



2024
2
vol.299

**特集 おうち温活で
この冬を省エネ・快適に!** p6

SNSを活用して役立つ情報をGETしよう!! p2

[クローズアップ] 日進市 小池貞治さん p4



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



JAあいち尾東
<https://www.jaab.or.jp>



差出有効期間
令和6年3月
31日まで
(切手不要)

4700190

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】
ぐりんぶらざ
吉田農場のトマトジュースに対する
応募はこちら

このボタンを
クリック

クロスワード
Puzzle
2月号の答え

A B C D E

締切 2/20まで(消印有効)

知得情報

〈お子さまの学資金づくりに! JAのこども共済「学資応援隊」のご紹介〉
JAのこども共済 4つの特徴

- 1 学資金のお受取りは、進学時期に合わせた中学・高校・大学
プランからお選びいただけます。
- 2 高い貯蓄性と保障がバランスよく備わっていて、効率的に資金
準備できます。
- 3 ご契約者(親族)がもしものとき^{(*)1}、その後の共済掛金は
いただけません。※共済掛金払込免除不担保特則を付加する場合を除きます。
- 4 お子さま・お孫さまのために75歳までご契約いただけます^{(*)2}

*1 「もしものとき」とは、死亡、所定の第1級後遺障害の状態、所定の重度
要介護状態または災害による所定の第2級～第4級の後遺障害の状態
になられたときをいいます。

*2 ご契約者の年齢や健康状態に関わらずご契約いただけるプランもござ
います(共済掛金払込免除不担保特則を付加する場合に限ります)。

※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」により必ずご確認ください。

▼資料請求等詳しくはこちらから

<https://shiryo.ja-kyosai.or.jp/kodomo/lp01.html>

お申し込み・お問い合わせはお近くのJA窓口まで!

ぐりんぶらざ
ホームページ <https://www.jaab.or.jp>

vol.299
2024.2.1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

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

野田農場の
トマトジュース
をプレゼント!



今日号の当選者は令和6年4月号にて
発表させて頂きます。

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。

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。



23230401301



ミックス
紙 | 責任ある森林
管理を支えています
FSC® C002676

意見
要望

・お得に買い物がしたい

LINE



産直施設で使えるクーポンを配信しています。
また、お買得情報、イベント情報などを配信して
いますので、お友達登録いただきご覧ください。



地元農産物を買って、
地域農業を応援しよう
キャンペーン開催中!

応募条件を満たしたレシートを応募券として、抽選でふれあい商品券や高圧洗浄機といった豪華賞品をプレゼント!
LINE公式アカウントからご応募いただくと当選確率が2倍!!
この機会にぜひお友達登録をお願いします。

※令和6年1月9日(火)～令和6年2月20日(火)までに購入したレシートが対象です。

詳しくは
こちら



意見
要望

- ・家庭でできる野菜作りを教えてほしい
- ・簡単に作れるレシピを教えてほしい
- ・座ったまま出来るストレッチを紹介してほしい

YouTube



プランター栽培や米袋を使った栽培などご自宅で
簡単にできる栽培方法を紹介しています。まき溝
の作り方や種のまき方などを動画で分かりやすく紹介しています。



材料4つで作れるブルーベリーアイスや5分で
作れる無限オクラなど簡単で美味しいレシピ
を紹介しています。動画なので切り方や混ぜ
る時の力加減などを一目で理解できます。



チャンネル登録
お願いします



SNS を活用して 役立つ情報を GET しよう!!

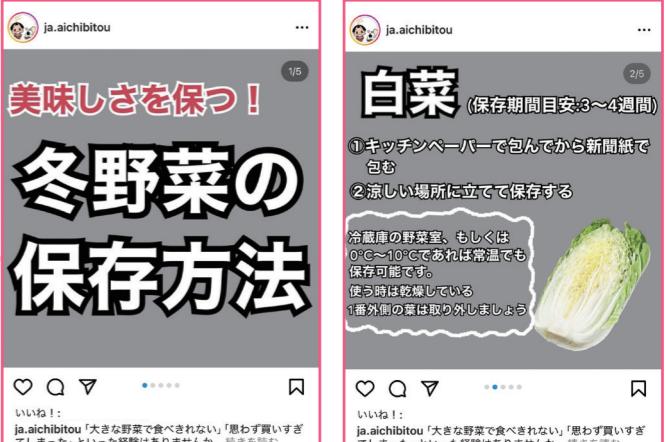
JA aichi Oita公式SNSでは、組合員の皆様の意見・要望を参考に
活動報告やイベント情報の他に暮らしに役立つ情報を
発信しています。



意見
要望

- ・野菜の保存方法を知りたい
- ・珍しい野菜を紹介してほしい

Instagram



12月に冬野菜の保存方法を紹介しています。白菜・大根・ブロッコリー・キャベツの4種類掲載していますので、ぜひ参考にしてください。



プチヴェールの紹介
をリール動画で投稿
しています。栄養価
や味の特徴を音声
付で紹介してい
ます。30秒ほどの動
画ですので、ぜひご覗
ください。



協同活動
などを発信



食育ソムリエ考案
レシピや産直施設
情報を発信



本日紹介したアカウントの他にも食育ソ
ムリエ考案のレシピや、産直施設の旬な
農産物やお得な情報を投稿しているアカ
ウントもありますので、チェックしてみてく
ださい。



来てくれた人全員を笑顔にしたい

日進市

小池貞治さん（73歳）

今回ご紹介するのは、小池貞治さん。小池さんは日進市にあるいちごファーム『ストロベリーノ下田』で社員、パートの方合わせて7名と共にいちごのハウス栽培をしています。いちご狩りが大人気でシーズン中は多くの方で賑わいます。原駅、平針駅から徒歩14分の場所にあり、電車で行くことができるため、子ども会や各種イベントといった団体のお客さんからも人気です。

小池さんが農業を始めたきっかけは、ご近所の方から田んぼを譲り受けたことです。当初は、野菜を栽培しようと考えましたが、もともといちごが好きということと、直接お客様と触れ合えるとということからいちご狩り農園を始めました。3年間農業コンサルタントの方から栽培方法を学び、現在は「紅ほっぺ」「よつぼし」「かおりの」の3品種を栽培しています。

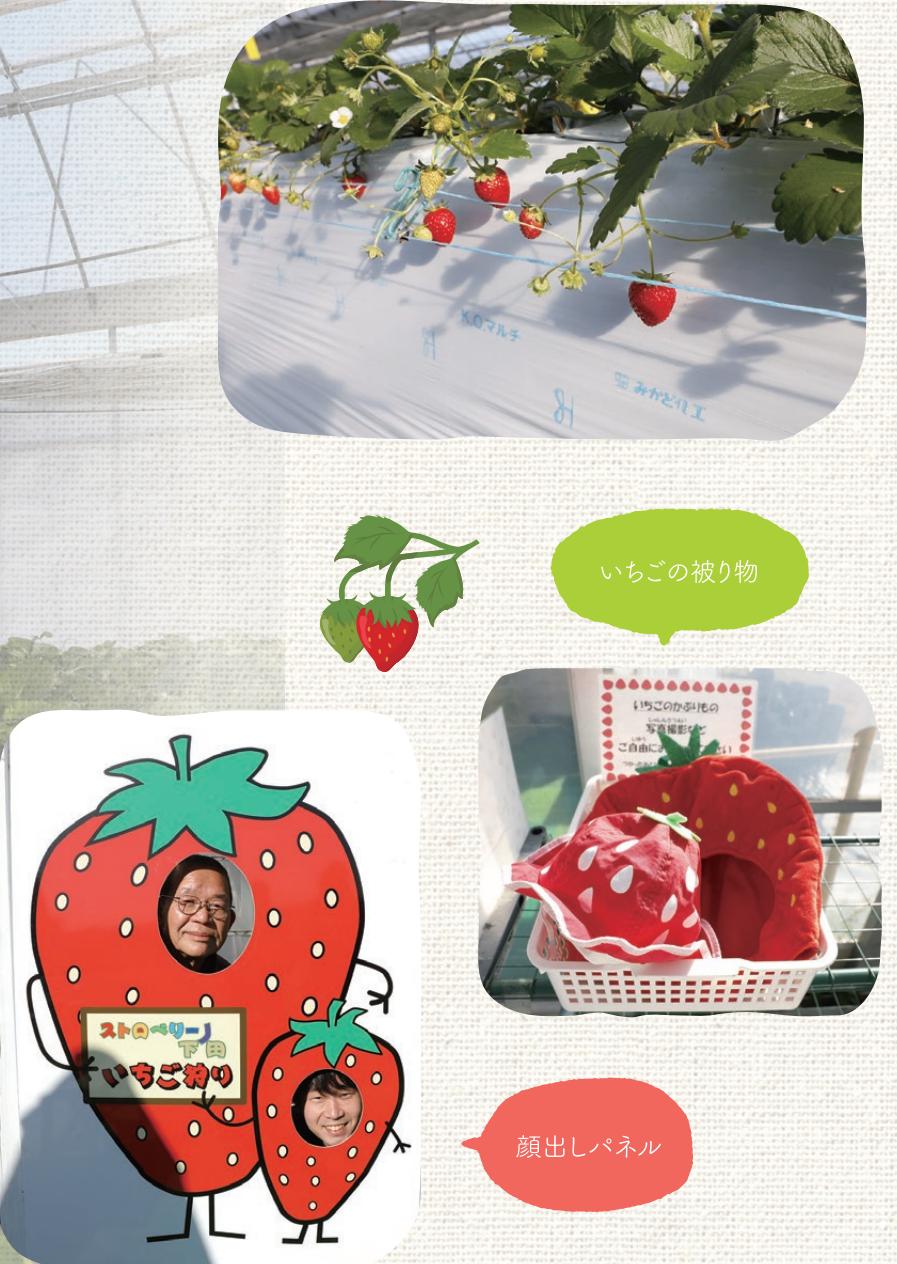
『ストロベリーノ下田』ではいちごが苦手な子どもに完熟の甘いいちごを食べて好きになつてほしいという思いから、2歳以下は無料でいちご狩りの提供をしています。「スーパーのいちごを食べずつぱくて苦手になつた子が沢山いる。いちごは甘くておいしいものだと感じてほしい」と話します。いちご狩りでは食べ比べも行つており、昨年度は予約サイトのリピート率グランプリ東海エリアで準優勝するほどたくさんの方が通っています。

また、高齢者やお子様連れが快適にいちご狩りができるよう、ハウス内は車いすやベビーカーが通りやすいように段差をなくし、通路もすこし広いバリアフリーになつています。「通路を狭くしても一列いちごを増やす事は出来たが、来てくれた人全員に楽しんでもらうためこのような設計にした」と話してくれました。他にもハウスの外に顔出しパネルを設置したり、いちごの被り物を置いてくれた人が楽しめるように工夫していました。

今後の目標を聞くと、「栽培技術をもっと磨いて、味、収量アップに取り組んでいきたい。採れたてのいちごを是非食べて来てほしい」と素敵な笑顔で話していました。



※一番左の方が小池さんです。



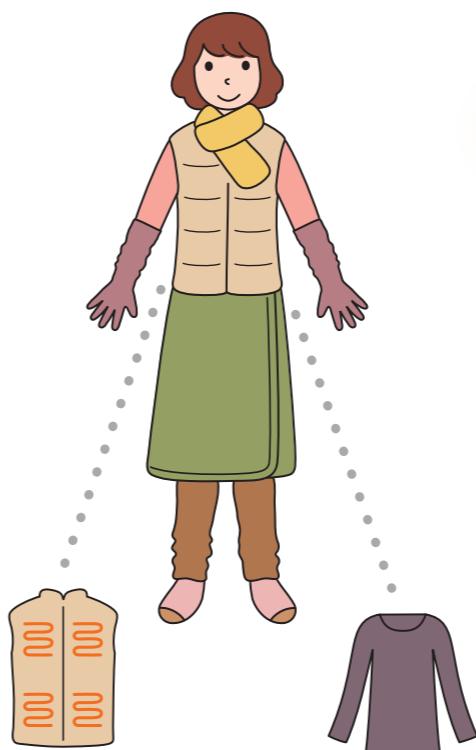
おうち温活でこの冬を 省エネ・快適に!

「衣」「食」「住」にひと工夫

一年のうちに特に省エネが気になる冬。最近の物価高の影響もあり、「エアコンなどの暖房機器の使用を減らせないかしら?」とお悩みの方も多いのではないでしょか。毎日の生活中に欠かせない「衣」「食」「住」の中で手軽に実行でき、光熱費の節約にもなる「おうち温活」のコツをご紹介します。

衣で温活

首、手首、足首の 3つの首を温める



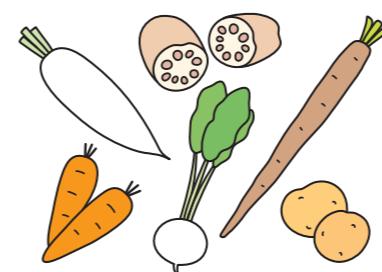
機能性素材は 温活の必須アイテム

薄く、軽く、暖かい機能性素材(吸湿発熱素材)を用いた肌着や靴下は、温活の必須アイテム。体が発する水蒸気を熱に換える技術が凝縮されています。着膨れしないので、おしゃれな着こなしができるのも魅力です。

食で温活

まさに着る暖房!! 電熱ウエアに注目

最近注目されているのが、ヒーターを内蔵した電熱ウエア。もともとは屋外用でしたが、室内で使う人も増えています。スイッチ一つでぬくぬく! エアコンなどの暖房機器の使用を減らせるため、光熱費の削減にもつながるでしょう。



冬が旬の根菜類など 体を温める食材を

冬に旬を迎えるダイコン、カブ、ゴボウ、ニンジン、レンコンなどの根菜類は血行を良くし、代謝をアップさせる「内側から体を温める野菜」です。温活はもちろん、健康維持のために日々の食卓に取り入れましょう。



スパイスを多用し 体の中からポカポカ

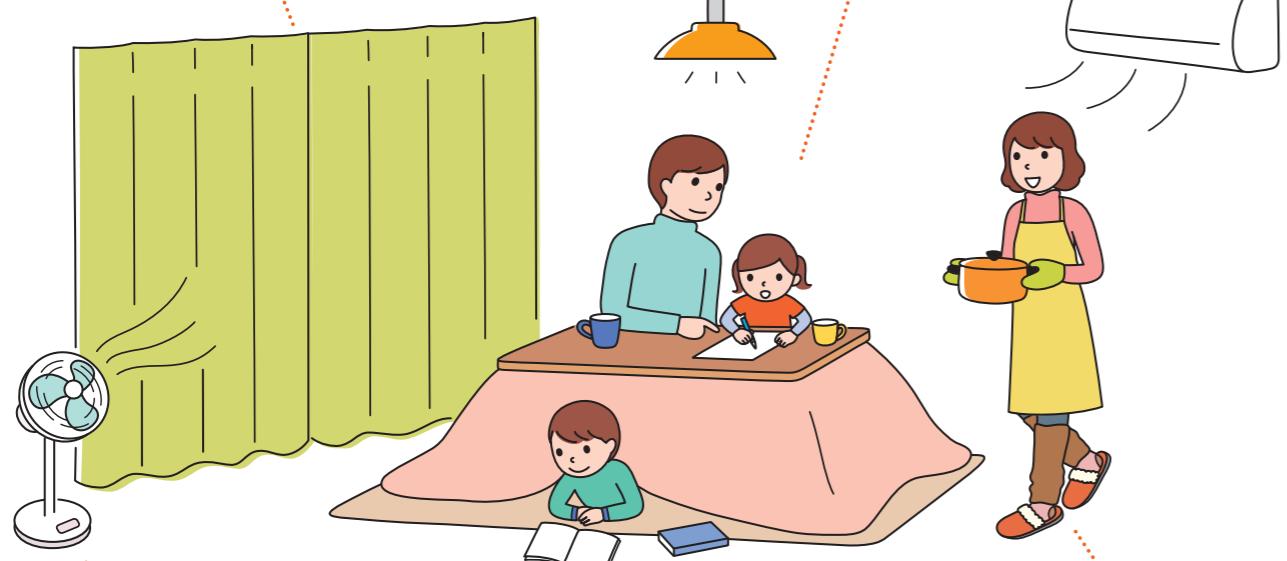
寒い季節に意識して取りたいのが唐辛子、サンショウ、シナモン、ショウガなど体を温めるスパイス類。スープにショウガ、紅茶にシナモンなどを毎日の食事に取り入れると、冷えにくい体质になっていくといわれています。

鍋料理で室内を暖めて 暖房機器の使用を削減

家族で囲む熱々の鍋料理は、コンロの熱で室内全体が温まる他、鍋からの湯気による加湿効果で体感温度も上がります。そのため食事中は暖房機器を使わなくても寒さを感じにくくなります。

熱が逃げやすい 「窓」を断熱化

冬場は、室内で暖まった熱の約半分は窓から失われます。そこで、厚手のカーテンや断熱シートなどを取り付けて熱を逃がさない工夫をしましょう。窓を断熱すれば、室内の体感温度は大きく変わります。



エアコン使用時は扇風機を併用

お風呂を沸かすと最初は上の方が温かいように、部屋の暖かい空気も上にたまります。エアコン使用時は扇風機を併用し、天井に風を送ると、天井付近の暖かい空気が降りてきて室内の温度が均一になり、部屋が効率良く暖まります。

家族一緒に過ごす ウォームシェア

家族がそれぞれ自室でエアコンを使うと暖房費が高くなります。できるだけ皆が一緒にリビングで過ごし、暖房機器を共有するウォームシェアを始めませんか。暖房費の節約になるだけでなく、家族のコミュニケーションも深まります。

湯たんぽ、毛足の長いスリッパ などを活用

暖房機器になるべく頼らないようにするには、湯たんぽや毛足の長いスリッパなど「道具」「小物」の活用もポイント。湯たんぽは熱湯の入れ替えなどの手間がかかるので、蓄熱タイプもお薦めです。

お役立ちコラム

温活効果を高める入浴タイムを大切に

半身浴は温まる上、 省エネ効果も

38~39度のぬるめのお湯に半身だけつかる「半身浴」でも体を芯から温めることができます。給湯温度を低めに設定でき、湯量も少なくて済むため、省エネになります。

ゆず湯、しょうが湯で 温め効果アップ

ユズの皮やスライスしたショウガを布袋に詰めてお風呂に入れると、これらの成分が皮膚を刺激し、血行を良くしてくれるため入浴後も体がポカポカします。

風呂上がりは 1枚多く羽織る

風呂上がりはパジャマの上にもう1枚羽織ると、湯冷めしにくくなります。体の熱が逃げやすい首にタオルをかけるだけでも暖かく過ごせます。

**本店・日進支店が
新築オープンします!**

いつもJAあいち尾東をご利用いただきありがとうございます。
この度、本店・日進支店が令和6年2月26日(月)に新築オープンする運びとなりました。
この機会にぜひお来店ください。役職員一同お待ちしております。
組合員・利用者の皆様のご期待に添うべくさらなるサービスの向上に邁進してまいります。
今後とも変わらぬご愛顧賜りますようお願い申し上げます。

ATM中止のご案内

新店舗移転に伴いATM移設作業を行います。
移設作業中はご不便をお掛けしますが、近隣の支店または、最寄りの提携ATMをご利用いただきますようお願い申し上げます。

旧店舗ATM稼働最終日 令和6年2月22日(木) 午後3時に終了	新店舗ATM稼働開始日 令和6年2月26日(月) 午前8時45分より開始
--	--

**全自动貸金庫
新規ご契約キャンペーン**

全自动貸金庫設置店舗にて好評実施中!
詳しくは最寄りの金融店舗窓口まで
お問合せください。

令和6年
3月末
まで

さらっと飲みやすい プチヴェール酢

プチヴェール酢は、JAあいち尾東の出資法人(株)尾東農産が販売するプチヴェールの外葉を使用した酢です。

原料となるプチヴェールは、JAあいち尾東の特産品で、芽キャベツとケールを掛け合わせてできた栄養たっぷりの野菜です。管内では平成22年からプチヴェール部会を設立し、全地域で栽培されています。12月～3月頃まで出荷していますが、季節を問わず年間を通じてプチヴェールを堪能してほしいという思いからプチヴェール酢が誕生しました。

プチヴェール酢は、プチヴェールの外葉のしづくを短期発酵させ、酢に加工しています。リンゴ味がベースでクセがなく飲みやすいのが特徴です。

管内のグリーンセンターで販売しています。是非飲んでみてください。

※「プチヴェール」は株式会社増田採種場における商標登録(第6195210号)です。

そのままでも
飲めますが、
炭酸水やソーダで割るのも
オススメ!

1瓶(900ml) 980円

JAあいち尾東の様々なニュースをお届けします!

12月4日 花笑みクラブ苗植え

JAあいち尾東女性部日進支部の『花笑みクラブ』が日進市の国登録有形文化財「旧市川家住宅」の敷地内に花苗の定植を行いました。

同クラブは、「花を咲かせて地域の人に笑顔になってもらいたい」と四季に合わせて花を植える活動を行っています。

はじめにグループごとで協力しながら土を耕しました。その後、花の並べ方などを部員同士で相談し、パンジー300本、キンギョソウ80本、ガザニア80本、ノースポール240本を植え付けました。

部員は「元気に育ってね」などと花に声をかけながら愛情を込めて作業を行いました。

1月頃にもチューリップを植える予定で、春先まで色とりどりの花を楽しむことができます。



協力
広報員

12月8日 クッキングフェスタ開催

「JAあいち尾東 家の光クッキングフェスタ」を開催しました。地産地消の大切さ、管内の野菜の美味しさを知ってもらう目的で毎年開催している大人気の企画です。講師はキューピー3分クッキングに出演する宮本和秀さんが務め、今年は4年ぶりに料理の提供も行い大盛況となりました。

試食では、宮本さんが考案したレシピ「プチヴェールとちくわの柚子みそあえ」「カリフローレと豚肉の炒め物」など管内の農産物を使用した料理5品を女性部員と調理して提供しました。あまりのおいしさにおかわりする人が続出!

後半は宮本さんから、だしの取り方やかき玉汁の作り方の実演や、食事の大切さなどの講義が行われ、参加者はメモを取りながら熱心に聞いていました。

参加者は「試食で食べた料理がどれも美味しいでおかわりした。レシピもいただいたので早速家庭で作りたい。また、宮本先生の優しい語り口調と楽しい講義に元気をもらえた」と話しました。

調理を行った女性部員は「宮本先生から丁寧に調理方法を教えていただき、貴重な体験となった。女性部員みんなで調理することも、交流が深まり楽しかった」と話しました。

協力広報員:山内 淳子



協力
広報員

12月25日、26日 女性部(長久手支部)でこんにゃくづくり

JAあいち尾東女性部長久手支部は手作りこんにゃく作りを実施し、39人が参加しました。

部員たちはグループごとに協力し、3時間ほどかけてこんにゃく芋から丁寧にこんにゃくを作りました。はじめに、薄く切ったこんにゃく芋を蒸し器で蒸し、ミキサーでかき混ぜます。すり終わったこんにゃくは「この日一番の力」で練り、凝固剤を入れた後もめいっぱいの力で練ります。型に移し入れ空気を抜くように平らに押さえた後、適当な大きさに切り沸騰した湯で40分ほど茹でて完成です。完成後は、出来立てのこんにゃくにわさび醤油をかけて試食を楽しみました。

初めて参加した部員は、「出来立てがこんなにおいしいと思わなかった。また機会があれば参加したい」と話しました。手作りこんにゃくは2、3日は刺し身で食べることができます。冷蔵庫で10日間は保存可能です。

協力広報員:佐藤 美桜子



協力
広報員



ご存知ですか？令和5年度税制改正 暦年課税制度の贈与について

令和5年度の税制改正では「相続税と贈与税の一体課税」についての改正が織り込まれております。暦年課税制度の贈与については、相続財産への足し戻し期間が3年から7年に延長される改正がありましたので、ご紹介いたします。



① 旧制度

- 相続人が被相続人（亡くなった方）から生前に受けた贈与のうち、死亡前3年以内の贈与については、相続税の対象財産に加算する必要があります。これを「生前贈与加算」といいます。なお、加算された贈与財産について贈与税が発生している場合には、相続税額から贈与税額が控除されます。

② 改 正

- 令和5年度税制改正により生前贈与加算制度については、その加算対象期間が現行の3年から7年に延長されることとなりました。延長される4年間（相続開始前3年から7年以内の期間）に受けた贈与については、総額100万円まで相続財産に加算しない措置が設けられます。
- この改正は、令和6年1月1日以降に贈与された財産について適用されておりますので、ご注意下さい。

【試算例】

父親から子ども2人へ令和3年1月からそれぞれ年間100万円ずつ贈与しており、令和13年1月に父親が死亡。
(年間100万円×4年=400万円)-(100万円×3年)=子ども1人あたり600万円
※令和3年から令和5年12月31までの3年間の贈与金額300万円は、7年以上前となるため加算されません。

【ポイント】

そもそも相続対象ではない人（孫など）に対する生前贈与は改正前も後も加算の対象外です。今回の改正を受けて、相続人に対する贈与税非課税枠（年間110万円以下）を使っての暦年贈与をお考えの方はなるべく早くから行うことが必要になります。

贈与をご検討の方や相続、その他税金については下記までお気軽にご相談ください。

専門家の無料相談は毎月開催しておりますので、「不動産の活用等・税金に関する相談」は、JAあいち尾東 資産管理センターへご相談下さい。

- 北部資産管理センター（瀬戸市・尾張旭市・長久手市） 0561-65-0031
- 中部資産管理センター（東郷町・日進市） 0561-75-0720
- 南部資産管理センター（豊明市） 0562-92-1343

下線の地域に各センターがありますので、お近くの店舗にお問い合わせください。

女性部やブチ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。

みんなで楽しく、のんびり！

春のウォーキング大会開催！

木々の緑や景色を楽しみながら、2時間程度（約4キロ）のウォーキングを行います！仲間づくりや運動不足解消のために是非参加してみませんか。

日 時 4月19日（金）9:30～11:30

場 所 愛知県森林公園（尾張旭市）

参加費 1人につき 200円（植物園への入園料）※当日現金を徴収いたします。

対象者 組合員とその家族、管内在住の利用者

募集期間 令和6年2月1日（木）～3月8日（金）

定員 100名

申込方法 各基幹支店のふれあい窓口又は、JAあいち尾東のホームページにアクセスし、申込フォームよりお申込みください。

※応募多数の場合は抽選を行い、抽選結果を3月下旬に郵送させていただきます。



問合せ先：生活相談課 0561-75-0710

JAの家庭雑誌『家の光』を購読しませんか。

『家の光』では毎月、農に関する情報や、手芸、旬の食材を使用したレシピ、健康に関する記事など、日々のくらしに役立つ情報を多く掲載しています。

お得な年間購読予約を受付中！

3月1日（金）までに1年分を前納でお申込みいただいた方は普通月号が1冊分無料になります！！

※原則として、年間予約購読（前納）の中途解約はできません。

●前納代金：8,782円

●購読期間：令和6年5月号～令和7年4月号まで

欲しい月のみの購入も可能です。

●普通号 629円

●付録付号(1・4・5・7・9月号) ... 922円

●家計簿付き12月号 1,027円



お申込みは最寄りの支店窓口へ。

『家の光』に関する問合せ先：
生活相談課 0561-75-0710

12月号
家計簿付

付録：ちぎり絵ブック付



節分の煎り大豆を使って!!

おやつにも! おせちにも!



煎り大豆と小魚の甘辛煮

材料
(4~5人分)

- 煎り大豆…60g
- 食べる小魚…20g

A [A]

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

東郷
グリーンセンター
食育ソムリエ
武内 静

1人分 130kcal

煎り大豆の作り方

材料

- 乾燥大豆…100g(天板1枚分)

作り方

- 1 大豆を熱湯に浸し2時間置きます。
- 2 水を切り、6時間ほど乾かします。
- 3 天板にクッキングシートを敷き、オーブン(170~180°C)で30分焼きます。途中で何回か転がして均等に焼けるようにします。
- 4 焼けたらそのまま庫内で自然乾燥させます。カリッとなればOK!!

節分の残った大豆がなかったら乾燥大豆で作りましょう

煎り大豆のポイント

- オーブンによって焼け具合が違うので、様子を見て調節してください。
- フライパンでもOK! 皮がはじけてこんがりするまで煎ります。

作り方

- 1 小魚はフライパン(弱火)で10分ほど乾煎りします。混ぜながら焦がさないようにサクッとした食感になればOK。一旦お皿に移します。
- 2 フライパンのよごれを拭き取り、Aの調味料を入れ中火にかけます。ゆすりながら混ぜて砂糖を溶かし、ブクブクと泡が出るまで全体的に煮立たせます。

- 3 泡が大きくなってきたら、煎り大豆、乾煎りした小魚、白ごまを入れフライパンをゆすりながら、手早くからめ、火を消します。

- 4 薄く油をぬったバットかクッキングシートの上に広げて冷ましたら完成です。

今月の
食材メモ①

大豆

大豆は「畑の肉」と称されるほど、たんぱく質が豊富です。タンパク質は、臓器や筋肉、皮膚、血液などを構成する上で欠かせない成分です。またポリフェノールの一種であるイソフラボンも多く含まれています。イソフラボンは女性ホルモンであるエストロゲンに似た働きがあり、骨量の減少を抑え、更年期の不調を和らげる効果があります。

1人分 111kcal



材料 (4人分)

A [A]

- 大根…400g
- 水…150g
- みそ…大さじ1
- 砂糖…大さじ1

- 豆板醤…小さじ1(好みで)
- 鶏がらスープの素…小さじ1と1/2
- オイスターソース…小さじ1
- しょうゆ…小さじ1
- おろししょうが…小さじ1/2

- 豚ひき肉…150g
- B [B]
- 水…大さじ2
- 片栗粉…大さじ1
- 細ねぎ…適量

作り方

- 1 大根は皮をむき1.5cmの角切りにし耐熱容器に入れふんわりラップをし、レンジ(600W)で5分加熱。

- 2 調味材料Aをボウルに入れ混ぜ合わせておきます。

- 3 フライパンに油小さじ1(分量外)を入れ、中火にかけます。豚ひき肉を入れパラパラになったら1の大根を入れます。

- 4 3に2の調味料を入れ全体になじませたら中火で5分ほど煮込み味をしみ込まれます。

- 5 Bを混ぜ合わせ水溶き片栗粉を作り、4に回し入れます。

- 6 とろみがついたら火を止め、お皿に盛り、細ねぎをのせたら完成です。



食育ソムリエのレシピ
をご紹介しています。
是非ご覧ください!



店舗情報
東郷
グリーンセンター

愛知郡東郷町大字春木字仲田49-1
TEL0561-39-0010
[営業時間] 9:00~17:00
毎週水曜定休、正月・棚卸休み



地域農業
応援団!

食育 キッチン

マーボー大根

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?



東郷
グリーンセンター
食育ソムリエ
近藤 章子



誰でもわかる
JAあいち尾東の
自己改革

令和5年度JAあいち尾東 **かんこーする隊**

「農」の営みを観光しながらかんこー(勘考)しよう!

初級編
中級編
活動報告

中級編

第2回 12月15日

第1回目でいただいた産直施設に関する意見・要望に対して、すぐに改善出来るものについて、対応した結果を報告しました。その後、参加者に事前に利用していただいた「とれたてれすとらん」に関する意見交換会を座談会形式で実施しました。



初級編

第3回 12月18日

産直施設に並ぶ野菜について学ぶため、当JAの特産品であるプチヴェールとカリフローレを栽培する豊明市の近藤豊さんの圃場へ見学に行きました。



近藤さんが栽培する野菜や、プチヴェール、カリフローレの特徴を学びながら、収穫する様子を見せてくれました。また、その場で採れたてを試食すると、「生でも甘くておいしい」「見た目も綺麗な野菜」と大好評でした。

● プチヴェール

カルシウムやβカロテン、ビタミンCなど栄養価が高く、糖度は11~13度ほんのり甘くておいしい!



● カリフローレ

スティックタイプのカリフローレでクセがなく甘くておいしい!花束のような見た目が可愛い野菜です。



その後、近藤さんの野菜を使用し「カリフローレと豚肉の炒め物」「プチヴェールとちくわの柚子みそあえ」を作りました。また、「あいちのかおり」「こしひかり」「ゆめまつり」「愛ひとつぶ」の食べ比べを行いました。



出向く宮農レポート

~目標達成に向けて~



中部宮農センター
伊藤 日菜

今回、令和5年度から一本ネギの栽培に取り組み始めた杉浦婦美枝さんの圃場を訪問しました。杉浦さんはアグリスクールの初代卒業生で、現在は主に日進園芸センターや学校給食、インショップと幅広く出荷されています。中でも、学校給食の出荷に意欲的で、当JAの主要三品目として取り組み始めているネギの栽培提案をさせていただいたところ「白菜ちゃんが一緒にやってくれるならやるよ!」と快諾していただきました。

訪問した際は収穫真最中で、軟白部分を傷つけないよう一本一本丁寧に手作業で行っていました。

5月に苗を配布し、梅雨・猛暑を乗り越えて12月になってようやく収穫を迎えるました。昨年の夏は例年にはほど暑く、害虫や雑草で本当に苦労しました。「梅雨越し」の時にはネギが溶けてしまふ恐怖を体感し、シロイチモジヨトウがネギの葉身内部に入り込み、農薬を散布しても防除しきれず、二人で何度も頭を悩ませました。栽培期間の長いネギ栽培において肝となるのは雑草対策で、定植後に「トレファノサイド乳剤」を使用しました。しかし、完全に除草剤で防除しきれたわけではなく、杉浦さんは夏場の暑い中、中耕と除草をコツコツと行っていました。「初期の作物の生育を妨げないよう、また土寄せ後のネギの株元・地際からの雑草防除対策は欠かせなかった」「処理方法のコツを掴んだので来年はもっと上手く効かすことができそう」と振り返ります。

日進市学校給食センターからは、「太くて立派なネギで調理がしやすく美味しい」「来年はもっとたくさん使いたい」とお褒めの言葉をいただきました。給食センターの皆様に感謝とともに、5月からの苦労が報われたと達成感を感じました。今後も出荷は2月まで継続し、給食や直売所へトータル2,000kgの出荷を見込んでいます。杉浦さんは、「高品質な軟白部分30cm以上のネギで反あたりの収量増加」を目標にすると意気込んでおります。今後もより良いネギが届けられるよう出向く宮農活動に取り組んでいきます。

雑草対策

トレファノサイド乳剤



- 使用量: 200~300L/10a
- 使用方法: 全面土壤散布
- 使用時期: 定植後雑草発生前(但し、収穫30日前まで)
- トリフルラリンを含む農薬の総使用回数: 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。

杉浦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たきっかけは何ですか?

A もともと家庭菜園をしていて基礎的な栽培方法を学びたいと思い参加しました。

Q 実際に出荷してみてどうですか?

A 売れるとやはりとても嬉しいです。出荷したものが売れた時や美味しいと言ってくれる方がいると励みになります。

Q 参加してみてどうでしたか?

A 参加して良かったです。栽培方法によって野菜の味が全然違うことに驚きました。やはり露地栽培は自然の恵みいっぱいです。





●土壤医 藤巻久志



野菜もの 知り百科

トレビス（キク科キクニガナ属）

今若い人はイタリア料理を「イタ飯」といいません。30年以上前の中高生は「春波」（タキイ種苗）、「中早生二号」（丹力タのタネ）などがお薦めです。

【苗作り】発芽温度は、おおむね5度で、適温は20～25度です。その後の温度は、日中15～20度、夜間5～10度を確保します。そのため、トネル内に温床マットなどで温床を作り、最低10度を目標にしますが、日中は25度以上に上が

らないように換気します（図1）。
土石灰100g程度をまいて、ようく土を耕します。畠幅70～80cmで、20cmの溝を掘り、この溝1m当たり堆肥1kgと化成肥料（NPK各成分10%）100gを施し、土とよく混ぜて畠を立てます（図3）。

【植え付け】時期はソメイヨシノが開花する頃（気温10度以上）に、株間40cmに植え付けます（図4）。
【追肥】結球期まで肥効が残らないように、定植後2週間程度で株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいままで、株元に土寄せします。
【病害虫の防除】気温が上がるとアオムシ、コナガの発生が多くなるので、BT剤などで防除します。

Q. 大根に「スが入る」とは？

A. 営農職員の回答

大根に隙間や穴が開いてスポンジ状になることを「スが入る」と言います。主な原因是水分不足です。収穫して間もないが「ス」が入っている場合は収穫遅れが考えられます。収穫が遅れることで、葉から水分が失われスカスカになってしまることがあるので、収穫適期を逃さないように注意しましょう。

また、購入後（収穫後）葉付きのまま保存していると葉から水分が失われていきます。その為、保存しておくときは葉を切り離して保存しておくことで「ス」入りを防ぐことができます。購入後は早めに食べきるか、切り干しなどをして大根を無駄なくおいしく食べましょう。

宮農相談 コーナー



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。



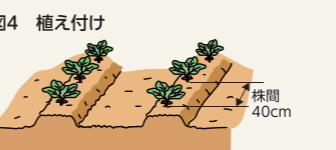
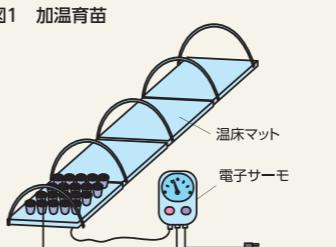
Q. 玉ねぎのとう立ちを防ぐためには？

A. 矢部先生の回答

玉ねぎは大苗が冬の寒さにあたると、とう（花芽）ができます。とう立ちを防ぐためには、苗は鉛筆の太さ以下（6mm径）のものを選びましょう。暖冬の場合、早植えすると苗が大きく育ち、低温を感じてとう立ちします。適期定植に努めましょう。球の肥大期の窒素（N）欠乏でも発生するため、1～2月に玉ねぎ用肥料を追肥しましょう。

とう立ち…花芽がついた茎が伸びた状態

●園芸研究家 成松次郎



キャベツなどのアブラナ科野菜は夏まき栽培が一般的です。しかし、低温期に種まきをする春まき栽培では、早期に花茎が伸びて収穫できることが起きます。適切な品種を選び、苗作りでの温度管理を上手にすれば、初夏に収穫する作型を成功させることができます。

【品種】とう立ちにくい晩抽性と収穫期の高温を避けられる早生性を兼ね備えた品種を選びましょう。

柔らかくジューシーな春系の「春波」（タキイ種苗）、「中早生二号」（丹力タのタネ）などがお薦めです。

【畑の準備】畠1平方m当たり苦土石灰100g程度をまいて、ようく土を耕します。畠幅70～80cmで、20cmの溝を掘り、この溝1m当たり堆肥1kgと化成肥料（NPK各成分10%）100gを施し、土とよく混ぜて畠を立てます（図3）。

【植え付け】時期はソメイヨシノが開花する頃（気温10度以上）に、株間40cmに植え付けます（図4）。

【追肥】結球期まで肥効が残らないように、定植後2週間程度で株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいままで、株元に土寄せします。

【病害虫の防除】気温が上がるとアオムシ、コナガの発生が多くなるので、BT剤などで防除します。

栽培カレンダー（春まきキャベツ）

	1	2	3	4	5	6	7
冷涼地		●	●	●	●	●	●
中間地	●	●	●	●	●	●	●
暖地	●	●	●	●	●	●	●

●種まき ●苗作り ▲植え付け —生育 ■収穫

営農職員によるオススメ！

～ベラボン・プレミアム～

植物に合わせて培養土を選ぶのはもうおしまい！

ベラボン・プレミアムは、あく抜きした天然ヤシの実を100%原料とした植え込み材料で、土のかわりに植えるだけです。

花苗・野菜苗・観葉植物・寄せ植え・ハンギング等、どんな植物にもお使いいただけます。

植え込みはベラボン・プレミアムを根の間にしっかりと押し込み、株を持って落ちないぐらい固く植え込むだけ簡単です。弾力があり、根を痛める心配はありません。

根張りと水持ち、水はけが良く、夏場でも蒸れず冬場は保温効果があり、普通の培養土と比べ重さは3分の1程度で軽く、土と違い室内でも清潔感があります。

使用後は、お庭等に土をまいて再利用したり、可燃ごみとして処分できるエコ商品です。

ベラボン・プレミアムを使って手軽で快適なガーデンライフをはじめませんか。



東郷グリーンセンター
山田政幸

令和4年産米本精算明細表

単位:円/60kg当り(消費税込)

①販売代金(加重平均価格)

品種	1等(JA米)	2等(JA米)	3等(JA米)
コシヒカリ	13,127.8	12,803.8	11,723.8
あいのり	12,479.9	12,155.9	11,075.9
ミネアサヒ(平坦部)	12,346.6	12,022.6	10,942.6
ゆめまつり	11,728.0	11,404.0	10,324.0

②JA委託販売米精算金(加算)

品種	1等(JA米)	2等(JA米)	3等(JA米)
—	—	—	309.2

③仮渡金

品種	1等(JA米)	2等(JA米)	3等(JA米)
コシヒカリ	11,000.0	10,600.0	9,500.0
あいのり	10,500.0	10,100.0	9,000.0
ミネアサヒ(平坦部)	9,900.0	9,500.0	8,400.0
ゆめまつり	9,900.0	9,500.0	8,400.0

④精算金(①+②-③)

品種	1等(JA米)	2等(JA米)	3等(JA米)
コシヒカリ	2,437.1	2,513.1	2,533.1
あいのり	2,289.2	2,365.2	2,385.2
ミネアサヒ(平坦部)	2,755.9	2,831.9	2,851.9
ゆめまつり	2,137.3	2,213.3	2,233.3

⑤必要経費

品種	経費科目		1等(JA米)	2等(JA米)	3等(JA米)
	令和4年販売	令和4年販売	令和4年販売	令和4年販売	令和4年販売
コシヒカリ	経済連手数料	400.8	400.8	400.8	400.8
	経済連手数料	77.6	77.6	77.6	77.6
	流通・保管経費	206.0	206.0	206.0	206.0
	生産・集荷販売経費	110.7	110.7	110.7	110.7
	その他経費	6.4	6.4	6.4	6.4
	JA手数料	686.3	686.3	686.3	686.3
	検査手数料	55.0	55.0	55.0	55.0
	手数料	631.3	631.3	631.3	631.3
	合 計	1,087.1	1,087.1	1,087.1	1,087.1
あいのり	経済連手数料	562.8	562.8	562.8	562.8
	経済連手数料	101.4	101.4	101.4	101.4
	流通・保管経費	308.3	308.3	308.3	308.3
	生産・集荷販売経費	144.6	144.6	144.6	144.6
	その他経費	8.3	8.3	8.3	8.3
	JA手数料	686.3	686.3	686.3	686.3
	検査手数料	55.0	55.0	55.0	55.0
	手数料	631.3	631.3	631.3	631.3
	合 計	1,249.1	1,249.1	1,249.1	1,249.1
ミネアサヒ (平坦部)	経済連手数料	752.6	752.6	752.6	752.6
	経済連手数料	154.5	154.5	154.5	154.5
	流通・保管経費	364.7	364.7	364.7	364.7
	生産・集荷販売経費	220.5	220.5	220.5	220.5
	その他経費	12.7	12.7	12.7	12.7
	JA手数料	686.3	686.3	686.3	686.3
	検査手数料	55.0	55.0	55.0	55.0
	手数料	631.3	631.3	631.3	631.3
	合 計	1,438.9	1,438.9	1,438.9	1,438.9
ゆめまつり	経済連手数料	134.0	134.0	134.0	134.0
	経済連手数料	27.5	27.5	27.5	27.5
	流通・保管経費	64.9	64.9	64.9	64.9
	生産・集荷販売経費	39.2	39.2	39.2	39.2
	その他経費	2.2	2.2	2.2	2.2
	JA手数料	686.3	686.3	686.3	686.3
	検査手数料	55.0	55.0	55.0	55.0
	手数料	631.3	631.3	631.3	631.3
	合 計	820.3	820.3	820.3	820.3

⑥生産者精算額(①+②-③-④)

品種	1等(JA米)	2等(JA米)	3等(JA米)
コシヒカリ	1,350.0	1,426.0	1,446.0
あいのり	1,040.1	1,116.1	1,136.1
ミネアサヒ(平坦部)	1,317.0	1,393.0	1,413.0
ゆめまつり	1,317.0	1,393.0	1,413.0

【令和4年産米生産者最終手取目安(③+⑥)】

品種	1等(JA米)	2等(JA米)	3等(JA米)
コシヒカリ	12,350.0	12,026.0	10,946.0
あいのり	11,540.1	11,216.1	10,136.1
ミネアサヒ(平坦部)	11,217.0	10,893.0	9,813.0
ゆめまつり	11,217.0	10,893.0	9,813.0

*今年度からインボイスの関係上、全農・経済連等手数料とJA手数料に分けて表示をしております。

*小数点2位以下切り捨てで表示している都合上合計が一致しない場合がございます。

また、個別でご案内する「4年産米穀精算のお知らせ」につきましても同様の理由から本開示と一致しない場合ございます。

令和4年産米の共同計算開示について

令和4年産米の本精算について、販売代金及び必要経費などについて決定しましたので次の通り品種別・等級別に開示します。

今日からできる!減塩のコツ

豊田厚生病院 管理栄養士 市川 日向子

塩分を控える=薄くて味気のない食事というイメージがわきませんか。

今回は食べるとときの3つのコツを紹介します。

塩分を摂りすぎるとどうなるの?

体の中には、水分と塩分をちょうどよいバランスに保つ機能が備わっています。しかし、必要以上に塩分を摂ると血液中の塩分濃度が高くなってしまって、薄めようと水分をため込むことになります。その結果、血管の壁にかかる力が強くなり、血圧が高くなってしまうのです。

血管に負担がかかり続けると、脳梗塞や心筋梗塞などにつながる恐れがあります。

醤油や味噌など塩辛い味付けを好む日本人は、塩分の摂りすぎが考えられます。

食べるときの3つのコツ

①調味料はかけるよりつける

揚げ物や卵料理など、下味のついた料理はまず1口そのまま食べてみましょう。追加の味付けが必要な場合は、醤油やソースなどの調味料は小皿にとり、表面に付けて味わいましょう。



②麺類の汁を残す (醤油ラーメン1杯 塩分7.3g)

麺類は汁に塩分が多いため、汁を残すことで減塩につながります。味噌汁など汁物は野菜や豆腐などを加え、具沢山にし、汁を半量にしましょう。そうすることで、同じ味付けでも塩分を控えることができます。

③練り物や加工品には注意を

梅干しや漬物のほかに、ちくわやかまぼこなどの練り物、ハム・ウインナーなどの加工品は塩分の多い食品です。塩分の多い食品が1度の食事に重ならないこと、いつもより量を減らすことを行いましょう。この季節に美味しいおでんの具材は、練り物ばかりにならないよう気をつけてくださいね。



農相談員矢部先生のきまぐれ農相談

- 尾張旭グリーンセンター
●2月3日(土)・2月24日(土)・3月2日(土)
 - 瀬戸グリーンセンター
●2月10日(土)・2月25日(日)・3月9日(土)
 - 長久手グリーンセンター
●2月11日(日)・2月17日(土)・3月10日(日)
 - 日進園芸センター
●2月4日(日)・2月18日(日)・3月3日(日)
- ※都合によりお休みの場合もございます。



産直市情報

- | | |
|-----------|-------------------------------|
| 2月 | ●米野木支店 5日(月) 9:00~12:00 |
| | ●東郷支店・豊明栄支店 15日(木) 9:00~12:00 |
| | ●長久手西支店 毎週水曜日 9:30~11:30 |
| 3月 | ●米野木支店 5日(火) 9:00~12:00 |
| | ●東郷支店 15日(金) 9:00~12:00 |
| | ●長久手西支店 毎週水曜日 9:30~11:30 |

※長久手西支店の産直市につきましては、3月20日(水)はお休みとなります。

2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

理事会だより

- 開催日:令和5年12月28日(木)
- 第1号議案 資産自己査定規程の一部改正について
- 第2号議案 株式会社尾東北部農産の出資金増資について
- 第3号議案 子会社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。

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。

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



相談会・相談日のお知らせ(2月15日～3月15日)

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ご相談に応じます。

- | | |
|-----------|---------------------|
| 2月 | ● 13日(火) 日進支店 |
| | ● 15日(木) 尾張旭支店・豊明支店 |
| | ● 16日(金) 瀬戸支店 |
| 3月 | ● 1日(金) 尾張旭支店 |
| | ● 12日(火) 日進支店 |
| | ● 15日(金) 瀬戸支店 |
-
- | | |
|-----------|---------------------|
| 2月 | ● 13日(火) 長久手支店 |
| | ● 14日(水) 日進支店 |
| | ● 26日(月) 長久手支店 |
| 3月 | ● 11日(月) 長久手支店・日進支店 |

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。

- 2月10日(土) 各基幹支店
- 3月9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

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)

- | | |
|-----------|---------------------|
| 2月 | ● 13日(火) 日進支店 |
| | ● 15日(木) 尾張旭支店・豊明支店 |
| | ● 16日(金) 瀬戸支店 |

- | | |
|-----------|---------------|
| 3月 | ● 1日(金) 尾張旭支店 |
| | ● 12日(火) 日進支店 |
| | ● 15日(金) 瀬戸支店 |

法律相談

弁護士が不動産に関するることはもちろん、日常のあらゆる法律のトラブルなどご相談に応じます。

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。

- | | |
|-----------|----------------|
| 2月 | ● 13日(火) 長久手支店 |
| | ● 14日(水) 日進支店 |
| | ● 26日(月) 長久手支店 |

- | | |
|-----------|---------------------|
| 3月 | ● 11日(月) 長久手支店・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。

- | | |
|-----------|---------------|
| 2月 | ● 6日(火) 豊明支店 |
| | ● 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 |
| ● 北部資産管理センター TEL (0561) 65-0031 |
| ● 中部資産管理センター TEL (0561) 75-0720 |
| ● 南部資産管理センター TEL (0562) 92-1343 |

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。

店舗のイベント情報は変更になる場合
がございます。最新の情報はQRコード
からご覧ください。



ご予約
・
お問い合わせ

