

にっしいひろば

▶ 農と暮らす あぐりびと

おいしさに魅せられて
イチゴづくりに情熱注ぐ

▶ 特集

お正月
簡単おもてなし料理

12

2021
vol.249

毎月1回発行 通巻第249号
兵庫西農業協同組合

知っていましたか？
レンコンは蓮の根
ではなく地下茎です



農と暮らす あぐりびと

第21回

おいしさに魅せられて
イチゴづくりに情熱注ぐ



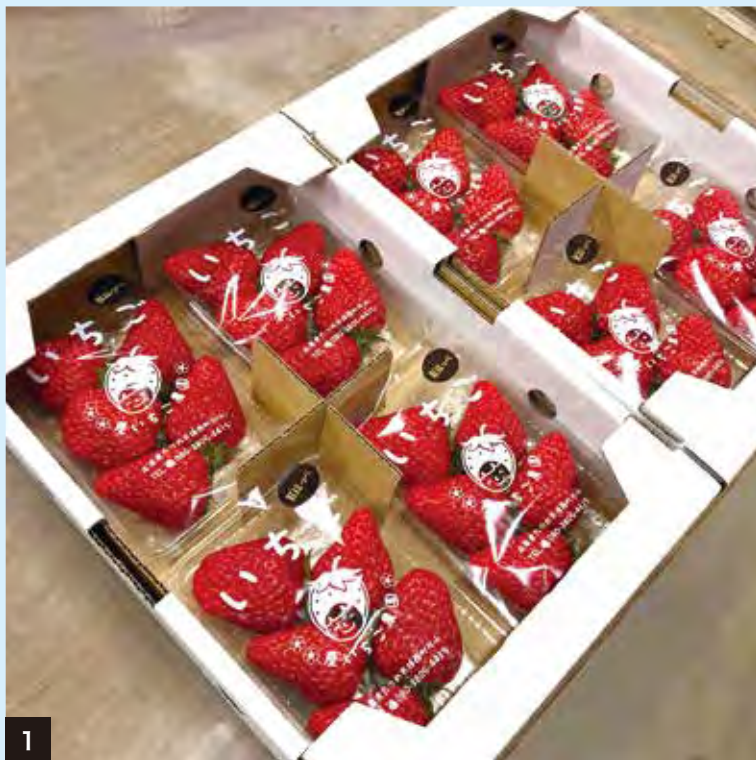
たつの市揖西町 塚本慶彦さん(34)

た

つの市揖西町の塚本さんは今年9月に新規就農し、ビニールハウス4棟の計21アールほどで「紅ほっぺ」や「章姫」など、5種類のイチゴ1万株を栽培しています。現在は、12月上旬の出荷と1月末からの観光農園開始に向けて準備を進めます。

一般企業に就職していた塚本さんは、4年前に家族と訪問した岡山県の観光農園でイチゴのおいしさに感動。訪れた人たちの楽しそうな表情に惹かれ、自分もやりたいという思いが芽生えました。とはいえ、イチゴを育てた経験はなく、「まずは栽培方法を知らなければ」と、独学で栽培をスタート。ホームセンターで苗を買い、10メートルほどの温室ハウスで育てましたが、1年目は1粒も収穫できませんでした。そこで、SNSを通じて知り合ったイチゴ農家の講習会に参加するなど勉強を重ね、翌年に再チャレンジ。「実がなったときはうれしかった」と振り返ります。

本格的なイチゴ農家を目指し、昨年8月に会社を退職し、農業大学校の実践研修に参加。栽培や経営の基礎を学びながら、「慶いちご農園」の名称で、JA兵庫西



1 収穫時期の異なる5種類を栽培し、12月から5月までの出荷を予定しています。今年はハウス横に設けた直売所でも販売します。詳しくは塚本さんまで。TEL:080-3805-4415 **2** イチゴが育つハウス。横20列、縦2列に高設栽培ベンチがずらりと並ぶ様子は圧巻です **3** 経験者のアドバイスを参考に、様々な技術を取り入れます。左のライトで紫外線を照射してうどんこ病を防ぎ、右のライトで日照時間を延長し、苗の成長を促します **4** 苗の手入れをする塚本さん。苗が充実するまでは、わき芽や花を摘んで株に栄養が行き渡るよう管理します

直売所「旬彩蔵たつの」や市内の道の駅、スーパーに出荷するほか、喫茶店などにも販売しました。「就農したいと妻に相談したとき、子どももいたので不安がっていたが、経営計画書などを作ってプレゼンした。熱意を伝えた結果、今では妻や両親が協力してくれている」と感謝します。

「イチゴは同じ品種でも、作る人によって味が全く異なる。水分量は味に直結するので、水やりの加減は天候によって変える」と話す塚本さん。「リピーターを得るためには『おいしい』『きれい』は当たり前。そのためには健全な株であることが大前提で、人と同じように良いものを食べてたくさん運動することが大切」と、養分の吸収率が測りやすい養液土耕栽培ようえきどこうを取り入れ、光合成を促進するための二酸化炭素発生装置や、地温を上げて生育を促すため土壌に温水パイプを入れるなど、様々な技術を取り入れます。

「おいしいと言ってもらえることがうれしい。地元根差した農業をしたいと思い、2017年に品種登録された兵庫県オリジナル品種の『あまクイーン』『紅クイーン』の栽培にも挑戦している。イチゴを通して地域を盛り上げたい」とさらなる情熱を燃やします。



お正月

簡単おもてなし料理

今年は手づくり！

もうすぐ年の瀬。年末年始の準備は進んでいますか。

2022年のお正月は、思い切っておうちでおせち料理を手づくりしてみたいはいかがでしょうか。

野菜をアクセントに使うなど、ひとひねり加えたおせちの定番メニューをご紹介します。



今一度知りたい
おせち料理って？

季節の節目を祝うため神様に
お供えていた食べ物「御節供」
が、おせちの由来とされています。
もともとは五節句に出されていた食
べ物を「おせち」と呼んでいまし
たが、現在は正月料理のみを指
すようになっています。

メインのおかず
にもなる一品



ぎんちゃく ぶり 巾着と鰯ダイコンの お雑煮

材料 4人分／1人あたり292kcal

サトイモ	小4個	A	だし汁	800ml
ダイコン	8cm		塩	小さじ1/2
ニンジン	1本		薄口醤油	大さじ2
ブリ	4切			
丸餅	4個		白味噌	大さじ3
油揚げ	2枚		花麩	12個
かんぴょう(水で戻したもの)	20cm		青ネギ(小口切り)	適量

作り方 調理時間：50分

- ① サトイモは六方むぎ、ダイコンは2cm幅にカットして面取りし、片面に十字の切り込みを入れる。ニンジンも花形でくり抜く。
- ② 油揚げは油抜きをして、半分にカットして中に餅を入れる。4等分にカットしたかんぴょうで縛って巾着にする。
- ③ ブリは重量の1%の塩(分量外)を振り、吸水シートで余分な水分をとる。
- ④ 鍋に①と②と③、Aを入れて中火にかけ、煮立ったら弱火にして蓋をし、弱火で40分煮込んだら火を止める。白味噌を溶き入れ、花麩を入れる。
- ⑤ 器に、ダイコン・ブリ・巾着の順で盛り、汁を入れ、サトイモ・ニンジン・花麩をのせ、ネギを散らす。

Point

- サトイモは六方むぎに、ダイコンは面取りすることで煮崩れにくくなります。
- 花麩は余熱で火が通るので最後に加えます。

柑橘
とくるみが
食感の
アクセントに

かんきつ 柑橘の洋風なます

材料 4人分／1人あたり172kcal

ニンジン	10cm	A	白バルサミコ酢	大さじ1
ダイコン	10cm		オリーブオイル	大さじ2
塩	小さじ1		メープルシロップ	大さじ2
オレンジ	2個		塩	小さじ1/4
素焼きくるみ	50g			

作り方 調理時間：20分

- ① ニンジンとダイコンは皮をむいて長さ5cmの千切りにする。塩を振って軽くもみ、10分ほど置いてから手で絞って水気を切る。
- ② オレンジは皮と薄皮をむき、食べやすい大きさにカットする。
- ③ ①と②、手で粗く砕いたくるみをAで和える。

Point

- 白バルサミコ酢が手に入らない場合はリンゴ酢や米酢でもOKです。
- オレンジのほか、ミカンやハッサクなどの柑橘類でも試してみてくださいね。



お正月の
豆知識



鏡餅のお餅は
どうして丸なの？

鏡餅には、年神様が宿ると考えられています。丸い形については、三種の神器の一つである鏡の形から来ているという説や、魂(心臓)を模したものであるという説があります。

ゴボウとニンジンの昆布巻き

材料 4人分／1人あたり87kcal

ニンジン	1本	A 酢	大さじ2
ゴボウ	1本	みりん	大さじ1
昆布(幅約15cm前後のもの)	4枚	砂糖	大さじ1
かんぴょう	80cm	醤油	大さじ1
水	400ml		

作り方 調理時間：25分

- ① 昆布は水につけて戻し、かんぴょうは塩水(分量外)で良く洗い、水(分量外)に15分つけて戻す。
- ② 昆布の幅に合わせて、ニンジンとゴボウを7mm角のスティック状にカットし、昆布の手前側に交互に2本ずつ、市松模様になるようにのせ、きつく巻く。1本につき2〜3カ所をかんぴょうで結ぶ。
- ③ 圧力鍋に①の昆布の戻し汁とA、②を入れて10分加圧し、自然減圧したら蓋を外してそのまま冷ます。

Point

- 圧力鍋がない場合は、厚手の鍋で蓋をし、弱火で40〜50分煮込んでください。
- 昆布は煮ると膨らむため、かんぴょうは少しゆるめに巻きましょう。



市松模様が
お正月を
感じさせます



裏ごし不要のお手軽金団
オープンで作る、

サツマイモとクリームチーズの洋風金団

きんとん

材料 4人分／1人あたり213kcal

サツマイモ	2本	金粉	適量
A オリーブオイル	大さじ2	バゲット	適量
塩	小さじ1/2	クリームチーズ	適量
はちみつ	大さじ1		

作り方 調理時間：20分

- ① サツマイモは皮付きのまま丸ごとオーブンに入れ、200℃で30〜40分焼く。
- ② ①の皮をむき、麺棒もしくはマッシャーで潰し、Aと合わせて滑らかになるまでしっかり混ぜる。
- ③ 器に②を盛り、金粉をあしらう。バゲットとクリームチーズを添える。

Point

- クリームチーズはサツマイモに混ぜても、おいしいですよ。
- サツマイモによって甘味が異なるので、はちみつの量で好みの甘さに調整してください。

※はちみつを使用していますので、1歳未満のお子様には与えないでください。

お正月の
豆知識



祝い肴三種の
関東と関西の違い

お正月に欠かせない代表的な食べ物である「祝い肴三種」。そのうち、黒豆と数の子は共通していますが、残りの一つは関東では田作り、関西ではたたきごぼうとされています。





▶産直提携に関する協定を結びました

関東エリアで生協宅配サービスを行う「パルシステム生活協同組合連合会」と当JAは、良質な黒大豆の安定取引を目指して産直提携の協定を結びました。10月1日には、しそ営農生活センターで調印式を開き、同連合会の竹井篤史課長は「生産者の顔が見える安全安心な農産物を消費者に届けたい。そして消費者の声を生産者に伝えることで、生産意欲の向上につなげたい」と話しました。若手生産者の参入などで生産面積が拡大する同センター管内の黒大豆は、年内に出荷され、同連合会で正月用黒豆として販売される予定です。



調印式に出席した関係者ら

▶秋の叙勲・褒章で 当JA管内農業者が受章されました

さまざまな分野の功労者に贈られる「令和3年秋の叙勲・褒章」が発表され、姫路市夢前町の池内宏行さんが「旭日単光章」を、同市豊富町の山口幹男さんが「黄綬褒章」を受章されました。池内さんは2011年8月から昨年7月まで姫路市農業委員会の会長を務め、農業振興などに尽力。「今後も忘己利他の理念で地域活性化に寄与したい」と喜びます。また、専業農家として40年以上地域農業を支え、2018年からは兵庫県農業経営士会会長を務める山口さんは、「農業一筋で頑張ってきたご褒美をもらえたようでうれしい。今後も地域農業のために尽力したい」と話しました。



旭日単光章を受章した池内さん



黄綬褒章を受章した山口さん

▶しめ縄飾りを手づくりしました

JA兵庫西女性会香呂支部は10月19日、若葉教室を香寺研修センターで開き、正月に向けて32人がしめ縄飾りを手づくりしました。アーティフィシャルフラワー（生花を忠実に再現しながら、生花にはない美しさを表現した造花）の作家を講師に迎え、紙ひもでできたしめ縄に造花や水引などを装飾。しめ縄や花の色の組み合わせ、水引の結び方などを工夫し、1時間半ほどで思い思いのしめ縄飾りに仕上げました。参加者は「リボンをつけるとクリスマス飾りにもなる。12月、1月と雰囲気を変えて楽しみたい」と話しました。



しめ縄に色とりどりの飾りをつける参加者

▶園児がラッカセイの収穫を初体験

姫路市香寺町の営農法人「株式会社アグリ香寺」は10月22日、姫路市立中寺こども園の園児を招いて「第10回キッズワイワイフェスタ」を開きました。ラッカセイの収穫を通じた食農教育で、地域交流を深めようと香呂・中寺支店やJA女性会と連携し、10年ほど前から始めています。初めて参加した園児らは、ラッカセイの名前の由来や特徴などを学んでから収穫に挑戦！同社の役員やJA職員に手伝ってもらいながら大粒の実を袋いっぱい集め、「家族が好きなのでいっぱい持って帰りたい」と、笑顔を見せました。



ラッカセイを収穫する園児ら



▶ 営農組合設立で地域農業を守る

たつの市揖西町長尾地区は今年4月、安定した地域農業の維持を目指し、長尾営農組合を設立しました。地区53戸のうち非農家を含む34戸が加入し、主要作物である黒大豆を栽培してJA兵庫西に出荷するほか、今年は直売所を新たに設けて黒枝豆としても販売。作業ごとに参加を呼びかけ、住民同士の交流の場や技術継承の場にもなっています。宮本峰男組合長は、「今年は思うようにやってみて、来年以降、経営や運営上の様々な課題を改善しながら、組織として頑張りたい」と話します。



黒枝豆の出荷準備をする組合員

▶ 水彩画で支店ニュースを彩る

矢野支店が発行する「支店ニュース」は今年度から、相生市矢野町の^{のぶよし}前田暢良さん(84)が描いた水彩画をタイトル部分に掲載しています。会社勤めの頃に製図を担当していたこともあり、製図用のペンを片手に水彩画をはじめた前田さん。支店ニュースでは、矢野町内のため池や町並みなど地元^{のぶよし}に馴染みのある風景を描き、紙面に彩りをそえています。前田さんは、「絵画のほかにも竹細工や稲わら細工、果樹栽培などをしていて毎日が充実している。これからも長く続けたい」と話しました。なお、原画は同支店の窓口ロビーで展示しています。



優しいタッチで独特な水彩画を描く前田さん

▶ 女性会が各地で清掃活動を実施

JA兵庫西女性会は、SDGs(持続可能な開発目標)のひとつとして挙げられる「住み続けられるまちづくり」を目指し、各地でクリーン作戦を実施しています。10月7日には、女性会新宮支部11人と新宮支店職員が、JR播磨新宮駅周辺のごみ拾いや除草作業を実施。また、10月26日には、女性会福崎支部17人が、福崎・福崎東両支店と合同で「ふれあいクリーンウォーク」を開催し、町内各地を巡りながらタバコの吸い殻や空き缶などを拾いました。今後も「地域とのつながり」と「活動のひろがり」をテーマに、SDGs活動が続けます。



駅前の清掃活動に取り組む新宮支部の女性会会員ら

▶ 赤ソバ栽培で地域活性化

姫路市香寺町の営農法人「株式会社アグリ香寺」北恒屋支店は、赤ソバ「高嶺ルビー」を栽培し、地元飲食店や製粉会社に出荷しています。4年目となる今年は約1ヘクタールで育て、10月には赤い花が畑一面に咲き、地域を彩りました。同支店の坂口芳朗支店長は、「以前、長野県の赤ソバ畑を見て感動し、この地区に取り入れた。地域おこしが第一で、採算は度外視している。SNSなどで情報が広がり、関東方面からの問い合わせもあるなど認知度が高まっているので、今後も地域と連携しながら恒屋地区の名前を広めていきたい」と話しました。



秋空のもとで満開を迎えた赤ソバの花

契約栽培の拡大で農家所得の増大に取り組む

当JAは、生産者の安定した収入や出荷先確保のため、野菜の契約栽培に力を注いでいます。

その中心となるのが、農産物の生産から新規販売先の開拓までをマネジメントする、「販売コーディネーター」と呼ばれる販売専門担当者です。販売コーディネーターは、漬物会社やスーパーなどの量販店と生産者を結び、契約栽培に向けた新しい作物の提案なども行います。

令和元年以降、ナスやカブ、トウモロコシなどの品目を新たな契約栽培として生産者に提案。地区担当の営農指導員らとともに生産者を訪問し、病害虫対策といった管理方法や出荷のタイミングなど、きめ細かいサポートで生産を後押ししています。相生市で漬物用ミブナを栽培する生産者は、「気軽に相談できる、心強い存在」と話します。

今後も農家の所得向上と生産拡大に向け、既存の契約先との取引拡大や新規の販路拡大に取り組めます。



販売コーディネーター(左)が生産者にナスの栽培を提案



漬物用ミブナの生育状況を確認

〔農作業ひとくちメモ〕

冬の農閑期にしておくことは？

冬になると、野菜の栽培管理作業はほとんど休みになるので、その間に土壌改善や農機具などの点検整備をしておきましょう。

土壌は作物を作り続けると徐々に地力が失われていき、病害虫や雑草などが増えたり、生育障害が起きたりするなど、作物の生育環境が悪化していきます。農閑期が長い冬の間に、よく耕しておきましょう。表面は平らにせず、小さな山を作ったままにしておき、土を寒気にさらすことが重要です。こうすることで土壌中に十分空気が入り、病原菌や害虫、雑草の種子などの生息密度を低くすることができます。

鎌や鍬、ハサミなどの農機具も念入りに点検・整備をしておくことが大切です。きれいに洗ったり研ぎ直すなどして、次の作業に備えましょう。



スティックブロッコリー

栽培のポイント

① 家庭菜園にピッタリ

長く伸びる花茎を収穫するブロッコリーで、「茎ブロッコリー」とも呼ばれます。暑さにも比較的強く、長い間収穫を楽しむことができるので、家庭菜園向きの野菜です。

② 頂花蕾は早めに収穫しましょう

側枝を増やすため、頂花蕾は500円玉大の頃に切り落としましょう。切り口に水がたまり腐ってしまうので、斜めに切るのがポイントです。

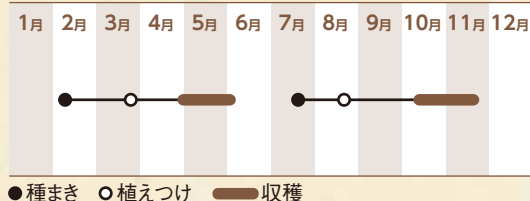
③ 追肥で長期間の収穫を

生育中は半月ごとに追肥します。収穫期に入れば、収穫するたびに追肥をして、次に出る側枝や側花蕾を育てましょう。しっかりと養分を補うことで、長期間の収穫が可能になります。



品種
・スティックセニョール
・グリーンボイス

栽培カレンダー



1 苗づくり

※低温期は保温して発芽させる

少ない本数で足りるとき
種が小さいので覆土は1~2mm
厚さで丁寧に

5~6粒

まとまった本数が必要とき
128穴のセルトレイが育てやすい。3
~4粒まいて1セル1本立てに。トレイ
で葉が込み合わないうちに畑に植える

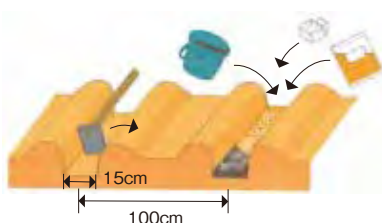
本葉2枚のころ
間引いて1本
立てにする

3号鉢

本葉4~5枚に
なったころ畑に
植える

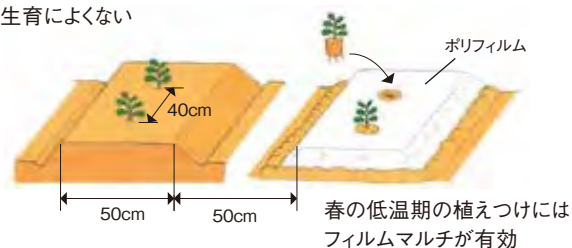
2 元肥入れ

〈溝の長さ1m当たり〉
堆肥:5~6握り
化成肥料:大さじ3杯
油粕:大さじ3杯



3 植えつけ

畑が乾いていたら株元に少し水をやる。春先にやりすぎると地温が下がって生育によくない



4 追肥

第1回

〈列の長さ1m当たり〉
化成肥料:大さじ1杯

草丈が15~20cmになったころ、
株の片側に施し、軽く土に耕し込む



第2回

〈列の長さ1m当たり〉
化成肥料:大さじ2杯
側枝が伸びだしたころ通路側に施し、ベッドに土を寄せ上げる

第3回以降

〈列の長さ1m当たり〉
化成肥料:大さじ2杯
収穫盛りになったら10~15日
に1回、ベッドのところどころに
肥料をばらまく



5 管理

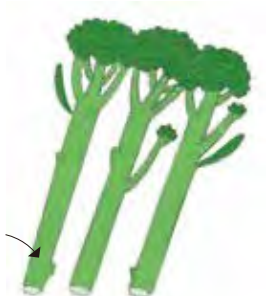
夏によい花蕾をたくさん出させる
には、灌水、敷きわらをする。側
花蕾の生長を促すために、頂花
蕾は径5cmほどのころに早めに
収穫する



茎が倒れやすいので、風
当たりの強いところでは
支柱を立てる

6 収穫・利用

次々に伸びてくる茎の伸びた側花
蕾を収穫する。茎は軟らかく甘み
があり、炒め物など中華料理に合う



軟らかく折り取れる
ところで収穫する



今月のテーマ 未来につながる持続可能な農業を目指して



令和3年4月号から始めたこのコーナーも今回で最終回です。これまで、「土の流出や土砂崩れを防ぐ機能」、「夏の暑さを和らげ、大気をきれいにしてくれる機能」など、農業・農村が有する多面的機能について紹介してきました。取り上げた機能のほかに、微生物が生ごみや有機物を分解し、農作物の養分にしたり土に戻したりする「有機物を分解する機能」や、医療・介護・福祉の場としての働きなど、農業や農村は米や野菜、果物など、私たちの生活に欠かせない「食」を生産する以外にも、さまざまな「めぐみ」をもたらしています。

これら紹介してきた機能や役割は日本の大切な財産であり、これを維持・発展させるためにも、農業を継続することが大変重要です。JA兵庫西は未来につながる持続可能な農業を目指し、これからも地域農業を守り、生産者を支援していきます。

健康豆知識

今月のテーマ

ノロウイルスに気を付けましょう



ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は1年を通して発生しますが、特に冬季に流行します。感染経路や症状を確認し、対策をしっかりとりましょう。

【感染経路】

- ・ウイルスが蓄積した二枚貝などを、加熱不十分のまま食べて感染
- ・感染した人の便やおう吐物からの二次感染
- ・家庭や施設などでの飛沫感染

【潜伏期間】

- ・感染から発症まで24～48時間

【主な症状】

- ・吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続きます。乳幼児や高齢者は、おう吐物を吸い込むことで、肺炎や窒息を起こすこともあります。

【対策】

- ・まずは手洗いが基本です。せっけんを使い、細かい所までこすり洗い、きれいに流しましょう。

- ・貝類を調理する際は、十分に加熱しましょう（中心部が85～90℃で90秒以上）。
- ・おう吐物や下痢便、おむつなどは素早く適切に処理しましょう（マスクやガウン、手袋等を着用）。
- ・食器やリネン類などを、十分に消毒しましょう。

【消毒液の作り方】

次亜塩素酸ナトリウムを水で薄めて「塩素消毒液」を作ることができます。次亜塩素酸ナトリウムを含む家庭用の塩素系漂白剤でも代用できます。

※製品の濃度によって効果が異なりますので、作るときは正しく計りましょう。
※製品の「使用上の注意」をよく確認しましょう。

製品の濃度	食器・カーテン・床などの消毒や拭き取り		おう吐物・おむつ・拭き取ったペーパー類の廃棄（袋の中で廃棄物を浸す）	
	液量	水量	液量	水量
12%	5ml	3L	25ml	3L
6%	10ml	3L	50ml	3L
1%	60ml	3L	300ml	3L

（製品例）ピューラックス、ミルトン、ハイター、ブリーチなど

参考：厚生労働省リーフレット「冬は特にご注意！ノロウイルスによる食中毒」
厚生労働省ホームページ「ノロウイルスに関するQ&A」

（JA兵庫厚生連）

今月のテーマ 「遺品整理サービスは契約内容をよく確認」

母が亡くなったため、インターネットで検索して見つけた事業者に遺品整理を頼んだ。遠方なので見積りはできず、2tトラック1台5万円の規定のパックを注文した。2台になるかもしれないと言われたが、作業が終わると22万円もの請求を受けた。高額すぎる。

回答

遺品整理サービスに関する料金や作業内容は事業者により様々です。必ず複数の事業者から見積もりを取り、料金や契約内容を比較しましょう。「今なら安くなる」などと急かされても、すぐに契約せず家族や周囲の人に相談することも大切です。契約する際には作業日、作業内容、追加料金やキャンセル料等を含む料金について確認しましょう。手元に置いておきたいものまで処分されるケースもあるので、保管したいものと処分するものを明確に分けておきましょう。困った時はお早めに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）

2台で10万円か〜



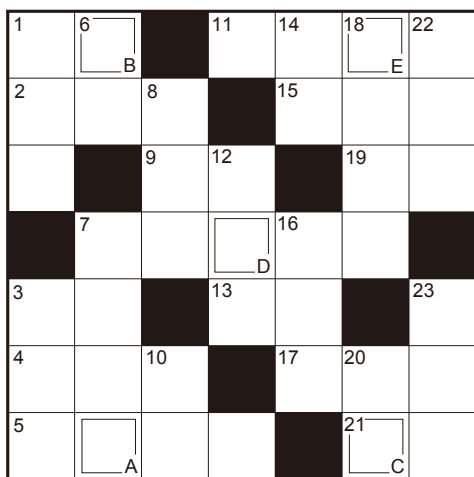
なんて22万円も！



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石川県を代表する色絵磁器といえば____焼
- ③出生届を出すまでに決めます
- ⑥花などで作るハワイの首飾り
- ⑦ホップ・ステップ・____
- ⑧炭を入れて使う暖房器具
- ⑩kg、kmのk
- ⑫はがきを買ってきて____状を書いた
- ⑭弓に矢をつがえて狙うもの
- ⑯ソーセージの一種。薄切りにしたものがピザのトッピングにも使われます
- ⑰サンタクロースのそりを引きます
- ⑲木枯らしも 嵐もこれ
- ⑳原価に利益や経費を盛り込んで付けます
- ㉑まきをくべて使う暖房器具。ペチカはロシア風のこれです

ヨコのカギ

- ①一年の終わり。年の____
- ②広葉樹の落ち葉を発酵させて作ることも
- ③農機具などをしまっておく建物
- ④定期貯金が____を迎えた
- ⑤家事をする際に着ける前掛け
- ⑦家を建てるときに神主さんを招いてする儀式
- ⑨スプリングとも呼ばれる部品
- ⑪酒よりお菓子の方が好きです
- ⑬無地のものには付いていません
- ⑮お____の家に回覧板を回した
- ⑰食べ過ぎると手が黄色くなるかも？
- ⑲大みそかの空に響く除夜の____
- ㉑プラスでもマイナスでもないことを示す数字

●10月号の答え

タイイクサイ

応募総数

586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『にっしん広場』」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

12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

クリスマスや年末に向けて街中が賑やかになり、ちよっぴりソワソワした気分になります。コロナウイルスによる制限が少しは落ち着いたものの、手洗いやうがい、マスクの着用を徹底し、健康に気をつけてお過ごしください☆



にっしー

◆自然学校があるので楽しみです。

(姫路市川口真奈さん)

みんなでご飯を作ったり、山登りをしたりするんでしょうか。お友だちとたくさん楽しい思い出を作ってくださいね。

◆今まで暑い暑いと言っていたのに、急に寒くなりましたね。

(姫路市長澤清美さん)

衣替えも間に合わないくらい、一気に冬の寒さ変わって驚きました。体調管理に気をつけてお過ごしくださいね。

◆インターネット通販は気軽に買物ができて便利ですが、偽サイトがあるのは困りますね。不審な宅配の問い合わせメールが届いたりもするので、惑わされてしまいます。

(たつの市矢巻洋乃さん)

少しでも気になることがあれば、周りに相談してください。宅配のメールも、心当たりがなければ開かないようにしましょう。便利で気軽に使えるから

こそしっかり確認し、安心して利用したいですね。

◆5月に植えたインゲンマメが、夏の猛暑と長雨で実がつかずあきらめていたのに、10月から豊作になって驚いています。甘みがあつておいしいです。

(赤穂市長棟勝代さん)

インゲンマメは多湿や高温、乾燥が苦手なのですが、今年の夏の厳しい栽培環境を耐え抜いたんですね。待ちに待った実りを色んな調理法で味わってくださいね☆

◆お彼岸の頃、あぜや土手に咲くヒガンバナの美しさに、目をとどめていました。

(赤穂郡田中詩奈子さん)

気候は毎年違うのに、お彼岸の時期になると一斉に花を咲かせる正確さに驚きますね。ヒガンバナには1000種類以上の呼び名があると言われています。全部調べてみたいのですが、気が遠くなりそうです(笑)

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／大きな前進が見られます。これまでの状況を再確認し、分析を加えましょう。冷静さが成功を導きます
健康運／慢性的な不調を改善するチャンス。検査が吉
幸運の食べ物／ニンジン



4/20~
5/20

牡牛座

全体運／気になることが多そうですが、次第に改善へと向かいます。考え過ぎは禁物。時が味方してくれるまで待つ◎
健康運／無理をせずスローモードでの行動を心掛けて
幸運の食べ物／八つ頭



5/21~
6/21

双子座

全体運／運勢は活発な動きを見せています。友人や知人からのアドバイスは耳が痛いものが多いようですが、かなり有効です
健康運／むくみに気を付けて。トイレは小まめに
幸運の食べ物／ゴボウ



6/22~
7/22

蟹座

全体運／整理整頓に力を入れるのは吉兆。大掃除は早めに取り掛かりましょう。予定を入れ過ぎないように心掛けて
健康運／薬の飲み過ぎに注意。処方を守って
幸運の食べ物／下仁田ネギ



7/23~
8/22

獅子座

全体運／問題が解決へと向かう幸運期。難しく感じても諦めずに前進を。金運も回復。年の瀬は豊かに過ごせそう
健康運／前半は室内でのけがに気を付けて。後半は快適
幸運の食べ物／ヤーコン



8/23~
9/22

乙女座

全体運／恵みの多い期間です。いらつくこともあります。あなたの思いやりが状況を緩和。感謝されるでしょう
健康運／楽しみながらできる運動にツキあり
幸運の食べ物／ブロッコリー



9/23~
10/23

天秤座

全体運／あまり欲張り過ぎないように。優先順位を付けて計画的に動くこと納得の結果に。「生活の知恵」を大いに活用して
健康運／食事のメニューはきれいな彩りを意識して
幸運の食べ物／ユリ根



10/24~
11/22

蠍座

全体運／トラブルは解消へと向かい運勢は穏やかに。心残りのないよう、やりたいことを仕上げましょう。友人との交流が吉
健康運／頑張り過ぎないように。歯の治療は早めに
幸運の食べ物／ワサビ



11/23~
12/21

射手座

全体運／運勢は活気づきパワフル。どんどん動いた方が幸運を呼び込めます。リーダーシップを発揮する場面もあり
健康運／頭痛対策を。ストレスをためないように
幸運の食べ物／芽キャベツ



12/22~
1/19

山羊座

全体運／人気運に恵まれ心温まる出来事の多いとき。あなた自身の親切が周囲をハッピーにすることもしばしば。金運も良好
健康運／足元に気を付けて。足浴、つぼの刺激が◎
幸運の食べ物／ホウレンソウ



1/20~
2/18

水瓶座

全体運／一言多いのは失敗のもと。協調性を見せること良い方向にまとまっていきます。分からないことはネットで検索
健康運／目の周りを温めるなど、疲れ目のケアを
幸運の食べ物／カリフラワー



2/19~
3/20

魚座

全体運／うまくいかないときもあるもの。無理は禁物です。困ったら1人で悩まないで。専門家の意見も聞いてみましょう
健康運／腰痛、関節痛の予防には筋トレがお勧め
幸運の食べ物／ミブナ

定期貯金キャンペーンを実施！

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：12月1日(水)～30日(木)

対象：通帳式にて新規お預け入れの個人限定

【金利コース】

取扱商品	スーパー・大口定期貯金(単利型)
預入期間	1年
預入金額	10万円以上
ご利用いただける方	個人
継続方法	元金・元利金自動継続

【懸賞金コース】

取扱商品	スーパー・大口定期貯金(単利型)
預入期間	1年
預入金額	10万円以上
ご利用いただける方	個人
適用利率	お預け入れ時の店頭表示金利
継続方法	元金自動継続
抽選権利	初回を含め2回まで

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・年0.048%

懸賞金コース

懸賞金付定期貯金

ドリームチャンス

当選本数合計 27,621本
(募集総額270億円/27組)

特賞 10万円×27本
前後賞 5万円×54本

1等 3万円×270本
2等 2万円×270本
3等 5万円×27,000本

20万円

(特賞と前後賞合わせて)

硬貨等取り扱い 手数料のご案内

令和4年1月4日(火)より、下記の対応について手数料を徴収させていただくこととなりました。

- ・硬貨の入金等をされる場合
- ・硬貨・紙幣の両替や出金をされる場合

※硬貨や紙幣の種類・枚数を指定する場合、指定後の合計枚数に応じた手数料がかかります。なお、新券でない1万円札は、合計枚数に含みません。

今後もより一層サービスの向上に努めてまいりますので、何卒ご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

1. 改定日：令和4年1月4日(火)

2. 取り扱い手数料

取引枚数	取引条件	両替・入出金(税込)
1～50枚	1日1回	無 料
51～100枚	1回	660円
101～500枚	1回	990円
501～1,000枚	1回	1,320円
1,001枚～	1回	500枚ごとに 660円加算

詳しくは、支店窓口までお問い合わせください。

還付金詐欺に だまされないで！

当JA大的支店と英賀保支店は、特殊詐欺被害の未然防止に貢献したとして、飾磨警察署から感謝状を受け取りました。当JA管内では、還付金詐欺が多発しています。税務署や自治体、年金事務所の職員などと名乗り、「医療費の過払い金がある」「一部未払いの年金がある」などと持ち掛け、「ATMで手続きができる」という内容の電話をかけてきますが、それは詐欺です。お金が返ってくることはありません。

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。



飾磨警察署長より感謝状を受け取る英賀保支店長(左)



JAドリームニュース

美しいお車を、
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車をピカピカに仕上げます。ぜひお近くのSSまで気軽にお越しください！

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7回 令和3年10月28日(木)

第1号議案

令和3年度半期決算について

第2号議案

法人の組合員加入について

第3号議案

令和4年度水稻育苗利用料金について

第4号議案

令和3肥料年度 春肥 肥料価格の改定と特別支援金について

協同の成果

令和3年10月末現在

組合員数	104,456人
出資金	124億4,099万円
貯金	1兆4,657億5,723万円
貸出金	3,051億2,538万円
長期共済保有	1兆7,496億7,847万円
購買品供給高	22億7,830万円
販売品販売高	32億502万円
職員数	954人

リニューアル

「にっしひろば」が 新聞折込に変わります

毎月お届けしています広報誌「にっしひろば」は、令和4年1月よりタブロイド紙(フリーペーパー)に形を変え、2カ月に1回、新聞折込(神戸・読売・朝日・毎日新聞)で発行することとなりました(初回は令和4年1月1日発行予定)。また、新聞未購読者の方にも情報をお届けできるよう、発行した紙面は電子化(デジタルブック)して、当JAのホームページに掲載いたします。今後も組合員、地域の皆さまに役立つ情報を発信していきますので、引き続きご愛読いただきますよう、よろしくお願い致します。

※新聞折込に伴い、「にっしひろば」の各家庭への配布は12月号をもって終了いたします。



現在の「にっしひろば」
A4サイズ(21cm×29.7cm)

新聞折込に
変わります。



タブロイド紙のイメージ
B4タブサイズ(27.2cm×38.2cm)

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~46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

2001年4月の創刊号以来、当JA管内の農業・地域情報を発信してきた「にっしひろば」。冊子でお届けするのは今月号で最後となりました。ご愛読いただいている皆さまはもちろん、紙面を作るにあたりご協力いただいた組合員・地域の方々に、厚くお礼申し上げます。リニューアル後も農業、JAのことなどについて、地域と寄り添いながら情報をお届けしますので、引き続きよろしくお願い致します♪(M)



今月のやさい

レンコン



揚げずにヘルシー、
カレーパウダーでスパイシーに

レンコンつくねの はさみ焼き スパイス仕立て

材 料 2人分／1人あたり551kcal

レンコン……………350g
タマネギ……………小1個
シメジ……………1/2パック
ごま油……………大さじ3
ダイコンおろし……………適量
醤油……………適量
青ネギ(小口切り)……………適量

○A
鶏ミンチ……………200g
塩……………小さじ1/2
醤油……………小さじ1
カレーパウダー……………小さじ2
片栗粉……………適量

○B
シメジ……………1/2パック
エリンギ(厚さ7mmの短冊切り)
……………1本

作 り 方 調理時間:25分

- ① レンコンは皮をむいて7mm幅にカットし、塩(分量外)を1切れにつきひとつまみずつかけておく。
- ② タマネギとシメジを粗くみじん切りにしてAと合わせる。
- ③ ①に②をはさみ、片栗粉(分量外)をまぶす。
- ④ フライパンにごま油を熱し、③を中火で1～2分こんがり焼き色がつくまで焼く。Bと塩ひとつまみ(分量外)を加えて裏返して蓋をし、弱火で10分蒸し焼きにする。
- ⑤ レンコンは好みで食べやすい大きさにカットする。ダイコンおろしをのせて醤油を垂らし、ネギを散らせばできあがり。

ワンポイント

レンコンのビタミンCは、でんぷんに守られているので、加熱しても壊れにくい特徴があります。

蒸し焼きにすると、よりヘルシーにお召し上がりいただけます。

焼いたレンコンを4等分にカットしてフードピックなどをさせば、おもてなしの前菜にもなります。

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。