

北びわこ

～ The Public Information of KITABIWAKO ～

2020

6

JUNE
vol.278

- C
O
N
T
E
N
T
S
- ② 平成30年産 米穀・小麦・大豆の最終精算について
 - ③ 第23回JA北びわこ通常総代会開催について
 - ④ 特集
 - ⑥ 営農情報
 - ⑧ JA所有物件(遊休資産)の公募について
 - ⑩ 北びわこインフォメーション
 - ⑭ ゆめまるフリースペース



JA北びわこ 第23回通常総代会開催について

- と き／令和2年6月20日(土) 午前9時より
- ところ(予定)／湖北文化ホール(湖北町速水2745)

使用制限により、会場が使用できない場合がございます。変更となった際は、総代会資料とともに郵送にて開催場所をお知らせいたします。

総代会はJAの最高意思決定機関であり、総代の皆様は組合員の代表として総代会に出席し、重要な議案を審議いただくこととなります。

しかしながら、本来であればご本人の出席により議決権を行使いただくことが本意ではありますが、新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、感染防止の観点からも「議決権行使書面」による議決権行使の活用についてご検討いただきますようお願いいたします。

なお、ご出席いただく皆様においては、新型コロナウイルス等への感染予防対策として、咳エチケット(マスクの着用または咳をする場合に口や鼻をティッシュ等で覆う)による感染予防にご協力いただきますようお願いいたします。また、総代会前日から当日にかけて、発熱等の風邪症状が見られる場合には、無理をせず出席をお控えいただくようお願いいたします。

准組合員総代の皆様へ

准組合員総代の皆様には議決権がございませんが、総代会にご出席いただき意見を承りたいと存じます。しかしながら、新型コロナウイルス感染防止の観点から、今回のご出席につきましてはご考慮いただきますようお願いいたします。

令和2年度「JA北びわこ年金受給者の集い」

グラウンド・ゴルフ大会ならびにゲートボール大会の開催中止について(ご案内)

平素は、当JA信用事業に対しまして格別のご高配を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、標記大会につきましては「令和2年度 JA北びわこ事業計画」において、例年と同様にJAで公的年金のお受け取りをご指定頂いております皆様方を対象に、「年金受給者の集い」として皆様の健康増進と親睦を目的に、本年度も開催を計画していたところであります。

しかしながら、現在の新型コロナウイルス感染症の拡大が予断を許さない中、当面の終息見通しが立たない現状では、年金受給者の皆様をはじめ、ご協力いただいている長浜市協会役員の方々の安全確保を考えたとき、大会の開催は現実的に厳しいものとなってきております。

つきましては、このような状況や本来の目的である組合員・利用者の健康を最優先に配慮し、時期尚早ではあります。今年度の大会はやむなく開催を中止することといたします。

例年、夏より各地区予選を計画されているところ、誠に恐縮ですが、趣旨をご理解いただくとともに、引き続き、JA信用事業への格段のご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

★本件に関するお問い合わせ先 JA北びわこ 信用共済部信用課担当：宮川、清水
TEL：0749-78-2407 FAX：0749-78-2423

JA施設・敷地内 全面禁煙

令和2年4月1日より、健康増進法の一部を改正する法律が施行され、受動喫煙対策が強化されました。これに伴い、当JAでも望まない受動喫煙の防止を図るために令和2年6月1日からJA施設・敷地内での全面禁煙を実施させていただきます。



No Smoking

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

クールビズ実施のお知らせ

当JAでは、地域温暖化防止に向けた省エネルギー対策として、今年もクールビズに取り組んでいます。組合員、利用者の皆様とご対応の際には、ノーネクタイ・ノー上着等の軽装で対応させていただきますので、主旨をご理解くださいますようお願い申し上げます。



令和2年
5月1日(水)～10月31日(木)

平成30年産 米穀・小麦・大豆の最終精算について

30年産米(うるち・もち)の共同計算結果について、主要銘柄であるコシヒカリの販売代金・流通経費等を項目別にご報告させていただきます。これ以外の銘柄は紙面の関係で最終生産者価格のみの掲載となりますので予めご了承下さい。

また、30年産麦、大豆の最終精算金につきましても掲載させていただきますのでご確認下さい。今後とも、農家所得向上にむけて流通経費の削減と有利販売に努めてまいります。「近江米」が消費者から信頼されるブランドとして確立するためには、需要に基づく計画的な生産と契約に基づく販売を実践することが重要です。そのためには、出荷契約数量を全量出荷いただきますようお願いいたします。



【米精算価格】

(単位:円/60kg 税込)

品種名	等級	品質区分	生産者価格
コシヒカリ	1	基準米(プレミアム)	14,258
		基準米(JA米)	13,958
		一般米	13,658
コシヒカリFC	1	基準米(プレミアム)	14,070
		基準米(JA米)	13,770
みずかがみ	1	基準米(プレミアム)	14,230
キヌヒカリ	1	一般米	12,818
秋の詩	1	一般米	12,498
きぬむすめ	1	一般米	13,800
滋賀羽二重糯	1	一般米	14,992

※2等米価格は、1等米価格の▲600円、3等米価格は、2等米価格の▲1,000円
※「あきたこまち」は、買取販売のため精算はありません。

【麦精算価格】

(単位:円/トン 税込)

品種名	等級	生産者価格
農林61号	1	24,930
ふくさやか	1	25,470
びわほなみ	1	25,080
ファイバースノウ	1	22,170

【大豆精算価格】

(単位:円/60kg 税込)

品種名	等級	粒	生産者価格
オオツル	1	大	7,354
		大	7,114
		大	6,874
		合格	6,634
ことゆたか	1	大	8,000
		大	7,760
		中	7,278
		合格	7,280

【コシヒカリ(プレミアム) 1等紙袋】

(単位:円/60kg 税込)

	項目	金額
収入	販売代金(平均)	15,490
	【収入合計】①	15,490
支出	流通・保管等に係る経費	465
	生産・集荷・販売に係る経費	36
	安全・安心等検査経費	19
	概算金金利(非課税)	42
	検査経費(検査手数料)	216
	販売手数料	454
	【支出合計】②	1,232
	概算金③	13,800
	差引今回精算額 ④=(①-②)-③	458
	最終生産者価格 ⑤=③+④	14,258

【水田活用米穀精算価格】

(単位:円/60kg 税込)

用途	等級	生産者価格	うち交付金
加工用米	1	11,280	2,320
備蓄米	1	11,280	0
輸出用米	1	11,280	2,320
飼料用米	合格	10,546	9,270

※2等米価格は、1等米価格の▲324円、3等米価格は、2等米価格の▲324円

豪雨災害から身を守る みんなの防災スイッチ

近頃、毎年のように日本のどこかで大雨や長雨による災害が発生しています。農業に関わる皆さんにとって、天気とはとても身近なものだと思います。でも、災害への備えは十分でしょうか？今回は「防災スイッチ」という災害への備えについて紹介します。

文／京都大学防災研究所 特定准教授 竹之内健介
イラスト／服部新一郎

防災スイッチって何？ なぜ必要なの？

2018年の西日本豪雨、2019年の東日本台風でも、早めの避難が呼び掛けられました。やはり多くの人々が危険になるまで避難しなかったことが課題となりました。なぜ人はいざというとき避難できないのでしょうか？大雨による災害では、ハザードマップでどこが危険なのか知ることが大切ですが、もう一つ重要なことがあります。



それは「いつ」避難するかです。「避難勧告で避難すればいい」と思われた方、まさにその通り。でも本当に大丈夫でしょうか？あなたはこれまで避難勧告で避難したことがありますか？今、日本では避難勧告が出されても避難率は多くの場合、数%程度です。ほとんどの人が避難していません。昔の人は、自分たちで地域の状況を確認し、危なくなったら声を掛け合っ

なくても、携帯電話やスマートフォンに自動的に避難情報が届くようになり、われわれはいつ避難するか考える必要がなくなってしまうかもしれません。実は、まさにそこが問題なのです。「防災スイッチ」は、あなたがいつ行動するかをあらかじめ考えておき、実際にそのような状況になったら、スイッチをONにして、迷わず行動するというルールのことです。もう一度、行動するタイミングをしっかりと考える機会を持つというわけです。

防災スイッチを 考えてみよう

では、防災スイッチがどのようなものか具体的に見ていきましょう。例えば、写真(1)。これはある家族が避難のきっかけにしているものです。この家族は以前に大雨による災害を経験しました。それ以来、川の水位が上がって、この岩が隠れるようなら、すぐ避難しようというルールを決めました。この岩の様子を避難の防災スイッチにしているのです。次に写真(2)。これは大きな川の下流の地域です。この地域では、川の水位が上がると、地域で降った雨が排水できずに街が浸水してしまいます。そこで、川へ流れ込む水門が閉まるタイミングを確認して、避難を考える防災

スイッチにしています。写真(3)は、土砂災害の危険のある山沿いの集落の水路です。土砂災害は予測が難しい災害といわれています。そこで、この地区では、「ちょっといつもと違うな」という感覚を大切にしています。大雨で谷水やそれが流れ込む水路の様子などが「これはいつもと違う」と感じたなら、地域で声を掛け合いながら避難することをルールにしています。

このように「いつ」避難するかというルールを事前に決めていくわけです。これらは、避難の防災スイッチですが、大雨の際は避難そのものが危ないことでもあります。またマンションなど避難が不要な方もいると思います。そのような場合は、避難以外の防災スイッチを考えてみてください。どのようなものがあるのでしょうか？

例えば、小さなお子さんがいる家庭であれば、「家にすぐ帰るスイッチ」、遠くに一人暮らしの親がいる場合は、「親に2階に上がるよう呼び掛けるスイッチ」、マンションに住んでいる場合は、「外出しないようにするスイッチ」などが考えられます。

農業に関わっている皆さんは、実は「防災スイッチ」のプロフェッショナルです。なぜかという、普段から天気予報を利用して農作業のことを考えられていますよね？明日は雨だから今

日中に耕耘(こううん)機を動かしておこうとか、日照りが続くから水の量に注意しようとか、大雨のときの農作業の防災スイッチはすでに持っています。次は、命を守る「防災スイッチ」を考えてみてください。

地域や家族、 みんなでも考えよう。 災害情報も利用しよう

最後にもう一つ大切なことをお伝えします。それは自分一人で防災スイッチを考えないということです。人はそれぞれ災害の感じ方が違います。自分はまだ大丈夫と思っても、実は他の人は危ないと思っていることもあります。できるだけ多くの人と、地域や家族で共通のルールを考えることが大切です。そして、防災スイッチを決めたら、そのために利用できる災害情報がないか探してみてください。避難情報や天気予報を、しっかりと防災スイッチに生かしていきましょう。

梅雨の季節が過ぎると、次は台風もやって来ます。本当に災害が起きたとき、迷わず行動できるように、今年「防災スイッチ」を考えることから始めてみてはどうでしょうか。そして、危なくなったらしっかりとあなたの防災スイッチをONにしてください。

防災スイッチの例



写真(1) 福岡県朝倉市



写真(2) 三重県伊勢市



写真(3) 高知県四万十町

防災スイッチのための 五つの活動

- (家やベランダなど、安全な場所から)
- 1 普段のちょっとしたことを記録し、1年に1回雨と周りの様子を振り返る。
- 2 地域の気象情報を普段から確かめる。
- 3 大雨のときは、水害の素振り(行動練習)と振り返りを行う。
- 4 行動するタイミングを考える「逃げ始め訓練」をやってみる。
- 5 実際に大雨の際には行動する。

防災スイッチを作るときの 五つのポイント

- 1 地域の専門家であるみんなの経験・知恵を生かす(1人の意見ではなく、みんなの意見を聞く)。
- 2 避難はまずは避難情報を基本に、避難情報と地域の状況を組み合わせて考える。
- 3 必要に応じ、行政や専門家に相談する。
- 4 地域の防災スイッチを確認・共有し、それぞれに合った行動を取る。
- 5 大雨の際には、行動するタイミングがちょうど良いか確認する。

《種子更新》

自家採種を続けると、品種特性が失われ子実が小粒になりやすく品質が低下します。

《種子消毒》

紫斑病の対策と鳥害防止のため、種子消毒を行います。

大豆種子消毒剤と適用病害虫と処理方法

薬剤名	適用病害虫	処理方法
クルーザーMAXX	紫斑病・黒根腐病・茎疫病・苗立枯病 アブラムシ類・タネバエ・ネキリムシ類 フタスジヒメハムシ・鳥害防止	乾燥種子1kg当り原液8ml塗抹
キヒゲンR-2フロアブル	紫斑病・苗立枯病・タネバエ・鳥害防止	乾燥種子1kg当り原液20ml塗抹
ベンレートT水和剤20	紫斑病	乾燥種子重量の0.2~0.4%粉衣



《クルーザーMAXXの特長》

- アブラムシ類、タネバエ、ネキリムシ類、フタスジヒメハムシなどの害虫を防除します。
- 紫斑病、苗立枯病、茎疫病、黒根腐病などを予防します。

《栽植密度と播種量》

収量を確保するには栽植密度は10a当たり15,000本を目標に、うね幅と播種量を決定します。播種深度は3~4cmの範囲で作業します。(乾燥が続くような場合にはやや深播きとします。)

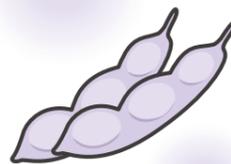
【慣行栽培の場合】

	オオツル	株播数	条間	株間
播種適期	6月下旬	1粒播	75cm	9cm
播種量	5~6kg/10アール	2粒播	75cm	18cm

【狭条無中耕・無培土栽培(密植栽培)の場合】

栽植密度	20,000~30,000株
播種量	8kg~10kg
条間	30cm~45cm
株間	10cm~20cm

※大豆の生育により地表面を覆い、生育中期以降の雑草を抑制するには条間が狭い方が有利ですが、逆に狭すぎると過繁茂となり蔓化や倒伏を助長しますので適切な栽植密度にしてください。



お知らせ

《農地中間管理事業の受付》

農地中間管理機構より受付業務委託を受けているJAでは、令和2年度事業での農用地の貸付希望者の受付、借受希望者の受付を行っております。貸付希望受付期限は令和2年6月30日(火)までです。

受付に関する事務窓口は、JA(北部・南部)営農経済センターまたは、(浅井西・虎姫・びわ・木之本)支店営農経済係で承りますので、お気軽にご相談ください。

《環境保全型農業直接支払交付金制度の取組申請》

令和2年度の環境保全型農業直接支払交付金制度へのお取組は、取組内容に応じて現地確認が必要となります。まだ取組申請を済ませておられない場合は、早急にJA(北部・南部)営農経済センターまたは、(浅井西・虎姫・びわ・木之本)支店営農経済係までご相談下さい。

水稲編

あきたこまちの穂肥施用

《穂肥施用のポイント》

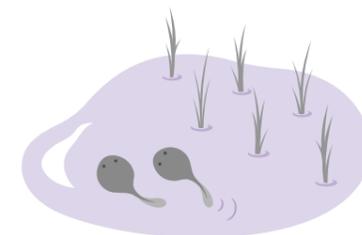
- 「あきたこまち」のような倒伏に強い品種は幼穂長1mm(出穂25日前)に1回で施用します。
- 【重要】有機質肥料は効きは遅いので3日早く施用します。

出穂前日数と幼穂長

出穂前日数	幼穂長(mm)	備考
25日	1	倒伏しにくい品種(あきたこまち・みずかがみ)の幼穂長と穂肥時期の目安

【参考】

あきたこまち(4/下旬移植)の出穂期は、平年では7/20前後です。穂肥施用は6/25前後になります。



穂肥施用量の目安

品種	1回		
	葉色(葉色板)	施用量*	出穂前日数
あきたこまち	淡い	4	25日
	標準	4	25日
	濃い	3	21日

※穂肥施用量の数値は10aあたりの窒素数量(kg)です。

※窒素成分1kg/10aを施用するのに「化成肥料201」は約5kgの施肥量です。

・葉色(葉色板) あきたこまち「淡い」:4.0以下「標準」:4.0「濃い」:4.0以上

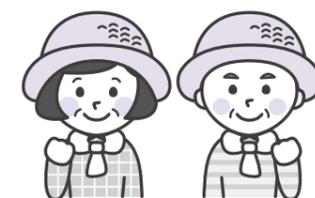
・環境こだわり農産物取組の場合は、基肥と併せて化学由来窒素を10a当り4kg以下になるような施肥設計をお願いします。

(注)環境保全型農業直接支払交付金にて緩効性肥料の利用による環境こだわり農産物の生産を選択されている方については、本対策に合致する穂肥資材を利用して下さい。

《基肥一発肥料使用時の対応》

原則、穂肥の必要はありませんが、「あきたこまち」、「みずかがみ」は幼穂形成期(幼穂長1~2mm)を確認したら、その後は間断灌漑を行い、穂肥効果の発現を促します。

また、一発肥料使用時でも前年が転作などの理由で基肥を減らしている場合は、穂肥窒素量が不足するので、不足分に換算した穂肥を必ず施用して下さい。



大豆編

大豆の播種作業

《土づくり》

大豆の生育に適した土壌pHは6.0~6.5です。生育に最適な土壌環境にすることはとても重要です。

- 「ふりかけ堆肥エコ(60~100kg/10a)」で有機物を施用し、根粒菌の着生を増加させます。
- 「ハレー 28号(100kg/10a)」で、リン酸と石灰を同時に施用できます。
- 「セルカ オイスターミネラル(100kg/10a)」で、ケイ酸、有機石灰(カキ殻)、微量元素を同時に施用できます。

《排水対策の徹底》

大豆栽培では、ほ場の排水対策が最も重要です。暗渠や明渠の整備、心土破碎などの方法により、地下水位を低く保ちます。

《耕起・碎土・整地》

- 耕起は、2cm以上の土塊径割合が70%程度を目安に碎土を行います。
- 麦跡で大豆栽培を行う場合は、麦稈は重要な有機質資源であるため全面にすき込みます。ただし、麦稈の土壌混和が不十分になると播種精度が低下するので、麦収穫時のコンバインの刈高や、わらの裁断長など大豆の播種作業に支障がないように留意します。





家の中で...

転倒し足を骨折した場合、筋肉が弱まりそのまま寝たきりに、というパターンに陥りかねません。

転倒

転倒の原因は床に積み上げた古新聞につまずいたなど、ほんのささいなことだったりするのです。



こうした事故を防ぐためには、なんといっても「床に物を置かない」ことが大切です。床に物を置かなければ掃除機もかけやすくなって、一石二鳥です。清潔な住まいは、まず床から、と心がけてみましょう。



床にこんなものを置いていませんか？

古新聞・雑誌



床や畳の上に置いてある新聞や雑誌は、踏むと滑って転倒の恐れも。

玄関マット・キッチンマット

滑りやすいので要注意。また、古いものはダニの温床にもなりやすいです。

ダンボール箱



ものを詰め込んで放置すると、つまずいて転倒の原因にもなります。また、ほこりもたまりがちです。

洋服



脱いだ上着や洗濯物を床に置いておくと、踏んで転倒する可能性も！

出来るところから、整理整頓をはじめませんか？

介護についてのお問い合わせ

JA北びわこ 本店別館2F(湖北町速水2721番地) 居介護支援事業所 TEL:0749-78-2000

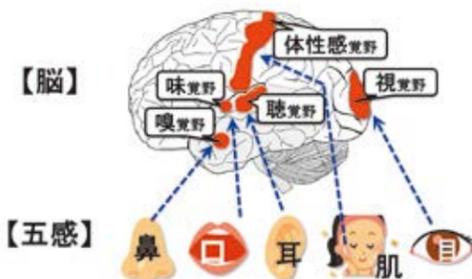
楽しい健康づくり

第7回 五感が脳と心のスイッチON

私たちは日々目、耳、口、鼻、肌による五感を使って身の回りを把握しながら行動しています。このように五感日々の生活に不可欠ですが、さらに大事な役割を果たしています。それはまず脳の働きを高めること、そして心の働きにスイッチを入れることです。

このような働きを図で考えてみます。目の前のリンゴを見て「リンゴを見た」と言いますね。確かにリンゴの像が目から入りましたが目でリンゴとわかるのではありません。その像はシグナルとして目から脳へ伝えられ、脳の中の「視覚野」という場で「この像はりんごだ」と理解されます。耳で聴く音、口で楽しむ味、鼻で嗅ぐ香り、肌で感じる触感、いずれもシグナルとして脳に伝えられ五種類の感覚を理解します。さらにこの脳活動は他の脳領域に伝えられ、意識や感情などの《こころ》が作動します。そして一連の脳活動によって脳の血流は高くなります。

五感が脳とこころのスイッチON



このように五感を使うと脳の働きを活発にしますので、本シリーズの第5回で認知症にならないために五感を使う大切さをお話しました。そして第6回の「足は第2の心臓」と併せて考えて頂き、毎日外出して足と五感をフルに使って楽しい健康づくりに励みましょう。



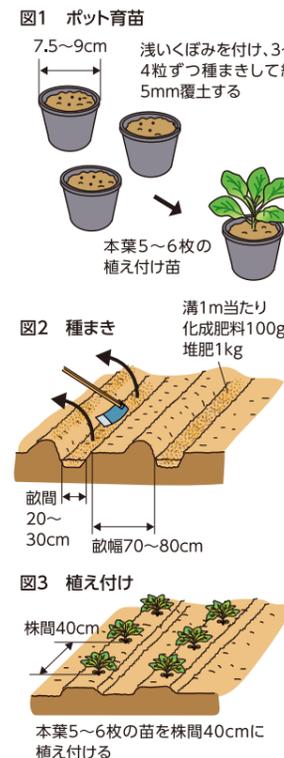
笹田 昌孝 氏

今月のやさしい野菜作り

キャベツ 病害虫の予防を万全に

園芸研究家 成松次郎

キャベツは冷涼な気候を好み、生育適温は20度前後ですが、初期は高温や低温に強い野菜です。一般地では夏まき秋冬取りが最も作りやすい時期です。
【品種】サラダ、煮物などに万能の品種が主流で、病気に強い品種を選びましょう。秋取りに適した早生品種の「初秋」(タキイ種苗)、「新藍」(サカタのタネ)は葉が柔らかい良食味品種です。冬取りには中晩生種で甘味のある「彩音」(タキイ種苗)、「冬藍」(サカタのタネ)もお勧めです。
【栽培期間】一般地では、早生種は7月上旬～下旬に種まきし種まき後90日程度、中晩生種は7月下旬～8月中旬に種まきし120～150日程度で収穫できます。
【苗作り】少量の苗を作るには7.5～9cmのポリポットを使うのが便利です。1ポット当たり3～4粒まき、本葉2～3枚で1株になるよう間引きします。苗作りの期間は30日程度で、寒冷しゃなど害虫の飛来を遮断します(図1)。
【畑の準備】畑1平方m当たり苦土石灰100g程度をまき、よく耕します。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各成分で10%・100g)を施し、土とよく混ぜて畝を立てます(図2)。
【植え付け】本葉5～6枚の頃、株間40cm程度に植え付けます。このとき、植え穴を掘り、穴に十分水やりして、活着をスムーズにさせます(図3)。
【追肥】本葉10枚の頃、株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいまいて、株元に土寄せします。2回目はその20日後に同量を畝の両側にまき、土寄せをします。
【病害虫の予防】ヨトウムシ、コナガ、アブラムシが多いので、オルトラン水和剤などで駆除しますが、生育初期はネット栽培で予防しましょう。葉先にくさび状の病斑を示す果腐病にはZホルドールなどで予防します。
【収穫】球が肥大し、やや堅く締まってくれば収穫期です。



(この記事は「JA広報通信」に掲載されたものです。)

JA所有物件(遊休資産)を有効活用して頂ける方を募集します

当JAの下記の遊休資産を売却します。購入を希望される方はお問合せください。

[物件番号1]

旧杉野支店土地建物

- 所在地 長浜市木之本町杉野2770番地
土地 宅地11筆 面積1720.99㎡
建物 事務所兼倉庫 鉄骨造2階建(平成3年築)面積434.3㎡



[物件番号2]

旧片岡支店土地建物

- 所在地 長浜市余呉町東野547番地
土地 1筆 面積3,234.5㎡
建物 事務所 鉄骨造2階建(昭和63年新築)面積562.2㎡
味噌加工場 鉄骨造平屋建(平成2年築)面積73.8㎡
味噌倉庫 コンクリートブロック造平屋建(昭和44年築)面積87.7㎡
倉庫 鉄骨造平屋建(昭和63年築)面積56.8㎡



■公募要領(2物件共通)

募集期間は令和2年6月30日(火)までを申込み期限とします。希望者がおられない場合は追加募集をする予定です。売却金額は当JAの基準によります。売却物件については、土地建物一体での現状渡しとなります。取得目的の公共性等も踏まえつつ当JAとの協議のうえ売却の決定をいたします。その結果、売却しないこともあります。購入希望の方は、上記募集期間に下記までお問合せください。

【お問合せ先】 本店 総務部企画管理課 長浜市湖北町速水2721 TEL.0749-78-2403 FAX.0749-78-2420



乙女座 8/23~9/22

【全体運】問題多発の気配。周囲の言葉に耳を傾け、改善策を講じましょう。粘り強さを発揮すれば結果は付いてきます 【健康運】無理は禁物。疲れを残さない日程で 【幸運の食べ物】サクランボ



獅子座 7/23~8/22

【全体運】予定通りに進まなくても慌てないで。スケジュールを調整すれば何とかできます。笑顔が幸運を招く鍵 【健康運】散歩など、手軽に始められる運動を 【幸運の食べ物】イワシ



2020 JA北びわこ 夏の金利優遇定期貯金のご案内

新規定期貯金募集 令和2年6月1日(月)～令和2年8月31日(月)

期間中、新規で10万円以上(期間1年)お預け入れの方に、特別金利を適用させていただきます。

ATMでお預け入れの方	窓口でお預け入れの組合員 または 組合員にご加入頂ける方	組合員以外の方
0.12% (税引き後0.095%)	0.11% (税引き後0.087%)	0.10% (税引き後0.079%)

詳しくは、店舗窓口または渉外担当者(LA)にお問い合わせください。

お取り扱いには新たな資金でお預け頂ける個人の方のみとさせていただきます。なお、当JA普通貯金、定期積金以外の資金(定期貯金の満期または中途解約資金等)による本定期貯金へのお振り替えはできません。但し、定期貯金の満期等資金については、その資金の10%以上かつ10万円以上の新たな資金を追加でお預け入れ頂く場合に限り、金利優遇を適用させていただきます。

- *金利優遇の適用は初回満期日までとし、満期日以降は継続日における店頭金利を適用致します。
- *期限前解約をされる場合は当JA所定の中途解約利率を適用致します。
- *お利息に20.315%(国税15.315%+地方税5%)の分離課税がかかります。
- *店頭に説明書をご用意しています。



©よりぞう



イラスト：小林裕美子

シトウガラシ(シトウ)

～食べ方いろいろ「甘トウガラシ」～

シトウのプロフィール

【分類】ナス科トウガラシ属

【原産地】中南米の熱帯地方

【おいしい時期(旬)】夏(6～10月ごろ)

【主な栄養成分】

β-カロテン、ビタミンC・E、カリウム、
ビタミンB6など

解説：KAORU

見分け方

きれいな緑色
表面に張りがある

黒く変色したり
しぼんでいない

硬く感じるものは
鮮度が落ちている
場合も

育ち過ぎると
食味が落ちる

ヘタがしっかりしている

触れると軟らかく
弾力を感じる

辛味の強いものが
紛れている!

辛味のあるシトウの特徴
・形が1びつ
・種が少ない
・全体が黒みを帯びた緑色

シトウの力

カプサイシン
脂肪燃焼や血行を
促進する作用がある。
辛味種のトウガラシに
多く含まれる成分

注目成分



ビタミンC
風邪予防や疲労回
復、肌荒れ予
防などに効果
的

β-カロテン

体内でビタミンAに
変換され、髪の健康
維持、粘膜や皮膚
の健康維持、視力
維持、喉・肺など呼
吸器系統を守る働
きがあるといわれて
いる。抗がん作用にも
期待できる

ビタミンE

老化予防、血行促進、冷え
改善、美肌などに役立つ。強
い抗酸化作用があり、β-
カロテンやビタミンCと一緒
に取ると、相乗効
果が期待できる

その他

血圧の上昇を抑
える作用のあるカ
リウム、エネルギー
代謝に関わるビタ
ミンB6も比較的の
めに入っている

楽しみ方・食べ方のコツ

- 1 洗ってしっかり水気を切るか拭き取り、へたを切り落とす
- 2 縦に切り込みを入れるか、竹串などで穴を開ける

ポイント

そのまま加熱調理すると破裂
する恐れがあるので、必ず切り
込みを入れるか穴を開ける
種ごと食べられるが、時々辛味が強いもの
に当たるとお気になる場合は種を取り除
いてから調理する



種を取る際は、半分
にカットして開口面から種
を取り除くか、丸い形を
残す場合はつまようじ
や細いマドラーなどを
使って種を出す

調理法

生 伏見とうがらしや万願寺とうがらしは、みそやコチジャン
を付けてかいると、歯触りも良く美味

- 炒め物 油との相性が良好。ジャコ、ごま、おかかなどと油で炒め、酒、みりん、しょうゆなどを加えて炒め煮に。強火でさっと炒めると食感や風味が良い
- 煮物 さっと炒めてから煮る炒め煮が一般的。ジャコなどと煮物にする。ご飯に合うおかず。おたくに軟らかく煮てもおいしい
- 揚げ物 シトウや万願寺とうがらしなどは天ぷらや素揚げに。素揚げをだしが効いた調味液に浸して、揚げたにしても美味
- 焼き物 万願寺とうがらしや伏見とうがらしは、炭火で素焼きしてしょうがじょうゆやかつお節を掛けるのが定番

保存方法

新鮮なうちに食べるのが一番おいしい!

冷蔵庫で保存
4～5日を目安に
使い切ろう!

冷凍保存
保存目安
1か月程度

水洗った後、水気を拭き取り、冷凍用保存袋に並べて入れて冷凍庫へ

ポイント
1本ずつ凍ってから保存袋などに入れて冷凍。バラバラになりやすい

シトウのヒミツ

歴史

15世紀にコロンブスによって中南米からスペインにもたらされ、その後欧州の涼しい環境で辛味の少ない品種が誕生したといわれている

名の由来

漢字では「獅子(し)唐辛子」と書く。起伏のある形が獅子の頭に似ていることが由来

未熟な野菜

シトウもパーマンと同様、未熟な緑色のうちに食用とする野菜

完熟すると赤くなる



クルマやバイクの購入・ローンの借り換えに
JA北びわこ
マイカーローン 応援プラン

「JAとの取り引きはこれからの」というお気持ちも大切にどうぞ!

他社自動車ローンからのお借り換えにも!

固定金利 最長10年まで
年3.00%
金利を引き下げ

適用金利 年1.00%

JAマイカーローンならインターネットで簡単審査!

審査のお申し込みは「JAネットローン」で検索!

募集期間 令和2年5月1日(金)～令和2年12月30日(木)

クルマやバイクの購入・ローンの借り換えに
JA北びわこ
マイカーローン 応援プラン

ネットからJAマイカーローンの借入れのお申し込みを
ご希望される方は「JAネットローン」で検索!

JAネットローン 検索

ネットローンご利用までの流れ(保証会社:三井UFJニコス株式会社)

インターネットでお申し込み JAでお申し込み

STEP 1 借入希望額・返済方法の相談
STEP 2 借入希望額・返済方法の確定
STEP 3 借入希望額・返済方法の確定
STEP 4 借入希望額・返済方法の確定
STEP 5 正式な借入れと返済開始

「JAマイカーローン」についての詳しい情報は、お申し込みはあくもJA店舗へ

JA北びわこ



新型コロナウイルス感染症に関する大切なお知らせ

このたびの新型コロナウイルスにより影響を受けられた皆さまに、心よりお見舞い申し上げます。また、医療従事者および感染拡大防止に従事されている多くの方々に、心からの敬意と感謝、応援の意を表します。JA共済では、新型コロナウイルス感染症による組合員・利用者の皆さまへの影響拡大を踏まえ、以下のとおり、対応してまいります。

①入院保障のお取扱いについて

新型コロナウイルス感染症^(※1)の被患により、入院された場合、「**疾病による入院**」として、**入院共済金のお支払対象**となります。^(※2)(医療機関等の事情により、**宿泊施設や自宅等での療養を余儀なくされた場合**、所定の証明書をご提出いただくことで**入院共済金のお支払対象**としてお取り扱いします。)^(※2)

※1、新型コロナウイルス感染症を指定感染症として定める等の政令(令和2年政令第11号)第1条に定める新型コロナウイルス感染症をいいます。以下、同じ。 ※2、ご契約ごとに定められている所定の条件を満たす必要があります。

②災害死亡共済金等のお取扱いについて

約款に定める「特定感染症」の適用範囲拡大について

新型コロナウイルス感染症を共済約款に定める「**特定感染症**」に含めるお取扱いとし、同感染症により死亡された場合、または所定の第1級後遺障害の状態となられた場合には、疾病による死亡・後遺障害共済金等のお支払い^(※3)に加え、災害給付特約、災害死亡割増特約等による「**災害死亡共済金**」「**災害後遺障害共済金**」等についても、**お支払対象**といたします^(※3)。

※3、ご契約ごとに定められている所定の条件を満たす必要があります。

適用範囲について

新型コロナウイルス感染症により死亡された、または所定の第1級後遺障害の状態となられたことを**診断書等により医師に証明された場合**、**本取扱いの適用の対象**といたします^(※4)(※5)。

※4、これまでに新型コロナウイルス感染症により死亡された方等を含みます。 ※5、平成11年3月31日以前の「法定伝染病」を保障対象としている契約も対象となります。

③共済契約上の特別取扱いについて

新型コロナウイルスにより影響を受けられたご契約者様に対して、**共済掛金の払込猶予期間の延長等、特別な取扱いを実施**しております。

上記内容に関するお問い合わせについては、下記にて承ります。なお、個別のご契約内容(共済金の支払いに関する事項等)については、ご契約先のJAへお問い合わせください。

お問い合わせ
について

JA共済相談受付センター
電話番号: ☎0120-536-093
受付時間: 午前9時から午後6時(月曜日～金曜日)
午前9時から午後5時(土曜日)
※日曜日、祝日を除きます。

現在、お電話は大変混み合い、つながりにくい状況となっております。ご利用者様には大変ご不便をおかけしております。お電話がつかない場合は、誠に手数ではございますが、しばらくお待ちいただいでからお掛け直しいただきますようお願い申し上げます。

JA・JA共済連は、皆さまのお役に立てるよう、引き続き取り組んでまいります。



人権

ひとりじゃないよ



ネットで紹介されていた安藤希代子さんの著書『ひとりじゃないよ』(注)が気になって、購読しました。著者の安藤希代子さんは、障がいのあるお子さんがおられ、自らが子育てに苦しんだ経験から2012年、任意団体「ベアレント・サポートすてっぷ」を設立、倉敷市で初の認定NPO法人となり、現在、理事長として障がい児の保護者の支援に特化した活動を様々な展開されておられます。

安藤さんは著者の中で「私は、自分のせいでも子どもの発達が遅れたのなら、逆に言えば、自分さえ努力すれば発達の遅れは取り戻せるかもしれない、と思っただけで死になんて。発達の遅れを取り戻すためであれば、どんな努力も惜しまない」と悲壮な決意をしたのだ。今、私が出会うお母さん達の中に、当時の私の姿とダブる方が何人もいる。みんな必死なのだ。その必死の影にあるのは、「自分が親としてダメだから、この子はこんなことにならたのではないか」という思いだ。これは、自分という存在、親としての存在を、脅かす問いだ。」と語っています。私はこれまで、障がい児の保護者の方々が大変な苦勞をしながら子育てをされていることは想像できましたが、保護者の方の思いまでは、なかなか想像することができませんでした。この本を通して、その思いの一端を知ることができたように思います。安藤さんは、支援者に対して「自己嫌悪

に陥り自分を責め、自分のことが嫌いになって苦しむ親たちを、支援する側は追い詰めてあげて欲しい。その子育ての不器用さを、責めないであげて欲しい。特に子どもの年齢が小さい時ほど、親は傷つきやすい。そういう時期の親をいたわることが、甘やかしてはいけません。親たちのがんばりを認め、ねぎらい、葛藤を理解し、話をしっかり聞いてあげること。それだけで親は気持ち楽になり、またがんばろうと思える。」

そして、現在のベアレント・サポートすてっぷの活動について「今の活動はきつと、過去に救えなかった自分のためにやっているのだろうと思う。誰かの力になろうとするのは、結局、過去に救われなかった自分を救おうとする行為なのだ。」と言っています。

これは、安藤さんが保護者たちを支える活動を他人事ではなくて、全くの自分事として捉えて「過去に救えなかった自分」に向かつて、「ひとりじゃないよ」と、今なら声をかけてあげられる。でも、その過去の私はもうそこにはいない。だからこそ「いま・ここ」で苦しんでいる、似た境遇にある保護者にバトンを託すために、「ひとりじゃないよ」と声をかけていると思うのです。

わたしたちができることがあるとすれば、子育てを評価査定することではなく、相手を理解し、傾聴することではないでしょうか。子育てについて、ひとりぼっちで悩みを抱える人がいないような社会にしたいものです。

(注)『ひとりじゃないよ』倉敷発・居場所づくりにから始まる障がい児の保護者支援」著・安藤希代子、出版・吉備人出版」『みのり No.294』より

灯油、軽油の受注と配送を変更させていただきます。

日頃は、燃料油をご利用いただきありがとうございます。燃料油受注センターでは、灯油と軽油の季節需要が減少する時期の土曜日の営業を休業させていただきます。ご利用の皆様には何卒ご理解とご協力をお願いします。

期間
令和2年
6月27日(土)から
8月15日(土)まで

※6月25日(木)15時以降の受注分から月曜日の配送となります。



受注日	受付時間	配送予定日
月曜日	8:30 ~ 15:00	火曜日
	15:00 ~ 17:00	水曜日
火曜日	8:30 ~ 15:00	水曜日
	15:00 ~ 17:00	木曜日
水曜日	8:30 ~ 15:00	木曜日
	15:00 ~ 17:00	金曜日
木曜日	8:30 ~ 15:00	金曜日
	15:00 ~ 17:00	月曜日
金曜日	8:30 ~ 15:00	月曜日
	15:00 ~ 17:00	月曜日
土曜日	休業	休業
日曜日	休業	休業

主な事業量

- 貯金 (令和2年4月末現在) 1,271億46百万円
- 貸出金 85億49百万円
- 長期共済保有高 3,821億3264万円
- 販売品販売高 81百万円 (うち米 47百万円)
- 購買品供給高 2億84百万円

理事会だより

- 令和2年4月13日(月)午前11時「協議事項」
第1号議案 団体貸出について
第2号議案 即時の判断が伴う信用の供与等の決定に関する理事会附議の取扱い(案)について
第3号議案 理事の報酬額の減額期間変更(案)について
令和2年4月16日(木)午後1時30分「協議事項」
第1号議案 高月支店新店舗基本構想(案)について
第2号議案 第23回通常総代会の開催(案)について
第3号議案 新型コロナウイルスの発生を踏まえた地区別総代懇談会の開催対応(案)について
第4号議案 固定資産(木之本硬化ハウス建設追加工事)の取得(案)について

4月定例理事会

- 令和2年5月8日(金)午後1時30分「協議事項」
第1号議案 令和元年度決算処理方針の変更(案)について

経営管理委員会だより

- 令和2年4月17日(金)午前9時30分「協議事項」
第1号議案 高月支店新店舗基本構想(案)について
第2号議案 第23回通常総代会の開催(案)について
第3号議案 新型コロナウイルスの発生を踏まえた地区別総代懇談会の開催対応(案)について
第4号議案 経営管理委員の報酬額の減額期間変更(案)について

第21回経営管理委員会

- 令和2年5月11日(月)午後1時30分「報告事項」
決算に関する報告
(1) 令和元年度決算について
(2) 資産査定結果及び不良債権の償却・引当の内容について
理事会決議事項報告
(1) 令和元年度決算処理方針の変更について
(2) 令和2年度コンプライアンス・プログラムについて
その他報告事項
(1) 余裕金運用状況報告について
(2) 移動店舗車「ゆめまる号」の運行時間の変更について
(3) 組合員の加入及び脱退の状況について
(4) その他

右記の通り各事項が報告されました。

パズルの答えと当選者の発表

5月号の答え【シヨウブユ】

1	カ	シ	ワ	モ	チ	コ
2	カ	ニ	ヤ	ト	ウ	
3	ト	ク	カ	ツ	ド	ウ
4	ウ	ア	ブ	ミ	ン	
5	ヒ	ト	コ	ト	ク	キ
6	ヨ	ウ	ガ	コ	ウ	
7	ウ	レ	ン	キ	ユ	ウ

4月号の応募総数86通 全通正解!!
 当選された方については粗品の発送をもって発表にかえさせていただきます。
 たくさんのご応募ありがとうございました。

【パズル応募方法】

下記の要領で、ご応募下さい。正解者の中から毎月抽選で5名の方に、図書カードをお送り致します。

●締切...
6月20日締切
 (当日消印有効)

図書カードプレゼント!

63

長浜市湖北町速水2721
 JA北びわこ
 企画管理課 広報パズル係

● 住所
 ● 氏名
 ● 年齢
 ● 電話番号

◇ 広報誌に関する
 ご意見・ご感想など

◇ その他、身近な出来事など

※ご応募に際して取得した個人情報、このたびの
 パズル正解者へのプレゼント発送とお便り紹介コ
 ーナーへの掲載、また今後JAからのお知らせを
 送付させて頂く以外には使用致しません。

チャレンジ! クロスワードパズル

二重マスの文字をA~Dの順に並べて、できる言葉は何でしょうか?

出題・ニコリ

1	6		10		16	18
2			11	14		
		9				
3	7			15		19
		8		12		
4					17	
5			13			

- タテのカギ**
- 1 そんなの簡単さ、——前だよ
 - 4 6月ごろの長雨のこと
 - 6 東京と北京では1時間、東京とモスクワなら6時間
 - 7 ラフレターです
 - 9 漢字で書くくと金糸雀。美しい声で鳴く小鳥です
 - 10 学級——の進行で学級会が行われた
 - 12 下仁田ネギや水沢うどんで知られる県
 - 14 ——は210円、往復で420円です
 - 16 ホッキョクグマの別名です
 - 17 黒、赤玉、鹿沼といえは
 - 18 停留所に止まりながら客を運びます
 - 19 宴会によく使われる飲食店
- ヨコのカギ**
- 1 初夏にピンクや紫色の花を咲かせます
 - 2 パンダの餌になる植物
 - 3 相撲取りのリングネーム
 - 4 煮た小豆に砂糖を混ぜて作ります
 - 5 那須与一はこれの名手
 - 8 出口の反対語
 - 9 湖などの水を取り除いて陸地にする
 - 11 ギリシャ神話の登場人物。鳥の羽根をろうで固めて翼を作り、空を飛びました
 - 13 白でひいて粉にした茶
 - 15 入院した友人のお——に行った
 - 16 『桃太郎』でおいじさんが刈りに行った物
 - 17 刀の手で持つ部分

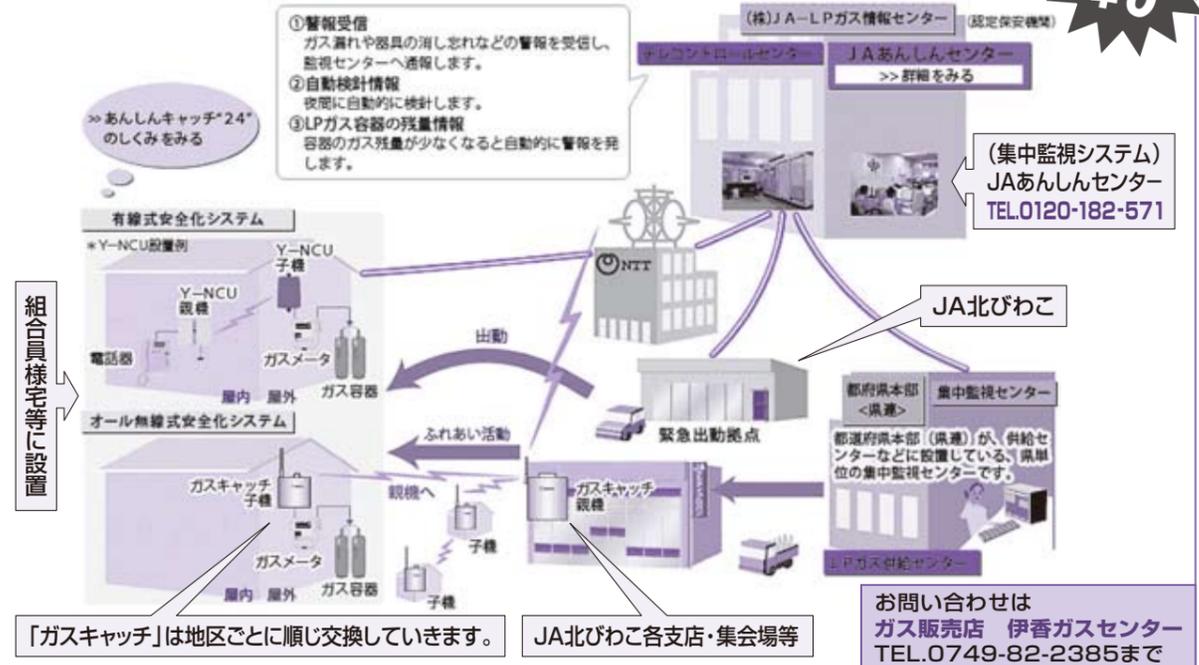
あ と が き

運動をする機会が減り、最近少し体がなまってきた気がする
 ので家でできる体操や縄跳びをはじめました。体を動かすと心
 もすっきりリフレッシュできるので軽い運動を続けるように心
 がけています!!

クミアイプロパンご利用の皆様へ、あなたのお宅は、ご加入済みですか。

電話回線を使用するシステム・又は、使用せず無線で自動監視するシステム
 (有線式安全化システム)通称「NCU」 (オール無線式安全化システム)通称「ガスキャッチ」

無料 ¥0



手軽に健康 手指体操

健康生活研究所所長 堤喜久雄

中指シーソーで夜はぐっすり

東洋医学では気と血液の流れ道
 「経絡」といいます。この経絡上につぼが
 あります。体の中に12本の特性を持った経
 絡が流れていて、全身の緊張を緩め、気

持ちをゆったりさせられるのが、中指
 を通る経絡です。中指の指先から手の
 ひらの中央、腕の内側を通して、心臓を
 包み込むように体を循環します。この
 経絡上のつぼは気持ち悪さを落着かせ、
 夜も穏やかに眠ることができ、不眠症
 の解消にも役立つといわれています。
 今回の体操は、中指同士を曲げたり
 伸ばしたりする動きがシーソーのよう
 に見えるのが特徴です。つぼの刺激によ
 り、夜のぐっすりした眠りへと導かれる
 でしょう。



- 中指だけを同時に曲げ伸ばし
- (1) 右手のひらを上向きに、左手を下向きにします。(1)~(3)は自分から見た手の動きです。
 - (2) そのまま、左右の中指だけを曲げ伸ばしします。この動きを15秒ほど繰り返します。このとき、他の指がつかないように注意しましょう。
 - (3) 次に、左右の手を近づけて指を組みます。中指同士を背中合わせにして指を伸ばし、他の指は腹合わせに重ねます。中指だけが自由に曲げ伸ばしできる状態になります。
 - (4) 左右の中指を同時に曲げたり伸ばしたりします。この動きを15秒ほど繰り返します。図は同時に曲げた状態です。(4)(5)は正面から見た手の動きです。
 - (5) 今回は、中指の片方だけを曲げてもう一方は伸ばします。すると図のように中指の指先が同じ方向に向きます。鏡の前で確認しましょう。この動きを15秒ほど繰り返します。手を替えて、同様に(1)~(5)を行います。



おたより紹介

今月もたくさんのお便りをいただきました。

- パセリの保存方法がこんなにあるのを初めて知りました!
 ベジタブルライフ、楽しいです♡
- 脳トレのため毎月クロスワードパズルに楽しく
 挑戦しています。

O・Aさん

T・Tさん



アサリとナバナの オイル蒸し



- (1) フライパンにオリーブ油とニンニク、タカノツメ、アサリを入れてふたをして弱火にかける。
- (2) アサリの口が開き始めたら白ワイン、ナバナを入れて再びふたをして強火にかける(約2分)。
- (3) アサリの塩気で十分ではなかったら軽く塩(材量外)で味を調え、器に盛り白髪ネギをのせ出来上がり。

- アサリ…………… 100g
 ナバナ…………… 1束
 ニンニク…………… 1片
 タカノツメ…………… 1本
 白髪ネギ…………… 適宜
 オリーブ油…………… 大さじ1/2
 白ワイン…………… 1/4カップ

新ジャガと アスパラのバター煮



- 新ジャガイモ…………… ゆでた物2個
 アスパラガス…………… ゆでた物5本
 トマト…………… 中1個(4等分)
 紫芽(むらめ、赤シソの若芽) …… 適宜
 サラダ油…………… 適宜
 かつおだし汁…………… 2カップ
 バター…………… 大さじ1
 塩・こしょう…………… 適宜
 しょうゆ…………… 小さじ1/2

- (1) ゆでた新ジャガイモは厚めに輪切りにしサラダ油で素揚げする。
- (2) 鍋にだし汁とバターを入れて中火にかけ、沸いたところに素揚げした新ジャガイモを入れて弱火にして10分ほど煮る。
- (3) 同じ鍋にアスパラガスとトマトを入れ3分ほど煮る。
- (4) 仕上げにしょうゆを入れ、塩・こしょうで味を調え器に盛り、紫芽を散らして出来上がり。

シェフ永井の
おすすめ

永井智一(ながいともかず)
茨城県笠間市にある
「天晴旧キッチン晴人」
オーナーシェフ



農産物直売所 ゆめまる館だより

地元産

トマト・キャベツ・法蓮草・きゅうり・ナス

が出荷されます

特別栽培米コシヒカリフレミア米

30kg 9,600円 好評発売中!!!
店頭精米・量り売りもいたします

お花・鉢・仏花等も
品揃え豊富でお待ちしております。

●住所 / 高月町高月1340-1 ●定休日 / 毎週木曜日
●営業時間 / 9:30~16:00 ●電話番号 / 0749-85-6033