

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～

くりんぱらぎ

2022
10
vol.283

新米の季節がやってきた!
ごはんアレンジ P2

特集 おいしい! ヘルシー!
米粉の出番です。 P6

[クローズアップ] 瀬戸市 松本史司さん 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

びどうまれフォトコンテスト

優秀作品「干す」 撮影者:新納 英一さん



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
870

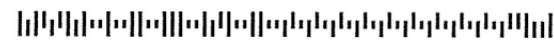
4 7 0 0 1 9 0

201

差出有効期間
令和4年10月
31日まで
(切手不要)

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



ステキな商品をプレゼント!
このハガキまたは
当JAホームページから
ご応募ください。

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



【組合員限定】
このボタンを
クリック

クロスワード
Puzzle

10月号の答え

締切 10/20まで(消印有効)

A	B	C	D

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
- 広報誌の感想・取り上げてほしい企画、JAで開催してほしいイベント等
- JAの取り組みや自己改革に対するご意見

パズルの正解者の中から抽選で10名様に

管内産みかん
をプレゼント!



今月号の当選者は令和4年12月号
にて発表させていただきます。

※写真はイメージです

(キリトリ線)

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。

矢部先生の営農相談コーナー

皆様からいただいた質問をご紹介します!



Q 正月菜(もち菜)を栽培したい。
正月に収穫できるように栽培するポイントは?

A 一般的には10月下旬に播種すると12月末の収穫になります。
しかし、秋から冬にかけて気候の変化が読めないことから
同一の畝で播種日を順々にずらした「段まき」を行うことをお勧め
めします。

Q 野菜の種子をまいたが発芽しなかった。原因は?

A 種子の発芽には「水」「温度」「酸素」の3つの条件が必要
になります。(植物によってはこの他に「光」を要するものも
あります)
発芽能力の高い新しい種を播種したのに発芽しなかった場合は、
3つの条件がそろっているのか確認してください。

※営農相談員矢部先生のスケジュールはP21をご覧ください。

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。

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。

くりんぱらぎ

vol.283
2022.10.1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





事前準備

- ①ごはんにごま油と白ごまを混ぜて冷まし、半分に分けます。
- ②のりは4等分に折り線をつけ、1か所はさみで切り込みを入れます。

作り方

【焼肉】

- ①フライパンに油をひき牛肉を炒め、焼肉のたれで味付けて汁気をとばします。

【ナムル】

- ①ほうれん草は根元の汚れを洗い、熱湯でゆでます。
- ②冷水にとり冷まし、粗熱がとれたら水気を絞ります。根元を切り落とし3~4cmの長さに切ります。
- ③にんじんは皮をむき、3~4cmの長さで5mm幅の千切りにします。
- ④にんじん、もやしをゆで、ザルにあげて冷まします。
- ⑤ゆでたほうれん草、にんじん、もやしを鶏がらスープの素、塩、ごま油で味付けします。

【薄焼き卵】

- ①卵、砂糖、塩をボールで混ぜ、フライパンに油をひいて薄焼き卵を作ります。

折りたたみ
焼肉キンパ

焼肉やナムルの汁気が多いと折りたたみにくくなるので注意!



- ①のりの真ん中下半分まで切り込みを入れます。
- ②のりの切り込み部分を下にしてラップの上におきます。右側にごはんを平らにのせ、その上にナムルと焼肉をのせます。左上に薄焼き卵をのせます。
- ③何ものせてないのりから折りたたみ、ラップできつく包んで半分に切って完成です。

材料(2個分)

【ごはん】

- ごはん…180g
- ごま油…小さじ1
- 白ごま…小さじ1
- 板のり…2枚

【焼肉】

- 牛薄切り肉…100g
- 焼肉のたれ…大さじ1
- サラダ油…小さじ1

【薄焼き卵】

- 卵…1個
- 砂糖…小さじ1
- 塩…少々
- サラダ油…小さじ2

【ナムル】

- ほうれん草…40g(3株)
- にんじん…1/3個
- もやし…40g
- 鶏ガラスープの素…小さじ1
- 塩…少々
- ごま油…小さじ1



いなりずし

材料(8個分)

【油揚げ】

- 油揚げ…4枚
- みりん…大さじ2
- 砂糖…大さじ2
- 醤油…大さじ2
- 水…300cc

【さつまいも】

- さつまいも…1/2本
- めんつゆ…大さじ1
- 砂糖…小さじ1
- 水…大さじ3

【ごはん】

- ごはん…300g
- 米酢…大さじ3
- 砂糖…大さじ1
- 塩…小さじ1
- 白ごま…大さじ1



作り方

- ①油揚げを半分に切り8枚にして小鍋にみりん、砂糖、醤油、水を入れて10分煮ます。
- ②さつまいもは5mm幅の角切りにして①とは別の小鍋でめんつゆ、砂糖、水を入れて煮ます。
- ③ボウルにごはんを入れて、米酢、砂糖、塩、白ごまをいれて混ぜます。
- ④③のごはんに②のさつまいもを混ぜます。
- ⑤①の油揚げに味が馴染んで冷めたら、④のごはんを詰めます。
- ⑥②のさつまいもを数個上に乗せて完成です。

さつまいもの
いなりずし

JAあいち尾東管内で
収穫した新米を食べよう!

あいちのかおり

大粒でツヤと粘りがある
しっかりとした食感

ゆめまつり

程よいねばりがありあっさりとした味わい

こしひかり

甘味と粘りがありやわらかい食感



新米の季節がやってきた!

ごはんアレンジ



実りの秋といえば、もちもちとした食感や甘味を楽しむことができる新米が店頭に並びます!
今回は新米の美味しさをさらに引き出し、思わず食べ過ぎてしまう
ごはんアレンジレシピをご紹介します。

焼きおにぎり

材料(4個分)

- しいたけ…4個
- 醤油…大さじ1弱
- ごはん…160g
- ピザ用チーズ…30g

作り方

- ①しいたけはキッチンペーパーで汚れを払い、軸を切ります。カサの内側に十字の切れ込みを入れます。
- ②アルミホイルにしいたけの軸とカサの内側が上になるように並べ、醤油を塗ってオーブントースターで1~2分ほど焼きます。
- ③②のしいたけの粗熱が取れたら軸を1cmの長さに細切りし、ごはん混ぜて4等分にして丸く整えます。

しいたけの
焼きおにぎり

お好みで
七味唐辛子をかけても
美味しいです。



- ④カサに分量の2/3のチーズを散らし、③のごはんをのせて一緒ににぎります。
- ⑤表面に醤油を塗って残りのチーズをのせ、オーブントースターでチーズが溶けるまで焼いて完成です。

おにぎりず

なすみそ

材料(2個分)

- 豚こま切れ肉…80g
- 板のり…2枚
- なす…1/2個
- ごはん…400g
- 砂糖…小さじ1
- みりん…小さじ2
- みそ…小さじ4

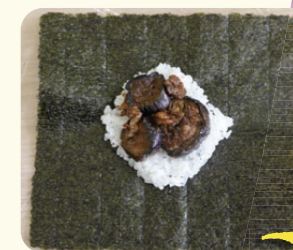
事前準備

- ①ナスは5mmの厚さに輪切りにします。
- ②耐熱ボウルに砂糖、みりん、みそを入れて混ぜます。
- ③②に豚肉、ナスを入れて混ぜます。
- ④ふんわりラップをかけ電子レンジで約2分加熱し、混ぜて冷まします。

火の通り具合を見ながら
加熱時間を
調節してください。

作り方

- ①ラップを大きめに敷き、焼きのりの表面を下にしてのせます。
- ②ごはん100gを真ん中にのせ軽く押し平らにします。その上に具をのせ、残りのごはん100gをのせます。
- ③のりの四隅を内側に折って包みます。
- ④ラップできつく包み、のりがなじむまでおきます。
- ⑤さっとぬらした包丁でラップごと半分に切って完成です。





個性のある野菜を作りたい

瀬戸市 松本史司さん (49歳)

今回紹介するのは建築設計事務所を営しながら農業を行う松本史司さん。職業柄デスクワークが多く、心と体のバランスを取るには何が良いかと考えていたとき、食住の「食」に携わり体を動かすことができる農業に興味を持ちました。そこで1年間農業学校に通って知識や技術を習得し、2年前に農業をはじめました。

最初は野菜が上手く育たなかったり、限られた時間の中で農作業を行うことが大変でしたが、インターネットや本を活用して勉強を重ねることに加え、JA職員やまわりの農業経験者に相談することで、徐々に栽培管理ができるようになってきたと話します。

15アールの圃場で季節に合わせて約10種類の野菜を無農薬で栽培している松本さんは、種から育てることにこだわっています。農作業は松本さんが行い、袋詰めなどの出荷作業は奥さんに手伝ってもらいながら瀬戸グリーンセンターへ出荷しています。ま

た、昨年からサトイモを学校給食へ出荷しており、今年も11月の出荷に向けて取り組んでいます。他にも珍しい野菜に興味を持つ松本さんは、甘酸っぱいストロベリーと、酸味とコクがあるパインナップルの風味がある2品種の食用ホオズキの栽培に挑戦しました。「珍しい品種は種を探すのが大変だが、人とは違った個性のある野菜を作りたい」と話す松本さん。今年の夏には白いきゅうりやナス、天狗の鼻のような突起がついている天狗ナスなど、見た目にインパクトのある野菜を栽培し、「今後もいろいろな品種にどんどん挑戦していきたい」と意気込みます。

また、「まわりから美味しいと言われることや、自分の納得する野菜ができた瞬間が一番嬉しくやりがいにつながる。今後は今以上に美味しい野菜を作れるようになりたい。他にも、近年メディアで取り上げられているイタリアの野菜に挑戦してみたい」と抱負を語ってくれました。



おいしい！ヘルシー！ 米粉の出番です。

日本人におなじみの米粉が脚光を浴びています。小麦の価格が高騰している昨今、日本において自給率100%で賄える、おいしくてヘルシーな食材ですから、どんどん利用していきたいものですね。

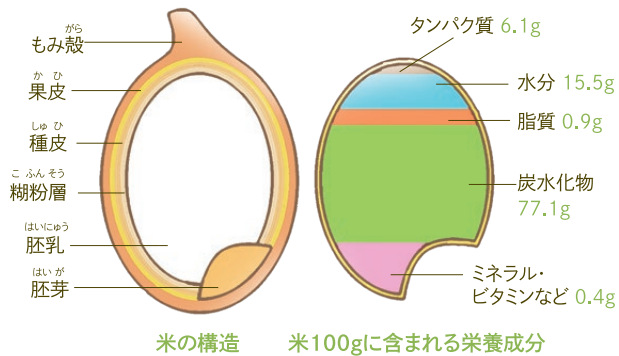
1 米粉の魅力 もっと広めたい お米の粉食文化

米粉は古く奈良時代に生まれ、和菓子を作るための材料などとして広く使われてきました。米粉とは、文字通りお米を細かく粉砕したもので、お米の種類やばい煎状態、精米度合い、粒子の大きさや精製度合いによってさまざまな種類があります。

でも、戦後は小麦粉の普及によって、すっかりその存在感が薄くなってしまいました。しかし、製粉方法の発達によりパンや洋菓子にも使えるようになり、新たな食材として再び脚光を浴びるようになりました。小麦アレルギーの代替食材として、そして健康的な食材として、料理にも積極的に利用されるようになってきたのです。

米粉で作られたパンやケーキ、お菓子

などの嗜好（しこう）品は、しっとりもちもちとした食感でとってもおいしいですし、今まで小麦粉で作っていた料理にも簡単に代替して使えます。



さらに、米粉で作ったパンは小麦粉で作ったパンよりも和食に合います。米粉で作られた麺もありますから、さまざまなジャンルの食事に合わせて食べることもできます。

お米は日本人の魂の糧です。食生活が豊かになった今、ご飯という形だけでなく、お米を粉食（米粉）にすることで、お米の新しい食文化として次世代につながっていきます。

2 米粉と栄養 お米（米粉）は 良質なエネルギー源！

米粉の主成分はでんぷん（炭水化物）です。炭水化物はブドウ糖に分解されてエネルギー源として利用されます。

タンパク質や脂質もエネルギー源として利用できますが、それらに比べると炭水化物は分子構造が単純なので、消化吸収に負担がかからず、エネルギーとして速やかに利用できます。半面、このことが血糖値上昇につながるとして炭水化物を制限する方が増えていますが、本来血糖値のコントロールは自律神経によって行われるので、健康な方であれば極端に制限するよりも食べ過ぎに注意していれば十分でしょう。

さらに、日本の食文化から見ると、米（米粉）に足りない栄養が、みそなどの大豆発酵製品と一緒に摂取することでパーフェクトに近い状態になることに、先人の知恵を感じます。

3 米粉のおいしさ 米粉は腸美人になれる 健康的な食材

カリツとした揚げ物や滑らかなところみ付けなど、日常のお料理も、ふわふわのケーキやパン！ オープンを使わないスイーツ！ も簡単においしく、ヘルシーにできちゃいます。

特に日本人（お米を食べ慣れてる方、米を主食にしている土地に暮らす方）にも当てはまる）に比べて、米粉で作ったパンやケーキなどのもちり、しっとりした食感、実際のうま味以上になんだか懐かしいような感じを与えてくれて、よりおいしく味わえる気がします。

小麦粉で作られた食べ物を米粉に一定期間置き換えて食べてみると実感しますが、腹持ちがよく！ 便秘になりにくい！ その上お肌もしっとり！ 米粉は腸美人になれる健康的な食材ですね。



小麦粉を一切使わず、発酵食を使って作るビーガン食の献立例（監修者の陣田さんが経営しているカフェのビーガン&グルテンフリーのメニューの一つ）。

陣田靖子さん
お勧め

いつもの料理がおいしく変身！ 米粉の賢い使い方

ポイント1 カレーやシチューの とろみ付けに

カレーやシチューのとろみ付けに米粉を簡単に使えます。小麦粉と違ってダマになりませんので、お料理の初心者の方も滑らかに作れます。

片栗粉と同じように米粉を水溶きして流し入れ、満遍なくかき混ぜて、火が通るまでしっかりかき混ぜ続けていけば、滑らかなカレーやシチューの出来上がりです。もう市販のルーを買う必要がないほどです。



水分の多いさらさらカレーに、水溶きの米粉を加えてくるとかき混ぜながら火を通すと、とろとしたカレーの出来上がり。

ポイント2 材料をまとめる つなぎとして



米粉100%で作ったミニバンズパンにハンバーグ（お肉のつなぎに米粉を入れたもの）を挟んだミニバーガーです。

ハンバーグや肉団子のつなぎとして使うのも、簡単に取り入れられる使い方です。

注意点としては、米粉のでんぷんの特性で、時間がたつと小麦粉よりも締まった感じになるので、温かいうちに食べる場合は、小麦粉と同じ感覚で使い、お弁当に入れるなど、冷めた状態で食べる場合は、作る時に、いつもより軟らかめに出来上がるように米粉の量を調整すると、冷めても締まって硬くならないような違和感がありません。

ポイント3 カラッと 揚げ物の衣に



yasming's kitchen 主宰
米粉マイスター協会相談役

陣田靖子
（じんだやすこ）

国内各所で米粉のパンやスイーツ、料理講座を開催するとともにお米の食文化を次世代につなげるための食育指導や講演を行っている。
<https://yasming.net>

小麦粉と比べて吸油率が低い（油を吸い込みにくい）のでヘルシーな上、米粉のでんぷんの特性で少ない水分量で調理すると硬くならないため、揚げ物がカリッと仕上がります。また、時間がたつても衣がしんなりしないので、おいしさが持続する感じがします。料理の腕がなくても、カリカリサクッとおいしい揚げ物ができるなんてうれしいですね。



おからを使った具を丸めて、米粉の溶き粉にくぐらせ、米粉の加工品である玄米フレークを砕いてパン粉代わりに付けて、油でからりと揚げたコロッケです。

ポイント4 しっとりもちもちスイーツを作る



しっとりもちもちの米粉マフィンは豆乳を使ってよりヘルシーに！ ココアをたっぷり入れて、チョコレート風味にしています。

小麦粉にはグルテンというタンパク質が含まれるので、パンはふっくら焼き上がります。米粉より脂質も多いため、クッキーなどはサクサク感が増します。グルテンがない米粉でパンを焼く場合には、ちよっとしたこつが必要なのです。

食パンを作るには水分を多めにドロドロした状態で、米粉に足りない脂質や繊維を加えること、パン酵母の量を多めにすることで対応します。卵を使えば、米粉のケーキは小麦粉のケーキと同じように焼けるので、ぜひ試してみてください。

米粉には米粉の良さがあって、それを生かしたスイーツ作りが成功の秘訣（ひけつ）だと思います。小麦粉のパンとまったく同じように作れることが必ずしも良いわけではありません。シフォンケーキやパンケーキ（ホットケーキ）は、しっとりもちもちとして米粉の良さがよく出ているもの一つです。チーズケーキやブラウニーみたいに目が詰まってどっしりした感じのケーキは簡単に代替できます。



JAあいち尾東の様々なニュースをお届けします！

青壮年部会
オリジナル立て看板製作

地域へのPRや部会員同士の交流を目的にオリジナル立て看板を製作しました。青壮年部会は若手農業者の交流と情報共有を通じて安全・安心な農畜産物の生産と技術の向上及び農産物の販路拡大を目的に取り組んでいます。部会員と営農職員が集まり、用意した板材に下書きを行い、ペンキを使用し色塗りを行いました。顔出し看板には部会員が考案したスローガン「地産の食材で元気な身体と街づくり」と活気あふれる人物像と部会員が栽培する農産物がデザインされています。さっそく9月3日・4日にプライムツリー赤池で開催された愛知県政150周年PRイベントに展示し、喜んで子供たちが顔をはめ込む姿が見られました。今後もJAが行うさまざまなイベントに展示します。



8月19・20日 長久手市の桃農家による対面販売を実施

長久手グリーンセンターにて長久手市で桃を生産する農家「なおみ農園」が桃のシャーベットの対面販売を実施しました。長久手市産の桃を多くの方に知ってもらいたいと初めて行いました。なおみ農園は淡泊な甘味で上品な味の品種「大久保」を栽培しています。桃は傷みやすく廃棄がたくさん出てしまうことから、食品ロス削減のために2年前からシャーベットに加工して販売しています。シャーベットは桃をまるごと一個使用しており、まるで桃そのものを食べているような味わいを楽しむことができます。なおみ農園の水野初雄さんは「初めての対面販売は緊張するが、長久手市の桃をより多くの人に食べてもらいたい」と話しました。なおみ農園の桃のシャーベットは長久手グリーンセンター、尾張旭グリーンセンターで販売しています。



8月22日 いなほちゃんカレッジ

管内のいちじくを使用したいちじくタルト作りを実施しました。参加者はカスタードクリームを焦がさないようにかき混ぜたり、焼きあがったタルト生地にカットしたいちじくを丁寧にのせるなど、ポイントを生活相談課職員に教わりながら参加者同士で協力して取り組みました。いちじくタルト作り終了後には、自己改革について学び、「地域農業の振興」をテーマにグループワークを行いました。参加者は「今回のカリキュラムで地産地消の大切さを知った。いなほちゃんカレッジは作る・学ぶ・経験を増やす・楽しく会話するなど盛りだくさんでとても素敵な企画。7月の開講式より参加者同士の仲も深まり毎回楽しみにしている」と話しました。協力広報員 山内 淳子



協力
広報員

女性のアグリスクール体験レポート

金融店舗で2年間窓口業務を担当しました。現在は新米広報担当として毎日取材に飛びまわっています。皆さんもぜひ農に触れてみませんか？
川本(入組4年目)



農業経験のない
広報担当者が
女性のアグリスクール
初級編に参加！

8月24日 トマト・ピーマンの収穫が終わり、支柱や根を抜いて片付けを行いました。4月から成長を見届けてきたので寂しい気持ちもありましたが、収穫を終えた野菜はしっかりと片付けまで行います。この日のメイン作業は冬野菜の定植準備です。今回は年内に収穫できるようキャベツ・ブロッコリー・カリフラワー・白菜の苗を9月末までに定植します。それぞれの野菜の栽培ポイントについて講義を受け、その後圃場の準備として土の状態を調整するための苦土石灰と化成肥料を撒きました。



8月31日 いよいよキャベツ・ブロッコリー・カリフラワーの定植です。夏野菜の時にはマルチを張りましたが、冬野菜は生長にあわせて株元に土を寄せ集める土寄せの作業があるためマルチは張りません。プラグトレイで育苗したプラグ苗を使用し、指で穴を開けて30cm感覚でそれぞれ6本ずつ植えました。この日は天候が悪く、圃場について



30本の苗を植えました！

立ち枯れ病になってしまったピーマンです。急な雨や高温など天候の変化により土の中に細菌が増え発生しやすくなります。マルチを張って泥はねを防ぐことや、水はけをよくすることが良いようです！

苦土石灰を撒きました。

た頃は小雨でしたが、定植をはじめるとみるみる大雨に!!雨にうたれながらの作業となりましたが、今後の生長を楽しみに1本ずつ丁寧に植えました。初めて挑戦する冬野菜なので今後がとても楽しみです♪

おにぎりコンテストの結果発表

今年度7月、8月に開催したあいち尾東産米を使ったおにぎりレシピの最優秀賞グランプリとキッズ賞及び特別賞をご紹介します!!



最優秀賞
グランプリ

肉巻きおにぎり
北村 菜珂那さん



特別賞

優しさバクダン?
ツナマヨおにぎり
岸田 由美子さん

キッズ賞

沖縄3兄弟
三宅 玲司さん



キッズ特別賞

いなほちゃん
おにぎりくんおにぎり
浅田 一花さん



出向く営農レポート

キャベツの定植初期の防除について



北部営農センター 瀬戸地区担当
村瀬 淳

瀬戸市の三国山地区でキャベツを栽培している生産者の圃場へ出向きました。三国山地区では冷涼な環境・気候を活かして時期をずらした栽培をしています。

8月上旬、学校給食出荷に向けて3軒の生産者に対し、約2,000本のプラグ苗を配付しました。10月下旬～2月の間で3tの出荷を予定しています。

この時期は気温が高く病害虫の対策が不可欠です。特に定植後2週間の初期生育が後の収穫に大きく影響します。そのため、害虫対策で『ベリマークSC』、黒腐病の予防で『オリゼメート粒剤』を各生産者へ提案しました。



写真は、定植してから1週間程経過してから訪問した際の写真です。定植初期の病害虫対策を行ったため、生育は順調でした。

今後も継続的に訪問し、生産者と連絡をとり病害虫が蔓延しないよう農薬や資材を提案していきます。



ベリマークSC

希釈倍率：400倍（セル成型育苗トレイ 1箱30×60cmあたり0.5ℓ）
使用時期：育苗期後半～定植当日（今回は定植前日に1灌注を行いました）
使用回数：1回
使用方法：灌注（ジョウロなどを用いて土壌に注ぐこと）



オリゼメート粒剤

使用量：6～9kg/10a
使用時期：定植時
使用回数：1回
使用方法：圃場全体に処理する全面土壌混和または畝だけに処理をする作条土壌混和（今回は全面土壌混和を行いました）

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。

健康ライフセミナー

募集中!!

米津さち子先生 による講演会

笑いは百薬の長

～副作用なしのユーモアセラピー～ とマイナンバーカード講座

第1部 ユーモアセラピー（WEB講演）

第2部 マイナンバーカード講座



- 開催日時 10月29日(土) 10:00～12:00
- 会場(2会場) 瀬戸支店2階会議室 / 東郷支店2階会議室
- 参加費 無料
- 定員 各会場30名(申込多数の場合は抽選)
- 応募要件 組合員とその家族及び利用者
- 申込方法 各基幹支店のふれあい係窓口又は、JAあいち尾東のホームページにアクセスし、トップページにあります申込フォームより詳細をご確認の上、お申込みください。
※抽選結果は10月21日発送予定
- 受付期間 9月12日(月)～10月20日(木)

※新型コロナウイルスの影響により中止となる場合がございます。



講師：米津さち子先生 プロフィール

1968年愛知県西尾市出身現在岩倉市在住。東海地方を中心に、中学校から短大までの教育機関、カルチャーセンター、老人保健施設、各企業団体など、あらゆる分野で「ユーモアセラピスト」「メイクセラピスト」「笑顔のスペシャリスト」として幅広く活動。

HPIはこちらから



健康ライフセミナーお問合わせ先 生活相談課0561-75-0710(平日9時～17時)



ご飯のお供に! かぼちゃのツナ和え

材料 (3~4人分)

- かぼちゃ…1/4個(400~500g)
- ツナ缶…1缶(70g)
- ごま油…大さじ1
- ごま…大さじ1

A

- 中華だし…小さじ2
- 砂糖…小さじ1/2
- 塩…ひとつまみ
- ブラックペッパー…少々

東郷
グリーンセンター
食育ソムリエ
武内 静



作り方

- 1 かぼちゃは種を取り、2cm角に切ります。耐熱皿にのせラップをしてレンジ600Wで5分程度加熱します。
- 2 フライパンにごま油をひき、かぼちゃを入れて軽く炒めます。
- 3 Aの調味料とツナ缶を油ごと入れ、軽く混ぜ合わせ、ごまをふったら完成です。

やわらかくなりすぎないように注意!

今月の 食材メモ②

かぼちゃ



かぼちゃの果肉の色や皮の緑の色素成分であるβカロテンは、がんや老化、免疫機能の低下などに関わる物質の発生を抑える抗酸化物質の働きがあります。また、βカロテンは果肉部分より皮に多く含まれているので、皮ごと食べることをオススメします。カットしたかぼちゃを保存する場合には、種とワタをスプーンでくり抜き、キッチンペーパーできれいに水分を拭き取った後ラップで包んで冷蔵庫の野菜室で保存しましょう。

甘いかぼちゃとツナの塩っぱい味付けが絶妙です!

1人あたり 154kcal



Youtubeいなほちゃんねるにてさつまいものそぼろ煮を動画配信! QRコードの読み込み、またはYoutubeで「JAあいち尾東いなほちゃんねる」を検索してみてください。



店舗情報 東郷グリーンセンター

東郷町大字春木字仲田49-1
TEL 0561-39-0010
【営業時間】9:00~17:00
毎週水曜定休、正月、棚卸休み



1人あたり 343kcal

ごはんには合う甘辛味です♪



白米に合う! さつまいもの そぼろ煮

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! 食卓に旬をとり入れてみませんか?

今月の 食材メモ①



しょうが

しょうがに含まれるショウガオールやジンゲロールには、血行促進作用や、新陳代謝を活発にするはたらきがあり、冷え性の予防や改善の効果が期待できます。また、特有の香りがするしょうがの香り成分シネオールは食欲増進や疲労回復に役立ちます。乾燥に弱いため、皮ごと水洗いしたしょうがを保存容器に入れ、かぶるくらいの水を注いで冷蔵庫の野菜室で保存しましょう。週に一度、容器を洗い水を切り替えると1か月程度保存可能です。



東郷
グリーンセンター
食育ソムリエ
近藤 章子

材料(2人分)

- さつまいも…中1本(250g)
 - しょうが…1かけ
 - 豚ひき肉…100g
 - ごま油…大さじ1/2
 - 水…200cc
- A
- 和風顆粒だしの素…小さじ1/2
 - 酒…大さじ1
 - みりん…大さじ1
 - しょうゆ…大さじ1
 - 砂糖…大さじ1
- B
- 片栗粉…大さじ1
 - 水…大さじ2

事前準備

- 1 さつまいもはよく洗い皮付きのまま乱切りにし、10分程水に浸します。その後ザルにあげ、水気をきります。
- 2 しょうがの皮をむき千切りにします。

作り方

- 1 フライパンにごま油を入れ中火で熱し、豚ひき肉を入れ炒めます。色が変わったらさつまいもとしょうがを加え炒め合わせます。
- 2 さつまいもに油が回ったら水200ccとAの調味料を加えふたをして中火で10分程煮ます。
- 3 さつまいもに火が通ったらBの片栗粉を水で溶き回しながら入れ、混ぜて完成です。

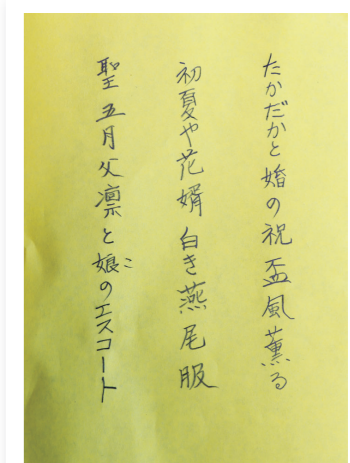
これからもずっと
俳句を作りたい！

瀬戸市 土井 典子さん(79歳)

今回紹介するのは俳句作りが趣味の土井典子さん。
2年前に友人から誘われたことをきっかけに喫茶店でお茶を楽しみながら始めました。現在は月に一度、土井さんの家で俳句



会。の先生や仲間と俳句作りを楽しんでいます。



孫の結婚式に出席した時の心情や様子を
書いた作品

俳句は五・七・五の十七音で詠み、季節を表す季語を用いた定型詩です。感情を説明するのではなく、言い切りや余韻を表す切れ字、単語で読み手に連想させ、俳句の中に引き込ませることが大切です。土井さんは身の回りの景色や人を題材に、どうすれば自分の感情が上手く伝わるか考えながら作品作りに取り組んでいます。また、難しい季語を使わず、誰が見ても連想しやすいように心掛けています。「自分の伝えたい気持ちを言葉の取捨選択を行い、五・七・五の1つの句にまとめることに苦労する。はじめた当時は考えたことをそのまま俳句にしていたため、季語が重なり説明文になってしまい指摘を受けることが多かった」と土井さん。その難しさに当時はやめたくなくなることがあったそうですが、俳句会の先生や仲間から教えてもらったり、新聞や俳句の本を参考に季語の種類や言葉の使い方を学ぶことで知識も増え、少しずつ

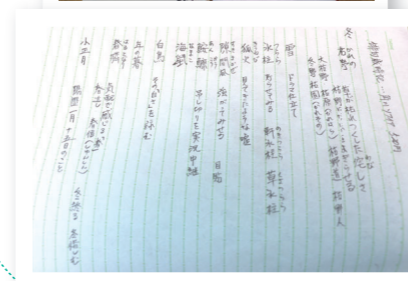
つ上達してきたと話します。

作った俳句は、俳句雑誌や同級生が発行する会報誌に掲載しており、「自分の投稿した作品が載っているととても嬉しい。また、もっと載せたいと思えば、モチベーションにつながる」とほほ笑みます。

「俳句作りは紙とペンさえあればいつでもどこでもできる！これからはもっと俳句を書いていきたい」と素敵な笑顔で語ってくれました。



学んだことをノートにまとめ、勉強しています。



自己改革とは…?

教えて! 石黒組合長

農業者に対する
資金支援

Vol.7



石黒 秀一
代表理事組合長

農業応援キャンペーンの実施

農業所得増大と地域農業の活性化、持続可能な農業の実現を目指し、農業応援キャンペーンを実施しました。トラクターやコンバイン等の農業機械や草刈機、噴霧器などの一定金額を助成し農業資金に対する支援を行いました。令和4年度の助成金総額750万円は、好評につき7月をもって終了いたしました。

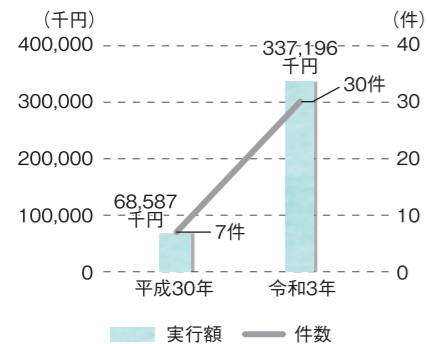
	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年	令和4年	合計
発注件数	387件	122件	439件	255件	209件	1,412件
助成金額	9,200千円	4,131千円	9,872千円	6,460千円	7,500千円	37,163千円

農業融資

農業者の皆様のさまざまな資金ニーズにお応えしています。トラクターやコンバインの購入、ビニールハウスや農業用倉庫の設備資金などさまざまな用途にご利用いただけるアグリマイティー資金や制度資金など相談に合わせた提案をいたします。



実行額・件数(累計)





野菜もの
知り百科

ナバナ(菜花)はナタネのつぼみ、花茎、若葉を利用する作物で、独特のほろ苦さと香りがあります。春の訪れを連想させる野菜で、早いものは10月から出荷されます。ゆでておひたしやあえ物にします。炒め物や煮物などにもできます。

ナタネには和種と洋種があります。和種は江戸時代まで油を搾るために栽培されていた在来種です。洋種は明治時代初期に導入され、含油率が高いので搾油用として全国に普及しました。

菜の花畑は日本の原風景といわれています。与謝蕪村の『菜の花』は江戸時代から和種です。小学唱歌の『雛(おぼろ)月夜』の『菜の花』(はたけ)は、大正時代に初出ですから、洋種かもしれません。現在のナタネの栽培は、カナダや米国から食

ナバナ(菜花)はナタネのつぼみ、花茎、若葉を利用する作物で、独特のほろ苦さと香りがあります。春の訪れを連想させる野菜で、早いものは10月から出荷されます。ゆでておひたしやあえ物にします。炒め物や煮物などにもできます。

ナタネには和種と洋種があります。和種は江戸時代まで油を搾るために栽培されていた在来種です。洋種は明治時代初期に導入され、含油率が高いので搾油用として全国に普及しました。

菜の花畑は日本の原風景といわれています。与謝蕪村の『菜の花』は江戸時代から和種です。小学唱歌の『雛(おぼろ)月夜』の『菜の花』(はたけ)は、大正時代に初出ですから、洋種かもしれません。現在のナタネの栽培は、カナダや米国から食

野菜もの 知り百科

ナバナ(アブラナ科アブラナ属)

知っておこう! 農業の 豆知識 第89回

田んぼの草管理について

例年営農相談の中で「田植え後の雑草管理」について問い合わせを多くいただきます。今年度雑草が多い水田では次年度も雑草に悩まされる可能性が高くなります。そこで、今回は稲刈り後に使用のお勧め資材(除草剤)をご紹介します。



北部営農センター
瀬戸地区担当
井上 達幾

クロレートS粒剤 (10aあたり20~25kg)

【特徴】

- 幅広い適用雑草**
一年生雑草から多年生雑草まで広範囲の雑草に枯殺効果を示します。(防除困難なササ、竹、ススキにも効果があります。)
- 長い除草効果**
一般的な雑草に対しては、1~2週間程度、成長した竹には1~3ヶ月程度で効果を発揮します。効果持続期間は2~3ヶ月ですが、散布後6ヶ月程度は樹木や作物の作付、播種など控えると安心です。
- 土壌で分解される**
効果発揮後、有効成分は土壌で緩やかに分解され消失するため、次年度の田植に影響ありません。

【おすすめの使用時期】

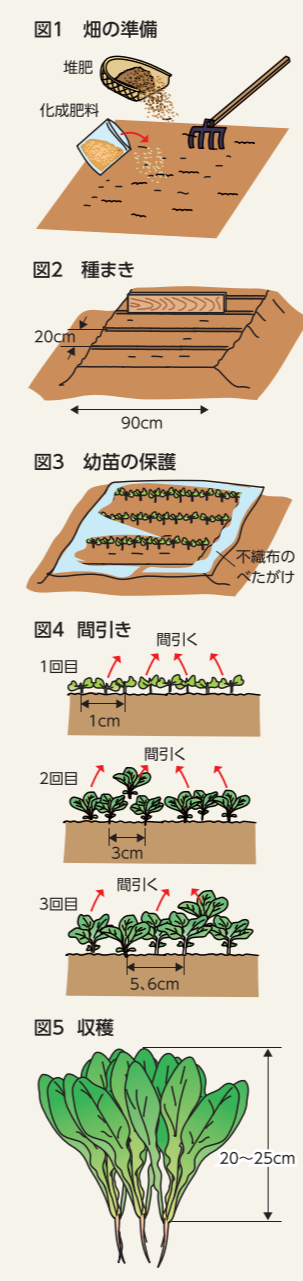
オモダカなどの塊根系雑草も安定して枯らすために、刈取り後一週間以内がおすすめです。散布後最低20日間は耕起をしないでください。翌春まで雑草の発生を抑制するため、田植後の水稲除草剤「エンペラー」と併用することで栽培管理中の雑草防除が容易になります。

【注意事項】

クロレートは劇物になるため、お求めの際は印鑑と本人確認書類(運転免許証・健康保険証等)が必要になります。エンペラーは各営農センターにて取り扱っておりますが、田植後に使う水稲除草剤となるため、時期により取り扱いがない場合がございます。



園芸研究家 成松次郎



ダイコンの葉は、漬け物、ごまあえ、炒め物として利用されます。間引きした葉も利用できますが、葉を食べることを目的に栽培をします。

【栽培時期】ダイコンの生育適温は20度くらいで、秋まき(9月)が最も作りやすい季節です。しかし、葉ダイコンは生育期間が短いので、冬の11~2月まきを除くと、いつでも種まきができ、1、2カ月で収穫となります。

【品種】ダイコンの品種はたくさんありますが、葉の品質が良く、表面に毛が少なく、柔らかい品種が葉ダイコンに適しています。専用品種には「葉大臣」「サカタのタネ」「ハットリくん」「タキイ種苗」「美菜」「ヴィルモラン」などがありませんが、青首ダイコンの各品種や地方品種の「方領」「亀戸」も葉ダイコンに使えます。

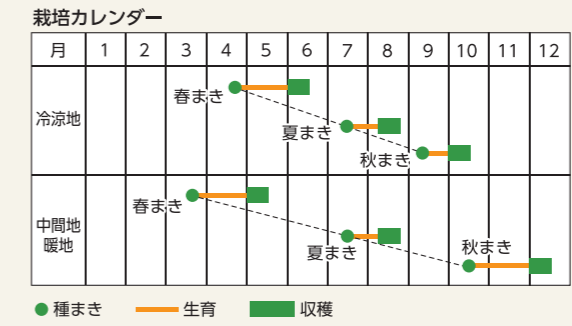
【畑の準備】種まきの2週間前までに1平方m当たり苦土石灰200gをまき、よく耕し酸度を矯正しておきます。1週間前までに化成肥料(NPK各成分10%)100g程度と堆肥1kgを施し、土とよく混ぜておきます(図1)。その後、幅90cmの栽培床を作ります。

【種まき】栽培床の長辺方向と直角に、20cm間隔に約1cmの厚さの板を使って、土を押し下ろして溝を作ります(図2)。ここに1、2cm間隔に種をまき、種が隠れる程度に薄く土をかきます。発芽まで十分に灌水(かんすい)します。種まき後は、不織布のべたがけをして、幼苗を保護すると良いでしょう(図3)。

【間引き】発芽後3回に分けて間引きします。1回目は本葉が開く頃、株間が1cm程度となるように成長の遅れた株、密になっている株を抜き取ります。2回目は本葉3枚の頃、株間を3cm程度にします。3回目に最終株間を5、6cmに間引きします(図4)。

【灌水】畑が極端に乾いていたら、水を株元にたっぷり与えましょう。

【害虫防除】小さい葉の食害は後になって目立ってきますので、種まき後



すぐに、不織布のべたがけ、または網目の細かい防虫ネットでトンネル状に被覆して害虫の侵入を防ぎます。農薬では、アオムシ、コナガにはBT剤(アロー水和剤CTなど)で防除します。

【収穫】草丈が20~25cmになったら、根を付けて抜き取ります(図5)。

季節野菜づくり あなたもチャレンジ!

葉ダイコン 防虫ネットで虫害を回避

営農職員によるオススメ資材 ~元気玉~

葉大根は、葉を食べることを目的とした大根です。普通の大根の葉に比べて産毛が少なく、柔らかく臭みが少ないため、サラダ、漬物、炒め物、汁物などいろいろな料理に活用できます。

育てるときは、種まきから収穫まで約2か月と生育期間が短いのが特徴で、土づくりをしっかりとっておけば、後は虫に注意するだけで手軽に収穫を楽しめます。葉大根の土づくりにぴったりな肥料が、JAグリーンの「元気玉」です。

NPK各10%含まれており、長く効くのが特徴で、およそ2か月で収穫できる葉大根なら追肥なしで収穫できます。元気玉は通常の化成肥料より粒が大きいので使いやすく、においも少ないので室内で育てる観葉植物にも応用できるのでオススメです。



JAあいち尾東公式 SNS をフォローして さまざまな情報を掴もう!!

JAあいち尾東では、公式SNS Instagram・LINE・Youtubeを通じてさまざまな情報や活動内容をお伝えしています。

QRコードを読み込むだけで簡単に見ることができますので、ぜひご覧いただきお得な情報や魅力ある活動についてチェックしてみてください♪

Instagram



管内農業の魅力や様々な事業活動、イベントの告知や季節の野菜等をいち早くお伝えしています。また、野菜や果物の素材の選び方、調理方法等を消費者へアドバイスする食育ソムリエが考案する旬の野菜や果物を使ったレシピを掲載しています。ぜひフォローいただき、JAの魅力ある情報をキャッチしてください♪

ボタンを押してフォローしてね!



農業の魅力や活動情報

食育ソムリエ考案レシピ

LINE



毎月実施される各グリーンセンターのセール情報や産直市のご案内をお知らせします。その他にもお得な情報やイベントについてなどさまざまな情報を配信しています。

期間限定!新規友達登録してお得なクーポンをゲット

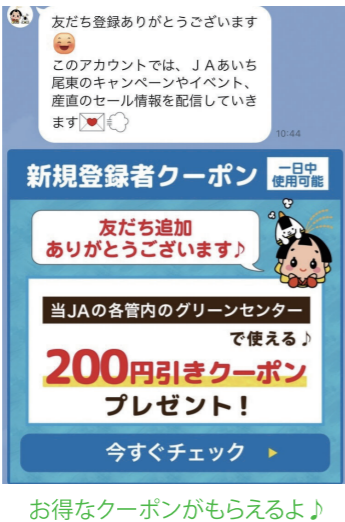
令和5年1月末までに新規友達登録いただいた方へ、産直施設で1,000円以上購入時に使用できる200円クーポンを配信しています!

ボタンを押して友達登録すると



JAあいち尾東

友だち 1,771
JAあいち尾東の公式アカウントです
0561-72-0033



お得なクーポンがもらえるよ!

Youtube



当JAのYoutubeチャンネル『JAあいち尾東いなほちゃんねる』では、食育ソムリエの料理レシピや健康体操、プランター栽培等動画で配信しています。動画なのでわかりやすく、実践していただきやすいようにお伝えしています。今月号の食育ソムリエレシピ『さつまいものそぼろ煮』も配信しておりますのでぜひご覧ください♪

< JAあいち尾東



ボタンを押してチャンネル登録してね!



小松菜・ラディッシュのプランター栽培方法



さつまいもそぼろ煮レシピ

胃の病気とピロリ菌



豊田厚生病院 消化器内科医長 高士ひとみ

JA愛知厚生連 あなたの健康まもり隊

ピロリ菌はヒトの胃にすみつくらせん状の細菌です。正式名称は、ヘリコバクター・ピロリ(Helicobacter pylori)と言います。強い酸性の胃の中で生きていくために、アルカリ性のアンモニアを産生し胃酸を中和しています。ノーベル賞を受賞したオーストラリアのマーシャルが1983年にピロリ菌を発見し、自分でピロリ菌を飲んで胃炎を起こす事を証明しました。その後ピロリ菌は胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃癌とも深い関係があることがわかってきました。胃潰瘍・十二指腸潰瘍では約80~90%でピロリ菌が陽性で、ピロリ菌を除去することで潰瘍の再発を防ぐことができます。

ピロリ菌は、一度感染すると、多くは排除されることなく長年にわたって胃にすみ続け慢性胃炎を起こしますが、多くの人は症状がありません。長年、胃炎が続くと胃の粘膜が徐々に萎縮し、胃癌になるリスクが高まります。

ピロリ菌が発見された30年前には欧米に比し日本人の感染率は高く、40歳代以上では70%の人がピロリ菌陽性でした。ピロリ菌は人の唾液、胃液、便などに含まれ、汚染された水や食品が口から入ることによって感染します。近年、衛生状態が良くなり若い世代での感染率は減ってきています。さらに、ピロリ菌の除菌治療が行われるようになった事、検診により胃癌が早期に発見され、内視鏡治療も行えるようになった事などにより、近年胃癌の発生率・死亡率は低下傾向となってきました。

胃のバリウム検査や内視鏡検査等で慢性胃炎が疑われた場合には、内視鏡検査で胃癌がないことを確認後、ピロリ菌検査をお勧めしています。ピロリ菌は内視鏡で胃の組織を採取して調べるほか、血液、尿検査などでも調べることができます。ピロリ菌陽性だった場合は、1週間薬を内服することで8~9割程度が除去できます。

最近では、ピロリ菌除菌成功後の胃癌も問題になってきており、除菌成功後も定期的な胃の検査が勧められます。またピロリ菌の除菌治療は、胃炎がひどくならない若い時に早めに行うほうが胃癌の予防に効果があるといわれています。

令和4年度 愛知県 農業総合試験場 公開デー

愛知県農業総合試験場では、試験場のことを知ってもらうとともに、農業への理解を深めていただくために、公開デーを開催します。

+++++

- とき 令和4年11月3日(木・祝日) 午前10時から午後2時まで
- ところ 愛知県農業総合試験場 長久手市岩作三ヶ峯1-1 電話:0561-62-0085
- 入場料 無料

内容

- ・試験場の研究成果の展示
- ・花、野菜などの生産物販売
- ・研究施設の見学(事前申込み優先)
- ・農具を使った脱穀・粃すりの実演と体験

その他詳細は、試験場のWebページ (<https://www.pref.aichi.jp/nososi/>)を御覧ください

注意事項

- ・新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、開催の中止や内容の変更等を行う場合があります。ご来場の前に必ず当場のWebページにて開催の有無をご確認ください。
- ・自動車や自転車で来場される方は係員の指示に従ってください。
- ・食堂や弁当等の販売はありません。



お知らせ 10月の金融キャンペーン

- 令和5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
 - JA投信ハイブリッドプラン
 - JAネットマイカーローン
 - JAネット教育ローン
 - JAネットリフォームローン
 - JA住宅ローン「とくとくプラン」
 - 賃貸建物資金特別プラン

お知らせ 理事会だより

開催日：令和4年8月30日(火)

- 第1号議案 役員報酬審議会委員の選出について
 - 第2号議案 役員改選にかかるスケジュールについて
 - 第3号議案 固定資産の取得について
 - 第4号議案 株式会社長久手温泉への株式譲渡について
 - 第5号議案 大口信用供与等の承認について
 - 第6号議案 令和4年産米生産者仮渡価格について
- 以上の議案について承認可決されました。

お知らせ びとうまれフォトコンテスト開催中

JAあいち尾東管内の農業に関する写真を募集しています。優秀作品は広報誌ぐりんぶらざの表紙写真として採用！さらに豪華景品もプレゼント！たくさんのご応募お待ちしております。

※締め切り：10月20日(木)まで

応募方法 JAあいち尾東ホームページ申込フォーム または支店に設置の応募票を提出

お知らせ 10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
- 秋の園芸セール 14日(金)～16日(日)
- 尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ
- 秋のお買い得クーポンセール 8日(土)～10日(月)
 - 秋の園芸セール 21日(金)～23日(日)
- 長久手グリーンセンター
- あいち尾東米新米クーポンセール 1日(土)～3日(月)
 - マグロの解体・即売会 14日(金)～16日(日)
 - 15日(土)
- 日進園芸センター
- 秋の園芸セール 7日(金)～10日(月)
- 東郷グリーンセンター・豊明西部産直センター合同
- 秋の園芸クーポンセール 7日(金)～10日(月)
 - 食農フェア 14日(金)～16日(日)
 - 新米クーポンセール 21日(金)～23日(日)
- 豊明フレッシュセンター
- 秋の園芸セール 7日(金)～9日(日)
 - 食農フェア 14日(金)～16日(日)
 - 新米セール 21日(金)～23日(日)

※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。

お知らせ 産直市情報

- 10月
- 品野支店・米野木支店 5日(水) 9:00～12:00
 - 東郷支店・豊明栄支店 14日(金) 9:00～12:00
 - 長久手西支店 毎週水曜日 9:30～11:30
- 11月
- 品野支店・米野木支店 7日(月) 9:00～12:00
 - 東郷支店 15日(火) 9:00～12:00
 - 長久手西支店 毎週水曜日 9:30～11:30

※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(第1・4土曜日) 10月1日(土)・22日(土)・11月5日(土)
- 瀬戸グリーンセンター(第2土曜日・第4日曜日) 10月8日(土)・23日(日)・11月12日(土)
- 長久手グリーンセンター(第2日曜日・第3土曜日) 10月9日(日)・10月15日(土)・11月13日(日)
- 日進園芸センター(第1・3日曜日) 10月2日(日)・16日(日)・11月6日(日)

※都合によりお休みの場合もございます。
※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。



お知らせ 相談会・相談日のお知らせ(10月1日～11月15日)

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。

- 10月
- 5日(水) 東郷支店
 - 11日(火) 日進支店
 - 17日(月) 尾張旭支店・豊明支店
 - 21日(金) 瀬戸支店
 - 25日(火) 長久手支店
- 11月
- 2日(水) 東郷支店
 - 8日(火) 日進支店
 - 15日(火) 豊明支店

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。

- 10月
- 11日(火) 長久手支店
 - 12日(水) 日進支店
 - 24日(月) 長久手支店
- 11月
- 8日(火) 長久手支店
 - 14日(月) 日進支店

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。

- 10月
- 5日(水) 山口支店
 - 8日(土) 尾張旭支店
 - 11日(火) 長久手支店
 - 14日(金) 東郷支店
 - 21日(金) 豊明支店
 - 26日(水) 日進支店
- 11月
- 9日(水) 瀬戸支店
 - 12日(土) 長久手支店

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。

- 10月
- 5日(水) 尾張旭支店・豊明支店・沓掛支店
 - 7日(金) 岩崎支店
 - 11日(火) 瀬戸支店・春木支店
 - 13日(木) 長久手支店
 - 18日(火) 山口支店・品野支店
 - 20日(木) 本地ヶ原支店・尾張旭東支店
 - 21日(金) 浅田支店
 - 25日(火) 水野支店
 - 26日(水) 日進支店
 - 27日(木) 長久手西支店
- 11月
- 2日(水) 豊明支店・豊明栄支店
 - 4日(金) 尾張旭支店・米野木支店
 - 8日(火) 瀬戸支店・東郷支店
 - 10日(木) 長久手支店
 - 15日(火) 山口支店・品野支店

JAバンク・JA共済休日相談会

各種ローンや共済、資産運用についてご相談にお答えします。

- 10月8日(土) 各基幹支店
 - 11月12日(土) 各基幹支店
- ※豊明支店は新店舗オープンのため、11月は相談会を行いません。

ホームページ内 をクリック

またはこちらのQRコードからご予約下さい

〈お問い合わせ〉

- 相談をご希望の方は、開催支店に直接ご予約をお願いします。
- 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
 - 山口支店：TEL(0561)82-3457
 - 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。詳しくは各センターへお問合わせください。

相談日 月曜日～金曜日 9:00～17:00

休業日 土日祝

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

〒

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。

クロスワードPuzzle

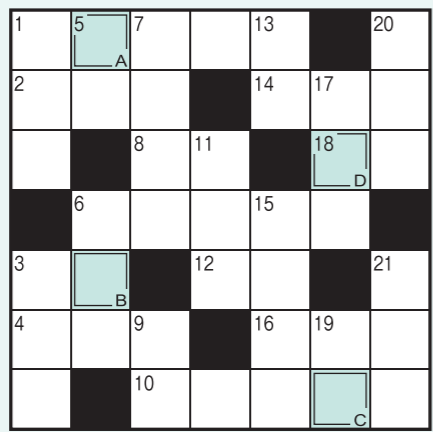
■モノのカギ

- 1 巨峰やピオーネ、デラウェアなどの収穫体験ができます
- 2 竜宮城で舞う魚
- 3 卵と鶏肉とご飯で親子——を作った
- 4 実るほど頭(こうべ)を垂れる——かな
- 6 コロコロと気分が変わる人のこと
- 8 無料です。代金はいりません
- 10 秋の空にぼこぼこと浮かびます
- 12 ろうそくの炎にガラス板を近づけると付きます
- 14 学校の教室に並べるもの
- 16 船が停泊するとき下ろします
- 18 クルミが似合うげっ歯類

■タテのカギ

- 1 機械などのパーツのこと
- 3 オクトーバーフェスト発祥の国です
- 5 中国の大きな打楽器
- 6 好・始・娘・妹は——偏の漢字
- 7 池の——によって、土地を増やした
- 9 日本国憲法では——の下の平等が保障されています
- 11 学校の運動会で踊ることもあります
- 13 視聴——、円周——
- 15 海水の影響で塩分を含む湖
- 17 台所のこと。漢字で書くと「厨」
- 19 たんすやソファなどのこと
- 20 ノーの反対語
- 21 阿寒湖のものは国の特別天然記念物

二重マスの文字をA~Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



パズルの答えはP24へご記入下さい

全リトリ線

8月号の答え

JAあいち尾東産新米をプレゼント!

8月号の応募総数 261通
当選者 正解者数 261通

A B C D E
アワオドリ (阿波踊り)

- 瀬戸市 加藤様 小田様
- 尾張旭市 土居様 谷口様
- 豊明市 成田様 佐藤様
- 東郷町 志田様
- 日進市 星野様 徳原様
- 長久手市 中村様

「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



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。



10月のお買得銘柄は 新米 こしひかり!

10月の月間奉仕(販売期間10月1日~31日)			
令和4年産 あいち尾東米	組合員カード提示価格		ポイントカード提示または一般価格
	白米1袋	5kg	1,840円
	10kg	3,480円	3,680円
玄米1袋	30kg	9,200円	9,800円
玄米量り売り	1kg	330円	350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未満の配達には送料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)
 ※豊明フレッシュセンターは豊明市文化会館内の仮店舗にて営業しています。(月曜定休)

後編 新米の季節となりました。今月はごはんアレンジレシピや新米に合うおかずなどごはん特集が盛りだくさん!どれも美味しいのでつい食べ過ぎてしまいそうです...食欲の秋を楽しみましょう♪(川本)

読者の文芸コーナー

俳句

空を見てハワイに見える気持ちいい
 一輪の桔梗垣根の隙間より
 時移り月見どるぼう親子連れ

三好陽仁
 中田榮二
 石野憲男

もう少しへこたれるなど秋の風
 皆笑顔介護ホームの夏祭り
 産直の品定めする菜虫かな

八木里美
 福井弘子
 辻美佐子

農協川柳11月号 課題「月」

※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稿をお願いします。
 ※「川柳」「短歌」「俳句」全ての投稿や「川柳」「俳句」など二種類への投稿はできません。
 ※宛先はP24の応募方法をご覧ください。

携帯に亡夫の名前残します私の中に生きていますから
 甲子園球児等の熱戦画像観る優勝監督の挨拶に涙に
 延命はもう望まぬが十三夜月を課題に書を試すなり
 新しき筆に墨染めが少しいの抵抗サブリメントの数増える
 紙コップに神酒をそそげばゆらゆらとお日様は酔うコップの中に
 新しき命伝はるわが腕にこはれそうなるひ孫を抱く
 久々にかえりきてみる故郷は遠きあの日の思いよみがえる
 若き時ただせわしなく生きてきた思ひ返せばなつかしき日々
 饅頭を供えて合わす手の先にニコニコ顔の下戸の主ある
 ケロケロと大きな声で鳴くカエル小さな体小石の上で
 おはようとお疲れ様もただ首を縦に振り振り隙は紫陽花の群れ
 雨に濡れひっそりと待つ自動車に語りかけるは紫陽花の群れ
 今宵また老いの線り言葉重過ぎ酒の量など叱られおれぬ
 脱穀し稲わらを干ししめ縄に牛馬の餌と肥料になす

八田美智子

農協川柳12月号 課題「霜」

嫌なこと水に流して仲直り
 他国に水路作りし医師悲し
 天の川川と流すのには水はない
 かき水器で吐く水は海
 盆裁の宇宙支える水の苔
 マイバックポルトの水はかせない
 マイコンのチロチロ水を打ち水に
 エアコンのチロチロ水を打ち水に
 熊野路は山がご神体那智の滝
 身に染みこまめに水を補給する
 この暑さこまめに水を補給する

永津英子
 村瀬七子
 矢野千歳
 鬼頭月美
 浅野清美
 竹田敏子
 荒田明美
 松井美穂子
 大津隆春
 浅見保永
 水野加代子
 八田美智子

多すぎる少ないすぎて困る水
 ああ苦ししい線状降水帯
 焼酎の水割り比率いい加減
 池の上飛鳥若降景のちから水
 噴水に濡れてはう降景のちから水
 命の水鉢の水は浴び愛らしい
 この地球水満々と幸の星
 熱帯夜の洗面水温む水豊富
 日本は自由に飲める水豊富

山田八郎
 諸野幸
 足立文子
 青山真知子
 中村久栄
 柴田みゆ
 大津右公
 浅田清彦
 渡辺清子