

そらとつちとみどりの会話

安心のネットワーク
NOSAI
香川県農業共済組合

NOSAI かがわ

2022
vol.56

11月

備えて安心 収入保険

農機具共済

掛金の等級区分を拡大



備えて安心

収入保険

収入保険は、ほとんどの農作物を対象に、農業者の経営努力では避けられないさまざまなリスクによる収入減少を補償します。国が推進する政策保険のため、保険料は50%、積立金には75%の国庫補助があります。安心して経営を継続するための備えとして、加入をご検討ください。

青色申告者が加入

保険期間（1年間）に自ら生産した農作物の、販売収入全体が補償対象です。過去の農業収入と、保険期間の営農計画から、基準収入金額を算定します。販売収入が基準収入の9割（補償限度）を下回った場合、下回った額の9割（支払率）を補てんします。

加入できるのは青色申告をしている農業者（個人・法人）です。加入申請時に、令和3年の青色申告実績があれば加入できます。（実績1年の最高補償は8割）

加入手続きの流れ

- ① 電話で説明希望日の連絡
職員が伺い、詳しく説明します。
用意していただく税務書類
個人の場合
確定申告書B第一表
青色申告決算書1、2ページ
法人の場合
損益計算書
法人税の申告書別表一、四
- ② 加入申請書の作成
提出いただいた税務書類と保険期間の営農計画から基準収入金額、保険料などを算定します。
- ③ 申し込み
補償内容を確認し、加入申込手続きをしていただきます。
- ④ 保険料の納入
保険料等の納入は口座振替となります。最大9回まで分割して納入できます。
- ⑤ 補償開始
令和5年1月1日から1年間
(個人・事業開始月が1月の法人)

加入者の声

加入で心にゆとり



株式会社ラブミー農園（さぬき市寒川町）
代表取締役 **廣瀬 文昭**さん 40歳
▷経営＝水稻8.2%、飼料用米3.1%、小麦8%、キャベツ6%

収入保険に加入し、安心して農業ができます。収入が減ることで従業員の給料が払えないかもしれない、という不安を抱えていましたが、今は解消されました。保険料は高いイメージでしたが、積立金は受け取りがなければ翌年に繰り越せ、2年目に支払うのは保険方式部分だけと分かり、加入を決めました。

若者に“備え”の安心感を



有限会社マルキン（高松市中山町）
代表取締役 **福家 崇**さん 47歳
▷経営＝かんきつ3.5%（温州ミカン、不知火など）

病虫害や災害は突発的に起こるものから、特に農業を始めたばかりの若手に勧めたい保険です。新しい保険は入るのにためらいがあると思いますが、備えておくと安心感があり心強いもの。若手農業者を指導する立場として、加入を迷っている農業者たちに強く勧めています。

明瞭な補償内容が魅力



綾川町
代表取締役 **國重 広文**さん 60歳
▷経営＝水稻2%、柿2%

青色申告の書類をもとに保険金が支払われるため、収入がいくら減ったから保険からはこれだけ受け取れると、補償内容が分かりやすいのが魅力です。これまでの共済では対象外だった価格下落や、けがや病気で労働力不足による収入減少など、さまざまなリスクに備えられることも決め手になりました。

新規加入者の保険料等負担額表

(補償9割、支払率9割の最大補償を選択。国からの補助後。)

基準収入	掛け捨て		預け金 ※1	加入者負担額合計	
	保険料	事務費		1年目	2年目 ※2
300万円	2.5万円	1.0万円	6.8万円	10.3万円	3.3万円
500万円	4.2万円	1.3万円	11.3万円	16.8万円	5.2万円
1,000万円	8.5万円	2.2万円	22.5万円	33.2万円	10.2万円

※1 積立金は加入者のお金なので、補てんに使われなければ、翌年へ持ち越されます。
※2 1年目に保険金の支払いがなく、基準収入が変わらなかった場合（掛け捨て部分のみ）

補償や保険料のシミュレーションをすることもできます。

保険料助成する市町が増加中

収入保険加入者に対し、保険料を助成する市町が増えていきます。詳しくはNOSAIまでお問い合わせください。

収入保険の

つなぎ資金

宮農を サポート

活用者の声

固定費の支払いに



高松市香川町
こんどう まお
近藤 真央さん 34歳
▽経営Ⅱ露地キュウリ1畝、ハウスミ
ニトマト12畝

令和3年は、7月後半の長雨で露地キュウリに大きな影響が出ました。生育不良で収量は低下、販売価格は平年の3割でした。
従業員5人の給料の支払いや当面の資金をどうしようかと考えていたとき、NOSAI職員から無利子のつなぎ資金の説明を受け、手続きをすることに。正直、助かりました。

無利子で貸し付け

収入保険の特徴の一つに「つなぎ資金の貸し付け」があります。通常、保険金などは保険期間が終了した後の確定申告書から算定し、お支払いします。災害などで収入の減少が見込まれ、保険期間中に当面の資金が必要な場合は、無利子のつなぎ資金を受けられます（5ページ参照）。

貸付額は、支払いが見込まれる保険金の8割が上限です。最終的に支払われる保険金の支払い時に相殺されます。もし、貸付額が保

廃業の危機を回避



株式会社横田農園（丸亀市垂水町）
よこた こうじ
代表取締役 横田 幸司さん 47歳
▽経営Ⅱ水稲2畝、麦16畝、ブロッコ
リー、ネギなど野菜20畝

多品目栽培や販路拡大などでリスク分散をしています。しかし、令和3年は気象災害や価格低下で、廃業を考慮するほどの大打撃を受け、すぐに事故発生の通知をしました。
申請して1カ月半程度で貸付金が支払われ、見込んでいた農業収入の8割近くまで回復。おかげで、計画通りの作付けが続けられました。

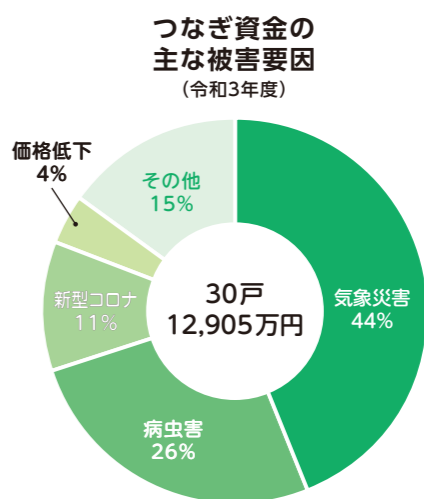
支払いの困窮事態を打破



観音寺市豊浜町
いのうえ よしお
井上 禧夫さん 79歳
▽経営Ⅱ水稲4畝、サニーレタス3畝、
タマネギ2・5畝

令和2年は、新型コロナウイルス感染症の影響で野菜の価格が低迷し、売り上げは大きく減収しました。
年末の支払いに困窮したため、つなぎ資金を希望。無事に新しい年を迎えることができました。確定申告を終えてからも追加で保険金が支払われ、本当に助かりました。

険金の支払い額を上回ったときは、差額の償還が必要になります。



気象災害と病虫害が全体の7割を占めています

つなぎ資金の手順

① 災害が発生



② NOSAIに連絡

1割以上の減収が見込まれる場合は必ず!



③ NOSAI職員が被害の程度を聞き取り



④ つなぎ資金が必要な場合は、貸付額を計算



⑤ つなぎ資金の貸し付け

肥料や資材などの経費が支払えるから助かる。



連絡先

東部支所 ☎0879-43-4121	中讃支所 ☎0877-46-1211
高松支所 ☎087-888-1146	仲多度支所 ☎0877-62-5970
小豆出張所 ☎0879-62-0694	三豊支所 ☎0875-25-2482

(図1) 等級別掛金表 (共済金額100万円の場合) 令和5年度から

現行		令和5年度から	
共済掛金 (円)	等級	共済掛金 (円)	等級
68,000	1	68,000	1
40,000	2	40,000	2
30,000	3	30,000	3
20,000	4	20,000	4
15,000	5	15,000	5
14,000	6	14,000	6
13,000	7	13,000	7
12,000	8	12,000	8
11,000	9	11,000	9
10,000	10	10,000	10
9,000	11	9,000	11
8,000	1	8,000	12
7,000	2	7,000	13
6,000	3	6,000	14
5,000	4	5,000	15
4,200	5	4,200	16
4,000	6 基本等級	4,000	17
3,950		3,950	18
3,900	7	3,900	19
3,850		3,850	20
3,800	8	3,800	21
3,750		3,750	22
3,700		3,700	23
3,650		3,650	24
3,600	9	3,600	25
3,550		3,550	26
3,500		3,500	27
3,450		3,450	28
3,400		3,400	29

(図2) 等級適用例 (共済金額100万円の場合の掛金、単位：円)

年度 (令和)	19等級	18等級	17等級 (基本)	16等級	15等級	14等級	13等級	12等級	11等級	事故状況
5年度			4,000 17等級							事故2回支払
6年度					5,000 15等級					事故3回支払
7年度								8,000 12等級		無事故
8年度								8,000 12等級		↓
9年度							7,000 13等級			↓
10年度						6,000 14等級				↓
11年度					5,000 15等級					↓
12年度				4,200 16等級						↓
13年度			4,000 17等級							↓
14年度		3,950 18等級								↓

(図3) 新割増等級の適用例



無事故割引・有事故割増は、
加入農機具1台ごとに適用します。



加入者間の掛金負担と共済金支払額のバランスに偏りが生じているため、均衡がとれるよう無事故割引・有事故割増等級を見直します。加入農機具の多数を占める長期無事故農機具は、さらに掛金が割り引かれることとなります。

① 等級区分を3倍超に (図1参照)

(現行) 9等級
→ (新) 29等級

② カウント方式 (図2と図3参照)

(現行) 責任期間中に1回以上の事故(支払)で1等級の割増
→ (新) 責任期間中の支払回数に応じて次回更改時に等級変更
事故1回(支払1回)ごとに1等級割増

③ 新規引受時の基本等級

(現行) 6等級
→ (新) 17等級

変更になるのはこの3点です



新規加入時の掛金

新規加入は機種・耐用年数に関係なく一律で、対万40円からスタート(中古農機具は付保割合条件付実損てん補の基本等級掛金率を適用)

同じ掛金の等級に移行

令和5年度の責任開始分からは、現行の共済掛金と同じ掛金の等級に移行します(図1参照)。等級数が変わるだけで、掛金は変わりません。特例として、5年度移行時のみ現行制度を適用し、4年度の支払回数が複数回でも1等級分の移行となります。

過去2年間無事故で割引

過去2年間連続して割増対象事故がない場合、次回更改時の掛金が割り引きになります。

農機具共済 令和5年度の責任開始分から

掛金の等級区分を拡大

1事故1等級で割増

新等級表では、事故が少ない場合に該当する割引等級が増えた一方、支払いがあった場合の割増等級も増えています。

自然災害への備えは

建物総合共済で



強風で屋根瓦が破損



台風で土壁が剥離



屋根瓦の破損で天井と内壁に水濡れ損

NOSA Iの建物共済には、火災共済と総合共済があります。**火災共済**で地震や台風被害は補償できません。火災だけでなく**自然災害**も補償する**総合共済**への加入をおすすめします！

対象となる
主な事故

補償充実
総合共済

安い掛金
火災共済

火災等の事故				自然災害		地震等の事故	
火災	落雷	外部からの物体の落下 飛来・衝突	盗難による き損・汚損	風水害	土砂崩れ 等	地震	津波
○	○	○	○	○	○	○	○
自然災害を除く 盗難品は対象外				共済金額の50%を限度			
○				○			
○				○			
自然災害、地震等の事故は 火災共済の補償範囲に含まれません							

小損害実損てん補特約

- ・加入割合に関係無く、30万円までの被害を全額補償
- ・総合共済の掛金に3,700円プラスで特約加入（1棟ごと）
- ・加入条件は、1棟あたり共済金額1,000万円以上

自然災害の被害申告は、**8割以上が損害額30万円以下の被害**です。総合共済に小損害実損てん補特約を付けることをおすすめします。

令和5年4月から窓口が変わります

国分寺地域は高松支所に

高松市国分寺町（国分寺地域、組合員数約千人）は、現在、中讃支所の管轄ですが、令和5年4月からは高松支所の管轄になります。行政区域に合わせた変更です。

平成の行政大合併から約15年が経過。当組合としては行政と連携をとり、組合業務をスムーズに遂行するため、支所管轄区域を行政区域に合わせることにしました。

現在、国分寺地域から選出されている総代や共済部長、評価委員会などの方々は、そのまま高松支所国分寺地域として引き継がれることとなります。実施は、令和5年4月1日から。

なお、他のエリアでも業務の円滑化に向け調整を進めています。



高松支所（建物1階）

〒761-8083 高松市三名町東原5番地6
電話：087-888-1146
FAX：087-888-1149



キウイフルーツ 追熟のコツ

講師：福田 哲生 香川県農政水産部農業経営課
農業革新支援グループ主席専門指導員

一年を通し市場流通しているキウイフルーツ。国産の旬は秋から冬で、香川オリジナル品種を始めさまざまなキウイフルーツが販売されています。

果実が硬いまま流通しているものが多く、「食べ頃にする方法が分からない」という声をよく耳にします。今回は追熟のコツを紹介します。



果実追熟剤
(JAやインターネットなどで販売)



果実の触り方



暖かい部屋でエチレン処理

食べ頃にするには、エチレンという植物ホルモンの働きが重要です。ポリ袋に硬いキウイフルーツと果実追熟剤、もしくはリンゴ※を入れ、常温（できれば15～20℃の暖かい部屋）で保管します。このとき、いかに温度を保つかがポイントです。温度が低い場合は、エアコンなどを使って温度を確保しましょう。

追熟処理期間の目安は、緑色品種で約10日、黄色品種では約5日ですが、硬さで調整しましょう。

※つがる、王林、ジョナゴールドなど、エチレン生成量の多い品種が適します。

食べ頃のサイン

果実の縦面を指で軽く触ってみて、鼻の頭くらいの柔らかさになると食べ頃です。果実が柔らかくなってから冷蔵庫に入れると、食べ頃の期間は長くなります。

次号のテーマは「課税事業者が検討すべきこと」

家畜共済

異動通知は速やかに

牛の引き受けや共済金支払いは、牛個体識別台帳（トレサ情報）に基づいて算出します。

牛の異動等があった場合は、遅滞なく独立行政法人家畜改良センターに届けてください。



麦共済

加入申し込みを受付中

令和5年産麦共済の加入申し込み

ご注意ください！

住宅保険に関する
不審電話が増えています



高松市内を中心に、住宅の保険に関する不審な問い合わせ電話が増えています。

「保険のご案内で連絡しました」「どここの保険会社に加入していますか？」「屋根の点検に伺います」「加入している保険で修理代はでますよ」「あそこの保険会社は保険出ませんからやめといた方が良いでしょう」など、言葉巧みに個人情報を聞き出したり修理の契約を結ぼうとしたりする内容です。

全国的に「保険が使える」とのうたい文句で保険金請求する詐欺の手口が増えています。令和3年度、国民生活センターには5,000件を超えるトラブル相談が寄せられました。

不審な電話には十分に注意し、建物共済の加入内容に関しては、NOSAIにご相談ください。

職員人事

採用

9月1日付

中讃支所・水澤剛志

みを受け付けています。

戸々にお届けする「麦共済加入申込書」は、4年産の加入実績をもとに作成しています。十分に確認いただき、記載内容の異動や訂正がある場合は、正しい内容をご記入ください。提出期日は11月5日です。

10月1日付

中讃支所・多田るりこ

異動 10月1日付

▽中讃支所第一事業課長（同支所第二事業課長）川井啓二▽中讃支所第二事業課長（同支所第一事業課長）伊藤和幸▽中讃支所第二事業課長補佐（本所総務部総務課課長補佐）東河剛▽本所総務部総務課係長（高松支所総務・地域推進係係長）藤木康代▽本所総務部総務課係長（中讃支所総務・地域推進係）國重美月

退職 9月30日付

宮本耕治（仲多度支所総務・地域推進課課長補佐）

組合の主な動き

- | | | |
|-----|-----|----------------------|
| 11月 | 16日 | 損害評価会もも共済部会 |
| | 18日 | 損害評価会麦共済部会 |
| | 29日 | 第3回余裕金運用管理委員会、第4回理事会 |
| | 30日 | 共済部長研修会 |
| 12月 | 9日 | 損害評価会くり部会、なし部会 |
| | 13日 | 第18回臨時総代会 |
| | 15日 | 損害評価会水稻共済部会 |

確定申告

免税事業者が検討すべきこと

國村 年 くにむらみのる = 國村公認会計士事務所（高松市木太町）

令和5年10月からインボイス制度が導入されます。消費税の納税義務が免除されている免税事業者は、以下の2点に関し検討が必要です。

- ①免税事業者のままだと売上高が減少する可能性がある。
- ②課税事業者になると消費税の申告・納税が必要になる。

まず①は、原則課税（預かった消費税と支払った消費税の差額を納付するか還付してもらう）の販売先は、免税事業者からの仕入分は消費税を引けないため、取引先を変更する可能性があります。

一方、経過措置が6年間ある他、販売先が最終消費者や免税事業者、簡易課税の場合だと、免税事業者のまま影響はないかもしれません。

また、農業協同組合へ無条件委託方式・共同計算方式で販売委託する米や、販売委託して卸売市場を通して卸売業者等に販売する野菜などは特例が認められ、免税事業者のままでも大丈夫です。なお、直売所での販売に、特例は認められていません。

次に②は、手間も増え、実質的な手元に残るお金が減少することになります。

販売先がいろいろある方は、販売先ごとのウエートも考慮する必要がありますが、免税事業者の方は、これらを総合的に判断し、免税事業者のままか、課税事業者となるのかを決断しましょう。

多品種栽培でリスク分散

坂出市大屋富町 谷果樹園 谷和親さん 48歳

園地約2・5畝で、12種類のかんきつを栽培する谷和親さんは「食べやすいのが一番のやりがいです」と話す。11年前、両親から園地を引き継いだ。平成24年からは多品種栽培、また有機栽培の導入で安定した経営を実践する。

「有機栽培は手間がかかりロスも出ますが、契約栽培のため収益が安定しています」と谷さん。関東地域の商社と契約を結び、事前に取り決めた単価で出荷する。特にマーマレードなど、皮まで利用する加工品向けは需要が高い。

安全・安心なミカンを食卓へ
主力品種の温州ミカン「宮川早生」の園地1畝は、23年から有機で栽培する。有機農産物の日本農林規格で認められているマシン油乳剤剤



枝釣り。果実の重みで枝が折れないよう保護する大切な作業

JA香川県高松市西部かんきつ共撰場の北谷政裕所長は、「消費者のことを思っつきちんと選別されています。多品種を植え付けることで、1品種の不作や価格低下が起こった際のリスク分散もできています」と評価する。

高齢化が顕著なかんきつ農家の中で、40代の谷さんは数少ない若手農業者。その中で、有機栽培を中心に据え、安定経営を維持しつつ良品生産に努める。



地元で生まれた「小原紅早生」は40%で栽培

「若手を引っ張っていき農家になりたい」と谷さん



令和3年9月に就農し、専業農家としてスタートした前川朱美さんは、「地道な作業の先にある収穫の喜びは大きいです」と話す。

これまでは、水稲40畝を栽培する兼業農家だったが、この1年で一気に面積を増やした。令和4年は水稲7畝、麦9.5畝を栽培し、新しくナバナ2畝も始める。

作業は、夫や三男の善紀さん(34)の他、善紀さんの友人らも参加し、一丸となっていく。「スマート農業の導入で省力化し、母にはいつまでも元気で農業を続けてもらいたい」と善紀さん。

米の販売先は口コミや家族の人脈で開拓し、ほとんどが県外顧客。将来的には、麦は製粉から加工販売までする6次産業化を目指す。

朱美さんは「息子が農業を引き継いでくれる時のために頑張っています」と意気込む。

次代につなげる土台作り

まえかわ あけみ 前川朱美さん 68歳
高松市多肥上町



「前川さんのお米はおいしい、と言ってもらえるのはうれしいです」

地域に寄り添う農業を

東かがわ市水主 木村英里さん 40歳



忙しくても、丁寧に収穫する

「モノづくりが大好きなので、安心して子どもに食べさせられる野菜を作りたいです」と話す木村英里さん。平成30年に夫婦で就農し、今年はおくら7畝やナバナ20畝、ネギ60畝を栽培している。

自分を変えた武道

お世話になります

観音寺市大野富町 伊達義明さん 64歳
共済部長歴1年

「元々は引退済み思案だったんです」と話す伊達義明さん。16歳の時、自分を変えようと少林寺拳法を始めた。平成20年に許可(許可)を受け、「正範士七段」となる。

今は週2回、地元のスポーツ少年団で、総勢12人の団員らを教える。

「一人一人の良さを生かしながら、



「少林寺拳法も農業も、日々勉強しながら頑張ります」

より良い自分になるきっかけを与えていきたい」
▽経営Ⅱ水稲35畝

- 毎朝、イノシシ防護柵の見回りが、日課となりました。ウリボウより少し大きいのが、3匹走っていました。
(東かがわ市 男性 73歳)
- 高齢でもなんとか農業、野菜づくりを頑張っています。
(高松市 男性 93歳)
- キウイを育て、収穫を楽しみにしています。
(土庄町 女性 42歳)
- 還暦を前にして、畜産に就農しました。今では牛さんのお世話(もちろん分らないことだらけ)を、とても楽しくさせていただいています。
(丸亀市 女性 60歳)
- 家の周りでも、ブロッコリーやスイートコーンなど宮農集団の方が作っていて、季節を感じながら過ごしています。
(普通寺市 女性 26歳)

- 酷暑の昼過ぎ、ネギの中を草引きしている外国人実習生がいました。「暑いね」と声をかけると、「ニコニコと笑顔で「暑いです」と、返事が返ってきました。さわやかな風が吹いたようでした。
(観音寺市 女性 64歳)
- 若人たちの農業離れが進むなかで、熱心な明日を夢みる若者たちがいることがNOSA Iで分かり、元気が出ます。
(高松市 女性 70歳)
- 自然相手の農業。近年は異常気象で、自然災害も頻発しています。共済・収入保険の良さがよく分かりました。
(三豊市 男性 82歳)

たくさんのお便りをいただき、
ありがとうございます。

読者の声



前号を覗いた感想

- 自然相手の農業。近年は異常気象で、自然災害も頻発しています。共済・収入保険の良さがよく分かりました。
(三豊市 男性 82歳)

未来のファーマーズ



しのまる さき
三豊市高瀬町 篠丸 沙希さん 27歳

令和2年8月から、祖父母の手伝いで農業を始めました。水稲60㎡とブロッコリー2畝の他、ナスやピーマンなど季節の野菜10㎡を栽培しています。順調に、きれいに育ってくれるとうれしいです。

小学6年生から9年間サッカーをしていたので、体力には自信があり炎天下の作業も平気！農業は自分に合った職業だと実感しています。

今年、ブロッコリーの経営を任せられました。祖父母から学ぶことはまだまだたくさんあるので、いつまでも元気でいてもらいたいです。

表紙の続き

売れる野菜をモットーに

「香川ブランドに恥じない品質で出荷することを心掛けています」と話す、まんのう町の田辺文男さん(61)。平成21年に父親から経営を引き継ぎ、メインの種子用米麦に加え、ブロッコリーやアスパラガスにも力を入れ、規模を拡大しています。

父親の代から取り組んでいたブロッコリーは、作付面積を10㎡から1・2畝に増やしました。うち40㎡で、秀品率が高い品種「フリーア」を栽培します。「収穫に多少手間はかかりますが、きれいにできると達成感があります」。秋は水稲やアスパラガスの作業の合間を縫って植え付けを進めます。

アスパラガスは経営移譲と同時に始め、平成29年にハウスを増設しました。収穫は10月末ま



「利益率が良いアスパラガスは重要な収入源です」

で続き、今年も昨年以上の収益を見込んでいます。

▽経営Ⅱ種子用(水稲55㎡、裸麦4畝)、水稲3・1畝、裸麦48㎡、ブロッコリー1・2畝、アスパラガス20㎡、ヒマワリ1畝

撮影：北村写真事務所 北村修一氏

NOSAIクイズ

正解者の中から抽選で**8名**の方に、多度津さくら工房(多度津町)の**ギフトセット**(きしゃぼっぽ焼き肉のたれ300ml、きしゃぼっぽジャム80g、鯖とオリーブのふんわりそばろ60g 各2個)をお届けします。多度津町特産のミニトマトとオリーブをふんだんに使った、手作りの味をお楽しみください。たくさんのご応募お待ちしております。



今号のプレゼント

NOSAIかがわ56号からの問題です。
次の質問にお答えください。

Q 収入保険には「つなぎ資金の貸し付け」があり、無〇〇でつなぎ資金を受けられます。〇に入る言葉をお答えください。

A 無〇〇 ※ヒントは4ページ

- 応募の宛先 〒761-8083 高松市三名町東原5番地6 香川県農業共済組合 NOSAIクイズ係
- 応募締め切り 令和4年12月20日(火) 消印有効
- 当選者発表 令和5年5月発行予定の58号で発表

第54号 当選者発表

【当選者】 ハチミツのギフトセットをお届けしました。
松原みつ子さん(さぬき市)、河西浩二さん、市原千鶴さん(以上高松市)、池田誠さん(綾川町)、馬場八重子さん(多度津町)、岩田雪子さん(観音寺市)

答え >>> 総代会

郵便はがきに、
①クイズの答え ②郵便番号 ③住所
④氏名(ふりがな) ⑤年齢 ⑥電話番号
⑦NOSAIや広報紙への意見、感想、質問
⑧身近な情報
などをご記入のうえ、ご応募ください。
※応募によって得られた個人情報は、賞品の発送と今後の広報紙作成の参考意見とする以外の目的に利用しません。

ツイッター やってます！

季節の話題や農業共済事業などを発信していますので、フォローお願いします！！



@nos_kag

農業共済新聞 2カ月間 試し読みできます

農業共済新聞は週1回の発行で、購読料は1年間5,520円(1紙当たり約117円)です。2カ月間の試し読み(無料)から始めてみませんか。

お申込みいただいた方には「もっとおいしく干し野菜」の冊子と、先着50名様にはノーサイくんマグネットをプレゼントします。



\\ 創作キッチン //

プロの
おうち
ごはん

簡単 ヘルシー 栄養満点

キノコの炊き込みご飯

今回の食材

キノコ



キノコは食物繊維やビタミン、ミネラルが豊富で低カロリー。コレステロール値を下げ、免疫細胞の働きを活発にするなどの効果が期待できます。

ヒトコト★POINT

キノコ類は、3種類以上使うと栄養的な相乗効果があると言われてます。具材を先に味付けすることで素材の味は凝縮され、炊き上がりはキノコの食感がしっかり残ります。シイタケは、乾燥でも生でもお好みで。

動画は
こちらから！



料理紹介者

「田舎そば川原」店主
かわはら えみこ
川原 恵美子さん



材料 (2人分)

- 米 2合
 - 水 400cc
(炊飯器の2合の目盛りまで)
 - シメジ 1/2 パック
 - シイタケ 中2個
 - マイタケ 1/2 パック
 - 油揚げ 1/2 枚
 - 鶏もも肉 60g
 - ニンジン 1/2 本
 - 小口切り青ネギ お好み量
 - サラダ油 大さじ1.5
 - ごま油 小さじ1
- 調味料
- 酒 大さじ2
 - しょうゆ 大さじ1
 - 塩 小さじ1

作り方



1 石づきを取ったシメジ、マイタケは手で割く。シイタケは細切り、ニンジンはいちょう切り、油揚げは短冊切り、鶏もも肉は1cm角に切る。



2 フライパンにサラダ油を引き、鶏もも肉と油揚げを軽く炒めた後、キノコとニンジンを入れて中火で炒める。



3 しんなりしたら調味料を回し入れ、ふたをして弱火で中まで火を通す。中火で水分を飛ばし、全体に馴染んだところでごま油を入れ、火を止める。



4 米は洗って分量の水を入れ、粗熱を取った③を流し入れて炊く。炊き上がったら青ネギを混ぜ、しばらく蒸らす。

RNCラジオで
AM1449
CMを始めました

7月から

放送は水曜日を中心に
午前10時55分ごろ

ご意見やご感想をお寄せください。

発行 香川県農業共済組合

編集 本所総務部企画情報課

〒761-8083 高松市三名町東原5番地6

TEL:087-888-2121 FAX:087-888-3031

ホームページアドレス

<http://www.nosai-kagawa.jp>



発行日:令和4年11月1日