



脳寿命を延ばす健康生活

STOP! 老人脳

もしかしたらあなたも……? 老人脳の5タイプ



いくつになっても前向きで若々しく暮らすには、「脳」の健康を気遣うことも大切です。老人脳にならないために「脳寿命」を延ばす生活を始めてみませんか。



西剛志(にしだけゆき)先生
●脳科学者(工学博士)
●分子生物学者
●T&Rセルフイメージデザイン代表取締役



「80歳でも脳が老化しない人がやっていること」
西剛志著
アスコム刊 1540円

「記憶脳」の老化

- 人の顔や名前が覚えられなくなった
- 同じことを何度も言うようになった
- 「あれ」「これ」などの指示語が多い

これで予防! 毎日違う道を歩いてみましょう

GPSを使って生活の中の移動距離と脳の衰えの関係を調べた実験では、「移動すると記憶力がアップする」ということが分かりました。これは新しい場所を覚えようとする脳細胞を使うことで、脳全体が活性化するためです。例えば毎日の買い物でも、違う道を通るようにすると、記憶力の衰えを防ぐことができます。

「やる気脳」の老化

- 流行に付いていけなくなった
- 昔が懐かしいと思うことが多い
- 食べたい物が思い付かない

これで予防! 「新しい体験」を毎日取り入れましょう

新しいことやワクワクすることがあると脳は活性化します。老人脳を予防するためには、新しい体験を、毎日少しずつ取り入れることが大事です。「歩くスピードを変えてみる」「いつもは見ないテレビ番組を見る」など、ちょっとしたことでOK。ただしストレスも脳を老化させますので、負担にならない程度にとどめましょう。

「聴覚脳」の老化

- 聞き間違いが増えた
- テレビの音のボリュームが大きいやつと言われる
- 子どもの声など高い音が聞こえにくいことがある

これで予防! 聞こえにくくなったら補聴器を

認知症の12の危険因子で最も危険度が高いのが難聴だといわれています。音は目が覚めている間ずっと脳を刺激し続けていますが、それがなくなるためです。特に若い頃から大音量で音楽を聴く習慣があったり、音の大きい職場にいた方はご注意ください。補聴器は、認知機能の低下を防ぐのにも役立ちます。

「共感脳」の老化

- 人の話を聞かなくなった
- 服装に気を使わなくなった
- 人を傷つけてしまうことが増えた

これで予防! ダンスやお手玉に挑戦

認知機能を高めるのに最も効果的なのが、リズム、バランス、スピードなど複数の動きを同時にする「コーディネーション運動」です。ユーチューブで動画などを見て動きをまねするのもお勧めです。体を動かすのが苦手な方でしたら、お手玉などでもいいでしょう。

「客観・抑制脳」の老化

- すぐにイライラするようになった
- 感情を抑えられないことが多い
- 物事を客観視できない

これで予防! 利き手ではない方の手で作業をしてみる

常にイライラしているなどの自覚がある人は、脳の機能が低下して、感情の抑制や注意力が弱まっているのかも。1日5〜10分、利き手ではない手で生活してみましょう。手を動かすことに意識が集中するため、心身をコントロールするいいトレーニングになります。

動物性タンパク質が脳の衰えを防ぐ
100歳を超えても脳機能が衰えないいわゆる「スーパージョー」の約6割が、牛肉や乳製品などの動物性タンパク質を毎日取っています。牛肉や乳製品などの動物性タンパク質の原材には、やる気ホルモンであるドーパミンの原料になるチロシンというアミノ酸や、リラックスホルモンのセロトニンを作り出すアミノ酸(トリプトファン)などが含まれているためです。

かめばかむほど、脳は若返ります!
よくかんで食べるだけで、運動機能や健康機能が向上、やる気が出る、記憶力が高まる、認知症を防ぐ、免疫力を高めるなどの効果があります。中でも効果が高いのが「やる気脳」の低下防止。そしゃくするとやる気の源であるドーパミンがよく出るようになります。

野菜だけ&粗食は脳を萎縮させる
「年を取ったら粗食の方が体にいい」というイメージがありますが、61歳から87歳の人に対して記憶テストや身体機能のチェック、脳のスキャンなどを行ったところ、野菜中心で肉や魚卵に多く含まれるビタミンBが不足している人は、5年後に脳の萎縮が見られたそうです。野菜ももちろん大切ですが、動物性食品と組み合わせ、バランス良く取るようにしましょう。

脳の機能のピークは人によって違う
「高齢になると脳が老化する」というイメージがありますが、脳の老化現象はもっと早くから始まっています。さまざまな研究機関の調査データをまとめると、脳の機能のピークは「情報処理能力が18歳」「人の名前を覚える力が22歳」「顔を覚える力が32歳」「集中力が43歳」となっています。

「プチゼいたく」で脳を活性化
私たちの脳は制約を受けると活性化しにくくなり、やる気ホルモンのドーパミンが出にくくなります。ですから、自由な人の方が老化しにくいのです。例えば好きな物を食べているときの「おいしい」という感情は、味覚への刺激だけでなく嗅覚や視覚などさまざまな感覚への刺激になります。またおいしいと感じる食品はよく味わって食べるため、自然とかむ回数が増えて、脳を刺激します。

手軽に始められる「脳寿命」を延ばす食生活

お薦め食材

老人脳を防ぐための

マグロのトロ、サバの水煮缶
脳細胞を活性化し、老化予防に効果的といわれるEPA(エイコサペンタエン酸)とDHA(ドコサヘキサエン酸)は、青魚の脂肪に多く含まれています。ですから、旬の脂が乗った青魚を食べると効率良く取ることができます。マグロのトロもお薦めです。DHAは1日につき5gの摂取が必要ですが、マグロのトロならすし1貫で3.2g取れるため、2貫食べれば十分です。

アセロラ飲料
1日に1gのビタミンCを摂取すると若返り遺伝子が活性化することが分かっています。お薦めは100g中に1700mg(レモンの約34倍)もビタミンCを含んでいるフルーツ、アセロラです。アセロラ入りの飲料なら手軽に取ることができます。

マイタケ・かつお節
若返り遺伝子を活性化させるナイアシンを豊富に含んでいます。たっぷりのかつお節でだしを取り、かつお節ごと食べてマイタケを具にしてみてください。

JA共済の脳トレ

認知機能の維持・向上

ご利用方法!

STEP 01 JA共済アプリのお役立ちコンテンツ「健康」をタップ

STEP 02 「JA共済の脳トレ」をタップ

STEP 03 生年月日と証書番号を入力し登録完了

STEP 04 脳トレメニューをご利用いただけます

脳研究の第一人者である川島隆太博士が開発した、JA共済オリジナルの脳トレです。認知機能の維持・向上に向けた6種類のトレーニングと、運転に必要な認知機能を鍛えることのできる3種類の「運転脳トレ」を毎日無料で行うことができます。

サービスの詳細やご利用方法については専用ホームページからご確認ください
<https://service.ja-kyosai.or.jp/gokeiyaku>

※これらのサービスは令和5年4月時点のものであり、将来廃止・変更する場合があります。
※サービスのご利用にあたっては、一定の条件があります。
※画面は開発中のものになります。

JA共済がみなさまのもっと豊かな日常をサポート

どなたにも 参加型イベントを開催
オンラインとリアルで開催される様々なイベントを通じて、みなさまが毎日楽しく過ごせるように応援しています。

どなたにも 健康増進や防災・減災等に役立つ様々な情報をご提供
ご契約の有無を問わず、様々なお役立ち情報をお届けし、みなさまの健康増進や防災・減災等に向けた取組みをサポートします。

ご契約者さま向け 「げんきなカラダづくり」や「安心安全な暮らし」に役立つサービスをご提供
ご契約者さまに向けて、健康増進や防災・減災等に役立つ各種サービスを提供しています。

2022年はオンラインウォーキングイベントを開催しました。

定期的にホームページに掲載しています。

たとえば

この他にも多数ご用意しております!

JA共済の脳トレ

無料

脳研究の第一人者である川島隆太博士が開発した、JA共済オリジナルの脳トレです。認知機能の維持・向上に向けた6種類のトレーニングと、運転に必要な認知機能を鍛えることのできる3種類の「運転脳トレ」を毎日無料で行うことができます。

サービスの詳細やご利用方法については専用ホームページからご確認ください
<https://service.ja-kyosai.or.jp/gokeiyaku>

※これらのサービスは令和5年4月時点のものであり、将来廃止・変更する場合があります。
※サービスのご利用にあたっては、一定の条件があります。
※画面は開発中のものになります。

JA所有地を売却します



当JAと長浜市は、右記の土地（JA所有地と市有地）を共同で売却します。長浜市の一般競争入札により購入者を公募します。

この入札に参加するには、長浜市に事前の申込みが必要です。入札への参加を希望される方は、**「入札実施案内書」を確認の上お申込みください。**

案内書は、市ホームページからダウンロードできるほか、市財政課財産活用政策室（本庁舎4階）、北部管理課（北部合同庁舎）、各支所で配布しています。

【一般競争入札とは】 複数の申込者が価格を競い合い、最低売却価格以上で最も高い価格をつけた方に購入していただく方法です。

【申込受付期間】 令和5年9月11日（月）～11月13日（月）まで（土曜日・日曜日及び祝日除く）

【受付時間】 午前8時30分から午後5時15分まで

【入札日】 令和5年11月24日（金） **【問い合わせ先】** 総務部 企画管理課 TEL:0749-78-2403 Mail:kanri@kitabiwako.jas.or.jp

高月 西柳野／土地

最低売却価格 **826万円**

- ★現況／更地
- ★古保利小学校まで約340m

JA所有地	市有地
西側 424.98㎡ (約128.55坪)	東側 493.76㎡ (約149.36坪)
合計 918.74㎡ (約277.91坪)	

●所在／【市有地】高月町西柳野字里ノ内520番【JA所有地】同所520番9●地目／【市有地】宅地（公簿）【JA所有地】宅地（公簿）●土地面積／【市有地】493.76㎡（実測）【JA所有地】424.98㎡（実測）●都市計画／非線引き都市計画区域●建ぺい率／70%●容積率／200%●交通／高月デマンドタクシー「西柳野」まで約40m●最低売却価格【市有地】444万円【JA所有地】382万円●問合せは各所有者まで。市有地間い合わせ先：長浜市役所 財政課 財産活用政策室 TEL:0749-65-1717●申込みは長浜市まで。

「情報提供窓口の設置」

私たち監事は当組合の健全な発展に資するため、経営管理委員および理事が適正に職務を遂行しているかを監査するための情報提供窓口を設置しています。

このため、経営管理委員および理事が職務を遂行する上で、弊害があると思われることを見たり聞いたりした事柄があれば、電話または封書にて下記宛にご連絡くださいますようお願い致します。

北びわこ農業協同組合 監事会

連絡先：郵便番号 529-0341
住所 滋賀県長浜市湖北町連水2721番地
部署名 北びわこ農業協同組合 監査室
受付監事 常勤監事 中井 隆弘
電話番号 0749-78-2401

お電話の場合は、月曜日～金曜日の午前8時30分～午後5時にお願いします。（但し、祝祭日は除く。）

*ご好意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容は受付いたしかねますので、予めご了承ください。

チャレンジ! クロスワードパズル

8月号パズルの答え サーフイン

クロスワードパズルは 3ヶ月ごとに掲載します。

やさしさ・ふれあい

9月は「同和問題啓発強調月間」です。

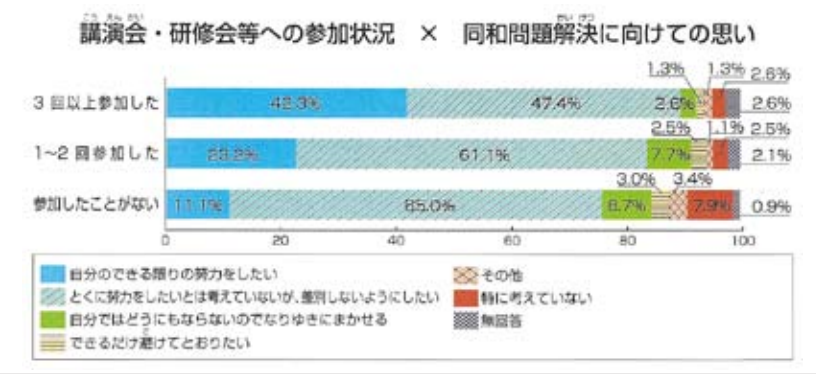
同和問題を正しく学び・人権意識を高め・自ら行動しましょう。

「自分は差別されていない」「差別されていない」だから「自分には関係ない」というように考えていませんか。

子どもの頃にマイナスのイメージが入ってきた意識は、大人になってもなかなか払拭（ふっしょく）できないことが多くあります。家庭や学校において、子どもたちが同和問題を正しく学ぶことが、部落差別を温存（おんぞん）する社会意識を変える大きな力となります。

令和3年（2021年）の人権に関する県民意識調査の結果では、人権にかかわる講座に参加した回数が多い人ほど、同和問題の解決に向けて「自分のできる限りの努力をしたい」と回答する割合が多くなっています。

人権に関する研修や様々な啓発イベントに参加して、自らの人権意識を高めましょう。また、同調査では、「部落差別解消推進法」を知っている」と回答した人ほど、同和問題の解決に向けて「自分のできる限りの努力をしたい」と答えた割合が多くなっています。



JAグループ滋賀

発行／JA滋賀中央会・JA滋賀同和対策本部
〒520-0807 大津市松本一丁目2-20 TEL.077(521)1619
http://www.jas.or.jp/

乙女座 【全体運】勢いがあり計画推進のチャンスです。強気でいきましょう。人に頼るより自力でいった方が満足いく結果に 【健康運】外出後はうがい。喉の痛みを甘く見ないで 【幸運の食べ物】栗

獅子座 【全体運】贈り物運あり。欲しい物をもらえたりしう。贈るのもお勧め。すてきな買い物ができるでしょう。旅行の計画も◎ 【健康運】口コシの良い健康法を試して。あなたに合っていない 【幸運の食べ物】マツタケ

射手座 【全体運】責任ある役回りを引き受けて、大変でもやりがいがあり、人望を得られます。目標は大きく持って。買い物に吉 【健康運】目の疲れからくる肩凝りや首の痛みを気に付けて 【幸運の食べ物】リンゴ

蟹座 【全体運】友人や知人との会話を楽しむときです。近場の人気スポットを調べて足を延ばして。いつもと少し違う日常にツキ 【健康運】けがややけどに気を付けて。ホットミルクが吉 【幸運の食べ物】タイ

天秤座 【全体運】上昇運です。少し気せくもありませんが後半を待たす方がうまくいきやすいとき。前半は準備に力を入れて 【健康運】頑張り過ぎて疲労をためがち。休憩を入れて 【幸運の食べ物】エノキタケ

ゆめちゃん広場「十笑」の教室が始まりました。

ヨガ教室

日頃の運動不足をヨガで解消。身体を動かすことで心もスッキリ!!

大人のぬり絵教室

第1回目は色鉛筆に慣れるところから。筆圧により変わる色具合に戸惑いながら作品作りが始まりました。

パンチニードル教室

もこもこ可愛い!パンチニードルは人気上昇中!!糸を通した専用のニードルを使って片側からぶちぶちと刺す技法。イラストを描くようにステッチします。手芸初心者さんでも簡単にはじめられそうですが、初日は少し苦戦されていました。

消しゴムはんこ教室

消しゴムを彫って作るはんこ。世界に1つだけのオリジナルはんこ。描いただけの絵よりも、素材でかわいらしく、味が出る。自分用やお子さま、お孫さんへのプレゼントに...

3年連続日記

毎日書ける、楽しく書ける、記録と記憶に残る一冊!

3年間の記録が一目でわかる!!

農作業の出荷・作付を記録する
ご家族の健康・成長を記録する
日頃の收支などを記録する

家事・生活に役立つ「わが家の財産台帳つき」

10月1日発売 定価 **4,400円** 税込

お問い合わせはお近くの農協へ 発行元 長今本印刷株式会社 企画部

「ゆめちゃん広場」

仲間の輪を広げよう 男性大学 開講式 開催

7月21日（金）、JA北びわこ本店で「男性大学 男ディ College（ダンディ カレッジ）」第3期生の開講式が行われ、16名が入学されました。

同大学は、活動を通じて仲間の輪を広げ、これからの人生を楽しむための居場所づくりを目的としています。年間6回のカリキュラムが計画されており、開講式後、『みんなで作る「健康しがらみ」』と題して、第1回目の講義が開催されました。いつまでもその人らしく生き生きと生活していくために、一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組むとともに、健やかな暮らしを支えるまわりの力が重要とのことでした。

この大学を通じ、受講生の皆さまが心身ともに健やかで、その人らしく活躍していただけるような1年となりますよう、今後の講義に参加していただきたいと思います。

新しい仲間と共に 女性大学 開講式 開催

7月27日（木）JA北びわこ本店において「JA北びわこ女性大学 Keep smiling（キープスマイリング）」第4期生の開講式が開催され、28名が入学されました。年間のカリキュラムが6回となっており、手芸・料理教室・生米パン作り・劇団四季のミュージカル鑑賞などを予定しています。受講されたカリキュラムの中で、自分に合う趣味を見つけるきっかけとなれば幸いです。

開講式の後には、花王グループカスタマーマーケティング部の前之園佳奈さんをお迎えし「花王の皮膚科学に基づいたスキンケア講座～日常のケアから紫外線対策～」と題し、第1回目の講座が開催されました。毎日行うスキンケアの3大ポイントとなる「洗う・補う・守る」の洗顔から紫外線対策、明るくきちんとした印象を与えるベースメイクの方法、また、頭皮のおすすめマッサージ方法まで、実践を交えてわかりやすく楽しく行われました。

キレイになる磨き方も多種多様な時代です。個性を活かした自分なりのキレイを見つけてほしいと思います。

人権 偏見は差別

岐阜県 岐阜市立三輪中学校 一年 深尾 和弘さん

ある日、祖母の部屋で、桜の模様の入った手紙をみつめた。それは、刑務所から祖母宛てに届いた、受刑者からの手紙だった。手紙には、過ちを犯してしまった後悔と共に「刑務所から出たら、〇ちゃん（祖母のこと）の作った料理が食べた」ということが書かれていた。

桜の模様の手紙が受刑者からの手紙だと知ったとき、僕は少し怖かった。罪を犯した人と祖母が知り合いうら、と心配になった。その気持ちを祖母に話すと、祖母は悲しい顔をして、僕にこんな話を始めた。

手紙を書いた人は、祖母が働いていた児童養護施設の人だった。学校では仲間と悪さをしているわゆる問題児だったが、施設では祖母の体調が悪いといち早く気づき気遣ってくれたり、よくお手伝いをしてくれたりする優しい人だったそうだった。しかし、悪戯で悪いことをしたため、先生達からよく連絡がきたそうだが、家にまで先生が来て叱られたのはその人だけだった。先生達はその人の悪いところばかりを話し、その人の悪さもその人だけが悪いと話した。施設の子への偏見もあった。祖母が感じるくらいなのだから、その人はもっと嫌な思いをしただろう。悔しそうに顔を赤らせた。一切も言い返さずじつと話を聞いていたらいい、そんな様子を見かねた祖母が先生に「この子の悪いところは十分わかりました。でも、この子の良いところはないですか。」と尋ねた。すると先生達は黙ってしまった。祖母がその人のよいところを話し始めた。それまで黙っていたその人が、ポロポロと涙を流しながら話した。祖母がその人の子は悪い子と決めつけず、一人の人間として良さを認めてもらえたことが嬉しかったのだらう。その時から、その人は祖母を信頼したのだらうと思う。養護施設の職員は何人かいたが、手紙が届いたのは、祖母だけだったのだらう。

祖母の話の聞きながら、僕は自分が恥ずかしくなった。罪を犯す人は悪い人、と決めつけて、会ったこともない人のことを怖い人だと偏見の目で見ていたと気付いた。罪を犯した人は刑務所で反省して、人生をやり直そうとして出所するの、僕のような偏見をもった人がいることを知った。とても悲しい、また人が信じられなくなってしまうと思う。偏見は差別だ。自分が差別の心を持っていて落ち込んだ。祖母は、そんな僕を見て、その人の話を続けた。その人はこの手紙を書き、出所した後また罪を犯し、刑務所に入ったそうだった。そうなる原因は、やはり、僕のよき世間の差別の目だった。出所してすぐは、差別されても、それだけのことを自分はしてしまっただけだから受け止めるべきだと耐えていた。しかし、なかなか世間の目は変わらない悲しみはどんどん募る。そんなつらさ、集まってくるのは、結局また悪い仲間、悪いことをしても止められる人がいない。そしてまた罪を犯してしまっただけで、結局改心したときに、その人の職場の人や周りの人が、偏見をもたず、一人の人間として受け入れてくれたら、再び刑務所に行くことにはならなかつたらう。そう思う、また、偏見の目を恐ろしく覚えてくれたら、みんな同じ人間なのだから、今のその人に思いやりをもって接することがとても大切だと実感した。

二度目の罪を償って出所したその人は、結婚相手と連れ立って祖母に会いに来た。罪を犯した人への偏見をもつ人は、いまだらうが、その人のことでの優しい気持ち、人生を共に歩んでくれる人に出会えたこと、それが、その人は、いまだらう、これからは生きていくと笑顔で話した。今でもその人は罪を犯して、守られる。まずは、自分が人権を大切にする人になりたう。



★9月のあなたの運勢★

双子座 【全体運】調子に乗り過ぎてしまったと思うことが。何でも1人でやろうとせず協力し合う方向で検討してみて。金運は良好 【健康運】適度な運動でパワーアップ!筋力もお勧め 【幸運の食べ物】ジャガイモ

牡牛座 【全体運】好調運。心配事は取り越し苦労に終わりそう。抱え込まず人に話すことと楽になります。買い物は計画性を発揮して◎ 【健康運】胃腸を大切に。消化のいい食事を心がけて 【幸運の食べ物】シソ

牡羊座 【全体運】用事が山積みのため息が出がち。ただ、思っているよりも動けます。効率良く動くあなたの実力をアピール 【健康運】スキンケアに力を入れて。無理な減量は禁物 【幸運の食べ物】エリンギ



大麦 大麦の播種準備

1. 大麦(ファイバースノウ)の播種時期

【播種最適期は10/15~10/25です】

条播	10/15~10/25播種 8kg/10a (条間20~25cm)	10/25以降播種 9~10kg/10a (条間20~25cm)	播種深 3cm程度

※遅まきや排水不良の場合は、1~2kg程度増量して下さい。

稲刈り後、圃場の乾田化を進めるため額縁明渠を切るなど、播種最適期に播種が出来る様に速やかに圃場の準備を行いましょう!

2. 土づくりの実践(石灰資材の施用)

・麦類は酸性に弱いため、土壌pHは6.5以上を目標とします。

大麦は、収量性が大幅に向上するため必ず石灰資材を施用しましょう!

【施用量の目安: 粒状苦土石灰 100kg/10a】

3. 排水対策の徹底(大麦栽培で湿害対策は最重要です!)

・麦は畑作物であり、湿害に弱い作物です。そのため水稲栽培が終わればただちに、播種に備え排水対策をしっかりとることが大切です。

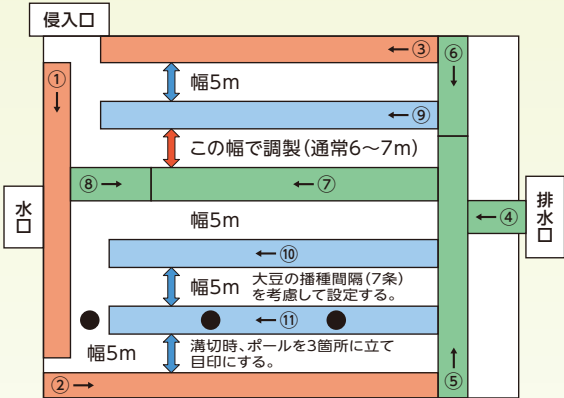
・管内の土壌の多くは、湿田のグライ土層です。粘質な水田下層土の水分移動速度は小さいため、**転換畑での排水の基本は、「地表排水」となります。**

【早めの額縁排水溝の設置】

●8月中旬頃から天候不順が続く場合、水稲の刈取り作業により圃場が荒れます。早めに額縁排水溝を設置します。

【排水溝(明渠)の設置】

●田の乾湿に合わせて、排水溝の間隔を決め(排水の悪い場合は畦幅を狭く)、畦面や排水溝に水たまりが出来ないように表面排水を行います。また、必ず排水溝をつなげます。



【排水溝(明渠)の設置例】

- ・①から順番に溝を切ります。
- ・溝切りの間隔は、圃場の排水状況や麦跡の大豆播種間隔を考慮して設定して下さい。

水稲 秋耕の実施(収穫後~10月中旬)

稲作の土づくり対策として実施している水田の秋耕には、次の効果があります。

- 土づくり対策** 稲わら等を分解する土壌微生物は、15℃以上の地温で活発に活動します。地温の高い10月中旬までに鋤込みを行うことで、稲わらの腐熟を促進でき、土壌還元(ヤミ田)対策になります。また、有機物や土壌改良資材の鋤込みによる養分補給も改善します。
- 病害虫、雑草対策** ニカメイガの越冬幼虫や紋枯病の病核、雑草の塊茎などを土壌埋没することで、次年度の発生を軽減します。
- 獣害対策** 刈り跡のひこばえは野生獣の豊富な餌となり、シカ、イノシシ、サルが地域に居着く原因となります。これを鋤き込むことで、地域の餌が少なくなります。
- 温室効果ガス排出抑制対策** 温室効果ガス排出量(農業水産業由来)→国内排出量の約3.9%に相当
農用地から排出される <メタンガス → CO₂の < 25倍 もの温室効果
<酸化二窒素 → CO₂の < 298倍

秋耕の実施でメタンガス発生量を約5割削減可能

農林水産省「みどりの食料システム戦略」より

JA北びわこでは、みどりの食料システム戦略における農林水産業のCO₂ゼロエミッション化の実現に向けて環境負荷軽減に取り組んでいます。

- 秋耕の効果を高めるために**
 - ・土壌診断による土づくりを実施しましょう。
 - ・15cm以上の深耕をしましょう。
 - ・プラウ、反転耕などにより、乾田化に努めましょう。

- 土づくりの実践**
 - ・有機物の施用 → 保肥力が高まり、肥料の効果が出やすくなります。
- 土づくり肥料、資材の施用**
 - ・総合的に土壌改良を行う場合…とれ太郎スーパー 60kg/10a
 - ・不足したケイ酸、加里を補給…けい酸加里プレミアム34(秋春施用) 40kg/10a
 - ・腐植補給による保肥力向上…新ふりかけ堆肥eco 100kg/10a

「北びわこ管内の土壌分析結果をみると、多くの圃場で可給態リン酸・可給態ケイ酸の数値が基準値を下回っています。」

- ケイ酸の働き**
 - ・葉が硬くなり、葉もちや病害虫に強くなります。
 - ・葉が丈夫になるので倒伏に強くなります。
 - ・葉が直立し、登熟の向上によって品質・収量が高くなります。
- リン酸の働き**
 - ・生育が盛んになり、茎数が増えます。
 - ・茎葉の伸びがよくなり、茎が太くなって倒伏に強くなります。
 - ・葉から根への養分の移行がしやすくなって品質・収量が高まります。
 - ・根の量が増え、根腐れ、秋落ちが軽減できます。



秋の農作業安全運動実施中!!

【農作業安全月間】

令和5年8月1日(火)~10月31日(火)

作業前のチェックと「声掛け」で事故防止!!



稲刈りシーズンではコンバイン等の農機具を操作する機会も増えていきます。周囲の状況に十分注意し、安全に農作業を行いましょう。



- **臨時理事会**
令和5年8月9日(水) 午前9時
【協議事項】
令和5年度第1四半期末決算について
デバッグロジャー2023の発行について
- **7月定例理事会**
令和5年7月28日(金) 午後1時30分
【協議事項】
令和5年度第1四半期末決算について
デバッグロジャー2023の発行について
- **経営管理委員会**
令和5年8月9日(水) 午後2時30分
【協議事項】
会長及び理事等の他の団体役員への就任の承諾について
リース取引による資産・端末等機器の貸借案について
各議案が原案どおり可決承認されました。

大好評! ガス給湯器分割払

標準工事費込

追い焚き機能付タイプ(オート) 屋外壁掛型

給湯専用タイプ 屋外壁掛型

FC-250V (標準リモコン) MC-250V (標準リモコン)

PH-EM2015AWL MC-150V (標準リモコン)

追い焚き機能付き 屋外壁掛型 Rinnai ECOジョーズ

RUF-E2406SAW リモコン:MBC-262V(A) 台所・浴室リモコンセット

RUX-E2016W リモコン:MC-145V(A) 台所リモコン

月々 **¥4,330** ×60回 (税込) 一括買取価格247,800円(税込)

月々 **¥2,930** ×60回 (税込) 一括買取価格168,000円(税込)

月々 **¥4,130** ×60回 (税込) 一括買取価格237,000円(税込)

月々 **¥2,950** ×60回 (税込) 一括買取価格170,000円(税込)

給湯用ガス特別料金でお得!

灯油の管理が手間! 排気のニオイ運転音がイヤ! お湯はり湯加減調整が面倒くさい!

お問い合わせ先... JA北びわこ 東浅井ガスセンター TEL 74-3103 伊香ガスセンター TEL 82-2385

農産物直売所 ゆめまる館だより

新米の販売が始まります。

特別栽培米 コシヒカリプレミアム

1袋 30kg 9,600円 9月下旬を予定しています

特別栽培米 みずかがみ 販売中!

小菊 お供えに彼岸用小菊、仏花も品揃え豊富でお待ちしております

住所/高月町高月1340-1
営業時間/9:30~16:00
定休日/毎週木曜日
電話番号/0749-85-6033

LINE公式アカウント ゆめまる館の友だち募集中!

ゆめまる館の最新情報をお知らせします!

この印刷製品は、環境に配慮した資材と工場で製造されています。 GREEN PRINTING JPPF P-B10168

魚座 【全体運】コミュニケーションが活性化。情報がたくさん入ってきます。頼られても引き受け過ぎないで。取捨選択が大事 【健康運】下半身の冷えに注意。トイレは早めに行きましょう 【幸運の食べ物】オクラ

水瓶座 【全体運】見られていることを意識して行動を。注目を力に変えられます。相談は年上の人になると吉。行動はスピーディーに 【健康運】筋トレやシェイプアップに力を入れて。効果大 【幸運の食べ物】ブドウ

山羊座 【全体運】好調運です。ラッキーが無い込む予感。ピンチに思えることもより活躍するためのきっかけです。前向きに捉えて 【健康運】腰痛、関節痛は早めにケアを。サポーターが吉 【幸運の食べ物】カボチャ