

オアシス

JA 静岡市
oasis magazine

オアシス 2015 9 Vol.176

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

女性部玉川支部 内野正子さん
発表大会東海・北陸大会で健闘!

人のつながり「縁側カフェ」



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

2015 9 Vol.176

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!

レンコンの蒲焼き風★お月見弁当

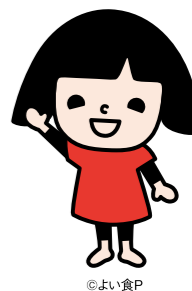
♪ うなぎの蒲焼き!? 実はレンコン



つくりかた

- ① レンコンは皮をむいてすりおろし、軽く水分をしぼる。
- ② ①に油をぎったシーチキン、★の材料を加えて混ぜ合わせる。水気が多いようなら小麦粉を足して調節する。
- ③ 8等分にしたのりに②を平らにのせ、こんがりとしつこく揚げる。

※ナイフで魚の骨のような筋を入れるとより蒲焼きに見えます!
※そのままでもおいしいですが、蒲焼のたれをぬってごはんのにせれば蒲焼丼に!



©よい食P

材料(4人分)

- ・レンコン … 300g
- ・シーチキン … 1缶(70g)
- ・砂糖 … 小さじ2
- ・塩 … 小さじ1/2
- ・小麦粉 … 大さじ3
- ・のり … 2枚
- ・揚げ油 … 適量

薬としても珍重された万能野菜

レンコン



レンコンはハスの地下茎が肥大した物で、古くから咳や止血、下痢などの薬として用いられていました。ビタミンCや食物繊維を多く含み、粘りのもとムチンはタンパク質や脂肪の消化を促進。鉄分の吸収を助けるビタミンB12、造血ビタミンと呼ばれるB6、ミネラル豊富な万能野菜です。家康公も好んで食べたといわれる麻機レンコンは、9月下旬から出荷が始まります。お楽しみに!

今月の表紙 2

しずおかVIEWS

登録有形文化財 鈴木家住宅建造物 & 北部販売センター



女性部玉川支部 内野正子さん
発表大会東海・北陸大会で健闘!



人のつながり「縁側カフェ」

特集

Hot NEWS&TOPICS

- ・す〜ちゃん3商品発売
- ・雨の日にあめ玉をプレゼント
- ・お盆に向けて盆飾りセット販売
- ・しづはたま市来客10万人達成
- ・税制改正セミナー開催
- ・静岡市手揉茶品評会
- ・てっぺん静岡茶プロジェクト



青壮年部・女性部アクティブレポート

- ・女性部加入推進にゴキブリ団子
- ・輪投げで親睦を深める
- ・急須でお茶を味わう
- 今月の*シズ・カレ*/浴衣の着付け

TRYぞ農業

「茶/葵区足久保奥組 佐藤 元さん」

JA SHIZUOKA INFORMATION しずおかinfo

JAだより「1支店1協同活動」

生活に役立つ情報/農産物直売所いんふお

組合員紹介リレー オアシスnoWA & 読者めーる

育てるを楽しむ。家庭農園
～葉ネギ～

健康情報 いつも元気!Q&A
「腰痛体操」

Good Smile/オアシスクイズ

おべんとうに野菜を 33「レンコン」

今月の表紙

閑蔵〜大日時で、親睦を深めながら月2・3回届けられるほのぼの弁当。「今回は何かな?」と森竹さん夫婦も毎回楽しみにしています。



◎井川ほのぼの弁当サービス会
葵区井川
森竹定吉さん(87歳)
美子さん(81歳)



静岡市葵区中ノ郷

登録有形文化財

鈴木家

住宅建造物



鈴木家は、江戸中期(記録としては享保2年以降)から中之郷(村)の名主を務め、建造物の多くは明治期以降に建築されたものです。ひときわ目を引くのは、大正後期に建てられたイギリス式化粧積みの煉瓦壁の蔵。復元前の東京駅と同じ窯元で焼かれた煉瓦といえます。

◎イベント開催情報などはFacebook「鈴木邸」で検索を!



最寄りの北部販売センター



人のつながり 「縁側カフェ」

発表する内野正子さん



JA静岡市女性部玉川支部の内野正さんは今年1月23日、静岡県女性部発表大会事例発表団体の部へ出場し、みごと最優秀賞を受賞。7月2日の東海北陸大会へ出場しました。各県の代表7人が発表し、内野さんは『人のつながり「縁側カフェ」』と題して発表。最優秀賞は逃したものの、大沢地区全戸が取り組み、2年で人口の3倍の人が訪れるまでに広がりを見せた、団結力と創意工夫が高く評価されました。

今回の特集では、内野さんたち女性部員が地域と一体となって始めた「縁側カフェ」について発表内容を中心にご紹介します。

【深い山と茶畑に 囲まれた大沢地区】

静岡駅から北へ車で1時間。深い山と茶畑に囲まれた戸数23の小さな集落が、私たちの住んでいる玉川地区大沢です。22戸が茶畑を持ち、その内13戸が自園自製の茶生産者。この地区は深い霧が多いため、薫り高く、深い味わいの山のお茶ができる本山茶の名産地です。

【村に活気を 取り戻したい!】

5〜6年前からお茶の価格低迷が続き、村全体に活気がなくなっていました。村を元気にしたいという思いからJA・県市・販売促進研究所・地元のお茶屋・女性部など大沢地区に関わる多くの機関が加わり、2012年6月「大沢振興会」というプロジェクトチームを結成。市の「地域茶業拠点支援事業」を活用できることになりましたが、何から始めていいのかわかりませんでした。そんな中、「農家の軒先でお茶をゆっくり飲んでもらう」「縁側カフェ」がいいのではないかと、いう案が出てきました。

【いよいよスタート!】

2013年6月、念願の「縁側カフェ」がスタートしました。

第1回目は、宣伝もうまくいき160人ものお客様が訪れてくれました。それぞれ自分たちの家のお茶とともにじまのお茶づけ、漬物や柏餅、おまんじゅうなどをお客様に振る舞いました。当日はテレビなどの取材もあり、放送された次の週は、どっと人が押し寄せました。普段は静かな大沢に人口の3倍もの人たちが訪れました。村のみんなが元気になったように感じられました。

【大沢のいいところを 再確認】

話し合いを重ねていくうちに、今までなんとも思っていなかったこと、当たり前だとしていたことが、文字にしてみると豊かな自然、軒先に干し柿がある風景、手作りの柏餅や田舎料理、そしておいしいお茶と縁側!人々のつながりや助け合いの精神「昔、当たり前にあったことが大沢には今でもある。そしてそれは素晴らしい財産なんだ」と気付いたのです。この大沢の魅力を知ってもらう「縁側カフェ」にしたいという思いが強くなりました。



大沢のいいところ

- ### 縁側カフェのルール
- ① 無理はしないこと
 - ② 開催日は第二、第四日曜日 10時~15時
 - ③ 自宅の縁側でやること
 - ④ お茶は自分たちのお茶を提供(セルフサービス)
 - ⑤ 席料は300円。サービスとしてお茶受けを出す
 - ⑥ 屋号をだし、開催中を示す旗をだすこと



案内看板 ちらし 縁側カフェマップ



JAにてPR タブレット講習会

加工所として申請・許可をもらい研究。「あの家では5品もでたよ」とか競争にならないように出す品数は統一しています。目的は「大沢のお茶を飲んでもらう」こと!あくまでも主役はお茶です。



「縁側カフェ」が始まって2年、この静かな村に多い日には300人以上の来客者があり、平均でも150〜200名の人たちが大沢を訪れてくれます。リピーターの方も多くいらっしゃいます。

人のつながり「縁側カフェ」



縁側

内野正子さんのカフェに行ってきました!



手作りのスタンプラリー

お孫さんがデザインしたお茶のパッケージ

『家の光』の取材に同行しながら大沢縁側カフェを訪ねました。駅から車で約1時間。大沢入り口でマップを受け取りさらに村中へ。車を道端に停めて坂を上り内野正子さんの縁側カフェに到着すると「暑かったでしょ〜」と正子さんが笑顔でお出迎え。まず自家製粉末煎茶のかき氷をいただき、一息ついたところで水出し煎茶ときなこ餅、しそジュースをお孫さんの弥玖(みく)ちゃんが運んでくれました。カフェを始めるようになって、普段離れて暮らすお子さんやお孫さんが、週末に手伝いに来てくれるお宅が増えたそうです。話を伺っているうちに、バスで来たという県立大学の学生さんの団体が11人分をセットして縁側から外のテーブルへ手渡しで大忙し。記念写真を撮って、私たちは次のカフェへ。

屋号「やまいち」さんはポスターのおばあちゃん

がいるカフェ。築200年を超えるというお宅の縁側はさすがの貫禄がありました。土間も広く、涼しい風が通り何とも居心地のいい空間でした。

他にも氷出し煎茶、ぐり茶、昔から栽培されている在来茶、自家製ミントティーを出すカフェもあり、お茶うけにはトウモロコシ、よもぎ餅、漬物、お茶ゼリー、手作りアイスがのった煎茶パフェなどなど… バラエティーに富み、とても1日では飲みつくせない、食べきれない、回りきれない! 満足感でいっぱいでした。そして何より、縁側でおもてなししてくださった大沢の方たちの笑顔とおしゃべりが心地よくつついのんびりしてしまい、気がつけば滞在時間4時間。スタンプラリーの残りは次回に埋めるぞ!

「大沢縁側カフェ」の記事は『家の光』10月号に掲載されますので、ぜひお楽しみに!

「おおさわ縁側カフェ」ホームページ <http://www.tsunagari-osawa.com/> もご覧ください。

【問題点は みんなで解決】

大勢の人が来てくれる縁側カフェも、いろいろな問題点がでてきました。

「地図の上の方のカフェにお客様が偏りがち…」

↓スタンプラリー付きのマップを入口で配布。8軒のカフェを回ると大沢のお茶をプレゼント!同じシールはNG。でも期限がないので「何度でも大沢に来て」というメッセージも込めました。

「うちのお茶いかがですか?」の声がなかなか出ない

↓売込みは不慣れな私たち。孫が書いた「イラスト」をラベルに使ったり、お客様の反応を見ながらさりげなくお茶を売り込むことに奮闘中!

「飽きないお茶うけに」

↓きなこともちや漬物、煎茶パフェやピザなどカフェごとのメニュー情報をタブレットで共有し、かぶらないように工夫しています。新商品もみんなで考案中!



問題が起きるとその都度、話し合い解決してきました。これからも、縦横の連携をうまくして乗り越えていきたいと思えます。



大沢地区全景

【カフェへの思い】

大沢のお茶を飲んでもらうことが大前提だったので、「おいしい」の一言がうれしい。訪れたお客さまといろいろな話をするだけで、自然と笑みがこぼれます。「縁側カフェ」をきっかけに多くの人たちとの出会い、交流の場ができ、大沢を見直すきっかけを与えてもらいました。そして「大沢ついでいいじゃん、大沢がすき」と気づかされました。

ホームページのアドレス「つながり大沢」のように、仲間とのつながりで前に進むことができ、前に進むと周りの人たちが助けてくれる、応援してくれる、協力してくれるそんな気がしています。

まずは「自分たちが楽しむこと!」大沢のみならず、大沢のみんなと絡みますが明るく、元気に、笑顔でいつでも暖かく迎えられる場所をめざして進んでいきたいと思っています。

※文章は発表原稿をもとに集約・略した部分があります。



●しづはたじまん市来客10万人達成

感謝をこめたイベント開催

しづはたじまん市は、2013年12月14日にオープン以来、おかげさまで10万人を達成しました。記念イベントとして、お買い上げの方全員にヨーグルトやところてんなどを振る舞い、多くの人で賑わいました。「宙に浮く地震体験車」も併設されました。

(7月11日)



●す〜ちゃん3商品発売

スルガエレガントを
召し上がれ！

柑橘委員会としまん市が共同開発、静岡デザイン専門学校が生徒がキャラクターとラベルを作成したスルガエレガント3商品が完成しました。果汁100%で無添加の「ストリートジュース」、香りが爽やかな「マーメイド」、果汁とマーメイドを使った食感が楽しい「ぷつぷせりー」は、じまん市や静岡伊勢丹で販売中です。妖精「す〜ちゃん」も探してみてください！(2015年6月)



●税制改正セミナー開催

理解を深めるために

当JA開発部は、税制改正セミナーを昭府町支店で開きました。同セミナーは税理士吉川和章氏を講師に招き、しづはたブロック管内の組合員15名が参加し相続税などの15年度改正ポイントと影響を解説しました。これから薬科、東部、南部、長田各ブロックでも行なわれます。

(7月21日)



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



●静岡市手揉茶品評会

森内吉男さん(内牧)が
優等に輝く！

平成27年度静岡市茶手揉茶品評会が行われました。会員の手揉茶31点が出品され、審査員が形状・色沢・水色・香氣・滋味の順で審査しました。他の結果は次の通りです。
1等2席◎近藤直美さん(城東町)、1等3席◎海野昭平さん(内牧)、2等4席◎佐藤誠洋さん(内匠)、2等5席◎望月美利さん(昭府)、2等6席◎山田英貴さん(曲金)

(7月23日)



●雨の日にあめ玉をプレゼント

日頃のご利用に感謝

「組合員・利用者満足、マンナ向上」運動の環として、当JAでは、全事業所で雨の日に来店されたお客さまに「ふうふう」のオリジナルパッケージのあめ玉プレゼントを始めました。3か年計画に沿って、平成28年度末まで行う予定。これからは「JAでこんなことができたなら組合員や利用者ももっと喜ぶのにな」ということを実践していきます。

(2015年6月)



●てっぺん静岡茶プロジェクト

富士山頂でおもてなし

静岡市茶振興協議会は「てっぺん静岡茶プロジェクト」を行いました。同行は久須志神社にて富士山プレミアム茶の奉納・お祝いをし、登山者に「煎パックの配布と呈茶サービスを行いました。参加したJA職員は「同じ時期に実施しているの、去年も飲みましたという人もおり、イベントが浸透していることを実感しました」と話しました。

(7月25日)



●お盆に向けて盆飾りセット販売

じまん市などへ出荷

薬料補完作物実践部会は、お盆に向けた盆飾りセットを出荷しました。部会員6人がホオズキを栽培しており、それに栗や柿、トウモロコシや粟などを持ち寄りセットしました。生花店や地元直売所、じまん市などへ出荷。部会長の望月道子さんは「今年のホオズキは色づきがよい。日照不足で他の作物の生育が遅れ、調達が苦労したが間に合っただけよかった」と話しました。

(7月9日)





社会経験を積むため25才まで会社勤めをした後、家に入りました。茶業を継いで15年が経ち、2.3haの茶園を管理しています。現在は、足久保ティーワークスの役員として、主に商品開発、イベント企画を行っています。5月5日に「満月の八十八席」と名付けた茶会も企画し、大勢の方々にぎわいました。あいにくお月様は出ませんでした…

標高400mの高山の茶園で摘んだお茶を山が(山間地)のお茶「牛ヶ峰」のネーミングで企画し、5月に新発売しました。

今年は、年取が2〜3割以上減少ですが、お茶に対する熱は冷めていません。将来は海外にも進出し、静岡茶発祥の茶でもある「足久保茶」をアピールしていきたい。そのために日本茶インストラクターの資格取得のため勉強中です。また毎年10aづつ、改植も行っています。

最後に趣味ですが、何と言っても太鼓を叩くことで、「足久保太鼓」のメンバーになり10年以上。リーダー的存在です(笑)



今月は茶の商品開発・イベント企画に挑戦する

はじめ
葵区足久保奥組 佐藤 元さん(40)



趣味の「足久保太鼓」を勇壮に叩く佐藤さん



足久保茶のおいしさをもっと知ってもらいたい! 作業にも熱が入ります



店頭立って、お客さまと接することもニーズやトレンドを知る大事な仕事



茶業を継いで15年、太鼓を叩いて10年、これからも足久保でがんばります!



女性部加入推進にゴキブリ団子 女性部城北支部



瀬名・平山地区の女性部は、西奈支店で開かれる軽トラック市で女性部加入をすすめる「仲間づくり運動」を行いました。手作りのゴキブリ団子とリーフレットを130セット用意し、活動をPR。さっそくリーフレットの説明を聞く女性の姿も見られ、鈴木和恵女性部長は「一人でも女性部に加入してくれたらうれしい」と話しました。

【6月27日】

輪投げで親睦深める 女性部美和支部・長田ブロック

美和支部と長田ブロックの女性部が「輪投げ大会」を開き、それぞれ50人が参加しました。美和支部では、美和支店新築オープンのお披露目を兼ねて開催。5人が1チームになり1人9個の輪を投げ、2ゲーム・5人の合計得点で競いました。輪がピンに入るたびに歓声が上ったり、笑いが起きたりと楽しく親睦を深めました。

【7月24日】



急須でお茶を味わう 女性部ソレイユくらぶ



今年もソレイユくらぶが始まり、初回は15組34人の親子が参加しました。開講式のあと、お茶菓子としてどら焼きを協力しながら調理。急須や湯冷ましを前に、鈴木常務からお茶の効果などをきくと、茶葉の量などに気を配りながらお茶をいれました。1煎目と2煎目の味の違いを実感し、おいしいお茶の淹れ方を学びました。

【7月25日】

今月のオトナ女子短大 *シズ*カレ* <第10回>

浴衣の着付け

花火大会や夏祭りシーズンを前に、浴衣の着付け講座を行い、12人が参加しました。講師は女性部長田支部の佐野さんと増井さん。説明を聞きながらなんとか着ると「それじゃあ脱いで!一度着ただけじゃ着られるようにはなりませんよ!」と反復練習を行い、きれいに着付けられるようになりました。

【7月9日】



電気柵の安全点検をしましょう

このほど県内で鳥獣被害対策の電気柵の漏電による死傷事故が発生しました。電気柵を設置する場合は感電防止のための設置方法が定められていますが、今回の事故ではその基本的な不備が指摘されています。二度とこのような事故が起きないように、電気柵設備の点検をお願いします。

電気柵設置上の注意



感電注意
かんでんちゅうい!

1. 電源装置・漏電遮断機の設置 (家庭用コンセント等30V以上の電源を使用する場合)

(1) PSEマーク(右図)のついた電源装置を使用してください。
※アダプター(変圧器)を使用している場合は、アダプターにPSEマークがあれば不要です。コンセント等から電気柵に直接接続すると、感電や火災などの危険がありますので、人体に影響のない程度に電流を弱める電源装置を必ず使用する必要があります。
(2) 人が立ち入る可能性があるような場所では、漏電遮断器(ブレーカー)を設置してください。漏電遮断機は15mA以上の漏電が起こったときに、0.1秒以内に電気を遮断する機器です。

2. 危険表示の掲示

電気柵を設置した場合は必ず、人が見やすいように、適当な位置や間隔で危険表示をしてください。例:「あぶない!」「きけん!」「感電注意(かんでんちゅうい)」などのプレートを表示します。子供にも読めるよう、ひらがなやふりがなをつけ表示します。

3. スイッチの設置

電気柵の通電スイッチは、必ずわかりやすい場所に設置してください。



PSEマーク



特定電気用品



特定電気用品以外の電気用品

1支店1協同活動



こども園で紙芝居を披露 【梅ヶ島支店】

梅ヶ島支店は7月4日、梅ヶ島こども園納涼大会でポップコーンや金魚すくい、ラムネつかみ取りなどを出店して子供たちの人気を集めました。また、家の光協会の「食と農に関する紙芝居コンクール」の中から「人間になりすました子ざる」他、2つの作品を選んで職員が披露しました。子ざるががんばってお米をすすめから守ったところがよかったなどの感想が聞かれました。紙芝居は披露後、子ども園に寄付しました。

梅ヶ島支店は7月4日、梅ヶ島こども園納涼大会でポップコーンや金魚すくい、ラムネつかみ取りなどを出店して子供たちの人気を集めました。また、家の光協会の「食と農に関する紙芝居コンクール」の中から「人間になりすました子ざる」他、2つの作品を選んで職員が披露しました。子ざるががんばってお米をすすめから守ったところがよかったなどの感想が聞かれました。紙芝居は披露後、子ども園に寄付しました。



浴衣姿でおもてなし 【昭府町支店】

昭府町支店は7月7日の七夕の日に合わせ、1支店1協同活動の一環として浴衣姿で来店者をお出迎えしました。浴衣を着た7人の職員は、来店者にジュースと支店で育てたジャガイモの素揚げを味わってもらいながら窓口などの業務を行いました。店内には、私立てくま保育園児の手作り七夕が飾られました。

昭府町支店は7月7日の七夕の日に合わせ、1支店1協同活動の一環として浴衣姿で来店者をお出迎えしました。浴衣を着た7人の職員は、来店者にジュースと支店で育てたジャガイモの素揚げを味わってもらいながら窓口などの業務を行いました。店内には、私立てくま保育園児の手作り七夕が飾られました。



遺言信託業務のご案内

～次世代への継承のために～

財産に関する遺言書を作成する方が毎年増えています。「農業後継者など跡取りの方に多く相続させたい方」や「相続争いを未然に防ぎ、円滑に遺産分割を済ませたい方」などには遺言がお役に立ちます。

先祖から受け継いだ大切な財産、お客さまが一生かけて築き上げてきた財産を次の世代に引き継がせたいとお考えの皆さまのお役に立てよう、相続一般に関することや、財産に関する遺言書作成のご相談を農中信託銀行と遺言信託代理店であるJA静岡市が承っております。興味のある方はぜひ一度ご相談下さい。

お問い合わせ先: 各支店または本店金融業務課 ☎ 054-288-8421



開発部より秋のキャンペーンのお知らせ



キャンペーン期間: 平成27年9月1日～10月31日まで

開催中

「お部屋探しはJA静岡市で」

キャンペーン期間中にJAに直接申込をしていただき、ご成約された方を対象にじまん市の「新米5kg」または「野菜の詰め合わせ」どちらかご希望のものをプレゼントいたします。また、「フリーレント物件(翌月賃料をサービスできる物件)」も多数ご用意しておりますので、お部屋探しの方がいらっしゃいましたら、ぜひこの機会にお問い合わせ下さい。ご連絡は、ご希望のエリアに合わせて下記の開発担当者までお願いします。

※イメージ写真です

南部エリア●不動産センター TEL.054-288-8427 北部エリア●昭府町支店 TEL.054-271-2073
西部エリア●長田支店 TEL.054-259-3221 東部エリア●あさはた支店 TEL.054-245-7211

長田ウォークラリー

丸子路コースを歩こう!

♪ 様々なイベントを開催 ♪ 農地復元「そばの種まき体験」朝市で新鮮な野菜を販売・冷茶他サービス・スタンプラリーゴールすると...農産物・味噌汁をプレゼント!(数量限定)

当日参加OK! ※事前申込不要

開催日時 平成27年10月10日(土) ※雨天決行

JA静岡市丸子支店 受付◎8:00～/開会式◎8:30

コース 約10km スタート◎8:40 JA静岡市丸子支店 → 丁子屋 → 二軒屋 → 赤目ヶ谷 → 逆川 → 宇津ノ谷トンネル → 大釜 → ゴール◎丸ヶ谷(稲荷神社前) <所要時間: 約3時間>

お問合せ 長田営農経済センター TEL.054-259-3233

第7回丸子泉ヶ谷里山芸術祭

農家やお寺など600mの道沿いの民家7会場で、木版画や陶芸、漆家具などの芸術作品が展示されています。

日時 平成27年10月8日(木)～12日(日) 10:00～16:00

会場 静岡市駿河区丸子泉ヶ谷駿府匠宿から出飲昌院までの街道沿い

お問い合わせ ●丸子泉ヶ谷里山芸術祭実行委員会 TEL.090-6395-9884(事務局)

※全会場入場無料 ※駐車場がないため、公共機関を利用してご来場下さい。



貸農地情報

場所	用途	面積
国吉田	茶	287㎡
門屋		479㎡
富厚里		794㎡
富厚里向原		684㎡

お問い合わせ先 ● 営農課 TEL.054-288-8420

組合員への情報窓口設置について

当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、農協法および農協法施行規則に基づき「理事の職務の遂行に関する情報の受付」を行いますので、お気づきの点がございましたら下記宛にご連絡下さいませよう願いたします。

● 連絡先

〒422-8506 静岡市駿河区曲金5丁目4番70号 JA静岡市 常勤監事/望月 明 宛

※情報提供は、必ず住所氏名を明記のうえ、封書でお願いします。※ご好意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承下さい。※当組合の業務に関する一般的な苦情については、別途窓口を設置しておりますので、そちらをご利用ください。

JA静岡市メルマガ 会員募集中!

じまん市や各事業のキャンペーンなどお得な情報が届きます。 jashizuoka@jdmw.jp へ空メールを送信! ▶ 登録は無料です。

◎ モバイルサイトからも登録できます http://k-sal.jp/jashizuoka/ ▶





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?!



駿河区安居
才茂幸司さん
イチゴ

イチゴを栽培して10数年になります。納得するものが作りたくて日々勉強しています。仕事の間には海に出て、趣味の釣りでリフレッシュしています。仕事をとるか釣りをとるか、それが問題だ。

私が次に紹介するのは ➡ 駿河区安居 川島一倫さん です。
川島さんへ一言◎「今年もありがとうございました」



葵区新聞
野崎和子さん
シキミ・サカキ・シバ

お茶一筋でしたが、20年前より徐々にシキミ・サカキにし、今では全部転換しました。最近はお菊も少し作りじまん市へお世話になっています。

私が次に紹介するのは ➡ 葵区諸子沢 小林ひな枝さん です。
小林さんへ一言◎「ブロック長さん忙しいけどたのむね!」



駿河区向敷地
坂口訓子さん
コマ・野菜

季節に合わせた野菜を作り、孫たちと楽しく収穫しています。庭先で無人販売も行い、人とのふれあいも大切にしています。

私が次に紹介するのは ➡ 駿河区小坂 増井祐里子さん です。
増井さんへ一言◎「女性部活動楽しく頑張らしましょう!」



葵区俵峰
望月庄司さん
茶

標高500m前後の地形でお茶を栽培しています。運場所地帯に入りますので価格の下落というハンデに悩みながら美味しいお茶づくりに奮闘しています。

私が次に紹介するのは ➡ 葵区内牧 海野光祥さん です。
海野さんへ一言◎「お茶で頑張ってください!!」



OASIS 読者めーる

- 表紙の写真を見て、今年も桃の季節がきましたね。早く出回るのでいつも楽しみにしています。とても甘く美味しかったです。作っていらつしやる方々のご苦労と手間を思い、よく味わっていただきました。〈駿河区/女性/67歳〉
- 子どもが食べたくなるような苦くないピーマンとつても良いですね。〈葵区/女性/65歳〉
- 初めてスマホで応募してみました。オアシスには知り合いの人も出ていて嬉しく拝見しています。〈葵区/女性/61歳〉
- スマホからの応募ありがとうございます。ネットの時代の今、クイズの応募だけでなく、イベントの参加申込などもパソコン・スマホに対応できるようにしていきます。

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

農地の税金対策について

3 猶予税額が確定する場合

1 納税猶予制度について

今年号と来月号の2回にわたり、農地に関する税金対策について説明します。今回は相続税の特例の「納税猶予」についてです。

2 納税を猶予する期間

【免除が確定するとき】
① 市街化区域の農地の場合は相続税申告期限から20年間の農業相続人が死亡した時の早い方
② 調整区域の場合は農業相続人が死亡するまで

3 猶予税額が確定する場合

① 特例農地の売却、② 農地以外に転用した場合、③ 農業の廃止、④ 毎3年目ごとに継続届出書を提出しなかった場合は、猶予されている税額が確定し、利子税とともに納税する必要があります。
なお、①②の確定事由があった場合には、特例農地の面積の20%以下であればその部分は猶予税額の全額を納付する必要があります。

★例外として
土地収用法での売却の場合は20%のカウントから除外され、売却した特例農地に対する納税猶予税額のみ納税します。
特例農地を売却し、他の農地を購入したときは事前に税務署に承認を受ける必要がありますが、代替農地の買換えの特例があります。



税理士
土屋 道雄

今回は「生産緑地」について説明します。



畑から食卓へ、旬が集う新鮮市場!

旬の野菜もいろいろあります!

◎ アルプスの里

葵区井川2765-1 TEL.054-260-2573
OPEN/10:00~15:00
月曜定休日・年末年始休業

取扱商品
ソバ、柏餅、味噌、大根葉入りこんにやく
お茶、シイタケ、梅干しなど

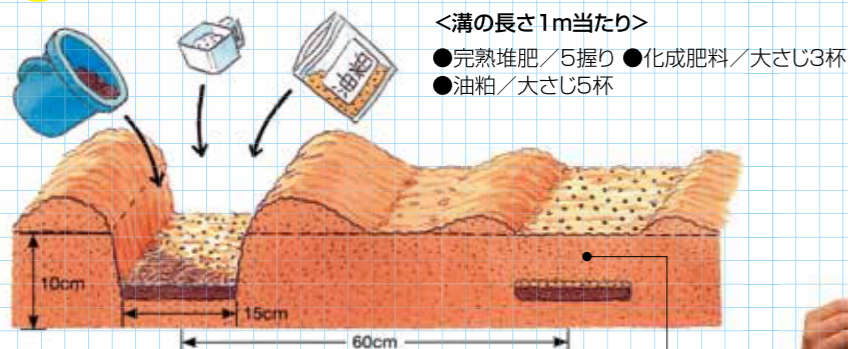


■ おすすめは、25年余の伝統の味、じまんの「天ぶらそば」です。井川で採れた時期の野菜を使った8種類の天ぶらは絶品!地元で育った在来のフキ、ラッキョウ、梅干しなど

の加工で故郷の味を守っています。井川のトウモロコシを使ったとうもろこしプリン、9月下旬まで販売していますので、ぜひご賞味ください!

南部営農経済センター
山森好登

1 苗づくり



<溝の長さ1m当たり>

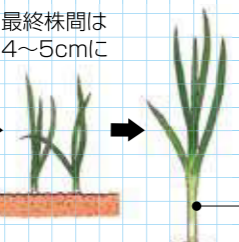
- 完熟堆肥/5握り ●化成肥料/大さじ3杯
- 油粕/大さじ5杯

15~20日おきに少量の化学肥料を追肥する

溝の底面をていねいにならし、全面に1cm間隔くらいに種をばらまいて5~6mmくらい覆土する



葉がくっつき合わないよう適宜間引く



できあがった苗 種まき後40日~60日、草丈20~30cmが目安

栽培のポイント

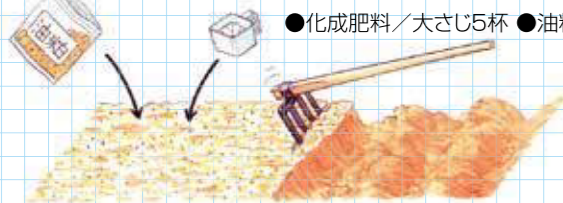
葉ネギは、肥よくて通気性・排水性の良好な畑がよいです。土は石灰などでpH6.5くらいに調整しましょう。パイプハウスを利用すれば周年栽培が可能です。

2 元肥入れ

肥料を全面にばらまき、15~20cmの深さに耕す

<1m当たり>

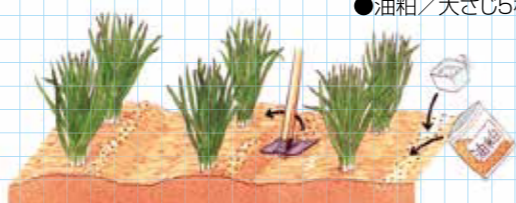
- 化成肥料/大さじ5杯 ●油粕/大さじ5杯



4 追肥・土寄せ

<列の長さ1m当たり>

- 化成肥料/大さじ3杯
- 油粕/大さじ5杯

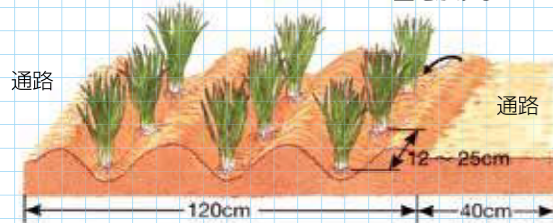


1か月ごとに3回くらい列の中間に肥料をばらまき、土と混ぜたら軽く株元に寄せる

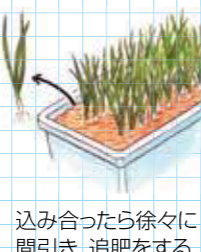
3 植えつけ

1か所に5~7本まとめて植える

株元へ2cmくらい土をかける



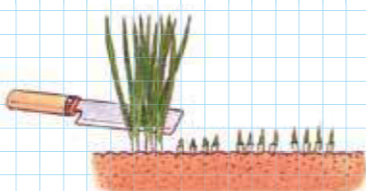
◎プランター栽培



込み合ったら徐々に間引き、追肥をする

5 収穫

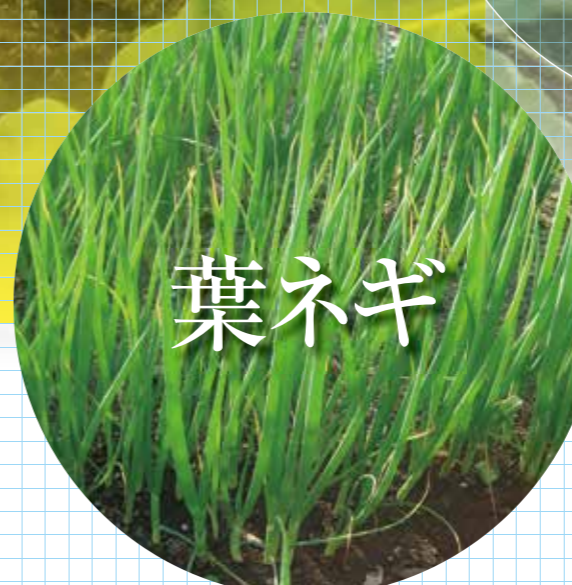
刈り取ればふたたび若い芽が伸び、2~3回とれる



家庭農園

育てるを楽しむ。

ENJOY the HOME GARDEN



葉ネギ

生で、煮たり、焼いたり
食べ方いろいろ、
育てやすさが魅力の野菜。



★保存
乾燥に弱いので、根の部分を湿らせたペーパーで包み、湿らせた新聞紙に包んでポリ袋に入れてから野菜室で保存を。冷凍する場合は小口切りにしてタッパーへ入れ、1時間ほど置いた後、一度シャカシャカ振っておくと固まりにくくなります。

★栄養
長ネギは淡色野菜、葉ネギは緑黄色野菜に分類されま。葉ネギにはカロテンやビタミンCが多く含まれ、免疫力を高めて風邪の予防や肌を若々しく保つ作用があります。

薬味に欠かせない代表野菜のネギ類は、長ネギ(根深ネギ)とワケギ葉ネギに大別されます。今回は栽培が簡単な葉ネギをご紹介します。土寄せを繰り返して葉鞘部を白く長くする根深ネギと違い、ほとんど土寄せが必要ないのでプランター栽培にも向き、収穫時に根を残して刈り取れば2~3回収穫できるのも魅力です。



さび病が現れた葉

- 有効な農薬
- ◎アトマイヤー粒剤
 - ◎デアナSC
 - アザミウマ類
 - ◎フレバソフロアブル5
 - シロイチモジヨトウ
 - ◎アフェットフロアブル
 - さび病、白絹病

★病害虫防除
害虫では、アザミウマ類、ヨトウ類が発生しやすいので早めの防除を心がけましょう。さび病は、窒素質肥料の過用により助長されるので、肥培管理も注意しましょう。

葉ネギの栽培カレンダー

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

※この他にも「春まき栽培」「初夏まき栽培」があります。

グッド
スマイル

今月のステキな笑顔を紹介します。



Good Smile

毎日大成長! パワフル兄弟!



志村旬弥くん(左:もうすぐ1歳) 勇芽くん(右:3歳)

葵区梅ヶ島 祖父 志村秀範さん 祖母 有子さん
父 吉紀さん 母 郁美さん

葵区沓谷 祖母 井上益巳さん

佐藤和空くん(左:5歳) 颯人くん(右:13歳)
杜羽くん(中央:6歳)



とても仲良しで、よく遊んでいます★
3人とも空手に夢中で、生き物も大好き!
カスト虫やカメを飼っています。

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

毎年開かれる女性部発表大会。今年は静岡県大会事例発表(団体の部)で、玉川支部の内野正子さんが最優秀賞を受賞、東海北陸大会へ進みました。発表の題材となった『人とのつながり』をテーマに、地域一体となつてすすめている取り組みはなんでしょうか?
ヒント:「○○カフェ」

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名様に記念品を進呈します。



応募締切 平成27年9月14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。

7月号オアシスクイズの答え▶こどもピーマン

花 健 ち

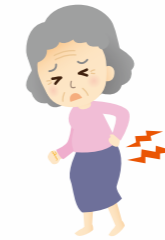
いつも元気! Q&A



「腰痛体操」

FILE>>33

最近腰痛に悩んでいます。日常生活で気をつけることや簡単にできる体操など改善する方法はありますか?



体を動かして健康でいよう!

腰痛は全人口の70~85%が一生のうち一度は経験し、再発率も60%と半数以上が繰り返す傾向にあると言われています。厚生労働省が行う国民生活基礎調査でも、腰痛は有訴者率男性1位、女性2位となっており、通院者率も高血圧や糖尿病などの生活習慣病と言われるものに並び男女とも5位以内に入る多い症状です。したがって、腰痛を予防するためには日頃からの身体のケアと日常での心掛けが大切です。そこで今回は、腰痛予防に欠かせない座っている姿勢のチェックと簡単にできるセルフケアについてお話しします。

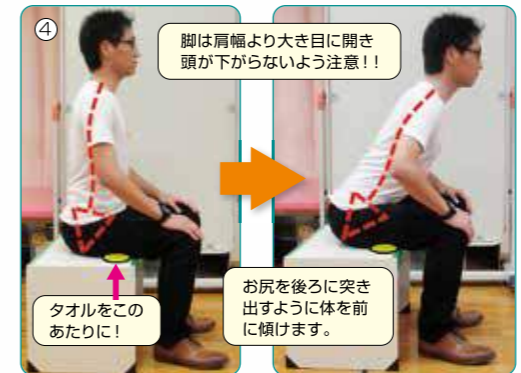
座っている姿勢のチェック方法



腰痛の原因を姿勢でチェック

写真に示すように、背中が曲がっていても腰を反らしても(写真①②)どちらも腰の筋肉に強い負荷がかかってしまいます。この二つの特徴は常にお尻の後ろの方に体重がかかっていることが問題になります。そのことで骨盤が後ろに倒れてしまい体を支えるために腰の筋肉などが強い負荷にさらされます。腰痛を予防するためには、骨盤を前に傾けてお尻の前の方で体を支えるように座ってみましょう(写真③)。ご自身でできるチェック方法として、タオルを薄く折りたたみお尻の下に入れてください(写真③)。タオルを入れることでこのあたりに体重がかかっているかわかりやすくなり、タオルの位置に体重を乗せるように骨盤を前に傾けて座ってみてください。

骨盤の前傾運動



腰痛予防のためのセルフケア

座ったまま簡単にできるセルフケアの方法として、骨盤の前傾運動があります(写真④)。先ほど同様お尻にタオルを入れると動作がわかりやすいでしょう。脚は肩幅より大きめに開き、視線は下げず頭が下がらないよう注意してください。そのまま体を前に傾けお尻の前方(タオルの位置)からかかとに体重を乗せるようにして下さい。体を前傾し20秒保持で5回を目安に行います。これによりお尻の筋肉強化、股関節の柔軟性改善、腰でなく腹部の筋肉で体を支えることを促します。日頃から腰に不安がある方はもちろん、ちょっと今日は腰の調子が悪いなどと感じるときや重いものを持つ作業前などでも行うと良いと思います。

★腰痛は毎日の生活習慣による影響と考え、日頃からの身体のメンテナンスを心掛け腰痛を予防しましょう。



JA静岡厚生連 静岡厚生病院
理学療法士
川角謙一

引用・参考文献: 日本整形外科学会日本腰痛学会監修「腰痛診療ガイドライン」南江堂, 2012/厚生労働省「国民生活基礎調査」2013