

群青

Magazine for AOZORA's people



新茶のシーズン到来!

2022
5月
新緑号



JAあおぞら管内のお茶は4月中旬から摘採が始まっています。

有明町は県内で第2位の栽培面積と荒茶生産量を誇り、あおぞら管内で生産されているお茶は約35種類あります。

温暖な気候を活かし、早生品種から晩成品種まで多種多様な品種を栽培しています。また、平坦な茶園が多いことから機械化が進み、茶園管理作業の省力化・低コスト化が図られ、全国随一の常用型管理機導入率を誇ります。

さらには、情報通信技術の導入や土壌分析にも力を入れており、安心・安全なお茶を安定的にお届けできる生産に努めています。

まじめな甚兵衛どんの有明茶



1番茶100%使用

特殊仕上げにより
 緑茶のうま味とそのままの色を
 丸ごと再現しました

Q お茶は好きですか？

みんな：だあいすきー！良く飲みます♪

Q 大きくなったら何になりたいですか？

惺真くん：プロ野球選手

朔人くん：プロ野球選手

心菜ちゃん：アイスクリーム屋さん

諒くん：警察官

権くん：仮面ライダー

来輝くん：トラクターに乗りたい

今後に期待できるスマート農業



▲無人摘採機



▲自動計量茶詰め機

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

目次

群青

5月号

- あおぞらニューストピックス
- あおぞらニューストピックス
- 福祉センターだより
- 女性部からこんにちは
- 青壮年部★イケメン通信
- 新採用職員紹介
- 令和5年度採用情報
- 子牛せり市情報
- 畜産委員について
- 農業飛散（ドリフト）対策
- 営農情報
- 栄養の宝庫 豆腐の魅力再発見
- 農業新聞・Aコープ通信・健康情報
- クミアイ家庭薬よりお知らせ
- 知りタイガーのJA虎の巻
- 手軽に健康 手指体操
- おたよりコーナー！クロスワード
- 今月の運勢・行事予定
- 経営管理委員会理事会報告



▲一番茶摘採がはじまった茶園



▲出品茶摘採の様子

J Aあおぞら管内では新茶シーズンを迎えました。4月13日に、いろは農園有明でも茶葉の生育を見極めながら、一番茶の摘採開始となりました。今年度産は天候に恵まれ、霜害もなく順調に生育しています。丁寧に摘採された生葉は製茶工場へ運ばれ、荒茶へ加工されていきました。一番茶の摘採は5月中旬まで続く見込みです。

また、いろは農園有明では、茶品評会へ出品するため、出品茶の摘採も行いました。摘採当日には、J Aや市役所の関係者も参加し、茶葉の状態や摘み取る高さを丁寧に確認し、作業にあたりました。

新茶シーズン到来 一番茶の摘採始まる

いろは農園有明・茶園関係者で 茶工場操業安全祈願祭



▲安全操業と豊作を祈願しました

一番茶摘採を目前に控えた3月25日、野神F A茶工場で、令和4年度安全祈願祭を行いました。祈願祭には、約50名が出席し、茶工場の安全操業を祈願しました。祈願祭へ出席した山川政文理事長は「事故・怪我等が無いよう、細心の注意を払いながら、安心・安全な荒茶製造に努めましょう」と話しました。

次年度作付へ向けた育苗管理 圃場で現地検討会



▲苗の生育状況を確認する生産者

4月12日から14日にかけて、いちご部会では、現地検討会が開催されました。今回の検討会には生産者とJ A営農指導員、曾於畑かんセンターや関係者が約50人参加しました。

検討会では、参加者の圃場を巡回し、生育状況を確認しながら、今後の栽培管理と病害虫防除の方法等について検討しました。

また、生産者同士で今後の栽培管理や病害虫防除の情報交換をする場面も見られ、栽培管理に対する意識が高まりました。

志布志市内の小学校へ ポスターパネル寄贈

J Aあおぞらは、志布志市内の小学校に防犯啓発「いかのおすし」ポスターパネルを寄贈しました。4月12日に贈呈式が行われ、志布志市教育委員会教育長へポスターパネル22枚を手渡ししました。

寄贈したポスターパネルは、志布志市内の小学校新一年生の各教室へ掲示される予定で、新入学児童が安全に登下校できるよう、防犯の合言葉「いかのおすし」を覚えてもらうのが狙いです。

贈呈式で山川理事長は、「新一年生が安全に登下校できるよう役立ててほしい」と話しました。



▲「いかのおすし」ポスターパネルを寄贈した山川理事長㊦と志布志市教育長㊧

農協事業に貢献されました J A共済代理店永年表彰



▲感謝状を手にする萩野春美さんと山川理事長・福永金共常務・金融共済課(共済)職員

3月8日、本所でJ A共済代理店永年表彰を行いました。

表彰式では、38年に渡り、自動車・自賠責共済の普及拡大に取り組み、農協事業に大きく貢献された萩野自動車整備工場の萩野春美さんへ、山川理事長から感謝状と記念品が手渡されました。坂元寿郎金融共済課共済担当課長は「長年に渡り、農協を支えてくださり大変感謝している。今後も共済代理店との連携強化を図りたい」と話しました。

長い間、ありがとうございました。

J Aあおぞら総合福祉センターだより

平素は当事業所の運営に格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

今回は通所介護事業所からお知らせいたします。

通所介護は「デイサービス」とも言われ、要介護状態にある高齢者が、デイサービスセンターへ通い、介護職員や看護師による入浴、食事等の介助、機能訓練などが行われる日帰りのサービスです。

現在、新型コロナウイルスの流行で、多くの高齢者のみなさまが自宅で過ごす時間が増えていきます。そのストレスが心身に及ぼす影響を考慮し、ご利用者様一人ひとりの体調に配慮した個別運動を計画し、筋力低下の予防、運動不足の解消に力をいれています。

また天気の良い日は、外に出て景色や花壇など眺め、日光浴により心身のリフレッシュにも努めています。

コロナ禍で暗い世の中ですが、ご利用者のみなさまの楽しみを増やすことができるよう、職員一同頑張っております。

デイサービスにご興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。専門の職員が丁寧にご説明致します。明るく元気で、

個性豊かな職員がお待ちしております。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

●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

フレッシュミズは3月11日、JAあおぞら本所でミモザと呼ばれる花を使ったリース作りを行いました。ミモザは、鮮やかで明るい黄色の花が特徴的で、「春の訪れを告げる花」と言われています。参加者は、ミモザの花をふんだんに使用し、思い思いのリースを完成させました。



素敵ないースが完成しました。



陶芸教室



フレッシュミズ パン作り教室

令和3年度 フレッシュミズ活動のご紹介

盟友新畜舎で現地見学会を開催

3月7日、青壮年部員が新畜舎を建設したことを受け、見学希望部員11名が新牛舎の現地見学会に参加しました。現地見学会では新畜舎の建設に携わったメーカー担当者を迎え、畜舎建設に係る費用や夏場の畜舎内温度管理に関する設備・断熱素材の紹介など細部に関する説明を受けました。

管内では畜産業の新規就農者も増えてきており、生産・作業効率の良い畜舎建設の需要も高まっています。しかし、近年の資材高騰や予算確保の問題から畜舎の建設に踏み切れない若手農業者も多いのが現状です。補助事業の要件や母牛導入などクリアしなければならぬ問題も多く、様々な畜舎を手掛けたメーカー担当者の話を真剣に聞いていました。

立山雄大部長は「コロナ禍のなかで盟友同士が情報交換する機会も減少している。それぞれ課題や目標を持ち寄つて、思い描く未来の地域農業の実現に向けて盟友と取り組みたい。」と話しました。



JA青壮年部★イケメン通信

どうぞよろしくお願いします。

新採用職員紹介



城之園 誠

出身地 志布志町
配属先 組合員生活課
(福祉センター長)

Q好きな野菜は何ですか？

A レタス

Qコレなら誰にも負けない！と思うことはなんですか？

A 相談者の立場に立って一緒に共感し、問題解決に取り組むこと

Q趣味はなんですか？

A サイクリング

ひとこと

ご利用者様の暮らしを、笑顔と元気で支援させていただきます。お困りの際は、ご相談ください。



上野 裕幸

出身地 有明町
配属先 園芸農産課

Q好きな野菜は何ですか？

A カリフラワー

Qコレなら誰にも負けない！と思うことはなんですか？

A 何事にも柔軟に対応できること

Q趣味はなんですか？

A バレーボール、釣り

ひとこと

今年度より正職員になりました。

組合員の皆様に寄り添える職員になれるよう、頑張ります！

2023年度 JAあおぞら採用情報

「次代の農業を目指す開拓者精神」を理念に

JAあおぞらは、地域に根ざした組織として総合事業を展開しています。組合員に信頼され利用しやすい農協、組合員や地域の皆さまとともに歩む農協を目指しています。

2023年度-職員募集-

さあ/あなたも
次代の開拓者に！

職 種	総合職・技術職
募集人数	若干名
職務内容	JAの事業（金融・共済・販売・購買・指導）に係る一般事務職・技術職・現業職・指導業務等
受験資格	技術職 短大・大卒以上で2023年卒業見込みの者 総合職
勤務先	JAあおぞら管内（志布志市有明町）
受付期間	2022年6月17日（金）まで（必着）
提出書類	(1)履歴書（市販履歴書で可、写真貼付）…… 1通 (2)学業成績証明書（新規学卒者の場合のみ）… 1通 (3)卒業（見込）証明書…………… 1通

試験について	(1)試験日 2022年7月8日（金）午前9時～
	(2)試験会場 JAあおぞら本所 2階会議室
	(3)試験内容 一次試験：筆記（一般常識） 二次試験：作文、面接



【お問い合わせ】 JAあおぞら 企画管理課 TEL:099-474-1211
担当メールアドレス：ark.100-155@ks-ja.or.jp

子牛せり市情報

令和4年3月子牛せり市 (3月23日～25日) 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	自家保留を含む平均価格
			最 高	最 低	平 均			
地区全体	雌	519	1,201,000	221,000	620,981	280	2,220	582,420
町 全 体	雌	86	926,000	366,000	615,477	281	2,189	583,586
地区全体	去 勢	726	1,015,000	138,000	737,647	311	2,370	723,029
町 全 体	去 勢	114	952,000	303,000	704,912	311	2,269	700,000
地 区 総 計		1,245	1,201,000	138,000	689,013	298	2,312	654,609
町 総 計		200	952,000	303,000	666,455	298	2,237	641,793

3月子牛せり市が3月23日から25日の3日間で開催されました。頭数は、1,492頭(自家保留含)で前回より81頭多い頭数でした。平均価格は前回より5,425円の安値でした。また、セリ市上場のみの頭数は1,245頭で前回より73頭多く、5,331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×勝忠平×神高福	1,201,000 円	296kg
	去 勢	安亀忠×華春福×百合茂×安糸福	1,015,000 円	362kg
町 内	雌	華忠良×安福久×勝忠平×金幸	926,000 円	306kg
	去 勢	紀多福×百合茂×安福久×金幸	952,001 円	303kg



竹下続さん、 田之口修さんに 感謝状

有明町の畜産振興に寄与され、畜産指導の模範となり、畜産の技術向上に貢献されてきた竹下続さん、田之口修さんが畜産委員を勇退されるにあたり、山川理事長より感謝状を贈りました。

永年のご尽力、誠にありがとうございました。

新畜産委員の紹介

安留準一さん(野神) 石田信悟さん(山重)
倉富貴裕さん(山重) 黒山聖生さん(伊崎田)
2年間、宜しくお願い致します



▲田之口さん㊟と竹下さん㊟



◀新畜産委員の皆さん
左から、
石田信悟さん、
黒山聖生さん、
倉富貴裕さん、
安留準一さん

農薬散布時の飛散(ドリフト)防止対策

農薬のドリフトにご注意ください！

農薬散布時に散布対象作物以外に農薬が飛散することをドリフトと言います。ドリフトによって様々な問題が生じる恐れがあるので、防止対策に取り組む必要があります。

◎近隣作物に農薬がドリフトした場合のリスク

- ・残留農薬による基準値オーバー
- ・家畜の健康被害や流産
(流通禁止、商品の回収、賠償問題、産地イメージ悪化など)

◎近接する住宅や道路等に農薬がドリフトした場合のリスク

- ・近隣住宅、通行人に対する迷惑や健康被害
- ・洗濯物や乗用車等へ付着など



◆農薬散布時のドリフトによるリスク低減対策◆

・風向きに注意し、風の弱い時に散布しましょう

(できるだけ無風時に散布する。風速3m/秒以上の風の強い日は散布しない)

・散布の方向や位置に気を付けて散布しましょう

(なるべく作物の近くから、作物だけにかかるよう散布する)

・散布量を適切に調整しましょう

(散布は必要最小限の量と区域で行うようにする)

・飛散低減ノズルを使用しましょう

(ドリフト低減ノズルを使用すると、空中への舞い上がりを防ぐことができます。また、圧力が強すぎると粒子も小さくなるなど思わぬ飛散の原因になりますので、適正圧力を守りましょう)

・剤型を工夫しましょう

(粒剤や微粒剤Fなどの粒子の大きい剤型にすることで、ドリフトを抑制できる場合があります)

・境界区域では農薬の散布をしないようにしましょう

・遮蔽物を利用しましょう

(まわりの作物をネットやシートなどで遮蔽したり一時的に覆う)

★散布することを近隣の栽培者に伝え、日頃からコミュニケーションをとるなど、地域の農業者同士の連絡を密にしておくことが重要です。



農薬は周りに配慮し、正しく使用しましょう！

営農情報 早期水稻 今後の栽培管理について



1. 水管理

- ① 5月下旬～6月上旬ごろまで 間断かん水を行いましょう。
●間断かん水…早朝落水→日中浅水→午後入水→夜間溜め水
- ② 5月下旬～6月上旬ごろ 株当り 20 本の枝を確保できたら中干ししましょう。
●中干し…水田に地割れが入るまで、水田を干します。(5～7 日程度)
- ③ 6月中旬～7月中旬 浅水もしくは、間断かん水
浅水管理、若しくは間断かん水を基本とします。下記の時期は深水にします。

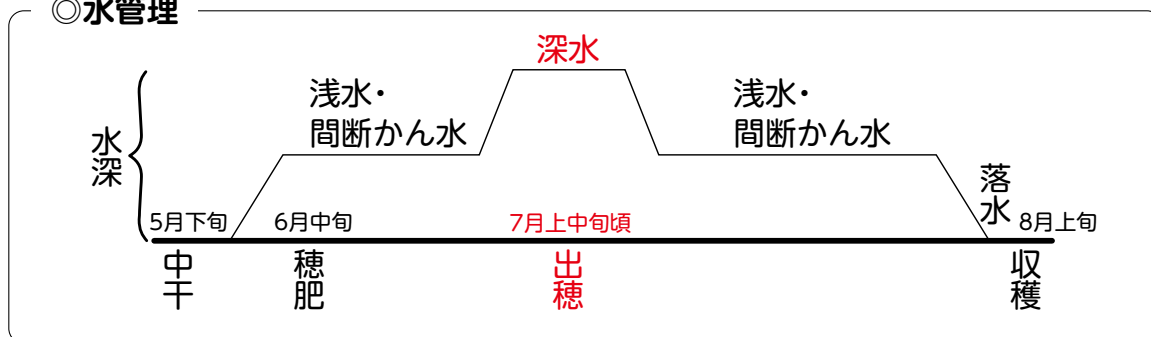
幼穂形成：6月上旬ごろ（幼穂がつくれます）

夜間は深水にします

出穂期：7月上旬～7月中旬（最も水が必要な時期です）

出穂の 10 日間前後は深水にしましょう!!

◎水管理



2. 雑草

中干しまでにヒエや多年草雑草の発生が多い水田は、早めに下記の薬剤を散布しましょう。

◎クリンチャーバス ME 液剤（中干し時期が効果的）

落水状態で 10a あたり 1000ml を水 70～100 リットルに溶かして雑草に直接散布しましょう。

散布後 3 日間は入水しないでください。

使用時期は収穫 50 日前まで。

※重複散布や高温時の散布は薬害に注意してください。

3. 病虫害防除

◎ジャンボタニシ(スクミリンゴガイ)対策＝浅水にしてからスクミノン 2～4kg/10a 2回以内

◎カメムシ類

カメムシの防除は集団防除が効果的です。無人ヘリ防除は出穂に併せて2回防除を行います。畔払いは6月上旬には行いましょう。畔周りの管理を行うことでほ場への飛び込みを減らすことができます。

☆農薬散布時は、隣接地への飛散防止につとめましょう！

ドローン散布は安全確保につとめましょう！

☆普通期水稻の苗配布について

苗配布は6月14日（火）より開始予定となっております。苗配布に合わせて、水田準備をすすめましょう。

病虫害や雑草防除など、JAへお気軽にお問い合わせください。

※お問い合わせは、園芸農産課（☎ 474-2207）比良までお気軽にどうぞ。



豆腐の魅力

再発見

食卓に欠かせない豆腐ですが、意外と知らないことも多いのでは？
豆腐はおいしいだけでなく、私たちの健康維持に役立つ栄養素が豊富です。



監修 則竹葉々
一般社団法人日本豆腐マイスター協会
認定指導士
管理栄養士

「豆腐は栄養豊富」

豆腐は肉や魚などと同様、エネルギーを作り、筋肉など私たちの体をつくるために重要なタンパク質が豊富です。また、たくさんの機能効果が期待される成分が凝縮されています。

「家族みんなの健康維持に」

タンパク質は動物性と植物性があり、豆腐は不足しがちな植物性タンパク質を手軽に摂

「豆腐は私たちの生活に根付いた日本の伝統食」

豆腐の歴史は長く、中国が発祥といわれています。日本には奈良時代に遣唐使の僧侶らが伝えたといわれています。

国内での最も古い記録は、平安時代末期の奈良春日大社神主の日記です。「春近唐符一種」が供物として記されており、この「唐符」が現在の豆腐を指すといわれています。その後、寺院で精進料理に使われ、貴族社会や武家社会に伝わり、室町時代に全国に伝わったとされています。

庶民に普及したのは江戸時代のこと。豆腐料理の本『豆腐百珍』が刊行され続編が出るほど人気食材となりました。

取ることができる、健康維持の強い味方です。また、消化に負担が少ないとされ、お子さまや高齢の方にもお薦めです。
そして、何といってもエネルギーや脂質が少なくヘルシー！ 美肌効果や骨粗しょう症に關与するイソフラボンの吸収力がアップするといわれているので、女性には特にうれしい効果が期待されます。
タンパク質とカルシウムは木綿豆腐の方が多く、エネルギーや脂質は絹ごし豆腐の方が少ないので、個人に合わせた豆腐選びも楽しいです。

冷凍豆腐の2色そぼろ丼

材料 2人分

【豆腐しょうゆそぼろ】

木綿豆腐(冷凍)	1丁
ニンニク	1/2 片
ショウガ	1/2 片
油	小さじ2
みりん	大さじ1と1/2
濃口しょうゆ	大さじ1

【豆腐スクランブル】

木綿豆腐(冷凍)	1丁
油	小さじ2
コーンクリーム	大さじ1と1/2
みりん	大さじ1/2
塩	小さじ1/3
お好みでターメリック	
ご飯	300g
キヌサヤ(ゆでて千切りにする)	40g



作り方

- 1 木綿豆腐(2丁)はパックのまま冷凍庫へ入れて凍らせる。凍った豆腐を解凍し、水気を搾る。手でそぼろ状にほぐし、半分(豆腐しょうゆそぼろ用と豆腐スクランブル用)に分ける。
- 2 豆腐しょうゆそぼろを作る。ニンニクとショウガをみじん切りにする。フライパンに油・ニンニク・ショウガを入れて火

にかけ、香りが立ったら(1)の木綿豆腐(1丁分)を入れて炒め、Aを加えて味付けする。

- 3 豆腐スクランブルを作る。別のフライパンに油を入れて火にかけ、(1)の残りの木綿豆腐を入れて炒め、Bを加えて味付けする。
- 4 ご飯に(2)、(3)、キヌサヤをのせる。

主食からデザートまで！
毎日の食卓に家族で楽しめる
豆腐レシピをご紹介します。

木綿豆腐のしゃぶしゃぶ

材料 2〜3人分

木綿豆腐 …… 2/3 丁 (230g 目安)
 豚薄切り肉 …… 150g
 ミニトマト …… 4 個
 カイワレダイコン …… 適量
 ポン酢 …… 大さじ 2
 ＊お好みでポン酢にごま油を入れてもよい

作り方

- 1 木綿豆腐は食べやすい大きさに切る。鍋に湯を沸かし、豚薄切り肉を1枚ずつ、さっとゆでる。ミニトマトは半分に切る。
- 2 器に木綿豆腐を並べ、豚薄切り肉・ミニトマト・カイワレダイコンをのせる。
- 3 ポン酢を掛けていただく。



冷凍豆腐の唐揚げ

材料 作りやすい量

木綿豆腐(冷凍) …… 1 丁 (350 g)
 しょうゆ …… 大さじ 1 と 1/2
 A ショウガ(すりおろす) …… 1 片
 ニンニク(すりおろす) …… 1 片
 片栗粉 …… 30g へ
 揚げ油 …… 適量

作り方

- 1 木綿豆腐はパックのまま、冷凍庫に入れて凍らせる。
- 2 (1)の木綿豆腐を冷水で解凍する(またはパックのままゆでて解凍する)。
- 3 (2)を食べやすい大きさにちぎり、水気をしっかり搾る(包丁で切らず、手で食べやすい大きさに切る方が、味がよく染みておいしい)。
- 4 (3)の木綿豆腐にAをしっかり押しながらかき混ぜ、片栗粉をまぶして180度の揚げ油で揚げる。



豆腐のチョコレートプディング

材料 4人分

絹ごし豆腐 …… 150g
 カカオマス …… 10g
 A 豆乳 …… 120ml
 メイプルシロップ …… 70ml
 寒天 …… 小さじ 1/2 (1g)
 塩 …… 1つまみ
 B ココア …… 大さじ 2
 ラム酒 …… 大さじ 1/2
 練りごま …… 大さじ 1/2
 バニラエッセンス …… 少々
 マロンクリーム
 または生クリーム(市販) …… 適量
 チョコレートソース(市販) …… 適量
 マカダミアナッツ …… 4 粒

作り方

- 1 絹ごし豆腐をざるにあげて水を切る。カカオマスはボウルに入れ、湯せんにかけて溶かす。
- 2 鍋にAを入れてかき混ぜ、火にかける。沸騰したら1分ほど弱火で加熱し、寒天をしっかり溶かす。
- 3 フードプロセッサに絹ごし豆腐を入れてしっかり攪拌(かくはん)させ、Bを加え、さらに攪拌させて滑らかにする。(1)のカカオマスと(2)を入れてさらに攪拌し、カップに注ぎ、冷蔵庫で冷やし固める。
- 4 (3)にマロンクリーム・チョコレートソース・マカダミアナッツをのせる。



農業新聞を購読しませんか？

農業に役立つ情報が満載です！

THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS 日本農業新聞

JAグループが発信する食と農の総合情報メディア

毎日読める

国内唯一の毎日農業
専門紙であり、毎日
情報発信しています

農業者目線

JAグループの新聞な
ので、農業者の目線で
役立つ情報を届けます

地域の話

全国のJA通信員と協
力して地域の話をも
積極的に発信しています



主要市場の農産物の市況（取引結果）を公開。値動きが分かります。



九州版、鹿児島県版では身近な地域の情報を発信しています。

購読料金 月額2,623円（令和4年7月まで）

※令和4年8月より電子版は2,403円、紙版は2,623円です

新聞代金は確定申告時の
必要経費として計上できます。

鹿児島県の記事は1年で1,460本掲載

（令和3年度掲載実績）



ハウス被覆作業代行
「鹿児島県・JAあおぞら」が、県内各地の農家に、ハウスの被覆作業を代行するサービスを提供している。JAあおぞらのハウス被覆作業代行サービスは、県内各地の農家に、ハウスの被覆作業を代行するサービスを提供している。JAあおぞらのハウス被覆作業代行サービスは、県内各地の農家に、ハウスの被覆作業を代行するサービスを提供している。

JAあおぞらの
情報も掲載

村逸品

あおぞらさん家の
ホームズ

鹿児島県・JAあおぞら鹿児島県支部が、県内各地の農家に、ハウスの被覆作業を代行するサービスを提供している。JAあおぞらのハウス被覆作業代行サービスは、県内各地の農家に、ハウスの被覆作業を代行するサービスを提供している。

「鹿児島県・JAあおぞら」が、県内各地の農家に、ハウスの被覆作業を代行するサービスを提供している。JAあおぞらのハウス被覆作業代行サービスは、県内各地の農家に、ハウスの被覆作業を代行するサービスを提供している。



「鹿児島県・JAあおぞら」が、県内各地の農家に、ハウスの被覆作業を代行するサービスを提供している。JAあおぞらのハウス被覆作業代行サービスは、県内各地の農家に、ハウスの被覆作業を代行するサービスを提供している。

お申し込みは、WEBか
お近くのJAへ

WEB申し込みは
こちらから→



お申込・お問合せ：JA あおぞら企画管理課 ☎ 099-474-1211



こんにちはA・コープです！

2022年3月17日～20日

春のたわわ祭り

地産地消 鹿児島県産を食べて応援！

JAグループ 開催いたしました！

生産者の皆様には、新鮮な野菜・果物をたくさん出荷いただきました！

今回も好評の県下13JAより「自慢の逸品プレゼント！」企画を実施。全店舗で9,568通の応募がありました。JAあおぞらからは「プリン・ムースセット」を送っていただきました。

JAあおぞら



抽選は、Aコープ本社にて各エリアマネージャーが行いました！

Aコープあおぞら店

電話：099-471-4366

営業時間：朝9時～夜8時

身近な健康情報
腹部超音波検査

鹿児島厚生連病院

診療放射線技師 樋脇 誠

耳に聞こえない高い音波（超音波）を体にあてて、体内からの反射波で画像をつくり体の中をみる検査を超音波検査といいます。

人間ドックの腹部超音波検査では肝臓、胆のう、脾臓、腎臓、脾臓の検査をしています。

その中でも一番大きな肝臓は、沈黙の臓器と呼ばれており少々の障害では症状が現れません。肝炎ウイルスによる肝機能障害は減少傾向にありますが、肥満や飲酒など生活習慣に起因する肝機能障害は増加傾向にあります。

悪化すると肝硬変、肝臓癌を発症することがあります。超音波検査では肝臓の状態を簡単に見ることができ、経過を見ていくのにも適した検査です。

他の臓器でも癌以外に胆石、脾臓、腎臓、動脈瘤など注意が必要な疾患の発見ができます。

検査はベッドに寝てもらい、腹部にゼリーを塗ってプローブと呼ばれる超音波を出す機械を押し当てて行います。痛みはなく、X線のように被曝も無いので安心して受けられます。

1年に1回は腹部超音波検査を受けて体の状態をチェックしてみたいかでしょうか。

「クミアイ家庭配置薬」から重要なお知らせ

「クミアイ家庭配置薬」の取扱いが、 JA から協同薬品工業(株)へ変わりました! ✨

最近の医薬品市場における商品の多様化や専門性が高まってきたことへの対応強化をはかるため、令和4年1月より協同薬品工業(株)へ事業を譲渡いたしました。

そこで、今後は以下のような対応となりますので、よろしくお願いします。
これまでの長年にわたるご愛顧に、心から感謝申し上げます。



Q1 取扱いの流れはどうなるの？



Q2 取扱い商品や担当の配置員は今までと変わるの？



基本的に商品や配置員も従来通りとなります。



Q3 配置薬の継続・解約はどうしたらいいの？



担当の配置員がお伺いした際、詳しくご説明いたします。

- 継続を希望される方にはこれまで通り、医薬品を配置させていただきます。
- 解約を希望される方は、配置員にお申し出いただくか下記の協同薬品工業(株) 鹿児島営業所まで、ご連絡下さい。



【お問い合わせはこちらまでご連絡下さい】

協同薬品工業(株)鹿児島営業所

〒890-0034

鹿児島市田上8丁目28-1

TEL.099-204-9812

【受付時間】9:00~17:00 (土日・祝日を除く)

知りタイガーの JA 虎の巻

第29回
JA全国大会決議
JAグループの実践

【今回のテーマ】



地域によって農地や気象条件など環境も全然違うし、生産されている農畜産物も違うよね。どうやって全国で「持続可能な農業・地域共生の未来づくり」をすすめていくの？

多くの地域にとって基幹産業である農業が活性化すれば、関連産業や地域経済にも好循環が生まれ、地域社会全体が元気になっていきます。

元気な地域が日本中に増えていくことは、国民全体にとっても、とても幸せなことです！



林修先生
JAグループサポーター

その通り！農業を取り巻く環境や課題は地域によって異なります。全国共通の羅針盤であるJA全国大会決議の随所に浮かぶキーワードは「多様性」！

地域によって農業・くらしの目指す姿や課題は多様です。だからこそ、組合員や地域住民の皆さんとの対話をふまえて、その地域の実情に合わせた検討をすすめています。

JA・都道府県・全国が連携し支え合い、これからも組合員や地域住民の皆さんから必要とされるよう、全国で創意工夫ある取り組みをすすめていきます。

JAグループサポーターの林修先生も応援団の一人です！



全国各地の特色ある実践がご覧になれます。
<https://org.ja-group.jp/challenge/>



耕そう、大地と地域の未来。

手と足で同時にグーパー

STEP1 基本の動き



(1) 手と足の指を同時に開いて(パー)3秒間キープ。両手両足の指を大きく開き、関節をしっかりと伸ばします。



(2) 手と足の指をぐっと閉じて(グー)3秒間キープ。このとき、足指の関節の付け根部分からしっかりと曲げます。(1)と(2)をゆっくり呼吸しながら10~20回繰り返します。

STEP2 浴槽と布団の中でのポイント

浴槽では

腕はお湯から出しても、お湯の中で行ってもどちらでもやりやすい形でいきましょう。副交感神経の働きがアップして、スムーズな入眠を促します。

布団の中では

朝、起き上がる前に布団の中で行うグーパー体操は、気持ち良い目覚めを促します。あお向けの姿勢で、両手は頭の上に、足は膝を伸ばして行います。



手軽に健康 手指体操

グーパー体操で眠りと目覚めを快適に

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

季節の変わり目は、体調を崩しやすいので、質の良い睡眠をしっかりと取って体調の安定を図りたいものです。

今回は、「眠り」にフォーカスしたグーパー体操をご紹介します。グーパー体操はいくらでも応用が利く上、さまざまな健康効果が期待できる万能的体操です。手に加え、足も使うこ

とで全身の血行を促します。

夜はお風呂で、朝は布団の中で、1日2回行うのがお勧めです。基本的な動きは同じで、それぞれのコツを解説します。シンプルな動きで誰でも簡単にできますので、ぜひ毎日の習慣に取り入れてみましょう。

☑間違い探しは81才でも分かる良い問題でした。
(有明町野井倉／れいちゃんさん)

間違い探し、挑戦していただきありがとうございます。実は毎回手作りで問題を作っています！今月号はクロスワードです。ぜひ、挑戦してみてください。

☑「桜の魅力、味わい方」コーナーとても勉強になりました。今年はお花見に出掛けようかなと思います！人混みを避けて楽しみたいです。
(有明町野井倉／ぺこちゃんさん)

お便りありがとうございます。桜並木は歩くだけで幸福な気持ちになりますよね。場所や品種によっては、5月頃まで楽しめる桜もあるようです。ぜひ、探してみてください。

☑群青が届くのが楽しみです。ページ毎に隔々まで読んだり、写真にしたりと、活用させていただいています。広報員の方々に感謝致しております。有難うございます。

(有明町野井倉／てっちゃんさん)

楽しみにしていただきありがとうございます！隔々まで読んでいただいているとのこと、大変嬉しく思います。今後も、皆様に読みやすく、楽しい誌面づくりに努めて参ります。

☑あおぞら一丁目「カフェ」ですが、とても対応も良く、注文してから短時間で出てきてしかも美味しくて値段もリーズナブルで良いと思います。
(有明町野井倉／つわぶきさん)

ありがとうございます。いつもご利用ありがとうございます。お客様にとってもっと居心地のよい場所になるよう、今後も頑張っていきます。スタッフ一同、ご来店お待ちしております。(一丁目スタッフより)

☑ガンバレJA!あおぞら一丁目の唐揚げうどんが大好き!グリーンティーレモネードもさっぱりして好きです!
(有明町野井倉／こっはーさん)

お便りありがとうございます。私も唐揚げうどん、レモネード大好きです!タピオカもオススメです。ぜひ、お試しあれ〜♪

■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

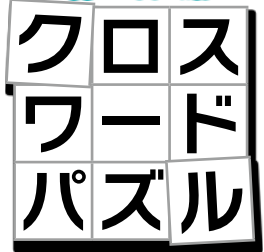
暖かくなり、過ごしやすい季節になってきましたね。

最近、趣味のキャンプを満喫してます♪♪外で食べるご飯はサイコーに美味しく、痩せる暇がありません。。。

大人は焚火を楽しんだり、子どもたちとテントの中でトランプをしたりと、とても充実した休日を過ごしています！コロナ禍のなかでも、できる遊びがあるのは良いですね。

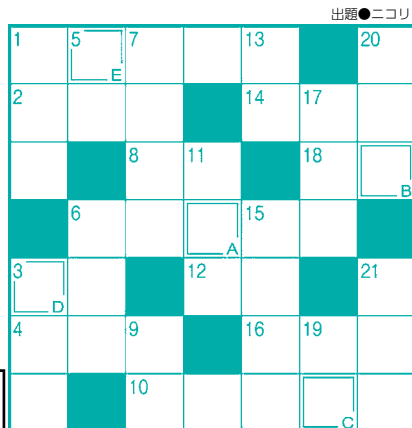
皆さんは、どんな趣味がありますか??⑤

頭の体操



答え

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---



出題●ニコリ

【答えの締切日】令和4年6月3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。

頭の体操

クロスワードパズル

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?

ヨコのカギ

- ① 5月4日は……。国民の祝日です
- ② 3拍子の曲に合わせて踊ります
- ③ 野球のグラウンドに四つあります
- ④ 調理中の料理から一口分を取って……
- ⑤ 食事制限などで体重を減らすこと
- ⑥ ちらしやにぎりがあります
- ⑦ 柱・傷・5月5日・ちまきから連想される童謡
- ⑧ 届いた手紙の……を切った
- ⑨ バスやタクシーから降りること
- ⑩ 屋外で生ずるときに机代わりにする道具
- ⑪ マニキュアを塗るところ

タテのカギ

- ① ハナショウブとカキツバタは……をつけるのが難しい
- ② 擬餌鉤(ぎじばり)の一種です
- ③ 米国の通貨単位
- ④ ……の前の小事
- ⑤ ……の余地もないほど混み合った会場
- ⑥ 商品を並べて売る場所
- ⑦ 料理長をフランス語でいうと
- ⑧ あごや鼻の下に生えます
- ⑨ 高校の最寄り駅までの……定期券を買った
- ⑩ ジェラシー、焼きもちともいいます
- ⑪ プリンセス・ミチコという品種がある花
- ⑫ カキツバタに似た花が咲きます
- ⑬ 燃料ガスや酸素などを詰めます

◆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。

◆クロスワード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。



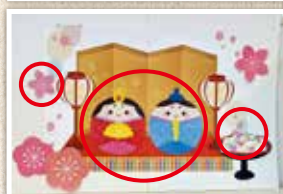
3月号の答え

- ・ひなあられ
- ・お雛様・お内裏様の位置
- ・左上の桜の花

3月号当選者

当選おめでとうございます

- ・てっちゃんさん
(有明町野井倉)
- ・つわぶきさん
(有明町野井倉)
- ・こっはーさん
(有明町野井倉)



牡羊座 3/21～4/19

全体運 喜びごとが増える月です。来る者は拒まず受け入れていきましょう。買い物を楽しめます。贈り物をするのも吉

健康運 敗策を楽しんで。フットケアは丁寧に

幸運の食べ物 新ゴボウ

牡牛座 4/20～5/20

全体運 新しいことに幸運が宿ります。ちょっとした思い付きも試してみると思わぬ成果がありそう。友人と連絡を取って

健康運 友人とたわいないおしゃべりを。元気が復活

幸運の食べ物 ジャガイモ

双子座 5/21～6/21

全体運 前半は頭の痛い問題が多いものの下旬には解決の兆し。焦らずできるだけ余裕を持って動けるよう計画を立てて

健康運 カルシウムたっぷりのメニューがお勧め

幸運の食べ物 ワラビ

蟹座 6/22～7/22

全体運 ちょっとした触れ合いで心が温かくなります。友人や家族との連絡を密に。ただ焼きもちの焼き過ぎには注意

健康運 彩りの良い食事が健康をバックアップ

幸運の食べ物 オカヒジキ

獅子座 7/23～8/22

全体運 周囲からの期待が大きくなり引き受けられ大きな成果につながります。称賛の声も

健康運 不調は放っておかず早めに病院を受診して

幸運の食べ物 アスパラガス

乙女座 8/23～9/22

全体運 なかなか前に進めず立ちもめがありますが運勢は良好。ポジティブシンキングが問題解決の鍵。諦めないで

健康運 ついっかかりする傾向が。ブレーキを点検

幸運の食べ物 チンゲンサイ

天秤座 9/23～10/23

全体運 上昇運。最初はスローペースで徐々にスピードアップしていくのが良い動き方。予定は詰め込まず余裕を持たせて

健康運 神経質になり過ぎないように。ゆっくり深呼吸

幸運の食べ物 春キャベツ

蠍座 10/24～11/22

全体運 味方の多いときです。1人で抱え込まずに相談を。良い知恵を貸してもらえます。特に年下の人の話はよく聞いて

健康運 運動量を増やして。筋力アップに最適

幸運の食べ物 ビワ

射手座 11/23～12/21

全体運 状況が変化しやすくなっています。うそをつくつもりはなくても結果としてできないこともあるので注意。慎重に

健康運 食事は抜かないように。生活リズムが大事

幸運の食べ物 メロン

山羊座 12/22～1/19

全体運 大きな成果が期待できる好調運です。かなり忙しくなりそうですから効率良く動くよう心掛けて。音楽鑑賞にツキ

健康運 グループで集まってする運動がお勧め

幸運の食べ物 フキ

水瓶座 1/20～2/18

全体運 やるべきことが山積み。無理なことは引き受けず、お断りするのも大事。優先順位を見極めて。下旬からは上昇運

健康運 腹八分目を心掛けバランス良く食べて

幸運の食べ物 シャコ

魚座 2/19～3/20

全体運 友人とのおしゃべりが楽しい好調運。ただだまされやすい要素もあるので詐欺電話には気を付けて。疑うことも大事

健康運 頭痛や発熱に備えて薬の準備を。歯科検診へ

幸運の食べ物 サントウサイ

5月

2日
9日
16日
21日
26～28日
31日子牛展示会
曾於地区全共一次予選会
総代会資料説明座談会
成牛セリ市
子牛セリ市
第21回通常総代会行事
予定表

6月

1日
21日
27～29日子牛展示会
成牛セリ市
子牛セリ市

※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13回経営管理委員会・理事会(令和4年2月22日)
協議事項

- 第1(1)号議案 令和3年度米穀(普通期米)の共同計算収支決算について
- 第2(2)号議案 令和3年度 監査代替的調査 発見事項の対応状況調査について
- 第3(3)号議案 令和3年度 県常例検査回答書について
- 第4(4)号議案 職員給与規程の一部変更について
- 第5(5)号議案 表彰制度の運用について
- 第6(6)号議案 令和4年度借入金の最高限度額について
- 第7(7)号議案 令和4年度貸付金の額と利率の最高限度について
- 第8(8)号議案 令和4年度余裕金運用について
- 第9(9)号議案 令和4年度内部監査計画書について
- 第10(10)号議案 令和4年度1月末実績検討書について
- 第11(11)号議案 令和4年度固定資産取得(施設整備)計画について
- 第12(12)号議案 令和4年度および第11次中期3か年計画答申について
- 第13(13)号議案 農業生産法人有限会社いちはる農園有明代表取締役社長の任期延長および推薦について

第1回経営管理委員会・理事会(令和4年3月30日)
協議事項

- 第1(1)号議案 「当組合におけるリスク評価書」の定例改正について
- 第2(2)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の締結について
- 第3(3)号議案 畜産委員の選任について
- 第4(4)号議案 令和3年度不祥事未然防止対策取組状況(第4四半期)について
- 第5(5)号議案 令和3年度内部統制システム基本方針運用状況進捗管理表(第4四半期)について
- 第6(6)号議案 令和3年度コンプライアンス実践報告書について
- 第7(7)号議案 令和4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8(8)号議案 令和4年度コンプライアンス実践計画書について
- 第9(9)号議案 令和4年度農協推進員大会について
- 第10(10)号議案 第21回通常総代会資料説明座談会の開催について
- 第11(11)号議案 自己改革取組宣言について(総代会資料)
- 第12(12)号議案 第21回通常総代会提出議案について
- 第13(13)号議案 令和3年度における会計手続きについて
- 第14(14)号議案 令和3年度 決算報告書について

※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