

# のぶおが

9  
2024  
令和6年 長月  
No.413



フルーツスイーツ店オープン  
北方町、田口さん夫妻  
(9面に関連)

## 今月の主なニュース

- 新たな販売戦略を検討 …… 延岡茶生産組合 ……2 P
- 沖田町の山内憲次さん夫妻に優秀賞… 農業経営管理コンクール …4 P
- 消費低迷の影響が顕著に …… 7月期子牛せり市 ……6 P
- 県内 13 地区本部が結束 …… 繁殖牛部会長会を設立 ……7 P
- フルーツスイーツいかが …… 北方町の田口正幸さん夫妻…9 P
- 健康で充実した生活を送るために … ヘルスリテラシー … 10 ~ 11 P
- トウモロコシと鶏もも肉のスープなど… シェフ永井のおすすめ … 22 P

## 今月のプレゼント

10名様

### はちみつ使用のり佃煮



今月のクロスワードパズルに正解した方の中から抽選で

のりは100%国産です。風味豊かな焼きのりとハチミツの相性が抜群。ご飯が進みます。

今すぐアクセス！耳より情報満載

JAみやざき延岡地区本部ホームページ  
<https://nobeoka.ja-miyazaki.jp/>



LINE@  
@jabkmiyazaki  
うれしい情報をLINEでお届け！



延岡茶  
生産組合

# 新たな販売戦略を検討

延岡茶生産組合は7月12日、令和5年度通常総会を東臼杵北部農業改良普及センターで開きました。同組合の会員は18人。栽培面積は20ha。今季は摘採期に

雨が続きましたが、適正な茶園管理で高品質のお茶ができました。今年度は新たな販売戦略の検討を行い所得向上に繋がりたいとしています。

## 延岡茶の普及を

亀長浩蔵組合長は「昨年は宮崎日日新聞農業技術賞やJAみやざき延岡地区本部の優良組合員表彰を受けるなど充実した1年間だった。これを糧とし、延岡茶のさらなる普及に努めていきたい」とあいさつ。

同本部営農経済部の長野克弘部長は「皆さんが切磋琢磨して技術の向上、商品開発、販売促進に取



甲斐さん（左）に表彰状を手渡す亀長組合長

## 緑茶の海外輸出量急増

東臼杵北部農業改良普及センターの川越香所長は「緑茶の海外への輸出量は増えている。将来のビジネスチャンスととらえてみてどうか。皆さんには自信を持って活動してほしい」と励ましました。

## 甲斐さんら表彰

茶園管理審査会（1月9～11日）と荒茶品評会（6月12日）の入賞者の表彰式も行われました。代表として北方町曾木の甲斐義之さんに亀長組合長から表彰状が手渡されました。（妻のまち子さんが代理で出席）。

技術向上のための研修会や情勢報告会なども開かれ、生産者たちは熱心に聴き入っていました。

# 組織拡大へ本腰

## 延岡農協みどり会

# 繋ぎ活動を推進

JA延岡のOBでつくる延岡農協みどり会（131人）は7月19日、北小路の源太で第36回（令和5年度）通常総会を開きました。来賓を含め60人が出席し、旧交を温めると共に組織拡大を図り、JA事業に積極的に参加していくことを確認しました。

甲斐俊行会長は「JA延岡エネライフが全国危険物安全協会理事長表彰を受賞し、東延岡・岡富支店がSNS型詐欺を未然に防止したとして延岡警察署長から感謝状を受けるなどJAのOBとしては誇らしい限りだ。われわれもボランティア活動などを通して地域に



会員、来賓全員で記念撮影

貢献する団体として飛躍したい」と意気込みを見せました。

来賓を代表してJAみやざき延岡地区本部の楠田富雄本部長は、広域合併後の今後のスケジュールなど紹介した後「広域JAとなっても、当JAの姿勢は変わることはない。引き続きJA事業へのご支援をお願いします」と協力を求めました。

新年度の事業計画等を審議した後、女性会員増強のため岡富地区の谷恵子さんと南方地区の中城寿美子さんを参与に委嘱しました。続いて行われた懇親会では、古稀・喜寿・傘寿・米寿の記念品贈呈、抽選会などがあり、全員、楽しいひとときを過ごしました。

## 第2回 女性大学

# 茶殻のパスタに挑戦

JA延岡女性部の第2回ほっとcollege(女性大学)は8月3日、野田町のJAにししな愛彩館で開かれました。8人が参加。同町の野菜ソムリエ、佐藤純子さん(60)から野菜の持つ効能や保存法に関する講義を受けた後、お茶の淹れ方、茶殻を使った「茶ノベーゼのパスタ」の作り方などを学びました。

受講生でもある同女性部の藤島恵子部長は「開校式で植えたサツマイモはすくすく育っています。収穫が楽しみです。猛暑が続きます」



佐藤さん(左)から茶殻を使ったパスタの作り方を学ぶ受講生

すが体調に気を付けて全員そろって大学を卒業しましょう」と励ましました。

佐藤さんは、お茶の淹れ方では「沸騰したお湯を水で冷やした湯呑に注ぐと70度ほどになり、うまみ成分が出てよりおいしくなります」。野菜栽培に関しては病虫害対策として「畑の土をほぐして水をまき、透明のビニールで覆うと菌や虫が発生しません」などとアドバイス。

## キュウリの保存食も

調理実習では、バジルの代用に茶殻を使ったパスタの作り方のほか、JA営農振興課の職員の指導で保存食にもなる「ゴーヤの松前漬け」や「キュウリの佃煮」の作り方に挑戦。試食会では全員「おいしい。さつそく自宅で作ってみたいです」などと大好評でした。

受講生のひとり、大貫町の古本政子さん(82)は「身近な材料で手軽にできる料理はともうれしい。キュウリを保存食にするのは勉強になりました。もっと農業に関する知識を吸収したいので、これからの授業が楽しみです」と話しています。

## 組合員の皆様へ ～JAみやざき職員募集～

JAみやざき延岡地区本部は、令和7年度採用職員(高卒)の募集を行っています。組合員の皆様のご家族や親戚・知人・友人の方等にぜひ紹介をお願いいたします。採用試験の詳細については12ページをご覧ください。

大卒・短大卒の採用情報につきましては、JAみやざきのホームページ(<https://miyazaki.mz-ja.or.jp>)をご参照ください。

JAみやざきは令和6年4月、県内13JAが合併して誕生しました。正式名称は「宮崎県農業協同組合」です。「JA宮崎中央会」「JA宮崎信連」「JA宮崎経済連」を統合し、来年3月には全国初の3連合会統合による県域JAとなる予定です。

今後も組合員の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

総務部

## 運営委員が行く

意見収集活動

## 松本義文委員

松本義文委員(71)は7月25日、北浦町下塚のシキミ農家、甲斐巧さん(69)を訪ねました

甲斐さんは県外で建設業に携わっていましたが、高齢の父・弘さん(92)の身を案じて5年ほど前に帰省して就農。「昔、手伝いをしていたので戸惑いはなかった」と親族や地区の人たちの協力を得てシキミ栽培に励んでいます。

栽培面積は約2・5畝。北川町しきみ部会の会員で収穫したシキミは同部会下塚支部の集荷場に出荷します。

ほ場を車で自在に動けるよう車



甲斐さん(右)と歓談する松本委員

道を整備するなど工夫しながら農業を楽しむ甲斐さん。後継者としてりっぱに成長した長男の勝洋さん(40)の存在が大きな支えになっています。

松本委員は「勝洋さんにバトンタッチするまで体調に気を付けて頑張っしてほしい」とエールを送りました。





## 山内さん夫妻(沖田町) 優秀賞

## 農業経営管理コンクール

## 甲斐さん(吉野町) 瀧本さん(大貫町) に功労賞

ロボット田植え機など最先端技術を積極的に導入し、スマート農業の先駆者として地域農業をリードする沖田町の山内憲次さん(56)、三奈さん(51)夫妻が宮崎県農業経営者組織協会の「農業経営管理コンクール」で優秀賞を受賞しました。

表彰式は7月10日、宮崎市のシーガイアコンベンションセンターで開かれた同協議会の令和5年度通常総会後の設立50周年式典の席上で行われました。

山内さんは「2人での受賞なのでうれしい。妻が帳簿作成などサポートしてくれるから心強い。こ



表彰式に臨んだ山内さん夫妻

れからも青色申告を通して損益分岐点等を見極めながらコスト削減、規模拡大を図っていく」と規模拡大への意欲を見せました。

山内さんは就農28年。三奈さんは専業になって15年。水稲18畝、玉ネギ30坪。タブレットや携帯端末を活用し、データ管理した圃場を把握することで作業効率アップ、コスト削減に取り組んでいることが評価されました。

同時に功労表彰式も行われ、吉野町の甲斐壽徳さん(73)と大貫町の瀧本喜義さん(63)に功労賞が贈られました。甲斐さんは同協議会の理事を4期、瀧本さんは6期務め組織の発展に尽力しました。

## 要請活動の強化を

### 農民連盟延岡支部

宮崎県農民連盟延岡支部は7月24日、JA本館大ホールで第34回通常代表代議員会を開きました。47人中40人(うち委任6人)が出席。新生JAみやざきと連携し、積み上げた政策提案の実現に向けて要請活動を強化することを確認しました。併せて今後の農民連盟のあり方等について検討することも重点活動の1つに掲げました。楠田富雄支部長(JA延岡地区本部長)も「諸物価高騰の影響で牛肉の消費が低迷し、畜産農家は



要請活動の強化を訴える楠田支部長

## JAなど炎天下で調査

### 経営所得安定対策

旧延岡市区域で7月22日から29日にかけて令和6年度経営所得安定対策に係る現地確認調査が行われました。

今年度は68地区をJAみやざき延岡地区本部、NOSA I宮崎、東白杵北部農業改良普及センター、延岡市の各担当者が調査しました。JAは夏田町、差木野町など17地区を担当。営農振興課の職員が炎天下で立札に記入の作物が申請通りに栽培されているかなどチェックしました。



申請通り作付けされているかなど調査するJA職員 =夏田町

対象作物はWCS(稲発酵粗飼料)、飼料用米、米粉用米、飼料作物など。転作以外に生産調整に取り組んでいる農家も含むため野菜などの調査もしました。

苦境に立たされている。対してJAみやざきは7億5千万円規模の資材高騰対策を打ち出した。これからの農業現場の声が反映される政策提案を行っていく」と要請活動の強化を強調しました。



# 陶器作りに挑戦

女性部 出来上がり楽しみ  
東海支部

自家製陶器ゆう工房で



陶器づくりに挑戦した皆さん（後列左が黒田さん）

J A延岡女性部東海支部は7月24日、栗野名町の自家製陶器「ゆう工房」で陶器作りを体験しました。11人が参加。同工房の黒田ゆう子さんの指導で皿、茶碗、花瓶など自分だけのオリジナル作品に挑戦しました。

参加者は、あらかじめ黒田さんがこねた赤土と白土のいづれかを選り板状に伸ばし、好みの大きさにしてから形を整え、模様や色付けをしました。全員、黒田さんのアドバイスを受けながら作業に集中。一通りできあがったところで

互いに「素敵ね」などと声をかけ合っていました。

この後の乾燥、素焼き、施釉、本焼き、窯出しの工程は黒田さんが行います。参加者が作品を手にするのは8月中旬の予定。

同支部の日高寿美子支部長は「貴重な体験ができました。面白かったです。出来上がりが楽しみ」と大満足。

黒田さんは陶芸歴25年。「手作りの温もりを感じられるのが陶芸の魅力のひとつ。多くの人に陶芸を身近に感じてほしい」と話しています。

## なくそう食品ロス

食品ロス問題ジャーナリスト ● 井出留美

### 干し野菜を作ってみよう

キュウリやナスが旬ですね。キュウリはあっという間に大きくなってしまふので、すぐ取らなければなりません。あまりに量が多いと食べるのが間に合いません。

そこで便利なのがキュウリの半干しです。以前にもこのコラムで紹介しましたが、長野県で米や野菜を作っている義父母に教えたところ、おいしいと喜ばれたので、あらためてお伝えします。

料理研究家の有元葉子さんの著書『使いきる。レシピ』（講談社）で紹介されています。

キュウリを斜め輪切りにし、ざるなどに並べて庭先やベランダに干しておきます。カラカラになるまで乾かすのではなく、触るとシナツとした感じの半干しです。私は斜め輪切りにしていますが、普通の輪切りや拍子木切りでもOKです。

半干ししたキュウリを塩もみし、ごま油や砂糖、しょうゆ、酢などであると一緒に作り、お酒のつまみにもぴったり。半干しにすると、生で食べるよりさらにかみ応えが増します。私は和風だれで漬けますが、コチュジャンを使って韓国風、オリーブ油やバルサミコ酢を使ってイタリア

ン風などにアレンジもできるでしょう。

キュウリは生のまま食べてもいいですし、肉と一緒に炒めるのもいいですね。有元葉子さんは玄米カレーの具材としてもお薦めしています。

野菜を干す方法はキュウリ以外にも使えます。冬に旬を迎えるダイコンは切り干し大根にできます。先日、冬の間に作っておいた切り干し大根を水で戻し、絞って甘酢漬けにしたら、歯応えのあるサラダになりました。切り干し大根は、煮ると軟らかくなりますが、水で戻すとコリコリしておいしいです。

冬ならジャガイモ、秋ならキノコ、夏ならズッキーニなど応用可能です。エノキタケは干すとみそ汁の具やだしとして使えます。野菜がたっぷり手に入ったら干し野菜を作ってみませんか。



半干しにしたキュウリ。和風だれに漬けてお酒のつまみにも(著者撮影)





# 7月期 平均49万9986円

東臼杵郡市畜産農業協同組合連合会は7月20、21日の両日、櫛津町の延岡家畜市場で7月期子牛せり市を開きました。平均価格は49万9986円。前年比1万8165円増でしたが、前回比では1万712円減となりました。

## 要因は消費低迷

同畜連では「消費者の節約志向による消費低迷が大きい。去勢目当てる購買者が少ないのも影響している」と分析しています。

雌の平均は47万9875円で、前回比8169円増でしたが、



活気づく延岡家畜市場

## 成績表

		頭数(頭)	最高(円)	最低(円)	平均(円)	日齢	体重(kg)
地区本部	雌	88	668,800	227,700	459,275	300	283.0
	去	86	702,900	315,700	533,845	281	293.5
	計	174			496,132	291	288.2
延岡市場	雌	236	1,106,600	221,100	479,875	303	285.3
	去	269	745,800	315,700	517,630	282	296.9
	計	505			499,986	292	291.5
		前年市(7月)	前回市(5月)	今回市(7月)	前年比	前回比	
雌	465,596	471,706	479,875	14,279	8,169		
去勢	496,707	548,648	517,630	20,923	△31,018		
平均	481,821	510,698	499,986	18,165	△10,712		

去勢が3万1018円減と大きく下回りました。最高値は雌が110万6600円、去勢が74万5800円。

## 505頭が出場

出場頭数は505頭(雌236頭、去勢269頭)でした。(価格はいずれも税込み)。価格は左記の通りです。

## 熊本型放牧を視察

### べこちゃん乙女会

J Aみやぎ延岡地区本部のわぎゅう女性部「べこちゃん乙女会」は7月16日、熊本県の阿蘇の草原に牛を放牧する「熊本型放牧」を視察しました。

今年も熊本県阿蘇市北外輪に20軒ほどの農家の繁殖牛約100頭が放牧されています。期間は5、10月。牛を預ける農家はエサ代がいらないためコスト削減になります。さらに牛の運動量が増えることでお産が軽くなり、草原の維持にもつながるというメリットがあります。

参加した16人の部員たちは広大な牧野で育つ牛たちに「うらやましい環境で育っている」と絶賛。井本みつよ会長も「私たちの牛は

## 優等1席に星川牧場

### 日向・延岡合同和牛枝肉共励会

日向・延岡合同和牛枝肉共励会は7月26日、都農町のミヤチク都農工場で開かれ、北浦町古江の星川牧場の「黒王376」(父・勝美利、母の父・耕富士)が優等1席に輝きました。



高森湧水公園で

狭い個室につながれて過ごす。この牛たちはストレスがなく幸せですね」と草原を走り回る牛たちに目を細めていました。一行は高森湧水公園や白川水源なども見学し、有意義な1日を過ごしました。

同2席に三須町の宮田初子さん、同3席にJ A延岡地区本部肥育センターが選ばれるなど延岡勢が上位を独占。3頭とも地元産の勝美利の産子でした。新設された脂質賞は同センターが獲得しました。共励会にはJ A日向、J A延岡地区本部管内から24頭が出場。一般的に枝肉にボリューム感があがり、サシの形状もよく購買者から高い評価を得ました。



# 県内13地区 本部が結束 繁殖牛部会長会を設立

繁殖牛経営の安定につなげようとJAみやざきは、県内13地区本部の繁殖牛部会長らで組織する「繁殖牛部会長会」を設立しました。6月25日、宮崎市で開いた初会合でJA延岡地区本部延岡和牛部会の柳田裕則部会長が副会長に選出されました。

## 副会長に柳田裕則さん

柳田副会長は「資材、飼料高騰等で畜産農家は限界にきている。

今まさに正念場だ。この窮状を取りまともて県北畜産のありのままを訴えていきたい。そして部会長会であらゆる角度から検討して打開策を講じていきたい」と決意を述べました。

初会合には、生産者や県、JA宮崎経済連、各地区本部担当者ら約50人が出席。会長に選ばれたJA宮崎中央地区本部繁殖牛部会連絡協議会の十河啓二会長は「畜産の情勢は厳しいが、国や県・市町村からの支援もいただきながら繁殖牛経営の安定と向上を目指していきたい」とあいさつ。副会長にはJAこぼやし地区本部西諸和牛振興会の濱崎一正会長も就任しました。

JAの栗原俊朗組合長は「子牛価格の下落や飼料価格の高止まりなど畜産の情勢は極めて厳しい。県内13地域がしっかりと団結し、安定経営に向け積極的な協議をお願いしたい」と激励しました。

和牛経営は、枝肉価格の伸び悩みや子牛価格の下落など大変厳しい状況が続いています。繁殖牛部会長会では各地区本部の代表が情報を交換しながら生産性向上や購買誘致活動などに取り組みます。



各地区本部の繁殖牛部会長とJAみやざきの役員。  
前列右から3番目が柳田副会長

## 東白杵地域代表に織田さん(石田町) 谷名さん(小野町)、山口さん(北方町)

### 第65回 宮崎県畜産共進会へ

東白杵郡市畜連は7月30日、櫛津町の延岡家畜市場で第65回宮崎県畜産共進会の東白杵地域代表牛を選ぶ決定検査を行いました。

当JAから1類(黒毛和種で生後12ヵ月以上17ヵ月未満)に石田町の織田直行さん(41)の「つゆいり」(父・桃白鵬、母の父・美穂国)、2類(黒毛和種で生後17ヵ月以上22ヵ月未満)に小野町の谷名俊一さん(76)の「あいのさくら」(父・耕富士、母の父・勝平正)、3頭セットで出場する3類(黒毛和種で生後12ヵ月以上22ヵ月未満)に北方町三ヶ村の山口勇登さん(30)の「あきこ3」(父・桃白鵬、母の父・秀正実)が選ばれました。

決定検査にはJA延岡地区本部とJA日向地区本部管内から15頭が出場しました。県共進会は10月4日、児湯地域家畜市場で開かれます。



15頭が出場した決定検査

## 理事会だより

令和6年度第5回理事会は7月25日、JA・AZMホール2F大研修室で開かれました。9議案について審議し、原案通り可決しました。報告は2件、協議、その他各1件でした。

### 議案

- ▽理事の報酬
- ▽当組合と理事との契約(利益相反取引)
- ▽最終事業年度業務報告書
- ▽最終事業年度ディスクロージャー誌
- ▽理事会規程の一部変更および本店職制規程の制定
- ▽内部監査規程の全部改正

### 報告

- ▽リスク管理関連の方針等の制定
- ▽事業資金長期(賃貸住宅資金)にかかる資金の貸付
- ▽肉用牛繁殖雌牛導入事業貸付契約に係る包括承認
- ▽農業振興積立金の活用(宮崎牛消費券の配布含む)
- ▽JAみやざき設立キャンペーン

### 協議

- ▽中期計画策定方針および農業振興ビジョン・営農振興計画

### その他

- ▽国産畜産物需要拡大に関する緊急要請







# あなたもチャレンジ!

# 家庭菜園

図1 畑の準備



図2 種まき(じかまき)

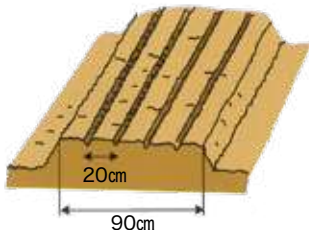
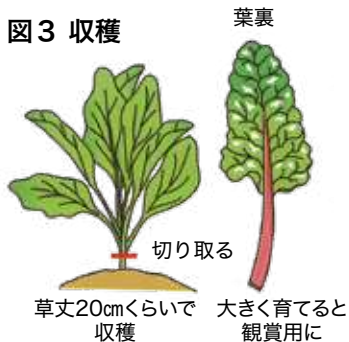


図3 収穫



【種まき】10〜30度で発芽し、適温は25度程度です。じかまきでは条間20cm程度、株間5cm程度の間隔で1カ所に3、4粒を種まきします。

【畑の準備】事前に1平方m当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(図1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作りまします。

【品種】「アイデアル」(サカタのタネ)、「ブライトライト」(タキイ種苗)は葉柄、葉脈が赤、白、黄色などに着色します。フダンソウと呼ばれる品種には、「ひだん草」「うまい菜」などがあります。

【収穫】事前に1平方m当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(図1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作りまします。

スイスチャードは和名をフダンソウ(不斷草)といい、ホウレンソウと同じアカザ科の野菜で、おひたし・あえ物・炒め物に利用します。

生育適温は15〜20度ですが、暑さ・寒さに強く、ホウレンソウの作りにくい夏に容易に栽培ができます。このように、フダンソウの名前は季節を問わず絶え間なく栽培できることに由来します。中間地では、春まきは4月に種まきし、5、6月に収穫し、夏まきは7月にまいて8月に収穫できます。秋まきは10月に種まきし、12月から下葉をかきながら収穫を始めます。

## スイスチャード カラフルな葉は観賞用にも

園芸研究家 ● 成松 次郎

【種まき】10〜30度で発芽し、適温は25度程度です。じかまきでは条間20cm程度、株間5cm程度の間隔で1カ所に3、4粒を種まきします。

【畑の準備】事前に1平方m当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(図1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作りまします。

【品種】「アイデアル」(サカタのタネ)、「ブライトライト」(タキイ種苗)は葉柄、葉脈が赤、白、黄色などに着色します。フダンソウと呼ばれる品種には、「ひだん草」「うまい菜」などがあります。

【収穫】事前に1平方m当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(図1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作りまします。

【種まき】10〜30度で発芽し、適温は25度程度です。じかまきでは条間20cm程度、株間5cm程度の間隔で1カ所に3、4粒を種まきします。

【畑の準備】事前に1平方m当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(図1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作りまします。

【品種】「アイデアル」(サカタのタネ)、「ブライトライト」(タキイ種苗)は葉柄、葉脈が赤、白、黄色などに着色します。フダンソウと呼ばれる品種には、「ひだん草」「うまい菜」などがあります。

【収穫】事前に1平方m当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(図1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作りまします。

【種まき】10〜30度で発芽し、適温は25度程度です。じかまきでは条間20cm程度、株間5cm程度の間隔で1カ所に3、4粒を種まきします。

【畑の準備】事前に1平方m当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(図1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作りまします。

【品種】「アイデアル」(サカタのタネ)、「ブライトライト」(タキイ種苗)は葉柄、葉脈が赤、白、黄色などに着色します。フダンソウと呼ばれる品種には、「ひだん草」「うまい菜」などがあります。

【収穫】事前に1平方m当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(図1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作りまします。

【種まき】10〜30度で発芽し、適温は25度程度です。じかまきでは条間20cm程度、株間5cm程度の間隔で1カ所に3、4粒を種まきします。

【畑の準備】事前に1平方m当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(図1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作りまします。

【品種】「アイデアル」(サカタのタネ)、「ブライトライト」(タキイ種苗)は葉柄、葉脈が赤、白、黄色などに着色します。フダンソウと呼ばれる品種には、「ひだん草」「うまい菜」などがあります。

【収穫】事前に1平方m当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(図1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作りまします。

栽培カレンダー (スイスチャード)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月
冷涼地	●	■	■	●	■	●	■	■		
中間地	●	■	■	●	■	●	■	■		
暖地	●	■	■	●	■	●	■	■		

● 種まき(じかまき) ■ 生育 ■ 収穫

### インショップ産直コーナー

#### マックスバリュ岡富店

営業/0:00~24:00  
住所/中川原町2丁目4920

#### マックスバリュ南延岡店

営業/0:00~24:00  
住所/構口町2丁目204-7

#### イオン延岡店

営業/9:00~21:00  
住所/旭町2丁目2-1

#### イオン多々良店

営業/9:00~21:00  
住所/岡富町154

お問い合わせは  
ふるさと市場 ☎28-0080

#### 産直市場のべおか

営業/10:00~19:00  
住所/大貫町3丁目1278

## ふるさと市場



営業/9:30~18:00 住所/恒富町4丁目27

JAの産地直売所

安心

安全

新鮮





「絶品スイーツいかが」と田口さん夫妻

## 北方町の田口さん夫妻

「中山間地での農業を継続していくためには強み、つまり自分にとって果物を生かすしかない」と加工に着目したのが「エンチャード」オープン動機。店名は人とのつながりを大切にする「縁」、延岡への想い「延」と英語の「オーチャード（果樹園）」を組み合わせた造語。

店内を切り盛りする妻の知子さん（42）は「私自身が子育て中な

道の駅「よつちみろ屋」から案内板を目安に車を走らせること2、3分。ガラス張りのブルーの鮮やかな建物が現れます。自然がいつぱいで店舗へは柿園をくぐって行くなどの演出も。店内は30席ほど。テラスがあり、敷地内には

# 「エンチャード」オープン

丹精して育てたフルーツのスイーツを提供するピクニックガーデン「エンチャード」が8月1日、北方町蔵田にオープンしました。同町の果樹農家、田口正幸さん（41）が10数年前から構想を練っ

て実現にこぎつけました。桃、ブドウ、イチゴなどのパフェ、タルト、スムージー、ソフトクリーム、さらにフラッペ、かき氷、猛暑のなか多くの人が訪れ、至福のひとつときを過ごしています。



ガラス張りのおしゃれな店舗

# 絶品です！ 地場産フルーツスイーツ

2000平方メートルの芝生が広がります。テイクアウトもあり、持ち帰り専用のフルーツ、ジャム、ゼリー、ドライフルーツなども用意。柿や完熟キンカンもメニューに加わる予定です。

田口さんは23歳で家業承継。JA延岡青壮年部の部長など歴任。現在も副部長として同部の運営に積極的に取り組んでいます。

## 滞在型観光施設へ

今年度中には敷地内に選別場、加工場、直売所を建設。隣接してフルーツ狩りを兼ねたブドウハウス（75坪）、イチゴハウス（23坪）、柿園（45坪）があることから「この地で収穫、選別、加工、出荷などすべてできるので作業効率がアップする」と田口さん。続けて「四季折々のイベント開催やバーベキュー広場、宿泊施設の建設など計画している。最終目標は滞在型の観光施設」と夢はますます膨らみます。

## JAから100人参加 まつりのべおか ばんば総踊り

第47回まつりのべおかのフィナーレを飾る「ばんば総踊り」は7月20日、市役所通り一帯で行われました。30団体約1500人が参加。団体ごとにそろいの法被や浴衣姿でばんば踊りを楽しみました。伝統のまつりを盛り上げようとJAみやぎ延岡地区本部も家族を含め約100人が参加し、花を添えました。

JAは若手職員を先頭に「愛」と「絆」の文字の入ったオレンジ色のハッピを着込んだ職員たちがばんば踊りと、この日のために練習した姉妹都市の福井県坂井市の「丸岡音頭」を披露。楠田本部長ら4役も参加し、沿道からは盛んな拍手が送られました。



JAも100人が参加し、ばんば総踊りを盛り上げた





# 教えて！

シニアのための

# ヘルスリテラシー

ヘルスリテラシーとは、健康や医療に関する正しい情報を入手し、理解して活用する能力のこと。さまざまな疾患リスクが高まるシニア世代。生涯を通じて健康で充実した生活を送るために、ヘルスリテラシーを向上させましょう。



参考資料：東京都医師会ホームページ  
ヘルスリテラシーって何？  
<https://www.tokyo.med.or.jp/healthliteracy>  
イラスト：ゆきたけし

## LESSON 1

### 高齢者が気を付けたい フレイルって何？

#### 健康と要介護の中間の状態

フレイルとは、心身の働きが弱くなり、健康と要介護の中間にある状態のこと。「つまずきやすくなった」「物忘れが気になる」「前より疲れやすくなった」などの症状が現れたら、フレイルのサインかもしれません。

#### フレイル予防と改善の3本柱

フレイルはバランスの良い「食事」、適度な「運動」、人とつながる「社会参加」の三つを生



両手の親指と人さし指で輪を作る

利き足ではない方のふくらはぎの一番太い部分に当てる  
自分で手軽にフレイルをチェックできる1つの方法として、「筋肉量を測る「指輪っかテスト」があります。筋肉が衰えていると指と足の間に隙間ができ、フレイルである可能性が考えられます。

活に取り入れることで、予防・改善することができます。

食事は、メタボ対策からフレイル予防に切り替えることがポイント。野菜だけでなく、筋肉のもとになる肉や魚、卵、大豆製品の他、骨を強くする乳製品などを取るようにして、栄養状態を保つことが大切です。もちろん、しっかりと食事を取るためには正しく歯磨きを行い、健康な歯を保つことも必要です。

筋肉の衰えを防ぐため、ウォーキングなどの運動も習慣にしましょう。さらに、社会参加の機会が減ることは、フレイルになる原因の一つです。趣味やボランティアへの参加など、自分に合った社会活動を見つけると良いでしょう。

## LESSON 2

### その腰痛、 骨粗しょう症の骨折では？

#### 骨も年を取ります

骨粗しょう症とは、骨の量が減少することなどが原因で、骨折しやすくなる病気です。

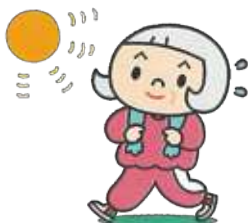
女性ホルモンには骨の新陳代謝のバランスを保つ働きがあるため、女性ホルモンの分泌が減る閉経後は骨の量が減少します。

骨粗しょう症が進行すると、背骨や手首の骨、太ももや腕の付け根の骨が折れやすくなります。背中や腰が曲がって痛みがあったり、身長が縮んでいる場合は、骨粗しょう症によって背骨が圧迫骨折を起こしている可能性もあります。

#### 食事と運動でコツコツ予防を

骨粗しょう症は薬などで治療を行います。骨を増やす食事と運動による予防が重要です。骨作りに必要な乳製品や小魚、緑黄色野菜で、カルシウムを積極的に摂取してください。カルシウムの吸収を高める働きがあ

#### コツコツ予防



習慣的な運動も大切です。散歩や階段の上り下りを増やすのもお勧めです。適度な日光浴により体内でビタミンDが生成されます。

## LESSON 3

### 知ってください 肺炎の恐ろしさ

#### 肺炎は特に高齢者が注意すべき病気

肺炎とは、肺に炎症が起きる病気です。肺炎になると、初めは喉の痛みや鼻水・鼻詰まり、せき、たんなどの症状が出て、進行すると高熱や呼吸困難、全身の倦怠(けんたい)感、悪寒、胸の痛みなどが現れます。風邪だと思っただけで放っておくと、重症化することもあります。

#### ワクチン接種で肺炎予防を

日常で起こる肺炎の原因菌として、最も多いのが「肺炎球菌」です。これは肺炎に加え、気管支炎や敗血症などの重い合併症を引き起こすこともあるリスクの高い菌ですが、ワクチン接種で予防することができます。

ワクチン以外にも、普段から免疫力を高めるために、規則正しい生活やバランスの良い食事、質の良い睡眠を心がけましょう。ウイルスを体内に入れないよう、うがいや手洗い、マスクの着用も大切です。「食欲がない」



「息切れがする」などの不調を感じたら、必ずかかりつけ医に相談しましょう。



肺炎球菌ワクチンは高齢者を対象に定期接種になっており、1回の接種で5年以上の効果が続くことが認められています。

## LESSON 4

え、まさか！

この私が認知症？

日常生活に支障が出たら要注意

認知症とは、さまざまな原因で脳細胞に障害が起き、認知機能が低下して、日常生活に支障が出る状態のこと。認知症を引き起こす病気は数多くありますが、脳細胞の変性が原因の、アルツハイマー病、レビー小体病、前頭側頭変性症の他、脳卒中などの脳血管の病気による認知症も多いといわれています。

さらに、甲状腺機能低下症やビタミンB1欠乏症、水頭症などのように、治療によってある程度治癒が期待できる病気もあります。認知症の主な症状は、記憶障害や理解力、判断力の低下などです。さらに不安感、痛みなどの不快感、居心地の悪さなどのさまざまな環境要因が加わることで、落ち着きがなくなる、怒りっぽくなる、妄想を抱くといった「行動・心理症状(BPSD)」が加わります。

加齢による物忘れと認知症はどう違う？

加齢による物忘れと、認知症による物忘れは、区別するのが難しいものですが、次のような症状が見られたら、認知症のサインかもしれません。

- 物忘れをしていることに気付けなくなる
- 食事の内容だけでなく食べたこと自体を忘れるなど、体験したこと全てを忘れる
- いつも捜し物をしていて、誰かが盗んだと思ってしまう

認知症を引き起こす病気の中には薬や手術で治すことができるものもありますが、アルツハイマー病などは薬で進行を遅らせることはできません。行動・心理症状を悪化させないような心の支援も重要です。

生活習慣病の予防や禁煙は認知症予防にもつながります。バランスの良い食事を取り、適度な運動を習慣にしましょう。趣味の活動などを楽しみ、積極的に人と交流するよう心がけてください。



自分だけでなく、家族や友人に変化を感じたら、かかりつけ医や「物忘れ外来」に相談を。

## LESSON 5

そのドキドキ、心不全かも？

自覚症状が少ない高齢者の心不全

心不全とは、心臓のポンプ機能が低下して、全身の臓器に十分な血液を送り出せなくなった状態です。

心臓の機能は加齢に伴い低下するため、高齢者ほど注意が必要です。症状としては、動悸(どうき)や息切れ、呼吸困難、体重の増加、むくみ、疲労感などが挙げられます。しかし高齢者では、はっきりした自覚がない場合も少なくありません。

息切れや急な体力低下に注意

心不全の早期発見のポイントは、「これまで普通にできていた動作ができなくなった」

「年のせい」と思い込んで、そのままにいませんか？



自覚したとしても「年のせいだから」と我慢してしまいう傾向があり、発見が遅れることもあります。

「急に体力が落ちた」「急に体重が増えた」「動悸や息切れが増えた」などの症状です。こうした症状が現れたら我慢せずに、医療機関を受診しましょう。

日常生活では、かかりつけ医と相談して、塩分や水分の摂取に気を付けましょう。また、過度の飲酒や過食、長時間の入浴にも注意が必要です。そして、喫煙は控えましょう。

## LESSON 6

定年後こそ

ヘルスリテラシー

定年後は疾患リスクが上昇する？

定年後は、自分で自分の健康を守ることがこれまで以上に大切になります。病気を未然に防ぐためには、定期的に身体状態をチェックすることが大切であり、その機会を逃すことは、病気の発見が遅れにつながる可能性があります。ヘルスリテラシーを高めて、健康で充実した毎日を送りましょう。

家族以外の人と接する機会が減ったり、長年続けてきた生活リズムが変わったりすることで、精神的な不調につながることもあります。ずっと仕事中心の生活で、定年後に地域の中での人間関係を築きにくいような方たちを対象に、市民グループへの参加の機会を提供している自治体もあります。興味がある方は、ぜひ、問い合わせしてみてください。



# 令和7年度 JAみやざき 職員募集のご案内 (高卒)

- 1 応募資格 高卒：高校卒業の方および令和7年3月卒業見込の方  
大卒、短大卒の方は別途受付となりますのでお問い合わせ下さい。
- 2 募集人員 正職員（総合職） 10名程度
- 3 応募手続 ①履歴書 ②学業成績証明書 ③卒業証明書または卒業見込証明書  
※特殊な技能を有する者はその免許証の写し
- 4 応募期間 令和6年9月5日（木）～9月13日（金）必着
- 5 選考方法・日程 採用試験：①筆記試験 能力検査（言語理解・計数理解）②適性検査 ③作文  
④面接（午後）  
※昼食については、準備致しません。  
令和6年9月20日（金）
- 6 試験会場 JAみやざき延岡地区本部（延岡市川原崎町281-1） 本館3階 小ホール TEL：0982-23-1880
- 7 応募書類提出先 〒882-0033 延岡市川原崎町281-1 TEL：0982-23-1880  
宮崎県農業協同組合延岡地区本部 総務課 担当 森山、高見までお問い合わせ下さい。  
E-mail：kanrika@nobeoka.mz-ja.or.jp



**未来のJAみやざきを担う職員を募集します！**



## 緑ナンバーを申請していますか？

乗用装置がある農耕作業用車（農耕トラクター、コンバイン、田植機など）は軽自動車税種別割の課税対象で、道路を走行することの有無（田畑でしか使用しない）や、年間の使用回数に関わらず、**所有している場合はナンバー登録（申告）が必要**となります。

農耕作業用車	農耕トラクター、コンバイン、田植え機など 
乗用装置	有
最高速度	時速35km未満
税率（年間）	2,400円

申告の際に必要なものについては、一度お問い合わせください。

申告先・お問い合わせ先

延岡市役所 市民税課 市民税第2係 ☎ 0982-22-7065  
 北方総合支所 市民サービス課 ☎ 0982-47-3601  
 北浦総合支所 市民サービス課 ☎ 0982-45-4228  
 北川総合支所 市民サービス課 ☎ 0982-46-5012

農業で使用するビニールハウスや温室、乾燥機などの機械は「償却資産」といい、固定資産税の対象となります。

償却資産には下記のようなものがあり、所有している方は確定申告とは別に市役所に申告する必要があります。

### 申告が必要なもの(例)

- ・ビニールハウス ・堆肥舎
- ・家畜用設備 ・サイロ
- ・乾燥機 ・管理機
- ・精米機(コイン精米機) ・動噴
- ・ラップマシン ・保冷库
- など

(固定資産税)

知っていますか？  
**償却資産の申告**



申告の対象とならない場合もありますので、詳しくは資産税課までお問い合わせください。

延岡市役所資産税課 ☎ 22-7043

# カメムシ、ウンカ、いもち病に注意！！

## 徹底防除を心掛けましょう

### 稲作情報

落水は収穫5日前に

出穂前後の病害虫防除

登熟期の後半を迎え、水管理や収穫、乾燥、調整など、最後の仕上げ時期になってきました。病害虫防除、収穫、乾燥、調整に留意し、おいしい米づくりを努めましょう。

#### 【病害虫防除】

8月中旬から下旬にかけて出穂はじめ、全体が8割出穂うと穂揃い期をむかえます。

仕上げ防除の時期です。水を溜めて防除をすることでウンカ類に對しての効果が上がります。

ブラシバリダフロアブル(穂首いもち病、内穎褐変病、紋枯病) スタークル液剤10またはトレボンスターフロアブル(カメムシ類、ウンカ類)

カメムシ類対策として、穂揃い期とその1週間、10日後にスタークル液剤10が効果的です。畦畔の草刈りも行いましょう。 ※薬剤はすべて1000倍。

#### 1 水管理と米の収穫

間断灌水に心がけ、落水は収穫5日前を目安にしましょう(ぬかり田は早めに落水が必要で)。落水が早すぎると登熟不足や立

ち毛胴割れにつながる収量も品質も低下します。(ウンカ防除で粉剤を散布するときは水を溜めましょう)

#### 2 刈り取り、収穫

刈り取り適期は、籾の色が80%黄化したときが目安です。出穂後の日数は、「ヒノヒカリ」で穂ぞろいから約35日ごろが目安となります。

刈り遅れは、茶米や胴割れ等により品質が低下しますので、適期刈り取りに努めましょう。

コンバインで収穫した後の籾を放置しておく、ムレ米の原因になりますので、収穫後は速やかに乾燥機に移しましょう。

#### 過乾燥に注意

#### 3 乾燥・調整

①急激乾燥・過乾燥は、胴割れの発生や食味が低下しますので、適切な乾燥を行いましょ。

②玄米目標水分は、14.5%、15.0%に仕上げてください。うるち米、もち米のどちらも仕上げ水分は同じです。特にもち米は乾燥し過ぎによる胴割れが非常に多いです。

③玄米は米選機での選別を徹底し、品質の均一化と整粒歩合の向上に努めましょ。くず米や米ぬかには虫が非常につきやすいため、注意ましょ。

(農産園芸振興課)

## 農業用廃プラスチック 9月13日に回収します

9月期の農業用廃プラスチックの回収を行います。農業で使用し、不要となったプラスチック(マルチ、ハウス用ビニール、肥料袋等)は「産業廃棄物」です。家庭用のゴミとして処理することはできません。野焼きや不法投棄を行うと5年以下の懲役や1,000万円以下の罰金が科せられます。回収日を利用して、農業用廃プラスチックの適正処理に努めてください。

- 回収日 2024年9月13日(金)
- 時間 午前9時30分から午後3時30分まで  
※正午から午後1時までは休憩時間となるため、回収できませんのでご了承ください。
- 処理 ポリフィルム、塩化ビニール いずれも30円  
手数料 (1キロ当たり・税別)
- 場所 延岡市大武町 榊黒田工業
- ※当日は、事前に異物などは取り除き、「塩化ビニール製」と「ポリフィルム製」をきちんと分別し、搬入してください。  
※つり銭が不足していますので、ご協力をお願いします。

問い合わせ先  
延岡市農業用廃プラスチック適正処理対策推進協議会  
(延岡市農業畜産課内) ☎22-7018

## 農作業中の熱中症に注意しましょう！

～熱中症は適切な予防をすれば防ぐことができます～

暑さに体が慣れていない梅雨明け直後に、農作業中の熱中症事故が多発しています。熱中症を正しく理解し、予防に努めてください。

### 熱中症の予防法

熱中症の予防には、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

#### 暑さをしのごう服装

- 帽子の着用
- 通気性の良い衣類の着用

- こまめな水分補給
- 気温の高い時間は作業をしない
- こまめな休憩

#### 水分補給

#### 熱中症になりにくい室内環境

- ハウスや畜舎等の換気
- 遮光や断熱材の施工等による温度上昇の防止

農林水産省





他保険会社にご加入の皆様へ

**JA共済から大切なお知らせです！**



**最近こんな  
悩みはありま  
せんか???**

- 大きな災害があった時に自分の建物、家財が保障されるのか心配。
- 加入中の保険にどんな保障がついているのかわからないので一緒にみてほしい。
- 更新時期ではないが、保険料が高いため見直しできないか？
- 昨今の火災保険料の値上げにより、今後（2024年度）の値上げが心配。

**JA共済の**



建物更生共済



**なら！**

**JA共済 建物更生共済むてきプラス  
4つのポイント**

Point  
**1**

台風・地震などの**自然災害**に強い！  
火災や盗難はもちろん、自然災害、地震による損害もしっかり保障します。

Point  
**2**

**満期共済金**がある！  
掛け捨てではないので、将来的なメンテナンス費用などの準備もあわせてできます。

Point  
**3**

いろいろな**出費**も安心！  
とりかたづけの費用や消火にかかった費用、当面の生活に必要な費用などもお支払いします。

Point  
**4**

**ケガ**にも備えられる！  
火災や自然災害によってケガをされた場合、損害共済金をお支払いします。

JA共済は、被災されたご契約者さまのもとへJA職員が駆けつけ、迅速で丁寧な被害調査を行います。

お問い合わせは、お近くのJA窓口へ



## 移動金融店舗車両巡回スケジュール

取扱い業務 ▶ 普通貯金入出金 定期積金の掛込 通帳の記帳・繰越 税金、公共料金の受入れ

**ご利用の際は、印鑑と通帳をご持参ください。**



払い出しはお1人様50万円まで。入金は200万円まで。キャッシュカードでの取り扱いはできません。

### 月曜日

時間	場所
10:00~11:00	富美山コミュニティセンター
12:45~13:05	宮野浦中央公園
13:40~14:20	市尾内
14:40~15:00	旧阿蘇漁港前(月1回、第4週のみ)

### 水曜日

時間	場所
9:00~10:00	旧Aコープ桜ヶ丘店
10:30~11:00	桑平バス停
12:30~13:10	農機具センター(旧G1ひらた)
13:20~14:00	高野公民館

### 火曜日

時間	場所
9:30~10:00	片田公民館
10:30~12:00	ととろふれあい館(旧土々呂支店)
13:30~14:00	下三輪公民館(月1回、第4週のみ)

### 金曜日

時間	場所
9:30~10:00	伊原営農集会所
10:20~10:50	岡元公民館
11:10~11:30	行藤多目的集会所
13:00~13:30	唐立営農研修館(月1回、第4週のみ)
13:50~14:20	二股上公民館(月1回、第4週のみ)

**毎週木曜日はメンテナンスのため運休**

※天候や交通状況により、遅延・運休になる場合があります。

# 1万円までのコンポスト購入は全額補助 ながらホームコンポ

(市役所より)

180ℓ **9,800円**

購入価格 9,800円 - 補助金 9,800円 = **実質0円**

330ℓ **15,800円**

購入価格 15,800円 - 補助金 14,350円 = **実質1,450円**



## ＜コンポスト＞

10,000円までは全額補助

10,000円を超えた場合は、10,000円を越えた額の4分の3まで1万円に加算して補助が出ます。

限度額 20,000円

## ＜電動生ごみ処理機＞

購入価格の2分の1まで補助が出ます。

限度額 30,000円

# 防犯対策電話録音機 で詐欺対策を!

全国防犯協会連合会推奨品

防犯対策電話録音機

**KOBAN®**



組合員価格 **9,800円**



## 警告メッセージで応答

かかってきた電話に警告メッセージで応答いたします。  
「この電話の通話内容は防犯のため会話内容を自動録音いたします。  
あらかじめご了承ください」

## 自動で通話音声を録音

自動で通話の録音を開始します。  
録音時間60分・録音件数30件

## ON/OFFの切り替えが簡単

在宅時と外出時のON/OFFスイッチにより切替が簡単です。

## 取り付け工事不要

取り付けは既存の電話機に付属の電話線をつなげるだけ。  
メーカー保証1年付

お問い合わせは、グリーンワン ☎ 26-8118 へ



# エネライフ通信

## 日頃の愛顧に感謝!

## 夏のカーライフサポートフェア

### 大好評のガラポン抽選会



好評だったガラポン抽選会

JA延岡エネライフは、7月19、20日の2日間、栗野名町の本社で「夏のカーライフ・サポートフェア」を開きました。

日頃よりの愛顧に感謝を込めて実施したもので来場者は全員、ガラポン抽選会に挑戦。完熟マンゴー、防災グッズ、かき氷器、ガソリン券(2000円分)、ラーメンセットなど豪華賞品からBOXティッシュ、サランラップまで空くじ無しとあってみんな大喜び。

会場では愛車無料点検や新車、中古車試乗会などが大好評。オイル交換も通常の半値近くとあって順番待ちが出るほどの人気でした。

川原いちご農園のキッチンカーも登場。うだるような暑さにイチゴソフトなど飛ぶように売られていました。

株式会社 JA延岡エネライフ

オイル交換するなら  
今がチャンス!

# 秋のオイルキャンペーン

9月1日(日) ▶ 10月31日(木)

オイル・エレメント 2点セット 税込

エンジンも地球もきれいに、 新しくなった JA-OIL	普通車用 SNスペシャル 5W-30	エコカー専用 SP 0W-20
エンジンオイル無料点検実施中	あらゆるメーカーのガソリン車に対応	低燃費車の高性能エンジンに最適
軽自動車 ~3.0ℓ	¥3,900	¥4,600
小型車 ~3.5ℓ	¥4,200	¥5,000
中型車 ~4.0ℓ	¥4,600	¥5,500
大型車 ~4.5ℓ	¥4,900	¥5,900
ディーゼルのIL	CF 10W-30	DH-2/CF4 10W-30
~1ℓあたり	¥700	¥800

特典1 オイル交換された方へ  
BOX ティッシュ 1箱 プレゼント

特典2 同時に  
洗車機洗車されると  
洗車代が半額に!!

※ただし、シャンプー洗車以外の洗車機洗車が対象です。

株式会社 JA延岡エネライフは

延岡の農業を 応援します!!

オイル交換 大特価でご奉仕!!

軽トラックのオイル・エレメント  
2点セット 交換が **3,300円** 税込

### 農繁期 オイルキャンペーン 10月31日(木)まで

ディーゼルエンジンオイル CF 10W-30 [20ℓ] <b>大特価!!</b> <b>10,000円</b>	ガソリンエンジンオイル SNスペシャル 5W-30 [20ℓ] <b>大特価!!</b> <b>12,000円</b>	トラクターギヤスーパーマルチ GL-4 75W-80 [20ℓ] <b>大特価!!</b> <b>13,000円</b>
ディーゼルエンジンオイル DH-2 CF-4 [20ℓ] <b>大特価!!</b> <b>11,000円</b>	ガソリンエンジンオイル SP0W-20 [20ℓ] <b>大特価!!</b> <b>16,000円</b>	混合油 2サイクルスーパーマルチ(FC) [20ℓ] <b>大特価!!</b> <b>11,000円</b>

その他、各種オイル(特殊工業用オイル含)も早取特価にてご準備しております。  
詳しくは弊社各給油所または本社燃料課(23-1896)までお問合せください。



人と地域の未来のために

## (株) JA延岡エネライフ

- LPG販売事業部  
プロパンガス・住宅設備
  - 石油燃料販売事業部  
東海SS・松山SS・鉄工団地SS
  - 自動車整備/販売事業部  
九州運輸局長指定工場(車検・板金)
- 宮崎県延岡市栗野名町1505 (代)TEL: 33-4460 FAX: 21-3650

「JAみやざき」誕生!

# 合併記念定期 キャンペーン

金利

年  
**0.4%**

税引後年：0.318%

キャンペーン期間

令和6年6月3日(月)～9月30日(月)

対象

預入期間1年の定期貯金を新規で  
10万円以上500万円以下お預入れ  
の個人のお客様

抽選で当たる!

抽選・当選発表 抽選基準日：令和6年9月30日(月)  
キャンペーン期間終了後、厳正なる抽選の上、当選者を決定し、  
賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。  
※抽選権はお1人様1口です。 ※抽選券は発行いたしません。  
※やむを得ず抽選基準日(令和6年9月30日)以前に中途解約される場合は、抽選権はなくなります。  
※販売予定総額に到達次第、期間中であっても募集を締め切らせていただく場合がございます。

- A賞 宮崎牛 (2万円相当) 150本
- B賞 焼肉用 詰め合わせ (1万円相当) 250本
- C賞 加工品 詰め合わせ (5千円相当) 300本

©よりぞう

お問い合わせは、お近くのJA窓口へ

手軽で便利だぞう

## JAバンクアプリ

アプリをダウンロードして簡単登録!いつでもすばやく  
口座残高のチェックや明細の照会ができるサービスです。

アプリのサービス画面から、JAネットバンクにアクセスできます。

- 残高照会
- 入出金明細照会
- 投信残高照会
- 定期預入明細照会
- PayB(払込票決済)



ダウンロードは  
こちらから

## JAネットバンク

インターネットにアクセスするだけで、振込や税金・公共料金  
払込等さまざまな取引ができるサービスです。

- 振込・払込
- 定期貯金
- ローン繰上返済
- カードローン
- マネーフォワード for JAバンク



(家計簿アプリ)

アクセスは  
こちらから

お問い合わせは、お近くのJA窓口へ

JAバンク

資産形成・運用  
デビュー特典!!!

対象期間

2024.01.01 ▶ 2025.03.31

NISA

をJAバンク  
ではじめる  
もれなくもらえる

最大

**22,000**円分

ギフトをプレゼント!

条件 | NISAの新規口座開設+指定金額以上の投信購入

資産形成・運用  
はじめるならJAバンク!



詳しくは 金融企画課 ☎23-1887 または  
営業課 ☎23-1890 へ。





生活指導係  
おすすめ

# 延岡の旬レシピ

Nobeoka's seasonal recipe

食農教育活動専門  
アドバイザーおすすめ

食物繊維+  
腸を整える食材で腸活レシピ

## 納豆とブロッコリーのみそつくね

材料 (4人分)

鶏ひき肉……………400g    パン粉……………1/2カップ    リーフレタス…適量  
納豆 ……2パック (100g)    A [ みそ……………大さじ2と1/2    油  
ブロッコリー ……1/2 (120g)    A [ ダイコンおろし ……適量

作り方

- ①ブロッコリーは粗く刻み、リーフレタスは食べやすくちぎり水にさらしておく。
- ②ボウルにひき肉、Aを入れてよく練り混ぜ、納豆、ブロッコリーを加え混ぜる。12等分して、手に水をつけながら小判形にととのえる。
- ③フライパンに油さじ1を中火で熱し、②を2分ほど焼く。焼き目がついたら上下を返して弱火にし、ふたをして2~3分蒸し焼きにする。器に盛り、リーフレタス、ダイコンを添える。



ワンポイントアドバイス

腸を整える食物繊維と腸内の善玉菌を増やす効果がある食品を合わせてとりましょう!



腸を整える食材

## 切り干し大根とキノコの塩麴汁

材料 (2人分)

切り干し大根……………10g    塩麴……………大さじ2~3  
シイタケ……………6枚 (120g)    細ネギの小口切り…適量  
マイタケ……………1パック (100g)    塩……………少量  
だし汁……………4カップ

作り方

- ①切り干し大根はたっぷりの水に15分ほどつけてもどし、水けを絞ってざく切りにする。シイタケはいしづきを取り四つ割りにし、マイタケは食べやすくほぐす。
- ②鍋にだし汁を入れて強火にかけ、①を入れる。煮立ったら弱火にして4~5分煮る。塩麴、塩少々を加えてざっと煮、わんに盛り、細ネギをちらす。



## 牛乳をもっと食卓に おいしい ミルクレシピ



こんなに簡単でいいの!? おうちで本格派の味  
トマトと牛乳でつくるチキンカレー

材料 (2人分)

鶏もも肉……………300g  
ヨーグルト……………90g  
しょうが(すりおろし)……………2かけ分  
にんにく(すりおろし)……………2かけ分  
A [ カレー粉……………大さじ2  
塩……………小さじ1/3  
顆粒チキンスープの素(中国風)…大さじ1/2  
粉チーズ……………小さじ1  
バター……………30g  
トマトの水煮(缶詰/カットタイプ)……………1缶  
牛乳……………180ml  
塩……………適宜

作り方

- ① 鶏肉は小さめの一口大に切る。
- ② 鍋にバター、トマトの水煮を入れて火にかける。煮立ったら、①とヨーグルトとAを加える。再び煮立ったら弱火にしてふたをし、時々かき混ぜながら、5分間煮る。
- ③ 牛乳を加えてふたをし、さらに10分間煮たら、塩で味を調える。

出典 ●「ミルクサイト」[ミルクレシピ]

## 年金のお受取りは JAみやざき 延岡地区本部で

安心  
便利

年金感謝デー  
実施中!!



年金振込日にJA窓口へ年金をお受け取りにご来店いただいた方へ、プレゼント!!  
※数に限りがございますので、お早めにご来店下さい。

お問い合わせは、最寄りのJA窓口まで

## 購読のお願い

日本唯一の日刊農業専門紙  
日本農業新聞

お役に立てる情報をお届けします。JAみやざき延岡地区本部の記事も載っています。

1か月3,100円(税込み)

わが家の宝

## すこやかに

西階町  
富山弘樹さん、恭子さんの  
長女、長男、次女



富山 あかり さん (6歳) 平成29年10月13日生まれ  
 たいち 泰知 くん (4歳) 令和2年5月13日生まれ  
 なつは さん (3歳) 令和3年8月8日生まれ

ダンスとピアノ教室に通う音楽大好きのあかりさん。面倒見がよく弟や妹の着替えを手伝ったり、食事の手伝いなどしてくれるのでママも大助かり。泰知くんは内弁慶。おうちでは弾けて元気いっぱいですが、幼稚園では、だれにでも優しくみんなの人気者。なつはさんは大らかで自由奔放。快活な女の子です。

「このまま元気で伸び伸びと育てほしい」とご両親。

### 延岡警察署だより

**特殊詐欺、SNS型投資・ロマンス詐欺  
被害が急増中!!**

**「+1」や「010」などから始まる国際電話番号に注意!!**

「+1」「+4」「010」などから始まる電話番号は、海外からの着信です。最近、これらの国際電話番号を利用した特殊詐欺が急増していることから、注意が必要です。

だまされないために...

- ①身に覚えのない電話番号には出ない、折り返しの電話をかけない。
- ②電話番号をインターネットで検索して確認する。
- ③海外との電話が不要な方は、**発着信の休止手続き**を行う。

**海外との電話が不要な方  
発信・着信の休止手続きは無償です!**

固定電話・ひかり電話が対象です。  
そのほかにも一定の条件がありますので、詳しくは申込みの際に確認ください。

**お申し込み・お問い合わせはこちら**

国際電話不取扱受付センター  
 電話番号 **0120-210-364** (通話料無料)  
 取扱時間 オペレータ案内:平日午前9時から午後5時まで  
 自動音声案内:平日、土日祝24時間

詳細情報はこちらから→

## 9月の 愛彩クラブご案内

にししな  
愛彩館  
community kitchen

18日  
(水)

### 中華料理

時間: 9:30~13:00  
 定員: 18名  
 参加費: 2,000円  
 講師: 佐藤 隆嗣  
(中華料理料理人)

メニュー  
豚まん エビマヨ  
中華風スイートポテト

27日  
(金)

### 夏バテをふき飛ばす 韓国料理

時間: 9:30~13:00  
 定員: 18名  
 参加費: 2,000円  
 講師: HYYORI 代表  
 吉田 英代

メニュー  
サムゲタン  
コルベギ  
(ピリ辛ビビン麺)

※定員になり次第締め切らせていただきます。  
 ※大幅に定員に満たない場合は中止させていただくことがあります。  
 ※万が一事故が発生した場合は自己責任となりますのでご了承ください。

開催場所はいつでも、にししな愛彩館(野田1丁目4-5)です。駐車は支店横、道路を挟んで西側の駐車場へお願い致します。

お申込み・お問合せ: 営農振興課 23-1891







身近な出来事、楽しい話題などありましたら何でも結構です。「ふれあい広場」までお便りください。お待ちしております。

〒882-0033 延岡市川原崎町281-1  
JAみやざき延岡地区本部総務課 広報係

炎天下の農作業を付けて

梅雨があげ「酷暑の夏」本番ですネ。それにしても暑い日々。炎天下で作業される農家の方々のご苦労が思いやられます。体調に気を付けられて、おいしい「食」をいっぱいお届けください。楽しみにしています。

難しいですね

今年からポットでの野菜栽培を始めましたが、なかなかうまくいきません。野菜を育てるって難しいですね。

仕事が増えました

サルがやって来ました。野菜や柿が被害に遭いました。大変です。ネットや網張りなど仕事が増えました。

おいしいスイカできました

今年、初めてスイカ作りに挑戦しました。初めてにしては、

おいしいスイカができて、うれしくなりました。「また来年も」と思っています。

夫に感謝です

夫が作るりっぱな夏野菜が今年もいっぱいできました。野菜の好きな私はうれしい限りです。夫に感謝しながらいただいています。

男性用の日傘を買いました

熱中症になりたくないのも男性用の日傘を買いました。男性が使用しているのをあまり見かけないので恥ずかしいですが、熱中症になりたくないのも愛用しています。

秋の稲刈りが楽しみです

J A 広報誌 8 月号に載っていた青壮年部のお米学習で、児童たちが一列に並んで田植えしている様は壮観でしたね。良い体験ができたと思います。秋の稲刈りが楽しみですネ。

食べごろになりました

今年、久しぶりにミニトマトを植えました。やつと 20 個ほどが赤くなって食べごろになりました。収穫が楽しみです。

ふるさと市場からのお知らせ

秋のお彼岸フェア

9月19日～23日

9月19日(木) から23日(月) までの5日間、「秋のお彼岸フェア」を開催します。シキミ、サカキ、だんご、煮しめや秋・冬の新鮮野菜、果物を取り揃えて皆様のご来店をお待ちしております。

お休みします

9月26日

店舗メンテナンスのため9月26日(木) は店休日とさせていただきます。ご迷惑をおかけします。

ローンセンター日曜営業日変更のお知らせ

ローンセンターの日曜営業日は6月から毎月第1、3、5日曜日に変更いたしました。営業時間は10:00～16:00です。

9月の営業日は  
1日、15日、29日となります。

よろしく願い申し上げます。

融資課



【全体運】  
考え事が多そうですが神経質になり過ぎないように。土と触れ合う時間が心を癒やしてくれそうです。観劇にツキ  
【健康運】  
家の中の危険箇所をチェックしてけがを防止  
【幸運の食べ物】  
サトイモ

【全体運】  
実り多い月。収穫を楽しみましょう。会合には出席を。楽しいことには率先して取り組んで。連絡を密にすると◎  
【健康運】  
体操教室に参加を、仲間と一緒に取り組んで  
【幸運の食べ物】  
リンゴ

【全体運】  
戸惑うことがあって当たり前、不測の事態が生じたときこそ落ち着いて。あなたの冷静さが事態を鎮静化させます  
【健康運】  
おいしいものほどに。野菜多めでバランス良く  
【幸運の食べ物】  
ナメコ

【全体運】  
せっかちになっちゃってしまいがち。喜んでもらえる話でも相手の了承を得てから進めましょう。「報連相」が大事です  
【健康運】  
画面の見過ぎに注意。肩凝りは早めにケアを  
【幸運の食べ物】  
スタチ

【全体運】  
おいしいものを食べたり芸術に親しんだり。秋を満喫すると開運。友人との外出にもツキがあります。絵手紙が吉  
【健康運】  
香りの良い飲み物と好きな曲でリラックス  
【幸運の食べ物】  
キクイモ

【全体運】  
バワフルに過ごせます。今月なら強気もプラスに押してみるのもアリ、心のフォロワーは忘れずに  
【健康運】  
ストレッチで体をほぐして血行を促進  
【幸運の食べ物】  
イチジク

# チャレンジ

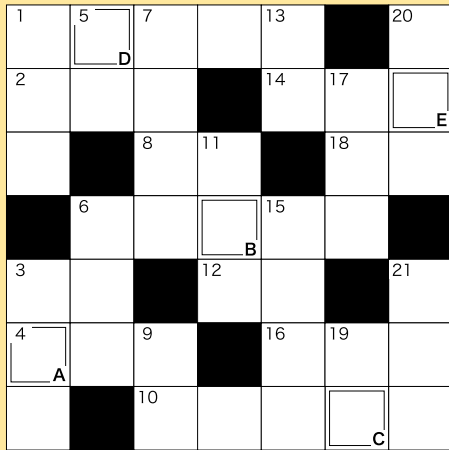
お楽しみ賞品付き  
家計の手助け

# クロスワードパズル

## 問題

クロスワードパズルが全部解けたら、口の中の文字を並べかえて  
答えの言葉を作って下さい。

●9月10日(火)締め切り(必着)



## ヨコのカギ

- 9月2日は——の日。ハズレくじ対象の抽選もあります
- ドミソとかドファラとか
- 握りずしを数えるときに使う言葉
- ミョウガはこの部分や若い茎を食べます
- 前身は江戸です
- 敬老の日に——へ日本酒を贈った
- 素晴らしい考えのこと
- 南の島に似合う植物
- 手振りを交えて説明した
- 急須のお茶を注ぎます
- ノブを持ってあけます

## 応募方法

はがきに、答え、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、「応募ください。この広報誌の感想やご意見、J Aへの要望」ご家庭や集落のホットなできごとなどもお気軽に記入してください。  
※感想やご意見等については「お便りコーナー」に掲載させていただきます。寄せられた個人情報、広報事業以外には使用いたしません。

## 送り先

8820033  
延岡市川原崎町  
281の1  
J Aみやざき  
延岡地区本部総務課  
広報係 行

○ 答え  
○ 住所(郵便番号)  
○ 氏名(ふりがな)  
○ 年齢・性別  
○ 電話番号  
J Aや当広報誌などへの  
ご意見もお書きください。



## 8月号の正解 「トコロテン」

## タテのカギ

- わらなどで編んで米や炭を詰めます
- 「」や ( ) のこと
- 長く連れ添った夫婦は似てくるとか
- アキアカネ、オニヤンマといえば
- からすみはボラなどの——を加工したものです
- 食パンのふちの部分
- 筒に強く息を送り込んで矢を飛ばします
- 派手なところがありません
- 明日の授業に備えて——をした
- 房で売られる果物
- 神の起こした洪水を箱舟で乗り越えました
- 天竺牡丹とも呼ばれるキク科の花
- 一時的に寝ること

## 8月号の当選者

北一ヶ岡 黒伊山 木東内 哲美和 文和子 様  
南一ヶ岡 山山田 東内田 和康幸 和子平子 様  
小野町 山山田 内田斐 康幸美子 平子生子 様  
沖田町 小川町 前池野 久美子 子生子 様  
小川町 西階町 桜ヶ丘 北川町 矢野田 弥伸孝 孝子行 様  
北方町 南久保山 北川町 川内名 北浦町 宮野浦 玉野田 孝子 様

## ♋ 魚座 2/19~3/20

【全体運】  
いら立ちを抑えて、温和な態度が周囲を和やかにし、あなた自身にもいい流れが返ってきます。金運が良好  
【健康運】  
不調は解消へ。コンディション維持をテーマにハクサイ

## ♒ 水瓶座 1/20~2/18

【全体運】  
急がば回れ。結果だけを追い求めず過程も大切に。信頼関係の構築を心がければ今後の礎に。読書にツキあり  
【健康運】  
オーパーワークや介護疲れに留意。休憩を【幸運の食べ物】  
栗

## ♈ 山羊座 12/22~1/19

【全体運】  
運勢は活気づき想定外の動きがありそう。ドキッとしそうですが乗ってみるのも一興。長期計画のスタートが吉  
【健康運】  
湿疹や虫刺され、小さなけがに気を付けて  
【幸運の食べ物】  
ダイコン

## ♏ 射手座 11/23~12/21

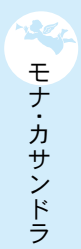
【全体運】  
済んだと思っていたことがひっくり返されることありそう。アフターフォローを心がけて。仕事優先が吉  
【健康運】  
エアコンの効き過ぎに注意。トイレは早めに  
【幸運の食べ物】  
ニンジン

## ♍ 蠍座 10/24~11/22

【全体運】  
状況が次第に整ってきます。今のペースを進めて。変化をうまく取り入れましょう。友人との外出にツキ  
【健康運】  
活動的なほど◎。シエイブアップにも良いとき  
【幸運の食べ物】  
ネギ

## ♎ 天秤座 9/23~10/23

【全体運】  
多方面から頼りにされて大変そうです。が、やればやっただけのかいがあります。上昇運です。前向きに捉えて  
【健康運】  
カルシウムをしっかり取って骨密度をアップ  
【幸運の食べ物】  
柿



モナ・カサンドラ





# シェフ永井のおすすめ



## トウモロコシと 鶏もも肉のスープ

### 材料（4人分）

トウモロコシ(皮をむいて4等分)	……………	1本	料理酒	……………	100ml
……………	……………	1本	水	……………	1200ml
鶏もも肉(1枚を4等分)	……………	2枚	塩	……………	小さじ1と1/2
ネギ(3cm幅)	……………	1本	黒こしょう	……………	適宜
ニンニク(つぶす)	……………	1片	小松菜	……………	1/4 ち
サラダ油	……………	大さじ1			

### 作り方

- ①フライパンにトウモロコシ、鶏もも肉、ネギ、ニンニクを入れ、サラダ油を回しかけ、中火で両面に焼き色をつける。
- ②①のフライパンに料理酒、水、塩を入れ、中火で30分ほどあくを取りながら煮込む。
- ③黒こしょうを入れて味を調べ、細かく切った小松菜を入れて、器に盛り付け出来上がり。

## スズキとミニトマトの 炊き込みご飯

### 材料（4人分）

スズキ	……………	4切れ	タマネギ(粗みじん切り)	……………	1/2 個
米	……………	600g	ベーコンスライス(千切り)	……………	4枚
水	……………	550ml	ショウガ(千切り)	……………	少々
料理酒	……………	50ml	バター	……………	小さじ1
ミニトマト	……………	4個	黒こしょう	……………	少々
塩	……………	小さじ1/2			



### 作り方

- ①グリルを熱し、塩を振ったスズキの切り身を焼く。
- ②炊飯器にといだ米、水、料理酒、ミニトマト、塩、タマネギ、①のスズキ、ベーコンスライス、ショウガを入れ炊き上げる。
- ③炊き上がったらバター、黒こしょうを入れて混ぜ合わせ、器に盛り付け出来上がり。

航空自衛隊新田原基地のある新富町の国道10号線沿いで面白い看板を見かけました。目に入った文字は「逆転満塁ホームラン餃子」そして「逆切れ弁当」。「いったいどんな餃子だろうか?」「弁当の中身は?」と想像を膨らませるネーミングに感心することしきり。店主の商売への熱き思いを感じました▼熱意なら北方町の果樹農家、田口正幸さんも負けていません。念願だった果物のスイーツシヨップを妻の知子さんと地元蔵田にオープンしました(9面参照)。10年ほど前、中山間地で生き残るには自分の強みを生かすしかないという果物で勝負する道を選択。スイーツシヨップはその第1歩で、これで終わりじゃないのが凄いとこ▼自然豊かなこの地を「1日楽しく過ごせる場所」にするのが最終目標。夢はでっかい。「従来のフルーツ狩りに加え、バーベキュー広場、イベント広場、宿泊施設の建設…。これからやるべきことがたくさんあります。地域を元気にするために必ずこの夢は実現させたい」と田口さん▼何を成し遂げるにも、すべては夢を持つことから始まります。「夢なき者に理想なし、理想なき者に計画なし、計画なき者に実行なし、実行なき者に成功なし、故に夢なき者に成功なし(江戸時代後期の教育者、吉田松陰。夢を追いかける田口さんから目が離せません▼過酷な暑さが続きます。適切なエアコン使用など対策は多々ありますが、基本は健康管理。規則正しい生活で乗り切りましょう。)(哲)

## 編集後記





総合葬祭

# プリエール延岡 だより

不慣れた男性の1人暮らし 地域とのかかわり大切に

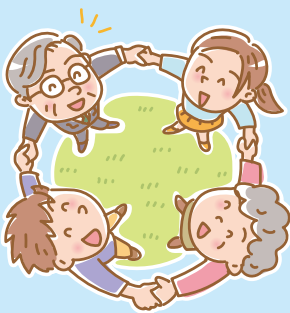
男性の1人暮らしは、不慣れた生活を強いられるものです。特に奥様に先立たれた方が第2の人生を送るには幾多の困難が待ち受けています。そこで1人で平穩に日常生活を過ごすための3つの秘訣をご紹介します。

## 妻に先立たれたとき、あなたは…

1つ目は「身のまわりを小ぎれいに整え、家事をこなすこと」。2つ目は「仕事や地域行事に積極的に参加し、社会とのかかわりを持ち続けること」。3つ目は「働ける限り働いて生活費を確保し、経済的に自立すること」だと言われています。

このことを裏づけるように奥様に先立たれた方が遭遇する悩みや困りごとが、葬儀後のアフター訪問で明らかになりました。

お悩みの1つ目は奥様が亡くなって印鑑や通帳、クレジットカード、保険証書などの大切なものがどこに保管してあるのか分からなくなってしまうケ



スでした。2つ目は日々の食事の準備の煩わしきでした。3つ目は家計を管理していた奥様がいなくなり、1ヶ月の収入や支出、預貯金額が正確に把握できない状態に陥ってしまつたケースでした。4つ目は車の運転を奥様に頼つていたため買い物や通院などの移動が困難になつたケースでした。そして5つ目の悩みは、たまつた荷物の片付けでした。このように1人暮らしだと、さまざまな悩みが次から次へと出てくるものです。しかし、注意したいのは何といても「健康」。自主的な自己管理が必要です。食事、睡眠、運動などに気遣い、定期的に健康診断を受けるようにしましょう。「健康であればこそ」です。

## おくやみ

管内で7月中に次の方々が他界されました。

ご生前のご遺徳をしのび、謹んでご冥福をお祈り申し上げます。



(喪主の方は敬称略)

故人お名前 年齢 喪主 住所

### 〔延岡市〕

- |                  |                   |                    |                      |                      |                   |                     |                     |                     |                     |                  |                      |                     |                   |                      |                     |
|------------------|-------------------|--------------------|----------------------|----------------------|-------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|------------------|----------------------|---------------------|-------------------|----------------------|---------------------|
| 山口トシ子様 88 郎平原町   | 山崎喜代一様 90 哲 夫貝の畑町 | 金子 猛様 79 ふみ子 大武町   | 甲斐 角男様 83 ツギエ 沖田町    | 兒島喜久二様 80 美登子 北浦町古江  | 増田 廣子様 72 洸 一上伊形町 | 伊福アサ子様 86 健 富美山町    | 石田 悦子様 72 隆 行北浦町古江  | 井之上照男様 80 良 子緑ヶ丘    | 日高 和夫様 90 キリエ 北浦町古江 | 安田 則子様 71 要 補伊形町 | 濱田 文啓様 82 弘 子長浜町     |                     |                   |                      |                     |
| 矢野 守重様 74 史 子松山町 | 赤星 初雄様 75 喜 生 大野町 | 山田フサミ様 93 重太郎 下伊形町 | 戸高トミ子様 91 久 文 北浦町三川内 | 池田 博則様 53 きよみ 北浦町三川内 | 矢野 保弘様 79 亮 一北ヶ岡  | 前田 典且様 75 まさ子 北浦町古江 | 山口キミ子様 97 幸 廣 北川町長井 | 小野 誠一様 93 嘉 章 北川町内名 | 松田 順子様 76 誠 北方町二股亥  | 銀山嘉代子様 90 陽 一小野町 | 山本 義則様 89 光 公 北浦町三川内 | 西山 昇様 65 健 次 北方町水流卯 | 松田キヨ子様 93 秀 人 天下町 | 池田 信雄様 94 洋 子 北川町川内名 | 横山 繁子様 96 文 明 北川町長井 |

(以上、プリエールご利用分)

### プリエール延岡びゅう

延岡市別府町4432番地1  
☎21-7642・FAX21-7749

### プリエール延岡おおたけ

延岡市大武町39番地2  
☎23-1149・FAX23-1180

### プリエール延岡のた

延岡市野田1丁目6の9  
☎42-2006・FAX42-2011

### プリエール延岡いかた

延岡市下伊形町6065番地  
☎37-6105・FAX37-6107





JA共済

働くわたしの  
セセール  
生活障害共済

もしも、  
住宅ローン返済中に

働けなくなったら  
どうしよう…。

住宅ローンをご利用・ご検討中の皆さまへ。

若いけど…

まだ若いのに、働けなくなったらこの先どうやって暮らしていけば…

家庭が…

住宅ローンもまだまだ残っているし、子どもの教育費もこれからさらにかかるのに…

家事が…

私が家事をできなくなったら、働いている夫の家事の負担が増えるのが心配だわ。

住宅ローンとセットで加入する「団体信用生命共済(保険)」。万一の際に住宅ローンの債務残高分を共済金で補うことで、住宅ローンの返済にあてるものです。そこで、見落とされがちなのが、働けなくなってしまった際の「就労不能保障」です。病気やケガで身体障害状態になり、働けなくなる。生活を維持するだけでも大変なのに、住宅ローンは残ったまま…。

そんな時のために「就労不能保障」の生活障害共済をぜひご検討ください。



団体信用生命共済(保険)の保障内容(万一保障)

死亡

後遺障害\*

※保障の開始時以降に生じた疾病または傷害により所定の後遺障害になられたとき。  
※三大疾病・七大疾病等が保障される仕組みもございます。



ぜひ  
備えを!

生活障害共済

働く人をささえる  
安心の保障

就労不能状態  
(身体障害により働けなくなった状態)

身体障害状態になったけど、団体信用生命共済(保険)からは共済金(保険金)が出ない…そんなとき、住宅ローンは残ったまま働けなくなる(=収入が無くなる)こととなります。

お問い合わせは、お近くのJA窓口へ

のべおが

JAだより9月号 No.413

宮崎県農業協同組合延岡地区本部 〒882-0033 宮崎県延岡市川原崎町 281 番地 1  
発行日/令和6年8月20日(10,000部発行) ホームページ <https://nobeoka.ja-miyazaki.jp/>  
発行/総務部総務課 広報係 ☎(0982)23-1880 FAX(0982)23-1855 印刷/株式会社 ながと  
個人情報については、JAみやざき延岡地区本部 個人情報保護方針に基づき適正に取り扱います。