

もっと!

Motto! JA Hiroshima

JAひろしま

2024
4
No.013

組織機構の変更について

地域に根ざす協同組合を目指して

特集

CONTENTS もくじ

- 2 **特集** 地域に根ざす協同組合を目指して
組織機構の変更について
- 4 輝く農業人
- 6 JAひろしまトピックス
- 8 イチオシ!トピックス
暮らしのヒント
- 9 Oh! 農 Our High School
-広島県立吉田高等学校-
- 10 ここまるが行く!
-西条支店・となりの農家黒瀬店-
- 12 健康ひろば
- 13 Information JAひろしまからのお知らせ
- 14 みなさまからのお便り BOX
・クロスワードパズル
- 16 今月のイ・チ・オ・シ レシピ

地域に根ざす協同組合を目指して 組織機構の変更について

J Aひろしまは、組合員・地域住民のみなさんに寄り添い、将来にわたって安心してご利用いただけるJAを目指し、事業展開に取り組んでいます。2024年度の組織機構の変更などについて、ご紹介いたします。

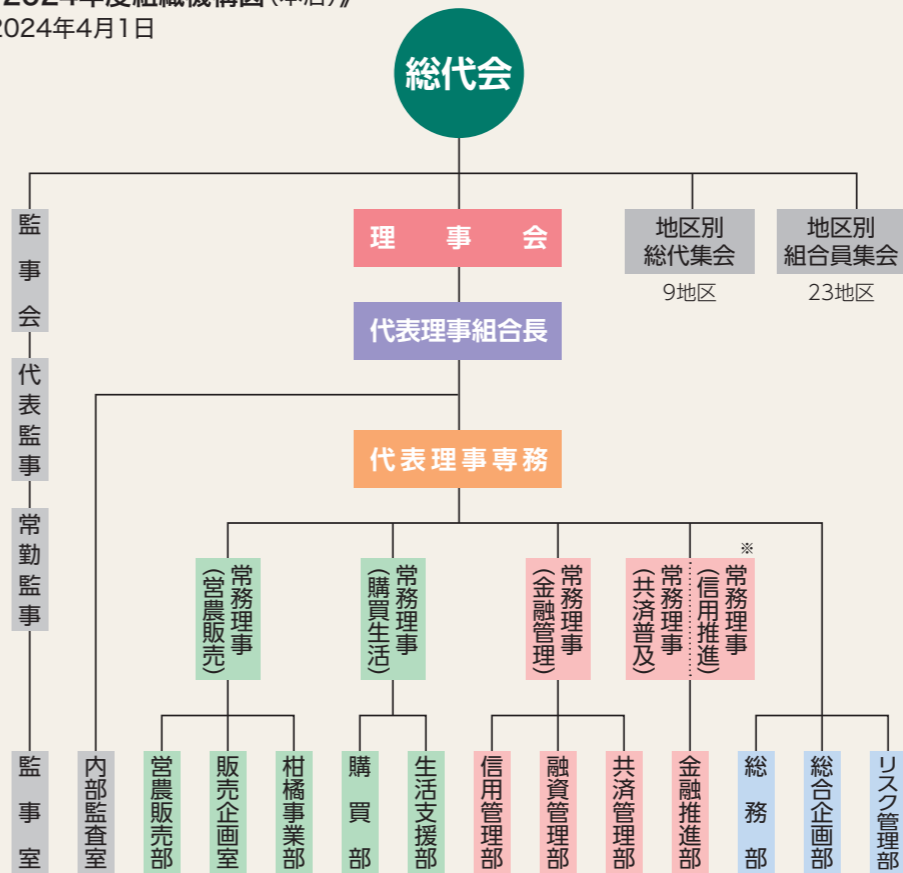
本店の取り組み

柑橘事業本部を柑橘事業部に改組し、柑橘が主軸の呉地域、芸南地域、三原地域に事務所を設置して、農業振興に努めます。

また、金融共済に関する管理部を、信用管理部と共済管理部の2部体制にし、信用事業と共済事業の推進部署を金融推進部に統合することで、一層の組合員、利用者保護に努めて参ります。



《2024年度組織機構図(本店)》
2024年4月1日



※2024年6月の総代会をもって、共済普及担当常務理事と信用推進担当常務理事は、金融推進担当常務理事となります。

また、女性部活動も地域によって、支店単位の活動や地域単位での活動などさまざまです。組合員のみなさんや女性部員の方々が今まで通り活動できるように、地域に事務局機能を残します。

組合員、地域利用者とJAをつなぐふれあい活動は、組合員などの意見反映を行なう重要な役割を担っており、面談率の向上に取り組みます。

Table listing branch locations in 三次地域 (Sanji), 庄原地域 (Shiobara), and 安芸地域 (Anki).

Table listing branch locations in 芸南地域 (芸南), 三原地域 (三原), and 広島北部地域 (広島北部).

Table listing branch locations in 呉地域 (呉), 佐伯中央地域 (佐伯中央), and 広島中央地域 (広島中央).

Table listing branch locations in 新たな支店グループ (New Branch Group) for 2024, including 佐伯中央地域 (佐伯中央) and 安芸地域 (安芸).



地域営農経済センター
地域営農本部の営農経済生活部門を地域営農経済センターに改組します。各地域の特性や地理的条件を踏まえた多様な担い手のニーズに対応し、地域農業の振興を主体的に進めます。



Q&A
Q なぜ、合併経営計画で決めたのですか。
A 総代の方々と組合員のみならず、地域を統括する統括基幹店を設置しました。

Table titled 《新たな地域営農経済拠点》 showing the transition of regional agricultural economic centers from old structures to new ones.

支店の取り組み
合併初年度は、激変緩和措置として被合併JAの本所、本店に地域本部を設置し、組合員をはじめとした地域住民に密着した事業や活動を継続してきました。

2024年度からは、組合員の意見を反映させ、これまでの地域本部の一定業務を担い、地域を統括する統括基幹店を設置します。

また、支店は基幹店と一般店に分類してグループを構成し、事業や活動を展開します。

地域を統括する基幹店の設置
統括基幹店は、基幹店と一般店、さらに地域営農経済センターやアグリセンターなどの地域にある全ての組織を統括することで、組合員、利用者が今まで以上の利便性を保てるよう、統括機能を発揮してまいります。

基幹店の主な業務
組合員集会等の事務局や、総代選挙や役員選出に係る事務局は、地域単位にさまざまな考え方があつたため、熟知している職員を配置することで、スムーズな運営を行ないます。



第12回

呉市倉橋町
「青ネギ・キュウリ・ダイコン」

みずば かずひこ
水場 一彦さん(45歳)

ほっとTime

・色々な人との交流(異業種交流)

ぐっとWord

・感謝・笑顔・継続
人の繋がりを大切に、常に笑顔で物事を続ける



大須賀さん(左)と一緒に作業



業務加工用に栽培する青ネギ

呉市倉橋町の水場一彦さん(45)は、青ネギ約1.3haにキュウリ37a、ダイコン約1haなど、園芸品目の周年栽培で安定経営を実現しています。緑肥作物や肥料の畝内部分施用で環境に配慮しながらコストを削減し、環境制御装置などの最新技術も活用。農地中間管理機構を通じて農地約5haを預かり、地域の農業を支えます。

水場さんは2005年にUターン就農しました。経営基盤や地域農業の未来を見据え、法人化を決意。2019年6月に大須賀大さん(47)と農地所有適格法人(「野菜ずき人」)を立ち上げました。

露地で周年栽培する青ネギは業務加工用に「パワースリム」を栽培し、ダイコンと輪作します。土壌病害対策に耐病性などに優れたイネ科のギニアグラスを播種し、8月にロータリーですき込みます。有機物を補給し、土壌の化学性や物理性を改良します。

秋冬作のみ元肥を使い、10a当たり約20kgを畝内に部分施用。小まめな圃場巡回で生育を見極め、追肥も局所散布し肥料コストを削減します。

経営安定にJAひろしまの勧めで始めたキュウリは、2019年にビニールハウス8棟、22aを増やしました。半促成・抑制栽培を確立し、春作は4、



良品を安定出荷し、
地域の農地を守りたい



ハウスに導入した統合型環境制御装置

7月、秋作は10〜1月に出荷。ハウス9棟15aは7〜10月出荷で作業を平準化します。

良質なキュウリ生産に九州などの産地を視察して研究を重ねます。病気や連作障害の影響を考え、品種や接ぎ木の組み合わせにこだわります。栽培管理も工夫し、「更新する下ろし」で仕立て、6節までの側枝を除去して、病気を抑えて樹勢を維持します。

統合型環境制御装置を導入し、ハウス内の温度と湿度、飽差、二酸化炭素濃度などを数値で「見える化」。週1回、葉の硝酸態窒素濃度と莖径、葉長を計り、生育を見極めて液肥希釈倍率、窒素濃度などを調整します。



キュウリ

呉市や江田島市などでは温暖な気候を生かし、半促成・抑制栽培で二期作されています。みずみずしさと歯応えが特徴です。



キュウリの選果機

水場さんは「多くの人に支えられ、農業に挑戦でき感謝しかない。省力化を図りながら良品を安定出荷し、地域の農地を守りたい」と力を込めます。



ミモザの日に向け出荷ピーク



江田市鹿川地区で花卉や野菜などを栽培する田中農園では3月5日、ミモザ(アカシア)の出荷が本格化しています。多い日には1日に約2,000本を出荷します。

ミモザはマメ科アカシア属で、銀色がかった色の葉と、枝いっぱい咲かせるポンポンのような小さな花が特徴。花の盛りの時期には樹全体が黄色に染まり、周囲の雰囲気をも明るくしてくれます。近年、人気が高まるとともに街路樹や切り花などによく利用されます。

約200本のミモザを栽培する同農園では、3月8日の「ミモザの日(国際女性デー)」を前に出荷作業に追われます。蕾の状態では農業用ハウスで3、4日加温して開花させ、75cmに切りそろえて出荷します。

田中智さんは「ドライフラワーでも楽しめるミモザ。日頃の感謝を込めて贈ってほしい」と笑顔で話しました。



▲ミモザの状態を確認する田中さん

園児作品を掲載したカレンダーを贈る

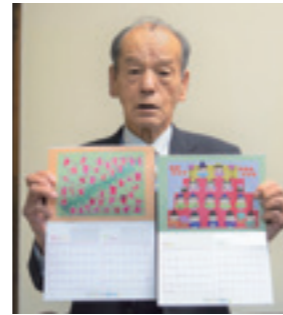


JA安芸地域本部は、次世代層の地域住民にJAを知ってもらい、親しみを持ってもらおうと、2カ月に1回、管内の園児から図画や折り紙などの作品を募集しています。

集まった作品は、支店で実施する園児作品展で展示。1年間の作品をカレンダーにまとめ、作品集にしました。来店客からは「季節ごとの作品を毎回楽しみにしている」と好評でした。

3月には、JA共済の地域貢献活動と連携し、作品を掲載したカレンダーを園ごとに作成。幼稚園と保育園など8園に計1,880冊贈りました。

JA竹之内次夫常務は「園児のみなさんが協力して作ったかわいらしいカレンダーが出来上がった。家族で楽しんでほしい」と話しました。



▲カレンダーを紹介するJA竹之内常務

日頃の取り組みを発表 営農指導員交流会



JA広島北部地域本部で3月6日、JAひろしまの営農指導強化や営農指導員の資質向上を目的に「JAひろしま営農指導員交流会」を開催し、7地域の営農指導員が日頃の取り組みを発表しました。営農指導の知識や技術の共有化と、広域化した管内における指導員相互のネットワークの構築も図ります。

発表は、「広島県JA営農指導活動成果発表大会」の予選会も兼ねており、発表者は20分の発表時間にパワーポイントを活用して発表しました。

「労力削減と肥料高騰対策に向けた代かき同時浅層土中播種栽培を利用した米づくり・利用拡大」と題し発表した、西条アグリセンターの貞徳三順指導員が最優秀賞に選ばれました。



▲発表後は、営農担当者59名が情報交換を行いました

スッキリで満足 利用者の理美容ニーズに答える



三次デイサービスセンターやすらぎ館(通所介護施設)は2023年12月から、カットやパーマ、カラー等、車イスやベッドで横になった状態でも施術してもらえるなど、利用者に応じた福祉理美容サービスを受けられる機会を提供しています。

2月21日には5名の方がカットの理美容サービスを受けました。サービスを利用した竹森とし子さん(75)は「とても幸せなひと時でスッキリした。またお願いしたい」と笑顔で話しました。三次市で出張訪問理美容サービスを展開する「髪人(かみびと)」広島三次支店代表兼美容院「affetto hair(アフエット)」の代表の河野暁彦さん(55)は「施設を利用される方が通所のついでに理美容サービスを利用して喜んで頂けたら嬉しい」と話しました。



▲河野さんから理美容サービスを受ける竹森さん

3年連続「特A」広島県南部 米「恋の予感」



日本穀物検定協会が発表した令和5年産米の食味ランキングで、広島県南部の米「恋の予感」が、3年連続で最高ランク「特A」に選ばれました。広島中央地域本部は東広島市や県と連携し、「恋の予感」の生産・販売に力を入れています。

高温耐性品種「恋の予感」は、うま味成分が高く、あっさりとした味が特徴。冷めても硬くなりやすく、弁当などでもおいしさが実感できます。県産で「特A」は、令和3年、4年、5年産米とも唯一となりました。

同地域本部と同市は令和3年から、米コンテストを開くなどして市内産米の知名度向上に取り組んでいます。「恋の予感」は、肥料の比較試験をして生育に適した施肥を生産者に指導。管内産「恋の予感」のオリジナルパッケージを製作し、PRしています。



▲「恋の予感」の試験圃場で生育を調査する県の担当者ら

還付金詐欺防ぎ 警察から表彰 晴海支店



JA晴海支店は2月27日、還付金詐欺被害を未然に防いだとして、広島県大竹警察署から感謝状を贈られました。対応した瀬戸謙一副支店長が、話の内容に不審な点があったため、警察に連絡し詐欺被害を防ぎました。

瀬戸副支店長は「仕事をするうえで、常にお客様とのコミュニケーションを大切にしてきた。気軽に声をかけることによって、被害を未然に防げてよかった」と話しました。



▲表彰された瀬戸副支店長(前列右)

地域を元気に 川尻支店ふれあい委員会



川尻支店ふれあい委員会は、シイタケの原木栽培を食農教育に取り入れ、地域の活性化に取り組んでいます。

委員会では、合併前から地域を継続するための環境整備の必要性について検討し、地元を守る活動をしている農家、組合員のために、何かできることはないかの思いから、農道やため池の整備に協力しています。また、山林整備で出る木材を有効活用し、子どもたちや准組合員に農業や食べ物に興味を持ってもらおうと2023年から始めました。

前田耕壯副委員長は、「山の整備で出る木材を使い、原木椎茸の生産は、ウインウインの関係。また、イベントで実演することで、農業に興味を持ってもらい、地元の農産物を食べてもらいたい。また、人が集まることで地域を元気にしたい」と力を込めます。



▲菌打ちを実演するふれあい委員

「広島わけぎ」出荷最盛



三原市で2月下旬、「広島わけぎ」が出荷最盛期を迎えました。JA三原地域本部では、わけぎ部会に所属する44戸が約7haで栽培。今年は、生育が一時停滞し、販売にも影響を及ぼしましたが、2月の好天に恵まれて順調に回復しました。

JAひろしまとJA尾道市の共同ブランドで、特有の香りと強い甘みが特徴。一つの球根から株別れしながら成長するため、子孫繁栄の象徴として、古くからひな祭りの行事食としても好んで食べられています。



▲「広島わけぎ」を丁寧に選別する作業員

J Aは、「持続可能な農業の実現」豊かで暮らしやすい地域社会の実現「J A組織の基盤強化」に向けて、取り組みを進めています。このコーナーでは、J Aが実践している事業や取り組みから「イチオシ」を紹介いたします。

青果物集出荷作業大幅時短 アプリセンターにシステム導入

J A広島中央地域本部は、集出荷作業をデジタルトランスフォーメーション(DX)化するシステムを管内9カ所のアプリセンターに導入しました。試験運用では、生産者が出荷箱と伝票の作成にかかる時間が24%減り、J A営農指導員の集出荷業務時間も85%減るなど効果を確認しました。

システムはIT企業と共同で構築した「みどりクラウド・らくらく出荷」で、全国のJ Aに先駆けて2023年2月に大和アプリセンターに取り入れられました。システムで、生産者は、生産者番号や品目、規格、量目などの情報を書き込んだ二次元コード付きのラベルシールを発券し、出荷箱に貼付。J A職員がスマートフォンで二次元コードを読み込むと自動的に集計され、出荷データを作成できます。試験運用では、白ネギやホウレンソウ、ナスなど共同販売の5品目で検証しました。作業時間の短縮だけでなく、伝票の記載漏れや送信ミスがほぼなくなり、リスク低減にも効果がありました。

J Aは、同システムと販売先のシステムやJ Aの精算システムとの連携を計画。生産者所得の可視化や、販売代金の迅速な精算を目指します。



出荷箱に付けた二次元コードの情報をスマートフォンで読み込む営農指導員

暮らしのヒント

2024年4月1日から 相続登記の申請が義務化されました

相続登記がされないため、登記簿を見ても所有者が分からない「所有者不明土地」が全国で増加し、土地の管理不全による周辺の環境悪化や公共工事の阻害など、社会問題になっていきます。この問題解決のため、これまで任意だった相続登記の申請が義務化されることになりました。

制度の内容について確認してみましょう。

- Q1** 相続登記の申請義務化とは、どのような内容ですか？
- A1** 相続人は、不動産(土地・建物)を相続又は遺贈により取得したことを知った日から3年以内に、相続登記をすることが義務になりました。正当な理由がないのに相続登記をしない場合は、10万円以下の過料が科される可能性があります。
- Q2** 義務化が始まる前に相続した不動産は、この度の義務化の対象になりますか？
- A2** 2024年4月1日以前に相続した不動産も、相続登記をしていない場合は、義務化の対象となります。2027年3月31日までに、相続登記をする必要があります。
- Q3** 期限内の相続登記の申請が難しい場合は、どうすればいいですか？
- A3** 相続人の間で遺産分割協議が難航している場合など、期限内に相続登記をすることが難しい場合は、新たに作られた「相続人申告登記」という手続を法務局で行なうことにより、義務を果たしたとみなされます。ただし、相続登記のように、権利の取得を公に示す効果はなく、また、遺産分割協議が整った場合には、そこから3年以内に相続登記をする必要がありますので、ご注意ください。
- 詳しくは、法務局ホームページをご確認ください。また、登記の専門家である司法書士、司法書士会等にもご相談できます。



広島法務局ホームページ
<https://houmukyoku.moj.go.jp/hiroshima/index.html>

広島司法書士会 総合相談センター
(電話相談無料、面談相談(要予約) 初回無料)

広島 082-511-7196
北部(三次) 0824-63-2217
江田島 082-224-1313

Oh! 農 High School

日本学校農業クラブ連盟に加入する、西条農業高校、吉田高校、庄原実業高校では、将来プロフェッショナルとして活躍する人材育成を目指し、特色ある高校として専門教育に力を入れています。農業に関わる幅広い産業に対する知識や技術の習得に努めている高校の特色ある取り組みについて紹介します。

ジュース用ブドウ剪定 来年の実りに期待

安芸高田市の県立吉田高校アグリビジネス科の2年生12人は2月上旬、同校で商品化したジュース「青春の一滴」の原料となるブドウ「マスカット・ベリーA」の剪定をしました。次年度の2年生に栽培を引き継ぐため、生徒同士で剪定位置を確認しながら作業しました。

「青春の一滴」は、2022年に同科を中心に地域と協力して開発、販売した商品で、香料や甘味料、着色料を使わない100%ストレートジュース。道の駅や県内のイベントなどで販売し、地元の特産として人気を集めています。

同校は、10aで28本の「マスカット・ベリーA」を栽培しています。毎年2年生が1人1本の本木を管理し、授業で誘引や新梢管理、収穫など年間を通して学んでいます。

2年生の正田聖人さん(17)は、「剪定は来年の実りに大きく影響する大事な作業。今後

も品質の良いブドウが育つよう、丁寧に作業した」と話しました。



輝く農高生

【広島県立吉田高等学校】

農業に興味を持ったきっかけは？

小さいころから、畑の水やりなどで実家の野菜栽培を手伝うなかで、農業の楽しさを知り、興味を持ちました。小学生の時、校内の畑で夏野菜を育てており、水やりや草取りなどの栽培管理を積極的にしていたのを覚えています。

授業で印象に残っている出来事は？

校内で栽培するブドウの摘粒作業で、先生に「上達したね」と褒められたことが嬉しかったです。

今後の夢や目標を教えてください。

本格的な知識や栽培技術などを身に付け、ブドウ農家を目指すことです。家族や地域の方々に喜んでもらえるようなブドウをつくれるよう頑張ります！



アグリビジネス科 3年
まつもと ゆうき
松本 侑輝さん
好きな農産物
ブドウ



農業に興味を持ったきっかけは？

実家でトマトやブドウなどを栽培しており、小さい頃から作業を手伝うなかで、農業に興味を持ちました。地元では、特産ナス「狩留家なす」の栽培が盛んで、畑を継いで産地を守りたいという思いが強くなりました。

頑張っていることは？

農業関係の検定や資格を取得するための勉強です。土壤医検定や農業技術検定1級にもチャレンジしたいです。

今後の夢や目標を教えてください。

SNSなどを活用し、若い世代に「狩留家なす」を知ってもらおうことです。産地を継ぎ、生産拡大を目指して地元貢献していきたいです。



アグリビジネス科 3年
おかざき まみ
岡崎 真由さん
好きな農産物
トマト



産直Watch

今日は何しに産直市へ?

サトイモや野菜を出荷しています。今日は出荷ではなく、お花を買いに来ました。地元でとれた新鮮な野菜は、スーパーとは違う美味しさがありますよ!



生産者さん

今日は
となりの農家
黒瀬店

にやって来たよ



東広島市黒瀬町南方829-1
TEL.0823-83-2700
【営業時間】9:00~17:00
【定休日】不定休

地元の農産物だけでなく、地域のお店のお菓子やお肉、加工品も人気のお店!生産者のみなさんが直接農産物を販売するイベントを定期的に行っているよ!



生産者さん

何を出荷しているの?

サトイモやもち米粉、花木などを出荷しています。京芋など、スーパーに並ばない珍しいサトイモも出荷しています。今からの季節に、もち米粉でお餅や団子を作ってみてくださいね。



黒瀬店の魅力を教えて!

卵やネギ、豆腐など色んなものを購入しました。黒瀬店には新鮮なお花や地元の商品などが沢山あるのでいつも利用しています。



利用者さん

となりの農家黒瀬店
土田直子さん(左)、
平野晃子さん



オススメ!

「ポン菓子」たいら屋さん

地元のお米を使った玄米のポン菓子やもち麦、マカロニのポン菓子など様々な種類、味が楽しめます。懐かしい味で人気の商品です。

店舗や地域の魅力は?

東広島市の中心部に位置する西条町は、商業施設や文化施設などが充実しており、年々人口が増え続けています。本店の1階に店舗を構える西条支店は、県内JAでもトップクラスの規模を誇る店舗です。地区外からの来店も多く、多種多様なニーズに応えられるよう、専門知識の習得に努めています。

積極的に取り組んでいることや心がけていることは?



来店した方に楽しんでいただけるよう、店舗内に、お子さまが遊べるキッズスペースや、組合員や地域のみなさまの作品を展示するギャラリーを設けています。また、東広島市の一大イベント「酒まつり」では、支店駐車場を会場として出店し、地元企業などと連携して地域活性化に取り組んでいます。

「酒まつり」は
2日間で約20万人が参加する
一大イベントだよ!



おすすめスポットは?

JA全農ひろしまと共同運営し、県内有数規模の産直市「とれたたて元気市 となりの農家店」です。県内や地元の新鮮な農産物や加工品などを販売しています。市内外から訪れる多くのお客さまに、地産地消を広めている店舗です。

魅力発見

支店 interview



まつだ けんじ
松田 憲治 支店長



西条支店

東広島市西条栄町10-35
TEL:082-422-8687
FAX:082-423-4988

味噌づくりで交流しました!



JA女性部フレッシュミズ部会



JA女性部

三原地域

ここまるが取材中に会った『推し』な人や物を紹介します!
ここまるの推しフォト!



みんな
いい笑顔!

女性部平良支部のみなさんと平良支店の職員が指導しました!



おにぎりづくり教室

平良小学校
3年生

女性部のみなさんが手作りのたこ焼きや焼きそばなどを販売し、大盛況でした!



鹿川支店ふれあい感謝祭

豚汁などをふるまい、多くの来場者で賑わいました!



安浦支店ふれあい祭り

参加者のみなさん、笑顔の集合写真!



JA女性セミナー 閉講式

小学生のみなさんと『はつかいちご』のおやつを作りました!



廿日市市中央市民センター
(きちんとおやつ)

JAひろしまはつかいち苺部会

「中山間地域等直接支払交付金」および「多面的機能支払交付金」に関する振込手数料免除について

JAひろしまでは、「中山間地域等直接支払交付金」および「多面的機能支払交付金」をJAひろしま各支店へお振込みされる際の振込手数料を免除することとなりましたので、お知らせいたします。
振込手数料の免除には一定の要件がありますので、支店に備え置くチラシまたは、ホームページをご確認ください。

お問い合わせ先

ひろしま農業協同組合
信用管理部事務集中課
TEL:082-422-2176
または、各支店にお問い合わせください。

共同購入コンバインが誕生しました!!

JA全農は、全国の生産者の方からの意見などをとりまとめ、必要な機能を絞り込み、農機メーカーへ開発要求を行ないました。メーカーは、開発機を作りあげ、JA全農は生産者団体と開発要求を満たしていることを確認し、共同購入コンバインの販売を開始しました。
この度、JAひろしまも、生産者団体お墨付きの「コンバイン」を共同購入に加えまして、お知らせいたします。
詳しくは、各農機センター、アグリセンターなどへお問い合わせください。



理事会報告

令和5年度 第14回 開催日時:2月27日13:00から

付議事項

- 第1号議案 広島県常例検査の結果について 【承認】
- 第2号議案 令和5年度第3四半期決算について 【承認】
- 第3号議案 令和6年度事業計画について 【承認】
- 第4号議案 機構および経営管理規程の変更について 【承認】
- 第5号議案 建設工事規程の一部変更について 【承認】
- 第6号議案 全域選出役員候補者の推薦について 【承認】
- 第7号議案 子会社の株主総会議案及び決算状況等について 【承認】
- 第8号議案 従たる事務所(川尻支店)の住所訂正について 【承認】
- 第9号議案 信用事業方法書(為替取引)の変更および訂正について 【承認】
- 第10号議案 大口融資について 【承認】
- 第11号議案 お客様本位の業務運営に関する取組方針の策定について 【承認】
- 第12号議案 肥料・農薬価格高騰に対する見舞金支出について(取下) 【承認】

報告事項

- 1 第3四半期監事監査報告書について
- 2 反社会的勢力等にかかる対応状況について
- 3 令和6年4月実施予定の生命総合共済の仕組改訂について
- 4 理事会の決議事項の処理状況について(大口融資)
- 5 組合員の加入及び脱退の状況報告について
- 6 事業実績報告について
- 7 不適切な共済契約の事案について

ひろしま農業協同組合 本店 TEL.082-422-9595	休日・夜間に自動車事故が発生した場合 JA共済事故受け付けセンター ☎0120-258-931	キャッシュカード・通帳の紛失・盗難の場合 JAバンク広島ATMお客様センター ☎0120-577-931	相談、苦情等の窓口 本店リスク管理部 TEL.082-422-6168
--------------------------------------	---	--	---

組合員資格の変更等について 相続の発生や、転居等により組合員資格に変更があった場合は、JAへの届出をお願いいたします。

健康ひろば

緩和ケアについて

JA尾道総合病院 副院長・緩和ケア内科 則行敏生

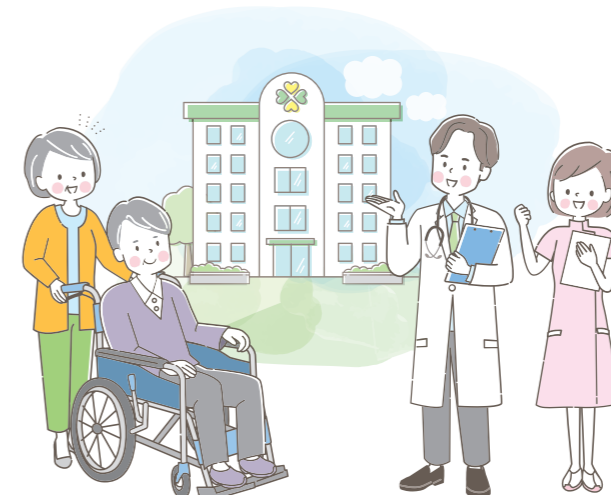
病院で「緩和ケア」を受診しようと言われたら、もう私はダメなんだとか、もう終わりだと思われていませんか？「緩和ケア」って何をするといいところかご存じですか？

世間一般的に「緩和ケア」や「医療用麻薬」について理解が広まってきていますが、まだまだ誤解や前時代的な考え方に遭遇します。

緩和ケアとは、がんや生命を脅かす疾患にかかっている患者さんや家族の方が抱える全人的問題(痛みやその他の身体的問題、心理・社会的問題、スピリチュアルな問題)について対処(治療・処置)し、苦しみを予防し、和らげることで、クオリティ・オブ・ライフを改善するアプローチです。

がん患者さんの内、50%以上のがん患者さんが痛みを伴っています。痛み以外にも食欲不振、吐気、呼吸困難などの様々な症状があります。こんな身体的問題があったら、がんをやっつける治療(積極的がん治療)に支障をきたします。また、がん治療や将来への不安があるとか、夜眠れない、何もやる気がしないなど精神的に弱ってはいよいよ日常を送ることができないですよ。積極的にがんを治療するために、より良い日々の生活をおくるために、患者さんや家族の方を支援するのが緩和ケアです。

がんや生命を脅かす疾患で治療されている方や、その家族の方で何らかの問題を抱えている方は、病院スタッフに声をかけていただき、一度緩和ケアを受けてみてはいかがでしょうか。また、病院スタッフから緩和ケアを勧められた方は前時代的な思いを持たずに受診することをお勧めします。



JA尾道総合病院
尾道市平原一丁目10-23
TEL.0848-22-8111



JA吉田総合病院
安芸高田市吉田町吉田3666
TEL.0826-42-0636



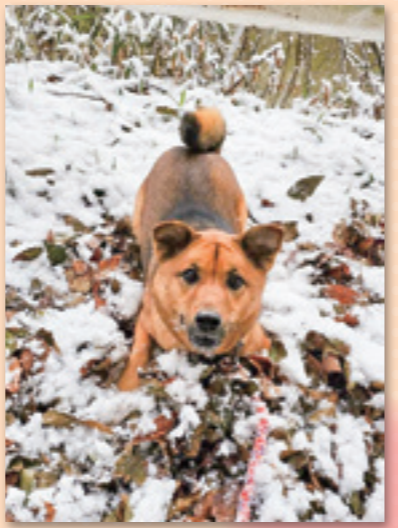
JA広島総合病院
廿日市市地御前一丁目3-3
TEL.0829-36-3111



各病院の外来診療予定は二次元コードよりご確認ください。



フキノトウの季節
庄原市 F・Nさん



犬生(?)初めての雪に
大はしゃぎ!
東広島市 N・Aさん



よっしゃ!をつかみ取って
東広島市
造賀のおばあちゃんさん

挨拶している
大根さん
呉市 F・Sさん



みなさまからの
お便り
BOX

3月号の応募いただきましたお便りの総数は
277件でした。
たくさんのお便り
ありがとうございました。

テーマ「出会」

◇別れ、出会の季節ですね。新年度の出会が楽しみです。
（庄原市 K・Yさん）

◇今年ほどんな出会があるのかわくわくしますね
みなさまがステキな出会いに恵まれますように...
（東広島市 S・Tさん）

◇コロナ禍で人の関わりが希薄になったなか、こんなステキな出会いがあるなんて感慨深いですね。
（東広島市 S・Tさん）

◇去年50歳をむかえ人生折り返しとなりました。子どもたちもあと1年の子で1年で社会人。少しで独立です。今からはいろいろな人たちやものたちとの出会いを大切にしていきたいと思っています。
（安芸郡 サーリンさん）

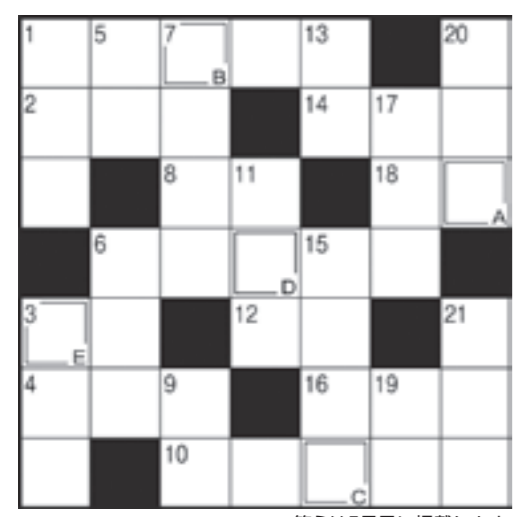
◇人生100年時代！まだまだ出会いは尽きませんね。
（安芸郡 サーリンさん）

◇もうすぐ春です。今年もどんな花と出会えるか楽しみです。お弁当持って、お花見に出かけますよ。さっそく、総領のセツブンソウを見に行きました。可愛い花でしたよ。
（山県郡 O・Kさん）

◇セツブンソウ、可愛い花ですよ。春になると各地で色々な花の開花が楽しめるので、私も出かけたと思います。
（山県郡 O・Kさん）

クロスワード
パズル (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?



※答えは5月号に掲載します。

今月のプレゼント 正解者の中から抽選で20名様に
恋の予感 キューブ米(2合分)
をプレゼント!!



- ♂ヨコワザ
- ①冬がウインターなら、春は
 - ②天ぷらやフライに付けられています
 - ③煮物を作るときにすくうこともあります
 - ④水中をふわふわと漂う生き物
 - ⑥平面は2次元、立体は
 - ⑧桃太郎がきび団子を着けていた場所
 - ⑩入学式で胸に着けるお母さんもいます
 - ⑫メジロやヒヨドリが吸うもの
 - ⑭関東——、——裁判所
 - ⑯漢字で書くと土筆。春の山菜です
 - ⑰オンの反対語
- ♀ヨテワザ
- ①ゴルフプレイヤーがカードに記録します
 - ③眠いときに出来ます
 - ⑤アマではありません
 - ⑥お花見といえばこの花
 - ⑦テレビやエアコンの操作に使います
 - ⑨お酒は飲めません
 - ⑪みそ汁の具にしてもおいしい二枚貝
 - ⑬ストレスがたまるとこぼしたくなることも
 - ⑮ダブルプレーともいいます
 - ⑰湯が冷めないよう——ポットに入れた
 - ⑲当たりかな、外れかな
 - ⑳山梨県の県庁所在地である市
 - ㉑馬に乗る人のこと

◇3月になったら田植えの準備が始まります。春が来たなど感じます。
（三原市 S・Kさん）

◇これから忙しい時期ですね。田植えの風景、風情があっても好きです。
（廿日市市 I・Tさん）

◇昨日より野菜で食材を沢山買いました。
（廿日市市 I・Tさん）

◇コロナが落ちて着いて久しぶりに行った温泉。県北でしたので雪チラチラの露天風呂。癒されました。
（東広島市 K・Yさん）

◇雪が舞う中の温泉、ステキですね。私も温泉が大好きなので、ぜひ、おすすめの場所をおしえてください!!
（東広島市 K・Yさん）

◇昨年誕生した孫2人の日々の成長をアプリで見ることが楽しくなっています。来月、飛行機で会いに行きます。楽しみです。
（山県郡 匿名希望）

◇お孫さんの誕生、誠におめでとございます!! これから歩いたり喋ったりと、成長が楽しみです。
（山県郡 匿名希望）

◇運動不足解消のため出来るだけ不便な生活を心掛けています。
（広島市安芸区 K・Sさん）

◇素晴らしい心がけ！私も見習おうと思います!! 普段からウォーキングなどで健康に気を付けていきたいですね。
（広島市安芸区 K・Sさん）

◇寒い理由に毎日こたつで猫のように丸まっています。何をやるにも、こたついしよ、こたついしよ、元気のいい人がうらやましい。
（呉市 O・Mさん）

◇暖冬といえどもやはり冬は寒い!! 動くのも億劫になってつい休んでしまっています。
（尾道市 H・Tさん）

◇いつの間にか食べなくなっていたTKG(卵かけご飯)を先日久しぶりに食べました。おいしい! こんなにおいしかったんだと。最近はおくちよく食べています。
（尾道市 H・Tさん）

◇私もよく食べちゃいます。最近アレンジTKGなども出て来て飽きません! 個人的には焼TKGが気に入っています。
（尾道市 M・Tさん）

◇「ホケキョ」春を告げるさえずりに、心まであたたかくなりますね。
（呉市 M・Tさん）

◇お互いに農業している友達。冬はよく訪れてくださるとりよめの話に花が咲く。手芸をしたりして楽しいお茶もしてネ。これもあと少し。お互い畑が待っている。
（三次市 K・Kさん）

◇冬の日の「コマ」、読むだけで楽しさが伝ってきました。これからの作業へのエネルギーチャージになりました。
（三次市 K・Kさん）

◇健康診断で悪玉コレステロールの数値が高く薬を処方されました。健康ひるば役に立ちました。ありがとうございました。
（東広島市 I・Mさん）

◇今月号もお役に立てるよう、情報をお届けしております。ぜひご覧くださいね。
（東広島市 I・Mさん）

◇県外で暮らす娘が3月1日男児を出産致しました。早く会いたい気持ちと共に「いじばあば」と呼んでくれる口を楽しみに頑張りたいと思います。
（安芸高田市 O・Tさん）

◇お孫さんの誕生、おめでとございます!! お孫さんに会える日が待ち遠しいですね。
（安芸高田市 O・Tさん）

◇私は趣味で書道教室に通っています。JAひろしま2月号で書道コンクール入賞作品を拝見することが出来、練習に励んでおられる学生さんの姿を想像し作品と合わせて感動しています。有難うございます。
（尾道市 M・Rさん）

◇お米と私、書道・ポスターコンクールともに大人顔負けの作品ばかりでした。お応募された生徒のみさんの努力が良い経験となりますように。
（尾道市 M・Rさん）

応募締切
5月5日(日)
※当日消印有効

応募方法
はがきまたはインターネットより、パズルの答え、住所、氏名(ペンネームも可)、年齢、電話番号と写真やイラスト、テーマに沿った話題や、身近で起きた出来事などを添えてご応募ください。

今月のテーマ
「私のやる気スイッチ」

いただいたお便りは5月号に掲載します

〒739-0015 東広島市西条栄町10-35
JAひろしま 総務部広報課「クロスワードパズル」係

https://jahiroshima.or.jp/8-contact
JAひろしまホームページのお問い合わせページよりご応募ください。

3月号の答え
「ウシオジル」

※投稿に際して取得した個人情報は承諾なく第三者に提供しません。※投稿は紙面の都合上、すべて掲載できません。ご了承ください。※プレゼントの当選者発表は発送をもってかえさせていただきます。



今月の
イ・チ・オ・シ
レシピ

レンジで簡単 ホウレンソウのPOTEたし



最強時短レシピ!
お好みのポテトチップスで
味変も♪

材料(4人分)

ホウレンソウ(4株) 200g
ポテトチップス(お好みの味) 適量

作り方

- ① ホウレンソウを洗い、ボウルに入れてラップをして600Wの電子レンジで2分加熱し、粗熱を取ります。
- ② 冷えたら、余分な水分をしぼります。
- ③ 食べやすい大きさに切ります。
- ④ お好みの味のポテトチップスを砕き、適量ふりかけます。
- ⑤ 味が薄いと感じた場合はふりかけるポテトチップスを増やすか、醤油をかけます。

もっと!
JAひろしま

2024
4月号
No.013

編集/ JAひろしま 総務部広報課 発行/ JAひろしま
〒739-0015 広島県東広島市西条栄町10-35 TEL.082-424-1798



ホームページ



Instagram



「地産地消」と「環境」に
配慮したベジタブルイ
ンクを使っています。