

オアシス

JA 静岡市
O A S I S

～30年のありがとうを未来へ～
農業から広がる笑顔の輪



特集

旬を**ハ**ラウろう! ごほうびに、至福の一品!



作る幸せみんな感じて

2

2023

<https://ja-shizuokashi.or.jp>

Vol.265

オアシス

2023

2

Vol.265

●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

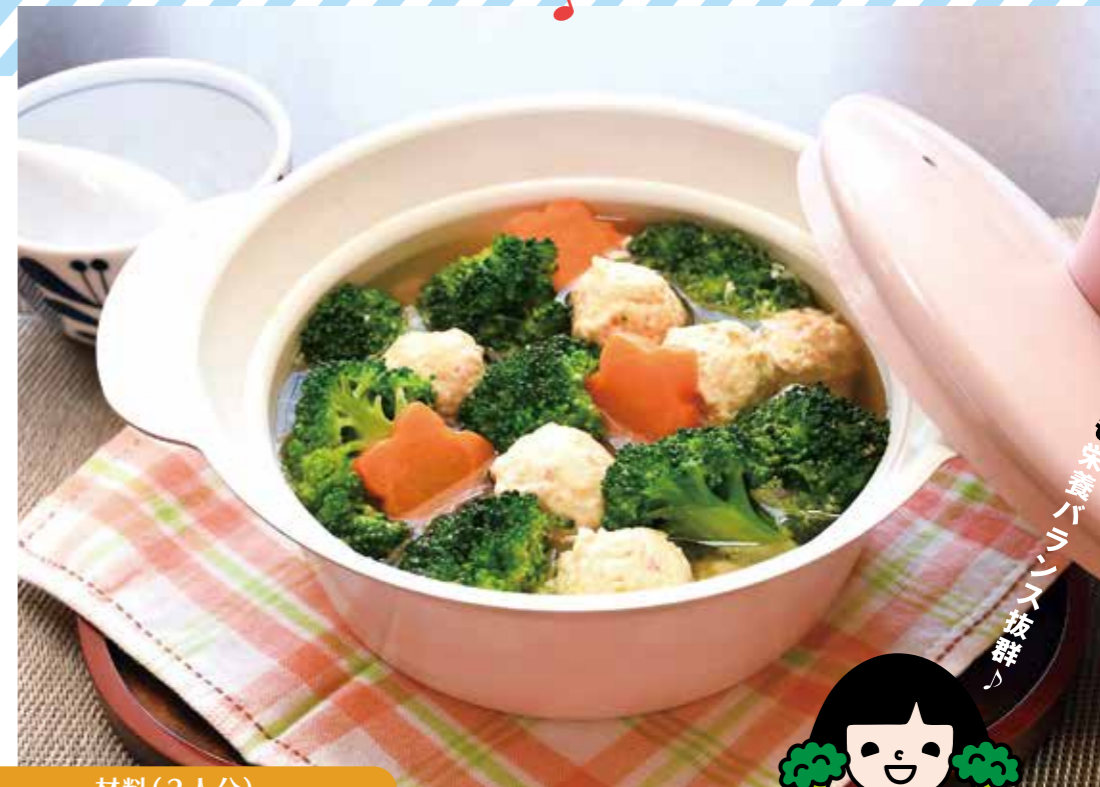
検索

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。

★ ブロッコリーのコンタン鍋 ★



材料(2人分)

- ・ブロッコリー…小1/2株
- ・型抜きしたニンジン…4～5個
- ・鶏ひき肉…200g

[A] 卵…1個 ・塩…小さじ1/3
片栗粉…大さじ2

煮汁 水…500ml ・塩…小さじ1/3
鶏がらスープの素…大さじ1
酒、みりん…各大さじ1
しょうゆ…小さじ1

つくりかた

- ① ブロッコリーは小房に分け、縦半分切る。
- ② 鶏ひき肉と[A]の材料をよく混ぜておく。
- ③ 土鍋や鍋に煮汁を入れて煮立たせ、②の鶏肉をスプーンですくって鍋に入れる。火が通ったらブロッコリーを加え、好みの固さまで煮る。

★鶏肉団子、煮汁は市販品でもOK。ブロッコリーの茎や型抜きしたニンジンのあまりはゆでてからみじん切りにして肉団子に加えるとムダなく使えますよ!

緑黄色野菜のエース ブロッコリー



欧米では「栄養宝石の冠」と呼ばれるほど栄養豊富な緑黄色野菜。カロテン、ビタミンC、カルシウム、鉄などを多く含みます。モコモコとした食用部分は、つぼみが集まったもの。固く締まってこんもりと丸く、重量感のあるものを選びましょう。鮮度の劣化が激しいので、食べきれないときは小房に分け、硬めにゆでて冷凍保存がおすすめです。

おいしいをつくりましょ。 JA 静岡市



ひょう ぱく
俵峰の氷瀑

厳しい冷え込みが続くと俵峰から真富士山へ向かう登山道の脇にある大滝が凍り、氷瀑が出現します。
山道を登って約1時間。
幻想的な景色が登山者を魅了します。

2022年1月18日撮影



◎大川加工センター 森久子さんと
ワークセンターりんどうの皆さん

ワークセンターりんどうの皆さんが種から育てた赤かぶを収穫しました。この赤かぶは大川加工センターで「赤かぶ漬」になります。詳しくはP14の「TRYぎ・農業」をご覧ください。

◀今月の表紙▶



旬をパフェろう!
とほうびに、至福の一品!

OASIS TOPICS

- しずはた菊部会園地巡回
- 苺委員会目揃え会
- 廃ビニール回収
- 「魅来」でMG研修
- 長田ブロック女性部「おもひで写真館」展示
- 営農指導員課題研究報告会
- 「ソレイユくらぶ」最終回



青壮年部・女性部・シズ・カレ アクティブレポート

- バルーンバレーボール大会
- 川柳大会選考会
- キッズカフェへ米や野菜寄贈
- 今月の*シズ・カレ*/スワッグづくり

営農スタディレポート

育てるを楽しむ。家庭農園 ~土づくり~

TRYぎ・農業

「農福連携」で赤かぶ栽培に取り組む/大川加工センター 森 久子さん

この町のわたしの好きなどこ

健康情報 いつも元気! Q&A

「腸内環境を整える」

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 「ブロッコリー」

味はもちろん、“映え”もフルーツの魅力♪

イチゴ

Strawberry

静岡県のブランド品種は「紅ほっぺ」と「きらび香」！
「紅ほっぺ」は甘さと酸味のバランスが良く、中まで赤く色づくのでイチゴの断面を活かしたお菓子作りにぴったりです。「きらび香」は宝石のような光沢ある果肉と、甘くフルーティーな香りが特長。その艶やかさで、デザートの魅力がアップすること間違いなし！



苺委員会



- 委員長／山本芳明
- 会員数／88人
- R3年度生産量／3.4t



旬をパフェろう！

ごほうびに、至福の一品！

今回はバレンタインやホームパーティーにもぴったり！
果物の断面が可愛いフルーツパフェや
野菜を華やかにデコレーションしたベジタブルパフェなど
旬の農産物の“パフェリ方”をご紹介します！



Let's make a parfait

東京ゴールド



ヘイワード

レインボーレッド

Kiwifruit

キウイフルーツ

鮮やかなイエローの果肉が美しい「東京ゴールド」は、JA静岡市が今最も栽培に力を入れている品種。高糖度で爽やかな酸味はパフェとの相性が抜群です。緑の果肉でおなじみの「ヘイワード」は、そのまま食べるのはもちろん、スムージーやソースにして肉料理にも。10月には果肉の赤色が目を引く「レインボーレッド」も生産されています。

キウイフルーツ委員会

- 委員長／大原克仁
- 会員数／31人
- R3年度生産量／37.6t



【ベジタブル系】

野菜をオシャレに♪
ベジパフェ

Vegetable parfait



材料

- ・ミニトマト ・リーフレタス ・キュウリ ・キャベツ
- ・コーン ・ヤングコーン ・ポテトサラダ ・ハム
- ・ドレッシングやオリーブオイル

作り方

- ①ガラスに千切りにしたキャベツ、角切りにしたキュウリ、コーンなどを層になるように盛り付ける。途中でヤングコーンやミニトマトを断面が外から見えるように貼り付ける。
- ②ポテトサラダを丸めて載せる。
- ③ハムやキュウリ、リーフレタスで飾りつけたら完成! お好みでドレッシングやオリーブオイルをかけて♪



J A 静岡市ファーマーズマーケット「じまん市」出荷委員会

作る人と使う人をつなぐ「じまん市」

毎朝、農産物を出荷する生産者で賑わう「じまん市」。店に並ぶ農産物は農薬などの使用基準をクリアしたお墨付きの野菜たちです。お買い物中に商品を並べる生産者と会ったらぜひ調理法や保存法など聞いてみてください。作った人と会話し、ふれあうことができる「新鮮で安全・安心」がモットーのお店です。

●会員数/1,164人 ●店舗数/5店舗(あさはた、南部、北部、長田、しづはた)



【フルーツ系】

自宅で簡単♡
ごほうびフルーツパフェ



Fruity parfait

材料

- ・キウイフルーツやイチゴなど
- ・ビスケット ・ホイップクリーム ・グラノーラ
- ・パナコッタ ・パンナコッタ ・ゼリー
- ・お好みで飾り用のミント、ブルーベリー、ラズベリーなど



- ①パナコッタをガラスの底に敷き詰める。
- ②ゼリーと小さく切ったキウイフルーツを混ぜたものを①の上に層になるように入れる。
- ③ホイップクリームを絞る。
- ④輪切りにしたキウイフルーツを断面が外から見えるようにガラスに貼りつける。
- ⑤④の中央を埋めるようにホイップクリームを絞る。
- ⑥グラノーラをのせる。
- ⑦パナコッタとホイップクリームでガラスの縁まで埋める。
- ⑧最後にデコレーションしたビスケットを載せたら完成!

ごほうび 作り方
フルーツ
パフェ [キウイ Ver.]



キウイ
フルーツの
お花 作り方

- ①半分に切ったキウイフルーツを3mmくらいの厚さに切る。
- ②包丁に沿わせながら広げる。
- ③端からゆっくり巻いていき、形を整える。



トッピンがかわいく
おいしく♡

公式YouTubeでは
浮いてる系!?
の作り方も紹介中!



社長になって経営を疑似体験

農業後継者塾「魅来」の第7講は、経営や会計について学ぶためMG(マネジメントゲーム)研修を行い、ボードを使ったゲームで、企業経営を疑似体験しました。材料の仕入れ加工や販売の他、設備投資や人材採用などの経営を進め、期末には決算書を作成。参加者は「農業でも投資のバランスやリスク管理が大仕事だと感じることができた」と話しました。

8 魅来

12/6

「魅来」でMG研修



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



12/15・16

17 おもひで写真館

長田ブロック女性部「おもひで写真館」展示



長田支店へ感謝をこめて

長田支店で生活感謝祭が開かれ、一角に女性部の「おもひで写真館」が登場しました。活動拠点の長田支店が建て替えのため解体されることになり、これまでの感謝の気持ちを込めて女性部が活動してきた写真を展示。気に入った写真は持ち帰ることもできるようにしました。来場者は「懐かしい。みんな若かったねえ」などと話し、しばし写真に思いを寄せました。

スキルアップを目指して

営農指導員のスキルアップを通じて組合員の農業所得の向上と販売力強化を図るため、営農指導員課題研究報告会を開きました。優良種苗確保の取り組みや、イチジクの挿し木方法による生育比較など営農指導員5人が発表。大原組合長は「誰もが取り組める技術を組み立てていくことが必要。積極的に働きかけ所得向上の力にならしてほしい」と激励しました。

9 営農指導員

12/16

営農指導員課題研究報告会



イチゴの出荷シーズン到来!

母委員会がイチゴの年末需要に向けて、支部ごとに目揃え会を開きました。この日は長田支店で長田、菓科、南部支部が合同で行い、情勢報告や着色基準、詰め方などを確認。その後、他県のイチゴ3品種の色、食味などを比較しました。山本芳明委員長は「今年は夏の暑さで収穫が遅れ気味だったが、おいしいイチゴができていたのでぜひ味わってほしい」と話しました。

9 母委員会

12/5

母委員会目揃え会



4 ソレイユくらぶ

12/17

「ソレイユくらぶ」最終回



ソーセージづくりに挑戦

小学生親子が食と農を体験する「ソレイユくらぶ」が本店で開かれ、10組20人が参加しました。全4回の最終回はソーセージづくり。塩漬の羊腸を使った本格派です。豚ひき肉に氷やスパイスを加えてこねたものを専用の器械で腸に詰め、茹で上げました。試食した4年生の福田龍彌くんは「おいしい!腸が破れて大変だったけど楽しかった」と話しました。

12 廃ビニール回収

12/6

廃ビニール回収



地球に優しい農業を

自然環境に配慮した農業を継続するため、11月の廃プラスチック・ポリ回収に続き、管内5か所で廃棄する農業用塩化ビニールの回収を行いました。生産者から持ち込まれたイチゴや柑橘などに使用したビニールを、部農会員とJA職員が協力して計量。リサイクル業者が重機を使って回収しました。集まったビニール10tは、ペットボトルなどに再利用されます。

営農スタディレポート



今回のキーワードは「クラウドファンディング」。インターネットを介して、不特定多数の人々から少額ずつ資金を調達する仕組みのことです。

ケーススタディ

62

クラウドファンディング

1 想いを形に

◎クラウドファンディングって何?

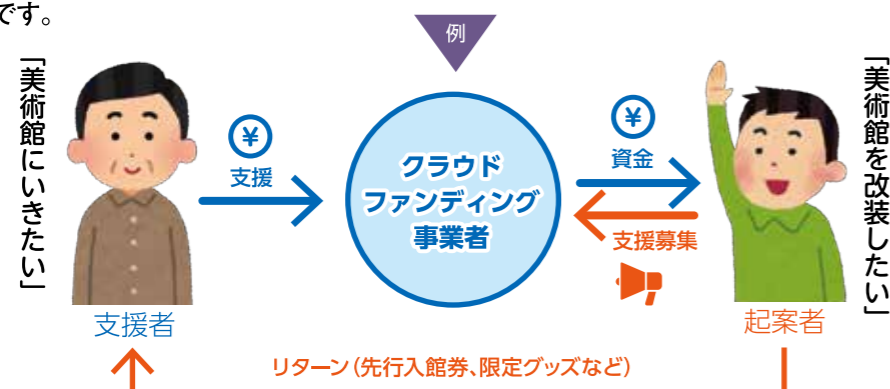
「群衆(クラウド)」と「資金調達(ファンディング)」を組み合わせた造語で、日本では2010年代から展開し始めました。「こんなモノを作りたい」「地域の困りごとを解決したい」といったアイデアを持つ人が起案者として、専用のインターネットサイトを通じて、世の中に呼びかけ、それに共感した人から広く資金を集める仕組みです。

金融機関からの融資などによる従来の資金調達にはない手軽さや、拡散性の高さといった点が近年注目されています。その中でも、起案者の想いを発信することで、人と人とのつながりが生まれ、新たな理解者、ファンを増やせることが大きな魅力になっています。

◎購入型クラウドファンディング

クラウドファンディングには「購入型」「寄付型」「投資型」などいくつか種類がありますが、今回は最も一般的な購入型クラウドファンディングをご紹介します。

「購入型」は起案されたアイデアに対して、支援者がお金を支援し、リターン(特典)としてモノやサービスを得ます。ネットショッピングをする感覚でリターンを得るので資金が集まりやすいのが特徴です。



また、購入型クラウドファンディングには、設定した期間内に目標金額が集まらなければ資金を受け取ることができない「ALL or Nothing方式」と、集まった分だけ資金を受け取ることができる「ALL-In方式」があります。

	ALL or Nothing方式	ALL-In方式
メリット	●目標達成に向けて、支援者と盛り上げられる。 ●目標金額が集まらなかった場合、事業を実施しなくてよく、リターンを送らなくていい。	●目標金額を達成しなくても、資金を受け取ることができる。
デメリット	●目標金額が達成できないと、資金を受け取ることができない。	●目標金額が達成しなかった場合でも、事業を実施し、リターンを送る必要がある。

◎次号ではクラウドファンディングで静岡茶発祥の地を守るため、茶畑を一望できるテラスを作った足久保ティーワークス茶農業協同組合の事例をご紹介します。

青壮年部・女性部・シズ*カレ アクティブレポート



11/29 女性部 | バルーンバレーボール大会

女性部のバルーンバレーボール大会が北部体育館で開かれ、6チーム約50人が参加しました。3年ぶりの開催に熱戦が繰り広げられ、チーム「サンフラワー」が優勝を勝ち取りました。主催したフレッシュミズ代表の村本陽子さんは「普段は会うことの少ない女性部の方とも親交を深められるいい機会になった」と話しました。



フレッシュミズはメンバーを募集中です ▶ 詳しくは営農課までお問い合わせください TEL.054-288-8440



12/1 女性部 | 川柳大会 選考会

本店で「JA静岡市女性部川柳大会」の選考会を開きました。お題は「JA女性部」。部員に作品を募集したところ、228点の力作が寄せられ、朝比奈初枝部長は「想像した以上にたくさんの応募があり驚いた。ぜひ発表する場を設けたい」と喜びました。入賞作品は、2月開催のふれあい文化祭で発表・表彰する予定です。

12/9 南部・長田ブロック 女性部 | キッズカフェへ米や野菜寄贈

南部・長田ブロック女性部が、葵区瀬名川のこども食堂「しずおかキッズカフェ」に、米約300kgと野菜段ボール5箱、絵本2箱分を寄贈しました。キッズカフェ担当者は、「今年は野菜の値段も上がっているのを助かる。子どもたちには野菜本来の味を感じてもらえるように調理して提供したい」と話しました。



今月のオトナ女子短大 *シズ*カレ* 2022年度〈第3回〉

～クリスマスにぴったり★スワッグづくり～

今回の講座は、清水区うさみ花店の三村智子さんを講師に、ドライフラワーや月桂樹、松ぼっくりなどを使った壁飾り「スワッグ」づくりに挑戦。参加した17人はバランスを見ながら花や葉を整え束ねていきました。参加者は「可愛くできあがったので、玄関に飾りたい」と笑顔で話しました。(12月8日)



冬のひと手間で春からの野菜作りにぐんと差がつく。

◎堆肥を混ぜ込む

乾燥しやすい砂質土や、水はけも通気性も悪い粘質土は、堆肥を混ぜ込むことで改善できます。堆肥は有機物なので、土壌中の微生物に分解され、その過程で土の粒子がくっついて団粒化する働きをします。また、堆肥に含まれる繊維分が、土の中に適度な隙間をつくります。大きく分けて動物性と植物性があり、土をフカフカにする効果は植物性、肥料効果が高いのは動物性の堆肥です。土の改良のために堆肥を畑に混ぜ込むのは、土がほどよく乾いているとき、植えつけの1か月くらい前までに行います。

【堆肥の種類と効果】

種類	土づくり効果	肥料効果
牛ふん堆肥	○	○
鶏ふん堆肥	△	◎
落ち葉堆肥	◎	△
バーク堆肥	◎	△



◎石灰を混ぜ込む

土壌pHが低い場合は、土に石灰を混ぜ込みます。作付け前に酸度を調べ、栽培する野菜に適した酸度に調整します。石灰には無機石灰と有機石灰があります。早く効果を出したいときは無機石灰、ゆっくり効果が出て微量元素の補給も兼ねるなら有機石灰がおすすめです。いずれも畑全面に石灰をまき、鍬で20~30cmの深さまでよく耕します。堆肥と同様、植えつけの1か月くらい前までに行います。

【石灰資材の施用量の目安(1㎡あたり)】 【石灰の種類と効果】

石灰資材名	pHを1.0上げるのに必要な量	種類	アルカリ分	酸度調節効果	
苦土石灰	100g	無機石灰	苦土石灰	53%以上	○
消石灰	90g		消石灰	60%以上	◎
カキ殻石灰	130g	有機石灰	カキ殻石灰	40%	△

※有機物を多く含み、団粒構造ができている土の場合

【いちばんよくわかる超図解土と肥料入門】(家の光協会)より



営農課
稲垣 大

ポイント

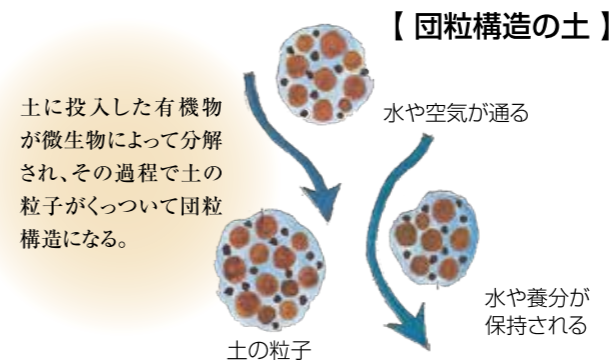
12月号では野菜の作付計画について説明しました。今回は、冬の間のひと手間で春からの野菜づくりに差が出る土づくりについてご紹介します。

よい土とは…

- 1 水はけと通気性がよいこと
- 2 水もちがよいこと (保水力がある)
- 3 土の酸度が適正であること
- 4 肥料分に富むこと
- 5 病原菌や害虫が少ないこと

12月号に引き続き、春に向けての準備「土づくり」を紹介いたします。作付計画を立てた野菜が元気に育つために必要な「土づくり」をがんばりましょう。

まず、土の状態を調べ、堆肥を入れたりpHの調整をしたりしながら根がしっかりと土中に伸び、栄養分や水分を吸収し、地上部を支えられる環境を整えてあげましょう。



①と②は相反する条件ですが、これを満たすのが土の粒子同士がくっつき団子状になった団粒構造です。土に入れた堆肥や腐葉土などの有機物が分解される過程で糊の役割を果たす物質に変化し、粘土や砂粒をくっつけ団粒をつくります。

団粒構造同士は隙間ができるので空気が入りやすく、水はけがよく、団粒内の粒子の細かい隙間に水分や栄養分が保たれます。この構造は永続的なものではないので、作付の合間に土の状態をチェックし、耕したり栄養分を加えたりしながらよい状態を保つようにしましょう。

◎土の状態をチェックしてみよう

○ レベル-A	春から秋まで元気な野菜ができた	➡ まだ土は疲れていない! 堆肥2kg/㎡を畑全体に施して深さ30cmくらいまでよく耕しましょう	
△ レベル-B	野菜の調子がよくなかった 病害虫の被害が始めた	➡ 「寒起こし」+「堆肥」を! 霜が降りる頃に土を30cmほど掘り上げて塊のままひっくり返し、土を凍らせる「寒起こし」で土中の病気や害虫を死滅させた後、堆肥を入れましょう	
✕ レベル-C	野菜の育ちがかなり悪い 線虫などの被害が大きかった	➡ 「天地返し」+「堆肥」を! 深さ60cmくらい掘り返し、作土と心土を入れ替えて寒さに当てるか土壌消毒をしましょう。(3~4年に1回を目安にしましょう)	

大川加工センターは、葵区日向で地元の野菜を使った漬け物やお菓子などを製造・販売しています。代表する商品は「赤かぶ漬」!やさしくまろやかな味わいの「特選切漬」は、酢や砂糖など調味料にもとことんこだわっており、2014年「ふじのくに新商品セレクション」で金賞に輝きました。

地域の定番商品になった「赤かぶ漬」ですが、実は人手不足や生産者の高齢化が進み、肝心の赤カブの確保に不安を感じていました。そこで、赤カブを育ててくれる人を探してみたところ、NPO法人を介して障害者就労継続支援B型事業所ワークセンターりんどうさんにご縁があり、説明会を実施したうえで農福連携事業として今年から栽培と製品のシール貼り作業を委託することに決めました。

飯間にある畑での栽培をすべておまかせし、できた赤カブは全量加工センターが買い取ります。種をまくときは、りんどうの職員さんが利用者の皆さんが作業しやすいように、使い捨ての醤油さしに種を3粒ずつ入れたものを等間隔に畑に置くなど、工夫を凝らしてくれました。私もいつでもアドバイスができるように、LINEで畑の様子を写真でやりとりし、こまめに連絡を取り合う体制をとりました。

9月の大きな台風のときはどうなるかと思いましたが、大雨にも負けず立派な赤カブに育ち私も嬉しいです。「赤かぶ漬」はじまん市や藁科地区の直販所などで販売していますので、たくさんの人に味わってほしいです!



TRY ざ・PRESENT

大川加工センターの「赤かぶ漬セット」を抽選で3名様にプレゼント♪

「2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2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 2023年2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。



写真はイメージです。

葵区榑尾 大川加工センター 代表
森久子さん (66)

◎今月は「農福連携」で赤カブ栽培に取り組む



農業と福祉のつながりが地域貢献に



加工センターでシール貼り作業をするりんどうの皆さん



収穫した赤カブは加工センターが全量買い取り

毎日を
すこやかに♪

Q & A いつも 元気!

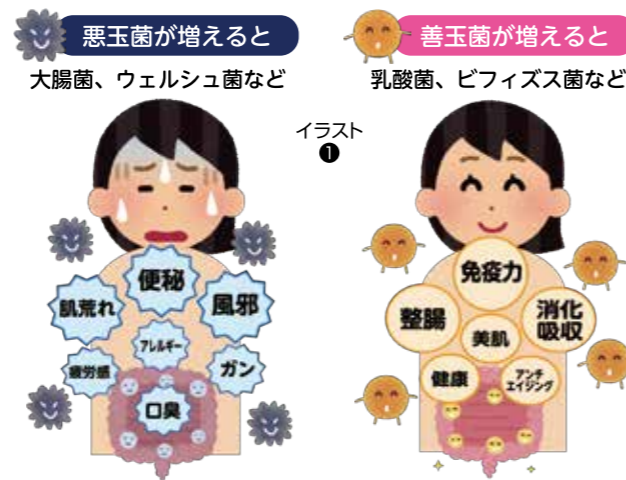
腸内環境を整える

Q 健康維持には「腸内環境」を整えることが大切と聞きますが、「腸内環境」とは何ですか?

A 人の腸に棲みついている腸内細菌のバランスを「腸内環境」と呼んでいます。

? 腸ってどんな働きをしているの?

腸の主な働きは食物の消化、吸収が挙げられますが、その他にもさまざまな役割があります。小腸は食べ物を細かく消化して栄養素を吸収する役割があり、大腸は約1,000種類の腸内細菌が棲みついており、ナトリウムや水分などを吸収し、便の硬さを調整しています。また、免疫システムが多く集まり、病原菌やウイルスなどが入ったときに戦うメカニズム「腸管免疫」を持ち、体全体の6割程度の免疫細胞があるとされています。そして、大腸に棲む腸内細菌は「善玉菌」と「悪玉菌」そのどちらでもなく最も多く存在する「中間の菌」の3つのグループに分かれています。



? 腸内環境を整えるためにはどうするの?

腸内環境を整えるためには、腸内で乳酸菌のような善玉菌の割合を多く保つことです。乳酸菌は善玉菌の一種で、腸内にいる善玉菌に力を与えてくれます。その乳酸菌に力を与えてくれるのは「オリゴ糖」と「食物繊維」です。オリゴ糖と食物繊維は、腸内を乳酸菌が働きやすい環境にしてくれます。



? 腸内環境が悪くなるとどうなる?

善玉菌が作る乳酸や酢酸によって腸内が酸性になるときは、悪玉菌の増殖が抑えられて腸の運動が活発になり、良い状態を保つことができます。しかし、タンパク質や脂質の多い食事や不規則な生活、ストレス、便秘などによって腸内に悪玉菌が増えるとバランスが崩れ、さまざまな症状を引き起こすと言われています。善玉菌によって腸内が酸性であれば、便の色も黄色や黄色がかった褐色になりますが、便の色が黒くなり悪臭があるときは、腸内バランスが悪くなっていると考えられます。

イラスト②

「腸そのものを整える生活習慣」も必要ですので、**適度な運動や十分な睡眠時間、三食規則正しい食生活を心がけましょう。そして乳酸菌を摂り、腸を整え、健康的な体をつくるのが大切です。**



JA静岡厚生連 静岡厚生病院
栄養科長 管理栄養士
奈良和幸

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
販売センター
望月拓哉

静岡おでんが自慢のお店

今月はJR静岡駅南口から徒歩5分、「しぞ〜かおでん」と書かれた巨大な赤ちょうちんが目印の「海ぼうず」さんをご紹介します。

自慢は何と言っても静岡おでん!こだわりの出汁は、大鍋に入れたさまざまな具材から出るうま味が重なり合い、継ぎ足して作られるので、ここでしか味わえない深みがあります。大根や牛すじなど定番なものから、豚足や肉味噌といったネタまで20種類以上。特に人気の半熟たまごは、出汁に漬け5時間以上かけて作るので、味はしっかり、中はトロトロで絶品です!

おでん以外にも黒はんぺんのフライや富士宮焼きそばなどの静岡グルメ、生シラスや葉ショウガなど旬の食材を使った料理、地酒も盛りだくさんです。今の季節は「長田唐芋の唐揚げ バター」がおすすめ。唐芋のクリーミーな舌触りはそのままだに外側は香ばしく揚げられ、バターと抹茶塩がマッチし、お酒がすすみます♪

JR静岡駅構内のアスティ静岡にも姉妹店があり、新幹線・電車をご利用の方にも便利。グループや会社の宴会はもちろん、県外から来たお客さまと静岡の美味しい料理とお酒で楽しいひと時を過ごすのに打ってつけのお店です!



「長田唐芋の唐揚げ バター」
638円(税込)



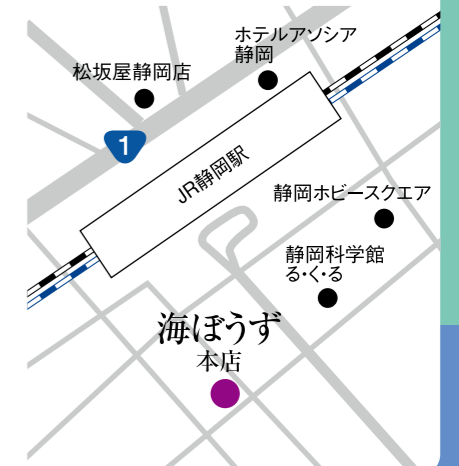
自慢の静岡おでん

海ぼうず 本店



お店info

- 静岡市駿河区南町6-11 海ぼうずビル1F
- TEL/054-284-8282
- 営業時間/15:00~23:30
- 定休日/年中無休
- 駐車場/無



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?!

葵区有東木
白鳥愛香さん

ワサビ



ワサビの栽培と販売をしています。近年の気候変動もあり、ワサビの生育環境も少しずつ変わってきています。環境が変わっても品質を落とさず、安定した出荷ができるよう、試行錯誤で頑張っていきたいです。

LINK to 葵区新伝馬 宮原一雄さん を紹介します。
「服のセンス分けてください!」

葵区上足洗
小林千代子さん

米・野菜



畑前の無人販売所でのお客さんとの会話や「美味しかったよ」「ありがとう」の音が作る喜びになっています。そして農作業の真似っこする孫が、食育と笑いの大切さを教えてくれます。

LINK to 葵区上足洗 納本宏子さん を紹介します。
「よろしくお願いします!」

葵区慈悲尾
佐藤元基さん

柑橘・タケノコ茶



静岡に帰り就農してもうすぐ3年。家族で柑橘、タケノコ、茶を栽培、お餅を製造販売しています。この3年、多くの方から快くたくさんのお話を教えて頂き、感謝の気持ちで一杯です。美味しいを目指して頑張ります。

LINK to 葵区新聞 花村耕助さん を紹介します。
「よろしくお願いします!」

葵区有永町
佐藤和代さん

柑橘・野菜



「スルガエレガント」と野菜を主人とがんばって作っています。月に一度、町内のお友達と栽培した季節の野菜を持ち寄り、料理教室を開いて楽しい時間を過ごしています。

LINK to 葵区有永町 松下祝子さん を紹介します。
「これからも助け合っていきましょう!」

12/22*

◎井川高原キャベツ
次期作検討会



JA共済「地域農業活性化促進助成金」を活用した「井川高原キャベツ」について、石や礫を砕くストーンクラッシュの導入結果を協議しました。耕作土が確保され、保水性や作業性が向上したことで良質なキャベツの生産が可能に。次期作は「じまんの農業塾」と連携した実地研修も検討していきます。



◎特殊詐欺防止で表彰【千代田支店】

千代田支店が特殊詐欺を未然に防ぎ、静岡中央警察署から表彰されました。対応した森京子さんは振込先に不審な点があることに気づき、お客さまに確認したところ詐欺と判明。森さんは「お客さまの大切なお金を守る事ができてよかった。今後も被害を防げるよう意識して業務に取り組みたい」と話しました。

12/12*



自己改革
だより

◎防犯訓練【美和支店】

強盗発生に備えるため、美和支店で静岡中央警察署と連携して金融防犯訓練を行いました。帽子とサングラス姿の犯人が来店客を人質にとり現金を要求。逃走後、職員は電話で服装や身長など特徴を警察に伝えました。森内支店長は「お客さまと職員の安全を第一に考え、日ごろから防犯への意識を高めた」と話しました。



12/8*



Thank you!

OASIS 読者め〜る



RE: TRYと農業でご紹介したイチゴ生産者の岩谷さんへのお便りをたくさんいただきました。なんと高校時代の後輩の方からもメッセージが!イチゴのおいしい季節なので、食べて農家さんを応援しましょう!

高校時代の先輩が取材されたと聞いて拝見しました!岩谷さん頑張ってください!応援しています!
〈長泉町/女性/28歳〉

JAを身近に感じるのはじまん市です。静岡の情報や農業のことが満載で、今回上足洗で「紅ほぶべ」が作られているのを知ることができました。地産地消、新鮮でおいしい物を食べていきたいです。
〈葵区/女性/62歳〉

イチゴと聞くとうるおいをイメージしますが、上足洗でもイチゴを作っている農家さんがいるんですね。地元静岡で生産される農産物は、新鮮なまま購入して食べることができるので、農家さんに感謝です。
これからも、地産地消で静岡市の農産物が多くの人に届くように、応援しています。
〈葵区/女性/31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。





しずはた支店では特設ステージで賤機中学校吹奏楽部や女性部のフラダンス、職員による農協バンドが会場を盛り上げました。



長田支店では旬の農産物や「旬菜キッチン」の惣菜を販売した他、卵つかみ取りや来場者にドライフルーツや女性部手づくりのスクーターをプレゼントし、多くの人で賑わいました。

◎大里朝市年末イベント

1支店1協同活動

自己改革

◎じまん市周年祭



12/24

大里支店では、地元の朝市会と協力して「大里朝市年末イベント」を開催しました。新鮮な農産物や正月飾り、JAのお茶やジュースなどを販売。地域の和菓子店なども出店して賑やかなイベントとなりました。



12/10・17

しずはたじまん市が9周年イベントを開き、開店を待ちわびる人で長蛇の列ができました。会場には地元生産者による農産物や饅頭、きんつばなどを販売する店頭販売コーナーも登場。17日にはあさはたじまん市も21周年を迎えました。

みんなで育てたサツマイモをプレゼント!

◎あさはた支店年金感謝デー



12/15

あさはた支店が年金感謝デーに、来場者にかかし芋をプレゼントしました。サツマイモは1支店1協同活動として職員が常葉幼稚園の園児と育てたもの。瀧口統括部長は、「地域の幅広い年齢の人が関わってくれてきたサツマイモを今回食べてもらえるのは嬉しい」と話しました。東部プロック女性部合併イベントも同時開催され、会場は多くの人で賑わいました。

優等：三村逸索(内牧)
「ヤブキタ」
1等：杉山喜太郎(俵峰)
「イナグチ」
2等：大村真司(俵沢)
「ヤブキタ」
佐野元二(小坂)
「近藤早生」
3等：望月幹夫(平山)「オクミドリ」、足久保茶研究会(足久保奥組)「サエアカリ」、南茶農業協同組合(横山)「ヤブキタ」、細澤重喜(北沼上)「ヤブキタ」
グリーンティー大川茶農業協同組合(日向)「ヤブキタ」、梶山明男(大原)「ヤブキタ」

12/14



◎第29回JA静岡市
本山茶品評会
出品数：33点
審査項目：外觀、香気、水色、滋味

品評会結果

(受賞者の敬称略)

JA静岡市公式SNSアカウントをフォローしよう!

「JA静岡市」で検索!



LINE

Facebook

YouTube

Twitter
じまん市の最新情報を
毎営業日更新中!

Instagram
美しい農産物・おいしい
そんな料理ならこちら!



令和5年度 生産緑地地区指定の申請支援について

重要

◎面積の指定基準が500㎡以上から300㎡以上に緩和されました。

JA静岡市の申請支援期間：令和5年2月17日(金)まで
※土・日・祝日を除く
静岡市の受付は令和5年1月30日(月)から令和5年2月24日(金)までです。

ご相談は最寄りの支店まで

JA静岡市組合員大学(組合員講座)【受講者募集】

組合員教育文化活動を通じて、幅広い視野でJA運動をけん引するリーダーの育成を目的に開講します。

受講期間：2023年4月～2024年2月(8回予定)

会場：JA静岡市本店(駿河区曲金5-4-70)他



応募資格：70歳未満(2023年1月1日現在)のJA静岡市正組合員とその家族

募集人員：30名程度 ※各支店運営委員会で選考後、ご本人に通知いたします。

受講費：無料

内容：講義、視察研修、意見交換会 など

応募方法

最寄りのJA支店、営農経済センターへ直接お申し出ください

応募締切：2023年2月17日(金) お問合せ◎JA静岡市担い手支援課 TEL.054-288-8420

税務署からのお知らせ



自動計算・自動入力・自宅から
確定申告はスマホからがおすすめです!

とっても便利な♪

確定申告書の作成はこちらから!



作成コーナー 検索

自動計算
自動入力
自宅から

画面の案内に沿って入力するだけで作成・送信♪
マイナポータル連携でデータをまとめて入力♪
確定申告はご自宅です!スマホで申告できます♪



スマホ申告の
便利機能♪



NEW!
青色申告決算書や
収支内訳書が
スマホで作成可能に!

スマホで撮影する
だけで自動入力!

給与所得の
源泉徴収票を
スマホで読み取り!

令和4年分の
確定申告と納税の期限

◎所得税及び復興特別所得税・贈与税は令和5年3月15日(水)まで!
◎個人事業者の消費税及び地方消費税は令和5年3月31日(金)まで!

振替納付日 ◎所得税及び復興特別所得税は 令和5年4月24日(月) ※贈与税除く / 消費税及び地方消費税は 令和5年4月27日(木)

父 鈴木 巽さん 母 麻衣さん
 葵区平山 祖父 貢さん 祖母 恵さん

いと とうい
 鈴木 絃ちゃん(1歳) 柊生くん(4歳)



あゆむ ゆめが
 望月 歩夢くん(11歳) 優芽果ちゃん(4歳)

葵区富厚里 曾祖父 竹下民男さん

クイズに答えてプレゼントをもらおう!



OASIS QUIZ

特集の「旬をパフェろう!」はいかがでしたか?今回は旬のフルーツだけでなく、新鮮野菜をたっぷり使ったパフェもご紹介しました。その名も〇〇パフェ!空白に入る文字をお答えください。
 【ヒント:7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 2023年2月15日(当日消印有効) 12月号オアシスクイズの答え▶(ほん)や(ま)

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

生活に役立つ情報



個人の所得税及び消費税、地方消費税申告の準備が始まります。1年間、請求書や領収書の整理を行って記帳した帳簿を基に、納得できる決算書と確定申告書を作成しましょう。

◎医療費控除の基本

1. 生計を二にする自分・配偶者及び親族(子供・両親や兄弟姉妹)の医療費は医療費控除となります。
2. 収入のある人の医療費は自分持ちというきまりはありません。収入のある父親、父が扶養している母、収入のある子供の医療費を現に支払、生計を二にしている場合、すべて医療費控除となります。

医療費控除について



3. 令和4年中に請求があり、翌年早々に支払っても、遅れて支払った医療費は令和5年分の医療費控除となります。

4. 医療費控除は、①医師または歯科医師による診療費または治療費、②診療または治療に必要な医薬品の購入、③病院、診療所や助産所へ支払った入院入所費用となります。

◎相談事例 A

Q 私は同居している妻の母の入院費用を負担しました。私たちは共働きの夫婦で母は妻の扶養家族です。私が医療費控除できますか?

A 妻の母は相談者家族と同居、配偶者の扶養家族であり生計を二にする親族となりますので



入院費用を支払った相談者の医療費控除となります。

◎相談事例 B

Q 青色専従者である長男の入院費用を事業主である私が支払いました。私が医療費控除できますか?

A 生計を二にする親族間であれば、誰が誰の医療費を支払っても、支払ってもらった人に収入があっても、支払った人の医療費控除となります。

◎相談事例 C

Q 同居家族3人は母の入院費を均等負担しています。医療費控除は世帯主の医療費控除となりますか?

A 生計を二にする親族で、負担している額に応じて医療費控除となります。

◎相談事例 D

Q 嫁いだ娘が出産のために里帰りし、入院費用は実父が支払いました。実父の医療費控除となりますか?

A 娘さんが出産のために里帰りの期間は「一時的な生計」であり、実父が娘の医療費を支払っても「生計が二に該当しませんので医療費控除はできません。

◎相談事例 E

Q 歯科の治療によって治療代を支払い、受け取った領収書には消費税が含まれていました。消費税は医療費控除できますか?

◎相談事例 F

Q 別居している大学生の娘の医療費として毎月学資・生活資金に5万円加算しています。医療費控除は認められますか?

A 送金しただけでは医療費控除はできません。現に医療費として費消している場合は治療した医師の発行した領収書を取り寄せれば、相談者の医療費控除となります。



税理士 高橋政弘