

ぐりんぱらざ

2018
7
vol.232

JAあいち尾東合併20周年記念行事スタート!!
「クローズアップ」瀬戸市宮下ファーム 宮下三代子さん P4
P2



- P10 JAとくらし
- P11 出向く営農レポート
- P12 JA愛知厚生連管理栄養士監修レシピ
旬×健康 おうちごはん



<http://www.jaab.or.jp>



わが家の プリンス&プリンセス



父・母より一言
3人仲良く元気に
大きくなってね!

尾張旭市 松本 卓巳くん(4歳)
知樹くん(1歳) 紗知ちゃん(1歳)

- 好きな食べ物は?
卓巳くん…ぶどう、おすし
知樹くん…トマト、お米、コーンフレーク
紗知ちゃん…いちご
- 好きな遊びは?
卓巳くん…すべり台、砂場遊び
知樹くん…絵本を見ること
紗知ちゃん…すべり台
- 大きくなったら何になりたい?
卓巳くん…ショベルカーをつくる人
- 最近の思い出を教えてください
卓巳くん…幼稚園の遠足でいちご狩りに行ったこと
- 欲しいものある?
卓巳くん…トミカのおもちゃ

家族紹介 松本 悠佑さん(父) 真希さん(母)
佳和さん(祖父) 美智代さん(祖母)

知っていますか?

都市農業のさまざまなはたらき



地域の食料をつくるはたらき
地域の人々に新鮮な農産物を提供してくれます
地元農産物を食べることで地域農業を応援!

7月のお買得銘柄は こしひかり!

お米5kg以上
お買い上げで
配達料無料!!

7月の月間奉仕(販売期間7月1日～31日)

平成29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	
		組合員カード	一般カード	組合員カード	一般カード
	白米 1袋	5kg	2,180円	1,830円	1,930円
		10kg	4,180円	3,480円	3,680円
	玄米 1袋	20kg	7,580円	6,180円	6,580円
	玄米 量り売り	1kg	418円	348円	368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。
※お近くの精米機をご利用ください。
※5kg未満の配達は配送料300円を申し受けます。詳しくは各センターまで。

瀬戸グリーンセンター「とれたて館」	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

商品のお届け時に代金をお支払いいただきます。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)



生き生き活動

参加費無料

組合員

一部一般参加可

お申し込み・お問い合わせ先

JAあいち尾東 総合企画部 総合企画課

Tel. 0561-56-0080

●各回定員がございます。詳しくは公式サイトをご確認ください。

生き生き活動 スタンプラリー開催!! 2つ以上の参加で歩数計プレゼント!

各プログラムは1ヶ月前からお申し込みの受付を開始します。



タニタ健康セミナー 簡単エクササイズ (約90分)

組合員

一般

タニタ食堂や健康計測器でお馴染みのタニタによる、日々の生活にすぐに取り入れられるような献立紹介や姿勢のチェック、簡単なエクササイズなど食事と運動について一度に聞けるセミナーです。

瀬戸会場 瀬戸市文化センター	尾張旭会場 スカイワードあさひ	日進会場	長久手会場 モリコロパーク 体験学習室	東郷会場 東郷総合体育館	豊明会場
2018年8月2日(木) 14:00~15:30	2018年8月3日(金) 10:00~11:30	2018年9月 開催予定	2018年7月11日(水) 14:00~15:30	2018年7月13日(金) 10:00~11:30	2018年8月 開催予定



健康チャレンジ① スロージョギング (約60分)

組合員

継続できる軽運動として膝へ負担が少なく、疲れにくい走り方を講師がご紹介致します。実際に会場でスロージョギングをして頂きます。

瀬戸会場 瀬戸市体育館	尾張旭会場 尾張旭体育館	日進会場 日進スポーツセンター	長久手会場	東郷会場	豊明会場 豊明市福祉体育館
2018年7月27日(金) 9:30~10:30	2018年8月または9月 開催予定	2018年7月18日(水) 13:30~14:30	2018年9月 開催予定	開催日程調整中	2018年7月12日(木) 14:00~15:00
瀬戸会場 瀬戸市体育館	尾張旭会場 尾張旭体育館	日進会場	長久手会場	東郷会場	豊明会場
2018年11月 開催予定	2018年11月 開催予定	2018年11月 開催予定	2018年11月 開催予定	2018年11月 開催予定	2018年11月 開催予定



健康チャレンジ② ながら運動教室 (約60分)

組合員

忙しくて時間や場所が無くても大丈夫! ご自宅で何かをやりながらできる運動を講師がご紹介致します。

瀬戸会場 JAあいち尾東 瀬戸支店ホール	尾張旭会場 スカイワードあさひ	日進会場 JAあいち尾東 日進支店ホール	長久手会場 JAあいち尾東 長久手支店ホール	東郷会場 JAあいち尾東 東郷支店ホール	豊明会場 JAあいち尾東 豊明支店ホール
2018年9月11日(火) 10:00~11:00	2018年9月14日(金) 10:00~11:00	2018年9月20日(木) 10:00~11:00	2018年10月4日(木) 10:00~11:00	2018年10月10日(水) 10:00~11:00	2018年10月16日(火) 10:00~11:00
瀬戸会場 JAあいち尾東 瀬戸支店ホール	尾張旭会場 スカイワードあさひ	日進会場 JAあいち尾東 日進支店ホール	長久手会場 JAあいち尾東 長久手支店ホール	東郷会場 JAあいち尾東 東郷支店ホール	豊明会場 JAあいち尾東 豊明支店ホール
2018年12月11日(火) 10:00~11:00	2018年12月 開催予定	2018年12月14日(金) 10:00~11:00	2018年12月19日(水) 10:00~11:00	2019年1月10日(木) 10:00~11:00	2019年1月17日(木) 10:00~11:00



健康チャレンジ③ 肩こり・腰痛予防講習会 (約60分)

組合員

肩こり・腰痛のメカニズムから、予防&解消体操を講師が説明致します。

瀬戸会場 JAあいち尾東 瀬戸支店ホール	尾張旭会場 スカイワードあさひ	日進会場 JAあいち尾東 日進支店ホール	長久手会場 JAあいち尾東 長久手支店ホール	東郷会場 JAあいち尾東 東郷支店ホール	豊明会場 JAあいち尾東 豊明支店ホール
2018年10月22日(月) 10:00~11:00	2018年10月 開催予定	2018年10月24日(水) 10:00~11:00	2018年10月29日(月) 10:00~11:00	2018年11月2日(金) 10:00~11:00	2018年11月7日(水) 10:00~11:00
瀬戸会場 JAあいち尾東 瀬戸支店ホール	尾張旭会場 スカイワードあさひ	日進会場 JAあいち尾東 日進支店ホール	長久手会場 JAあいち尾東 長久手支店ホール	東郷会場 JAあいち尾東 東郷支店ホール	豊明会場 JAあいち尾東 豊明支店ホール
2019年1月23日(水) 10:00~11:00	2019年1月 開催予定	2019年1月28日(月) 10:00~11:00	2019年2月5日(火) 10:00~11:00	2019年2月15日(金) 10:00~11:00	2019年2月20日(水) 10:00~11:00

ウォーキング大会

組合員

開催場所 モリコロパーク

一般

開催日 2018年11月10日(土)
開催時間調整中

フレンドリーラン



開催場所 モリコロパーク

開催日 2019年2月23日(土)
開催時間調整中

●各行事に参加されるJA組合員の方は、組合員カードをご持参下さい。●情報は更新次第、公式サイトまたは広報誌「ぐりんぶらざ」にてお伝え致します。

あいち尾東農業協同組合

2018年6月~2019年6月

合併20周年記念行事スタート!!

...ともに育み20年 これからも~



合併20周年記念感謝祭

CBCフレンドリーランとコラボレーション

組合員

一般



大産直市とスポーツイベントを同時開催致します。CBCテレビ協力のもと各種催しやテレビでの紹介など合併20周年のメインイベントとして開催致します。

開催場所 モリコロパーク
〒480-1342 長久手市茨ヶ間乙1533-1

開催日 2019年2月23日(土)



合併20周年記念式典

組合員

合併20周年を記念して、活動報告と併せて感謝を込めた式典の開催を予定しています。スペシャルゲストも予定していますので、お楽しみにして下さい。

開催場所 日進市民会館(予定)
〒470-0115 日進市折戸町笠山62-3

開催日 2019年5月予定

組合員組織向けイベント

組合員

組合員組織による催しやゲストを招いての基調講演を予定しています。

開催場所 日進市民会館(予定)
〒470-0115 日進市折戸町笠山62-3

開催日 2019年2月予定

組合員の集い

組合員

組合員研修会及び基調講演などを予定しています。

開催場所 管内2ヶ所(予定)

開催日 2018年11月予定

農業まつり統一イベント

組合員

一般

毎年恒例の農業まつりを今年も各地区で開催します。多彩な催しで皆様のご来場をお待ちしています。



豊明地区
開催場所 豊明支店
〒470-1125 豊明市三崎町中ノ坪5-2
開催日 2018年11月4日(日)

長久手地区
開催場所 長久手支店
〒480-1103 長久手市岩作城の内53
開催日 2018年11月11日(日)

東郷地区
開催場所 東郷支店
〒470-0162 愛知郡東郷町大字春木字伊勢木112
開催日 2018年11月11日(日)

瀬戸地区
開催場所 品野陶磁器センター芝生広場
〒480-1207 瀬戸市品野町1-126-2
開催日 2018年11月18日(日)

尾張旭地区
開催場所 スカイワードあさひ
〒488-0883 尾張旭市城山町長池下4517-1
開催日 2018年11月18日(日)

日進地区
開催場所 日進支店
〒470-0122 日進市蟹甲町下213-1
開催日 2018年11月18日(日)

開催時刻などの詳しい情報は、公式サイトをご確認ください。



<http://jaab-20.jp> 公開準備中です





環境の変化に対応するため 一生勉強し続ける

瀬戸市 宮下三代子さん

「三国山という恵まれた環境を活かしながら、安全安心な農畜産物を提供していきたい」と話すのは瀬戸市で宮下ファームを経営しながら、三国山女性部としてキャベツやブロッコリー、スイートコーンなどを栽培する宮下三代子さん。宮下ファームでは60頭の乳牛と名古屋コーチン、烏骨鶏、アローカナ、イサブラウンの4種類、3500羽のニワトリを飼育しており、管内のグリーンセンターや道の駅、スーパーに出荷しています。

宮下さんは結婚を機に就農し、酪農を中心に行いながら野菜の栽培をしていました。「始めたばかりの頃は知識がなく、夫から教わったり、本を読んだり、様々な研修会にも参加して色々なことを学んだ。飼育や栽培、事務仕事、家事に追われ徹夜することもよくあった」と話します。現在は酪農を娘さん夫婦が担当し、宮下さんはニワトリの飼育と経理の仕事を担当しています。ニワトリの飼育は温度管理が重要で、扇風機などで徹底した管理を行い三国山の澄んだ空気と湧き水を与えながら



無添加のエサを与えるなどこだわりが詰まっています



飼育の合間に、野菜の管理を行います
三国山地域という地の利を活かした栽培、出荷に取り組みます

ストレスを掛けないよう注意しています。5年前には新しく鶏舎を建て替え、エサやりや卵の回収が自動で、できるようになり作業効率が上がったため「野菜の栽培にもさらに力を入れることができるようになった」と話します。今後は「孫やその先の代まで宮下ファームが続いていけるよう努力していきたい」と意気込みを話してくれました。

三国山女性部

三国山の農業を盛り上げていこうと、宮下さんが8年前に立ち上げ、現在は10人の部員が在籍しています。毎月5日に品野支店、毎月20日に山口支店で開催する朝市で農産物の販売や産直所への出荷を行っています。（産直市情報はP21をご確認ください）



朝市は毎月多くの来場者で賑わいます



南部営農センター

豊明地域 青木 崇史(3年)

組合員の皆様と様々な野菜を産直所に並べていきたいと思ひます。出荷先も増加しているの、安定した栽培から出荷ができるよう一緒に取り組んでいきましょう!なにかお困りごとがあれば迷わずご相談ください!

豊明地域

石川 貴章(2年)

昨年までは瀬戸地域を担当していましたが、4月からは出身地でもある豊明地域の担当となりました。野菜の栽培方法など困ったことなどがありましたらお気軽にご相談ください!

東郷地域

村瀬 淳(3年)

東郷地域の担当となり3年が経ちました。組合員の皆様と同じ目線に立って考え、農業を盛り上げていきたいと思ひます。畑や田んぼに出向き病害虫対策や除草対策などのご相談やアドバイスをさせていただきます。ぜひお声かけください。

本店

石川 峰章(9年)

各営農センターの出向く営農活動をサポートし、組合員の皆様に喜んでもらえる企画を実施していけるよう頑張ります!

佐野 公一(9年)

いちご部会・ブチヴェール部会を担当しています。皆様のお役に立てるよう頑張ります!

川島 大輝(1年)

現在は女性のアグリスクール(基礎編)の講師をしています。何か分からないことがありましたら、お気軽にお声かけください。

お問い合わせ先

- 北部営農センター:0561-63-3360
- 中部営農センター:0561-72-0062
- 南部営農センター:0562-92-3892
- 本店営農部 :0561-75-0721

農業のことなら 私たちにお任せください!

私たち「出向く営農担当者」が畑へ出向き、
農家の皆をサポートします!

地域

- ・名前(営農経験年数)
- ・意気込み

北部営農センター

瀬戸地域 水野 大輔(5年)

4月から北部営農センターへ異動になり、地元である瀬戸地域を担当しています。まだまだ経験も浅く組合員の皆様から学ぶこともあります。営農に関する情報をいち早く届けられるよう努めていきます。管内の農業がより盛り上がるよう皆様のもとに出向き「人の輪」を大切にしていきます。

瀬戸地域

伊藤 昌孝(2年)

瀬戸地域を担当しています。安定した出荷と品質の高い野菜の栽培ができるよう、皆様のもとへ出向きサポートしていきます!

尾張旭地域

山内 祐樹(1年)

尾張旭の生産者の皆様は元気いっぱいです!私も皆様に負けないう盛り上げ、地産地消をより一層強化していけるよう頑張ります。

中部営農センター

日進地域

吉田 萌(1年)

中部営農センターで日進市内の営農作業全般を行っています。分からない事があれば畑に出向きますので、お気軽にご連絡ください!

長久手地域

異相 幸信(6年)

主にお米に関する業務を行っています。組合員の皆様に信頼される職員になれるよう全力で取り組みます!

6月2日 日進地域
春じゃがいも収穫祭



日進支店・米野木支店・岩崎支店・浅田支店合同で収穫祭を開催しました。これは地域の方々に土に触れ農業に親しみを覚えてもらおうと企画したもので、窓口でアンケートにご協力いただいた250組の中から抽選で70組250人を招待しました。当日は収穫体験の他、地元の新鮮野菜を使用したカレーの提供や農業に関するクイズコーナー、お楽しみ抽選会も行いました。

各地で児童が田植え体験



保育園児や小学生らの田植え体験を各地で開催しました。地元農家や営農職員から指導を受け、児童らは初めて入る田んぼに驚きながらも、暑い中一生懸命稲苗を植えていきました。参加した児童は「こんなに歩きにくいとは思わなかったが、農家の人の大変さを知ることができた」と話していました。

5月29日～31日 瀬戸支店・米野木支店
2支店が周年記念イベントを開催

瀬戸支店が新築1周年、米野木支店が2周年を迎え記念イベントを開催しました。瀬戸支店では女性部にご協力いただき、みたらし団子の無料配布、米野木支店では女性部手作りクレープの配布や産直野菜、五平餅の販売、愛知牧場や洋菓子店イエローパンプキンにも出店いただきました。期間中は各支店多くの来店者でにぎわいました。

焼きたてのみたらし団子は格別です！



6月2日 尾張旭地域
田んぼアートが今年も始まりました！

4色の稲を植えて田んぼに絵を浮かび上がらせる田んぼアートの田植えを今年も行いました。当日は約60人が参加し、来春開催の全国植樹祭をPRする柄をあらかじめひかれたテープに沿って植えていきました。田んぼアートは7月中旬～8月末が見頃で、田んぼ北側の旭城展望室などから楽しむことができます。



完成が楽しみです。

JAあいち尾東の様々なニュースをお届けします！

5月7日 豊明栄支店
出張営農相談会

これまで窓口で要望の多かった家庭菜園に対する疑問や悩みに応えようと支店で初めての出張営農相談会を開催しました。渉外担当者や支店だよりで告知を行い、当日は3組が相談会に訪れました。相談者は栽培する野菜の状態を写した写真を見せながら肥料をまく方法やまく時期、害虫被害の対処法など栽培に関する疑問や悩みを相談し、営農職員のアドバイスをメモを取りながら熱心に聞いていました。相談者は「渉外担当者から相談会のことを聞いた。身近な支店で気軽に相談できるのはとても助かります」と話していました。

タブレット端末で分かりやすく！



売り上げの一部は
日本介助犬協会へ寄付します



5月19日 長久手地域
介助犬フェスタに参加

長久手支店と本店の合同支店活動としてモリコロパークで開催された「介助犬フェスタ2018」にJAブースを出店しました。当日は豊明産ミニトマトと野菜の詰め放題、産直品や加工品の販売を行い、多くの来場者でにぎわいました。

5月26日 尾張旭地域
全国植樹祭1年前イベントに参加

来年春に尾張旭市森林公園で開催予定の全国植樹祭を盛り上げるため、維摩池周辺で1年前イベントが開催されました。当日は産直会員による新鮮な地元農産物販売や女性部によるジュースの販売、尾張旭市アグリ生活研究による五平餅販売を行いました。

農家の皆様にもご協力いただきました



出向く営農レポート

— 日進地域 スイートコーン編 —



日進地域担当 吉田 萌



生産者の皆さん

吉田さんがこの夏、力をいれて取り組んでいるのはスイートコーン。去年は1人だった生産者が今年は5人になり、6月中旬から7月終わりまで出荷できるよう体系を組み栽培をしています。栽培品種は『おおもの』で名前の通りサイズが大きく、糖度20度超えという強い甘みが特徴です。



①生産者の加藤さんから「病気が心配」と相談を受け畑の状態を確認し、予防農薬のアドバイスをしました。栽培のポイントとして、加藤さんが注力しているのは土寄せです。今年は雨が続き機械でうまく土寄せできず、鍬を使って32mの畝を10本も手作業で土寄せしたと聞きました。



②32mの畝10本でスイートコーンを育てている加藤さんの畑。地元でも「北海道の様なトウモロコシ畑」と話題になっています。



③もう少しで収穫を迎えるスイートコーン。あたまのひげが濃いこげ茶になったら収穫のサインです。

④生産者の土屋さんから「根元から出たわき芽を取るか残すか」と相談を受け、畑に出向いて「ここはそんなに強風が吹かないので、取っても大丈夫ですよ」とアドバイス

⑤雄花に農薬を散布してしっかり防除。同じ体系で育てている農家さんたちは連絡を密に取り合い防除のタイミングを逃さないようにしています。

5月には、出荷に向けての目揃え会を行い、価格と出荷規格を話し合いました。出荷のピークは7月で、産直所では試食イベントなどを企画中です。産直ならではの、とれたての甘いスイートコーンをご賞味ください。

スイートコーンの病虫害情報

アワノメイガに注意!

5月から9月はアワノメイガという蛾の幼虫が発生し、とうもろこしやサトウキビなどのイネ科を好んで食害します。雄穂に寄生した幼虫は、雄花や葉のつけ根などから内部に侵入して芯を食べてしまいます。雌穂に侵入した幼虫は、実を食べてしまいます。とうもろこしの中が食害され空洞状になると茎が折れて倒伏しやすくなります。

予防と対策

内部に入ってしまうと農薬を散布しても効果がないため、定期的に農薬を散布し、虫を侵入させないことが大切です。また、実の食害を防ぐためには雄穂や雌穂が出始めた頃にカバーを掛けるなど防除を行うことが大切です。

おすすめ薬剤

●トレバン乳剤

速効性と持続性に優れ、長期間害虫の発生を抑えることができるため、幅広い作物に使用できます。

●とうもろこしの場合

希釈倍率…1000倍
散布時期…収穫7日前まで
散布回数…4回まで
散布液量…10アールにつき150～300ℓ

※農薬の使用法はラベルの表示に従い、適正に使用しましょう。



ご不明な点や薬剤などの在庫などについては、各営農センターやグリーンセンターまでお問い合わせください。

開校式



東郷支部は5月24日に開校式を行いました。各教室の説明後、新しく始まる「リズムエクササイズ教室」の講師に横井先生を招き、参加者全員で軽い運動をしました。

料理教室の開催



瀬戸支部・尾張旭支部・豊明支部・東郷支部・日進支部では地元の食材を使用した地産地消料理教室を開催しています。家庭にある食材で簡単に作ることができます。

JAとくらし

JA to Kurashi

女性部やプチBelleの活動、不動産・資産活用
の情報・セミナーの案内など組合員の皆様の
「くらし」に関する情報をご案内します。

女性部活動報告

5月から女性部の教室活動が始まりました。
女性部に興味がある方はお気軽にお問い合わせください♪

家の光教室 あんバターどら焼き作り



可愛い
どら焼きが
できました!!

各支部で家の光教室が始まりました。第一回は「ちゃぐりん」2017年5月号掲載今すぐおやつ「あんバターどら焼き」を作り、次回以降の作品作りを参加者で話し合いました。

ホームページの最新情報で活動の様子を掲載しています。

大人気!

今年は米粉ピザに挑戦!

親子料理教室 参加者募集

メニュー 夏野菜たっぷり米粉ピザ

定員 小学生とその親 各日8組
(※JAあいち尾東管内にお住まいの親子に限ります。)

開催日 10時～13時

参加費 1ペア 500円
(お子様2人目から、1人につき250円の追加代金をいただきます。)

申込み方法

ホームページの申込みフォームからお申込みください。
締切日：各日実施日の20日前まで
(先着順・定員になり次第受付終了)

※小学生が対象となりますので、それ以外の親子はご遠慮下さい。

【このページに関するお問い合わせ先】
生活相談課 ☎0561-39-0763 (平日9時～17時)



ホームページ
<http://www.jaab.or.jp>



1食分

・エネルギー：535kcal
・塩分：2.3g

献立の
ポイント

・主食、副菜、主菜をバランスよく摂取する
・野菜量は一食で210gと一日の摂取量目安の半分
以上を摂ることができる

厚生連管理栄養士考案の旬の野菜を使った
1食分レシピをお届けします。家庭でも簡単に
作ることができるので、健康を考えながら作っ
てみてはいかがでしょうか。

— JA愛知厚生連管理栄養士 監修 —

旬×健康
おうちごはん



ひじきとオクラのサラダ



▶ 材料（4人分）

- | | |
|-----------------|------------------|
| ● 乾燥ひじき……………10g | ● しょうゆ……………大さじ1 |
| ● オクラ……………8本 | ● マヨネーズ……………小さじ2 |
| ● 玉ねぎ……………1/2個 | ● 絹ごし豆腐……………35g |
| | ● 黒こしょう……………適量 |
| | ● かつおぶし……………1.5袋 |

【1人分】エネルギー：120kcal 塩分：0g

▶ 材料（4人分）

- | | |
|----------------------|------------------|
| ● 冬瓜……………150g | ● 砂糖……………大さじ2 |
| （皮を厚めにむき、5mm角） | ● ヨーグルト……………60g |
| ● 粉ゼラチン……………5g | ● 牛乳……………50ml |
| ● お湯（60℃前後）……………50ml | ● レモン汁……………小さじ1 |
| ● 桃ジュース……………120ml | ● 生クリーム……………50ml |
| （またはリンゴジュース） | |

▶ 作り方

- ①鍋に冬瓜とかぶるくらいの水を入れ、10分ほどアクをすくいながら強火～中火で煮ます。
- ②①のお湯を捨て、桃ジュースを入れ弱火で煮ます。水分が減ってきたら味をみながら砂糖大さじ1を入れます。（焦げやすいので注意!）
- ③水分がほぼなくなったら火を止め、レモン汁とヨーグルト、牛乳、砂糖大さじ1/2を1種類ずつしっかりと泡だて器で混ぜ合わせます。
- ④ゼラチンを60℃前後のお湯で溶かし、③に入れてよく混ぜたら、鍋の外側を氷水で冷ましながらかき混ぜて固めます。
- ⑤生クリームと砂糖1/2を緩めに泡立て、④と合わせて型に入れて冷蔵庫でよく冷やしたら完成です。

オクラのネバネバ、玉ねぎのサラサラ成分で夏バテ防止メニュー!ひじきなどの乾物は水で戻すだけで使えるので家に常備しておくといでしょう。

【1人分】

エネルギー：41kcal 塩分：0.8g

▶ 作り方

- ①豆腐はキッチンペーパーにくるみ、重石をして水を切っておきます。
- ②玉ねぎを薄くスライスしてたっぷりの水に10分間さらします。
- ③おくらを板ずりして、熱湯でさっと茹で、輪切りにします。
- ④ひじきを熱湯でさっと茹で、水を切りまします。
- ⑤全ての材料とAを混ぜ合わせたら完成です。

水っぽいと味が薄く感じるので豆腐、ひじき、玉ねぎはしっかりと水切りしましょう。

冬瓜の桃風味ムース



なかなか使いきれない冬瓜の消費にいかがですか？
ジュースを変えれば様々な味を楽しむことができます。

夏のさっぱり香り寿司



香味野菜とほのかな酸味で食欲増進!ごはんを冷まして作るの暑い日にピッタリです!ミョウガやかいわれ大根を混ぜても◎

トマトに含まれるグルタミン酸とひき肉に含まれるイノシン酸は相乗効果があり旨味倍増!辛いものを食べて汗をかき、暑さを吹き飛ばしましょう!

【1人分】

エネルギー：116kcal 塩分：1g

▶ 作り方

- ①Aを全てフライパンに入れてから火をつけ、豚ひき肉の油で炒めます。
- ②ひき肉に火が通ったら中火にしてなすを入れます。
- ③更にピーマンを入れて炒め、トマトと混ぜ合わせたBを加えて少し煮立たせます。
- ④味がなじんだら水溶き片栗粉を回しいれ、1～2分煮込んだら完成です。

▶ 材料（4人分）

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| ● 豚ひき肉……………130g | ● なす……………1本（乱切り） |
| ● ねぎ……………1/3本（みじん切り） | ● トマト……………大1/2個（角切り） |
| A ● にんにく……………1かけ（みじん切り） | ● ピーマン……………4個（乱切り） |
| ● しょうが……………1かけ（みじん切り） | B ● 赤味噌……………大さじ1と小さじ1 |
| ● 豆板醤……………小さじ1/3 | ● 砂糖……………小さじ1 |
| | B ● 中華だし……………小さじ1/3 |
| | ● 水……………100ml |
| | ● 片栗粉……………大さじ1/2 |
| | ● 水……………適量 |

【1人分】

エネルギー：258kcal 塩分：0.5g

▶ 材料（4人分）

- | |
|----------------------|
| ● 鮭……………50g |
| ● ごま……………大さじ1と1/2 |
| ● 大葉……………3枚（千切り） |
| ● しょうが……………1/2片（千切り） |
| ● きゅうり……………1/3本（千切り） |
| ● 白米……………1.5～2合分 |
| A ● 酢……………大さじ3 |
| ● 砂糖……………大さじ1 |
| ● 塩……………小さじ1/3 |

▶ 作り方

- ①ご飯を炊いてAを混ぜ合わせ、寿司飯を作り冷ましておきます。
- ②ご飯を炊いている間に鮭を焼いて、ほぐしておきます。
- ③①に②と大葉、しょうがを混ぜ合わせ、きゅうりを上に盛り付けたら完成です。

麻婆なすトマピー



私たちの職場をご紹介します



瀬戸支店 融資課・共済課

融資課



【融資課】
後列左から
川本 裕介・伊藤 義和（課長）
前列左から
加藤 亜香里・鈴木 五月

共済課



【共済課】
後列左から 牧内 紀恵
谷口 友希・浅野 良成（課長）
前列左から 森 なお美
妹尾 真央子・田中 綾乃

昨年5月から新店舗となり、当JAの店舗では初めてのふれあい課・貯金課・共済課・融資課が独立したブースとなっており相談がしやすいと好評いただいています。人事異動で職員の入れ替わりもありましたが共済課は、6人で自動車共済や生命・建物共済等を融資課は、4人で貸付業務等を皆で助け合いながらアットホームな雰囲気です業務を行っています。

●組合員・利用者の皆様へ

融資課職員、共済課職員全員が組合員・利用者の立場にたった対応を心掛け「安心」と「満足」を提供できるよう精いっぱいサポートいたします。どうぞお気軽にお立ち寄りください。



演奏しながら絆を深める

瀬戸市 揚妻 智子さん

「演奏会で生徒さんが笑顔で楽しそうに演奏している姿を見ると、とても嬉しくなる」と話すのは、大正琴を演奏する（株）法人 大正琴協会会員師範の揚妻智子さん。大正琴とは、大正時代に作られた名古屋発祥の弦楽器で、譜面が数字譜のため音符が苦手な人でも比較的簡単に演

水南公民館（瀬戸市）に通う生徒さんと揚妻さん（前列中央）



月2回開いている教室での練習風景。

奏することが出来る家庭用楽器として親しまれています。揚妻さんの所属する琴修会の大正琴は特別な特許を取得しており、キーの間隔が狭くより演奏しやすいものとなっています。
もともとヤマハでエレクトーンの講師をしていた揚妻さんは、大正琴を演奏していた母親に頼まれ、伴奏者として大正琴に関わるようになりました。本格的に取り組み始めたのは34年前で、中学校で12年間大正琴の講師もしていました。現在は瀬戸市や長久手市の公民館で月に2回ずつ指導を行い、9月に琴修会が



楽譜は大正琴のキーに書かれているのと同じ数字が並んでいます。



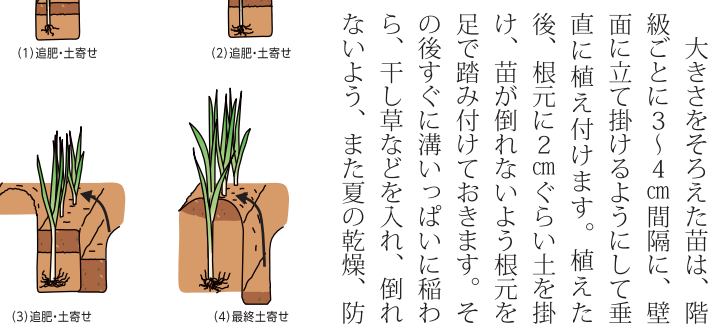
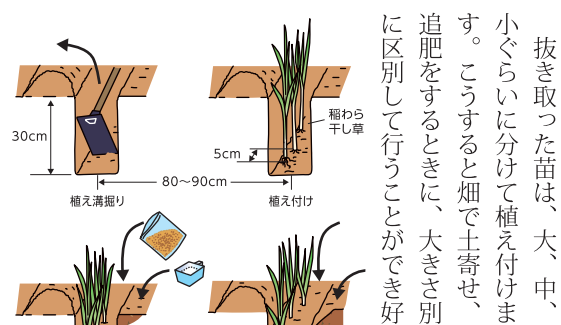
開く全国大会に出場するため練習に励んでいます。「生徒さんが頑張っている姿を見るとこちらも頑張ろうという気持ちになり、お互いに良い刺激になっている」と揚妻さん。今後は「生徒さんと楽しみながら、元気に演奏をしていけたら」と話していました。

根深ネギの植え付けとその後の管理の要点

春3月に種まきした根深ネギ（白ネギ）の植え付けは、苗の大きさが1cm内外に育った7月中旬～8月上旬が適期です。

大きく育った苗は、この頃にネギアザミウマやアブラムシなどの害虫やさび病、べと病などが発生しやすいので、苗床では殺虫剤や殺菌剤を散布して防除しておきます。ネギの葉は薬剤が付きにくいので、展着剤を加えることが大切です。

苗床から抜き取るには、根元にくわを打ち込み、根をたくさん付けるよう配慮して行います。



都合です。植え付けに当たっては、まずきちんとした植え溝を作ることが大切です。列の間隔を80～90cm取り、くわ幅の30cmぐらいの深さの溝をきちんと作りましょう。

溝が崩れないよう上手に作るには、前作が終わったら前作の残さや草などを片付け、耕やさないで表面を硬くしておくことです。

大きさをそろえた苗は、階級ごとに3～4cm間隔に、壁面に立て掛けるようにして垂直に植え付けます。植えた後、根元に2cmぐらい土を掛け、苗が倒れないよう根元を足で踏み付けておきます。その後すぐに溝いっぱい稲わら、干し草などを入れ、倒れないよう、また夏の乾燥、防

暑を図ります。植え付け時には肥料はまったく与えず、もっぱら新根の発生を促します。

次は、追肥と土寄せ管理です。

夏の暑さが遠のき始めるとネギは生育を始め新葉が増えます。この頃溝の肩の部分に肥料（化成肥料・有機配合など）を施し、くわで軽く土と混ぜ合わせて溝の中に落とし込みます。

9月下旬ころからは盛んに生長しますので、15～20日置きに第2回、第3回と追肥、土寄せを行います。全体的には追肥の重点は前半期に、土寄せは後半にし、長い軟白部ができるようにします。

台風・強雨に見舞われたら、早めに畑を見回り、植え溝内の排水を図ります。ネギの根は乾燥には強いのですが、湿害には大変弱いので、対策は急を要します。風による倒れは曲がりの原因になりますので、できるだけ早めに起こすことが大切です。

※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。

●土壌医 藤巻久志

芽キャベツ（アブラナ科アブラナ属）

芽キャベツの和名は子持ち甘藍（かんらん）です。子持ちにちなんで、結婚披露宴の料理にも利用されてきました。しかし、スーパーでパック詰めされた芽キャベツを買ったことがある人でも、芽キャベツの栽培を見たことはあまりないことでしょう。

芽キャベツは温暖地で7月に種まきして、12月から翌年の2月まで収穫します。40～60cmに直立した茎から出る葉のそれぞれの付け根に、直径2～3cmの小結球（芽球）を約50～100個付けます。

芽キャベツは、日当たりの良いベランダであれば鉢で栽培できます。4号（12cm）のポリポットに4～5粒ずつ種まきして育苗します。発芽後は順次間引いて1本立ちにし、本葉4～5枚の苗にします。近年はホームセンターで芽キャベツの苗を購入することもできます。



芽キャベツは株が大きくなるので、10号（30cm）以上の鉢を準備します。鉢に市販の培養土を入れ、真ん中に苗を移植します。乾かないように水やりをし、1週間に1度1000倍の液肥を施します。草丈が伸びてきたら90cmぐらいの支柱を立てて誘引し、増し土して株が倒れないようにします。

10月になって結球が始まる前に、黄化した下葉を折り取ります。

根元に近い芽球はよく締まらないので、上部の芽球の充実を図るためにも、早めに取り除きます。

芽球が膨らんできたら、上部の葉を10枚くらい残し、葉で芽球を圧迫させないために、葉を折り取ります。根元から折ると芽球も取れてしまうので、葉柄は残します。芽球が結球してきたら、下部から順次収穫します。芽球は、お尻に十文字に包丁を入れて、味がよく染み込むようにして、シチューやスープなどの具に利用します。単にゆでて、添え物にもなります。

芽キャベツは年末には立派な株になります。子孫繁栄を祈って、芽キャベツの鉢をお正月の飾り物として知人に贈ると、喜ばれると思います。

知っておこう！ 農業の豆知識

第40回

今回は農業に関する疑問に問一答でお答えします！

Q にんにくを栽培していますが、少しずつ葉などが変色し始め、枯れてしまいました。これは病気なのでしょうか。

A 葉が茶色に変色していくと雨の多い時期に多発しやすいさび病、黄色に変色すると野菜の品質を下げてしまうモザイク病のおそれなど、変色した色によって病気の種類が違い、散布する農薬も変わってきます。詳しい内容はお近くの営農センターやグリーンセンターにご相談ください。



さび病



モザイク病

豊田厚生病院
Dr.レポート

あなたの腸は健康ですか

●腸は人体最大の免疫器官

こんにちは。今日は腸と健康について考えてみましょう。

腸（とくに小腸）は食べ物を消化し、栄養素を吸収するところと小学校で習いましたよね。そのほかに、食べ物と一緒にやってくる細菌やウイルスなどのさまざまな外敵と常に接する場所でもあるのです。そのため腸には体にとって好ましくないものを侵入させない働きが備わっています。この仕組みを「免疫」と呼びますが、免疫細胞の半分以上は腸に集まっています。腸は「人体最大の免疫器官」です。腸を健やかに保つことが、体全体の健康を守ることにつながるのです。

●有害菌と有用菌

では、腸を健やかに保つにはどうすればいいのでしょうか。腸の中には、1個当たりの大きさが1マイクログラムの細菌が約1000種類、数にして約100兆個すみついています。この細菌を腸内細菌とよびます。腸内細菌には、有害物質をつくり出し病気の原因になるような有害菌もいれば、これらを抑え込む有用菌も存在しま

中央手術科代表部長兼消化器外科部長

菅原 元



●有用菌「プロバイオティクス」

人体に有益な働きをしてくれる菌を「プロバイオティクス」と呼んでいます。プロバイオティクスを利用して腸内環境を改善し、体全体の力を高めて病気を予防するという考え方に注目が集まっています。日常的に摂取して健康を維持することが目的なので、プロバイオティクスは安全かつ手頃な値段で食品として利用できることが条件です。

食品売り場で、プロバイオティクスと書かれたヨーグルトなどの乳製品を多く見かけるようになりました。この分野の研究に関しては、日本は世界でもトップクラスです。毎日の食生活でプロバイオティクスを効果的に摂取し、腸内環境を良好に保ち、健康的な生活を送りましょう。



夏の除草剤キャンペーン

組合員様限定

キャンペーン期間：平成30年7月1日(日)～8月31日(金)

抜いても刈ってもすぐに生えてくる雑草、出来れば大変な草刈り作業は減らしたい・・・
そんな時には除草剤の散布が効果を発揮します！

ラウンドアップ マックスロード 吸収力が違う！

移行性が強く雑草の茎葉から吸収されて、より確実に根まで枯らします。

規格	500ml	1L	5.5L
通常価格	1,965円	3,682円	12,096円
組合員様価格	1,900円	3,564円	11,706円

(税込)



バスタ 素早く枯らす！

根までは枯らさないで、水稻畦畔や傾斜地の除草に最適。接触型のため、雑草の茎葉に十分かかるように散布してください。

規格	500ml	1L	5L
通常価格	2,160円	4,060円	16,394円
組合員様価格	2,084円	3,920円	16,177円

(税込)



サンダーボルト 007 効果が早く、持続期間が長い！

移行性が強く雑草の茎葉から吸収されて根まで枯らします。接触速効型と長期抑制型を組み合わせた、速効力と持続力を合わせもつ除草剤です。

規格	500ml	5L
通常価格	1,458円	9,925円
組合員様価格	1,339円	9,126円

(税込)



取扱店舗

※組合員カードをお忘れなくご持参ください

瀬戸グリーンセンター、尾張旭グリーンセンター、長久手グリーンセンター、日進園芸センター、南部営農センター、豊明フレッシュセンター、東郷グリーンセンター

中部ライスセンターを建設中です！

JAあいち尾東は組合員の皆様の新しい共同施設として中部営農施設を建設しています。今まで以上に質の高いお米をお届けするため、施設にはライスセンターや低温倉庫、精米所を完備し、ライスセンターの中には色彩選別機も設置します。同施設は7月下旬に完成し、8月上旬に竣工式を行う予定です。



壁面には四季折々のイラストが描かれています



施設外観▶

朝食はご飯派？パン派？

保健福祉事業部保健福祉課 管理栄養士 山野 佳子

みなさんは朝食にご飯を食べますか？パンを食べますか？ある研究によると朝食の主食によって一日の栄養バランスが大きく変わってくることが分かっています。(図1)なぜ栄養バランスが大きく変わるかというと、ご飯とパン自体の栄養価が違うこともあります。組み合わせるおかずの違いが大きく影響しているからです。ご飯に合うおかずはみそ汁、納豆、漬物、焼魚など塩味のものが多く、パンに合うおかずはウインナー、ハム、ヨーグルト、ポタージュスープなど油脂を多く含む物が多いと考えられます。さらに調べていくと、朝食にご飯の頻度が増えるほど大豆・魚・野菜の一日の摂取量が増え、お菓子や乳製品の摂取量が減ることが分かります(図2)

食物は様々な栄養素が複雑に絡み合っています。また、人それぞれ消化・吸収・代謝能力が違うので、「あれは体に良い・悪い」とか「あれが足りないからこれを食べる」という単純な話はなかなかできません。大切なのはご飯食とパン食はどちらが優れているかではなく、朝食の主食が違うだけで一日全体の食べる物つまり摂取栄養素の傾向が変わってしまうということです。ご飯食もパン食もそれぞれ不足や過剰に注意しながら間食や昼食・夕食の食材や調理法を選んでいくと、栄養素のバランスが整いやすいですよ。

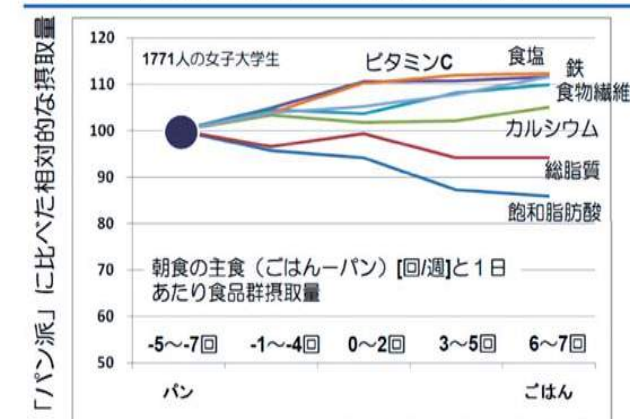


Sasaki S, Shimoda T, Katagiri A, et al. Eating frequency of rice vs. bread at breakfast and nutrient and food-group intake among Japanese female college students. J Community Nutr 2002; 4: 83-9.

JA愛知厚生連
あなたの健康
まもり隊

(図1)

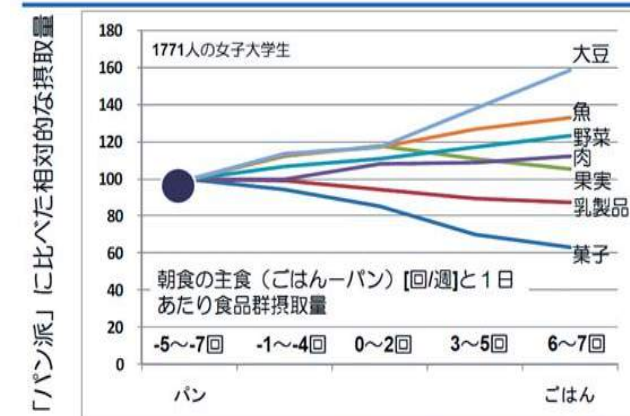
朝食の「ごはん派」「パン派」と1日全体の食習慣の関連



Sasaki, et al. J Community Nutr 2002; 4: 83-9.

(図2)

朝食の「ごはん派」「パン派」と1日全体の食習慣の関連



Sasaki, et al. J Community Nutr 2002; 4: 83-9.

産直市情報

- 7月 ●愛知医大サービス産直市 4日(水) 10:00～14:00
●品野支店・米野木支店 5日(木) 9:00～12:00
ふれあい朝市3周年イベント開催
●東郷支店 13日(金) 9:00～12:00
●山口支店 20日(金) 9:00～12:00
●長久手西支店 23日(月) 9:00～12:00
- 8月 ●愛知医大サービス産直市 1日(水) 10:00～14:00
●品野支店・米野木支店 6日(月) 9:00～12:00
●東郷支店 15日(水) 9:00～12:00

7月の金融キャンペーン

- 5日(木)・20日(金)貯金感謝デー
- 平成30年8月31日まで
- サマーキャンペーン
- 平成31年3月29日まで
- 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
●給与振込者向け定期積金「みらい」
●農業応援定期積金「つみたて!愛知」
●JA共済満期金専用定期貯金「いなほ」

- 平成31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
●賃貸建物資金特別プラン



7月の店舗イベント情報

- 瀬戸グリーンセンター「とれたて館」
●産直まつり 14日(土)～16日(月)
- 尾張旭グリーンセンター
●産直まつり 13日(金)～16日(月)
- 豊明フレッシュセンター・西部産直センター
●産直まつり 6日(金)～8日(日)
- 東郷グリーンセンター
●産直まつり 20日(金)～22日(日)
- 日進園芸センター
●産直まつり 13日(金)～15日(日)
- 長久手グリーンセンター
●食農フェア 20日(金)～22日(日)
●まぐろの解体ショー 21日(土)午前10:30～

毎月10日は「組合員デー」でポイント2倍!
※毎週火曜日は「お米の日」でポイント3倍!



相談会・相談日のお知らせ(7月1日～8月15日)

税務・不動産個別相談会

専門家が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応じます。

- 7月 ●11日(水) 沓掛支店(開催場所:豊明支店) Tel:0562-92-0043
●14日(土) 尾張旭支店・長久手支店
●19日(木) 浅田支店(開催場所:日進支店) Tel:052-803-4106
●26日(木) 春木支店 Tel:0561-38-1132
- 8月 ●7日(火) 水野支店 Tel:0561-48-1128
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応じます。

- 7月14日(土) 各基幹支店
●8月11日(土) 各基幹支店

JA共済・保障の相談日

ひと・いえ・くるまの保障に関する質問やお悩み、資金全般についてご相談に応じます。

- 7月14日(土) 各基幹支店
●8月11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。
詳しくは最寄の基幹支店へお問い合わせください。

- 瀬戸支店: TEL(0561) 82-8131
●尾張旭支店: TEL(0561) 54-3311
●豊明支店: TEL(0562) 92-1341
●東郷支店: TEL(0561) 39-0551
●日進支店: TEL(0561) 72-0665
●長久手支店: TEL(0561) 63-0012

営農相談窓口

農業に関する質問やご相談にお答えします。

平日 月曜日～金曜日 9:00～17:00 休業日 土日祝
詳しくは各センターへお問い合わせください。(P24記載)

無料相談をご活用ください!

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のご相談に応じます。

- 7月 ●4日(水) 豊明支店・豊明栄支店
●5日(木) 尾張旭支店・尾張旭東支店
●6日(金) 米野木支店
●10日(火) 瀬戸支店
●12日(木) 長久手支店
●17日(火) 山口支店・本地支店
●18日(水) 東郷支店
●23日(月) 本地ヶ原支店・印場支店
●24日(火) 品野支店・水野支店
●25日(水) 日進支店
●26日(木) 長久手西支店
- 8月 ●1日(水) 豊明支店・沓掛支店
●2日(木) 尾張旭支店・尾張旭東支店
●3日(金) 岩崎支店
●9日(木) 長久手支店
●14日(火) 瀬戸支店

税務相談

税理士が相続税・贈与税などの税金に関するあらゆるご相談に応じます。

- 7月 ●2日(月) 尾張旭支店
●10日(火) 日進支店
●11日(水) 東郷支店
●18日(水) 豊明支店
●20日(金) 瀬戸支店
●24日(火) 長久手支店
- 8月 ●8日(水) 東郷支店
●14日(火) 日進支店

法律相談

弁護士が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のご相談に応じます。

- 7月 ●9日(月) 日進支店
●10日(火) 長久手支店
●25日(水) 長久手支店
- 8月 ●9日(木) 長久手支店
●13日(月) 日進支店



農業のことなら
お任せください!

各コーナーへの 応募方法

●郵便番号・住所・氏名・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。

宛 先

〒470-0122
日進市蟹甲町池下213-1
JAあいち尾東
組織広報課

●必要事項

みんなのお便り

みなさんからのイラスト・絵手紙などを
募集

締切 毎月5日まで

●作品タイトル

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 8月号課題 7/5まで
9月号課題 8/6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P22の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 7月号 7/20まで

●クイズの答え
●広報誌に登場した農家さんへの
メッセージ
●JAの自己改革に対するご意見・
ご要望
●やってほしいイベント・特集
など

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



先月のぐりんぷらざでも紹介しましたが、7月になりスイートコーンが旬を迎えています。私もグリーンセン
ターで購入していただきましたが、おいしさのあまりつい何本も食べてしまいました!実がぎっしり詰
まった甘くておいしいスイートコーンは管内のグリーンセンターで購入できます。皆様もぜひ夏の味覚をお
楽しみください!!(加納)

クロスワード Puzzle

パズルの
解き方

■タテノカギ

- 酒を飲むための小さな器
- 整形——で膝の関節を診てもらった
- 料理をのせます
- 今度来た新人は仕事の——が早いね
- ラストパートです
- 本能寺の変を起こした——光秀
- 乱れたものをきちんと直すこと
- 親から子へ受け継がれます
- こういうことはこじやあ日常——だよ
- 虫をよけるため布団の周りにつります
- アウトの反対語
- サッシと呼ばれることも

■ヨコノカギ

- 七夕の飾りに使う植物
- 歌うことを楽しみに行きます
- シイタケ、シメジ、エリンギなど
- お酒が飲めません
- ピカッ、ゴロゴロゴロ
- 音を遮断したいときにはめます
- 社会の——として地域に貢献する
- カタツムリが似合いそうな花。鎌倉の
明月院は——寺と呼ばれます
- 輪島市や加賀市や金沢市はこの県の市
- 鎖国中にも貿易が行われた場所
- 書類や伝票につきます
- 俳優が演じたり入り込んだり

5月号の答え

シ	オ	ヒ	ガ	リ	ス
テ	ジ	ナ	カ	ガ	ミ
ン	ゲ	キ	ク	ツ	レ
ハ	シ	リ	ガ	キ	
コ	ヤ	セイ	モ	アイ	
モ	ケ	モ	ミ	チ	

日進産トマトを練りこんだ
トマトパン・トマトピューレをプレゼント!

5月号の当選者

応募総数 71通
正解者数 71通

A	B	C	D	E
ミ	ド	リ	ノ	ヒ

●瀬戸市 若杉 明子 様
●豊明市 岡本 盛子 様
●東郷町 鈴木寿美子 様
●日進市 番場 美恵 様
●長久手市 與語 麦生 様

二重マスの文字をA～Fの順に
並べてできる言葉は何でしょうか?

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

パズルの正解者の中から抽選で5名様に
瀬戸グリーンセンター
「とれたて館」とれたてれすとらん
ランチバイキング
ペアチケットをプレゼント!

地元野菜と米を使用した
約30種類の料理が食べ放題!



※写真はイメージです
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30年9月号にて
発表させていただきます。

「みんなのお便り」は読者のみなさまからのイラスト、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、P23の宛先までご応募ください。

みんなの
お便り

minna-no-otayori

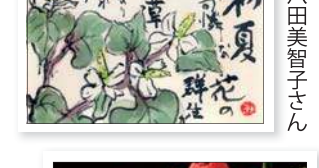
●浅見敏江さん



●秦穴ゆみ子さん



●中村久榮さん



●八田美智子さん



ミツバチや蝶が花弁にとまるの
を待っています

●関根弘子さん



「夏色」
●川田岩雄さん



「田植えを終えて」
●いわんちゃんさん
蛙の鳴き声、聞こえていますか!



「大豊作だ!」
●小川進吾さん

●伊藤ノリ子さん



●間瀬香代子さん



●野々山ミチ子さん

●横井恵津子さん



●平林康子さん



●松井美枝子さん



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。



読者の文芸コーナー

■俳句

養蚕を継ぐ人なくて桑繁る
桜咲く寺門のぼれる山の道

中田榮二
石川政男

灼熱の砂浜駆ける跳の子
雨後の寺読経掻き消す蟬時雨

石野憲男
小川和花

■短歌

穫りたての筍友にいただきて嘯めばコリコリ歯に応へきぬ
故里の半島のかたち眼に追へば雲はゆるやかにくづれてゆきぬ
歌会の君の定席あけたまま三月をすぎて訃報受けたり
葉桜を追ひかけて咲く花水木白やピンクの花弁を開く
子供の日に亡き母手づくりの柏もちとどき来る夢は夢と消えたり
艶やかな葉を保ちつつ冬を越す緋の匂ひたつ椿の花は
五月ばれ歩け歩けと手をつなぎひとりではない幸せなこと
同窓会ケイタイ電話置き忘れ電車の中でしどろもどろよ
春の日の仕舞い忘れし竹箒しっとり濡れてミモザの木の下
姉とも慕う人の訃報を聞きたりて若葉の日差涙で霞む
契約はタブレットにサインすれども日記は終生手帳に付けた
庭園の水面にあまりゆらゆらと夕餉の二人語りはつきぬ
スマホ打つ拇指宙にとめ深海の声きくような目をせり少年

安達 正博
鈴木弥栄子
伊藤小夜子
山口 郁子
谷口 清美
橋本 光江
志水 武子
近藤 雅子
近藤 淳子
山田みね子
今野 恵子
江尻 達展
加藤みつ江

梅雨明のカツと暑さに老い堪え
運動し汗を流して暑気払い
夏野菜食べて暑さをやつつける
炎天下手に汗にぎる甲子園
暑い日は団扇片手に夕涼み
風ほしいプラプラさがきゆうりナス
暑い夏ゴーヤのカーテン涼を呼ぶ
暑い街多治見は競うトップの座
暑い夏今日も朝からアイス食べ
避暑を兼ね仙人村へ里帰り
打ち水で暑さ少しやわらいで
向日葵が暑中をはがきで咲いている
林 晴子

水間まつ枝
青山真知子
水野あかり
吉田加寿
足立文子
日比野真穂
中村久榮
大津右公
小川進吾
角谷和彦
松井美枝子
山田八郎

■農協川柳抄 題「暑」 山田八郎選(順不同)

暑いので涼しい所パチンコ屋
おぼちゃんもビール片手に暑気払い
年ごとに気温変化おそいくる
毛づくろい猫に手を貸し暑い午後
時代かな暑中見舞の便りなし
猛暑日は家でパソコン将棋戦
太つてる脱いでみたとてまた暑い
日差し避け木陰で涼む白昼夢
言わないで暑い暑いと言わないで
はるばると涼をもとめて北のはて
楽しみな野菜作りに汗流す
山田八郎

間瀬香代子
岩佐正彦
市川洋子
村瀬ヒサ子
大津 教
大津 桂
渡辺清子
浅見和彦
寺尾敏美
三浦小波
山田八郎