JA西春日井広報誌

SEISYUN 5

2025

vol.548

〈特集〉

実行組合　新体制で始動

JA西春日井
https://www.ja-nishikasugai.com/

みのりん

愛知県農業共済組合からのお知らせ

備えの１つとして 収入保険 をご検討ください

全ての農作物を対象に、自然災害や価格低下だけでなく、
農業者の経営努力では避けられない収入減少を広く補償します！

- 青色申告を行っている農業経営者がご加入いただけます
- 積立金の７５％、保険料の５０％に国庫補助があります
- 保険期間の収入が平年収入の**９割**を下回ったら補償します
- 自然災害の備えとして加入する方が増えています

補償の範囲

自然災害で減収 / 市場価格が下落 / 災害で作付不能 / 病気で収穫不能 / 倉庫の浸水被害 / 取引先の倒産 / 盗難や運搬中の事故 / 為替変動で大損

愛知県農業共済組合（NOSAI愛知）　西部支所　TEL（0587）58-5800

営農部からご案内

育苗（田植苗）の引き渡しについて

５月に入り、管内の水田では田植えに向けた準備が本格化する時期となりました。

育苗（田植苗）をお申し込みの皆さまには、ＪＡ西春日井育苗センターにて引き渡しをさせていただきますので、下記の引渡期間内にお越しくださいますようお願いいたします。

【引渡期間】　令和7年5月26日（月）～6月20日（金）
※期間中は無休で対応します。
【引渡時間】　９時～17時
【引渡場所】　北名古屋市井瀬木五町５０

【お問い合わせ先】カントリーエレベーター　TEL：0568（25）0101

JA西春日井広報誌
SEISYUN 2025.5 vol.548
発行／西春日井農業協同組合　〒481-0033　愛知県北名古屋市西之保南若11番地
編集／企画管理部　☎0568-23-4001㈹　発行日／令和７年５月１日発行

特集

実行組合 新体制で始動

実行組合は、JAの事業運営になくてはならない重要な組織です。地域農業の維持・継承のため、組合員皆さまとの橋渡し役として日頃より多大なるご協力をいただいております。

新年度早々、各地区で開催された初会合では、新会長と副会長が選出され、令和7年度の活動がスタートしました。

これを受けてJA西春日井は4月9日、実行組合長会議を本店で開きました。会長等各地区代表者とJA担当役職員が一堂に会し、協議により全地区の会長に小出洋治氏（青山地区会長）、副会長に松尾　裕氏（新川地区会長）、水野　清治氏（西春地区会長）、渡辺　義光氏（西枇杷島地区会長）、岡島　茂樹氏（清洲地区会長）、鈴木　一美氏（春日地区会長）、青山　雅英氏（師勝地区会長）が選任されました。

続いて、担当職員が令和7年度の事業方針や事業計画を説明し、取組への協力と連携強化を呼びかけました。

【会　長】
小出　洋治（青山地区）

【副会長】
松尾　　裕（新川地区）
水野　清治（西春地区）
渡辺　義光（西枇杷島地区）
岡島　茂樹（清洲地区）
鈴木　一美（春日地区）
青山　雅英（師勝地区）

各地区の実行組合長

西春
◎水野　清治
◎松本　良一
○山田　茂雄
井上　信彦
○柴田　為雄
平野　嘉彦
武市　　学
柴山　直樹
杉山　克秀
加藤　敏浩
山田　宣夫
寺澤　晃
半谷　亮浩
岩澤　徹
栗木　正範
櫻井　貴敏
栗木　　勉
日置　秀樹
丹羽小枝子
井上　誠司
本多　春海
井上　　裕
大嶌　雄二
池山　義典
増田　武子
間下　秀利

新川
◎松尾　　裕
小川美代子
○寺澤　和孝
伊藤　善子
早川　　毅
中野　久義
横井　公治
鬼頭てる子
横井　俊雄
成田　安男
土方　栄子
山田　章博
小川　克己
後藤美奈子

西枇杷島
◎渡辺　義光
渡辺　洋子
○大橋　　浩
近藤　幸子
渡辺　義修
伊藤　隆司
渡邉　善兼
近藤　和子
鈴木　正美
寺澤　信子

清洲
◎岡島　茂樹
猪子　公威
○山田　章雄
近藤　祥之
渡邉　博史
川口　満永
田中　久尊
大竹　勝也
横井　忠勝
久野　　茂
秋田　利隆
井上　達夫
水野　史雄
広瀬　友紀
高山　　敬
園田　克己

春日
◎鈴木　一美
中川　篤史
○加藤　幸治
林　　秀雄
後藤　　章
星野　武雄
後藤　正一
石川　雄二
小崎　崇徳
佐藤　恭介

師勝
◎青山　雅英
堀部　圭示
○山田　泰男
山田　隆資
○三輪　隆則
山田　郷子
○柴田　充章
柴田　勝弘
加藤　　昇
大野　八作
水田　充義
大野　正克
森　　芳照
大野　敬二
舟橋　謙一
岩越　雅夫
加藤　秀子
丹羽　浩之
広瀬　兼光
鈴木　正義
大口　義則
森川　鏡子
山田　博史
田中　克彦
櫻井　和広
渡辺　和彦
清水　和夫
石田みゆき
清水　　晃

青山
◎小出　洋治
丹羽　平行
○堀江　成和
河村　活敏
坪井　　勇

敬称略

農業の担い手と意見交換
課題共有し行政に要望働きかけ

営農部は3月4日、農業経営の現状と課題を共有し、改善・所得向上につなげることを目的に、水稲・野菜生産オペレーター、新規就農者ら農業者とJA役職員による意見交換会を本店で開きました。

国・県の予算・施策に焦点を当てて意見が交わされ、水稲における用水設備の改修、水田に隣接する住宅地の排水問題、新規就農者認定基準の緩和のほか、エネルギー・資材価格高騰に対する小規模農業者への支援拡充を望む声が上がりました。

出席した渡辺常務は「いただいた意見を基に要望事項として国や県、市町につなげていく。地域農業維持のため、今後も農業者・JA・関係機関が一体となった取組に理解と協力をお願いします」と話し、一層の連携強化を呼びかけました。

▲意見交換の様子

播種日調整で出荷を切れ目なく
枝付きエダマメで有利販売目指す

営農部は3月25日、枝付きエダマメ販売計画会議を春日支店で開き、生産者とJA担当職員が出席しました。

令和7年度は、新規の生産者2人を含む8人で取り組むこととなり、第1回目の会議では、取組目的や播種期間、契約数量の確定方法などについて確認しました。

また、4月8日に行った第2回会議では、出荷期間にあわせて生産者ごとに播種日を決定。全体として一定数の出荷量を確保できるよう調整を行いました。

▲第1回販売計画会議の様子

地域のイベントで地元野菜盛況
春日五条川さくらまつり

3月29日、清須市はるひ夢の森公園で「春日五条川さくらまつり」が開催されました。

会場では、春日地区婦人部も活動の一環として出店。会員が自ら育てた柑橘や野菜などを前日から準備し、JA西春日井清洲支店・春日支店の職員とともに販売しました。

桜の見ごろはもう少し先といった状況でしたが、会場内は賑わいを見せ、同婦人部のブースにも多くの人が立ち寄りました。

地元野菜への関心は高く、午後1時過ぎには用意した商品がほぼ完売する盛況ぶりでした。

▲地産地消や食育に取り組む春日地区婦人部の皆さん

JA西春日井アグリスクール
9期生が学びをスタート

営農部は4月5日、西春支店で令和7年度アグリスクール開講式を行い、9期生11人とJA役職員、補助員が出席しました。

開講式では、これから11か月間ともに学ぶ受講生が自己紹介。参加の理由など意見を交わし、知識や技術の習得に意欲をみせていました。

丸山組合長は「農地を守りたい、自分の農地で野菜を作りたいという声を多く聞くようになりました。アグリスクールでの学びを生かし、将来的には産直施設に出荷する生産者の一人として、地域農業の担い手になっていただきたい」とあいさつし、期待を寄せました。

▲開講式の様子

わが家のげんキッズ！

村瀬　心都（こと）ちゃん　0歳3か月

♡生後間もなくの心都ちゃん

ーご家族からのメッセージー
元気にすくすく育ってね😊

新川支店管内
村瀬　寛治（かんじ）さん・泰子（やすこ）さんのお孫さん

ウチの人気者！

柴犬（げんき）
源希（0歳10か月　♂）

西春支店管内
飼い主：中川　曜子（ようこ）さん
※写真は孫の莉菜（りな）さん・愛莉（あいり）さん

飼いはじめたきっかけ
— 飼っていた犬が亡くなって寂しくなり、孫や家族と相談して源希を迎え入れました。

性格
— 優しくて人懐っこい性格。会う人にも愛想よく懐きます。番犬にと期待していたので、吠えないのが悩みです😅

特技
— おやつの時の「おすわり・まて・よし」はバッチリ👌

好きな食べ物
— おやつのお菓子と食後の歯みがきガム

チャームポイント
— 名前を呼ばれて振り向いたときの顔。カワイイです💕

飼い主さんからひと言
— 名前のように、毎日を元気に過ごしてね😊

農をつなぐ
ー管内の生産者の皆さんー

小出　規仁（のりひと）さん　（清須市）

生産者さんにインタビュー！

出荷する農産物
主力…ダイコン、エダマメ
その他…山東菜、ダイコン葉

出荷先　名古屋市内の市場

就農のきっかけ　代々続く農家の継承

農業歴　14年

これまでの農業を振り返って
コロナ禍によって全てが変わりました。水耕栽培では肥料がなく、電気代の高騰によって採算が合わない状況に。異常気象の影響も大きく、もし巨大台風が発生したら施設倒壊の恐れもあります。これまでの知識と経験を生かして、臨機応変に対応していきたいと思っています。

農業への活力源　楽器演奏。エレキギターが趣味です。

農業で大切にしていること
一番は土づくり。その次に作業工程に疑問を持ち、常に改良点を探すことです。

読者へメッセージ
戦前・戦後は地域住民の7割ぐらいが農業に従事していたと聞きますが、現在その数は2割程度にまで減少しているそうです。今後は、農業が職業の選択肢の一つになるようJAが中心となって人々に働きかけ、農家が増えることを期待しています。

おじゃまします

Vol. 307

清洲支店管内
堀尾　重喜（しげよし）さん

陶芸

今回は、陶芸歴20年以上の堀尾さんにお話を伺いました。

陶芸の際は、陶芸クラブから配布された粘土を使い、ねったり、ろくろで形を整えるとのことで、土を切って細部までこだわり、自分の手で理想の形を作っていく工程に魅力を感じているそうです。

写真右の作品は、猫をモチーフに制作し、手作りの木枠で囲んだもの。自身で取り付けたオルゴールからは「上を向いて歩こう」が流れます。また、左の水車小屋は学生の頃、両親にもらった木製のオルゴールをモチーフにした陶芸作品で、小屋からは童謡「ふるさと」が流れます。どちらも堀尾さんにとって思い出深い大切な作品です。

堀尾さんは「5月には陶芸クラブの活動があります。機会があったら、皆さんも陶芸に触れてみてはいかがですか」と笑顔で話しました。

— 令和7年度　新規採用職員 —

新しい仲間を紹介します！

〈新入職員にインタビュー！〉①氏名　②配属先　③趣味
④好きな食べ物　⑤好きな言葉　⑥入組にあたってひと言

①伊藤（いとう）　朱音（あやね）　②新川支店
③音楽を聴くこと、旅行、カフェめぐり
④ぶどう　⑤一期一会
⑥地域の皆さまから信頼される職員を目指して精進します。
これからよろしくお願いします。

①香田（こうだ）　侑峰（ゆうほう）
②西枇杷島支店新川・西枇杷島地域得意先係
③サッカー、料理　④ラーメン　⑤初志貫徹
⑥先輩職員の方の姿を見て、いち早く業務に慣れていきます。
よろしくお願いします。

①安藤（あんどう）　茉里子（まりこ）　②清洲支店
③旅行、料理　④ラーメン
⑤小事が大事を生む
⑥覚えることがたくさんあると思いますが、少しでも
早く仕事を覚えられるよう、一生懸命頑張ります。

①三輪（みわ）　静流（しずる）　②師勝支店
③愛犬とのドッグラン、K-POP、コスメ
④マーラータン　⑤ありがとう
⑥組合員の皆さまに寄り添える
職員になれるよう頑張ります。

①谷川（たにかわ）　陸斗（りくと）　②鹿田支店師勝・青山地域得意先係
③旅行、音楽を聴くこと
④果物　⑤笑顔
⑥分からないことばかりですが、全力で頑張りますので
よろしくお願いします。

よろしくお願いします！

▲辞令伝達式の様子

人事異動

◆職位・職能変更　※令和7年4月1日付

鈴木　隆	部長・副審査役	
加藤　智也	課長	
伊藤　大地	課長	
鳥谷　裕輔	課長代理・副考査役	
河村　武秋	副考査役	
半谷　詩織	係長	
安藤めぐみ	係長	
守屋　大輔	係長・主査	
山田　顕久	主任	

◆異動　※令和7年4月1日付（カッコ内は旧部署）

山本　奈美	企画管理部企画管理課（企画管理部電算課）
井上　慎吾	企画管理部電算課（企画管理部企画管理課）
鈴木　隆	金融部長（金融部信用課長）
加藤　光倫	金融部信用課（師勝支店）
浅野　真菜	金融部信用課（企画管理部総務課）
小酒井麻美	金融部共済課（企画管理部総務課付）
加藤　智也	営農部購買課長兼販売課長兼予冷施設長（鹿田支店長）
櫻井　祐樹	営農部開発相談課（春日支店）
浅見　慎弥	営農部開発相談課（本店営業店西春地域得意先係）
平良　陽菜	本店営業店（清洲支店）
與座　樹哉	本店営業店西春地域得意先係（西枇杷島支店新川・西枇杷島地域得意先係）
石田　優奈	西春支店（師勝支店）
荒木　裕介	新川支店（企画管理部総務課）
中川　道江	新川支店（営農部開発相談課）
鳥谷　裕輔	阿原支店長（新川支店）
梅木　梓	清洲支店（新川支店）
荒木　愛	清洲支店（企画管理部総務課付）
高柳　萌	清洲支店（金融部信用課）
山田　賢治	春日支店長（営農部販売課長兼予冷施設長）
加藤　悦子	春日支店（師勝支店）
真砂　希美	春日支店（企画管理部総務課付）
伊藤　茜	師勝支店次長（春日支店長）
河村　武秋	師勝支店（金融部信用課融資得意先係）
池沢　由佳	師勝支店（金融部共済課）
吉田　成宏	鹿田支店長（阿原支店長）

◆新規採用　※令和7年4月1日付

伊藤　朱音	新川支店
香田　侑峰	西枇杷島支店新川・西枇杷島地域得意先係
安藤茉里子	清洲支店
三輪　静流	師勝支店
谷川　陸斗	鹿田支店師勝・青山地域得意先係

◆定年退職　※令和7年3月31日付

後藤　浩司	金融部長
堀部　和也	営農部購買課長

◆退職　※令和7年3月31日付

伊藤　裕子	西春支店
丹羽　昭徳	鹿田支店師勝・青山地域得意先係

営農情報

水稲のほ場準備と田植え前準備

尾張農林水産事務所
農業改良普及課
主任専門員　横井　信之

稲作のシーズンが近づいてきました。耕起、代かき、田植え等の作業を委託している方が多いと思われますが、自分で作業している方は以下を参考に各作業を行う意味と要点を理解し、これからの稲作に備えましょう。

●畦塗り

畦畔は自分のほ場を区別する他に水漏れを防ぐという大事な役割があります。畦畔に不具合があると水管理が思うようにできないだけでなく、除草剤や肥料の効果も低下します。

一見しっかりしているように見える畦畔でもモグラやケラが穴を開けていることがあり、2年に一度程度は畦塗りすることが望ましいといえます。自分で畦塗りができない場合は、畦塗り機を持っているオペレーター等へ相談してください。畦塗りは、適切な水分量で畦畔の表面を滑らかにしっかりと塗り固めることが重要です。

●土壌改良材散布

土壌改良材は効果が見えにくいため施用をしなくなどの手抜きをしがちです。

しかし、水稲に重要なけい酸は籾殻として水田外へ持ち出されていきます。何年もけい酸を施用しないと秋落ちによる減収といった問題が出てくるので、少なくても数年に一度は施用しましょう。

●基肥散布

近年は、水稲の生育に合わせて、窒素肥料成分の溶出を調節する被覆尿素肥料（商品名『ひとまきくん』等）が一般的に使われています。尿素の被覆に使われている樹脂（LPコート）は光崩壊性があるため、散布後耕起しないまま長期間水田の表面に放置すると窒素肥料の溶出が設計どおりいかなくなります。散布後はなるべく早く耕起して土に混ぜ込みましょう。

また、近年は側条施肥が普及してきていますが、枕地は施肥が重複し過剰施肥になりやすいため注意が必要です。

●耕起

土を細かく砕くことで土壌の通気性と保水性を向上させる作業です。過湿状態で耕起すると土を練り土壌構造を破壊しやすいため、水分が過剰な場合は土が乾くのを待ってから作業しましょう。走行速度を遅くして細かい耕起を行うことはジャンボタニシの駆除にも役立ちます。

ゆっくりと丁寧に作業して深さを均一にすることが重要です。

●代かき

均平な田面を作ることが重要で、均平でないと田植え後の生育や初中期一発剤の効果に大きく影響します。また、練りすぎは土壌中の酸素不足を招き、田植え後の生育に大きく影響するので注意が必要です。

代かきから田植えまでの間隔が空きすぎると初中期一発剤の散布前に雑草の生育が進んでしまうため、概ね5日以上空けないようにしましょう。

●苗の管理

ＪＡ等から届いた苗（硬化苗）を田植えまで管理する場合は、特に水管理に注意してください。シートを敷いて畑等で管理する場合は床土の表面が乾いた午前中に1回かん水するのが基本で、足りない場合は午後にもかん水します。水のやりすぎや極度の乾燥には注意しましょう。

▲畦塗り作業

伊藤久子先生の 料理教室

ミーゴレン

材料（１人分）

- 焼きそば……110～120ｇ
- ピーマン……1/2個
- もやし……90～100ｇ
- 豚ひき肉……60ｇ
- 塩こしょう……少々
- 油（※サラダ油1/2、ごま油1/2）……大さじ1
- A
  - スイートチリソース……小さじ1
  - オイスターソース……小さじ2
  - ガラスープの素……小さじ2/3
  - 砂糖……小さじ1/3
  - 黒コショウ……適宜
- 卵（目玉焼き）……1個

作り方

①フライパンに油を入れて熱し、豚ひき肉を塩こしょうで炒める。
②①に焼きそば、ピーマンを入れて中～強火で1分ほど炒め、もやしを加えて強火で炒める。
③火を弱めてAを手早く加え、軽く炒める。
　オイスターソースの代わりにXO醤（小さじ1/2）を使用するとうまみが増します。
④器に盛りつけ目玉焼きを乗せて完成。
☆材料にパプリカ（赤）、ニラなどを加えると彩りが増します。

ごぼうのポタージュ

材料（４人分）

- バター……8ｇ
- ごぼう……100ｇ
- 玉ねぎ……50ｇ
- じゃがいも……100ｇ
- 水……300cc
- 固形コンソメ……1個
- 牛乳……200cc
- 塩こしょう……適宜
- 揚げごぼう……お好みで

作り方

①材料を切る
　・ごぼう…適当な大きさ（皮はむく）・玉ねぎ…1㎝角
　・じゃがいも…2㎝角（皮はむく）
②鍋に①とバターを入れて弱火で炒める。水、固形コンソメを加えて煮汁が半分程度になるまで30分ほど煮る。一旦火を止め、ミキサーまたはブレンダーでピューレ状にする。
③②に牛乳を加えて再度温め、塩こしょうで味を調える。
③器に盛り、揚げごぼう（お好みで）を上に乗せて完成。
☆揚げごぼう
　ごぼう（分量外）を7～8㎜角に切り、水気取って素揚げする。

Good ヘルス！ Good ライフ！

繰り返す骨折に注意！

JA愛知厚生連　江南厚生病院
整形外科　第四整形外科部長
大倉　俊昭

骨粗鬆症の人が繰り返し骨折をしたときの危険性についてお話しします。

まず、骨がもろいことが原因で繰り返し骨折してしまうことを「二次骨折」と言います。骨粗鬆症の人は、健康な人では折れないようなちょっとした力でも骨折してしまいます。

特に、大腿骨近位部（足の付け根）の骨折は、骨折する前と同じように歩くことができず、再び転倒しやすくなり二次骨折を起こす可能性が高くなります。その結果寝たきりや要介護状態になることもあります。

骨粗鬆症は予防できますので、日頃から取り入れてみてください。

骨粗鬆症を予防する方法

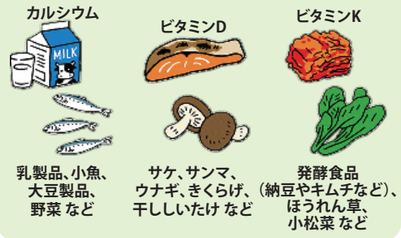
①運動
毎日プラス10分のウォーキングで骨と足腰の筋力を鍛えよう

②食事
バランスよく3食食べ、特にカルシウムやビタミン類、タンパク質を摂ろう

③睡眠
骨の成長をたすける成長ホルモンを多く分泌させるためにしっかり睡眠をとろう

④日光浴
日光はカルシウムの吸収を助け、ビタミンDを生成するので、毎日10分の日光浴をしよう

骨を強くする食品



50周年特別企画！
第2回
『記念ロゴ』

この度、50周年記念事業の一環で名古屋芸術大学との産学連携により、当該事業のシンボルとなる記念ロゴを作成しました。

ロゴは、「50」の数字と豊かな実りを連想させる稲穂に感謝の言葉を添えたデザイン。名古屋芸術大学にご協力をいただき、素敵な記念ロゴが完成しました。

今後、50周年のシンボルとして記念事業の中で使用していきますので、ぜひ覚えてください！

おかげさまで50周年
50th
JA西春日井

〈記念ロゴ制作者〉
松田　真優子さん
名古屋芸術大学　芸術学部　芸術学科
デザイン領域　ヴィジュアルデザインコース　3年

5月 行事予定

1日（木）	税務相談（本店）
8日（木）	法務相談（本店）
12日（月）～27日（火）	水稲特別セール（グリーン西春日井）
14日（水）	年金相談会（西春支店）
14日（水）15日（木）	保有米引取日（カントリーエレベーター）
15日（木）	年金相談会（新川支店）
15日（木）	個別税務相談会（西枇杷島支店）
16日（金）	年金相談会（青山支店）
17日（土）	税務相談（西春支店）

☆休日ローン相談会　10日、17日、24日、31日（西春支店）
☆税務・法務相談のお申し込みは営農部開発相談課まで（要予約）TEL：0568-23-4056

理事会だより

（令和7年3月25日開催）

決議事項

第1号議案　令和7年度総合事業計画について
第2号議案　令和7年度内部監査計画について
第3号議案　令和6年度決算基準について
第4号議案　就業規則等の一部変更について
第5号議案　第2給油所改修工事について
第6号議案　令和7年度の余裕金運用について
第7号議案　職員期末賞与等支給について
第8号議案　令和7年度(株)JA西春日井エナジー事業計画について

上記議案について原案の通り可決承認されました。

営業時間外の緊急連絡先
― 24時間、365日対応 ―

■キャッシュカード・通帳などを喪失（紛失・盗難）した時は・・・
JAの安心コール（オヤク ニハロー）
フリーダイヤル 0120-089-286

■事故等の場合には・・・
JA共済事故受付センター（ジコは クミアイ）
フリーダイヤル 0120-258-931

■プロパンガスのメーターに関するトラブルは・・・
名古屋プロパン瓦斯夜間受付センター
連絡先電話番号 0568-79-1002

第50回通常総代会

JA西春日井の最高意思決定機関である通常総代会を下記の日程で開催いたします。

総代の皆さまにおかれましてはご多用と存じますが、ぜひとも決議にご参加いただきますようお願い申し上げます。

なお、総代の皆さまには、総代会及び総代会提出議案地区別説明会に関する資料を5月末に郵送いたします。

お手元に届きましたら、必ず開封いただき内容をご確認ください。

開催日時　6月21日（土）午後1時30分
場　所　名古屋芸術大学アートスクエア（北名古屋市文化勤労会館）

完全予約制 個別税務相談会のご案内

開発相談課は、相談機能の充実を目的とした税務相談会を各地区で開催します。相続税の事前試算や納税対策など、当JAの提携税理士が個別で相談に応じますので、事前予約（1日4組まで）の上ぜひご利用ください。

各地区の開催時期は以下の通りです。7月以降の具体的な日程は、広報誌等で順次ご案内します。

■開催月および開催店舗

開催月	開催店舗
5月15日（木）	西枇杷島支店
6月11日（水）	青山支店
7月	新川支店
8月	西春支店
9月	清洲支店
10月	春日支店
11月	師勝支店

※ご予約は、開発相談課または本支店窓口まで。

【お問い合わせ先】
開発相談課　TEL：0568-23-4056

第2給油所改修工事のお知らせ

JA西春日井エナジー第2給油所では、5月から6月にかけて施設内キャノピー及び事務所棟屋根の改修工事を行います。

工事期間中、ご利用者皆さまにはご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。

編集後記

12月号で、今年は何か新しいことに挑戦すると宣言しました。

30代半ばになり、7歳の長男、5歳の次男と野球をして遊ぶ際に体力がついていかない💦精神的な余裕がない?!と感じ、ヨガを始めました！

ハタヨガをはじめとする伝統的なヨガから、ホットヨガを代表とする現代のヨガまで様々な流派がある中で、私はパワーヨガに挑戦。YouTubeのオンラインヨガをチャンネル登録し、10～15分週3日継続して取り組んでいます。

体幹が強くなり、骨盤のゆがみも整って姿勢改善にもつながる効果を実感！心身ともにリフレッシュできています。

皆さんも何か新しいことにチャレンジしてみてはいかがですか☆彡　（も）