

おけはし

9
2021



印西市結縁寺
野村 俊幸さん
知子さん

【特集】

天気予報で季節を感じよう
気象用語の風物詩



JA西印旛

応募券

9月号

今月は、印西市結縁寺でスイカを栽培している野村俊幸さん、知子さんを紹介致します。

表紙紹介



ラグビーボールの様な形のスイカ「金のたまご」



農業を始めて何年になりますか？

農業を始めて30年程になります。米やサツマイモ等、様々な農産物を栽培しています。スイカ栽培は10年程前から始めたのですが、大玉スイカ栽培をしている生産者が多く、栽培も難しそうだったので、他の生産者が栽培していない珍しいラグビーボールの様な形をした黄色い「金のたまご」と、緑色ですが「銀のたまご」という種類のスイカを栽培しました。



「金のたまご」「銀のたまご」の特徴、評判は？

実は赤で食感はウリ科なのでしっとり感があります。皮は厚く日持ちが良いです。珍しがつて購入してくれるお客様もいます。



農業をされていて大変な事、嬉しかった事はありますか？

スイカに関しては病虫害の防除が大変です。葉と木を弱らせない事が重要になります。嬉しかった事はお客様が「野村さんの栽培した農産物が美味しかった」と言って名前を憶えてもらえた事です。



挑戦したい事はありますか？

今後も良い品質の農産物を栽培していきたいです。



消費者へのメッセージ

新鮮な農産物を栽培しているので、地産地消に協力して地元産の農産物を召し上がって下さい。

【目次】

特集 天気予報で季節を感じよう 気象用語の風物詩	8
お話処	3
JA西印旛トピックス	4
あなたもチャレンジ 家庭菜園 野菜もの知り百科	10
お米と日本人 ストップ! 農作業事故	11
家族の健康 いつでもどこでも手軽に体操	12
パズル? 頭の体操 お便りコーナー	13
インフォメーション	14
シェフ永井のおすすめ	15

お話 処



幸せをお裾分け

直売所のPRと幸せのお裾分け

印旛郡栄町酒直 後藤 朝夫さん

私はJA西印旛農産物直売組合栄支部に加入しているのですが、昨年からのコロナ禍で直売所でイベントが開催できず、直売所のPRをする事が難しくなりましたので、どうかしてPRして新鮮な地元産農産物を販売している直売所を利用して頂けないかと考えていました。

カードが水分で曇ったようになってしまいます。乾燥させすぎると見た目が悪くなってしまう。経験から4、5日程が良い出来になります。

そんな時に、以前働いていた職場で、PRの為に10年で1万枚程作った四つ葉のクローバーを挟んだカードを思い出し、直売所でもお客様に興味を持って頂き、口コミでご来店してくれば良いと考え、久しぶりに作りしました。店名を書いた用紙と押し花にした四つ葉のクローバーをラミネート加工してカードを作ります。

クローバーの成長の具合や手間暇がかかるので大量には作れませんが、すでに直売所で200枚程度配布しました。すぐに無くなってしまおうと直売所職員から聞いたので、評判が良いのかなと嬉しく思っています。四つ葉のクローバーは幸運がイメージできます。こんな世の中ですが少しでもお客様に幸せのお裾分けが出来れば良いかなと思います。また、口コミで広がって直売所にお客様が買物に来て、生産者が一生懸命栽培した新鮮な農産物を購入してくれば良いと思います。

クローバーは四つ葉が多く育ちやすい品種を栽培します。難しいのは押し花にする事です。丁度良い大きさの時に収穫しなければいけませんし、押し花にしても水分が残っていると、加工する機械に入れる時に熱が発生するので、完成した

これからも、時間がある時にカードを作って直売所を持っていきたいと思います。カードを見かけたら手に取ってみてください。



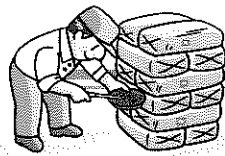
旬の梨 大人気

当JA管内で、7月下旬に収穫時期を迎え、当JA各直売所では8月上旬から本格的な販売が始まりました。梨を購入するお客様が多く、直売所職員は梨コーナーへの梨の陳列や梨生産者へ梨の出荷依頼に大忙しで、旬を迎えた梨の人気の高さが伺えました。

天候の影響もあり、幸水の出荷のピークが早く、8月のお盆前にはほぼ出荷を終了した生産者もいた程度でした。白井市にある出荷場の一つを取材で訪問した際には、市場への豊水の出荷が始まったばかりで、梨生産者は沢山の豊水を出荷していました。



豊水の出荷が行われていました（8月中旬撮影）

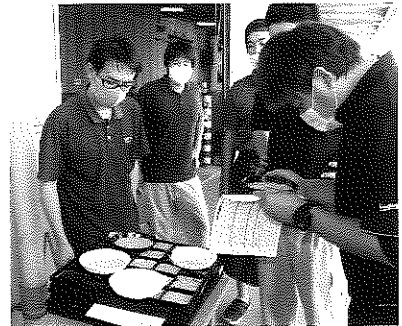


米の収穫始まる 8/27

当JA管内で稲刈りが始まり、米検査に伴い、8月27日に当JAの検査員が東部支店の米倉庫に集まり目揃い会を行い、水分量や籾等の混ざりの有無を見て、等級判定の基準を再度確認しました。

今年も8月中旬頃には稲刈りを行った地域もあり、概ね例年通りの生育のようです。

生産者、職員は本格的に収穫が始まる9月に天候に恵まれ、収穫時に天候の影響を受けない事と近年多くなっているカメムシによる被害粒の減少に期待をしました。



米を確認する検査員



トマト栽培の知識向上を図りました

当JA経済部営農指導渉外課が、7月中旬にJA全農ちば営農技術センターで行われた栽培実証施設視察会に参加してきました。視察会では、JA全農ちば営農支援部担当が講師となり、トマト栽培実証施設の概要、2年間の取り組み内容の他、栽培上の生理障害の原因と対策、病害虫管理のポイント、効率的な労務管理方法について説明を受けました。

又、トマト生産者の交流を深めるため、青空座談会を実施。夏の高温対策、樹勢管理や病気虫対策について生産者は活発な意見交換を行いました。

参加者からは、「視察を通して新たな知見が得られた、収穫終了時期の植物状態を見て管理の良さが伝わった。摘果による果実重量や収穫量の管理方法が参考になった」と感想が聞かれました。

農業機械セールスコンクールで表彰

令和3年6月24日に行われた、第45回JAグループ千葉農業機械大展示会で行われた農業機械セールスコンクールにおいて、千葉県農協農機事業連絡協議会から、当JA経済部農業機械課の渋谷勝巳担当が、審査基準期間中にコンバイン販売台数が県内1位だった事が高く評価され、コンバイン部門賞を受賞しました。

当JA農業機械課職員は、日々、知識と技術の向上を目指しつつ、お客様からお預かりした農業機械を大切に修理、メンテナンスを行ない、お客様のニーズに合った対応に心がけております。

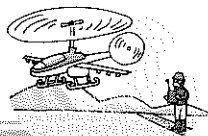


高い評価を受けました



様々な説明を受けてきました

ラジコンヘリコプター による防除行方



7月中旬から1週間かけて、印西市、栄町で米への病虫害被害を防ぐ為に、ラジコンヘリコプターを使用した農薬散布を行い、いもち病や紋枯病、カメムシ、ウンカ類の害虫防除に効果がある薬剤を散布しました。

ラジコンヘリコプターによる農薬散布はローターのダウンウオッシュ（吹き降り風）効果により、葉の裏や株元まで薬剤がしっかり付着し効果を発揮し、少量の薬剤で広範囲に均一に散布する事が出来ます。



散布の効果に期待がされました

タレントのホリさんが 「やおばあく」に登場



梨を紹介するホリさんとなし坊

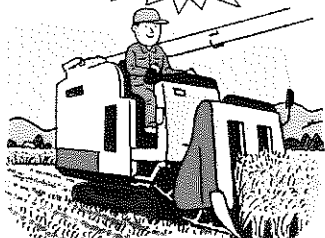
千葉テレビの情報番組「市町村でくたく散歩」の撮影が白井市で行われ、当JA農産物直売所「やおばあく」も旬の梨が購入できる直売所として紹介されました。

白井市出身のタレントのホリさんが同店に来店し、「なし坊」と「じねんじゃー」と一緒にトークを交えながら、梨を中心に地元農産物をPRしました。撮影時に来店したお客様は「ホリさん？」と驚きながら、撮影を眺めていました。同店は、近年、テレビやラジオの取材が多く、放送後は問い合わせや来店客数が増える等、地元農産物のPRになっています。

コンバインによる事故にご注意下さい！

本格的に稲刈りが始まりました。近年、農作業中の農業機械による事故が増えています。農業機械はとても便利な物ですが、ちょっとした気の緩みや油断、使用方法を間違えると大きな事故につながる事もあります。今回は事故の一例を紹介致しますので、参考にして安全な農作業を行い、消費者に美味しいお米を届けましょう。(農林水産省HP参考)

農作業事故防止



走行、作業中の事故に注意！

- ・走行中の転倒、転落。
- ・死角にいた人が下敷き。
- ・手こぎ中にだぶついた手袋の巻き込み。
- ・降車時に足を滑らせ、転倒・転落。
- ・車両、台車への積み込み中の事故。
- ・オーバーヒート時の火傷。
- ・グレーンタンクに糊が一杯になり重心の上昇、タンクの傾きによる転倒。

整備中の事故に注意！

- ・清掃や詰まりの除去時にエンジンを止めながつた事による指や腕の切断。

JAの自動車共済

農耕作業用小型特殊自動車
を運転中の事故。
以下のケースのように意外とあるんです。

ケース1



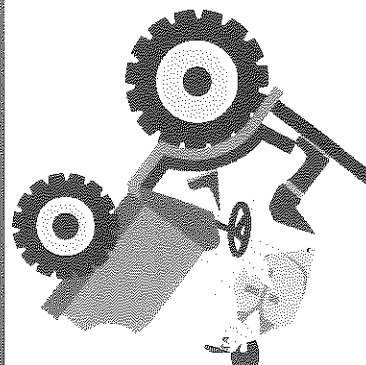
道路走行中に、
あやまって他人をはねて
ケガをさせてしまった。

ケース2



道路走行中に、
自動車との衝突事故を
起こしてしまった。

ケース3



農作業中に横転し、
運転手が下敷きになり
ケガをしてしまった。

農耕作業用小型特殊自動車は自賠責共済(保険)に加入することができません。
自動車事故により他人を死傷させた場合や、他人の財物に損害を与えた場合は、
高額の損害賠償責任を負うことになる恐れがあります。

JAの自動車共済にご加入いただくと…

ご契約例と共済掛金(2021年4月現在)

- 対人賠償:無制限
- 対物賠償:無制限
- 対物超過修理費用保障:有
- 6等級
- 自動継続特約:有
- 人身傷害保障:有
- 被共済者限定:有
- 共済金額3,000万円

共済掛金
(一時払い)

10,000円

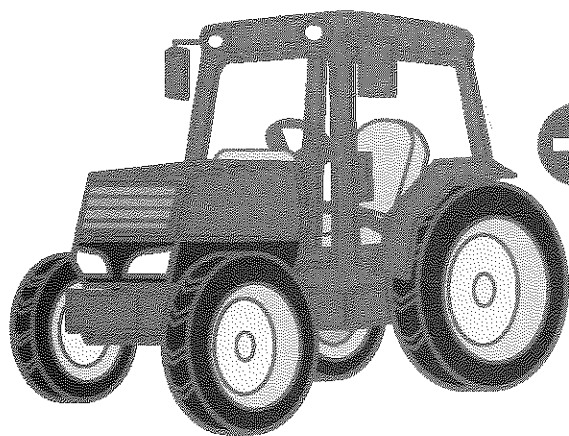
※共済契約期間 12ヵ月

季節農業用自動車保障特約 を付加すると...

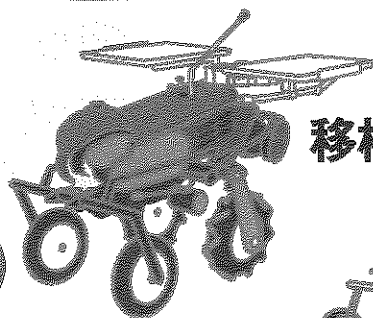
トラクター(主契約)+特定の農機具を
所有・借用の台数に関係なく、まとめて保障いたします。

自動車共済(主契約)

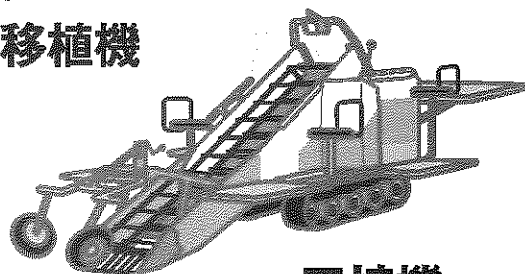
季節農業用自動車保障特約



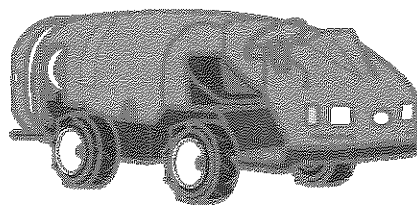
トラクター など



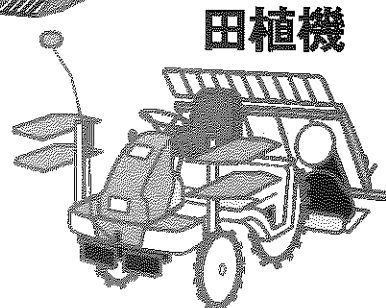
移植機



収穫機



農業用薬剤散布車



田植機

※保障の対象となるのは、所定の植付機、収穫機、農業用薬剤散布車に限ります。

ご契約例と共済掛金(2021年4月現在)

- 対人賠償:無制限
- 対物賠償:無制限
- 対物超過修理費用保障:有
- 6等級
- 自動継続特約:有
- 季節農業用自動車保障特約:有
- 人身傷害保障:有
- 被共済者限定:有
- 共済金額3,000万円

共済掛金
(一時払い)

13,880円

※共済契約期間 12ヵ月

お問い合わせ先

JA西印旛 共済部普及推進課 0476-48-2202
中央支店 0476-48-2210
東部支店 0476-95-1101

この資料は概要を示したものです。ご検討の際は「重要事項説明書(契約概要)」を、ご契約にあたっては「重要事項説明書(注意喚起情報)」「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

JA共済

21129990079

春編

うぐいすの初鳴日

「春告鳥（はるつげどり）」とも呼ばれるウグイスは、山里に春の訪れを知らせる鳥として親しまれています。西日本など温暖な土地では、2月中旬に初鳴きを観測することが多いようです。生物季節観測の大幅縮小に伴い、2021年から初鳴日は観測されなくなりました。



あいの風

日本海の沿岸に吹く、北〜東寄りの風を指します。江戸時代、蝦夷地（北海道）から大坂（大阪）に向かう北前船には追い風（順風）となったため、幸運の風として好まれたといわれています。春から夏にかけて、日本海に高気圧が進んでくると吹きやすくなります。

春雷（しゅんらい）

春の到来を告げる雷。冬眠している地中の虫を起こすとして、「虫出しの雷」とも呼ばれます。主に寒前線が通過する際に発生しますが、天氣の急変や落雷、突風、ひょうを伴うことがあるので油断できません。

腐草為螢（くされたるくさ）

七十二候（しちじゅうにこう）の一つ。昔は腐った草が、ホタルになると思われていました。ホタルが多く出るのは、ちょうど梅雨入りと重なります。梅雨は「微雨」とも書きますが、まさに微（かび）が生じる時期でもあります。



チンダル現象

大気中に細かい粒子があると、真つすぐ進んできた光がいろいろな方向に反射するため光の筋が見えます。この現象により、雲の切れ間から漏れた太陽光が扇状に見えるのは「光芒（こうぼう）」と呼ばれ、神々しい現象の一つとされています。

猛暑日

最高気温35度以上の日は、かつて正式な呼び名がなく「酷暑日」と表現していました。しかし、記録が次々と塗り替えられる中、いよいよ高温への注意喚起が必要となり、2007年の予報用語改正で「熱中症」と共に新たに追加されました。

夏編

天気予報で季節を感じよう

気象用語の

天気予報のない大昔から、人々は季節ごとの天気の変化を伝えるさまざまな言葉を生み出し後世につないできました。これらの言葉を四季折々の風物詩、私たちの文化的な遺産であると考え、少々硬い言葉でも愛着が湧いてくるのではないのでしょうか。現在の天気予報でも使われる気象用語から、季節を感じてみませんか。

風物詩



気象予報士
森田正光さん
(ウェザーマップ)

1950年愛知県名古屋市生まれ。財団法人日本気象協会を経て1992年、全国初のフリーお天気キャスターとなり、気象予報会社・株式会社ウェザーマップを設立。親しみやすいキャラクターと個性的な気象解説で人気を集め、テレビラジオなど多方面で活躍中。

イラストMDRデザイン事務所

彩雲

太陽の近くを通る雲が、赤や緑など鮮やかに彩られる現象。「慶雲」や「瑞雲（ずいうん）」などとも呼ばれ、昔から縁起が良いとされますが、これは見た目の美しさによるところが大きいと考えられます。実際は特別珍しいといえるほどの現象ではありません。

玄鳥去（つばめさる）

七十二候の一つで9月17日ごろ。子育てを終えたツバメが南へ渡っていく時期に当たります。農薬がなかった時代、ツバメは稲の害虫を食べてくれる大切な存在でした。また、人家の軒下に巣を作ること、落雷や火事を防ぐとされました。

冬編

雪つり

雪の重さで樹木の枝が折れないよう、縄や針金で枝をつつておくことです。湿った重たい雪が降る北陸で効果的ですが、最近では雪の少ない太平洋側の日本庭園などでも目にする機会が増えました。

熊蟄穴（くまあなにもる）

七十二候の一つ。12月半ばあたり、熊は冬眠の前に大量の食物を必要としますが、人里まで下りて人と遭遇するケースが増えています。また、近年は冬眠できない「不眠熊」が冬場に現れることがあり、暖冬が一因ではないかといわれています。

けあらし

漢字では「気嵐」と書きます。海などの水面から霧が立ち上る現象で、気象用語では「蒸気霧」といい、気温が下がる早朝に多く発生します。主に北日本や東日本北部など寒い地方で見られ、けあらしの観光スポットとして有名な場所もあります。

秋編



秋雨

夏の終わりから10月初めごろに、曇りや雨の日が続くことがあります。梅雨ほどはつきりしてはいませんが、南岸沿いに秋雨前線が現れることがあり、台風の接近と重なった場合は記録的な大雨となる必要があるため注意が必要です。





あなたもチャレンジ 家庭菜園

ニンニク 適期に植え付け、追肥と灌水を行う

園芸研究家・成松次郎

中央アジア原産と推定されるヒガンバナ科の多年生草本で、生育適温は15〜20度、暑さに弱く、寒さには比較的強い野菜です。栽培は秋に種球を植え付け、初夏に収穫します。

強い香りの成分は硫化アリルで、体内で豊富に含まれるビタミンB1と結合すると疲労回復効果があります。

「品種」温暖地向きでは「平戸」「嘉定」「上海」など、「ニューホワイト六片」は寒冷地から温暖地にも向く品種です。

「畑の準備」植え付け2週間前までに、1平方m当たり苦土石灰200gを施して土に混ぜておき、1週間前に化成肥料(NPK

各成分10%)100gと完熟堆肥を2kg施します。

その後、幅70〜100cmの畝(ベッド)を作り、穴の間隔が15cm程度の黒マルチフィルムを張ります(図1)。

「植え付け」9月上旬ごろに休眠が明けてくるので、種球を小片(鱗片)りんぺんにばらし(図2)、寒冷地では9月中旬〜10月上旬、温暖地では9月下旬〜10月中旬に植え付けます。

小片頂部を上にマルチ穴(15cm間隔)に深さ5cm程度に浅く植えます(図3)。

「わき芽かき」芽出し後に1株から2芽以上出たときは、生育の良い1芽を残して、手で早めにかき取ります(図4)。

「追肥・花蕾(からい)摘み」成長が再開する翌春2月と3月に1平方m当たり化成肥料50g程度を追肥しますが、マルチ栽培では所々穴を開けておきます。

とう立ちしてつぼみが付いたら、球の肥大に影響があるため花蕾を早めに摘み取ります。畑の乾燥に弱い

ため、特に春先からの灌水(かんすい)が必要です。

「収穫」初夏になり、葉が半分くらい枯れたら、晴天日に抜き取って根を切り落とす(図5)。その後、茎を30cmほど残して切り取り、10球程度を束ねて風通しの良い軒先などにつるします(図6)。

図1 畑の準備

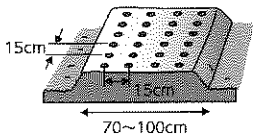


図2 種球の準備



図3 植え付け



図4 わき芽かき



図5 収穫

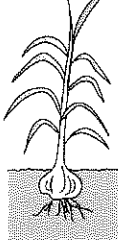
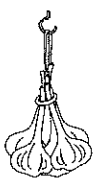


図6 貯蔵



※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。



野菜もの知り百科

ラッカセイ(マメ科ラッカセイ属)

土壌医・藤巻久志

ラッカセイは漢字では「落花」と書きます。開花後に子房柄(しばうへい)が地中に侵入し、サヤを作る不思議な植物です。ラッカセイの完熟子実(ピーナツ)は食用作物に分類され、野菜の本には載らないこともあります。未熟子実(ゆでラッカセイ)は野菜ですが、全世界の生産量はごくわずかです。

ラッカセイは南米原産で、コロンブスの新大陸発見後に欧州、アフリカ、アジアで栽培されるようになりました。日本には18世紀初頭に中国から伝わったので、南京豆と呼ばれました。

ラッカセイの花は一日花で、早朝に開花して午後にはしぼみまです。マメ科野菜の花はチョウの形をしていて、魅力的な物が多いです。家庭菜園では春には薄紫色のソラマメの花、夏には黄色のラッカセイの花、秋には水色のシカクマメの花が楽しめます。

殻の表面に浮き上がっている筋は維管束で、水や栄養分の通り道です。維管束は子実が熟してくるとはつきりとしてきます。ラッカセイの完熟子実の収穫は、葉が黄変した頃に株ごと引き抜いて乾かします。ゆでラッカセイ

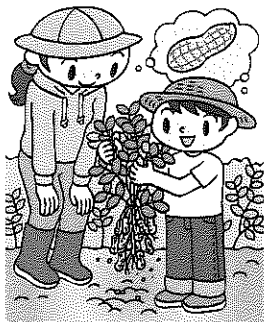
はその20日くらい前に収穫し、すぐに利用します。

殻は中の子実を守るために堅いです。石灰は土壌酸度を改良するために栽培の前に施しますが、細胞壁を強くする効果もありま

す。ラッカセイのサヤの充実には石灰が必要で、石灰が不足すると未熟サヤや空サヤが多くなってしまう。産地では開花後に石灰を散布し、畑が真っ白になることもあります。

「黒ラッカセイ(ブラックピーナツ)」はサヤに子実が2〜4粒入ります。一般の品種は1粒入りもありますが、ほとんどは2粒入りの双子です。双子の歌手といえ

ばザ・ピーナツ。1959年のデビュー曲「可愛い花」のB面は「南京豆売り」です。どちらも世界的ヒットのカバー曲です。



獅子座 7/23~8/22

【全体運】買い物がかんしい月です。下調べを念入りに。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ギがアップ【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



双子座 5/21~6/21

【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



牡羊座 3/21~4/19

【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。相手の話を耳を傾けて【健康運】神経質に考え過ぎず香りの良いお茶でリラクセス【幸運の食べ物】ブドウ



乙女座 8/23~9/22

【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できます【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



蟹座 6/22~7/22

【全体運】友人との会話でいいことを思い付きそう。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



牡牛座 4/20~5/20

【全体運】好調です。駄目もとて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



おはぎ

伝承料理研究家・奥村 彪生

お彼岸は年2回あり、春の彼岸にお供えするのがぼたん餅。略してぼた餅。秋の彼岸には秋（はぎ）の餅とおはぎを供えます。私が子どもの頃は家で作りました。粒あんときな粉の2色でした。

まず、粒あん作り。自家栽培の小豆を洗ってゆでます。半農半漁の小村のこと、都会のお菓子屋さんのようにゆでこぼしをしてあくを抜くことはしませんでした。小豆がゆで上がってつぶれる頃に浮いてくるあくは丁寧にすくい取りました。だんだん煮詰まってくると、当時は貴重品だった砂糖を放り込み、混ぜながら煮詰め、鍋底に木じゃくしで一文字を書けるようになります。母はしようゆを垂らしていました。甘味を強く感じさせることと、香りを付けるためだったようです。きな粉は前の晩にいつて手回しの石臼でひいて作りました。これは子どももの私らの夜なべ仕事。石臼を速く回転させると、母に「隣のおばあさんが居眠りするように、ゆつくり回さんせ」と叱られました。ゆつくり回すと石臼は子どもには重い。「えらいっらい」目せん（しない）とうまい物が食えんのやな」と子ども心に思いました。けれどもゆつくり回すと、きな粉は実に細かくひけました。それ

をふるってあん入りのおはぎにまぶしました。

餅はもち米とうるち米を合わせて炊き、砂糖を混ぜ、すり鉢に入れてすりこ木で半つきに。この半つきの餅を丸め、粒あんを着せるのですが、子どもの私のおはぎは所々、半つきの白い餅がのぞきます。母は「夜船ヤツ」と言って笑うのでした。夜船はどこの岸に着くか分からん、と言うのです。

ところで、私が指導している東北のスーパーで、この粒あんにブルーベリージャムやチョコレートを忍ばせたら思いの外よく売れました。老いも若きも嗜好（しこう）は確実に昔と変わっています。食を楽しむ時代に成長しているのです。農業もそうありたいと思います。



ストップ！ 農作業事故

農作業事故者の地域特性（北海道）

人間工学専門家・石川 文武

北海道農作業安全運動推進本部の事故報告書から分析しました。

2010～2019年までの10年間で、死亡事故178件、農業従事者131人につき1人が亡くなっています。過去のデータから見ると年間平均18人が亡くなっています。負傷者は2万3400人程度で、死亡者の130倍となっています。負傷件数は減少傾向にありますが、

との接触事故が約7000件、84%を占めています。

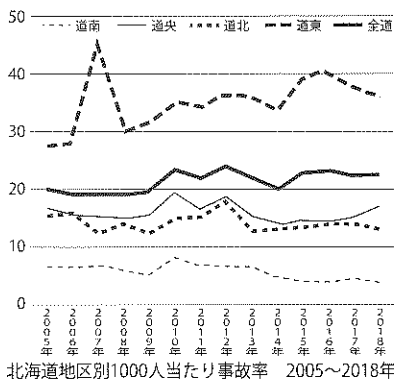
2005～2018年までの事故データを分析すると、10000人当たり男性が25～30人、女性が13～17人、全体で19～24人となっており、女性は男性のほぼ半分ですが、2012年以降女性の事故率が上昇傾向です。根室、宗谷管内では女性の事故率が他の地区よりも高くなっています。

死亡事故では農業機械関係が75%、高所からの転落10%、家畜関係5%などです。農業機械事故ではトラクター、トラック、パワーショベルで多く発生しています。一方負傷事故では、家畜関係36%、農業機械関係30%であり、家畜の中でも牛

北海道は広いので、農業も地域特性があります。ここでは、道南（渡島、檜山、後志）、道央（石狩、空知、日高、胆振）、道北（上川、留萌、宗谷）、道東（オホーツク、十勝、釧路、根室）に分けて負傷事故も含めて事故様態を分析します。

表は地区別1000人当たりの事故率を示しています。道東＞道央＞道北＞道南と道東地区の事故率が高くなっています。支庁別に事故率を見ると、最も高いのが釧路、宗谷、根室地区、次いで日高、十勝、オホーツク地区です。畜産が多い地区で事故が多発していることが読み取れます。

道内の作業安全確保には、道全体で見ると、地区別の農業様態に沿った分析と対策が必要です。



水瓶座 1/20～2/18

【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ッシャーに前進を。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



魚座 2/19～3/20

【全体運】怖がり過ぎてチャンスを見逃さないように。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にペース配分に留意して
【幸運の食べ物】カボチャ



射手座 11/23～12/21

【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あがります。時には周囲を巻き込むのもあります
【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



山羊座 12/22～1/19

【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て進めると好結果に。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



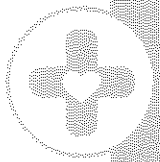
天秤座 9/23～10/23

【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



牡座 10/24～11/22

【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



家族の健康

老人性難聴

健康科学アドバイザー・福田千晶

9月20日は敬老の日です。元気に年齢を重ねられたお年寄りが増えていきます。しかし、加齢に伴い体の機能が衰えることがあります。自覚しやすいのは「老人性難聴」、つまり加齢以外に原因がなく耳が遠くなる現象です。

老人性難聴は、耳にある音を感じ取る細胞の数が減少したり、細胞の機能が低下したり、音を聞く神経に衰えが生じること、聞こえが悪くなると考えられています。特に高音部の音から聞こえにくくなります。低い音でゆっくり話す聞き取りやすく、コソコソ話す内緒話は聞き取れてしまうので「年寄りの地獄耳」などと表現されるのでしよう。

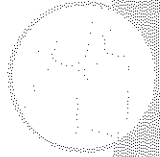
老人性難聴の特効薬はありませんが、補聴器の使用で聴力を補う方法があります。軽症のうちから聴覚刺激を入れておく方が、進行の予防にもいいわけています。

家の中での生活ではあまり支障がなくても、広い農地では少し離れた場所にいる人の声が聞こえないと不便なことがあります。早めに耳鼻科の医師や補聴器販売店に相談し、農作業中



も使いやすい補聴器を使用することを勧めます。声や音ではない動作での合図を決めておき、農作業中のコミュニケーション手段にすることも一案です。家族や周囲の人々は、高齢者との会話では、落ち着いた低めの声でゆっくりはつきり話すように留意しましょう。BGMなど他の音と会話の音が重なると聞き取りにくくなるので、大切な会話のときはテレビなどを消して、他の音が重ならないように配慮すると良いでしょう。自動車運転のときも、ラジオや音楽はつけないで、交通関連の音や運転に必要な会話だけに集中すべきです。

老人性難聴の決定的な予防法はありませんが、栄養バランスの取れた食事、適度な運動を心掛け、ヘッドホンでの大きな音を避けることは予防につながる可能性があります。



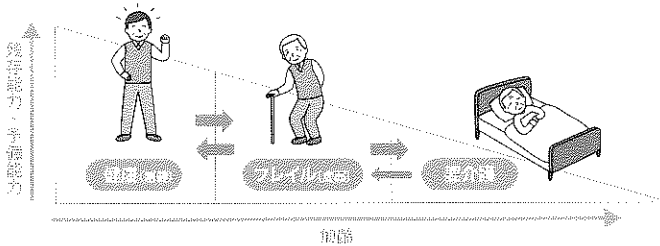
いつでもどこでも手軽に体操

日本体育大学運動方法体操研究室教授・荒木達雄

なるほど！体操講座(7)

体操とフレイルとの関係

近年、「フレイル対策」という言葉をよく耳や目にするのではないのでしょうか。「フレイル対策」とは、高齢者の身体活動の低下を防ぐ対策です。フレイルの意味は「虚弱」です。これが進行すると「要介護」につながります。これは高齢者だけの問題ではありません。高齢者になる前の段階で防がなければならぬ必須条件でもあります。読者の皆さんの誰もが考えなければならぬことだと思えます。それは、三つの条件が重要視されます。「運動習慣」「精神・心理」「社会的側面」の問題点を解決しながら日常生活を活性化することです。コロナ禍による生活状況の変化で、運動様式も激変しました。身体活動の急激な減少です。そこで注目されているのが体操です。体操は体の各部位を動かすことによって、血行や代謝を活性化させる身体運動です。運動習慣を身に付ける簡単な体操



発音読み、手紙読み

「The Taïso」をQRコードで読み込み、ご家族一緒に体操を動かしてください。「フレイル対策」の一要素の運動習慣を見直



The Taïso ノーマルバージョンの動画はこちら



パソコンでは、The Taïso(ザ・タイソウ)で検索してください

大切な方と過ごす 最後のひとときを お手伝い JAの葬儀

JA式場・虹のホール印西 公営斎場や、ご自宅 寺院等、ご希望の場所にて お手伝いいたします

<http://jalife.co.jp>

割引特典多数

JA虹の友 会員募集中

- 虹のホール印西 使用料無料
- 供花・供物の割引
- 仏壇・仏具の割引
- 新盆棚の割引 ●他 提携店割引

年中無休 24時間 受付対応

虹のホール印西 印西市大森3546-9

もしもの時や、事前相談等いつでもご連絡ください

JA西印旛 経済部(葬儀担当)

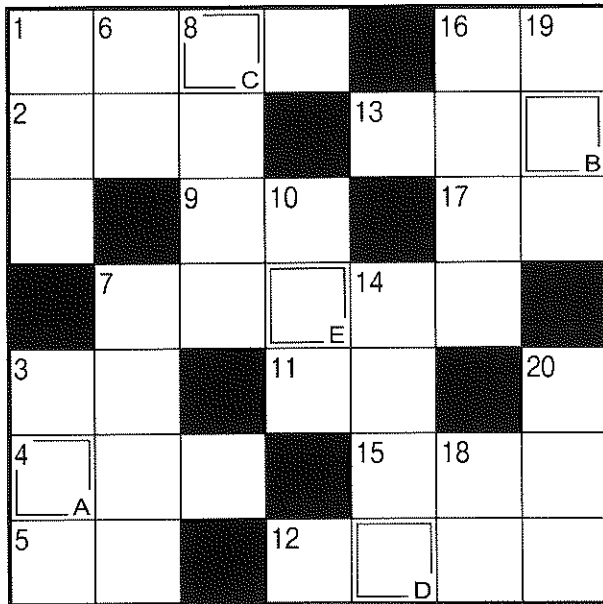
☎ 0476-48-2208

虹のホール印西

☎ 0476-42-1194

パズル？ 頭の体操

Q 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

- ① 中東の国の一つ。首都はバグダッド
- ③ 台風に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 家具などに使う籐(とう)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、足摺といえは
- ⑯ 何もすることがない状態です
- ⑰ 喜・怒・哀・——

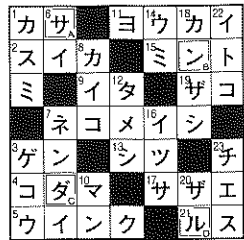
クロスワード

- ☆応募のきまり
- 締切 9月末日(消印有効)
- 発表 本誌次号誌上
- 賞品 抽選で5名様に農協全国商品券をプレゼント致します。
- ◇当選おめでとう
当選者は左記の5名様に決まりました。(敬称略)
- 石橋 茂
- 鈴木 純
- 高橋 清子
- 浜田 守
- 渡辺 左記子



eメールでも
募集中!
アドレスはこのページ
下を見てね♡

【7月号の解答】
ABCD
サンダル



ハガキの書き方

切手 [2] [7] [0] [1] [3] [3] [4]

〒 印西市西の原 4-1-3

J A 西印橋本店
広報係

① パズルの答え

② 住所・電話番号・氏名・年齢

③ 好きなコーナー

④ ご意見・ご希望

- ◇当選おめでとう
当選者は左記の5名様に決まりました。(敬称略)
- 鈴木 あおし
- 尾形 希予
- 下垣 寿子
- 寿美本 三宝
- 浜田 とし子

読者プレゼント企画

毎月5名様に農協全国商品券500円分が当たります!!

お便りコーナー

- ◇いつも新鮮な野菜をありがとうございます。(正輝さん)
- ◆生産者の皆さんに感謝です。暑い中ありがとうございます。
- ◇毎回、情報等、大変役立っています。(瑠美さん)
- ◆少しでも役に立ったり、JA、農業の事を知ってもらえたりしたら幸いです。
- ◇印西店にお肉屋さん仲間入りですね。お肉美味しかったです。(香さん)
- ◆まだまだ、認知度は低いかもしれませんが、美味しい千葉県産のお肉をご用意しておりますので、野菜と一緒に買い求め下さい。
- ◇マスク生活はまだまだ続きそうですね。今では必需品ですね。冷を感じるマスク体験談など特集して欲しいです。(幸子さん)
- ◆涼しさを感じられるマスクを私も欲しいです。マスク用の冷却スプレーが最近販売していますが効果はどうなのでしょう?試してみたいものです。
- ◇ストップ! 農作業事故の記事が大変参考になりました。(澄夫さん)
- ◆お米の収穫の時期になったので、今月号にコンバインによる事故予防の記事を掲載してみました。他の機械でも危ない時があるので過信せず気を付けて使用して下さい。暑い日が続きますので熱中症にもくれぐれも気を付けて下さい。私は最近梅味のタブレットで塩分補給と、スポーツドリンクで水分補給しています。

写真大募集 お子様 ペット 時の眺め

お子様・ペット・時の眺めの写真をお送りください。デジタルカメラ・eメールでもOKです。尚、携帯電話で撮影した写真での受け付けはできませんのでご了承ください。お待ちしております。

◆応募要領
郵便番号、住所、お子様の名前(ふりがな)、またはペットの名前、性別、『生年月日』、『撮影時の年齢』、お子様またはペットに変わって簡単なコメントを添えてお送りください。また時の眺めにもコメントを添えてお送りください。

※ペットの時は『』は不要です。
◎応募写真は返却いたしません。
◎掲載された方には粗品を進呈致します。

※各支店窓口でも受け付けております。





組合員資格確認のお願い

当 JA では、組合員の皆様に組合員資格の変更の有無について確認をお願いしております。

次のような場合には、組合員資格変更届の提出を宜しくお願い致します。

詳しくは最寄りの支店窓口までお問い合わせ下さい。

- ◇住所変更があった場合
- ◇氏名変更があった場合
- ◇死亡した場合
- ◇組合員資格を失った場合

中央支店 0476-48-2210
東部支店 0476-95-1101

ご注文はお済ですか？

令和4年まき種子もみ

只今、当JAでは、令和4年用のまき種子もみの注文を承っております。ご注文がお済でない方はお早めにご注文下さい。

※9月中旬にご注文下さい。



【お問い合わせ・ご注文先】

JA 西印旛 経済部購買課

電話：0476-48-2207

理事会

報告

【第8回理事会】

令和3年7月28日

(審議案件)

- 第1号議案 「農業協同組合経理規程」の一部変更について
- 第2号議案 「役員選任規程細則」の一部変更について
- 第3号議案 未利用口座管理手数料の設定について
- 第4号議案 令和3年度コンプライアンスプログラムの変更について

🌿 税務相談(無料) 【申込先】0476-48-2201(総務課)

日時 9月22日(水) 午前10時～正午(毎月第4水曜日)

※10月の開催日は、本誌10月号でお知らせ致します。

🌿 法律・交通事故相談(無料) 【申込先】0476-48-2201(企画管理課)

日時 9月15日(水)・10月20日(水) 午前10時～正午
(毎月第3水曜日)

※ご相談希望の方は相談日の3日前までにお申込下さい。尚、税理士・弁護士の都合により日時が変更になる場合もあります。

🌿 休日ローン相談会(無料) 【申込先】各支店にお問い合わせ下さい。

日時 9月19日(日) 午前9時～午後3時(毎月第3日曜日)

場所 中央支店

相談内容 お住まいの新築、購入、リフォーム、借換、マイカーローン、教育ローン、農業関連資金等

🌿 葬儀相談会(無料)

日時 毎月日曜日 午前10時～正午

場所 虹のホール印西(印西市大森3546-9)

問合せ先 電話：0476-48-2208 経済部(葬儀担当)

フリーダイヤル：0120-055-983(虹のホール印西)

※ご相談希望の方は事前にお問い合わせ下さい。ホールの状況により相談会を中止させていただく場合もございます。



◆年金相談会中止のお知らせ◆

毎月開催しておりました「年金相談会」を中止とさせていただきます。今後の年金についてのご相談(無料)は各支店、金融渉外担当までお気軽にお声がけ下さい。

緊急連絡先

自動車共済事故受付(24時間・365日)

フリーダイヤル ☎ 0120-258-931

営業時間内【9:00～17:00】はこちらまで

共済部 TEL. 0476-48-2250

葬儀(24時間受付)

フリーダイヤル ☎ 0120-055-983

経済部(葬儀担当) TEL.0476-48-2208

虹のホール印西 TEL.0476-42-1194

キャッシュカード夜間・休日受付

TEL.043-202-1171

プロパンガス

TEL.04-7197-2130





「赤エビと
キュウリの
香味炒め」

材料(4人分)

- 赤エビ(塩を振って30分ほど置いた物) 4尾
- A [キュウリ(乱切り) 2本
エリンギ(さいの目切り) 2本
ピーナツ(砕いた物) 20粒ほど
トマト 2個
サラダ油 大さじ1
塩 少々
こしょう 少々
- B・合わせ調味料 [豆板醤(とうばんじゃん) 小さじ1
料理酒 大さじ2
砂糖 小さじ2
しょうゆ 小さじ2
酢 小さじ2
ごま油 小さじ1
おろしショウガ 小さじ1/2
おろしニンニク 小さじ1/2

作り方

- (1) フライパンにサラダ油を熱し、赤エビを入れ弱火で両面を焼き(片面4~5分ほど)フライパンから取り出す。
- (2) フライパンにAを入れ、塩、こしょうをして中火で2~3分炒める。
- (3) (1)の赤エビをフライパンに戻し、Bの合わせ調味料を入れ強火でサッと炒める。
- (4) (3)を器に盛り付け、トマトをあしらい出来上がり。



「米ナスと
カボチャの唐揚げ
西京みそソース」

材料(4人分)

- 米ナス(皮をピーラーでむき縦に4等分にする) 1個
カボチャ(蒸して一口大にカット) 1/8個
モロッコインゲン(ゆでて斜めにカット) 2本片栗粉 適宜
サラダ油 適宜
- A・西京みそソース [かつおだし 1カップ
西京みそ 大さじ2
しょうゆ 大さじ1
砂糖 大さじ1
みりん 大さじ1
おろしショウガ 小さじ1
シメジ(ばらした物) 1株

作り方

- (1) 米ナスとカボチャに片栗粉を薄くはたき、180度に熱したサラダ油で揚げる(米ナスは3~4分ほど、カボチャは30秒ほど)。
- (2) 鍋にAの西京みそソースを入れ中火で2/3ほどになるまで煮詰める。
- (3) 皿に揚げた米ナスとカボチャを盛り付け、(2)の西京みそソースを上から回し掛ける。
- (4) モロッコインゲンを飾り出来上がり。

永井智一(ながい・ともかず)
茨城県笠間市にある
「キッチン晴人(ハレジン)」
オーナーシェフ



JAバンク千葉優遇プログラム ～JAマイステージ～

サービス開始!

2021. 5/25(火)

優遇対象となった方は、翌月25日から翌々月24日まで

1 JAネットバンクでの振込手数料が最大3回まで無料! (2021年5月25日(火)～)

▶ JAネットバンク上で振込手数料の発生する取引が対象です。(他JA、他行宛等)

2 提携ATM入出金手数料が、時間帯問わず、最大5回まで無料! (2021年9月25日(土)～(予定))

▶ 提携ATM(ローソン銀行、イーネット、セブン銀行、ゆうちょ銀行)の入出金手数料が対象です*。
※対象となる提携先はJAによって異なりますので、詳しくはお取引のあるJAにご確認ください。

対象となるお客さまは? どんな取引が対象になるの?

▶ 個人のお客さまであればなたでも対象になります。*1

▶ 申込手続きは不要です(自動的に申込となります)。申込費・年会費もかかりません。

▶ JAとのお取引内容(給与・年金受取、販売代金受取、JAカード支払、公共料金、貯金残高、ローン残高、組合員資格等)を毎月末時点でポイントに換算します(初回判定月は2021年4月)。*2

▶ 合計得点に応じて、お客さまごとにステージ1、ステージ2、ステージ3の3段階のステージを設定させていただき、翌月25日～翌々月24日までの1か月間、ステージに応じて各種手数料の優遇を行います。

コンビニATM無料サービスの終了について

▶ JAバンク千葉優遇プログラムのサービス開始とあわせ、2021年9月30日(木)をもちまして、コンビニATM無料サービスを終了予定です。

▶ JAバンク千葉は、今後も利用者の皆さまにご満足いただけるように、一層のサービス向上に努めてまいりますので、今後ともお願いいたしますようお願い申し上げます。

JA西印旛
中央支店: 0476-48-2210
東部支店: 0476-95-1101

期間限定!!

乾燥機用灯油の 特売を致します。

**【販売期間】令和3年
7月1日(木)～9月30日(木)まで**

◇価格等、詳しい内容は下記までお問合せ下さい。

ご注文はお早めに!

【お問合せ先】 経済部購買課 0476-48-2207
東部支店 0476-95-1101

編集うら話

久しぶりに休日中に除草作業を行いました、1日数時間、体の水分が入れ替わってしまったのではないかと思う程の量の水分をとり、熱中症に気を付けながら作業しました。その後、筋トレをしてプロテインを飲んでパワーアップ。草を刈っていると、家のすぐ脇なのにイノシシが荒らした跡が多数あり、民家に近いところまで来ているのだと実感しました。育てていた農産物は食べられてしまったし、出くわしたら草刈りで身に付けた筋力でストレス発散も込めて猪突猛進、ぶつかっていこうかな? 真夏の決戦! 編集者F対イノシシ! 無制限1本勝負! 絶対負けませぬ。皆様もまだまだ、暑いので熱中症に気を付け、イノシシを見ついたら逃げて下さいね。(F・S)

わが家のかわいいペット

★杉崎 淳子さん

リーベ
「美味しそうな香りがするな～。梨だ!」

★写真の応募はP13をご覧ください。 <http://www.ja-nishiinba.or.jp> JA西印旛 検索 ここをクリック

総務部	☎0476(48)2201	中央支店	☎0476(48)2210
金融部	☎0476(48)2203	東部支店・燃料(灯油・軽油)	☎0476(95)1101
共済部	☎0476(48)2202	キャッシュカードの紛失・盗難受付(夜間・休日)	☎043(202)1171
共済部(自動車事故相談)	☎0476(48)2250	農産物直売所 印西店	☎0476(48)2200
自動車事故(夜間・休日)(フリーダイヤル)	☎0120(25)8931	農産物直売所 栄店	☎0476(80)2220
経済部	☎0476(48)2207	農産物直売所 白井店(やおばあく)	☎047(498)2007
経済部(肥料・農薬のご注文)(フリーダイヤル)	☎0120(48)2207	経済部(葬祭24時間受付)	☎0476(48)2208
プロパンガスのご用命は(全農ガスセンター)	☎04(7197)2130	虹のホール印西(葬祭24時間受付)	☎0476(42)1194
介護保険に関するお問い合わせ	☎0476(42)1312		
農業機械に関するお問い合わせ	☎0476(47)3133		