

おけはし

8
2021



白井市富塚
川上 美則さん

【特集】今さら聞けない!?
ネット検索のキホン



JA西印旛

応募券
8月号

今月は、白井市富塚で梨を栽培している川上美則さんを紹介します。

表紙紹介



美味しい梨を消費者に届ける為に一生懸命栽培しています



梨の栽培を始めて何年になりますか？

40年程になります。幸水、豊水、新高の3種類を栽培して主に直売所と市場に9月末頃までの出荷を予定しています。近年は、天候があまり良くなく、出荷量に影響がりましたが、今年は例年並みに回復したと思います。



農業をされていて大変な事、嬉しい事がありますか？

大変な事は天候の変化です。天候に応じて管理方法を変えなければならないので大変です。毎年、同じ方法で栽培すればいいわけではないので考えながら栽培します。嬉しい事はお客様から笑顔で「美味しい」「今年も頼むね」と声をかけてもらった時です。



工夫している事がありますか？

毎年、その時の天候に対応して管理している事です。



消費者へのメッセージ

若い生産者から年配の生産者まで多くの方が、努力して栽培していますので地元産の美味しい梨をたくさん召し上がって下さい。

【目次】

特集 今さら聞けない!? ネット検索のキホン	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 お便利コーナー	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

あき子



姉妹みたい？

お洒落な案山子作り

印西市結縁寺

戸村 あき子さん

私は、手先が器用で趣味として飾りや小物を50年程前から時間がある時に作って、出路上がった作品を部屋や玄関に飾っています。

旅行先で案山子が並んでいるのを見て「私も作れるかもしれない」と思い、4年程前から「案山子」作りにも挑戦してみました。

作るなら、地味な案山子より派手な案山子が良いと思い、カラフルな色の服を着せたり、帽子を被せたりしました。1年を通して畑に置いてあるので、定期的に衣装を変えています。

材料を揃えてから、どんな格好にするか考へながら作るのですが半日程で完成させます。作る事が楽しく、好きなので疲れないうし、難しいと思うところも特にはありません。注意するのは、顔を可愛らしく書く様に心掛けている程度です。

案山子を畑に設置してからは鳥の被害もなく、サツマイモを植えたのですがイノシシも来ていないので、効果があるのかもしれない。派手な服を着た人が井戸端会議をしている様に見えるかもしれないね。

道路からすぐに見えるので散歩をしている人が「珍しい」と喜んで写真を撮っていた



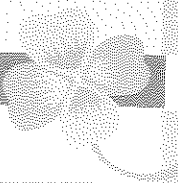
定期的に衣装を変えています

り、褒めてくれたりすると嬉しくなっています。いま。

今までに10体程作った他に、頼まれて作って知人に譲った事もありました。気に入ってくれたようで、天気が悪くなるとしまってくるそうです。

90歳になるのですが、指先を動かしてきたせいなのか、ボケ防止と元気の源になっている気がします。

趣味がある事は良い事だと考えているのでこれからも元気な限り作品を作りたいです。



白井中央梨選果場組合が、幸水の出荷に合わせて同選果場で査定会を開催しました。梨生産者の他、市場、全農ちば、当JA等が出席し、他産地や市況等の情報を共有した他、現品査定を行い、大きさや形、糖度等を確認しました。

今年は天候が良かった事から生育が早く、昨年より1週間程早い出荷となりました。

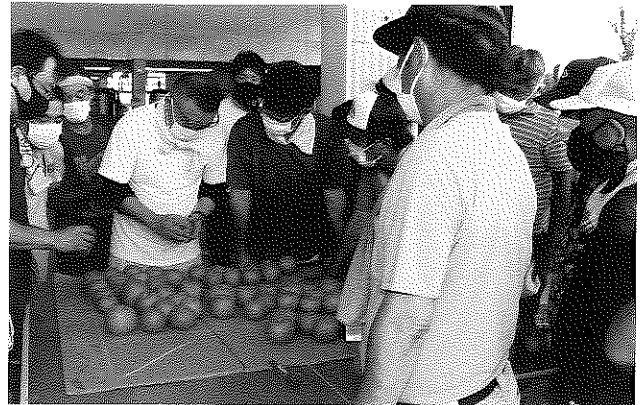
出荷日は、生産者が出荷した梨を選別し、市場出荷の準備を行います。

同選果場からは、幸水の出荷を皮切りに、豊水やあきづき、新高等、9月下旬頃まで出荷されます。

当JA各直売所では8月上旬頃から本格的に梨の販売が始まりますのでお買い求め下さい。

幸水梨出荷始まる

7/23

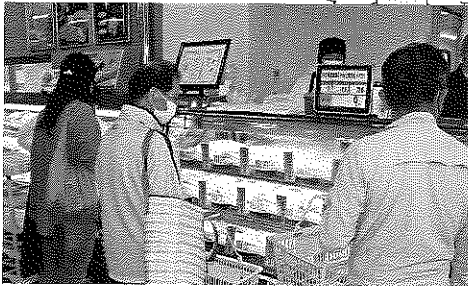


査定会の様子

好評! お肉工房



様々なお肉をご用意しております



オープンセレモニーを開催 (7/1)

当JA農産物直売所「とれたて産直館印西店」に7月1日にオープンした、こだわりの県内のブランド肉「みやざわ和牛」、「房総ポーク」、「若潮牛」の他、ソーセージ等の加工品等を販売している「全農お肉工房」がお

陰様でお客様から人気を頂いております。

オープン後、口コミで消費者に広がり、農産物と一緒に肉を購入する消費者の姿が多く見られました。



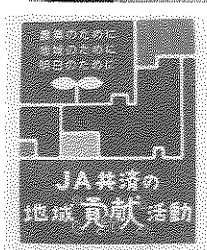
安心してお買い物をお楽しみください

地域貢献活動の一環としてJA共済の協力を頂き、新型コロナウイルス感染拡大防止を目的に検温機の設置や除菌作業等様々な対策を行ってきました。この度、新たに当JA各直売所の定休日を利用して各直売所の床の除菌作業を行いました。

昨年、感染拡大防止に心掛けて営業をしておりますが、より一層、お客様と職員の安全を考慮し、安心してお買い物を楽しんで頂ける様、これからも当JAは新型コロナウイルス感染拡大防止に取り組んで参ります。



各店舗の床を除菌しました



JA共済の協力を頂いております

お盆に綺麗なお花をお供え

印西市松崎の花生産者が8月のお盆に合わせて消費者に満足してもらえる様、丹精込めて栽培してきたお供え用の花の出荷が8月5日頃から始まります。

取材を行った7月下旬には、丁度、東京のお盆用の出荷が終わったばかりで、「8月に出荷する花も天候、虫による被害がなく順調に育っている」と生産者は話していました。収穫した花は丈を揃えて市場へ出荷されます。



生育中のミソハギ

今年も綺麗なひまわりが見頃を迎えます

印西市内で草花の定植や美化活動を行っているNPO団体「エコネットちば」と当JAが美化と景観づくりとして協力し、当JA前の国道464号脇の植栽帯にひまわりを定植しました。

これまで、年間を通じて菜の花の種撒きやコリウス、パンジー、ひまわりの苗を定植して、当JA前を彩ってきました。8月にはひまわりが満開になっていると思われまますのでご来店の際は眺めてみて下さい。



肥料を撒いて丁寧に定植をしました

カメムシ対策の農薬相談会

春に定植した米の苗が収穫に向けてすくすくと育っています。順調に育つのは良い事ですが、近年、カメムシによる被害報告が多く聞かれる様になり米生産者の心配の種の一つになっています。

この度、当JA本店敷地内の農薬肥料売り場の前で、農薬メーカー担当と当JA職員がカメムシ対策に期待が出来る農薬の相談会を開催し、相談に来たお客様に説明をしました。

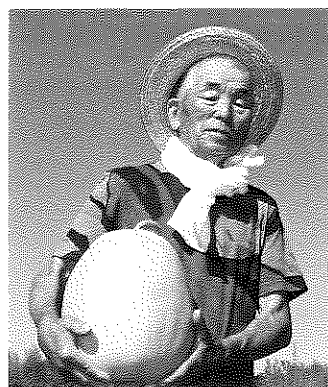
カメムシの影響を心配しているお客様が熱心に説明を受けていました。

休日も、当JA本店敷地内にある購買店舗では、販売の他、ご相談を承っておりますので、お気軽にお声がけ下さい。



当JAにご相談下さい

大きなユウガオが収穫できました

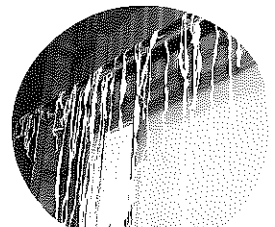


大きなユウガオが収穫できました

当JA農産物直売組合栄支部の芝野廣さんが、親戚に依頼されて試しで栽培をした、かんぴょうに加工できるユウガオが収穫を迎えました。10キロ以上はあるユウガオが圃場にゴロゴロと育っていました。

依頼した親戚は陶芸が趣味でロクロを改造してユウガオを置き、回転させながら皮を剥いていくそうです。

「全部で何人分のかんぴょう巻が出来るかな？」と笑っていました。冬瓜の様に煮て食べても美味しいそうです。



薄く剥き乾燥させてかんぴょうにします

米の仕上げを万全に！！

8月下旬から、米の収穫が始まります。出荷にあたり、作業内容をあらためて確認し、美味しい米を出荷しましょう。

【刈り遅れは胴割れの原因です！】

- ◆刈り取り適期は「ふさおとめ」で出穂後33日前後、「ひとめぼれ」で出穂後35日前後、「ふさこがね」「ふさのもち」は出穂後37日前後、「コシヒカリ」は出穂後38日前後です。※品種や気象条件により生育が異なりますので、帯緑籾歩合15%を目安に判断して下さい。

【コンバイン・乾燥機等の収穫調整機械は、品種が変わるごとに掃除をしましょう！】

- ◆「ふさおとめ」「ひとめぼれ」「ふさこがね」「コシヒカリ」等の銘柄米は、混種があると銘柄米として流通できなくなります。
- ◆飼料用米に取組んだ方は、特に混種に注意して下さい。

【玄米の乾燥水分は14～14.5%を守りましょう！】

- ◆水分14%以下の乾燥は、胴割れや碎米の原因になります。品質、食味を低下させるので注意して下さい。

【籾すり・選別は念入りに行いましょう！】

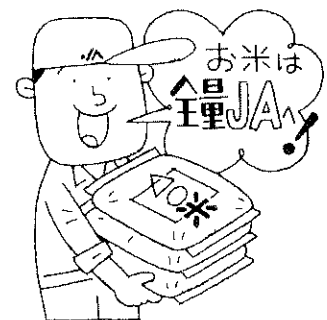
- ◆籾混入による検査格下げが増加しています。籾すり作業は念入りに行い、選別の網目は、1.8ミリ以上にして下さい。

【生産履歴記録簿の提出】

- ◆出荷するに当たり、必ず「生産履歴記録簿」を提出して下さい。

【農業機械の操作に気をつけましょう！】

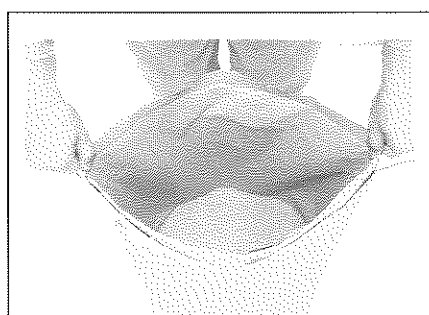
- ◆近年、当JA管内でも農業機械による事故が発生しています。農業機械の操作は十分に注意して下さい。



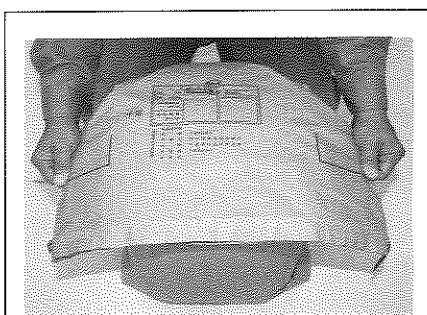
■ 包装荷造り方法について ■

- ① 皆掛量を**30.6キロ**にして下さい。
- ② 米を紙袋に詰め込む前に、袋口からきちんと3回折り曲げておくと、その後の作業がスムーズになります。包装後、整った「はい付け」ができます。
- ③ 持ち運ぶ際には「口ひも」の部分を持たない様にしましょう。

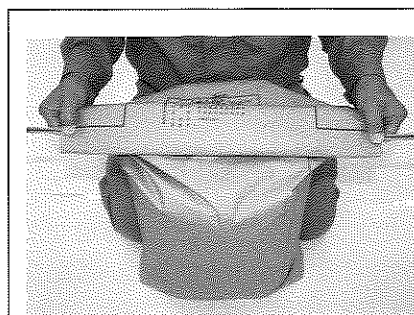
◇ 次の手順を参考にして正しい包装荷造りをしましょう ◇



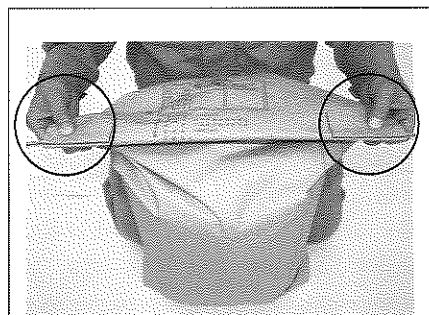
① 米を袋に詰めたら、検査証明欄を手前にして袋の両端をつかみます。



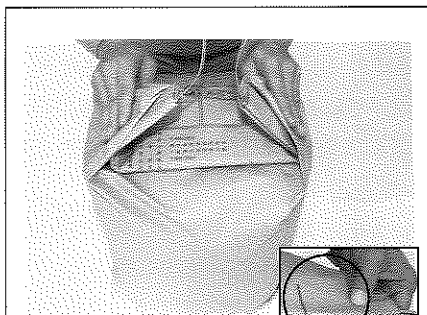
② 袋の中の空気を抜きます。



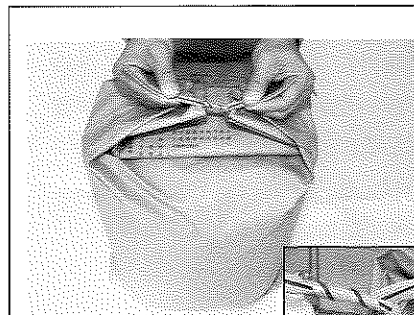
③ 手前（検査証明欄のある方）から前に向かって押さえながら袋の口を折り目に沿って前に1回折った後、もう1回折る。



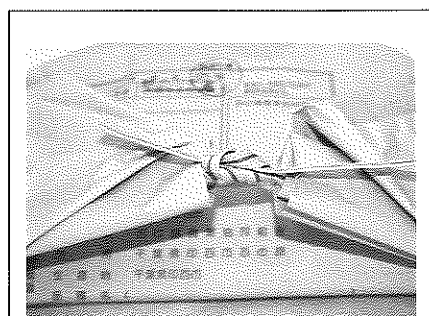
④ もう1回折って、3回目の折り目が袋に引かれている緑色の横線に合う様に折ります。



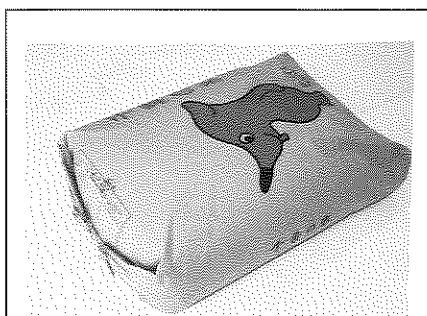
⑤ 両端を平らにしたら、緑色の縦線にあわせて両ミミをしっかりと折り込みます。



⑥ 口ひもを2回からませます。



⑦ ひもの根元で「真結び」にします。この時「縦結び」にならない様に注意します。



⑧ 荷造り後、一旦袋を倒せば中身が均等になり、しっかりとした米袋となります。



【お問い合わせ先】
JA西印旗 経済部販売課
TEL：0476-48-2207

ネット検索のキホン

ネット(インターネット)検索を使うと暮らしに必要なさまざまな情報を入力できます。欲しい物を買っているお店や、行きたい場所までの道順、電車の乗り換え案内など、簡単に調べることができてとても便利! そんなネット検索の基本や注意点を確認しておきましょう。

監修 高橋 暁子 (成蹊大学客員教授 / ITジャーナリスト)
イラスト © 信吉

いま一度おさらい 検索エンジンとは?

ネット上で情報を検索するシステムのことをいいます。検索エンジンによってウェブサイトを、ニュース、画像などさまざまな情報を探し出すことができます。日本では「グーグル」と「ヤフー」が二大検索エンジンです。キーワードを入力して検索すると、関連性の高いウェブサイトを動画などが表示されるので、調べ物に便利です。

検索エンジンは、独自の決まりによって、検索したキーワードと関連性が高いと思われるページを選び、順位を付けて、検索結果として表示します。検索結果の順位は情報が正確かどうかではなく、キーワードと関連性が高いと思われるページが上位に表示される仕組みです。キーワードに関連した画像や映像、そのキーワードに興味がある人向けの広告も同時に表示されます。

代表的な検索エンジン
グーグル <https://www.google.com/>
ヤフー <https://www.yahoo.co.jp/>

検索エンジンをもっと便利に活用しよう

検索エンジンでネット検索する際に、検索するためのコツがあることをご存じでしょうか。知っていると、もっと簡単に欲しい情報にたどり着けるようになります。ここでは知っておくと便利な代表的なコツについてご紹介します。

アンド検索

間にスペースを空けて複数のキーワードを並べて検索すること。アンド検索の「and」は、英語の「そして」「および」などの意味の英単語「and」。複数のキーワード全てを含む検索結果が表示されます。一つのキーワードだけでは求める情報が得られないときに使うと、求める情報が得やすくなります。例えば「喫茶店 東京駅」で検索すると、東京駅近辺の喫茶店に関する情報が表示されます。

喫茶店 東京駅 検索

単語と単語の間にスペースを入れる

サジェスト機能

検索エンジンで入力したキーワードと関連性が高いと思われる単語を予測して表示する機能のこと。検索窓で入力時に表示される他、ヤフーでは検索結果の上下に虫眼鏡マーク付きで表示されます。検索エンジンの利用者が多く検索している単語を関連して表示する仕組みです。お薦めされた候補から選ぶと、その単語も含めた状態でアンド検索ができます。

浜松 検索

浜松 観光
浜松 天気
浜松 ホテル
浜松 うなぎ

検索ボタンを押す前に予測が表示される

リアルタイム検索

SNS(会員制交流サイト)への投稿をリアルタイムに検索できる機能です。時系列順に投稿が表示されるため、最新の情報を把握できます。例えば地震や電車の遅延などのときにリアルタイム検索をすると、地震の震源地や遅延理由などの情報がニュースサイトよりも早く得られます。流行や話題となっていること、口コミなどを調べるのにも便利です。ツイッターなどが対象です。

地震 検索

ウェブ 画像 動画 リアルタイム

「リアルタイム」をクリック

あなたはスマホ派? パソコン派?



ネット検索は、スマートフォンでもパソコンでもできます。スマホは画面が小さく表示できる情報に限りがあるものの、いつでもどこでも検索できるため、外出時などにお勧めです。パソコンは利用する場所が限られてしまう一方、画面が大きく検索結果を比較しやすいので、自宅やネットショッピングするときなどに使うと便利でしょう。



ここに注意! ネット検索の落とし穴

ネット検索はとても便利ですが、検索によって思わぬトラブルに巻き込まれたり、周囲に迷惑を掛けてしまうこともあります。ここでは、知らないことと引掛かってしまいやすい落とし穴についてご紹介します。注意点を気をつけてネット検索を活用しましょう。

注意 1

欲しい商品は信頼できる ネット店舗検索を



ネット店舗を探す場合にも、ネット検索は役に立ちます。ただし、店によっては個人情報や金銭を取られるだけで商品が送られてこないことも。「楽天市場」や「アマゾン」など大手のショッピングサイトでは返金保証があるため安心です。最近は、定期購入系のトラブルが増えています。最初だけ無料などにして高額な定期購入契約を結ばせる内容です。スマホでは見づらい、小さな文字で条件が書いてあることもあるので注意。万が一トラブルに遭ったら消費者庁の消費者ホットライン「188」に電話相談を。

注意 3

デマ投稿・拡散で 刑事罰・民事責任?



ネット検索で表示されたウェブサイトやSNSの投稿などには、デマが混じっていることがあります。デマを信じて投稿・拡散してしまい、周囲に迷惑を掛けたり、相手から訴えられて刑事罰や民事責任を問われた例もあります。その情報源を調べたり、発信者が信頼できるかどうかを確認すると、情報の真贋(しんがん)がつかみやすくなります。情報が正しいか確認できないものは投稿・拡散しないようにしましょう。検索結果に表示されたことをうのみにせず、必ず確認する癖を付けましょう。

注意 2

ほんとに大丈夫? 検索結果の「広告」



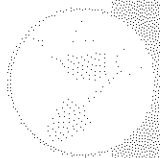
検索結果に表示されるのは、キーワードと関連性が高いと思われるウェブサイトなどだけではありません。そのキーワードに関連した広告が、スマホなら上部と下部、パソコンなら上部に表示されます。広告は誰でも出せるため、詐欺まがいのウェブサイトが表示されることも。過去には、フィッシングサイト(個人情報を抜き取る詐欺サイト)に誘導する偽広告が表示されたこともあるため要注意です。広告は「広告」などと頭に付けて表示されるので間違えないようにしましょう。

注意 4

個人情報が特定されて 空き巣被害も



ネット検索はあらゆる情報が調べられてとても便利ですが、逆にいえば誰でもどんなことでも調べられるということ。ネット上に、自宅の住所や勤務先、名前、生年月日、家族に関する情報など、個人情報を投稿してしまうと、ネット検索で簡単に個人が特定されてしまいます。その結果、空き巣被害やストーカー被害につながった事例は少なくありません。ネット上には個人情報を出し過ぎず、実名を伏せて利用したり、公開範囲も友達限定などにするようにしましょう。



あなたもチャレンジ！ 家庭菜園

シュンギク 収穫後に花も楽しもう

園芸研究家・成松次郎

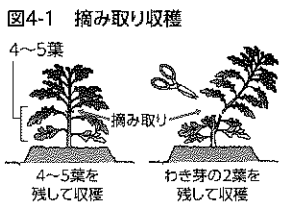
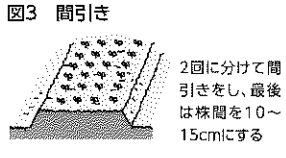
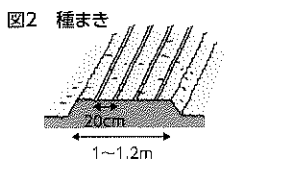
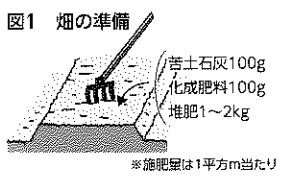
シュンギクの生育適温は15℃～20度と冷涼な気候を好み、春(3～6月)と秋(9～11月)が栽培適期です。カロテンの含量が多く、ビタミンC、カルシウム、鉄分なども豊富です。

【品種】シュンギクの種類は、葉の大きさや切れ込み方により、大葉種、中葉種、小葉種に大別されます。大葉種は葉が大きく、切れ込みは浅く、えぐ味が少なく、「おたふく春菊」(中原採種場)、「菊之助」(タキイ種苗)などがあります。中葉種は切れ込みがあり香りが強い品種で、株立ち型では、「さとゆたか」(サカタのタネ)、「きわめ中葉春菊」(タキイ種苗)など、株張り型では、「菊次郎」(タキイ種苗)などがあります。

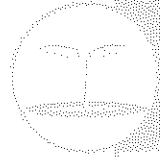
【種まき】条間20cm、深さ5mm程度の浅いまき溝を4条切り、1cm間隔で種まきします(図2)。好光性種子のため、覆土はごく薄く掛けます。種まき後、十分に灌水(かんすい)し、発芽まで乾燥させないこと。また、幼苗を保護するために不織布をべた掛けすると良いでしょう。

【間引き・追肥】発芽後、本葉2枚までに3～4cm間隔に間引き、株元に軽く土寄せします。この後、本葉5～6枚の頃に、10～15cm間隔に間引き、1平方m当たり化成肥料50gを株元にばらまき、土寄せします(図3)。

【収穫】中葉種の株立ち型は、草丈が25～30cm程度になったら、葉4～5枚を残し、摘み取り収穫します。以後、伸びてきたわき芽の葉を2枚残して切り取ります(図4-1)。株張り型と大葉種では、草丈が20～25cm程度に育ってきたら、株ごと抜き取るか、株元から刈り取って収穫します(図4-2)。なお、春に咲く黄色い花は美しいので、株を残しておきましょう。



※関東南部以西の平坦地を基準に記事を作成しています。



野菜もの知り百科

カボチャ(ウリ科カボチャ属)

土壌医・藤巻久志

終戦後のヒット曲といえば「リングの唄」で、作詞はサトウハチローです。彼は戦争中に古賀政男の作曲で「カボチャの歌」も書いています。リングはみんなに愛され続けていますが、カボチャを代用食とした戦中派は「見るのも嫌だ」と今でも言っています。

当時のカボチャは粘質で糖度の低い日本カボチャ(東洋種)だったと思われます。中央アメリカ原産で、室町時代にポルトガル人によって九州に渡来し、日本各地に広まりました。カンボジアの野菜と伝えられ、それでカボチャになったといわれています。唐茄子(とうなす)や南京(なんきん)ともいいます。

日本カボチャの栽培は少なくなり、ほとんど西洋カボチャです。南アメリカ原産で江戸時代末期に伝えられ、その後品種改良された物です。栗カボチャともいい、粉質でホクホクしています。関東は粉質、関西は粘質を好む傾向がありました。今は全国的に粉質が好まれています。日本カボチャは固定種、西洋カボチャは交配種(F1)が多いです。

一般に野菜は新鮮なほど価値

カボチャは糖度が9～12度でおいしくありません。約1カ月経過するとデンプンが糖に変わり、糖度が16～17度になります。産地では風通しの良い日陰でゆっくり乾かして日持ちを良くする「風乾」という作業を行ってから出荷します。

カボチャはビタミンAやβカロテンが豊富です。冬至には風邪や中風(脳卒中)を防ぐために、保存が利くカボチャが食べられてきました。煮物、天ぷら、みそ汁の具などいろいろな料理に利用されています。ゆで卵と炒めたさいころ状の豚肉を入れたカボチャサラダがとも美味です。卵と肉は戦中・戦後は入手困難でした。カボチャを食べると、平和のありがたさをつくづく感じます。



★ 今月のあなたの運勢 ★

8月

モナ・カサンドラ

獅子座
7/23～8/22

【全体運】丁寧に積み重ねてきたことが花開きます。運勢は好調。いつもより積極的に行動するのが幸運を招く鍵。
【健康運】適度な運動とバランスの良い食事が大切
【幸運の食べ物】スルメイカ

牡牛座
4/20～5/20

【全体運】ピンチに助けてくれる人が現れて、事なきを得ます。「まずい」と思ったときは早めに相談をしましょう
【健康運】鍛える気持ちでスポーツにトライ!
【幸運の食べ物】キュウリ

双子座
5/21～6/21

【全体運】表面的にはうまくいっていても針のむしろといったことがあるかも。人の話は最後まで聞いてきちんと対応を
【健康運】衛生管理が重要。手洗いはいつもより丁寧に
【幸運の食べ物】桃

蟹座
6/22～7/22

【全体運】計画、予定にあまりこだわらず臨機応変に。楽しいことは身近にあります。買い物はリストを作って出掛けて
【健康運】人との交流が心の健康に貢献。連絡を
【幸運の食べ物】ピーマン

獅子座
7/23～8/22

【全体運】注目されることが多く大活躍の月。それだけに忙しく大変ですが全力投球で頑張れば周囲からの応援も。充実のとき
【健康運】腹も身の内。暴飲暴食に気を付けて
【幸運の食べ物】ショウガ

乙女座
8/23～9/22

【全体運】どんなときにも誠意を忘れずに。あなたの真心は相手に届きます。けんか腰の態度は争いを招くだけなので自重して
【健康運】頑張り過ぎが心配。水分補給は小まめに
【幸運の食べ物】ミョウガ

雑炊を楽しむ味わう

伝承料理研究家・奥村彪生

この和歌はご存じでしょうか。
せりなずな御形(ごぎょう)はこ
べら仏座(ほとけのざ) ずずなずず
しろこれぞ七種(ななくさ)

しかし、いつの時代に誰が詠んだかをご存じの方は少ないです。この和歌は北朝と南朝が分かれて争っていた南北朝時代(1336~1392年)に四辻善成左大臣が、平安時代に著された公家中原師遠(なかはらもろとお)の『師遠年中行事』にある「なづな、はこべら、芹、ずずな、ごぎょう、ずずしろ、仏座」の七種菜(ななくさのな)をリズム良く並べ替えた和歌です。この7種を入れたかゆは平安末期に登場し、みそで味付けされ、味噌水(みそそう)と呼ばれていました。ところが、室町時代になると、民間では「増水」、宮中では「御みそう」と呼ぶようになりました。

ところが戦国時代、公家の山科言経(ときつね)は正月7日の人日(ひなまつり)ではなく、春日頃も「増水」を好んで炊いて酒肴(しゅこ)にしていました。ダイコンだけを具にした「増水」もあれば、京都伏見に屋敷を構えていた懇友の徳川家康を訪ね、その帰路知人宅をも訪れ、ここで雁(がん)増水を「ちそう」になつたりしています。1589(天正

17)年4月15日の記述に初めて「雑炊」と書かれています。

単なる当り字だと思えますが、彼は漢方薬を調合する医者でもありましたから、薬効のある種々の野菜や鳥、魚介を炊き込む意味も込めてこの雑炊を用いたのかもしれない。

雑炊はもと米から炊く物でしたが、江戸時代に入ると冷や飯の再利用として食べられるようになりました。私は今、ベーコンやセロリ、タマネギ、ニンジン、トマト、きのこを小さく切り、オリーブ油で炒め、水を加えて味を引き出し、最後に冷や飯を加えてサラリと混ぜ、塩・こしょうしておろしチーズでお化粧。時にはアサリやホタテ貝柱の缶詰も利用して朝食を楽しんでいます。みそ味もまた良きかな。



農作業事故者の地域特性(全国)

人間工学専門家・石川文武

農作業事故は交通事故と同様に各地で発生しています。以前解説したように、農業従事者10万人当たり農作業事故は全国で約16人、交通事故は人口10万人当たり約2.5人となっており、農作業事故がいかに多いかが分かるでしょう。農作業事故は道路だけでなく、田畑や施設内でも発生しており、地形や気象条件、栽培科目によって地域的な特徴が見られます。また今回は、行政区分に基づいて、事故の多少を分析し、対策を考える参考にしたいと考えています。

表は、警察庁がまとめた2020年の交通事故死亡データのデータです。死亡人数の多い県、少ない県、事故死亡率の低い県と高い県をそれぞれ三つずつ挙げました。最近数年のデータと併せて他の都市の傾向

向を見ると、死亡人数は大都市のある地区で多く、北陸・山陰地区では少ないようです。しかし、人口10万人当たりで見ると、大都市では事故死亡率が低く、山陰・北陸・四国で高いようです。つまり、大都市では事故も多いけれど、人口も多いうことで事故死亡率は低くなっています。

次に、農作業事故の都道府県別発生について農林水産省のデータから考えます。最新データは2019年ですが、農業従事者10万人当たりのデータは2017年です。農作業死亡件数が3件以下の場合には実数が公表されていません。2019年では、全国で281件、北海道、埼玉、長野が多く、宮城、群馬、福井、滋賀、鳥根、長崎、沖縄など12県が3件以下です。ただし、東京都は調査対象外です。農業従事者10万人当たりで見ると、岡山、山梨、鹿児島、福岡、長崎の各県が高く(3・3~4・1件)、千葉、栃木、愛知、茨城の各県は低くなっています。他の道府県は同じような事故率です。

悲惨な事故を減らすには、事故の多い地区、事故率の高い地区それぞれで工夫が必要です。

順位	都道府県 交通事故 死亡人数	順位	都道府県 交通事故死亡 10万人当たり
1	東京 155	1	香川 6.17
2	愛知 154	2	福井 5.34
3	北海道 144	3	高知 4.87
45	山梨 21	45	沖縄 1.51
46	島根 18	46	大阪 1.41
47	鳥取 17	47	東京 1.11
全国	単位:人 2,839	単位:件 2.25	



天秤座
9/23~10/23

【全体運】心配のし過ぎは禁物です。運動は良好。始めてみれば意外になんとかなることが多いはず。協力者を募りましょう
【健康運】ラジオ体操など音楽に合わせた運動にツキ
【幸運の食べ物】ズイキ



蝸座
10/24~11/22

【全体運】困難な状況がありますが、それを越えるきっかけも得られるとき。問題に向き合って。運動は下旬から回復へ
【健康運】運動の回数や記録の更新など目標を立てると◎
【幸運の食べ物】アオジロ



射手座
11/23~12/21

【全体運】良い結果が出る一方で、問題も持ち上がりそう。忙しく動き回ってはいればなんとかなり。前向きに捉えて
【健康運】小さな不調でも早めにケアを。無理は駄目
【幸運の食べ物】マクワウリ



山羊座
12/22~1/19

【全体運】あまりやきもきせずに様子を見てみましょう。自然と良い流れが生まれてきます。計画の準備は入念に。買い物か吉
【健康運】体力アップに良いとき。じっくり取り組んで
【幸運の食べ物】デラウェア



水瓶座
1/20~2/18

【全体運】大きな動きのあるとき。慌てそうになったら深呼吸を。落ち着いて対処すればピンチがチャンスに変わります
【健康運】古傷が痛むかも。体のメンテナンスを
【幸運の食べ物】岩ガキ



魚座
2/19~3/20

【全体運】飛び込みでいろいろ頼られそう。効率のいいやり方を提案すると喜ばれます。グループ内ではサポートに徹して
【健康運】むくみや肌荒れには注意を。トイレは小まめに
【幸運の食べ物】スイカ



夏に増える痛風発作

家族の健康

健康科学アドバイザー・福田千晶

「農作業の後の冷たいビールが最高」という人も多いでしょう。さらに「仕事の後の酒が楽しみだから夕方は水分摂取はしない」という人もいます。しかし、特に夏は痛風発作を起こしやすいので要注意です。

痛風は、足の親指などの関節が痛み「風が当たっても痛い」ほどの激痛が病名の由来です。

痛風の原因になりやすいのは血液中の尿酸が多過ぎる高尿酸血症です。高尿酸血症は、尿酸が多く作られる場合と、腎臓からの尿酸の排せつが不十分なときに起こります。

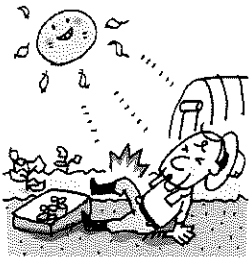
尿酸値は、人間ドックや健康診断などの血液検査で調べている場合が多いので、尿酸値が高いかどうかを確認しておきましょう。高尿酸血症の原因は、一般的に生活習慣の乱れが関わりがちなです。多量の飲酒、特にビールの飲み過ぎは高尿酸血症の原因になります。ビールなら大瓶1本まで、日本酒でも1合まででやめておくことをお勧めします。

また、肉類や魚など動物性食品を好み過食であり、肥満であることも高尿酸血症を起しやす

すくなります。特にプリン体を多く含むビールをはじめとするアルコール、レバーなど動物の内臓、魚の干物、カツオやイワシなどは食べ過ぎず、肥満者は減量をしましょう。もちろん状況や高尿酸血症の程度によっては、内服薬での治療も必要になります。

また、夏の農作業やスポーツなどで汗をかくて脱水状態になると、高尿酸血症が起こりがちです。健診時の尿酸値は正常範囲内であっても、脱水で一時的に高尿酸血症になると痛風発作を起こすことがあります。

日頃から尿酸値を上昇させるような食生活は改め、飲酒は控えるために、汗をかくときは小まめに十分な水分摂取を行い、痛風発作を予防したいものです。ただし腎臓疾患や心臓疾患などで、水分摂取を制限されている人は主治医に相談してください。



いつでもどこでも手軽に体操

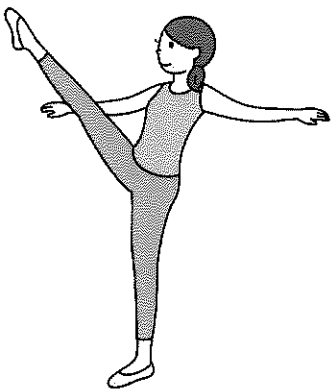
日本体育大学運動方法体操研究室教授・荒木達雄

なるほど！体操講座(6)

美容体操で容姿端麗になれる!?

体操はいろいろな分野で使用されている万能用語です。美容体操、頭の体操、トレーニング体操、ブラジル体操など多くの名詞が付いた「〇〇体操」が一般的に使用されています。その基本となっているのは、身体運動による健康の維持増進方法です。多くの女性の美意識は高く、美容を目的とした運動である「美容体操」に興味を示す方は多いと思います。美容体操という名称が一般的となったのは1954年から始まった「NHK美容体操」からです。1940年代から欧

米諸国で広まったといわれています。均整の取れたスタイルに憧れた女性が身体運動に注目して体操に注目したことです。女性体操指導者が容姿端麗で、それに憧れた多くの女性は「体操では」という妄想を抱いたことと推測できます。しかし、生まれ持った骨格や身長などの体形は変えることはできません。現在では、美容のイメージも大きく変化しているので「体操」によって外見的な美を求めるには無理があるかもしれませんね。



ザタイソウ検索

大切な方と過ごす 最後のひとときを お手伝い

JAの葬儀

<http://jalife.co.jp>

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

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 経済部(葬儀担当)

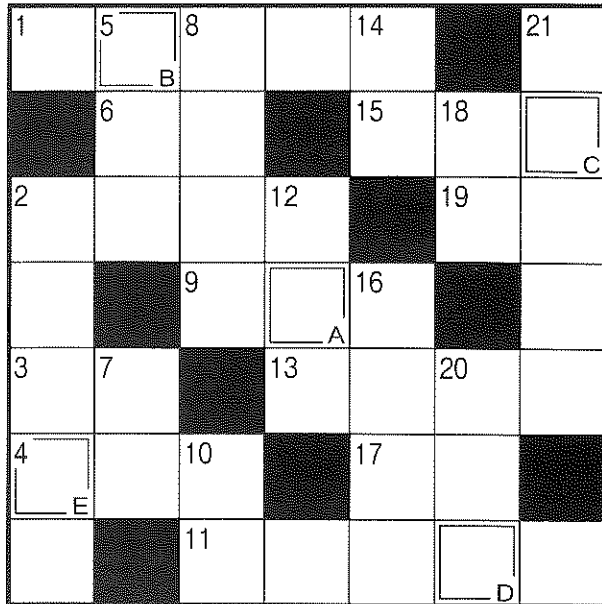
☎ 0476-48-2208

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

- ② 鉱石を高温でドロドロにする装置。高炉とも呼ばれます
- ⑤ 川や池の土手のこと
- ⑦ 信号機で「止まれ」を示す色
- ⑧ 家屋を壊して新しく造り直すこと
- ⑩ 墨も料理に利用する魚介
- ⑫ 大きな魚はこの形でパック詰めされていることが多い
- ⑭ 令和3年の——の日は8月8日。国民の祝日です
- ⑯ ねぶた祭で知られる県
- ⑱ 「五七五七七」などの形式で作られます
- ⑳ 飛行機で人や荷物を運ぶこと
- ㉑ 井戸端会議中に楽しむもの

ヨコのカギ

- ① 最低気温が25度以上の夜のこと
- ② 寺子屋では字の——やそろばんを教ええました
- ③ 地球の中心部にあります
- ④ 長良川で有名な伝統漁法
- ⑥ 親戚の——を頼って仕事に就いた
- ⑨ 高速道路のサービス——で一休みした
- ⑪ 親潮は千島——とも呼ばれます
- ⑬ 帰る客を玄関まで——に行行った
- ⑮ 力士が腰に締めます
- ⑰ 割、分、厘の次
- ⑲ 虫が入ってこないように布団の周りにつります

クロスワード

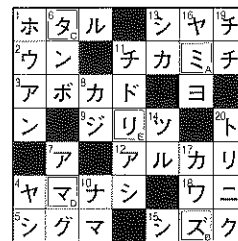
- ☆応募のきまり
- 締切 8月末日(消印有効)
 - 発表 本誌次号誌上
 - 賞品 抽選で5名様に農協全国商品券をプレゼント致します。
- ◇ 当選おめでとう
- 当選者は左記の5名様に決まりました。(敬称略)
- 遠藤 淑子
 - 君島 緑郎
 - 桜井 くにお
 - 田久保 みや子
 - 宮本 広子



eメールでも募集!

アドレスはこのページ下を見てね。

【6月号の解答】
ABCDE
ミズタマリ



◇ハガキの書き方◇

切手 270-1334

〒118-0001 印西市西の原4-3

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

- 池田 政志
 - 尾下 智城
 - 川本 進
 - 齋藤 和夫
 - 武藤 怜子
- ◇ 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)
- ◇ 応募用紙は「これたて産直館栄店・印西店・やあばあく」にあります。皆様のご来店をお待ちしております。

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

- ◇ 今回、掲載されていた料理は私にもできそうです。作ってみようと思います。(秀夫さん)
- ◆ ぜひ、作ってみて下さい。料理が楽しくなってくると思います。
- ◇ 野菜が新鮮なので直売所によく買い物にいきます。(みつさん)
- ◆ ありがとうございます。新鮮で美味しい野菜をご用意していますのでご来店下さい。
- ◇ かけはしを今回初めて手にとりました。農家さんが身近に感じられて良かったです。(怜子さん)
- ◆ これからも読んで感想を送って下さい。
- ◇ トマト栽培にチャレンジして良くできましたが、カラスに食べられてしまいました。残念です。(とよさん)
- ◆ それは残念でしたね。近年、鳥獣被害が増えているので困りますね。私は昨年、イノシシに落花生を半分食べられてしまいました。
- ◇ 身近な記事に興味深く、楽しく読んでいます。(涼子さん)
- ◆ なるべく、色々な情報を掲載したいと思っていますのでこれからもご愛読ください。

写真大募集 お子様 ペットの時の眺め

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。



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

クールビズ 実施について

温室効果ガス削減、節電の取り組みとして、全店舗で冷房温度の抑制、役職員のノーネクタイ等の軽装を実施致しております。ご理解とご協力をお願い致します。

【期間】 令和3年10月30日(金)

理事会

報告

【第7回理事会】

令和3年6月28日

(審議案件)

- 第1号議案 令和3年度仮決算方針について
- 第2号議案 余裕金運用規程の一部改正について
- 第3号議案 FinTech企業等との連携及び協働にかかる方針の一部改正について

✿ 税務相談 (無料) 【申込先】 0476-48-2201 (総務課)

日時 8月25日(水) 午前10時～正午 (毎月第4水曜日)

※9月の開催日は、本誌9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 8月18日(水)・9月15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 8月15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**





シェフ永井のおすすめ

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



「豚ばら肉とジャガイモの辛煮込み」



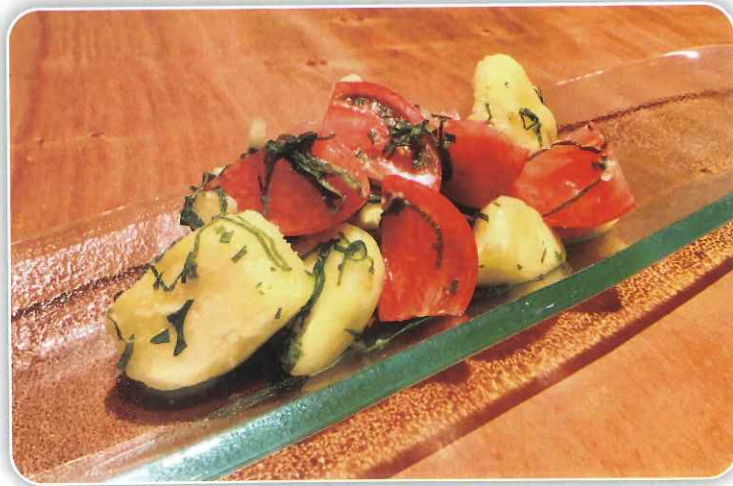
材料(4人分)

- 豚ばらブロック 500g
- ジャガイモ(下ゆでしたもの) 2個
- トマト(さいの目に切ったもの) 中1個
- さんしょう 適宜
- A
 - ニンニク(みじん切り) 小さじ1/2
 - ショウガ(みじん切り) 小さじ1/2
 - 豆板醤(とうばんじゃん)、豆鼓醤(とうちじゃん)、
 - サラダ油 各小さじ1
 - 水 2カップ
- B
 - しょうゆ、酒、みりん、
 - 砂糖 各大さじ2
 - ネギ(青い部分) 1本分
 - ショウガの皮 少々

作り方

- (1) フライパンで豚ばら肉を脂身の面から焼き始め、順に全面を焼き上げる。
- (2) 大きめの鍋に(1)、ひたひたの水(材料外)、ネギの青い部分1本分、ショウガの皮(分量外)を入れ中火で2時間ゆで、ゆで上がった豚ばら肉を冷ましてから角切りにする。
- (3) 鍋にAとトマトを弱火で2~3分炒めてからBと豚ばら肉、ジャガイモを入れ中火で15分煮る。
- (4) (3)を器に盛り付けさんしょうを散らして出来上がり。

「水ナスとフルーツトマトのマリネ」



材料(2人分)

- 水ナス 1本
- フルーツトマト 1個
- 大葉(千切り) 5枚
- A
 - 塩 小さじ1
 - オリーブ油(エクストラバージン) 大さじ1
 - レモン汁 大さじ2

作り方

- (1) 水ナスは皮をむき乱切りにしてボウルに入れAを入れ手でもみ込む。
- (2) (1)にくし切りにしたフルーツトマトと大葉を入れさっくりと混ぜる。
- (3) 器に盛り付け出来上がり。※必ず食べる直前に作ること。

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ど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。

判定月: 4/1, 4/30, 5/25, 6/24, 5/1, 5/31, 6/24, 7/24

ステージ適用期間: 4/1-4/30, 5/1-5/31, 6/1-6/24, 7/1-7/24

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にあわせ、2021年9月30日(木)をもって、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、今後ともご愛顧くださいますようお願い申し上げます。

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

編集うら話

近年、世界中で異常気象が発生し、日本でも大規模な自然災害が多くなってきました。「万が一の準備はできているか?」と問われると何もしていないとしか答えられない私。皆様は準備していますか?先日、熱海で発生した大雨による土石流。以前、旅行で自分の車で通った場所だったので妻と二人でショックを受けました。尚且つ、人災の可能性もあると聞くと、現地の方、被害者家族の皆様の苦しみには到底及びませんが、怒りと胸の痛みを感じました。ゲリラ豪雨や台風、地震、様々な事態が予想されますので、何か準備をしておかなければと思います。皆様も最低限の事でもいいので台風シーズンが来る前に少し準備をしてみてもいいでしょうか? (F・S)

わが家のかわいいペット

★印西市牧の原
林圭美さん

RoyalMilkTea オス 9才
「あした天気にな～れ」

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

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(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		