

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

Farming

ふあ～みん

10
2024

No.307

東播磨に息づく
ため池へでかけよう

p4

特集

p15

今月の作物
葉ダイコン

p6

トビックス

p2

四季旬菜
サツマイモ

特選品・志方いちじくが
初出荷

JA兵庫南



今月の食材は
サツマイモ

旬の食材で多国籍な1皿を

10月の味旅レシピ

旬の今こそ食べたい、JA兵庫南の農産物を毎月PICK UP!
食材に多国籍な風味を加えて、旅するような食卓を楽しみませんか。



教えるのは
松本 紗智先生

料理家。芦屋市を拠点に、ケータリング事業やイベント、教室等を運営。「日々の料理」を手軽に・見栄え良く作るコツやヒントを発信している。



日本風

サツマイモの自然な甘さと風味
サツマイモのあいすくりん

材料/2人分

- サツマイモ……………230g
(30gは彩り用)
- 生クリーム……………100g
- はちみつ……………30g
- シナモン……………適宜

作り方

- ① サツマイモは蒸して皮を剥き、保存用袋に入れて粗く潰す。(彩り用は皮を剥かずにおいておく)
- ② ①に生クリームとはちみつを加えてよく混ぜ、空気を抜いて、冷凍庫で3時間以上冷やし固める。
- ③ ②が冷えて固まったら、彩り用のサツマイモをさいの目切りにし、はちみつ、シナモンなどと一緒にあしらう。

こぼれ話

蒸したサツマイモは、熱いうちに保存袋に入れて揉むと潰しやすいです。一方、しっかり冷やすとでんぷんが吸着するので、きれいにさいの目切りができます。用途によって使い分けてみましょう。



フランス風

甘さと酸味がベストマッチ
サツマイモと彩野菜のエチューベ

材料/4人分

- サツマイモ……………200g
- ニンジン……………80g
- 黄パプリカ……………1/2個
- 紫タマネギ……………1/2個

調味料(A)

- オリーブオイル…大さじ3
- 白ワインビネガー…大さじ1
- 白ワイン……………1/2カップ
- はちみつ……………大さじ1
- 塩……………小さじ1/2
- レモン(半月切り)…1/4
- ローリエ……………1枚

作り方

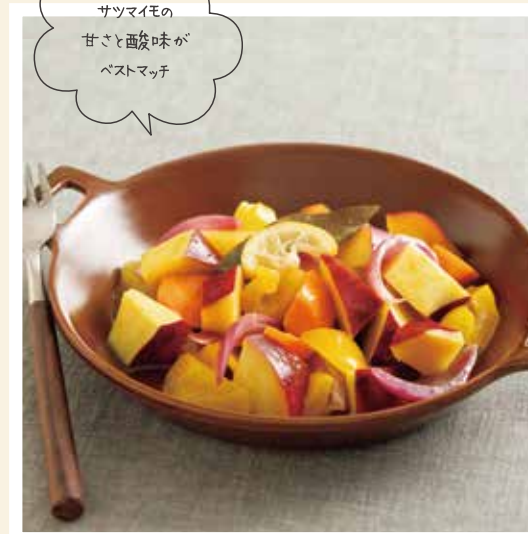
- ① サツマイモは食べやすい大きさに乱切りにし、水にさらしてザルにあげておく。
- ② ニンジン、黄パプリカも乱切り、紫タマネギは1cm幅のくし切りにしておく。
- ③ 厚手の蓋付き鍋に(A)を入れ、①②の野菜も加えて全体に調味料を絡め、蓋をして火にかける。
※白ワインビネガーはリンゴ酢などでも代用可
- ④ ③がクツクツと沸き始めたら、弱火に落として5分程度蒸し煮にし、野菜に火を通す。



こぼれ話

エチューベとはフランス語で「蒸し煮」の意味です。出来立てはほかほか美味しいですが、冷蔵庫で冷やしておけば常備野菜にもなります。

サツマイモの
甘さと酸味が
ベストマッチ



JA兵庫南HP

JA兵庫南の総合情報や
各事業についてはこちらから!



LINE

JA兵庫南各直売所の
イベント情報などを配信!



Instagram

地元農産物やレシピなど
お役立ち情報を配信!



Farming

2024年10月号(毎月1回15日発行) 通算307号 <https://www.ja-hyogominami.com/>
発行/兵庫南農業協同組合 〒675-0066 加古川市加古川町寺家町621番地 ☎(079)424-8001(代)





そんな時は、作業場などに集まって、車座で話をすることもあります。

サツマイモの栽培

サツマイモは、強い！水が少なくてもでき、肥料もそれほどいりません。植え付ける前に肥料を入れて、それ以降は追肥もしません。サツマイモは連作をすればするほど、良いものができるとも言われています。それくらい肥料の必要がない作物です。

ここのサツマイモは、5月21日



後列／橋本 克己・藤原 智・大中 健次・石井 義久・藤原 秀和
前列／田中 裕之・榎本 達夫・西海 邦雄・井筒 史郎・竹内 久司・科野 正明

サツマイモ

「楽しそうやったなあ」

ふぁ～みんSHOP魚住運営協議会

各ふぁ～みんSHOPでは、それぞれの生産者が値段を決め、バーコードを貼って出荷しています。こうした生産者の中から役員を選出して、店舗を運営していくのが運営協議会です。

ふぁ～みんSHOP魚住でも役員が中心となって、収穫体験や抽選会などのイベントを企画しています。また、売上状況やその時期に出荷される作物などから、店舗の方向性を決めています。会議は月に1回していますが、役員も生産者なので作業が忙しく時間が取れないこともあります。

運営協議会について



に明石市立清水小学校の2年生と役員とで、植え付けました。苗は立てて植えると、数が少なく、大きなサツマイモになっしまいいます。苗の下方、節3つぐらいが土の中に入るように、斜めに植えると、良い大きさのサツマイモがたくさんできます。

植えたのは「紅はるか」。早い時期に植えたので、試しに伸びてきたツルを切って、植えてみたのですが、ちゃんと生長しているので、強い品種のように思いますね。

水やりは活着するまでは、しっかりとします。サツマイモは、水やりをする必要がほとんどないのですが、葉っぱが「へにゃつ」となっていればやります。今年は雨が少なかったため、谷水^{たにずみ}を入れました。雑草も多くて、こんなに何度も草刈りをするとは思いませんでした。

おいしい食べ方(橋本さん)

サツマイモは収穫してすぐ食べるよりも、1か月くらい

置いておく方が、甘味が増します。風通しの良い、暗い場所がベスト！

焼きイモや大学イモなど、おいしい食べ方がたくさんあって、今はあんまりやらんかもしれないが、私は「蒸かしイモ」がオススメです。子どもの頃、おばあちゃんがよく作ってくれました。鍋の蓋を開けて、蒸し上がりの熱々のところに、塩をバツ！とかけらんです。よー見て、塩がたくさんかかっているやつを選んだましたね(笑)。濃い塩味とサツマイモの甘さ：そらおいしかったです。

これから

「植え付けや収穫体験など、一生懸命やる必要はない」なんて言う役員はいません。イベントをした後も「子供ら、楽しそうやったなあ」と思い出したら、笑い合っています。これからも、生産者だからできるようなイベントをやりたいですね。

取材 〇 明石市
2024年9月5日

地元のお米・野菜がそろふぁ～みんSHOP・にじいろふぁ～みん

ふぁ～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

ふぁ～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

ふぁ～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

ふぁ～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9時～午後5時
休 第1水曜

ふぁ～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

ふぁ～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

ふぁ～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

にじいろふぁ～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木曜

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。また、LINEやInstagramでも情報を配信しています。
※本誌裏表紙に各二次元コード掲載中!



ためになるため池の話

ため池には水を農地に流すために、堤体(堤防)を貫通する樋管が設けられています。かつては石や木をくり抜いた管でしたが、現在ではコンクリート製の管が使われています。水の量はゲート(水門)で調整し、大雨などでため池が満水状態になったときは、洪水吐で余分な水を安全に流しています。

堤体のしくみ

洪水吐(こうずいばけ)

ため池の余分な水を安全に流す施設です。堤体の一部を切り下げてつくっています。

堤体(ていたい)

水を通しにくい土(粘土)を締め固めてつくります。とくに水を通しにくい土をコア(はがね土)といいます。

取水施設(しゅすいしせつ)

ため池の水を流す装置を取水施設といいます。水門によって流す水の量が調整できます。

新井用水の起点



新井用水の途中には川の下をくぐる「逆サイフォン」や岩盤を削った水路などがあり、当時としては高度な土木技術が使われていました。また、高低差がほとんどなく、曲がりなどを巧みに利用して水を通しています。

- ふぁ～みんSHOP八幡から車で約4分
- ふぁ～みんSHOPかんきから車で約14分

東播磨に息づく

ため池でかけよう♪

東播磨は雨が少なく、河川の水を農業に利用することが難しい地域です。

先人たちは命の根源でもある水を確保するために、力を合わせ、人工的な貯水池「ため池」を造りました。

現在は憩いの場としても親しまれているため池。この秋、でかけてみませんか？

「東播磨ため池マップ」を持っていこう

ココにあります！

東播磨県民局(1Fロビー)、市・町担当部署、各ふぁ～みんSHOP・にじいろふぁ～みん



いなみ野ため池ミュージアム

<https://www.inamino-tameike-museum.com/>

市ノ池

高御位山を背に、鹿島神社のある阿弥陀町に位置します。北側の市ノ池公園には、温室や芝生広場、キャンプ場などを備えています。公園内には登山道もあり、ハイキングの休憩所としても利用されています。

- ふぁ～みんSHOP高砂から車で約10分
- ふぁ～みんSHOPかんきから車で約12分



大人も子どもも楽しめる

おすすめポイント！

- 池の周辺にはウッドデッキや東屋などがある
- 水面に映る四季折々の高御位山が美しい
- 公園内には大型遊具や砂場も！

寺田池

9世紀後半に造られたとされる、加古川市最大のため池。全国の「ため池百選」にも選ばれています。一角には「明神さん」と呼ばれる五社大明神の社があり、周辺には約3haの明神の森が広がっています。

※近隣に加古川総合文化センター駐車場(有料)があります。

- ふぁ～みんSHOPいなみから車で約8分
- にじいろふぁ～みんから車で約10分



明神の森でゆったりと森林浴！

おすすめポイント！

- 一周約1.5kmの遊歩道には展望デッキや東屋がある
- 秋から冬にかけては渡り鳥の休息地になる
- 「わがまち加古川70選」の選定地

大池

古宮組大庄屋今里傳兵衛は1656年、干ばつに苦しむ農民を見て、平松井堰(現在の加古川大堰)から大池まで、約14kmの新井用水(左ページ上部参照)を開削。のべ16万4千人の努力により、わずか1年余りで開通し、周辺の村々では日照りの害がほとんどなくなりました。

- ふぁ～みんSHOP播磨から車で約3分
- ふぁ～みんSHOP二見から車で約8分

山陽電車とのコラボレーション！



おすすめポイント！

- 新井用水の終点。いにしへの偉業に思いを馳せる
- 新井ゆかりの記念碑が集約！
- 播磨灘に近く、海鳥が見られるかも

加古大池

江戸時代に築造され、戦後、5つのため池を統合して現在の形になりました。兵庫県で一番大きなため池で、貯水面積は48.9ha、総貯水量は130万トン！周辺の農地295haを潤しています。

- ふぁ～みんSHOP八幡から車で約7分
- ふぁ～みんSHOPいなみから車で約9分
- にじいろふぁ～みんから車で約10分



知る人ぞ知る、夕日スポット

おすすめポイント！

- とにかく広い！
- ジョギングやウォーキングに最適
- カヌーやウインドサーフィンを楽しむ姿も
- 観察された野鳥はなんと88種！

17号池

1888年～1919年にかけての淡河川山田川疏水(現在の東播磨用水)工事により、いなみ野台地には水路から水を貯めるため池が多く築造されました。延長約17kmの岩岡支線には、1号から17号まで番号が振られた池(現在は埋め立てられたものもある)があり、その末端に位置するのが17号池です。

- ふぁ～みんSHOP魚住から車で約4分
- ふぁ～みんSHOP二見から車で約9分

水が道路下を通り逆サイフォンで池へ



おすすめポイント！

- 池を小さくし、元池底にグラウンド(予約要)や、誰もが安全に遊べる公園を造成！
- 周囲に昔の堤防が残る
- 高台にあり広々とした空間

プレゼント企画

ため池についてもっと知りたい方に参考図書「播磨のため池」をプレゼント！

応募方法はP14の「みなみかぜ」でチェック



参考文献
東播磨ため池歳時記、播磨のため池、いなみ野の
平成30年度播磨町郷土資料館特別展 今里傳兵衛と新井用水／播磨町郷土資料館
ため池／いなみ野ため池ミュージアム運営協議会運営事務局

手作りの蓮でご先祖さまをお迎え

JA兵庫南女性会・魚住支部では、「蓮の花作り教室」を開催しました。仏教のシンボリックな花である蓮を手作りし、お盆にご先祖さまをお迎えしようと10名が参加。紙コップを土台にして、美しい色花紙を貼り付け、鮮やかな蓮の花を作り上げました。参加者らは「きれいに出来た」「花びらが、開いているように貼り付けるのが難しい」など、それぞれの出来栄に満足そうに感想を述べていました。



8月8日

汗もきらめく白熱のサッカー交流戦

JA兵庫南は、加古川運動公園陸上競技場で「JA兵庫南少年サッカー交流戦」を開催しました。交流戦には、チェント・ウォーレ・ハリマのジュニアチームやフーロールFC、平岡FCが参加。選手らは夏の日差しの中、元気いっぱいプレーしました。開会の挨拶では、野村隆幸組合長が、「日頃の練習成果を存分に出し、頑張ってください」とエールを送り、JA兵庫南のロゴ入りボールとふぁ～みん麦茶を寄贈しました。



8月18日

ちゃぐりんスクールで和牛体験ツアーを開催

JA兵庫南は「第15期ちゃぐりんスクール」の第2回目、「加古川和牛体験ツアー」を開催。牛の肥育から食肉加工、食卓に並ぶまでを学びました。加古川食肉センターでは、吊るされた大きな枝肉を前に、スクール生らは驚きの声をあげ、牧場では、肥育されている牛を見学しました。昼食には、加古川和牛の特別メニューを感謝しながらいただき、スクール生らは、「加古川和牛のことを学べ、楽しかった」と笑顔で話していました。



8月1日

特選品・志方いちじくが初出荷

志方町の特産品である「志方いちじく」の初出荷が行われました。志方町では1960年代からイチジクの生産が始まり、現在は「JA兵庫南志方いちじく部会」の6人が出荷を担っています。この日、生産者らは早朝から収穫作業を開始。選別、パック詰めしたイチジクを、集出荷加工施設に持ち寄りました。加古川経済センターの平川冬木主任は、「今年は糖度が高く、順調な出来栄」と話していました。



8月9日

利用者懇談会で知るJA兵庫南

JA兵庫南は、「令和6年度利用者懇談会」の第2回目を開催しました。26名の委員が参加し、ふぁ～みんグリーンや稲美カントリーエレベーター、農機センターを見学。営農経済事業についての説明を受けました。意見交換会では、施設の規模や機器類に大きな感心が寄せられ、委員の一人は「専門の農家でないと、利用できないものだと思っていた。家庭菜園で使う肥料や農機具のことなども相談してみたい」と話していました。



8月8日

研修で米穀検査の向上を図る

JAグループ兵庫穀類検査協議会は営農総合支援センターで、「令和6年度米穀検査程度統一会」を実施しました。米の地場検査前に、検査精度の向上を図ることが目的で、JA兵庫南や近隣JAの農産物検査員、計27名が参加。例年からの改正点などを中心に、適正な品位官位鑑定の実施について研修を受けました。米麦施設課の堀内計宏副課長は「今年も公平かつ誠実に、適正な検査をしていく」と意気込みを語りました。



8月23日

真心伝える窓口対応研修を実施

JA兵庫南本店で、「窓口対応スキルアップ研修」を実施しました。対人関係を主体的に、より良く築ける人材の育成が目的。33人の職員が参加し、職員としての役割や接客対応、声の出し方などを実践しながら学びました。講師の櫻井悦子さんは「職員一人ひとりが真心を伝える接客をする。笑顔で明るくハキハキとした対応が大切」と呼び掛け、参加した職員は、「先生のお話が興味深く、楽しく学べた」と感想を話していました。



8月7日

製造現場から考える六条大麦の商品開発

兵庫県立農業高等学校・食品科学科の2年生37人が、キング醸造(株)の工場を見学しました。「日の出」ブランドで知られる同社では、稲美町産にこだわった六条大麦を原料とする焼酎「六条の雫」や「六条大麦のあまざけ」を製造・販売しています。同校は、JA兵庫南と六条大麦の商品開発などで協力関係にあり、今後の参考になればと、見学が実現しました。



8月5日

JA兵庫南が贈る夏の思い出と学び

荒井支店は、「ふれあい夏祭り」を開催し、くじ引きやスーパーボールすくいなどを出店しました。支店のふれあい委員や職員が、地域住民と交流をする場として、毎年行っています。来店した親子は、「子供たちがとても楽しそう。夏休みの良い思い出になった」と話していました。

高砂西支店ふれあい委員会は、「高砂西縁日」を行いました。日頃のご愛顧に感謝を込めて、縁日チケットを配布。来店者らはヨーヨーすくいや抽選会などを楽しみ、ポップコーンやかき氷がふるまわれました。ふれあい委員長の長谷川巧さんは「地域の方々とふれあえる機会。皆さんと楽しい時間を過ごせた」と話していました。

加古川支店は、「夏休み親子金融教室」を開催しました。地域貢献活動の一環で、兵庫県金融広報委員会・金融広報アドバイザーの中野任基さんを講師に迎え、お金の役割や大切さを学びました。また参加者らは、レプリカで1億円の重さを体験し、一般には公開されていない支店の端末機やATMの裏側などの見学もしました。



8月7日

荒井支店



8月8日

高砂西支店



8月24日

加古川支店

施設野菜の研鑽を表彰

稲美町ハウス園芸組合が、「第60回稲美町施設野菜経営立毛共進会表彰式」を開催しました。審査の対象となるのは、施設野菜の栽培管理や環境への配慮などで、受賞者は以下の通り—稲美町長賞・中村将司、加古川農林水産振興事務所長賞・坂田将、加古川農業改良普及センター所長賞・小山博嗣、兵庫南農業協同組合長賞・飯塚寛如、稲美町農業委員会長賞・大村信介、神果神戸青果(株)社長賞・梅本良昭、稲美町ハウス園芸組合長賞・福岡信明(敬称略)



8月6日

土づくり資材の講習を実施

JA兵庫南は「土づくり資材講習会」を実施。各メーカーの講習に営農渉外職員15人が参加しました。昨今、気象変動や地力の低下から、収量・品質の低下、生育のバラツキなどが拡大しています。水稻栽培においては、生育初期に土づくり資材を適正に投入することが、単収の向上につながります。参加した職員の一は「各資材に期待できる効果を理解し、生産者さんへしっかりと提案をしたい」と、意欲的に話していました。



8月5日

乳がん検診を受けましょう

閉経前に多い日本女性の乳がん

乳がんは、日本では戦後急激に増加、年間約9万7千人が発病し、1万4千人が命を落としています。日本女性は欧米と異なり閉経前の乳がんが多く、40代後半に最も頻度が高くなっています。20代、30代でかかることも珍しくない、家庭や社会の働き盛りを襲う疾患です。特に、肥満傾向、初潮が早く閉経が遅い(月経期間が長い)、初めての妊娠・出産が遅い、出産回数や授乳経験が少ない、乳がんの家族歴がある、良性乳腺疾患の既往がある、などの特徴を持つ人がかかりやすい傾向にあります。

先進国で最低の検診受診率

マンモグラフィによる乳がん検診によって、乳がん死亡率を減らすことが科学的に証明されています。多くの先進国では、マンモグラフィによる乳がん検診が推奨されていて、アメリカやイギリス、フランスでは50代から70代の女性の約70%以上がマンモグラフィを受診しています。一方、日本では、40歳以上のマンモグラフィによる乳がん検診の受診率は45%程度。これは先進国で最低の数字です。検診受診率が低いため早期発見が遅れ、先進国で唯一、乳がん死亡率が増加し続けています。

40歳以上の女性は最低でも2年に1回検診を

マンモグラフィは、乳房を片方ずつ、X線フィルムを入れた台と透明なプラスチックの板で挟んで、乳房を平らにして撮影します。マンモグラフィで発見される乳がんの70%以上は早期がん、乳房温存手術を受けることができます。もしも、検診で「要精密検査」という結果が出たら、精密検査を必ず受けましょう。乳がん検診後でも、しこりに触れた場合は、乳腺科や乳腺外来など、乳房疾患の診療を専門とする医師を受診しましょう。

マンモグラフィ検査



参考

国立研究開発法人国立がん研究センター「がん情報サービス(がん種別統計情報・乳房)」

厚生労働省研究班監修 女性の健康推進室ヘルスケアラボ「乳がん」「乳がん検診」

厚生労働省第39回がん検診のあり方に関する検討会「がん検診の国際比較 乳がん検診」

【JA兵庫厚生連】

栽培の
コツ

キャベツ

育苗は種まき用の培土を使って

キャベツの播種は7月頃からしています。品種ごとに時期をずらし、セルトレーで1か月ほど育苗してから定植します。種まき用の培土を使って、育苗中はアオムシなどの害虫に注意しています。

キャベツは「結球」という、特殊な育ち方をします。最初は葉が円形に広がっていき、中心から葉が次々と出てきます。葉のサイズが大きくなるにつれて、重なるように中心が丸まっていきます。

収穫は11月頃から始まります。その日に収穫する品種を決め、畝を回りながら、大きくなっているものを選んで刈り取ります。キャベツを少し傾けて、包丁でザクッと切るのですが、この作業が私は割と好きですね(笑)。

POINT

育苗中はアオムシに要注意



私の愛用品 使い捨てゴム手袋

キャベツや軟弱野菜の収穫、どんな作業でも使っています。特にトマトには灰汁があり、手が汚れます。手がきれいなままで、気持ちよく作業をしたいので(笑)。感覚が伝わりやすい、ぴったりしたものを選び、作業によってはこのゴム手袋の上から軍手をつけることもあります。



梅本聖也さん

JA からのお知らせ

金守墓地 永代供養墓
「やすらぎの郷」ご予約承り中

永代供養で永遠に続く安心を。生前予約承ります。

- 継承者がいなくても管理者が永代にわたり供養致します。
- 子どもの負担を減らせます。
- 宗教・宗派に関係なく入れます。
- 春・秋のお彼岸には合同供養実施(参加自由)。

永代供養墓 永代使用料 永代管理料

特別価格 **25万円**(税込)
1名から最高4名まで一般価格27万円

石碑 **12万円**(税込)~
4種類の石碑からお選びいただけます。



※特別価格はJA兵庫南組合員様・やすらぎ会会員様限定価格です。 ※①ご契約開始(生前にご家族でご契約)②最後の方の納骨(最高4名まで、最後の方の納骨から32年(33回忌)間経過していただきます)③永代供養(ご遺骨は合同供養墓へ合祀します) ※現地見学完全予約制(お客様のご案内をスムーズに行うため、完全予約制となっております)

まずはお気軽にお電話でご予約ください

株加古川産業会館JA石材センター／加古川市平岡町高畑297-12
☎0120-140-870(午前9時~午後6時・水曜定休)

vol.07

知って役立つ
お金の話

iDeCoと個人年金共済

11月30日は「イミライ」にちなんで、「年金の日」とされました。今回は、皆さまの行く末が「いい未来」になるよう、「iDeCo」と「個人年金共済」をご紹介します。

- **iDeCo(個人型確定拠出年金)**…国民年金や厚生年金などの公的年金とは別給付となる私的年金制度の一つ。
- **個人年金共済(保険)**…将来の年金を自身で準備するための共済(保険)。「公的年金とは別に年金給付を受けることができる」という点ではiDeCoと同じ。

	メリット	デメリット
iDeCo	・積立時の掛金が全額所得から控除される ・運用時の利益が非課税等	・原則60歳まで引き出せない ・運用成果によっては元本を下回る等
個人年金共済	・安定した運用が期待できる ・保険料が生命保険料控除の対象になる等	・大きく資産を増やすことには不向き ・早期の解約では返戻金が払込保険料を下回る等

老後資金、資産運用・形成についても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・松川・西尾・井ノ上)

暮らしのアドバイス

LIFE

年金編

60歳から65歳までの年金制度に加入していない方の請求

本事例の概要

- ①請求者 60代・女性Yさん
- ②傷病名 パーキンソン病
- ③認定結果 障害基礎年金2級

【請求手続き】

Yさんは、60歳を過ぎたあたりから右手右足に震えが生じ、定期受診をしていた内科にて相談をしました。その後、震えがひどくなり、歩行困難や箸での食事ができない等、生活に支障をきたすようになってきました。現在は階段の昇降はできず、外出は車いすや電動カートでの移動です。家の中での生活についても全般に介助を必要し、今後も病状の進行を予測されています。障害基礎年金の2級に該当しました。

【請求のポイント】

障害基礎年金は日本国内に住んでおり、60歳以上65歳未満(年金制度に加入していない期間)の間に障害の原因となっ

た病気やケガの初診日があり、保険料の納付要件を満たしている方も対象となります。納付要件については60歳となり、被保険者資格を喪失した日からさかのぼって3分の2要件又は直近1年要件で判断します。

Yさんは以前、厚生年金を掛けたこともありますが、60歳まで、ご主人の扶養家族として国民年金第3号被保険者で加入していたため、納付要件は問題なく請求ができました。

障害年金の請求は迅速な対応が必要です。障害年金の請求は原則65歳までとなりますし、請求が遅れば遅れるほど、時効により給付金が減る可能性もあります。

障害年金を受取るには、①初診日②納付要件③一定以上の障害状態のいずれにも該当しなければなりません。まずは請求できるか相談されてはいかがでしょうか。



情報提供者 年金サポートセンター兵庫南

社会保険労務士 倉谷 和秀(JA兵庫南顧問) ☎(079)427-4678



相談日のお知らせ

アドバイザーが親身にサポート！金融LINEはこちら▶



税務相談会

※要事前申し込み

魚住地区 11月20日(水)午前10時～午後4時 魚住支店 ☎(078)947-2323
二見地区 11月8日(金)午後1時～4時 二見支店 ☎(078)942-1924
播磨地区 11月15日(金)午前10時～正午 播磨支店 ☎(079)435-1591
加古川地区 11月20日(水)午後1時～3時 加古川支店 ☎(079)422-3401
稲美地区 11月5日(火)午後1時30分～ 天満支店 ☎(079)492-0048
高砂地区 11月5日(火)午前9時～ 高砂西支店 ☎(079)448-0001

年金相談会

(先着6名) ※要事前申し込み

11月9日(土) 午前9時～正午 米田支店 ☎(079)432-3728
11月13日(水) 午後1時～4時 加古川北支店 ☎(079)428-2153

相続遺言個別相談会

(先着4名) ※要事前申し込み

11月9日(土) 午前10時～午後4時30分
トータルサポートセンター ☎(078)948-3715
11月12日(火) 午前10時～午後4時30分
母里支店 ☎(079)495-0020
11月19日(火) 午前10時～午後4時30分
播磨支店 ☎(079)435-1591

相続遺言セミナー

(先着10名) ※要事前申し込み

個別相談も受け付けております。

11月23日(土) 午前10時～11時30分
JA兵庫南 本店 ☎(078)948-3715

ローン相談会

11月9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、加古支店、伊保支店、荒井支店、
高砂西支店、米田支店
11月14日(木) 午後5時～7時
加古川支店

介護相談

ケアマネ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

※要事前申し込み

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

※要事前申し込み

専門スタッフによる終活に関する無料個別相談を行っております。

11月11日(月) 午前10時～午後3時
㈱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6年8月末現在の協同の成果です

組合員数	64,898人	貸出金残高	1,822億5,724万円
うち正組合員	13,950人	長期共済保有高	7,813億8,144万円
うち准組合員	50,948人	購買品供給高	7億3,135万円
貯金残高	6,898億2,491万円	販売品販売高	10億7,107万円

理事会審議・報告事項

令和6年8月29日開催

- JA兵庫南支店効率化3ヶ年計画(令和6～8年度)について(案)
- 令和6年産米仮渡金について(案)
- 総代研修会の開催について
- SUGOJO総踊り大会について
- 営農経済事業の成長・効率化プログラムについて

他23件

ふぁ～みんSHOPいなみ
営業時間の変更のお知らせ

平素は、ふぁ～みんSHOPをご利用いただき、ありがとうございます。
このたび、令和6年10月1日(火)より「ふぁ～みんSHOPいなみ」の
営業時間を下記のとおり変更させていただきます。
長きにわたり、早朝よりご利用いただきありがとうございます。今後
とも、皆さまのご来店をお待ちしております。

ふぁ～みんSHOPいなみ営業時間

変更前	午前7時～午後5時(土曜日は午前9時～)
変更後	午前9時～午後5時

JA兵庫南 援農ボランティア募集!!

農作業で地域農業を応援するふぁ～みん援農隊になろう!

JA兵庫南では、地域農業を応援してくれる「援農ボランティア」を募
集しています。野菜に興味がある、農業を始めてみたい、体を動かし
たい方、農家さんが働く実際の現場で、様々な農作業を体験してみ
ませんか。

作業内容	野菜・果樹・花の栽培管理や収穫・出荷作業など
対 象	18歳以上の方で組合員または組合員家族 野菜に興味がある、農業を始めてみたい、体を動かしたい 方、ぜひご応募ください。
日 時	平日、土曜・日曜・祝日の午前9時～午後4時(時間相談可)
実施場所	各生産者の畑など
交通手段	各自、自家用車等で現地までお越しください。
持 ち 物	作業着、昼食、飲み物
応募方法	支店事業所に備え付け、もしくはホームページ(営農経済 部からのお知らせ)の申込書に必要事項を記入いただき、 各支店事業所にご提出ください。

応募にあたっての注意事項

※ボランティアにつき、賃金はお支払いしません。 ※万一の事故に備えボランティア共済
に加入します(JA負担)。 ※応募多数の場合は、抽選とさせていただきますのでご了承ください。
※ご応募いただいた方には、後日、事務局より詳細についてご連絡いたします。
※当応募にあたっては、暴力団、暴力団員、暴力団準構成員、暴力団関係者、総会屋その他の
反社会的勢力の方はお断り申し上げます。



お問い合わせ

JA兵庫南営農経済部アグリ支援課(平日午前9時～午後5時)

☎079(496)5788 FAX 079(492)8735



岡山いちご狩りと特別史跡旧閑谷学校
岡山旨いもん膳の昼食日帰り旅行!

出 発 日	2025年2月21日(金)	旅行代金	お一人様 13,800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。

お申し込みは10月21日(月)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。

ツ ア ー 内 容	8:50 JA稲美経済センター	9:20 JR加古川駅北側	加古川IC	—	高速道路	—
	—	和気IC	—	吉井農園(ハウス内いちご狩り)	—	西の屋菊ヶ峠店
	—	和気神社	—	特別史跡旧閑谷学校	—	備前IC
	—	高砂西支店	—	高砂西支店	—	高砂西支店
	—	高砂西支店	—	高砂西支店	—	高砂西支店

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



岡山旨いもん膳

※写真はイメージです



※写真はイメージです



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も
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

滋養たっぷり 晩秋の一汁三菜

講 師	ともクッキングサロン 新吉 友子
日 時	11月6日(水) 午前10時～午後1時30分
定 員	12名
参加費	3,200円(税込)

～簡単×美味しい×カラダ喜ぶ～ 健康美食=発酵料理

講 師	KOKAGE工房 予防栄養学アドバイザー 発酵料理研究家 宝示 悦子
日 時	11月14日(木)午前10時～午後1時30分
定 員	12名
参加費	3,500円(税込)

子供クッキング教室

焼き豚・春雨と三色野菜の牛肉だしスープ・
カスタードプディング

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	11月16日(土)・11月17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

芋・豆・野菜のクイズにチャレンジして美味しく食べよう
～ベジタブルソースエッグ・豆・野菜いろいろ食べるスープ～

講 師	料理家・栄養士・食育インストラクター 富川 美紀
日 時	11月23日(土)午前10時～正午
定 員	12名(対象:小学1年生～6年生)
参加費	2,300円(税込)

11月の料理教室のお問い合わせ・お申し込みは10月15日(火)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、https://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。



♋ 蠍座 [10.24～11.22生まれ]

上昇運です。難しいと思っていたことも少
しずつ進み始めます。諦めずに継続しま
しょう。買物にツキ

♎ 天秤座 [9.23～10.23生まれ]

パワフルに過ごせます。ただ周囲から頼り
にされて大変な面も。全力でやっても手が
回らないなら早めに説明を

♏ 乙女座 [8.23～9.22生まれ]

運勢は穏やか。やりたいことを始めまし
ょう。遠慮しないで積極的に発言を。迷った
ときは相談すると道が開けます

♌ 獅子座 [7.23～8.22生まれ]

あれもこれもと気持ちがせきそう。動く前
に状況整理を。冷静になればなんてことあ
りません。優先順位を見極めて

♋ 蟹座 [6.22～7.22生まれ]

家族との会話を大切に。何げない会話が
幸せを育みます。部屋の掃除は念入りに。
寝具のクリーニングにツキ

♊ 双子座 [5.21～6.21生まれ]

好運運です。レジャーの予定を立て遊び
に行きましょう。華やかなスポットが特
にお勧め。健康グッズの購入も吉

♉ 牡牛座 [4.20～5.20生まれ]

いつものペースを大切に。気になること
を残さないようにしていきましょう。技
術向上の学びにツキがあります

♈ 牡羊座 [3.21～4.19生まれ]

対人運が活性化。新しい風が吹いてくる
予感があります。柔軟な姿勢がチャン
スを生かす鍵。短気は禁物

12星
座
占い

10月



種まきから1～2か月で収穫

葉ダイコン

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

栽培特性

- 間引きした葉も利用できますが、葉を食べることを目的に栽培します。
- 葉の品質が良く、表面に毛が少なく、柔らかい品種が葉ダイコンに適しています。
- 青首ダイコンの各品種や地方品種も葉ダイコンに使えます。
- 漬け物、ごまあえ、炒め物におすすめです。

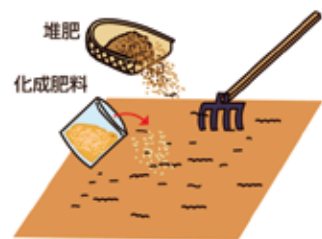
栽培カレンダー	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春どり栽培		●	●									
夏どり栽培					●	●						
秋どり栽培							●	●				
冬どり栽培									●	●		

● 種まき 〇 トンネル被覆 ■ 収穫

栽培方法

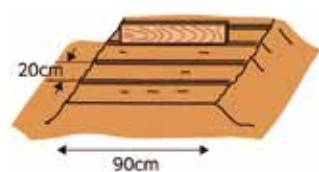
① 畑の準備

種まきの2週間前までに1㎡当たり苦土石灰200gをまき、よく耕し酸度を矯正しておきます。1週間前までに化成肥料100g程度と堆肥1kgを施し、土とよく混ぜておきます。その後、幅90cmの栽培床を作ります。

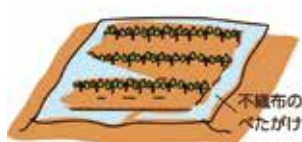


② 種まき

栽培床の長辺方向と直角に、20cm間隔に約1cmの厚さの板を使って、土を押してまき溝を作ります。



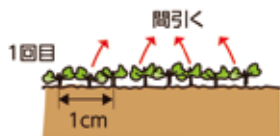
ここに1、2cm間隔に種をまき、種が隠れる程度に薄く土をかけます。発芽まで十分に灌水(かんすい)します。種まき後は、不織布のべたがけをして、幼苗を保護すると良いでしょう。



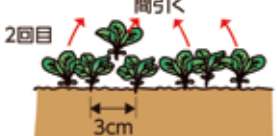
③ 間引き

発芽後3回に分けて間引きます。

1回目は本葉が開く頃、株間が1cm程度となるように成長の遅れた株、密になっている株を抜き取ります。



2回目は本葉3枚の頃、株間を3cm程度にします。



3回目に最終株間を5、6cmに間引きます。



④ 灌水

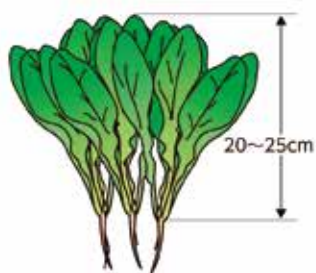
畑が極端に乾いていたら、水を株元にたっぷり与えましょう。

⑤ 害虫防除

小さい葉の食害は後になって目立ってきますので、種まき後すぐに、不織布のべたがけ、または網目の細かい防虫ネットでトンネル状に被覆して害虫の侵入を防ぎます。農薬では、アオムシ、コナガにはBT剤(トアロー水と剤CTなど)で防除します。

⑥ 収穫

草丈が20～25cmになったら、根を付けて抜き取ります。



8月号の答え

ト	コ	ロ	テ	ン
リ	コ	ビ	ン	ソ
ス	キ	ー	ダ	ウ
ウ	マ	ス	メ	ガ
	キ	ン	ト	ウ
ア	ユ		ア	メ
ロ	ウ	ヒ	タ	イ
エ	リ		ス	テ

応募総数394人 正解者数392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

以前からやりたかった、ため池企画。兵庫県東播磨県民局水辺地域づくり担当が、たまたま本店に来られたのは、「渡りに船」でした(笑)。ため池のある風景は、東播磨地域固有の財産です。個々のため池の魅力をお伝えするのは、誌面だけでは無理。ぜひぜひ、ご自身で確かめて！

の6文字を並べてできる言葉は何でしょうか？
ヒント：秋の祝日の一つです。

1	6		11		17	20
2			12	15		
	7	9				
3				16	18	
		10	13			
4	8			19	21	
5			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)10月末日必着
(メールの場合)10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)

夕デのカギ

- ① たき火やかまどにくべるもの
- ③ 葛根湯(かっこんとう)は——葉の一つです
- ⑥ 建物や壁に囲まれた小さな庭
- ⑧ 土の中で「ジュー」と鳴く虫
- ⑨ 印刷ではなく——のサイン
- ⑪ 将棋の駒で、表側に動物を表す漢字が入っているもの
- ⑬ ——心と秋の空？ それとも女心？
- ⑮ 海水と淡水が混じり合っている湖
- ⑰ アヒルの原種です
- ⑱ 勾玉(まがたま)のような形をした——ナッツ
- ⑳ パンダの好きな遊びの一つ。落ちないか心配
- ㉑ 近頃はセルフで済ませられるスーパーも増えました

ヨヨのカギ

- ① 香り高い高級キノコ
- ② 環境問題に世界——で取り組む
- ③ のどの——を覚えて水分を取った
- ④ 財布やスマホを入れます
- ⑤ 表ではありません
- ⑦ レインボートラウトとも呼ばれる魚
- ⑩ 古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました
- ⑫ 命を持つもののこと
- ⑭ パンガローやロッジより設備が充実しています
- ⑮ 港を示す地図記号はこの形
- ⑰ 富有、次郎、市田といえは
- ⑲ 地震のときに感じるもの

みなみかせ

みなさまからの便りをご紹介します

● 私は大阪市内より、この稲美町に住んで、10年以上経ちました。JAさんの事も、この地に住んでから知る事が出来て、大変良かったです。大竹雅彦様の農業が好きやからと言えるのが凄いです！と感じました。そういう方々のお陰で、美味しく野菜が食べられている事に感謝です。甘長トウガラシも早速買って調理したいです。
(稲美町 福田さん)

● 表紙の野菜、甘長トウガラシ、タマネギ、トマト、みんな栽培しているのですね、作ってみたいなら最高の一品でした。久しぶりに大竹さんの笑顔を拝見できて、良かったです。
(稲美町 堀田さん)

● JA 大竹さんとは、何かとお会いすることが多いのですが、どんなにパワーアップされているような気がします(笑)。在職中、今も農業と真摯に向き合っている姿、尊敬します。
(明石市 高橋さん)

● 今日買った物で、丸いピーマンしか見つからなくて、それでも大竹さんの甘長トウガラシにつられて買ってきました。ピーマン、キライなんです。どうして食べようかな！
(明石市 高橋さん)

● JA ふっふっふ…広報誌「ふぁ～みん」の作戦にハマりましたね？生産者さんのお顔や人となりを知ること、好きじゃない野菜も買ってしまおう！アレ？おいしい？…また買おう！
(加古川市 藤本さん)

● ベジタブルライフのコーナーで、今が旬のなが取り上げられていました。いつも簡単にできる焼きナスを作ることが多いのですが、今日は油との相性も良いそうなので、天ぷらにしてみようと思います。
(加古川市 藤本さん)

特集 プレゼント企画

参考図書「播磨のため池」を抽選で5名様にプレゼント！

応募方法／氏名・住所・電話番号を下記宛先にハガキ送付、またはメール送信ください。

宛先／〒675-0066 加古川市加古川町寺家町621番地 JA兵庫南 播磨のため池プレゼント係

Mail: fureai@ja-hyogominami.com

※メール送信時は、件名に「JA兵庫南 播磨のため池プレゼント係」と記入ください

締め切り／はがきの場合：10月末日必着、メールの場合：10月末日受信まで

● JA「天ぷら」という調理法を考えた人にも、お礼を言いたいくらい、ホントにどんな食材でもおいしくなりますよね。ナスの天ぷら、最高です。

● 毎月のクロスワードパズルは、楽しく解きます。答えを引き出すのに、時には百科辞典をみたり、今もシテンとハッキリ書けなくて辞典を出して書き直した普段は分からないまま過ぎてしまっているのが、パズルを解くと思うと、適当ではダメです。から、学生気分です。やっています。とても楽しい時間です。(加古川市 赤澤さん)

● JA 赤澤さん、目上の方に失礼かもしれませんが、なんてかわい子さんなんだろうと思いましたが、クロスワードパズルは、楽しみにしていただいている方もいます。

● 夫は家庭菜園1年生。初めてなので、ほとんどできないだろうと思いきや、きゅうり、トマト、ゴーヤ、茄子、オクラが上出来！でも、炎天下の農作業は厳しく、きゅうりは採り時を誤ると、アツという間に巨大になるし、オクラも固くなってしまいうし、農家の皆様の御苦労の一端を見たと思います。(宝塚市 佐藤さん)

● JA 夏場は、農家さんも休憩を取りながら作業されていますよ。佐藤さん、秋冬野菜も作ってみましょうか？害虫も少なくなる時期です！野菜はゆっくりと生長するので慌てることもありませんよ。

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。



JA兵庫南化成48号

園芸全般に使用可能なJA兵庫南の看板肥料。チッソ・リン酸・カリの割合が16-16-16の水平型で施肥設計がたやすいです。



プレバゾンフロアブル5

葉ダイコンのコナガ、ヨトウムシ対策に。害虫の摂食活動を速やかに停止し、作物への加害を食い止めます。※使用前にラベルをよくお読みいただき、記載以外には使用しないでください。

★ 魚座 [2.19～3.20生まれ]

先人の考えに触れれば得るものがたくさんあります。読書もお勧めです。先輩の意見も参考に。古都探訪にツキ

♊ 水瓶座 [1.20～2.18生まれ]

追い風が吹き状況に進展があります。その中で新しい課題も見えてくるでしょう。ポジティブ思考が吉と出ます

♈ 山羊座 [12.22～1.19生まれ]

運勢は荒れ模様。思い通りにならないことが多くありますが、明るい兆しも見えています。プレッシャーに目的に向かってまい進を

♏ 射手座 [11.23～12.21生まれ]

交友関係が活発化。一緒に頑張れる仲間が見つかりそう。セミナーや趣味の集まりへの参加も吉。落とし物には注意

12星座 占い

10月