

JAと7地区を結ぶ 虹のかけ橋



JAみやぎ仙南広報誌

れいんぼー

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

2

2020. February

Vol.262



村田町大字村田 鈴木 葵ちゃん・桜ちゃん

特集 | 注目のオリンピック新種目





農に生きる



川崎町本砂金
佐藤 大史さん(37)
さとう まさみ

旅人から農人へ
大史さんは旅が好きで、大学卒業後から約7年間国内外を旅して回りました。宮城に戻り、3年間営業職に就き、その後山小屋で1年間働きましました。もともと田舎での自給自足の暮らしにあこがれていた大史さんは、そんな生活にながら仕事はなんだろうと考えたときに、まずは農業を仕事にして生活してみようと思ったのが就農のきっかけだそうです。

無農薬はあたりまえ
「自然の循環の中でどれだけできるかやってみよう」と語る大史さん。現在、米10アールと野菜1・2ヘクタールを作付け。野菜についてはオーガニック栽培の少量多品目で、季節の野菜約60種類を作っていて、6月から11月の第3日曜日に旧本砂金小学校の体育館でやっている宮城オーガニックマーケットでの販売や、毎週日曜と月曜には夫婦で経営しているカフェで自家製野菜を中心に、植物性食品のみを使用した料理を提

供しています。「野菜を販売するのも不特定多数の人ではなく、なるべくマーケットで知り合った人や顔が見える人たちに譲りたいと考えています」と話します。

農業を始めてよかったと感じる時は、自分で作った米や野菜を子ども達に食べさせている時と話す大史さん。自宅で味噌も作っていて、近々醤油の仕込みも始めるそうです。

「六次産業化で漬物加工もやっているの、興味のある方にはいろいろ教えますよ」と笑顔で話してくれました。

みんなで農業を
今後については、田んぼの面積を50アールに増やし、もっと多くの農業体験をしてみたい人たちが受け入れられるような環境を整え、みんなで作付けから収穫、加工まで体験させてあげたいと話す大史さん。

直近の目標は、カフェを改装し週4日の営業にする事と、弁当販売の許可を取り、仙台の街中で販売し、多くの人に自分の野菜を食べてもらいたいと話してくれました。

友好JA協定締結

ぎふ農業協同組合・みやぎ仙南農業協同組合

友好JA協定締結式



JAみやぎ仙南は1月14日、東京都新宿区の家の光協会、岐阜県のJAぎふと友好JA協定を締結しました。情報を共有し、組合員の支援やJA経営の安定などを目指し、組合員や職員の交流、特産品の交換などの実施に向けて連携内容を具体化していきます。協定のきっかけは、家の光協会が教育文化活動で成果を挙げたJAに贈られる「家の光文化賞」を両JAが2019年2月に同時受賞したことによるものです。受賞したJA同士が友好協定を結んだ事例を把握していたJAからJAぎ

ふに協定の締結を提案しました。締結式には、両JAの役員8人が出席。情報共有や交流を通して、営農支援やJA事業の安定化、地域活性化などに取り組むことや、自然災害の際にも助け合うことを確認しました。浅野清組合長は「JAぎふと切磋琢磨しながら農協運動をさらに進めたい」と述べ、JAぎふの櫻井宏組合長は「人的交流や物的交流などでJAみやぎ仙南の取り組みを勉強し、もう一段上のステージで励まし合いたい」と話しました。

わたしたちのJA

令和元年12月末現在

正組合員数	17,550人	戸数	13,425戸
准組合員数	11,998人	戸数	8,955戸
合計	29,548人	戸数	22,380戸
職員数	284人		
出資金	39億	5,613万円	
貯金	1,213億	7,148万円	
貸出金	370億	3,503万円	
販売品販売高	64億	7,637万円	
購買品供給高	28億	629万円	
長期共済保有高	5,849億	5,474万円	

理事会・監事会だより

第10回理事会 令和元年12月23日(月)

【議事】

- 平成30年産出荷契約米本精算並びに平成30年産民間流通米の精算について
- 大口貸出金(累積)の貸出について

第10回監事会 令和元年12月12日(木)

【議事】

- 令和元年度上半期監事監査 監査意見の取りまとめ及び監査報告書の作成について
- 農水省検査・宮城県常例検査改善状況確認書の取りまとめ及び提出について
- 令和元年度外部確認監査の実施について

CONTENTS

2

2020. February

Vol.262

友好JA協定締結式	02
農に生きる	03
〈特集〉	
注目のオリンピック新種目	04
虹色ほっとライン	06
ふれあいひろば	08
あなたもチャレンジ! 家庭菜園	10
ベランダでできるキッチンガーデン	11
営農情報	12
お知らせ	13
おたより交流ひろば	
お楽しみクイズ	15
お知らせ	16

注目のオリンピック新種目

今年、東京で開催されるオリンピック競技大会では、33競技が実施されます。そのうち初めてオリンピック種目となった空手、スケートボード、スポーツクライミング、サーフィンの4競技についてルールと見どころをご紹介します。

イラスト：服部新一郎



東京2020大会概要

正式名称：第32回オリンピック競技大会
開催期間：2020年7月24日(金)～8月9日(日)
競技数：33競技



水泳、アーチェリー、陸上競技、バドミントン、野球・ソフトボール、バスケットボール、ボクシング、カヌー、自転車競技、馬術、フェンシング、サッカー、ゴルフ、体操、ハンドボール、ホッケー、柔道、空手、近代五種、ボート、ラグビー、セーリング、射撃、スケートボード、スポーツクライミング、サーフィン、卓球、テコンドー、テニス、トライアスロン、バレーボール、ウエイトリフティング、レスリング

スポーツクライミング

身体能力とテクニックと戦略を同時にフル回転させる総合プレー



見どころ

リード 持久力が勝負の鍵を握ります。最小限の力で一手でも上に到達するためのテクニックといかに効率良く動きをコントロールするかなどの戦略性が見どころです。

ボルダリング ボルダリングの壁は、指先しか掛からない小さな物から、両手でも抱え切れない大きさまで、さまざまなホールドで設定されています。次のホールドには左右どちらの足を掛け、手はどこをつかむか。制限時間内に課題をクリアしていく姿に目が離せません。

スピード 2人の瞬発力がぶつかり合う試合が展開されます。あまりの速さに驚きを隠せないでしょう。

見どころ

最大の見どころは、いかに難易度が高く創造的で質の高い技を繰り出すか。ライディング全体がダイナミックでスピードがあるかどうかも見逃せないポイントです。とはいえ、競技は自然の海で行われます。風の強さや方向、潮の満干などによって刻々と変わる波にどのタイミングで乗るかが重要です。

そのためにも、いい波をつかむことが勝敗の分かれ目。1つの波に乗れるのは1人だけ。大会では、公平性を保つためブライオリティー(優先権)ルールが採用されます。競技は男女別に2～5人ずつ、トーナメント方式で行われます。選手は、自分の順位を上げるため得点や逆転に必要なポイント、残り時間などを把握しながら対戦相手との位置関係(ポジション)にも工夫を凝らします。そんな頭脳戦も競技の魅力です。

見どころ

スポーツクライミングとは 自然の岩場での冒険的な挑戦にそのルーツがありますが、身体的な可能性を追求する過程で愛好者が増え、競技としてのスポーツクライミングが確立されました。壁にホールド(突起物)を使って設定されたルートや課題を、道具を持たずに自身の体一つで登ります。

東京2020大会で採用される種目は、制限時間内に高さ12m以上の壁をどの高さまで登れるかを競う「リード」、高さ5mの壁に設定された課題(コース)を制限時間内にいくつ登れるかを競う「ボルダリング」、あらかじめホールドの配置が決まっている高さ15mの壁を2人の選手が同時に登り、速さを競う「スピード」の3種目です。

サーフィン

海という大自然を舞台にダイナミックな技を繰り出すサーフィンとは



古代ポリネシア人によって始められ、ハワイやカルフォルニアで育った海のスポーツです。サーフボードという板を使って波に乗り、テクニックを競います。サーフィンはサーフボードのサイズによって、大きく「ロングボード」と「ショートボード」の二つに分けられます。

東京2020大会で採用されたのはショートボード。これは長さ6フィート(約183cm)前後で先端がとがったボードを使います。細かなターンが可能で、ダイナミックな技が多彩にあります。競技は定められた時間内に10本前後のライディングを行い、高い2本の合計点によって得点が決まります。技の種類や難易度、オリジナリティーにスピード、パワーなどの要素で採点されます。

見どころ

空手とは 琉球王国時代の沖縄を発祥とする全身のあらゆる部分を駆使する武術・格闘技です。

空手の競技には大きく分けて、(1)技の正確さや美しさなどを競う「形」と、(2)2人の選手が1対1で戦い勝敗を競う「組手」があります。

(1)は仮想の相手を想定した攻撃技と防御技の組み合わせで、演武として一連の流れを見せまます。認定されている形は102種類。予選は演武を1人ずつ行い、上位が決勝に進みます。決勝は1対1の対戦形式で行われます。

(2)は「突き」「蹴り」「打ち」の3種類の攻撃技を使い、決められた部位に攻撃を行います。適切にコントロールされた技がポイントとなり、競技時間内に8ポイント差がついたとき、あるいは3分の競技時間でポイントの多い選手が勝者になります。

空手



静と動の格闘技。無駄のない形の美しさと攻撃の瞬間的早業

スケートボード

起源は諸説あり、1940年代に米国西海岸で木製の板に鉄製の車輪を付けて滑った遊びが始まりといわれています。前後に車輪が付いた板(デッキ)に乗り、ジャンプ、空中動作、回転といったトリック(技)を行います。1980年代から世界に広まり、1990年代後半からは音楽やファッションを伴ったストリートカルチャーとして若者を中心に支持されています。

東京2020大会で行われる技は2種目。街なかにある階段や手すり、斜面や壁、縁石などを模したセクション(構造物)を直線的に配したコースで行う「ストリート」と、複雑な形をしたくぼ地状のコースで行う「パーク」です。どちらも技の難易度や完成度の高さやスピード、オリジナリティーに加えてダイナミックさなども採点に考慮されます。



見る側の想像を超える。ダイナミックで独創的なトリックの数々

見どころ

ストリート 利き足が前か後か、手を使うか使わないか。トリック一つ取っても難易度はさまざま。例えば、選手自身が回りながらデッキを回転させ、手を使わずに再び足を戻すといったハイレベルなトリックに注目。見る側の想像を超えたテクニックを成功させるなど意表を突いたところも見どころです。

パーク くぼ地状のコースを底から垂直に近い急な傾斜を一気に駆け上がって、空中へ飛び出すエア・トリックの数々! 難易度が高く独創性あふれるさまざまなトリックが披露されます。そのかっこよさは目が離せません。パフォーマンスの大きさやスピード、また祭典のような雰囲気も大きな魅力です。

スケートボード

今月のあなたの運勢 2月 *モナ・カサンドラ

牡羊座 [3.21~4.19]

【全体運】 連絡がつきやすくなります。交渉事は早めに。金運も好調で、うれしいいただき物がありそう。懸賞応募も吉
【健康運】 筋力アップを図るのに良いとき。継続を【幸運を呼ぶ食べ物】 甘酒

牡牛座 [4.20~5.20]

【全体運】 ちょっとした失言が大ごとになりそう。「沈黙は金」と心得、もめ事を回避して。味方は大勢いるので相談は早めに
【健康運】 休憩を入れると元気が回復。メリハリを【幸運を呼ぶ食べ物】 ハクサイ



疎開豚、丸森町に帰る！

丸森町五福谷川に面して養豚と水稲栽培を営む古川尚武さん親子。昨年の台風19号により川は氾濫、養豚場や農機具などすべてが瓦礫と大量の泥で覆われる被害を受けました。120頭程いた豚も20頭程を残し泥流に流されたり、逃げ出したりしました。逃げ出した豚が人に危害を及ぼす可能性もあり、早急な捕獲が必要でした。そのような中、JAの災害対策本部は急遽、生産者・大河原家畜保健衛生所として産直提携先のみやぎ生協に協力を要請し、延べ6日間をかけ捕獲を行い、角田市の鈴木栄次郎さんが以前使用していた豚舎に移送しました。

当初、農場再開は越年が必至かと覚悟していましたが、多くのボランティア・ワンチームの力で昨年12月20日に鈴木栄次郎さんの豚舎から豚達の帰還作業を終え、古川農場（丸森）の再開が実現しました。



当時は豚の行方もわからず、瓦礫が押し寄せた豚舎と床上浸水した自宅を眺め、農場再開に絶望的だった古川さん。豚達が無事農場に帰った事で新たに母豚の導入を決意。どの被災地も大変な状況ですが五福谷の農場に再び元気な豚達の姿が戻った事は大きな復興の灯りとなるはずで



蔵王支店感謝祭

蔵王支店は12月13日、蔵王地区地域活性化委員会による「蔵王支店感謝祭+たすけあい企画」を開催。助け合い組織では、台風19号による被災地への募金・女性部によるリサイクルバザーやたまねぎの詰め放題などを行いました。

また、同町のたんぼ保育園の園児による「ダンゴムシ体操」や「アンパンマン体操」も大好評で会場が笑顔に包まれました。

その他にも、ご来店のお客様全員に職員が焼いた出来たてのたい焼きを振舞いました。



(ダンゴムシ体操をおどる園児)

ハーブの音色でクリスマス気分

JAみやぎ仙南は12月20日、大河原町の総合会館ララさくらで女性大学「カレッジ輝楽里第2回オープンキャンパス」を開催しました。2回目となる今回は、角田市在住のハーブ奏者、月輪まり子氏を招き「クリスマスコンサート」を行いました。

当日は、女性大学卒業生対象講座・女性大学4期生をはじめ、地域住民や女性部員60名が参加。優しいアイリッシュハーブの音色と月輪さんの歌声に参加者は「一足早いクリスマスプレゼントをもらった気分になった。初めて聞くハーブに心癒された」と笑顔を見せました。最後に、ハーブに合わせて全員で「きよしこの夜」を英語と日本語の両方で合唱し、コンサートを締めくくりました。



(ハーブに聞き入る参加者)

認知症サポート役学ぶ

柴田地区女性部は12月6日、Aコープ槻木会館で女性講座閉講式を開催しました。当日は52名が参加。最後となる講座は、柴田町福祉課職員と地域包括センター職員を講師に「認知症サポート養成講座」を開催。認知症を理解し、近所で認知症の方を見かけた時の声の掛け方など実践を通して学びました。今年度の女性講座は全課程5回の

予定でしたが、台風19号の影響により次年度に延期となったレクリエーション大会を除き、27名全員が皆勤賞の鉢花を受け取りました。

小池恵子女性部長は「今年台風19号でレクリエーション大会は延期となったが、部員が楽しく参加出来るよう次年度も色々な講座を企画し、多くの部員に参加してもらいたい」と話しました。



(認知症の方に話しかける練習をする部員)

気をつけようオレオレ詐欺

村田地区地域活性化委員会、12月1日に村田町中央公民館にて「みんなで防ごう特殊詐欺」と題したイベントを開催しました。当日は、150名の募集に対し170名が来場する大盛況。

村田駐在所副所長より「特殊詐欺に注意と題し、大切なものは振り込む前に相談する事で未然に詐欺を防げる」と語りました。また第2部では、落

語家の六華亭遊花氏を招いて「なまってるってコミュニケーション」と題して講演会を開催。「昔はお茶飲みながら近所に出かけてたが、今は少なくなってきたよね。このお茶飲みがコミュニケーションとれて詐欺なんか防げるんだっちゃー」など方言をまじえた語りで会場を盛り上げました。



蟹座 [6.22~7.22]

【全体運】 気持ちのすれ違いは次第に回復。困り事も解消に向かいます。慌てず、ゆっくり進めるのが円満の秘訣(ひけつ) 【健康運】 うっかりのけがに注意。ストレッチ吉 【幸運を呼ぶ食べ物】 ミカン



双子座 [5.21~6.21]

【全体運】 希望が通りやすい良好運。意見はきちんと伝えた方が発展的です。説明書類を用意しておく周到さが勝因に 【健康運】 ストレス発散には温かめのお風呂をどうぞ 【幸運を呼ぶ食べ物】 カキ

- 材料** (4人分)
- 里芋…………… 10個
 - ひき肉…………… 200g
 - しょうが…………… 1かけ
 - だし汁…………… 300cc
 - 砂糖…………… 大さじ1
 - 醤油…………… 大さじ2
 - みりん…………… 大さじ1
 - サラダ油…………… 適量
 - 塩・コショウ…………… 少々
 - 水溶き片栗粉…………… 適量

おらいのおすすめ



「里芋のひき肉あんかけ」

丸森町 菊池 かつ子 さん

- 作り方**
- 皮をむいた里芋を水から茹で、沸騰したら弱火で12分ほど煮てザルに上げる。
 - 鍋にサラダ油を引いて、ひき肉とみじん切りにしたしょうがを塩とコショウで炒め、肉の色が変わったら里芋を入れる。
 - 里芋に油が回ったら④を入れ、お好みの固さになるまで煮る。
 - 水溶き片栗粉を入れてとろみがついたら完成。

元気のみなもと

「元気のみなもとは、釣りをすること」と笑顔で話す加藤さん。

元々釣りが好きで、友達に誘われたことをきっかけに20代から本格的に始めたそうです。また、1年中釣りに出掛けるという加藤さん。渓流釣りでは、イwanaやヤマメを釣りに青森県や岩手県など県外にもよく出掛けます。秋の農作業が終わり11月からは鮭釣り。山形県で行われるイベントに毎年参加するのを楽しみにしています。その他にもFacebookで釣りクラブのページを開設しており、告知をしては集まった仲間といういろいろな場所を回り釣りを楽しんでいるそうです。最近では、山奥に行かないと魚が釣れないと話すが藤さん。そのため熊に遭遇することもあるそうで、山に釣りに行くときは熊対策をするように心がけていると話します。「健康に気をつけながら釣り仲間と楽しく続けていきたいですね」と笑顔で話してくれました。



柴田町槻木
かとうじゅんや
加藤 純也さん
(53歳)

家族の健康

健康科学アドバイザー●福田千晶

— 寒くなると増える腰痛に注意 —

寒い季節に増える健康問題の一つが腰痛です。屋外での農作業や、年末の大掃除などは腰痛になりやすいので注意が必要です。

腰痛が最も起きやすい状況は、重い物を持ち上げたとき。腰に大きな負担がかかりギクッとくるのです。予防するには日頃からストレッチで柔軟性を養い、筋力強化も行い、持ち上げる重さに負けない体をつくるのが必須です。物を持ち上げるときは、上体だけを前屈して腰のパワーで持ち上げるのではなく、かがんで物をしっかり持ち、足腰の力を総動員して立ち上がりつつ持ち上げると、腰への負担が減らせます。重量挙げの選手の競技の様子を思い浮かべ、見習いましょう。



前かがみの姿勢は、腰に負担がかかります。農作業、物を箱に詰める、掃除機をかけるなどの家事、育児や介護などにも前かがみ動作はいっぱいあります。寒い時期は体を冷やさない服装を心掛け、作業の合間には腰を伸ばしリラックス、疲れた夜には入浴で心身をほぐしておきます。ストレスもメンタル不調も腰痛の原因になり得るという報告があります。腰痛予防には、気持ちのゆとりも大切です。体重増加も腰痛の誘因になります。年末年始は飲食の機会が増え、太りやすい時期。腰痛予防には体重管理も欠かせません。

腰痛にも、骨粗しょう症など骨に問題がある、腰椎すべり症など骨の並び方に問題がある、腰椎椎間板ヘルニアなど椎間板に問題がある、腰部筋膜症など筋肉の問題があるなど、いろいろな状態があります。さらに腎臓や子宮など体の内部の病気が原因の腰痛もあります。ですから、激痛を伴う場合、繰り返す腰痛や長引く腰の痛みがあれば、まずは整形外科を受診してレントゲン検査などをして正しい診断を受け、その状況に合った治療や生活上の対策をすることが大切です。腰痛を予防し、冬も快適に過ごしたいですね。

SMILE



村田町大字村田
さくら
鈴木 桜ちゃん (4歳)
あおい
葵ちゃん (2歳)
お父さん◎大知さん
お母さん◎沙織さん

「好きな食べ物はトマト」と笑顔で話す桜ちゃん。ブランコやおままごとをして遊ぶのが大好き。また、最近では縄跳びを頑張っていて、たくさん飛べるように一生懸命練習しているそうです。お家では、お母さんと一緒に料理をするなど進んでお手伝いをするお利口さん。そんな桜ちゃんの将来の夢はプリキュアやケーキ屋さんなどになりたいものがいっぱいあり、今は考え中だそうです。

「いちごが好き!」と元気いっぱいに話す葵ちゃん。歌うのが大好きで、お姉ちゃんの通う幼稚園の歌も覚え家族の前で披露してくれます。大きくなったらケーキ屋さんになりたいそうです。

よく姉妹でお絵かきやおままごとをして遊んだり毎日がとてもにぎやか。

そんな仲の良い姉妹にご家族は「明るく、元気に育てほしい」と笑顔で話してくれました。

ミョウガ（ショウガ科ショウガ属）

「ミョウガを食べ過ぎると物忘れをする」といわれますが、科学的な根拠はなく、そのような成分は含まれていません。東京メトロ丸ノ内線の茗荷谷駅や東西線の早稲田駅の周辺は、かつてはミョウガの産地でした。両駅は優秀な教育機関の最寄り駅となり、これもミョウガと物忘れとは結び付きません。

ミョウガは半日陰を好みます。ベランダのプランターでも栽培できます。薬味がキッチンの近くにあると重宝します。

ミョウガには花蕾（からい）を7～8月に収穫する夏ミョウガと、9月に収穫する秋ミョウガがあります。ミョウガは種茎を植えて育てます。種茎は春先にホームセンターなどに並びますが、通信販売や栽培している知人から分けてもらっても良いでしょう。

植え付けは種茎の芽が動きだす前の1～3月が適期です。深さ20cm以上のプランターに市販の培養土を入れ、深さ5cmほどの溝を作ります。種茎を横にして20cm間隔に植え付け、軽く覆土します。乾燥を嫌うので敷きわらをし、土の表面が乾かないように十分水やりします。追肥は1週間に1度、1000倍の液肥を施します。

花蕾が地上に半分くらい出てきたところを収穫します。取り遅れると花が咲いて品質が落ちます。

株が充実してくる2年目以降は、春先に芽が出る前に黒ビニールやバケツをかぶせて遮光し、ミョウガタケを作ることもできます。

毎年収穫できますが、4～5年たつと根茎が込み合って、花蕾の出が悪くなります。活力を取り戻すために、6月上旬に15cm間隔に間引きします。思い切って冬の間に植え替えるのも良いです。

ミョウガは日本特有の香味野菜で、香り成分には食欲増進の効果があります。食欲が減退する夏場でも、ミョウガを薬味にしたそうめんならスルスル食べられます。血行促進の効果もあり、血の巡りが良くなれば物忘れなどしません。

藤巻久志（ふじまきひさし） 種苗管理士、土壌医。種苗会社に勤務したキャリアを生かし、土作りに関して幅広くアドバイスをを行う。

ベランダでできる キッチン ガーデン



ダイコンのトンネル栽培 とう立ちの遅い品種を選ぶ

トンネル栽培は晴天日には気温が外気より高く、日中の気温を生育に適切な温度（15～25度）に少しでも長く保つことができます。さらに、20度程度の高温はダイコンのとう立ちを打ち消す働き（脱春化という）があります。このように、トンネルとマルチの利用は生育促進と、とう立ちを回避する効果があります。

一般地では、種まきは2～3月、収穫期は5～6月となります。

【品種】「天寶」（サカタのタネ）、「つや風」（タキイ種苗）はとう立ちが遅く、低温でもよく太る肌のきれいな品種です。「大師」（タキイ種苗）はやや短根ですが、密植ができます。

【トンネルの作り方】支柱の長さは、床幅70～80cmでは、挿し込む長さに加え、200cm程度の長さが必要です。トンネルフィルムは、支柱の長さと同じ程度の幅を使い、マルチフィルムは、農ボリの穴開きで雑草防止には黒を選びます。トンネルの土台となる支柱を60cm間隔に挿し、フィルムの裾は土で埋め、フィルムの上に押さえる支柱を挿し込むなど耐風性を工夫しましょう（図1）。

【畑の準備】種まきの2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gをまいて畑を深く耕して、土を細かく碎きます。1週間前に化成肥料（N：P：K=10：10：10）150g程度と完熟堆肥1～2kgを施用します。

【畝立てと種まき・間引き】幅70～80cmの栽培床（ベッド）を作り、マルチフィルムを早めに張って地温を上げておきましょう（図2）。条間45cm2条、株間27～30cmとし、1カ所4～5粒をまいて、1cm程度の覆土をします。1回目の間引きは本葉1～2枚までに、2回目は本葉4～5枚の頃しっかりした株を1本に残します。

【トンネルの換気方法】日差しが強くなるとトンネル内は30度を超えるため、換気します。穴開きフィルムを使うと、換気の手間が省けます。穴なしフィルムでは裾を気温に応じて開閉するか、またはフィルムに穴を開け、次第に穴を増やして換気量を大きくします（図3）。3～4月はさらに気温が上がり、葉が茂ってトンネルの中が窮屈になる頃にはトンネルを剥ぎます。

【収穫】首の太さが8cmくらい、重さ1kgくらいが収穫適期です。若取りして、葉も利用しましょう。なお、とう立ちが進むと芯が堅くなりますが、花茎（とうの長さ）が10cm程度なら問題ありません。

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

図1 トンネルの作り方

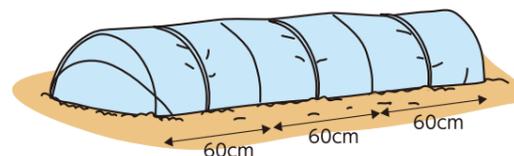


図2 畝立て

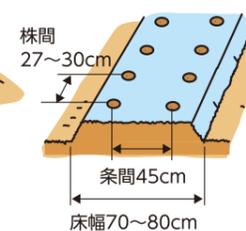
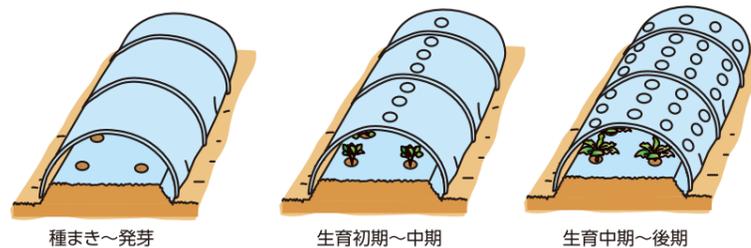


図3 トンネルの換気（穴開け）方法



蠍座

【全体運】八つ当たりしがちなので、ご用心。イライラしたらお茶にしましょう。気持ちが落ち着き、良い考えが浮かぶはず
【10.24～11.22】 【健康運】食べ過ぎに注意。栄養のバランスが大事 【幸運を呼ぶ食べ物】高菜



天秤座

【全体運】華やかな装いが幸運の鍵。おしゃれをして出掛けて。買い物は使い勝手の良い物が
見つかりそう。通販も吉
【9.23～10.23】 【健康運】グループで運動が◎。参加して 【幸運を呼ぶ食べ物】リンゴ

暮らし応援

キャンペーン2020

1/1(水) → 4/30(木)



JAバンク宮城で
「マイカー・教育ローン」
「給与受取」を
ご契約いただいた
お客さまにうれしい特典!!

対象1 マイカー・教育ローン

キャンペーン期間中に新たにマイカーローンまたは教育ローンをご契約されたお客さまにもれなくプレゼント!!

三菱UFJニコスギフトカード

1,500円分



※景品はJAによって異なる場合がございます。



対象2 給与受取

キャンペーン期間中に新たにJAを給与受取口座に指定し、キャンペーンのお申込みをされたお客さまにもれなくプレゼント!!

三菱UFJニコスギフトカード

500円分



※景品はJAによって異なる場合がございます。

対象商品	マイカー・教育ローン	給与受取
キャンペーン期間	2020年1月1日(水)～4月30日(木)	
対象取引	キャンペーン期間中に新たにJAでマイカーローン・教育ローンをご契約されたお客さま。	キャンペーン期間中に新たにJAで給与受取口座を指定し、キャンペーンのお申込みをされたお客さま。
景品内容	三菱UFJニコスギフトカード1,500円分	三菱UFJニコスギフトカード500円分
景品発送	対象取引成立後にJAを通じてお届けさせていただきます。	
お申込方法	キャンペーン期間中に対象商品のご契約をもって、お申込みとさせていただきます。	専用申込書にてお申込みください。詳しくはお取引しているJA店舗窓口にお尋ねください。

【注意事項】1.キャンペーン期間中にマイカーローン・教育ローンをご複数回ご契約いただいた場合も、景品の受領は1回までとさせていただきます。2.転居先不明・長期不在等でお届けできない場合、対象の取引実績が確認できない場合には無効とさせていただきます。3.お申込みは1人様1回とし、国内在住のお客さまに限らせていただきます。4.ご記入内容に漏れ等がある場合には、無効となる場合がございます。5.景品内容は予告なしに変更する場合や地域により異なる場合がございます。6.JAにおける住所変更届による景品のお届け先変更はできませんので、ご了承ください。7.ローンのお借入の際は、JAが出資金をお預かりする場合がございます。8.ローンのご利用にあたっては、JAが指定する保証機関の審査が必要です。審査の結果によってはお客様のご希望に添えない場合がございます。9.ローン商品の詳しい内容については、店頭にて説明書をご用意しております。10.詳しくはお取り扱いのJA窓口までお問い合わせください。



山羊座 【全体運】 やりたいこと、欲しい物が増えて困りそう。優先順位を付けてから行動開始。効率が良くなり、うまくいくはず
【健康運】 気になるところがあれば早めに受診して 【幸運を呼ぶ食べ物】 アンコウ



《令和2年産水稻栽培のポイント》

【土づくりと施肥】

- ・生育後半に息切れしない土づくり（堆肥の施用と土壌改良資材の投入）
- ・土壌型に適した基肥の施用量検討と十分な作土の確保（耕深15cm）

【健苗育成】

- ・塩水選・種子消毒は必ず実施し、種子の保管場所にも注意する（ばか苗病対策）
- ・播種量（催芽粉：150g/箱）を多くしない
- ・育苗期間（稚苗：20～25日）を長くしない（田植え日に合わせた各種作業の実施）

【晩期栽培】… 5月15日以降の田植えの実施

※心白粒を防ぐために、夏場登熟期の夜間高温を避けるために有効です。

- ・圃場により栽植密度を検討し植付本数（3～4本）を少なくする
 - 1) 分けつが確保される 圃場：18cm間隔・60株（泥炭・粘土）
 - 2) 分けつが確保されない圃場：16cm間隔・70株（砂壤土）
- ※晩生品種の田植えは遅くとも5月中旬までに実施

【水管理の徹底】… 根の健康重視の水管理

- ・中干しの励行（生わらすき込みによるガスの被害軽減）
- ・出穂～登熟期間の「保水」と「根の健康」
 - 1) 乾きやすい圃場・乾きやすい天気 ……「水を切らさない」
 - 2) 排水が悪く還元化しやすい圃場 ……「飽水管理」
- ・出穂後30日～の適期落水の実施

【生育に応じた追肥】… 「品質、食味低下」を防ぎ、「品質向上、収量の確保」に努める

- ・減数分裂期以前に葉色が低下した場合の積極的な追肥の実施
- ・有機質肥料の効果的な追肥（出穂の20日前の施肥）

【麦の追肥】… 播種時期、生育状況により変わります（3月上旬～）

今後の生育調整のためにも「生育状況に応じた麦踏み」を実施し、分けつの増加を図りましょう。また、追肥の判定については以下を参考に判断して実施しましょう。

大 麦… 莖数が確保されている場合は控え、減数分裂期に追肥を実施!!

- ・幼穂形成期（3月上旬頃 窒素成分で2～2.5kg程度/10a）
- 穂数（収量）の増加に効果があります。生育に応じて適期に実施しましょう。
- 合わせて、4月中旬頃の減数分裂期の追肥も行いましょう。

小 麦… 生育に応じ適期に実施しましょう!

- ・幼穂形成期（3月中・下旬頃 窒素成分で2～2.5kg程度/10a）
- 穂数（収量）の増加に効果があります。
- タンパク質含有を高めるために穂揃期の追肥も行いましょう。（小麦のみ）



あぐりハウス及びグリーンセンター

2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・蔵王・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

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

休業日

2月 営業時間	
各あぐりハウス	午前8:30～
グリーンセンター	午後5:00



射手座 【全体運】 旅行運に恵まれます。行くのはもちろんですが、計画を立てるのもお勧め。地域の集まりには参加して吉
【健康運】 晴れた日は散歩へ。行動的なほど◎ 【幸運を呼ぶ食べ物】 キンメダイ

角田地区女性部でスッポリンという農業や料理の時に使う、簡単に作れる帽子を作り、みんなに素敵ね！と言われとても喜んでいました。友だちにもたくさん作ってあげました。(角田市 佐藤さん)

人に会うたび「あんだいの家大丈夫だったがい」が台風後のあいさつの言葉になっています。地域でもボランティアの人達に一生懸命手伝っていただき本当に感謝しかありません。いつか私も恩返ししなくてはと思います。(丸森町 佐藤さん)

児童生徒作品はとても素晴らしいものだと思います。スマホに熱中する子供たちのいる中こうした作品が見られるのはとても良い事です。(丸森町 佐藤さん)

農に生きるを読んで都会生まれで大卒の高野さんの農業に対する意志に感動させられました。エールを送りたいです。(丸森町 目黒さん)



広報誌12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。



「睦まじい」(角田市 齋藤さん)
エサ場から、手代木沼に戻った白鳥が、ゆったり水面に浮かび、寄り添った場面を撮影しました。

今年の秋我家に初孫が生まれ楽しい新年を迎えられそうです。そして、まずは家族が今年一年、健康で過ごせた事、大変嬉しく思います。(大河原町 八巻さん)

例年と比べ暖かい日が多いような気がします。降雪を待っているところもあるでしょうが、被災地は暖冬だといいですね。(川崎町 鈴木さん)

12月号に「JAみやぎ仙南児童生徒作品」が掲載されていましたね。図画部門では、明るい色が多く使われ、働く人が楽しく描かれていましたね。書道部門では「共生」「協同」等の漢字が力強く書かれていて、作品から児童生徒のパワーを感じさせられました。(白石市 今井さん)

たくあん漬けを終えました。今年もおいしく漬かるといいなと思っています。(白石市 佐久間さん)

台風19号の被害で畑が川のように野菜が収穫できませんでした。毎年、何らかの天災がありますが、前向きに生きていかないとと思っています。(白石市 氏家さん)

みやぎ仙南管内の台風19号災害の記録を見て、丸森町だけでなく、管内の被害の甚大さを改めて感じ取りました。みんなで元気で頑張ろう。(角田市 齋藤さん)

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。

応募締切

2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

63 989-1622

JAみやぎ仙南
広報課
〒1010-3303
宮城県柴田郡柴田町西船迫3

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JAへのご意見・ご要望、身近な話題などをご記入下さい。

※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。

12月号の答え

ご当選おめでとうございます! 応募総数106通
柴田町 岩佐 綾さん 白石市 坂口 洋子さん
大河原町 村上 富男さん 角田市 太田まゆみさん
村田町 二瓶久美子さん 角田市 小樽山りり子さん
川崎町 遠藤 哲雄さん 丸森町 天野由起子さん
蔵王町 山崎 朱音さん 丸森町 菊地 愛子さん

A B C D E
ク リ ス マ ス

1	テ	7	ブ	10	ク	ロ	17	ガ	20	ラ
2	ア	ロ	マ	15	セ	ス	12	ジ		
3	ミ	ツ	13	ユ	キ	18	オ			
4	ハ	6	ク	11	ス	リ	ユ	16	ビ	
5	ガ	9	マ	14	ネ	19	シ	カ		
6	キ	リ	1	モ	ス	ク	ワ			

クロスワードパズル

出題 ● ニコリ

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

クイズに答えてプレゼントをゲット!

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~Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

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

ヨコのカギ

- ① 鬼は——、福は内
- ② 天井とかもいの間で作られます
- ③ 元素記号はFe。身近な金属です
- ④ 銭湯へ入るときにくぐることも
- ⑤ 床側に腹を向けて寝そべります。——寝
- ⑦ 自然の美しい風景を表す言葉、——風月
- ⑩ ちらしやCMもこの一手法
- ⑪ 赤い花が咲く梅のこと
- ⑭ √の記号で表します
- ⑯ 出発——になって忘れ物に気付いた
- ⑰ 寺院へ入るときにくぐることも
- ⑱ 酒を飲むと回る人もいます

タテのカギ

- ① 雲が浮かんだり星が輝いたり
- ② 2月23日は——誕生日。国民の祝日です
- ⑥ 受験生が縁起を担いで食べることもある揚げ物
- ⑧ 人が並ぶとできます
- ⑨ 港——。城下——。——工場
- ⑩ 良いだしが出る海藻
- ⑫ しばしば野党とやり合います
- ⑬ 2020年は——年。2月が29日まであります
- ⑮ 将棋の盤面に並べる物
- ⑰ 走り高跳びの選手が跳び越えます
- ⑱ 読経に合わせてポクポクたたきます
- ⑳ 縁、結、続に共通の部首
- ㉑ XとZの間

台風被害の園芸支援対策のお知らせ

令和元年台風19号により販売を目的に栽培中の園芸作物に被害があった農家組合員の皆様へ!!

台風19号による被害を受けられた皆様に謹んでお見舞申し上げますとともに、一日も早い復旧を心よりお祈り申し上げます。

今般、宮城県では令和元年台風19号による農業被害支援対策の一つとして、園芸作物生産供給確保対策事業を実施することになりました。

これは台風被害を受けた農業者の営農再開・継続を支援するもので、次期作付に必要な種苗、肥料、農薬、資材等を購入して作付する場合、その購入経費の一部を補助するというものです。対象となる品目は、原則として「みやぎ園芸特産振興戦略プランに基づく重点品目」となります。また補助の対象者となる方は以下の様な要件があります。

<事業対象者要件>

- ① 園芸作物等の販売農家であること。
- ② 1品目について概ね3割以上の収穫量又は出荷量の減少が見込まれ、市町村が発行する被害及び作付証明があること。
- ③ 補助申込書を事業実施主体の長に提出していること。
- ④ 資材等の購入が証明できる書類があること。
- ⑤ 資材等の購入等を台風被害日以降から令和2年3月末日まで行い、当該資材等により令和2年9月末日まで作付けが確実に行われると認められること。

<補助対象経費及び補助率>

- ① 資材等の購入に係る経費：事業費(上限額)90千円/10a
- ② 補助率：事業費の1/3以内

このようなことから、JAみやぎ仙南では、販売農家(組合員)の皆様の営農再開に向け、JAが事業実施主体となり事業への取りまとめ・申請等行うこととしました。つきまして、申請期限が短期間ですが、下記により事務処理を進めたく、お知らせいたします。

記

1. 上記要件に当てはまり、事業への申し込みを希望する販売農家(組合員)の方は被害状況が分かる写真や購入資材の費用明細等が必要となりますので、まずは下記連絡先へ申し込み・問い合わせ願います。
なお、JAの生産部会に加入している方については、生産部会から連絡をしますので今回の案内による申し込みは不要です。
2. 申し込み・問い合わせ期限：令和2年2月14日(金)
3. 申し込み・問い合わせ先：JAみやぎ仙南 園芸課

- 角田・丸森地区駐在 0224-62-3771 (角田地区)
- 角田・丸森地区駐在 0224-72-2270 (丸森地区)
- 蔵王地区駐在 0224-22-7558 (上記以外の地区)



魚座

[2.19~3.20]

【全体運】上昇運。待っていると自然と状況が整ってきそう。スローモードで動いて。サブライズプレゼントの予感あり

【健康運】不調を感じたら早めに就寝。休息が一番【幸運を呼ぶ食べ物】イチゴ



水瓶座

[1.20~2.18]

【全体運】スピード感を持って動くといいい方向へ。特に前半は勘が働くので即決で。長年の希望もかないそう。金運も順調

【健康運】外には体を温めるアイテムを携行して【幸運を呼ぶ食べ物】黄二郎



JAみやぎ仙南
2月号 / Vol.262

発行日/令和2年2月1日
発行/みやぎ仙南農業協同組合
編集/総務部 くらし相談課
印刷/JAプリント
〒989-1622 宮城県柴田郡柴田町西船泊一丁目10番地の3
☎(0224)55-1265 팩(0224)55-1115

春の展示商談会

2020年
2月

8 土 9 日

特選中古車展示中!!

イベントタイム▶9:00~16:00



当日
イベント

自動ブレーキシステム試乗体験コーナー
エンジンオイル交換(4Lまで) **500円**

最高級洗車(3,000円相当) **500円** ※トラック、特殊車両等は除く(限定各20台)

来場者
プレゼント

当日先着
50名様に
粗品進呈!!

お車ご成約
の方に

選べる
食材ギフト
プレゼント
(1万円相当)

- ①仙台牛A5ランクギフト
 - ②シンケンファクトリーギフト
 - ③フルーツ詰合せギフト
- ①~③の商品いずれかをお選びいただけます。



※中古車は50万円以上ご成約の方とさせていただきます。※写真はイメージです。

さらに

アンケートに
お答えいただくと
BOXティッシュ**5箱**プレゼント!!

※写真はイメージです。

車検ご予約
の方に

BOXティッシュ
10箱プレゼント!!

合計最大**15箱**プレゼント!!

※ご来店ご予約の方のみ。

土・日も
営業して
おります!!

会場案内図



ご予約・お問い合わせ



(株)ジェイエイ仙南サービス
JAオートパル角田

角田市佐倉字宮谷地1-1

- 営業時間 8:30~18:30
- 定休日 毎週月曜日(年末・年始を除く)

☎0224-63-3418

~JAみやぎ仙南ホットライン~
相談員をはじめ、JA事業をご利用の皆様からのお問い合わせは電話番号です。
☎0120-697-874

