

JAと7地区を結ぶ 虹のかけ橋

Vol.314

2024 June
monthly JA Magazine

特集1

牛乳習慣

特集2

渉外担当者紹介

農に生きる

角田市佐倉 渡邊雅代さん

SMILE

白石市福岡 国分玲李さん

ねいんぼ



CONTENTS

農に生きる……………	02
〈特集1〉	
牛乳習慣……………	04
〈特集2〉	
渉外担当者紹介……………	06
虹色ほっとライン……………	08
営農情報……………	09
ふれあいひろば……………	12
金融部・共済部より……………	14
お知らせ①……………	16
おたより交流ひろば……………	18
クロスワードパズル……………	19
お知らせ②……………	20

わたしたちの JA

令和6年4月末現在

正組合員数	15,244人	戸数	11,977戸
准組合員数	12,008人	戸数	8,788戸
合計	27,252人	戸数	20,765戸
職員数	460人		
出資金	36億	4,200万円	
貯金	1,257億	6,986万円	
貸出金	391億	5,295万円	
販売品販売高	3億	9,610万円	
購買品供給高	6億	722万円	
長期共済保有高	4,965億	8,034万円	

理事会・監事会だより

第1回理事会 令和6年4月30日（火）

- 【議事】
- 任意積立金に関する規程の設定について
 - 令和5年度事業報告の承認（総代会提出議案）と会計監査人に提供する計算書類等及び監事に提供する決算書類の承認について
 - 定款の一部変更について
 - 定款附属書総代選挙規程の一部変更について
 - 令和6年度理事及び監事の報酬の決定について
 - 令和6年度経費の賦課及び徴収方法の決定について
 - 共済規程の一部変更について
 - 令和6年度不良債権の処理方針(案)について
 - 納豆センター事業納豆の製造中止について

第1回監事会 令和6年4月30日（火）

- 【議事】
- 特になし

農に 生を きる

―牛たちが応えてくれる―

夫は削蹄師をしているので、依頼先の農家を回っているため、給餌や清掃作業など、日中は一人で仕事をしていることが多いです。もともと豚舎だった施設を牛舎として使用しているので、堆肥出しなどの作業は頭を飼育しています。

機械を使うことが出来ず、牛たちの飲み水も手作業でやらなければならないので体力勝負です。牛一頭一頭の性格を見ながら変化を見逃さず、出来るだけ手をかけ愛情を注ぐこと、牛舎の衛生面にも特に気を配るなど、牛たちをストレスなく育てることを意識しています。

出荷までの10カ月、大変なことも多いですが、牛たちもその思いに添えてくれるかのように立派に育ち、出荷時に高く評価された時はとても嬉しいです。

―家族で仕事をするのが夢―

今一番欲しいものは？ときかれたら即答で「休み」と答えますね。初めは牛に触ることも怖かったのですが、今は牛たちが大好きなので、体力が続く限りこの仕事を続けていきたいと思っています。上手にリフレッシュの時間を作りながら、将来は大きな牛舎で、夫や息子たちと一緒に家族で畜産農家を経営することが夢です。



角田市佐倉
わたなべ まさよ
渡邊 雅代さん(47歳)

体に良いこと今日から始める!

牛乳習慣

日本人に不足がちなカルシウムや良質なタンパク質を豊富に含む牛乳・乳製品は、あらゆる世代の健康づくりに役立ちます。あなたの健康習慣にも取り入れてみませんか。

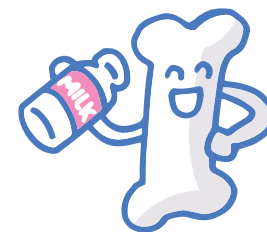


イラスト：服部新一郎

頼もしいカルシウム源

牛乳・乳製品は、日本人に不足がちなカルシウムの頼もしい供給源です。牛乳のカルシウム吸収率は約40%と、他の食品よりも高いことが分かっています。従って、1食で食べられる量、さらに摂取したカルシウムが小腸から体内に入る吸収率まで併せて考えると、数ある食品の中でも牛乳は特にカルシウムの補給に適していることが分かります。

カルシウムの摂取は、成長期の子どもの最大骨量高め、若年女性や子育て、働き盛り世代の骨量の維持、閉経後の女性の急速な骨量減少の抑制、さらに加齢による骨量減少の抑制など、骨の健康を一生サポートします。



良質なタンパク質源

牛乳・乳製品のタンパク質「乳タンパク質」は、必須アミノ酸のバランスが良く、消化・利用効率も高い良質なタンパク質です。必須アミノ酸のバランスを評価する「アミノ酸スコア」(最大値100)では、牛乳やヨーグルト、チーズは、どれもスコアが100点です。さらに発酵食品のヨーグルトやチーズの場合は、タンパク質の一部がすでに分解されているため、体の中でより消化・吸収しやすいのです。

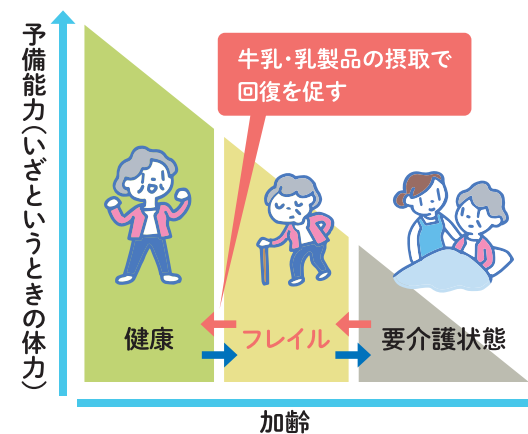
健康的なダイエットと生活習慣病リスク低減に

肥満者や若年女性で注意したいのが、摂取エネルギーを減らしてタンパク質不足に陥る、不適切なダイエットです。筋肉量が減って基礎代謝が低下すると、逆に太りやすい体質になってしまいます。

牛乳・乳製品なら、より少ないエネルギー量で豊富な栄養と良質なタンパク質を提供し、健康的な減量に役立ちます。

お年寄りや低活動の人ほどお勧め

タンパク質は、エネルギー摂取量や身体活動量が少なく利用効率低下し、逆に必要量が増すことが知られています。従って、お年寄りや、若くても身体活動量が少ない人ほど、タンパク質摂取量を増やす必要があります。加齢に伴い心身の活力が低下する状態をフレイルといいます。牛乳・乳製品がこのフレイルからの回復を促すことは、さまざまな研究結果から期待されています。



ビタミンDも

一緒に取ろう!

カルシウムの吸収を高めるビタミンDは、牛乳・乳製品とぜひ一緒に取りたい栄養素です。牛乳にも含まれ、また他のビタミンDが含まれる食品(魚類、キノコ類など)と組み合わせた料理で取ることもお勧めです。外で30分程度日光を浴び、適度な紫外線を皮膚に触れさせることで体内でも生成されます。



牛乳・乳製品で健康長寿

牛乳と、その特徴を最大限に生かして作られる幅広い乳製品は、豊かな栄養とさまざまな機能性、そして入手のしやすさや摂取の手軽さを併せ持つ優れた食品群です。

痩せやフレイルなどの栄養不足を補い、肥満やメタボリック症候群などには健康的な体重管理を助けて生活習慣病リスクを低減します。

牛乳・乳製品は、子どもから大人、高齢者まで、それぞれの世代に必要な体づくり・健康づくりをサポートするだけでなく、危惧されている若年女性の痩せや低出生体重児、肥満や生活習慣病、高齢者のフレイルなどの予防・改善に貢献します。



1日3回の牛乳・乳製品習慣を!

組み合わせは自由。
毎日の食生活に牛乳・乳製品を取り入れましょう。

1回の目安

牛乳	コップ1杯(200ml)
ヨーグルト	カップヨーグルト1個 飲むヨーグルトなら1本
チーズ	6個入りなら1個 スライスチーズなら1枚 キャンディーチーズなら3個

食べ方の例

朝

- 朝食の飲み物を牛乳、カフェオレ、ミルクティーに。
- パンやサラダにチーズをのせて。



昼

- 昼食のサンドイッチやおにぎりにチーズをプラス。
- デザートにヨーグルト。



夜

- お風呂上がりに牛乳。
- 就寝前にはホットミルク。



いつでも

- おやつや小腹がすいたときにチーズやヨーグルト。
- スポーツの後に牛乳。



参考資料:「若い女性の「やせ」と日本人の栄養問題 牛乳乳製品にできること」(一般社団法人ミルク)



牡牛座
[4.20~5.20]

【全体運】次第に周囲が騒がしくなってくるそうですが、おおむね順調です。親交を深めるには一緒に食事をするのがお勧め
【健康運】歯の検診へ。正しい歯磨きの仕方も再チェック【幸運の食べ物】アスパラガス



牡羊座
[3.21~4.19]

【全体運】コミュニケーション運が活発化。耳寄りな情報が入ってくるそうです。家族と出かける予定を立てて。模様替えも◎
【健康運】飲み過ぎ食べ過ぎに注意。胃腸をいたわって【幸運の食べ物】サヤエンドウ

第1普及センター

(柴田・村田・川崎地区)
☎：51-9721

共済渉外
柴田地区担当
佐藤 秀美

共済渉外
柴田地区担当
庄司 秀和

共済渉外
柴田地区担当
内藤 実穂子

共済渉外
柴田地区担当
今田 貴嘉

共済渉外
柴田地区担当
菅原 ミチル

共済渉外
柴田地区担当
村上 咲子

共済渉外
柴田地区担当
村上 恵子

共済渉外
柴田地区担当
本田 綾華

共済渉外
村田・川崎地区担当
佐藤 忠義

共済渉外
村田・川崎地区担当
菊地 紫津香

共済渉外
村田・川崎地区担当
日下 華奈

共済渉外
村田・川崎地区担当
森 ゆかり

共済渉外
村田・川崎地区担当
丹野 美佐子

JAマスコット
キャラクター
米夢(まいむ)

JAマスコット
キャラクター
米斗(まいと)

第3普及センター

(角田・丸森地区)
☎：63-3133

共済渉外
角田地区担当
都築 正之

共済渉外
角田地区担当
村山 大輔

共済渉外
角田地区担当
斎藤 美早子

共済渉外
角田地区担当
佐藤 真穂

共済渉外
角田地区担当
門馬 義彦

共済渉外
角田地区担当
小原 真奈美

共済渉外
角田地区担当
高橋 昭弘

共済渉外
角田地区担当
小野 良美

共済渉外
角田地区担当
小野 正彦

共済渉外
丸森地区担当
宮本 平輝

共済渉外
丸森地区担当
遠藤 緑

共済渉外
丸森地区担当
玉手 和幸

共済渉外
丸森地区担当
大河内 順子



までお気軽に相談下さい！

第2普及センター

(蔵王・白石地区)
☎：26-8611

共済渉外
蔵王地区担当
斎藤 ゆかり

共済渉外
蔵王地区担当
伴 恵美子

共済渉外
蔵王地区担当
木幡 悠希

共済渉外
白石地区担当
佐藤 巧

共済渉外
白石地区担当
斎藤 光希

共済渉外
白石地区担当
菊地 光

共済渉外
白石地区担当
佐藤 麻美

共済渉外
白石地区担当
佐藤 奈緒美

共済渉外
白石地区担当
吾妻 瑞帆

共済渉外
白石地区担当
山口 智子

七ヶ宿支店担当
☎：37-2101
支店長
佐々木 伸

各支店 金融渉外

槻木支店 金融渉外
☎：56-1211
千葉 沙織

大河原支店 金融渉外
☎：53-1560
大野 りさ

村田支店 金融渉外
☎：83-2221
福地 裕佳

蔵王支店 金融渉外
☎：33-2111
細川 千秋

川崎支店 金融渉外
☎：84-2220
鈴木 大

角田支店 金融渉外
☎：63-3140
今野 あゆみ

角田支店 金融渉外
☎：63-3140
小久保 洋人

白石支店 金融渉外
☎：25-1487
飛田 瞳

丸森支店 金融渉外
☎：72-1204
菊地 美香

融資課

(管内全域)
☎55-1902

遠藤 大

眞壁 歩





【お問合せ先】米穀課 (0224) 55-1590

令和6年度米栽培履歴簿の提出について

JAみやぎ仙南では、安全・安心な農産物を提供するため、生産履歴記帳運動に継続して取り組んでまいります。消費者に信頼される農産物を届けるために、以下の点を実践していかなければなりません。

- ・適切な生産管理と記帳による農産物の安全の確保
- ・記帳内容にもとづく情報開示による安心の提供
- ・記帳による生産者の「安全・安心の証明」

消費者の立場になって自分が記帳した記録簿を見たときに、その農産物を信頼して購入するかどうかを考えながら点検を行って頂きますよう、お願いいたします。

様式Cに記載しておりますJAみやぎ仙南版GAP点検につきましても、引き続き継続して取り組んで頂き、今年度につきましても、農産物栽培履歴簿への適切な記入並びに期限までの提出にご協力をお願い致します。

こだわり米（ひとめぼれ・つや姫）、指定栽培米（JA米）記録簿の種類

- ①【様式A-1】前期記録簿（A4 おもてうら両面記入）
- ②【様式B】 農産物栽培協定書兼資材明細添付票【JA以外から購入の場合添付】
水稲栽培圃場確認簿
- ③【様式A-2】後期記録簿（A4 おもてうら両面記入）
- ④【様式C】 GAP（農業生産工程管理）農業環境規範自己点検票（A4 おもてうら両面記入・提出不要）

上記以外（一般米・飼料用米等）記録簿の種類

- ⑤【様式A】 一枚ものの記録簿（A4 おもてうら両面記入）
- ⑥【様式D】 農産物栽培協定書 兼 GAP・圃場地番記入欄（A4 おもてうら両面記入）

- 詳しい内容につきましては、記録簿と一緒に配布します「記入例」を参考にご記入頂き、提出期日までに必ず提出願います。

提出期日

- ①【様式A-1】 ②【様式B】 6月27日
- ③【様式A-2】 ⑤【様式A】 ⑥【様式D】 8月15日 ※④【様式C】は提出不要です。



出荷に向け品質や規格を確認する生産者ら



第一便を見送る関係者



抱負を述べる村上委員長④



千葉さん柴田さんと記念撮影を行う女性部本部役員

虹色ほっとライン

地域の情報お届けします



生育順調！

「もろぎゅうり」出荷スタート

4月9日、白石集荷センターで24年産「もろぎゅうり」の出荷がスタートしました。

23年産は高温の影響で規格外になったもの（ミニぎゅうり）の出荷も含め、約9,200キロを出荷。今年度は約1万キロの出荷を見込んでいます。白石もろぎゅうり部の会長の半田仁部会長は、「育成はおおむね順調。燃料費や輸送費高騰などの課題もあるが、今年も品質の良いもろぎゅうりの出荷を目指したい」と話しました。

4月11日、JA本店特設会場で、母の日用ギフト「柴田町産カーネーション」を積んだ日本郵便の「ふるさと小包」第1便の出発セレモニーが行われました。これは、柴田町の地方創生・地域活性化プロジェクトの趣旨に賛同したJAと日本郵便が実施しているもので、今年も当JA柴田鉢花研究会が栽培したカーネーションが全国へ届けられました。当日は、柴田町の滝口茂町長をはじめ舟山組合長、JA関係者ら約20名が出席。斎藤達義部会長は「引き続き丹精込めて育てた柴田町のカーネーションを全国の消費者に届けたい」と話しました。

4月11日、青年部はJA本店大会議室で第25回通常総会を開き、全4議案について全て原案通り承認されました。今年度は役員改選があり、委員長には村田地区の村上利行さんが再任。令和6年度は、恒例の手づくり看板製作のほか「SDGs、食農教育、農政」の3つを重点活動として取り組み、新規盟友の加入や盟友同士の親睦を深める活動を行っていきます。

4月19日、女性部はJA本店大会議室で第27回通常総会を開きました。当日は各地区女性部員42名が出席。議長に白石地区の佐藤裕美子さんを選任し、全3議案について全て原案通り承認されました。

小児がん支援活動の展開を決議 J Aみやぎ仙南女性部 第27回通常総会



獅子座 [7.23~8.22]

【全体運】 ちょっとした行き違いが大ごとになってしまうかも。予定の確認は念入りに。細部までこだわるといい方向へ
【健康運】 張り切り過ぎてダウンしないよう休憩を入れて【幸運の食べ物】 ノビル



乙女座 [8.23~9.22]

【全体運】 試練を乗り越えていける力強い運氣。大きな課題に取り組みましよう。時間のかかる計画のスタートがお勧め
【健康運】 体調が改善へ。スポーツを楽しんで体力アップ！【幸運の食べ物】 ソラマメ

JAグループ宮城 宮農支援フェア 2024

6/19水・20木

6/19 ▶ 9:30～15:00
6/20 ▶ 9:30～14:00

夢メッセみやぎ

仙台市宮城野区港三丁目1-7

来場記念品進呈!
多数用意しております
が品切れの際は
ご容赦願います。

展示会にてご成約
いただいた方へプレゼント!

やまびこ製品

刈払機(エンジン式)
純正KL型チップソー

キャリア動噴
ステン畦畔15G型

丸山製品

刈払機全機種
混合燃料2L

バッテリー動噴全機種
マルみえーるノズル

■主催/ JAグループ宮城 ■協賛/ 宮城県系統農機メーカー連絡協議会

JAグループ / 全農

宮農情報

[お問合せ先] 米穀課 (0224) 55-1590

米穀

<大 豆>

【乾燥対策】(令和5年度宮城県大豆・麦類研修会資料より)

①有機物施用で土づくり

- ・有機物を施用すると団粒構造ができやすくなり保水性が高まります

②深耕で根張りを良くする

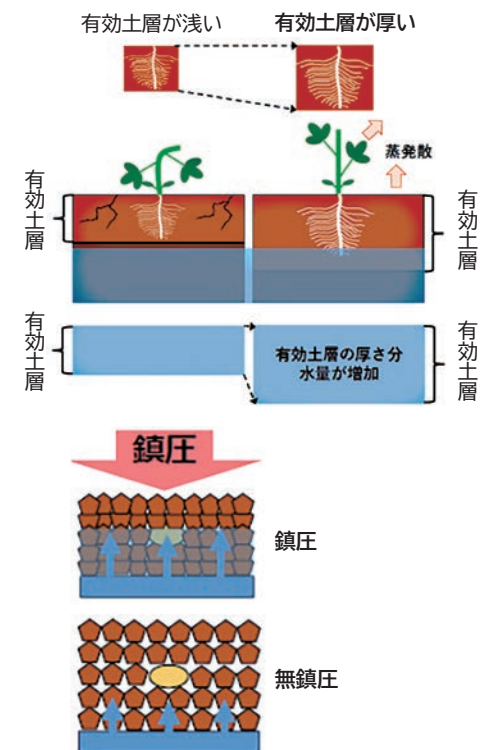
- ・深耕(最低でも15cm以上、目標25cm)をおこない根が伸長できる層(有効土層)を厚くしましょう。
- ・根の伸長量が増加し、より下層の水を大豆が利用できるようになります。

③耕起・整地後すぐの播種で種子の給水を良くする

- ・大豆の出芽には適度な土壌水分が必要です。
- ・耕起後はどんどん土壌が乾燥してしまうため、耕起後すみやかに播種しましょう。
- ・播種後に土壌を鎮圧すると、土壌水分が相対的に高くなり、下層の水が大豆種子に吸水されやすくなります。

④かん水して有効土層に水を供給することで収量アップが期待できます

- ・開花後、晴天が10日以上続くような場合は、畝間かん水により水分を補給すると、子実肥大に有利になります。
- ・ただし、排水不良になるほ場では湿害が発生する可能性があります。排水対策をしっかり講じましょう。



【基本技術の励行】

①排水対策

- ・重粘質土壌では、本暗渠を整備する。
- ・弾丸暗渠を組み合わせ、排水能力をアップさせましょう。
- ・明渠を設置し、表面水排除をスピードアップさせましょう。排水路との接続を忘れないようにしましょう。

②碎土率の確保

- ・碎土が不十分だと、乾いた土塊が多くなり、播種時の覆土ができずに発芽率が低下する。
- ・播種後の除草剤(土壌処理剤)の効果が低下するので、碎土率70%以上を目標とする。

③播種機の調整

- ・播種深度は3～4cmを目標とする。



【全体運】

【健康運】

気がせくものの急な変化は避けたいとき。計画は時間をかける方向で見直しを。博物館や古都を巡るのはお勤め

刃物や器具の取り扱いには慎重に。準備運動は◎【幸運の食べ物】 キュウリ



【全体運】

【健康運】

状況が変化しやすい月。早い判断が求められそう。日頃から情報収集を心がけて。語学の勉強や技術の習得にツキ

無理をしないことが大事。体の弱い部分はケアを【幸運の食べ物】 レタス

食卓を彩る

旬のレシピ

DEPUIS 1882

AKAHORI

COOKING SCHOOL

THE OLDEST OF ITS KIND

赤堀料理学園校長 赤堀博美

東京都文京区小石川生まれ。管理栄養士。日本女子大学大学院食物栄養学専攻修了。日本女子大学非常勤講師、十文字学園女子大学非常勤講師、日本フードコーディネーター協会常任理事。



マンゴープリン



材料 4人分

ゼラチン	9g	レモン汁	20ml
熱湯	70ml	冷水	130ml
マンゴー	200g	ミント	4枚
砂糖	40g		

作り方

①ゼラチンに熱湯を加え、10分膨潤させてから透明になるまでかき混ぜて溶かす。
 ②マンゴーの種、皮を除き、果肉を30秒ブレンダーにかけてピューレにする。
 ③②をホーロー鍋に入れて、砂糖、レモン汁を加え50度まで加熱する。
 ④③に①を加え、冷水を混ぜ、ガラス容器に入れて冷やし固める。
 ⑤仕上げにミントの葉を飾る。

冷凍マンゴーを使っても手軽に作れます

カツオと野菜の南蛮漬け

簡単に作れる本格メニュー

ポイント

刺し身で残ったカツオを保存食に。南蛮酢に漬ければ、冷蔵庫で3日くらい保存できます。

材料 4人分

カツオ刺し身用	200g(1冊)	南蛮酢	
焼き肉のたれ	大さじ4	米酢・水	各100ml
片栗粉	適宜	砂糖	大さじ3
揚げ油	適宜	みりん	大さじ2
赤・黄パプリカ	各1/4個	塩	小さじ1
ズッキーニ	1/2本	しょうゆ	大さじ1
ナス	1本	ごま油	小さじ1
糸トウガラシ	適宜		

作り方

①南蛮酢の材料を鍋に入れてひと煮立ちさせ、冷ましておく。
 ②カツオは1cm厚さに切り、焼き肉のたれをまぶして10分下味を付ける。
 水気を拭き、片栗粉を付けて中温(170度)の油で揚げる。熱いうちに①に漬ける。
 ③パプリカ、ナスは乱切り、ズッキーニは輪切りにし、油で素揚げし、②に漬ける。
 ④30分程度漬けたら皿に盛り付け、糸トウガラシを天盛りにする。

れいり

お母さんが作ってくれるパンケーキと卵焼きが大好き！家ではご飯の用意だけでなく、お掃除などお母さんのお手伝いが大好き。マイブームは恐竜やアンパンマンのフィギュア遊び。歌も得意で、最近はいじの好きな水戸黄門の主題歌も歌えるようになりました♪




白石市福岡こくぶん 国分 玲李さん(3歳)

お父さん◎大輝さん
お母さん◎菜さん

ご両親からのびのびと元気に育って欲しいです！好きなことを自由に楽しんで！

体を動かすためのヒント

手軽に体操

日本体育大学准教授●伊藤由美子

体調に不安を感じることはありませんか？

梅雨の季節、天候などの影響で体調に不安を感じることはありませんか？ 何となく気分が沈みがちになることもあるかもしれません。普段に比べて室内で過ごす時間が多くなる場合は、五感(視覚、聴覚、味覚、嗅覚、触覚)を大切にしながら過ごしてみتهいかがでしょうか。例えば、季節の花々を室内に飾ったり、お気に入りの音楽を聴きながらリラックスしたり、あるいは、旬の食材を献立に取り入れるなど、日常生活の中で五感を刺激できるような楽しみ方を見つけてみましょう。

さて、今回は腕と脚を曲げ伸ばす運動を紹介します。天候によって外出の機会が減少する場合には、室内ですに座りながら体を動かしてみましょう。毎日少しずつ、無理のない範囲で取り組んでください。水分補給と適度な塩分補給もお忘れなくお過ごしくださいね。

日本体育大学 准教授 伊藤 由美子

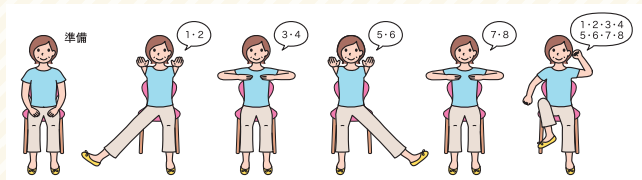
千葉県生まれ、農業を営む両親の元で育つ。
日本体育大学大学院体育科学研究科博士前期課程体育科学専攻健康科学・スポーツ医科学系修了。専門領域は体操。(公財)日本体操協会一般体操委員会委員長。体操や健康に関する情報をお届けします！



レッツ、トライ！

腕を曲げ伸ばす運動+脚を曲げ伸ばす運動+足踏み

- ① いすに座り、準備をします。
- ② 両腕を前に出します。同時に片脚を斜め前に出します。
- ③ 両腕を曲げながら、片脚を元の位置に戻します。
- ④ 両腕を前に出します。同時にもう一方の片脚を斜め前に出します。
- ⑤ 両腕を曲げながら、片脚を元の位置に戻します。
- ⑥ 足踏みを8回行います。



7つの部位を使った体操プログラム
「The Taiso (ザ・タイソウ)」はコチラ→



指には脳につながる多くの神経が集まっているため「第二の脳」といわれます。指を動かすことで脳に信号が送られ、この信号が脳の中樞神経を刺激し、思考力や言語力などを鍛えます。

指先には全身の健康に密接な関係があるつぼも集中しています。離れた指先を合わせる動きは集中力と平衡感覚を鍛えることができ、さまざまな効果が期待できる健康体操といえます。

今回の体操では爪先も上げることで、すねの筋肉も鍛えられます。年を重ねると敷居や小さな段差につまずきやすくなります。転倒を防ぐ一助にもなりますので、ぜひ楽しみながら覚えてくださいね。

指先に集中！

- ① 背筋を伸ばしていすに座り、足の裏を床にしっかり着けます。膝の間はこぶ一つ分隙間を空けます。腕を曲げ、肩の高さで視界に入らない位置まで外に広げて軽く握ります。
- ② 人さし指だけを伸ばし、できるだけ指を見ないようにしながら左右から指先を近づけます。指先に集中して指の腹同士をできるだけ正確に合わせて軽く押し、人さし指の内側のストレッチを行います。同時に、足の爪先を上げます。

- ③ (1)の姿勢に戻り、(1) (2)を10回繰り返します。10回のうち4回以上、指先がピタッと合えば合格です。

【応用】
人さし指での体操に慣れたら、小指でもやってみましょう。



脳トレ！

健康生活研究所 所長 堤 喜久雄

手足の体操

指先ストレッチ&爪先上げで脳活性化と転倒予防

知って納得! 税金講座

相続登記の義務化

JA 全中・JA まちづくり情報センター 顧問税理士●草薙一郎

今、大きな社会問題となっているのが所有者不明の土地の存在です。登記簿上の土地の名義が故人のまま何年も放置され、現在の所有者がどこの誰なのか分からなくなった土地を指します。なぜ、相続時に土地の名義を変更しなかったのか。それは相続人が複数人いた場合、相続登記には遺言書または遺産分割協議書が必要であるためです。遺言書は被相続人が用意していなければ当然ありませんし、相続税の申告が必要なかった（遺産が基礎控除額以下などの）場合には、遺産分割協議書は作成しない場合も多いでしょう。不動産の相続登記を先延ばしにした結果、次の相続、その次の相続が起きて、権利関係がどんどん複雑になっていきます。

その打開策として、令和6年4月1日から相続登記の申請が義務化されました。相続財産に不動産がある場合、相続人等は、その所有権の取得を知った日（通常は相続開始の日）から3年以内に「相続登記」をしなければなりません。また、3年以内に遺産分割協議が成立しない場合には「相続人申告登記」が必要とされ、その後遺産分割が成立した日から3年以内に、相続登記をしなければなりません。正当な理由なく義務に違反した場合は10万円以下の過料（行政上のペナルティー）の適用対象となります。令和6年4月1日より前に相続が開始している場合も、3年の猶予期間がありますが義務化の対象となります。

なお土地の所有権移転登記には登録免許税がかかります。例えば、祖父→母→子と土地を相続した場合において、母が相続登記をしていなかったとします。この場合、子は本来2回分の登録免許税を納める必要がありますが、現在特例により、未登記であった1次相続分の登録免許税は免除されます。また、少額（100万円以下）の土地を相続取得した場合の所有権移転登記についても、登録免許税は免除されます。

この二つの特例は、令和7年3月31日までの特例です。



JA共済

共済の知っトク情報!!

ご加入中の保障内容をご存知ですか?

「共済に加入はしているけれど、どのような時に支払われるのだろう?」「加入してからずっとそのままだけ良いのだろうか?」
このように、保障内容に関して疑問を感じたことはありませんか?

JA共済では、ライフアドバイザーがご契約者様のところへ定期的に訪問し、保障内容（ひと・いえ・くるま・農業）の点検活動を行っております。

共済は、ライフステージ（就職・結婚・住宅購入など）の変化に応じて、「安心の再点検」を行い現在の保障内容が自分に合っているのか確認してみるのも必要かと思えます。「こんなはずではなかったのに…」ということがないように、この機会に保障点検をしてみませんか。

詳しくは、お近くの支店窓口または担当のライフアドバイザーへお気軽にお問合せ下さい。



山口 智子さん
(第2普及センターライフアドバイザー)



魚座
[2.19~3.20]

【全体運】 考え過ぎは禁物。流れに任せてみると思った以上にうまくいきそうです。友人との会話も楽しめます。外出が吉
【健康運】 早朝の散歩がお勧め。歩き方と姿勢をチェック 【幸運の食べ物】 キクラゲ

トラブル回避の基礎知識

学生の就活に付け込むトラブルにご注意

国民生活センター相談情報部●井澤美智子

就活生の不安に付け込んだ契約トラブルが発生しています。

【事例】就活の情報収集用のSNS（会員制交流サイト）のアカウントに「エントリーシートの添削を手伝う」とフォロー（自分の投稿を見ることができる人）から連絡があり依頼した。添削で「理論的思考力が足りない。私の上司から無料カウンセリングを受けた方が良い」と勧められた。届いたURLからウェブ会議に参加すると、その上司から「このままでは就職に失敗する。当社のプログラミングスクールで勉強した方が良い」と50万円の契約を勧められた。高額なので親に相談したいと伝えたが、「親に話すと反対される。事後報告でよい」と強く言われ、相談できず契約した。代金は仕送りなどを工面して支払ったが、本当に役に立つかどうか分からない。解約して返金してほしい。

企業説明会や面接などのウェブ開催が増えたこともあり、最近の就活はオンラインの活用が進んでいます。以前は、高額なセミナーなどの勧誘は就活セミナー会場などで行われるケースが多かったのですが、最近ではSNSで知り合った人からの連絡をきっかけにウェブ会議に参加し、不安をあおられて高額な契約を勧誘されるケースが見られます。

事業者から送られたURLからウェブ会議に参加し、勧誘されて契約した場合には電話勧誘販売に該当し、クーリング・オフができる場合があります。また、社会生活上の経験が乏しいことから就職に不安を抱いている就活生に対し、事業者が不安をあおって契約が必要と告げたり、契約を締結するかどうか電話などで親に相談したいと言っているのに、事業者が威迫する言動を交えて妨害したりして契約に至った場合には、契約の取り消しができる可能性があります。

インターネット上の無料カウンセリングなどの広告や、SNSで知り合う人からの一見親切的な誘いは高額な勧誘が目的である恐れがあります。安易に誘いに乗らないようにしましょう。



サイトーさんのお金のあるある言いたい!!

JAバンク

つみたて投資のメリットとは!?

つみたて投資は、毎月一定日に貯金口座から決まった金額を引き落とし、投資信託を購入します。そのため、毎月の購入手続きに時間が取られたり、基準価額が高いとき・安いときなどのタイミングに悩まずに投資できます。また、価格が高いときには数量を少なく、価格が安い時には数量を多く購入できます。それによって、平均購入単価を低く抑えられることから、値動きの大きいファンドのほうが高い投資効果が期待できます。

少額でも高額でも長く続けることで着実に資産形成ができ、年代問わず無理なく積立することができますので、ご興味がある方は担当者または、各支店までお問合せください。



齋藤 大誠さん
(金融部 金融課)



水瓶座
[1.20~2.18]

【全体運】 運勢には勢いがあります。滞っていたことが動き出し、連絡もスムーズに。ただ油断は禁物。やり過ぎには注意
【健康運】 働き過ぎに気を付けて。ストレッチで体をほぐして 【幸運の食べ物】 夏ミカン

年金無料相談会

開催日程表

6月3日(月)
午後1時～午後7時まで

村田支店 会議室
村田町大字村田字押切107
TEL 83-2221

6月7日(金)
午後1時～午後7時まで

角田支店 2階会議室
角田市角田字町29
TEL 63-3140

6月4日(火)
午後1時～午後7時まで

川崎支店 2階会議室
川崎町大字前川字裏丁181
TEL 84-2220

6月8日(土)
午前9時～午後3時まで

丸森支店 会議室
丸森町字除25-1
TEL 72-1204

6月5日(水)
午後1時～午後7時まで

蔵王支店 会議室
蔵王町大字円田字西浦上1-1
TEL 33-2111

6月9日(日)
午前9時～午後3時まで

槻木支店 会議室
柴田町槻木上町2丁目1-15
TEL 56-1211

6月6日(木)
午後1時～午後7時まで

白石支店 2階会議室
白石市福岡長袋字八斗蒔1
TEL 25-1487

ご相談者に記念品をプレゼント！



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お答えします。

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。

角田納豆センターにおける納豆製造の中止について

角田納豆センターは、「宮城小粒大豆」を皮切りにすずほのか小粒大豆・あやこがね大豆といった角田産大豆の付加価値及び農家所得の向上を目的として、平成2年より大豆生産から原料の選別・製造・販売まで一貫したシステムを構築し、生協との産直を主軸に事業を展開してまいりました。

しかし昨今、当JA管内の「すずほのか小粒大豆」の生産量は大きく減少しており、その減少分を補うために他地域の国産小粒大豆を代替原料として調達せざるを得ない状況が続いておりました。初期の目的である角田産大豆の付加価値向上による農家所得の向上という目的が果たせなくなってきていること、そして代替原料の調達コストが収支を圧迫していることを踏まえ、生産者の皆様、生協の関係者の皆様と協議を重ね、納豆製造を中止せざるを得ないとの判断にいたりました。

すずほのか小粒大豆をはじめ原料となる各大豆の生産者の皆様、生協をはじめ各取引先の皆様、そして納豆センターの納豆をご愛顧いただきました組合員、地域住民の皆様へ深く感謝申し上げ、納豆製造中止のご報告といたします。



JAみやぎ仙南

じぶんの身近な「農」を感じる・表現する



応募者全員に
参加賞あり

こども絵画展

応募期間：令和6年8月26日(月)～9月30日(月)

募集作品：絵画(版画を含む)

作品テーマ：農業・自然・環境・食に関するもの

審査部門：未就学児の部、小学1.2年生の部、小学3.4年生の部、小学5.6年生の部、中学生の部

サイズ：四つ切り画用紙(応募作品の著作権は当JAに帰属するものといたします)

注意事項 ①ポスター不可 ②規格サイズからはみ出さない ③剥がれ落ちる画材は使用しない

対象：仙南地域在住の子ども(未就学～中学生まで)

応募方法：個人応募(学校、児童クラブ、幼稚園、保育園、こども園、絵画教室ほか団体でもご応募頂けます)

【最寄りのJA事業所までご持参頂くか、下記まで郵送ください】

989-1622 柴田郡柴田町西船迫1丁目10-3 JAみやぎ仙南 総務部 暮らし相談課 宛

絵画展日時：令和6年11月2日(土)10:00～15:00 入場無料

JAみやぎ仙南本店 2階大会議室(予定)

表彰：JAみやぎ仙南組合長賞各部門1点、入賞各部門3点

審査員特別賞各部門1点を予定

お問合せ先：JAみやぎ仙南 総務部 暮らし相談課

☎:0224-55-1265 メール:ja675@ja-ms.or.jp



※出品票および団体応募時の応募者名簿については、当JAホームページよりダウンロードしてご活用ください。

Q JAみやぎ仙南 <https://www.ja-miyagisennan.jp/>



こどもたちの「やさしい心」を育てる



JAみやぎ仙南
6月号/VOL.314

発行日/令和6年6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迫一丁目10番地の3
☎(0224)55-1265 FAX(0224)55-1115

～JAみやぎ仙南ホットライン～
組合員はのみ、JA事業をご利用の皆様からのお問い合わせ電話番です。
☎0120-697-874



各あぐりハウス及びグリーンセンター／仙南流通センター

6月の休業日・営業時間のお知らせ

あぐり柴田・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

仙南流通センター						
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

* 6月28日(金)は棚卸のため各店舗(あぐりハウス・グリーンセンター)を休業させていただきます。

◎生産資材課からのお知らせ◎

●購買店舗(あぐりハウス・グリーンセンター)の営業時間の変更について

JAみやぎ仙南では生産購買の出向く体制の構築に向けまして、各購買店舗の営業時間を短縮をさせていただきます。
ご承知おきくださいますようお願い申し上げます。

◇あぐりハウス(7月・8月・11月～3月):午前8時30分～12時まで(午後休業)

*あぐりハウスの6月、9月、10月は午前8時30分～午後5時までの通常営業になります。

◇グリーンセンター(6月～10月):午前8:45～午後5:00まで(無休)

// (11月～3月):午前8:45～午後4:30まで

(日曜、祝日、年末年始休業)

6月 営業時間

あぐりハウス・仙南流通センター	8:30～17:00
グリーンセンター	8:45～17:00

◎仙南流通センターからのお知らせ◎

●毎週土曜日の完全休業について

6月から10月までの毎週土曜日、配達及び受注業務を休業させていただきます。

*土曜日のご注文(フリーダイヤル:0120-431-445)は留守番電話の対応となります。

*七ヶ宿の土曜日定期配送は金曜日とさせていただきます。

JAみやぎ仙南シンケンファクトリー

ランチタイムメニュー

1プチデザート付ノ
シェフおすすめ
ランチセット

JAPAN X

ポークロースのソテー



ライスorパン ¥1,580(税込)

ビーフシチュー



ライスorパン ¥1,980(税込)

シーフードミックスフライ



ライスorパン ¥1,680(税込)

ライス
おかわり自由

ドリンク
おかわり自由

ドイツ製法の
本格派
地ビール

飲みくらべ/
仙南クラフトビール4種セット
(150mlグラス)
¥1,000(税込)

¥300(税込)
ホット or コールド
のいずれか、おかわり自由
¥400(税込)
ホット + コールド
おかわり自由

仙南クラフトビール各種
●グラス400ml¥600(税込)
●グラス610ml¥800(税込)
●ピッチャー1,800ml¥2,000(税込)

お問い合わせ先 仙南シンケンファクトリー TEL 0224-61-1150

・ランチタイム11:00～14:30(ラストオーダー14:00) ※定休日/水・木曜日
・ナイトタイム17:00～21:00(ラストオーダー20:30) ※ナイトタイムは完全予約制

切り取ってお持ちください

「組合員限定値引券」JA SS

使用期間:令和6年6月1日～令和6年6月30日まで

給油の際はこのバーコードを
ご利用いただくと、なんと!

2円/ℓ引き



*ガソリン・軽油のみ対象です。(配達にはご利用できません)
*現金・クレジット・QRコード決済の方が対象です。
*JASS—PORT仙南管内全店舗でご利用できます。
*期間中何度でもご利用できます。



【詳しくはJASS—PORT店頭にてお問い合わせくださいますようお願いいたします。】

灯油・軽油の配達はこちらまで

全農東北エネルギー(株)

仙南配送センター

☎0120-918-434

(通話料は無料です)

受付時間/8:30～17:00まで
月～土(日曜定休)

電話番号のお掛け間違いにご注意下さい