

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

8

2025

No.317

p4

特集

JA兵庫南 令和6年度協同活動ハイライト
自己改革の取り組み状況
ダイジェスト

p15

今月の作物
シュンギク

p6

トピックス

p2

四季旬菜
ブドウ

JA兵庫南

8月



ブドウ

平日は手早く、休日は手間をかけて

Daily旬レシピ

デイリー

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

暑い日に嬉しい自然な甘酸っぱさ

ブドウのシャーベット

材 料 / 4人分

- ブドウ……………1房
(房から外して450g)
- グラニュー糖…大さじ1と1/2
- レモン汁…………1/4個分

作り方

- ① ブドウを皮ごとフードプロセッサーに入れ、グラニュー糖、レモン汁を加えて攪拌する。
- ② ①をザルで濾し、保存用袋に流し入れて冷凍庫で冷やす。
- ③ 完全に凍る前に外から袋を揉み、ふんわりさせてから、また冷凍庫で保存する。
- ④ 食べる直前に取りだし器に盛ったら、最後にお好みでミント(分量外)を飾る。



難易度

★★★★★
レベル5

噛むたびに広がる豊潤な果汁にうっとり

ブドウのテリーヌゼリー

材 料 / 作りやすい分量

- ブドウ……………1房
(房から外して450g)
- グラニュー糖…………50g
- 水……………2カップ
- 粉ゼラチン……………10g

作り方

- ① ブドウの皮に切れ込みを入れて湯剥きする。剥いた皮は捨てずにおいておく。
- ② 小鍋に皮を入れ、水とグラニュー糖を加えて火にかける。沸騰したら弱火にして10分ほど煮る。
- ③ ②をザルで濾し、温かいうちに粉ゼラチンを振り入れ、しっかり混ぜて溶かす。
- ④ テリーヌ型に①を入れ、③のゼリー液を流し入れて冷蔵庫でしっかり冷やし固める。
- ⑤ テリーヌ型から取り出す。最後にチャービル(分量外)を飾ってもよい。



Advice

お好みでレモン汁を小さじ1ほど加えると、ゼリーの色味が鮮やかな赤紫色になります。また作り慣れないうちは、テリーヌ型にラップを敷いてから材料を入れて、冷やし固めた後にラップを持ち上げるようにすると、途中で崩さずに、きれいな形のまま取り出すことができます。

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!



Farming

2025年8月号(毎月1回15日発行) 通算317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)



耕そう、大地と地域の未来。

JAグループ



ブドウの樹
功さん…ブドウの樹は肥料などをきっちりとしていれば、35年くらいは実をならすことができます。実がならへん樹は、粒が大きくなり、よう実がなる樹は粒が小さくなります。私はどの品種も一文字（*）です。作業がしやすいように樹の高さは自分の身長に合わせています。



栽培方法は同級生に教わるなどしましたが、ブドウは作り方が皆、違う。見学に来られた方にもいろいろと聞かれますが、自分でやってみて覚えらな。
*2本の主枝を水平に伸ばすという仕立て
功さん…ブドウは収穫が終わったら、「お礼肥え」をし、枝はある程度残して切ります。年明けに残した枝を切ると芽吹き、それを伸ばしていきます。4月くらいにはツルがどんどん伸びていくので、剪定をします。6月には花が咲き、実がマッチ棒の頭くらいの大ささになったら、1回目のジベレリン処理をして、15日後に2回目を行います。溶液は濃すぎると「花ぶるい」といって、落花して実がつかなくなります。以前は二房ずつ溶液に浸していましたが、今



「ブドウは作り方が皆、違う」

ぬまた いさお あさこ
沼田 功・朝子さん

誌面では
伝えきれない「今」を
動画で配信中心！



は噴霧器が一番！歳がいったら、「楽な方、楽な方…」ってしていか（笑）。
7月からは袋掛けをします。私は日焼け防止のために、上からもカバーをしています。また、カメムシなどの害虫やウドンコ病、ベト病が発生するので、防除します。摘粒（*）は、品種ごとにタイミングを見ながらやっていきます。
朝子さん…ブドウがこんなに変やとは思ってなかったです。1〜3月くらいは、ちょっとマシかなぐらいで、一年中やる必要があります。
*余分な粒を取り除いて、房を調整する。ブドウの見た目や食味に関わる重要な作業
収穫時期
功さん…収穫は8月のお盆過ぎからで、品種にもよりますが10月ぐらいまでかな？私は、にじいろふあ〜みんなやふあ〜みんなSHOPいなみ・八幡に出荷しています。

きっかけ
功さん…定年退職後に中学校の同窓会があって、同級生にブドウの苗木を2本もらったんです。その2本は手をかける割には収穫が少なく、すぐに切ってしまいました。その後、「ふじみのり 藤稔」を作り、「シャインマスカット」も人気が出たころに始めて、今は「瀬戸ジャイアンツ」、「クイーンニーナ」、「瑞鳳」、「ゴルビー」の6品種を栽培しています。
朝子さん…定年退職をした主人は元気もあつて…でも、することが何もなくって、ゴルフなどをしていましたね。ブドウを作り始めてから、そうした遊びが一切なくなりました（笑）。



地元のお米・野菜がそろふあ〜みんなSHOP・にじいろふあ〜みんな

ふあ〜みんな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〜みんな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〜みんな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〜みんなSHOPいなみ

住 加古郡稲美町岡岡3丁目21-3
電 (079)497-0222
営 午前9時〜午後5時
休 第1水曜

ふあ〜みんな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〜みんな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〜みんな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〜みんな

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！

2. 笑顔あふれる地域づくり

次世代・若年層の組合員との関係強化

次世代組合員確保のため、組合員出産祝金制度の継続とPR強化を行っています。令和6年度は192名が利用し、出産祝金のPR活動を通じて43名の新規組合員が加入しました。今後もこの制度を広めていくことで、組合員の増加を目指します。



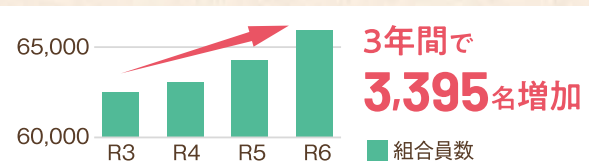
組合員組織活動の活性化と連携強化

准組合員の意思反映と運営参画を促進する取り組みとして、准組合員によるJA利用者懇談会を7回実施しました。これによりJAの事業に対する理解を深め、利用促進に努めています。

3. 次代へつながる経営改革の実践

組合員の増加

正組合員加入実績461名、准組合員加入実績2,967名となり、3月末の組合員総数は、65,939名となりました。



組合員との対話強化

常勤役員と営農経済担当者による「担い手農家訪問」を実施し、ご意見やご要望を直接お聞きしました。

学校との連携

兵庫県高等学校教育研究会や摂南大学のゼミ、加古川南高校の探究活動、氷丘南小学校への出前授業などを通じて、特産品の活用やJAの課題について、学校との連携を深めています。また、加古川支店では親子金融教室を開催し、お金の役割や「もの」の価値を伝える活動を行いました。



信頼とつながり強化に向けた情報発信

各支店で32回の相続相談会を開催し、84名の個別相談を実施しました。相続セミナーも12回開催し、92名が参加しました。また、JA兵庫南の総合的な事業を活かしたセミナーも行い、1月に「相談と不動産」、2月に「相談と福祉」をテーマに合同セミナーも行いました。

営農経済事業の収支改善

購買、販売、保管・加工・利用事業において、収益性の向上を目指し、費用を必要最小限に抑えるよう努めた結果、3月末時点の経済事業の専属損益は、前年同期より50百万円改善となりました。さらに、営農経済事業の成長効率化プログラムを導入し、財務分析をもとに収益力向上や効率化の施策・実行計画を策定し、取り組みを進めています。

	R5実績	R6目標	R6実績
購買事業総利益	180	150	196
販売事業総利益	367	349	445
保管・加工・利用事業総利益	189	196	177
共通管理費配賦前専属損益	△113	△80	△62



【JA兵庫南】令和6年度協同活動ハイライト

自己改革の取り組み状況 ・ダイジェスト

JA兵庫南では、“「安心」「笑顔」の種を蒔き、未来へ「つながる」実をつくろう”をメインテーマに、自己改革を進めています。目指すのは、組合員をはじめ地域の皆さまから、「JA兵庫南があって良かった!」と言っていただける協同組合。全役職員が一丸となって取り組んできた活動を、ご紹介します。

1. 安心して続けられる農業の実現（地域営農振興計画）

販売力の強化

東播キャベツ部会（JA兵庫南・JA兵庫六甲・JAあかし）は、令和6年度の販売高目標を大きく上回る実績を達成しました。これは、基幹品種の見直しや高温対策を考慮した作型の統一に向けた協議の結果です。さらに、物流コスト削減と出荷一元化を目的として、大阪市場への有利販売にも積極的に取り組み、販売実績は前年対比257.1%と大幅に増加しました。

年間目標	実績	目標対比
1億1,100万円	1億7,128万円	155.7%



生産力の強化

水稻新品種の取り組みとして、加古川地区では兵庫県オリジナル品種の選抜試験を実施。2系統の内、1系統である「兵系92号」が採用され、名称は「コ・ノ・ホ・シ」に決定しました。令和7年産に向けては、最終導入試験を管内の4地区8圃場で実施する予定です。さらに、令和8年産からは直売販売が可能となるため、条件次第ではありますが、施設での育苗および荷受を「キヌヒカリ」から全量切り替え、直売所での販売を計画しています。

組合員の高齢化、労働力不足に対する取り組み

地域農家の労働力や後継者不足の問題に対して、農業求人サイトの活用を拡大。JA関係の募集も含めた農業関連求人の掲載件数は延べ27件に達しました。また、援農ボランティアの取り組みについては、延べ31名のボランティアが登録されています。

営農指導体制の確立・強化

成長効率化プログラムを通じて、営農渉外の体制整備について協議。営農指導強化プランの見直しや育成プランの確立を進めることで、出向く営農指導体制を強化し、営農相談窓口の充実を図っています。また、資格取得に関しては、営農指導員1名、上級営農指導員には2名が合格しました。



	目標	実績	目標対比
営農渉外1人あたりの訪問件数	660件	749件	113.4%
営農渉外1人あたりの提案件数	120件	247件	205.8%

総合的な事業による農業振興・地域活性化支援

	支援項目	支援内容	6年度実績
事業利用 分量配当金	出荷米に対する配当	出荷米1袋(30kg)につき50円	1,404件/3,831千円
	青果物出荷に対する配当	FS・市場・契約出荷1万円につき50円	1,009件/8,054千円
	購買品供給高に対する配当	購買品供給高(未収供給高)※1万円につき50円	4,243件/ 4,703千円
営農継続 特別対策	JA出荷米に対する支援	令和6年度米出荷に対して30kg当たり450円(15円/kg)	1,271件/35,148千円
	大麦・小麦JA出荷に対する支援	令和6年度大麦・小麦出荷に対して30kg当たり60円(2円/kg)	62件/2,692千円
ハウス導入支援事業		建設資金の一部を助成します。導入資金(税抜)の1/3【上限50万円】	4件/1,815千円
獣害被害防止対策支援事業		電気柵と関連機器の購入代金(税抜)の1/2【上限3万円】	106件/2,174千円
草刈機(ハンマーナイフモア)導入支援事業		ハンマーナイフモアの購入代金(税抜)の1/5【上限10万円】	22件/2,048千円
土壌分析支援事業		土壌分析費用(税抜)の1/2	109件/154千円
ふあ〜みんな食農教育支援金		食農教育への取り組みを行う活動に対し、費用から収入を差し引いた金額【上限5万円】	76件/3,060千円
農業融資(アグリマイティー資金等)		0%金利(農機具をJAで購入等の条件あり)	42件/116,532千円

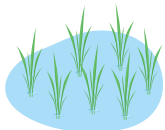
※購買品供給高(未収供給高)は肥料・農薬・生産資材・農機が対象となります



ちゃぐりんスクール 第16期スタート!



6月21日 JA兵庫南の「第16期 ちゃぐりんスクール」が開校式をしました。ちゃぐりんスクールでは、次世代を担う子どもたちや保護者に、食・農・環境の大切さを伝え、体験学習を通じて、JA事業への理解を深めていただくことを目的としています。この日は、サツマイモ植えと田植えを行い、スクール生の一人は、「田植えを行い、初めてで歩きづらかったけど、すごく楽しく、もっと植えたかった」と笑顔で話していました。



特産「いなみ野メロン」 選別基準などを共有



6月23日 JA兵庫南は、翌日に「いなみ野メロン」の販売開始を控え、出荷容器や選別基準などの申し合わせをする「メロン箱詰め講習会」を開きました。いなみ野メロンは1本の枝に1果だけに絞って育て上げ、糖度が13度以上の基準をクリアした見栄えの良いものだけを出荷しています。小山博嗣部会長は「今年は雨が少なく、気温も高い日が続いた。栽培は難しかったが、糖度は十分。このまま、安定した出荷をしていきたい」と話していました。

職員が丁寧に植え付け 花で支店に笑顔を



6月20日 二見支店とふぁ～みんSHOP二見の職員が、ふれあい委員さんとともに、花の植え付けをしました。土づくりは前日から行い、来店されるお客さまに喜んでいただけるよう、色鮮やかな花々を準備。隣接するふぁ～みんの里明石でも利用者さんが参加し、楽しそうに作業する姿が見られました。竹中孝夫支店長は「職員同士やふれあい委員さんとの親睦が深まった。お客さまからは敷地内が明るくなったとお声をいただいた」と話していました。

中学生も協力 サツマイモ植え付け



6月4日 JA兵庫南青壮年部は、稲美町立天満小学校1年生110人を対象に、北山営農組合の圃場で、サツマイモの植え付けを行いました。この日は、トライやるウィークで職場体験に来ている中学生らも植え付けの準備などを手伝い、児童らとともに約700本のサツマイモ苗を植え付けました。閉会式では青壮年部から「しっかりと植えることが出来ましたか？」と問われ、児童らは「はい! 出来ました」と元気な声で答えていました。



JA広島県女性組織協議会と 意見交換会を開催



6月17日 JA兵庫南女性会本部運営協議会は、JA広島県女性組織協議会と意見交換会を開きました。全国的に女性会のグループ数が減少する中、JA兵庫南では116グループが活動していることに、吉岡敏子会長は「好きな活動を仲間とともにできる環境を作ること、活発化する」と意見を述べました。JA広島県女性組織協議会の榎木三喜会長は「常勤役員とイベントや行事に参加していることに感心した」と話していました。

「第26回通常総代会」開催 原案通り全て承認



6月28日 JA兵庫南は、いなみ文化の森「コスモホール」で、第26回通常総代会を開きました。総代517人(書面議決を含む)が出席し、2024年の事業報告、2025年度の事業計画など4議案(附帯決議案を含む)、報告事項2件を審議。原案通り全て承認しました。



ジャガイモの収穫 畑に響く園児の声



6月6日 JA兵庫南管内の「米田こども園イモの会」では、11年前から園児を対象に、食農教育活動を行っています。この日は、ジャガイモ堀りとサツマイモの定植体験をしました。園児らが力を込めて株を抜くと、大きなジャガイモがゴロゴロ。ミズズなどに驚きながらも、楽しそうに収穫作業に取り組みました。代表の井村より子さんは、「小さな頃から、さまざまな体験をすることは大事。これから活動が続けたい」と話していました。



「スイートモーニング」 今年も販売盛況



6月24日 JA兵庫南は加古川支店の店頭で、「スイートモーニング」の販売を行いました。生産者が「たくさんの人に食べて元気になってほしい」との思いを込めて栽培し、早朝に収穫したスイートモーニングは、毎年大人気。この日は販売開始前から長蛇の列で、用意した1000本は約1時間で完売しました。購入した一人は、「昨年は並んでも買えなかった。今年は買うことができて嬉しい。この季節を待ってました」と話していました。



ボリューム十分スイートコーン 出荷目慣らし会を実施



6月16日 明石播磨営農経済センターで、「スイートコーン出荷目慣らし会」を実施しました。明石播磨地区スイートコーン部会の生産者や関係者ら26人が参加し、沼田峻太営農渉外が、病害虫や不稔がないといった品質基準や箱詰めの向きなどを説明。生産者らとともに再確認しました。「スイートモーニング」は、JA兵庫南が生産者とともにブランド化を進めたスイートコーン。糖度が最も高くなる朝採りにこだわり、生産者らの作業は夜明け前から始まります。

開設10周年! ふぁ～みんの里明石



6月8日 JA兵庫南が設立母体となった、(福)稲穂会ふぁ～みんの里明石が、開設10周年記念イベントを開催しました。第一部では、JA兵庫南の組合員ギターサークル「ふぁ～みんず」が、演奏を披露し、入居者らは演奏に合わせて歌い、ふぁ～みんくんもダンスで盛り上げました。第二部では、施設職員が「お祭りマンボ」や「炭鉦節踊り」などを披露。入居者らは手拍子をするなど、家族とともに楽しい時間を過ごしました。



ひょうご楽市楽座で 稲美町の野菜や花を販売



6月15日 いなみ朝市実行委員会 は、「ひょうご楽市楽座 阪神南ナイトマーケット」に出店しました。大阪・関西万博の期間中に設置される「尼崎万博P&R駐車場」での開催で、阪神南地域の魅力発信が目的。さまざまな企業が出店しており、いなみ朝市実行委員会のブースでは、ふぁ～みんSHOPいなみで毎週土曜日開かれる朝市と同様、今が旬のスイートコーンをはじめ、稲美町産の新鮮野菜や花苗などを販売しました。



手作りカードで 米作りの過程を学ぶ



6月4日 JA兵庫南青壮年部は、稲美町立母里小学校で稲作の事前授業を行いました。田植えを体験する前に、青壮年部が手作りした教材を使って、米作りについて学ぶというもの。「代かき」や「稲刈り」など、米作りには欠かせない農作業のイラストが描かれたカードを、グループに分かれて話し合いながら、順に並べていきました。答え合わせでは、青壮年部の井澤壮さんが農作業を丁寧に説明。児童らは米作りへの理解を深めました。

子どもと
いっしょに
楽しむ

Q ブドウの皮にうっすらと付いている白い粉の、
大切な役割とは、何でしょうか。

① 糖を増加させる ② 日焼けを防ぐ ③ 雨露などをはじく



答え・解説

③ 雨露などをはじく

農薬と勘違いする人もいますが、白い粉は、ブドウが自身を守るために分泌する「ブルーム」と呼ばれる天然の成分です。雨や朝露などをはじいて病気を防いだり、果実内部の水分の蒸発を防いで鮮度を保つなど、ワックスのような働きをします。少し擦れるだけで簡単にとれてしまうので、ブルームがまんべんなく付いたブドウは、しっかりと管理された新鮮なブドウの証拠ともいえますね。

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

手足じゃんけんで 脳トレと健康チェック STEP1

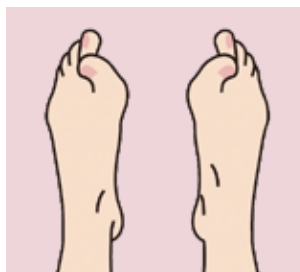
足でグー・チョキ・パーの動きをして、自由に動かせるかチェックしましょう。最終的には手と足で1人じゃんけんできるようになるのが目標です。脳トレや、足裏の筋力アップ、血行促進、冷え性やむくみ、外反母趾の改善にも役立つ体操です。

ポイント

まず手指と足指で別々にグー・チョキ・パーを出す練習をしましょう。「グー、チョキ、パー」と声に出しながら行うとやりやすいです。



1 椅子に座り、両足をそろえて指の関節をしっかり曲げます。手の握りこぶしのような見た目がグーです。



2 チョキは、親指だけを上に立てて他の指はそろえて地面に着けた状態です。



3 パーは、両足の幅を開けて5本の指先を広げます。指と指が等間隔に開くように意識します。

健康生活研究所所長 堤 喜久雄

保存性・栄養価・味の三拍子がそろった万能野菜

カボチャ

カボチャのプロフィール

【分類】ウリ科
【原産地】西洋カボチャ：南アメリカ
日本カボチャ：中央アメリカ
【和名】南瓜
【おいしい時期(旬)】8~10月
【主な栄養成分】カロテン、ビタミンC・E、カリウム、食物繊維

見分け方

コルクみたいに乾燥している

色が濃い

皮の近くまで黄色が回っている

ワタ、種がしっかりと詰まっている

ずっしり重い

カロテン、
ビタミンEの宝庫！
風邪予防・
血行促進・
冷え性改善に効果的

栄養価の高い皮も無駄なく調理しよう！皮は素揚げにしてもおいしいよ！

煎って外殻を割り、中の種をおつまみに♪

種はリノール酸が豊富！

保存方法

丸ごとなら常温(冷暗所)で保存可能

カットしたものは傷みやすいので、種とワタの部分を取り除き、ラップして冷蔵庫へ



軽くゆでて冷凍もお勧め！(袋に入れて保存)



少しレンジにかけて軟らかくすると切りやすいよ

野菜ソムリエ上級プロ
KAORUの

ベジタブル ライフ



カボチャのいろいろ

・西洋カボチャ(現在の主流品種)
・日本カボチャ(昔の主流品種)
・ペポカボチャ(ズッキーニ、金糸瓜など)
※主に上記3つのタイプに分けられる



白皮栗
(皮が白色系)



コリンキー
(生食用)



加賀野菜
「打木赤皮甘栗」



そうめんカボチャ
別名:金糸瓜
(果肉が繊維状)



飛騨高山の特産「宿儺」



京の伝統野菜
「鹿ヶ谷」



黒皮小玉種
「小菊」
(ミニサイズ)



バターナッツ
(ひょうたん形)

楽しみ方・食べ方のコツ



煮物



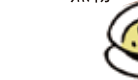
カレー



パスタ



ケーキ



サラダ



シチュー



クッキー



ほうとう

食事としてもデザートとしても食べるシーンは幅広いね！

カボチャのヒミツ



ウリ科カボチャ属の仲間
ズッキーニ



カボチャ

未熟

新鮮で若いうちが食べ頃♪

完熟

成熟するとおいしさも栄養価もアップ！



収穫後は丸ごとしばらく置いて追熟させると、甘味がぐっと増えておいしく変身

丸ごとなら冬まで保存が利く貴重な野菜。古くから冬至に食べると風邪を予防するといわれ、寒い時期の栄養源として重宝されてきたよ



イラスト:小林裕美子

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

帽子、サングラス



外での農作業の必需品です。帽子のつばとサングラスで目を守っています。夏は特に日差しが強く、これがないと作業ができないくらいです。私はメーカーにはこだわがありません。帽子は両方とも、黒色だったんですが、日差しでこんなに色あせてしまいましたね。

JAからのお知らせ

営農活性化特別支援

令和7年度 米出荷販売単価の上乗せ

「持続可能な農業・安心して続けられる農業」を実現するとともに、地域の農業者が意欲をもって農業に取り組めるよう、令和4年度より実施しているJA兵庫南独自支援を令和7年度も実施します。また、消費者への安定供給に向けた集荷強化対策として、JA兵庫南と全農が協力し、ボーナス加算もあわせて実施します。

米価上乗せ 全ての品種(うるち・もち) **750円/30kg**
(カントリーエレベーター・ライスセンター・地場出荷)

①営農活性化特別支援
(JA兵庫南独自支援)

450円/30kg(15円/kg)

+

②ボーナス加算
(出荷契約加算金)
*条件等あり

300円/30kg(10円/kg)

- 個人及び団体の組合員の方が対象となります
- 米価上乗せにつきましては、仮渡金支払い時に実施します

最寄りの営農経済センターまたは経済本店まで

明石播磨営農経済センター ☎(078)948-5380
稲美営農経済センター ☎(079)496-5135
加古川営農経済センター ☎(079)438-3930
高砂営農経済センター ☎(079)447-0881
経済本店・米麦施設課 ☎(079)496-5780

お金のギ・モン

Q 相続税の申告は必ずしなければならないの？

A すべての方が対象ではありません

「相続税」は制度上、亡くなった方すべてに課税されるものではありません。下記データから、亡くなった方の90%以上は、「相続税がかからない＝申告不要」となることが分かります。ただし、相続税は家族構成や財産の内容によって算定方法が大きく変わります。不動産や有価証券等の資産価値が増加することによって、課税となる場合もあります。「相続」を「不吉」と捉えるのではなく、ちょっとした現状把握のつもりで、ご相談いただくことも相続対策として非常に重要です。

年分等	被相続人 (死亡者数) (*2)	相続税が課税された 被相続人数	相続税が課税された 人の割合
令和3年(*1)	1,439,856人	134,275人	9.3%
令和4年(*1)	1,569,050人	150,858人	9.6%
令和5年(*1)	1,576,016人	155,740人	9.9%

*1: 次年10月31日までに提出された申告書(修正申告書を除く)データに基づき作成
*2: 「被相続人数(死亡者数)」は、「人口動態統計」(厚生労働省)のデータに基づく
<国税庁「相続の申告実績の概要」>

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)451-0800



带状疱疹にご用心！！

～2025年4月からワクチンの定期接種が始まりました～

带状疱疹は水ぼうそう(水痘)にかかった後、体内の神経節に潜伏した水痘带状疱疹ウイルスが免疫の低下とともに再活性化し、神経に沿って、痛みを伴う水疱(水ぶくれ)が現れる皮膚の病気です。合併症の一つに、水疱が治ったあとも数か月から数年、強い痛みが残ることがあり、日常生活に支障をきたすこともあります。通常は生涯に一度しか発症しませんが、免疫低下などでまれに再発することがあります。

かかりやすいのはどんな人？

加齢や疲労、免疫抑制状態など、免疫力の落ちている人がかかりやすいです。50歳以降急激に増え、70歳代でピークとなり、80歳までに3人に1人はかかるといわれています。水痘ワクチンの定期接種開始後は、水痘患者に接する機会のなくなった10～40歳代の発症も増えています。

带状疱疹にかかったらどうしたらいい？予防方法は？

带状疱疹にかかったかなと思ったら、すぐに受診しましょう。治療には抗ヘルペスウイルス薬の内服や点滴があり、発症後、早く治療を開始するほど高い効果が期待できます。予防には、普段からバランスの良い食事や睡眠などの体調管理が大切です。またワクチンを接種することで、带状疱疹の発症に加え、带状疱疹後神経痛の予防が期待できます。

ワクチンにはどんなものがあるの？

生ワクチンと組換えワクチンの2種類があります。2025年4月より65歳の方へ定期接種が始まりました。5年間は経過措置として70～100歳まで5歳刻みの節目年齢で接種の機会があります。詳しく知りたい場合は、お住いの市町村へ問い合わせましょう。

	生ワクチン(阪大微研)	組換えワクチン(GSK社)
接種方法	皮下に接種	筋肉内に接種
接種回数と間隔	1回	2回(原則、2か月以上の間隔を空ける)
接種条件	病気や治療によって免疫力の低下している方は接種不可。	免疫の状態に関わらず接種可能。
接種1年時点と5年時点の予防効果	1年後 6割程度 / 5年後 4割程度	1年後 9割以上 / 5年後 9割程度

参考

厚生労働省「带状疱疹ワクチンについてのリーフレット」
日本皮膚科学会ガイドライン「带状疱疹診療ガイドライン2025」
日本老年医学会雑誌 58巻 1号(2021:1)

【JA兵庫厚生連】



年金編

年金を増やすには

年金を増やす方法について4つご紹介します。

1. 繰下げ受給

代表的なものが繰下げ受給です。年金は65歳から支給が始まりますが、受給年齢を遅らせることで、年金を増額して受け取る方法です。受給額は繰り下げた月数×0.7%増で、年間では8.4%増となります。デメリットとしては、年金を受給しない期間があるため、65歳から受給を開始した額と同等となるには、約12年かかることです。例えば、70歳で繰り下げ請求をした場合は、82歳以上生存すれば同等額以上となります。

2. 任意加入制度

国民年金の加入月数が480カ月に達しておらず、老齢基礎年金が満額支給されない場合は、任意加入制度(60歳から65歳まで国民年金に加入する)を利用する方法があります。現在、国民年金の月額保険料は17,510円で、年間保険料は210,120円となります。年金受給額は年間約20,800円増えますが、満額支給と同等となるには約10年(210,120円÷20,800円)かかります。よって、任意加入制度の保険料を納め、老齢基礎年金を65歳から受給する場合、75歳以上生存すれば満額支給と同等以上となります。

3. 付加年金

次に付加年金は、国民年金保険料に月額400円の付加保険料を上乗せすると、亡くなるまで「付加保険料を納めた月数×200円」が支給される制度です。納める額は少ないですが、2年で納めた額以上が受給できます。ただし、任意加入制度や付加年金を利用できる人は、第1号被保険者(第2号・第3号被保険者以外)のみで、第2号被保険者(厚生年金加入者)や第3号被保険者(第2号被保険者に扶養される配偶者)は加入することは出来ません。

4. iDeCo、国民年金基金

最後に、iDeCo(個人型確定拠出年金)や国民年金基金といった税制優遇のある制度もあります。

年金受給には寿命が大きく関係し、長生きをすれば「得」ということになるでしょう。ただし、寿命は誰にも分かりません。判断には注意が必要です。

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

つくってみよう！今月の作物

地域・作型にあった品種を選んで

シュンギク

独特の香りと少し苦味のある風味が特徴です。カロテン、ビタミンC、カルシウム、鉄分などが豊富に含まれ、生活習慣病予防にも役立ちます。

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

栽培特性

- 葉の大きさや切れ込み方で種類分けされます。
- 生育温度は15～20度と、冷涼な気候を好みます。
- 春(3～6月)と秋(9～11月)が栽培適期です。

6月号の答え

	ウ	メ	シ	ユ	
ア	メ		イ	モ	ウト
ジ	ン	シ	ン		ミ
サ		ハ	チ	コ	ウ
イ	オ	ン		サ	シ
	シ	キ	サ	イ	ズ
シ	バ		カ	ン	シ
ミ	ナ	ヅ	キ		ユ

応募総数289人 正解者数268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

大阪・関西万博へ行ってきました。これから行かれる方は、①どのパビリオンに行くか、予約と計画をしっかりと②レストラン、無料給水、コンビニなど、どこもかしこも並ぶ覚悟で③待ち用のイスなどがあると便利かも④スマホのモバイルバッテリーは必須⑤念には念を入れて暑さ対策を！以上、ご参考までに…。

の5文字を並べてできる言葉は何でしょうか？
ヒント：刺激を受けると光ります

1	5	7		13		20
2				14	17	
		8	11		18	
	6			15		
3			12			21
4		9		16	19	
		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)8月末日必着
(メールの場合)8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 国際博覧会(万博)には——各国が出席します
- ③ 朝顔に——とられてもらひ水(千代女)
- ⑤ 官の対義語
- ⑥ 合格を目指して受けることも
- ⑦ 二十四節気のひとつ。令和7年は8月23日です
- ⑨ 悪夢を食べるといわれる想像上の動物
- ⑪ 旧国名のひとつ。今の滋賀県あたり
- ⑬ 人が並んで作るもの
- ⑮ コイン——に荷物を入れた
- ⑰ 紙幣のすかしは——防止策のひとつです
- ⑲ 魚などの内臓のこと
- ⑳ あぶく。ソーダ水からたくさん出ます
- ㉑ 半透明でプルプルした洋菓子

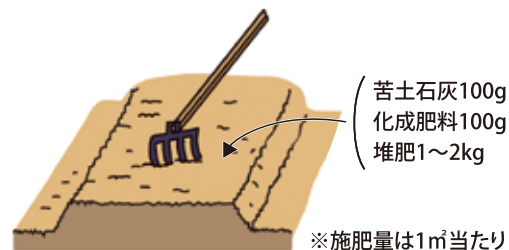
ヨヨのカギ

- ① ミーンミン、シャワシャワ、カナカナカナ……
- ② 物事にかかわりを持つこと
- ③ 代金は今度まとめて払うね
- ④ 西田佐知子のヒット曲、『コーヒー・ー』
- ⑥ さだまさしの名曲『—流し』で歌われているのは、長崎県などですお盆の行事
- ⑧ スイカにかけ人もいます
- ⑩ 2分の1がハーフなら4分の1は
- ⑫ チョウが吸うもの
- ⑭ 台木にくっつけたり挟んだりして育てます
- ⑯ もう一杯、お——!
- ⑰ 鼻の長い動物

栽培方法

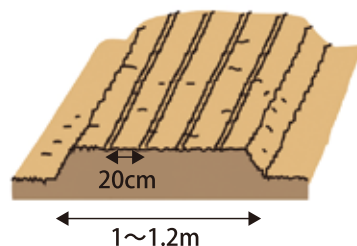
1 畑の準備

種まき2週間前に、1㎡当たり苦土石灰100gを散布し、深く耕しておきます。1週間前に化成肥料100gと完熟堆肥1～2kgを散布して土と混ぜ、ベッド幅1～1.2mとし、高さ5cm程度の平畝を作ります。



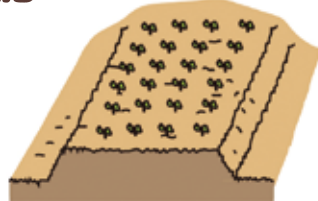
2 種まき

条間20cm、深さ5mm程度の浅いまき溝を4条切り、1cm間隔で種まきします。好光性種子のため、覆土はごく薄く掛けます。種まき後、十分に灌水(かんすい)し、発芽まで乾燥させないこと。また、幼苗を保護するために不織布をべた掛けすると良いでしょう。



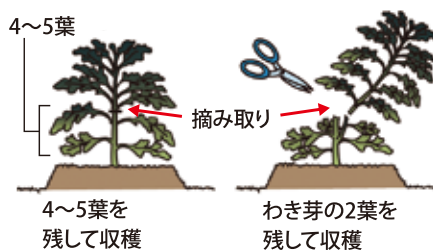
3 間引き・追肥

発芽後、本葉2枚までに3～4cm間隔に間引き、株元に軽く土寄せします。この後、本葉5～6枚の頃に、10～15cm間隔に間引き、1㎡当たり化成肥料50gを株元にばらまき、土寄せします。



4 収穫

中葉種の株立ち型は、草丈が25～30cm程度になったら、葉4～5枚を残し、摘み取り収穫します。以後、伸びてきたわき芽の葉を2枚残して切り取ります。



株張り型と大葉種では、草丈が20～25cm程度に育ったら、株ごと抜き取るか、株元から刈り取って収穫します。なお、春に咲く黄色い花は美しいので、株を残しておきましょう。



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。



まかせな菜1号

良質の動・植物質有機原料を80%含んでいます。形状はベレット状で施肥作業が楽に行えます。



アミスター20 フロアブル

シュンギクの炭疽病対策に。雨に強く、浸透移行性による優れた予防効果があります。※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]

タイミングが合わず二度手間になることが。ただ遠回りは悪くありません。普段の景色を別の方向から楽しんで

♊ 水瓶座 [1.20～2.18生まれ]

運勢は活気があります。ピンチだと思っただけがチャンスで良い方向転換ができます。しっかり状況を見極めて

♈ 山羊座 [12.22～1.19生まれ]

厳しい状況です。今すぐ結論を出すのは避けて反省点、改善点探しを。下旬には状況が好転。探し物が見つかりそう

♏ 射手座 [11.23～12.21生まれ]

好調運。問題は解決に向かいます。深造はせずその場の流れを重視して動きましょう。先人の知恵に学んで



● JA利用者懇談会の記事を読んで、積極的な提案や意見が出されていて、JAがますます良い方向に向かっているように感じました。

● 四季旬菜を毎回楽しみにしています。生産者さんのこれまでのご苦労、葛藤、喜び等、出荷するまで一生懸命にされている(作られている)と思うと、スーパーより直売所で買った方がより新鮮さが分かって、よりおいしいだろうなと思って、ふぁ～みんで購入しています。毎回ありがたき思い、食べています。

● JA 生産者さんは収穫した農産物を自らパッキングし、値付け後にふぁ～みんSHOPへ出荷されています。すべての作業がとても丁寧。新鮮でおいしいこと、間違いなしです。四季旬菜の二次元コードで、動く生産者さんめざしご覧ください。● 今後はどうもこの記事でしたが、とうもろこしは何回か作りましたが実が揃ったのが一度も出来ませんでした。● JA 風媒花なので、10本くらいは植えないとちゃんと受粉せず、不稔になると生産者さんに聞いたことがあります。また、羊などで叩いて花粉を落とすとよいとも言われてました。

● 我が家は4人家族で、みんなトウモロコシが大好きです！本号での美味しいトウモロコシの見分け方や、冷凍保存方法は知らなかったので大変良かったです。今年の夏は、今まで以上にトウモロコシをおいしく食べれそうです！

● JA じつは、夏だけでなく秋ごろまで出荷されている生産者さんもうらやましています。行楽の秋、キャンプやバーベキューの際にもぜひ！

● 今月号のみなみかぜで、家庭菜園で分からないことがあれば、営農経済センターにお問い合わせください、とありましたが、どこにあるのでしょうか？また野菜以外の植物でも大丈夫でしょうか。

● JA 「つくってみよう！今月の作物」の題字下あたりに、各営農経済センターの連絡先が載っています。日頃は生産者さんからの相談や問い合わせに忙しい、営農プランナーが在籍しています。

● ボケ防止のため、美術鑑賞に行ってください。パズルもがんばります！

● JA 大塚国際美術館へ行ったのですかね？素敵な絵ハガキでお便りを頂戴しました。ありがとうございます！

