

かけはし

7.8

2025
(第401号)

特集

食中毒対策
おうちでも実践！

印西市古高
須藤 謙さん



応募券
7.8月号

表紙紹介

今月は、印西市吉高で農業をしている
須藤謙さんを紹介致します



楽しみながら農業をしています

今の時期は何を収穫していますか？

インゲン、ジャガイモ、ニンニクなどを収穫しています。7月からはオクラやピーマン、ナス、きゅうりなどの収穫が忙しくなります。



約50メートルのインゲンのアーチ

以前、人に有用な微生物を発酵させて利用するEM農法をしていましたが、今も続けていますか？

今も続けています。納得のできる安全、安心で美味しい農産物が育ちます。

長年、農産物を栽培していらっしゃいますが、以前と比べて大変になった事がありますか？

楽しみながら農業をしてきたのですが、気候が変わってきた事とイノシシやハクビシンなどによる獣害が増えた事に困っています。

若い世代や新しく農業を始めた人もいますが、伝えたい事がありますか？

農業も農業を担っていく皆さんも大切な存在です。大変だと思いますが頑張っていて欲しいです。

消費者へメッセージ

これからも、安全、安心な農産物を栽培し続けます。

目次

特集	食中毒対策 おうちでも実践！	12・13
お話処		3
共済情報		4・5
JA西印旛トピックス		6・7・8・9
営農情報		10
パズル？ 頭の体操/お便りコーナー		11
旬のレシピ		14
インフォメーション		15
あなたもチャレンジ家庭菜園	裏表紙	

※「今月のあなたの運勢」はページ下段に移動しました。
※「体を動かすためのヒント」「手軽に体操」は当JAホームページに掲載しております。

今月のあなたの運勢 7月 モナ・カサンドラ

8月の運勢は、8月にホームページにて掲載いたします。



牡羊座 3/21～4/19

【全体運】 厳しい状況ですが改善の兆しも見えています。もう一度情報収集を。見直せば良い案が浮かぶはず。連絡はまめに
【健康運】 適度な運動を心がけて。やり過ぎは禁物。健診は◎
【幸運の食べ物】 ラッキョウ

お話処

伐採した木に命を吹き込む

印西市草深 松田 治久さん

レゼントしました。

作りたい物が沢山あるので、これから作品作りをしていきたいと思っています。

私は、4年程前から伐採した梨の木を利用して動物のオブジェを作っています。きつかけは、レストランに木製のトナカイのオブジェが置いてあるのを見て、クリスマスに孫が遊びに来た時に家にあったら喜んでくれるかと思って作った事です。

梨農家から木をもらって作ったトナカイを孫に見せると、とても喜んでくれて嬉しかったのですが、「目を付けた方が可愛い！」とダメ出しをされてしまい急遽、目を付けました。

材料があれば1日に1体作る事ができます。最初に作りたい物をイメージして形の合った木を選



最初に作ったトナカイ

んだり、木の形を見て何か作れるか考えたりします。今まで、トナカイ以外にも何か作れないかと考え、ウサギやクマ、キツネ等を作りました。まだ、作っていない動物が沢山あるので挑戦してみたいです。キリンを作ってみたいですね。

出来上がった時に思っていた仕上がりではなかったりすると分解して作り直したり、部品を切り落として形の調整をします。加工されているのが難しい点ですが、孫が喜んでくれる事を想像して楽しみながら作っています。喜んでもらえるのと嬉しいので、近所にある幼稚園や梨の木を提供してくれた農家の方にプ



ウサギも作りました



色々な動物を作りたいです

牡牛座 4/20~5/20

【全体運】良好なスタートを切れます。計画は早めに進めて。丁寧なコミュニケーションを心がけると好結果に。下旬は慎重に

【健康運】体調を整えるのに良いとき。ハードな運動もOK

【幸運の食べ物】青トウガラシ

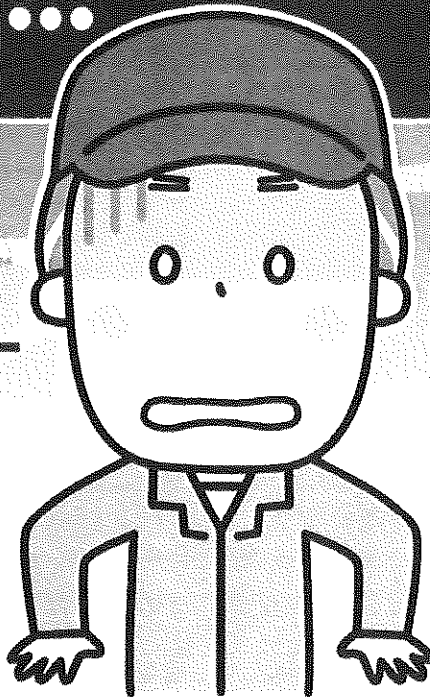


どうしよう! 小型トラクターで、 事故を起こして しまった…

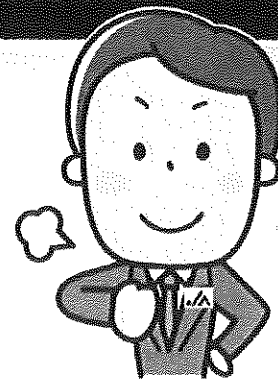
**農作業中の重大な事故
の3割は、トラクター
によるものです!**

令和2年の農作業死亡事故件数は
270件で、そのうち乗用型トラクター
による件数は81件となっており、トラ
クターによる死亡事故が全体の約3割
を占めています。

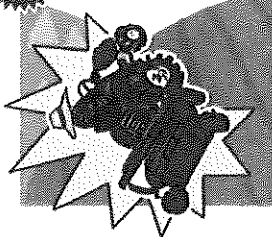
(農林水産省:令和2年に発生した農作業死亡事故の概要)



**JAの
自動車共済に
お任せください!**



ケース
1



トラクターが
農作業中に横転し、
運転者が下敷きにな
りケガをしました。

ケース
2



トラクターで、
他人をケガさせて
しまった。

自動車事故により他人を
死傷させた場合、高額の
損害賠償責任を負う恐れ
があります。

**小型トラクターやコンバインなどの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。**

だから

**自動車共済で、いざという時に備えて
おきましょう!**

5ページをご覧ください。



双子座 5/21~6/21

【全体運】好きなものに目がなくなりそう。羽目を外しやすいので、やり過ぎには気を付けて。友人とのレジャーは楽しめます

【健康運】危ない所には近寄らない。いつも通りが◎

【幸運の食べ物】カボチャ

あなたの農耕作業用大型・小型特殊自動車は 自動車共済にご加入していますか？

自動車共済にご加入いただいていると、トラクターの運行中の事故により
他人を死傷させてしまった場合や、他人の車やモノを壊してしまった場合でも、
自己負担額なく、共済金額無制限で保障!! プラスご契約トラクターの
搭乗者がおケガをされた場合には治療費や通院費も保障!!
安心してトラクターを運行できます!

月払い共済掛金 令和7年4月時点

1,590円

一時払いで

16,920円

ご契約例【トラクタープラン】

共済期間12か月の新規契約（6D等級）
事故有償適用期間0年

- 対人賠償 無制限
- 対物賠償 無制限（免責金額0万円、対物超過修理費用保障付）
- 人身傷害保障 5,000万円（被共済者限定特則：有）
- 傷害定額給付保障 1,000万円（標準型、被共済者限定特則：有）
- 特約 自動燃焼特約
- レッカー・ロード費用保障条項：有



トラクターによっておケガをした場合のお支払い例

治療共済金（傷害定額給付標準型）	10万円
入院費用（2万円×30日：人身傷害保障）	60万円
通院費用（1万円×20日：人身傷害保障）	20万円
手術費用（人身傷害保障）	20万円
休業損害（1万円×30日：人身傷害保障）	30万円
精神的傷害（4.2千円×100日：人身傷害保障）	42万円
通院交通費（15円×40km×20日：人身傷害保障）	1.2万円
入院中の諸雑費（1.1千円×30日：人身傷害保障）	3.3万円
お支払合計	186.5万円
実際の治療費（60万円+20万円+20万円）	100万円

上記の内容は、自動車事故（自損事故）により、治療期間100日（うち入院30日間（治療費日額2万円）、通院20日間（治療費日額1万円））、手術費用20万円、休業損害として日額1万円、30日間の認定、自宅から通院した区間期間までの距離往復40kmを自家用車で通院した場合で、また、健康保険等への請求がないと仮定した場合についてのお支払いする内容の比較例であり、状況等により実際のお支払時の金額等とは異なることがあります。

※治療期間とは事故日から治療終了日までの期間をいいます。
記載の内容は一般的な保障内容を例示したものです。実際のお支払内容とは異なる場合がございます。ご検討にあたっては、「重要事項説明書（契約概要）」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書（注意喚起情報）」および「ご契約のしおり（約款）」を必ずご覧ください。

対象車種の一例

乗用型

歩行型

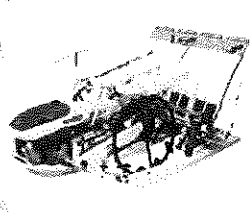
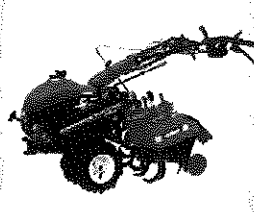
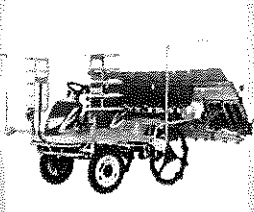
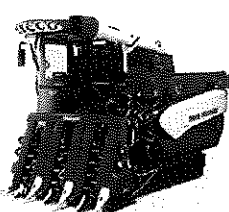
乗用トラクター

白黒型コンバイン

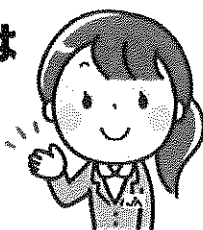
普通型田植機

歩行型トラクター

歩行型田植機



JA自動車共済のトラクタープランは
青色申告等の対象になったり
無事故割引もあります。



まずは、
ご相談
ください!

お問い合わせはお近くのJA窓口まで

J A 西印旛 共 済 部 TEL：0476-48-2202

中央支店 TEL：0476-48-2210

東部支店 TEL：0476-95-1101

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書（契約概要）」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書（注意喚起情報）」および「ご契約のしおり（約款）」を必ずご覧ください。

[25129990112]



蟹座 6/22～7/22

【全体運】勢いのある好調運。新たな計画は幸運に恵まれます。迷ったらまずは試してみよう。方向修正も大胆に行いましょう
【健康運】ストレッチで柔軟性をアップ。肩回りを重点的に
【幸運の食べ物】シシトウ

梨の収穫が始まります

当JA管内で梨の収穫が7月下旬頃から始まります。梨生産者は年間を通じて収穫に向け、梨の木への負担の軽減や実を大きく育てる為に剪定、摘蕾や摘果作業等を行ってきました。

取材した梨生産者は「雹害もなく良かった。収穫までしっかりと管理をしたい。収穫が楽しみ」と話しました。

当JA各直売所での本格的な販売は8月上旬頃からはなります。幸水、豊水、あきづき等、時期によって出荷される品種も変わってきますので、地元産の美味しい梨を食べ比べてはいかがでしょうか？



収穫が楽しみです

米の生育に期待

当JA管内は、米栽培も盛んです。7月になると穂が膨らみ始める時期で病害虫の対策など管理が重要な時期になります。早生米では8月中旬頃、コシヒカリ等は下旬頃から稲刈りが始まり、当JAの米倉庫では連日、出荷された米の検査が行われます。

収穫時期は暑い日が続くので熱中症には十分に注意する他、コンバイン等、農業機械を使う事も多くなるので事故に気を付けて作業をしましょう。また、作業後の農業機械の点検は当JAまでご相談下さい。



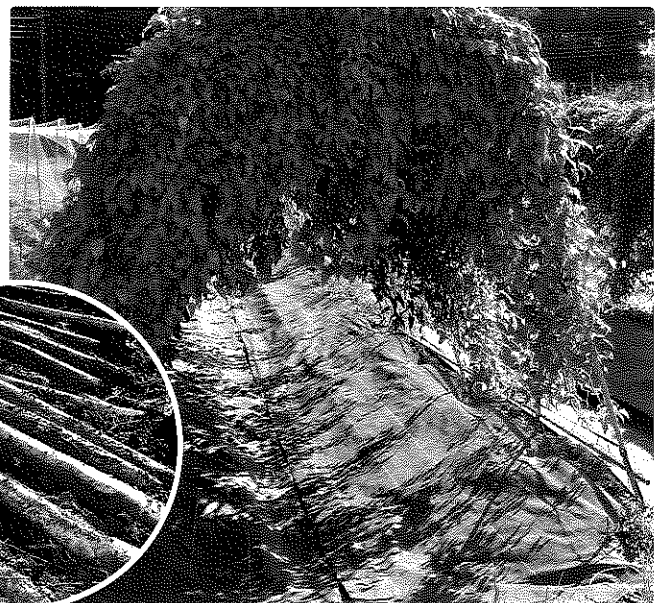
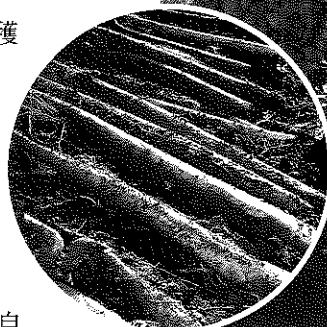
出荷は当JAへ！(写真：6月中旬)

自然薯の植え付け始まる

白井市自然薯研究会の生産者が、11月末からの自然薯の収穫に向けて、5月から自然薯の種芋を定植しました。

生産者は、自然薯の形を良くすると収穫時に掘り起こす作業を軽減させる為に、シートなどを使用して自然薯が地面に沿って生育する様に定植します。

同市の自然薯はラジオ等で紹介もされ知名度が高まり、市場や直売所でも人気が出てきています。自然薯生産者は「天候不順や台風の影響が心配だが、良質な自然薯に育って欲しい」と期待していました。



半年程かけて育ちます

種芋から蔓が伸びていきます



獅子座 7/23～8/22

【全体運】上昇運です。スローモードに入って徐々にスピードアップしていきましょう。足元を踏み固めながら着実に進めて

【健康運】よくかんでゆっくり食べて。喉あめを携帯すると○

【幸運の食べ物】ツルムラサキ



野菜もの知り百科

エンサイ
(ヒルガオ科サツマイモ属)

土壌医・藤巻久志

エンサイは熱帯アジア原産で、日本本土には1972年の日中国交正常化に伴い、パンドのカンカン・ランランと一緒に「中国野菜」としてやって来ました。エンサイは「空

心菜(クウシンサイ)」「蕪菜(ヨウサイ)」「通菜(ツウサイ)」などいろいろな名前がありますが、1983年の農林水産省通達により「エンサイ」に統一されました。

沖縄県では「ウンチュー」や「ウンチエバー」といい、古くから栽培されてきました。サツマイモ属の植物を食害するゾウムシなどのまん延を防ぐため、本土への移動は植物防疫法によって規制されています。不妊虫放飼という方法でウリミバエを駆逐した沖縄県は、近い将来、ゾウムシなども根絶すると思います。

エンサイはサツマイモの葉を細長くしたような葉形で、茎の中は「空心菜」の名前の通り空洞です。秋にはアサガ

オに似た白い花を咲かせるので「朝顔菜(アサガオナ)」の別名もあります。暑さに極めて強く旺盛に生育するので、青物が少なくなる夏場に重宝されています。

エンサイはベータカロテンをホウレンソウや小松菜よりも多く含む緑黄色野菜です。ベータカロテンは体内でビタミンAに変化して粘膜や皮膚を守り、風邪やウイルス病を予防します。抗酸化作用で老化やがんも予防するといわれています。

青菜炒めは家庭では一般に小松菜やホウレンソウを使いますが、中華料理店ではエンサイを強火でサッと炒めることが多いです。シャキシャキした食感がくせになります。塩・こしょうだけでもおいしく食べられます。おひたしやごまあえ、みそ汁の具など、和風料理にも用いられます。調理直後は緑色が鮮やかですが、時間がたつと黒ずんでくるので、早めに食べるようにしましょう。

エンサイは病害虫に強く、プランターでも簡単に栽培できます。成長点の柔らかい部分を摘めば、生でサラダにもできます。新芽の色合いと独特の歯応えが楽しめます。



なくそう食品ロス

お米を食べて

日本の農業を守ろう

食品ロス問題ジャーナリスト・井出留美

「米の値段が高過ぎる」と、2025年初めて多く報じられました。「いつ値段が下がるのか」と。確かに価格が高過ぎれば需要は落ちてしまうかもしれません。

総務省の家計調査を見ると、2010年を境にして、消費者は米よりパンに多くのお金を投じてきました。消費者が米を食べなくなつたのではありませ

ん。家で米を炊かず市販のおにぎりなど中食や外食で食べるようになったのです。調理の手間が要らないからです。市販のパンもそのまま食べられます。

農林水産省の資料(参考)茶わん1杯のお米の値段」には、「ご飯は経済的な食べ物で、1杯(1膳)の値段は約25円」とあります(2023年5月、5kgの米の価格1890円で算出)。

農林水産省が2025年3月

3・9日、全国約1000のスーパーを調べたところ、精米5kgの販売価格は4077円でした。ご飯1杯の価格は約55円。市販のおにぎりやパンなら55円では買えないはず。

食パンなら1斤100円前後で買えるものもあるでしょう。ではその小麦はどこで生産されたのでしょうか。日本で流通するパンのうち、国産小麦のパンは8%程度。残り92%は外国産小麦です。外国産小麦には防虫剤が使われているものもあります。安さだけで食べ物を選んでいいのでしょうか。

「安いものしか買えない」という意見があります。海外では一定の経済水準に達しない世帯や個人が食料を低価格で購入、あるいは無料で受け取れる仕組みがあることも多いです。そうすれば、どのような経済水準の人にも十分に食べられます。

農林水産省の営農類型別経営統計(稲作、2023年)によれば、稲作農家は「時給97円」。食料を生産せず消費するだけの消費者は、適正な食料品価格を支払って生産者を買収できることが重要ではないでしょうか。それがひいては食品ロス削減や日本の食料安全保障につながるはず。

大切な方と過ごす 最後のひとときを お手伝い

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

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
- 新築家の割引 ●葬儀店割引

もしもの時や、事前相談等いつでもご連絡ください

JA西印旗 総本部(葬儀担当) ☎ 0476-48-2208 虹のホール印西 ☎ 0476-42-1194

JAの葬儀

<http://jalife.co.jp>

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



乙女座 8/23～9/22

【全体運】空回りに気を付けましょう。思い込みで行動せず状況確認をしっかりと。観察、分析に力を入れれば良い方向へ

【健康運】スマホやテレビの見過ぎに注意。目をいたわって

【幸運の食べ物】スイカ



ベゴニアを定植

6/21

印西市内で草花の定植や美化活動を行っているNP0団体「クリーンロード」と当JAが協力して、美化活動の一環として当JA前の国道464号脇の植栽帯にベゴニアの苗を定植しました。

これまでも菜の花の種撒きやコリウス、パンジー、ひまわりの苗など様々な植物を定植して美化活動をしてきました。当JA中央支店、とれたて産直館印西店に来られた時にご覧ください。



ベゴニアの花言葉は「幸福な日々」「親切」などがあります

当JA野球部熱戦を繰り広げる

5/24・31

当JA野球部が、千葉県農協健康保険組合主催の農協健康野球大会に出場しました。千葉県成田市にある「ナスパ・スタジアム」で行われた千葉地区予選ブロックで、当JA野球部は初戦、JA千葉みらい野球部と対戦し接戦を繰り広げましたが、惜しくも後半に逆転を許してしまいました。良い試合展開だったことから次回は県大会出場に期待が寄せられました。頑張れ野球部！



交通ルールを守ろう！ 交通安全教室

5/13

警察、JA共済連、当JAが連携して、交通事故対策活動の一環として、印西市立印西中学校で交通安全教室を開きました。

スタントマンが、車や自転車、歩行者の事故を生徒の前で再現し、交通事故の疑似体験をしてもらいました。事故の起る瞬間を見た生徒は「危ない」と声が出てしまう程の臨場感あるスタントマンの演出に、身近に起こりえる事故の危険性、交通ルールの大切さを感じていました。



パークゴルフで親睦を深める

5/16

印西市にある泉公園パークゴルフ場で、印西市パークゴルフ協会主催、当JAが協賛し、JA西印旛パークゴルフ大会を開催しました。

69名が参加し、日頃の練習の成果を発揮して好スコアを狙いつつ、グループ内で応援、アドバイスをし合って親睦を深めました。優勝をした2名をはじめ、入賞者等に野菜や果物等を賞品として贈呈しました。



優勝した土屋一男さんと浦島広子さん



天秤座 9/23～10/23

【全体運】勘違いから問題を起こさないよう留意して。悪意あるうわさには耳を貸さないようにしましょう。下旬から運氣回復
【健康運】香りの良いお茶と音楽が味方。ゆったり過ごして
【幸運の食べ物】ピーマン

JA まつり開催

6/14

この度、当JAは、「農がつなぐ、地域住民とJAのきずな」をスローガンとし「JAまつり」を開催しました。

イベント会場では、地元産農産物の販売の他、無料で農産物をプレゼントする輪投げやバックごはんを景品としたスタンプラリー、かき氷や焼き鳥など飲食物模擬店、JAが行っている様々な事業、管内各市町の紹介、消防署、警察署、自衛隊にもご協力いただき、消防車、パトカー、装甲車両の展示、地元中学校、高等学校の吹奏楽部による演奏会を行うなど皆さまに楽しんで頂ける企画を用意しました。

また、生産者、印旛明誠高校ボランティア部も参加してJA職員と一緒にまつりを盛り上げるなど、「きずな」も築く事ができました

1日中、多くの来場者が集まり賑わいを見せたJAまつりになりました。



みんなで遊びにきました



多くの来場者で賑わいました



輪投げ入るかな？



模擬店も好評

日頃にご愛顧に感謝！やおばあく18周年祭

5/25

白井市にある当JA農産物直売所「やおばあく」が4月にオープン18周年を迎えた事から周年祭を開催し、多くの来場者で賑わいました。

地元産農産物特売の他、野菜の詰め放題やビンの中から取り出したピンポン玉の数だけ玉子と交換できる玉子掴み取りコーナーが好評でした。また、エステーションによるハンドマッサージコーナーや先着50組様に紅白まんじゅうのプレゼントも人気がありました。多くのお客様に買い物やサービスを楽しんで頂く事ができました。

今後も利用者の皆さまに喜んでもらえるよう地元産農産物を中心に安全、安心、新鮮な農産物を提供して参ります。8月上旬からは日本有数の梨の産地である地元、白井市産の梨の販売も始まりますので、ご来店ください。



多くのお客様で賑わいました



無料で玉子のつかみ取り



野菜の詰め放題が大好評



蠍座 10/24~11/22

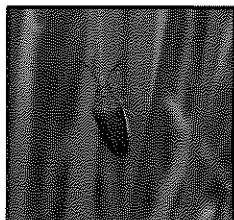
【全体運】 追い風に恵まれます。細かいことを気にし過ぎないように。おおらかな態度が良好な人間関係に直結。旅行にツキ
【健康運】 友人たちとのスポーツで元気がアップ。水分補給を
【幸運の食べ物】 ミョウガ

水稻瓦版～カメムシ編～

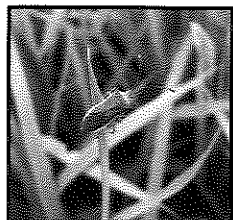
近年、印旛地域では
大型カメムシ類である
イネカメムシが多く
発生しています。



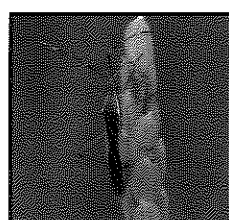
斑点米カメムシ（大型・小型）



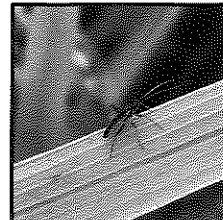
イネカメムシ（大型）



ホソハリカメムシ(大型)



クモヘリカメムシ（大型）



アカスジカスミカメ(小型)

薬 剤 名	適 用 内 容
スタークル粒剤	使用薬量: 3kg/10a 使用時期: 収穫7日前まで 使用回数: 3回以内 使用方法: 散布 (湛水状態、水深3cm以上が望ましい)
スタークル豆つぶ	使用薬量: 250g/10a 使用時期: 収穫7日前まで 使用回数: 3回以内 使用方法: 散布 (湛水状態、水深3cm以上が望ましい)
キラップ粒剤	使用薬量: 3kg/10a 使用時期: 収穫14日前まで 使用回数: 2回以内 使用方法: 湛水散布 (湛水状態、水深3cm以上が望ましい)

※上記の登録内容は令和7年5月時点になりますので、使用時には必ずラベルをお読みください。

☆ おすすめ商品 ☆

JA 西印旛では、ザクサ+ダイロンゾルをすることにより長期間雑草を抑制することができます。

注) 混用の際にはダイロンゾルを先に入れてください。



	水10L	水18L	水20L	水100L
ダイロンゾル (400倍)	25ml	45ml	50ml	250ml
ザクサ (100倍)	100ml	180ml	200ml	1L
散布面積	1m×50m (1アール)	1m×90m (1.8アール)	1m×100m (2アール)	1m×1km (10アール)

JA 西印旛 経済部 営農指導涉外課



射手座 11/23～12/21

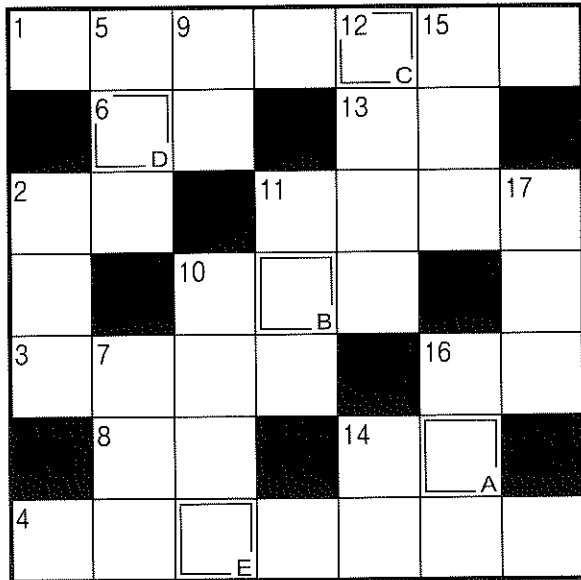
【全体運】思い通りにならないことが多くイライラしがち。やり方を変えてみるのも選択の一つ。こだわりはほどほどで

【健康運】無理はしないように。休養を取ることで回復

【幸運の食べ物】モロヘイヤ

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?



① タテのカギ

- ② 3人組のこと
- ⑤ 閻魔大王がいるところ
- ⑦ ハワイ州の州都、ホノルルがある島
- ⑨ 浴衣を着て——を締めた
- ⑩ ショッピングモールには多くの——が入っている
- ⑪ 左右反対に映ります
- ⑫ メロンの生産量が日本一である県
- ⑭ 糸を通して布を縫います
- ⑮ 1とその数自体しか約数を持ちません
- ⑯ 俵万智の第一歌集『サラダ——日』
- ⑰ 阿寒湖で育つものが有名な藻類

② ヲコのカギ

- ① 夏休みの朝に通ってスタンプをもらいます
- ② 早起きは三文の——
- ③ サーファーが乗ろうとするもの
- ④ アルコール分が含まれていない飲み物
- ⑥ 疑問文では上げることが多い
- ⑧ 葛まんじゅうの中に包み込まれているもの
- ⑩ デジタル時代になり——の文字を見る機会が減りました
- ⑪ 騎手が乗っていません
- ⑬ 観光、スクール、二階建てといえば
- ⑭ 鳥の体に生えるもの
- ⑯ うな重と一緒に——吸いを注文した

◇ 当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。お預りした個人情報以外の使用いたしません。

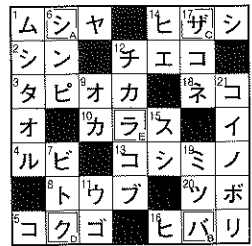
☆ 応募のきまり
○ 締切 8月14日(消印有効)
○ 発表 本誌次号誌上
○ 賞品 抽選で5名様に農協全国商品券をプレゼント致します。

クロスワード

農協全国
商品券が
当たる!

eメールでも
募集中!

アドレスはこのページ
下を見てね♡



【5・6月号の解答】

A B C D E
シバザクラ

◇ハガキの書き方◇ ※eメールでも可

切手 270-1334
印西市西の原4-13
JA西印旗本店
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

◇ 当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。お預りした個人情報以外の使用いたしません。

☆ 「かけはし」についている応募券を応募用紙に貼る、直売所の投函箱に応募していただいた方の中から、抽選で5名様に農協全国商品券500円分をプレゼント!!
応募用紙は「とれた産直館印西店・やおばあく」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

5名様に農協全国
商品券500円分が
当たります!!

お子様・ペット・時の眺めの写真をお送りください。デジカメデータ・eメールでもOKです。
※各支店窓口でも受け付けております。

写真 大募集 お子様 ペット 時の眺め

◆応募要項

郵便番号、住所、お子様の生(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。

お便りコーナー

◇「かけはし」400号すごい!おめでとうございます。(久義さん)

◆ありがとうございます。歴史ある広報誌になりました。今後も「かけはし」を応援して下さい。

◇とれたて産直館で大量に野菜を買います。(恵美子さん)

◆いつもありがとうございます。夏野菜がたくさん出荷されています。記事として掲載しましたが、8月上旬には本格的に直売所で梨の販売が始まりますのでお召上がりください。

◇毎回、貴重な情報楽しみです。(千恵子さん)

◆農産物、JA事業の情報を今後も発信して、皆さまにこれまで以上に農業、JAの事を知って頂きたいと思います。

◇「かけはし」はPCで閲覧しています。(友治さん)

◆ホームページでバックナンバーも閲覧できます。スマホでも閲覧できますのでどこでも「かけはし」が読めます。

◇レシピを見て料理しています。色々なレシピをお願いします。(光和さん)

◆毎回、様々なレシピを掲載していますので参考にしてみてください。ホームページにエコー商品を使用した夏のレシピも掲載していますので閲覧してみてください。

メールアドレス koho@ja-nishiinba.or.jp

山羊座 12/22~1/19

【全体運】運勢は活性化。考えているより、取りあえずやってみましょう。動きの中で勝機をつかめます。対話を大切に

【健康運】好調です。頑張りが利き、記録もアップ!

【幸運の食べ物】トウモロコシ



もうちでも
実践!

食中毒対策

食中毒というと飲食店での食事が原因と思われるが、毎日食べている家庭の食事でも発生しています。普段、当たり前に行っていることが、思わぬ食中毒を引き起こすことがあるのです。家庭の食事作りにおける食中毒対策のポイントをチェックしてみましょう。

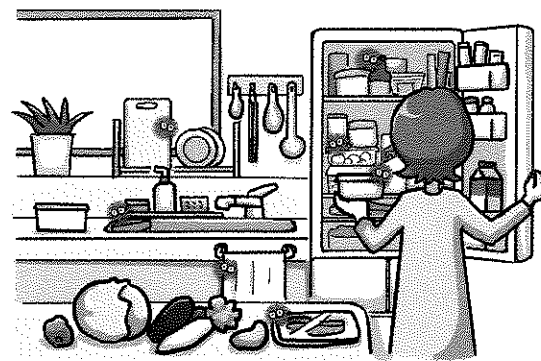
監修：小松隆美 (Jesse T. Sato) イラスト：藤田倫史

食中毒を引き起こす主な原因は細菌とウイルス

細菌もウイルスも目には見えません。細菌は温度や湿度などの条件がそろえば食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べることで食中毒を引き起こします。一方、ウイルスは、細菌のように食べ物の中では増殖しませんが、食べ物を通じて体内に入ると、人の腸管内で増殖し、食中毒を引き起こします。また、ウイルスは低温や乾燥した環境内で長く生存します。

細菌とウイルスは食料や自分の手に

食中毒の原因となる細菌やウイルスは、私たちの周りの至る所に存在しています。肉や魚などの食料には、細菌やウイルスが付着しているものと考えましょう。また、いろいろな物に触れる自分の手にも、付着していることがあります。細菌やウイルスが付着した手を洗わずに食料や食器などを触ると、手を介してそれらにも付着してしまいますから、特に注意が必要です。



きれいにしているキッチンでも、細菌やウイルスがまったくいないとは限りません。食器用スポンジや布巾、シンク、包丁、まな板などは、細菌が付着・増殖したり、ウイルスが付着しやすい場所といわれています。

食中毒対策の三大原則

食中毒を防ぐためには、細菌の場合は、

細菌を食べ物や調理器具に「付けない」、付着した細菌を「増やさない」、付着した細菌を「やつつける」が原則です。

食中毒の原因菌やウイルスを食べ物に付けないように、小まめに手を洗いましょう。生の肉や魚などを切った包丁やまな板などの器具から、加熱せず食べる野菜などへ菌が付着しないように、使用の都度きれいに洗い、できれば加熱処理しましょう。

加熱しない食材を先に取り扱うのも一つの方法です。焼き肉などの場合には、生の肉をつかむ箸と焼けた肉を取り分ける箸は別のものにしましょう。食品の保管の際にも、食品に付いていた細菌が付着しないよう、密封容器に入れたり、ラップをかけたりますることが大事です。

増やさない…低温で保存する

細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になりますが、10度以下ではゆっくりとなり、マイナス15度以下では増殖が停止します。食べ物に付着した菌を増やさないためには、冷蔵庫などで低温保存することが重要です。なお、冷蔵庫に入れても、細菌はゆっくりと増殖しますので、冷蔵庫を過信せず、早めに使い切ることが重要です。

やつつける…加熱処理

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。特に肉料理は中心までよく加熱することが大事です。中心部を75度で1分以上加熱するこ

食中毒対策の三大原則

- 付けない
手洗い
調理器具の洗浄、消毒
- 増やさない
適切な温度での保存
調理後は速やかに食べる
- やつつける
加熱処理

が目安です。

布巾や包丁、まな板などの調理器具にも、細菌やウイルスが付着します。特に肉や魚、卵などを調理した後の器具は、洗剤でよく洗ってから、熱湯をかけておきましょう。塩素系漂白剤の使用も効果的です。

ウイルスの場合はさらに二原則

持ち込まない…健康状態の把握・管理
日頃から健康状態の把握や健康管理を行い、嘔吐（おうと）や下痢の症状がある場合などは調理を行わないようにしましょう。

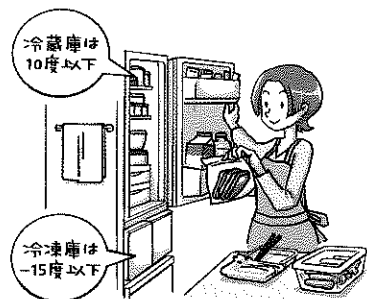
広げない…手洗い、定期的な消毒・清掃

ウイルスが調理場内に持ち込まれても、それが食品に付着して口から体内に入らなければ食中毒に至ることはありません。重要なのは、小まめな手洗いと、布巾や包丁、まな板などの調理器具を洗剤でよく洗った後に熱湯消毒を行うことです。



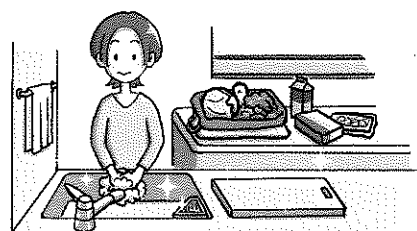
ポイント1 食品の購入

- 表示のある食品は、消費期限などを確認して購入しましょう。
- 購入した食品は、肉汁や魚などの水分が漏れないようにビニール袋などにそれぞれ分けて包みましょう。できれば保冷剤（氷）などと一緒に持ち帰りましょう。
- 生鮮食品などのように冷蔵や冷凍など温度管理の必要な食品の購入は買い物の最後にして、購入したら早めに帰るようにしましょう。



ポイント2 家庭での保存

- 冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。
- 冷蔵庫や冷凍庫の詰め過ぎに注意しましょう。目安は冷蔵庫や冷凍庫の収納量の7割程度です。
- 冷蔵庫は10度以下、冷凍庫はマイナス15度以下に維持することが目安です。



ポイント3 下準備

- ごみは小まめに捨てましょう。
- タオルや布巾は清潔なものと頻繁に交換しましょう。
- 井戸水を使用している家庭では、水質に十分注意してください。
- 小まめに手を洗いましょう。ハンドソープを使い1回30秒が目安です。
- 生の肉や魚などの汁が、果物やサラダなど生で食べるものや調理の済んだ食品にかからないように注意しましょう。
- 生の肉や魚を切った包丁やまな板は洗剤でよく洗い、熱湯をゆっくりかきながら使うことが大切です。
- 冷凍食品などの解凍は、冷蔵庫の中や電子レンジで行うと良いでしょう。



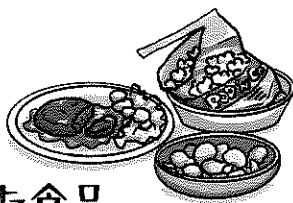
ポイント4 調理

- 手を洗いましょう。
- 加熱して調理する食品は十分に加熱しましょう。ほとんどの細菌を抑えることができます。中心部の温度が75度で1分以上加熱することが目安です。調理を途中でやめるときは冷蔵庫に入れ、再開するときは、十分に加熱しましょう。
- 電子レンジを使う場合は、電子レンジ用の容器、ふたを使い、調理時間に気を付けましょう。熱の伝わりにくい食品は、時々かき混ぜることも必要です。



ポイント5 食事

- 食事の前には手を洗いましょう。
- 清潔な手で、清潔な器具を使い、清潔な食器に盛り付けましょう。
- 調理前の食品や調理後の食品は、室温に長く放置してはいけません。



ポイント6 残った食品

- 残った食品を扱う前にも手を洗いましょう。残った食品はきれいな器具、皿を使って保存しましょう。
- 残った食品は早く冷えるように浅い容器に小分けして保存しましょう。
- 残った食品を温め直すときも十分に加熱しましょう。目安は75度以上です。
- 時間がたち過ぎたら、思い切って捨てましょう。
- ちょっとでも怪しいと思ったら、口に入れるのはやめましょう。

食中毒かなと思ったら……

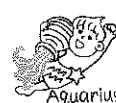
嘔吐や下痢の症状は、原因物質を排除しようという体の防御反応です。自分の判断で市販の下痢止めなどの薬をむやみに服用しないようにして、早めに医師の診断を受けましょう。

※厚生労働省の資料を基に基本的な食中毒対策を掲載しています。調理環境・健康状態などによっては全ての食中毒を防げるとは限りません。



魚座 2/19~3/20

【全体運】運勢は吉凶混合。変わっていくことも多いので臨機応変に。早めの行動が吉と出ます。先手必勝の心持ちで臨んで
【健康運】うっかりのけがに気を付けて。飛び出しに注意
Pisces【幸運の食べ物】ナス



水瓶座 1/20~2/18

【全体運】不安定運ながら味方を得ることができる月。大変なときに力になってくれる人を大切に。ライバルのやり方にも注目
【健康運】弱い部分をしっかりケア。予防に力を入れて
Aquarius【幸運の食べ物】サクランボ



材料 4人分

小アユ	8尾	A	
塩・酒	各少々	昆布だし	80ml
片栗粉・小麦粉	各大さじ1	レモン汁	20ml
ナス	1/4本	しょうゆ	20ml
赤パプリカ	1/4個	砂糖	15g
黄パプリカ	1/4個	タデの葉	8枚
揚げ油	適宜		
かつお節	1つまみ		
赤トウガラシ	1本		

ポイント

旬の小アユを楽しみましょう。ぎんなん串などの細い串を使い、清流を躍るように泳いでいる姿を表現します。

小アユの 南蛮唐揚げ

とっておき旬のレシピ

作り方

〈下ごしらえ〉

小アユは塩を振り、酒をまぶして15分置く。水気を取って片栗粉・小麦粉をまぶし、ぎんなん串を刺して泳ぐ姿を作る。パプリカは1.5×3cmの短冊切りに、ナスはパプリカと同程度の大きさに切る。

- ①南蛮酢を作る。Aを混ぜ、一煮立ちさせる。かつお節を加えてこし、種を除いた赤トウガラシを加える。
- ②油を160度に熱し、ナスとパプリカを揚げ取り出す。
- ③油を170度に熱して小アユを揚げる。油から取り出し、冷めて表面が固まったら油を180度にして再度揚げる。揚げたての状態です。抜き、①の南蛮酢に漬ける。
- ④皿に②と③を彩り良く盛り、タデの葉を添える。



水牡丹 (みずぼたん)

くず粉を使った涼しげな和菓子

材料 4個分

白あん	80g	くず粉	32g
梅肉	小さじ1/2	水	200ml
干しあんず	2個	グラニュー糖	40g

作り方

〈下ごしらえ〉

白あんに梅肉を混ぜて4等分に丸める。干しあんずは半分の厚さに切る。プリンカップにラップを入れる。このとき、ラップがカップの上に出るようにする。

- ①くず粉に水を少し加えて湿らせる。10分ほど置きに木じゃくしで混ぜ合わせ、よく溶かす。残りの水とグラニュー糖を合わせてよく溶かして火にかけ、木じゃくしを鍋底に付けてかき混ぜながら火を通す。
- ②少し塊ができたから火から下ろし、全体が滑らかになるようかき混ぜる。再び火にかけて透明になるまでしっかり練る。
- ③火から下ろし、熱いうちに②をプリンカップへスプーン1杯くらい流して干しあんずを置き、丸めた白あんのをのせる。その上から②の残りを流す。最初に流したくずと上から流したくずがしっかりとくっつくように菜箸などでならす。
- ④形を整えてラップの口を輪ゴムで閉じる。カップごと氷水に漬け、冷やし固める。
- ⑤ラップを外して菓子皿に盛り、クロモジ(材料外)を添える。



香油鶏片 (シャンユケイペン)

鶏肉とキュウリをさっと炒めた香り良い一品

材料 6人分

鶏モモ肉	200g	片栗粉	大さじ1
酒	大さじ1/2	油	大さじ3
しょうゆ	大さじ1/2	A	
しょうが汁	小さじ1/2	酒	大さじ1
キュウリ	2本	砂糖	小さじ1
干しいたけ	5枚	塩	小さじ2/3
ネギ	2本	しょうゆ	大さじ1
		ごま油	大さじ1

作り方

〈下ごしらえ〉

鶏モモ肉は薄くそぎ切りにして酒、しょうゆ、しょうが汁で15分下味を付ける。キュウリは縦半分に切り、斜め5mm厚さに切り、干しいたけは戻して軸を除いてそぎ切り、ネギも斜め薄切りにする。

- ①鶏肉に片栗粉をまぶす。中華鍋に油を熱し、強火で鶏肉を炒めて火を入れる。
- ②干しいたけ、キュウリ、ネギの順に入れてさっと炒め、Aを混ぜ合わせて加え、盛り付ける。

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、
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。

【お問い合わせ先】

JA西印旛 居宅介護支援事業所

TEL:0476-42-1312

非常勤ヘルパー募集中！

☆介護の仕事で地域社会に貢献してみま
せんか？フランクのある方も安心して
働けます。(同行指導有)

【お問い合わせ先】

JA西印旛 訪問介護事業所

TEL:0476-42-1311



理事会報告

【第4回理事会】 令和7年4月28日

(審議案件)

第1号議案 「西印旛農業協同組合企業年金規約」の一部改正
について

第2号議案 時価算定要領・マニュアルの改正について

第3号議案 千葉県農業信用基金協会に対する基金拠出につ
いて

第4号議案 信用事業方法書の一部改正について

第5号議案 貸出審査について

【第5回理事会】 令和7年5月29日

(審議案件)

第1号議案 監事監査報告書の「改善を要する事項」に
対する回答について

第2号議案 令和7年度コンプライアンスプログラムの
変更について

第3号議案 自主（自店）検査要領の改正について

第4号議案 利益相反取引について

第5号議案 市町への貸出について

第6号議案 夏季賞与の支給について

税務相談(無料)

【申込先】0476-48-2201(企画管理課)

日時 第1・第3火曜日(6月～9月) 午前10時～午後3時
7月23日(水)・8月27日(水) 午前10時～正午
(毎月第4水曜日)

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

日時 7月16日(水)・8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】0476-48-2203(本店融資課)

日時 7月20日(日)・8月17日(日) 午前9時～午後3時
場所 本店 (毎月第3日曜日)

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 毎週日曜日 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。



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





コールラビ 肥大した茎を利用する野菜

園芸研究家・成松次郎

コールラビは地中海北岸原産のアブラナ科野菜で、茎の基部が球形に肥大するので、別名を球茎甘藍(キユウケイカンラン)とも呼ばれます。キャベツから分化した野菜のため似た性質を持ちますが、キャベツより暑さや寒さに強く、作りやすい野菜です。

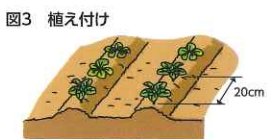
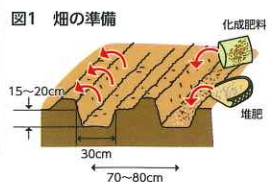
中間地の秋まきは、7月下旬～9月上旬に種まきし、9～12月に収穫します。春まきは3、4月にまいて、6、7月に収穫します。

〔品種〕球の色が緑白の「グランドデューク」(タキイ種苗)、紫の「パープルデューク」(タキイ種苗)などがあります。

〔種まき・苗作り〕苗作りをするには、7・5(9cm)ポットに種を4、5粒まき、発芽後に適宜密生部を間引き、1本立ちにして本葉4、5枚まで育てます(図2)。

〔収穫〕球の直径が5～10cmのときに、株元から刈り取って収穫します(図5)。球が大きくなると肉質が堅くなりスライスし、サラダなどにします。また、さいころ状に刻んで、スープ、ポトフなど

ネットでトンネル被覆し、害虫の被害を防ぐと良いでしょう。



〔畑の準備〕あらかじめ畑1平方mあたりに苦土石灰100gを土とよく混ぜておき、種を付け(または種まき)1週間前に畝幅70～80cm、深さ15～20cmの溝を掘ります。次に、この溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%程度)100gと堆肥1kg程度を施し、土を戻して

〔病害虫の防除〕ヨトウムシ、コナガなどが多いので、登録農薬で駆除します。生育初期は、寒冷しゃなどの防虫

〔追肥・土寄せ〕追肥は植え付け後20日ごろ、株元に化成肥料を1株約10g施用し、土寄せします(図4)。2回目も球が肥大する頃に施用します。生育が進み、下葉が傷んでいたら切り落としても良いでしょう。

栽培カレンダー(コールラビ)

まきどき	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
冷涼地	春まき											
	秋まき											
中間地	春まき											
	秋まき											
暖地	春まき											
	秋まき											

●種まき 〇生育 ▲植え付け ――生育 ■収穫

※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。

編集うら話

私は夏が好きなのですが、近年の尋常ではない暑さは、さすがに我慢できません。外の仕事で無理をしたりスポーツを頑張りすぎてしまったりすると命に係わる事態になってしまいます。基本的に外で行う農作業、これから梨の収穫や福刈りなども忙しくなりますがくれぐれも熱中症に注意してください。危険なのであえて繰り返します。熱中症に注意してください。こまめに休憩、水分補給、やる事が多くても無理はしないなど心掛けてください。私が知っている熱中症で倒れた生産者の方の大部分は「自分は大丈夫」「もう少しやってみよう」と思っていた人です。目が覚めたら病院だったと話していました。皆さん命に別状がなかった事がせめてもの救いです。(F・S)

時の眺め

白井市十余一 高橋 忠治さん



72年前に熱海にある「お宮の松」の前で友人と撮影後列、左から2番目が私です

★ホームページもご覧下さい。

<https://www.ja-nishiinba.or.jp>

JA西印旛

検索

総務部
金融部
共済部
共済部(自動車事故相談)
自動車事故(夜間・休日)(フリーダイヤル)
経済部
経済部(肥料・農薬のご注文)(フリーダイヤル)
プロパンガスのご用命(全農ガスセンター)
介護保険に関するお問い合わせ
農業機械に関するお問い合わせ

☎0476(48)2201
☎0476(48)2203
☎0476(48)2202
☎0476(48)2250
☎0120(25)8931
☎0476(48)2207
☎0120(48)2207
☎04(7197)2130
☎0476(42)1312
☎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 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