

JAと組合員をつなぐ情報誌

# JAひゅうが

No.574

2

2022  
February



特集

- ・完熟ぎんかん たまたま 1月13日解禁!!
- ・北郷支店が移転しました!
- ・第46回 『ごはん お米とわたし』  
作文・図画コンクール

今月の表紙／美郷町 西郷幼稚園のお友達



完熟きんかん

たまたま

1月13日 解禁!!

今年の完熟きんかんとまたまは、初セリで平均単価3,069円の値が付けられました。天候の影響もあり、初出荷頃は色が薄めでしたが、今後は色もりの、例年通り玉太りも良いです。今年の出荷量は210トンの見込み。1月13日に解禁し、3月中旬まで続きます。



### 目揃え会を行いました!

JA日向美郷町さいごう完熟金柑部会は、完熟きんかん「たまたま」の解禁日において、1月7日に目揃え会を行いました。大野節夫部会長は「部会全体で出荷基準等を揃え、品質の良い金柑をつくりましょう」と呼びかけ、当日は生産者22名が参加。出荷基準や出荷計画、販売促進活動について協議しました。



### 完熟きんかんって??

全国一の生産量を誇る宮崎のきんかんは開花から210日以上樹上でゆっくり育てるため、果実は大きく、甘くなります。

その中でもさらにおいしさを追求したものが完熟きんかん「たまたま」です!!

### 完熟きんかん「たまたま」

- ・糖度が16度以上、サイズがL以上(28mm以上) .....完熟きんかん「たまたま」
- ・糖度が18度以上、サイズが2L以上(32mm以上) .....完熟きんかん「たまたまエクセレント」



手塩にかけて育てたきんかんを丁寧に収穫!



大きさや糖度を確認し等級ごとに出荷!



# 北郷支店が 移転しました!



1月11日から美郷町役場北郷支所庁舎内に北郷支店と森林組合が移転し、営業を開始することを祝い、オープニングセレモニーが行われました。

同庁舎は昭和59年に竣工し、平成18年の合併後、支所として機能してきました。庁舎内の空きスペースの活用方法を検討するため、「支所・庁舎再生協議会」が発足され、地域拠点の場になるようにと他事業所の併設が決まりました。



▲庁舎の入り口の横にATMと北郷支店窓口を設置



▲1階に営農経済課を設置しています!



藤本隆康組合長

北郷支店の建物は築後55年が経過し、老朽化が進み対応を検討しておりました。美郷町北郷支所のリニューアルにともない、町のご提案をいただき、庁舎に金融店舗と営農経済課を移転いたしました。今まで同様に、地域の皆様にご利用いただき、必要なサービスを提供しながら、地域の活性化・発展に貢献してまいります。



▲オープン当日は来店者にタオルや帽子、ブランケットなどをプレゼントしました。





J A宮崎中央会会長賞(全国審査 優秀賞)



『おいしい ひやじる!!』

椎葉村立大河内小学校2年 岩崎 結斗さん  
「工夫したところは、あじの開きの模様  
やお米を本物そっくりりに絵の具で色を  
塗ったところです。」



銀賞



『炊きたていただきます』

諸塚村立諸塚中学校2年 甲斐 博哉さん  
「かまどで炊いたお米はとてもおいし  
く、感動した様子を描きました。入賞で  
きともうれしいです。」





# 『ごはん・お米とわたし』 作文・図画コンクール



このコンクールは、JAグループがすすめる「みんなのよい食プロジェクト」の一環として、将来の食・農・地域を担う次世代の子供たちに、日本伝統のお米・ごはん食を作り上げてきた稲作をはじめとする農業についての学びを深めてもらうため毎年行っているものです。

今年も県内の小中学生から、作文3,236点、図画3,145点という多くの応募がありました。

JA日向管内からは、3人の方が入賞しました。おめでとうございます。

作文の部



## 『おじいちゃんのお米』

日向市立大王谷小学校3年 園田 恵介さん

「ぼくは、おじいちゃんの作るおいしいお米とそれを作るおじいちゃんが大好きです。これからもおいしいお米を作るお手伝いをたくさんしたいです。」



ぼくのおじいちゃん

は、お米をそだてていただきます。家族のみんなに、安全でおいしいごはんを食べさせたいからだし、そうです。

だいをしました。

コンバインの後ろは、ガタガタして、落ちそうになりました。お米一びょうは、とても重くて、コンバインからおろすのが大へんでした。でも、さい後まで一人でのりました。

められて、まんたんに

なったら、大きなふくらになりました。今まですみだりに、コンバインの後ろにのらなくて、もよくなりました。

きに入れて、一ばんか

んそうさせました。おじいちゃんは、夜もかんそうきに行つて、お米のかんそう具合を見ていました。

七月三十一日土曜日に、おじいちゃんちで遊んでいたら、おじいちゃんが来て、「雨が心配だからもち米だけでもかろうか。」と言いました。おじいちゃんがぼくに、「コンバインののつてお手つだいするか。」と言いました。ぼくは、コンバインの後ろののつて、お米を出すお手つ

八月四日水曜日の夜に、おじいちゃんから「週末に台風が来るから、明日いねかりをしよう。新しいコンバインを買ったよ。」と電話が来ました。新しいコンバインは、お米をコンバインのタンクにた

いねかりの日は、おじいちゃんがかつている間に、そだてていたけいすけ米をかまでかりました。去年もけいすけ米をそだてていたのかまを使うのは二回目でした。上手にかれたので、あつという間に一かかえできました。かったお米は、おじいちゃんちのかんそう

かんそうしたお米を出すときは、いがいが出て体がかゆくなりました。でも、おいしいお米のため、さい後までがんばりました。せい米したお米は、去年よりとてもきれいでおいしかったです。おじいちゃんが心をこめて作ったお米を大切に食べたいです。



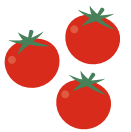
## 野菜

《冬春ミニトマト》



営農指導課 佐藤 光

今月より、日照時間や日射量が徐々に増える時期となりますので、かん水・追肥量が不足しないように注意しましょう。あわせて、3月からの本格的な日射量増に向け、引き続き根を動かす管理を心がけましょう。



1月に増枝を見送った方は、今月が増枝の時期となります。春先はもとより、作の後半では葉面積を確保し、果実を強日射から守ることによる品質維持が大事です。増収・品質維持のためにも、栽植密度に無理のない範囲での増枝を行いましょう。

また、今作については前作より早い段階でカリウム欠乏（葉先枯れ）がみられています。色周りが遅く、果実が滞留している圃場では特に発生がみられる傾向にありますので、玉離れが悪いと感じたら葉面散布やカリ分の多い肥料の施用で発生・進展を防ぐようにしましょう。

春先からはコナジラミ等の害虫も増加してきますので、引き続き施設内の低密度維持に努めるとともに、施設内外の雑草対策も早いうちから実施し、害虫の増殖しにくい環境作りに努めましょう。

## 果樹

《温州みかん》

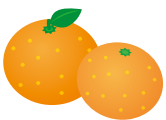


営農指導課 松木 知也

施用した肥料を効果的に樹に利用させるためには、極早生で3月上旬。早生・普通で3月下旬の施用が適期とされています。花が多い時は花肥を行い、子房の肥大を促します。

- ・極早生【施肥量：10アールあたり】  
時期：3月上旬  
肥料名：BB新みかん1号  
施肥量：樹齢1～4年（30kg）  
5～10年以上（40kg）

- ・早生・普通【施肥量：10アールあたり】  
時期：3月下旬  
肥料名：BB新みかん1号  
施肥量：樹齢1～2年（20kg）  
3～4年（40kg）  
5～9年（50kg）  
10年以上（70kg）



《果樹全般》

土壌診断

不適正な土壌は、根の生育不良を引き起こし、収穫後の樹勢回復を阻害します。収穫後は土壌診断を実施し、適正な施肥や土壌改良を心がけましょう。

## 花き

《スイートピー》



第2センター 山倉 愛

2月以降は気温が上昇し、高温になるにつれて蒸散量が多くなります。天気予報を確認し、草勢と土壌水分をみながら、1回あたりのかん水量を多くし、かん水間隔を短くしていきましょう。また、追肥は高濃度の液肥施用では養水分の吸収が著しく制限されるため、濃度を薄くして施用するようにしましょう。





## 《ラナンキュラス》

2月頃より収量が増加してきます。土壌が十分に湿っているときはかん水を控えます。追肥については草勢を見ながら行い、草勢が弱い時には硝酸態窒素の割合の高い液肥を定期的に施用するようにしましょう。

## 《施設花き共通》

ハウス内の湿度過多による水滴や灰色かび病の発生により、花シミが発生します。そのため、曇雨天時はかん水を控え、換気を良くしましょう。あわせて、循環扇や、暖房機を定期的に燃焼・送風し、乾燥した空気を循環させるなどの対策を行い、結露を防止しましょう。

## 水稲



宮農指導課 省三 金丸

良質な米の生産には、良質な種子の選択や適正な肥培管理、適期防除などが重要です。

## ◎水田の土づくり

作物が生育する体を支え、養水分を吸収する根を取り巻く環境を整えることが「土づくり」です。現在、耕作している水田が、次のような土壌環境になっていないか、確認してみましょう。

- 作土が浅く、土が硬くなっている
- 排水不良
- 透水性不良
- 毎年収量が上がらない、収量が変動しやすい
- 秋落ちを起しにくい
- ごま葉枯れ病を起しにくい
- ひとつでも該当すれば、土壌環境の見直しが必要です。

## ◇堆肥施用による改善

堆肥の種類によって効果や肥効に差異がありますが、一般的には10<sup>kg</sup>で1〜2<sup>ト</sup>の施用が目安です。堆肥の多量施用や未熟堆肥の施用は水稲の生育障害の原因につながることもあるので、注意が必要です。また、ケイ酸資材の施用も効果的です。ケイ酸は稲の体を丈夫にすることから、受光体勢の改善や、倒伏の抑制、いもち病害の軽減など様々な効果があるといわれています。

## ◇深耕による作土層の改善

作土深：目標15<sup>cm</sup>以上

作土が浅くなりがちならロータリー耕は、耕盤層が厚く硬くなっている傾向があります。トラクターの速度を落とすことで深耕しましょう。

深耕すると透水性が良くなるだけでなく、耕盤層に集積している鉄やケイ酸など

の養分が再び作土に戻り、土が若返ります。また、雑草対策にも繋がります。しかし、一度に作土の深耕を実行すると、上層の地力の高い土を下層へ送り込むことにもなるので、年2〜3<sup>年</sup>位ずつ進めていきましょう。







畜産課 菊田 佳希

まだまだ寒い日が続きます。寒いからといって閉めきると、湿気・アンモニア臭気がこもりやすくなります。適度な換気を心がけましょう。また、寒さから水分を摂取しにくくなることで尿石症等にもなりやすい時期です。定期的な水槽の洗浄をし、新鮮でおいしい水を飲ませるようにしてください。

毎月20日は「農場防疫の日」です。消毒槽の設置・農場入り口の石灰散布等の防疫対策を徹底しましょう。

令和4年1月期兎湯子牛結果(売却のみ・税込)

(令和4年1月11日~12日) 単位:円

地区名	雌平均価格	去勢平均価格	全頭平均価格
寺迫地区	768,350	736,214	747,900
市場平均	742,843	802,645	773,820

令和4年1月期延岡子牛結果(売却のみ・税込)

(令和4年1月23日~24日) 単位:円

支店名	雌平均価格	去勢平均価格	全頭平均価格
門川	685,667	760,294	719,053
日向	664,738	858,309	802,389
美々津	641,422	702,992	676,605
岩脇	564,740	740,789	660,767
東郷	602,377	727,027	669,154
西郷	631,590	741,237	684,455
南郷	584,925	723,372	667,993
北郷	586,693	740,693	663,693
諸塚	677,050	794,200	743,265
椎葉	612,222	826,333	738,395
JA日向平均	625,886	774,190	708,323
市場平均	628,518	779,450	715,550



地域のキラメキ名人!

今月は書道名人!



平岩 甲斐 栄さん(62)

平成23年に日展会友の称号を持つ書家に師事し、書を始めた甲斐さん。「母の介護で5年ほど書から離れていましたが、また3年前から手本を見ながら書き始めました。いまでも何回書いてもうまいかず、何年も書いて個性を出していきます」と笑顔で話します。

清書用の硯や太い文字を書くときは3本の筆を合わせて使うなど、自分の書きたい文字に合わせて道具も工夫して使っています。「書道は紙と墨の色の調和が肝心。筆につける墨の量を調節し、太く書くところや墨を薄くするところを書きながら決めていきます。書くときには手首のしなりもとても大事」と話す甲斐さん。

甲斐さんは書道以外にも、地域のコミュニティー施設に手作りの椅子を寄贈したり、地域の子供たちに柔道や獅子舞を教えたりと多彩な趣味を持ちます。また、書道の作業場所にもしている場所を図書館としてリフォームしており、完成したら開放する予定。

今後の目標は「作品を“宮日美展”に出すこと。気軽には出品できないので、自分で納得した作品ができたときにはぜひ出品したいです。また、農業でも挑戦したいことがあるので、これからも体力がある限り続けていきたいです」と意気込みを語ります。



## 椎葉

### 「仙人の棚田」を眺めてみませんか？

下松尾地区に広がる棚田は、春から夏は無数に広がる山桜や新緑深き雄大な様、秋には黄金色に輝く稲穂がなんとも言い難い雰囲気醸し出し、冬は朝方に雲海が一面を覆い隠すことから「仙人の棚田」と呼ばれています。

「大いちょう展望台」からは、この風景を対岸から一望できます。案内看板もありますので、ぜひお立ち寄りください。

【展望台の場所】椎葉村松尾地区口ク口集落

【展望台への経路】国道327号～村道松尾本線～村道石原線～村道蟬の尾長野線

【所要時間】国道と村道の合流点から約20分

【問い合わせ先】椎葉村役場 地域振興課

☎67-3203

## 諸塚

### 現地とオンラインで楽しむ諸塚山山開き



←毎年人気の諸塚山山開き記念ペナント  
(写真は昨年のペナント)

期間中は、諸塚村の特産品が当たるチャンスが得られる「諸塚山に登ればわかる！諸塚村クイズラリー(仮)」を実施。毎年人気の諸塚山山開き記念ペナントも村内各施設や商店街で配布予定です。

諸塚山の山頂まではおおよそ1時間程度で登れ初心者やお子様でも楽しめます。ぜひ、諸塚山登山にチャレンジしませんか？

【開催期間】3月13日(日)～3月27日(日)

【問い合わせ先】諸塚村観光協会 ☎65-0178

## 美郷

### 日本自動車連盟(JAF)と美郷町が観光連携協定を締結しました！



百野支部長(左)と田中秀俊町長(右)

令和3年12月15日(水)に日本自動車連盟(JAF)宮崎支部の百野正剛支部長様にご出席をいただき、美郷町との観光連携協定締結に係る調印式を執り行いました。

本協定は、JAFと美郷町が有する資源を活用し、相互に協力し合い観光振興を図ることで、地域の発展とあらゆる事業の拡大に寄与することを目的に締結したものです。

宮崎県では、高千穂町、日向市、えびの市に次ぐ4自治体目の締結となります。今後は、JAFの有する様々な広報媒体を通じて、「DRIVE TO MISATO」を展開する美郷町の魅力を全国にPRし、観光振興を図って参ります。

DRIVE TO MISATO



## シリーズ ふるさとめぐりとれたてひゅうが

## 日向

### ひな人形を展示します みみつ町並み・おひなさん祭り



美々津の伝統的な町並みにある古民家でひな人形の展示をします。町並みを散策しながら、ひな祭りを楽しみませんか。

また、明治4年の廃藩置県により美々津県が設置されて150年を迎え、これを記念して「ミニ資料展」を同時開催します。

【期間】2月5日(土)～3月6日(日)

【場所】美々津町並み保存地区一帯

○着物で町歩き

【日時】展示期間中の日曜日10:00～15:00

○美々津県設置150年記念「ミニ資料展」

【期間】展示期間中

【場所】日向市歴史民俗資料館 展示棟1階

【問い合わせ先】美々津の歴史的町並みを守る会(日向市歴史民俗資料館内)

☎58-0443

## 門川

### カンムリウミスズメ観察会 in かどがわ



門川町沖の枇御島は、カンムリウミスズメの世界最大の繁殖地です。

カンムリウミスズメは国の天然記念物に指定されている小型の海鳥で、冠のような頭の黒い羽毛が特徴。門川町の鳥であり、町のマスコットキャラクター「かどっぴー」のモデルになっています。海を泳ぐカンムリウミスズメと一緒に探しましょう！

【日時】3月19日(土)13:00～15:00(予定)

【料金】一人2,000円

(船上からの海上観察です。料金は当日頂きます。)

小学生の参加は親とペアで2,500円

※詳細はお問い合わせください。

【定員】先着25名 ※最少催行人員5名

(参加者については、宮崎県内在住者に限らせていただきます。)

【申込み・問い合わせ先】

門川カンムリウミスズメプロジェクト事務局(門川町教育委員会教育課)☎63-1140(内線2262)

※令和4年2月25日(金)までにお申込みください。

また、新型コロナウイルス感染症の感染状況や悪天候により中止する場合があります。ご了承願います。

おことわり: 新型コロナウイルス感染防止のため、ご紹介した施設等が利用できない場合があります。最新の情報をご確認ください。



乙女座  
8月23日～9月22日

- 全体運…あなたの細やかな気配りが周囲を和やかにするはず。自信を持ってほほ笑んで。気になることも解消に向かいます
- 健康運…体調&体力回復のチャンス。検査も有効です 【幸運の食べ物】セロリ





▲左から橋口営農販売部長、甲斐部会長、田中美郷町長

# NEWS & TOPICS

# JA通信

JA日向部会の活動や  
JA日向管内のイベントを  
お伝えします！



▲みさと米

## ■ みさと米の贈呈を行いました。

12月15日、美郷町西郷ニューホープセンター大集会室で行われた「令和3年美郷町第3回定例記者会見」内で『みさと米』の販売開始の報告と町長へみさと米の贈呈が行われました。『みさと米』は西北山間地区(美郷町含む)が最高評価の「特A」を獲得したことのPRで、美郷町産のヒノヒカリを使用。JA日向生産者直売所「八菜館」やふるさと納税の返礼品でも取り扱われています。

## ■ 1月期子牛郡共進会開催

1月期子牛郡共進会が1月17日に延岡家畜市場で行われました。JA日向管内から次の5頭が入賞しました。おめでとうございます。



▲優等1席 黒木敬二さん(日向)



▲優等3席 椎葉誠二さん(椎葉)



▲優等4席 長友基徳さん(北郷)



▲優等6席 矢長貴博さん(諸塚)



▲優等7席 藤島文彦さん(西郷)

## ■ 出荷にむけて、スイートピー目揃え会

12月8日、営農総合センター選果場でスイートピー専門部会の目揃え会を行いました。当日は14名が参加。出荷前のスイートピーを見ながら品質などを確認しました。本年産は栽培期間中の天候にも恵まれ、品質も良く香りと日持ちの良い、色鮮やかなスイートピーができ、96万本の出荷を見込んでいます。





## ■ 支店だよりコンクール開催

1月13日、各支店が発行している「支店だより」の優秀作品の表彰を行いました。令和3年に10支店がそれぞれ発行したすべての支店だよりを対象に審査。優秀賞1席には西郷支店が選ばれました。編集責任者の中村職員は「文章が多くならないように写真を多く使うことを心がけた。支店職員の協力もあり楽しく誌面作りができた。来年度の支店だよりも楽しい企画を考えているので楽しみにしてもらいたい」と笑顔で話しました。受賞は次の通りです。



▲優秀賞1席 西郷支店



▲優秀賞2席 北郷支店



▲優秀賞3席 門川支店

## ■ 組合員のコスト削減のため、自己取りを行いました

当JAでは肥料などを組合員が直接販売所へ取りに来ていただくことで価格を下げ、組合員のコスト低減を図っています。

12月6日から10日まで、細島の日向運輸でワラ・牧草の自己取りを行いました。約69名の組合員が引き取りに来られました。

また、12月18日と19日には、農業機械センターでヒムカリンやようりんなどの土壌改良肥料の自己取りを行いました。2日間で約154名が取りに来られ、約2,438袋の引き取りがありました。

今後も組合員の所得向上のため、このような取り組みを行っていきます。





## グリーンハウスつるまち 入居者 ご紹介



今回は、昨年10月に入居された黒木勝さんをご紹介します。

黒木さんは、椎葉村で生まれ地元の学校を卒業後、運送会社や路線バスの運転手をしたあと、奥様と二人で日用品を扱う商店を営んだり山林の仕事をしていました。25年ほど前に、奥様の病気の治療をきっかけに日向市に移り住み、タクシー運転手をして家族を支えてこられました。とても真面目な黒木さんは、これまで仕事一筋で頑張り、奥様が他界された後は長く一人暮らしをされていましたが、いまは当施設でたくさんの入居者の方と楽しく生活されています。

くろき まさる  
黒木 勝さん(94)



### 振込・払込みなど

#### 振込・振替

全国のJA 本支店・他行の国内本支店への振込・振替ができます。

#### 税金・各種料金の払込み

Pay-easy(ペイジー)マークのある請求書・納付書が店舗・ATMに来店不要で払込みできます。

#### Eメール通知など

定期性貯金の満期日等をEメールで確認できます。登録口座の残高・入出金明細(最大3か月分)も照会可能です。



### 定期貯金

#### 口座開設

総合口座を対象に定期貯金口座を開設できます。0円で定期貯金口座開設後2日後から預入ができます。

#### 預入

通帳式定期貯金を対象に預入ができます。

#### 満期解約予約・中途解約など

通帳式定期貯金を対象に満期解約予約(総合口座のみ)や中途解約等ができます。



### ローン繰上返済

※住宅ローン、マイカーローン等

#### 案件明細照会

残高・最終期限等の案件明細を照会できます。

#### 一部繰上返済シミュレーション

一部繰上返済のシミュレーションができます。

#### 一部繰上返済予約

シミュレーション結果に基づく一部繰上返済予約ができます。

※一部繰上返済には手数料がかかる場合があります。



### カードローン

#### 借入・返済

ご契約済の約定返済型カードローンを対象に、借入・返済ができます。

#### 契約内容照会

ご契約済の約定返済型カードローンを対象に、月々の返済日・返済金額、借入利率、借入可能額等を照会できます。

※カードローンのご契約(口座開設)はできません。ご契約はお取り引きのあるJA窓口へお問い合わせください。

JAネットバンクの便利な機能



いつでも、どこでも、手軽で便利だぞう。

詳しくは JAネットローン

検索



射手座  
11月23日～12月21日

- 全体運…良好運です。食事や趣味を楽しむ時間が増え交友関係も発展的。おしゃべりの時間を大切に。旅行の計画が吉
- 健康運…腹八分目を心掛け医者いらずで過ごして 【幸運の食べ物】ゴボウ



# 耕うん爪 1割引キャンペーン!

2/28(月)まで



■高反転 ■高耐久 ■整地性向上 ■高性能維持

■高耐久・耐摩耗 ■省馬力

【おすすめする圃場・作業】

- 一般的な圃場
- 水田の耕うん作業
- 石の多い圃場
- 稲株・わらなどのすき込みに優れる

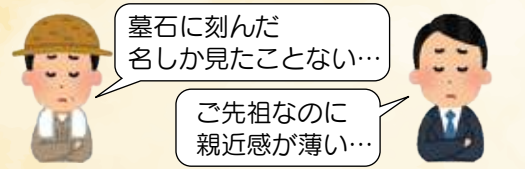
【おすすめする圃場・作業】

- 畑作など耕うん回数の多い圃場
- ※ 石の多い圃場では適しません。

そろそろ、田おこしの準備に取り掛かろうという組合員の皆様、トラクターの耕うん爪は摩耗してきていませんか？  
 摩耗した爪では土作りに影響が出てしまいます。  
 2月いっぱい(28日まで)、1割引キャンペーン中です。  
 この機会に耕うん爪のお取りかえはいかがでしょうか。  
 上記以外に、目的に合わせた耕うん爪もあります。  
 詳しくは各エリアの農機担当職員にご相談ください。



【問い合わせ先】  
 農業機械センター ☎52-6213



墓石に刻んだ  
 名しか見たことない…  
 ご先祖なのに  
 親近感が薄い…

この機会によく調べてご子孫に残す家系図を作りませんか？

家系図制作の工程

- ①先祖調査 戸籍謄本取得等の調査
- ②設計 謄本に基づき家系図を設計
- ③作品確認 完成予定図を確認
- ④表装仕立 表装に入るとキャンセル、訂正はお受けできません
- ⑤お届け 約2～3ヶ月で完成し、謄本等を共にお届け

巻物型家系図

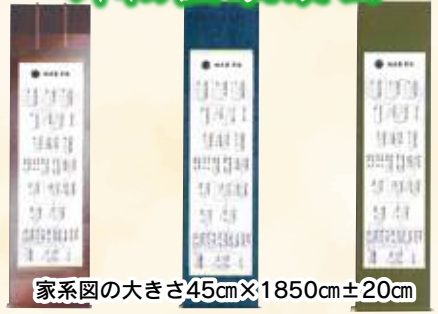


正絹巻物仕立て(9m丈まで) **259,000円**



正絹巻物仕立て(7m丈まで) **237,000円**

掛軸型家系図



家系図の大きさ45cm×1850cm±20cm

正絹二丁本綴子 **203,000円** 高級桐箱入り  
 洛彩上綴子 **169,000円** 高級桐箱入り  
 無地綴子綿裂 **147,000円** 合せ箱入り

設計や編集など、ご自分でできなくはないですが、専門知識や技術が必要になり大変です。関心のある方は、ぜひJA日向 資材課までご連絡ください♪

調査と報告資料のみの作業【61,500円】  
 ☆表示価格はすべて一式の税込価格です。

【問い合わせ先】資材課 ☎55-2777



# みんなのひろば



## おたよりキャッチ

●「営農情報」がとてもためになります。野菜作りも大変ですね！毎年同じように出来るとはかぎらないので！りっぱな野菜を作って八菜館に出されている方に感動します。すごいなあと思っています。

(日向 黒木静枝さん)

♪八菜館に並んでいる野菜はどれも新鮮でおいしそうですよ！取材で行ったのについてい買って帰ります。

●「ベジタブルライフ」からフキのとう…いつも見て春が来たなあで終わっていました。天ぷら、ふきみそも美味しそうなので、今年はずい食べてみたいと思います。

(南郷 柏木良子さん)

♪私も「ベジタブルライフ」を見てフキのとうが食べたくなりました。いままで天ぷらで食べたことはあるのですが、今年は何の食べ方で食べてみたいです！

●「家族と健康」はつつい飲酒して寝てしまいます。飲まなくて眠れるようにしたいです。「ベジタブルライフ」を読んで、料理を作るのが好きですが、フキのとうは使ったことがありませんでした。これからの山菜楽しみです。

(日向 岩井真子さん)

♪お酒を飲むとついつい気持ちよくなつて寝てしまいますよね。「家族と健康」に書いてある対策を実践してみてください！

●毎月の農協だより楽しみです。野菜や果樹の手入れ管理が詳しくかいてあるので勉強になります。今年には家にいながらミニ果樹園とミニ野菜園を農協だよりの営農情報を参考にしていきたいと思っています。

(東郷 寺原睦枝さん)

♪「営農情報」では、家庭菜園でも参考にできる内容も掲載していますので、ぜひ参考にしてください。

## 家族の健康

### 変形性膝関節症

特に寒い季節の農作業では、中腰やしゃがんだ姿勢からの立ち上がりで膝が痛む人も多いでしょう。

膝関節は、大腿(だいたい)部と下部の骨とその間に軟骨があり、さらに筋肉や腱(けん)や靭帯(じんたい)が働き、関節の負担を軽減しています。しかし、農作業のように中腰や立ち上がりの多い作業、重い物を持つ作業、加齢や体形などにより、膝関節に負担がかかり続けると、軟骨がすり減ったり、骨同士がこすれ合うなどで関節の変形が起こり、変形性膝関節症が生じます。60歳以上の約8割の人が、レントゲン



健康科学アドバイザー ● 福田千晶

検査をすれば膝関節になんらかの変形所見が認められるといわれています。変形性膝関節症の自覚症状としては、歩行時や立ち上がる時の膝の痛み、膝が曲がりにくい、脚の重い感じ、悪天候時の痛みなどがあります。変形性膝関節症で受診する場合は整形外科になり、治療法は変形の程度や自覚症状などにより異なります。保存的な治療法としては、薬物療法である消炎鎮痛剤(内服薬、外用薬、座薬)が使われます。膝関節への注射が効果的な患者さんもいます。生活上の注意では、脚を冷やさない、立ち上がり動作を減らす、階段昇降では手すりを使用するなど膝への負担を減らします。さらに、膝のサポーターや靴の中に入る足底板の使用、大腿部の筋肉の訓練で症状が楽になることもあります。太っている人は膝の負担を減らすため減量することも大切です。これらの保存療法で効果が不十分などときには、手術療法が検討されるので、主治医とよく相談しましょう。膝が痛い人は、早めに整形外科を受診することが望まれます。



水瓶座  
1月20日~2月18日

●全体運…太陽の恵みを受け運気はバツル。多少強引でもやり遂げたいことに着手する好機です。可能な範囲で周囲に配慮を  
●健康運…保温靴下などで足元を温めれば安泰 【幸運の食べ物】キョウナ





# まちがいさがし

出題・イラスト：酒井栄子

右のイラストには左のイラストと違う部分があります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。



**お知らせ** 本号より「まちがいさがし」が新たに加わりました！  
ひと月おきの掲載となります。  
次号は「クロスワードパズル」の掲載です。

**12月号の当選者**へべすワインを  
プレゼントいたします

門川 川崎 仁子さん 南郷 北林ひろみさん  
美々津 黒木 安忠さん 椎葉 椎葉 重道さん  
西郷 黒木 辰代さん



1月号の答えは『フクワライ(福笑い)』でした！

## 2月号のクイズの答え

お名前		年齢	
住所	〒 -	性別	男・女
電話番号			

本誌に関するご意見・ご感想をご記入下さい。

ハガキまたはEメール(携帯電話メールも含む)で、  
①今月号のクイズの答え、②住所、③氏名、④年齢、⑤電話番号、⑥広報誌「JAひゅうが」や、JA・農業に対するご意見ご感想を書いてお送りください。

- あて先/〒883-8501 日向市鶴町1-3-12  
JA日向 クロスワードプレゼント係
- メールアドレス:ja-hyuga@poem.ocn.ne.jp

携帯電話で読み込みができます。



●締切/令和4年**2月22日(火)**

## 今月号のプレゼントは



“朝色紅茶セット”です。  
美郷町産の茶葉を使用しています！

おたよりキャッチへの掲載  可  不可  
ご記入いただいた個人情報およびご意見ご感想は、  
本誌編集にのみに利用させていただきます。  
支店窓口にも受け付けます。



# おおきくな〜れ



- ① オムライス
- ② 仮面ライダーごっこ
- ③ 仮面ライダー

東郷

三浦

りお  
理生くん(3歳)

はるき  
悠生くん(1歳)

- ① りんご、トマト
- ② 兄ちゃんと遊ぶこと、たくさん食べること
- ③ アンパンマン

①好きな食べ物 ②好きな遊び・得意なこと ③将来の夢

◎ 三浦康伸さん、果菜恵さんのお子さん

ご両親からひとこと のびのび大きく育てね!

今回から毎月、JA日向の各事業所の事業内容をSDGsと一緒に紹介していきます!

## JA日向とSDGs

選果場(門川・日向・美々津)



門川・日向・美々津の選果場ではミニトマトや千切大根、へべすなど、それぞれ地域の特産品の選果・出荷を行っています。県外や販売店に出荷する際に選果ではじかれた規格外の作物も、子ども食堂や需要のある方へ供給し、ロスをなくすようにしています。

生産者が心を込めて生産した青果物を少しでも有利に販売できるよう努力していきます。

# 日向小町

南郷

蛭子愛華さん



### お仕事は?

西郷の保育所で保育士をしています。子どもの成長の基盤になる年代のため、手助けができるようにどうしたら子どもたちに伝わるか、試行錯誤しながら働いています。

### 趣味や休みの日の過ごし方は?

友人とカフェ巡りをするのが好きです。アンティークなものが好きなので、昔ながらの喫茶店などに行くとリフレッシュもできて楽しいです。

### これからの目標は?

社会人になりすぐにコロナ禍になったので、行きたいところにも行けていません。旅行や好きなところに気軽に遊びに行きたいです。

8 8 3 8 5 0 1

63円切手を貼って下さい。  
又はJA日向窓口へ

JA日向

「クロスワードプレゼント」係宛

日向市鶴町一丁目三番一二号





# アシタバ

～青汁の原料にもなる高栄養価の健康野菜～

## アシタバのいろいろ



### 青茎系(緑茎系)

一般的に流通しているの茎(葉柄)が緑色で赤茎系より癖や苦味が少ない



### 赤茎系

青茎系よりやや苦味があるの主に伊豆大島で栽培の茎(葉柄)が赤みのある茶褐色

## 楽しみ方・食べ方のコツ

特有のほろ苦さと爽やかな香りが特徴



### ポイント

- 塩を少し加えたお湯でゆでて冷水に取り、あく抜きをして食べる
- 先に茎の部分をお湯に浸し、時間差で葉の部分を入れてゆでると均一に仕上がります
- ゆで上がったらすぐに冷水に取り、一気に冷まして水気を軽く絞って使用



下ゆでしたアシタバはおひたしやあえ物、含め煮に

**注意!**  
加熱し過ぎると歯応えがなくなる

炒め物も軽く下ゆでしておくと苦味が和らいで食べやすいよ



油との相性が良い  
天ぷらや炒め物にすると風味が引き立つ。天ぷらなどの場合は下ゆでなしでOK



## 選び方

葉が鮮やかな緑色



全体的に張りがありみずみずしい



茎が太過ぎず細いものが柔らかくてお薦め!



### NG

鮮度が落ちている葉がしなびて色があせている

## 保存方法

### 冷蔵保存

軽く湿らせた新聞紙に包んでポリ袋に入れ冷蔵庫の野菜室へ



長持ちさせるには立てて保存の横にすると曲がりやすく劣化しやすいよ

## アシタバのヒミツ

### 名の由来

生育力が強い  
今日、葉を摘んでも明日には新しい葉が出る!



別名 マシタガサ

### 日本原産



主に関東の太平洋沿岸など温暖な地域に自生

### 葉効

青汁やサプリメントの原料に近年の健康ブームでも知名度が高まっている



## アシタバのチカラ

### β-カロテン

抗酸化作用があり、免疫アップ、風邪予防に効果的。美肌、老化予防にも

### 食物繊維

整腸作用があり、便秘予防、肥満予防に



### カルウム

血圧の上昇を抑える作用があり、むくみ改善や高血圧予防に効果的



### カルコン

色素成分:カルコン類(黄色色素)のポリフェノール的一种。茎を切ったときに抽出。粘り成分に含まれる。抗酸化作用で老化予防やがん予防に効果的。体内の老廃物を排出する作用も



### クワリト

強い抗菌作用のアルツハイマーの予防にも効果的



### 葉酸

造血作用があり、貧血予防に



### ビタミンK

骨や歯の形成、強化に。出血時に血液を凝固する作用も





**会員  
大募集**

**更にご加入しやすくなりました!**

**入会金 2,000円**  
【1回のみ】

**ご入会金は1回のみ・積立式ではありません**

**\*会員対象者**

どなたでもご加入いただけます。

**\*特典の適用範囲**

会員とその配偶者および会員の血族・姻族2親等以内の方。  
また、会員と同居の方が対象となります。



**専門のスタッフ  
によるサービス**

お通夜から告別式まで1級葬祭ディレクターの  
きめ細かい心くばりにより身の回りのお世話を  
させていただきます。

**家族葬から大きなご葬儀まで  
対応しております。**

※24 時間体制 (ご遺体搬送)

※互助会などの積立金についてもご相談に応じます。

**いつでもお気軽にご相談ください。**

**ご葬儀の事前相談受付中**



プリエールでは入り口に、  
非接触式の体温測定器を  
設置しております。

詳しくは、(株)ジェイエイ葬祭(プリエール)各斎場にお問い合わせください。 プリエール日向 ☎52-3588(代表)

**振袖展示会・五月節句特売会 中止のお知らせ**

◎2022年1月号の「資材だより」に掲載しました『成人式ふりそで紋付袴展示会』は  
新型コロナウイルス感染防止の観点から中止いたしますので、何卒ご理解のほど  
よろしくお願いいたします。

※次回開催は8月を予定しております。

◎2月号に封入しているチラシ『五月節句特売会』も開催を中止いたしますが、  
商品については各支店営農経済課窓口で注文を承ります。  
また、資材館で3月中旬に一部商品の展示・販売を行います。

**【問い合わせ先】**

各支店営農経済課または資材課 ☎55-2777



**行事予定**

- 2/19 児湯都市子牛セリ市(～20日)  
水稲肥料自己取り(日向・門川)  
(～20日)
- 2/26 水稲肥料自己取り(東郷)(～27日)
- 3/4 理事会
- 3/9 入組式

**理事会だより**

第9回理事会が12月22日に開催されました。

**議案**

- ①第15次中期総合3ヶ年計画及び令和4年度事業計画  
「文章編」(案)について

**報告**

- ①宮崎県常例検査事後確認検査の実施について
- ②減損会計グルーピングの変更について

※新型コロナウイルス感染防止のため、変更する  
場合がございます。





THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS  
**日本農業新聞**  
www.agrinews.co.jp

常に農家の幸せを  
第一に考えた報道により、  
日本の食と農を応援します。



知る、活かす、つなぐ～JAグループ情報共有運動

### 編集後記

北郷支店が、美郷町役場北郷支所内に移転オープンしました。店内はとても明るく、入り口からすぐなのでとても利用しやすいと思います！地域の方はぜひ、ご利用ください。

また、今回JA通信で「支店だよりコンクール」の記事を掲載しています。昨年一年間で各支店が作成

した支店だよりを審査したのですが、各地域に関する情報や農家さんの紹介など、支店独自の企画がたくさんあり、読んでみると広報誌を作るのにとっても刺激を受けました。今年も各支店が趣向を凝らした支店だよりを広報誌に封入にて各地域にお届けしますので、楽しみにしててください。㊦

### 表紙の子供たち

#### 西郷幼稚園(西郷)

西郷幼稚園のゆめ組さん、にし組さん12名は竹とんぼや福笑い、けん玉などのお正月遊びを楽しんでいます。また、縄跳びやあいさつの練習を頑張っています。先生はこれからも1年～9年生のお兄さんお姉さんたちと一緒に毎日楽しく遊んでほしいと願っています。





# 女性部の レシピ紹介♪

今回は  
諸塚支店★



## 抹茶ロール ケーキ

### Point

中に入っている梨は、リキュールで味  
が際立って抹茶とリンクし、とてもお  
いしいロールケーキが出来ます!!

### 材料

- ・卵黄…3個 ・サラダ油…30g ・薄力粉…80g
- ・卵白…4個 ・砂糖…40g ・グラニュー糖…30g
- ・梨(美郷町産) ・砂糖…30g ・牛乳…100g
- ・抹茶…8g ・塩…少々 ・生クリーム…150cc
- ・練乳…30g ・バニラエッセンス…少々

## 家の光大会 出品料理

### 作り方

- ①卵黄・卵白を分け、冷凍庫へ入れる
- ②薄力粉と抹茶を混ぜてからふるいにかける
- ③サラダ油・牛乳をレンジ(600W)で1分温める
- ④卵黄を溶きほぐし、砂糖を加えてよく混ぜ(白っぽくなるまで)サラダ油を入れ乳化させる。牛乳を入れて混ぜ、さらに②を入れて混ぜる
- ⑤卵白を溶きほぐし、塩を入れて高速でかき混ぜ、砂糖を3回に分けて泡立てる
- ⑥オーブンを160℃に予熱する。メレンゲのつのがぴんと立つ程度までしっかり泡立てる
- ⑦卵黄生地へ1/3のメレンゲを入れ、白いすじが無くなるまで混ぜ合わせる
- ⑧混ぜた生地をメレンゲボールに入れて泡を潰さないように混ぜる
- ⑨オーブンを敷いたトレーに生地を流し込み、平らにならしてから160℃のオーブンで25~30分焼く
- ⑩梨を八つ切りにし、グラニュー糖と水で強火で炊き、水分が少し残る程度まで煮る。冷めた頃にお好みのリキュールで味付する
- ⑪生クリームにグラニュー糖・練乳・バニラエッセンスを入れ硬めになるまで泡立てる
- ⑫生地が冷めたらクリームを塗り、梨を2、3列並べ、クッキングシートを持ち上げながら一気に巻く
- ⑬冷蔵庫で1時間以上冷やす

## 八菜館 商品紹介



解禁になった完熟きんかん  
「たまたま」!!



寒い日に大根やネギなどを  
使った鍋はいかがですか?



定期的にイベントや  
フェアも行っています♪



- ◎ひゅうが店 9:00~19:00 ☎56-0831
- ◎ひちや店 9:00~18:00 ☎54-7810
- ◎かどがわ店 9:00~18:00 ☎63-3927
- ◎しいば店 9:00~18:00 ☎68-7583



色とりどりの野菜や  
果物も盛りだくさん!

JAと組合員をつなぐ情報誌

# JAひゅうが

574号 2022年2月発行

■発行/日向農業協同組合 TEL.0982 (55) 2500 〒883-8501 宮崎県日向市鶴町1丁目3番12号

■編集/企画管理部 TEL.0982 (55) 2500 FAX.0982 (53) 5071

■印刷/藤屋印刷株式会社

JA日向では地域の行事やイベントなどの情報をお待ちしております。

過去に発行した広報誌や様々な情報がホームページでご覧になれます。 <http://hyuga.ja-miyazaki.jp/>