

特集 ~1人ひとりの力が大きな力に~ 食品ロス削減を考えよう

● 青壮年部 女性部 新体制で新たな試み ~地域密着の活動強化へ~



月 相談会日程

資産相談センター定期相談会〈要予約〉

本 店 14日以13:30~/28日以13:30~

資産相談センター ☎ 0465(47)8191

法律相談会〈要予約〉

本 店 11日出13:30~/20日月13:30~ 開成事業所 2日休13:30~/17日金9:30~ 7月1日金13:30~

湯河原中央支店 2日休13:30~/7月1日金13:30~

組織相談部相談課 ☎ 0465(47)8176

税務相談会〈要予約〉

本 店 8日以13:30~/15日以13:30~ 開成事業所 15日以9:45~/22日以9:45~ 湯河原中央支店 21日以13:30~

組織相談部相談課 ☎ 0465(47)8176

相続対策個別試算相談会〈要予約〉

本 店 25日出13:00~ 開成事業所 18日出13:00~

組織相談部相談課 ☎ 0465(47)8176

遺言相談会〈要予約〉 13:00~

| 湯河原支店 | 15⊟(水) | 0465 (62) 3183 |
|-------|--------|----------------|
| 報徳支店 | 16⊟休 | 0465 (36) 2184 |
| 成田支店 | 22日(水) | 0465 (36) 3166 |
| 酒匂支店 | 23日(木) | 0465 (48) 7881 |

年金相談会〈要予約〉

| 成田支店 | 3 日金 | 0465 (36) 3166 |
|---------|--------|----------------|
| 曽我支店 | 4 ⊟(±) | 0465 (42) 3574 |
| 福沢支店 | 8 日(水) | 0465 (74) 1612 |
| 岡本支店 | 9日(株) | 0465 (74) 1611 |
| 松田支店 | 10日金 | 0465 (82) 4158 |
| 久野支店 | 11⊟(±) | 0465 (34) 5363 |
| 真鶴駅前支店 | 15⊟例 | 0465 (68) 2135 |
| 下曽我支店 | 16日(休) | 0465 (42) 0747 |
| 湯河原支店 | 17日金 | 0465 (62) 3183 |
| 下府中支店 | 18⊟(±) | 0465 (47) 4831 |
| 湯河原中央支店 | 23日(木) | 0465 (62) 6146 |
| 開成支店 | 24日金 | 0465 (82) 0169 |
| 山北支店 | 25日(土) | 0465 (75) 0004 |
| | | |

ローン休日相談会 ∞0120(97)8847 JAかながわ西湘ローンセンター 9:30~18:00

4日(土)/11日(土)/12日(日)/18日(土) 25日(土)/26日(日)/7月2日(土)

2 0465 (46) 1178

不動産相談会 JAかながわ西湘不動産㈱ 〈要予約〉 10:00~17:00

| 不本 | 動 | 産店 | 4∃±) 11∃±) 19□(±) | ☎ 0465 (46) 1001 |
|----|---------|----|-------------------------|-------------------------|
| あ営 | しが 業 | ら所 | 25日生 | ☎ 0465 (82) 3133 |

『かぶせ茶』は玉露と煎茶の良いとこ取り

摘み採る前の茶葉に寒冷紗(かんれいしゃ)と呼ばれる布を被せ、10日ほど日光を遮ることで旨味や甘みが強くなる『かぶせ茶』。煎茶の爽やかな渋みと玉露の深い旨味をもっており、ビタミンも豊富に含まれています。また、疲労回復や美肌効果も期待されます。

茶農家の小田原市荻窪の永井源太郎さんは約40 a で栽培。『かぶせ茶』は茶葉の色が濃いのが特徴。摘採後すぐに加工されます。



contents

| かながわ西湘ニュース3 |
|---------------------------------|
| 〈特集〉~1人ひとりの力が大きな力に~ |
| 食品ロス削減を考えよう・・・・・・・・・・・・・・・・・4 |
| 人 山崎 正次さん(清水)・・・・・・・7 |
| 営農コーナー8 |
| トピックス10 |
| 私の時間 本多 永宗さん(酒匂)12 |
| 生活百科 運動前後の食事 |
| 料理上手さん。いらっしゃ~い!(南足柄) ・・・・・・・ 13 |
| クロスワードパズル・・・・・・ 14 |
| ベジタブルライフ 15 |
| インフォメーション・・・・・・ 16 |

理事会だより~主な議題~ 令和4年4月28日

◆令和4年度事業説明会の開催について

令和4年6月7日から15日にかけ各支店において組合員を対象に事業説明会を開催することの報告がありました。内容は令和4年度事業計画(案)、及び第16期通常総代会提出議案の説明など。

◆資産相談センター対応状況について

令和3年度の資産相談センターの対応状況について報告がありました。新規の相談件数は66件で、具体的には相続対策、生産緑地の問題、農地の維持管理などが最も多く、コロナ対策の支援金についての相談もありました。

◆第16期剰余金処分案の考え方について

令和4年6月27日(月)に開催する第16期通常総代会で、 議案提出される剰余金処分案について協議した結果、承認されました。出資配当は期中平均残高に対し年2.0%で、総額は 48,705,725円を予定しています。 生産緑地制度が農業継続活動に大

きな影響となっていることから、

の活用により、農地を維持するこ

担い手自らが農業を継続していけ

るよう災害の備えや生産緑地制度

青壮年部 女性部

〜地域密着の活動強化へ

5

どちらも部員数の減少が懸念されている中、地域に根づいた活 り組みが期待されています。 動が計画の中心になっており、 む令和4年度の活動計画など、すべての議案が承認されました。 4月中旬に青壮年部と女性部の総会が開かれ、役員改選を含 部員の拡大とあわせ、活発な取

ニュース

2022.5.20

部・女性部ともに活動強化に向け れてきました。今年度は、青壮年 の中止や規模の縮小を余儀なくさ た取り組み方針を掲げました。 青壮年部は頻発する自然災害や 昨年度はコロナ禍により、活動

南ベルマーレフットサルクラブの 就労支援で結びつける活動に力を 国消国産や地域農業の理解促進に い食プロジェクト』のPRを行い、 公式スポンサーとなっていること 入れていきます。また、JAが湘 家と社会復帰を目指す障がい者を とを基本方針としました。 に取り組み、人手を必要とする農 本部活動としては『農福連携』 試合会場などで直売や『よ

> です。 努めるなど新たな試みを行う予定

環境と共に未来を拓く活動に取り 地域の未来を拓く女性の絆』を 組んでいきます。 に女性の声を届け、文化・健康・ の様々な人たちが楽しく活動を続 けられるよう、JA事業に積極的 テーマとしています。幅広い年代 女性部については、 食・

どの活動を展開していきます。 の基幹組織です。地域貢献も含め、 れ会と連携し、フードドライブな きます。また、助け合い組織すみ くなど部員の活躍の場を作ってい 部活動や地域の各講習などに出向 に特技者制度を新設。登録者は 次世代へ伝え、活動を広めるため 『虹色マイスター』となり、 Aとの連携を強化していきます。 青壮年部・女性部はともにJA また、部員の持つ知識や技術を

稲毛朋信さん(曽我)

「新しい試みを通して信 頼できる仲間を増やしてい ともに、部員のつなが

という。これら第三次産業革命的な電内航の油送船にも電動化が導入されたよく見かけるようになった。最近では

動化は、蓄電池の技術進化によるもの

りを大切にして、若い力を中心に地域農業を盛 り上げていきます」



女性部 遠藤いす さん(開成) ず

「各支部との情報交換を 活発にして、さらに交流を 深めていきたいと思います。

部員をさらに増やせるよう 『虹色マイスター』 を活用して活動の活性化に取り組みます」

生垣バリカンとレパートリーが広がり

つつある。

成炭素化²

農機の電動化 環境と体にやさしい

排出量をゼロにする」「2035年ま「2050年までに、温室効果ガスの る」ことを表明した。 でに新車の電動化100%を実現 ける取り組みであり、 ている。 EV、いわゆる電気自動車を公道で 地球温暖化に歯止めを化の流れが世界的に広が 前菅総理は、

わが家の倉庫内はチエンソー、 の数に比例して使用時間が伸びるたい。バッテリーは互換性があり、そ た。いつの間にか電動農機の虜になり、 ッテリーによるモーター駆動のため低 すぐさま刈払機を購入したところ、バ といえる。 いると電動農機の特集が目に入った。 以前、愛読書の『家の光』を読んで 懸念される稼働時間もクリアされ 軽量、排ガスゼロなど利点は多 噴霧器、

を守るためにも、当地域の新たな農業の電動農機。組合員の事故防止と健康 げている。 推進する政策を打ち出した。環境にや国は『みどりの食料システム戦略』を さい』を全て脱却してくれるのが、こ げている。『重い』『危ない』『うるとして、農機の電動化技術の確立を掲 さしい農業、 の低減の他、化石燃料からの切り替え スタイルとして電動農機を普及させて 農業の環境負荷低減を目指すため、 つまり、 化学肥料や農薬

『食品ロス』という言葉を知っていますか。まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のこ とをいい、国内で年間約570万 t も発生(令和元年度)しています。食べたいものがすぐ手に 入り、食べものがあふれている今、日本の食料自給率<mark>は37%と食料の多くを輸</mark>入に依存<mark>してい</mark> るにもかかわらず、食料を廃棄しているのです。捨<mark>て</mark>るということはCO₂の排出にもつ<mark>なが</mark> り、環境へも影響します。JAでは、SDGsの「つくる責任、つかう責任」「飢餓をゼロ に に繋ぐ取り組みを行っています。

今月号ではみなさんとともに食品ロス削減に向けた行動を考えてみたいと思います。



●日本の食品ロスの状況(令和元年度)

年間約570万 t = 国民1人あたり

1日約124g… 茶わん約1杯

年間約45kg……1人のコメ消費量(53kg)に近い量

これは事業者から発生したものと家庭から発生したものを合わせた数字です。

●神奈川県内の家庭から出される食品ロス(令和元年度)

食品ロス発生量=21万1000 t /年

- ■処理費用=約84億8,600万円(1 t 当たり40,217円)
- ■温室効果ガス排出量(CO₂)=約51,400 t (1 t 当たり243.6kg) (参考「フードバンクかながわ学習資料2021年度版」)



●一般家庭のゴミの4割が食品ロス ※小田原市環境政策課調査(令和元年度)より

一般家庭の燃やせるゴミの中の厨芥類(厨房からでる生ゴミ)から調査した結果、4割もの食品ロスがあ りました。

食品ロスの種類

食べ残し(作りすぎ・買いすぎ・好き嫌い・ちょっと残し等)………22.4% 直接廃棄(調理されず、何も手が付けられずに廃棄される食品) ………15.8% 過剰除去(野菜や果物の皮を厚くむきすぎたり、取り除きすぎたもの)…… 5%



特集~1人ひとりの力が大きな力に~ 食品ロス削減を考えよう

●フードドライブが大きな力に



フードドライブとは家庭で使いきれない食材を持ち寄り、まとめて 地域の福祉団体や子ども食堂、フードバンクなどへ寄付する活動のこ

とです。1人ひとりの「もったない」が地域を支えるがりまったがります。」Aでは3年前より女性部がフードドライブ

動を行っています。インスタント食品や缶詰などを支店へ持ち寄り、令和3年度は段ボール箱24箱分をフードバンクかながわへ寄贈しました。女性部では、今後も取り組みの輪を広げていきたいと考えています。



女性部がフードバンクかながわへ寄付



みなみのお福分けの様子

地域で支え合う - 南足柄市社会福祉協議会-

昨年3月より食料支援プロジェクト『みなみのお福さん』がスタート。社協に寄せられた食品などを必要とする方々に渡しています。みなさんより寄付をいただくことを『お福集め』、それを配ることを『お福分け』と呼んでいます。

『お福分け』は今まで4回開催し、延べ173世帯の方が利用しました。コロナ禍が長引き、収入が減って不安を抱く方が増えています。『お福集め』は随時行っており、これまでに企業や市民など217人からの善意が集まりました。このほか、朝ドレファ〜ミ♪出荷農家のみなさんからも新鮮な野菜を提供していただいています。

この『お福分け』は回数を重ねるごとに問い合わせや賛同者による寄付も増え、受け取った方々からは「こんなに多くいただけるなんて」と感謝の言葉をいただいています。

みなさんの「おすそ分けの気持ち」、「困ったときはお互い様」の気持ちが人とのつながりを生み、地域を支えています。今後は、いつでも開くことができる『みなみのお福さん』活動に取り組んでいきます。

『みなみのお福さん』による『お福分け』は予約制となっております。利用対象者は南足柄市にお住まいの方。人数に合わせた食料を配付するため、お申し込み時に家族構成などをお尋ねします。

※次回8月20日(土)お申し込みは7月1日(金)~

※詳しいお問い合せは南足柄市社会福祉協議会ボランティアセンター☎0465 (72) 2299へ

子ども食堂をバックアップー小田原市ー

小田原市では地域ぐるみで子どもを見守り、育てようという考えのもと、居場所となる『子ども食堂』を支援。現在、市と協定を結んでいるのは7団体で、運営費用の助成やフードバンクなどから提供される食材の橋渡しを行っています。また、食材寄付の相談があった場合は『子ども食堂』へつないでいます。

核家族が増え、近所付き合いや周囲とのかかわりも減っている中、地域の人々と交流し、みんなでご飯を食べる『子ども食堂』は地域における見守り拠点としての役割を担っています。コロナ禍の今、食事を提供するのは難しく、食材を手渡ししているところが多くなっていますが、フードバンクかながわや報徳食品支援センターなどより提供された食材は、子どもたちを育てる大事な役割を果たしています。

※小田原市の子ども食堂に関しては小田原市青少年課☎0465(33)1724へご相談ください。

子どもたちの食育の場 - からたちハウス-

毎週金曜日の午後5時から午後7時まで、板橋公民館で地域の支援を受けて開いています。学校でもなく家でもない子どもたちのもう一つの居場所を目指しています。元教諭を中心に、菓子作りの名人、遊びの達人などメンバーそれぞれの得意分野を活かして勉強を教えたり、遊んだりしながら子どもたちを見守り、今はコロナ禍でできていませんが、一緒に食事もしています。食材は朝ドレファ〜ミ♪出荷農家からの支援を受け「今日はこの野菜をいただいたよ」と子どもたちには伝えています。そうすることで感謝の気持ちを持ち、好き嫌いが減り、食育にも繋がっています。



野菜は無駄なところがないんだよと教わる子どもたち

地域の人々や食材を提供してくださる農家などみなさんの

おかげで子どもたちにも優しさと思いやりの心が身についています。『人は宝』です。これからも地域で子どもたちを育てていきたいと考えています。

住 所:小田原市板橋189 (板橋公民館)

連絡先:代表 窪田清美 ☎090 (2179) 2823

●わたしたちにできること

「食料を買いすぎてしまった」「おかずを作りすぎてしまった」などちょっとした積み重ねが大量の食品 ロスに発展します。食材を大切にし、買い物の時には買いすぎないように日ごろから冷蔵庫にある食材を チェックしましょう。また、すぐに食べる食品を買うときは陳列棚の手前の商品から順番に取っていく『て まえどり』をするなど、普段から気をつけることはいろいろあります。それでも余ってしまったら、『フー ドドライブ』に参加し、シェアすることも大切なことです。

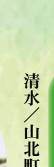
食材寄付の相談先

食材寄付の際は、「レトルト食品や冷凍食品のみ」「生鮮食品は不可」の場合があります。また、随時寄付を受け付けていないところもありますので、必ず下記まで相談ください。

| NPO法人報徳食品支援センター(小田原報徳フードバンク)······☎070-1432-9! | 559 |
|--|------|
| 小田原市社会福祉協議会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 4000 |
| 南足柄市社会福祉協議会 (ボランティアセンター) ☎0465 (72) | 2299 |
| 中井町社会福祉協議会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ☎0465 (81) | 2261 |
| 大井町社会福祉協議会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ☎0465 (84) | 3294 |
| 松田町社会福祉協議会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 0294 |
| 山北町社会福祉協議会 · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | 1294 |
| 開成町社会福祉協議会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ☎0465 (82) | 5222 |
| 箱根町社会福祉協議会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 9000 |
| 真鶴町社会福祉協議会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 3313 |
| 湯河原町社会福祉協議会・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ☎0465 (62) | 3700 |
| 公益社団法人フードバンクかながわ ☎045 (349)! | 5803 |



息もピッター







81歳。茶30a、米30a、露地野菜5 aを栽培。趣味は苔玉づくり。



さんで息はピッタリ。 えるまでは気が休まらない。 5月の茶刈りシーズンを終 日天気予報とにらめっこ。 作業する相手は妻の信子

終え、満足の出来に笑顔が 山崎さん。一番茶の摘採を でもらいたい」とPRする きた。みなさんにぜひ飲ん 「今年も良い足柄茶がで

さらに天気も気になり、毎 に始まる」と戦闘モードに。 旬を過ぎると「今年もつい ら生長具合が気になり、中 い」という。4月初め頃か 目立ち、いいお茶にならな 硬くなり、伸びすぎた茎が 「茶は適期を逃すと葉が

高齢者をサポート 茶業存続へ

平成29年に山北町シルバ 人材センターが、茶栽培

茶畑を前に、

山崎さんの熱

い。現在会員募集中です」。

中に見つけた木に苔をつけ 畑に生えた紅葉を引っこ抜 苔玉づくりで息抜き。 ので、健康には気をつけて が欠けても作業はできない て」と照れ笑う。「どちら 持ちを一番理解しているの 成型する。 いて作るんだよ」と農作業 健康の秘訣。また、趣味の 飯を食べて、良く寝るのが は妻。文句も言いやすく ンカもするけど、自分の気 いる」と話し、妻が作るご 茶

ともに地域のために汗を流 くのはとても悲しいこと。 で『足柄茶』が衰退してい 今は相談役として、裏から 導してきた。昨年からは同 刈り方や栽培方法などを指 を始めた時、 け、茶業を存続させる事業 が困難になった畑を借り受 してくれる仲間をつのり、 く高齢者をサポート。 茶業を支え、町のために働 センターの理事長となり、 「どうしても」と頼まれ、 『足柄茶』を守っていきた 「栽培に適したこの土地 事務局から



茶畑に生えていた紅葉で苔玉づくり

スクミリンゴガイ(ジャンボタニシ)の 防除対策について

スクミリンゴガイは一度発生すると撲滅するのが非常に困難です。地域ぐるみで対策を実施しましょう。

【侵入防止】

・入水から苗の移植後3週間まで、取水口・排水口に目合い9mm程度のネットを設置し、水路からの侵入を防ぎましょう。

【食害防止】

・水深が浅いと貝の活動が抑制されるため、移植後2~3週間は浅水管理を行いましょう。水深を4cm以下(理想は1cm)に維持すると食害を防ぐことができます。



水深が深いと苗を食べられてしまいます

【殺貝】

- ・登録のある農薬を散布しましょう。水田内を均平に保って、水深が深くなる部分を減らすこと が重要です。
- ・貝や卵塊は見つけ次第捕殺しましょう。

<注意> 農薬は登録内容を確認してから散布しましょう。

貝には有毒な寄生虫 (広東住血線虫) がいる場合があるため、必ずゴム手袋などを 着用し素手では触らないようにしましょう。

地域農業応援プログラムをご活用ください!

スクミリンゴガイ対策として駆除剤を使用し、防除に取り組んだ場合の駆除剤の購入費(税抜)の1/2を助成します。

※成田営農経済センターと中井営農経済センターではスクミリンゴガイの回収も行っていますのでご利用ください。

詳しくは各営農経済センターへ

技術顧問が栽培技術を支援します

JAでは本店、各営農経済センターに技術顧問を配置しており、栽培管理や肥料、農薬、生産資材の説明など農業についての様々な相談に対応しています。

6月からはタブレットを用い、訪問先のセンターで顧問が不在の場合でも他センターの技術顧問とリモートで営農相談ができるようになりました。

令和4年度 技術顧問出勤体制

| | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | | |
|-----------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 本店・営農部 | 露木 | 洋一 | | | 露木 | 洋一 | | | 露木 | 洋一 | | | | |
| 開成 営農経済センター | 荻野 | 善郎 | 荻野 | 善郎 | 荻野 | 善郎 | 荻野 | 善郎 | 磯﨑 | 直司 | | | 荻野 | 善郎 |
| 久野 営農経済センター | 磯﨑 | 直司 | 鈴木 | 明 | 磯﨑 | 直司 | | | | | 鈴木 | 明 | | |
| 成田 営農経済センター | 鈴木 | 伸一 | 椎野 | 博光 | 鈴木 | 明 | 椎野 | 博光 | | | 鈴木 | 伸一 | | |
| 湯河原 営農経済センター | | | | | 椎野 | 博光 | | | | | | | | |
| 中井 営農経済センター | 片木 | 新作 | 小島 | 勇 | | | 小島 | 勇 | 片木 | 新作 | 椎野 | 博光 | | |

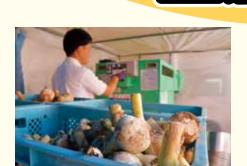
対応時間 9:00~16:00 祝日は定休日となります。

ニンニク、生産量が拡大 産地化へ前進

JA管内ではニンニクの生産量が拡大し、今年は昨年より約3割多い5 t の集荷が見込まれています。福沢総合選果場にある乾燥機は5月に入ってフル稼働しており、ニンニクの産地化へ一歩前進した結果となりそうです。

ニンニクは有害鳥獣の被害を受けにくく手間が少ないことから、JAでは普及を進めており、農家の所得増大を後押しするため、今後『かながわブランド』への申請を目指しています。

3年前から小田原市米神で栽培を始めた中山愛一郎(69)さんは「ミカンからニンニクに転作した。野生鳥獣の被害を受けにくいので、畑の管理が楽になった」とニンニク栽培に期待を寄せています。



3週間乾燥されるニンニク



粒ぞろいのタマネギが勢ぞろい

下中たまねぎ粒ぞろい 集荷料は500 t を予定

JAかながわ西湘が誇る特産物のひとつ、下中たまねぎの集荷が5月6日から始まりました。下中集出荷場に生産者が続々と持ち込み、初日には6tが集荷されました。7月上旬まで続き、全体で約500tに上る予定です。

『かながわブランド』に認定されている小田原産タマネギ。中でも下中地区で栽培される下中たまねぎは、甘くみずみずしいのが特徴で、県内外で人気があります。下中玉葱生産部の小澤優部長は「定植後の悪天候と雪の影響で生長が遅れたが、集荷量は十分に見込める。甘く柔らかい下中たまねぎを多くの消費者に味わってほしい」と自信を見せていました。



水稲苗の生産と畦塗りに汗

4月下旬から5月上旬にかけ、農業支援隊がJAの開成育苗センターで播種作業を行いました。4月21日には5人の隊員が参加し、苗箱約1,800枚に種を播きました。初めて作業をした吉田諭さんは「機械による流れ作業の中、各持ち場で作業を行うので、チームワークが重要。一人が滞ると機械を止めなければならない」と難しさを話していました。



播種後の土の状態を確認する吉田隊員

また同日、開成町の農家から畦塗りを依頼された水田は機械を使い、2件の作業を2時間ほどで終えました。3月に加入した鈴木ました。3月に加入した鈴木を設力がかかる。農家の負担を減らすことで、水田地帯を守っていきたい」と支援隊活動が果たす役割を強調していました。



畦塗り機での作業も行いました

県西営農支援センター (営農に関する相談など)〈要予約〉

完全予約制ですので、必ずお電話でご予約をお取りください 県西営農支援センター ☎080 (4365) 4090

ドビックスのり

夏ミカン、代々守って150年

~中井町の武井さん宅で今年も収穫~

中井町田中の柑橘農家、武井智さんの自宅裏の畑 にある樹齢150年以上の夏ミカンの木が今年も3,000 個以上の実をつけました。高さ約8m、直径10mほ どあり、まるでご神木のようにそびえ立っています。

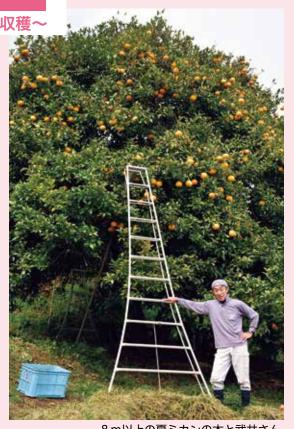
武井さんから4、5代前の先祖が植えたと伝えら れています。通常、ミカンは30年ほどの寿命と言わ れていますが、この木だけが立派に育ったため、今 でも大切に育てています。最近は根元に亀裂が入っ



今年も多くの実をつけました

てしまったためワイヤー で補強。また、実の重み で倒れないように1 t 近 くを摘果しています。

武井さんは「この木は 家の守り神。これからも 大切にしていきたい」と 思いを募らせていました。 今年もたくさんの花が咲 き、来年も多くの実をつ けそうです。



8m以上の夏ミカンの木と武井さん

タケノコを収穫する参加者

旬のタケノコ味わって!

~富水竹の子研究会、100人以上が収穫体験~

今年もタケノコ、スクスク――。報徳支店の富水竹の子 研究会は11人の会員が小田原市府川地区の各竹林で参加者 を募り、毎年収穫体験を行っています。1か月間に県内外 から100人以上が訪れ、収穫を楽しんでいます。

体験を通して旬の野菜のおいしさを伝えることが目的で、 約25年前から行っています。4月24日に東京都から訪れ た参加者は「体験を通して、子どもにタケノコが生えてく る様子を見せることができた。夕飯はタケノコご飯にした い」とうれしそうに話していました。

研究会の込山文雄会長は「旬ならではのおいしさを味わ うことで、農業の大切さを感じ取ってもらいたい」と活動 に意欲的。今後は緑竹や四方竹などの栽培に力を入れてい く予定です。

万能調味料を作ろう

~女性部酒匂支部が塩麹作り~

女性部酒匂支部は4月12日に酒匂支店で『ペットボトルで作る塩麹』の講習会を開きました。発酵食品を製造、販売する『厚生産業株式会社』の社員が講師となって、ペットボトルに水、米麹、塩を入れて塩麹のタネを完成。「ペットボトルは一日一回かき混ぜること。塩麹が完成するまでの2週間はボトルのフタを開けておくこと」など説明を受け、家へ持ち帰りました。

塩麹の使用目安は食材150gに対して大さじ1程度で、肉などが柔らかくなり、うま味もアップ。減塩調味料としても使えます。



「おいしくな〜れ♪」と塩麹のタネを作る 部員たち

鍋倉英子支部長は「さまざまな料理に使ってみたい。これからもみんなで暮らしに役立つ知識を学んでいきたい」と抱負を語っていました。

おかあさんに"ありがとう"を

~下中青壮年部が園児にカーネ贈る~

青壮年部下中支部は4月15日、小田原市立下中幼稚園の園児に同支部の花き農家が生産するカーネーション30鉢を贈りました。竹見精人副部長は「この花はみんなが住んでいるまちの農家が育てています。大切に育ててきれいな花を咲かせてください」と一人ひとりに手渡しました。

園児は「花をプレゼントして、ママにいつもありがとうと言いたい」と笑顔を見せました。花はしばらく園で育てた後、園児の自宅に持ち帰り、母の日の素敵なプレゼントとなりました。



「きれいな花を咲かせてね」と園児に手渡す部員

お野菜の苗くださ~い!

~大井幼稚園児が支店にお買い物~

4月21日、当JA大井支店にかわいい買い物客が訪れました。 来店したのは大井町立大井幼稚園の園児20人で、野菜を見て覚え て興味をもってもらおうと同園が、買い物体験を企画したものです。

お買い物の前には苗についてお勉強。開成営農経済センターの保田喜保係長が「ナスの苗は実と同じ紫色をしているね」「トマトの苗はトマトの匂いがするよ」などと説明すると園児は興味深く触ったり匂いをかいだり五感を使って楽しんでいました。

園児は1人ずつ大きな声で「ナスをください」とお買い物。首から下げたバスケットに苗を入れてもらうと、目を輝かせてうれしそうに苗を見つめていました。苗は園の畑に植え、育った野菜は給食で味わう予定です。

小林俊哉園長は「JAは地域農業をつなぐ身近な存在。栽培を通じて食べる循環を学んでほしい」と食育の効果に期待しています。



「トマトの匂いがするよ」とみんなで匂い を嗅いでみました

小物入れのカゴを編む本多さん



芸術的 な実用

水宗さん

本多

では『中井町竹細工クラブ』 話を聞くうちに心を奪われ、 ったのがきっかけです。詳しく

0)

会員に。カゴやザル、風車やバ

前のこと。近所の自治会長さん

竹細工を始めたのは8年ほど

家に竹細工があり、

興味を持

用に調整しました。 器具を九州から取り寄せ、 均一にすると、仕上がりが格段 などミリ単位にこだわりすべて じものを使うので、薄さや細さ ます。編む竹ヒゴは何十本も同 専用の道具で部材を作っていき る10月から12月に竹を調達し、 の下準備。竹の生長が休息とな ックなどを作っていますよ。 に良くなるんです。道具も専門 作品作りに大事なことは部材

では、

スポーツの習い事など運動

はないでしょうか。

てもらおうか悩むことも多いので 前に、どのタイミングで何を食べ 朝から食事を何にしようかと思う

運動会やスポーツの試合前など、

人も多いはず。子どものいる家庭

きをかけていきたいと思います。 を継承しながら、もっと腕に磨 品への意欲が湧いてきますね。 ます。やりがいを感じ、次の作 作ってほしい」という声が届き よりもずっと使いやすい。また 使う実用品を主に作っています。 作った竹細工を家族や知り合い にプレゼントすると、「既製品 今後は若いクラブ会員に技術 装飾品も作りますが、生活で

育日記

運動前後の食事

岡村麻純

に食べるのもお勧めです。

揮したい時間の3時間前までには 物を消化するには、 るのが一番です。また、 うとおなかがいっぱいで動きづら 要です。しかし、食べ過ぎてしま かります。 使い切れません。大事な日の朝こ れてしまって、運動に全ての力を く、また消化にエネルギーが使わ 飯や麺類に含まれる炭水化物が必 タなど、炭水化物は腹八分目にす 元気に運動をするためには、 油物は控え、おにぎりやパス そのため、 3時間ほどか 一番力を発 胃の中の

> す。 まった疲れを取ってくれます。 のクエン酸やビタミンCは体にた 早く補給してくれますし、レモン す。また、蜂蜜レモンもお勧めで 給をすることも大切です。サンド まり時間を空けずにエネルギー ないよう気を付けたいものです。 ク質が同時に取れる理想的な物で イッチなどは、炭水化物とタンパ 意識的に食べて、鉄分不足になら レンソウやヒジキ、 に過ごすためにも、 てしまいます。毎日元気いっぱい が不足してしまうと持久力も落ち してほしいのが、鉄分です。鉄分 たくさん運動をした後には、 運動をたくさんするときに意識 蜂蜜は使ったエネルギーを素 赤身のお肉を 日頃からホウ あ 補



ます。3時間もすると小腹がすい

てしまう時には消化しやすいゼリ

―やバナナを試合の1~2時間前

食事を済ませておくと良いと思い



は日上手学ん。

今回の料理上手

南足柄市矢倉沢 和田 **之江さん**

豆腐ケ

■材料(7~8人分)

·絹豆腐……300g (1丁)

・生クリーム……200ml

・レモン汁……25ml

· 牛乳······160ml

· 7K···········60ml

・ゼラチン……15g

・クラッカー……約130g

・時期にあった柑橘類…1個(皮と薄皮をむいておく)

■作り方

- 1ボウルにゼラチンを入れ、水を加えてふやかしておく
- ②クラッカーをボウルに入れて擦り棒などでよく 砕いたあと、牛乳60mlを入れて 混ぜ合わせる
- ③直径25cm程の深 皿にラップを敷 き、その上に② を敷いておく



A



- ④ボウルに豆腐を入れて泡だて器などを使ってクリーム状にし、加えてさらによく混ぜる
- 5牛乳100mlを鍋に入れ沸騰寸前まで温め、①を加えてゼラチンをよく溶かす
- **⑥**4に⑤を加えてよく混ぜ、③に流しいれる
- ⑦⑥の上に柑橘類をのせて飾りつけ、 冷蔵庫で一晩冷やしたら完成。お 好みで黒蜜やハチミツをかける







本人から一言

ひんやり冷たくて、さっぱりとした味わいのケーキは夏のおやつにぴったりです。飾りつけに使った柑橘の『早香』は近所の農家からいただきました。皆さんもお好きな柑橘をのせてみてください。

POINT

豆腐はクリーム状 になるまでよく混 ぜること。

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?

抽選で5名様に

『そうめん・ひやむぎ』をセットでプレゼント!!



Α

В

C

D

Ε



Ó

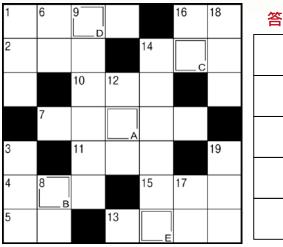
力

- ① 1人用がシングルなら2人用は
- ③ 作物のテンサイは、――ダイコンとも呼びます
- ⑥ かまぼこの土台にします
- ⑧ 唇に差す物
- ⑨ 最高学府に通う人々
- ② 2022の百の——の数字は0です
- ⑭ 賭博師、ばくち打ちのこと
- (6) ビールやジャムを詰めます
- ⑰ ――サラダ、――サンド、――マヨネーズ
- ⑱ 大福とかようかんとか。水無月(みなづき)という のもあります
- ⑲ いろいろな具をトルティーヤで挟んで作ります



カギ

- ①虹の七色の一つ。赤の隣です
- ② 役者が立つ所
- ④ アメリカに行くことを漢字で表すと
- ⑤ とげに覆われた海の幸
- ⑦『佐藤錦』『ナポレオン』などの品種があります
- ⑩ 出番前の出演者が支度をする場所
- ① ジョン・ウェインやゲイリー・クーパーは——劇で 活躍しました
- ③ 賞与とも呼ばれます
- (4) 多くの星が集まってできています
- 15 おなかの上で貝を割る動物
- (6) 生産量日本一は長崎県。特に茂木の物が知られている果物



応募方法

郵便はがきに〈①クイズの答え ②住所 ③氏名 ④ 年齢 ⑤電話番号 ⑥広報誌やJAに対するご意見・ ご要望〉を明記し、「〒250-0874 小田原市鴨宮627 番地 JAかながわ西湘・クイズ係」までお寄せくださ い。応募は当JAの正·准組合員(家族含む)に限り、1人 1通とさせていただきます。当選発表は8月号。

締め切りは、令和4年6月21日(火)

4月号の当選者

答えは『ヤエザクラ』でした。次の方が当選されました。

川口 薫さん〈足柄〉 榎本 幸美さん〈曽我〉 石塚 香織さん〈下中〉 多田 伸治さん〈井ノ口〉 遠藤 彰子さん〈開成〉

応募総数は106通 カッコ内は支店

(うち正解は106通)

個人情報 クロスワードパズルの応募に記載の個人情報は、当組合からのご連絡や賞品配布に利用します。「クロスワードパズル」当選者発表時には氏名、該当支店を記載します。事前に承諾を得ず、個人情報をそれ以外に使用しません。





編集

この4月に広報担当部署に 赴任しました。表紙の撮影 で早速、取材の付き添いに。 お茶の栽培について話を聞 きました。取材等で各地域 にお伺いするなかで多くの 新たな出会いを楽しみにし ています。これからも、読 者の方に役立つ情報を発信 していきます。(T)



湘南ゴールドスカッシュ

地域特産の湘南ゴールドを使用したJAかなが わ西湘のオリジナル商品です。

爽やかな香りとシュワっとした微炭酸が特徴で、 夏の時期にピッタリな飲料に仕上がっています。

★1ケース:290g×24本

★価格:2,900円(税込)

※10月末までの特別価格です。 【通常価格3,400円(税込)】

くお問い合わせ先>各支店・営農経済センター、経済部購買課 ☎0465(47)0030まで

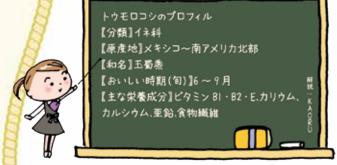




トウモロコシ

主食にもなるヘルシーなエネルギー源

ヒゲがふさふさで茶色のもの





実が失まで ぜっしり つまっていて たいもの ずっしり重みが あるもの

皮の緑色が濃く ハリのあるものは新鮮

> 詰まっていて ツヤがあるもの

熟すにつれて 色が濃くなるので 熟度の目安に!

ひげと実の数は同い ひげがたくさん あると実入りが よい(実が多い)

観察してみよう♪ ひげの部分は トウモロコシの めしぺの花柱の 一つひとつの実から 伸びているんだよ!

白色×黄色×紫色

ウッギィ



収穫した時点からおいしさが 逃げて しまうので、その日のうちにゆでよう!







実を削ぎ落とすか 輪切りにして 冷凍保存しておくと便利 ピューレにして保存しておけば ポタージュやソースにも利用できる

トウモロコシのいろいろ

皮が付いていないもの

は、実がふっくらと

スイートコーン

日本で食用と されている トウモロコシの主流は 甘味の強い品種



ホワイト系

(別名シルパー系)



パイカラー系





ルピーコーン (別名:ヤングコーン)



内側の皮を2~3枚 残してゆでると 風味が逃げず ジューシーに! 皮っきのままさます とシワがよりにくい

レンジでチンも手軽でオススメ!



レンジの後、 すぐラップを 取ると水分が 熱で逃げて シワシワになる



あら熱がとれる まで包んで おいてね

ウモロコシのチカラ



トウモロコシは 世界三大穀物のひとつ♪

ピタミン・ミネラルが豊富な エネルギー源です食にもなる!



トルティーヤ



コーンフレーク



インフォメーション



令和4年度 事業説明会の開催について

令和3年度の事業報告・令和4年度事業計画(案)および通常総代会提出議案の説明とあわせ、組合員の 意見・要望を聞く場として支店ごとに事業説明会を開催いたします。

開催期間:令和4年6月7日(火)~15日(水)※日時については、各支店よりご案内いたします。

第16期(令和3年度) 通常総代会の開催について

開催日時:令和4年6月27日(月)13:30~

開催場所:小田原三の丸ホール・大ホール(小田原市本町1-7-50 小田原駅徒歩10分)

総代のご出席をお願いします。

令和4年度 狩猟免許試験のお知らせ

野生鳥獣による農業被害軽減のため狩猟免許を取得しませんか。

【試験の期口及び受付期間】

| | 打印】 | | |
|---------------------------|------------|-----------------------|--------------------------|
| 試験名・定員 | 試験日 | 受験の申込み期間 | 申込み・試験会場 |
| 第2回 網猟・わな猟 (92名) 第1種銃猟 | 7月 7日 (木) | 5月25日 (水) ~ 6月 8日 (水) | |
| 第4回 網猟・わな猟 (92名) 第1種銃猟 | 8月24日 (水) | 7月13日 (水) ~ 7月27日 (水) | 小田原合同庁舎 (小田原市荻窪350-1) |
| 第6回 わな猟・第1 銃猟 (92名) | 11月11日 (金) | 9月29日 (木) ~10月13日 (木) | |



※受験申込みは郵送により先着順となりますのでご注意ください。※上記以外の試験日程・会場については神奈川県ホームページをご覧ください。

合格への近道!! 神奈川県猟友会主催の準備講習会を受講しましょう

受付開始9:00 日 時:令和4年8月20日(土)

会場: JAかながわ西湘 本店 3階大会議室(銃 第1種・わな・網) 受講料:網・わな 各10,000円、第1種(第2種含む) 15,000円(読本・例題集込)

上記以外、横浜でも準備講習会が開催されます。

準備講習会ついてはJAで代行して手続きをしています。各支店窓口で受講料をお支払いの上、お申 込みください。(各会場定員制限がありますのでお申込みはお早めに!)

お問合せは組織広報課まで ☎ 0465 (47) 8183

『ちゃぐりん』8月号普及活用全国特別運動スタート!

料理や手芸、工作をイラストと写真で紹介し、別冊付録では「お米の自由研究」 のアイディアを紹介。おコメのことや田んぼの役割などの基礎知識が学べるほか、 田んぼの生き物調査などを掲載しています。子どもたちの宿題に役立つ内容が満 載!この機会にぜひお申込みください。

『ちゃぐりん』8月号 付録付 1冊576円(税込)

お申込みは各支店窓口まで

フードレンジャー・ チャグリン ©伊東ぢゅん子



令和4年5月2日~令和5年2月28日まで



ひとの保障

万が一 ●将来 ●病気

●介護 にそなえる

いえの保障 ●火災

●地震 ●自然災害 ●盗難

にそなえる



くるまの保障

●トラブル

●傷害

にそなえる

期間中、JA共済のお見積りをされた方に毎日の生活に役立つグッズをプレゼント! この機会にぜひご相談ください。

詳しくはお近くの支店窓□まで



🖊 JAかながわ西湖

本店 〒250-0874 神奈川県小田原市鴨宮627番地TEL:0465(47)8125

●かながわ西湘6月号(vol.189)令和4年5月20日(毎月20日発行)

●発行/かながわ西湘農業協同組合 ●発行責任者/荻野信博

●編集/組織相談部組織広報課

かながわ西湘ホームページ▶https://ja-kanasei.or.jp/ かながわ西湘 🝳 🔲 🖸

