

オアシス

JA 静岡市
O A S I S

特集

さあ!10年後の農業へ

VISION OF NEXT 10 YEARS



美農りんピック
ののり
金メダル!

2020

8

Vol.235

オアシス

2020

8

Vol.235

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。

びんやり濃厚♪冷製コーンスープ★



©よい食P

旬の玉米を美味しくいただくには、冷製コーンスープがおすすめです。

材料(2人分)

- ・トウモロコシ…1本
- ・タマネギ…1/2個 ・サラダ油…大さじ1
- ・バター…10g ・水…200ml
- ・牛乳…120ml ・塩、こしょう…適量
- ・ドライバセリ…適量

つくりかた

- ① トウモロコシは皮を剥き、包丁で実をそぎ落とす。タマネギは薄切りにする。
- ② 鍋にサラダ油、バターを入れ、タマネギを炒める。しんなりしたらトウモロコシを加え、サッと炒める。
- ③ 水、塩、こしょうを加え、15分ほど煮詰める。
- ④ 粗熱がとれたらミキサーにかけ、牛乳を加えて冷蔵庫で冷やす。
- ⑤ 皿に盛りつけ、ドライバセリをふる。

世界三大穀物のひとつ トウモロコシ



旬は6~9月で、糖質・ビタミン・ミネラルが豊富に含まれています。エネルギー量が高いので、トウモロコシを主食にしている国も多いんだとか!皮は濃い緑色、ヒゲがたくさん付いていてフサフサしているものを選びましょう。茹でて焼いてもおいしく味わえますが、コロッケやチャーハンなど混ぜる食材としても大活躍します。

おいしいをつくりましょ。 JA 静岡市



「海道一の弓取り」

今川義元公誕生500年祭の関連事業として、
JR静岡駅北口広場に2020年5月に設置されました。
竹千代(徳川家康)君像の隣に設置され、
今川時代から徳川時代へと続く
静岡の歴史の流れを感じることができます。

今川義元公像



◎あさはた東農地保全会の皆さん
麻機幼稚園の園児を招き、田植え前の田んぼで泥んこ遊びをしました。「ふじのくに美農里プロジェクト」の一環で、地元の子供たちのサツマイモの栽培・収穫体験や、畑や用水路の保全活動を行っています。

◀ 今月の表紙 ▶



VISION OF NEXT 10 YEARS
10年後の農業へ
JA静岡市3か年計画 ~新時代への挑戦~

OASIS TOPICS

- ・「長田の桃」目揃え会
- ・横内幼稚園児が収穫体験
- ・お田植祭 地域が協力
- ・アスパラガス目揃え会
- ・どろんこ遊び
- ・エールしずおか福袋
- ・賤機南小茶摘み



青壮年部・女性部・シズ・カレ アクティブレポート

- ・おいしいビールのために
- ・95人が一列で
- ・フードバンクへ寄付
- 今月の*シズ・カレ*/生活に役立つ健康講座

営農スタディレポート

育てるを楽しむ。家庭農園 ~タマネギ~

TRYぎ・農業

「アグリロード美和」のさらなる飛躍に挑戦する / 葵区内牧 海野フミ子さん

この町のわたしの好きなど

健康情報 いつも元気! Q&A

「睡眠時無呼吸症候群」

JAだより&読者めーる

組合員紹介リレー オアシスピープルリンク

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 「トウモロコシ」

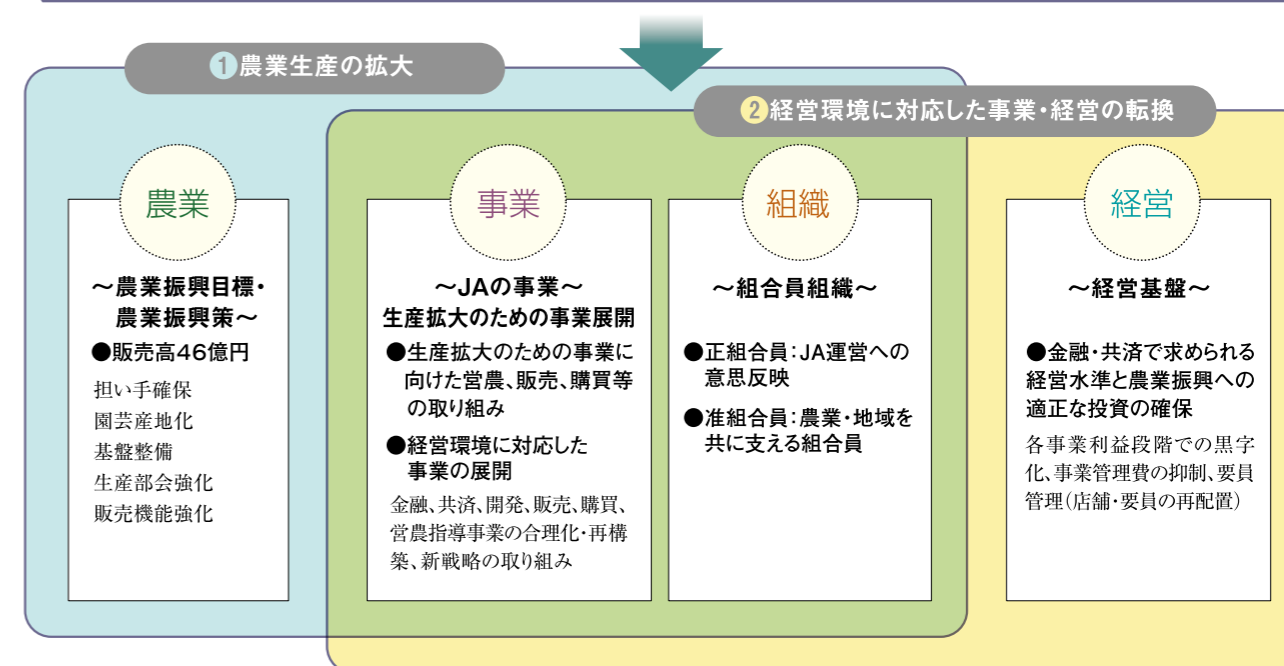
さあ！ VISION OF NEXT 10 YEARS 10年後の 農業へ



JA 静岡市3か年計画 ～新時代への挑戦～

JA静岡市は6月25日、本店で「第29回通常総代会」を開き、令和元年度の事業報告や2年度の事業計画、JA静岡市3か年計画など、17議案が承認されました。今回は新型コロナウイルス感染拡大防止のため総代を代表して各支部の運営委員長の出席と書面決議での開催となりましたが、先に行われた事前説明会では14会場で352人が参加しました。新3か年計画では、長期ビジョンとして「農業生産の拡大」「経営環境に対応した事業・経営の転換」を重点課題とした「10年後の現実像」を策定し、持続可能な地域農業とJA経営の確立を目指します。今回の特集では前3か年計画の取り組み報告と、10年後の農業に向けた新3か年計画について紹介します。

「10年後の現実像」に向けて 持続可能な地域農業・JA経営の確立



平成29年度からの3か年計画

「7つの最重点項目」の取り組み報告



1 生産部会の機能発揮による農業経営の向上と農業融資を活用した経営改善支援

生産部会の機能発揮

●茶は、産地維持のため改植事業の推進や、本山茶のブランド力を高めるため品評会への出品、GI認証に向けたブランド推進協議会を設立しました。柑橘・果樹そさいなどは、部会と連携し産地維持・強化計画を実施。農業チャレンジ支援事業を活用し、加工品の商品開発やマスコットキャラクターの商標登録認証など、産地を強化しています。



●JA静岡市無料職業紹介所を立ち上げました。令和元年度は求人件数30件、求職件数90件、マッチング件数53件でした。

農業融資の活用

●営農指導員による農業資材の提案、農業融資の相談ができるTAC担当が金融部門と連携。農業経営支援に取り組み、令和元年度は75件6億3,225万円の農業融資を実施しました。

2 販売力強化による生産量の拡大およびじまん市の販売強化

販売強化

●市場や卸店などのマッチング作業を進め、価格の安定・アップに努めました。また、東京都内へ高速バスの空トラックを利用し、管内農産物を輸送PRする「産地直送あいのり便」の運用を開始しました。



じまん市の販売強化

●出荷者への栽培講習会や圃場巡回、統廃合支店からの集荷便を開始。出荷量の増加と品質向上に取り組みました。

3 生産資材の価格引き下げ

●物流センターの導入、括仕入れと配送の効率化を行い、肥料特別価格商品14品目の値下げを行いました。農業についても他JAとの共同仕入れや、除草剤キャンペーンなどを行い、価格の引き下げを進めています。

4 担い手と新規就農者の育成支援

担い手の育成

●農業後継者と専任の営農指導員がともに技術や農業経営を学ぶ農業後継者塾「魅米」を開講。令和元年度は5人が卒業しました。研修会や視察を行い、農業経営の明確なビジョンを計画する機会となっています。

新規就農者の育成支援

●新規就農者養成講座「新生」を開講。静岡市認定新規就農者を目指し、助成の最新情報の共有や手続き、就農計画書の作成を支援。令和元年度は4人が参加し、就農委員会加入につなげています。また静岡県の「がんばる農業人支援事業」を受け入れ、就農支援を行っています。

5 財産と農業を次代へつなぐ相続相談の強化

●支店窓口から本店統括部署まで、事業横断的に連携した相談体制づくりを進めています。



6 支店運営委員会の機能強化と活性化

●JA運営に組合員の意見を反映し、双方向型の会議体として運営するために、運営委員会規程を新設しました。

7 「JA組合員大学」を開講し協同組合運動のリーダーを育成

●JA運動のけん引役となるリーダーの育成を目指し開講。各支店の運営委員会から推薦された組合員30人が講座や視察、意見交換を行いました。



◎自己改革の取り組み

●「組合員の農業所得の向上」と「生産組織の強化」を目的として「農業チャレンジ支援事業」を実施。平成27年度～令和元年度の5年間で16事業に32,224,900円を助成しました。JAが「地域の拠り所」になるため、農産物の収穫体験や地域の祭りに参加する「支店協同活動」など自己改革を進め、平成30年度に全組合員を対象に行った「JAの自己改革に関する組合員調査」では、多くの組合員の満足や期待、激励の声をいただくことができました。これからは、農業や組合員、地域のために「自己改革」に取り組んでいきます。

JA静岡市3か年計画 ~新時代への挑戦~

10年後の農業のために6つの基本目標を策定しました。なかでも農業生産を拡大するために、「基盤整備」「担い手の育成・確保、労働力の確保」「販売機能強化」の重点目標を中心に、各部門を横断的に結束し農業振興を行っていきます。

基本目標・重点目標

- 基本目標1 生産の拡大に直結する農業振興を行います**
 - 重点目標1 担い手の育成・確保、労働力の確保
 - 重点目標2 施設園芸振興
 - 重点目標3 基盤整備
 - 重点目標4 生産部会強化
 - 重点目標5 販売機能強化
- 基本目標2 JA事業で生産拡大を強力に後押しします**
 - 重点目標1 経済事業強化
 - 重点目標2 営農・販売・購買の連携
 - 重点目標3 生産拡大を後押しする人材教育・広報活動
- 基本目標3 生産拡大を応援する組合員を育成します**
 - 重点目標1 准組合員との関係強化
- 基本目標4 新時代に対応した事業改革を行います**
 - 重点目標1 10年先の経営環境に対応した信用事業改革
 - 重点目標2 10年先の経営環境に対応した共済事業改革
 - 重点目標3 開発事業改革
 - 重点目標4 経済事業改革
- 基本目標5 組合員の意思反映に基づく組合運営を図ります**
 - 重点目標1 多様化している組合員への対応強化
- 基本目標6 持続可能な経営基盤を確立します**
 - 重点目標1 新時代に対応した店舗体制の構築
 - 重点目標2 適正な要員配置
 - 重点目標3 物件費の抑制

今回の3か年計画は、ふれあい座談会や運営委員会などを中心に皆さまの意見を反映し策定しました。そして、目指すべき農業・JAの「10年後の現実像」を具体的なものにするために、6つの基本目標を立て、特に「農業生産の拡大」を重点課題とした農業振興では3本の柱を定めました。今年度は「特販課」と「担い手支援課」を新設。「アタック営農支援事業」も始まり、一層の振興・支援対策を展開していきます。

10年後の農業がより明るく活性化されているよう、部署横断的な連携のもと、一丸となって3か年計画を進めていきます。



大原正和 組合長

農業生産の拡大 3本の柱



アタック営農支援事業

新規作物や技術、加工品開発を目指す個人および組織・グループを支援。詳しくはJAホームページをご覧ください。

経営環境に対応した事業・経営の転換

- ◎営農・販売・購買のスペシャリスト育成
- ◎相続相談体制の確立(事前も事後もサポート)
- ◎TACと融資推進部署の連携による的確な融資
- ◎金融・共済部門は、適正な投資の確保で経営の安定化を図る

夏芽 甘くてやわらか

アスパラガス生産部会が、夏芽の出荷の本格化に合わせて目揃え会と圃場巡回を行いました。生産者と職員17人が参加し、出荷規格や階級基準、生育状況などを確認。三浦敬夫部会長は「大きな産地に負けないよう技術を高め、甘くやわらかなアスパラガスを生産していきたい」と話しました。収穫は10月まで行われ、じまん市での販売を中心に県内市場へも出荷します。

アスパラガス目揃え会



6/9

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

6/12

田んぼにダイブ!

あさはた東農地保全会が葵区赤松の水田に麻機幼稚園の園児を招き、泥んこ遊びを行いました。年長園児と保護者など約80人が参加し、鬼ごっこやリレーをして楽しみました。園児たちは全身泥だらけになりながらも「上手に走れた」「カエルがいて楽しかった」と笑顔で話しました。同幼稚園は8日に同保全会の畑でサツマイモの苗の植え付け体験もしました。

どろんこ遊び



自己改革

ドライブスルーで農家を応援

当JAと静岡市が、静岡競輪場の駐車場で、コロナ禍で苦境に立たされている農家を応援するため、特産の桃や葉シユウガ、ワサビなどの詰め合わせと、バラとママ、トルコギキョウの花束をドライブスルー形式で販売しました。青山組合長は「地元産の農産物を地元で消費しようという雰囲気があるので、私たちも新しいものを提供していきたい」と話しました。

エールしずおか福袋



6/13

大きいジャガイモとれた!

横内幼稚園の年長・年中園児約180人が、2日間に分かれてJA国吉田支店管内の落合知司さんの農園「おちあいファーム」を訪れ、ジャガイモの収穫を体験しました。子供たちは落合さんから掘り方を教わり、手をスコップのようにしながら芋を掘り出すと「大きいのとれた」と声を上げながら収穫を楽しみました。芋は各家庭に持ち帰り味わうそうです。

横内幼稚園児が収穫体験



6/4・8

6/18

一芯二葉で丁寧に

賤機南小学校の3年生児童118人が、総合的な学習の一環としてオクシズの文化を学ぶため、葵区下の(有)サランティーしづはたの茶畑で茶摘みを行いました。しづはた営農経済センターが協力し、二葉の摘み方を説明。児童は「いっぱい採って、お母さんに天ぷらにしよう」と笑顔で収穫していききました。同小学校では今後、茶工場や茶市場を見学する予定です。

賤機南小茶摘み体験



6/8

豊作願って早乙女姿

葵区大原の県護国神社の神饌田で、お田植祭が開かれました。神事が執り行われた後、中薬科保育園の年長園児11人が、女兒は早乙女姿、男児は小忌衣(おみころも)を着て「イセヒカリ」の苗を丁寧に植えました。イネは秋に「抜穂祭」で収穫をし、伊勢神宮や護国神社に奉納される予定です。中薬支店と薬科営農経済センターが1支店1協同活動の一環で協力しました。

お田植祭 地域が協力



営農スタディレポート



静岡県立大学経営情報学部
岩崎邦彦 教授

ケーススタディ 33

農産物のブランドづくり 第2回 「機能」と「情緒」のバランス

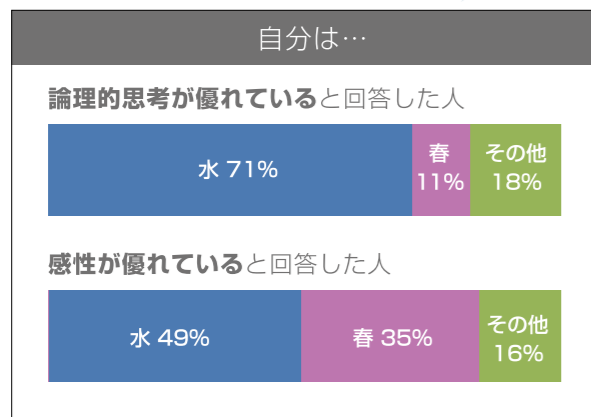
あなたは、次の文の空欄にどのような言葉を入れますか？

雪がとけると、
[] になる。



全国の消費者1,000人に空欄に言葉を入れてもらいました。もともとも多かったのは「水」と入れた人で、全体の64%。次に多かったのは「春」で、全体の25%でした。自由に単語を入れてもらったにも関わらず、「水」と「春」の2語だけで全体の9割に達しています。興味深いのは、この次です。この質問と一緒に、回答者には、自分は「論理的思考が優れている」と思うのか、

図1: 雪がとけると何になる?



出所)「小が大を超えるマーケティングの法則」日本経済新聞出版社



参考文献: 岩崎邦彦「小が大を超えるマーケティングの法則」日本経済新聞出版社

「雪がとけると、水になる」。論理的な考え方であり、サイエンスです。一方「雪がとけると、春になる」。こちらは情緒的な発想であり、アートです。この質問を取り上げたのは、ブランドづくりは、サイエンスとアートのバランスが大切になるからです。顧客を引きつけるブランドになるためには、健康効果など機能性の訴求や、科学的なアプローチなどによって、顧客の理性に訴えることが欠かせません。ただ、それだけでは、強いブランドは生まれません。ブランドづくりには、感性、感情といった情緒的な要素が重要です。ネーミング、パッケージ、デザイン、色づかいなどで、顧客の情緒に訴えていくことが欠かせません。ブランドづくりに成功するためには、消費者の「あたま」だけでなく、「こころ」もとらえることが大切なのです。

青壮年部・女性部・シズ*カレ アクティブレポート



おいしいビールのために

5/28

青壮年部



青壮年部がホップの誘引作業を藁科と梅ヶ島地区で行いました。飯間の畑では、これまで栽培してきた「かいこがね」に加えて「カスケード」や「ソラチエース」など新たに8品種を定植。玉井俊宏副部長は「柑橘系の香りがするものなど、それぞれ特徴がある。ブレンドして醸造すると味わい深くなるので、完成が楽しみ」と期待を寄せました。

6/8

青壮年部長田支部

95人が一列で

長田南小5年生95人が、駿河区小坂で田植え体験をしました。部員6人と長田営農経済センター職員が参加し、校庭で育てたもち米「葵美人」の苗を、部員の指導で横一列に並び丁寧に植えていきました。児童は「ドロドロで動くのが大変」と苦戦しながらも、「秋の収穫と、もちつきが楽しみ」と期待を膨らませました。



フードバンクへ寄付

6/25

女性部



女性部にJAの役職員が協力してNPO法人「フードバンクふじのくに」へ、茶や乾麺、レトルト食品などを寄付しました。集まった食料は約200kg。城塚雅子女性部長は「フードバンクを知らない人が多かったが、説明すると積極的に参加してくれた。『お互い様』で今後も多くの人に声かけをしたい」と話しました。

今月のオトナ女子短大 *シズ・カレ* 2019年度〈第9回〉

～生活に役立つ健康講座～

今回のシズ・カレは、「健康食品のウソ・ホント～宣伝に惑わされないように～」をテーマに、健康講座を開きました。参加した8人は、健康食品と医薬品の違いや、健康食品の成分表や含有量の確認方法などを学びました。静岡厚生病院の松山耐至薬剤師は「健康食品に頼りすぎず、普段から適度な運動をしてバランスの良い食事を心がけましょう」とアドバイスしました。(6月11日)



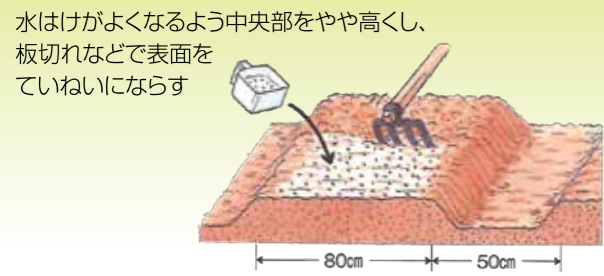


南部営農経済センター
大村祐敬

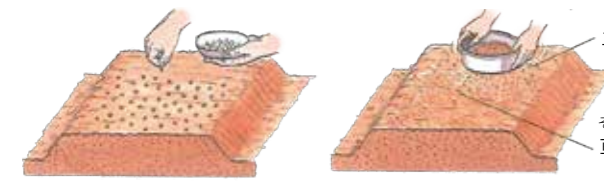
栽培のポイント

基本的に暖地では極早生～中晩生種、寒冷地では中晩生種が適しています。定植苗は太さ5～6mmが最適で、小さいと生育が遅く球も大きくなり、大きいととう立ちしやすくなります。また、生育終盤での追肥は貯蔵性が悪くなるため、追肥は早めに終わらせましょう。

1 苗づくり <1㎡当たり>
●化成肥料／大さじ5杯
●石灰／大さじ5杯



水はけがよくなるよう中央部をやや高くし、板切れなどで表面をていねいにします

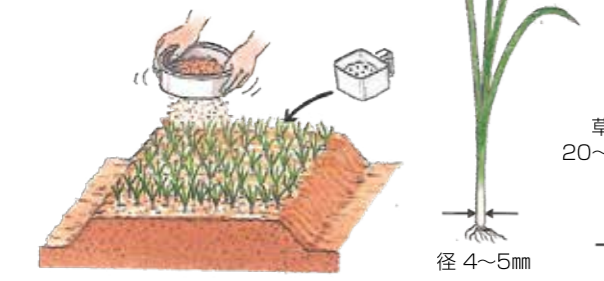


1～1.2cm四方に1粒くらい種が片寄らないようにていねいにまく

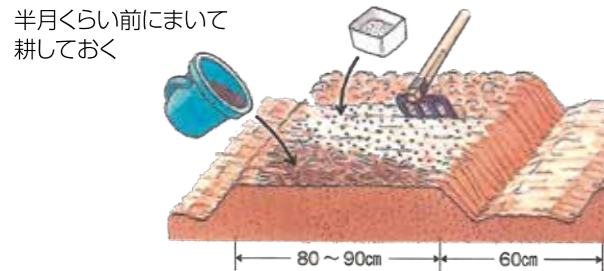


草木灰が見えなくなるくらい完全堆肥の砕いたものをかける

◎苗床での追肥・土入れ
草丈8～10cmに伸びたころ <1㎡当たり> ●化成肥料／大さじ2杯
追肥した後にふるいで土入れをする

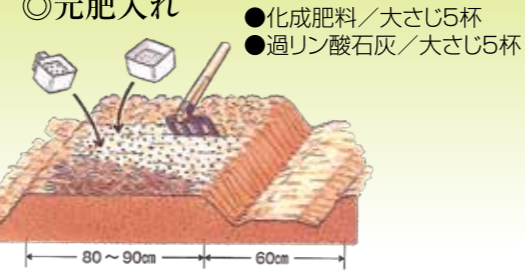


2 畑の準備 <1㎡当たり>
●石灰／大さじ3杯 ●完熟堆肥／少量

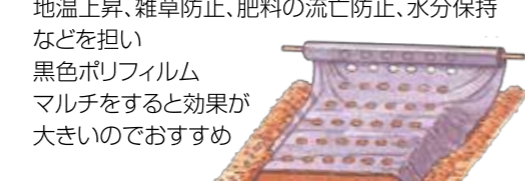


半月くらい前にまいて耕しておく

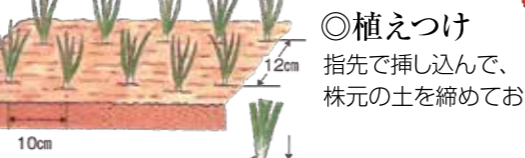
3 植えつけ・施肥 <1㎡当たり>
◎元肥入れ ●化成肥料／大さじ5杯 ●過リン酸石灰／大さじ5杯



水はけがよくなるよう中央部をやや高くし、板切れなどで表面をていねいにします

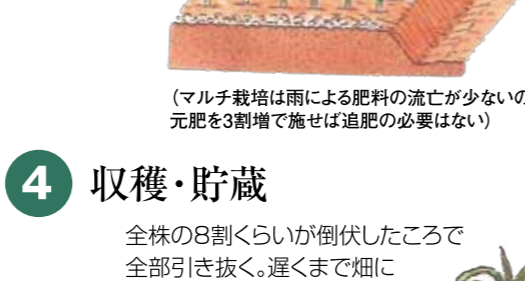


草木灰が見えなくなるくらい完全堆肥の砕いたものをかける



草丈8～10cmに伸びたころ <1㎡当たり> ●化成肥料／大さじ2杯
追肥した後にふるいで土入れをする

◎追肥 <1㎡当たり>
●化成肥料／大さじ3杯



4 収穫・貯蔵



半月くらい前にまいて耕しておく

全株の8割くらいが倒伏したところで全部引き抜く。遅くまで畑に置くと病害が入り貯蔵中の腐敗が多くなる

短期間で食べる場合 3～4日畑に置き葉葉がおおむね乾いたらサオにつるしたり葉葉を切り、カゴなどに入れて貯蔵する

貯蔵する場合

さまざまな料理に向く 重宝な野菜。



タマネギ

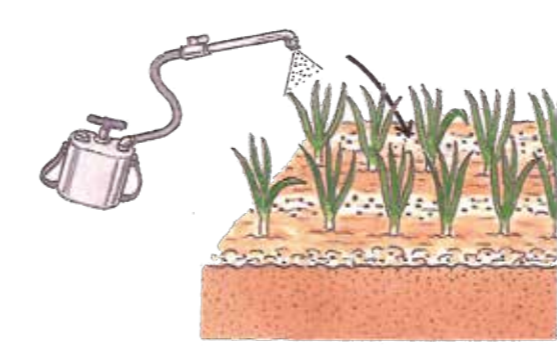
★栄養
独特な香り成分、辛み成分は硫化アリル。ビタミンB1の吸収を助け新陳代謝を活発にし、血液サラサラ、疲労回復、食欲増進などの効果があるといわれています。

★涙が出にくい切り方
切れ味の悪い包丁で切ると、細胞がつぶれて涙を誘発する成分が出やすくなります。よく切れる包丁を使い、タマネギを冷蔵庫で冷やしておくとも涙が出にくくなります。

タマネギは一般的な黄タマネギや春先に出回る新タマネギ、辛みが少ないサラダ向きの赤タマネギ、丸のまま使えるペコロスという小タマネギなど、さまざまな品種があります。日本では明治以降に洋食の普及とともに栽培が本格化したといわれています。

栽培は、連作障害がほとんど出ないので、毎年同じ場所ですべて作付できます。タマネギは、良い苗を作ることがポイントです。種まき、発芽から幼苗時の管理を念頭にし、育苗日数50～60日で株元の太さ5～6mm程度になるように育てます。極端に小さい苗は寒害を受けやすく玉の肥大が悪くなり、大苗はとう立ちしやすくなるので定植時には外します。苗を購入するときも目安としてください。

◎害虫防除
肥大盛りに入るとべと病などが出やすいので、春先盛んに育苗始めたところ薬剤散布する



病害
べと病：○アミスター20フロアブル
白色疫病：○リドミルゴールドMZ
水和剤

害虫
ネギアザミウマ、オオタバコガ
◎デュアナSC、フレオフロアブル

有効な農薬

★病害虫の防除
タマネギの大敵はべと病です。秋に苗床で発生したり、冬越しした春先に発生する場合があります。発見したら抜き取って処分し、早めの薬剤散布を心がけましょう。
害虫はネギアザミウマ、オオタバコガが発生しやすいので、被害が大きくなる前に適期防除に努めましょう。

タマネギの栽培カレンダー【露地栽培の場合】

	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(寒冷地)」があり、種まき～収穫までそれぞれ時期がずれます。

「受章には驚きました」と喜ぶのは2020年春、藍綬褒章を受章した海野フミ子さん。農家に嫁いで50年余、夫と3.3haの茶を生産する専業農家で、JA静岡市初の女性理事に就任するなど女性の活躍に貢献してきました。「旦那の協力があって、いい仲間恵まれ、農家の女性が楽しく暮らせたらと思って一つひとつ積み重ねてきた」と振り返ります。

海野さんは1995年美和女性部の支部長に着任。女性部を元気にしたいとプロジェクトを立ち上げました。全員へアンケートを取り、目標の一つを“販売所を作り、売上は部員自身の通帳へ”に設定。「当時は農家の嫁が自分名義の通帳を持つことは難しかったから」と海野さんは話します。有言実行で、1年後には加工所「アグリロード美和」を作り、朝市を開始。その後旧エコープの一角に販売所をオープンし、2017年には新店舗を建設。売上1億円超の店へと成長しました。

アグリの活動は、消費者との交流にも積極的です。きっかけは、消費者が無農産野菜を望む一方、虫食いの野菜には否定的だということ。そこで、農業体験を通じて理解を得ようと「生消費言倶楽部」を始めました。体験は大豆の無農産栽培。「苦労して育てたのに豆が虫食いだらけ」と消費者が嘆くなか、農業なしでは高品質の農産物の収穫は難しいこと、農家は農業の使用基準を守り安全に農産物を育てていることを説き、同時に収穫したての野菜のおいしさも伝えました。“やってみる”が一番の近道と実感したそうです。それからは、消費者が強い味方となり「生消費言弁当」が誕生。多い年で6,000食を売り上げるほどになり、農林水産大臣賞も受賞しました。

今年、倶楽部の活動はJAに協力してアグリスクールを開講することに。「楽しく元気でいられる今が最高！」アグリと海野さんの挑戦はまだ続きそうです。

葵区内牧
海野フミ子さん
(73)

©「アグリロード美和」のやむを得ない飛躍に挑戦する



仲間と当たり前のことを
積み重ねた結果！

右から3番目が海野さん



TRY ぎ・PRESENT

アグリロード美和の農産物・加工品セットを抽選で3名様にプレゼント♪

「8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8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



野菜の他加工品も充実

締切 2020年8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。



朝市から始まった
アグリロード美和

消費者の後押しで生まれた
「生消費言弁当」



産業や福祉、地域振興への功績者に贈られる「藍綬褒章」を受章

毎日を
すこやかに♪

Q & A いつも 元気!

知らない間に体と心を蝕む 睡眠時無呼吸症候群

Q 寝ている間に、呼吸が苦しくなって起きてしまうことがあります。どうすれば良いですか?

A マウスピースや手術など、各個人に合った治療法があります。一度、専門の診療科に相談してみましょう。



睡眠時無呼吸症候群は、睡眠中に呼吸が止まったり、浅く弱くなったりする病気です。長い間放置すると、日常生活にさまざまな障害を起し、命にも関わってきます。夜間に繰り返し起こる無呼吸により、血液中の酸素濃度が低下し、身体の各臓器に悪影響を及ぼします。また頻繁に目を覚ますようになるため、良い睡眠が得られず、日中の眠気を増加させます。

睡眠時無呼吸症候群は多くの生活習慣病の合併症を起こすことが明らかになっていますが、特に循環器の病気においては顕著で、高血圧は健康人の2.89倍、夜間心臓突然死は2.57倍、脳出血や脳梗塞は1.97倍もリスクが高くなると報告されています。

睡眠時無呼吸症候群の病態で最も多いのは、呼吸時に空気の通り道が塞がったり、部分的に狭くなったりする閉塞型の睡眠時無呼吸症候群です。原因としては、図2にあるような鼻、口、喉の異常が関係しています。

閉塞型睡眠時無呼吸症候群では、次のような症状が見られます。

- ① 眠気、集中力の低下
- ② 早朝の頭痛、倦怠感
- ③ 強いいびきや無呼吸
- ④ 頻回の夜間覚醒、夜間頻尿
- ⑤ 夜間呼吸困難(窒息感)

もしこのような症状がみられ、なおかつ高血圧、糖尿病、脂質異常などの生活習慣病を伴っているならば、睡眠外来、呼吸器内科、耳鼻科などに一度相談してみるとよいと思います。睡眠時無呼吸症候群が疑われる場合には、次のような検査を行います。

検査

簡易検査と一泊入院で行うポリソムノグラフィー(PSG)があります。PSGでは、脳波、筋電図、心電図、呼吸・血液中の酸素等を測定し、睡眠時無呼吸の重症度判定をします。

中等度から重度の閉塞型睡眠時無呼吸が判明した場合には、次のような治療法が考えられます。

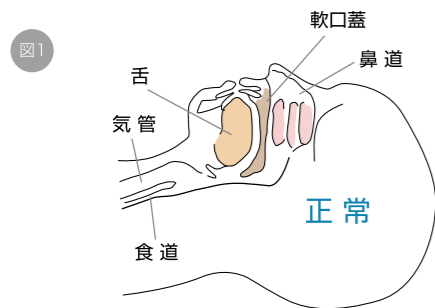
治療

- ① 口腔内装置(マウスピース)
- ② マスク装着(CPAP)
- ③ 手術 個人個人に合った治療法を選択することにより、合併症の治療にも有用であるとの結果が出ています。

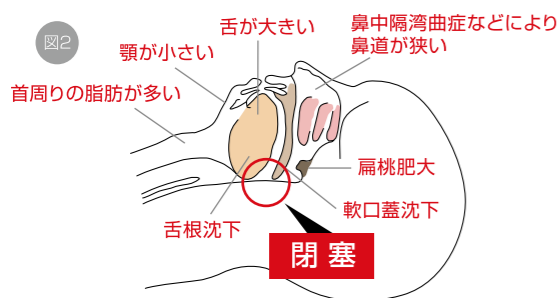
◎睡眠は人生の内の1/3の時間を占めています。良い睡眠を得ることは、健康な身体と心を維持するためにとても大切なことです。食生活、運動とともに睡眠について一度見直してみましょう。



JA静岡厚生連静岡厚生病院
内科 診療部長
桐岡智二



正常



閉塞

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



特別な時間に特別なケーキを

誕生日、友達の訪問、自分へのご褒美……。嬉しくて楽しい時には、いつもテーブルの上にケーキが。ケーキって人を笑顔にしてくれる特別な食べ物ですよ。今月はツインメッセの近くにある洋菓子店「ヴェールクレール」さんをご紹介します。

木目調の店内は、オシャレなディスプレイでパリの雑貨屋やカフェにいるよう。「イトインもあるので、雰囲気を感じてよりおいしく食べてもらえたら」とシェフパティシエの遠藤さん。

おすすめは、フワフワなスポンジで大人な甘さが絶妙のショートケーキや、口の中でとろけるショコラにアニス(八角)が香るケーキ「アリス」。何よりショーケースに並んだケーキは、どれも綺麗で目からおいしい!また、地元の果物が旬を迎えると冬には久能産のイチゴ、初夏には「長田の桃」、冬には「スルガエレガント」などのケーキやタルトを楽しめます。焼き菓子やショコラもあり、プレゼントにもピッタリです。今日はカシスの、あの人にはイチゴが入った……。特別な時には、とっておきのスイーツとともに過ごしてみたいかがでしょうか?

また、静岡伊勢丹の地下洋菓子コーナーにも店舗がありますので、そちらもぜひ。



洗練されたケーキが並ぶ



焼き菓子やチョコレートも

●リポーター
八幡支店 たっや
望月健矢

Patisserie
VERT CLAIR
ヴェールクレール



お店info

- 静岡市駿河区豊田3-1-45
- TEL/054-282-0473
- 営業時間/10:00~20:00 (イトイン LO/19:00)
- 定休日/木曜日
- 駐車場/11台



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?!

葵区内牧
九藤祐輔さん

イチゴ・茶
野菜全般



ツーリング誰か誘って～!夏、冬ともに栽培品が多くてなかなか忙しい毎日ですが、たまには趣味のバイクも走らせたいこの頃です。農業もバイクもめざせ生涯現役!

LINK to 葵区下 海野大夢さん を紹介します。
「青壮年部がんばろう!」

葵区北
志村吉紀さん

原木シイタケ
トマト・茶



梅ヶ島の大代地区で山間地が元気になるよう奮闘中です。おいしいビールができるのも楽しみです。

LINK to 葵区飯間 玉井俊宏さん を紹介します。
「おいしいビール飲みましょう!!」

葵区水見色
辻村麻美さん

茶・野菜
米



静岡市で農業を始めて8年目になりました。子供に恵まれ、有難くも子供たちの体調優先で農業を思うようにできない日々になり、また専業で生活していく大変さも感じますが、どうか1日1日を懸命に過ごす毎日です。

LINK to 葵区大原 梶山裕佳子さん を紹介します。
「アグレッシブな姿勢にいつも尊敬しています」

葵区平野
望月博美さん

茶



嫁っ子に来てから早35年。すっかり主になりました。大好きな太鼓も30年。叩くだけで気分爽快です。なかなか上達しないけど太鼓の醍醐味です。孫たちの成長を楽しみに病気に負けずがんばりたいです。

LINK to 葵区有東木 白鳥ほずみさん を紹介します。
「安倍街道(オクシズ)活性化にがんばろうネ!」

詐欺注意など呼びかけ 【豊田支店・南部じまん市】 6/15



豊田支店と静岡南警察署の生活安全課、交通課、静岡県交通安全協会、静岡南防犯協会が協力して、特殊詐欺防止対策と交通安全を呼びかけました。来店者が多い年金受給日にチラシ、反射材、アルコールジェルなどを配布。生活安全課の窪田和巨警部補は「詐欺師はあなたのキャッシュカードを狙っています。絶対に誰にも渡さないでください」と注意喚起しました。



6/24 新規就農者養成講座「新生」開講



「未来に向かってがんばってください」と激励しました。

静岡市認定新規就農者を指す新規就農者や、帰農者を支援する養成講座「新生」の開講式を行いました。8人が受講し、先輩の認定新規就農者からのアドバイスや、市と県の担当者から認定制度や支援事業について学びました。鈴木常務は「JAもしっかり支援していくので、明るい未来に向かってがんばってください」と激励しました。



Thank you!

OASIS 読者め～る



Q: 各じまん市には新鮮な旬の野菜・果物が盛りだくさん!これからの季節はトウモロコシ、ナス、トマトなどおいしい夏野菜が並びますので、ぜひ来店くださいかね。

最近、野菜を購入しに北部じまん市を利用するようになりました。これから地産地消で季節の物を楽しみにしていきます。

〈葵区/女性/38歳〉

身近に感じるのは、じまん市!生産者さんと自分をつないでくれる頼れるお店。

〈駿河区/女性/44歳〉

〈清水区/女性/71歳〉

南部じまん市にしようちゅう行きます。今日はスイカの苗を買いました。スイートパジルはいつも苗を買い、トマトのところに植えます。家庭農園を見て作ってみようと思います。参考にになります。

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、右のQRコードでアドレスを取得できます。



農業資材のご利用にともない、使用済みのポリ・ビニール等のプラスチック製品(肥料袋やマルチ、ハウスのビニール等)は、産業廃棄物として使用した農業生産者が適切に処分することとなっています。土のうやゴミ袋として圃場で利用する際には、劣化・破砕されて河川に流れたり、風で飛んでしまうことが無いようご注意ください。皆さまのご協力を積み重ねることが環境を守ることに繋がりますので、よろしくお願いいたします。

【インターネットで農林水産省による資料がご覧いただけます】

https://www.maff.go.jp/j/seisan/pura-jun/pdf/haipura_josei.pdf



稲野幸子(広野)
池ヶ谷仁三郎(用宗)
永嶋雄大(広野)
杉山幸代(下川原)
杉山善一郎(広野)
杉浦辰男(用宗)
田形惇子(用宗)
杉山真美(広野)

金賞 尾崎寿二(用宗)
1席 杉本文彦(広野)
銀賞 2席 杉山真美(広野)
3席 田形惇子(用宗)
銅賞

静岡県 桃果実品評会
出品数…34点
審査項目…外觀、食味、糖度など
6/16(火)

品評会結果

(受賞者の敬称略)

1支店1協同活動 自己改革

南部営農経済センターが、駿河区大谷地区の畑でモコモ広保育園の年中園児とサツマイモのツル挿しを行いました。園児は「焼き芋にしたい」と収穫を楽しみにしていました。しづはた営農経済センターも梅ヶ島小中学校の児童に校内の畑でサツマイモ栽培の指導を行いました。

◎サツマイモのツル挿し
【南部営農経済センター】6/1(月)
【あさはた あさはた北支店・東部営農経済センター】6/18(木)
【しづはた営農経済センター】6/17(水)



◎大里ミニ朝市フェア
大里朝市の会主催の朝市に、職員が参加しました。毎月2回支店の駐車場で開催する朝市も、コロナの影響で5月はお休み。フェアでは新鮮野菜や花、JAの新茶や飲料を販売し、お客さまからの「久しぶり！待ってたよ」と1か月ぶりの再開に会場は賑わいました。



【大里支店】
6/13(土)
27(土)

◎米作り教室
「田植え」
松野小学校の5年生11人が、校内の約1aの田んぼで田植えを行いました。品種は「きぬむすめ」。児童が5月中旬にまいた種もみに水やりをして育ててきたものです。慣れない水田に足を取られながらも「感触が面白い」「早く収穫したい」と声を弾ませました。



【松野支店】
6/4(木)

JA静岡市農業振興のための支援策

支援期間：2020年4月～2021年3月

用途に応じたプランをご用意しました。ぜひご活用ください!

- 茶園改植支援対策【年間予算枠50万円】
茶園の若返りを図るための改植、優良品種への更新などを行うことに対して支援します。
支援額 10a当たり上限1万円 (1か所1a以上)
- 茶園転換支援対策【年間予算枠50万円】
茶業経営の維持改善を図るため、茶園から他作物への転換に対して支援します。
支援額 10a当たり上限1万円 (1か所2a以上)
- ハウス新設支援対策【年間予算枠200万円】
ハウスの新設により野菜・花卉・果樹等の経営改善を図るために支援します。
対象 新設のハウス30㎡以上/資材費等の1/3以内で限度額20万円以内
- 野生鳥獣害被害防止支援対策【年間予算枠275万円】
防護施設設置等に対して支援します。
対象 電柵、猿防護資材等の購入、地域一体型整備経費、活動など
- 就農者等支援対策【年間予算枠300万円】
JAと就農計画を立て、経営安定を目指す就農者に対して支援します。
対象 新規就農養成講座、農業後継者塾の受講終了者へ資材費等の1/2以内で上限30万円

◎条件、制限等もありますので、詳細は営農課・営農経済センターへお尋ねください。

野生鳥獣害防除資材(電気柵等)の補助制度について

野生鳥獣害を防ぐための設備(電気柵・猿防護資材・獣害用ネット等)を購入、設置する方に対し「静岡市」から助成金が交付されます。

区分	補助対象者	「静岡市」の助成(予算枠の範囲内で対応)	
		補助率・額	補助限度額
個人	旧安倍6ヶ村※1の農林業者	購入資材費の90%以内 <small>(ただし、市の定める「基準額」を超える部分は対象外) ※H27～R元年度に助成を受けた方は申請できません。</small>	10万円
	旧安倍6ヶ村以外の農林業者	購入資材費の50%以内 <small>(ただし、市の定める「基準額」を超える部分は対象外) ※H27～R元年度に助成を受けた方は申請できません。</small>	10万円
団体	2戸以上で実施する農林業者 <small>(地続きを対象とし、飛び地は不可)</small>	購入資材費の90%以内 <small>(ただし、市の定める「基準額」を超える部分は対象外)</small>	対象戸数に10万円を乗じた額

※1 大河内、梅ヶ島、玉川、井川、清沢、大川地区

◎旧安倍6ヶ村及び団体型では補えない部分を「JA静岡市」単独補助制度がバックアップいたします!

- 支援内容
- ①旧安倍6ヶ村以外の事業電柵・猿防護資材等を購入するための個人(組合員)への購入資材等の助成をします⇒**その他の補助制度と併せて上限7万円**
 - ②地域一体型における被害防止体制への整備経費を支給します⇒**集落単位による防護柵設置経費の内、地元負担額の1/3以内。ただし、1集落(グループ)上限10万円**
 - 上記は概要です。書類の提出方法、注意事項等がございますので、詳細は各営農経済センターへお問合わせください。



葵区谷津
祖父 上田鏡一さん 祖母 君枝さん

ゆきな
上田幸長くん(2歳)

♪ **ボール遊びや
バドミントン**をしています!



しゅんた
萩原駿汰くん(中:7歳)
みつか さえか
光夏ちゃん(左:1歳) 冴夏ちゃん(右:6歳)

葵区瀬名川 父 萩原敬晃さん 母 彩子さん
祖父 芳久さん 祖母 千秋さん

元気なイタスラッ子!
大きくなったら農業手伝うぞ

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

JA静岡市の新たな〇か年計画～新時代への挑戦～がスタートしました。持続可能な地域農業とJA事業の確立を目指します。〇に入る数字をお答えください。【ヒント:4ページ】

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 2020年8月15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

6月号オアシスクイズの答え ▶ ⑥⑤④

今回は、生命保険について説明します。皆さま方も多くの共済や保険に加入されていると思いますが、保険金を受け取った時の税金についてご存知でしょうか?



生命保険金を受け取る場合、その保険金が死亡によるものか、満期によるものか、また、保険料の契約者は誰のかなどによって課税関係が異なります。夫婦の関係でみると表1のようになります。受け取った保険金は、表2の通りの課税となります。

表1: 国税庁 暮らしの税情報・令和元年度版「保険と私」

区分	被保険者	契約者(負担者)	受取人	保険事故等	課税関係
①	夫	夫	夫	満期	夫の一時所得
②	夫	夫	妻	満期	妻に贈与税
				夫の死亡	妻に相続税
③	妻	夫	妻	夫の死亡	妻に相続税(生命保険契約に関する権利)
④	妻	夫	夫	満期	夫の一時所得
				妻の死亡	

表2: 保険金の課税対象額

①贈与税	受け取った全額が課税対象
②一時所得	(受け取った保険金-支払った保険料-50万円) × 1/2 = 課税される所得
③相続税	受け取った保険金-法定相続人×500万円 = 課税される相続財産

表1の②のように、満期の受取人が妻の場合、受け取った全額が贈与税の対象となり、納税額が高額となります。契約者は受取人を変更する権利を持っていますので、一度確認してみてください。

生命保険料を受け取っても課税されない保険もあります。一般的には死亡生命保険の非課税です。法定相続人1人につき500万円非課税なので、相続人が4人いれば受け取った生命保険金のうち2,000万円まで非課税です。

また、次の通りの生存中に受け取っても非課税の保険もあります。

- ①リビング・ニーズ特約保険
余命6か月以内と診断されると支払われる保険
- ②特定疾病保険
3大疾病にかかった場合に支払われる保険

生活に役立つ情報

生命保険を見直しましょう



③高度障害保険
交通事故などで身体の障害を受けた場合に支払われる保険

これらの保険を、生計を二にする家族が受け取っても非課税となります。また、がん保険でがんが診断されたときに支払われる保険金は、医療費控除では受け取った保険金に該当しません。

以上の通り、生命保険は保険契約内容により課税される税に違いがあり複雑です。ご自身で判断できない場合はJAや保険会社、税理士などにご相談ください。



税理士
土屋道雄