

# オアシス

JA 静岡市  
O A S I S

特集



薬科支部

佐藤 亘子さん

女性部発表大会東海北陸大会で最優秀賞受賞。全国へ!

「畑から教室へ、野菜の美味しさ届けます」



給食大好き  
いただきます

2018

9

Vol.212

<http://ja-shizuokashi.org/>



オアシス

2018

9

Vol.212

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：企画部広報課

JA静岡市

検索

## しずおか食べごろレシピ



南の駿河湾から北の南アルプスまでを管内とするJA静岡市は、食材の宝庫!家族みんなが笑顔で食事を楽しめるよう、旬の地元農産物を使った“とっておき”のレシピを紹介します。

### さっぱりといただく★ ナスと鶏肉のポン酢炒め



秋ナスのさっぱりといただく★  
ナスと鶏肉のポン酢炒め



#### 材料(4人分)

- ・ナス…中3本
- ・鶏もも肉…250g
- ・シメジ…1パック
- ・塩・こしょう…適量
- ・ポン酢…大さじ3
- ・砂糖…大さじ1
- ・水溶き片栗粉
- ・(片栗粉小さじ2を大さじ1の水で溶く)
- ・細ネギ…適量
- ・サラダ油…大さじ2

#### つくりかた

- ① ナスは縦に二つ割りにし、7~8mm厚さに切る。鶏肉は一口大に切り、シメジは小房に分ける。細ネギは小口切りにする。
  - ② サラダ油で鶏肉を炒め、ある程度火が通ったらナス、シメジを加えて炒める。
  - ③ Aの調味料を加え、塩・こしょうで味を調えたら水溶き片栗粉でとろみをつける。
  - ④ 皿に盛り、細ネギを散らしてできあがり。
- ★ナスを素揚げすると色鮮やかに仕上がります。

#### 二度おいしい野菜です 秋ナス



ナスは夏に一度収穫し、剪定や根を切るなど手をかけると新しい芽や根が出て秋に再び収穫できます。(オアシス8月号営農スタディレポートで紹介)これを秋ナスと呼んでいます。株が元気になるので味も良く、皮の濃紫色の色素アントシアニンは抗酸化作用があるといわれています。焼く、煮る、炒める、揚げる、漬けるなどさまざまな調理法で秋ナスを堪能してください。

おいしいをつくりましょ。 JA 静岡市



# レッサーパンダの聖地・静岡市 日本平動物園

愛らしい姿と仕草で人気のレッサーパンダ。  
レッサーパンダ館では、手の届きそうな近さで、その様子を見ることができます。  
日本平動物園は、全国の動物園にいるレッサーパンダの飼育指導や繁殖管理を担当しており、まさに「レッサーパンダの聖地」です。



タク  
2010年6月15日生  
♂(オス)  
エサに対する  
執着心はNo.1!



中薬科小学校4年1組の皆さん  
「パクパク給食おうえんたい」の野菜に感謝を  
込めて、いただきま〜す♪  
※学校給食事業については特集をご覧ください。

◀ 今月の表紙 ▶



女性部発表大会東海北陸大会で  
最優秀賞受賞。全国へ!

薬科支部 佐藤 亘子さん

「畑から教室へ、野菜の美味しさ届けます」

OASIS TOPICS

- ・大川中学生茶挿し木講習 ・小学生がお茶工場を見学 ・柑橘共選場総会
- ・清掃活動で地域とつながる ・石垣イチゴの石垣積替
- ・夏っ得フェア開催 ・富士山でっぺん茶



育壮年部・女性部・シズ・カレ アクティブレポート

- ・新入職員の農業体験指導 ・ヤングママ「ラー油作り」
- ・ソレイユ開講式&バター作り
- 今月の\*シズ・カレ\*/コサージュ作り〜3期生卒業式〜

営農スタディレポート

育てるを楽しむ。家庭農園 ~ミズナ~

TRYぎ・農業

「何事にも前向きに挑戦する」/ 葵区内牧 杉浦 操さん

この町のわたしの好きなど

健康情報 いつも元気! Q&A

「ペインクリニックについて」

JAだより&読者めーる

組合員紹介リレー オアシスpeopleリンク

JA SHIZUOKA INFORMATION しずおかinfo

生活に役立つ情報

Good Smile/オアシスクイズ

しずおか食べごろレシピ 「秋ナス」

特集

# 佐藤 亘子さん

薬科支部



## 女性部発表大会東海北陸大会で最優秀賞受賞。全国へ!

### 「畑から教室へ、野菜の美味しさ届けます」



給食グループ「バクバク給食おうえんたい」のメンバー



JA静岡市女性部薬科支部の佐藤亘子さんは今年2月27日、静岡県女性部発表大会事例発表団体の部へ出場し、最優秀賞を受賞。7月4日、焼津グランドホテルで開かれた東海北陸大会へ出場しました。各県の代表7人が発表し、佐藤さんは「畑から教室へ、野菜の美味しさ届けます」と題して発表。女性部や地域、行政を巻き込んで学校給食へ農産物の納入を始めたほか、給食用の野菜を子供たちと一緒に栽培するなどの食育活動が高く評価され、みごと最高賞の最優秀賞を受賞しました。佐藤さんは来年1月に、全国大会で記念発表を行います。

今回の特集では、佐藤さんたちが取り組む「学校給食事業」についてご紹介します。



「わあ、芽が出た」「葉っぱが虫に食われてた!」

子供たちが「きゅうしよく畑」で体験したことを楽しそうに話しています。「きゅうしよく畑」は子供たちと私たち生産者が学校給食の食材の栽培を通じて、野菜のことや農家の仕事を知らずとも、野菜のことに作った畑です。

学校給食では、子供たちに好き嫌が多いこと、特に野菜の食べ残しが問題になっていると聞きました。どうしたら野菜を食べてもらえるだろう?新鮮な野菜のおいしさを知ったら食べてくれるかも。そんな思いから、私たちJA静岡市女性部で学校給食事業に取り組むことになりました。

### ダイコンの栽培からスタート

さっそく、給食で使う野菜を栄養士さんと話し合い「ダイコン」に決定。通路沿いにある男性理事の畑を借り、JAの指導員の協力で子供たちと種まきからスタートです。小さな手で「粒ずつ丁寧にまき、登下校の時にもダイコンの成長をしっかりと観察してくれました。間引きした抜き菜は特別に、みそ汁になって給食に登場。家庭でも食卓に上り、ダイコン栽培の話で盛り上がったそうです。

そして収穫。栄養士さんも参加して畑は大騒ぎ。大きく立派に育ったダイコンに、みんなの笑顔がとて印象的でした。そぼろ煮となつて給食に出された時は、「今日のダイコンおいしかったあ」と、残さず食べてくれて私たちも大満足!自分が育てたからこそ、愛着をもつて食べることでできたのだと思います。



きっかけは「女性理事たちの主農会談」

平成19年、JA静岡市の女性理事が3人に増えたことをきっかけに(私はそのうちの一人になってしまったのです)、3人で「男性理事にはできないことをやろう!」と決めました。そして、農家のお母さんの思いを活かせること、それはやっぱり「食育」だ!と考え、「学校給食へ野菜を納入する」とを目標にしました。

ちょうどその頃、平成17年に食育基本法ができ、これまでに以上に食育について関心が高まっていました。「これはいけない!」と、学校給食に地場農産物を取り入れてもらえるよう静岡市にとびこみで提案。しかし、「農家が直接納入するという前例がない」とあっさり却下されてしまいました。

目標は決まったのに行く手を阻まれ…



作戦変更でJA・県・市が協力!

作戦変更です。JAにも協力してもらい、県や市と何度も交渉し、やっと話し合いの場を設けてもらうことができました。その結果、取引業者として入札するのではなく、地産地消の推進と児童への農業体験を含めた食育活動の一環として食材を提供することで道が



開けました。

静岡県の「学校給食地産地消の日モデル事業」へも協力し、平成22年、県、市、JAが「薬科・梅ヶ島学校給食事業推進協議会」を設立。配食数約400の薬科学校給食センターへ農産物を納入することが決定しました。みんなで盛り上げようと、女性部や地域の生産者、小学校などに呼びかけました。地元男性理事や女性部員有志、そして中薬科小学校では「子供たちに野菜のおいしさを知ってもらおう良い機会」と、農業体験にも快く参加してもらえることになりました。



薬科支部

佐藤 亘子さん 女性部発表大会東海北陸大会で最優秀賞受賞。全国へ!

「畑から教室へ、野菜の美味しさ届けます」

### 役割分担を明確に



この事業は、給食に関わるそれぞれが役割をもって進めました。

#### 1. 児童の取り組み

「きゅうしよく畑」の作業とその様子をポスターにしたり、給食に地元の農産物が入っている日は校内放送で知らせる。

#### 2. 生産者の取り組み

「きゅうしよく畑」の管理と、給食センターへ農産物を納入する。

#### 3. 給食センターの取り組み

地元の農産物を計画通りに献立に取り入れる。地元の農産物を安全でおいしい給食にする。

### 課題は話し合いでクリア

学校給食は、決められた日に決められた野菜を届けたり、子供たちが収穫した野菜を使うことだけが目的ではありません。採れたての野菜の味、それを作る農家の営み、給食作りに関わる人たちのことなど、食や農の大切さを子供たちに伝えることも大事だと考えました。そのためには、給食に携わる人たちに農業や野菜のことをもっと理解し

### 増える種類と納入量



2種類の野菜納入から始まった学校給食事業も、平成23年度には納入業者として登録。あらかじめ給食グループを立ち上げました。コツコツとわずかな量から丁寧に対応してきた結果、今では2万食を超える大規模給食センターから依頼がくるようになりました。「じまん市」にも協力してもらえようになり、「松野ゴボウ」「中平シイタケ」「長田唐芋」といった生産量の少ない地元の野菜を納入し、給食の時間に生産者が出向いて野菜の

てもらうことも必要だと思い、お互いの職場である畑と給食センターの見学会を行いました。



#### ◎生産者のここをわかって!

- ・畑仕事は重労働
- ・自然相手の野菜作りは計画通りにはいかない
- ・ダイコンはみんな真っ直ぐ育つわけじゃない

#### ◎栄養士のここをわかって!

- ・給食センターは100%衛生的でなければならぬ
- ・2万食を超える給食作りには機械を使用するので、規格外、曲がった野菜は機械で処理できない

など、情報交換することで互いの立場を理解し合うことができました。

特徴や栽培の様子を伝える取り組みも始めました。

野菜の旬を知らなかった栄養士さんも、今では畑に出向き、野菜の成長を写真に撮って子供たちに知らせてくれるようになりました。子供たちが喜んで食べられるだけでなく、先生や保護者の皆さんからも「これからもずっと続けてほしい」と言われています。

### 学校給食事業のこれから

今年6月、グループに名前をつけました。その名も「バクバク給食おうえんたい」! 女性部や地域の生産者、じまん市出荷者など約30人が協力してくれることになりました。納入野菜の種類拡大や出荷量の増加をめざし、給食センターやJAとの連携をいっそう深めながら進めていこうと思っています。

地元の農産物のおいしさを感じて育った子供たちは、大人になっても郷土への愛着をもつことができます。「いただきます」の本当の意味を感じ、野菜をおいしいと喜んで食べてくれる子が一人でも増えるよう、今日もきゅうしよく畑から教室へ、野菜の美味しさを届けます!

### 苦労は絶えない

そうはいっても形が不揃い、ダイコンにすが入っていて返品、イノシシに荒らされて急ぎよじまん市から買ったなんてこともあったし、サツマイモを3日連続で納入なんて時は、「腐るもんでもないし、まとめて納めさせてくれればいいの」と思ったこともあります。

見積書は2か月前に出すので、100円で見積もった大根が500円になった時は、「産直市に出せば高く売れたのに...」と思うこともしばしば。運搬のための交通費だつてばかにならず、足が出ることも少なくありません。

事務も複雑で、もっともこれはJAにお願いしていますが、書類作りや代金決済、赤字の補てんなども含めて多々お世話になっています。

「細かい作業が多くて面倒」と思うこともありますが、子供たちの笑顔と栄養士さんの「苦労さま、お残しも少なかったですよ」という声掛けが私たちの励みです。



苦労の連続

▼給食の時間をCMにしました



▲納入はほぼ毎日増えました

佐藤さん 受賞のコメント

女性理事の仕事で始めた給食事業が、こんなに長く続くとは思っていませんでした。皆さんの協力のおかげで、地道で手間のかかるこの活動が認められてとてもうれしいです。これから

も子供たちの笑顔を支えに頑張っていきたいと思えます。



薬科支部 佐藤 亘子さん

※文章は発表原稿をもとに集約・略した部分があります。

自己改革

清掃活動で地域とつながる

昭府町支店の職員11人が1支店1協同活動として近隣道路や歩道などの掃き掃除や草むしりをしました。支店の認知度向上と地域住民が気持ちよく通れることが目的で、毎月1回第3木曜日の業務開始前に実施しています。秋山尚充支店長は「清掃を通じて地域の皆さんとコミュニケーションをとり、支店をより身近に感じてほしい」と話しました。

地域の皆さんが気持ちよく通行できるように



7/19

地域のイベントやほっと♡する話題がいっぱい



オアシストピックス



7/20

伝統はほくたちが守る！



石垣イチゴの石垣積替

久能小の3年生3人が、校内のイチゴのハウスで石垣の積替作業を行いました。伝統の栽培方法を青壮年部員やJA職員などが指導。一度石垣を外し、表面の土に堆肥などを混ぜながら1段1段丁寧に積み直しました。宮田航希くんは「作業は暑かったけど楽しかった。先輩から受け継いだ石垣だから、しっかり守つて2年生に引き継ぎたい」と話しました。

6/26

地域の伝統と想いを継いでいく



大川中学生茶挿し木講習

静岡茶の茶祖・聖三国師生誕の地である大川地区で、大川小中学校が地元生産者の協力で茶の挿し木講習会を開き、中学生13人が参加しました。育てた苗木は生徒が地区を代表して修学旅行先の京都・東福寺の境内に植樹することを伝統にしています。同校中学2年生の河内叶夢くんは「地元の皆さんの気持ちを背負って東福寺に植樹したい」と決意を示しました。

自己改革

小学生がお茶工場を見学

東豊田小学校3年生が薬科営農経済センター協力のもと、(有)ネクトの荒茶製造工場の見学をしました。静岡市各地の産業を見学し、「静岡市のじまん」を知ることが目的です。石原弘敏社長は「児童たちが大人になってお茶を次世代へ継いでほしい」と話しました。4日には賤機南小学校3年生が(有)サランティーショップはたの荒茶製造工場の見学をしました。

7/4 サランティー 7/18 ネクト

お茶は静岡市のじまん



夏っ得フェア開催

生活事業「ふれあい夏っ得フェア」が本店で開かれました。小型の農機具の展示や農作業用品、寝具や調理器具、生活用品などを取り揃え、暑い中来てくださる皆さんに涼を取ってもらおうと、会場入り口にはミストシャワーを設置してお出迎え。1,874人の来場者でにぎわいました。女性部の加工品の販売や冷茶のサービス、お子さん向けのゲームも人気でした。

日頃の感謝をこめて



7/21・22

7/28

静岡茶の発展を祈願



富士山てっぺん茶

茶生産者や茶商、茶インストラクター、JA職員などが富士宮浅間大社本宮で、静岡茶の発展を祈願して奉納御祈禱を行いました。富士山頂にて行う予定でしたが台風12号の影響を受け計画を変更、本宮で参拝客などに静岡茶を振る舞いました。午前中は晴天に恵まれ、用意した冷茶をおいしく味わってもらいました。

7/10

出荷量増加を目指す



自己改革

柑橘共選場委員会総会

柑橘共同選果場委員会が第23回柑橘共同選果場通常総会を開きました。生産者や市場関係者など72人が出席し、2017年度の事業報告と2018年度の事業計画の2議案を承認しました。出荷成績優秀者を表彰しました。中川恵章委員長は「チャレンジ支援事業を活用し、生産者・出荷量増加を目指す」と決意表明しました。

# 営農スタディレポート



営農課  
宇佐美侑子

## ケーススタディ 11

### 暑さに強く、育てやすく、おいしい米「きぬむすめ」

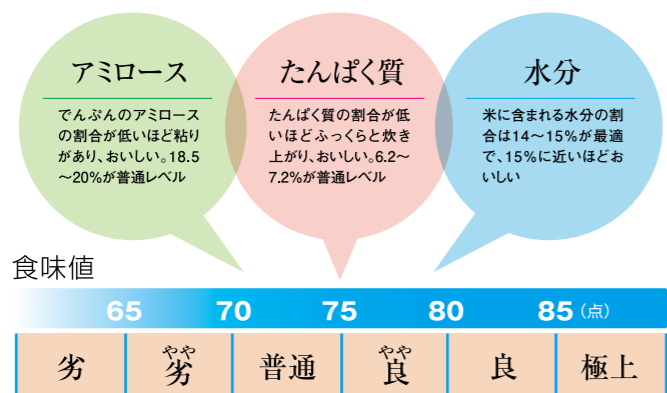
「きぬむすめ」は2012年に静岡県の奨励品種に認定され、その翌年からの試験栽培を経て、静岡市内での栽培が始まりました。コシヒカリなどの有名なお米に比べると全国的な知名度はまだという部分がありますが、暑さに強く育てやすくとてもおいしいので、今後の活躍が非常に期待されているお米の一つです。現在、管内では約28ha栽培されています。



食感は、柔らかく粘りがあり食味はあつさりしていますので、いつ食べても飽きがくることはありません。おいしいお米を毎日食べたいという人におススメですし、冷めてもそのモチモチ感が失われることはありません。いつでもおいしく食べることができるところも「きぬむすめ」の嬉しいところです。

この「きぬむすめ」は当JAで開催されている玄米品評会にも出品されており、とてもいい評価が出ています。また、「お米日本コンテスト」でも金賞などを獲得し、全国でも極上と評価されています。(下の表参照)

このおいしい品種「きぬむすめ」は各じまん市で地元生産者が栽培したものを販売しています。9月後半から10月中旬に収穫時期を迎えますので採りたての新米をぜひ食べてみてください。



お米日本一コンテストに出品された「きぬむすめ」の食味検査結果

アミロース	たんぱく質	水分	食味値
21.7(%)	3.5(%)	13.5(%)	100(点)
20.5	4.5	14.2	98
19.9	4.6	13.8	96
17.7	5.5	14.4	86

ださい！そして、来年栽培してみるのはいかがでしょうか。

極上の評価!

## 青壮年部・女性部・シズ\*カレ アクティブレポート



6/30

### 新入職員の農業体験指導

青壮年部



青壮年部員11人が、本年度JA新入職員の農業体験指導を行いました。葵区新間の5aの休耕畑を部員が2台のトラクターで耕運。職員など23人が石の拾い出し、畝づくりとマルチビニールを敷きサツマイモのつるを挿しました。部員は「農家出身ではない職員もいる。作業を通じて農業を知ってもらえれば」と話しました。

7/9

### ヤングママ「ラー油作り」

女性部



女性部ヤングママ8人が集まり、ラー油とラー油を活かした餃子、キュウリの浅漬けを作りました。ラー油作りは数年ぶり2回目の開催で、意外に手軽に楽しくできることから、新会員も増えた今年に再チャレンジ。あんだけだけでなく皮も手作りの焼き餃子・水餃子の2種類と、夏にさっぱり楽しめるピリ辛キュウリをにぎやかに調理しました。



### ソレイユ開講式 & バター作り

ソレイユくらぶ

7/28

親子で体験する「ソレイユくらぶ」が今年度も始まりました。10組20人が参加した第1回目は開講式のあと、「サイエンスクッキング!〜牛乳で実験〜」と題して、カッターチーズ、パンケーキ、バターを調理。牛乳はなぜ白いのか? 生クリームがバターになる時に何が起きているのか?などを学びました。

### 今月のオトナ女子短大 \*シズ\*カレ\* 2017年度〈第10回〉

#### コサージュ作り〜3期生卒業式〜

2017年度最後の講座では25人が参加し、コサージュ作りを行いました。女性部員の小長井智津子さんを講師に、各々が色を組み合わせて重ねたコサージュを作ると、胸に飾って卒業式へ。「仲間づくりもシズ・カレの大事な目的の一つ。ここでのつながりを大事にしてほしい」と挨拶を受け卒業証書を受け取った3期生卒業生10人は、4期生と最後のランチを楽しみました。(7月12日)





# ミズナ (京菜)

しづはた営農経済センター  
原田英徳

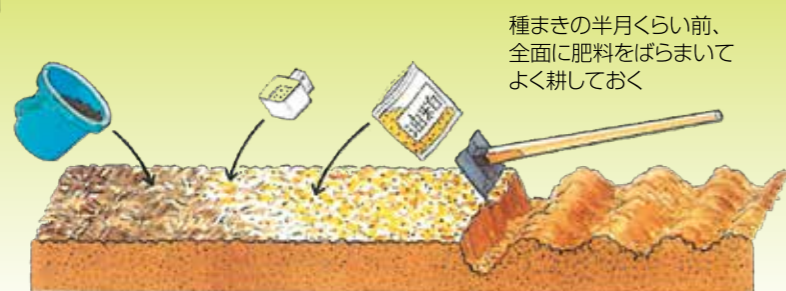
## 栽培のポイント

「水菜」の名前の通り、生育初期の十分な灌水がとても重要です。しかし、生育後期の排水不良は病気を引き起こす原因となるので、排水にも注意しましょう。収穫後は根部を地面に残すと根こぶ病の原因となるので、畑から持ち出しましょう。

### 1 畑の準備

<1㎡当たり>

- 堆肥 / 7~8握り
- 油粕 / 大さじ5杯
- 化成肥料 / 大さじ3杯



種まきの半月くらい前、  
全面に肥料をばらまいて  
よく耕しておく

### 2 苗づくり

128穴のセルトレイに  
1か所3~4粒  
まく



本葉2枚のころ間引いて1本立てに

できあがった苗  
本葉4~5枚

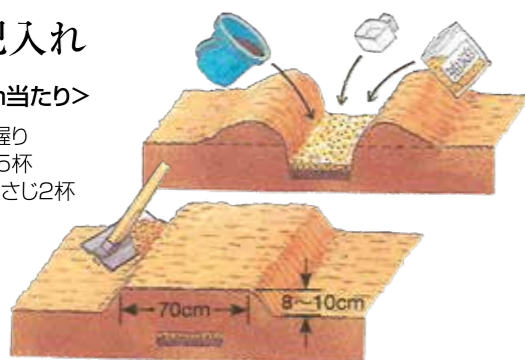
育つにつれ間引いて1本立てに

少ない本数なら3号の  
ポリ鉢に4~5粒まく

### 3 元肥入れ

<溝の長さ1mあたり>

- 堆肥 / 4~5握り
- 油粕 / 大さじ5杯
- 化成肥料 / 大さじ2杯



### 5 追肥

第1回

草丈15~17cmくらいに伸びたころ、株のまわりの  
ところどころに肥料をまき、土に耕し込む

<1株当たり> ●化成肥料 / 大さじ1杯  
(密植栽培するときは小さじ1/2杯)



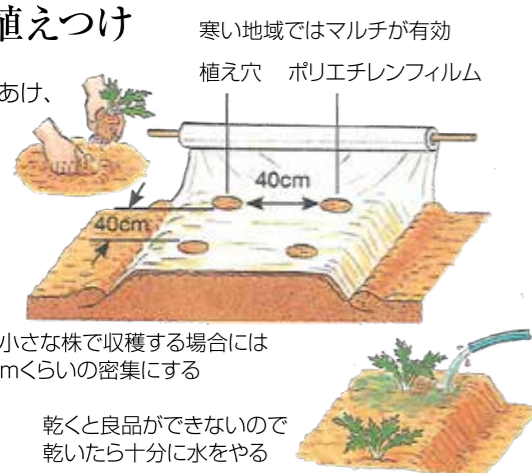
第2回

葉が重なり始めたころ畝の両側に追肥をし、  
通路の土をやわらげながら畝に土を寄せ

<1株当たり> ●化成肥料 / 大さじ1杯  
(密植栽培するときは小さじ1/2杯)

### 4 植えつけ

植え穴をあけ、  
苗を植え  
つける

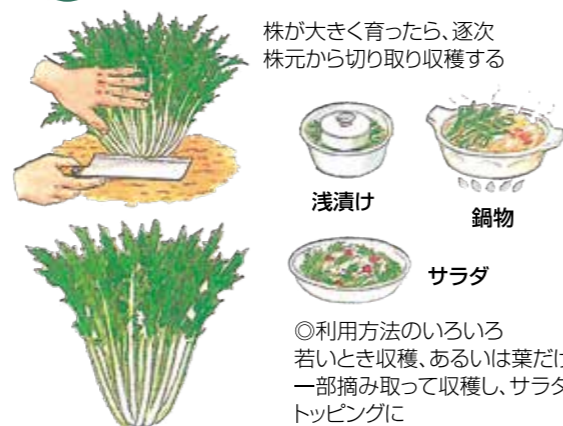


寒い地域ではマルチが有効  
植え穴 ポリエチレンフィルム

若いとき、小さな株で収穫する場合には  
15×15cmくらいの密集にする

乾くと良品ができないので  
乾いたら十分に水をやる

### 6 収穫・利用



株が大きくなったら、逐次  
株元から切り取り収穫する

浅漬け 鍋物

サラダ

◎利用方法のいろいろ  
若いとき収穫、あるいは葉だけを  
一部摘み取って収穫し、サラダや  
トッピングに

静岡のお正月のお雑煮に欠かせない



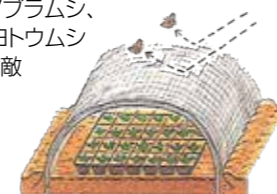
京菜はミズナの仲間。

★栄養  
緑黄色野菜なのでβ-カロテン、ビタミンCが豊富です。風邪の予防や疲労回復効果があり、正月に食すことは理にかなっているといえます。また、カルシウムを多く含み、ビタミンDと一緒に摂取することで吸収率を高めることができます。

近年多く使われるようになった小株ものはどこでも育てられますが、元肥に良質の堆肥を十分に施し、有機質肥料を多めに追肥し、肥切れさせないようにします。

静岡のお正月の雑煮には欠かせない「京菜」。実はミズナ(水菜)のことです。ミズナ(壬生菜)とも呼ばれています。日本だけで栽培されている独特な野菜で、古くから京都付近を中心に栽培されました。20年ほどで全国に広がり品種改良もすすみ、葉がギザギザの定番のものほか、静岡で「なじみの茎が広く小松菜に似た」「静岡京菜」など、さまざまな品種があります。

有翅のアブラムシ、コナガ、ヨトウムシなどが大敵



苗床や畑を防虫ネットやべた掛け資材で覆う、または殺虫剤を散布する



- ◎ジーフアイン水和剤
- ◎ハーモメイト水溶剤

白さび病・うどんこ病

病気

◎スタークル顆粒水溶剤

害虫

有効な農薬

★病害虫の防除  
アブラムシ、ヨトウムシなどが大敵です。早めの防除が必要です。農薬を使用しにくい場合は、早い時期から防虫ネットやべた掛け資材で覆うことをおすすめします。ウィルス病に弱いので、アブラムシの防除にも心がけましょう。

ミズナの栽培  
カレンダー

●露地栽培(育苗)

	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		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

専業農家の父親が体調を崩して引き継いだ48歳のころから私が中心になり、妻と一緒に茶園の管理を始めました。兼業しながら48年半勤めた会社を退職して本格的に農業に携わってもうすぐ2年。兼業時代は週2日の休日と収穫時期には有給を少し加えて続けてきました。周りの方は会社で毎日遅くなり、休みには農作業で大変ではと思っていた様ですが、デスクワークの多い職場と農作業では変化があり毎日が新鮮でした。同時にマルウチ茶農業協同組合の存在も大きく組合員の皆さまには大変お世話になり本当に感謝しています。

退職して半年経過したころ、隣接した茶園の管理を頼まれたのを機に所有の急傾斜地を将来仕事し易いようにと造成と改植にチャレンジしました。約10aを高校時代の同級生と2人で数年前に購入した重機を駆使して斜面をならし、現場から出た大量の石を積み道路を造成。管理が楽にできるように車が登れるようにしました。その後約1,600本の茶の木を定植し、美和営農経済センターの指導で丹精込めて育てています。さらに小休憩場所として良い日陰が出来る様に桜や甘夏、柿等を植え大きくなるの楽しみにしています。(サル、鹿、猪の餌になるかも…)

基盤整備ビフォー



基盤整備アフター



今農業を楽しく出来るのは、会社勤務時代の「仕事に対する考え方」が大きく影響しています。どんな仕事でも、大変と思えば大変だし、楽しいと思えば楽しくなります。どうせやるなら楽しい方が良くに決まっています。そのためには自分なりの目標を立てること、イメージを持つことです。今回の急傾斜地の造成も完成したイメージとさらに親戚や知人が雑談しながら楽しそうに茶摘みをしている姿をイメージしながら作業をしました。すると作業が楽しくなり、進めていくうちにイメージもさらに膨らみ完成に至りました。

私を含め農家に生まれた多くの方々は、お茶やミカンで大きくなったと言っても過言ではありません。自分がいつまで出来るかは誰にもわかりませんが、年に一度の健康診断は必ず実施し、健康管理をしっかりと生生涯現役でお茶の生産に携わっていきたくと思っています。

葵区内牧

杉浦 操さん  
みさお

(68)

◎今月は未来の農業経営を思い描く「基盤整備」をやる



生涯現役で楽しく農業を続けていきたい。  
「イメージ出来ないことは実現できない」



重機を使って基盤整備中の茶畑



平野指導員とお茶の成長を確認



毎日を  
すこやかに♪

# Q & A いつも 元気!

## 「ペインクリニックについて」

**Q** 最近腰痛がひどく、病院に通ってもなかなか痛みがとれないので心配です。痛みをとる治療法はありますか?

**A** ペイン(pain)とは“痛み”を意味します。ペインクリニックとは“痛み”を治療する診療科になります。痛みの原因はさまざまです。「急に痛くなった」、「いつまで経ってもなかなか痛みが良くならない」、「痛みで思うように体を動かさない」、「痛みで夜目覚めてしまう」など痛みが原因で日常生活に支障をきたすこともあります。ペインクリニックでは、そんな痛みのサイクルを断ち切るための治療を行います。

### ? どんな病気があるの?

痛みは全身に起こり得るので病気もさまざまです。

頭の症状	頭痛
顔の症状	顔の痛み(三叉神経痛)、顔の麻痺(顔面神経麻痺)、舌の痛み
耳の症状	突発性難聴
首の症状	首の痛み、首のコリ、頸椎症
肩の症状	肩の痛み、肩のコリ、五十肩
胸の症状	肋間神経痛
腕~手の症状	腕・手の痛み、腱鞘炎
腰の症状	腰痛、腰椎椎間板ヘルニア、腰部脊柱管狭窄症、腰椎圧迫骨折、坐骨神経痛
足の症状	足の症状:足の痛み、膝の痛み、足のしびれ
その他	帯状疱疹後神経痛 など



### ? どんな治療をするの?

#### ① 神経ブロック

痛みに関係している神経の周りに注射し、薬を投与する方法です。ブロック注射をすることで痛みのもととなる神経の炎症や筋肉の緊張を取り除き、血流を良くすることで痛みを徐々に減らしていく方法です。

#### ② 薬物療法

痛みに適した飲み薬や貼り薬を処方します。

#### ③ 理学療法

痛みを軽減するためには運動が大事です! ストレッチや運動についてもお話します。また、近赤外線療法(レーザー)による治療も行います。

**!** もちろん、「注射は苦手!」という方もいますので、治療法に関しては相談しながら決めていきます。



JA静岡厚生連静岡厚生病院  
麻酔科医長  
清水洋子

◎痛みはそれだけで人を不快にさせます、ペインクリニックではそんな痛みを少しでも減らしていきたいと思っています。痛みにお悩みの方は受診してみたいかがでしょうか。

My town. My favorite!



## 職員リポーターがおススメ この町のわたしの好きなところ



●リポーター  
中薬支店 MA  
福地 涼

### ちようべえ CAFÉ 長兵衛



#### お店info

- 静岡県静岡市葵区水見色880
- TEL/054-270-1017
- 営業時間 / [4月~10月]10:00~17:00  
[11月~3月]10:00~16:00
- 定休日 / 火曜日・水曜日

### 素朴でおしゃれなオクシズの隠れカフェ

2017年9月にオープンした「CAFÉ 長兵衛」はオクシズエリアの水見色にあり、古民家のような造りで木の暖かみのある茶工場を改装したおしゃれなカフェです。

メインメニューは食事系からデザート系のものまで6種類の窯焼きピッツァで種類も豊富。毎月変わる季節のピッツァなども楽しめます。

おススメはサラダピッツァ。ベビーリーフやレタス、パプリカをふんだんに盛り込んでいて、口の中で野菜と自家製ドレッシングの甘味が広がります。また、マルゲリータは自家製トマトソースの酸味とモッツァレラチーズの甘味がよく合い、朝採れバジルのアクセントがたまりません。

素敵なメニューに出会える「CAFÉ 長兵衛」で、オクシズの自然の中、喧騒を忘れてゆったりとした時を味わってみませんか?

#### ★新鮮野菜と自家製ドレッシングで!



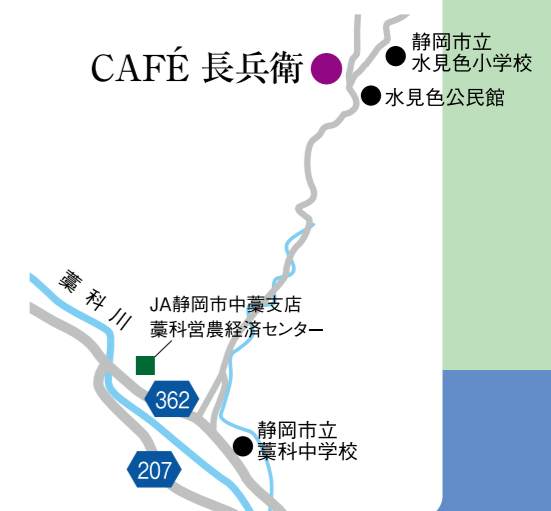
サラダピッツァ

#### ★チーズとバジルの定番組み合わせ!



マルゲリータ

#### CAFÉ 長兵衛



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

駿河区聖一色  
塚本 仁さん  
米・柑橘類・野菜



子供の頃、昼は泥鰌や鮒を取り、夜は螢を追った田圃は市街化で東豊田地区ではほとんど無くなり、ここ恩田原でも今年大部分が最後の作付となりました。無くなるものを忘れたくないです。

LINK to 駿河区聖一色 漆畑裕樹さん を紹介します。  
「いつも大変お世話になっています」

葵区諸子沢  
山田常巳さん  
シイタケ・茶



奥藁科、大川地区でシイタケ、お茶を作っています。地域柄、農作業、町内活動など、何事においても試行錯誤しながら生活しています。今時シイタケ炒めをつまみに冷えたビールが最高です。

LINK to 葵区鍵穴 小坂儀輔さん を紹介します。  
「お世話になっています」

駿河区中島  
大長直樹さん  
露地野菜全般



100%露地で野菜を作っています。今回は良く出来たと思ったことがまだありません。ただ、じまん市の出荷者の人達に参考になる話を聞いています。

いつか上手に作りしたいと思います。

LINK to 駿河区西脇 芝原 亮さん を紹介します。  
「また旨い物食べに行こう!」

葵区新聞  
石原弘敏さん  
茶



就農して40年。以来ずっとお茶を相手にしていますが、奥の深さを痛感しています。「美味しいお茶を」をモットーにこれからも頑張ります。

LINK to 葵区沓谷 青木嘉孝さん を紹介します。  
「むかしのメンバーで集まりましょう」



組合員大学「管内視察」

自己改革

第3講は「管内視察」で、じまん市5店舗と葵区有東木でワサビ田見学やワサビ漬け作り体験などを行いました。視察後のアンケートでは「出荷の時と違う目線で見ることができた」「午後の出荷は販売時間が短く、リスクを負う分フォローが必要」「ディスプレイの場もほしい」など積極的な意見が出されました。

7/20金

1支店1協同活動



7/1金 7土

各地で祭りに協力  
〔足久保支店・梅ヶ島支店 東豊田支店〕  
住民との交流を深め、地域を活性化することが目的です。7日には梅ヶ島支店、東豊田支店が地元のごとも園の夏祭りに協力しました。

足久保支店が地元福祉法人や自治会連合会と協力して、第6回足久保七夕まつりを開き、来場者は約500人となりました。地元団体との関係を強化し、地場産野菜をPR販売することで地域

久能営農先人 顕彰碑清掃活動

〔久能支店〕

7/19木

久能支店が地域貢献活動として久能山東照宮石段入口に建立されている「萩原章弘翁顕彰碑」の清掃活動を行いました。櫻田篤支店長は「久能地区の農業振興のために協力していきたい」と話しました。



Thank you!

OASIS 読者め〜る



店舗近くの地域のお祭りがあるとき、テントを張って、新鮮な野菜や缶ジュースなど、ほんわかした雰囲気の中で販売している職員の方々に拝見すると、ふと幸せを感じます。  
〈葵区/女性/54歳〉

ありがとうございます。各支店事業所は1支店1協同活動として、地域のイベントに参加したり、さまざまな活動を行っています。今月号ではこのページ中段のコーナーで活動の紹介をしていますので、ぜひご覧ください！  
〈清水区/女性/47歳〉

鳥獣被害のページを読んで、年々増えていく動物がいることにびっくりしています。住宅地にもハクビシンの見たりします。増えない対策はとも必要だと思いました。  
〈清水区/女性/58歳〉

※: 案外すぐそこに、イノシシやシカ、ハクビシンのいることに驚きます。地域ぐるみで協力し合い、被害を増やさないように「守る」対策が重要だと担当者に聞きました。  
〈駿河区/女性/58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。

ごちそうカントリー好評放送中!



國本良博さんとアナウンサーが県内をめぐり、旬の農産物の魅力を発信します。おいしい食べ方も紹介しますのでぜひご覧ください!

静岡第一テレビ/毎週日曜日11:40~11:55

JA静岡市管内の放送予定

2018年 9月9日 ◎クウシンサイ

2018年 11月4日 ◎キウイ「東京ゴールド」

2019年 1月27日 ◎イチゴ「きらび香」



前年と比べて赤味が少なく全体的に丁寧に仕上がっている。出品者の技術が年々向上し、今後も期待できる。

講評



◎静岡市手揉茶  
出品点数...33点  
審査項目...形状、色沢、香り、水色、滋味  
優等...森内吉男(内牧)  
1等...森内真澄(内牧)  
1等...牧野力雄(日向)  
2等...海野昭平(内牧)  
2等...望月秀造(西ヶ谷)  
2等...秋山三重子(西ヶ谷)

◎静岡市手揉茶  
品評会

(受賞者の敬称略)

品評会結果

7/20

## 組合員からの情報受付窓口設置について

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ご連絡くださいますようお願いいたします。

静岡市農業協同組合 監事会

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/田中英夫

※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、予めご了承ください。※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。

## 理事会からのお知らせ

### 会計監査人を希望する監査法人・公認会計士の募集について

農協法改正に伴い、信用事業を行う農業協同組合(政令で定める貯金量に達しないものを除く)等は、会計監査人を置き、その計算書類及びその付属明細書について会計監査人の会計監査を受けなければならない。当組合も会計監査人を置くこととなりました。つきましては、平成31年度からの当組合の会計監査人に就任を希望される監査法人または公認会計士の方を募集いたします。  
※要領や詳細については当JAホームページをご覧ください。

### 南部じまん市のリニューアルについて

平成16年のオープン以来、多くの皆さまのご利用をいただいている「南部じまん市」では、備品の老朽化やお客さまの利便性の向上を図るため、平成22年以降の大規模改修を行います。「新しい時代のニーズに対応した店づくり・商品の提供」をコンセプトに、シンプルで分かりやすく優しい売り場をスタッフ一丸となってめざします。

工事期間◎2018年8月26日(土)~9月1日(土)  
リニューアルオープン◎9月2日(日)予定

JA静岡市メルマガ会員登録中!

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/▶

Facebookページやっています!▶「JA静岡市 Facebook」・「JA静岡市じまん市 Facebook」で検索!



# しずおか info

JA SHIZUOKA INFORMATION

9月

## 開発部からのお知らせ



### 「お部屋探しはJA静岡市で」

開催中



このたびのキャンペーンでは、仲介手数料ゼロ円物件を多数取り揃えました。お部屋をお探しの方がいらっしゃいましたら、ぜひこの機会に下記店舗までご来店ください。当JAに直接お申込みいただき、ご成約された方全員にお米や野菜詰合せなどのJA商品をプレゼント中です。

詳しくは、ご希望エリアの下記開発担当者へお問い合わせください。

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



## JAの広報モニター募集!

JAの広報活動に対するご意見をいただける「広報モニター」を募集します。

- 【応募資格】静岡市駿河区・葵区在住の満20歳以上の方(性別は問いません)
- 【任期】2018年9月~2019年3月
- 【役割】広報誌、JA事業に関するアンケートへの回答(3回)
- 【募集人員】20名程度 ※多数抽選/委任者には決定後、通知いたします。
- 【謝礼】3回すべてにご回答いただくと農産物・加工品(3,000円相当)を任期終了後贈呈
- 【応募締切】2018年9月14日(金)



こちらのホームページ内の専用フォームからも応募いただけます。▼



応募方法

◎ハガキ、FAX、E-mail、ホームページの専用フォーム(重要なお知らせ内)で応募できます。ハガキ、FAX、E-mailの場合、「モニター希望」と明記し、以下の必要事項をご記入の上ご応募ください(様式は任意)。  
記入必要事項/①お名前②ふりがな③性別④年齢⑤職業⑥郵便番号⑦住所⑧電話番号⑨(インターネットでの回答を希望の場合)E-mailアドレス  
※お寄せいただいた個人情報は、モニター選定以外には使用いたしません。

お問い合わせ

JA静岡市広報課/TEL. 054-288-8441 E-mail: koho@shizuoka.ja-shizuoka.or.jp

## 「ニコ・ニコおむすびフェスティバル」チケット販売!

農家のお母さんたちのじまんのおむすびを食べ比べられる、楽しくおいしいお祭りです!

開催日時: 2018年10月20日(土) 11:00~14:00

参加チケット代: 1セット/200円(限定500枚)

会場: JA静岡市本店ロータリー(静岡市駿河区曲金5-4-70)

※多数抽選/当選者にはハガキを送付いたします。

内容: ◎約10種類のおむすびの中から好きな2個ととん汁セットの販売

申込方法

ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号をご記入の上お申込みください。お申込みいただいた方にチケットをお送りします。(多数抽選/代金は当日いただきます。) 〒422-8506 駿河区曲金5-4-70 JA静岡市営農課 宛  
申込締切◎9月14日(金)必着 お問い合わせ◎JA静岡市営農課 TEL.054-288-8440(担当:仁科)

葵区北安東 曾祖父 青島 武さん 曾祖母 久枝さん

そうた  
鈴木聡太くん(4歳)



★ おおじい、おおばあの

いちご大好き!

  
健康に育ってね。♪  
★ 毎日楽しく過ごそうね!



かえ  
杉浦禾恵ちゃん(2か月)

駿河区広野 父 杉浦史教さん 母 玲さん

クイズに答えてプレゼントをもらおう!

オアシス  
クイズ



OASIS QUIZ

小中学生などの食育に関する活動について、今月では多く取り上げました。見学や農作業と同様に、実際に地元の農産物を食べてもらうことも大切な体験の1つ。地域や行政を巻き込み、学校給食事業を行っているグループの名前は何でしょう?

応募方法

必要事項をご記入の上、Eメールかはがきでご応募ください。正解者の中から抽選で5名様にQUOカード500円分を進呈します。

必要事項

- ①クイズの答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥JA静岡市に対するご意見

Eメールでの応募宛先▼

quiz@shizuoka.ja-shizuoka.or.jp

※携帯電話・スマートフォンで、左のQRコードから読み取れます



応募締切

2018年9月18日(当日消印有効)

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

7月号オアシスクイズの答え▶(本)(山)茶

生活に役立つ情報

▼ SNSのトラブルについて

Social Network Service



最近、若者からお年寄りまで多くの人がフェイスブックやツイッターなどのSNSを利用しています。SNSは、遠くの友人に近況を知らせたり、自分の活動を広く紹介することができるなど、非常に便利なツールですが、思わぬトラブルが起るリスクがあります。今回は、実際に問題となった事実や、その場合に生じる法的な問題について取りあげてみたいと思います。

事案 1

職員が職場で飲食物を撮影してSNS上に投稿したところ、写真の一部

に他の企業の機密情報が写っていて、その機密情報が漏えいしたという事案がありました。

この事案で、相手会社に損害が生じた場合には、職員は損害を賠償する責任を負います。また、職員のみならず、雇用主である企業も損害を賠償する責任を負います。さらに、職員に対しては、注意・指導がなされると

ともに、場合によっては懲戒処分の対象にもなります。加えて、このような事態が報道されれば、企業の信用低下は避けられません。

事案 2



他人が万引きをしたとの虚偽の内容の投稿をして、他人を誹謗中傷したという事案がありました。

この場合、民事上、その他人から損害賠償を求められたり、投稿の削除や謝罪文の掲載を求められたりすることがあります。刑事上、投稿の内容によっては、名誉毀損罪、信用毀損罪及び侮辱罪などが成立する可能性があります。ニックネームなどで投稿していても、被害者が裁判所の手続を踏むことによって投稿者を割り出せる場合があります。



また、たとえ投稿の公開範囲を友達のみなどに制限していたとしても、閲覧可能な人物が、その投稿を拡散してしまう可能性があります。拡散してしまった情報は完全に消去することはまず困難であり、取り返しがつかないことになりかねません。そこで、SNSへ投稿する前に、自分の投稿がどこへ行くか判らないものであることを自覚しておくことが大切といえます。

弁護士  
山本正幸

