

# きずな *Kizuna*

7  
2022



特集

農作物を作るだけじゃない！  
農業の多面的機能



## 管内紹介

### いざわ支店



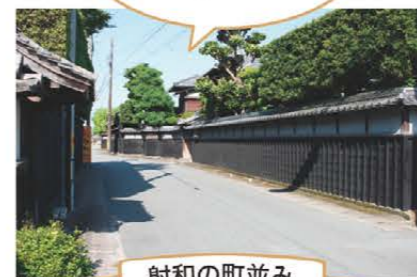
いざわ支店は中山間地域にあり、緑と水の豊かな地域です。特産物として「伊勢芋」「茶」「しいたけ」などが挙げられます。管内は櫛田川に沿って長細く、端から端まで車で30分程度かかるほど広範囲です。櫛田川を挟んだ向こう岸は多気郡に至ります。古くから栄えていた土地でもあり、支店の近くには商家の町並みやたくさんのお寺が大切に保存されています。

支店にはいざわサブセンターも隣接しており「みんなの笑顔のまんなか」をキャッチフレーズに、組合員・利用者にも愛されるよう日々精進していますので、これからもよろしくお願ひします。



射和文庫

維新の時代に生きた竹川竹斎が人材育成のために設立されました



射和の町並み

美しい町並みからは、古くから栄えていたことが窺えます



櫛田川

松阪市飯高町から流れる一級河川です

明るい支店です。ぜひお越しください！

支店長  
酒井 洋治



### いざわ支店

所在地/松阪市射和町582-1  
TEL/0598-29-2346  
営業時間/8:45~15:00  
定休日/土日祝日、年末年始



# Contents

— もくじ —

03 農作業中の熱中症に注意！

04 農作物を作るだけじゃない！  
農業の多面的機能

06 みえなかNEWS

09 農作業メモ  
「液体タイプの除草剤について」

10 ウーマンパワー

12 きずなキッチン  
「スパイスで作る！  
本格モロヘイヤカレー」

13 健康レポート 明日も元気！  
「運動好きの天敵！ランナー膝」

14 みんなの広場

16 知って納得！相続のこと  
「相続事業承継センターを  
新設しました」

協同活動  
「店舗美化活動」

17 Information  
クロスワードクイズ

20 管内紹介「いざわ支店」



### 今月の表紙農産物



### 【カボチャ】

松阪地区では加工用としてカボチャを生産。市場の要望に合わせ「蔵の匠」と「えびす」の2品種を栽培しています。出荷されたカボチャはスーパーや飲食店などで総菜として調理されています。

### 最新情報やキャンペーン情報を発信中！

公式Webサイト [JAみえなか Q](#)



# 農作業中の熱中症に注意！

農作業中の熱中症による死亡事故が後を絶ちません。過去10年間の記録をさかのぼってみると、8割ほどが7～8月に集中しています。もちろん農作業中でなくても、適切な対策を取って、熱中症を予防しましょう。

## 農作業中の熱中症対策チェック

### ☑ 高温時の作業は、避けましょう

特に70歳以上の方は、のどのかわきや気温の上昇を感じづらくなります。日中の気温の高い時間帯は外して作業しましょう。

### ☑ 単独作業は、避けましょう

なるべく2人以上で作業し、時間を決めて声をかけあったり、異常がないか確認しあうようにしましょう。

### ☑ 2分おきに休憩＆水分補給しましょう

涼しい日陰などで作業着を脱ぎ、体温を下げましょう。のどがかわいていなくても、2分おきに毎回コップ1～2杯以上を目安に水分補給しましょう。

### ☑ 適宜マスクをはずしましょう

屋外やハウスで人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合にはマスクをはずすようにしましょう。

万が一に備えて、携帯電話を持って行きましょう。緊急連絡先や大切な人の連絡先も、登録しておきましょう。

農林水産省 × 熱中症予防声かけプロジェクト  
～ひと涼みしよう～

出典：熱中症予防声かけプロジェクト <https://www.hitosuzumi.jp/>

### ☀ 暑さ指数 (WBGT) や熱中症アラートを目安にしよう

- ・暑さ指数は暑さの厳しさを示す指標です。
- ・高ければ高いほど、熱中症になりやすくなります。熱中症対策を行う場合、気温よりも暑さ指数を見るようにしましょう。

### ☀ LINEに「環境省」の友だち追加で熱中症警戒アラートが届きます！

詳細は右記のQRコードを読み取ってご確認ください。



熱中症対策を  
しっかり行おう！



「農業の多面的機能」の一例

● 水質浄化

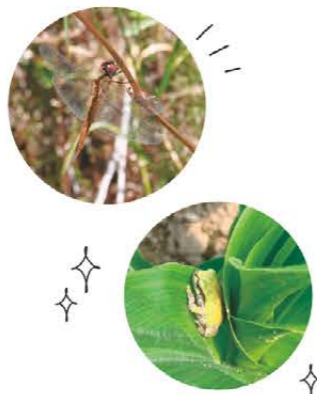
水田では、水中や土の中の微生物が有機物を分解。また、作物が窒素を吸収し、微生物の働きにより窒素分を取り除き（脱窒）、水をきれいにする。

● 大気調節

田畑の蒸発散作用は大気の大気熱循環を促し、暑さを和らげる。また、農作物の光合成作用によって炭酸ガスを吸収し、酸素を発生させる他、大気汚染ガスを吸収・吸着する。

● 生物多様性の保全

農業を安定的に行うことで、農産物の植物遺伝資源が保全され、将来の食料生産機能を保つ。また、農業が自然との調和の下で行われていることで、野生動物との共存関係ができあがり、多様な生物のすみかとなり生物を保全する。



● 伝統文化を保存

日本の行事には、五穀豊穡祈願や収穫を祝うものなど、農業に由来するものが多くあり、永きにわたり地域の人たちによって受け継がれている。



● 癒しや安らぎをもたらす

農村の「澄んだ空気」「きれいな水」「美しい緑」「四季の変化」などが、安心と癒しを与え、心と体の安らぎの場になる。また、土や自然に触れ、作物を育てることで、心と体の機能回復が期待されている。

● 体験学習等食農教育

農村地域や農作業で、動植物や豊かな自然にふれることにより、生命の大切さや食料の恵みに感謝する心などが豊かに育まれる。

これらの働きはすべて、農業が継続的に営まれることによって機能しています。

JAの農業を守る活動

JAでは、後継者不足等若者の農業離れ等を懸念し、地域農業を支援する活動に努めています。

● 農業経営事業

地域の空き圃場を借り、JAが農業経営を行っています。栽培する品目は多岐にわたりますが、栽培し出荷するだけでなく、生産者に普及するための新品種や新しい栽培方法の試験栽培の他、新規就農希望者や経験の浅い営農指導員等の研修の場としても活用しています。また、農福連携による労働力の確保に向けた取り組みや、機械化園芸についても試験を行っています。



農福連携による玉ねぎの収穫

● 野菜塾「みらい」・菜園塾

多様な担い手の育成を目指し、家庭菜園や直売所の出荷を目指す方を対象に、農業の基礎を学ぶための研修を開催しています。1年を通して、野菜の栽培方法や肥料・農薬の使い方、流通に至るまでを学ぶ場としています。

● 食農教育活動

当JAが主催する「あぐりスクール」や、女性組織活動の1つである「いきいき生気活気倶楽部」など、子ども達を対象に食や農の大切さを学んでもらうために取り組んでいます。また地域の小学校等からの要望を受け、地域の組合員の皆さんにご協力いただきながら、食農教育活動を行っています。

「みえなNEWS」ページでも活動を紹介しているので見てね!



多くの役割をもつ田畑。維持していくためには後継者の育成等も大切ですが、地域で作られたお米や農畜産物を地元で消費する「地産地消」もとても大切です。私たちの住む地域の未来のためにも、日々の食卓に地元の食材を取り入れて地域の「食」と「農」を支えていきたいですね。

【参考】農林水産省Webサイト：農業・農村の有する多面的機能 (https://www.maff.go.jp/j/nousin/noukan/nougyo\_kinou/)

農業の多面的機能

農作物を作るだけじゃない!



“農業の多面的機能”って?

農業・農村は、私たちが生きていくのに必要な米や野菜などの生産の場としての役割を果たしています。しかし、それだけではなく、農村で農業が継続して行われることにより、私たちの生活に様々な『めぐみ』をもたらしています。このめぐみを「農業の多面的機能」と呼んでいます。

「農業の多面的機能」の一例

● 洪水防止

田畑は、雨水を一時的に貯めることができるため、洪水を防止・軽減する働きがある。

● 土壌侵食(流出)防止

田には「水と稲」、畑には「作物」があることで、雨や風が直接「土」に当たらないため、土の表面にあたる雨や風の力が弱まり、土が流れにくくなる。

● 土砂崩壊防止

斜面に作られた田畑は、日々の手入れによって小さなひび割れなどの損傷も初期段階で発見・補修できるため、土砂崩壊の未然防止につながる。



深野だんだん田 (松阪市飯南町)



## 竹林まちづくり推進協議会 玉ねぎの収穫を体験



収穫を楽しむ住民ら

松阪市山室町の竹林まちづくり推進協議会は5月15日、遊休農地を活用して栽培した玉ねぎを、アグリヒルズ花岡台の住民に開放し、34家族が収穫を行いました。参加者は畑から伸びるネギの部分を引き張り、「こんなんとれたよ!」と楽しみながら玉ねぎを収穫していました。

当JAと同協議会では「農と住」をコンセプトに家庭菜園やガーデニングができるまちづくりを目指し、アグリヒルズ花岡台の宅地販売を行っています。

## JAみえなかあぐりスクール 子ども達が田植えを体験



印に合わせて苗を植える子ども達

あぐりスクールは5月14日、松阪市深長町の水田で、今年度第1回の活動として田植え体験を行い、31人の子どもが参加しました。

子ども達は恐る恐る田んぼに入り、慣れない泥の感触に戸惑いながらも「感触に慣れて楽しくなってきた!」と体験を楽しんでいました。

また、田植え機による田植えも見学。その速さにとっても驚いていました。

あぐりスクールは当JAが実施する食農教育スクール。今年度は全6回の活動を予定しています。

## 小麦の共同防除 高品質な麦生産を目指す



農業用ドローンで空中散布

JAみえなか管内では4月下旬、小麦圃場で農業用ドローンや無人ヘリコプターによる共同防除を行いました。小麦の品質への影響や、人に健康被害を与える「赤カビ病」を防ぐのが目的です。適切な防除は麦の品質を保つためにも重要な作業です。

今年度の作付面積は合計約2,190haで、管内ではうどんなどに適した「あやひかり」という品種を栽培しています。

## 松阪地区 カボチャ・ズッキーニの生育を確認



ズッキーニの様子を見る生産者ら

JAみえなかでは4月28日に松阪西部地区、5月6日には松阪東部地区でそれぞれ、加工用カボチャとズッキーニの圃場巡回を行いました。

巡回では各圃場の生育状況に合わせて、トンネルの保温資材を外すことや、病虫害の防除及び摘芯を適期に行うように呼び掛けました。

管内では27人が約90aで「蔵の匠」と「えびす」の2品種のカボチャを栽培。ズッキーニは8人が10aで「ダイナー」を栽培しています。

## 松阪地区 令和4年産エゴマ生産始まる



播種機を使って種をまいていく職員

JAみえなかは5月20日、令和4年産エゴマの播種を行いました。128穴のセルトレイ116枚分を播種。土を入れたセルトレイに手動の播種機を使いながら手作業で2粒ずつ種をまいていきました。

松阪地区の中山間地域では鳥獣害に強い農産物振興を目指してエゴマの栽培を開始。今年で7年目となり、現在14軒の生産者やグループなどが約60aで栽培しています。

## JAみえなか香良洲梨部会 高品質な梨に向け摘果講習



ハサミで摘果を行う部会員

香良洲梨部会は5月17日、品質の良い香良洲梨出荷に向け、摘果講習を開きました。三重県中央農業改良普及センター専門技術室の西川豊副参事を講師に迎え、部会員19人が熱心に受講していました。講習では参加者らは実際にハサミを使って摘果作業を行いました。

同部会の舞野賢司部会長は「的確な摘果を行い、今年も良い梨を出荷できるように努めたい」と話していました。

## JAみえなか年金友の会 シニアゴルフ大会を開催



ゴルフを楽しむ会員

年金友の会は5月10日から13日の4日間、セブンスリーゴルフクラブで第1回年金友の会シニアゴルフ大会を開催しました。コロナ禍の影響により、合併後初の開催となった今大会は日ごとに参加対象地区を分けて実施。管内各地から合計420人の会員の皆さんにご参加いただきました。後半2日間はあいにくの雨模様となりましたが、プレーする皆さんの表情は晴れやかでした。

また、10月にはグラウンドゴルフ大会を開催する予定です。

## 粥見茶工場、美杉製茶工場 一番茶の集荷を行いました



茶葉の集荷の様子

松阪市飯南町にある粥見茶工場では5月2日から7日まで、津市美杉町にある美杉製茶工場では4日から22日までそれぞれ一番茶等の生葉受け入れを行いました。茶工場にはその日刈り取った生葉を積んだトラックが次々と出荷に訪れ、職員らは集荷作業に追われました。

当JA管内松阪市飯南・飯高地区では主に深蒸し煎茶が、津市美杉地区では煎茶の生産が盛んに行われています。



# 農作業 メモ

## 液体タイプの 除草剤について



農作業支援センター 白山 野田 壮一郎

6月から8月の夏の季節は雨がよく降り、雑草の生長が加速していく時期です。ふと気が付くと庭の雑草が大変なことになっていた、なんてことはありませんか？1番に思いつく雑草対策として草むしりがあげられますが、気温が高い夏、長時間の作業は腰を痛めるだけでなく、熱中症の危険性もあります。その際におすすめの手段が「除草剤散布」です。草むしりに比べ手軽に行うことができ、労力や作業時間を軽減することによって腰痛や熱中症のリスクを減らすことができます。

除草剤には大きく分けて2種類あり、葉から成分を吸収し効果を発揮する液体タイプと、根から成分を吸収し効果を発揮する粒状タイプがあります。今回は液体タイプについて紹介します。



### 【液体タイプの特徴】

- 薄めずに使うストレートタイプと、薄めて使う原液タイプがあります。原液タイプの場合は希釈倍率を調整することによって幅広い雑草に対応することができます。
- 即効性があり、草丈の大きい雑草にも有効です。
- 液体タイプの中には根まで枯らすものがあり、根から再生するスギナなどに有効です。
- 土に落ちた場合、土壌で分解され無毒化し樹木などに安全なものもあります。

### 【使用する際の注意点】

- 除草剤を使用する前にラベルをよく読み、希釈倍率や対応雑草を必ずご確認ください。使用期限が切れていたり、希釈倍率を誤ると十分な効果を発揮しない場合があります。ご注意ください。
- 使用する際は長袖長ズボンはもちろん、ゴーグル、マスク、手袋を必ず着用してください。万が一、目や口に入った場合は水で洗い流し、医療機関に相談してください。
- 希釈時は容器に先に水を入れることで、薬液が泡立ちにくくなるのでおすすめです。
- 除草剤をジョウロで散布してしまうと薬液のロスが多くなる原因になるので、園芸用の噴霧器を使用することをおすすめします。お近くの農機センターで販売しておりますので、ご入用の際は職員にお声がけください。また除草剤散布で使用した噴霧器は作物の水やりなどに使用しないでください。意図しないところで除草効果が出てしまう恐れがあります。
- 散布するタイミングとしては晴れていて風の弱い午前中をおすすめします。散布後に雨が降ってしまうと除草剤が流され、効果が薄まってしまう。また風の強い日に散布してしまうと除草剤が思わぬ場所に飛散し、枯らしたくない作物まで枯らしてしまう恐れがあります。



### おすすめの除草剤

#### ラウンドアップマックスロード

一般的な一年生雑草には100倍希釈、しつこい多年生雑草には50倍希釈、スギナには25倍希釈でしっかり根まで枯らすことができます。散布後1時間経てば、雨が降ったとしても、効果を発揮します。気温の低い時でも確かな効果を発揮します。



### 各地区小学校 みんなで楽しく農業等を体験



4月下旬から各地区の小学校で農業等の体験学習を行いました。地元農家やJA営農指導員などの指導のもと、手作業による農作業等を行いました。多くの児童らが初めての体験で、素足に伝わる土や水の感触に歓声を上げていました。



5月6日 松阪市立第二小学校5年生 22人



5月9日 津市立美杉小学校5・6年生 16人

### サツマイモ定植体験

5月9日  
松阪市立第四小学校2年生 83人



### 梨の摘果体験

5月19日  
津市立香良洲小学校3年生

### マコモ植え付け体験



4月25日 津市立美杉小学校3・4年 15人

### 田植え体験



5月6日 松阪市立鶴小学校5年生 14人

### 鮎の放流体験



5月20日 津市立美杉小学校1・2年生 15人





## 伊勢寺女性部「ゆかり会」 レモネード作りを 教える

松阪市岩内町の伊勢寺女性部「ゆかり会」は5月9日、授業の一環として地域を探検に来た伊勢寺小学校の3年生児童にレモネードの作り方を伝授しました。レモンやみかんは同町で多く生産されており、児童に地元の特産物を知ってもらいたいという想いで授業を行いました。児童らはみかんの花の香りなども楽しみながら、楽しそうに取り組んでいました。



## 一志東部香良洲地区女性部 ゴキブリ団子作り

一志東部香良洲地区の馬場女性部は馬場公民館で5月11日、川原女性部は川原区民会館で5月14日にゴキブリ団子作りを行いました。玉ねぎをくし切りにしてからミキサーですりおろし、ホウ酸、砂糖、小麦粉、牛乳を混ぜ、よく練るとゴキブリ団子の出来上がりです。作ったゴキブリ団子は会員が持ち帰り、各家庭で小さく丸めて天日干しをして使われます。



## 松阪地区年代別組織エルダーミセス ガラスカップ アレンジづくり

エルダーミセスでは5月17日から30日までの間に7か所で「ガラスカップアレンジ」教室を開催しました。コーヒー豆を敷いたガラスのマグカップに、バラや紫陽花のプリザーブドフラワーを飾り付けていくもので、参加者はバランスを見ながら思い思いに飾り付けていました。参加者は「いい香りがするし綺麗なので机に飾りたい」と笑顔で話していました。



## JAみえなか女性組織連絡協議会 第2回JAみえなか女性組織 連絡協議会総代会

第2回JAみえなか女性組織連絡協議会総代会が5月21日、旧権現前店で開催されました。同協議会の服部洋子会長が「女性組織への期待も高まる中、令和4年度も発展していきましょう」と挨拶し、総代会が始まりました。議事は書面議決で実施し、代表者9人が出席する中、書面議決86人（賛成85人、無効1人）にて、全て原案通り承認されました。



## 美杉女性支部八知班 タケノコの瓶詰め

JAみえなか女性組織連絡協議会美杉女性支部八知班は4月20日、タケノコの水煮を瓶詰めしました。事前に班員が収穫したタケノコを、長期保存できるように切り分けたあと、茹でて瓶に詰めました。



## JAみえ女性連絡会議 女性組織体験発表

JAみえ女性連絡会議の通常総会が5月6日、JA三重ビルで開催されました。その中で津市白山町三ヶ野地区の小林かずみさんが「高齢者の憩いの場をつくろう！」をテーマに、助け合い組織「かざぐるまの会」のふらっとほーむ活動などについての体験談を発表しました。



# 健康レポート

## 明日も元気!

JA三重厚生連松阪中央総合病院 健康管理施設エポック

[今月のテーマ]  
運動好きの天敵!  
ランナー膝



### 01 ランナー膝とは

推定900万人以上が行っているといわれるランニング。ただランナーのなかには、走っている最中に膝の痛みを感じている人が少なくありません。特によくみられるのが膝の外側に起こる痛みで、ランナー膝と呼ばれています。ほかにも、サイクリング、スキー、登山、バスケットボールなどで起こることがあります。

ランナー膝は、膝を曲げたり伸ばしたりするときに、太ももの外側を通るじん帯が、膝の外側にある骨の出っ張りにこすれることで起こります。ランニングでは膝の曲げ伸ばしを何度も繰り返すため、じん帯が何度もこすれ炎症が起こるのです。

ランナー膝が軽度の段階では、ランニング中に膝の外側に痛みが出るものの、しばらく休むと治まります。しかし、次第に運動後も痛みが続くようになり、歩き始めに強い痛みを感じるようになっていきます。その結果、日常生活に支障をきたしてしまうこともあります。

### 02 気を付けたいポイント

- 筋力や筋肉の持久力…特に重要なのが太もも前面の大腿四頭筋です。この部分の筋力が弱いと着地の衝撃を抑えられず、フォームが乱れます。また、疲労時に膝が左右にぶれ、じん帯がこすれやすくなります。
- 柔軟性…ストレッチを行い、筋肉を柔軟にすると、走るときの衝撃が収集されます。膝の左右のぶれも少なくなり、じん帯もこすれにくくなります。
- フォーム…速く走ろうとして、歩幅を大きくとり過ぎてしまうと、じん帯に負担が大きくなります。自分の心地いい歩幅を維持するよう意識しましょう。
- コース設定…舗装道路などの硬い路面を走ると、膝への衝撃が大きくなります。ランニング専用コースなど、少し柔らかいところを走るようにします。
- シューズ…シューズが足に合っていないと、走り方に影響し、結果的にじん帯に負担がかかることがあります。またO脚があると大腿骨とじん帯がこすれやすくなります。足底板(インソール)を使って膝の角度を変え、こすれにくいようにします。

### 03 ランナー膝の予防には準備とケアが大切

ランナー膝を予防するためには、ランニングの前後にルーチン(ある決まった動作)を行うのが効果的です。

ランニング前のルーチンは、体を温め、走る準備をするのに加え、走る動作を事前に体に確認させるのにも役立ちます。また、走るのに使う運動の柔軟性が増すため、膝への衝撃を和らげることもできます。

ランニング後のルーチンは、ゆっくり深呼吸などをしてから行います。疲労した筋肉をほぐすのが目的です。(図1)



#### ランナー膝を予防するためのルーチン

##### ●ランニング前の準備運動

###### 【片脚立ち背伸び】

片方の手をあげて、体をしっかりと伸ばす。上げた手と反対側の脚を太ももの高さまで上げ、3秒間保つ。これを左右交互に3回ずつ繰り返す。ふらつくときは、手をグッと上に伸ばすと安定しやすい。軸脚でしっかり立つ感覚を確認するために行う。

###### 【その場ジャンプ】

走るときの体が弾む感覚を身につけるため、その場でジャンプするのを10回程度繰り返す。初めはゆっくり行い、徐々に速くしていく。

##### ●膝にやさしいランニングフォーム

- ①前に弾むイメージで走る
- ②上半身は自然に立てる
- ③前に出した足が体のほぼ真下に来る

##### ●ランニング後のケア

###### 【ボールを使ってお尻でコロコロ】

床や地面に座り、お尻の外側にテニスボールを差し入れ、ボールを転がすようにして筋肉をほぐす。気持ちよさを感じる部位を探し、1か所につき1~2分間を目安に行う。



(図1)

YouTubeでも配信中!

## きずなキッチン

※最新動画は 毎月中下旬更新

## スパイスで作る! 本格モロヘイヤカレー

辛さ控えめで、モロヘイヤのクセもまったく感じないので、お子さんにもおすすめ。驚くほど簡単に本格的な味わいが楽しめるので、夏休みに親子で作ってみては?



お好みのトッピングで自由に盛り付けを楽しみましょう♪

#### ■材料(2人分)

モロヘイヤ	1袋(80g)
タマネギ(中)	1個
バター	20g
おろしにんにく	小さじ1
ツナ缶	1缶
水	50ml
A クミン(パウダー)	小さじ2
A コリアンダー(パウダー)	小さじ2
A ターメリック(パウダー)	小さじ2
B 牛乳	200ml
B コンソメスープの素(顆粒)	小さじ1
塩	小さじ1/2
砂糖	大さじ1/2

#### ■作り方

- 1 モロヘイヤは塩少々(材料外)を加えた熱湯でさっとゆで、1cmほどに刻む。ミキサーにモロヘイヤと水を入れてペースト状にする。(なければ包丁で細かく刻んでおく)タマネギはみじん切りにする。
- 2 フライパンにバターを熱し、タマネギのみじん切りを色が変わるまで炒める。おろしにんにく、ツナ、Aの順に加えて混ぜる。
- 3 Bを加え、中火で5分ほど煮込み、最後に1のモロヘイヤを加えてひと煮立ちさせる。
- 4 器にご飯を盛り、3のカレールーをかけたら出来上がり。

#### Point!

モロヘイヤはβ-カロテンやビタミンCなどのビタミン類、カリウムやカルシウムなどのミネラル類、食物繊維などを多く含み、栄養の宝庫です。日々の食卓に積極的に取り入れましょう。



#### 食育ソムリエとは?

「生産者と消費者をつなぐコーディネーター」です。野菜や果物の生産や栄養についての知識を生かし、素材の選び方や食べ方を皆さまに提案します。

食育ソムリエ 森 裕美



# みんなの広場 Hello



**この子たちが大きくなったら**  
松阪市飯高町 ツバメのママさん  
日本は、世界は、地球は、どうなっているかなあ～？



**赤い樹**  
津市白山町 上村 和生さん  
朝の散歩の時に会った桜の樹が日の出に赤く染まっていた。



**ちょっとひと休み。**  
松阪市埴野宮古町 京子さん  
我が家の姫です。



**スイートピー**  
津市白山町 三宅 征子さん



**シザンサス**  
津市一志町 岡野 恵美子さん  
今年もきれいな花が咲きました。



**ヤセウツボ**  
津市久居元町 今井 紅峯さん  
白つめ草など寄生する帰化植物です。めずらしいのでパチリです。



**何年ぶりかに開花しました。**  
津市一志町 前川 シズ子さん

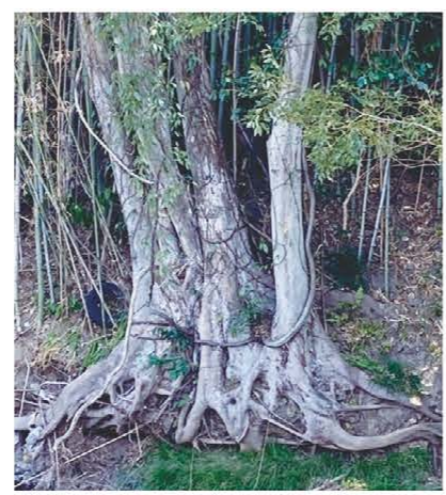
**ユキモチソウ 雪餅草との出会い**  
松阪市飯高町 北川 文昭さん

この時期、山の中の水路点検時に会います。農作業の疲れを癒してくれる貴重な花です。



**ペーパークラフト**  
松阪市 伊藤 美雪さん

友達や知人に貰っていただいた時に、ありがとと言うてもらえると嬉しいですね😊



**奇妙な大木、珍百景**  
津市白山町 丸山 準一さん

ウォーキングをしていたところ、根元の直径が3~4メートルもある大木を見つけました。中央には、ツルが巻き付き、大きなトンガリ帽子を被った人形のようにも見えます。いろいろなものを想像出来ると思いますが、何に見えるでしょうか？



深野店管内

西川 凜くん (2歳) 桜成 くん (4歳)

**ご家族からのメッセージ**

これからもみんなと楽しく過ごそうね！



一志支店管内

大澤 一真さん (32歳) 麗さん (27歳)  
利太郎くん (3歳) 昌真くん (1歳)

**ご家族からのコメント**

健康第一で頑張ります。Happy Lucky now



明日も元気!野菜をゆでるときに塩を入れない。塩を入れてゆでていたのでやめます。  
Hさん

JAから  
減塩アイデアさっそくご参考いただいております。塩ゆでしてしまいがちですが、しないことで減塩できるのは手軽ですよ！

さっそく新茶入り米粉パンマリトッツオ風作りまーす！  
Sさん

JAから  
さっそくレシピをご参考いただいております！どうでしたか？作った感想もぜひお寄せくださいね！

ペットボトル緑茶。これから暑くなる時期ぜひ「みえなかTEA」を愛用したいと思います。  
Tさん

JAから  
だんだんと暑くなってきましたね…！「みえなかTEA」はすっかりとした飲み口でこれからの季節ゴクゴク飲めるので、ご愛飲いただけると幸いです！



感想ハガキから抜粋しています。

**投稿お待ちしております!!**

皆さまの投稿写真を中心に作るページです。人物、風景はもちろん、ペットの写真、昔の写真などを、住所・氏名(ニックネームでも可)・フリガナ・写真のタイトルを明記のうえ、右記の宛先または最寄りの店舗までお寄せください。投稿写真の採用は掲載をもって代えさせていただきます。(※投稿多数の場合は抽選での掲載となります。応募作品は原則お返しできませんのでご了承ください。詳細につきましては ☎0598-28-8822まで)

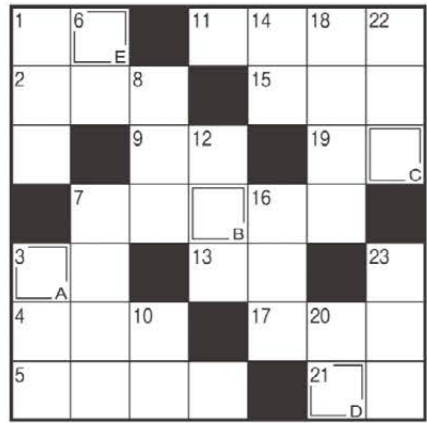
**宛先**

- ◆郵送 〒515-0205 松阪市豊原町1043-1 JAみえなか 企画広報課「きずな」係
- ◆Eメール kouhou@mienaka.jamie.or.jp 件名:みえなかギャラリー



クロスワードクイズ

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?



先月号の答え



タテのカギ

- 1 前の反対側
- 3 梅雨が明ければ夏本番。が増します
- 6 神社で神事に奉仕する女性
- 7 土用干しをする漬物
- 8 窒素(78%)、酸素(21%)などが含まれます
- 10 音を聞き取る器官
- 12 波を上げて船が進む
- 14 セタ飾りや短冊をつるしませ
- 16 カブトムシが集まる木のつ
- 18 歌謡曲などの前奏のこと
- 22 唱歌「夏の思い出」の歌詞に出てくる地名
- 23 列車を走らせるために敷きます

ヨコのカギ

- 1 7月の第3日曜日は—の日。国民の祝日です
- 2 お遍路さんが巡ります
- 3 ムチとの使い分けが大切
- 4 開くと花が咲きます
- 5 そうめんをゆでている途中に入れる人もいます
- 7 泳げない人の強い味方
- 9 夏の土用の—の日にはウナギを食べると良いといわれます
- 11 輪島や呼子のものが有名
- 13 蚕の繭から作る繊維
- 15 鉄がさびるのはこの化学変化によるものです
- 17 京都の夏を彩る—祭
- 19 酔うとこの猛獣になる人も
- 21 1-1=

「相続事業承継センター」を新設しました

JAみえなかでは今年4月、組合員の高齢化に対応した相続相談に取り組む専門部署として本店内に「相続事業承継センター」を新たに設置しました。



相続はいつ誰に起こるかわかりません。急に調子を崩し、本人の思いを家族に伝えることができないまま亡くなることもあります。

組合員の皆さまの大切な財産や、農業の技術と先祖から受け継いできた土地を次世代へつないでいくためには、事前の準備が必要です。

お元なうちに相続や農業の承継について考えてみませんか?

JAみえなかでは、司法書士や税理士と連携し、農家組合員のくらしを支援します。

相続に対して心配事がある方は、ぜひご相談ください。



相続事業承継に関するお問い合わせは ▶ 相続事業承継センター ☎0598-28-8806



火災はもちろん台風や地震等にも備えられる住宅への保障

1日当たり約150円\*で、住宅への備えを始めませんか?

\*木・防火造の月払共済掛金を30日で割り、10円未満を四捨五入した場合です。

建物(住宅)の保障 1,000万円プラン

(令和4年4月時点)

【ご契約例】

- 共済の対象：建物（住宅物件）
- 共済価額1,000万円
- 火災共済金額1,000万円
- 満期共済金額34万円
- 保障期間30年（共済期間10年継続回数2回）
- 臨時費用共済金支払割合10%
- 保障方式：実損てん補
- 口座振替掛金

木・防火造の場合

月払共済掛金

4,491円

耐火造B・Cの場合

月払共済掛金

2,972円

たとえばこんな災害時の損害を保障します（お支払いには所定の条件と限度額が定められています）

- 風災
- 水災
- 地震
- 火災
- 落雷
- 雪災



この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書（契約概要・注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

[22242410126]



いづつか支店



朝見農機センター



粥見支店



松阪西部営農振興センター

協同活動

Cooperative Activities

店舗美化活動

JAみえなかでは、ご利用いただく組合員や地域住民の皆さまに気分よくご来店いただけるよう、店舗美化に努めています。各店舗等を取り組みは異なりますが、店舗周りの清掃や花の定植のほか、夏にはグリーンカーテンなどに取り組んでいる部署もあります。ご来店いただく皆さまに、ちよつとした癒しを提供できていれば嬉しいです。



きつする黒部休業日

7月 5、12、26日

8月 2、23、30日



津南警察署・松阪警察署からのお知らせ

水難事故・山岳遭難にご注意!

夏期是水辺や山のレジャーへ出かける機会が多くなります。事故に遭う件数もこの時期の発生割合が高くなっています。



特に、子どもの水難事故が多く発生しています。子どもからは目を離さず、また体調管理には十分留意して、無理のないレジャー計画を立てましょう。

理事会だより

第15回理事会(監事同席) 令和4年5月27日開催

- 1 内部監査規程の一部変更について
- 2 付保貯金の円滑な払戻しのための整備状況等に係る検査結果の通知事項に対する改善状況報告
- 3 公益通報者保護法改正に伴うヘルプライン運営要領の全面改正について
- 4 令和3年度資産自己査定結果について
- 5 第2回総代会資料について
- 6 令和3年度決算及び剰余金処分案について
- 7 宅地等供給事業の実施について
- 8 常勤理事の他団体役員への就任の承認について
- 9 職制規程の一部変更について
- 10 会計監査法人の報酬等の決定について
- 11 出資金の減資申込みについて

以上11議案について協議し、すべて原案通り承認しました。

編集後記

ものすごく長く感じた冬がようやく終わりつつあるように思います。止まっていた時間が動き出したような感覚ですが、油断はせずにすべきことをして、日々を楽しんでいきたいなと思っています。楽しい夏になりますように!(池)



農作業支援センター・営農振興センター・農機センター休業日

7月・8月の休業日は次のとおりです。

店舗名	7月	8月
農作業支援センター		
一志・白山	なし	なし
美杉	土日祝日	土日祝日
久居東	30、31日以外の土日祝日	27日、28日
久居西	日祝日	日祝日
営農振興センター		
三雲松阪西部(物流センター含む)	土曜午後、日祝日	祝日
松阪東部	土日午後、祝日	祝日
飯南	土曜午後、日祝日	土曜午後、日祝日
農機センター		
朝見・伊勢寺	日祝日*	11日、14日
嬉野	土日祝日*	なし
白山	土日祝日	6日、7日、11日

※伊勢寺・嬉野農機センターは、7月22日(金)23日(土)中部カントリーエレベーターで農機展示会開催の為、農機センターは休業になります。※8月の休業日は予定であり、変更になる場合がございます。予めご了承ください。



無料税務相談会(相続事業承継対策)

土地等に関するあらゆる税の相談にお応えします。相続税についてもお気軽にご相談ください。

日時 7月13日(水) 13:00~

場所 不動産相談センター(津市久居新町1083-1)

予約・お問い合わせ 不動産相談センター ☎059-254-3080

日時 8月10日(水) 13:30~

場所 嬉野支店(松阪市嬉野中川新町4丁目156)

予約・お問い合わせ 相続事業承継センター ☎0598-28-8806

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、中止となる場合があります。



無料法律相談会

日時 7月22日(金) 10:00~16:10

場所 本店(松阪市豊原町1043-1)

日時 8月26日(金) 10:00~16:10

場所 旧権現前店(松阪市嬉野権現前町464-5)

予約・お問い合わせ 企画広報課 ☎0598-28-8822

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、中止となる場合があります。

ひまわり  
フォトコンテスト  
2022を開催します!

募集期間 令和4年 7/15(金)~8/19(金)

※ひまわりの開花時期を保证するものではありません。

募集内容

JAみえなか松阪西部営農振興センター(松阪市伊勢寺町595-1)の農園に咲くひまわりの写真を募集します。※松阪西部営農振興センターの農園以外の場所で撮影した作品は無効とします。※写真の構図は自由ですが、ひまわりが必ず写っていることとします。※過度な加工は審査の対象外となります。

応募方法

必要事項「氏名(ふりがな)」「住所」「電話番号」「年齢」「作品タイトル」をご記入のうえ、当JA支店・店窓口へお持ちいただくか、郵送またはEメールにて下記の宛先へ送付してください。

宛先

【郵送の場合】〒515-0205 松阪市豊原町1043-1

JAみえなか 企画部企画広報課 ひまわりフォトコンテスト 宛

【Eメールの場合】kouhou@mienaka.jamie.or.jp

応募規定

・応募作品は1人1作品まで。

【プリントの場合】

A4サイズ(210mm×297mm)にプリントした写真と、応募用紙に必要事項をご記入のうえ、郵送またはお近くの当JA支店・店窓口にご提出ください。※応募用紙は当JAWebサイトに掲載するほか、募集期間になりましたら当JA支店・店窓口に設置いたします。

【データの場合】

写真のサイズは6MB以下、形式はJPEGにしてください。必要事項をご記入のうえ、写真データを添付して応募してください。

【注意事項】●応募作品は応募者本人が撮影し、他のコンテストに応募していない未発表の写真とします。●応募作品は返却しません。●プロ、アマ、年齢、居住地等の制限はありません。●応募にかかる費用はすべて応募者が負担するものとします。●人物が写っている場合は、必ず被写体に許可を得てから応募ください。●応募いただきました作品は当JAの広報活動及びイベントの展示等で使用させていただく場合がございますので予めご了承ください。●応募いただいた個人情報については当コンテスト関連以外の目的で使用することはありません。●審査に関するお問い合わせにはお答えできません。●台風などの自然災害等により、ひまわりが折れたり枯れたりしてしまった場合、やむを得ずコンテストを中止する場合があります。(中止の場合は当JA公式Webサイト等でお知らせいたします)



令和3年度 最優秀賞「背くらべ!!」



審査ならびに賞について

【審査基準】

アイデア、創意工夫、仕上がりの完成度などを総合的にみて審査します。

【賞の内容】

- 👑 最優秀賞 1点 賞状と副賞
- 👑 優秀賞 2点 賞状と副賞
- 👑 みえなか賞 4点 賞状と副賞



※当JA広報誌「きずな」及び公式Webサイト、SNS等で発表いたします。尚、受賞者には事前にご連絡いたします。※授賞式の開催を予定しております。

新型コロナウイルス感染対策のお願い

農園へお越しの際は、マスクの着用や撮影者同士の密を避けていただくなど、感染症対策をお願いいたします。また熱中症リスクが高くなるおそれがありますので、こまめな水分補給を行い、長時間の撮影は控えてください。

お問い合わせ

JAみえなかひまわりフォトコンテスト事務局  
企画部 企画広報課 ☎0598-28-8822(平日 9:00~17:00)