

ふねあい

12

2023 / December
No.259

特集

STOP! 脳の老化
脳寿命を延ばす健康生活

「農ライフ」

親から継いだ農業を自分らしく続けていく



TOP10

上位入賞チーム

- 優勝 高蔵寺 白山A
- 準優勝 春日井 町屋NO.1
- 3位入賞 小 牧 高根親和会

- 4位 春日井 さぼてん
- 5位 小 牧 下小針A
- 6位 小 牧 上末寿楽会A
- 7位 春日井 関田GGC
- 8位 豊 場 豊場E
- 9位 高蔵寺 玉野A
- 10位 高蔵寺 GTフラワーズA

・年金友の会・ グラウンドゴルフ 本部大会

11月2日(木)、第17回年金友の会グラウンドゴルフ本部大会を開催し、45チーム総勢270人が参加しました。

本大会は4年ぶりに規模を縮小することなく開催され、高蔵寺地区『白山A』が2位と僅か1打差のスコア246で見事優勝に輝きました。

本大会の上位入賞チームは左記の通りです。



▲今大会の優勝チーム「白山A」



▲会長から優勝旗を授与される笑顔の「白山A」メンバー

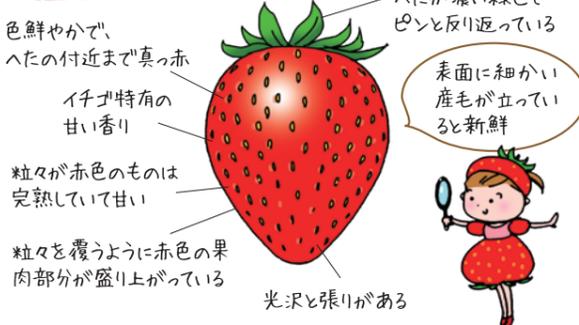


始球式で見た
伊藤会長の
ホールインワン

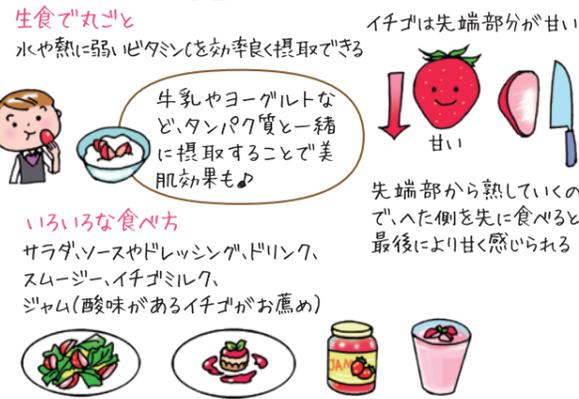


イチゴのプロフィール
【分類】バラ科オランダイチゴ属
【原産地】北アメリカ、南アメリカ
【おいしい時期(旬)】12～5月ごろ
【主な栄養成分】ビタミンC、葉酸、ペクチン、キシリトール、アントシアニンなど

選び方



楽しみ方・食べ方のコツ



イチゴのチカラ

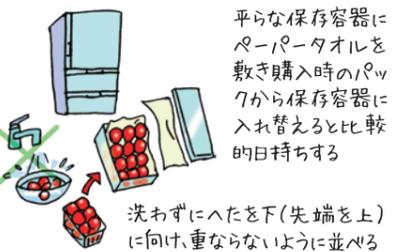


今月の表紙 イチゴ ～愛される赤い果実～

保存方法

冷蔵保存

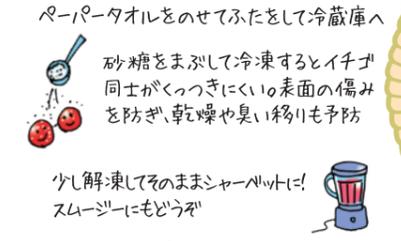
ラップするか保存袋に入れて野菜室へ
水分があると傷みやすいので洗わずに保存



平らな保存容器にペーパータオルを敷き購入時のパックから保存容器に入れ替えると比較の日持ちする
洗わずにへたを下(先端を上)に向け、重ならないように並べる

冷凍保存

長期保存にお勧め
水洗いでへたを切り、傷んだ部分を取り除く



ペーパータオルをのせてふたをして冷蔵庫へ
砂糖をまぶして冷凍するとイチゴ同士がくっつきにくい、表面の傷みを防ぎ、乾燥や臭い移りも予防

少し解凍してそのままシャーベットに! スムージーにもどうぞ!
ジャム作り
冷凍イチゴの方が短時間で滑らかに仕上がる

イチゴのいろいろ



イチゴのじみっ



01

春日井地区年金友の会の集い 4年ぶり開催で 拍手喝采

春日井地区年金友の会は10月25日、4年ぶりとなる『春日井地区年金友の会の集い』を春日井市民会館で開催し、約1,150人の会員が参加しました。

年金友の会は健康で明るく楽しい人生と、心豊かなくらしを築くことを目的として組織され、管内4地区がそれぞれグラウンドゴルフ大会や旅行など様々なイベントを実施しています。

司会は数々の舞台やラジオなどで活躍する西寄ひがしさんが務め、ゲストとして歌手の石原詢子さん、芸人のゆうぞうさんなど豪華出演者が招かれ、会場を大いに盛り上げました。

冒頭、長谷川浩敏組合長は「4年ぶりにまたこの舞台で集いを開くことができ大変嬉しく思います。当JAは皆さまの活動を全面的に支援するとともに、今日は私も1人の観覧者としてショーを楽しませていただきます」と挨拶しました。



▲笑顔で観客とハイタッチを交わす石原詢子さん

02

坂下支店ふれあい委員会 サツマイモ大収穫！園児が体験



▲サツマイモを収穫する園児

坂下支店ふれあい委員会は10月下旬、坂下北保育園と坂下南保育園とともにサツマイモの収穫体験を実施し、園児計60人が参加しました。

子どもたちの食農教育の一環として取り組まれている本体験は、春にも園児たちの手により植え付け作業が行われており、収穫の日までその生長を見守ってきました。先生の合図で一斉に作業に取り掛かった園児たちは、友だちや先生とサツマイモの大きさを確認しながら夢中で掘り起こしました。

農業体験に参加した園児たちは「掘っても掘っても芋が出てくるので面白かった」「早く帰って食べてみたい」などと感想を話しました。

03

玉野町農用地利用改善組合 米の安心と安全を次世代へ

春日井市立高座小学校の5年生は10月12日、春日井市玉野町で「稲刈り体験」を行い児童85人が参加しました。

この取組みは田植えや稲刈りを通じて食のありがたみや、農の将来について考えてもらう機会とするため、玉野町農用地利用改善組合の協力のもと20年以上行われています。

この日は児童たちが稲刈りや藁を束ねる作業を体験した後、大型コンバインが勢いよく稲を刈り取っていく様子を観察しました。

同組合副組合長の井上誉さんは説明の中で「春日井市の食料自給率は約3%とも言われており、農地の減少と商業化が進んでいます。地元のお米をこれからも安心して食べていただけるようこの風景を守っていきたいです」と話しました。



▲一列に並んで稲刈りを体験する児童

04

上条支店ふれあい委員会 歩け歩け大会で 健康サポート

上条支店ふれあい委員会が協賛・運営サポートをする中部南地区老人会連合会『歩け歩け大会』が11月3日に開催され、参加者77人が秋晴れのもとウォーキングを楽しみました。

参加者はそれぞれ王子製紙工場一周コース(4.0km)、田中葬儀場コース(2.3km)、うまやコース(1.3km)のいずれかを選択し出発。汗ばむ陽気の中で30分から1時間程体を動かしました。

冒頭、伊藤支店長は「日頃の運動不足解消の一つとして、無理せずウォーキングを楽しみましょう。沿道では職員が案内をしていますので、安心して完走を目指して頑張ってください」と参加者を激励しました。

05 営農指導課 「モモ栽培サポーター制度」現地ヒアリング

営農指導課は10月下旬、栽培技術や経営を指導する県指導普及員活動成果報告のため、鈴木一己さんの桃園で現地調査団19人からのヒアリングに応えました。

2020年度のモモ栽培サポーターの援農回数は12件に留まっていたものの、昨年度は700件を超えるなど飛躍的に実績を伸ばしたことが注目され、その理由や運用状況について生産者やJA職員が説明しました。

尾張農林水産事務所佐野主任は「サポーター技術向上と利用の有償化などにより、農家が依頼し易い環境が整ってきました。希望者に農園を貸し出すなどクラブ員のモチベーションアップにも努めており、双方が満足できるシステムとなってきたのではないのでしょうか」と話しました。



▲現地でのヒアリングに応える佐野主任

▲笑顔で手をふる参加者

FMぐうびいひろばを主に、夏場はGC 桃花台店、GC 春日井中央店にも出荷しています。



野菜や果物の他、花卉も栽培・出荷しています

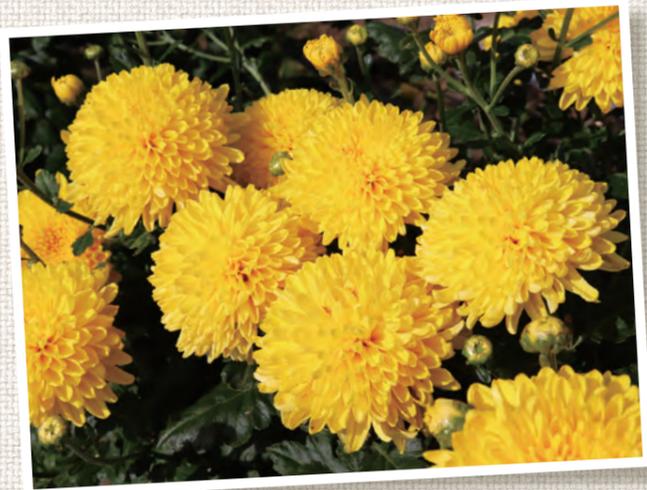


Check! →

稲垣さんの出荷情報

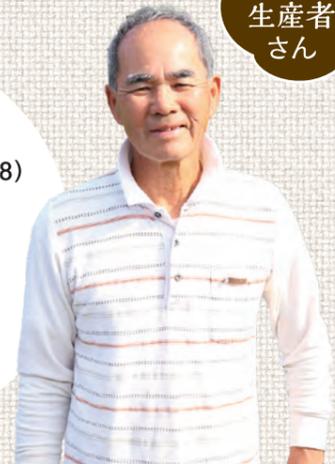
主な出荷品目

- 5月～1月 ブロッコリー・大根
- 4月～11月 キュウリ



親から継いだ農業を自分らしく続けていく

今月の生産者さん



いながきのりお
稲垣 憲雄さん (68)

春日井市神屋町

- 出荷店舗
- FMぐうびいひろば
- GC 桃花台店
- GC 春日井中央店

農業は幼いころから身近な職業

稲垣さんが本格的に農業を始めたのは定年退職をきっかけに親から畑と田んぼを継いでからです。家が昔からの農家であり、親の手伝いをしていたことから「自分にとって農業は幼いころから身近な存在でした」と話す稲垣さん。定年前に消防署職員として働いていた当時も、

時間の合間を使って田んぼの管理を行っていたそうです。

経験と知識を活かして

親の手伝いで学んできた経験や知識を活かして野菜や米、果物、花卉など幅広く栽培している稲垣さん。年1回全ての畑に化成肥料と有機肥料をバランスよく入れるなど、丁寧な土づくりを行うことでしっかりと実った美味しい野菜が育つそうです。栽培品目選びにもこだわり、これまでの出荷経験を活かして「売れやすい人気の品目」を中心に栽培し、消費者の需要を意識しています。

自分のできる範囲でこれからも

農業は苦勞も多く、特に夏は作業できる時間も短いなかで手作業での除草作業などに追われます。しかし、自分で作ったものが売れるのは嬉しく、やった分だけかえってくる農業は魅力ある仕事だと語る稲垣さん。

これからについて「親から受け継いだ農業。もちろん大変なこともあります。が、自分のできる範囲で続けていきたいです」とお話しいただきました。



ブラックハボタン その2

アブラナ科 原産地: ヨーロッパ

未だかつてない衝撃的な黒!

今回は品種紹介に加え、寄せ植えの時に参考になる色合わせをご紹介します。



●用途

寄せ植え、切り花、花壇

●色合わせ(心理的効果)

黒色はどんな色にも合います。そして赤や黄色などの膨張色をキュッと引き締める収縮色の役割を果たしてくれます。黒色単一使用ではマイナスイメージとなりかねないので、複数の色と併せるのがコツです。

- ①赤×黒: 情熱と幽玄な世界へと誘ってくれます。
- ②青×黒: 爽やかで品のある雰囲気が出ます。車のエンブレムによく使用されます。
- ③紫×黒: 紫は黒に近いので相性が非常に良く、神秘的な世界を表現できます。
- ④白×黒: 最も一般的な組み合わせ。
- ⑤黄×黒: 室内よりも屋外の装飾で使うのが無難です。



中心は(左)照り葉、(右)ちりめんハボタン

栽培のポイント

●品種

図のように各項目を直線で結んだものを系統とします。系統には多数の品種があり、中でも特徴的な品種を紹介します。まだ誕生していない系統の方が多くあり、今後が楽しみです。

- ①系統: 品種「チタニウムシルバー」は強いブルームのシルバーブラックで上品な寄せ植えに最適。
- ②「レッドアッシュカール」は従来のハボタンとは異なる大変珍しい種類でパセリの様。カーリーケール(羽衣甘藍)を小ぶりにした姿で赤黒い。
- ③「スモーキーブラック」はフリル状の黒葉に赤い芯が目立つ。
- ④「ミツコ・ロイヤル」はブルームの無い照り葉が特徴でハボタン品種に革命をもたらしたミツコシリーズの代表品種。
- ⑤「ブラックダンス・ギザ葉」はやや赤みの黒で葉の切れ込みは浅い。
- ⑥「ミツコ・ブラックスワン」は黒光りした春菊の様。
- ⑦「エレガンス」は切り花栽培向き。
- ⑧「ブラックサファイア」は矮性種よりやや背高く寄せ植えに最適。

(注1)ブルーム: 天然のロウ物質。「有り」は艶の無い従来の葉色「無し」は照り葉となる
(注2)葉色は緑以外の色
(注3)直線で結んだ形質が現在流通

形質	項目	項目		
1 草丈	矮性	高性		
2 葉の重なり	密	粗		
3 球径	小	大		
4 ブルーム	有り	無し		
5 葉形	丸葉	縮れ葉	波打ち葉	切れ葉
6 葉色*	白色	黒色	紅色	

図 ブラックハボタンにおける形質の特徴
※葉色(球芯)の白色と紅色は省略

家庭果樹を 楽しもう!



着花・着果管理(花粉ないよ)

家庭果樹でも毎年慌てる「花粉がないよ」事件。早めに心の準備をすれば、安心できるかも。いろんな方法を考えてみました。

1 樹種による結実性

イチジクやカンキツ類など単為結実性ならば、授粉に関しては何もしなくても良いでしょう(図1)。ピワ・ブドウ・モモの多くのように、自家結実性・自家親和性ならば、勝手に授粉したり、ミツバチが授粉しているかもしれない。サクランボやスモモ・ナシ・リンゴには、不親和性という性質があります。交配不親和性は、授粉しても授精できないことに起因しています(図2)。

2 花粉の確保

花が咲きそう、咲いたけど、授粉用の花粉がない場合の緊急的な方法です。

①授粉に使える開花枝・花・花粉を入手する。咲いている花を探るか、直売所の出荷者さまなどに、早めにお願しておきましょう。開花枝は水の入った容器に入れ、花の近くに置いて、ミツバチにお願いしましょう。

②カキ・キウイフルーツなら、農協かネットで注文します。純花粉・品種混合が10gで何千円です。冷凍(マイナス18℃)ならば、使う前日に冷蔵庫(5℃)、当日に15~20℃くらいの室温に置き、馴化させて使用します。

3 人工授粉(花粉採取・調製)

人工授粉は、開花始めから盛り頃の回数、梵天や毛バタキで、咲いている花をなぞります。花粉のない品種には他の花粉をつけます。直接なら1花で5~20花くらい授粉できます。花が咲いている場合、花粉を落とさないよう、丁寧に集めます。黒い容器を使うと見やすいですよ。樹種

4 花粉の貯蔵

数日・短期なら冷蔵(5℃)、長期・翌年以降用なら、冷凍(マイナス18℃)保存します。貯蔵用には、開花直前の花から純花粉を調製して、1日分とか1回分のように、授粉に使う必要単位に小分けして薬包紙か広告紙に包み、品種名、調製年月日を記入して、乾燥剤(シリカゲル)入りの密封容器(昔なら茶筒、今ならフリーザーバッグ)に入れて冷凍します。必要な人がいたら分けてあげましょう。

雌花が咲きますが、雄雌のどちらかの花が早く咲き、もう一方が咲く頃には、終わってしまっています。このため、雄花と雌花の開花期が合うような品種を混植します。

花が咲く直前の風船花・ちようちゃん花の場合には、花を摘み、薬を採取します。黒い紙の上に置き、日光に当てるか、20~25℃くらいの温度を加え、薬を開いて花粉を取り出します。花1kgから純花粉が1gくらい調製できます。

花粉の必要量は、品種・発芽率・親和性・着果性などにより異なりますが、メーカ情報では10aで20gです。これを石松子で5~10倍くらいに増量希釈して使用します。発芽率が高ければ薄め、低ければ濃いにします。余れば、次回の増量剤とします。着果性が良ければ、摘蕾摘花で花数を減らします。実止まりが悪ければ、花を多く残してたくさん授粉します。

品種によって授粉の適期に幅があります。

花が咲く直前の風船花・ちようちゃん花の場合には、花を摘み、薬を採取します。黒い紙の上に置き、日光に当てるか、20~25℃くらいの温度を加え、薬を開いて花粉を取り出します。花1kgから純花粉が1gくらい調製できます。

図1 単為結実性

単為結実性: イチジク, ミカン・カンキツ類

自家結実性: ピワ, ブドウ, モモ

お知らせ

中国で火傷病が発生し、ナシ・リンゴ花粉の輸入が停止されました。国内での発生を防ぐため在庫がある場合来春以降の使用を控えてください。

図2 不親和性

自家不親和性 交配不親和性: サクランボ, ナシ, リンゴ, 佐藤錦, 幸水, 豊水, 高砂, スズメ, あきづき, ナポレオン

図3 雄花と雌花が異なる果樹

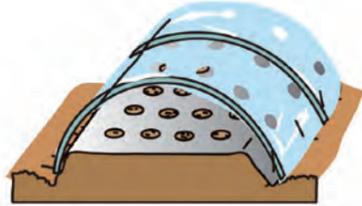
雌雄異株・異花: カキ, クリ, クルミ, キウイフルーツ, ギンナン



ハウレンソウのつくりかた

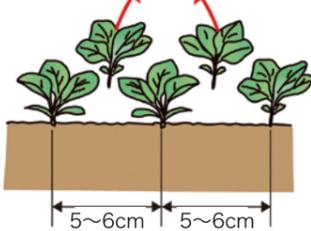
3 トネルの被覆

トンネル資材は有孔フィルムを使用すれば日中は高温にならず、生育の徒長を防げる。



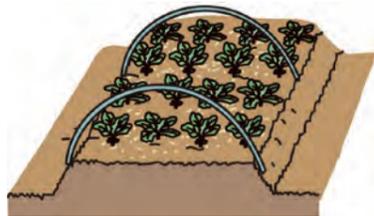
4 間引き

1回目は発芽がそろったときに込み合っている所を抜き取り、その後、2~3回に分けて間引き、1本立ちにする。マルチなしの栽培では最終的に株間を5~6cmにする。



5 追肥

草丈10~15cmの頃、1m²当たり化成肥料30gを追肥し、株元に軽く土寄せする。



収穫について

草丈25cmくらいを収穫の目安にする。株元の根を鎌やはさみで切り取り、200gくらいに束ねる。寒締め栽培は収穫2~3週間前にトンネルを開放し、寒さにさらす。葉が厚くなり、放射状に広がったら収穫する。



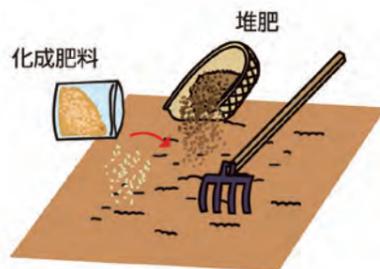
check! 品種について



秋~冬まきでは、寒さに強く、低温でもよく伸びる品種「オシリス」(サカタのタネ)、「伸兵衛」(タキイ種苗)などが適する。寒締め栽培向きには葉に縮みのある「雪美菜02」(雪印種苗)などがある。

1 畑の準備

ハウレンソウは酸性土を嫌うため、事前に1m²当たり苦土石灰150gを畑全体に散布して、よく耕しておく。次に、1m²当たり化成肥料(NPK各成分10%)200gと堆肥2kgを土とよく混和しておく。



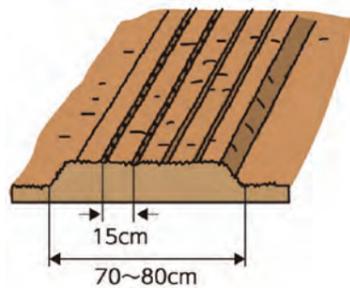
check! 畝立てについて



幅70~80cm、高さ5~10cmの栽培床を作り、平らにならす。畑が乾燥しているときは、かん水して土壌水分が適度な状態にしておく。

2 種まき

栽培床を平らにならし、条間15cm、深さ2cm程度のまき溝を切り、1cm間隔に種まきする。1cmくらい覆土をし、たっぷりかん水する。



家庭菜園で育てやすい野菜をご紹介します!



営農技術指導員 大藪哲也

Challenge 家庭菜園



今月の野菜

ハウレンソウ

ハウレンソウは、昔なつかしいポパイの漫画でおなじみの野菜で、鉄分、ミネラル、ビタミン類を豊富に含む代表的な緑黄色野菜です。トンネル栽培されたハウレンソウは、生育が早まり、葉が軟らかくなります。ハウレンソウのトンネル栽培をぜひ一度お試しください。

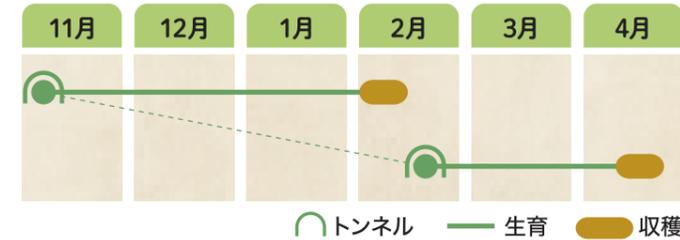
冬の寒さでおいしさアップ

ハウレンソウの生育適温は、15~20℃で冷涼な気候を好みます。耐寒性は強いですが、暑さには弱く、25℃以上になると生育が衰えます。冬どりは栄養価が高く、甘味も増し最もおいしくなります。

栽培のポイント

ハウレンソウはもちろん、スイスチャード(フダンソウ)やオカヒジキなど、ヒユ科の野菜との連作も避けます。酸性土壌に弱いので石灰で中和しますが、カキ殻の粉末をすぎこむと雨に流れず、効果的です。

栽培カレンダー



memo
連作障害有
1~2年あける

1月号は「リーキ」を予定しております。

『JA広報通信』2022年10月号「あなたもチャレンジ!家庭菜園」から 転載 『写真でわかる はじめての野菜のつくり方 プロのコツがわかる!』西東社から 引用 『藤田智の野菜づくり大全』NHK出版から 引用

Flowers

女性部の活動報告

春日井地区女性学級

より良い睡眠のための 健康管理

[10月3日]

文化フォーラム春日井で開催し、部員54人が参加しました。

講師は名古屋ヤクルト販売株式会社の木全那菜さんが担当し、部員は不眠や腸と睡眠の関わりなどについて説明を聞いたり、チェックシートでストレスや睡眠の質について確認したりと、日頃の睡眠の重要性について学びました。

木全さんは「人生の3分の1を占める睡眠は体や心にとって非常に大切なものです。これからの健康のために睡眠の質を高めましょう」と話しました。



高蔵寺地区女性学級

春日井男声合唱団 ミニコンサート

[10月18日]

高蔵寺支店レインボーセンターで開催し、部員53人が参加しました。

春日井男声合唱団は、春日井市内唯一男性のみで構成された合唱団であり、市内のふれあいセンターや市民会館等で定期的な演奏会を開催しています。

ミニコンサートでは歌謡曲など11曲を披露。東日本大震災で遠く離れた仲間を歌う合唱曲「群青」では涙する部員もあり、力強い歌声が部員の心に染み渡りました。

松本あつ子部長はコンサート後「男性ならではの重厚な音色に、言葉では表せられないような感動がありました」と話しました。



小牧地区

芸能発表会

[10月27日]

小牧市のまなび創造館あさひホールで、小牧地区の文化教室による芸能発表が行われました。

発表会では楽器演奏や歌唱、踊り、体操など様々な演目が披露され、部員はそれぞれ日頃の活動の成果を発表しました。同時開催された作品展では、絵手紙や写真、手芸、書道などの作品やポスターが部員や来館者の目を楽しませました。

冒頭、山本さわ子部長は「発表会は順位をつけるものではありません。自分なりの成果を発表することを大切に、今日一日楽しく過ごしましょう」と挨拶しました。



Enjoy ♡ 女性部

高蔵寺地区 絵手紙クラブ

- 活動場所：高蔵寺支店 レインボーセンター
- 開催頻度：月1回(第4木曜日)

毎月のテーマに合わせて、ハガキや色紙に筆だけでなく割り箸や新聞紙、ダーマートなど様々な画材と技法を使い、童心に帰って楽しく絵を描いています。毎年ふれあいセンターで作品展を行い、毎月高蔵寺支店に作品を掲示させてもらっています。先生も生徒も冗談を言い合って笑いの飛び交う教室です。



貰って嬉しい絵手紙と一緒に描いてみませんか？

なか 仲よし子さん



女性部員募集中！

女性部の加入については右記QRコードまたはお問い合わせ先までお問い合わせ先：ふれあい課(44-1003)

わが家☆ アイドル

たなか ふうか
田中 楓華ちゃん(1)
いながき みつひこ
組合員 稲垣 光彦さんの孫 高蔵寺支店管内



動物大好き♪ ワンワンニャンニャン 見つけた！

大好きなじいじ(光彦さん)のお家で元気一杯な姿を見せてくれた楓華ちゃん。楓華ちゃんは現在1歳3か月(取材時)で、階段を力強く登ったり、単語が少しずつ話せるようになったりするなど、出来るが増えてきました。最近では犬と猫もはっきりと区別出来るようになり、お散歩の途中で見かけると「ワンワン！ニャンニャン！」と元気に教えてくれるようになったそうです。動物全般に興味津々で、テレビや本でも動物が出ているものがお気に入りになっています。

楓華ちゃんが今遊んでいるおもちゃにはお母さんが子どもの頃に遊んでいたものが沢山あるそうで「どこにしまってあったのかな？何だか不思議な気持ちですね」と教えていただきました。

児童館でお友だちとも触れ合う機会が多くなった楓華ちゃんにご両親は「これからいっぱい友達を見つけて、元気に遊んでいる姿を見せてね」と温かく見守っています。

これからも 二人三脚

まえかわ けいすけ まさこ
前川 桂介さん(86)・政子さん(83)
味美支店管内



趣味を楽しむ事が元気の源

今年で結婚57年目を迎える前川さんご夫婦。幅広い趣味を持つお二人は充実した毎日を過ごしています。

桂介さんの趣味は、ゲートボールやグラウンドゴルフなどのスポーツや写真撮影。ゲートボールでは長年体育振興に貢献したとして、昨年県や市から表彰されました。

政子さんの趣味は、月1回の絵手紙教室や刺しゅう、着物のリフォーム、書道、ガーデニングなど。運動も好きで、以前は山登りやスキーなども楽しんでいました。

旅行も大好きなお二人は、結婚50周年記念の日本一周旅行や毎年恒例の高山旅行などたくさんの思い出を作ってきました。これからのについて「二人でいつまでも元気に、好きなことを大切に続けていきたいね」と展望をお話いただきました。



桂介さんの
賞状と
政子さんの
作品

出演していただける方を募集しています

応募要件

組合員またはそのご家族
わが家のアイドル
中学生までのお子さま
これからも二人三脚
ご夫婦揃って出演が可能な方

記入事項

- 住所
- 氏名
- 電話番号
- 応募コーナー名
- 応募理由等

応募方法

ハガキ 〒485-0803
小牧市高根二丁目7番地の1 JA尾張中央 広報課
FAX 47-5611 (JA尾張中央 広報課 宛)
Eメール koho@ja-owari-chuoh.or.jp
※お申込み多数の場合は抽選となります



双子座

5/21~6/21 全体運…対人運が活発化。急に忙しくなり右往左往することが。優先順位を考えて予定を調整。体調とも相談して無理なく健康運…慌ててけがをしないように。呼吸を整えて 幸運の食べ物…キャベツ



ほうれん草のワンパングラタン

材料 2人分

- | | |
|-----------------|----------------|
| ■ほうれん草……………60g | ■【A】 |
| ■玉ねぎ……………半分 | ■牛乳……………400cc |
| ■シーチキン…1缶(140g) | ■コンソメ……………小さじ1 |
| ■ペンネ……………60g | ■塩……………小さじ3分の1 |
| ■バター……………10g | ■黒コショウ……………適宜 |
| ■薄力粉……………大さじ2 | |
| ■ピザ用チーズ……………適宜 | |
| ■パン粉……………適宜 | |

作り方

【下準備】オーブンは210℃に予熱しておく。

- 1 ほうれん草は4cmのざく切りに、玉ねぎは薄切りにする。
- 2 ペンネはパッケージの表記通りに塩茹でする。
- 3 フライパンにバターを熱し、玉ねぎとシーチキンを炒める。
- 4 玉ねぎがしんなりしたら薄力粉をふるい入れ、炒め合わせる。
- 5 ほうれん草とペンネ、【A】を入れ、とろみがつくまで強火～中火にかける。
- 6 耐熱容器に⑤を入れ、ピザ用チーズ、パン粉の順に上にかける。
- 7 オーブン(210℃)で15分焼く。



・フライパンでさっとできる簡単グラタンです。
・薄力粉はダマにならないよう必ずふるい入れましょう。

デリ風かぼちゃマヨ

材料 2人分

- | | |
|----------------|------------------|
| ■かぼちゃ……………200g | ■【A】 |
| ■ベーコン……………40g | ■マヨネーズ……………大さじ2 |
| ■ニンニク……………1片 | ■粉チーズ……………大さじ1 |
| ■松の実……………適宜 | ■粒マスタード……………小さじ1 |
| ※ナッツ類でも可 | ■しょうゆ……………小さじ半分 |

作り方

- 1 かぼちゃはワタとタネを取り除いて一口大に切り、耐熱容器に入れてラップをかけて電子レンジ(600w)で4分加熱する。
- 2 ニンニクはみじん切り、ベーコンは短冊切りにして、フライパンでニンニクをオリーブオイルとベーコンと共にきつね色になるまで加熱する。
- 3 具材をフライパンの端に寄せ、空いたスペースでかぼちゃを焼いて焼き色を付ける。
- 4 ボウルに【A】を混ぜ、③を加えてよく和えて皿に盛り付ける。
- 5 フライパンで乾煎りした松の実をかける。



・松の実を乾煎りすることでカリッと香ばしい食感を与えることができます。

ほうれん草のフェットチーネ

材料 4人分

- ほうれん草……………40～50g
- 強力粉……………200g
- ニンニク……………1片
- オリーブオイル……………大さじ2
- 塩・黒コショウ……………適宜

【A】

- 卵……………1個
- オリーブオイル……………大さじ1 (計らなくてOK)
- 塩……………少々

【B】

- 生クリーム……………200cc
- スモークサーモン……………80g
- 粉チーズ……………大さじ3

作り方

- 1 ほうれん草は茹でて5cmに切り、【A】と共にフードプロセッサーにかけてピューレ状にする。
- 2 強力粉を加えてポロポロになるまで攪拌し、台に出してひとまとめにする。
- 3 ②をラップで包んで冷蔵庫で30分程休ませたら、薄く伸ばして1cm幅に切る。
※くっつかないよう打ち粉をしっかりする
- 4 フライパンにつぶしたニンニクとオリーブオイルを入れて弱火にかけ、良い香りがするまで炒める。
- 5 【B】を加え、生クリームが一煮立ちしたら塩・黒コショウで味を調える。
- 6 鍋たっぷりの水に塩*を入れ、沸騰したら③を入れて2分茹でる。
※1ℓにつき大さじ1
- 7 茹であがったパスタを⑤のソースに入れ、しっかり和えて盛り付け黒コショウをふる。



旬を召ませ

冬の寒気が身にしみる頃となりました。旬の野菜をたっぷり使った料理で冷えた身体を温めましょう。



乙女座

全体運…イレギュラーな対応が必要になり戸惑いがち。非常時こそ冷静に。下旬には状況が改善へ。焦って答えを出さないで健康運…発酵食品が多めのメニューで腸内環境を改善 幸運の食べ物…ナガイモ



獅子座

全体運…勢いのある好調運。強気で押せばなんとかなりそう。大事なことから取り組んで。外食、レジャーが吉 健康運…スポーツを楽しんで。夜は早めに就寝を 幸運の食べ物…水菜

読者のひろば

読者の皆さまからのお便りを紹介しています。作品やそれにまつわるエピソードなど、たくさんのお便りをお待ちしています。

俳句

当季雑詠
故里の新米のてり仏前へ 友松ふさ江
稲架掛けやちよいと畦での一休み 舟橋ゆたか
綴れ織る小さき珠の吾赤紅 平手 静子
信長のゆめみし跡や竜の玉 児山 一子
秋の灯につられ帰宅子カマキリと 松平千代子
凧と肩組むやうに孫娘 小田 和子
粉糠を焼く煙突や鯛雲 西尾桃太郎
筆柿の色づく頃や里を恋ふ 松原 文子
秋めくやピアノの調べ胸にしむ 山田 幸代
戸締まりの手止め聞きいる虫の声 梶田のり子

安藤 秋虹 選

川柳

お題「家計簿」
節約は祖母の口癖今生きる 大脇 洋子
家計簿が夫婦会話のいい出汁に 小澤 恵
家計簿と日記毎日書く娘 吉田 志可
観せられて小遣いアップ言い出せず 山田 弘文
家計簿に書けない出費秘密です 伊藤五百子
この十年赤字トップは葬祭費 加藤 正子
家計簿と財布の中身合いはせぬ 岡島 律枝
やりくりのレベルを上げる物価高 原 敏文
家計簿をパソコンにして暇無しに 服部 敏彦
家計簿に赤鉛筆をまず準備 加藤 義春

丹羽 徹男 選

冠句

風避ける 父の背中の暖かさ 二宮やよい
風避ける 井戸端会議遠退いて 鈴木 節子
風避ける 左と言うから右に行く 青山 澄子
風避ける よけて通れぬ物価高 長谷川 實
風避ける 初ママは赤子を胸に 長澤智恵子
風避ける 手編みのマフラー暖かく 田代 珠子
風避ける ぼっちゃり妻のあと歩く 石川 佳里
風避ける 境界線に杭が建ち 鈴木 拓成
風避ける こと無く地蔵立つ峠 小田 慶喜
風避ける 彼の人もぐる吾の服に 加藤 昭

吉田 好美 選

狂俳

「2月のお題」冬ごもり
探し物 最近急に多くなる 中野 方子
探し物 眼鏡頭の上に有る 谷口 景月
探し物 思い出の指輪を失くす 春田はるか
サプライズ 思わぬスター来校す 紅紫あやめ
サア吐け 俺は何もやったらん 三浦 桂純
散々 保証して借財を負う 稲垣 千代
ザワザワ 会社身売りの噂出る 林 真改
ザワザワ 人事異動が貼ってある 花野 紀花
山門 千年の風雪耐える 大澤 正堂
山門 大銀杏あり寺透ける 近藤 古城

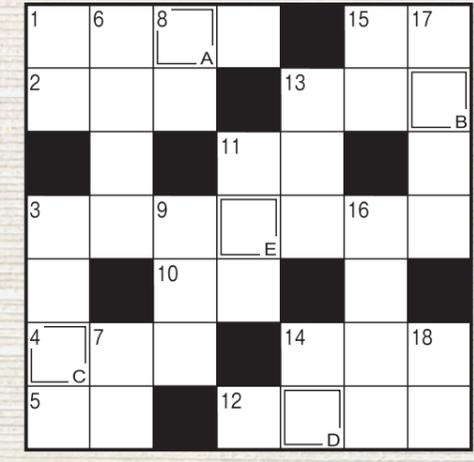
磯部 美帆 選

短歌

山に湧き青く澄みたる清流のかけ流し水に育つわさび田 稲垣みゆき
里芋の親芋ステーキ作りたるフォークナイフで楽しむ食事 沖田 露子
婆ちゃんの味噌作る背思ひだすふるさと久しき厨に入れは 小田 龍聖
はな花はな花に過ぎたるこの秋の花展を終えて主婦に戻りぬ 落合 恵子
次の雨待つことにして大根の種まく日にち日記帳に書く 落合 竜郎
長き夏ようやく去りて虫の鳴き稲穂波打つ秋の夕暮れ 加藤 金時
ブライダルも型にはまらぬ和やかさタキシードの孫に幸多かれと 児島希代子
朝明けに鞆を漕ぐ友見つその連れ合いの快気願ひぬ 山元 收
公園の縁を彩る彼岸花真赤にかがやき心と和みぬ 吉田美千子

田中 芳江 選

クロスワードパズル



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？

タテのカギ

- 冬眠するものも多い大型の哺乳類
- 謎の多い浮世絵師、東洲斎
- その月の一番最初の日
- 寒い日に吐くと白く見えることも
- 授業中は慎んでください
- ワカメの根元に近い部分
- 予報によると来週は寒くらしい
- 建物がついていない宅地
- 年の細かい滑らかな肌
- 年越しに付きもの麺類
- チン！と鳴らすと人が来ます
- 1号は東京と大阪を、
- 2号は大阪と福岡を結びます
- 年賀状のイラストによく使われます。
- 令和6年は「辰」です

ヨコのカギ

- サンタがプレゼントを入れます
- 「海のパパ、ママ、どこ？」
- 欧米のクリスマスには、
- この鳥の丸焼きがよく食べられます
- 大好きな歌手の——を見に行つた
- レンコンは根のように見えますが、実はこれ
- 「海のミルク」と呼ばれる貝
- 除夜の鐘を突けるところもあります
- 水や砂と混ぜコンクリートを作ります
- サハラ、タクラマカンといえは
- 刃物で紙を加工して描きます
- 冬の京都市は——冷えるといわれます
- 「海のパパ、ママ、どこ？」
- 欧米のクリスマスには、
- この鳥の丸焼きがよく食べられます
- 大好きな歌手の——を見に行つた
- レンコンは根のように見えますが、実はこれ
- 「海のパパ、ママ、どこ？」
- 除夜の鐘を突けるところもあります
- 水や砂と混ぜコンクリートを作ります
- サハラ、タクラマカンといえは
- 刃物で紙を加工して描きます
- 冬の京都市は——冷えるといわれます

パズルの正解者の方には「エビイモ」をプレゼントします。

当選者には支店等よりご連絡・配達等致します。
※写真はイメージです。

本・支店窓口に備え付けの応募用紙または右記QRコードで専用ページからもお応募いただけます！
たくさんのお応募お待ちしております！

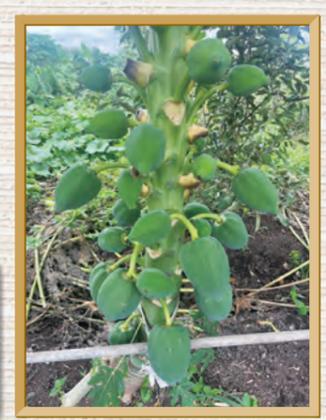
11月号の答え



長澤 清晴さん
「ふる里の柿」父が丹精込めた柿。毎年送って来ました。



吉田さん
「さつまいもの花」珍しいさつまいもの花が咲きました。複数咲いたので驚きます。



丹羽 昭治さん
「青パパイヤ」暑い日が多かったせいか、南国果実の青パパイヤは元気に成長してくれました！



「たくさんのアケビ」濃厚な甘みが美味しいアケビがたくさんなりました。

今月のお便り

みなさまから届いた写真やお便りなど、様々な投稿をご紹介します。

応募要項

- ◆宛先 郵便 〒485-0803 小牧市高根二丁目7番地の1 FAX 47-5611 Eメール koho@ja-owari-chuoh.or.jp
- ◆宛名 JA尾張中央 広報課「読者のひろば」〇〇係 ※〇〇には各コーナー名をご記入ください
- ◆記入事項 住所・氏名・電話番号を必ず明記
- ◆各コーナー締切日 写真・絵手紙・文芸コーナー 12月25日(月)必着【2月以降掲載】 クロスワードパズル 12月15日(金)必着

※お預かりした作品・写真等は返却いたしません
※作品は必ず掲載されるとは限りませんので予めご了承ください

愛知県農業共済組合からのお知らせ



令和6年1月1日保険期間開始の加入から

制度改正により、さらに加入がしやすくなりました!



POINT 青色申告実績が1年分で加入できます!

青色申告実績が1年に短縮したことで、令和5年から青色申告されている方は、令和6年1月から加入できます。

POINT 選べる補償タイプと補償の幅が増えました!

保険方式(掛捨てタイプ)での補償を充実する新たなタイプが導入され、積立方式(積立てタイプ)を追加しなくても、掛捨てのみで最大90%まで補償できるようになりました。

基準収入100万円のケース(1年目)	補償方式	保険料	積立金	合計
スタンダードプラン	保険方式80%+積立方式10%	1万5千円	2万3千円	3万8千円
お手軽プラン NEW	保険方式90%	2万4千円	-	2万4千円

POINT 過去に大きな気象災害を受けていても、補償が下がらない特例ができました!

過去に甚大な気象災害に被災していた場合、基準収入が下がらないように補正できる特例が設置されました。

お気軽にお問い合わせください

愛知県農業共済組合(NOSAI愛知) 尾張支所 TEL(0587)58-5800

NOSAI愛知
ホームページ



2023上期ディスクロージャーの開示について

当JAの活動状況や業務内容及び財務状況をご紹介するため、「ミニディスクロージャー 2023上期 JA尾張中央の現状」を開示いたしましたのでご覧ください。

2023上期ディスクロージャーは当JAのホームページ上で開示しています。右記QRコードからご覧ください。

JA尾張中央ホームページ <https://ja-owari-chuoh.or.jp>

12/1から
見られるよ!



農産物品評会の開催について

例年開催しております「高蔵寺地区農業祭」について、下記の通り開催いたします。品評会・即売会の他、出展ブースやキャンペーンなども企画しておりますので、ぜひ足をお運びください。

高蔵寺地区農業祭

日付	12月8日(金)・9日(土)
場所	高蔵寺支店
出品物 受付時間	12月8日(金)高蔵寺支店 特設会場 9:00~11:00
即売会	12月9日(土)11:30~12:30頃 ※無くなり次第終了 高蔵寺支店 ※11:00~整理券配布



看護師を目指すかたへ 看護専門学校入試情報

JA愛知厚生連では3つの看護専門学校を運営し、本会の看護師として地域医療に貢献できる人材を養成しています。

入試情報

一般入試の試験日程が変更になりました。3学校すべて受験することも可能です。募集要項で必ずご確認ください。

- 各学校のホームページをご覧ください
- 奨学貸与金制度があります
- 看護師国家試験受験資格が得られます
- 卒業後は、JA愛知厚生連の病院に勤務できます
- 令和4年度卒業生の看護師国家試験合格率100%

更生看護専門学校

安城市安城町東広畔47番1

- TEL 0566-76-3420
- 試験日 令和6年2月7日(水)
- 出願期間 令和6年1月10日(水)~1月31日(水)



愛北看護専門学校

江南市高屋町大松原137-7

- TEL 0587-51-3350
- 試験日 令和6年1月17日(水)
- 出願期間 令和5年12月15日(金)~令和6年1月10日(水)



加茂看護専門学校

豊田市浄水町伊保原654-1

- TEL 0565-43-5101
- 試験日 令和6年1月18日(木)
- 出願期間 令和5年12月15日(金)~令和6年1月10日(水)



季節の野菜を
おいしく
食べよう!

2023年度 秋冬ver. 計画作付品目

◀ お手頃サイズで使いやすい ▶

とろっ娘(大根)

肉質は緻密で煮るとトロトロに!
この時期“おでん”にぴったりの
やわらかい大根です。



◀ くせのない食味 ▶

弁天丸(ほうれんそう)

ほうれんそう特有のくせがなく、
野菜が苦手なお子様も食べられるかも!?
葉がやわらかく、おひたしに最適。



山羊座

全体運... 上昇運。足の引っ張り合いがありそうですが、不毛なので関わらないように。独自路線で行くのが成功の秘訣
健康運... 心と音楽と香りの良いお茶でリラックス 幸運の食べ物... ミカン

12/22~1/19



射手座

全体運... 勢いがあります。強行突破で勝利を収められますが、人を振り回してしまうことも。周囲への配慮も忘れないで
健康運... フェースクエアに力を入れて。髪トリートメントを 幸運の食べ物... ブロッコリー

11/23~12/21

12月・1月の相談日

※諸般の事情により、開催中止とさせていただきますのでご了承ください。

年金相談日

午前10時～午後3時	12月	1月
●本店	12日(火)	9日(火)
●小牧支店	16日(土) 27日(水)	20日(土) 24日(水)
●北里支店	14日(木)	11日(木)
●味岡支店	27日(水)	25日(木)
●篠岡支店	5日(火)	9日(火)
●豊場支店	5日(火)	9日(火)
●春日井中央支店	9日(土) 26日(火)	13日(土) 23日(火)
●味美支店	19日(火)	16日(火)
●田楽支店	14日(木)	
●関田支店	21日(木)	18日(木)
●上条支店		11日(木)
●坂下支店	19日(火)	16日(火)
●高蔵寺支店	13日(水) 27日(水)	10日(水) 24日(水)
●不二支店	15日(金)	19日(金)

法律相談日 要予約

午後1時～午後3時	12月	1月
●本店 TEL 47-5630	13日(水)	10日(水)
●小牧不動産センター TEL 77-5160	28日(木)	25日(木)
●味岡支店 TEL 77-2275	21日(木)	18日(木)
●豊場不動産センター TEL 28-1888	27日(水)	24日(水)
●高蔵寺支店 TEL 51-1212	6日(水)	10日(水)

午後1時～午後4時	12月	1月
●春日井不動産センター TEL 81-7895	19日(火)	16日(火)

■ 休憩時間 正午～午後1時

■ 1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1月号掲載の相談日をご確認いただき、電話などで予めご確認ください。

今月の表紙「いちご」

今月の表紙はいちご。クリスマスの定番フルーツですね。いちごの旬は12月から5月頃と長めですが、中でも12月や1月の寒い時期により甘くなるそうです。いちごは風邪予防にもなるそうなので、この時期ぜひたくさん食べたい果物ですね。(福)



税務相談日 要予約

午前10時～午後3時	12月	1月
●本店 TEL 47-5630	5日(火) 19日(火)	4日(木) 16日(火)
●小牧不動産センター TEL 77-5160	6日(水) 12日(火) 26日(火)	5日(金) 9日(火) 23日(火)
●北里支店 TEL 77-1255	20日(水)	17日(水)
●味岡支店 TEL 77-2275	13日(水) 27日(水)	10日(水) 24日(水)
●豊場不動産センター TEL 28-1888	5日(火)	9日(火)
●春日井不動産センター TEL 81-7895	6日(水) 13日(水) 20日(水) 27日(水)	10日(水) 17日(水) 24日(水) 31日(水)
●味美支店 TEL 31-3443	12日(火) 26日(火)	16日(火) 30日(火)
●関田支店 TEL 81-3445	5日(火) 19日(火)	9日(火) 23日(火)
●上条支店 TEL 81-3444	19日(火)	16日(火)

午前10時～午後4時	12月	1月
●高蔵寺不動産センター TEL 51-1215	6日(水) 14日(木) 21日(木)	10日(水) 18日(木) 25日(木)

休日住宅ローン相談会 午前9時～午後5時(祝日は除く)

- 不二支店(ローン相談センター) 毎週土・日曜日(祝日は除く)
- 小牧支店 【毎月第1・第3土曜日】 12月は2日・16日
- 春日井中央支店 【毎月第2・第4土曜日】 12月は9日・23日

共済窓口 土曜日営業 午前9時～午後4時(祝日は除く)

- 小牧支店 【毎月第1・第3土曜日】 12月は2日・16日
- 春日井中央支店 【毎月第2・第4土曜日】 12月は9日・23日

令和5年度 第7回 定例理事会

日時: 令和5年10月30日(月)

- 1 令和5年度決算について
- 2 営業に関する規程の一部変更について
- 3 令和6年度通常総代会の日程等について

全3項目

JA DATA JA尾張中央の概要

組合員数	28,881人	購買品供給高	19億3,080万円
[正組合員]	8,359人	販売品販売総取扱高	1億6,087万円
[准組合員]	20,522人	長期共済保有高	8,659億9,283万円
貯金	5,806億3,342万円	職員数	438人
貸出金	1,029億4,972万円		

令和5年10月末現在

異説 真説 税金の話

香典寄付



税理士 花村一生

ある個別税務相談のこと。「ふるさと納税」について相談を受けた。最近の税制は複雑になっており「ふるさと納税」は、私の得意とするところだ。私の「ふるさと納税」の知識は素人以下。なんせ私は税金の損得にまったく興味はない。ノートパソコンを相談会場へ持ち込んでみるので、その場でネット検索して調べることになる。「ふるさと納税」などは自分の頭の中の知識よりネットで調べたほうが確実だ。てなわけです。どうせ「いくら寄付すれば損をしないか」という所得税の損得計算かと予想していた。ところが……だ。

「質問は「相続税はどうなりますか?」だったのだ。うむ意見を突かれた!」初めての相談内容だ。相談者は相続税の寄付金の取り扱いについて聞いていたのだ。地方公共団体への寄付だから相続税では寄付金は課税対象にはならない。相続人が寄付するのだから相続人の確定申告で寄付金控除が使える。相談者はこういふことを聞いたのだ。うむ。「ふるさと納税」は所得税の話ばかりかと思っていたが、「相続税でも使えるやんか」その後、話は弾んで遺言で寄付先が指定してあったらどうか、とかいろいろ話が広がった。果ては「葬儀の参列者から頂いた香典を寄付したらどうだ」ということになった。もらった香典に贈与税はかからない。それでちやっかり寄付をして相続人の確定申告で寄付金控除の適用を受けるのだ。日本では寄付に興味を示す人は全体で2割ほどいるという。しかし、実際に寄付をする人の割合は0.1%、寄付という行為は日本に根付いていない。

「だって他人から無税でもらった金で寄付して自分たちはちやっかり寄付金控除の恩恵を受ける。というのはどうだ?」虫が良すぎるか? それも税金でもっとも有利になるように相続人の中から高額所得者の名前を寄付するってどうだ?」調べてみたら「香典寄付」って珍しくないらしい。そうして市町村からの返礼品を相続人全員で「山分け」するのだ。その方がつまらない香典返しを貰うより嬉しい。香典を貰ったら香典返しに使うのが常識か。しかし香典返しと言っても今どきもらって嬉しいものは何もない。

ならば「生前からの故人の意思を引き継いで〇〇へ寄付させていただきます」でよいのではないか。相続税という大金。国に自分の意に沿わない使い方をされるより、せめて故人に縁のあるところへ寄付をした方が、ご先祖様も喜ぶだろう。

令和5年度 年末年始の営業体制について

12月25日(月)以降については下記のとおりとします。

部門・部署	12月						1月						
	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
支店金融共済窓口及び本店	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	通常営業	通常営業	休
営業生活センター	小牧東部	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	休	通常営業	通常営業
	小牧西部	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	休	通常営業	通常営業
	春日井	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	休	通常営業	通常営業
	春日井東部	通常営業	通常営業	通常営業	休	通常営業	休	休	休	休	休	通常営業	通常営業
	物流センター	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	通常営業	休
LPガスサービスセンター	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	通常営業	休	
FMグリーンセンター	FMぐっぴひろば	通常営業	通常営業	通常営業	臨時営業	通常営業	通常営業	AM9:00~PM3:00	休	休	休	休	通常営業
	桃花台店	通常営業	臨時営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	AM9:00~PM3:00	休	休	休	休	通常営業
	春日井中央店	通常営業	通常営業	臨時営業	通常営業	通常営業	通常営業	AM9:00~PM3:00	休	休	休	休	通常営業
	味美店	通常営業	臨時営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	AM9:00~PM3:00	休	休	休	休	通常営業
	ガーデンセンター不二	通常営業	通常営業	通常営業	臨時営業	通常営業	通常営業	AM9:00~PM3:00	休	休	休	休	通常営業
Aコープ高蔵寺店	通常営業	通常営業	通常営業	AM9:00~PM7:30	AM9:00~PM7:30	AM9:00~PM7:30	AM9:00~PM7:30	休	AM10:00~PM6:00	AM10:00~PM6:00	通常営業	通常営業	通常営業
農機自動車サービスセンター	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	休	休	休	通常営業
不動産センター	小牧	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	休	休	通常営業
	豊場	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	休	休	通常営業
	春日井	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	休	休	通常営業
	高蔵寺	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	休	休	通常営業
旅行センター	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	休	休	通常営業	
ローン相談センター(不二)	通常営業	通常営業	休	通常営業	通常営業	通常営業	休	休	休	休	通常営業	通常営業	

自動化機器(ATM)

- 12月30日(土)までは通常営業致します。
- 12月31日(日)～1月3日(水)の期間は各店舗により稼働時間が異なりますので、各ATMの掲示や当JAのHPにてご確認ください。なお、1月4日(木)からは通常営業となります。



魚座 2/19~3/20

全体運… 問題が山積みで頭の痛いときですが、有益な助言をくれる人も。信頼できる人を見極めましょう。運勢は下旬に回復健康運… カルシウム補給と関節のストレッチで骨を大切に 幸運の食べ物… セロリ



水瓶座 1/20~2/18

全体運… 良い話が舞い込みますが、勘違いからおかしな雰囲気になることも。相手の話をよく聞き、落ち着いて動いて健康運… 友人たちとのおしゃべりで気分が上向きに 幸運の食べ物… 長ネギ