

ぐりんぱらざ

2016
1
vol.202



新春企画 プチヴェールレシピ！
「クローズアップ」 いちご部会 設立



JAあいち尾東
<http://www.jaab.or.jp>

JA米のすすめ

食の「信頼」が求められる昨今、消費者の方々から「信頼」を得ることができるよう、JA米は「安全・安心」をコンセプトとし、商品を提供できるよう努めています。

JA米って何？

■生産情報がきちんと記録されたお米

国が定めた農薬使用基準を厳守し、使用した農薬・肥料などに関する生産情報を「栽培履歴帳票」にきちんと記録しています。

■銘柄が確認された種子を使用したお米

JA米の産地では、銘柄の確認された種子を購入して使うなど、銘柄の純粋性を保つための努力をしています。

■法律で定められた検査を受けたお米

国の法律に基づいて、品質の良否、異物、被害粒混入、水分などお米の格付けを行う検査を受検したお米です。

あいち尾東のお米

銘 柄	あいちのかおり	こしひかり	ゆめまつり
特 徴	大粒でつやと粘りのバランスが最高	しっかりとした旨みと粘りが特徴	おかずの味を引き立てるあっさり味
外 観	粒形が崩れにくい	ふっくらとした炊き上がり	安定したきれいな炊き上がり
味	何にでも合うあっさりした味	甘味が強い	冷めてもおいしい
粘 り	粒感を感じるしっかりとした食感	粘りはやや強く、ふっくらとした食感	ほどよい粘りであっさりとした味わい
メニュー特性	寿司・丼もの・チャーハン等	お弁当・おにぎり等	お弁当・おにぎり等
総 評	大粒でしっかりとした食感が評価され学校給食にも採用されています	粘り・甘味のバランスがよく、白飯用に適した品種です	大粒であっさりとした食味は和洋食の料理を選ばず、外食店等を中心に採用されています

1月のお買得銘柄は ゆめまつり！



1月の月間奉仕（販売期間1月5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
	白米 1袋	5kg	1,780 円	1,430 円	1,530 円
		10kg	3,480 円	2,780 円	2,980 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

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。お近くのコイン精米機をご利用ください。

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

ぐりんぱらざ

vol.202
2016.1.1発行

ホームページ <http://www.jaab.or.jp>

発行／JAあいち尾東 総務部組織広報課
〒470-0122 愛知県日進市蟹甲町池下 213-1
TEL.0561-72-0033 FAX.0561-72-8151



信頼され続けるJAづくりを



あいち尾東農業協同組合
代表理事組合長 吉田 濱一

新年あけましておめでとうござい
ます。組合員の皆様には清々しい新
年をお迎えのこととお慶び申し上げ
ます。

平成27年は個人消費が伸び悩む中
で、米をはじめとする農産物価格も
低迷するなど、農家経営にとって厳
しい年となりました。加えてTPP
参加の大筋合意や政府の農業・農協
改革などによって、農業に対する先
行き不安が高まった年でもありまし
た。

こうした情勢を踏まえて、当JA
は組合員の実態や意向調査などをも
とに「第5次中期3か年計画」を策
定し、総代会において承認をいただ
きました。

計画は、JAに課せられた使命と
目標を明確にし「原点回帰がもたら
すJAらしさ、地域農業の未来を見

据えて地域と人をつなぎむすびま

す」をメインテーマに①地域農業の
未来を見据えた態勢づくり②集まる
場所、組合員のよりどころづくり③
総合力の強みを生かしたJAのファ
ンづくりを方針としております。

JAの役割である「地域農業の育成
と健康で豊かな暮らしの実現」に向
けて計画を具体化し、着実に実践し
ていかねばなりません。このことが
農業・農協改革に応え「信頼され続
けるJAづくり」につながるものと
考えております。格段のご理解とご
協力を賜りますようお願い申し上げ
ます。

最後になりましたが、皆様の益々
のご多幸をご祈念申し上げます。新
年のご挨拶とさせていただきます。

謹賀新年

旧年中は格別のお引き立てを賜り厚くお礼申し上げます。
本年も倍旧のご愛顧の程ひとえにお願い申し上げます。

平成二十八年 元旦

代表理事専務理事	石黒秀一
常務理事(管理担当)	松島仁
常務理事(金融共済担当)	西本明
常務理事(営農生活担当)	成田博久
瀬戸地域総括理事	加藤基
尾張旭地域総括理事	水野覚
豊明地域総括理事	早川清司
東郷地域総括理事	石川正務
日進地域総括理事	市川豊
長久手地域総括理事	近藤鋭雄
代表監事	出原美和
常勤監事	三浦有二

おせち料理の



歳神様をお迎えし、新年を祝うお正月は、昔から受け継がれてきた様々
なしきたりや習慣が定着しています。その中でも今回は、お正月の代表的
な料理である「おせち」についてご紹介します。

「おせち」とは？

お正月に食べるお祝いの料理である
「おせち」の語源は、節句の一番最初に
あたるお正月に神前にささげる料理「お
節句（お節供）」が変化したものと言わ
れています。神様を迎えている間は、騒
がしくせず、台所での煮炊きを慎むとい
う風習により日持ちする物を年末にたく
さん作っておき、三が日の間はそれを食
べるならわしがありました。また、重箱

おかずのいわれ

■昆布巻

昆布は「よろこぶ」
の言葉にかけて、おめ
でたい食材とされてい
ます。煮しめの結び昆
布や昆布巻きなどおせち料理にはかか
せません。



■数の子

ニシンの卵のこと。
たくさん卵を産むニシ
ンにあやかっつて子孫繁
栄を願います。



■エビ

腰がまがりヒゲが長
いことからお年寄りを
連想させるエビには長
寿の願いが込められて
います。



■黒豆

元来「まめ」という
言葉は丈夫・健康を意
味し「まめに働く」と
いう語呂合わせや黒色
には魔除けの力があると言われ、おせ
ち料理で活躍するおかずです。



■田作り

稲を植える時に、豊
作を願う小鯛を田畑に
肥料として撒いていた
ことから「田作り」と
名づけられおめでたいおかずです。



■栗金団

金の団子と書くこと
からお金がたくさん集
まっている様子を表
し、見た目や色合いも
豪華なのでおせち料理の定番となりま
した。



2	新年のごあいさつ
3	おせち料理のいろいろ
4	クローズアップ[いちご部会 設立]
6	わが町のニュース
8	笑顔のひろば 新採用職員募集
9	わが町のLA紹介
10	食育ソムリエおすすめレシピ 店舗イベント情報
12	新春企画 プチヴェールレシピ
14	あなたもチャレンジ! 家庭菜園 四季の花づくり
15	知っておこう! 農業の豆知識 Dr.レポート
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	JA米のすすめ JAあいち尾東米のご紹介



生産者同士のつながりで 地域のイチゴを盛り上げる



力をあわせてより良いイチゴを栽培します！

JAあいち尾東いちご部会 設立

平成27年12月1日にJAあいち尾東いちご部会が設立しました。部会員は管内の生産者6人です。本店で開かれた総会には生産者をはじめ吉田濱一組合長も参加し、部会の運営について話し合いました。その後愛知県農業総合試験場の森くみ子指導員による講演も行い、最新のイチゴの栽培技術について学びました。

目的と今後の活動

部会はいち尾東管内にイチゴの新規就農者が増加したことを受けて設立。生産者が連携して栽培技術の向上と販売技術を強化し、安全・安心な農産物の生産および品質の向上を促進。地域に根差した農産物を作ることを目的にしています。今後、イチゴの収穫がピークを迎えるため、具体的な活動は6月以降に会議や研修会、県外視察などを行っていく予定です。部会員同士が情報を共有し協同活動によって、販売方法やイチゴの加工など地域のイチゴを盛り上げていくための新たな手法を探っていきます。

会長あいさつ

近藤 守信 会長

いちご部会の設立にあたり、多くの人の協力を賜り、まずはお礼申し上げます。

この部会では地域のイチゴ生産者が交流することで、横のつながりを強め、地域全体のイチゴの品質を向上することが目的です。

この地域は大きな消費地が近いいため、部会員が協力することで質・量ともに安定供給することができると思います。今後、部会全体でイチゴの地域ブランドを高め、新たな生産者を育成することにより、管内農業の発展にもつながるような活動をしていけたらと考えています。

メンバー紹介

- ①生産地 ②品種 ③販売場所 ④こだわりを一言！

豊明アグリサービス
専務 杉浦 耕さん

- ①豊明市沓掛町 ②章姫、紅ほっぺ ③直売所 アグリファーム (豊明市沓掛町曙1) ④食感、甘味、大きさと付加価値の高いものにこだわっています。

近藤 泰さん

- ①東郷町諸輪 ②紅ほっぺ、清香、アスカルビー、女峰 ③東郷町諸輪いちごの郷 (東郷町諸輪吉田88) 長久手グリーンセンター あぐりん村 ④直売ならではの品種ごとに持つそれぞれの味や香りを最大に生かせるように努めています。

近藤 守信さん

- ①東郷町春木 ②章姫、紅ほっぺ、おいこベリー、かなみひめ ③直売所 コンドウ農園 (東郷町春木折橋738の3) ④安心安全を第一としておいしいイチゴ作りで消費者にアピールしていきます。併設するいちご狩り園も来た人に「また来たい」と思ってもらえる園にしていきたいです。

與語 芳樹さん

- ①長久手市岩作 ②章姫 ③長久手グリーンセンター、あぐりん村 ④化学農薬を極力使わず、低農薬のイチゴ栽培にこだわっています。

小林 すみえさん

- ①東郷町和合 ②章姫 ③東郷グリーンセンター ④昔ながらの土耕栽培で甘いイチゴを育てています。1月頃から販売予定です。

高橋 哲也さん

- ①日進市米野木町 ②章姫 ③直売所 とれたて 苺農園タカハシ (日進市米野木町1025) 日進園芸センター マックスバリュ 米野木店 ④味にこだわって完熟イチゴの販売をしています。

新春 プレゼント!

今回いちご部会の設立を記念して、6名様にイチゴ2パックをプレゼント！ご希望の方は平成28年1月15日までに以下の事項をご記入の上、ハガキでご応募ください！※どの生産者のイチゴが当たるかは未定です。※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

宛 先

〒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
イチゴプレゼント係

応募締切

平成28年1月15日 (金)

記入事項

・郵便番号・住所・氏名
・年齢・電話番号
・いちご部会メンバーへの
メッセージ



ご応募いただいた方の個人情報はプレゼント抽選の目的以外には使用しません。



わが町の ニュース

Town News

日進 古都奈良に思いを馳せる

J・A・日進女性交通安全安全クラブ

交通事故のない地域社会を目指す
J・A・日進女性交通安全安全クラブは11月26日に日帰り親睦会を開き、33人が参加しました。
親睦会では平成の大改修中の世界遺産薬師寺と貴重な国宝展示がある興福寺国宝館を見学しました。薬師三尊像のある金堂で住職のユニークな法話を

聞いた後、薬師寺境内を見て回りました。興福寺国宝館では、教科書で見た仏像を身近に見ることができ、奈良時代の芸術と文化に感動していました。
木全米子会長は「この親睦会が会員

いにしえの都を満喫



皆さんの交通安全運動の活力に繋がればうれしいですね」と感想を述べました。

尾張旭 ゆったり日帰り旅行

尾張旭年金友の会

尾張旭年金友の会は11月6日に親睦日帰り旅行に出かけました。旅行には58人が参加。静岡県浜松へ出かけ、スズキ自動車歴史館にて自動車・バイクの展示を楽しみました。
また館山寺のホテルでミニ懐石料理の昼食と入浴を楽しみました。同会の大竹英夫会長は「会員の健康を祈念するとともに、皆さんの協力で会員の増加を目指したい」と挨拶をしました。

帰路には浜松航空エアーパークとさかな家物産店を訪れ、参加した会員は楽しんでいました。



いろんな車が並んで面白い！

長久手 さあ！とことん元気に楽しく歩こう！

いきいき血管教室

長久手支店は11月20日に4回目の「いきいき血管教室」を開き、11人が参加しました。この教室は事前に参加者を募集し、愛知厚生連が主体となつて10月から翌3月までの全9回行います。
当日は講師に厚生連の渋谷明氏を招き、体力テストやウォーキングについて説明を受けました。その後ウォーキング体験

で①基本のフォームを意識して腕を振らずに歩く。②腕を後ろに引きながら、踵で着地、つま先で蹴りだし歩くということを意識して行いました。
参加者は「専門スタッフが支援してくれるので安心して元気に楽しくできました」と話していました。



正しいウォーキングが健康につながります

豊明 女性のための 税制セミナー開催

豊明支店

豊明支店で11月19日に女性を対象に税制セミナーを開きました。税理士の鈴木里果氏を講師に招き「女性のための相続税と消費税の基礎知識」をテーマに講演が行われ、21人の参加者が熱心に耳を傾けていました。参加者は「丁寧な説明でとても分かりやすく勉強になりました」と話していました。



家計にスポットをあててわかりやすく！

東郷 ホールインワンに歓声！ グラウンドゴルフ大会

東郷年金友の会は11月20日に愛知池運動公園で第14回グラウンドゴルフ大会を開き、115人が参加しました。
競技は終始白熱し、みなさん真剣な眼差しで楽しんでいました。ホールインワンが出ると「ヤッター！」と大きな歓声上がり、今大会ではなんと43人の方がホールインワンを達成し、大いに盛り上がりました。

ゲーム終了後にはホールインワンゲームも楽しみ、参加者は「もともとと練習して上手になりたいし、次回も参加したい」と話していました。



練習の成果を発揮できました！

全体 アロエベラをテレビで紹介

J・Aあいち尾東

J・Aあいち尾東は、東海テレビの情報番組「スイッチ」の取材を受け、尾張旭のアロエベラを紹介され、11月25日に放映されました。
取材当日の11月11日には尾張旭の生産者樋口みよ志さんがタレントのチャンカワイさんと一緒に収穫作業を行い、栽培方法などを説明しました。その後収穫したアロエベラを使ったマザーポーアロエなどの料理を振る舞い、チャンカワイさんは「おいしい！」とよりもりと食べていました。



最後はみんなで「ほれてまうやろ〜」

瀬戸 行ってきました、大人の遠足

瀬戸支店 特別企画

瀬戸支店は10月29日に支店特別企画の日帰りバスツアーに出かけました。当日は35人が参加。飯田線の秘境路線天竜峡から全国秘境駅ランキング19位の為栗^{しんがの}まで乗車し、一旦下車して駅周辺を散策したり写真を撮ったり、吊り橋を渡ったりしました。

その後国の重要文化財である「杵原学校^{きねはらがっこう}」で授業体験をしました。杵原学校について話を聞き、童謡「ふじの山」「ふるさと」をオルガンの伴奏にのって合唱しました。説明もユーモアたっぷり笑顔いっぱい授業体験でした。



音楽の授業はみんなで合唱

わが町のLA紹介!!

日進支店 (TEL:0561-72-0665)



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

支店長からの一言

杉本くんは「迅速」「親切」「丁寧」をモットーに、お客様からの相談に応えます。

田中くんは格闘技を趣味とする「優しさ」と「たくましさ」を備えた若手のホープです。

個性的な二人ですが「安心してください。良い人ですよ!」組合員の皆さん、気軽に声をかけてください。



いとう たけし
伊藤武史 基幹支店長



- ①藤枝町、蟹甲町、藤塚、南ヶ丘、折戸(笠寺山・西田面・定納)
②平成8年
③几帳面
④家庭菜園
⑤親切と誠実
⑥パスタ

すぎもと ひろ ただ
杉本裕忠

JAの存在意義を改めて再認識し「組合員・地域の皆様のために」を常に考え、くらしのよりどころとしての役割を担っていきたくと考えています。

た なかしん いちろう
田中慎一郎

- ①藤島、東山
②平成19年
③正直者
④読書
⑤一日、一日大切に!
⑥カレー

今年度、日進支店に異動になりました。初めての地区なので最初は戸惑いでしたが徐々に慣れてきました。

地域の皆様に満足していただけるような提案、アドバイスをさせていただきますのでよろしくお願いします。



笑顔のひろば

EGAO
no
HIROBA

「俳句はその場の雰囲気を読むもの」と話すのは俳句が趣味の寺島初美さん。俳号は寺島初巳。自身で句会を開くなど俳句の道を歩んでいます。俳句研究にも多く携わり、大辞典の纂さんに関わったり、講演も数多く行いました。2千〜3千もの俳句を作り、犬山市の句碑林に建立した「二山の靈気を囲む木の芽かな」が代表作。平成2年からは俳句雑誌「蒼穹」を主宰し、その数は134号にもなりました。

叙勲は地道な努力のあかし

長久手市 寺島初美さん



2/1から募集が始まる長久手市俳句大会でも選者を務めます



受章を家族とお祝い

授与された瑞宝小綬章が大事に飾ってあります



そんな寺島さんは平成27年に愛知県教育センター部長や県立瀬戸西高等学校の校長を務めた公的な教育活動が評価され、瑞宝小綬章を授与されました。「自分は勉強が好きでなかったけれど懸命に学んだ。その結果として叙勲授与は喜ばしい」と誇らしげに話してくれました。

平成28年度 新採用職員募集

採用人数：若干名
採用職種：事務職・営業職・販売職
勤務地：瀬戸市・尾張旭市・豊明市・東郷町・日進市・長久手市

応募資格：
(大学卒) ①平成2年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく大学を卒業した方、または平成28年3月までに卒業見込みの方
(短大卒) ②平成4年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく短期大学及び高等専門学校を卒業した方、または平成28年3月までに卒業見込みの方

募集期間：平成27年12月10日(木)～平成28年1月15日(金)
就職説明会：平成28年1月13日(水) (要予約)
応募方法：当組合ホームページに募集要項を掲載しております。確認の上、人事教育課までお問い合わせください。

お問い合わせ先

〒470-0122 愛知県日進市蟹甲町池下213-1
あいち尾東農業協同組合 総務部 人事教育課 採用担当
TEL：0561-75-0713 (直通) FAX：0561-72-8151
E-mail：jinkyou@jaab.or.jp

個人情報の利用

お預かりしました提出書類等は、新採用職員選考以外の目的には使用いたしません。

新野菜「桃かぶ」は生食が
おすすめのサラダカブ。
千枚漬にするとピンクが
鮮やかなので、お正月に
ぜひ作ってみてください！

かぶ&桃かぶの千枚漬

長久手グリーンセンター
食育ソムリエ 加藤かしこ



作り方

- ① かぶと桃かぶは皮をむき、2mmほどにスライスします。

Point
桃かぶは皮ごと千枚漬にするとさらに桃色
が鮮やかに！
※写真ではむいた皮と一緒に漬けています。

- ② かぶ千枚漬の酢のもとを浸るまで入れ、
半日くらい冷蔵庫で漬け込みます。

フレンチ味噌も
かぶ千枚漬の酢も
長久手グリーンセンターで
販売しています！
おいしいかぶや大根と
一緒にいかがですか？

材料（4人分）

かぶ……………中 1 個
桃かぶ……………中 1 個
かぶ千枚漬の酢

【1人当たり】
●エネルギー：33kcal
●食塩相当量：1.5g



フレンチ味噌

かぶ千枚漬の酢

1月の店舗イベント情報

瀬戸グリーンセンター

● 早春の菜園&園芸作業フェア 22日（金）～24日（日）
尾張旭グリーンセンター
● 早春の菜園&園芸作業フェア 22日（金）～24日（日）
豊明フレッシュセンター・西部産直センター
● 冬の園芸セール 15日（金）～17日（日）

東郷グリーンセンター

● 新春セール 15日（金）～17日（日）
日進園芸センター
● 新春セール 15日（金）～17日（日）
長久手グリーンセンター
● 食・農フェア 15日（金）～17日（日）

食育ソムリエ

おすすめ
レシピ

ふろふき大根の 肉味噌のせ

長久手グリーンセンター
食育ソムリエ 藤本麗子



材料（約4人分）

■ふろふき大根
大根……………1／2本
生米……………大さじ1
だし昆布……………約10cm
しょうゆ……………小さじ1
大根の葉……………適量
■肉味噌
鶏ひき肉……………100g
フレンチ味噌…大さじ4

【1人当たり】
●エネルギー：110kcal
●食塩相当量：1.14g

作り方

- ① 大根は2cm程度の厚さに切り、皮をむいて面取りします。片面に十字に包丁を入れておきます。
- ② 【大根の下茹で】大根を重ならないように皿に並べ、生米をばらばらとふりかけます。大根の半分の高さまで水を入れ、ラップをして500wで10分かけた後、ぬめりを取るために水洗いします。
※レンジを活用することで煮る作業を時間短縮します。レンジを使わない場合は③の工程で生米をいれ、40分～50分弱火でじっくりと煮ましょう。
- ③ 鍋に大根がかぶるくらいの水とだし昆布、しょうゆを入れ、弱火でお好みの固さまで煮ます。（15分～20分程度）
- ④ 大根の葉は熱湯にくぐらせ、水で冷やしてから水気を切って粗めにきざみます。
- ⑤ 【肉味噌】鍋に③のお湯をお玉一杯ほど入れ、煮立ったらひき肉を入れてほぐし、フレンチ味噌を入れて煮詰めます。
※ひき肉は先に湯通ししたほうがあっさりしておすすめ！
- ⑥ 大根に⑤の肉味噌をかけ、大根の葉を添えて出来上がり！

※「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。

Aコープ幡山店情報

● 祝！成人の日 7日（木）～9日（土）
● 寒の旬、冬の大雪！鍋物まつり 14日（木）～16日（土）
● Aコープ得々大市 21日（木）～23日（土）
● 農協の肉まつり 28日（木）～30日（土）

ポイント2倍



毎月10日は組合員デー！（Aコープは除く）

組合員に限り、レジでのお買上げポイントが2倍となります。

※長久手グリーンセンター・東郷グリーンセンターでは10日が定休日の場合、
翌日の11日が「組合員デー」となります。
※組合員カードのご提示がない場合はポイントの付与ができません。



プチヴェールのナムル
長久手グリーンセンター 藤本 麗子

作り方

- (1) プチヴェールはざく切りし、塩を入れたお湯で茹で、もやしも洗って茹でます。
- (2) 茹であがったら水気をしっかりと切ります。
- (3) ★の調味料で混ぜて完成です。

材料(4人前)

- プチヴェール……1袋
- もやし………1袋
- しょうゆ…大さじ1
- 酢………小さじ1
- ごま油………少々
- 白ごま……お好みで



プチヴェールケーキ★
尾張旭グリーンセンター 島山 奈緒

作り方

- (1) 葉はかたい部分は取り除いて、フードプロセッサなどで細かく刻みます。
- (2) ボウルにホットケーキミックス、砂糖、たまごを入れて軽く混ぜてから、豆乳と溶かしたバター、プチヴェールの葉を入れて、よく混ぜ合わせます。
- (3) 炊飯器にうすくサラダ油をぬり(2)を入れて、炊飯器の「炊く」ボタンを押します。
※5合炊きの電気炊飯器推奨。竹串をさして生地がついてきてしまう場合はもう一度「炊く」ボタンを。

材料(4人前)

- ホットケーキミックス…200g
- 豆乳………100cc
- バター………10g
- 砂糖………20g
- たまご………1個
- プチヴェールの葉………4枚
- サラダ油………少々

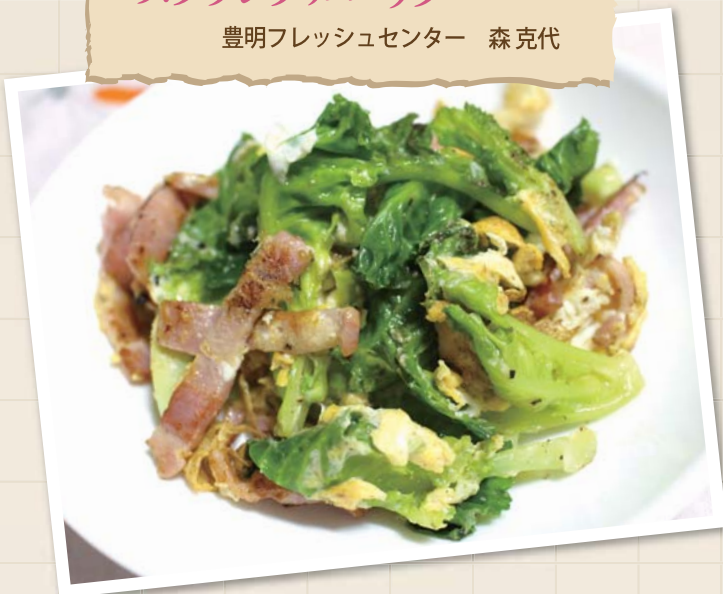
プチヴェール部会と食育ソムリエの試食会も開催!

- 瀬戸グリーンセンター 1月23日(土)
- 尾張旭グリーンセンター 1月23日(土)
- 長久手グリーンセンター 1月16日(土)
- 日進園芸センター 1月16日(土)
- 東郷グリーンセンター 1月26日(火)
- 豊明フレッシュセンター 1月16日(土)
- 豊明西部産直センター 1月23日(土)

※いずれも9:00から行います。
なくなり次第終了ですのでお早め!

プチヴェールとベーコンのスクランブルエッグ

豊明フレッシュセンター 森 克代



材料(4人前)

- プチヴェール…1袋
- ベーコン………4枚
- たまご………2個
- オリーブオイル………大さじ1
- 塩・コショウ…少々

作り方

- (1) プチヴェールを食べやすい大きさに切り、塩を加えたお湯で1分程度茹でます。
- (2) ベーコンは幅1cmに切ります。
- (3) フライパンにオリーブオイルをひき、ベーコンを入れます。さらにプチヴェールを加え、軽く炒めます。
- (4) 溶いたたまごを流し入れ、たまごがお好みの固さになったら、塩・コショウで味を調えて出来上がり!

新春企画 食育ソムリエ プチヴェールレシピ!



プチヴェールのココット
日進園芸センター 吉永 豊子

作り方

- (1) キャベツとプチヴェールを千切りにし、さっと茹でます。
- (2) 水気をよく切って、マヨネーズ、塩・コショウと和えます。
- (3) (2)を耐熱皿に入れ、真ん中にたまごを割り入れます。チーズをのせてオーブントースターでお好みのたまごの固さまで焼きます。(10分程度)

材料(4人前)

- プチヴェール……1袋
- キャベツ………1/4個
- たまご………4個
- マヨネーズ………適量
- とろけるチーズ…適量
- 塩・コショウ…少々



プチヴェールのスムージー

東郷グリーンセンター 近藤 章子

作り方

- (1) バナナとリンゴは皮をむいて適当なサイズに切ります。プチヴェールも適当なサイズにちぎります。
- (2) プチヴェール、バナナ、りんご、水をミキサーに入れて、攪拌します。

あいち尾東の特産物「プチヴェール」は今が旬! クセが無くほんのり甘いことからどんな料理とも相性抜群です!今回は特別企画として各地域の食育ソムリエからプチヴェールレシピをご提案します!「食べ方がよくわからない」という人もぜひ作ってみてください!

プチヴェールときのこのガリ бата炒め

瀬戸グリーンセンター 伊藤 正枝

作り方

- (1) プチヴェールは洗って軸に切り込みを入れ、4つに分けます。
- (2) ベーコンは2cm幅、ぶなしめじは子房に分けます。にんにくはみじん切りにします。
- (3) フライパンにサラダ油とにんにくを入れて火にかけ、にんにくの香りがしてきたらベーコン・プチヴェール・ぶなしめじを入れて炒めます。
- (4) 火が通ったらバターを加え、塩・コショウで味を調えます。

材料(4人前)

- プチヴェール……1袋
- ぶなしめじ………1袋
- ベーコン………2枚
- にんにく………1片
- サラダ油………大さじ1/2
- 塩・コショウ……少々
- バター………大さじ1



材料(1人前)

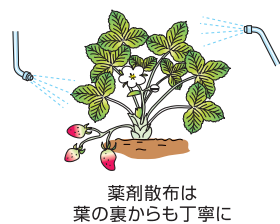
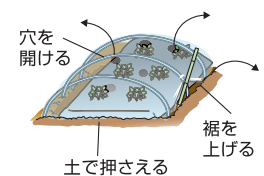
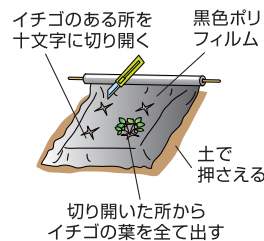
- プチヴェールの葉………2~3枚
- バナナ………1本
- りんご………1/2個
- 水………60cc

越冬後のイチゴの管理

秋に植え付けた露地栽培のイチゴは、冬の本格的な寒さの下で体を縮めて休眠状態に入っていました。厳寒期を過ぎるころ（関東以西の平たん地では2月上旬）から、にわかに新葉が勢いついてきます。

このころ、株元付近の枯れかかった葉を、付け根からかき取り、きれいに整理し、畑が乾いていたらたっぷり灌水（かんすい）し、畝の肩に化成肥料と油かすを1株当たり各小さじ1杯ほど施し、通路の土をかぶせ畝の形を整えておきます。イチゴの根は肥当たりしやすいので、株のすぐ近くに肥料をまいたり、肥料を大きく耕し込み、根を傷めないように注意してください。

追肥した後で、図のように黒色のポリエチレンフィルムのマルチをします。マルチングすることにより、それから開花、肥大してくる果実に、



雨で土が跳ね上がるのを防ぐとともに、地温上昇を図り、雑草を抑止し、さらに地面からの水分蒸発を抑えて乾燥を防ぎ、肥料の流亡や土の固結を防ぐなど、さまざまな効果が期待できるのです。

マルチの手順としては、育っているイチゴの上にフィルムを覆い、風で飛ばされないように、周囲の裾に土を掛け足で踏み付けておきます。そして、イチゴの株で盛り上がっている位置のフィルムに、刃物で切り目を入れ、イチゴの葉を傷めないように丁寧に、全ての葉をフィルム上に出してやります。株元が大きく破れたらその部分を土で押さえておきます。また株間に一握りの土を置き、風によるばたつきを防ぐようにしましょう。

この他に、イチゴの収穫時期を早めたい場合には、同時に市販の骨材を立て、フィルムをトンネル状に覆ってやります。これにより収穫を約20日ほど早めることが可能です。トンネルの裾には土を掛け風で飛ばされないようにしておきますが、日中の気温が30度以上にならないよう、頂部に穴を開けるか、所々裾を上げて換気することを忘れないでください。

マルチもそうですが、このトンネル掛けも、あまり早く行い過ぎると、咲いた花が低温に遭い、黒変枯死してしまうので、適期を守ることが大切です。

●早川京子

四季の花づくり

この時期、

年間計画に 思い巡らせよう

秋まきで育ててきた苗物には水やりをしますが、まだ地上部に顔を出していない球根類も、土の中では盛んに根を活動させています。水やりを忘れないように。土の表面が白く乾いてきたら、たっぷりやっておきます。午前中の気温が上がるころに、やっておくのがよいでしょう。

真冬の花壇の作業はそれほど多くはありません。この時期に花壇の土の若返り作業と今年の花壇づくりの構想を練っておくのはどうでしょうか。

花壇の若返り作業は、春咲き草の苗や球根などの植わっていない、空いた花壇を深く打ち起こすものです。深さ30cmほどにスコップやくわで深い所の土を掘り起こし、表面の土をひっくり返して下層にしているのですが、かなりの重労働ですから、作業の少ない時期に、少しずつ進めたいものです。こうすることで、下層の土が冬の風雨にさらされて酸素を含み、また土中に潜んでいる病害虫に太陽光を当てて、密度を減らす効果も狙います。天地返しとか寒ざらしともいいます。打ち起こした後は、消石灰をまいておきます。酸性土壌の矯正のためです。



花壇づくりの構想を練っておくと、適期の作業実行に役立ちます。これも比較的暇なときにやっておくとよいでしょう。何月にはこの花、翌月にはあの花という、およその開花期を並べて、年間の花暦を作り、種まきどきを添え書きしておいて、園芸店やJA、また、種苗会社の通信販売で種子を求めて用意すれば、作業が遅れずに進められるでしょう。

菊は、霜よけをする、好天の日中にはよく日に当てるなどの冬至芽の管理が中心ですが、水不足で枯れることがありますので、十分な水やりが大切です。

知っておこう！ 農業の豆知識

第10回

2月 畑の準備(土づくり)

作物の生育と養分

作物は土壌中に根を伸ばして養水分を吸収します。

作物が生長するためには多くの種類の養分が必要です。中でも「肥料の三要素」と呼ばれるチッ素・リン酸・カリは最も重要で、吸収量も多いため肥料（元肥・追肥）として用います。

三要素に次いで重要な成分がマグネシウムなどの「微量元素」ですが、その必要量は微量で多くなり過ぎると過剰症が出ますので、多用には注意が必要です。

土づくりの仕方

土を深く（30cm）耕し、堆肥・有機物を良く混ぜることで、水や肥料を保持しやすくなります。日本の土壌は、野菜の栽培には向かない酸性土壌になりがちなので、一般には栽培する2〜3週間前に苦土石灰などを用いて弱酸性〜中性にします。

肥料のやり方

野菜の植え付け前に行う元肥と栽培期間中に行う追肥があります。ダイコンなどの根菜類は直下に肥料が多いと又根になってしまいます。

追肥は根の先端付近に与え、少しずつ野菜から遠ざけるようにしましょう。

堆肥の種類と使い方

堆肥の種類	含有成分割合(%)			特性・使い方
	チッ素	リン酸	カリ	
牛糞	2.0~2.5	1.0~5.0	1.0~2.5	豚糞、鶏糞より肥効が穏やか。
乾燥鶏糞	4.0~6.0	6.0~8.0	3.0~4.0	化学肥料なみの肥効。
ぼかし肥	2.0~6.0	2.0~6.0	1.0~3.0	原料により色々。肥料やけしにくい。
腐葉土	0.3~1.0	0.1~1.0	0.2~1.5	どんな作物にも使用可。
バーク堆肥	0.8~9.0	0.2~2.0	0.3~1.0	よく発酵したものを使用。

豊田厚生病院 Dr.レポート

メタボなお正月

内分泌・代謝内科医長

前田 佳照



新年明けましておめでとうございます。お正月は、お餅にご馳走寒くて運動不足と1年でも体重が増えやすい時期です（汗）・・・。

高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満症は心筋梗塞、脳梗塞などの原因となるため、これら複数もっていることをメタボリックシンドローム（通称メタボ）と呼んでいます。

日本人における診断は、ウエストが男性85cm以上、女性90cm以上（立った状態で、臍の高さで軽く息を吐いてからメジャーで測定してください。ここぞとばかりにお腹をへこませてはいけません。・・・）、さらに高血圧（130/85mmHg以上、または治療中）、脂質代謝異常（中性脂肪150mg/dl以上、またはHDL・コレステロール40mg/dl未満、または治療中）、高血糖（空腹時血糖値110mg/dl以上）の3つのうち2つ以上ある方となっています。

メタボは日単位では自覚症状はありませんが、人生という単位では大病となつてきます。日々の携帯料金や消費税も、何十年支払い続けると大きな額となつているような（泣）・・・。

また、治療・予防のために日頃の食事管理と運動が重要です。食事は①腹八分目を心がける。②食品の種類をできるだけ多くする。③脂肪は控えめに。④食物繊維を多く含む食品（野菜、海藻、きのこなど）を食事の初めに食べる。⑤ゆっくりよくかんで食べる。早食いをしない。⑥おだしでよく味付けするなどして減塩（1日6g/未満）する。などが重要です。

運動は、週に3回以上、歩行運動では1回15〜30分間程度を「楽」〜「ややきつい」と感じる程度で有酸素運動を行っていたら、くど効果的だと思われま（持病などをお持ちの方は主治医とご相談ください）。



春夏野菜の栽培講習会を開催! 参加費無料

いよいよ春夏野菜栽培の準備に取りかかる季節が近づきました。
このたび、JAあいち尾東では、春夏野菜の栽培のポイントについての講習会(座学)を開催します。
この機会にぜひ、ご参加くださいますようお願い申し上げます。
※各会場とも定員となり次第締め切りとなりますので、お早めにお申し込みください。

開催日時

平成28年2月20日(土)
尾張旭グリーンセンター 2階
(午前10時00分～) 定員30名

平成28年3月5日(土)
南部営農センター 2階会議室
(旧豊明営農センター)
(午前10時00分～) 定員30名

南部営農センター東郷事務所
(旧東郷営農センター)
(午前10時00分～) 定員20名

長久手支店 2階
(午前10時00分～) 定員40名

講習内容

平成28年3月19日(土)
日進支店 3階
(午前9時00分～) 定員50名

瀬戸グリーンセンター 2階
(午後1時30分～) 定員60名

栽培管理のポイントについて
土作りと栽培方法の基礎知識
※本講習会は家庭菜園利用者向けの内容となっております。



JAあいち尾東家の光大会 開催のお知らせ

実施日 平成28年2月16日(火)
場所 日進市民会館小ホール
時間 14時～16時 定員300名
入場料 無料
対象者 女性部員

内容 家の光活用発表講演会
演目 「笑いヨガ」
講師 日本笑いヨガ協会
代表 高田 佳子 先生

問合わせ先
生活指導課
(0561) 39-0763



1月の金融キャンペーン

- 5日(火)・20日(水) 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」
- 相統定期貯金「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



1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。

6日(水)	尾張旭支店 尾張旭東支店	22日(金)	本地ヶ原支店 印場支店
12日(火)	瀬戸支店 豊明支店 豊明栄支店	26日(火)	品野支店 水野支店 日進支店
14日(木)	長久手支店	28日(木)	長久手西支店
15日(金)	岩崎支店		
19日(火)	山口支店 本地支店 東郷支店		

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(金)	東郷支店	18日(月)	尾張旭支店
12日(火)	日進支店		豊明支店
15日(金)	瀬戸支店	22日(金)	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。

12日(火)	長久手支店	13日(水)	日進支店
--------	-------	--------	------

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。

12日(火)	長久手支店	21日(木)	豊明支店
19日(火)	尾張旭支店		

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。

9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



営農園芸相談会開催

- 瀬戸グリーンセンター TEL (0561) 21-1181
1月24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
1月16日(土) 午前10時～午後3時

日頃の営農園芸相談に関する
お問い合わせは各センターへ

- 北部営農センター：TEL (0561) 63-3360
- 中部営農センター：TEL (0561) 72-0062
- 南部営農センター：TEL (0562) 92-3892



1月の産直市情報

- 山口支店産直市 20日(水) 9時～12時
- 印場支店産直市 12日(火) 9時～11時
- 尾張旭東支店産直市 20日(水) 9時～12時
- 長久手グリーンセンター産直市 16日(土) 9時～12時
- 長久手西支店産直市 23日(土) 10時～12時



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！

もうすぐ確定申告の時期ですが、どんな人が確定申告の対象ですか？

確定申告は「申告が必要な人」と「申告をした方がよい人」がいます。

確定申告が必要な人

1. 給与所得のある人で以下の人
(1)給与を2か所以上から受けており、その収入と各種所得の合計が20万円超の人
(2)1か所から給与を受けており、かつ給与、退職所得以外の所得合計が20万円超の人
(3)年間収入金額が、2000万円を超える人
(4)同族会社の役員、親族等で給与の他にその同族会社から家賃収入等の支払いを受けている人
2. 所得が38万円を超える人
(1)公的年金等の雑所得、農業所得、不動産所得、利子所得、配当所得、譲渡所得等でその所得の合計が、所得控除の合計額を超える人

3. 退職金をもらった人
(1)退職金のある人で、退職の時に会社に「退職所得の受給に関する申告書」を未提出の人

確定申告をした方がよい人

1. 医療費控除を受ける人
2. 住宅ローン控除を受ける人
3. 年の途中で退職して年末調整をしなかった人
4. 災害や盗難にあった人や、特定寄付をした人
5. 予定納税額が確定申告税額より多い人
6. 年末調整後扶養親族等に異動があった人

JAあいち尾東では、税理士による無料相談会を実施しております。日程はP16に掲載されておりますので、どうぞお気軽にご利用ください。

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 2月号課題 1/7まで
3月号課題 2/5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!ハガキで応募ください
締切 1月号 1/7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

新年あけましておめでとうございます!皆様、お正月はどんなふうにお過ごしですか?私のおうちでは家族で紅白歌合戦を見て、年越しそばを食べて、初詣に行って、翌朝にお雑煮とおせちを食べるという至極真つ当なお正月を過ごしています。皆様もお正月くらいはゆったりとお過ごしただけいたらと思います。でも私は2日から初売りに飛び出しちゃいますけどね!(大塚)

クロスワード

Puzzle
パズルの解き方

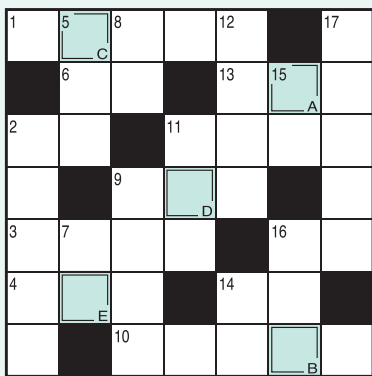
■タテノカギ

- 2 首に掛けるアクセサリ
- 5 髪はここを中心に渦巻きます
- 7 釣り人がじっと眺める物
- 8 安倍川にしますか、砂糖じょうゆで食べますか
- 9 色が白っぽい——そばは、ソバの実の中心部分をひいた粉で作ります
- 11 屋外で写生するときの機代わり
- 12 CDとも呼ばれるコンパクト——
- 14 腕まくりするとき折る物
- 15 イチかバチかの大きな——に出た
- 16 土を盛って造った古代の権力者の墓
- 17 ある限り全部の物

■ヨコノカギ

- 1 新年に神社へ出掛けて済ませます
- 2 ドライバーで締める物
- 3 解答用紙の——を文字で埋めた
- 4 年表を見ると概要がつかみやすいかも
- 6 騎手が馬に入れる物
- 9 サハラ、ゴビ、タクラマカンといえば
- 10 受話器を離さずに延々と続けます
- 11 自動車の燃料タンクが空っぽの状態——心頭に発する
- 13 父や母の、父
- 16 古い石碑に生えることもあります

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?



パズルの正解者の中から抽選で5名様に
近藤農園のいちごジャム&いちごソース
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3月号にて
発表させていただきます。

11月号の答え

11月号の当選者
応募総数 100通
正解者数 97通

A	B	C	D	E
ツ	ル	シ	ガ	キ
リ	ツ	ト	ウ	ス
キ	ノ	ウ	ザ	イ
シ	カ	シ	コ	メ
キ	ン	キ	ヨ	ウ
キ	ン	リ	ウ	キ
シ	ロ	ミ	ナ	イ
ユ	ウ	ア	シ	ガ

瀬戸市産自然薯
をプレゼント!

- 瀬戸市 ヤマダカノエ様
- 名古屋市 フルタスミオ様
- 尾張旭市 ナガナワタツヤ様
- 長久手市 ナカムラアツコ様
- 豊明市 ワタナベハルミ様

「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。



舞台小屋
今にも人物が登場して華やかな舞を演じる雰囲気。



整列した野菜
畑にネギやかぶらなど何種類も育っていました。産直に出されるのかな?



農業用溜池が耐震工事で水抜き。噴水が眠るところになっている。



川田岩雄さん
27年11月17日
豊田市宮口町



鈴木さつ子さん
27年11月中旬
長久手市



森前陽さん
27年11月30日
尾張旭市城前公園

読者の文芸コーナー

■俳句

初夢の天空列車ラマの国
一言の文字輝ひて賀状かな
案内の忘年の日日老い楽し

憲 男
ゆり子
政 男

電球を恐ろ換ふる年用意
いろいろに越えて傘寿や福寿草
霜月尽水木しげる氏逝きませり

和 良
榮 二

安達 正博
鈴木弥栄子
伊藤小夜子

山崎 敏
志水 武
小林 辰恵

近藤 雅子
今野 恵子
山田みね子

江尻 達展

■南なおみさん



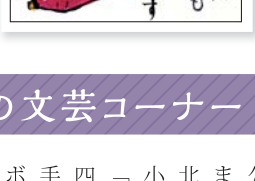
島田和代さん



山田幸子さん



大木美紀子さん



坂東たか子さん

横井恵津子さん

みんなのお便り

minna-no-otayori



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です。



■農協川柳抄 題「窓」山田八郎選(順不同)

花柄のカーテンがいい西の窓
星空を窓から眺めすがすがし
窓際は夏も心に雪が降る
摩天楼窓拭く仕事命かけ
いい気持窓からおがむ初日出
学窓の出世頭も呼び捨てに
我家では窓明けられぬ道路沿い
窓越しに夕餉のおかずおすそわけ
たそがれに車のライト窓深く

香代子
咲子
まきこ
心
久美子
光則
さえこ
のり子
ヒサ子

深窓の佳人に心奪われる
お隣へ窓から挨拶日向ぼこ
早朝に窓開け天気見るは癖
ここだけは春を先取り飾窓
新春の窓辺華やぐシクラメン
夫留守窓たたく風眠れない
淋しい日愚痴聞かせてる窓の月
日当りの廊下は冬の慰安場所

和彦
美代
洋子
晴子
加寿
あかり
まつ枝
八郎