

琵琶湖と伊吹山に囲まれたJALレーク伊吹は
人と自然と街を愛で優しく包みます。

ふれあい!

12

December 2016

vol.224

- | | | | |
|----|-----------|----|-----------------------|
| 1 | ふれあいタイムス | 12 | お便りのコーナー |
| 5 | 営農情報 | 13 | みんなで人権教育
今月のあなたの運勢 |
| 7 | レディーススクール | 14 | パズル?頭の体操 |
| 9 | ふれあいプラザ | | |
| 11 | JAからのお知らせ | | |





支店協同活動

組合員や地域の皆さまとともに歩む組織でありたいとの思いで、さまざまな活動に取り組んでいます。ふれあうことで「絆」を大切に、地域に愛されるJAをめざします。

伊吹支店 ハロウィーンイベント開催



▲手作りのゼリーでおもてなしました

10月14日
伊吹支店では、日頃の感謝の気持ちを込めてお客さま感謝デーを開催しました。窓口職員が中心となり、支店の雰囲気を感じ上げる飾りつけを行い、キャンディーをご用意しました。

来店いただいたお客さまにお渡ししました。また、お待ちいただく方へはJA取扱商品を使った「手作りゼリー」をお召し上がりいただきました。お客さまも職員もみんな笑顔。地域の皆さまとJAの結びつけを更に強くするきっかけとなりました。これからも季節感あふれるイベントを企画する予定です。



▲皆さまに喜んでいただきました

炊きたてのご飯を プレゼントしました

10月15日・18日
地域の子どものために、炊きたてホカホカご飯の学校給食を提供しました。15日には長浜市立長浜北小学校、18日には長浜市立神照小学校において開催しました。この取り組みは今年で6年目、地域のボランティア「夢プロジェクト委員会」や日赤奉仕団・民生委員・児童委員・PTA・学校OBなど、多くの方の協力で続けられています。



▲長浜北小学校のようす

教室からは、子どもたちの「甘い」「おいしい」という声が聞え、炊きたてごはんに大喜びでした。たくさんの子どもたちが、おかわりの行列を作っていました。



▲神照小学校のようす

先生は「炊きたてのご飯ほどおいしいものはありません。一度にたくさんのお米をガスの強火で炊く事で、更に味わい深いものとなります。ご飯がおいしいと、おかずもおいしい。自然に食が進みます。子どもたちも、この美味しさがよくわかるようで、どのクラスも完食しました」と話されていました。なお、JAよりお米や器材の提供を行っています。「地産地消」を重視し、子どもたちが「食」と「農」の結びつきを身近に感じるための取り組みを支援しています。



▲お礼のメッセージをいただきました

年金友の会

伊吹支部親睦旅行を開催

10月17日(月)～18日(火)

JAレック伊吹年金友の会 伊吹支部では、54名の参加により二日間の親睦旅行「伊根舟屋めぐり遊覧船と出石の散策」を開催されました。

初日は、出石城下町の散策と豊岡かばん団地を見学した後、夕日ヶ浦温泉で宿泊されました。二日目は、京丹後



▲天橋立 智恩寺において



▲天橋立 智恩寺において

市で収穫された野菜と果物を中心に、丹後米(コシヒカリ)、切り花などを豊富に揃えているJAの直売所「きちやりーな」で買い物などを楽しみました。その後は、伊根湾めぐり遊覧船で、舟屋が立ち並ぶ伊根湾を周遊。湾を取り囲むようにして建つ舟屋を海上から観覧されました。陸地からではなかなか味わえない舟屋の風景と趣を感じられたようです。参加者方向士が、親睦を深める旅行となりました。

サツマイモの収穫体験

10月19日

長浜市常喜町の畑で、サツマイモの収穫体験が行われました。このイベントは、NPO法人集(つどい)の皆さまと、ボランティアの方が、子どもたちに農業の大切さと自然とのふれあいの場を提供するという趣旨のもと取り組まれました。

県立長浜農業高校の先生、生徒の皆さんが指導し、長浜南幼稚園の園児たち・近隣の施設に通う皆さん・つどいをご利用の方々が収穫作業を体験されました。大きく育った野菜との対面に、



▲楽しい作業ですが真剣です



▲立派なサツマイモがたくさん採れました

園児たちは喜びの歓声をあげていました。

つどいの清水さんは「夏のような暑い日差しの中でしたが天候にも恵まれ、今年も恒例のサツマイモ掘りができました。体験された皆さんには、たくさん笑い声や笑顔いっぱいの中で作業を進めていただき、大きなサツマイモが約500キログラムも収穫できました。作物のたくましさや世代を超えた楽しさを感じ、偉大な土に感謝したイベントになりました。長浜農業高校の皆さん方、ご協力いただいた皆さんに感謝いたします」と話されていました。JAは、この取り組みへの支援を行っています。



農業施策・予算に関する

要請を行いました

10月19日

JAグループ滋賀と滋賀県農政連盟は、自由民主党県議会議員団に対し、2017年度農業施策および予算に関する要請を行いました。

当JA経営管理委員会 中川清之会長と県農政連の上野幸夫会長が県庁を訪れ、佐野高典議員団代表らへ要請書を手渡ししました。中川会長は、生産現場の農業者が抱える大きな不安について説明。将来、子や孫の代まで安心して環境が守られる事と、生産者が農業に専念できるように必要な農業施策と予算措置の実現を強く求めました。



▲要請書を渡す中川会長（右から二人目）

ブロッコリーの収穫体験

11月7日

ブロッコリーの収穫体験を開催しました。米原市立米原小学校2年生の児童54名が体験に参加しました。

児童は生産者 成宮賢司さんから、7月に種まきをしたブロッコリーの生育状況について説明を受けました。定植（成長した苗を畑に植え替える作業や、水やりなど収穫までに必要な工程について熱心に耳を傾けていました。また、「原産地のこと」「種まきから収穫までにかかる期間」や「収穫に適した季節」など、事前に考えた質問をして、成宮さんから丁寧に解説を受けました。



▲成宮さんより説明を受ける児童



▲収穫のようす

その後、畑へ移動し、野菜の収穫方法について説明を受けたあと、作業を体験しました。のぎり鎌を使ってブロッコリーを慎重に収穫しました。「大きいものが美味しいので、よく選んでから収穫しましょう」と成宮さんがアドバイス。児童一同は、楽しみながら約一時間の作業を終えました。

体験を終えた児童は「スーパーで売っているブロッコリーより大きくてびっくり！としゃべって料理してもらおうかな」と話していました。自ら収穫したブロッコリーで袋をいっぱいにして、うれしそうにお土産として持ち帰りました。

親睦ゲートボール大会を開催

11月10日

グリーンパーク山東（米原市池下）において、第10回JAレック伊吹年金友の会ゲートボール大会が開催され、20チームが参加しました。同大会は、年金友の会会員の健康増進活動の一環として貢献するとともに会員間の親睦を図り、JA事業の理解を深めてもらうことを目的に行っています。

選手は日頃の練習の成果を発揮し、チームで力を合わせ競技されていました。参加者は「これからも体力の続く限りプレーを続けていきたい」と話していました。

順位は以下の通りです。



▲3位 母の郷チーム

▲準優勝 岩脇チーム

▲優勝 上丹生チーム

うるち・もち・小麦の県域共同計算及び水田活用米穀の全国共同計算に係る流通経費の項目別上限見直しについて

平成28年産

平成28年産米麦の県域共同計算及び平成28年産水田活用米穀の全国共同計算につきましては、下記のとおり流通経費の単価見直しを設定して、委託していただいた米穀を販売いたします。なお引き続き共同計算に係るコストの削減に取り組みますので、ご理解の程をよろしくお願い致します。

対象：うるち米 単位：円/60kg(税込) 対象：もち米 単位：円/60kg(税込)

区分	項目	金額
支出	流通・保管等に係る経費	821
	概算金金利等	73
	保管料・入出庫料等	229
	保険料・補償料	1
	運賃	315
	安全安心等検査費用	31
	集約保管等経費	172
	手数料	713
	生産・集荷・販売等に係る経費	122
	JAへの支出経費	17
	広告宣伝費等経費	105
	需給調整経費	0
	県産米推進協議会等経費	4
	監査委員会費用	1
	検査手数料	151
	米政策事務費	86
	庭先集荷・持込奨励経費	170
	その他	119
	合計	2,187

区分	項目	金額
支出	流通・保管等に係る経費	1,456
	概算金金利等	77
	保管料・入出庫料等	212
	保険料・補償料	1
	運賃	502
	安全安心等検査費用	30
	集約保管等経費	634
	手数料	605
	生産・集荷・販売等に係る経費	35
	JAへの支出経費	14
	広告宣伝費等経費	21
	需給調整経費	253
	県産米推進協議会等経費	2
	監査委員会費用	1
	検査手数料	151
	米政策事務費	86
	庭先集荷・持込奨励経費	170
	その他	123
	合計	2,882

対象：水田活用米穀 単位：円/60kg(税込)

区分	項目	金額
支出	流通・保管等に係る経費	1,103
	概算金金利(非課税)	46
	保管料	424
	入出庫料等	76
	運賃	405
	事故処理・ばら経費等	32
	加工経費	120
	手数料	605
	フレコン使用料	30
	検査手数料	151
	その他	220
合計	2,109	

※水田活用米穀の費用金額については、加工用米・飼料用米・米粉用米・政府備蓄米の加重平均単価を記載しています。

対象：小麦 単位：円/60kg(税込)

区分	項目	金額
支出	流通・保管等に係る経費	875
	概算金金利(非課税)	13
	保管料	403
	入出庫料	36
	集約運賃	237
	集約保管等経費	182
	安全安心等検査費用	4
	手数料	396
	民間流通麦地方連絡協議会等経費	2
	監査委員会費用	1
	その他	270
	規格外麦の共助拠出金	18
	条件付契約麦負担金	30
	フレコン購入・管理経費	77
	検査手数料	65
	燻蒸等経費	80
	合計	1,544

水稲

平成28年産米を振り返って

平成28年産米は、1等比率収量とも昨年を上回りました。その要因は次のとおりです。

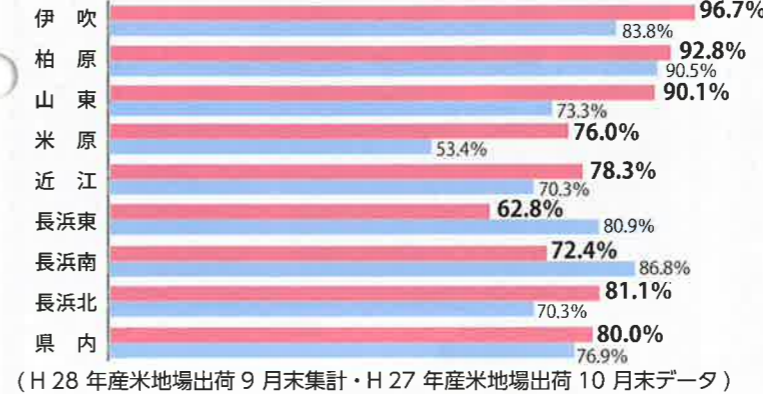
①6月中旬・下旬の日照時間が平年を下回り、分げつが抑制されたことから、適正な穂数となりました。

②7月中旬以降天候に恵まれ、一穂当たりの籾数がやや多くなったことにより、平米当たりの籾数が増えました。

滋賀県の作況指数(平成28年10月15日現在)



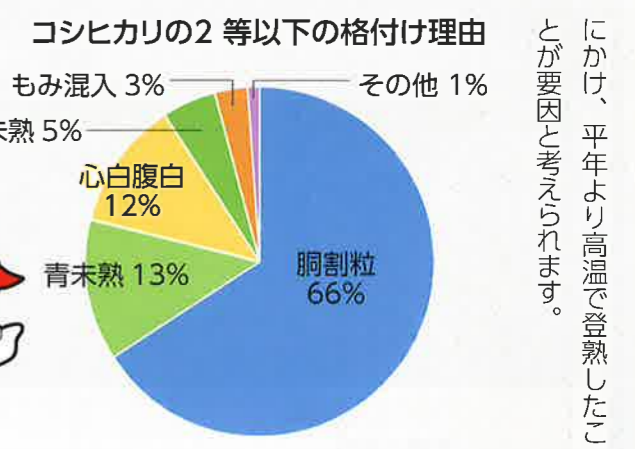
地域別コシヒカリ1等比率



③8月から9月上旬までの日照時間が平年を上回ったことから登熟歩合が高まり、平年よりくず米が少なく収量が高い傾向となりました。

コシヒカリの1等比率

1等比率は76.5%となりました(H27産米は74.5%)。2等以下の格付理由は、胴割粒・青未熟粒・心白腹白が多く発生し、品質の低下となりました。出穂期から登熟期



その他の品種の1等比率

コシヒカリ以外の主な品種の1等比率は、例年より高い傾向となりました。2等以下の格付理由の中に、もみ混入が原因となるものがありましたので、品質低下防止のため、調製作業にご注意下さい。

また、コシヒカリを含め、高品質米の生産には、作期分散と品種分散により、適期作業・適期収穫することが必要です。

野菜

いよいよ寒さも深まってきました。温度格差が大きくなり、体調にも気をつけたい季節です。今月は、本格的な冬を前に、基本的な防寒対策をご紹介します。

栽培特性

- ①秋冬野菜は寒さを必要とする特性がありますが、生育中の著しい低温霜は生長を抑制します。
- ②保温することにより各種野菜の生育が早まり、限られたスペースでの菜園を有効利用することが可能です。
- ③密閉型のトンネルをした場合は、日中に換気することも必要ですが、気温が下がり始める夕方までには再度被覆し、トンネル内の気温が下がり過ぎないようにします。

農業用ビニールを用いた保温対策

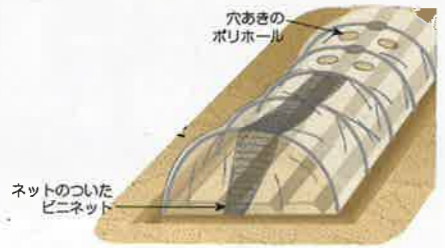
日中の気温が上がるタイミングには裾をめくり上げ、必ず換気をします。温度が低いときは農業用ビニールなどを



穴あき農業用ビニールを用いた保温対策

換気のためには、穴あき農業用ビニールのための保温効果は劣ります。

天井にネットがついた農業用ビニールや、穴あき用ビニールなどの専用フィルムは、自然換気もできるのので保温用として使いやすいです。



寒冷紗を用いた保温対策

通風が良く保温効果は劣りますが、ムシの心配がない方法です。寒冷紗は、育ちがやや遅いですが、露地より生育は早まります。かん水は上から掛けられ、また少し温度が

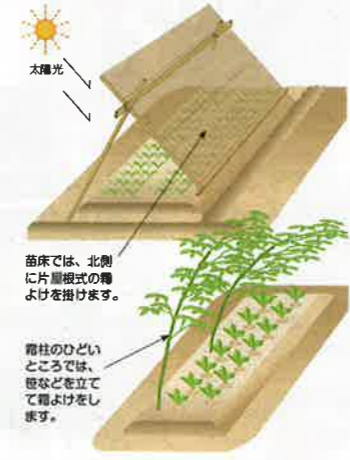


よしず・竹笹を用いた防寒対策

先人の知恵を生かした方法です。

上がってきてもムシすることはありません。

不織布によるベタ掛け防寒対策
不織布などを直接葉の上に覆う「ベタ掛け」も寒害防止に役立ちます。



※今回、ご紹介した方法が必ずしも寒害・霜害を完全に防ぐというわけではありませんが、生育促進には効果的です。



平成29年産用 新規水稲除草剤【新発売】のご紹介

- ① **アップレZ** 29年産用 特別栽培米指定薬剤
【剤型】1キログラム剤・フロアブル・ジャンボ
【特長】
●水稲用一発処理除草剤です。
●SU抵抗性雑草(ホタルイ、コナギ、アゼナ等)にも高い効果を発揮します。
●クログワイなどの多年生雑草を長期間強く抑制します。
●高葉齢(3葉期)のノビエにも優れた効果を示します。
●効果の発現が速く、長時間持続します。
- ② **ベンケイ**
【剤型】1キログラム剤・豆つぶ250・ジャンボ
【特長】
●水稲用初・中期一発処理除草剤です。
●ノビエに対する効果が高く、長期間発生を抑制します。
●2.5葉期までのノビエに優れた効き目を示します。また、多年生雑草に対しても高い効果があります。
●抵抗性のイヌホタルイに優れた効き目を示します。畦畔からの侵入雑草(イボクサやアシカキ)を抑制します。

ご注文は、平成29年産用肥料農薬注文書にてお願いいたします。



品質・収量は気象条件の影響を受けますが、基本技術をしっかりと行うことで、栽培リスクを回避・軽減できます。より詳細な栽培のポイントについては「平成29年用栽培の手引き」に説明しています。

その他品種の1等比率

品種	1等比率	2等以下の主な格付理由
みずかがみ	85.1%	もみ混入、青未熟
キヌヒカリ	86.8%	心白・腹白
秋の詩	94.3%	心白・腹白、胴割
日本晴	80.3%	除青未熟

(H28年産米地場出荷10月末集計)

いつでもどこでも、みんなのJA

(監修=広島大学 助教 小林元)



耕そう、大地と地域の未来。

女性たちが輝く場づくり

農業に限らず、地域社会で女性の力が輝いています。JAでは、日々のくらしや地域での活動に役立つ知識を学ぶ女性大学を開催するなど、女性が輝く取組みの応援をしています。また、JAの役員などに積極的に登用することで、JAの運営に女性の声を反映しています。

レディーススクール

JA健康寿命 100歳プロジェクト 『地元DEウォーク』

JAグループが取り組む、健康寿命100歳プロジェクトでは「運動」「食事」「健診・介護医療」を中心に、ゆとりといきがいのある暮らし、人と人とのつながり、助け合いのある地域の創造を目指しています。

運動分野は、自分の都合に合わせて、いつでもどこでもだれにでも、簡単にできる有酸素運動のウォーキングを推奨しています。今回、前回の食分野に続く連続講座として、ウォーキングを開催しました。ウォーキングは、生活習慣病や女性に多い骨粗鬆症の予防、さらに老化防止や美肌効果などにも効果的で、老若男女が気軽に楽しめるスポーツです。まず、靴の履き方、靴ひもの結び方などを、滋賀県ウォーキング協会の方々にご指導いただき、長浜サンドーム(長浜市宮司町)をスタート。石田三成の歴史を巡るウォーキングコースで、三成の生家跡地である石田会館(長浜市石田町)では、石田三成公事蹟顕彰会の方々に石田家まつわりの話をうかがい、展示品も拝見させていただきました。その後、豊臣秀



吉と石田三成の出逢いの場である大原観音寺(米原市朝日)まで歩き、三献茶の水汲みの井戸を覗きみるなど、幼い三成の姿を思い描きました。開催日の10月12日(水)、秋晴れのさわやかな気候のなか、36名の受講者は、約10km(約15,000歩)を完歩されました。

「一人が万人の為に、万人が一人の為に尽くせば天下の人々は幸せになれる」 by 石田三成



一人はみんなのために、みんなは一人のために。これは世界の協同組合の合い言葉。

みなさまのJAと石田三成公は通じるものがありそう...

家の光を購読しませんか?

『家の光』は毎日の生活に役立つ、家族みんなが楽しめる月刊誌です。

暮らしに役立つ連載企画 (2016年12月号)

- エダマンの産直レシビだもん!
- そうだったのか! 畑のリイェンス
- JAなるほど質問箱
- 瀬尾幸子の 野菜がうまい! おつまみ道場
- まんがで丸わかり お助け! 家計防衛隊
- 農作業の凝りを解消! 畑コーラ

※記事タイトル・内容は変わることがあります。

当JA管内の特産品『赤丸かぶ』!! 家の光2月号“大地の恵み”の取材を受けました。

人・JA・地域が元氣 定価(税込)
●普通月号 617円
●付録月号(1・4・5・7・9月号) 906円
●第一・第二別冊付録付き12月号 1,008円

家庭菜園雑誌 やさい畑

自然と暮らす豊かなライフスタイルを提案します

定価:905円(税込)
【春号3/3、初夏号5/2、夏号7/4、秋号9/3、冬号11/2、春準備号1/4】

育てる
初心者からベテランまで失敗しない野菜づくりのノウハウ

食べる
育てた野菜をおいしくいただく っておきのレシピや保存方法

楽しむ
もっと楽しく! もっと便利に! アイデアあふれるオススメの菜園グッズなど

好評連載
・手とり足とり菜園教室
・伝承農法に学ぶ野菜づくり
・畑のエンジン 有機農業塾
・イガさんの菜園道楽 ほか

※タイトル・内容は変更になることがあります

秋を感じる 『平核無柿の収穫』

10月28日(金)、51名の受講者が、最も古くからある果実で、秋を感じられる柿の収穫をされました。

この日は、伊吹果樹組合の方々にご協力いただき、滋賀県環境こだわり農産物である平核無柿の収穫をしていただきました。平核無柿は渋柿ですので、各家庭において、干柿にしたり焼酎等で脱渋された後に食されます。

ふれあいプラザ

自由時間

「赤そば」を咲かせてみました

長浜市加納町

「加納の郷保全会」加納徳雄さん

地域の美しい景観づくりと活性化のために、遊休農地を活用して「赤そば」を栽培しました。昨年の「ひまわり」に続き、今年は「赤そば」に挑戦しました。湖北では珍しい可憐な花が、郷土の財産である農地に彩りを添えてく



▲約 2,000m²の農地で栽培しました



▲「高嶺ルビー 2011」という品種です



▲協力いただいた地元の方々です

れました。大がかりな取り組みは難しいですが、これからも美しい農村の景観を守っていききたいと思っています。「赤そば」は食用にするのが難しいといわれていますが、どうなるか楽しみです。



お肉を食べて健康に!

日本獣医生命科学大学応用生命科学部教授・西村敏英

おいしい肉料理と加工食品

肉料理の中でも、大人にも子どもにも人気が高いハンバーグや、肉製品のソーセージ。ハンバーグのおいしさは、焼き上がりの中程からとった弾力と香ばしい香り、口の中に広がるジューシーな肉汁が決め手です。加工食品のソーセージは、ゆでたり焼いたりしたときの香りと、かんだときのプリっとした弾力、歯応えの良さと同時にあふれる肉汁がおいしさを引き立てます。ハンバーグを調理するときの秘訣(ひけこ)は、ひき肉に塩を加え、よくもみ込むことです。粘り気が出るまでこねることで、肉汁を閉じ込め、ふっくらとジューシーなハンバーグになります。添加物はまったく必要がありません。肉に塩をもみ込むと、肉の中に含まれるタンパク質の繊維が塩によって溶けて全体に広がっていきます。この状態で加熱調理すると、タンパク質の繊維同士が網目状に結合して、肉塊やひき肉同士が結着します。また、網目状に固まることで、肉汁が流れ出ないように保水してくれます。



ソーセージの製造でも、塩を加えて加熱することで、肉塊やひき肉同士が接合し合う結着性が良好になり、歯応えの良い食感が生まれます。逆に、結着性が弱いと弾力がなく、歯応えのないぼそぼそした食感になってしまいます。ソーセージの製造では、ひき肉同士が結合し合う結着性と肉汁を閉じ込める保水性は互いに相関しています。最近では肉製品も減塩傾向にあり、塩の添加量が減少しています。その場合、結着性が低下するため、塩の代わりに酵素製剤であるトランスグルタミナーゼを添加します。トランスグルタミナーゼは、肉塊やひき肉の表面にあるタンパク質同士を結合し、結着性と保水性を發揮します。肉や加工食品は、塩によって水分を保ちますが、保水性が低下すると、肉や加工食品から水分が分離してしまい、うま味物質の損失を招き、おいしさが損なわれます。おいしい肉料理や加工食品は、肉のタンパク質の特性を生かして作られます。

新鮮食材で楽しくクッキング

料理研究家 波多野充子

カボチャとニンジン の甘いスープ

材料(4人分) 1食あたり約105kcal

- カボチャ 300g
- ニンジン 100g
- タマネギ 100g
- 水 3カップ
- EVOオイル 適量
- 塩 適量
- こしょう 少々
- ナツメグ 少々

作り方

- ①カボチャは口大に切り、塩少々を振っておく。ニンジンとタマネギは薄切りにする。
- ②温めた鍋にオイルを入れ、タマネギが甘い香りが出るようになるまで弱火で7〜8分炒める。
- ③②にカボチャとニンジンを入れ、3〜4分炒めてから水を加える。ふたをして、沸騰してから弱火で15分ほど煮込み、塩・こしょう・ナツメグで味を調えて火を止める。
- ④ミキサーなどにかけて滑らかにする。鍋に戻し、温めてから器に注ぐ。

リンゴ&サーモンの サンドイッチ

材料(2人分) 1食あたり約496kcal

- 8枚切り食パン 4枚
- リンゴ 1/2個
- レタス 2枚
- スモークサーモン 60g
- レモン汁 少々
- マヨネーズ 大さじ3
- 粒マスタード 小さじ2
- 塩 少々
- ディル 1〜2本

作り方

- ①リンゴは皮と芯を除き、薄切りにしてから塩とレモン汁を振り掛ける。レタスは適当な大きさに手でちぎる。
- ②ディルは刻んでおく。
- ③マヨネーズと粒マスタードを合わせる。
- ④パンに③を塗り、リンゴの薄切とスモークサーモン、ディル・レタスの順番に載せてサンドする。
- ⑤ラップできっちりと巻き、冷蔵庫に1時間ほど入れておく。
- ⑥お好みでパンの耳を切り取り、半分に切る。



野菜の甘みがあふれるシンプルなスープです。ビタミン・ミネラル・βカロテンなどが豊富で、風邪の予防や免疫力アップなども期待できます。これから寒くなる季節にピッタリ。



リンゴのシャキシャキとした新食感が楽しめるサンドイッチ。甘酸っぱいリンゴと香り豊かなスモークサーモンとの相性も抜群です。サンドしてからラップできっちりと巻き、冷蔵庫に1〜2時間入れるとよくなじみ、さらにおいしくなります。

土の再利用



明治大学特任教授 佐倉朗夫

夏作や秋作が終了してそのままになっているコンテナはありませんか。今回は土の再利用について取り上げます。有機栽培では前作の野菜の残渣(ごんご)も土の改良に役立つ貴重な有機物として利用します。まず、コンテナに残る前作の残渣を、根を付けたまま取り出し土を払います。(1)葉、茎、根は1〜2cmの長さに細かく刻み乾かします。このとき、残渣1L当たりばかり肥料2gを混ぜます。青みが残るものは必ず土から取り出しますが、枯れている小さな葉や細かいひげ根は土に戻します。(2)コンテナから土を取り出し、水やりや作物の根によって硬くなった土を、手でほぐしながら広げて数日間乾かしてから、目の粗いふるいで鉢底石と土に分けます。(3)今度は土を細かいふるいに掛け、細かい土を取り除きます。(4)コンテナの底に鉢底石を敷き、その上に刻んだ(1)を1〜2cmの厚さに入れ

ますが、このとき入れ過ぎないことが重要です。(5)その上に(3)を詰めていきますが、ある程度入れたら腐葉土を厚さ2cmほど敷き、表面に米ぬかをパラパラと振りまきます。その上にさらに土を入れ、コンテナの9分目まで入ったら表面を平らにして完成です。使用するまでの間は、コンテナを不織布(寒冷しき)で覆い、乾燥しないように適宜水やりをして保管します。不織布をトンネル状に設置しておく、はず口を外したばかりの先で不織布をこするようになります。そのまますぐ水やりができます。古土の再利用のための処理は2作ごとにを行うとよいでしょう。ただし、連作を嫌うナス科、マメ科、ウリ科などの野菜は、同じ科の野菜を同じコンテナで連続して栽培しないように注意します。栽培が終わったコンテナの土には必ず虫(幼虫)がいるので、見つけ出して取り除くこと、病気になるた株の葉、茎、根はコンテナに戻さないことが重要です。



※土が足りない場合は新しい土を足します

情報提供窓口設置のご案内

私たち監事は、当組合経営の健全な発展に資するため、経営管理委員および理事が適正に職務を遂行しているかを監査するための情報提供窓口を設置します。

このため経営管理委員および理事が職務を遂行する上で、弊害があると思われることを見たり聞いたりした事柄があれば、封書にて実名で下記宛にご連絡くださいますようお願いいたします。

レーク伊吹農業協同組合 監事会

連絡先

住所 〒521-0062
滋賀県米原市宇賀野 280 番地 1
受付 常勤監事 谷本 新蔵 宛

※ご厚意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承ください。

（当組合の業務に関する一般的な苦情等については、担当部署へお願いします。）

翌年のために稲刈り後の除草を!!

テゾレート® AZ粒剤

～ 特長 ～

- 即効性です。
- 散布後2～3ヶ月で種まきや定植ができます。
- 幅広い雑草に効果があります。(ササ・ススキ・ヨモギなどにも効果があります。)
- 雑草の多い場所のスポット処理もできます。



1袋(5kg) 2,235円

本価格は平成28年9月より適用します。

～ 上手な使い方 ～

- 水稲刈り後から12月まで(秋期雑草生育期)に10アール当り20kg (5kg×4袋)を全面土壌散布してください。
- 散布後1ヶ月程度はそのまま放置してください。

※医薬用外劇物のため、ご購入の際に印鑑が必要となります。そのため、配送をうけたまわることができませんので、あらかじめご了承ください。

経営管理委員会・理事会だより

協議された議案は以下の通りです。

■経営管理委員会 平成28年10月26日

- 第1号議案 総代改選について
- 第2号議案 諸規程管理規程の制定について

■理事会 平成28年10月31日

- 第1号議案 コンプライアンスマニュアルの一部変更について
- 第2号議案 出資減口の承認について
- 第3号議案 農産物検査業務規程の一部変更について

わたしたちのJA【主要概況】

平成28年10月末現在

正組合員数	5,477人
准組合員数	6,867人
出資金残高	16億4千8百万円
貯金残高	1,359億5千5百万円
貸出金残高	179億1千9百万円
長期共済保有高	3,593億0千2百万円
年金共済保有高	29億8千6百万円
購買品供給高	6億2千7百万円
販売品販売高	3億2千5百万円

Mail from reader お便りコーナー 11月号から

米原市 山川さん



長浜市 川村さん



↑季節感あふれるイラストいただきました。ありがとうございます。

米原市 原田さん

能登瀬の田んぼで初めて「コウノトリ」を見ました。携帯で撮影したので小さくて豆粒見たいくらいにしか見えないのが残念です。

↑大きい写真が撮れたらご紹介ください!

長浜市 廣部さん

子どもの頃は、サツマイモを短冊に切って、ご飯の中に入れて食べたことを思い出します。温かいうちはとても美味しかったように思います。

↑クロスワードパズルの答え「サツマイモ」について、たくさんのお便りをいただきました。「たくさん採れた!」という方が多かったです。

JAからのお知らせ



年金相談会開催のお知らせ

年金を受取る際の煩雑で面倒な受給手続きや意外に多い勘違いと請求漏れ・受取ることができる金額など、年金についてサポートさせていただく他、社会保険労務士の先生に、調査から手続きまでを無料でご相談いただけます。

平成28年12月4日(日)

米原支店(☎52-1011) 午前 9:00～午後 4:30

平成29年1月19日(木)

長浜北支店(☎62-3374) 午前 9:00～午前 12:00

長浜東支店(☎62-0677) 午後 1:30～午後 4:30

ご持参していただくもの

年金手帳、または基礎年金番号、通帳、ご印鑑、年金加入記録のお知らせ。
お勤めの方は、最近の給与明細書をご持参いただきますと詳しいご説明が出来ます。

年金相談会は予約制です。
ご相談いただく前営業日までに支店へご連絡ください。

年金友の会会員募集中!

ご近所さんや、お友達、親類の方など、ぜひJAへご紹介ください。ご紹介していただくと、紹介された方にすてきなプレゼントを差し上げます。一緒に楽しく活動しましょう!

年末年始(2016-2017) 自動化機器(ATM)稼働時間のお知らせ

■12月31日(土) 各支店 9:00～17:00

イオン長浜店10:00～21:00

■1月1日(日)祝 各支店 9:00～18:00

イオン長浜店10:00～21:00

■1月2日(月) 各支店 9:00～18:00

イオン長浜店10:00～21:00

■1月3日(火) 各支店 システム休止

イオン長浜店 システム休止

■1月4日(水) 各支店 8:45～20:00

イオン長浜店10:00～21:00

おトクなローンで農業を応援!

農業資金を、低金利、実質保証料負担なしでご利用いただけます

JA農業資金応援キャンペーン!

(キャンペーン期間:平成28年10月1日～平成29年3月31日)

基準金利最大年2.175%がキャンペーンにより、年**1.1%**に!

さらに! 最大年**1%**、最長**10**年間のJAバンク利子補給により
最大軽減・補給後の適用金利(固定金利型)

0.1%

年

たとえば、こんな用途に!

トラクター、コンバイン、ビニールハウス、農地はもちろん、農業用軽トラック、乾燥機、農業用倉庫、太陽光システム、農機具ローンの借換資金、運転資金等

＜返済の目安(試算)＞
お借入金額100万円あたりの毎月返済額、支払利息、保証料(概算)

※借入期間10年、元利均等、毎月返済の場合

毎月返済額 **8,375円!**
110,022円お借!

適用金利の要件

- 農業生産に直接するお借入が対象となります。
- キャンペーン金利はキャンペーン期間内に実行となった場合に適用となります。
- 当初のお借入金額が100万円以上の場合
当初10年間:年0.1%、11年目以降:年1.1%
- 当初のお借入金額が100万円未満の場合
全期間:年1.1%
- 借利率対称 返済は100万円未満についてもキャンペーン金利が適用となります。
- 当キャンペーンを予告なく変更・中止させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- 金利は平成28年10月1日現在

※詳しくは店頭の説明書をご覧ください。お近くのJA窓口までお気軽にお問合せください。

基準金利	年1.975%
総支払利息	102,818円
保証料	12,253円
合計	115,071円

適用金利	年0.1%
総支払利息	5,049円
保証料	(実質)0円
合計	5,049円

ひとの話をきかない

日本の自殺者は年間24,025人(2015年警察庁「自殺統計」より)で、およそ20分に1人が亡くなる動定になります。平成10年から14年間、30,000人超の自殺者があったことから比べれば減少しているとはいえ、異常な数字と言えます。自殺の原因を粗く分けると、「生きにくい(うつ)」になるかと思いがちですが、この反対に「生きやすさ」を言い換えれば、自殺希少地域(自殺で亡くなる人が少ない地域の人間関係を参考にする)によって、自殺予防になることが考えられます。この件については、「みのり」№220(平成26年3月号)で、「生き心地の良い町」この自殺率の低下には理由がある(著者:岡村(おかもゆみ)、出版社:講談社)を紹介しています。今年7月には、この岡村さんの著書に触発されて、精神科医・森川すいめいさんが自殺希少地域の5か所を訪れた「島のひとたち」は、ひとの話をきかない「出版されたので、その内容を紹介します。

生きやすい空間があると聞くと、ゆとり休めて癒される土地と連想しがちですが、実際は、居心地が悪くて出て行く人もおり誰でもが喜ぶ「やすさ」というわけにはいかないようです。

ただ、共通しているのは、付き合い方の程度です。自殺の少ない地域と聞くと「濃密な人間関係を想像しがちですが、実際は、隣近所との付き合いは、「立ち話程度」「あいさつ程度」が8割強で、「緊密」であると感じている人たちは16%と少数になっています。一方、自殺が多い地域では、「緊密」とする人は約4割を超えていたとするアンケート結果が出ています。「緊密」に

なるほど排他性が生まれるという点です。自殺の少ない地域では、人との関係は「疎」の傾向があると書かれています。

森川さんの著書のタイトルにある「ひとの話をきかない」については、人の話を無視するという意味でなくて、人の話を聞かなくて、興味がないというだけ、私と同調しないという点で、これをいじめの問題にも通じるかもしれません。同調圧力が強いという点でもあり、自殺者の少ない地域というものは、「自分をしっかりと守っていて、それを周りに受け止めてくれる地域である」と、この本で述べています。

そして、自殺の少ない地域の1つの特徴として「対話主義」が挙げられていました。「相手は変えられないけれど、自分は変わる」ことができる、という思いが強いようです。「会議をやっても、みんな好き勝手にしゃべって混沌とした状態になるのだけれども、いつのまにか結果は出ている」ようなことが書かれています。「コミュニケーションがあるし、対話上手な人」といっていいか。

安易に周りに同調せず、自分の考えをはっきりと話し、他人の考えも尊重する。物事は対話によって進んでいく。個として自立した人たちが議論によって組織を運営していく。ここで、頭にくる浮かんたのは、「これって民主的の社会ということではないか」と。自殺の少ない地域は民主的な社会であり、逆にいうと民主的な社会は「生きやすい」社会といえるのではないのでしょうか。

JA滋賀同和対策本部「みのり」より

今月のあなたの運勢

モナ・カサンドラ

12月の星座運勢一覧。各星座のシンボル、生誕日、没日、全体運、健康運、幸運を呼ぶ食べ物、シヤモノを記載。例: 牡羊座(3月21日-4月19日) 全体運: 前向きな気持ちになる期間です。攻めの姿勢で行動を起して。また、海外に関連する事柄につきがります。

パズル 頭の体操

出題/ニコリ

色マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

クロスワードパズルのマス目。数字と色マス(黒)が配置されている。A, B, C, D, Eの文字が特定のマスに配置されている。

- 11月は霜月、12月は――
『ブレーメンの音楽隊』の中で一番大きな動物
正月向けの寄せ植えによく使われる植物。キャベツの改良品種です
肉、乳、角、骨などを利用する家畜
徳川家康が晩年を過ごした――城。城跡は静岡市にあります
10歳を――に4人の子がいます
真冬に豪雪地帯の軒からぶら下がります
柵を英語で言うと
千円札などに入られています
耳の中で音を受け取る器官
灰をならしたり、上に自在かぎをつるしたり
平成29年のえとは
きねの相棒です

11月号のこたえ 「さつま芋」 サツマイモ

タテのカギパズル。縦のマス目には数字と色マスが配置されている。

- 丸太を積み上げてつくる家
初心運転者が車に付けるマークはこの形
鳥羽伏見の戦いに端を発する――戦争
ちらしや握りがあります
壁や塀に絡まる植物
西洋ナシの代表的な品種
カニやイカの呼吸器
シジミやアサリ、カキなど
成羊の肉のこと
前の反対側
12月24日の夜は――イブ

正解者の中から抽選で10名の方に「図書カード」をプレゼント! 応募締切 12月16日(金) 当日消印有効

投稿募集
当JA発行の広報誌「ふれあい」につきましては読者皆さまからの投稿記事をお待ちしています。ご近所に、こだわりの趣味をお持ちだとか、我が子を載せて欲しいとか、形の珍しい野菜が取れた等、自薦他薦は問いません。どしどしお便り下さい。また、当JAに対するご意見・ご感想についてもお便りお待ちしております。

経済センター・資料センターよりお知らせ
11月1日より2月末日までの期間について、土曜の窓口を閉店とさせていただきますので、ご理解をお願いいたします。



レンコン 伝統料理に欠かせない見通しが利く縁起物

レンコンのプロフィール

【分類】スイレン科
 【原産地】中国、インド(諸説あり)
 【和名】はすいも
 【おいしい時期(旬)】10~3月
 【主な栄養成分】ビタミンC・B1・B2、カリウム、
 食物繊維、ムチン、タンニンなど

解説:KAORU

イラスト:小林裕美子

保存方法

泥付きの場合は
そのまま新聞紙に包み、
冷暗所で保存



硬めにゆでて
冷凍保存

空気に触れないよう
にラップで包み、
冷蔵庫で保存



食べやすく切って
保存袋に入れると
活用しやすい

楽しみ方・食べ方のコツ

酢水に放して色白に

切ると空気に触れた部分が変色するので、見た目に白く仕上げたい場合は、切ったそばから酢水に漬けて色止めを



飾り切り「花れんこん」

華やかなお祝い事に欠かせない食材なので、祝い膳やおもてなし料理の際には飾り切りにするのもお薦め

穴と穴の間に
切り込みを
入れる

ゆで「過ぎ」に注意を!

レンコン特有の歯応えを生かすなら、下ゆでで
加熱し過ぎないことがポイント

さっと火を通す



下処理や切り方次第で食感が変わる

厚めの輪切り



ステーキや
煮物

薄く輪切り



サラダや
酢バス

すりおろす



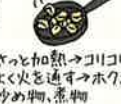
おでんや
蒸し物

繊維に沿って 縦切り



さんざら

乱切り



さっと加熱→コリコリ
よく火を通す→ホクホク
炒め物、煮物

レンコンのチカラ

風邪の季節の強い味方

淡色野菜の中ではビタミンCの含有量が
多く、免疫力の向上、風邪予防に役立つ



胃腸のトラブルに!

切ったときに出る糸はムチン
という成分によるもの。消化
を助けたり、胃の粘膜
を保護する働きがある

古くから喉の痛みの緩和、せき
止めなどの薬効があるといわれ、
漢方でも重用されてきたよ



見分け方

漂白されて不自然に真っ白では
なく、自然のままに少し黄色が
かっているもの

できれば泥付き!



泥付きは日持ちが良く、
漂白されていない証拠



レンコンのいろいろ

加賀レンコン



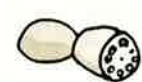
加賀の伝統野菜の一つ。肉質は緻密で、きめが
細かいのでみずみずしくもちもちとした食感で、粘
りが強いのが特徴。名物のはす蒸しや煮物でその
良さが味わえる

岩国レンコン



山口県岩国市で生産されている。大きくずっしりし
た重さがある大型のレンコンで、粘りが強い

水の子レンコン



熊本で栽培されている在来種のチップスにす
ると歯応えが格別の甘味とうま味が濃厚で、
もちもちとした食感なので、レンコン団子などに
しても美味

レンコンのヒミツ

ハス根って「根」なの?

根ではなくハスの地下茎の部分

ハスの花は仏教に通じるため、お城の池にハスを植
えて花を觀賞用にする習慣があったが、一大事にはそ
の地下茎であるレンコンを食用とする目的もあったらしい



ハスは葉も茎も地下茎も
全てに穴が開いているよ



縁起物

切ると穴が開いているため、矢が見通せるとして縁起が
いいとされ、お正月のおせち料理や祝い膳に用いられる

空気穴は、葉や茎から取り込んだ
空気を水中の地下茎に送っている

現在流通しているレンコンの大半が明治時代
中国から導入した改良種。江戸時代以前は日本
に伝わり各地で根付いた在来種は収穫が大変
で生産量が少なく、あまり流通していない。在来種
は中国種に比べると細長く、全体的に少し茶色がか
つていて、肉質は緻密で柔らかく、粘りが強いのが特長。味や食感は抜群!

