

農をつなぐ

はばたき

令和8年

10月

No.444



いつも元気いっぱい!
沢山食べて笑ってすくすく育ってね😊
《おとうさん、おかあさんから》



多気町片野

のろ
野呂

しの
梓乃ちゃん

あいと
歩叶くん

JA多気郡
マスコットキャラクター
たきモ



育てたい夢、応援します

JA多気郡

LINEお友だち
登録してね!



ホームページ
はこちらから



各地で令和8年産米の収穫が始まりました

今年は田植え時期の気温が安定していたため順調に作業が進み、5月に入ってから気温が高く推移したことで生育が促され、平年よりやや早く収穫が開始されました。

営農センターや営農部の職員が連日荷受け作業や検査にあたったほか、他部署の職員も加わり、一丸となって集荷作業を行いました。



検査



明和営農センター



南部ライスセンター



多気営農センター



8月7日

水稻「なついろ」
肥料試験圃場巡回



営農指導員は、普及センター、JA全農みえの担当者とともに管内の水稻「なついろ」の肥料試験圃場を巡回し、生育状況を調査しました。稲の稈長や穂長、穂数を測定したほか、一定面積の稲を刈り取って収量を調べる「坪刈り」を実施。生育具合を確認しながら、測定数値を記録しました。

8月4日

ゆず巡回



生産者をはじめ、大台町役場や普及センターの職員、営農指導員らが参加し、令和5年以来約3年ぶりとなる、ゆずの圃場巡回をしました。樹の状態を確認しながら、剪定方法や管理方法などについて意見を交わし、生産性向上に向け情報を共有しました。9月には宮川地区の各圃場を巡回する予定です。

8月18日

白ねぎ栽培 研修会

4 質の高い教育を
みんなに



8 働きがいも
経済成長も



営農担当職員と普及センターの職員が、白ねぎ栽培研修会を実施しました。定植後の栽培管理や病害虫の防除について説明し、生産者と現在の生育状況や栽培上の注意点などを確認しました。研修会後には、白ねぎの試験圃場を訪れ、品種ごとの生育状況を確認しました。

8月18日

水稻種子圃場 巡回

2 飢餓を
ゼロに



12 つくる責任
つかう責任



営農指導員が普及センターの職員とともに、水稻種子圃場を巡回しました。ここでは食用米ではなく、次年度の栽培に使う種子用のコシヒカリを育てています。巡回では、稲の生育状況などを入念に確認。生育は順調で、懸念される夏の暑さによる高温障害の影響も比較的少ないと見込まれています。

8月19日

白ねぎ巡回

2 飢餓を
ゼロに



12 つくる責任
つかう責任



営農担当職員と普及センターの職員が、管内の圃場を巡回しました。概ね順調に生育していましたが、品種によって生育に差が見られる圃場もありました。職員らは、生産者から農薬の散布状況などを聞き取りながら、病害虫防除に使用する農薬や散布時期、肥料を与えるタイミングについて指導を行いました。



8月21日

令和7年度伊勢いも品評会入賞者表彰

2 飢餓を
ゼロに



12 つくる責任
つかう責任



伊勢いも部会の総会が行われ、品評会で入賞された方の表彰式を執り行いました。金賞の三谷嘉夫さん、銀賞の中西芳明さん、銅賞の長井孝代さんに、それぞれ表彰状が贈られました。



金賞 三谷嘉夫さん



銀賞 中西芳明さん



銅賞 長井孝代さん



8月19日～21日

かぼちゃプリンと摘果みかんジュース作り

多気勢和支部でかぼちゃプリンと摘果みかんジュース作りを開催し、延べ29名が参加しました。かぼちゃプリンは素材の甘みを活かした濃厚な味わいに。摘果みかんジュースは管内の組合員様から提供いただいたみかんを使用し、すっきりとした甘さで飲みやすい仕上がりとなりました。持ち帰ったジュースはご家族にも大好評で「美味しくてすぐに無くなった」と嬉しい声が寄せられました。



一つひとつ
丁寧に絞ります♪



8月25日

レジンアクセサリー講座 明和支部・多気勢和支部

明和支部と多気勢和支部で、体験型の動画講座「JAサテライトプラス」を活用したレジンアクセサリー講座を開催しました。19名が参加したこの講座では、キーホルダーとマグネット作りに挑戦。たくさんのパーツを前に、どれを使おうか迷いながら思い思いの作品に仕上げました。完成後には、お互いの作品を見せ合うなど、和やかな雰囲気の中で講座を楽しみました。



レジンアクセサリー講座を開催しました!



本店

多気支店

大台支店

8月21日、26日、27日の3日間、本店、多気支店、大台支店で「レジンアクセサリー講座」の第2弾を開催しました。今年度より導入した「JAサテライトプラス」を活用し、実演動画を見ながら、レジンを使ったキーホルダーと農産物をモチーフにしたマグネット作りに挑戦。職員も参加者と一緒に手順を確認したり、作り方を伝えたりしながら講座を進めました。前回よりも細かな作業が多い中、参加者はパーツの配置などを工夫しながら丁寧に制作し、きらきらと輝く自分だけの作品を完成させました。

第1弾、第2弾ともに多くの方にご参加いただき、誠にありがとうございました。



国産を語ろう

毎年10、11月は国産国産月間です。

アイズ監製/管理栄養士・小嶋純美

国産国産とは、「私たちの国で消費する食べ物は、できるだけこの国で生産する」という、JAグループのメッセージ。

この期間は、食や農に関心を持ってもらえるよう、全国各地でイベントやキャンペーンが行われます。

食の未来を自分ごととして捉え、国産を選ぶ価値を考えてみませんか。

人にしゃべりたい

細かすぎる

農畜産物クイズ



©みんなの食プロジェクト

Q1

良質のタンパク質を含むとされるのはどちらでしょうか？

- A 米
B 小麦

Q2

ブドウの最も甘い部分は次のどこでしょうか？

- A 房の上の部分
B 房の下部分

Q3

本当にある牛肉の部位はどれでしょうか？

- A マメ
B イモ

Q4

私たちは栗のどの部分を食べているのでしょうか？

- A 果肉
B 種

Q5

乳牛・ホルスタイン1頭から1日に搾れる牛乳の量は？

- A 平均10〜15L
B 平均20〜30L

Q6

人と豆には共通するあるものがあります。それはどこでしょうか？

- A □
B へそ

Q7

お茶には、抹茶や緑茶、紅茶などの種類がありますか？

- A 木の種類の違う栽培管理や製造過程が違う
B 栽培管理や製造過程が違う

Q8

シイタケにはビタミンDが豊富に含まれているといわれますが、さらにビタミンDを増やす工夫はどれでしょうか？

- A 日光に当てる
B じっくり火を通す

Q9

同じ作物を同じ土地で何年も連作したときに発生する病害や生育障害を連作障害といいます。ほとんどの作物で発生しますが、連作障害が起きにくいとされる作物があります。どれでしょうか？

- A 水稲
B 小麦

Q10

サツマイモの花とそっくりな花があります。それはどれでしょうか？

- A バラ
B アサガオ

解説

- ①食品に含まれるタンパク質の質を100点満点で評価する「アミノ酸スコア」は、精白米が80、小麦が42です。米と大豆や肉、魚を組み合わせるとさらにバランス良く栄養をとることが出来ます。
- ②ブドウは房の上側（軸の方）から甘くなり始め、成熟が進むにつれて下側も上側の糖度に追いついていきます。
- ③牛の腎臓は、豆がブドウの房状に集まったような見た目から「マメ」と呼ばれています。しこしことした歯応えが特徴です。
- ④栗の茶色く堅い「果皮」が果肉、とげとげの「いが」は皮に当たります。
- ⑤乳牛1頭からは1日に約20〜30Lの牛乳が搾られます。乳牛は出産後、毎日搾乳しないと乳房炎という病気にかかってしまうため、1日に2回など欠かさず搾乳が必要です。
- ⑥人のへそはへその緒が取れた跡で、母親から栄養をもらっていた場所です。豆のへそも細い管でさやとつながっていて、そこから栄養をもらって大きくなります。
- ⑦緑茶・紅茶・抹茶は同じ「茶の木（チャノキ）」の葉から作られますが、製造方法や栽培方法が異なります。紅茶は収穫した茶葉を発酵させて作り、抹茶は収穫前の20日ほど日光に当てずに栽培した茶葉を粉末にします。
- ⑧生シイタケは日光に当てるとビタミンDが増え、香りも増します。食べる前に1、2時間軽く干しておくと効果があります。
- ⑨水田は水を張ることによって養分が補給され不要な成分が流される他、有害な微生物や虫が減るため、連作障害が起りにくいといわれています。
- ⑩サツマイモとアサガオは、どちらもヒルガオ科サツマイモ属の植物で、花や葉がよく似ています。サツマイモの茎をアサガオに接ぎ木すると、アサガオの花が咲くといった面白い特徴もあります。

- B ⑩ A ⑨ A ⑧ B ⑦ B ⑥
B ⑤ B ④ A ③ A ② A ①

解説

食えることは、未来を選ぶこと

普段の買い物や食事の選択は、私たち自身だけでなく、次の世代の「食の未来」にまで影響します。日本は現在、食料の約6割を海外からの輸入に頼っています。もし輸入が止まったら——。そんなリスクを減らすために今、進めたいのが「国消国産」です。

「災害に備える」ように

「国消国産」運動を進める背景には、日本の食料事情があります。日本の食料自給率はカロリーベースで38%と、先進国の中でも低い水準にとどまっています。食料は輸入に依存しているのが現状で、国際情勢によっては突然、輸入が止まるというリスクを抱えています。

しかも、日本の農業は生産者が減り続けており、食料が必要になってもすぐに十分な量を生産できる環境ではありません。

「災害に備える」ように、普段から国産を選ぶことが、将来の食料を守る行動になるのです。

地産地消は国消国産の原点

「国消国産」と似た言葉に「地産地消」があります。地域で生産されたものをその地域で消費する取り組みです。

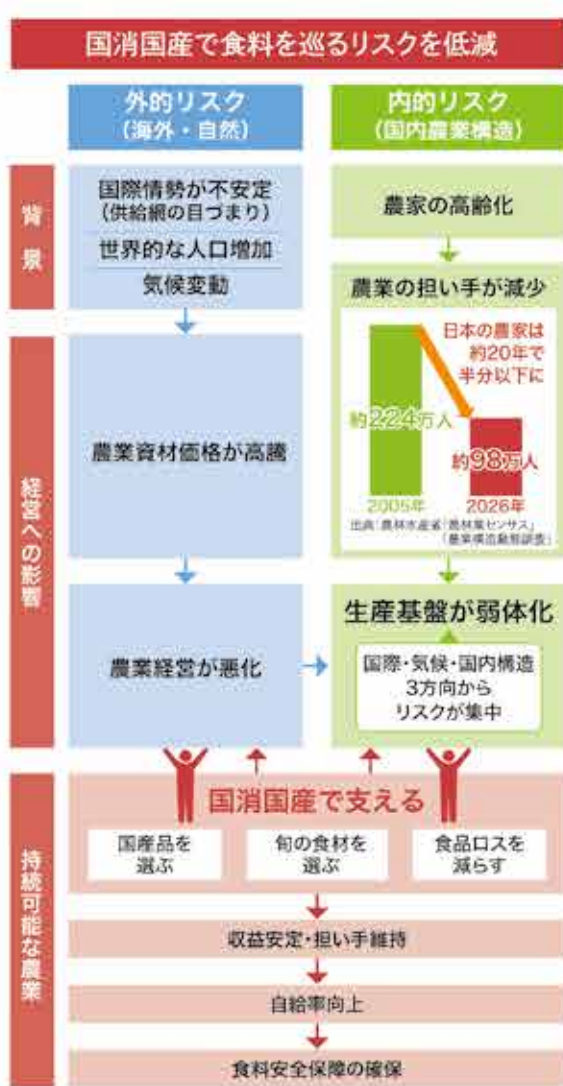
「地域で取れたものを食べる」「JA直売所で買う」「売り場で国産を選ぶ」「外食の時に国産食材を使っているお店を選ぶ」——。その積み

重ね、その行動こそが国消国産となります。地産地消は、農畜産物の輸送距離が短く新鮮で環境負荷が少ないなどのメリットがあります。

「選ぶ」ことがすてに「行動」

野菜や肉を購入するときは産地表示を確認し、できるだけ国産品を選ぶこと、外食や加工食品でも国産原料に注目することが大切です。

旬の食材を選ぶことも有効です。旬の農畜産物は国内で安定して生産されることが多く、価格も比較的手頃で、味や栄養価も高い傾向があります。さらに、食べ残しを減らす「食品ロス削減」も重要です。せっかく生産された農畜産物を無駄にしないことも、農業を支える行動につながります。日々の小さな選択が、未来の食を守る力となるのです。



10月16日は「国消国産の日」 国消国産月間はキャンペーンいろいろ

JAグループは国連の「世界食料デー」に合わせ、毎年10月16日を「国消国産の日」としています。また、10、11月の「国消国産月間」の期間中は、①JA直売所を複数回訪問すると全国の農畜産物が当たる「JA直売所キャンペーン」や、②JA全農の通販サイト「JAタウン」ではお客さまの送料負担なしとなる「JAタウンキャンペーン」——など、JAグループ各組織がイベントやキャンペーンを展開します。10月3日(土)には東京都内で大都市圏の消費者を対象にイベントを開きます。

スマイル 多気郡 農産物直売所

採れたて農産物を
紹介します!

多気郡産の農産物を

「食べて応援」「作って応援」

今月のおすすめ商品「シイタケ」



うま味のもとグアニル酸 天日干しでビタミンDもアップ

天然の原木栽培と菌床栽培があり、近年の主流はオガクズなどを用いて人工的に育てられる菌床栽培です。原木栽培のシイタケは春と秋に多く出回り、春は身が締まっていて凝縮したうま味を、秋は香り高い味わいを楽しめます。うま味のもとであるグアニル酸は、加熱すると増加し、香りとうま味がアップします。また、昆布やかつお節の出汁と合わせると、相乗効果でうま味が増します。生シイタケは、日光に当てるとビタミンDが増え、香りも増します。食べる前に1~2時間軽く干すだけでも効果があります。

見分け方



保存方法

生シイタケ

湿気があると傷みやすいので注意

軸を上に向けた状態で、新聞紙やキッチンペーパーで包み、口を開けたポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室で保存する

乾燥しいたけ

吸湿しやすく湿気が入るとカビが生えるため、乾燥剤の入った密閉容器に入れて冷暗所または冷蔵庫に入れておくことが良い

冷凍保存期間は約1か月

すぐに使い切れない場合は、丸ごと、またはかさと軸を切り離し、使いやすい大きさに切り、保存袋に入れて冷凍するとうま味成分が出やすくなり、味が良くなる。

楽しみ方・食べ方のコツ



生シイタケは食感や風味を味わうのに適している。ソテーや揚げ物、炒め物などにして食感を楽しもう。乾燥しいたけは香りやうま味が凝縮されていて、水で戻すだけで調理でき、大変便利。煮物やちりしずし、汁物などに使うのがおススメ

生シイタケ

原木栽培は要チェック
ひだの部分にゴミが付いていることがあるよ

乾燥しいたけ

戻した水は捨てずにだしとして料理に使う



水で洗うとうま味や風味が流れてしまうので、洗わないのが原則。汚れが気になる場合はふきんなどで軽く拭くか、湿らせたペーパータオルで拭くと良い

軽く洗ってから水に漬けて戻す。低温で時間をかけるとうま味成分が増加するので、時間に余裕を持って準備を5~6度で8時間以上が理想

天気のいい日に天日干し!



生シイタケも乾燥しいたけも、調理前に時間ほど日光に当てるとビタミンDがアップ、うま味も増すといわれている



軸も食べることができ、先端の石突きをカットして調理しよう。手で裂いて汁物や炒め物などに

スマイルからお得なお知らせ

2026年10月限定

JA直売所で

JAカードのご利用で

10%割引!!



ご請求時に

PayPay がご利用いただけます!

● 農産物直売所スマイルからのお知らせ ●

今月の定休日 10月21日(水)

スマイル多気 臨時休業: 10月1日(木)・10月2日(金)
すまいる食堂 臨時休業: 10月1日(木)

ポイント2倍デー 毎週火曜日・毎週土曜日

ポイント3倍デー 定休日の翌日【今月は22日(木)】

スマイルお米の日 第1土曜日・第3土曜日【今月は3日・17日】

冬にやっておきたい土作り

提供：園芸研究家 成松次郎

最初は軟らかい土も、野菜を作り続けるうちに次第に硬くなり、水はけが悪くなって病害虫が出やすくなります。菜園に野菜が少ない冬の時期に、春に備えて土作りを始めましょう。

【水はけと通気の良い土】

根は水に溶けた酸素を吸って生長するので、水と空気が土粒の隙間を動きやすい土の構造（団粒構造）が大切です（図1）。水はけを良くするには土を深くまで耕し、下層の硬くて水の抜けにくい土層を壊します。

団粒を作るのは、砂や粘土をくっつける役割をする堆肥などの有機物です。寒起こしや天地返しに合わせ粗大な有機物（バーク堆肥、家畜ふん堆肥、落ち葉堆肥など）を混入しておきます。

図1 良い土の組成

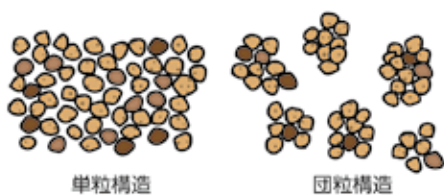


図2 落ち葉堆肥の作り方



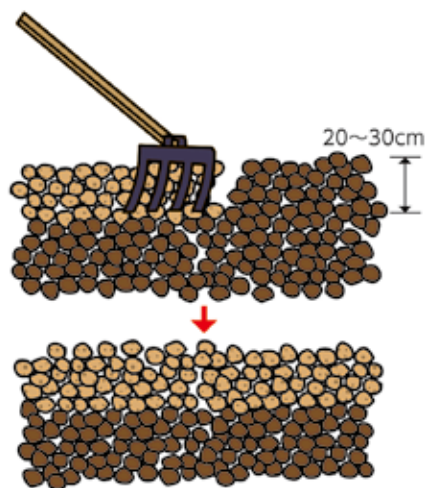
【落ち葉堆肥とは】

落ち葉堆肥は、落ち葉に米ぬかや油かす、骨粉などの有機質肥料を加えて発酵させたもので、肥料分を含んでいます。ケヤキ、クヌギなどの広葉樹の葉が柔らかく微生物により分解（発酵）されやすいため堆肥に適しています。

【落ち葉堆肥作りの手順】

①落ち葉を20cm程度の厚さに積みまします。米ぬかや油かすなど（落ち葉の重さの1〜2%程度）をサンドイッチ状に積み重ね、水をたっぷりまいて踏み固めます。②これを繰り返して1mくらいに積み上げます（図2）。③1カ月に1回程度切り返し、半年から1年程度たったら完成です。コンクリートパネルなどで囲う、壁を利用するなどし

図3 寒起こし



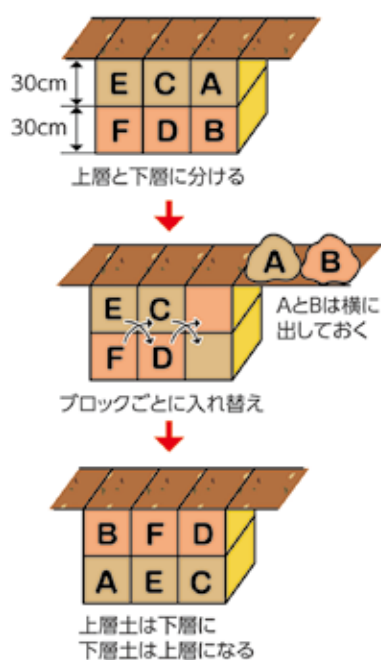
て堆肥場を作っても良いでしょう。

【寒起こし】

同じ場所では野菜を長く栽培していると、上層土には肥料などの養分が蓄積し、下層土は根が入りにくく硬くなってきます。また、上層土には土壌病原菌や有害センチュウが増えています。このような畑では連作障害が発生し、野菜の生育が悪くなります。

寒起こしは、厳寒期に菜園を表面から20〜30cm荒く掘り起こし、土の塊を寒気にさらす作業です（図3）。このとき、大きな雑草などは取り除いておきましょう。土塊に含まれる水が夜間には寒さで凍結し、日中には溶けて乾燥します。これの繰り返しで土塊が次第に崩れて、通気性・排水性が良く、農作物の根が張りやすいふかふかの土

図4 天地返しの方法



になります。害虫が寒さで死滅する効果も期待できます。

【天地返し】

普段耕す土層は軟らかくても、その下に硬い「耕盤」がある場合があります。特に、長い間トラクターのロータリーで耕やしていると、表層は耕せても、その下にはトラクターの重さで耕盤ができてしまいます。天地返しで、この耕盤を崩すことができます。

天地返しは、表面から30cm程度の上層土と、その下60cm程度までの土を入れ替える土壌改良法です（図4）。

これらの作業はきつい仕事なので、冬に行うと良いでしょう。また、連作が心配な菜園では、障害を避ける対策としても考えてみましょう。

はばたき俳壇

北村 純一 選

今月の課題(運動会・菊 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。

JA多気郡はばたき俳句教室 〒515-0321 多気郡明和町大字斎宮1831番地21

◆ 夕立を乞ふ遠山を見入るのみ	◆ 夕立や大の男が耳ふさぐ	◆ 向日葵のような笑顔の水遊び	◆ 酷暑は火柱の如くいきり立ち	◆ 黒雲の走る閃光夕立来る	◆ 大夕立暑さも怒りもひと飲み	◆ 夕立に逃げコンビニでパン一個	◆ 夕立や街の匂ひの立ち上る	◆ 肥を入れ夕立に土流れをり	◆ 夕立に洗われ光る茄子かな	◆ 夕立や道の小草も蘇る	◆ 夕立ちは通り過ぎたと風さわぐ	◆ 向日葵や右向け右と孫のこゑ	◆ 向日葵の笑顔はじけて夏元氣	◆ 会釈され向日葵の道ペダル踏む	◆ 向日葵や自由気ままに生き抜こう	◆ 向日葵や夫の退院待ちにけり	◆ 七本の向日葵活けて師を待てり	◆ ひまわりや傘寿祝ひて子ら集ふ	◆ 向日葵よ戦死は民ぞ悲懷かな	◆ 梅干せば満天の星とよめきぬ	◆ 西瓜割る前にちよこんと子等三人	◆ はらからがしかられてる夏休み	◆ 唐揚げの音に合わせて蝉しぐれ	◆ 暑い日に産声あげて仲間入り	◆ あげは蝶のんびりゆつたり舞ひにけり	◆ 縷紅草左巻きにてからみつく	◆ 盆の虹膝の痛さを忘れたり
多気 荒蒔	明和 有爾中	多気 矢田	多気 矢田	大台 下真手	大台 下三瀬	明和 上村	多気 平谷	明和 金剛坂	多気 矢田	明和 有爾中	明和 明星	兵庫 明石	明和 平尾	明和 平尾	明和 坂本	大台 栗生	大台 大井	大台 新田	明和 根倉	大台 高奈	明和 斎宮	多気 野中	多気 相可	多気 野中	明和 大淀	多気 土羽	多気 荒蒔
西村 美智子	中瀬 京子	池田 洋子	池田 洋子	山本 岩生	中西 幸子	中川 房子	良雪 雅	大田 千鶴	上田 繁良	潮田 佐藏	栗谷 勇	小田 和子	中村 貴美子	中村 敏雄	久田 千鶴	下村 好子	上平 仁美	木下 京子	中川 慎也	野村 篤子	田中 貢	浅井 たづ子	岡田 育子	筒井 みつ系	藤原 あさ子	中瀬 紀子	西村 美智子

警察からのお知らせ

【自転車利用の方へ】

自転車が盗まれる被害が急増しています。

盗まれた状況を確認すると、約8割以上が鍵を掛けずに駐輪し、盗難被害に遭っています。

大切な乗り物を守るために、駐輪をする際はわずかな時間でもしっかり鍵をかけること、可能であれば2つ以上の鍵をかけることを心掛けましょう。

必ず!施錠を

そのほか、安全な自転車利用をする上で気をつけて欲しいこと

- 携帯電話を使用しながらの運転は道路交通法で禁止されており、違反者には罰則があること
- 自転車に乗るときはヘルメット着用の努力義務があること

事故を起こさないため、また、事故の際に身体を守るため、交通ルールを遵守してください。

松阪警察署:0598-53-0110

大台警察署:0598-84-0110

◆ 庭の柿
かじりボイボイ 猿二匹
〈多気町 中瀬 紀子さん〉

◆ 布団干す
ポッカポッカで 又シャワー
〈明和町 辻 秀子さん〉

◆ いつまでも
心の熱い 昭和の子
〈多気町 森田 堅三さん〉

◆ 星月夜
眺めて孫と 読む絵本
〈兵庫県 小田 和子さん〉

◆ 米価格
下って良いやら 悪いやら
〈明和町 中村 敏雄さん〉

◆ じいさまに
老々介護 目であいず
〈多気町 河合 眞澄さん〉

◆ 漢字書き
今はスマホに 確認す
〈明和町 中村 貴美子さん〉

◆ 獅子舞に
頭噛まれて 愚け封じ
〈多気町 宮前 邦子さん〉

◆ へばりつく
残暑を剥がす ように掃く
〈兵庫県 小田 慶喜さん〉

◆ 身のまわり
日に日に増える 様式に
〈多気町 筒井 みつ系さん〉

おもしろ川柳

◆ 梅雨明けし
蝉の合唱 賑やかや
〈多気町 地主 嘉子さん〉

◆ 白い歯や
笑顔零れる 球児かな
〈明和町 平野 たかよさん〉

◆ 何食べた
子猿がスキップ して通る
〈多気町 床鍋 郁子さん〉

◆ アイスとは
氷のことか ねだられて
〈多気町 小林 昭示さん〉

◆ 若返り
孫とカラオケ 来年も
〈多気町 西村 美智子さん〉

◆ タビを
待てどくらせど こぬ畑
〈明和町 藤原 あさ子さん〉

◆ モロヘイヤ
摘まねばネバネバ ネバつかず
〈明和町 中山 幸子さん〉

◆ 久しぶり
ラジオ体操 アイたた
〈明和町 久田 千鶴さん〉

《募集》日々の出来事を川柳にして、一人一句を楷書で記入し、20日までに下記までお送りください。(JA多気郡企画管理課) 〒515-0321 多気郡明和町大字斎宮1831番地21 ※応募作品は、本人が制作した未発表のものに限ります。

※加筆・修正を行った上で掲載することがあります。

Q. 離婚を考えていますが、今年の4月から共同親権の制度ができたと聞いています。今後は、共同親権が原則で、離婚後も、もう1人の同意が必要になるのでしょうか。

A. 長らく離婚に際しては、未成年の子について、離婚後に父か母のどちらかの単独親権とする制度が続いていましたが、令和6年5月の民法の改正により、令和8年4月1日から、離婚後も父母双方が親権者となる共同親権を選択することができるようになりました。このことから、今後は、離婚後も共同親権が原則になるのではないかと、日常のあらゆる事項に元配偶者の同意が必要になるのではないかと考える方もいらっしゃるかもしれません。

しかし、法務省の見解及び改正法をみても、共同親権、単独親権のどちらかを原則とするものとはなっていません。そして、監護及び教育に関する日常の行為については、単独の親権者で決定できるとされています。単独の親権者で決定できるものとしては、例えば、食事や服装の決定、子が通う学校との各種対応、子の習い事の選択、短期間の旅行、簡易な医療行為の決定、通常のワクチン接種、高校生の放課後のアルバイトの許可などが当てはまると考えられています。

その他、他の一方が親権を行うことができないとき、子の利益のため急迫の事情があるときなども、単独で親権を行使できるものと法律で定められており、場合によっては、協議が整わない事項について、家庭裁判所に単独で親権を行使できると決めてもらうこともできます。共同親権の制度ができたことにより、協議離婚をする場合は、親権者を定めなくとも離婚の届出をすることができるようになりました。ただし、親権者の指定を求める家事審判又は家事調停の申立てをしておくことが必須となります。

離婚をすること自体はお互いに納得しているけれども、親権者をどうするのかだけまともでない場合に、親権者の点が必ず決着がつく手続(審判又は調停)をとっておくことを条件として、協議離婚が認められるようになっています。

親権の話からは少し変わりますが、今回の改正で、法定養育費制度も新たに規定されました。これにより、離婚時に取り決めをしなくても、暫定的に月2万円の養育費を請求できるようになりました。養育費については、一般先取特権が付与されたことや、収入・資産の開示命令制度が導入されるなど、支払いを確保する手段が拡充されています。

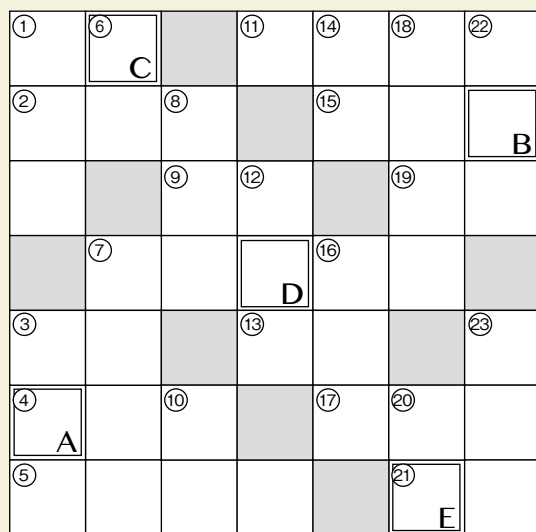
地産地消 はばたきクイズ クロスワードパズル

クイズに正解して
多気郡の農産物を
GETしよう!!



正解者の中から
3名様に
「次郎柿」
をプレゼント!

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?



答え
→ A B C D E

《応募方法》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、JA多気郡企画管理課 〒515-0321 多気郡明和町大字斎宮1831番地21までお送り下さい。なお、当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。★LINEのトーク画面・HPの応募フォームからもご応募いただけます★
《個人情報取扱について》ご記入いただきました個人情報は、プレゼントの発送以外には使用いたしません。

よこのカギ

- ① ○○食えば鐘が鳴るなり法隆寺(子規)
- ② ヒトコブだったリフタコブだったリ
- ③ 味噌煮にしてもおいしい魚
- ④ 元のものから分かれ出ること。
新たな問題が○○○する
- ⑤ 橋につけられた柵
- ⑦ 油絵を描くのに使う布。
画布ともいいます
- ⑨ ○○の上にも三年
- ⑪ 転居、屋移りともいいます
- ⑬ 漢字から作られました
- ⑮ 歯を抜くときにかけるもの
- ⑰ 付けている人は誰なのかが
書いてあります
- ⑲ 寺院に入るときくぐることも
- ⑳ 彼はクラスで○○を抜いて足が速い

たてのカギ

- ① おでんにつける黄色い薬味
- ③ アフリカ大陸北部に広がる
○○○砂漠
- ⑥ 仏花によく使われます
- ⑦ 運動会の競技のひとつ
- ⑧ 小豆は昔、赤い○○○と呼ばれました
- ⑩ えんべらがある魚人類
- ⑫ ダーウィンが提唱した○○○論
- ⑭ 夫の配偶者です
- ⑯ 皮がむきやすい黄色い果物
- ⑱ 秋桜ともいわれる花
- ㉑ いざというとき、体を膨らませる魚
- ㉒ 酒などを買う前に、味や香りを確認
- ㉓『考える人』で知られる彫刻家

《先月号の答え》

A B C D E
ク ツ フ ム シ



LINE



応募フォーム



三重県産農畜産物 応援レシピ

レシピ考案
学校法人大川学園
三重調理専門学校
大川円先生

小松菜の信田あえとナムル



(写真左が信田あえ、右がナムル)

〈小松菜の信田あえ〉

材料4人分

- 小松菜 …………… 1束
- ニンジン …………… 1/4本
- 油揚げ …………… 2枚
- すりごま …………… 大さじ2

〈A〉

- 水 …………… 50ml
- 砂糖 …………… 大さじ2
- しょうゆ …………… 大さじ2
- みりん …………… 大さじ2
- 和風顆粒だし …… 小さじ1

作り方

1. 小松菜は根元に十字の切り込みを入れて、ボウルに入れた水の中で洗います。
2. 鍋に湯を沸かし、塩をひとつまみ入れ、小松菜を根元から入れてゆでます。(根元約20秒、全体を入れて約1分)
3. 2を氷水でさっと冷やします。(緑色を美しく保ち、シャキシャキ感を出す)
4. 油揚げは熱湯をかけて油抜きし、短冊切りにします。
5. ニンジンを短冊切りにし、5分ほどゆでておきます。
6. 4の油揚げをAと一緒に鍋に入れ、汁気がなくなるまで煮詰めます。
7. 小松菜を手で絞り、3cm程度の長さに切ります。
8. 小松菜、ニンジン、6の油揚げとすりごまをあえます。

〈小松菜のナムル〉 材料4人分

- 小松菜 …………… 1束
- ハム …………… 2枚
- エノキタケ …………… 1/3袋

〈A〉

- しょうゆ …………… 大さじ1
- 酢 …………… 大さじ1
- 砂糖 …………… 大さじ1
- ごま油 …………… 大さじ1
- いりごま …………… 大さじ1
- 鶏がらだし …………… 小さじ1
- おろしにんにく …… 小さじ1/2

作り方

1. 小松菜は根元に十字の切り込みを入れて、ボウルに入れた水の中で洗います。
2. 鍋に湯を沸かし、塩をひとつまみ入れ、小松菜を根元から入れてゆでます。(根元約20秒、全体を入れて約1分)
3. 2を氷水でさっと冷やします。(緑色を美しく保ち、シャキシャキ感を出す)
4. エノキタケは石づきを落としてほぐし、3分ほどゆでておきます。
5. ハムは千切りにします。
6. 小松菜を手で絞り、3cm程度の長さに切ります。
7. 調味液Aを合わせます。
8. エノキタケ、ハム、小松菜を7の調味液とあえます。

シルバーセンター日記

【8月25日】

今日は夏の行事、小規模多機能型居宅介護事業所でミニ夏祭りを行いました。内容は輪投げと魚釣り。個々に点数をつけて皆さんに競い合っていたできました。輪投げのルールは1つ入れれば50点で、10個の輪っかをポールめがけて投げてください。「ヨイショ!」「エイッ!」「それー!」とスタッフの応援で元氣よく輪が飛んでいきます。点数が入るたびに歓声があり、得点できた時の笑顔はとても素敵でした。

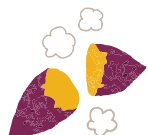
「前!前!横!横!頑張っ!」と声援の中、時には「それ魚じゃない!」とキリンを釣ってしまった。皆さんとの楽しい時間はあっという間でした。合計得点を発表すると「すごい!」という歓声と大きな拍手があり、金銀銅のメダルをプレゼントさせていただきました。

おやつの時間では、プリンに生クリームとみかんをトッピング!体を動かした後の甘いものは一段と美味しいと大好評でした。行事の終わりに、お一人ずつ写真を入れ装飾した、職員手作りの素敵なキーホルダーをお渡ししました。



【10月行事予定】

- ・11月の壁面飾り作り
- ・11月のカレンダー作り



厚生労働省 令和8年度
農林業職場定着支援事業（農業雇用改善推進事業）

農林水産省 令和8年度
農業経営・就農支援体制整備推進事業

農家のための雇用と 労務の基礎研修2026

- 日程／2026年11月30日（月）
- 時間／13:30～16:30
- 会場／三重県農業大学校 2階大教室
（松阪市嬉野川北町530）
- 対象／農業者・関係機関職員 等
- 申込締切／11月20日（金）
- 参加方法／会場参加またはオンライン参加（zoomを予定）

受講無料
定員／50名

第1部

13:35～14:50「人が辞めない!人が集まる!農業経営の作り方」
講師／橋本将詞社会保険労務士事務所 橋本 将詞 氏

第2部

15:00～16:15「採用から定着につなげる農業人材マネジメント」
講師／株式会社ノースエイム 代表 宮村 昌吾 氏

お申し込み方法

- ①各JA営農部で参加申込書を手いいただくか、JA三重中央会または（公財）三重県農林水産支援センターホームページにてお問い合わせください。
- ②参加申込書をご記入のうえ、下記送付先へメールまたはFAXにてお申し込みください。

【お問い合わせ・参加申込書の送付先】

■JA三重中央会 企画総務部 企画調整課
E-mail: nogyo@jamiechuokai.jp
FAX: 059-221-0064

■（公財）三重県農林水産支援センター
E-mail: info@aff-shien-mie.or.jp
FAX: 0598-42-8221

【共催】JAグループ三重・（公財）三重県農林水産支援センター・（株）農協観光

【運営事務局】農林業職場定着支援事業（農業雇用改善推進事業）受託者 株式会社 農協観光 地域共創事業課（担当：青木）

JA多気郡・10月のイベントカレンダー

😊 スマイルポイント2倍デー
😊 スマイルポイント3倍デー

日	月	火	水	木	金	土
【燃料配送センター】 ご家庭で給湯に使用される灯油、 営農用の軽油をご自宅まで配送 いたします。 平日8:45～17:00		【携行缶(ガソリン・ 軽油)・混合缶対応】 ●真手給油所 月～土・祝日 営業時間内		1 仏滅 すまいる食堂 臨時休業 スマイル多気 臨時休業	2 大安 真手給油所感謝デー(軽油・灯油)	3 赤口 😊 ・スマイルお米の日
4 先勝 ふれあいオンステージ	5 友引	6 先負 😊	7 仏滅 ・年金友の会 ゴルフコンペ ・女性部手芸教室 (多気)	8 大安	9 赤口	10 先勝 😊
11 先負	12 仏滅 スポーツの日	13 大安 😊	14 赤口 ・年金友の会 スペシャルイベント	15 先勝	16 友引 ・女性部 お料理クラブ、 手芸教室(明和)	17 先負 😊 ・スマイルお米の日
18 仏滅	19 大安	20 赤口 😊	21 先勝 ・無料法律税務相談会 (本店10時～12時) 直売所スマイル 定休日	22 友引 😊	23 先負	24 仏滅 😊
25 大安	26 赤口 ・レインボー体操 クラブ(多気)	27 先勝 😊	28 友引 ・スマイル肉の日	29 先負	30 仏滅	31 大安 😊

農業用廃プラスチック回収のお知らせ

産業廃棄物処理規制で農業用廃プラスチックの処理にお困りの組合員を対象に、下記の要領にて回収させていただきますのでご利用ください。

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

①回収は農業用廃プラスチックに限ります。

育苗箱・肥料袋・ハウスビニール・マルチ等
土・水・水滴・作物等を混入させないでください。
農薬のプラスチック容器は回収できません。

②なるべく小さくまとめて下さい。

「バラバラ」にならないようにお願いします。
風などで飛ばされないよう処理をお願いします。

③印鑑を持参して下さい。

(朱肉印をご用意下さい。※シャチハタ不可)

回収した廃プラスチックはマニフェスト制度(産業廃棄物管理票)により適正に処理します。そのため皆様より委任状をいただく事になります。

印鑑がない場合は、処理をお受けできません。

※お願い

- 収集場所では係員の指示に従い、スムーズな収集にご協力ください。
- 計量はトラックスケールで行います。運転の不安な方は係員へお伝えください。

④処理経費及び支払方法

回収当日に、現金でお願い致します。

【150円/kg(税込) 見込み価格】

⑤回収日・場所

令和8年11月14日(土)

明和営農センター ☎0596-52-3047

※明和地区以外の方もご利用いただけます。

※多気営農センターでの回収につきましては、令和9年2月を予定しております。日程が決まりましたら、はばたきに掲載させていただきます。

⑥回収時間

午前9時から午前11時まで



お問い合わせは最寄りの
各営農センターまで



**定期配達
いたします!!**

ご注文
お問合せ

明和地区、多気地区、勢和地区

0598-39-3672

大台地区、宮川地区

0598-76-1154

お気軽にお問い合わせください

ふれあい農園利用者を募集中!

JA多気郡ふれあい農園では、利用者をお大募集しています! 食育を兼ねて、お子さんと一緒に野菜作りをしたり、リタイア後の楽しみに、家庭菜園にチャレンジしませんか?

※仮設トイレ・水道完備 ※先着順となりますので、お早めにお申込み下さい。

《農園住所》三重県多気郡明和町金剛坂水落戸

《問合せ先》明和営農センター ☎0596-52-3047

区画数

50区画 (1区画30㎡)

年間使用料
(税込)

6,000円/1区画
(2区画目より4,000円)



2人に1人^{*} が “がん”になる時代



それは、あなたと大切な人のどちらかが、がんになる可能性があるということです。
不安を少しでも取り除くための第一歩は、がんについて正しく知ること。
あなたと大切なご家族を守るために、今から、がんと向き合ってみませんか？

※出典：国立がん研究センターがん情報サービス

すべての方に知ってほしい“がん”のこと



4つのポイントを
特設サイトで
今すぐチェック！



チェック
1

今と未来のがんリスク Q
私のがんになる確率って？

チェック
2

がん治療の今 曲
必ず知っておきたい、がん治療の変化

チェック
3

がん治療とお金 \$
がん相談員が解説！ がんとお金のリアル

チェック
4

選ばれている！ JAのがん共済 手
がん治療の変化にしっかり対応

がん共済

— 今、ここから。がんと向き合う第一歩を —