

ふれあい

5

May 2020
vol.265

P1 特集

「おうち時間」を楽しもう!

Contents

- | | |
|----------------|--------------|
| 3 女性部 | 9 新入職員紹介 |
| 5 営農情報 | 10 職員募集 |
| 6 家庭菜園 | 12 JAからのお知らせ |
| 7 地域の農業者を紹介します | 14 パズル?頭の体操 |



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、外出自粛をされている方も多いはず。自宅での『おうち時間』を楽しく過ごして、この憂うつな時期を乗り越えましょう。

答えは
8ページに
あるよ!



みのりちゃん 間違いさがし

みのりちゃんが『家の光』の記事を活用し、可愛いマスクカバーを手作りして『おうち時間』を楽しんでいます。上のイラストには下のイラストと違う部分があります。どこかわかるかな？



数独を攻略するコツ

まずはたくさんある数字を見つけます。
この問題では
1が8個 2が1個 3が5個
4が2個 5が2個 6が3個
7が3個 8が6個 9が8個
です。

ということでまずは1に注目します。
すると、唯一1が入るところが右中のマスに出てきます。

			1	9			3	6
		6		3	7	1		
3	1	9			2	8		
1	6		8				9	3
		4		9				①
9	8		1				7	5
7	9	8			1	3		
		1		5	8	9		
			9	4			1	8

8を見ると

⑧			1	9			3	6
		6	⑧	3	7	1		
3	1	9			2	8		
1	6		8				9	3
		4		9			⑧	1
9	8		1				7	5
7	9	8			1	3		
		1		5	8	9		
			9	4			1	8

行き詰ったら他の数字も見てください。これを続けていくと、3×3のマスで空きが1つになったり、縦横の並びで空きマスが1つになると数字が埋まっていきますね。

始めはわかりにくいですが、続けていくうちに熟中して、数字が入ると嬉しいです。ぜひ始めてみてください！

数独

●出題 ニコリ

ルール

- ①空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
②タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入り、同じ数字は入りません。
- 二重枠に入った数字の合計はいくつ？

A

5			9	4		3		7
	1					5	4	
2				7	5			
	9	4	3				1	
1			7					5
	7				6	2	9	
		9	2					1
	6				4		7	
7		8		3	9			4

B

		9	7					6
				1		2		
4	3							1
			6				1	
1				8				5
	4				3			
2								3
		6		5				
5					2	4		

応募方法

『おうち時間』と記載の上、住所・名前・年齢・電話番号・エピソードを添えて、各支店窓口にお持ちください。また、郵送、E-mail (作品の写真を添付ください)でも受付いたします。

宛先: 〒521-0062 米原市宇賀野 280 番地 1
JALレーク伊吹『おうち時間』係

E-mail: kouhou@lakeibuki.jas.or.jp

右のQRコードからメールが送れます▶

応募締切: 2020年6月15日(月)



*応募いただいた作品等は、今後広報誌等で紹介させていただく場合がございますのでご了承ください。



作品募集!

『おうち時間』
で出来た!



etc...

『おうち時間』の充実でさらにパワーアップした作品をお送りいただいてもOK! 応募いただいた方の中から抽選で20名様にステキな粗品をプレゼントいたします。多数のご応募をお待ちしております!

今こそ「一人はみんなのために!!」 みんなは一人のために!!」 大切な人の命を守るぞ!



問い合わせ
多数!!

『家の光』2013年2月号記事をもとにした マスクの作り方の動画を公開

新型コロナウイルスの感染が拡大しマスクが不足するなか、JA 広報誌「ふれあい」4月号に掲載の女性部活動記事の『キッチンペーパーマスクの作り方』に多数反響をいただきました。同日開催の『好きな布で作るマスクカバー』への問い合わせも多数いただいております。家の光編集部では、「家の光」2013年2月号掲載の『好きな布で作るマスクカバー』の記事をもとにしたマスクの作り方の動画を作成!今回特別に、ウェブサイトでも記事を見ることができます。ご家庭や職場など、さまざまな場面でご利用ください。収束の目途がつかないなかではありますが、お一人おひとりが思いやりをもち行動しましょう。



新型コロナ拡大へ備えて
「手作りマスクを作りましょ。」第2弾



←材料も分かりやすい!



- #おうちにいよう
- # Stay Home
- #ともに乗り越えよう

細かな作業は見やすく大写し!
簡潔で分かりやすくポイントも解説!→

<閲覧方法>

- ①. 本会ウェブサイト「家の光ネット」(<http://www.ienohikari.net/>)
トップページの「トピックス」で公開しています。



Check!



- ②. 『家の光』2020年6月号の目次に掲載した記事の画像に、専用アプリを起動したスマートフォンをかざせばAR動画を見ることができます。



「家の光」でこのマークの記事をスマホにかざしてね。
※視聴には、無料アプリ「家の光AR」のダウンロードが必要です。

予告 『家の光』2020年7月号掲載 「ストックマスク」を作ろう!

簡単にできる立体タイプのガーゼマスクの作り方を型紙つきで紹介します。マスクが入手困難になったときのための「ストック(備蓄用)マスク」です。普段から備蓄をしておけば安心。ガーゼが入手困難になっているため、代用となる生地も紹介します。

※タイトル・内容は変更になることがあります。



「家の光」
2020年7月号に
当JAの活動が
紹介されます

『家の光』は5月号で
95周年を迎えました!!

『家の光』7月号別冊付録

すてきな大人のマナーBOOK

さまざまなシーンに必要なマナーをイラスト入りでわかりやすく解説! いざというとき、もう困らない!

7月号 922円(本体とも・税込)
定価(税込) ● 毎月629円
● 付録月号(1・4・5・7・9月号)922円
● 累計発行12月号 1,027円

Part 1 冠婚葬祭のマナー Part 2 食事のマナー Part 3 人づきあいのマナー

お申し込みはお近くのJA各・支店(所)へ

笑顔で元気を届けたい！ 「なでしこ」グループの 地域貢献！

「なでしこ」グループは、令和元年度も地域貢献活動に邁進しました。毎月2回の練習日に加え、JAや地域のイベント

など現在まで約50公演を行い大活躍。メンバーが集うと笑顔と笑い声が溢れています。新型コロナウイルス感染防止のため現在は練習もできていませんが、一日も早く収束し、活動が思いっきりできることを心待ちにしています。

JAふれあいサロンin川崎町(11/20)



みんなで歌いましょう♪



岳心流中部地方本部新春互礼会(1/19)



JAふれあいサロンin上多良(2/10)



JA北びわこ女性フェスタ・家の光大会(11/30)



新庄寺町老人会親睦会(2/17)



スコープ三味線
楽しいなあ。

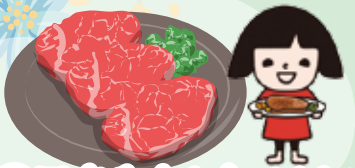
鳥羽上町(南)山びこサロン(12/10)



元気もらえたわ〜

「たべる! のむ! かざる! 産地応援プロジェクト」

～ 牛肉や牛乳、花卉等の農畜産物の消費拡大運動 ～



①国産牛肉を食べよう!



②牛乳を飲もう!



③お花をかざろう!

ハシの日は、『お花』を飾って、『伊吹牛乳』で乾杯し、『滋賀県産の牛肉』を食べよう!

こどもの日(5/5)には成長を祈って
花菖蒲を飾り滋賀県産牛肉を食べよう

5/10は菊を買って
お墓へ母の日参りはいかが?

父の日(6/21)に
感謝を込めて薔薇を贈ろう

胸ポケットに生花のコサージュを
挿して気分を上げよう

外出自粛のストレスは
乳製品(カルシウム)でイライラ解消

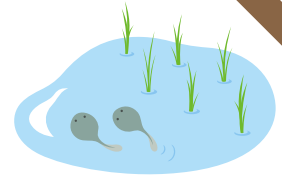
JA健康寿命100歳プロジェクト推奨
「乳和食[®]」で健康生活
(提唱者:料理家・管理栄養士の小山浩子氏)

※乳和食[®]とは 乳和食[®]は、味噌や醤油などの伝統的調味料に、「コク味」や「旨味」を有している牛乳(成分無調整牛乳)を組み合わせることで、利用されている食材本来の風味や特徴を損なわずに減塩することができ、美味しく和食を食べてもらう調理法のことです。
乳和食[®]HP <https://www.ja-care.net/100project/nyuwashoku/>

※この運動は、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、消費が激減した牛肉や牛乳、花卉等の農畜産物の消費拡大に取り組み、消費低迷に苦しむ産地の仲間を助けることを目的にJA全国女性組織協議会・全国農協青年組織協議会が連携し取り組んでいます。



田植え後の水管理



【水管理のイメージ】

水深		
時期	5月～ 植付後：やや深水 活着後：浅水	6月～ 植付後約1ヵ月後 2週間ほど中干し

ポイント

分けつ促進のため、
自然減水させる

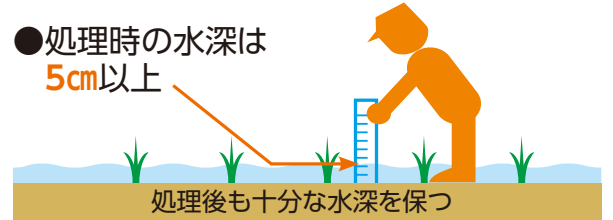
移植後から幼穂形成期の水管理は、「保温効果」「雑草の抑制」「養水分の供給」などの生育・収量や品質に影響を与える重要な役割があります。水稲の生長点が土壌中にあり、「地温」と「水温」から影響を受けやすいので、生育初期は細やかな水管理が必要です。

**田植え以降は、今年産米の品質・収量を大きく左右する重要な時期です。
田植え後の生育不良や、雑草の取りこぼしがあれば、営農指導担当者にご相談下さい!!**

除草剤使用の注意点

- ◎処理時の水深は5cm以上。特に、ジャンボ剤・フロアブル剤は必ず5～6cmの湛水状態を保って下さい。
- ◎藻・浮草が発生していると、拡散が不十分となり効果が劣ることがありますので、使用時期の範囲内で早めに散布して下さい。
- ◎水口、水尻をしっかり止めて、処理後は少なくとも7日間はそのまま湛水を保ち、落水・掛け流しはしないで下さい。
- ◎除草剤は土壌面に被膜を作り雑草の発芽を抑えるので、散布後は土壌面が現れないようにして下さい。

●処理時の水深は
5cm以上



還元障害の症状と対策(やみ田)

軽い症状

- 分けつの兆しがない。
- 下葉全体に赤い斑点がポツポツと出ている。
- 稲株の葉色が出ない。
- 根張りが悪く引っ張るとすぐ抜ける。

- 軽く田面を干す。
- 干しても回復がみられない場合は、硫酸マグネシウムやマルチサポート2号を10a当たり20kg施用します。

重い症状

- 下葉が黄色くなる。
- 分けつが遅くなる。
- 稲株の葉色が出ない。
- 田に入るとブクブク泡が出て臭う。

- 溝切り(こじわり)を行い、数日間落水して、田面を干します。
- 硫酸マグネシウムやマルチサポート2号を10a当たり20kg施用します。

**早期の対応が
生育・品質改善の第一歩です！**



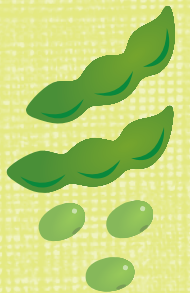


あなたも
チャレンジ

家庭菜園



園芸研究家
成松次郎



エダマメ 肥料は控えめに

図1 ベッド作り

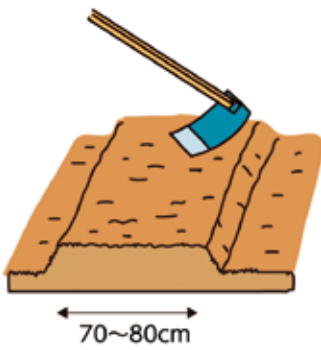


図2 種まき

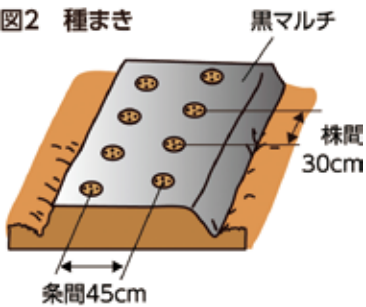


図3 ポット育苗



大豆を未熟のうちに収穫するのがエダマメ。タンパク質、ビタミンA、Cを多く含む、ビールのおつまみとして夏の栄養補給に最適です。

【品種】一般には早生品種を使い、「おつな姫(サカタのタネ)」、「サッポロミドリ」雪印種苗などがあります。風味の良い茶豆では「湯あがり娘(カネコ種苗)など、黒豆も人気で「濃姫」(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を散布し、よく耕しておきます。1週間前に化成肥料(NPK各成分で14%)100gと堆肥1~2kgを施し、よく混ぜ込んでおきます。その後、畝幅70~80cm、高さ5cm程度の栽培床

(ベッド)を作り、黒色のマルチを張ります(図1)。

【種まき】地温が15度以上になった頃から種まきの適期で、一般地では遅霜の恐れがなくなる4月下旬~5月となり、6月以降では害虫の被害を受けやすくなります。条間の被さる2条、株間30cm、1力所に3~4粒まきます(図2)。鳥害を防ぎ発芽を良くするために、不織布のベタ掛けが有効です。本葉2枚の頃、生育の劣る株をさみで根元から切り取り、2本立にします。

気温が低い時期や鳥害を避けるためには育苗する方法もあります。この場合、直径7.5~9cmのポットに3~4粒まき、初生葉がそろった

に間引いて2本残し、本葉2枚頃まで育苗します(図3)。

【病害虫の防除】高温期にはカメムシ類が発生し、さやに付くと落下します。開花期にスミチオン乳剤、トレボン乳剤などの登録農薬で防除します。

【収穫】さやが膨らんで、指で押さえるとほじけるようになれば収穫期で、開花後から30~35日です。株ごと引き抜いて収穫します。収穫適期は3~5日と短いため、同じ品種なら時期をずらして2~3回に分けて種まきすると、長く収穫を楽しめます。

※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。

いつでもどこでも 手軽に体操

体の横(体側部)と腕の付け根の筋肉を伸ばします。野菜の収穫作業で、疲れを感じたときにお勧めです。同じ姿勢が続くと血行が悪くなり、疲労がたまりやすくなります。「畝3本分を収穫したら1回体操」というように決めておくといいでしょう。

収穫作業中に体側部を伸ばす

日本体育大学健康体操運動学群体操研究室教授 ● 荒木達雄



①両手を握り両腕を上げて、体全体を伸ばします。

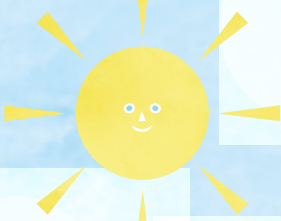


②両手は頭の後ろに移動します。右手で左手を引っ張りながら、体を横に曲げます。



③反対側も行います。体側部と腕の付け根が伸びているのを意識しましょう。

地域の農業者を紹介しします



1ポットずつ丁寧に
花芽調整作業を行う土川さん

ブルーベリーソーダ



甘くて大粒♡
ブルーベリー!



自家製ブルーベリーシロップを使用。
施設内のカフェで味わえます。

ブルーベリーが
と決意しました。

ブルーベリーが
と決意しました。

農業に込めた想い

米原市三吉 土川 博司さん(55歳)

米原市杉澤の伊吹山の麓、豊

早期育成できるように、土の代

ら始めています。

かな自然の中にあるブルーベ

わりとなる粒状にした吸水ス

オープンに向けて準備をする

リー狩り園。「一度に3〜4粒の

ンジ(アクアフォーム)に苗を植

土川さん。作業工程や栽培状況、

完熟果を口に含むと、甘味と酸

えて、自動装置で肥料と水分を

米原市の魅力を紹介するなど興

味のバランス良い美味しいブ

供給し、原産地(北米)の酸性土

味を持ってもらえるようSNS

ルーベリーを味わうことができ

壤を再現するネオ・アクア

を活用して情報発信も行ってい

き、ブルーベリーに対するイ

フォーム栽培を採用。現在、オ

ます。ブルーベリー狩り園の

メージが変わるはず」と話す。ブ

ニールやピンクレモネードなど

オープンに先行して、5月から

ルーベリーガーデン伊吹園主

の35品種900本のブルーベ

は同園で「手ぶらでバーベ

の土川博司さん。土川さんは2

リーを、今年6月中旬のオーブ

キュー」をオープンします。食材

年前まで兼業農家としてお米作

ンに向けて栽培しています。

のお米は自家栽培米を提供し、

りと大学の事務職員をしていま

3反ほどの広さがある園内

肉や野菜も地元食材を使用する

したが、ダウン症候群のあるお

は、車いすやベビーカーでも楽

ことで地域活性化にも繋げま

子さんのため、時間に融通の利

しんでいただけるよう平らにし

す。

く仕事を求めている、大学を退職し

て防草シートを敷き、ポットの

土川さんは「家族と一緒に過

ました。自身が幼い頃から、お米

間隔を空け通路幅を広げるなど

ごす時間が増えたことはとても

作りの手伝いをして育ち、「農

工夫しています。また、障害のあ

嬉しい。自然相手の仕事は思っ

業」は身近な存在で、

る方にも気楽に来てほしいと同

ていた以上に大変で、計画通り

転職を考えた時も

園独自の「障害者割引制度」も設

「農業」しか頭にな

けています。今後、障害を持つ方

かったそうです。青

へ加工品のラベル貼りの仕事の

空の下で、植物に関

提供などを行い、この園を通じ

わる仕事があったら

て支援することを目標にして、

と決意しました。

まずは、作業所で作られている



景色が良くて
気持ちがいい所です

ご予約
お問い合わせ



ブルーベリーガーデン伊吹
BLUEBERRY DREAM

〒521-0322 米原市杉澤913-2
営業時間/10:00~17:00 定休日/不定休

<https://blueberryibuki.com/>
インターネット予約は24時間受付

090-5045-8713



「はいかないことばかりです
が、毎日が勉強で楽しいです。若
い人たちにも『農業』へ興味を
持つてもらえるように取り組み
たい」と意気込みを語りました。



娘さんと土川さん

伊吹・山東地区の 粒山椒 出荷者募集!



伊吹・山東地区の粒山椒は、香りが強く希少性が高くて需要があります。昨年は、43人の方に305kgの出荷をしていただきました。

今年から新たに出荷いただける方を募集しています。出荷は5月下旬頃の予定です。日程等決まりましたら、案内を送付させていただきますので、出荷希望の方はご連絡をお願いいたします。

●お問い合わせ・ご連絡先/特産振興課 ☎ 63-2108

かき 花卉部会便り

No. 48



育苗研修会を開催

4月1日にお盆用小菊の育苗研修会を、栽培歴1・2年目の方を対象に開催しました。小川ファームの小川剛史さんと滋賀県農産普及課の兼房主幹にご指導いただき、参加された方々は、水管理の方法など熱心に質問されました。



一緒に小菊を栽培しませんか?

花卉部会では、小菊を栽培・出荷していただける方を募集しています。研修会等を開催し、1年目から出荷ができます。新規加入された方からも「思ったより手間がかからず、スムーズに出荷できた」と喜ばれています。



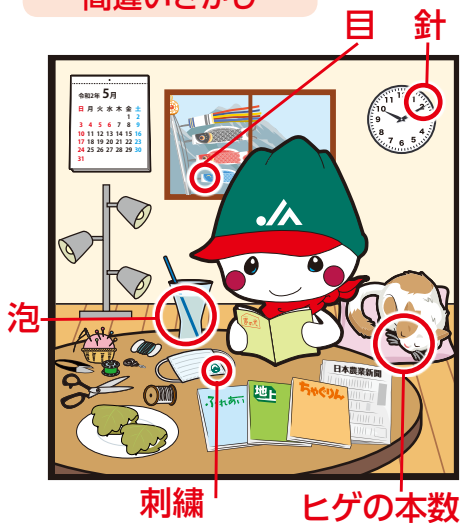
5月に始めると、秋のお彼岸に出荷いただけます!

特集



こたえ

間違いさがし



数独[Ⓑ] 11

数独[Ⓐ] 14

8	1	9	7	2	4	3	5	6
6	5	7	3	1	8	2	9	4
4	3	2	5	9	6	8	7	1
7	2	8	6	4	5	9	1	3
1	6	3	2	8	9	7	4	5
⑨	4	5	1	7	3	6	8	2
2	7	4	9	6	1	5	3	8
3	8	6	4	5	7	1	②	9
5	9	1	8	3	2	4	6	7

5	8	6	9	4	1	3	2	7
9	1	7	8	2	3	5	4	6
2	4	3	⑥	7	5	1	8	9
6	9	4	3	5	2	7	1	8
1	3	2	7	9	8	4	6	5
8	7	5	4	1	6	2	9	3
4	5	9	2	6	7	8	3	1
3	6	1	5	⑧	4	9	7	2
7	2	8	1	3	9	6	5	4

日本農業新聞 3つの特長

みなさんからのあらゆる情報もお待ちしております

- ① 地域の記事が充実
昨年度は、管内の記事が約50件掲載!
- ② 食と農の総合情報メディア
食・農に関するニュースを多角的に深掘り、農家だけでなく消費者にも分かりやすく解説。
- ③ 日本で唯一の「日刊農業専門紙」
子どもも一緒に食と農を学べる連載企画や、野菜づくりに役立つ園芸コーナーが充実。発行部数は約32万部。日刊の農業専門紙では最大。

を読んでみませんか!

日本農業新聞

食と農に関する情報を幅広く掲載!

昨年度に掲載された管内の記事をピックアップした『スクラップ本』が各店舗に置いてあるよ!見てみてね!



お近くの新聞販売店から毎日お届け!

【購読料】2,623円/月(税込)

【お問い合わせ・お申込み】各支店窓口へ!



『手作りおむすび』と共に 新入職員紹介

柏原支店

山形
小梅

①組合員さんからも職員の方からも愛される職員になりたいです。

②笑顔

③私には、5歳の弟がいるので、子どもも楽しんで食べられるようなおむすびを作りました。お米は出身校である長浜農業高校のお米を使用しています。

①どんなJA職員になりたいですか？

②これなら誰にも負けない!と思うことを教えてください

③「手作りおむすび」PR

所属
名前

2020年4月に7名が新しく入組しました。新入職員が地元食材を使い、心を込めてにぎった『手作りおむすび』と共に紹介します。

①小さなことからコツコツと、まずは利用者の方に覚えてもらえるように頑張ります!生活に必要な食から、地域を盛り上げられる一員になれるよう精進していきたく思います。

②パソコンを使つての作業が得意

③地元のお米と、もち麦を使い、伊吹山の緑はあおさと藻塩、ほっぺは可愛くハムでハートに、スカーフはパプリカで、マヨネーズで結び目を作り、みのりちゃんを作りました。

長浜東支店

布生
左知子

①地域の皆さまに信頼され、安心して声をかけていただけるようなJA職員を目指します。

②忍耐

③好物がペペロンチーノなので、お米、こんがり焼いたスライスニンニク、鷹の爪、オリーブオイルをいれて炊飯し、太陽をイメージした飾り付けで「ペペロンチーノおむすび」を作りました。祖母が家庭菜園で作ってくれた食材を使用しています。

経済部
特産振興課

藤原
良輔

①どんな事でも笑顔を忘れず前向きに取り組み、たくさんの人から信頼されるJA職員になりたいです。

②やる気と元氣!

③適度なしょっぱさと愛情を入れて「おにぎりさん」を作りました。

長浜南支店

山脇
瑠菜

①誰からも信頼される職員になりたいです。

②忍耐力

③日本といえば、やはり日の丸だと思うので日の丸おにぎり。ポイントは自家製梅干しです。

経済部
販売施設課

井口
壱盛

①今までの社会人経験を活かし、組合員様に身近で信頼・信用されるJA職員を目指します。

②体格

③シンプルに梅干しと塩、海苔のみです。祖母の梅干しを使っているのがポイントです。

長浜北支店

青木
豪

①自分の仕事に責任を持ち、組合員や職員に信頼していただけるような職員になりたいです。

②親しみやすさ

③スクランブルエッグにマヨネーズを和え、側面のくぼみに入れました。手軽に作れてとても美味しいです

伊吹支店

西尾
理玖

地域の農業や生活を支える

JA

と一緒に働きませんか!



私たちが

ホームページで「先輩の声」を紹介中!!

2021年度 職員募集要項

■応募資格

短期大学卒業以上で満25歳(2021年3月31日現在)までの方(長期勤務によるキャリア形成のため若年者等を対象としています。)

■採用予定人数 3名

■職種 農協の一般業務および営業

■問い合わせ・書類提出先

レーク伊吹農業協同組合 総務部 教育人事課

〒521-0062 滋賀県米原市宇賀野280番地1
TEL.0749-52-6522 FAX.0749-52-6534

※当募集要項に基づく提出書類等の個人情報については、当組合の採用手続以外の目的で使用いたしません。

■申込方法・受付期限

①応募書類

履歴書(写真貼付)・職務経歴書・卒業証明書・写真1枚(横3.0×縦4.0センチ正面顔写真)(2021年3月に四年制大学・短期大学を卒業見込の者は職務経歴書・卒業証明書に代えて成績証明書・卒業見込証明書)

②受付期限

2020年6月5日(金) 午後5時迄に総務部教育人事課に提出して下さい。(郵送の場合も上記期限必着のこと)

■選考について

①第1次採用選考試験

筆記試験・作文試験

日時 2020年6月17日(水) 午前9時より

場所 滋賀県米原市宇賀野280番地1
レーク伊吹農業協同組合 本店

②第2次採用選考試験

面接試験

日時、場所は第1次採用選考試験の合格者に通知します。

③採用内定通知

第2次採用選考試験終了後、本人宛に通知します。

■採用予定日

2021年4月1日

マイナビ2021

にも掲載しているよ!



シェフ
永井の

おすすめ

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 ながいともかず 永井智一

ゆばと温卵の冷やし椀

●材料(2人分)

ゆば 30g
温卵 2個
シユンギク 1〜4束
ナメコ 少々
小口切りミョウガ 適宜
おろしシヨウガ 少々
合わせだし 少々
かつおだし 1カップ
みりん 大さじ2
薄口しょうゆ 大さじ2

●作り方

①合わせだしを鍋で沸かす。
②だしの一部を別鍋に取り、ナメコを煮て冷ます。シユンギクはサッとゆでる。
③残りのだしは冷たく冷ましておく。
④お椀(わん)にゆば、温卵、シユンギクを盛り付け、③を回し掛け、ナメコ、ミョウガ、おろしシヨウガをあしらひ出来上がり。

ブリのごまみしょうが焼き

●材料(2人分)

ブリ(2切れ) 30g
タマネギ 1〜4個
赤・黄パプリカ 各1〜4個
セリ 適量
サラダ油 適量
小麦粉 適量
合わせだし 少々
みそ 大さじ1
かつおだし 大さじ3
みりん 大さじ1
酒 大さじ1
しょうゆ 大さじ1
砂糖 小さじ1
いりごま 大さじ2
おろしシヨウガ 小さじ2

●作り方

①タマネギ、パプリカは串形に切る。
②フライパンにサラダ油をひき、小麦粉をはいたブリ、タマネギ、パプリカを中火で両面焼く。
③合わせだれをボウルに入れて混ぜ、②に絡める。
④にざく切りにしたセリをサッと絡めて出来上がり。

アドバイス

アルコールの苦手な人は、煮切って加える。



新型コロナウイルス感染症の発生により、被害を受けられたみなさまに心よりお見舞い申し上げます。



JAバンク滋賀 農業融資 応援プラン 2020

期間：令和2年1月6日～令和2年12月30日

新型コロナウイルス感染症の発生により、直接または間接的な被害を受けられた農業者の方を対象に

令和2年9月30日お借入分まで

実質金利負担

(お借入金額100万円以上1,000万円以内・期間5年以内)
上記金利にてお借入いただける緊急支援対策を実施しております。
くわしくはお近くのJA窓口までお気軽にお問い合わせください。



ローン金利/年

適用金利の要件

●農業生産に直結するお借入が対象となります。●最大軽減・補給後の適用金利は期間内に借入(融資実行)いただく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5年間:年0.2%、6年目以降:年1.2%●当初のお借入金額が100万円未満の場合/全期間:年1.2%●災害緊急資金 当初のお借入金額が100万円以上の場合/全期間:年0%●飼料用米にかかる運転資金は100万円未満についてもJAバンク利子補給が適用となります。●詳しくはJA窓口までお問い合わせください。●金利は令和2年3月19日現在



未来を拓く協同組合 SDGsとJA

監修=JCA(日本協同組合連携機構)



飢餓をゼロに

国連が掲げるSDGs(エスディーゼーズ、持続可能な開発目標)の項目の1つに、「飢餓をゼロに」があります。世界の飢餓人口は2018年、8億2160万人(世界人口の9人に1人)に上ることから、「食料安全保障や栄養改善の実現」「持続可能な農業の促進」が世界の課題となっています。

JAグループは従来、国内の農業振興や食料の安定供給に大きな役割を担ってきました。また、高齢者・障がい者等への配食事業、子ども食堂やフードバンクの運営等にも取り組み、地域に根ざした協同組合として地域住民の暮らしを支えています。例えば、JAによる子ども食堂の取り組みは各地で広がっており、JA独自での開設・運営や地域の協同組合等との連携、JA直売所の食材提供、組合員組織(女性部、青年部)による支援等、多様な形態で運営し、子どもたちの食事と交流の場づくりに努めています。



SDGsに関連する主な取り組み

子ども食堂(茨城)

茨城県の生協が社会福祉協議会、JA、行政と連携して子ども食堂を実施。地元JAは無償で食材を提供し、調理や学習支援のボランティアのサポートを受けて運営しています。



フードバンク(神奈川)

フードバンクかながわは、個人や団体・企業から、消費するには十分安全であるにもかかわらず廃棄されてしまう食料の寄贈を受け、支援を必要としている生活困窮者等に非営利団体を通じて適切に配るフードバンクシステムをつくっています。この取り組みにJAグループも参画しています。



JCAホームページ等から作成

耕そう、大地と地域のみらい。



農繁期中の土曜・日曜・祝日営業のご案内

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
経済センター Tel 63-2102	●	●	●	●	●	●	●
伊吹資材センター Tel 55-4080	●	●	●	△	△	△	△
米原資材センター Tel 52-1014	●	●	●	△	△	●	●

●印は土曜・日曜・祝日の営業 ●印は土曜のみの営業
※4/26日・4/29日は営業します 営業時間は午前8:30～午前12:00

ゴールデンウィーク中の配送について

	4/29 (水)	4/30 (木)	5/1 (金)	5/2～5/6 (土～水)	5/7 (木)	5/8 (金)
午前	○※1	●	●	○※1	●	●
午後	○	●	●	○	●	●

※1 ○の配送は、前日ご注文分を翌日配送いたします。原則午前中配送となりますが、午後配送となる場合がありますのでご了承ください。
・在庫不足により配送が行えない場合がありますので、再度連休前に必要な資材のご確認をお願いします。在庫不足により配送できない場合は、連休後の配送となります。
・平日は各支店へ、休日は経済センター及び各資材センターへ連絡ください。

農業用廃プラスチックの回収を行います

農業用プラスチック類は、産業廃棄物に該当するため、責任をもって処理する必要があります。今回、管内の農家の方々を対象に、農業用廃プラスチック類の一括処理を実施します。

5月30日(土)午前9:00～午前11:30
伊吹カントリーエレベーター・神照カントリーエレベーター

6月6日(土)午前9:00～午前11:30
近江カントリーエレベーター・長浜カントリーエレベーター

対象となるプラスチック

○農業用ポリ ○育苗箱 ○畔波シート ○肥料袋 など

※廃タイヤ・農業のガラス瓶・中身が残っている肥料袋などは回収することが出来ませんのでご注意ください。

当日、委任状兼口座振替依頼書がない場合、または記入漏れがある場合は受付できませんので、ご注意ください。書類については各支店窓口にございます。12月上旬の回収も計画していますので、計画的な処理をお願いします。

第30回記念 湖北地区JA利用者のつどい

石川さゆり
コンサート



●ご招待日 2021年

3月14日(日)

●開催会場

県立文化産業交流会館(米原)

1日
2回公演

皆様に日頃の感謝を込めて

くみあい醤油・飲料水特別推進について

平素、JA購買事業につきましては、格別のご協力を賜り誠にありがとうございます。本年も、皆様に日頃の感謝を込めて、「JA利用者のつどい」を開催する運びとなりました。第30回を記念して石川さゆりショーを企画させていただきました。

【1部】JA北びわこ <券引換>9:30 <開演>13:00
【2部】Jアレク伊吹 <券引換>13:00 <開演>16:00

寿醤油(8本入り)

+

飲料水3ケース = つどい特別価格 12,500円(税込)
飲料水4ケース = つどい特別価格 12,500円(税込)

例えば



※1セット購入者にはもれなく、招待券1枚を進呈します。

●掲載商品1セットと、JA取扱の生活物資20,000円以上お買い上げの方を対象とさせていただきます。
●その他セットも取り揃えております。

新型コロナウイルス感染拡大を受け、今年度の歌謡ショーは例年より遅らせていただきます。ご来場者の方々の安全優先にご理解とご協力をお願いします。

注:天災その他の事由によって開催が困難な時は、ご来場者の安全確保のため中止になる場合がございます。

下記の商品をお組み合わせいただき4ケースで1セットとなります。

●価格は税込価格

① くみあい醤油(8本入り) (1ℓ×8本) 3,125円	② 近江の茶 (500ml×24本) 3,125円	③ 健康茶 (500ml×24本) 3,125円	④ C1000レモンウォーター (500ml×24本) 3,125円	⑤ C1000グリーンレモネード (500ml×24本) 3,125円	⑥ C1000ビタミンレモン (140ml×30本) 3,125円	⑦ C1000ビタミンレモンゼリー (180g×18袋) 3,125円
⑧ 炭焼き微糖コーヒー (190g×30本) 3,125円	⑨ まもり高める乳酸菌 L-137ドリンク (100ml×30本) 3,125円	⑩ まら生活 (140ml×30本) 3,125円	⑪ アップジャー1000 おいしい数分 (140ml×30本) 3,125円	⑫ 1日分のビタミン グレープフルーツ味 (120ml×18袋) 3,125円	⑬ 1日分のビタミンゼリー マスカット味 (180g×18袋) 3,125円	⑭ フラッシュアップル 100% (160g×30本) 3,125円
						⑮ 野菜&フルーツ (190g×30本) 3,125円

みんなで人権

J A 滋賀同和对策本部
「みのり」より

「それが当たり前前」になるために

世界中で様々な生き方を認める多種多様な試みがなされています。例えば、LGBTなどの性的少数者(セクシャルマイノリティ)と言われる人たちへの対応に関しても、各種権利を保障する法律の制定、新たな制度導入を受け入れる社会の仕組みづくり、そして社会全体としての性的少数者に対する違和感を持たず、彼ら、彼女らが普通に生活できる社会の実現に向けた取り組みがあります。

日本で生まれ、デンマーク在住が15年になるジェンセン美佳さんは、デンマーク人の夫と2人の子どもの4人暮らしをしています。彼女は、デンマークにおいて性的少数者が、社会にいかに入力されていったかを実体験に基づいてレポートしています。

その中の一つを紹介します。それは、小学校1年生の息子の担任の男の先生が、近々自分は親になると、保護者会や担当するクラスの子どもたちに話をした時の体験です。

この先生の配偶者は男性で、人工授精による妊娠を女性に託し、今回、無事出産につながりそうだといいことです。父母からおめでとの声があがり、息子からも「赤ちゃんが生まれて先生も幸せだね」という嬉しそうなお言葉が出てきます。

その時のジェンセンさん家族の会話は、次の通りです。

ジェンセンさんが息子に尋ねます。「先生、お父さんになるんだって?」「食事をしながら7歳の息子は応えます。「そう、先生に子どもが生まれるんだって。男同士でも子どもも持

てるんだよ、知ってた?」それに夫は答えます。

「ホモセクシャルっていうんだ。二人ともお父さんになるんだよね。女の人にお腹を借りるんだ」息子は「え、なんで?」と問いかけます。

「男は子どもが産めないからね」。淡々と会話は流れ、そして先ほどの「...先生も幸せだね」につながっていきます。

その場に私がいたら、どのような感じだったでしょうか。会話に上手く入っていき、平静を装いつつ、心の中ではあたふたしているように思います。それに対して、性的少数者に対して違和感を持たずに自然な会話ができる父子。この差はどこから生じるのでしょうか。人の思いや考えが異なることは当然であり、多様な人がいることを当然とみなす社会を経験している者と、性的少数者が社会で市民権を得ていない社会で暮らす者との違いと言えるように思っています。

法律の成立や社会的仕組みづくりといったことは、もちろん重要なことですが、それに加えて大事なことは、個人の意識の変容を促す教育や啓発を地道に積み重ねることです。幼い頃から多様な人がいることが「それが普通」として学んでいけば、違いを認識するまでもなく「それが当たり前前」のこととなり、差別の対象にはなり得ないのではないのでしょうか。

「それが当たり前前」の意識を根付かせるためには、何が必要かを考えてみませんか。

参考: 北欧は多様な性へのマインドセットをいかに根付かせているか(WEBサイト: SYNOODS)

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 令和2年3月30日

- 第1号議案 理事の選任について
- 第2号議案 令和2年度事業計画について
- 第3号議案 令和2年度貸付金利率の最高限度の決定について
- 第4号議案 令和2年度借入金の最高限度額の決定について
- 第5号議案 経営管理委員と組合間の利益相反契約の承認について

理事会 令和2年3月16日・3月24日

- 第1号議案 2億円超の信用の供与の決定について
- 令和2年3月26日

- 第1号議案 令和2年度事業計画について
- 第2号議案 令和元年度決算処理方針について
- 第3号議案 令和2年度余裕金の運用について
- 第4号議案 令和2年度ロスカットルールにかかる基準について
- 第5号議案 令和2年度貸付金利率の最高限度決定について
- 第6号議案 令和2年度借入金の最高限度額の決定について
- 第7号議案 「機能別店舗・ATM再編に向けた取組方針」について
- 第8号議案 経営管理委員と組合間の利益相反契約の承認について
- 第9号議案 出資減口の承認について

Mail from reader お便りコーナー

4月号から

長浜市 川崎さん

来年小学1年生になる孫のために、プランター栽培を試しています。ジャガイモを植え、ダイコンの種をまきました。うまく育つといいなあ。育つ様子と食育を期待しています。
●立派な食農教育ですね!自分で育てた野菜や果物は、買ったものより愛着がわきやすく、普段野菜嫌いな子どもでもペロリと食べてしまうことがあります。栽培や収穫を一緒にするのはもちろん、お料理もお孫さんと一緒に楽しんでください(^o^)

米原市 平尾さん

新型コロナウイルスでマスク不足の今、「手作りマスク」を見て参考にしています。キッチンペーパーと輪ゴムとホッチキスで簡単に出来るので、だらだら過ごしてしまう

時間を活用して作ってみたいです。

●さっそくご利用いただきましてありがとうございます。今、役立つのはもちろんのこと、1度作っておくと災害などが起きた時にサッと作ることが出来るので便利です。

長浜市 小澤さん

マスクが買えません。そんなある日、置き葉の業者さんから連絡があり、置き葉の中身の確認がありました。しばらく中身をも見ておらず、なんとマスクが入っていたのです!大切に使いたいですね。
●以前、街を歩いていると、ポケットティッシュが配られるように、マスクが配られることがありました。普段使わないバックの中などにも隠れているかも!?

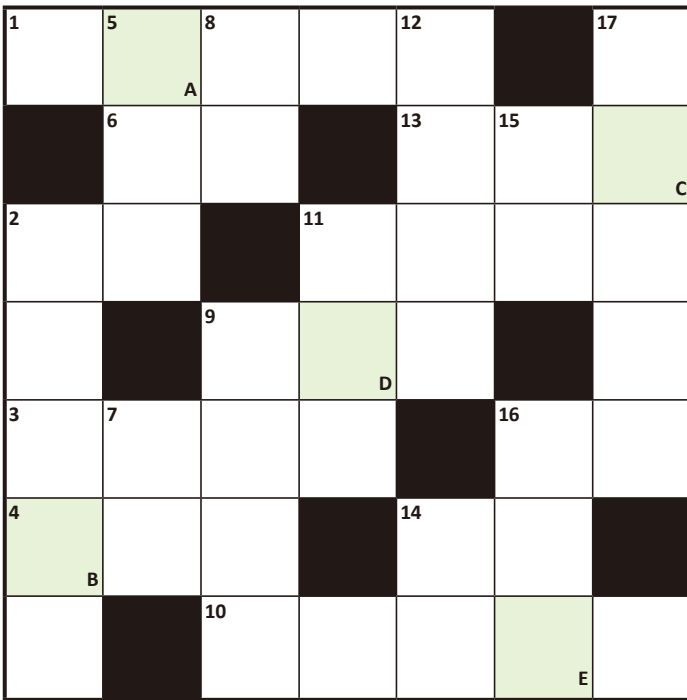
わたしたちのJA【主要概況】

令和2年3月末現在

正組合員数	5,007人	貯金残高	1,433億8千6百万円	年金共済保有高	30億7千8百万円
准組合員数	7,401人	貸出金残高	178億1千5百万円	購買品供給高	10億5千7百万円
出資金残高	17億8千5百万円	長期共済保有高	3,142億2千0百万円	販売品販売高	7億7千0百万円



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？



🔒 コロのワザ

- 1 端午の節句に食べる和菓子
- 2 損の反対語
- 3 あの人、いい人なんだけど、——多いんだよなあ
- 4 邦画ではありません
- 6 シオマネキやガザミはこの仲間
- 9 馬具の一つ。足を掛けます
- 10 春の大型——をゴールデンウィークといいます
- 11 クラブ——、救援——、——写真
- 13 与党と対立することが多い
- 14 たくと良い香りがします
- 16 アスパラガスは主にこの部分を食べます

- 🔒 コロのワザ
- 2 知事選の期日前——に行ってきた
 - 5 耳は聴覚、鼻は嗅覚、目は
 - 7 ソウやライオンを数えるときに使う言葉
 - 8 大きな口を持つ爬虫類
 - 9 往年のヒット曲『——のハワイ航路』
 - 11 武者人形はかぶっていることが多い
 - 12 茶畑で行う収穫作業
 - 14 数え年70歳のお祝いです
 - 15 アシカやオットセイより大きな海獣
 - 16 飛行機で物を運ぶこと
 - 17 田畑を耕す農耕機械

4月号のこたえ

A B C D E
ホタルイカ



3月号の応募総数

123通でした。

当選された10名の方については景品の発送をもって発表にかえさせていただきます。たくさんのご応募ありがとうございました。

クロスワード
クイズの答え
〒・住所
氏名
年齢
「ふれあい」の
感想及びJAへの
ご意見・ご要望
身近な話題など

63 5211-0062
JAレーク伊吹
「ふれあい」係
米原市宇賀野280番地1

● E-mail での応募もお待ちしております
アドレス: kouhou@lakeibuki.jas.or.jp



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 5月20日水

※クイズにご応募いただきました記載の個人情報、当選者へのプレゼント発送と「ふれあいプラザ」「お便りコーナー」でのご紹介、ご意見対応、各種サービスの提供・充実を行うために利用させていただきます。

夜間・休日の緊急ご連絡先

- 通帳・キャッシュカード紛失の場合 JAキャッシュサービスセンター ☎0120-016-663
- JAカード(三菱UFJニコス)紛失の場合 NICOS盗難紛失受付センター ☎0120-159-674
- 自動車事故等の場合 JA共済事故受付センター ☎0120-258-931
- レッカー移動や故障時の応急対応が必要な場合 JA共済サポートセンター ☎0120-063-931
- ガスに関するお問合せ LPガス保安センター ☎0749-65-8091



JAレーク伊吹 電話番号一覧

本店(代表) ☎52-6520	伊吹支店 ☎58-0008	近江支店 ☎52-2460	経済センター ☎63-2101
多目的施設みのりハウス	柏原支店 ☎57-1010	長浜東支店 ☎62-0677	伊吹資材センター ☎55-4080
(本店企画管理課) ☎52-6521	山東支店 ☎55-1014	長浜南支店 ☎62-0239	米原資材センター ☎52-1014
	米原支店 ☎52-1011	長浜北支店 ☎62-3374	介護福祉センター ☎54-2112



シニア野菜ソムリエKAORUの

ベジタブルライフ

イラスト:小林裕美子

5 May 2020
vol.265

ラッキョウ ～初夏が旬の薬効野菜～

ラッキョウのプロフィール

【分類】ヒガンバナ科ネギ属
 【原産地】中国
 【おいしい時期(旬)】初夏(5~7月ころ)
 【主な栄養成分】カリウム、食物繊維、アリシンなど

解説:KAORU

ラッキョウのいろいろ

ラッキョウ
漬物用として利用されるラッキョウ特有のピリッとした辛味と強い香りがあり、パリパリとした歯触りの旬は5~6月の主流は「らくだ」という大玉品種

エシャロット
生食用で、軟白栽培された若いラッキョウ一般的な漬物用ラッキョウよりも穏やかな風味の爽やかな辛味と香りが特長

島ラッキョウ
沖縄県で主に栽培されているの辛味、香りとも強めで、生食すると特有の個性が楽しめる

見分け方

NG

芽が伸びている
収穫から時間が経過している
緑がかっている
硬いことがある

お薦め

泥付き
新鮮で風味や歯触りが良い

粒が大きめでそろっている
白くふっくらとしていて、傷などがない

エシャロット、島ラッキョウ

葉が枯れていない

白い鱗茎(りんけい)がみずみずしくつやがある

楽しみ方・食べ方のコツ

甘酢漬け、しょうゆ漬け、みそ漬け、砂糖漬けなど

水洗った後、芽と根をカットして皮をむき、お好みの漬け方で漬ける

生のままどうぞ!

エシャロット、島ラッキョウは、みそ、マヨネーズを付けてお手軽に

おつまみ

スライスしてかつお節やしょうゆなどとあえる

調味料

みじん切りにして、いろいろな料理に使える

カレーに添える

ラッキョウ漬けは欠かせない!

しょうゆを垂らすと美味!

天ぷらなどの揚げ物、炒め物

意外な食べ方 焼きラッキョウ

シンプルに串に刺して網で焼くだけ

洗いラッキョウとは洗って根を切った状態で販売されているもの。そのまま泥付きで売られている生ラッキョウと洗いラッキョウがある

保存方法

芽が出るのが早いので、購入後はすぐに下処理して保存

すぐに下処理できない場合は、新聞紙などに包みポリ袋などに入れて冷蔵庫で保存。できるだけ翌日には下処理を

ラッキョウの力

食物繊維
便秘予防

コレステロールの吸収を抑えたり、血糖値の上昇を抑える働きがあるといわれる水溶性食物繊維が多い。生活習慣病の予防効果が期待できる

カリウム
高血圧予防、むくみ改善

利尿作用があり、余分な塩分を体外に排出する

アリシン
疲労回復、血行促進、免疫カアップなど

特有の香りのもと。タマネギや長ネギ、ニラ、ニンニクにも含まれる硫化アリルの一種

ラッキョウのヒミツ

歴史
原産地はヒマラヤ地方(中国)の紀元前から栽培が行われ、当初は薬用だった

平安時代
日本への伝来は、9世紀ころ。当初は薬用『新撰字鏡(しんせんじきょう)』『本草和名(ほんぞうなみょう)』は「藪」、『延喜式(えんぎしき)』では「藪白」の名で登場

江戸時代以降
食用としても広く栽培される。現在の主な産地は、鳥取県、鹿児島県、宮崎県、徳島県など

生命力旺盛!
精力が付くため、修行僧は食べてはいけないものとされていたとか!

発行/ノースイブ伊吹農業協同組合 総務部 生活振興課
〒521-0062 滋賀県米原市宇賀野280番地1

TEL:0749-52-6533
E-mail:kounhou@lakeibuki.jas.or.jp URL:http://www.ja-lakeibuki.or.jp/

