地域・人・未来　～ 人と地域のための「くらしの拠点」でありつづけたい ～

くりんぷらざ

2021
12
vol.273

自己改革　令和3年度 JAあいち尾東
かんこーする隊活動報告　P2

特集 家族で楽しむ おうちクリスマス　P6

［クローズアップ］ 尾張旭市　eファーム なごやかステーション　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

いなほちゃん　おにぎりくん

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
767

差出有効期間
令和３年12月
31日まで
〈切手不要〉

4 7 0-0 1 9 0

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

〈キリトリ線〉

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
12月号の答え

A	B	C	D	E

締切 12/20まで（消印有効）

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。

〈キリトリ線〉

わが家の プリンス&プリンセス

長久手市

橋本 こなつちゃん（５歳）
歩（あゆむ）くん（１ヶ月）



父・母より一言
たくさん笑って
仲良く大きく
なってね

●好きな食べ物は？
こなつちゃん…
アイスクリーム、ハンバーグ、カレー

●好きな遊びは？
こなつちゃん…
りかちゃん、おいかけっこ

●大きくなったら何になりたい？
こなつちゃん…プリキュア

●お父さんお母さんのどんなところが好き？
こなつちゃん…やさしいところ

●最近の思い出は？
こなつちゃん…
歩と一緒に公園に行ったこと

●欲しいものある？
こなつちゃん…プリキュアのおもちゃ

家族紹介　橋本　高浩さん（父）
弥生さん（母）

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。

宛先
〒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

みんなのお便り
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）

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。

くりんぷらざ vol.273 2021.12.1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
VEGETABLE OIL INK
ミックス 責任ある木質資源を使用した紙 FSC® C002676

令和3年度 JAあいち尾東 かんこーする隊 活動報告

「農」の営みをかんこー（観光）しながらかんこー（勘考）しよう！

かんこー 第2回　10月20日（水）

愛知県森林公園で健康ウォーキング



当JAが取り組む組合員の健康管理活動の一環として、今回は健康ウォーキングを体験しました。

講師には瀬戸市ウォーキング協会の松原覚さんをお招きし、ストレッチや正しい歩き方の講習をしていただきました。

緑豊かな植物園の景色を見ながら約4kmのウォーキングコースを楽しみました。









次回はかんこー第3回「女性のアグリスクール視察と意見交換会」をお伝えします。



北海道と九州の食文化を楽しむ「グルメ直行便」頒布会

味覚満載「北の旬・南の幸」

味覚の旅12か月



大自然の環境に恵まれた北海道の食文化、歴史や伝統に培われた南国九州の味覚をご紹介いたします。カタログに掲載された商品群から、お選びいただいた商品をお届けします。

お申込み締切り　2022年2月18日まで

お届け期間　2022年4月～2023年3月

※詳細は各グリーンセンター等に設置してある別冊の「北の旬・南の幸」カタログをご覧ください。

お問合せ先　各グリーンセンター（P23記載）





自己改革とは何かわからない



農業者の所得向上をはじめとする地域農業の持続的発展や、総合事業を通じて、組合員の豊かなくらしづくりに取り組んでいます。農業者の皆様に向けて開催している栽培講習会・研修会や、出向く営農活動等を通じて、安定した農業経営のサポートを行っています。当組合の取り組む自己改革について、広報誌やホームページ等にわかりやすく掲載していきます。

農業者の皆さんの意見、声をしっかり聞いてほしい。

現在、当組合では産直友の会やいちご部会等の作目別生産部会の会議等でご意見・ご要望をお伺いしています。また、渉外担当者が農業者である正組合員の皆様のお宅を訪問し、自己改革の取り組みをご説明するとともに、ご意見・ご要望をお聞きする取り組みを実施しております。例えば、農機レンタルの取り組みは農業者の皆様からいただいたご要望から実現させた取り組みです。



たくさんのご意見ありがとうございます

ぐりんぷらざに寄せられた皆さまからのご意見・ご要望 紹介

女性部の活動に興味があるが、加入する前に体験講座があると良い

11月に豊明支部にて女性部の活動を体験していただく単発の講座を開催しました。また女性部活動や当組合の協同活動を体験いただき、新たな仲間づくりの場として取り組む女性大学『いなほちゃんカレッジ』を今年度から開校しています。



産直施設のマンネリ化が気になる。食品の並べ方や展示の仕方を工夫して新鮮さをPRしてほしい。

食育ソムリエによる旬の野菜を使ったレシピの掲示や、POP・ポスターを手作りして旬の農産物のPRを行うほか、





季節を意識した特設コーナーを設けるなど、利用者の皆さまに楽しく買い物をしていただけるよう努めてまいります。

ウォーキング大会を開催してほしい

各地域でシニアウォーキングを開催しているほか、今年は愛知県森林公園でウォーキング大会を開催し、多くの組合員の皆様にご参加いただきました。

毎月多くの皆さまからご意見・ご要望をいただいております。
皆さまの想いや願いに寄り添うJAであり続けるよう取り組んでまいります。



Close-up
クローズアップ

尾張旭で『しいたけ・きくらげ』を作っています

尾張旭市　eファーム　なごやかステーション







今回紹介するのは、尾張旭市でしいたけ・きくらげの菌床栽培を行うeファーム。障害や疾患を抱える人に継続的かつ安定的な雇用の場の提供を行う就労継続支援A型事業所として2020年に開業しました。現在15，000床の菌床を管理し、新鮮な生のしいたけ・きくらげや乾燥加工した商品を、尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェや県内のスーパーへ出荷。尾張旭市役所のあさぴー福祉市場（第2、第4木曜日に開催）に出店、また、ふるさと納税にも出品しています。

eファームでは、しいたけの生育に適した環境を保つため、温度・湿度・二酸化炭素濃度を10分ごとにデータ化して管理しています。特に二酸化炭素濃度が高くなるとしいたけは変形してしまうことから、良質な生産に向け管理を徹底しています。また散水や空調も季節ごとに調整しており、急な温度変化が起こる時期は対応が難しく注意が必要です。

現在約20名の利用者が毎日生産業務に従事し、3チームに分かれて菌床の管理・収穫・出荷などの作業を行っています。eファームのしいたけは一般的なしいたけに比べて水分量が多く、肉厚で柔らかいのが特徴です。良質なしいたけを出荷するためしいたけの傘が開く前に収穫し、色が良く形の整っているものの出荷を心掛けています。「生産から出荷までの作業に携わることでやりがいを感じ、利用者の中には症状が和らいだ方もいる。」

「流通先が尾張旭市内をはじめとする県内の近場であるため、新鮮なしいたけやきくらげを食べていただけることが強み」と代表の橋本さん。今後は新しい事業所を開業する予定で、名古屋産業大学と連携してだしパックやしいたけスイーツの商品開発など、面白いことに挑戦したいと話していました。

代表の橋本さんオススメレシピは「肉厚でみずみずしく食べ応えバツグンのしいたけはフライや天プラにすると絶品！生のきくらげはしゃぶしゃぶ、卵ときくらげのオイスターソース炒めがオススメです！」と教えてくれました。







JAあいち尾東での取り扱い店舗

瀬戸グリーンセンターとれたて館
尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ
長久手グリーンセンター

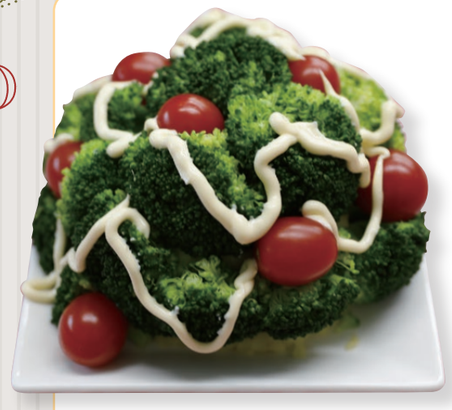
特集

家族で楽しむ おうちクリスマス

今年のクリスマスは
野菜盛りだくさんのメニューで
手作りしてみませんか。
大人も子どもも楽しめる
手づくりレシピを大紹介‼



クリスマスツリーサラダ



材料
- ブロッコリー…1株
- じゃがいも…2個
- ミニトマト…5、6個
- マヨネーズ…お好み
- 塩・コショウ…適量

作り方
①ジャガイモの皮をむき、一口大に切ります。耐熱皿に入れて電子レンジで柔らかくなるまで加熱します。
②ブロッコリーは小房に分けてゆでます。
③じゃがいもが熱いうちに潰して塩を振ります。
④冷めたらマヨネーズで和えます。
⑤じゃがいもを円すい形に整え、ブロッコリー・ミニトマトで飾ります。



●日進園芸センター　**吉永 豊子**

パプリカやスライスチーズを
星形にくり抜いて
飾るとカワイイ!

ロールパンサンドイッチ・フルーツのロールサンド

とれたてれすとらんの味をご家庭で

★★★★★★★★★★

厚焼き玉子のロールパンサンドイッチ

材料
- 卵…4個
- 水…60cc
- 白だし…8cc
- マヨネーズ…4g
- 油…適量
- ロールパン…4個

作り方
①ボウルに卵、水、白だし、マヨネーズを入れてよく混ぜ合わせます。
②耐熱容器に①を注ぎ、ラップをせずに電子レンジ（500w）で3分加熱します。
③②をレンジから取り出し、膨らみが落ち着いたら電子レンジ（500w）で1分加熱します。
④電子レンジから取り出してアルミホイルで包み、形を整えて2分ほど置きます。
⑤ロールパンに切り目を入れ、一口サイズに切った厚焼き玉子とフリルレタスを挟んで完成です。



ほうれん草とベーコンの
炒め物や、ブロッコリーを
トッピングに加えると
ボリューム満点!



★★★★★★★★★★

フルーツのロールサンド

材料
- みかん…1個
- キウイ…1個
- サンドイッチ用食パン…12枚
- ホイップクリーム…250ml

作り方
①みかんの皮をむき、一房ずつに分けます。
②キウイの皮をむき、縦方向に8等分に切ります。
③食パンにホイップクリームを薄く塗り、真ん中にフルーツを置きます。フルーツの周りにホイップクリームを塗り、ラップを使ってきつめに巻き、パンの端と端をくっつけます。
④パンの端がくっついたら、真ん中で半分に切ります。
⑤切り口が見えるようにお皿に盛り付け完成です。



●瀬戸グリーンセンターとれたてれすとらん　**松村 和子**

ビーツのポタージュ

材料
- ビーツ…200g
- たまねぎ…1/2個
- コンソメ…小さじ1
- 水…600cc
- 牛乳…20cc
- バター…10g
- 塩コショウ…少々
- ブロッコリー…10g（塩ゆで）

作り方
①ビーツの皮をむき、一口大の大きさに切ります。
②鍋に水・コンソメを入れ、ビーツがやわらかくなるまでゆでます。
③たまねぎをみじん切りにして、フライパンにバターと入れ色がつくまで炒めたら冷まします。
④ミキサーに② ③と牛乳を入れてよく混ぜ合わせます。
⑤④を鍋に戻し温めながら塩コショウで味を調えます。
⑥器に盛り、ゆでたブロッコリーを浮かべて完成です。



●日進園芸センター　**杉浦 理恵子**

ホットプレートde簡単!!

ごろごろ野菜のチーズフォンデュ

材料（2〜3人）　コンパクトホットプレート使用 37.5cm×23.5cm
- ブロッコリー…1/2株
- カリフラワー…1/2株
- カボチャ…1/4個
- じゃがいも…1個
- ミニトマト…6個
- フランスパン…10cm
- ピザ用ミックスチーズ…150g
- 片栗粉…小さじ2
- 牛乳…100cc
- オリーブオイル…適量



具材の準備
ブロッコリー・カリフラワーは小房に切り、電子レンジ500wで2分30秒加熱します。
カボチャ・じゃがいもは皮をむいて一口大に切り電子レンジ500wで3分加熱します。
ミニトマトはヘタを取り、フランスパンは一口大に切ります。

作り方
①耐熱容器にチーズと片栗粉を入れ混ぜ合わせ、牛乳を入れてラップをかけ電子レンジ600wで1分加熱します。
取り出してよく混ぜ合わせ、さらに1分〜1分30秒加熱します。
②ホットプレートを加熱し、オリーブオイルを薄くひきます。真ん中を空けてぐるりと囲むように具材を並べて温めます。
③①をココットなどの耐熱皿に移してホットプレートの真ん中に置きます。
具材をとろーりからめて召し上がれ♪

おまけレシピ

チョコレートフォンデュ



作り方
①耐熱容器に細かく刻んだ板チョコ2枚と生クリーム100〜120mlを入れて、電子レンジ（600w）で1分30秒加熱し、ホットプレートにのせます。
②イチゴやマシュマロなどお好みのフルーツをディップして召し上がれ♪



●東郷グリーンセンター
近藤 章子（左）・**武内 静**（右）

JAあいち尾東の様々なニュースをお届けします！

いなほちゃん TOPICS

10月7日　諸輪小学校　稲刈り

協力広報員

今年6月に田植えを行ったお米の稲刈り体験を実施しました。これは3年生の社会科の授業で毎年行っており、諸輪地域の米農家がボランティアで指導を行っています。児童たちははじめにお米を育ててくれた田んぼにあいさつ。その後、鎌を使って一束ずつ刈取りを行っていきました。参加した児童らは楽しそうに歓声を上げながら「もっともっと作業したい！」「おにぎりにしたらおいしいだろうな」と話しながら一生懸命稲刈りに取り組んでいました。　協力広報員　近藤　誠







10月5日、12日、19日　健康体操教室開催



組合員を対象に各地域で健康体操教室「健康体操でココロカラダリフレッシュ！」を開催しました。この取り組みはコロナ禍で外出や運動の機会が減っていることから、組合員の健康意識向上と健康で豊かな暮らしづくりを目的としています。

今回のカリキュラムでは、脳・神経系に働きかけるコーディネーション運動やロコモティブシンドローム、認知症予防を目的とした運動を行いました。参加者は講師の動きに合わせて自身の手足を動かそうとするもなかなかうまくいかず、思わず笑いが出る場面が見られました。

参加した70代の女性は「左右の手や足で同時に違う動きをするのは思っていたより難しかった。夢中でやっていたら1時間あっという間だった。家でも空いた時間に挑戦したい」と話しながら一生懸命手足を動かしていました。

10月16日、17日、23日、24日　夏季農業応援定期貯金「びとうまれ」特典 サツマイモ収穫体験





例年人気のサツマイモ収穫体験を開催しました。今回は298組の応募があり、抽選で120組の組合員とその家族が参加しました。当日は好天に恵まれ、参加者は土から飛び出たサツマイモのツルを見つけると、サツマイモを傷つけないように優しく土を掘り起こしていました。参加者は「こんなに服を汚して楽しむ子どもの姿は久しぶりに見た。とても良い思い出になった」と話し、子どもたちは「早く食べたいな」と袋一杯に収穫したサツマイモを笑顔で抱え、話していました。

10月20日　ウォーキング大会開催



長引くコロナ禍で体を動かす機会が減っていることから、ウォーキングを通じた心身の健康維持を目的として組合員を対象に開催し、約90人が参加しました。



講師には瀬戸市ウォーキング協会の松原覚さんを招き、ウォーミングアップや正しいウォーキング方法等を指導していただきました。当日は愛知県森林公園植物園内のウォーキングコース約4キロを歩き、参加者は各々のペースで森林浴をしながらウォーキングを楽しんでいました。参加した70代の女性は「自然豊かな森の中で、木々を見ながらゆっくりウォーキングできてとても気持ち良かった。今後もこういう機会があったらぜひ参加したい」と気持ちよく汗を流しました。

初心者向け 柿・梅 剪定講習会のお知らせ



以下の日程にて講習会を開催いたします。この機会に疑問を解消してみませんか？

- 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

申込期日　12月29日（水）

対象地区	開催場所	定員	開催日時	
豊明・東郷	豊明市内	30	1月12日（水）	9時30分～
日進	日進市内	30	1月13日（木）	10時00分～
瀬戸・長久手	瀬戸市内	30	1月14日（金）	10時00分～
尾張旭	尾張旭市内	20	1月14日（金）	14時00分～

お申し込みは当JAホームページ（https://www.jaab.or.jp）の申込フォーム、営農センターまたはグリーンセンター等店舗までお願いいたします。

※新型コロナウイルス感染防止対策により、定員を設けて開催いたします。
　定員は申込順とさせていただきます。ご理解賜りますようお願い申し上げます。
※瀬戸地区と長久手地区、豊明地区と東郷地区はそれぞれ合同開催いたします。

参加に関するお問合わせ先

瀬戸・尾張旭・長久手地区	北部営農センター	TEL：0561-63-3360
日進地区	中部営農センター	TEL：0561-72-0062
豊明・東郷地区	南部営農センター	TEL：0562-92-3892

開催場所等の詳細については、当JAのホームページに掲載しておりますのでご覧ください。

出向く営農レポート

～学校給食用野菜栽培に取り組んでいます!～



北部営農センター 尾張旭地区担当
大津 和也

今回のレポートは、冬野菜の代表格キャベツ。1月～2月の出荷を目指して栽培に取り組んでいます。

　生産者である立松純子さんは当JAの「女性のアグリスクール」卒業生で、卒業してからも夫婦で協力しながら、順調に出荷量を増やしています。

　今回は今年から挑戦している学校給食用キャベツの圃場を訪問しました。

　キャベツは初期成育で外葉を大きく育てる事が重要になってきます。今回、一部生育が遅れているキャベツに対しては、即効性肥料である硝酸石灰の追肥を提案しました。



害虫対策

初期防除としてプレバソンフロアブル5、アファーム乳剤で防除していた為、ほとんど食害されていませんでした。しかし圃場巡回中にヨトウムシが確認されたため、再度防除することを提案しました。キャベツはアオムシ、ヨトウムシやアブラムシ被害が多いので、おすすめ農薬であるグレーシア乳剤やウララDFを紹介しました。






ヨトウムシの幼虫

キャベツおすすめ農薬	使用方法	散布液量	希釈倍率	使用時期	使用回数
グレーシア乳剤（チョウ目）	散布	10aあたり100～300リットル	2,000～3,000倍	7日前まで	2回以内
ウララDF（アブラムシ）	散布	10aあたり100～300リットル	2,000～3,000倍	収穫前日まで	3回以内

　今後も訪問しながら、葉の色や成長をこまめにチェックし、防除や追肥のタイミングを逃さないように提案します。

　キャベツは給食だけでなく産直にも出荷予定です。冬のキャベツはサラダや炒め物、鍋などにすると甘みがよくわかりますので、ぜひご賞味ください。

　産直友の会では、現在も学校給食向け生産者を募集中です。興味のある方は、お気軽に担当者までお声掛けください。

女性部 みそづくりのご紹介

　女性部では地域の伝統食材の伝承と地産地消の推進を目的として、各支部で1月から2月にかけてみそづくり講座を開催しています。

　大豆は当JA管内で収穫された物を使用し、その他には塩と麹のみを入れた安全安心なみそです。



1. 一昼夜水に浸けておいた大豆を圧力鍋で火の調節をしながら約30分加熱し、15分蒸らします。
2. 加熱した大豆と麹を合わせてミンチ機で潰します。
3. 最後に塩を入れて混ぜ合わせ、容器に入れていきます。









　赤みそやミックスみそは約10ヶ月後から食べることができますが1年半～2年保存しておくとコクがでてよりおいしくなります。

　白みそは7ヶ月～1年後が食べ頃です。

　熟成されたみそは、様々な料理に使用することができ女性部では五平餅のたれを作る際にも使用しています。









女性部・みそづくりに関するお問い合わせはこちら ▶ 生活相談課 ☎0561−75−0710（平日9:00～17:00）

地域農業応援団！

食育キッチン

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？

Recipe 野菜たっぷり米粉のすいとん



材料（4人分）

- 米粉…400g
- だいこん…1/4本
- にんじん…1本
- ごぼう…1/2本
- さといも…200g
- さつまいも…1本
- ぶなしめじ…1株
- 小松菜…200g
- 油あげ…2枚
- だし汁…1200ml
- しょう油…大さじ1〜2



作り方

1 米粉は熱湯を入れてよく練り、耳たぶくらいの柔らかさになったら食べやすい大きさに丸めます。鍋に湯を沸かし沸騰したらゆでて浮いてきたらひきあげます。

2 油あげは油抜きをして一口大に切ります。

3 ごぼうは皮をそぎ、ささがきにして水にさらしザルに上げます。
だいこん、にんじんは皮をむき食べやすい大きさに切ります。
小松菜はサッと茹でておき、ぶなしめじは石づきを取ります。
さといも、さつまいもは皮をむき、食べやすい大きさに切り水にさらしてザルに上げます。

4 鍋にだし汁を入れ、ごぼう、だいこん、にんじん、ぶなしめじの順に入れます。火が通ったら、さといも、さつまいも、油あげを入れてよく煮ます。しょう油を加えて味を調え、最後に1と小松菜を入れて完成です。

店舗情報
長久手グリーンセンター
〒480-1103　長久手市岩作城の内53　TEL0561-63-1210
［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。



Recipe さつまいもの豆乳スープ

材料（2人分）

- さつまいも…1/2本（約100g）
- ニンジン…5cm
- ブロッコリー…少々
- 豆乳（無調整）…150ml
- だし汁…150ml
- みそ…大さじ1
- めんつゆ…少々

作り方

1 さつまいもは皮をむかずによく洗い、食べやすい大きさの半月切りまたはいちょう切りにします。

2 ニンジンも1に合わせて切ります。

3 鍋にだし汁と1 2のさつまいも・ニンジンを入れ中火で熱し、野菜が柔らかくなるまで煮ます。

4 3にブロッコリーを入れ、豆乳を加えて温めます。温まったら火を止めてみそを溶き、めんつゆを加えて味を調えたら完成です。



長久手グリーンセンター
食育ソムリエ
藤本 麗子

今月の食材メモ①



さつまいも

さつまいも豊富な食物繊維を含んでいます。食物繊維は腸内の健康を維持する「善玉菌」を増やし、腸内に腐敗物を溜めようとする「悪玉菌」や毒素を吸着して体の外へ排出する働きがあると言われています。

Recipe 蒲焼きもどき丼

材料（2人分）

- 山の芋…150g
- はんぺん…1枚（約100g）
- 焼き海苔（全形）…1枚
- 小麦粉…適量
- サラダ油…大さじ2
- 粉山椒…適量
- ごはん…2膳

<タレ>

Ⓐ
- しょうゆ…大さじ2
- 水…大さじ3
- 酒…大さじ2
- 砂糖…大さじ1
- みりん…大さじ1



長久手グリーンセンター
食育ソムリエ
竹内 香苗

事前準備 たれの材料を混ぜ合わせておきます。

作り方

1 山の芋をよく洗い、皮をむいてすりおろします。

2 はんぺんをポリ袋に入れて潰し、1に加えてよく混ぜます。

3 焼き海苔を半分に切り、海苔のふちを1cmほど残して2を乗せ平に広げます。

4 小麦粉を茶こしでまぶし、うなぎのような見た目になるようスプーンで細かく筋を付けます。

5 フライパンでサラダ油を温め、海苔の面を下にして置き、強めの中火で片面2〜3分ずつ焼きます。

6 両面が焼けたら海苔の面を上にして、Ⓐを加えてアルコールを飛ばしながら混ぜ合わせます。

7 6を取り出してそぎ切りで4等分にします。器に盛ったご飯の上に乗せ、フライパンに残ったタレをかけ、粉山椒をふって完成です。



教えて！ 石黒組合長

～組合員だからこそ知ろう!JAのコト～

組合員の健康づくり活動について

Vol.9



石黒　秀一
代表理事組合長

「地域農業の振興」「健康なくらし」「助け合いのあるくらし」「環境を大切にするくらし」のお手伝いがJAの存在意義であると考えています。

今回は、組合員・地域の皆様が健康で安心して暮らせる豊かな地域社会の実現に向けてJAが取り組んでいる様々な健康づくり活動についてご紹介します。

健康ライフセミナーの開催

組合員の皆様が健康に過ごすための運動・食に関する体験型の講座として、愛知学院大学心身科学部健康科学科・健康栄養学科と協力し、毎年行っています。

令和元年度

構内ウォークラリー





管理栄養士を目指す学生による管内の農産物を使用した食事を提供しました。



令和２年度

オンライン形式でウォーキング時の正しい姿勢や運動前のストレッチ方法等、実演を交えながら講義しました。



シニアウォーキング・ウォーキング大会の開催

運動を通じて健康でいられるよう、介護予防活動の一環として65歳以上を対象としたシニアウォーキングを開催しています。また森林公園（尾張旭市）やモリコロパーク（長久手市）等で、家族で楽しめるウォーキング大会を開催しています。



今年の10月に森林公園内の植物園にて開催されたウォーキング大会の様子

健康体操セミナー・介護予防教室

脳・神経系に働きかけるコーディネーション運動やロコモティブシンドローム、認知症予防を目的とした健康体操セミナー・介護予防教室を開催しています。

介護予防教室





健康体操セミナー



栄養講座や介護予防運動など、健康をトータルで学ぶカリキュラムです。

親子料理教室・食育オンラインセミナー

食への関心・興味を高め、食の大切さと食を支える地元農産物への理解を深めていただくことを目的に、食育・食農教育活動の一環として行っています。





親子料理教室

食育オンラインセミナー



次回は支店活動について解説します。

夜間・休日の自動車事故受付電話番号　フリーダイヤル 0120－258931（ジコハクミアイ）

笑顔のひろば EGAO no HIROBA

大きな声で吟じています

尾張旭市　加藤 深代子さん



今回紹介するのは詩吟が趣味の加藤深代子さん。もともと声を出すことが好きだった加藤さんは、36年前近所の詩吟教室に通い始めたことがきっかけでどんどん詩吟の魅力に引き込まれていきました。日々稽古を重ね、これまでに合吟（ごうぎん）※の全国大会で優勝したほか中部地区のコンクールで優勝・入賞を果たすほどの腕前です。

詩吟は漢詩や和歌、俳句などの詩に独特の節をつけて詠む伝統芸能です。現代の詩吟は、江戸時代後期の私塾や藩校で漢学の勉強や精神修養のため、漢詩の朗読に節をつけて吟じられるようになりました。その後全国に波及し、幕末頃には志士たちが自らを励まし士気高揚を図るために吟じていたと言われています。

詩吟は標準語の正しい発音で吟ずることを重んじており、詩のイメージに合わせてアクセントや節をつけるテクニックはもちろん、内容をしっかり捉え“声”のみで情景や作者の心情を表現することが大切です。加藤さんは「詩の隅から隅まで100回ほど読み込むと、だんだんと作者の気持ちが分かるようになってくる」と話し、コンクール前には約7か月もの時間をかけて稽古に打ち込みます。また苦手に感じる詩でも稽古を重ねることで苦手を克服しており、「“コンクール出場”など目標があるから一生懸命になれる。何より詩吟が好きで、大きな声を出すことで健康に過ごせているので、これからも楽しみながら続けていきたい」と話してくれました。

※合吟…二人以上で吟じること











多才な加藤さんは居合も行っており、全国優勝しています。

●園芸研究家　成松次郎

あなたもチャレンジ！
季節の野菜づくり

畑仕事に便利な農具
快適で楽しい作業にするために

農具はかつての「村の鍛冶屋さん」が、農作業の用途や土質に適した形に作り上げた道具です。そのため地域によって形状がさまざま。そろえておきたい代表的な農具を紹介します。

【土起こし作業】（図1）

荒れた畑は土が固く締まり、草の根がはびこっています。このような畑を起こすには、備中鍬（ぐわ）か唐鍬（ぐわ）を使います。備中鍬は3、4本の爪に分かれ、粘土質の畑でも土離れの良い刃型で、芋の掘り起こしにも重宝します。唐鍬は1枚の細身で肉厚の刃で、頑丈なので荒起こしに向きます。

スコップは土を運ぶ、穴を掘る、堆肥・肥料を土と混ぜるなどに使い、先のとがった剣先スコップは穴掘り作業に、先が平らな角スコップは運ぶ、混ぜる作業に適しています。

【畝立て作業】（図2）

平鍬（くわ）は1枚の刃が付き、耕す、整地をする、溝を掘る、畝を立てる、土寄せするなどほとんどの作業がこれ1本でできます。平鍬の背側や側面を使って、整地作業もできます。長さや重さが体や体力などに合った物を選びましょう。農具を一つ選ぶとすれば、万能の平鍬です。また、効率良く整地作業をするには、熊手のようなレーキを使います。土中の雑草の根なども除去できます。最後に、畝をきれいに仕上げるには、板切れ（端材）を使い、表面をならします。

【除草、土寄せ作業】（図3）

草削りには、片手鍬（ぐわ）、ホーとも呼ばれる半月形や三角形の軽量な鍬があります。柄が長く立ち姿勢で作業ができる三角鍬（ぐわ）は、土寄せ、溝切りにも使えます。

草刈りには平鍬を使います。伸びてきた草を片手でつかみ、鎌先を地際から手前に引いて切断します。のこぎり鎌は、堅い草を刈るのに向いています。

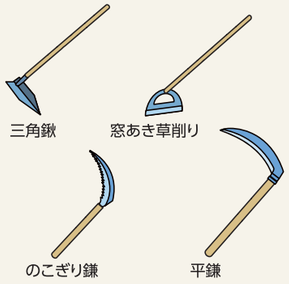
図1　土起こし作業



図2　畝立て作業



図3　除草、土寄せ作業



営農職員によるオススメ資材
～農作業をもっと快適に～

農業も機械化が進み、省力化が進んでいます。

小型の管理機等も様々なニーズに合わせたものが販売されていますが、最初におすすめする機械はやはり刈払い機（草刈機）です。

当JAで取扱っているゼノアTRZ-235Wは、エンジン式のシンプルな刈払い機ではありますが、畑の隅や通路等に生えた草の管理には十分な能力が備わっています。

また、当JAでご購入いただければ、使用方法の説明、機械の不調時の相談、修理の受付等、万全のアフターフォローがございますので、長年安心してお使いいただけます。

春の雑草に備えて是非とも購入をご検討ください。



全店取扱あり　39,723円（税込）

葬儀、法要のことなら　フリーダイヤル　0120-3-10592（豊明・東郷・日進の方）　0120-6-10592（瀬戸・尾張旭・長久手の方）（24時間体制）

●土壌医　藤巻久志

野菜もの知り百科

ハクサイ（アブラナ科アブラナ属）



ハクサイは日本で昔から作られてきた野菜と思われがちですが、実際は日清・日露戦争で中国大陸に出征した兵隊が持ち帰った種子が始まりです。時代劇で長屋のおかみさんたちが井戸端でハクサイを洗う様子が映っていたら、時代考証が間違っています。

ハクサイは英名でチャイニーズキャベツというように原産地は中国です。ほとんどのアブラナ属は他家受粉で、周りにナバナが咲く畑では、他のアブラナ属と容易に交雑し、品種独自の形質を維持できません。

ハクサイには結球、半結球、非結球の3種類があり、最も多く流通しているのは結球タイプです。結球ハクサイの品種純度を保つため、大正時代に宮城県の松島で隔離栽培・採種が開始され、戦前には同県が日本一の産地になりました。

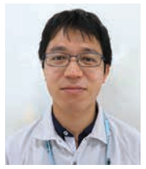
昭和時代のハクサイの用途は漬物用が大きな比重を占めました。今、漬物は買う時代になり、漬物樽もない家庭がほとんどです。それでもハクサイは淡泊な味を生かし、鍋物、炒め物、みそ汁の具などに幅広く使われています。サラダにすればボリュームがあり、簡単で安価です。

ハクサイの大部分は水分ですが、ビタミンCやカリウムなどを多く含んでいます。ビタミンCは風邪の予防に、カリウムは塩分を排出する作用があるので高血圧予防に役立ちます。

小家族が増え、ハクサイ、ダイコン、スイカなどの大型野菜はカット売りされるようになりました。それらのミニ野菜も開発されています。ハクサイは半分や4分の1にカットされても成長が続くので、芯が膨らんできます。膨らみが目立つ場合は、鮮度が落ちています。ミニハクサイを丸ごと使い切るのも一つの選択肢です。

知っておこう！
農業の豆知識　第80回

稲刈り後には水田のメンテナンスを行いましょう



北部営農センター
尾張旭地区担当
大津和也

地力をアップしたい！

愛知県下の土壌分析を行ったところ、毎年元肥だけでは、水稲に欠かせないケイ酸が不足していることが確認されました。収量が落ちてきたり、品質の低下がみられたりする場合は土壌改良剤を散布しましょう。

おすすめ資材「農力アッププラス」



水稲栽培に欠かせないケイ酸・リン・苦土はもちろん、鉄やマンガンで硫化水素ガスを無害化し根を守ります。散布量も60kg/10aと省力タイプのオールインワン土壌改良剤です。

ガス沸きで苗が傷んだ！

田植後に苗が枯れたり、黄色くなったりしませんでしたか？残渣の分解が上手く出来ておらず、ガスが発生し根を傷つけていたかもしれません。水を張った後、ぶくぶくしていたら要注意です。

おすすめ資材「アグリ革命」



稲わら分解促進剤です。うきワラやガス沸きを減少させます。酵素資材のため、土壌環境に左右されません。分解を促進するため、できるだけ早い時期に散布しましょう。散布量は2kg/10aと超省力タイプです。

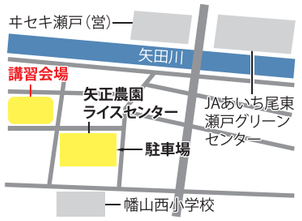
どちらもお取り寄せ商品です。購入をご希望の方は、各営農センターまでお問い合わせください。

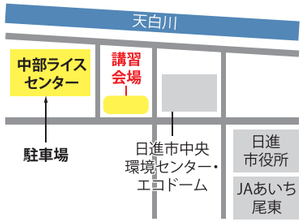
トラクター取扱講習会

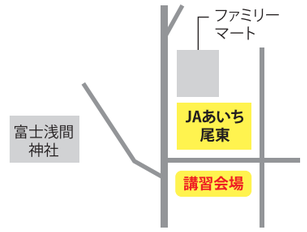
参加費 無　料

日頃使用のトラクターで安全な農作業を行えるよう、点検・メンテナンス、安全な操作方法、効率良く圃場を均すポイントなど試乗機を使ってわかりやすく講習します。

会　場	瀬戸会場	日進会場	東郷会場
開催日	令和3年12月11日(土)	令和3年12月18日(土)	令和4年1月15日(土)
時　間	午前10時～12時	午前10時～12時	午前の部 午前10時～12時 午後の部 午後1時30分～3時30分
場　所	瀬戸市東本地町 矢正農園ライスセンター　近隣圃場	日進市野方町稲荷 JAあいち尾東　中部ライスセンター	東郷町春木仲田 JAあいち尾東　東郷事務所







講習会使用機種

瀬戸・日進会場

イセキ	トラクター	RTS20+1.4Mロータリー
		RTS25+あぜぬり機
		折りたたみハロー

東郷会場

クボタ	トラクター	FT240
	管理機	TRS600J
コバシ	あぜぬり機	RS752F
	サイバーハロー	TX245
	フルレールモア	FX150
丸山	ラジコン動噴	MSV415R2SL
	バッテリー噴霧器	MSB1110Li





申込・問合せ先

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
東郷事務所	0561-39-1775

申込受付

瀬戸グリーンセンターとれたて館
尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ
豊明フレッシュセンター
豊明西部産直センター
東郷グリーンセンター
日進園芸センター
長久手グリーンセンター



看護学生募集

3学校共通募集要項

一般入試

試　験　日　令和4年 **2月2日**(水)
出願期間　令和4年 1月4日(火)～25日(火)
募集人員　各４０名（推薦・社会人入学試験を含む）

※詳細は各看護専門学校ホームページでご確認ください
- 奨学貸与金制度があります
- 看護師国家試験受験資格が得られます
- 卒業後は、JA愛知厚生連の病院に勤務できます

JA愛知厚生連

更生看護専門学校（安城市）
〒446-0026
安城市安城町東広畔47-1
TEL0566-76-3420

愛北看護専門学校（江南市）
〒483-8086
江南市高屋町大松原137-7
TEL0587-51-3350

加茂看護専門学校（豊田市）
〒470-0343
豊田市浄水町伊保原654-1
TEL0565-43-5101

JA愛知厚生連 あなたの健康まもり隊

注意したい高齢者の貧血



豊田厚生病院　血液内科病棟医長　原田 靖彦

「貧血」というと若い女性の病気と思われる方が多いでしょうが、高齢者でも5～20%の方が貧血と報告されており、身近な病気の一つです。

貧血の症状

動悸や息切れ、立ち眩みなどが一般的です。しかし、ゆっくりと貧血が進行する場合や、もともと活動性が低い方の場合は、症状に気づかないことがしばしばあります。また、「何となく元気がない」、「食欲がない」なども高齢者の貧血を疑う症状です。

貧血の原因

原因は多岐にわたりますが、最も頻度が高いものは鉄欠乏性貧血です。若い女性の場合は、月経によるものがほとんどです。一方高齢者の場合は、食事摂取量低下の他、消化管からの出血が原因と考えられ、背景に胃がんや大腸がんなどの悪性腫瘍が隠れていることがあります。鎮痛剤(貼付剤も含め)の常用やアルコール多飲は胃・十二指腸潰瘍の原因となり、出血を引き起こすことがあります。他にも、極端な菜食主義や胃切除後の方にはビタミンB12欠乏による貧血を、長期間の栄養摂取低下やアルコール多飲の方は葉酸欠乏による貧血を認めることがあります。さらに、慢性腎臓病が原因となる腎性貧血というものもあります。

貧血の治療と予防策

原因によって治療は異なります。鉄、葉酸、ビタミンB12等の不足が原因であれば、それらを飲み薬や注射で補いつつ、貧血の原因を検索します。貧血の予防には、バランスのよい食事が大切です。高齢者は肉や魚の摂取が少なくなりがちです。特に、認知機能低下、脳卒中後遺症による麻痺の他、慢性疾患等がある方は、体調が悪くなると食事摂取量が低下しやすい点に注意が必要です。また、鎮痛剤の使い過ぎやアルコール多飲は避けましょう。

最後に

貧血は上記に挙げた以外にも、骨髄異形成症候群、多発性骨髄腫など、血液の悪性疾患が関わっていることがあります。健康診断等で貧血を指摘された場合は、かかりつけ医にご相談ください。

第14回 JAあいち尾東杯ゴルフ大会

健康管理活動の一環として、10月26日、新南愛知カントリークラブ美浜コースにて開催しました。今年は33組　総勢129名のご参加をいただきました。

当日は快晴に恵まれ、参加された組合員は「とても楽しくプレーすることができた。来年も参加し、好成績を目指したい。」と話し、スポーツの秋を満喫されました。

優　勝　柴田　利勝さん（瀬戸地域）
準優勝　近藤　公夫さん（東郷地域）
３　位　伊藤　善和さん（瀬戸地域）







※開催にあたり新型コロナウイルス感染拡大防止策を講じ開催しました。

おしらせ 年末年始営業案内

	12月					1月				
	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5
	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
本店	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○
ローン営業センター	○	○	×	○	×	×	×	×	○	○
資産管理センター	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○
瀬戸支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
山口支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
水野支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
品野支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
パロー瀬戸西店ATM	△	△	△	△	※	※	※	※	△	△
尾張旭支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
本地ヶ原支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
尾張旭東支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
豊明支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
阿野支店	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○
沓掛支店	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○
豊明栄支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
東郷支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
春木支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
春木支店しみず店(ATM)	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
日進支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
岩崎支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
米野木支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
浅田支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
長久手支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
長久手西支店	○	○	○	○	△	△	△	△	○	○
イオンモール長久手店ATM	△	△	△	△	※	※	※	※	△	△
アオキスーパー長久手店ATM	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
北部営農センター	○	○	○	○	~17時	×	×	×	×	○
中部営農センター	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○
南部営農センター	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○
南部営農センター東郷事務所	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○
瀬戸グリーンセンター	○	○	○	○	~17時	×	×	×	×	○
とれたてれすとらん	○	○	○	○	~16時	×	×	×	×	11時~
尾張旭グリーンセンター	○	○	○	○	~17時	×	×	×	×	○
豊明フレッシュセンター(豊明市文化会館)	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○
豊明西部産直センター	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○
東郷グリーンセンター	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○
日進園芸センター	○	○	○	○	~12時	×	×	×	×	○
長久手グリーンセンター	○	○	○	○	~17時	×	×	×	×	○

○＝営業日　×＝休業日　△＝ＡＴＭのみ稼働
※パロー瀬戸西店ＡＴＭおよびイオンモール長久手店ＡＴＭの営業時間は、各店舗営業時間に準ずる。

おしらせ 理事会だより

開催日：令和3年11月1日(月)

第1号議案　役員報酬審議会委員の委嘱について
第2号議案　役員体制検討委員会の設置について
第3号議案　不稼働資産の売却について
第4号議案　大口信用供与等の承認について
第5号議案　営業に関する規程の一部改正について

以上の議案について承認可決されました。

おしらせ 12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
●歳末セール　10日(金)～12日(日)

尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ
●歳末セール　10日(金)～12日(日)

長久手グリーンセンター
●食農フェア・歳末クーポンセール　3日(金)～5日(日)
●食農フェア・お正月準備クーポンセール第1弾　17日(金)～19日(日)
●マグロの解体・即売会　18日(土)11:00～
●食農フェア・お正月準備クーポンセール第2弾　24日(金)～26日(日)

日進園芸センター
●歳末感謝セール　10日(金)～12日(日)

豊明フレッシュセンター・豊明西部産直センター・東郷グリーンセンター合同
●ウィンタークーポンセール　10日(金)～12日(日)
●歳末セール　25日(土)～29日(水)

※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。

おしらせ 産直市情報

12月
●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

1月
●米野木支店　7日(金)　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。

おしらせ 12月の金融キャンペーン

冬季農業応援定期貯金「びとうまれ」
令和3年11月1日(月)～12月30日(木)
●地域農業応援コース(窓口・渉外担当者受付)

令和3年11月1日(月)～令和4年1月31日(月)
●金利コース(ネットバンク・ATM受付)

令和4年2月28日まで
●JA住宅・マイカーローンご紹介キャンペーン

令和4年3月31日まで
●退職金専用定期貯金「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
●投資信託ご成約特典～JAカードのポイントプレゼント～
●JA投信ハイブリッドプラン

おしらせ 相談会・相談日のお知らせ(12月1日～1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。

12月
●7日(火)　長久手支店
●11日(土)　日進支店
●15日(水)　豊明支店
●22日(水)　東郷支店

1月
●11日(火)　長久手支店
●13日(木)　瀬戸支店

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。

●12月11日(土)　各基幹支店
●1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。

●12月11日(土)　各基幹支店
●1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。
予約がいっぱい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合わせください。

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

営農相談員矢部先生のきまぐれ営農相談
●尾張旭グリーンセンター　12月4日(土)・12月25日(土)
●瀬戸グリーンセンター　12月11日(土)・1月8日(土)
●長久手グリーンセンター　12月18日(土)・1月15日(土)
※都合によりお休みの場合もございます



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。

12月
●1日(水)　豊明支店・沓掛支店
●3日(金)　尾張旭支店・岩崎支店
●9日(木)　長久手支店
●14日(火)　瀬戸支店・春木支店
●17日(金)　浅田支店
●21日(火)　山口支店・品野支店
●22日(水)　本地ヶ原支店・尾張旭東支店・日進支店
●23日(木)　長久手西支店
●28日(火)　水野支店

1月
●5日(水)　豊明支店・豊明栄支店
●7日(金)　尾張旭支店・米野木支店
●11日(火)　瀬戸支店
●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。

12月
●7日(火)　日進支店
●8日(水)　東郷支店
●14日(火)　豊明支店
●17日(金)　瀬戸支店
●20日(月)　尾張旭支店
●21日(火)　長久手支店

1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。

12月
●13日(月)　日進支店・長久手支店
●27日(月)　長久手支店

1月
●11日(火)　長久手支店
●12日(水)　日進支店

クロスワードPuzzle パズルの解き方

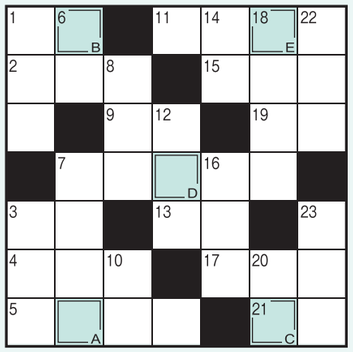
■ヨコのカギ

1 一年の終わり。年の――
2 広葉樹の落ち葉を発酵させて作ることも
3 農機具などをしまっておく建物
4 定期貯金が――を迎えた
5 家事をする際に着ける前掛け
7 家を建てるときに神主さんを招いてする儀式
9 スプリングとも呼ばれる部品
11 酒よりお菓子の方が好きです
13 無地のものには付いていません
15 お――の家に回覧板を回した
17 食べ過ぎると手が黄色くなるかも？
19 大みそかの空に響く除夜の――
21 プラスでもマイナスでもないことを示す数字

■タテのカギ

1 石川県を代表する色絵磁器といえば――焼
3 出生届を出すまでに決めます
6 花などで作るハワイの首飾り
7 ホップ・ステップ・――
8 炭を入れて使う暖房器具
10 kg、kmのk
12 はがきを買ってきて――状を書いた
14 弓に矢をつがえて狙うもの
16 ソーセージの一種。薄切りにしたものがピザのトッピングにも使われます
18 サンタクロースのそりを引きます
20 木枯らしも嵐（おろし）もこれ
22 原価に利益や経費を盛り込んで付けます
23 まきをくべて使う暖房器具。ペチカはロシア風のこれです

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？



10月号の答え

JAあいち尾東管内産 野菜のお鍋セット をプレゼント！

10月号の当選者

応募総数　206通
正解者数　205通

A	B	C	D	E	F
タ	イ	イ	ク	サ	イ

●瀬戸市　加納　孝雄 様
　木下　善裕 様
●尾張旭市　飯塚　里美 様
　北川　淑子 様
●豊明市　手嶋喜久雄 様
　杉浦眞由美 様
●東郷町　齊藤　秋子 様
●日進市　福岡　昭光 様
　斉藤喜代春 様
●長久手市　林　待子 様

1	ハ	5	イ F	8	キ	ン	14	グ		21	カ
		6	チ	リ			15	チ	18 タ A		ン
2	テ	バ		サ E	12	キ			19	カ	ナ
	ン			9	メ	モ	16	リ			ヅ
3	ブ	7	タ			13	チ	ク D	20	セ	キ
4	ク		イ C	10	ナ			17	ア	ン	
	ロ				11	ゾ	ウ	ゲ	イ B		ロ

パズルの正解者の中から抽選で10名様に

「eファーム乾燥しいたけ・きくらげセット」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4年2月号にて発表させて頂きます。



※写真はイメージです

12月のお買得銘柄は令和3年産 新米こしひかり！



12月の月間奉仕（販売期間12月1日～31日）　※営業日はP21をご確認ください。

令和3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
	白米1袋	5kg	2,040円	1,790円	1,890円
		10kg	3,880円	3,380円	3,580円
	玄米1袋	30kg	10,200円	8,700円	9,300円
	玄米量り売り	1kg	365円	315円	335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「ひまわりマルシェ」	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）

編集後記



今年も残すところあと1か月となりました。月日が過ぎるスピードが年々加速しているように感じます。毎日寒い日が続いていますので体調管理に気を付けて、皆様良い年をお迎えください。（中川）

みんなのお便り minna-no-otayori

「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。

●八田美智子さん



●浅見敏江さん



●「園空仏」小川進吾さん



●松井美枝子さん



●平林康子さん



●佐々木謹子さん



●鈴木しげよさん



●伊藤ノリ子さん



●山田みね子さん



●野々山ミチ子さん



●中村久榮さん



●諸戸幸さん



●白羽小夜美さん



●鈴木政子さん



●山田久子さん



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

■農協川柳　題「下着」　山田八郎選（順不同）

肌に着く下着はいつも仲良しだ　小川進吾
下着にも名前書いてる大家族　永津英子
着膨れて何枚着たか数え合い　八木里美
冬支度ひき出しの奥出番待つ　中野なおみ
締め付ける下着苦手な肥満体　足立文子
暖かくからだになじむ下着　松井美枝子
ぜい肉を下着で補正クラス会　中村久榮
好好爺ブクタの下着がよく似あう　大津隆春
正月は真白き下着と子に教え　水野加代子
見えないがカップあでやかにウキウキと　八田美智子
あざやかな下着をチョイス元気付け　荒田明美
伊達男下着も付けず風邪を引く　浅見和彦
スタイルの基本は下着金をかけ　渡辺清子
ステテコは我家の夏は必需品　大津右公

最近のカラフル下着勇気いる　浅見保永
新年に揃えし下着親の愛　諸戸幸
発熱のインナー無しでは冬越せず　大津教
幼児達下着の絵柄見せあっこ　浅野清美
パンツぬぎ飛び込む風呂はジジの腹　岩佐正彦
暑い夏朝昼晩と下着替え　矢野千歳
婚礼の下着ととのえ身がしまる　山田和美
婆シャツを今年も出して冬を待つ　柴田たみ子
かわいいなマンガの下着ヒラヒラ　深澤桂子
元旦に新品の下着母思う　鬼頭月美
スタイルも補正下着でやとこさ　青山真知子
酷寒にホットな下着心地よい　藤森美智子
下着類いつも洗濯一番に　山田八郎

■短歌

君が代の演奏と共にのぼりつつ整然と映る日の丸の旗　安達　正博
柿の実の色づきてをり古里の庭に甘柿しぶ柿ありき　伊藤小夜子
コキアとふ箒草あり葉も茎も血脈のごとく朱く染めをり　山口　郁子
へその緒を子らに返して秋の夕八十路迎える三日前のこと　谷口　清美
畑には喜雨であれども土石流洪水氾濫心が痛む　橋本　光江
大好きな我の生まれし八月よ今日が過ぎれば来夏は如何に　近藤　雅子
落日に晒され遠くビルし霞み庭の子達に秋風の吹く　後藤　兼次
飛んでくるトンボをボールに見立ててはバッティングする十歳児の吾　堀井　文博
湯につかり俳（かい）る吾が手を眺めをり八十路も近き我のこの頃　佐藤　昇
久々に会えば時間がとんで行く三年会えずにいた友人　間瀬香代子
子どもたち「おやつ先生」と名を呼びし好きなお菓子に口頬張りぬ　江尻けい子
解除でもマスク付けての交流会永いブランクに笑顔はじけて　江尻　達展
孫のため苺作ろと張り切ってあちこち出向き苗集めたり　水野つね子
夫の顔マスクの形に日焼けして帰り来ぬ建築現場から　今野　惠子
二百年里から移植庭の梅吾人生を知り尽す如く　山田みね子
目立たないことを唯一の武器として川を上下す稚魚達の群　加藤みづ江
若かりし笑顔はつらつ君はいた古き写真の尽きぬ思い出　柿花　洋子
紅葉手に凍てし流れを抄う児はほほえみ返し腕にすがる　辻　美佐夫

■俳句

煮へ行きて溢れ零れるおでん鍋　辻　栄春
ハロウィンでゾンビ変装楽しいな　三好陽仁
庭石の濡れてしっとり秋しぐれ　福井弘子

空澄みて連なる羊に物想ふ　八木里早
恵那山やジグザグ登る冬の原　石野憲男

●農協川柳1月号　課題「晴着」　●農協川柳2月号　課題「コート」

※誌面の都合上掲載できない場合もあります。
※「川柳」「短歌」「俳句」お一人様一種類への投句をお願いします。（「川柳」「短歌」「俳句」全ての投句や「川柳」「俳句」など二種類への投句はできません。）
※宛先はP24の応募方法をご覧ください。