の中に取り付ける棒
- 7 火事に備えて設置する物
- 9 音はこれで聞き取ります
- 11 落語を客に聞かせる職業
- 13 頭をひねって絞り出します
- 15 徳川将軍家は三つ葉葵（あおい）
- 17 机のこと。ライティング□
- 19 道が十字に交差している所
- 21 漢字では羊の歯と書く植物

応募方法

官製ハガキに下記を明記の上、10月31日必着で送付して下さい。当選者は12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

ハ幡浜市江戸岡
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

10月31日必着

プレゼント賞品

愛媛県産
米を
10名様に



10月の当選者

- 八幡浜市大平 窪田登志子 さん
- 八幡浜市真網代 片山八重美 さん
- 八幡浜市保内町磯崎 寺岡俊二 さん
- 西予市三瓶町垣生 渡辺玉子 さん
- 西宇和郡伊方町九町 石田美智子 さん
- 八幡浜市若山 藤田洋生 さん
- 八幡浜市日土町中当 二宮国寿 さん
- 西予市三瓶町周木 川添公 さん
- 西宇和郡伊方町湊浦 篠川光加 さん
- 西宇和郡伊方町二名津 堀内保 さん

10月号の答え

1	た	い	い	く	17	か	20
2	ら	ん	ど	15	だ	ん	ご
3	い	せ	13	こん		く	
4	う	き	11	よ	う	か	18
5	さ	か	12	き	ち	19	も
6	ぎ	し	14	で	め	き	ん

今回は130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。

みんなのひとこと

芋 炊き、栗ごはん、みかん、柿。食卓に並ぶ季節が来ました。食べることは楽しいです。（三瓶 84歳）
どうして秋には美味しいものが溢れているんでしょう（^o^）食べることは幸せへの近道だと私は思っています♡

9 月に入り、子ども達は毎晩祭りの練習頑張っています！関係者大変ですが、お祭り楽しみです。（三崎 70歳）
賑やかになってきますよね！太鼓の音を聴くとんだかー気にお祭りムード◎

結 婚当初は4人で、子供ができてからは6人で囲んでいた食卓も今は夫と2人きり。淋しいものです。たまに帰ってくる子ども達が待ち遠しいです！（合田 57歳）
子ども達が大きく成長したのは嬉しいけど、やっぱり淋しいですね（; ;）お正月には集まれますかね♡

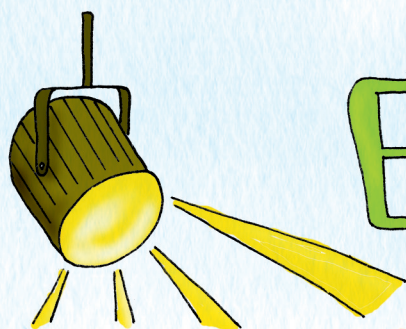
初 孫、幼稚園の運動会で2等の友達を気にしながら1等賞になり、金メダルを取り家族中で喜びました！（川上町 83歳）
なんとまあ心優しい子！そんな良い子には「心ポカポカ賞」もあげちゃう！！

高 校の体育祭が雨の中、終わりました。最後なのでお天気で思いっきりやりたかったのですが残念でした。でも、それなりにみんな盛り上がって終わりました。（川之石 17歳）
お疲れさまです（^o^）私の時も土砂降り、涙か汗か雨か分からなくなったな～でもいい思い出◎

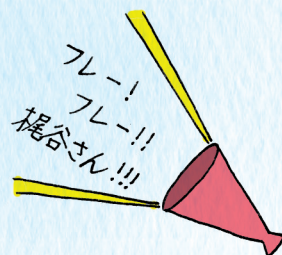
今 月は新米が出ていました。明日は早速、炊いてみようと思います。新米の湯気が好きです。（穴井 77歳）
湯気たまらないですよ～♡顔が湯気に覆われると美白になった気になります（^o^）

季 節が良くなり、海を眺めながらの農道散歩が出来る幸せなひと時が体験できるよるこび～（三机 78歳）
海を眺めながらだなんてステキ～！汗もかかず、少し肌寒いかな？ってくらいが心地いいですよ♡

食 卓の騎士たち、料理を作るのは時間がかかって大変なのに食べるのはあっという間ですね。（日土 47歳）
毎日メニューを考えるのも大変です！母に感謝！しっかり味わって、「美味しいっ」と伝えていきたいですね（^o^）



日向ぼっこ



14ヶ月の研修期間を経て
今年の4月に就農した

かじたに しんぺい

梶谷 晋平さん



研修期間、お世話になった
宮内の支援チームの皆さんには
感謝の気持ちでいっぱいです。
地域の先輩農家さんにも
指導していただけて
本当にありがたいです◎



ドコモショップ八幡浜店前
青空市での店長時代
「地元生産者」との出逢いで
農業の魅力に気がきました◎

「自分が描いた夢の中にいるありがたいさ」
頭を悩ませることも多々あるけど
自分は幸せ者だと思います...と
ステキな言葉をいただきました☆

たくさんの失敗をしたとしても
それが2年目以降に活かせるよう
地域の先輩を見習い
教えてもらいながら
日々、前向きな姿勢で
取り組んでいきます!!



いい顔してる!

11月の運勢

♥：全体運 ♠：健康運 ♣：幸運を呼ぶ食べ物

おいつい座 3/21~4/19	おうし座 4/20~5/20	ふたご座 5/21~6/21	かに座 6/22~7/22	しし座 7/23~8/22	おとめ座 8/23~9/22
♥ 考え方が後ろ向きになりやすい期間かも。意識的に笑顔を手付けましょう。また、感謝できることを探すと開運に ♠ 良好。運動で体を動かすと、なおグッド ♣ カボチャ	♥ あれこれ余計なことまで気にして動けなくなり、つきを逃しがち。開き直りの気持ちを大切に。花を飾るのも吉 ♠ ストレスを感じそう。スポーツで発散を ♣ ヒラメ	♥ うわさに興味を持つのは避けた方が無難です。それより、自分が好きなことに意識を向け、それを満喫するのが正解 ♠ 楽しく体を動かせば体調アップの呼び水に ♣ エノキタケ	♥ クリエーティブな能力が開花しやすい月。絵を描くなど、やってみることに注目を。お芝居を見に行くのも◎ ♠ 運動不足になりがち。小まめに動くこと ♣ 野沢菜	♥ 思いこみが激しくなりそう。人の話を早のみ込みしないよう、ご用心。気分リフレッシュには手作りにトライを ♠ 上質な睡眠を目指して。心身とも元気に ♣ ゴボウ	♥ 人脈のネットワークを広げる好機。飲み会などの誘いには気軽にOKを。初対面の相手でも気さくに話し掛けて ♠ 健康術に凝り過ぎ。ほどほどがベストです ♣ ミカン
てんびん座 9/23~10/23	さそり座 10/24~11/22	いて座 11/23~12/21	やぎ座 12/22~1/19	みずがめ座 1/20~2/18	うお座 2/19~3/20
♥ 頼まれ事など、まずは必要な作業から手をつけましょう。その後、プライベートの充実を図ると喜びが倍増 ♠ 快適に過ごせます。アクティブに行動を ♣ レンコン	♥ 幸運期。自分の考えやアイデアなどを思い切ってオープンにすると好結果に。新しい世界に飛び込むのも大賛成 ♠ 適度に休息を取り、英気を養いましょう ♣ タラコ	♥ サービス精神を見せることで、周囲と円満な関係を築ける時期。縁の下力持ち的役割も快く果たし、人気者に ♠ 耳寄りな健康情報をゲット。試してみて ♣ ユリ根	♥ 知的好奇心が旺盛になる兆し。調べてみたいことがあれば、じっくり探求して。サークルやグループ活動にもつき ♠ 暴饮暴食はNG。食事の中身にも考慮を ♣ リンゴ	♥ やたらとプレッシャーを感じる暗示。誰かと比べず、自分らしさを大切に。気晴らしにはハーブティーを飲んで ♠ 自然の中を散歩すると体調に好結果あり ♣ こんにやく	♥ 開放的な気分になれる予感。過去に駄目だった挑戦にリベンジできそう。海外に関することにも幸運があるはず ♠ 生活ペースが乱れがち。リズムを整えて ♣ そば

たちばな

Nishiuwa Member's Communication Magazine

発行 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11月1日

印刷／(株)豊予社

JAにしようわホームページ／<http://www.ja-nishiuwa.jp>