



広報 あなたとJAを結ぶ 情報誌

南さつま

<https://ja-minamisatsuma.or.jp/>

2021

June.

6

No.279

令和3年5月20日発行

シャキシャキ食感が魅力!砂丘らっきょう(南さつま市加世田)

新しい夢 **どんだん**

育てよう明日を

JAグループ鹿児島



食農教育教材本を贈呈.....	2
砂丘らっきょういよいよ市場へ.....	3
南さつまトピックス (目指せ! 「川畑みかん」 復活、 知覧新茶贈呈式など)	4
JA南さつま女性部の活動.....	6
SDGsってなあに? (Vol. 2)	8
無料職業紹介所・防災グッズの販売.....	9
チャレンジ家庭菜園.....	10
南さつまの今が旬、きらっとおごじよの活動.....	11
JAインフォメーション.....	12
(こんにちはAコープです、健康情報)	13
お悔やみ、短歌、さつま狂句.....	15
クロスワードパズル.....	16
スマイルすまいる.....	16



教材本を手に記念撮影

食と農の大切さ学ぶきっかけに 食農教育教材本を贈呈



JA南さつまは四月二十七日、南九州市立霜出小学校五年生に食農教育補助教材本「農業とわたしたちの暮らし」(小学館出版)を贈呈しました。

JAバンクの食農教育応援事業の一環で、小学校の授業で補助教材として活用してもらい、食農・環境・金融経済教育を総合的に学習することで、農業に対する理解を深めてもらうことが目的です。今年度は管内の小学校三〇校を対象に約八〇〇冊を贈呈しました。

JAの池田清志常務は「食や農の大切さがわかりやすく学べる教材本です。授業等で活用して少しでも農業に興味を持って、理解を深めてもらえれば嬉しいです」と話し、児童に教材本を手渡しました。児童の下山央太郎さんは「これから大切に使って農業をもっと知りたいです」と話しました。

砂丘らっきょう いよいよ市場へ

シヤキシヤキ
食感と高品質

J A南さつま加世田支所管内では、二〇二二年産の砂丘らっきょうの出荷を迎えています。南さつま市加世田のJ Aらっきょう共同乾燥調製施設では、生産者が高品質ならっきょうを持ち込み、J A職員らが選果作業に励んでいます。

J A加世田砂丘らっきょう部会は有利販売を進めるため、前進出荷や割当出荷の実施や、選果選別の徹底で、所得向上と安心、安全ならっきょう生産に努めています。

また、J Aの無料職業紹介所が、出荷前のらっきょうの葉や根を切って整える「切り子」の確保に取り組み、生産農家の労働力確保を支援しています。

同部会では、栽培面積三八・〇畝、共販量四八〇トン、共販金額二億四七五〇万円を計画。六月中旬まで関東・関西方面へ出荷します。



高品質に仕上がった砂丘らっきょう

お手軽! 簡単!
コンカツらっきょう



材料

らっきょう、かつお節、塩昆布、塩 } すべて適量

作り方

- ① らっきょうを食べやすい大きさにスライスする。
- ② ボウルに入れて塩を加えて揉む。
(揉んだあと、冷蔵庫で一晩おくとらっきょうの甘さが増します。)
- ③ 塩昆布とかつお節を加えて、まんべんなく混ぜ合わせたら完成!
お好みでしょうゆやマヨネーズをかけてどうぞ!

テレビで砂丘らっきょうをPR



番組に出演した小宮福太郎さん(右)



収穫作業の撮影の様子



らっきょうを使った料理を紹介



五月八日放映のKKB鹿児島放送の番組「MOGUMOGUふぁーむ」において、南さつま市加世田の生産農家・小宮福太郎さんが砂丘らっきょうを紹介しました。番組では、小宮さんが収穫作業を行いながら、栽培や生産への思いを話し、砂丘らっきょうのPRを行いました。また、福太郎さんのお母様の小宮智子さんが経営するカフェ「mojorcafe」で提供しているらっきょうを使った料理や簡単レシピを紹介しました。

全体運…初夏を感じられる散歩コースで気分も運氣もアップ。いつもより少しだけ行動範囲を広げて。新製品にツキあり
健康運…腹も身の内。食べ過ぎに気を付けて 幸運を呼ぶ食べ物…ゴーヤー

6月の運勢
おうし座
4月20日～
5月20日

新しい挑戦へ活動充実 川辺肉用牛部会

J A南さつま川辺肉用牛部会は四月二十八日、J A川辺支所で二〇二一年度総会を開催しました。先進的技術の導入や情報の有効活用を実現するため、多彩な活動に取り組み、持続的な経営基盤の確立と強化に努める事を確認しました。総会には、会員二十一人をはじめJ A関係者らが出席し、全五議案を承認しました。西博司会長は「新しい挑戦に取り組み、楽しく前向きな部会活動を展開したい」と話しました。



総会に出席した部会員ら



利用しやすい売り場づくりに努める松山出張所

農家目線の店舗づくり

J A松山出張所

店内広告による農業資材店舗の売り場づくりを競う「J A資材店舗CS甲子園二〇二二」(主催…J A全農)に、J A南さつま松山出張所が初めてエントリーしました。「除草剤フェア」の期間に合わせ、購買担当の職員が、価格や商品が一目でわかる手書きPOPを作成し、美しく見やすい商品陳列や周囲の清掃にも努めています。職員の里一輝さんは「組合員が利用しやすい売り場づくりを心掛けました。これを機に販売拡大に繋がれば嬉しい」と話しました。

目指せ! 「川畑みかん」復活

県立加世田常潤高等学校

県立加世田常潤高等学校の食農プロデュース科果樹班は、南さつま市加世田が原産で古くから栽培されていた「川畑みかん」の復活に向けて、プロジェクトを進めています。生徒らは、地域住民や関係機関の協力のもと、来年秋の収穫を目標に、情報収集や技術習得に取り組んでいます。川畑みかんは、味・見た目が日向夏に似ており、多果汁で香りはゆずに似ていると言われています。

約二十年前までは、地区の各家庭の庭先で栽培されていました。が、現在は数本しか確認できていません。

同校は、地元由来の川畑みかんに着目し、二〇一八年に復活プロジェクトを立ち上げ、復活に向けて実験・研究を始めました。これまで、関係機関や川畑みかんをよく知る、同地区自治会長の上舞啓一郎さんを訪ね、栽培されていた当時の様子や果実に関する情報収集、生育比較試験を行ってきました。

四月二十日には、J A南さつま果樹選果場職員の上舞拓也さんと菌田正文さんを講師に迎え、接ぎ木の講習を実施し、生徒十一人が、技術の指導を受けて接ぎ木作業を行いました。

三年の藤田海斗さんは「川畑みかんの復活には時間がかかりますが、プロジェクトに携われることは光栄です。私たちの成果を後輩にしっかりと引き継ぎ、収穫できたら、川畑地区に提供して産地・特産品として復活させたいです」と意気込みを話しました。



J A職員に接ぎ木の技術を学ぶ生徒ら

自慢の知覧新茶どうぞ

南九州市茶業振興会 知覧支部

南九州市茶業振興会知覧支部は、茶消費促進宣伝活動を行い、各団体へ町内の三〇茶工場の自慢の一番茶を贈りました。

県医師会に贈呈

四月二十六日、新型コロナウイルスの対応に尽力する医療従事者に感謝の気持ちを伝え、新茶を飲んで心と体を癒してもらおうと、県医師会に知覧新茶を贈呈しました。

西垂水学支部長ら関係者七人が、鹿児島市の県医師会館を訪問し、県医師会の池田琢哉会長に新茶二〇キやティーバッグ三〇キなどを贈りました。



県医師会に新茶を贈りました

知覧町内三十五カ所に贈呈

五月七日には、知覧町内の官公署や学校、社会福祉施設など三十五カ所に、新茶二一六キを贈呈しました。

指宿南九州消防組合南九州消防署で行われた贈呈式では、西垂水支部長が「各茶工場が持ち寄った自慢の新茶を準備しました。リラックスしながら味わってほしい」とあいさつし、東忠洋消防指令長に新茶四キを贈呈しました。

東消防指令長は「丹精込めて育てた新茶をいただき感謝しています。新茶を飲んで、心をリフレッシュして業務にあたりたい」と感謝の気持ちを述べました。



南九州消防署に新茶を贈りました

お茶の製造工程を見学

鹿児島市立喜入小学校

鹿児島市立喜入小学校五年生五〇人は四月三十日、一日遠足でJA南さつま知覧茶業センターを訪れ、お茶の製造現場や茶園を見学しました。

児童らは、JAの茶業第一課職員の家内のもと、センター内の製造機械や設備を見学し、見学後は、美味しい淹れ方を学びました。また、近くの茶園を訪れ、生産者の製茶工房ちらみの西野千洋さんから茶の栽培や摘採作業について説明を聞き、お茶に対する理解を深めました。



新茶の試飲を勧める青年女性部員

職員が新茶を販売

JA職員組合青年女性部

JA南さつま職員組合青年女性部は、四月二十四日、二十五日に南九州市知覧町の武家屋敷群近くで開かれた「藤マルシェ」で、知覧新茶のPR販売を行いました。

部員らは、揃いのピンクの法被を着てブースに立ち、「今年も美味しい新茶ができました」「飲んでいってください」と呼び掛けながら、笑顔で試飲を勧めました。また、今年産の特徴や淹れ方などを丁寧に説明しました。



茶園で生産者の話を聞く児童ら

全体運…上昇運。滞っていたことも動きだし一息つけます。下旬からは自分のやりたいことを優先してOK。音楽鑑賞にツキ
健康運…寝不足に注意。体調を見ながらゆっくり 幸運を呼ぶ食べ物…ツルムラサキ

6月の運勢
かに座
6月22日～
7月22日

地域を明るく、楽しく、元気に JA南さつま 女性部の活動!

女性部とは

JAをよりどころとして、食や農、くらしに関心のある女性が集まって活動する組織です。農家でも農家でない人でも誰でも気軽に参加でき、メンバーには20代から80代まで、幅広い世代の人がいます。おもに食農教育、料理や手芸などの教室、健康の維持向上のためのスポーツ、環境保全活動などに取り組んでいます。

また、JA南さつま女性部は、2014年からエコキャップ回収運動に取り組み、SDGsの達成に大きく貢献しています。20年度は、**県下JAの中で最も多い887.58kg**を回収し、県女性組織協議会から表彰を受けました。

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

3 すべての人に
健康と福祉を

12 つくば未来
持続可能な消費と生産

13 気候変動に
適応する



エコキャップ回収の様子

どんな活動?

女性部は「JA女性 地域できばいもんそ おごじょパワー」をモットーに、「食と農を守り、農業を支える活動」を基軸として、仲間づくり・組織づくり・地域づくりを実践しています。また、SDGsを意識した活動を展開しています。

1. 食を守る・農業を支える
2. 仲間づくり・組織づくり
3. 思いを共有する組織との連携
4. JA運営への参画



●地産地消を意識した**料理教室**を開催し、郷土料理を積極的に取り入れて食文化の継承と、食と農を基軸にした活動に取り組んでいます。



●「家の光」記事を活用した**手芸・料理教室**や「家の光大会」の開催により、普及・愛読運動に取り組んでいます。



●「女性のつどい」や**商品研修会**の開催で、安心・安全な「つどい商品」を愛用する運動に取り組んでいます。



●高齢者への福祉活動として、**声かけ運動**や**手作りみそ・めんつゆの配布**を行い、安心して暮らせる社会づくりに努めています。

JA女性大学のサークル活動

管内の女性を対象に、食・農・環境・文化・健康などの様々な体験を通じて、地域の仲間づくりを進め、年次別・目的別にサークル活動を展開しています。

フレッシュミズサークル

JAをもっと身近に知ってもらい、新たな仲間づくりを目的に40歳代までの女性で活動します。



現在、今年度の受講生募集中!

いきいきサークル

もっと“いきいき”と輝いてほしい…そんな思いを込めて、様々な体験ができる充実した活動が魅力です。



家庭菜園サークル

自分が食べる野菜について、土づくりから収穫に至るまで体験しながら学んでいく講座です。



フレッシュミズサークル

きり教室

令和3年度受講生募集!

JA南さつま女性組織協議会では、JAをもっと身近に知ってもらう目的と、新たな仲間づくりをめざし、様々な分野のカリキュラムを通して自分を磨き、やりたいことを発見したり、楽しく学ぶための女性大学を開講しています。

JAが初めての方、農業をされていない方など…40歳代までの女性であれば、どなたでも参加できます。全講座に参加できなくてもOK! お友達を誘って、お気軽にお申込みください。お待ちしております!!

募集内容

入学資格 40歳代までの女性ならだれでもOK!
会費 女性部員 毎回 500円
部員以外 毎回 1,000円
(女性部員になるには、年会費500円別途)
期間 令和3年6月～令和4年2月
(本年度は計9回の予定)
時間 午前9時30分～11時30分まで
託児所 あり(無料)
募集定員 20名

カリキュラム

	開催日	講座名	内 容
1	6月10日(木)	郷土料理	かつお料理を学びます
2	7月8日(木)	フラダンス	体を動かしましょう
3	8月18日(水)	料理教室	地域おこし隊の方にインド料理を学びます
4	9月9日(木)	フラワーアレンジ	川辺の特産品 クルクマのアレンジ
5	10月7日(木)	料理教室	内容は未定です
6	11月11日(木)	そばうち	そばうちをプロに学びます
7	12月9日(木)	門松づくり	お正月飾りをつくります
8	1月20日(木)	お菓子作り	内容は未定です
9	2月10日(木)	いちご狩り	いちご狩りして、お菓子作りまで

※講師や会場の都合により、変更になることがあります。

お問い合わせ

JA南さつま
くらし広報課 (担当: 西尾) TEL 0993-58-7117
加 世 田 (担当: 蘭田) TEL 0993-53-3122
川 辺 (担当: 榎木) TEL 0993-56-1127
枕 崎 (担当: 立石) TEL 0993-72-1860
知 覧 (担当: 植村) TEL 0993-84-1185

全体運…目標は高めに。自分を甘やかさない姿勢が高評価につながります。後半は味方が増えそう。地元のお店にツキ
健康運…香りの良いお茶でリラックス。散歩も◎ 幸運を呼ぶ食べ物…ナス

6月の運勢
おとめ座
8月23日～
9月22日

SDGs(エスディー・ジーズ)ってなあに？

JA南さつまの取り組み

農 産(指導・購買・販売)



Vol.2

●関連性のある目標



① 営農指導

地域営農ビジョンの策定・実践による強い農業経営体の育成



② 農産物の選果・出荷

農業政策の確立や安心・安全な農畜産物の提供



④ スマート農業の実践

結集力発揮による収入拡大とコスト抑制対策



③ 労働力確保・無料職業紹介所の開設

農業労働力確保や営農指導体制整備による支援体制の構築



④ トップセールス(ウェブ会議)

生産・販売力最大化に向けた生産基盤の維持強化・生産コスト抑制対策



職員学習会で理解深める

JA南さつまは4月上旬、管理職を対象とした学習会で、SDGs(持続可能な開発目標)の理解を深めるための研修を行いました。JAグループ鹿児島や他県のJAが、事業との関連性の整理や発信に努めている情勢を踏まえ、JA南さつまでも全役職員がSDGsを理解し、目標達成に向けて事業を展開します。

学習会では、SDGsの目的や17のゴール目標など基礎的な知識を学習しました。また、女性部活動のエコキャップ回収運動や、地域清掃活動など、JAが取り組んできた事業・活動が、SDGsとの親和性を持っていることに理解を深めました。



SDGsについて理解を深める職員ら

JA南さつま無料職業紹介所

厚生労働大臣 届出受理番号 46-特-000023

求人情報一覧

令和3年5月7日現在

求人番号	求人者区分	就業場所	就業時間	雇用期間	作業内容	求人数	賃金	休日	備考
人-28	法人	加世田地区	8:00~17:15	常時	農作業全般	1名	時給795円	不定 要相談	
人-31	個人	枕崎地区	8:00~15:00 の中で要相談	パートタイム 通年	花卉の 農作業全般	2名	時給793円	要相談	子育て中のお母様方、 大歓迎です。
人-32	個人	川辺地区	10:00~15:00 の中で要相談	有 (要相談)	農作業全般	2名	時給850円	要相談	
人-38	個人	川辺地区	8:30~17:00	5月~6月	馬鈴薯収穫	2名	時給800円	要相談	

※詳しくは下記連絡先までお問い合わせください。

- 求人者(農家)は、JA南さつまの組合員の方に限ります。
- 求職者(働き手)は、南九州市・南さつま市・枕崎市・鹿児島市に
在住の方に限ります。
- 紹介に関しては、農業の仕事に限ります。
- この紹介所では、必ずしもマッチングをお約束できるものではありません。

ご応募お待ちしております。



お問い合わせ先



JA南さつま

JA南さつま 無料職業紹介所

〒897-0302 南九州市知覧町郡17285番地

TEL 0993-58-7114 FAX 0993-58-7127

防災グッズ

販売してます!!



JA南さつまは、万が一の時に備えた防災グッズを販売しております。

地震、津波、台風、集中豪雨…次々と襲いかかる大規模災害。時として、想像を超える力で襲ってきます。日頃から防災対策をしておくことで、被害を少なくすることはできます。いまこそ、災害に備えましょう!



1 そのまま食べられる保存食セット

帰宅が可能な段階になったら帰路をサポート!
保存期間 5年 3日分 価格: **5,400円**

(金額は税込みです)

2 非常持出セット

避難時にすぐに役立つ充実のセット!
保存期間 5年 価格: **12,870円**



3 エマージェンシーキット

携帯電話も充電できる手回し式多機能ラジオをセット!
帰宅が可能な段階になったら帰路をサポート!
保存期間 5年 価格: **7,590円**



お問い合わせ先

JA南さつま 経済部 または 各支所、出張所にてお問い合わせください。

全体運…懐かしい人、懐かしい場所とご縁が繋がります。頼まれ事は引き受けてみて。あなたからのお願いも◎
健康運…体を柔らかくするストレッチがお勧め 幸運を呼ぶ食べ物…キュウリ

6月の運勢
さそり座
10月24日~
11月22日



豆腐のチキンナゲット

豆腐のなめらかな食感を生かした、具たくさんの揚げ物です。

材 料(4人分)

- ・鶏むね肉(皮を除いたもの) …… 500g
- ・木綿豆腐(水切りしたもの) …… 300g
- ・新ごぼう …… 30g
- ・さやいんげん …… 2本(20g)
- ・にんじん …… 50g
- ・小麦粉 …… 1/2カップ
- ・すりおろしニンニク …… 小さじ1/2
- ・溶き卵 …… 1個分
- ・塩 …… 小さじ1
- ・トマトケチャップ …… 大さじ3
- ・ごま油 …… 大さじ1
- ・レタス、コショウ、揚げ油

A

B

作り方

- ① 鶏肉はフードプロセッサー、または包丁でたたいて粗いミンチにする。
- ② ゴボウはさがきにして、水にさらしてあくを抜く。さやいんげん、にんじんは5mm角に切る。
- ③ ボウルに豆腐と①、②、A、コショウ少々を入れてよく混ぜ合わせる。
- ④ ③の生地を20等分して小判型にして、同量の水で溶いた小麦粉にくぐらせて、深さ1cmほどのあぶらを熱したフライパンで、じっくりと両面を揚げ焼きにする。
- ⑤ 器に盛り、レタス適量とBを混ぜ合わせたソースを添えて完成!



JA女性部組織 きらっとおごじょの活動



活動計画を協議する「にじ」の会総会

助けあいの「わ」大切に

助けあい組織「にじ」の会

JA南さつま助けあい組織「にじ」の会は4月16日、南さつま市の四季彩館で第23回総会を開催し、会員、JA関係者ら35人が出席しました。

2021年度の具体的な行動策として、高齢者ニーズに応じた知識と技術を身につけるために学習会や研修会への開催・参加や、年金受給日に合わせたおもてなし活動、ウォーキング大会の開催を展開して、住みよい地域社会づくりを目指します。

上東篤子会長は「助けあいの『わ』を大切にしながら、JAの協力のもと、積極的に活動に取り組もう」と話しました。

SDGs 学習で理解深める

JA女性組織協議会

JA南さつま女性組織協議会は4月14日、南さつま市の四季彩館で第23回総会を開催しました。食と農を守り、農業を支える活動を基軸として、SDGs(持続可能な開発目標)を強く意識して、仲間・組織・地域づくりに取り組むことを誓いました。

感染拡大対策の徹底のもと、部員、JA関係者約30人が出席し、2020年度事業報告や21年事業計画など全4議案を承認しました。共同学習では、「SDGsと協同組合」と題して、SDGsの概要や協同組合との親和性について学習しました。



感染症対策を徹底して行われた総会

全体運…予定変更が多そう。イラッとしても顔に出さないように。臨機応変に動いて乗り切りましょう。遅刻には注意を
健康運…体調不良は休養を取れば回復。気にし過ぎは禁物 **幸運を呼ぶ食べ物**…トウモロコシ

6月の運勢
やぎ座
12月22日～
1月19日



こんにちはAコープです!

今年も、エーコープの「大隅うなぎ」を食べて、暑い夏をのりきりしましょう!

A-COOP × kurashiru

お買い得食材から
レシピが探せる!!

レシピ動画サイト「クラシル」で
エーコープのチラシがご覧いただけます。
アプリの登録は無料です。
どうぞ、ご利用下さい!

ダウンロードは
こちらから



商品のご予約 2021 7/9金まで 商品のお渡し日 2021 7/27火・28水 お近くのAコープでお申込み下さい

人間ドック日程表

7月	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	
4	5	6	7 枕崎(8) ●枕崎(9)	8	9	10	
11	12	13 知覧(10) ●知覧(6)	14	15 笠沙(3)	16 ●坊津(1) 加世田(5) ●加世田(5)	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27 川辺(6) ●川辺(5)	28	29	30	31	

8月	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 知覧(5) ●知覧(6)	4	5	6	7	
8	9	10 枕崎(5) ●枕崎(2)	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27 川辺(5) ●川辺(5)	28	
29	30	31					

※地区名の上の●印は女性コースをまた(一)内の数字は募集人員を表します。

◎ネット予約について◎

現在、厚生連のホームページから人間ドックの予約ができますが、JA助成金の適用は受けられませんのでご注意ください。
【厚生連HPアドレス】<http://www.kago-ksr.or.jp/>
詳しくは、最寄りのJAへお問い合わせください。

理事会だより

2021年4月26日、第3回理事会を開き、次の事項を決議しました。

【協議事項】

- (1) 貸付の承認について
- (2) 不良債権の処理方針に関する事項について
- (3) 令和2年度決算(確定)並びに剰余金処分案について
- (4) 第23回通常総代会提出議案及び地区別座談会日程等について
- (5) 諸規程の整備について
 - ①管理規程(職務分掌)の一部改正について
 - ②職員給与規定の一部改正について

人間ドックの ご予約について

県下統一の予約システム導入につき、指定日以外のご予約がとれない場合もございます。予めご了承ください。

専門的な研修でスキルアップ! 介護福祉士を目指す人は必須です!

鹿児島厚生連病院「介護福祉士実務者研修」

研修日程:

通信学習	7月から順次、eラーニングで自宅学習
通学授業	【10月】 21日・22日・27日 【11月】 12日・18日・19日 【12月】 9日・10日

※通学授業は、9時~17時50分

対象定員: 介護職員初任者やホームヘルパー2級以上の有資格者

定 員: 20名【無資格の方の募集は終了しました】

受講料: 88,000円(税込)

応募締切: 2021年9月21日(火)

研修会場: 鹿児島厚生連病院 1階多目的ホール
鹿児島市与次郎1丁目13番1号

問合せ先: 鹿児島厚生連病院(健康支援課: TEL099-806-1101)

ホームページ <http://www.kago-ksr.or.jp/> または 鹿児島県厚生連で検索!



気軽に
お電話下さい

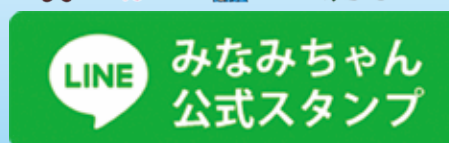
JA南さつまマスコットキャラクター

みなみちゃんスタンプ

(スタンプ購入金額: 50コイン=¥120)



好評販売中!



6月の運勢
みずがめ座
1月20日~
2月18日

全体運...大きな運の後押しがあり前進のとき。問題はあっても歩みを止めないで。知恵を出し合えば解決へと向かいます
健康運...無理な動きは控えて。腰痛やけがに注意を
幸運を呼ぶ食べ物...ジュンサイ



『家の光』2015年6月号「今日1日が楽になる! おはヨ〜ガ」より

表情が豊かになるヨガポーズ

指導 アニール・K・セティ 秀子・セティ

恥ずかしがらずに目を見開き、
舌を思いきり出して
10秒止めます。

アドバイス

このポーズは100年の恋も
冷めてしまうので、人前では
やらないこと。座り方に
こだわらなくても、効果は
同じです。



両目を
大きく開ける

次に顔のパーツを
中央に寄せて
10秒止めます。



口を大きく開け、
舌は出せるかぎり
伸ばす

かかとにお尻を乗せ、
両手の指先を床につける

暮らしをよくする情報がいっぱい! 『家の光』購読のお申し込みはお近くのJA窓口へ

「家の光」「日本農業新聞」 を購読しませんか?



※写真は6月号

家の光 2021年7月号 922円

【読みどころ】

- 〈特集1〉
子ども食堂の可能性
- 〈特集2〉
魔法の冷凍&解凍術
- 〈別冊付録〉
フレイル予防のための
25の方法



日本農業新聞

1ヶ月購読料 2,623円

農家経営や地域農業振興に役
立つ記事、農政・生活情報やJAの
取り組みなども満載! 鹿児島県内や
JA南さつま管内の情報も掲載して
います。

お申し込みはお近くの各支所・出張所にお気軽にどうぞ。

こんにちは! クミアイ家庭薬です。JA鹿児島県経済連

1本に3,000億個の乳酸菌(EC-12)!

「腸の不調は万病のもと」です。
毎日の食生活に乳酸菌を!

新発売!

健康補助食品

乳酸菌
(EC-12)

植物発酵
エキス
(64種の植物由来)

オリゴ
糖



Kyoyaku
さわやか乳酸菌ゼリー
30本
3,780円
(税抜価格 3,500円)

『Kyoyaku さわやか乳酸菌ゼリー』は、
1本で乳酸菌(EC-12)を3,000億個も摂れるゼリーです。
さらに、64種の植物素材を発酵・熟成させた
「植物発酵エキス」と「オリゴ糖」も配合しました。
甘酸っぱいさわやかな味で、毎日の元気とキレイを
お手伝いします。

※この商品は、店舗での扱いはありません。家庭薬配置員がご自宅まで直接お届けします。

クミアイ家庭薬に関するお問い合わせは...

各支所または経済連生活課(099-258-5325)まで

全体運...厳しい状況は次第に改善の兆しを見せてきます。手間と時間のかかる方法が結果的には最善、最短の予感です
健康運...楽しく体を動かせる体操がお勧め 幸運を呼ぶ食べ物...オクラ

6月の運勢
うお座
2月19日~
3月20日

お悔やみ

四月に亡くなられた方のうち、左記の方々がJA南さつま葬祭センターを利用されました。生前のご遺徳をしのび、謹んでご冥福をお祈り申し上げます。
(了解を頂いた方のみ掲載してあります)

亡くなった人

享年

集落名

●加世田葬祭センター

中山 茂美(九二) 中山

下釜 和徳(七〇) 小松原三区

前原タマ子(八八) 東本町

中野 時雄(二〇四) 中野

石原 ヒサ(二〇〇) 中小路

新澤 房子(七〇) 中間上

●知覧葬祭センター

松山 久夫(八六) 厚地

塩入ミサオ(九〇) 厚地

大隣ミチ子(八八) 大隣

御園 三男(九二) 御園

濱崎 一喜(七二) 西塩屋

霜出 ツル(九四) 霜出

桑代三代子(九四) 桑代

【額娃地区】

加治佐ヨネ(九〇) 羅・加治

●川辺葬祭センター

松蘭 良一(五三) 吉串覆

高良トシ枝(八九) 馬場

有蘭エミ子(八六) 天神坊

松田 照(九二) 下之口

飯田サチ子(九二) 向江町

大迫 久夫(八七) 田代上



葬儀のご依頼は総合葬祭



ルミエール斎場

葬儀・法事の事前相談承ります。

ルミエール友の会 会員募集中

24時間受付
年中無休加世田 ☎52-8844
知覧 ☎83-1249
川辺 ☎56-4444

短歌

〈川辺短歌会〉

浮かび来て筆先うごく言の葉を三十一文字にしたたむ夕べ 下永田悦子
 真実の短歌作りを考える理屈は要らぬ思いを文字に 中禮 千鶴
 塩屋浜を群れて泳ぎあし小海老らもからりと揚がり卓に紅添ふ 有蘭 裕子
 高みより眺める広野は活きづきて盛かる夏そば熟れし麦畑 尾込 芳恵
 ころころとグリーンピースのはねる音せまき莢より解放されて 大坪 琴子
 夕暮れの入江にフライの竿振るを思わず見とれ息を呑みたり 室屋 洋一
 漉し袋縫はむと白き布持てばしみ濃き老いのわが手なりけり 大蘭ハヤ子
 麦の秋 思ひ出づるは幼き日麦踏む畑に食みし焼き芋 中尾 雄作
 くちなしの花を回せばふる里の山河が匂ふ朝の静寂に 小原いち子

さつま狂句

兼題「他人」
たにんごじゅうねん
五十年なかゆく
仲良暮れたがもとたにん
元他人

和田野菊

(唱) 他人が嫉妬程仲ん良か夫婦
ひと しょうのめ なか よ みと

金婚式



編集後記

私の家庭では、今年もプランターで夏野菜を育て始めました。今年では中玉トマト、ミニトマト、ピーマンの栽培にチャレンジしています。肥料や水の管理に努めて、昨年よりもおいしく味わえるように頑張ろうと思います。

5月上旬には、九州南部が梅雨入りしました。平年よりも19日早い梅雨が、農作物の生育にどう影響するか少し気掛かりですが、大きな災害が発生せず、順調に生育してくれればと願うばかりです。(一直線くんVer.2)



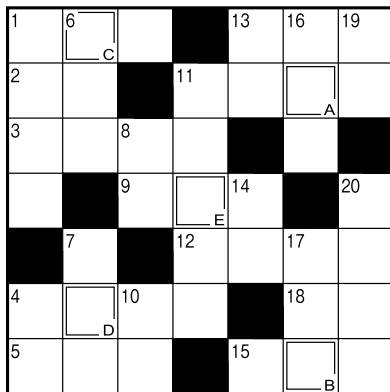
今月の表紙

今年も砂丘らっきょうの出荷シーズンを迎えました。水はけの良い砂地で育つ砂丘らっきょうは、白い肌とシャキシャキの食感が特徴です。一般的に漬物にして食べられますが、生で食べるレシピや加工品などで食べられることも増えてきました。

クロスワードパズル

出題：ニコリ

Q 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？



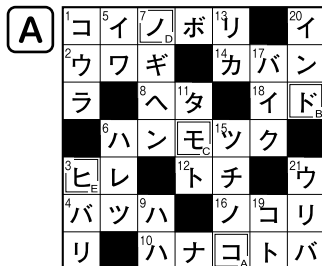
タテのカギ

- 1 新しい——が衆議院を通過した
- 4 南の島に生えていそうな木
- 6 水を引き入れ、稲を植えます
- 7 傘や長靴、レインコートなどのこと
- 8 船が進む方向を定める装置
- 10 火を通していません
- 11 酔った人がフラフラと歩く様子
- 13 奈良公園にたくさんいます
- 14 アサガオが伸ばして巻き付ける物
- 16 月がなくて真っ暗。——にカラス、——のちょうちん
- 17 古池や——飛び込む水の音(芭蕉)
- 19 6月の第3日曜日は——の日です
- 20 ささみや手羽、砂肝などの部位があります

ヨコのカギ

- 1 お尻が光る水辺の虫
- 2 手相占いで恋愛——を見てもらった
- 3 「森のバター」の異名がある果実
- 4 桃やブドウの収穫量が日本一である県
- 5 ギリシャ文字の第18番目の文字。Σ、σと書きます
- 9 独り立ちしています
- 11 こっちを通ると早く着くよ!
- 12 石灰は土壌を——性に傾けます
- 13 オルカと呼ばれる生き物
- 15 傘の先からポタポタ落ちます
- 18 口の大きな爬虫(はちゅう)類

先月号の答え



解答

A B C D E
コ ド モ ノ ヒ

クロスワードの答えと必要事項を左下のハガキに記入し、郵送、もしくは最寄りのJAへご応募ください。

正解者の中から抽選で5名様に粗品を差し上げます。

締切 令和3年6月15日(火)

5月号の当選者は次の方々です。
おめでとうございます。
粗品をお贈り致します。

大 輪 和 彦さん(加世田)
木 戸 佳代子さん(大 浦)
原 田 育 美さん(枕 崎)
牧 添 政 志さん(知 覧)
清 水 皓 遥さん(川 辺)

キリトリ線

6月号
クイズの答え

フリガ			年		
お名前			齢		
住所			性	男・女	
電話番号					

◎本誌に関する感想や日頃感じていることなどを、お書きください。

皆さんからいただいたハガキは「おたより」コーナーで紹介します。
掲載された場合、氏名は、「イニシャル」で表記いたします。
また、クロスワードに当選された場合は、氏名(フルネーム)を掲載させていただきます。

ご記入いただいた個人情報およびご意見ご感想は、本誌編集のみに利用させていただきます。
支所・出張所の窓口にて受け付けます。

組合員資格のご確認について

組合員の皆様で、組合員資格に変動があった場合には、変更手続きが必要となりますので、誠にお手数ですが、最寄りの支所・出張所にてお手続きいただきますようお願い申し上げます。

・正組合員から准組合員へ

◇ 正組合員の方で離農された、もしくは耕作が10a未満となり、1年間に農業に従事する日数が90日に満たなくなった方。(※1年のうち農業に従事する日数が90日以上の方を除きます。)

・准組合員から正組合員へ

◇ 耕作面積には変動があり、現在の耕作が10a以上になる方。

◇ 耕作面積は10a未満であるが、1年のうち農業に従事する日数が90日以上になる方。

・相続による名義変更

◇ 組合員(出資証券の名義人)が死亡された場合。

・その他

正・准組合員の方でお住まい
や電話番号、結婚等によりお
名前が変わられた方。



キリトリ線

南九州市知覧町

いまつじ ひなた
今辻 陽大くん(6)
ちはや
千颯くん(3)

肩を組んでごきげんな陽大くんと千颯くんの兄弟です。仲良しの2人はバナナが大好き！陽大くんはおじいちゃんにもらったサッカーボールでよく遊んでいて、千颯くんはすべり台やパズルで遊ぶそうです。



ご両親から
一言

「2人仲良くたくさん笑って、
元気で優しい子に育ってほしいです」
今辻 銀二さん・尚子さん

このコーナーでは管内在住のお子様や、元気に明るく働く女性を掲載いたします。自薦・他薦でもよろしいですので、ご希望の方は、総合対策部 くらし広報課 TEL0993-58-7117 まで、ご連絡下さい。

おたよりコーナー

読者の皆様から寄せられた
ご意見・ご感想などを
ご紹介します

今年も新茶の時期になりました。
先日、新茶が手に入りました。子どもたちに送ってあげようと思います。お茶を飲んでコロナに負けず頑張ります。

(南さつま市加世田 A. Kさん)

移動購買車の増車は、高齢の方など遠くまで買い物に出られない方々にとっては、とてもうれしいお知らせですね。トラックのデザインも笑顔にさせられるいいデザインですね。

(枕崎市 S. Kさん)

コロナ禍で行動範囲が限られる中で、菜園が趣味でよかったとつくづく思います。早く終息することを願っています。

(南九州市知覧町 A. Rさん)

郵便はがき

63円切手を
貼って下さい。
又はJA窓口へ

897-0302

JA南さつま 本所
広報誌「南さつま」6月号

クロスワード係宛

鹿児島県南九州市知覧町郡一七二八五番地