

オアシス

JA 静岡市
oasis magazine

オアシス 2016 10 Vol.189

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

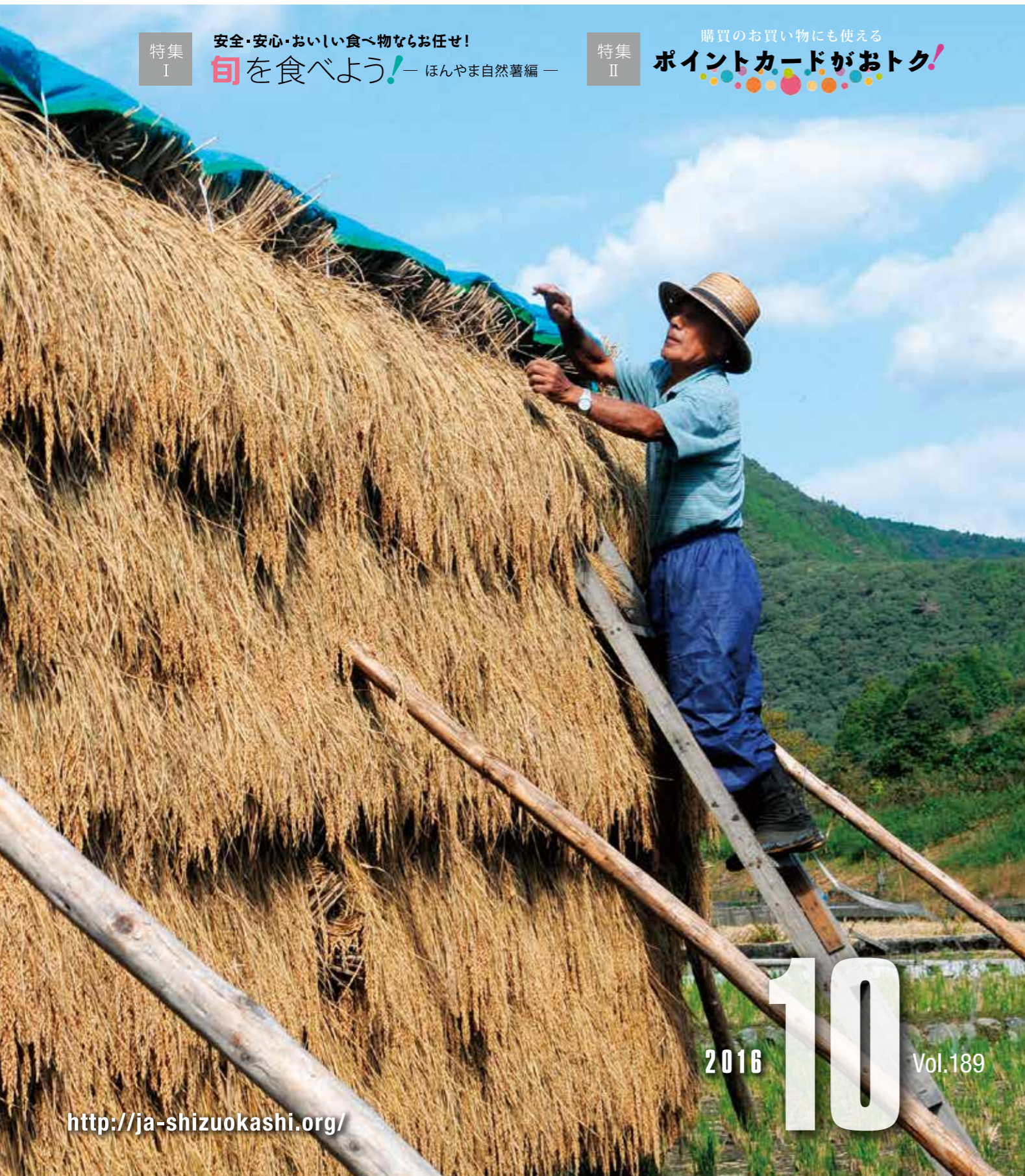
TEL. 054-298-8441 (直通) ●編集: 企画部広報課

JA静岡市

検索

特集 I 安全・安心・おいしい食べ物ならお任せ!
旬を食べよう! — ほんやま自然薯編 —

特集 II 購買のお買い物にも使える
ポイントカードがおトク!



2016 10 Vol.189



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。

遠足たのしみ♪ じねんじょのチーズ焼き弁当

遠足のお弁当
野菜のおかずを
忘れずに★



ネバネバが苦手でも大丈夫
焼くとホクホクに変わるよ!

- 材料(4人分)
- ・自然薯 ……200g
 - ・とけるチーズ …… 適量
 - ・塩 …… 少々
 - ・オリーブオイル …… 適量



- ① 自然薯はひげ根(細かい根っこ)をガスコンロなどで焼いて取った後、洗って土をきれいに落とす。
- ② 7~8mm厚さの輪切り(細いものは短冊切り)にして、電子レンジで加熱する。串をさしてスッと抜け、ネバネバしていなかったらOK。
- ③ 耐熱容器に自然薯を並べ、オリーブオイル、塩、チーズをのせて180℃のオーブンで約5分焼いて焦げ目をつける。

ねばねばパワーで元気を補給しよう!

自然薯



自然薯は古くから漢方薬としても用いられるほど、滋養強壮、疲労回復、免疫力アップなど優れた効果があるとされています。酵素が多く含まれ、アミラーゼは消化を助け、粘りの成分ムチンは新陳代謝や細胞の増殖機能を促進する作用があります。自然薯は低温で休眠状態になるので、冷蔵保存ができます。乾燥しないよう袋に入れ、冷蔵庫で保存すれば数週間はおいしく食べられます。



賤機の 干し柿

静岡市葵区下 藪田鈴一さん

秋の日差しを受けながら
軒下に吊るされた渋柿たち
手間暇かけて干され
甘くなるのを待ちます



CONTENTS

今月の表紙	2	
しずおかVIEWS JA静岡市 賤機の干し柿&しづはた営農経済センター	3	
安全・安心・おいしい食べ物ならお任せ! 旬を食べよう! — ほんやま自然薯編 —	4	特集 I
購買のお買い物にも使える ポイントカードがおトク!	6	特集 II
Hot NEWS&TOPICS ・「長田の梨」目揃え会 ・総合学習でマンゴー学ぶ ・東豊田支店起工式 ・スルガエレガント肥大調査 ・イチジク目揃え会 ・夏休み子ども体験教室 ・共済代理店コンプライアンス研修会	8	
青壮年部・女性部アクティフレポート ・女性部リーダー研修会 ・青壮年部闘茶会 ・青壮年部×女性部×常勤役員対話会 ・長田ブロック納涼祭	10	
TRYぞ・農業 「キウイフルーツ」/ 葵区羽高 森 龍介さん	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 ～ サヤエンドウ～	16	
健康情報 いつも元気! Q&A 「ピロリ菌感染症について」	18	
Good Smile/オアシスクイズ	19	
おべんとうに野菜を 46「自然薯」	20	

今月の表紙



天日で干したコメはおいしいと孫たちが喜んでくれます。今は5段の稲架(はざ)掛けですが、体力のあった昔は7段でした!!

◎葵区小島
持山忠雄さん(78歳) ミツ子さん(66歳)

※9月号掲載の「今月の表紙」に誤りがありました。正しくは、杉山心都さん(左)と森山結唯さん(右)です。訂正してお詫言いたします。

Please, Have a Fresh Vegetable!



「ほんやま式」栽培の自然薯畑



重機で掘り取り作業を行います

栽培方法で特許を取得！

部会では、ビニール筒を使ってイモを真っ直ぐに育てる「ほんやま方式」と呼ばれる独自の栽培技術を確立し、2008年に特許を取得しました。

自生するヤマイモは掘るのが大変だったため、研究を重ね、畑で栽培する方法を開発しました。土を入れたビニール筒に波板を何層にも重ねることで、30mの畝から150本もの収穫が可能に。重機を使って掘り出す作業は大迫力です。

イモは30℃を超すと奇形が発生しやすくなるといわれているので、今年は地温計を設置して温度管理を徹底し、6月からは月に一度、イモを掘り出し生育状況を確認しています。

9月下旬から年内収穫し、1年間を通して提供できるように、冷蔵保存しながら計画的に出荷しています。



農家さんのおすすめ★レシピ

おすすめのお食方は、なんといってもとろろ汁。ひげ根をコンロの火などで焼き切り、皮ごとすると風味も格別です。磯部揚げやフライドポテト、お好み焼きに加えてもふわっと仕上がりが驚沢な味わいになります。

「今年は気温が高くイモの生育にはかなり気を使いましたが、品質は上々。滋味あふれる自然薯を大勢の方に味わってほしいです！」と北澤治部会長は話します。

どこで買える？ 食べられる？

じまん市、静鉄ストア、マックスバリュなどの主要スーパー、JR静岡駅ビルパルシェ食彩館「さわみつ青果」で購入できます。

また、鐘庵(川合店)、河内庵をはじめとするそば処、とんかつチェーン店「かつ政」で食べられます。

自然薯はいろいろな食べ方があります！チーズをのせて焼けば子供たちにも大人気ですよ！(裏表紙へ！)



●ほんやま自然薯部会 info

- ・設立/2003年
- ・栽培面積/3ha
- ・部会長/北澤 治
- ・年間出荷量/20tを目指す!
- ・部会員数/12人

部会からのコメント

「食セレクション」認定で、生産者の意欲もますます上がっています。販売先も年々増えているので、新規栽培者の募集も含め生産量を増やすよう努力し、「ほんやま自然薯」ブランドをもっと広めていきたいです。



「しずおか食セレクション」認定基準

・同種の農産物とあきらかに違う機能や特長、独自性などの価値を備えていること
 ・販売方針や流通管理が整っていること
 ・生産過程の管理や緊急時の対応など、安全面での体制が整備されていること
 ・安定した品質の農産物を販売するための取り組みや技術的裏付けがあること
 ・消費者から支持を得ているという販売実績があること



海から山まで南北に長い地域を管内に持つ当JAでは、農産物の種類も多岐にわたります。秋と言えば実りの秋、収穫の秋。今月号では、滋味豊かな「ほんやま自然薯」をご紹介します。



ほんやま自然薯って？

「ほんやま自然薯」は、寒暖の差が激しい薬科地区でほんやま自然薯部会が栽培しています。粘りが強く色白で、香りが高いのが特長。古くから滋養強壯の健康食材として親しまれてきました。

部会では味、香り、粘りのよいムカゴを選抜し、3年かけてじっくりと育てています。品質の良さはもちろん、イモを真っ直ぐに栽培する技術を確立したことで調理がしやすく手軽に使えると人気になり、2015年10月、全国や海外に誇りうる価値や特長を備えた静岡県の農林水産物「しずおか食セレクション」に認定されました。

「しずおか食セレクション」認定式後の試食会



カードの種類と還元方法を選ぶ！

- ① ポイント専用か、クレジット・キャッシュカード・ポイントが付く一体型か選ぶ
- ② 貯まったポイントを500ポイントずつ自動的に口座入金するか累積するか選ぶ



ポイント専用
 ◎即日発行
 ◎入会金・年会費無料



一体型(ポイント付JAカード)
 ◎クレジット・キャッシュカード・ポイント付与が1枚で完結
 ◎お手続きに1か月ほどかかります(所定の審査があるため)
 ◎年会費が必要です

「ファーマーズマーケットじまん市ポイントカード」はじまん市での買い物に限りですので、ぜひ総合ポイントへの切り替えを!



どのくらい貯まった? ポイントを確認

- ① 購買の送り状の右上で
- ② じまん市のレシートで
- ③ じまん市店舗にある(しづはたを除く)KIOSK端末で(発券もできます)
- ④ 支店窓口、じまん市レジで



ポイント付与はこんなイメージ

「私はJAに貯金が200万円あるわ。ガスもJAだし、肥料や農薬、ジュースで月2万円、じまん市で出荷のついでに買い物するから月5,000円くらい使っているから…」という場合

対象取引	付与基準	付与ポイント		備考
		月	年	
定期預金 200万円	10万円 1P	20P	240P	←毎月ポイントがついてラッキー!
購買品 2万円/月	1,000円 1P	20P	240P	←現金でも未収金でもOK!
じまん市商品 5,000円/月	200円 1P	25P	300P	←マイバック持参やポイント〇倍の日はポイントを貯めるチャンス!

年間合計780P 貯まる!

- ・キャッシュバックを選択の方は毎月15日に500P貯まると自動入金されますのでチェックしてみてください!
- ・累積型を選択の方は大きなお買い物にドーンと使えます。ただし失効期限には要注意!
- ・ポイント付JAカードならJAのポイントとニコスポイントを交換することもできます。

ポイントを使う!

購買やじまん市でカードを提示して「ポイントを使って」とお申し出ください。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へお問い合わせください。

◎JA静岡市ホームページ → JA静岡市について → 総合ポイント制度からご確認いただけます。



ポイント付与基準表

対象取引	付与基準	付与ポイント	ポイント付与日
定期貯金残高	月末残高10万円	1ポイント	翌月20日
購買品当用・農薬予約取引など	購入金額1,000円(税込)	1ポイント	当日もしくは翌日
じまん市での購入	購入金額200円(税込)	1ポイント	当日

ポイント還元基準表

還元方法	還元単位	内容
自動キャッシュバック	500ポイント	自動的にご本人指定口座へ入金
じまん市商品券と交換	500ポイント	じまん市店頭が発券機で商品券と交換
三菱UFJニコスポイントと交換	200ポイント	40Pと交換
お買い物時の値引き	1ポイント	じまん市、購買店で1P1円として使えます

購買のお買い物にも使える

ポイントカードがおトク!

「JA静岡市総合ポイントカード」をご存知ですか?
 JA静岡市では、じまん市で買い物をするとき、ポイントカードに貯まっているポイントを使うことができます。そして「じまん市は近くにないから…」という方には、今年5月18日から購買でもポイントが使えるようになりました。おトクに貯めておトクに使う、JA静岡市総合ポイント制度の活用法についてご紹介します。

総合ポイント制度ってなに?

JA静岡市総合ポイント制度は、「定期貯金」「購買品の購入」「じまん市商品の購入」を当JAですると、付与基準に応じてポイントが取得できるものです。貯まったポイントはじまん市や購買で商品の購入時に1ポイント1円で使うことができます。

- ① 定期貯金、購買品・じまん市商品の購入で、それぞれのポイントが合算されて貯まりやすい(※7ページのポイント付与基準表参照)
- ② 500ポイント貯まると、自動的に口座へ500円のキャッシュバック(ポイントを累積させることもできます)
- ③ じまん市商品券や、三菱UFJニコスポイントと交換できます(※7ページのポイント還元基準表参照)

カードを作るには?

正組合員・准組合員と同居のご家族の方が入会できます。また、新たに1口1,000円の出資で組合員になることもできますので、最寄りのJA支店窓口へお申し付けください。

おトクなポイント!

●スルガエレガント肥大調査

柑橘委員会が特産のスルガエレガントの肥大調査を行いました。40人の生産者が7班に分かれ、約160か所の園地を3日間に渡り調査。生育は良好で、これからの摘果や水やりなどの栽培管理にも活用します。加工品の「す〜ちゃんシリーズ」4品(果汁100%のストレートジュース、マーマレード、つぶつぶゼリー、シロップ)をしまん市で販売しています。(8月3日)

着果・肥大とも例年より良好



●「長田の梨」目揃え会

長田梨委員会が「長田の梨」の目揃え会を開きました。選果基準や出荷規格、病害虫の有無や出荷資材などを確認。主力品種「幸水」から「豊水」に続く8月お盆の出荷に備えました。福地勝久委員長は「雨が少なかったので糖度も12〜13と上々。カメムシの被害もなくいい出来」と話しました。生産者7人が2.5tの出荷を目指します。(7月28日)

みずみずしく糖度上々



●イチジク目揃え会

いちじく委員会が北部販売センターで露地イチジクの目揃え会を行い、生産者など約30人が参加しました。出荷基準などを確認すると、大塚正純委員長は「出荷は昨年より5日から7日早い。雨の影響や病気も少なく生育は順調だ」と話しました。今年度より、販売センターが新規開拓した清水区のスーパーマーケットにも直接出荷されます。(8月5日)

実がしっかり生育!



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



●夏休みこども体験教室

夏休みこども体験教室が「身近な食べ物で実験してみよう」をテーマに開かれ、あさはた・千代田支店管内の小学生など10人が参加しました。ちやくりんを参考に東部プロック女性部員のサポートを受けながら、うるち米ともち米の粘りの違いや、夏野菜の断面クイズなどを実施。実験のあとの実食では、自分で作った五平餅やおにぎりなどを味わいました。(8月9日)

自由研究をお手伝い



●総合学習でマンゴー学ぶ

久能小が久能山マンゴーの学習会を開きました。食育の一環として南部営農経済センターや部農会が協力し、児童や保護者など46人が参加。PTA会長でマンゴー生産者の才茂祐二さんが講師を務め、マンゴーができるまでについて説明しました。その後、児童らは「甘い、おいしい」と歓声を上げながら試食しました。(7月28日)

久能でもマンゴーできるんだ!



●共済代理店コンプライアンス研修会

契約者保護を基本に

共済部がJA共済代理店を対象に、適正かつ健全な代理店活動を行うためのコンプライアンス研修会を開きました。研修には22の共済代理店と代理店担当職員が参加。日常業務を行う上で、常に事業の原点に返り、法令遵守で契約者保護を基本とすること、適正かつ健全な共済代理店活動に徹することを確認しました。(8月16日)



地域の拠り所に

●東豊田支店起工式

老朽化に伴い建替えられる東豊田支店の起工式が、地元組合員や役員、施工業者など約30人が出席し、同支店駐車場で行われました。青山組合長の歎入れの儀など神事が肅々と執り行われ、工事の安全を祈願しました。新店舗は組合員や地域住民の拠り所として、来年2月28日の完成予定です。(8月3日)



元々はミカン農家で、大学在学中には農業実習制度を利用してアメリカのカリフォルニア州に行き、オレンジ、レモン、アボガドなど栽培を学んで帰国。就農時、同年代の人がキウイをちょうど始めたばかりだったこともあり、ミカンに加えてキウイの栽培にチャレンジしました。それ以来40年間、キウイ栽培に携わっています。

最初に栽培していたのは緑色の「ヘイワード」という品種。「アップルキウイ」の後、放射線状に赤色が広がる「レインボーレッド」は15年ほど前から取り組み始めました。昨年、キウイカイヨウ病で「レインボーレッド」が被害を受けましたが、数年前からインターネットで見つけた「東京ゴールド」という黄色いキウイにトライしているところです。キウイ委員会ではJAのチャレンジ支援事業を活用し、会員に苗木を配布して普及を進めています。

「東京ゴールド」は、委員会の東部支部で試食会をして「おいしい、いけるんじゃないか?」ということで始めました。東京の試験場へ視察に行くだけでなく、現地の生産者とはお宅へ伺ったり来静してもらったりと、生育などの情報交換を意識しながら交流をはかっています。今年の秋には委員会からじまん市や市場に「東京ゴールド」を少し出荷できるかな、というところ。来年以降はある程度量もまとまってきて、東京オリンピックの頃にはばっちり出荷するつもりです。

これまでに失敗してきた品種も何十もありますが、新しい品種を取り入れ、モノにしていくことは面白味があります。特に「レインボーレッド」は、栽培から販売まで0からスタートして、資材などを作ったり、PR活動を行ったりと、思い入れもあります。被害を受けなかったレインボーも少しだけある中で、ヘイワード(緑)・レインボー(赤)・東京ゴールド(黄)の3色が出荷できるようになればいいと思います。農家それぞれ、農産物それぞれに、栽培する上でのこだわりやポイントがありますが、そこをきっちり押さえながら、納得いくものを作っていきたいです。

何度失敗しても、新しい品種を完成させていくのは面白いです。

今月はキウイフルーツに挑戦する
葵区羽高
森 龍介さん(64)



東京ゴールド



レインボーレッド



自然災害に備えるために 女性部リーダー研修会

女性部正・副支部長59人が参加して、リーダー研修会を開きました。静岡県防災センターで、災害の映像や震度6強の揺れなどを体験。JA本店で、6班に分かれて自分たちができることを話し合いました。炊き出しへの協力や、町内の訓練で避難・安否確認の方法を共有するなどの意見が出され、結果を班ごとに発表しました。

【7月29日】

「青壮年部闘茶会」松川さん全国大会へ 青壮年部茶部会

第34回静岡県茶生産青年茶審査技術競技会が静岡茶市場で行われ、当JA茶部会から予選を勝ち抜いた5人が出場しました。外観による産地判定、浸出液服用による茶品種鑑別などで競い合い、個人の部で松川洋平さんが5位に入賞。県代表メンバーとして全国大会へ出場します。1チーム5人の団体の部でもJA静岡市が2位に輝きました。

【8月9日】



「意見交換会」役立つJAに 青壮年部・女性部

青壮年部・女性部の代表者17人が常勤役員と意見交換会を行いました。各部会より本年度の活動計画の報告と、「遊休農地を減らす活動」や「新規就農者に対する支援」、「JA静岡市のブランド米作り」や「農作業の請負事業推進」などの要望が出されました。JAからは、要望に対する取り組み状況や実施時期が示され、課題などについて意見交換を行いました。

【8月9日】

納涼祭盆踊りでにぎやかに 長田ブロック

長田ブロック納涼祭が、農産物集出荷場で開かれました。女性部が主催し、青壮年部や部農会、生産部会や長田じまん市などが協力。職員も1支店1協同活動の一環で、金魚すくいやわなげなどの模擬店で参加しました。祭りは、櫓の太鼓に合わせて盆踊りでスタート。女性部員の指導で練習した職員も浴衣姿で踊りを盛り上げました。

【8月27日】



電気柵の安全点検をしましょう

昨年、県内で鳥獣被害対策の電気柵による死亡事故が発生し1年が経過しました。電気柵は、イノシシやシカなどによる農作物被害から農地を守るために不可欠なものです。使用方法を誤ると事故を引き起こす可能性があります。電気柵の安全と効果維持のため適正管理をしましょう。

PSEマーク



特定電気用品



特定電気用品以外の電気用品

電気柵 設置上の注意

1. 電源および漏電遮断器の設置

公道沿いなどの人が容易に立ち入る場所に設置する場合で、家庭用コンセント等30V以上の電源を使用するときは、**漏電防止のために漏電遮断器の設置が必要です。**

2. 電気柵用電源装置の使用

感電の危険がないように、出力電流が制限される**電気柵用電源装置を使用する必要があります。**

3. 開閉器(スイッチ)の設置

電気を供給する回路には、事故等の際に容易に電源から解放できるように、**開閉器の設置が必要です。**

4. 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。



かんでんちゅうい!



感電注意
Caution, electricity

セミナー&サークル活動



自家製バジルを使ったソーセージ教室が開かれました。参加者は6月のハーブの栽培講習会を受けた9人で、配布された苗を育てて収穫して持ってきました。バジルの他にも一味や黒こしょうを入れながら、できたソーセージは1人40本以上!ゆでたてを試食し、舌鼓を打ちました。

【8月23日】



じまん市(じも)店長
夏休みの3日間、南部・北部・長田(じまん)市で、14人の子供たちが「1日(じも)店長」として活躍しました。開店時には「いらっしゃいませ!」と声を掛けながらかごを渡したり、冷茶サービスや旬の果物の販売PR、店内アナウンスにもチャレンジ。元氣いっぱい、素敵な笑顔でお客さまをお迎えしました。

【8月24・6日】

部農会活動

【部農会組織活性化支援事業】を活用してみませんか?

[1.助成金額] ▶ 事業費の1/2(上限50,000円)

[2.助成の対象となる事業]

JAだより

1. 地域農業振興活動

- ◎ 青空市、直売所の開催・推進活動
- ◎ 地域特産品JUKUの推進活動
- ◎ 農道管理
- ◎ 農地保全・荒廃地の解消や作物振興活動・遊休農地耕作放棄地の再生利用
- ◎ 放任竹林対策事業
- ◎ 農産物安定生産、安全安心な農産物生産に対応する活動
- ◎ 新規就農者、定年帰農者、次世代後継者対策として部農会への加入推進

2. 食農教育支援活動

- ◎ 農作業体験や食農教育実践活動

3. 有害鳥獣対策

- ◎ 地域一帯型集団防護柵の維持管理活動
- ◎ 緩衝帯の設置、管理活動
- ◎ 鳥獣害対策学習活動

JA静岡市ホームページ「オアシス」で活動紹介しています
※詳細については、営農経済センターなどにご相談ください。

門屋・下部農会「農道整備」の様子

農業体験と独身農業者との出会いの場

ウィークエンドアグリ

参加者募集!!

第1回

さつまいも掘りとスイートポテト作り
10月30日(日)9:00~16:00

第2回

いちご狩りとソーセージ作り
2017年2月26日(日)9:00~16:00

対象

市内で農業を営む20歳~49歳までの独身男性15名
農業に興味のある20歳~49歳までの独身女性15名 ※多数抽選

会場

JA静岡市本店4階料理教室
(静岡市駿河区曲金五丁目4番70号)

参加費

第1回 2,000円
第2回 3,000円

申込み期間

第1回 8月15日(月)~9月30日(金)まで
第2回 1月5日(木)~1月31日(火)まで



詳細や応募は 公式ホームページ▶
お知らせ▶イベント からも見られます。

お問合せ
&
お申込み

JA静岡市 営農課
☎054-288-8440 (担当 山本)

駿府本山お茶壺道中行列のご案内

駿府本山お茶まつり委員会主催 第34回 駿府本山お茶壺道中行列

2016年10月23日(日) (※道中行列は雨天中止)

スケジュール

8:00~ 大日峠「井川お茶蔵」にて蔵出しの儀を開催
10:00~ 市中行列/静岡茶市場~駿府城公園まで
14:00~ 久能山東照宮にて口切の儀



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?!



葵区内牧 とおる
犬塚 亨さん
野菜

昨年、新規就農しました。まだまだ思ったようには出来ないけど、リピートしてくれるお客さんも徐々に増えてきて励みになります。先月、圃場近くで裏山付の家に引っ越し、将来は果樹にも挑戦したいと思います。

私が次に紹介するのは → 葵区大岩 田村雅生さん です。
田村さんへ一言◎「パーベキューでもやりましょう!」



葵区水見色 よりこ
折井 依子さん
野菜

主人が亡くなって9年、家の周りの茶畑を畑にかえて野菜を作っています。畑は油断するとすぐ草がはびこってしまい、毎日ひとりで草と運動会です。

私が次に紹介するのは → 葵区大原 田中さち江さん です。
田中さんへ一言◎「野菜作りは自然との戦い。頑張ろう!」

※9月号掲載の「オアシスnoWA」に誤りがありました。葵区産女の牧野さんのお名前は「美千代さん」です。訂正してお詫びいたします。

葵区柿島 みどり
望月 翠さん
茶



田町より玉川地区柿島に嫁いで32年。林業の傍ら小規模ながらお茶も生産しています。地域の和太鼓緑風会と銭太鼓に加わりボケ予防に励んでいます。愛猫のコテツとテンツクに日々、癒されています。

私が次に紹介するのは → 葵区柿島 中村まり子さん です。
中村さんへ一言◎「嫁っこ先輩のまりちゃん、また猫トークしましょう!」

葵区油山
望月 愛子さん
イチゴ



ボケ防止とストレス解消で、銭太鼓サークルに入っています。月2回、先生に教わった曲をみんなで楽しんでいます。松野では、小学生と銭太鼓の練習をしています。私は孫と一緒に銭太鼓をやれるのがとても嬉しいです。

私が次に紹介するのは → 葵区下 小林百合子さん です。
小林さんへ一言◎「久しぶりに、同級生で昔話をしたいですね!」



OASIS 読者めーる

- 夏野菜が豊かな季節になりました。静岡市はいろんな食材が近くに採れ安心です。私は毎日の食事作りにじまん市に出掛けては地産地消を心掛けています。安心安全な農産物加工品をお願いします。
〈葵区/女性/25歳〉
- 今年初めて、丸ナスの苗を買ってきて栽培しています。
〈駿河区/男性/87歳〉
- プロッコリは、いつもおいしくいただいております。ゆでかたとうんと味が変わってしまいます。これがキーポイントです。
〈葵区/男性/75歳〉
- ヨドメでる以外にも、蒸しなら栄養が逃げず、電子レンジでの調理もお手軽でオススメです。家庭農園でプロッコリの栽培を掲載し、育ててみますというおたよりもいただきました。自家製プロッコリをこだわりの方法で食べるのも良いですね。
〈清水区/女性/59歳〉
- 桃果実品評会で金賞の杉山さんがとにかく手のかけ方が違い、大事に大事に育て上げますので、桃も頑張ったのでしよう。ありがと一言ありがとうございました。
〈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

※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

「成年後見制度」について ① 前編

今回は、2回に渡って「成年後見制度」について解説します。

年見人等)を選んで本人を支援する制度です。この制度は、「法定後見制度」と「任意後見制度」の大きく2つに分かれますが、今回は「法定後見制度」についてお話しします。

法定後見制度

物事を判断する能力が不十分だと、契約や遺産分割等をする際に、自分にとって有利な判断ができず、自分の権利を十分に守ることができません。それどころか、悪徳商人や周囲の人に騙されて、大切な財産を失うことになりかねません。また、契約の相手方からしても、物事を判断する能力がない本人や、身内などが代わって行った契約等では後で無効にされるおそれがありますから、安心して契約等をすることができません。

「法定後見制度」は、本人の能力が十分でなくなつてから成年後見人等を裁判所に選任してもらう制度で、本人の判断能力に応じて「後見」「保佐」「補助」の3段階の制度が用意されています。

● 静岡県弁護士会(自治会ホームページ利用問合わせ先) TEL.054-252-0008



弁護士 山本 正幸

★次回は、「任意後見制度」について解説いたします。

「補佐」は本人の判断能力が不十分な場合で「補助人」が選任され、法律が定める特定の事項の一部について、保佐人と同様の同意権・取消権・代理権が付与されます。

「補助」は本人の判断能力が不十分な場合で「補助人」が選任され、特定の事項の代理権、特定事項以外の事項についての取消権や同意権を付与することができます。

「保佐」は本人の判断能力が不十分で、預貯金や相続など特定の事項について、本人は保佐人の同意がなくてはできず、同意なく行った場合は保佐人が取り消すことができます。また家裁の判断により、保佐人に特定事項以外の代理権、特定事項以外の事項についての取消権や同意権を付与することができます。

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

有限会社清水養鶏場

古来タンパク源として、そして我々の日常生活に欠かせない食料のひとつ「タマゴ」を生産・販売している葵区遠藤新田の有限会社 清水養鶏場を紹介します。「美黄卵」と聞けば、じまん市で見かけたこともあるかも。鶏の健康のために、エサは自家配合でオリゴ糖、海藻、カキガラ、国産魚粉など20種類を使用。飲み水は弱アルカリの地下水です。

安全・安心でうまいタマゴを生むには、鶏の管理が重要と話してくれたのは、後継者の清水祐輔さんです。祐輔さんは、近い将来スチームオープンを導入し、プリンなどの加工品を充実させていく予定です。



美和支店 MA(渉外)リポーター 栗山佳久

★こだわりの美黄卵を使った「シフォンケーキ」がオススメ!



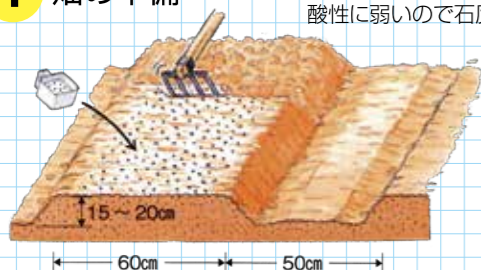
- 葵区遠藤新田41-3
- TEL/054-296-0064 FAX/054-296-3920
- 営業時間/店舗◎9:00~17:00(年中無休) 自動販売機◎24時間購入可能

お店info

▶ 次はしづはたブロックです

1 畑の準備

種まきの少なくとも半月前くらいに畑の準備を行う
酸性に弱いので石灰を散布してから耕す

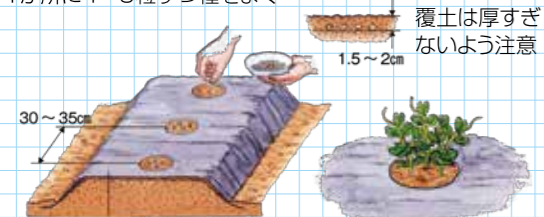


- <1㎡当たり>
- 石灰/大さじ2~3杯 (酸性の畑では増量する)
 - 堆肥/5~6握り
- 畝を立てるときに元肥として
- <畝の長さ 1m当たり>
- 化成肥料/大さじ3杯

2 種まき

畝全体にマルチフィルムをする

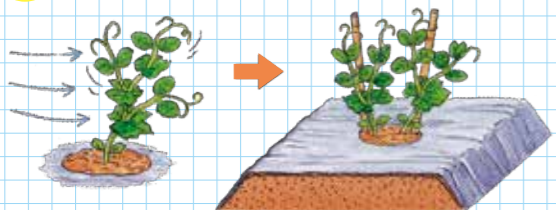
1か所に4~5粒ずつ種をまく



黒色ポリエチレンフィルム

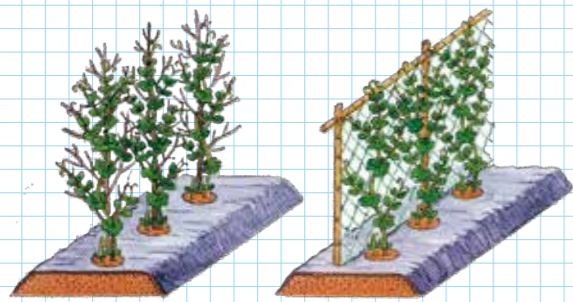
発芽し伸び始めたら、
2本を残してほかは間引く

3 支柱立て



風に振り回されると非常に折れやすいので、
早いうちから仮支柱を立てることが大切

本支柱は材料を選んで早めに立てる



木の枝や笹竹などの
小枝の多いものなら最適

目の粗い誘引用ネットに
蔓を絡ませる

4 追肥

第1回 春先に勢いよく蔓が伸びだしたころ、マルチフィルムを
めくって、畝の片側に肥料をまき、土と混ぜ合わせながら畝を形づくる

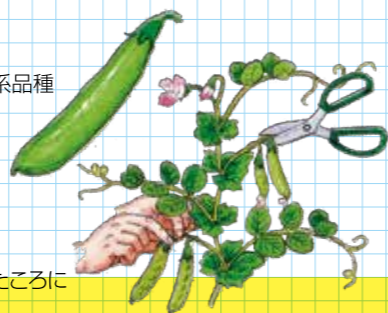
- <1株当たり>
- 化成肥料/大さじ1杯



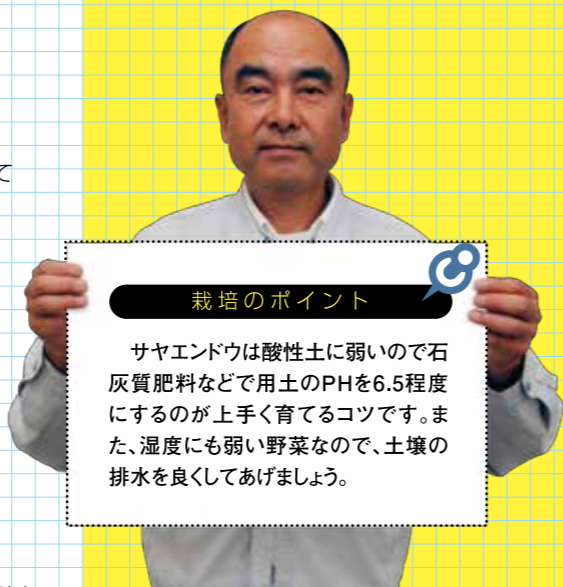
第2回 盛んに開花するようになったころ、畝の反対側に
前回と同じく追肥する

5 収穫

- キヌサヤ系・スナップ系品種
子実が太ってきたころ、
さやにつやがあり
みずみずしいうちに
- 大さや実どり系品種
さやにしわが出始め、
子実の太りがはっきりしたころに



しづはた営農経済センター
長田義之



栽培のポイント

サヤエンドウは酸性土に弱いので石灰質肥料などで用土のPHを6.5程度にするのが上手く育てるコツです。また、湿度にも弱い野菜なので、土壌の排水を良くしてあげましょう。

サヤエンドウ

育てるを楽しむ。

家庭農園

ENJOY the HOME GARDEN

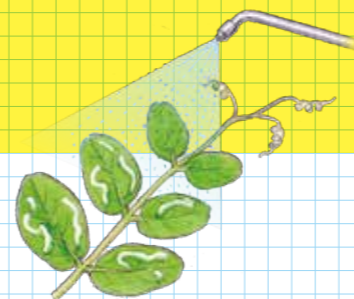
料理の彩りじゃもったいない
色・食感・栄養を兼ね備えた優秀食材

★栄養
風邪予防や美容効果のあるビタミンCが多く含まれるほか、整腸作用のある食物繊維、抗酸化作用のあるβカロテンなどを含む緑黄色野菜です。

★食へ方のポイント
料理の彩りだけではもったいない！たくさん収穫できたらエビやイカと炒めたり、卵とじしたり、メニューの主役としてたっぷり食べましょう。

サヤエンドウは、エンドウマメを未熟な若いうちに収穫し、さやごと食べる時の名称です。古代ギリシャ、ローマ時代から栽培され、さや用として日本に栽培が始まったのは江戸時代から。品種はキヌサヤ系、スナップ系、大さや実どり系があります。連作障害の出やすい代表的な野菜なので、少なくとも4~5年は同じ場所での栽培を避け、酸性の畑では石灰を施してから栽培に取りかかることが大切です。蔓が伸びてきたら、風で折れないように支柱を早めに立てましょう。

◎薬剤散布



- 害虫
- アブラムシ
 - トレボン乳剤
 - ハモグリバエ・ヨトウムシ
 - フレバソフアブル5
- 病気
- うどんこ病
 - ハーマイイト水溶剤

★病害虫の防除
一般の地域のまきどきは、10月中旬から下旬です。低温に弱いので、秋のうちに大きく育ちすぎないよう適期に種まきをして、越冬中の寒害を防ぎましょう。春先に、葉に落書きしたような模様が見えたらハモグリバエの幼虫の被害です。薬剤散布で早めに防除し、1回の散布で改善しない場合は再散布が必要です。

サヤエンドウの栽培カレンダー

	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										●		
収穫						●	●					

※露地栽培(温暖地)の場合

グッド
スマイル

今月のステキな笑顔を紹介します。



Good Smile

お茶大好き



葵区福田ヶ谷
祖父 深井 栄一さん 祖母 房子さん

なお
深井菜央ちゃん(3歳)



みはな 海野心花ちゃん(左:7歳) けいじゅ 桂樹くん(右:5歳)
さくみ 咲実ちゃん(中央:2歳)

葵区内牧 父 海野年起さん 母 季美代さん
祖父 海野晃一さん



お茶大好き

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

じまん市で使っている方の多いポイントカード。じまん市のイベント時などには「当日ポイント3倍!」といったお得なチャンスもあり、メルマガやホームページでお知らせしています。その他にも、実は定期預金や購買品でも貯まる&使えるんです!ではこのお得な制度は、JA静岡市〇〇〇〇〇〇制度でしょうか?

応募方法

Eメールか、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500円分を進呈します。



応募締切 平成28年10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

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。

8月号オアシスクイズの答え▶栄養

健やか



いつも元気! Q&A

「ピロリ菌感染症について」

FILE>>45

ピロリ菌が胃がんの原因になると聞きました。感染していたらどのような治療をするのですか?

薬で除菌できます!

ピロリ菌とは?

ピロリ菌とは、正式名称を「ヘリコバクター・ピロリ」といい、「ヘリコ」は螺旋、「バクター」は細菌(バクテリア)。「ピロリ」は胃の幽門(出口)と言う意味で、螺旋形をした胃の幽門部から発見された細菌です。以前は慢性胃炎や胃・十二指腸潰瘍の原因がたばこやストレス、体質によるものと考えられていましたが、実はピロリ菌が原因であることがわかりました。また胃癌の99%はピロリ菌感染が下地となっています。

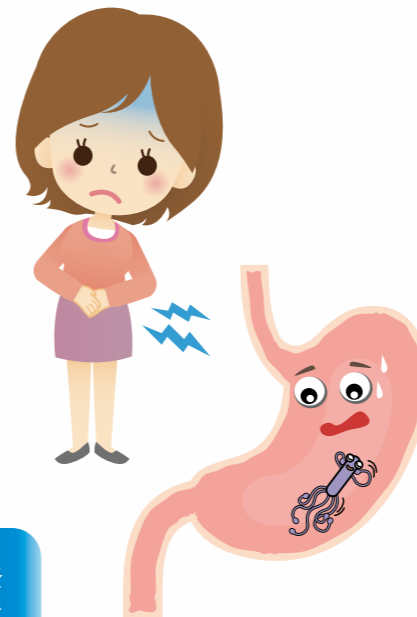
いつ何処で感染する?

ピロリ菌は水や食べ物などから感染すると考えられており、5歳以下の幼少期に感染します。日本人の感染率は全体で50%以上、年代別では50歳以上の感染率が大変高くなっています。その原因としては幼少期に上下水道など衛生環境が整っていなかった時期を過ごしたためと考えられます。

▼日本人の年齢別感染率

年齢	感染率
0~20歳	5%
20~30歳	20%
30~40歳	25%
40~50歳	40%
50歳以上	80%

また、一度感染すると生涯にわたり感染状態が続きます。ピロリ菌に感染している人が全て病気になるわけではありませんが、胃炎や胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃癌になる確立は非常に高くなります。



検査方法

検査法① 内視鏡を使わない検査

尿素呼吸試験・・・検査薬を飲んだ後、呼吸を集めて検査します。
抗体測定・・・感染によってできた抗体を血液、尿で検査します。
糞便中抗原測定・・・糞便中のピロリ菌抗原を検査します。

検査法② 内視鏡で採取した組織を使う検査

迅速ウレアーゼ試験・・・組織の中のピロリ菌の酵素を調べます。
鏡検検査・・・組織を染色して顕微鏡で調べます。
培養法・・・組織を培養します。

治療方法

もしピロリ菌が見つかったら、薬を服用して行う除菌療法を受けます。胃酸を抑える薬と、2種類の抗菌剤を1週間飲むことで除菌が出来ます。



◎最近胃の調子が悪い、以前胃・十二指腸潰瘍を患ったことがあるなど、気になる方は検査を受けてみてはいかがでしょうか。



JA静岡厚生連静岡厚生病院
臨床検査技師

井上稔之