

JAレーク伊吹

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。

JA LAKE IBUKI

20<sup>th</sup>  
ANNIVERSARY

おかげ様で  
20周年

# ふれあい Fureai

1

January 2019

vol.249

特集

合併20周年  
記念式典・感謝祭り

Contents >

- |              |                         |
|--------------|-------------------------|
| 1 新年のご挨拶     | 9 ふれあいプラザ               |
| 2 合併20周年記念式典 | 11 JAからのお知らせ            |
| 3 合併20周年感謝祭り | 13 みんなで人権教育<br>お便りのコーナー |
| 5 レディーススクール  | 14 パズル?頭の体操             |
| 7 営農情報       |                         |



# 新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。

平成31年の年頭にあたり謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

組合員の皆様におかれましては、ご家族ともどもご壮健で新しい年をお迎えになられたこととお喜び申し上げます。平素は、JAレーク伊吹の事業各般にわたり格別のご理解、ご協力を賜り心から厚くお礼申し上げます。

さて、日本を取り巻く情勢は、雇用・所得環境の改善が続くなかで、景気は緩やかに回復が続いているものの、個人消費、設備投資とも停滞し、景気回復の力強さに欠けています。

一方、農協を取巻く環境はマイナス金利政策が続く中、収益確保がかなり難しい状況が続いております。また、TPP（環太平洋経済連携協定）につきましては、米国を除く11カ国で合意し、昨年暮れに発効されました。今後の動向にも注視しなければならぬ状況です。

こうした中、当組合は自己改革の一環として、水田野菜を重点推進品目と位置付け、普及拡大に取り組みました。米・麦・大豆・野菜・花卉等を組み合わせた「水田のフル活用」により「農家組合員の所得増大」と「農業生産の拡大」を進めて参ります。

本年は、創造的自己改革の実践の中で事業の効率化とコスト削減を進め、JAの事業活動を通じながら、組合員・地域住民の皆様との「絆」をより一層深め、地域にとって必要不可欠なJAをめざし、邁進する所存でございます。

本年も旧に倍してかわらぬご支援を賜りますようお願い申し上げますとともに、地域の発展と皆様のご健勝ご多幸をご祈念申し上げます、年頭のご挨拶といたします。



代表理事理事長  
常喜 兼雄



経営管理委員会会長  
中川 清之



# JALAKE IBUKI 伊吹合併20周年式典

JALAKE IBUKI 伊吹は11月17日、米原市春照の伊吹葉草の里文化センタージョイホールで合併20周年記念式典を挙行し、当JA総代、歴代役員、行政、農業関係団体が出席しました。式典では記念誌を使い20年を振り返り、功労者表彰などを行いました。

続いて、親しみのある人柄で、現在もテレビ、ラジオを中心に、声帯模写の漫談で天満天神繁昌亭の寄席に出演するなど幅広く活躍中の田淵岩夫さんを招き「心も身体も、いきいきと笑顔から始まるコミュニケーションショー」を演題に記念講演がありました。



経営管理委員会会長の挨拶



記念講演の田淵岩夫さん



功労者表彰を受ける河内正道さん



受賞者を代表して謝辞を述べる青木甚八さん



20年の歩みを記念誌とともに振り返りました



## 歴代役員

歴代代表理事組合長、経営管理委員会会長及び代表理事理事長

### 富田 茂一

初代 代表理事組合長……（平成10年4月～平成14年6月）

### 前川 重雄

第2代 代表理事組合長……（平成14年6月～平成16年7月）

### 青木 甚八

第3代 代表理事組合長……（平成16年7月～平成17年2月）

初代 経営管理委員会会長……（平成17年2月～平成22年6月）

### 河内 正道

第2代 経営管理委員会会長（平成22年6月～平成25年6月）

### 主馬 益夫

初代 代表理事理事長……（平成17年2月～平成17年7月）

### 中川 清之

第2代 代表理事理事長……（平成17年8月～平成25年6月）

第3代 経営管理委員会会長（平成25年6月～現在）

### 高橋 賢一

第3代 代表理事理事長……（平成25年6月～平成28年6月）

### 常喜 兼雄

第4代 代表理事理事長……（平成28年6月～現在）





会場は親子連れで満席!

ドキドキの握手会♪

キャラクターショーは大人気でした!!



大人も子どもにも大人気!Tシャツエコバッグづくりコーナー

完成!!おしゃなエコバッグが出来ました~♪



女性部なでしこのスコープ三味線♪

観客・職員もステージで「おこめさんありがとう音頭」を踊りました♪



営農相談コーナー

大人気ふわふわわたがしコーナー



自転車シミュレーター体験の様子

掛け軸展示コーナー



ステージイベントのラストは餅・お菓子まき餅の裏には当たりのシールも♪



ふわふわエアー遊具は長蛇の列!

JALレーク伊吹キャラクターみのりちゃん大人気



顔出し看板で「はい、チーズ」

記念誌で20年を振り返りました。

11月24日に米原市のグリーンパーク山東にて「合併20周年感謝祭り」を開催し、県立伊吹高等学校書道部による書道パフォーマンスでオープニングを飾っていただきました。

グリーンドームでは、人権コーナー・営農相談コーナー・掛け軸・ツナツサシ器・ガス器具の展示、Tシャツエコバックづくり、餅お菓子まきを行いました。ステージイベントでは、キャラクターショー・キッズよさこい&ダンス・よさこい鳴子おどりで盛り上げていただきました。女性部なでしこのスコープ三味線では、観客・職員からもステージに上がってお米さんありがとう音頭に合せて踊りました。

屋外ゲートボール場では、道の駅伊吹の里旬彩の森・長浜農業高校の花苗や加工品の販売、軽トラック市での地元新鮮野菜の即売をはじめ、JA共済連による「自転車シミュレーター（自転車安全運転診断）、JA厚生連の「骨密度・血圧・体脂肪検査」「味噌汁の塩分測定」がありました。

軽食コーナーは、うどん・焼きそば・みたらし・フランクフルト・から揚げ・豚汁などを販売し、中でもポップコーン・わたがし・ごはんは無料でお配りし、お腹を満たしていただきました。

子どもたちに大人気のキャラクター握手会やスタンプラリー・ふわふわエアー遊具は長蛇の列でした。お越しいただいた組合員・地域の皆様、感謝祭りを盛り上げてくださった関係者の皆様、ありがとうございました。

# レディース スクール

LADIES SCHOOL

## JA健康寿命100歳 プロジェクト 『女子旅ウォーク』

JA健康寿命100歳プロジェクトは、「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。11月2日（金）、「運動編」を開催し、近江神宮から三井寺までを18名が観光ウォーキングをしました。

まず、大津京を建都した天智天皇をまつり、競技かるたの殿堂として親し



三井寺に到着しました

まれている近江神宮では、美しい並木の表参道の先に大迫力の朱塗の楼門を眺め参拝されました。そして、約2kmのゆるやかな坂道をウォーキング。道中、近江大津宮錦織遺跡や大津絵などをみながら、三井寺へ到着されました。天智天皇ゆかりの寺として創建された三井寺では、三井の晩鐘や金堂、釈迦堂、「黄不動像」などの国宝、重要文化財の堂塔伽藍が建ち並び35万坪に及ぶ広大な境内を散策。虎眼石や白メノウなど好きな石を組み合わせて作るオリジナルの腕輪念珠づくり（念珠祈禱付き）の体験もされました。昼食は、ヘルシーで身体にやさしい精進料理を感謝の心でいただきました。

午後からは、「滋賀県の防災の拠点となる「滋賀県危機管理センター」で、

災害や防災について学ばれました。なかでも、災害対策本部室やオペレーションルームなどの見学は、危機事案への基本的な対応が理解でき、一層防災・減災に向けての意識を持たれたはずですよ。そして、JAグリーン近江の食と農の台所のファーマーズマーケット「きてかゝな」で新鮮野菜やお惣菜など、「地のもの」を探されました。

紅葉には、まだ早かったです。秋の心地よい天候に恵まれ、健脚で100歳まで元気に過ごせる一歩になったのではないのでしょうか。



滋賀県知事のお席に座りました

▲滋賀県危機管理センター



三井寺で腕輪念珠づくり

## ～JAと近江神宮のつながり～

近江神宮は、JAグループ滋賀と関わりの深い神社です。近江神宮の農作物の収穫と太陽の恵みに感謝する初穂講大祭（新嘗祭）12月1日は、昭和25年、JA滋賀中央会を中心に近江神宮初穂講が結成され、県内各JAを通じて農家に初穂米の奉納を呼びかけ、今日に至っています。その年の収穫米を初穂として大前に奉獻、

感謝の誠を捧げ、明るく年の豊饒も祈願。祭典ではJA滋賀中央会会長が献幣使として祭文を奏上、感謝の誠を捧げ、県内各JAの役職員が、献米使として采女とともに奉仕して初穂米の奉獻を行われています。



# 女性部

JOSEI BU



## 社会福祉協議会で贈呈式！ 『愛の米ひとにぎり運動』 『エコキャップ運動』

JAレーク伊吹女性部は12月5日（水）、11月の半月間にわたって実施した「愛の米ひとにぎり運動」で集めた白米81kgなどを米原市社会福祉協議会と長浜市社会福祉協議会に贈呈されました。この運動は、秋の収穫に感謝するとともに、新米のおいしさを地域の人たちと分かち合うため、JA女性部員のささやかな気持ちを新米ひとにぎりに託し贈るために長年実施されています。贈呈された愛の米は、両社会福祉協議会より管内のこども食堂などに分配される予定です。両社会福祉協議会は、「このようなあなたがかい取り組みを毎年実施いただいで感謝しています。ありがたく活用させていただきます」と話されています。

また、同日、環境保護と再資源化の実現につなげ、地球温暖化等環境問題の一端として取り組んでいるエコキャップ運動で分別回収したキャップ146.34kg（約630000個）も両社会

福祉協議会へ送りました。このペットボトル

キャップは、滋賀県社会

福祉協議会を通して、

滋賀県内の障がい者施設に届けら

れます。エコキャップ運動を実施することで、環境への意識の高まりや、障がいがある人の新たな仕事が生まれることにもつながっています。ご協力いただいた皆さま、ありがとうございました。



▲長浜市社会福祉協議会にてJA女性部部长より贈呈



▲米原市社会福祉協議会にてJA女性部部长より贈呈

通常はゴミとして廃棄されるペットボトルキャップは、分別回収し、洗浄・破碎してチップ化することにより、ランタナやモップの柄などのプラスチック商品として再生化することができます。エコキャップ13個から1個のモップ止め、92個では1個のモッププレートになります。

～再生化イメージ～

ペットボトルキャップ



分別  
する

洗浄

破碎

再生

廃棄する

ゴミ

## 女性仲間づくり旅行で絆の輪が深まる ～西郷さんのふたごの鹿児島の食と健康を学ぶ3日間～

11月25日から3日間、JAしが女性協議会主催の旅行に、当JAからも14名が参加されました。

桜島を眼前に信楽焼きの雄大な壺畑が広がる「黒酢の郷」や、日本最南端のJRの駅である指宿枕崎線「JR西大山駅」にある全国でも珍しい「幸せの黄色いポスト」で普段は伝えることが出来ない気持ちを手紙にして投函。また、砂蒸し体験などで、仲間との絆を深められました。

参加された方から「この上ない楽しい旅行でした」「初参加でしたが、すごく楽しい旅になりました」と笑顔で感想をいただきました。



▲黒酢の黒壺見学



▲かつおだしのとり方教室



▲釜蓋神社を参拝



▲幸せの黄色いポストから絵葉書投函

## 今年度の加工（仕込み味噌・糀）が、はじまります

年始より約1ヶ月間、『みのりハウス』加工室で、事前予約いただいた仕込み味噌約3トン・糀約100キログラムの加工がはじまります。

地産地消の安全安心な味噌や糀は、添加物を含んでおらず、「美味しい」と好評をいただいております。仕込み味噌は、ご家庭で、約1年間かけて自然熟成させ、コクと旨味が濃縮したら手前味噌の完成です。



# 31年産米高品質米生産に向けてのポイント

## 整粒・食味の両立

- 整粒を向上させる
- +
- 食味を向上させる



高品質米の生産に向けて、整粒80%以上、食味値80点以上のコシヒカリ・みずかがみをプレミアム88として、区分出荷しておりますが、29年産同様、該当者は少ない結果となりました。30年産は食味値は比較的高い傾向ではありましたが、整粒が低下しているサンプルが多くありました。プレミアム88の生産には、整粒と食味の両立を図ることが重要ですので、下記の「高品質米生産に向けて」を参考にしてくださいと思います。

## 高品質米生産に向けて

栽培ポイント	高品質米への効果
圃場の土質に合った窒素量の肥料を入れる。 (肥料をやりすぎない。)	タンパク含量の低減による食味向上。
除草剤散布後は、草を生やさないように、こまめに水管理をする。また、出穂3週間前と出穂期の2回は畦畔の草刈りをする。	雑草が少ないと稲の生育を妨げずまた、ノビエなどの本田雑草や畦畔の雑草が少ないとカメムシによる斑点米の発生も少なくなり、品質向上。
適正籾数確保に向けた適期中干しと、出穂期前後3週間は、湛水管理を行う。(特に出穂期以降のこまめな入水による地温低下)	適期中干しにより、過剰分げつが抑制され、適正籾数となることから、整粒歩合が向上する。 出穂前後の湛水管理により心白・腹白粒・除青未熟粒・胴割粒が低減。
出穂期前に葉色を確認し、葉色が落ちていたら穂肥を散布する。	登熟期の栄養状態を維持し、未熟粒の発生を抑制し整粒歩合が向上。

高品質・良食味米の生産については、平成31年産 水稲・麦・大豆 栽培手引きに掲載しておりますのでご覧下さい。



## 「みずかがみ」生産者募集!!

高温登熟性に優れ、今年の猛暑でも高い1等比率となり、食味ランキングで、3年連続特Aとなりました。収穫時期が早く秋雨前に刈り終り、コシヒカリと作期分散ができる品種です。また、育苗やカントリー荷受(近江CE)も行っております。

### 「みずかがみ」の特徴

1. 温暖化対応品種として滋賀県で開発、育成されました。高温に強く、猛暑の年でも品質が安定しています。
2. 琵琶湖をはじめ、滋賀の自然環境に配慮して栽培されています。すべて「環境こだわり農産物」の認証を受けています。

### 「みずかがみ」生産の要件

1. 環境こだわり農産物の生産計画認定を受けること。
2. 県が作成する栽培基準に沿った栽培を行うこと。
3. 全量種子更新し、自家採取は行わないこと。
4. 種子を第三者に譲渡しないこと。
5. 1.85mm以上の網目で調製すること。
6. 出荷にあたっては農産物検査を受検すること。



板木技術士事務所 ● 板木利隆

# 魅力野菜で自家菜園の活性化を



一年の計は元日にありといいますが、とかくマンネリになりやすい自家菜園を活性化するために、今年お薦めしたい野菜の種類や品種、育て方などについて考えてみましょう。

早春から夏にかけて  
一番育てやすく、冬から春まで長い間取れるのはナバナです。改良品種の「花飾り」などは耐寒性が強く花ぞろいも良く美味です。

3月植えのジャガイモは、小粒ながら黄金色で味の良い「インカノめだめ」「インカノひとみ」「インカルーシユ」の3兄弟で、話題性もあります。ピーマンは苦味や臭いが少なくキュートな小型で、子どもにも好まれる新品種「ピー太郎」、赤・黄・だ

優れています。

育てやすくよく取れる5月まきのつる性インゲンはずひ取り組んでください。品種は古くから味に定評のあるインゲン「ケンタッキーワンダー」などです。しっかりと交差させた支柱を立て、つるが伸び始めたら遅れずに支柱へ誘引し、半月に1回、少量の追肥をするだけで、朝夕2回、2カ月ぐらいい収穫し続けられ、新鮮な格別な味を楽しむことができます。

夏から秋にかけて  
夏の青物としては、強健で連作にも耐え作りやすい小松菜が一番のお薦めです。身近な菜園なら、抜き取り収穫だけでなく、株をそのまま残して、下の方の葉から1〜2枚ずつ

いだい色をそろえ、平型の「フルーツパプリカ」などで新しい魅力が加わりました。

大型トマトを立派に作り上げるのは大変難しいですが、耐病性で育てやすくなった「ホーム桃太郎」「桃太郎ホープ」「麗宮」などが味も

葉かき収穫すれば、数カ月以上も長い間収穫し続けることができます。「きよすみ」は強健で夏に強く美味。

私の庭先菜園では6月まきで7月下旬から実に8カ月間も取り続け、最後は4月初めにとう立ちしたものを、ナバナ同様におひたしで食べました。

9月まきの小カブは、色白で色つやが良く肉質が緻密で味の良い「たかね」、大きくなっても入りせず味の強い強健な「耐病ひかり」、上が赤紫色、下が白色でサラダや酢漬けに好適な「あやめ雪」などがお薦めです。ニンジンには芯までオレンジ色になり甘さと風味に優れ、煮物やサラダにして彩りの良い「ベターリッチ」が魅力的です。

ネギは味を重視した品種を選び、自家菜園ならではの食味を楽しみたいものです。「九条太」を筆頭とし、「下仁田」「松本一本太」など全国的に在来系の味のよい品種があり、それらを考え選ぶことが大切です。「あじばわー」全農で筆者育成は下仁田と湘南の交雑育種系で、その軟らかな味から直売用として評価されてきました。

**園芸書が充実しています!** 新刊

家庭菜園の初心者から上級者まで、幅広い方におすすめの園芸書をご紹介します。野菜づくりの参考に、ぜひどうぞ!

**150種類以上の詳しい虫図鑑も!**

**虫といっしょに家庭菜園**  
小川幸夫 著 (定価2,052円)

完全無農薬で500品種の野菜を作る著者が、長年の観察と経験で培った“虫を活かして菜園生活を楽しむ”方法を伝授。150種類以上の畑の虫の習性と、楽しみながら正しく付き合う方法がよくわかる。図鑑つき。

お申し込みは、お近くのJAへお電話ください。家の光図書館の情報はインターネットでご覧いただけます。 [家の光ネット](http://www.ienuhikari.net) <http://www.ienuhikari.net>



## 趣味の時間

長浜市加田今町 茂森恵三さん

### 日本の文化と伝統「門松」 自作のお正月飾りを

### ご紹介いたします。

茂森さんは、農業高校を卒業後、農業の傍り近所の方と寄せ植えや門松・しめ縄づくりをし、

みんなで一服した事が楽しかったと懐かしい顔をされます。門松を玄関に飾って新年を迎えると、新しい年が始まったのだと

実感し、気持ち引き締まることを話される茂森さんは77歳。人生の座右の銘は、「継続は力なり」とのこと。長年、神社やお子さんの家に門松を手作りされるほか、57年間選挙投票も一番乗りだそうです。「何事も継続

することは忍耐力、熱意、目標に向かって突き進むパワーが必要。家族の健康を願い、交通安全を厳守して、生涯現役で元気に人生を楽しみたい」と話をされる茂森さんでした。

読者の皆さんに「寄せ植えや門松作りに興味のある方は、いつでもお手伝いしますよ」とメッセージをいただきました。



## ☆若手女性農業者☆発見☆!

長浜市常喜町 田中祥子さん

### イチゴを栽培されている 女性をご紹介します。

田中さんは、大規模農家のご主人との結婚を機に「何かを始めてみたら？」との後押しを受け、パティシエールをしていた時の経験や調理師資格を活かしたいと、6次産業化などを見据えて2年前にイチゴ栽培を開始されました。現在は、65mのハウス1棟と20mのハウス2棟で「章姫」と「紅ほっぺ」を栽培されています。

初年度は、葉掻き、水やり、温度管理に苦労され、2年目は手をかけた分だけ良い物が採れることを実感し、農業が面白いと話をされます。しかし、今年、建て増したビニールハウスが台風の被害に遭い、自然を相手にする農業の怖さを実感したといっています。

将来は、イチゴなどを通して、「地域活性化のために、人を呼び込むことができる場所づくりをしたい」とのこと。田中さんのイチゴはハウス前での直売をされるほか、「長浜まちなか・まちなか」に出荷される予定です。

子ども2人の子育てをしながら頑張る田中さんの、苺の物語はスタートしたばかりです。





# おいしく食べて 今日もスタート 今月の朝ごはん

茨城県笠間市にある「キッチン晴人(ハレジン)」のオーガニシェフ・永井智一さんに、元気が湧いてくる朝ごはんを教えてください。 永井智一(ながい・ともかず)



切り干し大根とミツバのおひたし

根菜とミツバのおかゆ

## 朝ごはんの献立

- 根菜とミツバのおかゆ **レシピ1**
- 切り干し大根とミツバのおひたし **レシピ2**

### レシピ1 根菜とミツバのおかゆ

#### ●材料(4人分)

- 米……………1-2カップ カブ……………1個
- 水……………米の2倍量(1-8に切り下ゆでする)
- ごま油……………大さじ1-2 ミツバ……………1-2束
- ダイコン……………1-8本 塩……………適宜

#### ●作り方

- ①米をとき、ざるにあげ20分置いた後、ごま油を絡めておく。
- ②手鍋に水と①を入れ中火にかけ沸騰したら弱火にしてコトコト炊いていく。
- ③炊いていく途中で、ダイコンとカブを入れ塩で味を調え、刻んだミツバを散らして出来上がり。



炊き上がりまでの時間の目安は20~30分

### レシピ2 切り干し大根とミツバのおひたし

#### ●材料(4人分)

- 切り干し大根……………30g だし汁……………1と1/2カップ
- ミツバ……………1束 かつおだし……………適宜
- かつお節……………適宜
- 薄口しょうゆ……………大さじ1
- みりん……………大さじ1
- 塩……………小さじ1-2

#### ●作り方

- ①切り干し大根を水で戻し、固く絞っておく。ミツバは1cm幅に切る。
- ②だし汁を沸かし、切り干し大根を入れて弱火で10分煮て冷ましておく。
- ③ボウルに切り干し大根とミツバを入れて混ぜ合わせ、器に盛りだし汁を適量張り、かつお節を散らして出来上がり。

## 手軽に健康



# 手指体操

健康生活研究所所長 堤喜久雄

### ●風邪のひき始めにつぼ刺激

寒い季節は空気が乾燥して風邪をひきやすくなります。今回は、せきや喉の痛みなど呼吸器系の症状を和らげ、風邪に効果的といわれるつぼを使った体操をご紹介します。

腕の内側にある、孔最(こうさい)と呼ばれるつぼを、反対側の親指で強めに押しながら、手をグーパー繰り返しながら動かします。ちなみに、風邪のときに孔最を押すと痛みが感じられることもあります。

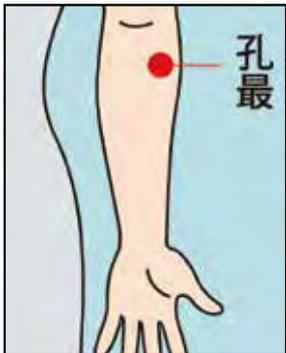
### つぼを押しながらグーパーグーパー



右手のこぶしを握りながら(グー)、右腕を軽く曲げます。



右腕は内側を向け、左の親指で孔最を押さえます。



孔最は肘の内側から5~6cm分下



右腕を伸ばしながら手を開きます(パー)。

2,3の動きを20秒ほど繰り返します。左手も同様に行います。



# 林修先生のまるわかり講座 JAってなにをしているの？

JAグループサポーターに就任した林修先生に、気になるテーマをまるっと解説してもらいます。今回のテーマは、全国各地で活動する「JA」の取り組みです。

## 安全・安心な農と食を支えています

### 消費者ニーズの変化をすばやくキャッチ

JAは、全国各地でたくさんの農畜産物の生産や、流通に関わっています。消費者の皆さんにもっと喜んでいただくために、甘みを凝縮した高糖度の果物や、機能性がある野菜など、新たな品種の開発や生産にも力を入れています。



よりおいしいトマトの生産を追求する研究施設「全農トマトランド」

近頃は、ライフスタイルが変化して、外食や惣菜、弁当などの調理食品を利用する人が増えました。あらゆる場面で安全・安心な食材をお届けするために、JAでは外食・中食の関連企業と提携したり、加工場を作ったりして、時代の変化に伴う新しいニーズに柔軟に対応しています。

### 新しく就農する人をサポート

「新しく農業を始めたい!」と思っても、何から手を付ければいいかわからず不安に思う人もいます。JAは、そうした新規就農者を行政や各団体と連携し、研修から就農、定着まで段階を踏んでサポートしています。



新規就農者の研修で機械の操作を学ぶ

### 最新の農業技術にチャレンジ

土の養分などの状態が分かる土壌診断や、ICT技術、牛の受精卵を移植する技術(ET技術)の研究・開発など新しい農業の技術も積極的に取り組んでいます。また、安価なジェネリック農薬の普及、農業機械のレンタルなども取り組んで、農家の労力負担を減らしています。



先端技術で畜産・酪農を支えるJA全農ET研究所

## 地域を元気にしています

### 幅広い事業でインフラ機能を発揮

JAが行っているのは、農業に関する事業だけではありません。地域の暮らしを支えるための貯金、貸出などの信用事業や、生命、建物、自動車等の共済事業、高齢者福祉、病院、旅行など幅広い事業があります。



地域の需要に応えるJAのコンパクトセルフSS

中山間地域でガソリン(燃料)の供給をしたり、組合員や地域住民の買い物支援のため、移動購買車の運行も行っています。

### 楽しい交流イベントもたくさん

JAの組合員の中には、農業を仕事にしている人(正組合員)も、会社員や主婦のように農業を業(なりわい)としていない人(准組合員)もいます。JAは、地域の特色を生かしたJAまつりなどのイベントを開催し、組合員同士や地域住民のつながりを深めています。



JA主催のまつりでさまざまな住民が交流を深める

### 盛り上がるファーマーズマーケット

全国には約1700ものJAファーマーズマーケット(農産物直売所)があります。地域の新鮮な農産物が並び、人気ですよ。



新鮮な農産物が並び直売所

住民の皆さんに地域の農業を深く知ってもらい、もっと農業を好きになってもらうため、売り場を充実させるだけでなく、農家や農産物のPRも盛んです。

### Point

消費者ニーズの変化や新規就農者へのサポート、新しい農業技術の開発など、時代の流れに柔軟に対応してますね。JAは、農業はもちろん、暮らしに関わるさまざまな活動を通じて地域を支えている組織なんですね。

JAグループサポーター 林修(はやし・おさむ)



あなたにおすすめの「旬」な情報をお届け

## JA旬みっけ!

今すぐ無料でアプリをはじめよう!

©みんなのよい食プロジェクト

**旬の情報**をどこでもチェック

お近くのJA・ファーマーズマーケットを登録すると、店舗でのオススメ農産物の情報など、あなたにぴったりのお得な情報を配信。

**旬の食材**をいつでもチェック

100種類を超える野菜・果物が収録された「旬の食材辞典」には、毎日の食事に役立つ情報がたくさん!

無料ダウンロードはこちら。またはアプリストアで検索

耕そう、大地と地域の未来。 JAグループ

# 変わるJA 広がる地域のぎずな

監修=広島大学  
助教 小林元

## Q、JAの自己改革で農家は元気になるの？

### A、現場のニーズに応え、農家の所得増大と生産の拡大を支えます。

JAグループは、自己改革で「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の3つの基本目標を掲げています。「農業者の所得増大」は、①有利販売による単価アップ ②需要に応じた生産量の拡大 ③生産コストの引き下げ——によって達成します。「農業生産の拡大」に向けては、農業生産基盤の維持・拡大のため、次世代の担い手の育成を進めます。また、「販売品取扱高の拡大」を共通目標とし、組合員と課題を共有し、知恵を出し合いながら取り組んでいきます。

JAグループは、JAグループがめざす姿として、「消費者の信頼にこたえ、安全で安心な国産農畜産物を持続的・安定的に供給できる地域農業を支え、農業者の所得増大を支える姿」を掲げています。地域農業や国産農畜産物への消費者の理解を広げ、農業の応援団を増やすための活動も行っています。地域の皆さんの協力の力で、地域農業とその主人公である農家が元気になるための取り組みを、自己改革を通じてより一層進めていきたいと思います。

## 「農業者の所得増大」の考え方



注) 共通目標として掲げる「販売品取扱高の拡大」は、有利販売による販売単価のアップと生産拡大を反映した「農畜産物等の販売収入」に加えて、政策活用や6次産業化等による利用・加工事業を含めたものとします。

耕そう、大地と地域の未来。

## JA自己改革に関する組合員アンケート調査にご協力ください

現在、JAグループは「農家組合員の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」という3つの基本目標を掲げ、地域農業の振興や地域づくりに向けて自己改革に取り組んでいます。

今般、JAグループでは、現在取り組んでいる自己改革に対する評価をお伺いして、より一層、組合員のみなさまの期待に応え、魅力ある地域の農業や暮らしを支えるJAとなれるよう、組合員アンケートを実施することとなりました。

現在、政府が主導する農協改革は、農業者に対して繰り返しアンケート調査を実施し、JAに対する評価を定め、これを起点としてJA事業分離や、准組合員の利用規制に迫ろうとしています。こうした情勢のもと、JAグループは自ら正・准組合員のみなさまの意思を的確に把握し、自主・自立の協同組合として、組合員の意思の尊重を求めていく必要があります。

「JAの自己改革に関する組合員アンケート」は、正・准組合員の意思を政府に示すために、全ての組合員を対象としたアンケート調査です。

本アンケートは無記名によるマークシート方式を採用しており、個人が特定されることはございません。ご多用のところ誠に恐縮ではございますが、アンケート実施の趣旨をご理解いただき、後日職員がお伺いした際には何卒ご協力いただけますようお願い申し上げます。

- 調査期間：2019年1月～3月
- JAの自己改革に関するアンケート
- 問1 / JAの総合事業について
  - 問2 / 農業関連事業について
  - 問3 / 自己改革の認知度について
  - 問4 / 准組合員制度について





JA滋賀同和対策本部  
「みのり」より

## ドリンク剤の効用

会議などの前に、眠気防止のためにドリンク剤のお世話になることがあります。

本当に効果があるのかと問われると困りますが、無水カフェインが入っているからなんとなく効果があるように感じています。

薬の中には、偽薬<sup>ゴウヤク</sup>といって、本物の薬のように見える外観をしているが、薬効成分が含まれていない、偽物の薬があります。この偽薬を処方しても、薬だと信じ込むことによって、何らかの改善が見られることを、偽薬効果<sup>ゴウヤクコウカ</sup>とかプラセボ効果<sup>プラセボコウカ</sup>と言われています。この改善は時には、自覚症状に留まらず、客観的に測定可能な状態の改善として現れることもあるといえます。

しかし、病気そのものの改善というよりは、「薬を飲んでくれる」ことによる精神的な安心感により、病状が改善されたように感じるの方が大きな理由と考えられます。それは良くなった「気がする」だけであって病気自体は何ら改善されていないということになります。

成分・効用を十分に点検したわけでもないのに「薬と名がつくからには効く」と信じてしまうようなことが、私たちの身近なところでもありはしないでしょうか。

根拠のない迷信や慣習を信じ込むというところに通じるようなところがあるように思います。いわれない事柄でも、みんなが信じるからと、疑いもなく信じたり、さらに自分だけでは収まらず、それを常識<sup>セイジキ</sup>と称して他の人に押し付けていることも少なからずあるように見受けられます。

客観的・科学的に物事を見極める力とか、周りの意見に左右されることなく自分の頭で考えて主体的に物事を考える力を身に付けるには、やはり人権研修に参加したり、当事者の声を聞いたりすることが大切ではないでしょうか。

最近、被差別当事者の声として聴いたものの中に次のようなものがあります。「被差別当事者として、幾度も学習をし、解放運動に携わってきても、いざ差別に直面すると、足がすくみ、沈黙してしまう」。長年解放運動に関わった人でさえも、差別に怯むことがあるとすれば、我々は継続して人権に関する研修・啓発を受ける必要があるように思います。

平成30年(2018年)は、世界人権宣言70周年の節目の年です。改めて、人権意識の高揚について考えてみたいと思います。

## 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30年11月14日

第1号議案 県庁検査に対する改善状況報告について

第2号議案 金融機関に対する貸出の承認について

**理事会** 平成30年11月12日

第1号議案 県庁検査に対する改善状況報告について

第2号議案 2億円超の信用供与の決定について

平成30年11月30日

第1号議案 平成30年9月期ディスクロージャー誌について

第2号議案 職務権限表の一部変更について

第3号議案 資産査定要領の一部変更について

第4号議案 資産の償却・引当基準の一部変更について

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

第6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7号議案 2億円超の信用供与の決定について

## わたしたちのJA【主要概況】 平成30年11月末現在

正組合員数	5,174人
准組合員数	7,292人
出資金残高	17億6千1百万円
貯金残高	1,380億3千1百万円
貸出金残高	194億4千1百万円
長期共済保有高	3,300億7千9百万円
年金共済保有高	29億2千9百万円
購買品供給高	7億7千0百万円
販売品販売高	5億5千2百万円

Mail from reader

## お便りコーナー



### 米原市 高橋さん

「家の光」私の母が定期購読していたのを思い出しました。この年になると役に立つ事、興味のある事がいっぱい載っているのかな?と思います。

●毎号、JAのロビーに備え付けていますので、ご来店の際には手にとってご自由にご覧ください。意外とハマりますよ〜♪

### 長浜市 且本さん

農協まつりのような催しがあると嬉しい。

●県下のJAでは農業祭を開催しています。組合員・地域のみなさんと一緒に声を挙げて地域活性化の一つに農林水産祭のような催しができるといいですね。

### 米原市 桐山さん

表紙の白菜のおいしそうなこと!! 鍋が食べたくなりました。

●これからの季節はやっぱりお鍋ですよ!「我が家の自慢お

鍋レシピ」を募集したら面白そうですね。テーマを決めて募集コーナーを作ろうかな!?

### 長浜市 樋口さん

“ベジタブルライフ”楽しく拝見しています。2年ほど前からスクラップに保存しています。野菜ソムリエにはなれませんが少しでも知識が増えればと思っています。

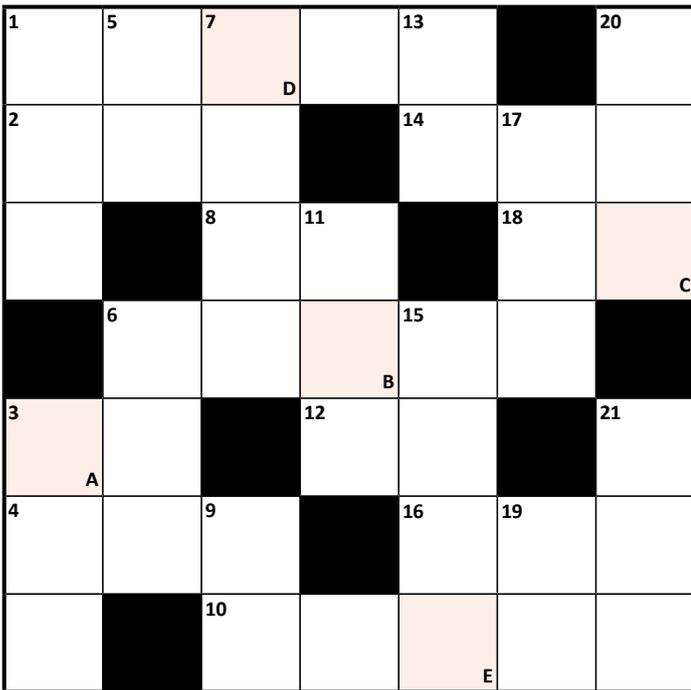
●ベジタブルライフは、2016年4月号から掲載をスタートしたので、そろそろ一冊できそうだね!! もしかすると初回のアスパラガスもお持ちですか?

### 米原市 氏原さん

農業の事業承継について、JAの取組み、役割、出来ることを考えてもらいたい。

●農業の事業承継支援こそ、JAだからこそできる取り組みだと思えます。事業承継は個々の問題でありながら、集落全体の問題でもありますね。

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？



## 🔒 ココのワザ

- 1 輪郭を描いた紙に目や鼻などのパーツを並べて遊びます
- 2 1、2、3や一、二、三など
- 3 『春の海』や『六段の調(しらべ)』を奏でる楽器
- 4 小銭入れに入れる物
- 6 鹿児島産焼酎の原料の多くはこれ
- 8 空からちらちらと降ってきます
- 10 山田太郎さんだったらT・Y
- 12 怒ると頭に生えるかも
- 14 車窓を流れていくもの
- 16 剣道で使う武具
- 18 ご来光を見るために登る人もいます

## 12月号のこたえ

A B C D E  
ト シ ワ ス レ

1	ブ	レ	ゼ	ン	ト	タ
2	タ	ン	ラ	イ	ス	。
3	イ	ス	シ	ン	ゴ	ウ
4	ナ	フ	ワ	ク	ケ	ケ
5	ワ	ツ	ク	ス	ベ	ツ
6	シ	タ	ビ	サル	シ	。
7	口	キ	リ	オ	ト	シ

## 11月号の応募総数

92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 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

62 5211-00062  
JALレーク伊吹  
「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 1月23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。

- 🔒 ココのワザ
- 1 障子よりは破れにくそうな建具
  - 3 彼は——東西の文学に詳しい
  - 5 素振り中のバットが切るもの
  - 6 テンサイなどから作られる調味料
  - 7 漫談家が巧みな——で場を沸かせた
  - 9 カキやタイラギ、トコブシなど
  - 11 —— 考査。—— 手当
  - 13 寒い日には氷が張ることも
  - 15 平成31年の十二支は
  - 17 闘鶏に使われる鳥。漢字で書くと軍鶏
  - 19 農具や収穫物を入れておく建物
  - 20 壁の——から風が吹き込んだ
  - 21 旅客機に乗ったためる人もいます

## 金融移動店舗車の運行表



### ■ご利用できるお取引

- ① 普通貯金の入出金・振込 ※キャッシュカードによる入出金可能
- ② 通帳の記帳・繰越
- ③ 公共料金・税金の納付
- ④ 相談業務など

	午前 9:15~11:30	午後 1:15~3:30
月	旧伊吹支所 跡地	加田八坂神社 駐車場
火	旧日撫支所 跡地	JA 介護福祉センター 前
水	旧山東支所 跡地	元東黒田支所倉庫 跡地
木	ゆめホール 駐車場	旧磯出張所 前
金	旧西黒田支所 跡地	旧北郷里支所 駐車場

### JALレーク伊吹 電話番号一覧

役員の法令違反など情報受付 介護福祉センター ☎54-2112  
 ..... ☎52-6524 伊吹資材センター ☎55-4080  
 本店 ..... ☎52-6520 米原資材センター ☎52-1014

経済センター ..... ☎63-2101 ふれあい窓口 ..... ☎54-1077  
 伊吹支店 ..... ☎58-0008 近江支店 ..... ☎52-2460  
 柏原支店 ..... ☎57-1010 長浜東支店 ..... ☎62-0677  
 山東支店 ..... ☎55-1014 長浜南支店 ..... ☎62-0239  
 米原支店 ..... ☎52-1011 長浜北支店 ..... ☎62-3374

# ミツバ ~和食に欠かせない日本のハーブ~

### ミツバのプロフィール

【分類】セリ科ミツバ属  
【原産地】東アジア  
【おいしい時期(旬)】冬春(12~4月ころ)  
【主な栄養成分】カリウム、β-カロテン、クリプトテネン、ミツバエンなど

解説:KAORU

## 見分け方

葉が鮮やかな緑色で香りが強い  
葉、茎とも張りがあってみずみずしい

茎にツヤがあるかどうか  
もポイント!

葉が黄色がかったり、  
茎が半透明になっていたりすると  
鮮度が落ちているのでNG

## 保存方法

3~4日以内に使い切り!  
乾燥すると香りや風味が落ちるよ

新聞紙などで包んでポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室へ

乾燥防止のため新聞紙は軽く湿らせるか、根の部分を湿らせたキッチンペーパーを巻いておくと良い

適当な長さに切って、湿らせたキッチンペーパーを敷いた保存容器に入れる

手軽に料理に添えることができ便利

## ミツバのチカラ

カリウム  
高血圧予防に良いとされるカリウムも多く含有

β-カロテン  
抗酸化作用のあるβ-カロテンが豊富

クリプトテネン  
ミツバエン(香り成分)

おひたしやお味噌汁などにする、効率良くたくさん食べられるよ

クリプトテネンやミツバエンなどの爽やかな香りは、ストレスを緩和したり精神をリフレッシュさせる作用あり

期待される効能  
高血圧予防 心筋梗塞予防 がん予防  
脳梗塞予防 動脈硬化予防 風邪予防  
ストレス緩和

## 楽しみ方・食べ方のコツ

### 切り方・調理法

#### 糸ミツバ/切りミツバ

生のまま吸い物や茶わん蒸しなどに散らして風味付けに

ゆでる場合は香りが飛ばないように、熱湯に軽くくぐらせる程度に

#### 根ミツバ

食感がしっかりしているので、サッとゆでておひたしやお味噌汁などにするのがお薦め



天ぷらやかき揚げにしても香り豊かで美味

## ミツバのいろいろ

### 糸ミツバ

「青ミツバ」とも呼ばれ、多くが水耕栽培されていて周年出回る。水耕栽培されたものはほぼ全て根元にスポンジが付いている。根元まで日光に当てるため根も青く、香りも豊かなお吸い物や汁、茶わん蒸しなどの彩りに



### 根ミツバ

畑などで日光に当てないよう土を寄せた軟土栽培している。茎は白くてため糸ミツバより風味が強く、歯応えがある。おひたしやお味噌汁などにするときシャキシャキした食感が楽しめる。3~4月ころが旬



### 切りミツバ

根株をハウスなどで日光に当てず軟土栽培し収穫時に根元をカットしている。茎は白くて細めで柔らかく、優しい食感と上品な香りが持ち味のお吸い物やお正月の雑煮など幅広く使われる。12~2月が旬



### 天然物

山などに生きているミツバは糸ミツバや根ミツバとは雰囲気まったく違う。葉が大きく、茎もしっかりとしていて風味がより強い



## ミツバのヒミツ

1本の茎に3枚の葉が付いているのが特徴  
セリ科ミツバ属の多年草



### 歴史

原産地  
日本  
中国など

天然物のミツバは、若く柔らかい葉茎を伸ばす3月ころから初夏にかけてが旬。天然物は香りが良く、シャキシャキとした食感が楽しめる



『農業全書』(1697年)  
栽培法や簡単な食心方  
『大和本草』(1709年)  
イラストが描かれている

軟土栽培は江戸時代から行われていた。日光栽培による糸ミツバ(青ミツバ)の栽培も明治時代以前に西日本で行われていた

