

農をつなぐ

ははたき

第4回ふれあいオンステージ
 森 昌子コンサートを開きました! 2
 NEWS FLASH 4
 女性部 in ちいき 6
 スマイルページ 10
 すまいるきまぐれレシピ 飾りおせち 11
 シルバーセンターすまいる通信 12
 JA多気郡予定表 13
 ははたき俳壇 14

12 No.314
平成27年12月1日

表紙モデル
募集中
詳しくは総務課まで
☎0596-52-0121

アインセラアピキュア
大好き♡
《みらんちゃん》

3人仲良く
元気に大きくなってね♡
《by.お母さん》



明和町上野 竹内美藍(みらん)ちゃん(8歳)、くらちゃん(6歳)、杏璃(あんり)ちゃん(4歳)

ははたき vol.314

発行所 / 〒515-0333 三重県多気郡明和町大字坂本1240-3 多気郡農業協同組合
☎0596-52-0121 <http://www.jamie.or.jp/jagroup/takigun/index.html>
編集 / 総務課 (毎月1日発行)

シャキッとジューシー 多気の次郎柿



多気営農センター
三谷 祐太 営農指導員

お求めは、農産物直売所スマイル明和・多気へ!

第4回ふれあいオンステージ 森昌子コンサートを開きました!

2階席の近くまで
来てくれました♪



昌子ちゃ〜ん♡

近くで見ても
とってもキレイ!!

客席において気さくに
握手に答えてくれる森昌子さん



森昌子さん4変化
どの衣裳もステキでした!



ここには
ちほ〜

私とも握手して!!



森昌子さんと握手をする
村田喜彦 佐奈支店長

観客のみなさんも近くで見られて感動

森昌子さんと記念撮影する
永野課長(左)・中川支店長(右)



照れますね



生活課 永野道隆課長より
伊勢いもがプレゼントされました

昌子さん
とってもキレイですね〜



中川貴晶 大淀支店長から
森昌子さんへ花束の贈呈



ご購入いただいたジュース4ケースに1人ご招待する好評のコンサート。

今年は、**デビュー44周年の森昌子さん**でした。

森さんの艶やかな振袖やきれいなドレス、さらにはセーラー服姿も披露し、来場していただいた2,174人のお客様は、往年の懐かしさを感じ、あたたかい歌声に感動しました。また、「かわいかったね〜」との感想もいただきました。

さて、来年は誰が来るのか、お楽しみに…。



せんせい♪
せんせい♪

11月5日 第50回多気町肉牛共進会 多気町



▲競りの様子
▲優秀賞1席の畑敬四郎さんと「たつみふく」号

- 優秀賞1席** 《前村》畑敬四郎さん「たつみふく」号
優秀賞2席 《平谷》松本しのぶさん「みかた12」号
優秀賞3席 《相可》相可高校「さくひめ」号
優良賞1席 《前村》畑敬四郎さん「きみてる」号
優良賞2席 《平谷》松本しのぶさん「さくてる」号
優良賞3席 《前村》北浦百合子さん「おかみかん」号

多気町とJA多気郡、多気町和牛部の主催で松阪牛の肥育技術を競いました。見事優秀賞に輝いたのは多気町前村の畑敬四郎さんが肥育した「たつみふく」号で、体重は640kgのすばらしい牛でした。畑さんは昨年に次ぐ快挙でした。午後、競りで落札されました。

11月6日-7日 明和営農フェア 農機・自動車展示会



▲営農フェアの様子
▲農機展示会の様子

明和営農センターで開催しました。営農フェアでは肥料や農薬を特別価格で販売しました。また農機・自動車展示会では最新の大型機や農具などを展示販売しました。

11月7日 JAバンクの森・大台 植樹祭



▲ムクロジ、ウリハダカエデを植えています。
左から植樹する長井雅美組合長、三宅利明常務、藤井弘之JA三重信連常務、尾上武義大台町長

三重県下のJAバンクの貯金残高が2兆2千億円に到達したことを記念に、紅葉や山桜、栗、ケヤキなど約8種類、540本の記念樹を大台町の山に植えました。秋に紅葉したときの色の配置なども考えて植樹しました。

10月22日 佐奈川に魚放流 相可小学校4年生とシャープ、佐奈川を美しくする会が協働



▲子どもたちは「釣りができるようにになったらいいなあ」と想いを込めて放流しました。

ブラックバスなどの外来種、浚渫工事などで数が減った佐奈川の魚を増やそうと2011年から行っており今年で5年目になります。子どもたちは、バケツの中に入ったモロコ、フナ、エビ、カニなど400匹を勢いよく佐奈川に放流しました。

10月28日 和歌山県高野山へ旅行 年金友の会勢和支部



▲高野山の様子

JAで年金を受け取ってみえる勢和地区の方を対象に実施しました。約80人が参加し、高野山を訪れました。

10月29日 第32回多気町荒茶品評会 多気町茶業組合



▲審査の様子
大嶋博文さん

勢和公民館で開きました。8点の出品があり、松阪地域の農業改良普及センターの職員が、外観、香気、滋味、水色を審査しました。1等に輝いたのは上出江の大嶋博文さんで、「大変うれしい。消費者のみなさん、ぜひ急須でおいしいお茶を味わってください」と呼びかけました。

11月2日 京都へ親睦旅行 年金友の会



▲京都御所で美味しい料理でした

JA多気郡で年金を受け取ってみえる方の親睦を図るため京都に出かけました。京都御所の一般公開見学と京都の台所、錦市場商店街で買い物を楽しみました。

10月15日 伊勢いも目ぞろえ会・集荷 伊勢いも撰果場



▲浦田和彦営農指導員を中心に規格品を決めました。

目ぞろえ会ではサンプルの伊勢いもを手に取り、形状、大きさを規格品を決めました。遠昭夫部会長は、「来年の伊勢志摩サミット2016は、世界中の人々に伊勢いもを知ってもらおうチャンス。世界中の人に食べてもらいたい」と意気込みを語りました。

10月14日~16日 いきいき体験研修 明和中学2年生



▲お客様の車の窓ガラスを拭く高木政道君(右)と山口翔也君(左)

明和中学校2年生の子どもたちがJAで職業体験をしました。明和給油所では、給油で来店されたお客様の車の窓ガラスを一生懸命拭きました。

10月21日 第26回JA多気郡 年金友の会ゲートボール大会 多気天啓の里



▲相可Bチーム
▲栃原チーム

JAで年金を受け取ってみえる方62人(12チーム)が上位を目指して、日ごろの練習の成果を発揮しました。

結果
優勝 相可Cチーム
準優勝 相可Bチーム
3位 栃原チーム

10月6日 明星小学校5年生が脱穀体験 妻ヶ広作業所



▲昭和中期のエンジン付き脱穀機で体験。

地域住民グループ「むらおこしみようじょう」の指導でケガをしないよう注意し、大正時代から現代までの脱穀機を使って脱穀体験をしました。

10月7日 店内大掃除 農産物直売所スマイル両店



▲明和店内の様子。床も棚もきれいになりました。

スマイル出荷会員さんたちの協力で店内大掃除をしました。

10月13日 第2期生スマイル塾閉講



▲塾生の畑の野菜の生長を見る浦田和彦営農指導員。

閉講式の後、塾生のほ場に出向き、野菜の具合を確認しました。また、肥料や農薬の施し方を説明しました。

10月13日-14日 次郎柿目ぞろえ会・初撰果柿部会



▲目ぞろえ会の様子。三谷祐太営農指導員(右)が規格品を説明しました。

今年も品質良好・豊作です。目ぞろえ会では、生産者約80人が集まり、色、大きさなど規格を確認しました。小野健一部会長は「採り遅れないよう注意し、良い品物を出荷しよう!!」とよびかけました。

女性部 in ちいき

10月28日 秋の食材づくり
家の光お料理クラブ



楽しくクッキング♪

サツマイモのレモン煮、サトイモのそぼろ煮、しいたけ・ピーマン・米糰の佃煮、エビ・レンコンのサンド焼きを作りました。

10月31日～11月1日 明和町文化祭に出品しました
明和支部



▲すばらしい作品がすら～りと並べられました。

苦勞して作り上げた手芸や陶芸などの作品をたくさんの方々に観てもらおうと文化祭に出品しました。

10月24日 ちゃぐりんフェスタ
奥伊勢シルバーセンター



◀女性部員に教わりながらうどんの生地を伸ばしています。



おいしいうどんができました!

▲きゃりーぱみゅぱみゅの「もったいない」に合わせてダンスしました。

子育て中の若いお母さんたちに、食の安全安心を伝え、手作りの楽しさを体験してもらおうとちゃぐりんフェスタを開きました。

フェスタでは、国産小麦「あやひかり」を使ったうどんを作り、野菜タップリの味噌煮込みうどん(手作り味噌仕立て)をお昼にいただきました。また、リンゴジュースの飲み比べやダンスなどをして楽しめました。

《上御糸支店》

地域貢献活動

10月18日 11月1日
ふれあい会館屋外清掃 ふれあい会館屋内清掃



◀11月23日のふれあい祭りに合わせて実施しました。

《大台東部支店》

地域貢献活動

10月24日 川添神社清掃



▲大台東部地区メンバー。みんなで協力しました。



『あなたも女性部に入りませんか?』

楽しくて、ためになる活動がいっぱい!!

JA多気郡では、お子さまがみえるお母さんや、ご家族の健康を考えてみえる女性の方、時間を有意義に過ごしたい、自分磨きをしたいとお考えの女性で、女性部の活動を体験してみようと思ってみえる方ぜひ、見学にきてくださいね!

お問い合わせ JA多気郡生活課 ☎0596-52-3716 まで、お気軽にどうぞ!!



10月16日 ショウガいろいろときな粉飴作り
多気・勢和支部



▲きな粉飴を切っています。

お店で買ってしか食べれやんと思っただけで簡単に作れるなあ

2日間で約50人が参加し、楽しく手際よく作りました。ピリッと、ショウガが香るいろいろときな粉と黒砂糖がマッチする懐かしい味の大人のおやつです。

10月17日 下御糸地区お料理教室
明和営農センター調理室



▶下御糸地区部員が作っています。



メニューは簡単!コーンスープ、クリームポテトコロッケです。明星・大淀でも開きました。

10月6日 巾着を作りました
ふらっときてみて上御糸



▲にじの会会員(中央)に教わる参加者たち。

助け合い組織にじの会の協力で、自分の好きな生地巾着を作りました。

10月8日・28日 ネックレスを作りました
ふらっときてみて丹生・西外城田



長さが調節できます。



▲毛糸とビーズの色使いで雰囲気が変わります。

助け合い組織にじの会の協力で、毛糸を使ってネックレスを作りました。

アスパラガス

葉茎菜類：
ユリ科

前年のたくわえの強大な株根から萌芽した若茎を、葉が出る前に食べます。たんぱく質、糖質、ビタミン各種、食物繊維が多く、高血圧予防のルチンも含まれます。

栽培のポイント
茎が細い割に葉がよく茂るので風に当たると大変折れやすく、そのために枯れてしまうことが多いです。対策は、茎がどんどん伸びるようになったら、すぐに支柱を立て、ポリテープを横に張り、茎が折れないようにしておくといでしょう。

◀明和営農センター 集荷担当 世古口 力
冬になり茎葉が枯れたら刈り取り、病害の心配があれば焼却しましょう。冬の間には堆肥を施しましょう。

提供：板木技術士事務所 板木 利隆



冬の手入れが 来年の成果を決める アスパラガス

アスパラガスは、野菜の中では最も長命な部類で、一度植えれば10年ぐらいいは収穫を楽しめますが、毎年良い若芽をたくさん収穫するためには、冬の手入れを適切に行うことが、このほか大切です。

アスパラガスの成長を年間で振り返ると、若芽の収穫を打ち切り伸ばしたままにすると、葉が開いてどんどん丈が伸び、光合成作用が活発となり、秋に入ると同化養分が根に蓄えられ、11〜12月には休眠に入ります。霜が2〜3回降り、葉の黄化が進んでくると、休眠はいっそう深まってきます。

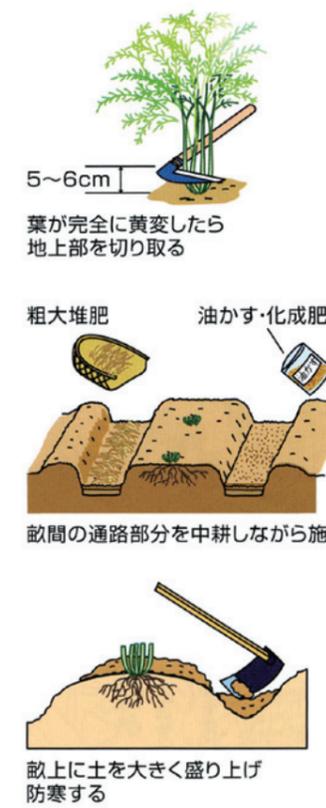
これからの手入れで大切なことは、葉が完全に黄変し休眠が深まったところを見計らって、地際から5〜6cm上のところで茎を刈り取り、落ちた枯れ葉と共に畑の外に持ち出し、焼却または廃棄します。この茎葉は、アスパラガスの大敵である茎枯れ病

や斑点病にかかっている場合が多く、病原菌が茎葉の中で越冬して翌年の発生源になるからです。できるだけ被害葉を周辺に散らさずに、丁寧に掃き集めて処分することが肝心です。

これらの病害が発生すると、数年もたった大株でも被害を受けて大減収になってしまいます。茎葉をきれいに片付けたならば、まず、株元に多くの土寄せをして、いた場合には土を畝間に戻します。土寄せが多くなかった場合はそのまま、畝間の通路部分を中耕しながら、畝の両側に深めの施肥溝を掘り、その中に粗大堆肥(発酵度が中程度)と、油かす、緩効性の化成肥料を施し、アスパラガスの根株を埋めるように、畝上に土を大きく上げておきます。こうすることで根株を防寒できるので、

寒さが厳しい地域ほど土を多く盛り上げておきます。こうして越冬後の3月ごろ、根の萌芽(ぼうが)に支障のない程度に土を取り除き(寄せ土戻し)、畝間に落としておきます。このとき、春の追肥として化成肥料や有機配合肥料などを、1株当たり各大きさ3杯程度を目安として与えておきます。

このように再三土を動かすことにより、地面付近に落ちていた雑草の種子の発芽を抑え、除草の手間を省くことができます。栽培年数が長くなり株元の根茎が過密になり、株全体が浮き上がるようになったら、冬の休眠中に株を掘り下げ、分割して他の畑に株間を広げて植え替えれば、再び勢いを回復させることができます。



私のお勧め共済

JAの介護共済で介護の不安にしっかり備えませんか？



大淀支店
ライフアドバイザー(LA)
高山 陽輔

介護は決して他人事ではありません。80歳〜84歳では約4人に1人、85歳以上では約2人に1人が要支援・要介護状態に認定されており、年齢を重ねるほど介護が必要となる可能性が高くなります。

介護には住宅改修や用具購入などに多額の初期費用が必要となります。公的介護保険を利用すれば1割の自己負担で介護サービスを受けられますが、上限が定められており、全てが対象となるわけではありませんので、備えが必要です。

そこでお勧めしたいのが、JAの介護共済です。一生にわたる介護保障で、不安の高まる高齢期も安心です。また、公的介護保険制度に連動したわかりやすい保障であるのもおすすめポイントです。

公的介護保険制度に定める要介護2〜5に認定されたとき、またはJA共済独自基準の所定の重度要介護状態になったときに、まとまった共済金をお受け取りいただけますのでとても安心です。

JAの介護共済で将来の介護への不安解消をお手伝いします。ぜひご連絡ください。

第2の人生にむけた資金作りで、 ゆとりと安心を！『年金共済』

日本は今、少子化と高齢化の両方が進んでいます。将来、自分が貰える年金は、いつから？いくらもらえる？
そういった疑問、不安をお持ちではありませんか？



宮川支店
ライフアドバイザー(LA)
栗谷 篤

生命保険文化センターの行った意識調査によると、ゆとりある老後生活費は平均36.6万円といわれています。

将来、国の年金制度がどうなるか分かりませんが、毎年基礎年金の額が減っています。第2の人生のために、今から将来の自分に投資されてみてはいかがでしょうか。
年金共済は普通預金とはちがひ、すぐに引き出すことはできないため、使ってしまう可能性を抑えられたり、毎月コツコツ貯めていくため、大きなムリもありません。

お支払頂いた共済掛金は、確定申告で、「個人年金保険料控除」が受けられ、所得税、住民税の控除にもご利用いただけるという大きなメリットもあります。
詳しくは窓口まで！

すまいるきまぐれレシピ



なます柚子かま入
菊花大根甘酢漬

エビの
黄身煮

信田巻き

羽根料理長の
ワンポイント
アドバイス!



出来上がった料理は全部ペーパータオルの上に乗せて並べ水分を吸収させ、色や大きさを見、バランスを見ながら盛り付けるときれいになります。『信田巻き』は冷ましてから切るとボロボロになりません。『エビの黄身煮』は出汁が沸騰してきたらすぐに火を切って冷まします。『菊花大根』はかぶらを使っても美味しいですよ。『なます』は季節的に柿の代わりに干し柿を使ってみましょう。『筑前煮』と『なます』は自分の家の味付けにしてみてください。

自然の味処 すまいる

時(昼)11:00~14:00、(夜)17:00~20:00
休 水曜日(定休)
所 多気郡多気町五佐奈1147番地12
(多気クリスタルタウン内)
☎0598-38-7800

飾りおせち<2人分>

調理時間
約1時間半

◆筑前煮

《材料》

- レンコン ●きぬさや
- ニンジン ●だし汁
- こんにゃく ●砂糖
- 干しいたけ ●濃口醤油
- 里芋

《準備》

- レンコン: ピーラーで皮を剥き、酢水に漬け、花レンコンを作る。筒に切ったレンコン穴と穴の間に切り込みを入れ、穴と穴の真ん中から内側に包丁を入れて花の形にしていき、最後に5mmくらいの厚さに切る。
- ニンジン: 型抜きし、表面を切って梅ニンジンを作る。
- こんにゃく: 5mmの厚さに切り、真ん中を切って端を潜らせねじりこんにゃくを作る。
- 里芋: 上下を切り、六角になるよう皮を剥く。(六方剥き)
- 干しいたけ: 石突を切り取る。
- きぬさや: 筋を取る。



《作り方》

1. レンコン、ニンジン、里芋、こんにゃくは下茹でする。
2. きぬさやは、さっと茹でて出し汁に漬けて冷ましておく。
3. 鍋にだし汁、濃口醤油、砂糖を沸騰させ、1を入れて煮る。
4. 自分の家の好みの味に仕上げましょう。

◆菊花大根甘酢漬

《材料》

- 大根 ●塩…適量
- 【甘酢】
- 切り昆布…少々 ●酢…大さじ5
- 鷹の爪…少々 ●塩…ひとつまみ
- 砂糖…大さじ4

《準備》

- 大根: 皮を剥き、四角柱に切って、上部に縦横に切り目を入れ、塩水に漬ける。
- 甘酢: 材料をすべてボールに入れて混ぜ合わせておく

《作り方》

1. 大根は塩水に漬け柔らかくなった後切り込んだ部分を広げる。
2. 甘酢の中に、水で洗った1を漬け込む。

◆信田巻き

《材料》

- 浮かしあげ…1枚 ●筑前煮で残ったレンコンとニンジンの端
- 卵…1個
- 鶏ミンチ…100g ●砂糖…大さじ2
- 片栗粉…適量 ●濃口醤油…3
- 出汁…400cc

《作り方》

1. 浮かしあげを薄く切って広げ2枚に切り、表面に片栗粉を付ける。
2. ボールに鶏ミンチ、小さく切ったニンジンとレンコン、卵を入れてこねる。
3. 1の上に2を広げ、海苔巻きを作る要領で巻きすを使って巻く。
4. 鍋にだし汁、調味料を入れ沸騰したら3を入れ、落とし蓋をして煮る。火が通ったら冷ましておく。

◆エビの黄身煮

《材料》

- エビ…3尾 ●砂糖…
- 卵黄…2個分 ●大さじ2 1/2
- 片栗粉…適量 ●濃口醤油…
- 出汁…300cc ●大さじ2

《作り方》

1. エビは背わたを取り、大きく開き、片栗粉を付け、溶いた卵黄をつけ、沸騰した湯で、さっと茹でる。
2. 鍋に出汁と調味料、1のエビを入れ、沸いたらすぐ火を消し、冷ます。冷めたら出汁から取り出しておく。

◆なます柚子かま入

《材料》

- 大根 ●柿
- ニンジン ●柚

《作り方》

1. 柚の上部を切って、器と蓋になる部分を作り、下の器になるところの柚の実をスプーンでかき出す。
2. なますを柚の器に盛り付ける。

◆かまぼこ

《材料》

- 紅と白のかまぼこ

《作り方》

- 板から取り、5mmほどの厚さに切り、右から紅白紅白の順で並べる。

スマイル 多気郡 農産物直売所

【スマイル 明和店】
〒515-0348
多気郡明和町中村1274
TEL.0596-55-8484
年中無休(年始を除く) 営業時間 9:30~18:00

【スマイル 多気店】
〒519-2157
多気郡多気町五佐奈1147-12
TEL.0598-38-7070

11月7日(土)~8日(日) 秋の収穫祭

秋の収穫祭では、多気町産の次郎柿や、伊勢いも、みかん、さつまいも、きのこなど秋の産物がた〜くさん店頭並びました。



伊勢市から来ました。伊勢いもは美味しいですよ。自分で調理して食べますよ。



山本守さん



明和町から来ました。柿大好きです!!

JA多気郡 伊勢いも部会



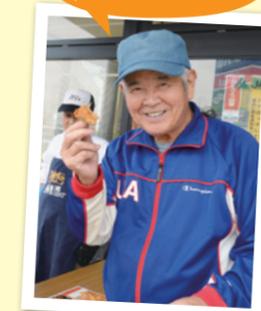
左から村田駿爾副部会長と達昭夫部会長

伊勢いもは300年の歴史を誇る三重の伝統野菜です。丹精込めて作りました。滋養があり、とろろで食べても、揚げたてでもおいしいですよ。

10月24日(土)~25日(日) ブライトガーデン 9周年祭

スマイル明和が現在のブライトガーデンに开店し、皆様のおかげをもちまして、9周年を迎えることができました。店頭では、明方ハムや牛肉コロケ、唐揚げなど試食販売を行い、たくさんのお客様に会場していただきました。

揚げたての牛肉コロケ 美味しいですよ!!



明方ハムの試食



▲JAめぐみの郡上加工事業所 坂口さん

明方ハムを製造している、JAめぐみの郡上加工事業所(郡上市八幡町)は、平成24年8月9日に厚生労働大臣が認可する、「総合衛生管理製造過程による、食品の製造又は加工の承認書」を受けています。

JA多気郡 柿部会

小野健一部会長



中森通弘副部会長

多気の柿は絶品です。美味しい柿をたくさん食べてください!!

12月のスマイルイベント

- ☆ 12月5日(土) 6周年祭「農産物直売所スマイル多気・自然の味処すまいる食堂」
 - ☆ 12月27日(日)・11時頃~ 「餅つき大会」明和店・多気店
- ちびっ子たちも参加してね。餡子やきな粉でくるんだ、つきたてのお餅を振る舞います。鏡餅、切り餅、しめ縄、葉牡丹などお正月用品もたくさんあります。

絶対きてね!!

たのしいイベントがいっぱい!!

JA多気郡予定表		12月	
1火	農産物直売所スマイルポイント2倍デー／ふらっときてみて上御糸	16水	ふらっときてみて囲碁教室 奥伊勢シルバーセンター
2水	ふらっときてみて囲碁教室 奥伊勢シルバーセンター	17木	ふらっときてみて奥伊勢
3木		18金	営農巡回日／給油所ポイント2倍デー／スマイルお肉の日
4金	給油所ポイント2倍デー	19土	スマイルお米の日／給油所ポイント2倍デー
5土	農産物直売所スマイル多気6周年祭／給油所ポイント2倍デー	20日	
6日		21月	
7月	貯金感謝デー	22火	農産物直売所スマイルポイント2倍デー
8火	農産物直売所スマイルポイント2倍デー	23水	
9水	ふらっときてみて囲碁教室お菓子作り 奥伊勢シルバーセンター	24木	
10木	ふらっときてみて丹生	25金	給油所感謝デー
11金	給油所感謝デー	26土	給油所感謝デー
12土	休日ローン相談会(本店10:00~16:00)／給油所感謝デー	27日	農産物直売所スマイル明和・多気餅つきイベント(11時頃~)
13日		28月	貯金感謝デー
14月		29火	農産物直売所スマイルポイント2倍デー
15火	農産物直売所スマイルポイント2倍デー／農産物直売所スマイル相談日(明和・多気 8:30~9:30)	30水	棚卸決算のため各営農センター・農機センター・オートパル・西外城田店休業／自然の味処すまいる食堂年末休業
		31木	自然の味処すまいる食堂年末休業／農産物直売所スマイル(9:30~15:30)

理事会だより

- 第1号議案
平成27年度第2四半期決算について
- 第2号議案
出資口数減口申込みについて
大台町管内1名の申込み

期間限定 多気郡管内にお勤め・お住まいの方に朗報!!

ほしいクルマが決まったら

JA多気郡「マイカーローン」

最大3,000円分のキャンペーン共通利用券プレゼント!!

〈キャンペーン期間〉
平成27年12月1日(火)~平成28年2月29日(月)

キャンペーン期間中にマイカーローンをご契約いただいたお客さまに契約金額・期間に応じて「自然の味処すまいる・農産物直売所スマイル・JA多気郡給油所」共通の**利用券(最大3,000円分)**をプレゼント!

警察署から注意よびかけです!

空き巣被害にご注意!

三重県内では、空き巣の被害が前年同期と比べ増加しています。空き巣は、大きな財産を失ってしまうとともに、「自宅に見知らぬ者に侵入された」という精神的に大きなショックを受けることになります。空き巣の被害に遭わないよう、日ごろから次のことに気をつけてください。

- 戸締りは確実に
ゴミ出しや買い物など、短時間の外出でも必ず戸締りをしましょう。2階の部屋や格子のある浴室、トイレの窓も施錠を確認するようにしてください。
- 鍵は玄関周辺などに置いておかない
出入り口の鍵は持ち歩くようにして、敷地内であっても郵便受けなど屋外には鍵を絶対に置かないようにしてください。
- 足場になるようなものは置いておかない
脚立やポリバケツ等は泥棒に侵入の足場にされてしまう可能性があります。庭に足場になる可能性のあるものは置かないでください。
- 新聞は溜めないようにする
新聞が郵便受け等に溜まっていると泥棒に留守であることを悟られてしまいます。長期間留守にする時は、新聞の配達をまとめてもらうように手配しましょう。

急を要するときは110番、急を要さないときは最寄の警察署へ

筋肉トレーニングマシン「ボディースパイダー」

シルバーセンター デイサービス管理者 高瀬有一

施設利用者のAさんから、「手の力が無くなってきて、ペットボトルの蓋が開けられない。他の人に開けてもらわないと自分で飲めない。何とか自分で飲めるようにしたい」と日常生活での困り事の訴えがありました。

Aさんには、三重県に2台しか導入されていない筋肉トレーニングマシンのボディースパイダーとやわらかいボールを使用し、その1項目であるつまみ運動を1週間に1回デイサービスを利用していただきました。そして2ヵ月後には、見事蓋を開けることができるまでになりました。

Aさんは、以前はあまり外出しながらない方でしたが、何か目的を見つけ出すと意欲が出てきて、庭に出て犬の世話をされるようになり、笑顔が出てきて、気持ちも体も少しずつ元気になられています。

現在もデイサービスに来ておられ、気分も体もリフレッシュされています。



ボディースパイダーで筋力をつけます

平成28年5月 JA多気郡 本店が生まれ変わります!!

完成予想模型

新規オープンに向け、現在は3階の施工など、工事が着々と進められています。

現在の様子(11月上旬)




各事業所の年末・年始営業のご案内

*灯油の受付・配達は12月22日(火)までをお願いします。

	平成27年12月						平成28年1月					
	26土	27日	28月	29火	30水	31木	1金	2土	3日	4月	5火	6水
自然の味処すまいる食堂	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	通常営業
農産物直売所スマイル明和・多気	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	9:30~15:00	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
営農センター(明和・多気・奥伊勢)	休業	通常営業	通常営業	通常営業	棚卸のため休業	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業	通常営業
明和・多気農機センター	通常営業	休業	通常営業	通常営業	棚卸のため休業	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業	通常営業
オートパル	休業	休業	通常営業	通常営業	棚卸のため休業	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業	通常営業
明和給油所	通常営業	休業	通常営業	通常営業	通常営業	休業	休業	休業	休業	8:30~17:00	通常営業	通常営業
勢和給油所	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休業	休業	休業	休業	8:30~17:00	通常営業	通常営業
真手給油所	通常営業	休業	通常営業	通常営業	通常営業	休業	休業	休業	休業	8:30~17:00	通常営業	通常営業
西外城田店	通常営業	休業	通常営業	通常営業	棚卸のため休業	休業	休業	休業	休業	8:30~17:00	通常営業	通常営業
葬祭課・虹のホール明和・虹のホール多気	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業
店舗・支店ATM	通常営業	休業	通常営業	通常営業	通常営業	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業	通常営業
イオン明和・マックスバリュ大台・多気クリスタルタウンATM	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休業	通常営業	通常営業	通常営業

通常業務休業についてのお知らせ

12月30日(水)は棚卸決算のため、下記の部署を休業させていただきます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

明和営農センター、明和農機センター、多気営農センター、多気農機センター、奥伊勢営農センター、オートパル、西外城田店

◆ 声援を吸い込む空や運動会
どこまでも深く深く澄み渡った大空に包まれての大歓声。涙刺した笑顔が目に浮かぶ。

◆ 虫の音や赤子しじまに目覚めをり
秋の夜ふかく天使の目をばつちりと開いた赤ちゃん。一人静かに虫の子守唄を聞いている。

◆ よろこべばあそこここに栗おちる
音読すると「この字が不規則に散らばった栗の様で子供心のわくわくとした気分が句。

◆ 運動会日和の朝の母忙し
運動会昔の母校懐かしく
爺婆や孫より燥々運動会
晴れたる運動会の赤と白
力走に紅白の風運動会

◆ 運動会涙みせず走り切り
一等は我が家の孫と運動会
運動会園児はママへ一目散
雨ずぎてやがて闇夜の虫しぐれ
虫銀座一杯の声楽し
虫の声湯あみの躰癒されて
灯を消して耳遊ばせて虫の声
テレビ消し虫の声聞く老二人
虫籠を母に預けて塾へ行く
虫の音がかぼそくなり野に放つ
十五分待てば満月のぼり来る
よき時代生きしと思ふ今日の月
遠目には風しか見えぬ秋桜
また一戸減りしふる里柿紅葉
蜻蛉舞う戦を知らぬ子等のよう
栗飯を妹にみやげと持たせけり
西方の浄土の光秋の山

◆ 多気 車川 北森 洋子
◆ 明和 有爾中 瀬田 美恵
◆ 大台 佐原 天野 房子
◆ 多気 野中 浅井 たつ子
◆ 明和 明星 栗谷 勇
◆ 明和 有爾中 石田 昌子
◆ 明和 金剛坂 平野 たかよ
◆ 明和 上野 西岡 和美
◆ 明和 平尾 石川 千恵
◆ 明和 大淀 辻 ミチヨ
◆ 明和 八木戸 中川 愛子
◆ 明和 山大淀 加藤 明子
◆ 明和 金剛坂 里見 治徳
◆ 多気 相可 森本 寿郎
◆ 大台 粟生 下村 栄水
◆ 明和 大淀 西口 才助
◆ 多気 仁田 村上 観恵子
◆ 多気 色太 吉田 さだ
◆ 大台 下真手 山本 岩生
◆ 多気 東池上 松田 良子
◆ 多気 牧 筒井 努
◆ 大台 下真手 植村 栄三
◆ 明和 齋宮 木戸口弘子
◆ 多気 丹生 森本 欣也
◆ 大台 下真手 植村 栄三
◆ 明和 山大淀 大畑 葉子

今月の課題(木の葉髪・クリスマス 他当季雑詠) ハガキに三句投句していただき20日までにお送り下さい。
〒515-0333 多気郡明和町大字坂本1240-3 JA多気郡はばたき俳句教室



虹のホール通信

Q. グリーフワークとはなんでしょう?

A. <先月号からの続きNO. 4>
【第4段階 抑鬱と精神的混乱】
空想の中で死者がまだ生きていると思い込んで、そのように実生活でも振舞ったり、孤独感に襲われて人間嫌いになったり、気が沈んで引きこもってしまったりします。また、やる気を失い、何をしたいかわからない状態になることがあります。この抑鬱状態はしばしば長く続きます。

【第5段階 死別の受容】
辛い現実をみつめ、死の事実を受け入れようとし、ユーモアや笑いを取り戻すことにより、悲しみから立ち上がる状態です。
もちろん、全ての人々がこれらの段階をそのまま辿るとは決まっています。また、言葉で「悲しみ」と表現しても、死別の悲しみの表れ方は多用です。しかもこれは死別に出会った人が陥る自然な心理状態であって、決して病気ではないということを理解する必要があります。人の死とは、愛する人にとって心を揺り動かすほどの大きなできごとなのです。 (次号に続く)

葬儀に関して詳しくは、JA多気郡葬祭課 ☎0596-52-2442 ☎0120-20-2442へお気軽にお問い合わせください。

地産地消 はばたきクイズ クロスワードパズル

クイズに正解して
多気郡の農産物を
GETしよう!!



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?

①	⑦	⑩		⑬	⑰	⑳
		B				
②				⑮		E
③			⑬			
	⑧	⑪			⑱	
			D			
④		⑫			⑲	㉑
⑤	⑨			⑯		
⑥			⑭			C

答え ➡ A B C D E

● ① 答え ② ご意見・ご感想、身近な話題など ③ 住所
④ 氏名・年齢 ⑤ 電話番号をハガキに明記し、
〒515-0333 多気郡明和町大字坂本1240-3 JA
多気郡総務課までお送り下さい。尚、当選者は賞品
の発送をもってかえさせていただきます。
● 応募締切 2015年12月18日(金)

- たてのカギ**
- 書籍の本文の前に入れられるイラスト
 - 火消しが火事場で振りました
 - お通し、先付けということもあります
 - 100なら3、1000なら4
 - リンゴを丸かじりすると残ります
 - カレンダーや手帳に書き込みます
 - サケやマスの卵の塩漬け
 - 昨日、今日、●●●
 - カヤなどを編んで作った雨具
 - 太陽や月が輝く所
 - かかとのすぐ上にある出っ張り
 - 版木に載せた紙を上からこする道具
 - 領収書に収入●●●を貼った
- よこのカギ**
- 枕元につるしてサンタクロースを待ちます
 - クリスマスイブにフライド●●●を食べた
 - 切って植木の形を整えます
 - 時刻を知るために見ます
 - スキーヤーが足に着けるもの
 - ダイニングテーブルのこと
 - 地図記号は卍
 - の上にも三年
 - 肉はぼたんと呼ばれます
 - 気象用語では、ひょうより小粒な物を指します
 - 運転免許証や保険証で証明することも
 - 年越しに付きものの麺類
 - 16世はマリー・アントワネットの夫

先月号の答え

リ	ツ	ト	ウ	ス	ス
キ	ノ	ウ	ザ	イ	ル
シ	カ	シ	コ	メ	
キ	ン	キ	ヨ	ウ	
キ	ン	ソ	ウ	ギ	
シ	ロ	ミ	ナ	イ	ヤ
ユ	ウ	ア	シ	ガ	ラ

ツルシガキ

廃棄農薬回収のお知らせ

納屋や倉庫の奥に「有効期限の切れた農薬」「使わなくなって処分に困っている農薬」「ラベルがはがれ、使い方がわからない農薬」はありませんか? JA多気郡では毎年皆様が処分に困っている農薬を、有償ではありますが低料金で収集(回収)し、適正に処分しておりますので是非ご利用ください。
(注)農薬の不法投棄は、法律で固く禁じられておりますので、ご注意ください。

下記のポイントを厳守し、正しい収集処理にご協力をお願いします。

- 正しく分類し、農薬がもれないように段ボール等に入れて持参してください。
(ア)処理方法・回収経費が違う為、9分類に分けてください。
(イ)収集場所までの輸送中に農薬がもれないようにしてください。
(特に開封品の粉粒剤はビニール袋に入れ、液剤はキャップのふたを必ずしてください。)
- 回収経費(税込価格)
- 処理経費の支払方法
収集(回収)当日に現金でお願いします。
- 回収日時
平成28年1月19日(火)
午前9:00~12:00
- 回収場所
各営農センター、丹生店、大台東部店
(ア)収集場所では、係員の指示に従い、分類・計量等の確認を受けてください。
(イ)搬入当日は、必ず印鑑を持参ください。

【1】粉・粒・水和剤・燻煙剤類	240円/kg
【2】農薬空容器(紙・塩ビ・ラミネート空袋)	240円/kg
【3】乳・液剤	240円/kg
【4】農薬空容器(ガラス瓶・缶類)	240円/kg
【5】農薬空容器(プラスチックボトル)	390円/kg
【6】クローロピクリン剤・ドロクローロ類	1,300円/kg
【7】PCP類	540円/kg
【8】臭化物	1,950円/kg
【9】大型缶液類	240円/kg

※分類ごとに計量し、1kg未満の端数は全て切上げとします。 ※計量重量は梱包ダンボールを含みます。 ※水銀農薬及びPOPs農薬は処理できません。

※以下の場合はお持ち帰り願います。
①収集日及び収集時間以外に搬入した場合。
②正しく分類・箱詰めされていない物。
③容器が破損して輸送中にもれが生じる物。

お問い合わせは最寄りの営農センター・店まで