

くりんぱらざ

2015
12
vol.201



特集

「クローズアップ」瀬戸市 井戸盛雄さん
農業まつり開催!



JAあいち尾東
<http://www.jaab.or.jp>

わが家の プリンス&プリンセス



父・母より一言
元気に
育ってください

豊明市 宮治 英仁くん(2歳)

- 好きな食べ物は?
納豆
- 好きな遊びは?(いつもどんな遊びをしているの?)
野球
- 大きくなったら何になりたい?
ピッチャー
- 最近の思い出教えて?
伊勢・志摩に旅行に行ったこと

家族紹介 宮治 佑輔さん(父) 晃子さん(母)

JAあいち尾東米のご紹介



12月の月間奉仕(販売期間12月1日～31日)

平成27年産 あいち尾東米	店頭通常 販売価格	組合員カードご提示価格		一般カードご提示価格	
ぐしひかり 白米 1袋	5kg	1,980円	1,630円	1,730円	
	10kg	3,880円	3,180円	3,380円	
	20kg	7,100円	5,700円	6,100円	
玄米 1袋	20kg	7,100円	5,700円	6,100円	
	玄米 量り売り	1kg	380円	310円	330円
ゆめまつり 白米 1袋	5kg	1,780円	1,430円	1,530円	
	10kg	3,480円	2,780円	2,980円	
	20kg	6,400円	5,000円	5,400円	
玄米 1袋	20kg	6,400円	5,000円	5,400円	
	玄米 量り売り	1kg	345円	275円	295円
あいちのかおり 白米 1袋	5kg	1,880円	1,530円	1,630円	
	10kg	3,680円	2,980円	3,180円	
	20kg	6,700円	5,300円	5,700円	
玄米 1袋	20kg	6,700円	5,300円	5,700円	
	玄米 量り売り	1kg	360円	290円	310円

表示価格は税込価格で表示しております。

※組合員カード・ポイントカードのご提示がない場合は優待価格は適用されません。
※日進園芸センターでは玄米量り売りは取り扱っておりません。2kg袋・5kg袋・10kg袋をご用意しております。
※玄米袋入りは、玄米のままのお渡しとなります。精米はお客様でお願いします。

瀬戸グリーンセンター	0561-21-1181	東郷グリーンセンター	0561-39-0010
尾張旭グリーンセンター	0561-53-2715	日進園芸センター	0561-72-0016
豊明フレッシュセンター	0562-92-0135	長久手グリーンセンター	0561-63-1210

お米 5kg以上お買上げで無料配達いたします!(配達はJAあいち尾東管内に限らせていただきます)
商品のお届け時に代金をお支払いいただけます。当JAの普通貯金口座をお持ちの方は、口座振替でのお支払も可能です。
(口座振替依頼書の提出をお願いします) ※5kg未満の配達は配送料300円を申し受けします。



「いいもの」を作ろうと欲が出る

それが活力

瀬戸市 井戸盛雄さん

「わからないことはたくさん。だからこそあれもこれもと欲が出来ます」と話すのは瀬戸市で露地野菜を栽培する井戸盛雄さん。まだ農業をはじめめて5年目と日は浅いが、本地区と赤津地区で合わせて10㍎の畑を一人で管理している。栽培した野菜は主にJAの産直所で販売。これからの季節は大根、ニンジン、白菜などを出荷する。

畑仕事はしたことがなかった

もとは電気関係の会社に勤めていた井戸さん。実家は農家だったが稲刈りを手伝うくらいで、畑仕事はしたことがなかった。しかし「健康で元気に暮らしていくために」と一念発起。JAを介して畑を借りている。

井戸さんは「野菜の育て方は本当に何も知らなかった。JAの営農指導員のもと、肥料のやり方や病害虫の防除など1から勉強しています」と話す。

みんなの声かけがうれしい

井戸さんは「当初は畑仕事が孤独だと感じていた」と農業をはじめた頃のさみしさを笑う。

もちろん野菜がどんどん成長していく様を見たり、収穫の時期は楽しい。それに加えて最近畑のそばを通っていく人の声かけが喜びのひとつだ。今年の暑い時期に、ニンジンの種4000粒を1粒1粒蒔いているとき、通りかかってくる人が「何してるの？」と声をかけてくれたことが嬉



品評会で目指せ金賞！



豊かな土壌とこだわりの肥料で立派な野菜が育ちます！

しかった。

「そんな地域の人たちに自分が育てた野菜を食べてもらえることが何よりやりがい。もっともっとよい野菜

菜を作ってやろうと欲が出てくる」と語る。

より上を目指して

野菜づくりをはじめて5年目となり「今度はこうしてやろう」とか「あれもこれもしたい」という思いは強くなった。農に詳しくないからこそ、新しい挑戦もできるし、人からのアドバイスも素直に受け止めることができる。

日々の管理では何よりもタイミングに注意し、種まき、水やり、追肥

祝

11月15日に開かれた瀬戸農業展の品評会で井戸さんが出品した大根が「銀賞 瀬戸市議会議長賞」を受賞しました！

など、適切な時期に行うことを心掛けていく。基本に忠実に、丁寧にやることで、今年の大根は特にうまくできたそうだ。
「今年も瀬戸農業展の品評会に出品します。いいものを作って金賞を取りたい」と熱く抱負を語ってくれた。



もくじ CONTENTS

2015.12

vol. 201

- 2 クローズアップ [瀬戸市 井戸盛雄さん]
- 4 特集 農業まつり開催!
- 6 わが町のニュース
- 8 わが町のLA紹介
- 9 笑顔のひろば/女性部部員募集
- 10 食育ソムリエおすすめレシピ/店舗イベント情報
- 12 あなたもチャレンジ! 家庭菜園/四季の花づくり
- 13 知っておこう! 農業の豆知識/Dr.レポート
- 14 営農情報
- 15 親子で学ぶ農業塾レポート/みんなで考えようわたしたちのJA
- 16 インフォメーション
- 18 みんなのお便り/読者の文芸コーナー
- 19 質問コーナー/クロスワードパズル/編集後記
- 20 わが家のプリンス&プリンセス/JAあいち尾東米のご紹介

ご来場ありがとうございました!

農業まつり開催!

実りの秋を迎え、各地域で農業まつり・産業まつりが開かれました。
会場では管内で栽培された農作物の販売や共進会の他、女性部の五平餅やJA職員による出店が催され、多くの家族連れなどにぎわいました。



特産物の
プチヴェールの
販売も

11/8
日進

日進で恒例の芋ほり。
大人も子どもも真剣!



多くの生産者が
直売所に出店



11/15
瀬戸



女性部特製五平餅は
今年も大好評



ぜんざいや豚汁の
無料配布には多くの人が
並びました

たくさんのご来場
ありがとう
ございました!

11/22
尾張旭

いなほちゃん
大人気!



11/1
豊明



いなほちゃん
紙芝居にもたくさんの
子ども達が
集まってくれました

豊明花苗組合を
はじめ産直会員
による販売は
どの会場でも人気

JA職員も
様々なブース
で活躍!



産直会員が作る
おいしい焼き芋は
いかがですか!

11/8
東郷



11/8
長久手



野菜のつめ放題は
大人気!



さわやか東郷による
バザーは大繁盛

What's 共進会

共進会とは農業の振興を図るため、農作物を集めて展示し、その優劣を品評する会。
農業まつりでは品評後に出品した農作物の販売をしており、農業まつりの目玉のひとつとして多くの人が楽しみにしています。

たくさんの方が共進会へ
自慢の農作物を出品



わが町の ニュース Town News

実りの秋!



たくさんの方が足を運んでくれました

尾張旭

駅前にぎわいフェスタ開催

直野菜の販売や女性部のオープンカフェ、尾張旭市アグリ生活研究の子どもを対象とした米粉の蒸しパン作りも人気を集めました。

またアンケートと引換に米粉パンをプレゼントし、試食した人からは「ぜひ販売してほしい」という声がありました。

長久手

医大祭で地元野菜をアピール

長久手事業本部と北部営農センターは10月31日、11月1日に愛知医科大学病院で産直野菜の販売を行いました。当日はイチジクや柿などの旬の農作物や、その日の朝に精米したあいちのかおりの量り売りを行い、2日間で120kgを販売しました。会場には同病院の患者やその家族、先生を中心に多くの人が集まり、大いに盛り上がりました。他にもハンドアラマやフラワーアレンジメントなど様々なコーナーで来場者は楽しんでいました。



いなほちゃんも応援！医大祭！



12/4～6には産直所で友の会20周年の産直まつりを開催!

豊明

緑化フェア サテライト会場で大活躍!

豊明産直友の会と花苗組合は11月1日に勅使水辺公園で産直野菜や花苗の販売を行いました。この催しは全国都市緑化あいちフェアのサテライト会場として行い、当日も同組合が栽培した花苗が会場に展示されました。

また産直友の会は栄養士が集って食育活動を行う「とくとくららぶ」と協賛。とくとくらぶは同会が育てた野菜を使い、豚汁や塩焼きそば、地元産の米粉を使ったチヂミを提供しました。

担当したJA職員は「たくさんの方に地元野菜を食べてもらえてうれしい。今年は豊明産直友の会が20周年を迎えるので、もっと積極的に活動したい」と話しました。

スポーツの秋!

東郷

チームで力をあわせて

東郷年金友の会は10月22日に東郷町ふれあい広場でゲートボール大会を開き、12チーム80人が参加しました。

参加者は終始和やかな雰囲気の中でゲームを楽しみ「ゲートボールは楽しい。体を動かすとても気持ちが良いです」と笑顔で話していました。大会の結果は、優勝 祐福寺Aチーム、準優勝 諸輪Aチーム、第三位 諸輪Bチームとなりました。

当日は絶好のゲートボール日和



瀬戸

ホールインワン、優勝めざして頑張るぞ!

瀬戸年金友の会は10月20日にグラウンドゴルフ大会を南公園グラウンドで開き、12チーム80人が参加しました。

参加者は「今日もホールインワンを出すよ!」「今年は優勝するぞ!」と闘志を燃やし、プレーに集中して心地よい汗をかきました。白熱したゲームのなか、優勝は鈴木勝さん、準優勝は大澤つた江さん、三位は杉枝繁男さんでした。10位までの入賞者には記念品が贈られ、ホールインワン賞、女性限定の敢闘賞が贈られました。

また集計結果を待つ合間に行ったホールインワンゲームでは、大きな歓声や溜息がもれ、参加者は楽しんでいました。



秋晴れのもと、プレーを楽しみました

芸術の秋!

日進

秋を創作 満足度は100パーセント!

女性部日進支部は10月15日に育苗センターでガーデニング教室を開きました。ガーデニング教室は外部講師の星野登美子先生の指導のもと年4回開き、四季折々の花苗を自分の鉢に寄せ植えをしています。今回は、キャットテールやケイトウなど8種類の花苗を使って、秋を感じる作品を作りました。

参加者は「ガーデニング教室は作る楽しさ、目で見る楽しさ、季節を感じる楽しさがあり、満足度は100パーセント。次回は葉ボタンを使ったお正月の寄せ植えを作ります」と今回の教室を心待ちにしていました。



自分の感性を思い切り発揮

全体

米野木支店 起工式

JAあいち尾東は11月2日に平成28年5月にオープン予定の米野木支店の起工式を行いました。新店舗は開発が広がる米野木駅近くに建設され、今後の人口増加を見越して、この地域のJAの新たな拠点として期待されています。

当日は吉田濱一組合長が初めの儀を行い、工事の無事と安全を祈りました。吉田組合長は「新たな支店の建設は地域の

組合員の皆さんの支えがあってこそです。しっかりと地域のJAとしての役割を果たせるようにしたい」とあいさつしました。



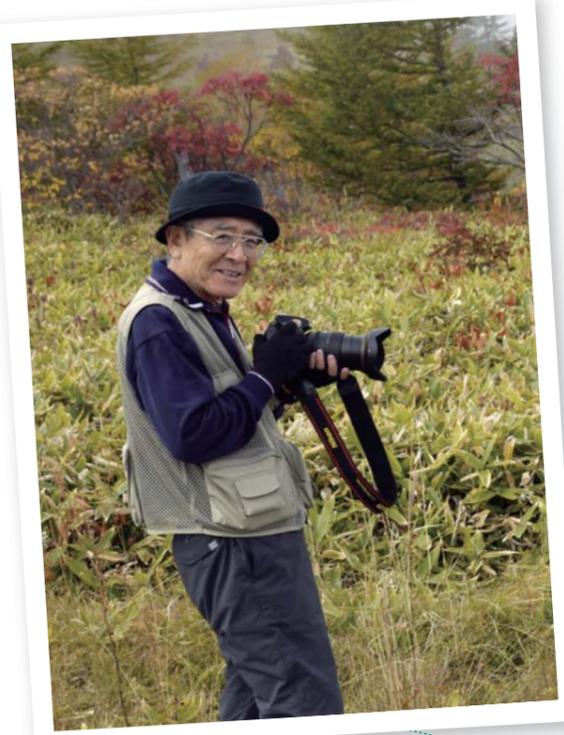
初めの儀を行う吉田組合長

笑顔のひろば

EGAO
NO
HIROBA

矢田川の撮影がライフワーク 四季の移ろいを写真に残す

尾張旭市 稲葉太史さん



「思った通りの構図、光と影の作品ができたときにやりがいを感じます。うまく撮れなくても一日の撮影の終わりになぜか達成感があります」と話すのは風景写真が趣味の稲葉太史さん。「屋外でできる趣味を」と、平成15年に写真講座を受講したのがきっかけでカメラを始めました。

撮影のために山に行くとき1日に200〜250枚も写真を撮影。写真を始めた

立山の室堂にて

頃はフィルム写真でしたが、今はデジタルとなり、レタッチ（写真を加工・修正すること）にも積極的に挑戦しています。

最近写真仲間との山歩きに同行する体力作りのため、矢田川沿いを週に5日1時間ほど歩いていきます。歩く時にはカメラを持って矢田川を題材に撮影をします。「四季の作品が集まったら写真集としてまとめた」と話してくれました。



矢田川の朝霧
日々の移ろいを記録します



琵琶湖の北にある余呉湖の朝焼け
一番印象に残る撮影場所です



これからは大胆な写真に挑戦したい

わが町のL.A紹介!!

春木支店 (TEL:0561-38-1132)



支店長からの一言

春木支店は地域の拠点の店舗となるよう職員全員で地域に親しまれる店舗作りを目指しています。

店内のギャラリーで地域の皆様の作品を展示しておりますので、来店の際にはぜひご覧ください。

皆様の来店心よりお待ちしております。



つげ やすと
柘植 保人 支店長

質問内容 ①担当エリア ②JAあいち尾東に入ったのはいつ? ③私はこんな性格です ④趣味 ⑤モットー ⑥好きな食べ物

くのせいじ 久野清二

- ① 祐福寺、春木台
- ② 平成7年
- ③ マイペース
- ④ ゴルフ、読書
- ⑤ 我思う故に我あり
- ⑥ カレーライス、きしめん

今年4月から春木支店に配属となりました久野です。JAでは地域の皆様にお得で有利な情報や商品を提供しております。貯金はもちろんマイホームやお車の購入、出産、進学、就職、結婚、退職等といったライフイベントに対してお役にたてるよう、アドバイスをさせていただければと考えております。



- ① 部田、部田山
- ② 平成21年
- ③ 正直、明るく前向き
- ④ 海外旅行、レガッタ
- ⑤ 何事もまずやってみる
- ⑥ 広島焼き、ハンバーガー、ステーキ

こばやしひろお 小林弘直

東郷地域に異動になって2年が経ちました。組合員、利用者の方々に支えられて、充実した日々が過ぎていくことに感謝です。目まぐるしく変化する社会保障制度の中で、様々なリスクに対し一緒に対策を立てていきましょう。JAでは、大きな安心を届けることができますので、どうぞお気軽にご相談ください。

やべまさき 矢部正樹

- ① 白土、三ツ池、藤坂、音貝、半ノ木
- ② 平成24年
- ③ マイペース
- ④ テニス、料理
- ⑤ 衣食礼節
- ⑥ 干し芋、ヨーグルト

今年度から春木支店に配属になりました矢部です。今年で入組4年目です。前支店が長久手支店でしたので初めての東郷地域になります。皆様に支えられながら日々業務に励んでいます。皆様のお役に立てよう頑張ります。



女性部からのお知らせ

平成27年度 主な活動内容

- 日帰り体験 ● 女性部合同旅行 (2泊3日)
- 農業祭 ● クッキングフェスタ ● 家の光大会

その他 様々な活動の内容

- みそ作り ● こんにやく作り ● 手芸
- おこしもの作り

募集対象：JAあいち尾東管内に居住する女性
年会費：300円

教室も開いています! 教室例(一例です)

- | | | |
|--|--|---|
| 瀬戸支部
● 料理
● クラフト

東郷支部
● ウォーキング
● 米粉パン | 尾張旭支部
● カラオケ
● みどり

日進支部
● 米粉パン
● ガーデニング | 豊明支部
● 絵手紙
● 米粉パン

長久手支部
● 民謡サークル
● フラダンス |
|--|--|---|

申込み方法：JAあいち尾東各支店窓口にお声掛けください。
問い合わせ先：JAあいち尾東 生活指導課 (0561) 39-0763

ブロッコリーと 油揚げのあんかけ



美容や風邪予防に良いとされる
ブロッコリーをとろりとした
あんが包みます。
和風だしを中華だしに変えて
中華風にしてもおいしいですよ!

作り方

- 1 ブロッコリーの房を切り分け、お湯で好みの硬さに茹でて皿に盛ります。
- 2 フライパンで油揚げに焼き目をつけます。
- 3 焼いた油揚げを半分に切り、8mm程の千切りにし、ブロッコリーの上に散らします。
- 4 鍋に桜えびとAのだし汁の調味料をすべて入れ、火にかけます。
- 5 だし汁が煮立ったらBの水溶き片栗粉を加え、とろみをつけます。
- 6 ブロッコリーと油揚げの上にあんをかけてできあがりです。

【1人当たり】
●エネルギー：77kcal ●食塩相当量：1.04g

材料(4人分)

- ブロッコリー……………1房
油揚げ……………小1枚
桜えび……………適量
- だし汁の調味料
- 水……………200cc
ほんだし……………小さじ1/2
薄口しょうゆ……………大さじ1
A みりん……………大さじ1
砂糖……………大さじ1/2
塩……………少々
しょうが(すりおろし)……………少々
- ※だしつゆでも代用可
- 水溶き片栗粉
- B 片栗粉……………小さじ2
水……………小さじ4

瀬戸グリーンセンター
食育ソムリエ 栗木真智子



白菜がたくさん
食べられるおかずです!
甘辛だしと豚バラのコクが
柔らかい白菜にしみて、
子どもから大人までおいしく
いただける一品です!!

作り方

- 1 白菜は2cm幅のざく切りにします。豚バラは食べやすい大きさに切ります。
- 2 鍋に水とAの調味料を入れ、火にかけます。沸騰したら豚バラを加えます。(中火)
- 3 豚バラの色が変わったら白菜を芯から、半分の量を入れ、かさが減ったら残りも加えます。
- 4 白菜をすべて入れたら、弱めの中火にし、あく取りシートで落とし蓋をして7~8分煮ます。
※キッチンシートでもOK!

Point
一度冷ますとより白菜に味がしみておいしくいただけます。食べるときに温め、お好みで七味唐辛子をかけて召し上がってください。

材料(約4人分)

- 白菜……………1/2
豚バラ(しゃぶしゃぶ用)……………(300g)
水……………600cc
- 調味料
- ほんだし……………小さじ1/2
しょうゆ……………大さじ4
A 砂糖……………大さじ1
酒……………大さじ2
みりん……………大さじ2
七味唐辛子 お好みで

【1人当たり】
●エネルギー：358kcal
●食塩相当量：2.69g

瀬戸グリーンセンター
食育ソムリエ 伊藤正枝



12月の店舗イベント情報

瀬戸グリーンセンター

- 冬の園芸・菜園ライフ 4日(金)~6日(日)
- 冬の園芸・菜園ライフ 4日(金)~6日(日)
- 豊明フレッシュセンター・西部産直センター
- 歳末セール 11日(金)~13日(日)

東郷グリーンセンター

- 産直まつり 18日(金)~20日(日)
- 日進園芸センター
- 歳末謝恩セール 18日(金)~20日(日)
- 長久手グリーンセンター
- 食・農フェア 歳末セール 18日(金)~20日(日)

Aコープ幡山店情報

- 冬の大大市 3日(木)~5日(土)
- ごちうま!鍋まつり 10日(木)~12日(土)
- Aコープ得々大市 17日(木)~19日(土)
- 冬本番!ぶりまつり 20日(日)~22日(火)
- メリークリスマス! 23日(水)~25日(金)
- Aコープで手作りお正月 26日(土)~27日(日)
- 年末大得市! 28日(月)~29日(火)
- さよなら2015 年の瀬大市 30日(水)~31日(木)

※「お米の日」毎週火曜日ポイント3倍
※組合員様限定の優待価格商品をご用意しておりますので、組合員カードを忘れずにご持参ください。

年末年始の営業案内はP17のインフォメーションをご覧ください。



**冬の手入れが
来年の成果を決めるアスパラガス**

●板木技術士事務所 板木利隆

知っておこう!
農業の豆知識 第9回

1月 **落葉果樹せん定(柿)**

せん定前



せん定後



柿は枝先に花を付けるので、段々と上の方に実を付けます。上に向かって伸びた枝は高くなってしまふので、思い切って切り戻し低くします。
一般の柿の場合、結果枝ができるのは、結果母枝の先端から3~4番目の芽までです。たくさん実を付けるには、結果母枝の先端は絶対に切ってはいけません。

せん定の時期

葉を落として休眠期に入った11月~翌年3月ごろ。

せん定の方法

- * 果実を収穫したり、木の手入れをしたりするのに都合の良い樹形をつくりましょう。
- * 現在の樹形を見て、将来どのような樹形にするかを決め、不要となる枝は、元から切りましょう。
- * 枝を途中から切ると、逆に枝の勢いが増してしまふので不要となる枝は元から切りましょう。

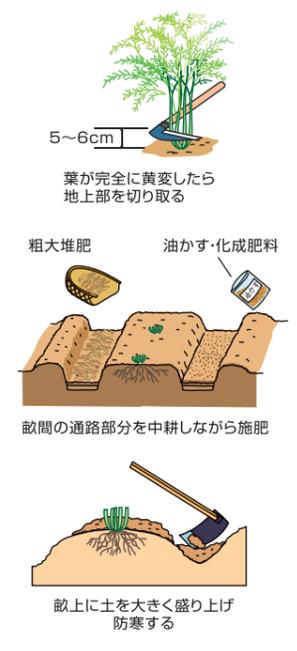
* 木の内側を向いて伸びた枝は、日当たりが悪くなるのでバッサリと切ります。同じ方向に平行に伸びた枝は、どちらか一方を取り除きます。

害虫防除

木の皮に凸凹があると、害虫が住み着いたり産卵したりしてしまうので、皮の表面を適度に削って凸凹を無くします。

1月に柿・梅・剪定講習会を開催します。詳しくはP17のインフォメーションもしくは当JAのホームページをご覧ください!

アスパラガスは、野菜の中では最も長命な部類で、一度植えれば10年ぐらいは収穫を楽しめますが、毎年良い若芽をたくさん収穫するためには、冬の手入れを適切に行うことが、ことのほか大切で。
アスパラガスの成長を年間で振り返ると、若芽の収穫を打ち切り伸ばしたままにする、葉が開いてほとんどん丈が伸び、光合成作用が活発となり、秋に入ると同化養分が根に蓄えられ、11~12月には休眠に入り、葉が完全に黄変し休眠が深まったところを見計らって、地際から5~6cm上のところで茎を刈り取り、落ちた枯れ葉と共に畑の外に持ち出し、焼却または廃棄します。この茎葉は、アスパラガスの大敵である茎枯れ病や斑点病にかかっている場合が多く、病原菌が茎葉の中で越冬して翌年の発生源になるからです。できるだけ被害葉を周辺に散らさずに、丁寧に掃き集



めて処分することが肝心です。これらの病害が発生すると、数年もたった大株でも被害を受けて大減収になってしまうのです。
茎葉をきれいに片付けたなら、まず、株元に多くの土寄せをしていた場合には土を畝間に戻します。土寄せが多くなかった場合はそのまま、畝間の通路部分を中耕しながら、畝の両側に深めの施肥溝を掘り、その中に粗大堆肥(発酵度が中程度)と、油かす、緩効性の化成肥料を施し、アスパラガスの根株を埋めるように、畝上に土を大きく上げておきます。こうすることで根株を防寒できるの、寒さが厳しい地域ほど土を多く盛り上げておきます。こうして越冬後の3月ごろ、芽の萌芽(ぼうが)に支障のない程度に土を取り除き(寄せ土戻し)、畝間に落としておきます。このとき、春の追肥として化成肥料や有機配合肥料などを、1株当たり各大さじ3杯程度を目安として与えておきます。
このように再三土を動かすことにより、地面付近に落ちていた雑草の種子の発芽を抑え、除草の手間を省くことができます。
栽培年数が長くなり株元の根茎が過密になり、株全体が浮き上がるようになったら、冬の休眠中に株を掘り下げ、分割して他の畑に株間を広げて植え替えれば、再び勢いを回復させることができます。
※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

●早川京子

四季の花づくり

ハボタン、フクジュソウで日本の冬を



冬を代表する草花として花壇を飾ってくれるフクジュソウは11月から2月までが植え付け適期です。花が咲く時期に植え付けても大丈夫、という草花です。植え付け場所は、冬には日当たりが良い、夏には日陰になるような、落葉樹の枝先の下あたりが最適です。12月になると、園芸店などで、根株が売り出されます。すでに植え付けてあるものは、4~5年経ってれば、株分けして、植え付けます。あまり長年、植えっ放しにしていると芽が小さくなつてきます。
フクジュソウといえば、元旦草という別名があることで、正月の床の間や窓辺を彩ってくれる花をイメージしますが、普通に育てると、旧暦の正月、つまり新暦では2月ごろが開花期です。園芸店などでは正月用の鉢物として売り出されますが、温度調整をして、新暦の正月に咲かせられるように育てます。
太平洋側の地域や瀬戸内地方など降雨の少ないところ、それに、防寒をしている苗を植えてある場所などは、水不足になりがちです。また、地表面には顔を見せていない球根や宿根草の植え付け場所でも、根部は活動していて、水分を求めています。こうした所には、地表面が白く乾いたら、午前中にたつぷりと水やりをしておきましょう。
水栽培の球根は、容器の底に届くほどに根が伸びてきているので、しょうから、そろそろ0度近い場所に置いて、寒さに当てるようにしましょう。2月ごろまで、十分な寒さに当てないと、良い花は咲きません。

豊田厚生病院
Dr.レポート

骨や筋肉のできものしこりを見つけた時に



整形外科外来部長 **二村尚久**

皆さんは体のどこかにしこりを見つけた時にどうしますか? かかりつけの病院に相談したり、外科や皮膚科を受診する、という方も多いと思います。実は骨にできるできものはもちろん、筋肉にできるできものは整形外科が診察することが多いのです。
骨や筋肉にできるできものは骨軟部腫瘍といい、良性腫瘍もあれば悪性腫瘍もあります。骨軟部にできた悪性腫瘍はいわゆる「癌」とは異なり、肉腫と呼ばれていますが、癌より発生頻度が少なく、稀ですが専門の治療が必要です。骨腫瘍、軟部腫瘍ともに年間3000例ほどの発生頻度であり、多くは良性腫瘍です。

実際にしこりを見つけた時にどのような検査をするかという点、レントゲンで骨の異常を確認し、超音波検査・MRI・CTなどで腫瘍の広がりや性状を確認します。ただ、画像検査だけでは診断がつかないことも多く、生検(せいけん)といって組織の一部を採取し顕微鏡の検査を行う時もあります。
治療に関しては手術治療がメインとなります。良性腫瘍の場合、痛みや見た目などで特に困っていないなら手術を行わず経過観察となる事もあります。悪性腫瘍の場合は、昔は「切断」という方法しかなかったのですが、今は周りの骨や筋肉などの組織と共に切除(広範切除)し、手足はできる限り温存するという治療が一般的になっていきます。さらに、癌と同様、化学療法を行ったり放射線治療を行ったりします。
発症の原因は様々ですが、近年では遺伝子異常が起きていることが多いことが分かってきました。この異常を起こした遺伝子をターゲットにする分子標的薬という新しい薬も出てきており、その効果について研究がなされています。万が一、体にしこりを見つけた時は「脂肪の塊だ」と放置するのではなく、まず医療機関を受診し相談してください。必要があれば総合病院や専門病院へ紹介していただき診断、治療を受ける必要があります。

ご報告

平成27年産米の共同計算について、下表の計算単位・計算費目により実施してまいりますのでご報告します。

1. 共同計算の実施単位

銘柄等	JA米・一般米
コシヒカリ ミルキークイーン ミネアサヒ	1等
ゆめまつり・大地の風 あさひの夢・祭り晴 あいちのかおり その他	2等
(キヌヒカリ・ハツシモ)	3等

2. 共同計算費目

費用	内容
仮渡金金利	仮渡金の金利
流通・保管経費	流通保管に係る経費
生産・集荷・販売経費	生産・集荷・販売に係る経費
その他経費	その他経費
検査手数料	農産物検査費用
手数料	全農・経済連 JA

お知らせ

農業研修生を受け入れる皆様・独立新規就農者の皆様にJAグループが応援します。

事前申請受付期間：平成27年12月1日から平成28年2月29日まで

①新規就農研修支援事業

研修にかかった費用を月額最大3万円助成します。

ご利用対象者	農家(法人を含む)、JAの組合員によって構成される組織(生産部会等)、JA出資法人等の研修受入農家
助成要件	以下の①～②のすべての要件を満たす方 ①研修が1年以上の期間にわたって行われる恒常的なものであること ②研修生が満18歳以上65歳未満であり、研修終了後は独立就農もしくは親元就農後5年以内に事業継承する予定であること
助成主体	JAバンクアグリ・エコサポート基金

②新規研修応援事業

JAグループ愛知が月額最大7万円を上乗せ助成します。

ご利用対象者	上記①「新規就農研修支援事業」へ申請した方のうち、愛知県内のJA組合員の農家(法人含む)、JA組合員によって構成される生産部会、JA出資法人等
助成要件	「新規就農研修支援事業」の助成要件に加え、研修生は研修終了後、愛知県において就農する予定であること
助成主体	JA愛知信連

③新規就農者営農支援事業

種や苗、肥料の購入などの農業経営にかかわる費用を年額最大20万円助成します。

ご利用対象者	独立新規就農者
助成要件	以下の①～③のすべての要件を満たす方 ①青年就農計画の認定を受けた認定新規就農者かつ独立就農者であること ②平成27年4月1日時点で就農後3年以内かつ満18歳以上45歳未満であること ③助成申請時点で日本国内において営農を継続しており、今後も継続する見込みであること
助成主体	JAバンクアグリ・エコサポート基金

お問い合わせ先

- 営農部営農企画課
- 北部営農センター営農課(瀬戸、尾張旭、長久手地区)
- 中部営農センター営農課(日進地区)
- 南部営農センター営農課(豊明地区)
- 南部営農センター営農課東郷事務所(東郷地区)

- TEL. 0561-75-0721
- TEL. 0561-63-3360
- TEL. 0561-72-0062
- TEL. 0562-92-3892
- TEL. 0561-39-1775

ふれあい農園
親子で学ぶ
農業塾
レポート

「ふれあい農園親子で学ぶ農業塾」で塾生が植えた稲苗が収穫時期を迎え、管内6か所で「稲刈り体験」をしました。

6月に植えた稲苗が成長し、田んぼを黄金色に染める景色に子どもたちは大喜び。営農指導員が鎌の使い方や注意点を説明してから稲刈りを開始しました。

しっかりと実った稲穂に子どもたちは満足げな表情。刈り終わった後に子どもたちは「大変だった!」と話しながらも、嬉しそうな笑顔を見せてくれました。



瀬戸地区の稲刈りにはケーブルテレビの取材もきました



家族で稲刈り頑張ります!

自分で収穫したお米を見て「こんなにたくさん収穫できるんだ!」と感激



よいしょよいしょ!

手元に気をつけてね!



収穫したお米だよ

みんなで考えよう わたしたちのJA

第27回JA全国大会の基本目標の柱の一つが「地域の活性化」です。JAは行政や企業にはない強みを活かして、農業者の営農とくらしを支え、地域住民が必要とする生活サービスを提供することで生活インフラ機能の一翼を担うことができました。これまでの実績をふまえてJAくらしの活動を積極的に展開して協同の輪を広げ、豊かであらう地域社会をめざします。(監修 龍谷大学農学部教授・石田正昭)

JAくらしで地域を活性化



キーワード解説 JAくらしの活動

JAの総合事業が持つ地域のライフライン機能を生かし、組合員や地域住民の自主的な活動を支え、JA自らも取り組む活動です。食農教育、都市と農村の交流、助けあい、高齢者福祉、生活文化、地産地消、健康管理などがあります。



年末年始営業案内

○=営業日 ×=休業日 △=ATMのみ稼働

	12月							1月						
	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
本店	○	×	×	○	○	○	×	×	×	○	○	○	○	○
ローン営業センター	○	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×	○
旅行センター	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
介護センター	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
やすらぎセンター	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
開発相談センター(本店・北部・南部)	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
瀬戸支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
山口支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
本地支店	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
水野支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
品野支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
瀬戸グリーンセンター	○	○	○	○	○	○	17時	×	×	×	×	×	○	○
Aコープ幡山	○	○	○	○	○	○	17時	×	×	×	×	×	○	○
Aコープ山口	○	○	○	○	○	○	17時	×	×	×	×	×	○	○
新郷ATM	△	△	△	△	△	△	△	△	△	×	△	△	△	△
パロー瀬戸西店ATM	△	△	△	△	△	△	△	△	△	×	△	△	△	△
尾張旭支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
印場支店	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
本地ヶ原支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
尾張旭東支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
尾張旭グリーンセンター	○	○	○	○	○	○	12時	×	×	×	×	○	○	○
尾張旭産直センター	○	○	○	○	○	○	12時	×	×	×	×	○	○	○
豊明支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
阿野支店	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
沓掛支店	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
豊明栄支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○

	12月							1月						
	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
大脇ATM	△	△	△	△	△	△	△	△	△	×	△	△	△	△
豊明西部ATM	△	△	△	△	△	△	△	△	△	×	△	△	△	△
豊明フレッシュセンター	○	○	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
豊明西部産直センター	○	○	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
南部営農センター 営農課	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
東郷支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
諸輪支店	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
春木支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
しみずATM	△	△	△	△	△	△	△	△	△	×	△	△	△	△
東郷町役場内ATM	△	×	×	△	×	×	×	×	×	×	△	△	△	△
東郷グリーンセンター	○	○	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	○
南部営農センター 東郷事務所	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
日進支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
岩崎支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
米野木支店	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
赤池ATM	△	△	△	△	△	△	△	△	△	×	△	△	△	△
浅田支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
日進園芸センター	○	○	○	○	○	○	12時	×	×	×	×	○	○	○
中部営農センター	○	×	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○	○
長久手支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
長久手西支店	○	△	△	○	○	○	△	△	△	×	○	○	○	○
長久手市役所内ATM	△	×	×	△	×	×	×	×	×	×	△	△	△	△
アオキスーパーATM	△	△	△	△	△	△	△	△	△	×	△	△	△	△
長久手グリーンセンター	○	○	○	○	○	○	17時	×	×	×	×	○	○	○
北部営農センター 営農課	○	○	○	○	○	○	17時	×	×	×	×	○	○	○



12月の相談日 無料相談をご活用ください!

JAあいち尾東では毎月次のとおり無料相談を実施いたしております。どうぞお気軽にご利用ください。

年金相談

社会保険労務士が年金の受給手続きや受給予定額などわかりやすくお答えします。

- 3日(木) 尾張旭支店
尾張旭東支店
- 8日(火) 瀬戸支店
豊明支店
沓掛支店
- 10日(木) 長久手支店
- 11日(金) 岩崎支店
- 15日(火) 山口支店
- 15日(火) 本地支店
春木支店
- 17日(木) 本地ヶ原支店
印場支店
- 22日(火) 品野支店
水野支店
日進支店
- 24日(木) 長久手西支店

税務・不動産個別相談会

不動産を中心とした税務、資産運用・活用に関するあらゆるご相談に専門家が親身にお答えします。

- 8日(火) 長久手支店
- 16日(水) 浅田支店(052-803-4106)

税務相談

相続税・贈与税などの税金に関するあらゆるご相談に、それぞれのケースに応じて税理士がわかりやすくお答えします。

- 8日(火) 日進支店
- 9日(水) 東郷支店
- 16日(水) 豊明支店
- 18日(金) 瀬戸支店
- 21日(月) 尾張旭支店
- 22日(火) 長久手支店

法律相談

不動産に関することはもちろん、日常のあらゆる法律のトラブルなど弁護士がご相談に応じます。

- 10日(木) 長久手支店
- 14日(月) 日進支店
- 28日(月) 長久手支店

休日ローン相談会

マイホームの購入からリフォーム・借換えなどの資金や自動車ローン等、個人ローン全般についてご相談にお答えします。

- 12日(土) 各基幹支店

相談をご希望の方は事前のご予約が必要となります。予約が一杯の場合もありますのでご了承ください。詳しくは最寄の下記基幹支店・センターへお問い合わせください。

- 瀬戸支店：TEL(0561)82-8131
- 豊明支店：TEL(0562)92-1341
- 日進支店：TEL(0561)72-0665
- 尾張旭支店：TEL(0561)54-3311
- 東郷支店：TEL(0561)39-0551
- 長久手支店：TEL(0561)63-0012
- 長久手ローン営業センター：TEL(0561)64-3100



柿・梅剪定講習会 開催します!

- 空いている土地に果樹を植えたい!
- 自宅に柿や梅が植えてあるが自己流で剪定している!
- 毎年の収量を安定させたい!
- 産直商品として、今より品質を高めたい! などお考えの方!!

下記日程にて講習会を開催いたしますので、是非この機会に疑問を解消してみませんか。

(事前申し込み不要、参加費無料)

日程	開催場所	時間
1月8日(金)	東郷地区内	柿・梅 13:30~
1月15日(金)	日進地区内	柿 9:30~ 梅 13:30~
1月15日(金)	長久手地区内	柿・梅 10:00~
1月18日(月)	瀬戸地区内	柿・梅 10:00~
1月19日(火)	尾張旭地区内	柿・梅 10:00~

※豊明地区は東郷地区と合同で開催いたします。

開催場所等の確認は、下記の各地区営農課へお問い合わせください。詳細については、当JAホームページ上にも掲載しておりますのでぜひご覧ください。



- 北部営農センター
営農課(長久手グリーンセンター内) TEL:0561-63-3360
瀬戸店(瀬戸グリーンセンター内) TEL:0561-21-1181
尾張旭店(尾張旭グリーンセンター内) TEL:0561-53-2715
- 中部営農センター
営農課(日進支店内) TEL:0561-72-0062
- 南部営農センター
営農課(旧豊明営農センター) TEL:0562-92-3892
東郷事務所(旧東郷営農センター) TEL:0561-39-1775

ホームページアドレス
<http://www.jaab.or.jp>



12月の産直市情報

- 品野支店産直市 7日(月) 9時~12時
- 山口支店産直市 21日(月) 9時~12時
- 印場支店産直市 1日(火) 9時~11時
- 尾張旭東支店産直市 7日(月) 9時~12時
21日(月) 9時~12時
- 長久手グリーンセンター産直市 19日(土) 9時~12時
- 長久手西支店産直市 26日(土) 10時~12時
- 東郷支店 15日(火) 9時~12時



営農園芸相談会開催

- 瀬戸グリーンセンター : TEL(0561)21-1181
12月6日(日) 午前10時~午後3時
- 尾張旭グリーンセンター : TEL(0561)53-2715
12月13日(日) 午前10時~午後3時

農業よろず相談

- ところ 日進園芸センター 2階会議室
 - と き 毎月第2・第4木曜日
 - 対象 日進市在住の人/市内で農業を営む人
 - 相談員 菅原真治(愛知県農業総合試験場職員OB)
- ※相談無料 申込み不要(直接会場へ・事前予約可)
TEL:0561-72-0016

年末年始開催予定
27年12月10日
28年1月28日



12月の金融キャンペーン

- 7日(月)・21日(月)貯金感謝デー
平成28年1月15日まで
- ウィンターキャンペーン
平成28年3月31日まで
- JA住宅ローンとくとくプラン
- カーライフサポートプラン
- 賃貸住宅特別プラン
- 退職金専用「さくら定期」
- 子育て応援定期積金「ファミリー積金ほほえみ」
- 子育て応援定期貯金「ファミリー定期ほほえみ」
- 相続定期貯金「想子想愛」
- 年金受給者向け定期積金「JAゆうゆう定積」
- 年金定期貯金「結いの恵み」
- 年金受給者向け定期貯金「もみじ定期」
- 年金友の会会員ご紹介プレゼント

質問コーナー

組合員の皆様からこれまでに寄せられたちょっとした疑問に一問一答でお答えします！

Q プチヴェールの旬と調理法を教えてください。

A プチヴェールの旬は12月中旬～3月上旬まで。寒くなるにつれて糖度が増えます。プチヴェールは天ぷらにしたり、2～3分茹でてサラダにして食べるのがおすすめです。また程よい甘み、クセのない味が特徴なのでシチューや炒め物でもおいしく召し上がっていただけます。

Q 粘土と砂利が混じっている土地を畑の土にするにはどうしたらいいですか？

A 粘土質の土を、畑の土にするには土壌改良剤を作付けの1カ月前くらいに散布することが大事です。土壌改良材としておすすめは「牛糞堆肥」または「腐葉土」です。これを毎年の作付け前に土に混ぜます。すぐに良質な土にすることは難しいですが、土壌改良材を使用してこつこつと年数をかけて、よい土にしてください。砂利に関しては畑を耕す際にマメに取り除くことが一番です。

各コーナーへの応募方法

●郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号及び各コーナーの必要項目を必ず明記の上、下記の宛先までお送りください。

〒470-0122
日進市蟹甲町池下213-1
JAあいち尾東
総務部 組織広報課

●必要事項

みんなのお便り
みなさんからの写真・イラスト・絵手紙などを募集
締切 毎月5日まで

●作品タイトル(写真の場合はタイトル、コメント、撮影日、撮影場所を記入)

読者の文芸コーナー
川柳などを募集。ハガキでお送りください
締切 1月号課題 12/5まで
2月号課題 1/7まで

●川柳・短歌・俳句の種類
●川柳については投句したい号の課題に対する川柳をお一人様3句以上(課題はP18読者の文芸コーナーに記載)

クロスワードパズル
ステキな商品をプレゼント!ハガキでご応募ください
締切 12月号 12/15まで

●クイズの答え
●ぐりんぶらざの中で興味をもった記事
●ぐりんぶらざに関するご意見・ご要望

ご応募いただいた方の個人情報はクイズの抽選及び本広報誌作成の目的以外には使用しません。

編集後記
先日大学時代の友人たちと「出会って10周年記念」ということで旅をしてきました。友人たちと話しているとまるで10代に戻ったような気持ちに。思い出話に花が咲き、すっかり「女子」の気分ではしゃいでしまいました。20年先も30年先も、こんなふうに集まって「女子」に戻れたら素敵だなと、改めて友人のありがたさを感じた旅でした。(大塚)

クロスワード Puzzle

■タテノカギ

- 1 書籍の本文の前に入れられるイラスト
- 4 火消しが火事場で振りまいた
- 7 お通し、先付けということもあります
- 9 100なら3、1000なら4
- 10 リンゴを丸かじりすると残ります
- 11 カレンダーや手帳に書き込みます
- 13 サケやマスの卵の塩漬け
- 15 昨日、今日、――
- 16 カヤなどを編んで作った雨具
- 17 太陽や月が輝く所
- 18 かかとのすぐ上にある出っ張り
- 20 版木に載せた紙を上からこする道具
- 21 領収書に収入――を貼った

■ヨコノカギ

- 1 枕元につるしてサンタクロースを待ちます
- 2 クリスマスイブにフライド――を食べた
- 3 切って植木の形を整えます
- 5 時刻を知るために見ます
- 6 スキーヤーが足に着けるもの
- 8 ダイニングテーブルのこと
- 12 地図記号は円
- 13 ――の上にも三年
- 14 肉はぼたんと呼ばれます
- 15 気象用語では、ひょうより小粒な物を指します
- 16 運転免許証や保険証で証明することも
- 17 年越しに付きものの種類
- 19 ――16世はマリー・アントワネットの夫

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

1	7	10		17	20
2				15	
3			13		
	8	11		18	
4		12		19	21
5	9			16	
6			14		

パズルの正解者の中から抽選で5名様に
野村たまごの煮玉子玉らん(2個入り10袋)
をプレゼント!

ハガキに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号及び、左記必要項目を必ずご記入の上、宛先までご応募ください。



今月号の当選者は
28年2月号にて
発表させていただきます。

10月号の答え
10月号の当選者
応募総数 87通
正解者数 87通

A	B	C	D	E	F
マ	ツ	タ	ケ	ワ	タ
ジ	ツ	ワ	ト	リ	イ
ワ	シ	ユ	ク	バ	
リ	カ	ビ	ン	ダ	
	コ	ソ	ワ	タ	イ
ヒ	ケ	シ	ラ	ツ	コ
ル	イ	ケ	イ	リ	ン

長久手市産自然薯をプレゼント!

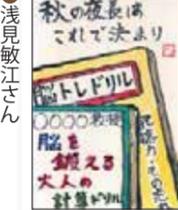
- 瀬戸市 イシイミチコ様
- 尾張旭市 シモデナオミ様
- 日進市 クリモトカオリ様
- 東郷町 ツゲシズコ様
- 長久手市 カワセサトコ様

みんなのお便り

「みんなのお便り」は読者のみなさんからの写真、イラスト、書道、絵手紙などを紹介します。応募方法は①住所②氏名③電話番号と「みんなのお便り」と明記の上、P19の宛先までご応募ください。写真の場合は、①タイトル②コメント③撮影日④撮影場所を記入してください。



●川田岩雄さん
2014年10月24日
北設楽郡設楽町
藁葺屋根
秋晴れの下、田んぼも休眠に入り、きびしい冬将軍がやってくる



●加藤清子さん
●加藤晃子さん
●水野容子さん



●水野喜美子さん



●横井恵津子さん
●窪田三津枝さん



●鈴木さつ子さん
2015年10月24日
セントレア
見学ツアー
JAのセントレア滑走路見学に孫らと参加しました。



●宇佐美順子さん
●松原恒子さん
●岩田朱衣子さん

みなさんの素敵な作品のご応募をお待ちしております!

- 投稿していただいた作品は返却いたしません。
- 誌面の都合上、投稿いただいた作品の全てを掲載することはできません。
- 写真を投稿する場合は、人物などの被写体に関する肖像権について投稿者の責任において了解が得られたものに限ります。



読者の文芸コーナー

●農協川柳1月号 課題「窓」 ●農協川柳2月号 課題「屋根」

●俳句
バツた飛ぶ自在にこの世渡りけり 良
火恋し貝捕る老女震へる手 憲 男
不揃いのりんご里より届きけり 和 子
全山の黄葉映ゆる九頭竜湖 榮 二

●短歌
戯れの値引きのことばみとめられ ブルーベリーをやむを得ず買ふ
血のやうな耕作のうたひし曼珠沙華 埋まる畦道まこと血の色
鈴虫は籠にかわれて鳴きとおす 温泉宿の静かなる夜
菜園に白い小花をびつしりと 膝丈ほどに華は伸びをり
コスモスが一面になびく谷間に 若き僧侶の衣陽にはえる
一軒家に二世帯住みて生活す 互いに頼り気ままに生きる
首塚や菊香ほのかな古戦場 参詣者絶えざり国の史跡は
お互いに親を送って十余年 やつと会えたねいとこの磯ちゃん
盂蘭盆会急ぐ僧侶を見送りぬ 我が家の平安無事に過ぎゆく
級友に会う手土産は産地もの 心ばかりのほんのおしるし
今の今年月重ね八十路過ぎ 日々の暮らしを支え合いして
柗原の廃校訪ねし授業受け 遠き想いに目頭熱く
年重ねだんだん母に似てきたと 鏡を見てはつぶやく日頃
木曾路へのバスの窓外秋の色 稲穂に映ゆる彼岸花の赤

●農協川柳抄 題「遅い」 山田八郎選(順不同)

遅くなるメール一本くれたなら 金送れ返事遅速に腹が立ち
遅い春やつと結婚決めた秋 まつ枝 遅れ来たバス待つ日暮虹の橋
急行に進路をゆるずる鈍行車 晴 子 遅刻するランドセル音立て駆ける
年毎に待たせてすまぬ遅い足 加 寿 幸せは遅播きなのにぬき菜食べ
ふんわりと余生楽しむ亀の足 和 彦 気を付けて老人渡る広い道
遅遅として進まぬ作業年老いし 洋 子 遅くまで残業していた楽しい日
遅遅としてアラブに春はいづくるの 心 遅くまで残業していた楽しい日