

新しい夢 **どんどん**

育てよう明日を

JAグループ鹿児島

JAあおぞらと組合員をむすぶ総合情報誌

群青

Magazine for AOZORA's people

2020

7月

盛夏号

美味しく食べよう☆夏野菜

いよいよ夏がやってきました。気象庁の予報では6~8月の平均気温は例年並みか高い見込みとなっています。さらに今年は新型コロナウイルス感染症の影響で、マスクが欠かせない日々が続いています。高温や多湿といった環境下でのマスクの着用は、熱中症のリスクも高まります。

旬の野菜には旬の効果があります。夏に不足しがちな栄養素や水分を含んだカラフルな夏野菜で美味しく補給し、夏バテや熱中症を予防しましょう。

今回はJAあおぞら管内で栽培されている夏野菜を紹介します。

トマト

真っ赤なトマトは見た目にも鮮やか。生でも食べられるため、水分や栄養素を丸ごと補給できるのが大きな強みです。

含まれる栄養素は、抗酸化作用のあるビタミンC・Eがたっぷり。紫外線や、暑さのストレスなどにより、活性酸素からダメージを受けやすい体を守ってくれます。

同じく抗酸化作用のあるリコピンもたっぷり含まれています。このリコピンは、油に溶ける性質が有るため油と一緒にすると吸収率が高まります。熱による変化が少ないのも特徴です。

つまり、トマトは生で食べても熱を加えて食べても、抗酸化作用のある栄養素を摂取できるスーパー夏野菜なのです。

美味しい

トマトの見分け方3つのポイント

- ①肩やその周りかよく張って固く締まっているもの
- ②ずしり重いもの
- ③皮がムラなく色づき、へたが濃い緑のもの

カボチャ

緑黄色野菜の代表格。ハロウィンや煮物などから何となく冬のイメージがある野菜ですが、収穫時期は4~9月なので夏野菜なのです。

そんなカボチャに含まれる栄養素は、ビタミンC・E、βカロテン、食物繊維などです。βカロテンは体内で必要な分だけビタミンAへ変換され、皮膚や粘膜の健康を維持したり細胞の増殖や分化にも働きます。

カボチャは夏野菜では珍しく、体を温める作用があります。クーラーによる冷え性にも効果あり。煮物に天ぷら、バーベキューの具材にもなる万能野菜なんですね。

美味しい

カボチャの見分け方3つのポイント

- ①軸が太く、その周りかへこんでいるもの
- ②軸の切り口が乾いていて、コルク上になっているもの
- ③皮が固くツヤがあり、重いもの

ナス

暑い夏にピッタリ!

「秋ナスは嫁に食わすな」のことわざが有名なナスですが、こちらも夏野菜。ナスは2回旬があるのです。これは、栽培方法によって収穫する時期が初夏と初秋に分かれるからなんです。

ナスにはたんぱく質や糖質をほとんど含みません。その代わりに、カリウムやポリフェノールを含みます。カリウムは利尿作用があり、排尿時に体の内側にこもった熱を逃がします。さらに、余分な塩分を排出する効果から血圧を下げ、体温が上がりにくくなります。

タンパク質や糖質が少ないため、ローカロリーなもの嬉しいナス。皮ごと調理して食べることで、栄養も逃さずいただけます。

美味しい

ナスの見分け方3つのポイント

- ①光沢があり、色の濃いもの
- ②張りや弾力があり重いもの
- ③へたの切り口がみずみずしく、トゲがとがっているもの

16 15 14 13 12 10 9 8 7 6 5 4 3

群青

ぐんじょう

7月号

目次

あおぞらニューストピックス

第19回JAあおぞら通常総代会

退任役員紹介

新役員紹介・就任あいさつ

福祉センターだより

女性部からこんにちは

子牛せり市情報・購買

営農情報

農政ニュース

夏休みはネイチャーゲーム

Aコープ通信・健康情報

こんにちは「クミアイ家庭薬」です

シェフ永井のおすすめ

未来を拓く協同組合 JAと農業

お便りコーナー・まちがい探し

行事予定

理事会・経営管理委員会報告

※「年金友の会ひろば」は新型コロナウイルス感染症対策のため行事が開催できなかつたためお休みします。

新型コロナウイルス感染症対策
総合福祉センターへ手作りマスク寄贈



▲マスクを手渡す横峯理事長⑥、利用者を代表して受け取る濱松ミヨさん④と徳留トミさん⑤

新型コロナウイルス感染症が猛威を振るう中、JAあおぞらは少しでも利用者の皆様の力になれないかと考え、職員の手作りマスクを総合福祉センターへ寄贈しました。

代表して受け取った濱松ミヨさんは「可愛らしいマスクをありがとうございます。職員の方々が健康に気を付けて頑張ってください」と話しました。

その後、福祉センター職員から「皆さんいつも着けていますよ」という話を聞き、作った職員もとても喜んでいました。

JAの歴史や仕事の心構え学ぶ
特定技能外国人研修会



6月5日に、本所大会議室にて特定技能外国人研修会を開催しました。JAの仕事に関する注意事項や1日のスケジュール、JAあおぞらの歴史について学びました。

研修を受けたマツト・アナムさんは、「JAが積み重ねてきた歴史や、全体像を知ることができてとてもよかったです。仲間もみんな優しく、職場環境もとてもいい」と話しました。



▲④真剣な表情で受講する研修生

▶⑥担当職員の質問に笑顔を見せる研修生

定期的な点検で故障・事故を防止
農機・収穫機点検会



▶⑥隅々まで点検します



▶⑤チームワークもバッチリ

6月9日から11日の3日間、県経済連とヤンマー・クボタ・キセキの3社合同で農機具センターで点検会を実施しました。

予約を受け付け、持ち込んでもらった農機を、メーカー担当者や職員が隅々まで点検しました。

城之園富紀燃料機械課長は「小さなことでも気軽に相談してほしい。これからも定期的に点検会を実施する予定です」と話しました。

JAあおぞらは、点検会実施の周知と、利用促進に努めます。

情報共有ししっかりと
第1回職員全体研修会



▲資料を確認しながら熱心に研修を受ける職員ら

6月18日に第1回職員全体研修会を開催しました。

82名が参加し、令和元年度の決算報告と、令和2年度事業計画について情報の共有と確認を行いました。

開会のあいさつでは横峯代表理事理事長が、「職員が一丸となって目標を達成することが組合員と地域の方々の利益となる。大変な時期だからこそ、明るく活気あふれる職場を目指して頑張ろう」と話しました。

第19回 あおぞら農業協同組合



第19回 通常総代会開催

J Aあおぞらは5月26日、同本所で第19回通常総代会を開催しました。新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から規模を縮小しての開催となりました。山川政文経営管理委員会会長によるあいさつ、祝電披露後、伊崎田校区の丸崎幹男さんを議長に選出し議事を進めました。全11議案が原案通り可決され、萩迫輝巳経営管理委員会副会長のあいさつをもって閉会しました。

提出議案

- 第1号議案
令和元年度事業報告、貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案及び注記表の承認について
- 第2号議案
令和2年度事業計画及び関連事項の決定について
- 第3号議案
経営管理委員の報酬について
- 第4号議案
理事の報酬について
- 第5号議案
監事の報酬について
- 第6号議案
経費の賦課、徴収時期及び徴収方法について
- 第7号議案
定款の一部変更について
- 第8号議案
定款附属書総代選挙規程の一部変更について
- 第9号議案
信用事業規程の一部変更について
- 第10号議案
規約の一部変更について
- 第11号議案
役員選任について

報告事項

- ・令和元年度部門別損益計算書について
- ・有限会社いろは農園有明決算報告について



退任役員紹介

5月26日の通常総代会をもちまして任期満了となり、退任されました役員および監事の方々です。長い間お疲れ様でした。



〈写真右から〉
 昭二 秀明 登美恵 常夫 光一 幸男
 宮下 持富 山迫 内村 諏訪 熊本
 金融共済常務理事 員外 監事 経営管理委員 経営管理委員 経営管理委員 代表 監事



新役員紹介



経営管理委員(女性代表)
宮吉 涼子

組合員の皆様の協力を頂き、役職員の方々と精進してまいります。宜しくお願ひ致します。



経営管理委員(女性部代表)
小野田 かつ子

女性部代表として、組合員・JA組織の向上に貢献してまいります。



経営管理委員(通山地区代表)
宮城 孝志

組合員の皆様、地域住民の皆様との対話を大切に、組織づくりに邁進してまいります。



代表監事
立木 清美

「組合員皆さんのための健全なJAあおぞら」を常に意識しながら職務を遂行してまいります。



員外監事
坂中 則雄

理事、経営管理委員が組合員から受任した職務執行状況などの業務監査及び会計監査が、監事の職務であります。このために、監事としての独立性を保ち、自己研鑽に努めながら監事の職務を果たしてまいります。



第19回通常総代会において、任期満了に伴う改選があり、新役員が選任されましたのでご紹介いたします(敬称略)



金融共済常務理事
福永 秀樹

組合員・地域住民の皆様には、平素より、農協事業へのご協力とご理解を賜り、衷心より感謝申し上げます。さて、宮下常務の退任に伴いまして令和二年四月の経営管理委員会において、理事への選任を頂き、金融共済担当常務理事として就任致しました。

JAを取り巻く環境は、農業者の少子高齢化や地域経済の低迷という構造的な問題、更には新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けるなど、事業を進めるうえでは非常に厳しさが増しています。とりわけ金融事業においては、銀のマイナス金利政策による信用事業収益の減少、農林中央金庫の要請による一定基準を満たさない金融店舗(支所・出向所)の段階的な再編を進めざるを得なくなりました。

今後、組合員・地域住民の皆様が必要とされるJAとして経営基盤の強化をはかり、自己改革に取り組んでまいりますので、ご指導・ご協力を宜しくお願い致します。

JAあおぞら総合福祉センターだより

日頃より、多くの皆様に総合福祉センターをご利用いただき感謝申し上げます。

今回は、あおぞら有料老人ホームについて、ご紹介したいと思います。

有料老人ホームには、介護付き有料老人ホーム、健康型有料老人ホームなどがありますが、あおぞら有料老人ホームは、住宅型有料老人ホームとなります。住宅型有料老人ホームは、生活支援等のサービスが付いた高齢者向けの施設であり、介護が必要となった場合、入居者様の選択により、訪問介護（ヘルパー）、通所介護（デイサービス）などの介護保険サービスを利用しながら、安心した生活が送れます。

第一ホームは11部屋、第2ホームは、10部屋あります。24時間、365日、職員が常駐しており、日々、入居者様の健康管理、相談に対応しております。空き室もありますので、是非ご相談ください。

介護の事での困りごとや悩み事、心配していることなどがありましたら総合福祉センターまでご連絡ください。



【あおぞら総合福祉センター】

- JAあおぞら有料老人ホーム
- JAあおぞら居宅介護支援事業所
- JAあおぞらデイサービスセンター
- JAあおぞら訪問介護事業所

● お問い合わせ先

志布志市有明町蓬原 1333-1
Tel 099-471-5772



JA女性部からこんにちは

JAあおぞら女性部は、令和2年4月7日に開催した第19回通常総会にて、役員改選により新体制となりました。

ここで令和2年度の女性部役員をご紹介します。(敬称略)



部長 小野田 かつ子
 副部長 福松 由喜子
 監事 本田 美智子
 監事 八尾 愛子

支部長

伊崎田 鍋 経子
 有明 山中 恵子
 通山 米戸 富美子
 蓬原 山倉 みさ子
 原田 柳坂 つや子
 野神 福田 悦子
 山重 留岡 なる子

子牛せり市情報

令和2年5月子牛せり市 (5月27日~29日) 自家保留・評価は含まない

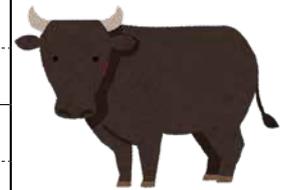
(単位：頭、円)

項目	性別	頭数	価格			平均体重	kg 単価	自家保留を含む平均価格
			最高	最低	平均			
地区全体	雌	532	1,201,000	67,000	573,648	290	1,979	542,891
町全体	雌	82	832,000	354,000	563,854	292	1,929	533,827
地区全体	去勢	788	968,000	188,000	652,725	326	2,004	639,385
町全体	去勢	106	929,000	313,000	623,142	329	1,894	606,301
地区総計		1,319	1,201,000	67,000	620,647	311	1,993	592,371
町総計		188	929,000	313,000	597,282	313	1,908	567,950

5月子牛せり市が5月27日から29日の3日間で開催されました。頭数は、1,605頭(自家保留含)で前回より、132頭多い頭数でした。平均価格は前回より4,520円の安値でした。また、セリ市上場のみの頭数は1,319頭で前回より101頭多く、460円の高値でした。

町内・地区内での最高売上・血統は下記のとおりです。

	性別	血統	価格	体重
地区内	雌	華春福×安福久×百合茂×平茂勝	1,201,000円	293kg
	去勢	百合茂×美国桜×勝忠平×糸藤	968,000円	282kg
町内	雌	幸紀雄×安福久×勝忠平×平茂勝	832,000円	269kg
	去勢	華忠良×美国桜×安福久×金幸	929,000円	347kg



JAあおぞら
TEL.099-474-2470 FAX.099-474-1414

ふるさとの味をギュッと一缶に。

JAあおぞらオリジナル

【お申し込み用紙】 お問い合わせ・お申し込みは、最寄りのJA購買窓口まで

申込者名	商品番号	商品名	数量	決済区分	備考(口座番号)
				現金 貯金	
				現金 貯金	
				現金 貯金	



1. 早期水稻なつほのかの防除ポイント

カメムシの発生が多発しています!!

カメムシ防除は7月20日ごろまで、薬剤による防除を徹底しましょう。

薬剤はJAまでお問い合わせください。

- 薬剤散布後4日間は落水しないでください。
- 7月下旬までは深水で管理しましょう

2. 普通期水稻の栽培管理ポイント

◎水の管理

1. 田植え後～7月下旬（中干し前まで）

浅水・間断かん水をおこない、分けつさせましょう。

○ジャンボタニシが多い水田は・・・

スクミノン 2～4kg / 10a 収穫60日前まで

浅水にし、水たまりに集まったところへ散布しましょう。

2. 中干し・・・7月下旬ごろ

分けつ数20～25本になったら、地割れするまで干します。（5日間程度）

※干す日数は水田で異なります。

◎除草剤（液剤）

早めに雑草防除を行いましょう。

極浅水、落水して使用します。処理後3日間は入水しないでください。

高温時は薬害が発生しますので、夕方に散布してください。

薬剤名	目的	使用時期	使用方法	使用回数	注意事項
バサグラン液剤	ヒエ以外の雑草が多発（広葉雑草）	移植後15～55日 収穫50日前まで	水70～100ℓに原液500～700mℓを溶かして動噴で散布（10a当たり）	2回以内	落水 浅水
クリンチャーバスME液剤	ヒエや他の雑草が多発（ヒエの5葉期、広葉雑草）	移植後15日～ 収穫50日前まで	水70～100ℓに原液1000mℓを溶かして動噴で散布（10a当たり）	2回以内	落水 浅水

※**粒剤**の場合は、散布時から水を4日間ためてください。

◎初期生育が遅い場合は追肥を少しだけやりましょう

NKC3号 2～4kg / 10a（生育が悪い場所に施しましょう）

※お問い合わせは、営農指導課（☎474-2207）比良までお気軽にどうぞ。



音いくつ



耳を澄まして、
周囲から聞こえてくる音を
じっくりと聞き取ろう！

楽しみ方

人数 何人でも可

- 1 両手を肩の高さに上げ、静かに耳を澄まします。
- 2 音が聞こえてくるたびに指を1本ずつ折って数えます。
- 3 どんな音が聞こえたかお互いに紹介し合います。

ポイント

聴覚に集中することで、わずかな音の違いや周りの静けさに気付くことができます。小さな子どもの場合は静かに30秒数えて、聞こえてきた音を紹介し合うだけでも良いでしょう。場所や時間帯を変えて何度かやってみるのもお勧めです。

楽しみ方

人数 リーダー1人/プレーヤー 1～15人
用意する物 バンダナやハンカチ (1枚+無地1枚)

- 1 リーダー役は、自然の中で拾える自然物を5～10種類集め、無地のバンダナの上に並べ、上からもう1枚のバンダナをかぶせておきます。
- 2 リーダー役は、かぶせてあるバンダナを15秒間だけ取り、下のバンダナの上に置いてある自然物をプレーヤーに見せて覚えてもらいます。
- 3 プレーヤーは置いてあった物と同じ自然物を探して集めます(落ちていない物のみ)。
- 4 集合して、バンダナに並べていた自然物と見比べてみましょう。同じ種類でも一つ一つ個性があることや、自然物の役割など気付いたことを話し合います。
- 5 拾った物を自然に戻します。

自然物をよく見えて、
同じ物を探してみよう！



同じものを見つけよう

ポイント

自然物は、葉っぱ、石、枝、木の实、食べ跡など種類の違う物を集めると、その場の自然全体を見るきっかけになります。また、逆に1種類の木の落ち葉、木の实、樹皮などを入れると、その木への興味や関心を深めることもできます

ネイチャーゲームって何?

ネイチャーゲームとは「見る・聞く・かぐ・触る」といった感覚を使って身近な自然と仲良くなる活動で、約180種類のアクティビティーがあります。遊びの中で、自然の面白さや不思議さとの出会い、自然への興味や愛着が生まれます。

参考図書

ネイチャーゲーム紹介書籍
『シェアリングネイチャー 自然のよろこびをわかちあおう』ジョセフ・コーネル著
(日本シェアリングネイチャー協会発行)



夏休みはネイチャーゲームで自然に親しもう！

●ネイチャーゲームに関する問い合わせ

公益社団法人日本シェアリングネイチャー協会
電話 03-5363-6010 メール jimukyoku@naturegame.or.jp
ネイチャーゲームが体験できる各地のイベント情報 URL : <https://www.naturegame.or.jp/>



虫眼鏡と糸を使って、
アリの目になって探検します!



ポイント

同じ場所でも、落ち葉のある地面、草むら、石のある地面など、さまざまな地面で行うことで違う発見が楽しめます。また、地面だけでなく木の幹や枝などでやってみるのもお勧めです! ただし、真夏の炎天下での活動は避けてください。

マイクロハイク

楽しみ方

人数 1~30人

用意する物 虫眼鏡、1mほどの糸(なくても可)

- 1 1人ずつ虫眼鏡を持ち、糸を探検してみたい地面の上に置きます。
- 2 腹ばいになって地面に顔を近づけ、虫眼鏡で糸の端を見ます。
- 3 糸の周りで動く物や面白い物を探しながらゆっくり糸に沿って進みます。
- 4 集まって気付いたことを話し合います。

フィールドビンゴ



見る・聞く・かぐ……
いろんな感覚を使って
自然の宝物を発見!

ポイント

ビンゴがいくつできたか競うのも楽しいですが、まずは自然の中で見つけた宝物の話をたくさん聞き合ってみてください。それぞれに違う感性や感覚を「いいね!」と認め合うことで、発見がより楽しいものになります。カードを自作する場合は、感覚を使って探すという視点を忘れずに。一緒に項目を考えるところから行ってもいいでしょう。

楽しみ方

人数 3人以上

用意する物

- フィールドビンゴカード人数分
(自作の場合は、紙などに3×3マスでビンゴ項目を書き入れた物を用意します)
- 筆記具

- 1 1人に1枚または親子に1枚フィールドビンゴカードを準備します。
- 2 マスに書かれた自然の物を、触ったりにおいをかいだり感覚を使って探します。
- 3 見つけたら、グループまたは親子全員で確認し印を付けます。
- 4 集まって発見した物について話し合い、ビンゴの数など楽しくシェアします。

《ビンゴの項目例》

ちくちく、ふわふわ、冷たい、きのこ、木の実、夏らしい物、いい匂い、鳥の声、抜け殻、食べ跡、クモの巣、黄色い花、卵、チョウチョ、動物の落とし物、足跡など

楽しみ方

人数 リーダー1人/プレーヤー2~5人くらい(一つの芋虫)

用意する物 バンダナ(人数分)

- 1 全員で背の順に列を作り、リーダー役以外はバンダナで目隠しをし、前の人の肩に手を掛けてつながります。
- 2 リーダー役は先頭の人の両手を持ち誘導しながら、自然の中を散策します。
- 3 最後に全員でゆっくりと目隠しを取ります。
- 4 歩いてきた道を、目を開けてもう1度歩き、感じたことを話し合います。

目隠しをして
自然を散策!



目かくしイモ虫

ポイント

リーダー役はなるべくゆっくりとしたペースで誘導し、つまづくことがないよう注意しながら進みます。地面の凹凸や感触の違う場所を歩いたり、木の幹や根元を触ってみたり、周囲から聞こえる音を聞いたり、太陽の方向、落ち葉の匂いなど、感覚を使いながら散策してみましょう。

ACCOOP こんにちはA・コープです!

7月21日(火) 土用の丑の日

今年も、エーコープの「大隅うなぎ」を食べて、暑い夏をのりきりましょう! **ご予約承り中!**



ご予約特典 ※うなぎは対象外
 <エーコープ> うなぎのタレ(95ml)を1パックにつき1個お付けします。

ご予約メ切: 7/7(火)

商品お渡し: 7/20(月)~21(火)
 詳しくは、店頭にて備え付けのご予約申込書、または従業員までお気軽に、お尋ね下さい。

Aコープの大隅うなぎは、安心・安全。ふっくら柔らかな自慢のうなぎです!

お中元ギフト **味の宅配便** 承り中です!



大切な人に~
 贈って応援!
 鹿児島夏の旬の味で、
”ふるさと”を届けましょう!

カタログは各店舗に備えております。どうぞ、ご利用下さい!

<http://acoop-onlineshop.jp>

申込メ切
 8月8日(土)まで



Aコープあおぞら店 電話:099-471-4366 営業時間:朝9時~夜8時

こんにちは! **「クミアイ家庭薬」**です

JA鹿児島県経済連

さわやかフルーティーな「**りんご酢ドリンク**」が**新発売!**

Kyoyaku



さわやか**りんご酢**

1回15mlを目安に、お好みに合わせて7~10倍にうすめてお飲みください。

1杯59円

500ml (約33杯分) **1,944円(税込み)**

元気な人は、**お酢**を美味しく飲んでいる



国産のりんごを使用したりんご果汁とりんご酢を使用

飲みやすいから続けられる

この商品は、店舗での扱いはしておりません。家庭薬配置員がご自宅まで直接お届けします。

クミアイ家庭薬についてのお問い合わせは、お近くの農協各支所または、090-8288-1168(池之迫)まで

身近な**健康情報**「**食中毒を予防しよう!**」

鹿児島厚生連病院

保健師 原口 香織

夏は食中毒が増える季節です。この時期に多いのが、腸管出血性大腸菌(O157・O111)やサルモネラ属菌、カンピロバクターなどが原因となる食中毒です。食中毒とはその有害な物質がついた食べ物を食べることで腹痛や嘔吐・下痢などの症状が出ることを言います。

食中毒は予防が大切です。予防の三原則は「つけない」「増やさない」「やっつける」です。手や洗える食べ物はしっかりと洗い、まな板や包丁・食器も清潔に保ちましょう。生ものや作った料理を暖かい部屋に置いたままにしないでください。さらに細菌やウイルスは高熱に弱いので十分に加熱することが大切です。

もし症状が出た場合は、自己判断せず病院を受診してください。また、脱水予防のためにお茶や経口補水液などで水分補給を行いましょう。特に子供や高齢者など抵抗力が弱い人や免疫力が落ちている人がかかりやすいようです。日頃から規則正しい生活を心がけ、食中毒に負けない身体をつくりましょう。



シェフ永井のおすすめ

永井智一（ながいともかず）
茨城県笠間市にある
「天晴（旧キッチン晴人）」
オーナーシェフ



夏野菜の エスニックサラダ



作り方

- (1) フライパンにA、それぞれ食べやすい大きさに切った鶏モモ肉・ミニトマト・ナス・パプリカ・キュウリを入れ弱火で炒める。
- (2) (1)にBを入れ、オクラ、ブロッコリーを加えて中火で3~5分煮込む。
- (3) 器に春雨を盛り、(2)を彩り良く盛り付けスープを回し掛けて、ゆで卵をのせて出来上がり。

材料(2人分)

鶏モモ肉……………	4切れ	A	豆板じゃん……………	小さじ2
ミニトマト……………	3個		ニンニク、ショウガ	
ナス……………	1/2本		……………	各みじん切り小さじ1
オクラ(ゆでた物)……………	2本		サラダ油……………	大さじ2
キュウリ……………	1/2本	B	中華スープ……………	3/4カップ
ブロッコリー(ゆでた物)……………	2個		ナンプラー……………	大さじ1と1/2
パプリカ……………	1/4個		酢……………	大さじ1
春雨(ゆでた物)……………	80g		カレー粉……………	小さじ1
ゆで卵……………	1個		塩……………	少々

ポトフ 塩漬けスペアリブの



材料(2人分)

豚スペアリブ……………	4本
ブロッコリー……………	1株
ジャガイモ(ゆでた物)……………	小2個
水……………	7と1/2カップ
昆布……………	1枚
粒こしょう……………	小さじ1
塩……………	適宜

作り方

- (1) スペアリブは、材料外の塩10g・砂糖小さじ1を全体に擦り込み一晩置く。
- (2) (1)を水洗いしてよく水気を拭き取り、鍋にスペアリブ、水、昆布、粒こしょうを入れ中火にかけ、沸騰したら昆布を取り出し弱火にしてあくを取りながら1時間ほど煮込む。
- (3) 鍋に小分けにしたブロッコリー(芯の部分も)、半分に切ったジャガイモを入れてさらに10分ほど煮込み、塩で味を調え出来上がり。

未来を拓く協同組合

SDGsとJA

監修=JCA(日本協同組合連携機構)



住み続けられるまちづくりを

現在、世界人口の半分の約35億人が都市で暮らし、これからも増え続けると予測されています。日本も都市部に人口が集中し、一方で農村部は人口減少や高齢化が進んでいます。国連が掲げるSDGs(エスディーゼズ、持続可能な開発目標)では「住み続けられるまちづくりを」を目標の一つに掲げています。

地域に住み続けるためには金融機関、食料品店舗、ガソリンスタンドなど社会的なインフラが欠かせません。JAは移動金融店舗車を巡回したり、食料品の移動購買車を運行するとともに高齢者の見守り活動をしたりしています。また、JAや生協等の協同組合間で連携し、暮らしの困りごとを支援する事例もあります。さらに、都市農業の営みにより都市部の農地が維持され、環境保全や災害発生時の防災機能の発揮等にもつながっています。自治体と包括協定を結ぶ事例も全国的に広がっており、住み続けられるまちづくりを後押ししています。

SDGsに関連する主な取り組み

地域の困りごと解決(島根)

生協や医療生協、JA、社会福祉協議会が連携し、有償の助け合いシステム「おたがいさま」を実施しています。暮らしの困りごとを住民が協力して解決する取り組みです。困りごとがある「利用者」とそれを助ける「応援者」を「コーディネーター」が結び付けて、解決に導きます。

困りごといろいろ・応援いろいろ

家事	掃除・洗濯・買い物・食事づくり・ゴミ出し
介助	散歩・話し相手・外出や通院の付き添い
育児	子どもの遊び相手・保育園等の送り迎え
その他	草取り・電球交換・衣類のお直し・お墓の掃除

災害復興支援(岩手)

2017年に発生した岩手県釜石市の大規模林野火災に対し、2018年に岩手県協同組合提携協議会が県内の協同組合に参加を呼びかけ、JAグループや生協、漁協、森林組合が連携して森林再生の植樹を実施しました。



JCA資料等から作成



耕そう、大地と地域の未来。

分類	症状
I度(軽症) すぐに涼しい場所に移し、体を冷やす、水分を与えるなどの手当をする	目まい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直(こむら返り)
II度(中等症) 要受診	頭痛・吐き気・嘔吐(おうと)・倦怠(けんたい)感・体調不良
III度(重症) 要受診 緊急搬送・集中治療	意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温

図 熱中症の症状と重症度分類

高齢者の体温は、皮膚の血流量や発汗量で調節をしています。外気が皮膚の温度を超えると放熱しにくくなり、湿度が高いと汗の蒸発量が少なくなると体温が上昇します。このように、高温環境下で体が熱を放出できなくなってしまうのが熱中症の原因です。日本救急医学会では熱中症の重症度を次のように分類しています(図)。高齢者は、発汗と血液循環が老化した体温調節機能が低下しており、暑さに対する抵抗力が低下しています。また、高齢者は喉の渇きを感じにくくなるため、喉の渇きで水分喪失の程度などを判断せず、小まめに水分を取ることが必要です。

高齢者の熱中症対策

熱中症予防のポイントは以下のようになっています。

- (1) 小まめに水分と塩分を補給しましょう。
- (2) 風通しの良い服装が適しています。
- (3) 作業中は以下の点に注意しましょう。強度の高い作業はいきなり始めず、徐々に強度を高めます。作業開始30分前に水分を摂取し、その後は発汗に応じて補給しましょう。午前10時から午後2時までの作業は避けるようにしましょう。

熱中症発見時の処置について

- ・涼しい環境への避難・木陰や冷房の効いた部屋など涼しい所に寝かせます。衣服を緩めて楽にさせ、回復を待ちます。
- ・脱衣と冷却：首、脇の下、太ももの付け根を中心に氷、冷やしたタオルなどで冷やすのが効果的です。
- ・水分、塩分の補給：意識がある場合は、まず水分を補給しましょう。スポーツドリンクも有効です。意識がない場合は、水分補給をやめましょう。
- ・119番通報：はっきりと異常が分かる場合や迷ったときは早めに救急車を呼びましょう。



ストップ！ 農作業事故

人間工学専門家 ● 石川文武

おたより コーナー

読者の皆さまから寄せられたご意見・ご感想をご紹介します。

☑表紙の倉富さんは、幼稚園の時によく知っています。かわいかった男の子が今では24歳の立派な頼もしい男性になり、頑張っている姿を見て嬉しく思いました。毎回群青を見るのが楽しみです。隅から隅まで見ては勉強になります。
(有明町伊崎田／お米ちゃん)

毎回楽しみにしていただきありがとうございます。倉富さんは、取材の際にとってもよくしていただきました。これからも色々な情報を提供できるよう頑張ります!

☑早期水稻の水管理について、間断かんすいの記事が参考になります。今年は生育があまり良くないけど、何とか株間が見えなくなってきました。今年も収穫が楽しみです。
(有明町原田／おけいさん)

ご覧いただきありがとうございます。台風などの被害もなく、育ててほしいですね。そして美味しい新米が食べたい(笑) 稲作農家さんに感謝しながら、私も収穫を楽しみにしています。

☑(表紙の) 開拓者には毎回感心しています。若者にどんどん農業のよさをPRしてください!
(有明町伊崎田／志布志のおばちゃん)

みなさん輝いていますよね。私も取材をしていても楽しく、パワーを貰っています。現在、イベントなどの開催が難しい状況ですが、広報誌等でPRできればと考えています。アドバイスやアイデアなど、お気軽に送ってくださいね。

☑おいしい季節の野菜を食べることができてとてもうれしいです。これからもJAのみなさん、農家の方々の応援よろしくをお願いします。
(有明町野井倉／みゆちゃん)

旬の野菜はやっぱり美味しいですね。JAの職員全員で農家の方だけでなく、地域の方も含めて応援していきます。

■アンケートにご協力ください

- ・面白かった、興味深かったと思う記事とその理由をお書きください。
- ・JAの取り組みの中でもっと、取り上げてほしいことをお聞かせください。

少し動くだけでも汗が噴き出る季節になりましたね。マスクをしていると口の周りがしっとりして気持ちが悪いです。マスクを外すわけにもいかず、はやく収束することを願うばかり。JAあおぞらでも総代会が書面議決になったり、部会の行事が中止になったりと記事も少なく大変でした。今回は表紙が開拓者ではなくなっています。全員お願いしてしまい、そろそろ候補がない状況に…。[我こそは!] という方はぜひご連絡ください(笑) ①

編集後記



まちがいの探し方
3か所の違いを探してください。
まちがいをみつけたら、左記の
写真に○印をつけてください。

【答えの締切日】 令和2年8月21日(金)

住所			
お名前	年齢	性別	
ペンネーム	電話番号		

◎本誌に関する感想や特集してほしいこと、当JAに対するご意見・ご要望、おたよりコーナーのアンケートについてご自由にお書きください。

左右の写真から、3か所の違いを探してください。
写真の明るさは含めないでください

頭の体操



まちがいの探し方

- ◆まちがいの答えと必要事項を左記のハガキにご記入の上、郵送、もしくは最寄りのJA窓口へご応募ください。
- ◆正解者の中から抽選で3名様にあおぞら一丁目お食事券をプレゼントします。



5月号の答え

- ・シロツメクサの花(左上)
- ・枯れ葉の位置(中央)
- ・たけのこの下、黄色の花(右下)

5月号当選者

当選おめでとうございます

- ・おけいさん
(有明町原田)
- ・まあちんさん
(有明町野神)
- ・宮城 孝志さん
(有明町野井倉)



クレープ 始めました!

crepe all 350yen
クレープ

マンゴー ・マンゴーソース
バナナ ・チョコソース ・キャラメルソース
イチゴ ・チョコソース ・イチゴソース

take out 可能

日替わりメニューも新しく♪

あおぞら一丁目 GREEN TEA CAFE AOZORA
11:00~16:00 (オーダーストップ 15:00)

曜日替わり メニュー

月曜日 冷やし中華 680円	水曜日 焼肉 定食 680円
木曜日 ユースリナー油淋鶏 定食 680円	金曜日 生姜焼き 定食 680円

火曜日は定休日となっております。

7月

10日 JA夏期ガス器具展示会
JA夏期農機展示会

17日 支所・出向所の再編に係る説明座談会

21日 育成・成牛セリ市

29~31日 子牛セリ市

行事予定表

8月

21日 成牛セリ市

26~28日 子牛セリ市



経営管理委員会・理事会報告

以下について協議がなされ承認されました。

第3回経営管理委員会・理事会(令和2年5月22日)

協議事項

- 第1(1)号議案 農協と経営管理委員との融資契約について
- 第2(2)号議案 令和元年度コンプライアンス実践報告書について
- 第3(3)号議案 令和2年度コンプライアンス実践計画書について
- 第4(4)号議案 業務報告書および連結業務報告書の決定について
- 第5(5)号議案 令和元年度末監事監査回答書について
- 第6(6)号議案 (有)いろは農園有明の取締役推薦(常勤・非常勤)について

第4回経営管理委員会・理事会(令和2年5月26日)

協議事項

- 第1号議案 役付経営管理委員の選任について
- 第2号議案 (有)いろは農園有明の非常勤役員推薦について
- 第3(1)号議案 代行順位の決定について
- 第(2)号議案 理事の報酬配分について
- 第4号議案 経営管理委員の報酬配分について
- 第5号議案 代表理事および理事の選任について

第5回経営管理委員会・理事会(令和2年6月29日)

協議事項

- 第1(1)号議案 農協と経営管理委員との融資契約について
- 第2(2)号議案 経営管理委員を連帯債務者及び連帯保証人とする貸付の条件変更について
- 第3(3)号議案 経営管理委員の志布志市肉用牛繁殖雌牛導入事業実施要領に基づく契約並びに保証契約の締結について
- 第(4)号議案 個人情報保護統括管理者及び個人情報保護部門管理者等の設置について
- 第(5)号議案 令和元年度末ディスクロージャー誌開示について
- 第4(6)号議案 令和2年度5月末事業計画業務執行スケジュール進捗確認書について
- 第5(7)号議案 令和2年度5月末実績検討書について
- 第6(8)号議案 支所・出向所の再編に関する説明座談会の開催について
- 第(9)号議案 夏季賞与支給について

※ () カッコ内の数字は理事会での議案番号になります。

郵便はがき

899-7402

63円切手を貼ってください。
又はJA窓口へご持参ください。

志布志市有明町野井倉1373-1

JAあおぞら
広報誌「群青」係