

にっしいひろば

6

2021
vol.243

毎月1回発行 通巻第243号
兵庫西農業協同組合

▶ 農と暮らす あぐりびと

原木シイタケを栽培して40年
そのおいしさを広めたい

▶ 特集

地のものは、おいしい
～地産地消のススメ～

美しいハリとツヤ
ナスの匂が
やってきた



原木シイタケを栽培して40年
そのおいしさを広めたい



自然豊かな佐用町で育った原木シイタケを、ぜひご賞味ください!

佐用郡佐用町

光森 正純さん(67)

茂野さん(60)

自

然豊かな佐用町で、原木シイタケを栽培する光森さん夫妻。毎年6,0000〜7,0000

本の原木に約20万個の菌を打ち、収穫後はJA直売所「旬彩蔵」「野菜市」のほか、佐用町内の直売所に出荷しています。

正純さんは27歳で父親の跡を継ぎ、40年にわたり栽培を続けています。シイタケは栽培方法によって大きく「原木シイタケ」と「菌床シイタケ」に分けられ、近年は菌床シイタケが主流ですが、しっかりと肉質で濃厚な味わいと芳醇な香りが特徴の原木シイタケにこだわります。

その栽培は、原木探しからスタート。山を歩いてコナラやクヌギ、アベマキといった栽培に適した木が多く自生する場所を見つけ、所有者に了承を得てから冬の間は伐採します。そして原木を1mほどに切り、3月20日頃から4月下旬にかけて植菌。シイタケが発生できる状態の「ほだ木」になるまで、1年半ほど寝かせます。

「山の作業は大型機械が入らず、木の伐採や運搬など多くが手作業で重労働。伐



4



3



5



1



2

1・2 植菌作業は2人で力を合わせて。正純さんが専用の機械を使い、原木に30～50個の穴を千鳥状に開けます。そして茂野さんはその穴に、オガクズに菌糸を培養して駒の形にした「成型種菌」を1つひとつ手作業で打ち込みます。3 菌を打った原木は、梅雨が明けた頃に「井」の形に積む「井桁積み」や、鳥居の形のように立てかけて並べる「よるい伏せ」に積み直し、さらに1年半ほど寝かせます。4 長い時間をかけて育ったシイタケ。肉厚でコリコリした食感から「山のアワビ」ともいわれます。5 出荷するのはスライスした乾シイタケが中心。乾燥しても肉厚で大きいのがわかります。大きすぎてスライス用の機械に入らないこともあるそうです。

そ

採作業は死亡事故につながることもあるので、「一番気をつかう」と苦労を語ります。の一方で、春と秋が旬の原木シイタケを夏でも収穫できるよう、種菌の約7割に、高い

気温での栽培に適した「高温菌」を使用し、ほだ木は18度ほどの冷水に一晚浸けてからハウスで管理するなど、工夫を凝らします。また、生シイタケは傷みやすく、丸ごと乾燥させるには時間がかかることから、スライスしたシイタケを乾燥させて出荷。「原木シイタケ特有の強い香りが苦手な人も多い。出荷には穴あき袋を使用して、袋を開けた時に香る匂いを軽減させている」と、消費者目線も常に意識します。「お客さんがおいしいと言ってくれるから続けられる。わざわざ遠方から買いに来てくれた人もいる」と、生産の喜びを語る正純さん。植菌や出荷作業を手伝う妻の茂野さんも、「旬彩蔵や野菜市から販売状況のデータが届くので、励みになり楽しい」と笑顔を見せます。「原木シイタケは樹皮を破って出てくるので、形がいびつ。きれいな見た目の菌床シイタケを好む人も多いが、少しでも多くの人に食べてもらいたい、おいしさを知ってもらえるよう、これからも栽培を続けたい」と意気込みます。

地のものは、 おいしい

～地産地消のススメ～

その地域で生産したものを、その地域で消費する「地産地消」。とれたての農産物や海産物を新鮮なうちに食べることができ、輸送距離が短くなることで地球温暖化などの環境問題にも貢献できるなど、メリットがたくさんあります。

また、JAグループでは、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「こくしょうこくさん国消国産」という考えも推奨しています。すべての食料を国内で生産することは現実的ではありませんが、農業生産基盤の弱体化、世界規模での災害発生、世界の人口増加による需給ひっ迫など、食を取り巻くリスクは年々高まっていることから、生産者だけでなく消費者とともに取り組んでいく必要があります。

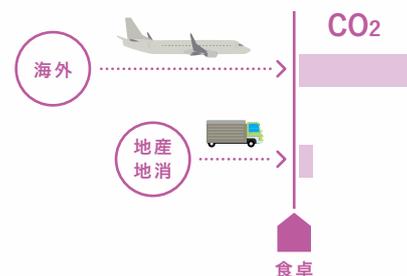
これからは夏野菜がたくさんお店に並ぶ季節。生産者の皆さんへの感謝の気持ちはもちろん、環境や農業などのことも考えながら、おいしく味わいましょう！

コラム

地産地消は環境にもやさしい！

フードマイレージを知っていますか？

フードマイレージとは、「食料の輸送距離」という意味で、食料の生産地から消費者の食卓に並ぶまでの輸送にかかった「重さ×距離」で表されます。フードマイレージの大きい食料、つまり遠く離れた生産地から届く食料は輸送や保管などにたくさんのエネルギーが使われていて、多くのCO₂(二酸化炭素)が排出されます。その点、地元産の食べものはエネルギーを抑えられるので、環境にやさしいといえます。



〔 地産地消のつながり 〕

つくる

生産者

- ◎ 消費者のニーズが把握しやすい
- ◎ 流通コストを削減できるので収益性向上につながる
- ◎ 消費者の声が届きやすくモチベーションにつながる



つなぐ

直売所

当JA直売所「旬彩蔵」「野菜市」は生産者と消費者をつなぐ場として、当JAエリア内8か所で営業しています。



たべる

消費者

- ◎ 新鮮でおいしい農産物を手に入れられる
- ◎ 食の安全・安心
- ◎ 地元の食文化について理解が深まる



\\ 直売所『旬彩蔵』『野菜市』ニュース //

▶ 毎週火曜日はポイントデー！

お買い上げ金額200円(税込)ごとに1ポイント貯まる「旬彩蔵・野菜市ポイントカード」を無料で発行しています。毎週火曜日はポイントが2倍貯まり、第4水曜日前日の火曜日はなんと5倍！500ポイント貯まると500円分の直売所利用券を進呈しています。



▶ JAカードでオトクにお買い物♪

お買い物の際に、JAカード(クレジットカード)でお支払いいただくと、ご利用代金ご請求時に5%割引となります(令和4年3月31日まで。一部対象外の商品があります)。JAカードをお持ちでない方は、ぜひこの機会にご検討ください！

▶ QRコード決済はじめました！

直売所でのお買い物時に、現金・クレジットカードに加え、QRコード決済が可能となりました。詳しくは店舗スタッフまでお問い合わせください。

▶ 地元のお米を販売しています！

当JAブランド米「にっしーライス輝」(5kg精米)をはじめ、管内産の玄米(10kgおよび30kg、30kgは期間限定)も取り扱っています。お米をご購入いただくと、200円(税込)ごとに2ポイント進呈しています。



▶ LINEはじめました！

当JAの公式LINEアカウントを開設しました！直売所イベント情報や貯金キャンペーンなど各種サービス情報をお届けしますので、ぜひ「友だち追加」をお願いします！登録方法など詳しくは14ページをご覧ください。

※端末によって一部表示できないページがあります。あらかじめご了承ください。

旬の地元農産物を味わおう!



キュウリ

シャキッとしたみずみずしい食感、そしてさわやかな風味が涼を感じさせる野菜。サラダや酢の物、漬物のほか、炒め物にも使えます。約95%は水分で、カリウムが豊富です。

ナス

煮る、焼く、揚げるなど、どんな調理法にも合う使い勝手のよい野菜。紫色はポリフェノール的一种で、抗酸化作用があります。老化やがんを予防する効果のある栄養素も含まれます。



ゴーヤー

独特の苦味は、胃液の分泌を促進し食欲増進効果があるとされ、夏バテ解消にぴったり。種とわたをスプーンなどでしっかり取り除き、塩もみしてサッと熱湯をかけると苦味が和らぎます。炒めても栄養価が損なわれにくいのがうれしいポイント。



4 旬彩蔵 たつの



◆ たつの市龍野町堂本704
☎ 0791(62)1011
🕒 9:00~17:00
🗓 第4水曜日・年末年始

3 旬彩蔵 福崎



◆ 神崎郡福崎町福崎新432
☎ 0790(24)1800
🕒 8:00~17:00
🗓 第4水曜日・年末年始

2 旬彩蔵 書写



◆ 姫路市書写875-8
☎ 079(266)3910
🕒 9:00~17:00
🗓 第4水曜日・年末年始

1 旬彩蔵 飾磨



◆ 姫路市飾磨区細江2706
☎ 079(235)8001
🕒 9:00~17:00
🗓 第4水曜日・年末年始

直売所『旬彩蔵』『野菜市』で



ジャンボピーマン

1個あたり15cm前後、150～200gほどにまで育ちます。一般的なピーマンに比べ甘みが強く、サラダなどの生食にもおすすめ。当JA管内では佐用地区を中心に産地が広がっています。



トウモロコシ

探検家・コロンブスが世界に広めたといわれている野菜。2～3枚の薄皮をつけたままゆでると風味が落ちにくく、甘さが引き立ちます。腸をきれいにするセルロースが多く、食物繊維の宝庫といわれます。



トマト

酸味が少ないピンク系と、うま味が高い赤系のトマトがあります。生で食べるのならピンク系、調理するのであれば赤系がおすすめ。うま味成分であるグルタミン酸が料理を味わい深くしてくれます。



8 さよう野菜市



📍 佐用郡佐用町円応寺450
☎ 0790(82)3577
🕒 9:00～17:00
🗓 祝日・毎月最終平日・年末年始

7 旬彩蔵 上郡



📍 赤穂郡上郡町竹万2311
☎ 0791(52)6800
🕒 9:00～17:00
🗓 第4水曜日・年末年始

6 旬彩蔵 赤穂



📍 赤穂市元町4-7
☎ 0791(43)5150
🕒 9:00～17:00
🗓 第4水曜日・年末年始

5 旬彩蔵 山崎



📍 宍粟市山崎町今宿100-4
☎ 0790(62)4209
🕒 8:00～17:00
🗓 第4水曜日・年末年始



▶ 当JA元理事が旭日双光章を受章されました

さまざまな分野の功労者に贈られる「春の叙勲」がこのたび発表され、平成14年から昨年6月まで当JAの理事として活躍された神崎郡神河町の廣納正さんが、国や公共に対しての功労者に授与される「旭日双光章」を受章されました。25年ほど前から農業委員として活動を続け、旧兵庫県農業会議の副会長も務めた廣納さん。地域農業の発展のみならず、県全体の農業振興にも力を注ぎ、「受章するとは思っていなかったのですが、ただただ驚いた。長年の活動が認められてうれしい。今後も元気な間は農業振興に努めたい」と話しました。



旭日双光章を受章した廣納さん

▶ 新品種のバジル導入で増産目指す

たつの市にある「たつのバジル生産部会」は、4月20日に新宮支店で総会を開き、生産者や関係者など25人が出席しました。会議では、昨年のべと病による被害や対応策などを報告するとともに、べと病に強い新品種の導入など今年度の計画を審議し、すべて承認されました。木南正巳部会長は、「新会員も加わり、情報交換をしながら希望の持てる生産活動をしたい」と話しました。同部会は平成25年に設立し、部会員数は17人。今年の収穫目標は55トンで、収穫したバジルはたつの市の(株)ささ営農で加工され、県内の食品会社に出荷されます。



活動報告や計画の説明を受ける生産者ら

▶ フェルトでこいのぼり作り

西播磨営農生活センターは4月13日、「フェルト遊びませんか」をテーマに、組合員・女性会向けの教室を開き、計13人がフェルトでこいのぼりを作りました。同センターの石田知子ふれあい生活指導員が講師を務め、参加者は数あるフェルトから自分好みの色を選び、パーツとなるうろこや目などを切り分けて、3匹のこいのぼりを色紙に並べました。同センターは昨年度、コロナ禍により教室やイベントがほぼ中止となりましたが、今年度は感染状況を確認しながら徹底した対策のもとで開催し、女性会会員の増加を目指します。



オリジナルの作品づくりを楽しむ参加者



できあがったフェルトのこいのぼり

▶ 夏野菜苗の即売会を実施

揖龍営農生活センターは4月22・23日の両日、夏野菜苗と肥料・農薬、玄米の即売会を揖西支店で開きました。会場ではトマトやピーマンなど約40種類、約4,000ポットの苗を用意。来場者は、「友だちにおすそ分けできるよう、上手に育てたい」と話しました。また、営農指導員らによる野菜づくりのミニ講座と営農相談も開催し、病害虫の見分け方や野菜が育ちやすい土づくりなどを説明。参加者は、「毎年うどんこ病が発生するがどう対策したらいいか」、「肥料の適量はどれくらいか」など、質問を交えながら熱心に聞き入りました。



元気な夏野菜の苗がズラリと並びました

令和2年産米の一次精算を実施しました

一次精算単価は下記の通りです。

●令和2年産米 一次精算単価一覧表 単位:円/30kg(税込)

区分	品種名	等級	仮渡金	一次精算金	米代金合計
うるち米	コシヒカリ (JA・MYひょうご)	1	6,300	66	6,366
		2	6,150	59	6,209
		3	5,650	39	5,689
	キヌヒカリ ヒノヒカリ きぬむすめ (JA・MYひょうご)	1	5,850	173	6,023
		2	5,700	167	5,867
		3	5,200	146	5,346
その他うるち	1	5,250	461	5,711	
	2	5,100	454	5,554	
	3	4,600	434	5,034	
酒米	兵庫夢錦 (JA・MYひょうご)	1	6,900	700	7,600
		2	6,200	670	6,870
		3	5,700	650	6,350
	白鶴錦他	1	7,500	100	7,600
		2	6,800	70	6,870
		3	6,300	50	6,350
もち米	もち (全品種)	1	6,150	823	6,973
		2	6,000	817	6,817
		3	5,500	796	6,296
加工米	加工米 (全品種)	1	4,750	174	4,924
		2	4,600	167	4,767
		3	4,100	147	4,247

※JA・MYひょうご以外はJA・MYひょうごから△150円

「JA・MYひょうご」とは?

兵庫米のうち、種子銘柄確認や栽培履歴記帳など5つの要件を満たしたお米を「JA・MYひょうご」のブランドで販売しています。ネーミングには、「米(マイ)」と、「私の～」を意味する「MY(マイ)」をかけて、消費者にとって自分のお気に入りのお米としてご愛顧頂けるようにという想いと、生産者やJAにとっても、兵庫独自のブランドとして自信を持って消費者にお届けできるようにという想いをこめました。

JA・MYひょうご 5つの要件

- 1 種子銘柄確認**
種子更新(品種の純粋性を供えた種子を毎年の稲作で用いること)により、銘柄確認ができます。
- 2 栽培履歴記帳**
栽培履歴を記帳することで、生産基準が守られていることが確認できます。
- 3 農産物検査**
登録検査機関による厳格な検査で、品質を保証します。
- 4 安全・安心検査**
残留農薬検査・DNA鑑定・カドミウム検査などを実施します。
- 5 JAグループ兵庫が取り扱うお米**
主要品種(コシヒカリ・キヌヒカリ・ヒノヒカリ・きぬむすめ・兵庫夢錦等)を対象とします。

[農作業ひとくちメモ]

梅雨入りに備えよう

雨が降り続くと、畑に水がたまったり排水が悪くなったりするので、常に排水対策を心がけておきましょう。また、この時期は雑草も伸びやすいので、手遅れにならないよう早めの除草が肝心です。

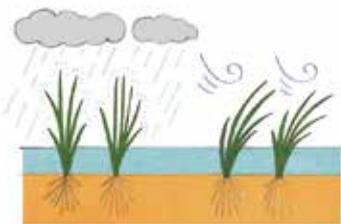
果菜類は摘心と誘引を欠かさず、込み合った葉や黄色くなった葉、病気の確認できる葉などは取り除き、風通しや日当たりをよくしておきましょう。

タマネギやジャガイモは、品種によって収穫時期は異なりますが、梅雨入り前の晴天の日に掘り起こし、乾かしてから貯蔵しましょう。梅雨に入り遅くまで畑に置くと、病害が侵入して貯蔵性が悪くなるので注意が必要です。





今月のテーマ 農業・農村の土の流出や土砂崩れを防ぐ機能



作物の葉や茎が土壌侵食を防ぎます。



雨水が田畑へ一時貯留されるため、地下水位の急上昇を抑えられます。

当JA管内には、農林水産省の「日本の棚田100選」に認定された佐用町の「乙大木谷の棚田」をはじめ、山間部などの傾斜地に作られた田畑がたくさんあります。このような田畑には、土の流出や土砂崩れを防ぐ働きがあります。

例えば、水を張っている田んぼは風雨から土壌を守り、下流域に土や砂が流れ出るのを防ぎます。畑の場合でも、土壌の上で育つ作物が雨粒の衝撃を和らげ、強風による土の巻き上げも防いでくれることで、土壌の侵食を抑える効果があります。

また、傾斜地に田畑を作ることで地面は平坦となり、結果、土の流出も抑えられます。そして、その田畑に降った雨は一時的に貯められ、ゆっくりと地下に浸み込むことで、地下水位の急激な変動が抑えられ、地滑りなどの災害防止にもつながります。

ただし、長い間耕作が放棄されると、田畑に雨水が貯まらず、地下水が急激に増え土砂崩れ等が起きやすくなる可能性があります。大きな災害を防ぐためにも、協力しながら農村を守りましょう。

健康豆知識

今月のテーマ

知って得する！健診結果の活用術

皆さんは健康診断の結果表を受け取ったら、どうされていますか？結果表には、検査日における「身体の状態」が表れています。内容を読み解き、生活習慣の見直しや、病気の早期発見、早期治療に役立てましょう。

健診結果はこう読む！

まずは基準値から外れている項目はないか、検査別判定(A〜F、左図)で確認しましょう。

ただし、A判定でも油断できない場合があります。例えば左図のHbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)を見ると、今回はA判定となつていますが、前回よりも基準値から外れる方向に動いています。また、体重や腹囲も増えているので、日頃の生活習慣を見直す必要がありそうです。

健診結果の活用術

1. 検査数値の変化を見る

今回の結果が基準値内であっても、以前に比べて数値が大きく変動したときや、徐々に基準値外に向かっているなら要注意です。変化を確認するためにも、結果表はしばらく保管しておきましょう。

2. 検査数値の原因を自分なりに振り返る

結果が良くても悪くても、生活習慣の変化に気付くチャンスです。良ければ継続し、悪くなつていれば生活習慣を見直して改善しましょう。

3. 「早期発見、早期治療」のチャンス逃さない

要精密検査や要治療の判定があつても、「健診で見つかった良かった」という気持ちで、早めに医療機関を受診しましょう。

(JA兵庫厚生連)



健診結果例

検査項目	基準値	今回		前回	
		検査別判定	判定	検査結果	判定
身長				171.8	171.1
体重				70.5	68.5
BMI	18.5-24.9	A		23.9	23.1
腹囲(cm)	男: 84.9以下 女: 89.9以下	C	C	94.0	89.0
中性脂肪(mg/dl)	30-149	E		104	78
HDLコレステロール(mg/dl)	40-99			61	64
LDLコレステロール(mg/dl)	119以下			E	141
最高(収縮期)	100-129	C	C	136	123
最低(拡張期)	84以下			84	78
尿糖	(-)	A		(-)	(-)
血糖(mg/dl)	60-99			91	89
HbA1c(%)	5.5以下			5.5	5.2

検査別判定について

A	異常が認められなかった項目
B	軽度な異常が認められる項目
C	指導を受ける必要がある項目
D	精密検査の受診が必要な項目
E	医療機関の受診が必要な項目
F	医療機関で引き続き受診が必要な項目

今月のテーマ 店舗での買い物はクーリング・オフ対象外

キャリーカートを店舗で購入した。帰宅後購入した商品を確認してみると、キャスターにストッパーが付いていないことが分かった。翌日、ストッパー付きのものがほしかったのでクーリング・オフをしたいと店舗に伝えたところ、できないと言われた。クーリング・オフが可能な期間であるのに納得できない。

回答

店舗で商品を購入した場合は、クーリング・オフができません。返品を受け付けてくれる店舗もありますが、その対応はクーリング・オフではなく店舗のサービスの一つです。クーリング・オフとは、訪問販売や電話勧誘など不意打ち性の高い勧誘により契約した場合に、一定の期間内であれば無条件で申し込みの撤回や契約の解除ができる制度です。なお、店舗と同様に通信販売も、不意打ち性の高い勧誘には該当しないので、クーリング・オフができません。クーリング・オフが可能な取引かどうか分からないときは、消費生活センターに相談してください。

(姫路市消費生活センター)

ストッパーが付いていない!?



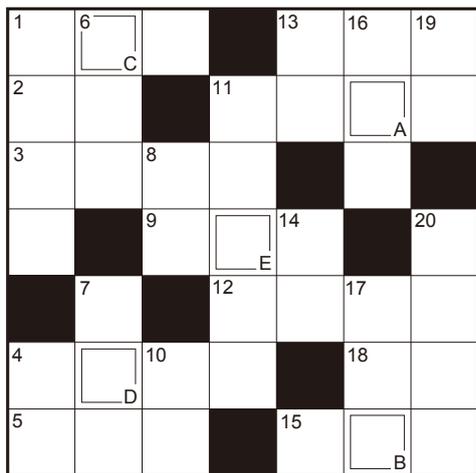
クーリングオフはできません...



不安なときは相談を！消費者ホットライン 188 (お近くの自治体の窓口をご案内します)

今月のクロスワード

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉はなんですか？正解者の中から抽選で20名様に「旬彩蔵」「野菜市」で使える1,000円分の直売所利用券をお送りします。



タテのカギ

- ① 新しい____が衆議院を通過した
- ④ 南の島に生えていそうな木
- ⑥ 水を引き入れ、稲を植えます
- ⑦ 傘や長靴、レインコートなどのこと
- ⑧ 船が進む方向を定める装置
- ⑩ 火を通していません
- ⑪ 酔った人がフラフラと歩く様子
- ⑬ 奈良公園にたくさんいます
- ⑭ アサガオが伸ばして巻き付ける物
- ⑯ 月がなくて真っ暗。____にカラス、____のちょうちん
- ⑰ 古池や____飛び込む水の音(芭蕉)
- ⑰ 6月の第3日曜日は____の日です
- ⑳ ささみや手羽、砂肝などの部位があります

ヨコのカギ

- ① お尻が光る水辺の虫
- ② 手相占いで恋愛____を見てもらった
- ③ 「森のバター」の異名がある果実
- ④ 桃やブドウの収穫量が日本一である県
- ⑤ ギリシャ文字の第18番目の文字。Σ、σと書きます
- ⑨ 独り立ちしています
- ⑪ こっちを通ると早く着くよ!
- ⑫ 石灰は土壌を____性に傾けます
- ⑬ オルカと呼ばれる生き物
- ⑮ 傘の先からポタポタ落ちます
- ⑮ 口の大きな爬虫類

● 4月号の答え

レンゲソウ

応募総数

593通



応募方法

ハガキにクイズの答え・住所・氏名・年齢・電話番号と、広報誌やJAに対するご意見、ご感想、最近の出来事等を書いてお送りください。当JAのホームページからも簡単にご応募できます。詳しくはホームページの「広報誌『詳しい広場』」をご覧ください。
※当選者の発表は賞品のお届けをもって代えさせていただきます。なお、いただいたご感想や最近の出来事等は、「今月のおたより」コーナーでお名前・ご住所(市町名のみ)とともに掲載させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

締切

6月25日
(消印有効)

宛先

〒670-0940
姫路市三左衛門堀西の町216
JA兵庫西企画課「クイズ」係
ホームページ <http://www.ja-hyogonishi.com/>

こちらからカンタンに応募できます。→



梅雨の季節ですね。暦の上で「入梅」の頃にあたる6月11日は、「傘の日」に定められています。農業にとっては大切な恵みの雨ですが、雨が続きと気分が沈みがちになることも。新しい傘や長靴で気分アップなんていかがでしょうか？



にっしー

◆子どもの頃、一面のレンゲ畑で遊んだり、お弁当を食べたりしたことを思い出しました。

(赤穂市平井幸江さん)

4月号のクロスワードの答えがレンゲソウだったことから、花かんむりやネックレスを作って遊んだなど、多くの方から思い出話が届きました。レンゲ畑を見かけると、子どもの頃のように寝転んでみたくなりますね。

◆紫宝茄子を種から育てています。

(神崎郡高岡俊一さん)

紫宝茄子は果実が大きく、重さは350〜500gほどにもなるそうです。柔らかくてジューシーらしいので、どんな料理にしようかと考えながら育てるのも楽しみのひとつですね☆

◆肉厚で濃厚な味わいの原木シイタケが大好きです。「旬彩蔵」では手頃な値段で販売しているので、うれしいです。

(赤穂市長棟聡子さん)

原木シイタケを見かける機会は少ないですね。今月号の「あぐりびと」で紹介した光森さんの原木シイタケは「旬彩蔵」「野菜市」全店舗に出荷されている

ので、ぜひ「賞味ください」！

◆花咲く山道をゆつくり散歩して、折り返し地点で大きな声で歌っています。

(佐用郡柴田ひとみさん)

自然の中で思いっきり歌えるなんて、気持ちよさそう！大きな声を出すのははばかられる、ご時世なので、思う存分歌ってリフレッシュしてくださいね♪

◆末っ子が4月から高校生になりました。通学に時間がかかるけど頑張つてね！お母さんも頑張るよ！

(姫路市青木弥生さん)

◆進学おめでと〜ございませ〜！充実した高校生活を過ごしてくださいね。お母さんも勉強や部活のサポート、お弁当作りなど大変ですが、楽しみながらできるといいですね☆

◆公式LINEが面白そう！早速登録します。

(姫路市中村勝宣さん)

4月から公式LINEがスタートしました。お役立ち情報を発信していきますので、「友だち登録」をよろしくお願ひします！

今月の運勢

(占い師:モナ・カサンドラ)



3/21~
4/19

牡羊座 全体運／おおむね順調です。心配事があるなら独りで抱え込まず相談を。良い知恵を出してもらえそう。買い物は後半が吉
健康運／頑張り過ぎは体調不良のもと。適宜休憩を
幸運の食べ物／サヤインゲン



4/20~
5/20

牡牛座 全体運／初夏を感じられる散歩コースで気分も運気もアップ。いつもより少しだけ行動範囲を広げて。新製品にツキあり
健康運／腹も身の内。食べ過ぎに気を付けて
幸運の食べ物／ゴーヤー



5/21~
6/21

双子座 全体運／やる気が新しい扉を開きます。興味があることはそのままにせず調べてみましょう。新しいことへのチャレンジが吉
健康運／上昇中。筋力アップの運動がおすすめ
幸運の食べ物／パプリカ



6/22~
7/22

蟹座 全体運／上昇運。滞っていたことも動きだして息づけます。下旬からは自分のやりたいことを優先してOK。音楽鑑賞にツキ
健康運／寝不足に注意。体調を見ながらゆっくり
幸運の食べ物／ツルムラサキ



7/23~
8/22

獅子座 全体運／気持ちが悪くときは深呼吸を。慌てなければ実力を発揮できます。習い事や友人とのおしゃべりの時間を大切に
健康運／足浴やマッサージで足元をケアして
幸運の食べ物／梅



8/23~
9/22

乙女座 全体運／目標は高めに。自分を甘やかさない姿勢が高評価につながります。後半は味方が増えそう。地元のお店にツキ
健康運／香りの良いお茶でリラックス。散歩も◎
幸運の食べ物／ナス



9/23~
10/23

天秤座 全体運／実力発揮の好機。スケジュールを調整し、できるだけたくさんの人と連絡を取って。新しい話は丁寧に検討を
健康運／前半は無理をしないで。後半は行動力アップ
幸運の食べ物／キャベツ



10/24~
11/22

蠍座 全体運／懐かしい人、懐かしい場所とご縁がつながります。頼まれ事は引き受けてみて。あなたからのお願いも◎
健康運／体を柔らかくするストレッチがおすすめ
幸運の食べ物／キュウリ



11/23~
12/21

射手座 全体運／交友関係が活発化。判断に迷ったときは今までにやったことのない選択肢を優先すると吉。うれしい贈り物の予感
健康運／弱い部分のケアを。名医に出会えそう
幸運の食べ物／トウガラシ



12/22~
1/19

山羊座 全体運／予定変更が多そう。イラッとしても顔に出さないように。臨機応変に動いて乗り切りましょう。遅刻には注意を
健康運／体調不良は休養を取れば回復。気にし過ぎは禁物
幸運の食べ物／トウモロコシ



1/20~
2/18

水瓶座 全体運／大きな運の後押しがあり前進のとき。問題があっても歩みを止めないで。知恵を出し合えば解決へと向かいます
健康運／無理な動きは控えて。腰痛やけがに注意を
幸運の食べ物／ジュンサイ



2/19~
3/20

魚座 全体運／厳しい状況は次第に改善の兆しを見せてきます。手間と時間のかかる方法が結果的には最善、最短の予感です
健康運／楽しく体を動かせる体操がおすすめ
幸運の食べ物／オクラ

JA兵庫西キャンペーン夏 ～2つのラインナップ～

下記期間に定期貯金キャンペーンを実施いたします。この機会に、ぜひご利用ください。

キャンペーン期間：7月1日(木)～30日(金)

対象：通帳式にて新規お預け入れの個人限定

金利コース

金利アップ定期貯金

預入期間
1年

0.06%

年

税引後0.048%

懸賞金コース

懸賞金付定期貯金

20万円

ドリームチャンス

当選本数合計 15,345本
(募集総額150億円/15組)

特賞	10万×15本	1等	3万×150本
前賞	5万×30本	2等	2万×150本
		3等	5万×15,000本

当ててうれしい!

(特賞と前賞を含む)

JA兵庫西の 公式LINEアカウントを開設!

当JAは公式LINEアカウントを開設し、直売所「旬彩蔵」「野菜市」のイベント情報や旬野菜のかんたんレシピ、キャンペーン情報などをお届けしています。ぜひ、「友だち追加」をお願いします☆

旬彩蔵イベント

各店のイベント情報を確認できます。

野菜のお役立ち情報

旬野菜を使ったレシピや、家庭菜園ガイドを掲載しています。

クーポン

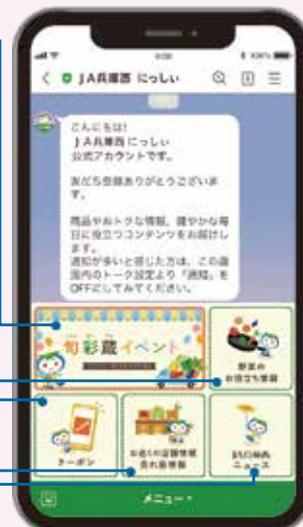
直売所で使えるクーポンを配信。おトクに買い物を楽しんでください☆

店舗情報

「旬彩蔵」「野菜市」の営業時間や地図、売れ筋情報を確認できます。

JA兵庫西ニュース

貯金キャンペーンなどの金融情報や、全国の農産物がお取り寄せできる「JAタウン」などの情報を掲載しています。



(画面のイメージ)

友だち追加は
こちらから→



新登場!

契約者限定

Webマイページ

「もっと身近で、もっと便利で、もっと安心・満足いただける」JA共済でありたい。みなさまとつながり、お一人おひとりに寄り添ったサービスをお届けしたい。そういった想いから生まれた新たなサービスが「Webマイページ」です。

24時間365日、いつでもスマートフォンやパソコンからアクセスが可能!

携帯電話番号やご家族連絡先の登録で、お手続きのご連絡を迅速かつ確実に!

住所・電話番号の変更がWeb上のお手続きで完結!
※お手続きの範囲は順次拡大!

ご契約内容の確認がかんたんに!

Webマイページ
登録キャンペーン

「Webマイページの登録をするだけで」
豪華賞品が当たる!

2,400

ご応募はこちらから

対象期間 2021年4月16日～2022年3月31日

詳しくはお近くのJAにお問い合わせください。

※当選者の発表は賞品の発送、お届けをもってかえさせていただきます。



新登場!

JA共済アプリ

のご案内

みなさまとJA共済がワンタッチでつながる。もしものときの連絡もアプリから! 暮らしに役立つコンテンツが満載!

健康・子育てなどのお役立ちコンテンツが満載!

カメラやGPSを利用してその場ですぐに事故連絡!

Webマイページへワンタッチアクセス!

ご契約されているJAへの連絡がもっとかんたんに!



詳しくは「JA共済アプリ」をダウンロード!



JAドリームニュース

美しい車を、
お約束します。

JAドリームSSでは、汚れ落としはもちろん、ワックス掛けや撥水コートなど、自慢の洗車コースで皆さまのお車をピカピカに仕上げます。ぜひお近くのSSまで気軽に越してください！

市川SS

市川町西川辺555
☎0790-26-0059

福崎SS

福崎町西治495-1
☎0790-22-0751

山崎SS

山崎町今宿92-1
☎0790-62-2306

佐用SS

佐用町佐用3518-1
☎0790-82-2032

理事会だより

第1回 令和3年4月27日(火)

第1号議案 令和2年度 資産自己査定結果について

第2号議案 令和2年度決算書類(事業報告・貸借対照表・損益計算書・剰余金処分案・附属明細書及び注記表)の承認について

第3号議案 第20回通常総代会の開催方法・地区別総代説明会の開催中止および開催概要・提出議案について

第4号議案 法人の組合員加入について

第5号議案 職員他団体役員への就任の承諾について

第6号議案 令和3年度 賞与支給方針について

第7号議案 「FinTech企業等との連携及び協働にかかる方針」の改正手続きについて

第8号議案 貸出金理事会決定案件について

第9号議案 共済規程の変更について

協同の成果

令和3年4月末現在

組合員数	104,802人
出資金	125億3,123万円
貯金	1兆4,508億7,013万円
貸出金	2,980億3,945万円
長期共済保有	1兆8,023億5,076万円
購買品供給高	6億809万円
販売品販売高	4億522万円
職員数	961人

総代会に向けてのご案内

今年度は新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、6月中旬に予定していました地区別総代説明会については中止とさせていただきます。

また、6月25日(金)に開催予定の第20回通常総代会につきましては、別途、招集通知のご案内時に詳細についてご説明いたしますので、ご確認下さいませようお願い申し上げます。

新採用職員募集のお知らせ

職種：総合職・一般職・技能職(介護・農機)

採用予定人数：30名程度

応募資格：○大学院、大学、短大を令和4年3月に卒業見込みの者

○満26歳未満(令和4年4月1日時点)の既卒者も可

選考方法：書類選考、筆記試験、グループ討議、面接試験(予定)

問い合わせ：兵庫西農業協同組合 人事部

〒670-0940 姫路市三左衛門堀西の町216番地

☎ 079-289-8426 ✉ jinji2@ja-hyogonishi.jp

※「マイナビ 2022」エントリーが必須です。詳しくは下記の URL よりご覧ください。

<https://job.mynavi.jp/22/pc/search/corp77102/outline.html>



お住まい探し、資産の相談はJAへ

売地(仲介)

●姫路市広畑区(広畑小学校区)
59.41坪 約1,257万円

●アグリア堂本II(イオン竜野店南)
(小宅小学校区)
45.28坪 約1,087万円
60.80坪 約1,399万円

●さくらタウン島田(赤穂小学校区)
建築条件なし
約99坪～1,501万円～2区画

●赤穂市野中・砂子土地区画整理組合
(赤穂・坂越小学校区)
保留地 約42坪～670万円～51区画
<https://ako-nonakamanago.jp/>

●赤穂市浜市土地区画整理組合(坂越小学校区)
保留地 約40坪～595万円～19区画
仲介手数料・水道負担金・下水道負担金 無料
※赤穂市からの各種助成もあります。

●赤穂市新田(塩屋小学校区)
76.23坪 約1,200万円

貸地(仲介)

●姫路市上手野(事業用定借)
実面積約346坪 24.2万円/月

土地のご相談はJAへ

※本誌制作中に内容が変更となった場合はご容赦ください。
JA兵庫西ホームページにも物件情報を掲載していますので、ぜひご覧ください。

生活相談課 TEL079(282)0771

JA兵庫西の土地情報

検索



定休日

土・日曜日・祝日

編集後記

6月21日は昼が一番長い「夏至」ですね。とはいうものの、季節的には梅雨なので日光に当たる機会も少なく、なんとなく気持ちもどんよりしがちですが…晴れた日には青空を見上げ、気持ちをリセットしたいものですね☆(M)



今月のやさい

ナス



蒸し暑い季節、
ナスと素麺で夏バテ防止に

ナスと
白身魚の
素麺

材料 2人分/1人あたり397kcal

ナス	3本	○A	
オオバ	10枚	醤油	大さじ1
白身魚	切り身2枚	ごま油	大さじ1
素麺	100g	だし汁	100ml
ごま油	大さじ2	塩	小さじ1/4

<盛り付け用>

炒りごま 適量

ワンポイント

ナスに含まれるポリフェノールは抗酸化作用があるので老化防止に。油との相性が良く、しっかり炒めることで体に吸収されやすくなります。

白身魚はスズキやタチウオ、手に入ればハモなどがよく合います。

作り方 調理時間:15分

- ① ナスは1cm幅の半月切り、オオバは千切りにし、白身魚は一口大にカットする。オオバは盛り付け用に適量を分けておく。
- ② 素麺は1~2分ゆでたらザルにあげ、流水で冷やして水気を切っておく。
- ③ フライパンにごま油をひき、ナスと白身魚を中火で火が通るまで炒める。
- ④ ②と③、オオバをAの調味料で和えて、器に盛る。最後に、盛り付け用のオオバと炒りごまをトッピングする。

監修

MIKI TERUYAMA
照山 美希さん



おもてなし料理研究家。料理教室「おもてなしサロンプチャムーレ」を中心に、企業へのレシピ提供やカフェのオープンなど、幅広く活動。