

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

10

2019.Oct

Vol.258



七ヶ宿町湯原 松川 真心ちゃん・碧人くん

**特集 | 第14回 JAみやぎ仙南組合長旗
争奪 JA共済少年野球大会**





角田市藤田
星 龍男さん(27)
ほし たつ お

新しい事への挑戦
今後は、更なる規模拡大や法人化も視野に、情報収集や新しいことへ挑戦する気持ちを持ち続けていきたい。「真似するより、真似される農家を目指したい」と力強く語ってくれました。

農業という仕事
龍男さんは、農業を仕事にする両親や祖父母を見て育ち、小さい頃から農家を継ぐ意思はありましたが、高校卒業後は4年間自衛隊に勤務、運送業者で3年間産業廃棄物の運搬業務に携わり、平成30年7月に実家に戻り就農しました。「小さい頃から家の手伝いはしていましたが、実際に農業を仕事にするとなると、分からない事ばかりで父や祖父母に教えられるながら日々の作業にあたっています」と話します。

こだわりを持つて
現在は、米15ha、ブロッコリー90a、ネギ70aを中心に作付けしています。「昨年は9月の長雨で30aのブロッコリーを全てダメにしてしまい、農業は天候に左右されることを痛感した出来事だった」と話す龍男さんですが、自分の思ったような米や野菜を出荷できた時にほっとすると同時に、「ものづくり」という仕事にとてもやりがいを感じるので。年間を通して収穫できるものを作付けしています。効率的かつ計画

農に生きる

的に作業を行う事で、自分のタイミングで休みを取ること出来るので、農業を特別大変な仕事だと思ったことはないと話します。
また、畑の土に合わせて肥料の配合を変えるなど土壌づくりにもこだわりを持って取り組んでいます。心がけているのは、常に新しい事や新品種にチャレンジすること。今は種無しピーマンや唐辛子などを試験栽培しており、日々の農作業が「同じことの繰り返し」にならないように、自分自身が楽しんで農作業に取り組める工夫していると話す龍男さん。
農協青年部にも加入していて、支部研修会で訪れた視察先での栽培方法にヒントを得て、自分の家でも取り入れる事でのようなメリットがあるかなど、常に新しい事に目を向けています。

第22回JAみやぎ仙南フェスティバル 統一テーマ決定！

最優秀賞

令和なる 夢と希望の農協祭

八島 孝子 さん(角田市)

優秀賞

手を繋ごう 令和に羽撃く絆祭

中村 けい子 さん(角田市)

優秀賞

夢がある 未来をつかむ農協祭

高橋 昇 さん(柴田町)

優秀賞

農協祭 令和のはじまり笑顔が集う

堀田 真由美 さん(角田市)

地区	開催日程	開催場所
蔵王地区	10月19日(土)・20日(日)	ございんホール構内特設会場 産直市場 みんな野
川崎地区	10月26日(土)	川崎地区事業本部構内特設会場
村田地区		村田地区事業本部構内特設会場
柴田地区	11月2日(土)	JAみやぎ仙南本店構内特設会場(西船迫)
丸森地区		丸森地区事業本部構内特設会場
白石地区	11月9日(土)・10日(日)	ホワイトキューブ構内特設会場 白石地区事業本部構内特設会場
角田地区		総合営農センター構内特設会場

みなさまのご来場お待ちしております！！

わたしたちの JA

令和元年8月末現在

正組合員数 17,620人 戸数 13,471戸
准組合員数 11,880人 戸数 8,904戸
合計 29,500人 戸数 22,375戸
職員数 285人
出資金 39億 5,613万円
貯金 1,144億 1,759万円
貸出金 373億 4,527万円
販売品販売高 31億 6,009万円
購買品供給高 15億 5,217万円
長期共済保有高 5,927億 7,526万円

理事会・監事会だより

第6回理事会 令和元年8月23日(金)

【議事】

- コンプライアンス・マニュアルの一部改正について
- 第22回JAみやぎ仙南フェスティバル開催要領の設定について
- 准組合員総代の選任について
- セキ宿支店の営業について
- 大口貸出金の貸出について
- JAぎふとの友好JA協定締結について

第6回監事会 令和元年8月23日(金)

【議事】

- 令和元年度上半期棚卸監事監査の実施について

CONTENTS

10

2019.Oct

Vol.258

第22回JAみやぎ仙南フェスティバル 統一テーマ決定……………	02
農に生きる……………	03
〈特集〉 第14回JAみやぎ仙南組合長旗争奪 JA共済少年野球大会……………	04
総代名簿……………	06
お知らせ……………	08
虹色ほっとライン……………	10
ふれあいひろば……………	12
営農情報……………	14
おたより交流ひろば お楽しみクイズ……………	15
お知らせ……………	16

特集

第14回JAみやぎ仙南組

合長旗争奪JA共済少年野球大会

第3位



沼辺少年野球クラブ(村田地区)

第3位



丸小ジャガーズ(丸森地区)



しばたE.T.フェザンツ
(柴田地区)



金ヶ瀬少年野球クラブ
(柴田地区)



碁石ペガサス(川崎地区)



永野ホークス(蔵王地区)



益岡ベースボールクラブ
(白石地区)



白石ヨッシャーズ少年野球クラブ
(白石地区)



▲最優秀選手の大和くん



▲渾身の一球



▲女子選手も活躍

2年連続優勝!



優勝 川崎館山バッファローズ

(川崎地区)

みんな
頑張ったね!



米斗くん



準優勝 角田ブルーシャークス

(角田地区)

かっ
こよかったよ!



米夢ちゃん

8月24日、柴田町総合運動場で「第14回JAみやぎ仙南組合長旗争奪JA共済少年野球大会」が行われました。今年度は、仙南管内10チームが熱戦を繰り広げ、決勝戦では、川崎館山バッファローズと角田ブルーシャークスが対戦。16対0で川崎館山バッファローズが2年連続の優勝旗を手にしました。同チームは10月に開かれる「第13回JA共済少年野球宮城県大会」にみやぎ仙南代表として出場します。

賞	氏 名
最優秀賞	大和 祐二郎 選手 (川崎)
優秀賞	佐藤 蒼之介 選手 (角田)
敢闘賞	中山 貴斗 選手 (川崎)

今月のあなたの運勢10月 *モナ・カサンドラ



牡羊座
[3.21~4.19]

【全体運】 周囲に振り回されやすい期間。やたらと考えを変えず、貴く意志を大切に。気晴らしには美術館巡りが最適

【健康運】 体力過信は厳禁。十分な睡眠を心掛けて 【幸運を呼ぶ食べ物】 エノキタケ



牡牛座
[4.20~5.20]

【全体運】 普段より行動範囲が狭くなりがち。意識して目新しいことに興味を持って。発想力アップにはハーブティーが◎

【健康運】 ゆとりのある精神状態が運氣好転の鍵 【幸運を呼ぶ食べ物】 ラッカセイ

新総代502名（うち女性総代124人）が無投票で当選

8月24日執行の総代選挙について、8月19日に立候補を締め切りましたが、各選挙区とも総代の候補者が選挙する総代の定数を超えないことから、投票を行わないことになりました。その結果、総代選挙規程第19条第3項により次の502名（女性総代124名）の方々が当選しましたので、ご報告いたします。

尚、総代の任期は令和元年9月10日から3カ年間となります。（敬称略・順不同）

柴田地区選挙区（65名）

近江	加藤	高橋	佐藤	遠藤	坂口	大宮	山下	村上	岡崎	加藤	佐藤	平間	佐々木	平間	山家	猪又	平間
昭一	政輝	とし江	松雄	幹男	敏夫	邦夫	利一	信郎	静夫	秀明	賢一	一彦	達文	泰夫	武雄	秀夫	洋平
加藤	笠松	水戸	平間	日下	伊藤	小山	鎌田	小室	三浦	高橋	半沢	庄司	木村	菅野	佐藤	鈴木	小野
一雄	秀峰	仁	礼子	正信	秀一	栄太郎	美智雄	孝雄	敏男	卓也	良一	貞良	幹男	正信	養治	隆一	史子
角田	長山	斎藤	山田	小池	加茂	庄子	舟山	青野	大沼	加藤	長山	半沢	八島	斎藤	加藤	遠藤	笠松
真由美	正夫	義雄	源一	恵子	のぶ子	暢子	みさ子	礼子	貞子	恵美子	岑子	ヒデ子	紀嘉	尚	純也	充剛	和彦

村田地区選挙区（43名）

宮崎勝之助	大庭英夫	小山謙蔵	岩間良雄	三浦増雄	平岡良一	岩間一男	庄司隆雄	阿部勲	大沼輝夫	上田万作一	真壁正敏	高山英雄	櫻中幸男	大沼吉夫	小島英人	小山昭一	八巻健太郎	太田正博	小林明弘	吉野健市	高橋敏郎
小関源十郎	堀籠正一	小島正元	岡崎昭一	太田雄耕	新貝和夫	柴崎孝市	佐藤徳男	村上侃彦	岩間一義	渡辺修一	後藤待子	小池幸子	平岡しのぶ	的場久子	森みつ子	木戸信子	大内充子	鹿又ひろ子	山家さだ子	村上孝子	

川崎地区選挙区（54名）

岡田	丹野	渡辺	今田	丹野	鎌田	広田	菅原	菅原	福島	石井	大宮	小山	田中	大宮	大沼	小山	大沼	及川	福島	鈴木	大森	穴戸	尾形	木村	藤原	大松
孝晴	耕造	俊治	勝春	悟	敏光	一雄	新一	扶	幸一	嘉満	秀雄	馨	清三	光明	恒一	順一	忠衛	博昭	まごゑ	正弘	秀雄	信	喜一	幸雄	泰紀	泰貳
内形	村上	藤枝	峯尾	千葉	佐藤	佐藤	佐藤	佐藤	渡辺	神崎	宮崎	眞壁	吉田	佐藤	佐藤	村上	沼田	佐藤	渡辺	佐藤	神崎	大浪	森岡	渡邊	眞壁	藤枝
利雄	茂	茂	幸一	靖満	幸城	安益	喜文	恒一	栄次	安弘	宮治	孝	智恵子	安弥子	文子	二子	良子	代志子	イク子	とし子	たか子	しのぶ	イマエ	行幸	力ツ子	磨

蔵王地区選挙区（52名）

佐藤 敏郎	佐藤 康宏	菅野 恭子	佐藤 信子	杉山由美子	佐藤 久子	佐藤 雄一	我妻 修一	鈴木 剛	開沼 裕司	木村 睦夫	村上やす子	鈴木 さよ	村上八重子	岩渕 市吉	佐藤 信一	鹿島 繁男	太沼 俊男	佐藤 正治	村上 政弘	太田 英男	最上 好	伊藤 金成	会田 隆典	我妻 文雄
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	------	-------	-------	-------

白石地区選挙区（96名）

江戸千佳雄	川村照男	半田照雄	大場昇	佐藤昇	吉野征四郎	鈴木直喜	遠藤康男	佐藤勇夫	高橋初夫	大野通	佐藤義宣	小畑哲雄	齋藤義博	高橋義勝	半沢猛彦	牛草讓	齋藤保彦	四竈英夫	鈴木誠	佐藤正晴	村上順一	水戸政則	村上文男	齋藤勇雄	齋藤正博	木須健二	大野邦道	佐藤正一	佐藤俊昭	小倉勝志	大野雄一	高橋恵悦
佐久間純一	平間純一	高橋勝夫	大宮哲夫	阿部春雄	佐藤幸一	志村文夫	佐藤三雄	金子信夫	菊地敏己	阿部清	高橋千吉	佐藤和義	佐藤政俊	大橋定雄	黒澤哲男	高橋一雄	阿部忠	佐久間弓男	佐久間良男	大野善久	保科清八	高山光行	大槻忠寿	佐藤一男	太斎敏幸	齋藤重雄	二瓶正義	大畑健二	制野正彦	安藤満男	半澤芳光	小川良範
渡部光昭	手塚登	安藤正	高橋進	梅津賢一	秋葉常幸	小畑つね子	上野ミキ子	阿部久美子	佐藤由美子	佐藤やす子	遠藤まつみ	八島とし子	佐藤とし子	佐久間みき	佐藤裕美子	樋口喜江子	市川栄子	菊地けい子	大庭良子	国分由美	齋藤里子	柳川良子	大浦和子	木村みよ子	大場久美子	大庭妙子	一條おきよ	佐藤ミツ子	佐藤和子			

角田地区選挙区（111名）

[illegible]

丸森地区選挙区（81名）

渡辺 真一	佐藤 とし子	山本 好直
横山 和廣	齋藤 芳夫	
宮本 昭雄	浅田 典子	
門間 順一	佐藤 一男	
佐藤 広光	長谷部 房子	
佐藤 正幸	佐々木 高之	
菊地 乙次	玉手 きよえ	
菊地 光二	佐藤 隆一	
佐藤 美穂子	伏見 敏子	
阿部 正行	伏見 隆	
目黒 愛子	菊池 信一	
目黒 心和	菊地 清明	
和田 光浩	八島 廣	
伊藤 昭一	穴戸 直子	
青田 弘志	一條 正文	
佐々木 光子	穴戸 紀彦	
目黒 洋子	佐藤 貞雄	
高野 恵	伊藤 八江	
天野 康弘	谷津 健吉	
佐久間 公一	穴戸 秀逸	
大内 喜博	錦戸 進	
木村 和紀	八島 千鶴	
岡崎 祐一	一條 正男	
根元 務	谷津 利一	



蟹座
[6.22~

【全体運】想定外のハプニングが発生しやすいよう。いたずらに動揺せず、まずは深呼吸で心を静めて。開運には花が効果大

【健康運】ストレスを感じがち。食べて発散はNG【幸運を呼ぶ食べ物】ごま



双子座
[5.21~6.21]

【全体運】活躍の場が広がります。やってみたいことをアピールすると、希望がかないやすいでしょう。投稿や応募にツキ

【健康運】スポーツの秋を満喫。快活に過ごせそう【幸運を呼ぶ食べ物】伊勢エビ

10月1日
スタート!

消費税の「軽減税率制度」とは？

2019年10月から消費税が変わります。消費税率が10%に引き上げられるとともに「軽減税率制度」が導入されます。全ての事業者に関係のある制度です！

J A 全中・J A まちづくり情報センター
顧問税理士 柴原 一

消費税の概要と今後の改正スケジュール

消費税（地方消費税含む、以下同じ）とは、物の売買やサービスの提供など「取引」にかかる税金です。なお、「土地の譲渡、貸し付け」「有価証券等の譲渡等」「住宅の貸し付け」などの取引は非課税になっています。消費税を負担するのは消費者ですが納税は事業者が行います。ただし、原則として、前々期（個人事業者は前々年）の課税売上が1000万円以下の小規模事業者に関しては消費税の納税義務が免除されています。消費税の納税額は、原則として売り上げの際に預かった消費税額から、仕入れの際

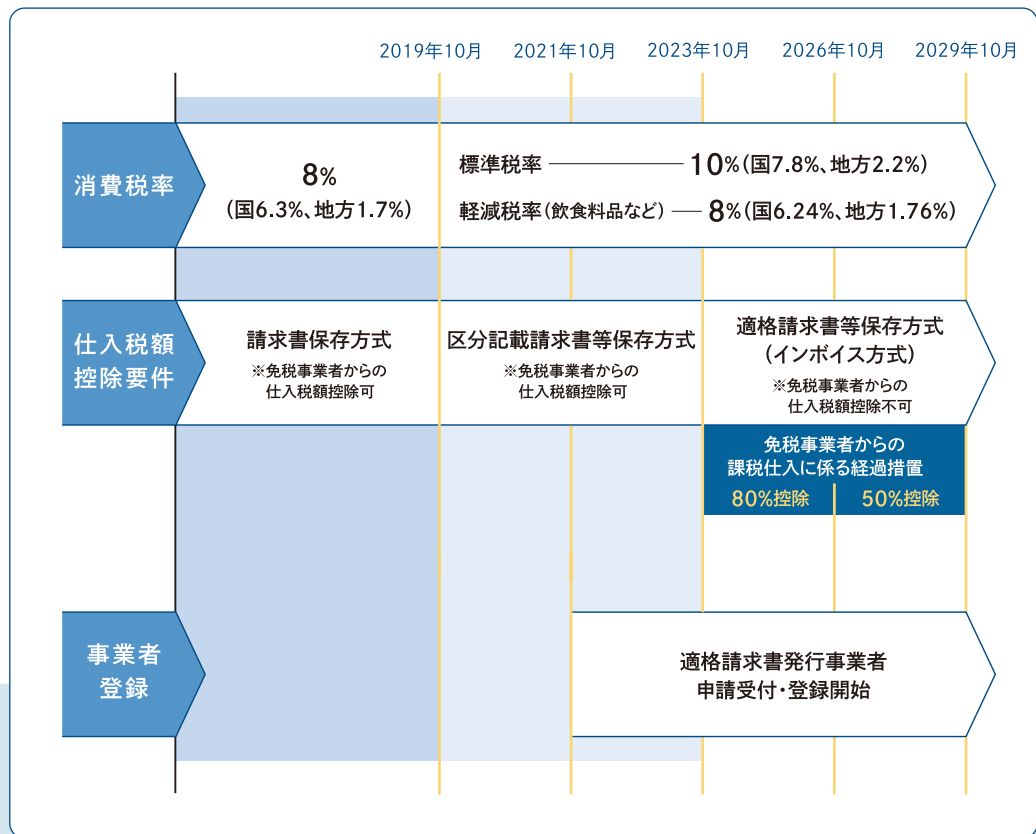
消費税の軽減税率制度

消費税の軽減税率制度は、軽減税率対象品目について税率を8%（国税6・24%、地方消費税1・76%）にするというものです。軽減税率対象品目は、飲食料品および定期購読契約が締結された週2回以上発行される新聞です。ただし、飲食料品のうち酒類

および外食サービスを伴う物については、軽減税率は適用されません。農家の方が取り扱う農産物や付随サービスに対する主な軽減税率（8%）対象品目と標準税率（10%）品目は次の通りです（図2）。

図1 消費税改正スケジュール

「適格請求書等保存方式」においては、後述するように適格請求書発行事業者の登録を受け、発行する請求書に登録番号を記入する必要があります。この登録受付は2021年10月1日以降になります



獅子座
[7.23~8.22]

【全体運】新しい習い事や趣味を始めると、人脈の輪が広がります。好奇心も旺盛になる予感。流行に注目すると吉
【健康運】体を動かすほど、体調に良い影響あり【幸運を呼ぶ食べ物】エリンギ

図2 主な軽減税率対象品目と標準税率品目

軽減税率（8%適用）	標準税率（10%適用）
●米 ●酒米 ●野菜 ●果物 ●花(食用) ●製菓材料の種子 ●食肉 ●農家レストランの弁当の「持ち帰り販売」 ●送料(農産物価格に含まれている場合) ●包装代(農産物価格に含まれている場合) ●イチゴ狩りで取ったイチゴを土産用に販売	●飼料用米 ●種もみ ●日本酒 ●花(観賞用) ●栽培用の種子 ●苗木 ●肉用牛などの生きた家畜 ●農家レストラン内での飲食(外食) ●ケータリング(相手方が指定した場所において行う役務を伴う飲食料品の提供) ●送料(農産物と別に請求する場合) ●イチゴ狩りの入園料販売など手数料

区分記載請求書等保存方式

消費税の計算は帳簿方式といって帳簿に記載された取引金額を基に税額計算が行われてきました。今回の改正ではインボイス制度という、税金の金額を請求書や領収書などの証憑（しょうひょう）を基に計算する「適格請求書等保存方式」が導入されます。ただし、適格請求書等保存方式をいきなり導入するのではなく、まず、経過措置として「区分記載請求書等保存方式」が導入されます。

この方式においては、区分記載請求書などを保存しておかないと仕入税額控除を行うことができません。従って、農家の方がスーパーなど事業者に農産物を販売する場合、相手先から区分記載請求書等の交付を求められることになります（区分記載請求書等は免税事業者であっても発行することができます）。

区分記載請求書等には、現行の請求書の

請求書

〇年〇月〇日

〇〇〇〇御中

10月分 21,900円

10/7	雑貨	3,300円
10/8	食料品*	5,400円
10/15	雑貨	13,200円
合計		21,900円
		(10%対象 16,500円)
		(8%対象 5,400円)

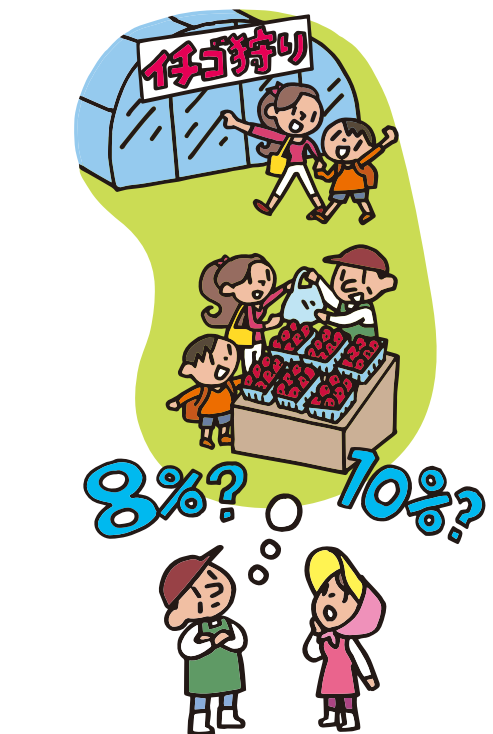
※印は軽減税率（8%）適用商品

事業者〇〇〇〇

記載事項（課税仕入れの相手方の氏名または名称、取引年月日、取引の内容、対価の額）に（1）軽減税率の対象品目である旨、および（2）税率の異なるごとに合計した対価の額（消費税込金額）を追加して記載する必要があります。「区分記載請求書等」のイメージは左図の通りです。

適格請求書等保存方式

2023年10月1日の適格請求書等保存方式の導入後は、原則として「適格請求書」等を保存しておかなければ仕入税額控除を行うことができなくなります。区分記載請求書の場合と同様に、農家の方が事業者に農産物を販売する場合、相手先から適格請求書等の交付を求められることとなります。適格請求書を発行するためには、税務署長に登録申請書を提出（2021年10月1日より申請受付）し「適格請求書」を交付することができる適格請求書発行事業者として登録を行う必要があります。ただし、適格請求書発行事業者になるためには消費税の課税事業者であることが必要です。免税事業者である場合は、あえて課税事業者になることを選択しなければ適格請求書



イラスト：服部新一郎

発行事業者になることができます。

そのため、適格請求書等保存方式の導入に合わせて「農協特例」が手当てされます。この特例は生産者が適格請求書発行事業者であるかどうかにかかわらず、JAに対して無条件委託・共同計算により販売委託された農産品について、適格請求書の代わりにJAが発行した請求書で買い手が仕入税額控除を行うことができるというものです。無条件委託とは、農家の方が出荷した農産物について、売値、出荷時期、販売先などの条件を付さずに販売委託するものです。また、共同計算方式とは一定期間にJAが販売した同種・同規格、同品質ことの農産物の平均価格によって精算する方式をいいます。

乙女座
[8.23~9.22]

【全体運】じっくり好きなことに取り組むチャンス。感性に磨きをかけるのに向いているので、美しい物に触れてみて
【健康運】食欲の秋で体重増かも。運動を忘れずに【幸運を呼ぶ食べ物】サバ



(ツナ缶ランプに火を点ける親子)

親子で備えよう防災グッズ製作

JAみやぎ仙南は8月20日、夏休み自由研究お手伝い企画と題し子ども防災スクール」を柴田町の本店で開き、『家の光』の記事を活用し、子どもたちが防災グッズ作りや防災食の調理などを体験しました。

当日は、親子合わせて34人が参加。ポリ袋での炊飯と、新聞紙スリッパ、ペットボトルランタン、ツナ缶ランプ、Tシャツエコバック作りを行いました。

ツナ缶ランプは、ちょっとした工夫でろうそくのようにツナ缶に火が点く様子に、大人も驚きの表情を見せていました。ポリ袋で炊いた白米を試食した参加者は「想像していたより、いつものご飯と変わらない。ポリ袋で炊けることは知っていたが、実際にやってみると想像以上の出来だった」と話しました。

昼食後は、JA職員が作成した「子ども防災スクール復習カード」を使って、全員で1日の内容を振り返りました。

全量一等米

JAみやぎ仙南は9月11日、角田市で今年産米の初検査を行ないました。ひとめぼれなど33・78トンが持ち込まれ、検査の結果、全量一等米となりました。

今年は、7月上旬の低温やその後の猛暑による心白米や未熟米の発生が懸念されていましたが、平年並みの品質となっています。

最優秀賞に佐藤さん

JAみやぎ仙南と同女性部は8月28日、第14回家の光大会を蔵王町ふるさと文化会館で開きました。管内各地区代表7人が記事活用体験発表を行い、角田地区の佐藤一子さんが最優秀賞に選ばれました。佐藤さんは12月に開かれる県大会にJA代表として出場します。

佐藤さんは「家の光と地域の輪」と題して、角田地区の支部ごとで行なっている活動内容を発表。毎年地元の小中学生

と行なっているみそ造りの食育活動や、『家の光』に掲載されている「ハンドメイド」を通した仲間との交流を紹介。活動を周囲につなげていくことや、地域との絆の大切さを発表しました。

大会には約350人が参加。オープニングセレモニーでは、白石地区女性部がスコップ三味線を披露。発表終了後に記念上映として「いただきます みそをつくるこどもたち」を鑑賞しました。



(格付けをする検査員)



(最優秀賞に輝いた佐藤さん)



(梨を箱詰めする作業員)

みずみずしい梨味わって

県内一の梨の産地である蔵王町で8月28日、早生品種「幸水」の出荷が始まりました。今年は、6月から7月にかけての長雨や低温の影響で黒星病が心配されましたが、梅雨明け後の天候に恵まれ例年並みの生育状況となりました。

JAみやぎ仙南蔵王地区梨部会の齋藤秀俊部長は「大きさにばらつきはあるが、甘くて品質も上々。みずみずしくて美味しい蔵王の梨を味わってほしい」と話しました。

この日は、約2トンが選果場に運びこまれ、作業の安全を祈って神事が行われた後、作業員が光センサーを通った梨を丁寧に箱詰めしました。

今後は「豊水」「あきづき」「新高」など品種を変え出荷は10月下旬まで続く予定です。

選果場からは前年比約20トン減の750トンほど出荷する見通しで、東京や大阪、仙台など全国へ出荷されます。



(最優秀賞に輝いた畑中さん)

畑中さんが最優秀賞

JAみやぎ仙南は8月20日、窓口ロールプレイング大会を柴田町の本店で開きました。管内9支店と本店営業課の職員10人が出場。最優秀賞に村田支店の畑中さんが輝き、9月10日に開かれた宮城県大会に出場しました。

畑中さんは、会話の中からお客様の情報を引き出し、ニーズに基づいた商品の提案が出来ていたことが高く評価されました。

畑中さんは「今回2回目の出場でしたが、他の方たちの演技を見てたくさん学ぶところがあり、この経験を日々の業務に活かして行きたい」と話しました。

最優秀賞以外の受賞者は次の通りです。

▽優秀賞Ⅱ内藤実穂子(大河原支店) ▽奨励賞Ⅱ村上咲子(槻木支店)



(販売されたドレッシングとタマネギ生産者の門馬さん)

「宮城たまねぎドレッシング」期間限定販売

JAみやぎ仙南産のタマネギだけを使った「宮城たまねぎドレッシング」が、ヨークベニマル222店舗で、9月3日から期間・数量限定で販売されました。

農家所得の向上を目指した自己改革の取り組みの一環として、JAはタマネギの販路拡大を模索。山形県高畠町にある株式会社セゾンファクトリーから、原料にこだわった商品の開発について協力要請があり、開発にこぎつきました。

原材料のタマネギは、角田市枝野地区の門馬希道さんのものを使用。作付け一年目ながら非常に品質が良く、「ザク切りにされたタマネギの食感が良く甘みもありとてもおいしいドレッシングに仕上がった」とセゾンファクトリーの商品企画担当者も大鼓判を押した。セゾンファクトリーの社名は「季節・旬を活かす工場」という意味。おいしいものにこだわりたい、おいしいものが心身の健康を支えるという信念が、門馬さんの考えとマッチしました。

材料

(4人分)

カボチャ…………… 1/4個
ピーマン…………… 3個
ベーコン……………
ハーフベーコン4枚入り3袋
塩…………… 少々
こしょう…………… 少々
サラダ油

作り方

- ①カボチャの種とわたを取り、1口大に切る
- ②ピーマンのヘタと種を取り乱切りにする
- ③ベーコンを2cm巾に切る
- ④180℃の油でカボチャとピーマンを揚げる
- ⑤フライパンにベーコンと揚げたカボチャとピーマンを入れ、塩、こしょうでサッと炒める
- ⑥皿に盛り付けて出来上がり

おらいのすすめ



「カボチャの洋風炒め」

川崎町本砂金 ^{さとう せつこ} 佐藤 節子 さん

ワンポイントアドバイス

- ・カボチャが崩れないように炒める
- ・ベーコンの塩味を考慮し、味が濃くならないように注意

家族の健康

— 高血圧対策に野菜や果物も —

高血圧を気にしている人は多くいます。

血管には血液が流れているため、内側に圧力がかかります。これが血圧です。心臓が収縮して血管に多量の血液が勢いよく流れたときの圧力が最高血圧（上の血圧）です。圧力が下がると、最低血圧（下の血圧）となります。

血圧が高いと、血管には常に広げられる力がかかり、血管を傷めます。そのため、高血圧が続いていると血管が傷ついたり、その傷が治っても血管の壁は傷跡のように厚くなるなど、血管の劣化が起こります。そして、脳の血管が破裂すれば脳出血、血管が詰まれば脳梗塞、心臓の血管が詰まれば心筋梗塞など、生命に関わる病気を引き起こします。

その他、腎臓や目などさまざまな臓器の病気の原因になります。自覚症状はほとんどない高血圧ですが、放置すると危険です。

高血圧の予防で減塩が大切なことはよく知られています。健康的な食事である和食の欠点は、塩分が多くなりがちなこと。みそ汁はおわんを小さくし、具たくさんで汁を少なめにします。味の濃い漬物などは、控えましょう。減塩と一緒に大切なのが、カリウムをしっかり摂取すること。カリウムは野菜や果物に多く含まれますから、不足しないように心掛けてください。

体重増加も血圧を上げる原因になります。すでに太っている人は、体重を3kgくらい減らすと、血圧が下がることがあります。また、適度な運動を週3回以上継続することで血圧が少し下がることもあります。重度の高血圧では、運動が危険なこともありますから、医師に相談してから始めてください。

気温が下がる秋冬は血管が収縮するため血圧は上昇しやすくなります。屋外での作業などの前には、自宅で血圧を測定し、健康チェックが不可欠です。

健康科学アドバイザー●福田千晶



元気みなもと

「元気みなもととは、山登りと編み物！」と笑顔で話す山家さんと鈴木さん。

編み物が得意な二人は、服を編んではお互いにお披露目会をしているとても仲良しなお友達です。

昔から友達と山登りをしていたという山家さんと、娘が山登り・旅行が好きで一緒に行っていた鈴木さん。二人で山登りをするようになったのは4年ほど前から。鈴木さんから誘ったのがきっかけで家族と季節ごとに山登りに行くそうです。これまで行った山は、栗駒山や栃木県の茶臼岳、福島県の安達太良山や東京の高尾山など数えきれないほどたくさんあります。

昔はアルバイトでお金を貯めて山に行っていたと当時を振り返る山家さん。

山に一面に咲いているツツジの花を見たり、頂上まで登ったときの山から眺める景色にいつも元気をもらうそうです。

すでに来年登る山も決めているというお二人。

これからも体力のある限りゆっくり続けて行きたいと話してくれました。



蔵王町円田

山家 よし子さん (84歳) 右

鈴木 英子さん (77歳) 左



SMILE

「好きな食べ物はシチュー！」と笑顔で話す真心ちゃん。外遊びが好きで、学校では友達とブランコなどで遊んでいます。走ることが大好きで、最近では運動会に向けてマラソンやリレーの練習を頑張っているそうです。お家では米とぎや弟の面倒を見るなどたくさんお手伝いもしています。「大きくなったらお花屋さんになりたい！」と話してくれました。

家族みんなのアイドル末っ子の碧人くんはまだ6ヶ月。ご両親は、「碧人が眠くて泣いていたりする時は、1番年の近い真心の他にも3人のお兄ちゃんとお姉ちゃんが面倒を見てくれるので、とても助かります。今後も5人仲良く元気に育てて欲しいですね」と笑顔で話してくれました。



七ヶ宿町湯原

松川 真心ちゃん (8歳)

碧人くん (6ヶ月)

お父さん◎智喜さん

お母さん◎貴美さん



山 羊 座

【2.22~1.19】

【健康運】

【全体運】プレッシャーが増す傾向。1人で抱え込まず、信頼できる人に相談を。ティータイムでリフレッシュも大賛成

【健康運】体調管理を心掛けたい時期。休息も重要【幸運を呼ぶ食べ物】ユズ



射 手 座

【11.23~12.21】

【健康運】

【全体運】対人面が華やか。素直に気持ちを言葉にすれば、こじれていた関係さえ修復できるはず。イメチェンも幸運

【健康運】健康グッズに注目を。逸品に出合えます【幸運を呼ぶ食べ物】イチジク

家のわきの畑で楽しみながら野菜を作っています。2歳になる孫が「お花きれい」と言っ
ては次々と野菜の花を取ってしまいます。し
かることもできず、花束を作っては母親にプ
レゼントしています。これも農業の1つの側
面として今日もまた雑草取りにいそしんでい
ます。(柴田町 安藤さん)

川崎町に住んでいる友人から山の奥の廃校
を利用した農産物を売っている市が日曜日定
期的に開かれるからと誘われて行っただけ
ですが、エッ!! と思う程の所で、本当に存在
するのって感じでおそろおそろ進んでやっ
と着きました。でもすごく沢山の野菜をかうこ
とができました。(大河原町 齋藤さん)

出穂心配でしたが、急に暑くなったので稲
穂は大丈夫そうですね。
《おらいのおすめ》を参考にしながら家
族5人分毎日作ってます。今回の料理も早速
作ろうかな。とりたて野菜でチャレンジしま
す。ポイントを書いているのでわかりやす
くてありがたいです。(村田町 丹野さん)

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8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。



「夏から秋に」(角田市 齋藤さん)
蒸し暑かった夏が過ぎ、空を見上げると、雲の動きに秋の気
配を感じます。

ここ最近、夏の厳しい照りに子ども達の熱
中症が心配です。我が家でも小学生のお姉
ちゃんが小学校のプールに通っていますが、
暑さ指数(WBGT)が高いためプールが中
止になることも・・・昔では考えられないこ
とが起きているんですね。(村田町 佐藤さん)

農に生きるで取り上げているりんごのはる
かは本当においしいりんごです。私もこの時
期になると蔵王の農園まで足を運び買ってき
ますが、売り切れ続出でなかなか手に入り
ません。本当にりんごの王様だと思います。
(川崎町 岡田さん)

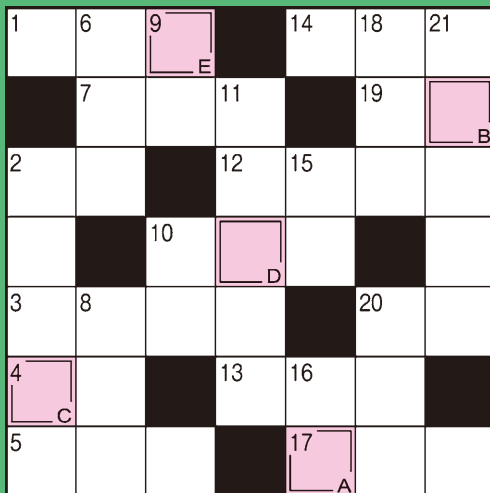
今年は雨が多過ぎて畑の作物に多大な影響
が出ています。こういう場合のJAさんからの、
これはというアドバイスを頂けたらと思
います。いつも良い記事ありがとうございます。
(七ヶ宿町 小川さん)

梅雨寒もあり野菜の発育を心配しました
が、全国各地で遅い梅雨明けの発表があり、
野菜の価格も落ち着いてくるとのこと。酷暑
ではありますがモリモリ食べ、夏バテ、熱中
症なんて跳ね返してやろうと思います。
(丸森町 八巻さん)

初孫がそろそろ産まれます。男の子だそ
うです。お父さんは野球を教えてやると喜ん
でいます。やっと、じいちゃん、ばあちゃん
の仲間入りです。(丸森町 佐藤さん)

クロスワードパズル

出題●ニコリ



クイズに答えてプレゼントを
抽選で
10名様に
Aコープ商品を
プレゼント!

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?

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

ヨコのカギ ➡

- ①鳥根県の観光名所、——大社。神無月
には日本中の神様が集まるのだとか
- ②大福餅の中身です
- ③10月の第2月曜は——の日。国民の
祝日です
- ④絵画や色紙を入れます
- ⑤江戸時代の旅人の履き物。二足の——
- ⑦「カラスの足跡」と呼ぶシワができる
ところ
- ⑩騎手たちが1着を争います
- ⑫日本で3番目に広い湖
- ⑬釣りで使う擬餌針のこと
- ⑭一本釣りで知られる魚の一つ
- ⑯京都三大祭りの一つ、——祭は10月
に行われます
- ⑰目で見える範囲のこと
- ⑱得の反対語

タテのカギ ⬇

- ②『羅生門』『鼻』は——龍之介の作品です
- ⑥建築士が引いたり広げたり
- ⑧サケなどの卵の塩漬け
- ⑨平仮名もアルファベットもこれの一種
- ⑩便箋に引いてある線
- ⑪資源などを再利用すること
- ⑫王様の耳は——の耳
- ⑬ゼイゴやゼンゴと呼ばれるうろこを持つ魚
- ⑭長崎県の北の端にある島
- ⑯炭酸水のこと。クリーム——
- ⑰だしで煮た鶏肉を卵でとじてご飯にのせる

応募締切

10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、賞
品の発送、「おたより交流ひろば」でのご
紹介にのみ使用させていただきます。

応募方法

62	989-1622	宮城県柴田郡柴田町西船迫 一丁目10番3
広	J	A
報	み	や
係	ぐ	ら
行	し	相
	談	課

※上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。

8月号の答え

◇当選おめでとうございます! 応募総数89通
柴田町 加藤千恵子さん 白石市 佐久間金子さん
大河原町 鈴木 基史さん 角田市 堀田 洋子さん
川崎町 穴戸ゆかりさん 角田市 我妻 哲子さん
蔵王町 三浦 裕子さん 丸森町 一條 正敬さん
白石市 佐藤 俊浩さん 丸森町 只野 圭一さん

A	B	C	D	E
キ	モ	ダ	メ	シ

1	リ	5	ツ	8	シ	ユ	12	ウ	17	カ
2	シ	ミ	7	マ	ツ	11	チ	15	マ	キ
3	ク	7	ロ	ウ	ト	9	モ	13	ウ	オ
4	ダ	ウ	ン	14	カ	10	ン	16	パ	リ
5	イ	ド	ウ	メ	ダ	ル				



【全体運】過去に執着してしまう気配。少しでも楽しいことに目を向けてみて。嫉妬心を抱い
たら座禅をすると気分転換に

【健康運】刺激物の摂取量が増えるもよう。自重して【幸運を呼ぶ食べ物】サツマイモ

営農情報

米穀

担当者
安斎 幸一



お問合せ先
●米穀課/TEL.0224-55-1590

～大豆収穫作業の準備～

- 大豆の生育は平年並みから、やや早まっております。圃場をよく巡回し適期刈取りに努めましょう。
今後の適期刈取り情報にご注意願います。
- ※雑草等の種混入が見受けられ、再調製・クレームの原因となっております。

収穫時の留意事項(汚損粒防止対策)

- 刈取り前の雑草および青立ち株の抜き取り。 ⇒ 草汁の付着を防止するため。
- 刈取り時の高さを高くする。(10cm以上) ⇒ 土のかき込みを防止するため。
- ※異品種及び異物混入を防ぐ為、コンバイン・乾燥機・作業場等の清掃は十分に行いましょう。



普通大豆	最高限度		※異物とは病害粒、吸害粒、霜害粒 で外観上利用価値がないと認めら れる大豆。(死豆等)
	異種穀粒 (%)	異物 (%)	
1等	0	0	

※検査規格より抜粋

～高品質な麦作り～

〈播種前準備と適正施肥〉

- ・麦は湿害を受けることが多く、排水の良否で出芽やその後の生育に大きく影響を与えますので、**播種前に暗
渠や明渠を施工し、砕土率を高めて播種**しましょう。
- ・土づくりとして堆肥・土壌改良資材を施用し基肥の基準として10a当りの成分で窒素とリン酸が8～10kg、
加里が10kgとなります。

〈適期播種〉

- ・播種期が遅れるほど出芽までの時間を要し、収量・品質に多大な影響を与えます。
みやぎ仙南管内では、**10月20日～31日までが適期**とされていますので、遅れないようにしましょう。
(麦、大豆体系の場合は、遅くても11月5日頃まで)
- ・大麦及び小麦の適正播種量は8kg/10aが目安です。
- ・播種が遅れた場合は、播種量を2割程度増やして初期生育(充分な茎数)を確保することが重要です。

各あぐりハウス及びグリーンセンター

10月の休業日・営業時間のお知らせ

あぐりハウス柴田・村田・川崎・白石・丸森						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

休業日

あぐりハウス 蔵王						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

休業日

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

休業日

10月 営業時間	
あぐり柴田・村田 川崎・蔵王・白石 グリーンセンター 丸森	午前8:30～ 午後5:00

★土・日・祝日については、
各**農機センター**にて米袋を販売致します。
(※角田農機センターは除く/グリーン
センターをご利用下さい)



【全体運】向上心が高まりそう。ジャンルを問わず、全てに積極的に関われば、多くを吸収で
きます。速出の旅もグッド

【健康運】筋トレに力を入れて。体力増が出来るはず【幸運を呼ぶ食べ物】トウガン



発行日／令和元年10月1日
発行／みやぎ仙南農業協同組合 〒989-1622 宮城県柴田郡柴田町西船迫一丁目10番地の3
編集／総務部 くらし相談課 ☎(0224)55-1265 팩(0224)55-1115
印刷／JAアリント

～J.Aみやぎ仙南ホットライン～
組合員をはじめ、JA事業をご利用の皆様からのお問い合わせ電話番号です。

0120-697-874



今回は角田市と白石市が舞台！
シンケンファクトリーで地場産
食材のBBQを楽しんだ後、今年
オープンした「道の駅かくた」で
地場産品のお買い物♪
白石市の酒蔵「蔵王酒蔵」を
見学し、白石城
でカップリング
を行います！



《開催日時》

会 場：角田市・白石市

※ＪＲ大河原駅に集合後、バス移動となります。
当日はアルコール類も出ますので、集合場所まで
自家用車でお越しの方はご注意願います。

《募集期間》令和元年10月12日(土)～11月9日(土)まで

対 象：男性 20代～40代のJA青年部員（管内在住）

または農業関係者

女性 20代～40代の独身女性（県内外問わず）

人数：男女とも15名ずつ（計30名）

参加費：男性 3,000 円 女性 3,000 円

服装：カジュアルで多少汚れても良い服装

《お申込み》下記まで郵送・電話・FAX・HPよりお申込み下さい♪

〒989-1622 柴田郡柴田町西船迫1丁目10-3

J A みやぎ仙南青年部事務局 勅使河原まで

TEL:0224-55-1265 FAX:0224-55-1115 QRコードからお申込み頂けます⇒



第11回のうかつ交流会 参加申込み書

ふりがな 氏名		年 齢	歳	職 業	
連絡先	〒 — 番号、部屋番号、建物名までご記入下さい				
	【住 所】				
	【電話番号】（自宅） （携帯） — —				
	【交通手段】 集合場所まで 自家用車 ・ J R ・ その他（ ）				