

かるめご

2022
No.334

2

February



佐藤さんご家族。

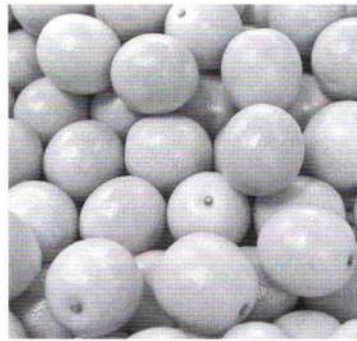
上段右から貞久さん(72)、麻由美さん(40)

浩さん(46)、下段中央せつ子さん(68)、パートの方々

令和3年産きんかん 出荷始まる

令和3年産きんかんの出荷が1月12日に始まりました。今年は秋期からの着色が早く例年より前倒しの出荷となっており、この日は、約2,200kgのきんかんが持ち込まれました。

また、解禁日の13日には延岡総合地方卸売市場で初セリが行われ、活気のある取引となりました。当地区のきんかんは高品質で選果選別が良く、県内でもトップクラスの品質を誇ります。出荷は3月いっぱいまで続く予定です。高糖度でサイズが大きく食味の良い完熟したきんかんは、みやざきブランド完熟きんかん『たまたまエクセレント』や『たまたま』として販売されます。ぜひご賞味ください。



表紙の紹介



高千穂町上野できんかんを栽培している佐藤浩さん(46)ご家族をご紹介します。父貞久さん(72)、母せつ子さん(68)妻麻由美さん(40)とパートの方4名で40坪の面積を管理しています。きんかんは現在最盛期を迎えており、毎日ハウスへ足を運びます。多い日で約200kgを出荷すると言います。浩さんはきんかん栽培10年目。現在は栽培の他に自身で加工販売を行っており、甘露煮やセミドライ、ジャムなどを製造しています。取材したハウスの中では、美しい実がまさに『鈴生り』状態で収穫の時を待っていました。今後も佐藤さんご家族の活躍が期待されます。



牡羊座 3/21～4/19

【全体運】人間関係に広がりが見られます。何かと用事が増え仕事面は大変ですが助けてくれる人が。連絡を密にして開運
【健康運】睡眠をしっかり取り疲れをためないように【幸運の食べ物】伊予カン

農機センターリニューアル!

現在、農機センターの新築工事を進めております。この度、第1期工事が終わり1月24日より新事務所及び新工場の一部業務を開始致しました。今後、第2期工事に入り5月中の完成を進めて参ります。

もうしばらく、皆様方にはご不便ご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力をお願い致します。



購買部展示会

購買部新春展示会が1月12日から13日にかけて本所生産資材店舗前にて開催されました。徹底した感染症対策の下、大型機械や農機部品、生活資材など多数展示され、2日間多くの来場者でにぎわいました。また、恒例の福袋は今年も大人気でした。多数のご来場誠にありがとうございました。

青年部 門松作り

新年を迎えるにあたって、JA青年部が12月26日に畜産部で門松作りを行いました。門松は、年神様が家へ尋ね入るにあたっての目印だとされています。一年中落葉しない松、成長が早く生命力の強い竹、新春に開花し、年始にふさわしい梅と3つの縁起物が用いられます。完成した門松は、管内の本支所、畜産部そして本所資材に飾られました。



牡牛座 4/20～5/20

【全体運】頭の痛いことが多そうですが、「雨降って地固まる」となるとき。慌てず交渉に当たります。買い物運は良好
【健康運】頑張りが利きます。休憩で肩の力を抜いて【幸運の食べ物】セリ



双子座 5/21～6/21

【全体運】ピン!とひらめきのある月です。企画力がありますから新しい提案を行って吉。古い物は大切に。リメイクを【健康運】痛みが出やすいかも。膝、腰は集中的にケア【幸運の食べ物】キンメダイ

新規就農者応援セレモニー

管内新規就農者を対象とした応援セレモニーが、12月17日にゆめゆめプラザTACで開催されました。当日は新規就農者3名が出席し、オリエンテーションや記念品の授与式が行われました。佐藤友則組合長は「これからも自信を持って農業に励んでください。期待しています」と激励しました。JA高千穂地区では新規就農者・担い手対策を支援するため、JA独自事業の充実を図ります。



普及推進表彰 家の光協会会長賞

JA高千穂地区が家の光三誌の普及推進に尽力し、コロナ禍の取り組みの中で成果を上げたとして、家の光協会会長賞を受賞しました。12月26日にはJA女性部役員が来所し、JA組合長への報告が行われました。また、日之影の甲斐千代さんが普及功労者賞を受賞しました。長年JAの生活指導員として尽力され、退職された現在も女性部員として活躍されています。

日之影町果樹栽培受託組合 剪定開始式

日之影町果樹栽培受託組合剪定開始式が12月20日に日之影町役場下にて行われました。当組合は果樹の剪定や残幹処理を受託しており、高齢化や担い手不足等の問題を抱える中、重要な役割を担っています。当日は、剪定班員や関係機関が参加し、今年度の安全祈願をして剪定を開始しました。



蟹座 6/22～7/22

【全体運】気持ちのそわそわがミスを招きがち。深呼吸やつぼ押しで平常心を保って。下旬からは上昇運。積極的に行動を【健康運】刃物の取り扱いには慎重に。ばんそうこうを常備【幸運の食べ物】キウイ



獅子座 7/23～8/22

【全体運】ちょっとびっくりの連絡が入りそう。真偽が気になるときはしっかり確認を。笑い話にできるかはあなたの対応次第
【健康運】健康への関心の高まりがプラスに働きます【幸運の食べ物】アンコウ

防犯訓練

防犯訓練が、12月17日に本所にて行われました。強盗が現金を奪って逃走するという設定で行われ、職員たちは緊張した表情で臨んでいました。鑑識や事情聴取など、実際さながらに進められ、日頃からの訓練の大切さを改めて実感しました。お客様に安心・安全にご利用頂けるよう、これからも防犯対策に努めます。



『食と農』について学びました

みやざきの食と農を考える県民会議西臼杵支部主催で、令和3年度『食と農』壁新聞コンクールの表彰式が12月18日にゆめゆめプラザTACで行われました。

児童の『食と農』に対する感心をより一層高めることを目的に開かれており、西臼杵郡内の小学校から応募された作品の中から、日之影小学校6年生 田崎香澄さんの『認定！？世界料理遺産』が金賞を受賞しました。また、JA組合長賞には日之影小学校の『お米探偵事務所』が選ばれました。受賞結果は以下の通りです。(敬称略)



▲JA組合長賞を受賞した日之影小学校

【金賞】

「認定！？世界料理遺産」 日之影小学校 田崎香澄

【銀賞】

「パブリカ新聞」 鞍岡小学校

【銅賞】

「びっくりり」 岩戸小学校 押方祐樹

【高千穂町長賞】

「高千穂牛新聞」 高千穂小学校

【日之影町長賞】

「お日さま米新聞」 日之影小学校

【五ヶ瀬町長賞】

「パブリカ新聞」 鞍岡小学校

【高千穂地区農業協同組合代表理事組合長賞】

「お米探偵事務所」 日之影小学校

【みやざきブランド推進西臼杵地域本部長賞】

「ふるさとバーガー」 日之影小学校

※鞍岡小学校の『パブリカ新聞』は重複受賞



乙女座 8/23～9/22

【全体運】あなたの細やかな気配りが周囲を和やかにするはず。自信を持ってほほ笑んで。気になることも解消に向かいます
【健康運】体調 & 体力回復のチャンス。検査も有効です【幸運の食べ物】セロリ



あまでらす ランキュラス

当地区で生産されている『あまでらすランキュラス』の出荷が、12月4日から始まりました。連日多くの花が田口野野菜集出荷場に持ち込まれ、JA職員による検査が行われています。令和3年度は出荷本数100万本、平均単価70円を目標とし、3月末までの出荷を見込んでいます。本年産は好天に恵まれ生育も品質も良好です。

五ヶ瀬ふれあいの里 30周年記念式典

五ヶ瀬ふれあいの里30周年記念式典が12月2日に開催されました。五ヶ瀬ふれあいの里は、町内、町外問わず多くの方が多目的に利用できる研修宿泊施設として平成3年1月、五ヶ瀬町・JA高千穂地区・コープみやざきの出資により建設されました。コロナ禍で減少した利用者数も徐々に回復傾向にあります。これからも関係機関が協力して運営を行っていきます。



▲左から、原田俊平五ヶ瀬町長、金子郁代管理組合長、吉元美智コープみやざき会長、佐藤友則JA高千穂地区代表理事組合長

写真：五ヶ瀬町役場提供

理事会報告 12月24日 TACにて

12月24日にゆめゆめプラザTACで理事会が開かれました。次の4議案について協議され慎重な審議が行われました。

- 第1号議案 員外への貸出について
- 第2号議案 理事との預託取引について
- 第3号議案 債権譲渡について
- 第4号議案 農業生産基盤維持積立金の取崩しについて

報告協議事項

- (1) 上期監事監査指摘事項事後確認結果について
- (2) 内部監査について
- (3) 業務監査実施結果報告について
- (4) 大口与信先の状況報告について
- (5) リース資産の賃借について
- (6) 債権流動化委員会報告について
- (7) 購買委員会の報告について
- (8) 組織合同会議並びに支所運営協議会について
- (9) 令和3年度JA資格認証試験の結果報告について
- (10) 危険物取扱者試験結果について
- (11) 自主検査報告について
- (12) 余裕金運用状況について
- (13) 11月末事業実績について



天秤座 9/23~10/23

【全体運】何かと頼られることが多く大変ですが発展的です。できないことはあなたからお願いを。ギブ&テークで大成功
【健康運】無理をしないで。食事は消化の良い物を【幸運の食べ物】野菜



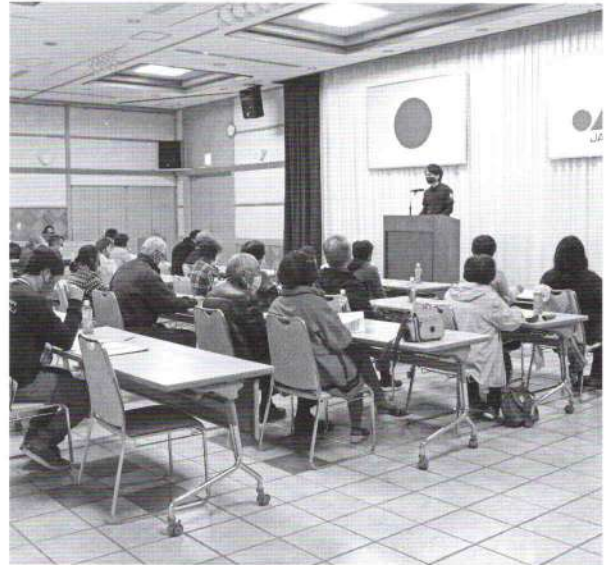
蠍座 10/24~11/22

【全体運】前半はつまづくことが多いですが、次第に解消。気持ちが悪くときほど丁寧に進めるよう心掛けて。下旬は逆転運
【健康運】ロコミの食材や健康法を試してみて【幸運の食べ物】アカガイ

ミニトマト部会 実績検討会

令和3年度高千穂地区野菜生産組合ミニトマト部会実績検討会が12月8日にゆめゆめプラザTACで行われました。担当職員より生育について「定植当初、寒暖差で全体的に根張りの悪い圃場が目立ったが、その後は好天に恵まれ徐々に回復した。梅雨時期は平年よりも20日早い梅雨入りとなったが、降水量は少なく晴れ間も続いた為、草勢は弱らず順調に生育した」等の報告がありました。

【出荷数量:100,048kg、販売金額:61,577,430円
単価:615円】※11月末現在



岩戸品評会場

青年部 畜産研修会

J A 青年部が12月23日に岩戸支部と上野・田原支部で畜産研修会を行いました。この研修会は、生産者の知識と技術向上を目的に毎年行われており、今年は規模を縮小して各支部で実施しました。岩戸支部では品評会と並行して行われ、実際に牛を見ながら担当職員より説明を受けました。上野・田原支部では、外部講師を招き、玄武山支所にて研修が行われました。

J A 高千穂地区年金友の会

グラウンドゴルフ大会

県大会予選会

日時：2月25日（金）9：00～15：00
（雨天の場合は3月3日（木）に行います。）

場所：高千穂町折原グランド施設

※コロナウイルス感染状況によっては中止の場合があります。

※ J A 高千穂地区で年金をお受取りされているお客様が対象です。
詳しくはお近くの窓口までお問い合わせください。



射手座 11/23~12/21

【全体運】良好運です。食事や趣味を楽しむ時間が増え交友関係も発展的。おしゃべりの時間を大切に。旅行の計画が吉
【健康運】腹八分目を心掛け医者いらずで過ごして【幸運の食べ物】ゴボウ



山羊座 12/22~1/19

【全体運】良い話も面倒な話もまとめてやって来そう。どちらも受け入れ調整しながら進めて。あなたの手腕が光ります
【健康運】頑張りが利きます。やり過ぎには注意を【幸運の食べ物】ユリ根

おトクな資金で農業を応援！

農業資金を、低金利でご利用いただけます。

JA高千穂地区農業資金

応援 キャンペーン



募集期間 令和4年2月1日(火)~令和4年12月30日(金)



基準金利 2.15% $\xrightarrow{\text{キャンペーン}}$ 1.3%

さらに

100万円以上借入の場合
3年間JAバンク利子補給 -0.3%

最優遇金利 1.0%

(保証料別)

保証料助成

200万円以上かつ、借入期間1年以上は
JAバンク保証料助成の対象。(年間予算終了まで)



たとえば、こんな用途に！

トラクター・コンバイン、ビニールハウス、農地はもちろん、農業用軽トラック、乾燥機、農業用倉庫、太陽光システム、農機具ローンの借換資金、運転資金 等

適用金利の要件

- 農業生産に直結するお借入が対象となります。
- キャンペーン金利はキャンペーン期間内に申込みとなった場合に適用となります。
- 当初のお借入金額が100万円以上の場合 \rightarrow 当初3年間:年1.0%、4年目以降:年1.3%
- 当初のお借入金額が100万円未満の場合 \rightarrow 全期間:年1.3%
- 当キャンペーンを予定なく変更・中止させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

JA高千穂地区 融資保全課 TEL:0982-73-1307



水瓶座 1/20~2/18

【全体運】太陽の恵みを受け運氣はパワフル。多少強引でもやり遂げたいことに着手する好機です。可能な範囲で周囲に配慮を
【健康運】保温靴下などで足元を温めれば安泰【幸運の食べ物】キョウナ



おくやみ



12月にプリエール高千穂にてご葬儀が執り行われました。
故人のご遺徳をしのび、謹んでお悔やみ申し上げます。

故人	年齢	住所	喪主
一水 芳夫 様	92	高千穂町 河内 新迎町	一水 サエ子
鈴木 ハル 様	91	高千穂町 三田井 下川登	鈴木 仁志
木本 覚 様	74	高千穂町 岩戸 五ヶ村	木本 とし子
甲斐 俊男 様	96	高千穂町 下野 下野東	甲斐 貴
佐藤 隆教 様	92	高千穂町 上岩戸 日向	佐藤 忠孝
馬原 喜美子 様	98	高千穂町 上野 上町	馬原 信泰
興梠 貴子 様	70	高千穂町 三田井 神殿	興梠 建次
佐藤 定工 様	95	高千穂町 三田井 三田井東	佐藤 春男
後藤 正則 様	94	高千穂町 押方 上押方	後藤 秀満
甲斐 アツ子 様	91	高千穂町 下野 下野東	甲斐 勝平
佐藤 カネ 様	87	高千穂町 田原 上田原	佐藤 雅夫
佐藤 勝 様	84	高千穂町 上野 黒口	佐藤 スマ
興梠 宗之 様	88	高千穂町 三田井 三田井北	興梠 寿一
飯干 幸一 様	66	日之影町 七折 新町 (高千穂町・向山)	飯干 陽子
佐藤 キミエ 様	93	日之影町 七折 平底	佐藤 貢
飯干 官 様	92	日之影町 七折 高巢野	飯干 武典
松本 暎義 様	97	日之影町 岩井川 松の木	松本 誉
小原 政義 様	73	日之影町 分城 下小原	小原 町子
津隈 トキヨ 様	87	日之影町 分城 糸平	津隈 富男
甲斐 セツ子 様	78	日之影町 七折 平底	甲斐 久義
日吉 さえ子 様	68	五ヶ瀬町 三ヶ所 宮ノ原	日吉 幸司
黒木 茂子 様	91	五ヶ瀬町 桑野内 仲山	黒木 孝次
後藤 芳子 様	90	五ヶ瀬町 三ヶ所 室野	後藤 國男
飯干 ミチ子 様	90	五ヶ瀬町 三ヶ所 中村	飯干 光宏
甲斐 サダ子 様	90	五ヶ瀬町 三ヶ所 内ノ口	甲斐 政志
橋本 和成 様	44	五ヶ瀬町 三ヶ所 廻淵	橋本 光成
佐藤 セツヨ 様	82	五ヶ瀬町 三ヶ所 貫原	佐藤 勝進

承諾頂きました方々の掲載となりますので、ご了承下さい。(年齢は満年齢、喪主の方は敬称を略させていただきます)



プリエール高千穂だより

人形・ぬいぐるみ供養祭につきましては、期間中各方面より310体をお預かりいたしました。
令和3年12月29日午前9時よりプリエール高千穂にてご供養させていただきました事をご報告申し上げます。
供養祭の様子は、最終ページをご覧ください。また、令和4年度も開催を予定しております。

プリエール高千穂 社員一同

営農情報

●玄米支所別等級比率表

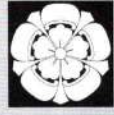
(令和3年12月3日現在)

等級	支所	本所	玄武山	日之影	五ヶ瀬	合計
1等比率 (%)		65.0%	74.1%	68.7%	60.5%	67.1%
2等比率 (%)		30.8%	24.5%	27.8%	31.5%	28.7%
3等比率 (%)		4.0%	1.4%	2.6%	6.7%	3.7%
規格外 (%)		0.2%	0.1%	0.9%	1.2%	0.6%

西白杵の姓氏

八九―② 高橋氏

日之影町高巢野の高橋家の家紋は丸に五瓜に剣唐花紋とよぶ極めて珍しい家紋。木瓜はモッコウと呼ぶ御簾（みす）の飾り具からつけられた由緒ある紋、剣は刀の意で武人を表す。スサノオノ命を祀る神社の神紋のひとつである。



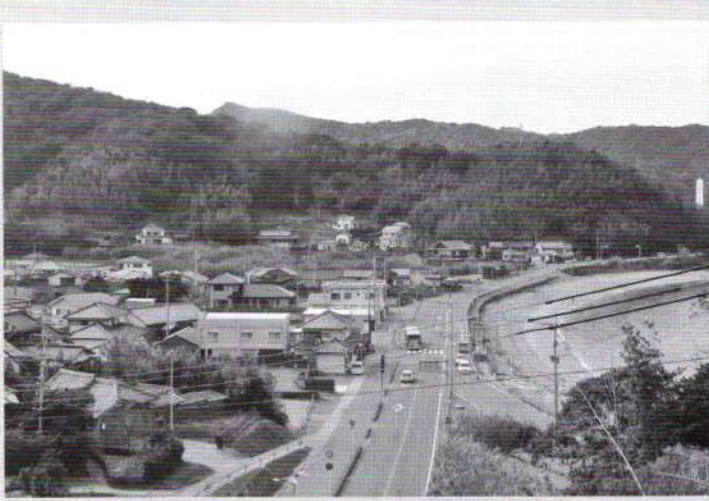
明治新政府による日本の近代化政策で、人の往来が自由となり新天

地を求めて多くの若者は一攫千金を夢見て山に入った。とりわけ日向の山中は手付かずの山が多く宝の山と伝わっていた。

豊後の国は北の豊前国に比べ水田面積は少なく貧しい。この志生木の各村は海岸から後背の九六位（くろくい）山に向かって伸びる谷川に沿って開けるわずかな耕地に住んだ、

明治後期から大正、そして昭和の初期にかけ、次々と志生木の若者は日向の国を目指した。

文責 安在 一夫
以下次号



日之影高橋氏の故郷小志生木（こじゅうぎ）の集落、正面の丘の向こうに河内高橋氏の故郷大志生木（おおじゅうぎ）の集落がある

東九州自動車道路を「大分宮河内」インターチェンジで降り、国道197号線を東へ佐賀関に向かって走る。この国道は佐賀関からフェリーで海を渡り四国愛媛県の佐田岬半島に上がり四国の西側を走り終点は高知市になっている。この豊与海峡の幅は高島を挟み約14キロと極めて近い。今、海底トンネルを掘るか大架橋を架けるかの構想があるらしい。九州からあつという間に大阪に着く時代が将来くるかもしれない。

日向国から豊後水道を抜け瀬戸内海にかけて暮らした民は海部（あまべ）と呼ぶ。神武東征のおり、水先案内をした人たちという。その痕跡が坂ノ市から海岸沿いに、あるいは海に見える小高い丘など見られる古墳であろう。大分県最大規模の亀塚古墳や築山古墳は隣接する「大分の君」に対峙して造られた海洋民族海部氏の古墳である。大分の君や海部族は後に宇佐を中心とした渡来系の民族と融合し神仏混淆（こんこう）の宗教観が生む。八幡の神である。この宗教観は奈良の大仏建立の引き金となる。平安時代後期、この海域で大きな反乱が起こった、藤原純友の乱である。京都の公家の出身の官吏であった純友は海賊退治に派遣されるが、恩賞に不満があつてか海賊の棟梁となり瀬戸内から太宰府迄荒らしまわる。いわゆる承平天慶の乱の東側の平将門に対する西側の首謀者である。その純友の副将が佐伯惟基と言われている。いわゆる大神氏緒方惟基で、その勢力は大友初代能直（よしなお）の豊後下向の時代までつづく。惟基の長男太郎基次は尾平の峠を越え高千穂に落着き神孫の娘に入婿し、以来600年高知尾は三田井氏が治めたが豊臣秀吉の九州国割で豊前香春岳城主高橋元種に滅ぼされるのである。



志生木集落の高橋氏が祀る高橋神社、御祭神は先祖神として諏訪大社より御分霊を勧請したと伝う

弁天鼻とよぶ丘陵の先端が海に落ちる山の中腹のわずかに開かれた広場に、二間四面の瓦葺の小社がある。周辺は照葉樹林を代表するスタジイが所狭しと繁って海からの強風をさえぎる。この小社の創建は明治以前江戸時代に大小志生木の高橋一族が先祖供養のために創建したと伝わり、大正9年に諏訪大社から御分霊を勧請し再興の改築が行われた。その時の奉納者の名前が石碑に刻んである。順番に高橋喜三郎、高橋又作、高橋■海、高橋音次郎、高橋虎五郎、高橋槌三郎、高橋利平、高橋芳太郎、高橋孫三郎、高橋■五郎、高橋吉松、伊藤甲子郎、高橋善次郎とあり、寄進者の多くは宮崎県の日之影町と高千穂町河内在で財をなしたこの地出身の高橋氏で当時としてはかなりの金額が奉納されていた。入り口の石灯籠は昭和2年に日之影の高橋マチとルイという二人の女性が奉納したものである。

クロスワードパズル

パズル?頭の体操

出題●ニコリ

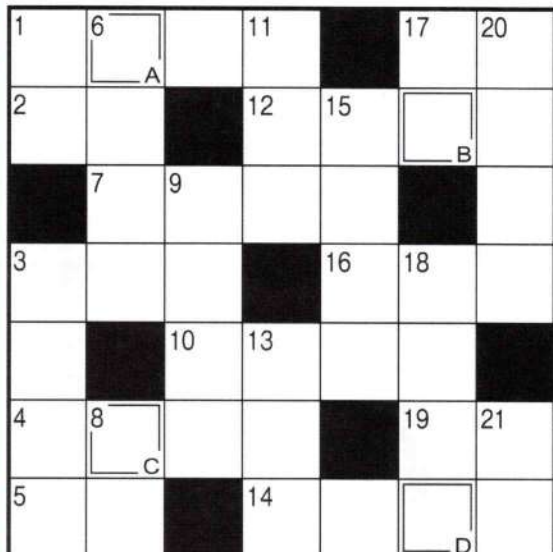
Q. 二重マスの文字をA~Dの順に並べてできる言葉はなんですか?

19 17 16 14 12 10 7 5 4 3 2 1
 節分の日に丸かじりする地方
 もあります
 歯がある履き物
 世界遺産には文化遺産やー
 遺産があります
 ほっそりした指の例えに使わ
 れる魚
 酸っぱいものを見ると湧きま
 す
 特定のヤギの毛を使った高級
 な毛織物
 受験生が勝ち取りたいもの
 江戸幕府の旗本、御家人の総
 称
 ー頭をたたいてみれば文明
 開化の音がする
 酒のお供です
 年齢を尋ねられたのでーを
 読んで答えちゃった
 愛を英語でいうと

ヨコのカギ

21 20 18 17 15 13 11 9 8 6 3 1
 カ士が頭のとっぺんに結い
 ます
 ベッドルームともいいます
 南へと吹き抜けていきます
 父はロバ、母はウマ
 青↓黄↓赤と変わるものを
 よく見掛けます
 尖道湖の名産である二枚貝
 水瓶座と牡羊座の間
 訴えや申請などが退けられ
 ること
 ーかまぼこ、ー団子、
 ー笛
 鉄道のレールの下に並べま
 す
 テレビーの録画を予約し
 た
 魚へんに師と書く出世魚

タテのカギ



前号の答え

A B C D E
 フクワライ

でした。

応募方法

正解者の中から、抽選で5名様に「高千穂牛レストラン和」及び「JA高千穂地区ミートセンター」の商品券を贈呈致します。次の要領でご応募ください。

今月号の感想や提案など、ご意見をお聞かせください。

※締切り：2月10日の消印まで有効

《答》
 住所・氏名
 年齢・職業
 電話番号
 今月号の感想,
 JAへのご意見,
 地域の話 等

〒882-1101
 高千穂町
 大字三田井1番地
 JA高千穂地区
 総合企画課行

★抽選の結果、次の方に商品券をお贈りしました。

- | | | | |
|---------|----|------|---|
| 高千穂町三田井 | 甲斐 | 絢香 | 様 |
| 高千穂町上野 | 馬崎 | ミヨ子 | 様 |
| 高千穂町下野 | 工藤 | 博志 | 様 |
| 日之影町七折 | 甲斐 | しょう子 | 様 |
| 五ヶ瀬町鞍岡 | 西田 | 末義 | 様 |



読者の部屋

毎 回楽しみに読んでいます。農業青年との対談。将来が楽しみです。高千穂町Kさん67歳

も うすぐで今年も終わりますね。年を取るのと1年が早く感じます。農繁期も終わり、少しゆつくりとした時間を過ごせています。高千穂町Bさん79歳

7 ロアカーリングのこつと、初めて知りました。運動苦手の私でも楽しく出来そうだと思います。高千穂町Tさん69歳

あ けましておめでとうございませう。いつもかめるご楽しみにしています。もう随分風あけ、羽根つき、福笑いをする子ども達を見かけませんが、つい最近風あげをしている子どもがいきました。懐かしさを感じほっこりしました。昔の正月遊びを復活させてみてはいかがでしょう。高千穂町Tさん46歳

先月号のパズル応募はがきから掲載しました。

今 年の秋はコロナも少し落ち着いたので、2年ぶりに熊本の孫の元へ行き、『七五三』を見届けました。来年も運動会やら行けたらと願います。日之影町Aさん64歳

高 齢ですので、年賀の挨拶は今回までと致しますと書いて送りました。年末の寒さは厳しいものでしたね。この寒さで害虫が減びると良いのですが、強かな害虫は何等かの方法で生き延びています。年賀の限界を申し出た私の方が先にまいるかな。高千穂町Iさん80歳

編集後記

明けましておめでとうございます。今年もより良い広報誌作りに励みます。私事ですが春に産産を控えており、目まぐるしい一年になりそうです。皆様にとつて幸多い一年になりますよう心からお祈り申し上げます。今年も広報誌『かめるめ』をよろしく願います。(美)

プリエール高千穂 人形供養祭

第2回プリエール高千穂人形供養祭が12月29日に行われました。昨年に引き続き多数の人形やぬいぐるみをお預かりし、当日は高千穂神社の後藤宮司によりご供養いただきました。佐藤友則組合長（葬祭センター代表取締役社長）も参列し、玉串を捧げました。



進めよう!! 国消国産

国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産



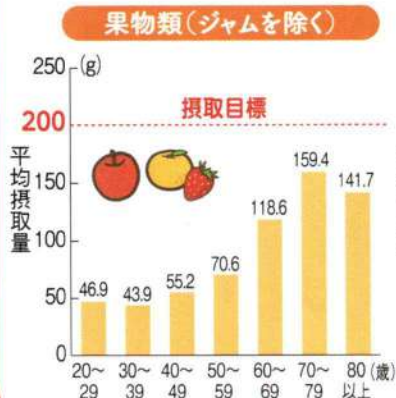
【今回のテーマ】

果物や野菜を
みんなどれくらい食べているの？

ジャムを除く果物類や野菜類は、
若い世代ほど摂取量が少ないのが現状です。



果物・野菜の摂取目標と年齢別平均摂取量



ビタミンやミネラル、食物繊維を豊富に含む果物や野菜は食べる量が足りないと、生活習慣病のリスクが増えたり、体の免疫力が低下したりするなど、体調不良の原因になってしまいます。

厚生労働省が掲げる1日あたりの摂取目標は果物200グラム、野菜350グラムですが、ちょっと意識するだけで達成できそうです。果物だとミカン2個かリンゴ1個です。また、野菜は加熱するとかさが減ります。

旬にあわせておいしい国産果実や野菜を食べて、国消国産を進めましょう。

出典:厚生労働省「2019年国民健康・栄養調査」



耕そう、大地と地域のみらい。

