

# あぜみち



2023

3

No.383

めぐり  
スマイル

●波賀町  
わた なべ いち か  
渡 邊 壱 珂 ちゃん  
かのか  
叶乃華 ちゃん  
(紹介は13頁)

今月のイチオシ!

- 令和4年産 丹波黒大豆精算価格決定
- JA共済 アンパンマン  
交通安全キャラバン 開催



モバイルサイトに  
アクセス!

LINE 公式アカウント



JAハリマ



給油所



食彩館  
「伊和の里」

## 「スマート農業」の推進

代表理事組合長 柴原利春

3月を迎え日増しに暖かくなりました。山すその雪も消えて、いよいよ農作業開始です。穴粟北みどり農林公社では育苗作業の準備が始まり、今年度は7万枚の播種予定です。

JAでは年度末の締め切り月です。各事業とも年度計画の総仕上げと、年間の実績を評価することも緊張する一か月。気を引き締めて取り組んでいます。

ところで、10年の一度の大寒波といわれた1月末の大雪でしたが、ご家庭の建物等の雪害は大丈夫でしたか？凍結による転倒等、お怪我もありませんでしたか？職員の中には、道路や駐車場で転倒して病院にお世話になった職員もありました。

さて、今月に入り圃場も乾いたので耕運もしたいし、天気の良い日には畦焼きもしたい。畑の準備もある。いよいよ休日は忙しくなってきました。

最近よく「スマート農業」

という言葉を目にしますし、新聞記事をみます。

ただ、私の農業は相変わらず昔ながらです。先日とも動散を新しく購入したので、有機アグレットを基肥にユーキPKを中間追肥に動散を背負って施肥します。

農家の皆さんに推奨して行かなくてはならないのに、まったく古い農業です。

スマート農業とは、ロボット技術やAI（人工知能）・IoT（モノのインターネット）技術を生かして、超省力・高品質生産を実現する新たな農業、最新の技術を駆使して行う効率的な農業のことです。

しかし、依然として人間自ら行わなくてはならない作業や、鍛錬しなければできない難しい作業も多く存在しているのが現状で、少子高齢化がさらに進む中では、農業のコストダウンと効率化・効果的農業を進めなければ、守れる農地がさらに減り続けます。何とかしなければと思う、今日この頃です。

## 3月号 目次

- 2 コラム、協同の成果、理事会だより、行事案内
- 3 食彩館伊和の里 春のお彼岸フェア開催
- 4～5 営農 日常点検で事故防止
- 6 令和4年度 丹波黒大豆精算単価決定、子牛市結果
- 7 丹波黒大豆栽培教室開催
- 8 NISA制度の改正
- 9 JAカード特典
- 10 穴粟市へ防災・減災支援金を寄付  
子ども共済のご案内
- 11 JA共済 アンパンマン交通安全キャラバン開催
- 12 頭の体操、4月のあなたの運勢
- 13 うちの子自慢、あぐりスマイル、JAハリMAN
- 14 エンジョイ・ライフ・クラブ視察研修  
女性会グループ手芸
- 15 おたより紹介、みどりの健康百科
- 16 刈払機安全作業点検会・ミニ農機展示会 同時開催

## 協同活動の成果

令和5年2月28日現在

組合員数	Ⓐ個人 6,867 団体 5	Ⓑ個人 2,376 団体 169
貯金	700億3,466万円	
貸出金	104億4,460万円	
購買品供給高	6億6,389万円	
販売品販売高	3億5,911万円	
共済保有高	1,663億6,041万円	
出資金	8億5,450万円	

## 行事あんない

### 3月

- 20日 総務金融委員会  
経済委員会
- 23日～24日  
刈払機安全作業点検会  
ミニ農機展示会
- 27日 丹波黒大豆栽培講習会
- 28日 第14回 理事会
- 31日 監事監査 実地棚卸立会  
みのり監査法人期末監査 I

### 4月

- 3日 令和5年度  
新入職員入組式
- 12日 みのり監査法人  
決算予備調査



## 理事会だより

第13回 理事会（令和5年2月24日）

### 「報告事項」

- ① 主な処理事項と行事の報告について
- ② 組合員加入および脱退報告について
- ③ 令和4年度見込決算結果について
- ④ 令和4年12月末資産査定結果について
- ⑤ 令和4年度丹波黒大豆販売状況及び精算金について
- ⑥ 不祥事再発防止策の策定状況について
- ⑦ ㈱グリーンホームハリマ第3四半期事業報告について
- ⑧ 総務金融委員会報告について
- ⑨ 経済委員会報告について

### 「提出議案」

- 第1号議案  
令和4年度上半期監事監査指摘事項に対する改善状況報告について
- 第2号議案  
貸倒償却について
- 第3号議案  
令和5年度会計監査人の監査報酬について
- 第4号議案  
令和5年度一宮ライスセンター改修工事取得方法の決定について
- 第5号議案  
職制規程の変更について
- 第6号議案  
出資口数の減少について

# 春のお彼岸フェア 開催

3月18日(土)  
~21日(火)

「食彩館 伊和の里」では、お彼岸を前にキクの花や春の色とりどりの花を店頭いっぱい並べ「春のお彼岸フェア」を開催します。

お墓まいり用の切り花はもちろん、春のお彼岸にお供えする「ぼた餅」も準備しております。

また、野菜や果物類、コシヒカリや特産品の自然薯など農産物や加工品はもちろん、シイタケの種菌済原木も販売しております。

ぜひお立ち寄りください。



種菌された  
シイタケ原木



春のお彼岸には  
「ぼた餅」ですね



## 「食彩館 伊和の里」出荷者募集

**地場の野菜や花を作って直売所に出荷しましょう!**

食彩館 伊和の里はJAハリマの農産物直売所として、農家の方々が丹精して育てられた季節の野菜を中心に花や果物、加工品を販売しています。

ただいま出荷者を募集しています。

管内の組合員の方ならどなたでも歓迎です。(組合員でない方は同時にご加入いただけます)  
みなさんもいろんな野菜や花を栽培して、直売所に出荷しませんか!



出荷にあたっては「JAハリマ農産物直売所生産部会」にご加入いただくことになります。

年会費 1,500円

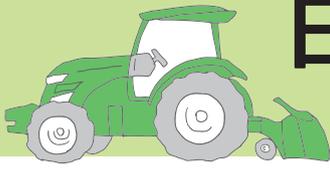
お問い合わせは  
右記までお願いします。

TEL 0790-72-2202 (食彩館 伊和の里)

TEL 0790-72-0445 (JAハリマ 経済部販売課)

自然豊かな土地から生み出す農産物を、一点でも多く直売所に出荷しましょう!





# 日常点検で事故防止を!



## トラクター

### 始業点検

- ① トラクターの外周を1周して、外観に不具合がないかチェックする
- ② エンジンオイルの量・汚れの確認
- ③ 冷却水（クーラント液）の量・汚れの確認  
大抵のトラクターにはサブタンクが装着されているので、サブタンクのFULLとLOWの間に水位があれば正常です。LOWより下の場合は水道水、又はクーラント液を補給してください。  
※井戸水は金気があり、補給してしまうとラジエーター内に錆がでて故障の原因となります。
- ④ ラジエータースクリーンの掃除  
ラジエーター前にある網に草の種などのゴミが付着した状態で使用すると、オーバーヒートの原因となります。
- ⑤ バッテリー端子の取付確認  
バッテリー端子を工具で確実に締めてください。使用中に外れると電気機能が作動しなくなり、トラブルの原因となります。
- ⑥ 燃料ホースなどからの燃料漏れの確認
- ⑦ タイヤの空気圧チェック  
タイヤを蹴ってタイヤが凹む場合やタイヤ下が膨れる場合は、空気圧が不足しています。
- ⑧ 耕うん爪の摩耗確認  
一般的に、耕うん爪の先端に500円玉を当て、500円玉の直径よりも爪が短ければ交換時期と言われていきます。
- ⑨ 耕うん爪軸の草や泥の付着確認  
草や泥が付着した状態で使用すると、爪軸のオイルシールやベアリングの寿命が短くなったり、耕うん爪の摩耗が早くなる他、ロータリーカバーの変形等のトラブルに繋がります。
- ⑩ 耕うん爪止めボルトの取付確認  
爪止めボルトを工具で確実に締めてください。爪止めボルトが緩んでいると、耕うん時に爪が外れたり、爪ホルダの変形・破損に繋がります。

### 終業点検

- ① トラクターの外周を1周して、外観に不具合がないかチェックする
- ② ロータリーカバーの内側やタイヤに付着した土は、土落とし鎌で落とす
- ③ ロータリーを下降した状態で保管する  
ロータリーを上げた状態で保管すると、油圧シリンダ内の圧力が高い状態になり、ピストンリングの寿命が短くなります。最悪の場合、作業中にロータリーの上下操作ができなくなったり、ロータリー側で作業を行う際に、急に下降して事故の原因となります。
- ④ バッテリーターミナルのマイナス端子を外す  
バッテリーを取り外す際は、必ずマイナス端子側から外す。もしプラス端子から外した場合、工具とステータスが接触した際にスパークが起き、バッテリーの破損や電気系統のトラブルの原因となります。
- ⑤ 燃料（軽油）を満タンにする  
燃料タンク内の燃料残量が少ないと、冬場に燃料タンク内に水滴が発生し、水が混入したり錆の原因となります。  
※軽油はガソリンに比べて劣化しにくく、ディーゼルエンジンは構造上、気化器がないので劣化による故障の原因となることが少ないですが、満タンにせず保管すると水が混入しやすくなり、エンジンがからない等のトラブルが多く発生します。

### 長期保管時のポイント!

- ① ガソリン・混合油を使用する農業機械は燃料を抜き、エンジンを始動し、ガス欠した状態で保管する（燃料コックが装着されている機械は、燃料コックを閉める）
- ② 軽油を使用する農業機械は燃料を満タンにする
- ③ バッテリーの端子はマイナス端子を外しておく

## 農作業の注意点

### 1. ほ場への出入り

- ① ほ場への出入りは、ほ場に対して直角に出入りする
- ② 左右のブレーキペダルを連結金具でつなぐ  
ブレーキペダルを連結しておかないと、ハットした時に片側のブレーキが利いてしまい、転倒するおそれがあります。
- ③ ほ場への進入・退出時や急な斜面を下りる場合は前進、上る場合は後進にて出入りする  
トラクターの構造上、前輪にはエンジン、後輪には作

業機の重量がかかっており、トラクターの前と後ろとでは、後ろの方が重くなっています。退出時に前進で斜面を上った場合、前が軽いので前輪が浮き上がり、バランスを崩して転倒や転落のおそれがあります。田んぼの条件等のため前進で斜面を上らざるを得ない場合は、作業機を低くして重心をさげると前輪が浮き上がりにくくなります。こういう状態は特殊なケースになるので、安全作業上は極力控えてください。

## 2. 作業に適した速度

- ①主変速レバーと副変速レバーの組み合わせにより、作業に合った速度を選んでください（お使いのトラクターや作業条件等により変速段数・表記が異なります。）

例) 前進8段・後進8段のトラクターの場合  
主変速：1, 2, 3, 4 副変速：1(低速), 2(高速)  
・通常耕うん(春・秋)：主変速1, 2どちらか  
副変速1(低速)  
・代かき(春)：主変速3, 4どちらか  
副変速1(低速)

※主変速については田んぼの条件等により選択してください。土がゴボゴボなったり、均平に耕せていない場合は作業速度が速すぎるので、変速段数を1段さげてください。

## 3. 作業に適した耕うん変速

- ①作業内容・ほ場条件により、PTO変速を選んでください（お使いのトラクターや作業条件等により変速段数・表記が異なります。）

例) PTO変速2段の場合：1(低速), 2(高速)  
・荒起こし(秋)：PTO変速 1(低速)  
・通常耕うん(春)：PTO変速 1(低速), 2(高速)  
どちらか  
・畑等休耕田：PTO変速 2(高速)  
・代かき(春)：PTO変速 2(高速)

## 4. 耕す深さの調節

- ①田んぼの条件等により深さは変わりますので、実際の作業の中で確認してください

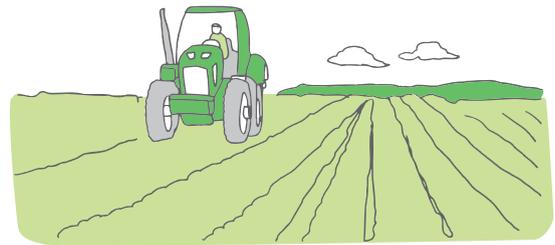
※通常耕うんの場合、作業機下部のプロテクタが土を擦る程度の位置が理想とされています。また、代かきの場合は浅耕しが基本です。お使いのトラクターの深さ調整方法により調整してください。

## 5. 四隅の土を盛り上げないためのテクニック

- ①作業開始時は、アクセルを低速回転にして爪を土の中に入れる

- ②土の中に入れば、アクセルを定格回転(2500rpm)にする

※作業機に鎮圧スプリングが整備されているトラクターであれば、鎮圧スプリングを2cm程度たわむ位置で固定して作業を開始する。(凹凸の激しいほ場や畝崩しなど、表面の仕上がりを平坦にしたい場合などにも使用できます。)



# 刈払機

## 始業点検

- ①作業に適した作業服・保護具を使う  
刈払作業中は切断した草や小石などが多く飛散するので、長袖、長ズボンの作業服・保護めがね・フェイスシールド・前掛けエプロン・手袋などの保護具を使用する。
- ②刈刃やナイロンコードカッター本体がしっかり機械に装着されているか確認する
- ③刈刃のひび割れ・欠け等の点検を行い、異常がある場合は交換する  
ナイロンコードカッターを使用している場合は、コードの残量があるか確認する。
- ④燃料補給はエンジンを停止し、エンジンが冷えている状態で行う
- ⑤燃料補給後、燃料タンクや燃料ホースなどから燃料漏れがないか確認する
- ⑥エンジン始動時は、刈払機の先端を浮かして始動する  
エンジン回転が高い状態で始動すると急に刃先が回り出し、刈払機が飛び跳ね危険です。正常時は、飛散防止カバーが装着されていますので、刃先が浮いた状態になります。

- ⑦作業開始前には、周りの安全を確認してから作業を開始する

刈った草や小石が飛散するので、自分の周りに人がいないか等の安全を確認する。

## 終業点検

- ①刈払機の先端に付着し、巻き付いた草などを除去する  
草が付着した状態で使用すると、摩擦熱によるケースの変形や破損に繋がります。
- ②長期保管時は、燃料タンク内に残っている燃料を取り出してエンジンを始動し、ガス欠の状態でも保存する  
燃料が劣化（一般的にガソリンは3ヵ月～半年）してしまうと、気化器の中で変質し、気化器が腐食してしまいます。燃料コックが装着されている機械は、燃料コックを閉める。

## 上手な使い方のポイント!

- ①できるだけガソリンの買い置きをしない!  
②使う分だけ補給する!  
③混合燃料を自分で作成する場合は、オイルの希釈に気を付ける

農機具の故障・部品の取り寄せなどは、JAハリマ農機センター(☎72-0305)へお問い合わせください。

# 令和4年産 丹波黒大豆精算単価決定

令和4年産丹波黒大豆栽培では、6月中旬の定植期以降順調に推移し8月の開花期には花付きも良く、莢付きは近年稀にみる良い状況となり、豊作を期待しておりました。しかし9月の2度の台風襲来により倒伏、落葉被害を受けたこと、また10月以降高温傾向で少雨であったことが、莢の肥大に悪影響を与えました。また莢はついているものの肥大しないものが多い傾向となりました。

収量実績では地区ごとで差があるものの平均反収では80kg程度となり昨年より改善しましたが、目標としておりました反収100kgには届きませんでした。しかしながら過去5年間では最も多い反収となり、気象状況が整っていればさらに良い結果になっていたものと考えております。

また品質面では秀品率が約70%と近年では最も高い結果となりました。圃場乾燥がしっかりできたことによりですが、反面、有利販売に繋がる年内の早期出荷には課題が残りました。

一方、販売状況については年末需要の低迷が続く中、年内の生協

向けの小袋販売数量は減少しましたが、年明けの大袋販売について価格を崩さず販売することができました。

本年度の栽培では、播種適期の徹底、生育状況に応じた追肥の提案など反収UPを目指して取り組んでまいりました。目標反収には届きませんでした。着実に前進したものと認識しております。今後とも安定した収量確保、品質向上を目指し取り組んでまいりますので、特産品丹波黒大豆の作付け維持拡大にご協力いただきますようお願いいたします。

(単価：円/kg)

規 格		精算単価 (税込)
秀 品	2L	2,106
	L	1,414
	M	399
優 品 規 格 外	優2L	302
	優L	205
	規格外	97



## 但馬牛

### 2月子牛せり市

2月8日、JAたじまの但馬家畜市場（養父市大敷）で子牛せり市が開かれました。県内から雌88頭、去勢126頭が上場、そのうち管内からは10頭が上場しました。

前回と比べ、上場頭数の少なさや冬場で遠方の購買者が少ないことも影響して、去勢の平均単価は上がりましたが、雌については県外購買者の買い控えや、県内購買者が繁殖雌牛としての買い控えもあるように見受けられ、単価が下がりました。市場全体では、昨年同期と比べて約48,000円下がり、平均単価は735、355円という結果となっています。

春は目の前といいながら、三寒四温で子牛が体調を崩しやすい時期です。で、牛舎内の衛生管理や寒い日は防寒着で冷気から守る対策をし、良質な子牛生産に努めましょう。



準備を整えて市に臨みます

# 丹波黒大豆

## 栽培教室を開きます！

たくさんのご参加お待ちしております

日時 令和5年3月27日(月)  
午後1時30分～

場所 JAハリマ本所 2階 大ホール



丹波黒大豆  
圃場



世界情勢やコロナウイルスの影響により、米や小豆等の販売価格が下落するなか、輸送費や原料費の高騰により農業資材は大幅に値上がりしています。稲作が主であるハリマ農協管内でも農業を取り巻く環境がより厳しさを増しています。

そんな中であって、JAハリマ特産品である丹波黒大豆の価格は安定しています。また丹波黒大豆枝豆は期間限定の特需として人気があり、売り上げは右肩上がりです。

しかしながら、丹波黒大豆の栽培作業は多少手間がかかることもあり、作付面積は年々減少しています。

そこで、JAハリマでは作業の省力化と増収の研究をすすめてきました。

移植や除草、葉取りなどの手間をできる限り減らし、かつ増収が見込める！そんな丹波黒大豆の栽培教室を開催します。

特産品の産地として管内丹波黒大豆の作付面積の拡大を目指し、皆さんと一緒に頑張っていきたいと思っておりますので、ベテランの生産者の皆さんはもちろん、これから初めて栽培してみようかという方大歓迎です。一緒に特産物「丹波黒大豆」を栽培しましょう。

春の農作業開始で忙しい時期ではありますが、是非ともご参加ください。

たくさん  
莢がついた  
丹波黒大豆



# NISA制度の改正について



組合員の皆様、JAをご利用いただきありがとうございます。  
 現在では低金利・インフレなどの影響を受け「人生の三大資金」に不安を抱えられている方も少なくないと思われます。対策の1つとして注目されているのが国の制度である「NISA制度」があります。このNISA制度については2024年1月1日より大きく改正が予定されております。新NISA制度の概要をご紹介します。

## ● NISA制度の新旧比較

※令和5年2月28日現在

項目	現行NISA		新NISA	
	つみたてNISA	一般NISA	つみたて投資枠	成長投資枠
最大利用可能額	800万円	600万円	1,800万円 内数として1,200万円	
年間投資上限額	40万円	120万円	120万円	240万円
投資可能期間	最大20年	最大5年	無期限	
制度選択	併用不可		併用可	
購入方法	積立	スポット・積立	積立	スポット・積立
非課税保有期間	20年	5年	無期限	無期限



ポイント

- つみたて投資枠と成長投資枠は併用可能（ただし合計で1,800万円を上限とする）
- つみたて投資枠のみで1,800万円利用できるが、成長投資枠と併用することで（成長投資枠 1,200万 + つみたて投資枠 600万）で最大利用が可能。



# JAグループの特典がらっぱら! JAカード



JA直売所・  
ファーマーズマーケットで

ご請求時に

**5%割引**

JA-SS・  
ホクレンSSで

ご請求時に  
1円につき

**2円割引**

JAグループの店舗で

(直売所、給油所は除く)

通常ポイントに  
加えて

**+2%還元** ポイント

※一部対象外の店舗、施設や商品、サービスがございます。※+2%ポイント還元特典は、JAグループが運営するAコープ・購買店舗・JAタウン等の施設でのご利用が対象です。JA直売所・ファーマーズマーケット、給油所(JA-SS・ホクレンSS等)でのご利用は、+2%ポイント還元特典の対象外です。※JAカードでのお支払いが対象です。電子マネーやコード決済等のお支払いは、JAカードを登録されている場合でも本特典は適用されません。※本特典は2023年1月現在のものであり、予告なく内容の変更または終了する場合があります。

ご入金方法

JAカード  
(キャッシュカード一体型)

口座開設時に  
お申込みいただけます。

JAカード  
(クレジットカード単機能型)

口座開設以降、  
WEBからお申込みいただけます。

お申込みは  
こちら



## JAバンクで **まとめて** お金の管理!



引き落としも  
給与振込も  
JAバンクで一元管理



JAバンクの  
ATMならいつでも  
**手数料無料**



資産形成も  
お任せください



JAネットローンなら  
**24時間365日**  
**仮申込可能**

JAネットローン



いつでもどこでも残高照会や振込等の様々な取引が **スマホ1台で完結!**

- 残高照会
- 入出金明細照会
- 投信残高照会
- 定期預入明細照会
- PayB(払込票決済)
- 通帳レス口座



- 振込・払込(ペイジー)
- 定期貯金
- ローン繰上返済
- カードローン
- マネーフォワード for JAバンク (家計簿アプリ)

※ JAバンクアプリ・JAネットバンク機能のうち「投信残高照会」「通帳レス口座」「定期貯金」「ローン繰上返済」「カードローン」は、JAによってお取り扱いできない場合や、一部機能に制限を設けている場合、対象商品・案件が異なる場合があります。また、「マネーフォワード for JAバンク」は、株式会社マネーフォワードが運営しています。JAバンクの運営ではありません。お問い合わせは、株式会社マネーフォワードまでご連絡ください。

各営業部窓口までお問い合わせください

# 宍粟市へ防災・減災支援金を寄付

福元市長に目録を渡す柴原組合長



JAハリマは、このほど県内14JAとJA共済連兵庫が連携する「JA・JA共済防災・減災に向けた支援活動」の一環として、宍粟市に寄付を行いました。

贈呈式は2月15日に宍粟市役所で行われ、柴原代表理事組合長が福元晶三市長に寄付金の目録を手渡しました。

柴原組合長は「宍粟市を自然災害に強い市にしていきたい、地域住民の皆さんが安心して暮らせるように、この支援金を有効に活用してください。」と伝えました。

福元市長からは「宍粟市の各自治体で設立している自主防災組織の強化に役立てさせていただきたい。」と、感謝の言葉をいただきました。

JAハリマは、令和6年末までの3年間、JA兵庫共済連と連携し地域防災を支援していきます。

## お子さまの教育資金に備えるための共済について確認しましょう。

### こども共済の4つの特長

### こども共済

特長 1 学資金のお受取りは、**進学時期に合わせた中学・高校・大学プラン**からお選びいただけます。

特長 2 **高い貯蓄性と保障**がバランスよく備わっていて、**効率的に資金準備**できます。

特長 3 **ご契約者(親族)がもしものとき\*1、その後の共済掛金はいただきません。**  
※共済掛金払込免除不担保特則を付加する場合を除きます。

特長 4 **お子さま・お孫さまのために75歳までご契約**いただけます\*2。

\*1「もしものとき」とは、死亡、所定の第1級後遺障害の状態、所定の重度要介護状態または災害による所定の第2級～第4級の後遺障害の状態になられたときをいいます。 \*2 ご契約者の年齢や健康状態に関わらずご契約いただけるプランもございます。



アンパンマンとその仲間たちに交通安全を約束

アンパンマンと歌って、踊って  
交通ルールを学ぼう！

JA共済

# アンパンマン 交通安全キャラバン

2月11日(出)、はりま一宮小学校において、3年振りとなる「JA共済アンパンマン交通安全キャラバン」を開催しました。小さなお子様および親御様に好評いただいているイベントとなっており、今回はコロナ感染拡大防止の観点から人数を制限し、午前・午後で合計218名(うちこども116名)の参加がありました。

このイベントは、次世代を担う子供たちを交通事故から守るために、JA共済のイメージキャラクターであるアンパンマンとその仲間たちがステージショーで歌と踊りを交えながら、交通安全を楽しく学ぶことを目的としています。

ステージショー終了後には大好きなアンパンマンたちと一緒に写真撮影したり、お楽しみ抽選会が行われ楽しい時間を過ごしました。

JAハリマでは、今後もこのような活動を通して、安全な地域社会づくりに貢献していきます。



大好きなアンパンマンと記念撮影



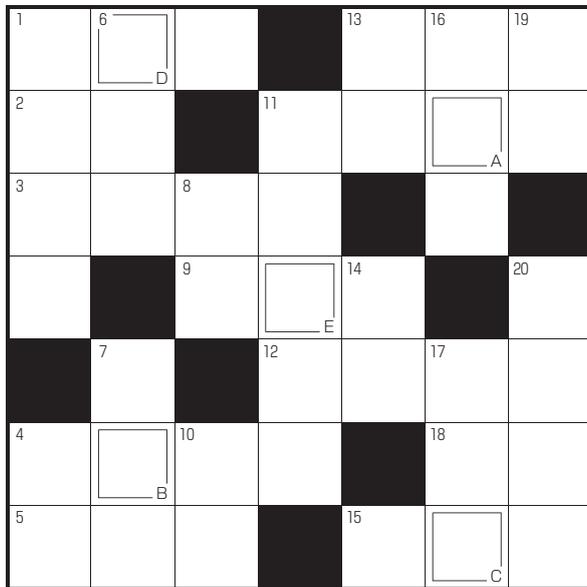
多くの親子連れが楽しみました

# クロスワード Puzzle

頭の  
体操

LET'S TRY! 出題:ニコリ

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？



## ヨコの かぎ

- ① 暑さ寒さも——まで
- ② 佐渡、淡路、隠岐といえは
- ③ 多くの受験生が解くもの
- ④ 数字ではxやyで表すことが多
- ⑤ ツクシはこの植物の胞子室です
- ⑥ 飛行機が飛び立つこと
- ⑦ 薄く切ったもの。——チーズ
- ⑧ 山下公園や中華街があります
- ⑨ 卒業式で「——の光」を歌った
- ⑩ イルカのヒット曲「——雪」
- ⑪ 衣服に付いている、洗濯表示な
- ⑫ どが載っている部分

## タテの かぎ

- ① ひな人形に供える餅
- ② 入試のときはケアレス——に気
- ③ を付けて
- ④ ぐっと辛抱すること
- ⑤ ウドの生産量が日本一の、北関
- ⑥ 東にある県
- ⑦ 跳ね上げたひげが特徴的なスベ
- ⑧ インの画家
- ⑨ 石が細かく砕けたもの
- ⑩ 雪解けで川の——が増えた
- ⑪ つくのはうそ、吹くのは
- ⑫ 中華がゆなどにのせる赤い実
- ⑬ スタッドレスからノーマルに替
- ⑭ えようかな
- ⑮ 宿屋のこと。漢字では旅館と書
- ⑯ 出かけていて誰もいません
- ⑰ ひな祭りのうしお汁によく使わ
- ⑱ れる貝

## 1月号の答え

ユキオロシ

ス	キ	ー	コ	フ	ン
イ	セ	カ	イ	回	
シ	ル	ワ	ン	ア	リ
ヨ	ケ	シ	キ		ツ
ウ	チ	ヨ	フ	カ	シ
	マ	ク		ソ	ユ
ホ	ウ	キ		イ	オ
					ン

今月も多数のご応募ありがとうございました。正解者の中から次の5名の方に粗品をお送りいたします。

### 1月号の当選者(敬称略)

高崎 三和子  
山下 善子  
宮田 至恵  
岸本 やすゑ  
道谷 京子

### 応募方法

ハガキに答え、住所、氏名、年齢、世帯主をはっきり書いてお送りください。

### 宛先

〒671-4193 一宮町東市場429番地1  
JAハリマ総務部 ふれあい課

### 締切

令和5年3月31日(金)  
お便り、イラストを添えたものもお待ちしています。

### クロスワードパズルQRコード

\*「クロスワードパズル」のご応募は、JAハリマ管内の方に限らせていただきます。ご了承ください。



## 4月のあなたの運勢

占い師:モナ・カサンドラ

牡羊座 3/21～4/19



パワフルに過ごせます。志を高く持ち妥協しない姿勢で運が開けます。遊び心を忘れず楽しみながら進めて

蟹座 6/22～7/22



せいては事を仕損じます。力をためてチャンスを待ちましょう。耳に痛いアドバイスこそあなたの役に立つはず

天秤座 9/23～10/23



吉凶混合運です。その場だけで一喜一憂しないで。前向きな姿勢が吉運を引き寄せます。うれしい贈り物の予感も

山羊座 12/22～1/19



頑張っているのにうまくいかずいら立つことが。そもそものやり方が間違っているのかも。状況を分析し直せば好転します

牡牛座 4/20～5/20



不安な状況も次第に解消へ。あまり思い悩まず「何とかなる」と、ドンと構えて。朗報がもたらされ好転します

獅子座 7/23～8/22



大きな追い風に吹かれ忙しくなりそうです。パワーのあるときなのでセーブせず全力で取り組みれば好結果に

蠍座 10/24～11/22



周到な準備が好結果を招きます。丁寧な作業を心がけて。また、不足がある場合は無理せず延期にするのが正解です

水瓶座 1/20～2/18



交友関係が活発化。うわさ話は控えて。正確な情報発信があなたの信頼を高めま

双子座 5/21～6/21



人との交流が現状を大きく変えていきます。今まで関わってこなかったことにも耳を傾けて。うれしいお誘いも

乙女座 8/23～9/22



外野が騒がしく大変そうですが、皆があなたのことを思ってくれています。感謝の気持ちを持って事に当たって

射手座 11/23～12/21



運勢は盛り上がり大きな進展が見られます。あなたらしく未来志向でいきましょう。過去の問題には触れないで

魚座 2/19～3/20



困っていた問題は解決に向かい、のんびり過ごせそう。迷ったときは利益優先を控えて成り行きに任せると吉

大好きな友理さんと



なまえ りゅう

種類 柴犬  
オス 13歳

飼い主 一宮町横山  
中畑 俊博さん

うちの子  
自慢



精悍な顔立ちの“りゅう”

精悍な顔をした柴犬「りゅう」。娘さんの友理さんが高校1年生のときに中畑家にやってきました。撮影の日は朝から雪が降り門前も真っ白でしたが、声をかけた時に「いらっしやい」の意味でワンワンと吠えただけで、元気一杯にしっぽを振って出迎えてくれました。散歩が大好きで、普段からやさしくおっとりした性格なので、みんなからとても愛されています！我が家のアイドルです！



## あぐりスマイル

●波賀町

わたなべ いちか ちん (3歳) ・ かの かちん (4か月)  
(お父さん 悠人さん)  
(お母さん 芹菜さん)

好奇心旺盛なお姉ちゃんの壹珂ちゃんと、甘えん坊の妹叶乃華ちゃん。

壹珂ちゃんはニコニコして笑顔がとってもかわいく、お花の水やりやお掃除のお手伝いをしたくてたまらないようです。

また、お姉ちゃんはとっても妹が可愛くて、おとなしくて人見知りしない叶乃華ちゃんのお世話をしてくれるそうです。

**お父さん・お母さんから**

2人仲良く、すくすくと育ててね。  
かわいい2人の成長がとても楽しみだよ。

## それいけ! JAハリマン!



●みかた営業部  
金融共済課  
橋本 憲治

**Q1** 仕事でやりがいを感じる瞬間

組合員様に契約内容の確認や共済金の請求手続き後に「ありがとうございます。分からないことがあって不安だったので安心しました。また宜しくね。」と笑顔で言ってもらえたときです。組合員様の笑顔を見て、「より些細なことでも、お力になりたい!!」と思います。

**Q2** 業務で心がけていることは

主に共済のご相談をいただきますが、時には金融のことやお子様の結婚相手探し、ペットの保険や自動車の購入などもあります。頼っていただけることはとても嬉しいことなので、今、自分ができる「最大限」で柔軟に対応することを心掛けています。何でも、ご相談ください!!

**Q3** 趣味や熱中していることは

お笑い番組やドラマを一気に見ることと歌うことです。先月も久しぶりではありますが、職員の前田君と宍粟市内でライブをし、お客さんと一緒に盛り上がりました。また、ライブがあった際には、是非一緒に発散しましょう。

**Q4** リフレッシュ方法を教えてください

休日に4人の子供や甥っ子と野球をしたり、プールで泳いだりすることです。年々体力も落ちているので、子供達と本気で遊びながら、自分の運動不足解消と子供達も基礎体力が付くので、一石二鳥です。

## 資源循環施設見学で SDGsについて学ぼう

### 第5回 エンジョイ・ライフ・クラブ



見学後の質疑応答時間



広大な敷地に建つ工場の玄関前にて

家電リサイクル法が制定され、環境保全や資源の再利用等の施設を見学し、SDGsの勉強を兼ねて環境問題について考えようと2月14日、加東市のパナソニックエコテクノロジセンター(株)でエンジョイ・ライフ・クラブの管外研修を行い、受講生17人が参加しました。

11,600坪の広大な敷地に建てられた工場内は、冷蔵庫や洗濯機などの大型家電を分解するハイテック機械が稼働しており、耳栓代わりのイヤホンマイクを通してでない声が聞こえないような大きな音の中で移動しながらの説明を受けました。使わなくなった家電はリサイクル料を支払い引きとってもらっているが、その先はどうなっているのかを資源循環施設で「観て、聞いて、ふれる」ことによって、貴重な資

源を循環させ、商品から商品へのリサイクルとゴミの減量への取り組みについて学ぶことができました。

質疑応答では家電製品のリサイクル率は何か、ソーラーパネルも近い将来再利用処理する必要がでてくるのでは?といった具体的な質問があり、それぞれに詳しい回答をいただきました。

参加者は「解体された家電のほとんどの部分が再利用にまわっていることを学び、あらためて将来に向けて限りある資源を残すことの重要性を強く感じた。自分たちができることは、使わなくなったものを放置するのではなく、正規のルートできちんとリサイクルに回すことを呼びかけていくことが大切だ。」と口々に話していました。

## ハリマJA女性会 クローバーグループ

### 家の光を教科書にマスクケースづくり



アイデアを出し合いながら、和気あいあいと

ターで、「家の光」に掲載されていたマスクケースづくりに挑戦しました。

自宅から着物の端切れなどを持ち寄り、模様を確認しながら裁断し、接着芯を入れてしっかりとしたケースに仕上げていきました。各々が工夫を凝らし、お店に出しても商品として販売できるほどの見事なマイ

ハリマJA女性会クローバーグループは、2月28日 宮農経済セン

ケースが出来上がりました。予備のマスクや除菌シートなどの衛生用品が収納でき、通帳やお薬手帳なども入れられます。

メンバーは、「みんなで集まってお互いに手伝いながら、和気あいあいとできることがとても楽しい。いろんなバックの中に忍ばせておくと便利だね。」と出来上がりに大満足の様子でした。

「家の光」の手芸コーナーを参考に、これからも活動を続けていってください。

# ほのぼの 広場

★うさぎ  
一宮町 M・Mちゃん



・今年はおうさぎ年。モフモフ感のあるかわいいうさぎちゃんです。

★木から落ちた雪が  
ワンちゃんに  
一宮町 H・Tさん



・雪は足元だけでなく木や屋根の上からも落ちてき、上も下も危険！

★雪下ろし

一宮町  
ペンネーム 百日草さん



・雪も降る時期に降っているのですが、屋根の雪下ろしや道路の除雪って本当に重労働です。お疲れ様です。

みなさまからのお便りを紹介する「ほのぼの広場」。季節の話題やイラスト、絵手紙、写真など掲載します。ぜひ、どしどし投稿してください。みなさまからのお便りが頼りです。お便りお待ちしております！



## INFORMATION

### 「骨」

骨を丈夫にする栄養素



●カルシウム

骨の材料となり、強い骨を作ります。

〈多く含まれる食品〉

牛乳、ヨーグルト、豆腐、干しエビ、鯖水煮缶、しらす干し

●ビタミンD

カルシウムの吸収を助けます。(吸収力アップ方法…カルシウムと同時に摂る)

〈多く含まれる食品〉

鮭、うなぎ、さんま、乾燥きくらげ、干しいたけ、日光浴でビタミンDが作られます。

直射日光を長時間浴びることは皮膚が赤くなるなどダメージに繋がりますが、適度な日光浴は健康に役立ちます。冬であれば30分、1時間程度散歩に出かけたり、夏であれば暑さを避けて木陰で30分過ごすだけで十分です。

●ビタミンK

骨の形成を促す働きがあります。

〈多く含まれる食品〉

納豆、小松菜、ブロッコリー  
※抗血液凝固薬のワーファリンを処方されている方

## みどりの 健康百科



みどり診療所 看護師  
荒尾美紀

は、薬の効果が弱くなってしまうことがあるため注意が必要です。特に納豆、青汁、クローラは避けてください。

骨を弱くする成分

塩分 ⇩ 塩分を取り過ぎるとカルシウムの流出につながります。

リン ⇩ 加工食品に含まれるリンはカルシウムの吸収を妨げます。多く含まれる食品…ハムやベーコン、練り物、カップラーメン、スナック菓子等)

アルコール ⇩ カルシウムの吸収を悪くし、ビタミンDの働きも抑えます。

ニコチン ⇩ カルシウムの吸収を悪くします。禁煙が原則です。

骨を作る栄養素は適度な運動によって吸収がよくなります。ウォーキングなどの適度な運動を続けましょう。

### 編集後記

今年は桜の開花が早まるとのこと。コロナコロナでここ数年お花見も自粛でした。自然に触れるという、ごく当たり前のことが当たり前にできるということに改めて喜びを感じます。今年こそいい天気にも恵まれて、きれいな桜を愛でることができるといいですね。(編集部 M)



# 春の農作業安全月間 農作業事故ゼロへ!

## 刈払機安全作業点検会・ミニ農機展示会 開催!

農作業が本格化する春がやってきました。田植え準備などで忙しくなるこの時期は、農作業事故が起きやすくなります。作業に適した服装、農機具の転倒・転落・誤操作に注意しましょう。また、早めに十分な機械の点検整備をおこない、農繁期にはゆとりある作業ができるよう心掛けてください。

**開催日時** 3月23日(木) AM10時~PM3時  
3月24日(金) AM10時~PM3時

**開催場所** 農機センター (一宮町下野田63-1)

**お問合せ** 0790-72-0305

### ミニ農機展示会

管理機・ミニ耕うん機・刈払機 その他

展示会限定特価で販売します!

### 基本点検作業

- エンジン始動確認
- エアーコンプレッサーでの清掃
- ギアケースのグリスアップ

※持ち込み1台につき基本点検料  
500円いただきます。

※機械分解・部品交換等が必要な場合は、別途部品代・修理工賃をいただきます。

「Ienohikari」  
**家の光**

特集 60代からの暮らしの  
住まいの  
老い支度

特集 あなたの  
お悩み  
スッキリ解決!

2023  
ひと目でわかる  
家庭菜園  
カレンダー

布と紙の  
やさしい  
ハンドメイド

相模虎の巻

**暮らしを  
グレードアップ**

毎月の本誌と年6回の別冊付録で  
読者の思いに寄り添い、よりよい暮らしの実現に向けた  
記事作りをしています

お申し込みは  
お近くのJAへ

定価(税込)  
●普通月号 629円  
●付録月号(1・4・5・7・9月号)922円  
●家計簿付き12月号 1,027円

安心と信頼のトータルサービス  
**JAしらぎく会館**  
TEL 0790-72-8800

兵庫県知事許可建設業者  
宍粟市上下水道公認業者  
**(株)グリーンホームハリマ**  
TEL 0790-72-1660