

にっしいひろば

▶ 農と暮らす あぐりびと

珍しい野菜を見つけて挑戦
消費者に寄り添い高品質目指す

▶ 特集

新米の季節到来！
ご飯と相性ピッタリの
スープレシビ

10

2021
vol.247

毎月1回発行 通巻第247号
兵庫西農業協同組合

ごろつと武骨だけど
ふんわり食感
サトイモ



農と暮らす あぐりびと

第19回

珍しい野菜を見つけて挑戦
消費者に寄り添い高品質目指す



一風変わった野菜を
ぜひご賞味ください!

神崎郡市川町
尾崎 吉徳さん(66)

神

崎郡市川町で、年間を通じて野菜を栽培する尾崎さん。約25アールで、ハクサイやネギといった一般的な野菜から、花オクラやピーツなどの珍しいものをまでを少量多品目で育て、J A直売所「旬彩蔵福崎」に出荷しています。

もともとは趣味で野菜を栽培していましたが、定年を迎える頃にJ A兵庫西の営農指導員から直売所出荷を勧められ、本格的に野菜づくりを始めました。「天候に大きく左右される農業は、博打みたいなところがある」と苦労を話す一方、消毒作業も極力控えるなど安全安心にこだわりの「今でも農業高校時代に使っていた教科書を読み返している」と、基本を大事にして高品質を追い求めます。

出荷当初はハクサイなどを作っていました。が、「ある時にテレビ番組で見たピーツに興味を持ち、インターネットなどで調べて栽培を始めた」と、珍しい野菜への関心が高まります。その後も、紫色のジャガイモや黄色いカブなど、店頭で見かけることのない品種を見つけて栽培に挑戦。4年前から作り始めた花オクラ（トロロアオイ）



2



1



4



3

1 自宅横にある畑は手が行き届き、野菜がイキイキと育っています 2 夏に収穫する花オクラ。花を食用とし、刻めばオクラと同じようにネバネバします。あまり店頭には並ばない野菜なので、食べ方を記載したシールをパッケージに貼るなどして、消費者にそのおいしさをアピールします 3 「旬彩蔵福崎」店内に設けた、消費者モニター大賞受賞者コーナー。今年度大賞を受賞した尾崎さんの野菜がズラリと並びます 4 畑を管理する尾崎さん。夏の暑さや冬の寒さにも負けず、高品質の商品づくりに努めます

出

は、少しでも光が当たると花が開いてしまうので、収穫は夜明け前に始め、店頭に並べる時も黒い袋に入れて遮光するなど、工夫を凝らします。

荷作業は夫婦で支えあい、妻のやす子さん(61)は、出荷前に野菜を実際に調理して味や

見た目を確認するなど、妥協を許しません。また、珍しい野菜の食べ方が分かるよう、パッケージに特徴や調理方法を紹介したシールを貼ったり、店頭にPOP(店内広告)を掲示したりと、常に消費者目線を意識します。そんな二人のこだわりは消費者にも伝わり、今年度の「旬彩蔵福崎」消費者モニター(※大賞で、見事大賞を受賞。モニターらは、「商品はもちろん包装もきれいで、魅力を感じる」と絶賛します。

「特別な包装資材やオリジナルのラベルは費用がかかるが、儲けよりも自分で種をまいた野菜が大きく育つ過程を見るのが何よりの楽しみ。それを食べた消費者に喜んでもらえると、なもうれしい」と、出荷を楽しむ吉徳さん。「今後も縮れた葉が特徴のキャベツや紫色のコールラビなど、珍しい野菜を見つけて育てていきたい」と、思いはさらに募ります。

※消費者モニター…生産者との意見交換や生産現場の訪問など、様々な活動を通じて直売所店舗の運営を支える消費者代表



新米の季節到来！

と相性ピッタリの



今年もいよいよ新米の季節がやってきました。
新米は白ご飯だけでも十分おいしくいただけますが、
よりご飯が進むスープレシピをご紹介します！



LET'S EAT WITH RICE!



カボチャの甘味で作る スパイスカレー

SOUP RECIPE
WITH RICE
01

カボチャと豚肉の スープカレー

材料 2人分／1人あたり301kcal

カボチャ	100g	塩	小さじ1弱
タマネギ	中1個	水	300ml
豚細切れ肉	50g	カレーパウダー	大さじ1.5
油	大さじ1	練りごま	大さじ2



作り方 調理時間：25分

- 1 カボチャは5mmの厚さの食べやすいサイズにカットする。タマネギは5mmのくし切り、豚肉は食べやすい大きさにカットする。
- 2 鍋に油をひき、1と塩を加えて炒める。
- 3 水を加えて強火にかける。煮立ったら蓋をして、弱火で15分煮込む。
- 4 カレーパウダーと練りごまを加え、混ぜたら火を止める。

POINT

- カレーパウダーはスパイスの香りが飛ばないように、煮込んだ後に加えます。
- 練りごまは必須ではありませんが、加えるとコクがでます。
- 彩りを加えるため、写真ではレッドアマランサスの葉を添えています。

SOUP RECIPE
WITH RICE
02

ナスと鶏団子の豆乳ごま味噌スープ

材料 2人分／1人あたり336kcal

ナス	1～2本	ごま油	大さじ1
長ネギ	1本	出汁	150ml
A 鶏ももミンチ	100g	豆乳	150ml
卵	1個	味噌	30g
塩	1g	すりごま	15g
こしょう	適量		
醤油	小さじ1		



作り方 調理時間：20分

- 1 ナスは1cm幅の輪切りにする。長ネギの青い部分はみじん切りに、白い部分は斜め5mmにスライスする。
- 2 Aと長ネギの青い部分を混ぜ合わせて一口大の鶏団子を6～8個ほど作る。
- 3 鍋にごま油をひき、ナスを炒める。しんなりしてきたら出汁を入れて、強火にする。沸騰したら弱火にし、2を入れて5分ほど火にかける。
- 4 豆乳を加え、沸騰直前で火を止める。長ネギの白い部分を加え、余熱で火を通す。
- 5 味噌を溶き入れ、すりごまを加える。

POINT

- 豆乳は最初に入れると分離してしまうので、具材に火が通ってから加えましょう。
- 味噌は沸騰すると香りや旨味が失われるので、火を止めてから加えましょう。
- お好みで、オオバやえごまの葉を添えてください。



とろとろのナスと ごま味噌の コクが絶妙な スープ



トマトと魚の出汁と
押麦のプチプチ食感



SOUP RECIPE
WITH RICE
03

白身魚と押麦の トマトスープごはん

材料 2人分／1人あたり246kcal

A 押麦	1/2合	ニンニク	1片
白米	1/2合	オリーブオイル	大さじ1
水	230ml	水	300ml
塩	1g	塩	小さじ1
トマト	1個	《盛りつけ用》	
タマネギ	中1個	ミニトマト	3個
白身魚	2切れ	こしょう・ハーブ	適量



作り方 調理時間：20分（浸水・炊飯時間を除く）

- 1 Aをすべて合わせて1時間浸水させ、炊飯する。
- 2 トマトとタマネギは1cm角、白身魚は一口サイズ、ニンニクは薄切りにカットする。
- 3 鍋にオリーブオイルをひき、弱火でニンニクを香りが立つまで炒めたら、タマネギを加えて中火で3分ほどしんなりするまで炒める。トマト・白身魚・水・塩を加え、弱火で10分煮込み、1のご飯を加える。
- 4 器に盛り、半分にカットしたミニトマトを添え、こしょうとハーブを散らす。

POINT

- 白身魚は骨の部分があれば、一緒に煮込むことで美味しい出汁が出ます。
- 余った麦ご飯はスープとは別にそのまま食べても◎。

新米の
季節です！

地元のお米は「旬彩蔵」「野菜市」で！

人と環境に優しい
JA兵庫西ブランド米

かがやき
にっしーライス輝

10月
上旬

販売開始
予定

当JA管内の水稻農家と畜産農家が連携し、牛ふん堆肥を活用した「にっしーライス輝」（5kg精米）が今年も登場！減農薬・減化学肥料など、地元生産者が徹底した管理で育てたお米です。

ひょうご
推奨
ブランドです



コシヒカリ

2,150円(税込)



きぬむすめ

2,050円(税込)



ヒノヒカリ

2,050円(税込)



ぴかまる

2,100円(税込)

※コシヒカリ・きぬむすめ・ヒノヒカリ・ぴかまるの順に収穫されるため、時期によっては店頭にない場合もあります

地元産玄米

当JA管内の玄米（10kg・30kg）を販売しています。令和3年産の新米も順次販売しますのでお楽しみに！

地元で育ったお米を、ぜひご賞味ください！



詳しくは直売所「旬彩蔵」「野菜市」までお問い合わせください



▶ 直売所で地元産米の清酒を販売

当JA直売所「旬彩蔵」飾磨・書写・福崎の各店で、酒造会社(株)安福又四郎商店(神戸市東灘区)の清酒「大黒正宗」の販売を8月から始めました。種類は純米吟醸や純米大吟醸などで、姫路市夢前町産「兵庫夢錦」や、たつの市産「兵庫錦」などの酒造好適米(酒米)を使用。酒米の生産地近くにある直売所で取り扱うことで、来店者に親近感を持ってもらおうと、今年度から旬彩蔵福崎などで店頭イベントを開いてきました。同社の池田光雄さんは、「地元の酒米でできたお酒を、その地域住民に味わってもらえることがうれしい」と話しました。



自慢の大黒正宗を手にする池田さん

▶ 高品質のイチジク目指す

当JA管内各地で生産されるイチジクの出荷が、9月にピークを迎えました。各地の「いちじく部会」に属する約70人が栽培し、10月下旬まで店頭に並ぶ予定です。旬彩蔵書写・たつのに出荷する姫路市の原田志郎さん(72)は、50本ほどのイチジク「^{りょうこ}栴井ドーフィン」を栽培。朝2時から作業を始め、妻の良子さんと二人三脚でピーク時には1日100パック以上を作ります。原田さんは、「果実の腐敗を防ぐために雨よけの笠を導入するなど品質にこだわり、管理作業には人一倍気を使っている。今後も高品質のイチジクを育てたい」と話しました。



雨よけの笠などを導入し、品質にこだわる原田さん

▶ ブドウの品評会を開きました

JA兵庫西しそぶどう生産組合は9月3日、ブドウ品評会をしそぶどう生活センターで開きました。7品種16点が出品され、JAや龍野農業改良普及センターの職員らが房の大きさや色づきなどを審査。^{はるひこ}田淵陽彦さんの「藤稔」が、兵庫県果樹研究会会長賞を受賞しました。赤松茂範組合長は、「小規模ながらも、生産者一丸となって栽培に励んだ」と話しました。同組合では、32人の生産者が「藤稔」や「ピオーネ」などを栽培。今年は「シャインマスカット」の苗木を組合員に提供するなど、実産ブドウの活性化に励んでいます。



出品されたブドウを入念にチェックする審査員

▶ 農業塾「アグリドリーム2021」を開講

当JA研修型農園「林田農園塾『旬彩』」(姫路市林田町)で8月24日、農業塾「アグリドリーム2021」を開講しました。同塾は来年7月まで全12回を予定し、座学に加えて通年で野菜を育てながら基本的な栽培技術を身につけ、高品質の農産物を直売所「旬彩蔵」「野菜市」へ出荷することを目標にしています。今期は16組18人が参加し、1人あたり約30メートルの畝でキャベツやホウレンソウなどを管理する予定です。初回の講座では土づくりの基本について学んだ後、それぞれの畝に牛ふん堆肥と石灰を施して野菜づくりの準備をしました。



牛ふん堆肥を施す参加者ら



▶ イチジクの栽培講習会を開催しました

当JAの重点品目のひとつで産地化に取り組むイチジクの栽培講習会を、姫路市農業振興センター（姫路市山田町）で開きました。将来的に出荷を検討している初心者を対象に、全4回を予定しています。初回の9月1日には22人が参加し、JAや姫路農業振興センター、姫路農業改良普及センターの担当者が、植え付けや収穫方法、直売所での売り上げ実績、各種支援事業などを紹介。施設内にあるイチジク畑やハウスも見学し、参加者は、「どのタイミングで水をやるのか」、「消毒はどれくらいの範囲に施すのか」など、熱心に質問しました。



イチジク畑で講習を受ける参加者

▶ JA共済連兵庫が農業機械を高校に贈呈

JA共済連兵庫県本部は、平成28年から「地域・農業活性化積立金事業」をはじめ、将来の農業の担い手育成への支援を目的として、県内の農業系高校などに実習用農業機械などを寄贈しています。今年度は当JA管内の上郡高校と佐用高校に、トラクターやコンバインなどを支援。上郡高校では8月12日に寄贈式を行い、生徒代表の後藤歩希^{あゆき}さんは「これまで学んだ基礎知識に加えて新たな農業技術を学ぶことができ、ますます農業に対する興味がわいてくる。これからの農業を担う者として、さらに努力を重ねたい」と感謝を述べました。



寄贈された農業機械は、生徒たちが実習で使います

▶ ロマネスコ栽培講習会を開催

揖龍宮農生活センターは8月23～26日に、たつの市内の5支店でロマネスコ栽培講習会を開きました。コロナ禍で増える「おうち時間」に、プランターを使って気軽に野菜づくりを楽しんでもらおうと企画しました。揖西支店で開いた講習会には8人が参加し、営農指導員が植え方や管理の注意点を説明。参加した女性は、「成長した株が倒れないようにするには、どうすれば良いか」などと質問しながら、熱心に講義を受けました。実習では、それぞれがプランターに苗を定植。自宅で管理し、12月以降の収穫を目指します。



苗を植える参加者

▶ 町ぐるみ健診でジャガイモをプレゼント

太子町は、当JAとJA兵庫厚生連が連携して実施する「町ぐるみ健診」（特定基本健診）で、新規受診者および過去5年間に4回以上受診歴がある人を対象に、当JA管内産のジャガイモ2kgをプレゼントしました。受診のきっかけづくりと、地産地消の推進で地域の活性化につなげようと、同町が初めて実施。9月3日に太子町保健福祉会館で受診した女性は、「自分の健康状態を確認できたうえに、新鮮な農産物をもらえてうれしい」と笑顔で話しました。



ジャガイモを受け取る受診者

令和3年産米仮渡金が決定しました －米穀価格下落への対応としてJA独自の特別支援を実施－

■令和3年産米仮渡金

単位：円／30kg紙袋

品種名	区分 等級	出荷契約米			超過米		
		仮渡金	JA特別支援金	合計	仮渡金	JA特別支援金	合計
コシヒカリ ※1	1	5,100	400	5,500	5,100	400	5,500
	2	4,950	400	5,350	4,950	400	5,350
	3	4,450	400	4,850	4,450	400	4,850
キヌヒカリ ヒノヒカリ きぬむすめ ※1	1	4,650	400	5,050	4,650	400	5,050
	2	4,500	400	4,900	4,500	400	4,900
	3	4,000	400	4,400	4,000	400	4,400
その他	1	4,150	400	4,550	4,150	400	4,550
	2	4,000	400	4,400	4,000	400	4,400
	3	3,500	400	3,900	3,500	400	3,900

単位：円／30kg紙袋

品種名	区分 等級	出荷契約米		超過米	
		仮渡金	合計	仮渡金	合計
兵庫夢錦 (酒米) ※1	特	7,200	7,200	3,800	3,800
	1	7,200	7,200	3,800	3,800
	2	6,500	6,500	3,100	3,100
白鶴錦 ほか (酒米)	3	6,000	6,000	2,600	2,600
	特	7,350	7,350	3,800	3,800
	1	7,350	7,350	3,800	3,800
もち米	2	6,650	6,650	3,100	3,100
	3	6,150	6,150	2,600	2,600
	1	6,150	6,150	4,500	4,500
加工米	2	6,000	6,000	4,350	4,350
	3	5,500	5,500	3,850	3,850
	1	3,550	3,550	-	-
	2	3,400	3,400	-	-
	3	2,900	2,900	-	-

※1 JA・MYひょうご：兵庫米のうち栽培履歴記帳など5つの要件を満たしたお米(取組品種：コシヒカリ・キヌヒカリ・ヒノヒカリ・きぬむすめ・兵庫夢錦)

なお、※1の品種のうち、JA・MYひょうご以外は、上記の金額から△150円／30kgとなります。

JA兵庫西は独自の特別支援を実施します！

令和2年産米は、コロナ禍で米の需給が不透明な状況であり、持越数量が高水準となっていることから、令和3年産米の仮渡金は、2年続きで大幅な下落となりました。

こうした状況を受け、当JAでは令和3年産出荷米(うるち米に限定)について、**JA独自の特別支援を過去最大の額で実施**し、生産者を支援します。

支援内容

- ①対象米穀 水稻うるち玄米(主食用)
- ②支援単価 **400円**/30kg紙袋(検査等級規格品)
- ③支払時期 仮渡金支払時に加算します
- ④支払総額 **6,600万円**(集荷契約数量より試算)

[農作業ひとくちメモ]

冬越し野菜の準備をしよう



ソラマメやエンドウは、一般には秋に種をまき、翌年の初夏の頃に収穫します。平地では10月20日前後がまき時ですが、地域によってその最適期は違うので、寒さによる被害を受けにくい暖地は早くまき、寒冷地は遅らせましょう。コマツナやホウレンソウ、シュンギクなどは10月下旬になると、トンネルがけなしでは栽培できなくなるので注意しましょう。また、秋冬野菜はこれから生育の最盛期を迎え、どんどん育つので追肥が重要になります。それぞれの作物の施肥量や施肥方をよく理解して与えましょう。

コマツナ

栽培のポイント

① 元肥は早めに施す

生育期間が、春・秋まきは40～45日、夏まきは20～30日、冬まきは80～90日と、ほぼ周年で栽培が可能です。栽培期間が比較短的なので、元肥を早めに施し、発芽後すぐに養分を吸収できるようにしておきましょう。

② 品種を選びましょう

連作障害が出にくく、ほぼ一年中種まきができます。まく時期に合った品種を選び、特に春は、とう立ちの遅い品種が望まれます。また、1回の作付けで多く作りすぎず、時期をずらして計画的に栽培しましょう。

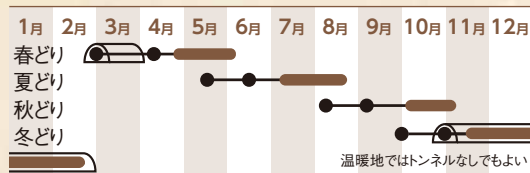
③ 間引きを忘れずに

生育の遅いものや葉の形が悪いものを抜き取り、最終間隔が5～6cmになるように間引きましょう。間引いた株は、間引き菜として活用しましょう。



品種
・春のセンバツ
・菜菜音

栽培カレンダー



● 種まき ○ トンネル(べた掛けを含む)被覆 ■ 収穫

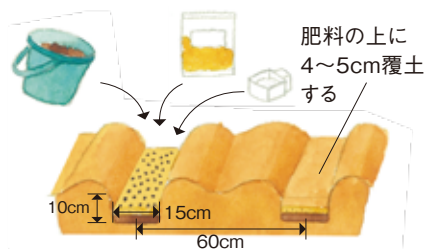
1 畑の準備

畑全体に石灰と完熟堆肥をばらまいて、15～20cmの深さによく耕しておく



2 元肥入れ

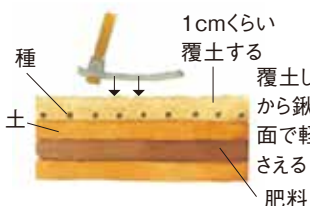
<溝の長さ1m当たり>
堆肥:3～4握り
油粕:大さじ5杯
化成肥料:大さじ3杯



3 種まき

溝まきの場合

鍬を前後に動かして底面を平らにする。溝全面にわたるよう、ていねいに種まきする



ベッドまきの場合

元肥はベッド全面に耕し込んでおき、やや中高になるようていねいにします



4 間引き

本葉1～2枚のころ3～4cm間隔に、草丈7～8cmのころ5～6cm間隔に間引く。間引いた小さい株も間引き菜として有効に利用する

5 追肥・中耕

第1回

<列の長さ1m当たり>
化成肥料:大さじ1杯

第2回

量は1回目と同じ



1～2回とも間引きした後、列の側方に軽く溝を掘り、肥料を施す。その後、鍬で土をやわらげ、中耕しながら土寄せする

6 防寒

トンネル

日中30℃以上にならないよう換気する

フィルムに直径5cmくらいの穴をあける

フィルムを頂部で合わせるようにしておき、日中開く



べた掛け

風で飛ばされないように留めておく

べた掛け資材
長繊維・割繊維
不織布など



7 収穫

抜き取り収穫

草丈20cm前後になったら抜き取り収穫する



かき取り収穫

サラダ用など少量でよければ、下葉からかき取り収穫すれば、長い間楽しめる



今月のテーマ インターネット通販の利用にはご注意!

SNSに表示された広告を見て家具の通販サイトにアクセスし、IDやパスワードを設定後、クレジットカード決済でソファを購入した。しかし、商品が届かなかった。改めて通販サイト名で検索し、HPから連絡先を調べて問い合わせると、「購入したサイトは、自社の偽サイトである」といわれた。今後、どうしたらいいのか。

回答

コロナ禍の影響により在宅時間が増えることで、ネット通販を利用する人が増えています。しかし、今回の事例のようにSNSの広告には、有名なサイトになりました偽サイトが掲載されている場合があるので、必ず公式サイトから購入しましょう。偽サイトにIDやパスワードを入力してしまうと、不正利用のトラブルに遭う可能性があります。なるべくサイトごとにID・パスワードを変更し、使いまわしは避けましょう。トラブルについては、カード会社へまず連絡するとともに、カード番号を変更することをおすすめしています。困った時はできるだけ早く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)

あ!安くなってる



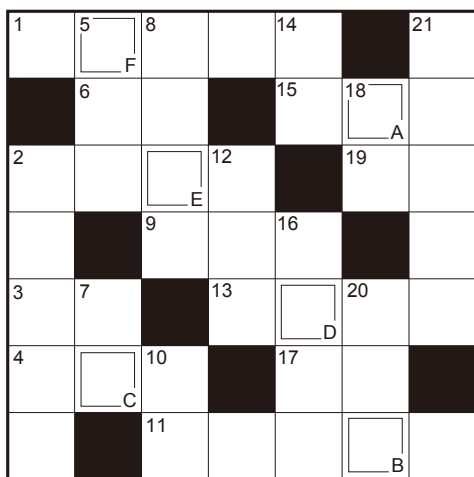
まだ届かない...



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~F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

- ② 押し入れの上に作られた物入れ
- ⑤ 青物____へ野菜を卸しに行った
- ⑦ 祝い事に付きものの魚
- ⑧ とても小さな滴が降ってきます
- ⑩ 知識やひらめきを駆使して解きます
- ⑫ 感謝の____を込めて花束を贈った
- ⑭ つらいことが続くとこぼしたくなることも
- ⑯ 船の積み荷を地上に移すこと
- ⑰ 能ある____は爪を隠す
- ⑲ サツマイモには食物____が豊富に含まれます
- ⑳ 陰暦10月の異称

ヨコのカギ

- ① 野山の散策を楽しむレジャー
- ② 鶏肉の部位の一つ。羽の一部です
- ③ イノシシを家畜化したもの
- ④ 沖縄にいる飛べない鳥、ヤンバル____
- ⑥ 南米にある南北に細長い国
- ⑨ 定規に刻まれているもの
- ⑪ アイボリーとも呼ばれる淡い黄白色
- ⑬ スマートフォンにはさまざまなデータが____されていきます
- ⑮ 軽くて硬い金属。元素記号はTi
- ⑰ ギョーザや中華まんの中身をこう呼ぶことも
- ⑲ 漢字から作られました

●8月号の答え

リツシユウ

応募総数

475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

10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。→



今月のおたより

各地で稲刈りが始まり、だんだんと秋らしくなってきました。過ごしやすいい気候になってきたので、運動を始めるのもいいですね。スポーツの秋・芸術の秋・食欲の秋など、それぞれの秋を満喫しましょう☆



にっしー

◆ 幼虫から育てたスズムシが鳴き始めました。家中に声が響いて、ひととき涼を感じています。

(上郡町 山中 重子さん)

グリーンリンというきれいな鳴き声は、ずっと聞いていたくなりますね。スズムシは「月鈴子」という別名があり、その鳴き声の美しさから「月」から降ってきた鈴」という意味があるそうです。

◆ 3年前からメダカを育てていて、最近はお所のカウスターに置いてあります。あまりにもかわいくて、メーちゃんとも名前をつけました。

(姫路市 福永 誠子さん)

水草の間をスイスイと泳ぐ姿に癒されますね。近年はメダカがブームになる一方で、環境の変化などで数が減り、絶滅危惧種にも指定されています。メダカが暮らしやすい環境を守り、次の世代へとかわいらしい姿を伝えていきたいですね。

◆ 今年、4羽のツバメが我が家の軒下から巣立ちました。

(たつの市 山下 芳輝さん)

ヒナが並んで巣から顔を出している姿はかわいらしいですね。昔から、巣を作ると縁起が良いと言われているツバメ。来年も子育てが見られるといいですね☆

◆ 飼った猫が家出をしてしまい、8日目に戻ってきました。ずいぶん痩せていましたが、家族中大喜びでした。

(宍粟市 森辻 廣吉さん)

ペットも大切な家族の一員。猫ちゃんも家族と離れ、知らない環境で心細かったでしょう。無事に戻ってきてよかったですね。

◆ この夏は、オリンピックやパラリンピックを毎日楽しみました。選手はもちろん、スタッフ、サポーターの皆さん、お疲れ様でした。

(姫路市 大西 真琴さん)

テレビ観戦になりましたが、熱い戦いに魅せられ、勝つのも負けても互いを称え合うスポーツマンシップに感動しました。活躍するアスリートから元気をもらいましたね☆

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 / 対人運が活性化。気持ちの触れ合いを大切に。仲良しが増えそう。ちょっとした工夫が幸せを運んできます
健康運 / 無茶はしない。安全を確認してから
幸運の食べ物 / ジャガイモ



4/20~
5/20

牡牛座

全体運 / 整理整頓、片付けを優先しましょう。絡まっていた問題もすっきりしてきます。分析的な思考方法で成功へ
健康運 / 旬の食材を取り入れた食事で元気回復
幸運の食べ物 / リンゴ



5/21~
6/21

双子座

全体運 / 新しいことを始めるなら協力者を探しましょう。コミュニケーションを取る過程で計画もブラッシュアップ
健康運 / 良好。スポーツは好成績が期待できます
幸運の食べ物 / マツタケ



6/22~
7/22

蟹座

全体運 / より過ごしやすいい環境を目指す。運勢が活性化します。部屋の模様替えはおすすめ。家族団らの時間も大切に
健康運 / 運動は準備体操から。筋肉をよくほぐして
幸運の食べ物 / ギンナン



7/23~
8/22

獅子座

全体運 / 人気運が上昇。友人たちとおしゃべりを楽しめます。有益な情報もキャッチでき笑顔がこぼれそう。買い物にもツキ
健康運 / 新しい運動や健康法も試してみましょう
幸運の食べ物 / カボチャ



8/23~
9/22

乙女座

全体運 / 迷ったときは先に進まないように。十分に情報を集めてから行動を起こしましょう。蓄財、スキルアップは積極的
健康運 / 食事は楽しく。彩りの良いメニューが◎
幸運の食べ物 / チンゲンサイ



9/23~
10/23

天秤座

全体運 / 運勢に勢いがあり目標に向けて始動するのに最適。無理を通せるときだけに周囲への配慮も忘れずに。情報発信を
健康運 / 我慢し過ぎは禁物。不調を感じたら病院へ
幸運の食べ物 / ニンジン



10/24~
11/22

蠍座

全体運 / 予定を詰め込み過ぎない。マイペースを保てる「余裕」が勝利の鍵を握っています。音楽や映画鑑賞がおすすめ
健康運 / ゆったりティータイムでリフレッシュ
幸運の食べ物 / レンコン



11/23~
12/21

射手座

全体運 / 交友関係が活発化。楽しい時間を持てます。頼まれ事は引き受けて。あなたからのお願いも聞いてもらえるはず
健康運 / 最近話題の健康グッズなどを試してみよう
幸運の食べ物 / エビイモ



12/22~
1/19

山羊座

全体運 / 努力が空回りしがち。うまくいかないときは根本からやり方を見直してみる必要がありそう。下旬以降は好転の兆し
健康運 / オーバーワークに気を付けて。休息も大切に
幸運の食べ物 / 柿



1/20~
2/18

水瓶座

全体運 / 好調です。かなりの無理も今月なら通るはず。用意周到に漏れなく進めましょう。うれしい結果が待っています
健康運 / ハードなスポーツやレジャーも楽しめます
幸運の食べ物 / カラシナ



2/19~
3/20

魚座

全体運 / 前に読んだ本や雑誌などを見返して。役立つ発見がありそう。困ったときは経験者に話を聞くのがおすすめです
健康運 / ぬるめのお湯にゆっくりつかってリラックス
幸運の食べ物 / 栗

未利用口座管理手数料の導入について

当JAでは、口座の犯罪・不正利用防止等を目的として、右記の条件にすべて合致する口座を対象に、未利用口座管理手数料(以下、本手数料)を新設いたします。

毎年10月第3土曜日を本手数料の処理日とし、対象口座に対してはその3カ月前までにダイレクトメールでご案内いたします。

なお、残高不足により本手数料の引き落としができなかった場合は、残高全額を引き落としさせていただき、当該口座は自動解約となります。

今後とも、一層のサービス向上に努めてまいりますので、何卒、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

詳しくは各支店までお問い合わせください

【条件】

- ・令和3年10月1日以降に開設された全ての普通貯金口座(総合口座含む)および貯蓄貯金口座
- ・最後のお取引から2年以上、一度もお取引(※)がない口座
- ・貯金残高が10,000円未満
- ・当JAでお借り入れがない

※お取引：お預け入れやお引き出し(当該口座の利息入金や本手数料の引き落としは除く)、記帳等

【年間手数料】

- ・1,320円(税込)

農業者年金のご案内

農業者の方は、国民年金の上乗せの公的な年金「農業者年金」に加入して、安心で豊かな老後を!!

●農業者の方なら広く加入できます

- 農業者年金は国が支える農業者のための公的な積立年金です。
- 60歳未満の国民年金第1号被保険者であって年間60日以上農業に従事している方はどなたでも加入でき、配偶者や後継者など家族農業従事者の方も加入できます。

●保険料の額は自由に決められます

- 保険料は自由に決められ(月額2万円～6万7千円の間で千円単位)、経営の状況や老後設計に応じていつでも見直せます。

●終身年金で80歳までの保証付きです

- 農業者老齢年金は、原則65歳から生涯受け取ることができます。
- 万が一、80歳前に亡くなられた場合でも、80歳までに受け取れるはずであった農業者老齢年金の額の現在価値に相当する額が、ご遺族に死亡一時金として支給されます。

●公的年金ならではの税制上の優遇措置があります

- 支払った保険料は全額(一人当たり最高年額80万4千円)が社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税の節税になります。
- 将来受け取る農業者年金には、公的年金等控除が適用(65歳以上の方は公的年金等の合計額が110万円までは非課税)されます。

※令和4年1月から農業者年金制度が改正されます。詳しくは下記へお問い合わせください。

お問い合わせは、
最寄りのJA各支店または各市町農業委員会まで

JA兵庫西ホームヘルパー募集

利用者様の自宅を訪問し、日常生活を支援する「やりがい」のある仕事です。

時給：(身体介護)1,400円
(生活援助)1,100円

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

資格：初任者研修、介護福祉士



未経験の方も歓迎! 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。

詳しくは、お近くの介護センターへお問い合わせください



JAドリームニュース

灯油の配送、 おまかせください！

安全・安心な商品を、お客様の使用状況にあったサイクルで定期配送いたします。

※配送エリア外となる地域がありますので、詳しくは下記店舗までご連絡ください。

越知谷SS

神河町越知388-1
☎0790-33-0007

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5回 令和3年8月27日(金)

第1号議案 法人の組合員加入について

第2号議案 兵庫県農業信用基金協会に対する出資増口について

第3号議案 令和3年産米仮渡金設定について

第4号議案 令和3年産出荷米に対する特別支援金について

協同の成果

令和3年8月末現在

組合員数	104,442人
出資金	124億2,933万円
貯金	1兆4,724億5,193万円
貸出金	3,031億8,021万円
長期共済保有	1兆7,641億9,817万円
購買品供給高	16億5,211万円
販売品販売高	21億7,599万円
職員数	956人

NEWS

定期的に健康診断を受けましょう

定期的に健康診断を受けることは、病気の早期発見・治療につながります。当JAでは、各市町が実施する「特定健診」を支援しています。ぜひ受診ください。

地 区	健 診 日	お問い合わせ先
神河町	11月6日(土)、令和4年1月30日(日)	神河町健康福祉課 ☎0790-32-2421
市川町	11月20日(土)、21日(日)、令和4年1月16日(日)	市川町保健福祉センター ☎0790-26-1999
福崎町	11月7日(日)、14日(日)	福崎町保健センター ☎0790-22-0560
太子町	10月1日(金)、2日(土)、3日(日)、4日(月)、6日(水)、7日(木)、8日(金)	太子町保健福祉会館 さわやか健康課 ☎079-276-6630
たつの市	10月2日(土)、19日(火)、20日(水)、21日(木)、11月4日(木)、5日(金)、6日(土)	たつの市健康課 ☎0791-63-2112
宍粟市	10月6日(水)、7日(木)、8日(金)、12日(火)、13日(水)、14日(木)、15日(金)、12月3日(金)	宍粟市保健福祉センター ☎0790-62-1000
赤穂市	10月5日(火)、10日(日)、12日(火)、15日(金)	赤穂市保健センター ☎0791-46-8701
相生市	10月1日(金)、4日(月)	相生市保健センター ☎0791-22-7168

※スケジュール変更や受付終了の場合もありますので、日時などの詳細は各市町にお問い合わせください。

お住まい探し、資産の相談はJAへ

売地(仲介)

●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

●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

●赤穂市北野中(坂越小学校区)
80坪 1,080万円

●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～48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～18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

新米の季節ですね。最近はいろんな銘柄が出回り、特集でご紹介した当JAの「にっしいライス輝」も4種類のラインナップをそろえています。私も全種類食べてみましたが、まあどれもオイシイこと(笑)。炊きたてご飯を軽くにぎり、パパッと塩を振ってかぶりつのが至福の瞬間です。お米の国に生まれてよかった♪(M)



材 料 6個分/1個あたり58kcal

サトイモ	3~4個(200g)	○A	
シイタケ(生)	6個	パン粉	10g
塩	2g	塩	1g
こしょう	適量	乾燥パセリ	1g
白味噌	10g	ニンニク	2片(みじん切り)
アーモンド(クルミでも可)	6粒	オリーブオイル	10g

作 り 方 調理時間:40分

- ① サトイモは切れ目を入れてから20分ほど蒸して柔らかくし、熱いうちに皮をむいて潰す。
- ② シイタケは軸を切りわけ、かさの部分と軸をフライパンに並べ、1つにひとつまみずつ塩(分量外)を振る。蓋をして弱火で10分蒸し焼きにする。
- ③ ②の軸を細かく刻み、①と塩、こしょう、白味噌、細かく砕いたアーモンドを混ぜ合わせサトイモペーストを作る。
- ④ ②のシイタケのかさに、③を6等分にしてのせる。Aの材料をすべて合わせたものをまぶし、オーブントースターで5分焼く。

yasai de omoetenashi

やさいで
おもてな

今月のやさい

サトイモ

1個ずつ作れるので
おもてなしの前菜の一品に

シイタケの
サトイモ
ファルシ

ワンポイント

ファルシとは、肉や魚、野菜などの中に別の食材を詰めた料理のことをいいます。今回はシイタケのかさにサトイモを詰めています。

サトイモには、コレステロールをさげる効果のあるガラクトタンが含まれています。ゆでると水溶性の食物繊維が流れ出てしまうので、蒸すのがおすすめです。

新鮮なシイタケは、塩を振って蒸し焼きにすれば自らの水分が出てくるので、蒸すための加水は不要です。旨味が凝縮されて美味しく仕上がりますよ。

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。