

# 第4回



## 入選作品集

令和2年7月  
一般社団法人 家の光協会  
記事活用促進部

## ■ ■ 総 評 ■ ■

今年は年明けから新型コロナウイルスの世界的流行、そして4月に入って緊急事態宣言の発令と、日々の暮らしに関わることですら国民の活動自粛という未曾有の事態となり、みなさんたいへんな状況であったと拝察いたします。そのような厳しい状況の中ではありますが、全国から熱意ある「家活」の報告が多数寄せられました。

これまでは、「家活」が組織のものなのか、JA職員個人としてのものなのかが明確になっていない部分もありました（当然、組織と職員個人は関わりがあるわけですが）。しかし、4回めの「家活グランプリ」を迎えて、今年2月の「全国家の光大会」も含め、職員が日々コツコツ実施する「家活」の意義が広く浸透してきたように感じました。「家活」の報告では、地域に根ざした協同の精神があるからこそ成しえる「防災」「福祉」「次世代」への働きかけが数多く行われていることに気づきました。小さな活動は、仲間とのきずな、そして地域の大きな活動へと大きな環に発展しています。日ごろからのこうした地道な取り組みが、昨今のような非常事態においても強い力となって地域を支えてくれるに違いありません。

審査委員長 東京農業大学 教授 上岡 美保

### 【第4回「家活グランプリ」審査委員】

審査委員長 東京農業大学 教授 上岡 美保

審査委員 家の光専門講師 佐久間 幸子

家の光協会 代表理事専務 関口 聡

家の光協会 家の光編集長 中本 英明

※肩書きは審査会当時・敬称略

## \* 目 次 \*

### 【最優秀賞】

#### ○令和に続く「家活」

長野県 JA 上伊那 総務企画部 総合企画開発課 岡野 千文さん・・・3

### 【優 秀 賞】

#### ○思い立ったらすぐ「家活」！

秋田県 JA 秋田やまもと 企画総務部 企画審査課 北林 綾子さん・・・5

#### ○繋がる広がる「家活」

愛知県 JA あいち中央 組織生活部 組織生活課 <sup>つづき</sup>都築 恵さん・・・7

### 【佳 作】

#### ○ひとつの変化が大きな一歩に

神奈川県 JA あつぎ 組織文化部 生活ふれあい課 伊藤 由貴さん・・・10

#### ○地域との繋がりを大切に。『家の光』との歩み

神奈川県 JA あつぎ 睦合支所 経済課 赤澤 奈央さん・・・・・・・・12

#### ○活動のおともは『家の光』

福岡県 JA 糸島 営農部 営農企画課 岡崎 伸子さん・・・・・・・・14

#### ○「家活」から地域の防災へ

鹿児島県 JA 南さつま 知覧支所 経済課 植村 美幸さん・・・・・・・・17

※「家の光用字用語集」にもとづき、本文の表記を一部変更しています。

# 令和に続く「家活」

JA 上伊那 総務企画部 総合企画開発課

岡野 千文

2018年4月に10年ぶりに生活文化活動担当部署（しかも支所ではなく本所総務企画部）に異動となったわたしは、『家の光』普及推進運動について違和感を覚えていた。目標数字を決める段になると“JA職員だから与えられた数字はやるのが当たり前”という勢いで担当者会議の雰囲気はぎすぎすしだしたのである。「…違うよね」そのひと言をやっと口にして「数字があるから『家の光』を推進するんじゃない！わたしたちのテキストだから、必要だから読むんだよ。普及するんだよ！」とまくしたてた。

そもそもなぜ『家の光』が書店で売られていないのか知らない担当職員もいた。まずは役職員が『家の光』をちゃんと理解する。ちゃんと読む。そして、たいせつな組合員に紹介して広げる。それは自然とそうなる！わたしが入組したころは先輩たちからごく自然に導かれていたものがいつの間にかなくなっている。“共同心の泉”枯渇の危機か……と思われた。

とにかく、役職員に『家の光』を開いてもらうこと！着任1年めのわたしは、2018年5月に開催された「JA生活文化活動担当者研究交流集会」で教わった、「正しいビニールの破り方」をあちこちに広めることから行動を起こした。どんな部門でも月に一度は担当者会があって本所に集結する。その会議の持ち物に『家の光』を加えてもらい5分でも10分でも時間をもらって記事紹介をした。案の定初めはビニールがかかったまま持参する職員も多く、「正しいビニールの破り方」は結構ウケた（と思う）。金融窓口マネージャー会議、共済スマサポ会議、共済事務リーダー会議、金融課長会、新採用職員研修などに押しかけて「持ち寄り読書」を実施。管理部門全体研修でも、とにかく『家の光』が届いたらまずはビニールを破りましょう！を繰り返した。

女性組織の役員会はもちろん、3つの世代別女性講座でも受講生に『家の光』持参を促し、「持ち寄り読書」の時間を作るようにした。「クイズで学ぼう！JA基本のき」は毎回重宝で、今でもときどき活用している。

「朗読型持ち寄り読書」として、講座の中で2018年に掲載された読者体験手記「おむすびとわたし」の受賞作品を披露すると、素人の拙い朗読でも目を閉じて涙しながら聞いてくれる方もいて逆にびっくり。ときには黙読の時間も取り入れてメリハ

りをつけるように心がけた。世代別女性講座の一つ、ミドルミズ大学（45歳～65歳対象・全10回）のアンケートでは「持ち寄り読書」について回答者102名中72名、70.5%の受講生が「よかった」と回答！ 「もっと長くてもよい」など予想以上の反響があり手ごたえを感じた。そこで2019年度は思いきって「家の光年間購読」を受講資格に加え、毎回の講義で「持ち寄り読書」を実施。担当する職員も読み込みに熱が入っていき、頼もしく感じられるようになった。

このほかに女性組織の班ごとに開催される班別懇談会（約250会場）でも昨年からは説明者や同行者として参加する職員が『家の光』を持参して、おすすめページを紹介する時間を設けた。話題づくりになった、場が和んだ、新規購読者が出た、と今年も各会場好評で、また多くの職員からは「初めてこんなに真剣に読んだ」と本音も寄せられ内心ニヤリとするわたし。

そんななか、なんと金融部からオファーがあり、金融窓口マネージャー研修で『家の光』2019年8月～10月号短期集中連載「知ってなるほど！ JAの信用事業」をテキストに講義をする機会を得た。一步踏み込んで、これからは総合JAの職員らしく情報収集と自己研鑽の資料として『家の光』を活用していくことも提案した。毎回のレポートを通じ、部門を超えて同じJA職員としての距離もぐっと近づいたように思う。

JA上伊那では12の支所に1名ずつ生活文化活動担当職員が配置されており、今年度は2名が金融部門からの異動となった。2人とも初めての部署で戸惑いもあったと思うが、先日の会議でこのうちの1人（金融経験8年）から『家の光』について「読めば読むほど宝の山だ！」という発言が飛び出した。もう1人は入組2年めながらマイペースで独特の感性の持ち主。ある朝送られてきたラインには、支所共済窓口にかわいらしいディスプレイとお手製の付箋が貼られた『家の光』の写真があった。若手の共済職員が自分のおすすめページを紹介しているという。なにげないラインに涙腺が緩む……。

男子トイレの壁にも貼っておいた「読みどころ」には「こういうのたいせつですね」と手書きメッセージが書き込まれているのを発見！ 世代別女性講座では参加者同志が「ねえ今度っから雨が降ったら『家の光』持って公民館に集まるか」と自主的な活動に目覚めてくれたり、持ち寄り読書が定着してきたある支所では未購読者へ「あんたも読まなきゃ」と班の仲間同士で自然に普及が進んだり、しだいにうれしい変化が現れてきた。楽しい予感……。

時代は令和。‘共同心の泉’は音もなく、しかし脈々と湧き続けていく。

# 思い立ったらすぐ「家活」！

JA 秋田やまもと 企画総務部 企画審査課

北林 綾子

「JA は男性社会の組織。女性の立場は弱いまま」。これは、わたしが女性部事務局を担当し始めた 2018 度に多くの女性部員から聞かされた声です。JA 秋田やまもとでは、女性の正組合員加入が進まず、「夫が組合員なら自分も組合員でしょ？」と話す人もおり、認知の低さに危機感を抱いていました。

なにかやらなければという思いが先に立ち、とりあえず女性部活動で参考にしてきた『家の光』を手にとると、目に留まったのは自己改革関連のページでした。これは使えると思い、活用に向けて動き始めました。

当 JA では、女性部員向けの女性大学「<sup>いきい</sup>粋生き教室」を開いています。『家の光』を活用した手芸教室やエコープマーク品を使った料理教室など年 7 回、参加者が楽しめる内容を企画しているのです。2018 年度は女性部には「学習」が必要だと訴え、『家の光』の連載「JA 自己改革 白熱講義」「クイズで学ぼう！ JA 基本のき」の記事を音読したり、解説したりする講座を企画しました。固いテーマだと参加者が少ないと考え、『家の光』「押し花入りフラワーボールペン」（2018 年 5 月号）作りとセットで開催すると、約 60 人が参加。参加者から「正組合員にならないと、JA に声も届けられないんだ」との声が聞かれるなど、意識が変わった人も見受けられました。学習ページは 1 人では活用しにくいですが、みんなで取り組むことで共通の認識を得られるとわかったのも大きな成果です。

もう一つ、変化がありました。学習活動を経て、女性部員が食農活動により意欲的に取り組むようになったのです。

ここで役立ったのが『ちゃぐりん』です。同年度 10 月には、小学校に出向く「出張ちゃぐりんフェスタ」を開催しました。この学校は 5・6 年生の総合学習で田植えなどを行っていましたが、継続が難しくなっていました。このままではダメだと思い、『ちゃぐりん』を使って全生徒を対象とした食農活動を学校に提案すると、午前中の授業時間と給食の時間を使えることに。「お米を学ぼう ～新米と地元の野菜で収穫祭～」と題し、当日は『ちゃぐりん』を教材にし、お米について学んで野菜たっぷりのカレーとスープを作り、全校生徒でいっせいにいただきました。先生からも「ふだんできない経験ができ、知見が広まりました」と大好評。調理指導した女性部員にとっても、食と農の学びを子どもに提供する楽しさや意義を共有でき、

大満足の一日となりました。

冬季に開催した「女性部と支店と語る会」では、なかなか意見の出なかった部員から「JAファンを増やすために、子どもだけでなく母親も対象にしたイベントを開きたい」との意見が出たのです。この声をきっかけに、2019年7月に支店と女性部の初の合同イベント「ちゃぐりんフェスタ JAへ行こう！」を企画。子ども22人とその保護者を対象に野菜の集荷場・農機センターの見学や『ちゃぐりん』クイズをして楽しみました。昼食は『ちゃぐりん』「インドのカレーを作ってみよう！」(2019年8月号)に挑戦。子どもに指導をしつつ、女性部員も使ったことのないスパイスに戸惑いながら調理を進めます。できばえが心配でしたが、最後にバターでコクを出してスパイシーな本格カレーが完成し、子どもたちと楽しくおしゃべりしながら食べました。保護者も子どもが楽しんでいる様子を見て女性部に興味を持ってくれ、冬に開催した「冬休み親子おべんとうづくり教室」にも親子で参加し、5名がフレッシュ部に加入してくれました。

元年度の「<sup>いきい</sup>粋生き教室」では『地上』「JAの運営を一から知るために 総代会資料の読み方」(2019年3月号)を活用した、総代の役割を知る学習会も開催しました。「総代会資料を見れば、JAの経営状況が理解できる」と話すと、興味を持ってページをめくる人も出てきます。女性理事から女性総代の現状と自身の体験談も話してもらい、JA運営における女性総代の必要性や女性の力・女性の声がいかに重要なのかを訴えました。

活動の積み重ねによってJAに参画しているという意識が芽生え、今年度は女性の正組合員に50名が加入し、新たな女性総代が12名誕生して総代の1割が女性となりました。

総代になった女性部員からは、「支店と女性部との繋がりが薄い。女性部事業に職員も参加したら」という意見が出ました。そこで新年度は、女性職員が外へ出向くかたちで女性部員との茶話会を実施し、女性ならではの声をくみ取ってJA運営につなげていきます。茶話会では、部員同士のコミュニケーションツールである『家の光』を活用し、JA事業の理解にも役立てていきます。急速に進む組合員の高齢化。この対策に特効薬はありません。地道に活動していくしかないのです。そして、事態が悪化しているいま、足踏みしている猶予はありません。わたしのモットーは「思い立ったらすぐ行動」のため、開けば役立つ情報が載っている「家の光三誌」は教科書代わりです。これからも役職員・女性部と共にJAらしさを発揮した活動を続け、女性が輝けるJAをめざします。小さな未来のJAファンのためにも。

# 繋がる広がる 「家活」

JA あいち中央 組織生活部 組織生活課  
都築 恵

令和元年度 7 月より JA 改革の一環として『家の光』購読普及キャンペーンが始まりました。『家の光』は、JA の重要性を説き、教育文化活動に最適なツールと考えられています。JA あいち中央全体では「みんなで家活の輪広げよう」というテーマが掲げられておりますが、わたしは『家の光』を組合員のみなさまに積極的に読んでいただき、その内容を知ってもらうこと、またその内容を紹介する活動を行うことで支店や地域の活性化に繋げることができるのではないかと考えました。

2018 年度は『家の光』の記事活用講座「ハンドメイドクラブ」を開催しました。しかし、講座を年 3 回しか開催できず、内容も簡単な小物作り程度で十分ではありませんでした。また職員数の面でもくらしの相談員とふれあい担当の職員 2 名という小規模なものでした。『家の光』にはさまざまな記事が掲載されているのにも関わらず、十分にその内容を伝えることができず、購読数は減少してしまいました。

この現状を打破すべく、今年度は目標を 3 つ掲げました。

## ①購読推奨

## ②記事活用の内容と開催回数の増加

## ③職員への周知

です。

それでは、これらの目標を達成するための具体的な活動についてお話しします。まず①の購読推進については、次長と共に組合員のみなさまのもとを訪問したり、窓口のカウンターに『家の光』を置き、待ち時間に気軽に手に取っていただける環境をつくったりし、購読の推進活動を行います。次に②の記事の活用の内容と開催回数の増加については、手伝っていただける方に協力を依頼して、小物作りだけでなく、料理や洋裁などさまざまな記事活用を行います。③の職員への周知については、職員が『家の光』を読んでいないケースが多いため、8 月の 1 か月間、1 人 1 回夕礼で『家の光』を読んでスピーチをすることとしました。



続いてこれらの活動の実績と効果についてご報告いたします。

①購読推進については8月より訪問推進活動を開始しました。窓口でのお問い合わせも何件かあり感触はさまざまでした。その結果、『家の光』の購読数は昨年度182部だったのにたいして、今年度は200部になり、18部増加しました。

②記事活用講座は、料理、手芸、洋裁、健康などを取り入れました。今年度、開催した講座について簡単にご紹介します。料理については、2回の講座を開催しました。さくらの料理会にご協力いただいた「絶品ごはんのお供と卵かけごはん」、産直センターと「さくらの料理会」にご協力いただいた親子料理教室『野菜たっぷりカレーとデザートの中かで「オーブン要らず！ 焼かない夏のケーキ」（2019年7月号）』です。ハンドメイド講座は3回開催しました。イキイキレディースのメンバーで洋裁が得意な方に講師になっていただいた「ふだん使いからお出かけまで 毎日ほけるおしゃれもんぺ」（2019年8月号）やくらしの相談員とふれあい担当で「幸運を呼ぶボンボン」（2019年4月号）、「ペーパーフラワー加湿器」（2019年3月号）の教室を行いました。また、以前より月2回ほど開催しているキラキラ体操クラブの先生にも『家の光』「人気の盆踊りはここがアツい！」（2019年7月号）の記事を取り入れていただく試みを行いました。先生方に踊りを覚えていただき、「『ダンシング・ヒーロー』盆踊り」を体操の時間に毎回取り入れました。開催した講座はどれもたいへん評判がよく、昨年度の参加者が45名だったのにたいし今年度は190名になり、昨年度よりも多く講座を開催することができたため、多くの方にご参加いただくことができ、購読の申し込みもありました。

③職員の周知については、夕礼で『家の光』の記事をスピーチすることでふだん読んでいなかった職員が昼休みに読むようになり、以前は数名未購読者がおりましたが、定時職員も含めて購読率は100パーセントになりました。窓口の職員も声かけをして推進をしたり、カウンターに手書きのおすすめコメントを書き添えたりしてくれました。スピーチを取り入れたことにより、職員の意識が少しずつ変化したように思います。

また、さらにこのような効果がありました。

サークル活動の中にも「家活」を取り入れることができました。「がやがやワクワク会」でも「ペーパーフラワー加湿器」を作り、「みのりの会」でも取り入れました。

またみのりの会会員は新年交流会で、さらにきらきら体操クラブは3月に女性交流会で「『ダンシング・ヒーロー』盆踊り」を参加者全員で踊る予定です。このよ

うにイベントで踊りを発表するなどさまざまなシーンで『家の光』の記事を取り入れることができました。

最後に、振り返りとして、ご協力いただける組合員、イキイキレディースのみなさまのおかげで、講座内容が幅広くなり、さまざまな企画を催すことができました。職員の意識にも変化が現れ、現在も夕礼のスピーチで『家の光』を話題にする者もいます。

「家活」の輪がどんどんと広がっているのを実感しております。現在の活動を継続し、JA参加者の増加、イキイキレディースの会員増加に繋げていきたいと考えています。今回の活動は、まだまだ始まったばかりですし、みなさまのお力添えなくしては成り立ちません。地域や女性組織、職員が力を合わせ、一丸となり「家活」を盛り上げていきたいと考えています。

# ひとつの変化が大きな一歩に

JA あつぎ 組織文化部 生活ふれあい課

伊藤 由貴

---

「なにか新しいことをやらなきゃ……」ため息をついてわたしは、講習会の企画に悩んでいました。JAに入職して11年め、福祉業務と広報業務、生活指導業務を経験しましたが、どの業務でも共通してあった悩みでした。例年どおりではいけない。なにか自分なりに新しいことをしなければならぬと考えるほど浮かんでこないものでした。そんなとき、手に取ったのが『家の光』でした。JA あつぎでは、『家の光』を教本とし教育文化活動を進めているため、全職員が購読をしています。仕事の中にもっとも身近にあった本が『家の光』だったのです。

『家の光』は、JA職員にとって組合員との話題のきっかけとなるツールであるとともに記事からヒントを得て講習会の企画等に役立っています。わたしにとっては、「お助けアイデア本」です。福祉業務では、ミニデイサービスで高齢者といっしょにできる『家の光』の手芸や軽体操を活用し、広報業務では、『家の光』の料理や特集の旬な話題など広報誌の誌面の企画の参考にしていました。『家の光』は、総合事業を展開するJAのどの業務にも活用することができるのです。

しかし、職員の中でも活用できていないという声もありました。そこで、わたしの職場では、職員会議や女性部員が集まる会議で「家の光の時間」を設けています。毎月、会議の担当者が自分の気になる記事を紹介するため、担当になった職員は、『家の光』の封を開けて記事を読むようになります。聞き手側は、他の人が気に入っている記事を紹介してもらうことで「こんな役立つ記事もあったんだ！」と新たな発見もあります。これが『家の光』を開く一つのきっかけ作りにつながっています。JA あつぎでは、現在『家の光』購読部数1,569部で15年連続増部しています。これには、支所ごとに設けた目標部数をそれぞれが達成するという職員の強い意志と女性部員を中心とした組合員の『家の光』を通じた活動への理解があつたことだと感じています。今後も増部をめざし、「家活」を行いながら『家の光』の魅力を一丸となって発信していきます。

また、JA あつぎの女性部では、部会で集まるときに『家の光』に掲載されている手芸を作って農業まつりで展示をすることや、『家の光』の料理レシピを基に料理を作って持ち寄る「クッキングフェスタ」を開催するなど多様な「家活」が定着しています。その他にも女性部員から発足したグループ「食と農を考える会～サザエ

会～」では、『家の光』料理レシピを使って地域住民に料理を教えることや「ザ・地産地消家の光料理コンテスト」に出場して優秀賞を2回受賞するなど女性部が中心となり『家の光』の記事を発信するまでに広がりを見せています。

女性部の活動を次の世代にもつなげていこうと、JA あつぎでは、「女性大学」を開講しています。「女性大学」は、地域のおおむね50歳までの女性が集まり、年10回のカリキュラムを通じて次世代を担うリーダーの育成をしています。わたしは、今年度で第11期を迎える「女性大学」の事務局をしています。初期から続けて参加してくれている人もいます。受講生を飽きさせない企画をすることに苦労していました。楽しんでもらえる内容にしようと思うほど、「お得な」「おしゃれな」が先に立ちJAらしさから離れていくことに気がつきました。毎年継続して行い、回数を重ねていくことでマンネリ化し、本来の趣旨を見失っていたのです。これではいけないと、目的をしっかりとすることで新たなアイデアにつなげようと思いました。そして今年度の企画は「良いところいっぱい厚木！ 知ろう！ 学ぼう！」をテーマに地域に根ざしたJAだからできることを考えていきました。そこで活躍したのが『家の光』でした。受講生には、『家の光』の年間購読をしてもらい、毎月の講座で最新号を配布し、記事の紹介をしていました。今年度は、講座に関連する記事の紹介をし、講習会の内容をより充実させるとともに、さっそく自宅に帰って『家の光』を読みたいと思う意欲の向上につなげようと考えました。具体的な内容としては、地域の活性化に向けて地元飲食店と協力した料理講習会で、野菜の皮を使っただけの取り方を教わり、『家の光』2019年12月号掲載の「野菜の栄養を捨てる食べ方捨てない食べ方」を紹介し、野菜の皮の栄養について紹介しました。受講生からは「『家の光』の記事紹介を聞いて、体にもよいことだと知り、家庭でもやってみようと思った」という声をいただきました。例年どおりの企画でも『家の光』を使ってなにか一つの変化を起こすだけでそれは、自分なりのスパイスを加えた新たな企画に変化していくという効果を感じる出来事となりました。

「家活」は、難しく考えず、身近で自分にできる小さなことをやるだけでも立派な「家活」です。わたしにできる簡単なことほど、だれかのやってみようにつながりやすいことだと思います。一つの小さな変化が大きな一歩へとつながると信じてこれからも「家活」を続けていきます。

# 地域との繋がりを大切に。『家の光』との歩み

JA あつぎ 睦合支所 経済課  
赤澤 奈央

---

「『家の光』が地域の女性部員との共通の話題やテーマになる」。今から4年前、わたしがJAあつぎの生活指導員になったときに思ったことでした。それと同時に、その話題が地域に根づけば、女性部活動をもっと盛り上げることができる『家の光』の可能性を感じました。

そこでわたしは、「まずは女性部長に『家の光』の活用の仕方を知ってもらいたい。そして、それを他の部員にも広めてもらいたい」と思い、2ヶ月に1度の部長会議の中で必ず『家の光』の時間を設けるようにしました。内容は、クイズや軽体操、料理の試食、エコープマーク品活用術の紹介などさまざまです。そして、そのときに『家の光』を購読している部長に会議の場に『家の光』を持参してもらうことにしました。家でゆっくり本を読む時間がない方もいらっしゃると思いますので、『家の光』を見る場を設けるのも大きな一歩だと感じました。最初は声をかけても持参されない部長が多かったのですが、今ではほぼ全員の方が毎回持ってきてくださいます。その結果、部長の『家の光』購読率も上がりました。

また、うれしいことに会議内でわたしが紹介した記事活用を実際に部会で活用したという声も聞くようになりました。なかには、家で収穫した柑橘をアレンジに加えてお菓子を作ってみたと試食させてもらったこともあり、わたし自身の新しい発見にも繋がりました。

このように、部長から部員へと広まりつつある『家の光』記事活用ですが、もっと広めるために、部長だけではなく、部員にも『家の光』に触れていただく場を作ろうと、「家活クラブ♪」の開催を行いました。「家活クラブ♪」は『家の光』に掲載された簡単な手芸や料理をみんなでいっしょに行う講習会です。当日は14名の部員が参加してくださいました。また、うれしいことに複数名参加していた部会の部員から「うちの部会でも今日のこの作品を作って、JAの農業まつりで展示したい」と声をかけていただきました。その他にも、農業まつりの手芸作品展示コーナーでなにを作ったらいいか迷われている部会には、『家の光』を参考に出品を勧めています。取り組みやすい手芸をいっしょに選び、講師として出向くこともあります。その結果、今では多くの部会で『家の光』記事活用作品を出品してくださるようになり、「『家の光』記事活用コーナー」を設けて展示しています。そこに『家の光』

もいっしょに置くことで、『家の光』を身近に感じてもらえる工夫を行っています。

また、睦合地区で行っている地域貢献活動の場でも『家の光』は大きな活躍をしています。その活動は「お手玉活動」です。お手玉活動は睦合地区の一つの部会である棚沢女性部の取り組みから始まりました。棚沢女性部は日ごろから積極的に『家の光』記事活用に取り組んでおり、毎月の定例会で「子どもの目」の読み合わせや、「家の光大会」での作品展示など活動範囲は多岐にわたっています。そして、その活動内容を「ふれあいノート」にまとめているので、いつでも、だれでも活動が振り返れるようになっています。その棚沢女性部が『家の光』「端切れで作る二種のお手玉」（2014年5月号）を部会で作り、管内の老人ホームへ寄贈したところ、ホームの入居者からとても喜んでいただきました。そこで、この活動がとてもいい活動だということで、翌年から女性部の講習会で『家の光』のお手玉を作り、管内の保育施設へ寄贈し、子どもたちとお手玉遊びを行う睦合地区女性部全体の活動に広がりました。現在では、管内にある5つの幼稚園と1つの保育園を訪問し、今後は「まだ訪問していない保育園に行きましょう」「新たに小学校を訪問するのもいいね」と女性部員の前向きな発言が飛び交い、とてもうれしくなりました。また、幼稚園側からも「今年の女性部とのお手玉遊びを園児たちがとても楽しんでいたので、ぜひ今年も交流の場をいただけませんか」と、声をかけていただきました。お手玉活動から新たな地域の活動に広がっていくのはとてもよいことだと思い、JAの女性部らしく『食農』を通じたイベントを考え、実施時期の9月にちなんだ「お月見紹介とおだんご作り」を行うことになりました。当日はだんご作りが初めての園児も多く、とても楽しそうに小さな手の中でコロコロと転がしていました。その後、蒸かしたてのだんごを食べてみると「お米のいい香りがする」「毎日のおやつに食べたい」と、とても好評でした。後日、幼稚園より「来年度もこうした行事を続けていきたい」とお話があり、今では睦合地区女性部の大きなイベントの一つになっています。

このように『家の光』の一つの記事がきっかけで、新たな地域との繋がりを作ることができました。それは、地域との繋がりが希薄化してきている時代だからこそ、とても貴重なことだと感じています。『家の光』の可能性は無限大です。それを実感したいま、わたしの挑戦は今後も続いています。

# 活動のおともは『家の光』

JA 糸島 営農部 営農企画課

岡崎 伸子

---

「JA 糸島食育研修センターいきいき」、ここが、わたしの愛する職場です。

わたしの担当する JA 糸島女性部は、正組合員家庭の女性と糸島地域に居住し女性部活動に賛同され准組合員加入の女性は、みな女性部員です。2019 年 3 月現在 4,440 名の女性部員がいます。日々、1 人でも多くの部員に活動へ参加してほしいと考え、企画するわたしたち、4 人の生活指導員ががんばっています。

3 年ほど前から実行しているわたしのいちおし企画は、地域の活動に地産地消でおいしい「焼肉のタレ作り講習会」です。材料は、「いきいき」で仕込んだみそと部員自慢の自家製タマネギ、ニンニクは、部員が作付けし、売上金は、収入にもなっています。「岡崎さん参加が少ないからやめようか」「5 人くらいしか申し込みませんよ」と言われても「いいですよ♪ 人数少なくても大丈夫！」と言ったものの全員欠席だったらどうしようと内心ドキドキしながら始めた活動です。

当初、年間 10 人程度の参加者でしたが、2019 年度は、担当 5 地区全体で 120 名ほどの参加者がありました。校区公民館からの講師依頼もあり、人気の講習会に成長しました。

仲間の生活指導員も担当地区で開催し参加者増。総合計は、200 名ほどに伸びました。みなさん、人と集まる機会が増えたことで楽しい時間になっているようで、参加者は、「お盆に孫が帰省して、タレを楽しみにしとーとよ。帰るときも持って帰るけん絶対に JA に行っておいで」と家族に言われるそうです。帰り際、「岡崎さんも持って帰り～ いっしょに作ったろうが！」と声をかけてもらえます。「わたしよりみんな持って帰って、家族に食べてもらって、また、女性部に来てね」とうれしいやりとりをします。これからも続けて行きたいと考えています。この活動のきっかけは、『家の光』の「夏ばて解消の健康野菜 生かそうニンニクパワー」(2006 年 9 月号)です。先輩職員から引き継いだ『家の光』記事のファイルにありました。先輩に感謝です。ニンニクには、カリウム、リンなどのミネラルやビタミン類を多く含んでいて、強い殺菌力、病気予防に大きな効果があると掲載されていました。

きっと、部員とその家族の健康、会話も広がり部員間交流にも繋がります。

参加者からは、ニンニクの記事は、「どこに書いてあった?」「『家の光』はよかもんね」と会話が広がります。

大人だけでなく、子どもたちを対象に JA 糸島キッズスクールを年間 6 回開催しています。女性部・農政協議会・生産部会・青年部・JA 糸島と協力し糸島市内の小学生と「食と農」の活動を通して農業や自然を体験できる場です。5 年ほど前は、子どもたちの参加申し込みが 10 名程度で、支援する組織の大人のほうが多い年もありましたが、今では、定員 25 名を大幅に超えた申し込みがあり抽選を行なっています。

2019 年度の活動は、サツマイモやエダマメの定植、草取りなどの管理作業に、全農ふくれんへカット野菜工場見学。女性部とみその仕込みに自分で収穫した野菜で家族と料理、季節の寄せ植え教室など盛りだくさんの内容です。毎回、「ちゃぐりんタイム」を設け、開校式には、『ちゃぐりん』『畑図鑑 オクラ』（2019 年 8 月号）を参考に旬の野菜であることや食べ方の学習をしました。閉校式の感想文には、「野菜をたくさん食べるようになった」「農家の大変なことがわかりました」など支援組織一同、来年の開催にやる気が出ます。家族と料理の際、保護者の方へは、『家の光』の「野菜の栄養を捨てる食べ方 捨てない食べ方」（2019 年 12 月号）を紹介。「ダイコンを煮込むと栄養がほぼ 0!」には、保護者のみなさん驚かれ、閉会後にも野菜の調理方法の質問があり、『家の光』を片手に盛り上がりました。

わたしたちは、学習会にも力を入れています。年度初めには、女性部役員のための学習会。学習資料として、JA 全国女性組織協議会発行の JA 女性読本「JA 女性組織を知る 22 のコンテンツ」を活用しました。役員の方は「女性部組織の勉強になった」と活動の意欲が湧いてきた様子です。【楽しくなくちゃ JA 女性組織じゃない】このページの最後に「堅苦しいこと考えず、いろいろな活動を思う存分楽しみましょう!」と書いてありました。自分を含めて楽しいことを考えること……それってたいせつよね! この学習会は、わたしにとっても活動のヒントになるよい機会でした。

最後になりますが、わたしたち、生活指導員は、今まで、本店・地域役員会などに、『家の光』の見どころ・読みどころの時間を設け会議で皆読しています。それにプラスして、『家の光』を小脇にかかえ、個々の部員やグループ活動に『家の光』を記事紹介の時間を増やしました。もちろん女性部員ではない方にもおこなっています。反応はいろいろですが、「袋開けてなかった。いい記事があるね」「いいよ、購読するよ」など、『家の光』にたいする意識が変わっていくのが会話から伝わってきます。この声を今後の活動につなげていきたいと思います。



これからも活動のおともは『家の光』です。『家の光』を読み読み、明日はどんな話ができるかな。

# 「家活」から地域の防災へ

JA 南さつま 知覧支所 経済課  
植村 美幸

---

JA に入組して、14 年。生活指導員として 3 年が過ぎようとしています。それまでは金融課の配属が長く、わたしに指導員が務まるのか不安でしたが、女性部の方々や周りの職員に助けられ、なんとか仕事をこなしています。

わたしが担当している知覧支所女性部では、活動の一つに女性大学があります。年間 5 回のカリキュラムを実施し、約 70 名が登録しています。

昨年、2019 年度の活動計画を立てるため、部員にアンケートを取りました。すると、「防災」について学びたいという意見が多く寄せられました。

近年全国各地で大規模な自然災害が発生して多くの命を奪い、建物や農作物に大きな被害をもたらしています。そのたびに災害を乗り越えていく姿や、“もしものときの備え”について、『家の光』でも特集で紹介されています。「タオルのクマさん」（2017 年 3 月号）や、「防災ブレスレット」（2018 年 7 月号）は、支所の記事活用グループでも制作し、防災のたいせつさを語り合うよい機会となりました。

そこで 2019 年度は「防災」をテーマに「家活」に取り組むことを決めました。

わたし自身も、地域の「女性消防団」に所属し、火災予防の広報活動や災害時の後方支援活動に取り組んでいます。しかし、最近では災害や火災が起きても、昔のように地域で助け合い、炊き出しをすることもなく、地域での繋がりや防災意識が徐々に低くなっていることが気になっていました。

少しでも地域の役に立ちたい！ まだまだ知識や経験不足のわたしでも、「防災」なら自信を持って取り組めると思いました。

さっそく女性大学の 2 回めの講座で、「防災手拭いで作るミニバッグ」（2019 年 9 月号）を制作しました。渉外課から提供してもらった「非常持ち出し品」のチェック表をもとに絆創膏やマスクなどを準備し、ミニバッグの中に入れました。こうしておけば、各家庭で玄関などに設置し、災害時にすぐ持ち出すことができます。

ミニバッグ制作の後は、『ちゃぐりん』掲載の「防災シミュレーションごはん」（2019 年 9 月号）にも挑戦しました。ポテトチップスを材料にビニール袋で混ぜる

だけの簡単調理で、意外とおいしい防災食ができました。

後日、講座の参加者からは「作ったミニバッグをふだんから持ち歩いているよ」といううれしい声をいただきました。また、ミニバッグの中に救急セットを入れ、避難場所の確認など声がけをしながら、地域住民に配布した女性部支部もありました。「家活」によって、地域の防災意識が少しずつ変わり始めていることを実感しました。

鹿児島県は風水害の多い地域で、わたしたちの住む地域にも災害危険区域が多く存在します。今後は危険箇所や避難場所がひと目でわかるように、地域ごとに女性部オリジナルのハザードマップ作成も計画しています。

3回めの講座では、市外への視察研修として、県防災研修センターを訪れました。さまざまな自然災害発生のメカニズムや、効果的な防災、日ごろより準備しておくものなど、担当者の方に詳しく説明していただきました。

参加者のみなさんも熱心に聞き入り、実際に体験をすることで、防災をより身近に感じられたようです。研修終了後のアンケートでは、「避難場所を再確認したい」「さっそく家具の固定をする」などの反応もあり、学習の成果を感じました。

また、「備蓄している非常食の賞味期限が切れていた」「食べた後の補充を忘れた」という声を耳にしたので、今後は『家の光』2019年9月号「防災士・今泉マユ子流お母ちゃんのすごい防災術」に載っていた「ローリングストック法」の活用にも取り組む予定です。

女性大学のほかに、月1回の料理教室でも防災は常に意識しています。あるときは、同月号の「お湯ポチャレシピ」から2品をメニューに取り入れてみました。停電のときは炊飯器が使えないため、以前から鍋で炊飯をしてみたいと考えていました。ポリ袋でうまくご飯を炊けるか不安でしたが、簡単においしく炊けました。やはり温かい食事は、とても安心します。

いつ起こるかわからない災害。それに備えるためには、防災学習を継続して繰り返し行うことがたいせつだと、この1年で改めて認識しました。引き続き『家の光』を参考にして、企画していきます。

現在、女性部員から「イベントなどで防災体験コーナーを設けて、来場者に防災を身近に感じてほしい」という意見が出ています。今年の農業祭では、わたしの所属する「女性消防団」の団員にも協力してもらい、チラシ配布での広報や、実際に新聞紙でスリッパ作りやポリ袋での炊飯を体験してもらうなど、女性部のPRも兼

ねて、実現をめざしているところです。また、JA 購買店舗で保存食として使える商品の紹介をするなど、今度は役職員も巻き込んだ取り組みを密かに計画中です。

わたしたち指導員が仕掛け人となり、「みんなで家活」を実践。それこそが女性部の活性化、ひいては JA の発展そして、地域の発展に繋がると信じています。