

JA AICHIAMA

あまの風

2022 December
No.189 12

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



JAあいち海部 広報大使
れんたろう



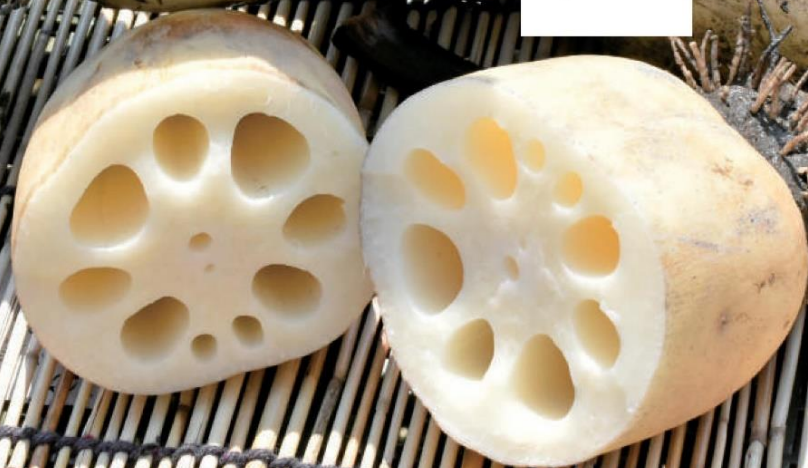
特集/あいち海部のレンコン 02

- 04 手作りドレッシング
- 06 News & Topics
- 08 産直便 西藤巖之さん
- 09 わが家のアイドル/家族の一員
アレンジレシピでいただきます!
- 10 チャレンジ家庭菜園
- 11 家庭菜園Q&A
- 12 地元の農産物をポイントで交換しよう!!
- 13 チャレンジクイズ/お便り紹介コーナー
- 14 海南病院だより
- 16 冬の定期貯金キャンペーン
- 17 お知らせ
- 19 行事カレンダー/理事会報告
- 20 自己改革の取り組み/営農ミニ情報

あいち海部の

レンコン

当JA管内の愛西市は県下で一番のレンコン産地。木曾川の伏流水に恵まれた立地条件を活かした栽培が盛んです。今回はそんなJAあいち海部のレンコンについて紹介いたします。



一 品種と栽培方法

レンコンの栽培は大きく分けて水堀りと土堀りの二種類があります。水堀りは名前の通り水を張ったままのほ場でポンプを使って土を飛ばし、中のレンコンを掘り起こす方法。土堀りはユンボなどで土を掘り起こした後、鍬を使って手作業で収穫を行う方法です。

普段店頭に並んでいるレンコンは全て同じ品種に見えますが、栽培方法によって品種も異なり、現在あいち海部管内で栽培されているのは、土堀りの「備中」と土堀り・水堀りの両方で用いられる「金澄」「ロータスホワイト」の3品種が一般的です。

食味は「備中」がほくほくとした食感。すりおろすと粘り気があるので煮物やこの地域でよく食べられるかば焼きなどに適しています。「金澄」「ロータスホワイト」は水分量が多くシャキシャキとした歯触りを楽しめるので軽くゆでてサラダにするのがお勧めです。

それぞれの出荷時期は「金澄」が8月から11月、「ロータスホワイト」、「備中」が8月から5月。ここにハウスでの促成栽培を合わせることで当JAではレンコンの通年出荷を行っています。

コラム レンコン栽培の始まり

海部地域のレンコンの栽培は江戸時代、愛西市の寺が起源とされており、「備中」は栽培の始まりから現在まで地域の人々に親しまれている品種です。

穴が開いていることから「先を見通す」という事で縁起物として正月料理によく使われます。



【水堀りの様子】水に浮かべたかごを引いて収穫したレンコンを入れていきます。



【土堀りの様子】レンコンを傷つけないように収穫するのは職人の技です。

※参考 農林水産省HP「うちの郷土料理」https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/



「れんこんセンター」

愛西市にあるれんこんセンターでは生産者が収穫したレンコンの選別や調整など、出荷の作業を引き受けています。

当丁Aでは通年での出荷体制を確立することで、施設作業員の安定した雇用による人員の確保が可能になりました。

また、規格ごとに毎年目揃え会を開催しており、品質の安定や規格の確認に努めています。



農家さんから引き受けたレンコンの選別や箱詰めをします。



収量拡大や品質向上を目指して施設内のほ場では試験栽培も行っています。

PB商品

当丁Aでは産地としてのPRや需要の拡大を目指してオリジナル商品の開発も行っています。今年にはレンコンの粉末を利用したれんこんラーメン・れんこんうどんを新たに発売。さらに、これまでが開発した商品セットにした贈答用の「れんこんざんまい」を愛菜耕房・菜々耕房で販売しています。



レンコン缶詰三種にれんこち、新発売のれんこんラーメン・うどんを合わせた「れんこんざんまい」セット

3,000円(税込)



花ハス

海部地域では食用のレンコンだけでなく、花ハスの栽培も行われています。

食用の大型品種とは違い、雄しべが変化した八重咲きの品種で、花立ちがよく、花、葉、蓮台などが関西地域ではお盆に欠かせない切花商材として需要があります。

また、今年の10月には新たな取り組みとして、ハロウィンやクリスマスの飾りに、金色や銀色に塗装した蓮台の出荷を行いました。

手作りドレッシング



健康のために毎日食べたいけれど、マンネリ化しがちなサラダ。
 手作りドレッシングで変化を加えてみてはいかがでしょうか。
 冷蔵庫にあるもので手軽にできるレシピと、
 お薦めのサラダをご紹介します。

監修: 柴田真希
 管理栄養士。(株)エミッシュ代表。NHKのお料理コーナーの番組出演や食品メーカーのメニュー開発などを手がける。著書多数。



シーザーヨーグルトドレッシング

定番のシーザードレッシングをヨーグルトで作ることで爽やかにアレンジ。発酵食品のため、食物繊維が豊富な野菜と一緒に取ることでおなかの調子を整える効果も。

材料(2~3人分)

1 砂糖 小さじ1

2 塩 小さじ1/4

3 ニンニク (すりおろし) 少々

4 ヨーグルト 100g

5 粉チーズ 適量

6 黒こしょう 適量

ヨーグルトを混ぜるときは少しずつ加えると味むらがなくなるよ

材料を1~6の順に混ぜ合わせる

完成!

お薦めサラダ /

シュンギクのシーザーサラダ

- 材料(2~3人分)
 シュンギク…………… 1/2袋(100g)
 ミニトマト…………… 5個
 温泉卵…………… 1個
 粉チーズ…………… 適量

●作り方

- ①シュンギクはざく切り、ミニトマトは縦4等分に切る。
- ②シュンギク、ミニトマト、温泉卵を盛り付け、「シーザーヨーグルトドレッシング」をかけ、お好みで粉チーズをかける。



みそマスタードドレッシング

みそのこくと粒マスタードの酸味がマッチして、つぶつぶした食感も楽しめるドレッシングです。野菜にかける他、ステーキソースとして使うのもお勧め。

材料(2~3人分)

1 砂糖 大さじ1/2

2 粒マスタード 大さじ1

3 みそ 大さじ1

4 オリーブ油 大さじ1

5 酢 大さじ1

粘度のあるもの(砂糖・みそ・粒マスタード)から混ぜ合わせていくと味むらがなくなるよ

材料を1~5の順に混ぜ合わせる

完成!

お薦めサラダ /

焼きカブとゆで卵のサラダ

- 材料(2~3人分)
 カブ…………… 3個(240g)
 卵…………… 2個
 オリーブ油…………… 小さじ1

●作り方

- ①カブを縦6等分に切る。
- ②卵を12分ほどゆでる。殻をむき、縦4等分に切る。
- ③カブにオリーブ油を絡めて耐熱容器に載せ、オーブントースターで7分ほど焼き色が付くまで焼く。
- ④カブ、ゆで卵を「みそマスタードドレッシング」である。



イラスト: 小林裕美子

豆腐マヨネーズ

高カロリーで罪悪感のあるマヨネーズ。豆腐で作れば、タンパク質も取れてしかもヘルシー。定番サラダの他、スティック野菜のディップにも◎。

材料(作りやすい量)

1 木綿豆腐
1/2丁(150g)

4等分にし、熱湯で1~2分ゆでて湯切りし粗熱を取る



2 砂糖
小さじ1

3 ニンニク(すりおろし)
小さじ1/4

4 塩
小さじ1/2

5 オリーブ油
大さじ2

完成!



フードプロセッサーがないときは、ハンドミキサーなどで混ぜても◎

1~5の材料を全てフードプロセッサーにかけ、滑らかになるまで混ぜる

お薦めサラダ / 和風ポテトサラダ

●材料(2~3人分)

ジャガイモ……………2個(200g)
ツナ缶……………1缶(70g)
キュウリ……………1/2本(50g)
柴漬……………30g

●作り方

- ①ジャガイモは皮付きのまま4等分に切り、耐熱容器に入れてふんわりとラップをかけ、600Wの電子レンジで5分ほど加熱する。粗熱が取れたら皮をむき、塩少々(材料外)を加えて、つぶす。
- ②キュウリは半月切りにし、塩(材料外)をまぶして数分置き、しんなりとしてきたら水洗いしてよく絞る。
- ③ジャガイモ、キュウリ、ツナ缶、柴漬を「豆腐マヨネーズ(半量)」であえる。



ハニーレモンドレッシング

酢の代わりにレモンやライム、オレンジなどのかんきつ類を使うことで、爽やかな風味を楽しめます。野菜だけでなく、生ハムや魚介などのマリネとの相性も抜群!

材料(2~3人分)

2 蜂蜜
大さじ1/2

1 オリーブ油
大さじ1

3 レモン汁
大さじ1

4 塩
小さじ1/2

5 黒こしょう
少々

完成!



レモン汁は、ライムなどのかんきつ類の他、バルサミコ酢や黒酢にしても◎

材料を1~5の順に混ぜ合わせる

お薦めサラダ / 生ハムとタマネギのハニーレモンマリネ

●材料(2~3人分)

タマネギ……………1/2個(100g)
生ハム……………20g
パセリ……………適量

●作り方

- ①タマネギは繊維を断ち切るように薄切りにする。塩(材料外)を振ってもみ込み、しんなりしてきたら水洗いしてよく絞る。
- ②タマネギ、生ハムを「ハニーレモンドレッシング」であえる。
- ③お好みで刻みパセリ(材料外)を散らす。



ネギ塩ドレッシング

何にでもかけたくなっちゃうやみつきドレッシングは、野菜が取れるのも◎。肉の他、冷やっこやトマトにたっぷりかけると、シンプルなのに食べ応えがアップしてお勧めです。

材料(2~3人分)

2 砂糖
大さじ1/2

3 酢
大さじ1

1 長ネギ(みじん切り)
1/4本(25g)

4 白ごま
小さじ1

5 塩
小さじ1/2

6 ごま油
大さじ1

完成!



ネギの代わりにタマネギなどでも◎

材料を1~6の順に混ぜ合わせる

お薦めサラダ / 豆苗と豚しゃぶのネギ塩サラダ

●材料(2~3人分)

豆苗……………1/2袋(50g)
豚肉(しゃぶしゃぶ用) ……150g

●作り方

- ①豆苗は根元を落として洗い、長さを半分に切る。
- ②豚肉を熱湯でゆでる。
- ③お皿に豆苗、豚肉の順にのせ「ネギ塩ドレッシング」をかける。



愛菜耕房・菜々耕房 れんこんオリジナル商品新販売

10月14日より当JAの産直施設で「れんこんラーメン」、「れんこんうどん」を新たに販売しています。

麺にパウダー状にした愛西市産のレンコンを練り込むことで風味豊かな味わいに仕上げました。また、これまで当JAが開発したレンコン加工食品（れんこんラーメン・れんこんうどん・れんこんチップス・れんこん缶詰）を詰め合わせた贈答用「れんこんざんまい」も同時発売。オリジナルデザインのパッケージで販売しています。

企画開発に携わった当JA園芸部店舗・購買企画課の職員は「地元特産のレンコンを手軽に食べていただくため、様々な形での販売を計画している。今回の商品もぜひ多くの方に召し上がっていただきたい」と話しました。



新発売のれんこんざんまい

蟹江支店 幼稚園で出前授業開催 地元の新米を味わう

10月24日、蟹江支店は海部郡蟹江町にあるはばたき幼稚園を訪問し、年長3クラスで出前授業を開催しました。

今回の取り組みは同幼稚園の園長から依頼を受けて実現しました。支店ライフアドバイザーと園芸部担当職員が講師となり、普段食べるお米が食卓に運ばれるまでを動画を用いて園児たちに紹介しました。また、当日の給食には地元産「あいちのかおり」の新米が出され、園児たちはいつもと違うお米の匂いや味に、おいしいと笑顔を見せていました。



新米を味わう子どもたち

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

南部営農センター 稲刈り体験開催 三組織協力



稲刈りを行う子ども

10月1日、総合支援センターで稲作体験交流会を開催し、地域に住む51名が参加しました。

この取り組みはコープあいちが主催で、当JAとJAあいち経済連が共同で開催しています。「あいちを食べよう、日本の食をたいせつに」をテーマに組合員との産地交流や食農教育を目的に、子どもたちへ稲刈り体験を提供します。

作業は今年の5月に行われた田植え体験のほ場で行われ、子供たちは鎌を使って稲刈りを楽しみました。稲刈りの後はクイズや地元農産物の紹介を行い、会の最後には参加者へ地元産の米とおにぎり、ミニトマトをプレゼントしました。

蟹江支店 幼稚園で出前授業開催 地元の新米を味わう



小学校教員に向けて講演 出前授業で食農教育活動



10月13日、海部地区の小学校教諭で構成する現職教育研究集会の生活科部会において、当JAの職員が講師として招待を受けました。

同部会は生活科授業に関する年2回の活動に加え、講師を招いた研修会を行っており、今年度はあま市立秋竹小学校を会場として開催。当JA園芸部園芸企画課の村上充晃係長が講師を務め、学校での栽培活動に役立つ出前授業での実体験の報告をはじめ、秋冬野菜の栽培品目の提案や2年生が使用する植木鉢で試験栽培した野菜の展示を行いました。

出前授業は地域貢献や農業の理解促進を目的に食農教育活動の一環として当JAが行っているもので、今年度は16の小学校に43回訪問しています。



講演会の様子

北部営農センター たすけあいの会 サツマイモの収穫



11月15日、JAあいち海部たすけあいの会は北部営農センター南側花壇にパンジーを定植しました。また、5月から育てているサツマイモの収穫作業も行いました。

この活動は、同会の会員が目的別活動の一つとして年間を通じて行っているものです。この日は10名が参加し、定植・収穫作業のあと、同センター2階調理室で芋ご飯やいきなり団子に調理し、新型コロナウイルス感染対策に配慮して会食を行いました。

同会の服部晴美会長は「コロナ禍で会の活動が難しくなっている中、会員同士が知恵を出し合い、久しぶりに調理や会食もできた。花壇の手入れはJAに来るお客様や職員さんにも楽しんでいただきたい」と話しました。

収穫したサツマイモは11月18日に同会が開催する元氣教室の参加者に鬼饅頭にしてプレゼントしました。



収穫の様子

あまイチゴ組合 組合でインスタ運営 日々の取り組み伝える



あまイチゴ組合は9月より組合インスタグラムの運営を始めました。同組合の生産者が発信を行うことで、季節の作業やほ場の様子などをよりタイムリーに発信するとともに、内容の面でもイチゴに特化した情報を伝えることを目指します。

運営は昨年度より同組合に加入した森直矢さんが中心で行い、時期ごとに行う作業の様子や組合で行った栽培講習会等の取り組みを動画や写真で紹介。また、投稿に際しては同JAの職員が内容の確認を行い、トラブルの防止や内容の充実を図ります。



アカウントを運営する森さん



あまイチゴ組合の
インスタはコチラから!!

ゴルフ友の会 ゴルフ大会 3年ぶり開催

10月11日と25日にゴルフ大会を開催し、二日間合わせて328名が参加しました。これは当JAゴルフ友の会の会員に向けて開催しているもので、今年で16回目になります。新型コロナウイルスの感染拡大を受けて中止が続いていましたが、3年ぶりの開催となりました。

大会は三重県の桑名国際ゴルフクラブで行われ、一日目は愛西市の佐藤泰和さんが、二日目は弥富市の佐藤和範さんが優勝しました。



11日の大会で優勝した佐藤泰和さん(写真左)と
25日の大会で優勝した佐藤和範さん(写真右)

飛島村役場 役場でイルミネーション点灯 竹あかりが夜を彩る



飛島村観光協会は11月より同村庁舎でイルミネーション「Tobishima Lights」の展示を行っています。この取り組みは今年で3年目。協賛企業の一つとしてJAあいち海部が協賛をしています。今回はカナエリアの竹あかり演出家である川淵皓平氏がイルミネーションを製作し、装飾を行った竹を用いて温かな光と静かな空間を演出しました。

11月4日には点灯式を開催。展示期間中は協力飲食店で食事をすると商品券などが当たる抽選会も行われます。イルミネーションは12月25日まで展示する予定です。飛島支店の佐藤司副支店長は「地域に根ざしたJAとして今回のイベントに協力させてもらった。これからも一緒に地元を盛り上げていきたい」と話しました。



展示中のイルミネーション



さいとう みねゆき
西藤 巖之さん(60歳) 弥富市寛延

いろいろな野菜を作っていききたい

弥富市で水稲オペレーターをしている西藤さん。五年前にお米の裏作としてキャベツやブロッコリーの栽培を始めました。

「それまでは父から仕事を受け継ぎ、稲や麦を育ててきました。他の作物に挑戦することになったのは地域のオペレーターさんたちがキャベツ部会を作ったのがきっかけです。自分の始めた最初の年にキャベツが史上最高値を記録し、部会でも種蒔きや定植の機械を導入して作付面積を拡大しました」。

順調な滑り出しから始まった西藤さんの挑戦ですが、その翌年に新型コロナウイルスが流行し、需要は低迷。売場の一つとして産直への出荷を始め、様々な作物に挑戦するようになりました。「最初はキャベツの他にブロッコリーを栽培していました。オペレーターの仕事があって夏場の出荷はできていませんでしたが、事業を後継者に引き継ぎ、昨年からは夏野菜にも挑戦しています。産直として幅広い作物を作りたいという思いもありますが、孫たちに自分が作ったものを食べてもらいたいというのも大きいですね。これからは毎年新しい作物に挑戦していくつもりです」。

新たなチャレンジを続ける西藤さん。今年の六月には当JAが行っている就農塾に加わり、野菜づくりについて

て改めて学びました。

「最初は夏の野菜と冬の野菜の違いに戸惑いました。キュウリやナスのような夏野菜は一本の木からたくさん良いものが実るように育てたい。収穫が遅ければ木に負担がかかり、次に出来るものに影響するし、収穫の時期には秋冬野菜の準備も始まりです。一つの野菜が終わる前に次の野菜が来るので忙しくなりました」。そんな西藤さんは今年の冬も新しくカリフラワーに挑戦。黄色や紫色をしたカリフラワーとブロッコリーを合わせてカラフルなサラダなどに使ってもらいたいと話します。

最後に産直の利用者に向けて「安全安心な野菜を作っていきます。ぜひ手に取ってみてください」とメッセージをいただきました。



オレンジ色があざやかなカリフラワーは西藤さん今年一押しの野菜です。



家族の一員



弥富支店管内



マルチーズ シェリちゃん(8歳)

飼い主さん
から一言

とっても食いしん坊です♪

わが家のアイドル

佐屋支店管内



日比野 晃樹くん(2歳)

父 彰範さん
母 由梨さん

ご家族からの
メッセージ

元気にのびのびと
育ってね♪



いろいろキノコの炊き込みご飯



材料 (6人分)

- 米 450g
 - ヒラタケ 120g
 - マイタケ 80g
 - ハナビラタケ 60g
 - マッシュルーム 4個
- だし汁
- かつおだし 350ml
 - しょうゆ 35ml
 - みりん 35ml
 - 料理酒 35ml

作り方

- ① ヒラタケ、マイタケ、ハナビラタケはほぐし、マッシュルームはスライスしておく。だし汁の材料を鍋に入れ一煮立ちさせ冷ましておく。
- ② 米をとぎ、ざるに20分あげておく。
- ③ 炊飯器にだし汁を入れ、②の米とキノコ類を入れ20分浸し炊き上げる。
- ④ 器に盛り付けて出来上がり。



茨城県笠間市にある
「天晴(旧キッチン晴人)」
オーナーシェフ
永井 智一



あなたも

チャレンジ 家庭菜園

Challenge Home Vegetable Garden



カブのトンネル栽培 適切な温度管理を心掛ける

園芸研究家 成松次郎

カブは、暑さと乾燥に弱いですが、寒さには強いという特徴があります。温暖地の露地栽培は3、4月まきになりますが、トンネル栽培では2月まきができます。生育促進と、とう立ち防止にマルチ、べた掛け、トンネル資材での保温が必要です。

【品種】

低温肥大の良い「白鷹」(武蔵野種苗園)、「ゆきわらし」(カネコ種苗)、周年安定した生育をする「耐病ひかり」(タキイ種苗)などがあります。

【畑の準備】

種まき2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gを全面にまき、深く耕しておきます。1週間前に化成肥料(NPK各成分10%)100gと堆肥1~2kgをまいてよく混和しておきます(図1)。

【畝立て】

幅70~80cm、高さ5~10cmのベッド(栽培床)を作り、平らにします。畑が乾燥しているときは、灌水(かんすい)して土壤水分が適度な状態にし、15cm間隔の穴開きシートでマルチをします(図2)。

【種まき】

種は1穴当たり4、5粒をまき、1cmほど土を掛けます(図3)。その後は、発芽促進と幼苗の保温のために、べた掛けとトンネルをします(図4)。

【間引き】

発芽し、双葉がそろった時点で、密になっている部分を間引きます。その後も、生育の劣る株を間引き、最終的に1株立ちにします。

【トンネルの被覆と換気】

冷涼地や温暖地の2、3月はまだ夜温は低いです。が、昼間のトンネル内は高くなるため、本葉1、2枚の頃から換気を開始します。フィルムの裾を開閉する方法、フィルムに穴を開ける方法や穴開きフィルムを使う方法があります。そして、生育後半にトンネル内の茎葉が繁茂する頃、遅くともヤエザクラの開花の頃にトンネルを除きます。

【収穫】

直径5、6cmから収穫(小カブ)を始め、10~12cm(中カブ)まで収穫期間があります(図5)。

図1 畑の準備



図2 マルチ張り

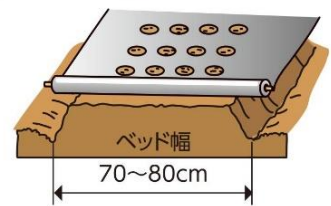


図3 種まき

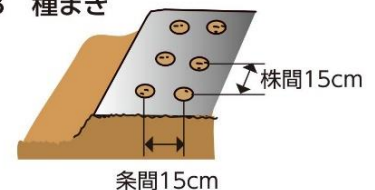
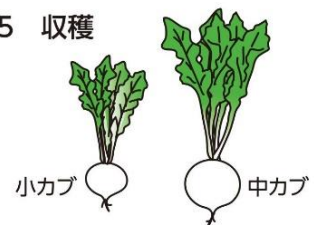


図4 トンネルべた掛け



図5 収穫



Q & A

問題解決!



南部営農センター
園芸課
検校 哲也

Q1 種が残ると冷蔵庫に保存していますが、その種をまくのですが発芽率が十分ではありません。どの程度、保存可能ですか。

A1 130年。これは国の研究機関「農研機構」が調べたキュウリの種の寿命です。

植物の種子の発芽能力は、作物の栽培において非常に重要な特性です。保存中に種子の発芽率が落ちやすい(種子寿命が短い)作物や維持しやすい(種子寿命が長い)作物があることが知られており、これまでも、古くなった種子の発芽率がどうなるか研究されてきました。

2020年、農研機構は、零下1℃、湿度30%という保存に適した環境条件で保存していた種子について、30年間にわたり5年おきに発芽率を直接調べ、その結果から主要な50種・8万点の種子寿命を推定しました。

その結果、一定以上の発芽率(保存開始時の発芽率の85%以上、おおむね60~85%)を維持できるおおよその期間はダイズで15年、コムギは20年、トマトは

30年、ソバは70年、キュウリは130年などと推定されました。

種子には発芽能力を維持できる期間(寿命)があります。種子の寿命は野菜の種類によって異なります。なお、保存状態が悪いと、寿命が短くなります。

以下に、適切に保存された主な野菜の種の寿命を示します。

寿命	野菜名
1~2年	シソ、ネギ、タマネギ、ニンジン、ミツバ、ニラ、落花生など
2~3年	キャベツ、レタス、トウガラシ、ホウレンソウ、ゴボウ、エンドウ、インゲン、ソラマメ、トマト、ダイコン、カブラ、ハクサイなど
3~4年	ナス、スイカ、オクラ、小豆、キュウリ、カボチャなど

種子が入っている絵袋の裏面には「有効期限」と「発芽率」が記載されています。これは、有効期限内であれば記載されている発芽

率が期待できるという意味です。また、有効期限が過ぎてしまっても、まったく発芽しないわけではありません。この発芽率は、袋が未開封で適切な保管状況にあった場合です。袋があいたままだったり、濡れたり、陽が当たったりしたら、それまでです。未開封の種子も開封後の種子も適切な保管がポイントになります。



種の保存方法

種子の寿命を長く維持するには低温・低湿、そして光を遮断する必要があります。直射日光や高温に当たらない低温状態で保管することが重要です。保管中も種子は呼吸しており寿命を消耗しています。低温で保管することで呼吸量を抑えられるため、種子の発芽能力が維持できます。

発芽能力を長期間維持するため、ビンやカンなど密閉できる容器に十分乾燥した種子と乾燥剤

を入れてビニールテープで密閉し、冷蔵庫の野菜室(5~10℃)に入れて保存します。そうしても劣化します。開封したら使いきることが原則です。

発芽率

絵袋に書いてある発芽率とは、種類によって決められた条件(培地、温度、日数)により発芽率を検査します。この数値が基準で、80%ならば80%以上は発芽するという意味になります。実際、表記されたパーセンテージを超える種が売られています。

発芽率は、種類ごとに種苗法に基準が定められていて、この基準をクリアするものが製品として出荷されます。

例えば、キャベツ75%、オクラ70%、パセリ60%、タマネギ70%、トマト80%、ネギ75%など、だいたい7~8割の発芽率ですが、シユンギク50%、ニンジン55%と、半分程度の発芽率の野菜もあります。なお、キュウリやハクサイなどは85%の発芽率が基準となっています。

写真1は、ローズマリーの種の絵袋なのですが、発芽率30%です。ここまで発芽率が低いと不安になりますね。

発芽日数

発芽には、水、温度、酸素が必要ですが、条件がそろっても、どの種も同じように芽が出るわけではありません。ゴボウなど休眠が強くてなかなか起きてこない、

ハスの実のように殻が硬くて芽がなかなか出てこない、とかあります。また、レタスやニンジンなど光を好む野菜は浅く覆土を薄くしてまぎます。

発芽までの日数	野菜名
7日	レタス、カブ、ハクサイ、ツケナ類、キュウリ、カボチャ、トウモロコシ
10日	ダイコン、キャベツ
12日	タマネギ
14日	ニンジン、ピーマン、トマト、ナス、スイカ

オンライン
農業塾は
こちら

動画はコチラ



管内の
病虫害
情報は
こちら



家庭菜園
情報は
こちら





地元の農産物を ポイントで交換しよう!!



～ 地元農産物ポイント交換会 ～

地元の農産物をポイントで交換しよう!

第4弾

1月



ポイント
交換数
1,300
ポイント

ゼラニウム

お申込み期間 12/1～12/30

商品お渡し日 1/27

お申込み受付中

ポイント
交換数

1,200
ポイント

第6弾

3月



ポイント
交換数
800
ポイント

サイネリア

お申込み期間 2/1～2/28

商品お渡し日 3/17

第5弾

2月



エラチオールベゴニア



*写真はイメージです

お申込み期間

1月4日(水)～
1月31日(火)

土日祝はお休み

★ポイント数★

1,200ポイント

★お渡し日★

2月22日(水)

★お渡し日★

50鉢限定!

- サイズ/5号鉢(直径15cm)
- 赤色・ピンク色・黄色を
ご用意いたします。
色はお選びいただけません。

ゆめのか

2パック入り

ゆめのかなう
いちご

ポイント数 1,300ポイント

お渡し日 1月24日(火)

交換数 100セット限定

申込期間 12月9日(金)～12月30日(金)



お申込み
方法

ポイントカードをお持ちのうえ、**各支店にて交換
申込書を記入**し、受付を行ってください。(先着順)

お渡し日は、上記の日程です。

お渡し
方法

商品はお申し込みいただいた支店でのお渡しとなります。
申込控え等をお持ちのうえ、商品とお引き換えください。

お渡し時間 9:00～17:30

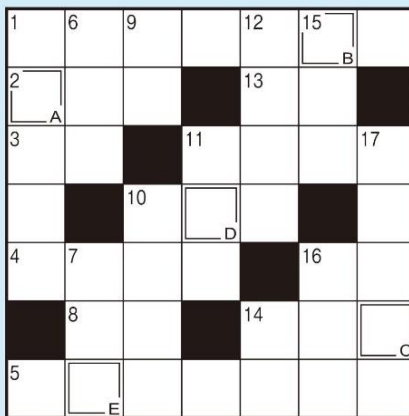
タテのカギ

- ① ねんまつねんし がっこう い きかん
① 年末年始の学校に行かない期間
- ⑥ うし あぶら ぶた あぶら
⑥ 牛の脂はヘット、豚の脂は
- ⑦ げっぷのこと。——にも出さない
- ⑨ あか あお き みどり
⑨ 赤・青・黄・緑など
- ⑩ ポニーテールをすと えりあし
⑩ ポニーテールをすと襟足にちより
- ⑪ みかわけんいち きょく ざ おんな
⑪ 美川憲一のヒット曲『——座の女』
- ⑫ ぶた かたち はこ
⑫ 豚の形をした——箱
- ⑭ ことし らいきやくすう さくねん わり
⑭ 今年の来客数は昨年の3割——だ
- ⑮ めずら しょもつ
⑮ 珍しい書物のこと
- ⑯ いろいろと考えあぐねて悩むこと
- ⑰ よ かんが ——が浮かんだ

Cross Word Puzzle



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

- ① にほん
① 日本のクリスマスパーティーでよく食べられる鶏肉料理
- ② フランスやイタリアなどの通貨単位
- ③ たびさき と
③ 旅先で泊まります
- ④ バットが出せず——の三振！
- ⑤ カーナビは「カー——システム」の略
- ⑧ ねんまつ とし せ
⑧ 年末、年の瀬ともいいます
- ⑩ もの よご いた
⑩ 物が汚れたり傷んだりすること
- ⑪ これから起こることを予測します
- ⑬ あし べつめい
⑬ 葦の別名
- ⑭ イエス・キリストの母です
- ⑯ りく かい
⑯ 陸・海・——

応募締切日

2022年
12月22日(木)

当日
消印有効

ハガキでの応募

- ① チャレンジクイズの答え
- ② 郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号
- ③ 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)
- ④ JAへのご意見や「あまの風」へのご要望
- ⑤ 今号で一番良かったコーナーと、その感想をご記入の上、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

https://www.ja-aichiama.com/

ID

□□□□

パスワード

□□□□□



12月賞品

あまイチゴ組合
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!

*写真はイメージです

先月号の答え

ア カ ワ イ ン



先月号の当選者

応募総数96通

たくさんのご応募をいただき、ありがとうございます。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

イチゴの苗とり方法が良く分かりました。早速やってみたいと思います。
(飛鳥地区・男性)

畑で野菜を作っています。定年退職後に始めたため何もわからないところからのスタートでした。大変参事になり助かっています。
(市江地区・男性)

ブルーベリーを栽培しますが、カイガラムシや蓑虫の被害がひどいです。農業を使わない対策を教えてください。
(八開地区・女性)

JA・庭の木を見ると、カイガラムシもミノムシもよく見えます。手で取ります。カイガラムシは、歯ブラシやヘラでこそぎ落とします。
ミノムシは、手で取りますが、幼虫の毛虫は割り箸が必要かと思えます。びっしり着いていたら、剪定するのも手です。

毎年タマネギを作りますが、収穫後の処理が悪いのか、すぐに傷んでしまいます。良い方法などありましたら教えてください。
(弥富地区・男性)

JA・乾燥が不十分、収穫が遅れた、肥料が多かった。この三つが傷む原因です。

晴れの日が続くのを見越して掘り起こし、うねに横たわらせて2〜3日、天日乾燥します。葉が倒れて1週間後が収穫の目安です。過ぎると、葉が傷み作業しにくくなり、傷みからカビが生えたり、芽が出たりして味も落ちます。

多肥は球のしまりが緩くなります。特に遅い追肥は禁物です。収穫2カ月前にはストップしてください。また、吊るすとき、状態の悪いものは別にします。いっしょに吊ると良いものまで腐りますよ。



病院ミニ知識

DMAT(災害派遣医療チーム)について

みなさんは、「DMAT(災害派遣医療チーム)」をご存じですか?あまり聞き馴染みのない言葉かと思いますが、簡単に説明いたしますと、阪神淡路大震災や東日本大震災のような大規模災害の災害急性期に活動できる専門的なトレーニングを受けた医療チームで、「Disaster Medical Assistance Team」の頭文字を取った呼称です。DMATの基本構成は、医師1名、看護師2名、業務調整員(職種指定無し)1名の4名1チームとなっております。私は、業務調整員の資格を持っています。DMAT隊員になるためには、厚生労働省主催の隊員養成研修を受講し、試験に合格することが必要です。取得後は、専門的な研修を定期的に受講する必要があり、隊員としての能力維持・向上に努めます。

現在、当院には、医師5名、看護師4名、調整員1名のDMAT隊員が所属しています。出動の際には、このメンバーの中から選抜されチームを形成します。直近の出動としては、2016年4月14日に発生した熊本地震において、4月17〜21日の5日間(熊本では実働3日間)活動し、主に済生会熊本病院と熊本赤十字病院にて、救命救急センター診療業務支援を行いました。移動は全て当院DMAT専用車両(緊急車両認定)を使用し、車両には、想定される活動内容に対応出来るように、医療資機材・衛星携帯電話・パソコン・寝袋・食料・車両燃料携行缶(ガソリン)等を積載し、往復で約1,700



企画係長
渥美 博希

0キロ走行しました。当院にて毎年行う災害訓練においてもDMAT隊員は参加し、訓練にて抽出された課題に対して、院内の専門部会で検討しています。災害拠点病院としての責務を全うするため、災害医療体制の強化にこれからも努めてまいります。



介護ミニ知識

延ばそう健康寿命

最近、「健康寿命」という言葉を見たり聞いたりする機会が増えてきました。

寿命は人が亡くなるまでの期間ですが、健康寿命とは介護や人の助けを借りずに起床、衣類着脱、入浴など普段の生活の動作がひとりでき、健康的な日常が送れる期間のことをいいます。

つまり、「病気をしない期間」ではなく「介護を受けないで自立している期間」のことです。平均寿命と健康寿命の差は、男性で約9年、女性で約12年あります。男性は72歳、女性は74歳頃を過ぎると病気やケガ等で入院することが増えてきて、人の手を借りて生活を送らないといけなくなります。

これから先、生き生き楽しい人生を送るには、心身ともに自立し、健康的に生活できる期間を延ばさなければなりません。

延ばすことが難しければ、自立度の低下や寝たきりを招き、要支援、要介護状態へ移行していきます。つまり、健康寿命の大敵なのです。少しでも、健康寿命の大敵なので、少しでも、心身ともに自立した生活ができる年数が増えるように、皆さまに健康寿命を延ばす7つの習慣をお伝



通所リハビリ
テーション
田中 友子

えしたいと思います。

- 1 生活習慣病を知って予防をしよう(糖尿病、心疾患、脳血管疾患等)。
- 2 適切な食生活を目指そう(和食中心の食事を心がける)。
- 3 適度な運動をしよう(1日、20分〜30分程度のウォーキング)。
- 4 十分な睡眠をとろう(1日、6〜8時間の睡眠を目安に)。
- 5 禁煙しよう。
- 6 お酒と上手につきあおう(1日、ビール中ビン1本、日本酒1合度)。
- 7 歯、口腔の健康を守ろう(誤嚥性肺炎予防の為に)。

これらのことに気を配り、人生が終わる最期の日まで自分のことは自分ででき、健康に暮らせるように頑張りましょう。



健康づくりミニ知識

減塩のすすめ

健康のために食事で気になることは、何でしょうか？塩分、糖分、脂肪分？今回は塩分についてのお話です。

塩分塩化ナトリウムは生命維持に欠かすことのできない必要な成分です。しかしながら、塩分をとりすぎると、のどが渇き水をたくさん飲むことで血液の量が増え、血圧が上がります。通常は腎臓の働きによって水と塩分を尿として体外に排出し、このバランスを保っています。腎臓が処理できないほどに塩分をとりすぎてしまうと、血圧の高い状態が続いてしまいます。

■「私は何も病気がないから塩分なんて気にしなくていい。」「病気になったら減塩を考えます。」という人は、大丈夫？

高血圧症や慢性腎臓病の患者さんは、塩分摂取過多があると重症化しますので減塩が必要です。ただし、健康な方でも、塩分摂取過多によつて高血圧の発症リスクや胃がんのリスクがあがるといわれています。このため、世界保健機関（WHO）は、すべての成人の減塩目標を1日5g未満としています。⁽¹⁾

日本人は塩分摂取量が多いため、厚生省は基準を緩めています。が、血圧が正常な人でも食塩摂取は、男性は1日7.5g未満、女性は6.5g未満を目標としており、可能であれば1日6g未満が望ましいといわれています。⁽²⁾



副院長兼
腎臓内科代表部長
鈴木 聡

■「私は塩分をとりすぎていません。普通か、少し控えていますよ。」という人は、大丈夫？このように言われる方がとても多いのですが、日本で普通の食生活をしていると1日10.1g(男性10.9g、女性9.3g)の食塩を摂取しています。ちなみに20代の若者よりも60代以上の方の摂取量が多く、60代男性の平均は11.5gです。⁽³⁾ 普通の食事の約半分まで減塩しないと6g未満に到達しません。日本では、醤油、みそ、漬物など塩分の多い食品を摂る習慣が影響していますので、かなりの努力をしないと減塩は難しいのです。

過食をしない、麺類の汁は必ず残す、みそ汁は1日1回程度、漬物も少量をたまに食べる程度にする、醤油はかけずに少量をつけるだけに、練り製品や加工食品をとりすぎない、主食はパンよりご飯にする、食品表示の食塩相当量を活用するなど、健康のために食生活を見直してみましょ。

- (1) WHO. Guideline : sodium intake for adults and children, 2012
- (2) 厚生労働省. 日本人の食事摂取基準 (2020年版)
- (3) 厚生労働省. 令和元年 国民健康・栄養調査の概要



子育てミニ知識

耳の病気にこころ

Q 5歳の子どもが夜中に突然「耳が痛い」と訴えました。とても痛がっていますが、すぐに病院に連れて行った方がよいでしょうか。

A さぞお困りになったと思います。子どもが痛がるのを見ているのはつらいですよね。

耳が痛む病気は数多くありますが、5歳くらいのお子さんにおいて最も多いものは、急性中耳炎です。急性中耳炎は、原因菌が鼻の奥にある「耳管」という耳と鼻をつなぐ管を通り、鼓膜の奥の「中耳」という部屋で炎症を起こすと生じる病気です。

ほとんどの場合はかぜ症状（鼻水、咳）が先行しますので、かぜにかかり、耳が痛くなった場合は、中耳炎に至っている可能性が考えられます。

夜間に急に耳が痛くなった場合の対応としては、まずは普段お子さんが使用している痛み止め（解熱剤）があれば、夜間はそれで対応していただき、翌日にお近くの耳鼻いんこう科で診て



小児科代表部長
小久保 稔

もらうことで問題ないと思われます。痛み止めの持ち合わせがない場合や、お子さんが痛みでつらい場合は、夜間診察を行っている医療機関に受診されるのも良いかと思われます。

また、中耳炎では、さらに炎症が進むと鼓膜が破れて、耳だれ（膿）ができることがあります。鼓膜が破れるほどの状態に至るには、耳の痛みがでてから、時間を要することがほとんどです。夜のうちに必ず耳鼻いんこう科の医師の診察を受けなければならぬ、といったことではありません。

また、耳の痛くなる病気には、外耳炎や、耳の中の異物のこともあります。その場合でも、夜間は痛み止めで対応していただくことでほぼ問題ありません。ただ、耳の異物がボタン電池や刺激性の化学薬品を含むもの、また虫が耳の中で暴れて痛みが生じている場合は、放置すると鼓膜を痛めたり、耳の中のキズが治りにくくなったりする場合があります。そのため、夜でも医療機関の受診をお勧めいたします。



冬の定期貯金 キャンペーン



実施期間 令和4年12月1日(木)～令和5年1月31日(火)

れんたろう



窓口にてお預け入れ
いただいた方に

全店合計
10,000枚
プレゼント!!



適用条件 スーパー定期貯金(自動継続扱い1年)で現金または小切手にて50万円以上1,000万円未満新規で通帳式によりお預け入れの個人の方

組合員(新規加入者、同居の家族も含む)、年金振込、給与振込、JAカード契約者、JAネットバンク契約者(新規契約者を含む)の方は

契約金額(増額分)50万円ごとに
農業応援チケット
500円分1枚プレゼント!!

(例)1,000万円
ご契約の場合
チケット20枚
(10,000円分)
プレゼント

※上記以外の方は契約金額(増額分)100万円ごとに1枚ずつプレゼントいたします。
※金利は店頭金利となります。※当JAで現在ご契約されている定期貯金を解約してお預け入れの方は対象外とさせていただきます。※満期書替の場合、1契約につき50万円以上の増額が必要となります。

JAあいち海部は地域農業を応援します!

農業応援チケットは
下記店舗にてご利用いただけます



愛菜耕房
(グリーンセンター 津島店)
〒496-0876
津島市大縄町9丁目71-1
☎0567-23-3511

菜々耕房
(グリーンセンター 十四山店)
〒490-1406
弥富市鍋平3丁目55-5
☎0567-56-6808

Aコープとびしま店
〒490-1434
海部郡飛島村松之郷1丁目52-1
☎0567-52-1239

●金利/店頭表示金利 ●農業応援チケットはお1人様10,000円分までとなります。●農業応援チケットの使用期限は2023年5月31日までとなります。●愛菜耕房(グリーンセンター津島店)、菜々耕房(グリーンセンター十四山店)、Aコープとびしま店にてご利用いただけます。●ご契約いただいた農業応援チケットプレゼント対象の定期貯金を中途解約された場合、チケット代金を精算(回収)させていただきます。●他のコースとの併用は不可となります。●ATM・JAネットバンクにてご契約の方に関しては、農業応援チケットはついてきません。●農業応援チケットはなくなり次第終了となります。

ATMにてお預け入れいただいた方に!

金利条件 スーパー定期貯金(自動継続扱い1年)で
1万円以上新規で通帳式によりお預け入れの個人の方

年0.05%

税引後 年0.039%

ATM扱いご留意事項
●お客さまの限度額設定等によりお預け入れいただける金額が異なります。
●ATM稼働時間内のお取り扱いとなります。
●当組合の総合口座通帳、または定期貯金通帳をお持ちの方が対象となります。

JAネットバンクにてお預け入れいただいた方に!

金利条件 スーパー定期貯金(自動継続扱い1年)で
1万円以上新規で通帳式によりお預け入れの個人の方

年0.10%

税引後 年0.079%

JAネットバンク扱いご留意事項
●総合口座通帳または定期貯金通帳をお持ちの方で、その定期貯金口座をJAネットバンクのサービス利用口座に登録されている方が対象となります。
●お客さまの取引内容などにより、新規のネットバンク申込時に一定の制限を設けさせていただく場合があります。

〈ご留意事項〉

●個人のお客さまが対象となります。●新規のお預け入れが対象となります。●窓口扱いは現金または小切手でのお預け入れに限ります。ただし、給与・年金・農産物代金等の振込資金は対象とさせていただきます。●表示の金利の適用は初回満期日までとし、継続後の金利は継続日当日のスーパー定期貯金の店頭表示金利とさせていただきます。●満期日前に解約する場合は、当JA所定の中途解約利率を適用させていただきます。●お利息は20.315%(国税15.315%・地方税5%)の分離課税がかかります。●当JAが実施する他の定期貯金キャンペーンとの併用はできません。●本商品は金利環境等の変化により、キャンペーン期間中であっても商品内容を変更したり、取扱いを中止することがあります。●詳しい内容は、各支店窓口ならびにライフアドバイザーまでご確認ください。店頭の商品概要説明書をご用意しております。

オンラインで
カンタン・便利に!
JAネットバンク
サービス案内



ご存知ですか?!



いつでも、どこでも、手軽で便利!
JAネットバンクなら!

- 残高・入出金
明細照会
- 振込・振替
- 定期貯金
機能
- 各種ローン
機能

スマホ・PCなど
どちらからでも!

がカンタンに
お取引できます!

わからないことが
あっても電話で解決! JAネットバンク
JAネットバンクヘルプデスク
☎0120-058-098
平日9時～21時(土日祝日9時～17時)※1/1は除く
緊急時のサービス利用停止は365日/24時間対応

加工用トマト

トマトケチャップの原料となる加工用トマトです。



「新規栽培希望者募集」のお知らせ!

説明会

日時: 令和4年12月19日(月)午後1時30分
会場: 北部営農センター2階研修室

- 「契約」無支柱・露地(マルチ)栽培
- 出荷コンテナ無償貸し出し
- 栽培研修会・圃場巡回あり
- 定植: 4月中旬
- 収穫: 7月中旬～8月中旬



応募資格 組合員

応募期間 令和4年12月1日(木)～12月15日(木)

応募方法 各支店、北部・南部営農センターに備え付けの応募用紙に必要事項をご記入のうえ、ご提出ください。
FAXでの申し込みも可能です。 FAX: 0567-23-3018

お問合せ 園芸部 園芸企画課 TEL: 0567-23-6912

お知らせ



介護課職員

利用者さんに寄り添い、
一緒に笑顔をお届けしましょう!



仕事

- ① ケアマネジャー(介護支援専門職員)
- ② サービス提供責任者
- ③ ホームヘルパー(訪問介護員)

経験者
優遇

資格

- ① 介護支援専門員(経験者優遇)
- ② 介護福祉士、実務者研修修了者(経験者優遇)
- ③ 介護福祉士、実務者研修修了者
介護職員初任者研修修了者(ヘルパー2級)

給与

- ① 月給230,000円～280,000円(基本給+各種手当含む)
賞与有 年3回(令和3年度実績)
- ② 月給210,000円～235,000円(基本給+各種手当含む)
賞与有 年3回(令和3年度実績)
- ③ 時給1,510円～(基本給+各種手当含む)

勤務時間

- ① 8:30～17:30
- ② 8:30～17:30
- ③ 8:00～18:30(応相談/週1回からでもOK)

勤務地

- ① ② 津島市
- ③ 愛西市、津島市、他

お問合せ

JAあいち海部 生活部 介護課 (受付時間 午前8:30～午後5:30) TEL:0567-28-6848

募集中。

まずはお気軽にお電話ください。



農作業の労力軽減による 伝統産地の維持・発展

JAあいち海部管内の弥富・鍋田地区は古くからイチジク栽培が盛んに行われてきた伝統的な産地です。愛知県はイチジク生産量が全国1位で、同地区には最盛期に45名の生産者がいました。しかし近年は出荷場の荷受日時の制約などを要因として個選出荷を選択する農家が増加したことに加え、組合員の高齢化により生産者数も減少しており、共選

出荷を行う農家は2名にまで減少。産地復興に向けた販売戦略の策定が課題となっていました。

そこで当JAでは、共選出荷によるスケールメリットの創出や農作業の労力軽減を目指し、コンテナ出荷の試験導入および集荷場の予冷設備を活用した毎日出荷体制の構築に今年度より新たに取り組みました。

これまで6種類の規格ごとにパックに詰めていたところをコンテナ出荷により2階級のみでの取扱いとしたことで、生産者によっては繁忙期の作業時間が1日当たり最大で3~4時間短縮されました。出荷経費の削減や労力の軽減にもつながり、実需者との接点も広がったことで、結果として農家所得の向上にも繋がりました。

当JAでは、さらなる品質向上や規格統一による有利販売を実現するために共選出荷部会の立ち上げや、他の地区での生産振興などに向けて様々な施策の検討を進めていきます。



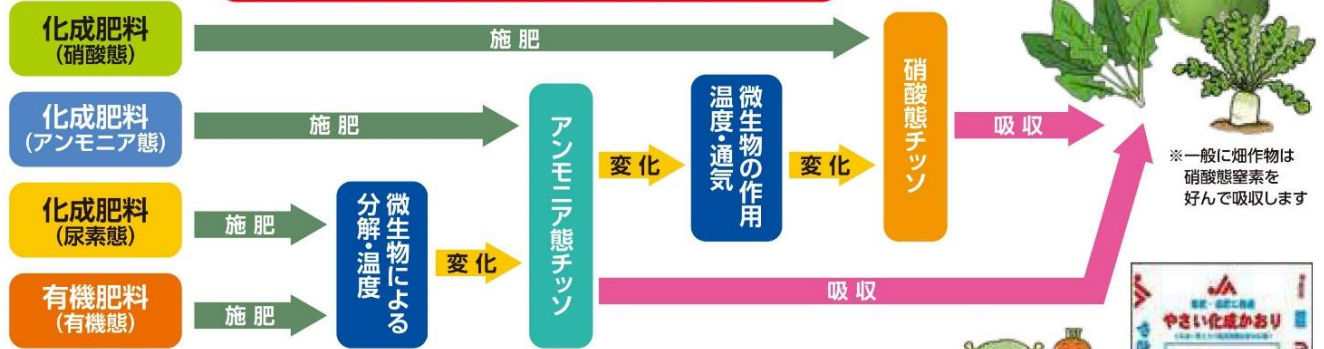
収穫の様子

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。

肥料中のチッソ成分が作物に吸収されるまで



おすすめの肥料 やさしい化成 かわり

硝酸態窒素入り
即効性肥料

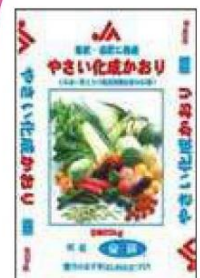
- 窒素14%の内、畑作物が好む硝酸態窒素を6%含んでおり、**厳寒期の追肥に最適**です。
- 加里は**硫酸加里**を使用しており土を荒らしません。
- 苦土を多く(5%)含んでおり、**欠乏症の予防**にも役立ちます。

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)



やさしい化成かわり
20kg 5,210円(税込)

JA AICHIMA 2022 December 12
あまの風 No.189

<https://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
JAあいち海部

公式 LINE 友だち登録

公式 Instagram

公式 YouTube 動画