

ふれあい

Fureai

1

January 2022
vol.285

P2 特集

JALレーク伊吹の特産物 イチゴの直売所MAP

Contents

- 1 新年のご挨拶
- 5 日本の行事食カレンダー
- 7 営農情報
- 8 家庭菜園
- 9 ふれあいプラザ・女性部
- 10 ふれあいタイムス・1支店1協同活動

NEW!



Instagram
はじめました!



Follow
me!

地域の「食」と「農」に関することや
各種イベント情報などをお届けします

@ ja_lakeibuki



Instagram

新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。

令和四年の年頭にあたり、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、ご家族お揃いで健やかに新しい年をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。

平素は、JAレーク伊吹の事業運営に対しまして、格別のご理解ご協力を賜り、心から厚く御礼申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症は緊急事態宣言やワクチン接種など感染予防対策の効果により、発生状況は落ち着いてきており、このまま収束に向かうことを切望いたします。昨年開催を予定しておりました各種イベントも感染予防対策として中止、延期をさせていただきました。組合員の皆様におかれましては、ご理解を賜り誠にありがとうございます。

農業におきましては、外食向け業務用米の需要等の減少により、令和三年産米価は大幅な下落となり、農家組合員にとって深刻な状況になりました。このことについてJAレーク伊吹では、昨年十月に「令和三年産米の米価下落対策に向けた緊急要請」を行政に強く要請いたしました。

一、主食用米の過剰在庫を市場から隔離し人道支援を行う対策、及び飼料用米への転換を図るための対策

二、備蓄米政府買い入れ数量の拡大



代表理事 理事長

中尾 一則



経営管理委員会 会長

高橋 賢一

三、水田フル活用のための政策支援

また、地域貢献活動・米の消費拡大の一環として、昨年末に米原市の新型コロナウイルス感染症対策事業「まいばら子育て応援米」に微力ながら、地元産コシヒカリ5tを協賛いたしました。

今後とも、行政との連携を図りつつ、系統組織を挙げて米価対策、農産物の消費拡大に取り組んでまいります。

さらには、「営農・経済事業の成長・効率化プログラム」を立ち上げ、これにより営農・経済事業の成長戦略と効率化戦略に取組み、経営基盤の強化と地域の活性化を図ってまいります。

これからも、役職員が一丸となり「創造的自己改革の実践」を基本方針に、「食と農を基軸として地域に根ざした協同組合」として邁進する所存でございます。

本年も旧に倍して一層の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、年頭のご挨拶とさせていただきます。



JAレーク伊吹の特産物



イチゴの直売所



イチゴのおいしい季節は1月! なぜかという、イチゴは果実が実ってから収穫されるまでの日数が長いと甘くなるんです♡収穫されるまでの日数は、気温が低いと長くなります。

当JA管内には、さまざまな品種のイチゴを栽培される生産者さんがたくさん。これからの季節に有効な風邪の予防や、美肌に嬉しいビタミンCがたっぷりの、収穫したての甘〜いイチゴをぜひご賞味ください!



SNSで販売情報などをお知らせする所もあるよ。チェックしてみてね!

イチゴの品種紹介

章姫

長めの円錐形をしているのが特徴的。果皮は濃橙赤色で、果実は少しやわらかめで口当たりがよく、果汁も豊富。酸味が少なく甘味をしっかりと感じられます。

よつぼし

やや小ぶりで濃厚な甘み。甘味/酸味/風味/美味の4つがそろっているため、よつぼしと名付けられました。高糖度で風味がある濃厚な食味が特徴です。

紅ほっぺ

やや大きめの長円錐形で、果肉は果心部も淡赤色に染まり、よく熟した果実は香りも優れていて、甘味が強く酸味もやや強め。イチゴ本来の甘酸っぱさを堪能できる品種です。

かおり野

優れた香りを有していることが特徴的。果肉はかためで、甘味が強く酸味はおだやかです。

やよいひめ

上品な橙赤色で大粒、しっかりとした果肉。甘さと酸味のバランスに優れています。

こいみのり

やや丸みのある大玉でツヤがあり、果肉は基本的に白色。香り豊かでジューシー、甘味と酸味がマッチしています。



山東エリア

1 こはら農園



小原 将矢さん

お気軽にお立ち寄りください!

- 住所/米原市野一色21-1
- 連絡先/090-6913-6414
- 営業時間/10:00~14:00 (なくなり次第終了)
- 定休日/木曜日
- 年末年始/1月1日は休み(12月30日~31日と1月2日~5日は予約のみ)
- 営業期間/ゴールデンウィークまで
- 栽培品種/章姫・紅ほっぺ

2 田中ファーム



田中 隆三さん

「美味しかったよ!」と消費者の「声」がパワーの源です!

- 住所/米原市朝日2031
- 連絡先/55-1639
- 営業時間/10:30~15:00 (なくなり次第終了)
- 定休日/12月~3月中旬(不定休) 3月中旬~5月中旬(無休)
- 年末年始/12月31日、1月1日は休み
- 営業期間/5月中旬まで
- 栽培品種/章姫・よつぼし・紅ほっぺ・やよいひめ

まだまだあるよ! いちごの直売所 P3~4ページもチェック!



3 磯谷 専一郎



磯谷 専一郎さん
玲子さん 夫妻

採りたてのジューシーな
イチゴを味わって
みてください!

- 住所 / 米原市磯1314-1 (自宅前)
- 連絡先 / 090-3626-7875
- 営業時間 / 11:00~16:00
※年末年始を含め電話予約のみの販売
- 定休日 / 不定休
- 営業期間 / 5月中旬まで
- 栽培品種 / よつぼし・やよいひめ・こいみのり



4 純野菜王国



吉安 純一郎さん

ご縁をつなぐ♡
この顔にピンツときたら!

- 住所/長浜市榎木町620
- 連絡先/090-8822-8360
- 営業時間/10:00~17:00
- 定休日/火曜日
- 年末年始/1月1日~3日は休み
- 営業期間/5月末まで(予定)
- 栽培品種/章姫・よつぼし・紅ほっぺ

5 高山農園



高山 善一さん・
壽子さん 夫妻

味に自信アリ!
こだわりのイチゴを
栽培しています!

- 住所/長浜市山階町290-1
- 連絡先/090-8381-1090
- 営業時間/9:00~12:00
- 定休日/不定休
- 年末年始/1月1日、2日は休み
- 営業期間/5月末まで
- 栽培品種/章姫・よつぼし・紅ほっぺ

6 株式会社 みつなりのさと



木造温室ハウスと
ビニールハウスで育った
愛情たっぷりのイチゴです!

- 住所/長浜市石田町1150-10
- 連絡先/080-8346-8188
- 営業時間/24時間(自動販売機
1月から開始予定)
- 定休日/不定休
- 年末年始/年始は電話で要確認
- 営業期間/5月末まで
- 栽培品種/章姫・紅ほっぺ

7 西村いちご園



お客様の顔が見える
対面販売をメインに
しています!

- 住所/長浜市大成亥町949
- 連絡先/62-7852
- 営業時間/10:00~16:00
- 定休日/なし
- 年末年始/1月1日、2日は休み
- 営業期間/5月上旬まで
- 栽培品種/章姫・紅ほっぺ

8 中川農園



中川 大輔さん
ひとみさん 夫妻

朝採れイチゴが
自動販売機で購入できます!

- 住所/長浜市加田町3770
- 連絡先/080-7459-9370
- 営業時間/24時間(自動販売機)
10:00~12:00(平日店舗販売)
10:00~15:00(休日店舗販売)
- 定休日/平日不定休
- 年末年始/自動販売機で販売
- 営業期間/5月末まで
- 栽培品種/章姫・よつぼし

9 なないろ Farm



中川 亜希さん

品種の食べ比べを
してみてください!

- 住所/長浜市加田町3691
- 連絡先/090-7765-1053
- 営業時間/10:00~12:00
(電話予約優先、なくなり次第終了)
- 定休日/不定休
- 年末年始/1月1日は休み
- 営業期間/5月末まで
- 栽培品種/章姫・よつぼし・
かおり野・紅ほっぺ

10 神田夢ファーム



塩 耕重郎さん

丹精込めて育てた苺の甘さと
香りをお楽しみください。

- 住所/長浜市加田町3149
- 連絡先/090-7495-7768
- 営業時間/10:00~15:00(ハウス)
10:00~17:30(自動販売機)
- 定休日/不定休
- 年末年始/1月1日は休み(ただし、
ご予約いただいたら営業)
- 営業期間/5月末まで
- 栽培品種/章姫・紅ほっぺ・
やよいひめ

10 加田町2840(自宅横)に自動販売機あり

11 苺の話(株式会社TPF)



田中 祥子さん

長浜の美味しい
しずくを召し上がれ♡

- 住所/長浜市常喜町1651
- 連絡先/080-1433-7940
- 営業時間/8:00~19:00
(自動販売機)
- 定休日/不定休
- 年末年始/休みはなし
- 営業期間/5月末まで
- 栽培品種/章姫・よつぼし・
紅ほっぺ

私たちの歴史・文化を見直そう

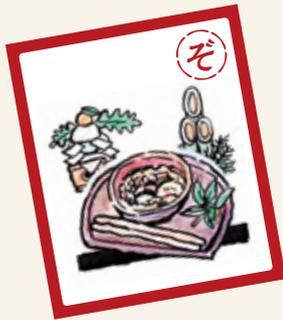
日本の行事食 カレンダー

季節ごとの行事やお祝いの日食べる
特別な料理、「行事食」を通じて
私たちの歴史や文化を
再確認してみませんか。

監修:奥村彪生料理スタジオ イラスト:とよだ時

一月

正月 ● 雑煮
7日 ● 七草がゆ
15日 ● 小豆がゆ



雑煮は室町時代、京都で生まれたといわれる。今は家内安寧、家業繁盛など人それぞれの願いを年神様に祈り祝う。七草がゆは平安時代、殿上人の叙位の日に当たり、名を成すに掛けて食したそう。15日の小豆がゆは豊作を祈って奈良時代から食している。

二月

節分 ● いり大豆
イワシ



大阪では大正時代、イワシと麦飯を食って長寿を祈った。玄関にイワシの頭とヒイラギを飾るのは臭いととげで病魔を追いやるため。イワシの頭も信心から。

三月

ひな祭り ● まぜずし・貝料理
春の彼岸 ● ぼた餅

まぜずしに上置きする

錦糸玉子、紅しょうが、絹さやなどの彩りが春の明るさを表現する。貝は家持ちで金に関する漢字が多い。「入るを企

(はか)って出るを制せば財を成し、散財すれば貧する」。春の彼岸は花の季節に合わせたぼた餅。



四月

花見 ● 花見弁当

人はなぜかかすみたる空にはんなりと咲く妖艶な桜の花に酔う。元

禄の頃、旦那衆の花見弁当は豪勢だった。欠かせないのは桜餅。江戸は小麦粉の焼き桜。上方

(京坂)は蒸した道明寺粉。塩漬けの大島桜の葉がかぐわしい。



五月

こどもの日 ● ちまき
かしわ餅



ちまきは弥生時代からある。粽(ち)菅(がや)で角形の筒を作ってもち米を入れた。今はうるち米の粉(うる

ち米の粉ともち米の粉を混ぜたものもある)を用い、ササの葉で包む。ササの爽やかな香りで保存性を高める。かしわ餅は江戸中期から。西日本にはサンキライの葉を用いる土地もある。

六月

茅の輪くぐり ● 水無月(水無月) ● 夏至 ● タコ

雨が多い月なのに水無月とはこれいかに。行事食は少ないが、京都では甘煮の小豆を散らした水無月と呼ぶ菓子を食す。残り半年の無事を祈るためだ。土地により、夏至にタコを食す。



七月

七夕(しちせき) ● そらめん
『万葉集』 ● ウナギ

なぜ、たなばたという。飛鳥・奈良時代、神に供える絹布を織る機をいった。織る女の技術の上達を乞い、索餅(さくべい)・そらめんの祖(を糸に見立てけん牛、織り女の両星)に供えた。ウナギは「夏瘦せによしと言ふものぞ鰻(むなぎ)取り召せ」と『万葉集』にある。



八月

盂蘭盆会(うらぼんえ) ● 精進料理

お盆は先祖の供養だけではなく、夏作物の収穫祭でもあった。精進料理を作って供え、かつ食した。今は作る家は少ない。精進揚でも作って盛夏を乗り切りたい。タンパク質や炭水化物など以外に油脂も大切。油断大敵というではないか。



九月

重陽の節句 ● 浮き菊の酒
月見 ● 萩の餅

奈良時代、杯の酒に菊の花弁を浮かべて長寿を祈った。菊なますもうまい。月見にススキを飾り、月見団子を供え、萩の餅は好物で共に手作りして一家だんらん。そんな心の余裕が欲しい今。



十月

秋祭り ● 小豆入りおこわ(赤飯)

おめでたい日に作るおこわの中で、ふくいくとしたもち米と小豆の香が秀でているのは新物で作る秋祭りの頃。小豆のゆで汁を練れば練るほど赤い色が映えた。添えるごま塩の黒は小豆の色を際立たせる。アワ蒸しもいい。



十一月

七五三 ● 千歳あめ

日本人は奇数を好む。3歳の女兒、5歳の男児、7歳の女兒の健やかな成長と守護を願って宮参りをする。お土産は千歳あめ。始まりは18世紀初頭。江戸・浅草のあめ売りが千歳あめと文字を入れたあめを長袋に入れたのが始まり。



十二月

大みそか ● みそかそば

昔、江戸では大みそかは借金を取り立て日。庶民はツケで買い物をした。支払いは盆と大みそか。商人はツケの回収に必死。無事終わり、ヤレヤレと出前のそばを食べて新年を迎えた。「安堵(あんど)して年越しそばを食う夜かな」の川柳あり。



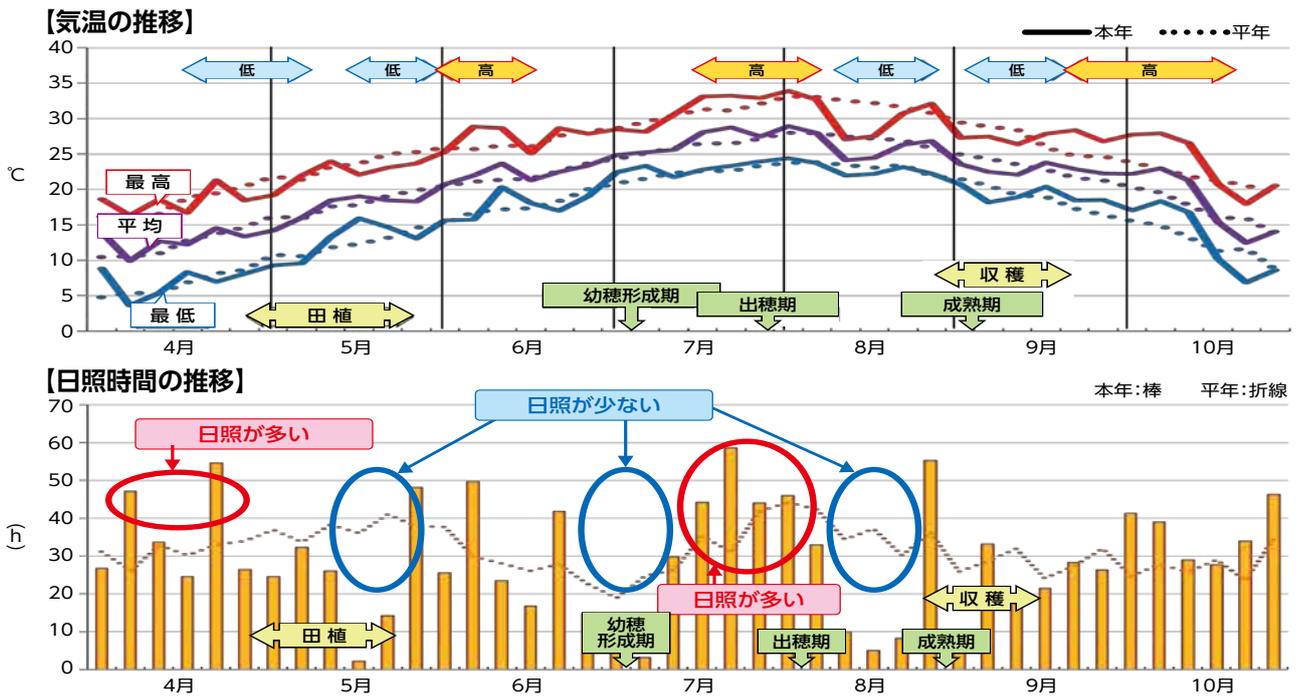
※行事食の由来には諸説あり、使用する食材も地域により違いがあります。



令和3年 水稻の生育と品質概要について

生育ステージ	概要
育苗期	育苗期の気温は平年並で生育は順調に進みました。しかし、4月下旬に日照時間が長く寒暖差が大きい時期があったため、高温障害や苗立枯病の発生が見られました。
移植期～ 分けつ期	連休移植では、低温や日照時間が少なかったことから活着や分けつが遅れました。5月後半が多雨となったため、深水管理による分けつの遅れもありました。5月下旬移植では、6月前半の気温が平年並から高く推移し、活着や分けつの発生は良好になりました。
幼穂形成期～ 出穂期	6月の気温が平年並より高く推移し日照が確保されたため、遅れていた生育はやや回復し、幼穂形成期は、「みずかがみ」ではやや遅く、「コシヒカリ」では平年並となりました。7月中下旬は高温で日照時間が長かったため生育は順調に進み、茎数は平年並～やや少ない程度まで回復しました。出穂期は平年並となり5月下旬移植「コシヒカリ」では、出穂時期(8月上旬)に低温・低日照となり、一部のほ場では穂いもちが発生しました。
登熟期～ 収穫期	早生品種の登熟期間は低温・低日照に推移したため、登熟日数は34日程度と平年並～やや長くなりました。収穫は断続的な降雨の影響で遅れ気味となりました。収量については、分けつ期の低温・低日照の影響で穂数もやや少なく推移しましたが、平年並みの収量となりました。品質については、「コシヒカリ」の1等比率が72.4%となり、登熟期の低温・低日照による未熟粒・乳心白粒などの発生による品質の低下が見受けられました。

■令和3年 稲作期間半旬別気象表 (虎姫アメダスより)



令和4年度 重点技術対策

- ① 土壌pHに応じた土づくり資材の施用。
- ② 細植、植付深3cm、苗の活着まで、および低温時は、やや深水管理とする。
- ③ 活着後、浅水管理により昼間の水温を高め、分けつを促す。
- ④ 田植後2週間で還元障害の有無を確認する。
- ⑤ 中干し前に自然減水で、土の中に酸素を取り込む事による還元障害の防止。
- ⑥ 茎数が目標茎数の8割になったら、中干しを行う。
- ⑦ 高温時における登熟期の栄養不足を回避するため、穂肥は適期に適量を施用する。
- ⑧ 出穂前後各3週間は常時湛水とし、収穫5日前まで間断かんがいをを行う。
- ⑨ 適期収穫の励行と適正な乾燥調製により、品質を確保する。
- ⑩ 水稻収穫後、土づくり資材を散布し、秋耕はすぐに行う。(有機物を深くすきこまない。浅く耕す)



あなたも
チャレンジ

家庭菜園



園芸研究家
成松次郎

カブのトンネル栽培 適切な温度管理を心掛ける

図1 畑の準備



図2 マルチ張り

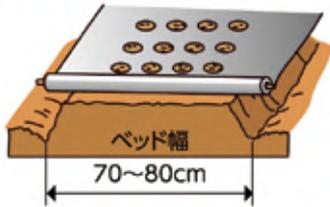


図3 種まき

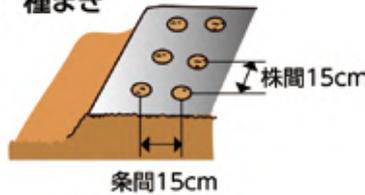


図4 トンネルべた掛け

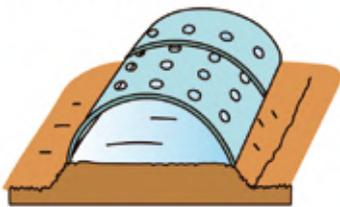
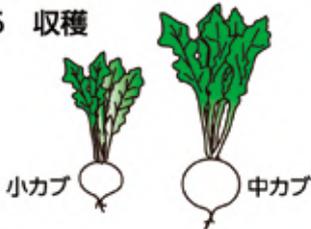


図5 収穫



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

「畑の準備」

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)、「タキイ種苗」などがあります。

「品種」

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。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。

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)。

「種まき」

幅70~80cm、高さ5~10cmのベッド(栽培床)を作り、平らにならしめます。畑が乾燥しているときは、灌水して土壌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)。

「畝立て」

化成肥料(NPK各成分約10%)100gと堆肥1~2kgをまいてよく混和しておきます(図1)。

「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)。

ネギの基本的特性

問題

ネギの基本的特性についての説明で、間違っているものは次のうちどれですか。

- 栽培に適した土は、耕土が深く、通気性の良い土壌・砂壤土である。
- 生育の限界温度は下が15度、上が25度と耐寒性、耐暑性共に低い野菜である。
- 光の弱い冬季の栽培や、密植栽培が可能な野菜である。
- 生育に合わせて、葉鞘部と葉身部の境目で何回かに分けて土寄せをすると、葉鞘部が軟白化した根深ネギができる。

解答

正解は②です。

解説…ネギの生育限界温度は下が4度、上が33度と耐暑性、耐寒性共に高い野菜です。ネギの発芽適温は15~25度、生育適温は20度前後です。光の弱い冬季の栽培や密植栽培も可能で、乾燥には強いものの、湿度が高いと酸素不足による湿害を受けます。



図：ネギの各部の名称

『新版 日本の農と食を学ぶ中級編』(102~103ページ)より

●日本農業検定事務局



ふれあいプラザ

Fureai Plaza

米原市上板並

伊賀並 正信さん (69歳)

退職して10年。
山で元気に！
山を元気に！



限界を感じさせない
パワー、きっと豊かな自然が
活力の源ですね。

わたしが
紹介します!!

伊吹支店 金融アドバイザー
清水 紀子



なんでも出来るようになることは
楽しい! 時間が愛おしくて
ワクワクすることが
いっぱい毎日です!



ドローンの着地は手のひらへ。
上級者しかできない
すごい技です!

伊吹北部地域の上板並から吉穂の集落までの間に「木の駅いぶぎ」があり、31aの農地を利用して建物すべてが手作りされた、伊賀並さんの秘密基地。電気や水道、インターネット環境も整備し、米原市のふるさと納税返礼品としても人気の高い、地場産の広葉樹を使った薪づくりをはじめ、様々な取り組みにチャレンジされています。

昔からプラモデルが好きだったと話す伊賀並さんは、友人にドローン体験させてもらった時に、果てしなく広い空を自由に飛ばすことが楽しかったことをきっかけに、スクールなどで操作を修得されました。田舎の地域だからこそ「ドローンを活かせるのでは」と「米原ドローン活用研究会」を立ち上げ、ドローンを使った防災や獣害対策など様々な活用方法を行政に提案したり、「木の駅いぶぎ」をドローン練習場として提供するなどの活動をされています。また、ドローンで撮影した動画を編集し、映像作品を作成するパソコン作業も楽しまれています。

今年度からは、ドローンの飛行練習や体験を行えるキャンプ場をオープン。さらに今後は、山の中にツリーハウスを建てて、豊かな森の自然の中で自由に楽しめるキャンプ場を造成し、山に興味を持ってくれる人を増やせばと意気込まれています。

伊賀並さんは「山の資源を利用して地域のためになることを、これからも続けていきたい」と笑顔で話されました。



▲プラスチックのリサイクル資源に生まれ変わります

「助け合い支え合う」 JA女性部の運動

今年度、JA女性部が取り組む「愛の米ひとにぎり運動」「エコキャップ運動」を受けて、12月10日、女性部部长の中川壽美代さんが役員やこの運動の目的に賛同くださる方々から集まったペットボトルキャップ160キロと米191キロ、もち米4キロを車に積み込み、社会福祉協議会へ寄贈しました。中川女性部部长は「女性部が取り組むこの運動を、皆さんに理解してもらい協力いただけたおかげでこんなに多く



女性部員募集中

JA女性部は現在、1支部4グループ・個人会員合わせて110名で活動しています。年齢制限は設けておりません。グループや個人でいつでも加入いただけます。

お申込み・お問い合わせ先
生活振興課52-6533

皆様からの多大なるご支援を賜り心より感謝とお礼を申し上げます。これからも女性部の様々な活動を通して地域貢献に取り組んでいきます。

集まってありがたい。コロナによって食料を必要とする人は増えたと聞くので、改めて『助け合い』精神の意義を感じる」と話しました。



▲JA管内の社会福祉協議会(米原市・長浜市)にお届けする女性部部长

ふれあいタイムス



FUREAI
TIMES

2022年
1月号

「まいばら子育て応援米」に米500袋分寄贈

JALEーク伊吹は、米原市が12月7日から配送を始めた「まいばら子育て応援米」に、米の消費拡大や地産地消という趣旨に賛同し、米500袋分（1袋10kg）を寄贈しました。また、お米が米原市の特産物であることや、子育て世代へメッセージを伝えようと、当JAキャラクター「みのりちゃん」と米原市キャラクター「ホテルン」がコラボする「まいばら子育て応援米」シールを作成し米袋へ張り付けました。



▲高橋会長(右から2人目)と中尾理事長(右)と平尾市長(左)

配送に先立ち、1日には米原市役所本庁舎で「まいばら子育て応援米」の贈呈式が行われ、高橋賢一経営管理委員会会長と中尾一則代表理事理事長が出席。平尾道雄米原市長へ目録を手渡しました。

「まいばら子育て応援米」は、同市の新型コロナウイルス感染症対策事業で、新型コロナウイルス感染症による影響が長引くなか、家庭内で食事の機会が増加した子育て世帯の家計の負担軽減や、地産地消による米の消

廃棄農薬を回収しました

11月13日、経済センターと伊吹・米原両資材センターに、約2.5トンの廃棄農薬が持ち込まれました。廃棄農薬は、産業廃棄物として処理を行う必要があります。JAで取りまとめ、専門業者へ委託し処分することで適正な廃棄処理を行っています。また、「これくらいなら」と不適正な処理を行うことにより、事故や環境汚染、生態系の破壊につ

費拡大のため、市内に住所登録のある中学生以下の子どものいる世帯で子ども1人につき1袋（対象者5,040人）、地元産新米コシヒカリを配布する取り組みです。



▲米袋に貼り付けたメッセージシール

ながる危険性を回避するため2年おきに回収を呼び掛けています。今回は、令和5年の秋を予定しています。



▲軽トラックなどで次々と廃棄農薬が持ち込まれました

1支店1協同活動

各支店で取り組んでいる活動をご紹介します

◎10月28日(木)

さくらんぼ
保育園
×
長浜東支店

長浜東支店職員が、長浜市立さくらんぼ保育園の年長組13人が大切に育てた「バケツ稲」を、お米にするまでの作業を一緒に行いました。園児は支店職員の話聞き、小さな紙パックの口に稲穂をはさんで手前に引くと、プチプチと穀が外れて紙パックの中に集まります。続く糶摺り・精米もお友だちと協力しながら楽しく作業を進めました。今後も、「食」の大切さを伝える取り組みを続けていきます。



ボールを使って
ゴリゴリと糶摺り。



うちわを使って、
もみ殻を飛ばして
大はしやぎ!



最後は、玄米をビンに
入れて精米作業。一粒一粒が大
ななお米だと知ってくれて、
根気強くがんばってくれました。

伊吹・山東地区の特産物!

実山椒の出荷者大募集!

出荷時期:5月下旬から6月上旬頃

冬の寒さや昼夜の寒暖差が大きい山間地で栽培される JA レーク伊吹の実山椒は、**柔らかくて香りが強く、市場や実需者からのもっともっと出荷してほしいとの声があります!**

全国的に出荷量が減少しています!

50年以上前から続く実山椒の出荷。2021年度は、新たに9人に出荷いただきました。販路も拡大し、地元の市場や大津方面など多方面に“伊吹の実山椒”を出荷し、消費者・実需者に喜ばれています。

今年度から出荷箱とラベルを新調すると、品質に加え荷姿も認められ、買取価格を **1kg当たり 220円アップ** することができました。

伊吹・山東地区に実山椒の木をお持ちの方は、ぜひ出荷をご検討ください。出荷日については、春頃に広報誌「ふれあい」でご案内させていただきます。



煮魚料理などに実山椒が入っていると良い香りがするよね!
気候に恵まれて最高の実山椒の栽培が可能なのこの地域が、大産地となるよう一緒に取り組みを進めていこう!



お問い合わせ先/特産振興課 ☎63-2108

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**

いろいろなキノコとカキのみぞれ鍋

●材料(4人分)

- カキ(水洗いで水気をふいておく).....2500g
- レンコン(皮をむいてすりおろしたもの).....2000g
- マイタケ.....1パック
- 足付きナメコ.....1パック
- ヒラタケ.....1パック
- シイタケ.....4個
- ミネナ.....1-2把
- きりたんぽ.....2本
- ゴボウ(ささがきにする).....1本
- さんしょう.....適宜
- A(合わせだし汁)
- かつおだし.....1000ml
- 薄口しょうゆ.....100ml
- みりん.....100ml
- 料理酒.....100ml

●作り方

- ①土鍋にさんしょう以外の材料を並べる。
- ②Aを合わせて土鍋に注ぎ、ふたをして中火にかける。
- ③材料に火が通ったらふたを取り、材料を皿に盛り付け、お好みでさんしょうを振り出末上がり。



洋風ブリ大根

●材料(4人分)

- ブリ(塩を薄く振り1時間ほど置き、水気を拭いておく).....切り身4切れ
- ダイコン(巾着のいちょう切りにしてゆでます).....1-4本
- ゴボウ(乱切りにして水にさらしておく).....1本
- ホールトマト.....100g
- ニンニク(つぶしておく).....1片
- オリーブ油.....大さじ2
- ローリエ.....1枚
- モロコシ(下ゆでし食べやすい大きさに切る).....2本
- パルメザンチーズ.....適宜
- A(合わせだし汁)
- かつおだし.....600ml
- 塩.....小さじ1
- 料理酒.....大さじ3
- みりん.....大さじ3

●作り方

- ①フライパンにオリーブ油をひき、ブリ、ダイコン、ゴボウ、ホールトマト、ニンニクを入れ、中火でブリの両面を焼き上げる。
- ②①のフライパンにAとローリエを入れ、落としふたをして強火で煮汁がなくなるまで煮詰める。
- ③皿に②を盛り付け、パルメザンチーズを掛けてモロコシインゲンを飾り出末上がり。





JAグループサポーター・林修

加速する「食」のグローバル化 有事にも食料供給の 安定をはかるために

なぜ今?
国消国産

農産物の輸入額は 大きく増加

日本の食料自給率(カロリーベース)は38%と低迷していますが、2000年からの約20年間で、農産物の輸入額は約2.3兆円も増え、2020年には約6.2兆円輸入しています。一方で、輸出額は同じ期間に約4,900億円増加し、2020年の輸出額は約6,600億円となっています。



出典:農林水産省

「食」のグローバル化が、日本の食料供給に与える影響

近年、農産物市場を含めた経済連携協定の発効がすすみ、「食」を取り巻くグローバル化が加速しています。これらの経済連携協定は、私たちの食生活に豊かさを与えてくれる一方で、日本にとっては食料の輸入増加を促す可能性があり、それは結果として、さらなる食料自給率の低下を招く可能性もあります。

近年発効した経済連携協定



だから今!
国消国産

「国消国産」で、輸入に依存せず 食料供給に安定を

食料自給率が低い状態で万一輸入がストップしてしまったら、国内の食料需要を満たせるのか。コロナ禍で実際に、約20か国が食料の輸出規制に踏み切りました。幸いにも、それらの国から日本は食料を多く輸入していなかったため、大きな影響はありませんでしたが、輸出国もいざという時は自国内の供給を優先する傾向がわかりました。「食」のグローバル化がすすむ中だからこそ、「国」民が必要とし「消費する食料は、できるだけその「国」で生「産」するという「国消国産」をすすめていくことに、大きな意味があります。

ここがポイント!

- ① 日本の農産物輸入は増加傾向で2020年の輸入額は6.2兆円にのぼる
- ② 「食」のグローバル化がすすみさらなる食料自給率低下の可能性
- ③ 輸出国もいざという時は自国内の供給を優先、「国消国産」で食料供給に安定を



耕そう、大地と地域の未来。

みんなで人権

JA滋賀同和对策本部
「みのり」より

何気のない一言が人を傷つける

私自身も言ったことがある「家事、手伝うよ」……。

このフレーズが、「駄言辞典」(編集:日経x woman, 出版:日経BP)によると、夫が妻に言う駄言の中で一番問題である、「いついつに書かれています。それは、家事・育児は夫婦協力して行うという意識がなく、「男は仕事、女は仕事と家事」という従来の固定観念にとらわれていることに夫は全く気付かずにいることを問題視しているわけです。さらに、当の夫は妻を思いやるやさしい夫であることをアピールしているようにさえ思えてきます。この「駄言」とは、無意識による思い込みや相手の能力や個性を考えない固定観念による発言のことで、特に性別に基づくものが載っています。加えて、駄言を言った本人には悪気がないことが多い、としています。

同書で掲載されている「駄言」の一例を紹介すると

「女性なのに仕事ができるね」「男なんだから黙って働けよ」「涙は女の武器だよな」「男なのに育児取らないの?」「男なのに育児取るの?」「就活は女性らしくスカートで」「良い奥さんになりそうだね」……

同書には、「この本に載っている言葉がより多くの人に吟味されて、使われなくな

て、悩みを抱える人が少しでも減るように」という願いが込められて、早く絶版になってほしいというサブタイトルがついています。

ところで、あなたは、性別以外にも、障がいの有無、貧困、学歴、国籍、正規・非正規労働者等々の差異に着目して、何気なく言った一言(駄言)で他人を傷つけたということがありませんか?あるいは、「それは問題発言だ」とか、「差別発言だ」とかという指摘を受けたことはありませんか?

そのような時、「知らなかった」「そんなつもりはなかった」と言い訳をしたり、「それがどうしたっていうの?どこが問題なの」とか、さらには問題を指摘されることに「自意識過剰だ」とか「逆差別だ」と聞き直ったりすることはなかったですか?

相手に寄り添う「差別のない社会を作るためには、「駄言を言った自らや他人を責める」のではなく、「気付かないうち駄言を使っていた」というところを誠実に受け止めるとともに、その原因となった無意識のうちに入り込まれた「偏見」や「思い込み」がないか我が身を振り返り、それらを修正する努力が必要です。

家庭や職場で何気なく使っている「駄言」が無い、それを無くすにはどうすればよいかについて話し合ってみませんか。

経営管理委員会・理事会だより

経営管理委員会 令和3年11月8日

第1号議案 県庁検査指摘事項に対する改善計画について

理事会 令和3年11月5日

第1号議案 県庁検査指摘事項に対する改善計画について

令和3年11月29日

第1号議案 令和3年9月期ディスクロージャー誌について

第2号議案 嘱託・臨時職員就業規則の一部変更について

わたしたちのJA【主要概況】

令和3年11月末現在

正組合員数	4,787人
准組合員数	7,436人
出資金残高	17億9千3百万円
貯金残高	1,441億3千2百万円
貸出金残高	194億0千2百万円
長期共済保有高	2,897億9千9百万円
年金共済保有高	31億8千4百万円
購買品供給高	6億7千1百万円
販売品販売高	3億4千9百万円

Mail from reader お便りコーナー

12月号から

米原市 川崎さん

12月号の表と裏にタアサイについて書かれていた。2.3年前からこの野菜を育て食べている。畑以外に玄関横の花壇に植えている。花のようで美しい。詳しく知って納得した。
●タアサイは丈夫で育てやすく、プランターや花壇などで栽培でき、寒さを乗り越えようと地面を這うように中心から放射状に規則正しく並ぶ葉の姿が美しい野菜です。さらに、秋まきのタアサイは中心部から新葉が次々と育ち、外葉をかき取りながら長く収穫する「摘み取り収穫」ができるので料理にも便利です。

長浜市 四塚さん

昨年1個もできなかったのに、今年は大きなミカンがたくさん出来たので、お正月が楽しみです。
●ミカンは、風邪の予防や疲れた胃腸の調子を整えるなど、冬を元気に乗りきるために役立つ果物。たくさん収穫できてよかったですね!元気にお正月を迎えてください。

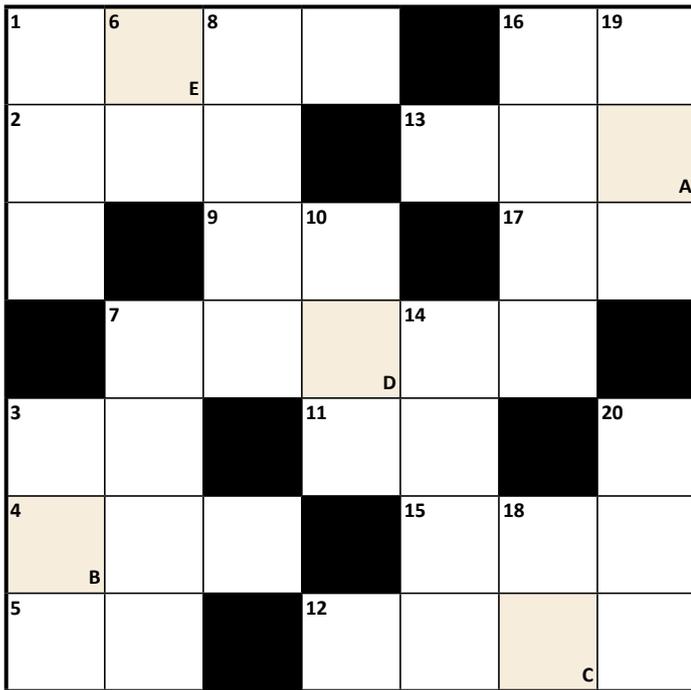
米原市 清水さん

“ごはんスティックストック”さっそく作ってみました。今までは、多めに炊いた白いご飯や炊き込みご飯をおにぎりにして冷凍していたのですが、レンジ解凍に時間がかかり(冷たかったり熱すぎたり…)「ん〜」と感じてました。でもこの“ごはんスティックストック”なら、加熱ムラもできず手に持って食べやすくナント便利な!アレンジ具材アラカルトの他に、レンチンしたものにひと手間かけて、ごま油をたらしたフライパンでコロコロ焼くと、これまたいい感じに焦げ目がつき、香ばしくて絶品ですよ!ぜひお試しください。
●便利な食べ方で、いろんな人に教えてあげたいですね。また、アレンジ具材以外にも、各ご家庭ならではの具材や組み合わせのアイデアで、さまざまな“ごはんスティックストック”が誕生しますね!今後もぜひ、我が家の美味しいレシピの紹介をお待ちしています!





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？



ヨコの打ギ

- 1 1月の第2月曜日は——の日。国民の祝日です
- 2 旅支度で、旅行かばんに——を詰めた
- 3 下手な鉄砲も——撃ちゃ当たる
- 4 北海道東部の市。自然豊かな湿原が有名です
- 5 水が混じって軟らかくなった土
- 7 これが三つで三振
- 9 土を盛り上げて作ります
- 11 植物の葉や車の窓などに氷の結晶が付いたもの
- 12 「住めば都」とか「猫に小判」とか
- 13 果物——を使ってリンゴをむいた
- 15 遠回りをすること
- 16 初夢で見ると縁起が良いといわれる鳥
- 17 やっぱり自分の——が一番落ち着くなあ

- 20 「オリオン」「おおいぬ」「カシオペア」といえば
- 19 おしゃれな——でランチを楽しんだ
- 18 ミカンのものは手でむけます
- 16 屋外で行うことも多い教科
- 14 年下の女きょうだいのこと
- 10 おでんに添える黄色い薬味
- 8 遊園地で——コースターに乗った
- 7 春の七草の一つ。ダイコンのことです
- 6 栗の実のトゲトゲ
- 3 分度器で測ります
- 1 オイルシヨックともいわれる——危機

12月号のこたえ

プレゼント

ク	レ	ア	マ	ト	ウ
タ	イ	ヒ	ト	ナ	リ
ニ	バ	ネ	カ	ネ	
ジ	チ	ン	サイ		
ナ	ヤ	ガ	ラ	ダ	
マ	ン	キ	ミ	カン	
エ	プ	ロ	ン	ゼ	ロ

11月号の応募総数

119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への意見・ご要望
身近な話題など

63 5121-0062
J A レイク伊吹
「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 1月20日

※クイズにご応募いただきました記載の個人情報は、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」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
- LPガスに関するお問合せ LPガス保安センター ☎0749-65-8091



JAL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

フキのとう ~香りとお味が春を告げる山菜~

フキのとうのプロフィール

【分類】キク科フキ属
 【原産地】日本
 【おいしい時期(旬)】12~4月ころ
 【主な栄養成分】カリウム、アルカロイド、
 ケンフェロール、フキノリド、食物繊維、
 ビタミン類

解説:KAORU

選び方

すがすがしい香り
葉(かく)が開いていて締まっている

つぼみが固い

根元の切り口や葉が黒ずんでいない

食べごろ
育ち過ぎていない
小さいもののお薦め
花芽がほんの少し見えるくらいに葉(かく)が開いている

つぼみが開いて花が開いているのは収穫適期を過ぎているよ

NG

フキのとうのチカラ

アルカロイド(苦味成分)
体内の有害物質を排出、さらに肝機能を強化し新陳代謝を促進

ビタミン類
各種ビタミン、葉酸などをバランス良く含有。代謝促進作用、抗酸化作用に期待

ビタミン
骨や歯の強化に効果的

ケンフェロール(苦味成分)
免疫力を高め、ウイルス感染予防や風邪予防効果に期待

食物繊維
整腸作用を促し、便秘解消や肥満予防に効果

フキハド(香り成分)
胃腸の働きを整え、消化を促進する効果に期待

保存方法

冷蔵保存
鮮度が落ちるとあくが強くなり、苦味やえぐ味も増す
乾燥を防ぐ
軽く湿らせた新聞紙に包んでポリ袋に入れて保存

冷凍保存
下ゆでしてあく抜きしてから冷凍庫へ
自然解凍であえ物や汁物などに利用

鮮度が大切
下ゆでして水(または塩水)に漬けておくと、あくが強くなり変色しにくい

ふきみそ
長期保存可能

楽しみ方・食べ方のコツ

特有の香りと苦味を香辛料として活用
天ぷらやあえ物に広く利用

パスタ、ピザ、バターソテー、フリッターなどにもおもしろいよ

あく抜き
3分
塩を加えて沸騰した湯に入れて、ペーパータオルなどで落とし、3分程度ゆでる
冷水に取り、しばらくさらして冷ましておく

ふきみそ
下ゆでしたフキのとう(または水にさらしたもの)をみじん切りにして油で炒め、みそ、日本酒(みりん)、砂糖を加えてとろ火でかき混ぜながら炒め煮に。焦げやすいので注意!

ひき肉を入れるとうま味もアップ!

フキのとうのヒミツ

特徴
日本原産の山菜 全国の山野に自生
ハウス栽培物 12~4月ごろまで
天然物 2,3月ごろ

春を告げる風物詩
北国では雪解けとともに旬を迎える

名の由来
冬に黄色い花を咲かせる「冬黄(ふゆき)」→「ふき」になった(諸説あり)
漢字「冬季花蕾」「露の臺」など

フキとフキのとうは同じ!!
フキはつぼみと葉柄が別々の時期に地下から出てくる。雪解けの春先(2,3月ごろ)に咲くフキの花蕾(からい)がフキのとう
開花後(4~6月ごろ)に地下茎から出てきた葉柄がフキ

January 2022
vol.285

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:kounou@akeibukijias.or.jp URL:https://www.ja-akeibuki.or.jp/

