

オアシス

JA 静岡市
oasis magazine

オアシス 2015 2 Vol.169

oasis
magazine

発行: 静岡市農業協同組合 〒422-8506 静岡市駿河区曲金5-4-70

TEL: 054-288-8441 (直通) ●編集: 総務部広報課

JA静岡市

検索

特集
1

【生消費言弁当】が
農林水産大臣賞受賞!



特集
2

GO★JA支店に行こう!



2015

Vol.169

<http://shizuoka.ja-shizuoka.or.jp>

JA 静岡市

おべんとうに野菜を



開けるまでのワクワクとドキドキ。開けた瞬間の満面の笑顔。子どもたちが毎日好き嫌いなく、食事を楽しむことができるよう、JA静岡市の旬の農産物を使用したレシピを紹介していきます。作る人も食べる人も、みんなが幸せな気分になれますよーに!

節分★生消費言アレンジ弁当
せいしやうな こん



©よい食P

◎ダイコンなますは酢の代わりにレモンを使いん
食べやすーいだもー



◎ダイコンなますレモン風味

材料(4人分)

- ・ダイコン … 1/4(約200g)
- ・ニンジン … 1/3(約40g)
- ・塩 … 小さじ1
- ★レモン汁 … 大さじ1
- ★食酢 … 大さじ3
- ★砂糖 … 大さじ3~4

つくりかた

- ① ダイコン、ニンジンは皮をむいて千切りにする。
 - ② ボウルに①を入れ、塩を加えて混ぜ合わせ、水分が出るまでよく揉む。
 - ③ 水分が出たら軽く洗ってギュッと絞り、★の調味料であえる。
- 作りたてもおいしいですが、作り置きしておくと味が馴染みます。



冬の野菜といったらコレ!おいしいよ!

ダイコン

ダイコンは根の長さ、太さ、色など200種類以上品種があるといわれています。生のまますりおろせば辛味、煮れば甘さが増す和食にはなくてはならない食材です。ジアスターゼやアミラーゼという酵素を含んでいるので、生で食べると消化を助ける働きもあります。通年出回っていますがやっぱりおいしいのは「冬」。甘みが増すので煮物やおでんに最適です。

しずおか 美ゆ〜ず VIEWS

24 Shizuoka scenic view "Mankanhou"

オアシス 2015 2 Vol.169

oasis magazine

C O N T E N T S

今月の表紙 2

しずおかVIEWS 満観峰 JA静岡市 満観峰&長田支店 3



【生消費言弁当】が
農林水産大臣賞受賞!



GO ★ JA支店に行こう!

Hot NEWS&TOPICS

- ・JA共済自転車交通安全教室
- ・墓科グランドゴルフ大会
- ・新嘗祭
- ・我流茶席
- ・ペットボトルで育苗植え付け
- ・青島ミカンの販売はじまる
- ・キウイ(Hayward) 初出荷



青壮年部・女性部アクティブレポート

- ・柿で焼き肉のたれ作り
- ・4年ぶりの優勝大河内AKBチーム
- ・小鹿保育園餅つき
- ・今月の★シズ・カレ★ / 料理と行事の関わりを学ぶ!

TRY ズ・農業

「松葉 / 静岡農業高校 松葉研究班」

JA SHIZUOKA INFORMATION しずおかinfo 12

JAだより「部農会活動」 13

生活に役立つ情報 / 農産物直売所いんふお 14

組合員紹介リレー オアシス noWA & 読者めーる 15

育てるを楽しむ。家庭農園
〜ジャガイモ〜 16

健康情報 いつも元気! Q&A
「インフルエンザ対策」 18

Good Smile / オアシスクイズ 19

おべんとうに野菜を 26 「ダイコン」 20

今月の表紙



生消費言倶楽部

生産者と消費者が意見を
交わし、互いに理解し、
強い絆で結ばれました!

⇒P4 特集1『生消費言弁当が大臣賞受賞』へ

満観峰

満観峰(まんかんほう)は静岡市駿河区と焼津市との境界にある470mの山。
展望広場からは、南アルプス・富士山・日本平・伊豆半島・駿河湾・高草山・御前崎が見渡せます。
山頂はその名前のとおり素晴らしいパノラマの眺望が展開します。



◎満観峰山頂

テーブルやベンチなどが整っており、
お弁当を広げるのにうってつけ!

最寄りの長田支店





「生消菜言弁当は消費者に後押しされて生まれました」

倶楽部を始めた当初は、部員が「消費者は消毒はやめるとか言うくせに、無農薬の穴あき野菜は買わないから嫌い」と敬遠していたんです。でも、農薬の勉強をしたり、一緒に育てた野菜を食べたりする

◎アグリロード美和
海野フミ子代表の話

「生消菜言弁当」はアグリロード美和が行う、農業や加工品作りを通して消費者と交流する「生消菜言倶楽部（くらぶ）」から誕生しました。

名前は、生産者の「生」、消費者の「消」、野菜の「菜」、本音で言い合う「言」から1文字ずつとって「生消菜言」。また、販売所がある美和地区が清少納言の『枕草子』に記された菟科川の中州「木枯ノ森」の北東に位置することにも由来します。

きっかけは「地産地消の高級弁当を作ってみては」という消費者の声でした。経験のない女性部員に戸惑いはありましたが「高級感溢れる地産地消弁当」をコンセプトに試作を重ね、2003年11月、漆塗りを思わせる二段の重箱に詰められた弁当が完成しました。

倶楽部には初めから参加しています。海野さんが除草剤を使っているのを見て「倶楽部の畑には農薬は使わないで」と食って掛かったのを覚えています。今では、倶楽部でも適正に農薬を使っていますよ（笑）

◎しずおか市消費者協会
渡邊有理さんの話



生消菜言弁当について振り返る渡邊さん（左）と海野代表（右）

うちにお互い理解が深まりました。生消菜言弁当は消費者に後押しされて生まれました。私たち生産者にはない感覚と感性、そして消費者の「私たちが売ることから」という応援がなかったら1,000円という高価な弁当は生まれなかったと思います。

生消菜言弁当には、安全で安心な食材を贅沢に使ったからです。見た目、環境への配慮、ストーリー作りも私たちの得意とするところ。とにかく「やってみて！」と提案してアグリが完成させた、まさに生産者と消費者の協働の賜物だと思います。これからも私たちはアグリと農業の応援団です！

アグリロード美和

JA静岡市女性部美和支部の部員約180人が運営する農産物販売所。農産物と弁当、惣菜、菓子、みそなどの加工品を販売し、学校給食へ6品目の農産物供給も行っています。1996年、朝市から始まり19年目。「生消菜言弁当」は、販売開始から11年で年間4,000食を売り上げます。



生消菜言倶楽部 | せいしょうなごんくらぶ

2001年度スタート。現在は消費者30人とアグリロード美和のメンバー15人が活動しています。年間約10回の農作業と収穫・試食会などを行い生産者と消費者の交流の場となっています。

メンバーと消費者と一緒に育てた20種類のトマトの袋詰め作業。倶楽部では栽培から販売まで一貫して体験します。

◎お問い合わせ／TEL. 054-296-7878 アグリロード美和

女性部販売所「アグリロード美和」

【生消菜言弁当】が農林水産大臣賞受賞！



JA静岡市女性部販売所アグリロード美和の「生消菜言弁当」が、農林水産省主催「第7回地産地消給食等メニューコンテスト」の「外食・弁当部門」で最高位の農林水産大臣賞を受賞。

応募137件の中から選ばれ、11月28日に都内で表彰されました。地場農産物の活用と消費者との交流事業の取り組みが評価されました。



アグリロード美和で受賞を喜ぶメンバーと消費者

【メニュー】

42種類の食材を使い、約70%が地元食材。季節によっては90%以上になることも。上品な味付け、見栄えに徹底的にこだわって、清少納言が好んだと言われる平安時代の餅料理を地元食材でアレンジした一品「へいだん」を加え、物語性を持たせました。弁当を包む掛け紙で食材や美和地区の歴史などを紹介。二段の重箱は紙製で、環境への配慮も忘れません！

◎一段目（左）：ちらし寿司と赤飯
◎二段目（右）：左上から
大学芋、シイタケのエビ詰め
なます、豚肉巻、煮物、へいだん
桜エビとタマネギのかき揚げ、卵焼き



生消菜言弁当



豊田支店職員



「1支店1協同活動」として、近年増えている家庭菜園やプランター栽培をしている方をお手伝いしようと、営農経済センターと協力して、野菜栽培講習会を実施しました。また、支店前の花壇は、本店やじまんの市のお客さまの目に留まるところ。じまんの

【豊田支店に聞きました】

組合員・利用者が必要とすることに対応できるよう、**総合事業（営農・販売・購買・信用・共済など）を展開し**、身近な金融機関として気軽に立ち寄っていただけの店舗をめざしています。相談ごとでは「何を植えた方がいいのか?」「相続や税金について聞きたい」などが多く、各税金セミナーや栽培講習会などを開催しています。

地域の人々との交流の場として、毎年秋にはJAまつりを行っています。また、支店や地域の話題を載せた「支店だより」も発行しています。

こんなことやっています!



JA静岡市の管内には、34の支店があります。
私たちがめざすのは、地域で暮らすあなたの『暮らしの総合相談窓口』。じゃあ「どんなことをやっているの?」お伝えします!

Welcome!

支店がめざすところって?

相談ごと、困りごと、わからないことがあった時に『とりあえず』JAに行こう!と思っただけの支店作りをめざしています。

生活面、営農面など、悩みは組合員・利用者それぞれ。JAでは専門の部門に引き継いで対応したり、できる限りのお手伝いをします。需要が高まっている相続や税務の相談機能も強くしていきたいと考えています。

また、地域の課題を解決する拠点をめざしています。組合員や地域の人々と一緒に、地域が抱えている問題を解決できるようなものを作り出したいという考えから、さまざまな「1支店1協同活動」に取り組んでいます。

支店内の様子



出荷組合や不動産センター、本店販売企画課とも協力して整備しています。「組合員だけでも職員だけでもなく、お互いに協力してみんなで盛り上げていけたら、と考えています」と秋山支店長が方針を話しました。

共済窓口◎影山成美
待合スペースの方にも話しかけに行くようにしています。話しやすい雰囲気を作れたらと思います。



購買スペース



季節感のあるディスプレイ

購買担当◎増田文吾

季節ごとに適切な品物を取り揃えています。また、営農センターが発行する「営農センターだより」も配置しています。

MA（渉外担当）◎小泉達也・栗田基史
とにかくお話しすること!そこから必要なことを把握して、組合員・利用者のお役に立てるような情報をお伝えしていきます。

JA支店においてよ!

JA静岡市のめざす姿のひとつに「暮らしの豊かさを組合員・地域住民に提供する」があります。これからも、利用するあなたのために、事務処理の正確さや丁寧な対応など基本的なことを忘れず「JAを使つてよかった」と気持ちよく帰っていただけるよう、頑張っていきます!

●我流茶席

静岡市茶振興協議会は、静岡茶PRの二環として、JRR静岡駅地下広場で自分で茶を淹れる「我流茶席」を行いました。あいにくの雨にもかかわらず、用意した700パック(5g入り)がなくなるほどの来場者でにぎわいました。市内に住むフラピエ・デニスさんは「日本茶が大好き、特に静岡茶は香りがあるので一番好き」と話しました。

(12月1日)

お茶の日PR



●ペットボトルで苺苗植え付け

薬科営農経済センターは、食育の取り組みとして、市立服織小でペットボトルを利用したイチゴの栽培講習会を開きました。社会科の「ものをつくる」授業の一環として行われ、同職員が講師となつて、ペットボトルにイチゴ専用培土の入れ方や苗の植え方などを指導しました。児童は教室の窓際に置いて、イチゴの実がつかのを楽しみに観察を続ける予定です。

(12月2日)

薬科営農経済センター



●青島ミカンの販売はじまる

静岡市生まれの青島ミカンは甘くてコクがある、おいしいミカンです。今年もシーズンを迎え、柑橘共選場に約10tの青島ミカンが持ち込まれました。最先端の光センサーで糖度・酸度・色・大きさにより選果し、じまん市などに出荷しました。今年は昨年に比べて量は少ないですが、気候にも恵まれ品質は上々です。

(12月16日)

甘味と酸味のハーモニー



●キウイ(ハイワード)初出荷

キウイ委員会は、長田集出荷場にハイワード(キウイ)約2.3tを持ち込み、県内および愛知、新潟、関東の各市場に初出荷しました。同委員会は、3月上旬までに約34tを出荷する予定です。ハイワードは果肉が鮮やかなグリーンで甘味と酸味のバランスがよいキウイです。5店舗のじま市で販売します。

(12月19日)

鮮やかなグリーンが特長



●JA共済自転車交通安全教室

JA共済が地域貢献の一環として、県立駿河総合高等学校で全校生徒約820人を対象に、交通安全教室を開きました。スタントマンが自転車事故を再現し、危険な運転をする自転車と乗用車が激しく衝突するのを間近に見た生徒たちは「交通ルールを守ることが命を守ることにだと実感した」と話し、交通安全への意識を高めました。

(11月21日)

スタントマンが事故を再現



地域のイベントや最新のニュース・ほっと♡する話題がいっぱい

HOT NEWS & TOPICS

ホットニュース&トピックス



●薬科グランドゴルフ大会

年金友の会薬科ブロックの会員約90人が参加して、葵区新聞の宮前グランドでグランドゴルフ大会を楽しみました。秋空のもと、日ごろの練習の腕前を競い合いました。結果は、優勝浅見裕康さん(服西)、2位村松忠さん(清沢)、3位谷津喜久雄さん(薬科)でした。

(11月21日)

楽しく競いあう



●新嘗祭

新嘗祭は、自然の恵みや私たち日本人にとって最も大切な稲を代表とする五穀の豊穡を神々に感謝する祭りで、古くより継承されてきた我が国の重要な儀式のひとつです。静岡浅間神社大拝殿では、「静岡浅間神社へ収穫感謝のまごころを捧げよう!」をテーマに、当JA青山吉和組合長をはじめ約50人が集い厳かに行われました。(11月23日)

収穫感謝のまごころを捧ぐ





三保の松葉を研究する

静岡農業高校 松葉研究班



私たちは、三保のクロマツの松葉が大量処分されているのを知り、普段学んでいることを活かしながらその松葉を利用した地域活性化ができないかと考え、成分や活用法などを実験・研究しています。「課題研究」授業の一環として始まり、先輩から引き継ぎながら今年で4年目を迎えました。現在は「松葉研究班」として、食品化学科と生活科学科の生徒10人（3年生4人、2年生4人、1年生2人）で放課後などに活動しています。

松葉に多く含まれる「ケルセチン」には、血管を強くする効果や抗酸化作用、生活習慣病予防などさまざまな効能があり、中でもアレルギー症状緩和効果に注目。松葉が食用に使われることを文献などで知り「どういう風に加工したら使えるのか」と試行錯誤した結果、昨年には清水区にあるパン屋「シュクール」と松葉粉末入りのパン「天女のめぐみ」を共同制作しました。ほかにも、同じように抗酸化作用を持つ茶と合わせた「松葉緑茶」や、足湯用の入浴剤を開発し、「ケルセチン」をモデルにしたマスコットキャラクターも作りました。今後の課題は、枯れ松葉の活用や、皮膚からの成分吸収の研究、商品のネット販売などです。

今、三保の松原は世界文化遺産に登録され、多くの観光客が訪れるようになりました。嬉しい反面、車の排気ガスの影響で美しい景観を保っている松林が危険にさらされているといいます。開発商品の売り上げの一部を寄付しながら、松の保全と地域活性にも協力していきます。

松葉粉末

松葉をパンや緑茶、入浴剤に！
地域活性化も目的に研究しています

松葉粉末を使った
パンと緑茶

これまでの集大成！

青壮年部・女性部・シズ*カレ アクティブレポート



柿で焼き肉のたれ作り 女性部蓼科支部



蓼科支部の女性部員12人が「柿の焼き肉のたれ作り」を行いました。女性部リーダー研修会に参加した部員が、情報交換会で柿がおいしいたれになると聞いたのがきっかけ。柿とみその風味が効いた濃厚なたれで、ミキサーで混ぜ合わせるだけという手軽さも好評でした。さっそく焼き肉で味わったほか、柿入り春巻きなども作りました。

【11月20日】

4年ぶりの優勝大河内AKBチーム バルーンバレー大会

女性部は、北部体育館でブロック別に11チームを編成して、毎年恒例のバルーンバレー大会を開催しました。各チーム総当たり制で行われ、勝負にこだわりながらも楽しい1日を過ごしました。結果は2位しづはたAチーム、3位玉川チームでした。

【11月26日】



小鹿保育園餅つき 青壮年部東豊田支部



青壮年部東豊田支部が、地域の人々とのつながりと管内の農産物を身近に感じてもらうために小鹿保育園で餅つきを行いました。園児たちは、部員たちの指導を受けながら餅をつくたびに「よいしょよいしょ」と声を掛けあいました。出来上がった餅は大福にして、おいしく食べました。

【12月11日】

今月のオトナ女子短大*シズ*カレ*〈第4回〉

料理と行事の関わりを学ぶ！

「おせち料理～料理と行事の関わり～」がテーマの4回目は22人が参加。キッチンスタジオ モグの本田淑美先生を講師に、手まり鮎やユリ根とエビの塩炒めなど6品を調理しました。5班に分かれて花レンコンなどに挑戦し、お互いに協力しながら仕上げました。盛り付けも工夫し、見た目にもおいしいおせちが出来上がり！

【12月11日】



税務署からのお知らせ

平成26年分の確定申告と
納税の期限

◎**所得税及び復興特別所得税・贈与税 は3月16日(月)まで!**
◎**個人事業者の消費税及び地方消費税は3月31日(火)まで!**

振替納付日 ◎所得税及び復興特別所得税は 4月20日(月)／消費税及び地方消費税は 4月23日(木)

確定申告書は国税庁ホームページで作成できます。

確定申告

検索

確定申告書

◎印刷して郵送すると大変便利です。

◎**e-Tax**を利用して

確定申告書データを送信すると...

1▶添付書類の提出を省略できます。

2▶還付金を早く受け取ることができます。

平成26年1月から、記帳・帳簿等の保存制度の対象者が拡大されました。

平成26年1月からは、事業所得、不動産所得又は山林所得を生ずべき業務を行う全ての方について、記帳と帳簿書類の保存が必要になりました。なお、この記帳と帳簿書類の保存制度につきましては、**所得税の申告が必要ない方**も対象となります。詳細は、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)をご覧ください。最寄りの税務署にお問い合わせください。



e-Taxを利用した申告は、美和・高松・大里・大谷の各支店において実施します。

貸農地・情報

場所	用途	ファン	面積
池田大段		有	605㎡
池田寺ノ久保坪	茶		2,719㎡
油山内田		無	2,363㎡

お問い合わせ先●営農課
TEL.054-288-8420

第16回丸子宿場まつり ～冬の陣～

特産物の販売などもあります。
ぜひお越しください!



宵祭

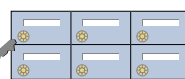
平成27年
2月21日(土)
19:00～21:00

本祭

平成27年
2月22日(日)
9:00～14:30

場所: 丸子街道(駿河区丸子6丁目～7丁目)
主催: 丸子まちづくり協議会

貸金庫のご案内



大里支店では、全自動貸金庫を設置しております。お預けいただけるものは、重要書類・有価証券類・貴重品などです。

◎貸金庫のサイズや使用料、ご利用時間など、詳細は取扱い窓口までお尋ねください。

お問合せ

JA静岡市 大里支店 TEL.054-285-9148

部農会活動

[下川原部農会]



部農会規約を制定
駿河区の下川原部農会は、昨年11月に規約制定総会を開き、部農会規約を制定しました。同部農会は、これまで慣習と申し合わせにより運営され、成文化された規約はありませんでした。
当JAの「平成24年度ふれあい座談会」の質疑応答集に、部農会が抱えている問題点として、規約、位置づけ、会員の減少があり、その対応策として活性化支援策が提示されました。同部農会でも同様の問題があることから、支援策を活用して部農会活動が理解され活性化されることに期待し規約が制定されました。



JA静岡市生活事業大感謝祭 開催のお知らせ



今年もJAを利用してくださるお客さまに感謝の気持ちを込めて、「生活事業大感謝祭」を開催いたします。
婦人服をはじめ、紳士服や呉服、テレビやメガネなど、各種生活用品が一堂に会します。お楽しみ抽選会も開催いたします。皆様のご来場をお待ちしております。

生活事業大感謝祭のお買い物にもポイントが付きます!

入会金・年会費無料(ポイント付JAカードを除く)の総合ポイント会員にご入会いただくと、もっとお得にお買い物ができます♪この機会にぜひご入会ください。

開催日時 平成27年1月30日(金)～2月1日(日)
10:00～19:00 ※1日のみ17:00まで

※現金で購入の場合、一部ポイントが付かないケースがあります。詳しい付与・還元基準およびその他詳細につきましては、各支店にお問い合わせください。

会場 JA静岡市本店 特設会場

お問合せ JA静岡市 購買推進課

TEL.054-288-8448

◎制度見直しを受け、茶の農業共済加入者増

茶の農業共済加入者が国の制度見直しを受け、条件付きで自園自製農家が加入できるようになりました。管内の新規加入者も116戸9,964㎡です。静岡市ではJAからの政策要請もあり、共済掛金の農家負担分の半額助成がされました。今年度の申し込みは、締め切られましたが来年度の加入をご検討ください。



長田路ウォークラリー(徳願寺山コース)開催



荒廃農地・有害鳥獣対策や、農地復元そば栽培・柑橘園・茶園・菜園他の農業状況や自然環境を見学しながら春の長田路を歩きます。

開催日時 平成27年3月28日(土) ※雨天決行
8:00～14:00 / 受付◎8:00 / 開会式◎8:30

お問合せ 長田営農経済センター
TEL.054-259-3233

集合・受付場所

JA静岡市長田支店 スタート◎8:40 / ゴール(最終受付)◎12:30

行程◎JA静岡市長田支店 → 丸子・宗小路 → 徳願寺 → 円山花木園前 → 土井平 → 白瀧不動尊 → 向敷地第2公園(朝市開催) → 向敷地市街 → JA静岡市長田支店

★スタンプラリーや史跡の紹介、紅茶・冷茶サービス、朝市も同時開催!

当日参加OK! ※事前申込不要



JA静岡市 総合ポイント制度

ワンクン貯めて♪ウキウキ使う♪

ポイントカードでにっこり♪

いつも“ポイントカード”をご利用いただきまして、誠にありがとうございます。

ポイント失効期限が到来します。

2010年4月1日～2011年3月31日に付与されたポイントは、2015年3月31日に失効期限が到来します。

重要

ポイントはじまん市で1ポイントよりご利用いただけます!!

じまん市でのお買い物の際、1ポイントを1円に換算し、1ポイントから、レジにて貯まっているポイントでお支払いいただけます。ぜひ!ポイントをじまん市でご利用ください。

失効ポイントの確認方法

①じまん市設置のKIOSK端末「ポイント残高のご案内」
②各支店窓口 ※じぶはたじまん市を除く

◎詳しい付与・還元基準およびその他詳細につきましては、各支店にお問い合わせください。またはJA静岡市ホームページでもご確認ください。





JA 静岡市の組合員さんを紹介していく楽しいリレー企画です。
次はあなたがバトンタッチされるかも?!



駿河区根古屋
川島正己さん
イチゴ・野菜

石垣イチゴを主に観光農園をやっています。後作には少々野菜を作ります。

私が次に紹介するのは ➡ 駿河区根古屋 川島正喜さん です。
川島さんへ一言◎「競馬の福神様が来ますように!!」

駿河区下川原
鷺巣忠芳さん
イチゴ・イチジク



我家ではイチゴとイチジクを作っています。今年は、いつもよりイチゴの収穫が早く始まり、これから半年間は休み無く忙しい日々が始まります。

私が次に紹介するのは ➡ 駿河区みずほ 河口靖史さん です。
河口さんへ一言◎「今年もイチゴの収穫が始まったね!ぼちぼちやろうや」



駿河区西平松
海野昌代さん
イチゴ・トマト 他

今、一番の楽しみは、孫と遊ぶ事です。特に内孫の茜(1歳7ヶ月)はイチゴが大好きです。去年、ハウスでトウモロコシを栽培しました。お客様にとっても評判が良かったので今年も頑張ります。

私が次に紹介するのは ➡ 駿河区大谷 細川理絵さん です。
細川さんへ一言◎「これからもよろしくネ」

葵区足久保
藤原吉郎さん
茶



足久保の地に戻り、茶作りに携わり早十年が経ちました。昨年、念願の茶工場を建てることができました。これからも先々を楽しみに、家族共々おいしいお茶作りに励みたいと思います。

私が次に紹介するのは ➡ 葵区俵峰 望月睦巳さん です。
望月さんへ一言◎「今年もお互い頑張りましょう」



OASIS 読者めーる

静岡伊勢丹地下の野菜売り場で「じまん市」の野菜を毎日販売しています。ぜひご利用ください!

〈駿河区/女性/66歳〉

じまん市は新鮮な商品が沢山あるので選ぶ楽しみがあります。伊勢丹にも出荷されているようなのでぜひ利用したいです。

ぜひ女性部へ!アクティブレポートに掲載されているように多彩な活動をしていますよ。

〈葵区/女性/63歳〉

「シスカレ」いいですね。若い人が食や農業のことを体験しているのがうらやましいです。60歳以上の人もJAに親しむ企画があれば参加したいです。

「産地賞」静岡のお茶が全国に認められて嬉しいです。農家の方の苦労の賜物ですね。これからもおいしいお茶をお願いします。〈駿河区/女性/66歳〉



Eメールでのおたよりはこちらまで koho@shizuoka.ja-shizuoka.or.jp

※携帯電話、スマートフォンからの投稿は、左のQRコードでアドレスを取得できます。

生活に役立つ情報

確定申告の留意点

今回は平成26年1月から適用される「白色申告の記帳・帳簿等の保存制度」と「青色申告制度」について説明します。

① 対象者

昨年までは300万円以下の方は対象外でしたが、平成26年からは事業所得、農業所得、不動産所得等の業務を行うすべての方が対象です。

② 記帳する内容

収入金額や必要経費に関する事項について、取引の日、相手方の名称、金額や日々の売り上げ、仕入れの合計金額等を帳簿に記載します。

③ 帳簿・書類の保存

収入金額や必要経費を記載した帳簿のほか、取引に伴って作成した帳簿や棚卸表、請求書、領収書などの書類を保存します。

●【青色申告制度】

青色申告は、日々の取引を所定の帳簿に記帳し、その帳簿に基づいて正しい申告をする制度で多くの特典があります。

なお、青色申告をするためには3月15日までに「所得税の青色申告承認申請書」を提出する必要があります。

特典① 青色申告特別控除

複式簿記での記帳の場合は65万円の特別控除、簡易な帳簿の場合は10万円の特別控除が受けられます。なお、不動産貸付の場合で65万円の特別控除を適用する場合、貸し付ける建物が5棟か10室以上が条件となります。

特典② 青色事業専従者給与の必要経費算入

「青色事業専従者給与に関する届出書」を提出し、支



払った給与の額が適正な額であれば全額が必要経費となります。

特典③ 純損失の繰越しと繰戻し

事業から生じた損失の金額を翌年以降3年間にわたって順次各年分の所得から差し引くか、前年分の所得に繰戻して、前年分の所得税の還付を受けることができます。

税理士
土屋 道雄



農産物
直売所
いんふお
SHIZUOKA
MARKET
INFORMATION

畑から食卓へ、旬が集う新鮮市場!

◎なかひらの里

静岡市葵区中平346-2
TEL.054-293-2235 ※OPEN時のみ
OPEN/土・日曜&祝日 8:30~15:00
※5月茶期の営業はありません。日程の詳細は、お問い合わせください。

取扱商品

地元の野菜、お茶、シイタケ(乾・生)、
みそ、わさび漬、梅干し、金山寺 など



わさび漬
&みそが
オススメです!

■ 私たちは、葵区中平にある「なかひらの里」で季節の野菜やみそ、わさび漬、シイタケなどを販売しています。オススメは生シイタケ、わさび漬、手作りみそ。静岡市のわさびは、さわやかな辛みとほのかな甘みがあるのが特

徴です。ほかにも、乾シイタケや梅干しなども取り扱っていますので、是非お立ち寄りください。

1 畑の準備

前作が終わったら早めに少量の石灰をまいて20cmくらいの深さに耕しておく

注意: そうか病が発生する畑では、石灰は施さないこと

2 元肥入れ

<畝の長さ1m当たり>
●堆肥 / 3握り
●化成肥料 / 大さじ4杯

元肥を入れ、7~8cm土を戻す

3 種イモの準備

先のほうの芽は優勢で大きい。縦に切って、いずれの片にも優勢な芽をつける

中くらいの大きさ(70g~80g)なら縦に2つ割りに

元に近い芽は小さく、伸びが遅いかまたは伸びてこない

大きい種イモなら1つが40~50gに割る
各辺に大きい芽がつくようにする

4 植えつけ

切断面を下向きに植える

✕ 切り口が水を受け、腐りやすくなる

黒色ポリフィルムをマルチすると、10日以上収穫を早めることができる

芽先がフィルムを持ち上げてきたら、指先で破って上に出す

ジャガイモの栽培カレンダー

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
植えつけ		●	●					●	●			
収穫						●					●	

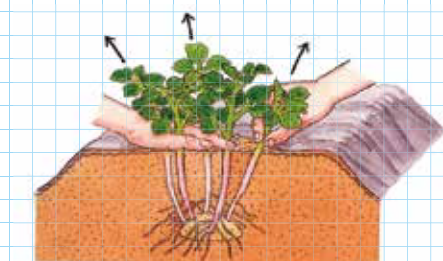
栽培のポイント

土壌のpHに注意して植え付けの準備をし、「そうか病」を予防しましょう。「疫病」はトマトにも伝染しますので早めの殺菌剤で防除しましょう。

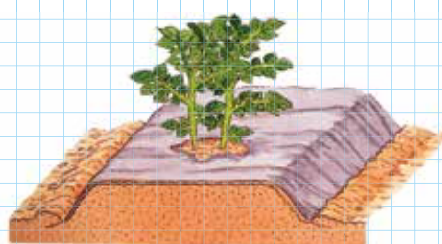
美和営農経済センター
小澤佑基

5 芽かき

1個の種イモからは多数の芽が出るので、8~10cmに伸びたころ、2本を残して他はかき取る



種イモをいっしょに引き抜かないよう左手で押さえ、芽を倒すようにして横に引き抜く



芽は2本残す

育てるを楽しむ。

家庭農園

ENJOY the HOME GARDEN

ジャガイモ

品種も食べ方も豊富な野菜。
ジャガイモのビタミンCは熱にも強い!



★食べ方・選び方

全体がふっくらしていてでこぼこが少なく、かたくて重いものを選びましょう。

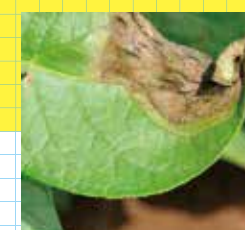
ジャガイモは、ビタミンをバランスよく含んでおり、ビタミンCやB₁、B₆が豊富です。特にジャガイモのビタミンCは加熱や長期間の保存による損失が少ないので、重要な供給源の一つです。芽にはソラニンという毒素が含まれているので、取り除いて調理しましょう。

「男爵」は火を加えるとホクホクするので「コロッケ向き」、「メークイン」は粘りがあり、煮崩れしにくいので、煮物やおでんに最適です。料理によつて使い分けましょう。

★病気害虫の防除

「そうか病」は、まず株元の葉に暗緑色の斑点ができ、広がると葉の裏側に灰白色のカビが発生します。進むとイモにも感染し、暗褐色になり固くなります。病気が激しいときは、数日で葉全体に広がり腐り、悪臭を放つようになります。発生しやすい、発病したら治りませんのでその株は抜いてください。

「疫病」も大敵です。初期症状は葉に湿った黒褐色の斑点が出ますので、早めに殺菌剤を散布しましょう。テントウムシダマシやヨトウムシは葉を食害しますので早いうちに防除しましょう。



疫病に感染した葉

★有効な農薬

「疫病」にはダコニール1000、コサイド3000などで予防的に使いましょう。「テントウムシダマシ」にはモスピラン顆粒水溶剤、「ヨトウムシ」にはバダンSG水溶剤などが有効です。

グッド
スマイル

今月のステキな笑顔を紹介します。



Good Smile

葵区松野 祖父 小田善均さん 祖母 仁美さん

ゆいと
若林由衣人くん(2歳)



★じいじ、あーちゃんは君の成長が楽しみだよ

ゆずは
秋山柚子葉ちゃん(3歳)

葵区東 祖父 秋山高英さん 祖母 統子さん
母 恵さん

オアシス
クイズ

クイズに答えてプレゼントをもらおう!



OASIS QUIZ

Q. JA静岡市女性部が毎年行っている「バルーンバレーボール大会」で、4年ぶりに優勝したチームはどこでしょう?

応募方法

Eメールか、官製ハガキにて答えを応募、正解者の中から抽選で5名様に図書カードを進呈します。



応募締切 平成27年2月5日(当日消印有効)

●携帯電話、スマートフォンで左のQRコードから宛先アドレスを読み取り、○クイズの答えと、郵便番号・住所・氏名・年齢・JA静岡市に対するご意見をメールの本文に打ってご送信ください。
※下記アドレスを直接入力して送信することもできます。

quiz@shizuoka.ja-shizuoka.or.jp

官製ハガキでの応募宛先

〒422-8506
静岡市駿河区曲金5-4-70
JA静岡市 広報課

○クイズの答えと、郵便番号・住所・氏名・年齢
JA静岡市に対するご意見をご記入ください。

12月号オアシスクイズの答え▶『産地賞』

健 や

か



いつも元気! Q&A

「インフルエンザ対策」

FILE>>26

A

重症化に注意!

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気で、毎年12月～3月に流行します。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等全身の症状が突然現れます。その他、のどの痛み、鼻汁、咳等の風邪症状もみられます。高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等重症になることがあり、注意が必要です。

今回は、インフルエンザ流行期での注意事項をお話いたします。

～ インフルエンザ予防対策 ～

●咳エチケット

インフルエンザの主な感染経路は、咳やくしゃみの際に口から発生される小さな水滴(飛沫)による飛沫感染です。飛沫を浴びないようにすればインフルエンザに感染する機会は大きく減少します。

①咳やくしゃみを他の人に向けて発しない、②咳やくしゃみが出るときはマスクをする、③手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗うこと、を心がけてください。

●外出後の手洗い等

流水・石鹸による手洗いは手指についたインフルエンザウイルスを除去するために有効な方法です。インフルエンザウイルスはアルコールによる消毒も有効であるため、アルコール製手指消毒剤による手洗いも効果があります。

●適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。特に乾燥しやすい室内では、適切な湿度(50～60%)を保つことも効果的です。

●十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

体の免疫力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を心がけましょう。

●人混みや繁華街への外出を控える

インフルエンザが流行してきたら、特に高齢者の方や基礎疾患のある方、疲労気味、睡眠不足の方などは、人混みや繁華街への外出を控えましょう。やむを得ず外出して人混みに入る可能性がある場合には、ある程度の飛沫等を防ぐことができる不織布(ふしょくふ)製マスクを着用することをお勧めします。



手洗いが
大切!



外出には
マスクを!



静岡厚生病院 感染管理認定看護師 佐藤綾乃