

私たちは自然を愛し人を愛し街を愛します

めぐみ

Nokyo Dayori JA Megumi

2023 April
No.314



金融・共済渉外担当紹介
美味しくいっぱい食べよう!レシピ「トマト」

頑張る人には福が来る
がむばり屋
NO.61
ピーマン生産者 岡 舞実さん

花ごよみ*

〽卯月〽*



花材（左から）
・トルコギキョウ
・チューリップ
・スイートピー
・ヒベリカム
・スターチス



ようやく暖かい春が
やってきました

ビタミンカラーで元気良く

デザイン・製作 ● 吉野花壇（代表） 吉野恒男



ワンポイントアドバイス

今回はオレンジのチューリップが主役。散えて片側に寄せ、花が向きたい方を向かせ、その他の花でバランスを取っていきます。花びらの多い丸いトルコギキョウが花瓶の淵にあると安定感があります。

目次

- 4 ほっとトピックス
- 8 渉外担当職員紹介
- 12 畜産部だより
- 13 JAレシビ
- 17 アグリプラスからお知らせ
- 18 胸の体操

頑張る人には福が来る
がらびり屋
NO. 61



岡 輝実さん



宮崎市芳士でピーマン栽培を行う岡輝実さん(右)は、宮崎支店ピーマン部会青年部の部長を務め、取材日にも生産者がハウスに集まり勉強会を行っていました。

所属するのは30〜40代の16人の生産者です。岡さんは地域の若手生産者へのアドバイス、自身のハウスも積極的な「見える化」栽培に取り組まれるなど、より良い栽培環境を考えた農業に取り組まれています。

農業を始めて21年、父親のもとで学び、8年ほど前から自身の経営をスタートされました。ICT技術を取り入れ始めたのは4年前。毎年ハウス内の環境や収量などのデータを数値化し、少しずつ改善していくことを心掛けます。

「見える化は外出先でもハウ

スの状態を知ることができる。自分の時間も作りやすくなり、農業の楽しさを更に高めてくれたきっかけともなった。」と話されます。今では趣味のマラソンに力を入れることができ、県外での大会に出場する時間も持てるようになったそうです。今年2月の大分の大会でサブスリーを達成。40歳から始めた挑戦にも果敢に取り組む時間が持てるようになったことも農業の楽しさにつながっています。

また、新しいことに飛び込む勇気や度胸は、2年間のアメリカ生活にあったそうです。農大卒業後、アメリカで農業にふれ、種苗会社で学び、外国で生活するという挑戦が今の農業精神につながっていると思うと話します。

岡さんは「青年部の若手生産者は親元就農者も多く、ご両親の成功例から良い流れを持って農業に取り組んでいる。そこに更に時代に合った農業を取り入れ、伸ばしていくことができるよう協力し合いたい。」と話し、今後も地域農業の活性に向け、部会青年部とともに取り組まれています。



2月4日

JA宮崎中央産の花をPR 花の祭典2023



来場者の方に記念に撮影させていただきました!



花卉連絡協議会の装飾展示

2月4～5日、イオンモール宮崎で花の祭典2023が開催されました。会場内では特設ステージでのフラワーファッションショーや通路にはフラワーデザインコンテストの作品が展示されたりと色とりどりの花が溢れる会場となりました。

JA宮崎中央花卉連絡協議会はバラ、スイートピーブルーフレグランス、キク、カスミソウなどたくさんの管内の花を使った装飾を展示しました。展示に並べた椅子に座って記念写真を撮る人など、多くの方が足を止めて展示を楽しまれていました。

また県産花き展示品評会には県内の珍しい色や花びらの形をした花が並べられ、来場者による人気コンテストが行われており、管内の生産者の方々も出品されていました。

2月12日

フラワーバレンタインをお手伝い 男性から感謝の言葉と花を贈ろう



切花部会はフラワーバレンタイン企画として男性限定、先着100名に花束プレゼントを行いました。男性から日頃の感謝の気持ちと共に花を贈ってほしいと企画されました。

2月10～12日にJR宮崎駅前のアミュひろばにて県内のフラワーショップが集まるフラワーボタニカルマルシェが開催されました。その会場で宮崎市・国富町で生産したトルコギキョウ、ダリア、スターチスなどを使った花束を準備し、無料で配布を行い、部会として初めての試みでした。

開始前には子どもから大人まで多くの男性が列を作り、15分ほどですべての配布が終わるほど大盛況でした。1番目に並んでいた男性は「デルフィニウムが好きな妻にぜひ渡したい」と話し、吉野恒男会長から受け取った花束を、照れながらも感謝の言葉とともに手渡しました。

吉野会長は「この活動から花の需要が少しでも高まってくれたなら嬉しい。生産者として、市場・小売店とともに力を合わせ、その他のイベントにも更に力を入れたい」と話しました。



会長から
プレゼント



いろんな花から贈る相手を想って選びます

感謝とともに花束を贈る

2月14日

学校給食へ きんかんをお届け！



講話の様子

みやざき中央農産物ファン拡大事業委員会は2月7日から宮崎市内の小中学校62校の学校給食に「完熟きんかんたまま」を提供しました。給食を通して児童に食育、地産地消について学んでもらうことを目的としています。



14日には穂佐小学校4年生との学校給食交流会を開き、ハウス金柑部会 河野利泰部会長が完熟きんかんの栽培について講話を行いました。その後の質疑応答では児童から様々な質問が飛び交っていました。

児童らは給食でもきんかんをととても美味しそうに食べており、後日、「きんかんが苦手だったが好きになった」「食べたら甘みと酸味が口いっぱいに広がった」「これからも美味しいきんかんを作ってください」などたくさんの感想をいただきました。

2月13日・20日

市場・市役所で 「高岡文旦」PR



贈呈式にて

2月13日に宮崎市中心卸売市場で初競りを行い、販売を開始した高岡文旦。初日に持ち込まれた1.3トンの高岡文旦は、次々と競り落とされ、最高は5kg箱入りに3千円の値が付きましました。

福元貴宏会長は「台風や寒波の影響にも負けず立派に育ち、例年通りの良いものに仕上がっている。皮を剥いた瞬間からはじけ出る果汁、香りを楽しんでほしい」と挨拶しました。

また、20日は宮崎市役所にて贈呈式を行い、福元会長が清山市長へ高岡文旦を手渡しました。栽培や出荷の状況について報告し、用意した試食で高岡文旦の美味しさを楽しみました。

2月

各地で新鮮野菜・ 果物をお届け！



2月15日、高岡支店、国富支店にて「てげうまはびす号」の青果物販売を行いました。管内で育った新鮮な野菜、旬の果物などを販売し、たくさんのJAご利用の方々が足を止めて購入いただきました。特に2月上旬から販売の始まった高岡文旦は人気で、多くの方が購入されていました。

また、2月はプロ野球キャンプが開催されていました。ソフトバンクホークス、オリックスバファローズのキャンプ会場ではみやざき中央農産物ファン拡大事業委員会が農産物販売ブースを設け、県内外から訪れた方々に農産物の販売を行いました。

これらの販売を通して、JA宮崎中央産農産物のファン拡大、地産地消活動を行いました。



キャンプ販売ブース



高岡支店



国富支店

2月17日

農産物鑑定会 優秀賞



2月17日、令和4年度農産物鑑定会が開催され、JA宮崎中央から4名の職員が出席しました。農産物検査員の技術向上を図り、検査米に対しての評価と信頼を高め、さらに検査員の士気を高めることを目的として開催されています。

県下12JAより25名が出席し、JA宮崎中央本店営農指導課 曾我雄太郎職員が優秀賞を受賞しました。曾我職員は東京で開催される全国農産物鑑定会への出場いたします。

2月8日

渉外担当職員 気持ちを一つにスタート



共済会のバドミントン



金融決意表明



経済渉外会議

令和5年度の金融（LPC、融資渉外）・共済（LA）渉外担当職員による進発式が行われました。出席した職員らは今年度の目標を確認し、代表職員による決意表明やガンパロー三唱も行われました。

また24日には経済渉外担当職員による進発式も行われました。（LAは8ページ～、LPC・融資渉外は10ページ～紹介しています）

農業MEMO

営農指導課

植物生理について

「CO₂（二酸化炭素）と植物」

CO₂は光合成の原料であり、植物は光・水・CO₂を利用して糖などを生成する為、植物にとつて非常に大切な命の源であると言えます。近年、施設園芸においても光合成促進を図る為、炭酸ガス発生装置の導入が徐々に増えています。

その背景として、外気のCO₂濃度は400ppm前後であるのに対し、炭酸ガス発生装置を導入していない圃場では厳寒期の施設ハウス内のCO₂濃度は350ppmを下回っている時間帯が多く光合成量が減少している可能性があります。実際測定してみると250ppm以下まで濃度が下がっている圃場もあり、通常の約半分の量しか光合成出来ていない事も考えられます。炭酸ガス発生装置のある圃場では400ppmを下回らないよう管理を行い、発生装置を導入していない圃場ではこまめな換気を行い、外気のCO₂を取り入れ光合成促進に努めましょう。

注）光合成量は日射量によって異なります。CO₂以外の環境要因も意識して栽培管理を行いま

施設・露地園芸

「4月の栽培管理について」

（施設園芸）

4月に入ると一段と日射量が多くなります。それに伴い圃場内も乾きやすくなりますのでかん水管理を再度確認し、適正な管理に心がけましょう。又、遮光カーテン等もしっかり活用し樹勢維持に努めましょう。

※ハウスの換気時間が多くなりま

（露地野菜）

日々、気温が乱高下する時期です。トンネル栽培や苗床の換気をこまめに行い高温対策に努めましょう。

又、害虫の発生も徐々に多くなってきており、特にアブラムシやヨトウムシも散見されますので早目の害虫対策を行いましょ

農産指導課

早期水稲

田植え

株間30cm×条間13〜14cm植えで、坪当たり80株を確保しましょう。最近では坪当たり約60〜70株での田植えが多く見受けられますが、早期水稲では移植後に寒さがきて被害を受けることがあります。被害を受け生育が遅れても分けつが確保できるように坪当たり80株で移植しましょう。

3月8日

災害時の対応を 支店で確認



宮崎支店職員は防災訓練を行いました。今回は地震発生時の身を守る行動、その後、支店内で火災が発生するという状況を想定した訓練となりました。火災発生を知らせる声が支店内に響くと、職員は屋外へと避難を行いました。

また、屋外にて職員が水消火器を使用した模擬消火訓練を行いました。災害対応に関して実際起こりうる備えとして職員で確認、宮崎市消防局の方々からもアドバイスを頂き、支店全体で防災意識を高めました。

2月21日

木花支店表彰 交通安全に功勞



JA宮崎中央木花支店は、宮崎南警察署および宮崎南地区交通安全協会より交通安全功勞者表彰を授与されました。

木花支店職員は、交通安全運動の期間、地域小学校の登校時間に合わせ交通安全の見守りを行っています。特に昨年は信号のない横断歩道や見守り範囲を広げるなど、地域の安全に貢献。地域の事故防止に力を入れたことから表彰されました。

濱砂一樹支店長は「地域の交通安全を守ることから、職員自身も交通ルールへの意識を高め、地域の安全を守っていきたい」と話します。

また深植えでは発根が遅れる為、活着や分けつ初期が遅れます。適した植え込みの深さ3センチを心がけましょう。

【植付深度と水深と活着】
※移植4日目の1本あたりの発根数。

水深10cm	2・6本	2・4本
水深5cm	4・5本	2・6本
水深1cm	4・4本	3・2本

浅植え
深植え

朝早く田んぼの水温が低いまま田植えをすると、それだけで根が傷み稲が傷つくこともあります。天気予報を見ながら寒い日は田植えを避け、なるべく太陽がのぼって水温が上がってから田植えを行ってください。必ず田植え時には水温を確かめましょう。

病虫害防除

移植前に葉いもち・イネミズゾウムシ対策として、ツインキック箱粒剤等を苗箱1箱に50粒を均一に散布し、軽く苗の上半分を払い葉にひっかかっている薬剤を培土の上に落とし、最後に上から十分に灌水し、薬剤を培土の上に落ち着かせます。病虫害被害の初期予防対策を実施しましょう。

水管理

田植えから約10日間は深水管理（水深4〜5cm）にして、イネを低温や強風から守りましょう。根が活着したら、水温と地温を上げるために浅水管理（水深1〜2cm）にして分けつを促します。入水を

夕方から早朝に行い、日中はできるだけ止め水にして地温上昇に努めましょう。ポリチューブ等を使用した回し水も有効です。

除草剤

除草も水稻の安定生産上極めて重要です。除草剤は使い方によって効果に大きな差があり葉害も出やすくなりますので、次のことに注意して下さい。

- ①雑草の種類に応じた除草剤を選ぶ。
- ②初期一発剤は雑草・葉が発生する前に散布するのが効果的です。
- ③使用時期・使用量を正しく守る。
- ④使用時は水の出入りを止め、十分な湛水状態を保つ。

※粒剤・フロアブル剤：水深3〜5cm
※バック剤：水深5〜7cm

散布後、少なくとも3〜4日間は湛水状態を保ち、入水する際は静かに入水してください。（なるべく水中の水流を起こさないことを意識する）

※バック剤を使われる方は、バック剤が固まっていらないか触って確かめて下さい。固まった状態で使用すると拡散しにくくなりますので、バック剤を手で揉みほぐし平らにしてから使ってください。また、発生前に使用すれば葉類にも効果があるものもありますので、使用時期を遵守し葉類の発生前にご使用下さい。

7 2023.4月号 めくみ

宮崎支店①



是永准

リーダー
児崎慎治

今門雅也

片桐ともみ

共済LA職員紹介

ご利用いただく皆さまに寄り添います

LA（共済渉外担当）は、「ひと・いえ・くるま」「農業の総合保障」において、組合員、地域の方々へ「安心」「満足」をお届けします。

私たちは、ご利用いただくすべての方々のニーズに合った情報を提供できるよう全力で取り組みますので、各地域で私たちの顔を見かけましたら、保障について不明な点などお気軽にご相談ください！

大淀支店



リーダー
津田つぐみ

池上愛子

谷口裕俊

宮崎支店②



有川翔吾

リーダー
高妻寛子

藤原功次郎

生目支店



鈴木雄大

黒脇可菜

リーダー
杉本皓平

井上美香

住吉支店



阿部隆太

リーダー
畑優輝

和氣彬

南宮崎支店①



長友真由美

リーダー
青山隼也

高田理香

南宮崎支店②



明利由季子

リーダー
横山滉季

原祐太



赤江支店



リーダー 原田真孝

杉田亜沙美

廣瀬宏紀

田中志織

浜田恭平

木花支店



リーダー 岡園幹枝

山本真悠

黒田一樹

田野支店



徳丸稜哉

リーダー 長友和枝

今村洋介

安井大輔

佐土原支店①



後藤友佑

清池将太

リーダー 横山美沙

高岡支店



前田大地

川越夏樹

リーダー 日高剛光



押川宣史

リーダー 杉田涼

岩切総司郎

佐土原支店②

国富支店②



寺田翼

甲斐由紀子

リーダー 佐々木善史



福島礼華

リーダー 伊東直哉

服部宗明

国富支店①

金融渉外 職員紹介

LPC (ライフプランコンサルタント) は、ご利用いただく皆さまの生涯にわたる、使う・貯める・備える・増やす・遺す、「総合的な金融ニーズ」のご相談に応えるため頑張ります！
よろしくお願いたします。

尾崎裕美
(本店)

山口麻未
(宮崎)

三明美穂
(生目)

千崎優子
(宮崎)

内田朋代
(大淀)

武田未来
(生目)

坂本航洋
(宮崎)

小八重優
(住吉)

宮崎統括支店

松山麻里子

中山瑞稀

岩切久美子
(南宮崎)

黒木弓絵
(南宮崎)

渡邊留亜
(木花)

鹿島啓太
(赤江)

廣瀬亜美
(南宮崎)

松山真菜
(赤江)

甲斐海帆
(赤江)

大里芳樹
(木花)

南宮崎統括支店

田野統括支店

中村悠成

岩切李紗

井星勇翔

崎田結麻

佐土原統括支店

岩切拳志

柏田崇走

濱田翔

高岡統括支店

横山詩織

吉野絢菜

海老原紗稀

国富統括支店



窪園朗

湯浅知樹

永野友美



住宅ローン担当

融資渉外 職員紹介

各種ローン、農業資金に関することは
お気軽にご相談ください！



弓削展大

山口竜太



事業資金担当

椎葉繁樹

落合眞太郎

宮元啓

日高賢一郎



農業資金担当

三大疾病保障特約付 住宅ローン

新築、他行借換えは今がチャンスです！
「保証料」+「三大疾病保障」が

“金利上乘せゼロ”だぞう



©2024

三大疾病保証って??

死亡・後遺障害保障に
加えて、所定の状態と
診断されたら

がん
急性心筋梗塞
脳卒中
住宅ローン残高が
0円に

変動金利型	固定変動選択型(最軽減金利)		※ご61E7
年 0.95% 店頭表示金利 2.475%	(金利:5年固定) 年 0.90% 店頭表示金利 2.90%	(金利:10年固定) 年 1.10% 店頭表示金利 2.90%	条件を満たすと 最初の3年間の 金利が 0.8%

●当初固定金利終了後、その時点の基準金利(店頭表示金利)から…
固定金利選択の場合 年1.0%引下げ
変動金利選択の場合 年0.3%引下げ

※本キャンペーンの適用には、当組合所定の審査がございます。審査の結果、ご希望に添い兼ねることもございますのでご了承願います。

投資信託のご相談はLPCへ

投資信託 キャッシュバック キャンペーン

期間
令和5年2月1日～令和5年12月31日

キャッシュバックの方法等、本キャンペーンの詳細
につきましては、お近くの支店窓口・LPCまでお
問合せください！

※投資信託はリスクを含む商品であり、運用実績は市場環境
等によります。したがって、元本および分配金が保証され
ている商品ではありません。投資信託をご購入の際は、投
資信託に関する留意事項を確認いただき、必ず最新の目録
見書等により、商品内容や留意事項を十分ご理解のうえ、
ご自身の判断でお申し込みください。

宮崎中央農業協同組合 登録金融機関 九州財務局長(登金)第95号

畜産部だより

3月期品評会

令和5年2月13日

【出場頭数】 雌子牛の部 35頭 去勢子牛の部 開催なし



雌牛の部 船ヶ山 康弘さん(田野)

「ふねももか15」号 (R4.5.18) 父「二刀流」、母の父「満天白清」、母の祖父「美穂国」、母の母の祖父「忠富士」

成績 (敬称略、かっこは支店名)

2席=高八重寿一(高岡) 5席=森 光春(佐土原)
3席=船ヶ山康弘(田野) 6席=源 和弘(宮崎)
4席=外山 重信(宮崎) 7席=小森 正(高岡)

■2月期子牛セリ市

令和5年2月9日~10日

地区	性別	頭数	最高	最低	平均価格	kg単価
宮崎	雌	34	840,400	309,100	542,494	1,977
	去勢	36	946,000	423,500	706,200	2,410
南宮崎	雌	60	784,300	269,500	542,593	2,048
	去勢	67	928,400	375,100	676,434	2,350
田野	雌	31	763,400	293,700	548,474	2,101
	去勢	49	979,000	337,700	680,608	2,387
佐土原	雌	38	1,210,000	346,500	596,142	2,211
	去勢	54	942,700	399,300	668,291	2,352
高岡	雌	20	783,200	253,000	536,360	2,012
	去勢	32	884,400	245,300	642,709	2,239
国富	雌	76	872,300	243,100	550,868	2,097
	去勢	96	1,091,200	323,400	652,438	2,254
合計	雌	259	1,210,000	243,100	553,088	2,081
	去勢	334	1,091,200	245,300	668,810	2,324
	総体	593	1,210,000	243,100	618,267	2,222



牛乳をもっと食卓に おいしい ミルクレンジ

ナバナ(菜の花)がアクセントの中華風餅 菜の花餅

出典●ミルクWEBサイト「ミルクレンジ」

材料(直径20cm×1枚分)

ダイコン 200g ごま油 大さじ1
干しシイタケ 2枚 上新粉 150g
干しエビ(中華用) 10g 牛乳 200ml
ナバナ 6本 しょうゆ、酢、からし、ラー油など...各適宜

作り方

- 1 ダイコンをすりおろし、その中に干しシイタケを漬けて戻しておく。干しエビはひたひたのぬるま湯に10分ほど漬けて、干しシイタケと共に粗めのみじん切りにする。ナバナは半分に切っておく。
- 2 フライパンにごま油を入れて熱し、①の干しシイタケ、干しエビを入れて炒める。干しエビの戻し汁と大根おろしを加えて煮詰め、冷ましておく。
- 3 ボウルに②と上新粉を入れて混ぜ合わせ、牛乳を加えてよく混ぜる。クッキングシートを敷いた深皿に1~1.5cmの厚さに流し入れ、①のナバナをのせて少し押し付けるように埋め込み、ラップをかけて電子レンジで約5分加熱する。
- 4 粗熱が取れたら水でぬらした包丁で6等分に切り、フライパンにごま油(分量外)を熱して両面を香ばしく焼く。皿に盛り付けて、しょうゆ、酢、からし、ラー油などを添える。

美味しく食べよう! いっぱい食べよう!!

管内の農産物を使って職員が料理に挑戦!今回は「トマト」のレシピです。大玉トマトを使って、見た目も赤い丸いでインパクト大!簡単調理ですのでぜひお試しください。



トマトとツナの炊き込みごはん



材料(お米2合での分量)

- ・大玉トマト……………1個
- ・大葉……………4枚程度
- ・ツナ缶……………2/3缶
- ・油あげ……………1枚
- ・醤油……………大さじ1と1/2
- ・酒……………大さじ1
- ・塩……………小さじ1/2
- ・水……………350cc
- ・白ごま……………少々

作り方

- ① トマトのヘタをくり抜き、逆側に十字の切り込みを入れておきます。
- ② 大葉は刻み、油あげは1cm程度の短冊切りにします。
- ③ 炊飯器に米、ツナ、油あげ、醤油、酒、塩、水を入れたら、最後にトマトを入れて炊きます。
- ④ 炊きあがったらトマトの皮を取り除き、トマトを潰しながら混ぜ合わせます。
- ⑤ お茶碗に盛り付けたら、大葉とゴマをトッピングして出来上がり!



丸ごとトマトのアボガドサラダ

材料

- ・大玉トマト……………2個
- ・ゆで卵……………1個
- ・アボガド……………1/2個
- ・ニンニク……………1片
- ・マヨネーズ……………大さじ1
- ・塩コショウ……………少々
- ・オリーブオイル……………大さじ2



POINT
中身が無駄なく使えます!!
中身の食感が苦手という人にもオススメです!



作り方

- ① トマトのヘタを1cmほど切り落とし、中身をスプーンでくり抜きます。(中身使いますので捨てないで!)
- ② ゆで卵・アボガドをサイコロ状に切り、マヨネーズ、塩コショウと混ぜ合わせ、トマトの中に詰めます。
- ③ みじん切りにしたニンニクをオリーブオイルで炒め、香りが出たら、くり抜いたトマトの中身を加えて軽く炒めます。
- ④ ②のトマトをお皿に並べたら、③のソースと盛り付けて完成です!

大豆のマメ事典

監修 田中牧幸
 編集 藤田 東北大学名誉教授
 イラスト 藤部新一郎
 参考文献 「マメ」の絵本
 (田中牧幸編/岡山県文化振興財団)

なんとなく地味だけれど、日本人の食生活には古来欠かせない存在。それが大豆！ 私たちを支えてきた大豆の底力に、ぜひ注目。

エライぞ！大豆

私たちの毎日の食事は大豆なしには成り立たない

日本にも世界にもさまざまな大豆がありますが、その中でも大豆は別格の存在といえるでしょう。大豆がなければ私たちの食生活は成り立ちません。

大豆は日本では弥生時代ごろから栽培されていたと考えられています。瘦せ地でも育ち、日本全国の風土も選びません。豆として食べるだけでなく、古くから親しまれている納豆、豆腐、油揚げ、きな粉、豆乳、湯葉など……。若い実をエダマメとしても食べますし、豆もやしもおいしいです。



種まきから50日ほどで薄紫色の愛らしい花が咲きます。10月初旬から11月初旬にかけて収穫時期を迎えます。



大豆と日本文化

そして、最も注目すべき大豆製品がみそ、しょうゆ。これは塩と共に日本の食の基本となる調味料です。日本人は古来、主食としての米や雑穀、芋と共に、知恵を尽くした大豆加工品によって独自の食文化を紡いできたのです。

重要な作物だからこそ、人々は大豆に「健康」に暮らせるように」という祈り。節

分にはいり大豆をまき、玄関の魔よけとしてイワシと一緒に大豆殻を飾ります。大豆の莢をお正月に飾ったり、かまどの火おこしに使う風習もあります。

10世紀ごろの医学書「医心方」(いしんぼう)には、食中毒や産後に大豆の煮汁やきな粉を食べると良いという記述も。実際、大豆の成分には高血圧や糖尿病などを防ぐ効果があることも分かっています。

田んぼのあぜで手をかけずとも育つ大豆は、自家製のみそやしょうゆなどに加工され、人々の健康を支えてきました。近年は都市部でもみそ造りや納豆作りがブーム。大豆の魅力があらためて見直されています。



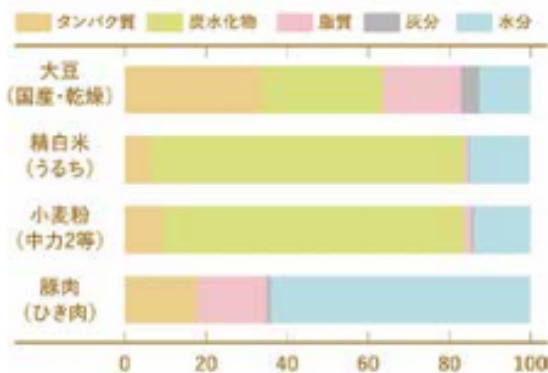
大豆の栄養とは？

米との組み合わせで
完璧なバランスに

大豆は「畑の肉」ともいわれる通り、タンパク質が豊富に含まれています。豆腐わずか3分の1丁で卵1個分と同じタンパク質を含んでいるのです。必須アミノ酸を数多く含み、レシチン、サポニン、イソフラボンなど体に良いとされる機能性物質も豊富。さらに大豆油にもするほど脂肪分は多く、人間が生きるのに必要な三大栄養素中、足りないのは炭水化物だけ。

そこを助けるのが米です。炭水化物主体の米と、みそ、納豆、豆腐などの大豆加工品を一緒に食べる。これはまさに理想的な組み合わせといえるでしょう。

可食部 100g 当たりの主要成分割合



資料: 文部科学省「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」

世界で活躍する大豆

伝統食や飼料、食用油……
大豆流通は世界のインフラに

古代にアジアで始まったとされる大豆栽培は、今や世界に広がっています。それだけ役立つ作物だったからです。

東南アジアでは、納豆に似た各種の発酵食品が伝統食として今も日常で愛されています。日本の豆腐、みそ、しょうゆも世界各国で手に入り、多くの人が楽しむようになりました。また、産地も世界に広がりました。現在、最も多く栽培しているのはブラジル、次いで米国。多くは食用油や家畜飼料になっています。残念ながら、昨今では他国の戦乱により流通が途絶えた地域では困難もありました。日本でも良質の大豆が入らず、しょうゆ醸造をやめざるを得なかった会社もあります。

大豆の種類は膨大

知名度の高いものだけでなく
地域の伝統種もさまざま

一言で大豆と呼んでも、実はその種類は非常に多様です。何しろ日本で1000年以上栽培されてきたのですから。その長い歴史の中で、地域の条件に即したさまざまな品種が生まれてきました。数え切れない品種を大きく分けると、まず色。私たちが大豆として思い浮かべるクリーム色の品種には、煮豆や豆腐、しょうゆ、エダマメに向くものがあります。

小粒の品種は豆もやしや納豆にされます。また丹波黒など黒い大豆は煮豆や甘納豆に。茶豆はエダマメとして人気です。青い豆もゆでて塩豆にしたり、きな粉にしたり。用途は限定されてはいませんが、一番おいしく食べられる方法をその土地土地で考えてきた結果としての伝統食でしょう。

大豆の原種は山や野原に今も自生するツルマメという植物です。おいしいとはいえませんが、もしも見つけたら、小さな黒い豆を食べてみるのも楽しいかも!?

大豆の品種と用途



信濃青豆

エダマメやきな粉に加工されます。



フクユタカ

納豆、みそ、煮豆、しょうゆなどに使われる代表的な品種。



丹波黒

おせち料理の煮豆に欠かせません。



ツルマメ

野生種。北海道を除く日本全土に自生しています。



納豆小粒

豆が小さく主に納豆に加工されます。

新規就農研修生の募集要領

1 研修事業の目的

将来、農業で自立を目指す農業後継者や新規就農者等を受け入れて、農業技術や経営手法等についての研修を実施し、農業の担い手を育成する。

2 募集要領

JA 宮崎中央では、以下の要領で研修生を募集する。

- 応募条件**
- 農業に対する固い意志と意欲がある農業後継者や新規就農希望者で、研修終了後も引き続き宮崎市・国富町内に居住し、就農できる者
 - 研修後は、生産部会に加入し、JA事業活用に理解のある者
 - 外国人希望者においては、日本語能力試験N5級相当の能力を有しており、研修に支障がないと判断した者

年齢 18歳以上概ね50歳まで

研修期間 原則として2年間。
令和5年8月1日から令和7年7月31日を研修期間とします。

研修方法 JAで定めるカリキュラムに基づき研修する。

研修作物 JAの重点作物の中から選定（きゅうり等）

募集人員 希望者数及び受け入れ体制により決定（10名程度）

募集期間 令和5年2月1日より令和5年4月28日まで（28日必着）

研修助成金 国の助成金あり【就農準備資金…150万円/年】
（上記要件を満たさない場合は、JA・市町の助成金）

各種資格取得 研修期間中に必要な資格等の取得

就農支援 就農への必要な支援（ハウス、農地、補助事業、資金対応、技術・経営指導、販売、その他）

3 研修生の決定

入所を希望される方は、書類審査、面接審査に合格した者を研修生として決定する。
詳しくは下記へお問い合わせ下さい。



お問い合わせ 〒890-0921 宮崎市大字本郷南方4142番地
JA宮崎中央 営農部 営農企画課 新規就農者係
TEL 0985-89-4660

令和6年度

JA宮崎中央の職員(大学卒・短大卒)を募集します

受験資格

(大学卒) 平成7年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方で、大学院・四年制大学を卒業または令和6年3月卒業見込みの方

(短大卒) 平成7年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた方で、短期大学を卒業または令和6年3月卒業見込みの方

応募方法 (大卒・短大卒とも)

- 本店または統括支店に試験案内を取りに来て下さい。試験案内は、JA 宮崎中央のホームページ・マイナビにも掲載しています
- 申込受付は**3月20日(月)～4月14日(金)必着**です

1次試験 (大卒・短大卒とも)

とき 令和5年4月24日(月) **ところ** JA・AZM本館2階大研修室
科目 ①筆記試験 [一般常識 (国語、数学 (数理・論理)、英語、理科、社会)] 作文 ②適性検査 ③面接試験

2次試験 (大卒・短大卒とも)

面接試験 (1次試験合格者のみ後日実施)

必要書類 (大卒・短大卒とも)

- 試験案内またはホームページにて詳細を確認して下さい
- 履歴書 (JIS規格もしくは大学指定のもの)
※必ず志望動機、自己PRをご記入ください。
- 卒業証明書または卒業見込証明書
- 成績証明書

- ※受験票は4月19日(予定)までに本人宛に送付します
- ※郵送の場合は郵便窓口で「特定記録」にしてください
- ※封筒の裏には受験者の氏名、住所を必ず記載してください
- ※1次試験の結果は5月中旬(予定)に本人宛に通知します
- ※提出頂きました応募書類は返却致しません

ホームページにも詳細を載せています



申込先および
お問合せ先 〒890-0813 宮崎市丸島町1番17号
JA宮崎中央 総務部 人事教育課
TEL.0985(20)1001

http://chojuu.ja-nvazakijp

JA宮崎中央 自動車共済

30成約キャンペーン

キャンペーン期間
令和5年 2/1 ▶ 4/30



上記期間中に新契約成立・他社から切り替えを頂いた方には抽選券プレゼント!!
※契約1件につき、応募用紙1枚配布致します。期間や対象は上記と一緒となります。

窓口にてお見積もりいただいた方には記念品を進呈いたします。

※数に限りがあります。記念品がなくなり次第終了いたします。

応募頂いた中から豪華賞品が当たる!!

1等	2等	3等	10名
10,000円 相当商品	5,000円 相当商品	3,000円 相当商品	
×10枚 ※商品券での抽選となります	×5枚 ※商品券での抽選となります	×3枚 ※商品券での抽選となります	

抽選には必ずしも商品ゲットのチャンス!!
WチャンスでJA宮崎中央管内の野菜(1,500円相当×5名)が当たる!!

ご不明な点は 各支店 共済窓口 までご連絡下さい。

※当選者については発送をもってかえさせていただきます。

※ご記入いただいた個人情報は、キャンペーン以外には使用いたしません。キャンペーン終了後速やかに破棄いたします。

<文惠取扱> JA宮崎中央 本店共済部 自動車共済課 TEL:0985-24-6690

令和5年3月1日より
インターネット販売をスタート!



https://agriplus-shop.jp

株アグリプラスによる農業のインターネット販売を令和5年3月1日より開始しました。
施設野菜・果樹・露地野菜を中心に、登録のある約160品目（毒劇物、水稲農薬を除く）。販売する農薬は
随時追加を予定しています。また販売スタート記念として、特別価格キャンペーンを実施しています。
また、今後は農薬のみならず生産資材等の取扱いも検討しています。

利用方法

初回購入の手順

①上記QRコードまたはURLからホームページを開く

②商品をカートに入れる

③注文手続きにすすむ

ログイン画面になるので、「アカウント作成」を行います。

※作成には①お名前②メールアドレス③パスワードの入力が必須です。

④お届け先・発送の確認

配送先の情報をご入力ください。

⑤お支払い方法の選択

お支払いには下記の決済方法がご利用いただけます。

①クレジットカード

(VISA / MasterCard / American Express / JCB)

②その他…コンビニ払い、paypay 等

選択したお支払い方法に沿って情報入力を行います。入力後「今すぐお支払い」を押してください。

特別価格キャンペーン

各500本限定



グレーシア乳剤
500ml

11,319円(税込)

10,219円(税込)
△1,100円



ケンジャフロアブル
250ml

5,169円(税込)

4,619円(税込)
△550円



パレードフロアブル
250ml

6,019円(税込)

5,469円(税込)
△550円

当年品

キャンペーン

500本限定



ベネビア OD
250ml

5,489円(税込)

4,400円(税込)
△1,089円

お問合せ先

・電話およびアグリプラス店頭での注文販売は行いません。必ずHPからご注文ください。

・お問合せにつきましては、HP内の「お問合わせフォーム」、または下記のお問合せ先をご利用下さい。

注文に関する内容…☎0985-89-4680 その他…☎0985-89-4681
(対応時間…平日9:00~16:00)

ドローン情報

ハウスに上っての作業お困りではないですか??



ハウス上での散布作業は事故にもつながり、時間もかかります。作業効率アップのためにドローンを試してみませんか?

ドローンで遮熱・遮光剤の散布ができます!

10a散布のみ料金で27,000円(税別)

今年から3つの割引も始めました!!

最大
15%割引

- ①高齢者支援割引(対象65歳以上)
- ②リピーター割引(前年散布実施者に限る)
- ③大口面積割引(50a以上)

お問い合わせお待ちしております!

技能認定の取得を目指してみませんか?

DJIドローン教習会コース

初心者教習…機種:T10、T30

期間:5日間 324,500円(税込)

拡張教習(MG-1、T20認定取得者対象)…機種:T10、T30

期間:1日 66,000円(税込)

教習場所 ・宮崎校:JA宮崎中央 家畜市場

教習日程 今後の日程につきましては、下記連絡先へお問合せください。
株アグリプラス ☎0985-89-4664(担当:加治屋)



頭の体操

ヒント 遠くの景色に薄雲がかかったように見えにくい

テのカギ

- 野球のBSOのS
- 敵ではありません
- 正しい答えに付けるマーク
- 遠くて近きは——の仲
- シオマネキもこの仲間です
- 得意なもの。漢字で書くと十八番
- 体温計を抜きます
- 空弁（そらべん）が売られている所
- 田畑を耕す道具の1つ
- ギリシャ文字の最後の字。Ω、ωと書きます
- 選抜高等学校野球大会の会場です

コのカギ

- 唱歌「花」に歌われている川
- 写真などを撮影するための施設
- ラクダやアルパカに似たアンデス地方の動物
- クジラより小さめです
- 4月なのに冷えるなあ、——の戻りかな
- 書類の何も書かれていない部分
- 新1年生の皆さん、ご——おめでとう!
- 爬虫（はちゅう）類は変温動物、哺乳類は——動物
- 1、3、5、7、9……
- 日本人の主食です
- 船を着けます

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?



2月号の答え「ユキオロシ」

※出題者の発表は誌面にて行います。なお公正を期するため本名での発表とさせていただきますので、ご応募の際は了解下さい。



2月号のプレゼント

宮崎牛・みやざき和牛消費券 3,000円分

- | | |
|---------|---------|
| 内野 義広さん | 坂本真由美さん |
| 上山由紀子さん | 中村 昭子さん |
| 河野 滯子さん | 日高衛里夏さん |
| 黒木 明則さん | 横山 節美さん |
| 黒木 俊幸さん | 宮原 早苗さん |

おめでとうございます
今月の応募は154通でした

5名様プレゼント 完熟マンゴー 大人気!先月に引き続きプレゼント

※6月上旬の発送を予定していますが、出荷状況により前後致します。

応募方法・締切

下記の要領で **4月21日(金)**
(当日消印有効)までにお送りください。

当選者発表は6月号です。

※ご応募に際して取得した個人情報はこのたびのプレゼントの抽選・発送以外には一切使用しません。また承諾なく第三者に提供しません。但し、コメントに関しては「WELCOME JA」に掲載させていただく場合がありますので、ご了承下さい。

〒880-0813

63
めぐみ4月号係
宮崎市丸島町1番17号
JA宮崎中央

- ①アイズの答え
○○○○○
- ②〒・住所・氏名(題名の場合はペンネームも)・年齢・電話番号
- ③JAだより「めぐみ」やJA、農業に対するメッセージ、日常のこぼれ話、イラストなど
(必ず書いてくださいね!)

忠 富士号の慰霊碑、とても心に残りました。今の宮崎牛日本一があるのも、口蹄疫

宮 崎の黒皮力ポチャや干し大根、更には佐土原ナスなど伝統野菜、キュウリやマンゴーの全国的な野菜など、本当に素晴らしい農産物がJA宮崎中央管内には出荷されていますね。そしてがんばり屋の若手生産者の方も誌面にたくさん出ており、本当に心強いです
(宮崎市 牛ちゃんさん)

が んびり屋の表紙を見てびっくり!三角ハウスを見るたびに、元気に頑張っているかな?と心配もありました。しかしめぐみを読んで安心しました。何処でお会いしても必ず気持ちいい挨拶をしてもらえ嬉しくなります。本当に好青年です。南宮崎支店(金融渉外)職員の方、何でも相談でき、とても心強いです
(清武町 タマちゃんさん)

Welcome JA

~読者からのお便り~

2月号のご感想
ありがとうございました。



去 年国富支店の婦人部主催の寄せ植え教室に参加!お花屋さんの指導のもと、毎回アレンジの仕方を教えて頂き、楽しんで自分好みの寄せ植えができ大満足。玄関先に置いてます!!
(国富町 武田さん)

大 根やぐらの前で撮影された新婚さん、とても素敵でした。未永くお幸せになってほしいです。お二人で大根やぐらの伝統を守り受け継いでいかれるのでしょうか。宮崎の大切な特産品のひとつ、頑張ってくださいね
(都城市 黒木さん)

発 酵美人のすずめを読んでとても参考になりました。「いつまでも元気で若々しくありたい」はいつになってもみんなの願いですね。毎日の食事を見直し、少しずつでも取り入れてみたいと思いました。私の好きなものが多いのでこれからは意識して取り入れてみます!
(宮崎市 横山さん)

で殺処分された牛たちの犠牲があったこと。時と共に忘れがちですが、忘れてはならないと改めて思いました。宮崎牛は世界一です
(宮崎市 黒木さん)

定例理事会

令和5年2月28日(火) JAAZM大研修室

- 1 出資金減口に伴う持分の仮払いについて (南宮崎支店①)
- 2 出資金減口に伴う持分の仮払いについて (南宮崎支店②)
- 3 出資金減口に伴う持分の仮払いについて (南宮崎支店③)
- 4 利益相反取引の包括承認について
- 5 コンプライアンス・マニュアルの改正について
- 6 令和5年度コンプライアンス・プログラム実践計画(案)について
- 7 資産の償却・引当基準の一部改正について
- 8 (株)ジェイエイファームみやざき中央 取締役選任及び出資増資について
- 9 令和5年度寄付金の支出について
- 10 令和4年台風14号被災後の畜産部復旧と今後の防災対策について
- 11 家畜市場業務規程の変更について

以上11議案が、可決・決定及び承認されました。

人事異動 (かっこ内は旧部署)

【人事異動】

令和5年3月1日付

- 宗像 孝祐 南宮崎営農センター 経済課 南ビニール加工工場長 兼 生産資材係 (同センター・課 生産資材係)
- 中岡 祐基 南宮崎営農センター 経済課 南ビニール加工工場担当 (佐土原営農センター 経済課 北ビニール加工工場担当)

【退職】

令和5年2月28日付

- 北林 琴美 (南宮崎支店 貯金為替課 貯金為替係)
- 令和5年3月7日付
- 伊藤 亮 (畜産部 生産指導課 生産指導係)

JA葬祭 プリエール宮崎

無料葬儀相談 随時受付中

～生前のご準備からご葬儀後のことまで～

随時受付中
(無料)

生前整理、墓じまい、ご葬儀、法要、初盆、片付け(遺品整理)、相続に関することなど…

どんなことでもお気軽にご相談ください。

安心・信頼のJAグループ葬祭 24時間年中無休



葬祭 プリエール宮崎 ☎0120-930-170

編集後記

G7宮崎農業大臣会合4月22・23日、取南村に行く本業イベント会場どG7の案内をお目に見ます。「花の祭典」ではみやざき犬がPRしていたので一着にWBCチャンピオンもあつたりと今年は宮崎が盛り上がりがありますね。さて今回の表紙は1月がどうですか?この日は雨だったため、ハウスの中での撮影をどうなるかと思いましたが、皆さんの素敵な笑顔がバッチリ!!ありがとうございます。2月号も「国産の祭典」で、いちご生産者の方々が見守り活動されてました。会場も花いっぱい、編集後記用にと一着に写すの、ありがとうございます。



交通事故はJA共済(交通事故処理センター)

8:30~17:00まで(平日) ☎35-3507

宮崎県夜間・休日事故受付センター

平日/17:00~
土日・祝・祭日/ ☎0120-258931

カード紛失時連絡先

- キャッシュカードの紛失 17:00~翌8:00(平日) 8:00~翌8:00(土・日・祝)
☎0120-646-106 ※上記時間以外はお取引店舗までご連絡ください
- JAカードの紛失 24時間受付・年中無休
☎0120-159674

わちどんが村 式部の里 LINE@会員限定 毎月お得なクーポンが当たるチャンス!!

その他のにも各種イベント情報などをお届けします

宮崎の農産物をあ届け! 宮崎てげうま産直便

農産産品を生産者や生産地の情報に合わせてダイレクトにお届けします。

JA宮崎中央 みやざき中央農産物ファン拡大事業委員会
URL: <http://shop.ja-direct.net/>

毎日のあんしん・おいしいをおうちまで JAくらしの宅配便

インターネットで注文できるJAの宅配サービス! 国産へのこだわりと安全・安心の品質をご自宅やご指定場所へお届けします。

- オススメ!! その① 「安全・安心」にこだわり
- オススメ!! その② 地球環境にも考慮して商品開発を行っています
- オススメ!! その③ 安心の国産原料

お問い合わせ専用フリーダイヤル JAくらしの宅配便事務局 ☎0120-009366

受付時間 土曜日・日曜日・祝日を除く、午前9:30~12:00まで 午後1:00~5:00まで

※お電話でのご注文は承っておりません

入居者募集 agri PLUS

アパート、貸家の入居者を募集しております。

- ◆清武地区、木花地区を中心に宮崎市内全域に物件を取り揃えています。
- ◆学生向け、ファミリー向けなど幅広くご対応いたします。宮崎大学近隣にも多数あり!!
- ◆なお、土地売買に関する業務も行ってまいります。お気軽にお問い合わせください。

営業時間 月曜日~金曜日 (8:30~17:30)

「取り扱い物件」はこちらから確認! お手持ちのスマートフォンから、いつでも簡単に物件を調べることができます。

お問い合わせご相談はこちらまで! 株式会社アグリプラス 不動産事業部 宅建情報プラザ 宮崎県清武町加納4丁目1 ☎0985-85-6071

JA宮崎中央 ガソリンスタンド

4月定休日のお知らせ



2日、16日 ▶

・生目セルフ
・佐土原セルフ

・エポックエリア
・高岡セルフ

・田野SS
・三名SS

9日、23日 ▶

・宮崎セルフ
・那珂セルフ

・木花SS
・本庄セルフ

・清武SS

土日祝日 ▶

・八代SS

毎週日曜日は、特売日です!

※田野SSは毎週火曜日・八代SSは毎週木曜日が特売日となります

※特売日が定休日の場合は前日が特売日となります

ご迷惑お掛けしますが、
宜しくお願いします。
上記以外は
休まず営業致します。

小中月々

絵と文 山本俊六郎

寒い寒いと言ってるうちに、
草の芽や、花の蕾が膨らんで、
暖房器具は店じまい、
クーラーや扇風機の出番です、
コロナも何とか落ち着いて、
やっとマスクも用済みに、
私たちも、冬着を脱いで、
春の衣装に衣替え、
そしてほら、
影を潜めて、じっと待ってた、
イベントたちも動き出す、
歌や踊りや、お祭りが、
いろんな形で踊り出す、
だからと言って浮かれずに、
トルコ、シリアの大地震、
対岸の火事ではありません、
油断大敵、
災いは忘れたころにやって来る、
備えの方も忘れずに。



JA宮崎中央



めくみインスタグラム
始めました!

※広報誌めくみは
HPからもご覧いただけます



April.2023 No.314 **4**月号