

さんらいず SUNRISE

9

2023
September
vol.357

あなたとJAをつなぐ情報誌



Contents

2 特集

知っておきたい!
消費税インボイス制度

6 JAニュース

農機・自動車合同展示会

7 営農情報

水稻 ～お米の刈取り時期について～

10 おじゃましました旬農家

いちじくの高品質化を目指して



知って
おきたい!

消費税インボイス制度



2023(令和5)年10月1日からインボイス制度(適格請求書等保存方式)がスタートします。「インボイス? 聞いたことはあるけど、中身はよく知らない……」という方もいらっしゃるかもしれません。インボイス制度の仕組みや農家への影響、さらには備えるべきポイントなどを紹介します。

監修:JA全中・JAまちづくり情報センター 顧問税理士●柴原 ー イラスト:出口由加子

インボイス制度のポイント

- 1 インボイスとは、適用税率や消費税率などの正確な情報を記載した書類やデータのこと。
- 2 2023年10月から原則課税方式により消費税を申告している事業者が仕入税額控除(売り上げにかかった消費税額から仕入れにかかった消費税額を差し引いて納税すること)を行うためには、原則として仕入れ先からインボイス(適格請求書)を発行してもらい、保存しておく必要がある。
- 3 インボイスは税務署長の登録を受けた課税事業者へのみ発行が可能。
- 4 今回の制度変更によって生じる免税事業者への影響を考慮して、経過措置が設けられている。

インボイス制度とは?

インボイス制度では、原則課税方式により消費税を申告している課税事業者はインボイス(適格請求書)を用いて、仕入れ時にかかった消費税額を差し引いて消費税を申告・納税することになります。これまで売り上げ1000万円以下で消費税を申告する必要がなかった免税事業者も取引先からの求めがあれば、税務署に申請して適格請求書発行事業者(課税事業者)となることを検討する必要があります。

インボイス制度の農家への影響とは?

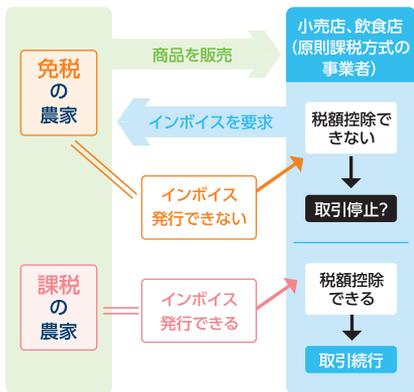
売り上げ1000万円以下の免税事業者は課税事業者となり、税務署に登録申請書を出して適格請求書発行事業者になるか、現状の免税事業者を維持するかを選択しなければなりません。双方のケースの留意点について紹介しましょう。

① 適格請求書発行事業者になる場合

これまで税務申告は所得税のみで済んでいましたが、適格請求書発行事業者になると、消費税申告も必要となるため実質的に収入が減少します。また、原則課税の場合には、免税事業者である他の農家に作業委託したり、免税事業者である業者から仕入れたりした場合は、原則としてその請求額から消費税を控除できない(経過措置あり)ため、その自己負担分をどうするか検討する必要があります。

② 免税事業者を維持する場合

消費税の申告が不要なので事務負担を軽減できます。その一方で、販売先の小売店・飲食店(課税事業者)からインボイスを求められても発行できないので、今後の取引に影響が出る可能性があります。



インボイスの発行について

インボイスとは、消費税の税率が複数存在する中、売り手から買い手に対する適用税率や消費税額などの正確な情報を記載した書類やデータのことです。適格請求書発行事業者にならないと発行できません。ただし、次のような場合は発行不要です。

- 買い手が免税事業者である場合
- 買い手が簡易課税事業者であっても、インボイスの発行を求めている場合
- どちらもこれらは販売時には判別できません。そこで、できるだけインボイスを発行できる体制を整えておくことが必要でしょう。インボイスの発行に際しては、従来の請求書に次の2点の事項を追加しなくてはなりません。
- 適格請求書発行事業者の登録番号
- 商品ごとの適用税率と消費税率

【従来の区分記載請求書】

請求書	〇年〇月〇日
◆◆様	●●農園
化粧箱 1個	550円
果物(※) 1袋	3,240円
3,790円	
(10%対象 550円)	
(8%対象 3,240円)	
※印は軽減税率対象品目	

【インボイス】

請求書	〇年〇月〇日
◆◆様	●●農園
登録番号△△△△	
化粧箱 1個	550円
果物(※) 1袋	3,240円
3,790円	
(10%対象 550円)	内消費税50円
(8%対象 3,240円)	内消費税240円
※印は軽減税率対象品目	

適格請求書発行事業者の登録番号

税率ごとの消費税率

《登録申請のスケジュール》

2023(令和5)年10月1日から登録を受けるためには、原則として**2023(令和5)年3月31日**までに登録申請手続きを行う必要がありました。4月以降も受け付けられます。



※免税事業者の方は経過措置により、2029(令和11)年9月30日までの間は、年の途中からでも適格請求書発行事業者になることができます。

インボイス制度の導入に際して、円滑な制度の実施や小規模事業者の負担軽減のために緩和措置が設けられることになりました。具体的には、売り上げ1000万円以下の事業者が「適格請求書発行事業者」になった場合、制度実施後の3年間は仕入れなどで払った消費税額がいくらであらうと、売り上げにかかる消費税額のうち、一律で2割だけを納めればよいことになりました。また、年間売り上げ1億円以下の事業者への負担緩和措置も導入。2023年10月から6年間は1万円未満の仕入れについてはインボイスがなくても仕入税額控除が可能となりました。

《消費税の納税額》

例えば… 年間売り上げ 600万円

仕入れなどで年間30万円の消費税を払っていると… $60万円 - 30万円 = 30万円$ (納税額)

緩和措置 売り上げにかかる消費税のうち一律2割納めればよい $60万円 \times 20\% = 12万円$ (納税額)

当面の措置として 負担緩和策が導入されます

インボイス制度で変わること(販売時・仕入れ時)

【販売時】農作物を販売する場合



■買い手から直接インボイスを求められるケースが増加

原則課税による課税事業者である小売店や飲食店などに直接販売している場合には、先方からインボイスの発行を求められることになります。ただし、免税事業者の場合はインボイスを発行できないため、今後の取引が不利になることに留意する必要があります。

※令和5年度税制改正大綱によると、基準期間における課税売上高が1億円以下である事業者は、インボイス制度の施行から6年間、1万円未満の課税仕入について、インボイスの保存がなくても帳簿のみで、仕入税額控除が可能になる予定です。

【購入時】農業用資材や農業機械などを購入する場合



■生産者(原則課税による課税事業者)は仕入れ時にインボイス発行を依頼します

原則課税による課税事業者になった生産者が農業用資材や農業機械などを購入し、それらを仕入税額控除の対象とするには、仕入れ先にインボイスの発行を求めるようにしてください。

インボイス交付が免除される特例があります!

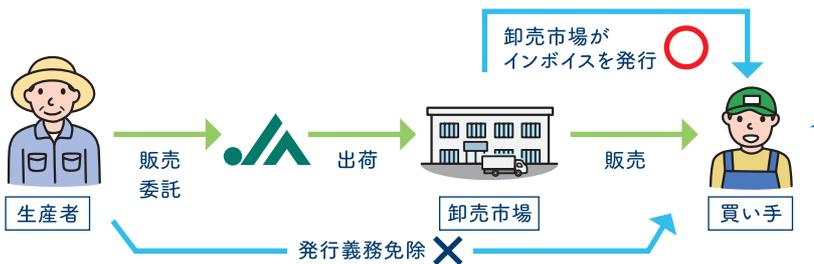
【農協特例】JAに販売委託する場合



組合員である生産者の農産物をJAが無条件委託方式で販売し、その代金を共同計算方式により精算する場合には、生産者はインボイス発行義務が免除されます。この場合、買い手である小売店や飲食店などはJAが発行する書類により仕入税額控除が可能になるため、生産者が適格請求書発行事業者か否かは関係ありません。

※JA直売所で販売委託する場合は、生産者が適格請求書発行事業者ならJAが生産者に代わりインボイスを発行し、買い手である小売店や飲食店などに交付することができます(媒介者交付特例)。

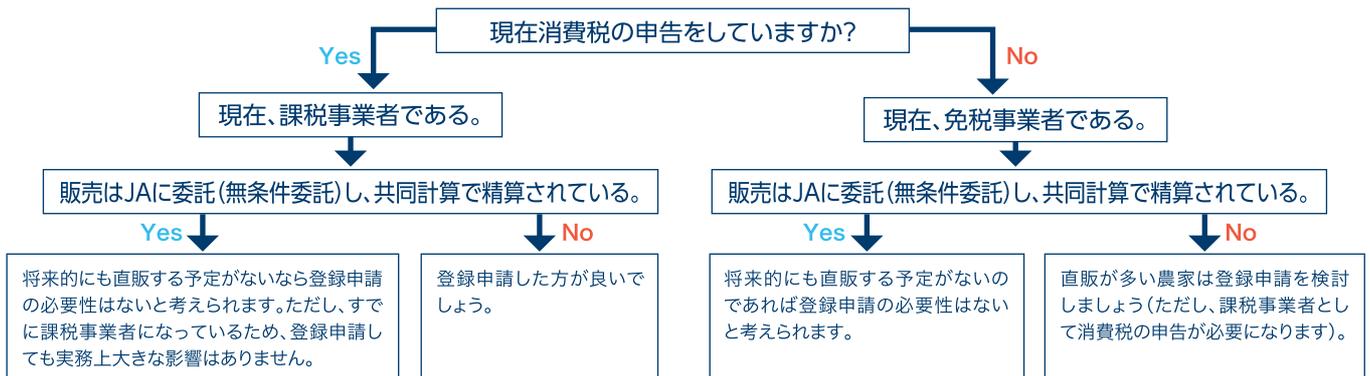
【卸売市場特例】JAに販売委託した農産物を卸売市場に出荷する場合



生産者がJAに販売委託した野菜などの農産物を卸売市場に出荷して販売する場合も、生産者はインボイスの交付義務が免除されます。卸売業者などの買い手は卸売市場が発行する適格請求書で仕入税額控除を行うため、生産者が適格請求書発行事業者か否かは関係ありません。

インボイスフローチャート

今後の登録申請に当たり、以下を検討しましょう



津名支店

共撰きんせん・菜の花部会総会



総会の様子

共撰きんせん・菜の花部会は、総会及び出荷反省会を3年ぶりに開催しました。部会員20人と市場関係者、関係機関を含めた29人が参加しました。姫路生花市場からは、物価上昇に伴う価格の見直し、他産地の情報などの報告と需要期の安定出荷・価格上昇に伴った品質の向上への依頼がありました。北淡路農業改良センターからは、ここ数年問題となっている菜の花の根こぶ病対策とぎんせんかチップバーン対策について栽培指導がありました。根こぶ病については、耕種的対策・農薬防除対策・耐病品種、チップバーンについては、耕種的対策・液肥対策の説明があり、生産者は熱心に耳を傾けました。

令和5年度販売に向けて、JA・市場・関係機関は連携を密に取り、消費者に高品質の花を届けていきます。

洲本支店

いちじく目慣らし会



出荷要領を説明するJA職員

洲本支店では8月8日、いちじく出荷目慣らし会を池田集荷場で開催しました。管内の部会員9人が参加し、出荷要領に基づいた留意点の再確認と現品を使った選別・調整の目慣らしを行いました。また品質の向上を図るため、着色度合や傷の程度等について意見交換しました。さらに今後の多雨や多湿による病虫害や台風等の自然災害などの被害による品質低下を懸念し、防除対策等の説明もありました。

今年は若干小ぶりですが、晴天が続くなか登熟が早く、今後は出荷量が増えてきます。部会員とJAが一体となり甘くておいしい淡路島いちじくを京阪神市場から消費者へと届けていきます。一度ご賞味ください。

北淡支店

いちじく出荷始まる！



出荷されるいちじく

北淡支店管内(いちじく生産者11人)では、冬場のせん定・春先の芽かき・施肥防除などの各作業を経て、丹精を込めて栽培したいちじくの出荷が8月上旬から始まり、11月上旬まで毎日、阪神市場に約5万ケースを出荷する予定です。今年は天候に恵まれ順調に生育して、出荷量も年々増えています。いちじくは抗酸化物質のアントシアニンを豊富に含み、秋が深まるにつれて味がのり、益々美味しくなっています。

今後、美容と健康などで注目度の高い「淡路島いちじく」を厳選し、消費者の方々にお届けしていきます。

東浦淡路支店

水稲無人ヘリコプター防除の実施



農薬を散布する無人ヘリ

東浦淡路支店管内の白山・柿原・久留麻地区では、作業の省力化・効率化のため毎年、「無人ヘリコプター」で水稲の農薬散布を実施しています。「無人ヘリコプター」とは、総重量100kg未満の遠隔誘導式小型回転翼機のことをいい、これを用いて空中から農薬を散布します。薬剤は、いもち・もんがれ病や水稲の害虫であるウンカ・カメムシに効果がある「ビームエイトレボンゾル」とツマグロヨコバイ・イネアオムシ他に効果がある「モンセレンフロアブル」を使用します。実施した7月26日は、早朝から気温は高く天候に恵まれ、無事に散布することができました。

無人ヘリで水稲防除の実施



ヘリを操縦するオペレーター

五色支店管内の鮎原地区の水田約15ヘクタールで、毎年8月上旬に、作業の省力化・効率化・米の品質を維持するため、無人ヘリを使った、水稲の農薬散布を実施しています。無人ヘリは、総重量100kg未満の遠隔誘導式小型回転翼機のことをいい、空中から農薬を散布します。薬剤は、いもち病や水稲の害虫であるウンカ類・カメムシ類・ツマグロヨコバイ等に効果がある「ビームエイトスタークルゾル」を使用します。実施した8月1日は、早朝から気温の高い状況でしたが、地元農家・全農・JA職員が見守る中、無人ヘリを操縦するオペレーターは、細心の注意を払いながら防除を行いました。

いちじく出荷目合わせ会



目合わせする部会員とJA職員

一宮いちじく部会は8月14日、目合わせ会を開催しました。部会員8人が出席し、等級・品質・選別の統一を図るため、出荷する際の検査基準・注意点を事務局から説明しました。部会員と着色や傷の程度について協議し、さらなる品質の向上や有利販売について意見交換を行いました。

今年は平年より早い梅雨入りからの長雨と、梅雨明け後の酷暑により栽培管理に苦労しましたが、生産者の栽培技術の向上により、品質の高いいちじくの出荷が増えています。甘くて美味しい、淡路島いちじくをぜひご賞味ください。

畜産だより

11月市子牛検査

10月4日(水) 北淡・一宮 10月10日(火) 洲本
10月6日(金) 津名・五色 10月11日(水) 東浦淡路

経産牛枝肉販売会

10月5日(木)

和牛登録検査(第3期)申込締切

10月17日(火)

第105回兵庫県畜産共進会

10月26日(木)

和子牛市 8月18日

(税込み:単位円)

	メス121頭	去勢167頭	総計288頭
最高	1,431,100	1,075,800	1,431,100
最低	223,300	243,100	223,300
平均	736,082	804,113	775,531
前回比	9.4%高	0.2%安	3.1%高

スモール市 8月25日

(税込み:単位円)

	スモール(F1) 22頭出場	スモール(ホルス) 3頭出場
最高	211,200	30,800
最低	3,300	27,500
平均	117,350	28,967
前回比	28.2%安	113.5%高

畜産課

淡路和牛愛好女性会が通常総会



役員改選のようす

淡路和牛愛好女性会は8月3日、第34回通常総会を開きました。若い会員2人が新たに入会され、会員38人中28人が出席し、提出された議案は全て可決承認されました。新型コロナウイルス感染症が第5類感染症に代わりはしたものの、円安・飼料・燃料代の高騰により、和子牛価格の回復にまだまだ光が見えないところではありますが、負けずに真面目に優良牛生産継続に努めようと決議されました。任期満了に伴う役員改選では、淡路市中村の小谷トシ子さんを新会長に5人の新役員の方々が選任されました。懇親会では、後継者に期待する思いや牛に関して話はずきることなく、大変盛り上がりしました。

商品の説明を受ける組員



7月28日・29日

農機・自動車合同展示会

自動車センターと農機センターは7月28日、29日の2日間、合同展示会を開きました。暑い中でしたが、多くの方が来場し、熱心にトラクターやコンバインなどの展示農機を興味深く見て回っていました。また、軽トラやライトバンなどの人気車やマキタ充電式シリーズの展示販売もありました。チップソーや耕うん爪など、特価商品も多くお問い合わせいただきました。

8月25日

農業用廃ビニール・ポリ製品類を回収

洲本市・淡路市農業用廃プラスチック適正処理対策協議会が中心となって8月25日、当JAの経済センター5カ所で使用済みの農業用廃ビニール類などを回収しました。農業用廃プラスチックとは、ビニールハウスで使用されたビニール、マルチ栽培に使用されたポリエチレンフィルム、肥料袋、育苗箱など、適正に処理することが義務付けられています。



廃ビニール類を回収する職員ら



下呂温泉合掌村

JA淡路日の出合併30周年 年金友の会親睦旅行

下呂温泉と 1泊2日 歴史文化自然満喫の旅

旅行実施日 2023年

- 東浦淡路地区北淡地区 11月6日月～7日火
- 津名地区一宮地区 11月7日火～8日水
- 洲本地区五色地区 11月8日水～9日木

旅行代金 **38,000円**
大人お一人様 (定員利用)

宿 泊 下呂温泉 ホテル水明館

日次	行程	●入場観光○下車観光△車窓観光	食事	
1	出発 JA淡路日の出 管内各地 5:30～6:30	休憩 淡路SA 7:00～7:15	昼食 恵那峡山菜園	☑ 昼 夕
	●かしも明治座(芝居小屋) 普段見ない舞台や楽屋、祭落などを見学		水明館(宿泊) 16:30頃	
2	出発 ホテル 8:30	酒蔵見学 天領酒造	中国宋朝の様式を伝える平安時代創設の名刹 ●禅昌寺	☑ 朝 昼 弁
	●下呂温泉合掌村 日本の原風景を再現した合掌の里	飛騨・美濃紅葉33道 △中山七里	昼食 レストラン大滝苑	
	淡路SA 17:40～17:55	休憩 淡路SA 17:40～17:55	到着 JA淡路日の出 管内各地 18:30～19:30	

●お問い合わせ・お申込みは各支店までお願いします。*写真は全てイメージです。

30周年特別企画!

徳永ゆうき
歌謡ショー!!

夕食は
椅子のテーブル
にて
楽々ご宴会!



中山七里の紅葉



担当
五色経済センター
鼻野 剛寛

水稲 ~お米の刈取り時期について~

9月に入り、本格的な稲刈りが始まります。
お米の収量・品質を確保するために、刈取り時期を見定めることは非常に重要です。
最後の仕上げとして、適期の刈取りを行い、高品質でおいしいお米を収穫しましょう。

落水

落水は刈取りの8~10日前に行いましょう。高温乾燥の続く時期や早期の落水は胴割れ米の発生原因となるので注意が必要です。

刈取り適期

稔実(ねんじつ) 籾の85%が黄化した時が成熟期となります。収穫の目安としては手刈りやバインダー刈りでは籾の黄化が85~90%、コンバイン刈りで90~95%です。また、穂軸の枯上がりが見え穂先から1/3程度進んだ時期とも言われます。

刈り遅れ注意

刈り遅れは玄米の光沢落ち、茶米の増加、穂発芽、胴割れ米の増加の原因になりますので注意して下さい。

令和5年産米の全量出荷をお願いします。

レンタル農機利用について

組合員の農業機械購入コストを削減し、農作業の労力軽減による青果物等の生産面積維持拡大や、農地の保全を行っていただくため、JA淡路日の出では農機のレンタルを行っています。

※利用料金は組合員引き取りの価格です。JA 回送の場合、別途料金がかかります。

※利用申し込みは、使用する1ヶ月前~前日とします。

※連続して使用出来る日数は、2日間までとします。

※悪天候等で使用できなかった場合、予約を取り直していただきます。

レンタル機種	利用作物	単位	基本料金	回送料 往復
播種機 (慣行苗用)	たまねぎ	半日	2,500円	500円
たまねぎトリマー (剪葉機)		半日	1,500円	500円
ポット苗運搬押え機		半日	1,300円	200円
反転式剪葉機 (ポット苗用)		半日	1,300円	200円
半自動移植機 (慣行苗用)		1日	13,000円	2,000円
全自動移植機 (ポット苗 2条用)		1日	15,000円	JA回送のみ
全自動移植機 (ポット苗 4条用)		1日	18,000円	JA回送のみ
収穫機 (堀り取り機)		1日	13,000円	2,000円
拾い取り機 (ピッカー)		1日	15,000円	JA回送のみ
根切り葉切り機 (タッピングマシン)		1日	15,000円	JA回送のみ
セル成型苗移植機	やさい	1日	13,000円	2,000円
乗用式水田溝切機	水田	半日	2,500円	500円
自走式草刈機 (ハンマーナイフ型)	その他	1日	5,000円	1,000円
自走コンボキャスト (肥料散布)		1日	5,000円	1,000円
ラジコン草刈機による 圃場・畦畔草刈作業 (オペレーター1名)	作業受託	基本料金 +	固定 4,000円/日 +	
		作業料金		畦畔 6,000円/時間 農地 5,000円/時間

収穫適期の判断



ご利用時には書類の提出をお願いいたします。

申込時：使用申込書を提出
(必要事項記入後、押印または自筆サイン)

返却時：返却確認書を提出
(JAが確認後、押印または自筆サイン)



切り花用菜の花の根こぶ病対策

切り花用菜の花の根こぶ病が、管内各地で多発し、深刻化しています。そこで、今回はその根こぶ病対策についてお知らせします。

1 根こぶ病の特徴

本病菌は糸状菌の一種で絶対寄生菌です。菌糸がなく、こぶの中に多数の休眠胞子ができ、被害根とともに土壤中に長く残ります。アブラナ科作物を植えると、休眠胞子が発芽して遊走子を生じ、植物の根に侵入し感染します。根の細胞が異常に増殖することで、大小様々なこぶを作ります。休眠胞子は、6〜27℃の範囲で発芽し、pH 6以下の酸性土壌や排水不良なほ場では、発生が多くなります。本病菌は、菜の花のほかハクサイやキャベツなど多くのアブラナ科作物に寄生します。根こぶ病を発症すると、日中に地上部がしおれるようになり、しだいに生育が衰えて枯死したりします。

2 防除対策

防除対策として、一般に行われているのは次のとおりです。

- ① アブラナ科作物の連作を避け、しっかりと排水対策を行い、高畦栽培等により土壌が過湿にならないようにする。
- ② 酸性土壌では、石灰資材を施用して土壌pHを7以上に矯正する。
- ③ 発病株を抜き取り、ほ場外に持ち出し処分する。
- ④ 抵抗性品種を栽培する。
- ⑤ 薬剤による防除を行う。
- ⑥ 農機具等によく洗い、汚染土壌の移動を防ぐ。

⑦ おとり作物として、葉ダイコンを事前に栽培する。

3 根こぶ病対策実証ほの結果より

北淡路普及センターは令和3、4年度に、切り花用菜の花の根こぶ病対策として、薬剤防除と耐病性品種について実証ほを設置しました。

その結果、バスマミド微粒剤で土壌消毒すると防除効果が高く、3種類の薬剤比較では、オラクル粉剤やネビジン粉剤は発病率が25%前後で同等の効果がありました。

表1 実証ほ発病調査結果1(令和4年2月2日)

区分	調査株数	発病株数	発病率(%)
コブ減り大根	31	28	87.1
//+石灰窒素	27	12	44.4
//+//+バスマミド	31	8	25.8
耐病性品種「栄華」	24	0	0.0

表2 薬剤防除の比較(令和4年2月2日)

区分	調査株数	発病株数	発病率(%)
オラクル粉剤	50	12	24.0
ネビジン粉剤	51	14	27.5
フロンサイド粉剤	50	45	90.0
無処理	50	50	100.0

耐病性品種「栄華」は、「江月」に比べ草丈はやや短かく葉の縮みは少ないですが、上位葉が大きく花房にボリュームがありました。生育は「栄華」は「江月」に比べて1週

間程度早く、収穫期間は40日余りで2週間程度短くなりました。切り花としての市場価格は、出荷量の少なさから来る価格差はありましたが、市場評価としてはほぼ同等と思われました。



写真=「栄華」(右)は「江月」(左)に比べ花房にボリュームがあり、葉の縮みは少なく上位葉が大きい。

4 おわりに

根こぶ病は、気づかないうちに病状が広がっている場合が多く、残渣のすき込みや水を稲を栽培することで、さらに拡大させていると思われる。連作を避けるためにも、キンセンカや小菊などの栽培を検討してはいかがでしょうか。

この記事に関するお問い合わせは

淡路市の方は

淡路県民局

北淡路農業改良普及センター

TEL0799・62・0671

洲本市の方は

淡路県民局

南淡路農業改良普及センター

TEL0799・42・0649

おいしく食べて美しく

秋の健康な体づくり

秋は、四季の中でもおいしい食べ物が増える季節です。「食欲の秋」といわれるように、食欲が増して体重の増加が気になる方もいらっしゃるでしょう。そこで、実りの秋をおいしく、楽しみながら健康な体づくりができる方法を二つお伝えします。

【1】毎食、炭水化物を食べる

体重の増加を防ぎ、健康な体をつくるポイントには体温を上げることがあります。炭水化物は太るというイメージがあるかもしれませんが、米、パン、麺類などの炭水化物は、活動するためエネルギー源となる重要な栄養素です。毎食、炭水化物を食べることで体の中で熱を生み出し、生命維持活動により常に消費されている基礎代謝量を12〜13%上げることができ、食べても体重が増加しにくい体



栄養士 ● 吉田理江

になるのです。これから新米がおいしい季節になるので、おにぎりや炊き込みご飯などにして新米を楽しんではいかがでしょうか。

【2】秋が旬の野菜を食事に取り入れる

体重の増加を防ぐために、血糖値の急上昇を抑える食べ方をすると良いです。血糖値が急上昇すると膵臓(すいぞう)からインスリンというホルモンが過剰に分泌され、体に脂肪のため込みやすくなります。秋が旬の野菜のカボチャやレンコンなどに多く含まれる食物繊維は、血糖値の急上昇を抑える働きがあるため、最初に野菜を食べることで血糖値の急上昇を防ぐことができます。野菜に含まれるビタミンやミネラルは、炭水化物、タンパク質、脂質の代謝をサポートする働きがあるため、体重の増加を防ぎ、健康な体づくりには必要な栄養素です。みそ汁にカボチャやレンコンを入れると手軽に食物繊維が取れます。薄く切り、オリーブ油でソテーするのもおいしく食べられるのでお勧めです。旬の食材をおいしく楽しく食べて健康な体づくりをしたいですね。

睡眠と健康

必要な睡眠時間は個人差が大きく、年齢によっても変化しますが、6時間以上と考えるのが妥当です。ところが、日本人の睡眠時間は短く、国の調査では約4割の人が6時間未満と回答しています。

【働く世代にとって必要な睡眠時間は6〜9時間】

働く世代は慢性的に睡眠不足になりがちです。習慣的に7時間前後眠っている人は死亡や疾患のリスクが最も低く、6時間未満の短い睡眠は疾患リスクの増加と関連することがわかっています。

【リタイア世代は長寝に注意する】

リタイア世代では8時間以上の睡眠を必要とする人は多くありません。また、床上時間が長いのに休養感がないと死亡リスクが上がるといふデータがあります。



休まった感覚 (休養感)

【睡眠による休養感を高める工夫】

1. 日中の運動・身体活動を増やす。日中に体を動かし、適度な疲労を感じることで寝付きが促され、中途覚醒が減り、睡眠の質が高まります。

2. 就寝前にリラックスし、嗜好品に注意する。

- ▶ 寝る直前の食事は控える。
- ▶ 夕方以降はカフェインを控える。
- ▶ スマートフォンの使用を控える。
- ▶ 喫煙をしない。

3. 寝室の環境を整える。

- ▶ 光・朝日を浴び、日中は明るく、夜は暗い環境を心がけることで体内時計が整います。
- ▶ 温度・室内は快適と感じられる適度な室温を心がけましょう。
- ▶ 音・騒音は眠りを妨げるのでできるだけ静かな環境で眠りましょう。

(JA兵庫厚生連) 参考：厚生労働省「健康づくりネット「睡眠」」

睡眠時間が6時間未満や不眠の人はリスク増加と関連

死亡	1.12倍
2型糖尿病	1.37倍
うつ病	2.27倍
認知症	1.68倍



おじゃましました
旬農家

SYUN NOUKA



とれたて情報を
インタビュー

今月は

**淡路島
いちじく**

いちじくの
高品質化を
目指して



いちじく園で

いちじく栽培を始めて、約12年を迎える柿原さん。2014年6月号で「頑張るアグリスト」として紹介しました。その後について語っていただきました。

いちじく栽培の概要

平成23年に挿し木で植え付けたいちじくは今、株周りが50cm超えの大樹となりました。現在、4枚の畑12アールを二人で栽培しています。今年は、梅雨期の降水量が例年より多く、病気の発生を心配していましたが、今のところ順調に経過しています。初出荷の時期に入り、お盆に近畿地方を直撃した台風7号は被害の影響が少なかったものの、不安定な天候が続いており、困り果てています。今後、天気が安定してくると糖度が増した美味しい果実を消費者に味わってもらえるものと思っています。



淡路市長澤

かきはら てる お
柿原 輝雄さん

栽培の魅力と工夫点

果樹でありながら、野菜感覚で栽培することができます。植え付けて2年目からそれなりの収穫が望めること、熟期促進剤で無理なく無駄なく収穫できるところが魅力と感じています。いちじくは樹勢が強すぎても弱すぎても良い実が付きません。私の園では樹勢が強すぎるので、矯正に苦心しています。その対策として枝の誘引線を通常は2段とも針金を使うのですが、1段目の誘引線は直管パイプ(φ18㎜)にしています。パイプを使うことにより枝をL字型に強誘引することができます。また、主幹(株)に近い側枝(結果枝の芽出し枝)は樹勢が強いので使わず、主幹(横)に倒している枝)の中ほどの位置から枝が折り返すよう剪定し側枝を作っています。これらの方法により、強すぎる樹勢が押さえられて、理想とする結果枝の口径を10円玉程度に調整できています。

今後の目標

標高250mの段々畑の谷底といった立地は、いちじく栽培には厳しすぎる条件ですが、昨年の品評会で金賞の県知事賞を受賞することができました。本当に嬉しく一生の宝物です。今年は賞に恥じないよう一段と気合を入れて毎日の作業に励んでいます。いちじくは繊細な作物で、微妙なところで収量や品質に影響が出てきます。今後は栽培管理の工夫を色々試みて、より高品質化につなげていきたいと考えています。



8月上旬から11月まで長く収穫できるのが特徴です。日照時間が長いので、甘くて美味しく育ちます。部会では、面積拡大、ブランド化に取り組んでいます。



いちじくを収穫する柿原さん

わが家のアイドル

素敵なあなたをちょっと

拜見

お姉ちゃん・お兄ちゃんとお兄ちゃん(右前が稜翔くん)



洲本市五色町都志

次男 ^{いけだ りょうが} 池田 稜翔くん 《平成30年2月10日生まれ》

いつもニコニコ笑顔のりょうちゃん。大きなお口で大好きなご飯をいっぱい食べて、得意の自転車でお散歩も楽しいね。お姉ちゃん、お兄ちゃんにも負けないパワフルボーイです。

お父さん ^{けいすけ} 圭助さん お母さん ^{あきこ} 彬子さん

お父さん・お母さんからのメッセージ

素敵な笑顔のりょうちゃん!いつもみんなの癒しです。春になれば1年生!お兄ちゃんと一緒にランドセルを背負って学校に行くの楽しみだね!これからも兄弟なかよくね♡

活躍できる選手になりたい

洲本市千草庚

^{なべたに ゆうすけ} 鍋谷 佑輔くん(小学3年)

小学一年生の時に家族やお友達に誘われて、少年野球の体験会に参加しました。その時に野球って楽しいんだなと思い、すぐに入部しました。野球を教えてくれる監督、コーチ、あこがれの上級生、大好きなチームメイト、ずっとみんなで野球がしたいです。

これからもいっぱい練習して、いつかお父さんのようにいっぱい活躍できる選手になります。応援よろしくお願いします。



ユニホームがお似合い



野球大好き!

今月のヒーロー

美しく美味しい!手作りの練り切りを

淡路市河内 ^{まさい} 正井 みどりさん

手のひらにコロッと愛らしい姿の練り切り。材料はあんこのみ。というシンプルさから表現される四季折々の花や風景。その美しさと奥深さに魅了されています。“練り切りは買うもの”と思っていませんか?実はちょっとしたコツだけでご家庭でも手作りできるんですよ!「練り切りを作る楽しさを伝えたい!」との想いから教室開催を目標に楽しんでいます。自分へのご褒美に。大切な方への贈り物に。一緒に練り切りを作ってみませんか?



日々の何気ない風景を

ライフウォッチング



インスタ始めました!
atelier suifu(アトリエ翠風)



@ATELIER_SUIFU

考えてみませんか!? NISAで資産形成!!

2024年1月 NISAが新しくなります!

現行NISAの概要

	つみたてNISA 2018年創設	一般NISA 2014年創設	ジュニアNISA 2016年創設
	選択制		
年間投資枠	40万円	120万円	80万円
非課税保有期間	20年間	5年間	5年間 <small>ただし、18歳まで非課税で保有可能とする特例あり</small>
口座開設期間	2023年まで	2023年まで	2023年まで
投資対象商品	金融庁の基準を満たした投資信託に限定	上場株式・投資信託等	上場株式・投資信託等

- ① 年間投資枠が **大幅拡大!**
- ② 非課税保有期間が **無期限化!**
- ③ 制度が **恒久化!**



新しいNISAの概要 (2024年1月から適用)



	つみたて投資枠 併用可	成長投資枠
年間投資枠	120万円	240万円
非課税保有期間	無期限化	無期限化
非課税保有限度額 (総枠)	1,800万円	
		1,200万円 (内数)
口座開設期間	恒久化	恒久化
投資対象商品	金融庁の基準を満たした投資信託に限定	上場株式・投資信託等 (一部の商品を除く)

お問い合わせには、渉外職員(コンサルティングアドバイザー)がお応えします。ぜひ、お気軽にお申し付けください。
*金融庁のホームページから抜粋

令和5年度 人形供養祭のご案内

恒例となりました人形供養祭を下記日程にて開催いたします。

・やすらぎホール津名 10月9日(祝) 11時より



人形受付・・・法要日の2日前より法要開始30分前まで
※ガラスケースや雛壇等の持ち込みはご遠慮ください
10月7日・8日・9日事前相談会も行っています



(株)共同物産 ☎ 0120-40-1516

こんにちは♪ **J A マ ン** です!

JAの仕事はもちろん、休日も色々な活動に
全力投球するJAマンをレポート!



北淡支店 金融課
もりのベ ゆうき
森野邊 裕紀

今年入組し、北淡支店金融課の窓口担当をしています。まだ慣れないことばかりですが、組合員の皆様の方へ信頼されるよう、自分のできることを探しています。

休日は、趣味のエレキギターを弾いたり、家族の手伝いをしています。バンドをされている方がいらっしゃいましたら、誘っててください。

組合員の皆様へ信頼されるよう、日々勉強します。これからよろしくお願ひいたします。



バンド演奏



エレキギター

行事カレンダー

相続遺言個別相談会(要予約)

- 9月24日(日)
- 本店
- 10:00~16:00

休日年金相談会(予約優先、当日申込可)

- 9月24日(日)
- 一宮支店
- 13:30~16:30

オイル交換キャンペーン

- 10月14日(土)
- 自動車センター
- 9:00~17:00

- ・軽自動車 1,500円
- ・小型乗用車 2,000円

オイルの定期交換でお車を長持ちさせましょう!



JA生活文化ゼミナール予定表

洲本支店 tel 22-1120

9月13日(水) 13:30~
ヨガ教室
(場所:洲本支店3階)

津名支店 tel 62-0936

9月20日(水) 13:30~
アーティフィシャルフラワー教室
(場所:津名支店2階)

10月5日(木) 13:30~
ボンボンマスコット教室
(場所:津名支店2階)

東浦淡路支店 tel 74-3321

9月28日(木) 13:30~
苔テラリウム教室
(場所:東浦淡路支店2階)

北淡支店 tel 82-1234

9月26日(火) 13:30~
3B体操教室
(場所:北淡支店2階)

一宮支店 tel 85-0011

9月19日(火) 13:30~
フラダンス教室
(場所:一宮支店2階)

会員募集

理事会だより

令和5年度第6回理事会(令和5年8月21日)

報告事項

- 1 事業実績報告について
- 2 第1/4半期監事監査報告について
(令和5年6月30日を基準日として実施した監事監査の結果について監事が報告)
- 3 組合員の加入・脱退および職員の状況について

提案事項

- 1 理事に対する貸付案件について
- 2 貸出金理事審査について
- 3 令和5年度産米の共同計算について
- 4 令和5年度産米の出荷契約米の共同計算(精算手続き)を行う場合の実施単位(JA・MYひょうご区分、銘柄別、等級別)および収入項目や支出項目(それぞれの控除金額等を含む)の具体的な内容について提案し承認を受けた
- 5 令和5年度産米の仮渡金について、区分、銘柄別、等級別などの仮渡金を提案し承認を受けた
- 6 出資金の取扱について
- 7 (組合員の減資申込案件について、行政庁などからの通達に適合した案件であることを提案し承認を受けた)
- 8 固定資産の取得について
- 9 (御食菜菜館洲本店およびあわじ花さじき産地直売所のPOSレジ端末機の入替を提案し承認を受けた)

その他

- 1 J Aバンク基本方針に基づく「財務モニタリング報告」について
- 2 (令和4年度末の本J Aの財務・経営管理指標等がJA全国中央会および農林中央金庫(J Aバンク)などに定める基準を充たしていることについて報告)
- 3 J Aバンク基本方針に基づく「体制整備モニタリング報告」について
- 4 (令和4年度末の金融部門に係る本J Aの事業体制等がJA全国中央会および農林中央金庫(J Aバンク)などに定める基準を充たしていることについて報告)
- 5 年金友の会親睦旅行について
- 6 (令和5年度年金友の会親睦旅行の行程(案)等について報告)
- 7 共進会の日程について
- 8 (令和5年度の各畜産共進会の日程等について報告)
- 9 9月の行事予定について
- 10 各支店の情勢(行事予定)について
- 11 その他



お便り紹介



ここでは皆様よりいただいたお便りをご紹介します

親株になるポーチュラカを園芸店で買ってきて、挿し木して増やし、家の周りに植えたのが満開です。夕方の水やりはかかせませんが、夏色の花の園を楽しんでいます。

(ペンネーム らんまんファンさん)
挿し木して増やしたのがきれいに咲くと嬉しさも倍増です。水やり、頑張ってください。

夏の終わりになりましたが、食欲も余りすすまない時があります。そういう時は、はちみつ入り梅干をめんつゆに入れてそうめんを食べてください。さっぱりしていても美味いのです。(梅干とはちみつ小さじ1でもOKです)

(洲本市 小西 凱子さん)
なるほど！それは甘くてさっぱりして、食がすすみそうですね。残暑が厳しいですし、試してみます。

処暑を過ぎても猛暑日が続いているが、最低限の農作業は必要だ。少しでも涼しいうちに農作業に出かけるが、7時になると汗びっしょり。終了後は冷たい水と氷をほおぼされ夜に寝苦しい時もある。「暑さ寒さも彼岸まで」もうしばらくの我慢か、それとも今年は異例か。そろそろ涼風が待ち遠しい。

(ペンネーム Kさん)
本当にそうですね。彼岸からは涼しくなることを期待したいです。



(淡路市 村上 美穂子さん)



(ペンネーム ゼンタンさん)



(淡路市 中村 豊子さん)

俳句・川柳・短歌

コスモスが熱中症で枯れている暑さ寒さ お彼岸からも 要注意 (ペンネーム ひまわりさん)

暮参り ピアノの音色 高らかに 夏休み 孫の食へ物 思案する (ペンネーム かわけみさん)

校庭が 畑となりし 戦あり ちやんづけで 呼んでくれたる 友遊きぬ (ペンネーム コトブキ近衛さん)

扇風機 休む暇なし 一昼夜 砂ぼこり あびてホームに すべり込む (ペンネーム 角砂糖さん)

蛇口からお湯が出てくる この酷暑 砂浜にハートマークの 増える島の夏 (ペンネーム 歌子さん)

朝顔の 美しき ブルーパン 夏はぜに スモークツリーと 白百合と (ペンネーム パランセさん)

不眠時に 虫の鳴き声 癒される 枝豆を 独り占めして 食へる孫 (洲本市 中原 礼子さん)

秋めきを 知らせて波の 音やさしもう何回 回ったかしら 盆踊り (明石市 小田 和子さん)

材料(2人分)

- | | | | |
|----------|--------|------------|------|
| シメジ | 1/2パック | 生クリーム | 50ml |
| 生シイタケ | 4枚 | 塩、こしょう | 各少々 |
| マッシュルーム | 5個 | オリーブ油 | 大さじ2 |
| 卵 | 4個 | ミニトマト、ルッコラ | 適量 |
| パルメザンチーズ | 大さじ3 | | |

今月のレシピ

その他のレシピはこちら



キノコのチーズオムレツ



牛乳をもっと食卓に
おいしいミルクレシピ

作り方

- ①食べやすい大きさに切ったシメジ、生シイタケ、マッシュルームを炒める。
- ②①に卵、パルメザンチーズ、生クリーム、塩、こしょうをボウルに入れて混ぜ、卵液を作る。フライパンにオリーブ油を入れて卵液を流し入れ、フォークでかき混ぜながら焼く。
- ③②にミニトマト、ルッコラをあしらう。

出典●ミルクウェブサイト「ミルクレシピ」



農機・自動車合同展示会

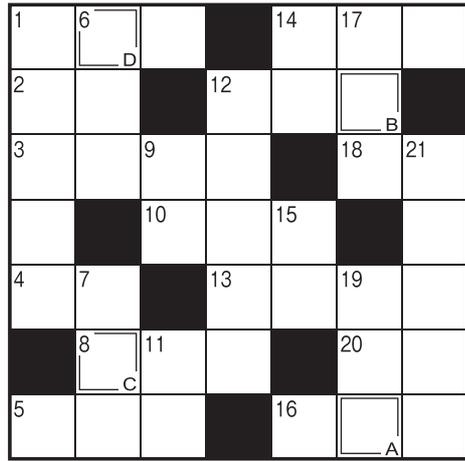
今回は6ページでも紹介しました農機・自動車合同展示会からの間違い探し。JAグループで共同購入しているトラクターや人気車など多数、展示しました。チップソーや耕うん爪などキャンペーン価格で提供し、注文をいただきました。

間違い探し

難易度



今回の難易度は★一つ！
皆様からの挑戦、お待ちしております。



二重枠に入った文字を、A-Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

クロスワード

8月号クロスワード 答え…サーフィン

- 1 ボンベを担いで——ダイビングを楽しんだ
- 2 アンダー——の左腕投手
- 3 収穫期の田んぼで金色に輝きます
- 4 陶磁器はこの中で焼き上げられます
- 5 ——に敬老の日のプレゼントをもらった
- 6 「ギイー、チョン」と鳴く虫
- 7 陽（よう）の反対語
- 8 汁物をよそう食器の一つ
- 9 十五夜に楽しむもの
- 10 ピラフにホワイトソースをかけて焼いたもの
- 11 父と母のこと

タテのカギ

- 1 十五夜に飾る植物
- 2 帰り道のこと
- 3 葉はコアラの餌になります
- 4 2の3——は6
- 5 必要以上に子どもを甘やかすこと
- 6 糞（あつもの）に撒りてを吹く
- 7 発車——の新幹線になんとか乗り込んだ
- 8 奈良や和歌山がある地域
- 9 漢字で書くと竜胆。青紫色の花を咲かせます
- 10 台風——、よく晴れたね
- 11 吉永小百合さんの場合はサユリスト
- 12 m、mgの「m」
- 13 お金を借りると付くことも

ヨコのカギ

8月号間違い探し
答え：
③ 帽子の色
⑥ すいかのつるの向き
⑦ すいかの黒模様の濃さ



上と下の写真を見比べてみると、3コの間違いがあります。間違いの箇所を横の枠番号から選んでください。

今月のプレゼントは…

“淡路牛と淡路島の玉ねぎのつけごはん”もしくは“阪神タイガースメッシュジャージ”もしくは“阪神タイガースグッズ”を6名様に。



メッシュジャージをご希望の場合、サイズも必ずお書きください。(S・M・LLのいずれか) ジャージの色は黒になる場合がありますので、予めご了承願います。

クイズの応募方法

おハガキに“今月の挑戦1または挑戦2の問題”のどちらか1つの答えを書いて下記の宛先までご応募ください。

答え ○○○○
・郵便番号
・住所
・氏名
・年齢
・感想もしくは、出来事など
・希望プレゼント

656-2131 淡路市志筑
3-1-12の14
JA淡路日の出
「さんらいず9月号」係

ご記入いただいた個人情報は、商品の発送以外には使用いたしません。
応募の締め切り **9月25日(月)**
(消印有効)

先月の挑戦当選者

- 倉田 美千代さん
- 大歳 康展さん
- 山口 義晴さん
- 岡野 重世さん
- 山崎 清子さん
- 三宅 里奈さん

応募総数58通

コーヒータイム

—先日、最近のお弁当(売り物)はご飯が少なくおかずが多い傾向だとラジオで聞きました。パランスよく入っていると思っていたのですが、そうではないようです。調べてみたところ、ご飯6割、おかず4割が理想的な食事だそうです。そういうえば給食は完全にあってはまりますよね。もうすぐ新米の季節。美味しい新米を食べる理想の食事を心がけたいですね。(M)

お便り紹介募集

「さんらいず」のご感想やご意見、日々の出来事、またはイラストなど、お気軽にクイズの応募とともに書き添えください。掲載された方には記念品を贈呈します。みなさまからのお便り、お待ちしております。
※ペンネームで掲載希望の方はペンネームを添えて応募してください。
※紙面の都合上、掲載数に限りがあるため、ご応募いただいても掲載できない場合があります。



俳句で
詠む
淡路島 百景
第2景

秋晴の
島の灯台
鳶の笛

齊木 富子 (神戸市)

江崎灯台

【景観解説】

江崎灯台(えさきとうだい)は、淡路島の北部に建つ日本最古級の洋式灯台です。「日本の灯台の父」と呼ばれるイギリス人技師・R・H・ブランドンによって設計され、明治4年(1871年)に建設されました。

【補足】

澄み渡るウルトラマリブルーの空。灯台の白亜。冴え冴えと響く鳶の笛。好天の播磨灘から明石海峡を連想させる。無人になって久しい江崎灯台を想わせて懐かしい。



あわりん

鮎原小学校でピザ作り

みんなで作ったピザ!最高です!!



表紙紹介

洲本市立鮎原小学校では7月18日、学校で育てて収穫した野菜を使ったピザ作りに取り組みました。学級園でとれたピーマンとなすの他、たまねぎ・ウインナー・コーン・ゆで卵を適当な大きさに切つて、ギョウザの皮にのせ、チーズをかけて焼き上げました。児童たちは楽しく取り組み、「全部、美味しい」「たくさん

のせて楽しい」と完成したピザを美味しく頬張っていました。水やりをして育て、収穫した野菜の味は、格別だったようです。当JAでは、このような食農教育に取り組んでいる小学校などに事業費の一部を支援する「サンライズ食農教育」を行っています。



あわりん ひのりん