



広報 あなたとJAを結ぶ情報誌

南さつま

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

2024

February.

2

No.311

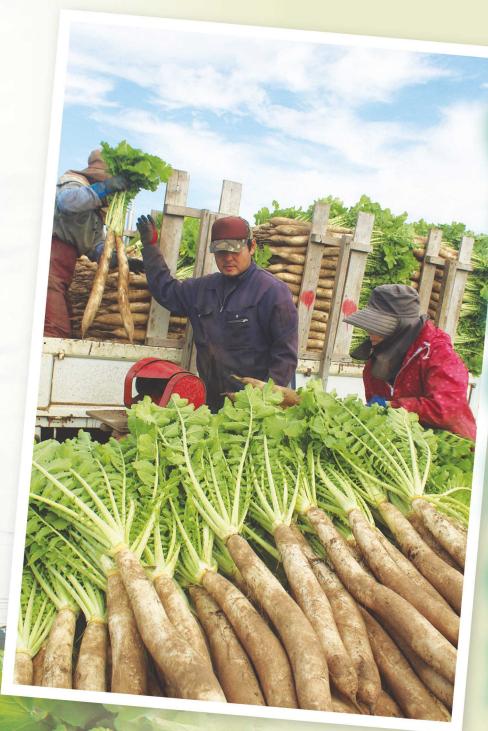
令和6年1月20日発行



大根生産者 前原和也さん

新しい夢 どんどん

育てよう明日を
JAグループ鹿児島



厳しい生産環境でも 毎日の管理作業を大切に



前原 和也さん(45)
まえ はら かず や
南九州市知覧町
まち
JA南さつま
JA
知覧町園芸振興会
加工大根部会 副部会長
甘藷・ジャガイモ・
大根生産農家



全体運…友人や知人とのおしゃべりが楽しいとき。誘われたら戸惑うことでも一緒にやってみて。新しい発見にワクワク
健康運…温熱グッズを使って体を温めて。温泉も◎

3月21日～
4月19日

広報

南さつま

2024

2

February
No.311

CONTENTS／目次

【風は南から】	
前原和也さん（南九州市知覧町）	2
きんかん春姫出発式	4
農業資機材贈呈式、加世田かぼちゃPRなど	5
ちゃぐりん通信	6
レインボーニュース	7
組合員親睦ゴルフ大会開催のお知らせ	8
組合員加入・増資キャンペーンのご案内	9
家の光クイズ、 自動車共済見積りキャンペーンのご案内など	10
南さつまの今が旬、みなみーずだより	11
チャレンジ家庭菜園	12
J Aインフォメーション (こんにちはAコープです、健康情報ほか)	13
お悔やみ、短歌、さつま狂句	14
クロスワードパズル	15
スマイルすまいる、おたよりコーナー	16



風は
南から



■農家は今年で二十年目

以前は、大阪で会社員として勤めていましたが、退職を機に地元に戻り、実家の父親が営む農業を始めました。就農して二十年目を迎え、甘藷、ジャガイモ、大根などを栽培しています。一年を通して様々な作業がありますが、現在の規模を維持しながら経営できているのは家族のサポートがあるからこそだと思っています。

■ここ数年は病気との闘い

ここ数年はこの地域でまん延している甘藷の基腐病や軟腐病に悩まされていますが、部会の研修会で学んだ情報をもとに、まん延防止策を忠実に実行し栽培に取り組むよう心掛けています。

■安定した農業経営を目指して

農業を取り巻く環境は農業資材や燃料の高騰で非常に厳しい状況ですが、頑張つただけの成果が作物にも表れるのいいものができたときにはつらい作業も報われます。

今後も家族と一緒に毎日の管理作業を大切に行い、安定した農業経営を続けていこうと思います。

全体運…困ったときこそ冷静に。状況を整理すれば打開策が見えてきます。下旬には力を貸してくれる人が出てくる予感
健康運…前半は良好。後半は疲れをためないよう心がけて

幸運を呼ぶ食べ物…カラシナ

2月の運勢
おうし座
4月20日～
5月20日

令和5年産きんかん春姫®出発式



あいさつする内門部会長

JA南さつま果樹部会は一月十日、南さつま市のJA果樹選果場で、「二〇二三年産「きんかん春姫®」の出発式を開催し、生産者や行政、JA関係者ら約七十人が出席しました。二三年産は、病害虫の影響が少なく、総体的に生育は良好です。暖冬により小玉傾向ではあります
が、糖度が高く高品質の果実に仕上がっています。南さつま市や南九州市、枕崎市の生産農家四十一戸が七・八糸で栽培し、共販量一六〇・五㌧、共販額一億一八〇〇万円を見込み、主に東京、長野、大阪、県内市場に三月上旬まで出荷します。

内門章一部会長は「市場や消費地で高く評価されている。
選別や品質基準のクリアを徹底して最後まで美味しい春姫を出荷する」と意欲を話しました。また、関係者がテーブルカットを行い、初荷を積んだトラックを見送り、出荷のスタートを祝いました。

「きんかん春姫®」は、ハウス栽培の

「きんかん春姫®」いよいよ市場へ 糖度高く高品質に仕上がる



テープカットで出荷を祝いました

キンカンのうち、糖度十六度以上、サイズがM玉以上、濃いオレンジ色に色付いたものをいい、甘みが強く酸味が少ないため、生で皮ごと食べられます。〇五年にかごしまブランド産地に指定され、今年も「かごしまのキンカン」として指定を受けました。

2月の運勢
ふたご座
5月21日～6月21日

全体運…予定は早め早めに進めると上昇運に乗れます。旅行やレジャーは中旬までが吉。下旬は仕事に力を入れて◎
健康運…不調を甘く見ないで。後半は回復、精力的に動けます 幸運を呼ぶ食べ物…水菜

県立加世田常潤高校に農業資機材を贈呈

J A南さつまは一月十日、県立加世田常潤高等学校にアーム式ワイングモア（草刈機）一台を贈呈しました。校内で行われた贈呈式には、生徒、学校関係者、JA関係者などが出席し、JAの山下良行組合長が今回贈呈した農業資機材を活用

アーム式ワイングモアが送られた
加世田常潤高校の生徒ら



寄贈されたアーム式ワイングモア



目録を手渡す山下組合長

し、農業や食を大切にする人材育成に努めてほしい。鹿児島の農業と地域社会の発展に向けて、同校と連携・協力をさらに深めたい」とあります。生徒代表二年の小田拓海さんによると、「JAの山下組合長は「立派な草刈り機を寄贈いただき大変感謝している。労力の負担軽減や時間を有効活用する事ができ、これからの農業発展や人材教育に活かせるように頑張りたい」と感謝を述べました。

この取り組みは、JAグループ鹿児島が農業振興や担い手育成支援の一環で、次代の担い手育成に取り組んでいます。県内の農業高校と農業関係学科がある高校の計十一校に、一校あたり約100万円の農業機械や農業資材の寄贈を行っており、今回で二回目の取り組みとなります。

冬至に「加世田かぼちゃ」をPR

J A南さつまは十二月二十二日、鹿児島市のエーコープいしき店で「加世田かぼちゃ」の販売イベントを実施しました。

通常、東京を中心とした県外で流通する人気商品「加世田かぼちゃ」を冬至であるこの日に限り、県内消費者にも味わってもらいたい「加世田かぼちゃ」の美味しさを再認識していただき、JA南さつまは農産物の消費拡大につなげたいと、この企画を実現しました。

イベントで試食をした鹿児島市内在住の女性は「加世田産は珍しい。ぜひまたやつてほしい」と好評でした。

参加した加世田園芸部会副部会長の上舞啓一郎さんは「加世田のかぼちゃの味わいやいろいろな食べ方を多くの人に楽しんでもらいたい」と話しました。



修了論文を発表する俵積田主任

第十五期鷹山塾 (JA戦略型中核人材育成研修) 終了論文発表大会

J A県中央会は六月から十二月にかけて、将来のJA経営の舵取りのできる総合的な経営戦略思考を持つ中核人材を養成するために、第十五期JA戦略型中核人材育成研修「鷹山塾」を実施しました。

十二月二十二日に行われた修了論文発表大会では、受講生十七人が発表し、JA南さつま知覧支所金融課の俵積田貴仁主任が「安心安全の橋渡し」と題して発表しました。



かぼちゃをPRする副部会長の上舞啓一郎さん

2月の運勢
かに座
6月22日～
7月22日

全体運…刺激的な状況に少し慌てるかも。臨機応変に考えればイレギュラーな事態でも得ることが。下旬は幸運に恵まれます
健康運…腰回りのストレッチは入念に。あつたか下着も◎ 幸運を呼ぶ食べ物…ブロッコリー



ちゃぐりんフレンドクラブ 閉校式 & カレー作りに挑戦

JA南さつまは12月10日、南さつま市の県立南薩少年自然の家でJAアグリスクール「ちゃぐりんフレンドクラブ」の2023年度閉校式を開催しました。

式では、児童を代表して川辺小学校6年の宇都咲夢希さんにJAの山下良行組合長から修了証書が手渡されました。また、全活動に参加した10人には皆勤賞が贈られました。山下組合長は「大豆の植え付けから収穫を通して農家さんの苦労や食と農の大切さを学べたと思う。アグリスクールでの経験を今後に生かしてほしい。来年もぜひ参加してください。」とあいさつしました。

また、今年度最後の活動としてカレー作りに挑戦しました。児童らは3班に分かれ、それぞれ食器係・材料係・薪係の役割分担のもと、班のメンバーと一致団結してカレーを完成させました。

食事後の片づけでは、羽釜や鍋に付いたすすを落とすのに悪戦苦闘しました。

JA南さつまでは、収穫体験や自然環境への取り組みを通じて「いのち・自然・食べ物・農業の大切さ」を学ぶアグリスクールチャグリんフレンドクラブを2024年度も実施します。



レインボーニュース

管内の身近にある情報を紹介するコーナーです。きれいな風景や花、地域の行事などありましたら、最寄りの支所へご連絡ください。



上舞 広報委員



枕崎

熱戦！ふれあい野球大会

JJA南さつま枕崎支所



JJA南さつま枕崎支所は12月10日、枕崎市総合グラウンドでふれあい野球大会を開催しました。支所ふれあい活動の一環で、チーム間の交流と親睦を深め、JAと地域との結びつきを強化する目的で開催しており、枕崎市内の少年野球チーム3組が参加しました。

選手らは日頃の練習の成果を発揮し、一生懸命プレーしていました。優勝した立神野球スポーツ少年団や参加チームにはJAの米や飲料品が贈られました。

選手のみなさん大変お疲れ様でした！



川辺

高田集落にて鬼火たき

1月7日の夜、南九州市川辺町高田地域において伝統の「鬼火たき」がありました。

鬼火たきは竹や正月飾りなどで作られたやぐらを焼き、今年一年の無病息災を願う伝統行事です。

今年のやぐらは高さ10mほどの本やぐらと子ども用の小やぐらがあり、今年の干支辰年生まれの参加者が火入れを行いました。

見物客からは、今年は新年早々悪いニュースが重なっているのでまずは家内安全で一年を過ごしたい。また、辰年にちなんで昇り龍のように良いニュースばかりの一年に期待したいとの声がありました。



大笠

道路沿いに辰のオブジェ登場

福元集落青壮年部が制作

柳元 広報委員

南さつま市大浦町福元集落の道路沿いに今年の干支「辰(たつ)」にちなんだ、大きな辰のオブジェが登場し地域の話題となりました。集落を盛り上げようと、青壮年部が中心となり毎年作成しています。

全長約2㍍の辰の胴体は、スギの葉で作られ、木でできた顔と牙はチェーンソーで整えられました。また、目には赤色のゴルフボールを使い、手には龍珠まで持たせるなど細部までこだわっています。



知覧

豊玉姫神社の「茅の輪」



南九州市知覧町の豊玉姫神社の境内に年越しの大祓のための「茅(ち)の輪」が設置されました。同社では、知覧茅葺き保存会の協力を得て、毎年大晦日ごろから1月上旬、また六月灯の時期の前後に茅の輪を設置しています。茅の輪くぐりは、参道の鳥居などの結界内に、茅(ちがや)という草で編んだ直径数メートルの輪を作り、これをくぐることで心身を清めて災厄を祓い、無病息災を祈願するというものです。お正月の三が日は、茅の輪をくぐりで無病息災・家内安全を願う参拝客で賑わいました。



神野 広報委員



全体運…丁寧な仕事で好感度が大幅アップ。あなたを気にかけてくれる人を大切に。下旬に出てくる問題は慎重に対応を
健康運…ハードな作業は前半のうちに。消化の良い食べ物が吉

幸運を呼ぶ食べ物…ナバナ

2月の運勢
おとめ座
8月23日～
9月22日

第1回 JA南さつま組合員親睦 ゴルフ大会

主催：JA南さつま組合員親睦ゴルフ大会実行委員会



場所 _____

知覧カントリークラブ

〒897-0302 南九州市知覧町郡 8630 TEL: 0993-83-4711

日時 _____

2024年3月5日 火 (1組目7時12分スタート)

参加資格 _____

JA 南さつま組合員 (正・准)

※お申し込みは本所もしくは最寄りの支所まで

第1回 JA南さつま組合員親睦ゴルフ大会 申込書 (令和6年2月16日締切)

参加クラス (いずれかに○してください)			
一般の部 男性：65歳未満	シニアの部 男性：65歳以上	レディースの部 女性：全年齢	
参 加 者			
氏名	年齢	電話番号	組合員区分
①	歳	— —	正組合員 · 准組合員
②	歳	— —	正組合員 · 准組合員
③	歳	— —	正組合員 · 准組合員
④	歳	— —	正組合員 · 准組合員

【確認事項】

- ・グループでの申込みの場合、「3人組以上」でお願いします
- ・グループでの申込みの場合、「代表者を上記①」にご記入ください
- ・個人での申込みも可能です (①にご記入ください)
- ・プレー代、昼食代については参加者各自負担となります

代表者住所

代表者



全体運…おしゃれをして外出を。以前からやってみたかったことに挑戦してみるのもいいでしょう。行動的なほどツキがアップ
健康運…納豆やヨーグルトなどの発酵食品を取るよう心がけて 幸運を呼ぶ食べ物…セリ

特典付き!

JA南さつま

組合員加入・増資キャンペーン

好評につき
今年もやります! 令和6年2月1日(木)~6月28日(金)

最大

20,000 円分の

JADDOポイントがもりえむチャンス!



特典①*

特典②

新規加入

or

増資

さらに!

出資額5,000円につき

増資額10,000円につき

CP期間中500万円以上の

100ポイント進呈

100ポイント進呈

出資・増資の方に

10,000ポイント進呈

*特典①にかかるポイント加算の上限は、「新規加入」・「増資」のいずれの場合も10,000ポイントです。
(特典②とあわせて1組合員あたり20,000ポイントを上限とします)。

*ポイントは令和6年8月頃に加算されます。

JAの組合員になるとうれしい特典いろいろ!

組合員特典①

JADDOカードの加算ポイントが割り増し!

組合員特典②

人間ドック代金の助成(令和5年度5,800円)

*助成金額は年度によって変更があります

組合員特典③

出資配当が受けられる!

〈配当実績〉

令和3年度… 1.0% 令和4年度… 1.0%

*出資配当については年度ごとの事業実績に基づき支出いたしますので、
必ずしも配当が保証されるものではありません。

*譲渡による組合員加入・増資や死亡相続による加入については、本キャンペーンの対象外となります。

*出資金は1口1,000円として、10,000口(1,000万円)を上限に加入いただけます。

*12月までに申し出た場合の出資金払い戻し時期は、脱退された事業年度にかかる総代会終了後(6月以降)となります。

詳しくはお近くのJA南さつま各支所までお気軽にお問い合わせください。

全体運…気になることに1つずつ取り組んでいきましょう。腰を据えて動くと良い月。下旬は好情報が入ってきます
健康運…ウォーキングやストレッチで体をほぐして 幸運を呼ぶ食べ物…ホウレンソウ

2月の運勢
さそり座
10月24日～
11月22日

みんなでチャレンジ! (家の光クイズ)

JAGループの総合家庭雑誌「家の光」を皆さんに知ってもらおうと、毎月「家の光」に掲載されている記事の中から、クイズを出題いたします!

今月のクイズ

今回は「家の光」2024年2月号からの出題!

1 食物纖維を効率よく摂取するためには、主食を分づき米や雑穀ごはんにするといい。
○か ×か。
(P24掲載)

2 骨は運動などで負荷をかけると強くなり、負荷をかけないと弱くなる性質があるため、年を取つてからでも運動することがたいせつ。
○か ×か。
(P62掲載)

3 地域農業を守るためにには、地域における取り組みを次世代につなげるだけでなく、消費者にも理解してもらうことがたいせつ。
○か ×か。
(P138掲載)

1月号の答え&解説

- ① ○ ハクサイは寒さが増すと、葉に蓄えたデンプンを糖に変えることで凝固点を下げ、果物に近い甘さとなります。
- ② ○ 大苗は初収穫までの期間が短く、実つきのものを購入すればすぐに収穫も楽しめます。
- ③ × ツボ押しの効き方にも個人差があるので、指でもんだりトントン叩いたり、心地よいと感じる方法で試してみてください。

正解者の中から抽選で5名様に粗品をプレゼント!

クロスワードパズルも回答すればダブルでプレゼントが当たるチャンスです!

15ページのハガキにクイズの答えと必要事項を記入し、郵送もしくは最寄りのJAへご応募ください。
当選者は発送をもってかえさせていただきます。

家の光

創刊100周年に向けて『家の光』が
2024年5月号から
* 誌面リニューアル!!



お申し込みは
お近くのJAへ

リニューアルの
ポイント

3つのもっと!

カラーページを増やし
デザインを一新
読み応えのある内容に
地域・JAに関する情報を充実

地域の見どころ

家の光3月号と4月号に
JA南さつまが取り上げられます

3月号…加世田かぼちゃの紹介
4月号…山下組合長のインタビュー記事

乞うご期待!!

2月の運勢
いて座
11月23日～
12月21日

全体運…行動範囲を広げましょう。好奇心を発揮すると楽しいことに出会えます。おかげこやサークルへの参加も◎
健康運…腹八分目が健康維持のこつ。いろんなものを少しづつ

幸運を呼ぶ食べ物…ワラビ



若返る

特集

2

月刊

2



南さつまの

今が旬

今月の野菜

サヤインゲン

低脂肪・高タンパクの非常に優れた食材で疲労回復に良いとされています！



ツナとサヤインゲンのゴマ和え



材料(4人分)

- ・ツナ缶(油漬け) …… 小1/2缶(40g)
- ・サヤインゲン ……………… 200g
- ・白すりゴマ ……………… 大さじ4
- ・塩、しょうゆ、砂糖

作り方



- ① サヤインゲンは4cm長さに切り、熱湯で塩ゆでしてざるに上げて水切りし、ボウルに入れる。温かいうちにしょうゆ小さじ2をまぶして、あら熱を取る。
- ② ①は汁けを軽く切り、油を軽く切ったツナ、白ゴマ、砂糖小さじ1を加えて和える。

J.A.女性部

みなみーずだより



熊本城で記念撮影をする参加者ら

「ふれあいの旅」日帰り旅行開催

J.A.南さつま女性部

J.A.南さつま女性部は12月21日と22日、日帰り旅行を開催し、会員82名が参加しました。今年は、地区ごとに2日間に分かれて、熊本県の熊本城と水前寺成趣園を訪れました。熊本城では、石垣に平成28年熊本地震の爪痕が残る中、復元された天守閣を前に参加者は様々な思いを馳せていました。また、国の名勝・史跡に指定されている水前寺成趣園では、園を散策し、自然を感じたり、お土産を買ったりと参加者は思い思いの時間を過ごしました。

みそづくりに挑戦

フレッシュミズサークル「fftac(ファシー)」

J.A.南さつまフレッシュミズサークル「fftac(ファシー)」は12月13日と14日の2日間にかけて、JA南さつま枕崎支所管内の加工室でみそ作りに挑戦しました。JA生活指導員の指導のもと参加者は、一晩水につけた麦を蒸して麹を付ける作業や蒸した大豆をつぶして麦麹と塩を混ぜる作業を行い、手作りみそを完成させました。参加した会員は「自分でやってみて食育の大切さを肌で感じた。このみそで作った味噌汁を子どもに飲んでもらいたい」と話しました。



みそづくりに挑戦する参加者ら

全体運…マイペースでOK。やりたいことリストを作って順にやっていくのもお勧めです。お取り寄せグルメにもツキがあります
健康運…頑張り過ぎず適度に休憩を入れて。お茶が吉 幸運を呼ぶ食べ物…セロリ

2月の運勢
やぎ座
12月22日～
1月19日

チャレンジ家庭菜園

育苗管理が肝心

春まきキャベツ

図1 加温育苗

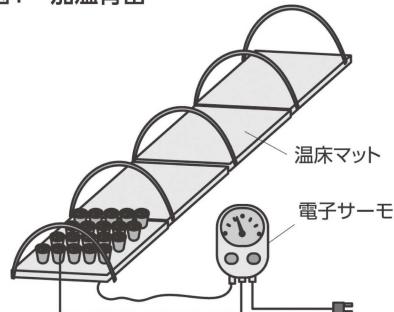


図2 苗作り

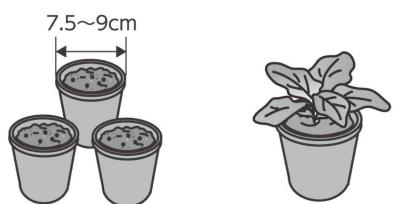


図3 畑の準備

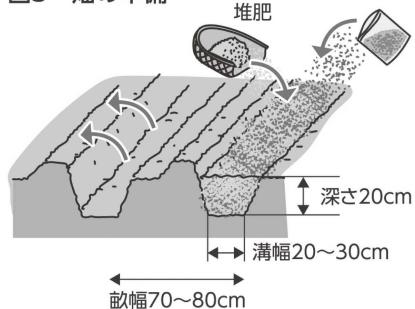
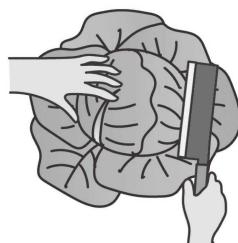


図4 植え付け



図5 収穫



「品種」 とう立ちしにくい晩抽性と収穫期の高温を避けられる早生性を兼ね備えた品種を選びましょう。

野菜は夏まき栽培が一般的です。しかし、低温期に種まきをする春まき栽培では、早期に花茎が伸びて収穫できないことが起きます。適切な品種を選び、苗作りでの温度管理を上手にすれば、初夏に収穫する作型を成功させることができます。

キャベツなどのアブラナ科野菜は発芽温度はおおむね5~35度で、適温は20~25度です。その後の温度は、日中15~20度、夜間5~10度を確保します。そのため、トンネル内に温床マットなどで温床を作り、最低10度を目安に加温しますが、日中は25度以上に上がらないように換気をします(図1)。7.5~9cmポリポットに3、4粒まきをします(図2)。

「苗作り」 発芽温度は、おおむね5~35度で、適温は20~25度です。その後の温度は、日中15~20度、夜間5~10度を確保します。そのため、トンネル内に温床マットなどで温床を作り、最低10度を目安に加温しますが、日中は25度以上に上がらないように換気をします(図1)。7.5~9cmポリポットに3、4粒まきをします(図2)。

「畑の準備」 畑1平方m当たり堆肥1000g程度をまいて、よく土を耕します。畝幅70~80cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり堆肥1kgと化成肥料(NPK各成分10%)100gを施し、土とよく混ぜて畝を立てます(図3)。

「追肥」 結球期まで肥効が残らないように、定植後2週間以上に、株間40cmに植え付けて、株元に土寄せします。

「病害虫の防除」 気温が上がるとアオムシ、コナガの発生が多くなるので、BT剤などで防除します。

「収穫」 球が固く締まる前に

1株当たり10gくらいまで、株元に土寄せします。

1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
冷涼地		●	...	●	●	...	
中間地		●	...	●	●	...	
暖地	●	...	●	●	...	●	

● 種まき ---- 苗作り ● 植え付け — 生育 ■ 収穫

「JA広報通信」2024年1月号 「あなたもチャレンジ!家庭菜園」より

2月の運勢
みずがめ座
1月20日~
2月18日

全体運…とても勢いがあります。多少の無理なら通るので早めに行動を起こして。下旬はのんびりモードにチェンジを

健康運…あつたかい靴下や手袋で手足の冷えをカバーして

幸運を呼ぶ食べ物…ユリ根



こんにちはAコープです!
皆様の家計・お買物を応援!



毎日の食卓に欠かせない商品を厳選し、
1ヶ月間毎日お買得価格で提供しています。
対象商品は、店頭のポスター、折込みチラシ等で
ご案内しております。どうぞご利用ください。

ご利用できる
キャッシュレス決済が増えました

NEW
QUO Pay

クオカードペイが
加わりました。

PayPay

d払い

LINE Pay

au PAY

R Pay

FamiPay

m Pay

支付宝 ALIPAY

でお支払いいただけます。

新たに、「クオカードペイ」がご利用いただけるようになりました。

その他、クレジットカード、Edyでの決済もご利用いただけます。

※「二次元コード」をご提示ください。レジにて読み取りいたします。

※JADDOカードポイントも進呈いたします。

鹿児島厚生連病院
健康管理センター

人間ドック 応援 キャンペーン

キャンペーン期間 令和6年1月～5月

新規受診者 応援キャンペーン

（全年代対象） ●初めて人間ドックを受ける方
●3年以上受診していない方
●既往歴のない方

さらに次年度人間ドックで 5,000円分進呈

期間中8,000円割引 指定日*ならさらに2,000円割引

受診料金 最大10,000円割引

*指定日：詳細は裏面をご覧ください。※キャンペーンの重複はできません。

シニアライフ 応援キャンペーン

（対象者） ●人間ドックご希望で65歳以上の方
(受診日時点で65歳以上)

受診料金 8,000円割引

お問い合わせ・お申し込みは、
JA南さつまくらし広報課（TEL:0993-58-7117）
までご連絡ください。

JA南さつま 「友だち」登録よろしくね！

LINE会員募集中！

LINE会員になれば お得な特典！

毎週火曜日はLINE会員限定の特売日！！
ガソリン(レギュラー・ハイオク)の5円/L引きを
実施中です。

右のQRコードを読み取って友だち登録をお願いします。

全体運…だんだん調子が出てきます。様子を見ながら下旬にラストスパートをかけましょう。予想以上の好結果ににっこり
健康運…良い姿勢を心がけて。肩凝りは早めにケアを

健康情報

『転ばぬ先の？』

ヒトは転ばずに二足歩行ができるという、生き物としては珍しい特徴を持っています。転ばずに歩くためには、①耳の中にあるバランスを感じる器官(前庭)が正常に機能すること。②眼で周囲の情報が十分認識できること。③皮膚や筋肉からの刺激(とくに足の裏からの刺激)を十分検知できること。この三つの機能が問題なく働くことがとても重要です。しかし、何らかの理由でこれらの働きが低下した時、めまいや転倒の原因となります。めまいや転倒は、病気として起こるだけではなく、年齢を重ねることでも起ります。

転ばぬ先の、と言えば「杖(つえ)」ですね。歩くことに少し不安がある時は、杖や手摺りを使って手からの情報を増やすと、安心して歩くことができます。人と手をつないで歩くことも、とても良いです。幼い子供の頃と同じですね。健康に歩けることは生活の質に大きく影響します。歩くこと自体が体にとても良い影響を与えるので、毎日歩く習慣を身につけましょう。お散歩、楽しいですよ。

鹿児島厚生連病院
耳鼻咽喉科医長 牧瀬 高穂

理事会だより

2023年12月27日、第12回理事会を開き、次の事項を決議しました。

【協議事項】

- (1) 利益相反行為に基づく理事との契約について
 - (2) JAグループ鹿児島の組織構想にかかる実践計画
- 令和5年度第3四半期末実績について
- (3) 坊津肉用牛実験農場の廃止について

2月の運勢
うお座
2月19日～
3月20日

お悔やみ

十二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おります）

亡くなった人
享年
集落名

片平アキエ（二〇二）黒瀬
石原一広（七八）中小路
今村政一（八四）中野
池田好男（八九）向江
大原健蔵（九四）杏町二区

●知覧葬祭センター

山下サツ子（九二）中郡北
高城純一（七五）河上
菊永康雄（八六）松山
中野ヨシ（九五）新町
崎池梨沙（三四）松山
大隣キミ（九二）大隣
郡山勝男（九〇）厚地
源川ミツ（九五）大隣
大隣タヨ（九七）源川
郡山源川
大隣源川
藤田ハツエ（九七）木場田

●川辺葬祭センター

前田勝郎（九二）島内
上野ルリ子（八九）小河路
神蘭静男（九二）天神
田中美也子（七七）山下
桑波田弘子（九二）川原町
吉永勇（九三）下里
中原口睦子（九四）稻荷町
中迎（九五）下之口
磯子（八五）下之口
市蘭ヒモ（九六）田畠
高倉道秋（九二）下村

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
知川 83-1249
川辺 56-4444

短歌

〈川辺短歌会〉

丁シャツをあまた干すごと白鷺の塘見えたり暗き川辺に 下永田悦子

災厄を燃やし祓へと鬼火焚き 日の本中の安寧願ひ 有菌裕子

黒雲を緑どりしづむ太陽の透き間もれくるWの字形 尾込芳恵

ビロードの苔を覆ひて桃色のさざんか散りし人住まぬ庭 大坪琴子

小寒の始まり告ぐる寒太郎雲厚く閉じ今年気になる 室屋洋一

わが畠の野菜七つの春の粥八十九の身にいただきぬ 大蘭ハヤ子

カーラジオ流るる曲は荒井由実帷の降りし万之瀬を渡る 中尾雄作

墨の香の漂ふ部屋に新年の言葉したたむ「長樂無極」 小原いち子

毎日を感謝の心で過ごせしに勝る日々無しわれの一生 中禮千鶴

さつま狂句

兼題「喰ん」

な
長げ出張
もど
帰れば直き

ふ
服く喰ん
かず

（唱） 疑ご程亭主しや モテもせんとに
和田 野菊
うた しきて



編集後記

年末、わが家の恒例行事である餅つきと蕎麦打ちを行いました。私が小さい頃は、加世田の祖父の家に親戚が集まり、木の角せいろを使って餅米を蒸し、臼と杵を使って餅をついていました。蒸したての餅米が最高に美味しいいつもかくれて食べていたのを思い出します。今は電動の機械を使って餅をついていますが、餅を丸めたり、蕎麦を打ったりと子どもたちとゆっくりした時間を過ごしました。

2月14日はバレンタイン。この機会を使って日頃の感謝を伝えてはどうでしょうか。

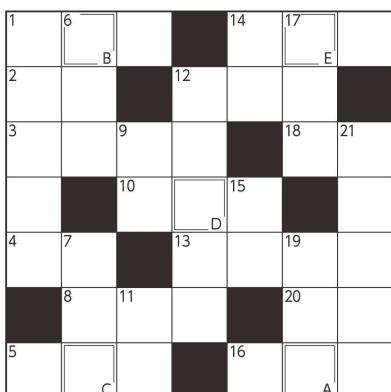
（一直線くんVer.2）



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？



先月号の答え

A



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6年2月14日(水)

解答

A B C D E
ハツヒノデ

左下のハガキでご応募される際は、84円切手をお使いください。
(通常ハガキの重さに比べ、軽くなるため、定形外の料金となるためです)

2月号クロスワードパズルの答え

2月号家の光クイズの答え

1 2 3

姓	名	性別	年齢
お名前			
住所	〒	性別	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・出張所の窓口にても受け付けます。

タテのカギ

- フキの花茎のこと
- 銀世界を眺めて楽しめます
- ガイド——を片手に観光地を巡った
- 安倍川にして食べようかな、磯辺巻きもい的な
- 日没のことを日の——ともいいます
- 雪だるまを英語(片仮名語)でいうと
- 佐渡島にはこの鳥の保護施設があります
- 漢字には音読みと——読みがあります
- 平方根を表す記号
- 魚偏に「弱」と書きます
- 中国や台湾の旧暦の正月

ヨコのカギ

- 最低気温が0度より低い日
- 現代人は電子——に囲まれて暮らしています
- 水筒に入れます
- ヒヒーン!といななく動物
- スマホに入れたり消したりします
- ベッドが2つある部屋
- 頬のこと。——ダンス
- スラロームやモーグルなどの種目があります
- 人がいっぱいに入っている状態
- 西アジアの国の1つ。首都はアンカラ
- 空気が乾燥しているので——器をつけた
- 節分の豆を——の数だけ食べた
- 実がなるまでの期間が短めの品種のこと

1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。

江田 淵子さん(大笠)

水溜 美郷さん(知覧)

瀬戸山 和海さん(知覧)

竹山 松美さん(知覧)

宮内 久美子さん(川辺)

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日に満たなくなつた方。(※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。**



南九州市川辺町

かりかわ いと
刈川 結仁くん(1)

やんちゃで好奇心旺盛な結仁くん。最近は、仕事場にある工具がお気に入りのよう。ごはんの時に乾杯ができるようになり食卓がより賑やかになりました。楽しかった思い出は、家族で大隅広域公園に行き、ゴーカートに乗ったことです。



お父さん
お母さん
から一言

「のびのびと大きく、
そして思いやりのある優しい子に
成長してくれると嬉しいです」
刈川 将太さん・緋彩さん

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

毎号楽しみにしておりますが、特に「南さつまの今が旬」を参考にして、取り組んでいます。

(南さつま市大浦町 H.Eさん)



栄養たっぷりな旬の野菜をたくさん使って美味しく食べてくださいね。

ホームページから初めて広報誌を拝見しました。

南さつまのきんかんを食べたりました。広報誌を見て、旅行気分に浸っています。

(愛知県 H.Kさん)



ありがとうございます。P4にも掲載しておりますが、きんかん春姫の出荷が始まりました。ぜひご賞味ください。

郵便はがき

84円切手
を貼るか
又は
JA窓口へ

8970302

JA南さつま 本所

広報誌「南さつま」2月号

クロスワード係宛

鹿児島県南九州市知覧町郡一七一八五番地