



ふれあい

3

March 2022

No.149



次世代育成は必須です——

チカラ

「食育」に力を注いでいます。

公式 LINE

検索 ID @ja_kyotochuou



<https://kyo-ja.com>

JA京都中央

検索





岩倉支店管内で、定年後から本格的に就農し農作業に勤しむ山本実さん。

新鮮なお野菜は、家族・近所の人々から好評です。

小学生へのボランティア活動等にも力を入れており、次世代の後継者づくりや食農教育に積極的に取り組んでいます。

「畑で野菜を作っていると、小学生が毎回挨拶をしてくれたり、『なにつくつてんの?』と声をかけてくれるようになりました」と嬉しそうに話してくれました。

次世代育成は必須です——「食育」に力を注いでいます。

チカラ

—メインの農作物、栽培規模

メインはお米で30アありです。

野菜は3ア程で、夏の時期に合わせた旬の野菜を作っており、九条ねぎ・玉ねぎ・えんどう豆・ジャガイモ・ナス・トマト等を主に栽培しています。

全て家で食べるように栽培しており、お米は100%自給自足です。

—就農のキッカケ、どうやってなったのか

元々、両親の代から農家でした。

私は会社に勤めており、会社員時代は忙しくほとんど家にいませんでした。本格的にやりだしたのは定年を迎えた60歳からです。最初は母と一緒に教えてもらいながら栽培をしていました。

—どちらが大変(会社勤めと農家と)

現在(農家)の方が圧倒的に大変です。

会社員時代は、決まった時間に働いていればよかったですが、今は自然相手でありまして、時間に終わりが無く大変に感じます。

—やり方を変えた事はあるか(歴代家族なら)

特にやり方を変えておりません。

—余った野菜は

自分の畑の前に、「この野菜差し上げます」とトレイを置いています。畑の前は小学校の通

—健康作り、体力勝負

だと思いが、実践していることはあるか

特にしている事はありません。日常の畑作業で十分体力がきます。

特に、お米の収穫作業では30袋の袋を何回も運搬したりしている

—一日のスケジュール、ルーティン、毎日していることがあれば

朝起きてから、地域の「子ども見守り隊」として、7時30分～8時30分まで小学生の通学路に立ちます。その後は、作業がある場合はずっと畑にいます。行くときりがなく居続けてしまいます。夕食時間を19時に決め、自宅に戻るようになっています。

—子ども見守り隊としてもご活躍

学路になっていて、私はボランティアをしていることから、小学生とはほとんど顔見知りです。きちんと挨拶ができ、子どもには野菜をあげています。また、近所の方々にも無料で差し上げています。

—近所の方々から喜ばれている無料提供

—近所の方々から喜ばれている無料提供

—近所の方々から喜ばれている無料提供

—近所の方々から喜ばれている無料提供

—近所の方々から喜ばれている無料提供

—近所の方々から喜ばれている無料提供



▲子ども見守り隊としてもご活躍



▲近所の方々から喜ばれている無料提供



▲手作りの「しめ飾り」「宝船」



▲九条ねぎ・すぐき・えんどう豆等の野菜を栽培▲

近所で、お米を作る農家が少なくなってきました。

12月になると、しめ縄・しめ飾りの製作で忙しいんです。母親が作っていたのを見て、これも定年後に作り始めました。

彼らから、しめ飾り作りが上手く継承され

小学校へのボランティア定年後に、近所の方に声をかけて頂いたことがきっかけで、小学校のボランティア活動で農業を教えています。

収穫だけでなく、苗を買ったり、種まきから収穫まで一連の作業を教えています。

1年生がさつまいも、2・3年生がなすび・万願寺唐辛子・オクラ等、5年生がお米を栽培し、子どもたちが一週間に2回程度、自分達で観察して日記をつけて栽培を行っています。

秋には、手作りの招待状が届き、私達ボランティアの前で観察日記の発表をしてくれています。

ており、ここ10年で頼まれる回数が増え、ご近所で30軒ほど毎年依頼があります。また、老舗料亭や寺社からも依頼がありますので、11月下旬から12月にかけてはしめ縄・しめ飾り製作の作業で手が一杯になります。今では、私達の世代が出向きしめ縄・しめ飾り作りを教えたりもしています。が、こちらも就農問題と同じく後継者をつくらなければいけないと感じています。

子どもたちの栽培する畑につきさりで居られないし、先生達だけでは教えられない事もありません。適切なタイミングで水をやり上手く

このような感覚を身に付けて欲しいです。その子供達から親の世代へもきつと伝わっていくと思っています。

子どもたちの栽培する畑につきさりで居られないし、先生達だけでは教えられない事もありません。適切なタイミングで水をやり上手く

また、生き物は、「愛情」を注いで、世話をしないと死んでしまうことの大切さ。



岩倉支店管内
やまもと みのる
山本 実さん(71)

閉校になる学校へ染物の授業を開催

前回、ふれあい11月号でお届けしました(P.6)、静原女性部が、今年3月に閉校となる静原小学校で、染物教室を行いました。女性部10人が参加、児童15人に対し草木染め教室を実施しました。まず、音楽室で中村部長の挨拶の後、染色についての説明を行い、生徒達はデザイン作成と名前の記入を行いました。

その後、体育館に移動し染物の開始です！
生徒達は、初めてみる染物の様子に驚きの声を上げる等、興奮した様子でした。

自分の手で、一から作り上げ、染め上げられたエコバッグは、きつと大切な思い出になったはずです！当日は大雪にも見舞われながら、実施された静原女性部の皆様、静原小学校の皆様、大変お疲れ様でした！



▲ 教室で説明を行う部員達



▲ 染色の様子



▲ 製作の様子



▲ 完成した作品と記念撮影

12月

◆洛南支店・神足支店・市原野支店
各地域で女性部活動盛んに



▲ 洛南支店女性部の皆様

前号(1月号)でご紹介しきれなかった年末の行事を紹介致します。
洛南支店女性部は、フラワーアレンジメントを実施し、14人が参加されました。20年以上続く、この体験教室は地元伏見のお花屋さんで2世代に亘り講師を務めています。葉牡丹等10種類以上の花々から、自由な



▲ 神足支店女性部の皆様

組み合わせで、作品を仕上げました。
神足支店女性部は、フラワーアレンジメント教室を実施し、20人が参加されました。お花を生ける容器を、管内の特産品の竹を加工したオリジナルのものを使用し、各自思い思いの作品を仕上げていきました。
市原野支店女性部は、手作りしめ縄作りを、講師



▲ 市原野支店女性部のしめ縄作りの様子

を含み18人が参加し実施しました。講師に、岩倉支店女性部を招き、交流も図りながら作成をしていました。
各女性部とも、新型コロナウイルス感染が続く中で、久々に会えた部員同士で楽しそうな様子でした！
2022年も、活発な活動を期待しています！

JAグループ京都と
京都府内産農畜産物
販売促進協議会が発
刊しているベルメールに、
乙訓支店女性部の皆
様が掲載されます。こ
の冊子は、京都府内産
の旬な野菜の情報やレ
シピ等を掲載しており、
今年度の日本地域情
報コンテツ大賞で「ラ
イフスタイル部門優秀
賞」を受賞している情
報誌です。今回の特
集は「花菜・牛乳」で、
生産者の石田祝子さ
んや女性部の皆様のオ
リジナルレシピ等が掲
載される予定です！
ベルメールは3月下旬
に発刊予定ですので支
店にお立ち寄りの際は、
是非ご覧ください。



▲ 取材を受ける、石田祝子さん



金融移動店舗の 稼働日の変更の お知らせ!



金融移動店舗を下記の通り稼働日を4月より変更して営業致します。

現在

稼働日

毎月第1・第3水曜日
(祝日の場合休み)

場所
(2か所)

旧小野郷支店
営業時間 午前 10:30分～11:45分
旧北山支店
営業時間 午後 1:15分～2:30分

変更後

稼働日

毎月第3水曜日
のみ稼働
(祝日の場合休み)

場所
(2か所)

変更ありません。

変更時期：2022年4月から実施します。

JAとのお取引に応じてポイントが貯まります!

JAカード付(クレジット機能付) JAポイントサービス

入会
のご案内



クレジット・キャッシュカード一体型

JAポイントサービスとは、JA京都中央の組合員や利用者のみなさまが、JAポイントサービスに入会し、当JAの事業を利用された際に、その利用に応じてポイントカードにポイントを付与するサービスです。

ポイントサービスの入会 (JAカード発行)で **500Pプレゼント!**

さらに 組合員加入(既に組合員の方含)で**500Pプレゼント!**

ここが特徴 1

JAをご利用いただくと
ポイントが貯まってお得!

ここが特徴 2

ポイントカードとクレジット
カードが一体になって便利!

ここが特徴 3

貯まったポイントはキャッシュバック
やポイント交換などで還元!

JAポイントサービス ポイント付与基準表

	付与項目と対象取引	付与のタイミング	付与単位	付与ポイント数	
信用事業	貯金引	定期貯金(平均残高)	月次	平均残高 100万円	10P
		定期貯金(新規契約)	契約月	契約に対し 10万円	5P
		定期積金(平均残高)	月次	平均残高 10万円	5P
		定期積金(新規契約)	契約月	契約に対し 50万円	5P
		当座性貯金(平均残高)	月次	平均残高 100万円	5P
自動振替等	年金振込(自動振替)	月次	入金があれば	5P	
	給与振込(自動振替)	月次	入金があれば	5P	
その他	口座開設 ※1	開設時	初回付与	5P	
	JAカード会員	新規加入時 (新規カード発行時)	1枚	500P	
組合員加入		組合員新規加入時 ※2	お1人様につき	500P	

※1. 当座性貯金(普通貯金等)に限らせていただきます。

※2. 組合員既加入に対しても、ポイントサービス制度加入時に**500P**を付与いたします。

※ポイントの付与のタイミングが「月次」の場合、翌月の20日にポイントが付与されます。

※ポイントの有効期限は、ポイントが付与された日の属する年度(年度は毎年4月1日から翌年3月末日とします)を1年度として、3年度の3月末日までとなります。



還元方法

基本
還元

キャッシュバック

毎事業年度末に500ポイント以上保有している方には、年2回、4月と10月に、500ポイントの倍数毎のポイントを当JAの貯金口座にお振り込みいたします。500ポイント未満のポイントは、次年度に繰り越されます。

任意
還元

ポイントの相互交換

JAポイント ↔ ニコスポイント
200P単位で → 40Pへ交換
1,000Pへ交換 ← 200P単位で

当組合からの大切なお知らせ！

マネー・ローンダリングやテロ資金供与の防止対応にご協力をお願いいたします

日本および国際社会がともに取り組まなければならない課題として、マネー・ローンダリングやテロ資金供与への対策の重要性が高まっています。

当組合においても、京都府・農林水産省等の関係省庁等と連携しながら、金融機能の不正利用防止に向けた対策を進めています。

今般、当組合では、組合員・利用者の皆様が、安心してご利用いただけるよう、以下の取組みを実施することといたしました。

組合員・利用者の皆様には、ご不便、お手数をおかけいたしますが、何とぞ、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

新規普通貯金口座開設時に取引の目的等を確認させて頂いております。

新規普通貯金(総合口座を含みます)口座開設時にはご住所・お勤め先に加え取引の目的等を確認させて頂きます。確認の結果、口座開設をお断りさせて頂く場合がございますので、ご理解とご協力をお願い致します。

複数の普通貯金口座の開設は、ご遠慮いただいております。

すでに当組合で普通貯金口座(総合口座を含みます)をお持ちの場合は、その口座のご利用をお願いしております。追加で口座開設をご希望の場合は、その理由やご利用目的等をお伺いさせていただき、口座の開設をお断りすることがございます。

複数の普通貯金口座の集約化をお願いしております。

すでに当組合で複数の普通貯金口座(総合口座を含みます)をお持ちの場合、口座の集約化(ひとり一口座)をお願いしております。

また、複数の口座をお持ちの理由やご利用目的等をお伺いさせていただき、書類のご提出をお願いする場合がございます。

本人確認の再確認を実施しております。

お取引の内容、状況等に応じて、過去にご確認させていただいた氏名・住所、お取引の目的、職業・事業の内容などを再度ご確認させていただく場合がございます。

またその際、各種書類のご提出をお願いする場合があります。

令和3年の所得税確定申告書の提出期限は **3月15日(火)** です

～確定申告をされる皆様へ～

令和3年所得の確定申告の時期です。みなさま準備は進んでおりますでしょうか。確定申告作成の上での令和2年および令和3年税制改正を交えた簡単な解説を案内しますので参考にしてください。

青色申告のすすめ

【事業所得(農業を含む)・不動産所得・山林所得の方】

(青色申告を始める時は税務署への承認申請が必要です。)



青色申告制度の主な特典

- ① 支払った給料が適正であれば **事業専従者控除**として全額必要経費に算入でき(所得税法第57条)節税になり、従事者にとってやりがいと責任感が育ってきます。
- ② **青色申告特別控除額**が改正により帳簿記帳や申告方法によって**10万円・55万円・65万円**に変更となりました。
- ③ 事業所得の金額の計算上生じた**損失(赤字)の金額**を、一定の順序にしたがって損益通算できます。それでも控除しきれない金額(**純損失の金額**)がある場合は、**純損失の生じた年の翌年以降3年間にわたり繰り越す**ことが出来ます。
- ④ 青色申告者の場合、減価償却の特例として、その事業年度の減価償却費に加え、一定の要件により取得価額の一定割合を償却する、**「特別償却費」**を必要経費に算入することなどが出来ます。

事業所得(農業・一般) 不動産所得

【収入金額】

- ① **事業収入**
 - **事業収入**および**家事消費額**を帳簿より集計して記入してください。
- ② **雑収入**
 - **持続化給付金**・各種助成金・交付金や農作業受託収入も漏れなく計上してください。

【経費金額】

- ① **経費項目**
 - **租税公課**には、事業用固定資産税都市計画税・自動車税・重量税・印紙税・組合費等があります。
 - 電気・水道・ガス・ガソリン代・電話料等の**事業用と家事用との区別が困難**な場合は適切な基準で案分して家事用部分を除外する方法があります。
 - **業務用建物における建物更生共済掛金**は火災保険料(経費算入)として損金掛金部分のみを費用計上し差額は保険料積立金(資産勘定)に計上してください。
- ② **減価償却費の取扱**
 - **固定資産の修繕費と資本的支出(減価償却適応資産)**との区分については、修理費は固定資産の維持管理および原状回復費用をいい、「資本的支出は固定資産の使用可能期間の延長または資産価額を増加させる支出」です。
 - **取得価額10万円以下(全額必要経費)** **取得価額10万円超20万円以下(3年均等償却or通常の減価償却or中小企業の少額減価償却資産の特例)** **取得価額20万円超30万円以下(通常の減価償却or中小企業の少額減価償却資産の特例)** **取得価額が30万円超(通常の減価償却)**
- ③ **書類の保存**
 - **青色申告をされている方は**、帳簿(複式簿記が原則であるが簡易簿記での記帳でも可)・決算関係書類・現金預金取引関係書類を7年間保存してください。その他の書類は5年間保存する。
 - **白色申告をされている方は**、収入金額や必要経費を記帳した帳簿(法定帳簿)は7年保存です。その他の帳簿および関係書類を5年間保存してください。

給与所得

- **給与所得控除額の改定**が令和2年にあり、一律10万円引下げされることとなり、下限65万円が55万円に上限が220万円から195万円に改正されています。

雑所得(公的年金所得)

- **公的年金等控除額の改正**が令和2年にあり、一律10万円引下げされることとなり、公的年金等の収入金額と公的年金に係る雑所得以外の所得に係る合計所得金額に応じた控除金額に改正されています。

所得から差し引かれる金額

- **基礎控除の改正**が令和2年にあり、一律38万円から48万円の最高額から所得金額に応じて段階的に減少していく形に改正されています。
- **寄付金控除**には**ふるさと納税**も対象となりますので漏れなく申告してください。
- **生命保険料控除**には一般生命保険料控除額・個人年金保険料控除額・介護保険料控除額の**合計で最高12万円**の控除が受けられます。
- **地震保険料控除**は**最高5万円**までの控除が受けられます。
- **配偶者控除**は**配偶者のその年中の合計所得金額が令和2年に改正され48万円以下**に変更となり、その合計所得金額の区分に応じた金額の控除が受けられます。申告者の所得の合計所得金額が**1000万円を超える**場合には配偶者控除は受けられません。なお、配偶者が**青色事業専従者**および**白色事業専従者**に該当する場合は、配偶者控除の適用は受けられません。
- **配偶者特別控除**は生計を一にする**配偶者のその年中の合計所得金額が令和2年に改正され48万円超133万円以下**に変更となり、その所得金額に応じた金額の控除が受けられます。
- **医療費控除**はその年に支払った医療費・投薬料および通院交通費が対象となりますが、美容整形や介護用品購入費用等の対象とならない費用もありますので注意してください。

申告書作成・納税方法について

- **令和3年税制改正**により税務関係書類への**提出者の押印**を原則として**要しないこと**となりました。
- **国税庁の確定申告作成コーナー**を活用して、自宅のパソコンやスマートフォンを利用して簡単に作成が出来ますので一度試されてはいかがでしょうか。
- 納税方法については**口座振替による振替納税**が便利です。(振替日4月21日)



全農京都 みのる食堂への 食材提供

営農だより



経済部営農販売課は、2月1日から高島屋京都店3階にある全農京都が運営する飲食店「みのる食堂」へ「花菜」の食材提供を行いました。

2022年2月1日から28日までの期間限定で、管内の特産品「花菜」をふんだんに利用したメニューが提供されました。

提供された「季節の膳」では、季節のご飯として、「花菜」としょうがの甘酢漬けのまぜご飯、季節のおかずとして「花菜の酢みそあえ」なども添えられました。

今後も管内地域特産物を使用したメニュー企画を「みのる食堂」と連携し、行うこととしております。



▲ 提供された期間限定メニュー「季節の膳」

「京おくら」の生産者を募集しています

J A 京都中央では、新たな産地化を目指して、「京おくら」の生産出荷に取り組んでおります。

2021年度は、5・6トンの販売金額として531万円の実績で終えました。

2022年度に向けて新たな栽培技術導入などにより、安定生産、販売を目指します。

現在、「京おくら」の栽培生産者を募集しております。ご興味のある方については、経済部営農販売課又は、各エリア担当者までお気軽にご相談ください。

(注) 定められた品種や栽培方法と出荷規格に基づいた出荷となります。

肥料をめぐる情勢について

肥料の国際市況は、穀物価格の上昇を背景に北南米を中心に肥料需要が増加し続けていることや、原油・天然ガスの価格上昇、加えて中国・ロシア等の肥料生産国が輸出規制措置を講じはじめています。

日本の肥料主要原料は、ほとんど輸入に頼っており、供給への不安感が高まり、大幅に値上がりしてきております。

J A グループでは、土壌分析調査による適正施肥など生産コスト抑制の取り組みを強化しております。



▲ 京おくら栽培圃場



▲ 出荷調製された「京おくら」

令和4年産 水稻共済

一筆ごとの被害は一筆半損特約で補償

令和4年産から水稻共済が見直され、農家単位で補償されることとなりますが、これまでの一筆方式は「一筆半損特約」に代わります。

これまで一筆方式に加入されていた方は、一筆ごとに補償され、どなたでも加入できる「一筆半損特約付地域インデックス方式」をおすすめします。より補償の充実を希望される方は「収入保険」もしくは「全相殺方式」（加入要件あり）への加入をご検討ください。

令和4年産おすすめ引受方式（主食用米の場合）

引受方式	補償内容	補償割合
①一筆半損特約付 ②地域インデックス方式	①一筆半損特約による補償 ②過去5カ年における市町村の農林水産統計の平均単収により農家単位で引受を行い、その年の統計単収が選択した9割（加入者が選択）を下回った場合に共済金をお支払します。 ※ ①、②のどちらか多い額をお支払いします。	補償割合は次頁参照 9割・8割・7割から選択
①一筆半損特約付 ②全相殺方式	①一筆半損特約による補償 ②基準収穫量は加入者の過去の収穫実績より設定され、加入者ごとに、当年産の収穫量が、引受した基準収穫量の9割（加入者が選択）を下回った場合に共済金をお支払します。 ※ ①、②のどちらか多い額をお支払いします。 【加入要件】 JAまたは自分以外の農業者等に乾燥調製（籾摺り）作業を概ね全量依頼して、施設計量結果が記載された請求書等の写しを5年分提出できる方が加入できます。収穫したお米の全量が分かる帳簿が整っていれば、青色申告、白色申告でも加入できます。	補償割合は次頁参照 9割・8割・7割から選択

引受方式ごとの補償割合と掛金例（主食用米の場合）

基準収穫量：500kg/10a 補償単価：209円/1kg(令和4年産)

引受方式	補償割合	掛金等 (令和4年産)	引受方式	補償割合	掛金等(令和4年産)	
					特約有	特約無
一筆半損特約付 地域インデックス 方式	9割	311円	全相殺方式	9割	521円	513円
	8割	304円		8割	352円	338円
	7割	296円		7割	295円	280円

一筆ごとの被害は一筆半損特約で補償されるため、特約無はおすすめしていません。特約無の場合は掛金が下がります。

加入するには、加入要件を満たす必要があります。「おすすめの引受方式」をご覧ください。

★掛金等には掛金と事務費が含まれます。

掛金は基本的な料率で算定しており、個人ごとの過去の損害率により増減いたします。

一筆ごとに補償される特約・特例とは

一筆半損特約 農家単位の補償では対象外になってしまう被害を一筆ごとに補償するのが一筆半損特約です。収穫量が5割以上減少したほ場において5割減収として評価し、共済金をお支払いします。（選択可）

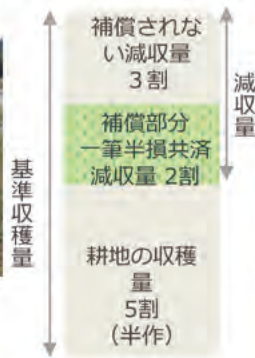
一筆全損特例 全方式に対応する特例です。（申込不要）
全損と評価されたほ場において、一筆ごとに共済金をお支払いする特例です。

<一筆半損特約>



収穫量が5割以下の耕地
(水稲/獣害)

一筆半損ほ場の共済減収量

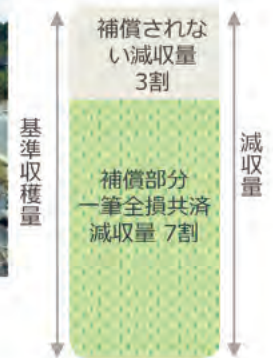


<一筆全損特例>



収穫量はゼロ。全損の耕地
(水稲/水害)

一筆全損ほ場の共済減収量



どちらも、最高補償割合を選択した場合

一筆半損特約の共済金支払いイメージ

A・B・Cのほ場の収穫量が以下の場合



引受方式の補償割合

9割選択
8割選択
7割選択

収穫量 5割以下
収穫量 5割以下
収穫量 5割以下

基準収穫量：500kg/10a 補償単価：209円/1kg(令和4年産)

----- 5割減収 -----

補償 100kg 補償対象外
補償 86kg 補償対象外
補償 71kg 補償対象外

支払共済金(補償額)

20,900円
17,974円
14,839円

圃場の管理状況等により、免責がかかる場合がございます。

図のように、A・Bのほ場で被害が無くても、目視で5割以上の減収が見込まれるほ場Cは、5割減収として評価し、ほ場Cの基準収穫量の2割分（最高補償（9割）を選択した場合）の共済金をお支払いします。

一筆全損特例の共済金支払いイメージ

A・B・Cのほ場の収穫量が以下の場合



引受方式の補償割合

9割選択
8割選択
7割選択

補償 350kg
補償 300kg
補償 250kg

基準収穫量：500kg/10a 補償単価：209円/1kg(令和4年産)

支払共済金(補償額)

73,150円
62,700円
52,250円

圃場の管理状況等により、免責がかかる場合がございます。

一筆全損特例は、Cのほ場が全損になった場合に、基準収穫量の7割を最高補償として共済金をお支払いします。



山城支所(向日市、長岡京市、大山崎町)
〒610-0362 京田辺市東古森21番地の8
TEL:0774-62-8611 FAX:0774-62-8629

京都支所(京都市)
〒622-0041 南丹市園部町小山東町溝辺21番2
TEL:0771-63-2951 FAX:0771-63-2955

スマイルキッズ

JA京都中央管内の素敵なお子さまをご紹介します。

はぎ わら 萩原 ゆう た 悠太くん 9ヶ月
(大原支店)



お父さん：史一さん
お母さん：優理奈さん

好奇心旺盛で、
お父さんと遊ぶのが大好き！

うちのペット

JA京都中央管内の可愛らしいペットをご紹介します。

ご主人は 坂本 朋子さん(大原支店)

わんちゃんの名前：ルパンくん(8歳)オス

お家に来た3代目のわんこということで、
【ルパン】と名付けました。

性格はとっても甘えん坊で、怒りん坊です。
好物は鳥のささみとブロッコリー、チャーム
ポイントは真っ黒なクリクリのお目目と鍵尻尾
です。我が家の王様です。



ふれあいよろこび

— 人生に加えるちよつとしたお話 —

「内容証明郵便の書き方・送り方、効力」について

契約を解除したり、未払金を督促したり、クーリングオフするときなど、相手に対して、はっきりと確実に考え(意思)を伝えたいときに利用されるのが、内容証明郵便と呼ばれる郵便です。今回は、内容証明郵便の書き方や送り方、そして、効力について、お話しします。

内容証明郵便とは、①「どういう内容の」郵便が、②「いつ受取人に届いたか」を証明してくれるものです。どうやって①と②を証明してもらえるかといえますと、郵便局



が内容証明郵便の控え(写し)を保管することで①「どういう内容の」郵便であるかが証明してもらえて、さらに、郵便局が配達完了日時を記録してくれることで②「いつ受取人に届いたか」が証明してもらえます。

このような証明によって、受取人がよく使う「郵便なんて受け取っていない。」とか「郵便は受け取ったけれども、そのような内容ではなかった。」という弁解を一切言わせないようにできます。そして、内容証明郵便を用いることで、送った内容や届いた日時を証明することができ、裁判でも非常に有効な法的証拠として使うことができます。

内容証明郵便も、基本的には、通常の手紙と同じで、普通の用紙にパソコンで作成しても手書きで作成してもよく、用紙の大きさや材質、記載用具の種類は問われないのですが、書き方や送り方などで、通常の手紙と少しだけ違うところがあります。通常の手紙であれば一通だけ作成すればよいのですが、内容証明郵便の場合、同じ手

紙を3通作成する必要があります。1通は郵便局によって受取人に配達され、もう1通は差出人の控えとなり、最後の1通は郵便局によって保存されます。このとき、受取人に送るものについては、配達中に書き加えられたり消されたりされないようにするために、必ず封筒に入れる必要があります。封筒は、茶封筒でも白色の封筒でも何でも構いません。

そして、内容証明郵便で一番注意しなければならぬことは、1枚の用紙に書ける字数と行数に決まりがあり、字数のカウント方法にも細かなルールがあるということです。

縦書き・・・1行20字以内、1枚26行以内
横書き・・・1行20字以内、1枚26行以内
又は
1行26字以内、1枚20行以内

句読点(。や、)なども1字と数えなければなりません。例えば、「です。」と書いたときの「す。」という字は、通常の手紙では1字ですが、内容証明郵便では2字と数えますので、1行の最後も字が「す」、そして、改行して冒頭の文字が「。」になることもよくありますから、注意してください。

ここまで読んで、内容証明郵便を作成するのは難しそうだと思う方も多くいらっしゃると思います。そのような方には、内容証明郵便用の原稿用紙が準備されていますので、文房具店で購入してみてください。

この原稿用紙で「マス」に「1字」ということだけ守っていただければ、簡単に内容証明郵便を作成することができます。これと同じものを3通作成すれば、内容証明郵便は完成です。

最後に、郵便配達の事情から1点だけ注意していただきたいことがあります。それは、内容証明郵便の配達方法は、ポストに投函されるのではなく、配達完了日時を記録するために、郵便局員が、受取人に対して、直接手渡しする必要があるということです。

そのため、受取人が不在時には不在票だけが投函されて、郵便局の保管期間が経過してしまい、差出人のもとに内容証明郵便が戻ってきてしまうことがあります。その場合には、①「どういう内容の」という証明はできなくなりますが、手渡しではなくポストに直接投函してもらえるレターボックスや簡易書留などの方法を選ぶことも検討してみてください。



加古総合法律特許事務所

弁護士・弁理士・薬剤師

加古 尊温



野菜ソムリエ上級プロ
KAORUの

ベジタブルライフ

イラスト：小林裕美子

クレソン

～肉料理に適したアブラナ科のハーブ～

クレソンのプロフィール

【分類】アブラナ科オランダガラシ属

【原産地】欧州中部、中央アジア

【おいしい時期(旬)】春(4～6月)

【主な栄養成分】β-カロテン、カルシウム、カリウム、ビタミンC・E・K、葉酸、アシルイソチオシアネート



選び方

葉が濃緑色で密に生えていて、葉先までみずみずしく張りがある

よく枝分かれている(節の間隔が狭い)

香りが強い

茎は余分なひげ根がなく締まっている

茎はあまり太くない方が口当たりは良い

NG
切り口が黒ずんだものは鮮度が落ちている



クレソンのピッチ

ハウス栽培



露地物は3～5月が色鮮やかで柔らかい生でサラダや付け合わせに最適!

現在出回っているクレソンの多くがハウス栽培で通年入手できる

ハーブの仲間

ワサビの一種で特有の辛味とほろ苦さが特徴



欧州原産の水生生植物

非常に生命力、繁殖力が強く、水辺や湿地に群生



清流のある場所に自生することから欧州では「ウォータークレス」と呼ばれる

和名:オランダガラシ
オランダミズガラシ
西洋せりなど

欧州

古くから薬用として健康効果が期待されていた



日本

明治時代初期に伝来。当初は日本に滞在する外国人向けの洋食文化の広がりとともに普及



若いうちに収穫した「サラダクレソン」茎が柔らかく辛味も少ないため、生で食べやすい



保存方法

冷蔵保存

ガラスに水を少量入れて挿し、ポリ袋をかぶせて輪ゴムなどで留めて冷蔵庫の野菜室に保存

水辺育ちの野菜は毎日取り替えてね



時間とともに香りが失われるので、早めに召し上がれ

元気がないときは使う前に水に浸しておく

楽しみ方・食べ方のコツ

付け合わせ

定番ステーキなど肉料理

レフォール(西洋ワサビ)のように、特有の爽やかな風味と辛味がお肉と相性が良い。脂っぽさを緩和



魚料理の臭い消しにも!

サラダ

葉と柔らかい茎は生でサラダに食べやすいように葉柄をばらして利用
他の野菜と組み合わせても彩り豊かに



オリーブ油やドレッシングと合わせると美味!

おひたし

さつゆでしておひたしやあえ物に



炒め物

オリーブ油、ガーリックと炒めてソテーに



揚げ物

粉をまぶしてから衣を付けて天ぷらやフリッターに



ドレッシングソース

オリーブ油・酢(レモン汁)・塩・こしょうと一緒にミキサーにかけてドレッシングに



スープ

ジャガイモやタマネギと煮て、ミキサーにかけてポタージュに刻んでスープの浮き実にも



加熱すると特有の苦味や辛味が和らぎ、ためて堅い茎も比較的食べやすくなるよ

クレソンのチカラ

ビタミンK

血液の凝固や骨の形成をサポート

β-カロテン

体内でビタミンAとして働き、皮膚や粘膜の強化、老化予防、免疫力も向上

カルシウム

骨の強化と健康維持に、精神を安定させる効能も

ビタミンE

抗酸化作用で風邪予防、美肌には鉄の吸収を、Eは血行促進をサポート



葉酸

造血作用があり、貧血予防に期待

カリウム

血圧上昇を抑え、高血圧予防やむくみ解消にも効果的

アシルイソチオシアネート

辛味成分。抗菌作用、抗酸化作用、食欲増進作用がある



あなたもチャレンジ！家庭菜園

園芸研究者 ● 成松次郎

ルバーブ 香気と酸味のあるジャムを楽しむ

ルバーブは特有の香気と酸味のある葉柄を利用する永年性の野菜です。太くて多汁質の葉柄は、ジャム、パイなどに利用しますが、葉身にはシュウ酸が多く含まれるので食用にできません。和名は食用大黃といい、漢方薬のダイオウと同属の植物で、原産地はロシア南部からシベリア南部とされ、冷涼な気候を好みます。

【育苗】
ルバーブは特有の香気と酸味のある葉柄を利用する永年性の野菜です。太くて多汁質の葉柄は、ジャム、パイなどに利用しますが、葉身にはシュウ酸が多く含まれるので食用にできません。和名は食用大黃といい、漢方薬のダイオウと同属の植物で、原産地はロシア南部からシベリア南部とされ、冷涼な気候を好みます。

【その他の管理】
越冬した株が早春に萌芽し、その後、花茎の伸長（とう立ち）が始まりますが、開花・結実するとその後の生育が悪いため、花茎は早めに手で除去します。敷きわらは、泥はねを防ぎ、盛夏の干ばつ対策になります。なお、5、6年たつと草勢が衰えてくるので、植え替えをします。萌芽前の冬に掘り上げ、切り離す株に芽が付くように縦に切断し、株分けをします。

【品種】
世界的には数十品種ほど栽培されていますが、「ビクトリア」（藤田種子など）は草勢が強く収量の多い品種です。

【畑の準備】
植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰200gを全面にまいて、よく耕しておきます。植え付け溝は畝幅120cmとし、幅20cm、深さ20cmに掘り下げます。元肥は溝1m当たり堆肥を2kg、化成肥料（NPK各成分10%）100g程度を施し、土を戻します（図2）。

【収穫】
初年度は収穫しないで、2年目から収穫を始めます。収穫法は30〜50cmに伸びた葉柄を基部より手でかき取り、葉身は切り捨てます（図4）。一度に採葉し過ぎないように、次回は1、2週間後に収穫します。収穫期は5、6月で、収穫期間は2カ月程度にとどめておきます。

図1 育苗

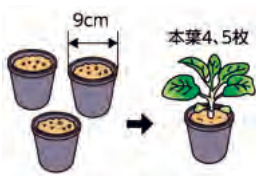


図2 畑の準備

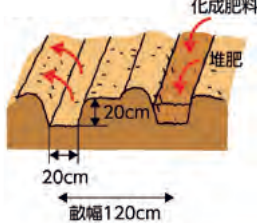
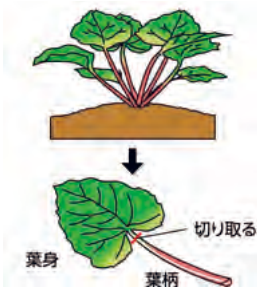


図3 植え付け



図4 収穫



広報誌ふれあいでは
読者の皆さんからのお便りを
お待ちしております。

記事の感想や、近況報告、おもしろ情報から
絵はがきなど大歓迎です。いただいたお便りは
随時紹介させていただきます。

たくさんのお便りをお待ちいたしております。

お友だち募集中♪
JA京都中央から新鮮な情報を
LINEでお届けします!

広報誌に掲載された
家庭菜園情報も配信
されるよ!
携帯からもチェック
してみてね。

QRコードから登録



ID検索から登録

検索 ID @ja_kyotochuou

われわれは「みのり姫」
お友だちになってね



みのり姫

家族みんなで



おいしく食べよう!



資料提供

京都市産業観光局、農林振興室、農林企画課運営
KYOTO VEGE STYLE より引用



たけのこのチーズ焼き

調理時間 25分

使用する京野菜 京たけのこ

材 料

4人分

たけのこ …………… 400g とろけるチーズ …… 適量
バター …………… 15g パセリ …………… 少々
焼肉のたれ …………… 大さじ2

作り方

- ① たけのこを5mmの厚さのいちょう切りにする。
- ② バターで①を炒め、焼き色が付いたら焼肉のたれを絡める。
- ③ 耐熱皿に②を並べ、とろけるチーズを乗せ、チーズに焦げ目がつくまで焼く。お好みでパセリをふりかけて出来上がり。

九条ねぎと オイルサーディンの パスタ

調理時間 30分

使用する京野菜 九条ねぎ



レシピ
考案者

ダニエルズモンド
料理長 高山穂高さん

九条ねぎの甘みと旨みを引き出し、シャキシャキとした食感を残した、九条ねぎが主役のパスタです。調理のポイントは、九条ねぎをソテーしすぎないこと。軽く炒めたら火からはずし、具材の旨みをパスタに絡めてください。オイルサーディンの代わりとして、最後にかつお節をかけても美味しいですよ。

材 料

4人分

九条ねぎ …………… 200g オリーブオイル …… 大さじ3
オイルサーディン …… 1缶 チキンスープ(洋風) …大さじ4
ミニトマト …………… 6個 パスタ …………… 360g
ニンニク …………… 1かけ 塩、こしょう …… 少々
唐辛子 …………… 1本

作り方

- ① 九条ねぎは斜め切り、ミニトマトは1/2、ニンニクはスライス、唐辛子は半分に割っておく。
- ② フライパンにオリーブオイル、ニンニク、唐辛子を入れ、弱火で熱する。
- ③ ニンニクが色づき始めたら、九条ねぎ、オイルサーディンの順に軽くソテーし、チキンスープ、ミニトマトを加えて、フライパンを火からおろす。
- ④ 表示通りに茹でたパスタをフライパンの具材と絡ませ、塩、こしょうで味を整えて皿に盛り、オリーブオイル(分量外)を回しかける。



1月号表紙の若い就農者の記事をしつかり読みました。爽やかな青年が、責任感を持って、頑張っている姿に感心しました。無農薬栽培の取り組み、多品種の野菜作りを学びたいと思いました。

〈神足支店管内〉テコボンさん

海印寺支店では、火・木・土曜日、朝9時から新鮮野菜の販売があり、安くて美味しい地元野菜が購入できて助かります。

〈海印寺支店管内〉井上 澄子さん

昨年、家の光大会に久しぶりに出席して、講演にはジェフ・バーグランド氏の「アフターコロナを生き抜く 女性のチカラ 男性のチカラ」を聞き、終始笑顔で充実した時間を過ごせた事に感謝します。

〈海印寺支店管内〉まーちゃんさん

表紙・チャレンジに掲載されている、若き男性ですがまだ、25才で年間200種類以上の野菜を栽培し、販売まで大変ご苦労で、ここ迄やってこられた事に感銘致しました。

〈向日支店管内〉藤田 勝子さん

向島で野菜を栽培されている山田さん、美味しい京都の野菜を次世代へ広げて欲しいです。

〈向日支店管内〉ブンちゃんさん

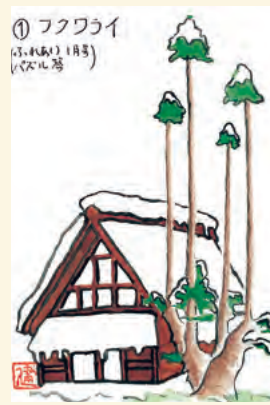
各支店の女性部の取り組みを見て、元気をもらっています。

〈大原野支店管内〉

長ぐつをはいたブタさん

大原支店でこの広報誌を手に入れました。私は週末に大原にて、家庭菜園を楽しんでいます。本誌を読み、野菜を心をこめて育てておられ、仲間とのふれあいが伝わってきます。今後、農協に足を運び、新しい作物を作り、料理方法など学んでいきたいと思えます。

〈大原支店管内〉石井 孝子さん

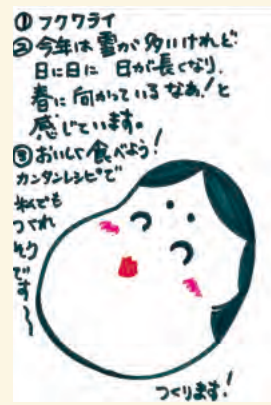


① フクワライ (ふくわらい 1月3日) (ペンネーム)

鈴岡 建夫さん (高雄支店管内)



森本 一子さん (岩倉支店管内)



ペンネーム てんでん丸さん (岩倉支店管内)

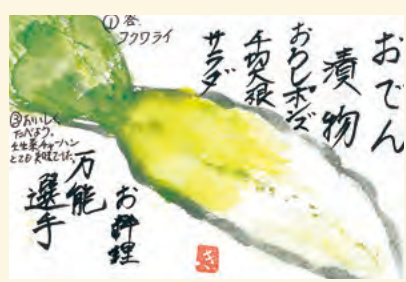


① 答え フクワライ
② 向島支店 生産者 山田耕一さん。200種類を超す野菜を栽培され、状態の良い野菜を中々お目撃出来て、本日まで道のりは、なかなか大変な道のりかと思つて、応援しています(伊礼) 精神聖(山田) さんが、毎日は、顔を覗かす頑張りです。26年の栽培者

林 富美子さん (大原支店管内)



村上 節子さん (大山崎支店管内)



瀬戸 君代さん (市原野支店管内)

1月号の解答
「フクワライ」

1月号の
当選者

- 井上 澄子さん (海印寺支店管内)
- 村上 節子さん (大山崎支店管内)
- 北村 佐和子さん (大原野支店管内)
- 石井 孝子さん (大原支店管内)
- 鈴岡 建夫さん (高雄支店管内)
- ペンネーム テコボンさん (神足支店管内)
- ペンネーム マーちゃんさん (海印寺支店管内)
- ペンネーム ぴよんちゃんさん (乙訓支店管内)
- ペンネーム ブンちゃんさん (向日支店管内)
- ペンネーム 長ぐつをはいたブタさん (大原野支店管内)



日帰り入院から
まとまった一時金が受け取れる
充実の医療保障

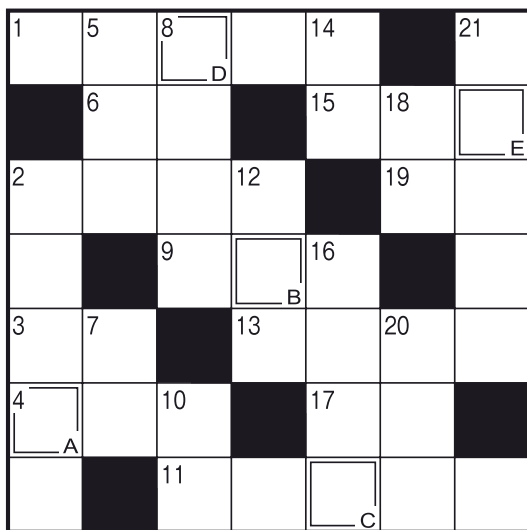
NEW 医療共済
メディフル

くらしの保障、相談するなら

JA共済

●ご加入にあたりましては、お近くのJA(農協)へお問い合わせください。
■JA共済ホームページアドレス <https://www.ja-kyosai.or.jp>
21481050122

クロスワードパズル



Q 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?

- ① アルバム
- ② 母校から巣立ちます。——式、
- ③ ラグビーが盛んなポリネシアの王国
- ④ 競馬場ではラチともいいます
- ⑤ 誇りや自尊心を意味する片仮名語
- ⑥ 地球表面のおよそ3割
- ⑦ エチルアルコールの——点は13度です
- ⑧ 坂本龍馬の出身藩
- ⑨ まつげに塗る化粧品
- ⑩ 大豆にはタンパク——が豊富に含まれます
- ⑪ 野球のチームをプレー人数からこつこつともあります
- ⑫ 千客万来を願って飾る、動物の置物
- ⑬ 野球のチームをプレー人数からこつこつともあります
- ⑭ 大豆にはタンパク——が豊富に含まれます

タテのカギ

ヨコのカギ

- ① 桃の節句に行う行事
- ② 東京のソメイヨシノは3月末ごろ——になることが多いです
- ③ 唱歌『春の小川』でスマレやレンゲが咲いている場所
- ④ イチゴ畑に防鳥——を張った
- ⑤ 腰を掛ける家具
- ⑥ アラジンがこすると精霊が出てきました
- ⑦ 木枯し紋次郎がかぶっています
- ⑧ 甘い物よりお酒が好きです
- ⑨ 湯畑が有名な群馬県の温泉地
- ⑩ 忍者が指を組んで結ぶもの
- ⑪ 金づちで打ちます

応募締め切りは3月31日(木)消印有効です。

正解いただいた方の中から抽選で10名様に粗品を進呈いたします。当選者発表は5月号です。

617-0826
京都府長岡京市開田4-14-8
JA京都中央
総務企画部宛

あなたの住所
支店名 お名前
ペンネーム
(※お送り先は、お申し込みの住所(〒)です)

①クロスワードの答え
②感想・身近なニュース
③特に気になった記事

絵・イラストなど

一部ハガキをお便りコーナーで紹介することもございます (裏面)

表紙の紹介

【岩倉支店】
やまもと
生産者 山本 実さん(71)

岩倉支店管内で定年後に本格的に就農された山本さんです。次世代への継承を意識され、地元小学生への食育に力を入れています。詳しくはP2-3のチャレンジページをご覧ください。