SUNRISE さんらいず 3

2024
March
vol.363

あなたとJAをつなぐ情報誌



Contents

2 特集
乃木坂46と一緒に学ぶ
国消国産

6 JAニュース
JA淡路日の出杯親善ゲートボール大会

7 営農情報
たまねぎの栽培管理について

10 おじゃましました旬農家
55年続けたトマト栽培をこれからも

JA淡路日の出

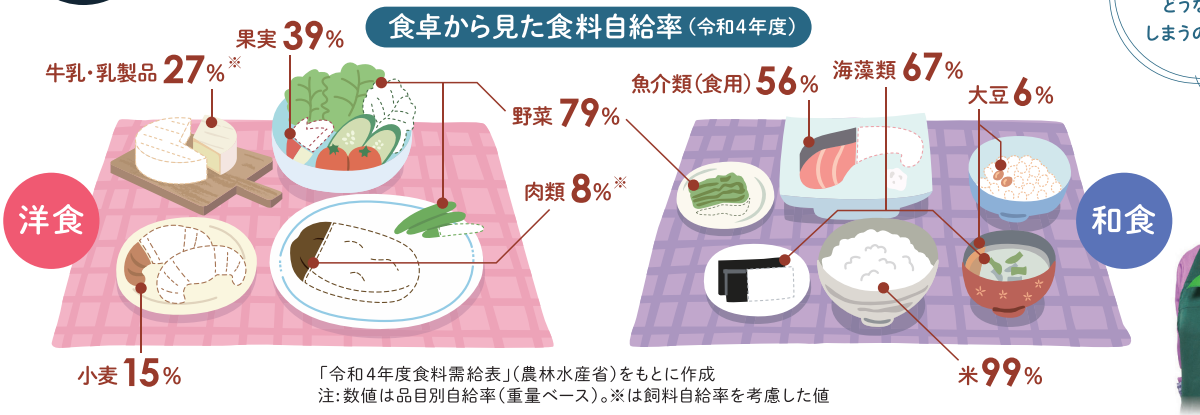
乃木坂46と一緒に学ぶ「国消国産」

なぜ今国消国産？

私たちが食べているものの約6割※は外国から輸入している

※出典:「令和4年度食料需給表」(農林水産省)

もし輸入が止まってしまったらどうなってしまうのだろう



「令和4年度食料需給表」(農林水産省)をもとに作成
注:数値は品目別自給率(重量ベース)。※は飼料自給率を考慮した値



国消国産をすすめると？



『国消国産』は私たちの食卓を未来へつなぐこと

JAグループが『国消国産』を提起したのは、「私たちの『国』で生『産』した食べものを、この『国』で『消』費する」だけでは、食べものの多くを輸入に頼る危うい状況を変えられないからです。『**国消国産**』は、「私たちの『**国**』で『**消**』費する食べものは、できるだけこの『**国**』で生『**産**』する」という考え方。これを実践することは、食料自給率の向上、ひいては私たちの食卓を未来へつなぐことにもなるんです。



「国消国産」は地産地消やSDGsにもつながっている

各地で、地産地消をすすめよう！

その地域で生産された農畜産物をその地域で消費しよう



例えば

JA直売所で地元の新鮮な農畜産物を手にとる

農家の皆さんを応援!!



国消国産の実現！

そのことによって

私たちの『国』で『消』費する食べものは、できるだけこの『国』で生『産』する

- 食料自給率が高くなる
- 農畜産物を生産する力が高まる
- 次世代の農業生産者が増える

SDGsにも貢献

- 食材を長距離輸送する必要がなく、CO_2排出量の削減で“つくる責任”に貢献
- 必要以上の食料輸入をしないことで、“飢餓をゼロに”に貢献

日本の未来を支える農業。乃木坂46は、JAグループの「国消国産」を応援します。

メンバーが生産現場で奮闘する動画を公開中!
楽しんで学べるコンテンツがたくさん!
ぜひアクセスしてください!

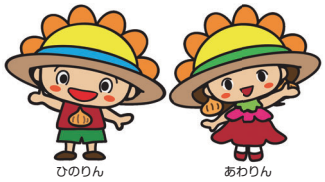
乃木坂46　国消国産



JAグループ
耕そう、大地と地域のみらい。

46 乃木坂

国消国産をすすめるためにも JA淡路日の出の直売所をご利用ください!!



淡路島で生産された新鮮な農畜産物が出そろう農産物直売所「御食菜采館」「あわじ花さじき直売所」をぜひ、ご利用ください。地元で採れた安全・安心な野菜をはじめ、果物、花、加工品など、多くの商品を取り扱っています。

直売所の魅力

その1

「安全・安心」生産者の顔が見える農産物!

価格ラベルには生産者の名前が入っていますので、安心して購入いただきます。お気に入りの生産者を見つければ、楽しみがアップしますよ。



その2

「地産地消」採れたて新鮮野菜が味わえる!

生産者が毎日、採れたての野菜を運び込みますので、毎日新鮮。店頭の野菜を見て旬を感じることができます。珍しい野菜を発見するのも楽しいですよ。



その3

「加工品」などが充実!

御食菜采館では、淡路ビーフを始めとする各種精肉、コロッケや唐揚げなどが好評です。また、地元のお店が作ったお弁当・巻きずし・パン・和洋菓子なども人気です。あわじ花さじき産地直売所では、特産品のたまねぎを使ったお土産が豊富に並んでいます。



(写真は一例です)

直売所お役立ち情報

その1

JAカードの使用でご請求時に5%割引き

直売所でＪＡカードをご利用いただくと、ご請求時に5%割引きになります。



その2

バーコード決済がご利用可能

d払い、PayPay、merpay、auPay、LINEPayがご利用可能です。



その3

御食菜采館ポイントカードでお得に

お買い上げ金額（200円）ごとに1ポイント加算されます。500ポイントで満点券（500円）が発行され、次回のお買物にご利用いただけます。



＊ポイントカードの取り扱いは、御食菜采館のみです。

御食菜采館洲本店



洲本市本町2丁目3番19号
9：00～18：00
(水曜定休)
TEL 0799-23-1129

あわじ花さじき産地直売所



淡路市楠本2805-7
9：00～17：00
TEL 0799-74-0511

あなたの星座で占う3月の運勢
★★★★★★★★★★★★

津名支店

畜産組合が合同で視察研修



視察後に篠山城大書院を見学

中田畜産実行組合と大町畜産組合は2月8日、合同で視察研修を行い23人が参加しました。コロナ禍のため4年ぶりに開催し、西脇市黒田庄の藤本みゆき牧場で視察研修を行いました。牧場の牛舎で、肥育牛とその設備についての説明を受け、参加者からは質問が相次ぎました。飼養されている牛の中に津名管内で生産された牛の姿があり、参加者は牛の管理を熱心に見学していました。約5年前から行っている繁殖用施設についても見学し、部会員にとって収穫の多い視察となりました。昼食時には、部会員同士で良い情報交換等をしながら楽しい食事のひと時を過ごしました。その後は篠山城大書院の観光も行い、盛況のうちに終了しました。

洲本支店

業務用キャベツ出荷始まる



鉄コンテナで出荷されたキャベツ

洲本支店管内では、2月5日から業務用キャベツの出荷が始まりました。現在、出荷されている品種の「彩音」「夢いぶき」は、耐寒性・耐病性に優れ、大玉に生育で業務用に適しています。今年は温暖な気候が続き、生育が早く、形も良く、つやのある美味しそうなキャベツが出荷されています。業務用キャベツは鉄コンテナで出荷するため、出荷経費の低減や労働力の軽減が図られるうえ、販売価格が決まっているので農家収入が安定し、栽培面積の増反が可能です。洲本支店では、これからも栽培ごよみに従った安全・安心なキャベツ作りを進めて生産者を募り、出荷数量の増大を図ってまいります。

北淡支店

いちじく部会が総会を開催



新技術を説明する福本普及指導員

いちじく部会北淡支部（部会員11人）は2月20日、北淡路農業改良センター職員2人を招いて、令和5年度総会・反省会を北淡支店で開催しました。福本普及指導員から新技術実証事業の説明があり、その後は病害虫対策等について活発な意見交換を行いました。

次年度も、丹精こめて栽培した「安全・安心」で美味しい淡路島いちじくを、消費者の皆様に引き続きお届けできるよう、部会員・関係機関・JAが一丸となって取り組んでまいります。

東浦淡路支店

水稲肥料を引き渡し



肥料を積み込む職員ら

東浦淡路支店管内では2月3日、令和6年産水稲肥料の引き渡し作業を行いました。当日は天候に恵まれ、早朝から全地区の組合員が引き取りに来られました。今年度も引き取りに際して、経済センター職員と他部署の職員が、迅速な対応を心がけました。水稲肥料の早期予約共同購入運動を展開は、共同購入と引き取りによるコスト低減を目的として、毎年実施しています。

令和6年産の稲作作業が順調に行えるように、組合員と共に協力して努めてまいります。

五色支店

白菜の出荷最盛期



順調に育った白菜

五色支店では、11月下旬から白菜の出荷が始まり、2月上旬に最盛期を迎えました。当管内では現在、「黄芯系」の品種が主体に栽培されています。黄芯系は、普通の白菜に比べ中の葉先の柔らかい部分から中心にかけて黄色く甘味があり、気温が下がると甘味が増してきます。当JAの白菜出荷規格は、5玉～6玉入り（3L・2L）が主流で重量規格になりますが、近年は、4玉入り（3L級）の平箱でも対応しています。従来よりも扱いやすくなっていますので、栽培してみてはいかがでしょうか。五色支店では、新規栽培と栽培面積の拡大を推進していますので、ぜひお気軽にお問い合わせください。

一宮支店

フキ出荷始まる



フキを収穫する生産者

一宮経済センターでは1月29日から抑制フキの出荷が始まりました。今シーズンは、暖冬の影響もあり太く立派なフキが出荷されています。生産者の目で厳選されたフキは、葉と茎の芯まで緑が濃く、赤い筋が入っていないことが特徴で、特有のみずみずしさや歯ごたえの良さが消費者から人気です。3月からは、促成の春フキとして5月中旬まで神戸の市場へ出荷します。全国的にもフキ産地の作付けが減少傾向にあるため、兵庫県内で唯一の産地として市場からは高評価を得ています。もうすぐ春の本番がやってきますが、季節を感じさせる、JA淡路日の出一宮のフキをぜひご賞味ください。

畜産だより

5月市子牛検査

4月2日（火）洲本　　4月5日（金）津名・五色
4月4日（木）北淡・一宮　　4月8日（月）東浦淡路

淡路ビーフ枝肉共励会

4月11日（木）

和牛登録検査（第1期）申込締切

4月15日（月）

和子牛市　2月18日　　（税込み：単位円）

	メス114頭	去勢182頭	総計296
最高	1,575,200	1,227,600	1,575,200
最低	335,500	446,600	335,500
平均	851,207	998,051	941,496
前回比	15.6%高	4.8%高	9.4%高

スモール市　2月23日　　（税込み：単位円）

	スモール（F1）30頭出場	スモール（ホルス）1頭出場
最高	145,200	18,700
最低	12,100	18,700
平均	81,950	18,700
前回比	32.3%高	78.9%高

畜産課

第40回淡路産和牛枝肉共励会



セリにかけられる枝肉

第40回淡路産和牛枝肉共励会が1月15日、神戸市中央卸売市場西部市場で開催されました。この共励会は、淡路で産まれ育てられ、淡路家畜市場で取引された後、兵庫県内外で肥育された但馬牛のみが対象となる枝肉共励会です。今年は、牝17頭・去勢29頭の計46頭が出荷され、昨年末よりは低価格になったものの、枝単価は前年対比133%で取引されました。

成績

性別	月齢	MUFA	枝肉重量(kg)	単価(円/kg)	枝肉金額(税抜)	対前年比
メス	33.5	65.6	362.8	4,488	1,649,408	129%
去勢	31.2	63.5	440.1	4,301	1,891,557	139%
全体	32.1	64.3	411.5	4,307	1,802,067	133%

牡牛座 4/20～5/20

☆全体運☆運勢は穏やか。交友関係が活発化。楽しい話が舞い込みそう。あなたも面白い話を披露して。技術習得の勉強が吉
☆健康運☆不調を感じたら休息を。無理をしないのが一番　☆幸運を呼ぶ食べ物☆ウド



ナイスプレイを目指して

2月9日

JA淡路日の出杯親善ゲートボール大会

第29回JA淡路日の出杯親善ゲートボール大会が2月9日、妙京寺ゲートボール場で開催されました。淡路市・洲本市ゲートボール協会が主催し、洲本市と淡路市の8チームが参加しました。各チームは声をかけ合い作戦を練りながら、上位入賞を目指してプレイしました。

試合結果

優勝＝山田チーム　準優勝＝おのころ遊ingBチーム

3位＝おのころ遊ingAチーム

2月17日・18日

淡路市花卉切花品評会

淡路市内で栽培された切り花の品評会が2月17日、商業施設「アルクリオ」でありました。カーネーションやストック、キンセンカなど58点が出品され、最優秀の県知事賞には、安賀健さんのカーネーションが輝きました。県淡路農業技術センターの職員らが、花と葉の状態やバランスなどを審査し、金賞7点、銀賞14点を選びました。18日の昼まで展示された花々に、来場者は足を止めて見入っていました。

その他の金賞受賞者は次の通り。

▼カーネーションの部＝安賀正穣、長手昭宏

▼ストックの部＝山本邦博、山本ゆかり

▼露地の部＝小阪豊次▼草花の部＝集堂昭典

＜敬称略＞



展示の花を楽しむ来場者



農機具の説明を受ける来場者

2月22日・23日

農機・自動車合同展示会

農機センターと自動車センターは2月22日、23日の2日間、合同展示会を開催しました。トラクターや農機具をはじめ、人気の乗用車や軽自動車が展示され、多くの方が来場しました。焼き芋とたまねぎスープのふるまいは好評で、「体が温まって美味しい」と喜んでいただきました。チップソーや耕うん爪などのキャンペーンもあり、来場者は展示品を熱心に見て回りました。

1月30日

青色申告部会が個別相談会

青色申告部会は1月30日、個別相談会を本店で開きました。事前予約制で開催し、会員は個別に当JAの顧問税理士に確定申告についての相談をしました。





相談する部会員

JA淡路日の出メルマガ（営農情報）はこちらからご覧になれます。→

たまねぎの栽培管理について



担当
一宮経済センター
藤林　竜之介

桃の節句が過ぎ、ようやく春らしく過ごしやすい季節になってきました。
たまねぎも元気よく育つ時期であると同時に、病害虫の被害が見えてくる季節でもあります。
品質の良いたまねぎを栽培するうえで、非常に重要な時期になりますので、病害虫は必ず発生するものと意識して予防的な防除を徹底していきましょう。

◎病害対策のポイント

①定期的にほ場を巡回する習慣をつけて、些細な変化を見逃さないようにしましょう。

②農薬は基本的に予防剤です。栽培ごよみに準じて、定期的な薬剤散布を行いましょう。

3月中旬防除（200ℓ/10a）

ザンプロDMフロアブル	1500倍	（3回以内）	べと病・白色疫病
バリダシン液剤5	500倍	（5回以内）	軟腐病・腐敗病
カンタスドライフロアブル	1500倍	（3回以内）	灰色腐敗病・灰色かび病

3月下旬防除（250ℓ/10a）

セイビアーフロアブル20	1500倍	（3回以内）	灰色腐敗病・灰色かび病
リドミルゴールドMZ	1000倍	（3回以内）	べと病・白色疫病

③病株を発見したら、迷わず抜き取りを行い、ほ場の外に持ち出しましょう。
残った病株が病害の蔓延を引き起こします。迷ったときはJAへご相談ください。

発見したら、すぐに抜き取りましょう！

灰色腐敗病



軟腐病



べと病



◎害虫対策

3月に入るとたまねぎえそ条斑病の原因となるネギアザミウマが発生します。
早めの防除を徹底しましょう。

3月中旬防除（200ℓ/10a）

コルト顆粒水和剤　2000倍　（2回以内）　収穫前日まで

3月下旬防除（250ℓ/10a）

グレーシア乳剤　3000倍　（2回以内）　収穫7日前まで







提供：兵庫県病害虫防除所

キリトリ線

蟹座 6/22～7/22 ★★★★

☆全体運☆新しい情報を積極的に取り入れましょう。良い思い付きが得られるはず。旅行の計画を立てるのもお勧めです
☆健康運☆体を温めて。特におなか周りは冷やさないこと　☆幸運を呼ぶ食べ物☆クレソン

アシストスーツで農作業の負担を軽減しませんか

農作業現場では、重量物の持ち上げや運搬作業、同じ姿勢での長時間作業など身体に負担がかかる場面が多くあります。また、必要な休息をとらずに作業を続けてしまうと、疲労が蓄積し過労や病気の原因、怪我や事故を招くリスクが大きくなります。そのため、日常的に作業負担や疲労を軽減するよう心がけることが重要です。

そこで、作業負担を軽減する道具としてアシストスーツが注目されています。アシストスーツやその紹介と活用事例をご紹介します。

1　アシストスーツとは？

アシストスーツとは、重量物の持ち上げや同じ姿勢の維持などの動作を補助するスーツのことで、身体にかかる負荷を軽減してくれます。留意する点は、あくまでも「負荷の軽減」が主な機能なので、30キロしか持ち上げられない人が100キロのものを持てるようになるわけではありません（図1）。農業現場でも導入が進みつつあり、疲労の軽減や怪我の予防、作業時間の短縮が期待されています。



図1　アシストスーツの機能

2　アシストスーツの種類と選ぶ際のポイント

近年、アシストスーツは様々なメーカーから発売されています。モーターなど動力でアシストするタイプや、空気を入れて人工筋肉を作り出すタイプ、ゴムを利用したサポータータイプなどがあります（表）。また、製品によってサポートされる部位やアシスト力が異なるので、まずは試着して実際の作業に合うか確認することが重要です。また、自身の体格に合ったサイズを選ぶことで効果を実感できます。

表　アシストスーツの種類
※写真はメーカーHPより抜粋

強い↑アシスト力↓弱い		
		マッスルスーツevery （（株）イノフィス） ▸人工筋肉 ▸中腰姿勢の維持
		ダーウィン ハコベルデ （ダイヤ工業（株）） ▸人工筋肉、ゴム ▸中腰姿勢の維持 持ち上げの補助
		ワーキングアシストLB （ダイヤ工業（株）） ▸ゴム、コルセット ▸しゃがみ姿勢の維持 持ち上げの補助

3　ストック栽培でのアシストスーツ活用事例

淡路の地域特産物であるストックは、八重鑑別作業（図2）や定植作業の際にしゃがみ姿勢を長時間継続するため、腰部への負担が大きく、腰痛を抱える生産者が多くいます。そこで、腰への負担を軽減するアシストスーツの導入可能性を検討しました。しゃがみ姿勢に対応したアシストスーツとして、「ワーキングアシストLB（ダイヤ工業（株））」を選定し、八重鑑別作業の際に生産者が装着して負担軽減効果を調査しました。

作業後に疲労度アンケート調査を行った結果、アシストスーツを装着すると作業直後だけでなく、翌朝の疲労も軽減されることが確認できました（図3）。また、姿勢が良くなって腰が疲れにくい、という意見があり、アシストスーツによるしゃがみ姿勢の負担軽減効果が確認できました。



図2　八重鑑別作業

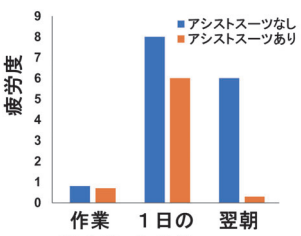


図3　疲労度の変化

農作業負担軽減の工夫は普及センターだよりNo.396（2023年12月）でも紹介されています。農業は身体が資本の仕事です。長く作業を続けられるように、アシストスーツを負担軽減手段の一つとして活用してみてください。

（北淡路農業改良普及センター）

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

キリトリ線

おいしく食べて美しく

食べ物で紫外線対策

栄養士●吉田理江

紫外線量が増え始める春からしっかりと対策を行うことが美しい肌への近道です。日焼け止めクリームなどの紫外線対策は必須ですが、普段の食事を意識し内側からケアをするとさらに美しい肌になれるでしょう。今回は、春の紫外線対策にお薦めの栄養素を三つお伝えします。



■ビタミンA

ニンジンなどの緑黄色野菜、レバーなどに含まれるビタミンAには、紫外線でダメージを受けた肌を修復する働きがあります。ビタミンAは、抗酸化作用があるため美肌づくりには欠かせない栄養素です。緑黄色野菜に含まれるベータカロテンは、体内で必要に応じてビタミンAに変わります。油と一緒に取ると吸収がされやすくなるため、炒め物にしたり、ドレッシングをかけると良いでしょう。今が旬の、甘くてジューシーな春ニンジンにマヨネーズを付けて食べるのもお勧めです。

■ビタミンC

野菜、イチゴなどの果物に含まれるビタミンCには、染みのもとになるメラニンの生成を抑える働きがあります。染みを防ぐには、食事からビタミンCを取り、メラニンを過剰に作らせないことが重要ですが、ビタミンCは、体内に蓄えられないため、小まめに取るようにしましょう。しかし、余過剰分は尿中に排出されるため、一度に過剰に取るのは控えてください。間食や食後のおやつに果物を食べると手軽にビタミンCが取れます。

■ビタミンE

ゴマ、ナッツなどに含まれるビタミンEには、血行を促進し、肌の代謝を高める働きがあります。肌の代謝が高まると染みのもとになるメラニンの排出が促されるため、紫外線対策には、ビタミンEは欠かせない栄養素です。ビタミンCと一緒に取ると抗酸化作用が高まるのでサラダにナッツをトッピングして食べると良いでしょう。

食べ物で紫外線から肌を守り、美しい肌を保ちたいですね。

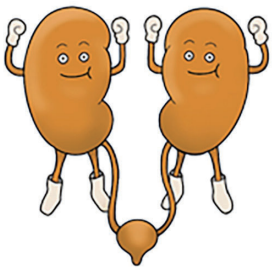
腎臓からのSOSを見逃していませんか？

栄養士・ダイエットコーチ●吉田理江

腎臓の働きが低下した状態や、尿たんぱく陽性が持続する状態を慢性腎臓病（CKD）と言います。放置すると徐々に腎臓の機能低下が進み、場合によっては透析が必要になることもあります。腎臓の病気は自覚症状が乏しいため、異常を発見したら早めに適切な治療を受けることが大切です。

◆腎臓の働きと脳・心臓との関係

腎臓は、たくさんの毛細血管があつまり、身体にとって必要なもの、不要なものを分ける「ろ過」を行っている臓器です。血管が細いため加齢や疾病の影響を受けやすく、糖尿病や高血圧症などがあると機能低下が進行しやすい傾向があります。腎臓の血管が傷んでいる状況は、同時に全身の毛細血管も傷んでいる可能性があり、脳卒中や心臓病の危険性が高い状態としても知られています。



◆健診結果を見直してみましょう

1．尿たんぱく

尿たんぱくは「腎臓の血管に傷がついているサイン」で、本来、体の外へは出ていかない「たんぱく」が、尿へ漏れ出ていることを示します。1＋以上の陽性判定があった場合は医療機関の受診をお勧めします。

2．eGFR（イー・ジーエフアール：推算糸球体ろ過量）

eGFRとは、血清クレアチニンの値から計算される腎臓の機能を見る指標です。値が低いほど腎臓の機能が低下していることを示し、値が60未満の場合は医療機関の受診をお勧めします。

◆毎年健診を受けましょう

健診を毎年受けることで異常を早期に発見することができます。健診で定期的に身体の状態を確認し、健康寿命を延ばしていきましょう。

（JA兵庫厚生連）

参考：厚生労働省
令和2年「腎臓からのSOSを見逃していませんか？」

乙女座 8/23〜9/22 ★★★★★★

☆全体運☆あれこれやらなければと思いがち。状況を整理して優先順位の低いものは除いていきましょう。計画的に動いて
☆健康運☆デトックスにツキ。ハーブティーやサウナをどうぞ　☆幸運を呼ぶ食べ物☆タマネギ

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

トマト

55年続けたトマト栽培をこれからも



トマトハウス内で



淡路市尾崎
新田（にった） 明（あきら）さん

トマト栽培を始めて約55年が経つという新田さん。夫婦で協力し合って取り組んできました。長年続けてこられた魅力と工夫点などを大いに語っていただきました。

トマト栽培の概要

トマト栽培を始めたのは約55年前で、当時は竹を使ったハウスで作っていました。ほ場整備があり、近隣の地区でトマトやふきの栽培が盛んになり、ふきやいちごの栽培にも取り組んだことがあります。明石のトマト農家を視察して栽培を決意し、同じ造りのハウスを建てました。その後は夫婦でトマト栽培を続けています。現在は、規模を減らしましたが、二人で無理なくできる範囲で栽培しています。2年前から、一宮トマト部会では、「ごほうび」という品種の栽培に取り組んでいます。皮と実がしっかりしているので、傷が付きにくく、長持ちするのが特長です。

工夫点と魅力

トマトはハウス栽培ではありますが、天候に左右され、手間がかかります。雨が少ない年は、かん水で調節できますが、多いとハウス内の湿度が上がり、病気になりやすいです。摘果はもちろん、玉についた花びらも取ります。花びらを取るのもタイミングがあり、早いと傷が付き、遅いと病気が発生します。収穫したトマトを運ぶ荷台が動きやすいように通路にはもみがらをまいています。タイヤが土にめり込まずにスムーズに作業ができます。今年は猛暑の影響で定植前の苗が徒長し、通常より玉のできる位置が高くなりました。同じように管理しても、良くなったり悪くなったりすることがありますが、手間をかけるとそれなりに結果として表れるところが魅力でしょうか。



トマトを収穫する新田さん

今後の目標とトマトのPR

何もしないで遊んでいても仕方ないので、体が動く間は夫婦仲良く、現状維持で作っていきたいです。私たちは作っているせいか、あまり食べませんが、子供家族は喜んで持って帰ります。「ごほうび」は、今の時代にあった長持ちしやすいトマトで、甘みも十分あります。無加温でじっくりと枝の上で時間をかけて大きくしたトマトの美味しさをぜひ、味わっていただきたいです。



トマト部会では、研修会を開催し、栽培技術と意欲の向上を図ります。新品種導入に向けた研究を継続し、地域に合った高品質の品種の選定をしています。

わが家のアイドル

素敵なあなたをちょっと拝見

ハイハイ練習中



洲本市五色町広石北

長男 齋藤（さいとう） 穂高（ほだか）くん 《令和5年8月22日生まれ》

寝返りを習得して、毎日コロコロ♪今は前に進みたくて仕方ない様子！ボールを転がすのが上手！離乳食もしっかり食べて、スクスク成長中！

お父さん 涼太（りょうた）さん　お母さん 夏美（なつみ）さん

お父さん・お母さんからのメッセージ

穂高くん、元気に生まれてきてくれてありがとう♪可愛くて毎日癒されているよ！稲穂が高く実るように、心も体も大きな男になってね！一緒にたくさん思い出作っていこうね！

今月のヒーロー

夢の甲子園に向かって

洲本市由良

中山（なかやま） 湊斗（みなと）さん（中学3年）

木下（きのした） 桃太郎（とうたろう）さん（中学3年）

小学生の時は別々のチームに所属しライバルとして、中学生になってからは同じ硬式野球チームで仲間としてお互いを高めあってきました。最後の大会では全国大会に出場し従兄弟で三遊間を守りチームの勝利に貢献しました。これからは「甲子園」という大きな目標に向かって地元を離れ、またライバルとして別々のチームで野球を続けていきます。最高の舞台で戦えるようにそれぞれ悔いのないよう頑張ります。



小さい頃から野球少年



夢を抱く二人（右から湊斗君、桃太郎君）

ライフウォッチング

楽しく取り組むトールペイント

淡路市楠本 新阜（におか） 富子（とみこ）さん

明石海峡公園のボランティア活動の一環で、約12年前からトールペイントに取り組んでいます。一筆書きで色の濃淡を表して絵を仕上げていくなど、本格的に先生に教わりました。現在は、ペイントクラブとして月に一度集まり、トールペイントの手法にこだわらず、自由に遊び心を取り入れて、ひな人形などの和の絵柄にも挑戦しています。春・夏・秋に行う公園のイベントでは、子どもさんを対象に石などに絵を描くお手伝いをしています。これからもクラブのメンバーと楽しくペイントを続け、みなさんの喜ぶ顔が見たいです。



作品を持つ新阜さん



季節の作品を展示

蠍座 10/24〜11/22 ★★★★★★★★

☆全体運☆好調運。ただ準備不足で動くのは避けて。下調べをしておけば好結果が期待できます。レジャー運も良好です

☆健康運☆痛みや不調は早めにケアを。休息が大切　☆幸運を呼ぶ食べ物☆パセリ

NISA口座開設応援キャンペーン



©よりぞう

NISA口座を開設した方に、もれなく 現金1,000円をプレゼント!

さらに! **資産形成・運用デビュー特典!** 2024年1月1日(月) ▶ 2025年3月31日(月)

もれなく 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

つみたて投資枠をご活用し、条件達成された方

毎月10,000円以上のご購入で
デジタルギフトまたはQUOカード
2,000円分プレゼント!

- オンラインで特典にお申し込みの方 → デジタルギフト
- 窓口(紙申込書)で特典にお申し込みの方 → QUOカード

＋ 組み合わせOK

成長投資枠をご活用し、条件達成された方

100万円以上のご購入で
JAタウンギフトカードコードまたはJAタウンギフトカード
20,000円分プレゼント!

- オンラインで特典にお申し込みの方 → JAタウンギフトカードコード
- 窓口(紙申込書)で特典にお申し込みの方 → JAタウンギフトカード

\オンラインでかんたん/ 今すぐデビュー特典に申し込む

\窓口にもっていくだけ/ 紙申込書をダウンロードする

NISA口座開設応援キャンペーンの提供時期●本キャンペーンの特典(現金1,000円)は、NISA口座開設にかかる税務署の非課税承認後の翌月末までに投資信託指定貯金口座へ兵庫県信用農業協同組合連合会よりご入金いたします。入金の通知は行いません。入金をもってお知らせに代えさせていただきます。●都合により特典の提供が遅れる場合もございます。予めご了承ください。**「資産形成・運用デビュー特典」の特典提供時期**●本特典の発送は、申込および契約の実績を確認ののち、順次実施いたしますので、お申込みからお時間を要する場合がございます。●都合により特典の発送が遅れる場合もございます。予めご了承ください。●JAによって取扱商品・期間が異なる場合があります。詳しくはお近くのJAにご確認ください。●本特典は申込状況に応じ、前倒しで終了させていただくことがあります。

●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。

青果市場出荷者の皆様へ JA淡路日の出地方卸売市場の併合について

津名地方卸売市場を閉鎖し、一宮地方卸売市場に併合します。

令和6年3月30日 津名地方卸売市場 閉市
令和6年4月 1 日 一宮地方卸売市場1市場として開催
開催日:月・水・金曜日 8:30~

津名地方卸売市場の長らくのご愛顧ありがとうございました。

あんしん会員募集中



株式会社共同物産では、「もしもの時」に備えて「あんしん会員」を募集しています。この機会に、ぜひご加入頂きますようよろしくお願い申し上げます。

詳しくはこちら →

JA淡路日の出農協出資子会社
JA葬祭
株式会社共同物産 やすらぎホール

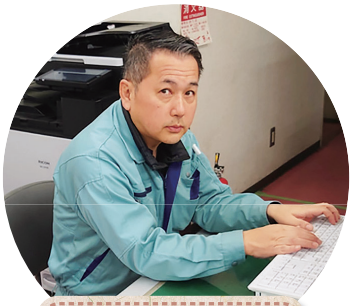
ご相談はフリーダイヤルで
0120-40-1516
24時間365日受付中です

射手座 11/23~12/21 ★★★★★★★★★

☆全体運☆気になることが多そう。気の置けない友人たちとの時間が心の慰めに。部屋の整理整頓をすると運気アップ
☆健康運☆遊び感覚でできる体力アップ方法がお勧め ☆幸運を呼ぶ食べ物☆カリフラワー

こんにちは♪ JA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！



北淡経済センター
なかやま　みつお
中山　光雄

淡路島に帰郷し、JAで働き始めて4年目になります。現在は経済センターで主に畜産業務に携わらせていただいています。日々、畜産農家の方と接するにあたり、その情熱をひしひしと感じる毎日であります。皆様の熱意が少しでも報われるよう、私も日々精進してまいります。帰郷する前は、大阪・京都で働いていました。特に京都ではよく寺社巡りをしていましたが、現在はなかなか行けていませんので、合間を見つけ再開したいと思っています。





楽しい寺社巡り

行事カレンダー

休日年金相談会（予約優先、当日申込可）
- ●3月24日（日）
- ●一宮支店
- ●13:30～16:30

相続遺言個別相談会（要予約）
- ●3月24日（日）
- ●本店
- ●10:00～16:00

オイル交換キャンペーン
- ●4月13日（土）
- ●自動車センター
- ●9:00～17:00



JA 生活文化ゼミナール予定表

会員募集中

洲本支店 tel 22-1120
3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
3月12日（火）
日帰り研修
（南あわじ市）

東浦淡路支店 tel 74-3321
3月14日（木）
日帰り研修
（南あわじ市）
3月28日（木）13:30～
練り切り作り教室
（場所：東浦淡路支店2階）

北淡支店 tel 82-1234
3月19日（火）13:30～
ヨガ教室
（場所：北淡支店2階）

一宮支店 tel 85-0011
3月12日（火）13:30～
よもぎ餅＆練り切り作り教室
（場所：一宮支店2階）

五色支店 tel 35-0301
3月11日（月）
日帰り研修
（場所：ウェルネスパーク五色）

理事会だより

令和5年度第13回理事会（令和6年2月19日）

報告事項
1 事業実績報告について
2 第3／4半期監査報告について
（令和5年12月31日を基準日として実施した監事監査の結果を監事から報告）
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 貸出金理事会審査について
2 総代選挙に係る管理者等について
（総代の改選に係る投票立会人の一部変更を提案し承認を受けた）
3 役員改選に伴う役員体制について
（役員の改選に伴い、地区選出理事及び地区選出監事の人数確定及び各地区（支店ごと）への地区選出理事、地区選出監事及び員外監事の人数の配分を提案し承認を受けた）
4 令和6年度の会計監査人について
（令和6年度の会計監査人の選任について監事会の決議どおり、引き続きみのり監査法人に委嘱することを提案し承認を受けた）
5 令和6年度会計監査人の監査報酬額について
（令和6年度会計監査人の監査報酬額について提案し承認を受け、監事会からの同意を受けた）
6 オンラインキャッシャの改造に係るリース契約について
（令和6年上半期発行予定の新紙幣に対応するため、リース契約により現行オンラインキャッシャの改造を行うことを提案し承認を受けた）
7 職制規程の一部変更について
（機構改革による組織機構の変更等に伴い、職制規程の一部変更を提案し承認を受けた）
8 就業規則の一部変更について
（令和6年4月1日施行の労働基準法施行規則等の改正に伴い、就業規則の一部変更を提案し承認を受けた）
9 兵庫県農業信用基金協会への増資について
（兵庫県農業信用基金協会からの業務委託手数料を出資金に振り替えて増資することを提案し承認を受けた）

その他
1 冷蔵たまねぎの精算について
（令和5年産の冷蔵たまねぎについて、生産者に前渡金を含めた販売額を精算したことを報告）
2 組合員加入促進運動について
（JA組織拡充のために取り組んでいる組合員加入促進運動の2月16日現在の状況を報告）
3 人事異動について
（職員の定期異動の日程等を報告）
4 3月の行事予定について
5 各支店の情勢（行事予定）について
6 その他

山羊座 12/22～1/19
☆全体運☆交流会やセミナーに参加を。見聞を広めると幸運が舞い込みます。友人たちと遊びに行くのもお勧め。旅行も吉
☆健康運☆食事はバランス良く。旬のものをたくさん食べて　☆幸運を呼ぶ食べ物☆ミツバ

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

70を過ぎて同級生に誘われ、ゴルフ練習場に週1で通っていますが、全くと言っていいほど、思うように飛びません。止まっている球にこんなにも手こずっている自分、〝上手くなるのでしょうか〟と握りしめたクラブに語りかけています。
（ペンネーム　老人クラブさん）

70を過ぎて始めたゴルフ、格好いいですね。継続は力なり。上達されると信じています。

週一でフラダンスを習いに行って早や2年。覚えが悪く年のせいかなと。でも大好きなので、下手の横好きでみなさんの足を引っ張りながら頑張っています。
（淡路市　柏木 静江さん）

流れるようなフラダンスの動き、素敵で憧れます。大好きな気持ちが一番ですね。

庭の手入れが好きですが、寒い時期は部屋で過ごす時間が増えますね。仕方なく時間つぶしにと始めたぬり絵が楽しいです。最近は本屋さんにたくさんぬり絵BOOKがありうれしいです。
（ペンネーム　紅梅のみーちゃん）

ぬり絵は脳トレにもなるそうですね。幸せホルモンがいっぱい出てきそうです。

スーパーでは常に食品ロス防止に協力しています。つまり賞味期限切れ直前のものばかり買っています。
（洲本市　橋本 雅之さん）

それは素晴らしい心がけですね。Mは値下げにつられて買ってしまいます。（笑）

息子の引越し作業を手伝った。これまでの人生の半分を一人暮らしで、大きな夢に向かって頑張ったと心の中でほめてやる。大阪でタワーマンションに住めるほど成長し、親冥利につきる。これからは新しい家族とともに幸せになってほしいと願う。
（ペンネーム　K.さん）

新しい家族とタワーマンションに住むとは、夢のようですね。頑張ってきた結果ですね。


（淡路市　中村 豊子さん）


（ペンネーム　ゼンタンさん）


（淡路市　村上 美穂子さん）

俳句・川柳

昔日の　ナルチョアハニカ　想い人
冬の空　月がきれいと　LINEする
（ペンネーム　パランチェビさん）

思い出を　たぐりてひとり　夕日見る
チヨコあげる　ばばにも楽しみ　ひとつ増え
（ペンネーム　コトブキ近衛さん）

お誘いの　電話へ急ぐ　春衣
芽吹きたる　鉢の花へと　名札立つ
（ペンネーム　歌子さん）

波音に　癒され水仙に　和み
鷺じゃ　ないと目白が　横を向く
（明石市　小田 和子さん）

桃の花　咲きほこりて　ひな祭り
寒暖の　繰り返しの日々　春近し
（ペンネーム　ボンボリさん）

我と孫　健やか願い　雛飾る
土筆摘み　ほろ苦き味　楽しみて
（洲本市　中原 礼子さん）

旬感 Cooking

旬の食材を食卓に

今月のレシピ

その他のレシピはこちら

タイのオイル焼き たっぷり野菜のソース



材料（2人分）

タイ	2切れ	カブの茎	適宜
新ジャガ	1個	オリーブ油	適宜
新タマネギ	1/2個	塩・こしょう	適宜
トマト	1個	白ワイン	50ml
カブ	1個	ローズマリー	1本
スナップエンドウ	2本	レモン汁	小さじ1
ニンニク	1片		

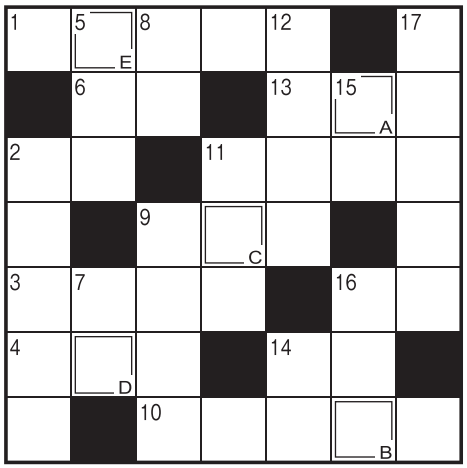
作り方

❶タイにあらかじめ塩・こしょうを振っておく。新ジャガ、新タマネギ、トマト、カブはさいの目に、スナップエンドウは5㎜幅に、ニンニクはみじん切りに、カブの茎は細かく切っておく。
❷野菜のソースを作る。フライパンにオリーブ油大さじ2（分量外）と新ジャガ、新タマネギ、トマト、カブ、ニンニクを入れ、弱火で7、8分ほど炒め、白ワインとローズマリーを入れ中火で5分ほど煮込む。仕上がる直前にスナップエンドウとカブの茎を入れ、塩・こしょうで味を調える。
❸フライパンで野菜を煮込んでいる間に、タイにオリーブ油をかけ、グリルで焼き上げる。
❹器に❷の野菜のソースをひき、❸のタイを盛り付け、レモン汁をかけて出来上がり。

水瓶座 1/20〜2/18
☆全体運☆頑張りが利きます。力業でなんとかできることも多いですが周囲への配慮も忘れずに。買い物運があります
☆健康運☆ハードな作業もばっちりこなせます。スポーツが吉　☆幸運を呼ぶ食べ物☆カラシナ

クロスワード

二重枠に入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



2月号クロスワード　答え…シユプール

タテのカギ

2 歌のうまさを競うイベント
5 釣りで使う擬餌針のこと
7 舌で感じ取るもの
8 日本一高いものは3776mあります
9 「峠の――」は群馬県・JR横川駅の名物駅弁です
11 人や車が行き来する道のこと
12 このような役を演じられるとは役者――に尽きます
14 ものを記憶する器官
15 ホルスタイン、ジャージーといえば
16 寄せ書きに使ったりサインをもらったり
17 ホワイトデーに贈ることもある、ふわふわと軟らかいお菓子

ヨコのカギ

1 3月下旬から4月上旬までの学校の休暇
2 イエスの反対語
3 俳句や和歌で規定より音数が多いもののこと
4 いいかげんなことはしません
6 海に潜って貝などを採ります
9 どこからか梅の花の――が漂ってきた
10 卒業生が校長から卒業――を授与された
11 捕手とバッテリーを組みます
13 原稿――、投票――
14 雨宿りのときに借ります
16 姫路や彦根、松本のものが有名

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。

農産物直売所出荷部会が視察研修

農産物直売所出荷部会は2月7日、JAならけんの「まほろばキッチン」とJA大阪南の「あすかてくるで」の直売所を視察しました。生産者108人が参加し、目を引くポップの使い方や人気の農作物の並べ方などを熱心に見学しました。



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。間違っている箇所を横の枠番号から選んでください。

①	②	③
④	⑤	⑥
⑦	⑧	⑨

2月号間違い探し 答え…
⑤タッセル（黄）の広がり方
⑥ジャケットすその長さ
⑨絨毯の水色部分が多い

先月の挑戦当選者

応募総数65通

安藤 恭雄さん
西村 久留美さん
植松 房子さん
柏木 静江さん
福ちゃんさん
柳 照子さん

今月のプレゼントは…

“玉ぐら酢そーす”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・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3112の14
JA淡路日の出
「さんらいず3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 3月22日（金）（消印有効）

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お書き添えください。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、お待ちしています。
※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。

コーヒータイム

お米は糖質の固まりで太りやすいイメージを持っている方が多いのではないでしょうか。今月もテレビ情報なのですが（笑）、ご飯の糖質は他の食品と比べると太りにくいそうです。ビタミンやミネラルなどの栄養素が豊富に含まれ満足度が高く、間食を防いでくれるとか。また、寝つきが良くなり、アルコール吸収も穏やかにしてくれるそうです。お酒の前は牛乳が良いと思っていましたが、ご飯を食べるだけでも良かったのですね。令和になって早や6年、情報もアップデートしていかないといけませんね。（M）

魚座 2/19〜3/20
☆全体運☆好調運。積極的に主導権を握りましょう。目立つことも開運につながります。ヘアスタイルを変えるのもお勧め
☆健康運☆足元を温めて。手や足の指の運動にツキ　☆幸運を呼ぶ食べ物☆ニラ



俳句で詠む 淡路島百景 第51景

祭唄乗せて大名行列来

小柴 智子（神戸市）

下司大名行列

【景観解説】
下司大名行列は、江戸時代中期より始められた祭礼で、淡路市の無形民俗文化財に指定されている。特徴あるリズムの馬子唄にのせて演じられる独特の所作を演じる。

【補足】
春日神社の春の例祭で数年に一度、演じられている。

表紙紹介

浦小学校が収穫した米と大根を調理



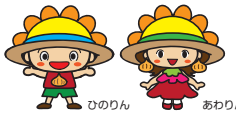
ふるまいの準備をする5年生



淡路市立浦小学校では1月29日、5年生30人が収穫した米と大根を使って、ご飯とみそ汁を作りました。小学校横の田んぼで田植えから収穫まで体験した米と1年生が学級園で作った大根を使いました。ご飯を炊いている間に大根と油揚げを使ったみそ汁を作り、でき上がった食事は大根を収穫した1年生にも振る舞いました。1年生たちは「美味しい」と歓声を上げ、おかわりをする児童もいました。5年生も一緒に味わい、体も心も温まる時間を過ごしました。

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支援」を行っています。

JA淡路日の出
さんらいず SUNRISE
あなたとJAをつなぐ情報誌
3 2024 March vol.363



〒656-2131 兵庫県淡路市志筑3112-14 TEL(0799)62-6200(代)
ホームページ https://www.ja-awajihinode.com Eメールアドレス hnd.sunrise@jamail.hyogo.jp
印刷：株式会社 中央印刷 発行：淡路日の出農業協同組合
広報誌「さんらいず」は環境にやさしい再生紙と大豆油インキを使用しています。
2024年3月発行