

Japan Agricultural Cooperatives

2025

GOTO

ISLANDS

7

JULY

No.233



JA ごとう

地域農業の持続へ全議案可決
畜産の未来へ一丸！意見交わす

第24回通常総代会
畜産関連総会各種

五島産かぼちゃに寄せられる期待
料理で笑顔あふれるひととき
黄色い傘で安全をプレゼント

ほめられかぼちゃ

『家の光』料理講習会
JA共済交通安全啓発活動



かぼちゃの収穫 野崎文善さん(五島市下崎山町)

JAごとうほめられかぼちゃ部会は、部会発足5年目を迎えます。そのおいしさが全国的に認められ、栽培面積、出荷量ともに年々増加しています。



【写真上】上程された議案はすべて原案どおり可決されました。

【写真左】開会の挨拶を述べる家永組合長。

【写真右】議長を務めていたいたい総代の方々。左から中村慎也さん(玉之浦地区)、前田芳朗さん(青方地区)、山上和彦さん(本山地区)。



JAごとう 第24回 通常総代会 地域農業の持続へ全議案を可決

●「10年後も存続可能な農業・JA」を目標に、組合員・地域社会にとって必要な存在であり続けられるよう、第7次中期経営計画の達成へ全力で取り組んでいきます。



総代会



議事では、令和6年度の事業報告・決算報告や、令和7年度の事業計画・収支予算案、定款変更案など、提出された全議案について審議が行われ、すべて原案どおり可決されました。

J A ごとうは、引き続き地域とともに歩み、信頼される組織づくりをめざします。

J A ごとうは6月26日、五島市東浜町にあるカンパーナホテルで第24回通常総代会を開催しました。

総代500人のうち、本人出席と委任状を合わせて過半数の出席があり、総代会は適法に成立了。

冒頭、家永組合長は、「五島の農業情勢が厳しい中で、昨年度の決算では、事業利益が前年と比べて減少したものの、組合員の理解と協力を得て、計画を上回る剰余金を計上することができます。剰余金は資本増強に充てるほか、組合員への配当をご提案させていただきます。

本年度は、新たに策定した第7次中期経営計画を実践し、「農業所得の増大」、「組合員数の維持・拡大」、「事業収益性の向上」の三つを重点目標に掲げ、五島農業の活性化に向けて積極的に取り組んで参ります」と力強くあいさつしました。

第24回通常総代会議案

報告事項① 令和6年度貸借対照表、損益計算書及び注記表の内容並びに独立監査人の監査報告及び監事の監査報告について

第1号議案 令和6年度事業報告及び剰余金処分案承認の件

令和6年度の事業報告内容をご説明し、ご承認をお願いいたしますことにあわせ、当期の未処分剰余金について法定事項の所要の積立その他当組合定款に基づく積立金並びに配当として処分を行い、残余を繰り越すことのご承認をお願いするものです。

第2号議案 第7次中期経営計画設定の件

令和7年度から令和9年度の3カ年に係る「中期経営計画」設定の承認をお願いするものです。

第3号議案 令和7年度事業計画設定の件

令和7年度の「事業計画」のご承認をお願いするものです。

ただし、年度途中において事業計画の変更が生じた場合でも、軽微な変更でかつ組合員に特別の負担を伴わない限りにおいては、理事会に一任願います。

第4号議案 固定資産取得・処分の件

管内農業の深耕と魅力のある事業展開を維持するために、自己資本の基準の維持と施設の有効活用を念頭に置きながら、固定資産の取得・改善等についてご承認をお願いするものです。

ただし、具体的な取得・処分の時期及び金額については、理事会に一任願います。

なお、年度途中において取得・処分計画に変更が生じた場合でも、軽微な変更でかつ組合員に特別の負担を伴わない限りにおいては、理事会に一任願います。

第5号議案 令和7年度理事及び監事の報酬支給額決定の件

役員の報酬については、昨年度の支給実績及び事業実績、経済情勢の変化等諸般の事情を踏まえ提案しております。

理事の報酬は総額37,420千円以内とし、各理事の支給額及び支給方法については理事会に一任します。なお、理事は18名であります。

監事の報酬は総額9,580千円以内とし、各監事の支給額及び支給方法については監事の協議に一任します。なお、監事は5名であります。

第6号議案 令和7年産米麦等のバラ検査及び抽出検査に関する権限委任の件

売渡し米麦等の検査に際し発生した刺米等の受領及び処理について、その取扱いに関する一切の権限を組合に委任することをお願いするものです。

第7号議案 ジパングトレード事業協同組合への加入に関する件

当組合は、管内的人口減少や高齢化による担い手不足、職員減少による労働力不足に対応するために、外国人の技能実習・特定技能の派遣とそのサポート業務を目的に設立された特定監理事業・登録支援機関で外国人労働者受け入れ支援業を行う「ジパングトレード事業協同組合」に加入することについて、ご承認をお願いするものです。

同組合への加入と出資については、令和7年5月9日開催の理事会において承認を得ております。本来であれば、総代会承認後に加入の手続きを進めることになりますが、当組合の職員減少に伴う労働力確保を進めるうえで緊急を要する取り組みと判断し、本総代会で追認をお願いするものです。

第8号議案 定款の一部変更の件

以下の内容について、所要の変更を行うものです。

- (1) 自己資本の増強を図るために出資口数の上限について所要の変更を行う。
- (2) 総代の各選挙区における正組合員数を踏まえた適正な配分等について整備を行う。

ただし、定款変更の認可申請に際し、法令その他行政庁の指示による定款の字句その他の事項についての修正加除は理事会に一任願います。

第9号議案 役員退職慰労金支給の件

任期途中で退任された理事1名に対し、在任中の労に報いるため、役員退職慰労金支給規程に基づき以下により退職慰労金を支給することといたします。

支給総額は5,012千円とし、支給時期・方法は理事会に一任願います。

附帯決議 この総代会において決議された事項で、権利義務に関しない軽微な事項、字句の修正及び行政庁の指示による修正は理事会に一任願います。

報告事項② 「JAバンク基本方針」の変更について

地区別総代説明会の主な質疑・回答について

Q1..理事の定数は減らしてもよいのではないか。

A1..理事会の中でも協議してきましたが、人数が多いところ少ないところ関係なく、広く地域の意見を取り入れるため、今の定数を維持する予定です。理事の定数については、今後も継続的に協議していくかと思います。

Q2..過去に農業経営事業が赤字になつてゐる件で、FSLで飼育している死亡牛が減れば改善されるという話をしていたが、死亡率は下がったのか。また、今後赤字は改善されないのか。

A2..死亡率は2年前より減つております。現在安く購入した牛が高く売れてゐるような状況ですので今年度は改善できるものと思つてあります。枝肉相場の影響が大きい部分がありますが、黒字を目指して取り組んでまいります。

Q3..長崎県内でも五島の畜産市場は低迷しているが、どのように改善しようと思つているのか教えてほしい。

A3..飼養管理の良し悪しや情勢の問題もあります。購買者が好む牛を出せるように取り組んでいきたいと思います。今後も購買者誘致に力を入れて、指導強化に努めてまいります。

Q4..裸麦は来年度から作らないとの説明を受けたが、そうなつた経緯を教えてほしい。

A4..令和6年産については価格が下がる見込みです。大麦に比べて裸麦は収量が取れ

ず、今後も上がる見込みがないので、裸麦を作っている方々には大麦の転換をお願いしております。

Q5..米が高い、量が不足していることについてどのように考えていくか。

A5..私たちは3kg14,000円という全国的にも高い値段で販売をし、量を確保しようと考へております。今のところ全国平均が12,000~13,000円ぐらいになるだろうと予測しております。なお、昨年の収量が140tだったので、200tを目標に集めたいと思つております。

Q6..移動販売車については、今巡回しているところ以外にも来てほしいとの声があるので、巡回ルートを増やしてほしい。

A6..要望を言つていただければ、対応するようになります。

Q7..上五島での農業は十分な所得が得られないでの、柱となる作物があればアドバイスをお願いします。

A7..上五島においては、今山椒の栽培を推進しております。収益化するまで5年ほどかかりますが、反収60万円ほどになります。

また上地区的農業については、支店や農産園芸部などと一緒になつて取り組んでいけばと思つております。

Q8..以前は下地区的農機担当者が来て農機具の点検をしていたが、農繁期前の事前点検はしてもらえないのか。

A8..事前点検については、前向きに検討いたします。



JAごとう畜産部

畜産関連総会各種

地域畜産の未来へ一丸！課題共有し意見交わす

肉用牛

- 五島市職員も参加、関係者が一丸となり今後の方針が確認された総会。下五島地区牛疾病対策協議会役員総会、肉用牛部会役員総会、定期合同総会、五島地域畜産クラスター協議会通常総会が同日に開かれました。

畜産部会の総会が、5月27日にJAごとう畜産事業所（家畜市場）で開催され、30名を超える関係者が集まりました。

総会では、昨年度の活動報告に続き、今年度の事業計画と収支予算案が説明され、各議案について丁寧に協議が行われました。また、今後の方針や課題についても活発な意見交換が行われ、参加者全員が真剣な姿勢で臨みました。

出席した五島市職員の里道課長補佐からは、長引く価格低迷を受けた対策とし

て、令和6年度のセリ市で取引された子牛価格の補填制度についての紹介がありました。また、5月と9月のセリ価格が全国平均を上回っているという明るい報告もあり、参加者の間に今後への期待が広がりました。

令和7年5月のセリについては、平均価格の643,505円と前回比111.1%となり、生産者も安堵の笑みを浮かべていました。しかしながら、枝肉相場は安く、不安材料もあります。



五島市農林課の里道課長補佐



J Aごとう畜産部からは、「購買者誘致に努め、購買者が求めることを生産者に繋げ、年間を通してのセリ価格安定を目指し、生産者・関係機関・JAが一丸となって課題に取り組んでまいります」と、力強い意気込みが示されました。

総会ではすべての議案が円滑に承認され、会の最後には関係者同士が今後の取り組みと情報共有の重要性を改めて確認し、地域畜産の未来に向けて一致団結する姿勢を共有しました。

令和7年産 普通期水稻苗配布

立派に育った苗が生産者のもとへ

- 5月17日に種がまかれた普通期米。約3週間の育苗期間を経て立派な苗が育ちました。育苗に携わった担当者も安堵の表情をみせました。



水稻苗



トラックに苗を積み込むようす。見事な苗に生産者も笑顔です。

管内2か所の育苗施設で育てられた普通期水稻の苗3万6000箱が、6月7日から12日間かけて順次、生産者に配布されました。

五島市増田町にある育苗施設では6月9日、本山地区向けの配布が行われました。梅雨空のもと、早朝から施設の周りには配布を待つ生産者のトラックがずらりと並びました。

配布が始まるとJAの職

員らが立派に育った苗を次々と積み込んでいきます。

苗を積み終えた生産者は「良い苗ができたね。これからすぐに田植えをやるよ」と喜んでいました。

施設の担当者は「早期米の時と違い、適度に雨が降ってくれたおかげで、水の心配をすることもなく苗を育てることができてよかったです」と、安堵の表情で話しました。



雨の合間を縫ってかぼちゃを収穫する野崎さんご夫婦。
野崎さんが投げ上げたかぼちゃを奥さんが受け取ってコンテナに詰めていく見事な連携プレーです。

令和7年産 ほめられかぼちゃ 五島産かぼちゃに寄せられる期待



ほめられかぼちゃ

●時期をずらして全国から「ほめられかぼちゃ」を出荷する、日本列島産地リレー。その6~7月の主力産地として活躍する、JAごとうほめられかぼちゃ部会の取組の成果が注目されます。



「大きくて、おいしいかぼちやができる」と喜ぶ野崎さんご夫婦。

令和7年産 ほめられかぼちゃ

五島市下崎山町にある野崎文善さんの圃場では、雨の合間に縫つて収穫作業が進められています。昨年より10日ほど早く梅雨入りしたことについて、野崎さんは「例年ならこの時期には収穫を終えている。早く収穫しないとかぼちやが腐ってしまう」と長雨による品質低下を心配しています。収穫作業は妻のほづえさんとの息の合った連携プレーで進みます。

五島市下崎山町にある野崎文善さんは手応えを語りました。

部会は5月28日、本山事業所で出荷目揃い会を開き、本年産かぼちやの生育状況や出荷計画、選果基準などについて確認しました。苗の定植後、3月の霜や強風の影響で生育の遅れが見られたため、収穫開始は当初より1週間遅れの6月2日頃と見込まれています。

部会は部会員27名が、合わせて11・9haを栽培し、出荷量1,960トンを計画しています。令和3年の取り組み開始時と比べ、栽培面積・出荷量ともに年々増加し、昨年は約4倍に拡大しました。

出席したMVM商事の担当者は、「ほめられかぼちや」は人気があり、常に供給が追いつかない状態。今年から春物も從来のメキシコ産から、完全に国産へ移行する方針です」と、五島産

出荷目揃い会

ます。野崎さんが鉄でかぼちやを切り取り放り上げると、ほづえさんがナイスクヤツチ。トラックに積まれたコンテナに次々に詰めていきます。

濃緑色の見事に育ったかぼちやを手に「今年のかぼちやは、今のところ玉太りも良く、収量も昨年より増えそうだね」と野崎さんは手応えを語りました。



取引先や関係機関も出席して開かれた出荷会議。



目揃い会では、実際にかぼちゃを見ながら出荷規格を確認しました。



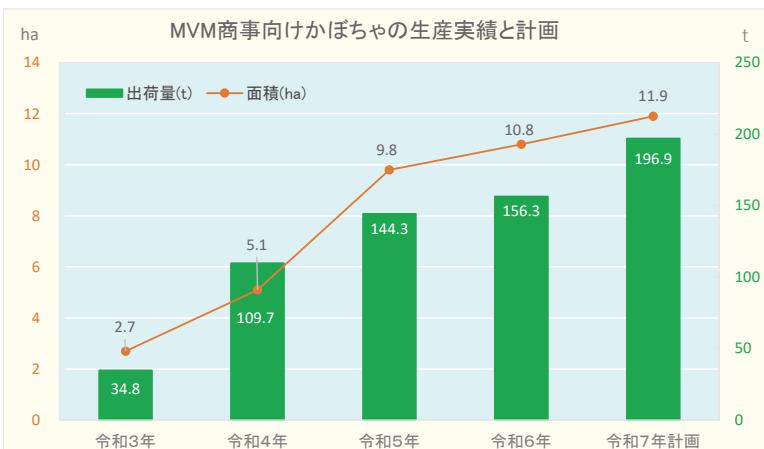
MVM商事とヤオコーによる圃場視察のようす。



圃場に入り情報を交換する部会の藤田三利監事(左)とヤオコーの青果担当バイヤー小鷹直幸氏。



コンテナに詰められたかぼちゃを前に話すMVM商事の山口純子取締役(右)とヤオコーの小鷹氏(左)。



部会では昨年、ヤオコーの千葉県と埼玉県の店舗に出向き、ほめられかぼちゃの販売促進活動を行っています。「お客様をはじめ社内でも評判が良くて今年新たにオープンする店舗でもぜひ開催してほしいとの要望があります」と小鷹氏。

山口取締役も「生産者の顔が見える安心感は、お客様にとっても大変大事なことだと考えます」と話し、五島産かぼちゃへの期待を寄せていました。

6月5日には、MVM商事の山口純子取締役と、関東を中心ирующマーケットを開拓する(株)ヤオコーの青果担当バイヤー小鷹直幸氏が来島して圃場を視察。部会員らと情報交換をしました。

かぼちゃへの期待を語りました。また、五島産のかぼちゃやブロッコリーの販売を手掛ける(株)シジシージャパンの担当者は、「五島産しかいらないというお客様も多く、今年は100㌧を目指して販売していくたい」と意気込みを見せました。

出荷目揃い会では、かぼちゃの現物を前に、選果基準表とともに収穫時の一次選別における重量や品位を確認しました。

MVM・ヤオコー圃場視察



JAごとう女性部

『家の光』料理講習会



女性部活動

J A ごとう女性部は、『家の光』料理講習会を管内5か所で開催しました。



料理で笑顔あふれるひととき

今年も「国産へのこだわり」を提唱する「Aコープマーク」の商品を使った6品のメニューに挑戦。今回の目玉は、台湾の人気屋台料理『ルーアー飯』。馴染みのない料理ながら、参加者の皆さんには手際よく調理を進め、笑顔あふれる楽しい講習会となりました。そのほか、彩り豊かなナムルや爽やかなみかんゼリーなど、多彩な料理が並びました。

調理後には、出来上がったお弁当を囲んでの実食タイム。参加者同士の交流も深まり、和やかで有意義な時間を過ごしました。ぜひご家庭でもお試しください。



JAごとう青年部/食農教育活動

芋植え・田植え

かんころ餅への第一歩！魚目小で食農体験

青年部活動



魚目小学校では、かんころ餅の材料となるサツマイモとお米を育てるために、6月6日、3年生の児童14名が芋の苗植えを、5年生の児童11名が田植えを行いました。

児童たちは、先生や指導員の話をよく聞きながら、一生懸命に作業に取り組み、泥で汚れるのも気にせず、元気いっぱいに活動していました。

この体験を通して、児童たちが食の大切さやありがたさを肌で感じながら、秋の収穫を心待ちにし、毎日の成長を楽しみにお世話してくれることを願っています。





JA共済 交通安全啓発活動

黄色い傘で守る通学路 1年生に安全をプレゼント

共済事業

●交通安全の願いと、未来へのエールを込めて。JA共済は様々な活動に取り組んでいます。

J A ごとうは、管内の五島市と新上五島町の教育委員会に小学新1年生に向けて学童傘を贈る「学童傘贈呈式」が下地区は6月3日、上地区は6月6日に行われました。

この取り組みは、JA共済の地域貢献活動の一環として行っているもので、新1年生が安全に登下校できるよう、交通安全の願いを込めて学童傘をプレゼントしています。

視認性の高い黄色の傘は雨の日でも車から子どもたちの姿がよく見えるよう工夫されており、毎年好評です。

贈呈式の中で、五島市の川

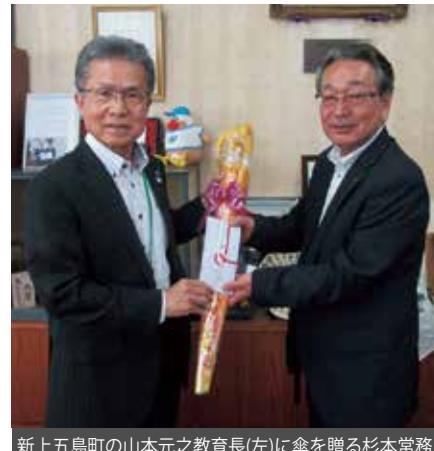
端教育長からは「やっぱり黄色はいいですね」との一言もあり、傘の色がもつ安全性や親しみやすさが改めて感じられる場面となりました。

今年は上地区に87本、下地区に

215本、合計302本をお届けしました。これからも、子どもたちが元気に、そして安全に学校へ通えるよう、JA ごとうは地域の皆さんとともに見守ってまいります。



五島市の川端一教育長(右)に傘を贈る家永組合長



新上五島町の山本元之教育長(左)に傘を贈る杉本常務

J A バンク 年金友の会 役員総会



活発な意見交換。新会長に川村さん

年金友の会



新会長の 木場支部・川村久治さん

●1年の活動についての意見交換と会長の改選が行われました。

6月9日、年金友の会の役員総会が開催され、役員・会員あわせて11名が参加しました。会では、昨年度の活動報告や今年度の事業計画について話し合いが行われ、活発な意見交換も見られました。はじめに谷川会長から、遠方、特に上五島から参加された皆さんへの労いの言葉とともに、今年度の役員改選について挨拶がありました。その後推薦により新しい会長には木場支部長の川村さんが就任。過去に6年間、ゲートボール大会の会長を務められた川村さんからは、「なんとか1年やってみたいと思います」と、やる気あふれるご挨拶をいただきました。

各議案もスムーズに承認され、グラウンドゴルフ・ゲートボール大会などのイベント日程を確認し、会は順調に進行しました。最後には家永組合長より、「地域に貢献し、信頼される農協であります。今後とも皆さまのご意見をいただきながら進めてまいります」と、温かく力強いメッセージが送られ、総会は和やかな雰囲気の中で閉会となりました。



上地区 電化ショー 合同展示会 in 上五島、盛況御礼



電器展示会

毎年恒例となりました「農機・自動車・電器等合同展示会」が、6月28日(土)・29日(日)の2日間、新上五島町石油備蓄記念会館にて開催され、多くの来場者でございました。

今回の展示会では、農機具や電化製品をはじめとする幅広い製品が出品され、農業に従事されている方々はもちろん、地域住民の皆さんにも大変ご好評をいただきました。

ご来場いただきました皆さま、誠にありがとうございました。

なお、下地区での開催は、7月19日(土)・20日(日)を予定しております。皆さまのご来場を心よりお待ちしております。



第11回 島空マルシェ 梅雨入り前の小さな賑わい



6月7日、梅雨入り直前の曇り空の下、「島空マルシェ」を開催しました。

奄美大島のお取り寄せ商品を扱う(株)島人Fさんや、お馴染みのキッチンカーも並び、会場には出店者と来場者の笑顔があふれていきました。

次回は記念すべき1周年のマルシェです！いつもとはひと味違う内容で皆さまをお迎えいたします。ご家族・ご友人をお誘い合わせのうえ、ぜひお越しくださいませ。



秋肥購入のお得なお知らせ

未利用資源活用の新しい肥料 ダイナミックエコスター



新発売記念

10袋1袋付く

キャッシュペーン

対象期間 7月▶11月

県内産未利用資源(堆肥)を20%配合した『有機入りBBダイナミックエコスター』を開発しました。県関係機関とも連携した栽培実証試験では、既存品と同等の評価を得ております。

詳細は最寄りのJA窓口へお問い合わせください。

JAごとう・JA全農ながさき・くみあい肥料(株)

J A ネットローン
(三菱UFJニコス保証型)

スマホ・パソコンから
申込が簡単に出ます。
来店不要で結果を確認！

代表的なローンの金利

マイカーローン 1.90%

教育ローン 2.60%

他のローン金利については、JAネットローンのウェブサイトよりご確認ください。

※審査結果については、後日 JAよりメール等で回答いたします。なお、応諾の場合、三菱UFJニコス保証商品での正式申込み、および契約手続きが必要となります。詳しくは、お近くの支店までお気軽にお問合せ、ご相談ください。

<https://ja-netloan.jp/>

©よりそう



令和七年度第一回理事会

八

議案事項

令和七年六月五日(木)開催

議案 No. 1	令和7年度理事の報酬支給額及び支給方法について	※可決・承認された
議案 No. 2	行政庁へ提出する業務報告書及び連結業務報告書について	※可決・承認された
議案 No. 3	2025年ディスクロージャー誌の開示について	※可決・承認された
議案 No. 4	役員退職慰労金の支給時期、方法について	※可決・承認された
議案事項	その他	※可決・承認された
次第		
令和七年度第三回理事会		
令和七年六月二十六日㈭開催		
議案事項		
議案 No. 1	令和7年度理事の報酬支給額及び支給方法について	※可決・承認された
議案 No. 2	行政庁へ提出する業務報告書及び連結業務報告書について	※可決・承認された
議案 No. 3	2025年ディスクロージャー誌の開示について	※可決・承認された
議案 No. 4	役員退職慰労金の支給時期、方法について	※可決・承認された
議案事項	その他	※可決・承認された
【総代会議案事項】※可決・承認された		
議案 No. 5	決算書類（貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案、注記表及び事業報告並びにこれらの附属明細書）及び部門別損益計算書承認の件について	※可決・承認された
議案 No. 6	令和7年度事業計画設定の件について	【総代会議案事項】※可決・承認された
議案 No. 7	第7次中期経営計画設定の件について	【総代会議案事項】※可決・承認された
議案 No. 8	固定資産の取得・処分の件について	【総代会議案事項】※可決・承認された
議案 No. 9	役員賠償責任保険の更新について	【総代会議案事項】※可決・承認された
議案 No. 10	「自己」資本比率算出事務手続」及び「自己」資本比率算出要領」の全部改正について	【総代会議案事項】※可決・承認された
議案 No. 11	固定資産の取得について	【総代会議案事項】※可決・承認された
議案 No. 12	出資口数上限改定に伴う販売精算時の振替率の設定について	【総代会議案事項】※可決・承認された
議案 No. 13	令和7年度クロスチェック計画について	【総代会議案事項】※可決・承認された
議案事項	その他	【総代会議案事項】※可決・承認された

**8月1日オープン
に向けて たたいま 煎りたての香りをご堪能ください。
プレオープン中です。**

**拓's
Coffee Roaster
in**

**FARMERS Market
JA GOTO QUALITY**

一杯のコーヒーに特別な時
間を。私たちは、自家焙煎し
たこだわりの豆を使い、丁寧
にドリップした味わい深いコ
ーヒーを提供するカフェを
オープンいたします。

豆の選定から焙煎、抽出まで
一切妥協せず、心を込めて
仕上げた一杯をご用意して
います。香り豊かなコーヒー
が日常の喧騒を忘れさせ、
心にやさしい余白をもたら
します。どうぞ、あなただけ
の特別なひとときをお過ご
しください。

施設作業員募集

作業場所

育苗センター	3月～11月
アスパラ選果場	3月～10月
ブロッコリー選果場	12月～5月
高菜加工施設	12月～3月

詳細は本店 農産園芸部までお問い合わせください。
☎0959-72-6214

作業期間

WEB年金相談会のお知らせ

年金についてのお困りごとを
社会保険労務士へ相談してみませんか？

開催日 每月第2水曜日(祝日の際は翌営業日)

開催時間 1)09:00～09:50 2)09:50～10:40
3)10:40～11:30 4)11:30～12:20

※相談にあたっては事前の申込みが必要です。

詳細は本店金融部までお問合せ下さい
☎0959-72-6212



株式会社 JA ごとう葬祭

【本店】 〒853-0041 長崎県五島市籠淵町 2450
電話 0959(72)8211 FAX 0959(74)5266

【上五島支店】 〒857-4404 長崎県南松浦郡新上五島町青方郷 355-7
電話 0959(52)2417 FAX 0959(43)1955

産直市場



五島がうまい

住所：〒853-0041 五島市籠淵町2450番地 1

電話：0959-88-9933 FAX：0959-88-9922

営業時間：9時～18時30分

9時～19時 (7・8月)

※農家レストランは10時30分～14時 (予約については別途)

休業日：棚卸日 (9/末、3/末) 年始 (1/1・2・3)

編集後記

とうとう梅雨入りだ…！と思ったのも束の間、あっという間に梅雨が明け、いよいよ夏本番。

「夏までに5キロ痩せる！」と約1年前から意気込んでいた私ですが、なんと4キロの減量に成功！…と思いつきや、昨年12月にしっかり4キロ太っていたことを思い出し、結果はまさかのプラマイゼロ。とはいえ、広報担当として取材であちこち動き回るようになり、運動量は確実にアップしています。きっとこれから本当に痩せていくはず…！と、自分に言い聞かせている今日この頃です。

太陽が本気を出すこの季節、皆さんも熱中症にはくれぐれもお気をつけて。どうぞ元気にお過ごしください！

(神藤 夢香)



ごとう農業協同組合

●JAごとうNo.233 ●発行／ごとう農業協同組合 編集／総務部企画管理課 〒853-0041 五島市籠淵町2450番地1 ☎0959-72-6211

●http://www.ja-goto.or.jp ●印刷／(株)昭和堂

※本書の無断転写、複製、複写を一切禁じます。