

地域・人・未来 ～人と地域のための「くらしの拠点」でありつづけてい～

# くらしの拠点

2023  
**5**  
vol.290

**特集** 令和5年度 新入職員紹介 P6

梅雨時も危険です！ 熱中症にご用心 P2

【クローズアップ】 尾張旭市 佐藤信男さん P4



P10 JAとくらし  
P12 地域農業応援団！食育キッチン  
P14 出向く宮農レポート

友だち登録  
キャンペーン  
実施中！



JAあいち尾東  
<https://www.jaab.or.jp>



料金受取人払郵便

日進局  
承 認  
977

差出有効期間  
令和5年5月  
31日まで  
(切手不要)

郵便はがき

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



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

5月号の答え

締切 5/20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が取り組んでいる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 //

JAあいち尾東管内の  
スイートコーン  
をプレゼント！



今月号の当選者は令和5年7月号  
にて発表させていただきます。

※写真はイメージです

## 知って得情報

組合員の皆様に  
お得な情報をお届けします！

### 自動車共済クルマスター

JA共済 オリジナル！ お得な共済掛金で、負担が軽くなるかもしれません。

「自賠責共済セット割引」 対人賠償の共済掛金 <b>7% 割引</b>	「複数契約割引」 共済掛金 <b>5% 割引</b>
「新車割引」 共済掛金 <sup>(※)</sup> <b>最高5% 割引</b>	「自動継続割引」 共済掛金 <b>2% 割引</b>
「ASV割引」 共済掛金 <sup>(※)</sup> <b>9% 割引</b>	

※上記以外にも「長期優良契約割引」「農業用貨物車割引」などがあります。 ※割引の適用には所定の条件があります。

もしものときに頼れるサービス・体制が充実しています。

- 24時間 365日の事故受付
- レッカーサービス
- ロードサービス
- 夜間休日現場急行サービス など

事故対応窓口……全国的約 2,530 か所  
損害調査サービス担当者……全国的約 4,750 人  
(令和4年4月1日現在)

JA共済事故対応 利用者満足度 **95.7%**

23230401037

手厚い保障でお得な共済掛金！まずは見積もりを♪

気になる方はお近くの支店共済窓口または渉外担当者までお問い合わせください♪

※この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご確認ください。

### 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。

くらしの拠点  
ホームページ <https://www.jaab.or.jp>

vol.290  
2023.5.1発行

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



# 梅雨時 も危険です！

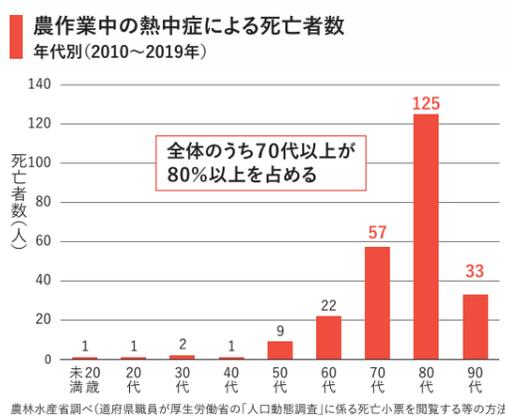
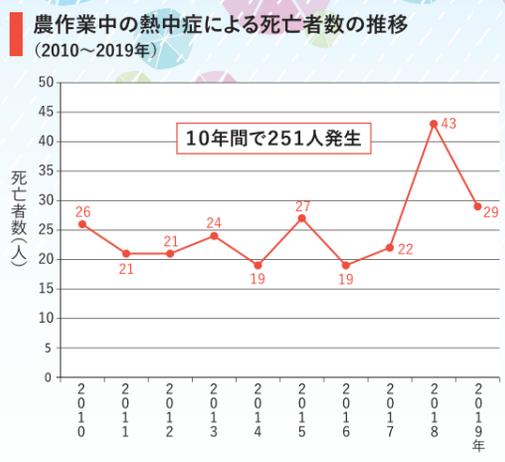
# 熱中症にご用心

熱中症はジメジメと湿気が多い梅雨時からその危険性が高まるといわれます。そんな熱中症の症状・対策や農家の被害状況、2021年度から運用が始まった「熱中症警戒アラート」の活用法などについて、東京農業大学の櫻村修生教授に教えていただきました。



東京農業大学  
国際食料情報学部教授  
同大学院  
農学研究科環境共生学専攻指導教授  
櫻村修生  
(かしむらおさむ)

——**農作業中の熱中症の被害状況について教えてください。**  
農作業中の熱中症による死亡者数は、2010～2019年に251人を数えます。



——**熱中症にはどんな症状がありますか。**  
熱中症の症状は次のように分類されます。  
●**軽度(Ⅰ度)**：目まい・失神、筋肉痛・筋肉の硬直、大量の発汗  
●**中等度(Ⅱ度)**：頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感  
●**重度(Ⅲ度)**：意識障害、けいれん、手足の運動障害、高体温  
軽度であれば、しばらく休憩を取れば回復しますが、呼びかけへの反応がおかしいなど、重度だと判断される場合には即座に救急搬送する必要があります。そのため、1人で農作業を行う場合には特に注意が必要です。

——**ハウス栽培は熱中症リスクが高いのでしょうか。**  
例年、熱中症が増えるのは梅雨時の6月ごろですが、ハウス栽培では4月下旬でも熱中症の事故が起きています。特に空調設備のないビニールハウスの場合、外気温が28～30度でも、ハウス内は35度程度の高温になるため、熱中症リスクが非常に高いといえるでしょう。

——**2021年度から始まった「熱中症警戒アラート」とは何ですか。**  
熱中症の発生には、気温だけでなく、湿度

度、輻射熱、気流なども影響します。そこで、これらを総合的に評価した「暑さ指数(WBGT)」が熱中症リスクの目安として有効とされてきました。この「暑さ指数」の考え方をベースに、昨年度に環境省と気象庁が運用を開始したのが「熱中症警戒アラート」です。この数値が33以上になるとが予測されたら、前日17時と当日5時にアラート(警報)が発表されることになっています。

——**農作業時に有効な熱中症対策を教えてください。**  
暑さ指数を把握し、その指示内容に従って作業を中止したり、休憩したりすることが大切です。ハウス栽培の場合は、市販の「暑さ指数計」をハウス内に設置するなど、数値を確認してほしいですね。なぜなら、朝、水まきをすれば湿度がどんどん上がって屋外以上の高温多湿の環境になり、熱中症リスクが高まることもあるからです。衣服の工夫も重要です。トラクターや重機などの使用時は、安全のために長袖、長スポンなどを身に着ける必要があります。これでは熱中症リスクが高まります。そこで、服に付いたファンから外気を取り入れることのできる、いわゆる「空調服」や、ネッククーラーなどの熱中症対策用品がいろいろ販売されているので、ぜひ活用してほしいと思います。

——**効果的な休憩方法を教えてください。**  
夏場の農作業では、露地栽培は30分に1回、ハウス栽培は20分に1回、5～10分程

度休憩することが推奨されています。また、家族で農業に従事している場合は、若い人が高齢の方の体調を見ながら休憩を取る必要があります。

——**水分補給での留意点はありますか。**

人間は、胃や腸から一度に多くの水分を吸収できないので、水分補給は小まめに行うことが大事です。また、夏場の作業時には、お茶よりもスポーツドリンクが適しています。スポーツドリンクに含まれる糖質が腸の水分吸収を促し、発汗によって失

れたミネラル分も補えるため脱水予防や疲労回復に役立つからです。

——**飲酒や食事などに関する注意事項はありますか。**

お酒を飲むと、アルコールの利尿作用によって脱水症状を起こしやすくなるので、作業日前夜の深酒は避けてほしいですね。また、最低でも7時間は睡眠時間を確保し、朝食をしっかり食べてから作業をしてほしいと思います。

——**農家の熱中症対策に向けてメッセージをお願いします。**

現在、農業従事者の高齢化が進んでいますが、高齢者は暑さや喉の乾きを感じにくいため、いつの間にか熱中症になってしまいう可能性があります。そこで、高齢者の体調を気遣ったり、予防対策を促したりなど、地域ぐるみで熱中症対策を心がけてほしいと思います。

## 熱中症警戒アラート(暑さ指数)

### 暑さ指数に適した農作業の例

### 警戒アラート 発出



- 33 安静**  
※暑さに慣れていない人は32
- 30 軽作業**
  - 楽な座位、立位、軽い手作業(書く、簿記など)
  - 手および腕の作業(点検、組み立てや軽い材料の仕分け)
  - 腕と足の作業(普通の状態での乗り物の運転、足のスイッチやペダルの操作)
  - ※暑さに慣れていない人は29
- 28 中程度の作業**
  - トラクターや重機の操作、草むしり、果物や野菜の収穫
  - 軽量の荷車や手押し車を押したり引いたりする
  - ※暑さに慣れていない人は26
- 25 激しい作業**
  - シャベルを使う、草刈り、掘る、のこぎりをひく
  - 重い荷物の荷車や手押し車を押ししたり引いたりする
  - ※暑さに慣れていない人は22
- 23 極めて激しい作業**
  - 激しくシャベルを使ったり掘ったりする、おのを振るう、階段を上る、走る
  - ※暑さに慣れていない人は18

出典：農林水産省 HP [日本工業規格 Z8504 (人間工学— WBGT (湿球黒球温度) 指数に基づく作業者の熱ストレスの評価—暑熱環境) 附属書 A「WBGT 熱ストレス指数の基準値表」を基に作成]

LINEに「環境省」の友だち追加で熱中症警戒アラートが届きます！  
詳細は以下のQRコードを読み取ってご確認ください。

### 熱中症対策用品

#### 空調服

服に付いたファンから外気を取り入れることで、汗を気化させ、涼しさを体感できる作業服。服の中を通った暖かい空気は、襟元と袖口から排出されます。

#### 暑さ指数(WBGT)計

暑さ指数(WBGT)に基づく熱中症警戒レベルを5段階のイラストで表示。暑さ指数が設定値(出荷時は33)以上になったときはアラーム音でお知らせします。

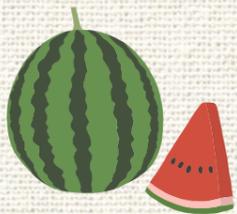
例：TANITA 黒球式熱中アラームTC-210

イラスト：服部新一郎



# 「美味しい」と 喜ぶ姿を見ることがやりがい

尾張旭市 佐藤 信男さん (71歳)



今回紹介するのは尾張旭市の佐藤信男さん。季節に合わせてさまざまな農作物を栽培し、尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェや長久手グリーンセンター、学校給食に出荷しています。また、当JAのプチヴェール部に所属しています。

幼い頃から農業に馴染みがあり草取りや収穫作業の手伝いを行っていた佐藤さん。両親の後を継ぎ、約40年前から本格的に農業をはじめました。現在は約30アールの畑で栽培から出荷まで、JAの職員に教わりながらすべて一人で行っています。

これからの時期にはトマトやナス、にんじくなどを栽培しますが、特に力を注いでいるのが『日の丸スイカ』です。『日の丸スイカ』は、昭和25年頃商標登録され、地元の本地球原を代表する特産品ブランドです。当時は毎日のように市場出荷するほど本地球原一帯で盛んに栽培されていました。両親の代から栽培しており、「本地球原のブランドをこれからも守っていききたい」と引き継いで栽培を続け、現在は数少ない『日の丸スイカ』の生産者です。『日の丸』本地球原と書かれたオリジナルのシールでアピールし、出荷しています。今年40本の苗を栽培し、7月からグリーンセンターに並ぶ予定です。「スイカは孫が特に大好きで、「美味しい！もつと食べたい！」と喜ぶ姿を見ることがやりがいにつながると笑顔溢れる佐藤さん。

そんな佐藤さんは喜んで食べてくれる孫や知人のために美味しい農作物を作るため、気候によって変化する農作物の様子を見逃さないよう毎日圃場に出向きます。圃場では草取りを行ったり一つ一つの野菜の生育状況を確認し「日に日に大きくなり、変化がよくわかるので毎日楽しみに畑に行く」と元氣良く話します。

収穫した野菜は目印として『のぶさんちの(野菜の名前)』というイラストや写真の入ったタグを入れて出荷しています。愛情を込めて育てた農作物は、孫はもちろん、まわりからも好評です。「これからもまわりが喜んでくれる姿を見られるよう、愛情込めて美味しい農作物を育てていきたい」と笑顔で話してくれました。



令和5年度  
**新入職員紹介**

名前  
私たちが目指す職員像

当JAに31人の新しい仲間が入組しました。  
組合員・地域の皆様に信頼され親しまれるJA職員を目指して頑張ります。



**組合員・組合員家族限定**

**健康診断(集団人間ドック)・健康教室を開催します!**

健康診断(集団人間ドック)は3コースから選んで受診料は全額キャッシュバック!健康教室では健康に関する講話とウォーキング講座を開催します!この機会に健康について見直してみませんか。

**1. 健康診断(集団人間ドック)**

充実した内容の健診がお近くのJA支店で受けられます!

- 令和5年7月12日(水) 東郷支店
- 令和5年7月14日(金) 瀬戸支店

受付時間8:30~9:30(健診終了まで2時間程度)当日の先着順で受診いただきます  
※各日50名に達し次第募集を終了します



**どのコースを選んでも全額キャッシュバック!**

<p><b>バリウムコース</b> ※30名まで 9,410円(税込)</p> <p>●共通項目+胃バリウム検査 バリウムを使ったX線検査で、食道・胃・十二指腸などを調べます。</p>	<p><b>ピロリ菌コース</b> 9,410円(税込)</p> <p>●共通項目+胃ピロリ菌検査(ABC分類) 血液検査でピロリ菌感染の有無を調べ、胃がんのリスクを判断します。</p>	<p><b>ベーシックコース</b> 6,390円(税込)</p> <p>●共通項目のみ</p>
--	---	--

**〈共通項目〉**

- 問診・診察・身体測定(身長・体重・腹囲) ●血圧測定 ●血液検査(貧血・脂質・血糖・肝機能などを調べます)
- 心電図(狭心症・不整脈・その他心臓の異常を調べます) ●胸部レントゲン(肺の状態や心臓の形状などをX線にて調べます)
- 尿検査(尿路系の疾患や糖代謝などを調べます)

※その他実費にてオプション検査\*を受診いただけます。

\*大腸がん検査(検体検査)、肺がん検査(検体検査)、骨粗しょう症健診(超音波)など全18項目  
希望者には、電話にて保健師による結果説明を受けることができます。

詳しくは支店窓口またはホームページでご確認ください。

**2. 健康教室 令和5年8月10日(木) 9:00~12:30 東郷町総合体育館**

健診受診者は優先的に参加いただけます!

**① 健康講話「目指せ!いきいき血管!~動脈硬化を予防しよう~」**

さまざまな病気を引き起こす動脈硬化。原因は加齢・喫煙に加え高血圧や肥満、糖尿病など生活習慣病が大きく関係し、中年男性の2人に1人、女性では5人に1人いるといわれています。健診結果を踏まえ、健康でいきいきとした生活を送るための知識を習得しましょう。

**② ウォーキング講座**

意外と知らないウォーキングの正しい歩き方やストレッチなど実践を交えて学びます。この機会に正しいウォーキング方法を身に付け、日常生活に運動する習慣を取り入れましょう。

**③ ウォーキングシューズ即売会**

話題のYONEX/パークッションウォーキングシューズをご用意!ウォーキングを楽しみたい方におススメの一品です!

**申込方法**

支店に備え付けの申込書等にご記入のうえ、支店窓口までご提出ください。  
なお健康診断(集団人間ドック)希望者は、健診受診料金の口座振替およびキャッシュバック口座登録のため、**通帳・届印**をご持参ください。

**〈健康希望者の提出書類〉**

- 健康診断(集団人間ドック)健康教室参加申込書
- 集団人間ドック健診料 助成金交付申請書
- 口座振替依頼書

※申込時にお渡しする『健診を受けられる皆様へ』を必ずお読みください。

**〈健康教室のみ希望者の提出書類〉**

- 健康診断(集団人間ドック)健康教室参加申込書

※「健康診断(集団人間ドック)・健康教室参加申込書」「集団人間ドック健診料 助成金交付申請書」は当JAホームページからも取得できます!



**申し込み期間**

令和5年5月8日(月)~令和5年6月30日(金)

**対象者**

組合員または組合員家族

**料金について**

健診受診料金およびオプション検査料金は、口座振替依頼書を持ってご指定の口座から引き落とし、後日、引き落とし口座に健診受診料金を全額キャッシュバックいたします。  
オプション検査料金はキャッシュバックの対象外です。あらかじめご了承ください。

【お問い合わせ】 JAあいち尾東 総合企画課 (0561)56-0080

~ 健康が気になるあなたへ ~

参加無料

厚生連の

**まちかど健康チェック**

健康に関して、日ごろから気になっていることはありませんか?  
JA 愛知厚生連の専門職(保健師または管理栄養士)が相談に応じます。

**開催日程**

- |                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| 令和5年5月15日(月)・・・東郷支店  | 令和5年5月22日(月)・・・長久手支店 |
| 令和5年5月18日(木)・・・瀬戸支店  | 令和5年5月23日(火)・・・日進支店  |
| 令和5年5月19日(金)・・・尾張旭支店 | 令和5年6月13日(火)・・・豊明支店  |

**開催時間**

全日程 9:00~11:00

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、開催を見合わせる場合があります。

先着 20 名

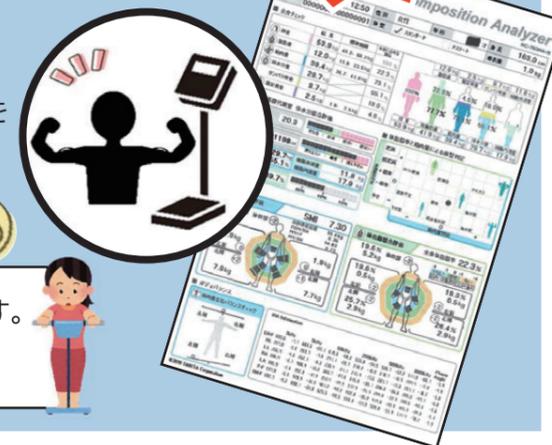
**体組成測定**

~測定による健康チェックで自分を知ろう!~

体重だけではわからない筋肉や脂肪の付き方など、身体を構成する成分である「脂肪」「筋肉」「骨」「水分」などの推定量がわかります。(約5分)

裸足になって機械に乗り、機器を両手で握って測定します。

※ペースメーカーがある方は実施できません。



**健康相談**



食習慣や運動習慣など生活習慣の相談に応じます。

今年度の集団人間ドック健診結果票をお持ちいただければ、健診結果に沿ってお話しします。(約15分)

**JAの集団人間ドック受診相談**

健診内容は個々に応じて受けた方がよい検査があります。JAの集団人間ドックの受診相談ができます。(約5分)



予約不要

お気軽にお立ち寄りください

※体組成測定は18歳以上の方が対象となります

※発熱・風邪症状がある方はご遠慮ください ※マスクの着用をお願いします

実施機関：JA愛知厚生連 保健福祉課

女性部

## JAあいち尾東家の光大会を開催しました

2月17日

生活相談課はJAあいち尾東家の光大会を3年ぶりに開催し、103人の女性部員が参加しました。今年は新型コロナウイルス感染防止のため、瀬戸支店と東郷支店に分かれて開催しました。当日は第57次南極地域観測隊に1年4ヶ月間、調理隊として食事を執り行った調理師の渡貫淳子先生とWEBで繋ぎ、「南極での生活を日本で生かす食品ロス削減と防災の備え」と題した講演を行いました。講演では南極での生活の様子や食品ロス削減に繋がる調理法、防災食について話しました。

参加者は「今回の講演を聞いて自分もできることから食品ロス削減に取り組んでいきたい。3年ぶりに参加できて良かった」と話していました。



### 抽選会景品のご紹介

講演後は抽選会を行い、管内の農産物や加工品、花の寄せ植えなど豪華な景品に会場は大盛り上がりでした。管内グリーンセンターでもご購入いただけますので、ぜひお立ち寄りください。

ニコリファクトリーでは、あいち尾東の米粉を使用したパンやスイーツを販売しています



ニコリファクトリーの米粉パン



花の寄せ植え



JA あいち尾東 あいちのかおり

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。



JAあいち尾東

## スマホ教室開催!!

今年もNTTドコモ(株)から講師を招き、分かりやすく説明していただきます。

現在スマホを持っている方限定!

ドコモユーザー以外のユーザー(au・ソフトバンクほか)の方もご参加いただけます。操作方法に自信のない方、体験してみませんか?

開催日付・会場

- 令和5年6月2日(金)・瀬戸支店
- 令和5年6月5日(月)・尾張旭支店
- 令和5年6月9日(金)・長久手支店
- 令和5年6月14日(水)・豊明支店
- 令和5年6月16日(金)・東郷支店
- 令和5年6月20日(火)・日進支店

開催時間

10時～12時10分(途中休憩有り)

定員

各会場15名  
(定員に達し次第受付終了)

### JAあいち尾東スマホ教室のカリキュラム

- 第一部 LINEとInstagramをはじめよう
- 第二部 JAからのご案内  
JAバングアプリ・JA共済アプリ・ネットバンク  
JA共済Webマイページ



申込期間

令和5年4月20日(木)～  
各開催日の8日前まで

申込方法

各基幹支店に設置の申込書に  
必要事項を記入し、ふれあい係  
窓口へ提出してください。



問い合わせ | JAあいち尾東くらしの相談部生活相談課 TEL:0561-75-0710



1人分 107kcal



## ラタトゥイユ

### 材料(4人分)

- 玉ねぎ…1玉
- ズッキーニ…2本
- ピーマン…4個
- ナス…2本
- セロリ…1本
- にんにく(チューブ)…4cm程度
- トマト水煮缶…1缶
- 顆粒コンソメ…小さじ4
- オリーブオイル…適量

豊明西部  
産直センター  
食育ソムリエ  
小林 直子



### 作り方

- 1 全ての野菜(玉ねぎ・ズッキーニ・ピーマン・ナス・セロリ)を食べやすいさいの目状に切ります。
- 2 鍋ににんにくとオリーブオイルを入れ弱火で炒めます。
- 3 にんにくの香りが立ってきたら玉ねぎを入れ、中火で炒めます。
- 4 玉ねぎが透き通ってきたら残りの野菜を入れてさらに炒めます。
- 5 ある程度火が通ったら、トマト水煮缶と顆粒コンソメを入れ、弱火にしたら30分程度煮込みます。
- 6 煮詰まってきたら完成です。

### 今月の 食材メモ②

春キャベツ



春に収穫される春キャベツは、ふっくらとした巻き方で柔らかく、葉がみずみずしいのが特徴です。水分が多く甘みがあるため、サラダなどで美味しく食べられます。ビタミンCや、キャベジンとも呼ばれるビタミンUが含まれており、胃の働きや粘膜を修復し、正常に保つ働きが期待できます。



## 春キャベツとあさりの豆乳スープ

### 材料(4人分)

- 新玉ねぎ…1玉
- 春キャベツ…1/3玉～1/2玉
- あさり(砂抜きする)…1パック
- オリーブオイル…適量
- にんにく(チューブ)…2cm
- 水…300cc
- 顆粒コンソメ…小さじ1/2
- 塩…小さじ1/2
- 豆乳…250cc
- 乾燥パセリ…適量
- 塩こしょう…適量

豊明  
フレッシュセンター  
食育ソムリエ  
竹下 稔



### 作り方

- 1 春キャベツと新玉ねぎはくし切りにします。
- 2 鍋にオリーブオイルとにんにくを入れ、弱火で炒めます。
- 3 にんにくの香りがたってきたら、新玉ねぎ、春キャベツの順に入れ軽く炒めます。
- 4 水・顆粒コンソメと塩を入れ、ふたをして5分程度煮ます。
- 5 洗ったあさりを加え、あさりの口が開きはじめてたら豆乳を加えて一煮たちさせ、お好みで塩こしょうで味を調えます。
- 6 器に盛り、パセリをかけて完成です。

1人分 87kcal



食育ソムリエのレシピを  
ご紹介しています。  
ぜひご覧ください!



Youtube



Instagram



1人分 115kcal



## 新じゃがと スナップエンドウのカレー炒め

### 材料(4人分)

- 新じゃがいも…2～3個(300g)
- スナップエンドウ…5本
- ソーセージ…4本
- カレー粉(またはカレーパウダー)…小さじ2
- 塩こしょう…適量
- 炒め油…適量

### 作り方

- 1 新じゃがいもはよく洗い、皮つきのまま一口大に切り、耐熱皿に移して2分程度レンジで加熱します。
- 2 スナップエンドウは両側の筋を取り、半分に切って熱湯で軽くゆでます。
- 3 ソーセージを斜めに薄く切ります。
- 4 フライパンに油を熱し、3のソーセージを焼き色がつくまで炒めます。
- 5 1の新じゃがいもを入れ、塩こしょうを加えて炒めます。
- 6 2のスナップエンドウを入れ、全体に味をなじませたら完成です。

### 今月の 食材メモ①

新じゃがいも



新じゃがいもは主に春から夏にかけて収穫・出荷されます。皮が薄く柔らかいので、皮ごと調理して食べることができます。ビタミンCが豊富に含まれており、肌や血管、筋肉、骨を丈夫にするはたらきが期待できます。また、新じゃがいもに含まれているビタミンCはデンプンに守られているため、加熱しても崩れにくいと言われています。形が丸く整っていて、重みがあるもの、皮の表面がなめらかなものを選びましょう。

地域農業  
応援団!



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! 食卓に旬をとりに入れてみませんか?

豊明  
フレッシュセンター  
食育ソムリエ  
森 克代



店舗  
情報

豊明フレッシュセンター  
(豊明文化会館内仮店舗)

〒470-1121 豊明市西川町広原28-1 TEL0562-92-0135  
[営業時間] 9:00～17:00 毎週月曜定休、正月、棚卸休み

豊明西部産直センター

〒470-1154 豊明市新栄町3-328 TEL0562-97-1755  
[営業時間] 9:00～17:00 毎週水曜定休、正月、棚卸休み



# 誰でもわかる JAあいち尾東の 自己改革

JAあいち尾東では、自己改革として組合員の意思反映に取り組むため、意見交換会や広報誌等、さまざまな活動や媒体を通じて組合員から意見・要望をいただいております。

## JAあいち尾東の自己改革について

農業者の所得増大をはじめとする地域農業の持続発展や、総合事業による組合員の豊かなくらしづくりへ向けて、中期計画及び事業計画を「自己改革」として位置づけて取り組んでいます。

第7次中期3か年計画では、令和3年度から「未来につなぐ農と協同」をメインテーマに、農・人・地域をつなぐ活動を通じて地域農業の振興、JA理解の醸成など組合員とJAの関係性をより一層深めるよう取り組んでいます。

令和5年度は、第7次中期3か年計画の最終年度となります。

自己改革に取り組むことはもちろんですが、その取り組みの成果に対して「組合員との対話」を行い、聴きとった評価・意見・要望を事業計画へ反映し発信することを繰り返す自己改革実践サイクルの構築に取り組んでまいります。

## ～第7次中期3か年計画に沿ったこれまでの自己改革の取り組み～

### 魅力ある地域農業の実現

#### ● 出向く営農担当者による営農相談・指導



#### ● アグリスクールを通じた新規産直出荷者の育成



#### ● 営農担当者と生産者によるイベントの開催

##### 生産者による対面販売



### 期待に応える事業活動の進展

#### ● 組合員・利用者に即した相続相談・資産管理相談の実施



### 協同活動を基とした組織力の発揮

#### ● 健康づくり活動等を通じた組合員組織の充実



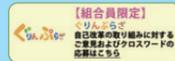
#### ● 組合員学習・協同活動等による協同組合の意義・役割等の理解醸成

##### かんこーする隊 による 産直施設見学



JAあいち尾東の自己改革に対する  
ご意見をお待ちしております。

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



このボタンを  
クリック

# 出向く営農レポート

～アグリスクールで学んだことを生かして、  
農業に取り組む～



北部営農センター 尾張旭地区担当  
山内 章弘

女性のアグリスクールを令和2年度に卒業された立松純子さんの畑に出向き、学校給食向けに作付け提案したキャベツの生育確認を行いました。

定植は2月、3月と2回に分けて行い、6月にキャベツを継続して出荷できるよう栽培しています。4月以降の気温が高くなる時には『アザミウマ』の被害に注意が必要です。カスリ状に色が抜け、白くなるなどの症状が発生し、品質の低下や傷口から病気の発生を助長します。対策として、グレーシア乳剤・ディアナSCで防除していただくよう案内しました。

### アザミウマ類の防除

#### グレーシア乳剤



- 希釈倍数：2000～3000倍
- 使用液量：100～300ℓ/10a
- 使用時期：収穫7日前まで
- 使用回数(フルキサメタドを含む農薬の総使用回数)：2回以内

#### ディアナSC



- 希釈倍数：2500～5000倍
- 使用液量：100～300ℓ/10a
- 使用時期：収穫前日まで
- 使用回数(スピネトラムを含む農薬の総使用回数)：3回以内(定植時までの処理は1回以内・定植後の散布は2回以内)

※使用に際しては製品ラベルの記載内容に従ってご使用ください。

立松さんはアグリスクール卒業以来、尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェや長久手グリーンセンターへ出荷する他、学校給食への出荷も意欲的に取り込まれ、令和4年度はキャベツの他、プチヴェールやジャガイモ、初挑戦の1本葱も学校給食へ出荷をしていただきました。また、プチヴェールは保育園給食と尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェのプチヴェールイベントにも出荷していただきました。立松さんは「これからも栽培品目を増やし、学校給食への出荷に協力したい」と意欲を燃やしています。



### 立松さんにインタビューしてみました!!

#### Q アグリスクールに参加してみて、どうでしたか?

A 栽培から出荷までの基礎的なノウハウが学べました。中でも農業について学べたことが現在の栽培にも活用できています。農薬を正しく使用することで、卒業後にたくさんの農産物を栽培するようになって、管理する負担が多くなることはありませんでした。また、肥料もアグリスクールで実際に使用したものを参考に自分の畑で取り入れています。

#### Q 産直出荷するうえで、気を付けていることは?

A 産直施設にはたくさんの地元農産物が並ぶため、少しでも消費者の目につくように工夫しており、トレビスなどの珍しい野菜やカラフルなミニトマト(トスカーナバイオレット)に挑戦しています。





青汁の原料のケールは、ベータカロテン、ビタミンC、カルシウムやカリウムなどのミネラル、食物繊維など栄養価が高いスーパーフードです。

【栽培期間】ケールは冷涼な気候を好み、生育適温は20度前後ですが高温や低温に強く、中間地では7月上旬～8月上旬に種まきすれば、2カ月後から翌春まで長期に収穫できます。

【品種】葉の形や色、草姿によりさまざまな品種群があります。

- ・コラード系ケール
- ・丸みのある楕円(だえん)形の葉と、表面にしわのないことが特徴。
- ・ジュシーグリーン(増田採種場)・スカイフロップ(タキイ種苗)など。
- ・カーリーケール

葉に縮みがあり、苦味やえぐ味が少ない。フライトキッチン(増田採種場)・カリノケール・ヴェルデ(トキタ種苗)など。

- ・カーボネロ(黒キャベツ)

葉は細長く、細かく切れ、葉の縁が裏側に丸まっています。

【苗作り】少量の苗を作るには9cmポリポットを使うのが便利です。1ポット当たり3、4粒をまき、本葉2、3枚で1株にな

## 野菜もの知り百科

### アーティチョーク (キク科チヨウセンアザミ属)

アーティチョークは欧米諸国では人気野菜のベスト10に入るのに、日本ではほとんど見かけられることも食べることもないのが不思議です。

原産地は地中海沿岸で、古代ギリシャローマ時代に品種改良が進み、現在の形になりました。15世紀にイタリア南部で本格的に栽培されるようになり、欧州に広く普及しました。イタリアのメダイチ家からフランス王室に嫁いだカトリヌがアーティチョークと料理人を帯同したことが、フランス料理にアーティチョークが使われるようになった先駆けともいわれています。

イタリアでは春野菜の定番で、旬になると山積みになって売られています。米国では19世紀末にイタリア移民が地中海性気候のカリフォルニア州キヤストロビルという地域で栽培を始めまし

た。キヤストロビルは世界のアーティチョークの半分以上を供給する大産地になり、初代アーティチョーク・クイーンはマリリン・モンローでした。

アーティチョークの和名はチヨウセンアザミですが、日本には朝鮮半島経由ではなく江戸時代中期にオランダ人によって持ち込まれました。江戸時代末期に横浜や神戸が開港すると西洋野菜の種子が次々に入ってきましたが、アーティチョークが定着することはありませんでした。

アーティチョークは種子繁殖だけでなく、栄養繁殖の株分けもできる多年草です。花はアザミに似て紫色で、大きさは10cm以上にもなります。とてもきれいなので観賞用にも使われています。

つぼみの上部と茎を切り落として、酢を加えた湯で30分ほどゆで、温かいうちにがくを一枚一枚剥がして、その付け根の肉厚の部分にバターやマヨネーズなどを付けて歯でしごくようにして食べます。残った花床(かしよ)がよりおいしく、ナイフとフォークで切り分けて食べます。面倒なときはつぼみを丸ごと焼いても、蒸しても、揚げて食べられます。

### みなさんの疑問にお答えします!!

## 営農相談コーナー



Q. 夏におススメのプランター栽培は?

A. 営農職員の回答

オクラは暑さに強く、夏に収穫できる野菜として人気です。発芽の適温は25～30℃と高温のため、4月末～5月上旬に種まきを行います。苗を植える場合も十分に温度が確保できるようになってから植えることをお勧めします。風通しがよく、日当たりの良い場所で育て、乾燥しやすい夏場は水をたっぷりあげましょう。収穫は取り遅れると固くなるため、こまめに収穫しましょう。また、五角オクラより丸オクラの方が比較的固くなりにくいので併用して栽培してみることもお勧めです。

Q. ナスのプランター栽培について教えてほしい。

A. 矢部先生の回答

ナスは根を深く伸ばす特性があるため、縦長(深型)の野菜専用プランターに植え付けて風通しがよく太陽が当たる場所へ置きましょう。畑での栽培と同様に、支柱を立て3本の枝を誘引します。栽培期間中は、2～3週間に一度肥料を施し、水やりを定期的に行いましょう。果実を成らせるには受粉が必要です。振動受粉\*させてください。実のつきが悪いときはトマトーンなどのホルモン剤を1花1花に噴霧しましょう。屋外では風や訪花昆虫により自然に受粉します。

\*振動受粉…支柱を軽く叩いて株を振動させ、花粉を飛散させて受粉を促すこと

詳しい内容、その他営農に関する疑問があれば、各営農センターにご相談ください。また、矢部先生による営農相談も実施しております。詳しくはP21をご確認ください。



長久手グリーンセンター 船橋 薫

## 季節野菜づくり

あなたもチャレンジ!

### ケール 害虫の予防を万全に

丸みのある楕円(だえん)形の葉と、表面にしわのないことが特徴。

【栽培期間】ケールは冷涼な気候を好み、生育適温は20度前後ですが高温や低温に強く、中間地では7月上旬～8月上旬に種まきすれば、2カ月後から翌春まで長期に収穫できます。

【品種】葉の形や色、草姿によりさまざまな品種群があります。

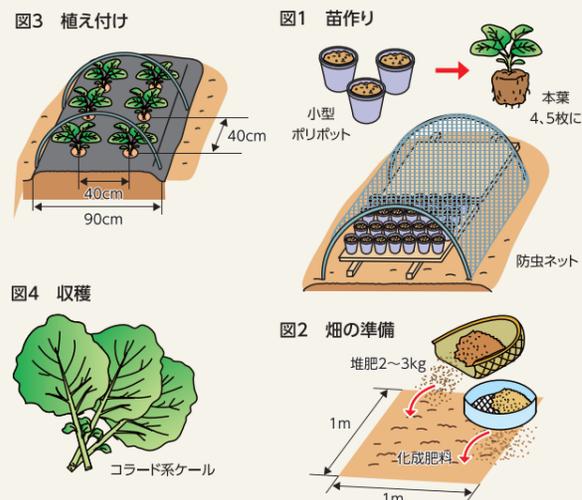
- ・コラード系ケール
- ・丸みのある楕円(だえん)形の葉と、表面にしわのないことが特徴。
- ・ジュシーグリーン(増田採種場)・スカイフロップ(タキイ種苗)など。
- ・カーリーケール

葉に縮みがあり、苦味やえぐ味が少ない。フライトキッチン(増田採種場)・カリノケール・ヴェルデ(トキタ種苗)など。

- ・カーボネロ(黒キャベツ)

葉は細長く、細かく切れ、葉の縁が裏側に丸まっています。

【苗作り】少量の苗を作るには9cmポリポットを使うのが便利です。1ポット当たり3、4粒をまき、本葉2、3枚で1株にな



るよう間引き、本葉4、5枚の苗に仕上げます。苗作り期間中は、防虫ネットで害虫の飛来を遮断します(図1)。

【畑の準備】畑1平方メートルに苦土石灰100g程度をまいて、よく土を耕します(図2)。次に、化成肥料(NPK各成分10%)200gと堆肥2～3kgを施し、土をよく混ぜて幅90cm程度の畝を作ります。

【植え付け】本葉4、5枚の頃、2条植えでは条間40cm、株間40cm程度に植え付けます。このとき、植え穴を掘り、穴に十分水やりをして、植え傷みを防ぎましょう(図3)。

【追肥】植え付けの1カ月後から、2週間置きに株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいまいて、株元に土寄せします。

【病害虫の防除】ヨトウムシ、アオムシなどが多いので、植え付け時から防虫ネットで予防しましょう。農薬は野菜類または非結球あぶらな科野菜類の登録農薬を使用します。

【収穫】盛んに生育するようになると、下の葉から随時かき取ります(図4)。

※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! ~らくだな~

作物は生育が進み大きくなっていくと、風などの影響により株が倒れやすくなります。夏野菜の多くは果菜類であり、実をつける作物です。実の重さにより枝や茎が折れてしまう場合があるので、上手に栽培するには支柱で支える必要があります。

『らくだな』は4本の支柱が可動式のパッカーで繋がっているため、タワー仕立てやトリス仕立て(4本の支柱でフェンスのような壁をつくる)など用途に合わせて自由に形を決めることができ、支柱で枝や葉を誘導することで、風通しや日当たりが良くなり作物が健康に育ちます。

使い方は簡単で、30cm程度土に差し込むだけで設置でき、プランターにも使用できます。

『らくだな』を使用し、美味しい夏野菜栽培にチャレンジしてみませんか。

# 店舗統廃合のお知らせ

施設再編計画に基づき、阿野支店・沓掛支店を廃止し豊明支店に統合いたします。  
阿野支店・沓掛支店でお取引いただいている皆様には、個別で案内を郵送させていただきます。

阿野支店・沓掛支店 最終営業日 令和5年6月9日(金) 15時まで(窓口・ATM)

	廃止支店		継承支店
(カナ)支店名	アノシテン 阿野支店	クツカケシテン 沓掛支店	トヨアケシテン 豊明支店
金融機関番号	6466 317	6466 325	6466 309
住所	豊明市阿野町西ノ海戸32番地1	豊明市沓掛町西田12番地	豊明市三崎町中ノ坪5番地2

ご不便をおかけしますが、6月9日以降は豊明支店をご利用いただきますようお願い申し上げます。

## お問い合わせ先

JAあいち尾東 阿野支店 Tel.0562-92-7877  
JAあいち尾東 沓掛支店 Tel.0562-92-0043  
JAあいち尾東 豊明支店 Tel.0562-92-1341



運動で心身ともに健康になろう



豊田厚生病院 理学療法士 鬼頭 有子

JA愛知厚生連  
あなたの健康  
まもり隊

最近運動不足を感じる、少し運動をした方が良いかな?など、運動について考えた経験が皆さんあるのではないのでしょうか?

運動不足は様々な症状を引き起こす可能性があります。例えば筋力低下、肥満、生活習慣病などが挙げられます。運動不足が続くと10年後、20年後に体が十分に動かない、なんてこともあるかもしれません。

しかし、健康のために運動を始めたいと考えた時、何から始めたらいいかわからないという方は多いと思います。

運動について厚生労働省は「運動は余暇時間に行うものであり、疾病を予防し活動的な生活を送る基礎となる体力を増加させるための基本的な身体活動である。爽快感や楽しさを伴うものであり積極的な行動として勧められる」と推進しています。つまり、ただ運動をするのではなく、楽しさや爽快感を感じながら運動することが重要なのです。

運動には様々な種類がありますが、始めやすいのはウォーキングや水泳などです。これらは有酸素運動と呼ばれ、生活習慣病の予防のためにはよい運動とされています。

しかしこの運動でないといけない、という事は全くありません。学生時代にやっていたテニスをもう一度やってみようかな、なかなか外出できないから家でテレビを見ながらスクワットでもしようかな、など身近にある環境でも十分にできます。

このように運動は思っている以上に行うことができますが、無理をしてはいけません。基礎疾患のある方や身体を動かすことに不安がある方は主治医に運動をしても大丈夫かどうか確認してから行ってください。

それぞれのライフスタイルに合った運動をし、楽しみながら心身ともに健康になりましょう!



# どなたでもご利用いただけます! 農業電子図書館

農産物の病害虫でお困りの場合や栽培方法がわからない場合など、知りたい情報を簡単に検索できます。

パソコンが苦手でも大丈夫!  
画面に直接タッチするだけで  
操作はカンタン!

**農業電子図書館** 計画的な安全・安心な

病気・害虫

雑草

農薬

知りたい項目に  
ポインとタッチ  
してください

生産の情報

栽培・農産加工など

くらしの情報

料理・健康の知恵

JAからのお知らせ

お天気

更新ニュース

通常パソコン用トップ画面へ



病気や害虫が  
写真で確認できて  
わかりやすい!

お気軽にご利用ください

## 設置店舗

- 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
- 日進園芸センター
- 東郷グリーンセンター
- 南部営農センター

## 産直市情報

- 5月 ●品野支店・米野木支店 8日(月) 9:00~12:00  
 ●東郷支店 15日(月) 9:00~12:00  
 ●長久手西支店 毎週水曜日 9:30~11:30
- ※5月3日の長久手西支店の産直市につきましては、お休みさせていただきます。
- 6月 ●品野支店・米野木支店 5日(月) 9:00~12:00  
 ●東郷支店・豊明支店 15日(木) 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。

## 5月の金融キャンペーン

- 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
- JAネットバンク定期貯金
- 投資信託キャンペーン

## 理事会だより

- 開催日:令和5年3月31日(金)
- 第1号議案 令和5年度事業計画について  
 第2号議案 令和4年度決算基準について  
 第3号議案 職制規程等の一部改正について  
 第4号議案 役員改選にかかる地域選出以外の役員候補者の選出について  
 第5号議案 職能資格規程の一部改正について  
 第6号議案 組合員の法定脱退について  
 第7号議案 市場リスク管理規程の制定について  
 第8号議案 リスク管理方針の設定について  
 第9号議案 大口信用供与等の承認について  
 第10号議案 令和5年度内部監査計画について  
 第11号議案 令和5年度借入金の最高限度額決定について  
 第12号議案 重要な運用方針の設定について  
 第13号議案 令和5年度の余裕金運用について  
 第14号議案 子会社、子法人の事業計画について

以上の議案について承認可決されました。

## 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  
 ●5月6日(土)・5月27日(土)・6月3日(土)
- 瀬戸グリーンセンター  
 ●5月13日(土)・5月28日(日)・6月10日(土)
- 長久手グリーンセンター  
 ●5月14日(日)・5月20日(土)・6月11日(日)
- 日進園芸センター  
 ●5月7日(日)・5月21日(日)・6月4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。



## 5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  
 ●母の日セール 12日(金)~14日(日)  
 ●クーポン割引 15日(月)~30日(火)
- 尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ  
 ●母の日セール 12日(金)~14日(日)  
 ●お買い得クーポンセール 26日(金)~28日(日)
- 長久手グリーンセンター  
 ●食農フェアクーポンセール 3日(水)~7日(日)  
 19日(金)~21日(日)  
 13日(土)~14日(日)
- 母の日セール 13日(土)~14日(日)
- 日進園芸センター  
 ●ガーデンフェア 19日(金)~21日(日)
- 東郷グリーンセンター  
 ●食農フェア 3日(水)~7日(日)  
 26日(金)~28日(日)
- 母の日クーポンセール 12日(金)~14日(日)
- 豊明フレッシュセンター  
 ●母の日セール 12日(金)~14日(日)  
 ●食農フェア 19日(金)~21日(日)
- 豊明西部産直センター  
 ●母の日クーポンセール 12日(金)~14日(日)  
 ●食農フェア 19日(金)~21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。

## 相談会・相談日のお知らせ(5月1日~6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。  
 ご希望の方は開催支店へお問い合わせください。  
 (※長久手支店をご希望の方のみ北部資産管理センターへ)

- 5月 ●9日(火) 日進支店  
 ●10日(水) 東郷支店  
 ●15日(月) 尾張旭支店  
 ●17日(水) 豊明支店  
 ●19日(金) 瀬戸支店  
 ●23日(火) 長久手支店
- 6月 ●7日(水) 東郷支店  
 ●13日(火) 日進支店  
 ●15日(木) 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。  
 ご希望の方は各資産管理センターへお問い合わせください。

- 5月 ●8日(月) 日進支店  
 ●9日(火) 長久手支店  
 ●25日(木) 長久手支店
- 6月 ●5日(月) 長久手支店  
 ●12日(月) 日進支店

長久手支店…北部資産管理センター  
 日進支店…中部資産管理センター

### 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。  
 ご希望の方は開催支店へお問い合わせください。

- 5月 ●9日(火) 長久手支店  
 ●13日(土) 日進支店  
 ●17日(水) 尾張旭東支店  
 ●19日(金) 豊明支店  
 ●26日(金) 春木支店
- 6月 ●1日(木) 山口支店  
 ●6日(火) 長久手支店  
 ●10日(土) 東郷支店

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	●尾張旭東支店	TEL(0561)53-2004
●尾張旭支店	TEL(0561)54-3311	●春木支店	TEL(0561)38-1132
●豊明支店	TEL(0562)92-1341	●山口支店	TEL(0561)82-3457
●東郷支店	TEL(0561)39-0551	●北部資産管理センター	TEL(0561)65-0031
●日進支店	TEL(0561)72-0665	●中部資産管理センター	TEL(0561)75-0720
●長久手支店	TEL(0561)63-0012	●南部資産管理センター	TEL(0562)92-1343

※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。ご予約の状況等によりご希望に沿えない場合がございます。

## 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。

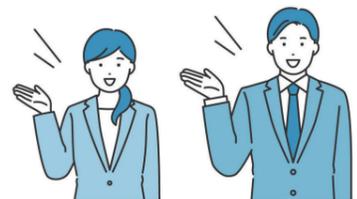
- 5月 ●2日(火) 尾張旭支店  
 ●9日(火) 瀬戸支店  
 ●10日(水) 豊明支店  
 ●11日(木) 長久手支店  
 ●12日(金) 米野木支店  
 ●16日(火) 山口支店・品野支店  
 ●17日(水) 東郷支店  
 ●22日(月) 本地ヶ原支店・尾張旭東支店  
 ●23日(火) 水野支店  
 ●24日(水) 日進支店  
 ●25日(木) 長久手西支店
- 6月 ●2日(金) 岩崎支店  
 ●5日(月) 尾張旭支店  
 ●7日(水) 豊明支店  
 ●8日(木) 長久手支店  
 ●13日(火) 瀬戸支店

### 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。
- 5月13日(土) 各基幹支店  
 ●6月10日(土) 各基幹支店

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



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。

# クロスワードPuzzle

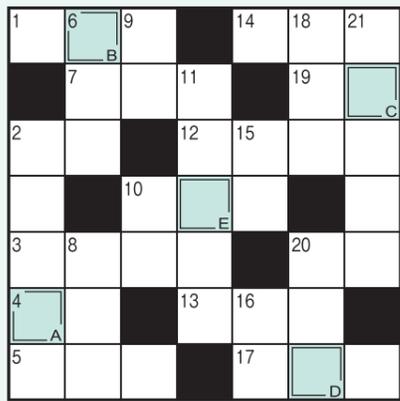
## ■モノのカギ

- 端午の節句に食べるもの1つ
- 竹林が似合う猛獣
- 感のある3D映像
- 母の日に贈るカーネーションの、定番の色の1つ
- 大正の1つ前の年号です
- 害獣や害虫を追い払うこと
- 淡水と海水が混じり合ったもの
- 鳴門海峡のものが有名
- 校内で「走らないように」と注意されやすい場所
- 京都三大祭の1つ、—祭は5月15日に行われます
- 煮切って使うこともある調味料
- メロンやスイカはこの仲間
- 街を—もなくうろついた

## ■タテのカギ

- ザッと降ってサッとやみませ
- 変わると寝付けられない人も
- お稲荷さんの—はキツネです
- 桃太郎のお供をした鳥
- 南の反対側
- 田んぼへ—から水を引き入れた
- 小野妹子が遣わされた国
- 潮干狩りに出かける所
- 12星座占いで5月生まれの人—座か双子座です
- 夜になると家々にとりまです
- ヤマネコは特別天然記念物です

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?



パズルの答えはP24へご記入下さい

### 3月号の答え

「たにぐちファームズ いちじく加工品」をプレゼント!

3月号の当選者 応募総数 302通 正解者数 302通

A B C D E  
いちごがり

- 瀬戸市 井上様 水野様
- 尾張旭市 大月様 鈴木様
- 豊明市 兼子様 古橋様
- 東郷町 竹内様
- 日進市 青木様
- 長久手市 吉田様
- 名古屋市 日高様

「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

●中村久榮さん

●八田美智子さん

●白羽小夜美さん

●伊藤ノリ子さん

●間瀬香代子さん

●佐々木謙子さん

●浅見すみ子さん

●秋山カヨ子さん

●山田みね子さん

●浅見敏江さん

●松井美枝子さん

●平林康子さん

●諸戸幸子さん

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。



## 5月のお買得銘柄は あいちのかおり!



5月の月間奉仕(販売期間5月1日~31日)

令和4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または一般価格	
		5kg	10kg	5kg	10kg
白米1袋	5kg	1,990円	1,740円	1,840円	1,840円
	10kg	3,780円	3,280円	3,480円	3,480円
玄米1袋	30kg	10,100円	8,600円	9,200円	9,200円
玄米量り売り	1kg	360円	310円	330円	330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



5月といえばゴールデンウィークがやってきました♪新型コロナウイルスの感染が落ち着いてきたこともあり、美味しいものを食べて家族や友人と楽しい時間を過ごし、日頃の疲れを癒してリフレッシュしましょう!(川本)

## 読者の文芸コーナー

■俳句

●農協川柳6月号 課題「犬」

●農協川柳7月号 課題「猫」

※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。

■短歌

庭の角ブランターの豌豆花付けて蔓泳いでる二月の風に  
 冬ざれの庭にふくらむ芽見つけくつもの芽を冬陽に晒す  
 幼児が桜咲いたと手を引いて見れば庭木にさした折り紙  
 月夜に晩景の庭静かになり赤き梅の一本が映えて  
 死のふちをさまよふ川を流れて聞き覚えある声で目覚める  
 猿投山背にして流るる白川ふるさとで我が故郷に識者のありぬ  
 満蒙の歴史をアビール活字となりて我が故郷に識者のありぬ  
 枯れ山に風雲流る雲が舞ふ春は通かか三寒四温  
 春おぼる池の水面に浮かぶ月さ波にゆられ離れては付き  
 椎茸の菌打ち作業手伝いは子どもの遊びのようで楽しき  
 うららかな春の光を浴びながら花芽スクスク心ウキウキ  
 吾が庭の目撃したように花桃が綻び出して心とまき  
 夜中二時三十一文字詠みふける一メートル(米)先のイビキ五七五  
 一週間長いんだよな冷蔵庫に話しかけのこけし  
 記念日に慣れた手つきで鉄板にお好み焼きを2枚並べる  
 ボール追いコース回し2キロ強メイトと語りて楽しくプレイ  
 ハナミズキ君のつぼみは未だ固い晴れた五月にまた会いに来るね  
 豊橋の飯田線の秘境駅一度のりたいたい桜の頃に  
 道の駅並ぶ朝どれ山菜は三国の山に覚むる幸なり

中村久榮  
松井美枝子  
大津清美  
浅野清美  
浅見和彦  
八田美智子  
浅見すみ子  
諸戸幸子  
村瀬ササ子  
矢野千歳  
竹田敏子  
渡辺清子

飛べずとも人をなごますかごの鳥  
 グツときた衝撃受けて鳥肌が  
 鳥の字とカラスの字は双生児  
 頭いいカラスにいつも先こされ  
 河津桜ついで目には驚た  
 蜜を吸うメジロが似合うしだれ梅  
 何処に居る幸せを運ぶ青い鳥  
 お帰りと家族喜ぶ初つばめ  
 この地球鳥ならぬバスボート  
 ゴミの日に必ずカラス見張り番  
 電線に鳥の群何語る  
 せせらぎや鶯の声軽快に

伊藤ノリ子  
谷口清美  
橋本真弓  
新橋真弓  
奥中真弓  
田中真弓  
澤田真弓  
加藤真弓  
江藤真弓  
佐藤真弓  
間瀬香代子  
浅見敏江  
山田みね子  
松井美枝子  
八木里美