

くらしの拠点

2024
11
vol.308

特集 「漬物で腸活」
寒さに負けないカラダをつくろう! P2

R.7年度 春夏野菜苗予約注文書 P9

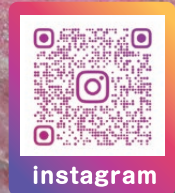
[クローズアップ] 豊明市 大島 巖さん P4



P12 地域農業応援団! 食育キッチン
P14 出向く営農レポート



産直施設で
使えるクーポン
配信中



表紙の写真は
豊明市で採れた
約40cmの
大きなサツマイモです



JAあいち尾東
<https://www.jaab.or.jp>

料金受取人払郵便
日進局
承 認
84

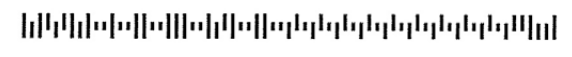
差出有効期間
令和7年3月
31日まで
(切手不要)

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



ステキな商品をプレゼント! <https://www.jaab.or.jp>

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。

このボタンをクリック

【組合員限定】
自己改革の取り組みに対する
ご意見およびクイズの
応募はこちら

ホームページ (QR
コードから)・各窓口
にあるご意見箱にて
応募された方は当
選率があがります!!

11月号の答え

締切 11/20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

●JAの様々な取り組みや自己改革について、該当する番号に○で
評価をお願いします。

良 ← 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1 → 悪
[その理由をお聞かせください]

●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

●読者の文芸コンテスト投票番号

パズルの正解者の中から抽選で5名様に

柑橘セット
をプレゼント!

今月号の当選者は令和7年1月号
にて発表させていただきます。

※写真はイメージです

知っ得情報

組合員の皆様にお得な情報をお届けします!

〈安心を、いつでも手元に。〉 JA 共済アプリ

- 1 契約情報が手元で確認できます。**
・保障内容や共済掛金など各契約情報をチェックすることができます。
- 2 シーンごとの保障がわかります。**
・病気や災害など代表的なシーンごとに、ご契約中の共済の保障内容を確認できます。
- 3 もしもの時も、迷わず連絡できます。**
・入院や手術、いへの被災、くるまの事故や故障など、共済を必要とする時にJAにスムーズに連絡できます。
- 4 防災対策も災害時もサポートが受けられます。**
・万が一被災した場合も、すぐに対象となる共済が確認でき、共済証書が手元になくても相談が始められます。
- 5 住所変更や継続手続きができます。**
・生体認証でスムーズにログインできます。住所変更や自動車共済の継続手続きなどJA共済アプリからいつでもお手続きできます。

ダウンロードはこちらから

JA共済 App Store からダウンロード Google Play で手に入れよう

お問い合わせはお近くのJAあいち尾東共済課窓口まで! 推進資料番号 24230401255

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。
文芸コーナーはホームページからのご応募できます。P22をご覧ください。

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
●お一人様一種類且つ一句(一首)の投句をお願いします。

締切 10月6日～11月5日まで (12月号掲載)
11月6日～12月5日まで (1月号掲載)

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 vol.308
2024.11.1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



「漬物で腸活」

寒さに負けないカラダをつくろう！



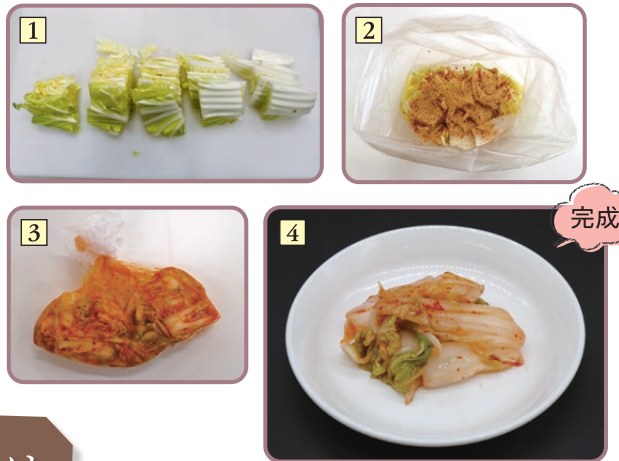
グリーンセンターで販売している漬物の素を使って旬の冬野菜を漬けてみよう!!
今回は、白菜・大根・にんじんを使ってキムチ漬けとぬか漬けに挑戦してみました!

白菜のキムチ漬け



- 材料**
- 白菜 200g~250g(約1/8株)
 - エーコープキムチ漬の素 小袋1袋

- 1 白菜をよく洗い、適度な大きさに刻みます。
※ニラやニンジンを加えてもOK!
- 2 刻んだ白菜をポリ袋に入れ、キムチ漬の素小袋一袋を加えてよく揉みます。
- 3 ポリ袋の空気を抜いて、口を輪ゴムで閉じ冷蔵庫で半日から1日漬け込みます。
- 4 軽く水気を切ったら出来上がりです。



大根とにんじんのぬか漬け



- 材料**
- 大根 1/4本
 - にんじん 1/2本
 - エーコープ熟成ぬか床

- 1 大根、にんじんを洗って皮をむき、適度な大きさに切ります。
- 2 ぬか床に野菜を入れます。野菜はぬかで見えなくなるくらいまで入れましょう。
- 3 冷蔵庫で一晩(12~18時間程)寝かせます。
- 4 水で洗ってぬかを洗い落としたら完成です。



エーコープ 熟成ぬか床 598円(税込) 11月1日現在

※最初は、塩気を強く感じる場合がありますので、お好みに合わせて漬け時間を短くしてお使いください。
※漬け時間は目安です。素材の大きさ、種類によって調整してください。

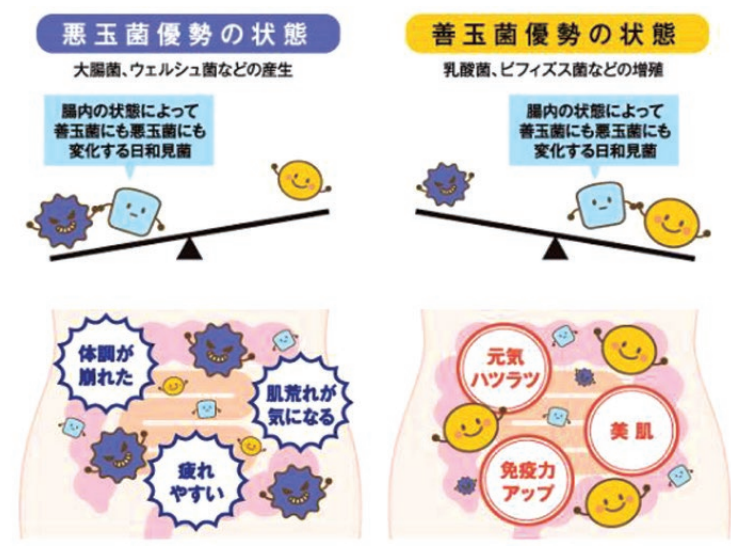
資料提供：厚生産業株式会社

腸活とは?

腸内環境を正常な状態に整える活動です。
私たちの腸の中には、100兆個以上の細菌が生息しています。これらの腸内細菌はそれぞれ小さな集合体を作って微生物生態系を構築しており、その様子がお花畑に見えることから『腸内フローラ』と呼ばれています。『腸内フローラ』を整えることが健康への第一歩となります。

『腸内細菌』の種類

- 1 善玉菌(乳酸菌・ビフィズス菌等) 腸内環境を整える
- 2 日和見菌 善玉菌・悪玉菌の優勢な方に味方する
- 3 悪玉菌(大腸菌・ウェルシュ菌等) 腸内環境を悪化させる



善玉菌：日和見菌：悪玉菌が2：7：1の割合で生息するのが理想的な腸内環境!!

善玉菌を増やすには、漬物がオススメ!!

漬物には、善玉菌を活性化させる植物性乳酸菌が豊富に含まれています。植物性乳酸菌は、ヨーグルトなどに含まれている動物性乳酸菌に比べて「酸(唾液・胃酸)」に強く、生きたまま腸に届く可能性が高いため腸内環境の改善につながると言われています。また、漬物は作る過程で火を使わないため、野菜本来のビタミンやミネラルなど熱に弱い栄養素を残したまま摂取できます。

※すべての漬物に植物性乳酸菌が含まれているわけではありません。

植物性乳酸菌	●ぬか漬けやキムチ、味噌などに含まれる
	●「酸(唾液・胃酸)」に強く、生きたまま腸に届く可能性が高く、善玉菌の活性化につながる
動物性乳酸菌	●ヨーグルト、チーズ、バターに含まれる
	●「酸(唾液・胃酸)」に弱いため、腸に届く前に死んでしまうが、善玉菌のエサとなるため効果がないわけではない



大島さんが栽培した野菜の目印です!

ボス 大島いわた
私たちが作っています。

スタッフ1 美味しい作物が育つ様に…畑の手入れや草抜き…愛情いっぱい込めて作ってます。

スタッフ2 やすよ

スタッフ3 本来の野菜の味と香りを召し上がれ

みか

※トラクターに乗っているのが大島さん

人が集まる農園

豊明市 大島 巖さん (77歳)

今回ご紹介するのは、豊明市で農業を営む大島巖さん。共に産直出荷を行っている4人を含む農業仲間9人と、計3000坪にもわたる7つの畑で季節ごとの作物を栽培し、豊明・東郷グリーンセンターに出荷しています。この農園は作物を育てる場というだけでなく、大島さんの人柄と「楽しみながら野菜を作る」というモットーに惹かれた人達が集まる場所でもあります。

農業を始めたのは今から30年ほど前。当初は会社を経営しながら趣味として農業を始め、知人やお客様へ作った作物を配っていました。その後次第に規模を拡大し、本格的に農業に取り組むようになりました。農園に集まる仲間たちはもともと農業に馴染みがあったもの、大島さんに誘われて足を運ぶようになり、今ではそれぞれが自分のペースで通い、週に1〜4日ほどこの農園で過ごしています。仲間の皆さんは口をそろえて「大島さんの温かい人柄に惹かれて集まっている」と話し、また「一緒だから続けられる」「最後にみんなでお茶する時間が楽しみ」といった声も聞かれました。

農業では「楽しむこと」と「常に勉強し続けること」を大切にしている大島さん。7つの畑には譲り受けた土地や放棄地も含まれており、それぞれが異なる土壌の特性を持っているため、どの畑にどの作物が適しているのか、試行錯誤を続けています。また、土地の特性に合わせた工夫も行っています。例えば、田んぼだった土地では縁に穴を掘って水捌けを改善し、砂利が敷かれていた土地では根が伸びやすいという特性を活かして果樹園に転用しました。現在、果樹園ではザクロやいちじく、びわなど仲間たちがそれぞれに好きな作物を植えて生育を楽しんでいます。

様々な特性を持つている畑で特に得意なのがスイカの栽培です。祭りばやしという品種を育てており、重さが通常8〜10kgのところ、大島さんの栽培したスイカは平均14.5kg、最大18kgにも達します。これは農業を営む兄から学んだ栽培技術をもとに、自分で研究を重ねたことで実現しています。その知識を活かし、どのツルや果実を残すべきか、いつ収穫するかを正確に判断し、ツルの長さもセンチ単位で管理しています。今年は猛暑と少雨という厳しい条件の中でも、新たに遮光ネットを導入することで、通常よりも長い期間収穫することが出来ました。

こうした研究熱心な姿勢と温かな人柄に惹かれ、農園には多くの人が集まっています。今後の目標を聞くと「今後も研究を重ねながら、みんなで楽しく農業を続けたい」と素敵な笑顔で話してくれました。

読者の文芸コンテスト

読者投票 受付スタート

この度は「読者の文芸コンテスト」にたくさんのご応募をいただき、誠にありがとうございました！
 11月1日より読者投票の受付を開始いたします。
 今回のテーマは「食に関すること」です。
 応募された川柳の中からお気に入りの一句をお選びいただき、投票ください。
 読者の皆様の投票によって今回のコンテストの最優秀賞、優秀賞が決定します！



応募作品

※投票は一人一回のみ可能です

- 23 毎日の 献立悩む 我ここに
水野 つね子
- 22 人に良し やっぱ『食』って 生きる糧
かよゴン
- 21 上手いなあ その一言が 聞きたくて
はなこ
- 20 出汁をとる 手間も嬉しい 子の帰省
けんちゃん
- 19 やさいさん 君らも着るかい 空調服
トミー
- 18 きび団子 無くても妻に ついて行く
浅野 憲治
- 17 にくさかな やさいもたべて いしきして
森川 起三子
- 16 糸瓜はね 束子じゃないよ 食材よ
長尾ファーム

- 31 値上げでも 旬のサンマは 食べたいな
あきぼん
- 30 作る人の 労苦を思い 西瓜抱く
山田 久子
- 29 名月や お供え後の 衣かつぎ
岡 加津子
- 28 美味しくて 安心安全 メタボ腹
アラセイ
- 27 さつまいも 掘る焼くふかす 母しのぶ
さんでーふらり
- 26 米寿の父母 ホールケーキに 初ナイフ
城 須磨子
- 25 リフレッシュ 友と楽しく 食事会
松井 美枝子
- 24 助手席の 西瓜にしかと シートベルト
安積 敦子

- 7 食の秋 準備万端 バイキング
浅見 和彦
- 6 地産地消 地元の野菜 美味しいな
柴犬大好きおばさん
- 5 腹減った 俺の飯より 犬が先
ひまりん
- 4 この香り 待っていたのよ 光る米
大ちゃんのマミー
- 3 米欲しい 川柳考え 応募する
ちー
- 2 産地より 値段気にする 夏野菜
しろあん
- 1 菜園で 実り豊かな 夏野菜
欽爺さん

投票期間

令和6年11月1日(金)～
11月20日(水)

(郵送の場合当日消印有効)

結果発表については、1月号にて掲載予定です。

※個人情報は「あいち尾東農業協同組合個人情報保護方針」に従い、適切に保護及び慎重な管理を行います。



投票方法

1 オンライン投票

JAあいち尾東ホームページ内にある申込フォームにアクセスし、お気に入りの作品番号をご選択の上、投票してください。

申込フォーム
はこちら



2 郵送での投票

P24の応募ハガキにお気に入りの作品番号をご記入の上、ポスト又は、各窓口にあるご意見箱へ投函してください。



- 15 盆休み 西瓜を食べて みな笑顔
鈴木 操
- 14 物価高 貯まっていくなは 内脂肪
年金暮らし
- 13 別腹も なくて満腹 パンシロン
近藤 淳子
- 12 なに食べる？ 聞くだけ聞いて 残りもの
中西 志信
- 11 食べすぎた やがて血となり 肉となり
竹田 敏子
- 10 子と孫と 流しそうめん どんぶらこ
間瀬 香代子
- 9 新米だ このひと粒も 愛おしい
こーい
- 8 屋素麺 猛暑のおかげ 手抜きめし
ユリ

令和7年度 春夏野菜苗予約注文書

太枠内にご記入ください

注文お申込と苗受取先	
ご氏名	
ご住所	
お電話	



お申込期限
令和6年11月22日(金)

受付日 受付者

受付場所 産直・組合員確認

利用者コード

支払区分 (0)以外記入

産直会員	〇印	産直会員番号	価格(税込) 1鉢	自根苗	接木苗
組合員				100円	205円
				105円	210円

品目名	品種名	受渡日			品種の特徴
		4月17日(木)	4月24日(木)	5月9日(金)	
自根苗	トマト	ホーム桃太郎			着果しやすく安定した品質で作りやすい
		優美			球揃い良く果重230g位で空洞果の発生少ない
	ナス	黒陽			初期から多収の太長ナス、果揃いも良く作りやすい
		筑陽			首太の良質太長ナス、夏場の奇形果の発生も少ない
		千両2号			長卵形のナス、長期栽培でも安定して収穫できる
	ピーマン	京みどり			色艶がよく果肉はやや薄く柔らかい多収品種
		とんがりパワー			甘みがあり種が少ない、長さ20cmくらいの大果種
	ミニトマト	ニューエース			横張りのある中獅子形、果皮に艶のある多収品種
		ベベ			果重15g程度の球形で果ぞろいがよい
		アイコ			果肉が厚くて長卵形のミニトマト、実付きがよい多収品種
	キュウリ	イエローピコ			果形は球~楕円形の美しい黄色に着色する品種
		北進			初期から多収で歯切れが良い、耐暑性に優れ作りやすい
接木苗	トマト	麗夏			生育旺盛で病気に強い、果実の割れの発生が少ない
		ホーム桃太郎			
	ナス	黒陽			
		筑陽			
		千両2号			
	キュウリ	北進			
夏すずみ				病気に強く高温期でも歯切れが良く安定品質で作りやすい	

- * 注文対象者は産直友の会会員及び、組合員本人です。
- * 申し込み時にコピーを取り、原本は控えとしてお返しします。
- * 受注生産のため、申し込み期限後の申し込み・キャンセル・返品は致しかねます。
- * 単価・品種・配布日は予定となっておりますので変更する場合があります
- * 商品の受け取りにつきましては、申し込みをされた店舗・営農センターでお願いします。
- * 支払い方法につきましては口座振替のみとなりますので申し込みと合わせて手続きをお願いします。
- * 最低注文数量は受け渡し日ごとに5鉢以上をお願いします。
- * 配送は致しかねますのであらかじめご了承ください。
- * 個人情報の取り扱いにつきましては、あいち尾東農業協同組合個人情報保護方針に基づいた業務並びに利用目的に必要な範囲以外では利用いたしません。

以下の提出先まで注文書をお持ちください

南部営農センター:0562-92-3892・東郷事務所:0561-39-1775
 中部営農センター:0561-72-0062・北部営農センター:0561-63-3360
 瀬戸グリーンセンターとれたて館:0561-21-1181・尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ:0561-53-2715

JAあいち尾東の様々なニュースをお届けします!

9月5日 女性部大会を開催



日進市民会館で女性部大会を開催し、参加者と観客合わせて約290人が参加しました。女性部とは、「食べ物」「農業」「暮らし」に関心のある女性が集まり活動する組織です。同大会は女性部の日頃の教室活動等で培った練習成果を発表する場であり、部員のやりがいに繋げるとともに、教室の紹介や地域文化の継承を目的として毎年開催しています。

当日は、各支部の教室・サークルごとに民謡や和太鼓、フラダンスなどを披露し、最後は、当JAが作成した「いなほちゃん音頭」を会場全体で踊り、大盛り上がりとなりました。また、会場外には、日頃の教室活動で製作したエコバックやリース、小物などの作品を展示し、多くの方に見学していただきました。

参加者は「見ている側も一緒に歌ったり踊ったりと参加できたので、会場全体で一体感を感じることが出来た。演舞を終えた方のほっとした笑顔も印象的でした」と話しました。

協力広報員：山内淳子



9月17日 瀬戸農業塾秋冬野菜を定植



北部営農センターは管内の瀬戸市役所と連携して瀬戸農業塾を実施しています。1年間で野菜の栽培や農機具の使い方などを、座学と実習を通じて学びます。

当日は10人が参加し、秋冬野菜の定植と種まきを行いました。はじめに職員が苗を植える際の注意点や種まきの仕方を実践しながら説明しました。その後塾生たちは、教わった通りにアレッタ、ブロッコリー、プチヴェールの苗

を定植し、にんじん、かぶ、大根の種まきを行いました。

塾生は「9月に入ってもまだまだ暑いので、水やりをしっかりとやっていきたい。夏野菜の栽培経験を活かして、秋冬野菜の栽培に取り組んでいきたい」と話しました。

協力広報員：新納英一

9月21日 プランター栽培講習会を開催

中部営農センターは秋冬野菜のプランター栽培講習会を開催しました。これは野菜作りの楽しさを知ってもらうことを目的に、当JA管内の日進市民を対象として日進市役所農政課と毎年共催しており、今年で5年目となります。

当日は15組が参加し、同センター職員が講師を務めました。はじめに、種の蒔き方や追肥、間引きの仕方などを説明し、小松菜、ラディッシュ、大根の種を蒔きました。大根はプランターではなく、当JAの米袋を使用して栽培します。その後、家に帰ってからの注意点として、表面が乾いたら水をやることや病害虫に注意することなどを説明しました。

参加者は「収穫がとても楽しみ。一度家庭菜園をした時に、虫に食べられてしまったことがあるので、今回は教えてもらった対策方法を試してみたい」と話しました。



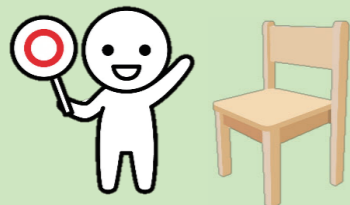
椅子に座ったまま出来る運動

しっかり歩ける足腰を作るために、今日から始めましょう！

JA愛知厚生連 保健福祉事業部 保健師

開始前の確認事項

体調確認をし、安定感のある椅子で行いましょう！



キャスター付きやソファなどの不安定な椅子は適していません！



基本姿勢



- ①椅子は浅めに座る
- ②かかとを床につける
- ③背中はまっすぐ
- ④椅子の座面両端を掴む

基本姿勢ができれば、ポイントを踏まえて実施してみましょう！動画でも確認できますよ♡

- ポイント**
- ①呼吸を止めない
 - ②鍛えている部位を意識する
 - ③4カウントで上げて4カウントで下げる
 - ④1日5-10セットを目安に取り入れる
 - ⑤体調・体力に合わせて実施する（無理をしない）



かかと上げ

【鍛える部位：ふくらはぎ】



両脚一緒にかかとを上げる

膝伸ばし

【鍛える部位：太もも前面】



つま先を天井に向け、片脚ずつ膝を伸ばす
※背中がのけ反らないように注意

もも上げ

【鍛える部位：脚のつけね】



片脚ずつ膝を上げる
※背中が丸まらないように注意

家の光

クッキング・フェスタのお知らせ

地元農産物の美味しさ、良さを知っていただくため、テレビ「キューピー3分クッキング」に出演する宮本和秀先生をお招きし、講演会と試食会を開催いたします。

試食会では、宮本先生が考案したレシピを先生と女性部の皆様で調理し、ご提供いたします。皆様お誘いあわせの上、ぜひご来場ください。

当日は旬の地元農産物を使った料理(5品程度)を試食できます♪

実施日	令和6年12月6日(金)
場所	JAあいち尾東 長久手支店2階会議室
時間	13時～15時(予定)
入場料	無料
対象者	組合員とその家族及び管内在住の利用者
定員	70名
募集期間	11月1日(金)～11月20日(水)
申込	各基幹支店ふれあい係窓口・当JAのHP

※申込多数の場合は抽選を行い、11月下旬に抽選結果を郵送いたします。
※開催内容については、変更になる場合がございます。

HPIはこちらから



お問い合わせ先：生活相談課(平日9時～17時) TEL(0561)75-0710



まるでスイーツ / 簡単さつまいもバター

材料 (2人分)

- さつまいも…1本
- バター…大さじ1
- 黒ゴマ (お好みで)…少々

作り方

- 1 トースター (250度に設定) に、アルミホイルを敷き、30分程度さつまいもを焼きます。
※途中で上下をひっくり返し、竹串がすっと通れば焼き上がりです。
- 2 さつまいもを輪切りにします。皮が気になる場合は、皮を取り除いてください。
- 3 フライパンにバターを熱し、溶けたらさつまいもを入れます。やや強めの中火で焼き色を付けます。
- 4 両面に良い焼き色が付いたら完成です。
※中は火が通っているので表面にいいしそうな焼き色を付けるだけでOK!
- 5 最後にお好みで黒ゴマをふりかけたら、完成です。

瀬戸
グリーンセンター
食育ソムリエ
栗木真智子



今月の 食材メモ



さつまいも

さつまいもの主成分はでんぷんで、加熱すると一部が糖質にかわり甘みが増します。料理に取り入れることで、甘さと食感を楽しむことができ、食物繊維がたっぷり含まれているため、女性に嬉しい食材です。腸の調子を整え、満腹感を持続させるので、健康的な食生活にも役立ちます。



食育ソムリエのレシピ
をご紹介します。
是非ご覧ください!



Youtube

Instagram

1人あたり210kcal



1人あたり504kcal



さつまいもトースト

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。
食卓に旬をとりに入れてみませんか?

材料 (1人分)

- 食パン…1枚
- さつまいも…1/2本
- クリームチーズ…30g
- はちみつ…大さじ1

作り方

- 1 さつまいもの皮をむき、1cm角のさいの目切りにします。
- 2 耐熱ボウルに1のさつまいも、クリームチーズを入れ、ラップをして500Wのレンジで2分加熱します。
- 3 2をマッシャーでつぶします。
- 4 食パンに3をぬり、トースターで焼き色が付くまで焼きます。
- 5 4等分に切り分けてお皿に盛り付け、はちみつをかけたら完成です。

瀬戸
グリーンセンター
店長
松原 栄



※このレシピでは、はちみつを使用しています。1歳未満(乳児)のお子様はお召し上がりにならないよう、ご注意ください。

店舗 情報

瀬戸グリーンセンター とれたて館

〒489-0934 瀬戸市菱野町305番地
TEL:0561-21-1181
[営業時間] 9:00~18:00
毎週水曜日定休、正月・棚卸休み



とれたてれすとらん

[営業時間] 8:30~16:00
モーニング 8:30~11:00
ランチ 11:00~15:00
ティータイム 15:00~16:00



教えて! 市川組合長

JAの自己改革
について学び
地域農業を応援しよう



市川 耕一
代表理事組合長

令和6年度上半期の主な取り組み

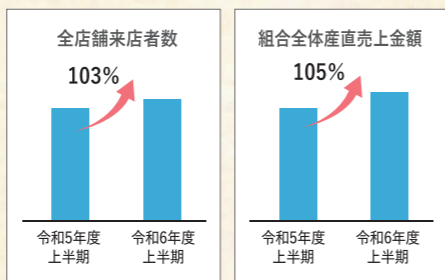
【安心安全な食の提案による販売力強化への取り組み】

地元農畜産物の消費拡大とファンづくりに向け、安心安全な食の提案による販売力の強化と利用者向けイベントに取り組んでいます。

・キャンペーンの実施

組合員・利用者が楽しめる企画の実施及び来店者の増加を目的に「旬な地元農産物を当てようキャンペーン」を実施し、1万件以上のご応募をいただきました。また、多くの方々にご来店・ご利用いただいた結果、来店者数は前年同時期比で103%、売上は105%に増加し、農家の売上増加につながりました。

10月からは米計30kgまたはふれあい商品券が当たる「新米!旬な農産物!買って、当てようキャンペーン」も実施しています。11月19日(火)まで実施していますので是非ご利用いただき、ご応募ください。



【生産コスト低減への取り組み】

組合員への優待価格及び産直会員等への生産資材の予約販売を実施し、生産コストの低減に取り組んでいます。また、毎月全店統一の月間奉仕品をLINEやホームページにてお知らせしています。今年度の取り組み事例として、予約販売では、「スタークル豆つぶ」が約5.6%の引き下げ、組合員優待価格では「VSパーク」が約15%の引き下げ、月間奉仕品では「新ふりかけ堆肥ECO」が約23%の引き下げを実現しました。



LINEは
こちらから



HPは
こちらから

・予約販売の取り組み事例

スタークル豆つぶ 約5.6%引き下げ

通常(当用)価格	予約販売価格
3,927円	3,707円

・組合員優待価格事例

VSパーク堆肥 約15%引き下げ

通常(当用)価格	組合員優待価格
548円	465円

・月間奉仕品の事例

新ふりかけ堆肥ECO 約23%引き下げ

通常(当用)価格	奉仕価格
2,180円	1,680円



・春夏野菜苗予約注文書

昨年度から組合員向け春夏野菜苗予約注文をぐりんぶらぎにてお知らせしています。多くの組合員の皆様にご利用いただくため、広報誌に掲載し、周知させていただいた結果、予約注文数が前年度と比べ約1.3倍増加しました。

令和7年度春夏野菜苗の予約注文書はP9に掲載されています。

※情勢により価格変動する可能性がありますので、予めご了承ください。

今月のお得な情報です! 詳しくはP23をご覧ください。

たくさんのご意見・ご要望をよろしくお願いいたします

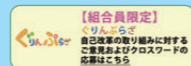
各支店・店舗・センターにご意見箱とアンケート用紙を設置しています。なお、ぐりんぶらぎのクロスワードパズル応募はがきのご意見箱からもご応募いただけます。**ご意見箱からいただいたクロスワードパズル応募はがきの応募者は当選率アップ!!**皆様からの貴重なご意見・ご要望をたくさんお待ちしております。



この箱を見つけてください!

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

～90歳まで続けるために～



南部営農センター
安部 蒼汰

今回は豊明産直友の会の会員で、今年度徳田柿組合の組合長をされている石川昭徳さんの圃場へ、「富有柿」の生育状況の確認に伺いました。

今年の夏は、ほとんどの果実が「日焼け果」となっていました。日焼け果は早期に熟し軟化状態となるため腐敗することが多く、病害虫発生の原因となるため摘果する必要があります。来年の日焼け果被害を防ぐため、冬季剪定についての案内も同時に行いました。果実をつける枝を強い直射日光から守るため、日傘の代わりとなるような枝を配置するように案内しました。

また気温が高いと発生しやすい「カキノヘタムシガ」の防除も必要です。カキノヘタムシガがヘタから果実内部へ入ると可食部を食い荒らされ大きな被害が出ます。対策として、「アディオンの乳剤」を3000倍で希釈して散布するように案内しました。

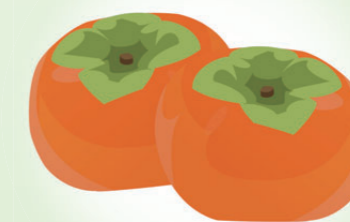


石川さんは豊明地域で活動されており、豊明・東郷グリーンセンターや豊明市の学校給食、インショップへの出荷を積極的に取り組まれています。早秋柿や次郎柿以外にも様々な野菜や果樹も栽培し、「とりあえず90歳まで趣味と両立して農業を続けていきたい。」と楽しそうに話してくれました。

柿のカキノヘタムシガ対策

アディオンの乳剤

- 希釈倍数：2000～3000倍
- 使用量：200～700L/10a
- 使用時期：収穫7日前まで





ヤーコンは南米アンデス原産の芋類で、アンデスポテトの別名があります。ペランダでも10号(30cm)以上の鉢や大型ランターで簡単に栽培できます。草姿が似ているのでキウイモと間違えやすいですが、ヤーコンはスマランサス属、キウイモはマフリ属です。

現在は、植物の分類はゲノム分析によるAPG分類体系が主流になり、ヤーコンはポリミア属からスマランサス属になりました。昭和時代に出版された植物関係の本は、科名や属名が現在のもものと違うことが多くあります。

品種や天候などによっても違いますが、ヤーコンは地下部に100〜200g程度の塊根を10個程度付けます。ダリアやサツマイモに似た形で、生では食べられずに見え

野菜もの知り百科

ヤーコン (キク科スマランサス属)

ヤーコンは皮をむき薄く切ってサラダにすると美味です。切り口は空気に触れると褐変してしまつので、酢水などにさらしてから使います。酢水などにさらしてから使います。酢水などにさらしてから使います。酢水などにさらしてから使います。

この甘みはフラクトオリゴ糖で、腸内の善玉菌を増やします。コレステロール値の改善や糖尿病の予防効果などが期待できます。フラクトオリゴ糖と、多く含まれる繊維質は便秘解消にも役立ちます。

塊根はポリフェノールも豊富に含まれています。ポリフェノールは皮にも多く含まれているので、皮をきんぴらにするのも良いでしょう。果肉のシャキシャキ感は加熱しても楽しめ、豚肉との相性は抜群です。

葉を乾燥させてお茶にすると血糖値を下げるといわれているため、血糖値が気になる人にもお薦めです。

まさにヤーコンは健康野菜です。この「野菜もの知り百科」がヤーコン普及の一助になれることを祈っています。

季節の野菜づくり

パイプハウスを建てて、冬でも野菜を作ろう

図1 ハウスの構造

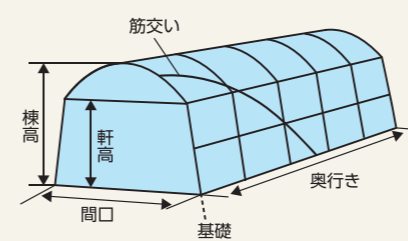
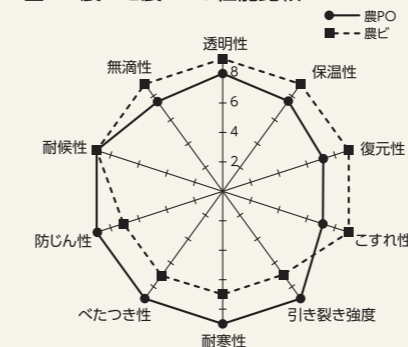


図2 農ビと農POの性能比較



出典: 新井和夫(1999)、「農ビ・農POの特徴と栽培上の注意点」『園芸新知識'99.9』

パイプハウス(以下、ハウス)は低コストで管理も容易です。冬でも収穫ができ、育苗に利用して「早出し栽培」もできるなど、多くのメリットがあります。

【ハウス栽培のメリット】
 (1) 端境期に収穫できる
 ハウス栽培は、露地栽培よりも暖かい環境で野菜を育てられるため、収穫期を前倒しにする「早出し栽培」はもちろん、寒くなつてから収穫する「抑制栽培」もできます。

(2) 安定生産ができる
 露地栽培では、雨による泥跳ねで野菜が汚れる、病害が広がる、トマトでは裂果や腐敗を招くのにに対し、ハウスには露地栽培にはない雨よけ効果があります。

(3) 良い環境で作業ができる
 雨や風が防げるので天候にあまり左右されず農作業ができます。作業小屋としても利用できます。暑いときは、ブルーシートなどをかぶせて日陰を作りましょう。

(4) ハウスで育苗する
 ハウスは温度管理しやすく、育苗に適した環境になるため生育が安定します。さらにトンネルで覆つて保温効果が高まり、電熱温床マットを利用すれば、育苗する野菜の種類を増やすことができます。

【ハウスを建てる】
 (1) ハウスの構造
 ハウスの容積が小さいほど温度変化が大きく、容積が大きいほど温度変化が緩やかなので、大きいハウスは温度管理が容易です。棟高(ハウス頂点の高さ)と軒高(ハウスの左右の柱の高さ)の差が大きいと、積雪がある地域では雪が落ちやすくなります。降雪や強風が予測されるときは、筋交いを通してハウスの強度を上げます(図1)。

(2) 建てる場所
 南北建てと東西建てがあり、南北建ては日射が平均的になり、管理がしやすいのが一般的です。野菜の生育に欠かせない光合成は、主に午前

に行われるため、朝日がよく当たる場所に設置することが大切です。

(3) 被覆素材
 被覆素材には「農ビ(塩化ビニールフィルム)」が多く使われてきましたが、最近では「農PO(ポリオレフィン系フィルム)」の使用が増えています。一般的に、農ビに比べ農POは「保温性が低い」「すれに弱い」「裂けにくい」「べたつかない」などの特徴がありますが、栽培環境や野菜の種類に合った素材を選びましょう(図2)。

【栽培管理のポイント】
 (1) 春と秋は小まめに開け閉めを
 ハウス内が高温になり過ぎると野菜の生育に良くありません。日中は急激な温度変化を避けるため、小まめに換気して、低めの温度を維持します。

(2) 広がりやすい害虫に要注意
 ハウスの中では、ダンなどの害虫が出るので、早急に対応することが大切です。小まめに見回ることが大切で、予防には、日当たりと風通しを良くし、室内の過湿、乾燥を改善しましょう。

(3) ハウス内の空間を立体的に使う
 野菜の種類により草丈の高低、植え方によつて栽培に必要な空間は異なるので、陰を作らない組み合わせで、立体的に空間を活用しましょう。

※ 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。

出向く営農職員による

農業の豆知識

モグラの穴にご用心

畑で作業をしている時に、畝などに筋のように盛り上がった土や、ぽっかりと深い穴が開いているのを見かけたことはありませんか。もしかするとそれは、モグラが開けた穴かもしれません。

モグラは冬でも冬眠せずに活動しエサを探し続けます。モグラは肉食動物であるためミミズなどをエサにします。そのため農作物を直接食することはありませんが、畑に穴を掘って移動されると、作物の根を切られたり、苗を倒されたりするなどの被害があります。また、その穴をネズミなどが通り作物に直接の被害を与えたりします。

畑で穴を見かけたらすぐに塞ぎましょう。モグラは作物こそ食べませんが、あぜ道に穴をあけたり、畑の土を改善してくれるミミズを食べてしまうので畑にとっては悪影響です。

対策としてはモグラの嗅覚を逆に利用して忌避成分がある木酢液・竹酢液を撒くと効果が期待できます。錠剤タイプの忌避剤もありますが、土壌への影響があるため、農地からは離れたところに配置する必要があります。

被害が多発するようであれば、あぜなみシートを地中に埋め、壁に見立てて物理的に入られないようにする手段もありますが、手間もコストもかかります。

そのため、日頃からこまめに畑の状態を確認するのが大切です。



竹酢液
モグラ忌避剤モグレス ※非農耕地用

この他にもホームページに家庭菜園についてのQ&Aや基礎知識を掲載しています。QRコードからぜひご覧ください。

営農職員によるオススメ!

～ハウスで安定した栽培を～

ハウス栽培というと大げさな感じですが、加温しない、いわゆる建屋だけの無加温ハウスでも十分な効果が得られます。今回はハウスを使えば周年収穫が可能なチンゲン菜をご紹介します。βカロテンの他、葉酸やビタミンC、カルシウム、鉄、カリウムなどのミネラル類も多く含む、これからの季節に最適な加熱向きの野菜です。間引きが重要ですが、間引いた菜も食べられ、さっと湯がいてごま油やしょうゆと絡めたり、細かく切って鶏がらスープに入れると彩り豊かにいただけます。

品種も生育旺盛で作りやすく肉厚な「緑陽」や特に高温期の栽培に向けて開発された「好菜」など、用途や栽培時期に応じて様々に開発されておりますので夏場は露地で好菜、他の季節はハウスで緑陽といった使い分けも可能です。

緑陽

好菜

使用しない農薬、有効期限が過ぎた農薬は適正に処分しましょう

不用農薬の回収を行います。

JAでは不用になった農薬を有償で回収・処分いたします。**事前の申込が必要になりますので**、下記の各センター受付窓口にてお申込ください。申込には**委任状のご記入・ご印鑑**が必要です。

申込期日 令和6年12月20日(金)まで 期日を過ぎてからの申込は受付いたしかねます。ご了承ください。

処分費用 (税込)

種類	単位	単価
一般農薬	kg	800円
不明農薬	kg	5,000円
水銀を含む農薬	kg	2,000円

※農薬以外は回収できません。
 ※農薬は混ぜないでください。
 ※空ボトル・空瓶・スプレー及びボンベ類に関しては回収できません。
 ※計量した農薬を精算する際は1kg単位での精算になります。(小数点以下切り上げ)

受付窓口	農薬回収日	回収時間
瀬戸グリーンセンター Tel.0561-21-1181	令和7年1/14(火)	全日 9:00~12:00
尾張旭グリーンセンター Tel.0561-53-2715	令和7年1/16(木)	
北部営農センター Tel.0561-63-3360	令和7年1/15(水)	
中部営農センター Tel.0561-72-0062	令和7年1/17(金)	
南部営農センター Tel.0562-92-3892	令和7年1/17(金)	
南部営農センター東郷事務所 Tel.0561-39-1775	令和7年1/16(木)	

農薬の回収可否については、申込時に各センター受付窓口にご確認ください。

令和6年産JA米生産者仮渡価格について

令和6年産JA米生産者仮渡価格を表の通り決定しましたのでご案内いたします。尚、米価格の情勢を鑑みて、令和6年産出荷契約共同計算委託米については一部早期仮精算の実施を検討しています。検討結果については次月号以降の広報誌にてご案内させていただきます。

「JA米」とは次の3つの要件を満たしたもの

- ①種子更新した米穀
- ②農産物検査の受検した米穀
- ③生産基準に基づき栽培され、栽培履歴記帳が確認できる米穀

単位:円/60kg

銘柄	等級	JA米生産者仮渡価格	銘柄	等級	JA米生産者仮渡価格
コシヒカリ	1等	18,000	ゆめまつり ミネアサヒ	1等	16,700
	2等	17,600		2等	16,300
	3等	17,000		3等	15,700
あいちのかおり	1等	17,000	その他	1等	16,400
	2等	16,600		2等	16,000
	3等	16,000		3等	15,400

※仮渡価格に、「JA米」と一般米の格差300円/俵を設定

お米の出荷はJAへ

知っておきたい「ポリファーマシー」のこと

豊田厚生病院 薬剤師 神野 禎実

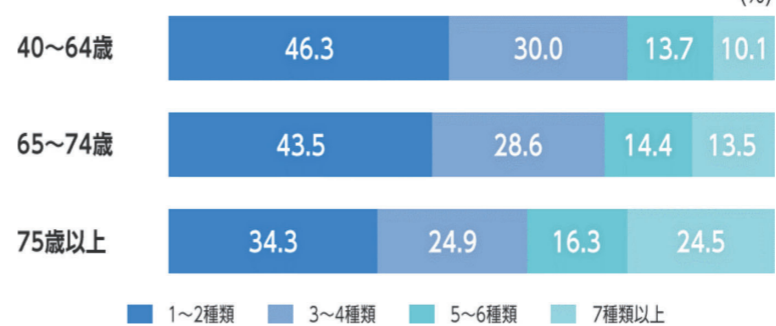
「ポリファーマシー」という言葉をご存じでしょうか？
 「ポリファーマシー」とは薬の多剤併用のことで「ポリ(多くの)」+「ファーマシー(調剤)」からなる造語です。単に薬の種類が多だけでなく、それが副作用や誤用、残薬といった問題を引き起こす可能性があることを意味します。特に高齢者や慢性的な病気を持つ患者においては、ポリファーマシーがより一層重要な問題となります。

高齢になると通院する医療機関が増え、処方される薬の量やその飲み合わせが複雑になるため、ポリファーマシーによるリスクが高まります。例えば、75歳以上の約25%が7種類以上の薬を、約40%が5種類以上の薬を処方されています。ポリファーマシーの厳密な定義はありませんが、一般的に6種類以上の薬を使用すると副作用のリスクが増加するとされています。

ただし、必要な薬は適切に服用することが重要です。薬の数が多からといって、無闇に減らすべきではありません。急に薬を止めたり量を減らしたりすることで症状が悪化したり、思わぬ副作用が生じる可能性もあります。

ポリファーマシーを避けるためには、まず自分が現在どんな薬を服用しているのかを正確に把握し、その情報を医師や薬剤師に確実に伝えることが重要です。そのためには、お薬手帳の活用が有効です。お薬手帳は自身の薬の履歴を管理するための重要なツールであり、「今まで飲んだお薬の履歴書」と言えます。複数のお薬手帳を持っている場合は、これらを一つにまとめ、継続的に記録を更新するようにしましょう。また、薬以外で毎日摂取しているサプリメントや健康食品の情報も記録しておくこともおすすめです。

処方される薬の種類構成割合(年齢別)



日医工ホームページより出典

自分が服用している薬の目的や効果について不明な点があれば、医師や薬剤師に相談しましょう。適切な情報提供と管理を行うことで、ポリファーマシーによるリスクを最小限に抑えることができます。



もみ殻の引き取りについて

以下のセンターにて平日9時~16時の間にお持ち帰りいただけます。もみ殻の量は収穫状況等により変動します。毎日必ず在庫があるわけではありませんので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

- ①住所・問い合わせ先電話番号 ②引き取り可能時期

※在庫の有無について、引き取り前に以下の問い合わせ先までご確認ください。もみ殻の取り置きや予約は受付していません。事故の未然防止を目的に引き取り前に利用申込書を記入いただけます。

南部営農センター(粉碎もみ)

- ①豊明市沓掛町西田12 TEL 0562-92-3892
- ②12月初旬以降

中部ライスセンター(粉碎もみ)

- ①日進市野方町稲荷39-1 TEL 0561-72-0062(中部営農センター)
- ②9月下旬から

南部営農センター東郷事務所

- ①東郷町大字春木字仲田49-1 TEL 0561-39-1775
- ②11月中旬以降

長久手ライスセンター

- ①長久手市平地8 TEL 0561-63-3360(北部営農センター)
- ②収穫期のみ

※袋はご自身でお持ちください。なくなり次第終了となります。

出入口が道路に面しているため必ず掃除用具をお持ちください。

おしらせ 産直市情報

- 11月 ● 米野木支店 5日(火) 9:00~12:00
 ● 品野支店 8日(金) 9:00~11:30
 ● 長久手西支店 毎週水曜日 9:30~11:30
- 12月 ● 品野支店 5日(木) 9:00~11:30
 ● 米野木支店 5日(木) 9:00~12:00
 ● 豊明栄支店 10日(火) 9:00~12:00
 ● 東郷支店 13日(金) 9:00~12:00
 ● 長久手西支店 毎週水曜日 9:30~11:30

おしらせ 11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
- 投資信託キャンペーン
- 冬季定期貯金「びとうまれ」
- 地域農業応援コース(窓口・渉外受付) 11月11日(月)~12月30(月)
- 金利コース(ATM受付) 11月11日(月)~令和7年1月31日(金)

おしらせ 理事会だより

- 開催日: 令和6年9月30日(月)
- 第1号議案 役員体制検討委員会の設置について
 第2号議案 「当組合におけるリスク評価書」の改正について
 第3号議案 大口信用供与等の承認について
 第4号議案 令和6年産米生産者仮渡価格の設定について
 第5号議案 宅地等供給事業実施要領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。

営農相談窓口

農業に関するご質問やご相談にお答えします。
 相談日 月曜日~金曜日 9:00~17:00
 休業日 土日祝
 詳しくは各センターへお問い合わせください。
 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 11月2日(土)・11月23日(土)・12月7日(土)
 - 瀬戸グリーンセンター 11月9日(土)・12月14日(土) ※11月24日(日)はお休みとなります。
 - 長久手グリーンセンター 11月10日(日)・11月16日(土)・12月8日(日)
 - 日進園芸センター 11月3日(日)・11月17日(日)・12月1日(日)・12月15日(日)
- ※都合によりお休みの場合もございます



おしらせ 11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
- 北部3店舗合同セール 8日(金)~10日(日)
 - クーポン割引 11日(月)~30日(土)
 - 農業展協賛セール 30日(土)
- 尾張旭グリーンセンターひまわりマルシェ
- 北部3店舗合同セール 8日(金)~10日(日)
 - 秋の大感謝祭農業祭協賛セール 15日(金)~17日(日)
 - クーポンセール 22日(金)~24日(日)
- 長久手グリーンセンター
- クーポンセール 1日(金)~3日(日)
 - 北部3店舗合同セール 8日(金)~10日(日)
- 日進園芸センター
- 秋冬園芸祭 15日(金)~17日(日)
- 豊明・東郷グリーンセンター
- 秋の大収穫祭 15日(金)~17日(日)

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。

おしらせ 相談会・相談日のお知らせ(11月1日~12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)

- 11月 ● 5日(火) 本店営業店
 ● 6日(水) 東郷支店
 ● 15日(金) 瀬戸支店・豊明支店
 ● 18日(月) 尾張旭支店
 ● 19日(火) 長久手支店
- 12月 ● 3日(火) 本店営業店
 ● 4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。
 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。

- 11月 ● 11日(月) 本店営業店・長久手支店
 ● 25日(月) 長久手支店
- 12月 ● 9日(月) 本店営業店
 ● 10日(火) 長久手支店

長久手支店…北部資産管理センター
 本店営業店…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。

- 11月 ● 5日(火) 長久手支店
 ● 8日(金) 瀬戸支店
 ● 9日(土) 尾張旭支店
 ● 15日(金) 本店営業店
 ● 19日(火) 春木支店
 ● 25日(月) 豊明栄支店
- 12月 ● 3日(火) 長久手支店
 ● 5日(木) 尾張旭支店
 ● 14日(土) 本店営業店

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。

- 11月 ● 1日(金) 米野木支店
 ● 6日(水) 尾張旭支店・豊明栄支店
 ● 12日(火) 瀬戸支店
 ● 14日(木) 長久手支店
 ● 19日(火) 山口支店・品野支店
 ● 20日(水) 本地ヶ原支店・尾張旭東支店・東郷支店
 ● 26日(火) 水野支店
 ● 27日(水) 本店営業店
 ● 28日(木) 長久手西支店
- 12月 ● 4日(水) 尾張旭支店・豊明支店
 ● 6日(金) 岩崎支店
 ● 10日(火) 瀬戸支店
 ● 12日(木) 長久手支店

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。

- 11月9日(土) 各基幹支店
- 12月14日(土) 各基幹支店

令和6年10月より、「相続手続き」の来店予約が可能になりました。
 Web予約がない場合でも相続手続きのご案内はさせていただきますが、来店状況によりお待ちいただく場合がございます。

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

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。

ご予約 ・ お問い合わせ	● 瀬戸支店	TEL (0561) 82-8131	● 春木支店	TEL (0561) 38-1132
	● 尾張旭支店	TEL (0561) 54-3311	● 豊明栄支店	TEL (0562) 97-1385
	● 豊明支店	TEL (0562) 92-1341	● 北部資産管理センター	TEL (0561) 65-0031
	● 東郷支店	TEL (0561) 39-0551	● 中部資産管理センター	TEL (0561) 75-0720
	● 本店営業店	TEL (0561) 72-0665	● 南部資産管理センター	TEL (0562) 92-1343
	● 長久手支店	TEL (0561) 63-0012		

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。

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

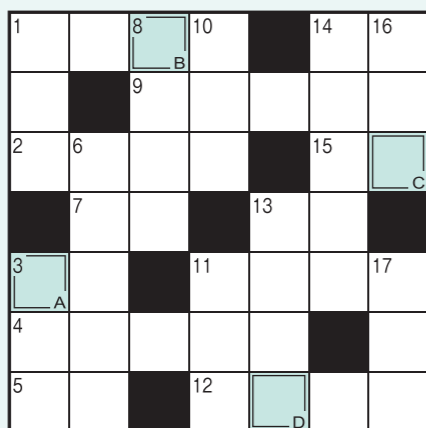
■モノのカギ

- 11月23日は勤労——の日。国民の祝日です
- 灰皿にたまります
- 『——の精神』はモンテスキューの著書です
- 広島県の紅葉の名所のひとつ。世界遺産の神社があります
- 焼き鳥を食べると残るもの
- 金融——髪
- そば屋や居酒屋の入口にかけられていることも
- ギンナンがなる木
- 「九里よりうまい十三里」と売りに来るもの
- 茶わんと反対の手で持ちます
- 3の3——は9です
- クリの実を守るトゲトゲ

■タテのカギ

- 「鳥」より一画少ない鳥
- 園に子どもを迎えに行った
- お父さんそっくり! まるで——ね
- 料理店のメニュー表をこう呼ぶことも
- 美空ひばりのヒット曲。「柔」と書きます
- 患者を診ます
- 頭にキュッと締めるもの
- ジャガイモのことです
- 応報、身から出たさびだね
- 漢字で書くと雲母。きららともいう鉱物です

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

「乾燥したけの詰め合わせ」をプレゼント!

9月号の当選者 正解者数 266通

A B C D E
ツキアカリ

- 瀬戸市 山田様 藤本様
- 尾張旭市 渡邊様 吉川様
- 豊明市 北野様
- 東郷町 西様
- 日進市 伊藤様 三浦様
- 長久手市 部様
- 名古屋市 岩田様

「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。



●平林康子さん

●山田政子さん

●諸戸幸さん

●藤本澄江さん

●山田みね子さん

●八田美智子さん

●鈴木しげよさん

●松井美枝子さん

●浅見すみ子さん

●伊藤ノリ子さん

●浅見敏江さん

●佐々木謹子さん

●古山春子さん

●白羽小夜美さん

みなさんの素敵な作品のご応募をお待ちしております!

- 投稿していただいた作品は返却いたしません。
- 誌面の都合上、投稿いただいた作品の全てを掲載することはできません。

グリーンセンターの 家庭菜園や園芸資材がお買い得となっています。皆様のご来店お待ちしております。

11月 月間奉仕品

暮らしのスタイルにマッチしたアウトドアギガ感覚のプランター

「ガレージコンテナ45型」8L

2個で **898円 (税込)**

JAの人気培養土! CM菌の働きで植物の根張りを向上させる

「CM培養土」30L

880円 (税込)

腐植酸が一般的な牛ふん堆肥の約10倍! 散布量は通常の1/10なので手間いらずでらくらく土づくり

「新ふりかけ堆肥eco」10kg

1,680円 (税込)

害虫をノックダウン効果が素早く退治! さらに、浸透移行性殺菌成分で病気の予防・治療に効果的

「ベニカXスプレー」1000ml

980円 (税込)

編集後記 P2-3で紹介した、キムチ漬けとぬか漬けは一晚漬けるだけで出来上がりますので、ぜひお好きな冬野菜を漬けてみてください。ぬか漬けは、モッツアレラチーズやうずらの卵を漬けても美味しいみたいですよ!! (新家)

読者の文芸コーナー

■俳句

山里に白きキャンパス蕎麦の花
野生種の白きサザンカ宿占拠
夏休み一日中一人退屈だ
徒競走パトチかえ今は杖
一息を入れたとき秋やジャズを聴く
おだやかに秋風吹けよと祈る能登
夏休みプールに入って楽しいね

辻美佐夫
石野憲男
三好陽仁
柴田たみ子
近藤淳子
八木里美
三好由樹乃

■短歌

口紅を思い浮かべる色彩我が家の煙の鷹の爪たち
灰白く揺らぐ炎の穴窯に過ぐる時間は奪われゆけり
ゆく夏の夜空に光る花火玉彼女抱き寄せプロポーズ
穏やかに一日過ぎて明日もまた来ると思えばドシャ降りの朝
生徒らのパワフル溢れる演奏会孫のパートの音色高らかに
遺影前溢れる涙止め処なく思い出数々脳裏をよぎる
水張田は青空うつつ陽をうつつ早苗は育ち緑波打つ
風鈴の音にさそわれ下駄ばきで兄と歩いた駿河の浜辺
こわごとと曾孫を吾の腕に受く日に日に重く膝に受け抱く
吾の空を忘るる叔母に里で会い小石を積み積みにこごと笑う
長月の空に漂ういわし雲夕日に染まり茜の日に
鳴くほどに声うるわしき声枯れて涙の奥より秋待つと啼く
お盆過ぎ老いたる父母をいたわりて白骨の湯に息子は共す
炎天もお盆過ぎればいつの間にか紅葉そよぎて秋風の吹く
近頃は日々エイジズム感じつつ息子とちぐはぐな会話はあわない
ペランダで茜の空を眺めおりの日は二人今日は一人で
吾が好む十六夜の月翌朝はより鮮やかに西空に見ゆ
秋の日にバスで遠出の吟行へ友に会いたり食も楽しむ

浅見和彦
竹田敏子
村瀬由里枝
大津隆春
鬼頭月美
浅見保永
水野千歳
矢野千歳
松井美枝子
大田中賢
中村久榮

文化進み潤うこの世感謝です
絵画展友描く花に目奪われ
輝かし文化愛好は外国も
食文化和食好きは外国も
日本人逆輸入して知る文化
文化の日気なる本を買ってみる
秋灯や読みかけの本文化の日
埃灯や読みかけの本文化の日
エアコンとコタツがクシユ文化の日
履物は揃えて上がる文化なり

中野なおみ
諸戸幸子
足立文子
八田美智子
城須磨子
大津清美
浅見すみ子
水野千歳
岩佐正彦
水藤芳枝