ＪＡと組合員をつなぐ情報誌

JAひゅうが

2016
No.510
8

今月の表紙／日向市　東郷幼稚園のお友達

特集

第24回
JA日向杯小学生サッカー大会

すべて初めて、
ひとつひとつが喜びに

牡羊座
3月21日〜4月19日

●全体運…楽しいことに幸運が。旅行や飲み会など、レジャーに誘われたら気軽にOKし、出掛けてみて。創作活動も◎
●健康運…体力アップに最適。スポーツを満喫して　【幸運を呼ぶ食べ物】トマト

好きです農業。

門川町　（七八蕃茄園）

林田直人さん　麻衣さん

林田直人さん・麻衣さん夫妻は、今年から高糖度トマト栽培を始めた新規就農者。40アールのハウスを9区画に分け、種まきの時期をずらすことで周年収穫を可能にしています。出荷にハウス内の作業にと忙しい日々ですが、ご両親や従業員のみなさんと協力して行っています。

トマト作りへの熱い思い

直人さんは延岡市出身で、29歳まで県外でサラリーマンをしていましたが、実家で行っていた椎茸菌床栽培をしようと帰郷。その後、知人が高糖度トマトを作っていたこと、トマト作りで味の差別化をしたいと思ったことをきっかけに、3年前、栽培の盛んな門川町に移り住むことを決意しました。

『やるなら、栽培している人のところで研修をした方が良い』というアドバイスを受け、町内の2人の先輩のもとで3年間の実地研修を行いました。当初、妻の麻衣さんは知らない土地で一から農業を始めることへ不安を感じていましたが、「（直人さんの）熱意が伝わってきたので、支えようと腹をくくりました」とにっこり笑顔で話します。

初めての収穫で感じる喜び

苦労を尋ねると、「今年はスタートの年だったので、ハウス建設や苗づくりなどの準備がとても大変でした」と直人さん。2月に種まきをして、4月1日には定植すると計画していたので、間に合うように作業を進めていくことは大変なプレッシャーでした。

また、研修を受けたとはいえ、自分の管理のもと栽培するのは全てが初めて。そのため、無事に芽が出て、花が咲き、実が付くというひとつひとつの生長が待ち遠しく、そして嬉しくてたまりませんでした。

そんな直人さんは、自分を支えてくれた感謝の気持ちを込め、5月に迎えた初収穫のとき、最初の実の収穫を麻衣さんに任せました。麻衣さんはその時を振り返り、「トマトが可愛くて感動したのを覚えています」と、その日にはうっすら涙が浮かんでいました。

先輩に追い付き、高品質のトマトを

「ハウス内ではポジティブな発言を！」というのが七八蕃茄園のこだわり。ハウスの中ではネガティブな言葉に代わり、トマトへの愛情あふれる声掛けを行います。「よい環境でみんなに働いてもらうこと、すると自然に仕事も楽しくなって、美味しいトマトが育つと思うから」と話します。

また、所属している門川町高糖度トマト生産組合には、熱心な生産者が集まっており、週に一度、お互いのハウスを巡回して様子を確認したり、病気対策を話し合っています。「意見を言い合える環境があって、そこに受け入れられていることに感謝しています」と直人さん。

今後は、「まず先輩のレベルに追い付くことが目標。そして今以上に高品質のトマトを、たくさんの方に食べてもらいたい」と、やる気に満ちていました。

初めて収穫をする麻衣さん

牡牛座 4月20日～5月20日

●全体運…思い込みで行動してミスしがち。確認作業を忘れずに。また、安請け合いはトラブルのもと。シビアに現状認識を
●健康運…運動不足に注意。小まめに動くのが正解　【幸運を呼ぶ食べ物】オクラ

第24回

JA日向杯 小学生サッカー大会

優勝

日向サンチャイルドFC

第24回となるJA日向杯小学生サッカー大会を日向市の大王谷公園で行いました。

JA日向と地域住民とのふれあい活動の一環で、少年少女の健全活動と各スポーツ団体と親睦を図ることを目的に、毎年開催しているこの大会。今年は7月2日に予選リーグを、翌日の3日に決勝トーナメントを行いました。13チームが参加し、熱戦が繰り広げられました。優勝に輝いたのは日向サンチャイルドFCでした！

準優勝

門川サッカースポーツ少年団

選手宣誓をする日向サンチャイルドFCの成合怜生さん

第3位

日知屋東サッカースポーツ少年団

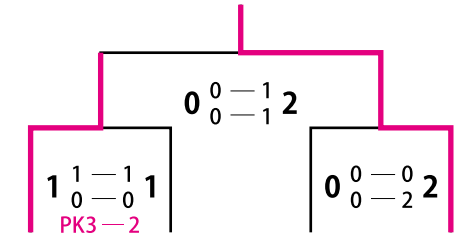
大王谷サッカースポーツ少年団

双子座 5月21日～6月21日

●全体運…思い切って、やりたいことにトライすれば新たな発見があるはず。話題のジャンルやアイテムに注目するのも吉
●健康運…日々の疲労解消が大事。入浴がお勧め　【幸運を呼ぶ食べ物】スダチ

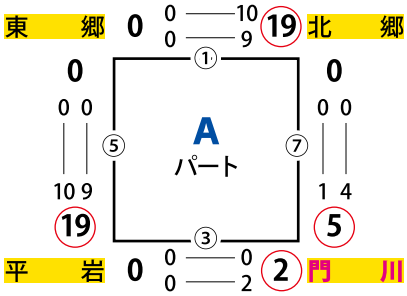
決勝トーナメント

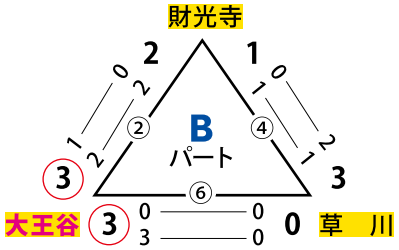
日向サンチャイルドＦＣ

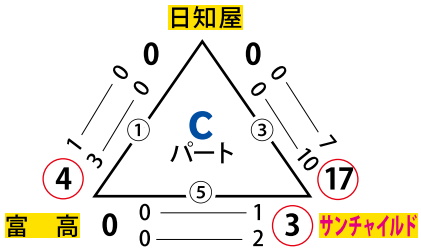


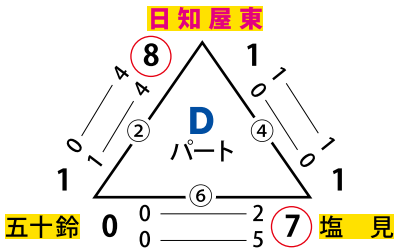
予選Ａパート1位 門川サッカースポーツ少年団
予選Ｄパート1位 日知屋東サッカースポーツ少年団
予選Ｂパート1位 大王谷サッカースポーツ少年団
予選Ｃパート1位 日向サンチャイルドＦＣ

予選リーグ









蟹座 6月22日～7月22日

●全体運…趣味など、好きなことに時間を使いたい月です。プライベートの充実が好運の呼び水に。ガーデニングもグッド
規則正しい生活リズムを心掛ければ平穏　【幸運を呼ぶ食べ物】カボチャ

＊稲こうじ病菌対策について
　近年、稲こうじ病の発生が増えてきており、いかに、菌の密度を減らしていくかが課題となっております。
　稲こうじ病が発生し、玄米に混入すると「異物混入」となり規格外の等級になるため、販売代金に大きく影響を与えます。しっかり対策を行いましょう。
〈発生条件〉
　穂ばらみ期（8月中旬頃）から出穂期にかけての低温、日照不足や、降水量が多い場合に発生しやすくなります。
〈対策〉
　幼穂形成期に感染するため、薬剤による防除を行ってください。
【目安】幼穂長が1㎝あることを確認してください。気象条件もありますが、1㎝で出穂約20日前といわれています。
〈薬剤〉　・モンガリット粒剤　3~4kg
　　（出穂3週間前に散布してください。）
　もしくは、
　　・ドイツボルドーA水和剤　2000倍・150ﾘｯﾄﾙ
　　（出穂2週間前に散布してください。）
※希釈倍数、使用時期を必ず確認し、夕方の涼しい時間帯に使用するようにしましょう。

　収穫が始まり、機械を使用する際は、安全確認を必ず行いましょう。また、厚くなりますので体調管理も気を付けてください。

果樹

営農指導課
松木　知也

◆ 温州みかん

　今年の温州みかんは、樹や園地によって結果量がばらついています。Mサイズの果実横径は8 月10日の時点で50から56 ㍉が理想です。結果量が多く、肥大が遅れている樹は、仕上げ摘果を行いましょう。

◆ 完熟きんかん

　春先の低温による発芽のばらつきや遅れによって、開花が平年よりも遅れ、結果時期もやや遅くなっています。結果の遅れた園地では、初期肥大の確保と早期摘果が特に重要なポイントです。結果確認後の施肥と潅水を十分に行います。また、8月下旬からは、傷果を中心とした荒摘果を開始しましょう。

◆ 日向夏

　この時期から日焼け果が発生しますので、ダニ防除を実施し、袋掛けを行い、良品確保に努めましょう。

◆ マンゴー

　せん定後に発生した枝の緑化が遅れると、花芽分化や結果に悪影響を及ぼします。緑化が遅れている園地では葉面散布で新梢の早期緑化を図りましょう。

◆ クリ

　今月から収穫が始まります。毎日収穫し、特に温度の低い朝の時間帯に収穫することで、病虫害果や腐敗果を減らすうえ、その後の品質向上になります。

■果樹全般（除草）

　夏の下草は、樹体との養水分の競合や病害虫の温床となるので、草刈りを行います。刈った草で土壌表面を被うことで、土壌の乾燥防止による細根の発生促進や、土壌浸食の防止につながります。除草剤と草刈りを上手に組み合わせ、作業を行いましょう。

水稲

営農指導課
山倉　愛

　早期では昨年より天候も良く、生育も概ね順調のようです。稲の様子を見ながら、適期収穫に取り組みましょう。
　普通期では、降水量は平年より多く、気温も高く推移しており、葉いもちが発生しているようです。早めの防除に取り組みましょう。

早期水稲

＊乾燥調整
　水分は14.5~15.0％で調整します。乾燥温度は常温です。雨天時はプラス10℃で行ってください。
　乾燥機は、循環式は0.8~1.0％の乾減率で設定します（自脱コンバインによる刈り取り時の籾水分は約23~24％）。乾燥前に必ずライスターを使って籾水分を測定してください。
　早期米出荷率向上に向けて役職員一丸となって取り組みますので皆様のご理解とご協力をよろしくお願いします。

普通期水稲

＊病害虫
　葉いもち病が発生しています。ブラシンフロアブルやコラトップ粒剤を使用した臨機防除も有効です。また、稲の生育が良くなると、いもち病が治まったように見えますが、菌は残っている可能性があります。穂首・穂いもち病へと続かないよう防除を徹底しましょう。
　本年もウンカ類やコブノメイガの多発が予想されるので、ウンカについては8月中旬頃を目安に、早めの防除を実施しましょう。コブノメイガが多い場合は8月上旬にアプロードパダン粒剤（3~4kg）を臨機防除として散布します。

薬剤防除
●出穂直前
　穂首いもち・紋枯病・ウンカ類の防除
　　「ダブルカットバリダフロアブル」と
　　「トレボンEW」の混用（1000倍）又は
　　「ダブルカットバリダトレボン粉剤3DL」（3~4kg）
※使用期限は穂揃い期まで
●穂揃い期
　カメムシ類・穂いもち・ウンカ類の防除
　　「ビームエイトスタークルゾル」（1000倍）
　　「ビームスタークル粉剤5DL」（4kg）
●穂揃い期の7~10日後
　カメムシ類・ウンカ類の防除
　　「スタークル液剤10」（1000倍）
　　「スタークル粉剤DL」（3kg）
※使用期限は収穫7日前まで

＊穂肥について
　8月上旬頃に葉色を見ながら穂肥を行います。ヒノヒカリは、出穂の15~20日前で幼穂が1㎝に達した頃です。
＊水管理
　幼穂形成期から幼穂が成長していく過程で、水が重要になります。この期間は常時たん水を行いましょう。
〈薬剤〉
※希釈倍数、使用時期を必ず確認し、使用するようにしましょう。

野菜

営農指導課
佐藤　兆

《夏秋ミニトマト》

暑い日が続きハウス内も高温になります。病虫害は確実に予防しましょう。着色果房以下を摘葉整理して通気性をよくすると病虫害の防除にもつながります。かん水は少量多回数で行い追肥量も増やします。液肥主体とし、置き肥は15日おきぐらいで（窒素成分で5~6kg/10a/月）施用しましょう。

（高温期）

換気を行い、外気温に近づけましょう。激しく乾燥する時は通路に散水して、空中湿度を高めましょう。その際、病虫害防除は前もって行っておきます。

（病害虫防除）

天候の合間を見て定期的な薬剤散布を行い、諸管理の適正化に努め、ハウスの環境をよくして耕種的防除に努めましょう。

《きゅうり》

7月植えの分が今月の盆明け頃から出荷となるでしょう。

（収穫期）

子づるは確実に1または2節で摘芯し、伸びる孫枝は、放任づるを2~3本残し摘芯します。天候・生育に合わせたかん水管理で孫づるの発生を促します。孫づるは伸びすぎないようにし、追肥は肥料切れを起こす前に行います。くず果、曲がり果は摘果してA品率を高めましょう。

（追肥）

本づる果の肥大期頃より有機化成や液肥を1ヶ月当たり窒素成分で5~6kg/10aを目安に施用します。（例えば、1週間おきにオール8なら1袋/10a）生育状態（開花、着果量）で施用量を調節しましょう。

（病害虫防除）

予防を中心に定期的な薬散を行い、適正な管理に努めましょう。

《ゴーヤー》

出荷量の増加に伴い樹勢の低下がみられてきます。また葉が茂り過ぎると果実の色があせたり、着果数量が多いと曲がり果が多くなります。摘葉や枝摘みを行い、アーチ内が暗くならないようにしましょう。雨が続く時は人工交配を確実に行いましょう。

（追肥）

肥料切れも秀品率に影響しますので1週間おきくらいに窒素成分で3~5kg/10aの追肥を行いましょう。

《台風対策》

台風発生の時期ですので、防風ネットの設置及び支柱の補強、排水対策を十分に行いましょう。また、台風前や通過後には銅剤等の散布が効果的です。

《夏秋ナス》

（収穫期）

側枝の花が開花したら、その上の葉1枚を残して摘芯。側枝の1または2節目の脇芽を残して、全ての脇芽を取り除きます。側枝の脇芽の果実の収穫時は側枝の1節で切り戻して行います。

摘葉は主枝の内側に光線が入るように行いましょう。かん水は、少量多回数で実施し、収穫量に合わせて追肥量も増やしましょう。8月は窒素成分で7~8kg/10aを目安に、肥料切れを起こす前に行いましょう。薬剤散布は、日中の高温時は薬害発生の恐れがあるので夕方の涼しい時間帯に行いましょう。

畜産

畜産課
岩田　翔悟

◆東臼杵郡市畜連

総入場頭数619頭で子牛市が行われました。日向農協より雌176頭、去勢190頭の合計366頭の出場となりました。

セリ市全体での平均価格は771,961円と前回と比較すると35,504円の値下がりで、管内では25,550円の値下がりとなりました。今回の子牛市でも若い日齢での出荷が目立ち、発育のバラツキも見受けられましたので、若い日齢の牛を出荷する際は出来るだけ出荷体重を270~280㎏にするよう飼育管理を行ってください。

8月に入り猛暑厳しい時期となりました。扇風機などを設置し牛舎内の風通しを良くしたり、寒冷紗を使用し直射日光を避けるなどして環境の確認を行い、母牛子牛ともにストレスがかからないようにしてください。また、カビ等の発生しやすい時期ですので、飼料等にカビが発生しにくい方法で保管し、発生した場合には食べさせないようにしましょう。

最後に、母牛の初回発情の発見、分娩60日後の授精、そして授精50日後の妊娠鑑定を徹底していただき、一年一産に努めてください。子牛市の出場頭数が不足していますので、母牛増頭もあわせてお願いいたします。

◆児湯畜連

児湯畜連管内7月期子牛市は、前回と比較すると、14,000円の値下がりで終了。特に雌子牛の値下がりが大きかったようです。雌子牛は前回と個体差は無かったのですが、特に発育の悪い子牛が前回よりもかなり価格を下げていました。

若い日齢で出荷する際は出来るだけ販売体重を市場平均に近づけられるように飼育管理をしてください。

新規無利子の導入資金も用意していますので、母牛の増頭、更新も併せてお願いします。今後暑い日が続くと思われますので、母牛・子牛ともに過ごしやすい環境を保ち、ストレスを減らしてください。また、生産者の皆様もお体をご自愛いただき農作業を頑張って下さい。

7月期子牛セリ市成績表

◆東臼杵郡市畜連（7月18日・19日）

JA日向管内　　単位：円

支店名	雌平均価格	去勢平均価格	総平均価格
門川	694,980	824,880	756,511
日向	657,780	799,390	750,371
美々津	722,412	832,410	771,300
岩脇	728,901	817,930	786,274
東郷	738,180	837,480	802,015
西郷	754,582	835,237	798,366
南郷	688,541	828,900	755,913
北郷	704,258	868,050	789,714
諸塚	702,848	816,865	759,857
椎葉	718,530	821,226	774,428
JA日向平均	710,683	823,680	773,867

単位：円

東臼杵全体	雌平均価格	去勢平均価格	総平均価格
	710,866	821,639	771,961

◆児湯畜連分（7月24日・25日）　　単位：円

支店名	雌平均価格	去勢平均価格	総平均価格
児湯畜連平均価格	763,986	870,418	824,919
寺迫	764,280	831,600	809,160

※平均価格は全て売却のみ ※価格は税込み

JA通信

JA日向 部会の活動やJA日向管内のイベントをお伝えします！

諸塚で今年県内初の活着調査開始

諸塚村の原木椎茸生産者は6月20日～28日にかけて、村内で椎茸活着調査を行いました。活着調査とは駒打ちした原木のシイタケ菌の伸長状況を調べるもので、県内では諸塚村が今年初の取組みとなりました。

当日は生産者をはじめ、植菌メーカーなどの関係者が参加し原木の水分状態やシイタケ菌の生長を確認。その後経済連やメーカーなどが今後の原木管理や害虫防除方法などの研修会を行いました。

各地域でお米学習がはじまりました!!

青壮年部日向支部が今年も小学生5年生を対象にしたお米学習を始めました。児童と一緒にもち米を植え、稲刈りから餅つきまでを体験してもらい、お米の生長を通した食育活動を行います。

富高小学校は6月3日、財光寺南小学校は10日、塩見小学校は17日に田植えを実施。児童は青壮年部員に指導を受けながら、苗を丁寧に植えていきました。

バス遠足で親睦・生きがい作りを

6月19日にグリーンハウスつるまちは、入居者の親睦を図ることを目的に日帰り遠足を行いました。日頃は食べないお寿司を食べたい」という希望を受け、宮崎市内にてうどんとお寿司のランチを食べました。また、道の駅や美術館などにも寄り、参加者の皆さんは楽しい時間を過ごしました。

新規就農者をバックアップ

新規就農希望者に対する研修受入体制の整備の一環として、6月29日に経営支援センターにて「農業研修生受入式」を開催しました。先進農家のもとで研修を行う研修生2名をはじめ、受け入れ先である横井嘉次郎さん、橋口昭太郎さんや関係者など14名が参加。

これまでも先進農家研修は行っていましたが、「受入式」を行うのは初の試み。当日は、研修中の心得等を学ぶとともに、今後の就農へ向けての意見交換を行いました。

西郷支店女性部が支店で交流会

6月15日に西郷支店女性部が「年金感謝デー」に、支店内で来店者にお茶やお菓子を振る舞う交流会を行いました。

交流会は初の試みで、同支店を訪れた来店者に緑茶やおはぎなどを振る舞ったほか、毛糸で作った「ミニモップ」をプレゼントするなどしました。同支店女性部長の後藤洋子さんは「好評で良かった。今後も積極的に女性部活動をPRし、一緒に楽しんでいく仲間を増やしていきたい」と意気込みを話しました。

獅子座 7月23日～8月22日

●全体運…温めていたプランを実行に移すのにベスト。積極的にアクションを起こして。自己アピールも成功する可能性大
●健康運…好ペース。伸び伸び過ごせば、問題なし　【幸運を呼ぶ食べ物】カマス

7月期子牛郡共進会開催

7月期子牛郡共進会が7月1日に延岡家畜市場で行われました。JA日向管内からは、次の9頭が入賞しました。おめでとうございます。

◆去勢子牛の部

優等の1席　永坂作一さん（諸塚）

優等の2席　甲斐春三さん（諸塚）

優等の3席　福永　雄さん（東郷）

優等の4席　黒木敬二さん（日向）

優等の5席　田野敏弘さん（南郷）

◆雌子牛の部

優等の2席　谷口峰久さん（東郷）

優等の3席　花田友雄さん（椎葉）

優等の4席　黒木　宝さん（岩脇）

優等の5席　長友文夫さん（北郷）

沖縄との交流を深めるイベント大好評!!

八菜館出荷者協議会は6月25、26日の2日間、八菜館ひゅうが店前で「おきなわ絆フェア」を開催。JAおきなわ豊見城支店と食彩館「菜々色畑」が協賛し、ゴーヤーチャンプルやサーターアンダギーなどの振る舞いの他、スナックパインの試食販売を実施しました。

また美郷町コーナーでは「うなま米」や南高梅なども販売。さらに北郷エイサーの披露や同JA女性部がエーコープマーク品を使用して作ったゼリーや漬物の振る舞いなども会場を盛り上げ、両日とも多くの来場者で賑わいました。

西郷・北郷でほおずき市開催

美郷町のホオズキ部会は7月2、3日に西郷の御田祭会場と、7月10日に北郷「手づくりや北の郷」でほおずき市を開き、部会員が来場者に直接販売しました。

どちらの会場でも色鮮やかで玉の大きいホオズキがずらりと並び、買い求める来場者で大盛況となりました。宮崎市内から買いに来た方もおり「とてもきれいで嬉しい、ここまで来た甲斐があった」と笑顔で話していました。

西郷

北郷

乙女座 8月23日～9月22日

●全体運…サービス精神を発揮すると、運が巡ってくる期間。周囲との和を第一に考えて。ひらめきアップには音楽鑑賞を
●健康運…食事の質を向上させて。体調に好影響が　【幸運を呼ぶ食べ物】桃

認知症の夫の行動が不安

認知症の男性／79歳、要介護1
介護者／妻、78歳、同居
相談者／妻

【事例】

主人は今年の春に脳梗塞を発症し、そのときに軽度のアルツハイマー型認知症と診断されました。日々の生活の中で物忘れがひどくなり、以前は穏やかな人でしたが、時々人が変わったようになり、私は驚いておろおろするばかりです。本人には認知症の告知はしていないのですが、今後はどのように接した方が良いでしょうか。

地域の中で旅行の計画があり、本人は参加すると言って聞かないため困っています。日常の会話はできる限り本人の意に沿った会話を心掛けています。本人も「まだ大丈夫」と言っています。日常生活はなんとかできているものの、家から離れて他の人に迷惑を掛けないか心配です。人の流れに逆らって歩き、通行人ともめたりしたことが再三ありました。旅行先で何かトラブルを起こしたらと思うと不安で夜も眠れません。

【対応】

ご本人への告知は、主治医に相談されるとよいと思います。信頼できる医師からですと、ご本人も納得できるのではないでしょうか。

旅行の件についても、医師に相談してやめるように勧めてもらいましょう。もし、どうしても行きたいということであれば、一緒に行かれる地域の信頼できる方に状況をお話しして、常に気を配っていただくようにお願いすることも検討されてはいかがでしょうか。

まずは、最寄の地域包括センターに相談して、できる限り介護保険サービスを上手に活用しながら、いろいろな人の手を借りて、地域の中で継続して暮らしていかれるのが良いと思います。

介護・福祉に関するご相談は…
ＪＡ日向福祉センターへ

◆住宅型有料老人ホーム
「グリーンハウスつるまち」
◆デイサービスセンター「あぐり」
◆訪問介護事業
◆居宅介護支援事業
☎55－1883

◆グループホーム「うなま」
☎68－6608

女性部便り 活動報告

女性大学☆受講生募集中

お問合せ先 55－2747（本店資材課）

6月東郷支店にて
『京子姉さんに習う団子作り』

6月・7月北郷支店にて
『一閑張りで竹かご作り』奮闘中

6月農機センターにて『試乗してみようトラクター』

7月西郷支店にて
『夏にぴったり布ぞうり作り』

7月門川支店にて『アメリカンフラワー』

7月南郷支店にて『ミニタイルでキッチン小物つくり』

これから開催する講座

9月　地元名人に習う漬物教室（美々津）
　　中島記念館とテーブルマナー（西郷）
　　プロが教える饅頭作り（北郷）
　　大人の「ラジオ体操」（諸塚）
　　冬の準備「編み物教室」（椎葉）
10月 さっちゃんとタミちゃんに習う田舎料理（門川）
　　フラダンス（日向）
　　ヨガでリフレッシュ（美々津）
11月 こんにゃく作り（日向）
　　名人に習うかるかん作り（南郷）
　　諸塚風そば打ち体験（諸塚）
　　地元名人に習う秋野菜の漬物教室（椎葉）

天秤座 9月23日～10月23日
●全体運…人との交流から得るものが大きい気配。初対面の相手にもフランクに話し掛けて。グループレジャーもラッキー
●健康運…ウオーキングなど、気軽にできる運動を　【幸運を呼ぶ食べ物】パプリカ

農機だより

ついに農機センター北側に圃場が完成しました

夏の農機具展示会で完成した圃場を利用し、門川女性部と実演講習会を行いました。
機械の扱いをしてみたい教えて欲しいという方がいましたらお問合せ下さいませ！

門川支店駐在の柏田一平です！
昨年の2月より門川に配属になりました。まだまだ門川に不慣れですが、頑張っておりますので暖かく見守って下さい(笑)

お問い合わせ先：JA日向農業機械センター
（日向市塩見11506番地）
☎:52-6213 FAX:52-8655

【爪割引欲セール】第2弾！はじまります！
（8月22日～9月23日までの約1ケ月の間）
期間内ご予約いただいたお客様に耕うん爪を日頃価格より10%割引き致します。さらに予約購入いただいたお客様にもれなくネジゆるめを1本差し上げます。この機会に交換しませんか？

夏の農機具・自動車展示会
を6月24・25日に行いました。今回の企画としまして抽選会をしました。たくさんの人にお越し頂きありがとうございました。
全部で56本の当選者の方がいらっしゃいましたが、一部の方を掲載させて頂きました。

融資だより

蠍座
10月24日～11月22日

●全体運…神経質になりやすい傾向あり。深刻に考えず、肩の力を抜いて楽に構えましょう。鏡の前で笑顔を作ると開運に
●健康運…ストレス発散には食べるより動くのが吉　【幸運を呼ぶ食べ物】ゴーヤー

牧水公園の夏！！

牧水公園コテージでは
「Ｌｅｔ's　Ｆｉｒｅ！サマーキャンペーン」を
平日限定で好評開催中！
（※金・土・祝日の前日・お盆（8/13～15）を除きます。

「お肉・キャベツ・焼肉のタレ」をプレゼント！

別メニューで有料のスペシャルセットをご用意。地元で採れた新鮮で美味しい食材をたっぷり使った牧水庵の一押しメニューです♪

「地産地消オリジナルバーベキュー食材セット」

価格は5,000円、お肉類１kgオーバー！（上記のプレゼントとは一味違う、地元で採れた新鮮なシシ肉付き）
野菜類にお米・焼肉のタレ・紙皿・紙コップ・割りばしのすべてがセットに！

また、８月２５日まで河川プールは解放され、自然と触れ合える様々な楽しみがギュッと詰まったこの場所へ、是非一度遊びにお越しください！

問い合わせ先：東郷町ふるさと公社
☎69－7720　ＦＡＸ69－7721
E-mail：bokusui@eagle.ocn.ne.jp
ＨＰ：http://tougoutown-bokusuipark.webnode.jp/

シリーズふるさとめぐり
とれたてひゅうが

おせりの滝民話伝承館 手打ち「ざる蕎麦」いかがですか？

おせりの滝に古くから伝わる民話を紹介する「おせりの滝民話伝承館」は、知る人ぞ知る「蕎麦処」です。
夏季期間中には「ざる蕎麦」を出しており、国道３２７号線を走るドライバーや観光客の人気を集めています。
丁寧に丁寧に手打ちされた蕎麦を湯がき、氷でしめて甘めのかつおつゆでいただきます。薬味は大根おろしとネギだけのシンプルさ。一度は食べていただきたい味です。
８月末までは、民話伝承館すぐ近くに「おせりの滝河川プール」も開設されており、納涼の場として最適です。
遊ぶも良し、食べるも良し、夏の思い出の一コマに訪れてみてはいかがですか？

西郷

つるとみ通りをさるく ～よこい処しいばや～

東郷

椎葉の商店街「つるとみ通り」にあるお店をご紹介します
鶴富屋敷の側にある「よこい処しいばや」。若い店主が作る本格的な手打ちそばや豆乳プリンを楽しめるお食事処。最新作の「そばの実フロランタン」は香ばしいそばの風味が感じられる焼菓子で数量限定で販売（１個１５０円）。「そばの実フロランタン」と「豆乳プリン」はお取り寄せも出来ますのでお問い合わせください。
さらに８月２０日にＭＲＴミックで行われる「ご当地グルメコンテスト」にも「豆乳プリン＆和栗のブリュレ～幻の蜂蜜と共に～」で出場しますので、ぜひご賞味ください。

椎葉

■営業時間　１１時３０分～１４時
　　１８時～２２時（不定休）
■連 絡 先　６７－２８６８

そばの実フロランタン

豆乳プリンと
和栗のブリュレ

第３０回かどがわ納涼花火大会

門川町観光協会主催「第３０回かどがわ納涼花火大会」を開催します。打ち上がる花火だけでなく、海面に映る幻想的な美しさもお楽しみください。
また、庵川漁業協同組合敷地内にて８月２７日（土）午前１１時から（小雨決行、大雨中止）「第２２回門川みなとフェスティバル」も開催。ステージイベントや魚のつかみどり、シーカヤック体験など楽しい催しが盛りだくさん。ご家族、ご友人と一緒にお楽しみください。

開 催 日	平成２８年８月２７日（土） ※荒天順延　翌２８日（日）
開始時刻	午後８時から
会　　場	庵川漁業協同組合周辺
打上発数	４，０００発
問い合わせ	門川町観光協会（☎57-4110）

門川

＊駐車場に限りがございます。毎年、会場近辺や１０号線が渋滞し、緊急車両の妨げやトラブルの原因となっております。なるべく公共の交通機関をご利用ください。

射手座 11月23日～12月21日
●全体運…普段以上に行動力が高まりそう。やりたいことがあれば、大胆に行動に移してみて。海外に関する事柄にもつき
●健康運…疲れを感じやすい月。早めの就寝が必須　【幸運を呼ぶ食べ物】ナス

『世界農業遺産認定☆感謝年間』
第146回エコツアー「諸塚でやま学校しよう！」

諸塚の秋を満喫！！９月の定例コースの参加者を募集します。皆様のご参加をお待ちしています。

＜内　容＞

☆満月の森を行く！ナイトハイキング

☆石窯で焼く本格派！諸塚ピザを作って食べよう！

☆世界農業遺産の森が育む　清流カヌー教室

（※天候により体験内容が変更になることがあります）

日　程：９月１７日（土）～１８日（日）

集　合：１２：３０　しいたけの館21

宿　泊：森の古民家「へいだの里」

定　員：１２名（先着順）

申　込：９月２日（金）まで

問い合わせ：（一社）諸塚村観光協会

電話　６５―０１７８（水曜休館日）

Mail ecom@vill.morotsuka.miyazaki.jp

諸塚

※参加費がかかります。

［食費（３食夕・朝・昼）・宿泊費・体験料含む］

※食事は参加者全員での共同炊飯になります。

百済の里いだごろ祭り開催

今年も夏の風物詩「第３８回百済の里いだごろ祭り」が開催されます。地区公民館の皆さんの「たな」による「いだごろ踊り」や打ち上げ花火のほか、大江裕の歌謡ショー、日向十五夜太鼓による太鼓演奏、商工会によるチャリティー競り市、釣り教室や魚のつかみどり大会など、盛りだくさんのイベントを予定しております。ぜひお越しください。

場　所　南郷茶屋下駐車場　他

日　時　８月１５日（月）

午前１１時～　小丸川釣り教室

午後　１時～　魚つかみどり

午後　４時３０分頃～　各種イベント開始

午後　９時２０分頃～　花火打ち上げ

南郷

お問い合わせ先

百済の里いだごろ祭り実行委員会

（美郷町役場南郷支所企画情報課内）

電話　５９－１６０１

※なお、詳しい内容や時間割につきましては、新聞折込チラシ等でご確認ください。

美さこん2016
ＢＢＱｑｉｄ大作戦！

夏真っ盛り！美郷町北郷黒木にある板ヶ原オートキャンプ場で、「美さこん2016　ＢＢＱqid大作戦」が開催されます。

自然あふれる美郷町北郷で、バーベキューをしながら、美郷の男子と素敵な夏の思い出を作りませんか。女性の皆様のご参加をお待ちしております。

◆日　時：平成２８年８月２８日（日）

◆場　所：板ヶ原オートキャンプ場

（美郷町北郷黒木６７２－１）

◆対　象：独身の成人女性

◆参加費：2,000円

北郷

☆美郷町ＨＰ及びＦａｃｅｂｏｏｋでもご覧いただけます！

※延岡駅からの送迎もあります！

美さこん

≪申し込み・お問い合わせ≫

美さこん実行委員会（美郷町役場企画情報課）

☎６２－６２０１

山羊座 12月22日～1月19日

●全体運…物事を悪い方に受け止めてしまう暗示。意識的にプラス思考を。リフレッシュには自然の中で過ごすのがベスト

●健康運…不調を感じたら、十分な休養を忘れずに　【幸運を呼ぶ食べ物】ウニ

みんなのひろば

おたよりキャッチ

●農家の後継ぎがいない中、小さい子ども達のミニトマトの収穫とかお米作りをすることは、大変良いことだと思います。子どものころから農業に興味を持ってくれると、将来の農業の担い手が楽しみですね。
（日向　黒木眞沙子さん）
♪初めて田植えや収穫体験する子ども達も多く、楽しそうにしている様子がうかがえました。

●何時もクロスワードや健康百科、またそれぞれの生産者大会等で優勝者の方々を拝見して、皆さん良く頑張っていることに感心し、自分への励みにしています。
（北郷　柴田志麻さん）
♪受賞した乾しいたけを見せてもらったのですが、形も大きさも整っていて、生産者の方の努力の賜物だなあとすごく感動しました

●あなたもチャレンジ「家庭菜園」は我家の小さな畑のよい参考になりました。引き続き上記のような記事を載せていただいたらと思います。
（日向　杉田敬三さん）
♪家庭菜園をされている方から好評いただいているこのコーナー、7月号は二ンジンでした。収穫が楽しみですね！

●頭の体操と思って楽しみにしています。
（南郷　中田マサエさん）
♪頭をひねって答えが出たときはスッキリしますよね！

●7月号は支店別総代会で出されたご意見・要望の中で、主な課題に対する当JAの取組みについて掲載されていましたが、大変解りやすく、理解できました。
（北郷　橋口操さん）
♪おたよりありがとうございます！いただいたご意見を真摯に受け止め、よりよいJA日向を目指してまいります。

●夏野菜を作るのが楽しみですが、今年はジャガイモ（メークイン）が出来て嬉しかったです。（去年はムジナに食べられて少量でした）友達がキュウリを作っています。しかしこの暑さにモンキーが出てきて食べられるので早目に収穫し、私達で食べてます。
（諸塚　平山範子さん）
♪夏野菜は本当に美味しいですもんね！でもおいしく育つと動物に先取りされちゃうので、収穫を急がなければなりませんね！

●どうぞ当たりますように…。野菜は作っても全部夜中に鹿に食われてしまいます。どうすればよいか、頭をひねっています。オオカミの尿は効果ありますか？
（南郷　中田千代子さん）
♪鹿対策には、金網（ワイヤーメッシュ）を設置し、物理的に防ぐのが効果的とのことです。価格も良心的な物もあるようです。オオカミの尿に関しましては、効果が期待出来るようですが、持続性に欠けると思われます。

健康百科

更年期障害との付き合い方

佐久総合病院名誉院長●松島松翠

女性は50歳を挟んだ約10年間を更年期といいますが、更年期にはいろいろな症状が出ることがあります。これを更年期障害といいます。

例えば、のぼせ、発汗、頭痛、肩凝り、目まいなどです。人によっては、物忘れ、不眠など、更年期とは結び付きにくい症状を訴える人もいます。

なぜこのような症状が起こるかというと、一つは、女性ホルモンの変動・低下ということがあります。女性ホルモンの一つであるエストロゲンの分泌は思春期に高まり、40歳を過ぎることから次第に低下し、更年期の症状が現れてくるのです。

もう一つは更年期になると、女性を取り巻く心理・社会的要因の変化が関係します。例えば、子どもの独立とか、親の介護をしなければならなくなったとか、夫が定年退職し、いつも家に居ることが多くなるとかで、妻は今まで自由に使ってきた時間と空間がなくなってしまう。そういうことで煩わしく感じてしまうのです。

つらいと感じるときは、更年期外来か、更年期の診察を専門とする婦人科を受診されるとよいでしょう。診察では問診が重要です。自覚症状やストレスの有無、人間関係や生活環境の変化などについて調べます。

さらに血液検査を行って女性ホルモンの値を調べます。その結果によって、ホルモン補充療法といって、エストロゲンを補充して症状を緩和します。

ホルモン補充療法は、5年以上継続すると副作用として「乳がん」の発病リスクが高まるといわれていますが、それより短い時間ならば問題はありません。

水瓶座
1月20日～2月18日

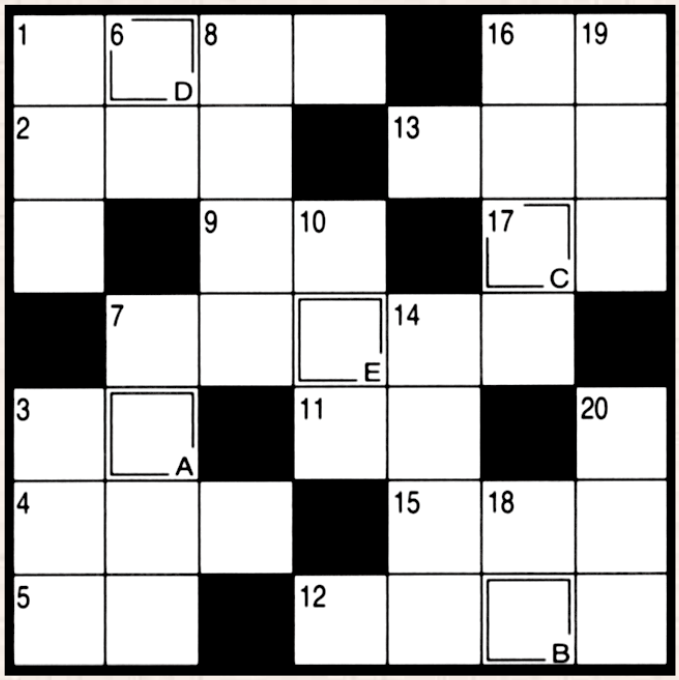
●全体運…何かと迷いやすく、優柔不断になってしまうかも。一人で悩まず、身近な人に助言を求めて。深呼吸も効果的
●健康運…体のゆがみを正せば健康体に近づけそう　【幸運を呼ぶ食べ物】シシトウ

クロスワードパズル
CROSS WORD PUZZLE

タテのカギ
1 一抹の ―― がよぎった
3 曲芸の上手な海獣
6 鳴門海峡には大きなものができます
7 小川の ―― が聞こえる森
8 支点、 ―― 、作用点
10 釣りでは「こませ」ともいいます
14 家に真っすぐ帰らずに…
16 お茶やたばこをのんで一休み
18 剣道で頭に着ける防具
19 ヘビが巻くもの
20 富士五湖で2番目に小さな湖

ヨコのカギ
1 軒先でチリンと涼しげな音を立てます
2 小倉あんの材料になる豆
3 暑い日にはたくさんかきます
4 イワシやウナギなどの稚魚。 ―― 干し
5 錠前の穴に差し込みます
7 ―― 制と比例代表制で行われる参院選
9 ―― をかけて作物を育てる
11 セーラー服に付いているものは大きめ
12 小さな金属球をはじく大人向け遊戯
13 トート、ボストン、ハンドといえば
15 天気予報では午前0時から午前3時ごろのこと
16 針穴に通す物
17 アマではありません

２重マスの文字をA→Eの順に並べてできる言葉はなんでしょう？



ハガキまたはEメール（携帯電話メールも含む）で、①今月号のクイズの答え、②住所、③氏名、④年齢、⑤電話番号、⑥広報誌「JAひゅうが」や、JA・農業に対するご意見ご感想を書いてお送りください。

●あて先／〒883-8501　日向市鶴町1-3-12
JA日向 クロスワードプレゼント係

●メールアドレス：ja-hyuga@poem.ocn.ne.jp

携帯電話で読み込みができます。

●締切／平成28年**8月26日（金）**

8月号のクイズの答え	

お名前		年齢	
住所	〒　－	性別	男・女
電話番号			

本誌に関するご意見・ご感想をご記入下さい。

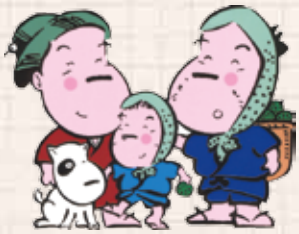
おたよりキャッチへの掲載
□ 可　□ 不可

ご記入いただいた個人情報およびご意見ご感想は、本誌編集にのみに利用させていただきます。
支店窓口にても受け付けます。

7月号の答えは
『ウナジュウ』
でした！

6月号の当選者
平兵衛酢玉ねぎドレッシングをお送りします！

門川　田端　靖さん
日向　黒木　静枝さん
北郷　松田　里志さん
諸塚　小田　米子さん
椎葉　那須　義春さん



おおきくな〜れ

①いちご・チョコレート
②お絵かき・歌をうたうこと
③お菓子屋さん

椎葉村

那須　美咲 ちゃん（2歳）

①好きな食べ物　②好きな遊び・得意なこと　③将来の夢

◎ 那須隆美さん、文美さんのお子さん

ご両親から ひとこと

元気で大きくなってね。

妹と仲良く遊んでね。

日向小町

日向市平岩
安藤　光湖（みつこ）さん

お仕事は？

保育士として働いています。

自己紹介をどうぞ

ずっと夢だった保育士として働いています。子ども達の成長を感じられるときが何よりも嬉しく感じるひととき。今年から絵画教室に通いはじめ、絵を勉強しています。

これからも「一生懸命」をモットーに、責任感を持って仕事を頑張っていきたいと思います！

ＪＡ日向の金融店舗ではＣＳ改善プログラムを導入し、お客様に愛される店舗を目指しています。各支店のＣＳ活動を紹介します。

CS通信

東郷支店

東郷支店では、お客様に職員の顔と名前を知ってもらうために、職員の自己紹介のＰＯＰを作成し支店に掲示しました。また、お客様への丁寧な声掛けを心掛けています。

今後も皆さんに信頼され、身近に感じていただけるような支店を目指します。

ＣＳとは…利用者満足度（customer　satisfaction）のことです。

8 8 3 - 8 5 0 1

52円切手を貼って下さい。又はJA日向窓口へ

日向市鶴町一丁目三番一二号

ＪＡ日向

「クロスワードプレゼント」係宛

あなたもチャレンジ！ 家庭菜園

締まりよくずっしり重いハクサイ作りのコツ

坂木技術士事務所●坂木利隆

出来の良いハクサイの球は、70～100枚の大小多くの葉から構成されています。これだけの葉を、天候の変わりやすい夏から秋にかけての短期間で育て上げるには四つのポイントがあります。それは「まきどき」「苗作り」「元肥と追い肥」「病害虫対策」です。要点は次の通りです。

(1)まきどきを守る

まきどきは8月下旬ですが、早過ぎると暑さのため生育不良や病害虫に悩まされるし、遅すぎると低温になり、また花芽が分化し葉の大きさや枚数が確保できなくなります。生育適温は15～20度なので、その温度帯に最大成長期が重なることが大切です。品種の特性と地域に応じたまきどきを守ることです。まきどきの幅は5日ぐらいと限定されます。

(2)セルトレイで健苗を作る。

128穴のセルトレイを用いるのが便利です。育苗専用の、ピートモスを大目に含んだ用土を用い、各穴に均一に詰め、軽く指先で押さえて調整し、セルの仕切りが見えるようすり切り、たっぷり灌水(かんすい)してから、各穴4～5粒の種をまきます。そしてふるいで均一に3～4㎜の厚さに覆土し、もう一度軽く灌水し、新聞紙を2枚重ねに覆い、乾いたら上から灌水します。3～4日で発芽するので、遅れずに新聞紙を取り除き、晴天なら朝夕灌水し、育つにつれて間引き1本立てにし、20日ほどで本葉3～4枚の苗に仕上げます。

植え付けは1ヵ所2本ずつとし、本葉4～5枚になったら1本立てにしましょう。

(3)元肥と追肥を入念に

ハクサイは多肥を好むので、元肥には良質の完熟堆肥と油かす、化成肥料、できれば有機配合も加えて多めに施します。根糸は浅く広く分布するので、畝全体にばらまき18～20㎝の深さによく耕し込みます。

追肥は植え付け半月後に第1回を株の周りに施し軽く土に混ぜ込みます。その半月後に第2回を、さらに12～14日後に第3回を、畝の側方に軽く溝を切って化成肥料を施し、畝に土を寄せ上げます。こうして短期間にどんどん生育させましょう。

(4)病害虫対策

育苗中や定植後はアブラムシやヨトウムシにやられやすく、生育盛りに入ると軟腐病、黒斑病、ベト病などに要注意。初期に防虫ネット被覆、その後は薬剤の早期散布で防除します。葉を傷めないよう注意してください。

やっぱ地どれじゃね！ 菜館 人気商品紹介♪

対象期間：H28年6月19日～H28年7月18日

野菜類	特産品・花類	果物
1位 きゅうり	1位 シキミ	1位 へべす
2位 ナス	2位 サカキ	2位 ブルーベリー
3位 トマト（桃太郎）	3位 南高梅	3位 マンゴー

お買い求めは
JA日向
生産者直売所
菜館
ひゅうが・ひちや
かどがわ・しいば

魚座 2月19日～3月20日

●全体運…周りに対する不平不満や愚痴ばかり口にしやすく、運気ダウンを招く恐れ。小さなことにも感謝の心を大切に
●健康運…気分が暗くなりがち。お笑いを楽しんで　【幸運を呼ぶ食べ物】カワハギ

ＪＡ日向職員採用試験案内

平成２９年度採用職員の試験についてご案内いたします。

採用予定者	① 大卒・短大・専修学校卒（見込者も含む）・・・若干名 ② 高校卒（見込者も含む）・・・・・・・・・・・５名程度
受験資格	①（大卒）昭和６３年４月２日から平成７年４月１日までに生まれた人 （短大・専修学校）平成３年４月２日から平成９年４月１日までに生まれた人 ② 平成７年４月２日から平成１１年4月１日までに生まれた人
試験種別	総合職
日程・会場	平成２８年９月17日（土）　ＪＡ日向会館
試験方法	一次試験：知的能力試験（言語理解・計数理解）、適性検査、作文 二次試験：面　接（個人面接）１０月下旬 最終発表：１１月上旬予定
申込受付期間	平成２８年９月５日（月）～平成２８年９月１３日（火）まで
願書提出先	〒883-8501　日向市鶴町１丁目３番１２号　ＪＡ日向　本店総務課　職員採用係

※受験手続など詳細につきましては、ＪＡ日向　総務課 ☎５５-２５００までお問い合わせください。

祝

リオ五輪出場！

【日向市出身】

高尾宏明選手

甲斐好美選手

三樹加奈選手

健闘を祈ります

プリエールからのお知らせ

お参りに行かれる方も多いのではと思います。
そんな時に役立つお参りの作法を取り上げてみました。

1．新盆（初盆）について

新盆は「亡くなった方が初めて迎えるお盆」のことです。特に何もない「お盆」とは違い丁寧な供養を行います。

2．お参りの準備

お供えは仏教の場合は表書きを「ご仏前」、神道の場合は「御玉串料」と書くのが一般的。お供えは現金でも品物でも結構です。新札は「まるで用意したようである」ことからあえて一度折ってから入れます。

品物の場合はお菓子や果物が多いですが、他の人と重なってしまいそうな時には「御線香」なら保存できて安心です。現金とお供え物を両方持って行く場合は現金の方に「ご仏前」、「御玉串料」と表書きをし、お供え物は包装紙のみで結構です。お渡しする際には現金の包みをお供え物の上に載せお盆代わりにして差し出します。

ジェイエイ葬祭　春原店は、８月１４日までの営業です！！

3．お参りのときの服装

基本的には普段着で大丈夫です。ただし最近亡くなったばかりのお宅や、新盆を迎えるお宅に伺う場合は地味な服装を心掛けましょう。もしお寺様などをお招きして新盆の法要に出席する場合は喪服や黒のスーツが基本です。

4．お仏壇へのお参り

一通りのご挨拶の後に「お参りさせていただいていいですか？」と家人に了承をもらい、仏壇へ移動します。お仏壇の前の座布団を外した方がいいのか、という質問もありますが、あまり気にせずに座ってよいでしょう。お持ちしたお供えを「ご仏前（お仏壇）にお供えください」と一言添えてお渡しします。日持ちしないお菓子などを持って行く場合はその旨も伝えておくと安心です。

5．お参り

ロウソクが着いていないならライターなどで着けます。お線香に火を着けるときに宗派によって線香の本数や置き方に違いがありますが、あまり気にせずに１本でお参りしても全く差し支えありません。その後リンを鳴らし合掌します。お参りが終わったら、ロウソクの火を手で払って消します。

理事会だより

第5回理事会が7月7日に開催されました。

＜議案＞

①定款55条にかかる資金の貸付について
②連合会回転出資金の出資金への振替について

＜報告＞

①外部出資先の決算状況について
②平成27年度経営分析の結果について
③平成29年度職員採用試験について
④固定資産（へべす選果機・シュリンク包装機）の取得について

他

行事予定

8/10　八菜館しいば店10周年祭
8/21　県下統一住宅ローン相談会
8/23　ちゃぐりんフェスタ
9/1　長寿会ゲートボール大会
9/2　組合長杯チャリティゴルフ大会
9/3　フレッシュミズミニバレー大会
9/4　小学生バレーボール大会
9/6　9月期子牛郡共進会

FamilyMart 日向塩見店 日向東郷やまげ店 おすすめ商品情報

期間・数量限定

ミルクを入れて作る「フラッペシリーズ」好評発売中!!
夏におすすめ！ファミマカフェの大人気メニューです。

クール&リッチなメニュー続々!

ファミマTカード会員募集中！

お得で便利なファミマTカード！
ポイントカードは店舗ですぐに
発行できます！

入会金・年会費無料

JA日向グループ
株式会社 協同サービス

第４１回　ごはん・お米とわたし作文・図画コンクール

課　　題：（作文・図画両部門共通）
毎日のごはんでおいしかったことや、家族とのコミュニケーション、お米・ごはん食に関しての思い出や考えたことなどを素直な気持ちで自由に表現してください。

締　　切：平成２８年９月２日（金）ＪＡ必着

応募資格：小学校および中学校に在籍する児童・生徒。
特別支援学校の小学部・中学部に在籍する児童・生徒。

詳しい内容は、ＪＡ日向総務課まで
お問い合わせください。　☎５５－２５００

ＪＡ共済　小・中学生書道コンクール作品募集！

＜募集要領＞

1. **応募資格**
宮崎県内に居住する小学生及び中学生。
（応募者全員に参加賞を贈呈します）
2. **応募点数**
半紙の部・条幅の部いずれか1人1点。
3. **応募方法**
それぞれの学校に提出してください。
4. **締切日**
学校締切　　平成２８年８月２９日（月）
5. **応募規格**
半紙…タテ約３２．５cm×ヨコ約２４cm
条幅…タテ約　１３６cm×ヨコ約３５cm
6. **その他**
応募者氏名、学校名等については、応募者名簿を作成する等のコンクール業務に必要な範囲でのみ利用いたします。また、上位入賞者については、氏名・学校名等について機関誌「ＪＡ共済」誌および適当と判断した新聞・雑誌、ホームページ、ＪＡ共済ＣＭ等において発表することがありますので、あらかじめご了承ください。

小学生	半紙の部	条幅の部	学年	半紙の部	条幅の部	中学生
	なみ	くらし	第1学年	生涯学習	初志を貫く	
	すいか	わかば	第2学年	収穫の秋	豊かな情操	
	せいかつ	かぶと虫	第3学年	環境保全	豊穣の喜び	
	和食	小鳥の声	第4学年			
	信じる道	伝統の美	第5学年			
	技の伝承	大地の恵み	第6学年			

※お問い合わせは
ＪＡ日向（共済課）☎ 55-2505
ＪＡ共済連宮崎　☎0985（31）2225

編集後記

暑い日が続きますね。今月号の表紙はプールに入る直前の子ども達です。すぐにでも入りたかったところを、ぐっと我慢してもらい撮影しました。本当にありがとうございます！

私事ですが、連休を利用して香川県に行ってきました。友人が住んでいることもあり、ずっと行きたかったんです。うどんをたくさん食べるのが目的で、あとは小豆島くらいしか知識がなかったのですが、とにかく行ってみました！

結果、ものすごく楽しかったです＾＾うどんは朝昼で3度食べて、それでも「まだ食べたい」と思うほど、どれもおいしかったです。フェリーに乗って小豆島に行き、そこらじゅうにオリーブの木が植わっているのを見て、風土の違いを感じました。

久しぶりに旅気分を味わえて、良いリフレッシュになりました。㋐

表紙の子供たち

東郷幼稚園

元気いっぱい、みんな仲良しの子ども達です。今はプールで遊ぶのが何よりも大好き！今頑張っているのは、夏まつりで踊るよさこいの練習です。

これからもみんな仲良く、元気で過ごしてほしいと先生は願っています。

新鮮食材で楽しくクッキング

スパニッシュオムレツ

1食あたり 約267 kcal

材料（3人分）18cmのフライパン

卵 ……4個
ジャガイモ ……2個
タマネギ ……1／2個
ピーマン ……1個
ミニトマト ……4個
イタリアンパセリ …2本
ニンニク……1片
EVオリーブ油 ……大さじ2
塩 ……小さじ1／2
こしょう ……適量

作り方

1. ジャガイモは薄切り。ニンニクは縦2等分。タマネギ・ピーマン・イタリアンパセリは2㎝くらい、ミニトマトは4等分する。
2. フライパンにＥＶオリーブ油小さじ2とニンニクを入れ、弱火でニンニクの香りが出たら取り出す。ジャガイモとタマネギを炒め合わせ、水大さじ3（分量外）・塩少々・こしょうを加え、ふたをして3～5分、ジャガイモが軟らかくなるまで蒸し煮にする。
3. ボウルに卵を溶き、残りの塩・こしょうで味付け、②と他の野菜を加える。
4. 小さめのフライパンに残りのＥＶオリーブ油を熱し③を入れて大きくかき混ぜる。半熟になったらふたをして弱火で6～8分、ひっくり返して2～3分焼く。

Point

ジャガイモなどの野菜がたっぷり入った、みんなが大好きなふわふわオムレツです。小さ目のフライパンを使うと、厚みが出てふっくらと焼けます。ひっくり返すときは大皿をふたのようにし、一度取り出すと上手に返せます。

料理研究家●波多野充子

八菜館出荷者ご紹介

日向市財光寺
辰巳廣實さん
産地直売 辰巳農園

大自然で育った甘くて大粒のブルーベリーをどうぞ

平岩に2㌃、財光寺に1㌃の面積でブルーベリーを栽培する辰己さん。15年前に栽培方法を教えてもらい、それからは自分で勉強しながら栽培しています。

大自然の中、山の水を使い無農薬で育てたブルーベリーは甘くて濃厚。また、辰巳農園では摘み取り体験も行なっています。

オススメの食べ方はジャムにしてヨーグルトにかけたり、焼酎に漬けて飲んだりとさまざま♪

これからも勉強を続け、より美味しいブルーベリーをみなさんにお届けできるように頑張っていきます。

JAと組合員をつなぐ情報誌
JAひゅうが
510号　2016年8月発行

■発行／日向農業協同組合　TEL.0982（55）2500　〒883-8501 宮崎県日向市鶴町1丁目3番12号
■編集／管理部　TEL.0982（55）2500　FAX.0982（53）5071
■印刷／藤屋印刷株式会社
過去に発行した広報誌や様々な情報がホームページでご覧になれます。　http://hyuga.ja-miyazaki.jp/