

グリーンひろば No.392

JA高知市

2021

10

# GREEN HIROBA

特集  
毎日の食卓に!  
小豆大研究



# 小豆大研究

日本人に最もなじみのある豆の一つ、小豆。

低脂肪で高タンパク質、ヘルシーな上に

不足しがちな栄養素を豊富に含む、

魅力的な食材です。

毎日の食事にぜひ取り入れたいですね。

## 【小豆について】

小豆と書いて「あずき」と読みます。江戸時代の学者・貝原益軒の『大和本草』（やまとほんぞう）によると、「あ」は「赤色」、「つき」「ずき」は「溶ける」の意味があり、赤く、煮ると皮が破れて崩れやすいため「あずき」になったといわれています。

主要産地は北海道で、国内生産の9割以上を占めています。小豆には普通の赤色の小豆の他、粒の大きな「大納言」や黄白色の「白小豆」などの種類があります。関東地方で赤飯に使われることが一般的な「赤ささげ」は、姿・形が小豆によく似ていますが別の種類の豆です。



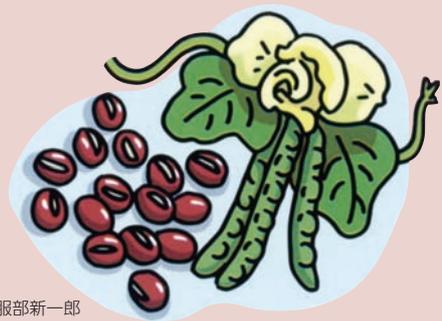
小豆の花



白小豆



小豆



イラスト：服部新一郎

## 【小豆の栄養と健康】

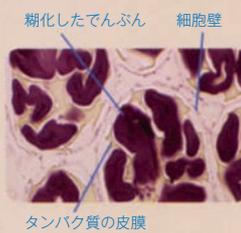
粒は小さくても栄養価に優れている小豆。低脂肪、高タンパク質で、不足しがちなビタミンB群や各種ミネラルを豊富に含んでいます。

最近では、小豆に含まれるポリフェノールや食物繊維といった機能性成分の多さも注目されています。強い酸化作用を持つポリフェノールは、免疫力の増強や抗アレルギー作用、動脈硬化の予防など、さまざまな効果があるといわれ、食物繊維には便秘の予防や発がん物質など有害物質の早期排出の効果も考えられています。

### 健康効果が期待できる「あん粒子」

あん粒子は、小豆やいんげん豆などでんぶんが多い豆類を加熱することでできる特有の成分で、タンパク質の膜がでんぶんを包み込んだ粒子です。食物繊維の量が乾燥豆のときより大幅に増加する特性があり、消化されにくく食物繊維と同様に働きます。脂質代謝、腸内免疫作用の改善など健康効果が期待されています。

ゆでてあん粒子化した金時豆の細胞 (顕微鏡写真)



※細胞の構造がはっきり分かるよう、でんぶん粒を彩色して撮影

### 歴史に見る小豆と日本人の関わり

日本では、縄文時代から古墳時代前期まで、遺跡から小豆の炭化種子が発見されています。小豆の名は、奈良時代初期の『古事記』に初めて登場します。中国に始まり、朝鮮半島を経て日本に伝えられたとされる習俗では、小豆の赤色に魔よけなどの神秘的な力があると信じられ、行事や儀式などに供されてきました。



赤飯やいとこ煮など伝統的な料理以外は、和菓子など甘い食べ物に使われるイメージが強い小豆ですが、栄養価の高さ、機能性成分の豊富さから、毎日の食事にぜひ取り入れたい食材です。

料理に使う際は下ゆでをする必要があります、手間がかかって面倒に思われるかもしれませんが、一度多めにゆでて小分けにして冷凍保存すれば1カ月は持ちます。もう一品欲しいときやトッピングなど、すぐに使えるので重宝します。スーパードラムで、水煮やゆで小豆の缶詰、レトルトパウチ製品が出回っているので利用してもよいでしょう。また、乾燥豆は賞味期限が常温で2年間と長期保存が可能なので、買い置きをお勧めします。

## 【小豆を毎日の食事に】

まずは  
下ごしらえ！  
小豆のゆで方

新感覚で小豆をもっと料理に取り入れてみましょう。  
小豆の風味や食感が楽しめるレシピをご紹介します。

- 1 さっと洗った小豆を鍋に入れ、たっぷりの水で強火にかける。しばらく沸騰させてからざるにあげてゆで汁を捨てる。
- 2 小豆を鍋に戻し、新しい水をたっぷり注いで再び強火にかける。あくを取り除き、沸騰したら弱火にし、小豆が踊らないように落としぶたをして30～40分ほどゆでる。途中、様子を見て、ゆで汁が少なくなったら差し水をして小豆が水面から出ないようにする。
- 3 軟らかくなったらゆで上がり。

このページで紹介したレシピは小豆を下ゆでして使います。



### 小豆とエビのマリネ

【材料(4人分)】

- 小豆(下ゆでした物)・・・100g(乾燥豆で約45g)  
むきエビ・・・200g  
カリフラワー・・・1/2個(200g)
- A 白ワイン・・・大さじ1  
塩・・・小さじ1/4  
こしょう・・・少々
- B オリーブ油・・・大さじ2  
粒マスタード・・・大さじ1・1/2  
酢・・・小さじ2  
ニンニク(すりおろす)・塩・・・各小さじ1/2  
粗びき黒こしょう・・・少々

【作り方】

- 1 エビは背に切り込みを入れてわたを除き、片栗粉適量(材料外)をもみ込み、水洗いする。水気を拭いてAを絡める。カリフラワーは小房に分ける。
- 2 耐熱ボウルにエビとカリフラワーを入れ、ふんわりラップをして電子レンジ(600W)で5分ほど加熱し水気を切る。
- 3 ②に小豆を入れ、合わせたBを加えてあえる。



### 小豆入り肉みその サラダうどん

【材料(4人分)】

- 小豆(下ゆでした物)・・・250g(乾燥豆で100g)  
豚ひき肉・・・250g  
ニンジン・・・80g  
長ネギ・・・1/2本  
ニンニク・・・1片  
サラダ油・・・大さじ1  
しょうゆ・・・小さじ1
- A 水・・・1カップ(200ml)  
みそ・・・大さじ3  
酒・・・大さじ2  
みりん・・・大さじ1
- うどん(乾燥)・・・320g  
サニーレタス・・・8枚(200g)  
かい割れ菜(半分に切る)・・・60g  
温泉卵・・・4個

【作り方】

- 1 ニンジン、長ネギ、ニンニクをそれぞれみじん切りにする。
- 2 フライパンにサラダ油とニンニクを入れて中火にかけ、豚ひき肉、小豆、ニンジンを順に加えて炒める。Aを加えて弱火で10分ほど煮込む。長ネギを加えて中火で煮詰め、しょうゆを加える。
- 3 うどんはゆでて流水で洗い、水気を切る。サニーレタスは細切りにし、かい割れ菜、うどんと共に器に盛り、②をかけて温泉卵をのせる。



### 小豆入り豆腐つくね

【材料(4人分)】

- 小豆(下ゆでした物)・・・100g(乾燥豆で40g)  
鶏ひき肉・・・300g  
木綿豆腐・・・200g  
長ネギ・・・1/2本
- A 片栗粉・・・大さじ2  
料理酒・・・小さじ2
- A ショウガ(すりおろす)・・・小さじ1  
塩・・・小さじ1/2  
黒こしょう・・・少々
- サラダ油・・・大さじ1/2  
水菜・・・60g  
ダイコン・・・300g  
ポン酢・・・大さじ2

【作り方】

- 1 ダイコンは皮をむいてすりおろし、軽く水気を切っておく。
- 2 長ネギはみじん切りにする。
- 3 水菜は根元を切り落とし5cm幅に切る。
- 4 木綿豆腐を水切りする。
- 5 ボウルに鶏ひき肉、②、④、Aを入れよく練り混ぜる。よく混ぜたところで小豆を入れ軽く混ぜ、8等分にして小判形にする。
- 6 中火で熱したフライパンにサラダ油をひき、⑤を入れて焼く。焼き色が付いたら裏返してふたをし、弱火で5分蒸し焼きにし中まで火が通ったら火から下ろす。
- 7 ③を敷いた器に⑥を盛り付け、①とポン酢を添えて完成。

取材協力・監修  
公益財団法人 日本豆類協会: <https://www.mame.or.jp/>

## 「フラワーアレンジメント教室」の参加者を募集します

『花に触れる機会を増やそう!』をモットーに、高知市内のお花屋さんを講師に招いてフラワーアレンジメント教室を開催します。全10回の開催を予定しており、今月号では第7回～第8回までの参加者を募集します(お申込みは先着順です。定員に達しだい受付終了となりますので予めご了承ください)。

※当日はマスクの着用、検温にご協力くださいませ。

### ■申込開始日時

令和3年10月26日(火) 9:00~

### ■開催日程

(参加費: ①1人500円、②1組500円)

①【第7回】 令和3年11月26日(金) 18:00~19:30

「クリスマスアレンジ」大人向け(定員15人)

②【第8回】 令和3年12月4日(土) 14:00~16:00

「親子で楽しむクリスマスリース」親子向け(定員12組)

### ■会場

①オーテピア 4階 研修室

②かるぽーと 9階 特別学習室

### ■お申込先

J A 高知市 販売課 (担当: 岡上)

T E L 088-883-6633 (平日 9:00~16:00)



(写真はイメージです)

### フレッシュミズと学ぼう

## 花を楽しむワークショップ

JA高知女性組織協議会・フレッシュミズ部会は、20歳~45歳の一般女性を対象とした交流イベントを開催します。高知で人気のフローリストを講師に迎え、花の楽しみ方などが知れるトークショーや高知県産を中心とした花材を使ったリースづくり、花の上手な写真の撮り方などを学ぶと共に、フレッシュミズ組織について知ってもらおうきっかけにしたいと考えています。

令和3年 **11.28**(日) 10:00~12:30

JA 高知ビル1階 JA フォーラム  
(高知市北御座2番27号)

### ワークショップ内容

① 高知で人気の花屋「Soto」加川 真千子さんに学ぶ

トークショー「花のある暮らし」&ワークショップ「冬の足音が聴こえるリースづくり」

② 女性プロカメラマンによる「“映える”花の撮り方」

**参加料** 無料 ※ただし、参加した感想をご自身のSNSにて投稿していただきます。

**定員** 30名 ※応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。  
※お子様と一緒にご参加の場合は、小学5年生以上とさせていただきます。

**応募期間** 10月1日(金)~31日(日)

※20歳~45歳のグリーンひろば読者・組合員優先期間です。



※高知県内の新型コロナウイルス感染状況によっては、イベントを延期や中止させていただく場合があります。※イベントの様子はJAの広報誌・SNS・新聞またはテレビ等で報道されることがあります。

### 応募方法

JA 高知県のホームページまたは QR コードの応募フォームよりご応募ください。 <https://ja-kochi.or.jp/>

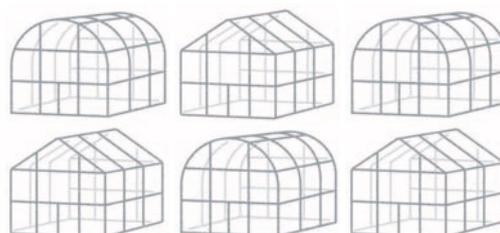
※応募フォームのイベント名のところに「フレッシュイベント」、備考欄に「年齢」を記載ください。

お問い合わせ先

JA 高知県 組織広報課(JA 高知女性組織協議会事務局 担当: 大河原)  
TEL 088-894-5613



## 高知市役所 資産税課・市民税課からのお知らせ



皆さんが税務署へ所得税（法人税）の申告をする際には、必要経費としてビニールハウスやトラクタ、田植機、耕運機、運搬車、保冷库などといった農業用の資産を計上されていると思います。

この農業用の資産に、固定資産税や軽自動車税がかかることをご存じですか？

### 固定資産税

固定資産税の課税対象には、「土地」「家屋」「償却資産」の3つがあります。

「償却資産」を簡単に説明すると、「土地・家屋以外の事業用の資産で、自動車税・軽自動車税のかかるものを除いたもの」となります。

言い換えると、土地・建物以外の農業用の資産で、**ビニールハウスや自走式の耕運機・噴霧器**などが例に挙げられます。

この農業用の資産は、過去に「農業ハウス課税」について新聞報道でも取り上げられたので、ご記憶にある方もいらっしゃるかもしれません。

償却資産には土地や家屋のように登記制度がありません。そのため、償却資産の所有者には、地方税法により申告の義務が課せられており、その申告をもとに課税される仕組みとなっています。

償却資産について詳細を解説したチラシを折り込みさせていただいておりますので、詳しくはそちらをご覧ください。



### 軽自動車税



軽自動車税の課税対象には、大きく分けて「軽自動車」「小型特殊自動車」があり、**軽トラック**は「軽自動車」、**乗用型の農耕トラクタやコンバイン・田植機**などは農耕作業用の「小型特殊自動車」に分類されます。



高知市  
い1234

軽自動車税は車両を所有していることに対して課税されるものなので、公道の走行の有無にかかわらず、ナンバープレートが付いていない車両を所有している方は申告が必要となります。

また、小型特殊自動車を買換え、廃車する場合も申告が必要です。

適正な課税のため、高知市内に農業用の資産をお持ちの方は申告をお願いします。

高知市役所 資産税課 償却資産係  
市民税課 第三市民税係（軽自動車税）

823-9424  
823-9423

家庭菜園を楽しもう



# ソラマメ マメ科野菜の連作を避ける

あなたもチャレンジャー！ 家庭菜園

園芸研究家 ● 成松 次郎

ソラマメはサヤが上向きに付くので空豆、サヤの形が蚕の繭に似ているので蚕豆とも書きます。タンパク質と糖質が主な成分で、代謝を円滑にするビタミンB群や高血圧予防に効果的なカリウム、貧血を予防する鉄分などのミネラルが豊富です。

【品種】「陵西一寸」（みかど協和）、「仁徳一寸」（タキイ種苗）、「打越一寸」（サカタのタネ）など。

【畑の準備】種まき2週間前に畑1平方m当たり苦土石灰100gを全面に施し、土とよく混ぜておきます。次に、1週間前に畝幅120cmを取り、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり化成肥

図1 畑の準備

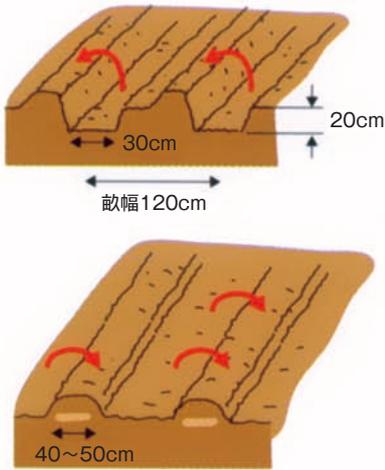


図2 種まき

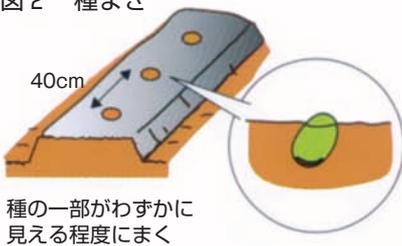
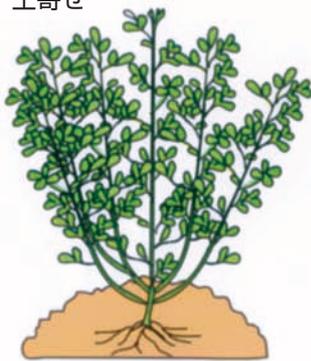


図3 土寄せ



光沢が出て黒い斑点が現れ、背筋が黒く変色するところが収穫適期です。

料（NPK各成分10%）100g（窒素成分で10g）と堆肥1kgを入れ、土とよく混ぜて幅40〜50cmの栽培床を作ります（図1）。

【種まきと育苗】温暖地では10月中旬〜11月上旬が適期で、早まきして年内に生育が進み過ぎないようにすることが大切です。じかまきは、株間40cm程度、種の黒い筋（おはぐろ）を斜め下に浅く差し込んで種の一部がわずかに見える程度に1カ所2粒をまきます（図2）。発芽がそろったら、1本を残して間引きします。育苗の場合は、ポットに1粒をまき、本葉2枚の頃に畑へ植え付けます。寒い地域では冬の

間、寒冷紗（しゃ）のトンネル掛けで、霜よけをすると良いでしょう。

【追肥と土寄せ】春先に生育の勢いが良くなり始めたころと開花始めころに化成肥料を畝1m当たり30g程度（窒素成分で3g）追肥します。追肥後は株元に土寄せをします（図3）。

【支柱立てと整枝】早春から生育が盛んになり、10本程度の側枝が出てくるので、太い枝を6、7本残すように細い枝を切り取ります。そして、株の中に土入れし、株の両側にテープを張り、倒伏を防ぎます。

【病害虫の防除】春になるとアブラムシが飛来し、新葉に群生します。先端を20cm程度切り取っておくと、倒伏の防止にもなります。

## JAの家庭雑誌 家の光

みどころチェック!

11月号  
定価629円  
(税込み)

《特集2》

味も香りも抜群！  
旬のキノコを食べ尽くす！

シイタケ、マイタケ、シメジなど、秋のキノコ三味の料理を紹介します。

《特集3》

揚げずにおいしい  
ヘルシードーナツ

野菜などを入れて、焼いてできるドーナツを作ってみませんか。



《特集1》

コロナの時代の食農教育

困難を乗り越えるために、新たな取り組みのヒントを探ります。

ご注文は各支所窓口まで



# シェフ永井のおすすめ

永井智一（ながいともかず）  
茨城県笠間市にある  
「天晴（旧キッチン晴人）」  
オーナーシェフ



## 梨とイチジクの サラダ



### 材料(4人分)

- 梨(くし切りで1/8にカットし塩水に漬けておく) ..... 1個
- イチジク(半切り) ..... 2本
- サツマイモ(乱切りして蒸しておく) ..... 1本
- マイタケ ..... 1パック
- 生ハム ..... 1パック
- ハーブ類 ..... 適宜
- エキストラバージンオリーブ油 ..... 適宜
- レモン汁 ..... 1/2個分
- 岩塩 ..... 適宜

### 作り方

- ①オーブン(トースターでも可)を熱し、イチジク、サツマイモ、マイタケを焼き上げる。
- ②器に梨、焼き上げたイチジク、サツマイモ、マイタケ、生ハムを彩りよく盛り付け、エキストラバージンオリーブ油、レモン汁を回し掛け、岩塩を振りハーブ類を散らして出来上がり。

## 秋サケの クリームソース

### 材料(4人分)

- 秋サケ ..... 切身 4切れ
- カボチャ(乱切りして蒸したもの) ..... 1/8個
- サツマイモ(乱切りして蒸したもの) ..... 1本
- シメジ(小房にばらしておく) ..... 1パック
- モロッコインゲン(3cm幅に切りゆでしておく) ..... 2本
- イクラ ..... 大さじ2
- 生クリーム(乳脂肪分43%程度のもの) ..... 200ml
- 白ワイン ..... 大さじ2
- 砂糖 ..... 小さじ1
- 塩・こしょう ..... 適宜
- 小麦粉 ..... 少々
- サラダ油 ..... 小さじ1
- バター ..... 小さじ1



### 作り方

- ①フライパンにサラダ油を熱し、小麦粉をはたいた秋サケを中火で両面焼き、白ワインを入れ、いったん火を止める。
- ②①のフライパンにバター、カボチャ、サツマイモ、シメジ、生クリーム、砂糖を入れ、弱火にして塩・こしょうをして10分ほど煮込む。
- ③ソースがとろりとしてきたら器に盛り付け、モロッコインゲンを添え、イクラをかけて出来上がり。



青壮年部城北支部 井上幸史朗

「5つほしいなあれ」

城北支部、部長の井上幸史朗です。当支部には28人の部員が所属し、各戸で土地柄に合わせて様々な農作物を栽培しています。

それぞれ生産物や出荷方法が大きく違うこともあり、普段の営農活動で他の農家さんとの接点がやや少ないのも、当支部の特徴的な所ではないかと思えます。そのため、青壮年部活動は他の農家さんとの交流が深まる良い機会となっています。

当支部では、初月小学校での夏祭りや、秦・初月支所で開催される「支所祭」への屋台の出店をベースに、両小学校での食育活動を行っています。9月中旬には初月小学校2年生、ひまわり（養護）学級の生徒さんとジャガイモの定植を行いました。定期的に、例年天候不良で延期になったり、ぬかるんだ畑で往生したりすることが多いのですが、今年には雨の合間にぬかる程でもないベターなコンディションのもと定植ができました。その日の午後には雨も降り出していたので、グットタイミング！ 今年は種芋の質も良く、数量もピッタリ！（キロで買うので数



やサイズもまちまちで、延期が続くと状態も悪くなるのです…」と、とても強運に恵まれた食育活動でした。

子どもたちが精いっぱい力で穴を掘り、一心不乱に種芋を埋めていく様子には、教えながらほっこりさせられました。今回定植したジャガイモは12月に収穫予定です。

さあ、子どもたちをとびきりの笑顔にさせられるように『おいしいジャガイモいっぱいなあれ！』。

次は一宮支部です。よろしくお願ひします。

さらさら女性部



女性部部长 田内 由美

「SDGsは身近なことから」

今年もはや10月。昨年より新型コロナウイルス感染症の影響で、ほとんどのイベントや行事が中止・延期となってきました。フクチン接種も始まり、これから普通の生活に戻れるのかなと思っていた矢先、今度は変異株である「デルタ株」の影響で感染急拡大となり、今まで以上に心配な状況になっています。9月19日にイオンモールで行う予定だった「SDGs Weekイベント」も中止となりました。残念でしたが仕方がない、命が大事ですものね。

ところで、最近SDGsという言葉をよく耳にします。SDGsとは「持続可能な開発目標」のことです。2015年の国連で開かれたサミットの中で世界のリーダーによって決められた、国際社会共通の目標です。2016年から2030年の15年間で17の目標を達成すると決められています。『持続可能』というのは、もともと『今だけではなくずっと続けていけること』という意味があります。経済や環境、社会や制度のシステムがうまく働いて、未来が豊かで幸せであり続けられるということ

意味してるんだそうです。『開発』というのは、今あるいろいろな問題を解決して、みんなが安心して満足した暮らしができるようにすること。貧しい人やおなかをすかせた人がいなくなる、健康で長生きができる、きちんと教育が受けられる、差別されずに平等が守られるなど、まだまだいろいろあります。つまり、持続可能な開発というのは「私たちが暮らした地球を守りながら、いろいろな問題を解決して豊かで幸せな未来をつくる」ということなんだそうです。まずは自分ができることはなんだろう？と、自分事として考えてみるのが大事です。プラごみを出さないようにマイボトルやマイバックを持ち歩くとか、食材は地産地消を心がけるとか、フードロスを減らすなど、毎日の生活の中でも私たちができるところはたくさんあります。

2030年までに目標の達成を目指すので、自分なりにできる身近なSDGsを考えていきましょう。





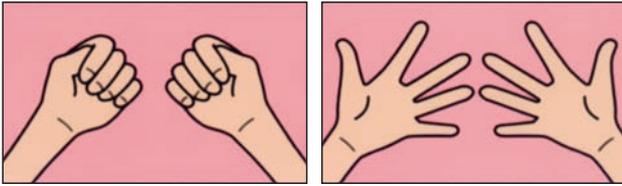
## 親指グーパーで巡りも脳も活性化

手を結んで開いて、を繰り返すグーパー体操は、脳を活性化する手軽な体操として認知症予防や介護予防などさまざまなシーンで取り入れられています。親指をしつかり握ることは、東洋医学では全身にエネルギーを送り込むといわれ、健康維持にも効果が期待できそうです。

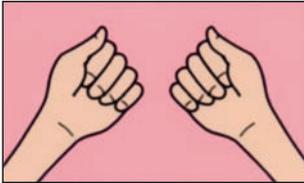
グーには、親指を手のひらの中に入れる場合と親指を外に出す場合があります。グーの握り方に変化を与える

ことで左右の脳を使い分ける運動になります。ステップ1でベーシックなグーパー体操を行い、慣れてきたらステップ2に挑戦してみましょう。

### STEP 1

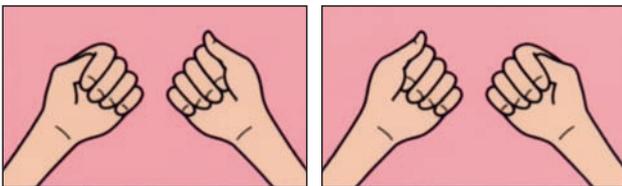


(1)両手同時に同じグーパーを5セット繰り返します。最初は親指を手のひらの中に入れるグーで行います。



(2)次に親指を外に出すグーで、グーパーを5セット行います。

### STEP 2



(3)グーパー体操を繰り返します。このとき、1回目のグーは右手の親指を外に出し、左手の親指を中に入れ、2回目は逆で行います。これを5セット行います。

#### ポイント

ゆっくりで構いません。「グー、パー」と声に出すと楽しくできますよ。



## サツマイモ (ヒルガオ科サツマイモ属)

サツマイモ (スイートポテト) もジャガイモ (ポテト) も救荒作物です。どちらも原産地は中南米で、ロンプスの新大陸発見により欧州、アフリカ、そしてアジアに伝えられました。サツマイモは根が肥大した塊根(かいこん)、ジャガイモは茎が肥大した塊茎(かいけい)です。

野菜の名前には歴史や逸話があつて面白いです。サツマイモは薩摩国から江戸に伝わったから「薩摩芋」。薩摩国には琉球から伝わったから「琉球芋」。琉球には唐から伝わったから「唐芋」(からいも)。中国では甘い薯(いも)だから「甘藷」(かんしょ)です。

沖縄県のサツマイモは、植物防疫法によって、本土に持ち込むことが規制されています。本土には生息していないイモゾウムシのまん延を防止するためです。沖縄県はウリミバエ根絶で開発された技術を基に防除



事業を行っています。近い将来、肉色が赤や紫の「紅イモ」が本土でも食べられるようになると思います。収穫直後のサツマイモは甘くありません。でんぶんが糖化するのに2〜3週間かかります。貯蔵期間が長くなると甘みは強くなりますが、ホクホク感は薄れます。貯蔵適温は13度で、10度以下の低温に長く置くと中が黒く腐敗します。一般家庭では購入後できるだけ早く使い切ることをお勧めします。

サツマイモはあくが強く、切り口が空気に触れると黒く変色します。きんとんやサラダなど色を美しく料理したいときは、皮を厚めにむき、すぐ水に漬けます。漬け過ぎると水溶性のビタミンCが流失してしまふので短時間にします。

戦中から戦後にかけて、アルコール製造用の多収の品種が、まさに救荒作物として国民を飢餓から救いました。しかし、アルコール製造用の品種は粘りも甘さも少なく、サツマイモを見るのも嫌だという人が増えました。今は「安納芋」や「べにはるか」などとてもおいしい品種が栽培され、ケーキやアイスクリームにもなっています。

# 知って納得！税金講座

## 農地等に係る相続税の納税猶予の概要と改正

J A全中・J Aまちづくり情報センター 顧問税理士 ● 柴原 一

相続人が農地・採草放牧地・準農地（農地等）を相続または遺贈により取得し引き続き農業を営む場合、一定の要件の下、農業投資価格に基づき計算した相続税を納税し、通常評価に基づき計算した相続税との差額については納税が猶予され、その相続人が亡くなった日など一定の日において免除されます。農業投資価格は通常評価に比べかなり低い金額になっているため、その農地等に係る相続税の大部分の納税が猶予されることとなります。これを農地等に

係る相続税の納税猶予といいます。なお、特定生産緑地の指定が行われた後においては、特定生産緑地の指定を受けなかった生産緑地については納税猶予の対象から除外されます。特定生産緑地の指定前から納税猶予を受けていた農地等については、特定生産緑地の指定を受けなかったとしても新たに納税猶予が打ち切られるわけではありません。

が、現在、納税猶予を受けている方が亡くなったとき、次の納税猶予が受けられなくなります。納税猶予を受けている農地等を売却もしくは他の用途に転用等した場合、納税猶予が打ち切られ売却等を行った日から2カ月以内に猶予されていた税額を、当初の納期限から打ち切りによる納税までの期間に係る利子税と共に納める必要があります。この場合、売却等を行った農地等の面積（過去に売却等された農地等があるときはその面積を含みます）が納税猶予対象農地等全体の20%以下のときはその農地等に対応する猶予税額が、20%を超えたときは猶予税額の全部が打ち切りの対象になります。ただし、取用等に伴い売却された農地等については20%の計算に含まれません。

また、取用等のために農地等を売却したときは、特例により当初の納期限から打ち切りによる納税までの期間に係る利子税の全額が免除されます。この利子税免除の特例は2021年3月31日までの措置でしたが、今回の改正で5年間延長され2026年3月31日までになります。



外国旅行がしたい。後期高齢者と呼ばれるようになってから旅行ができていない。もう一度モンゴルに行き、広大な草原で馬に乗りたい。 いっちゃん



★今月のテーマ…

『私〇〇がしたい』

■「空をとびたい」若いころは夢の中でしょっちゅう楽しめたのに、今では夢の中でも実現しません。友人によれば、方法はあっても運動神経は必須とのこと。まずは体力づくりからかな？ いつかそんな夢叶う時代がきます。生きのびましょう。 なおちゃん

■私、女子会がしたい。新型コロナが流行するまで、毎月会っていた高校時代からの5人組でまた会いたいです。でも、いつになるでしょうか？ 双子のママちゃん

■体調を良くするため、ドクターにお酒をひかえるように言われています。「私、思いつき生ビールを飲みたい！」 あきママ

■私は子どもの頃、アフリカに行きたいと思っていました。ただ動物が好きだから近くで見たい。今は現実的になり、遠くへは行けないなと思う、せめて国内の動物園を回ってみたいです。 M・Y

■「家の中の掃除」家で過ごす時間が増える最近、本や服、子どものおもちゃなどたくさんモノがあふれ、「一日を使ってやってみたい」と思いつつ、日々の小掃除をコツコツとしています。 E・M

次のテーマは…

『ドキッとした瞬間』

「寝過ごしてしまった」「今の愚痴、聞かれちゃったかも…」「間髪セーフ！」など、思わずドキッとした瞬間ありませんか？ または「恋人との甘酸っぱい思い出」なんていうドキドキしたエピソードも大歓迎です。お便りお待ちしております。

■「私タイエットしたい」一年中、食欲の秋で、いつもモリモリ食べています。そのせいで体重もどんどん増えて…タイエットしてスッキリしたいです。スリムになったら動きやすいと思います。ガンパロー!! K・K

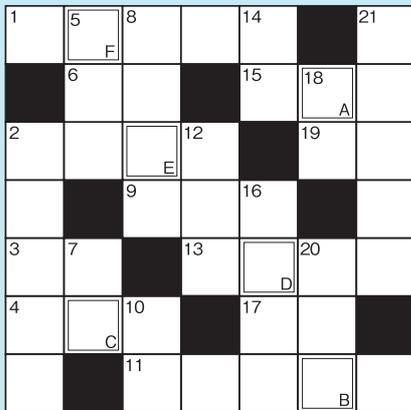
■よさこいを楽しみたいです。よさこいのない二度目の夏となりましたが、今年も雨も続き、梅雨に戻ったかのような日々です。炎天下に響く鳴子の音、弾ける踊り子たちの笑顔…。よさこいの夏が恋しいです。 もも

# クロスワードパズル

CROSSWORD PUZZLE

パズルを完成させて  
商品券をGETしよう!!

何でしようか?  
AからFを並べてできる言葉は



## タテのカギ↓

- ②押し入れの上に作られた物入れ
- ⑤青物——へ野菜を卸しに行った
- ⑦祝い事に付きものの魚
- ⑧とても小さな滴が降ってきます
- ⑩知識やひらめきを駆使して解きます
- ⑫感謝の——を込めて花束を贈った
- ⑭つらいことが続くところぼしたくなることも
- ⑯船の積み荷を地上に移すこと
- ⑰能ある——は爪を隠す
- ⑳サツマイモには食物——が豊富に含まれます
- ㉑陰暦10月の異称

## ヨコのカギ→

- ①野山の散策を楽しむレジャー
- ②鶏肉の部位の一つ。羽の一部です
- ③イノシシを家畜化したもの
- ④沖繩にいる飛べない鳥、ヤンバル——
- ⑥南米にある南北に細長い国
- ⑨定期的に刻まれているもの
- ⑪アイボリーとも呼ばれる淡い黄白色
- ⑬スマートフォンにはさまざまなデータが——されています
- ⑮軽くて硬い金属。元素記号はTi
- ⑰ギョーザや中華まんの中身をこう呼ぶことも
- ⑱漢字から作られました

8月号の答え  
A B C D E  
「リツシユウ」



キリトリ

住所 (〒 )	
氏名	
電話番号	
年齢	職業

今月号で良かった記事
------------

お便りのテーマ「ドキッとした瞬間」その他ご意見など
匿名希望の方はペンネームを ( )

**PRESENT!**

正解者の中から抽選で5名の方に「農協全国商品券(2,000円分)」をプレゼントいたします。  
(とさのさと、ギフトガーデンピナス) 他で使えます。  
※プレゼント当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。

FAX・Eメール・ハガキでの応募はこちら



(088) 883-6935



kouhou@kochishi.ja-kochi.or.jp

ケータイからも  
簡単送信

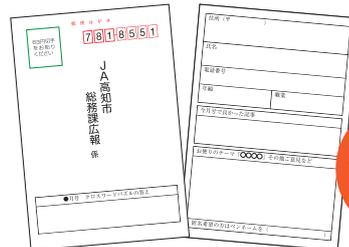


スマホにも  
対応しました

QRコード



ハガキ



締切  
10/31  
(当日消印有効)

【お客さまの個人情報について】 当組合の広報誌に関して、お客さまから個人情報をいただく場合は、①広報誌への掲載・編集、それらに関する確認 ②投稿者・当選者、入選者、入賞者の発表 ③プレゼントの発送 ④当組合の提供する商品・サービスに関する各種の情報のご提供等のためのみ利用させていただきます。これらの利用目的以外にお客さまの個人情報を無断で使用することはありません。

～ 予 定 表 ～

10月	11月
16日(土)	1日(月)
17日(日)	2日(火)
18日(月)	3日(水) 文化の日
19日(火)	4日(木) 本所運営委員会
20日(水)	5日(金) 花の作品展示 (オーテピア) 11/11 まで
21日(木)	6日(土)
22日(金) 花の作品展示 (オーテピア) 10/28 まで	7日(日)
23日(土)	8日(月)
24日(日)	9日(火)
25日(月)	10日(水)
26日(火) フラワーアレンジメント教室参加者募集 (P5 参照)	11日(木)
27日(水)	12日(金) 花の作品展示 (オーテピア) 11/18 まで 高知県園芸品販売拡大推進大会
28日(木) 理事会	
29日(金) 花の作品展示 (オーテピア) 11/4 まで フラワーアレンジメント教室 (予約者対象)	13日(土) 14日(日)
30日(土) フラワーアレンジメント教室 (予約者対象)	15日(月)
31日(日)	16日(火)

📄 理事会だより 8月30日開催 定例理事会

報告事項

- 令和3年7月末事業進捗状況
- 令和3年度 第1 - 四半期 事業実績並びに今後の取り組み
- 令和3年度 第1 - 四半期 仮決算損益報告
- 損害賠償請求訴訟控訴審に対する代理人弁護士の選任
- 令和3年度 監事監査計画
- JAバンク基本方針に基づく「体制整備モニタリング報告」
- 「コンプライアンス・マニュアル」の一部改訂
- 中央支所新築工事の完了報告
- 余裕金運用に関するリスク情報
- 金融円滑化措置の実施状況
- 理事との利益相反取引
- JA高知市令和3年度県域企画応援事業 実施計画

議 事

- 第1号議案 出資の減口
- 第2号議案 支所運営委員の交代に伴う後任委員の委嘱
- 第3号議案 永年勤続職員に対する表彰

※慎重な審議の結果、全議案が可決しました。

キリトリ

郵便はがき

63円切手  
をお貼り  
ください

7 8 1 - 8 5 5 1

JA高知市  
総務課広報係

10月号 クロスワードパズルの答え

組合員の皆様へ

## 肥料価格改定（値上げ）のお知らせ

時下ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

日頃は、当組合の生産資材事業につきまして、格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、肥料価格につきましては6月にも価格改定を行いました。引き続き肥料原料及び輸送費の高騰等を背景とした価格改定（値上げ）が見込まれているとの連絡を受けました。このことに基づいて、当組合としても令和3年11月中旬頃を目途に約5%～10%の値上げ価格改定をせざるを得ない状況になることが想定されます。つきましては、皆様におかれましても必要とされる肥料につきましては、お早めにご購入について検討くださいますようお願い申し上げます。

なお、商品によってはご希望の数量に対応できない場合がございますので、予めご了承のほどよろしくお願い申し上げます。

### 本件に関するお問い合わせ

グリーンファーム高須店 TEL 0120 - 086 - 802

グリーンファーム横内店 TEL 0120 - 481 - 268

## 「農協祭」「ふれあい加工教室」中止のお知らせ

毎年、各支所で行われている「農協祭」につきまして、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本年度も中止とさせていただきます。

また10月に開催しておりました「ふれあい加工教室」(みそづくり)も、同上の理由で中止といたします。楽しみにお持ちいただいたお客様には大変申し訳ございませんが、ご理解賜りますようお願いいたします。



## 最低賃金が改定されます

ご存じですか？

令和3年10月2日から

高知県の最低賃金が改定されます

高知県	最低賃金
時給	820円

すでに人を雇って農作業に当たってもらっている方々はもちろんのこと、収穫期など繁忙期を前に、これから誰かを雇おうとされている方々も、ご確認のほどよろしくお願い申し上げます。詳しいお問い合わせは、高知労働局(088-885-6024)までお問い合わせください。

また、JA高知市無料職業紹介所では現在、農作業ヘルパー・アルバイトとして登録していただける方を募集しております。農業で働くことにご興味のある方はぜひお問い合わせください。また、お近くに農業でのお仕事を探されている方がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください。

さらに、収穫期などの農繁期や一時的な日雇い作業など、農家の方々が働き手を必要とされる時にもぜひお気軽にご相談ください。

JA高知市無料職業紹介所(担当:中島)

電話:088-883-6579

FAX:088-861-1446

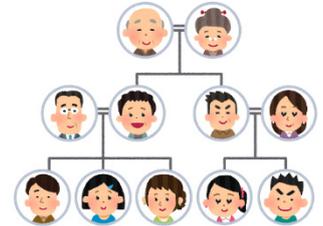


詳しくはこちら!

# JA 葬祭ルミエールこうち「紙上終活セミナー」⑦

## ～相続について「あなたの相続人は誰？」～

人が亡くなると「相続」が始まります。相続が始まると、その人の持っている財産を引き継ぐこととなります。財産を引き継ぐ人は誰でも良いわけではなく、亡くなられた方と一定の身分にある人だけです。これは民法によって決められており、「法定相続人」と言います。法定相続人以外の人に財産を渡したい場合は「遺言書」を用意することになります。（遺言書については次回に！）まず、あなたにもしものことがあったとき、相続人が誰になるのか整理しておきましょう。



### ● 法定相続人 ●

相続が始まると、まず相続人を確定するために、その人の生まれてからの戸籍を集めることから始まります。配偶者は別格で常に相続人となり、①子ども⇒②親⇒③兄弟姉妹の順に相続順位が決まっています。まず、自分を中心に相続人となる人を整理してみましょう。高齢化に伴い、相続人となるはずの子世代が、親よりも先に亡くなるケースも見られるようになりました。

### ● あなたの人生に関わる登場人物 ●

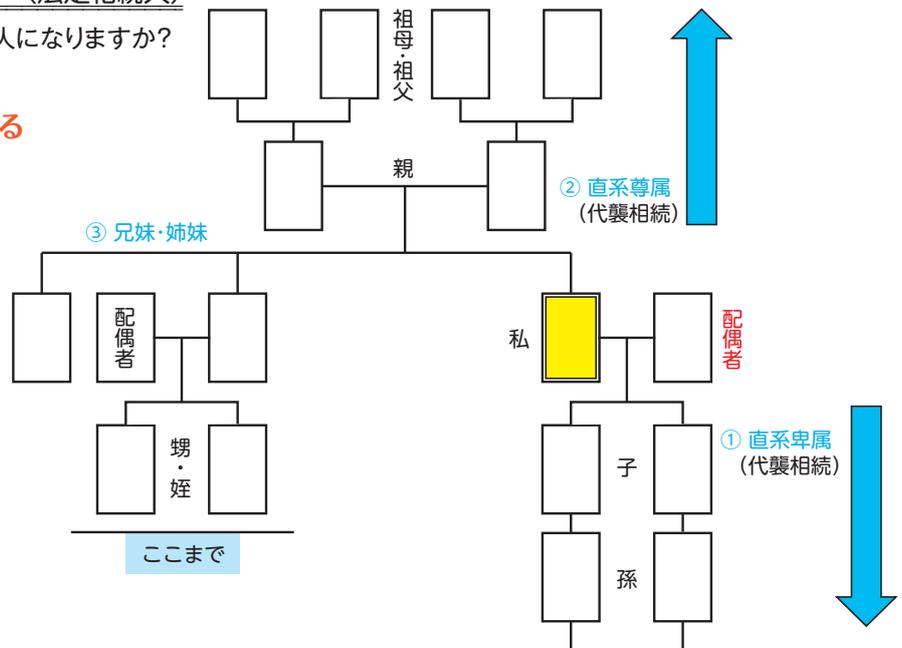
では次に、法定相続人とは別に、あなたにとって心に浮かぶ広い意味での大切な人を書き出してみましょう。これまで歩んできたあなたの人生を支えてくれたのは、肉親ではない方もたくさんいらっしゃったことでしょう。また、人生の中で、生涯結婚や出産を選ばない人もいます。財産を相続する人がいないとき、その財産は最終的に国のものになってしまいます。人間関係を把握することで、自分の財産を譲りたい人が見えてくるかもしれません。友人やペットも書いておきましょう。

### 相続人の確認 = 法律上の相続人は？（法定相続人）

私にもしものことがあった時、誰が相続人になりますか？

配偶者は別格で常に相続人となる

- ① 第一順位（子）
- ② 第二順位（親）
- ③ 第三順位（兄弟姉妹）



来月は相続の続き「財産」・「遺言書」についてです。

「エンディングノート」・「終活」・「ご葬儀」に関するお問い合わせ

JA 葬祭 ルミエールこうち(088)-885-5900



KAはKochi-shi Agricultural Cooperatives

《KA》はForwards KAを表し21世紀を前進する高知市農協のシンボルマークです。

大地のめぐみ・人の知恵—未来へ

発行/JA高知市 〒781-8551 高知市高須東町4番8号  
TEL088-883-6800 FAX088-883-6935

ホームページ: <http://www.ja-kochishi.or.jp/>  
メール: [kouhou@kochishi.ja-kochi.or.jp](mailto:kouhou@kochishi.ja-kochi.or.jp)

編集/総務部総務課 ・ 発行日/2021年10月1日 No.392 ・ 印刷/株式会社高知新聞総合印刷