

おけはし

5
2019

白井市復
鈴木 源太郎さん

【特集】

明日も農業をつづけるために。


JA西印旛

応募券
5月号

表紙紹介

今月は白井市復で農業をしている、鈴木源太郎さんを紹介致します。



昨年から本格的にネギ栽培を始めました

農業を始めて何年になりますか？

退職してから農業を始めて、10年程になります。自然薯やゴボウ、トウモロコシ、ハウレンソウ等栽培していて、昨年からは本格的にネギ栽培を始めました。

主にJAの直売所に出荷していて、5月はハウレンソウの出荷で忙しくなります。

農業をしていて嬉しかった事、大変な事はありますか？

除草作業と天候の影響を受ける事が大変です。昨年は台風の影響で大きな被害を受けたので、今年は来ないで欲しいです。

嬉しい事は、丹精込めて栽培した農産物をお客様が沢山求めてくれた時です。

工夫している事はありますか？

使用する農薬を少なくしたり、有機肥料を使用したりして農産物を栽培しています。

挑戦したい事はありますか？

自然薯とネギの栽培数を増やしたいと考えています。

消費者へメッセージ

安全で安心できる農産物をこれからも栽培していきます！

目次

特集 明日も農業をつづけるために。	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 ベランダでできるキッチンガーデン	10
キッチン防災術 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

とことろ



本を読む事、歩く事、御朱印集めが趣味です

悠々自適に趣味を楽しむ

印西市鹿黒 岩崎 紀代子さん

私は、子供の頃から本が好きで図書室を作るのが夢だったのですが、20年前に庭に小屋を建て、図書室を作る事ができました。念願の図書室は本を読みながら、うたた寝をしたら幸せだろうと「午睡庵」と名付け、父が近所の材木店で見つけてきてくれた板で扁額を作って入口に付けました。

10代の頃から本を集める様になり、日本・海外の文学や歴史・推理小説等、様々なジャンルを読んできました。ほとんど本が増えていき、処分してしまった本もありますが、今では四千冊以上の本を所有しています。大量の本がありますが本の本を並べ方にこだわりがあり、それぞれの本を並べる場所を決めています。場所を書いた目録も作ってあります。

読書ばかりで運動不足にならない様に歩く事にしました。街道に興味を持ち、ツアーに参加して東海道や日光

街道、甲州街道等、様々な街道を歩いてきました。

次は北国街道に挑戦しようと考えています。歩いた歩数や街道の様子

等もノートに書き残しています。

他にも最近人気の御朱印も図書室を作った時に集め始め、三百余りの神社仏閣を巡り、御朱印を頂きました。

39年間の教職を定年退職し、再任用先での勤務も2019年3月に無事終了しましたので、これから待っている悠々自適な毎日を、読書と日本中の街道、神社仏閣めぐりで楽しみたいと思います。



「午睡庵」の扁額を作りました

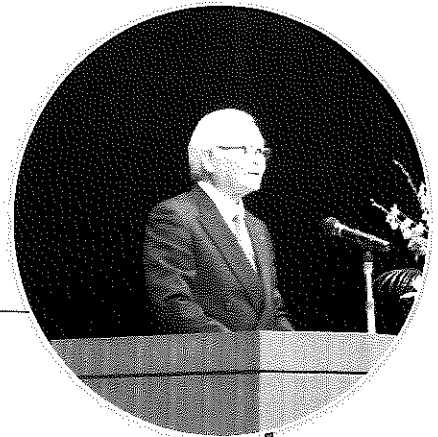
平成31年度 第29回通常総代会開催

3/23



当JAは、印西市文化ホールで、平成31年度第29回通常総代会を開催しました。

総代526名のうち、本人出席211名、代理人出席7名、書面議決219名、合計437名の出席により総代会が成立し、平成30年度事業報告及び剰余金処分案の承認や平成31年度事業計画設定、定款の一部変更等、提出された8議案と附帯決議、特別議決の全てが可決、承認されました。



【第29回通常総代会提出議案】

- | | |
|-------|---|
| 第1号議案 | 定款の一部変更について |
| 第2号議案 | 規約の一部変更について |
| 第3号議案 | 定款変更に伴う監事監査規程の一部変更について |
| 第4号議案 | 平成30年度事業報告及び剰余金処分案について |
| 第5号議案 | 会計監査人の選任について |
| 第6号議案 | 第9次地域農業振興計画及び第8次中期3ヵ年計画書の設定について |
| 第7号議案 | 平成31年度事業計画設定について |
| 第8号議案 | 平成31年度における理事及び監事の報酬について |
| 附帯決議 | 1.決議事項で行政庁の認可、承認等申請に際し、法令その他行政庁の指示等により、字句その他事項につき修正加除を要するときは、その処置を理事会に一任する。
2.事業計画の変更について、年度途中において軽微な変更を要するに至ったときは、理事会において変更することを承認する。 |
| 報告事項 | 1.貸借対照表・損益計算書・注記表及び付属明細書の報告について
2.「JAバンク基本方針」の変更について |
| 特別決議 | 食料安全保障を柱とする基本政策の確立に向けた特別決議(案)について |

【平成30年度の主な事業の結果】

① 信用事業

(単位：千円)

種 類	当期末残高
貯 金	65,257,131
預 金	45,581,326
貸 出 金	18,463,714
有 価 証 券	605,264
国 債	295,690
そ の 他	309,574

③ 購買事業

(単位：千円)

品 目	購買品供給高	
生産資材	肥 料	187,086
	農 薬	232,844
	飼 料	7,667
	自動車 (除く二輪)	—
	そ の 他	244,120
	計	671,718
生活資材	食 品	11,875
	そ の 他	85,474
	計	97,349
小 計	769,067	
農 業 機 械 事 業	112,132	
燃 料 事 業	52,360	
葬 祭 事 業	164,423	
合 計	1,097,984	

⑤ 直売事業

(単位：千円)

種 類	金 額
収 入	377,295
支 出	253,897
差 引	123,398

⑥ 高齢者福祉事業

(単位：千円)

	金 額
収 益	78,118
費 用	32,938
差 引	45,179

② 共済事業

(単位：千円)

種 類	当 期 末
生 命 総 合 共 済	90,480,764
終 身 共 済	66,001,321
定 期 生 命 共 済	443,700
養 老 生 命 共 済	17,478,052
う ち こ ど も 共 済	6,543,600
医 療 共 済	5,013,600
が ん 共 済	184,500
定 期 医 療 共 済	681,900
介 護 共 済	604,961
年 金 共 済	73,000
建 物 更 生 共 済	127,012,483
合 計	217,493,519

注) 金額は年度末の保障金額【がん共済はがん死亡共済金額、医療共済及び定期医療共済は死亡給付金額(付加された定期特約金額等を含む)、年金共済は付加された定期特約金額】です。

④ 販売事業

(1) 委託販売品

(単位：千円)

品 目	取 扱 高
米	1,038
麦 ・ 雑 穀	363
野 菜	122,259
果 実	1,145,626
花 卉 ・ 花 木	16,237
そ の 他	92,885
合 計	1,378,410

(2) 買取販売品

(単位：千円)

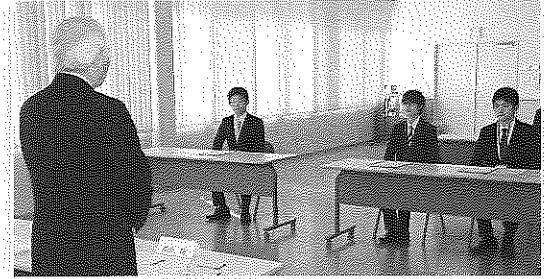
品 目	販 売 品 販 売 高
米	599,233



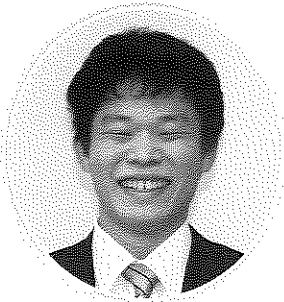
新入職員紹介

4月から、新たに3名の職員が当JAに仲間入りしましたので紹介致します。どうぞよろしくお願い致します。

- ①氏名 ②趣味・特技 ③自分の性格 ④JA職員としての抱負

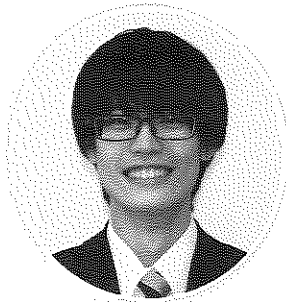


よろしくお願い致します（入組式 4/1）



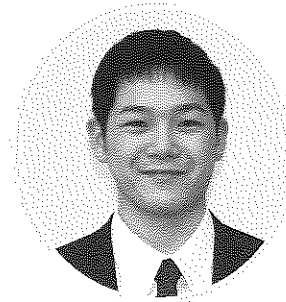
あきや たから

- ①秋谷 聖
②工作
③マイペース
④沢山の知識を身につけ、
様々な事に対応できるよ
うになりたいと思います。



すどう まさし

- ①須藤 将
②イラストを描く事
③コツコツやるタイプ
④1日でも早く仕事を
覚え、皆様のお役に
たちたいと思います。



こちや ともゆき

- ①古茶 智幸
②スポーツ観戦、映画鑑賞
③まじめで慎重な性格
④JA職員として自覚を持ち、
皆様の力になれるように努
力したいと思います。



梨の花満開！ 摘花、受粉作業始まる



当JA管内にある梨の圃場で、3月下旬から梨の花が咲き始め、生産者は余分な花を取る摘花作業と梨を交配させる為に受粉作業を行いました。

木の負担を減らす事と養分の調整をして美味しい梨を育てる為に、余分な花や実を取り除く事も大切な作業で、開花後、木の様子を見極めながら摘花し、形の良い梨を育てる為に丁寧に受粉作業を行いました。5月上旬頃から、小さな実が実り始めると摘果作業が行われます。



大盛況！トマト講習会開催

3/27

当JA本店会議室で、管内のトマト生産者を対象にしてトマト栽培の講習会を開催しました。

全農ちば職員を講師に迎え、病害虫防除の説明を行った他、種苗メーカーによる品種紹介や農業メーカー、印旛農業事務所による営農に役立つ情報提供を行いました。病害虫防除、高温障害対策など身近な問題を取り上げた事から参加した生産者は興味深く説明を聞き、トマト栽培の参考にしました。

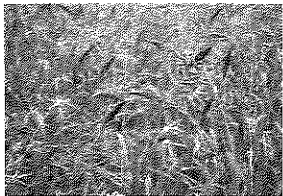
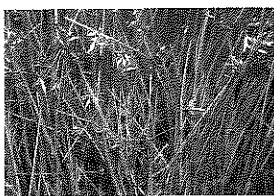
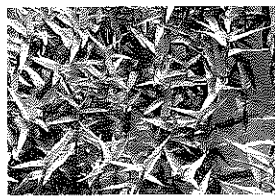


講習会は盛況でした


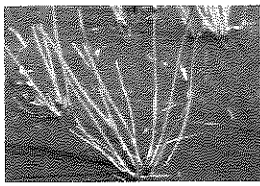
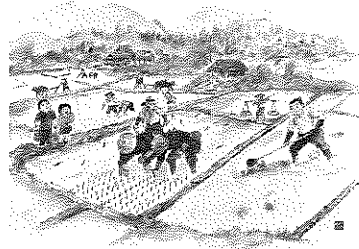
水稲情報 ～一発除草剤のご案内～

毎年、田んぼに雑草が生えて困っている方も多いのではないのでしょうか？今回は、そのような農家の皆様にオススメする田植え時に使用する「一発除草剤」をご紹介します。

【一年生雑草（種で増える雑草）】

ノ ビ エ		ホ タ ル イ		イ ボ ク サ	
<p>【方言名】ヒエ、ヒユ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・イネ科雑草。草姿がイネに似ており、葉鞘と葉身の境目にある「葉耳」及び「葉舌」の有無で区別します。 ・カメムシ等は稲よりノビエが好物なため、水田内での増殖源となる。 		<p>【方言名】イグサ、トウスミゾーレ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カヤツリグサ科の問題雑草。 ・草姿は多年生雑草のクログワイによく似ており、塊茎の有無（無し）と花の咲く位置（莖上部）で判断します。 		<ul style="list-style-type: none"> ・ツユクサ科の一年生雑草。 ・畦畔から水田内に侵入する、近年問題となっている水田雑草。 ・代かき等で切断された茎からも増殖するため、水田内で広がりやすい。 	

【多年生雑草（塊茎で増える雑草）】

オ モ ダ カ		ク ロ グ ワ イ		
<p>【方言名】ヤジリ、ヤジルシ、クワイ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オモダカ科の多年生雑草。 ・矢じり葉が特徴で、上部に3個ずつ白い花をつけ、根の先に塊茎がついている。 		<p>【方言名】トウスミ、ゾーレ、クワイ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カヤツリグサ科の多年生雑草。 ・草姿がホタルイによく似ており、塊茎の有無（有り）と花の咲く位置（莖先端）で判断します。 		

雑草名	オススメの一発除草剤	上手な使い方とポイント
ノビエ	<ul style="list-style-type: none"> ・カチボシ（粒剤・FL・ジャンボ） ・ナギナタ（粒剤・豆粒・ジャンボ） ・ジャイロ（粒剤・FL） 	有効成分「オキサジクロメホン」や「イブフェンカルバゾン」などの含有剤の使用がオススメ。近年、問題になっている中干し以降に発生するノビエ対策としても有効です。
ホタルイ	<ul style="list-style-type: none"> ・ピンワン（粒剤・FL・ジャンボ） ・バッチリ（粒剤・FL・ジャンボ） ・コメット（粒剤・FL・ジャンボ・顆粒） 	有効成分「プロモブチド」などの含有剤がオススメ。葉齢が進むと防除薬剤が限られるので、早期防除に努めましょう。
イボクサ	<ul style="list-style-type: none"> ・ナギナタ（粒剤・豆粒） ・キマリテ（粒剤・FL・ジャンボ） ・エーワン（粒剤・FL・ジャンボ） 	有効成分「テフリルトリオン」や「ベンゾピシクロン」などの含有剤での体系防除がオススメ。散布遅れに気を付けましょう。
オモダカ	<ul style="list-style-type: none"> ・コメット（粒剤・FL・ジャンボ・顆粒） ・エーワン（粒剤・FL・ジャンボ） ・ジャイロ（粒剤・FL） 	ガラガラと発生するため、長期の除草効果を目的とした初期剤と一発処理剤の体系防除がオススメです。また、収穫後の秋防除も効果的です。
クログワイ	<ul style="list-style-type: none"> ・コメット（粒剤・FL・ジャンボ・顆粒） ・シグナス（粒剤・FL・ジャンボ） ・エーワン（粒剤・FL・ジャンボ） 	オモダカと同様に体系防除がオススメです。有効成分「ベンプレート」や「プロピリスルフロン」などの含有剤の使用が効果的です。また、収穫後の秋防除も効果的です。
コナギ	<ul style="list-style-type: none"> ・ジャイロ（粒剤・FL） ・バッチリ（粒剤・FL・ジャンボ） ・ピンワン（粒剤・FL・ジャンボ） 	代掻き後に発生し、幼苗は細長い線形で、ウリカワ・ヘラ・オモダカの幼苗に極めて似ている。除草剤は比較的どの成分でも効くが、スルホニルウレア系は抵抗性が確認されているので注意。
アゼナ	<ul style="list-style-type: none"> ・エーワン（粒剤・FL・ジャンボ） ・キマリテ（粒剤・FL・ジャンボ） ・ガンガン（粒剤・豆粒・ジャンボ） 	葉は楕円形で毛がなく、莖、葉共に柔らかい。紅紫の花をつける。除草剤は比較的どの成分でも効くが、スルホニルウレア系は抵抗性が確認されているので注意。

それでも水田雑草を防除しきれなかった場合は、中・後期剤が必要になります。水田雑草をしっかりと退治し、実りの秋に備えましょう！

【問い合わせ先】 JA 西印旛 経済部指導販売課 TEL：0476-48-2207

特に注意したい「物」の事故

重大事故は一度起きれば今後の生活に大きな影響を与え、農業の継続が困難になることもあります。とりわけ機械や用具などの「物」による事故は、重大事故につながりやすく、注意や対策が必要です。

歩行型農機

下敷き
巻き込まれ
挟まれ



対策

バックの際は必ず後方を確認。ロータリーと足の位置は余裕をもって

刃のある器具

巻き込まれ
刃との接触



対策

整備は、必ず回転を止めて行う

乗用型農機



公道・ほ場での
転倒・転落
乗降中の転倒

対策

昇降路や公道ではブレーキの連結ロックを。降車時は後ろ向きに

脚立・はしご・斜面



不安定な場所
からの転落

対策

はしごや脚立は安定させて設置。高所作業では必ずヘルメットの着用を



映像で学ぶ農作業事故

『明日も農業をつづけるために。』公開中

JA共済ホームページ「TVCM・映像ライブラリ」からご覧いただけます。
<http://www.ja-kyosai.or.jp/enjoy/cf/index.html>



明日も農業をつづけるために。

これまでJA共済連が農家組合員の方々への保障提供を通じて蓄積してきた大量の共済金支払データを分析することで、今までは見えていなかった農作業事故の実態が明らかになってきました。農作業の安全について、いま一度考えてみるとともに、万一来に備えて共済の加入も検討してみましょう。

協力: 全国共済農業協同組合連合会 (JA共済連) <https://www.ja-kyosai.or.jp>

図表1 農作業事故の全体像



図表2 農作業の特性と事故の関係

農作業の主な特性	データの検証結果	まとめ
① 環境 斜面、高所作業が多い 狭く暗い施設、炎天下が多い	「転倒(同一平面)」「墜落」が事故全体の過半数を占める	事故が起こりやすい
	・施設事故は約2割を占める ・発生時期は7~9月で約3割を占める	
② 物 さまざまな機械、用具、家畜を扱う	機械、用具、生物だけで約5割を占める	重大事故につながりやすい
	機械、用具、家畜の事故の重症度は他の事故よりも高い	
③ 人 高齢者が多い ひとりでの作業が多い	高齢など重症度が高い	
	事故後すぐに発見されないケースが散見される	

死亡以外のけがも含めた農作業事故の全体については、統計データの不足からこれまで明らかにされていませんでした。JA共済連では大量の共済金支払データを分析することで、後遺障害事故は死亡事故の約2倍、傷害事故は死亡事故の約2.24倍起きていることを確認しました。この倍率を農林水産省の死亡事故調査(2016年)の312件に掛けることで、農作業事故が年間約7万件発生しているものと推計しています(図表1)。

氷山の一角だった死亡事故
年間約7万件の事故が発生

なぜ農作業事故がこれほど多いのでしょうか。事故には、場所や天候といった「環境」、農機具や生物などの「物」、作業員である「人」という三つの因子があります。それぞれの因子について、農業ならではの特性があり、三つの要因が積み重なることにより、「事故の起こりやすさ」や「重大事故へのつながりやすさ」が大きくなってしまっている(図表2)。

なぜ農作業事故が起こるのか



あなたもチャレンジ 家庭菜園

新鮮な味がたくさん取れるサヤエンドウ

板木技術士事務所・板木利隆

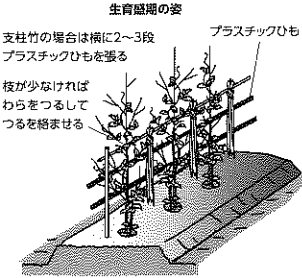
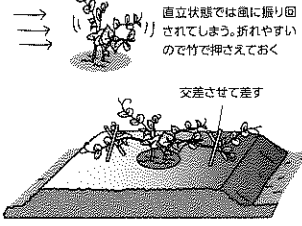
栽培管理が楽で失敗も少ないサヤエンドウ。店頭では得られない新鮮さが魅力。家庭菜園にはぜひ取り入れたい野菜です。

カロテン含有量が多く、分類は緑黄色野菜。ビタミンC、食物繊維も豊富。使い道はサラダや汁の実に煮物にと広く、飽きずに重宝します。

育て方のポイントを列挙すると次の通りです。

- (1) 連作畑を避ける
- (2) まきどきを誤らない
- (3) 冬に株が風で振り回されるのを防ぐ
- (4) 伸び出したつるがよく絡み付くようしっかりと支柱を立てる

サヤエンドウは野菜の中でも特に連作を嫌う性質



※関東南部以西の平坦地を基準に記事を作成しています。

があります。4〜5年はエンドウを作ったことのない畑を選びます。

種まきの適期は10月20日前後を目安とします。寒い地域で早まきすると、大きく育つてから厳しい寒さに遭うことになるため、寒害を受けやすくなります。種袋の説明と地域の慣行をよく調べて決めます。

サヤエンドウは茎葉が柔らかく、越冬中に株が風に振り回され、茎が折れたり枯死したりしやすいので、草丈が15〜20cmに伸びたら短い支柱を交差させて立て、株を固定したり、畝に沿って稲わらを半折りにし、下方を土に埋め、簡易の風よけを作ったり、べた掛け資材で覆ったりして寒風か

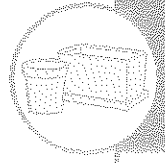
ら守つてやります。越冬後草丈が20〜25cmぐらいになる頃には巻きひげも出るので早めに支柱を立て、これに絡ませるよう、つるを誘引してやりましょ

う。支柱材としては、細枝がたくさんつくササや、小枝がよく付いた木の枝が最適ですが、入手できない場合は木くいに横竹を渡し、所々に細わらをつるす方法、それらがなければ果菜用の支柱材を立て、横に3段ほどプラスチックひもを渡したり、キュウリの誘引ネット(網目15cm)を取り付けるなど、いろいろ工夫してみましょう。

肥料分は多くは必要ないので、前作に野菜を育てた畑なら、越冬前に畝に沿って軽く溝を作り、1株当たり化成肥料大さじ2杯ぐらい、本支柱を立てた後に、畝の反対側に同量を施し、土を盛り上げて畝を形成する程度で足りるでしょう。

熱帯アメリカ原産のピーマンはナス科でも最も高温性で、発芽適温も生育適温も25〜30度です。キッチンガーデンでは発芽と育苗の高温を確保するのは難しいので、5月に苗を購入するのが一般的です。

10号(30cm)以上の鉢に市販



ベランダでできるキッチンガーデン

ピーマン(ナス科トウガラシ属)

土壌医・藤巻久志

緑のピーマンは熟してくるとトウガラシのように赤くなります。赤いピーマンは青臭さが消え、甘くなり、栄養価も増します。しかしなぜ、農家は赤いピーマンを出荷しないのでしょうか。

それは熟すのに日数がかかり、青果は日持ちしないからです。緑のピーマンは開花後15〜20日で収穫できますが、ピーマンが熟して赤くなるには60日くらいかかり、株への負担も大きくなります。パプリカ(大型ピーマン)のように肉厚ではないので、熟すとしなびやすくなります。

経済性よりも育てる楽しさを優先するキッチンガーデンでは、数個のピーマンを赤くしてサラダなどの彩りにしてもよいでしょう。子どもにも食べやすく、親子の会話も弾みます。畑でなくても、日当たりの良いベランダなら栽培できます。

熱帯アメリカ原産のピーマンはナス科でも最も高温性で、発芽適温も生育適温も25〜30度です。キッチンガーデンでは発芽と育苗の高温を確保するのは難しいので、5月に苗を購入するのが一般的です。



の培養土を入れます。深植えにならないように苗を植え、倒れないように仮支柱を立てて軽くひもで縛っておきます。追肥は1週間に1度、1000倍の液肥を施します。

活着(根付くこと)すると1番花が咲き始め、側枝が伸びてきます。主枝と1番花のすぐ下から出てくる側枝2本を残し、他はかき取ります。仮支柱を50〜60cmの支柱に換え、各枝を誘引します。果実が次々となるので、肥料切れにならないようにします。乾燥に弱いので、株元にわらやピートモスなどを敷いて、水やりを毎日します。

収穫ははさみで切り取ります。開花後20日を過ぎても外観は変化がないので、取り遅れないように注意します。ピーマンの和名は甘唐辛子で、トウガラシやシントウも仲間。栽培方法も同じですが、肉詰めやみそ炒めに適しているのはピーマンです。



5月のあなたの運勢

モナ・カサンドラ

♋ 獅子座 7/23~8/22

【全体運】できる人と比べて対抗意識を刺激されやすい。背伸びをするより、マイペースを貫くのが幸運のポイント

【健康運】睡眠不足にご用心。眠りの質を高めて

【幸運の食べ物】ソラマメ

♊ 双子座 5/21~6/20

【全体運】人との調和を大切にすることで、誰とでも円満な関係を築ける期間。余暇はあ芝居やミュージカル鑑賞がベスト

【健康運】肩の力を抜くと、運氣アップの呼び水に

【幸運の食べ物】キクラゲ

♈ 牡羊座 3/21~4/19

【全体運】落ち着いて行動できる月。やりたいことは、自分のペースでじっくり進めて。センスを磨ける趣味を持つと吉

【健康運】体質にぴったりな健康法が見つかりそう

【幸運の食べ物】イサキ

♉ 乙女座 8/23~9/22

【全体運】行動範囲が広がる予感。気になることは即やってみるのが成功の鍵。SNSでの情報収集にもつきががあります

【健康運】生活習慣を見直すと、薬に改善できそう

【幸運の食べ物】甘夏

♋ 蟹座 6/22~7/21

【全体運】カルチャー志向が高まる時期です。同じ楽しみを持つ仲間たちとにぎやかに過ごすのに最適。遠出の旅も刺激大

【健康運】疲労をため込みがち。温泉で気分転換を

【幸運の食べ物】ウニ

♉ 牡牛座 4/20~5/20

【全体運】とても活気があり、新しいことを始めるチャンスです。積極的に動いて吉。環境改善に力を注ぐのも幸運

【健康運】小まめに動くことで、体調が向上し

【幸運の食べ物】イチゴ



キッチン防災術

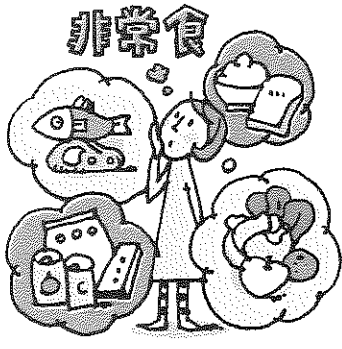
非常食の楽しみ

食文化・料理研究家・坂本佳奈

非常食だからといって、防災用と銘打たれた特定の食品を買っていませんか？ それは本当にあなたが食べる物ですか？ 皆で食べて楽しくなるのでしょうか？ 災害に遭うという事は、それだけで大きなストレスであり、自分で用意するものに関しては不満がないようにしませんか。

非常食は二つのポイントがあります。まず、常温保存ができる、賞味期限が短過ぎない・長過ぎない(3カ月〜1年程度)の期間です。そして、次は栄養を考えます。これは四つに分類します。「体を動かす(炭水化物)」「体をつくる(タンパク質)」「体のバランスを整える(ビタミン、ミネラル、食物繊維など)」「心の栄養(嗜好(へしこう)品)」です。

基本的にパン、おにぎり、麺などといった炭水化物は、配給してもら



えるはずですが。炭水化物は体を動かす力になります。ただし、これだけでは人間は生活できないので、タンパク質を意図します。肉、魚、卵、豆、ナッツ類などに当たります。人によつて必要な量が変わつてくるので一概にはいえませんが、普段の生活だと1日当たり、手のひらに載る分を用意するとイメージしてください。今の準備で足りそうでしょうか？

そして体のバランスを整えるのは、果物や野菜、のりやワカメなどの海藻です。ドライフルーツ、干し野菜、乾物などです。のりはビタミンAも食物繊維もあります。何よりどこでも手に入つて、ほとんどの人がおいしく食べられるのが最大のいいところ。ここでも自身のお好みを探しましょう。

そして、心の栄養です。おやつでも何でも構いません。あるだけで元氣の出る食品を用意します。ワインを用意しておられる方もありました。私はこのジャンルに和歌山県のストレートみかんジュースを用意しています。賞味期限が来たら楽しくうれしくいただいて、また新しく備えておきましょう。



ストップ！ 農作業事故

田植え機の事故事例

人間工学専門家・石川文武

田植え機での死亡事故件数はそれほど多くはありませんが、負傷事故は発生しています。使用時間当たりでの事故発生率は決して低くはありません。

【事例1】田植え中に苗補給のため畦畔(けいはん)際に停車し、苗マツトの受け取りのため機械のステップ上を移動していた。長靴の裏に付いていた泥のために滑り、田植え機から転落し負傷した。植えている途中で連続欠株が発生したので、停止して点検し再開に際し、長靴に付着した泥を落とさずに運転したためである。

対策……田植え機を操作するときには長靴の泥をよく落としましょう。苗マツトの補充や補給は足場が滑りにくいことを確認しましょう。苗

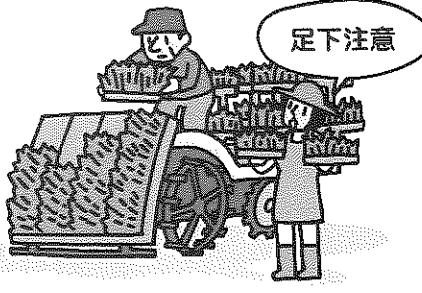
マツトの受け渡しには補給者と運転者が最短距離で行えるように位置取りをしましょう。2人の距離が遠いと補給者は滑つて水田に転倒する可能性があり、また、運転者は無理な姿勢で受け渡しをするので腰や腕を痛めることがあります。

【事例2】圃(ほ)場の長辺方向に沿つて植えていたところ、片側の前輪と後輪がサブソイラ(排水の暗きよ)を通したときの溝にはまり転倒しそうになり、田植え機から放り出され、顔面を打撲した。田植え機の引き出しのため、植えた苗を踏み荒らし、植え直しを行った。

対策……サブソイラの施工場所を確認し、作業幅のピッチとサブソイラ施工部が一致しないように作業しましょう。施工直後はサブソイラを通した場所を記憶していますが、数年たつと失念することが多いです。再施工するまでは、畦畔際に目印を立てておきましょう。

【事例3】田植え前の機械調整中に植え付け爪に指先をたたかれ骨折した。

対策……苗のかき取り状態を確認することは大切です。調整するときには必ず作動部を停止させましょう。



水瓶座 1/20 - 2/18

【全体運】 すぐイライラしやすく、周囲ともめそう。悪いと思ったら、素直に謝つて。運氣アップには、アルバム整理が◎
【健康運】 おおらかに構えて。気にし過ぎは逆効果
【幸運の食べ物】 レタス

魚座 2/19 - 3/20

【全体運】 好奇心を刺激され、悪欲が高まる気配。気になる習い事があれば、挑戦してみよう。トレンド情報も要チェック
【健康運】 暴飲暴食気味。よくかむことで予防して
【幸運の食べ物】 サザエ

射手座 11/22 - 12/21

【全体運】 何かと不安になりやすいもよう。暗い顔では、ますますつきを迷すので、笑顔を大切に。花を飾り、心を和ませて
【健康運】 過激なダイエットに走りやすい。着実に
【幸運の食べ物】 タケノコ

山羊座 1/22 - 2/18

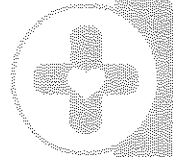
【全体運】 レジャー運が活性化。飲み会などの幹事は積極的に引き受け、楽しむとグッド。クリエイティブな分野にも注目を
【健康運】 オーバーワークに注意。適度に休むこと
【幸運の食べ物】 タラの芽

天秤座 9/16 - 10/15

【全体運】 後ろ向きな発想をしやすいかも。後悔するより、過去の出来事から学ぶ姿勢が大事。気晴らしには神社巡りを
【健康運】 不規則な食事は×。栄養バランスも重要
【幸運の食べ物】 フキ

蠍座 10/16 - 11/15

【全体運】 運氣の浮き沈みが激しい暗示。一喜一憂せず、どっしり構えて。美術館に足を運ぶなど、芸術に触れると好転へ
【健康運】 上昇傾向。運動を始めればうれしい結果に
【幸運の食べ物】 ホタルイカ



家族の健康

予防したい日焼け

健康科学アドバイザー・福田千晶

春の晴れた日は気持ち良いけれど、紫外線がたっぷり降り注ぎ、その害が気になります。紫外線の浴び過ぎは、肌にしわやシミを作り、場合によっては皮膚がんの誘因にもなりかねません。ですから、屋外での農作業やレジャーのときには肌をしつかり防御したいものです。

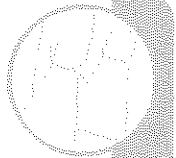
長袖と長ズボン、つばの大きな帽子をかぶりましょう。帽子は、野球帽のような前面だけでなく、麦わら帽子のような後ろ側にもつばが必要です。皮膚が薄くしわになりやすい首は、手拭いやスカーフで覆うことが望まれます。もちろん手袋も欲しいです。

日焼け止めクリームは、小まめに塗り直すのが良いので、外出時には携帯しましょう。顔だけでなく、首や耳、耳の周囲も忘れず、にやや多めに塗ると安心です。手の甲も染みができたり、加齢的な変化が表れやすいので、手袋ができないときは、日焼け止めクリームが必要です。

ただし、日焼け止めクリームは、肌の刺激になり肌荒れなどを起こす人もいます。専用のクレンジングクリームなどできれいに落としてから、せっけんを使い洗

い流しましょう。面倒に感じられるかもしれませんが、毎日の積み重ねで美肌を維持できる人、そうではない人の差ができるのです。サングラスは皮膚が薄い目の周囲の肌を守る役割もあります。UVカット機能の付いたサングラスは、目を紫外線から保護してくれます。目も長年にわたり紫外線を浴び続けると、白内障など目の病気の原因になります。

おしゃれも健康保持も兼ねて、サングラスは上手に使いたいアイテムです。黒過ぎるサングラスは光が入りにくいため、かえって瞳孔が開き目の中に入る紫外線が増えてしまうのは意外なことです。薄めの色でUVカット付きのサングラスがお勧めです。母の日や父の日のプレゼントに、サングラスを選ぶのも良いのではないのでしょうか？

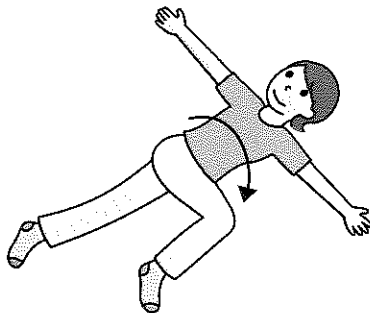


いつでもどこでも手軽に体操

ストレッチで動き軽やかに 腰のねじり

日本体育大学運動方法体操研究室教授・荒木達雄

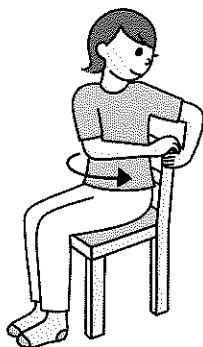
農作業や収穫物の出荷・調製作業では中腰、前かがみの姿勢が多いものです。それだけ腰に負担がかかります。腰痛防止や緩和などにねじりのストレッチをやってみましょう。



(1) 両脚を伸ばし、肩を床に付けたまま右脚を左にねじり膝を床に付けます。次に左脚を右にねじり床に付けます。



(2) 左脚を右脚に掛け、曲げた左膝を右の肘で押さえ、掛けた足が動かないようにして腰をねじります。反対も同様にしてねじります。



(3) いすに腰掛け、手で背もたれをつかみ、左にねじります。次に右も同様にねじります。

ポイント

- *両手はできるだけ床(畳)にピッタリと付けてください。
- *腰をねじったときに、首もねじってください(後ろを見ます)。
- *いすには深く座ってください。

安心のJA葬祭

JA葬儀式場・虹のホール印西をはじめ公営斎場や、自宅・寺院でのご葬儀も真心こめてお手伝いいたします

JA虹の友 会員募集中

割引特典

- 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
- 新盆欄の割引
その他

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

経済部(葬儀担当)

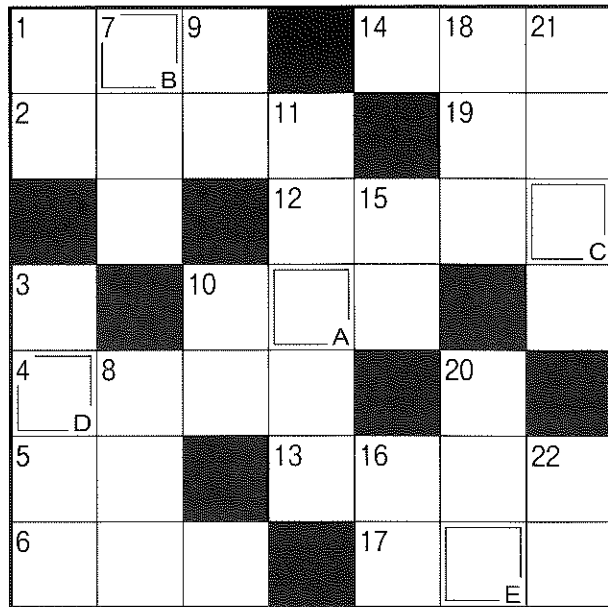
☎ 0476-48-2208

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プロではありません
- ③アグネス・チャンのデビュー曲は『——の花』
- ⑦堀端などでゆらゆらと枝を揺らす木
- ⑧ラッコやカワウソはこの仲間
- ⑨3月はマーチ、4月はエイプリル。5月は?
- ⑩歩き過ぎると棒になるかも
- ⑪定年——を迎え、第二の人生をスタートさせた
- ⑮土地を売買するときの値段
- ⑯液体から固体をこし取ること
- ⑰大さじの1/3の容量です
- ⑳晩ご飯のことです
- ㉑農協、取説、メアド、合コンなど
- ㉒——は金なり

ヨコのカギ

- ①カキツバタやハナショウブに似た花が咲きます
- ②包丁の刃を受け止めます
- ④他の人には教えないでね
- ⑤歯のある履物
- ⑥うどんや牛丼に掛ける調味料
- ⑩ボールを使った曲芸がうまい海獣
- ⑫漢字では無花果と書く果物
- ⑬素人ではありません
- ⑭はたきで取り除く物
- ⑰大地真央や天海祐希は宝塚——団の元トップスター
- ⑲これごと食べられる豆もあります

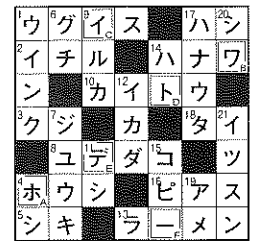
クロスワード

- ☆応募のきまり
- 締切 5月末日(消印有効)
- 発表 本誌7月号誌上
- 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)
- 梶原 正子
- 柴倉 初江
- 多田 宏一
- 深川 昌子
- 山本 眞叶

農協全国商品券が当たる!

メールでも募集中!
アドレスはこのページ下を見てね♡

3月号の解答▶
A B C D E F
ホワイトデー



◇ハガキの書き方◇

切手 270-1334

〒113-0034 印西市西の原4-1-3

J A 西印藩本店 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

- 池田 まゆみ
- 小川 一弘
- 小林 修代
- 中村 昭子

◇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)

◇「かけはし」を持ってきてくれる JA の職員さんが爽やかで、笑顔で話ができるという気分の一日になります。(将太郎さん)

◆いつも親切な対応ありがとうございます。皆様とJAの「かけはし」になれる様に頑張ります。

◇災害対策の記事ありがとうございます。(民司さん)

◆転ばぬ先の杖ではないですが知識と備えはあるといいですね。我が家は保存食の入替えをしようかな。

◇野菜を買いに行きます。いつも新鮮な野菜で嬉しいです。(まり子さん)

◆ご利用ありがとうございます。暖かくなり様々な野菜が出荷されますので、ぜひお召し上がり下さい。

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

- ◇「かけはし」を持ってきてくれる JA の職員さんが爽やかで、笑顔で話ができるという気分の一日になります。(将太郎さん)
- ◆いつも親切な対応ありがとうございます。皆様とJAの「かけはし」になれる様に頑張ります。
- ◇災害対策の記事ありがとうございます。(民司さん)
- ◆転ばぬ先の杖ではないですが知識と備えはあるといいですね。我が家は保存食の入替えをしようかな。
- ◇野菜を買いに行きます。いつも新鮮な野菜で嬉しいです。(まり子さん)
- ◆ご利用ありがとうございます。暖かくなり様々な野菜が出荷されますので、ぜひお召し上がり下さい。
- ◇「かけはし」を毎月楽しみにしております。年をとっても楽しみながら畑作しております。(弘之さん)
- ◆お元気でですね!健康に気を付けて、これからも農業を楽しんで下さい。
- ◇毎号、表紙の方がイキイキしていいです。(圭介さん)
- ◆生産者の皆様は頑張って美味しい農産物を栽培しているので、自信と達成感に満ち溢れているのでしょね。読者に伝わる様に紹介できれば幸いです。

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。

※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呈致します。

◆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。



介護でお困りの事は ございませんか？

◇そろそろ親の介護が必要だと思っ
ているが、どうしたら良いかわから
ない。

◇介護保険の認定をもらったけれど
も、どうしたら良いかわからない。

◇デイサービスやヘルパーをお願い
したいけど、どうしたら
良いかわからない。
・・・など。



どうぞお気軽にご相談下さい。
専門職員(ケアマネージャー)が
無料でご相談を承ります。

【お問い合わせ先】

J A 西印旛 居宅介護支援事業所
0 4 7 6 - 4 2 - 1 3 1 2

◆理事会報告◆

【第4回理事会】 平成31年3月23日

(審議案件)

- 第1号議案 理事報酬の配分について
- 第2号議案 「余裕金運用規程」の一部変更について
- 第3号議案 「個人情報保護法等に基づく公表事項等」の一部改正について
- 第4号議案 マネー・ローンダリングおよび反社会的勢力等への対応に関する規程類の改正等について
- 第5号議案 当組合における取引のリスク評価書の策定について
- 第6号議案 業務報告書作成について
- 第7号議案 業務及び財産の状況に関する説明書類の作成について
- 第8号議案 「居宅介護支援事業所運営規程」の一部変更について
- 第9号議案 市町村等への貸出について
- 第10号議案 利益相反取引について



税務相談(無料) 【申込先】0476-48-2201(総務課)

日時 5月22日(水) 午前10時～正午(毎月第4水曜日)

※6月の開催日は、本誌6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 5月22日(水)・6月19日(水) 午前10時～正午

※5月の開催日は、第4水曜日になります。(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。



年金相談会 【申込先】各支店にお問い合わせ下さい。

開催日	開催場所
5月12日(日)	東部支店
5月19日(日)	中央支店

※ご来店の際、ご夫婦の“年金手帳”“年金証書”“基礎年金番号通知書”“認め印”“雇用保険被保険者証”をご持参ください。無い場合でも相談はできます。



休日ローン相談会のご案内 【申込先】各支店にお問い合わせ下さい。

日時 毎月第3日曜日 午前9時～午後3時

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、年金関係等



葬儀相談会(無料)

日時 毎月第2・4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)



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 **0120-258931**

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)

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. **0479-75-1580**



シェフ永井のおすすめ

「パプリカの スパイシースープ」



作り方

- (1) Aの材料を一口大に切り、Bと一緒に鍋に入れ、あくが出たら取りながら野菜が煮えるまで中火で煮る。
- (2) 弱火に落とし、Cを入れ10分ほど煮込む。
- (3) 器にスープを盛り付け、Dを散らして出来上がり。

材料(4人分)

A		B	
パプリカ	3個	水	2400ml
レンコン	200g	タカノツメ	4本
タマネギ	中2個	サラダ油	大さじ3
ジャガイモ	小4個	塩	大さじ1と1/2
ナス(皮をむく)	3本	和風だし(粉末)	5g
豚バラスライス	200g		
C		D	
カットトマト	1缶(400g)	ミックスビーンズ	1缶(110g)
カレー粉	大さじ2	パセリ(みじん切り)	適宜

「パプリカと タコのサラダ」



材料(4人分)

タコ(足)	2本
A	
パプリカ	3個
塩昆布	10g
ニンニク(すりおろし)	1片
オリーブ油	大さじ1
ケーパー(みじん切り)	10粒
塩	適宜
レモン汁	大さじ1
ホワイトセロリ	適宜

作り方

- (1) タコはぶつ切りにする。
- (2) Aをボウルに合わせ(1)と混ぜ、器に盛り付ける。

ポイント

パプリカの切り方を薄切りや細切り、5~10mm程度のざく切りなど、いろいろ変えると食感の違いが楽しめる。

永井智一 (ながい・ともかず)
茨城県立間市にある
「キッチン晴人(ハレシミン)」
オーナーシェフ





JAの新茶は いかがですか？

八十八夜前後に摘んだ、若く軟らかい新芽を使用し、まるやかな旨味を引き出す深蒸製法のお茶とさわやかな香りを生かす伝統製法のお茶を熟成した技術でフレンドしています。美味しいお茶をお楽しみ下さい。

好評、販売中!!

【お問い合わせ先】

JA西印旛経済部 0476-48-2207



「平成」から「令和」に元号が代わりました。予想が当たった方はいらつしやいますか？万葉集から引用したと聞き、ゆつたりとした雅な雰囲気は私は連想しました。皆様はどんな印象を受けましたか？
4月にテレビで、平成を振り返る番組が頻繁に放送されてきました。流行していた歌や物、当時の出来事が紹介され「懐かしい」「そんな事あったな」と当時を思い出しながら見ていました。平成は、様々な事が進歩、変化した時代だと思えます。きっと令和も驚くような発見や新技術等が出てくると思うと今から楽しみです。何はともあれ「平成から令和」、略して「平和」って事で良い時代になって欲しいですね。(F・S)

編集うら話



昭和33年頃 田んぼにするために浅間池を開拓

時の眺め

★印西市吉高 須藤 ヨシさん
皆さんの昔懐かしの写真を募集しています!! 貴重な時代の一コマを再現してみませんか。

番外編



自宅のビニールハウス内で
パイナップルが実りました

★印西市草深 小山 日出夫さん

★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
金融部	☎0476(48)2203
共済部	☎0476(48)2202
共済部(自動車事故相談)	☎0476(48)2250
自動車事故(夜間・休日)(フリーダイヤル)	☎0120(25)8931
経済部	☎0476(48)2207
経済部(肥料・農薬のご注文)(フリーダイヤル)	☎0120(48)2207
プロパンガスのご用命は(全農ガスセンター)	☎0479(75)1580
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

中央支店	☎0476(48)2210
東部支店・燃料(灯油・軽油)	☎0476(95)1101
キャッシュカードの紛失・盗難受付(夜間・休日)	☎043(202)1171
農産物直売所 印西店	☎0476(48)2200
農産物直売所 栄店	☎0476(80)2220
農産物直売所 白井店(やおばあく)	☎047(498)2007
経済部(葬祭24時間受付)	☎0476(48)2208
虹のホール印西(葬祭24時間受付)	☎0476(42)1194