

にっしいひろば

▶ 農と暮らす あぐりびと

イチゴの栽培に挑戦
新規就農で
地元を盛り上げたい

▶ 特集

今すぐ
使ってみたい
毎日の生活に
役立つ裏技

秋の味覚イチジクは
おしりがちよつぷり
開いた頃が食べごろ

9

2021
vol.246

毎月1回発行 通巻第246号
兵庫西農業協同組合



農と暮らす あぐりびと

第18回

イチゴの栽培に挑戦
新規就農で地元を盛り上げたい



農業で太子町を
盛り上げます!

揖保郡太子町
栗岡 弘明さん(28)
ひろあき

栗

岡さんは今年6月、太子町で初の認定新規就農者になり、家族とともにイチゴの栽培に取り組んでいます。認定を受け、計15アールの軽量鉄骨ビニールハウス4棟を建設。現在は12月の出荷を目指し、「紅ほっぺ」や「章姫」あきひめ、「おいしいベリー」など5品種を栽培しています。

もともと中古車販売店で働いていましたが、農業をやりたいと思い募り、退職。町の発展につなげようと、同町では専業農家のいないイチゴを選びました。そして、県内外の様々な農家を見学する中で、赤穂市の「まるおファーム」が作るイチゴの美味しさに感動し、その場で弟子入りを決意。約1年間師事した後、農業大学校でさらに1年間栽培のノウハウを学びました。

9月20日頃の定植を目指し、3月から9,500ポットの苗を準備しています。「ひと通り栽培を経験してきたが、規模が違うので病気や害虫などに細心の注意を払っている。婚約者や両親、姉が苗作りや出荷準備などを手伝い、応援してくれる」と、家族への感謝を忘れません。

「イチゴは非常にデリケート。品種や



①ズラリと並んだ苗は、家族の協力を得ながら管理。3～7月にかけて、親株から二次親株や子株を増やします②朝採れイチゴを使ったイチゴ大福。「菓子工房夢佳」では加工品も販売します③建設が進むビニールハウス。シーズンになれば、ハウスの横に直売所を設置する予定です④イチゴづくりだけでなく、販売用のパッケージにもこだわり、栗岡さん自らがデザインしました

昨

時期などによって味が変わるので、不安との戦いもある。夜の湿度は病害の発生原因にもなるので、昼間は土が湿り、夜は表面が乾くよう、複数回に分けて水やる。『まるおファーム』の丸尾友明さんにも、灌水量や養液の濃度をこまめに確認するようにとアドバイスもらった」と、日々の管理を入念に行います。

年は農薬で栽培を学
びながら、「TAISHI
farm」の名前で朝採れイ

チゴをJA兵庫西直売所「旬彩蔵たつの」や大手スーパーに出荷するほか、地元の菓子店や福祉施設などへも販売しました。「食べることはもちろん、見ただけでも笑顔になれるのがイチゴの魅力。自分の作ったもので喜んでもらえるのはうれしい」と、笑顔で話す栗岡さん。自分が魅了された、「まるおファーム」のようなおいしいイチゴを作りたいと、努力を重ねます。

母親が同町で経営する「菓子工房夢佳^{ゆめが}」では、イチゴ大福やイチゴ酢、コンフィチュールに加工して販売。さらには、冷凍イチゴのみを使ったかき氷の試作準備も進んでいます。「来年2月にはイチゴの観光農園を開く予定で準備を進めている。今後は、夏場に収穫できるブルーベリーやイチジクなどの栽培も検討している」と、目標に向かって挑戦を続けます。

今すぐ使ってみたい

毎日の生活に役立つ

裏技

URAWAZA

普段当たり前のようになっている家事や炊事、掃除……。そんな日々の仕事も、ちょっとした工夫で効率化できたり節約できたりするかもしれません。例えば、お金をかけて購入していたものも、身近なもので代用することができたりします。今回は、「もっと早く知ってよかったかった」「友人や知人に紹介してみたい」と思うような、毎日の生活に役立つ裏技を紹介します。





URAWAZA
#001

美味しいお米の炊き方

方法

- ① お米1合につき、氷を2〜3個入れて炊く

解説

お米のでんぷんが糖分になる温度は約80℃といわれています。氷を入れると一気に沸騰するのを防ぐことができ、低い温度からじっくりと炊き上げることで、甘みのあるごはんにすることができます。沸騰までの時間を長くすることが肝心なので、冷水でも代用可能です。



POINT

1合につき200mlの水が適量です。あらかじめカップ(200ml)に氷を入れてから水を足して計量すると、ちょうどよい分量になります。

URAWAZA
#002

ピーマンの種を一瞬で取り除く

方法

- ① ヘタの部分を親指でぐっと押し込み、種ごと中に落とし込む
- ② 落としたヘタと種を取り出す

解説

指で押すだけなのでとても簡単です。こんなに一瞬なのかとびっくりするほどですので、是非試してみてください。



POINT

中に落としたヘタや種が取り出しにくい場合は、縦半分に切り込みを入れると取り出しやすくなります。

URAWAZA
#004

ゆで卵の簡単な剥き方

方法

- ① ゆで上がった後氷水につけて一気に冷ます
- ② テーブルなどに軽く打ち付け、ヒビをいれる
- ③ 手のひらでぐるぐると押しながら一回転させ、全体にヒビを入れてから剥く

解説

急激な温度変化によって、殻と中身の間に隙間ができます。殻を剥くときは、水に浸した状態で行うと、割れ目から水が入り込むのでより剥きやすくなります。

POINT

卵はゆでる直前まで冷蔵庫で冷やしておきましょう。
③の作業をするときは、卵の形が崩れないよう力の入れすぎに注意しましょう。



URAWAZA
#003

レモンの果汁をたっぷりしぼる

方法1

- ① まな板の上にレモンをのせ、手のひらで押しながらコロコロと転がす
- ② 包丁でカットして、手でしぼる

方法2

- ① 電子レンジで600W・30秒ほど加熱
- ② 包丁でカットして、手でしぼる

解説

物理的に圧力を加えたり、温度を上げることでレモンの細胞壁が壊れ、皮が柔らかくなることで、より多くの果汁をしぼることができます。

POINT

しぼる前にフォークで数カ所突き刺して、果肉をほぐしてからしぼるとよりいっそう効果的です。



URAWAZA
#001家庭菜園用の虫除けスプレーを
自作する

[材料] ◆米酢…500ml ◆トウガラシ(鷹の爪)…10本 ◆ニンニク…1~3片

方法

- ① トウガラシの種を取り除く
- ② ニンニクは皮を剥き、包丁で押しつぶす
- ③ ①②を米酢に加え、30~60日間漬け込む
- ④ 原液1mlに対し、水300mlで希釈し使用する

解説

トウガラシに含まれるカプサイシン、ニンニクのアリシンという成分は、どちらも害虫の忌避剤としての効果が期待できます。またお酢には抗菌作用があるので、病原菌対策にもなります。



POINT

原液の分量は、状況に応じて2倍、3倍に増やすことも可能ですが、植物の生育に影響が出ないよう注意が必要です。

URAWAZA
#002いつもは捨てていたもので
肥料を作る

[材料] ◆乾燥させたコーヒーかす…500g ◆腐葉土…700g
◆米ぬか…500g ◆アロマオイル…適量
◆段ボール…1箱(80サイズ) ◆新聞紙…2・3日分 ◆タオル

方法

- ① 段ボールに新聞紙を敷く
- ② ①に腐葉土と米ぬかを入れよく混ぜる
- ③ コーヒーかすとアロマオイルを入れ軽く混ぜる
- ④ タオルで覆って固定し、雨が入らない風通しのよい場所で保管
- ⑤ 発酵を促すため1日1回は混ぜ空気を取り込む
- ⑥ ⑤を3カ月繰り返したら完成

解説

米ぬか・コーヒーかすには、植物の生育のために大切な窒素やリン酸が含まれています。毎日混ぜることで、腐葉土の中にいる微生物の分解・発酵が進み、良質な肥料となります。



POINT

段ボールは直接地面には置かず、逆さまにした植木鉢などの上に置くことで、風通しをよくすることができます。

URAWAZA
#003意外な効果？
お米のとぎ汁で床掃除

方法

- ① お米のとぎ汁をスプレーボトルにいれる
- ② 床の気になる汚れに吹きかけ、雑巾で拭く

解説

お米のとぎ汁には、脂質やでんぷん、界面活性剤の役割をもつたんぱく質が含まれているので、油污れなどが落ちやすくなります。床掃除だけでなく、食器のつけおき洗いにもおすすめです。



POINT

とぎ汁は日持ちせず臭いがしてくる場合もあるため、作った日に使い切るようにしましょう。

いかがでしたか？ 普段の日常生活がより豊かになるような裏技を紹介してきました。
皆さんもぜひ試してみてくださいね。



▶ 赤穂市と神河町の生産者が新商品でタッグ

赤穂市の丸尾牧場が直営するジェラートショップ「TETE」と、神河町のアグリノベーション神河(株)はこの夏、「ニンジン^{ニンジン}のソルベ」を共同で開発し、TETEで店頭販売を始めました。アグリノベーション神河が生産・加工したニンジン「京くれない」のジュースを、TETEがソルベに加工。TETEの丸尾美香店長は、「素材の味をしっかり出している。京くれないは甘みが強く、ニンジンの苦手な子どもでも食べやすい」と、自信を見せます。8月からはカップ入りの同商品を、「旬彩蔵福崎」と「旬彩蔵赤穂」で限定販売(1個400円)しています。



アグリノベーション神河の柴田部長(左)とTETEの丸尾店長(右)

▶ ジャンボピーマンの灌水作業を軽減化

佐用町を中心に栽培されるジャンボピーマンの出荷が始まりました。一般的なピーマンに比べ大型で甘みが強く、11月頃まで当JA直売所「旬彩蔵」やスーパーなどで販売します。JA兵庫西さようジャンボピーマン部会では、栽培するうえで負担の大きい水管理の省力化を目指し、ソーラーパネルを使った自動灌水装置の導入を3年前から進めるなど、工夫を凝らしています。部会員の梅本正見^{まさみ}さんは、「設定した時間に自動で給水するので助かっている。今後は追肥を改良し、さらなる品質の向上を目指したい」と話しました。



ジャンボピーマンを栽培する梅本さん

▶ 若い力で契約栽培に挑戦

佐用町にある(株)山本営農は、大手スーパーとスイートコーンの契約栽培を今年から始め、衣本優時^{ゆうじ}さん(23)と豊岡拓実^{たくみ}さん(24)が、30アールの畑で糖度が20度前後になる「おおもの」を15,000本栽培しました。収穫時期は7月で、豊岡さんは、「作業は体力勝負なので、若い人に向いていると思う」と話し、二人の同級生で休日に作業を手伝う稲田祥弥^{しょうや}さんは、「野菜の成長過程が分かって面白い」と笑顔を見せました。衣本さんは、「耕作放棄地が増える中、少しでも多くの田畑に農作物を育てたい」と、意気込みます。



スイートコーンを栽培する(右から)豊岡さん、衣本さん、稲田さん

▶ 出荷用のスイカ栽培に取り組む

たつの市御津町の御津西部営農(株)は、今年から出荷用スイカの栽培を始めました。当JA揖龍営農生活センターが、地域の新たな重点品目としてスイカを選定し、同センター管内の生産者に提案。今年度は、9生産者が計35アールで栽培しました。同社では、三輪敏彦さん、松川伸一さん、林幸男さんが中心となり、大玉スイカ「千姫西瓜」と小玉スイカ「ミラクルスイート」計400本ほどを定植。松川さんは、「大玉スイカは収穫前の天候不良で糖度が上がらず苦労したが、小玉スイカは順調に生育した」と話しました。



JA直売所「旬彩蔵たつの」への出荷準備をする担当者



▶ ナスの契約栽培に奮闘

姫路市夢前町の森本龍彦さん(33)は、今年からナスの契約栽培を始め、地元の漬物製造会社に出荷しています。「千両」と「筑陽」の計400株ほどを約10アールで栽培し、「1株から150本の収穫を目指し、JA職員とともに栽培管理を見直した。切り戻しや摘心など、少し手を加えることで収量が変わることが面白い」と話します。「今は一つひとつ手作業だが、ほ場内の病害虫の発生をセンサーで感知したり、大きさがすぐに測定できるような技術があれば導入したい」と、作業効率を上げるための機械化も視野に入れます。



収穫作業を進める森本さん

▶ 地域農業の将来を考え模索を続ける

佐用町^{さねもり}の真盛営農組合は、農業機械の共同利用や耕作放棄地での薬草栽培など、さまざまな工夫で地域農業の発展に努めています。現在は法人化も視野に入れ、高見俊男組合長は、「農業も他の業種と同じように『仕事』になればと思う。経営を安定させ、安心して農業に従事できる環境を整えることで、若い世代の参加や育成につなげたい」と話しました。同組合は現在、地区39戸のうち20戸が加入して、有機肥料にこだわったコシヒカリや黒大豆を栽培。黒大豆は、毎年10月に国道179号線沿いの直売所で、黒枝豆として販売しています。



真盛営農組合の高見俊男組合長(左)と高見省二さん(右)

▶ 特殊詐欺被害を未然に防止しました

当JA 船山支店と高浜支店は、特殊詐欺被害の未然防止に貢献したとして、警察署から感謝状を受け取りました。現在も各地で、医療費の還付金が受け取れるなどと誘い、ATMを操作させて詐欺グループの口座に送金させるといった、さまざまな金融犯罪が多発しています。JA職員や警察官等が暗証番号をたずねることは一切ありませんので、くれぐれもご注意ください。なお、不審な訪問や電話があった場合は、最寄りの支店や警察署までご相談ください。



船山支店(左)と高浜支店(右)に感謝状が授与されました

▶ 「スマート田んぼダム」で作業軽減と地域防災

たつの市揖保川町の(株)たつのアグリは、水田の給排水栓をスマートフォンなどで遠隔操作できる機器を導入しました。農林水産省の「スマート田んぼダム実証事業」の一環で、全国的にも先進的な事例。給排水作業が軽減されるほか、豪雨時などには行政と連携して田んぼダムとして活用することで、地域の防災も担います。同社の岸野昇社長は、「田んぼまで出向いて水量を確認する作業は8割ほど減るのではないかな。今後、収量やコスト面でどれだけ効果があるのか検証しながら、来年以降につなげたい」と話しました。



自動給排水機器の導入で地域防災にもつなげます

つきたてのお米は「ライスプラザ荒川」で

荒川支店に隣接する「ライスプラザ荒川」では、当JA管内の生産者が丹精込めて栽培した、安全・安心なお米を販売しています。

取り扱う主な品種はコシヒカリ・キヌヒカリ・きぬむすめ・ヒノヒカリで、1kg単位での購入が可能。その場で精米してお渡しするので、風味豊かで味わい深いお米を楽しむことができます。

また、店頭イベントも定期的に開催しています。内容の詳細は同店のツイッターでお知らせしていますので、この機会に是非フォローをお願いします！

取り扱い品種(令和3年8月現在) ※時期によっては取り扱いのない場合があります。ご了承ください。

品 種	規 格	価 格 (税 込)	商 品 特 徴
コシヒカリ	kg単位	374円	粘りが強く、食味に優れたお米です。
	2等30kg/袋	8,750円	
キヌヒカリ	kg単位	351円	絹のように白く艶やかな光沢があり、香りも良いお米です。
	2等30kg/袋	8,350円	
きぬむすめ	kg単位	351円	コシヒカリよりたんぱくですが、粘りがあり柔らかく、炊飯米が白いお米です。
	1等30kg/袋	8,500円	
ヒノヒカリ	kg単位	351円	コシヒカリに似た食味で粒が厚く、粘り強くツヤのあるお米です。
	1等30kg/袋	8,500円	

● ライスプラザ荒川

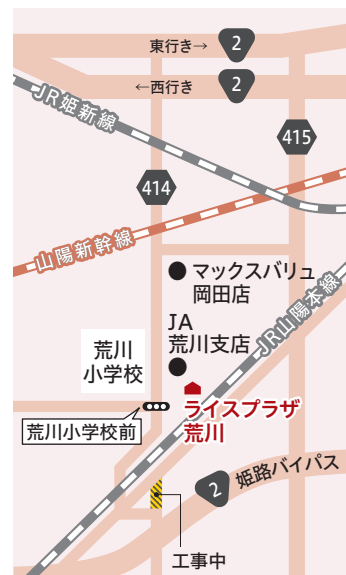
住 所 〒670-0983 姫路市井ノ口48-1(駐車場10台)

電話番号 079-297-3677 営業時間 9:00~17:00 定休日 土・日・祝日



ツイッターは
こちら

アカウント名 JA兵庫西ライスプラザ荒川
ID名 @arakawa_rice



[農作業ひとくちメモ]

土壌酸度の調べ方と酸度矯正

野菜にはそれぞれ、好みの土壌酸度(pH)があります。一般的に、作物の生育に適しているのは弱酸性といわれていますが、アルカリ性や中性を好む場合もあるので、それぞれの作物に最適な土壌酸度を確認しましょう。

日本は雨が多く、土壌が酸性に傾いている場合が多々あるので、植え付け前に土壌酸度を計測することが大切です。測定方法としては、土壌酸度計を直接地面に差し測る、pH測定キットを使って土を水で溶いた上澄みと試液を混ぜて色の違いから測るなどさまざまです。

酸度が分かれば、栽培作物の適正酸度をもとに必要な量の石灰を施用します。消石灰を使う場合は、散布から植え付けまで2週間程度空けましょう。



ホウレンソウ

栽培のポイント

① 種まき前に石灰を

畑の酸度(pH)が酸性に傾いていると生育が悪くなるので、種まきの2週間ほど前に石灰をまき、中和させておきましょう。また、畑の周囲には排水溝を設けるようにしましょう。

② まき溝は平坦に

種をまく時、まき溝の底面に凹凸があったり覆土の厚さにムラがあったりすると、発芽や生育が不ぞろいになります。底面はできるだけ平らにしておきましょう。そして発芽するまでは、表面が乾いてきたら水をやるなど適切な湿度状態を保ちましょう。

③ 間引きで品質の良いものを

生育の遅いものや葉形の悪いものを間引き、葉と葉が重なり合わない程度にします。株が張った良品を育てるには、広めの株間がおすすめです。



品種
・強カオーライ
・ソロモン

栽培カレンダー

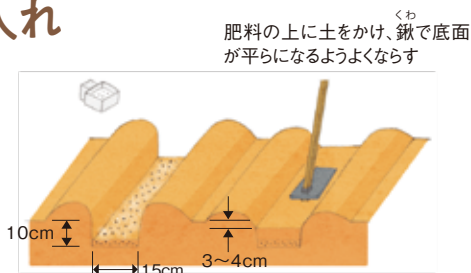


1 畑の準備

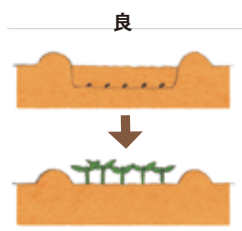
畑全面に完熟堆肥と石灰をまいて深く耕す。排水不良のところは立ち枯れが出やすい。秋まきは台風シーズンなので、ところどころに溝をつくり、畑全体の排水対策をしておく

2 元肥入れ

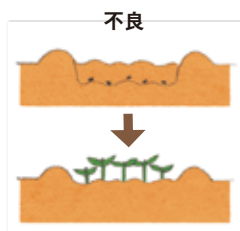
〈畝の長さ1m当たり〉
化成肥料: 大さじ5杯



肥料の上に土をかけ、鍬で底面が平らになるようくわす



まき溝の底面が平らで覆土の厚さが均一なら、発芽や生育がよくそう

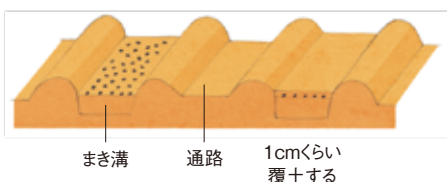


まき溝の底面にでこぼこがあったり、覆土の厚さにむらがあると発芽や生育が不ぞろいとなる

3 種まき

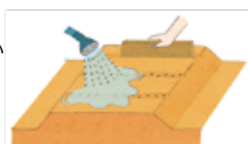
種をまく前に溝全体にたっぷり水をまいておく

溝まきの場合
2cm四方くらいに1粒
ずつばらまきする



ベッドまきの場合

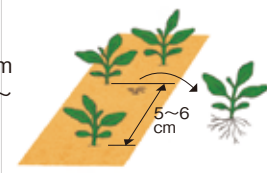
板切れで15cm間隔に、幅2cm、深さ1cmくらいのまき溝をつけ、1.5~2cm間隔で条まきする。1cmくらい覆土した後、たっぷり水をまく



4 間引き

●第1回
本葉1枚のころ
3~4cm間隔に

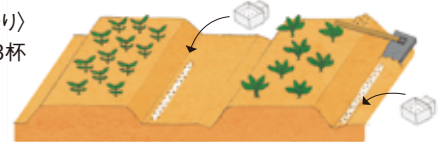
●第2回
草丈が7~8cm
に伸びたとき、5~
6cm間隔に



5 追肥

第1回、第2回間引きの後、畝間に化成肥料を施し、軽く耕し込む

〈畝の長さ1m当たり〉
化成肥料: 大さじ3杯



6 病虫害防除



ヨトウムシ
周辺に雑草が多いと被害が大きい。べた掛け資材を被覆するか殺虫剤を散布する

べと病
密植で発生しやすい。早めに殺菌剤を散布する

7 収穫

草丈が25cm程度になったら収穫する。通常流通しているものより大きく、30cmくらいになっても味が楽しめる

東洋種

雑種





今月のテーマ

農業を通じた環境教育



園児や児童による田植え



小学生の豆腐づくり

農産物の生産や環境保全など、私たちの暮らしに欠かせない農業。その役割や重要性を幅広い年代に知ってもらおうと、各地で体験学習などの食農教育が開かれています。

当JAでも園児や児童らを対象に、田植えや稲刈り、ジャガイモやサツマイモの収穫体験、大豆を使った豆腐づくりなど、農業に関するふれあい活動を展開。土や自然とふれあいながら農作物の栽培や加工に携わることで、生命の大切さや食料の恵みに感謝する心を育んでいます。また、地元農家や女性会などの協力団体の方々にも参加いただき、一緒に農作業をすることで交流も深めています。

今後も様々な体験を通じて、次世代へ農業・農村・食料の大切さについて理解を深めてもらうとともに、農業の魅力を伝える活動を展開していきます。

健康豆知識

今月のテーマ

コレステロールって、なに？

コレステロールは、人間の体に存在する脂質のひとつです。有害物質のように見られていますが、細胞膜や各種のホルモンなどを作る材料となり、体に必要な物質です。2〜3割が体外からとり入れられ、7〜8割は肝臓などで合成されています。

「悪玉」コレステロールと

「善玉」コレステロール

血液中にとけ込むコレステロールには、肝臓のコレステロールを体全体に運ぶ役割を持つLDLと、血管壁にたまったコレステロールを肝臓に運ぶ役割を持つHDLがあります。LDLは体にコレステロールをためるの「悪玉」、HDLは回収するので「善玉」と呼ばれています。

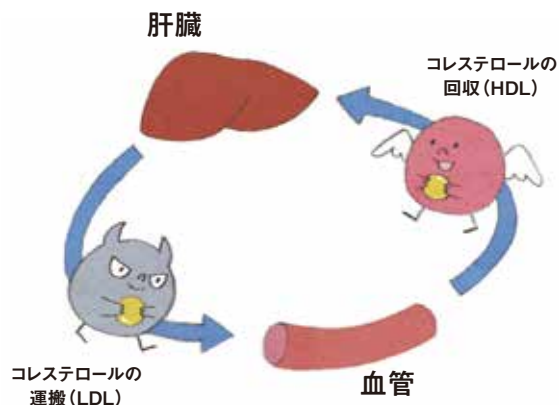
そして、このふたつのバランスが崩れ、血液中のコレステロールが過剰となるのが、「脂質異常症」と呼ばれる状態です。血中脂質の値が基準値から外れた状態は、動脈硬化を促進します。

脂質異常症を改善するには

第一に、「飽和脂肪酸」を摂り過ぎないようにすることです。飽和脂肪酸は、肉の脂身（鶏肉の皮も含む）、バターやラード、生クリーム、カカオ、インスタントラーメンといった加工食品などに含まれています。一般的に、冷蔵庫の中で白く固まっている油脂は、飽和脂肪酸が

多いと考えられます。

そして、合計30分以上の運動を毎日続けることも大切です。他にも禁煙や減量によっても、HDLコレステロールの上昇が見込まれます。規則正しい食事と運動で、いつまでも健康な体をキープしましょう！（JA兵庫厚生連）



今月のテーマ 定期購入ではないと思っていたら、高額な請求書が…!!

「無料サンプルのお試し」というネット通販の広告を見て、化粧品を注文した。定期購入の契約ではなかったはずなのに、その後、商品が毎月のように届くようになった。そのたびに受け取り拒否をしていると、今になって、これまでの商品代金として約15万円も請求された。支払わないといけなのか。

回答

ネット通販業者に問い合わせると、「無料サンプルは初回のみです。受け取り拒否で、返送されてきた商品は回収しませんので、請求額（約15万円）を支払ってください」とのことでした。業者に問い合わせ、契約内容を確認し、解約条件に従って解約しましょう。

こうした事態にならないよう、注文する時は定期購入かどうか必ず事前にチェックし、定期購入であるならば、契約期間・支払い総額・返品可否・解約条件などをしっかりと確認しましょう。通信販売にはクーリング・オフ制度はありません。お困りの時は、消費生活センターにご相談ください。（相生市地域振興課）

受け取りません!



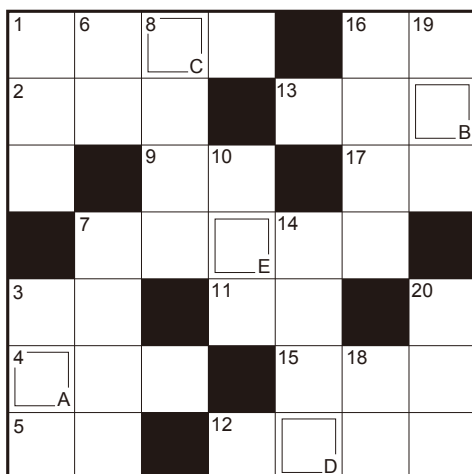
15万円も請求が…



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 中東の国の一つ。首都はバグダッド
- ③ 台風備えて閉めておこうかな
- ⑥ すしのしゃりにのせます
- ⑦ 9月の第3月曜日は____の日。国民の祝日です
- ⑧ 難しくありません
- ⑩ 町火消しが火事場で振った物
- ⑭ 草木も眠る____時
- ⑯ 夕方「カナカナカナ…」と鳴くセミ
- ⑱ ハウスみかんの生産量が日本一の県
- ⑲ 鼻からあごまでを覆うように着けます
- ⑳ 十五夜に楽しむもの

ヨコのカギ

- ① 米の収穫作業の一つ。手で行うときは鎌を使います
- ② 家具などに使う^{とう}籐のこと
- ③ アルファベットの9番目
- ④ フランス語で栗のこと
- ⑤ 1位が金、2位が銀なら3位は
- ⑦ 阿倍仲麻呂や吉備真備などがこの役を果たしました
- ⑨ 鉄砲に込める物
- ⑪ チョキがはさみならグーは
- ⑫ ボール紙のことをこう呼ぶことも
- ⑬ 釣りに使う透明な糸
- ⑮ 宗谷、室戸、足摺といえば
- ⑯ 何もすることがない状態で
- ⑰ 喜・怒・哀・____

●7月号の答え

サンダル

応募総数

602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『にっしひろば』」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

9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 <https://www.ja-hyogonishi.com/>
こちらからカンタンに応募できます。→



「暑さ寒さも彼岸まで」というように、お彼岸が近づくにつれて夜風が少しずつ涼しくなるなど、季節の移ろいが感じられるようになりますね。とはいえ、日中は暑い日もあるので、季節の変わり目で体調を崩さないよう、気をつけて過ごしてくださいね。



にっしー

◆コロナ禍で遠出などはできませんが、バイクツーリングをしています。山の水でコーヒーをいれたり、小川の水を沸かしてカップ麺を作ったりと楽しんでます。

(たつの市鎌尾泉さん)

コロナ禍でキャンプやグランピングなど、アウトドアを楽しむ方が増えてますね。自然の中で味わうコーヒーが美味しそうで、真似したくなります☆

◆誕生日にスマートウォッチをプレゼントしてもらってから、体調管理を心がけるようになりました。ウォーキングやハイキング、登山をしてアクティブに！体の調子がいいです。

(姫路市山本映里さん)

歩数や消費カロリーが増える、「もう少し頑張ろうかな」と思っちゃいますね。これからお出かけにピッタリの季節になるので、アクティブに楽しんでください☆

◆庭の地面で3センチほどのクワガタムシを発見！そうと捕まえ、孫に

プレゼントしました。

(神崎郡小野みゆきさん)

お孫さんも突然のプレゼントにビックリしたかも？夏の思い出になっているといいですね♪

◆ズッキーニがカボチャの仲間だとは知りませんでした！

(赤穂市塩谷舞さん)

7月号の表紙で紹介したズッキーニは、見た目がキュウリっぽいのでカボチャとは思えないですよ。緑や黄色、細長かったり丸かったりと色や形も様々です。直売所で見つけたら、ぜひお買い求めください☆

◆6月中旬から、コスモスが2本咲いています。

(神崎郡大井幸子さん)

コスモスといえば秋のイメージですが、6月頃から咲く品種もあるそうです。暑さも和らぎ、これから咲き始める時期なので、コスモス畑へお出かけするのもいいですね☆

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 / スムーズに進まずイライラしがち。解決の糸口はコミュニケーションにあります。相手の話に耳を傾けて
健康運 / 神経質に考え過ぎず香りの良いお茶でリラックス
幸運の食べ物 / ブドウ



4/20~
5/20

牡牛座

全体運 / 好調です。駄目もとでやってみるくらいの気持ちで幸運を引き寄せます。問題は創意工夫で乗り切ってニッコリ
健康運 / 間食は控えめに。野菜たっぷりの食事が◎
幸運の食べ物 / ジャガイモ



5/21~
6/21

双子座

全体運 / 壁に当たりながら進むことになりそうですが後半は上昇！困ったときは相談を。助けてくれる人が現れます
健康運 / 軽いストレッチが凝りの予防に効果的
幸運の食べ物 / サラダカラシナ



6/22~
7/22

蟹座

全体運 / 友人との会話でいいことを思いつきそう。SNSでのやりとりも◎。趣味の時間を多めに取ってリフレッシュ
健康運 / 予定は前半に詰め込み後半はのんびり
幸運の食べ物 / ルッコラ



7/23~
8/22

獅子座

全体運 / 買い物楽しい月です。下調べを入念に。お気に入りの逸品が手に入りそう。連絡役を買って出るとツキがアップ
健康運 / 栄養バランスが大事。何でも少しずつ
幸運の食べ物 / マツタケ



8/23~
9/22

乙女座

全体運 / 活気にあふれ華やか。リーダーシップを発揮して。周囲に気配りしつつ動けば信頼と結果を手に入れ
健康運 / 体からのサインを見逃さずケアは早めに
幸運の食べ物 / サトイモ



9/23~
10/23

天秤座

全体運 / 注目度がアップ。気持ちを強く持ち堂々と対応すると良い方向へ。おしゃれを楽しむのにも良い時期です
健康運 / 疲れを感じたら頭や足つぼをマッサージ
幸運の食べ物 / レンコン



10/24~
11/22

蠍座

全体運 / 人気運に恵まれ良好です。自分から人の輪の中に入っていきましょう。リモートの活用も吉と出ます
健康運 / 友人との散歩や運動は楽しく続けられそう
幸運の食べ物 / イチジク



11/23~
12/21

射手座

全体運 / 有言実行でいきましょう。目的をはっきりさせると効率がアップします。時には周囲を巻き込むのもありです
健康運 / 頑張り過ぎは禁物。休憩でリフレッシュ
幸運の食べ物 / アサリ



12/22~
1/19

山羊座

全体運 / 好調なスタートですが後半は下り坂。優先事項を割り出し前倒しで進めると好結果に。後半は方向性を維持して
健康運 / 前半はハードに動き後半はのんびりが◎
幸運の食べ物 / レタス



1/20~
2/18

水瓶座

全体運 / じっくり進めれば下旬に大きな実りを得られます。苦しいときこそプレずに前進を。耳の痛い意見こそ重要です
健康運 / 弱い部分を大切に。無理しなければ安泰
幸運の食べ物 / セロリ



2/19~
3/20

魚座

全体運 / 怖がり過ぎてチャンスを逃がさないように。失敗も今後の糧になります。年長者があなたを導いてくれそう
健康運 / 途中でバテないようペース配分に留意して
幸運の食べ物 / カボチャ

「家の光」誌 前納購読 特別価格のご案内

当JAは、「家の光」誌を協同組合活動の教育誌と位置づけ、今年も特別価格(前納購読)でご提供いたします。この機会にぜひご愛読ください!

- 月払購読の場合 年間合計 9,411円(税込)
- 前納購読の場合 年間 8,782円(税込)

JA兵庫西特別価格

月払より 1,711円(約2ヵ月分)もオトク♪

前納購読 年間 **7,700円**(税込)

前納購読の方全員が特別価格の対象となります。料理や手芸などの情報はもちろん、時事問題や農業、介護、園芸など「得する、役に立つ、元気が出る」記事が満載です!

申込期限 令和3年10月18日(月)

お申し込みは、各営農生活センターまで
お問い合わせください。

直売所利用券プレゼント 定期貯金キャンペーンを実施!

9月1日(水)~9月30日(木)まで、おトクな秋のキャンペーンを実施! 新規預け入れ20万円ごとに、当JA直売所「旬彩蔵」「野菜市」で使える利用券(200円分)を1枚プレゼントします。数に限りがありますので、お早めにどうぞ☆



○ご利用対象者:

当JAの総合口座通帳もしくは定期貯金通帳をお持ちの個人の方

○お預け入れ金額:

20万円以上
(大口定期貯金ご契約の方は
1,000万円以上)

○お預け入れ期間:

1年(元金・元利金自動継続)

※満期日前に解約される場合は、当JA所定の中途解約利率を適用します。
また、直売所利用券の相当額をいただきます。

詳しくは各支店までお問い合わせください。

JA 全農兵庫直営レストラン



神戸プレジール JA兵庫西フェア

9月1日(水)~9月30日(木)

JA兵庫西からの新鮮な食材を使った
メニューをご用意させていただいております。

神戸プレジール無料公式アプリが誕生しました。
新メニューやイベントなど、季節ごとの美味しい情報を
いち早くお届けいたします。
ご入会・年会費は無料で、ご利用毎にポイントが貯まり、
貯まったポイントは、ポイント数に応じて次回ご来店
時にご利用いただける大変お得なアプリです。
神戸プレジールご来店までに、ぜひダウンロードして
ご活用ください。



LUNCH 11:30~15:00(LO 14:00)
DINNER 17:00~22:30(LO 21:00)
今後の自治体の要請等により、変更する場合がございます。

定休日:毎週月曜日
※(ただし、9月20日(月・祝)は営業します。21日(火)は臨時休日です)
〒650-0011
神戸市中央区下山手通2丁目11番5号
ホテル ザ・ビー神戸 1F
JR神戸線 三ノ宮駅 西出口より徒歩10分
TEL:078-571-0141 FAX:078-571-1515
<https://kobe-plaisir.jp>

初回ダウンロード
2000ptプレゼント

Please
Join Us!





JAドリームニュース

シロアリのご相談は JAドリームへ

シロアリは、春から夏にかけて羽アリとなり表に出てきますが、年中活動しています。床下は風通しが悪くなると湿気がこもり、カビやシロアリ発生の原因につながります。大切な住まいを守るために、専門家による定期的な床下調査を行いましょう。詳しくは下記まで気軽にお問い合わせください。

JAドリーム本社

☎0791-72-3128

仁豊野LPガスセンター

☎079-264-4188

福崎LPガスセンター

☎0790-22-7006

山崎LPガスセンター

☎0790-62-8991

JA兵庫西の営農生活センターでもお取次ぎします。

理事会だより

第4回 令和3年7月27日(火)

第1号議案 法人の組合員加入について

第2号議案 旧ライスショップこめ蔵売却について

第3号議案 貸出金理事会決定案件(利益相反取引)について

第4号議案 農産物検査における検査手数料の改定について(農産物検査業務規程の変更)

協同の成果

令和3年7月末現在

組合員数	104,533人
出資金	124億3,296万円
貯金	1兆4,750億4,148万円
貸出金	3,026億8,079万円
長期共済保有	1兆7,722億6,785万円
購買品供給高	14億1,321万円
販売品販売高	17億5,478万円
職員数	958人

NEWS

イベント中止のお知らせ

当JAが11~12月にかけて各地で開催する「ふれあい農産物フェア」は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、開催を見合わせる事となりました。また、12月開催の「JA兵庫西組合長杯学童軟式野球大会」についても中止が決定しましたので、お知らせいたします。イベントを楽しみにされていた組合員・地域の皆さまには残念なお知らせとなりますが、なにとぞご理解いただきますよう、お願いいたします。

NEWS

JA兵庫西ホームヘルパー募集

介護保険の認定を受けられた方の自宅を訪問し、日常生活を支援するお仕事です。未経験の方やブランクのある方も歓迎です。週1日、1日1時間の勤務も可能なので、子育てママも気軽にご相談ください。

業務内容

○身体介護:食事、入浴、トイレなどの支援

○生活援助:調理、洗濯、掃除などの支援

時給:1,400円(身体介護)、1,100円(生活援助)

資格:初任者研修、介護福祉士

詳しくは、お近くの介護センターへ

お住まい探し、資産の相談はJAへ

賃貸(仲介)

○姫路市

ハイツ3DK 御着

●賃料	55,000円
●駐車場	1台分込
●共益費	2,000円
●敷金	1カ月
●礼金	0円
●面積	52.84㎡



ハイツ2LDK 砥堀

●賃料	58,000円
●駐車場	1台分込
●共益費	2,000円
●敷金	50,000円
●礼金	100,000円
●面積	52.66㎡



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兵庫西の賃貸情報

検索



定休日

土・日曜日・祝日

編集後記

9月1日(水)は「防災の日」です。近年、各地で大規模な自然災害が増え、これから10月にかけては日本列島に近づく台風も多くなるシーズンです。台風や大雨など、ある程度の予測ができるものは早め早めの対策を心がけ、いざという時のためにも、防災グッズや防災マップを今一度確認しておこうかなと思います☆(T)



今月のやさい イチジク



イチジクの甘みとヨーグルトの
酸味が味わい深い

イチジクの ヨーグルト ムース

材 料 4人分/1人あたり269kcal

イチジク	1/2個	生クリーム	100ml
イチジクのコンフィチュール (ジャム)	200g	プレーンヨーグルト	200g
ゼラチン	3g	レモン汁	1/4個分
水	大さじ1	＜盛り付け用＞	
牛乳	20ml	クッキー	適量
グラニュー糖	30g	パイ	適量

作 り 方 調理時間：20分(固める時間を除く)

- ①ゼラチンは水(大さじ1)につけてふやかしておく。耐熱容器に牛乳とグラニュー糖を入れ、500W30秒で電子レンジにかける。沸騰直前まで温めたら(様子を見ながら加熱)、ゼラチンを入れて溶かす。
- ②ボウルで生クリームを7分立てに泡立てる。
- ③②に①とヨーグルト、レモン汁を入れて混ぜ、ヨーグルトムースをつくる。
- ④グラスにイチジクのコンフィチュール、③の順に入れる。それを2回繰り返す、冷蔵庫で1時間冷やす。
- ⑤固まったら一番上にイチジクのコンフィチュールをかけ、4等分にカットしたイチジクをグラスの縁に刺す。お好みでクッキーやパイを飾る。

ワンポイント

「やさいでおもてなし」というタイトルですが、今月は当JA管内で生産が盛んなイチジクをご紹介します！イチジクには、水溶性の食物繊維の一種であるペクチンのほかカリウム、カルシウム、鉄分などがバランスよく含まれています。

生クリームは、ボウルの底に氷水を当てながら混ぜると泡立ちやすくなります。

盛り付け用のグラスは、シャンパングラス等があればお洒落ですが、小さめのドリンク用のグラスでもOKです。

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アムーレ」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。