

JAと組合員をつなぐ情報誌

JAひゅうが

No.595

12

2023
December



特集

- ・第31回 JA日向杯 小学生サッカー大会
- ・第24回 JAバンク宮崎年金友の会
グラウンドゴルフ大会に出場しました!
- ・お米特集
- ・JA日向 役職員大運動会開催!!!

今月の表紙／門川町 いすす保育園のお友達

JA日向杯小学生サッカー大会

10月28、29日の2日間、大王谷運動公園陸上競技場で第31回JA日向杯小学生サッカー大会が行われました。当日はJA日向管内の10チームが参加。初日の予選リーグを勝ち抜いた4チームが2日目の決勝トーナメントへ進出しました。2日間に渡って行われた今大会は“日向サンチャイルドFC”が見事、優勝を飾りました！

参加チーム一覧

- | | |
|----------------|-----------------|
| 門川サッカースポーツ少年団 | 日知屋東サッカースポーツ少年団 |
| 草川サッカースポーツ少年団 | 塩見サッカースポーツ少年団 |
| 五十鈴サッカースポーツ少年団 | 平岩小サッカースポーツ少年団 |
| 日向サンチャイルドFC | Forest FC |
| 日知屋アルフレンテFC | UNION FC |

優勝



日向サンチャイルドFC

準優勝



草川サッカースポーツ少年団

第3位



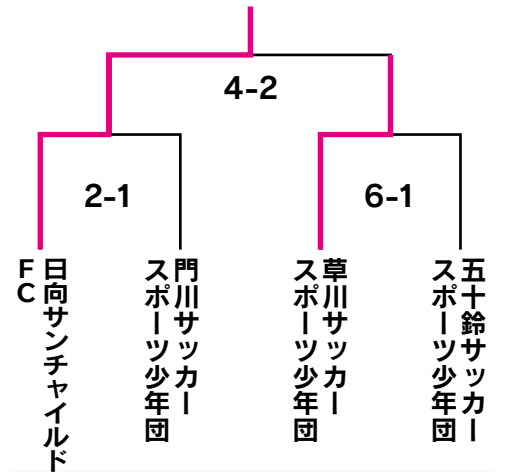
門川サッカースポーツ少年団



五十鈴サッカースポーツ少年団

決勝トーナメント

日向サンチャイルドFC



第24回 JAバンク宮崎年金友の会 グラウンドゴルフ大会に出場しました!

JAバンク宮崎年金友の会とJA宮崎信連は10月24日、宮崎県総合運動公園で第24回グラウンドゴルフ大会を開催しました。本大会は、競技を通し会員の相互交流と親睦を深めることを目的として毎年実施。参加者約620人は、A~Hの8コースに分かれそれぞれ競い合いました。JA日向からは地区予選を勝ち抜いた51人が参加。夏のような暑さと照りつける日差しの中、元気に楽しみながらプレーに挑み大いに盛り上がった大会となりました。

【JA日向出場者 大会成績】

	順位・氏名	打数
Aコース	第1位 藤本 ケサミさん(南郷)	35
Eコース	第3位 渡部 厚志さん(日向)	36
〃	第4位 若藤 正春さん(西郷)	37
〃	第5位 渡部 博子さん(日向)	38
Hコース	第1位 松本 邦彦さん(門川)	27



藤本ケサミさん



渡部厚志さん



若藤正春さん



渡部博子さん



松本邦彦さん



お米特集



令和5年度産“宮崎特選米(特A米)”を 県知事に贈呈しました!

本年度産の宮崎特選米(特A米)が出荷開始したことを受け、10月30日に宮崎県庁を訪問し、河野俊嗣知事に新米を贈呈しました。JA日向ひむか米振興協議会南郷支部長の新玉謙一さんをはじめ、JA職員、美郷町役場の職員らが出席。美郷町産の特A米を贈呈した後、おにぎりの試食会も行われました。

河野知事は「今年の新米もとても美味しい。お米を食べることの大切さや宮崎を誇る稲作文化・技術をもっと広めていき、消費拡大につなげていきたい」と話し、生産者への感謝の意を表しました。

新玉さんは「今年は台風被害もなく、自信のあるお米ができた。資材高騰などの問題は農家の力ではどうしようもできないことなので、消費拡大のためにも行政の力を借りたい」と話します。



▲贈呈する新玉さん



▲試食する河野知事



“うなま米”新米まつりが行われました!

JA日向北郷支店は11月3日、美郷町北郷の直売所「手づくり屋北の郷」で新米まつりを開催しました。毎年恒例の即売会は、整理券配布時間前から美郷町北郷のブランド米“うなま米”を買い求めて並ぶ方も見られました。また、先着100人限定のうなま米2合配布イベントや炊き立てのうなま米のふるまいなども行われました。

今年は北郷アウトドア推進協議会によるアウトドアフェスも同時開催。キッチンカーやアウトドアショップなど様々な出店があり、多くの人で賑わいました。

北郷支店営農経済課柳田課長は「去年に引き続き、天候にも恵まれ町内外からたくさんの方に来てもらえて嬉しい。新米うなま米を家族みんなで楽しんでほしい」と話します。



▲積み込み作業を行う様子



▲うなま米2合を配布する職員

JA日向 役職員大運動会開催!!!

10月28日、日向グリーンパークで役職員大運動会を開催しました。これは、職員教育や職員間のつながりを深めることを目的に、入組2～3年目の若手職員で構成される「スマイルプロジェクト第10期生」が企画し、運営したイベント。新型コロナウイルスの影響で数年間は中止や規模縮小となっていました。今年、制限なしの開催が実現しました。

参加人数は子どもも含め、90人。「へべす豚団」と「きんかん団」の2チームに分かれ、6競技を競い合いました。

～プログラム～

1. 子どもかけっこ
2. 玉入れ
3. 綱引き
4. JA競争 (障害物競争)
5. 大縄跳び
6. 年代別リレー



私たちが実行委員です!!

へべす豚団 団長 日向支店金融管理課 三樹 雄一郎

きんかん団 団長 門川支店営農経済課 児玉 昇

子どもかけっこ



玉入れ



綱引き



JA競争



大縄跳び



年代別リレー



きんかん団が優勝しました

野菜

《スナップエンドウ》



第2センター
里沙 迫

12月に入り、収穫が開始する方もいらっしゃると思いますが、収穫遅れのないよう作業を行いま



しょう。
また、気温が下がりスナップエンドウの栽培がしやすい気温となってきましたが、日中のハウス内の温度は20℃前後まで上がりますので、サイド面・妻面・谷は開放しハウス内の温度が上がりにくいように気を付けましょ

う。
かん水量については、寒くなり蒸散量も少なくなっています。一度に多くのかん水をするのではなく、少量を多数回行うようにし乾燥しすぎないように気を付けましょ。週に1回ではなく、週に2〜3回に分けてかん水を行うようにましょ。

追肥については、着莢負担もかかっていますので、窒素成分で週に1kgの目安での追肥を行い、肥切れを防ぎましょ。週に2〜3回のかん水に合わせて追肥を行いましょ。例として、500gを2回施用し、週に合計1kgになるよう追肥ましょ。

害虫については、気温が下がってきており発生が少なくなっていますが、ハウス内に害虫を発見次第、早急に防除を行うようにましょ。

病気については、気温によってハウスを閉める場合がありますので予防を早めに行いま

しょう。加温機を稼働する時期になるため、ボトキラー水和剤などのダクト散布での予防を行いましょ。

《冬春ミニトマト》



営農指導課
佐藤 兆

寒さも厳しくなり、施設を閉め切る時間が増えることで作物が多湿度状態にさらされる時間が長



くなります。

病害については、低温・多湿時には灰色カビ病や疫病が発生しやすくなり、また例年一部で「ネクトリア」の発生もみられます。いずれも発生前の定期的な防除が重要ですが、特に疫病は施設内の加温ムラをなくすことも効果的です。加温機作動時に施設内を一周りし、特に冷たさを感じる場所があるようなら部分的にダクトの穴を増やす・一回り大きいダクトに交換する等の対応を実施ましょ。

多湿環境下でもう一つ問題になるのが裂果です。環境によっても異なりますが、午前5時〜7時に、その日発生する裂果の内50%以上が集中するといわれます。また、果実自体も膨張・収縮を繰り返しており、朝6時頃に最大となり、正午にかけ縮小します。この最大時に湿度が高いと葉や果実表面から蒸散できず、裂果が起きやすくなります。これに加え、果実表面が結露していると、果皮からの水分流入も発生します。

果実結露防止のためには、日の出前の施設内温度確保に加え、その後の温度上昇はなるべく緩やかにするとともに、可能な限り換気

し湿度を下げることを意識ましょ。谷換気のみでは湿度を抜き切れないことも多々あり、換気の際に少しサイドを開けると換気効率が大きく変わります。しっかりと湿度を抜く必要のあるタイミングではサイドの解放も意識して頂きますようお願いましょ。

かん水・施肥管理については、根動きの阻害や裂果の原因になるので、栽培方式問わず、過剰なかん水・給液に注意ましょ。養液栽培では給液量減に合わせECを上げつつ、今まで以上に最終給液時間を意識ましょ。土耕栽培では地温低下とかん水量減により置肥の肥効が鈍りますので、必要に応じて液肥を使用ましょ。液肥主体の圃場では硝酸態窒素主体のものに置き換え、樹姿を見て濃度を調整ましょ。

今後、果実の色回りが鈍化することにより実が滞留してくると、「カリウム」の消費量が多くなります。カリウム不足は葉先枯れの原因になることに加え、光合成産物の転流不足にも影響ましょので、定期的なカリウム施用を行いましょ。

果樹

《きんかん》



第2センター
久保 諒

○作業管理

果実品質向上のために、枝が下垂している場合は、枝吊りを実施ま

しょう。枝吊りを行うことで
①着色ムラを減らす

② 摘果の見落としを減らす

③ 傷果の発生抑制

④ 収穫の効率化

などの効果が期待できます。

○ 水管理

かん水量を段階的に減らし、節水管理を行います。

※ 極端な乾燥をさせないように注意しましょう。

○ 温度管理

事故を避けるため加温機が問題なく動いているか定期的に確認しましょう。重油の高騰が続いていますので、二重ビニル被覆等の省エネ対策を行きましょう。

12月は着色期になりますので設定温度を徐々に下げて着色を促します。特に日中はハウス内が高温にならないよう換気を十分行いましょう。

○ 病害虫防除

「ハダニ」高温乾燥状態で増殖しやすくなりますので、早期発見・防除に努めましょう。



○ 剪定作業

剪定作業は落葉後の12月から3月上旬までに済ませましょう。葉は枝に日光が当たらないと花芽がつきません。樹の全体に光が当たるように意識して剪定しましょう。

〈目指す樹形〉

骨格枝として主枝、亜主枝を作りそれらの骨格枝に芽のしっかりした結果母枝を残します。主枝は3〜4本とし、骨格枝の高さが2〜

5m以下の低樹高になるように剪定しましょう。低樹高にするメリット

① 成木期の樹勢を強め、大果・高品質・安定生産ができる

② 台風の際などの耐風性が強くなる

③ 剪定作業の労力軽減

④ 農薬散布の効率化

などの効果が期待できます。

《整枝剪定》

主枝、亜主枝にかぶさって日陰を作る太い枝、4m以上の高さに伸びた枝は優先的に切りましょう。充実した結果母枝を5本/m程度残して、先細りの弱い枝は元から切りましょう。

※ ただし、低樹高にして1年目など樹冠内部に枝が少ない場合には葉数を確保するために細かい枝は残します。

◎ 充実した良い結果母枝とは？

- ・ 基部の太さが8mm以上あるもの(鉛筆の太さ)
- ・ 先端まで良く太った芽がついており、先端が急に細くなっていない
- ・ 長さが50cm程度のもので

大きな切り口には必ずトップジンMペーストなどの癒合剤を塗って乾燥しないように保護しましょう。

畜産



畜産課 菊田 佳希

11月期児湯子牛セリ市は、前回比で約31%、000円の値上げとなりました。発育・血統の良い子牛とそうでない子牛との差がハッキリとした子牛セリ市でした。寒さも本格的になってきました。牛舎内の寒冷対策がまだの場合には早急に取り組みしましょう。また、風邪の引きやすい季節でもあります。人も牛も体調管理には十分お気を付けください。

依然として畜産業界全体が配合飼料価格等の高騰による生産コストの増加で、繁殖・肥育生産者どちらも大変厳しい状況が続いております。このような時だからこそ、牛舎の環境をもつ一度見直し、牛房内の環境、寒冷対策について自力で改修できるところは優先的に取り組ましましょう。

毎月29日は「肉の日」です！県内産の牛・豚・鶏肉を食べて元気な毎日を過ごしましょう。

令和5年11月期児湯子牛市結果 (令和5年11月12日~13日)

児湯市場平均価格(売却のみ・税込)

性別	頭数	価格(円)	体重(%)	単価	増体
雌	283	477,544	288	1,657	0.86
去勢	328	539,902	301	1,796	0.95
計	611	511,019	295	1,733	0.90

寺迫地区平均価格(売却のみ・税込)

性別	頭数	価格(円)	体重(%)	単価	増体
雌	3	787,967	305	2,581	0.92
去勢	4	625,350	309	2,025	0.97
計	7	695,043	307	2,262	0.95



第17回 JA日向シキミ生産者大会

JA日向シキミ部会は11月14日、美郷町西郷のニューホープセンターで「第17回JA日向シキミ生産者大会」を行い、生産者と関係者約60人が出席しました。更なる品質の向上や出荷量の増大、計画出荷に努め、シキミ栽培の経営安定と信頼される産地を目指すことを目的に開催。同会では、JA日向シキミ展示品評会表彰式や情勢報告、市場や生産者との意見交換会などが行われました。



【シキミ展示品評会受賞者】

金賞 (宮崎県東臼杵農林振興局長賞)	小西 順子さん(美々津)
銀賞 (JA宮崎経済連会長賞)	黒木 恵美子さん(南郷)
銅賞 (JA日向組会長賞)	結城 清美さん(南郷)
優秀賞	中村 佳熙さん(西郷)
//	水野 美千代さん(東郷)
//	小谷 仁さん(南郷)
//	黒木 金三さん(美々津)
//	若田 恭子さん(南郷)



地域のキラメキ名人!



今月はライターアート名人!



趣味でオイルライターに絵を描いたり、立体のパーツを作りデザインを施している坂本さん。仕事が一と段落する冬場に何かできないかと考えていたところ、2年ほど前にオイルライターアートに出会いました。

最近では、戦国武将の兜や鎧武者の立体パーツを中心に制作している坂本さん。作業工程は初めに、油粘土で原型を制作し、石こうで型取りします。次に、その型に自由樹脂というポリエステル系のプラスチック造形材を流し込むことで立体が完成するという流れ。坂本さんは「自由樹脂は融点が低く、60℃以上のお湯で柔らかくなるため扱いやすい。また、冷えると固まり弾性があるため、曲げても壊れにくい」とこだわりを話します。

自分の好きなデザインを自由に作り、楽しみながら作業している坂本さん。今後の目標を尋ねると「試行錯誤の毎日でまだ完璧な作品とは言えないが、人々を感動させるインパクトのあるものを作りたい。日本の武士道は海外でも人気が高いので、世界の人にも見てもらえるよう個人ブランドを立ち上げ、ネット販売するのが目標だ」と話します。

門川

夏とは違う魅力! 無人島で週末キャンプ



門川湾に浮かぶ無人島「乙島」は港から船でたったの5分、キャンプやアウトドアを中心に1日中遊ぶことができる夏には利用者であふれる人気のキャンプ島。夏とは違う魅力、まだまだ開拓されていない無人島「乙島」の楽しみ方をぜひ見つけてください！
※テントやバンガロー、そのほかレンタル品は事前予約が必要なものもあります。事前にお問い合わせください。よろしくお願いいたします。

【受付時間】平日8:30から17:00

【営業期間】土日祝日

【内容】

チェックイン: 15:00 / チェックアウト: 翌10:00

子ども料金(小学生以下): 乙島往復料金: 1,500円

施設維持費: 200円/人

大人料金(中学生以上): 乙島往復料金: 2,000円

施設維持費: 400円/人

【問い合わせ先】

(一社)門川町観光協会 ☎57-4110



シリーズ ふるさとめぐり とれたてひゅうが

美郷

美郷町南郷を彩る ☆冬ほたるイルミネーション☆



約300mの区間、およそ5万球のイルミネーションが輝きを放つ季節が今年もやってきました！宝石をちりばめたようなイルミネーションは、『美郷町ひかり輝く冬ほたる事業実行委員会』が平成15年から企画しており今年で20回目を迎えます。冬場の澄んだ空気で一段と綺麗にみえるイルミネーションを、ぜひご覧ください。

【点灯期間】

2023年12月1日(金)～2024年1月26日(金)

【点灯時間】17:30～21:30

【場 所】美郷町南郷神門地区(長堀商店街)

【問い合わせ先】美郷町商工会(南郷支所)

☎59-0106



日向

ひむかの杜イルミネーション 2023-2024～歩きたくなる街～



「歩きたくなる街」をテーマに、今年も日向市駅周辺をシャンパンゴールドの光で包みます。あくがれ広場に設置される光のモニュメントは日向工業高校生が制作しており、歴代作品はもちろん、新たに制作したモニュメントもお目見えします。点灯初日には点灯式が開催され、ステージイベントが行われます。駅前で流れるジャズの音色と共にイルミネーションをお楽しみください。

《ひむかの杜イルミネーション》

【期間】2023年12月9日(土)～2024年2月10日(土)

【時間】17:30～25:00 【場所】日向市駅周辺

《点灯式》

【日時】2023年12月9日(土)17:00～19:00(点灯時間18:00)

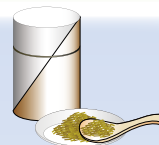
【場所】あくがれ広場(JR日向市駅前交流広場)

【内容】ブラスバンド演奏・ファッションショー・園児による合唱・バトン演技等

【問い合わせ先】日向市観光協会 ☎55-0235

諸塚

今年も美味しい ウーロン茶をどうぞ



もろつかウーロン茶研究会を中心に釜之前茶工場で今年製造した、諸塚村産茶葉を使ったウーロン茶「清香森茶」の販売が今年も始まりました。

11月に開催された諸塚村民文化祭でも、実演販売し、大好評の仕上がりとなっています。

数に限りがある貴重な茶葉は、はなやかで甘みのある上品な香りの「清香森茶花」とさわやかですっきりした味わいの「清香森茶山」の2種類があります。

諸塚村特産品販売所もろっこはうすで数量限定販売しています。ぜひ、それぞれの風味をお楽しみください。

【問い合わせ先】釜之前茶工場 ☎65-0201

椎葉

椎葉の逸品を全国発送します!

椎葉村には、村人の心のこもった手作りの「逸品」がたくさんあります。椎葉の味をぜひあなたの家でご賞味ください!大切な人への贈り物にもぜひご利用ください!

【問い合わせ先】椎葉村物産センター「平家本陣」 ☎67-3140



おことわり: 新型コロナウイルス感染防止のため、ご紹介した施設等が利用できない場合があります。最新の情報をご確認ください。



●全体運…イレギュラーな対応が必要になり戸惑いがち。非常時こそ冷静に。下旬には状況が改善へ。焦って答えを出さないで
●健康運…発酵食品が多めのメニューで腸内環境を改善 【幸運の食べ物】ナガイモ



NEWS & TOPICS

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！

■ いきいきまちフェスティバルin門川に出店しました

JA日向門川支店と女性部は11月4日から2日間、門川町総合文化会館で開催された「第40回いきいきまちフェスティバルin門川2023」に出店しました。うどんやぜんざい、門川産の農作物の販売を行いました。また、LAや金融渉外係による相談会も実施。両日ともに天候に恵まれ、大盛況となりました。

■ 大王谷学園初等部でへべすの出前授業を行いました

JA日向平兵衛酢部会の川崎泰富部会長とJA職員は11月13日、大王谷学園初等部の4年生109人を対象にへべすの授業を行いました。初めに、職員がスライドショーを用いてへべすの歴史や栽培方法・特徴などを説明。その後、生徒からの質問に川崎部会長と職員が回答しました。生徒からは「へべすの皮は食べられるの?」「へべすの天敵は?」など時間いっぱい多くの質問があがりました。「収穫・出荷するときはどんな気持ち?」と聞かれた川崎部会長は「丹精込めて育てた青々としたへべすが、みんなのもとへ届くと思うと大変嬉しい」と答えました。



■ 組合長杯チャリティゴルフ大会開催!

11月2日、美々津カントリークラブで第26回JA日向組合長杯チャリティゴルフ大会が行われました。本大会は、地域社会貢献の一環として開催しており、組合員やJA事業の関連業者、JA日向役職員など158人が参加。チャリティーホールにて寄せられた募金(総額76,689円)は、全額を公益財団法人デイリー健康福祉事業団に寄付させていただきました。



■ 防犯訓練を行いました

11月16日、日向支店で日向警察署、日向地区金融機関防犯協会協力のもと防犯訓練を行いました。金融機関の防犯に対する意識向上のため、特殊詐欺と強盗事件の2パターンを想定して実施。特殊詐欺では窓口対応訓練を行い、強盗事件では警備・通報・観察・追跡・安全確保などを行い、万一のときの自分の役割を確認しました。日向支店長は「今回の訓練を活かし、日頃から周囲に気を配り支店職員全員で防犯対策を徹底していきたい」と話します。



■ 11月期東白杵子牛郡共進会開催!

11月14日、延岡家畜市場で11月期子牛郡共進会が行われました。JA日向管内から次の4頭が入賞しました。おめでとうございます。



▲優等首席 黒木 敬二さん(日向)



▲優等2席 株式会社尾前牧場さん(椎葉)



▲優等3席 田中 裕治さん(諸塚)



▲優等5席 永坂 作一さん(諸塚)

■ 農機展示会&肥料即売会を行いました

11月16日から2日間、農業機械センターと経営支援センター前で農機展示会・肥料即売会を開催しました。当日は農機具や農業用ドローンをはじめ、太陽熱温水器などの展示やシロアリ駆除相談会がありました。また、肥料の即売会では、満作・園芸化成444号・エコループ888の自己取りを行いました。2日間で118件、2136袋を供給しました。



▲肥料即売会

■ わくわくあぐりスクールin諸塚村

JA日向女性部は11月5日、諸塚村で第4回わくわくあぐりスクールを開催しました。8家族23人と新入職員3人が参加。黒木聖土理事から里いもについて学び、昼食は家代地区の婦人会の方が作ったさといも汁やおにぎり、つけものをいただきました。また、今年度最後のあぐりスクールということで閉校式も行われ、修了証が各家族に贈呈されました。



■ JA日向青壮年部50周年記念交流会を開催

今年でJA日向青壮年部が設立50周年を迎えたことを受け、10月27日に記念交流会を行いました。これまでの労苦や貢献に対し8人の方に感謝状を贈呈したほか、50周年記念で作成したポロシャツの披露も行いました。海野真吾組合長は「農業をとりまく環境は厳しい状況にあるが、地域農業の持続は青壮年部組織あってこそ。JAもできる限りの支援をしていきたい」とあいさつ。青壮年部安田靖部長は「青壮年部の歴代役員や先輩盟友に感謝するとともに、その思いを引き継ぎ新たな決意のもと組織運動を展開していきたい」と話しました。



グリーンハウスつるまち 秋のバス遠足♪



11月5日、秋のバス遠足に行きました。1ヶ月前から、「どこに行きたいか?」「なにをしたいか?」のアンケートを取り、それをもとに行先を決定。秋本番の11月初旬ということで、美しい花や紅葉が見たいとの希望が多く“西都原古墳公園のコスモス見学”と“綾町の紅葉と吊り橋見学”を行うことになりました。

当日は、天気・気温とも最高の秋日和となりました。西都では、コスモスの花の多さと美しさに感動され、綾の吊り橋では「怖いね」「こんな物が作れるね」と話し、秋の一日を楽しく過ごすことができました。



環境に優しいエコ商品で電気代等を削減!!

電気料金が値上がりしており、さらに知らない間に「燃料費調整額」「再エネ賦課金」も家計を圧迫しています。

太陽熱温水器



光熱費の3割を占めると言われる「給湯代」が抑えられ、電気代等の削減につながります。

エコキュート



「電気温水器」からの買い替え



お問合せ先: JA日向 最寄りの各支店まで
★導入見積は無料です。お気軽にご相談下さい!

※どちらも導入メリットは、使用条件・環境条件によって変動します。
JAグループ指定 リッシュョク (有)立商宮崎 〒880-0124 宮崎市大字新名爪188-28

J A日向合併50周年 記念定期貯金

キャンペーン期間 令和5年10月2日(月)～12月29日(金)

金利 **0.1%**
窓口でお預け入れのお客様
店頭金利の50倍

金利 **0.15%**
ATM・JAネットバンクにてお預け入れのお客様
店頭金利の75倍

対象

預入期間1年の定期貯金を新規で10万円以上お預け入れのお客様(個人・事業者も含む)
書替は最低50万円以上の増額から

- 詳しくはJA日向窓口へお問合わせください



発売予定総額10億に到達次第、期間中であっても募集を締め切らせていただく場合がございますのでご了承ください。
表示金利の適用は初回満期日までとし、自動継続以降は継続日における店頭表示金利が適用されます。
中途解約の場合は、JA所定の解約利率を適用します。

みんなのひろば



おたよりキャッチ

●「青壮年部のお米学習」子どもたちが稲刈り体験をすることで身近なものとなり、食べ物の大切さや収穫までの苦労を勉強することができると思います。

「シリーズふるさとめぐり」ともありますが、「各地の情報いっしょ」も楽しみに見えています。情報収集頑張ってください。

(東郷 黒木幸男さん)

♪私は子供の頃、稲刈りをしたことがなかったので、鎌を上手に使って稲刈りをする小学生たちにとっても感動しました。これからも食と農業に興味関心を持ってもらえるよう、食育活動が続いてまいります。

●孫がまちがいさがし喜んでました。イラストもかわいいので、目を引いていいですね。

キラメキ名人も毎回楽しんでいきます。11月は諸塚の方だったので、詳しくわかって良かったです。

(諸塚 甲斐一妃さん)

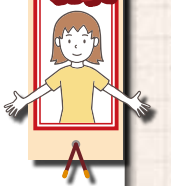
♪まちがいさがしは案外難しいもので、小さい子の方がパツと見つけることができ得意だったりしますよね。今後もぜひ挑戦してみてください。奈須さんの絵画、本当に素晴らしくて魅了されました♪

●いつも楽しみに読んでいます。寒くなりましたね。スタッフの皆さん頑張ってくださいね。

(諸塚 児玉ケイ子さん)

♪毎月楽しみにして下さってありがとうございます。ようやく冬が本格化してきましたね。朝晩を中心に室内と外の気温差が激しくなってきました。体調管理に気を付けながら頑張ってくださいませよう♪

手軽に体操



仕事の合間にストレッチでリフレッシュを！

体調・健康管理に気を付けたい季節です。冬になると空気が乾燥し、室内は暖房器具の使用によって湿度が下がります。夏のシーズンのみならず、冬場においても水分補給をお忘れなくお過ごしください。さて、12月になると何かと忙しさを感ずることはありませんか？デスクワークなどで長時間にわたって同じ姿勢を取り続けていると、筋肉が凝り固まり、肩や腰、背中などに負担がかかりやすくなります。血行を促し、疲労が蓄積しないよう、仕事の合間にストレッチを取り入れて気分転換を図りましょう。

そこで今回は、胸を伸ばすためのストレッチを紹介します。胸を伸ばす運動は腕を使いながら行います。大胸筋や肋間(ろっかん)筋を伸展させましょう。仕事の合間に、時折体を動かしてリフレッシュしてくださいね。

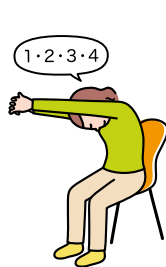
7つの部位を使った
体操プログラム
「The Taiso
(ザ・タイソウ)」は
コチラ



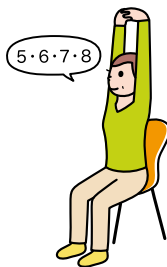
レッツ、トライ！ 胸を伸ばすストレッチ



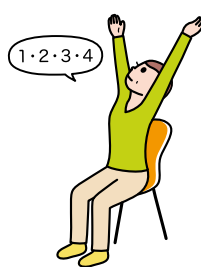
(1) いすに座り、手を前で組んで準備をします。



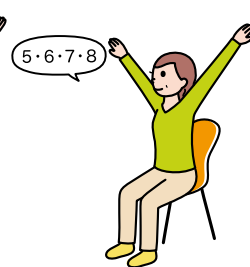
(2) 両腕を前に出しながらか背中を丸めます。肩甲骨周辺の筋肉を伸ばしましょう。



(3) 両腕を上げて背筋を伸ばします。



(4) 両腕を後方に引きながら胸を伸ばします。視線はやや上げましょう。



(5) 手のひらを外側に向け、両腕を横から下ろします。

日本体育大学准教授 ● 伊藤由美子



水瓶座
1月20日～2月18日

● 全体運…良い話が舞い込みますが、勘違いからおかしな雰囲気になることも。相手の話をよく聞き、落ち着いて動いて
● 健康運…友人たちとのおしゃべりで気分が上向きに 【幸運の食べ物】長ネギ

タテのカギ

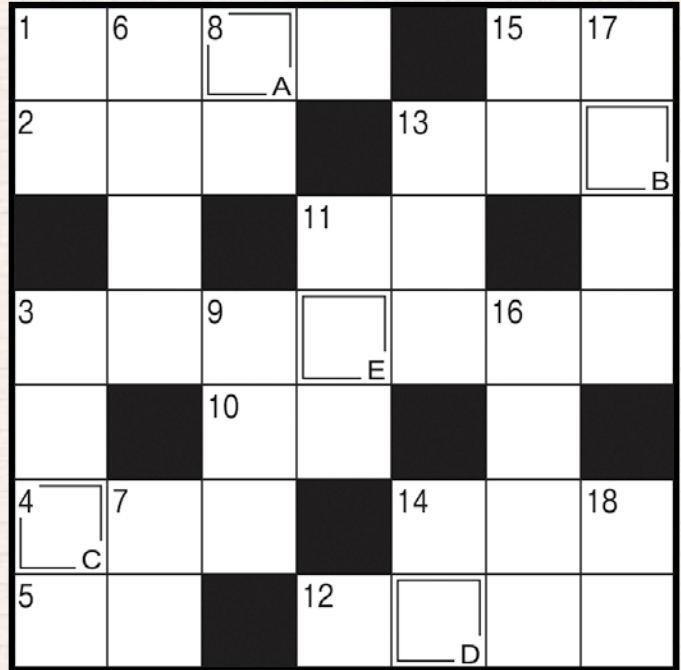
- 1 冬眠するものも多い大型の哺乳類
- 3 謎の多い浮世絵師、東洲斎——
- 6 その月の一番最初の日
- 7 寒い日に吐くと白く見えることも
- 8 授業中は慎んでくださいね
- 9 ワカメの根元に近い部分
- 11 ——予報によると来週は寒いらしい
- 13 建物が立っていない宅地
- 14 ——の細かい滑らかな肌
- 15 年越しに付きものの麺類
- 16 チン!と鳴らすと人が来ます
- 17 1号は東京と大阪を、2号は大阪と福岡を結びます
- 18 年賀状のイラストによく使われます。令和6年は「辰」です

ヨコのカギ

- 1 サンタがプレゼントを入れます
- 2 パパー、ママー、どこー?
- 3 欧米のクリスマスには、この鳥の丸焼きがよく食べられます
- 4 大好きな歌手の——を見に行った
- 5 レンコンは根のように見えますが、実はこれ
- 10 「海のミルク」と呼ばれる貝
- 11 除夜の鐘を突けるところもあります
- 12 水や砂と混ぜコンクリートを作ります
- 13 サハラ、タクラマカンといえば
- 14 刃物で紙を加工して描きます
- 15 冬の京都市は——冷えするといわれます



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?



12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。

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4番地
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/令和5年12月27日(水)

今月号のプレゼントは

“青汁3g×50袋(スティックタイプ)”をプレゼントいたします!



10月号の当選者

日向 木田由美子さん 南郷 中森 光一さん
財光寺 小林 温子さん 北郷 甲斐加代子さん
西郷 富田友紀子さん

11月の間違い探しの答え



答え

- 2...お母さんの髪形が違う
- 4...屋根の上に木が見える
- 7...犬の耳が下がっている
- 9...野菜(ブロッコリー)の数が違う
- 12...長靴が違う

おたよりキャッチへの掲載

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。支店窓口にも受け付けます。

可 不可

おおきくな〜れ



双子そろって、寝ることが大好きです！

南郷

みずもと はやと
水元 颯くん(5歳)

- ①果物 ②めいろ
- ③ヒーロー

れな
玲凧ちゃん(8ヶ月)

【名前の由来】
美しい心を持った
女性に育ってほしい
②おしゃべり

さな
紗凧ちゃん(8ヶ月)

【名前の由来】
品のある穏やかな
女性に育ってほしい
②食べることに

①好きな食べ物 ②好きな遊び・好きなこと ③将来の夢

◎ 水元 裕貴さん、麻菜美さんのお子さん

ご両親からひとこと いつも笑顔にしてくれてありがとう♡
これからは元気に大きくなってね

椎葉

日向小町

那須 なす
香子さん きよこ



お仕事は？

椎葉村役場に勤務しています。

趣味や休日の過ごし方は？

家でドラマや映画を観て過ごすことが多いです。最近感動した作品は「TOKYO MER」です。ようやく寒くなってきたのでキムチ鍋を食べたいです。

今後の目標は？

まだ社会人2年目なので、お世話になった地元に貢献できるように日々頑張りたいです。

今月の1枚



投稿者「生牡蠣」
コスモスとみつばち
撮影場所：西郷 撮影日：11月

散歩中に立ち寄った、大きさも色もさまざまなコスモス畑。甘い蜜を求めてやってきたみつばちがたくさんいて、自然を身近に感じられました。

～JA日向管内で撮影された、とっておきの写真を募集します！～

■応募方法

下記のメールアドレス(QRコードからも読み込み可能)に

- ①写真タイトル ②氏名またはペンネーム
- ③撮影場所 ④撮影年月日
- ⑤コメント(80字程度)を記入し、写真データを添付してお送りください。

メールアドレス ja-hyuga@poem.ocn.ne.jp



■注意事項

- 掲載にあたり、①～⑤を公表いたします。
- 写真やコメントに、人物・個人所有の建物・個人名などが入る場合は、必ず公表の承諾を得てください。
- 写真はトリミングさせていただく場合がございます。

8 8 3 8 5 0 1

63円切手を貼って下さい。
又はJA日向窓口へ

日向市鶴町四番地

JA日向

「クロスワードプレゼント」係宛





野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

フルーツ パラダイス

イラスト：小林祐美子

ユズ

～日本料理の名脇役～

ユズのプロフィール

【分類】ミカン科ミカン属
【原産地】中国
【おいしい時期(旬)】青ユズ(夏～初秋)、
黄ユズ(秋～冬)
【主な栄養成分】ビタミンC、ペクチン、
クエン酸、リモネン、ピネンなど



選び方



NG



しなびている
黒ずみや傷がある
へたの切り口が茶色く乾燥している

保存方法

冷蔵保存

乾燥しないようポリ袋などに入れるかラップに包み、冷蔵庫の野菜室へ

気温が低い時期は冷暗所でもOK。冷暗所で1週間、冷蔵では1.2週間程度保存できる

香りが命!
鮮度が良いうちに
利用してね

冷凍保存

皮
幅を広めにむき、ひたたりとラップに包んで保存の凍ったまま細く刻んで利用

白い部分はある程度破すと香りが良いよ!

果肉
ラップに包み保存袋に入れて保存の自然解凍して搾って利用

長期保存

薄くむいて細かくカットして天日干し。乾燥したら密閉容器に入れ保存の粉末状にしておくと便利だよ!

漬付け、お吸い物、ゆずこしょうなどに利用

ユズのいろいろ

本ユズ

木頭系



徳島県那賀郡木頭村(現・那賀町)で選ばれる果汁も多く皮が厚い

山根系



徳島県阿南市の山根氏によって選ばれる早期結実品種

多田錦



種なしでとげも少なく扱いやすい品種

花柚(はなゆ)



ユズの近縁種「花柚子」「一やず」「常柚(とこゆ)」とも皮は薄めで、本ユズに比べて香りが穏やかな花もお吸い物や料理の香り付けなどに利用される

鬼柚子(おに柚子)

ポンタンの仲間のつづつとした皮が特徴のジャムや砂糖漬けなどに利用される

柚柑(ゆかん)

ユズの近縁種で「柚香」とも酸味が強くて香りが良く、ポン酢などに利用される



ユズのチカラ

ビタミンC
皮に豊富な風邪予防、美肌効果、疲労回復に



クエン酸
疲労回復や食欲増進に、カルシウムの吸収を助ける働きも



ペクチン
食物繊維の一種の便秘改善や生活習慣病予防に

リモネン、ピネン
皮に含まれる香り成分の精神をリラックスさせる効果に期待



食べ方・楽しみ方

日本料理ではおなじみの調味食材熱を加えても香りが消えないのが魅力

細く刻んで漬け物、雑煮、あえ物などに



柚香蒸し



柚子釜



風味付け
刺身や焼き魚、煮物に



ゆずこしょうなどの調味料やゆず茶、ジュース、シャーベット、ゼリーにも



海外で人気

日本産は海外産に比べて香り高く高評価のフランス料理やスイーツにも使われている



「喪中の方の年末年始の挨拶」
「喪中のお宅への年末年始の挨拶」はどうしたら…



喪中にお歳暮は贈っていいの？

お歳暮とは、年の暮れにその年のお礼の挨拶に品物を贈ることです。

①自分が喪中の場合

一年のお礼の品なので、絶対に贈らない方がよいということはありませんが、四十九日や五十日祭を迎えていない場合は控えた方がよいと考える方も中にはいます。それは「死を穢れ」と思われる方にとっては、喪が明けていない間は贈り物をすると相手に「穢れ」を贈ることになると考えるからです。また喪中の間は大切な方を亡くされていることから気持ちが落ち着いておらず、余裕がない場合も多いでしょう。その場合は無理に用意するのではなく、後日寒中見舞いを贈るといった選択肢もあります。

②相手宅が喪中の場合

ご葬儀から日が浅いようでしたら、まだ気分が沈んでいるかもしれません。その場合は、寒中見舞いとして贈るか、お歳暮に一言添えて心が温まるような贈り物であれば喜ばれるかもしれません。

喪中期間はお年賀ではなく寒中見舞い？

お年賀とは、新年の挨拶に品物を贈ることです。年神様にお供物を持参した慣わしから始まったといわれています。お年賀は正式には正月三が日の間にお渡しします。基本的には手土産として直接持参することが多いです。「年賀」という言葉は、「新年を慶ぶ」という意味が込められていますので、喪中の際は控えた方がよいでしょう。

①喪中の場合

相手であっても自分であっても、事前に一方入れてから控えることをお勧めします。8日以降で「寒中」の期間に「寒中見舞い」を持っていくのがよいでしょう。寒中とは1月7日から2月3日の間です。

②寒中見舞いの場合

松の内が明けたら、おめでたい言葉は避けて「本年もよろしく願います」と挨拶するとよいでしょう。

【問い合わせ先】(株)ジェイエイ葬祭 ☎53-2427(代表)

八菜館出荷者ご紹介



いしだ ゆうや
美々津 石田 裕也さん(39)



石田さんは、美々津百町原で干切り大根やいんげんを生産しています。八菜館へは、今年からいんげんを出荷し始めました

これから大根の収穫や干すための網掛け作業が始まり、繁忙期に入るといふ石田さん。「お客様が買い続けたいと思えるような良い商品を作っていきたい。また、体調管理にも気を付けながら冬の作業を頑張っていきたい」と話します。

表紙の子供たち

いすず保育園(門川町)

いすず保育園のさくら組さん28名は、元気いっぱい外遊びが大好きです。色々な事に興味を持ち、畑の野菜や花のお世話もしてくれます。先日は芋掘りに行き、大きなお芋を収穫しました。先生は「これからもたくさんの事にチャレンジし、優しい子ども達でいてほしい」と話していました。



理事会だより

第10回理事会が11月21日に開催されました。

議案

- ①地区本部運営委員の確定について
- ②組合員持分出資口数の減口について

報告

- ①役員責任調査委員会の審議内容及び結果について(答申)
- ②賃貸住宅資金貸出先の入居状況について
- ③大口融資先の状況について

女性部のレシピ紹介♪

第56回 IA日向家の光大会

米料理(米粉)の部 優秀賞

門川支部 立山 朱美さん



米粉のカヌシ

◆アピール点

米粉を使用することで粉ふるいも、一晩休ませる時間も不要です。生地を作った当日に焼き上げることができるのでモチモチした美味しいおやつができます。

材料

- ・牛乳…250ml ・バター…15g ・砂糖…80g
- ・バニラエッセンス…少々 ・米粉…50g
- ・卵…1個 ・ラム酒…大さじ1

作り方

《オーブンを220℃に予熱しておく》

- ① 鍋に牛乳・バター・砂糖を入れ中火であたためる(60℃まで冷ます)
- ② ボウルに米粉を入れて①を少しずつ入れながら泡立て器で混ぜる
- ③ 卵とラム酒とバニラエッセンスを入れて、泡立てないように静かに混ぜる
- ④ 茶こしで生地を裏ごしする
- ⑤ カヌシの型に8分目くらいまで入れる
- ⑥ 天板にのせて220℃のオーブンで20分、190℃に下げて40分焼く
- ⑦ 型のまま粗熱を取り、網の上で逆さまにして冷ます

JA日向からのお知らせ

「東臼杵地区花き展示会」を開催します！

延岡・日向地域で、とてもきれいな花々が生産されていることをご存知ですか？生産者が丹精込めて育て、美しく咲いた花を展示します♪無料で鑑賞いただけますので、ぜひお立ち寄りください。

【期間】令和6年1月17日(水)17:00から1月19日(金)14:30まで

* 日向市駅の開館中、ご自由にご覧になれます。

* 最終日1月19日15:00から 展示した花を無料配布します(なくなり次第終了)

【場所】

日向市駅構内 ステーションギャラリー(改札奥の展示スペース)
開札にて駅員に鑑賞希望とお伝えください。無料で入場できます。

【展示予定】スイートピー、ダリア、オリエンタルユリ、
キク、ランタンキュラス等

【主催】東臼杵地区花き振興会、JA日向

【問い合わせ先】

東臼杵農林振興局 農畜産課 農産園芸担当

☎0982-32-6136



編集後記

今年も残すところあと1ヶ月を切りました。11月まで比較的暖かい日が続き、服装選びが難しいなあと思う今日この頃ですが、12月になり歌番組が増え一気に年末感が増しましたね。ところで、皆さんは音楽を聞くと、イヤホンを使用しますか？最近ではイヤホンと言えば、ワイヤレスイヤホンが主流。スマホを耳に当てずにイヤホンで電話するハンズフリー通話も増え

てきています。音楽を聴いているだけかと思いきや突然、一人で話し出す姿に驚いた経験がある方も少なくないと思います。街中や仕事場でもいざれ当たり前になっていくのではないかとされるハンズフリー通話。テクノロジーの進化を感じちゃいますね。

段々と寒さが厳しくなっています。段々と寒さが厳しくなっていますが、健やかに新年を迎えられるよう、風邪などに負けず頑張りましょう!☺

行事予定

- 12/7 理事会
- 12/11 セリ市(児湯)(~12日)
- 12/12 成牛市(延岡)
- 12/16 水稻土改材自己取り(~17日)
- 12/25 八菜館年末フェア(~30日)
- 1/10 理事会
- 1/12 成牛市(延岡)

年末年始の業務体制のご案内

日頃よりJA日向をご利用いただき、誠にありがとうございます。年末年始の営業日についてお知らせします。

一般業務			12/29(金)	12/30(土)	12/31(日)	1/1(月)	1/2(火)	1/3(水)	1/4(木)
	金融店舗	通常営業	休業						通常営業
支店購買									
資材館	8:00~17:00	休業						8:00~17:00	
八菜館ひゅうが店	通常営業	9:00~15:00	休業		9:00~17:00		通常営業		
八菜館ひちや店 かどがわ店	通常営業	9:00~17:00	休業						

給油所			12/29(金)	12/30(土)	12/31(日)	1/1(月)	1/2(火)	1/3(水)	1/4(木)
	Aグループ	通常営業	7:00~18:00	休業	8:00~17:00		通常営業		
Bグループ	8:00~17:00		休業						
灯油販売所	8:30~17:00		休業						

Aグループ(門川SS、中原SS、美々津SS、財光寺SS、日知屋SS、東郷SS)

Bグループ(南郷SS、西郷SS、北郷SS、諸塚SS、椎葉SS)

ATM			12/29(金)	12/30(土)	12/31(日)	1/1(月)	1/2(火)	1/3(水)	1/4(木)
	Aグループ	通常稼動	9:00~17:00				通常稼動		
Bグループ	ご利用いただけません								
コンビニ・ ゆうちょ提携ATM	稼動 ^{注1)}								

Aグループ(門川支店・日向支店・八菜館ひゅうが店・Aコープひら店・財光寺支店・美々津支店・東郷支店)

Bグループ(西郷支店・南郷支店・北郷支店・諸塚支店・椎葉支店)

※ 県外系統、他行はご利用できない場合がございます。

※ 1/2~1/4(0時40分~4時00分)の期間中に、ATM・インターネットバンキングを利用したJAバンク以外の金融機関あての振込については、銀行名・支店名・口座番号に加え受取人名義の入力が必要になります。

注1) コンビニと提携ATMでの取引につきましては、店舗により取扱いができない場合がございます。