

# オアシス

JA 静岡市  
oasis magazine

オアシス

2016 6 Vol.185

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. 054-298-8441 (直通) ●編集：企画部広報課

JA静岡市

検索

特集

## 所得向上にむけて、 何作る？

営農指導員課題発表会



2016 6 Vol.185



## 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。



キュウリに見えるズッキーニ。実はカボチャの仲間だよ♡

野菜がおいしい季節ですよ!



©よい食P

### 材料(2人分)

- ・ズッキーニ……………1本
- ・豚ひき肉……………50g
- 粉チーズ……………小さじ1
- ★水……………大さじ1
- 塩、こしょう……………少々
- ・フライ用的小麦粉、卵、パン粉、揚げ油…適量

### つくりかた

- ① ズッキーニは厚さ5mmの輪切りにする。
- ② 豚ひき肉に★の材料を入れてよく混ぜ、ズッキーニにはさんでフライ用の衣をつける。
- ③ 180℃の揚げ油できつね色になるまで揚げる。

ズッキーニのはさみ揚げ  
かたつむり弁当

### 色や形もいろいろ★夏野菜のレギュラーメンバー!

## ズッキーニ



ズッキーニは外見がキュウリと似ていますが、実はカボチャの一種です。普通のカボチャとは違い、実が完全に熟すのを待たず若いうちに収穫します。ビタミンCやカリウム、β-カロテンを多く含み、食物繊維も豊富。他の夏野菜と一緒に煮込むラタトゥイユなどもオススメです。じまん市には緑色の他、黄色や丸い形、円盤型のものが売っていることもあるので探してみてくださいね。

雨がしとしと降り始めるころ、  
八〇〇株のヤマアジサイが小さく咲き競う

# 長光寺 山紫陽花 ヤマアジサイ

葵区桂山 長光寺(2015年6月中旬撮影)



CONTENTS

今月の表紙	2
しずおかVIEWS 長光寺の山紫陽花 & 玉川支店	3
<b>所得向上にむけて、 何作る?</b> 営農指導員課題発表会	4
Hot NEWS&TOPICS	8
青壮年部・女性部アクティブレポート	10
TRYぞ・農業	11
JA SHIZUOKA INFORMATION しずおかinfo	12
生活に役立つ情報/この町のわたしの好きなど	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 ～メキャベツ～	16
健康情報 いつも元気! Q&A 「わきが(腋臭症)について」	18
Good Smile/オアシスクイズ	19
おべんとうに野菜を ⑫「ズッキーニ」	20

特集

## 今月の表紙



葵区瀬名  
朝倉健児さん(左) 望月久乃さん(右)  
アスパラガスを栽培している望月さんと、「甘さと柔らかさが絶品」という駿河区南町の飲食店「あさ八」店主の朝倉さん。



# 所得向上にむけて、何作る？



3か年計画に掲げる「農業経営の安定と農家所得の向上」にむけて、指導員がそれぞれに行った1年間の研究の成果発表『営農指導員課題発表会』が今年度も開かれました。

茶の補完作物や支援事業を活用して進めるものなど、6営農経済センターと花卉センターから、指導員13人13テーマの発表がありました。

今回はその中から、3つの取り組みについて紹介します。

## 発表 1 長田唐芋(サトイモ)の栽培と部会共販

### 『長田唐芋部会の共販部会の設立と活動』



「長田唐芋(とうのいも)」は、元々は茶の転換作物としてJ A指導員が提案し、長田地区で試験栽培したところ好評だったため導入されました。昨年には「長田唐芋部会」を設立し、会員は21人、栽培面積は約30aです。2015年度の収量は、部会員同士の情報交換や、追肥・灌水のタイミングのくせがつかめてきたことから前年より67%増え、親芋・子芋合わせて約4tでした。

課題と解決 平成27年の課題

1)じまん市での販売に向けて  
・ポップの掲示  
・全じまん市での試食即売会  
・出荷調整による安定供給

～販売単価～  
袋: 500～550g → 450～500g

年度	出荷価格	消費額	単価	単収	kg/ha	kg/ha
26	300円	22円	42円	3円	228円	456円
27	250円	18円	49円	5円	223円	495円

●生産について  
植えつけは3月末～4月で、収穫が11月～1月です。サトイモは保存がきくため、計画的に出荷が可能です。栽培管理では、基本的にはサトイモと同じく肥料や灌水を好みます。畑



では土寄せ、収穫作業が比較的容易です。水田では水持ちは良いですが、収穫作業や土寄せが困難です。

●共販体制と加工品への取り組み  
試験販売などを経て、2015年から全じまん市への共販出荷を始めました。共販出荷の利点には、①全じまん市での販売拡大、②売れ残りの解消、③計画出荷による安定供給、④販売営業面の強化があります。結果、出荷実績は3,969kgの1,395,230円(約90%増)でした。

また、じまん市店頭での販売が難しい大きなサイズの子芋は飲食店へ販売、親芋は加工品(コロッケ)にして販売しながらイベントでのPR活動などに有効活用しています。



長田営農経済センター 堀川晃宏

●販売やPR活動について  
じまん市での販売に向けては、ポップの掲示や試食即売会で認知度を上げ、出荷調整による安定供給や新たな販売経路を模索しました。また、市場での評価を参考にしながら、キロ単価や選果による「長田唐芋」としてのブランド化について差別化の方法を考えました。

●今後の課題  
販売量が増えることが予想されるので、販売先の新規開拓を続けながら、市場出荷も対応できるようにしていきます。また、農業チャレンジ支援事業を利用して部会員へ供給したり、会員外へも安価に販売して、会員増加と面積の拡大を狙うこと、②畝上げ機を購入し、省力化と増収を図ることに取り組みを進めます。

# 所得向上にむけて、 何作る？

宮農指導員課題発表会

発表

## 2 標高差を利用したリレー栽培

### 『しづはた繋がるリレー出荷』



しづはた宮農経済センター  
松尾和哉

しづはた管内が標高差のある地区であること、じまん市出荷者が増加していることから、生産者の所得向上と顧客増加のためにリレー栽培に取り組みました。期間中ずっと出荷されるので極端なピークがなくなることで、周りの出荷が無い時期には付加価値を狙えることがメリットと考えられます。



●生産・販売の結果について  
春夏にキャベツ(新藍)、秋冬にミニハクサイ(タイニーシユシユ)を6か所程

度でリレー栽培、出荷しました。キャベツについては、6月下旬からの約2か月間で平均単価154円(出荷793個)、ハクサイについては、11月初旬からの約2か月半で平均単価133円(出荷982個)でした。キャベツは途中2週間の空きがあり、リレーが途切れてしまいましたが、播種の時期を地区ごとに変えてフォローしたり、生産量が増えればもっと長く出荷が可能になります。

●今後の課題「農家」この繋がり「出荷の繋がり」  
栽培面積が小さいと畑を管理する効率が悪くなってしまうので、農家を含めた全体巡回や、講習会を開いて1件あたりの面積を拡大すること、リレー出荷のタイミングを把握することが課題です。

テーマ・概要	地域など	担当 (現所属/経験年数)
1 茶の補完作物として、ユーカリの生産拡大と産地化 - H28年度市場出荷売上目標200万円	花卉	海野勝士 (5年)
2 青壮年部を対象に茶補完作物の導入を目指す	美和	平野泰亮 (4年)
3 加工用玉ねぎで反収8tを目指す	美和	小澤佑基 (5年)
4 極早生「ゆら早生」の早期出荷対策試験	しづはた	榮 隆明 (3年)
5 標高差を利用したリレー栽培試験、 じまん市出荷について	しづはた	松尾和哉 (5年)
6 お茶+水稲+αの複合経営について	藁科	山梨嵩太 (2年)
7 藁科ブロック 茶業振興状況について	藁科	武田一希 (1年)



発表

## 3 ユーカリの生産拡大と産地化

### 『茶の補完作物としてユーカリの生産拡大と産地化』

〜H28年度の市場出荷売上200万円〜



収支比較 (反当り)	ユーカリ (定植2年目)	お茶
収入	300,000	120,000
経費		
- 農上(小計)	10,000	55,000
- 肥料費/肥料代	60,000	35,000
- その他経費	70,000	90,000
純利益	230,000	30,000
労働費(時給換算)	1,286	1,500

栽培が比較的容易なことや、高齢化に伴う競合産地の減少、計画的な出荷が可能なお茶からの茶の補完作物や耕作放棄地の再利用としてユーカリに取り組みました。花束などに使うグリーンアイテムとして、市場からも需要期への

#### ●転作・栽培

定植初年度から収穫が可能で、1年目1月に播種、4月に定植し、収穫から出荷が11月頃から3月まで、2、3年目も同様に続きます。酸性土壌の転作が可能で、約600本/10a栽植できます。

#### ●強みと販売の結果

他産地よりも短めの階級で出荷するので、労力や経費の削減などのメリットがあると同時に、リーズナブルな単価、買い手側の労力軽減、アレンジ向けなど販売先にも利点があります。10aあたりの収支比較では、お茶に比べ7倍以上の純利益が出ました。研究2年目となる昨年度の全体売上実績では、目標の50万円を達成しました。

#### ●生産拡大と需要に 応えるように

栽培面では、新規生産者の掘り起しと面積拡大で生産量の拡大を図りながら、定植時期や間隔などの管理指導も見直ししていきます。また販売面では、重点販売先との定期販売提案、需要期への早期販売提案などを行いながら、市場出荷売上金額200万円を目指します。

テーマ・概要	地域など	担当 (現所属/経験年数)
8 葉ネギの契約販売に向けた品質向上への取り組み	南部	山森好登 (9年)
9 長田唐芋部会 - 共販部会の設立と活動	長田	堀川晃宏 (8年)
10 ミニトマト優良品種の栽培について - 「ピンキー」の栽培、販売など	長田	池田里奈 (南部/3年)
11 南部地区早生玉ねぎ栽培の普及	南部	深井 恵 (東部/1年)
12 キウイフルーツ新品種「東京ゴールド」の導入 - 栽培技術の確立と安定生産に向けた取組み	東部	大塚仁美 (5年)
13 農業収入向上に向けての基盤作り - 茶+複合作物(ニンジン)への取り組み	東部	宇佐美侑子 (宮農課/6年)

今回紹介した3つのテーマは、茶の補完・転換作物や、立地を活かした出荷方法など、比較的取り組みやすいものを選びました。畑の様子や条件に合ったものはあったでしょうか？詳しくお伝えできなかった10のテーマについては、お近くの宮農経済センターや担当職員にお問い合わせください。

また、今後も今あるものの継続だけでなく、新たなテーマ研究に取り組んでいきます。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

花卉センター  
海野勝士



● 丸子の茶露地手摘み

一番早い新茶の香り  
 丸子の松川洋平さんの茶畑で、管内で一番早い露地物新茶の手摘みが行われました。地元茶農家など約30人が協力し、生葉約100kgを摘み製茶工場で約20kgの荒茶にしました。松川さんは「今年は生育が早い。2月後半から暖かくなり、雨も降って養分を充分吸収して最高の出来栄です」と期待を寄せています。管内産露地物新茶の、本格的シーズンの幕開けです。(4月8日)



一番早い新茶の香り

● 北部じまん市来場者300万人達成

南部じまん市も12周年祭  
 北部じまん市は、2006年5月27日のオープン以来、おかげさまで来客300万人を達成しました。300万人目のお客様には、花束とお米が贈られました。また、南部じまん市では4月16日、12周年祭が開かれ野菜やお茶の詰め放題、ポップコーンのプレゼント、静岡農業高校の生徒によるパンの販売や吹奏楽の演奏も行われました。(3月26日)



南部じまん市も12周年祭



● 花卉Cにベトナム視察団来静

日本の流通システムを学ぶ  
 当JA花卉センターにベトナム視察団が訪れ、青山吉和組合長らが出迎えました。日本の流通システムを学ぶJICA受託事業ベトナム市場開設の環として、(株)大田花き加藤了嗣社長らが随行し、花卉センターの集出荷の様子やバラ生産者栗田昌幸さんのハウスを見学しました。数年後には、ベトナムに花流通システムが確立される予定です。(4月21日)

日本の流通システムを学ぶ



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



● 新茶初取引

香りの新茶を届けよう!  
 新茶シーズンを告げる茶初取引が茶業関係者などが参加して静岡茶市場で行われました。当JA管内からは、美和、薬科、しづはた、長田、南部ブロックから1,600kg余が上場されました。同市場の内野泰秀取引部長の三本締めの後、取引成立の「手合せ」が館内各所で威勢よく鳴り響き、5月1日の「八十八夜」に向けた商戦が始まりました。(4月21日)



香りの新茶を届けよう!

● 平成28年度入組式

ようしくお願いします!  
 今年度、当JAに新入職員14人が加わりました。3月に実務研修を受け、入組式で「何事にもチャレンジ精神を持ち続け、全力でぶつかっていく」「何が必要かを常に考え、行動し、日々成長していけるよう精進します」と決意表明。4月から各支店、営農経済センターなどに配属され、業務を行っています。(4月1日)



ようしくお願いします!



● 足久保献茶式

地元の茶業発展を祈願  
 静岡茶発祥の地・足久保の法明寺で、地域振興と茶業発展を祈願し献茶式が行われました。地元茶生産者で組織する足久保茶研究会や自治会など約30人が参加。式後、献茶した新茶と同じものが参加者に振る舞われ、上品な香り高い足久保茶を味わいました。また、蕨野回春院と臨濟寺でも献茶式が行われました。(4月22日)

地元の茶業発展を祈願

● 出荷会員全体講習会

安全・安心で新鮮な農作物をお届けするために  
 じまん市が安全・安心な農産物を提供するための講習会をランシップで行い、会員約1,000人が参加しました。第2回人気最多得票に輝いた榊原孝可さんが表彰されたほか、鈴木清貴常務より想定事故訓練実施の報告がありました。その後「ファーマーズマーケット成功のための方策」と題し、(株)地産地消推進機構の緒方博修さんが講演を行いました。(4月5日)



安全・安心で新鮮な農作物をお届けするために



今月はイチゴ栽培に挑戦する  
葵区安倍口新田  
平野政喜さん(49)

パック詰めは慎重に



家業であるイチゴ栽培を継いでから4期目となります。イチゴ「紅ほっぺ」と「きらび香」を5aずつ栽培していますが、トラブルの連続で思うように進まず失敗ばかりです。その反面、解決する面白さもあり「甘いイチゴを作る」「1株あたり3パックを収穫する」を目標に頑張っています。

就農して初めての年は苗を井川で作っていましたが、翌年から目が届きやすいように地元で栽培しています。当面の課題は、12月のクリスマス需要に合わせていかに苗を上手に作るかであり、父の助言とJA担当者の指導、また同じイチゴ農家との情報交換が、私のイチゴ作りの支えとなっています。

イチゴは12月上旬から翌年の6月上旬まで収穫しますが、準備を入れると収穫終了まで1年半かかります。将来的には栽培面積を広げ、食べてくれた人が「おいしい!」と言ってくれるようなイチゴを作っていきたいと思っています。

1株から3パックの収穫を目指しています!



指導員と生育状態を確認する平野さん



イケメン農業男子コンテスト 青壮年部



ツインメッセ静岡で「Girls Festa 2016」が開催され、青壮年部は19・20日の2日間、「ALL静岡JA産マルシェコーナー」で本山茶のPRとイケメン農業男子コンテストに参加しました。同コンテストには、県下17JAの青壮年部から18人が参加し、当JAからは丸子の大高真也さんが出場しました。

【3月19・20日】

桜満開の下「夜桜乱舞」 女性部美和支部・長田支部

美和支部・長田支部などの女性部員25人が、恒例の静岡まつり市民総踊り「夜桜乱舞」に参加し、会場を大いに盛り上げました。部員たちは御幸町通りで、「平成ちゃつきり節」、「SAKURA Doo-Wap」など5曲を約3時間にわたり楽しく踊りました。

【4月2日】



青壮年部総会・女性部総代会



青壮年部は4月7日、クーポール会館で約50人が参加して総会を開き、島田直希部長が「2日目になるので成果を出したい。部員の協力をお願いしたい」と話しました。女性部は13日、約130人が出席して総代会を開催。仲間作りや地産地消の取り組み、地域貢献活動の様子を映像で紹介し、平成28年度の活動目標を共有しました。

【4月7日・13日】

今月のオトナ女子短大 \*シズ\*カレ\* 2015年度〈第7回〉

～ 楽しくなるお弁当づくり♪～

今回は「栄養バランス・彩りもばっちり」なお弁当レシピを、静岡厚生連の管理栄養士山口由里先生と安本美登里先生から27人の参加者が学びました。メニューは「厚揚げのピカタ」や「ウインナーのキャベツ巻き」「アスパラガスのごまみそ和え」など5種類。手際よく仕上げると、班ごとに工夫しながらお弁当風に盛り付けました。

【4月14日】



## 農業チャレンジ支援事業について

当JAでは、農協改革における自己改革として「組合員の農業所得の向上」および「生産組織の強化」を目的とした「農業チャレンジ支援事業」を実施いたします。

- 支援期間 平成27年度～平成31年度(5年間) ●年間予算額 3,000万円
- 対象者 JA静岡市の組合員による組織およびグループ
- 対象事業
  1. 新規作物および茶補完作物の導入事業
  2. 新技術開発および導入に関する事業
  3. 加工商品の開発に関する事業
  4. 新たな販売に関する事業
  5. その他、組合長が認める事業

◎詳細につきましては、最寄りの営農経済センターにお問い合わせください。



## 貸農地

### 情報

最新の情報を営農課、営農経済センターで提供しています。画像(航空写真等)でご覧いただけますのでご利用ください。

お問い合わせ ●営農課  
TEL.054-288-8420

## 第25回通常総代会のお知らせ

第25回通常総代会は、平成28年6月28日(火)にグランシップ大ホール「海」(静岡市駿河区池田79-4)で開催します。開会時間は9時45分を予定しています。

## JA静岡市総合ポイント制度のお知らせ

ますます便利に！  
**5/18(水) ポイントで購買のお買い物ができます**  
新サービススタート!!

- ◎平成28年5月18日(水)より、購買店でのお会計時、1ポイントを1円に換算し、貯まっているポイントでお支払いいただけます!
- ◎お気軽にポイント利用を職員にお申し付けください。
- ◎ご来店の際はぜひ、総合ポイントカードをお持ちください!

### 新規会員募集中!

▶総合ポイントカード限定のサービスとなります。じまん市ポイントカードは、本サービスの対象外となりますので、この機会にぜひ『総合ポイントカード』への切り替えをご検討ください!  
じまん市ポイントカードは、券面に「ファーマーズマーケットじまん市」と記載されています。

## 第24回参议院議員通常選挙比例代表選出議員選挙(全国区)

立候補予定者 **藤木しんや** さん

## 「あとを継ぎたい」と言える農業政策を!



私は19歳で就農し、30年間たった現在は、牛を約千頭、水田8ヘクタールを経営しています。昨年9月に農業者・JAグループの代表として全国農業者農政運動組織連盟から参议院全国比例の推薦を受け、現在は全国を駆け巡っています。

私の現場経験をもとに考える農業政策の柱は次の4つです。

- 1 若者が夢と希望を持てる農業の実現
- 2 農村・中山間地を守る農業者への持続可能な農業経営支援政策
- 3 バランスのとれた地域社会の形成と地方創生
- 4 豊かな食を守るため農業協同組合のさらなる発展

我が国の農業・JAは現在、激動のまっただ中にあると言えます。将来の日本農業は、私たち農業者が一人一人考え、今何をなすかにかかっています。私は、そうした「現場の声」を「政策に反映」することに一途一心に取り組んでまいります。

【略歴】昭和42年2月25日生まれ。熊本県立熊本農業高校畜産科卒業。平成17年JA全国農協青年組織協議会会長、平成26年JAかみましき代表理事組合長。家族：妻、長女、次女、長男、次男。  
趣味：農機具開発、ペットのボニーとミニブタとの触れ合い  
ホームページ <http://www.fujiki-shinya.com/>

御礼 | このたびの九州大地震では数多くの励ましを頂き、ありがとうございました。皆様からの温かい声に、  
協同組合の原点である相互扶助の大切さを実感しました。

## JA法律及び税務・年金相談日のお知らせ

JA静岡市では、組合員の皆さまを対象として専門家による法律・税務・年金についての無料相談を、下記の通り実施いたします。相談したいことがございましたら是非ご利用下さい。  
なお、ご利用にあたりましては、必ず事前に各窓口にご連絡いただきますようお願いいたします。

法律相談予定日 毎月2回/原則第2・第4金曜日

5月27日(金)、6月10日(金)・24日(金)、7月8日(金)・22日(金)、8月12日(金)  
8月26日(金)、9月9日(金)・23日(金)、10月14日(金)・28日(金)、11月11日(金)  
11月25日(金)、12月9日(金)・21日(水)、平成29年1月13日(金)・27日(金)  
2月10日(金)・24日(金)、3月10日(金)・24日(金)

時間 9:00～15:00 会場 JA静岡市 豊田支店 2F相談室

◎1日7人程度の受付です。相談時間は、必ずJA静岡市不動産センター(TEL.054-288-8427)へ事前にご連絡・ご予約ください。

要予約

税務相談予定日 ご希望の会場を下記にてご確認ください

不動産センター◎毎週3回、月・水・金 ※祝日を除く 不動産センターでの相談については  
■9:00～16:00頃まで/豊田支店 2F相談室/事前の連絡先: TEL.054-288-8427  
※本店開催については予約を取っていません。直接ご来店いただけますが、税理士が相談中の場合は長時間お待ちいただく場合があります。また、税理士の都合によりお休みとなる場合もありますので、ご来店前に窓口にご確認ください。

あさはた支店◎毎月10日 ※休日の場合は、その前日  
■9:00～11:00頃まで/あさはた支店/事前の連絡先: TEL.054-245-7211

要予約

長田支店◎毎月22日 ※休日の場合は、その前日  
■13:30～16:00頃まで/長田支店/事前の連絡先: TEL.054-259-3221

要予約

年金相談予定日 毎月1回/火曜日 & 毎月1回/土曜日

◎開催日・場所などは事前に最寄りの各支店窓口へお問い合わせください。  
◎予約の方を優先します。ぜひ事前にご予約ください。

時間 9:30～15:30

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](mailto: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/>▶  
Facebookページやっています♪「JA静岡市 Facebook」で検索!





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?!



葵区諸子沢  
佐藤拓哉さん  
茶・椎茸・ブルーベリー

4人目が生まれて8人家族となり、にぎやかな毎日を送っています!地元大川地区の魅力も多くの人に知ってもらい、移住者を呼び込んで地域の衰退に歯止めを掛けようと、移住促進活動を精力的に取り組んでいます。

私が次に紹介するのは → 駿河区新川 山形直紀さん です。  
山形さんへ一言◎「また家族ぐるみでスキーに行きましょう!」

葵区油山  
石原慈都子さん  
野菜



嫁いで50年。ただ今、主人と小規模ながら野菜作りをして販売所へ出荷し一喜一憂して、楽しんでます。孫と時々畑へ行き、今年はジャガイモと一緒に植えました。旅行が大好きで、まだまだお出掛けしたいです。

私が次に紹介するのは → 葵区津波野 田島真知子さん です。  
田島さんへ一言◎「絵手紙サークルのご指導ありがとうございます!」



葵区内牧  
九藤愛さん  
イチゴ・茶・米・野菜

フレッシュミズに入会して6年が経ちました。先輩にも恵まれ、楽しく活動させて頂いています。家では、苺・茶・米・野菜を作っています。まだまだお手伝い程度ですが、これから頑張ろうと思っています。

私が次に紹介するのは → 駿河区丸子 村本陽子さん です。  
村本さんへ一言◎「農家の嫁がんばろう!!」

葵区内匠  
岡部佳代子さん  
茶



玉川に引越して、早18年。お茶の時期には手伝いをしていますが、今年は玉川の女性部長として、皆さんと協力し、地域を盛り上げたいと思います。子供も社会人となり、より仕事、家事と韓流に頑張りたいです。

私が次に紹介するのは → 葵区内匠 和田記代美さん です。  
和田さんへ一言◎「また家族同士飲み会をやりましょう!」



OASIS 読者めーる

👏ありがとうございます。手の込んだお弁当は大変ですが、ふたを開けた時のお楽しみでもあります。お出かけも楽しい爽やかな季節、ぜひ旬の食材を使いながら作ってみてください!

👉裏表紙の「お弁当」、可愛くて美味しそうですね。我が家には小さな子供はいませんが、たまには自分のために作ってみたいなと思います。  
〈葵区/女性/65歳〉

👏「しょく」フェスタへのお便りが多く寄せられました。安心、安全な農産物、加工品をこれからも提供していきます。

👉「しょく」フェスタのお弁当おいしそうですね。静岡はいろんな食材が近くで獲れて安心です。私も毎日の食事に作りこみ市に出掛けては地産地消を心掛けています。  
〈駿河区/女性/68歳〉

👉「しょく」フェスタの想いが、あたたかく、やさしく、すばらしいです。大きく広がってほしいです。  
〈清水区/女性/59歳〉



Eメールでのおたよりはこちらまで [koho@shizuoka.ja-shizuoka.or.jp](mailto:koho@shizuoka.ja-shizuoka.or.jp)

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

生活に役立つ情報

「マイナンバー制度」について

1 マイナンバーの使用場面  
マイナンバーは、社会保障・税災害対策の場面のみで使用される共通の番号です。政府は悪用されないよう様々な対策を講じているとのことであり、この原稿を執筆している時点では具体的な被害に遭ったケースはまだ報告されていないようです。しかし、今後どのような手口が出てくるかわかりませんが、必要にマイナンバーを他人に知られてよいはずはありません。

1 マイナンバーの使用場面

2 提供時の注意点  
ここでまず知っておきたい点は、提供しなければならぬ先がごく限られており、それ以外から提供を求められることはないということです。具体的には勤務先、報酬を受け取る取引先、金融機関等(証券などの金融資産で所得を得ている場合や保険契約がある場合。預金口座は2018年から任意申請)、証券会社、保険会社、県庁・市役所、税務署・年金事務所などの公共機関、不動産業者から賃料などの所得を得ている場合等です。また、取得方法も面談してなりませんが、確認するのが原則ですので、これらの機関等から電話や電子メールでマイナンバーの提供を求められることはありません。

2 提供時の注意点

最近では、行政機関の職員やマイナンバーの管理者を装って、口座番号や口座の暗証番号、資産情報、家族構成などの個人情報や電話で聞き出そうとしたり、マイナンバーを登録しないと刑事事件になるなどといった不審な電話やメールがあることが報告されています。また、有料サイトの料金を払わないと訴訟になりマイナンバーが訴訟履歴に登録されるなどといったマイナンバー制度に便乗した詐欺メールも報告されています。

- 静岡県弁護士会(自治会ホームロージャー利用問合わせ先) TEL.054-252-0008
- 静岡市消費生活センター相談直通電話 TEL.054-221-1056



弁護士 山本 正幸

電話や電子メール、または訪問などでマイナンバーを尋ねられるようなことがあたらば無視するか、心配ならばすぐに回答せず消費者ホットライン(188)や警察相談専用電話(#9110)などに相談しましょう。



職員リポーターがおススメ

この町のわたしの好きなお店



御菓子司 わらべ

菓科支店では、朝から甘くて良い香りがしてきます。これは、支店を出てすぐその和菓子屋「御菓子司わらべ」の「朝生(あさなま)菓子」を作っている香りです。

店主・柴田さんのオススメは、なんといってもこの「朝生」。朝生とは、だんごや大福、まんじゅうなど、毎朝作る定番の和菓子のことで、「シンプルで新鮮なのがやっぱり良い!」と聞きました。また「わらしな焼」や「木枯しの森」など、地域の地名などが商品名に使われているものがたくさんあり、お土産にもぴったり。6月頃には、水ようかんなどの涼を感じられる「水菓子」も並ぶのですが、イチオシはわらびもちです!

菓科の「本山茶」を飲む時には、ぜひ、近々30周年を迎えるわらべの和菓子をお茶うけにはいかがですか?

★涼しげな水菓子も揃ってます!



- 葵区羽鳥4丁目1-19
- TEL&FAX/054-278-5501
- 営業時間/9:00~20:00
- 定休日/水曜日(祭日・行事日は営業)

お店info



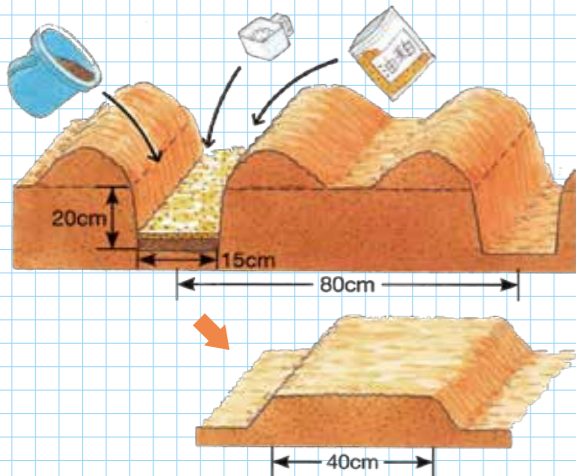
リポーター 菓科支店MA(渉外) 大石 武志

▶ 次は南部ブロックです



1 畑の準備

<溝の長さ1mあたり> ●堆肥/5~6握り ●化成肥料/大さじ2杯 ●油粕/大さじ4杯



2 植えつけ

植え終わったら株の周りにたっぷり水をやる



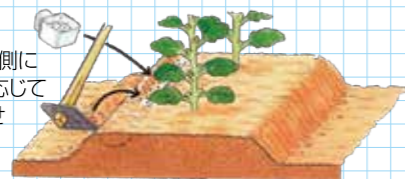
3 追肥・支柱立て

第1回 <畝の長さ1mあたり> ●化成肥料/大さじ3杯



下方のわき芽が結球し始めたころ、畝の片側に軽く溝をつかって肥料を施し、土を返すようにして畝を形づくる

第2回 20~25日後、第1回の反対側に同様に施す。その後、生育に応じて2回くらい追肥し、肥切れさせないように育てる



4 敷きわら

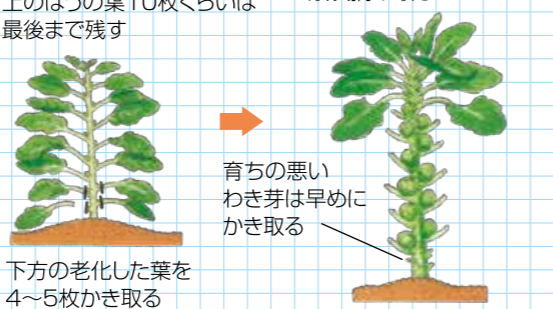
高温乾燥期に入ったら畝全体に敷きわらをする



5 摘葉・わき芽処理

上のほうの葉10枚くらいは最後まで残す

結球が進むにつれて、下のほうの勢いの弱った葉から順次摘み取る



6 収穫

球径が2~3cmに達したものを、下部から順次もぎ取り収穫する。不良球があれば早めに取り除く



南部営農経済センター 海野真司

栽培のポイント

土作りをしっかり行い、結球するまでに草体を作っておきます。生育期間が長いので肥切れしないよう追肥を忘れずにしましょう。



家庭農園

育てるを楽しむ。

ENJOY the HOME GARDEN



メキャベツ

一口サイズのかわいいキャベツ 目指せ1株100個収穫!



★栄養  
ビタミンCを多く含み、その量はキャベツの約4倍。ビタミンB群も量・バランスとも良く、中でも「造血ビタミン」と呼ばれる葉酸の含有量は野菜類の中ではトップクラスです。

★調理のポイント  
多少苦みがありますので、サラダや炒め物に使う場合は下ゆいでアクを抜いてから調理しましょう。丸ごとフライもぜひお試しください!

メキャベツは子持ち甘藍とも呼ばれ、伸びた茎に2~3cmに結球したわき芽が鈴なりに着くように改良されたキャベツの変種です。寒さには比較的強いですが暑さに弱いので、種は6月~7月にまきましよう。遅れると小球をつけるものになる葉と茎が大きく育たないうちに結球してしまうので、収量が落ちてしまいます。土作りをしっかり行って、結球するまでに草体を作っておきましょう。収穫期間が長いので、上手に作ると100個以上収穫できます。

★病害虫の防除  
アオムシ、シンクイムシ、ヨトウムシがつきやすいので防除が必要です。農薬を使用しにくい場合は、早い時期から防虫ネットを使用することをすすめます。

多湿時にはカビが原因の「べと病」が発生しやすいので、早めの防除を心がけましょう。べと病は主に葉の気孔から侵入するので、薬剤散布は葉の裏表にまんべんなく行うことが大切です。

有効な農薬

害虫  
アオムシ、シンクイムシ、ヨトウムシ

病気  
べと病

◎Zポルダー

◎アフアーム乳剤  
◎フエックス顆粒水和剤

◎プランターや鉢で栽培する場合は10号鉢で1株、容量20ℓ以上の大きめのプランターで2株が目安。

メキャベツの栽培カレンダー(露地栽培)

	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			●								●	

グッド  
スマイル

今月のステキな笑顔を紹介します。



Good Smile

絵本とイチゴの大好きな♡おませさん



ともみ  
塩澤朋美ちゃん(1歳)

駿河区小坂 父 塩澤友崇さん 母 裕貴子さん

駿河区中平松 父 原田達哉さん

ゆうき  
原田優希ちゃん(手前:11歳) ななせ  
菜々瀬ちゃん(4歳)



仲良し、相仕事、お手伝い♡おませさん

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

今月号のホットニュース&トピックスでは、茶市場で新茶の取引が始まるなど、お茶の話題が多く取り上げられました。お茶を有利に販売していくのももちろん、所得向上や経営安定のためにいろいろな研究も行っています。それでは、標高差を利用しながらしづはたで取り組んでいるのは○○○栽培(出荷)でしょうか?

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28年6月15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。

4月号オアシスクイズの答え▶14ページ

健  
や



いつも元気! Q&A

「わきが(腋臭症)について」

FILE>>42

暑い季節が近づいてくると、汗の臭いなどが気になります。制汗スプレーなどを使っていますが根本的な治療法はあるのでしょうか?



お悩み方は一度医師に相談してみましょう!



JA静岡厚生連  
静岡厚生病院  
感染管理認定看護師  
佐藤綾乃

まず検診を受けましょう

汗の臭いなどで困っている方は少なくないと思います。わきがと呼ばれている「腋臭症(えきしゅうしょう)」は、皮膚のアポクリン腺から分泌される汗が原因で強い臭いを発する人体形質です。腋臭症は、普通の汗の臭い(すっぱい臭い、汗くさいと表現されることが多い)とは違い、特有の臭いがします。その臭い自体は、人やその時の環境などによって違いがあるため一概には表現できません。

最近では臭いを抑えるため制汗剤が使われることが多く、殺菌作用があるため皮膚常在細菌を殺し、汗などが分解されるのを軽減することにより臭いの発生を軽減できます。しかし、これは腋臭症の原因であるアポクリン腺に直接作用していないので一時的に抑えているだけです。

腋臭症の診断は「シャツが黄ばむ」・「耳垢が湿っている」・「家族に腋臭症の人がいる」などがあてはまります。

治療方法は、腋の汗を出すアポクリン腺を切除するものがあります。汗の量は今までの十分の一以下になり、少し傷跡が残りますが腋のしわに添って切開するため目立ちません。また入院の必要もなく、保険で治療することが可能です。

「臭うかも」とお悩みの方は、どうぞお気軽にご相談ください。