

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



どこいく家康!?

静岡聖地巡礼



この葉っぱが
目に入らぬか!

4

2023

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

Vol.267

オアシス

2023

4

Vol.267

●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。

★ 家康公の健康膳を再現 ◎ 権現みそ



材料(4人分)

- ・大豆…80g
- ・ごぼう…1/3本 ・ナス…1/2本
- ・青じそ…2枚 ・ごま油…適量

調味料 [・みそ、みりん…各大さじ2
・はちみつ…大さじ2～3]

つくりかた

- ① 大豆はフライパンでごく弱火で20分くらい炒る。(食べてみて柔らかければOK)
- ② ごぼうは土を落とす程度に洗って皮ごとさがき、ナスは5mmくらいの半月切り、青じそは千切りし、それぞれごま油で炒めておく。(一緒に炒めない!)
- ③ 鍋に調味料を入れて混ぜ合わせ、火にかけて溶かし、冷ましておく。
- ④ ③にすべての材料を加え、和える。

おいしいレシピを教えてくれた人

成澤政江さん



家康公を研究するうちに、75歳の長寿を全うし、晩年まで健康を保てた秘密は「食」にあったのではないかと考えました。そこで、約10年かけて家康公が食べたという「家康膳」を再現。「権現みそ」は家康公の神号「権現さん」にあやかりました。コトは、豆をじっくり炒ることと、素材の味を活かすために、材料は別々に調理して最後に和えるということです。1か月は保存できますよ。

おいしいをつくりましょ。 JA 静岡市



しんびょう

久能山東照宮「神廟」

元和2年(1616)4月17日に没した徳川家康公は、その遺言によって久能山に葬られました。創建当初は木造でしたが、3代將軍家光によって石造宝塔に建て替えられました。高さ5.5m、外回り約8mの宝塔は、家康公の御遺命により西向きに建てられています。



◎有東木「うつろぎ」の皆さん

有東木は、ワサビ栽培発祥の地。家康公が気に入り、門外不出の扱いにしたとか。すりおろしたワサビがたっぷりのった「さびめし」は絶品!ぜひ味わってみてください。

▶静岡市葵区有東木280-1 / TEL.054-298-2900
平日10時~15時 / 土日・祝日9時~16時
定休日: 第3火曜日、農繁期、お盆、年末年始

◀ 今月の表紙 ▶



どこいく
家康!?

静岡聖地巡礼

Historical tour of Shizuoka

OASIS TOPICS

- JA青年部発表大会
- 中晩柑品評会
- 玉川地区一番茶品評会
- フラワーバレンタイン静岡 2023
- 女性部ふれあい文化祭・家の光大会
- 花卉セミナー 2023
- 「じまんの農業塾」修了式

育社年部・女性部・シズ・カレ アクティブレポート



・ふれあい文化祭「川柳大会」
今月の*シズ・カレ*/タルギケーキづくり

営農スタディレポート

育てるを楽しむ。家庭農園 ~オクラ~

TRYぎ・農業

静岡の歴史を語り継ぐ/駿河区小坂 成澤政江さん

この町のわたしの好きなどこ

健康情報 いつも元気! Q&A

「白内障と緑内障」

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 「権現みそ」

特集



静岡聖地巡礼

Historical tour of Shizuoka

ドラマで注目を集めている徳川家康公は幼少時代、5カ国統治時代、大御所時代と人生の3分の1を静岡市で過ごしました。そのため、久能山東照宮や駿府城はもちろん普段何気なく暮らしている場所にも、実は家康公にまつわるものが多く残されています。

今回の特集は、そんな家康公にまつわる地名や農産物をご紹介します。さあ、どこに行く!?

観る
知る
味わう
学ぶ

知る

地名の由来を知ること歴史に触れよう！

1 研屋町
市内には家康公にまつわる地名がたくさん残されています。研屋町・車町・両替町などは、大御所時代の家康公が今川時代の城下町を基に町割り(都市整備)を行ったものが原型になっており、その総数から「駿府九十六ヶ町」と呼ばれています。碁盤の目状に区画され、武士や商人、職人などの職業によって住む場所が分けられました。「駿府九十六ヶ町」には町名碑が設置されていますので、ぜひ探してみてください。

1 研屋町

この町の井戸の水が清く冷たかったため、家康公が刀剣の研師を京都伏見から連れて来て、御用の刀剣を研がせたのが由来と言われています。



2 車町

駿府城築城の際、資材運搬のため京都から牛飼(牛車運送人)を呼んで住ませたのが由来と言われています。



3 金座町 4 両替町 5 銭座町

江戸時代の通貨は金、銀、銭で、それぞれの通貨検定・鑄造する機関を金座、銀座、銭座といいます。駿府では金座が上魚町(今の金座町)、銀座が両替町、銭座は沓谷村(今の銭座町)に置かれました。金座と銀座は後に江戸に移され、東京銀座の由来になっています。

金座町は昭和3年に上魚町から改称。周辺には現在も日本銀行など銀行が立ち並びます。両替町の由来は、銀座に関する両替所があったためだと言われています。

6 鷹匠

家康公も好んだ鷹狩り。その鷹を世話する鷹匠が住んだためこの町名になったと言われています。一丁目には城を警備する武士(加番)の居所が置かれていました。

7 水梨

葵区瀬名で鷹狩りを行った際に喉が渇いた家康公は、源右衛門という土地の者に水を求めました。水を用意できなかったため、とっさに梨を差し出したところ、家康公がたいそう気に入りこの土地を「水梨」とするよう命じたと言われています。



歴史的文化的財が市内随所に点在しています。

観る

8 久能山東照宮

家康公は生前、家臣に対し「遺体は駿河国の久能山に葬るよう」と遺言を残していました。その遺命により、遺骸を久能山に埋葬し、2代將軍秀忠が東照宮を創建しました。御社殿は江戸初期の代表的建築物として国宝に指定されています。また、御社殿の垂木にはあえて未完成にして未永い繁栄を願うため、逆さになっている葵の御紋があるので、探してみてください。



9 静岡浅間神社

古くから駿河国総社として広く信仰される浅間神社。今川家の人質だった竹千代(家康公の幼名)はここで元服式を行ったと言われ、名を松平元信としました。そして天正10(1582)年、神社背後にあった武田氏の賤機山城を攻撃する際、必ず再建を誓って社殿を焼き払い、敵方を攻め滅ぼしました。駿河領有後に約束通り社殿を再建。家康公はじめ歴代將軍から厚く崇敬を受けました。



静岡浅間神社提供

10 薩摩土手

家康公による駿府城拡張工事にともない城や町を安倍川の洪水から守るために設置されました。薩摩藩の島津氏に命じて築かせたと伝えられており、「薩摩土手」の名称で親しまれています。



11 駿府城跡天守台発掘調査現場

戦国時代末期(天正期)と江戸時代初期(慶長期)の二時期にわたる天守台を間近で観覧することができます。発掘調査により大御所時代(慶長期)の天守台は南北約69m×東西約63mで日本一大きな天守台と明らかになりました。



12 臨濟寺

今川家の菩提寺で、竹千代が人質として預けられていたお寺。竹千代は臨濟寺の和尚で今川義元の軍師でもあった太原雪斎から教育を受け、武將としての基礎を身につけたと言われます。修行場のため普段は非公開ですが、春と秋の年2日だけ一般公開が行われます。

どこいく 家康!? 静岡聖地巡礼

Historical tour of Shizuoka

味わう

食通の家康公が愛した食材がいっぱい！

13 有東木のワサビ

有東木の村人がワサビを家康公に献上したところ、家康公は「天下第一」と褒め称え、門外不出の扱いにしました。一説には、ワサビの葉の形が徳川家の家紋に似ていることを気に入ったからと言われています。



14 お手植のミカン

駿府城公園には、紀州から献上された家康公お手植と伝わるミカンの木があり、県の天然記念物に指定されています。駿河区小坂の安養寺にもお手植したとされるミカンの木があります。



15 お茶

安倍茶(現在の本山茶)を好んだ家康公は、夏場冷涼な標高約1,200mの井川大日峠に「お茶壺屋敷」を建て保管。秋ごろに駿府城に運ばせ熟成茶を楽しんだと言われています。この故事にちなみ駿府本山お茶まつり委員会では、「茶詰め」や「お茶壺道中行列」「口切りの儀」を行い、井川で熟成させた茶を久能山東照宮に奉納しています。



16 あさはた蓮根

漢方に精通していた家康公は、ふっくらとして、粘り強い葵区麻機沼で採れるレンコンと、山芋を1対1の割合ですり潰し、ご飯にかけて食べていたと伝えられています。



17 安倍川餅

安倍川左岸で、旅人に餅を売っていたのが始まりと言われています。伝説では安倍川上流で金の採掘が盛んだった頃、検分に向いた家康公にある男がきな粉をまぶした餅を献上。あまりのおいしさに名前を尋ねると「この餅は、金山から産出する金の粉をまぶした「金粉餅(きんこもち)」と申します」と紹介。家康公はこの男の機知をほめ、「安倍川餅」と命名したということです。

どうする家康

18 静岡大河ドラマ館

大河ドラマの放送に合わせて「どうする家康 静岡大河ドラマ館」が浅間神社内にオープン。ドラマで登場する衣装や小道具、ここでしか見られない4Kシアターなどの展示が楽しめます。2024年1月28日まで開館。



どうする家康静岡大河ドラマ館提供

19 静岡市歴史博物館

静岡の歴史と文化に関する貴重な資料を収集・保存・展示して後世に伝えるため今年1月に駿府城公園前にグランドオープン。1階は無料エリアで、建設工事前の発掘調査で見つかった戦国時代末期の道と石垣の遺構がそのまま展示されている他、2・3階展示室(有料)では家康や今川氏、静岡藩、静岡市へと至る歴史を学ぶことができます。



静岡市歴史博物館提供

学ぶ

訪れるたびに新しい発見と学びがあります。

女性部歴史講座の講師 歴史家 佐野明生 先生に監修していただきました。

静岡は家康ファンが多い。当然のことで、人質時代の竹千代を含め、約26年間この地に居住しました。特に晩年の隠居地と定めた駿府は、高齢な身に大変快適な環境であることは本人が選定したことでも理解されます。今年1年のNHK大河ドラマを通し、この特集記事を参考に人物や史跡に関心を示していただきたいですね。



バレンタインに花を贈ろう

県中部の花卉生産者やJA市場担当者などが、バレンタインに花を贈る「フラワーバレンタイン」を浸透させようとJR静岡駅地下広場でバラやマム、トルコギキョウなどの展示やブーケを販売しました。他にも、赤やピンク色の花で作ったハート型のオブジェの設置や、花束を手を持って街中を歩き回るフラワーウォークを行い、花の魅力をPRしました。

17 フラワーバレンタイン
静岡 2023



2/4-5

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



17 女性部ふれあい文化祭

女性部ふれあい文化祭
家の光大会



2/15

4年ぶりに活動成果を披露

女性部が、駿河区のグランシップで第13回JA静岡市女性部ふれあい文化祭家の光大会を開き、女性部員ら約400人が参加しました。活動事例発表や川柳大会入賞者の発表・表彰の他、午後のカルチャー発表会では、和太鼓やピアノなど楽器の演奏や、フラダンスや傘踊りなど部員の日頃の活動成果をグループごとに発表。会場は温かい拍手に包まれました。

8 JA青年部発表大会

JA青年部発表大会



1/27

つながりを深めて

JA青年組織の強化と活動の活性化に向け、静岡県JA青年部発表大会がグランシップで開かれました。当JAからは、葵区内牧でイチゴを栽培する久保田登さんが出場。「いま、思うこと」と題して、40代後半で就農して感じた地域の連携の強さや、イチゴの苗作りの取り組みなどについて発表しました。審査の結果、7月の県大会に出場することになりました。

花のトレンドを学ぶ

花卉委員会が、花き業界の動向を学ぶため「JA静岡市花卉セミナー2023」を開きました。榎大田花き花の生活研究所の桐生進所長が「コロナ禍を経た花きの供給消費の変化そして今後の方向性について」をテーマに色味や仕上げ方の流行、話題の小売り企業の事例などを紹介。また、会場にバラやマムなど40点を展示し、トレンドや栽培方法を共有しました。

9 花卉セミナー
2023



2/15

寒波に負けず出来は上々

柑橘委員会が、生産技術向上のため、第31回JA静岡市中晩柑品評会をあさはた支店で開きました。「スルガエレガント」25点、不知火11点、「はるみ」5点が出品され、果皮の色や玉ぞろいなどの外觀、肉質や糖度・酸度のバランスなどを審査。大塚博泰委員長は「例年がない寒波で不安があったが、どれも出来は上々。早春の柑橘を味わってほしい」と話しました。

9 中晩柑品評会



2/3

17 「じまんの農業塾」

「じまんの農業塾」
修了式



2/15

准組合員も出荷を目指して

「じまんの農業塾」が2年間のカリキュラムを終え、修了式を迎えました。修了証書授与の後、南部じまん市の長谷川和義出荷委員長と新規就農者の杉山幸秀さんが講演を行い、出荷の心構えや栽培で意識していることなどをアドバイスしました。参加者は「農業未経験だったので、全てが新鮮だった」「早く出荷できるよう頑張りたい」と決意を新たにしました。

9 玉川地区一番茶品評会

玉川地区一番茶品評会



2/3

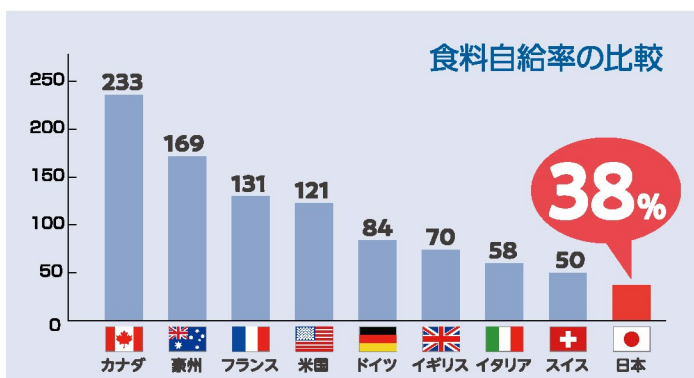
香りと甘みがじまん

玉川地区茶業委員会が、茶の生産技術向上のため、令和4年度玉川地区一番茶品評会を開きました。17点が出品され、外觀や滋味などを審査。「どれも外觀、内質ともレベルが高く技術の高さがうかがえる」と評価され、優等には佐藤誠洋さん(落合)が輝きました。以下は次の通り。
【1等】内野不二夫(大沢)
【2等】内野忠(大沢)
【3等】平岡喜芳(長妻田)

営農スタディレポート

「地産地消」とは、地元で採れた食べ物を地元で消費しようという考え方です。JAグループでも「国」民が必要とし「消」費する食料は、できるだけその「国」で生「産」するという「国消国産」を掲げています。それを実践するためには、農家は食料の安定供給、食料自給率の向上を目指し、消費者はそれを買って支える構図が必要です。まずは地域のこと「地産地消」から考えてみましょう。

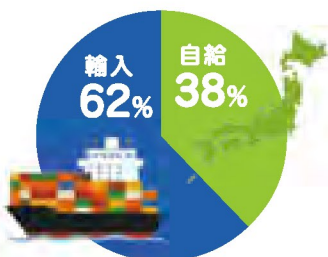
ケーススタディ **64**



出典：農林水産省「食料需給表」日本は2021年、その他の国は2019年、カロリーベース

「食料は、いくらでも輸入できる」時代は終わり？
日本の食料自給率は、カロリーベースでわずか38%。食料の約6割を輸入に頼っています。そんな中、昨年からはロシアのウクライナ侵襲で世界的に食料価格が高騰...

「地産地消」をいっしょに考えよう



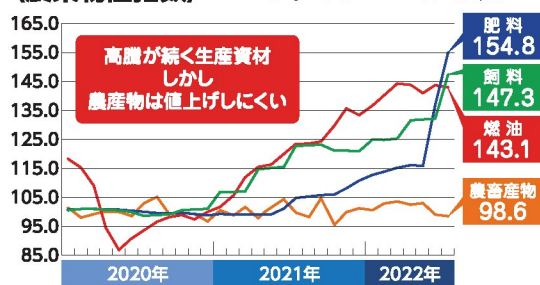
高騰。農業輸出大国が、食料の輸出をストップすれば「お金を出せば食料は買える」は当たり前でなくなるかもしれません。



農業も苦境に立たされている

世界情勢の変化は、農業にも大きな影響を与えています。肥料や家畜の工糞、燃料などの資材価格の高騰が経営を直撃しているのです。小麦や乳製品、菓子に至るまで値上げされる中、農畜産物も例外ではありません。売上から経費を引いたときに赤字となれば、再び生産することはできません。「このままでは農業を続けることが難しい」という深刻な声も聞かれます。

〈農業物価指数〉2020年平均を100とした指数



※農業物価統計調査よりJA全中作成



取材を受ける「アグリロード美和」の農業体験

「地産地消」の実践には消費者との協力が不可欠。農家は安全安心な農畜産物の提供に加え、こうした農業の窮状などを消費者の皆さんに理解してもらい、「地産地消」の実践で農業を支えてもらえるよう働きかけをすることが必要です。今回はそれを実践している美和女性部「アグリロード美和」の活動を紹介します。

青壮年部・女性部・シズ*カレ アクティブレポート



2/15 ふれあい文化祭「川柳大会」

女性部

女性部が、ふれあい文化祭の中で「JA静岡市女性部30周年記念川柳大会」入賞作品の発表・表彰を行いました。この大会は、女性部の設立30周年を記念して、また、コロナ禍でもできる活動として初めて開催。「JA女性部」をお題に228点の応募がありました。入賞作品は薬科女性部書道教室のメンバーが色紙に書き写し会場に展示。その他の作品も冊子にして配布されました。



入賞作品

<p>若妻に 入りし頃の 懐かしさ</p> <p>しづはたフロック◎大塚 敏子さん</p>	<p>人の世の 生き方学ぶ</p> <p>女性部で</p> <p>東部フロック◎井上 益己さん</p>	<p>仲間増す</p> <p>女性部に 入ったおかげ</p> <p>美和フロック◎小田 巻洋子さん</p>	<p>ボケ防止 いろんな教室 参加する</p> <p>東部フロック◎細澤 玲子さん</p>	<p>女性部と 言えばおでかけ すべて可し</p> <p>薬科フロック◎森 久子さん</p>
<p>最優秀賞</p> <p>しづはたフロック◎海野 不仁子さん</p>	<p>女性部で しわと口数 笑顔増え</p>	<p>JA賞</p> <p>長田フロック◎城塚 雅子さん</p>	<p>活動も 口は動けど 体無理</p>	<p>家の光賞</p> <p>薬科フロック◎小林 芳枝さん</p>
<p>女性部賞</p> <p>女性部を 続けて今の 友を得る</p>				

今月のオトナ女子短大 *シズ・カレ* 2022年度〈第4回〉

～イチゴで鮮やかタルギケーキづくり～

今回は清水厚生病院の小林優子管理栄養士を講師に、旬のイチゴを使った韓国風ショートケーキ「タルギケーキ」づくりに挑戦しました。タルギとはイチゴの意味。薄く切ったイチゴを何層にも重ね、側面や上面はイチゴとキウイフルーツでデコレーション。参加者は「簡単で可愛くできるので、子どもと一緒に作りたい」と笑顔で話しました。

(2月9日)





オクラ

東部営農経済センター
深井 恵

栽培のポイント

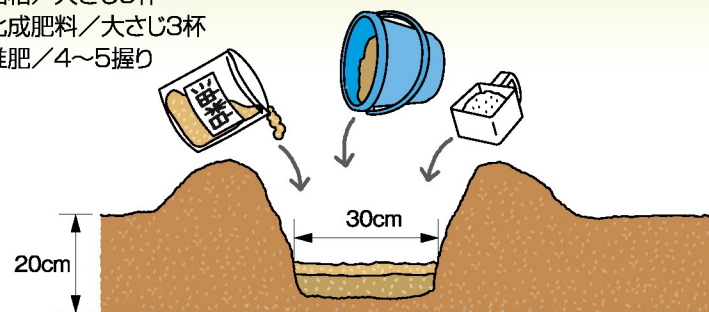
暑さには強いですが寒さに弱く、10℃以下では生育できなくなります。土質は選びませんが、酸性土壌は栽培に適さず、好適なpHは6.0～6.5です。果実にイボや変形がおこるのは、肥料切れや日照不足などが原因なので日当たりがよく、肥よく水はけがよい畑で栽培しましょう。

1 畑の準備

溝を掘って肥料を入れ、土をかぶせて畝をつくります。

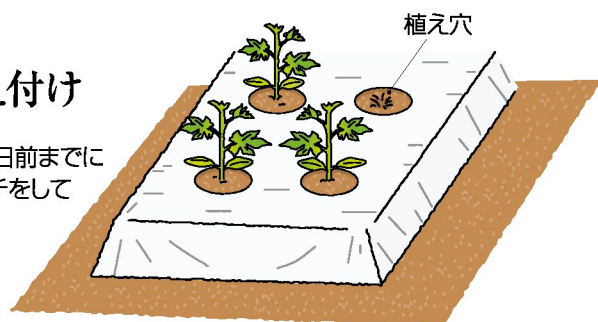
<苗1株あたり>

- 油粕／大さじ5杯
- 化成肥料／大さじ3杯
- 堆肥／4～5握り



2 植え付け

植え付けの数日前までに畝にポリマルチをして地温を上げておきましょう。

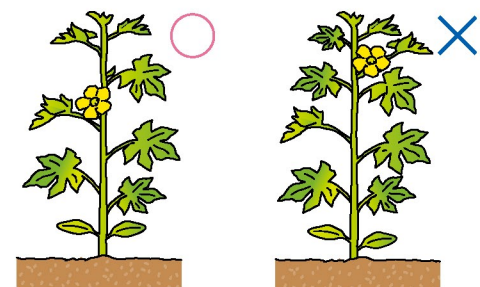
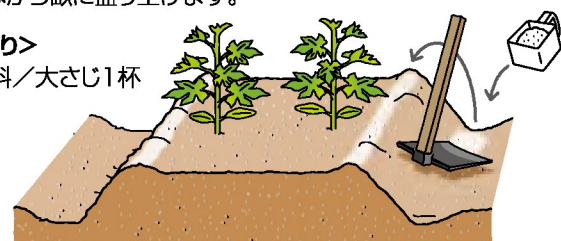


3 追肥

植えつけ後20日、その後15～20日に1回追肥します。畝の肩から通路にかけて肥料をばらまき、土と混ぜながら畝に盛り上げます。

<1株あたり>

- 化成肥料／大さじ1杯



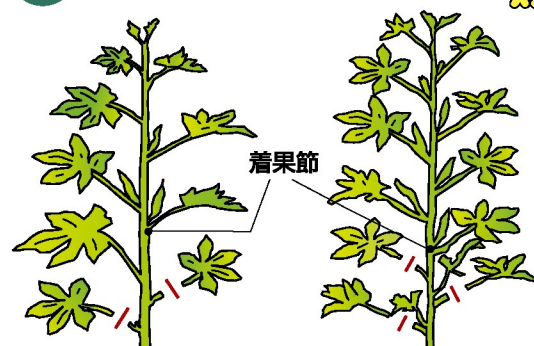
花がてっぺんに近いところに咲くのは栄養不足! 思い切って実を若採りし、追肥をしましょう。

4 敷きわら

日差しが強く、土が乾燥するころ敷きわらをしてあげましょう。



5 摘葉



下葉が込み合ってきたら、着果節の下1、2枚を残して葉を取ります。生育が特に旺盛なときは、着果節の下の葉を全部取ってしまいましょう。

6 収穫

開花後7～10日くらい、長さ6～7cmになったら収穫の適期です。うぶ毛がチクチクするので注意してはさみで切り取りましょう。



夏のネバネバ人気野菜。



オクラはアフリカ北東部が原産で、2000年以上も前から栽培されている野菜。日本には幕末に伝来し、主に花を観賞するのが目的でした。一般家庭の食卓に並ぶようになったのは1970年頃からです。

オクラは、連作するとセンチュウや病気の被害を受けやすくなるので避けましょう。育苗期から畑に植える頃の低温に弱いので、育苗は保温に努め、植え付けは十分暖かくなってから行います。生育期は茎葉が込み合うので下方の側葉を摘み取り、風通しを良くし、肥切れさせないようにしましょう。乾燥は果実の肥大を悪くするので、適宜水やりを。

★栄養
粘りの成分は食物繊維。カルシウムや鉄分などのミネラル、ビタミン類を含む夏バテ予防にぴったりの野菜です。

★食へ方
調理する前に、オクラの表面に塩をまぶしてこすり、塩がついたまま茹でるのがおすすめです。うぶ毛が取れて口あたりが良くなり、色鮮やかに茹で上がります。

◎プランター栽培もできます

1か所に2株植えにします。葉が込み合ってきたら畑と同様に摘み取りましょう。



害虫	病気
オオタバコガ アファーム	灰色かび病・うどんこ病 アフェットフロアブル

有効な農薬

★病害虫の防除
ハスモンヨトウ、オオタバコガに食害されやすく、発見が遅れると葉がなくなってしまう。温度が高くなると発生が増えるので、定植後はこまめにチェックしましょう。

★保存
洗って水けを切り、輪切りにして冷凍しておく。汁物などにサッと使えて便利です。

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 ● 植え付け ■ 収穫

駿河区小坂でミカンや野菜、餅などの加工品をじまん市へ出荷する傍ら、静岡の歴史の語り部としての活動や、「語り部レストラン 華」で家康公の食生活を再現した料理を提供しています。

私有家康公を知ったのは3歳の頃。焼津の実家の近くに家康公にまつわるお屋敷があったり、祖父や両親に物語を聞かせてもらったことで、とても身近な存在として感じていました。小坂に嫁いでは農業や子育てに追われる日々でしたが、ある日地元の安養寺のご住職に「趣味や好きな事も大切に」と教えられました。奇しくも、安養寺には家康公お手植のミカンがあり、それを縁に大好きだった家康公や郷土史を学ぶように。あれから50年近く、今では小中学校や公民館、ラジオなどで家康公を中心に静岡の歴史について年間60回ほど講演しています。

また、75歳まで生きた家康公、その秘訣である食に感心がありました。成澤家は久能山東照宮に関係のある家だったため文献を調べる事ができ、家康公が食べていたであろう食事を再現。10年前に自宅の一角をギャラリー兼店舗にして「華」をオープンしました。料理は家康公が好んだ天ぷらやとろろ汁、四季折々の山菜など20品。食事とともに地域の歴史のエピソードを紹介して楽しんでもらっています。

最近は歴史に興味をもってくれる若い方も多く、幅広い世代と交流することで活力をもらっています。年をとってもまだまだ学びは続きますね。そして、いつか家康公に会うことができたら「私のしてきたことはどうでしたか?」と聞きたいです。褒めてくれるかな?

駿河区小坂
成澤政江さん
(75)

◎今月は静岡の歴史を語り継ぐ



食で家康公に想いをはせて。



◎「語り部レストラン 華」は第2・4月曜日に開催、2,000円。(定員20名/予約制)
静岡市葵区小坂1673 TEL.054-258-3771

TRY ぎ・PRESENT

成澤さんの「草餅」と野菜の詰め合わせを抽選で3名様にプレゼント♪

「4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4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



写真はイメージです。

締切 2023年4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。



ギャラリーには甲冑など歴史ある物が並ぶ



家康公が好んだ料理を再現した「家康膳」

毎日を
すこやかに♪

Q & A いつも 元気!

白内障と緑内障

Q 白内障・緑内障ってどんな病気ですか?

A どちらもほとんどが加齢による目の病気です。違いを理解し、定期的な検診を受けることが大切です。



白内障

眼の中でピント調整をする**水晶体が白く濁る**ため、視力が低下します。ほとんどが加齢によるもので、誰にでも起こる可能性があり徐々に進行します。飲んでいる薬の影響や糖尿病などの病気、ケガなどにより、若い人にも発症することがあります。



代表的な症状

- 視界全体がかすむ
- 眼鏡をかけても視力が悪い
- 光がまぶしい など

症状が進行したときは、手術をすれば視力の改善が見込めます。手術では濁った水晶体を取り除いて、かわりにきれいな**人工の眼内レンズ**を眼の中へ入れます。現在では、手術は局所麻酔で行われ、切開も小さく体への負担が軽い手術が主流となっています。

他の眼の病気がある場合は、白内障手術をしても視力が良くならないこともあります。



JA静岡厚生連 静岡厚生病院
眼科
佐野佳世子

緑内障

眼から入った情報を脳に伝える視神経に障害が起こり、視野(見える範囲)が欠けてくる病気です。治療が遅れると失明に至ることもあります。

代表的な症状

非常にゆっくり進行するため、はじめは自覚症状がありません



視野の欠けが進行していきます
欠けてしまった視野は、治療しても良くなりません

進行すると視力低下をきたします

一度障害を受けた視神経は元に戻らないため、緑内障を完治することはできません。病気は徐々に進行します。進行を遅らせるために、治療の基本は眼圧を下げることです。

眼圧を下げる方法としては、まずは目薬を毎日きちんと忘れずにさすことです。症状がないからといって、治療をやめてしまてはいけません。

他にはレーザー治療や手術治療が必要となることもあります。

緑内障は中高年の方に起こる代表的な病気のひとつです。ほとんど自覚症状がありませんので、定期的に眼科検診を受けましょう。



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
特販課
奥内健一

静岡浅間神社内売店
「家康公初恋の地
しずおか
ギフトショップ」

静岡の特産・伝統工芸品が集結!

今月は、静岡浅間神社内にある静岡大河ドラマ館売店「家康公初恋の地しずおか ギフトショップ」をご紹介します。

今、浅間神社は1月からスタートしたNHK大河ドラマ「どうする家康」にちなんで、大河ドラマ館、売店に連日多くの観光客が来場しています。「浜松や岡崎では買えない、静岡オリジナル商品をとりそろえています」と太鼓判を押すのはショップ支配人の石上順也さん。静岡市の特産や魅力をPRしたいとお茶やワサビ製品、地元醸造所のクラフトビールや共同開発したお菓子などの他、家康公ゆかりの伝統工芸品も多数並びます。

その中には、黄色のパッケージに金色の御紋が輝く当JAの本山茶「葵じまん」も!家康公人気で売れ行きも順調とか。昨年から販売を開始した「静岡外茶計画」のティーバッグ茶3種もカラフルで目を引きます。

売れ筋は、地元の飲食店とコラボした商品や家紋が付いたお菓子、ロゴ入りTシャツやキーホルダーなどだそう。大河ドラマ館で歴史を学んだら、ショップものぞいてみてはいかがでしょうか。静岡の素敵なものを再発見できるかもしれません!



家紋入りのお菓子は人気絶大



「葵じまん」や
外茶シリーズも並ぶ



家康グッズも充実



お店info

- 静岡市葵区宮ヶ崎町102 (静岡浅間神社内)
- 営業時間/9:00~18:00
- 営業期間/令和5年1月8日~令和6年1月28日(予定)
- 定休日/なし
- ※専用駐車場はありませんので提携駐車場をご利用ください。



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?!

葵区中ノ郷
堀内金作さん

野菜・南高梅



定年後の農業挑戦として、水田転作した農地に通年野菜を栽培し、アグリロード美和(直売所)に出荷しています。また、梅の栽培も30年くらい経過しましたが、今は「梅干し」が好評で注文にお応えできない状態です。

LINK to 葵区内牧 三村逸索さん を紹介します。
「よろしくお願いします!」

葵区羽島本町
宇佐美広子さん

花卉・野菜
柑橘類



夫の父が農業の傍ら始めた園芸店を今は嫁いできた私が引き継ぎ2代目になります。毎日、地域の方々に支えられ植物に癒されながら頑張っています。女性部のフラワーアレンジメント教室では、皆さんと楽しく花と触れ合っていきたいです。

LINK to 葵区羽島本町 吉澤敬子さん を紹介します。
「これからもお付き合いよろしくお願いします」

葵区水見色
辻村靖浩さん

茶・米
野菜・米粉加工品



静岡に来て4月で10年となり、月日があっという間に過ぎていくのを実感します。夫婦二人、子育てに追われる日々ですが、たくさんの人に喜ばれるものを作り、届けられるよう日々頑張っています。

LINK to 葵区水見色 勝山久嗣さん を紹介します。
「主席で卒業おめでとう!!」

葵区有永町
佐藤喜美枝さん

ミカン・レモン
米



息子と二人でミカン、レモン、米などを作っています。農業や除草剤、化学肥料を使っていないので、いろいろと大変です。時間がある時は、漢字パズルや数独など、脳トレを楽しんでいます。

LINK to 葵区有永町 遠藤倫世さん を紹介します。
「いつもきびきびしていて素敵です」



Thank you!

OASIS 読者め〜る

RE: TRYぎ・農業でご紹介した大川加工センター森さんへのお便りをたくさんいただきました。赤かぶ漬はじまん市や薬科地区の直売所などで販売しているのでぜひ味わってみてくださいね♪

毎年両親へのお歳暮に赤かぶ漬セットを送り、大変喜ばれます。
〈駿河区/女性/51歳〉



農福連携で地域の特産品がより価値が増しているように感じました。持続可能な取り組みで、広がって欲しいと思います。
〈葵区/男性/52歳〉

赤かぶ漬の記事を読みました。赤かぶ確保にりんどうさんへ協力をお願いし、栽培やシール貼りを委託していることを知りました。とても良い事です。お互いが助け合い、じまん市などで販売されている。まさに「地産地消のお手本だと思いました」。
〈駿河区/女性/64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。



1/31



◎組合員大学「第7講」



第7講は「地域農業を活性化するため」にJAと取り組みたいことをテーマにディスカッションを行いました。自身の経営や地域、JAの課題について意見交換。参加者からは「もっと情報発信をしてほしい」「農家と農家が出会える機会や場が必要」などの意見が出ました。座長を務めた立命館大学の増田佳昭教授は「地域を活性化させるために、JAと協力しながら積極的に行動していただく」と総括しました。



2/27



共済部が、新型コロナウイルス感染症防止対策のため、本店や支店で行う運営委員会や部農会、女性部などの会議の参加者約1,200人に、安心して参加してもらえよう抗原検査キットを配布しました。この事業は「JA共済の地域貢献活動」の二環としてJA共済連がサポートしています。

◎安心して会議に参加を!
抗原検査キットを配布

1支店1協同活動

自己改革



◎丸子宿場まつり

長田支店が、丸子地区の旧東海道沿いで開かれる第22回丸子宿場まつりに参加しました。支店敷地内で特産の自然薯やミカン、ハチミツなどを販売。街道では、踊りや太鼓のパフォーマンス、時代衣装をまとった「姫様道中」が行われ、大勢の人で賑わいました。

2/26

【長田支店】

品評会結果発表

〈受賞者の敬称略〉



◎JA静岡市中晩柑品評会 2/3

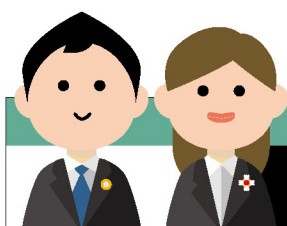
【スルガエレガントの部】
優等…前田征宏(用宗)
1等…太田泰弘(有永町)
2等…望月恵(大岩町) 佐藤廣志(南)
3等…佐藤達夫(有永町) 望月悟(大岩町)
【不知火の部】
優等…糟屋訓敏(小坂)
1等…杉山博崇(南)
2等…西川雅祥(丸子)
【はるみの部】
優等…杉山博崇(南)

◎静岡県中晩生柑橘品評会 2/7

【不知火の部】
3等…杉山博崇(南)
【甘ナツの部】
2等…佐藤廣志(南) 望月悟(大岩町)
3等…前田純子(用宗)、太田寿美子(有永町)、太田泰弘(有永町)、前田征宏(用宗)、杉山博崇(南)
【はるみの部】
3等…大坪悟(瀬名) 杉山博崇(南)
【ポンカンの部】
1等…大澤卓広(小坂)
2等…糟屋訓敏(小坂)



正職員募集【令和6年度採用】



募集人員	若干名	応募資格	大学等を2024年3月に卒業見込みまたは2023年・2022年3月に卒業し、静岡市葵区・駿河区在住または通勤可能な方
応募方法	JA静岡市採用LINEアカウントに登録し、応募書類を応募期間内にご提出ください。	応募期間	2023年3月20日(月)から4月3日(月)まで
応募書類	エントリーシート▶様式は、JA静岡市ホームページ【採用情報】からダウンロードできます。		

【お問い合わせ】JA静岡市総務部人事課 TEL.054-288-8419

令和5年度 静岡県農業振興基金協会の助成事業(一般事業)の募集

静岡県農業の担い手育成、農業、農村の振興等に取り組む農業者等の組織(2名以上)に対し、経費の1/2以内(限度額有り)を助成し活動を支援します。



- 担い手育成対策事業** 農業者の経営能力や技術力向上、生きがい農業支援、女性の活動推進などの担い手育成活動
- 地域農業振興対策事業** 農産物のマーケティング、農業生産研究、安全・安心な農産物づくり、鳥獣害対策、農地集積・耕作放棄地の利活用、新技術開発普及、優良種苗供給などの農業振興活動
- 農村振興対策事業** 地域の特産品づくり、グリーンツーリズム、食農教育、直売所の開設など、農村の振興活動

【申請手続】
①5月上旬までに下記問い合わせ先に申請意向を連絡し、申請についてご相談ください。
②5月下旬に申請書案について事前審査会を行います。
③申請書の提出期限は6月末です。(事業は4月1日から実施可能です。)

【お問い合わせ】
最寄りのJA営農指導担当部署、県農林事務所企画経営課、市町農業振興担当部署にお問い合わせください。様式等は、ホームページをご覧ください。

◎公益社団法人 静岡県農業振興基金協会 TEL.054-284-9545 静岡県農業振興基金協会 検索

担い手支援課から「農業者年金制度」のお知らせ

農業者の老後の生活収入は、国民年金+農業者年金が基本です!



農業者年金
6
のポイント

- ① 農業者の方なら広く加入できる
- ② 少子高齢時代に強い積立方式・確定拠出型の年金
- ③ 保険料の額は自由(月額2万円~6万7千円)
※35歳未満で認定農業者に該当しない等一定の要件を満たす方は、月額1万円から設定できます。
※上記で保険料が2万円未満の方が35歳になった、または認定農業者になった等の場合には、保険料を2万円以上に変更等の手続きが必要です。
- ④ 終身年金で、80歳前に亡くなった場合は死亡一時金が遺族へ支給される
- ⑤ 保険料の全額が社会保険料控除されるなど税制面の優遇措置がある
- ⑥ 認定農業者など一定の要件を満たす農業者には保険料の国庫補助がある

以上に加えて、事務経費は国が負担しているため、加入者が負担する必要のないことも大きな特徴です。

お問い合わせ 担い手支援課 TEL.054-288-8420

JA静岡市公式SNSアカウントをフォローしよう!



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・おいしそうなお料理はこちら!



葵区与一 祖母 河合静江さん

かれん 山田香蓮ちゃん(左:6歳) かりん 香凛ちゃん(右:6歳)



いつも仲良く♡
プレゼントを買ったりしています

リバウエルスキー場で
ソリ滑りを楽しみました!



ゆうと 長島祐社くん(もうすぐ5歳!)

葵区井川 父 長島淳也さん 母 絵莉奈さん

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

バレンタインに大切な人に花を贈ろうという素敵な試み、〇〇〇〇バレンタイン。今月号ではJR静岡駅地下広場で行われたPRイベントの様子をご紹介しました。空白に入る文字をお答えください。【ヒント:9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4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

2月号オアシスクイズの答え▶(ペジ)

生活に
役立つ
情報



はじめまして。JA静岡市の顧問社会保険労務士の齊藤光一郎です。これから、組合員の皆さんの年金に関する疑問・質問にお答えしていこうと思っております。どうぞよろしくお願いたします。
今回は、老齢年金の「繰下げ」受給についてご紹介します。

令和5年4月1日から老齢基礎年金及び老齢厚生年金(以下「老齢年金」といいます。)の「繰下げ」に「5年前時点での繰下げ」の規定が追加されます。ご質問が詳しく見てください。

1 「繰下げ」と
待機と時効

老齢年金の受給開始年齢は、原則として65歳からですが66歳以降から受給を始めて年金額の割り増しを受ける「繰下げ」を選ぶこともできます。割増率は、繰下げ1カ月につき0.7%で最大の120カ月繰下げた場合には年金額は8.40%増しになります。

「繰下げ」をする、しないは任意ですから、66歳以降であっても「繰下げ」をしない通常の年金受給を選ぶこともできます。この場合は65歳からの経過分の年金を一括で受け取り、以後は通常の受け取りになります。ただし、70歳以上の人は注意が必要で、年金は、5年以上前年の支払期月の分は時効によって支払われません。※時効特例法による例外もあります。



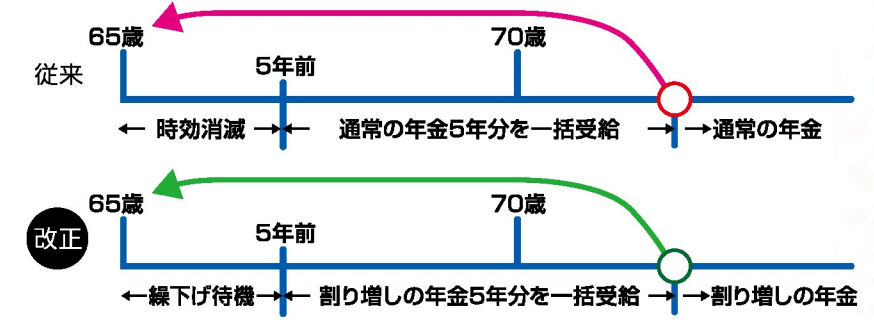
年金事務所

2 5年前時点での
「繰下げ」

昨年度から繰下げの上限年齢が75歳に引き上げられました。そのため70歳以上で「繰下げ」を待っている人たちが現れました。ただし、この人たちが必ず「繰下げ」するとは限りません。そこで、「繰下げ」しない場合でも時効を発生させない「5年前時点での繰下げ」が作られました。

70歳以上の人が5年以上前に戻って通常受給を選んだときは、5年前に繰下げの申出をしたものとみなして割り増しされた年金を5年分一括で受け取り、以後は繰下げ受給となります。対象者は、昭和27年4月2日以後生まれの人です。

◎70歳以上の人が通常受給を選んだとき



3 おわりに

「繰下げ」は、まだまだ実行している人が少ないです。老齢基礎年金と老齢厚生年金のどちらか一方だけを繰下げできること等、知る人が少ないルールもあります。「繰下げ」をするにせよ、しないにせよ、制度をよく知ったうえで自分の生活設計にマッチするか、しっかりと検討して判断しましょう。



社会保険労務士
齊藤光一郎

