

# オアシス

JA 静岡市  
O A S I S

特集



## お茶のお話

第1話「これ全部、同じ茶の葉からできています」

CHOTTO CHAT OF CHA



じまんのお茶を召し上がれ。

# 6

2023

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

Vol.269

# オアシス

2023

# 6

Vol.269

●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。

### ★ 栄養たっぷり ♪ ◎パセリのかき揚げ★



©よい食P

#### 材料(1束分)

- ・パセリ… 1束(50~60g)
- ・シラス、サクラエビ… 各30g
- ・天ぷら粉、揚げ油… 適量



#### つくりかた

- ① パセリは枝から葉の部分をとっておく。
- ② ボウルに①とシラス、サクラエビを入れ、全体に薄く天ぷら粉がつくようにまぶす。
- ③ 別のボウルに衣の天ぷら粉を溶き、②に回しかけながらスプーンですくえるくらいの固さにする。
- ④ 揚げ油を約170℃に熱し、スプーンで一口大にすくって揚げる。

### 栄養価の高い身近なハーブ パセリ



パセリと言えば脇役的な存在ですが、実はすごいポテンシャルの持ち主。貧血予防に効果的な鉄分は野菜の中でもトップクラスです。他にも食物繊維やカリウム、β-カロテンやビタミンCなどミネラルの宝庫！みじん切りにして天ぷらの衣やドレッシングなどにもたっぷり使ってみてください。

おいしいをつくりましょ。 JA 静岡市



# 長田の桃畑

露地栽培の桃の早出し産地で知られる長田地区。「長田の桃」は、安倍川河口西側、海岸沿いの水はけの良い土地で栽培され、甘くみずみずしく柔らかな果肉が特長です。5月下旬から収穫が始まり、7月上旬まで続きます。



◎森 久功さん(左)とみどりさん(右)  
標高600mの山間部、豊かな自然に囲まれた楡尾地区で本山茶を栽培する森さん夫妻。肥料までこだわった丁寧なお茶作りでエコファーマー認定も受けました。詳しくは特集をご覧ください。

◀ 今月の表紙 ▶



第1話 「これ全部、同じ茶の葉からできています」

OASIS TOPICS

- ・奥蘂科大川お茶まつり
- ・令和5年度入組式
- ・「近藤早生」初摘み
- ・アスパラコンテスト初開催
- ・新茶初取引
- ・法明寺献茶式
- ・献上茶謹製事業

JA YOUTH 青壮年部・女性部・シズ・カレ アクティブレポート

- ・青壮年部通常総会
- ・オクシスクラフト完成
- ・女性部通常総代会
- 今月の\*シズ・カレ\*/大豆から豆腐を作ってみよう

営農スタディレポート

育てるを楽しむ。家庭農園 ~パセリ~

TRYぎ・農業

アスパラガス栽培に挑戦する/葵区足久保奥組 鈴木崇充さん

この町のわたしの好きなこと

健康情報 いつも元気! Q&A

「歯周病予防」

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 「パセリ」



お茶は、栽培方法や製造方法によっていくつかに分類されます。



煎茶は、製造の最初の段階で加熱し、茶葉の酵素の働きを止めることで茶葉の緑色が保たれる「不発酵茶」です。紅茶は、茶葉の酵素の働きを活かし、美しい赤褐色に仕上げる「発酵茶」。烏龍茶は、発酵や焙煎などの工程を経て作られる「半発酵茶」とその製造方法によって大きく3つに分けられます。

# 茶

## 不発酵茶 (緑茶)

できるだけ早く加熱して茶葉の酵素の働きを止める

## 半発酵茶

酵素を少し働かせてから加熱する。摘み取った茶葉の水分を蒸発させてしおれさせる「萎凋」という工程がある

## 発酵茶

茶葉を萎凋させながら、酵素を最大限に働かせてから加熱する

### 煎茶

日本で生産量が最も多い。生葉を蒸して熱を加えながら揉み(粗揉・揉捻・中揉などの工程がある)、乾燥させる

### 玉露

一番茶の新芽が伸び始める頃に、茶樹を寒冷紗などの被覆資材で20日間ほど覆い、日光を遮って育てた茶葉が原料。煎茶と同様の製造方法

### 碾(てん)茶

玉露のように茶樹を遮光して育てた新芽を蒸した後、揉むことなくそのまま乾燥させたもの。臼などで挽いて抹茶にする

### かぶせ茶

摘み取りの2週間ほど前に、茶樹に直接覆いをして育てた茶葉を煎茶と同様に製造したもの

### 番茶

新芽が伸びて硬くなった茶葉や茎などを原料に、煎茶と同様に製造したもの

### 烏龍茶

茶葉を「萎凋」することで独特の香りを高め、焙煎や釜炒りなどで発酵を止めた後、揉んで乾燥したもの

### 紅茶

半発酵茶と同様、「萎凋」という味と香りを決める重要な工程を経て揉捻、発酵、乾燥させる

# ちょっと一息 お茶のお話

CHOTTO CHAT OF CHA

新緑の季節、茶畑では一番茶の摘み取りが終わりひと段落、すでに二番茶の準備で忙しい生産者の皆さんもいるのではないのでしょうか。

今回は、お茶の種類や製法、魅力について今月と来月の2回にわたり探ってみたいと思います。



## 第1話

## 「これ全部、同じ茶の葉からできています」

緑茶、紅茶、烏龍茶・・・

「茶」にはいろいろな種類がありますが、基本的に同じ「茶の葉」から作られています。

その違いは酸化酵素による発酵の有無と度合。他にも、茶樹の栽培方法や、茶葉の加工方法などによって、多種多様なお茶になります。

第1話 「これ全部、同じ茶の葉からできています」



葵区小瀬戸  
**高橋一彰さん**  
(42)

**烏龍茶**

半発酵茶



丸高農園ネットショップ

日本にも香りを楽しむお茶を 本場の香りを追い求めて

12品種の茶を年間3,500kg生産しており、そのうち烏龍茶とよばれるような半発酵茶を600kg作っています。台湾製の釜炒り機を導入したのをきっかけに生産を始めました。

日本茶との製法の大きな違いは茶葉の水分を蒸発させ萎れさせる「萎凋」という工程があること。摘み取った茶葉の状態や日光の強さを見ながら20分から1時間ほど天日にあてた後、室内で1時間30分～2時間ほどの間隔で葉を揺らし、水分が抜けるのを促します。そうすることで部分的に発酵が進み、半発酵茶を特徴付ける果実や花を思わせる甘い香りが際立つようになります。新鮮さを重視する日本茶と比べると、生葉の扱いが全く異なります。

最近「やぶきた」一辺倒から特徴あるお茶が注目されてきています。香りを楽しむ烏龍茶もその一つだと思うので、県内の他生産者と情報交換をしたり、台湾へ外向きお茶の幅広い楽しみ方を勉強したりもしています。本場のお茶のような香りを出せるように探究の日々です。

葵区内牧  
**森内吉男さん**  
(67)

**紅茶**

発酵茶



森内茶農園ネットショップ



お茶は嗜好品で工芸作物 お茶づくりの基本は「手揉みの技術」

紅茶の製造は1999年頃から。イギリスの大手メディアで紹介されたのがきっかけで、20年ほど前から輸出を始め、高級ホテル「クラリッジ」のアフタヌーンティーでも提供されています。

緑茶は工程の始めに蒸して酸化酵素の活性を抑えますが、紅茶は酸化発酵を活かすことで特有の鮮やかな赤銅色と香りを出します。半発酵茶と同様「萎凋」が味と香りを決める重要な工程で、時には36時間かけることもあります。ミル芽（やわらかい芽）で摘み、葉の状態を見ながら、傷つけないように丁寧に扱います。どの工程も「手揉みの技術」が私の基本です。

ミル芽で製造した紅茶は、たっぷり時間をかけて「急須」で淹れて味わってほしいですね。器に残り香りが重なり合い6煎、7煎でも堪能できます。

茶は海外でも注目されています。嗜好品として品質の高さはもとより、その栽培方法が「環境への負荷が少ないこと」も重視されるようになってきたと感じます。工芸作物としての価値観もあるなか、自然とマッチングした「地域そのもの」を売ることも今求められています。

同じ茶葉でも栽培や製造方法の違い、生産者の技術や想いでさまざまなお茶に変化するんですね。今回はお茶の品種による味わいや香り、色の違いなどをご紹介します。



葵区檜尾  
**森久功さん**  
(72)

**煎茶**



小さな茶農家  
お茶の森ネットショップ

手間と時間は惜しまない 一枚一枚の葉と向き合う茶づくり

標高600mの山間部、檜尾で「やぶきた」を中心に8品種の茶の栽培、製造まで行っています。

煎茶は管理によって品質が大きく左右されますが、やはり一番大切なのはいい生葉であること。いい芽が出るように4、5年に1度「中切り」という作業をし、茶に元気でいてほしいという気持ちで向き合っています。檜尾は平地に比べ冬も厳しいため、古い葉をたっぷりつけた葉層が厚い状態で冬を越すように調整。化学肥料は必要最低限にし、有機肥料を主体とした自家製肥料で栽培することにこだわっています。農薬の使用も極力減らしエコファーマー認定も受けました。

最近品種茶の注目度が高く、中でも好評なのは「おくみどり」と「つゆひかり」。この2品種は「ふじのくに山のお茶100選」にも選ばれ続けています。これらを求めて県外からも足を運んでくれる人がいるほどです。

収穫した生葉はその日のうちに荒茶にするようにしているので、最盛期の作業は深夜まで続くことも。丁寧に管理ができる範囲で、飲む人に喜んでもらえるような量より質を重視したお茶づくりを心掛けています。

葵区内牧  
マルウチ茶農協同組合組合長  
**牧野隆夫さん**  
(66)

**かぶせ茶**



マルウチ茶農協HP



茶農協の未来へ向けて 個性を生かす茶づくりを

マルウチ茶農協では現在1haの茶園でかぶせ茶を作っています。茶農協の収量と単価を向上させたいという思いから、JAの「農業チャレンジ支援事業」などを活用して取り組みを始めました。品種は「つゆひかり」「おくみどり」「いなぐち」「さえみどり」「やぶきた」の5品種。どれも葉の緑色が美しいお茶ですが、被覆することでさらに濃い緑色になります。

かぶせ茶の特徴は、二葉が発芽したタイミングで寒冷紗という被覆資材を2週間ほど被せ、日光を遮った状態で栽培すること。摘み取った茶葉は生葉コンテナで一晩ねかせて少し萎凋させ、80秒を目安に蒸し、5時間かけて揉みます。「かぶせ香」という甘く熟成したような濃厚な香りで、鮮やかな濃緑の水色の茶に仕上がります。

現在、マルウチでは、次世代へ継承できる農地づくりのため苗木を植え替える「改植」をすすめています。今年植えた「つゆひかり」の幼木は、2025年には「かぶせ茶」にしたいと期待しています。後継者不足には悩まされますが、地域の茶業を維持できるようさまざまな取り組みをしていきたいですね。

### 品質向上を目指して

アスパラガス生産部会が豊田支店で第1回アスパラコンテストを開きました。5点が出品され、外観、品質、市場性、内容品質で採点。優等に鈴木崇充さん、1等に海野新次さんが輝きました。コンテストの発案者の鈴木崇充部会長は、「部会員が互いの品を見ることで他との違いに気づき、栽培技術の改善と品質、生産意欲向上につなげたい」と話しました。



アスパラコンテスト初開催

4/12



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

9



新茶初取引

4/13



### 新茶シーズン幕開け

静岡茶市場で新茶シーズンの幕開けとなる「新茶初取引」が行われました。難波喬司静岡市長や上川陽子衆議院議員などが参列。同市場の内野泰秀社長は「今回は最も早い初取引。マッチングと入札コーナーを充実し、茶の多様化促進に寄与したい」と話しました。JA静岡市からは42kgが上場され、商談成立を告げる「手合わせ」の音が場内に響きました。

17



奥薬科大川お茶まつり

4/2



### お茶が育った環境で味わって

大川地区で第18回奥薬科大川お茶まつりが開かれ、地区内に8か所の茶席が設けられました。栃沢茶宴では、聖三国師生誕の地である栃沢で研究育種された「深澤清馥」を提供。「うま味が強くてお吸い物のよう！」と来場者を驚かせました。生産者の内野清己さんは「お茶が育った環境の中で見て、嗅いで、味わって、トータルでお茶を体感してほしい」と話しました。

### 茶業発展を祈願

足久保茶研究会が、葵区足久保の法明寺で献茶式を開きました。生産者や地域住民など約30人が参加。観音堂の千手観音菩薩に新茶を献上し、茶業の発展と地域振興を祈願しました。同研究会の鈴木清貴会長は「足久保は静岡茶発祥の地。徳川家康公へ献上したことで知られる歴史ある足久保のお茶を、この先も受け継いでいきたい」と話しました。



法明寺献茶式

4/14



### JA職員の第一歩

令和5年度の入組式が本店で開かれ、新たに17人の新入職員を迎えました。大原組合長は「JAの本質を見極め、実力をつける苦労を厭わず、同僚や先輩と楽しい農協人生を歩んでほしい」と激励。新入職員を代表し、鈴木美優さんが「サービスを超えたホスピタリティの精神を持つて誠実に組合員と向き合えるように精進いたします」と決意表明しました。



令和5年度入組式

4/3



4/22



献上茶謹製事業



### 皇室献上茶丁寧に手揉み

静岡県茶手揉保存会とJA静岡市、JAしみず、静岡市が連携して、献上茶謹製事業が静岡市歴史博物館で行われました。静岡市制施行20周年記念事業の一環で、園主を務めた当JA管内の秋山三重子さん、斎藤友宏さん、杉本公義さん、森内吉男さんの茶園で摘みとり蒸された茶葉を、焙炉5台で約6時間かけて謹製。5月以降に宮内庁へ献上されます。



「近藤早生」初摘み

4/4



### 花のような甘い香りを楽しんで

駿河区丸子の松川洋平さんの茶畑で、当JA管内で一番早い新茶の収穫が行われ、松川さんの友人やJA職員など約30人が丁寧に摘み取りました。「近藤早生」は花のような香りと濃厚なうま味が特長の地域限定の品種。松川さんは「2、3月に程よく雨が降り、芽が綺麗に揃った状態で収穫を迎えられ、いい出来。甘い香りを楽しんでほしい」と話しました。

# 営農スタディレポート

近年、プラスチックごみによる海洋汚染が国際的な課題として注目されています。農業生産においても、農業用ハウスやトンネルの被覆資材、マルチ、畜産のサイレージラップのほか、肥料成分を合成樹脂等の膜でコーティングした被覆肥料など生産資材としてプラスチックを使用していることから、プラスチックを適切に処理することが必要になってきています。

ケーススタディ 66



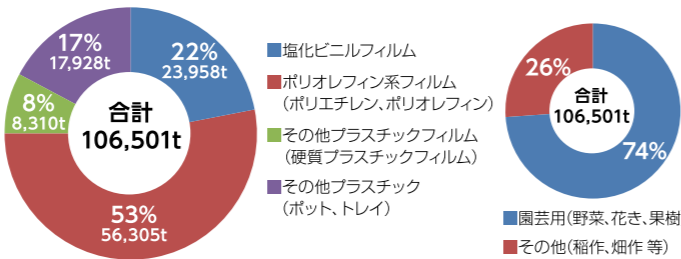
農業生産におけるプラスチック問題を考える



## 農業分野で使用されるプラスチック類

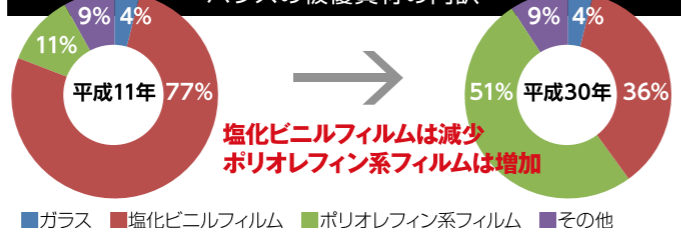


## 農業由来廃プラスチックの排出状況(種類別・用途別)



資料：農林水産省「園芸用施設の設置等の状況(平成30年)」

## ハウスの被覆資材の内訳



塩化ビニルフィルムは減少  
ポリオレフィン系フィルムは増加

JAの取り組み  
当JAでは毎年、廃プラスチック・ポリエチレン樹脂の回収と、廃棄する農業用塩化ビニルの回収を行っています。昨年度は約10tをペットボトルなどに再利用しました。

農業生産分野では、使用済みプラスチックの適正処理、排出量の抑制、海洋への流出防止などさまざまな対策に取り組んでいます。



リサイクル業者が重機を使って回収



JALみずと合同で清掃活動を行う女性部員



分別された海洋ごみ

女性部の取り組み  
女性部では、リーダー研修会で「海のごみ問題を学び地域の環境を守る」をテーマに、SDGsに基づき海洋汚染について学びました。その1週間後に、JAしみず女性部と合同で三保真崎海岸の清掃を行い、海洋ごみ問題を考える活動を行いました。

農業生産の現場でも、使用済みのプラスチックを海洋ごみにしないよう、適切な処理を徹底し、持続可能な農業を目指しましょう。

資料：農林水産省「農業分野から排出されるプラスチックをめぐる情勢(令和4年1月)」

# 青壮年部・女性部・シズ\*カレ アクティブレポート



## 4/7 青壮年部 | 青壮年部通常総会

青壮年部が本店で総会を開き、部員と役職員33人が出席しました。海野大夢部長が「3年ぶりの総会の開催。アフターコロナに向けて経済が活性化していく今、収益アップに向けて頑張っていく」とあいさつ。新部長に大高真也さん、副部長に海野拓朗さん、鈴木健司さんが承認されました。



左から：海野副部長、大高部長、鈴木副部長

## 4/11 青壮年部 | オクシズクラフト完成



青壮年部が梅ヶ島地区で育てたホップを使った発泡酒が完成しました。今年は「スルガエレガント」の果汁を加えたことで、酸味の効いた仕上がりに。部員は「これから暑くなってくるので、爽やかな風味とのどごしのよさを楽しんでほしい」と話しました。数量限定であさはた・南部・北部・長田じまん市で販売中です。

## 4/14 女性部 | 女性部通常総代会

みなとともに☆地域で輝け☆世代をこえて  
第31回女性部通常総代会が本店で開かれ、新旧役員と役職員22人が参加しました。令和4年度の事業・収支報告や5年度の事業計画、新役員など4議案が承認され、部長には引き続き朝比奈初枝さんが就任。朝比奈部長は「コロナ関連の制限が緩やかになってきたので、少しずつ活動を戻しつつ楽しいものにしていきたい」と話しました。



## 今月のオトナ女子短大 \*シズ\*カレ\* 2022年度〈第7回〉

### ～大豆から豆腐を作ってみよう♪～

今回は千代田地区の女性部員を講師に、大豆から豆腐づくりに挑戦しました。17人の参加者は大豆をミキサーにかけ、木綿の布袋でこし、豆乳とおからに分ける作業に苦戦しながらも、できあがりの豆腐を食べると「口いっぱい大豆の香りと味が広がっておいしい。手づくりは格別!」と笑顔。おからもムダにせず、ホットケーキを作りました。

(4月13日)

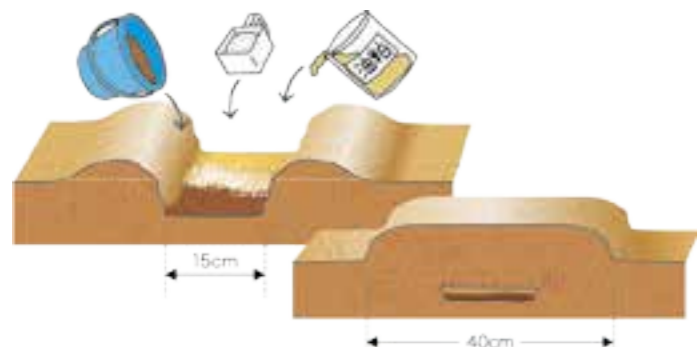


爽やかな香り ハーブの王様。



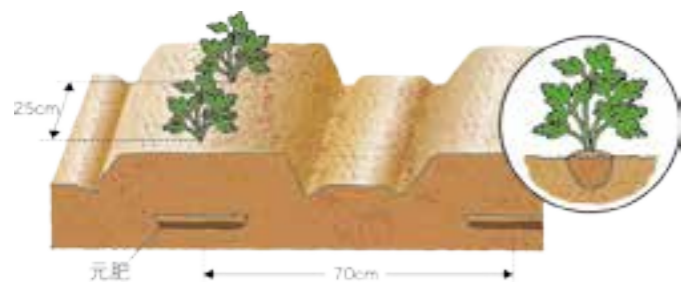
**1** 苗づくり

鉢に直接種まきして育苗します。  
本葉5~6枚になったら定植します。



**2** 畑の準備

畝1mあたり、油粕/大さじ5杯、化成肥料/大さじ3杯、完熟堆肥/5~6握りを施し土をかけます。  
溝を埋め戻して畝を作ります。



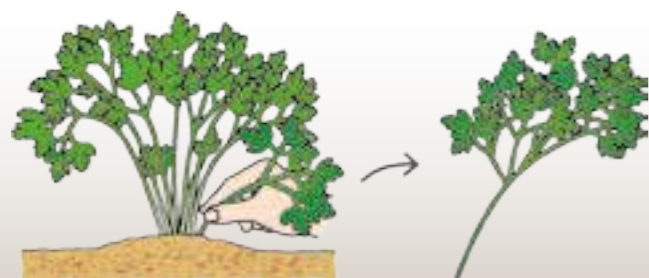
**3** 植え付け

株元を深く埋めすぎないようにし、25cm間隔で植え付けます。



**4** 追肥

生育の様子をみながら15~20日に1回くらい、化成肥料と油粕少々を畝の片側にまき、くわで軽く土に混ぜながら畝に盛り上げます。



**5** 収穫

葉が14~15枚になった頃から収穫できます。下の大きい葉から順次かき取りましょう。



パセリ

美和営農経済センター  
宇佐美侑子

栽培のポイント

パセリは、日当たり、風通しのよい場所を好みます。暑さ寒さには強い性質ですが、夏の強い日差しに弱く、乾燥すると下葉が黄色くなってしまうため、こまめに水やりを行います。また、酸性土壌にやや強い性質なので、植え付け前に苦土石灰を散布して調整しておきましょう。

★**栄養**  
パセリはβ-カロテン、ビタミンCやK、カルシウム、カリウム、鉄、葉酸などを含む栄養価の高い野菜です。また、香りの主成分アピオールは胃液の分泌を促し、消化促進、食欲増進効果があります。



栽培は、冷涼を好み盛夏には生育が衰えますが、通常の手入れで十分に越冬できます。また、0℃以下になっても越冬するので、家庭でも周年栽培することができます。

パセリと言うとつけ合わせ野菜のイメージですが、栄養が豊富なハーブの一つです。別名「オランダゼリ」といって、古代エジプトやギリシャで薬用や香料に用いられ、日本では明治から大正時代にかけて本格的に栽培されるようになりました。  
葉が細かく縮れて丸くカールしている「縮葉種」と、イタリアンパセリのように葉が縮れていない「平葉種」があります。縮葉種は、特有の清涼感のある香りと風味が強く、平葉種は苦みが穏やかです。

◎プランター栽培もできます  
2株植えにします。  
葉が込み合ってきたら  
葉が込み合ってきたら  
畑と同様に摘み取りましょう。

病気

- ◎コサイド3000
- 軟腐病
- ◎ジーファイン水和剤
- ◎エコピタ液剤

害虫

- アブラムシ・ハダニ
- ◎エコピタ液剤
- ヨトウムシ
- ◎デルフィン顆粒水和剤
- うどんこ病

有効な農薬



★**保存**  
湿らせたキッチンペーパーで茎全体を巻いて保存袋に入れて冷蔵保存します。葉を茎から外して冷凍し、使う直前に手で揉むとみじん切りのようになり便利です。電子レンジでカリカリになります。加熱すると乾燥保存もできます。

★**病害虫の防除**  
キアゲハの幼虫が大敵です。見つけたら捕殺するか、早めに薬剤散布を行いましょう。

※全て使用制限がなく、野菜類全般に散布できる。但し、浸透移行性がないのでその都度散布する必要がある。(2023年4月17日現在)

春・秋の発生時には殺虫剤を散布する

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												

● 種まき ● 植え付け ● 収穫

静岡茶発祥の地、葵区足久保奥組で7年前に新規就農し、祖父の代から続くお茶を継承しました。しかし、その頃からお茶の市況が低迷していく様を感じ「何か違うことをしないと」と思い、アスパラガス栽培に挑戦しようと決めました。

はじめは2aの茶畑を抜根し、ビニールハウスを建設。アスパラガスの苗を植え栽培を始めるも、病害虫の被害に悩まされ自分の思うような成果は得られませんでした。アスパラガスの参考書を読み漁り、芽を出す質の悪いアスパラガスを眺め改善を試みるもなかなかうまくいかない日々が続きましたが、ふと「栽培地によって土も気候も気温も違うのだからそれに合わせた栽培方法をしなければならない」と気づき、徐々に改善していきました。

「失敗は成功へのヒント。良い結果も悪い結果も全ての事には理由がある」という信念のもと努力しています。アスパラガスは難しい。だから面白い!

今年4月には、アスパラガス生産部会で第1回アスパラコンテストを開催。「部会員が互いの品を見ることで他との違いに気づき、栽培技術の改善と生産意欲の向上につなげたい」と自ら発案し実現させました。優績者の栽培技術を学び、部会全体の更なるレベルアップを目指していきたいです。

今後はさらに規模も拡大し、より多くの方が私のアスパラガスと出会い、そこからたくさん笑顔が生まれることを願って。アスパラ王への挑戦はまだ続きます。

葵区足久保奥組

アスパラガス生産部会長  
鈴木崇充さん (44)

◎今月はアスパラガス栽培に挑戦する



全ての事には理由がある。



TRY ぎ・PRESENT

鈴木さんの「アスパラガスとお茶の詰め合わせ」を抽選で3名様にプレゼント♪

「6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。

- ◎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

〒422-8506 静岡市駿河区曲金5-4-70  
JA静岡市 広報課 オアシス6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。

2023年6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。



第1回アスパラコンテスト開催の様子



美和堂農経済センター石井職員と

#アスパラ王にオレはなる  
鈴木農園 Instagramはこちら→





毎日を  
すこやかに♪

# Q & A いつも 元気!

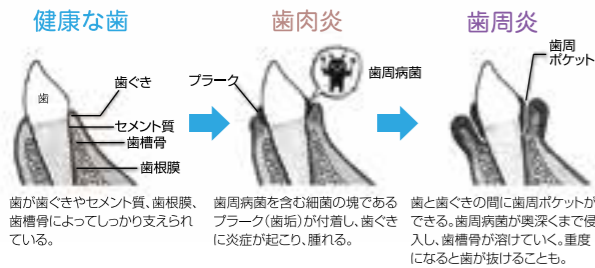
## 歯周病予防



**Q** 歯周病とはどんな病気ですか? 予防する方法はありますか?

**A** 歯周病とは、歯を支える歯周組織に炎症が起こり、組織が破壊されていく病気です。(図1)日本では成人の7割に歯周病があるとされています。

### 歯周病の進行



響が起こります。具体的には、脳梗塞や心臓病、糖尿病、認知症、誤嚥性肺炎、早産、低体重児出産などです。

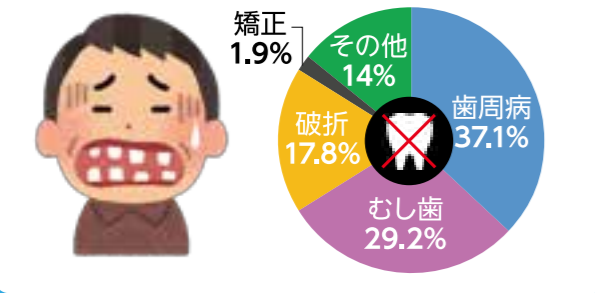
中でも歯周病は糖尿病と相互に悪い影響を及ぼします。糖尿病がある方では、歯周病が悪化しやすく、歯周病があると糖尿病の血糖コントロールが難しくなることがわかっています。そして最近の研究では、歯周病の治療をきちんと行うと血糖値が改善するということがわかっています。

歯周病の予防・治療を行うことで、全身のさまざまな病気のリスクを下げるのが可能です。

### 歯周病の原因

歯と歯茎の境目にたまった歯垢中の細菌が炎症(歯肉炎)を起こし、放置することで歯周病へと進行していきます。初期には痛みなどの症状がないため、ほとんどの人には自覚がありませんが、実は歯を失う最大の原因は歯周病なのです。(図2)

### 歯を失う原因



資料/8020推進財団「第2回永久歯の抜歯原因調査報告書」(H30)

### 歯周病と関係する病気

歯周病菌が歯周ポケットから体内へ侵入、もしくは歯周病で生じた炎症物質が血管に入り全身を巡ることで身体に影

### 歯周病の予防

#### ① 歯茎の状態をチェックしましょう

健康な歯茎は引き締まったピンク色をしています。炎症を起こしていると赤く腫れたりぶよぶよしたりしています。また、口臭や口の中のねばつきを感じることもあるようです。

#### ② 歯みがきで歯垢を取り除きましょう

歯垢がつきやすい歯と歯の間、歯と歯茎の境目、かみ合わせの部分を意識して歯みがきしましょう。歯ブラシの毛先を歯にしっかり当て、1~2本ずつ丁寧にブラッシングしてください。歯間ブラシやデンタルフロスを使うとさらに効果的です。歯ブラシは毛先が密集していて、奥まで届きやすいヘッドが小さめのものを選びましょう。毛先が硬いと歯茎を傷つける恐れがあるので、やわらかめのタイプがおすすめです。

#### ③ 生活習慣を見直し、改善しましょう

- 栄養バランスのとれた規則正しい食生活をする
- 十分な睡眠で抵抗力をつける
- 禁煙をする ●ストレス解消を心がける

#### ④ 定期的にプロフェッショナルケアを受けましょう

自分では落としきれない歯垢や歯石は、定期的に歯科医院でクリーニングしてもらいましょう。正しい歯みがきの方法や歯ブラシの選び方も指導してもらえます。

いつまでも自分の歯で、健康で過ごすことができるように大切な歯を歯周病から守りましょう。



JA静岡厚生連 静岡厚生病院  
健康管理課  
加藤亜希

参考文献・資料/©NHK出版「きょうの健康」2021.4 ©糖尿病情報センター(国立国際医療研究センター)(ncgm.go.jp)

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  
下川原支店  
杉山詩織

Harbor side Cafe Restaurant  
**Sarry's Cafe**  
サリーズカフェ



### お店info

- 静岡市駿河区広野5-11-15
- TEL/054-259-9961
- 営業時間/平日◎11:00~20:00  
土日祝◎9:00~21:00
- ※毎月第1月曜日11:00~17:00(8月を除く)
- ※暫くの間平日15:00~18:00は仕込みのため営業をお休みします。
- 定休日/火曜日(祝日の場合は営業)
- 駐車場/有

### 暖かな光が差し込む海辺のおしゃれカフェ♪

今月は今人気のスポット、用宗漁港に隣接するカフェ&レストラン Sarry's Cafeさんをご紹介します。青い空にシラス漁船、緑鮮やかな山々が目の前に広がるウッドデッキのテラス席では心地よい海風を感じながらワンちゃんとゆったり食事を楽しむこともできる人気店です。

こちらのお店はパスタやハンバーグ、スイーツや月替わりのメニューなど、静岡の食材を使った豊富なメニューが魅力です。写真の「しずまえお茶パスタ」は静岡茶と昆布だしをソースに使い、用宗のシラスをたっぷりトッピングした、静岡の特産を詰め込んだ贅沢な一品!ふんわりとお茶が香るソースがもちもちのフェットチーネ麺によく絡み、一口食べれば思わず頬が緩みます。

他にも、秋にはシャインマスカットのデザート、冬には「長田唐芋」と地元のシラスやアカモクを使ったクリーミーなコロッケが登場します。そして、これからの季節のおすすめはお店の近くに畑が広がる「長田の桃」をまるごと使った甘くジューシーなパフェ! このパフェを求めて東京から食べに来るお客さんもいるそうです。皆さんも用宗散策の際にはぜひ味わってみてください♪



「長田の桃パフェ」  
1,430円(税込)



「しずまえお茶パスタ」1,320円(税込)

◎最新情報はSNSをチェック!



※掲載の価格は、原料高騰により変更になる場合があります。

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?!

葵区大岩  
杉本公義さん

茶



大岩に本山茶直売店を出し住みはじめて18年。地域にも根付きました。普段の作業拠点は内牧の茶畑です。繁忙期には長女の協力もあり家族のチームワークが不可欠です。今後も地産本山茶をPRしていきたいと思います。

LINK to 葵区足久保口組 海野哲平さん を紹介します。  
「よろしくお願いします」

葵区羽鳥  
石上けい子さん

茶



娘と卒業兼進学祝いの孫達と数年振りの旅でした。年齢的に体力衰えの私ですが、道中振り返りフォローの孫に、幸せを噛みしめ楽しんで来ました。留守役の旦那様方には心から感謝しております。

LINK to 葵区建穂 中山久美さん を紹介します。  
「何時も心にかけていただき、感謝しています」

葵区羽鳥本町  
吉澤 光さん

野菜類  
花卉



家族の手を借りながら、旬の野菜と花卉を育てています。多くの人の手に取っていただけるよう、一株一株心を込めて出荷しています。畑に出るたびに新しい発見の連続で、忙しいながらも充実した日々を過ごしています。

LINK to 葵区新聞 岡崎航平さん を紹介します。  
「よろしくお願いします!」

駿河区中平松  
浦田寛泰さん

葉ショウガ・パクチー  
など



父から農業を継いで今年で7年目になります。毎日Mr.Childrenの音楽を聴きながら仕事をしています。去年からヤギのJEN君が家族の一員に加わり、賑やかな毎日を過ごしています。

LINK to 駿河区青沢 鈴木大介さん を紹介します。  
「また飲みに行きましょう!」

4/13<sup>木</sup>

准組合員向け農業講座「じまんの農業塾」第2期がスタートしました。葵区北の「じまんの農業塾」あさはた第一圃場で一年かけて野菜の栽培方法や農薬、農業機械の基礎などを学びます。この日は、営農課の職員による講義の後、整地、施肥、うね立てを実習しました。



◎じまんの農業塾  
【2期生スタート】

自己改革  
だより

◎じまん市全体講習会

グランシップでじまん市出荷会員全体講習会が開かれました。約1,000人の会員が出席し、今年10月から始まる消費税インボイス制度導入について、JA静岡中央会の職員から説明を受けました。直販課の高橋課長は「4年ぶりの全体講習会で会員の意思統一ができた。不安なことがあればぜひJAへ相談してほしい」と話しました。



4/27<sup>木</sup>

◎南部じまん市19周年祭  
南部じまん市が19周年記念イベントを開きました。屋外テントで旬の農産物を販売した他、米や商品券が当たるお楽しみ抽選会や、手をセンサーにかざして推定野菜摂取量を測定する「ベジチエック」体験も開催。長谷川和義出荷委員長は「あいにくの雨だが大盛況。20周年に向けてさらに盛り上げていきたい」と意気込みました。



Thank you!

OASIS 読者め〜る

- ◆ 静岡聖地巡礼特集、読みやすかったです。表紙のワサビの葉で家紋を作ったのだ!の女性たちの笑顔が素敵で思わず手に取ってしまいました。ワサビ、ミカン、レンコン、お茶、じまん市で見つけたら形や色などもよく見えます。 <葵区/女性>
- ◆ 4月号の特集、大河をもじるタイトル笑いました。市内の施設、農産物案内、写真を載せて説明、地図もあり素敵な出来だと感じます。今後も大河を大いに使った静岡市の農産物の宣伝をどんどんしてほしいです。 <大阪府/男性/46歳>
- ◆ 成澤さんのすてきな生き方に感動しました。家康公が食された食事を再現したり講演されたり…。草餅がとてもおいしかったです。 <駿河区/男性/63歳>
- ◆ 南部じまん市によく行きます。スナックエンドウがおいしくて、お母さんのカゴに入れています。草餅をおばあちゃんと食べてみたいです。 <駿河区/女性/9歳>
- ◆ 4月号特集を楽しんでいただけでよかったです。小さなじまん市ファンもうれしいです!これからも静岡の特産をPRしていきますね。

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。



都市農業を営む皆さんを支援します!

～静岡市いきいき都市農業推進事業補助金の概要～  
静岡市では、市街化区域内で農業を営む方を対象とした支援事業を行っています。

**補助金額**

- ①補助対象となる施設・機械の導入に対し  
1/3以内の額(上限30万円)
- ②環境に配慮した農業機械の導入や施設の設置に対し  
1/2以内の額(上限30万円)
- ③市民農園の整備又は付帯設備の設置及び改修に対し  
1/2以内の額(上限50万円)

※消費税抜き金額(小数点以下切り捨て)

**対象者**

◎次の条件をすべて満たす人が補助を受けられます

- 前年の農業収入(販売金額)が50万円以上の販売農家で、所得税または市県民税の申告があること
- 市内に住所を有し、かつ市内に居住する農業経営主であること
- 市内に市街化区域内の農地を所有し、農業を営んでいること(農地法第3条第1項による借地も可または都市農地の貸借の円滑化に関する法律の第4条第1項の認定を受けていること)

◎ご申請は1経営体あたり年1回限りとなります。(本事業と類似する補助金との併用はできません)

※生産資材(種苗、肥料、農薬など)や汎用性のあるもの(スコップ、くわ、軽トラック、パソコンなど)及び雨水貯水タンク(200ℓ以上のもの)、自主施工の為の材料費は補助対象外です。  
※事業の詳細や申請方法など不明な点は下記までお問い合わせください。

お問い合わせ 静岡市役所 農業政策課 農業支援係 静岡市清水区旭町6-8 清水庁舎6F TEL.054-354-2086

ふるさと農力チャレンジ事業

農業の6次産業化を応援します!

「新商品製造のため加工用機械を導入したい」、「新商品パッケージデザインを業者に依頼したい」といった、農業者が加工や販売を行うことで所得向上を目指す **新たな取り組み** に対し、補助する制度です。

◎新規事業に限ります

- |  |  |
|--|--|
| <p><b>補助の対象者</b></p> <p>静岡市内の農業者、農業法人及び農業者等の組織する団体</p>     | <p><b>補助対象事業</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>農産物の加工用の機械・器具の導入</li> <li>新商品開発に伴うマーケティング調査・講習会等の開催</li> <li>農産物の販路拡大等を目的としたイベントの開催・出展 など</li> </ol> |
| <p><b>補助率と補助上限額</b></p> <p>補助対象経費(消費税抜き)の2分の1 ●上限額50万円</p> | <p><b>お問い合わせ</b></p> <p>静岡市役所農業政策課 みかん・園芸・畜産係<br/>静岡市清水区旭町6-8 清水庁舎6F TEL.054-354-2091</p>  |

申請期限 令和5年9月末日まで ※申請の1か月前までに一度ご相談ください。

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・おいしいような料理ならこちら!



JA静岡市農業振興のための支援策

支援期間: 2023年4月～2024年3月

用途に応じたプランをご用意しました。ぜひご利用ください!



●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あたり上限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あたり上限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(令和2年度以降の利用がないこと)



●野生鳥獣害被害防止支援対策【年間予算枠100万円】  
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90万円】  
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 新規就農者養成講座、農業後継者塾の受講修了者へ  
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。

農業経営に必要な資金を強力にサポート

アグリマイティー資金

- JAバンク静岡 ▶ 保証料全額助成
- JAバンク利子補給 ▶ 当初3年間 実質金利 0.3%  
(100万円以上のお借入の方に当初3年間1%利子補給)

農業近代化資金

- JAバンク静岡 ▶ 保証料全額助成
- 県・市等からの利子補給 ▶ 当初5年間 実質金利 0%

◎詳細はお近くの営農経済センター・支店の農業資金担当者までお気軽にお問い合わせください。

駿河区下川原 祖父 **福地勝久さん** 祖母 **すゞ子さん**

しゅんすけ まなみ  
**福地俊介くん(3歳) 茉捺美ちゃん(5歳)**



なぎ **川村 風ちゃん(7か月)**

駿河区敷地 父 **川村大輔さん** 母 **香織さん**  
祖父 **小澤保彦さん** 祖母 **由利子さん**

じいじとはあばのつくった  
くだもの大好き!

**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**

みずみずしく甘く柔らかな果肉が毎年大人気の「○○の桃」。今月号では桃畑の様子をご紹介します。空白に入る文字をお答えください。【ヒント：3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



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

応募締切 2023年6月15日(当日消印有効) 4月号オアシスクイズの答え▶(フ)(ラ)(ワ)(ー)

**生活に役立つ情報**

**霊感商法や寄付の不当な勧誘を  
救済する法律の施行について**



1 **霊感商法等による消費者被害の救済**

昨年、霊感商法や宗教団体等への過大な寄付により生活の基盤が失われ、本人だけでなく配偶者や子どもなど家族の人生までが狂ってしまうような深刻な被害があることが大きく報じられました。

そこで、昨年12月に霊感商法や不当な勧誘による寄付を救済するため、消費者契約法の改正や新たな法律の制定があり、今年1月に施行されました。

いわゆる霊感商法とは、商品の購入や祈祷などを勧誘する際に、霊感等の合理的に実証することが困難な特別な能力により、本人や親族の生命、身体、財産その他の重要な事項について、そのままでは、いま発生していたり、将来発生するかもしれない重大な不利益を回避することができないとの不安をおおるなどして、契約を締結することが必要不可欠と告げることにより、困惑をさせて契約させる商法をいいます。

消費者契約法では、すでに平成30年の法改正で霊感商法を用いた契約の取消権を定めていましたが、取消権の行使期間については追認できるときから1年以内、契約締結のときから5年以内としていました。しかし、マイندوقントロールから抜け出すには相当な時間がかかるとの指摘



2 **寄付の不当勧誘被害の救済等に関する法整備について**

法人(宗教法人)に限りませんやそれに類する団体から

また、今回の改正では、取消権の行使可能な期間を、契約を締結してから10年以内に大幅に延長しました。

また、国民生活センター法の改正により、国民生活センターの重要消費者紛争解決手続の利用をしやすいしたり、悪質事業者名の公表、適格消費者団体への支援等を行うことによる被害の予防や救済の制度が強化されました。

の寄付の不当な勧誘による被害の救済と予防のため、「法人等による寄付の不当な勧誘の防止等に関する法律」が新たに施行されました。

まず、法人等への規制については、寄付の勧誘等を行うにあたって、①自由な意思を抑制し、適切な判断をすることが困難な状況に陥ることがないようにする、②寄付者やその配偶者親族の生活の維持を困難にすることがないようにする、③勧誘する法人等を明らかにし、寄付される財産の用途を誤認させるおそれがないように配慮する義務が定められました。

また、寄付の勧誘をする際に①不退去、退去妨害、威圧、霊感を用いた告知などの手段で寄付者を困惑させること、及び②借入や住居など生計の維持に重大な影響のある資産の処分による寄付を要求することが禁止されました。これらに違反すると行政処分や罰則の対象となります。

そして、被害者の救済のために、前述の困惑させる行為によって行われた寄付の取消権が定められたほか、婚姻費用や養育費などの扶養のため

3 **積極的にご相談を**

このように、霊感商法や宗教法人等への寄付に対する規制や救済のための制度が強化されたのですが、それを活かすためにも、困った際には弁護士や国民生活センターに積極的に相談することが大切といえます。



まどか法律事務所  
弁護士  
**山本正幸**