



Motto! JA Hiroshima

JAひろしま

2024

3

No.012

特集
新NISA制度
ご存知ですか

CONTENTS もくじ

- 2 **特集** 新NISA制度ご存知ですか
- 6 輝く農業人
- 8 JAひろしま今月の産直市
- 9 今月のおすすめレシピ
- 10 JAひろしまトピックス
- 12 イチオシ！トピックス
Oh! 農 Our High School
- 13 Information JAひろしまからのお知らせ
- 14 健康ひろば
- 15 クロスワードパズル・みなさまからのお便り紹介

特集

新

NISA

Nippon Individual Savings Account

制度

ご存知ですか

ライフプランの悩みに対して手助けできるのが国がつくったNISA制度です。2024年1月から、新NISA制度がはじまりました。「投資って聞くと不安もある」「よく聞くけど、今から始めても間に合うの?」など、いまさら聞けないというお悩みをお持ちではありませんか?

今月号では、NISA制度についてご紹介します。

NISA制度とは

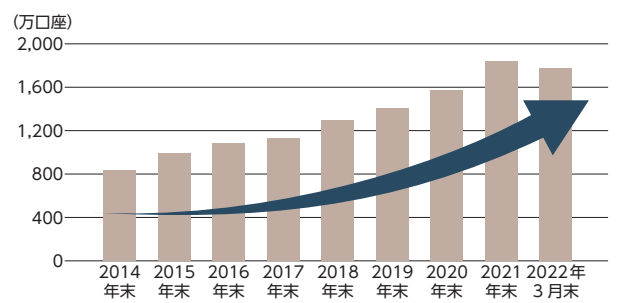
NISA(ニーサ)：少額投資非課税制度は、国民の資産形成を応援する国の税制優遇制度で、2014年1月に始まりました。

通常の証券総合口座の投資では20・315%の税金(復興特別所得税を含む)がかかります。金融機関や証券会社などで、NISA口座(少額投資非課税口座)を開設して、株式や投資信託等を購入すると、投資から得た利益に税金がかかりません。

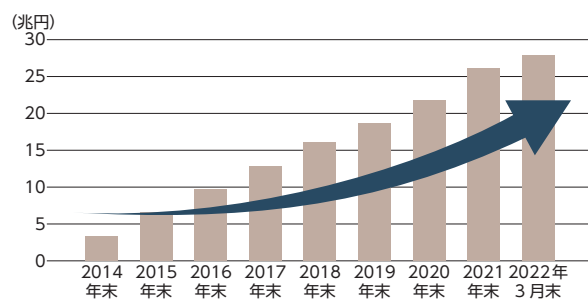
みんなやっているの?

NISA口座を保有している方は、国民の7人に1人に増えてきています。

NISAの利用状況①
(口座数の推移)



NISAの利用状況②
(買付額の推移)



(注) マイナンバー導入前に開設された口座で、非課税保有期間が終了したものを2022年1月1日をもってみなし廃止したため、2021年12月末時点に比べて口座数が減少。(出所)金融庁「NISA口座の利用状況調査」

新NISA(2024年1月~)

比較項目	つみたて投資枠	成長投資枠
POINT 1 口座開設期間	恒久化	
非課税保有期間	無期限	
POINT 2 両制度の併用	併用可	
年間投資上限枠	120万円	240万円
POINT 3 非課税額	買付残高1,800万円	
対象年齢	18歳以上(非課税口座開設年の1月1日現在)	
対象商品	旧のつみたてNISA対象商品と同様 上場株式・投資信託等 ①整理・監理銘柄 ②信託期間20年未満、毎月分配型の投資信託及びデリバティブ取引を用いた一定の投資信託等を除外	

旧NISA(~2023年12月)

比較項目	つみたてNISA	一般NISA
非課税保有期間	20年	5年
両制度の併用	どちらか一方	
年間投資上限枠	40万円	120万円
非課税保有限度額	800万円	600万円
対象年齢	18歳以上(非課税口座開設年の1月1日現在)	
対象商品	長期の積立・分散投資に適した一定の投資信託	上場株式・投資信託等

つみたてNISA

2018年1月にスタートした、特に少額から長期・積立・分散投資を支援するための非課税制度です。対象商品は、手数料が低水準、頻繁に分配金が支払われないなど、長期・積立・分散投資に適した公募株式投資信託と上場株式投資信託に限定されており、投資初心者をはじめ幅広い年代の方にとって利用しやすい仕組みです。

一般NISA

2014年1月にスタートした、少額からの投資を行なうための非課税制度です。例えば、投資信託に投資した場合、「普通分配金」と売却時の「譲渡益」が非課税になります。ただし、他の口座(一般口座や特定口座で発生した譲渡益や配当金などの損益通算はできません)。



主な変更のポイント

POINT 1
非課税保有期間が無期限化
新NISAでは、非課税保有期間が無期限となります。加えて、制度の使える期間が恒久化され、いつでも始めることができ、ロールオーバーの手続きも不要です。

POINT 2
年間投資上限額が増加
新NISAは、つみたて投資枠と成長投資枠が併用可能となり、合わせて年間360万円まで投資することができま

POINT 3
非課税保有限度額が拡大
新NISAでは、新たに買付金額ベースで最大1,800万円(成長投資枠のみは最大1,200万円)の非課税保有限度額が設定され、売却した場合、買付金額分の枠が翌年復活します。

どちらか一方			
旧 NISA	つみたてNISA	年間40万円	最長20年
	一般NISA	年間120万円	最長5年
併用可			
新 NISA	つみたて投資枠	年間120万円	無制限
	成長投資枠	年間240万円	

※ロールオーバーとは…所定の手続きをすることで非課税期間満了の翌年の非課税枠を使用して、非課税期間の延長をすることができる制度をいいます。

Q1

2023年までに旧NISAで購入した分はどのような扱いになりますか？

A

2023年分までのNISAは新NISAに移管することはできませんが、一般NISAなら5年、つみたてNISAなら20年、非課税で運用を継続することが可能です。



		2023年	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	……	2042年
旧 NISA	つみたて	40万円 (20年間)	➡	➡	➡	➡	➡	➡	➡
	一般	120万円 (5年間)	➡	➡	➡	➡	新NISAへの ロールオーバーは不可		
新 NISA	つみたて 投資枠	非課税保有限度額 1,800万円 (成長投資枠のみの場合は1,200万円)							
	成長投資枠								

Q2

旧NISAのロールオーバーはできますか？

A

旧制度のNISA口座で保有している金融商品を新NISAにロールオーバーすることはできません。非課税保有期間(5年もしくは20年)が経過した残高は課税口座に払出すこととなります。このときに値上がり利益が生じていても課税はされません。なお、非課税保有期間終了時点で、保有している金融商品の取得価格が課税口座払出時点の価額に置き換わります。そのことにより、その後値上がりしているか値下がりしているかで、課税口座で保有している金融商品を売却する際に支払う金額が異なります。

Q3

「つみたて投資枠」と「成長投資枠」を別の金融機関に開設することはできますか？

A

「つみたて投資枠」と「成長投資枠」は同じ金融機関に開設されるため、できません。但し、年毎に異なる金融機関を利用することは可能です。なお、「成長投資枠」で購入可能な上場株式は、証券会社でしか購入することができません。

Q4

2023年中までの旧制度でJAにNISA口座を開設しています。新たに、新NISA口座を作り直す必要がありますか。

A

2023年中までにJAで旧NISA口座を開設されていた、自動で新NISA口座が開かれています。

	2023年	2024年
JAで旧NISAの口座をお持ちの方	新NISAスタート	
2024年以降、自動で新NISAが開設されています。	旧NISA →	自動開設 新NISA →

ライフイベント

結婚関連資金

※2 結婚費用 357万円
(うち、挙式・披露宴費用292万円)



リフォーム費用

※1 181万円



介護費用

※4 月額 83,000円



住宅購入費用

※3 一戸建て 4,397万円
マンション 4,545万円



資産形成や資産運用の必要性

医療技術の進展や健康志向の高まりで、日本人の寿命は長くなり、100歳まで人生が続くのが当たり前の時代を迎えつつあります。さまざまなライフイベントを迎えるにあたり、必要なお金の準備はできていますか。

- ※1 出所：国土交通省住宅局「令和2年度 住宅市場動向調査報告書」
 ※2 出所：ゼクシィ結婚トレンド調査2021調べ、新生活実態調査2020(リクルートプライダグ総研調べ)
 ※3 出所：住宅金融支援機構「2020年度フラット35利用者調査」
 ※4 出所：生命保険文化センター「2021(令和3)年度 生命保険に関する全国実態調査」

つかう

生活資金やローンの返済資金、急な出費の際にいつでも引き出せるお金をいいます。
(概ね3か月から6か月の生活費相当)

ためる

近い将来、すでに使い道が決まっているお金をいいます。
(車の購入資金や住宅購入の頭金、お子様の教育資金等)

そなえる

人生の中で起こるリスクに備えるお金をいいます。
(個々のおかれている立場で、大きく変動します)

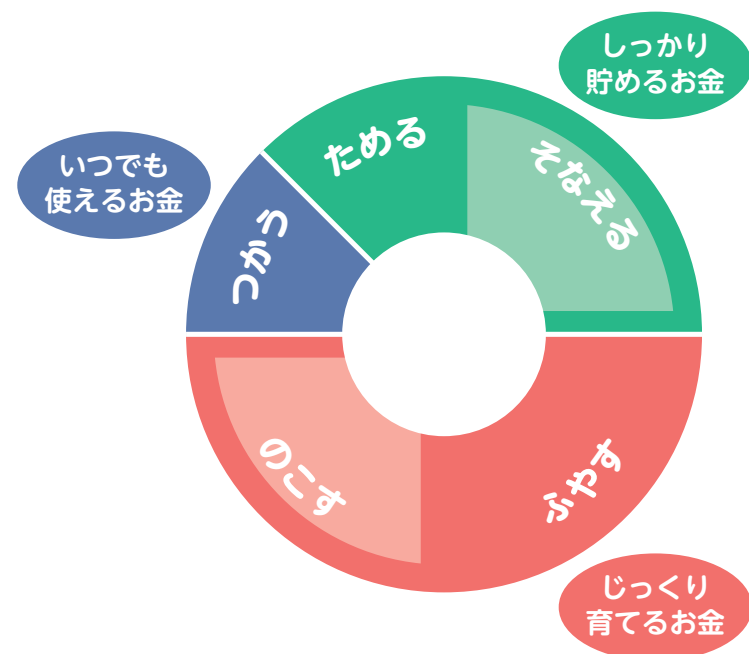
ふやす

当面使う予定がなく、将来のために増やしておきたいお金をいいます。
(老後資金や、ゆとりある生活を送るための資金等)

のこす

大切な人のために、少しでも多く、スムーズに残すお金をいいます。
(大切な人に贈る・残すお金)

JAでは、お持ちの資金や収入を目的に応じて区分することをすすめています。お金を区分することで、必要なお金の準備にどれくらいかかるか、また、どのように備えていくかを「見える化」することができます。



JAでは、さまざまなライフイベントに応じた商品を取り揃えております。必要資金が不足した場合、JAでは住宅ローンやリフォームローン、マイカーローンなど、ニーズに応じたローン商品を準備しております。また、さまざまなリスクに備えるための共済や、老後資金の準備には、iDeCoやNISAだけでなく、貯金や共済も含めトータルでサポートいたします。

NISA制度は、国が国民の資産形成や資産運用を応援するために作った制度です。資産運用についてはご自身で決定できますが、JAひろしまでは不安や悩みをしっかりとお聴きし、ニーズによりそいながらライフプランに沿ったご提案を行なってまいります。

引き続き、組合員、利用者の方のご質問に適切に応えられる体制を構築してまいります。



従業員と一緒に収穫



土づくりを工夫する育苗

生産者と消費者、ファンをつなぎ、みんなで産地を盛り上げたい



第11回

安芸高田市甲田町
「チンゲンサイ」

おかだ こうじ
岡田 耕治さん(54歳)

ほっとTime

・ギター・DIY

ぐっとWord

・L(ライフ)=I(アイデンティティ)+E(エクスペリエンス)
人生は、自分自身を見つめ直し、経験を積むことで豊かになる

安芸高田市甲田町でチンゲンサイを栽培する岡田耕治さん(54)は、苗作りに力を入れ、年8回転の安定出荷を実現します。技術や経験は、JAひろしま広島北部地域本部野菜生産部会ハウス野菜グループで共有し、若手生産者を育成します。動画投稿サイト「ユーチューブ」で、チンゲンサイや農業の魅力を伝え、幅広い年齢層の農業ファンを増やしながら、県内一の産地を支えます。



チンゲンサイの出荷調製作業

2004年にリターンし、地元農業法人で経験を積みました。2007年に就農し、現在は妻のジョベスさん(46)と従業員でハウス12棟、36aを管理します。

苗作りの床土に低温期向きで約30日肥効が続く培土を使います。ケイ酸とカルシウムなどを含む肥料で被覆し、初期成育と根張りを向上。冬季は、ポイラーや二重被覆で温度管理し、水管理を徹底して種まき後25日を目安に定植します。

白黒穴あきマルチを敷き、条間18cm、株間15cmで定植。苗作りと丁寧な定植で全体の作業効率を高めます。特に気温が上がる夏場の高温対策には、遮熱効果が高い白色で遮光率50%の遮光ネットを使用。ハウス側面や裏面の換気窓の開放や土壌と生育を見極めた適度なかん水を徹底し、夏場は30〜40日で出荷します。

地域に適した通年栽培を研究し、技術や経営ノウハウを若手農家と共有します。就農希望者や研修生を積極的に受け入れ、これまでに20、30代の3人がチンゲンサイで就農。グループに加わり情報を交換し、産地を支える人材が育ちます。

メディア出演などを機に情報発信の大切さを実感して、2019年10月にユーチューブに「ハッピーチンゲンサイ」のチャンネルを開設しました。栽培ノウハウやレシピ、地元中学校での出前授業などを農作業の合間に編集して投稿。登録者は5000人を超え、全国

から視察に訪れる人もいます。

岡田さんは「良質なチンゲンサイを届け続けたい。生産者と消費者、ファンをつなぎ、みんなで産地を盛り上げていきたい」と思いを込めます。



グループオリジナルの包装

チンゲンサイ

安芸高田市は県内一のチンゲンサイの産地。ハウスで通年栽培され、県内外の市場に出荷されます。β-カロテンやビタミンCを豊富に含みます。JAひろしま広島北部地域本部野菜生産部会ハウス野菜グループのチンゲンサイにはレシピの二次元コードを包装に印刷して、食べ方を紹介しています。



お立ち寄りスポット!



今月の産直市周辺のおすすめスポットをご紹介します。



筆影山

産直市から車で約20分



三原市にある標高311mの筆影山は、海に映ると山の形が筆のように見えることから名づけられたと言われています。瀬戸内海有数の景勝地で、山頂からの多島美の眺望は素晴らしく、佐木島や向島、因島などの島々が一望できます。春はソメイヨシノ、夏から秋はハイキング、冬は海霧と、1年を通して楽しめます。

- 三原市貝野町
- お問い合わせ 三原市観光課
TEL.0848-67-6014
営業時間 8:30～17:15

塔の峰千本桜

産直市から船などで約1時間30分

三原市の離島、佐木島にある塔の峰は、地域を活性化しようと桜の植樹活動が毎年継続的に行なわれ、1,000本以上の桜が植えられています。例年4月上旬の桜が満開になる時期には、遊歩道に桜色のトンネルが出来上がり、丘には菜の花が咲き誇ります。青空と桜や菜の花のコントラストが幻想的で、県内外から多くの花見客が訪れます。

- 三原市鷺浦町向田野浦
- お問い合わせ 三原市観光課
TEL.0848-67-6014
営業時間 8:30～17:15



今月のおすすめレシピ

いちごのオムレット

イチゴと生クリームの最強タッグ！
おうちで簡単に作れます

材料(10個～12個分)

【カステラ生地】

- ・卵 3個
- ・砂糖 80g
- ・小麦粉 80g
- ・バニラエッセンス 少々

【仕上げ】

- ・生クリーム 200cc
- ・砂糖 大さじ2～3
- ・イチゴ 1パック

【その他】

- ・クッキングシート(15cm角) 6～7枚

作り方

【カステラ生地】

- ① 卵を黄身と白身に分ける。白身に砂糖を2、3回に分けて加え、角が立つまで泡立てる。
- ② ①に黄身を1個ずつ加えしっかり泡立て、バニラエッセンスを1～2滴入れる。
- ③ ②にふるった小麦粉を入れ、生地を手早く混ぜる。
- ④ クッキングシートにお玉で生地を乗せ、スプーンで10cm程の円にのばし、蒸し器で2～3分蒸す。
- ⑤ 蒸しあがったら、そのまま冷やして紙をはがす。

【仕上げ】

- ① 生クリームに砂糖を加え、しっかりと泡立てる。
- ② イチゴは適当なサイズに切る。
- ③ カステラ生地で生クリームとイチゴを挟む。



JAひろしま 今月の産直市

三原市皆実4丁目7-28 【お問い合わせ】TEL.0848-63-3446
【営業時間】9:00～17:00 【定休日】年末年始



おいしいを見つけに行こう!

やっさふれあい市場 三原店

何度も足を運んでもらえるように

三原市、竹原市、尾道市瀬戸田町で栽培した、新鮮な農畜産物を販売しています。今年度から、毎月第一土曜日の「産直市の日」に、抽選で10名様にお米のプレゼントを始めました。また、七夕には短冊付きのチラシの作成、節分には来店客に豆菓子をプレゼントするなど、お客さまに足を運んでもらえるよう取り組んでいます。



広島わけぎ

広島県は、わけぎの生産量日本一で、主に三原市と尾道市の沿岸部を中心に栽培されています。クセが少なく甘味が強いのが特徴で、塩ゆでするとより甘味が引き立ちます。ぜひ食べてみてください。

おすすめの一品!!



左から丸田さん、湯藤店長、榎本さん、大崎さん

地元の「豆腐ドーナツ」が人気

産直市店内には、創業70年を超える地元の豆腐屋「小西豆腐店」の販売ブース「雪花菜(おから)」があります。県内産、市内産の食材にこだわって手作りしたドーナツや惣菜、おにぎりなどを販売しており、自家製の絹豆腐で作った「豆腐ドーナツ」は、ほんのりとした甘さが特徴で、子どもから大人まで人気を集めています。





AI選果システム準備着々 倉橋町施設野菜生産組合



呉地域本部管内の呉市倉橋町でブランドトマト「お宝とまと」を生産する倉橋町施設野菜生産組合は、AIを取り入れた選果システムの導入に向け準備を進めています。

1月18日、広島県が生産組合の施設でスマート農業体験セミナーを開催。県、呉市、JA、生産者ら約50人が集まりました。ひろしま型スマート農業推進事業（ひろしま seedbox）の一環で、ハウス内の環境制御やLINEを使った労務管理などを紹介し、AI選果システムの等級判定平準化を実演しました。2022年12月から2023年5月に撮り貯めた選果作業の映像を基に、AIがトマトの傷や色合いをチェックする様子を発表しました。

生産組合の立花隼人組合長（42）は「AIの選果判定を取り入れることで品質の均一化と経験の浅い作業員の指導にも役立てたい。挑戦を続けてより良いトマトづくりに繋がりたい」と意気込みます。

この選果システムで作業別、時間帯別に発生率を分析してデータ化し今後、AIが分析した出荷規格情報を組合で共有、作業員間で生じる選果のばらつき解消に活用する考えです。



▲作業台に設置したカメラと説明を受ける参加者

スマート農業の認知度向上を目指し スマート農業アクセラレーションサミットで発表



2月2日、東京都でJA全農が主催する「スマート農業アクセラレーションサミット」が開かれ、北広島町の千代田地域法人協議会の取り組みを発表しました。

JA千代田支店の益田悠太営農指導員と法人協を代表して農事組合法人ファーム八重145の西原副代表がZ-GIS（JA全農営農管理システム）の取り組みを、中森代表がアクアポート（水田用自動給水機）の導入について報告。スマート農業の認知度向上に向けて生産者や関係者の他、メディア等へも発信しました。同法人協議会は、2019年8月に全法人でZ-GISを導入し、水稻や麦、大豆等の圃場の管理を始めました。作業の効率化や法人間連携の強化、更には次世代層の取り込みを目指しています。



▲Z-GISを報告するファーム八重145の西原副代表（左）と益田指導員

相続登記義務化が 黒瀬支店ふれあい委員会



JA黒瀬支店ふれあい委員会は2月1日、東広島市の黒瀬支店で相続・終活セミナーを開きました。利用者や地域住民など約30人が参加。2024年4月の相続登記義務化を前に、改正相続法の概要、遺言書の作成などを学びました。

久能司法書士事務所の久能秀之司法書士が、相続登記義務化の要点や相続人申告登記の概要、自筆証書遺言と公正証書遺言の違いなどを説明し、参加者の質問にも答えました。JAは、エンディングノートも配布し、万が一に備え、家族に自分の考えや希望を残しておくことの必要性を伝えました。岩水正委員長は「ニーズに合った取り組みで、地域とJAの接点づくりを続けたい」と話しました。



▲好評だった相続・終活セミナー

三次ピオーネ生産組合 剪定作業順調



三次市東酒屋町の三次ピオーネ生産組合で、「黒い真珠」と呼ばれる高級ブドウ「ピオーネ」の剪定作業が12月上旬から1月下旬まで行なわれました。

剪定は、芽の競合を抑え、新梢の棚上への均一な分布と果樹ごとの状態や樹勢を考慮しながら、風通しや日当たりを良くするため余分な枝や不良な枝を剪定ハサミで丁寧に切り落とす作業です。國廣優太さん（27）は、「今年も多くの方に美味しいブドウを届けるため、1本1本心を込めて作業していきたい」と話しました。

組合では、7月初旬からハウス栽培ピオーネの出荷を始め、露地ものは8月下旬より出荷予定です。



▲剪定作業を進める國廣さん

ギョーザ「旬味」給食で 広島県府中市2,600人



広島県府中市は1月23日、JAと広島市の井辻食産が販売する鍋用ギョーザ「旬味」を学校給食に使いました。府中市学校給食センターに農産物を納品するJA上下アグリセンターが、上下町産のハクサイを使う「旬味」を提案し実現。小中学校10校の児童ら、約2,600人が「広島水餃子のスープ煮」を味わいました。

府中市立上下北小学校では、給食時間に校内放送でギョーザの特徴、地元食材、JAなどを紹介。「広島水餃子のスープ煮」をおかわりする児童も多く好評でした。5年生の大畑優斗さんは「ギョーザは地元野菜が入って特別。ゆずの香りが良く、とてもおいしかった」と笑顔で話しました。



▲ギョーザ「旬味」を使ったメニューを完食

カープ新入団選手 地元産イチゴで激励



▶常廣投手（左）に「はつかいちご」を贈る西本常務手（右）



JAは1月10日、廿日市市で広島東洋カープに新しく入団した選手8人に、JAひろしまはつかいち苺部会が栽培する特産の「はつかいちご」を贈り激励しました。

新入団選手らは、廿日市市の大野支所で住民票の転入届を提出した後、カープ新入団選手激励会に出席。チームカラーの赤にちなみ「はつかいちご」の他、廿日市市で生産するバラの花束やけん玉が贈られました。「はつかいちご」を試食したドラフト1位の常廣羽也斗投手（22）は「甘くてとてもおいしい。また食べたい」と笑顔を見せました。

JAの西本雄二常務は「地元の食で選手たちを支えたい。地元産のイチゴを食べてパワーをつけて、今年も球場を真っ赤にそめてほしい」と話しました。

かんきつの女王「せとか」



尾道市瀬戸田町のJAせとだ選果場で1月18日、ハウス栽培の特産かんきつ「せとか」の出荷が始まりました。

「せとか」は、糖度が13～14と高く、とろけるような食感と香りの良い濃厚な甘みが特徴で「かんきつの女王」と呼ばれています。瀬戸田町では2001年から栽培し、本年度は5戸が約1haで栽培しています。栽培中はハウス内の温度や水分を調整し、1玉ずつ専用の袋を掛けて管理を徹底することで、大玉で高品質な果実に仕上げます。

3月上旬まで、県内や東京の市場に向けて平年並みの約35tの出荷を予定。主に贈答用として、百貨店などで1箱7,000円～8,000円程度で販売されます。



▲高品質に仕上がった特産かんきつ「せとか」

リンゴの剪定 仕立てを学ぶ



庄原市果樹振興協議会は1月23日、庄原市高野町でリンゴの剪定研修会を開きました。生産者や県北部農業技術指導所、JAなど約50人が参加。JA全農長野の玉井浩技術審議役に「ふじ」などの高品質果実生産に向けて、剪定のポイント、樹形や整枝の仕立てを学びました。

玉井さんが、日当たりや作業性を考慮した剪定のポイント、枝の優劣の見極めなど実演。参加者は、メモを取り、スマートフォンで動画を撮影するなど管理法を学び、意見を交換しました。病虫害防除や異常気象対策、マルチローターによる人工受粉試験の結果なども確認しました。



▲リンゴの剪定ポイントを学ぶ参加者

硬貨入金手数料の名称と対象となるお取引の変更について

いつも、JAひろしまをご利用いただき、ありがとうございます。

2024年4月から、窓口でお取引いただく際の硬貨の取り扱いについて、次のとおり

改定させていただきます。なお、**手数料金額に変更はございません。**

改定日:2024年4月1日

改定内容:手数料名称の変更と、手数料対象となるお取引の変更

改定項目	現行	改定後
名称	硬貨入金手数料	硬貨取扱手数料
対象となる取引	入金取引	①入金取引(口座開設含む) ②振込 ③税金・公共料金の支払い ④その他、硬貨枚数を算定する取引

ご不明な点がございましたら、お取引店にお問い合わせください。



地域本部廃止に伴う店舗コードの統合について

地域本部の廃止に伴い、**令和6年3月23日(土)**から次のとおり統合させていただきます。

詳しくは、支店にお問い合わせください。

現行		統合後	
店舗コード	店舗名	店舗コード	店舗名(カナ)
213	佐伯中央地域本部支店	217	宮内支店(ミヤウチ)
171	安芸地域本部支店	174	海田市支店(カイトイチ)
381	広島中央地域本部支店	384	西条支店(サイジョウ)
497	三原地域本部支店	504	三原支店(ミハラ)
351	広島北部地域本部支店	352	吉田支店(ヨシダ)



ATMなどのサービスを、一部休止させていただきます

いつも、JAバンクをご利用いただき、ありがとうございます。

組合員、利用者の方へのサービスや利便性の向上を目的としたシステム更改に伴い、ATM・JAネットバンク等のサービスを一時休止させていただきます。

詳しくは、店頭やATMに備え置くチラシやHPをご覧ください。各支店にお問い合わせください。

理事会報告

令和5年度 第13回 開催日時:1月29日13:00から

付議事項

- | | | |
|----------------------------------|--------|--|
| 第1号議案 仮決算棚卸監査および第2四半期監事監査回答書について | 【承認】 | 3 令和5年度「コンプライアンス・プログラム」および「JA内部統制確立に向けた重点化対策行動計画」の進捗状況について |
| 第2号議案 役員選任にかかる日程について | 【承認】 | 4 苦情等の受付・対応状況について |
| 第3号議案 令和6年度組織機構および要員計画について | 【承認】 | 5 反社会的勢力にかかる対応状況について |
| 第4号議案 大口融資について | 【承認】 | 6 疑わしい取引の届出状況について |
| 第5号議案 肥料・農薬価格高騰に対する見舞金支出について | 【継続審議】 | 7 リスク情報について |

報告事項

- | | |
|--------------------------|-----------------------------|
| 1 内部監査の品質に関する内部評価報告について | 8 理事会の決議事項の処理状況について(大口融資) |
| 2 令和5年度第3四半期仮決算(速報値)について | 9 組合員の加入及び脱退の状況報告について |
| | 10 JAひろしまポイントサービス加入状況報告について |
| | 11 事業実績報告について |

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。

イチオシピックアップ

中四国4組織が連携

中央・JAがサミット

名称に「中央」と付く中国四国地方の4JAが連携する「JA中央サミット」の第3回交流会議が1月12日、13日にJA山口県管内で開かれました。JA鳥取中央、JAえひめ中央、JA山口県(旧JA山口中央、JAひろしま(旧JA佐伯中央、旧JA広島中央)の役員ら24人が参加。「若国れんこん」の圃場などを視察し、農業振興や地域の活性化に向けて意見を交換しました。

各JAの概要や取り組みを報告し、就農希望者の支援や担い手対策、営農指導体制、農業の労働力確保などについて意見を交わしました。視察ではイチゴを栽培するJA出資型の農業生産法人やJA全農青果物調製施設なども見学しました。



JA出資型農業生産法人を視察する参加者

ことや、持続可能な経営基盤・安定的な事業利益の確保、農産物の販売支援などで連携・協力し、地域活性化につなげようと2019年5月に交流を始めました。

JA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」「JA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、JA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。

Oh! 農 High School

肉質向上と短期肥育に挑戦

第7回和牛甲子園に出場

県立西条農業高校は、1月18日、19日に開かれた「第7回和牛甲子園」に5年連続で出場しました。大会はJA全農が主催し、和牛肥育の高校生チャンピオンを決める全国大会。全国25道府県41校が59頭を出品しました。

同校は、広島血統和牛の再興と短期肥育をテーマに研究を続けています。大会には、畜産科肉牛専攻班の生徒が出場。2021年9月に同校で生まれた去勢牛「愛姫」を出品し、取り組みを発表しました。



飼養では、牛のストレスと採食率などに着目し、牛を吸血してストレスを与え、肉質向上と短期肥育に挑戦しています。



シートなども利用して、環境の改善に取り組みました。飼料には、地元東広島市の酒蔵から出る酒造好適米の赤ぬかを活用しました。水分量を調整した「赤ぬかペレット」を校内で製造し、20カ月齢から給与。肥育牛の飼育で重要なビタミンAは、生徒が生後12カ月齢から月1回、検査してコントロールしました。

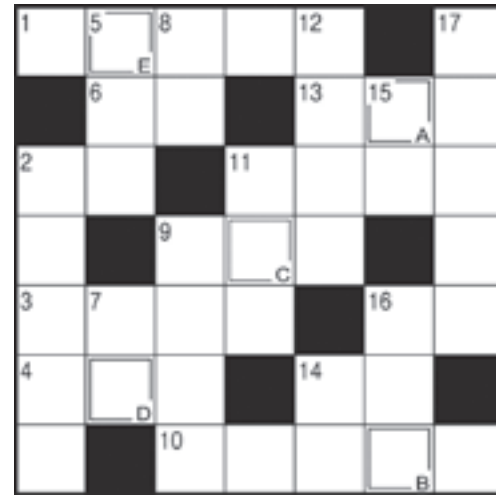
枝肉は、A5等級、脂肪交雑(BMS)ナンバー12の好成績でした。

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。

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4月号に掲載します。



2月号の答え
「シュプール」

今月のプレゼント

正解者の中から抽選で10名様に
**こだわり
四季シリーズ
をプレゼント!!**

JAひろしま

JAひろしま

- 3月下旬から4月上旬までの学校の休暇
- イエスの反対語
- 俳句や和歌で規定より音数が多いもののこと
- いいかげんなことはしません
- 海に潜って貝などを採ります
- どこからか梅の花の——が漂ってきた
- 卒業生が校長から卒業——を授与された
- 歌のうまさを競うイベント
- 釣りで使う擬餌針のこと
- 舌で感じ取るもの
- 日本一高いものは3776mあります
- 「峠の——」は群馬県・JR横川駅の名物駅弁です
- 人や車が行き来する道のこと
- このような役を演じられるとは役者——に尽きます
- ものを記憶する器官
- ホルスタイン、ジャージーといえ
- 寄せ書きに使ったりサインをもらったり
- ホワイトデーに贈ることもある、ふわふわと軟らかいお菓子

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、年齢、電話番号と写真やイラスト、身近で起きた出来事などを添えてご応募ください。

応募締切

4月5日(金)

※当日消印有効

〒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。



※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。※プレゼントの当選発表は発送をもってかえさせていただきます。

みなさまからのお便り紹介

1月号の応募いただきましたお便りの総数は401件でした。
みなさまいつもありがとうございます。

テーマ卒業

◆兼業農家を卒業して3年目。今は100aの農地管理(水稲、野菜)をマイペースでゆったりと行なっています。初孫が義務教育(中学校)を卒業します。これから夢探し、夢に向かって頑張る姿を見守りたいと思っています。(東広島市 M・Yさん)

◆お孫さんはとても心強いと思います!! 4月からいよいよなことを沢山経験して、素敵な夢を描いてくれるといいですね。(東広島市 M・Yさん)

◆我家の孫が卒業をし、家を出る日が近づくのでとてもさみしいと思うのと、これから一人で暮らしていくので心配もあるが、がんばってほしいと思います。ガンバレガンバレ!! (府中市 S・Kさん)

◆新年早々の能登半島地震にはビックリです。多くの方々が被害に見舞われました。少しでも早く皆様が日常の生活を取り戻されるよう願うばかりです。(庄原市 S・Sさん)

◆心よりお見舞い申し上げます。復旧に向けて、私たちも出来ることをしていきたいですね。(庄原市 S・Sさん)

◆今年のとんどは、コロナがおさまり盛大に行なわれました。ぜんざい、猪汁がふるまわれました。(三次市 K・Yさん)

◆各地域からとんどが復活したお便りがたくさん届きました! みなさん元気に過ごせますように。(大竹市 M・Kさん)

◆朝6時からウォーキングを3年近く続けています。今は暗いけどロウバイの花の香りがとてもいいのでホッとします。(大竹市 M・Kさん)

◆ウォーキング中の花の香り、春を感じますね。

今回のテーマ「おでかけ」

※「クロスワードパズル」の答えと一緒に投稿いただいても構いません。応募先は上記の「クロスワードパズル」の応募方法をご参照ください。ペンネームでの投稿もできます。

編集後記

先日、とある農業高校に取材に行きました! 授業の中で、自分たちで栽培方法や管理などを考え、より良い農産物を追求していく姿に感銘をうけました。将来、農業に携わり、地域を担う存在が増えたらいいなと願っています…

(すさ)

健康ひろば

もっと積極的に! たんぱく質摂取のススメ

JA尾道総合病院 健康管理センター
保健師 矢山 由起子

前回号にて、「プチ糖質制限のススメ」をお伝えしましたので、今回は、「たんぱく質摂取のススメ」をお伝えします。

前回のススメの通り、糖質・炭水化物を減らしたけど、おかずはどれくらい食べたらいいの?と疑問を持たれた方もいらっしゃるかもしれません。からだにとって必要な量の栄養素を摂ることは大切です。その中でも今回注目するのは、たんぱく質です。たんぱく質は、筋肉・肌・骨を作るほか、体の機能にかかわる血液やホルモンをつくります。また、糖質と同様に 1gで 4kcal のエネルギーが得られます。たんぱく質は糖質と比べて血糖値が安定しやすいので、糖質を減らす代わりにたんぱく質をきちんと摂取することで、内臓脂肪の蓄積が抑えられやすくなる、という効果もあります。

どのくらい食べたらいいの?

1日に必要なたんぱく質の量は、**体重1kgあたり1.0g以上**です。

なお、運動をしている人は、さらに多くのたんぱく質が必要です。

※腎臓病などでたんぱく質制限がある方は、主治医の判断に従ってください。

例) 体重60(kg)×1.0g=60g

ここがポイント!

たんぱく質の量は
一つ一つの食材の量と
同じではありません。

一例

・牛もも肉100g	→19.2g	・牛乳200ml	→6.6g
・鶏もも肉100g	→16.6g	・ヨーグルト1カップ(160g)	→6.9g
・鶏むね肉100g	→21.3g	・豆腐1/3丁(100g)	→約6g
・豚ひれ肉100g	→22.2g	・納豆1パック	→6~8g
・紅鮭1切れ70g	→15.8g	・卵1個	→約6g

例) 体重60kgの人に必要な1日のたんぱく質量の食事

朝食	昼食	夕食
焼鮭 16g 豆腐の味噌汁 3g 納豆半パック 3g	オムレツ(卵2個) 12g チンジャオロース(牛肉60g) 10g	生姜焼き(豚肉60g) 13g 冷奴 6g

イラストのような食事で、たんぱく質の**合計が約63g**となります。このように積極的にたんぱく質を選んで摂らないと、1日の必要量に達しないのがわかります。

からだに必要な栄養素として、たんぱく質の他に、脂質、ミネラル、ビタミンもあります。それぞれの食材からとることが重要です。一つの食材に偏らないよう摂取し、健康的な生活を送りましょう!

参考文献: 医学的に正しい「糖質制限」見るだけノート/糖質オフ大百科

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。





～大地の恵み～

「はつかいちご」

廿日市市で栽培されていることから「はつかいちご」と名付けられました。品種は、酸味と甘みのバランスが良く、しっかりとした食感のある「紅ほっぺ」です。



もっと!
JAひろしま

2024
3月号
No.012

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
ンキを使っています。