

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

新しい夢 **どんだん**
育てよう明日を
JAグループ鹿児島



2023

9 月
初秋号

安心・美味しい！

有明産なっほのか



美味しさ

- ☆お米の粒が大きく、食べ応えしっかり
- ☆甘み、粘りがありもちもちした食感
- ☆長期間食味が変わらない

安全

- ☆営農指導員による肥料・農薬の散布指導
- ☆JA関連施設での適切な品質管理

生産者が収穫まで丹精込めて作った「なっほのか」を、JAでは適切な品質管理を実施し、出荷しています。

安全性・美味しさが評価され、志布志市の学校給食にも提供されています。

冷凍しても特徴が保てるので、お料理をされる方に大好評♪



ここでも買えます！なっほのか

- ☆アイショップ西部店 TEL: 099-471-5060
- ☆JAあおぞら園芸農産課 TEL: 099-474-2207
- ☆楽天ふるさと納税 <https://event.rakuten.co.jp/furusato/>
↑ ページで【JAあおぞら】で検索

※在庫状況などでご購入できない場合もあります。ご了承ください。

14	13	12	11	10	8	7	6	5	3
今月の運勢・行事予定 経営管理委員会・理事会報告	お便りコーナー・間違い探し	給油所短期アルバイト募集	金融共済課からのお知らせ	年金友の会会員募集中	STOP！老人脳	令和5年産早期米仮渡金単価について	子牛セリ市情報	JA青壮年部★イケメン通信 JA女性部からこんにちは	あおぞらニューストピックス 福祉センターだより 脳トレ！手足の体操

目次

群青 ぐんじょう

9月号

今年もおいしい新米ができました

令和5年度産なつぽのか出発式開催

8月17日、JAあおぞら選果場にて、令和5年度産なつぽのかの出発式を開催しました。

生産者、行政、学校給食会、物流、JA関係者が参加し、なつぽのかの初出荷を見届けました。

式では来賓あいさつのほか、吉國政信経営管理委員会会長や上野克比古稲作部会長、福永秀樹理事長があいさつし、テープカット、トラックドライバーへの花束贈呈が行われました。

福永秀樹理事長はあ

いさつの中で、「新型コロナウイルス感染症により、今回4年ぶりの開催となりました。台風などの影響も懸念されましたが、無事開催でき嬉しく思います。

関係各所と連携しながら、安心・安全でおいしいお米を提供できるように、努めて参ります。」と話しました。

今年度産は450トンの出荷を計画し、9月中旬まで出荷を予定しています。



▲参加者によるテープカットの様子



▲あいさつをする
上野克比古稲作部会長

名称変更や規約の改正など協議

農林漁業団体退職者連盟あおぞら支部総会

7月31日、蓬の郷にて第42回農林漁業団体退職者連盟あおぞら支部総会および懇親会を開催しました。

第41回は規模を縮小し懇親会は行われなかったため、通常開催は4年ぶりとなりました。

総会では事業報告のほか、次年度予算案等が協議されました。また、県退職者連盟の解散を受け、会の名称変更と規約の改正についての協議も行われ、新しい名称は「あおぞらさずなの会」に決定しました。

総会終了後は懇親会が行われ、久しぶりに顔を合わせた会員との談笑やお楽しみ抽選会などで大変盛り上がり、親睦を深めました。最後は全員で記念撮影を行い、閉会となりました。



▲真剣な表情で説明を聞く会員



▲最後は笑顔で記念撮影

新米なつぽのかをPR

MOGUMOGUふぁーむに上野克比古さん出演

8月17日、MOGUMOGUふぁーむの撮影が行われました。

早期米の特集ということで、上野克比古稲作部会長に出演を依頼し、ご協力をいただきました。

当日は日差しの強い日となりましたが、朝から撮影が行われました。取材では、レポーターの宮下葵さんによる稲刈り体験があり、手作業での収穫やコンバインを使つての収穫を撮影しました。コンバインでの収穫の際には、上野部会長の指導の下、宮下レポーターが運転して収穫する場面もありました。

最後にインタビューが行われ、上野部会長は、「気温や台風など、毎年違った条件なので、いつも勉強です。大変ではありますが、美味しいと喜んでくれる消費者の笑顔がやる気に繋がっています。」と話しました。

8月26日に放送された同番組のバックナンバーがKKB鹿児島放送の番組ホームページに掲載されています。是非ご覧ください。



▲運転を見守る上野部会長



▲栽培の難しさや
やりがいを話しました

アンパンマンたちと一緒に交通マナーを学びました！ JA共済アンパンマン交通安全キャラバン開催

7月23日、有明地区公民館にて「JA共済アンパンマン交通安全キャラバン」が開催されました。抽選で選ばれた約300名の親子が参加し、ステージにアンパンマンたちが登場すると、子どもたちから大きな歓声が上がりました。

イベントでは、アンパンマンに声援を送ったり、一緒に元気いっぱいダンスをして体を動かしたほか、歩行者信号の色や横断歩道の正しい渡り方について楽しく学びました。

また、イベントの最後には記念撮影会を実施しました。親御さんも我が子のベストショットを狙い、真剣にカメラを構えていました。子どもたちも大好きなアンパンマンと一緒に写真が取れると大興奮。みんなとびきりの笑顔を見せていました。



©やなせたかし／フレーベル館・TMS・NTV

JAあおぞらから管内小学校へプレゼント 1年生に「ちゃぐりん」寄贈

7月11日と13日に、管内7小学校の1年生に雑誌「ちゃぐりん」を寄贈しました。

寄贈は2年前から実施しており、今年で3回目となります。始まったばかりの活動ですが、児童たちは楽しみにしてくれていたようです。今回の寄贈には常勤役員にご同行いただき、各小学校の校長先生や児童に手渡しました。

購入・定期購読については
●JAあおぞら 企画管理課
TEL:099-474-1211
FAX:099-474-1218
までお気軽にお問い合わせください。



有明小



野神小



伊崎田小



蓬原小



山岡小



通山小



原田小

J A あおぞら総合福祉センターだより

こんにちは、J A あおぞら総合福祉センターの城之園と申します。今回は、私が記事を担当させていただくことになりましたので、少しだけお付き合いください。

当センターでは、住宅型有料老人ホームを運営しています。要介護度が低く比較的自立した生活を送ることができる高齢者向けの施設です。受けられるサービスは施設スタッフによるサービスと外部事業所と連携した介護・医療サービスがあります。

施設スタッフによるサービスは、見守り、食事の提供、服薬介助、口腔ケア、排泄介助などです。外部の介護サービスは、サービス提供事業所と個別に契約が必要となります。訪問介護事業所、通所介護事業所、訪問看護事業所、福祉用具貸与事業所などがあります。それぞれの必要なサービスを担当のケアマネージャーがケアプランで計画します。

当方には、居宅介護支援事業所、通所介護事業所、訪問介護事業所が併設されており介護サービスを受けていただくことが可能です。

医療面では、看護師が健康観察を行い、お薬の管理もいたします。必要に応じて医療機関と連携することが可能です。

介護サービス以外にも費用面など、ご質問がございましたらお気軽にお問い合わせください。

●お問い合わせ 電話：099-471-5772 担当：城之園 誠



手指足指を同時に動かす



(1) いすに座って行います。両手の親指を立て、同時に両足の親指も立てます。足指は床から持ち上げるイメージでOKです。指を立てて下ろすという動きを1セットにして、15回繰り返します。



(2) 両手の人さし指を立てると同時に、両足の親指以外の4本の指を立てます。この動きを1セットにして、15回繰り返します。

ポイント

ゆっくりでよいので、できるだけリズミカルに行いましょう。「イチ、二、サン……」と声を出しながら行くと、音の刺激が耳から入り、脳トレ効果がアップします。

反射神経を鍛える



脳トレ！ 手足の体操

ちょっとした段差や何かにつまずいて転びそうになることはありませんか。とっさに反応する能力が衰えていると、手や足の動作が遅れて頭を打ってしまったり、変な体勢で倒れてしまったりしてけがをする可能性が出てきます。

今回は、手足の動きをいろいろ変化させて反射神経を鍛える体操をご紹介します。集中力や瞬発力、判断力が鍛えられ、脳トレにもなります。一見シンプルな動きですが、思った以上に難しいかもしれません。アイデア次第で手足の動きの組み合わせはいくらでも広がります。無理のない範囲で、楽しみながらチャレンジしてみましょう。

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄



JA青壮年部★イケメン通信

4年ぶりの総会開催 若手農業者の団結強化・ 地域の活性化を目標に

JAあおぞら青壮年部は6月30日、4年振りに実開催での総会を実施しました。

総会では、昨年の活動実績、令和5年度の活動方針及び役員改選などについて議案が提出され、コロナ禍で若手農業者同士の関係性が希薄になってしまったことに対し、団結力の強化に触れ、さらにコロナ禍でも活動の軸として

きた食農教育をさらに強化するとともに、地域のイベント等への積極的な参加を通じて地域の活性化に取り組むことを確認しました。

新たに部長に選任された留村栄治部長は、「地域の若手農業者の結束を高め、持続可能な営農・組織活動の活性化を実現させていきたい。」と話しました。

JAあおぞら青壮年部は現在24名の盟友で活動しており、部員は随時募集中です。



▲最後は笑顔で記念撮影

詳しくは企画管理課 園田まで
お気軽にお声かけください。

お問合せ先
〒899-7402

鹿児島県志布志市有明町
野井倉1373-1

TEL 099-474-1211

FAX 099-474-1218



JA女性部からこんにちは

夏休みの思い出に ちやぐりんフェスタ開催

JAあおぞら女性部は8月24日、有明農業歴史資料館にて、ちやぐりんフェスタを開催しました。

当初は8月9日に実施を予定していましたが、台風接近によりやむを得ず中止となっていました。しかし、女性部役員や参加を申し込まれていた保護者の方から「夏休みの思い出作りに是非開催してほしい」との要望もあり、日程を変更しての開催となりました。

当日は、女性部役員・保護者12名、子ども16名が参加し、プラバンキーホルダー



▲作り方の説明を聞く子どもたち

作りを体験しました。子どもたちは真剣な表情で作り方を聞きながら作品を作っていました。

昼食には女性部手作りのカレーやゴーヤの甘酢漬け、デザートにはカットスイカが出され、おかわりをする子もいるなど大好評でした。



何を描こうかな～



手作りカレー
いただきま～す



作ったキーホルダーと一緒に
はいポーズ!

▶完成した子どもたちの作品



子牛せり市情報

令和5年7月子牛せり市（7月27日～29日）本人・自家保留・評価は含まない

（単位：頭、円、kg）

項目	性別	頭数	価格			平均体重	kg 単価	前回比
			最高	最低	平均			
地区全体	雌	539	953,000	101,000	420,037	284	1,481	-23,134
町全体	雌	92	730,000	153,000	404,793	283	1,428	-17,530
地区全体	去勢	614	1,014,000	137,000	570,575	315	1,810	-15,528
町全体	去勢	94	1,014,000	205,000	547,479	316	1,732	4,541
地区総計		1,153	1,014,000	101,000	500,202	301	1,664	-21,337
町総計		186	1,014,000	153,000	476,903	300	1,590	-11,582

7月子牛せり市が7月27日から29日の3日間で開催されました。頭数は、1,357頭（自家保留含）で前回より、151頭少ない頭数でした。平均価格は前回より17,309円の安値でした。また、セリ市上場頭数は1,153頭で前回より100頭少なく、21,337円の安値でした。

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×忠茂勝×勝美	953,000 円	284kg
	去勢	福之姫×華春福×安福久×勝忠平	1,014,000 円	404kg
町内	雌	夏百合×華忠良×安福久×平茂勝	730,000 円	278kg
	去勢	福之姫×華春福×安福久×勝忠平	1,014,000 円	404kg



お知らせ

令和5年産早期米仮渡金単価について

（単位：円/30kg玄米）

等級	1等	2等	3等	規格外
なつほのか イクヒカリ	6,050 円	5,850 円	5,550 円	5,250 円
コシヒカリ	6,150 円	5,950 円	5,650 円	5,350 円

※上記金額よりJA手数料が控除されます。

※コシヒカリは7月31日検査分までは各等級300円加算。



STOP!

老人脳

脳寿命を延ばす 健康生活

もし加したらあなたも……?
老人脳の5タイプ



いくつになっても前向きで若々しく暮らすには、「脳」の健康を気遣うことも大切です。老人脳にならないために「脳寿命」を延ばす生活を始めてみませんか。

「記憶脳」の老化

- ☐ 人の顔や名前が覚えられなくなった
- ☐ 同じことを何度も言うようになった
- ☐ 「あれ」「これ」などの指示語が多い

これで
予防!

毎日違う道を
歩いてみましょう

GPSを使って生活の中の移動距離と脳の衰えの関係を調べた実験では、「移動すると記憶力がアップする」ということが分かりました。これは新しい場所を覚えようとする脳細胞を使うことで、脳全体が活性化するためです。例えば毎日の買い物でも、違う道を通るようにすると、記憶力の衰えを防ぐことができます。

「やる気脳」の老化

- ☐ 流行に付いていけなくなった
- ☐ 昔が懐かしいと思うことが多い
- ☐ 食べたい物が思い付かない

これで
予防!

「新しい体験」を
毎日取り入れましょう

新しいことやワクワクすることがあると脳は活性化します。老人脳を予防するためには、新しい体験を、毎日少しずつ取り入れることが大事です。「歩くスピードを変えてみる」「いつもは見ないテレビ番組を見る」など、ちょっとしたことでOK。ただしストレスも脳を老化させますので、負担にならない程度にとどめましょう。



西 剛志(にし たいけゆき)先生

●脳科学者(工学博士)
●分子生物学者
●T&Rセルフイメージデザイン
代表取締役



「80歳でも脳が老化しない人が
やっていること」
西 剛志著
アスコム刊 1540円

「聴覚脳」の老化

- ☐ 聞き間違いが増えた
- ☐ テレビの音のボリュームが大きいと言われる
- ☐ 子どもの声など高い音が聞こえにくいことがある

これで
予防!

聞こえにくく
なったら補聴器を

認知症の12の危険因子で最も危険度が高いのが難聴だといわれています。音は目が覚めている間ずっと脳を刺激していますが、それがなくなるためです。特に若い頃から大音量で音楽を聴く習慣があったり、音の大きい職場にいた方はご注意ください。補聴器は、認知機能の低下を防ぐのにも役立ちます。

「共感脳」の老化

- ☐ 人の話を聞かなくなった
- ☐ 服装に気を使わなくなった
- ☐ 人を傷つけてしまうことが増えた

これで
予防!

ダンスや
お手玉に挑戦

認知機能を高めるのに最も効果的なのが、リズム、バランス、スピードなど複数の動きを同時にする「コーディネーション運動」です。ユーチューブで動画などを見て動きをまねするのもお勧めです。体を動かすのが苦手な方でしたら、お手玉などでもいいでしょう。

「客観・抑制脳」の老化

- ☐ すぐにイライラするようになった
- ☐ 感情を抑えられないことが多い
- ☐ 物事を客観視できない

これで
予防!

利き手ではない方の
手で作業を試みる

常にイライラしているなどの自覚がある人は、脳の機能が低下して、感情の抑制や注意力が弱まっているのかも。1日5～10分、利き手ではない手で生活してみましょう。手を動かすことに意識が集中するため、心身をコントロールするいいトレーニングになります。

手軽に始められる「脳寿命」を延ばす食生活

脳の機能のピークは人によって違う

「高齢になると脳が老化する」というイメージがありますが、脳の老化現象はもっと早くから始まっています。さまざまな研究機関の調査データをまとめると、脳の機能のピークは「情報処理能力が18歳」「人の名前を覚える力が22歳」「顔を覚える力が32歳」「集中力が43歳」となっています。このピークは、人によって振れ幅が大きく、ピークを70代、80代まで持続させる人もいます。ピークを長く保てる人は、脳の衰えを緩やかにしたり、脳を若返らせたりする工夫を日常の中で無意識に行っているのです。特に重要なのが、脳内物質の生成を大きく左右する食生活。以下の工夫を取り入れて、老人脳を予防しましょう。

かめばかむほど、脳は若返ります！

よくかんで食べるだけで、運動機能や健康機能が向上する気が出る、記憶力が高まる、認知症を防ぐ、免疫力を高めるなどの効果があります。中でも効果が高いのが「やる気脳」の低下防止。そしゃくするとやる気の源であるドーパミンがよく出るようになるのです。

準備が簡単だからという理由で朝食をパンにしている人も多いですが、やる気を高めるためにはパンよりかむ回数が多いご飯がおすすめです。硬い物を食べる方がいいということではなく、軟らかい物でもかむ回数を増やせばいいのです。

動物性タンパク質が脳の衰えを防ぐ

100歳を超えても脳機能が衰えない、いわゆる「スーパーエイジャー」の約6割が、牛肉や乳製品などの動物性タンパク質を毎日取っています。牛肉や乳製品などの動物性タンパク質の中には、やる気ホルモンであるドーパミンの原料になるチロシンというアミノ酸や、リラックスホルモンのセロトニンを作り出すアミノ酸（トリプトファン）などが含まれているためです。

「プチゼいたく」で脳を活性化

私たちの脳は制約を受けると活性化しにくくなり、やる気ホルモンのドーパミンが出にくくなります。ですから、自由な人の方が老化しにくいのです。例えば好きな物を食べているときの「おいしい」という感情は、味覚への刺激だけでなく嗅覚や視覚などさまざまな感覚への刺激になります。またおいしいと感じる食品はよく味わって食べるため、自然とかむ回数が増えて、脳を刺激します。

老人脳を防ぐための お薦め食材

マグロのトロ、サバの水煮缶

脳細胞を活性化し、老化予防に効果的といわれるEPA（エイコサペンタエン酸）とDHA（ドコサヘキサエン酸）は、青魚の脂肪に多く含まれています。ですから、旬の脂が乗った青魚を食べると効率良く取ることができます。マグロのトロもお薦めです。DHAは1日につき5gの摂取が必要ですが、マグロのトロならすし1貫で3.2g取れるため、2貫食べれば十分です。



アセロラ飲料

1日に1gのビタミンCを摂取すると若返り遺伝子が活性化することが分かっています。お薦めは100g中に1700mg（レモンの約34倍）もビタミンCを含んでいるフルーツ、アセロラです。アセロラ入りの飲料なら手軽に取ることができます。



マイタケ・かつお節

若返り遺伝子を活性化させるナイアシンを豊富に含んでいます。たっぷりのかつお節でだしを取り、かつお節ごと食べてマイタケを具にしてみてください。



野菜だけ&粗食は脳を萎縮させる

「年を取ったら粗食の方が体にいい」というイメージがありますが、61歳から87歳の人に対して記憶テストや身体機能のチェック、脳のスキャンなどを行ったところ、野菜中心で肉や魚、卵に多く含まれるビタミンBが不足している人は、5年後に脳の萎縮が見られたそうです。野菜ももちろん大切ですが、動物性食品と組み合わせ、バランス良く取るようにしましょう。

年金友の会会員募集中

年金のお受け取りは JAあおぞらで!!

JAで年金をお受け取りになると特典がたくさん!!

グラウンドゴルフや
ゴルフ大会等
催し物への参加



年金受給日
には窓口にて
プレゼント進呈



石原詢子
スぺシャル
歌謡
シヨル
!



年に一度の
演芸ショーへの
無料ご招待

令和5年度
年金友の会ふれあいの集い
10月31日(火)

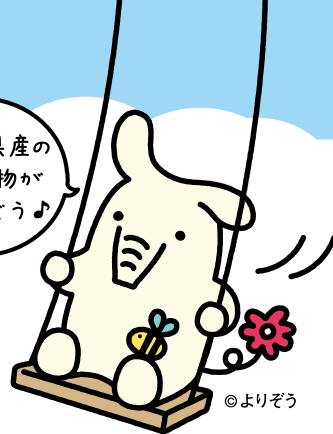
金融共済課 ☎474-2461 西部支所 ☎475-0022

● 詳しくは窓口にご相談ください ●



5,000円相当の鹿児島グルメカタログが
500名様 に当たるチャンス!!!

鹿児島県産の
農畜産物が
選べるぞう♪



ウェルカム キャンペーン

詳しくはお近くの
JAバンク窓口まで

キャンペーン期間

令和5年 7月1日(土)~9月30日(土)

① 年金振込

② 給与振込

③ 口座振替
電気・電話・水道
ガス・NHK

④ JAカード

⑤ 定期貯金
1口10万円



プレゼント提供条件

期間中に上記の対象取引のうちいずれかを新たに申込された個人の方。

ただし、JAネットバンク(個人IB)またはJAバンクアプリのどちらかに加入していることが条件となります。

※年金受給者は対象外

対象者

令和5年7月1日(土)~12月31日(日)までに、新たに上記1~3の各種振込・振替、上記4のJAカード発行が確認できた方。なお、上記5については、令和5年7月1日(土)~9月30日(土)までに、新たに定期貯金のお預け入れの確認ができた方。

※別途キャンペーンへの申込みは不要となります。

お申込方法

上記1~5の1つの契約に対して1つの抽選権を付与いたします。

(例1) すでに口座振替(電気)があるお客様で、今回、「電話・ガス」を追加契約 ⇒ 抽選権2つ付与

(例2) 今回、定期貯金を50万円契約 ⇒ 抽選権5つ付与(1口10万円につき抽選権1つ付与)

当選者発表

上記5は、令和5年10月抽選後、上記1~4は、令和6年1月抽選後、賞品の受渡しをもって当選の発表にかえさせていただきます。



JAバンク鹿児島

給油所 短期アルバイト 募集



年齢・経験
不問

勤務時間

7:00~18:00 の間で相談に応じます

休日

週休二日制（シフト制）

待遇

制服、ジャンパー等貸与

応募資格

経験不問（乙4取得者歓迎！）
接客が好きな方（笑顔で対応できる方）

時給

1,000円 ~ 1,200円

勤務地

志布志市有明町野神 3605 番地 1
JAあおぞら SS

業務内容

- ・車・バイクなど車両への給油
- ・車体や窓などの清掃
- ・レジでの会計
- ・お客様の入退店時における車両の誘導
- ・給油所内の清掃など

お気軽に
お問い合わせください

 099-475-1212
(土日祝を除く 8:30~17:00) 燃料機械課

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。

☑夏休みの自由研究で省エネ・節約術に取り組もうかなと思いました。少しでも環境のためにできることがあれば取り組みたいです。

(有明町野井倉／まなていさん)

お便りありがとうございます。自由研究は無事に完成しましたか?地球環境は農業にも大きな影響があります。私もできることから始めたいと思っています。

☑夏の電気料金が高くなるので、省エネに努めていきたいと思います。色々な節約術を教えてください。ぜひ取り組んでみたいと思います。

(有明町野井倉／すえみゆさん)

お便りありがとうございます。電気料金も上がり、ガソリン価格も上がりで大変ですね…。群青が少しでもお役に立てていれば嬉しいです。

☑いつも工夫されている群青、毎回楽しみにしています。まちがい探しは特に大好きです。これからも頑張ってくださいね。

(有明町伊崎田／ストロベリーさん)

お便りありがとうございます。励ましのメッセージとても嬉しいです!!これからも楽しく読んでもらえるよう頑張りますね♪

☑毎日暑い中お疲れ様です。せんじつ、西部支所のスタンドに行ったら男性職員が不在でオイル交換ができなかったです。前は洗車ができませんでした。早急に対応をお願いします。

(有明町原田／Ｑちゃんさん)

お便りありがとうございます。ご不便をおかけし大変申し訳ありません。現在、問題の早期解消に向けて対応を行っております。ご理解の程よろしくお願い申し上げます。

■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。

編集 後記

気温と一緒に電気やガソリン、飼料、肥料の価格も下がってくればと思う担当今村です。給与だけは上がりっぱなしで願っています(笑)

さて、9月号はお楽しみだけでしたでしょうか。皆様からのお便り楽しみにお待ちしております。☺



まちがい探し
5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5年10月20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、5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



- ◆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JAあおぞらの加工品をプレゼントします。



頭の
体操

まちがい探し

7月号の答え

- ・家がレンガ造りから木造になっている
- ・雄花が1株長くなっている
- ・トウモロコシがかじられている
- ・帽子のバッジの文字が違う
- ・ボトルが増えている

7月号当選者

当選おめでとうございます

- ・すえみゆさん (有明町野井倉)
- ・Ｑちゃんさん (有明町原田)
- ・ストロベリーさん (有明町伊崎田)

牡羊座 3/21～4/19



全体運 注目されやすい吉凶混合運。やっかんでくると人々を驚かす人がいそう。発言には責任を持って。人気者に健康運 体調が変化しやすいとき。冷え対策をしっかりと

幸運の食べ物 菊

牡牛座 4/20～5/20



全体運 ゆっくりと時間をかけて進めましょう。無理をしないのが一番。お誘いはできるだけ受けて◎。世界が広がります

健康運 腰痛予防を。ストレッチやコルセットで対策

幸運の食べ物 サツマイモ

双子座 5/21～6/21



全体運 交友関係の広がる発展運。多忙ながらも充実した時間を過ごせます。調べものをするに好機。図書館の利用が吉

健康運 食事の栄養バランスをチェック。野菜が味方

幸運の食べ物 柿

蟹座 6/22～7/22



全体運 やることが山積みでいっぱい。困ったときこそ優先順位を整理して。できないことはお断りして

健康運 無理は禁物。後半は回復し活動力アップ

幸運の食べ物 カブ

獅子座 7/23～8/22



全体運 おいしい物を食べに出かけましょう。フットワークよく動き回ると幸運に出合えます。下旬は家の片付けを

健康運 急な過負荷に注意。準備運動を念入りに

幸運の食べ物 トウガン

乙女座 8/23～9/22



全体運 あなたの優しさが周りの人を和ませます。気遣いを見せて。長年の思いがかんう予感も。旅行に行くのもお勧めです

健康運 食べ過ぎに注意。おいしい物を少しずつ

幸運の食べ物 シイタケ

天秤座 9/23～10/23



全体運 リーダーシップを発揮すると喜ばれます。困難な状況もあなたの頑張りで打開できるはず。買い物は上旬にツキ

健康運 頑張り過ぎないで。友人とお茶を楽しむと◎

幸運の食べ物 ギンナン

蠍座 10/24～11/22



全体運 美術展やコンサートへ行き、芸術の秋を楽しみましょう。厄介事は収束へと向かいます。推移を見守って

健康運 頑張りが見えます。目の使い過ぎに注意して

幸運の食べ物 さんしょう

射手座 11/23～12/21



全体運 限られた時間の中で効率的に動けます。クールな判断も必要なので決めたことで気に病まないで。連絡は早めに

健康運 つば押しマッサージで手のひらや足の裏を刺激

幸運の食べ物 シメジ

山羊座 12/22～1/19



全体運 頼られて大変そうですが、やればやっただけの成果が上がります。自分の意見をはっきり伝え、そこから調整を

健康運 血液をサラサラにする食材を多めに取って

幸運の食べ物 ニンジン

水瓶座 1/20～2/18



全体運 評判のいいアイテムは試してみる価値あります。こんなのが欲しかったという物が見つかります。帰宅は早めに

健康運 前半は元気いっぱい。後半は体を温めて◎

幸運の食べ物 サトイモ

魚座 2/19～3/20



全体運 緩やかな上昇運。思い切った行動も後半なら吉と出ます。交渉事はタイミングを見極めて。資格取得の勉強にツキ

健康運 体の不調をそのままにしないで。解消法を発見

幸運の食べ物 マツタケ

9月

1日
6日
15日
21日
23日
25～27日
30日

子牛展示会
有明町地区秋季家畜品評会
曾於地区秋季畜産共進会
成牛セリ市
あおぞら朝市
子牛セリ市
県畜産共進会

行事
予定表

10月

3日
5日
21日
25～27日
26日
31日

子牛展示会
和牛登録
育成・成牛セリ市
子牛セリ市
年金友の会ゴルフ大会
年金友の会総会

※新型コロナウイルス感染症の状況により変更または中止になる場合があります。

経営管理委員会・理事会報告

第4回経営管理委員会・理事会(令和5年5月26日開催)

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(1)号議案 代行順位の決定について
- 第2(2)号議案 理事の報酬配分について
- 第3号議案 経営管理委員の報酬配分について
- 第4号議案 代表理事および理事の選任について
- 第5号議案 農業生産法人 有限会社 いろは農園有明の取締役推薦(非常勤)等について

第5回経営管理委員会・理事会(令和5年6月29日開催)

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の締結について
- 第2(2)号議案 農協と経営管理委員との融資契約の締結について
- 第3号議案 出資金の債権充当について
- 第3(4)号議案 令和5年度 内部統制システム基本方針運用状況進捗管理表について
- 第4(5)号議案 委員会の設置と構成員の選定について
- 第5(6)号議案 令和4年度末 ディスクロージャー誌2023の開示について
- 第6(7)号議案 令和5年度5月末時点 実績検討書について
- 第(8)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

8997402

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