

くりんぱらざ

地域・人・未来 ～人と地域のための「くらしの拠点」でありつづきたい～

2021
4
vol.265



特集 販路の確立・拡大を目指して!!
尾張旭学校給食出荷強化プロジェクト始動!! P2
食べておいしく見て楽しい! 水耕栽培に挑戦 P6

【クローズアップ】株式会社 尾東農産 P4



P10 JAとくらし
P11 出向く営農レポート
P12 地域農業応援団! 食育キッチン

JAあいち尾東
https://www.jaab.or.jp



郵便はがき
料金受取人払郵便
日進局
承認
691

差出有効期間
令和3年4月
30日まで
〈切手不要〉

470-0190

201

日進市蟹甲町池下213-1

JAあいち尾東
総務企画部総合企画課 行



ご住所 〒

電話番号 () -

お名前

年齢 ()

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。

〈山折り〉

ステキな商品をプレゼント! このハガキでご応募ください。

クロスワード
Puzzle
パズル

4月号の答え

締切 4/22まで (消印有効)

A B C D E

ご意見・ご要望をお聞かせください

●あなたの組合員区分にチェックしてください。

☐ 正組合員

☐ 准組合員

●広報誌に登場した農家さんへのメッセージ・JAへのご意見・企画してほしいイベント・特集など

●JAの自己改革に対するご意見

キリトリ線に沿って切り取り、中心を山折りにし裏面をのり付けしてご利用ください。

〈ヤコウゴ職〉

わが家の プリンス&プリンセス

東郷町

加藤 杏実ちゃん(7歳)
ふみ 芙実ちゃん(4歳)



父・母より一言
2人仲良く
元気に育ってね。

家族紹介 加藤 浩平さん(父)
由香子さん(母)

- 好きな食べ物は?
杏実ちゃん…スパゲッティ
芙実ちゃん…カレー
- 好きな遊びは?
杏実ちゃん…フリスビー、自転車
芙実ちゃん…おままごと
- 大きくなったら何になりたい?
杏実ちゃん…動物園の飼育員
芙実ちゃん…ラバパトリーナ
- お父さんお母さんのどんなところが好き?
優しいところ
- 最近の思い出を教えてください
雪だるまを作ったこと

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
総務企画部 総合企画課

●必要項目

みんなの便り

みなさまからのイラスト・絵手紙などを募集

●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。

●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一人様3句以上(課題はP22の読者の文芸コーナーに記載)

締切 毎月5日まで

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。

くりんぱらざ

vol.265
2021.4.1発行

ホームページ https://www.jaab.or.jp

発行/ JAあいち尾東 総務企画部総合企画課
〒470-0122 愛知県日進市蟹甲町池下 213-1
TEL.0561-56-0080 FAX.0561-72-8151



10月下旬

キャベツが結球し始めました！

結球時期の防除の重要性について指導を行いました。順調に育っています。1か月後の出荷まであと少し!!



11月30日

出荷！



ついに出荷の日を迎えました！
出荷第1弾は293kgのキャベツと43kgのネギを学校給食センターへ納品しました。
いよいよ翌日の学校給食に提供されます！



12月1日

学校給食へ提供



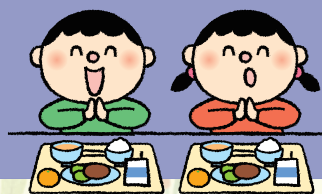
尾張旭市産のキャベツ、ネギ、小松菜、イチジクの農産物が多数使用されました。

また、当日は学校給食センターに協力いただき、上記野菜を出荷した生産者ら7名が、実際の献立と同じ給食を試食させていただきました。

尾張旭産直友の会松原八壽雄会長は「今回のプロジェクトには、若い農業者をはじめとする新規の参加者も加わってくれたので、産直友の会の生産技術アップにもつながったと思う。学校給食センターへの出荷が販路の確立・拡大への大切な第一歩になっている」と話してくれました。

尾張旭の生産者が 出荷した食材

- キャベツの和え物(キャベツ)
- 豚汁(ネギ)
- 小松菜コロッケ(小松菜)
- JAあいち尾東のお米
- いちじくゼリー(いちじく)



取り組みを開始した令和2年度は、キャベツをはじめとする農産物を多数量学校給食で使用していただくことができました。令和3年度は『学校給食の規格に沿った野菜づくり』を目標に、生産者が自信をもって生産・出荷できる体制を強化していきます。

“尾張旭学校給食出荷強化プロジェクト”は今後も職員・生産者一丸となって取り組んでいきます！

もっと
組合員のために
自己改革
実践中！
JAあいち尾東

特集

販路の確立・拡大を目指して!!



尾張旭学校給食 出荷強化プロジェクト始動!!

北部営農センターと尾張旭産直友の会は販路の拡大を目的に尾張旭市学校給食センターへの出荷強化プロジェクトを立ち上げました！

生産者をグループ化し、長期的に安定した出荷ができるよう作付け計画を策定しました。

今回はプロジェクトの発足から出荷まで、半年間にわたる取り組みをキャベツを中心にレポートします！

7月10日

プロジェクト始動！



学校給食への出荷を希望する尾張旭地域の産直友の会会員を対象に説明会を開催、出荷に向けて足並みが揃うよう意思統一を図りました。

学校給食センターの管理栄養士をお招きし、地産地消の取り組み等お話をいただきました



9月中旬

生産者とともに圃場確認

生育状況、病害虫発生など営農担当者がポイントごとに確認。

農薬の提案や害虫の発生しやすい要素など、生産者の圃場ごとにお伝えしました。



8月下旬から
9月初旬

定植開始！

キャベツを担当する生産者4名に、128穴トレイ30枚(約3,800本)を配付しました。

今回は12月から3月までの長期的な安定出荷を目指すため、品種と定植時期をずらして定植しました。





地域農業を支える担い手として

株式会社 尾東農産

業化に取り組んでいます。

村瀬社長は「日本の農業を取り巻く情勢は離農や後継者不足など厳しさを増している。だからこそ我々のような農業法人が新たな“担い手”として、農地の保全や地域農業の振興を支える役割の一端を担っていきたい。」と話してくれました。



村瀬社長
オススメの飲み方は
『プチヴェール®酢の
ソーダ割』です！

れの麦「きぬあかり」の試験栽培を開始しました。今後は作業効率等を踏まえて作付面積の増加を目指していきます。

㈱尾東農産では、水稲作業後、秋冬野菜の作付準備に入ります。販路拡大を目的に白菜やブロッコリーを市場出荷しているほか、JAあいち尾東の特産品であるプチヴェール®は昨年度約800㎡の圃場で生産を行い、産直施設や学校給食に出荷しました。また、栄養価が高いプチヴェール®の外葉を活用して『プチヴェール®酢』として商品化しており、積極的に6次産

代掻き、田植を行っていきます。水稲の繁忙期には社員・臨時社員合わせて約15人でオペレーター作業等に従事しています。さまざまな圃場に対応できるように作業のスキルアップに向けて努めており、村瀬和樹代表取締役社長は「作業委託していただいた農家の皆様に“尾東農産に依頼してよかった”と思ってもらえるよう、社員一丸となつてスピーディで丁寧な作業を常に心掛けています」と話します。

令和2年度からは事業拡大を行い、農作業期間の分散と経営の安定化を目的に、愛知県生ま

今回紹介するのは、JAあいち尾東管内で田植え・稲刈りをはじめとする稲作の農作業受託や、プチヴェール®・白菜など露地野菜の生産を行う認定農業者の㈱尾東農産です。㈱尾東農産はJAあいち尾東が出資し平成19年に設立した農業法人で、農業者の兼業化や高齢化が進む管内において、農業の担い手育成や農地の保全を目的に、地域農業の振興、産業としての農業の確立を目指しています。

現在は日進市内約64ヘクタールの水田圃場を利用権契約し、農作業を行っております。3月上旬頃から春耕起作業を始め、



プチヴェール®定植作業





スポンジ苗を水槽や昆虫ケースに入れて、周りを発泡煉石(れんせき)で隠すと、楽しいミニチュアガーデンに



容器をペットボトルに替えて、水耕栽培用の養液で栽培すれば、もっと長く大きく育てられます



講師 深町貴子
(ふかまちたかこ)

園芸家。植物を育てる楽しさや喜び、生態系の仕組みや不思議を独自の視点で語り、全国各地で園芸の楽しさを広めている。集合住宅におけるコミュニティガーデンの菜園指導や、オリジナルブランドの商品企画も行っている。

水耕栽培の準備

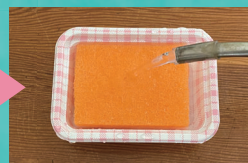


容器は水に強いふた付きの物。おかず入れや豆腐などの空き容器でもOK。ふたがない場合はラップで代用できます。台所スポンジは必ずソフトタイプで2層になっている物を。まく種は葉物野菜。カッターやはさみはスポンジ加工用。ようじは種まきのときに使います。

ステップ 1 ステップ 2 ステップ 3



容器に合わせて
スポンジをカット



水道水を
たっぷり入れる



何度も押して、
水を吸わせる

水耕栽培の魅力



水耕栽培とは、簡単にいえば養液(肥料)を溶かした水で作物を栽培する方法のことです。

水は交換できるので衛生管理がしやすく、土耕栽培と違い、野菜を同じ場所何度作っても連作障害が起きないのは、大きなメリットといえます。

今回紹介するおうちで手軽に楽しむ水

耕栽培は、台所スポンジを使って栽培を楽しむ方法です。わざと小さな容器を使っ

て、小まめに水を交換します。何度も水を足したり、替えたりすることで水が流動するため、水の腐敗予防になり、根に酸素の供給もしやすいのです。

生活の中で植物を育てれば、目の前で成長の様子が観察でき、毎日が楽しいですよ。また、最初から大きく育てることを考えず、スプラウトからベビリーフまでと決めれば、早く収穫できます。ぜひ、おうちの中に小さな畑を作ってみてください。

食べておいしく
見て楽しい!

水耕栽培

に挑戦

作物を育て収穫する喜びは自宅でも楽しめます。手軽に、そしておいしく楽しめる水耕栽培に挑戦してみませんか。



手順 (芽ネギの場合)



スポンジの長辺と平行に約1cmの深さの切れ目を2~3本入れ、容器に入れます



スポンジにたっぷり水を吸わせてから、ようじの先を水でぬらして種を付けます



切れ目に挟むように3~5mm間隔で種をまきます



葉が折れ曲がった状態で発芽します。葉が真っすぐになったら、食べられます

嫌光性種子の育て方

品種 芽ネギ、ニラ、ネギ、葉ネギなど

遮光環境で発芽しやすくなる種。ポイントはスポンジ片面(どちら側でもよい)にカッターで切れ目を入れ、種を間に挟むこと。



好光性種子の育て方

品種 レタス類、シュンギク、ミツバ、パセリ、セロリ、バジル、シソ、ミントなど

光を受けると発芽しやすい性質の種。スポンジの不織布面に直接種を置くだけでOKです。



不織布面に種をまき、水をやり、種が混み合っていたらようじで離し、ふたを載せます



直射日光がよく当たる窓辺に置きます(発芽したらふたは外す)



種まきから2~3日で、発根する様子が見られます



毎日水を交換し、双葉が開いたら間引きをして、本葉が出たら収穫します

手順 (バジルの場合)

ここがポイント

発芽を促すにはしっかり遮光することが大切です。スポンジは切れ目の深さを一定にすると、発芽をそろえられます。

ここがポイント

ふたをかぶせて湿度を高め、種が乾燥しないようにすると発芽しやすいでしょう。双葉が開くまではふたを取らず、種袋を見て発芽の適温をチェックします。

2月6日、13日

プチヴェール®フェア開催

プチヴェール®の認知度向上を目的に、管内各グリーンセンターでプチヴェール®フェアを行いました。

プチヴェール®はケールと芽キャベツを掛け合わせた新野菜で、ビタミンやカロテン、鉄分、カルシウム等のミネラルを多く含む栄養価の高い野菜です。管内では特産品として現在46人のプチヴェール部会員を中心に栽培に取り組んでいます。

当日は収穫した新鮮なプチヴェール®を販売し、購入するとプチヴェール®酢やプチヴェール®パウムが当たるくじ引きを行ったほか、食育ソムリエ考案のプチヴェール®レシピを設置し、多くの人に手に取っていただきました。購入者は「プチヴェール®は聞いたことはあったが購入したのは初めてなので、食べるのが楽しみ」と話していました。

上藤良介営農部長は「プチヴェール®はどんな料理にでも合う万能な食材。もっと多くの人に味わってもらえるようPRしていきたい」と話しました。管内のプチヴェール®は3月まで出荷予定です。



2月12日 バレンタインイベント開催

日進支店と豊明地域の4支店（豊明支店・阿野支店・沓掛支店・豊明栄支店）でバレンタインイベントを開催しました。これは、ご来店いただく皆様に



沓掛支店

日頃の感謝の気持ちを伝えようと企画し、日進支店ではチョコレート、豊明地域では鮮やかでかわいらしい花を咲かせるプリムラジュリアンのポット苗をプレゼントしました。各支店の来店者は「コロナで我慢ばかりの生活なので、ちょっとした心遣いで明るい気持ちになれた」「『花のまち豊明』らしいプレゼントで嬉しい」と話していました。



日進支店

2月16日、24日 日進地域・東郷地域 シニアウォーキング開催



皆さまの健康をサポートします!

日進・東郷地域の60歳以上の組合員およびその家族を対象に、運動を通じて健康でいられるようにと介護予防活動の一環でシニアウォーキングを開催しました。当日は尾張旭市にある愛知県立森林公園内約5キロのコースを歩き、それぞれのペースで景色を見ながらウォーキングを楽しみました。コース途中では満開に咲く梅の花に足を止めて見入る参加者の姿も見られました。ゴール後は完歩賞として歩数計を受け取り、「新型コロナウイルス感染症の影響で家の中で過ごす時間が増えていたので、久しぶりに外で運動することができた。木々のきれいな景色を見ながらウォーキングできてとても気持ちがよかった」と笑顔で話していました。

JAあいち尾東の様々なニュースをお届けします!

2月4日 南部営農センター東郷事務所 いちじく部会で剪定講習会開催

南部営農センター東郷事務所で、当JAの組合員組織であるイチジク分科会の部会員6人に対し剪定講習会を実施しました。同会は市場への共同出荷をメインとし、先進地への視察や圃場巡回など会員が率先して計画し、自己啓発に励みながら良質なイチジクを目指して栽培に取り組んでいます。当日は尾張農林水産事務所の普及員を講師に招き令和2年の振り返りを行ったほか、剪定に向けた事前準備や病害虫の防除等、日々の管理について指導を行いました。部会員らはその後圃場に出向き、樹勢の確認をしながら1本ずつ丁寧に側枝の剪定を行いました。部会員は「令和2年は概ね例年並みの収量となった。今年も日々の管理に注意して、分科会一丸となって良質なイチジクを出荷していきたい」と話していました。



おいしいイチジクを出荷しますので楽しみに!

2月6日、13日 いちごフェア開催

多くの皆さまのご来店ありがとうございました。



JAあいち尾東いちご部会の生産者が愛情を込めて育てたいちごの出荷最盛期を迎えたこの時期に、各グリーンセンターでいちごフェアを開催しました。今年は章姫・紅ほっぺのほかに、よつぼしや恋みのりといった品種も取り揃え、味の特徴や栽培方法などを紹介しながら販売しました。来店者は「管内のいちごは有名産地に負けない美味しさ。いつもこの時期を楽しみにしている。スーパーでは見かけない品種のいちごを買えるのも魅力」と話しました。JAあいち尾東管内ではいちごのハウス栽培が盛んに行われており、12月初旬から5月下旬まで各生産者の直売所やJA産直施設で販売しています。

出向く宮農レポ トウモロコシの栽培について



南部宮農センター
上田 萌

今回は日進市でトウモロコシ『おおもの』を栽培している加藤金洋さんの畑で生育確認を行いました。

加藤さんは、元肥に川長牧場の堆肥、ひとまきくん、固形2号を使用しました。これらは、種まきの2～3週間前に散布します。ひとまきくんは肥料が長期にわたり溶出することから初期の追肥を1回減らす効果が期待できます。

種まきは、200穴のセルトレーに種まき培土を入れ、その上に種を1粒ずつまき、最後に上から培土を軽くかけます。20～30℃に設定した温床で育苗することで種まきから12～14日後には2～3葉期になり、植え付けとなります。

今後については、雄花が出穂するタイミングでプレバソンフロアブル5を散布し、アワノメイガの防除を行います。それと同時に、追肥としてNK化成エースを施用し、根元にしっかりと土を寄せて、倒伏を防止します。

プレバソンフロアブル5は雌しべの絹糸が出たところにもう一度散布します。またアブラムシを見つけたらなるべく早くアディオン乳剤を散布すること、昨年度のような長雨の場合には

は紋枯れ病やカメムシにも注意が必要なことを指導しました。またトウモロコシは乾燥に弱いので、こまめな水やりが欠かせないことから、今後も生育確認を続けていきます。

加藤さんのトウモロコシは、『おおものコーン』として6月頃から園芸センターにて販売予定なので、このシールを目印にぜひご来店ください。



7月
リニューアル
オープン

尾張旭グリーンセンター愛称大募集

尾張旭グリーンセンターは2021年7月にリニューアルオープンします。尾張旭グリーンセンターが組合員の皆様から親しまれ、末永く愛される店舗となるよう愛称を募集します。

県内JA
産直所の例

- 瀬戸グリーンセンターとれたて館 (JAあいち尾東)
- アグリマルシェはるひ (JA西春日井)
- ファーマーズマーケットぐうびひろば (JA尾張中央)
- あぐりパーク食彩村 (JA豊橋)

募集
内容

- (1) 応募資格
- (2) 応募方法
- (3) 応募締切
- (4) 入賞および賞品
- (5) 結果発表
- (6) その他

組合員および組合員家族 ※愛称の応募はお一人様1件でお願いします。

あいち尾東ホームページの専用フォームより応募

令和3年4月20日(火)

大賞「1点」：愛称として採用、素敵な賞品をプレゼント
※同一愛称が多い場合、賞品は抽選とさせていただきます。

ホームページ及びぐりんぶらざ7月号にて結果発表

- ・採用された愛称に関する一切の権利はJAあいち尾東に帰属するものとします。
- ・応募に係る個人情報は今回の愛称募集の目的以外には使用しません。



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

【お問い合わせ】 営農部営農企画課 (0561) 75-0721

たくさんのご応募お待ちしております!

プチヴェール®・カリフローレを使った レシピコンテストを開催しました!

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。



健全な食生活を通じた健康づくりの提案を目的

として、管内の特産であるプチヴェール®・カリフローレを使ったオリジナルレシピを募集しました。

包括連携協定を結ぶ愛知学院大学の心身科学部健康栄養学科と協力し、見た目の良さや栄養価の高さ、素材を生かしているかなど5項目を採点、多くの応募作品の中から3作品が優秀賞として選ばれ、2月10日に表彰式を行いました。

優秀賞3作品はホームページでレシピを公開しています。

プチヴェール®の部

松村和子 さん



● プチヴェール®春巻きのアボガドソースと明太子のクリームソース添え

植木佳代 さん



● 米粉ケーキサレ

カリフローレの部

三宅由紀 さん



● カリフローレフラワー (ちくわベーコン巻き)

みなさまからの
たくさんのご応募
ありがとうございました!





丸ごと
召し上がれ♪

新玉ねぎのシュウマイ風

材料(2人分)

- 新玉ねぎ…2個
- 豚ひき肉…100g
- 冷凍むき枝豆…20g (※解凍しておく)
- キャベツ…2枚
- 水…200cc
- 鶏からスープの素…小さじ1

作り方

- 1 玉ねぎは上下を1cmほど切り落とし、頭の部分を1cmほど切ります。スプーンで中をくり抜き、切った頭の部分とくり抜いた部分をみじん切りにします。
- 2 ボウルに豚ひき肉、みじん切りにした玉ねぎ、**A**を入れ、粘りが出るまでよく混ぜ、解凍した枝豆を加えてさらに混ぜます。
- 3 玉ねぎの内側に、等分に分けた**2**を詰めます。

調味料

- 片栗粉…大さじ1
- 酒…大さじ1
- 砂糖…小さじ1/2
- しょうゆ…小さじ1
- ごま油…小さじ1
- おろししょうが…小さじ1/2
- 塩コショウ…少々

- 4 鍋にキャベツを敷き**3**を並べ、水・鶏からスープの素を加えて中火にかけます。
- 5 沸騰したら蓋をして弱火にし、肉に火が通り玉ねぎがやわらかくなるまで30分ほど蒸したら完成です。

【ポイント】

途中で水がなくなりそうな場合は足し水をしましょう。

今月の
食材メモ②

玉ねぎ



抗酸化作用、抗炎症作用、降圧作用のある「ケルセチン」や、血液をサラサラに導く「硫化アリル」などを多く含みます。「ケルセチン」は加熱に強く油と一緒に取ると吸収率がアップするため、生食の場合はオイル入りドレッシングがオススメです。

瀬戸
グリーンセンター
とれたて館
食育ソムリエ
栗木 真智子



1人あたり 262kcal

お好みでからしをつけてもOK

店舗
情報

瀬戸グリーンセンター
とれたて館

〒489-0934 瀬戸市菱野町305 ☎0561-21-1181
[営業時間] 9:00~18:00 年中無休(正月、棚卸休み有)
※情勢等により、営業日・営業時間が変更となる場合がございます。



1人あたり 89kcal



春野菜のジュレ寄せ

食育ソムリエ直伝！
産直所に並ぶ農産物を使ったレシピを紹介します。
食卓に旬をとり入れてみませんか？

今月の
食材メモ①

グリーン
ピース



グリーンピースはひと掴みで大盛りのサラダ1杯分に相当する量の食物繊維が含まれています。食物繊維には便秘の改善や整腸作用、血糖値の上昇を緩やかにするなどの効果があります。色鮮やかで栄養価の高いグリーンピースをぜひ意識的に食事に取り入れてみてください。

瀬戸
グリーンセンター
とれたて館
食育ソムリエ
松村 和子



材料(4人分)

- 水…60cc
- ゼラチン…10g
- 菜の花…適宜
- グリーンピース…100g
- スナップエンドウ…30g
- ニンジン…1/2本
- 新玉ねぎ…1/4個
- 卵…1個
- 水…400cc
- コンソメキューブ…2個

作り方

- 1 60ccの水にゼラチンをふやかしておきます。
- 2 菜の花を、塩を入れた湯で2分、グリーンピースとスナップエンドウを3分茹でます。
- 3 ニンジンを5mm角に切り、**2**の湯で7分茹でます。
- 4 新玉ねぎは薄くスライスし、さっと湯通しします。
- 5 卵は固ゆでにして乱切りします。
- 6 水400ccを沸騰させてコンソメキューブを溶かし、火を止めてから**1**のゼラチンを入れゼリー液を作ります。

- 7 ゼリー型に材料**2 3 4 5**の半量をバランス良く入れ、ゼリー液**6**の半量を流し込み、冷凍庫で5分冷やします。
- 8 残りの材料とゼリー液を流し込み、冷蔵庫で5時間冷やします。
- 9 お皿に盛り付けて完成です。

ゼリー型は丸形や長方形、
タッパーでもOK

石黒組合長

教えて！

協同組合って
ナニ？

Vol.1



石黒 秀一
代表理事組合長

～組合員だからこそ知ろう！JAのコト～

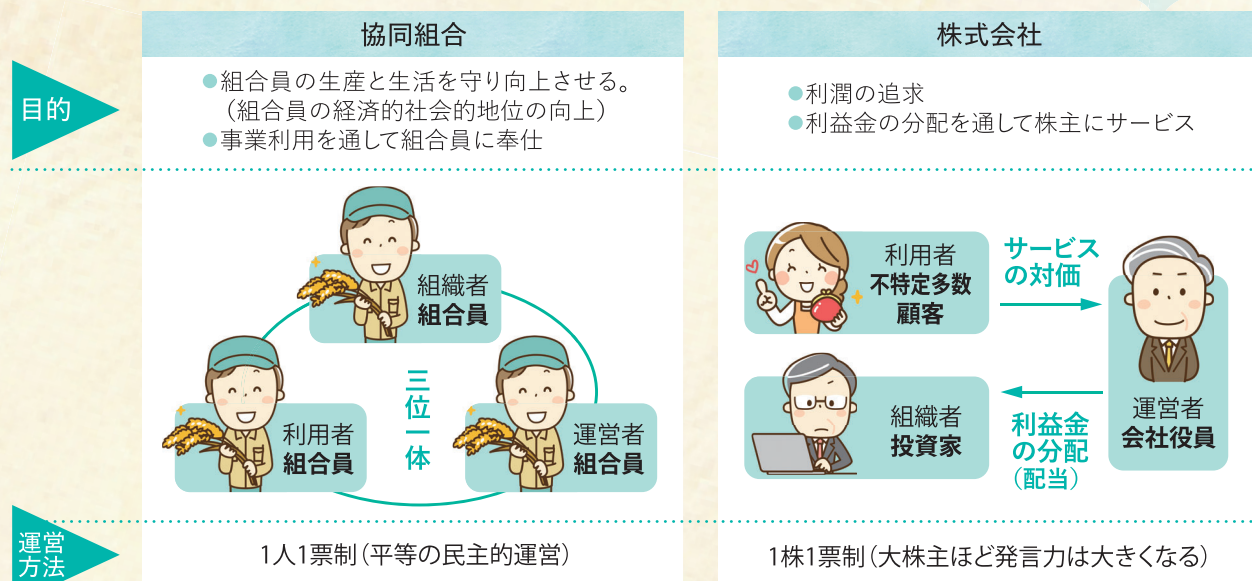
JAとは

相互扶助の精神のもとに農家の営農と生活を守り高め、よりよい社会を築くことを目的に組織された協同組合です。

協同組合とは

協同組合とは、くらしに関わる、皆が大切にしている思いや願い、困っている悩みなどを、人と人が助け合い、力を合わせることによって実現したり、解決していく組織のことです。

協同組合と株式会社との違い



ポイント 株式会社は組織者・利用者・運営者がそれぞれ異なることに対し、協同組合の特徴は、組織者と利用者と運営者が組合員です。いわゆる**三位一体**の組織なのです。

協同組合原則

協同組合は、その役割を果たすべく、7つの協同組合原則に基づき、活動を行っています。

第1原則 自主的で開かれた組合員制

協同組合は、自主性に基づく組織です。組合員は男女の別や社会的・人種的・政治的あるいは宗教の別を問いません。

第2原則 組合員による民主的な管理

協同組合は、組合員が管理する民主的な組織です。その方針や意思は、組合員が積極的に参加して決定します。組合員は平等の票決権(一人一票)を持ちます。

- 第3原則 組合財政への参加
- 第4原則 自主・自立
- 第5原則 教育・研修、広報
- 第6原則 協同組合間の協同
- 第7原則 地域社会への係わり

協同組合は、組合員が承認する方針に沿って、地域社会の持続的発展に努めます。

5月号は
農業協同組合の成り立ちについてお話しします

笑顔の
ひろば

EGAO
no
HIROBA

豊明市 矢野チエノさん(82歳)

いつも“発想”
することが大切



今回紹介するのは、豊明市の矢野チエノさん。パッチワークをはじめとする手芸や染物、折り紙・ちぎり絵などさまざまなことに取り組んでいます。
矢野さんは中学生時代に和裁を学び、結婚後から農作業の合間を縫って洋裁を始めまし

また20年ほど前からは地元の老人会で手芸クラブの講師を務めており、月に1度3人のメンバーに手芸をはじめ折り紙やちぎり絵などさまざまな講習を行っています。お弁当を持って集まり、講習だけでなくみんなでいろいろな話をするのも楽しみの一つと話し、「ずっと一緒にやってきたメンバーであり、安心していろんな話ができるかけがえのない仲間。毎月どんな新しいことを教えようかと考え、事前に本を見ながら予習したり材料を準備することは大変だが、みんなが楽しく作

りを考えていると、ふとデザインのアイデアが浮かんでくる。頭の中で構図や配色を考えて、身近なものを材料に使ってみるなど工夫して“発想”することが一番大切」と話します。



受賞したちぎり絵

パッチワークのタペストリー

気の置けない仲間です



業して作品の完成を喜んでくれる姿を見るととても嬉しい。また体が動かなくなっても手先が使えれば長く続けられることなので、これからも新しいことに挑戦していきたい」と力強く話してくれました。



抗酸化作用の強いカロテンとビタミンCが豊富で、生活習慣病の改善が期待されています。近年はブロッコリー

栄養満点!

低溫流通が普及し、ブロッコリーは中国やインドでも大量に消費されています。海外で栽培されている品種の半分以上は日本の種苗会社が開発した物です。日本の野菜の育種技術は世界のトップクラスです。

多くのブロッコリーは厳寒期になると、花蕾にアントシアニンの紫色が出ます。加熱すると緑色になり問題はないのですが、見た目で市場価格は下がります。主要産地ではアントシアニンの紫色にならない品種を栽培しています。

カリフラワの和名は花椰菜(はなやし)です。ブロッコリーは1970年代までは木立(こだち)花椰菜や緑花椰菜と呼ばれていました。花椰菜という言葉は今ではほとんど使われていません。

カリフラワの和名は花椰菜(はなやし)です。ブロッコリーは1970年代までは木立(こだち)花椰菜や緑花椰菜と呼ばれていました。花椰菜という言葉は今ではほとんど使われていません。

野菜もの 知り百科

ブロッコリー (アブラナ科アブラナ属)

ブロッコリーもカリフラワもアブラナ科アブラナ属の野菜で、原産地は地中海沿岸です。カリフラワはブロッコリーが突然変異で白化した品種といわれています。日本ではカリフラワが先に普及しました。本格的な普及はカリフラワが1960年代、ブロッコリーが1980年代です。現在のブロッコリーの流通量はカリフラワの5倍以上です。

ブロッコリーはイタリアで品種改良が進み、17世紀に欧州各国に広まりました。米国の大産地、カリフォルニアでは19世紀にイタリア系移民が栽培を始めたといわれています。

稲の高温障害とは？

“高温障害による白未熟粒の増加”田んぼを作付している方は近年よく耳にされる言葉かもしれません。簡単に説明すると、稲が穂を实らせる時期に気温が高い状態が続くと本来透明のお米が白く濁ったようになってしまう事です。

稲も一般的に昼は活動し夜は休んでいるのですが、夜間の気温が高いと休みの状態に入らず活動し続けてしまいます。その結果エネルギーが足りなくなり、本来お米となる部分に蓄えられている栄養を使ってしまう。その栄養が抜けた部分が空洞となり、白く濁ったように見えてしまうのです。

この高温障害に関して、出穂期以降に田んぼの水をかけ流しをして地温を下げるのが有効とされていますが、現状は難しいため、出穂期以降に田んぼの水をなくさないことが大切になります。

※出穂期-田んぼ全体の40～50%の株から穂が出てくるとき。コシヒカリの場合だと7月中下旬



整粒

白未熟粒



中部営農センター
藤戸 裕也

知っておこう！ 農業の 豆知識

第73回

トマトのふるさととは日照量が多く、昼夜の気温差の大きい南米アンデス地方。生育適温は昼間25～30度、夜間10～20度です。トマトは低温に弱いので、遅霜の恐れがなくなってから植え付けます。

【品種】大玉トマトでは「ホーム桃太郎」(タキイ種苗)、「麗夏」(サカタのタネ)などがお勧めです。中玉では「フルティカ」(タキイ種苗)、「ミニでは「Y千果」(タキイ種苗)、「アイコ」(サカタのタネ)などが良いでしょう。

【畑の準備】予定の畑1平方m当たり苦土石灰100gをまいて、土よく混ぜておきます。次に、120cm幅のベッドの中央に幅30cm、深さ20cm程度の溝を掘り、ここに植え付けの1週間前に基肥として1m当たり化成肥料(NPK各成分10%) 200g程度と堆肥2～3kgを施しておきます。ベッドには黒のポリフィルムでマルチをします(図1)。

【植え付け】植え付けの間隔は2条植えでは条間70～80cm、株間50～60cmとします。植え付け適期は、1

図1 畑の準備

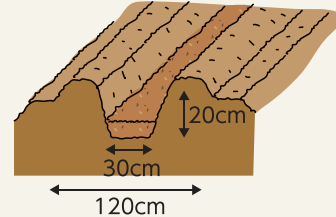


図2 植え付け

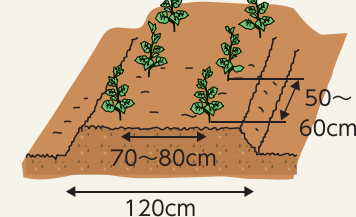
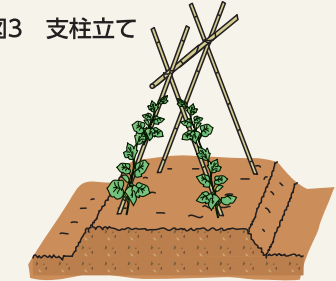


図3 支柱立て



段花房の1～2花が咲くときで、この花が通路側に向くように植えま(図2)。開花前の「若苗」を植えると、生育が旺盛になり「木げけ」と呼ばれる過繁茂になりがちです。

【支柱立て】2m以上の支柱を2条植えでは合掌式に組み立てます(図3)。

【芽かきと摘果・摘心】脇芽は小さいうちに指で摘み取ります。1果房に果実が4～5個となるよう小さな実、変形した実を除きます。収穫果房数は4～5段として最上段の果房上の2葉を残し、摘み取ります。

【追肥】1回目は1番果がピンポン玉の頃にベッドの肩の辺りに浅い溝を切り、ここに化成肥料を片側1m当たり30g程度まき、土

寄せします。ポリマルチをした場合はマルチの両側に肥料を散布し、土を掛けておきます。その後半月に1回を目安に2～3回追肥します。

【病虫害防除】梅雨時の大敵は疫病で、Zボルドーなどで予防します。また、アブラムシには植え付け時の植え穴にオルトラン粒剤などの土壌施用剤を混ぜ込んでおく予防効果があり、発生したらマラソン乳剤などで防除します。

【収穫】開花から収穫までの日数は、気温で異なりますが、夏季で大玉は40日前後、ミニで30日前後です。

※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。

営農職員によるオススメ資材

～トマトトーンスプレー～

トマトを栽培していると時々実が付かずに花が落ちてしまうことがありますが、その主な原因は受粉が出来なかったことによる着果不良です。この症状は気温が低い時期と高い時期に発生しやすく、生育初期と生育中盤以降の時期に対策が必要となります。

このような受粉しにくい時期に、確実な着果を促すためにトマトトーンスプレーを使用します。スプレー剤なので希釈する手間がいらず、手軽に使えます。

使い方はとても簡単で、花が咲き揃った房にスプレーするだけです。散布のタイミングは天気の良い午前中がおすすめで、雨が降りそうな時や、夕方の散布は思うような効果が出ないことがあります。

散布時の注意点は①同じ花房にもう一度スプレーしないこと。②葉にスプレーしないこと。③苗木の生長点周辺に薬液が付かないようにすることの3点です。



781円(税込)

季節の 野菜づくり

あなたもチャレンジ!

トマト

完熟でおいしいトマト

農機レンタルサービス を行っています!

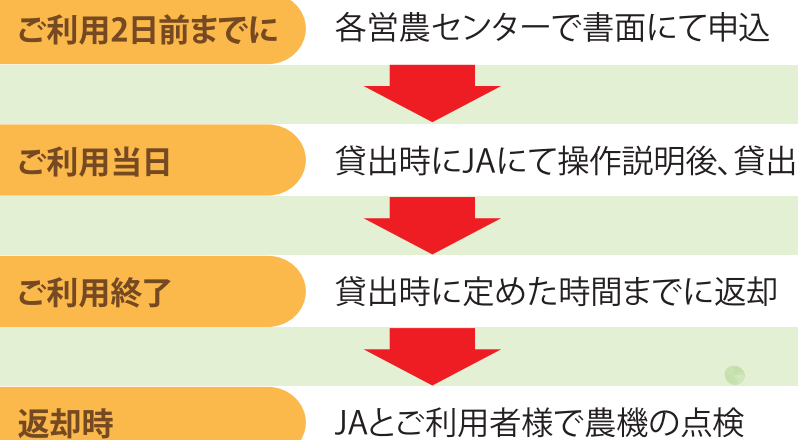
JAあいち尾東は、
地域農業を
応援します!



※価格は全て税込みです

 管理機 中セキ KCR657HX 1日 1,500円	 自走式草刈機 中セキ HR663 1日 2,500円	 あぜ草刈機 オーレック WM746F 1日 2,500円
 チップパー 共立 KCM93A 1日 3,500円	 水田溝切機 中セキ MKS4301FR 1日 1,500円	 畔塗機 タカオカ こあぜAZ35FB 1日 3,500円
アルミブリッジ 1日 400円		配送料(往復) 3,000円

農機レンタル の流れ



- ①貸し出しには事前の申請が必要です。台数に制限がありますので、希望日に貸し出しできない可能性があります。
- ②燃料は満タンでお貸しします。使用途中の給油は各自で補充をお願いします。

詳しい内容につきましては、下記の営農センターまでお問い合わせください。

北部営農センター	長久手市岩作城内53	0561-63-3360
中部営農センター	日進市蟹甲町池下213-1	0561-72-0062
南部営農センター	豊明市沓掛町西田12	0562-92-3892
南部営農センター 東郷事務所	東郷町大字春木字仲田49-1	0561-39-1775

胆石のおはなし

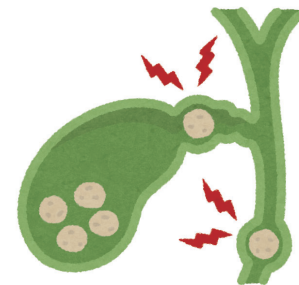
豊田厚生病院 外科外来部長 世古口 英

JA愛知厚生連
あなたの健康
まもり隊

胆石とは

胆嚢は肝臓の下面にある袋状の臓器です。肝臓でつくられた胆汁を一時的に貯めておき、食事の時に胆管を通して十二指腸に排出しています。栄養吸収、消化、解毒などに関わっています。この胆嚢内に胆汁中の成分が析出し、文字通り石のように固まったものが胆石です。

胆嚢の出口に胆石が詰まって痛みを発症するのが胆石発作です。さらに胆嚢内に滞った胆汁中に細菌が増殖すると胆嚢炎となり重篤化し、原則的には緊急手術の対象となります。胆石といえども治療が遅れると命に関わることもあります。当院では昨年、胆石症に対し予定手術を受けられた方は122人、胆嚢炎に対し緊急手術を受けられた方は70人いらっしゃいました。



胆石を起こしやすい人

さてこの胆石はどのような人に発症するのでしょうか。古典的には5F [Forty (年齢)、Female (女性)、Fatty(肥満)、Fair (白人)、Fertile (多産)]が代表的なリスクファクターとされてきました。食生活として1日の摂取総カロリー数、炭水化物、糖質、動物性脂肪の過剰摂取、身体活動の低い生活、夜間の長時間にわたる絶食などがリスクとしてあげられています。一方、リスク低下の因子として果実、野菜、多価不飽和脂肪酸、植物性タンパク、食物繊維、適度な運動などが報告されています。健康について語る時、よく耳にする言葉ばかりだと思いませんか?実は胆石症の患者さんは胆嚢摘出術施行の有無に関わらず、胆石のない人と比べて心疾患、癌による死亡率が高いとする報告もあるのです。

治療方法

有症状の胆石に対しては手術が勧められます。これは再発率が高いこと、高齢者では急激に重篤な状態で再発する例が稀ではないことなどの理由によります。一方、検診発見など無症状の胆石に対しては、腹腔鏡手術により比較的安全で低侵襲な手術が可能になったとはいえ、合併症のリスクを0にはできないことから手術は慎重に選択するべきであるとされています。



痛みは右上腹部痛よりも、むしろ心窩部痛のことが多いです。胃薬でごまかしているその心窩部痛、ひょっとして胆石症なんてことはありませんか?

4月の金融キャンペーン

令和4年3月31日まで

- 退職金定期貯金特別金利プラン「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」
- 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
- リフォームローン特別プラン

理事会だより

開催日：令和3年3月1日（月）

- 第1号議案 組合員の法定脱退について
死亡及び地区外転出の組合員を当JA定款に基づき、法定脱退とするもの
- 第2号議案 職員期末賞与について
- 第3号議案 令和4年度新規職員の採用について
- 第4号議案 豊明支店建設基本設計について
豊明支店建設特別委員会の審議した結果に基づく基本設計について、理事会の承認を求めるもの
- 第5号議案 JAあいち尾東不祥事再発防止策（兼整備計画）の策定について
- 第6号議案 不良債権の処理方針について

以上の議案について承認可決されました。

広報誌『ぐりんぷらざ』5月号配送に関するお知らせ

広報誌『ぐりんぷらざ』5月号については、一部地域でゴールデンウィーク後5月6日（木）からの配送となります。

ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

4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」

- 春の園芸セール 9日（金）～11日（日）

尾張旭グリーンセンター

- 春の野菜作り大応援セール 23日（金）～25日（日）

豊明フレッシュセンター・西部産直センター

- 春一番セール（クーポンセール） 9日（金）～11日（日）

- 春の園芸セール（クーポンセール） 23日（金）～25日（日）

東郷グリーンセンター

- 春一番セール（クーポンセール） 9日（金）～11日（日）

- 春の園芸セール（クーポンセール） 23日（金）～25日（日）

日進園芸センター

- 春の園芸祭りセール 9日（金）～11日（日）

長久手グリーンセンター

- 新農活応援セール（クーポンセール） 2日（金）～4日（日）

- 春の園芸セール（クーポンセール） 16日（金）～18日（日）

- 春の園芸セール（クーポンセール） 17日（土）11時～

- マグロのさく取り・即売会 17日（土）11時～

※新型コロナウイルスの状況等により中止となる場合があります。

産直市情報

- 4月 ●米野木支店 5日（月） 9:00～12:00

- 東郷支店 15日（木） 9:00～12:00

- 浅田支店 15日（木） 9:00～15:00

- 5月 ●米野木支店 6日（木） 9:00～12:00

- 東郷支店 14日（金） 9:00～12:00

※新型コロナウイルスの状況等により中止となる場合があります。



相談会・相談日のお知らせ（4月1日～5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。

- 4月 ●6日（火） 長久手支店
●10日（土） 豊明支店
●22日（木） 東郷支店

- 5月 ●8日（土） 日進支店
●11日（火） 長久手支店
●12日（水） 尾張旭東支店 TEL0561-53-2004

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。

- 4月10日（土） 各基幹支店
●5月8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。

- 4月10日（土） 各基幹支店
●5月8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

※新型コロナウイルスの状況等により中止となる場合があります。

営農相談窓口

農業に関するご質問やご相談にお答えします。

相談日 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。

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。

- 4月 ●2日（金） 岩崎支店
●5日（月） 尾張旭支店
●7日（水） 豊明支店・沓掛支店
●8日（木） 長久手支店
●13日（火） 瀬戸支店
●16日（金） 浅田支店
●20日（火） 山口支店・品野支店・春木支店
●22日（木） 長久手西支店
●26日（月） 本地ヶ原支店・尾張旭東支店
●27日（火） 水野支店
●28日（水） 日進支店

- 5月 ●7日（金） 尾張旭支店・米野木支店
●11日（火） 瀬戸支店
●12日（水） 豊明支店・豊明栄支店
●13日（木） 長久手支店

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。

- 4月 ●7日（水） 東郷支店
●13日（火） 日進支店
●15日（木） 豊明支店
●16日（金） 瀬戸支店
●19日（月） 尾張旭支店
●20日（火） 長久手支店

- 5月 ●11日（火） 日進支店
●12日（水） 東郷支店

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。

- 4月 ●12日（月） 日進支店・長久手支店
●26日（月） 長久手支店

- 5月 ●10日（月） 日進支店・長久手支店

- 北部営農センター（瀬戸・尾張旭・長久手地域） 0561-63-3360
中部営農センター（日進地域） 0561-72-0062
南部営農センター（豊明地域） 0562-92-3892
南部営農センター東郷事務所（東郷地域） 0561-39-1775

クロスワードPuzzle

パズルの
解き方

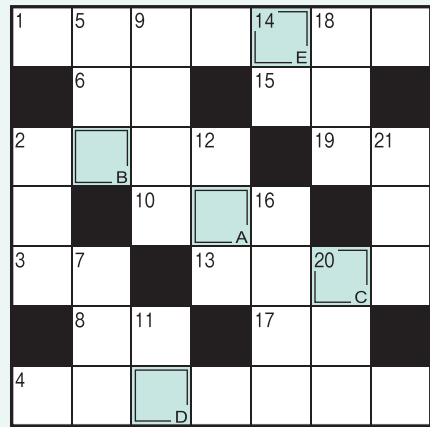
■ヨコのカギ

- 1 東京の桜の名所。西郷隆盛像があります
- 2 ランチュウやコメットはこの一種
- 3 ドライバーで締めたり外したり
- 4 威力があつて速い球のこと
- 6 ムジュンのムが表す物
- 8 矢をつがえます
- 10 スマホの検索——を削除した
- 13 うずら豆は、——豆の品種の一つです
- 15 靴を数えるときに使う言葉
- 17 1000kgは1——です
- 19 漢字で書くと木瓜。美しい花が咲く植物です

■タテのカギ

- 2 お稲荷さんのお使いです
- 5 小さな子どもに読み聞かせることも
- 7 一を聞いて——を知る
- 9 ひいて木を切ります
- 11 赤、白、八丁といえ
- 12 授業が始まる前に鳴ります
- 14 4月1日のエイプリルフールにはついて
- 16 金太郎は長じて坂田——となりました
- 18 にっこりするとへこみます
- 20 精製してガソリンを作ります
- 21 日光市の景勝地の一つ、——の滝

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？



2月号の
当選者

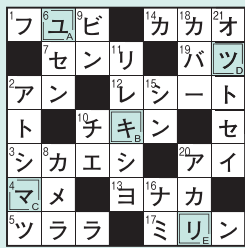
株式会社三寿園『プチヴェール®バウム』をプレゼント！

2月号の当選者

応募総数 408通
正解者数 408通

A B C D E
ユキマツリ

- 瀬戸市 池田 信二 様
- 尾張旭市 藤川 上村 理沙 様
- 豊明市 成田 弥生 様
- 東郷町 吉田 信子 様
- 日進市 達村 宏子 様
- 長久手市 樋田 雪代 様
- 浅野 房子 様
- 芝原真由美 様
- 北村 照代 様



パズルの正解者
の中から抽選で10名様に

株式会社尾東農産
プチヴェール®酢
をプレゼント！

P24の応募ハガキに必要項目
をご記入の上、ポストへ投函し
てください。

今月号の当選者は令和3年6月
号にて発表させていただきます。

※写真はイメージです



4月のお買得銘柄は令和2年産 ゆめまつり！



4月の月間奉仕 (販売期間4月1日～30日)

令和2年産 あいち尾東米	店頭通常 販売価格	組合員カード提示価格		ポイントカード提示価格	
		5kg	10kg	5kg	10kg
白米1袋	5kg	2,050円	1,700円	1,800円	
	10kg	3,900円	3,200円	3,400円	
	30kg	9,800円	7,700円	8,300円	
玄米1袋	30kg	9,800円	7,700円	8,300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・ポイントカードの提示がない場合は、通常販売価格となります。

※配達の場合は、月間奉仕品価格及びセール価格の対象外となります。なお、店頭での現金支払いとクレジットを含む前払い、若しくは口座振替をご利用の方は月間奉仕品価格及びセール価格の適用となります。

※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。(当JA管内限定) 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)

後編
編集集



4月から当JAに19人の新入職員が仲間入りしました。5月号でフレッシュな顔ぶれをご紹介しますのでお楽しみに♪
(中川)

「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、P24の宛先までご応募ください。

みんなの
お便り

minna-no-otayori

●山田みね子さん



●鈴木政子さん



●窪田三津枝さん



●平林康子さん



●永田啓子さん



●加藤廣子さん



●白羽小夜美さん



●伊藤ノリ子さん



●中村久美さん



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

白雲はシヤキヤシヤキといひい
廃屋に吹き抜く風や春寒し
伊那谷の花桃街道村おこし
臘梅や眠り入りたる緑の猫

三好陽仁
辻 栄春
福井弘子
辻美佐夫

うららかや乳飲ます猿大あくび
満開のさくら宴や二年ぶり
コロナ禍もどく吹く風と庭の花

中野山憲男
中田榮二

見えあるは雪、雪、雪と青き空万座高原厳寒の時
断捨離を思へど背くわが心捨て難くあり思ひ出す
打開策のなきまに日は過ぎてゆくコロナウィルスは世界を犯す
新年にアプターコロナを願ひながら言つて足腰きたえ
「ここだけよ！」広まる事を知らずコロナを避けて足腰きたえ
ありかとならないかな！と頑張って通う園児を笑顔でエール
子と二人師崎めざし流れてゆく夫のたどりし道をもう一度
受験生エンピツタコの指先が努力の証か合格祈らむ
毎朝の墨の香残し母は逝く静かに落ちるしよばいシミ
川端の板並木をウオーキング逢う人笑顔言葉交わして
バレンタイン孫が自慢のチョコレート外は寒い頼あたたかし
孫二人方ぶりに訪ねて椎茸穫るを命と楽しむ魔の襲う
うららかな陽射し背に受けて緑側で編み物する手に睡魔の襲う
僧侶の読経に涙射しつ吾が子への未練早や五十回忌
「べらんめえ」啖呵のひとつも聞こえそう赤唐辛子の種子をのぞけば

加山柿水江近深今間佐堀橋谷山伊安
藤田花野尻茨藤澤野瀬藤井藤山口藤達
みみつけい達淳桂恵香兼文雅光清郁正
江子子子子子子子子子子子子子子子子子

■短歌

年令と共に上るよBの数
鉛筆で下書き幾度ラブレター
スマホ出て鉛筆のかげうすくたり
濃く書くこなめたらあかん鉛入り
鉛筆の所有示す名前書き
鉛筆を削り楽しむナイフ手に
鉛筆は削りては書けるすぐれもの
小刀で鉛筆削る子見てみたい
芯折れた昔は削り今替えたい
鉛筆を転がし立てて運だめし
色鉛筆ケースの中で背くらべ

浅野清美
渡辺清美
中村久榮
八田美智子
大津右公
大津隆春
松井美枝子
中川卓
大津保子
浅見保子
水野加代子

忘れたき事のみ多く鉛筆で
その昔小指とくらべ使いきる
賞品はノール鉛筆運動会
年若い浮はぬ漢字に筆休め
引出しにさらの鉛筆眠る
年配人シャーパーより鉛筆か
ペンで鉛筆削るがなすかし
小刀で鉛筆削るがなすかし
多種類に手易く使う鉛筆派

山足小永八矢浅山山柴瀬
田立文津津津津津津津津津津津津津津津津津
八進進進進進進進進進進進進進進進進進進進進進
郎子子子子子子子子子子子子子子子子子子子子子子