

JAと7地区を結ぶ 虹のかけ橋



れいんぼー

<http://www.ja-miyagisennan.jp>

JAみやぎ仙南広報誌

7

2018.July

Vol.243



蔵王町塩沢 佐藤 俐百ちゃん・夏乃ちゃん・瑛多くん

特集 酢で夏バテ対策！



食のはなし

旬ならではの甘味を楽しみましょう！

「トウモロコシ」



取れたての甘味たっぷりのトウモロコシを食べることができるのは、6、9月の旬ならではの楽しみです。日本の主な産地は北海道、千葉、群馬など。昼夜の温度差があると甘味が増すといわれています。

日本では野菜として食べることがほとんどですが、中南米ではトウモロコシを主食にしている地域もあり、炭水化物を中心にビタミン、ミネラルなどをバランス良く含む食品です。また、動脈硬化を予防する働きのあるリノール酸や、腸内環境を整える食物繊維が多く含まれます。

選ぶときは、皮付きで皮の緑色が濃く、ひげが多くて茶色いものを。また、持つとみてどつしりと重量感のあるものを選びましょう。実は先端まで詰まっていた、粒がふっくらつやつやしているものが良いでしょう。粒の色は、品種によって異なり白っぽいものもあります。

鮮度や甘味が落ちやすいので、買ったらできるだけ早く調理しましょう。ゆでるときには水1Lに対して塩大さじ½を加え、皮をむいたトウモロコシを水から5、6分ゆでます。電子レンジの場合はラップに包み、3、4分（500W）加熱します。

そのままゆでたり、焼いたりするだけでもおいしいのですが、黄色い粒々を生かして炒め物やサラダ、スープなどの料理に入れると、彩りや食感のアクセントになります。粒を外すときは、トウモロコシを斜めに立てて持ち、包丁で粒をそぎ落とすようにすると、粒が外しやすくなります。また、豪快に丸ごと切って使えるのは生ならでは。料理がぐんと夏らしくなり、ボリュームも増します。

すぐに調理しない場合は、冷凍保存ができます。その際は、粒を外してから冷凍すると味が落ちにくくなります。

農に生きる

後を継ぐのは自然！

江場さんは、幼い頃から酪農家を営む両親を見て育ってきました。中学生のときには跡を継ぐことを決意。高校、大学と北海道で酪農経営を学び、十勝郡の酪農家の下で1年間勤めた後、実家に就農しました。「両親から強制されることは全くありませんでしたが、私の中で酪農家になるということは、とても自然なことでした」と当時の思いを振り返ります。

病気ゼロを目指す！

病気にさせないため、牛にたくさん食べてもらうことを第一に心掛けていますという江場さん。少しでも多く食べられるよう飼料は1日5回に分けて与え、栄養の吸収が悪くならないよう



うちでよかったと思ってほしい。

に与える順番、全体のバランスにも気を配っているそうです。さらに今後は、「飼料の与え方だけでなく、牛が快適に過ごせる環境づくりにも力を入れていき、いつか『病気ゼロ』の牛群を作るのが目標です」と力強く話していました。

また、成牛のほか『哺育・育成牛』も担当する江場さん。「大変な面もありますが、ミルクや飼料をあげながら、日々の成長が見えると嬉しさを感じます。数字も大事ですが、そういう何気ないところに酪農の魅力を感じます」と笑顔で話していました。



牛にできる限りを！
最近では、生乳出荷のほか、乳牛と和牛の



【酪農家】
え ば え い い ち
江場 瑛一さん (33)
白石市福岡深谷

江場瑛一さんは、両親とともに乳牛42頭（育成牛15頭を含む）を飼育する酪農家です。

交雑種（F1）の生産・販売に加え、乳牛に和牛の受精卵を移植して子を産ませる「受精卵移植」も取り入れているそうです。昨年4月には、受精卵移植による初めての子牛が生まれまして。『うちでよかった』と牛に思ってもらえるような飼育方をしていきたい。そのために、牛にたいして出来る限りのことをしてあげたいですね」と話す江場さん。これからの丁寧な飼育を心がけ、酪農に取り組んでいきます。

わたしたちの JA

平成30年5月末現在	
正組合員数	18,177人 戸数 13,860戸
准組合員数	11,687人 戸数 8,819戸
合 計	29,864人 戸数 22,679戸
職 員 数	285人 (准職員含む)
出 資 金	40億 4,159万円
貯 金	1,140億 6,736万円
貸 出 金	357億 4,645万円
販売品販売高	10億 7,959万円
購買品供給高	5億 9,230万円
長期共済保有高	6,338億 7,501万円

理事会・監事会だより

第2回理事会 平成30年5月23日(水)

- 【議事】
- 平成30年度理事及び監事の報酬の決定について
 - 平成30年度経費の賦課及び徴収方法の決定について
 - 平成30年度農政特別賦課金の賦課及び徴収方法の決定について
 - 平成30年度事業計画（案）の一部変更について
 - 総代会の招集について
 - 表彰規程にかかる被表彰者の決定について
 - 柴田町農政審議会委員の推薦について
 - 大口貸出金（票積）の貸出について
 - 平成30年度信用供与の最高限度額の決定について
 - 平成28年度出荷契約米（もち米）の本精算並びに加工用米の最終精算について
 - 株式会社仙南青果に対する本組合役員就任の承認について

第3回理事会 平成30年6月1日(金)

- 【議事】
- 平成29年度貸借対照表、損益計算書、注記表、附属明細書、剰余金処分案および部門別損益計算書の承認について
 - 平成29年度連結財務諸表（連結貸借対照表、連結損益計算書、連結剰余金計算書、連結キャッシュフロー計算書）の承認について
 - 第20回通常総代会の運営について
 - 子会社役員の派遣と就任の承認について
 - 宮城県農業信用基金協会への出資について

第2回監事会 平成30年5月23日(水)

- 【議事】
- 監事監査規程の全部変更について
 - 監事会規則の全部変更について

第3回監事会 平成30年6月1日(金)

- 【議事】
- 旧農協法第36条第7項に定める監査報告書の作成について
 - 平成29年度末決算監事監査意見の取りまとめ及び報告書の作成について

も く じ

食のはなし	02
農に生きる	03
〈特集〉	
酢で夏バテ対策！	04
虹色ほっとライン	06
ふれあいひろば	08
食育レポート	10
お知らせ	11
営農情報	14
おたより交流ひろば	
お楽しみクイズ	15
平成31年度職員募集要項	16

7
2018.July
Vol.243

酢で夏バテ対策！

高温多湿な夏は、ついつい冷たい物や水分、糖質を多く取りがち。胃の働きも衰え、疲れやだるさ、食欲不振を招くことに……。そんな夏バテ症状を防ぐのに最適なのが「酢」です。毎日の食卓に酢を生かして、夏を元気に乗り切りましょう！

夏こそ毎日の料理に「酢」を

暑いときはビタミンB₁やB₂、C、ミネラル類の消費が激しくなり、食欲が落ちると体をつくるタンパク質も不足がちになります。夏バテ対策には、バランスの良い食事を通して十分な栄養を取ることが大切です。

そこで活躍するのが酢！ 蒸し暑いと喉を通りにくい肉料理や油物も、酢を掛ければさっぱり。うま味も増してぐんと食べやすくなるはずです。

けれども酢が体にいい理由はそれだけではありません。酢の酸味と香りを生み出しているのは酢酸。この成分に、実はさまざまな健康効果が確認されているのです。



「酢」の健康効果はさまざま

効果1 食欲を増進させる

酢の爽やかな酸味と香りは、脳の摂食中枢に働き掛け、唾液や胃液の分泌を促します。従って、食事の最初に酢を使った料理を食べると、食欲が増す上、食べ物の消化・吸収もスムーズになります。

効果2

たまった疲労を軽減する

人は、肝臓や筋肉に蓄えられているグリコーゲンが減ると疲れを感じます。体を動かすエネルギー源であるグリコーゲンは食品に含まれる糖から作られるのですが、糖と一緒に酢を取ると、グリコーゲンの再補給力がぐんとアップ。疲れたときに甘酸っぱい物をおいしく感じるのもそのためです。

効果3 血圧の上昇を抑える

酢酸には血圧上昇に関わるホルモン調節機構「レニン・アンジオテンシン系」を穏やかに抑制

する働きがあります。研究によると、高血圧の人が毎日大さじ1杯の酢を取ると、10週間で血圧低下の効果が。酢を取るのをやめても、以前の高さには戻らないことも確認されています。正常値の人の場合、血圧が下がり過ぎる心配はありません。

効果4

カルシウムの吸収を助ける

カルシウムは丈夫な骨を作るために必須。不足が続くと骨粗しょう症を招いたり、イライラの原因にもなります。カルシウムは吸収率が低く、牛乳で50%、小魚類では30%程度。ところが酢と一緒に取ると、吸収率が上がり、骨のカルシウム量もアップするそうです。

酢は食品のカルシウム分を溶出させます。小魚の煮つけに使うと骨まで軟らかく食べられる他、豚・鶏の骨付き肉や貝なども、酢を入れて煮れば、煮汁に溶け出したカルシウムを効果的に取れます。

効果5 血糖値の上昇を抑える

血糖値が赤信号になるのは、糖質の吸収が正

常に働いていないため。糖をエネルギーにするのは、体内で作られるインスリンの役割です。食べ過ぎや運動不足が続くと、脳や筋肉で使い切れないブドウ糖が血液中にあふれることに。必要以上のインスリンを作り出すために膵臓（すいぞう）にも大きな負担をかけ、やがて糖尿病の発症にもつながります。酢には、糖の吸収を穏やかにし、血糖値上昇やインスリンの過剰分泌を抑える作用があります。

効果6 腐敗や雑菌繁殖を防ぐ

夏は食中毒や食品の腐敗にも特に気を付けない季節。強酸性の酢には強い殺菌・防腐作用があります。生魚に酢を絡める、残ったご飯も酢飯にするなど、活用方法はいろいろ。まな板やふさんも、5倍程度に薄めた酢水で洗えば雑菌の繁殖を防げます。

効果7 内臓脂肪を減少させる

酢には脂肪の合成を抑え、燃焼を促す作用もあります。内臓脂肪がたまり過ぎると、高血糖や高血圧を引き起こし、メタボリックシンドロームにつながります。実験では、毎日大さじ1杯の酢を12週間取り続けると、内臓脂肪や血中性脂肪が減少し、肥満指数も低下することが実証されています。

夏バテ対策 簡単レシピ

夏バテ対策や健康増進には、1日に最低大さじ1杯分（15ml）の酢を取りたいもの。ただし、そのまま飲んで胃の粘膜を荒らします。料理や飲み物に適度に分けるのがいいでしょう。例えばこんなお手軽レシピはいかが？

朝のお酢ドリンクと夕食の甘酢漬け、納豆だけでも十分な量の酢が取れます。使う酢は米酢、黒酢、リンゴ酢などお好みで使い分けて、ぜひお試しを！

お酢ドリンク

酢大さじ1、蜂蜜大さじ1、牛乳120mlをよく混ぜる。

ヨーグルトドリンクのような爽やかな味わい。酢の香りが苦手な人は半量でどうぞ。



スティック野菜の甘酢漬け

酢150ml、砂糖70g、塩小さじ2を混ぜ、スティック状に切った野菜を漬ける。

翌日から食べられる。野菜はキュウリ、ダイコン、ニンジン、タマネギ、パプリカなどお好みで。漬け汁にショウガ、ハーブなどを加えてもいい。



納豆プラス酢

納豆1パックに酢小さじ1を入れてよくかき混ぜてから、たれを加える。

納豆がフワフワになるうえ、ほのかな酸味が夏場にぴったり。かつお節や卵など足せば栄養価もアップ！



牡牛座

[4.20～5.20]

【全体運】 周りからの受けが良く、気付けば人気者に。飲み会などに誘われたら、気軽にOKして大いに楽しみましょう

【健康運】 好き嫌いはNG。栄養バランスに配慮して【幸運を呼ぶ食べ物】 インゲン



牡羊座

[3.21～4.19]

【全体運】 お調子者になりやすい気配。できもしないことを安請け合いしないよう、ご用心。運氣アップには部屋の掃除を

【健康運】 正しい姿勢を心掛ければ、体調に好影響【幸運を呼ぶ食べ物】 アユ

JAフェスティバルに向けて始動！

J Aみやぎ仙南村田地区女性部は5月23日、秋のJ Aフェスティバルで販売する野菜の栽培を始めました。畑には22人の部員が関わっており、年々増加。当日は17人の部員が参加し、2ヵ所の畑で定植を行いました。

「村田地区女性部畑」は立ち上げから6年目。栽培する農産物はサツマイモ・ネギ・サトイモ・ショウガなど。口コミで評判が広がり、フェスティバルの当日には即完売します。特にショウガが人気商品となっており、開催日前には、多くの問合せが入ります。

作業した部員は「今年もお客さんに喜んでもらえるように頑張って作りたいです」と話しました。今後はネギの定植を行い、収穫まで除草作業など管理を行っていくこととなっています。



(スムーズに作業を進める部員)

親子80人がイチゴ楽しむ

J Aは6月9日、平成29年度の金融・共済事業利用者を対象としたイベント「親子でいちご収穫体験」を蔵王町で開きました。同イベントは収穫体験を通して、農業やJ Aについて知ってもらおうと企画したもので、こども共済や子育て応援定期積金、住宅ローンを新規で利用した人に声かけを行い、参加者を募りました。

当日は、親子連れ21組80人が参加。採れたての真っ赤なイチゴを摘み取り口に運ぶと、満面の笑みを見せていました。参加者は「家族みんなイチゴが大好きなので、参加できて楽しかったです。とても甘くて美味しいイチゴでした」と、イベントを楽しんでいました。



(美味しいイチゴで笑顔の親子)

規格・出荷調整について確認

J Aみやぎ仙南花弁部会は5月29日、春作のトルコギキョウ出荷本格化の前に、柴田町と白石市で目ざろえ会と現地検討会を開きました。出荷規格や出荷調整方法、生育状況について現物を見ながら確認を行いました。

目ざろえ会で講師を務めた部会員の紺野一己さんは「手をかければ売上が2倍にも3倍にもなるのがトルコギキョウ。管理徹底を」と話しました。

加藤敏博副組合長は「高品質のトルコギキョウを生産し、産地としての信頼をしっかりと築こう」と部会員に呼びかけました。

同部会では、100種を超える品種を栽培。昨年度は生育遅れなどの影響がありましたが、今年は管理を徹底し5,000万円の販売高を目指すこととしています。



(現物を前に意見交換する生産者)

柴田町にベジっ子集まれ～

J Aみやぎ仙南柴田地区女性部は5月26日、部内の食農教育グループによる「ベジっ子集まれ」の今年度1回目の活動を行いました。毎年、年4回の講座を開いており、当日は親子30人と女性部11人が参加。女性部が先生となり、マリーゴールドやリナリア、ヒポエステスなどの花の寄せ植えと、サツマイモの植え付けを行いました。

参加した親子は、教えられながら丁寧に作業。「きれいだね。かわいいね」と、完成した寄せ植えを見て喜んでいました。今回はじめて参加した6組の親子は「普段なかなかできないことで、とても楽しかった。次回の参加も楽しみです」と話していました。次回は、ジャガイモの収穫体験を予定しています。



(楽しそうに寄せ植えする子ども)

「ひっぽのお店ふでいち」オープン



(オープンを待ちに待った住民でにぎわう店内)

丸森町筆甫の地区振興を行う一般社団法人、筆甫地区振興連絡協議会は5月20日、「ひっぽのお店ふでいち」をオープンしました。当日は記念式典が行われ、関係者や地域住民がオープンを祝い、式典後には、商品を求める人で店内はあふれかえりました。

店舗はJ Aみやぎ仙南の旧筆甫支所を改装。町に委嘱された地域おこし協力隊のメンバーが店員となり、日用品や食料品のほか、「へそ大根」などの特産品や農産物を販売します。住民の憩いの場となるよう、飲食スペースも設けられ、10月には食事も提供します。

8月には移動販売を行う予定で、高齢者率の高い住民の見回りや、軽作業などの手助けも行います。引地弘人会長は「最寄りのスーパーまで20分以上かかる上、交通手段のない高齢者も多い。活力を取り戻し、地域を守りたいと思います」と話していました。

虹色ほっとライン

地域の情報
お届けします

J Aの取り組みに理解を

J Aは5月24日の柴田地区会場を皮切りに、31日まで管内7会場で第15回地区懇談会を開きました。懇談会では、J A役職員が昨年度の事業実績について報告したほか、今年度の事業計画、J Aで取り組んでいる自己改革について説明しました。

組合員からは、タマネギの生産振興や生産資材の価格、組合員対応についてなど、様々な意見や質問がありました。今後、J Aでは出された意見や要望を集約し、今年度の事業運営に盛り込んでいくこととしています。

参加した組合員は「事業の取り組みや自己改革の取り組みについて理解できました。今後も農家所得向上に向けて取り組んでほしいです」と話していました。



(説明に耳を傾ける参加者)

春蚕を配蚕

J Aみやぎ仙南養蚕部会は5月28日、丸森町で、福島県稚蚕共同飼育所で飼育した春蚕の配蚕作業を行いました。同部会では年5回出荷していますが、部会員8人のうち、春蚕に取り組むのは4人。1ヵ月飼育し、生繭として出荷します。

生産する繭は群馬県へ出荷しており、昨年は群馬県繭品質評価協議会で繭格5 Aと、最も高い評価を得ています。昨年の出荷量は2.7トン。今年はエサとなる桑の葉の質向上のため土壌改良資材を散布し、1箱あたりの平均収繭量を35^g、出荷量で3トンを目指します。

生産者の佐藤靖さんは「病気に弱いので、消毒を徹底し、良質な繭生産に励みたいです」と意気込んでいました。



(蚕の状態を確認する生産者)



蟹座 【全体運】自己アピールに向いています。やってみたいことがあるなら積極的に動くことがグッド。
【6.22～7.22】 【健康運】冷房の効き過ぎは×。上手に体温調節を 【幸運を呼ぶ食べ物】 ラッキョウ



双子座 【全体運】趣味や楽しみを持つなど、ライフスタイルの充実に意識を向けるとうれしい変化が。
【5.21～6.21】 【健康運】図書館での情報収集も刺激大
【幸運を呼ぶ食べ物】 イチジク

仙南スポーツキッズ ～柳柔会牛木道場(角田市)～



牛木道場は、40年以上前から続く伝統ある柔道場です。指導を始めたのは春彦さんのお父さんで、当時は角田市市民センターで活動していました。その後、経営する牛木整骨院の敷地内に道場を作り、現在まで精力的に活動、稽古を続けています。「社会に負けない強い子に!」という想いから、稽古は厳しさを重視。コーチもたびたび活を入れますが、休憩中の子どもたちは笑顔です。また、親子でバーベキューなど稽古や試合以外にもイベントを企画しており、「頑張るときは頑張る、楽しむときは楽しむ」をモットーにメリハリのある活動をしています。

4月には、小学生チームが県大会で優勝。5月には、道場出身の菅原幸大選手(柴田高2年)が、ポーランドで行われた世界大会81^{kg}の部で見事優勝するなど勢いを増す牛木道場では、これからも楽しく厳しく、稽古に取り組んでいきます。

- 代表者名: 牛木 春彦さん
- 道場生数: 21人(小学生12人、中学生9人)
(道場生募集中! 気軽に見学してください!)
- 活動場所: 牛木整骨院敷地内道場
(角田市角田字町179-3)
- 活動日: 火・金曜日18:00～21:00頃まで
(6～11月は木曜日も活動)
- 連絡先: TEL: 0224-63-1170



元気のみなもと

ブロイラー一筋、昨年まで48年間経営してきた忠男さんの趣味は盆栽。鶏舎の横で色々な品種の『皐月』を育てています。本格的に始めたのは昭和40年代に起こった皐月ブームの頃から。「最近になって、ようやく没頭できるようになったよ」と笑います。

本を見て勉強するほかは、失敗と成功の積み重ね。ハサミを入れたり、針金で形を作ったり、完成形を想像しながらの作業は楽しみの一つです。思い通りの仕上がりになったときは、奥さんに「どうしたの? 固まって」と心配されるほど、見入ってしまうそうです。

丹精こめた皐月は、友達に見てもらうほか、同級生が会長を務める『仙台さつき会』での展示会や、町の公民館で4年前から開く『皐月鑑賞会』などで展示。ほぼ毎日行くという青根温泉(じゃっぼの湯)の番台にも彩りを添えています。

「息子からは花咲かじいさんなんて言われて、その通りだなあと思っています。これからは、ゆっくり盆栽と向き合っていきたいです」と頬を緩めていました。

川崎町今宿

丹野 忠男さん(72歳)



ふれあい
ひろば

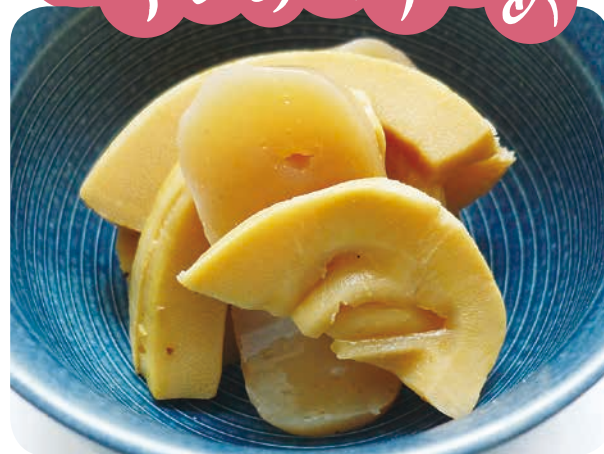
- 材料**
- タケノコの水煮…………… 300g
 - こんにやく…………… 100g
 - ゴマ油…………… 少々
 - 豆板醤…………… 少々
 - しょう油…………… 大さじ2
 - A 砂糖…………… 大さじ1
 - にぼしの粉(または粉末だし) …… 小さじ1(少々)

- 作り方**
- ①タケノコの水煮とこんにやくを食べやすい大きさに切る。
 - ②鍋にごま油をひきタケノコとこんにやくを炒める。
 - ③タケノコがかぶるぐらいまで水を入れ、Aを入れて煮込む。
 - ④味がしみたなら、豆板醤を入れ、味を調えたら出来上がり。

ワンポイントアドバイス

豆板醤が良いアクセントになっています。少し多めに作ったときは、冷凍しておくといつでも食べられるので便利です。

おうちのすすめ



「タケノコの煮物」

柴田町入間田 平間 知子 さん



蔵王町塩沢

佐藤 瑛多くん(9歳)

俐百ちゃん(8歳)

夏乃ちゃん(5歳)

お父さん◎康宏さん
お母さん◎美紀さん

SMILE

「好きな食べ物は、お刺身」と話すのは、瑛多くん。毎日釣りの動画を見るくらい魚釣りをするのが大好き! よく家族で釣りに行ったりもするそうです。そんな瑛多くんの将来の夢は、レポーター。特に、食レポをしたいそうです。

クッキーやチョコなどの甘い物が好きな俐百ちゃん。外では、鬼ごっこをして遊ぶのが大好き! 体を動かすのが好きな俐百ちゃんは、幼稚園から始めた新体操をやっていて、特にロープを頑張っているそうです。将来の夢は、「大好きなお菓子を作るパティシエになること!」と話してくれました。

かくれんぼが好きな元気いっぱい夏乃ちゃん。パイナップルやレモンなどの果物が大好き! 最近では、新体操を始めたそうです。将来は、ラーメン屋・ケーキ屋・ペットショップなどになりたい夢がいっぱい!

外では元気に遊び、家ではちゃんとお手伝いをするお利口さんの3人に、ご両親は「丈夫で素直に優しく育ってほしい」と笑顔で話してくれました。



乙女座【全体運】知的好奇心がムクムク湧いてくる予感。知りたいことがあるならトコトン調べて。カルチャーセンターにもツキ
[8.23～9.22] 【健康運】疲労をため込まないよう、適度に休養を【幸運を呼ぶ食べ物】モロヘイヤ



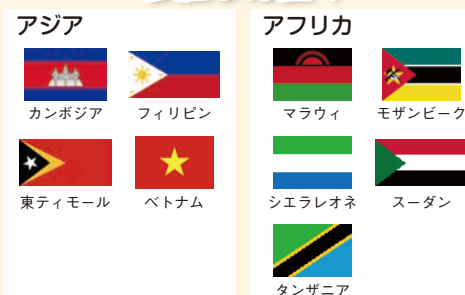
獅子座【全体運】面倒見の良さを発揮すれば、円滑な人間関係が築けそう。快く身近な人をフォローして。気分転換には温泉が◎
[7.23～8.22] 【健康運】極端な健康法は厳禁。自然な生活が一番【幸運を呼ぶ食べ物】ウナギ

JICA研修 アジア・アフリカから

国際協力機構（JICA）の研修で6月11日、アジア太平洋・アフリカ地域9カ国の政府職員ら9人が当JA管内を視察しました。一行は14日まで県内のJAや関連法人などを視察し、JA事業や役割などについて学びました。

11日は、仙台市のJAビルで県の農業やJAグループの概要等を学び、その後、川崎町の国営みちのく杜の湖畔公園、村田町の農事組合法人北向結ファームを訪問。参加者らは直播栽培やJAとの関係などについて質問し、熱心にメモをとっていました。

参加した国々



契約者満足度 全国の上位に

平成29年度「JA自動車共済損害調査サービス優秀組合表彰」において、当JAが優秀賞を受賞しました。6月7日にJA本店で表彰式が開かれ、浅野清組合長が全国共済農業協同組合連合会宮城県本部の三塚啓一本部長より表彰状と目録を受け取りました。

同表彰は、自動車共済の損害調査担当者の意欲を向上させ、契約者の満足度や安心感を高めることを目的に実施しているものです。当JAのアン

ケートによる契約者満足度は96.8%で、前回の調査時より3.2%上昇。一定の条件を満たした全国230JAのうち27位という結果となりました。

共済部事故相談課の武田裕司課長は「課内では常に、丁寧な説明と迅速な対応を心掛けてきました。今後も、契約者の方々の不安を少しでも軽減できるよう努めていきたい」と話していました。



▲表彰状を受け取る浅野組合長④



▲JA役職員と全共連宮城県本部で

村田町立
村田第二小学校
村田地区
青年部・女性部

食育への取り組みをご紹介します。

食育レポート

村田町立村田第二小学校では、村田町の特産品「ソラマメ」の栽培体験を行っています。収穫したソラマメは「ソラマメピザ」などを作ってみながら味わいます。

管理(土寄せなど)



うまいよ！
その調子！



料理



収穫

いっぱい
とれたよ！



みんなで作ると楽しい！



ソラマメ美味しいよ！



【全体運】 ポジティブな気持ちになり、全ての事柄に対して前向きになれるはず。やりたいことはとどろんと試すのが正解
【健康運】 やや不注意になりやすい。行動は丁寧に【幸運を呼ぶ食べ物】 葉シヨウガ



【全体運】 プレッシャーに弱くなる傾向が大。深刻になり過ぎないこと。自然豊かなスポットに出掛け、リフレッシュして
【健康運】 元気に過ごすツギが。運動を楽しんで【幸運を呼ぶ食べ物】 キュウリ

サマーキャンペーン2018

キャンペーン期間中に
「スーパー定期貯金」
「大口定期貯金」
のいずれかをご契約の
個人のお客様

預入金額 10万円以上
預入期間 1年（自動継続）

店頭標準金利に
年0.10%
上乘せします！

「JAカード」
「給与受取口座指定」
「年金受取口座指定」
のいずれかのお取引を
新規で行うお客様、
または
現在行っているお客様が
上乘せの対象となります。

さらに、50万円以上お預入れいただいた
お客様に素敵な特典があります!!

平成30年7月31日まで実施中です!!

詳しくは、お近くの支店まで
ご連絡ください。

年金無料相談会

7月7日(土)～13日(金) 午前9時～午後3時まで

開催日程表

7月7日(土) 蔵王支店 会議室 蔵王町大字円田字西浦上1-1 ☎33-2111	7月11日(水) 村田地区事業本部 会議室 村田町大字村田字押切107 ☎83-2221
7月8日(日) 丸森支店 会議室 丸森町字除25-1 ☎72-1204	7月12日(木) 白石地区事業本部 2階会議室 白石市福岡長袋字八斗蒔1 ☎25-1487
7月9日(月) 川崎支店 2階会議室 川崎町大字前川字裏丁181 ☎84-2220	7月13日(金) 槻木支店 会議室 柴田町槻木上町2丁目1-15 ☎56-1211
7月10日(火) 角田支店 2階会議室 角田市角田字町29 ☎63-3140	

年金についての疑問・質問に専門の社会保険労務士が無料でご相談をお受けいたします。

ご相談には事前の予約が必要になりますので、詳しくはお近くの支店までご連絡下さい。

JAリフォームローン

平成30年9月28日までにお申込みの方

変動金利(長プラ連動)型 店頭標準金利
年2.00%(保証料1.00%別)

《適用条件》
●当JAで給与・年金・農畜産物販売代金のいずれかの口座振込を指定されている、またはしていただけるお客様(同居家族含む)
●当JAで5大公共料金(電気・電話(携帯電話を含む)・NHK・ガス・水道)口座振替を3件以上指定されている、またはしていただけるお客様(同居家族含む)でJAカード(クレジットカード)を新たに契約される、または既に保有されているお客様

上記、いずれか1つを満たすと **0.50%軽減**

年1.50%(保証料1.00%別)

さらに! 罹災証明書をお持ちの方は
当初5年間**0.50%**軽減いたします。

詳しくはローン営業センターまたはお近くの支店窓口へお問い合わせください。

各あぐりハウス及びグリーンセンター 7月の休業日・営業時間のお知らせ

あぐり蔵王							あぐり柴田・村田・川崎・白石・丸森							グリーンセンター						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14	8	9	10	11	12	13	14	8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21	15	16	17	18	19	20	21	15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28	22	23	24	25	26	27	28	22	23	24	25	26	27	28
29	30	31					29	30	31					29	30	31				

休業日

7月 営業時間	
各あぐりハウス	午前8:30～17:00
グリーンセンター	午前8:30～18:00

～仙南資材流通センターからのお知らせ～

7月21日(土)は電話受付(注文等)を休業させていただきます。

※7月21日(土)は配送業務のみとなります。
※7月20日(金)午後3時以降に電話受付したものと及び7月21日(土)の留守番電話につきましては、7月23日(月)に配送となります。

退職のお知らせ

平成30年5月31日付で下記の職員が退職となりましたので、お知らせ致します。

氏名	所属
渡邊 一弘	金融部 審査課

おたより 交流ひろば

GW中に孫と角田菜の花祭りに行きました。一面黄色と緑のじゅうたんが鮮やかでした。2歳の孫は大喜びで菜の花の迷路を走っていました。
(丸森町 戸村さん)

15歳になるダックス犬が2匹います。人間の歳で言うと80歳くらいだそうです。このごろ目と耳も衰えてきていて、呼んでも知らんぷりしたり、あっちこっちぶつかって歩いています。家族と同じなので、もっともっとと長生きしてほしいです。2人はとても仲良しです。
(丸森町 佐藤さん)

投稿募集

皆様からお寄せいただきました身近な話題や風景写真、イラストなどをご紹介していきますので、たくさんのご応募をお待ちしております。
尚、ご応募いただいた写真はお返しできませんのでご了承ください。

広報誌5月号で皆様からいただきましたお便りを抜粋してご紹介させていただきます。

「5月の風」



(角田市 齋藤さん)
角田市北部の田園地帯は田植えが進み、残雪の蔵王連峰が田の水面に映る初夏の風景はさわやかです。

今年は去年よりタケノコがイノシシに食べられない。イノシシも飽きたのかなー。
(柴田町 平間さん)

3才になった双子の男の子の孫たちが、保育所から帰ってくると自宅のカラオケでウルトラマンの歌を歌うのが日課になりました。
(大河原町 大槻さん)

村田町にあるJ Aのスタンドをよく利用しています。職員さんの笑顔にホッとしますね。これからも頑張ってください。
(川崎町 丹野さん)

庭にはスギナがいっぱい生えている様子ですが、我が家の愛猫はスギナが大好きらしく、パクパクと食べています。おいしいのかな？
(川崎町 小原さん)

今年もサルに負けないようにキュウリ、ナス、トマト、ピーマンの苗を買ってきました。収穫できることを祈りながら、育てるつもりです。
(白石市 古山さん)

クイズに答えてプレゼントをゲット!!

クロスワードパズル

ヨコのカギ ➡

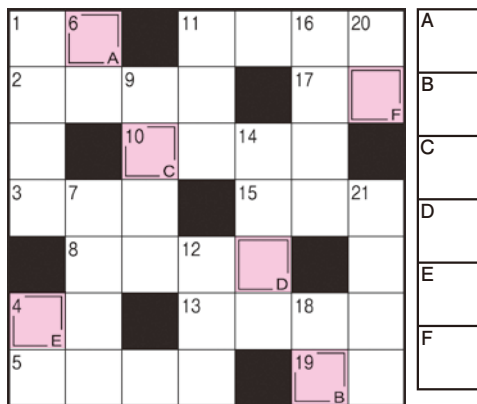
- ①七夕の飾りに使う植物
- ②歌うことを楽しみに行きます
- ③シイタケ、シメジ、エリンギなど
- ④お酒が飲めません
- ⑤ピカッ、ゴロゴロゴロ
- ⑧音を遮断したいときにはめます
- ⑩社会の——として地域に貢献する
- ⑪カタツムリが似合いそうな花。鎌倉の明月院は——寺と呼ばれます
- ⑬輪島市や加賀市や金沢市はこの県の市
- ⑮鎖国中にも貿易が行われた場所
- ⑰書類や伝票につきます
- ⑲俳優が演じたり入り込んだり

タテのカギ ⬇

- ①酒を飲むための小さな器
- ④整形——で膝の関節を診てもらった
- ⑥料理のをせます
- ⑦今度来た新人は仕事の——が早いね
- ⑨ラストスパートです
- ⑪本能寺の変を起こした——光秀
- ⑫乱れたものをきちんと直すこと
- ⑭親から子へ受け継がれます
- ⑯こういうことはここじゃあ日常——だよ
- ⑰虫をよけるため布団の周りにつります
- ⑲アウトの反対語
- ⑲サッシと呼ばれることも



抽選で**10名様に**
Aコープ商品をプレゼント!



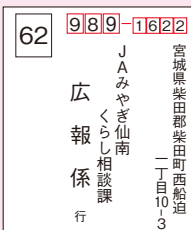
Q 二重マスの文字をA～Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

応募締切

7月末日まで (当日消印有効)

※ご応募に際して取得した個人情報は、賞品の発送、「おたより交流ひろば」でのご紹介のみ使用させていただきます。

応募方法



1. クイズの答え
2. 郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号
3. 広報誌やJ Aへのご意見・ご要望、身近な話題などをご記入下さい。

※左記のように官製はがきに必要事項を明記の上、ご応募下さい。

5月号の答え・当選者

A ミ B ド C リ D ノ E ヒ



応募総数84通

ご当選おめでとうございます!

柴田町 加藤 節子 さん
大河原町 鈴木 昌子 さん
村田町 佐藤ひろ子 さん
川崎町 嶋津 裕子 さん
白石市 高橋てるよ さん
白石市 村上フク子 さん
角田市 佐藤 由唯 さん
角田市 渡辺 恵子 さん
丸森町 水沼 うめ さん
丸森町 木村 敦子 さん

宮農情報

お問合せ先
●米穀課/TEL.0224-55-1590

米穀

担当者
安斎 幸一



～水稻の生育状況 (6月11日に実施した水稻生育調査結果より)～

5月から6月の平均気温は平年並みで、日照時間は年よりやや多く推移しました。管内の生育調査圃場では、葉数は進んでおり茎数も順調に確保されています。田植時期が5月連休頃の圃場では、生育はかなり進んでいる(10日程度早い)と思われました。

目標茎数を確保したら、根の活力向上、無効分げつの発生抑制、中干しを行いましょう!!

*株当り目標茎数

植付株数	目標茎数
50株/坪	30～33本/株
60株/坪	25～28本/株
70株/坪	21～24本/株

※茎数の数え方:主茎と分げつの本数を数えます。分げつは、葉が2枚以上ある茎を数えます。

○水管理と追肥

<低温時の深水管理>

7月中旬以降に平均気温で20℃、最低気温で17℃以下になると稲は低温障害を受けやすい時期に入ります。

幼穂形成期(出穂前25日前後)の低温時は10cm程度の深水とし、減数分裂期(出穂前15日前後)の低温時は、できる限りの深水管理をして、幼穂を保護しましょう

<追 肥>

稲の生育状況と気象の推移等を考慮して、適期に施肥しましょう。穂肥の時期・量については、おいしい米づくりカレンダーを参考にしてください。米穀課までご相談下さい。

注) ふるさと米・こだわり米の追肥は、専用肥料、又はけい酸加里となります。

○穂いもちの防除

葉いもちが上位葉に発生している圃場では、ブラシン粉剤DL等の茎葉処理剤で補完防除をしましょう。穂いもちの防除は、出穂10日前頃までにコラトップ粒剤5(3kg/10a)を散布して下さい。

注) ふるさと米・こだわり米の穂いもち防除については、基本的に薬剤の使用はできません。(ふるさと米組合、米穀課にご相談ください。)

○害虫対策

<カメムシ類の防除>

カメムシ類の耕種防除は、水田畦畔・周辺水路等のイネ科雑草の刈取りを適期(出穂の10日前まで)に終了させる事が最も重要です。生育が早まれば前倒しで実施しましょう。

※薬剤による防除は、穂揃期にキラップ粉剤等での散布を実施しましょう。

葉いもちの病斑



ホソハリカメムシ(成虫)



平成28年産出荷契約米(もち米) 共同計算結果について【ご案内】

平成28年産出荷契約米の共同計算の結果により、下表のとおり精算しましたのでお知らせいたします。

●銘柄別の生産者手取額(平成28年産)

		みやこがね J A米・1等 紙×2	みやこがね J A米・2等 紙×2	ヒメノモチ J A米・2等 紙×2	こもちまる J A米・2等 紙×2
全農精算額	収入				
	販売価格(税込平均額) ①	16,390	15,742	14,386	14,392
	その他収入 ②	466	466	466	466
	収入計 ③=①+②	16,856	16,208	14,852	14,858
	概算金控除 ④	13,500	12,900	10,900	10,900
	販売経費 ⑤	2,003	2,003	2,003	2,003
	全農手数料 ⑥	140	140	140	140
	支出計 ⑦=④+⑤+⑥	15,643	15,043	13,043	13,043
	収入-支出 ⑧=③-⑦	1,213	1,165	1,809	1,815
	第二次仮精算時精算額 ⑨	0	0	0	0
J A精算控除額	本精算時精算額 ⑩	1,212	1,164	1,808	1,814
	翌年産への繰越 ⑪	1	1	1	1
	全農精算額計 ⑫=⑩+⑪	1,212	1,164	1,808	1,814
	仮受金 ⑬	500	500	500	500
	農協手数料 ⑭	512	564	508	514
小計		1,012	1,064	1,008	1,014
精算額⑮=(⑫+⑬)-⑭		1,200	1,100	1,800	1,800
生産者手取額⑯=④+(⑫-⑭)		14,200	13,500	12,200	12,200

最終精算日 平成30年5月29日

ア. 販売価格における1等米との等級間格差は、2等▲648円・3等▲1,728円となります。(消費税込額)
イ. 販売価格におけるJ A米と一般米の格差は▲540円/60kgとなります。(消費税込額)



魚座

【全体運】創造力が豊かになる月。クリエイティブな分野に関心を持ってみて。ギャラリーや美術館巡りをするのも幸運

【健康運】食事が不規則になりがち。体調の管理を【幸運を呼ぶ食べ物】パプリカ



水瓶座

【全体運】物事をマイナス方向に受け止めがち。悪い面ではなく、長所に意識を向けて。リラックスには、ハーブティーを

【健康運】穏やかに過ごせば、運気回復の呼び水に【幸運を呼ぶ食べ物】カマス



平成31年度職員募集要項（大学・短大卒）

平成31年度採用職員を下記の要項により募集致します。

記

1. 募集職種及び採用予定人員

- (1) 大学・短期大学卒業 総合職 4人程度
※宮農（農業）関連の職種を希望する場合は、履歴書に「宮農希望」と明記する

2. 応募資格

- (1) 短期大学（修学年数2年以上の専門学校を含む。以下同じ）、大学を卒業、または平成31年3月卒業見込みの者で、次のいずれかに該当すること
- ①大 学 卒 業 平成6年4月2日以降に生まれた者
 - ②短期大学卒業 平成7年4月2日以降に生まれた者
- (2) 平成31年4月1日以降、白石市、角田市、柴田町、大河原町、村田町、川崎町、蔵王町、七ヶ宿町、丸森町またはその近郊に居住する者
- (3) 平成31年3月末までに、普通自動車運転免許を有する者又は有する見込みの者

3. 採用試験の内容

筆記試験は基礎能力検査と適性検査の2種類とし、次の時間割による

- (1) 大学・短大卒：教養試験（国語・数学・社会・英語を含む）・小論文・適性検査

- (2) 面接試験：筆記試験合格者に対して、後日面接試験を行う

※面接試験受験についての詳細は、別途本人に連絡する

4. 筆記試験日時

平成30年7月20日（金）午前9時30分

5. 面接試験日程

平成30年8月上旬（1次、2次予定）

6. 筆記試験会場

みやぎ仙南農業協同組合 本店
宮城県柴田郡柴田町西船迫一丁目10番地の3

7. 提出書類

- ①履歴書（自筆、写真添付） 1通
- ②最終学校の成績証明書 1通
- ③卒業証明書または卒業見込証明書 1通

8. 募集締切日

平成30年7月11日（水）必 着

9. 応募書類提出先・提出方法

みやぎ仙南農業協同組合 総務部人事教育課へ
郵送（書留等）又は持参による

<郵送先>

〒989-1622

宮城県柴田郡柴田町西船迫一丁目10番地の3

みやぎ仙南農業協同組合 総務部人事教育課 宛

TEL：0224-55-1118（内線241番）

FAX：0224-55-1115

10. 試験実施通知

直接応募者本人（履歴書の現住所）に通知する

11. 採用時期

平成31年4月1日（試用期間3ヶ月）

12. 勤務地

管内2市7町（白石市、角田市、柴田町、大河原町、村田町、川崎町、蔵王町、七ヶ宿町、丸森町）の本店・支店ほか

13. 待遇

みやぎ仙南農業協同組合職員給与規程による

- (1) 初任給（平成30年4月実績）

・大 卒：月 160,100円

・短 大 卒：月 150,600円

- (2) 賞 与：年2回、昇 給：年1回

- (3) 社会保険：健康保険、厚生年金、雇用保険、労災保険

- (4) その他一定の要件により：退職金、職種（資格）手当、扶養手当、通勤手当、住宅手当、各種資格取得奨励制度あり

14. 就業時間および休日

- (1) 就業時間 午前8時30分～午後5時00分
注）交替制勤務のある部署あり

- (2) 休 日 土曜日、日曜日、祝祭日、夏期休暇3日間、年末年始休暇4日間

注）交替制休日のある部署あり

15. 応募書類（個人情報）の取り扱い

採用活動で取得した個人情報は、みやぎ仙南農業協同組合の採用活動並びに採用活動後の人事管理にのみ利用します。尚、提出書類は返却しません。