

Farming

ふあ～みん

4
2025

No.313



JA兵庫南の新人紹介

p5
特集

農と食を身近に楽しむ
ちやぐりんスクール第16期生募集スタート!

p4
特集

p2
四季旬菜
イチゴ

p6
トピックス
防災・減災のために
管内自治体へ寄付

p15
今月の作物
キクイモ

平日は手早く、休日は手間をかけて



Daily旬レシピ

サッと調理をすませたい忙しい日も、初めての料理にじっくり挑戦したい日も。旬の食材を味わうレシピで、あなたの毎日に寄り添います。



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。

難易度
☆☆☆☆
レベル2
朝食にぴったり! 甘さ控えめ焼きプリン風
イチゴのクラフティ

材料/グラタン皿1つ分

- イチゴ……………6粒
- バター……………適宜
- 粉砂糖……………適宜
- 調味料(A)
- 牛乳……………1/4カップ
- 生クリーム…1/2カップ
- 卵……………2個
- グラニュー糖…大さじ1
- はちみつ……………小さじ2
- バニラオイル……………少々

作り方

- 1 イチゴはヘタを取り、縦半分にする。
- 2 (A)の材料をボウルに入れ、しっかり混ぜ合わせる。
- 3 グラタン皿にバターを塗り、②を流し入れてイチゴを散らし、180℃のオーブンで20分焼く。
- 4 焼きたてのクラフティに、茶漉しを使って粉砂糖を振る。



難易度
☆☆☆☆
レベル3
イチゴとバルサミコソース、2種の酸味が絡み合う
イチゴカマンベール

材料/2人分

- イチゴのコンフィチュール
- イチゴ……………10粒
- はちみつ……………大さじ2
- レモン汁……………大さじ1
- バルサミコソース
- 赤ワイン……………50cc
- バルサミコ酢……………25cc
- はちみつ……………大さじ2
- カマンベールチーズ…1つ
- ピスタチオ……………適宜
- ミント……………適宜
- バゲット……………適宜

作り方

- 1 はじめにイチゴのコンフィチュールを作る。ヘタを取ったイチゴ(大きければ縦半分にする)、はちみつ、レモン汁を耐熱容器に入れ、600wで2分レンジにかける。
- 2 次にバルサミコソースを作る。赤ワイン、バルサミコ酢、はちみつを小鍋に入れ、半量ほどになるまで煮詰めてとろみのあるソースにする。
- 3 カマンベールチーズは600wで2分ほどレンジにかける。
- 4 カマンベールチーズを器に盛り、①をたっぷり乗せ、②を回しかける。砕いたピスタチオやミントをあしらひ、切り分けてバゲットなどに乗せていただく。



Advice

バルサミコソースは冷めるとすぐに固まってしまうので、少し扱いづらいソースです。カマンベールチーズには食べる直前にかけてください。また、市販の「バルサミコクリーム」なら冷えても固まらないので、お好みでそちらを使用してもOKです。

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!



四季旬菜
JA兵庫南の生産者にインタビュー
VEGETABLES IN SEASON



イチゴについて

イチゴの品種は「おいCベリー」と「紅ほっぺ」。直売もしているので、お客さんとやり取りをする中で、人気がある品種を残した結果です。この2品種は実も大きく、万人に受ける食味だと思います。他にも白いイチゴを作りましたが、赤いイチゴと違って、よく見ないと、完熟が分からないんですよ(笑)。収穫時期



を見極めるのが難しかったですね。

土づくり

当初からイチゴを土耕栽培ですると決めていました。土の「緩衝力」というのかな？肥料が多すぎても少なすぎても、作物への影響を緩和してくれます。私のハウスは、もともと田んぼだったところに建てたので、堆肥や籾殻、わらなど、有機物を中心に、排水が良く・保水も良い、イチゴに適した土づくりを10年くらいしましたね。

栽培ごよみ

イチゴは親株から増やして定植します。7〜8月ごろにウイルスフリーの親株からのランナーをポットに受け、根付いたら切り取ります。根は湿り気のある土であれば、1週間くらいで出てきます。この第1子株から、同じように第2子株を作って、9月下旬から10月ごろに定植



お客さんが広げてくれた

よこやま だいち
横山ファーム 横山 大地さん



します。

以前は畝をすべて潰してから、もう一度畝を作っていました。ここ何年かはそのままにして、少し整える程度。私は畝を高く、50cmくらいにしています。しっかりと根を張った大きな株に育てたいのと、収穫などの作業がしやすくなるからです。株間は27cmくらいで、手で一つずつ植えています。元肥は油粕や魚粉などを、自分でブレンドして発酵させたものを使っています。

これから

直販をしたり、地方発送に対応したりは、お客さんが広げてくれました。これからは、通信販売なども視野に入れながら、地域のお客さんからの「おいしい」を意識して、やっていきたいですね。

取材 播磨町
2025年3月3日

就農のきっかけ

自宅近くで1反ほどですが、父がずっと家庭菜園をやっていました。母の実家も農家だったので、私にとって農業は小さい頃から身近なものでした。27歳の時に兵庫楽農生活センターで、イチゴ栽培などの研修を受けました。私は土地をたくさん持っているわけではないので、農業を続けていくためには、小さい面積でも売り上げが良いもの・単価が高いものを栽培品目を選ぶ必要がありました。イチゴがトマトで迷いましたが、「イチゴをやる」と。その後、魚住町のイチゴ農園で4年働き、今年で就農して15年目になります。



地元のお米・野菜がそろふ あ〜みんSHOP・にじいろふあ〜みん

- | | | | |
|--|--|---|---|
| <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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9時〜午後5時
休 第1水曜</p> |
| <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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木曜</p> |

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!

JA兵庫南の 新人紹介

今年入組したフレッシュな新人は20名！
これからよろしくお願い致します。

ふだうち しょうた
札内 翔太さん

まだまだわからないことばかりですが、地域や職員の方々になれるよう毎日頑張ります。よろしくお祈りします。

趣味 テニス・マンガを読むこと

さねい さき
實井 咲姫さん

休日は動いているか、食べています。地域の方々に信頼されるような職員になれるよう、全力で頑張ります。精一杯努力していきますので、よろしくお祈りします。

趣味 テニス・ランニング・食べること

ほり ひめな
堀 姫奈さん

城や神社、博物館などを巡ることが好きです。まだまだ未熟な私ですが、地域の皆さまが信頼できる職員になれるようコツコツ努力してまいりますので、よろしくお願い致します。

趣味 マンガ・アニメ・歴史・カフェ巡り

たなか ひろみち
田中 弘道さん

一つ一つ丁寧に仕事に取り組んでいきます。地域の方々に信頼して頂けるように、コミュニケーションを大切に一生懸命頑張っていきます。これからよろしくお願い致します。

趣味 釣り・読書・ゲーム

あつみ そういちろう
敦見 宗一郎さん

両親が農家であることもあり、幼い頃から農業にふれてきました。職員として地元のため、地域のために営農指導や資材供給など精一杯頑張りますのでよろしくお願い致します。

趣味 映画鑑賞・農業・ドラマ鑑賞

まつうら そうすけ
松浦 壮亮さん

地域の方々から信頼される人になるように、努力していきたいと思っています。様々な人のお役に立てよう、資格取得にも挑戦したいです。至らぬ点もあると思いますが、よろしくお願い致します。

趣味 スマートホーム化・ゲーム

たなか ゆい
田中 優衣さん

地域の方々の生活により良いサポートができるよう、積極的に仕事に取り組んでいきたいと考えております。精一杯努力いたしますのでよろしくお願い致します。

趣味 音楽鑑賞・新しくできたお店に行くこと

いで ぼく
井手 葡久さん

新しい環境で多くのことを学び、地域の方々のお役に立てよう努めます。身近な存在として信頼されるよう頑張ります。よろしくお願い致します。

趣味 トロンボーン・演奏・音楽鑑賞

みやわき けいじ
宮脇 慶次さん

新しい環境に早く慣れるよう、色々な方とのコミュニケーションをとり、地域の方々に信頼される職員になりたいと思います。よろしくお願い致します。

趣味 模型製作・ゲーム

とりい たくみ
鳥居 巧さん

生まれた時から過ごしてきた地域に寄り添い、頑張ります。わからないことやできないことも多くありますが、前向きに一生懸命頑張っていきますのでよろしくお願い致します。

趣味 車・旅行・音楽

うつみの
内海 ひろ乃さん

お話をすることが好きなので皆様とお話したいです。趣味は国内外問わず旅行することなので、皆様のお勧めの国や場所があればぜひ教えてください！頑張りますのでよろしくお願い致します。

趣味 旅行・スノーボード

やまだ たかき
山田 誉起さん

地域の方々に寄り添い、頼っていただけるような職員になれるよう、元気に精一杯頑張ります。よろしくお願い致します。

趣味 スポーツ観戦・野球

ひさじま りこ
久島 璃恋さん

地元が大好きなので地域に貢献できるよう、コミュニケーションや笑顔を大切に、地域の方々から信頼される職員を目指して何事にも前向きに取り組みたいです。よろしくお願い致します。

趣味 ダンス・ショッピング

えいなが りょう
榮永 椋さん

榮永と書いて「えいなが」と読みます。珍しい苗字ですが、名前だけで印象を持たれるのではなく、親切で丁寧な対応をして、組合員の皆様に覚えていただけるように毎日精進していきます。

趣味 サウナ・ラーメンを食べに行くこと

やまもと ゆめの
山本 夢乃さん

明るく元気に、かつ丁寧な仕事を心がけます。地域の皆様とのコミュニケーションを大切に、地元で貢献出来るような職員になれるよう一生懸命頑張りますので、よろしくお願い致します。

趣味 料理・旅行

ふくだ りゅうと
福田 琉斗さん

料理が好きで、中華やイタリアンなどをよく作っています。わからないことばかりですが、若さ負けん気を活かして皆さまの役に立てるように努力していきます。よろしくお願い致します。

趣味 料理・ゲーム

かつべ
勝部 ちなりさん

地域の方々とのコミュニケーションを大切に、信頼し合えるような人になれるよう、前向きな性格を生かし、頑張りたいと思います。これからよろしくお願い致します。

趣味 音楽鑑賞・お出かけ

よしかわ りん
吉川 凜さん

地域の方々に信頼して頂ける職員を目指して、笑顔を絶やさず誠心誠意職務に励みます。1日でも早く皆さまのお力になれるよう精一杯頑張りますので、これからどうぞよろしくお願い致します。

趣味 食べ歩き・読書・手芸

ふじき いずみ
藤木 泉実さん

地域の方々に貢献できる職員を目指したいと考えております。そのため、人と人の関わりを大切に、日々励んでいきます。何事にも全力で頑張りますので、これからよろしくお願い致します。

趣味 料理・お菓子を食べること

かなたに なつみ
金谷 菜未さん

何事も一生懸命に取り組めるという長所を生かし、地域の方々とのつながりを大切に精一杯頑張ります。これからよろしくお願い致します。

趣味 カメラ・旅行・食べ歩き

農と食を身近に楽しむ ちやぐりんスクール 第16期生 募集スタート!

子どもたちに農業や自然の素晴らしさを肌で感じてもらう体験学習「ちやぐりんスクール」を今年度も開校します。
家族や友達と一緒に、農と食について勉強しましょう!

今年の開催予定



6月 まずは植えるところから

6/21 土

- ◆開校式
- ◆サツマイモ植え
- ◆田植え



8月 お肉の加工場を見学

8/7 木

- ◆加古川和牛体験ツアー



8月 工作に挑戦!

8/23 土

- ◆夏休み企画



10月 サツマイモとお米を収穫

10/25 土

- ◆サツマイモ収穫
- ◆稲刈り



11月 美味しくできるかな?

11/8 土

- ◆料理教室



12月 できあがり楽しみ

12/20 土

- ◆閉校式
- ◆麦味噌づくり

- 開催場所** JA兵庫南にじろふぁ〜みん(加古郡稲美町六分一1179-224)
- 募集対象者** ・小学校新3年生から6年生の児童
・JA兵庫南管内にお住まいの組合員家族(同居のご家族が組合員、または新規に組合員になっていただける方)
- 定員** 20名(応募多数の場合は抽選とし、初めての方を優先させていただきます)
- 参加費** 1講座 1,000円(全6講座)
- お申し込み** 総務部 ふれあい広報課 ☎(079)424-1388 [平日の午前9時~午後5時]

応募締切
5/16 金

猛暑に備える 夏野菜の栽培講習会



2月14日 JA兵庫南は「トマト・果菜栽培講習会」を開催し、直売所出荷者ら23名が参加しました。ここ数年続く夏場の猛暑下において、体力的にも厳しい水やりのコツなどを学びました。メーカーからは、トマト、ナス、キュウリといった、夏野菜の主要病害虫の防除などの講義が行われ、さまざまな追肥の説明もありました。直売課の中島康輔係長は「学んだことを生かして、直売所への出荷を頑張っていたきたい」と話していました。

新人研修で施設見学 仕事への実感新たに



2月14日 JA兵庫南の令和7年度新規採用者20名が、施設見学会に参加しました。研修の一環で、職場の雰囲気や『仕事をする』実感を持ってもらうことが目的。にじいろふぁ～みんでは、多彩な農産物や、活気ある店内に驚く姿が見られました。かんき支店では、杉田一朗支店長が「金融事業は責任とやりがいのある仕事。育児休暇などの制度もあり、生活とのバランスを取りながら、個々の生き方を充実させて欲しい」と呼び掛けました。

女性会米田支部で 楽しく元気に音楽体操



2月19日 JA兵庫南女性会米田支部は、第1・3火曜日にヨガ教室を開催しており、この日は「楽しく元気を」をモットーとする音楽(おんらく)体操を行いました。無理なく楽しみながら、自律神経のバランスを整え、心と身体をリラックスすることが大切で、14名の会員らが、音楽に合わせて身体をほぐしました。会員の一人は「意識しながら呼吸をしていると自然と身体が温くなり、心も楽になった。これからも元気に続けたい」と話していました。

男ディカレッジで バードウォッチング!



2月6日 JA兵庫南は「第6回ふぁ～みん男ディカレッジ」を開催。今回は修了書の授与後に、稲美中央公園と入ヶ池へ移動し、「日本野鳥の会ひょうご」の岩崎健二氏を講師に迎えて、野鳥観察を行いました。参加したカレッジ生の一人は、「『野鳥観察手帳』をガイドとして活用し、約20種類ほどの野鳥を観察できた。バードウォッチングを通して、東播磨地域の自然環境について学びました」と笑顔で話していました。

4年ぶりの開催! 年金受給者の集い



2月6日 加古川ブロックの5支店が、SHOWAグループ市民会館で「令和6年度JA兵庫南加古川ブロック年金受給者の集い」を開催しました。4年ぶりの開催で、第1部では、「きゃさりと愉快的仲間たち」が歌謡曲を披露。伸びやかな歌声で会場を魅了しました。第2部では、タレントのタージンさんが「大阪のおばちゃん」を例に、「劇場型詐欺など巧妙な犯罪も多い。周囲の方々と仲良くし、互いに注意し合うことも防犯対策となる」と呼びかけました。

防災・減災のために 管内自治体へ寄付



2月4日 JA兵庫南は、防災・減災に向けた取り組みに役立ててもらおうと、管内の自治体に寄付を行いました。JA共済連兵庫と連携した「防災・減災に向けた支援活動」の一環です。令和6年1月から12月までの期間に加入された、共済の新契約数に応じた寄付の贈呈式が、高砂市(20日)、播磨町(4日)、明石市(3日)、加古川市(19日)に行われました。稲美町(4日)では、野村隆幸組合長が、中山哲郎町長に目録を贈呈しました。

元気が溢れる 女性会フェスタ・ 家の光大会を開催!

2月5日 JA兵庫南女性会が、「第20回女性会フェスタ・家の光大会」を開催しました。約600名の会員が参加し、120の目的別グループが、日頃の活動を発表しました。オープニングでは女性会本部役員とJA兵庫南の常勤役員が、「マツケンサンバ」を披露。その後のステージでは3B体操やフォークダンス、ハンドベル・大正琴の演奏、古布・編み物のファッションショーなど、華やかに続きました。展示では生け花や手芸、絵手紙、古布リメイクなどの力作が並びました。参加者の一人は「他のグループ活動の発表を毎年、楽しみにしている。会員同士の交流で元気がもらえる」と笑顔で話していました。



果肉の旨味を生かした ジャム加工



2月 いなみマイマイ工房では、規格外のイチゴや余剰生産のブラックベリーを活用してジャムに加工しています。生産者が作った素材そのものを生かしたいと、果実や果肉の形を残すプレザースタイルで仕上げたジャムは、砂糖とレモン以外は使用せず、ほどよい食感とさわやかな甘味が特徴。ブラックベリージャムは市販の商品が少なく、にじいろふぁ～みんでも人気の商品で、稲美町の認証ブランドにもなっています。

利用者の意見・要望を JA運営の一助に



2月12日 JA兵庫南は「第7回JA利用者懇談会」を開催しました。懇談会は管内の15支店から2名ずつ選出された委員(准組合員)が、約半年間に渡ってJA兵庫南の施設などを見学。JA事業や農業への理解を深めました。集大成となる今回は、各委員から寄せられた意見や要望がまとめられた提案書を、野村隆幸組合長が受け取り、「ご提案の一つ一つをJA運営に反映させていきたい」と応えていました。

地域農業発展に向け 総代懇談会を開催!

2月10日 JA兵庫南では「令和6年度支店別総代懇談会」を、10日～17日にかけて15支店で開催しました。生産者でもある総代の意見や要望をJAの運営に反映させることを目的としています。10日開催の魚住支店では、総代22人、役職員11人が出席しました。懇談会では支店の体制整備計画や、JA兵庫中央会・JA全農兵庫・JAバンク兵庫・農林中央金庫のサポートによる

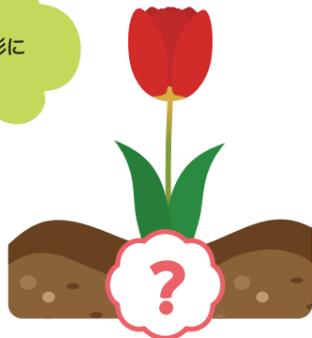
「営農経済事業の成長効率化プログラム」を報告。生産者所得向上への取り組みとして、「出向く活動」による営農指導の強化や特産の大麦をはじめとした米の作付面積・単収拡大を図るとしました。また、施設稼働率の向上や効率的な運用、利用料・手数料率、農産物価格の適正化などを挙げ、JA運営の改善施策を示しました。総代からは「魚住ライスセンターで取り扱う品種の拡充」や「新品種米への切り替えにおける種子の確保状況」などの質問があり、活発な意見交換が行われました。



子どもと
いっしょに
楽しむ

Q チューリップの球根と同じ役割を持つ根菜※
はどれでしょう。 ※地中にある部分が食用となる野菜

ヒント
野菜の形に
注目!



①ニンジン ②ジャガイモ



③タマネギ



④カブ



答え・解説

③タマネギ

球根は、植物が生長するための栄養分を蓄えたものです。チューリップの球根を半分に切ってみると、中心部には、茎や葉、花になる部分があり、たくさんの層に包まれています。ヒヤシンスやスイセンなどの球根も同じような形をしていて、このような形状の球根を鱗茎(りんけい)と呼びます。タマネギを半分に切ってみると、たくさんの層があり、チューリップと同じで鱗茎を持っていることが分かります。

クイズを通して、自然や旬の食べもの、暮らしを支える農業について知りましょう！身のまわりの何気ない風景が、少し違って見えるかもしれません。

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

今回は、手と足を使うことで全身の血行を促す、「眠り」にフォーカスしたグーパー体操をご紹介します。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取って体調の安定を図りましょう。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。

ポイント

朝に布団の中で行うと、気持ち良い目覚めを促します。その際は仰向けの姿勢で、両手は頭の上、膝を伸ばして行いましょう。



1 手と足の指を同時に開いて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、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回繰り返しましょう。

健康生活研究所所長 堤喜久雄

生命力に満ちあふれた栄養満点の春野菜

アスパラガス

野菜ソムリエ上級プロ
KAORUの

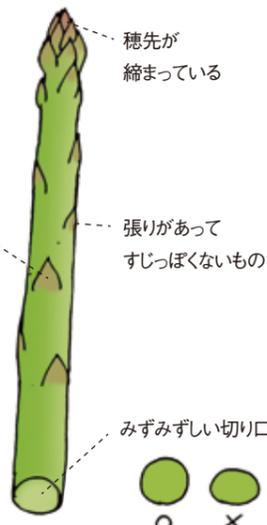
ベジタブルライフ



アスパラガスのプロフィール
【分類】ユリ科(キジカクシ科)
【原産地】南ヨーロッパ~ロシア南部
【和名】オランダウド、松葉ウド、オランダキジカクシ
【おいしい時期(旬)】4~6月
【主な栄養成分】アスパラギン酸、ルチン、葉酸、カロテン、ビタミンC・E、カリウムなど

見分け方

葉っぱの部分は
はかまと呼ばれます



アスパラガスのチカラ

☑ グリーンアスパラガスは、カロテンやビタミンC、E、B群が豊富
カロテン ビタミンC ビタミンE ビタミンB

☑ 穂先に含まれるルチンは、毛細血管を丈夫にする働きがある

穂先にはアスパラギン酸や、毛細血管を丈夫にする働きがあるルチンがいっぱい!



☑ 1回植えておけば10年くらいは収穫し続けられる

☑ 新陳代謝を促進するアスパラギン酸は、アスパラガスから発見されたもの

アスパラギン酸は疲労回復に効果的

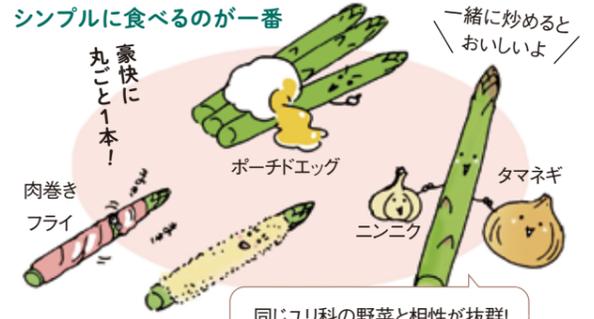


天然の栄養ドリンクを食べているようなものね!

☑ 雄株と雌株がある。雄株の方が、収穫量が多い。最近では、すべて雄株になる品種も育成されている

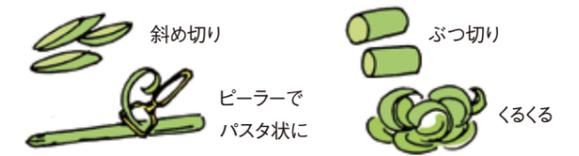
楽しみ方・食べ方のコツ

シンプルに食べるのが一番

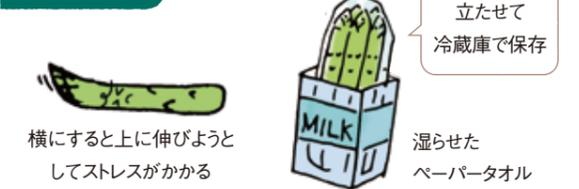


同じユリ科の野菜と相性が抜群!

切り方で味わいに変化する



保存方法

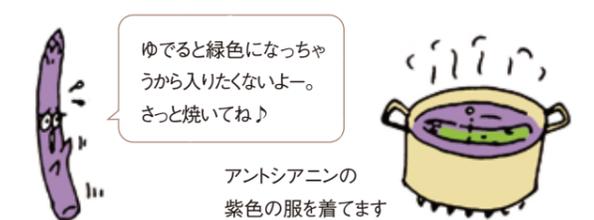


アスパラガスのヒミツ

ヨーロッパではホワイトが人気



変わり種のムラサキアスパラガス



栽培のコツ

青壮年部に聞く!

今月は
スイート
コーン



竹元裕晴さん

水も肥料もたっぷりやって

スイートコーンは、種子の尖っている方から根が出てくるので、そちらを下にして、ポットに1粒ずつ蒔いて育苗しています。定植は、ポットから抜いても根が養土を保持できて、ポットの中で回り過ぎないくらいの状態です。株間は20〜30cmくらいで、水はけの良い土を好みます。スイートコーンの根はまっすぐに伸びる「直根性」という性質を持ち、非常に繊細なので、傷をつけないように注意しています。鳥害が心配ですが、直播も良いと思います。その場合は種を2粒ずつ蒔いて間引きをします。水やりは葉がしおれてきたらやる程度ですが、実が膨らみ始めた頃はこまめにします。また、スイートコーンは風媒花なので、受粉の機会を増やすために、株数は多く植えましょう。



JA兵庫南青壮年部とは

「食」を支え、地域社会を担う、若手農業者が中心となって構成されている組織です。食農教育や地域づくりなどの活動を通じて、消費者と農業をつなぐ懸け橋となっています。

私の必需品 虫除けネット



スイートコーンの収穫は真夜中。ヘッドライトで照らしながら作業をするので、虫が寄ってきます。細かいメッシュなので、息苦しさも正直あります(笑)。でも、小さな虫やカナブンが顔を目掛けて飛んでくるので、これがないと作業になりません。



特定健診&がん検診、 特定保健指導を定期的に受けましょう!

日本人の死因の約5割は、がんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病です。生活習慣病の予防と早期発見・治療に重要なのが、「特定健診(いわゆるメタボ健診)・特定保健指導」や「がん検診」などの定期的な受診です。

1. 生活習慣病はなぜこわい?

生活習慣病とは、食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が、発症・進行に関与する疾患群であり、がん(悪性新生物)、心疾患(狭心症や心筋梗塞などの心臓病)、脳血管疾患(脳梗塞やクモ膜下出血などの脳の病)などの病気が含まれます。初期の生活習慣病は特に自覚症状がないことが多いので、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。

2. 「特定健診・特定保健指導」って?

「特定健診・特定保健指導」は、メタボリックシンドロームに着目した「健診」によって生活習慣病のリスクを早期に発見し、その内容を踏まえて運動習慣や食生活、喫煙といった生活習慣を見直すための「特定保健指導」を行うことで内臓脂肪を減少させ、生活習慣病の予防・改善につなげるものです。



3. 健診で生活習慣の改善が必要と判定されたら?

特定保健指導では、医師や保健師、管理栄養士などによって対象者一人ひとりに合わせた生活習慣を見直すためのアドバイスなどの支援が行われます。特定保健指導の対象になった場合は、自分自身の生活習慣を見直す「きっかけ」になると受け止め、ぜひ、利用しましょう。

4. がん検診はなぜ大事?

医療技術の進歩によって、一部のがんでは早期発見・早期治療が可能になってきました。自覚症状が出る前のがんを見つけることができるがん検診は死亡率を減少させる確実な方法です。がんの早期発見・早期治療ができれば、それだけ完治の可能性が高くなるだけでなく、治療に要する費用や時間などの負担も軽くなるため、がん検診の定期的な受診が重要です。



参考

生活習慣病の予防と早期発見のために がん検診&特定健診・特定保健指導の受診を! / 政府広報オンライン

【JA兵庫厚生連】

JAからのお知らせ

ふあ〜みんな食農教育支援金

JA兵庫南が地域の活動を後押し!

「食農教育」とは、食を支える地域農業や自然に関する知識・体験を通じて、命や健康の大切さを学ぶ取り組みです。JA兵庫南では、食農教育に関連する活動を支援しています。

- 対象団体** JA兵庫南管内に所在する学校、非営利団体
※明石市魚住町、二見町、加古郡、高砂市全域
※加古川市は、平岡町・野口町・別府町・尾上町・金沢町を除く市内
- 対象となる活動** 農業体験、地元食材を使った料理教室、食農に関する講演会など
- 支援金額** 費用から収入を差し引いた金額で
一団体に上限5万円
- 活動期間** 令和7年5月〜令和8年1月末日まで

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
<https://www.ja-hyogominami.com/>



お金のギ・モン

Q 親族が亡くなったら
いつまでに何をすればいいの?

A 手続きによって、期限が違います

相続では手続きの期限を過ぎると、特例等が適用されない場合もあるため注意が必要です。主な手続きをまとめました。

手続き	期限
死亡届の提出	死亡の事実を知った日から7日以内
厚生年金受給停止手続き	死亡日から10日以内
国民年金受給停止手続き、国民健康保険資格喪失手続き、介護保険資格喪失手続き	死亡日から14日以内
相続の限定承認、相続放棄の申述	相続の開始を知った翌日から3カ月以内
亡くなった方の準確定申告	相続の開始を知った翌日から4カ月以内
相続税の申告・納付	相続の開始を知った翌日から10カ月以内
遺留分侵害額の請求	相続の開始を知った翌日から1年以内
不動産の相続登記	相続の開始を知った翌日から3年以内

相続・遺言・贈与などのお悩みをサポートします(休日:水曜・祝日)
資産相談プラザオフィス明石(トータルアドバイザー:大村谷・松川)
明石市魚住町西岡500-2 ☎(078)948-3715
資産相談プラザオフィス加古川(トータルアドバイザー:森本・井ノ上)
加古川市加古川町北在家2695 ☎(079)451-1300



年金編

遺族厚生年金の注意点

請求手続き

65歳以上のご夫婦で老齢厚生年金1,200,000円・老齢基礎年金800,000円で合計2,000,000円を受給していた夫が死亡した場合の遺族年金額を説明します。



請求のポイント

夫が受給していた年金の4分の3にあたる、1,500,000円が受給できると思われた人が大半だと思います。しかし、実際には老齢厚生年金1,200,000円の4分の3にあたる、900,000円が遺族厚生年金になり、老齢基礎年金部分は無くなります。遺族年金額は、妻が受給している年金によって違ってきます。

パターン1: 妻が老齢厚生年金500,000円・老齢基礎年金800,000円を受給していた場合、遺族厚生年金900,000円

から妻の老齢厚生年金500,000円を優先して支給されるため、差引かれて、遺族厚生年金が400,000円になります。よって、妻は自身の老齢厚生年金500,000円・老齢基礎年金800,000円・遺族厚生年金400,000円の合計1,700,000円を受給することとなります。

パターン2: 妻が老齢厚生年金900,000円・老齢基礎年金800,000円を受給していた場合は、遺族厚生年金900,000円から妻の老齢厚生年金900,000円が優先して支給されるため、差引かれて、遺族厚生年金は0円になります。

パターン3: 妻が老齢基礎年金800,000円だけを受給していた場合は、遺族厚生年金は900,000円を受給できます。以上のように、ご夫婦がどのような年金を受給されているかで変わりますので、注意が必要です。

遺族厚生年金 - 老齢厚生年金

実際に支給される遺族厚生年金

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



- 税務相談会** ※要事前申し込み
- 魚住地区** 5月21日(水)午前10時～午後4時 魚住支店 ☎(078)947-2323
- 二見地区** 5月9日(金)午後1時～4時 二見支店 ☎(078)942-1924
- 播磨地区** 5月15日(木)午前10時～正午 播磨支店 ☎(079)435-1591
- 加古川地区** 5月21日(水)午後1時～3時 加古川支店 ☎(079)422-3401
- 稲美地区** 5月7日(水)午後1時30分～4時30分 天満支店 ☎(079)492-0048
- 高砂地区** 5月7日(水)午前9時～正午 高砂西支店 ☎(079)448-0001

- 年金相談会** (先着6名) ※要事前申し込み
- 5月10日(土)** 午前9時～正午 加古川支店 ☎(079)422-3401
- 5月14日(水)** 午後1時～4時 伊保支店 ☎(079)447-0824
- 相続遺言個別相談会** (先着4名) ※要事前申し込み
- 5月10日(土)** 午前10時～午後4時30分 JAトータルサポートセンターオフィス加古川 ☎(079)451-0800
- 5月13日(火)** 午前10時～午後4時30分 魚住支店 ☎(078)947-2323
- 5月20日(火)** 午前10時～午後4時30分 高砂西支店 ☎(079)448-0001

- 相続遺言セミナー** (先着10名) ※要事前申し込み
- 5月24日(土)** 午前10時～11時30分 JAトータルサポートセンターオフィス加古川 ☎(079)451-0800
- ローン・投信相談会**
- 5月10日(土)** 午前9時～正午 二見支店、播磨支店、かんき支店、加古川支店、加古川北支店、しかた支店、天満支店、荒井支店、高砂西支店、米田支店
- 5月17日(土)** 午前9時～正午 魚住支店

- ローン相談会**
- 5月10日(土)** 午前9時～正午 神野支店、母里支店、加古支店、伊保支店

- 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 櫛加古川産業会館 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。**5月20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7年2月末現在の協同の成果です

組合員数	66,073人	貸出金残高	1,842億9,145万円
うち正組合員	13,950人	長期共済保有高	7,652億845万円
うち准組合員	52,123人	購買品供給高	16億8,170万円
貯金残高	6,866億6,209万円	販売品販売高	29億2,634万円

- 理事会審議・報告事項** 令和7年2月28日開催
- 令和7年度事業方針について(案)
- 営農活性化特別対策の実施について(案)
- 令和6年度見込決算及び令和7年度収支計画について
- 自動化機器(ATM)が替発信取引機能停止について

他33件

ふぁ～みんSHOP・にじいろふぁ～みん、ふぁ～みんGREENの大型連休期間 営業日のご案内

ふぁ～みんSHOP・にじいろふぁ～みん、ふぁ～みんGREENは、下記の通り営業・休業します。

	ふぁ～みんSHOP魚住	ふぁ～みんSHOP二見	ふぁ～みんSHOP播磨	ふぁ～みんSHOP八幡	ふぁ～みんSHOPかんき	ふぁ～みんSHOPいなみ	ふぁ～みんSHOP高砂	にじいろふぁ～みん	ふぁ～みんGREEN
4月26日(土)	営	営	営	営	営	営	営	営	営
4月27日(日)	休	休	休	営	営	営	休	営	営
4月28日(月)	営	営	営	営	営	営	営	営	営
4月29日(火・祝)	休	休	休	営	休	営	休	営	休
4月30日(水)	営	営	営	休	営	営	営	営	営
5月1日(木)	営	営	営	営	営	営	臨	営	営
5月2日(金)	営	営	営	営	営	営	営	営	営
5月3日(土・祝)	休	休	休	営	営	営	休	営	営
5月4日(日・祝)	休	休	休	営	営	営	休	営	営
5月5日(月・祝)	休	休	休	営	営	営	休	営	営
5月6日(火・休)	休	休	休	営	休	営	休	営	休

営は営業日 臨は臨時営業 休は定休日

大型連休期間 ATM取り扱いのご案内

JA兵庫南ATMは、大型連休期間中、下記の通り稼働します。

月日	稼働状況
4月26日(土)	午前9時～午後5時
4月27日(日)	
4月28日(月)	通常稼働
4月29日(火・祝)	午前9時～午後5時
4月30日(水)	通常稼働
5月1日(木)	
5月2日(金)	午前9時～午後5時
5月3日(土・祝)	
5月4日(日・祝)	
5月5日(月・祝)	
5月6日(火・休)	

※フーディーズ神野・いなみATMの稼働時間は午前9時～午後7時です。
 ※にじいろふぁ～みんATMの稼働時間は午前9時～午後6時です。
 ※加古川市役所ATMは土曜・日曜・祝日は休止です。
 ※お取引の金融機関の都合により、お取り扱いできない場合があります。
 ※詳しくは、ホームページにてご確認ください。



日本三名園 岡山後楽園と最上稲荷 おもてなし御膳の昼食日帰り旅行!

出発日 2025年8月7日(木) **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。
 お申し込みは4月21日(月)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

8:00	JA稲美経済センター	8:30	JR加古川駅北側	加古川IC	—	高速道路	—			
—	山陽IC	10:30	岡山後楽園	11:30	白壁の里庄屋	12:15	13:15	13:40	15:00	最上稲荷
		(見学)		(おもてなし御膳の昼食)		(参拜)				
—	岡山総社IC	—	高速道路	—	加古川IC	—	17:00	JR加古川駅北側	—	
—	17:30	JA稲美経済センター	—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

- POINT1** バスはお1人様2席利用
- POINT2** 食事は全て1人用
- POINT3** 食事はイスタテーブル



※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。

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。

場所 にじいろふぁ～みんキッチンスタジオ(加古郡稲美町六分一179-224) **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

夏の暑さにそなえる 野菜たっぷりさわやかメニュー

【講師】ともクッキングサロン 新吉 友子
 【日時】5月23日(金) 午前10時～午後1時30分
 【定員】12名 【参加費】3,200円(税込)

そのひと手間が!! ニンマリ♡ウフフ♡『コンソメ麴作り』

【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】5月26日(月)午前10時～午後1時30分
 【定員】16名 【参加費】3,800円(税込)

地産地消で野菜と魚の獲れたて旨ご飯～旬の魚のさばき方あります～

【講師】日本野菜ソムリエ協会認定 料理教室 Maman's Dream 川端 寿美香
 【日時】5月31日(土)午前10時～午後1時30分
 【定員】12名 【参加費】3,700円(税込)

メンズクッキング教室

おいしいマイスター塾

【講師】クッキングアドバイザー 川越 淳子
 【日時】5月17日(土) 午前10時～午後1時30分
 【定員】16名 【参加費】3,600円(税込)

子供クッキング教室

こいのぼりのデコ巻きずし・かぶとパイ・豆腐と油揚げの味噌汁

【講師】デコ巻き寿司教室 ほっとりる 中西 志穂子
 【日時】5月3日(土)午前10時～午後12時30分
 【定員】12名(対象:小学1年生～6年生)
 【参加費】2,300円(税込)
 ※低学年のお子様に参加される場合は、保護者の方にご協力いただけると助かります

子供クッキング教室

初夏の野菜たっぷりシーフードカレー・ホイップもりもりのフルーツオムレット

【講師】一般社団法人キッチンコミュニケーション協会 笠原 麻希
 【日時】5月10日(土)・5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

新緑の季節を楽しみ♪ おいしく食べましょう

【講師】料理家・栄養士・食育インストラクター 富川 美紀
 【日時】5月18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】2,300円(税込)

5月の料理教室のお問い合わせ・お申し込みは4月14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。



生育旺盛な健康野菜

キクイモ

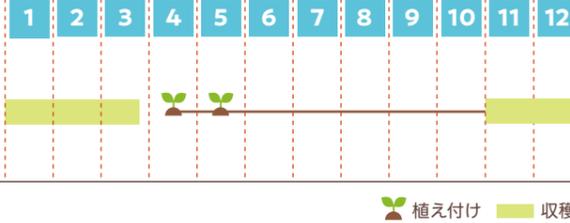
血糖値の上昇を穏やかにし、中性脂肪を下げる効果があるといわれている、イヌリンという水溶性食物繊維が含まれています。

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

栽培カレンダー



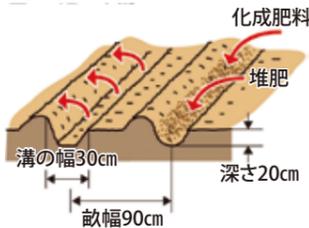
栽培特性

- 北米原産のキク科ヒマワリ属の多年生植物。
- やや涼やかな気候に適し、生育期間は中間地では4～10月。10月頃に開花し、莖葉が枯れる11月から収穫期に入ります。
- ショウガに似た塊茎を収穫します。

栽培方法

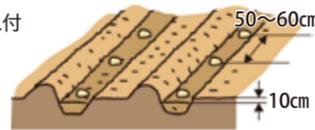
① 畑の準備

植え付け2週間前に1㎡当たり苦土石灰100gを施し、よく耕します。1週間前に畝間90cm、深さ20cmの溝を掘り、畝1㎡当たり化成肥料100gと堆肥1kg程度を施し、土を戻してよく混ぜておきます。



② 植え付け

種芋(塊茎)は重さ20g程度に切り分け、深さ10cm程度に、株間50～60cm間隔で植え付けます。

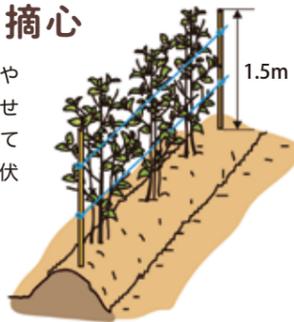


③ 管理

どんな土でもよく育ちますが、過湿を嫌うため、やや乾燥気味に管理します。塊茎から多くの芽が出るときは、芽かきをして、2、3本に整理します。

④ 支柱立て・摘心

草丈が3mにも伸びて倒れやすくなるので、十分に土寄せをし、1.5m程度の支柱を立て株の周囲にひもを巡らせ倒伏を防ぎます。



さらに、草丈が支柱の高さの頃、莖の先端を摘心します。10月頃からヒマワリに似た黄色の花が開花します。日持ちの良い切り花としても観賞できます。



⑤ 病害虫の防除

強健で病害虫の被害は少ない野菜ですが、生育後半にはうどんこ病が発生することがあります。気になるときは、カリグリーンなど野菜類の登録農薬で防除します。

⑥ 収穫

莖葉が枯れてきたら、地際から莖葉を刈り取って、塊茎を収穫します。掘り上げた塊茎はしなびやすいので、3月までは土中に置いて必要に応じて収穫しましょう。収穫後はポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室で保管します。なお、畑に残した塊茎は野生化してはびこるので、全て掘り上げます。



2月号の答え

リ	ユ	ウ	ヒ	ヨ	ウ
ギ	リ	チ	ヨ	コ	ツ
ム	ツ	ツ	メ	シ	ヨ
ポ	ツ	ト	ヨ	ガ	
フ	ウ	ウ	ユ	ウ	リ
カ	タ	ト	ビ	チ	
ヒ	イ	ラ	ギ	ユ	カ
レ	メ	ン	ド	ウ	ミ

応募総数350人 正解者数331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

今月号はJA兵庫南青壮年部のコーナーをはじめ、四季旬彩も若手農家さん、特集では新入職員紹介と、「弾けた」広報誌になったような…(笑)。毎年4月は、デザイン変更と編集作業を同時に進めていくので、いつも以上にバタバタします。ようやく完成したこの1冊。皆さんに喜んでいただけると嬉しいです。

の5文字を並べてできる言葉は何でしょうか? ヒント:カラフルで可愛い卵がいっぱい!

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

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)4月末日必着 (メールの場合)4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)

クロスワードパズル

夕テのカギ

- ② タイヤにつないでシュコシュコ
- ⑤ 柔道場に敷かれているもの
- ⑦ 新しいクラスで——紹介をした
- ⑧ ——は友を呼ぶ
- ⑨ 茶道では表千家、裏千家など
- ⑪ 真新しい——を着て入社式に臨んだ
- ⑫ 漢字で書くこと構橘、枳殻。春に白い花を咲かせます
- ⑬ 海のバイナッブルと呼ばれる海産物
- ⑮ 肥料の三要素は窒素、——酸、カリウム
- ⑯ パソコンの入力装置のひとつ
- ⑰ 4月のこと。——・フル

ヨヨのカギ

- ① 富山湾でとれるものが有名な春の味覚。青く光ります
- ② 茶わんのセットや重箱を数えるときに使う言葉
- ③ 手品、マジックともいいます
- ④ 来週の火曜日——にもう一度来てください
- ⑥ 祝い事につきものの魚
- ⑨ 麻雀である前にかけることも
- ⑩ これが終わると新学期。入学式もあります
- ⑪ インクを付けて押します
- ⑬ テニスの試合で——の応酬が続いた
- ⑭ 鬼さんこちら、手の鳴る——へ
- ⑯ よくx(バツ)と対比されます

みなみかぜ

みなさまからのお便りをご紹介

● 毎回、生産者インタビューを楽しみにしております。いつも買っている方のインタビューを見ると、この方が作って下さっているのだから、ますます生産物に愛着がわき、大切に食べさせていたいたいです。(播磨町 黒沢さん)

● JA ありがとうございます。取材をする、気分はすっかり身内(笑)。ふぁ～みんSHOPの農産物すべてが愛おしい、今日の頃です。

● 春においしくいただくイチゴを、この寒い時季から、光や水などと野菜が欲しい状況を見ながら栽培していることとても驚きます。植物がどうしたいか? 対人と同じですね。(加古川市 藤井さん)

● JA 高設栽培の場合、かなり厳密な管理が必要になります。今月号の横山さんは土耕栽培、それぞれに利点があり、栽培方法については最終的には、農家さんの「好み」かな?

● 両親がイチゴを作ってくれて、兄弟4人が各々家族連れでイチゴ狩りに帰る。孫たちが美味しそうにほおぼっているのを、両親はうれしそうに見ていました。イチゴを買った時に思い出します。(加古川市 谷郷さん)

● JA 素敵な思い出ですねーきょうお孫さんの喜び顔を思い浮かべながら栽培されていたんですね。

● いつも楽しく拝読しております。今回の味噌の作り方、とてもわかりやすく初めて作ってみました。両親が毎年大豆を作っているのに、煮豆くらいしかしたことがなかったので、両親も喜んでくれました。出来上がるのを楽しみにしています。(播磨町 八木さん)

● JA 我が家には今、手作り味噌が3パックございます(笑)。試作で1パック、手順撮影用に1パック、時短ワザの試作で1パック、頑張ったよ…。

● 食料自給率で肉類と大豆が、約9%、約7%と、思っていたより低いのにびっくりしました。周りでも休耕田が目立つので、大豆を植えた方がいいのかなあと思っています。(加古川市 多田さん)

● JA 休耕田、耕作放棄地も、誰かの所有地であり、それぞれに事情があることも多く、難しい問題です。

● 2月の味旅レシピの豆花をつくらってみました。うまくできました。一度、焼肉屋で食べて、次はなかなか出会えなくて、名前もわからなくて、もうレシピで済ませました。(加古川市 磯本さん)

● JA 「アレアア」が食べたいーでも名前が分からないーなんて歯がゆいーお役に立てて良かったです。松本先生、グッツジョブです。

● 毎月楽しみに記事を読ませてもらっています。特に、作ってみよう今月の作物では、日頃買っていない野菜の栽培方法が知れて助かっています。また、みなみかぜでは、投稿文に対して、「コメント」がありほっこりさせてもらっています。(加古川市 船引さん)

● JA 今月の作物のページは保管されている方も多く、重複すると申し訳ないので、一般的ではないものも掲載しています。「こんな野菜があるのか」でも、「いつか作るかも」でも、興味を持っていただければ、JAとしてありがたいです。コメントは皆さんからのお便りが嬉しくて、つい長文になることも…反省。

肥料・農薬 紹介コーナー



おもものめぐみ キクイモの栽培に最適なイモ専用肥料です。良質な有機質と微量要素を含んでおり、作物の品質向上に役立ちます。



カリグリーン キクイモのうどんこ病対策に。発病初期の散布が効果的です。使用時は展着剤の加用が必要。環境への影響が少なく、有機JAS使用可能。※使用前にラベルをよく読みいただき、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]

順調です。人との和を図りながらサポート役に徹した方が実りの多いとき。小旅行の予定を立てて。お花見が吉

★ 水瓶座 [1.20～2.18生まれ]

良好なスタートですが、運勢は下降ラインを描いています。人を当てにせず優先位を考え、急ぐことは前倒して

★ 山羊座 [12.22～1.19生まれ]

荒れ模様。運気。全面対決の兆しが見えています。ただ、そのことをきっかけに良い方向へ。「七転び八起き」です

★ 射手座 [11.23～12.21生まれ]

好調に恵まれ問題を解決していく力があります。ほほ笑めれば、そちらに進みましょう。おおらかさも大事です