



てらる

10

2010
Vol.139

笑顔の暮らし耕します

JAテラル越前

CONTENTS(目次)

てらるの話題	2
表紙紹介	4
理事会報告	8
JAからのお知らせ	9

菊部会視察研修会

菊部会友の会では、JA東びわこの厚生社支部を訪れ、小菊の施設と圃場の視察を行いました。短茎菊の取り組みについて約1時間の説明を受けた参加者は、熱心に耳を傾けていました。

午後からは近江八幡市内を観光し、会員同士の親睦を深めました。



菊部会では、菊を栽培していただける仲間

を常時募集しております。部会では、班別での指導も行っていますので、初めての方でも安心して取り組んでいただけます。また、苗や資材購入につきましても中古資材の斡旋等を行い、取り組みやすい体制を整えております。

興味のある方は近くの支店、営農政策課または菊集荷場（☎87-0453）までご連絡をください。

デイサービス敬老週間

(9月20日～9月25日)

デイサービス“テラルのほほえみ”では、9月20日の敬老の日にちなんで、敬老週間としていろいろなイベントを企画しました。

田吾作さんを招いてのやりとりではスタッフも参加して、会場の皆さんもお腹の底から大笑いしました。

その他にも、スタッフが三味線やパントマイムなどを披露し、心癒される楽しい一時を過ごしました。



電気について学ぼう

～フレミズ親子 de 遠足～

フレッシュミズの会くるるでは、9月25日に『フレミズ親子 de 遠足』と題して、えちぜん鉄道とバスを乗りついで、美浜原子力PRセンターへ行ってきました。子供達は、センターの職員の方からわかりやすく説明を受けて、電気について勉強しました。また、専用バスにて社内も見学させていただきました。

その後、水晶浜にて昼食をとった子供達は、秋晴れの波打ち際で大はしゃぎ。帰りには、昆布館に寄りおみやげも買ってきました。

後日、PRセンターより、「元気なお子さんたちで、とても楽しかったです」とお礼の葉書をいただきました。参加人数は少なかったですが、思い出の1ページになりました。



風に揺れるそばの花

稲刈りが終わった田んぼの合間をぬうように、大野・勝山地区ではそばが栽培されています。



そばの白い花が、秋風の中で気持ち良く揺れていました。

◀10月3日
大野市蕨生にて

里芋生産振興計画について

JA テラル越前では、平成 22 年 7 月 10 日の臨時総代会において『里芋選別所・冷凍加工場増改築工事』の固定資産取得議案が可決されました。

今回の事業導入を機に、管内の自然環境を最大限生かしたテラル産里芋の、更なる生産振興及びブランド化を目指します。

現在、高齢化等による生産意欲の減退が見られ、小規模生産農家〔30a 以下〕が 94% を占めている実態にあります。今後の振興方策として、現在 1,000 名を超える生産者及び自家用生産者を対象とし、座談会や広報誌を利用した生産出荷拡大運動を、奥越農林総合事務所や市等と連携を密にし展開致します。特に、機械化〔移植機・収穫機等〕と、大麦あと里芋栽培の推進方策を重要課題として取組みます。併せて里芋の有利販売に向けた販路の開拓を行います。

テラル産里芋産地再生への取組み計画

① 長期出荷に向けた取組みの強化

- ・ 1～3 月出荷に向けた里芋生産の拡大
- ・ 頭付き〔土付き〕里芋の集荷、保存体制の整備

② 一次加工〔冷凍里芋〕の取組み強化

- ・ 大麦あと里芋の推進〔管内 3 箇所の実証圃を設置〕
- ・ 冷凍施設の改善により、大手スーパー等への企画販売の拡大

③ 選別所の機能向上による品質の向上

- ・ 選別所〔システム〕を 1 箇所に集約し、選別基準が統一された高品質の出荷を可能とする。
- ・ 少量規格の新設等、選別体制の再編をする。

④ 未利用資源の有効活用による所得の向上

- ・ 頭芋のほとんどは廃棄されている。〔約 1,000t〕現在、コロッケ・ハンペン・麺類の具材として活用できないか検討中。
- ・ 長芋や傷芋の有効利用を合わせて検討。

⑤ 機械化体系の構築による大規模生産者の育成

- ・ 畝たて・マルチ・同時施肥機、移植機、収穫機による機械化を推進し、生産環境を整備〔管内 3 箇所の実証圃を設置〕

現在〔平成 22 年度〕の里芋振興対策〔助成概要〕について

1. 水田利活用自給力向上事業 3 万 3 千円〔麦あと里芋 1 万円周年加算〕/10a
2. 特産作物出荷奨励事業市単位〔大野市 7～15 円、勝山市 20 円以内〕/出荷 kg
3. 特産生産拡大〔集落営農型〕推進事業 JA 前年比増加面積 4 万円/10a
4. 地域特産物小規模生産者支援事業〔大野市〕補助対象経費の 1/3 以内上限 30 万円

人が元氣・JAが元氣・地域が元氣

家の光11月号

読みどころ



わたしをつくる 心の一冊

読書は知識を高め、心を豊かにするだけではありません。ときとしてその後の人生に影響を及ぼすような、大きな力をもつことがあります。一冊の本との出会いや感動、与えられた勇気や喜び……。みなさんの心の中のたいせつな一冊に迫ります。

今日は、あつたか家族鍋にしませんか

家族で囲む鍋は会話も弾んで、なんだか心もあたたまります。そこで、料理研究家の方々に個性が光るレシピを教わります。今年の冬は、ぜひこの「家族鍋」をみんなで囲んでみませんか。

ここで生きる～世界の農村を訪ねて～

デンマークの幸せってなんですか

教育、福祉などの制度が充実し、国民の生活に関する幸福度が世界一ともいわれる北欧の国、デンマーク。畜産を中心に農業が基幹産業の一つでもあるこの国の農家は、なにを幸せと感じ、どんな暮らしをしているのでしょうか。

温めて元気になる 冷え取り健康法

「冷え」がさまざまな不調を引き起こす原因になっています。この企画では適切な冷え取り術を提案。しんから元気な体をめざしましょう。

畑の情報便

冬でも野菜を作りたい

ミニハウスの徹底活用術

雨や寒さに左右されない野菜作りに重宝するのがビニールハウスです。ミニハウスの活用法を紹介します。

JA運動の理解を深める連載企画

- 組合員1年生のためのJA講座
- わたしからあなたへ フレミズ新聞
- やってみよう! JA女性組織
愛媛県・JA愛媛たいき女性部

12月号の予告 定価 980円(税込)

藤井恵の親子で作るふれあいおせち

自給+楽しく稼ぎ 豊かな暮らし 自分流

対談 仲間由紀恵さん&森田芳光さん
いまにつながる武士の家計簿

畑の情報便

ぜったいに起こさない農作業事故

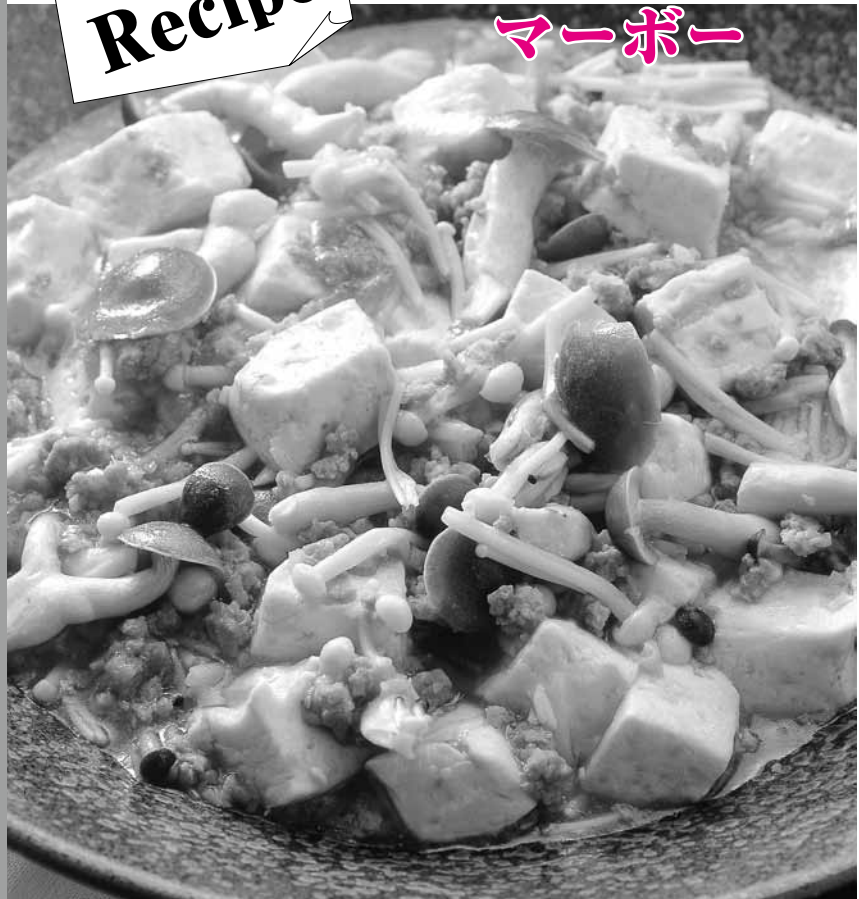
※タイトル・内容は変更することがあります。

お問い合わせは

各支店または、生活福祉課(☎65-8893)まで



きのこマーボー



(1人分 328kcal)

■材料(2人分)

- 木綿豆腐.....1丁(300g)
- シメジ.....1パック(100g)
- エノキタケ.....1袋(100g)
- 豚ひき肉(もも赤身).....100g
- A [ニンニク.....1片
- しょうが.....小1かけ
- ネギ.....3cm
- 油.....大さじ1/2
- 豆板じゃん.....小さじ1弱
- B [中華スープのもと.....小さじ1/2
- 砂糖.....小さじ1/2
- しょうゆ.....小さじ2
- みそ.....小さじ1
- 酒.....大さじ1
- 水.....カップ1/2
- C [かたくり粉.....大さじ1/2
- 水.....大さじ1
- ごま油.....小さじ1

調理時間
20分

■作り方

- (1) 木綿豆腐は2cm角に切り、熱湯に通してざるにあげます。
- (2) シメジは根元を落とし、小房に分けます。エノキタケも根元を落とし、半分に切ります。
- (3) Aはみじん切りにします。Bは合わせます。
- (4) 中華鍋に油を弱めの中火で熱し、Aをいためます。香りが出たら豆板じゃんとひき肉を入れていためます。肉の色が変わったら、(1)と(2)を加えて軽くいため、Bを加えて豆腐を崩さないように混ぜながら、きのこがしんなりするまで煮ます。
- (5) Cを合わせて加え、とろみがついたら、仕上げにごま油を回し掛けます。

理事会報告 監事同席

平成二十二年九月二十四日に開催された理事会の審議事項は次の通りです。

●付議事項

第一号議案

中間決算監事監査の回答(案)について

中間決算監査指摘事項にかかる理事者回答案を審議・決定しました。

第二号議案

JA事業苦情等対応規程の一部変更(案)及びJAバンク苦情等対応規程の廃止について

農協法の一部改正による金融ADR(裁判外紛争解決制度)に対応するため、規程の一部変更、廃止が承認されました。

第三号議案

反社会的勢力への対応に関する基本方針(案)並びに反社会的勢力との取引排除規則の制定(案)について

反社会的勢力への対応、マネー・ロンダリング防止対策の必要性が高まっていることを受け、体制の整備が承認されました。

●報告事項

一、国要請検査について

JAバンク利用者保護等管理方針、JAバンク利用者保護等管理規程、JAバンク苦情等対応要領、JAバンク利用者説明管理規程、JAバンク外部委託管理規程並びにJA共済苦情処理等対応要領の制定について

三、里芋選別所増設築工事にかかる施工代行業者の入札結果について

四、8月末実績について

五、金利自由型貯金の利率について

六、余裕金の運用状況について

秋取り予約肥料 自己引取りのお知らせ

自己引取りにて秋取肥料を予約していただいた方を対象に、下記の通り実施致します。

- 引取日時
平成22年10月23日(土)・24日(日)
午前8時より正午まで
- 実施場所
大野配送センター・勝山配送センター
大野南支店肥料倉庫
- 対象品目
水稻主要品目

暖房用予約注文のご案内

暖房用灯油の予約注文書を広報誌とともに、配布させていただいております。

予約灯油は当用配達価格より「5円引き」にてのご提供となりますので、よろしくお願い致します。

申込締切日

平成22年10月22日(金)

お近くの各支店またはJA-SSまで提出願います

JAテラル越前・貸出金利一覧表

☆住宅ローン

	金利選択型				変動金利
	2年固定	3年固定	5年固定	10年固定	
貸出金利	1.10%より	1.15%より	1.60%より	1.90%より	0.75%より

※貸出金利は最優遇金利適用時の金利です。
 ※上記金利は金融情勢等により、お借入れ日までに変更させていただく場合もあります。
 ※福井県農業信用基金協会の保証をご利用いただきますので、原則として保証人は必要ありません。

☆その他資金

平成22年10月1日現在

資金名		ご利用目的	貸出金利
農林業経営改善資金	変動金利	農業資金関連	0.95%より
アグリ長期特別資金	固定金利	農業資金関連	1.45%
生活改善資金	変動金利	生活資金関連	0.95%より
JAクローバーローン	変動金利	生活資金関連	0.85%より
JAマイカーローン	変動金利	自動車購入関連	1.15%より
	固定金利		1.50%
JA教育ローン	変動金利	教育費用関連	1.15%より
	固定金利		1.75%

2010
平成22年

行事日程

10月

12日(火) 外務活動日

13日(水) 里芋選別開始予定(大野、上庄)(生産施設課)、ZiBaフェスタ(勝山中支店多目的ホール)(生活福祉課)

14日(木) ナイターローン相談会(大野北・大野東支店)、九頭竜農家組合長会議、福井県ゲートボール大会(鯖江市東公園陸上競技場)(信用課)、里芋初出荷(営農政策課)

15日(金) 臨時理事会

福井県ゲートボール大会(予備日)(信用課)、女性部富田支部フラワーアレンジ教室(富嶋集落センター)、大野西支店農家組合長会議、大野東支店合同農家組合長会議、勝山北支店農家組合長会議

17日(日) 秋の住宅ローン相談会(本店及び全支店)

18日(月) 女性部和テラの講座(生活福祉課)

20日(水) 勝山南支店農家組合長会議

21日(木) ナイターローン相談会(大野西・大野東・大野南・勝山南・勝山北支店)、年金相談会(勝山会場)(信用課)、勝山地区ふれあい健康教室(共済課) 22日

22日(金) 大野北支店農家組合長会議、大野東支店運営委員会

農業用使用済資材・廃棄農薬回収のお知らせ

JAテラル越前では販売業者としての責任のもとに、本年もJAが供給した農業用資材及び農薬に対して下記の日程にて回収を行います。農業・自然を守り続け、環境にやさしい農業への取り組みにご理解とご協力をお願い致します。

○農業用使用済資材

搬入日時・場所・地区

実施日	受付時間	搬入場所	対象地区	
11月11日 (木)	午前8時から 午後5時まで	九頭竜出張所	九頭竜地区	次の場合は搬入できません ① 指定日以外に搬入された場合 ② 正しく分類・梱包されていない場合 ③ 生活用ゴミが入っている場合 ④ 鋼管類以外の金属
11月14日 (日)	午前8時から 正午まで	営農施設総合センター (大野市堂本)	大野地区	
		上庄カントリー (大野市中掘)		
		勝山第1カントリー (勝山市荒土町伊波)	勝山地区	

※必ず印鑑（処理委任状に使用）・及び現金をご持参ください。

○廃棄農薬回収

1. 回収日時 平成22年11月21日(日) 午前8時より正午まで
2. 回収場所 大野配送センター(大野市) 勝山配送センター(勝山市)
3. お申し込み手順

- ① 希望者は、各支店に用意してあります「**廃棄農薬処理申込書**」(2部)にご記入いただき、「農家控え」用紙を持ち帰ります。(処理申し込みの印鑑が必要)
申込締切日 平成22年11月15日(月)
- ② 回収日に「農家控え」用紙ともに下記回収場所へ持ち込み願います。
現金及び廃棄マニフェスト用に印鑑もご持参願います。

※搬入規格・料金等の詳細については来月号にてお知らせします。

健康教室予定

月日	曜日	午前	午後
10/12	火	ストレッチ体操	
14	木	A D L 体操	A D L 体操
18	月	サーキットチェア	ラージボール卓球
20	水	バランスボール	ラージボール卓球
21	木	A D L 体操	A D L 体操
22	金	ステップ台	ラージボール卓球
25	月	サーキットチェア	ラージボール卓球
26	火	ストレッチ体操	
27	水	バランスボール	ラージボール卓球
28	木	A D L 体操	A D L 体操
29	金	ステップ台	ラージボール卓球
11/1	月	サーキットチェア	ラージボール卓球
9	火	ストレッチ体操	
10	水	バランスボール	ラージボール卓球

会場

・ラージボール卓球は本店
エクセレントホール
・その他の体操は旧大野支
所にて行っています

時間

・午前10時～
・午後1時30分～ 2時～
ラージボール卓球
ADL体操

編集後記

9月の初めは残暑が厳しく大変でしたが、稲刈りが一段落したら一気に秋を感じるようになりました。読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋と人それぞれ、何をすることも過ごしやすい季節です。朝晩冷えてきましたので、体調管理に気をつけましょう。

来月の6日・7日の両日JA感謝祭を本店にて開催します。テラル越前の一大イベントとして皆様のご来場をお待ちしております。

※日程は変更になる場合もあります。

7日(日) JA感謝祭

11月

31日(日) 女性部九頭竜支部紅葉まつりバザー

30日(土) 女性部九頭竜支部紅葉まつりバザー

28日(木) ナイターローン相談会(大野東支店)

27日(水) 監事会・理事会

24日(日) 里芋観光農園(営農政策課、肥料引取日(購買課))

23日(土) 肥料引取日(購買課) 会議
大野南支店農家組合長
議、勝山中支店農家組合
長



好評につき期間延長決定!

あなたにも、
とくとくな選択肢。

平成22年1月4日から
平成22年12月30日まで受付中!

住宅ローンのご案内

固定金利選択型特別金利にて実施中!

新築・リフォームをはじめ、現在ご利用中の住宅ローンのお借換えまで住宅に関するさまざまな用途にご利用いただけます。お気軽にJAバンクにご相談ください。

だれにでも
適用金利

2年固定金利

年**1.10%**

【参考店頭金利 年2.30%】

だれにでも
適用金利

3年固定金利

年**1.15%**

【参考店頭金利 年2.35%】

だれにでも
適用金利

5年固定金利

年**1.60%**

【参考店頭金利 年2.80%】

だれにでも
適用金利

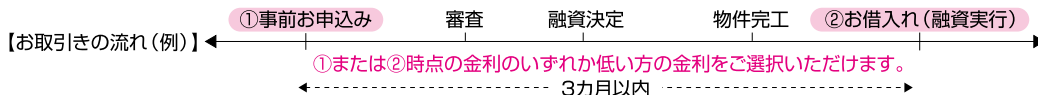
10年固定金利

年**1.85%**

【参考店頭金利 年3.50%】

※JAテラル越前では、平成23年3月31日までに福井県農業信用基金協会の保証を受けてお借入れを頂く全ての皆様を対象に、上記の適用金利にてお借入れ頂けます。

※店頭金利と適用金利（店頭金利から差引く金利）は、毎月見直します。また、金融情勢等の変化により見直しさせていただく場合があります。
※お申込日（事前お申込み）から3カ月以内にお借入れされる場合、お申込時（事前お申込み）、もしくは、お借入れ時のいずれか低い金利をご選択いただけます。



さらに!

当初固定金利期間終了後も
次回の金利を選択する毎に、
再選択時の店頭金利より、

年0.5% 差し引きます!

【当初固定金利期間終了時の適用条件】

下記の①～⑤のいずれかのお取引11項目にて再選択時の店頭金利から、年0.5%差し引きます。

①当JAに給与振込がある方。(5万円以上・家族含む) ②当JAに年金振込がある方。(家族含む) ③当JAに長期共済契約を1億円以上加入している方。(家族含む) ④本融資案件が、住宅関連業者または他JAから紹介された案件。⑤本融資案件が、県農業信用基金協会・協同住宅ローン保証のいずれかの保証を受けている方。

団体信用生命共済付（共済掛金はJAが負担します。）

さらに、三大疾病保障特約付団体信用生命共済（ご融資金利年0.2%上乗せ）か長期継続入院保障特約付団体信用生命共済（ご融資金利年0.15%上乗せ）のどちらかに加入することができます。（詳しくはJA窓口までお問い合わせください）

大野北支店 ☎65-1264

大野西支店 ☎65-1270

大野東支店 ☎65-1272

大野南支店 ☎64-1111

勝山南支店 ☎88-0341

勝山中支店 ☎88-0342

勝山北支店 ☎89-2003

九頭竜出張所 ☎78-2011

ローンセンター(本店・融資課) ☎65-1295



10月17日(日) 各支店にて休日ローン相談会開催

年金相談会開催中

10月開催日は

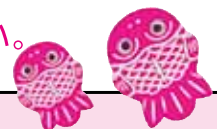
10/21(木) 午後3時～午後7時まで
場所:JAテラル越前 勝山中支店(☎88-0342)

当日は年金特別便・定期便(配偶者の分も)・印鑑等をお持ちください。

相談員:宮澤 真由美先生(社会保険労務士)

- ・年金・健康保険・雇用保険等、あなたの疑問にお答えいたします。
- ・年金履歴の調査・変更届け・裁定請求のお手伝いもお任せください。
- ・詳しくはお近くのJA各支店にてお問い合わせください。
- ・夫婦で来られると、より詳しくご相談いただけます。

*平日なので、仕事帰りにお気軽にお寄りください。



年金ワンポイントアドバイス

遅延特別加算金の支払いが始まっています。

遅延特別加算金とは、過去の年金記録が訂正され、過去5年よりも前の分の年金が支払われた方に振り込まれる「物価上昇分の加算金」です。

年金の受給が始まった当時と現在の物価の違いを計算した差額分がこれにあたり、過去にさかのぼるほど金額が大きくなります。

平成21年4月30日までに過去5年より前の分の年金を受給した方は、本人が請求しないかぎり支払われません。

その方には今年11月頃に日本年金機構より、ダイレクトメール(加算金が1,000円以上の方のみ)が届きますが、請求する場合は平成21年4月30日より5年以内となっていますので、ダイレクトメールが届いた方は忘れずに請求手続きを行う必要があります。



JA旅行センターふれあいの旅

JA発着・添乗員同行だから安心!!
参加者募集中

堀内孝雄&香西かおり歌謡ショー

加賀温泉 大人お一人様
1泊の旅 19,800円

日程: 11月26日(金)~27日(土)

募集人員: 40名(最少催行人員30名)

※バスガイドは乗車しませんが、添乗員が同行します

ご旅行条件: 旅行代金にはチケット入場料も含まれます

募集締切: 満員になり次第締め切りとなります

宿泊先: 加賀温泉地区

	行程表	食事
26日(金)	出発 堀内孝雄・香西かおり歌謡ショーをお楽しみください JA====加賀市文化会館====加賀温泉(泊) 13:00頃14:30/15:00頃開演~17:30頃終演 18:00頃	朝食× 昼食× 夕食○
27日(土)	出発 ショッピング お疲れ様でした! ホテル====お菓子城加賀藩====JA 9:00頃 9:10 9:40 11:30頃	朝食○ 昼食× 夕食×

太陽と珊瑚礁の離島へ

ダイナミックな亜熱帯をまるかじり!東洋のガラパゴス
マングローブジャングルを探検!おも〜れ奄美3日間

日程: 11月23日(火・祝)~25日(木)

旅行代金: 大人お一人様 99,800円(2名1室)

募集人員: 20名(最少催行人員15名)

食事条件: 朝食2回、昼食3回、夕食2回

添乗員: 同行します

その他: カヌー体験はご希望者のみとなります(別途費用)

- 1日目 福井市内発(7~8時)=バスで伊丹空港へ=伊丹空港~JL便~奄美空港=あやまる岬=ホテル
- 2日目 ホテル=大島島村=奄美物産センター=マングローブパーク=古仁屋村(グラスポート)=高知山展望台=サン奄美(休憩)=ヒカゲヘゴ原生林=ホテル
- 3日目 ホテル=奄美パーク=原ハブ屋奄美=ばしゃ山村=奄美空港~JL便~伊丹空港=福井市内着(19~21時)

なばなの里イルミネーション目盛り



旅行代金: ベゴニアガーデン入場券付

6,980円
(大人・子供お一人様)

出発日: 12月4日(土)・11日(土)

募集人員: 各40名(最少催行人員30名)

添乗員: 同行します。

行程表	食事
JA = 白鳥IC = 大垣IC = ナガシマリゾートアウトレット なばなの里(イルミネーションを) = 大垣IC = 白鳥IC = JA	朝食× 昼食× 夕食×

年金友の会の皆さんへ

「渦潮見学と淡路島 1泊2日の旅」

日程: 11月15日(月)~16日(火)

旅行代金: 28,000円 (お一人様)

申込締切: 10月29日(金)

小松空港発

エネルギーな東洋の真珠

催行決定

満喫香港とマカオ 4日間

出発日: 11月11日(木)~14日(日)

旅行代金: (大人・小人同額 ツインルーム2名一室利用)



- スタンダードクラス 105,000円
- スーパーアクラス 118,000円
- デラックスコース 130,000円

燃油サーチャージ・空港税別途 添乗員同行します
利用航空会社: 香港エクスプレス航空エコノミークラス

ベストシーズン

中部空港発ニュージーランド直行チャーター便で行く!

ニュージーランド

北から南まで大満喫
周遊8日間

旅行代金: (大人・小人同額 ツインルーム2名一室利用)

356,000円

(エコノミークラス利用)

募集人員: 70名 添乗員同行します
利用航空会社: ニュージーランド航空

催行決定

お申し込み・お問い合わせは

各支店または旅行センターまで

■ JAテラル越前旅行センター ☎0779-65-1239

ほろ酔いまつり



宿泊・宴会プラン

お好みに合わせ選べる4つのプラン

梅 竹 松 雅

●各プランA・B2つのコースをご用意しております。
大人4名様1室以上でお申し込み下さい

8,600円~ 専用パンフレットをご用意しております。



昌寿殿 清寿殿ニュース

二次会パーティーが
農協会館でできます。

特別号

結婚式のあと、地元の友人や職場の同僚に結婚の報告と喜びを伝える二次会パーティーを計画しませんか。

まかせて安心コース

お1人様 5,000円

会場準備から後片付けまでお任せください。
料理、飲み物、宴会備品すべて手配いたします。

みんなでやりますコース

お1人様 4,000円

友達同士で準備と後片付けします。
持ち込みOKです。(当日は会場係りお手伝い有)

詳しい内容やお二人の
ご希望はご相談ください。

忘・新年会のご予約受付中

連絡先

JAテラル越前 生活福祉課
昌寿殿 ☎0779-65-2242

2010 JA感謝祭

農に感謝!食に安心!元気な未来へ

とき 11月6日(土)・7日(日)
午前9:00~午後5:00



ところ JAテラル越前本店及び駐車場
福井県大野市中挾1丁目1301番地



天装戦隊
ゴセイジャー

6(土)日

7(日)日
山川豊
歌謡ショー



主催：JAテラル越前 共催：農家組合長会連絡協議会・女性部・青壮年部

笑顔の暮らし耕します
「テラル」とは、「大地にやさしい」という意味で、テラ(地球、大地)というラテン語からの派生語で、農業を守り、自然を守り続けるというJAの基本姿勢を表現しています。