

JA AICHIAMA

# あまの風

2021 December

No.177

12



 JAあいち海部  
<http://www.ja-aichiama.com/>

JAあいち海部  
広報大使  
れんたろう



## 特集/れんこん料理レシピ

02-03 **コンテスト開催**

04 ニュース&トピックス

06 産直便 伊藤務さん

07 わが家のアイドル/家族の一員  
地域のライフアドバイザー

08 家庭菜園 もやし

09 家庭菜園 Q&A

10 あいちの食と農の未来クイズキャンペーン

11 チャレンジクイズ/お便り紹介コーナー

12 海南病院だより

14 お知らせ

15 行事カレンダー/理事会報告

16 自己改革の取り組み/営農ミニ情報

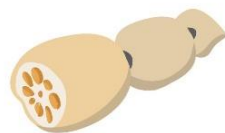




COOKING  
CONTEST

子供たちが喜ぶ

# れんこん料理レシピ コンテスト開催!



JAあいち海部女性部では、今年9月に管内の特産品である『れんこん』の魅力をさらに幅広くPRし消費拡大を図るため、女性部員を対象に「れんこん料理レシピコンテスト」を開催しました。「子供たちが喜ぶれんこん料理」をテーマに募集した結果、42品のご応募をいただきました。今月号では、最終選考に残った6作品を紹介いたします。

この中から最優秀賞一品を皆さまからの投票で決定いたします。投票は、11ページ掲載のチャレンジクイズにご応募いただく際に、最優秀賞にふさわしいと思う作品のレシピ名一つを、クイズの答えと併せてハガキまたはネット専用応募フォームにご記入ください。

コンテストの結果は、「あまの風」2月号または3月号で発表いたします。たくさんのご応募お待ちしております。



最優秀賞は  
読者投票で  
決定!



## みたらしれんこん

### こだわりポイント

- 子どもでも作れます!
- 十五夜にふつうの月見団子ではもの足らず…
- れんこんは「焼く」「揚げる」「煮る」だけじゃないスイーツ!!



## れんこん♥ケーキ

### こだわりポイント

- 炊飯器を使って簡単にふんわりケーキ作り。
- ふんわりケーキの中にれんこんを入れることで食感が楽しく感じられるほか、トッピングしたれんこんの可愛さが引き立ちます♪
- 子どもから大人まで大好きな優しい味です♥





### 栄養満点😊野菜たっぷりスープ

#### こだわりポイント

- れんこんの切り方を薄切りと角切りにして食感の違いと存在感が出るよう工夫しました。
- 加熱することで野菜の栄養が流れ出やすくなるのですが、スープなのでしっかり栄養摂取ができます。
- パンにつけたりリゾットにしたりとアレンジが無限にできるのでお母さんも助かります！



### ふんわりれんこんバーグ

#### こだわりポイント

- アレルギーのある子も食べられる、卵、乳、小麦を使わずにふんわり作るハンバーグです。
- 輪切りにして炒めたレンコンを添えるとシャキシャキとふんわりの食感の違いを楽しめます。
- すりおろし、粗みじんにしたれんこんを入れることにより、ふんわりとシャキシャキの食感を同時に楽しめます。



### 7大アレルギー予防食! れんこんナゲット

#### こだわりポイント

- アレルギーのある子でも美味しくれんこんを食べてもらえるよう、7大アレルギー(そば、落花生、卵、小麦粉、乳、エビ、カニ)を使わずに作れるれんこんナゲットです。
- あえてナゲット自体には下味しかつけず、それぞれでお好みのソースをつけて食べていただくことで、バリエーションが増えて楽しいと思います。



### れんこんのチーズ焼き

#### こだわりポイント

- とろけるチーズを使うため、子どもが何枚も食べてくれます。
- 材料が少なく手軽にあるものなので、いつでも作れます。
- お酒のおつまみやおやつになるので、子どもだけでなく大人も喜びます。



## 野菜ソムリエサミット 産直会員さんが金賞受賞



10月13日に行われた野菜ソムリエサミットの青果部門で、愛菜耕房の産直会員である横井要造さんが金賞を受賞されました。

このサミットは日本野菜ソムリエ協会が行っている「野菜・果物、農産加工品の品評会」です。出品したのは太秋(たいしゅう)という品種の柿で、果肉がサクサクとして柔らかく、果汁が多いのが特徴です。

審査では、上品な甘みと瑞々しさがあり渋みが全くないことや、ジューシーで食べ応えがある点、梨やリンゴのようなフルーティーな香りなどが高く評価されました。

横井さんは「海藻のミネラルを含んだ養土藻を使用するなど、土づくりにこだわって色々と栽培しています。受賞出来て光栄です」と喜びを語りました。



受賞された横井さん

## あまトマト部会 目揃え会 本格出荷に向けて規格を確認



10月14日、あまトマト部会はトマトセンターで、本格出荷を前に目揃え会を開き、生産者やJAあいち経済連、市場関係者などおよそ70名が参加しました。

目揃え会では、出荷規格ごとにサンプルを見ながら着色基準や大きさなどを入念に確認。加藤晴久部会長は「コロナ禍や重油の高騰など厳しい環境が続くが、目標に向けて皆様にご尽力いただきたい」と呼びかけました。

同部会は39戸の部会員がおよそ17.6畝の施設で栽培。名古屋を中心に中京、関西、関東方面の4市場へ出荷しています。

担当するJA職員は「市場の需要に応えながら産地として品質の高いものを安定的に出荷し、有利販売につなげたい」と意気込みます。



規格を確認する生産者

# 新鮮な情報をお届けします/ NEWS & TOPICS ニュース & トピックス

## 桜小学校 出前授業 葉物野菜の植え方を体験



苗の植え方を教えるJA担当者

10月4日、弥富市にある桜小学校で児童70名に向けて出前授業を行いました。この取り組みは、食がもつ多様な役割の大切さに加え、食を支える農業についても学ぶ機会を提供する食農教育の一環として管内の小中学校を対象に毎年実施しています。

授業ではレタス・サニーレタス・ミニハクサイ・ミニレタスなどの葉物野菜を校内の花壇に植えました。

授業を担当したJA職員は「季節に合わせた作物を子どもたちに育ててもらい、より農業についての理解を深めて欲しい」と話しました。

## 弥生小学校 JA見学 施設見学と収穫体験を行う



10月8日、弥生小学校の3年生児童29名が社会見学でJA施設を訪れました。

この日は、弥富市にあるトマトセンターでの箱詰め体験や、米の低温倉庫内の見学を行いました。児童たちからは「青いトマトがあるのはなぜですか?」「お米は何袋ぐらい置いてありますか?」など多くの質問がされ、担当したJA職員が一つずつ丁寧に回答しました。

見学後はJAの農場で落花生の収穫体験を実施し、児童たちは笑顔で箱いっぱい収穫しました。



収穫を体験する児童



## あまイチゴ組合 栽培研修会とほ場巡回を実施



10月19日、あまイチゴ組合はイチゴセンターでの栽培研修会とほ場巡回を行い、生産者や関係者など55名が参加しました。

研修会では海部農林水産事務所普及課技師の則武伸哉氏による今年度の花芽検鏡の結果報告や炭疽病の発生状況とその対策について説明が行われました。ほ場巡回ではイチゴ農家などおよそ20名が同組合役員4名のほ場を回り生育状況や作業について確認しました。

あまイチゴ組合では産地としての更なる成長を目指し、11月から新規就農支援事業の募集を行っています。詳しくは右のQRコードまたは当JAホームページをご覧ください。



生育を確認する生産者や関係者

## 元気教室 干支をモチーフに作品づくり



10月22日、JAあいち海部助け合い組織「たすけあいの会」は本店で元気教室を開催し、地域の組合員50名が参加しました。

開催予定だった第1回がコロナ禍により中止となり、今年度はこの日が初開催。教室では参加者全員でラジオ体操を行ったあと、来年の干支である寅をモチーフにした色紙を製作しました。

開催にあたって同会の服部晴美会長は「地域の方々の元気で明るい暮らしの一助となれるよう、今後も感染対策を徹底して開催していきたい」と話しました。



会員と共に色紙を製作する参加者

## 十四山西部小学校 出前授業 あいちのかおりを収穫



はざかけを行う児童

10月15日、十四山西部小学校で出前授業を行い、2年生と6年生合わせて36名が参加しました。

授業では稲刈りを実施。約400株の稲を刈り取った後、3束ごとに麻ひもで結束し、稲を乾燥させるために学校のフェンスにはざかけを行いました。

刈り取った稲は今年5月に同校で行った出前授業で1年生と5年生児童が植えたもの。品種は「あいちのかおり」で、愛知県の学校給食にも使われています。

担当したJA職員は「自分たちが普段食べているお米がどうやってできているのか、この授業を通して知ってもらいたい」と話しました。

## 新規就農者対策とカメムシ被害対策 行政へ請願書を提出



愛西市長に請願書を手渡す平野組合長(右)

10月21日、平野組合長が愛西市役所を訪れ、新規就農者対策およびカメムシ被害対策に係る請願書を日永愛西市長に手渡しました。

新規就農者対策では、農林水産省が示した令和4年度概算要求の中で、従来の「農業次世代人材投資資金」が「新規就農者育成総合対策」として大きく見直しが図られたことを受けて、新規就農者が安心して就農・営農が行えるよう、市に積極的な支援を要請しました。

カメムシ被害については、令和3年産の水稻のカメムシ発生が過去10年間で最大となったことを報告。地球温暖化による暖冬化傾向の影響で、個々の力では対処が不可能なほど被害が拡大していくことが今後予測されることから、市内のカメムシ発生抑制や防除に関する施策検討を請願しました。

また、津島市、弥富市、蟹江町、飛島村にも請願書を提出しました。





いとう つとむ  
伊藤 務さん(66歳) 愛西市早尾町

## 産直の魅力を考えながら

産直部会員として愛菜耕房に野菜を出荷している伊藤務さん。庭先にある8アールの畑で様々な作物を育てており、多い時には一日で10種類以上を売場に出荷しています。

産直部会加入のきっかけは「もったいない」という思いでした。「庭先の手入れで始めた家庭菜園でしたが、野菜が食べきれず、売ることが出来ないかと考えていました。そんな折に新規産直会員の育成を行う就農塾の存在を知り、応募しました」と伊藤さんは話します。就農塾を修了し、実際に出荷を始めたのが昨年の11月末で、一年が経ちました。

今年の2月末に定年退職した伊藤さんはサラリーマン時代、小売の仕事に携わっていました。その経験から、育てる作物の品種や売り方について、常にお客さんの目線に立つことを意識しています。「新鮮な野菜を届けたいので、量と値段はその日のうちに売り切れるように気を配っています。そういった意味で少ない量でも出せて、自由に値段を決められるのは作り手としてありがたいです。作物についても

珍しい品種や時期をずらしたものが売場に並んでいると目を引きますし、売り場にも『産直らしさ』が出るように思います。売れ行きなども確認して、いつも『次は何を育てようかな』と考えています」と話してくれました。

その言葉の通り、伊藤さんの畑には様々な作物が植えられています。芽キャベツやチヂミ菜のような珍しい作物、トウモロコシ、新タマネギなどのこの時期にはなかなか見かけないもの等、「どのくらいまで時期をずらして育つかなども試しています。常に土地を空けずトライ&エラーで次に活かしていきたいです」そう語る伊藤さんが今特に熱を入れているのがチンゲンサイ。「一度店頭に並べて手ごたえを感じましたが、夏場の害虫防除は大変で涼しく、育てやすい季節です。このまま年間を通じて出荷できるようにするのが今の目標です」と意気込みます。

最後に読者の皆さんへ向けて「なかなか見かけない珍しいものが産直には置いてあります。ぜひ見に来て欲しいです」とメッセージをいただきました。





# 家族の一員



飛島支店管内  
(上田さん宅)

ミニチュア・ダックスフンド  
ジエニーくん(11歳)



飼い主さんから一言 うちの優しい看板犬です♪

# わが家のアイドル

永和支店管内



長女 吉田 紗笑<sup>さえ</sup>ちゃん(4歳)

次女 梨乃<sup>りの</sup>ちゃん(0歳)

ご家族からのメッセージ 元気にのびのびと育ててほしいです♪



(左)戸谷、(右)山田

## 地域のライフアドバイザー 八開支店 編

リーダー

山田 尚吾



戸谷 光輝<sup>こうき</sup>

出身

蟹江町西之森

趣味

釣り・ドライブ

夢

信頼される職員

好きな言葉

GOOD DAY

山田 尚吾<sup>しょうご</sup>

出身

愛西市落合町

趣味

カラオケ

夢

信頼される職員

好きな言葉

経験に勝るものなし

お困り事など  
ございましたら、  
すぐご連絡  
ください!



# 家庭菜園

# Q & A

問題解決!



南部宮農センター  
園芸課  
検校 哲也

**Q1** 冬になると畑があいてしまっています。なにか植えたいのですが。

**A1** 真夏と真冬は畑を休めて次作に備えるものですが、春まで空けておくのはもったいないですね。

寒さに強くて冬に種まきできる野菜を紹介します。

●ホウレンソウ

西アジアが原産で、15〜20℃の涼しい気候を好み、寒さにとくに強く、零下でも生育を続け、マイナス10℃程度まで耐えられます。緑黄色野菜の王様といわれるほどに栄養価が高く、野菜の中では鉄分がダントツに多く、昔から貧血予防によくとれます。ビタミンやミネラルも豊富に含み、風邪の予防にも効果的です。

冬に栽培すると、霜や寒さに当たって葉肉が厚くなり、糖度が高くなって甘い濃厚な味を楽しむことができます。

ノンモン、トフイなどが寒さに強い品種です。

●小松菜

冬でもよく生育を続けるので雪菜や冬菜とも呼ばれます。青

菜の不足しがちな冬に重宝します。

一年中栽培されますが、ホウレンソウと同様に旬は冬です。霜にあたると葉肉が厚くやわらかくなり、甘みが増しておいしくなります。もつとも作りやすいのは秋まきで、病害虫がぐつと減り、栽培しやすくなります。

種まきからわずか60日前後で収穫でき、短期間で収穫できるため、まさに家庭菜園向きの野菜といえます。

楽天、はつけない、おそめなどが寒さに強い品種です。

●ルッコラ(写真1)

イタリアンブームで、サラダに



写真1

欠かせなくなりました。葉にはコマの香りとぴりつとした辛みがあります。栄養価も高く、ビタミンC、ビタミンE、カルシウムなどが豊富に含まれています。特にカルシウムが豊富。病害虫が比較的少なく育てやすいことも特徴です。

●タアサイ

中国原産で、2月ごろに収穫されてきたことから如月菜きざらぎ(な)や、雪の中でも枯れないことから「ちぢみゆきな」とも呼ばれます。味は淡白でクセがなく、カロテンはホウレンソウの2倍といわれます。寒さにとくに強く、零下3℃でも生育し、零下10℃程度まで耐えられます。

大きく育てて株ごと収穫するのが一般的ですが、小松菜のように密に栽培したり、外葉から少しずつかきとって収穫することもできます。

●チンゲンサイ

ポレヒラーな中国野菜で、15〜25℃の比較的涼しい気候を好み、暑さ寒さに比較的強く、周年栽培が可能な野菜です。

栄養的にも優れていて、ビタミンやミネラルが豊富な緑黄色野菜で、シャキシャキした歯ざわりでフセもなく、中国料理だけでなくいろいろな料理に利用できます。

冬まきでは小さなおうちにトウ立ちしやすいので、トウ立ちしにくい品種を選び、背丈が15cmになるまでに全部収穫します。

チンゲンサイ青帝(せい)とい、長陽(ちやうよう)つ、シャオパオミニなどが育てやすい品種です。春と秋に種がまけます。発芽後、3週間ぐらいの若い葉はベビリーフとして利用できます。大株になったら、必要な分だけ葉を摘み取って収穫すると長く楽しめます。この場合、2週間に1回、1㎡に化成肥料30gを追肥して育てます。

●フディッシュ(写真2)

別名、二十日大根。種まきから収穫まで一カ月と初心者におすすめの根菜です。

冷涼な気候を好むので秋まきでも大丈夫です。栽培期間が短いので、菜園の空いた所に有効利用をおすすめします。連作障害の根こぶ病が出ないのでほかのアブラナ科野菜の前後でも栽培できます。



写真2

本葉5〜6枚で株間3〜4cmに間引きます。収穫は直径2cm程のときがよく、遅れると「す」が入ったり、亀裂が入ります。

●小カブ

古くから栽培されてきた野菜で、地方の食習慣と結びついた品種が多く、80品種以上にのぼります。

根径5cm程度でとるカブを小カブと呼び、種まきから1〜2カ月と短期間で収穫でき、間引き菜を利用しながら育てます。

15〜20℃の涼しい気候を好み、零下3℃程度まで耐えられ、低温肥大性、トウ立ちしにくい品種を選べば、冬でも栽培が可能です。白鷹、CR雪峰、福小町などが低温期に太る品種です。

オンライン  
農業塾は  
こちら

動画はコチラ



管内の  
病害虫情報は  
こちら



家庭菜園  
情報は  
こちら





広げよう“県産県消”の輪  
つなげよう愛知の豊かな食と農を未来へ



# あいちの 食と農の未来 クイズキャンペーン

応募してね!



みんなの「よい食」を応援する  
JAグループキャラクター  
笑味(えみ)ちゃん  
©よい食P

クイズに答えて応募!

## 愛知の農畜産物が **500** 名様に当たる!

応募期間 2021年11/1月 ▶ 2022年3/10木

**A賞**  
100セット

愛知県産和牛「みかわ牛」  
ロースすきやき用400g



**B賞**  
200セット

愛知の旬の野菜・果物  
詰合せボックス約10種



**C賞**  
200セット

愛知のブランド米  
「愛ひとつぶ」5kg



※写真はイメージです

キャンペーンの応募方法

### 専用サイトから愛知の農業に関連したクイズに答えて応募!

- Q1. 愛知県の農業産出額は全国何位?
- Q2. 農業産出額が全国トップ3に入る愛知県の農畜産物は何種類?
- Q3. 日本の食料自給率(カロリーベース)は現在何%?
- Q4. 農業が持つ多面的な機能として正しくないものはどれ?
- Q5. 「県産県消」のメリットとして正しくないものはどれ?

※キャンペーンの詳細については、Webサイトをご確認ください。URL: <https://www.chu.aichi-ja.or.jp/agri/quiz/>

JAグループ愛知ホームページから  
ご応募ください

キャンペーンサイトは  
こちら



主催: JAグループ愛知 後援: 愛知県



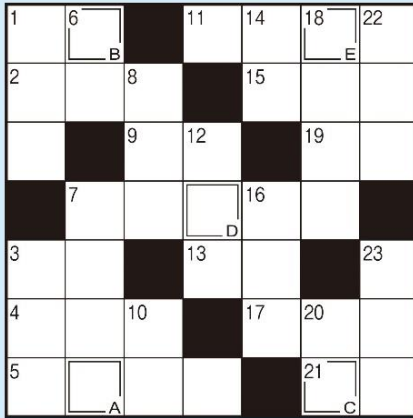
## Cross Word Puzzle

### タテのカギ

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



二重マスの文字をA-Eの順に  
並べてできる言葉は何でしょうか?



### ヨコのカギ

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

### ●応募締切日●

2021年  
12月22日(水)

当日  
消印有効

### ●ハガキでの応募●

- チャレンジクイズの答え
- 郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号
- 組合員区分(正組合員世帯・准組合員世帯・組合員外のいずれか)
- JAへのご意見や「あまの風」へのご要望
- 2～3ページのレンコン料理で最優秀だと思うレシピ名をご記入  
の上ご応募下さい。

宛先 〒496-0876 津島市大縄町9丁目63番地  
JAあいち海部 チャレンジクイズ係 行

### 応募方法

### ●ホームページからの応募●

ホームページの組合員専用  
ページにログインして  
いただき、チャレンジクイズ  
応募よりご応募ください。



### URL

<http://www.ja-aichiama.com/>

ID

ja

パスワード

aichiama

**12月賞品**  
あまイチご組合  
いちご2パック入り1箱  
正解者の中から抽選で  
10名の方にプレゼント!  
(2月中旬お届け予定)

\*写真はイメージです

### 先月号の答え

A B C D E  
カ N ツ バ キ



### 先月号の当選者

#### 応募総数94通

たくさんのご応募をいた  
だき、ありがとうございました。  
当選者の発表は賞  
品の発送をもって代えさ  
せていただきます。

## ■お便り紹介コーナー

今年には柿が不作のように見受けられます。うちも例  
外でなくほとんど収穫ゼロです。隔年結果のせい  
なら、できの良い柿の木と悪い柿の木が混在する  
はずですが、今年はその状態が違いほとんど  
の家の柿が不作です。なにか特別な原因がある  
のでしょうか。また、ソラマメについて、以前の『家庭  
菜園』のページに、「ソラマメの中心茎は実がつか  
ないで切るように」と書いてありましたが、202  
1年10月号のあまの風にはそう書いてありませ  
ん。中心茎を切るのか切らないのか、どちらが正し  
いのでしょうか？

(十四山地区・男性)

JA・柿は隔年結果する果樹ですが、生り年でも  
剪定や摘果で実を落としておけば翌年の裏  
年でも実は確保できます。しかし、今年には不作  
が多かったようです。暑いのが当たり前になって  
いますが、今年は8月盆頃に曇雨天が続き日照  
不足となって、その後、暑さがぶり返し、樹の消  
耗が激しかったかと考えます。次郎柿の産地、  
豊橋でも影響があったようで、落果が多かった  
わけではないものの、1本の木のなかで早く熟  
す実があって、生育のばらつきが大きいとのこと  
です。桜の葉が早くから落ちるなど、落葉樹  
には厳しい夏でした。

ソラマメを始めエンドウマメなどは、主茎を  
摘芯して脇芽を育てる方法がおすすです。芯  
止めて、脇芽を伸ばして、主茎を摘芯します  
が、ハサミを2回入れることが手間ということ  
もあり、大きく育ててから株元から枝を整理す  
る方法もあります。なお、冬を越す野菜は、冬  
の寒さが豊作を呼びます。あまり早く種を蒔  
くと育ちが良いよう根張りの弱い軟弱な株  
になってしまいます。このごろは、暖冬や酷暑が  
当たり前になってしまいました。野菜にも厳し  
い地球環境です。



## 病院ミニ知識

## 放射線使用の目的と医療被ばくについて

日本は世界唯一の被ばく国であり、先の震災による原発事故の当事国でもあるため「放射線」や「被ばく」と聞く怖れと感じられる方が多いのではないのでしょうか。

しかしながら現代の医療において放射線は「検査（診断）」や「治療」を行ううえで必要不可欠な物であり、代替の効かない唯一無二の存在となっているのも事実です。

そのため、私たち診療放射線技師や医師が行っているレントゲン撮影やCT・胃透視などの検査や、高エネルギーの放射線をがんの病巣に照射し、がん細胞を死滅させる治療を受けることにより患者さんは被ばく（医療被ばく）をすることとなります。

しかしながら、私たちが放射線診療を行う大前提として、「患者さんが受ける被ばくのデメリットよりも利益享受（ベネフィット）の方が大きいと判断したときに限る」、また、「当然ながら使用する放射線の量は身体に影響が出ると言われている量よりも遥かに少ない量を使用している」、そして「必要な場所のみに必要最小限の線量で



診療放射線室長  
佐藤 裕章

病気を見つけ正しい診断が下せるように検査を行っている」ということを覚えておいてください。

また、当院は公益社団法人日本診療放射線技師会による第三者評価を受けて「医療被ばく低減施設」に認定されています。これは当院が医療被ばく低減にかかる体制を整備し放射線防護などに積極的に取り組んでいる事が評価されたものです。

以上のことから、医療被ばくを過度に怖がる事なく、安心して検査をお受けいただければと思います。それでお悩みの検査や治療に臨まれる際に不安を感じられる方もいらつしやるかと思えます。少しでもご不安なことや心配なことがありましたら、被ばく相談員が対応させて頂きますのでお気軽に職員までお声掛けください。これから診療放射線室一同、患者さんに寄り添い安心して安全な検査・治療ができるよう、努めて参りますのでよろしくお願ひします。

## 介護ミニ知識

## 油断大敵！高齢者の低血圧

寒い季節、入浴は至福のひとつですが、暖かい場所から寒い場所への移動による急激な温度変化によって、血圧が上下に大きく変動する「ヒートショック」が起こります。これをきつことさえあり、この季節に広く注意喚起されます。

また、特に高齢者の血圧は上昇だけでなく、低下もやすく、「一過性低血圧」の主な原因である次の3つに注意しましょう。

## ○起立性低血圧

座った状態や寝た状態から立ち上がった時に、めまいが生じるものです。加齢により、血管の収縮を適切にコントロールできないことから起こります。

## ○食事性低血圧

食後30分から1時間後頃に血圧が下がるものです。食物を消化吸収するために胃や腸などに血液が集まり、その分、脳への血流が不足するためです。

## ○薬剤性低血圧

高血圧に対して処方される降圧剤のほか、抗うつ剤等の影響で低血圧になる場合があります。



地域包括  
支援センター  
南野 佳奈

低血圧を予防するには生活習慣の見直しも重要です。

●ゆつくり時間をかけて食事する  
早食いせず、よく噛み、楽しんで食べましょう。

●こまめに水分補給をする  
脱水状態になると体内をめぐる血液量が減り、低血圧の原因となります。

●あわてず落ち着いて動作する  
座った状態や寝た状態から立ち上がる時には、あわてずゆつくり動きましょう。

●温度をバリアフリー化する  
自宅内の温度差を抑えるために、エアコンやヒーターなどの暖房設備を手く組み合わせましょう。

●ヒートショック予報を活用する  
一般財団法人日本気象協会の公式ホームページ「tenk.jp」で、ヒートショック予報（気象予測情報）にもとづくリスクの目安や予防方法を紹介していますので、参考にしましょう。





## 健康づくりのミニ知識

### すり傷をきれいに治す 3つのポイント

形成外科は身体の表面の「不具合」を手術や処置で治す科です。もつと平たく言うところ「キズとケガの専門家」と言ったところでしょうか。今回は、キズの専門家として「すり傷」をご家庭できれいに治す方法についてお話ししたいと思います。キズの専門家がおススメする方法は、次の**3つのポイント**を守って実践するだけです。もし、転んで「すり傷」を負ったようなことがあったら、ぜひ試してみてください。

#### ① よく洗いましょう

まず、ケガをしたらすぐにキズに付いた汚れや砂をしっかりと落としましょう。ぬるめのお湯と石鹸でゴシゴシ洗い流します。最初はしみるかもしれませんが、刺青のようになつたりするので、最初にしっかりと汚れを落とすことが重要です。ちゃんと処置ができるのと次の処置から痛くなくなつてきます。

#### ② 軟膏でしっかりと保湿しましょう

キズが乾くと痛みが増します。またキズが修復されるには湿潤環境が必要です。単にガーゼや絆創膏を貼るだ



形成外科 代表部長

安村 恒央

けでは、せっかく修復しようとして出てきた浸出液を乾燥させてしまいキズを治すことができません。カサブタは浸出液が乾いたもので実はキズが治るのを邪魔するものなのです。しっかりと洗ったらワセリンなどの軟膏をたっぷり塗り、その上からガーゼなどで保護しましょう。キズにくつつかない「非固着性ガーゼ」を使うと、キズにガーンぜがくい込まないので痛くもなく早く治ります。また、消毒は必要ありません。多くの消毒薬はキズを刺激し乾かしてしまつのでむしろ悪影響です。手が汚れたら洗うのが一番きれいになるのと同じで、キズも洗うだけで充分きれいになります。

#### ③ 毎日続けましょう

最初のうちは浸出液も多く心配になるかもしれませんが、ちゃんと処置をすると数日で落ち着いてくるはずですよ。毎日、シャワー浴をして浸出液や軟膏のカスをしっかりと洗い流し軟膏を塗り続けましょう。

ケガをして何か困ったことがあればいつでも気軽に形成外科にご相談ください。

## 子育てのミニ知識

### 幼児のおしゃぶり

**Q** 8ヶ月の息子について、おしゃぶりをさせていますが歯並びが悪くならないか心配です。

**A** 確かに、おしゃぶりを使用している子どもは、使用していない子どもと比較して、上顎が前に突出したり、上下の前歯の間にすき間が空いて食べ物や飲み物を噛み切れなくなったり、下顎が横にずれることが極めて多くになると言われています。ただ、2歳ぐらまでにおしゃぶりを止めると噛み合わせの異常は改善しやすいようです。3歳頃まで使用していると噛み合わせ異常が残つてしまつとも言われています。

指しゃぶりは胎内でもしていると言われていますが、生後5ヶ月頃になると自分でつかんだものは何でも口にもつていくようになり、その頃から指しゃぶりも目立つてくるように感じています。指しゃぶりをすることによって、子ども自身は不安や緊張を自分で解消できるほか、親の立場からすると簡単に泣き止み静かになるというメリットがあります。おしゃぶりは、外（大人）から与えるものになりますが、指しゃぶりと同様の効果があると考えます。1〜2歳になるとおもちゃ等で遊べ

るようになるため、指しゃぶりは退屈な時や眠い時のみになってくることが多いです。3歳を過ぎると周りからの指示が理解できるようになりますし、周囲の物に興味を持ち手先も器用になってくるため、成長とともに指しゃぶりは減ってくるのではないのでしょうか。そのため、8ヶ月の時点ではこのまま様子を見ていただいてもよいと思います。



小児科代表部長

小久保 稔







# 看護学生募集

地域に根差した看護の実践者を養成するため「人との関係を作りながら、自分のなりたい看護師像に向けて、あきらめずにやり抜くことができる人」を求めます。



## 3学校共通募集要項

一般入試	試験日	令和4年2月2日(水)
	出願期間	令和4年1月4日(火)～25日(火)
	募集人員	各40名 (推薦・社会人入学試験を含む)

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

**安城市** JA愛知厚生連 更生看護専門学校  
〒446-0026 安城市安城町東広畔47-1  
TEL 0566-76-3420



**江南市** JA愛知厚生連 愛北看護専門学校  
〒483-8086 江南市高屋町大松原137  
TEL 0587-51-3350



**豊田市** JA愛知厚生連 加茂看護専門学校  
〒470-0343 豊田市浄水町伊保原654-1  
TEL 0565-43-5101



## 令和3年度 年末・年始の営業について

店舗名	2021年								2022年				
	12/24(金)	12/25(土)	12/26(日)	12/27(月)	12/28(火)	12/29(水)	12/30(木)	12/31(金)	1/1(土)	1/2(日)	1/3(月)	1/4(火)	1/5(水)
本店・支店	通常営業	休業								休業			通常営業
両宮農センター 農産部・園芸部・生活部	通常営業	休業								休業			通常営業
南部宮農センター 購買推進課	通常営業 8:30～17:00										休業		通常営業 8:30～17:00
北部宮農センター 購買推進課	通常営業 8:30～17:00		休業			通常営業 8:30～17:00					休業		通常営業 8:30～17:00
北部宮農センター 園芸課	通常営業 8:30～17:00	休業			通常営業 8:30～17:00					休業			通常営業 8:30～17:00
海部配送センター (灯油・軽油配送)	通常営業	臨時配送日 (受注不可)	休業			通常営業					休業		通常営業
重油配送	通常営業		休業			通常営業					休業		通常営業
発注期限(2営業日前まで)	12/22	12/23		12/24	12/25	12/27	12/28					12/29	12/30
セルフ飛島	通常営業 6:00～21:00								6:00～20:00	8:00～17:00	通常営業 6:00～21:00		
セルフ十四山	通常営業 6:00～22:00								6:00～20:00	8:00～17:00	通常営業 6:00～22:00		
西川端SS	通常営業 7:30～19:00				臨時営業 7:30～19:00	通常営業 7:30～19:00		7:30～18:00	休業			臨時営業 8:00～17:00	通常営業 7:30～19:00
GC十四山(菜々耕房)	通常営業 9:00～17:00					臨時営業 9:00～17:00	通常営業 9:00～17:00	9:00～12:00	休業				
GC津島(愛菜耕房)	通常営業 9:00～17:00			臨時営業 9:00～17:00	通常営業 9:00～17:00			9:00～12:00	休業			通常営業 9:00～17:00	
Aコープとびしま店	通常営業 10:00～19:00		臨時営業 10:00～19:00	通常営業 10:00～19:00				9:00～17:00	休業			通常営業 10:00～19:00	

※北部宮農センター園芸課は、出荷対応は致します。 ※海部配送センターは12月25日(土)、臨時配送を行います。(灯油・軽油は受注不可)  
※12月25日(土)のお電話による重油のご発注は生活部 燃料課 TEL 56-6806(受付時間は8:30～15:00)まで。  
※12月31日(金)、1月1日(土)の営業時間は、通常営業時間とは異なります。 ※西川端SSは1月4日(火)は、臨時営業致します。(営業時間は8:00～17:00)

**年末・年始ATMご案内** 年末・年始のATMの営業時間は下記の通りです。ご迷惑をお掛けしますがよろしくお願いいたします。

店舗名	2021年								2022年				
	12/24(金)	12/25(土)	12/26(日)	12/27(月)	12/28(火)	12/29(水)	12/30(木)	12/31(金)	1/1(土)	1/2(日)	1/3(月)	1/4(火)	1/5(水)
本店・支店	8:45～20:00	9:00～19:00								9:00～19:00			8:45～20:00
ヨシツヤ津島本店	10:00～21:00												
れんこんセンター店	8:45～17:00	9:00～17:00			8:45～17:00				9:00～17:00				8:45～17:00
立田南店	8:45～20:00	9:00～19:00			8:45～20:00				9:00～19:00				8:45～20:00
愛西市役所店	8:45～17:15	休業			8:45～17:15				休業				8:45～17:15
海南病院店													
イオン弥富SC店	8:45～20:00	9:00～19:00			8:45～20:00				9:00～19:00				8:45～20:00
総合支援センター店													

## 購買窓口集約のお知らせ

持続可能な地域農業の振興を進めるにあたり、**令和4年4月1日(金)**より支店での購買窓口業務を南北宮農センターに集約いたします。つきましては、購買窓口の営業は**令和4年3月18日(金)**までとさせていただきます。

以降に肥料・農薬等をご用命の際は、大変お手数ですが電話によるご注文又は、宮農センターまでお越し下さいますようお願いいたします。

八開支店・飛島支店・鍋田支店  
につきましては従来通りの営業  
となりますので、引き続きのご  
利用をお願いします。



北部宮農センター TEL 0120-831-201  
南部宮農センター TEL 0120-148-680



## 相談会スケジュール

### ●住宅ローン相談会 9:00～16:00(受付時間は15:00まで)

	12月	1月
本店	11(土)・25(土)	8(土)・22(土)
ローンセンター (弥富支店内)	随時相談受付(但し、予約優先)土・日も営業 営業時間9:00～18:00(水曜日・祝日定休日) ※但し、祝日が土日の場合は営業となります	

各種ローン相談  
お問い合わせ先 本店融資部融資課 TEL 0567-28-9922  
ローンセンター TEL 0567-69-5575  
※予約を優先させていただきますので、あらかじめご予約をお願いします。

### ●年金相談会 9:30～15:30

	12月	1月
本店	11(土)・25(土)	8(土)・22(土)
弥富支店	4(土)・18(土)	15(土)

年金相談お問い合わせ先 本店金融共済部 TEL 0567-28-6757  
※予約を優先させていただきますので、あらかじめご予約をお願いします。

### ●ひと・いえ・くるま土曜日相談会 予約制 9:00～16:00

	12月	1月
本店	11(土)・25(土)	8(土)・22(土)
弥富支店	4(土)・18(土)	15(土)

※予約が必要となりますので、お近くの支店までお問い合わせください。

### ●法律相談日 予約制 9:30～12:00

	12月	1月
生活部	17(金)	21(金)

### ●税務相談会 予約制 9:30～12:00

	12月	1月
生活部	9(木)・12(日)・ 16(木)・26(日)	9(日)・13(木)・ 20(木)・23(日)

### ●不動産・相続相談 予約制 9:30～15:30

	12月	1月
生活部	12(日)・26(日)	9(日)・23(日)

法律・税務・不動産・相続相談  
お問い合わせ先 生活部資産管理課 TEL 0567-56-6805

### ●葬祭相談 9:30～15:30

	12月	1月
生活部	3(金)・7(火)・13(月)・ 19(日)・25(土)・31(金)	5(水)・11(火)・17(月)・ 23(日)・29(土)

葬祭相談お問い合わせ先 生活部やすらぎ課 TEL 0567-56-6807  
※事前に電話でのご連絡をお願いします。

## インフォメーション

### ●無料職業紹介事業(農業)についてのお問い合わせ

農産部 担い手課 TEL 0567-23-6913

### ●農地相談についてのお問い合わせ

南部営農センター農産課 TEL 0567-56-6801  
北部営農センター農産課 TEL 0567-23-3011

### ●当組合の個人情報取り扱いについてのご意見・ご質問・苦情等

リスク管理室 TEL 0567-28-6856

### ●休日・夜間も安心な 安心コールサービス

キャッシュカード・ローンカードの喪失(紛失・盗難)したときは  
24時間365日受付※平日9:00～17:00まではJAの各支店でも受付できます。

JA安心コール ☎ 0120-089-286

### ●自動車事故・365日安心サービス

平日8:30～17:30(ご契約いただいた各支店) ☎ 0120-258-931  
土日夜間・相談24時間365日/JA共済事故受付センター

### ●LPガス緊急連絡先

平日/ガスコールセンター TEL 0567-56-6824  
夜間・休日/LPG集中監視センター TEL 0566-99-4956

### ●病院等へのご遺体のお迎え・葬儀施行のお申込み

生活部やすらぎ課(24時間対応) TEL 0567-56-6807

## 女性部行事予定カレンダー

12月 13日 寄せ植え教室……………本店  
15日 寄せ植え教室……………総合支援センター

1月 6日 ヨガ教室……………南部営農センター  
12日 3B体操教室……………弥富支店  
3B体操教室……………南部営農センター  
13日 体操教室……………市江支店  
ヨガ教室……………本店  
14日 アレンジフラワー教室……………南部営農センター  
筆ペン教室……………南部営農センター

※急に予定が変更になる場合がございますが、ご了承ください。

お問い合わせ JAあいち海部 企画部 女性部担当/笠木・水谷  
TEL.0567-28-6760

## 理事会報告

(令和3年10月28日開催)

以下のことについて、原案通り承認されました。

### 協議事項

- 第1号議案 令和3年9月末仮決算基準について(案)  
令和3年9月末仮決算基準について承認を得ること。
- 第2号議案 十四山支店の移転に伴う別途工事について(案)  
11月末完了を予定している十四山支店の移転に伴う別途工事について承認を得ること。
- 第3号議案 JAなごやとのJA共乾施設利用にかかる契約について(案)  
JAなごやと、当JA共同乾燥調製施設(南部カントリーエレベーター)の利用に関する契約を取り交わすことについて承認を得ること。
- 第4号議案 大口信用供与について(案)  
大口の信用供与について承認を得ること。
- 第5号議案 役員貸出金について(案)  
役員への貸出金について承認を得ること。

### 主な報告事項

1. 監事監査関係報告  
・内部監査(第2四半期)総括報告書について
2. 金融共済関係報告  
・十四山支店移転オープンにおける全支店共催の定期貯金キャンペーンについて ほか5項目
3. 経済関係報告  
・管内市町村への農政等に関する請願及び要請について ほか7項目
4. 総務関係報告  
・「JAあいち海部LINE会員登録拡大キャンペーン」の実施について ほか18項目

## グリーンセンターインフォメーション

### ●グリーンセンターのご案内

#### 愛菜耕房(グリーンセンター津島店)

営業時間/9:00～17:00(月曜日定休) TEL 0567-23-3511

#### 菜々耕房(グリーンセンター十四山店)

営業時間/9:00～17:00(水曜日定休) TEL 0567-56-6808

- 12/10(金)～12(日) 合同セール
- 12/25(土)～31(金) 歳末大感謝祭
- 12/27(月) 愛菜耕房 臨時営業
- 12/29(水) 菜々耕房 臨時営業
- 12/31(金) 愛菜耕房・菜々耕房 12時閉店

#### Aコープとびしま店

営業時間/10:00～19:00(日曜日定休) TEL 0567-52-1239

- 12/26(日) 臨時営業 ●12/31(金) 17時閉店





# 組合員の意思反映機会の充実

JAあいち海部では年々増大する准組合員の意思をJA事業運営に反映させることを目的に、2018年から「准組合員モニター」を開催しています。全4回の日程で、収穫体験や事業紹介を行い、地域農業応援への意識高揚を図るほか、JA利用に関するアンケートを実施し、産直の店舗改善に繋がっています。

今年度は10月12日に第一回を開催し、JA事業の紹介や野菜ソムリエ資格を持つ当JA職員による講演、産直施設の見学などを行いました。次回以降は、JA施設や農家ほ場の見学を行うほか、当JAが次世代の正組合員リーダーを育成する目的で毎年開催している組合員大学「みらいキャンパス」の受講生との意見交換なども企画しています。

当JAでは今後も継続的に同モニターを実施し、地域農業や協同組合への准組合員の関心を高めることで、直売所をはじめとした事業利用の拡大を図り、農家所得の向上に取り組んでまいります。



産直見学会



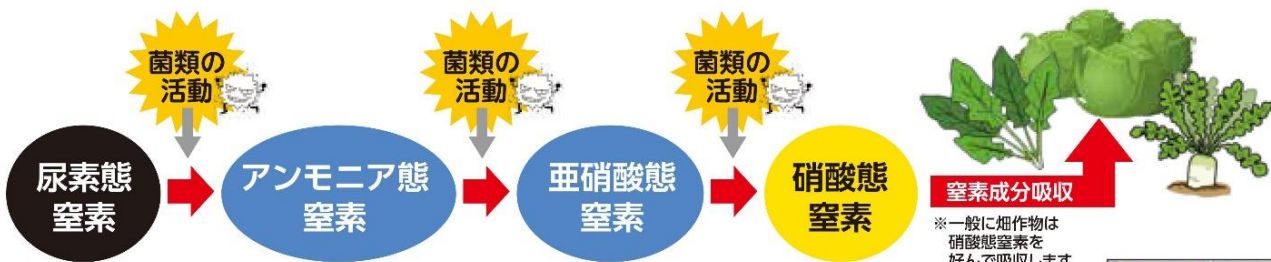
アンケート調査

## 営農情報

# 厳寒期の肥料の選択

厳寒期は肥料の効きが悪くなります。低温によって菌類の働きが緩やかになり、作物が好んで吸収する「硝酸態窒素」の生成がゆっくりになるからです。そのため、厳寒期の追肥には「硝酸態窒素」入り肥料がおすすめです。

作物が吸収できる窒素になるまで



## おすすめの肥料 やさい化成 かおり

硝酸態窒素入り  
即効性肥料

- 窒素14%の内、農作物が好む硝酸態窒素を6%含んでおり、**厳寒期の追肥に最適**です。
- 加里は**硫酸加里**を使用しており土を荒らしません。
- 苦土を多く(5%)含んでおり、**欠乏症の予防**にも役立ちます。

成分内容(%)

チッソ	リンサン	カリ	苦土
14	8	12	5

施肥基準(10アール当たり)

追肥	40~80kg(2~4袋)
基肥	60~140kg(3~7袋)



やさい化成かおり 20kg  
**3,410円(税込)**

JA AICHIAMA  
**あまの風** 2021 December No.177 **12**

<http://www.ja-aichiama.com/>

発行 / あいち海部農業協同組合 編集 / 企画部  
〒496-0876 愛知県津島市大縄町9丁目63番地  
TEL 0567-28-6760 FAX 0567-28-6655

公式ホームページ



公式

Instagram



公式

LINE 友だち登録



公式

YouTube 動画

