

みのり



2018 No.565

JA成田市



特集

成田市発旬の農産物紹介

みんなのよい食プロジェクト
芋作り体験教室(収穫祭)

実践 JA成田市自己改革

ファミリー
KIDS

JA成田市発旬の農産物紹介

レンコン

今回の旬の農産物は「レンコン」を紹介いたします。

レンコンはハスの地下茎が肥大化したもので、蓮田と呼ばれる水を張った場所などで栽培されます。

いくつかの節に分かれていて、内部には空洞があり、輪切りにするとおよそ8個の穴が確認できます。原産地は中国又はインドとされていますが、日本でも千葉県の大賀ハスのように2,000年以上前からあったとされる説もあり、古くから親しまれていた可能性もあります。

レンコンの大部分は水分で、残りは炭水化物、タンパク質などで、脂質をほとんど含まない為、油を使った調理法と相性が良く、また歯ごたえも楽しめるので、煮物、漬物にも使用され、様々な調理法があります。食用としている国は日本、中国など少数の国で、日本では縁起物としておせち料理にも使用されていて、お正月には欠かせない食材でもあります。

レンコン栽培は隣の茨城県が全国の約半数を生産し、成田市でも生産されています。成田市内では安西地区で久米昇さんがレンコンを栽培しています。久米さんのレンコンはJAを通して、学校給食などに使用されています。

久米さんは冬に堆肥を入れ3月には肥料を入れます。4月に定植をして7月から翌年3月まで収穫をします。収穫のピークは11月から翌年の3月までだそうです。久米さんは面積で2ha、毎年24tの収量があるそうです。安心安全で味の良いものを作るために、肥料は天然ミネラルがある貝の化石や魚の有機肥料、酵母性細菌を使うなど、土作りに気を使っています。定植は水の中で掘って埋めての作業なので、大変体力を使うそうです。

お勧めの食べ方を聞いたところ、ごま油で炒めて塩コショウを振ると素材の味が生きて非常においしいと語っていました。



レンコンの収穫をする久米昇さん



収穫して洗浄したレンコン

花と遊ぶ	20
理事会だより	19
のつきょう柳壇・クロスワード	18
JAからのお知らせ	16
廃止のお知らせ	15
東酒々井ATMコーナー	14
今月の朝ご飯	13
家庭菜園	12
あなたもチャレンジ	11
燃料事業所よりお知らせ	10
お米で健康	9
園芸情報	8
実演会のお知らせ	7
今月の表紙紹介	6
金融部からのお知らせ	5
水稲情報	4
JA成田市自己改革	3
TOPICS	2
ベジタブルライフ	1
JA成田市発旬の農産物紹介	0
目次	



ベジタブルライフ
シニア野菜ソムリエ KAORUの

レンコンのプロフィール
【分類】スイレン科
【原産地】中国、インド（諸説あり）
【和名】はすいも
【おいしい時期（旬）】10～3月
【主な栄養成分】ビタミンC・B1・B2、カリウム、食物繊維、ムチン、タンニンなど

イラスト：小林裕美子

レンコン

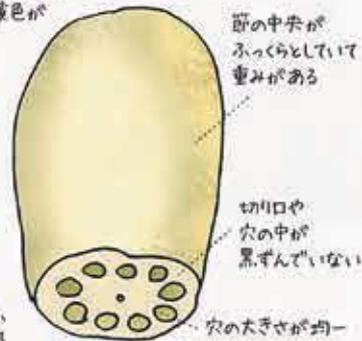
～伝統料理に欠かせない見通しが良く縁起物～

見分け方

漂白されて不自然に真っ白ではなく、自然のままで少し黄色がかったもの



泥付きは日持ちが良く、漂白されていない証拠



保存方法

泥付きの場合はそのまま新聞紙に包み、冷蔵所で保存



硬めにゆでて冷凍保存

食べやすく切って保存袋に入ると活用しやすい

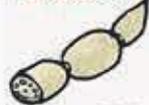


空気に触れないようにラップで包み、冷蔵庫で保存

レンコンのいろいろ

加賀レンコン

加賀の伝統野菜の一つ。肉質は緻密で、きめが細かいので、みじん切が多くもちりとした食感で、粘りが強いのが特徴。名物のはす蒸しや煮物でその良さが味わえる



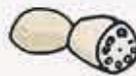
若国レンコン

山梨県若国市で生産されている。たぐとずりとした重みがある大型のレンコンで、粘りが強い



水の子レンコン

熊本で栽培されている在来種。チップスにすると歯応えが格別。甘味とう味が濃厚で、もちもちとした食感なので、レンコン団子などにしても美味



楽しみ方・食べ方のコツ

酢水に放して色白に

切ると空気に触れた部分に変色するので、見た目に白く仕上げたい場合は、切ったそばから酢水に漬けて色止める



飾り切り「花れんこん」

華やかなお祝い事に欠かせない食材なので、祝い膳やおもてなし料理の際には飾り切りにするのもおススメ



穴と穴の間に切り込みを入れる

ゆで「過ぎ」にご注意を!

レンコン特有の歯応えを生かすなら、下ゆでで加熱し過ぎないことがポイント

さっと火を通す



下処理や切り方次第で食感が変わる

厚めの輪切り

ステーキや煮物

薄く輪切り

せうぜうや酢バスマイ

すりおろす

おだんごや蒸し物

繊維に沿って細切り

きんぴら

乱切り

さっと加熱→フリフリよく火を通す→ホクホク炒め物、煮物

レンコンのじみツ

ハス根って「根」なの?

根ではなくハスの地下茎の部分

ハスの花は仏教に通じるため、お城の池にハスを植えて花を観賞用にする習慣があったが、一大事にはその地下茎であるレンコンを食用とする目的もあったらしい



ハスは葉も茎も地下茎も全てに穴が開いているよ



縁起物

切ると穴が開いているため、笑が見通せるとして縁起がいいとされ、お正月のおせち料理や祝い膳にも用いられる



現在流通しているレンコンの大半が明治時代に中国から導入した改良種。江戸時代以前は日本に伝わり各地で「根付いた在来種は収穫が大変で生産量が少なく、あまり流通していない。在来種は中国種に比べると細長く、全体的に少し茶色がかったり、肉質は緻密で柔らか、粘りが強いのが特長。味や食感は抜群!



レンコンの子カラ

風邪の季節の強い味方

淡色野菜の中ではビタミンCの含有量が多く、免疫力の向上、風邪予防に役立つ

あくから喉の痛みの緩和、せき止めなどの効果があるともいわれ、漢方でも重用されてきたよ



胃腸のトラブルに!

切ったときに出る糸はムチンという成分によるもの。消化を助けたり、胃の粘膜を保護する働きがある

第3回「みんなのよい食プロジェクト 芋作り体験教室(収穫祭)」

10月6日、遠山支所と近くの圃場において、第3回「みんなのよい食プロジェクト 芋作り体験教室」の収穫祭が開催されました。

当日は40組の家族連れのほか、成田市経済部農政課、全農千葉県本部、農林中央金庫千葉支店、全共連千葉県本部、米屋株式会社、東海澱粉株式会社の約150名と当JAの役職員等が参加しました。6月に植えたさつまいも「クイックスイート」の苗は、夏の猛暑や台風にも耐え順調に生長し、収穫の時期を迎えました。

開会式において西山専務は「参加者の皆様にさつまいもの生産過程を体験してもらうことにより、農業を身近に、そして食料の大切さを感じて欲しい」と挨拶をしました。

その後、参加者は圃場に移動して、当JA園芸課の職員より収穫方法や貯蔵方法などの説明を受けた後、家族で協力をしながら自分たちで植えて大きくなったさつまいもを、土まみれになるのも気にせず収穫を楽しんでいました。

作業終了後、隣の圃場でカプセルを土に埋めた「宝探し」



(上下) 芋掘りをする参加者達



(上)「宝探し」の景品を受け取る参加者 (下) 参加者全員で記念撮影

を行い、遠山支所に戻った後に合計点数で上位の参加者には、お米や野菜等の記念品が贈られました。参加者は、「芋掘りは思ったよりも大変。でも、自分で育てたものと思って大事に掘り起こしました」と語っていました。

お昼ごはんとして、おにぎりと手作りの豚汁が振舞われて、参加者は美味しそうに食べていました。



遠山地区の秋山様 農業新聞の取材を受ける

江戸時代中期より栽培の記録が残っている成田栗。栗栽培の現状や栽培ノウハウについて遠山地区の秋山秀恒さんが農業新聞の取材を受け、10月4日の千葉県版に掲載されました。

秋山さんは千葉県指導林家として認定を受けており、栗生産の拡大や大粒の栗を育てるためのノウハウを、県内外で講師として多くの方に伝えています。



9月20日

秋山さん(左)と農業新聞記者(中央)、
右は当JA職員

LAセールストーク大会を開催 LAが話術を競う

JA成田市本所にてLAセールストーク大会が開催され、当JAのLA(ライフアドバイザー)14名が競い合いました。

当日は当JAの役職員や全共連が見守る中、実践さながらのロールプレイングが行われました。

最優秀賞に椎名啓介LA、2位に加藤雄也LA、3位に小川真幸LAが入賞し、優勝した椎名LAは県の大会に出場しました。



9月26日

右から設楽組合長、椎名LA、加藤LA、
小川LA、小川部長

JAスマイルサポーター・LAコンクール千葉県大会に出場

JAスマイルサポーター・LAコンクール千葉県大会に当JA代表として、スマイルサポーターは中央支所の山城和子さん、LAは椎名啓介君が参加しました。

当日は千葉県内の各JAより代表者が集まり、推進トークを競い合いました。

2人とも、この経験を普段の業務に活かしていくそうです。



10月9日

県大会で推進トークを披露する山城担当(左)と椎名LA(右)

子育てママ応援フェアが開催 地区のママたちが参加

JA共済主催の「子育てママ応援フェスタ」が市内のホテルで開催されました。当日は50組159名のご家族が参加し、子育ての相談やママヨガ教室、お昼寝アート撮影コーナーや子供の安全指導など様々なコーナーを楽しみました。メインイベントは「トレンディエンジェル斎藤さん」のトークショーで、最後は、プレゼントの抽選会で盛り上がりました。



10月3日

農畜産物応援定期貯金「大地の輪」第2期抽選会を開催

本所会議室にて、農畜産物応援定期「大地の輪」平成30年度第2期抽選会が行われました。

当JA役員が抽選を行い、当選番号が決定いたしました。当選者には各支所より連絡をさせていただきます。

当定期は来年3月29日まで扱っていますので、是非ご利用下さい。

当選者は県内の季節のグルメをお選び頂けます。 **10月10日**



右より、栗原常務、設楽組合長、西山専務

001組	10001	002組	10009	003組	10016	005組	10007	006組	10019
001組	10002	002組	10015	004組	10000	005組	10010	007組	10013
001組	10005	002組	10016	004組	10005	006組	10002	007組	10019
001組	10014	003組	10002	004組	10011	006組	10007	008組	10004
002組	10002	003組	10008	004組	10013	006組	10016	008組	10015

経済センターで「さつまいもの日イベント」を開催

宝田農産物直売所は毎年恒例となった秋の収穫を祝う「さつまいもの日イベント」を開催しました。当日は曇天の肌寒い日でしたが、開場より多くのお客様で賑わいました。大きな山にされたさつまいもはお客様の目を引き記念撮影をする方が見られたり、さつまいもつめ放題コーナーは親子そろって奮闘する姿が見られました。

店内では新鮮な成田産の野菜が並べられた他、お買い上げで貰える焼き芋やつきたてのお餅、無料配布の豚汁やそばがきを食べて温まる姿が多く見られました。また、抽選会では組合員が育てたお米やさつまいも、鉢花が景品として渡されて受け取った人は笑顔であふれていました。

その他、農薬の特価販売、農業機械や小物の展示販売、太陽光システムやリフォームの相談コーナー、マッサージ機の無料体験などを行いました。



10月13日

並べられた新鮮野菜



親子でさつまいもつめ放題



左 抽選会の様子

右 さつまいもの山の前で記念撮影



実践 JA成田市自己改革

購買課



購買課では「**農業者の所得増大と農業生産の拡大**」を実現する為、肥料・農薬の予約注文において、一定の条件（※1）のもと実需者に対して、**肥料は最大7%、農薬は最大10%の奨励金**をお支払いをしています。

併せて注文時に化成肥料の**集約銘柄肥料**、農薬では**大型の「メガ得」「デカ得」**規格を選択することにより、従来よりも生産資材の**経費を抑える**ことが出来ます。



詳しくは購買課やTAC担当（営農指導課・園芸課）にご相談ください。

（※1）詳しくは注文書をご覧ください。

企画管理部

組合員構成の変容、政府の進めるJA改革とマイナス金利政策などは、JAの運営に多大な影響を与えております。

この様な環境の中、JA成田市が将来に亘って質の高いサービスを提供できる組織であり続けるための検討機関として「組織基盤整備委員会」を平成30年6月13日に立ち上げました。

委員会は当JAの役員26名で構成され、10月末現在で5回の委員会が開催されました。現在の検討課題は、支所再編成と本所建替えの2項目です。

これらの項目については、委員会での検討を重ねながら、7月には再編成対象の八生・豊住・中央の3地区で、そして8月の全地区説明会において主旨と概要の報告をさせていただきました。

新しい本所につきましては、NACS美郷の敷地に3階建の店舗を建設し、再編成の3支所についても、同店舗内に収容し、多方面にわたる効率性を図ります。

今後におきましては、逐次進捗状況をご報告してまいりますので、ご理解の上変わらぬご愛顧をお願い申し上げます。

今後のスケジュール

		業者への建設に伴う調査依頼と協議	美郷台スタンド閉店及び取壊し	地区別説明会 新総合店舗建設の提案説明	総代会 新総合店舗建設の提案説明	新総合店舗の建設	新総合店舗 営業開始
2018年	10月	↑	12月25日（閉店）、灯油、軽油の配達とLPガス事業は当JAの酒々井ガソリンスタンドで継続します。（詳細はP16）				
	11月						
	12月						
2019年	1月	↓	↑ (取壊し)	3月1日～6日	3月下旬 臨時総代会の検討を致しましたが、通常総代会で提案させていただきます。	↑	
	2月						
	3月						
	4月						
	5月						
	6月						
	7月						
	8月						
	9月						
	10月						
	11月						
	12月						
2020年	1月						↓

平成30年産の米検査について



本年度も生産者の皆様には、米の集荷・検査においてご協力いただき、誠にありがとうございました。

平成30年度産米の10月15日現在の実績は、出荷契約数量93,368.5俵に対し、89,030.5俵（集荷率95.3%）となっております。また、昨年度の秋より稼働した赤荻ラック倉庫の実績は32,339俵（入庫率92.3%）でありました。一方、品質においては、カメムシの被害と、この夏の異常高温の影響から乳白米の発生が多く、主食用米主要3銘柄の1等比率は、90.9%となりました。

本年度を振り返りますと、1～2月にかけて厳冬の反面、一転して3月からは気温が上昇し、平年を上回る気温で推移しました。また、観測史上梅雨明けが6月29日と最も早く、その後、猛暑日が続きました。例年以上に気象変動が著しく、生産者の皆様は、栽培管理には苦慮されたと思います。夏の高温により、粒の肥大が抑制され、小ぶりの粒が多く、農林水産省が発表した9月15日現在の千葉県で作柄は、作況指数99の「平年並み」となりました。しかし、当該地、千葉県京葉地区では「98」とやや不良となっております。なお、指数が「100」を下回るというのは、9年ぶりということになります。今後、もう一度、10月15日現在で作柄概況が11月に農林水産省から発表される予定です。（飼料用米の戦略作物助成の標準単収値は、10月15日の値で交付単価が算出されます。）

さて、JA成田市ではJA自己改革を実践中です。生産者の所得の増大の一環として、本年度は、フレコン投入機の貸出と大型特殊免許の補助を実施致しました。来年度も継続予定でありますので、ご希望の方は下記の連絡先までお問い合わせ下さい。

【フレコン投入機の貸出】

1. 経営所得安定対策等にご加入の方。
2. フレコンタンク（高さ3,080mm）を設置できる倉庫をお持ちの方。
3. フォークリフトを現在お持ちの方、または、フォークリフトをご用意できる方。
4. JA成田市の玄米フレコン投入機の利用規定並びに契約に同意していただける方。

【大型特殊免許の補助】

1. 当JAの大型特殊免許証（農耕車）取得助成要項に定める書類の提出が出来る方。

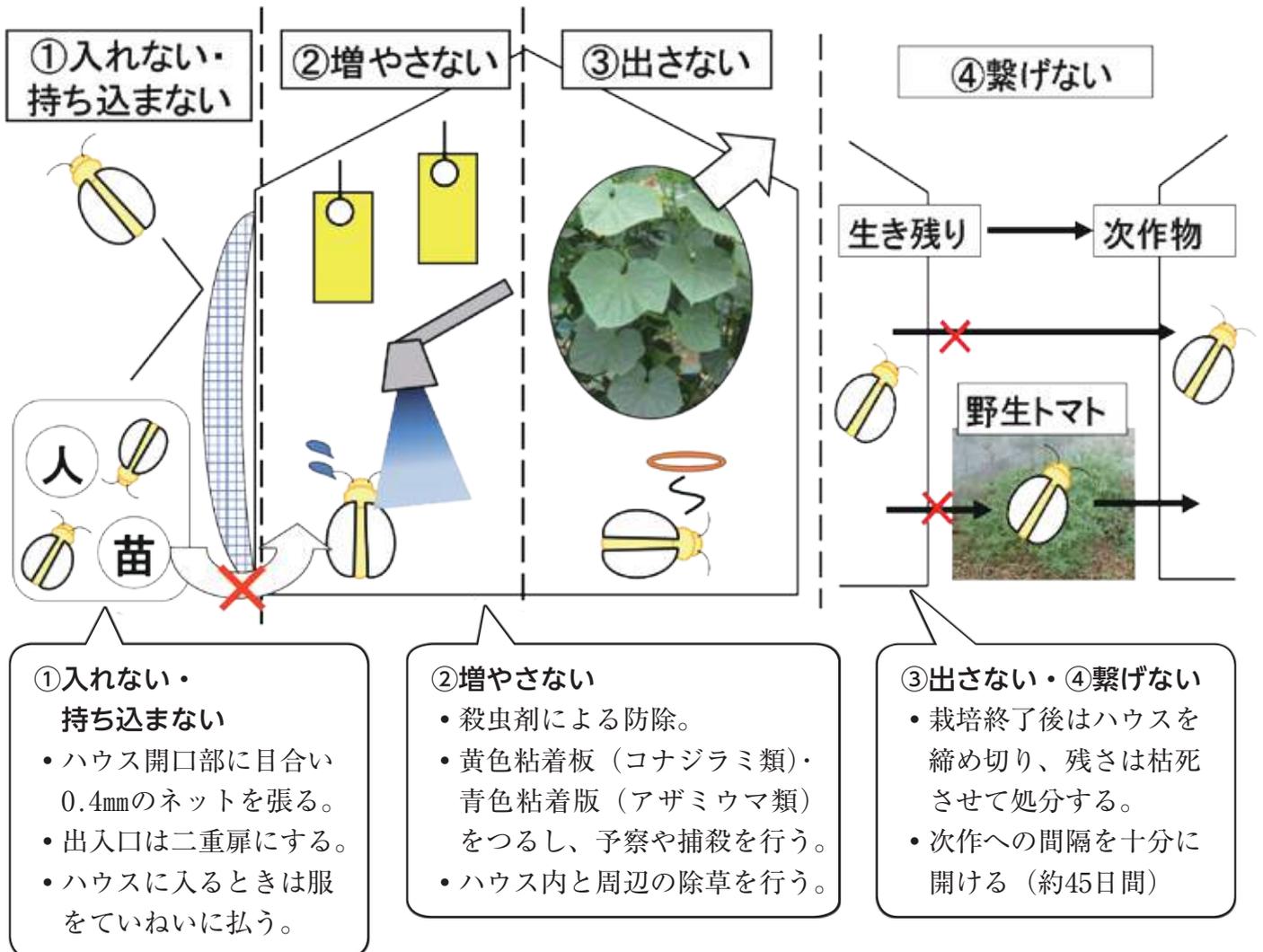
野菜病害虫対策

1 はじめに

施設作物では引き続き灰色かび病などの低温性病害に注意が必要です。また、今後徐々に微小害虫（コナジラミ類・アザミウマ類）の発生量が増えてきます。春作の苗づくりにおいて、育苗床でこれら害虫が発生してしまうとその後の多発生に繋がります。再度微小害虫対策を確認しておきましょう。

2 施設作物 微小害虫対策（コナジラミ類・アザミウマ類など）

春作の苗床対策を意識しましょう。特に枯死していない残さをハウス内外に野積みすることは避けましょう。寒さで害虫の活動は低下しているものの、残さ・雑草があるとその上で春先まで生き残ります。ウイルス病対策も含め、残さは必ず枯死させてから埋却処理等により処分しましょう。また、害虫侵入防止のために、防虫ネットのほつれ等の破損個所の確認・補修をしておきましょう。



JA成田市 実演会のお知らせ

実演メーカー：
クボタ・ニプロ

平成30年11月16日に赤荻のJA成田市低温倉庫近くの
圃場にて田植・代掻き・畦塗り・ロータリ実演会を実施いたします。 開催時間：午後1時30分～
※天気・圃場条件により実演内容が変わる場合がございます。 小雨決行

クボタ・ニプロの新機種モデルで実演！
【クボタ】
新型6条ディーゼルで実演！
新型田植機での実演は、千葉県内初！！

【ニプロ】
30PS～60PS用の新型代掻きで実演！！

当日は、慣行苗・密播苗で実演いたします。
新型田植機の植え付け性能・新機能をぜひこの機会に
ご体感ください。



〈詳しくは農業機械事務所まで〉 TEL.0476(22)3815

～今月の表紙～ スマイルキッズ 成田市安西 根本 ここあ 恋々愛ちゃん(6歳)



今月の表紙は豊住地区の根本恋々愛ちゃんです。
いつも笑顔でとても優しい子で、どんな時も笑顔に
してくれる根本家の天使だそうです。

休日は家族と行くドライブが大好きで、冬はス
ノーボードを楽しみにしているそうです。

ご両親は「素直でいつまでもやさしく育てて欲しい」と語っていました。

【祖父】 治一さん 【祖母】 順子さん
【父】 尊文さん 【母】 裕子さん
【姉】 菜々葉さん

JAバンク千葉は地域と農業をつなぎます!



農畜産物応援
定期貯金

大地の輪

2018年
4月2日(月)

2019年
3月29日(金)

当JAで「個人向けJAネットバンク」「ローン」「給与振込」「JAカード」「公共料金」のうち、いずれかのお取引をいただいているお客さま(新規のご契約も含みます)で、キャンペーン定期貯金を新たなご資金で50万円以上ご契約いただいた方の中から、抽選で最大100名様に

県内農畜産物をプレゼント!

好きな商品をお選びください

第3期 [定期取扱期間] 2018年 10月1日~12月28日	または JA安房 房州びわ	または JA長生 長生トマト	または JA富里市 富里スイカ	または JA千葉みらい 食野ハジがき(おぼろめもろこし)	10種・約8kg やちよ農業 交流センターにて (5月下旬~6月上旬) JA八千代市 そらまめ収穫体験
第4期 [定期取扱期間] 2019年 1月4日~3月29日	または JA佐原 佐原のコシヒカリ	または JA西印旛 白井の梨	または JAちばみどり 龍崎メロン	キャンペーン金利 期間1年 店頭表示金利の 5倍 <small>※写真はイメージです。なお、金利変動によって金利は変更となる場合があります。</small>	

【抽選・当選案内】 ■第1期:2018年7月~9月 ■第2期:2018年10月~12月 ■第3期:2019年1月~3月 ■第4期:2019年4月~6月
【商品発送】 ■第1期:2018年10月~12月 ■第2期:2019年1月~3月 ■第3期:2019年4月~6月 ■第4期:2019年7月~9月
【当選者の発表】 各期終了後、抽選を行い、当選者のみご連絡いたします。
【ご注意事項】 懸賞品は一時所得と考えられ、確定申告が必要な場合があります。詳しくは税理士等の専門家にご相談のうえご確認ください。

さらに、今だけ!!

Wプレゼント キャンペーン

平成30年11月1日(木)▶12月28日(金)

県内先着10,000名様に

JAバンクオリジナル
ベジタブルバッグをプレゼント

※新たにJAネットバンクをお申込みいただいた方(既にご契約者さまも含みます)が対象となります。



年金指定替 キャンペーン

JA成田市

年金受取口座 指定替えキャンペーン

期間：平成30年11月1日(木) ▶ 平成30年11月30日(金)

年金受取口座を新たにJAにご指定いただけるお客様
または、JAにご指定いただけるお客様をご紹介いただくと



QUOカード

1,000円分をプレゼント!!

紹介した方も!
された方も!

JAバンク
なら
便利です!!

JAバンクなら、全国どこでもお引き出しが便利です。

JAバンクのキャッシュカードをお持ちのお客様は、JAバンクのATMによるご入金、ご出金、残高照会サービスを終日無料でご利用いただけます。JA成田市のATMは8時30分~21時まで無料でご利用いただけます。また、お近くのセブン銀行、ゆうちょ銀行、JFマリンバンクのATMによる平日日中時間帯のご出金・残高照会サービスも無料でご利用いただけます。(セブン銀行・ゆうちょ銀行のATMではご入金も可能です。)

お風呂をもっと快適にキャンペーン実施中!

知っていますか? 家庭で起こるヒートショック!
特に、寒い冬場の発生率が格段に高くなります。

- ①暖房の効いた部屋等から、冷えた浴室に移動することで温度差が発生する。
- ②空気が冷たい浴室で熱いシャワーを使う。この当たり前の入浴が心臓に大きな負担をかける。
- ③その結果、温度変化が急激だと血圧が一気に上下して、心臓や全身の血管に異変が起きる。ヒートショックによる心筋梗塞・脳梗塞・脳卒中・不整脈リスクは高く、軽い失神だけでも浴室で滑って頭を打つなど、大変な危険が伴います。



浴室暖房乾燥機で解決できます!
洗濯物も乾燥も出来るから、
花粉やPM2.5対策にもおすすめです。

NORITZ



- ガス温水専用専用熱源機-GH-712W
- ドライボットオートタイプ-BDV-4105WKN5
- 施工セット-DH3-4

※本体価格 ¥232,200
¥142,000

Paloma



- 暖房専用熱源機-DW-5000
- スタンダードタイプ-PBO-415KJ
- 配管部材セット-PDS-2
- ランドリーパイプ(2本入り)

※本体価格 ¥216,000
¥134,100

ガラス製風呂の部材・配管工事等は、別途見積りとなります。お気軽にJA LPガス担当者にご相談下さい。
※施工中、作業音が近隣の住民に迷惑を及ぼす場合があります。
※お風呂の掃除は必ずメーカー指定の洗剤を使用して下さい。

お問い合わせは **JA成田市 燃料事務所**
成田市美郷台3-16-6
TEL.0476(22)7788

JAガス器具 ウィンターキャンペーン

開催期間 2018年11月1日~2019年1月31日

<p>NORITZ ガス給湯器</p> <p>高効率ガス風呂給湯器 壁掛用</p> <p>24号オートタイプ GF-C24625AWX BL ¥129,800</p> <p>20号オートタイプ GF-C20625AWX BL ¥123,600</p>	<p>Paloma</p> <p>高効率ガス風呂給湯器 壁掛用</p> <p>24号オートタイプ PH-E247AWL ¥131,600</p> <p>20号オートタイプ PH-E207AWL ¥124,600</p>
<p>高効率ガス風呂給湯器 壁掛用</p> <p>24号オートタイプ GF-C24625ARX BL ¥132,800</p> <p>20号オートタイプ GF-C20625ARX BL ¥126,700</p>	<p>高効率ガス風呂給湯器 壁掛用</p> <p>24号オートタイプ PH-E247ARL ¥135,400</p> <p>20号オートタイプ PH-E207ARL ¥129,000</p>
<p>ガス給湯器 20号標準専用タイプ</p> <p>20号壁掛け GO-2039WS ¥52,000</p>	<p>ガス給湯器 20号標準専用タイプ</p> <p>標準品で傷害対応! 20号壁掛け PH-2003AW ¥47,200</p>

ご存じですか? 給湯器の寿命は約10年です! 省エネ給湯器 取り替えキャンペーン

「エコジョーズ」は、従来のガス給湯器に比べ
三酸化炭素(CO₂)排出量を年間約167kg削減できます。
寿命間近の給湯器は突然故障することがあります。突然お湯が出なくなったら不便です!

和食に欠かせないお米

お米で健康



「和食」はユネスコ無形文化遺産に登録されましたが、忙しい日々を過ごしていると、毎日・毎食の食事がおろそかになってしまいうこともあ
るのではないのでしょうか。五穀豊穡
の秋に和食文化の保護・継承の大切
さについて考えよう!と制定されたの
が「和食の日」である11月24日(い
い日本食の日)。あらためて、和食
文化とはどのようなものか考えてみ
ましょう。

まず初めに、一汁三菜を基本とする
の食事スタイルです。和食は米飯を
主食とし、汁・菜・漬物によって構
成されます。味付けはだしのうま味
をベースとし、しょうゆやみそ、酢
などの伝統的な調味料を用いて作ら

れます。このような形を取ることで、
自然と理想的な栄養バランスになる
といわれています。

さらに日本には四季があり、海・
山・里と豊かな自然が広がっていま
す。各地で地域に根差した食材を利
用する地産地消の文化。また年中行
事などを行い、郷土料理が振る舞わ
れます。このような料理で食卓を囲
むことで地域や家族が育まれていく
のです。

食べる姿勢も大切で、同じアジア
圏でも中国や韓国では箸以外に汁物
などをいただくときはスプーンやれ
んげなどを主に使用しますが、日本
は「箸」中心です。さらに自分用の
箸や茶わんがありますが、一汁三菜
と自分用に盛り付けられた料理をい
ただく日本独自のものが他国に少な
いスタイルともいわれています。

「単品食べ」「糖質オフ」など偏つ
た食事や、コンビニや外食ばかりと
いった「バランスの取りにくい食
事」など和食の良さを忘れていない
でしょうか。いま一度、旬の食材に
目を向け、ご飯中心に汁や漬物など
バランス良く家族みんなで食べるな
ど、食べ方にも気を付け「食べ物を
いただく」ことに感謝しましょう。

管理栄養士・雑穀料理家 ● 柴田真希

サトイモの収穫と上手な貯蔵のコツ

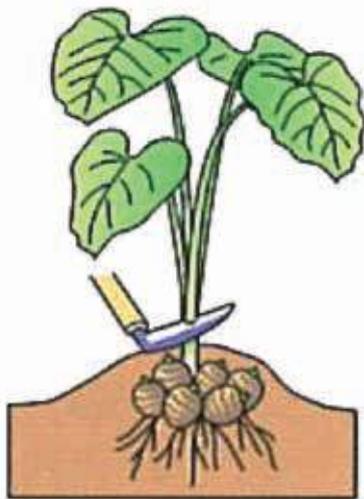
板木技術士事務所 ● 板木利隆

サトイモの主成分はでんぷん類、このでんぷんは加熱すると糊化し、消化吸収しやすくなります。カリウムは芋類の中では最も多く、高血圧予防に効果的です。

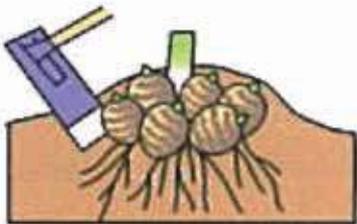
タンパク質、ビタミンB群、Cなどを多く含み、栄養価が高いのが特徴、しかも食物繊維も豊富で水分になる方にもお勧めです。

秋になって盛んに育ち、芋が肥大したサトイモは、晩秋に入ると育ちが止まり、収穫期を迎えます。

収穫適期の目安は、葉の緑が黄化



あらかじめ葉と葉柄を切り取り、作業しやすくしておく

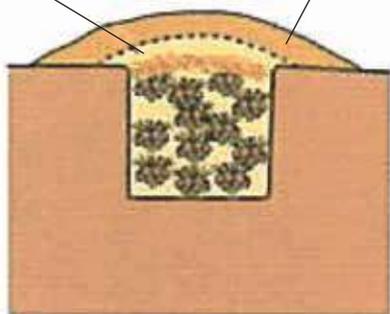


芋が外れたり傷ついたりしないよう注意して掘り上げる



切り口を下に向けて詰め込む

(1) 貯蔵開始時の覆土5~6cm
(2) 厳寒期に入った頃 覆土10~15cm



し始め、葉が少し垂れ気味になった頃です。サトイモは寒さに弱く、1~2回霜を受けただけで葉は容易に枯れてしまいますが、この頃が収穫の限界です。掘り遅れると品質を損ねるだけでなく、貯蔵した場合の故障芋が多くなってしまいます。

収穫するに先立って、図のようにあらかじめ葉身を地上5~6cmの高さで、鎌で刈り取っておきます。芋の根は強大到太っているのので、株の側方に大きくくわを打ち込んで、子芋や孫芋を外さないよう注意して、株全体を丁寧に掘り上げます。

すぐに利用する場合は、その場で全ての子芋、孫芋、ひ孫芋を親芋から取り外します。多数の株を効率よく取り外すには、外側の外れやすい子芋を取り除き、残った株を手で持ち上げて、大きなビール瓶などで横から強く打つと、案外傷つかずによく外れ落ちます。

貯蔵する場合には、子芋、孫芋などを外さないよう、特に注意して取り扱います。外れてしまうとその傷口から痛み始めるので、貯蔵中の故障株が多くなります。

貯蔵する場所は排水の良い畑を選

んで、幅40~50cm、深さ60cmぐらいの貯蔵穴を設けます。そして掘り起した株を丁寧に運び、地上部の切り口を下方に向けて丁寧に積み重ね詰め込みます。反対に詰めると子芋が離れやすく、傷口から腐敗する芋が多くなります。

貯蔵穴を全部詰め終わったならその上に麦わら、稲わら(カヤが得られれば最高)などで覆い、5~6cm覆土しておきます。さらに厳寒期に入った頃に10~15cmの覆土を追加して寒さから守ります。



茨城県笠間市にある「キッチン晴人
(ハレジン)」のオーナーシェフ

永井智一 (ながい・ともかず)

おいしく食べて  今日もスタート
今月の朝ご飯



朝ご飯の献立

- ナガイモのグラタン **レシピ1**
- ナガイモのかき揚げ **レシピ2**
- ガーリックトースト
- 野菜スープ
- グリーンサラダ

レシピ1

ナガイモのグラタン

材料 (1人分)

ナガイモ	100 g
ジャガイモ	1/2個 (写真撮影用に紫のジャガイモ 「シャドークイーン」を使用)
チェダーチーズ	1枚
生クリーム	1/2カップ
牛乳	1/2カップ
がらスープのもと	小さじ1
塩、こしょう	適宜
刻んだパセリ	少々
バター	適宜

作り方

- (1) ナガイモの半分はすりおろし、半分は短冊に切る。ジャガイモは火を通して一口大に切る
- (2) フライパンにバターをひき、短冊ナガイモとジャガイモをソテーし牛乳と生クリーム、がらスープのもとを入れ、塩、コショウで味を調える。
- (3) グラタン皿に短冊ナガイモとジャガイモを取り出した(2)を入れ、すりおろしたナガイモを上から掛けチェダーチーズ載せ、短冊ナガイモとジャガイモを並べ、トースターなどで焼き出来上がり。仕上げにパセリや粉チーズ (材料外) を散らす。



レシピ2

ナガイモのかき揚げ

材料 (1人分)

ナガイモ	30 g
アボカド	1/2個
ニンジンの葉	適宜
小麦粉	適宜
天ぷら粉	適宜
サラダ油など	適宜
塩	少々

作り方

- (1) ナガイモを短冊に、アボカドはさいころ状に切る
- (2) ボウルに(1)とニンジンの葉を入れ、小麦粉を軽くまぶす。
- (3) 水で溶いた天ぷら粉1/2カップほどで、(2)を軽く軽く混ぜ合わせ一口大にまとめ、170度に熱した油で返しながらかじゅりと揚げる。盛り付けたら塩を振る。付け合せにミニトマト (材料外)などを添える。



お客様 各位

東酒々井ATMコーナー廃止のお知らせ

平素は格別のお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。

この度、平成30年12月21日(金)をもちまして東酒々井ATMコーナーを廃止させていただきますことになりましたので、ご案内申し上げます。

長年ご愛顧いただきました皆さまには急なお知らせとなりましたことをお詫びすると共に、併せてご理解をお願い申し上げます。

廃止に伴い皆さまには大変ご不便をおかけしますが、最寄りの当組合ATMのご利用をお願い申し上げます。

なお、「JAバンクのキャッシュカード」をお持ちのお客様は、提携金融機関ATMのサービスを無料でご利用いただけます。

廃止日時 平成30年12月21日(金) 21時00分

最寄りのJAバンクATMのご案内

酒々井支所ATMコーナー

(酒々井町酒々井1670-1/Tel.043-496-0291)

JA成田市の提携先金融機関ATM稼働時間

(平成30年10月1日現在)

入金・出金				
	平日	土曜日	日曜日	祝日
セブン銀行 (セブンイレブン)	8:00~21:00 ※但し下記の時間帯につき、手数料108円 がかかります 8:00~8:45 18:00~21:00	9:00~17:00 ※但し14:00以降 手数料108円 がかかります	9:00~17:00 ※手数料108円 がかかります	9:00~17:00 ※手数料108円 がかかります
ローソン銀行 (ローソン)	8:00~21:00 ※但し下記の時間帯につき、手数料108円 がかかります 8:00~8:45 18:00~21:00	9:00~17:00 ※但し14:00以降 手数料108円 がかかります	9:00~17:00 ※手数料108円 がかかります	9:00~17:00 ※手数料108円 がかかります
ファミリーマート (サークルK) (サンクス)	8:00~21:00 ※但し下記の時間帯につき、手数料108円 がかかります 8:00~8:45 18:00~21:00	9:00~17:00 ※但し14:00以降 手数料108円 がかかります	9:00~17:00 ※手数料108円 がかかります	9:00~17:00 ※手数料108円 がかかります
ゆうちょ銀行 (郵便局)	8:00~21:00 ※手数料108円 がかかります	8:00~21:00 ※手数料108円 がかかります	8:00~21:00 ※手数料108円 がかかります	8:00~21:00 ※手数料108円 がかかります
平日の手数料の イメージ図 (セブン銀行 ローソン銀行 ファミリーマート)	8:00 手数料108円	手数料無料		18:00 21:00 手数料108円

問い合わせ先



JA 成田市 金融課/Tel0476-22-6715

NACS美郷よりお知らせ

組合員・ご利用者の皆様へ

NACS美郷閉店のお知らせ

拝啓 平素より当JAをご利用いただき厚く御礼申し上げます。

さて、皆様から永年ご愛顧いただいた「NACS美郷」ですが、誠に勝手ながら、**平成30年12月25日**をもって**閉店**させていただきます。

平成2年から約28年間の長きにわたり賜りましたご厚情に厚く御礼申し上げますとともに、皆様のご健勝とご発展をお祈りいたします。

今後は、自動車等及び携行缶への給油、お車の洗車やお手入れはNACS酒々井へ是非ともお越しくくださいますようお願い申し上げます。

また、**配送燃料（灯油・軽油）、LPG事業**につきましては、**NACS酒々井で実施**して参りますので、何卒今後ともご利用を賜りますようお願い申し上げます。

敬具

JA成田市燃料事業所 TEL.0476(22)7788

JA成田市ケアセンター美郷より スタッフ募集

下記のスタッフの募集をいたします。

《訪問サービス提供責任者（常勤）》

月給185,000円～

《訪問介護員（非常勤）》

時給1,000円～

《送迎車ドライバー（非常勤）》

時給900円～

経験者優遇します。

社会保険完備・制服貸与・交通費規定内
その他緒手当・処遇改善手当等あり

各種必要資格などの詳細等、詳しくは
ケアセンター美郷 担当、北村までお問合せ下さい

TEL.0476(23)7711

デイサービスご利用者様受付中

- 色々な人と話して楽しく過ごしたい。
- 自宅でお風呂に入るのが大変！難しい。
- 足腰が弱くなってしまっただけで皆で運動する機会があれば。
- 一人で日中うちにおいてもらうのは心配！
- 身体介護サービス・生活支援サービス
等々 是非ご相談ください!!



ケアセンター美郷 TEL.0476(23)7711

宝田・酒々井農産物直売所 年末イベント開催

宝田農産物直売所

【開催日】12月8日(土)、9日(日)

- ホクホク焼き芋
- 温かい豚汁
- 正月用もちの予約
- お買い上げ後のお楽しみ くじ引きなどを準備してお待ちしています。



酒々井農産物等直売所

【開催日】12月11日(火)、12日(水)

- アツアツ豚汁
- 正月用もち
- 揚げたててんぷらなどを揃えてご来場お待ちしております。



今月の無料『税金・法律』相談

【日程】11月26日(月)

【場所】本所

【税金相談】曾根正雄税理士 午前9時～(60分毎)

【法律相談】吉澤 功弁護士 午前10時～12時まで(30分毎)

※各種相談は必ず事前予約をお願いします。

【お申込み】生活課 TEL. 0476(22)6716

「成田味噌(5kg)」の予約販売を開始

美味しさたっぷり、女性部
の作る人気の熟成味噌です。
ご賞味ください。



【価格】1樽(5kg) 2,916円(税込)

【販売開始時期】11月中旬予定

- 各支所で予約を受け付けています。
- 宝田・酒々井農産物直売所でも販売いたします。

購買課 TEL.0476(20)1971

職員人事異動のお知らせ

【職員人事異動】

【定年退職(9月30日付)】

小川 嘉樹

(前共済部長)



【退職(9月30日付)】

神山 敏夫

(前久住支所長)



購買課よりお知らせ

11月から2月まで、購買課は土曜日、日曜日、
祝日を休業とさせていただきます。

ご不便をお掛けいたしますがご理解の程宜しく
お願い致します。

終活・事前相談のご案内

【日時】11月12日(月) 午前9時～12時まで

【場所】JA成田市 本所 生活課

※予約不要、参加費無料

- どなたでもご参加いただけます。
- 葬儀費用、家族葬、終活等何でもご相談下さい。JA葬祭(終活カウンセラー、葬祭ディレクター)がお待ちしております。

のうきよう柳檀

平成30年10月15日現在の作品 (敬称略)

川柳・俳句・短歌

秋の夜の打ち上げ花火ふる星を

錦の煌めき迫力に見ゆ

成田市下方 齋藤 節子

公園の風に吹かれてどんぐりを

手のひらのせて秋を感じる

成田市飯田町 伊能 芳雄

新米をほおばる孫のたくましさ

成田市宝田 吉田 和子

衰えしそれでも膝を鍛えむと

枯山水を登り降りする

成田市畑ヶ田 石井 春江

つや、かな新米で膳白き湯気

香りを乗せて箸から口へ

成田市大清水 新島 新吾

庭の木に鴉鳴く頃となりけり

酒々井町飯積 梅澤 波葉

読者のおたより

クロスワードパズル、今までは正直面倒くさそうだと敬遠していたのですが、年をとり、ぼけ防止にいいかと、ふとはじめてみたら、やみつきで、なかなか言葉が出てこなかったり辞書を引っ張り出してきて悪戦苦闘も、枠が全部うまった時の達成感がすつきり最高です。

成田市南羽鳥 七夕 てる子

昨年庭で玉ねぎの種1袋をまき(10月8日)育てたのですが、収穫できたのは美味でしたが、小さい玉ねぎが沢山取れました。

でも、あなたもチャレンジ家庭菜園を読み、今年はさっそく酒々井J

Aに種を買入、参考にしよう少し大きな玉ねぎを収穫できる様チャレンジしてみます。ほんとうに玉ねぎは長く保存出来、使道も幅広いので楽しい野菜です。また今年の大きなピーナツ(落花生)を茹でて食したら美味でした。

酒々井町中央台 大澤 静子

毎回職員の方が届けて頂きありがとうございます。温かな気分になっています。農産物紹介いつも拝見しとても勉強になります。育てる大変さ頂く喜びを紹介の中で感じております。

成田市台方 大川 美津枝

※読者の皆様からいただいた内容は原稿をそのまま使用しております。

CROSSWORD-PUZZLE

～クロスワードパズル～



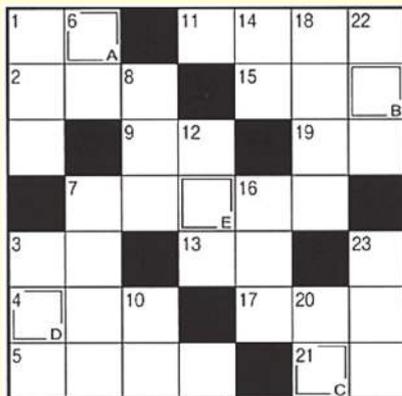
【今月のヒント】
もうすぐ冬です

各コーナーのご応募の宛先・宛名は…
〒286-0022 成田市寺台292番地、成田市農業協同組合広報みのり係まで官製はがきにてご応募ください。
11月15日消印有効。

【先月号の答え】
クリヒロイ

クロスワードの応募の方は…
①郵便番号、住所 ②電話番号 ③氏名 ④答え
抽選で10名の方に「クオカード(1,000円分)」をプレゼント。

二重マスの文字をならべるとある言葉になります。



【先月の当選者】(敬称略)

成田市台方	大川 美津枝
成田市並木町	大土屋 桃嘉
成田市大竹	宮内 正枝
成田市飯岡	海保 和代
成田市久住中央	麻波 菜那輝
成田市十余三	渡辺 仁紀
成田市芦田	伊藤 一子
酒々井町柏木	相京 勝明
酒々井町中央台	相谷 浩章
酒々井町中央台	大澤 静子

↓タテのカギ

- ① 武士が腰に差す物
- ③ パリやベルリン、バンコク、北京など
- ⑥ 8は2の4——です
- ⑦ 英語ではゼブラ。草食動物です
- ⑧ 月が出ていなくて真っ暗です
- ⑩ タンスなどに加工する軽い木材
- ⑫ 家族やごく近い人のこと
- ⑭ 遠くて近きは男女の——
- ⑯ モミジとも呼ばれる木
- ⑱ 10月は神無月、11月は——
- ⑳ ネタやシャリなどから作ります
- ㉒ このぶんしょうにはつかわれておりません
- ㉓ ヒトコブ——やフタコブ——は砂漠で使われる動物

→ヨコのカギ

- ① アフリカの川や池にすむ動物。体も口も大きい
- ② そろそろスタッドレス——に交換しようかな
- ③ まるで取り付く——もない様子だったよ
- ④ ——栽培はオーガニック農法とも呼ばれます
- ⑤ 鳥籠の中に取り付ける棒
- ⑦ 火事に備えて設置する物
- ⑨ 音はこれで聞き取ります
- ⑪ 落語を客に聞かせる職業
- ⑬ 頭をひねって絞り出します
- ⑮ 徳川将軍家は三つ葉葵(あおい)
- ⑰ 机のこと。ライティング——
- ⑲ 道が十時に交差している所
- ㉑ 漢字では羊の歯と書く植物

JA葬祭より

もしもの時…
まずはお電話下さい

JA成田市 生活課
☎0476-23-0091

任せて安心 JA葬祭
《年中無休 24時間受付》
☎0120-58-0983

- ◆病院から御安置先へのご遺体搬送
- ◆虹のホール、八富成田斎場、さくら斎場、ご自宅、寺院、での葬儀のお手伝い
- ◆生花、盛籠、ギフト等のご注文
- ◆事前相談・無料お見積り

～真心こめてお手伝い致します～

JA虹の友 会員募集中

会員特典のご案内

- ・設営費3万円割引
- ・供物の割引
- ・新盆棚の割引
- その他特典ございます

入会金

3,000円のみ

入会金以外の費用は一切かかりません。

公益財団法人成田市農業センター

「農地中間管理事業」の取組み

担い手への農地集積・集約化や耕作放棄地の解消を図るため、農地所有者と農業経営者の間に立ち、農地の中間的な受け皿となる「農地中間管理機構」が農地の集約化、経営規模の拡大、新規参入を進めている取組み(農地中間管理事業)です。

千葉県では「公益社団法人 千葉県園芸協会」(以下、機構)が農地中間管理機構の指定を受け、業務の一部を市町村と連携し、旧成田市については当農業センターが窓口業務を行っています。

窓口相談

- ①農地を借り受けます(農地中間管理権)。
- ②必要な場合は、基盤整備等の条件整備を実施します。
- ③担い手がまとまりのある形で、農地を利用できるように配慮して貸付けます。
- ④機構が農地を借り受けてから貸付けるまでの間、農地として管理します。

「うまい米、食味コンテスト」開催中

みのりの秋に収穫された成田のお米!各地区で30年産米「うまい米、食味コンテスト」が開催されています。生産者の良質米・うまい米作りと地産地消を目的に公津地区11点、八生地区11点、豊住地区17点、久住地区14点、遠山地区8点、中央地区13点と、多くの出品をいただき有難うございました。個々の味覚はもちろんのこと、機械審査等での結果を基に「土壌分析」もご利用いただければ幸いです。お気軽にお問合せください。

お問合せ・ご相談は、成田市農政課または(公財)成田市農業センターへ

(公財)成田市農業センター

〒286-0844 成田市宝田912番地1

J A成田市経済センター2階

TEL 22-6581 FAX 22-6580

Eメール nougyoucenter@ar.wakwak.com

URL <http://www.narita-nougyoucenter.jp/>

※対象は合併前の成田市内になります。

理事会だより ～9月定例理事会～

【議決事項】

- ① ATMコーナーの再編について
- ② 大口貸出金条件変更について
- ③ コンプライアンスマニュアルの一部改正について
- ④ 不祥事対応要領の一部変更について
- ⑤ 予備調査を依頼する会計監査人候補者について
- ⑥ 監査人候補者の指定に関する通知書について
- ⑦ 守秘義務に関する確認書について
- ⑧ 組織規程の一部変更について
- ⑨ 成田市農業協同組合経理規程の附則の設定について

■正組合員数	3,390人
■准組合員数	4,272人
■出資金	11億0620万円
■貯金残高	896億9232万円
■貸出金残高	241億7074万円
■長期共済保有高	2855億9716万円
■購買品供給高	11億2872万円
■販売品取扱高	16億3504万円
(8月末現在)	

※出資金名義、組合員資格等の変更がある場合は、各支所へご連絡ください。

花と遊ぶ

遠山野草園の四季

～第二二一章～



アサギリソウ
(キク科)

ヨモギの仲間のアサギリソウは、地植えと鉢植えて育てています。株分けで増やしたり、伸びた茎を切ってさし芽で増やしたりしています。根元から芽を出し、四方に伸びて、花よりも草姿や風情を楽しむ植物です。

和名朝霧草は、全体に白色の絹毛におおわれた美しい葉を、朝霧に見立てたのが由来です。朝には、葉の光から霧の雫が落ちる優雅な雰囲気味わっています。キク科ヨモギ属の仲間、海岸の岩場に生える多年草です。10年以上前に北海道旅行で根室半島の海岸の岩場に自生していたアサギリソウに魅了され、家でも栽培するようになりました。掘之内の友人宅のアサギリソウは、日なたと風通しの良い場所で栽培していて、3ミリの多数の黄色の頭花を付けていました。押し花の材料として珍しい色使いなので利用されています。

10月16日～17日は、成田市生涯大学院同窓会の一泊研修旅行でした。「甲信地方へ秋の紅葉散策」でした。旧軽井沢銀座を散策した時、道路際のプランターの中に風に揺れるアサギリソウを見つけました。こんな遠くの旅先でも咲いていたので、とっても嬉しくなりました。

朝霧にきらきら光る朝霧草

写真・文 安達廣子 (小菅)

※遠山野草園は個人宅ですので見学希望者は事前にご連絡下さい。

総務課	0476 (22) 6711	生活課	0476 (22) 6716	酒々井支所	043 (496) 0291	加工販売課	0476 (36) 1341
審査課	0476 (22) 6691	公津支所	0476 (26) 9121	購買課	0476 (20) 1971	園芸課	0476 (36) 1541
経理課	0476 (22) 6739	八生支所	0476 (26) 8036	営農指導課	0476 (22) 6717	燃料事業所	0476 (22) 7788
監査課	0476 (22) 6807	豊住支所	0476 (37) 0003	農業機械事業所(宝田)	0476 (22) 3815	NACS美郷	0476 (22) 7788
共済課	0476 (22) 6713	久住支所	0476 (36) 1101	農業機械事業所(十余三)	0476 (36) 1546	NACS酒々井	043 (496) 2036
共済普及課	0476 (22) 6714	遠山支所	0476 (35) 0511	農業機械事業所(酒々井)	043 (496) 9687	宝田農産物直売所	0476 (24) 8611
金融渉外課	0476 (22) 6796	中央支所	0476 (22) 6712	ケアセンター美郷	0476 (23) 7711	酒々井農産物等直売所	043 (496) 1000
金融課	0476 (22) 6715	生活課(葬儀受付)	0476 (23) 0091	JA葬祭	☎0120 (58) 0983	ローンセンター	0476 (24) 2926

(年中無休の24時間対応)

(毎週土曜日10:00～15:00まで)

発行/成田市農業協同組合

〒286-0022千葉県成田市寺台292

発行日/平成30年11月1日

編集/広報みのり編集委員会

印刷/株式会社ライフ

URL/http://www.ja-narita.or.jp

E-mail/soumu01@ja-narita.or.jp

事務局/企画管理部 総務課

TEL/0476(22)6711

FAX/0476(22)6718