

琵琶湖と伊吹山に囲まれたJA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!

10

October 2017

vol.234

- 1 ふれあいタイムス
- 3 女性部
- 5 営農情報
- 7 特別企画 農家になろう
- 9 ふれあいプラザ
- 11 JAからのお知らせ
- 12 お便りのコーナー
- 13 みんなで人権教育
今月のあなたの運勢
- 14 パズル?頭の体操



「10月31日は、ハロウィン」
アイルランドの民族のお祭りで、
秋の作物の収穫を祝ったりする行
事がもともとの始まりです。



地域とともに活動！

長浜南支店

7月9日

長浜南支店は、長浜新川の環境美化を目的とする長浜新川クリーンアップ作戦にボランティア参加しました。長浜新川は昭和49年から長浜市内の浸水被害を軽減するために改修が進められ、人工的に付け替えられた河川で、コンクリートが見えないように植生がデザインされています。長浜南支店前の下流付近では、遊歩道や芝生の広場も整備されていて、魚や鳥、ホタルが生息するなど徐々に新たな自然環境が

▲河口から新川の源頭まで「ミ」拾いをする職員



育まれています。

長浜南支店の職員は、猛暑の中のゴミ拾いでしたが、来年も地域住民と企業、行政が一体となった清掃活動等にボランティア参加し、市民の皆さんの憩いの場となっている長浜新川の環境美化や農業生産に欠かせない自然環境の保全活動に参加したいと思います。

「苔ぼっくり」で癒しの空間を

7月19日



▲コケを松ぼっくりの奥に押し込むように詰めているところ



▲コケ詰め完了。ガラスの花瓶にたこ糸をたらして、できあがり。

家の光活用グループすみれは、JA本店に集まって、月刊誌「家の光」を活用した「松ぼっくりとコケで作る『苔ぼっくり作り』」に挑戦しました。皆さん、家の光を教本に作り方のポイント「た

こ糸は奥の方に詰めるように巻く」「松ぼっくりの下の方からコケを詰める」などを

参考に、それぞれ個性的な苔ぼっくりを約一時間で作りあげました。

この「苔ぼっくり」は、松ぼっくりに好みのコケを差し込むように詰め、山野草などを植えこみ仕上げるもので、苔玉よりも手軽にできて、プレゼントにぴったりです。

出来上がった作品を前に皆さん満足の笑みで、次回は好きな植物でできる「毛糸の苔玉」に挑戦したいという声も上がっていました。

強盗を想定、

職員防犯訓練を実施

8月17日

このほど長浜北支店を会場に、長浜警察署のご協力のもと強盗を想定した金融機関防犯訓練を実施しました。同署の警察官が強盗犯役となり、拳銃を持った2人組が開店間際の支店に押し入ったという想定。支店職員17名が、緊迫した雰囲気の中で対応方法を確認しました。訓練ではヘルメット、マスクで装備した二人の犯人役が拳銃を発砲しながら侵入し、来店者役の女性警官を人質にとり、窓口のカウンターで支店長を呼び現金を要求。職員が現金を渡した後、バイクで逃走後、駆け付けた警察官から犯人の特徴・通報ボタン押下の確認など聴取までを行いました。

職員は、犯人役の警察官の迫力ある演技にびっくりしながらも、犯人の特徴や服装、車種やナンバーなどをチェックし、逃走犯にカラーボールを投げつけました。

訓練後、全支店管理職が参加し、護身術講習と訓練の評価を受け、同署の生活安全課から「まず人命が第一。その中で犯人を逮捕するのに必要な特徴などを把握することが大変重要。男性職員が逃走犯を追いかけてカラーボールを投げることもよくできていた」といった総評をいただきました。

長浜北支店の小川支店長は「いつ発生するか分からない犯罪に対して、犯人の特徴を一人で捉えるのは難しいので防犯分担当表を作成している。今回対応できた点、うまくできなかった点を全員で確認し、防犯意識の向上を図りたい」と気を引き締めて話しました。



▲防犯訓練のようす

年金友の会 長浜支部 地域の仲間と

グラウンド・ゴルフ大会開催

7月20日 ㊦

JAレーク伊吹年金友の会長浜支部は7月20日、長浜バイオ大学ドームにて第9回グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

この大会は会員相互の交流と健康増進を目的に毎年開催しているもので、今年は142名が参加。競技方法は8ホール×3ストロークマッチで、プレーが始まると普段の練習の成果を發揮して、みなさん楽しく熱戦を繰り広げました。試合の結果は、長浜北支店管内の中山勝之さんがスコア38で優勝されました。試合結果集計中にはホールインワン競争とフックキー賞抽選会が行われました。今大会の上位10位までは、11月15日開催の滋賀県JAグラウンド・ゴルフ大会へ出場されます。



▲ホールインワン競争を楽しむ皆さん



▲1位 中山勝之 (38)
2位 角川正浩 (39)
3位 金澤慶一 (46)
※ ()内はスコア

みんな元気!はつらつ!

ゲートボール大会開催

8月24日 ㊦

JAレーク伊吹年金友の会長浜支部は、第9回ゲートボール大会を長浜サードームにて開催し、7チーム38人が参加しました。また、今大会6位までが11月17日開催のJAレーク伊吹年金友の会睦親ゲートボール大会の出場権を得るとあつて、みなさん声を掛け合ったり、戦略を練ったりとチームワークの良さを感じました。熱戦の結果は、長浜南支店管内で結成する名鳥チームが4勝0敗で優勝されました。2位は6チームが勝数で並ぶものの、最終得失点差で絆チーム(長浜北支店管内)が見事逃げ切り、本庄チーム(長浜南支店管内)が3位に入りました。



▲上位3位までの入賞チーム

知って納得JA

—協同組合の力—

Q JAがさまざまな事業を行うのはなぜ?

A 農家が安心して農業に専念できるよう、暮らしの基盤を支えるためです。

日本の農業の大部分は、家族経営で支えられています。農家は、所有する土地や農機具、家族の労働力などを使って農作物を作り、販売して現金収入を得ます。これらの収入の一部を家計に回して生活必需品を購入するほか、貯蓄したり共済に加入したりしています。

JAは、組合員である農家が安心して農業に専念し、農業所得を上げて豊かな暮らしを実現できるよう、さまざまな事業を通じて応援しています。これらの事業は組合員以外も利用ができ、地域住民の暮らしを支えています。

このように、JAは組合員や地域住民を総合的に支えることから「総合農協」とも呼ばれます。家族経営を大切にしている日本らしい組織といえます。

(監修=広島大学 助教 小林元)

組合員とJAの関わり

教育・広報活動に関わる事業

学習会の開催、広報誌の発行、新聞情報事業、出版・文化事業など



耕そう、大地と地域のみらい。



結成1周年、

「なでしこ」飛躍!

「スコップ三味線をしませんか?」の呼びかけに、新たなメンバーが集結し誕生した「なでしこ」グループが、9月に結成1周年を迎えました。結成後は、月2回JAに集い練習に励み、JAや地域のイベントなどに出向くなど、楽しく活動の幅を広げています。こういった発表の場があることが、目標となり、結束力が強まる原動力となっています。

7月18日(火)は、長浜市春近町のお



素敵な歌声が響きわたります♪

しゃべり会に出向き、スコップ三味線の演奏やJA共済の笑いと健康教室などで、地域の方々と交流されました。

8月1日(火)には、大原児童クラブ「はらっぱ」でスコップ三味線を披露されました。100名を超える児童数ということと、3回にわたってのミニコンサート。子ども達も知っている「サザエさん」「恋するフォーチュンクッキー」や、食べることと農業の素晴らしさを伝える「お米さんありがとう音頭」を選曲し演奏。子ども達は、初めて観るスコップ三味線に興味津々。また、家の光協会から子ども向けに発行している『ちゃぐりん(日本PTA全国協議会推薦)』を活用した



昔の漢字、これな〜んだ!?

(答えは4ページです)

手作りのパネルでクイズも行い、食と農の大切さなどを伝えました。子ども達も、歌って踊って、スコップ三味線に挑戦し、元気にクイズに答えるなど、夏休みの思い出となったようでした。「子ども達がイキイキと楽しそうに、食農クイズで勉強も出来たのがとても良かった。」と、児童クラブの担当者に言っていたいただき気分上々。

今後、他JA女性部との交流も行う、イキイキ暮らせる地域となるように活動の幅をさらに広げられるべく学んでいきたいと意欲的です。そんな積極的な挑戦をする女性部を、JAは応援していきます。

フレッシュミズのつどい

8月9日(水)、JAしが女性協議会主催のフレッシュミズのつどいが開催されました。県内のフレッシュミズやその家族など43人が参加。当JAのフレッシュミズも参加し、仲間の輪が広がりました。

このフレッシュミズのつどいは、女性組織の活性化を図り、県内のフレッシュミズ相互の交流と情報交換の場となるように行われました。今回、ローザンベリー多和田(采原市)で、かまどでご飯を炊き、おむすびを作ったり、風鈴の絵付け体験などを楽しまれました。



はじめて、おむすびつくったよ。



フレッシュミズメンバー大募集!!

フレッシュミズは、おおね4才までの女性が、同じ目的をもって集まったグループです。

明るく輝く女性になるために、小さな行動をおこしませんか!?

最寄りのJAまでお気軽にご連絡ください。

“もしも”の備えに 早すぎはありません!

相続の発生から完了までには次のようなさまざまな手続きが必要です。ご家族の負担を軽減するため、そして自分の想いの実現のため、エンディングノートの作成による、ご家族との情報共有をお勧めします。

Q & A

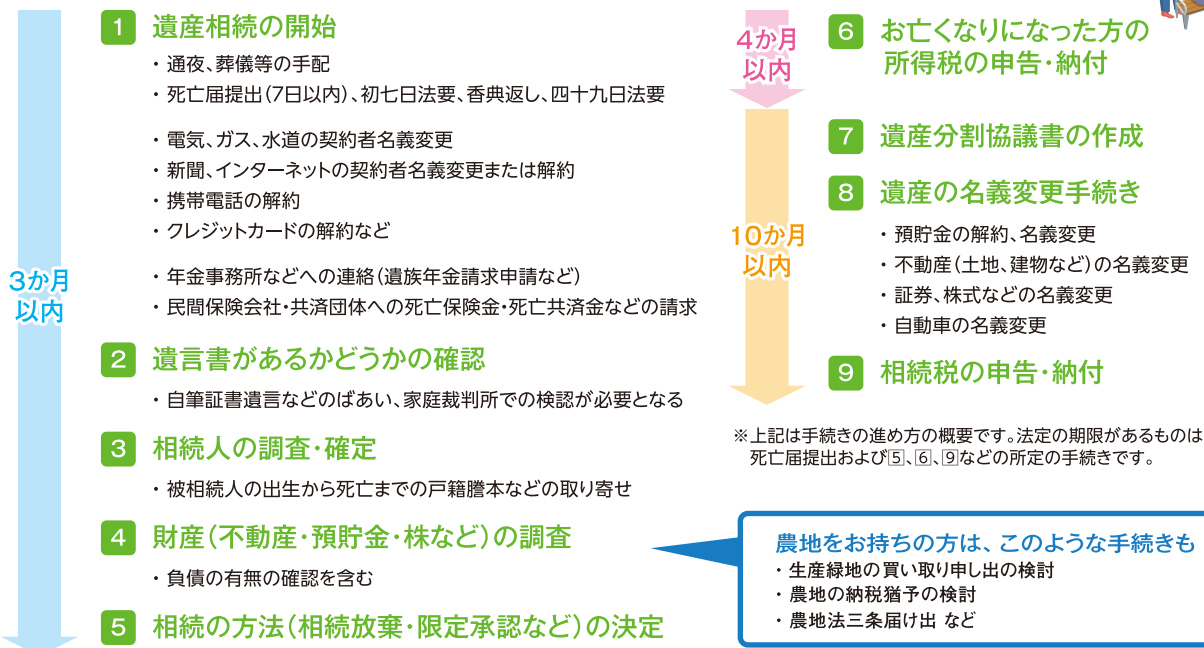
「エンディングノート」って
なんですか?



いざというとき残された家族が困らないように①身の回りのこと②入院時や葬儀の希望③友人や親戚の連絡先④共済(保険)の加入状況⑤財産に関わることを書き留めるノートです。



相続に関する主な手続きの流れ・スケジュール



農地をお持ちの方は、このような手続きも

- ・生産緑地の買い取り申し出の検討
- ・農地の納税猶予の検討
- ・農地法三条届け出 など

チェック!

相続チェックシート

一つでもチェックがある方は、相続発生後にご家族がもめてしまう可能性が高いです。家族での話し合いや、共済(保険)などでの対策をする、法的効力のある遺言を残すなど、生前からの対策が有効です。まずは気持ちの確認や現状の棚卸しのために、エンディングノートの作成を始めましょう。

農業を営んでいる方

- 特定の子どもの事業を継がせたい
- 後継者が決まっていない



「家の光」2017年12月号 第二別冊付録
「未来にのこす わたくしノート」

財産を与える相手、分け方について希望がある方

- 不動産は長男、預貯金は長男を含む相続人で均等に分けてほしいなど、分け方に関する細かい希望がある
- 特定の子どもの財産を多く残したい
- 財産を与えたくない相続人がいる

ご家族の状況が以下に当てはまる方

- 子どもがいない
- 配偶者が他界していて、子どもだけが相続人となる
- 主な財産が不動産である
- 特定の子どものみだけに目をかけて贈与などをしてきた
- 相続人の中に認知症の方がいる

12月号のお申込みはお近くのJAへ

人・JA・地域が元氣

家の光

定価
(税込)

- 普通月号 617円
- 付録月号(1・4・5・7・9月号) 906円
- 家計簿付き12月号 1,008円



仕込み味噌・糍加工

予約受付中

予約申込書は、10月10日までに提出してください。
お問い合わせ先 総務部 生活振興課 ☎ 52-6533

同時募集

短期アルバイトさん
性別・経験は、問いません。

水稲

水稲収穫後の次年度に向けての取組み

◎稲わらの早期耕うんによる効果

稲わらを早期にすき込むことで、地力増進、病害虫抑制、雑草抑制が期待できる

【地力増進効果】

近年、出穂期から登熟期が高温傾向にあり、後期栄養不足や稲体の活力低下による登熟不良を招き、品質低下の大きな要因となっています。そのため、稲わらすき込みや土づくり資材の施用により、〈地力増進〉が重要になります。また、秋にすき込むことにより、春のすき込みよりワキ(メタンガス、硫化水素)の発生が抑えられ根腐れ等の生育障害を軽減することができます。



〈すき込み時期〉

稲わらのすき込みは、収穫後できるだけ早く、地温の高い時期に、土づくり資材を散布後、実施して下さい。これは、稲わらの分解を担う土壌微生物は地温が15℃以下になると活性が低下するため、すき込みが遅くなると稲わらの分解が十分すすまないためです。

〈すき込み方法〉

稲わらの分解に必要な酸素供給や春先の土壌の乾燥促進等を考慮し、耕深は5〜10cmの浅うちとして下さい。湿田や冬期に湛水しやすい水田は、排水溝を作ります。

【病害虫抑制効果】

① いもち病

菌は被害わらで越冬して翌年の発生源となるので、いもち病が発生した圃場は、収穫後、速やかにすき込むことで、圃場で越冬する菌を抑制できます。

② ニカメイガ

ニカメイガの越冬虫は、稲わらに潜んでいますので、収穫後に稲わらやすき込み、幼虫が越冬しないようにします。

③ 紋枯病

菌株で越冬するので、早期に稲わらやすき込むことで、圃場内に残存する菌核を減少させます。

注意

早期に稲わらを深くすき込む

近年、紋枯病による倒伏の被害が多くなっています。今年度多発した圃場では、菌核が越冬し、次年度も発生することが予測され、品質と収量に影響を及ぼすので注意が必要です。このため、紋枯病に効果のある箱施用剤「箱いり娘」の散布や、予防・治療効果のあるリンバー粒剤による本田防除をしましょう。



紋枯病による被害 (倒伏)

【雑草抑制効果】

オモダカ・クログワイ等の多年生雑草は、低温や乾燥に弱いので、耕うんにより塊茎を掘り出し、地表面にさらすことで、塊茎量を減らす効果があります。



オモダカとその塊茎



クログワイとその塊茎

野、サボ



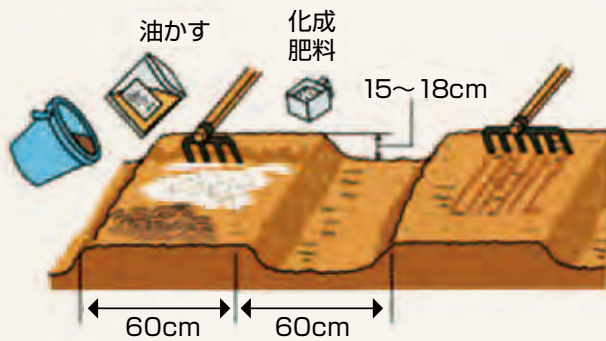
イチゴの植え付けと 管理の要点

イチゴは苗づくりから始めると栽培期間が1年近くもかかり、収穫は露地栽培では約半月で終わってしまふので、家庭菜園では取り組みにくいものでした。しかし、太陽をいっぱい浴びた旬のイチゴの魅力は格別で、育てたいと希望する人は大変多いものです。幸いなことに、最近ではイチゴ事情がだいぶ変わり、入手が難しくなった苗が出回り始めました。また、大手種苗会社からは、新品種を含めた数々の品種の苗が販売されるようになり、栽培に取り組みやすくなったといえるでしょう。

イチゴの植え付け適期は、10月中旬～11月上旬です。早めに苗の購入予約をし、良い苗を確保しましょう。露地やトンネル栽培では「玉交早生」「ダナー」が従来からの代表種ですが、ハウス栽培や、日当たりの良い軒下でプランターを使った早取りでは「章姫」「とよのか」などがいいでしょう。そのほか、数多くの新品種が大

手種苗会社から売り出されています。特性と栽培法を確かめて入手してください。

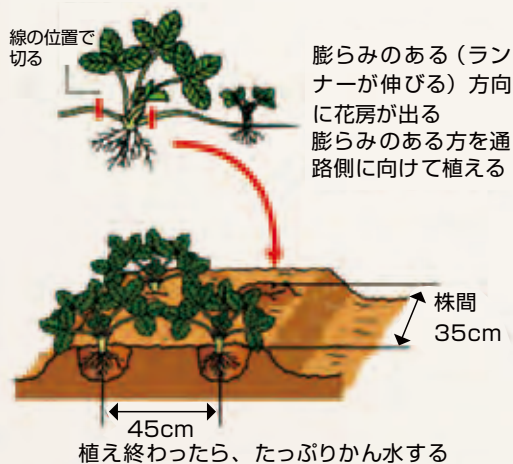
植えつけ20日前までに、セルカ(有機石灰)80g/m²・ふりかけ堆肥工(完熟堆肥)400g/m²・ようりん50g/m²を施します。元肥は定植10日前に、油かす50g/m²・野菜有機S282を50g/m²全面に散布し、15～18cmの深さによく耕します。



イチゴの根は肥当たりが大変弱いので、植えつけまでに肥料が十分に分解していることが大切なポイントです。プランターの場合は、ピートモス主体の専用培土を用い、肥料

含有量を確かめ、少ないようならば、事前に油かすと野菜有機S282を少々補います。未熟な腐葉土や有機質肥料を直前に施用することは禁物です。

畑で2列植えする場合には、出てくる花房の向きを外側に、プランターの場合は一方を向くように植えつけると収穫が楽にできます。植えつけに当たっては図のように、クラウンが地上に出る程度とし、深植えしないことです。植えつけ後、晴天なら毎日かん水し、乾かさないようにして活着を促します。



追肥は、植え付け2週間後に1回目、その後11月下旬～1月上旬に2回目の追肥をします。そのとき、除草を兼ねて畦の表面を耕しておくようにしましょう。

1回目追肥は、燐消安加里S604を30g～40g/m²又は、油かすなら80g/m²を施します。

2回目追肥は、燐消安加里S604を20g～30g/m²又は、油かすなら60g/m²を施します。

葉かきは、枯れた葉だけを取り除き、植え付け後に伸びてくるわき芽は花をつけることがあるので残してください。冬の間にでてくる花は寒さで黒くなりますので早めにかき取って下さい。イチゴは乾燥や過湿には弱いので注意しましょう。

農業体験をきっかけに、
大農家の手伝いや
ヤンマーミュージアムで農業の
様々な価値を学んでいる。



なろう *Let's be a farmer*

笹木 智徳さん

長浜市十里町 中学三年生

若者たちを紹介します。

農業に興味を
持ったきっかけは？

小学校5年生の時に学習した
食育授業での米作り体験です。

将来の夢「わたしと農業」

僕の家は農家ではありません
が、小学校5年生の時に体験し
た田植え、稲刈りで農業の楽し
さを感じました。それ以来、「米
作り」に対してとても興味を持っ
ています。

現在の農業では、天候不順や
自然災害などにより予定してい
た収穫量が得られないことで、
経営が不安定と聞いています。
そこに追い打ちをかけるように、
海外からの安い農産物により、
国内で生産された農産物が売れ
なくなっているなど厳しい経営で
あり、若者が農業に参入しづら
いのが今の日本の農業だと思っ
ています。

僕は農事組合法人相撲アグリ
グリーンファームの皆さんから取
り組みや農機などの様々な話を
聞いたり、実際に現場で教えて
いただいたことがありました。
その中で学んだことの一つに、こ
れからの農業は消費者に安心し



◀ 8/25 (金)
夏休み中の様子
大農家での籾摺り作業
を手伝っています

て食べてもらえるものを生産し、
いかに安定した農業経営をして
いくことが大切であるかとい
うことでした。

僕はこれからもっと農業に関す
る知識を得て、将来皆さんに安
心して食べてもらえ、お米のおい
しさをさらに感じていただける
ような「米作り」をしたいと思
います。

学校での実習は自分の成長の
バロメーターになり、
失敗は良い経験です。



山根 早葵さん

長浜農業高等学校二年生



農家に

将来、地域農業を志す

農業に興味を
持ったきっかけは？

家が専業農家なので、農業が
身近にあったから。

将来の夢「わたしと農業」

私の家は稲作農家で、父が98ha
作付しています。農業が身近に
あったことで将来は農業を職業
に考えています。農業の中で、
稲作は父から学べるので、他の
作物を探していた時に母のアド
バイスもあり花の栽培に興味を
持っています。今は、高校で様々
な花の栽培をして、更に詳しく
学ぶために大学へ進学して、専
門的な知識や技術を学び、大学
卒業後、父の会社で新しく花部
門を立ち上げ、菊以外にも興味
があるので、様々な花の栽培を
していきたいと思っています。

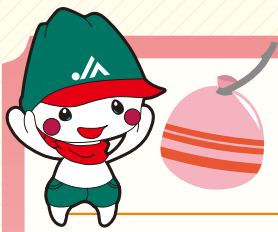
学校では栽培した花の販売も
しているので、栽培技術だけで
なく、お客さんとの「コミュニケー
ションの取り方などもしっかりと身
につけていきたいです。これから
もせっかく勉強できる環境があ
るので、それを最大限活用して
たくさんの事に挑戦し、学んで
いきたいです。



▶8/13(日) 実習日の様子
花の種を播いたセルトレイから芽が出ると更に大きく育てるために1株ずつポットに移します



◀8/13(日)
実習日の様子
花の出荷にむけて摘果を先輩と先生から習っています



JAYアンづくり活動



ふれあいプラザ

8月10日、山東支店駐車場で開催された「JA 山東支店夏祭り」には、組合員・地域の皆様など沢山の方がご来場くださいました。

今年の夏祭りは盆花・農産物・かき氷の試食・ヨーヨー釣り・子どもプールなど、盛りだくさんの内容で、職員も交代でお祭りを盛り上げました。

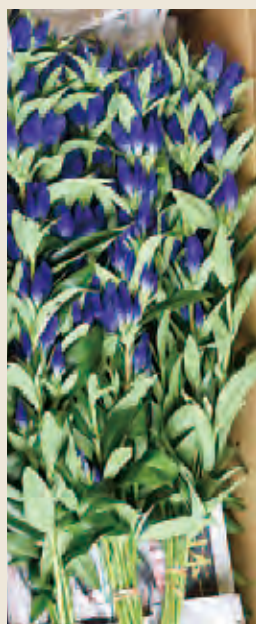
また、ご来店頂いた皆様と地域の小学校(山東小・大原小)の一年生にご協力頂き「あなたの好きなもの、好きなこと」を書いて頂き店頭に掲示しました。ご協力ありがとうございました。



花卉部会 便り No.25

リンドウを初出荷しました

滋賀県農産普及課の方にご指導いただき、平成27年度よりリンドウの栽培がはじまりました。今年の8月下旬に京都の大原市場に約500本を初出荷することができました。リンドウは、仏花用切り花として大きな需要があります。管内の中山間地域での栽培を増加し、地域特産品として、産地化を図っていきます。



初めてメロンを家庭菜園で栽培しました。4株の苗から形は色々ですが20個ほど採れたので、友達にもおすそ分けして喜んでもらって喜びも倍増です。来年は形も味にもこだわって作りたと思います。



畑を始めて2年目です。野菜づくり面白いです！

米原市磯 Yさん



料理 楽しくステップアップ

「キッチン晴人」のオーナシエフ 永井智一



サトイモの パルミジャーノフリッター

■材料(1人分)

サトイモ	3個
衣	
薄力粉	1/2カップ
ビール	1/2カップ
パルメザンチーズ	大さじ2
パセリ	少々
塩	少々
サラダ油	適宜

■作り方

- ①サトイモは皮をむき、水大さじ1(材料外)を入れた皿に載せ、ラップフィルムを掛け乾らくなるまで電子レンジで加熱する。
- ②衣の材料をボウルに合わせ、ホイッパーでゆっくりと混ぜ合わせる。
- ③②に粗熱を取ったサトイモを入れ、170度のサラダ油で揚げる。
- ④油を切り、塩とパセリを振って出来上がり。付け合わせにラディッシュなど(材料外)。



時間がたってもサクサクなのでお弁当にも。白身魚でもおいしいです!

サトイモの煮ころがし みそ風味

■材料(4人分)

サトイモ	12個	合わせみそ	
スナックエンドウ	4本	田舎みそ	大さじ2
すりごま	大さじ1	料理酒	大さじ1
オリーブ油	大さじ1/2	みりん	大さじ1
サラダ油	適宜	砂糖	大さじ1/2
		おろしショウガ	小さじ1
		おろしニンニク	小さじ1/2
		おろしタマネギ	小さじ1

■作り方

- ①サトイモは皮をむき、水大さじ1(材料外)を入れた皿に載せ、ラップフィルムを掛け乾らくなるまで電子レンジで加熱する。
- ②①の粗熱を取り、180度のサラダ油で素揚げにする。
- ③ボウルに合わせみその材料を混ぜ合わせる。
- ④フライパンにオリーブ油を熱し、合わせみそを入れ加熱し、②を入れ手早く絡める。
- ⑤④を器に盛り、ゆでたスナックエンドウを散らし、すりごまを回し掛ける。



素揚げにするとときほとにかカリッと揚げること。

サヤエンドウ (マメ科エンドウ属)

正月の黒豆に始まって、大相撲夏場所のソラマメ、居酒屋のビールにエダマメなどと、日本人は本当によく豆を食べます。大豆で作られる納豆やみそ汁は毎日のように食卓に上がります。

エダマメと大豆は同じ植物ですが、未熟の前者は野菜に、完全の後者は食用作物に分類されます。エンドウもサヤエンドウは野菜、ウグイスマメは食用作物に分類されます。

マメ科の花はとても魅力的です。サヤエンドウは春先に近縁のスイートピー(ハマエンドウ属)に似た花が咲きます。ベランダでサヤエンドウを栽培すれば、花の観賞と野菜の収穫が楽しめます。サヤエンドウには白花種と赤花種があります。

サヤエンドウの仲間には、未熟な実を食べるグリーンピースと、豆が熟してもさやが柔らかくさやごと食べられるスナックエンドウがあります。エンドウは畑がなくても、日当たりが良ければ、ベランダでも栽



培できます。エンドウの生育適温は15〜20度で、幼苗のうち0度以下の低温にも耐えられます。本葉2〜3枚のときに最も寒さに強いので、温暖地では10月下旬から11月中旬に種まきします。

深さ15cm以上のプランターに市販の培養土を入れ、20cm間隔、深さ2cmで、1カ所に3〜5粒まきします。本葉2枚ぐらいまでに間引いて、1カ所2本立てにします。暖かくなると急に伸びるので早めに150cmの支柱を立て、つるを誘引します。

追肥はつばみが見え始めた頃から1000倍の液肥を1週間置きに施します。肥料が多過ぎると過繁茂になり、実の付きが悪くなります。過湿も嫌うので、少し乾燥気味に管理します。厳寒期には保湿を兼ねて、敷きわらなどで株元を保護すると良いでしょう。

さやが大きくなり、中の豆がやや膨らんできた頃が収穫適期です。ゆでたり炒めたりして、鮮やかな緑と独特の歯触りをお楽しみください。





定期積金をご契約のみなさまへ

～定期積金の口座振替による払込についてお願い～



定期積金をご利用いただき、誠にありがとうございます。
当 JA は、平成 30 年 4 月より、定期積金の新規ご契約およびご継続契約は、毎月の掛金を普通貯金通帳からの自動振替による取扱とさせていただきます。
現在、毎月の定期積金の掛金を、窓口または JA 職員が訪問して現金をお預かりしている場合には、ご継続時に自動振替の変更手続きをお伺いします。JA の各種サービス業務が便利で心地よくご利用いただけるよう、「安心」「わかりやすい手続き」に計画的に取り組んでおります。



詳しくは各支店・渉外担当者にお問い合わせください。

セカンドライフ応援企画

定期貯金情報

お得!

特典付き年金定期貯金



【ご利用いただける方】

- ① JA で年金を受給されている方
(指定手続き中を含む)
- ② JA へ年金受給口座の指定を予約された方
- 預入期間 / 1 年
- スーパー定期 / 50 万円以上
50 万円につき、1 口の抽選権をおつけします。

店頭利率にプラス 年金定期貯金の「結いの恵み」お申し込み時 & さらに 1 年後の満期到来で嬉しいダブルチャンス!
お申しただくと抽選で「ニッポンの恵み」ギフトカタログ(8,000 円相当)をプレゼント!

年金優遇金利定期貯金

きらめき

【ご利用いただける方】

- 当 JA で年金を受給されている方
(指定手続き中を含む)
- 預入期間 / 1 年
- スーパー定期 / 10 万円以上
500 万円以下

店頭利率にプラス

+0.32%

退職金定期貯金

新たなステージを応援します!

- 預入期間 / 1 年
- スーパー定期 / 300 万円以上
1,000 万円以下

当 JA で年金を新規にお受けいただける方(予約・お続き中も含まれます)

0.25%

上記以外の方 **0.20%**

※詳しくは最寄りの窓口までお気軽にお問い合わせください。

廃棄農薬の適正処理を行います

期限切れの農薬や使用できない農薬を一斉に有料で回収致します

農薬取締法により無登録農薬の使用が禁止されています。使用された場合は罰則規定が設けられています。

実施日 平成29年 10月28日(土) **持込受付時間** 午前9時～11時

回収場所 JAレーク伊吹 ●経済センター ●伊吹資材センター ●米原資材センター

※有料により農薬処理いたします。委任状兼口座振替依頼書などの書類が必要です。

お問い合わせは各支店へお願いします。



秋の石材展示会

開催日時／平成29年10月20日(金)～21日(土)
午前10:00～午後4:00

展示会場／磊石株式会社
湖北営業所

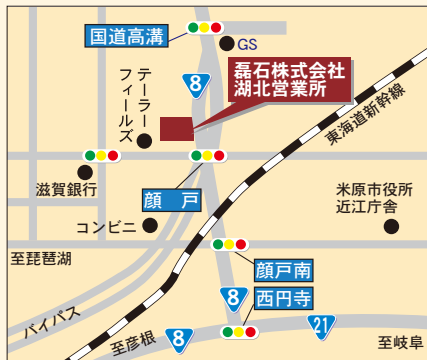
期間中、石碑・灯籠を特別価格にて
展示販売いたしております。
ぜひご来場くださいませ。



※イラストはイメージです。

ご来場者の
方にもれなく
粗品進呈

らいせき
磊石株式会社
湖北営業所
TEL.52-5677
〒521-0072
滋賀県米原市顔戸
1323 番地 1



年金相談会のご案内

平成29年11月25日(土)

長浜南支店 ☎62-0239 午前9:00～午後4:30

社会保険労務士がご相談に無料で応じます。

ご相談をご希望される場合は、事前予約制になります。
各支店窓口、またはホームページからお申込ください。

詳しくは

ゆうちょ銀行ATMをご利用される皆様へ

平成29年10月2日(月)より、JAバンクのキャッシュカード
でゆうちょ銀行ATMを利用される場合、下表のとおり終日
有料とさせていただきます。

ご利用 時間帯	平成29年10月1日まで		平成29年10月2日以降	
	出金	入金	出金	入金
平日 午前8:45～ 午後6:00	無料	無料	108円	108円
平日の上記以外の 時間帯、土・日・祝日	108円	108円	108円	108円

※詳しくは最寄りの窓口へお問合わせください。

Mail from reader



9月号から

米原市 氏原さん

毎回、楽しく拝読させていただいています。今後も野菜を使った料理を掲載してください。

● お料理の参考にさせていただいて有難うございます。携帯電話やパソコンで「お手軽よいレシピ JAグループ」で検索してみてください。色々レシピが載っています。

長浜市 高木さん

黒ニンニクに挑戦しています。ニンニクの作り方が掲載されていたのでしっかりと取り組みます。来年の収穫が楽しみです。

● 黒ニンニクはニンニクの臭みが少なく干しプルーンのような甘酸っぱい味がすると聞きますが、まだ一度も食べたことがありません。食べてみようー!

米原市 馬淵さん

今年も家庭菜園でとうもろこしを30本程植えました。明日の朝収穫しようと思ひ畑に行ってみると、先に野生動物に収穫されていました。キュウリ・ナス等、別の動物にかじられ…。来年はおりに入って生産すべきか…。

● 野生動物対策について、当JAホームページでも掲載していますので、一度ご覧ください。

JAレーク伊吹>トップページ>食と農のこと>鳥獣による被害 [検索](#)

長浜市 北村さん

ミュージ友の会に加入していますが負担額が高いので参加するのにためらっています。近場の1日旅行やランチ会とかいかがですか? 京都の吉本もいいと思います。

● お便り有難うございます。こうして皆さんのご意見を頂けることでJAの企画に活かせることに繋がります。組合員・利用者の皆さんの声をどんどんお聞かせください。JAは皆さんの組織です。ご満足いただける企画を考えることが職員の仕事ですから。

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29年8月21日

- 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 会長の他の団体役員への就任承諾について
- 第3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4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 平成29年8月21日

- 第1号議案 役員体制検討委員会設置要領の制定について
- 第2号議案 玉ねぎ移植機、収穫機、ピッカー、運搬車の購入について

わたしたちのJA【主要概況】

平成29年8月末現在

正組合員数	5,341人
准組合員数	7,054人
出資金残高	17億0千2百万円
貯金残高	1,310億3千9百万円
貸出金残高	196億0千1百万円
長期共済保有高	3,463億8千7百万円
年金共済保有高	29億6千4百万円
購買品供給高	4億5千7百万円
販売品販売高	2億0千9百万円



平和を希う(へいわをこいねがう)

ひめゆりの いしぶみ深くぬかづけば
たいらぎをこいのむ 乙女らの声す 文字

この歌は、『ひめゆりの塔』近くにある歌碑に刻まれたものです。『文字』とあるのは、この歌の作者である井伊文字さんのことで、彦根藩主であった井伊直弼のひ孫に当たる元彦根市長の井伊直愛さんの夫人で、琉球王家の尚主家の末裔でもあります。

この『ひめゆり学徒隊』の悲惨な最期は、『ひめゆり平和祈念資料館』に行けば、知ることができま。戦争の恐ろしさも、生き残った方々の話や写真、映像など様々な形で知ることが出来ます。それらは過去にあったこととして紹介されます。「かわいそう」「悲惨だ」「いついことがあったんだ」といったように理解はできるのですが、そこから先に進むことができません。「どうしてもっと関心を持つことができないのだろうか」と自問自答し、なんとなくうしろめたい気持ちになってしまいました。

そんな中、『ギジムナー kids』(注)著上原正三、出版・現代書館を読む機会がありました。「帰ってきたウルトラマン」などの脚本家である著者(上原正三さん)の自伝的小説です。沖縄本島南部の村を舞台に、小学校高学年の少年の目で見つめた沖繩の戦中戦後が描かれています。舞台になっているのは、アメリカ軍との地上戦によって焼き払われ、多くの人が命を落とした地です。少年たちはみな、苛烈な体験をし、心に深い傷を負っています。少年の一人は「家族の集団目

決を目的にしたりして、それで降ヤギのような鳴き声しか発しなくなった話など、少年たちの過去が明らかになるところでは、目が潤んだり、生々しい悲惨さに目を背けたくありません。

しかし一方で、アメリカ軍相手に少年たちの悪がきびりが痛快に描かれています。戦後の困窮期で、いつも空腹を抱えた少年たちはアメリカ軍トラックや倉庫などから食糧タバコ・衣類・電池など、もろもろの物資を調達して(盗んで)きます。人々は四六時中、涙して苦しんでいるわけではなく、ささやかな生活ではあってもたくましく生きています。大人も子どもも、逆境を明るく助け合って生きる。子どもだからといって、しよげかえっていたら生きていけない。みんな生きることには一生懸命になって目をキラキラさせている」という印象を受けました。

この小説を読んで、戦中戦後の沖縄を現実味を持って感じることができ、ひめゆり平和祈念資料館で感じたうしろめたい気持ちのわけを気づかせる、何かが少しピンと来たように思えます。

「一生懸命生きていく沖縄の人たちを死なせた戦争は悪い、二度と起こさない」という捉え方だけでなく、「戦争という悲惨な状況の中で、こんなに一生懸命生きてきた沖縄の人たちがいた」という捉え方も大事ではないかと思えます。

注キジムナー：ガジマルなどの樹木に宿る沖縄地方に伝わる伝説上の精霊。

J A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

牡羊座 3月21日～4月19日

全体運▶それなりに勢いはあるものの、小さな失敗で落ち込みやすいよう。開き直りの気持ちも大切。まめに気分転換を。
健康運▶食・過ぎに注意。胃腸のケアを忘れず。
幸運を呼ぶ食べ物▶サトイモ

牡牛座 4月20日～5月20日

全体運▶神経質になりやすい。月・重箱の隅をつつくような発想はやめて、ごっすり構えましょう。クラシック音楽にとき。
健康運▶安定期です。スポーツを始めるのと刺激大。
幸運を呼ぶ食べ物▶エノキタケ

双子座 5月21日～6月21日

全体運▶イベントや祭りなどに、ぎやかな行事を満喫するのに最適です。文化祭やコンサートにも気軽に足を運ぶと幸運が。
健康運▶ストレス発散が大事。体調に好変化あり。
幸運を呼ぶ食べ物▶栗

蟹座 6月22日～7月22日

全体運▶何かと感情的になりやすい時期。特に身近な人とつまらない口論をしがちなので、悪いと思つたら、すく謝つて。
健康運▶まずまず。話題の健康法を試すとグツク。
幸運を呼ぶ食べ物▶サンマ

獅子座 7月23日～8月22日

全体運▶性格の良い面がアピールされ、円満な人間関係が築けそう。初対面の相手にも気さくに話し掛けて。旅行も吉。
健康運▶運動不足になりがち。しっかりと動くこと。
幸運を呼ぶ食べ物▶小豆

乙女座 8月23日～9月22日

全体運▶やるべき作業を真つ先に済ませたら、後は自分の時間を楽しんで。新しい趣味を持つとうれしい発見がありそう。
健康運▶疲労が蓄積気味。適度に解消しましょう。
幸運を呼ぶ食べ物▶カツオ

天秤座 9月23日～10月23日

全体運▶自己アピールに最適です。追っていたプランがあるなら、オープンにすると◎。素晴らしい協力が現れる予感。
健康運▶不規則な生活の改善を。好転の呼び水に。
幸運を呼ぶ食べ物▶サツマイモ

蠍座 10月24日～11月22日

全体運▶縁の下の力持ち的な役割を任せられることが多い時期。とはいえ、サービスピ精神を發揮すれば確実に信頼アップへ。
健康運▶ストレッチや体操が好調キープの秘訣(ひけつ)に。
幸運を呼ぶ食べ物▶ごま

射手座 11月23日～12月21日

全体運▶知的好奇心を刺激され、いろいろとやってみたくなるはず。カルチャーセンターなどに足を運んでみるのが正解。
健康運▶不安定。運動前には念入りに準備運動を。
幸運を呼ぶ食べ物▶ユズ

山羊座 12月22日～1月19日

全体運▶責任ある立場を任せられるなど、重圧を感じやすいかも。肩の力を抜いた方が好結果に。気晴らしには散歩が有効。
健康運▶体力増強を目指して。健康に近づけよう。
幸運を呼ぶ食べ物▶ポテ

水瓶座 1月20日～2月18日

全体運▶とても前向きになれる。攻めの姿勢をモットーに思う通り行動することで、順調に物事が進展するでしょう。
健康運▶日々、身軽に動けば体調改善に効果あり。
幸運を呼ぶ食べ物▶シメジ

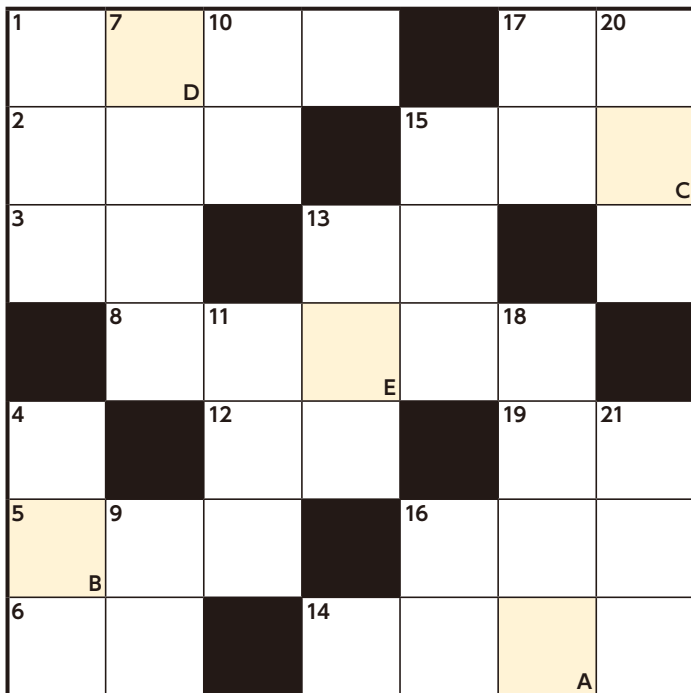
魚座 2月19日～3月20日

全体運▶やたらと不安になり、心配しやすいでしょう。マイナス方向に考えず、いい面を探すと。開運には花を飾って。
健康運▶健康法に凝り過ぎる暗示。ほどほどがベスト。
幸運を呼ぶ食べ物▶リンゴ

パズル 頭の体操

出題/ニコリ

Q 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?



← ヨコのカギ

- 1 唱歌『虫のこえ』で最初に出てくる虫
- 2 江戸——はガラスをカットして作られる工芸品です
- 3 よく内科と対比されます
- 5 マタタビ科の果物。鳥の名にちなんで名付けられました
- 6 リビングともいいます
- 8 季節によって住む場所を変える鳥
- 12 箸を数えるときに使う言葉
- 13 舟をこぐ道具
- 14 こしあんと——、どちらがお好き?
- 15 秋においしい魚の代表格
- 16 牛などに食べさせる牧草のこと
- 17 臼と一緒に働きます
- 19 吸盤がたくさんある海の生き物

9月号のこたえ

「ぶどう狩り」

ブドウガリ



8月号の応募総数

81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すございました。

クロスワードクイズの答え
〒住所
氏名 うら
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

切手 5211-0062
おめでとう
J A レック伊吹
「ふれあい」係
米原市宇賀野280番地1

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 10月18日(水) 当日消印有効

※クイズにご応募いただきましたハガキに記載の個人情報は、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」のみに使用させていただきます。

- ↑ タテのカギ
- 21 猫に——豚に真珠
 - 20 眠るときに着る物
 - 18 競技などを途中で棄権すること
 - 17 黄色い貴金属。元素記号はAu
 - 16 スズシロはダイコン、スズナは
 - 15 車を止めて——ブレーキを引いた
 - 13 せき止めに良いといわれるバラ科の果物
 - 11 ——に無勢だ、勝てないなあ
 - 10 自分の娘の夫のこと
 - 9 くらを置いて乗ります
 - 7 電車の中にぶら下げられています
 - 4 ふすまや障子はこの上を動きます
 - 1 くるくるとカールした髪



広報「ふれあい」への投稿を募集しています。

読者のみなさんに広報誌づくりに参加していただき、広報誌をより身近に感じてもらうためのコーナー「ふれあいプラザ」への投稿記事を募集しています。自薦他薦は問いません。ご採用させていただいた方にはお礼を差し上げています。どしどしご遠慮なくご応募ください。

- 私の地域でこんな行事がありました…
- 家の畑で変わった形の大根が採れた…などなど
- 地域や団体で行っている活動や行事、季節を感じる風景など
- 市内で撮影した人やまちの様子を伝える写真

応募方法

■ハガキ ■メール kouhou@lakeibuki.jas.or.jp

- 写真の場合は説明文
- 応募者の氏名・住所・電話
- 匿名希望等の場合はご連絡ください



切手 5211-0062
おめでとう
J A レック伊吹
「ふれあい」係
米原市宇賀野280番地1



シニア野菜ソムリエ
KAORUの

ベジタブルライフ

サトイモ 低カロリーでヘルシー! 縁起物としても大活躍

サトイモのプロフィール

【分類】サトイモ科
【原産地】インド東部～インドシナ半島
【和名】里芋
【おいしい時期(旬)】9～2月
【主な栄養成分】糖質(でんぷん)、ビタミンB群、カリウム、食物繊維、ガラクトサン、マンナン、ムチン
解説:KAORU

イラスト:小林裕美子

保存方法

土がついたまま新聞紙に包み冷暗所に
適度な湿度で乾燥させないことが大切

長期保存しなければ、ゆでてから冷凍をの皮をむいて少し硬めに加熱し、冷凍したときに芋同士がくっ付かないように、冷めたら水気をしっかり拭き取り、保存袋に入れて冷凍庫へ

サトイモのヒミツ

歴史

ジャガイモやサツマイモがそれほどメジャーではなかった江戸時代までは芋の主役だった



万葉集の歌にも詠まれるなど、古くから食べられていた記録が残っている



主役



主な産地

関東での生産量が最も多いよ

呼び名

山で取れる山芋に対し、里で取れることからサトイモの名が付いた



サトイモの形

サトイモは根のように見えて実は茎が肥大したもののスーパーなどで一般的に売られているサトイモは主に子芋と孫芋



親、子、孫と続くことから子孫繁栄の縁起物としてお正月料理にも使われる

ずいきは赤芽芋などのサトイモの葉柄部分



見分け方

持ったときにずしりと重みを感じるの柔らかくなっている場合は状態が良くないため避ける

泥付きがお薦めで、皮は乾いているより湿り気がある方が新鮮。摘が均等ではっきりときれいで出ているものが良品とされている



ふっくらとれみがあり、表面に変色や傷がない

臭いも芋の匂い、古いものは分臭くなることもある



お尻の部分が柔らかいものは傷んでいたり、鮮度が落ちている可能性があるので注意。皮にむき割れがある場合は風味が落ちていることがある

サトイモのいろいろ

土垂(どだれ)

サトイモの代表品種のだ円形で肉質は柔らかくねっとりとした食感。蒸煎お餅にいいので煮物に最適。主に関東地方で栽培され、貯蔵性が高く同年出荷



石川早生

小さくコロコロと球形をしていて、柔らかくねっとりとした食感。煮物の他、皮付きのまま蒸して皮をむいて食べる「きぬかつぎ」に利用される



京いも

親芋だけを食べる品種。主産地は宮崎県の長さ20～40cmほどの円筒形で「たけのこ」とも呼ばれるぬめりが少ないため皮がむきやすく、ホクホクとした食感で煮物向き。〜月が出る



えびいも

エビのように曲がったサトイモの親子兼用品種の「唐芋(とうもろこし)」を何度も土寄せして栽培することでこのような形になる。粘りのある粉質でねっとりとした食感があり、上品な舌触り、味わいが特徴の京都の伝統野菜の一つ



八つ頭

親芋と子芋が結合して一つの塊になったサトイモの親芋の周りにくっついて子芋が八つの頭に見えるためこの名が付けられた。おせち料理に使われる



セレベス

別名「赤芽大吉」のインドネシアのセレベス島(現スラウェシ島)から導入したサトイモのぬめりは少なくホクホクとして煮物やコロッセなど最適



蓮芋

葉柄(葉を茎とつないでいる部分)だけを食用とする専用種で「芋」は食べない。葉柄は緑色で中はスポンジのように空洞があり、軽くてシャキシャキとした独特の食感がある



芋茎(ずいき)

サトイモ親の葉柄を柔らかくするように栽培したもので、赤色の「赤ずいき」と白色の「白ずいき(白だつ)」がある。中はスポンジ状であくが強いので皮をむいて水にさらし、煮物にしたりあえ物などに調理するのが一般的



サトイモのチカラ

マンナン 便秘予防、糖尿病予防

ムチン 胃の粘膜を保護、消化吸収を助ける

ガラクトサン 免疫力を高める

血中のコレステロールの抑制、便通を良くする



手がかくなる原因はシュウ酸という成分で、とげのような形の結晶になっているため、皮膚に刺さるからといわれている。これは味の上でのエグミのもとでもある

楽しみ方・食べ方のコツ

和食・洋食などさまざまな料理に、主食代わり、おかずにも大活躍



小さいサトイモはよく洗って皮付きのまま蒸して(またはゆでて)「きぬかつぎ」にすると年明けからがず願

下処理のコツ



蒸すときに頭の部分を少しカットしておくと、ツリリと手堅に皮がむけて食べやすい

ぬめり取りには、ゆで汁に塩を少し入れるか、皮をむいた後に塩もみをする

皮をむくときは頭とお尻を5mmほどカットして、残った皮を縦にむいていくと楽にむける。穴あきは蒸し料理にむく目もきれい

