組合員とJAを結ぶ情報誌 ｜ ともに歩もう 人・自然・未来

ふれあい

2018 June No.195 6

特集

日本の伝統食
納豆で毎日を元気に健やかに!

JA尾張中央
http://www.ja-owari-chuoh.or.jp/

つながりプロジェクト TSU NA GA RI PROJECT

つながりプロジェクトは、地域と共に寄り添い、皆さんと共に歩んでいきたいとの想いを込めて企画しています!

尾張中央エリアにお住まいのみなさまが1つのテーマでつながる「つながりプロジェクト」。

昨年度からスタートしており **～あなたの大切にしていること～** というテーマで、リレー方式でつながっていきます。

世代や地区を超えた“つながり”が生まれるよう、広報誌「ふれあい」の誌面を通じてご紹介していきます。

あなたの「大切にしていること」を教えてください。

テーマ ～あなたの大切にしていること～ あなたの大切にしていることはなんですか?

春日井市下市場町の 大野 文子 さん（おおの あやこ）

【楽しむ】
仕事もスポーツも自分が“楽しむ”ように過ごしています。

春日井市堀ノ内町の 大野 裕子 さん（おおの ゆうこ）

【丸い心】
心はまあるく穏やかに!
何事にも、いつも柔軟な対応ができるようにしたいと思っています。

小牧市本庄の 松浦 勝 さん（まつうら まさる）

【一致団結】
みんなが心をひとつに、目標に向かって取り組むことで、絆が生まれ何事も上手くいくと思っています。

管内のおすすめスポット

上条支店がご紹介!

桂川（かつらがわ） 浩明（ひろあき）
森下（もりした） 夕紀子（ゆきこ）
加藤（かとう） あみ
佐藤（さとう） 暢恭（のぶやす）

新入職員の桂川です。1日も早く皆様のご期待に沿えるよう、頑張ります!

お客様のご期待に応えられるよう頑張ります!どんな些細なことでもご相談ください。

グーちゃんピーちゃんの町歩き

春日井市道風記念館（かすがいしとうふうきねんかん）

所在地：春日井市松河戸町5丁目9番地3　TEL：0568-82-6110
開館時間：9：00～16：30
休園日：月曜日（祝日・振替休日の場合は翌日）　年末年始（12月29日～1月3日）
観覧料：一般100円　高校生大学生50円　中学生以下無料（特別展会期中は別料金）　駐車場：有

春日井市は、小野道風（おのの とうふう）の偉業をたたえ、末永く後世に伝えたいと、昭和56年11月1日、道風生誕の地と伝えられる松河戸町に記念館を開館しました。全国的にも数少ない書専門の美術館として、また書道史の研究施設として、書道文化の一層の向上発展に貢献することを目的としています。

小野道風筆と伝えられるものを始めとする平安・鎌倉時代の古筆から、近・現代の書作品まで約2700点を収蔵しています。

詳しくは、TEL0568-82-6110 までお問い合わせください。

Facebook 始めました! https://www.facebook.com/ja.owarichuoh.famazu.gupi/

ふれあい 2018 No.195
ふれあいは、総合企画部 組織広報課が編集・発行しております。
● 発行日／平成30年6月1日　● 発行／JA尾張中央　〒485-0803 愛知県小牧市高根二丁目7番地の一　TEL 0568（47）5610

特集
special feature

日本の伝統食

納豆で毎日を元気に健やかに！

日本の発酵食の代表ともいえる納豆。
ご飯のお供として愛されてきただけでなく、
近年ではその健康効果に注目が集まっています。
おいしくて栄養価が高い納豆の魅力を
探ってみましょう。

JA DATA

平成30年4月末現在
JA尾張中央の概要

●組合員数		28,080人
	〔正組合員〕	8,304人
	〔准組合員〕	19,776人
●貯金		5,271億1,160万円
●貸出金		855億　19万円
●購買品供給高		3億2,665万円
●販売品販売総取扱高		1,878万円
●長期共済新契約高		93億8,515万円
●職員数		481人

第１回 定例理事会だより

とき：平成30年4月26日（木）

【協議事項】

（1）特別委員会（建設）の設置について
（2）平成29年度決算について
（3）融資の申込みについて

以上の事項を承認可決しました。

ふれあい撮歩記（とりあるき）

「ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろば」と「ガーデンセンター不二」で4月13日～15日の3日間、オープン3周年記念セールで様々なイベントが開かれ多くの来場者で賑わいました。ファーマーズマーケットでは、マルシェジャポンが運営する都市住民参加型市場「サロン・ド・モルタンマルシェ」が開催され、厚切りベーコンやから揚げなど飲食や加工品テント、キッチンカーがずらりと並びました。イベント3日間で約9500人の来店客が訪れました。同セールは、グリーンセンター3店舗（春日井中央店・味美店・桃花台店）も協賛してセールを開催し、多くの来店客で賑わいました。

6　2018 No.195　ふれあい

もくじ【CONTENTS】

JA DATA 02
特集 日本の伝統食 納豆で毎日を元気に健やかに！ 03
とれたてニュース 06
JAフラッシュ 08
おいしく食べて今日もスタート 今月の朝ご飯 「手羽先のショウガ煮」「サトイモのみそ煮 ～ショウガ風味」 09
こんにちは産直さん 10
わが家のアイドル／ずーっと夫婦 11
チャレンジ家庭菜園「パセリ」 12
今月の農作業「田植え後の上手な水田管理」 14
家庭果樹を楽しもう！「落葉果樹の新梢管理と夏果実の収穫前の注意点」 15
花のある暮らし「モナルダ」 16
健康百科／異説・真説 税金の話 17
JAからのお知らせ 18
読者の広場 20
旅の耳寄り情報 22
インフォメーション 23
つながりプロジェクト／支店管内のおすすめスポット 24

とうもろこしが収穫を迎える6月です。当ＪＡ管内には、春日井市の農業講座「かすがい農業塾」のＯＢで作る「春日井みらい会」があります。卒業後も引き続き営農指導員と連携して高品質な野菜作りに取り組んでいます。特に、毎年栽培するスイートコーン「味来（みらい）」は、朝採りの新鮮さと高糖度が評判ですぐに売り切れる人気商品です。

●●● 今月の表紙
ピーちゃんとグーちゃんのとれたてとうもろこし

納豆の魅力を再確認しよう

納豆が好まれる理由

現在の食は、簡便志向、経済志向、健康志向が3大志向といわれています。納豆は、その全てを満たしています。多くが小分けされていて調味料付きで混ぜるだけで出来上がりです。価格も手頃で、コンビニなどでも手に入ります。栄養が豊富で、昨今の発酵食品ブームもあり、その機能性は改めて注目を浴びてます。

整腸効果、美肌やダイエット、コレステロールの抑制、骨粗しょう症予防、免疫力アップ、血液サラサラなど、様々な効果が期待されています。

ご飯と納豆の関係

納豆とご飯は栄養的にも相性がよく、とても優れた組み合わせです。多くの植物性タンパク質には「リジン」という必須アミノ酸が少ないですが、大豆のタンパク質は例外で、リジンが豊富に含まれています。一方、白米にもタンパク質は含まれていますが、欠点はこの「リジン」が少ないこと。そのため白いご飯と納豆の組み合わせで、アミノ酸のバランスがとても良くなり、栄養的な価値が大幅に増強されるのです。

抜群に優秀な納豆の栄養

納豆は良質なタンパク源であり、必須アミノ酸・脂質・ビタミン・ミネラル・食物繊維など様々な栄養素が豊富に含まれています。ビタミン類の中でも豊富に含まれているビタミンB2は、体内にたまった脂肪を分解・燃焼させる働きがあるだけでなく、疲労回復や肝機能の向上にも効果があるといわれています。ビタミンK2は中高年の骨を丈夫にする上でその機能が期待されています。

納豆といえば、イソフラボンやサポニンもよく知られた成分です。これらは抗酸化作用があり、アンチエイジングや女性の更年期障害の改善に役立つことが知られています。

うまみが詰まっているネバネバ成分も特徴的。これはアミノ酸の一種でグルタミン酸であり、ネバネバが胃壁を守ったり、腸管の老廃物の通りを良くしたり、毒素の排せつを促したりすると考えられています。

健康・長寿をサポートする ポリアミン

納豆に含まれている成分に「ポリアミン」という物質があります。

動脈硬化を抑制する働きがあるとして、最近、注目を浴びています。

動脈硬化の進行を食い止めれば、脳卒中や心臓病など重大な病気の予防にも役立ちます。体の中から老化防止、若返りを手助けしてくれる嬉しい成分です！

意外と知られていない

納豆の正しい食べ方

納豆には、美肌・整腸作用・高血圧予防・免疫力アップなどたくさんの健康効果があるといわれています。

しかし、食べ方によっては、その大事な栄養成分が損なわれてしまうこともあります。

せっかくの納豆の栄養成分を無駄にしないためにも、納豆の正しい食べ方を知っておきましょう！

POINT 1 アツアツご飯で食べない

血液サラサラ効果などで知られるナットウキナーゼは、熱に弱い性質があります。そのため熱いご飯にのせて食べると、成分が壊れる可能性があります。他にも、栄養素の代謝などに関わるビタミンB群も熱に弱いため、アツアツご飯は禁物。これらの成分をしっかり摂りたい場合は、少し冷ましたご飯で食べるとgood

POINT 2 卵を加えるなら卵黄だけ！

納豆と卵の組み合わせは定番ですが、実は卵の卵白に含まれるアビジンという成分は納豆に含まれるビオチンと結合して吸収を阻害してしまいます。そのため、納豆に卵をトッピングするときは、卵黄だけにするとgood

POINT 3 朝食ではなく夕食に食べる

ナットウキナーゼは血液をサラサラにする血栓融解効果があり、その効果は食後10～12時間といわれています。そのため、朝食の定番と思いがちの納豆ですが、夕食にも取り入れてみてはいかがでしょうか？

POINT 4 より多く栄養成分を摂取したいならひきわり納豆

納豆は発酵によって大豆の栄養価を引き出します。大豆を砕いて作られるひきわり納豆は、砕いていない粒納豆よりも表面積が大きくなるため納豆菌による分解が進み、栄養価がより高まります。

例えばビタミンKなら1.6倍、パントテン酸なら1.2倍など、より高い栄養素を摂取したいなら、ひきわり納豆がおすすめです

食べ過ぎに注意

納豆には尿酸値を上げる原因となるプリン体が多く含まれているため、痛風のリスクが高くなります。いくら納豆がおいしくて健康に良いと言っても、食べ過ぎには注意しましょう。1日1パック程度が理想といわれています。

一口メモ

ナットウキナーゼ

血栓を溶かすので、脳梗塞（そく）、脳卒中（のうそっちゅう）、心筋梗塞（しんきんこうそく）などの予防・治癒などに期待できるといわれている酵素

★ 6月17日は父の日 ★

家族で納豆手巻きを作ろう♪

6月17日は父の日。日頃の感謝を込めて家族で納豆3種巻きを作ろう!

だんだん暑くなってくるこの季節。毎日がんばってくれているお父さんに、栄養いっぱいの納豆で疲労回復してもらいましょう。

世代を超えて愛される海苔巻き。海苔には、納豆に含まれないビタミンAやC、ヨウ素やマンガンなどの成分が含まれ、栄養バランスが整いやすくなります。

© 全国納豆協同組合連合会

材料（各適量）

【イカ梅納豆巻き】
納豆、大葉、イカのお刺身、かつお節、練り梅、ハチミツ

【アボガド納豆巻き】
納豆、アボガド、千切り野菜（きゅうり・にんじん・ねぎ等）、ラッキョウの漬物（お好みで）

【ツナマヨ納豆巻き】
納豆、ツナ缶、缶詰のコーン、マヨネーズ、千切りのきゅうり

作り方

（1）ご飯を炊き、すし酢を振り混ぜてすし飯を作る

（2）海苔、すし飯の上に具材をのせて完成

地域特産物PRに新商品続々登場 ／ 桃の花花火大会

▼黄桃のジェラート（左）、ぶどうジャム・ぶどうバター（中央）と新商品が続々登場！

小牧市市民球場隣接の陶グラウンドで4月28日「桃の花花火大会」が開催されました。会場では、小牧市の桃栽培農家・山田利宏（やまだとしひろ）さん経営のヤマト果樹園が「黄桃のジェラート」を、同市のぶどう栽培農家・鈴木将太（すずきしょうた）さん経営の鈴木ぶどう園が「ぶどうのジェラート」「ぶどうジャム」「ぶどうバター」を販売しました。

「黄桃のジェラート」は、4月24日に完成したばかりで花火大会で初めて販売しました。ヤマト果樹園で新発見された品種の黄桃（品種登録出願中）5キロ分を贅沢に使っています。

「ぶどうジャム」と「ぶどうバター」は、3月27日に完成したばかり。ぶどう本来のつぶつぶの食感を残すため種なしぶどうを素材としてこだわりました。

今年で６回目となる花火大会は、小牧市内東部地区の活性化と絆を深めようと全てボランティアで企画・運営を行なっており、主催した小牧市東部花火の会は地元産しのおかの桃を応援しています。JAも一昨年から同大会に協賛しています。

◀来場者にぜんざいを振る舞う高蔵寺産直部会員ら

To-re-ta-te とれたて News

ぜんざいで感謝と部会をPR ／ 高蔵寺産直部会

高蔵寺産直部会は4月15日、「消費者フェア」をファーマーズマーケットぐぅぴぃひろばで開き、来場者にぜんざいを振る舞いました。同店での開催は平成28年のオープン1周年セールから始め今年度で3回目です。日頃の利用者に対しての感謝祭として、毎年4月にはぜんざい、12月には豚汁を振る舞っています。

振る舞ったぜんざいの具材は、あられを使用し、オープン3周年セールを盛り上げ、開店前から大勢の来店者が列をなし、用意した550食分のぜんざいは、開始わずか30分で完食となりました。

買い物前の来店者は「ぜんざいの具材にあられを使うのは良いアイディアでおいしかった」と笑顔で話しました。

肥大良好、着果過多に注意！

桃生産部会現地指導会

桃生産部会は5月8日、小牧市上末の鈴木晴美（すずきはるみ）さんの桃園で仕上げ摘果と病害虫防除の現地指導会を行いました。指導会を通じて生産技術の向上を図り、高品質な桃の多収を目指す部会員30人が参加しました。

伊藤初美部会長が「桃作りは期間が短いため、作業が集中して大変になってくる。桃畑を減らさないよう桃生産部会員どうし協力して作業を進めましょう」とあいさつしました。

杉山文一営農技術指導員は「今年の開花は平年より7日程度早くなっている。全体に満開期は短く結実も良好。開花時期の品種間の差も短い。核割期は4月17日頃で全体に肥大が良好なので着果過多に注意」と指摘しました。

◀摘果の見極め方を学ぶ部会員ら

▲ミニサボテンなどが当たる抽選会に参加する親子

緑あふれる自然遊園を満喫

緑と花のフェスティバル

春日井市細野町の市都市緑化植物園と隣接する同市廻間町の市少年自然の家で、4月29日から5月5日まで第8回緑と花のフェスティバルが開かれ、JAも地域貢献活動の一環として花の種4000袋とミニサボテン100鉢を提供しました。

市特産のミニサボテンなどが抽選で当たるスタンプラリーには多くの市民が参加し、期間中、多くの家族連れが緑あふれる会場内を巡り新緑を楽しみました。

准組合員を「地域農業応援団」に ／ 事業ガイドブック

准組合員向けにJAの総合事業や農業支援等を紹介するガイドブックを初めて作成しました。准組合員に農業やJAの事業内容を伝えて理解を進め、ファンづくりを進めることが目的です。

ガイドブックはA4版カラー冊子（16ページ）と産直施設紹介の差し込みチラシで構成。差し込みチラシには、地元野菜から興味を持ってもらおうとファーマーズマーケットぐぅぴぃひろばとグリーンセンター3店舗、ガーデンセンター不二で利用できる『地域農業応援クーポン券（200円）』を3枚付けました。利用期限は、6月30日までです。

▶ガイドブックをPRする職員

地域にとってなくてはならないJAに ／ 職員大会

▶今のJAに必要なものを力説される石田教授

小牧市の小牧勤労センターで4月21日、平成30年度事業目標必達職員大会を開き、381人の役職員が出席、23日には本店で、80人の役職員が出席して開きました。

大会決議では「職員一人ひとりの目標と役割を明確にし、30年度各事業目標を必達しよう」など４つの事項を決議し、「ガンバロー三唱」をして、事業目標達成に向け全員で決意を一つにしました。

大会後は、龍谷大学農学部教授の石田正昭（いしだまさあき）教授を講師に招き、「JAの自己改革～JAに問われているもの～」と題して講演を行い、農協改革と自己改革の違いや、意識改革・行動改革の必要性などを説明し、「組合員から『なくてはならないJA』と評価してもらうためには認定農業者や組合員全戸訪問を繰り返し続けることが必要」と力説しました。

おいしく食べて今日もスタート

今月の朝ご飯

永井 智一（ながい ともかず）

茨城県笠間市にある「キッチン晴人（ハレジン）」のオーナーシェフ・永井智一さんに、元気が湧いてくる朝ご飯を教えていただきます。

※料理を手前に置いて撮影しました。

朝ご飯の献立

- 手羽先のショウガ煮 レシピ1
- サトイモのみそ煮 ～ショウガ風味 レシピ2
- ご飯　みそ汁　漬物

レシピ 1

手羽先のショウガ煮

材料（1人分）

手羽先…2本
おろしショウガ…大さじ2
サラダ油…適宜

〈煮汁〉
かつおだし…1と1/2カップ
料理酒…1/4カップ
みりん…1/4カップ
しょうゆ…1/4カップ
砂糖…大さじ2～3

作り方

(1) フライパンにサラダ油をひき、手羽先を中火で両面焼き色を付ける。
(2) (1)に煮汁の材料、おろしショウガの半量を入れ中火で煮詰めていく。
(3) 煮汁が煮詰まり照りが出てきたら、残りのおろしショウガを入れ出来上がり。シュンギク（材料外）を添えた。

ポイント
手羽先は骨に沿って包丁を入れておくと火の通りが早い

レシピ 2

サトイモのみそ煮 ～ショウガ風味

材料（1人分）

サトイモ…4個
おろしショウガ…大さじ1

〈煮汁〉
かつおだし…1カップ
みりん…1/2カップ
しょうゆ…大さじ1
砂糖…大さじ1と1/2
西京みそ…大さじ2

作り方

(1) サトイモは厚めに皮をむき、軟らかくなるまで下ゆでしておく。
(2) 鍋に煮汁の材料を全て入れ強火にかけ、沸いたらサトイモを入れ絡めていき、仕上げにおろしショウガを入れて出来上がり。

ポイント
焦げやすいので、鍋を動かしながら煮汁を絡めていく

JA Flash

JAフラッシュ

小牧西部営農生活センターで総会を開き、伝統野菜の復活を目指す部会員ら23人が参加しました。今年度は賛助会員を含め6人の増員があり32人体制でスタートします！

エビ芋研究会　4月10日（火）

総会

豊場支店で平成29年度第11回通常総会を開きました。10人が参加し、平成29年度事業報告・収支決算、平成30年度事業計画・収支予算など全５号議案を承認しました。

とよば産直部会　4月16日（月）

本店で平成29年度第21回通常総会を開きました。部会員194人が出席し、平成29年度事業報告・収支決算報告、平成30年度事業計画・収支予算を承認しました。

桃花台産直部会　4月17日（火）

農産加工組合　4月19日（木）

小牧東部営農生活センターで第2回の通常総会を開きました。組合員7人とJA関係者が出席しました。

青年部会　4月20日（金）

本店で第9回の通常総会を開きました。部員をはじめ、JA・行政関係ら約30人が出席しました。

農業講座

アグリ講座in春日井　4月12日（木）

本店で第９期「アグリ講座in春日井」を開講しました。
今年は定員の40人を大幅に上回る51人の申し込みがありました！

小牧東部営農生活センターで市民を対象にした平成30年度農業体験講座（通年コース）の開講式を開きました。

今年は昨年より6割増の13人が受講します！

農業講座　4月9日（月）

アグリ道場　4月13日（金）

本店で第19期アグリ道場「小牧パワーアップ講座」を定員を上回る45人の参加により開講しました。

こんにちは産直さん

吉田 光夫 さん(69)

小牧市小針

▲スナップエンドウを収穫する光夫さん

野菜作りを通して生きがいのある人生に。

「野菜作りは日々の楽しみであり、自分の大きな生きがい」と語る光夫さんは平日お仕事をされる傍ら、休日に農作業に励まれています。ご結婚を機に、お義父様から田植えを教わり、30年以上米作りを続けています。野菜作りは約7年前から始められ、奥様と仲良く夫婦二人三脚で作業されています。

こだわりはぼかし肥料。米ぬかや牛糞、菜種かすにEM菌（有用微生物群）と糖蜜を混ぜ合わせてお手製のぼかし肥料を作ります。野菜に合った土作りをすることで、野菜の甘味がアップします。

収穫した野菜で、一年に1回焼き肉のタレを作ることが恒例行事です。玉ねぎやニンニク、ニンジン、生姜などをミキサーでブレンドして作ります。エビ芋の収穫期には、北海道や仙台など遠方のご友人に送られ、各地区との特産物交換を楽しまれています。

これからの展望について伺うと「野菜作りをしていると、次はこれをやろう、あれをやろうと目的ができる。目的を持っていると生きがいのある充実した人生にできる。これからも野菜作りを通して、仲間と切磋琢磨して生きがいのある人生にしていきたい」と笑顔で話していただきました。

栽培面積
約10アール
出荷店舗
ファーマーズマーケット ぐぅびぃひろば
栽培作物
里芋・じゃがいも・さつまいも・ニンニク・スイカ・花卉等

◀スターチスなどの花卉も栽培されています

わが家のアイドル

加藤 凜 ちゃん(6)
煌大 くん(2)
小牧市村中（西支店管内）

貴士さん、雅子さんの長女・長男
組合員　小川 義晴さん、直子さん

お庭でダンゴ虫と遊ぶのがだいすき！

最近、ダンゴ虫探しに夢中の凜ちゃんと煌大くん。凜ちゃんは見ただけでオスかメスかが分かるほどダンゴ虫博士です。小さい頃から図書館に行くのが大好きで、本を読んで色々なことを勉強しています。

煌大くんはお姉ちゃんが大好き！4月から小学校に入学した凜ちゃんを、お母さんと一緒にお散歩しながら迎えに行きます。お姉ちゃんの姿を見つけると、両手を広げて走ってかけつけます。

ご両親は「素直で優しく、元気に育ってね」と温かく見守られています。

ずーっと夫婦

長谷川 義秋 さん(71)
香代子 さん(68)
春日井市南下原町
（春日井中央支店管内）

毎日欠かさずウォーキング！

来年金婚式を迎えられる長谷川さんご夫妻。お二人の健康の秘訣は毎日のウォーキングです。長年続けられているため、歩かないと身体に違和感を覚えるほど毎日の日課になっています。

義秋さんのご趣味は柑橘類をはじめとした果物作り。退職されてから本格的に始められ、今年で10年目になります。香代子さんの出身地である長崎県の特産品「晩白柚」やみかん、柿など約15種類の果物を栽培されています。香代子さんは、12年前から地区ごとにご年配の方が集まる社会福祉協議会のボランティアをされています。また、年に1回開かれる健康体操の大会に向けて週に1回健康体操に通われています。

これからの夢について伺うと「孫も大きく成長したから、ひ孫をみる日が楽しみ」とにこやかに話してくださいました。

こちらのページは著作権の都合により、
非表示とさせていただいております。

牡牛座
4/20-5/20

全体運…プライベートの充実に意識を向けるとグッド。やるべき作業を早めに片付けて、好きなことや趣味に打ち込んで
健康運…小まめなストレス解消を。笑顔に効果大　**幸運を呼ぶ食べ物**…スズキ

牡羊座
3/21-4/19

全体運…知識欲が旺盛になっている月なので、引かれることがあったら、情報収集を。耳寄りな話題をゲットできるかも
健康運…おおむね安定。運動で軽く汗を流しましょう　**幸運を呼ぶ食べ物**…エダマメ

今月の農作業

尾張農林水産事務所
農業改良普及課
落合幾美

田植え後の上手な水田管理

今年は3月下旬から4月にかけて気温の高い日が続きました。このような年は雑草の生育も早くなりますので、早めの除草対策が重要です。

今回は田植え後の管理についてお話しします。

●田植え直後の水管理

田植機は田植え作業の省力化に欠かせませんが、その際に稲の苗は根を切断されて植え付けられます。このため田植え直後の苗は吸水力が弱く、水管理に注意が必要となります。苗が活着するまでは、葉先が少し見えるくらいの水深を維持し、苗を保護しましょう。

田植え後1週間ほどで苗が活着し、新しい葉が出始めますので、その後は茎数を増やすために浅水管理に努めてください。

●除草剤の効果を高めるポイント

田植え後に散布する水田除草剤は、有効成分が水に溶けて広がり、数日かけて土壌表面に有効成分の吸着した層（処理層）ができることで除草効果を発揮します。

そこで、以下のことを守り、効果的な雑草防除に努めてください。

①畦畔・水尻の漏水か所を補修しましょう。

②気温が高くなると雑草の発生が早くなるため、早めの時期に散布しましょう（使用基準に従ってください）。

③処理層が定着するように散布後7日間は水尻を止め、田面が露出しないよう水が減ったらゆるやかに足しましょう。

なお、水田除草剤の処理層は田面が乾くと壊れてしまいますので、中干しまでは水を切らさないように管理しましょう。

●補植は必要最小限に

温暖な当地域では活着後の稲の生育は活発です。少々の欠株があっても隣接する株が生育を補い、全体の収量にはほとんど影響がなく、補植は連続して欠株がある所だけで十分です。

また、補植は除草剤の散布前に済ませましょう。除草剤散布後に補植すると除草剤の薬害を受ける恐れがあります。

余った苗が水田に放置されているのをよく見かけます。このような放置苗は病害虫の発生源になることがありますので、速やかに処分しましょう。

●ジャンボタニシの防除対策

ジャンボタニシ（正式名スクミリンゴガイ）は、田植直後の軟らかい稲を好んで食害し、減収をまねきます。防除対策を行い、被害の拡大を防ぎましょう。

①水口や水尻に網目が2㎝以下の網を設置し、水路からの侵入を防ぎます。

②ジャンボタニシは水深5㎝以上で活発に活動します。苗への食害を防ぐため、田植え後3週間ごろまで水深4㎝以下の浅水管理を行います。

③ジャンボタニシが多発する水田では田植え後、速やかに殺貝効果のあるスクミノンを10a当たり1～4kg散布します。

④ジャンボタニシの卵は水中では孵化しないので、卵塊を見つけたら水中に落とす等で処分しましょう。また、大きな貝は拾って処分しましょう。なお、寄生虫を持っている場合があるので、ビニール手袋を使用して、素手では貝に触らないでください。

ジャンボタニシ

家庭果樹を楽しもう！

杉山営農
技術指導員

落葉果樹の新梢管理と夏果実の収穫前の注意点

1　落葉果樹類の新梢管理

(1)新梢管理の方法

新梢管理の方法は、図1のように①捻枝、②摘芯、③夏季せん定があります。

捻枝は、新梢を曲げて、勢力を弱め、側枝や結果部位を作ります。

摘芯は、新梢の先端部を切除し、伸長を抑制させて、過繁茂を防ぎます。

夏季せん定は、基部の強い新梢を切除し果実に日を当て品質向上を図ります。

(2)硬核類の夏期せん定

新梢が徒長枝になると、樹間内を暗くし高品質の果実生産ができません。また、樹形も乱します。

図2のように基部を中心に徒長枝を20㎝程度残して切除します。時期は、モモ・スモモは収穫前（6月上中旬）に、ウメは収穫後（7月上中旬）です。

(3)ブドウ・キウイフルーツの新梢管理

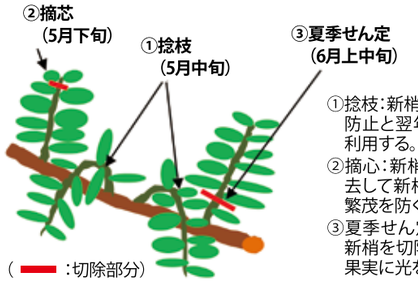
家庭果樹では、多くが狭い所で栽培しており、棚下が暗くなっています。図3の様に、結果枝は重ならないように誘引し、重なる新梢は夏季せん定（新梢除去）で、棚下を明るくしてください。

2　夏果実の収穫適期

夏季に収穫するウメ・モモ・スモモ・ブドウの収穫は、気温が高く、雨の日が続くため、果実が腐りやすい時期です。また、収穫が早いと品質が良くありません。各作目の収穫時期の目安は表を参考にしてください。

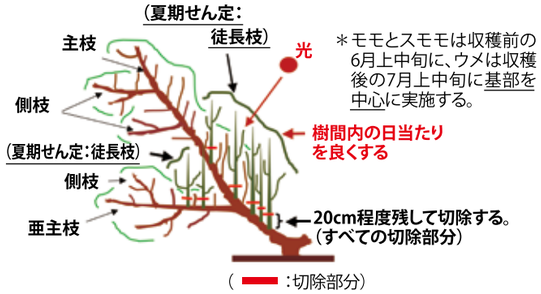
収穫した果実は、速やかに風通しのよい、涼しいところに置いてください。

【図1】新梢管理の方法



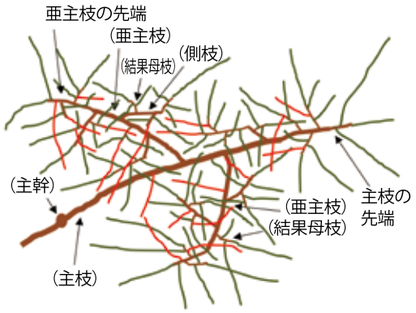
①捻枝：新梢を捻じって日焼け防止と翌年の結果枝として利用する。
②摘心：新梢の先端部分を除去して新梢の充実を図り過繁茂を防ぐ。
③夏季せん定：収穫前の強い新梢を切除して樹間内部や果実に光を当てる。

【図2】硬核類（モモ・スモモ・ウメ）の夏期せん定の方法



＊モモとスモモは収穫前の6月上中旬に、ウメは収穫後の7月上中旬に基部を中心に実施する。

【図3】ブドウ・キウイフルーツの新梢管理



＊誘引（結果枝）　：花穂整形前・
夏季せん定（新梢除去）　：着粒決定後
（結果枝は重ならないように配置し、棚下を明るくする）

【表】作目別の収穫適期

作目名	収　穫　時　期	収穫に対する注意点
ウメ	①青ウメ用（梅酒・カリカリ漬け）：果皮に青味があり表面に光沢がある時です。（時期：6月上中旬） ②漬けウメ用：果皮の緑色が退色し黄味が出た頃です。（時期：6月中下旬）	①青ウメ用：風味を楽しみますので、少し硬めで収穫します。 ②漬けウメ用：果肉に弾力が出たころ収穫すると、食べやすい漬けウメとなります。
モモ	①全体に赤く着色し、②果梗周辺が黄緑色になり、③全体に弾力が出た頃です。（時期：6月中旬から8月上旬）	①収穫が遅れると軟化して腐敗します。 ②収穫した果実は、涼しいところにおいて丁寧に扱います。
スモモ	①熟度が進み、②果肉が全体に弾力が出て、③果実全体が品種固有の色（黄色、赤色、濃赤、紫色）に着色した時です。（時期：6月下旬から8月上旬）	
ブドウ	①甘味（糖度18以上）を強く感じ、酸味が弱くなる。 ②房全体の果皮色が黒色系の巨峰・藤稔で紫黒色が濃くなった頃、赤色系の安芸クイーン・ゴルビーで赤味が増した頃、緑色系でシャインマスカット・ロザリオビアンコで黄緑色になった頃です。（時期：8月中旬から9月上旬）	①着房数が多いと着色が悪く、熟期が進むと果粒が軟化して脱粒してきます。 ②果粒が軟化してきたら着色が悪くても収穫してください。

双子座 5/21-6/21
全体運…行動意欲が増して、さまざまな分野に挑戦したくなりそう。試せるものから、前向きに取り組んでみるのが正解
健康運…体を動かせば、ますます元気になれます　幸運を呼ぶ食べ物…オクラ

蟹座 6/22-7/22
全体運…サービス精神を発揮すれば、自然と人気運がアップする予感。縁の下の力持ち的な役割でも快く引き受けてみて
健康運…運動不足にご用心。身軽さをモットーに　幸運を呼ぶ食べ物…アンズ

こちらのページは著作権の都合により、
非表示とさせていただいております。

健康百科

佐久総合病院名誉院長　松島 松翠

脂肪肝と言われたら

脂肪肝とは、肝細胞に脂肪が過剰にたまっている状態をいいます。脂肪肝は、お酒をよく飲む人に多く、放っておくと「肝硬変」に進行するといわれていましたが、近年、お酒を飲まない人の脂肪肝でも、同様に進行する可能性のあることが分かりました。脂肪肝は、肝硬変になるまで自覚症状がないまま進行しますので、腹部の超音波検査で早く見つけて、治療することが大切です。

どんな人が脂肪肝になりやすいかというと、いうまでもなく、まず第1にお酒を毎日3合以上（日本酒の場合）飲む人です。アルコールが分解されると、肝臓で中性脂肪の合成が活発になり脂肪が蓄積されます。脂肪肝になった後も多量の飲酒が続くと、肝臓への負担が重くなり、脂肪肝炎、肝硬変へと進行します。

第2に食事量が多く、太り過ぎの人です。特に脂っこい食事が多いと、肝臓に脂肪がたまりやすくなります。また甘い物を取り過ぎると、過剰な糖分は肝臓に取り込まれて脂肪に変わり、肝臓に蓄えられます。

第3に肥満があり、体をあまり動かさない人です。運動不足が続くと、使われなかったエネルギーが脂肪となり体内に蓄えられます。肥満の中でも、内臓脂肪型肥満の人の方が脂肪肝になりやすいといわれています。

第4には「糖尿病」や「脂質異常症（高脂血症）」がある人です。これらの病気の多くは、食べ過ぎや肥満が原因で起こります。脂肪肝を合併していることが多くなります。

脂肪肝といわれたら、早速、お酒を飲む人は節酒し、肥満の人は食べ過ぎや運動不足に注意して、早く治しておきましょう。

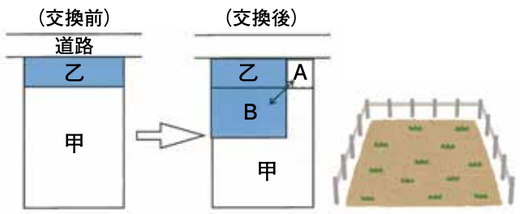
異説・真説 税金の話

税理士　花村 一生

土地の交換の際の限定価格

Q （甲）私の土地は隣地の乙さんの土地に道を塞がれており、いわゆる「無道路地」となっています。私の土地は公道に接していないので家を建てることができません。よって、乙さんと交渉して乙さんの「A地部分」と私の土地の「B地部分」をそれぞれ文筆して交換することになりました。「A地」と「B地」の面積差は7、8倍ほど違います。こういった場合、私と乙さんとの土地の交換は「交換特例」が認められるでしょうか？乙さんは税金がかかるなら交換には応じないと言っています。

限定価格とは



A 交換特例の要件の一つに、「交換により譲渡する資産の時価と取得する資産の時価との差額が、これらの時価のうちいずれか高い方の価額の20％以内であること」となっています。この場合の時価をどう考えるかが問題です。

交換特例が適用されるためには各土地の価格が等価でなければならないと思っている人がいますが、そういうときの時価を「正常価格」と言います。いわゆる「公正妥当な客観的価値」のことです。しかし、甲さんと乙さんが交換に至った事情によって、たとえ7、8倍の面積の差があっても甲さん乙さんとしては、それが等価だと主張すればよいのです。こういう場合の甲さんと乙さんでのみ成立つ価格を「限定価格」と言います。（ただし、親族間の場合は例外です）

税務上も「限定価格」と言う考え方を認めています。この考え方を知っていると、いっきに交換がやりやすくなります。その根拠となるのが下記の所得税基本通達58－12です。

（所得税基本通達58－12）

「固定資産の交換があった場合において、交換当事者間において合意されたその資産の価額が交換をするに至った事情等に照らし合理的に算定されていると認められるものであるときは、その合意された価額が通常の取引価額と異なるときであっても、交換特例の規定の適用上、これらの資産の価額は当該当事者間において合意されたところによるものとする。

乙女座 8/23-9/22

全体運…できる人と比べて落ち込みやすい暗示。「人は人、自分は自分」と捉えるのがベスト。気晴らしには散歩が吉
健康運…食べ過ぎる傾向があるかも。節制が必要　幸運を呼ぶ食べ物…スルメイカ

獅子座 7/23-8/22

全体運…対人運が華やぐ時期です。飲み会や旅行など、レジャーに誘われたら気軽に参加すると楽しく、うれしい結果に
健康運…ちょっとしたけがが心配。慌てず行動を　幸運を呼ぶ食べ物…トマト

今年の夏もJAでおトクをゲット!! サマーキャンペーン 2018

ピーちゃん・グーちゃん定期　期間：平成30年6/11（月）～平成30年7/31（火）

期間中、スーパー定期貯金（期間1年）**30万円以上**1,000万円未満新規ご契約の個人または法人組合員の方に

特典1　金利アップでおトク!

スーパー定期＜期間1年＞　特別金利

最大 年 **0.15%**（税引後　年0.119%）

内訳

基本金利（期間1年）年 **0.12%**（税引後　年0.095%）

プラス

特別金利奨励 さらに 年 **0.03%**

組合員と同居のご家族、新規ご加入の組合員と同居のご家族又は法人組合員のいずれかの方で当JA発行のJAカードをお持ちの方（期間中に新規お申込みの方も含みます。）

特典2　どちらかをお選びください

ちょリスコース

ちょリス HELMI×CHORIS　フードコンテナ

全店で先着 7,000セット

※ちょリスフードコンテナは数量に限りがありますのであらかじめご了承ください。
※ご契約者1名につき1セット、一世帯3セットまでとさせていただきます。

スピードくじコース

1等賞　合計415本　※写真はイメージです。

6月当選の方：地元産 旬のもも（7個入り）

7月当選の方：地元産 旬のぶどう（2kg箱）

2等賞　5,000本　ボックスティッシュ

※スピードくじはお預入れ金額30万円ごとに1本とし、一世帯最高5本までとさせていただきます。
※1等賞は宅配による配送とさせていただきます。（もも：6月下旬～7月下旬　ぶどう：8月中旬～9月中旬の配送予定となります。）

お預け入れ条件　●新規自動継続スーパー定期貯金現金30万円以上1,000万円未満（期間1年）お預け入れの個人または法人組合員の方。　●組み換え、預け直しは金利奨励の対象となりません。　●本キャンペーンの金利は初回預け入れの満期日まで適用となります。自動継続後は、店頭金利でご継続となります。　●お利息に復興特別所得税が適用され、20.315%（国税15.315%・地方税5%）の分離課税・総合課税となります。（個人の方）　●中途解約時は所定の利率を適用します。　●本商品は、貯金保険制度の対象商品です。　●店頭に説明書をご用意しております。

※本商品は金利環境等の変化により、期間中であっても商品内容を変更したり、取扱いを中止することがあります。

同時開催　今ならATMもおトクです!　ATM定期貯金キャンペーン

期間　平成30年6/11（月）▶平成30年7/31（火）

愛知県下のJAバンクATMで当JA発行の「総合口座通帳」または「定期貯金通帳」にてスーパー定期貯金（期間1年/自動継続）をご新規でお預け入れいただくと

年 **0.12%** でお預かりいたします。（税引後　年0.095%）　※粗品や景品のプレゼントはございません。

※本商品は金利環境等の変化により、期間中であっても商品内容を変更したり、取扱いを中止することがあります。

各店舗の営業時間終了後でもATM稼働時間内※ならお預け入れできます!　※ATMの稼働時間は各ATMにより異なります。

【ATMでの定期貯金お預け入れについてのご留意事項】
- ATMでの定期貯金作成には1回または1日あたりの限度がございます。
- 本キャンペーンの金利は初回お預け入れの満期日までの適用となります。自動継続後は、店頭金利でご継続となります。
- 詳しくは窓口でお尋ねください。

今年度のおトクな情報

平成31年3月31日時点において、定期貯金残高300万円以上かつ当JAのグリーンセンター・ファーマーズマーケットにて今年度（平成30年4月1日から平成31年3月31日）6万円以上のお買い上げをされた方へ

ウキ♪ウキ♪ポイント1,000ポイント をプレゼントいたします。

お問い合わせは本店・支店までお気軽にどうぞ。

高蔵寺ハウス部会員の皆様へお知らせ

JA尾張中央高蔵寺ハウス部会視察研修について

■日　　時　平成30年6月27日（水）　8：30～16：30
■視察内容　●岐阜県JA東美濃管内・夏秋トマト現地栽培圃場　●岐阜県中山間農業研究所中津川支所（研究所内見学）

全国的にも夏秋トマト栽培では長年の歴史があり、中山間地域の冷涼な気候を利用し、雨除けパイプハウスで良質なトマト栽培優良産地（部会員150人）を視察します。

JAからのお知らせ

バスで行く!

農業体験ツアー

お問い合わせ先　農業振興部 営農企画課　TEL：0568－44－2058

■開 催 日　平成30年6月23日（土）8：50～12：30
■集合場所　JA尾張中央ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろば
■参加対象　小学6年生以下及び保護者
■参 加 費　1組2,000円（ツアー当日に徴収いたします）
■定　　員　親子15組30名（1組2名まで）
※応募多数の場合は抽選させていただきます。
■募集期間　平成30年6月13日（水）まで
■応募方法　JA尾張中央のホームページ（お知らせ）からダウンロードし、必要事項を記入の上、FAXまたは、メールにてお送り下さい。

申込み時の注意点
- 1組3名様での応募も可能ですが、1組2名様分のツアー内容となっておりますので、ご了承ください。
- 申込みにつきましては、参加者氏名、年齢、保護者氏名、ご住所、ご連絡先、応募数の全て記載漏れのないよう、お願いいたします。
- なお、抽選結果及びツアーの詳細につきましては、申込みしていただいた住所へお送りいたします。

1日の流れ

受付　8：50～　ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろば（春日井市松本町一丁目1番地の1）
▶ 体験①　トウモロコシ収穫体験　地元農家ほ場（春日井市神屋町）
▶ 体験②　モモの収穫　JA尾張中央本店試験ほ場（小牧市高根二丁目7番地の3）
▶ 解散　12：30（予定）　ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろば

ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろば出荷会員の皆様へお知らせ

第3回 ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろば出荷者大会の開催について

■開 催 日 時　平成30年6月21日（木）14時00分（受付開始：13時30分）
■開 催 場 所　春日井市東部市民センター ホール（春日井市中央台2-2-1）
TEL：0568－92－8511　駐車場：約220台
■当日の予定　13時30分～14時00分　出荷者大会受付
14時00分～14時40分　出荷者大会
14時50分～16時00分　記念講演
■当日の持物　出荷会員帽子・筆記用具
■そ　の　他　粗品をご用意してお待ちしております。

会場は昨年と違うのでご注意ください!

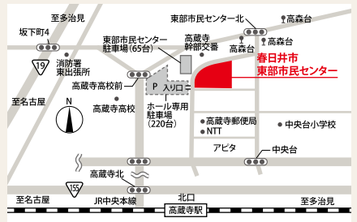
記念講演テーマ　「農家所得の向上と出荷量の拡大」

講師：JAあぐりす夢みなみ（福島県）　取締役事業部長　佐藤貞和 氏

ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろば出荷会員の方多数のご出席よろしくお願いします。

交通のご案内

JR中央本線「高蔵寺駅」（4・5番のりば）より、名鉄バス 又は はあとふるライナーへ乗車。「高森台」下車、徒歩4分。



お問い合わせ先　ファーマーズマーケット「ぐぅぴぃひろば」　TEL：0568－51－2882　FAX：0568－51－2731

営農指導課からのお知らせ　グリーンセンター・ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろば出荷者の皆様へ

栽培日誌・GAPシートの目的と提出のお願い

栽培日誌の目的は、農産物を生産する過程を履歴として残すことにより農作物の安全性を確保することです。適正判定を受けた栽培日誌は「安全に生産された農作物である証明」として消費者に提示する事ができます。

そしてGAPシートの目的は、出荷者である皆さんの食品安全に対する取組の確認です。栽培して出荷する中で起こりうる、異物混入や衛生管理の不備など、食の安全に係る不安要素をGAPシート「2018年産GAPシート 食の安全に係るチェックシート」を提出いただくことで集計し、皆さんに安全に向けた取組のご提案を致します。

栽培日誌・GAPシートはいずれも「消費者に対して安全な農作物であると自信もって提供する」ための大切な書類です。栽培日誌の提出は必ず出荷前に（出荷日の10日前を目安に）出荷店舗に提出をお願い致します。なおGAPシートの提出は年度ごとに1枚出荷店舗へ提出をお願い致します。

お問い合わせ先
営農指導課
TEL：0568－44－1001

文芸コーナー

短歌　田中　芳江 選

ランドセルに背をおおわれ小走りに通学班のしんがり行く子　鵜飼　葵
葉の上に手まりのごとき石楠花の紅濃き色が庭を彩る　吉田美千子
我が家の藤を孫らに見せたきに連休前に早も散りたり　落合　恵子
四人部屋互いの病名知らぬままおだいじにと言い退院をなす　落合　竜郎
風にゆるる緑の木々の間より木洩れ日差して絵画の如し　西尾兎喜子
牛乳の「輸送缶」並ぶフリーマーケット酪農せし頃ふと思い出す　児島希代子
さわやかに木々の若葉は匂うごと照り輝きて力湧きくる　稲垣みゆき
旅に行く小雀宿をさがすかに飛石はねつつ我が庭にくる　福山田鶴子
雉鳩の声くぐもりて雨かともこの日の予定決めかねている　岸上　誠子
亡き夫の写真を鞄に包み入れ桜を見んと娘伴う　沖田　露子
庭の木にみかんを付けて目白呼び今しがた来しか姿愛らし　加藤　金時
萌え出ずる若葉のごとくいきいきと目標大きくはばたけ孫よ　鈴木　君子
五条川の花筏の下太き鯉の群れ重なりぬかくれんぼのごと　中村　弘子

俳句　安藤　秋虹 選

我畑に蛍とびしと妻の声　岩田　佑子
街路樹の緑一色夏近し　松原　文子
千の風うたふテノール初夏の空　稲垣　蝸歩
風光るおうすの緑よく立ちて　松平千代子
春霞渡るに欲しや舟一つ　平手　静子
花吹雪静かに下りる観覧車　伊藤　米子
人住まぬ庭にタンポポ集まりて　渡辺紀美子
藤に酔い歌に酔う夜や曼荼羅寺　井戸田みつえ
薫風や父の指導の桃選り　西尾桃太郎
挟庭や花山崩れ夏きざす　舟橋ゆたか
花冷えに登り窯ある一服の茶　鈴木　春代
鯉の背の見えかくれせし花筏　山田　幸代
あやされて笑ふ児主役雛飾り　成瀬　君江

川柳　早稲田　牧舟 選

お題「ひと言」
何気ない師の一言が道開く　小澤　恵
気をつけて互いに交わす合言葉　伊藤五百子
断捨離がすすめ上手に又も買い　鈴木美枝子
また来てね母のひと言愛おしい　落合　愛子
ありがとうその一言で笑顔生む　平松　和幸
介護職感謝のひと言ありがとう　吉田　志可
ひと言が多くて無駄なゴミになる　岡島　律枝
旅立に親のひと言身に染みる　大脇　洋子
親しさに言った一言後残す　可児さかえ
つぶやきの捕手のひと言打者迷う　長澤　剛重
ひと言の挨拶だけで友の仲　稲垣　量
おまけして母のひと言力あり　梶田　真弓
ひと言でやる気が上がる妻の愛　池之上多美子
ひと言が足りないために生む誤解　横井　隆子
有難とう笑顔が並ぶ通学路　丹羽　徹男
ひと言で孫を助ける舟を出す　五十君玲子
気を付けて孫のひと言嬉しくて　岩越　弘子
八月号「ボタン」　九月号「舌」

冠句　吉田　好美 選

紫陽花に　色もあざやか歩を止める　青山　澄子
紫陽花に　笑顔をもらう仮住い　長澤智恵子
紫陽花に　弾く玉露七色に　鈴木　節子
紫陽花に　貴方の為の七変化　原田　和子
紫陽花に　路地の一輪さちを受け　詠人知らず
紫陽花に　鎌倉が似合う旅想い　大山　芳子
紫陽花に　梅雨の晴れ間や友訪ね　納富ミツエ
紫陽花に　謝りながら水をやる　長谷川　實
紫陽花に　曇り空がよく似合う　伊木　健治
紫陽花に　一句吟じる梅雨の間に　秋田　寛
紫陽花に　雨つぶ光るつややかさ　落合里井子
紫陽花に　花を求めて寺参り　田代　珠子
紫陽花に　癒され心さわやかに　小島　弘雪
八月号「道祖神」

狂俳　倉地　和人 選

平句　山は若さを取り戻す　富澤　渓泉
新緑　峰吹き下ろす風青い　長谷川舜水
新緑　小牧山萌黄に染まる　稲山　美水
しびれるわ　貴方と目線あっちゃって　荒川葉々子
しびれるわ　九回裏で逆転よ　井元うらら
しびれるわ　お説教正座して聞く　水野　幸治
しびれるわ　ひざ枕もう限界よ　清水　智華
ショック　メーク落とした素顔見る　椙山　錦
慈母　海より深い愛注ぐ　塩田　築城
シルクロード　東西交流旅を行く　酒井よしと
折句　新緑や余生生きがいグルメ旅　倉地　和人
折シヨク　菖蒲風呂良い気持ちなり口ずさむ　加古　尚風
折シヨク　しばらくは容赦なくして草茂る　中野　方子
八月号　セミシ・蝉しぐれ・世話女房・戦力・切ないわ・千思万考・節約・世代交代・セルフサービス・清流

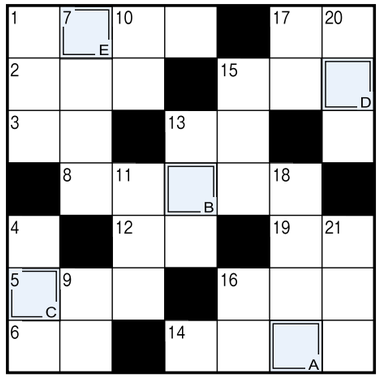
作品投稿に関するお願い

作品の投稿の際は、「短歌」「俳句」「川柳」「冠句」「狂俳」のいずれか**作品種別**を明記して、誤植の原因となりますのでわかりやすく**楷書**（かいしょ）で記載していただくようお願いします。

【クロスワードパズル】

CROSSWORD PUZZLE

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？正解者の中から抽選で6名様に素敵な賞品をプレゼント！



タテノカギ

①相場や、商品の一番安い価格のこと
④バラや菊の生産量日本一の県
⑦砂浜に上陸して卵を産みます
⑨笑い話の最後につけるもの
⑩くしやブラシでとかします
⑪贈り物に掛けて結びます
⑬丸い頭に円筒形の体の木製人形
⑮著名人に「書いてください」とねだるもの
⑯砕けて石や砂になります
⑰バイオリンやハープに張ります
⑱カレシやカノジョのこと
⑳サトイモやヒョウタンは――繁栄の縁起物とされます
㉑意見がまとまらないまま――発車した

ヨコノカギ

①株主――は6月に多数開かれます
②――に挟んだんだけど……Aさん、結婚するんだって？
③ポジの反対語
⑤H+とかOH－とか
⑥6月の第3日曜日は――の日です
⑧小麦粉のこと
⑫親指の別名です
⑬――の洗いを酢みそで食べた
⑭ヒナはひよこ。とさかがあります
⑮呼吸で血液中に取り込みます
⑯眠っている人が出す騒音の一つ
⑰一年で一番夜が短い日
⑲国語辞典を引いて調べます

5月号の解答

答え　ミA ドB リC ノD ヒE

当選は発送をもってかえさせていただきます。

1シ	5オ	7ヒE	ガ	13リ	■	20ス
2テ	ジ	ナ	■	17カ	19ガ	ミA
ン	■	8ゲ	11キ	■	18ツ	レ
■	6ハ	シ	リ	15ガ	キ	■
3コ	ヤ	■	12エ	ラ	■	2ラ
4ドB	セ	9イ	■	16モ	18ア	イ
モ	■	10ケ	モ	ノD	ミ	チ

今月の賞品

初夏の野菜セット

※写真はイメージです

応募要項

「ふれあい」に対するご意見・ご要望をご記入の上ご応募ください。正解者の中から6名に賞品をプレゼントします。

本・支店窓口に備え付けの応募用紙もあります！

締め切り日 **6月18日(月)**

ハガキでの応募は　〒485-0803 小牧市高根二丁目7番地の1 JA尾張中央「ふれあい」クロスワードパズル係

※住所・氏名・電話番号を必ずご記入ください

FAXでの応募は　0568-47-5611

Eメールでの応募は　koho@ja-owari-chuoh.or.jp　※件名に「クロスワードパズル応募」と必ず明記ください。

みなさんの作品を「文芸コーナー」までお寄せください。

〒485-0803
小牧市高根二丁目7番地の1
JA尾張中央「文芸コーナー」係
Eメール：koho@ja-owari-chuoh.or.jp
締切りは毎月一日必着でお願いします。

※**お一人様、各月1部門に限り投稿いただけます。**（2部門以上に投稿いただいた場合は先に到着したお葉書を採用させていただきます）
※作品は選者の添削したものを掲載いたします。

お便りコーナー

✉わが家のアイドルコーナーにも投稿したいのですが、一般募集はしていませんか？投稿先が見つからず、残念です。
春日井市桃山町　Uさん

●毎月「わが家のアイドル」と「ずっと夫婦」は各支店から順番に紹介をいただいて取材させていただいております。最寄りの支店に一言言っていただければ対応させていただきます。

✉5月号「今月の朝ご飯」の針野菜たっぷりジャージャー麺、これから暑くなるので作ってみようと思います。
春日井市玉野町　Kさん

●これからの暑い時期、食欲が低下しがちですよね。栄養不足になると、夏バテをしやすくなるので、この時期は特に栄養バランスに気をつけて、しっかり食事を摂るよう心がけてくださいね。

✉5月10日に開催したJAのグラウンドゴルフ大会は大変楽しくできました。今後も続けて大会できますようにお願いします。
小牧市多気北町　Oさん

●年金友の会のグラウンドゴルフ大会に参加いただき、ありがとうございました。ぜひ、ご友人も年金友の会にお誘いください。JAで年金振込をしていただきますと、同会の加入・イベント参加や金利上乗せのある「鶴亀定期貯金」がご利用できるなどの特典があります。

5月13日(日)ママさんバレーボール大会

地域・社会貢献の一環として毎年開催しています。
日頃の練習の成果を発揮し、JA杯目指して熱戦を繰り広げました！

射手座 11/23-12/21
全体運…気分のむらが激しくなりやすいよう。気まぐれな言動が過ぎるとトラブルを招いてしまうため、ほどほどにして
健康運…健康系の話題に注目を。耳寄り情報あり　幸運を呼ぶ食べ物…アナゴ

山羊座 12/22-1/19
全体運…心理的に不安定になり、あれこれ悩んでしまいそう。深刻になり過ぎないこと。根拠のないうわさ話にも気を付けて
健康運…上手な気分転換が回復の鍵になります　幸運を呼ぶ食べ物…ズッキーニ

6月・7月の相談日

税務相談日

	6月	7月
午前10時～午後3時		
本店	5日(火)	3日(火)
	19日(火)	17日(火)
小牧支店	6日(水)	4日(水)
	12日(火)	10日(火)
	26日(火)	24日(火)
北里支店	20日(水)	18日(水)
味岡支店	13日(水)	11日(水)
	27日(水)	25日(水)
豊場支店(不動産センター)	5日(火)	3日(火)
	19日(火)	17日(火)
春日井中央支店〔予約制〕 ※春日井不動産センター TEL 81-7895　まで	6日(水)	4日(水)
	13日(水)	11日(水)
	20日(水)	18日(水)
	27日(水)	25日(水)
味美支店〔予約制〕 TEL 31-3443　まで	12日(火)	10日(火)
	26日(火)	24日(火)
午前10時～午後4時		
高蔵寺支店〔予約制〕 ※高蔵寺不動産センター TEL 51-1215　まで	7日(木)	5日(木)
	21日(木)	19日(木)
	28日(木)	26日(木)
不二支店(ローン・相談センター)	9日(土)	14日(土)

法律相談日

	6月	7月
午後1時～午後3時		
本店	13日(水)	11日(水)
小牧支店	28日(木)	26日(木)
味岡支店	21日(木)	19日(木)
豊場支店〔予約制〕 ※豊場不動産センター TEL 28-1888　まで	20日(水)	18日(水)
午後1時～午後4時		
春日井中央支店〔予約制〕 ※春日井不動産センター TEL 81-7895　まで	18日(月)	17日(火)
午後1時～午後3時		
高蔵寺支店	6日(水)	4日(水)

年金相談日

	6月	7月
午前10時～午後3時		
本店	14日(木)	12日(木)
	23日(土)	28日(土)
小牧支店	9日(土)	14日(土)
	27日(水)	25日(水)
北里支店	14日(木)	12日(木)
味岡支店	28日(木)	26日(木)
豊場支店	5日(火)	3日(火)
春日井中央支店	9日(土)	14日(土)
	26日(火)	24日(火)
味美支店〔予約制〕 TEL 31-3443　まで	19日(火)	17日(火)
関田支店	21日(木)	19日(木)
坂下支店	19日(火)	17日(火)
高蔵寺支店	13日(水)	11日(水)
	27日(水)	25日(水)
不二支店(ローン・相談センター)	5日(火)	3日(火)
	16日(土)	21日(土)

住宅ローン相談会

不二支店(ローン・相談センター)
午前9時～午後5時(水曜日休み)

※平成30年4月より定休日を毎週水曜日、営業時間を午前9時～午後5時に変更しております。

休日住宅ローン相談会

午前9時～午後5時
本店／小牧支店／春日井中央支店　毎週　土曜(祝日は除く)

共済窓口 土曜日営業

小牧支店　【毎月第1・第3土曜日】6月は2日・16日
0120-93-9438　9:00～16:00(祝日は除く)

春日井中央支店　【毎月第2・第4土曜日】6月は9日・23日
0120-97-6792　9:00～16:00(祝日は除く)

※各種相談　正午～午後1時　休憩

※7月の相談日は、相談員の都合により変更になる場合がありますので、ふれあい7月号掲載の相談日をご確認いただくか、電話などで予めご確認ください。

6月	
1	金
2	土
3	日
4	月
5	火
6	水
7	木
8	金
9	土
10	日
11	月
12	火
13	水
14	木
15	金
16	土
17	日
18	月
19	火
20	水
21	木
22	金
23	土
24	日
25	月
26	火
27	水
28	木
29	金
30	土

7月	
1	日
2	月
3	火
4	水
5	木
6	金
7	土
8	日
9	月
10	火
11	水
12	木
13	金
14	土
15	日
16	月
17	火
18	水
19	木
20	金
21	土
22	日
23	月
24	火
25	水
26	木
27	金
28	土
29	日
30	月
31	火

6月・7月の営業案内

グリーンセンター桃花台店(TEL79-6001)
グリーンセンター味美店(TEL35-5222)
営業時間 9:00～18:00　定休日 火曜日

グリーンセンター春日井中央店(TEL87-2622)
営業時間 9:00～18:00　定休日 水曜日

ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろば(TEL51-2882)
ガーデンセンター不二(TEL37-1087)
営業時間 9:00～18:00　定休日 木曜日

Aコープ高蔵寺店(TEL51-1213)
営業時間 9:30～19:30　定休日 第3火曜日

※都合により日程変更になる場合もあります。その場合は店頭掲示・ホームページ等でお知らせいたします。

店舗催事情報6月のセールのお知らせ

●グリーンセンター全店
6月8日(金)～30日(土)　組合員特別セール
6月22日(金)～24日(日)　FM・GC統一セール

●ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろば
6月20日(水)　食育の日イベント開催
6月22日(金)～24日(日)　FM・GC統一セール

●Aコープ高蔵寺店
6月17日(日)　父の日ポイント5倍セール
ポイントカード会員様を対象に、お買上2,000円のお客様(先着100名様)にBOXティッシュ1箱もプレゼント。
※ポイントカードをご持参ください
6月22日(金)～24日(日)　カード会員様限定企画
ポイントカード会員様を対象に、お買上2,000円毎に200円割引き券1枚を進呈いたします。お買い物の際には、ポイントカードをご提示ください。(200円割引き券は6月25日(月)～7月1日(日)まで利用できます)
※ポイントカードをご持参ください。
毎週火曜日(定休日を除く)　ウキ♪ウキ♪ポイントカードポイント3倍デー
毎月第4日曜日および30日　ウキ♪ウキ♪ポイントカードポイント5倍デー

《ファーマーズマーケット・グリーンセンター全店からのお知らせ》

●JAカード(クレジットカード)をご利用いただくと、お買い上げ代金がご請求時に5%割引に!※Aコープ高蔵寺店・ガーデンセンター不二は除く。
●ファーマーズマーケットぐぅぴぃひろばは毎週月曜日ウキ♪ウキ♪ポイントカード3倍デー。
●只今、各店舗でJA組合員家族の方のポイントカード申込み受付中!
●組合員はいつもお買い得!組合員様特別価格商品を豊富に取り揃えております。
●各JAの農産加工品を豊富に取り揃えてお値打ちに販売中!

お詫びと訂正

平成30年5月1日発行の広報誌「ふれあい」5月号の記事『JAからのお知らせ』において、誤りがございました。
◇21頁JAバンクをご利用のお客様へ、「平成30年(2018)休止日、5月4日(金・祝)、7月14日(土)・15日(日)、10月6日(土)・7日(日)・8日(月・祝)」正しくは、「5月4日(金・祝)、平成31年1月3日(木)」です。
以上のように訂正し、ここに謹んでお詫び申し上げます。

人事だより

退　職　(平成30年4月30日付)

所属部署	氏　名	所属部署	氏　名
総務部	吉田　祐規	総務部	石塚　千恵

魚座 2/19-3/20
全体運…余計なひと言でもめ事を呼び込みがち。すぐに思ったことを口にするのは避けて。運気アップには掃除が有効
健康運…生活リズムを整えれば、体にも好影響が　幸運を呼ぶ食べ物…大葉

旅の耳寄り情報

絶景をめぐる 夏の大自然青森・函館の旅 ～2泊3日の旅～

ウキ♪ウキ♪ポイント対象ツアー

旅行日　平成30年8月29日(水)～8月31日(金)
旅行代金(大人お1人様)　※2名以上でお申込みください
4名1室 120,000円　3名1室 122,000円　2名1室 127,000円

■申込締切日：平成30年7月30日(月)
※ただし定員になり次第締め切らせていただきます。
■申込金：30,000円(旅行代金に充当します)
■募集人員：25名
■最少催行人員：20名
■食事条件：朝2回・昼3回・夕2回
■添乗員：同行致します。
■貸切バス会社名：HKBバス・北彩観光バス
■利用航空会社：フジドリームエアラインズ・全日空
■利用予定ホテル：下記又は同等クラス
・1日目　むつグランドホテル
・2日目　花びしホテル

旅のみどころ
- 日本三大霊場のひとつ　恐山
- 国指定天然記念物・名勝"仏ヶ浦"
- 日本三大夜景のひとつにも指定されている函館山から夜景をご観賞!
- 昼食は大間産まぐろをご賞味!

大人気の寝台列車を
農協観光が貸切運行します！

カシオペア紀行 浅虫温泉と奥入瀬 3日間

優雅な列車の旅を満喫!
ウキ♪ウキ♪ポイント対象ツアー

旅行日　平成30年9月14日(金)～16日(日)
旅行代金(大人お1人様)　156,000円～302,000円

■募集人員：28名
■最少催行人員：24名
■申込締切日：平成30年8月14日(火)
※定員になり次第、締め切らせていただきます。
■申込金：30,000円(旅行代金に充当します)
■添乗員：同行致します。
■食事条件：朝2回・昼2回・夕2回
■運送機関：JR・フジドリームエアラインズ
■利用バス会社：三八五バス

宝塚大劇場 月組公演 日帰りの旅

主演：珠城りょう　愛希れいか
ウキ♪ウキ♪ポイント対象ツアー

旅行日　平成30年9月1日(土)
旅行代金(大人お1人様)　17,600円(宝塚観劇S席チケット8,300円が含まれています)

三井住友VISAカード　ミュージカル
『エリザベート ― 愛と死の輪舞(ロンド)―』
- 脚本・演出　ミヒャエル・クンツェ
- 音楽　シルヴェスター・リーヴァイ
- オリジナル・プロダクション　ウィーン劇場協会
- 潤色・演出　小池修一郎

■募集人員：45名
■最少催行人員：25名
■申込締切日：平成30年8月1日(水)
※定員になり次第締め切らせていただきます。
■申込金：4,000円(旅行代金に充当します)
■食事条件：1回(昼：弁当)
■添乗員：同行致します。
■利用バス会社：名鉄観光バス

コース　9/1(土)　JA尾張中央 各地 6:30～7:30 ― 宝塚大劇場『10:15～入場(弁当)～11:00開演～14:00終演(予定)』 ― JA尾張中央 各地 18:00～19:00

©宝塚歌劇団

詳しくは下記旅行センターへお問い合わせください。　※全ての写真はイメージです

旅のあれこれおまかせください。　●小牧旅行センター TEL.77―5180　●春日井旅行センター TEL.81―7952

編集後記

今月号表紙のとうもろこしは昨年7月に春日井市の農家さんの畑で撮らせていただいたものです。ちなみにその農家さんも「春日井みらい会」のメンバーです(^_^)皆さんもご存知の日本の元プロレスラー・アントニオ猪木さんの好物は納豆だそうで、オランダの柔道家ウィレム・ルスカとの異種格闘技戦の際、「私はチーズを食べているから強い」とするルスカに対し「俺は納豆を食べて強くなった」と発言したところ、納豆協会から表彰されたそうですね。私たちもこれからの梅雨に向けて体調を崩さぬよう納豆を食べて強い体づくりに励みましょうか!(笑)(岡)

先日、わらび採りに行ってきました。いつも行くキャンプ場で散策しているときに、ふと足元を見て発見したのがきっかけでわが家の恒例行事になりました。昨年に比べると今年はあまりなかったので残念でしたが、季節を感じられることをできたので良いリフレッシュになりました。何年かぶりにそば打ち体験もして、自分で打ったそばが家にあったので、採ってきたわらびで山菜そばを作りました。一から自分で作ったものはよりありがたみを感じて食べることができるので良いですよね(^0^)(桜)

水瓶座 1/20-2/18
全体運…レジャー運が活性化。気の合う仲間たちとにぎやかに過ごせば、より刺激的なひとときに。創作活動にも幸運あり
健康運…体調不良時は無理せず、しっかり休んで　幸運を呼ぶ食べ物…シシトウ