

# オアシス JA 静岡市

特集

薬科から大地の恵み **ほんやま自然薯** Jinenjyo



ほんやま自然薯の収穫風景...

2019

1

Vol.216

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

オアシス

2019

1

Vol.216

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

## 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。

### ミカンをフルーティーなソースに★ ◎魚のソテーミカンソース添え♪

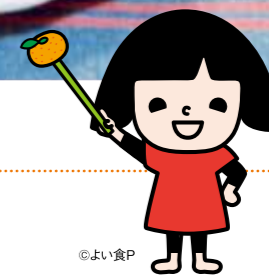


#### 材料(4人分)

- 生鰯や生鮭などの切り身 … 4切れ
  - オリーブオイル … 大さじ1
  - 塩、コショウ、小麦粉 … 適量
- A
- ミカンのしぼり汁 … 180ml
  - レモン汁 … 小さじ1/2
  - はちみつ … 大さじ1
  - バター … 10g
  - コンソメ顆粒 … 小さじ1/2
- 水溶性片栗粉(片栗粉、水 … 各大さじ1)

#### つくりかた

- ① 魚に塩コショウをして小麦粉をつけ、オリーブオイルを熱したフライパンでこんがり焼く。
  - ② 鍋にAの材料を入れて煮立たせ、水溶性片栗粉でとろみをつける。
  - ③ 皿にソースを敷き、魚や付け合せの野菜を盛りつける。
- ★はちみつの量はお好みで加減してください。



©よい食P

#### 健康効果も期待できる果物 ミカン



温州ミカンに特に多く含まれるβ-クリプトキサンチンは、骨密度低下や肝機能障害、動脈硬化のリスクを軽減する、免疫力を高める効果などが報告されています。みかん王国静岡市からはこれからの季節、青島温州、太田ポンカン、2月頃からせとか、はるみ、3月頃からはデコボン、清見、そしてJA静岡市生まれの「スルガエレガント」と続々登場。旬をお見逃しなく！

おいしいをつくりましょ。 JA 静岡市

◀ 今月の表紙 ▶



ほんやま自然薯部会 塩阪利明会長  
土中で1m以上に成長する「ほんやま自然薯」の収穫には、ショベルカーを使用します。たくみな操縦で畑を掘り、効率的に収穫していきます。



薬科から大地の恵み  
ほんやま自然薯

OASIS TOPICS

- お茶壺道中行列
- 長田唐芋目揃え会
- 静岡市「お茶の日」に呈茶
- カープミラー贈呈式
- 2018年産玄米品評会
- 東京ゴールド初出荷
- 産業フェアでブース総選挙1位



青壮年部・女性部・シズ・カレ アクティブレポート

- 井川の大仏改修
- ミニデイサービス
- とこは幼稚園サツマイモ掘り
- 今月の\*シズ・カレ\*/豆腐とみそ作り

営農スタディレポート

育てるを楽しむ。家庭農園～コンパニオンプランツ【前編】～

TRYぎ・農業 静岡産オリーブの産地化に挑戦する「駿府オリーブ研究会」

この町のわたしの好きなところ

健康情報 いつも元気!Q&A 「風疹ワクチンについて」

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 「ミカン」

特集

Happy New Year

2019

新年のごあいさつ

新年あけましておめでとございます。

組合員の皆さまにおかれましては、ご家族お揃いで健やかに新年を迎えられたこととお喜び申しあげます。平素は、当JAの事業・運営に深いご理解とご支援、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

昨年は、静岡市と伊豆地域の「静岡水わさびの伝統栽培」が世界農業遺産に認定されるという嬉しいニュースがある反面、茶価の低迷、台風24号による被害など農業を取り巻く環境は依然厳しい状況です。特に台風被害に関しては、早期の復旧を目指し行政へ支援要請を行うとともに、JA独自の助成、災害緊急利子補給などを実施しました。

このような中、当JAでは自己改革として、購買店を1ブロック1店舗に集約し、経済地区担当者や生産技術・経営支援などをサポートするTACを配置するなど、出向く体制の強化を進めています。また、JAを牽引するリーダーの育成を目的とした「組合員大学」の開講、農業後継者塾「魅来(みらい)」や新規就農者養成講座「新生」を開催するなど、担い手の育成にも努めています。さらに、1支店1協同活動や准組合員を対象とした農業体験など、組合員や地域住民との仲間づくり、地域に貢献することを目指した活動

に取り組んでいます。

また、昨年10月からJAの自己改革に関する「全組合員調査」を実施いたしました。ご協力に感謝するとともに、皆さまからいただいたご意見を今後の事業に活かしてまいります。

今年には新たな年号となり、3か年計画の最終年度を迎えます。「支店再編整備」「新たな執行体制の構築」など、計画に定めた目標を達成するため、また、「JAは地域に必要な」と評価していただくとともに「食と農」を通じて地域に貢献する協同組合として、役員一丸となり全力で取り組んでいきます。

組合員の皆さまには、本年も変わらぬご支援、ご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



静岡市農業協同組合  
代表理事 組合長  
青山吉和



# 薬科から大地の恵み

「ほんやま方式」で品質と生産量を両立。



土中の栽培の様子(左壁面)



「ほんやま方式」栽培

「ほんやま自然薯」の栽培は、品質を高めるためにたくさんの工夫がされています。その一つは、独自の栽培バッグを使ったヤマノイモ(ジネンジョ)栽培「ほんやま方式」で当JAが2008年に特許を出願し、12年に登録されました。

## 独自の栽培技術



# ほんやま自然薯

J i n e n j y o

「ほんやま方式」は、ポリ製の細長い袋に土を入れ、口を閉じた側が上になるように、袋の下に波板を添えて斜めに埋めます。その上に種芋を置き覆土すると、伸びた芋が袋を突き破って袋の中で生育します。従来の筒状から片側を閉じた袋にすることで、線虫の侵入を防ぐ中間マルチ敷きが必要になりました。また、ポリ製の袋を薄くしたことコストが抑えられ、収穫後の片付け作業の軽減にもつながりました。



試し掘りした自然薯を品質チェック



新規栽培者への指導

「ほんやま自然薯」は、現在13人の会員が2.7haで栽培しています。18年度の出荷目標は30t、販売目標は6,000万円ですが、ここ数年、市場や料理店などの需要が高まり生産量が追いつかない状況です。そこで、部会とJAは仲間を増やす取り組みを始めました。「ほんやま自然薯」の栽培を考えている農家にむかごや種芋を提供し、栽培も指導。生産者と生産量の増加を目指しています。

## 仲間づくり



寒暖の差が激しい薬科地区で栽培される「ほんやま自然薯」は、まっすぐ育った白い肌、強い粘りと豊かな風味が特長です。収穫は、10月から2月頃まで続き、貯蔵管理しながら年間を通して市場やじまん市を中心に出荷しています。灰汁が出にくいと料理店などからも好評で、年々注文も増えています。2015年には、静岡県が全国や海外に誇れる価値や特長を備えた商品として「しずおか食レクシヨン」にも認定されました。



## ねばねばパワーで元気を補給しよう！

Neba-Neba  
Recipe

自然薯は古くから漢方薬として用いられるほど、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、自然薯に含まれるアミラーゼなどの酵素は消化を

助ける働きがあります。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。乾燥しないように袋に入れ、冷蔵庫で保存すれば数週間はおいしく食べられます。

### 自然薯の チーズ焼き

材料  
(4人分)

- 自然薯 … 200g
- 溶けるチーズ … 適量
- オリーブオイル … 適量
- 塩 … 少々



作り方

- 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り除いた後、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、ねばねばしていなかったら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。



### 煎りむかご

簡単にでき、香ばしく  
おいしい「炒りむかご」は  
酒の肴、子供のおやつに  
おすすめです。



作り方

- ① むかごを水洗いし熱湯に入れて軽く茹で、水を切る。(茹ですぎない)
  - ② フライパンにゴマ油またはバターなどを熱し①を入れ、よく炒り、塩を少々ふりかけて味付けする。
- ★茹でると冷めてからむかごの表面にシワがよりにくくなります。



特産品として様々なアイデアで普及させていきたい。

ほんやま自然薯の  
これから

農業の中でも、山間地の経営が厳しい中で、新たな作物の導入を考えている方もいると思います。「ほんやま自然薯」の栽培には比較的広い土地やしっかりした灌漑設備、徹底的な防除管理など、多くの専門的な知識や技術が必要とします。我々部会員も日々の栽培に試行錯誤し、失敗を糧にして、皆で意見を出し合って解決しながら販売しています。立派にまっすぐ育った自然薯を収穫したときの喜びは、何物にも代えがたいものがあります。自然薯は経営の核になる作物ですので、興味のある方は薬科管農経済センターまでお問い合わせください。



塩阪部会長

●11月頃から3月頃までの季節限定商品です。旬のこの時期にぜひ召し上がってください。

お茶農家のお父さんたちが長年研究して産地化した「ほんやま自然薯」。それをお母さんたちが気軽に味わってもらえるように試行錯誤して出来上がったのが「じねんじょ饅頭」です。ふわっと香る自然薯の風味ともちっとした食感がぐせになります。その素朴な味は本山茶のお茶うけとしても好評で、しんま名物になりました。

薬科加工センターさくらが作っています!

じねんじょ

饅頭

名産品

◎しんま路  
 静岡市葵区新聞1085-3 TEL.054-277-9133  
 営業時間/8時~16時 定休日/夏季・年末年始  
 ※ホームページもご覧ください

### カーブミラー贈呈式

秋の全国交通安全運動に合わせ、当JAとJAしみずが美濃部雄人静岡副市長にカーブミラーを8基ずつ寄贈しました。交通安全の啓蒙活動の取り組みとして毎年行われ、今年で16年目。美濃部副市長は「安全や効率性のためにも必要とされている。交差点だけでなく見通しの悪いカーブなどでも役立てていきます」と話しました。



市民の交通安全に役立てて

11/2

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



11/19

### 2018年産玄米品評会

耕種委員会が、米の栽培技術の改善と向上、生産消費の拡大を目的に玄米品評会をあさはた支店で開きました。管内から49点の玄米が出品され、成分検査計で水分、タンパク質、アミロースなどを測定し、上位21点が2次審査に。2次審査では農産物検査員が外観審査を行い、優等に松山直嗣さん(南部)のお米が選ばれました。結果は、21ページをご覧ください。



高品質の米が勢揃い

10/28

### お茶壺道中行列

徳川家康公の故事にちなみ、駿府本山お茶壺道中行列が行われました。「茶詰め儀」で茶壺に詰めた新茶は、冷涼な井川で保管・熟成し「蔵出しの儀」で取り出して市街地へ。時代衣装を着た二行が、籠に乗せて駿府城公園まで練り歩きました。その後、久能山東照宮本殿で、茶道家元横山大山氏が「口切りの儀」で茶を取り出し、家康公に奉納しました。



久能山東照宮で口切りの儀

11/22

### 東京ゴールド初出荷

キウイ委員会が管内2か所の集荷場で、「東京ゴールド」の初出荷を行いました。「東京ゴールド」は2013年に品種登録された東京生まれのキウイで、表面の毛が少なくしずく型。果肉は鮮やかな黄色で平均糖度は約15度、甘さと酸味のバランスが良いのが特長です。20人の会員が約1.5haで栽培し、18年は東京や名古屋、県内の市場へ14tの出荷を見込んでいます。



黄色の果肉がこころみ

### 長田唐芋目揃え会

長田唐芋部会がサトイモ「長田唐芋」の目揃え会を開き、部員や販売・営農担当の職員など約20人が出席しました。安全供給と販売強化を目的に、規格や出荷要領を確認。小売店の要望を反映し、袋詰めだけでなく段ボール箱での出荷にも今年から取り組みます。11月3日の長田ブロック農業祭での初売り後、12日から出荷をスタートしました。



規格などを確認

10/31

11/24・25

### 産業フェアでブース総選挙1位

ツインメッセ静岡で産業フェアしずおかが開かれ、今年初めて「いいじゃん!」ブース総選挙が行われました。総選挙は、農林水地場産業などの各ブースの人気投票で、青壮年部は糸引きゲームでエントリ。糸の先にお米や自然薯、イチゴなどの農産物が結んであり、何が当たるかわくワクワク感が大人気で、ダントツの得票数を獲得!みごと1位に輝きました。



青壮年部ブースに長蛇の列

11/1

### 静岡市「お茶の日」に呈茶

当JAが駿河区役所で約200人へお茶の呈茶サービスと、本山茶パックなどを無料配布しました。11月1日は静岡茶の茶祖・聖三國師生誕の日。1年を通してお茶に親しんでほしいと静岡市が2010年に「お茶の日」に定めました。呈茶サービスを受けた来庁者は「温かいお茶で、ほっと息つけました」と話しました。



駿河区役所でお茶PR

# 宮農スタディレポート



静岡農業高校  
生物工学部  
と  
増田作一郎さん

ケーススタディ

15

## 「かつぶし芋」の秘めた旨味に迫る ～伝統作物の危機を救え～

part III

● 5つの実験区  
校内の畑では肥料を施す施さない、コンパニオンプランツを使い土壌の保水性を高める大葉と、線虫などが嫌うマリーゴールドとの混植の4種の実験区を設置し、玉川の大河地区でも栽培してもらいました。



大河地区での生育調査(9月)

● 生育状況  
生物工学部では、駿河区大谷の増田作一郎さんが栽培している、旨味成分の高い在来種のサトイモ「かつぶし芋」について2015年から研究しています。今年はそのに適した土壌の条件を探るため、実験区などを設けて試験栽培を行い、同時に芋をPRするための加工品の開発も進めています。



● 食味官能検査  
校内の畑では、昨年1kgの芋から18kgの収穫に対し、肥料を施さない実験区で40gの種芋から6.2kgもの収穫がありました。他の実験区の収穫はこれからです。昨年を大きく上回る収量となりそうです。

● 加工品の開発  
高校生らしいアレンジをしたいと思いい、茎を使ったジャム作りに挑戦しました。刻んだ茎に砂糖とレモン汁のみを加えたシンプルなジャムは、酸の効果できれいな赤色に仕上がりました。増田さんからも「発想が素晴らしい。おいしい。おいしくできている」と高評価をいただきました。



校内の芋の収穫とサイズ別収量調査

● 食味官能検査  
校内で栽培した芋(呼称「静岡の芋」)の味が気になったので、増田さんにも参加してもらい、増田さんの芋とスーパーで売られている芋の3点で食味官能検査を行いました。結果は、当然のように増田さんの芋が1位、近差で静岡の芋。スーパーの芋とは明らかに食味の差を感じ、改めてかつぶし芋の旨味を体験しました。



● 加工品の開発  
高校生らしいアレンジをしたいと思いい、茎を使ったジャム作りに挑戦しました。刻んだ茎に砂糖とレモン汁のみを加えたシンプルなジャムは、酸の効果できれいな赤色に仕上がりました。増田さんからも「発想が素晴らしい。おいしい。おいしくできている」と高評価をいただきました。これからもかつぶし芋の普及のために栽培マニュアルを作り、多くの人に食べてもらえる工夫をしていきたいです。

◎ 詳しい生育結果などは、オアシス3月号の特集で紹介する予定です。

# 青壮年部・女性部・シズ\*カレ アクティブレポート



10/28

## 井川の大仏改修

女性部井川支部



井川地区で井川大仏例祭が開かれました。1980年開眼の大仏は今年改修工事が行われ、この日真っ白な姿をお披露目。紅葉が色づき始めた会場には井川神楽の音色が響き、女性部は雑穀を使った「井川の焼きもち」を販売し、人気を集めました。また、井川湖渡船祭りも同時開催され、来場者は秋の井川を楽しみました。

10/30

女性部千代田支部

## ミニデイサービス

女性部千代田支部助け合いグループ「とまと」が上足洗部農会集荷場でミニデイサービスを開きました。参加者はアコーディオンボランティアの演奏や合唱、輪投げなどを楽しみました。同活動は18年目を迎え、2014年からは1支店1協同活動として千代田・上土・銭座の3支店も加わり、地域貢献に協力しています。



11/6

## とこは幼稚園 サツマイモ掘り

青壮年部食育事業班



常葉大学附属とこは幼稚園の園児約60人がサツマイモ掘りを体験しました。あさは管内の事業所の1支店1協同活動で、青壮年部や城北女性部が協力。子供たちが楽しそうにイモを掘っている様子に、部員の青島一欽さんは「喜んでくれて嬉しい。農家で良かった」と話しました。

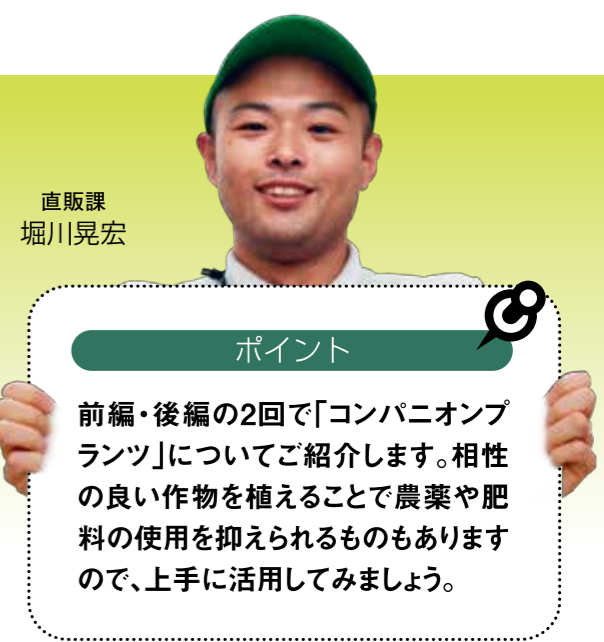
今月のオトナ女子短大 \*シズ\*カレ\* 2018年度〈第3回〉

## 豆腐とみそ作り

2018年度第3回は4・5期生23人が「豆腐とみそ作り」にチャレンジ。講師は千代田味噌加工グループの皆さん。生徒たちは、「大豆と塩、こうじを混ぜる作業に、こんなに力があるとは思わなかった」と、大変そうにしながらも笑顔で話していました。約半年、冷蔵庫で熟成させて食べ時を待ちます。また、豆腐作りも行われました。

(10月11日)





## ◎互いの生育を促進する

草丈の異なる野菜と一緒に育てることで、日よけや風よけになったり、葉や茎、根から分泌される特定の物質や根の周りの微生物の働きで、生育が促進します。

例 トマト & ラッカセイ  
(ナス科) (マメ科)

つるなしピーマン & インゲン  
(ナス科) (マメ科)

マメ科の植物の根につく根粒菌が空気中の窒素を固定して土壌に養分を放出します。それを利用してトマトやナスの生育が促進されます。また、ラッカセイ、つるなしインゲンは表土を覆うように生育するのでマルチ代わりになり、トマトやナスの根を保護します。

## ◎空間を有効に使う

草丈の高い野菜の株元でもう1品。限られた面積での栽培に効果的です。

例 トウモロコシ & つるありインゲン  
(イネ科) (マメ科)

トウモロコシの茎を支柱代わりに活用できる組み合わせ。省スペースと、根粒菌による生育促進も期待できます。さらに、混植することで忌避し合い害虫被害を軽減します。

## 【組み合わせと相性の傾向】

コンパニオンプランツの組み合わせをすべて把握するのはたいへんです。大まかに「科」や「属」で考えて、相性の傾向をつかむことができます。下記を参考に、組み合わせを試してみましょう。

| 混植する野菜<br>主となる野菜 | ナス科 | アブラナ科 | ウリ科  | キク科  | セリ科  | マメ科  | ネギ属  | イネ科  |
|------------------|-----|-------|------|------|------|------|------|------|
| ナス科              |     |       |      | 害虫予防 |      | 生育促進 | 病気予防 |      |
| アブラナ科            |     |       |      | 害虫予防 | 害虫予防 |      | 生育抑制 |      |
| ウリ科              |     |       |      | 害虫予防 |      | 生育促進 | 病気予防 | 害虫予防 |
| キク科              |     | 害虫予防  |      |      | 害虫予防 |      |      |      |
| セリ科              |     | 害虫予防  |      |      |      | 生育促進 |      |      |
| マメ科              |     |       | 生育促進 |      |      |      |      | 生育促進 |
| ネギ属              |     |       |      |      |      | 生育促進 |      |      |
| イネ科              |     |       |      |      |      | 生育促進 |      |      |



植え合わせを工夫しておいしい野菜を育てよう。

# コンパニオンプランツ

【前編】

コンパニオンプランツとは、近くで育てると相性が良く、共栄する植物のことです。農業や化学肥料に頼らないで、健全でおいしい野菜作りを行うため、また限られた菜園スペースを有効に活用する手段として効果的です。

多くの植物は、自然界で生き残るため競い合いながら生きています。しかし、1種類の植物がその場所を独占するということは珍しく、異なる種類の植物が共存しています。草丈の高いものと低いもの、根を深く張るものと浅いもの、日光を好むものと日陰を好むものなどです。

また、土壌の微生物の中には植物の根に共生して病原菌の感染を抑える働きや、土を肥沃にし生育を促す働きをするもの、香り成分が害虫を遠ざけるものもあります。相性の良い組み合わせを見つけて、多様な野菜をより自然な栽培方法で楽しんでみましょう。

## 【コンパニオンプランツの主な効果】

### ◎害虫を防ぐ

害虫は色や香りを頼りに特定の植物を食べることから、異なる野菜を混植すると混乱し、目当ての野菜を見つけにくくなります。

例 キャベツ & サニーレタス  
(アブラナ科) (キク科)

アオムシよけの代表例。レタスがキャベツの害虫を遠ざけます。

ニンジン & カブ  
(セリ科) (アブラナ科)

お互いの香りが互いの害虫よけになります。

### ◎病気を予防する

ネギの仲間は根に共生する微生物が抗生物質を出し、ウリ科やナス科などの土壌病害の原因となる病原菌を減らします。

例 長ネギ & キュウリ  
(ネギ属) (ウリ科)

コンパニオンプランツの代表例。長ネギの根につく微生物から出る抗生物質が、キュウリにつく土壌病原菌を退治!

「やっと自分たちのオリーブオイルが完成しました」と笑顔で話すのは、「駿府オリーブ研究会」の漆畑光則会長。2015年から日本平でオリーブの栽培を始め、17年2月、南部営農経済センター管内の生産者を中心とした7人で研究会を発足しました。

茶の価格低迷や高齢化などで荒廃茶園が増えるのを食い止めたいと、オリーブ園への転換を進め、現在は約3.5haに約1,000本のオリーブを栽培しています。今年、JAの「農業チャレンジ支援事業」を活用してオリーブオイルを製造するための搾油機を導入し、栽培から加工・販売までを行う6次化を実現しました。

初絞りは10月29日、前日収穫した100kgの実を数回に分けて搾油機で絞りました。洗浄、潰し・練り作業を経て遠心分離すること約2時間、やっと黄緑色のオイルが出てきました。オイルはタンクで貯蔵し、不純物をろ過して瓶に詰め、ようやくエクストラヴァージンオイルが出来上がります。最後に、金色で「駿(しゅん)」の文字と、オリーブの実がデザインされた深い緑色のパッケージへ入れて完成。緑色はお茶の再生の意味が込められ、静岡デザイン専門学校生が、栽培の様子を見学し、生産者の思いを受けて作ってくれました。

静岡産のオリーブオイルは、11月中旬から南部じまん市を中心に販売が始まりました。「今後も仲間を増やし、産地化を目指したい」と漆畑会長は話します。

駿府オリーブ研究会

◎今月は静岡産オリーブの産地化に挑戦する



オリジナルオリーブオイル「駿」完成!



TRY ら・PRESENT

駿府オリーブ研究会が開発・製造した  
エクストラヴァージンオリーブオイル「駿」(100ml)を3名様にプレゼント♪

「1月号 TRY プレゼント希望」と必要事項をご記入の上、ハガキまたはE-mailでご応募ください。

必要事項 ◎氏名 ◎郵便番号、住所 ◎電話番号  
◎年齢 ◎JA静岡市へのご意見・ご感想

宛先 〒422-8506 静岡市駿河区曲金5-4-70  
JA静岡市 広報課 オアシス1月号TRYプレゼント係 宛  
quiz@shizuoka.ja-shizuoka.or.jp  
※右記QRコードから読み取ることもできます



締切 2019年1月15日(当日消印有効)  
※当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

「駿」(左/100ml・右/50ml)



搾油機を使ってオリーブオイルの初絞り



静岡デザイン学校生に地域への思いや栽培について説明する漆畑光則会長



毎日を  
すこやかに♪

# Q & A いつも 元気!

## 風疹ワクチンについて

**Q** 風疹のワクチンを接種したか不明です。今からでも接種した方がよいでしょうか?

**A** 風疹に対する免疫があるかどうか採血検査し、ない場合は今からでも接種しましょう。

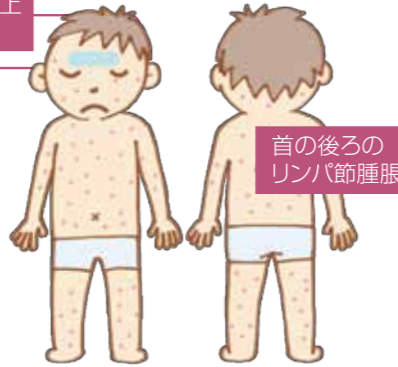
風疹は、風疹ウィルスの感染によって、発熱、発疹、リンパ節腫脹をきたす病気です。健康な成人が感染しても、それほど予後は悪くないウィルス感染です。しかし、妊娠20週までの妊婦が風疹ウィルスに感染すると、胎児に先天性風疹症候群を発症する可能性があり、妊婦への感染が大変問題となります。

### 症状

発熱、発疹、リンパ節腫脹（ことに耳介後部、後頭部、頸部）が特徴です。しかしこれらの症状はいわゆる通常の感冒症状と似ているため、症状のみでの風疹感染診断は困難とされています。確定診断のためには採血が必要です。

妊娠20週までの妊婦に風疹が感染することで、胎児に先天性風疹症候群が発症することがあります。先天異常として代表的な症状が先天性心疾患、難聴、白内障です。その他にも網膜症や肝脾腫、血小板減少など様々な症状が出現する場合があります。

38度以上の発熱



首の後ろのリンパ節腫脹

全身の発疹

### ●先天性風疹症候群

白内障



難聴

先天性心疾患

その他に

網膜症・肝脾腫・血小板減少  
精神発達遅滞・小眼球など

### ワクチン接種の現状

日本では、1990年4月2日以降に生まれた人は風疹ワクチン2回定期接種となっていますが、それ以前に生まれた人は1回接種、あるいは未接種の人が多くとされています。風疹を予防する唯一の方法はワクチン接種による免疫獲得であり、妊娠予定の女性では特にワクチン接種を推奨しています。

### ●世代別ワクチン接種状況

| 生年月日 | 1990/4/2~ | 1987/10/2~1990/4/1 | 1979/4/2~1987/10/1 | 1962/4/2~1979/4/1 | ~1962/4/1 |
|------|-----------|--------------------|--------------------|-------------------|-----------|
| 男性   | 2回接種      | 幼児期1回接種            | 中学生時1回接種           | 接種なし              | 接種なし      |
| 女性   |           |                    |                    | 中学生時1回接種          |           |

◎1回の接種では免疫が弱く、再度のワクチン接種が必要

◎先天性風疹症候群は風疹感染を予防すれば解決できる病気です。女性だけではなく、男性も含め免疫のない人全員がワクチンを接種し、風疹の流行を阻止することで、社会全体で先天性風疹症候群を予防できる社会を目指しましょう。



風疹の治療は対症療法（解熱剤や鎮痛剤による症状緩和）となります。特別な治療法はなく、妊婦に感染した場合の胎児への感染を防ぐ手段もありません。そのため、風疹にかかってから治療するのではなく、かからないようにワクチンを接種しておくことが重要です。



JA静岡厚生連静岡厚生病院 産婦人科医長 鈴木崇公

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お店



●リポーター  
豊田支店係長  
横山温人

## 癒しのカフェ Mother Moon



### カフェとあなたの自慢がコラボする、癒しの空間

閑静な住宅街にあるおしゃれなミントブルーの建物、実はここ、カフェなんです。とても落ち着く癒し空間「マザームーン」を紹介します。

明るい店内に入ると、ハンドメイド雑貨の展示販売や、各種ハーブティー、炭など店主が厳選した品々がお出迎え。カフェのフードや様々なハーブティーなどが並ぶドリンクメニューも健康的でこだわりのものばかりです。オススメの「お揚げ丼」は肉を使わず、松山揚げとタマネギ、ちくわ、国産着色料の紅ショウガ、五穀米を使っているそうです。優しい味付けで女性向けですが、しっかりお腹にたまりますよ。

また、多目的スペースとして、部屋やテーブルなどの貸し出しをしています。奇数月の第4日曜、偶数月の第4火曜には、セラピーやヒーリング、各種占い、リンパなどの体験やワークショップなども楽しめる体験型のイベント「Happy Cafe」を開催しているほか、年3~4回ほどコンサートも開いています。

居心地のよさに、また来たいこと間違いなしです。ぜひ一度のんびりしに来てみてください。

### ★ハンドメイド雑貨が並ぶ店内

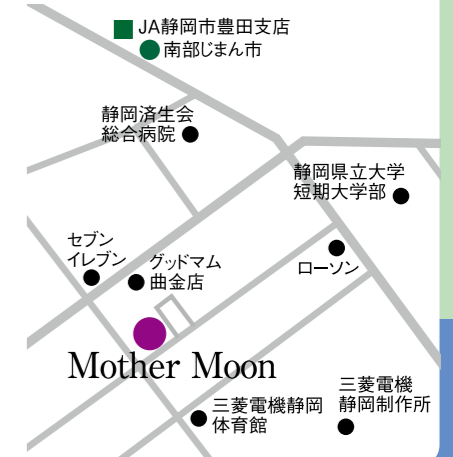


### ★イチオシのお揚げ丼



### お店info

- 静岡市駿河区小鹿3丁目1-41
- TEL/054-285-0605  
090-8733-2094(小田)
- 営業時間/11:30~18:00
- 定休日/水曜日



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?!

駿河区北丸子  
増田剛志さん

原木シイタケ  
キクラゲ



就農して11年目です。原木シイタケを父から継いで、まだまだわからない事も多いですが、日本一の原木シイタケ農家を目指して頑張ります。

LINK to 駿河区小坂 相川真人さん を紹介します。  
「これからも長田青壮年部を盛り上げていきましょう」

葵区寺島  
山本修一さん

茶・シイタケ



寺島で茶とシイタケを栽培しています。茶は自園自製でしたが、体をこわして、生葉売りになりました。シイタケは全量乾燥して販売しています。鳥獣被害に負けずにこれからも頑張ります。

LINK to 葵区飯間 玉井俊宏さん を紹介します。  
「よろしくお願いします」

駿河区安居  
川島一倫さん

イチゴ



久能地区で、イチゴ専業でやっています。じまん市へ出荷を始めて5年目です。今年もおいしいイチゴを届けられるようがんばります。

LINK to 駿河区安居 横山晃仁さん を紹介します。  
「お互いがんばろう!」

葵区昭府  
大橋孝康さん

イチゴ・水稻



イチゴ栽培に従事して50年近くになりました。現在は「紅ほっぺ」を作っています。苗作りは、夏場の仕事なので大変です。昨年、我が家に家族が増えて、賑やかになりました。

LINK to 葵区昭府 片井 孝さん を紹介します。  
「美味しいイチゴ作りに頑張らしましょう」



10/29<sup>月</sup>  
青壮年部の  
ビール完成  
梅ヶ島、薬科地区の耕作放棄地を活用してビールの原材料のホップの栽培を行い、「JA静岡市青壮年部ビール」が完成しました。南部じまん市で限定100本を販売したところ、大好評で完売。玉井俊宏副部長は「来年は新しい品種にも挑戦したい」と意欲を示しました。



組合員交流ゴルフ大会

10/26<sup>金</sup>

- 優勝 山本房男さん
- 準優勝 中安靜雄さん
- 3位 三浦吉己さん
- 4位 笹田忠資さん
- 5位 大木吉穂さん



1支店1協同活動

准組合員のイモ掘り体験【安東支店】

11/3<sup>日</sup>



安東支店が支部運営委員会と合同で、支店利用者の農業収穫体験を開きました。親子が参加して、サツマイモとラッカセイの収穫を体験。畑に行く機会が少ない子供たちは、バタやカエルを捕まえるのにも夢中になり、収穫後は蒸かしたイモを食べて体験を楽しみました。



Thank you!

OASIS 読者め〜る



RE: 丸山さんの野菜、本当に新鮮で安心の様子が伝わってきます。お体に気をつけて奥様とこれからもがんばってください。  
〈駿河区/女性/70歳〉

RE: 丸山さんの記事を見て、いてもたってもいられなくて初メールさせていただきました。丸山さんのお名前。こんな苦労や努力があったのかと、丸山さんのお野菜を見る目が変わりました!  
〈駿河区/女性/38歳〉

RE: 丸山さんへの応援メッセージがたくさん届きました。これからもがんばっている生産者さんを紹介していきますね。  
10年で20kg近く太ってしまい、夕食サラダダイエットを始めました。じまん市は新鮮な野菜が豊富で低価格、野菜選びが楽しいです。生産者さんの名前も覚えてしまっています。  
〈駿河区/男性/34歳〉

RE: 先日、じまん市でのり巻きを購入しました。普段あまりおいしいと言わないうち(93歳)が「これはおいしいなあ」と言っていました。2年前に亡くなった母が作る甘めのおすしにそっくりな味でした。ありがとうございました。  
〈葵区/女性/60歳〉

RE: じまん市の惣菜は、女性部の皆さんが地元の味を大切に作っています。心温まるお便り、皆さんに伝わりますね。

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。



## 2018年度 第2回 農業経営講座【受講者募集】

開催日時：2019年2月5日(火) 14:00~15:30(開場13:30~)

会場：静岡市役所清水庁舎3階 ぶれあいホール  
 対象者：農業者、農業経営に興味のある人  
 会費：無料

内容：酒造りに学ぶ ～酒造りを通じた農業への提言～

講師：株式会社神沢川酒造場 代表取締役社長 望月正隆氏

申込方法

2019年1月29日(火)までに農業政策課へFAX(講座名、氏名、参加人数、住所、作目、電話・FAX番号を記入)または電話にてお申込みください。

連絡先◎静岡市役所 農業政策課 農業支援係 TEL.054-354-2086 / FAX.054-354-2482

## 表彰&品評会結果発表

**◎自然薯品評会**  
 主催：自然薯部会 / 出品数  
 ・17点 / 審査基準：外観・  
 すりおろした内容食味  
 金賞1席：北澤 治さん  
 (薬科)  
 金賞2席：花村行雄さん  
 (薬科)  
 銀賞1席：野崎賢さん(薬科)  
 銀賞2席：渡辺尚さん(東部)  
 銅賞1席：森 正治さん(薬科)  
 銅賞2席：山崎基浩さん(薬科)  
 11/13

### 品評会結果

**◎新嘗祭功労者表彰**  
 静岡浅間神社で「新嘗祭」が行われ、組合員の皆さんから多くの農産物が奉納されました。また、祭典の中で、地域の農業振興に貢献した方が表彰されました。  
 佐藤幸雄さん(葵区安倍口新田)  
 西島友さん(葵区有東木)  
 大橋嘉明さん(葵区相俣)  
 宮田康司さん(駿河区小鹿)  
 池ヶ谷正巳さん(駿河区東新田)  
 小和田茂雄さん(葵区上土)  
 11/23

### 功労者表彰

**◎玄米品評会**  
 主催：耕種委員会 / 出品数49点 / 審査基準：外観・食味計測定による評価  
 優等：松山直嗣さん(南部)  
 「さぬむすめ」  
 1等：佐野茂樹さん(東部)「あいちのかおり」 / 鈴木達也さん(薬科)「さぬむすめ」  
 2等：石上久雄さん(薬科)「コシヒカリ」 / 杉本秀次郎さん(美和)「コシヒカリ」 / 漆畑史朗さん(南部)「コシヒカリ」  
 3等：高津友彦さん(南部)「コシヒカリ」 / 漆畑史朗さん(南部)「コシヒカリ」 / 増田安昭さん(南部)「ひとめぼれ」 / 山田靖寿さん(南部)「コシヒカリ」  
 11/19



## 理事会からのお知らせ

### 「ぶれあい座談会」が全日程を終了いたしました

本年度の「ぶれあい座談会」につきまして、46会場、866名の方にご参加いただき、11月8日をもって全日程を終了いたしました。テーマを「自己改革の取り組みと今後の地域農業・地域社会のあり方」として実施いたしましたところ、活発なご意見、ご要望を賜り誠にありがとうございました。後日「質疑応答集」にまとめ、お届けいたします。

### ブランドショップ「じまん館」プレオープンについて

当JAの特産品「JAブランド」の発信拠点としてオープンします。  
 場所◎千代田支店 / プレオープン◎12月13日(日)  
 ※グランドオープンは4月を予定しています。

## 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-sai.jp/jashizuoka/ ▶

Facebookページやっています♪ 「JA静岡市 Facebook」で検索!



## ATM特別稼働年末年始のご案内

### 2018年12月31日(月)

すべて稼働

静岡市役所(葵区)と静岡厚生病院を除く全てのATMが稼働いたします。  
 ATMお取扱い時間 / 9:00~17:00 ※平常よりお取扱い時間が短いのでご注意ください。

### 2019年1月1日(火)・2日(水)

一部稼働

美和支店・しづはた支店・昭府町支店・豊田支店・八幡支店・東豊田支店・大谷支店・高松支店  
 薬科支店・中薬支店・大里支店・長田支店・下川原支店・あさはた支店・西奈支店  
 あさはた北支店・千代田支店・上土支店のATMが稼働いたします。  
 ATMお取扱い時間 / 9:00~17:00

### 2019年1月3日(木)

すべて休止

JA静岡市全てのATMが休止となります。また、コンビニ等の提携ATM全てでお取り扱いが休止となりますのでご注意ください。  
 ◎JA静岡市の窓口業務は、年末は12/28(金)まで、新年は1/4(金)より営業させていただきます。  
 詳細は公式ホームページでご確認ください。

## じまん市からお知らせ



### ●年末年始のご案内【2018年12月27日(日)から31日(金)の営業時間】

|    |          |                     |              |                                     |
|----|----------|---------------------|--------------|-------------------------------------|
| 年末 | 南部じまん市   | 8:30~18:00          | 31日は<br>正午まで | 新年<br>2019年1月5日(土)から<br>各じまん市とも通常営業 |
|    | 北部じまん市   | 9:00~18:00          |              |                                     |
|    | あさはたじまん市 | 8:30~18:00          |              |                                     |
|    | 長田じまん市   | 8:30~18:00          |              |                                     |
|    | しづはたじまん市 | 9:00~17:00 / 31日は休業 |              |                                     |

◎しづはたじまん市は12/19(水)・26(水)臨時営業いたします。

## ZRATTO!

“静岡市産”農産物を使ったスイーツを食べて素敵なプレゼントを当てよう!

## スイーツスタンプラリー

2018年12月1日~2019年2月28日 / 静岡市内参加店舗 41店

|   |                 |                    |
|---|-----------------|--------------------|
| 抽選で2名様                                    | 抽選で4名様          | 抽選で41名様            |
| ホテルセンチュリー静岡<br>又はホテルアソシア静岡<br>食事券10,000円分 | 静岡市産<br>“旬”の農産物 | スイーツ商品券<br>2,000円分 |

静岡市役所農業政策課 みかん・園芸・畜産係  
 TEL.054-354-2091

★イベントの詳細、参加店舗は「ZRATTO! しずおか」をチェック! ▶



父 **城 俊介さん** 母 **佳名子さん**  
 妻区福田ヶ谷 祖父 **大塚師輝さん** 祖母 **敏子さん**

みずき 城 **瑞樹くん**(左:4歳) いぶき 伊吹ちゃん(右:7歳)



ゆうた 西川 **結太くん**(1歳)

妻区小河内 父 **西川仁之さん** 母 **有貴さん**

伊吹はピアノが大好き  
 瑞樹は仮面ライダーに夢中です!

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

独自の栽培技術「ほんやま方式」を取り入れながら生産する「○○○○自然薯」は、白い肌、強い粘り、豊かな風味が特長です。評価も上々で需要も高まり、生産者と生産量の増加を目指しています。○○○○に入る言葉はなんでしょう?

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

2019年1月15日(当日消印有効)

11月号オアシスクイズの答え▶(水)耕栽培

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

確定申告が近くなってきました。今回は、土地・建物を売却した時の取得費について説明します。

譲渡所得は、売却金額から譲渡費用と取得費を差し引いた金額が譲渡所得として課税されます。このように取得費は大事な項目ですが、長期間保有していると証拠書類が無い場合や、どのような支払いが取得費となるかわからない方が多く見受けられます。



生活に役立つ情報

譲渡所得の取得費について

取得費となる支払いは次のとおりです。

1 契約書や領収書等がある場合

- ① 購入した土地代
  - ② 購入または建築した建物の減価償却の残高
  - ③ 購入や建築時に支払った仲介手数料等の諸費用
- 以上が一般的な取得費ですが、次の支払いも取得費となります。
- ④ 購入や建築時の登記費用
  - ⑤ 相続した場合の相続登記費用
- 以上の金額は、概算取得費の5%を適用する場合は認められません。

2

土地の購入代金は記憶しているが証拠書類が全くない場合



まずは、売主や当時の仲介業者に取引関係資料を探してもらうことが大切です。それも見当たらない場合でもあきらめないでください。土地代を認めた国税不服審判所の採決事例があります。その方法は、(財)日本不

動産研究所が公表している「市街地価格指数」に基づき取得費を推定計算する手法です。この指数は昭和46年以降分かります。例えば、バブル時の最高額である平成3年の住宅地の指数は124.1であり、平成26年の指数は60.8です。平成26年に5,000万円で購入した場合の取得費の金額は5,000万円×124.1/60.8=1億205万円となります。

この方法を使用するときは、購入年の路線価で相続税の評価額や、固定資産税の評価額を調べて推計額の信頼性が高いことを示す必要があります。

この場合は、購入年を明確にするため登記事項証明書(登記簿謄本)を必ず取り寄せてく



税理士 土屋道雄



ださい。なお、静岡県の相続税の路線価図は県立図書館に平成元年以降分があり、コピーすることもできます。