

ふあ～みん Farming

作る人・食べる人をつなぐ! JA 兵庫南の元気生活応援マガジン

1

2024
No.298



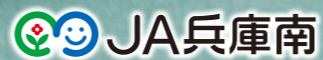
2 新年のご挨拶

3 特集 みんなで応援 日本の食卓を守る 国消国産

4 四季旬菜 レタス

6 トピックス 環境創造型農業の推進方針策定

15 今月の作物 堆肥づくり



🏠
おうちごはんを
応援します

旬を楽しむお手軽レシピ



水分代謝
を活発に

旬の農産物を使った、お手軽レシピをご紹介します。
さらに、同じ食材に少しのアレンジを加えて、風味の違いを楽しみましょう。



海の香りが大地の旨味を引き立てる レタスを美味しく食べるバーニャカウダ

- 材 料/4人分
- レタス……………1玉
 - 彩り野菜(パプリカ、二十日大根など)……………適宜
- ソース(出来上がり100g分程度)
- ニンニク……………3かけ
 - 牛乳……………100ml
 - 水……………200ml
 - アンチョビペースト(またはイカの塩辛など)……………30g
 - オリーブオイル……………40g

作り方

- ① ニンニクは皮をむいて薄切りにし、牛乳と水を入れた小鍋で弱火で30分茹でる(ニンニクの香りが強くていい場合は10分ほどで良い)。ニンニクをざるに上げ、牛乳と水は捨てる。
- ② ①のニンニク、アンチョビペーストを潰しながら混ぜ、オリーブオイルを少しずつ加えてよくかき混ぜる(ハンドミキサーなどで混ぜても良い)。
- ③ レタスをザクザクと切り、彩り野菜と盛り付け、②のソースをつけていただく。ソースはそのまま食べても、温めながら食べても良い。

デリシャスPoint

淡白なレタスにこそ合う、コク深いソース

らくらく!味変化 たっぷりレタスのグラタン

家族で食べればレタス1玉がペロッとなくなる、簡単・ヘルシーなグラタンです。

材料(1人分)

- レタス…1/4玉
- 加熱用チーズ…20g程度
- バーニャカウダ…小さじ1

作り方

- ① グラタン皿にレタスを隙間なく並べ、チーズをかける。
- ② 200度のオーブンまたはオーブントースターで7~8分程度焼き、焦げ目がついたら出来上がり。バーニャカウダをかけていただく。



坂本 佳奈先生

食育・料理研究家。料理研究家の坂本廣子さんの長女で、神戸市東灘区でキッチンスタジオを主宰。体感型の食育教育や食文化を研究している。

地元のお米・野菜がそろう ふあ～みんSHOP・にじいろふあ～みん

- | | | | |
|---|---|--|--|
| ふあ～みんSHOP魚住
住 明石市魚住町錦が丘4丁目11-5
電 (078)947-1515
営 午前9時～午後4時
休 日曜・祝日 | ふあ～みんSHOPかんき
住 加古川市東神吉町神吉1012-1
電 (079)434-2201
営 午前9時～午後5時
休 火曜 | ふあ～みんSHOP播磨
住 加古郡播磨町南野添3丁目6-6
電 (079)437-3835
営 午前9時～午後3時
休 日曜・祝日 | ふあ～みんSHOPいなみ
住 加古郡稲美町国岡3丁目21-3
電 (079)497-0222
営 午前7時～午後5時
※土曜のみ午前9時～午後5時
休 第1水曜 |
| ふあ～みんSHOP二見
住 明石市二見町東二見210-1
電 (078)942-1927
営 午前9時～午後4時
休 日曜・祝日 | ふあ～みんSHOP八幡
住 加古川市八幡町船町20
電 (079)438-9595
営 午前9時～午後5時
休 水曜 | ふあ～みんSHOP高砂
住 高砂市伊保1丁目4-1
電 (079)447-8877
営 午前9時～午後4時
休 日曜・祝日 | にじいろふあ～みん
住 加古郡稲美町六分一 1179-224
電 (079)495-7716
営 午前9時～午後6時
休 第1水曜 |

営業日・時間等は変更の場合があります。詳しくはJA兵庫南のホームページをご覧ください。

LINE LINE

JA兵庫南各直売所のイベント情報などを配信!

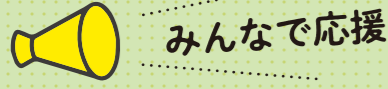
Instagram

地元農産物や料理レシピなどお役立ち情報を配信!

あおぞらふあ～みん

JA兵庫南の公式通販サイトで、新鮮な農産物や加工品をお届けします!





日本の食卓を守る

食料を生み出す農家と、それを食べる皆さんが力を合わせて目指すのが「国消国産」です。
日本の食卓を守るため、みんなで「国消国産」に挑戦しましょう。

国消国産

国消国産ってなあに？

国内で消費する食料は、できるだけ国内で生産しようというのが「国消国産」です。これは、日本の食料自給率を引き上げることにつながる大切な取り組みです。

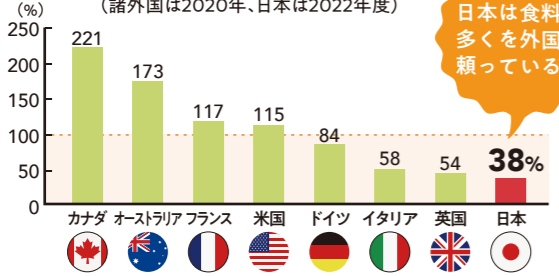
なぜ「国消国産」が必要なの？

理由1 低い「食料自給率」

皆さんが食べている物の中で、日本で作られた(穫れた)物がどれくらいあるかを示したのが「食料自給率」です。これをカロリーベースで表すと、日本は38%で、残り62%は外国の食べ物に頼っています。そして、このままずっと安定して外国から買えるとは限りません。

食料自給率(カロリーベース)の比較

出典:農林水産省(諸外国は2020年、日本は2022年度)



日本は食料の多くを外国に頼っている！

国の面積が広大なカナダやオーストラリアでは、国民が消費する以上の食料を作っています。

理由3 世界的な異常気象

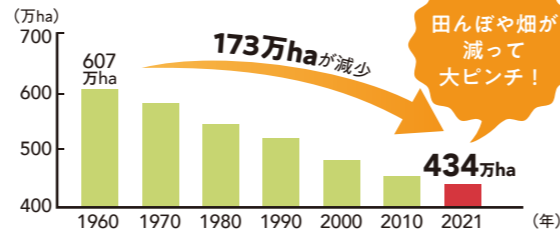
世界的な異常気象で台風や大雨、地震、津波などによる被害が増えています。日本が多くの食料を買っている米国、中国、豪州、タイ、カナダなどでも、自然が引き起こすさまざまな問題によって、農業にたくさんの被害が出ています。



理由2 減少する田畑

日本では農業で生活している人が毎年5万人以上減っています。しかも、農家の約70%が65歳以上です。また、この60年間で田んぼや畑も激減しており、今後の日本の生産力を考える上での課題となっています。

農地面積の推移



田んぼや畑が減って大ピンチ！

1960年には607万haあった農地が、2021年には434万haと約3割近く、減ってしまいました。

理由4 世界人口の増加

2023年の世界人口は約80億人ですが、2030年までに約85億人になると予想されています。でも今のところ、その人たちが食べるのに十分な農作物を作るのは、難しいとされています。



今、私たちにできること

日本は2030年度までに食料自給率を45%まで引き上げようとしています。その中で私たちにできるのは、国内で作った(穫れた)米や肉、魚、野菜、果物などをみんなでもっと食べて、応援して、日本の農業や農村を元気にしていくことです。「国消国産」について、ぜひ皆さんも家族や友達と話し合ってみてください。



兵庫南農業協同組合
代表理事 組合長

中村 良祐

新年あけましておめでとうございます。組合員の皆さまにおかれましては、ご健勝にて新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。今年もどうぞよろしくお願いたします。

皆さまのおかげをもちまして、令和5年度事業も会社3社を含め、概ね順調に推移し、計画を上回る経常利益を確保できる見通しです。

さて、今年6月の通常国会で1999年の制定以来初となる、食料・農業・農村基本法の改正が審議されます。国の安定は、国民へ安心安全な食料を安定して供給することが大前提です。JAグループでは食料安全保障の強化に向けた対策を「基本農政確立全国大会」などを開催し、政府に要望しています。

国内では農業者が減少していく中、再生産可能な所得の確保のため、適正な価格形成の実現と国民理解の醸成・行動の変容が重要と考えます。農業者だけが農業所得の増大と言っても、加工業者、流通業者、そして何より、消費者である国民の理解が醸成されなければ、適正な価格は実現されません。食料システム全体で、適正な取引が推進される仕組みづくりを要請しています。

ぜひ、組合員の皆さまには適正な価格形成へのご理解と、国産農畜産物の消費拡大に向けた「国消国産」の実践をよろしくお願いたします。

また、JA兵庫南では環境創造型農業の取り組みの推進方針を策定いたしました。昨年は、稲美町の3つの営農組合において各3反ずつ、無農薬・化学肥料なしを目標とする米作りを始めていただきました。今年度は、低価格な地元産米肥料の実証試験を、加古川市の3つの営農組合にお願しています。他にも、規格外チーズを活用した肥料の効用検証の継続や、新たに初級堆肥の製造などにも取り組んでまいります。

そして、一昨年から始めました地域活性化に向けた取り組みのひとつである「組合員出産祝い金」の申請が、昨年11月末時点で580名(580万円)となりました。このうち新たに組合員としてご加入いただいた方は、219名です。組合員ご家族の誕生を心よりお祝いたします。

今年も「JAがあつてよかった」と評価していただけるJAを目指して、役員一同取り組んでまいります。組合員の皆さまにおかれましては、なお、一層のご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。結びに、組合員、ご家族皆さまのご健勝と、ご多幸を祈念申し上げまして、新年のご挨拶といたします。

令和6年元旦

代表理事組合長	中村 良祐
代表理事専務	野村 隆幸
常務理事	青木 計樹
常務理事	大西 秀人
理事	増田 謙
理事	田中 真洋
理事	荻野 俊明
理事	松本 嘉太郎
理事	大路 茂義
理事	岸本 昇一
理事	荻内 智
理事	本岡 壯一
理事	大西 久介
理事	田中 幸和
理事	丸山 良作
理事	貴傳 名得博
理事	前田 恵一
代表取締役専務	野村 隆幸
代表取締役専務	小柴 慎一
代表取締役専務	高田 雅之
代表取締役専務	中村 良祐
代表取締役専務	本岡 康幸
代表取締役専務	大西 正彦
代表取締役専務	山本 義信
代表取締役専務	小山 清明
代表取締役専務	中森 均
代表取締役専務	松本 宏
代表取締役専務	北野 益生
代表取締役専務	庄司 茂
代表取締役専務	中村 光博
代表取締役専務	植田 雅代
代表取締役専務	佐野 裕美
代表取締役専務	福壽 実
代表取締役専務	上田 正人
代表取締役専務	稲岡 幸作
代表取締役専務	藤原 修実
代表取締役専務	北原 豊茂
代表取締役専務	橋本 敏彦

株式会社JAオーサポートサービス

代表取締役専務	野村 隆幸
代表取締役専務	小柴 慎一
代表取締役専務	大西 秀人
代表取締役専務	谷池 正春

職員一同



就農のきっかけ

克己さん：両親が施設栽培をしていて、農家を継ぐために早期退職しました。今年で、就農して16年目かな？私は新しい品目をやってみるのが好きでね、就農當時もチャレンジしていました。上手くいくはずがないんですが、新規就農で上手くいかない言い訳にしたかったのかもしれない（笑）。

直さん：私も会社に勤めながら、休日などに親父の手伝いをしていました。冬野菜の値段が下がるなど、農業経営に大きな影響が



あったことを知り、収入を補えるような品目、やったことのない作物を栽培してみたいと、農業の研究センターに通いました。

レタスについて

直さん：一般的には葉の巻きがふんわりとして、軽いものが良いとされますが、しっかりとした巻きのレタスはシャキシャキとした食感がおいしく、好みなかなと思います。ふあくみんSHOPへ出荷するものは、統一した規格ではないので、お客さまが固さや大きさなども自由に選べるとう

2人なら、倍以上の力になる

明石市

レタス

はしもと かつみ なお
橋本 克己さん・直さん

農家を継ぐために早期退職した父・橋本克己さんと同様に、会社勤めから就農した息子の直さん。会社員当時は、父の作業を手伝い、栽培についてもよく話をしていました。冬野菜の値下がりなど、父が直面する現状から就農を決め、レタス、キャベツ、スイートコーンなど、多品目を家族で力を合わせて出荷しています。



が良いですよ。うちでは、サツとダシにくぐらせて、ポン酢やごまだれで食べる「レタスシャブシャブ」にすることが多いです。

栽培ごよみ

直さん：レタスは栽培期間が短く、秋と春の二期作が出来ます。秋作は、夏に播種し、気温が高いため、外で育苗をしています。定植は、9月中旬から下旬です。生長期は畝に散水ホースを置いて水やりをし、ある程度まで育ったら、谷水（*）を取っています。水は葉の状態を見やります。

レタスは中心から新しい芽が出てきて、巻いていくので、中が傷んでいても、外からは分かりません。だから、収穫適期を逃さないようにしています。

天候が毎年違い、同じようにしても毎年、結果が違ってきます。農業は「毎年、毎日、勉強中」です。**克己さん**：どの野菜もそうですが、虫や病気に注意し、生育に合わせた作業が必要です。野菜が喋ってくれば良いのですが、様子

をよく見るのが大切です。防除の履歴や天候など、栽培データも取っていますが、野菜は「こないし」とつたら、ええ」はないですね。

*畝の谷部分を水で満たすこと

収穫期間

直さん：秋作は10月中旬から1月下旬くらいまで、春作は3月下旬から5月初旬くらいまで収穫しています。出荷は、ふあくみんSHOP魚住・二見、にじいろふあくみんです。

親子での作業

直さん：私は就農した当初から、親父と一緒にやっていたと思うってました。1人でやるのと、作業のはかどり方が全然違います。前日に話をして、2人で作業の分担を決めています。

克己さん：お互いがお互いに合わせなあかん。1人でやるより、2人でやる方が倍以上の力になります。たまに息子が所要でおらん時などは、心細さも感じます（笑）。いると作業が進み、気持ちの上でもラクになります。

秋の味覚を使ってクッキング

JA兵庫南は、管内の小学4年生から6年生の児童を対象とした「ちゃぐりんスクール」を開催。10月に児童らが収穫した、米とサツマイモを使った料理に挑戦しました。新入職員も補助を務め、児童らは食材を洗い、切るなどの料理の手順を確認しながら、サツマイモご飯や味噌汁などを作っていました。参加した児童の一人は、「美味しかった。家でも作りたい」と話していました。

11月18日



島さんが「JA青年の主張」最優秀賞を受賞

兵庫県農協青年部協議会が令和5年度JA青壮年部交流会を開催し、「JA青年の主張」の部で、JA兵庫南青壮年部の島幸生さんが最優秀賞を受賞しました。「『なぜ?』を考えなくなったのはいつからだろう。」と題し、青壮年部の活動や日々の作業について、特に疑問を持たずにやっていたことに気づき、新たな気持ちで試行錯誤しながら取り組んでいく姿勢を発表しました。

11月7日



島さん(下段の右から3番目)

加古川市内のお肉屋さんが大集結

加古川河川敷特設会場で、「ジャパンビーフフェスティバル」が開催され、JA兵庫南も出店しました。加古川食肉センターの設立150周年を記念したイベントで、牛肉産業の活性化が目的の一つ。JA兵庫南のブースでは、LINEを活用した食べ歩きキャンペーンを実施しました。他ブースで3アイテム飲食すると、地元産のコシヒカリ「鹿児島の華米」や「加古川和牛」などの試食ができるとあって、長い行列となりました。

11月3日、4日



環境創造型農業の推進方針策定

JA兵庫南は理事会において、環境創造型農業に向けた推進方針を策定しました。10月31日
みどりの食料システム戦略やSDGsに対応した持続可能な農業が求められる中、積極的に環境創造型農業を推進していくことを宣言したものです。方針では、みどりの食料システム戦略に対応した取り組み課題「①CO2ゼロエミッション化②化学合成農業の削減③化学肥料の削減④環境創造型農業の拡大」を掲げています。令和5年度には、3つの営農組合の協力や、稲美町、加古川農業改良普及センターの指導により、除草剤を使わない水稲栽培に挑戦しました。今後は、稲美町と連携して、学校給食向けのお米を有機栽培にすることを目指しています。中村良祐組合長は、「農業発展には環境創造型農業を視野に入れることが不可欠。JAとして、生物多様性や環境に配慮した安全・安心な農産物を消費者に届けるという使命を実践していきたい」と話していました。

交流と自然を楽しむ秋のウォーキング大会

JA兵庫南女性会と、稲美ブロックのふれあい委員会が「ふれあいウォーキング」を開催、約200名が参加しました。秋晴れの中、参加者らは営農総合支援センターを出発し、いなみ野水辺の里公園を回る5kmのコースを楽しく歩きました。ウォーキング後には、管内の特産品が当たる「大抽選会」も実施。参加者の一人は、「たくさんの方と交流ができ、楽しかった。自然を満喫できた」と笑顔で話していました。

11月24日



ヒンメリで知るJA兵庫南の取り組み

にじいろふぁ～みんでヒンメリの展示が行われました。麦わらに糸を通し、多面体を繋ぎ合わせて吊るすヒンメリは、クリスマス飾りや幸運のお守りとされています。JA兵庫南管内は、麦茶などの原料となる六条大麦の生産地で、農福連携の取り組みにより、茎部分(麦わら)でヒンメリなどを作る商品を展開しています。特産品や農福連携、地域資源の活用周知を目的に、約70基が飾られ、見る人を和ませました。

11月16日



パンジーが彩るにじいろふぁ～みん8周年祭

にじいろふぁ～みんが8周年を迎え、日ごろのご愛顧に感謝を込めて、「8周年祭」を開催しました。店内はお買い得商品を求めるお客さまでにぎわいました。恒例のふぁ～みんくんフラワーアートは、地元の花弁農家が栽培したパンジーを1,720株使って、仕上げた力作。今年は、幸せを願って花を振りまくふぁ～みんくんをイメージしたデザインで、写真を撮る家族連れ姿も多く見られました。

11月17日～19日



にじいろふぁ～みん限定「合格祈願米」

にじいろふぁ～みんで「合格祈願米」の販売が始まりました。学問の神様として有名な、菅原道真を主祭神とする天満神社で、ブランド米「万葉の香」(品種:コシヒカリ)に祈願しました。中村良祐組合長、にじいろふぁ～みん店長の安積浩司ら役員5名が列席。「合格祈願米」は、パッケージに「ふぁ～みんくん」と絵馬が描かれ、1パック(450g)500円(税込)で3月下旬まで販売しています。(売り切れの場合はご容赦ください)

11月2日



総代研修会開催—環境創造型農業への思い新たに

11月18日



JA兵庫南は組合員の運営参画や協同組合理念への理解を深めることを目的に、「令和5年度総代研修会」を開催しました。JA兵庫南女性会・曾根シスターズによるコーラスで幕を開け、総代やJA利用者懇談会委員ら421名が参加しました。稲美営農経済センターの松田浩典職員が、管内の環境創造型農業の事例を発表し、日本コウノトリの会代表・佐竹節夫氏が「コウノトリ野生復帰を目指すもの」と題して、但馬地区でのコウノトリ復活の取り組みや生物多様性について講演しました。参加者らは熱心に聞き入り、地域ぐるみの環境活動に広げる苦勞についてなどの質問がありました。中村良祐組合長は、「今後も環境創造型農業の推進に積極的に取り組んでいく」と話していました。

多くの人で賑わった農機大展示会

JA兵庫南の農機センターで、「農機大展示会」が行われました。トラクターや草刈り機など、様々な農業機械を間近で見ることができ、各メーカーの担当者から直接、説明を受けられるとあって、毎回好評です。購入コストが抑えられる中古品の販売もあり、多くの来場者でにぎわいました。また、融資課の職員が、農業に関する資金をバックアップする商品の説明をするなど、総合事業を活かした連携も行われ、農業経営のサポート強化に取り組みました。

11月17日、18日



清掃活動で目指すより良いまちづくり

JA兵庫南の荒井支店ふれあい委員会が、地域の清掃活動を行いました。三好党委員長を中心としたメンバーらが長年、続けている活動で、SDGsの目標の1つである「住み続けられるまちづくり」を目指しています。支店職員とともに、山陽電鉄高砂駅や荒井駅周辺に落ちていた空き缶やタバコの吸い殻などを集め、45ℓのゴミ袋を14袋分、回収しました。山本裕司支店長は、「ふれあい委員とともに、少しでも地域の美化に繋がれば嬉しい」と話していました。

11月7日



健康身知るべ HEALTH

ノロウイルスに気をつけよう



ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。健康な方は軽症で回復しますが、子どもやお年寄りなどでは重症化したり、吐物を誤って気道に詰まらせて死亡することがあります。

ノロウイルスの特徴

感染経路

- ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝などを食べて感染
- 感染した人の便やおう吐物からの感染
- 家庭や施設などでの飛沫などによる感染



潜伏期間

- 感染から発症まで24～48時間

主な症状

- 吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続きます。
- 感染しても症状のない場合や、軽い風邪のような症状のことがあります。
※乳幼児や高齢者は、おう吐物を吸い込むことで肺炎や窒息を起こすこともあります。



参考

厚生労働省リーフレット「冬は特にご注意！ノロウイルスによる食中毒」
厚生労働省ホームページ「ノロウイルスに関するQ&A」

予防のためにできること

感染対策

- 流水、せっけんによる手洗いを行いましょう。
- 貝類を調理する際は十分に(中心部が85℃～90℃で90秒以上)加熱してください。
- おう吐物、下痢便、おむつなどをすばやく適切に処理しましょう(マスクやガウン、手袋などを着用)。
- 食器、環境、リネン類などを十分に消毒しましょう。

自分で作る消毒液

「次亜塩素酸ナトリウム」を所定の量の水で薄めて「塩素消毒液」を作ります。なお、次亜塩素酸ナトリウムを含む、家庭用の塩素系漂白剤でも代用できます。
※濃度によって効果が異なりますので、正しく計りましょう。
※必ず製品の「使用上の注意」をよく確認して使用してください。

用途	食器、カーテン、床などの消毒や拭き取り		おう吐物、おむつ、拭き取ったペーパー類の廃棄(袋の中で廃棄物を浸す)		
	製品の濃度	液の量	水の量	液の量	水の量
	12%	5ml	3L	25ml	3L
	6%	10ml	3L	50ml	3L
	1%	60ml	3L	300ml	3L

[JA兵庫厚生連]

暮らしのアドバイス LIFE

消費生活編

転売チケットに関するトラブルにご注意!



転売チケットに関するトラブルが増加しています。

【事例】

コンサートのチケットをインターネットで購入しようと思い、アーティスト名で検索し一番上に表示されたサイトにアクセスした。画面に制限時間が表示されたので焦って申し込み、チケット2枚の代金5万円をクレジットカードで支払った。後になってこのサイトが海外のチケット転売仲介サイトで、公式のチケット販売サイトよりもはるかに高い価格で購入してしまったと知った。公式サイトには、「転売チケットでは入場できない」と記載されていた。解約したいが、転売仲介サイトの規約にはキャンセルできないとある。何とかならないか。

【解説】

チケット転売仲介サイトとは、チケットを売りたい人と買いたい人の売買を仲介するサイトです。検索ワードに応じて上位に表示された広告を、公式のチケット販売サイトと勘違い

して購入するケースが多く見られますが、高額な代金を支払って購入しても、興行主がチケット転売を禁止し、本人確認を厳格にしている場合は、入場できないことになります。

一方で、転売仲介サイトで購入したチケットを解約しようとしても、規約で「チケットが届かなかつたり、実際に入場できなかったりした場合以外の解約はできない」などと定められている場合は、事前のキャンセルは困難です。トラブルを避けるため、チケットは必ず興行主の販売サイトなど正規の販売ルートから購入するようにしましょう。

他方、興行主の同意のない有償譲渡を禁止する旨が券面に明示され、座席指定などがなされたチケット(特定興行入場券)を、興行主の事前同意を得ずに業として販売価格を超える価格で転売してしまった場合、自らがチケット不正転売禁止法違反の罪に問われる場合があります。絶対にチケットの転売はせず、チケットを譲りたい場合は、公式のリセールサービスを利用するようにしましょう。

(国民生活センター相談情報部 岡島睦美)

今までもこれからも

SDGsと
JA兵庫南の事業 ⑩



SDGsと相性が良いJAの事業。農と地域に密着した取り組みをご紹介します。

農産物直売所(ふぁ～みんSHOP各店、にじいろふぁ～みん)

JA兵庫南には8店舗の農産物直売所があり、地元産のおいしいお米や新鮮な野菜を販売しています。また、惣菜などの加工食品や各地の農産物も取り扱っています。



買い物風景



お米売り場

開店前

ふぁ～みんSHOPは、委託販売方式です。業者を介さず、生産者自身が品目や大きさ、入り数などを自由に決め、値段を付けて農産物を販売しています。小さな規模で栽培している生産者も出荷することができ、生産量が少なくあまり流通していない野菜や地域の特産品なども並びます。

ふぁ～みんSHOPは、生産者が中心となって運営しています。生産者で構成された「運営協議会」で、店舗の方向性を決め、イベントの企画を立てるなどしています。



運営協議会



エダマメ収穫体験

農家さんによる出張食育授業



給食用の作物



授業の様子

ふぁ～みんSHOPの中には、旬の農産物を学校給食用に提供している店舗もあります。児童らは地元で採れた農産物を口にし、生産者と交流することで「食を支える「農」について学んでいます。

ここがポイント!

地元で生産されたものを地元で消費する、「地産地消」。直売所では、地元で採れたさまざまな農産物を出荷する生産者と、新鮮さや食の安心・安全を求める消費者をつなぎ、地域の農業や経済、食文化を守る役割を担っています。

青壮年部の

私が育てる○○です!

イチゴ



就農のきっかけ

兼業ですが、祖母の農地で父と一緒に米作りをしていました。農業研修で、軟弱野菜やトマトなど、一通りの作物を学ぶうち、イチゴが性に合っていると、就農しました。



息抜き

たくさんの動物を飼っています。どの子もめっちゃめっちゃかわいいですね。世話や飼育ケージのメンテナンスをすることが、息抜きになります。

これから

農福連携に興味があります。障がい者と一緒に仕事をして、農業を覚えてもらい、将来的には就農するという道筋を作れたらと思っています。

仕事へのこだわり

「頑張り過ぎない」かな? 農業はやることが非常に多く、きりがありません。子どもに「お父さんと一緒に遊んだ記憶がない」と、言われるのは寂しいので、日曜日は作業を休むなど、メリハリのある仕事をしています。

イチゴについて

イチゴは花芽を確認して、9月中旬～下旬にかけて定植をします。高設栽培で1日2回、5分ほど灌水する際に、薄い肥料を混ぜています。非常に水はけの良い土なので、過湿にはなりません。イチゴの実は12月下旬頃に付き始め、気温が低いとゆっくりと完熟します。ハウス栽培で1～2月の採れたてをぜひ味わってほしいです。



生産者

山口 堅司さん

JA からののお知らせ INFORMATION

忘れずに申告・申請を!
税務署からのご案内

●申告書・申請書等の提出先の変更について

加古川税務署では、令和5年7月10日より申告書・申請書等の提出先を変更しています。画面により提出する場合は、以下の【申告書等のご送付先】に直接送付してください。また、便利なスマホ申告・電子申告(e-Tax)も是非ご利用ください。

【申告書等のご送付先】
〒661-8523 尼崎市若王寺3丁目11番46号
大阪国税局業務センター阪神分室



●インボイス(適格請求書)発行事業者は消費税の申告が必要になります

令和5年10月1日以後、インボイス(適格請求書)発行事業者になると、基準期間の課税売上高が1,000万円以下であっても、消費税の申告が必要です。確定申告には、「税率別消費税額計算表」(8%と10%の税率の異なるごとに区分して合計することにより作成)の提出が必要です。



お問い合わせ 加古川税務署 ☎(079)421-2951

JAの

知って役立つ お金の話

Vol.10 セルフメディケーション税制について

セルフメディケーション税制(特定の医薬品購入額の所得控除制度)では、健康の維持増進及び疾病予防の取り組みで、定期健康診断や予防接種を受けるなどを行った個人が、ドラッグストアなどでスイッチOTC医薬品(※)を購入し、一世帯当たり年間12,000円を超えた額(88,000円を限度)を控除の対象としています。ただし、医療費控除とは選択適用となります。対象医薬品の外箱にはセルフメディケーション税制が適用できることを示すマークがあるほか、購入時のレシートでも確認は可能です。詳しくは厚生労働省のホームページでご確認下さい。

※スイッチOTC医薬品:医療用から転用された医薬品

識別マーク
セルフメディケーション
税 控除 対象



相続・遺言・贈与などお気軽にご相談ください(無料個別相談)
資産相談プラザ/明石市魚住町西岡500-2
☎(078)948-3715(水曜・祝日定休日)
トータルアドバイザー(高野・平山・松川)

子どもと一緒に楽しむ KIDS

大切な役割があります



季節の草花や生き物、農業や食べ物のこと。一緒に楽しく学びませんか。レンコンの特徴ともいえる穴。じつは、生きるために欠かせない役割をしています。



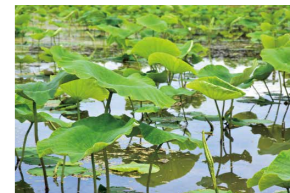
問題 レンコンの穴は、何をするためのものでしょう。

- ① 水に浮かぶため
- ② 水分をとるため
- ③ 息をするため



解説

レンコンは穴が空いていることで、「見通しが良い」と縁起を担ぎ、お正月のお節料理にも欠かせない食材です。私たちが食べている部分は、地下茎が大きくなったもの。泥の中で育つレンコンは、水面の葉から茎を通して空気を取り込み、穴は通気口の役割をしています。ちなみに、穴は真ん中に1個、その周りにだいたい9個あります。



お米で健康!

風邪のときにはおかゆがおすすめ



風邪の症状は人それぞれですが、風邪のときにお勧めなのが定番のおかゆです。おかゆにどんなパワーがあるのか見てみましょう。



おかゆのGOOD!ポイント

消化吸収しやすい

最大の長所は消化しやすくエネルギー源になること。回復に必要なエネルギーを胃腸の負担も少なく吸収できます。

飲み込みやすく、水分が取れる

風邪症状が喉の痛みに現れた場合、食欲はあっても飲み込むのがつらいことで食事が取れなくなってしまいます。おかゆは程よい粘度があり軟らかいため、喉の通りが比較的スムーズで飲み込みやすい形状となっています。水を飲むのもつらいときでも、おかゆが食べられるなら、水分摂取ができます。

食事時間を短縮できる

軟らかいため食べやすく、食事時間を短縮することで頭痛や倦怠(けんたい)感のある風邪のときの体力的な負担を和らげます。



エネルギー源、タンパク源になる

お米の栄養素は主に炭水化物ですが、お米にもタンパク質が含まれています。食べられそうなら、食材をいろいろ混ぜておかゆだけでは不足しがちな栄養素を付加して、少しでも栄養バランスを整えることができます。卵をプラスするとさらに体内で効率的にタンパク質を合成することができます。



回復に合わせて徐々にご飯に戻すことができる

水分量や加熱時間によって硬さが調節できるので、症状に合わせて食べやすく作ることができます。回復するにつれて徐々に普通のご飯に近づけていき、胃腸の動きも無理なく元に戻すことができます。

炊飯器で作れて調理が簡単

体調が悪いときには、できるだけ簡単に調理したいですし、長時間立っているのもつらいものです。おかゆなら炊飯器にお米と分量の水を加えてスイッチオンするだけで手軽な上、出来上がるまで休めることが可能です。火を使わないので、安全に調理ができて安心です。



管理栄養士・フードスタイリスト 大槻 万須美

相談日のお知らせ

親身なアドバイザーがしっかりサポート 要申 要事前申し込み

税務相談会 要申

魚住地区 2月21日(水)午前10時～午後4時 魚住支店 ☎(078)947-2323
 二見地区 2月9日(金)午後1時～4時 二見支店 ☎(078)942-1924
 播磨地区 2月15日(木)午前10時～正午 播磨支店 ☎(079)435-1591
 加古川地区 2月21日(水)午後1時～3時 加古川支店 ☎(079)422-3401
 稲美地区 2月6日(火)午後1時30分～ 天満支店 ☎(079)492-0048
 高砂地区 2月6日(火)午前9時～ 伊保支店 ☎(079)447-0824

年金相談会 (先着6名) 要申

2月10日(土) 午前9時～正午 かんき支店 ☎(079)434-2200
 2月14日(水) 午後1時～4時 高砂西支店 ☎(079)448-0001

相続遺言個別相談会 要申

2月11日(日) 午前10時～ JA兵庫南本店 ☎(078)948-3715
 2月13日(火) 午前10時～ 魚住支店 ☎(078)947-2323

相続遺言セミナー (先着10名) 要申

個別相談も受け付けています。
 2月25日(日) 午前10時～11時30分 トータルサポートセンター ☎(078)948-3715

遺言個別相談会 要申

2月20日(火) 午前10時～ 加古支店 ☎(079)492-1121

ローン相談会

2月10日(土) 午前9時～正午 魚住支店、二見支店、播磨支店、かんき支店、神野支店、加古川北支店、しかた支店、天満支店、母里支店、伊保支店、荒井支店、高砂西支店、米田支店

介護相談

ケアマネージャーによる介護のご相談は随時行っております。
 平日 午前9時～午後5時 ふぁ～みん介護センター ☎(079)447-0660

不動産相談 要申

専門スタッフによる不動産に関する無料個別相談を行っております。
 平日 午前9時～午後5時 ㈱加古川産業会館 JA不動産情報センター 加古川店 ☎(079)424-1387

終活相談会 要申

専門スタッフによる終活に関する無料個別相談
 2月6日(火) 午前10時～午後3時 (株)加古川産業会館JAやすらぎ会館加古川 ☎(079)424-0038

ふぁ～みんデータ 令和5年11月末現在の協同の成果です

組合員数	64,402人	貸出金残高	1,815億8,023万円
うち正組合員	14,070人	長期共済保有高	8,040億8,356万円
うち准組合員	50,332人	購買品供給高	11億5,213万円
貯金残高	6,897億1,288万円	販売品販売高	16億5,936万円

理事会審議・報告事項 令和5年11月30日開催

- 稲美有線放送電柱路線撤去工事の契約について(案)
- 令和5年度上半期ディスクロージャー誌について
- 令和5年度産米の集荷の状況について
- 令和6年度農薬年度の価格改定について

他24件

令和5年11月7日～令和6年3月31日 城崎温泉 **あさぎり荘 冬の味覚カニ会席**

大満足!ズワイガニ2杯分を堪能

JA組合員宿泊割引券(A券)ご利用で右記価格から大人お一人様**2,000円引!**
 ※その他割引券併用不可
 ※入湯税、入場料は別途料金
 ※JA組合員宿泊割引券(A券)の発行は最寄りのJA各店舗にお問い合わせください

大人お一人様 **31,900円～**
 [4名1室 1泊2食付]
 ◎土曜日・休前日は2,200円アップ
 ◎12月28日(木)～12月30日(土)は土曜日・休前日料金

空き室状況・ご予約はあさぎり荘へ **TEL:0796-32-2921** WEB予約は公式HPから

あさぎり荘ではお客様に安心してご利用いただけるよう衛生管理に取り組んでいます。

地元産材料で作る **手作り味噌に挑戦してみませんか?**

JA兵庫南管内で採れたお米「ヒノヒカリ」を原材料に、加古川市の高松清太夫老舗に米麴の製造を委託。大豆はもちろんJA兵庫南管内産で、品種は「サチユタカ」です。

日時 2024年2月20日(火) 2024年2月21日(水) 2024年2月22日(木)
 ①午前10時～ ②午後1時～ ③午後3時～

定員 各回10名程度(先着順)
 ※各回、味噌は70kgが限度のため、1名あたりの希望量が多ければ、定員を満たさず締め切る場合がございます。

作業内容 味噌玉を作る作業などをしていただきます。

料金 味噌5kgにつき4,250円
 ※当日の増減はできません。
 ※容器(5ℓ)が必要な方は、別途800円にて購入できます。

実施場所 JA兵庫南高砂経済センター内の味噌加工施設(高砂市松陽2丁目72-1)

申込期間 2024年1月19日(金)～2月2日(金)
 ※希望日時・数量を電話にてお申し込みください。

お問い合わせ・お申し込み **JA兵庫南 総務部 ふれあい広報課**
 ☎(079)424-1388(平日午前9時～午後5時)

旅たび倶楽部 **名園美と日本画の調和 島根「足立美術館」と松江鯛めし料理日帰り**

出発日 2024年3月22日(金) **旅行代金** お一人様 **15,800円(税込)**
募集人員 22名(最少催行人員15名) **添乗員** 同行いたします。
 ※お申込みは1月18日(木)午前9時～受付開始です。定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。

ポイント1 バスはお1人様2席利用 **ポイント2** 食事は全て一人用 **ポイント3** 食事はイス+テーブル

ツアー内容

7:20	7:50	JA稲美経済センター	JR加古川駅北側	加古川IC	高速道路
10:50/12:10	12:40/13:40	安来IC	足立美術館(入場)	味皆美ふじな亭	鯛めし料理の昼食
14:40/15:10		松江玉造IC	高速道路	蒜山高原SA	高速道路
17:30	18:00	JR加古川駅北側	JA稲美経済センター	加古川IC	

バス

お問い合わせ **JA兵庫南旅行センター ☎(079)424-1510**
Eメールアドレス/mailto:travel@ja-hyogominami.com
受付時間/月～金 午前9時～午後5時 土・日・祝日休み

※写真はイメージです

にじいろふぁ～みんで旬をいただきます!! **料理教室に参加しませんか?**

にじいろふぁ～みんのキッチンスタジオで旬の農産物を使った料理教室を開催します。ぜひお申し込みください。
 ※諸事情により中止する場合があります。

下記以外の教室を開催する場合があります。ホームページ、チラシをご確認ください。LINEでも配信中

(場所) にじいろふぁ～みんキッチンスタジオ(加古郡稲美町六分-1179-224) (当日の持ち物) ●エプロン ●三角巾 ●スリッパ ●筆記用具 ●水分補給の飲み物

寒い日に熱々シチューの食卓

講師: クッキングアドバイザー 川越 淳子
 日時: 2月6日(火)午前10時～午後1時30分
 定員: 12名
 参加費: 3,500円(税込)

発酵食品の極み手前味噌しませんか?
 ～手作り米味噌(出来上がり量約2kg)、発酵調味料を使用したお献立～

講師: KOKAGE工房 日本発酵文化協会認定発酵マイスター 発酵料理研究家 宝示 悦子
 日時: 2月26日(月)午前10時～午後1時30分
 定員: 12名 | 参加費 5,200円(税込)
 ※味噌持ち帰り用の容器(内容量約3kg)をご持参ください。

子供クッキング教室

ミートボールの甘酢煮・ワンタンと白菜のスープ・ミニチョコチップクッキー

講師: 一般社団法人キッチン *コミュニケーション協会会員 笠原 麻希
 日時: 2月10日(土)・2月11日(日)午前10時～午後12時30分
 定員: 各12名(対象:小学1年生～中学3年生)
 参加費: 2,000円(税込)

子供クッキング教室

おやつと朝食のエネルギー補給 スコーン(春にんじんで春いろ仕立て)& コフィチュール(りんご、バナナ)

講師: 料理家・栄養士・食育インストラクター 富川 美紀
 日時: 2月25日(日) 午前10時～正午
 定員: 12名(対象:小学1年生～6年生) | 参加費 2,000円(税込)

2月の料理教室のお問い合わせ・お申し込みは1月15日(月)からです。
 お問い合わせ・お申し込み **JA兵庫南 にじいろふぁ～みん事務所 担当:平島**
☎(079)495-7716 FAX(079)495-7733
 ※お電話でのお問い合わせ・お申し込みは平日(午前9時～午後5時)のみの対応となります。
 ※当日、参加者の定員(最少5名)が満たない場合は中止にします。

※料理教室の詳細は、にじいろふぁ～みん・各ふぁ～みんSHOPに備え付けのチラシをご覧ください。また、JA兵庫南ホームページでもご案内しています。
 JA兵庫南ホームページへは、http://www.ja-hyogominami.com/eino/nijiro_farming.htmlまたは、右のコードからアクセスできます。
 ※FAXでのお申し込みの場合、折り返し確認のご連絡をさせていただきます。

12星座占い 1月

- ♏ 蠍座** [10.24～11.22生まれ] コミュニケーション運が活発化。あなたに間に合えば問題は解決へ。情報収集をしっかり冷静に対応しよう
- ♎ 天秤座** [9.23～10.23生まれ] 家族や家の中のことを後回しにしないように。身の回りのことを優先させれば危険を回避できます。掃除は丁寧に
- ♍ 乙女座** [8.23～9.22生まれ] 好調です。本気を見れば状況を変えられます。諦めずにチャレンジを。新年会やパーティへの出席が吉
- ♌ 獅子座** [7.23～8.22生まれ] もう少しで状況が変わります。面倒なことでも手を抜かずに進めることが大切です。人との交流が開運のきっかけに
- ♋ 蟹座** [6.22～7.22生まれ] 吉凶混雑ながら華やかな運氣。気持ちを上手に切り替えポジティブ思考でいきましょう。吉運が強まります
- ♊ 双子座** [5.21～6.21生まれ] 一進一退のままならない運氣。急がずいつものペースを保つよう心がけましょう。下旬は作業も予定も挽回可能です
- ♉ 牡牛座** [4.20～5.20生まれ] 活気があります。華やかなことにツキがあるので遊びに行く計画を立てて。作業はスピードより正確を重視で
- ♈ 牡羊座** [3.21～4.19生まれ] ピンチが接近中です。警戒を怠らないう。いつもより慎重に行動することで危険を減らせます。下旬からは上昇運

つくってみよう! 今月の作物

堆肥づくり

土壌の生産力=地力に大きく関わる堆肥。動植物が微生物の働きで発酵・分解されたもので、土壌の団粒構造をつくるなどして、野菜の生育をよくします。堆肥は市販のものが手軽ですが、自分でもつくれます。

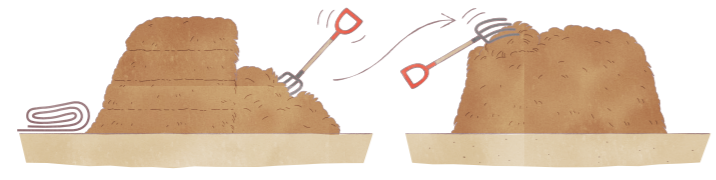
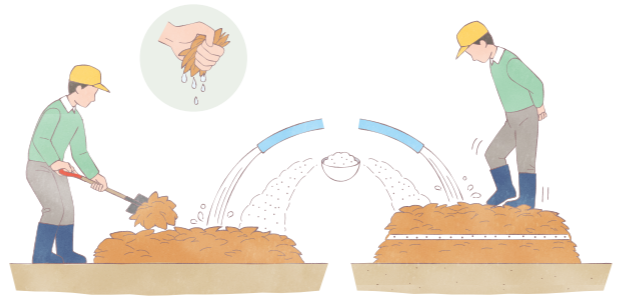
JA兵庫南では農産物直売所への出荷者を募集しています。また、家庭菜園など、園芸について分からないこと・困ったことの相談も承ります。お問い合わせは各営農経済センターへお寄せください。

- 明石播磨営農経済センター ☎(078)948-5380
- 加古川営農経済センター ☎(079)438-3930
- 稲美営農経済センター ☎(079)496-5135
- 高砂営農経済センター ☎(079)447-0881

※営業は月曜～金曜(午前9時～午後5時)、土曜・日曜・祝日は休み

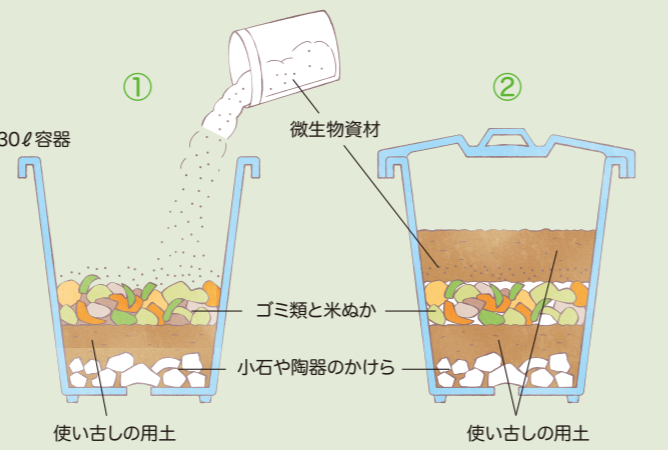
落ち葉堆肥のつくり方

- 1 材料を集める**
稲わらや落ち葉、乾草、枯れ草、家畜ふんなどの有機質資材を集めます。これらには微生物の餌となる糖類やタンパク質が含まれており、それをさまざまな微生物が食べて、分解することで堆肥ができあがります。
- 2 積み込み**
材料を30cmくらいの高さに積み、水と窒素源(米ぬか、油かす、硫酸、鶏ふんなど、有機質資材の重さ1～2%程度)を全体にまく。好適な水分量は材料を握り締めて水がしたたり落ちる程度。その上に同じように何層にも積み重ねて、踏み固めて1mくらいに積み上げる。
- 3 雨を避ける**
雨水で養分が流出しないよう、野外のときは雨よけシートで覆う。
- 4 積み直す**
腐熟が進んできたら、1か月に1回程度、2～3回繰り返して積み直す。中心部の材料を外へ、外側のものを内側へ積む。
- 5 完熟**
6か月～1年程度経ち、発酵が終わって、ポロポロに崩れ、完熟したらできあがり。



ご家庭で手軽にできる! 堆肥のつくり方

生け花の残りかすや落ち葉、剪定くず、庭の雑草など、通常はゴミとして捨てられているものの多くが活用できます。ただし、畑の産出物は病害虫の伝播のおそれがあるので、用いないようにします。家庭内の生ごみを活用する場合は、水をよく切り、悪臭や虫の発生を抑えるために、米ぬかをまぶすなどの注意が必要です。また、多量の塩分や油脂類が混入したものは使用を避けてください。なお、生ごみ堆肥は肥料効果が高く、施肥は通常の30～40%減にします。



- ①バケツ類を容器として、米ぬかや油かす、発酵を促す微生物資材を用いて、ゴミ類の分解を促す。
*釣鐘形のプラスチック容器(コンポスターなどの名称で販売)の場合は、土中20cm程度の深さまで埋める。
- ②容器がいっぱいになったら、蓋をして1ヵ月ほど熟成させる。

肥料・農薬 紹介コーナー
詳しくは各営農経済センターにお問い合わせください。



アヅミン
圃場に腐植酸を補給することで地力を向上させ、肥効アップや根張りを良くする効果を発揮します。アヅミン40kgで堆肥1t分の腐植酸を含みます。



牛糞堆肥(ニューコンポ)
牛糞におがくず等を混合して発酵させた土づくり肥料です。土をフカフカにして保水力、保肥力を高めます。

11月号の答え

フ	ユ	ウ	ガ	キ	ベ
ダ	ン	ソ	フ	ア	
イ	ン	ド	ア	タ	ル
ロ	ウ	タ	ゲ	ツ	
ハ	ム	マ	ジ	ツ	ク
ザ	ク	ロ	ユ	キ	
カ	ジ	ネ	ソ	ジ	ヨ

応募総数297人 正解者数295人

正解者の中から10名の方に抽選で特産品等をプレゼントします。当選は商品の発送をもって発表に代えさせていただきます。

編集後記

あけましておめでとうございます。さて、「つくってみよう! 今月の作物」は、初めての試み。なんと、作物じゃない!? じつは、冬に播種・定植する作物は少なく、ページをファイルされているとお便りから、過去号と同じ作物を掲載しづらい状況がありました。堆肥づくり、活用いただけたら、嬉しいなあ…。

の5文字を並べてできる言葉は何でしょうか?
ヒント: さあ、新年のスタートです。

1	7	10		17	20
2			15		
3			13		
	8	11		18	
4		12		19	21
5	9			16	
6			14		

応募要項

- ①クイズの答え、②氏名・年齢、③住所(郵便番号含む)・電話番号、④広報誌「ふぁ～みん」誌面へのご感想を明記して、下記の宛先までおはがきでお送りいただくか、下記のメールアドレスまでメール送信ください。
- 締め切り日/(はがきの場合)1月末日必着**
(メールの場合)1月末日受信のもの
- 【宛先】** 〒675-0066 加古川市加古川町寺家町621番地 JA兵庫南 ふぁ～みんクロスワードパズル係
- 【メールアドレス】** fureai@ja-hyogominami.com
(送信時、件名に「JA兵庫南ふぁ～みんクロスワードパズル係」と記入ください)

夕テのカギ

- ① 大学入学共通テストの理科の科目の1つ
- ④ キウイやポンカンが生産量が日本一の県
- ⑦ エッセーともいいます
- ⑨ かつお節や昆布で取ります
- ⑩ ガラガラとうがいをして洗うもの
- ⑪ ゆでた麺をざるにあげて行います
- ⑬ 大股の人は広めです
- ⑮ カメやカッパの背に付いています
- ⑯ ——や硯(すずり)を用意して書き初めをした
- ⑰ カラオケで楽しむもの
- ⑱ ——の計は元旦にあり
- ⑳ 旧暦1月の異称
- ㉑ 見張ること。——カメラ

ヨヨのカギ

- ① おせち料理にも使うニシンの卵巣の加工品
- ② 旅行前に —— ブックを買った
- ③ 俳人が名作を生み出した地に建てられていることも
- ⑤ 北を向いたとき西になる方向
- ⑥ 丁寧なうたとご飯です
- ⑧ 横綱を先導して土俵に上がります
- ⑫ セイウチの口からよきり
- ⑬ 農地 ——、道路交通 ——
- ⑭ DNAが含まれる体の設計図。 —— 操作
- ⑮ 猫が中で丸くなっているかも
- ⑯ 不要物を可燃、 ——、資源ごみに分別した
- ⑰ 彼女は —— を言わず彼を外に連れ出した
- ⑱ エレベーターの表示では「B」

みなみかぜ

- 松本勝さんが、とてもいい顔でした。写真うつりがとても素敵でした。サトイモ、食べたりしました。今度は信子さんの顔も見たいです。(加古川市 加藤さん)
- JA ご自宅へ、あうんの呼吸のお二人にお話を伺いました。圃場での撮影時では、ぜひ信子さんもお願ひしたいが、逃げられちゃいました(笑)。
- 四季旬菜の季節、サトイモ。サトイモを炊いて美味しかったら、本当にうれしいです。親イモを椀物に盛り付けていたおじいさんを思い出しました。
- JA 皆さん、サトイモに良い思い出があるようで、たくさんのお便りをいただきました。私の思い出は、山形出身の友達と多摩川で羊煮をしたことかな? いっぱい食べて、飲んで、笑い転げた1日でした。母親は里芋とイカとねぎで炊いていました。余った汁をご飯にかけるのも好き。(高砂市 熊野さん)
- JA あー…煮汁! おいしいですよ、ねえ!
- サトイモがあまり好きではないので、中東風ポテトサラダがさっぱりしていい、おいしかったです。(高砂市 山本さん)
- JA サトイモでサラダ? と思ったのですが、おいしかったです。お醤油を少し入れたので、「中東風、ちょっぴり和風なポテトサラダ」になりました(笑)。
- いつも楽しく拝読させていただいてます! 今回は農福連携の記事を興味深く読みました。福祉職員として働いているので、今後の参考にさせていただきます。

- ふぁ～みんの特集は、いつも時代の先端を行く内容です。今月は「農福連携」で、社会が合理的な考えで地域の人々が住みやすく、元気な生活が出来ると思えます。教えて頂き、心が豊かになります。四季旬菜、トピックス、今月の作物など、季節に応じた内容で、毎月楽しく拝読しています。(加古川市 赤澤さん)
- JA 12月号のトピックスに掲載していますが、農福連携研修会取材し、個人的な特徴を捉えて、それに応じた指示をするなど、さまざまな配慮が必要なんだなと改めて思いました。また、やりがいや作業する中で楽しさを見つけられるような環境を整えることも大切ですね。
- 子供と一緒に、いつもクイズを考えています。今月号は縄文時代の人が、ドングリを食べていたことに非常に驚いていました。(高砂市 小口さん)
- JA 現代と違って、食べ物を探取することに大半の時間を費やしていたのでは? と推測します。播磨町にある兵庫県立考古博物館では縄文時代の生活がよく分かります。
- つくってみよう! 今月の作物として、もかりやすくて重宝しています。見よう見まねで始めた「Goto Hatake」(笑)。タマネギ用のうねを作ったところに届いたふぁ～みん11月号。タイミングはぴったりで、ありがたーい! (稲美町 本岡さん)
- JA 皆さん、ページをファイルされていることが、こちらこそありがたーいです。
- お詫言 12月号P7「女性会会長の積極的な意見交換の記事内で記載した10月31日開催」は「1月31日開催」の誤りでした。お詫言して訂正いたします。

<p>★ 魚座 [2.19～3.20生まれ]</p> <p>良い風が吹いています。お誘いには乗っていきましょう。今まで気付かなかった新しい発見があるはず。会合につき</p>	<p>♋ 水瓶座 [1.20～2.18生まれ]</p> <p>じっくり時間をかけるのが正解です。気持ちがいいたら深呼吸を。落ち着きを保つのが成功の鍵。美術鑑賞につき</p>	<p>♈ 山羊座 [12.22～1.19生まれ]</p> <p>勢いがあります。計画を実行に移しましょう。会合では発言を。あなたの意見が好結果につながります。周りへの協力が吉</p>	<p>♏ 射手座 [11.23～12.21生まれ]</p> <p>あれもこれもと欲張ると收拾がつかなくなってしまうそう。あなたにとって大事なことを優先して。観劇につき</p>
---	---	--	--

