

食と農と暮らしと。あなたをリードするアクティブ・マガジン

かながわ西湘

2022

10

vol.193



特集 新米に心をこめて！

●10月16日は『国消国産』の日 ～地元産をみんなで盛り上げよう～

資産相談センター定期相談会〈要予約〉

本 店	11日(木)13:30～/25日(木)13:30～
資産相談センター	☎ 0465 (47) 8191

法律相談会〈要予約〉

本 店	8日(土)13:30～/18日(木)13:30～
開成事業所	3日(月)13:30～/14日(金)9:30～ 11月4日(金)13:30～
湯河原中央支店	3日(月)13:30～/11月1日(火)13:30～
組織相談部相談課	☎ 0465 (47) 8176

税務相談会〈要予約〉

本 店	5日(水)13:30～/13日(木)13:30～
開成事業所	13日(木)9:45～/19日(水)9:45～
湯河原中央支店	19日(水)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	15日(土)13:00～
開成事業所	8日(土)13:00～ 11月5日(土)13:00～
組織相談部相談課	☎ 0465 (47) 8176

遺言相談会〈要予約〉 13:00～

曾我の里支店	12日(水)	0465 (42) 0747
報徳支店	13日(木)	0465 (36) 2184
湯河原支店	19日(水)	0465 (62) 3183
酒匂支店	20日(木)	0465 (48) 7881

年金相談会〈要予約〉

大井支店	6日(木)	0465 (82) 0154
成田支店	7日(金)	0465 (36) 3166
久野支店	8日(土)	0465 (34) 5363
報徳支店	15日(土)	0465 (36) 2184
湯河原中央支店	20日(木)	0465 (62) 6146
酒匂支店	22日(土)	0465 (48) 7881

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

1日(土)/8日(土)/9日(日)/15日(土)
22日(土)/23日(日)/29日(土)/11月5日(土)

☎ 0465 (46) 1178

不動産相談会 JAかながわ西湘不動産(株)
〈要予約〉 10:00～17:00

不 動 産 本 店	1日(土) 8日(土) 15日(土) 22日(土) 29日(土) 11月5日(土)	☎0465 (46) 1001
あしがら営業所		☎0465 (82) 3133

『ジャンボカボチャ』で秋の収穫を祝う

小田原市久野地区の一寸木勝男さんは孫の宮川雄太くん、航輔くんと一緒にジャンボカボチャの種を5粒まいたところ2粒が芽を出しました。その苗を畑に定植すると見る見るうちに30kg以上あるカボチャに。一寸木さんは「こんなに大きくなるなんて」とびっくり。カボチャは9月に収穫して10月31日のハロウィーンまで玄関先に飾るそうです。



c o n t e n t s

かながわ西湘ニュース	3
〈特集〉	
新米に心をこめて!	4
人 曾我 好秋さん(報徳)	7
営農コーナー	8
トピックス	10
私の時間 原 博志さん(山北)	12
生活百科 お米とおかずの相性	
料理上手さん。いらっしゃ〜い!(大井)	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8月26日

◆組合員座談会の開催について

組合員との対話運動の一つとして、組合員座談会を各支店で開催するにあたり、内容を協議した結果、承認されました。時期は10月～12月で、正・准組合員が対象。①自己改革の実践②農業生産資材価格高騰情勢③准組合員の意思反映・運営参画などがテーマです。

◆肥料価格の高騰に伴う緊急支援対策について

肥料の急激な価格高騰に対し、JAとしての緊急支援対策について協議した結果、承認されました。財源は地域農業振興支援基金を活用。さまざまな条件の下、石灰・堆肥類を除く予約肥料3,000円以上の購入者を対象に、購入代金の20%を支援するものです。

10月16日は『国消国産』の日

「地元産をみんなで盛り上げよう」

世界的な異常気象や長引くコロナ禍、ロシア・ウクライナ情勢などにより、食料品が続々と値上がりし、輸入に頼る日本の食料安全保障の強化が叫ばれています。そこで、JAグループでは、国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産するという『国消国産』への取り組みをすすめており、10月16日を『国消国産の日』とし、秋の大収穫祭キャンペーンを展開します。

日本の令和3年度の食料自給率は力ロリーベースで38%と先進国の中では低く、食料の約6割を輸入に頼っています。今後、世界人口の増加などによる食料不足で様々な国が輸出を制限すると、日



キャンペーンのポスターに目をとめる買い物客



直売所へ行こう！
キャンペーン
詳しくは特設サイトを
チェック



本の食料事情はますますひっ迫していくことが想定されます。そこでJAグループでは国内農業を支えるため『世界食料デー』の10月16日に合わせ、昨年からの日を『国消国産の日』に設定しました。また、10月2日は『直売所の日』であることから、10月を『国消国産月間』と位置づけ、『秋の大収穫祭・直売所へ行こうキャンペーン』を実施。消費者に国産の農産物を手に取ってもらい、食と農業への理解を深めてもらう考えです。これに合わせて朝ドラファームでは10月2日から4日までと、16日から18日までの計6日間、国内産農産物の一部を特別価格で販売するイベントを計画しています。また、9月から10月末までは、JAカードで支払うと5%の割引に加え、10%ポイント還元するキャンペーンも開催中。朝ドラファームは『地産地消』の拠点でもあります。消費者、農家、そしてJAの絆が、この地域の食を支えていくことにつながります。このキャンペーンを通じて地元の農産物をみんなの力で盛り上げていきましょう。



地域に広げよう
相互扶助の精神

「JAは農家しか利用できないの？」「JAって銀行なの？それとも保険会社なの？」。一般の方から見れば、そんな疑問が多々あるのだろう。確かにJAは組合員のため、地域のために総合事業を行っているが、協同組合という本質がまだまだ一般の方に理解されていないことをつくづく感じる。

JAでは肥料や農薬をはじめ農産物の生産に必要な資材を取り扱っている。この事業を購買事業と呼ぶが、なぜ『購買』ではなく『購買』なのか、不思議に思ったことはないだろうか。この理由は、一人で肥料を10袋買うより10人でまとめて100袋買うほうが安く購入できる。このため「みんなが協同して買いましょう」ということが基本にあるからである。

このほか、金融事業というと『預金』ではなく『貯金』と呼ぶ。「組合員みなでお金を貯め、資金の必要な組合員へ融通しましょう」という精神があり、さらに自身の備えとなる共済事業は、その掛け金が病気や災害に遭われた組合員を経済的に援助することにつながっている。

JA（農業協同組合）は相互扶助の精神に基づく組織であり、主役は組合員。組合員の努力によってJAは大きくなったが時代の流れもあり、業務は多様化、複雑化してきた。組合員の役割、役職員の役割を再認識することで、地域におけるJAの存在価値を高めていきたい。

（常務・根本）

特集

実りの秋を迎えました

新米に心をコメマ!

酒匂川の豊かな恵みをうけ、水田が広がるＪＡ管内は、今年も実りを迎え、あちらこちらで稲刈りが行われています。そう、おいしい新米の季節がやってきました！炊き立てのおコメはツヤツヤと輝き、立ち上る豊かな香りとともに私たちの食欲をそそります。新米が味わえるのはこの時期だけ！！

一粒一粒、かみしめながらおコメについて考えてみませんか。

新米と古米の違い

新米とは収穫した年の12月31日までに精米され、容器に入れられるか包装されたものと定義されています。古米は収穫してから1年経ったものを呼び、さらに1年経過すると『古古米』と、1年経つごとに『古』の文字が増えていきます。

新米はもっちりとした食感と甘みが特徴で、香り豊かでとてもおいしいですね。でも、江戸時代は古米のほうが人気があったとか。新米よりも乾いているためよく水を吸い、同じ量でも炊くと新米より量が増え、値段は新米より高かったと言われています。



おいしい新米の炊き方

新米をおいしく食べたい！でも気になるのは水加減。少なめにするといいとは聞きますが、どれくらい減らしたらいいのでしょうか。それぞれ好みもありますが、新米の味わいを楽しむためのコツをご紹介します。

①浸水時間は短めに

新米に適した時間は30分～1時間くらいといわれています。（炊飯器の機能によっては浸水せずに炊く場合もあります）

②水の量は少なめに

新米は細胞組織が柔らかく、水を吸水しやすい性質があるため、通常より3～5%ほど水を減らすといいそうです。通常、コメ一合（150g）に対して水200mlのところ、190mlで。ほんのわずかですが、水は少なめにしましょう。





管内で栽培されている主なコメの種類

『はるみ』『キヌヒカリ』『てんこもり』の3種類が主に栽培されています。

はるみ

ツヤがあり、強い甘みとモチモチした食感が特徴の神奈川県生まれのコメ。米の食味ランキングでは2016年と2017年の2年連続で『特A』に選ばれました。管内で一番多く栽培されています。

キヌヒカリ

炊き上がりが美しく、絹のようなつややかな輝きがあることから命名されました。ソフトな粘りとさっぱりとした口当たりが人気です。

てんこもり

粘りがあり、コシヒカリに匹敵する甘さが特徴で、9月下旬から10月に収穫される中生品種。2020年に神奈川県奨励品種に仲間入りしました。

令和4年産は『はるみ』『てんこもり』の栽培面積が増え、コメ全体の集荷量は前年産対比で111%を見込んでいます。暑い日が続き、稲の生育が心配されましたが、今年も良質なおコメが収穫できています。



『さかわのめぐみ』は当JAブランドの一つ。JAでは、西湘はるみ米研究会※1が作ったはるみから選びぬかれた最高品質のコメ（1等米で食味値※280以上のもの）を『さかわのめぐみ』として朝ドラファ〜ミ♪などで販売する予定です。



濱井 恵美香さん
営農部営農指導係

※1…西湘はるみ米研究会

勉強会や場巡回などを行って、はるみの品質維持・向上に取り組み、『さかわのめぐみ』のブランドとしての確立を目指す会。会員になるためには栽培面積が10a以上、種子更新率は100%などいくつか条件がある。（詳しくは各営農経済センターへ）現在会員は87人。

※2…食味値

生米に赤外線を当て、アミロースやタンパク質、水分、脂肪酸度を測定し、100点満点で評価。65〜75点が標準で点数が高いほどおいしいコメとされている。



私たちの自慢のおコメを味わって! 生産者に話を聞きました



小林 正俊さん
西湘はるみ米研究会会長

おススメする新米の食べ方は、シンプルな塩にぎり!

『はるみ』3ha、『キヌヒカリ』80a、『てんこもり』1haを栽培しています。コメ作りに正解はないので、毎年、栽培方法は仲間と研究しています。収穫後にすぐに耕うんして藁を腐らせやすくしたり、カメムシが稲を食べないように田の周りの草を刈り残して虫の居場所を作ったりと工夫しています。

今年は特に暑かったので、夜に田の水をかけ流し、水温を下げるなど、水管理を徹底しました。おかげでおいしいおコメができました。

西湘地域は富士山の伏流水や酒匂川の水などキレイな水が豊富で昔から良質なコメが育ちます。ぜひ、みなさん食べてください。

どのおコメもおいしいのですが…やっぱり、『はるみ』が1番おススメ。『はるみ』は冷めてもおいしく、お弁当やおにぎりに適しています。少し硬めに炊いて歯ごたえと味を楽しんでみてください。

米粉の魅力

小麦の価格が高騰している今、代わりになるものとして、米粉が注目を集めています。米粉は小麦粉と違って『グルテン』が含まれていないため、食物アレルギーを持つ方も安心して食べられます。また、揚げ物の衣に使うと小麦粉よりも油の吸収率が低いいため、からっとヘルシーに仕上がります。パンを作ればモチモチの食感に。

実は自分でも作れる米粉。簡単な作り方と、米粉を使ったレシピをご紹介します。

米粉を作ってみよう

■材料

・コメ……………1合

■作り方

- ①コメをよく洗い、ボウルに入れ2～3時間浸水させる
- ②水を切り、新聞紙の上にコメをひろげ、1日程度天日干しにして乾燥させる
- ③②をフードプロセッサーやミルサーにかけ、粉状にする。粗さが気になるようだったら再度機械にかけ、細かくする

※フライパンで炒めたり、オーブンで乾燥させたりするのも可

簡単で美味しい

米粉ピザ

■材料（直径18cm 2枚分）

- ・米粉……………150g
- ・片栗粉……………50g
- ・ベーキングパウダー…小さじ1
- ・塩……………小さじ1
- ・砂糖……………小さじ1
- ・オリーブオイル……………大さじ1
- ・水……………100ml
- ・ケチャップ……………大さじ2
- ・チーズや具材……………お好みで

①



■作り方

- ①①とオリーブオイルをボウルに入れ、軽く混ぜ合わせる
- ②①の中に水を少しずつ入れ、耳たぶくらいの固さになるようにこねる
- ③②を2等分にして丸め、クッキングシートの上で手のひらくらいの大きさまで伸ばす
- ④ケチャップを生地に伸ばし、その上に好きな具材とチーズをのせ、180℃に予熱したオーブンで10分～15分焼いたら完成

生産者のみなさまへ



コメの出荷はJAへ！ —学校給食用に使用されています—

給食といえば、パンというイメージがありますが、現在は週3～4日は米飯給食。県内産のコメが使われ、県学校給食会では米飯給食を通じて、子どもたちへ食生活や農業の大切さの理解をすすめています。大井町や小田原市の小中学校では月によって地元のコメが給食に出されているそうです。

令和3年度、県内産は約1,900tが学校給食用に出荷されました。しかしながら、実際必要とされている量は3,500tで、1,600t以上も不足しているのが現状です。当JAの集荷量でみると、約8割が学校給食用に出荷されており、子どもたちに県内産をさらに食べてもらうためにもJAへの出荷をお願いいたします。



元氣よくごはんを食べる大井町立相和小の児童たち

令和4年産の米穀概算金が決まりました

令和4年産の概算金がこのほど決定し、昨年の価格が維持されました。JAに出荷することで、学校給食への供給量が伸び、県産米の価格安定にもつながります。

出荷契約は、毎年5月にとりまとめを行っていますが、出荷契約を結んでいない方も、『契約外米』として出荷することができます。

令和4年産 米穀概算金

出荷契約米（水稻うるち玄米） 単位：円／30kg（税込）

品種名	概算金価格		
	1等	2等	3等
はるみ	7,050	6,750	5,250
キヌヒカリ てんこもり さとじまん コシヒカリ	6,000	5,700	4,700

※出荷に関するお問い合わせは各営農経済センターへ



農園では曾我さんも自慢の野菜を栽培



食と農をつなぐ 農園見守る

報徳／小田原市栢山

曾我^{そが} 好秋^{よしあき}さん



83歳。水稲85aを栽培。栢山ふれあい農園管理組合の組合長を務める。趣味はバードウォッチングと読書で、作家は山本一力が好き。



利用者に耕うん機の使い方を指導する曾我さん⑤

小田急線の栢山駅から徒歩2分のところに、朝からみんなが集う市民農園『栢山ふれあい農園』がある。曾我さんは農園管理組合の組合長を務め、農作業の傍ら農園を見守ってきた。

畑では利用者が好きなのを育てている。外国人の利用者は母国のミャンマー野菜を栽培。初めて見るキヤッサバや、雑草で有名なスベリヒユを食用に栽培している利用者もいて、「学ぶことは多く、名前や食べ方を聞いたりして刺激にもなっている」と笑う。

農園は26年前、『市民農園整備促進法』に基づき、

市民が農業とふれあうために設立された。人気があり、現在146ある区画はすべて埋まっている。駅に近く、設備も充実しているため、県外から通う利用者も。人気の秘密はそれだけではない。何といっても曾我さんの人柄だ。

利用者との交流で 農業理解深める

普段から利用者とコミュニケーションを取り、畑の様子やニーズを把握。相談に乗り、それぞれにあった栽培方法を丁寧に指導している。例えば週一回しか通えない人には、土寄せをし

ないジャガイモの栽培方法をレクチャーする。「大きく実った。畑仕事が楽しい」と笑みを浮かべる利用者の姿を見て、「非農家が農業を理解するきっかけになってきたのかな」。

最近は製菓専門学校の学生が農業実習で利用し始めた。真剣に作業する学生を前に「農園が食の未来もつないでいる」ことを実感。

農繁期は忙しく農園の管理は大変だが、「最近では息子も一緒に農作業してくれるので助かっている」と安堵。食と農の未来のために、農園へ向かう足音が今日も響いていた。

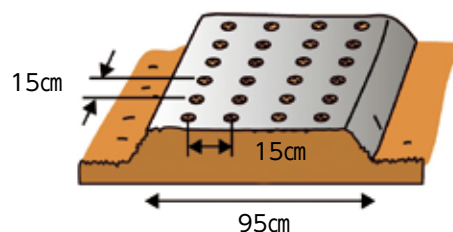
ニンニクの栽培

ニンニクは暑さに弱く、寒さには比較的強いいため、発芽・生育温度ともに15～20℃となる10月中旬が植え付けに適しています。毎年畑の同じ場所で栽培すると黒腐菌核病などの連作障害が発生しやすくなるので、連作は避け、3～4年に1度の作付けにしましょう。

畑の準備

植付けの約1か月前、土に苦土石灰（100 g/m²）、堆肥（1 kg/m²）を入れて、よく耕し、植付けの約1週間前には化成肥料（ジシアン有機化成S806号・200 g/m²）を施します。排水が悪い畑では春腐病や軟腐病などが発生しやすいので、高畝にするなど排水性を良くしましょう。畝幅は約95cmとし、穴の間隔が15cm程度の黒マルチを張ります。

畑の準備



種球の準備



小片にはずす

植え付け



頂部を上にし、5～7cmの深さまで挿し込む

種球の準備・植え付け

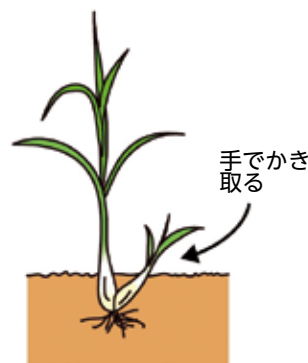
植付ける種球はなるべく1片が5 g以上のものを使用しましょう。黒腐菌核病やイモグサレセンチュウの被害が懸念される場合は、種子消毒を行うとよいでしょう。『平戸（鱗片数が8～10片の暖地系品種）』、『嘉定（鱗片数が6～9片の暖地系品種）』が推奨品種です。

植付け適期は10月中旬。小片にばらし、頂部を上にもルチ穴の深さ5～7cm程度に植えます。浅いと裂球の発生や球の肥大不足を招き、深すぎると発芽が揃わず、球根の大きさがばらつくので注意しましょう。

栽培中の管理

芽が伸び始めて、球から2芽以上出たときは小さい方の芽（わき芽）を手で早めにかき取ります。芽が生長する2月～3月には化成肥料（50 g/m²）を追肥します。とうが伸び、蕾が付いたら早めに摘み取ることで、球根を肥大化させます。乾燥に弱いため、春先からは十分に水やりをしましょう。

わき芽かき



収穫



貯蔵



収穫・貯蔵

初夏になり葉が半分くらい枯れてきたら、晴天の日に抜き取って根を切り落とし、畑で2～3日乾かします。その後、茎を30cmほど残して切り落とし、10球ほど束ねて、風通しの良い軒先などに吊るして保管しましょう。

『開成弥一芋』生育は順調 ～販売強化へ、バイヤーが畑を視察～

『開成弥一芋研究会』は8月25日、『開成弥一芋』の販売を強化しようと大手スーパーのバイヤーなど6人を招き、生育の状況を確認してもらいました。

イオンリテール(株)とマックスバリュ東海(株)には昨年26,000袋を出荷しています。当日は、会員が栽培する4か所の畑を視察したバイヤーから「生産者の熱意が伝わった。販売量は年々右肩上がりなので、今後も販売を強化したい」との声があり、これに対し辻理孝会長は「今年は降水量と日照時間ともに十分で、病害虫も少ない。例年並みの作柄が期待できる。生産量も増やしていきたい」と自信をみせていました。研究会全体で約1.7ha栽培し、集荷量は約10tを見込んでいます。

10月7日には町のあじさい公園で初出荷式を行い、2社合わせて県内37店舗やインターネットの『イオンショップ』、『朝ドレファ～ミ♪オンラインショップ』で販売する予定です。



バイヤーと生育状況を確認する
辻理孝会長⑥

「湘南潮彩レモン」の生産拡大へ ～苗木の予約注文を受け付け～

『湘南潮彩レモン』は消費者や加工メーカーなどから人気が高まっています。そこで、生産拡大をすすめるため、JAでは現在、苗木の予約注文をとりまとめています。苗木代の一部助成がありますので、ぜひお申込みください。

苗木代の一部を助成します

助成対象品種：ピアフランカ

(令和6年3月配布)

助成要件：一農家あたり10本

(10本以上まとめて植えること)

申込期限：令和4年11月9日(水)

※今月の注文書によりお申込みください

※受注生産のため、納品は令和6年3月を予定しています

※助成については、各営農経済センターへお問い合わせください



農家を支援します！

肥料価格高騰対策のご案内

肥料原料の輸出規制や円安などにより、肥料価格が高騰し、農業経営に大きな影響を及ぼしていることから、当JAでは緊急対策として肥料代金購入額の20%を支援することになりました。農業経営を維持するための支援ですので、ぜひご利用下さい。

●対象となる肥料

令和3年度中の予約注文で購入が令和4年6月以降、または令和4年6月から令和5年3月末まで予約注文いただいた配合肥料・化成肥料が対象。※石灰・堆肥類等の土壌改良剤は対象外です。

●支援対象者

予約注文いただいた請求金額が3,000円以上、かつ上記期間中にご購入された方。※国の緊急支援金とは異なります。

●支援額

請求額から値引額と消費税を除いた20%。

●支払い時期

代金の引落口座に自動的に入金いたします。※入金前に案内文書を通知します。
令和4年6月から10月末までに購入された方……………令和4年12月末まで
令和4年11月から令和5年3月までに購入された方…令和5年6月末まで
※支援の関係から肥料の納品を令和5年3月までに早める場合があります。



この対策についての問い合わせ先

久野営農経済センター……………☎0465 (35) 8010
成田営農経済センター……………☎0465 (38) 0131
湯河原営農経済センター…………☎0465 (62) 6149
本店 購買課……………☎0465 (47) 0030

中井営農経済センター…………☎0465 (81) 2776
山北支店……………☎0465 (75) 0004
開成営農経済センター…………☎0465 (83) 5165

湘南ゴールドでウェルカム!

～箱根のホテルが宿泊客へドリンク～

箱根町のホテルインディゴ箱根強羅は、7月中旬から9月中旬までの夏季限定で湘南ゴールドを使ったウェルカムドリンクを提供しました。一口飲むと爽やかな香りが広がり、「夏らしく、のども心も潤う」と大人気。同ホテルでは『ネイバーフッド』*をコンセプトに地元の魅力をホテルのいたるところに散りばめています。

このウェルカムドリンクもその一つで、フロントスタッフが開発。湘南ゴールドのピューレとブルーキュラソーシロップを混ぜ、ソーダで割ることで鮮やかなブルーに仕上がっています。同ホテルでは「これからも訪れた方々が箱根で素敵な時間を過ごせるような季節を感じるドリンクをお出ししたい」と話しています。

なお、朝食では湘南ゴールドピューレと箱根の豆腐店の豆乳を使った上品な味わいのドリンクも楽しめます。

※ネイバーフッド＝自然、伝統工芸、食材も含めて、地元の素材を生かすこと



鮮やかなブルーのウェルカムドリンクでもてなす

サツマイモの花が咲きました

～下府中小学校の農園で～



花を見つけた細野太志先生㊦と松崎聡子先生㊦



花言葉は『乙女の純情』『幸運』

下府中小学校の農園では、2年生が生活科の授業で下府中野菜研究会直売部会の協力のもとサツマイモを栽培しています。8月31日、部会員と先生がサツマイモの生育状況を確認したところ、何とサツマイモの花を発見。

形はアサガオの花のような円錐形で、色は淡いピンク色。熱帯や亜熱帯気候ではよく花を咲かせますが、日本では沖縄県を除いてなかなか見かけることは難しいそうです。県農業技術センターに確認したところ「今年は雨が少なく、暑い日が続いたことが影響しているのではないか」とのこと。発見した部会員や先生は「見たこともない花。きっと、幸運を運んでくれるはず」と自然の神秘に感動していました。

花が咲いても生育は順調で、今年も10月に収穫を楽しむ予定です。

支店を地域交流の場に

～すみれ会成田支部が来店者に声かけ～



利用者に声をかける関田会長

助け合い組織すみれ会では、各支部声かけ運動を行っています。成田支部は8月15日、成田支店で実施し、来店者一人ひとりに「コロナによる還付金詐欺が流行っているので注意して」と呼び掛け、チラシを手渡しました。この運動は支店をコミュニケーションの場にして、地域で顔なじみをつくろうと3年前から行っているものです。

関田雅代会長は「詐欺被害を防止するだけでなく、継続的に声掛けをすることで、挨拶を交わし合えるような地域交流の場にしていきたい」と活動に意欲的。磯崎昭秀支店長は「年金支給日で支店に訪れる人が多く、特殊詐欺も心配。職員だけでは防げないこともあるので助かります」とすみれ会の活動に感謝していました。

足柄茶の魅力を映像で

～小田高放送部が茶業センターを取材～

茶業センターに撮影スタッフが…。実はこのスタッフ、小田原高校放送部の生徒で、足柄茶の魅力を作品にして伝えようと9月2日に県農協茶業センターでロケを行いました。部員の一人が自宅で足柄茶を飲んだ際、そのおいしさに感動したのがきっかけ。「足柄茶って何だろう。詳しく知りたい」と、足柄茶の映像作品を企画しました。

取材はマイクとカメラを使って、生産農家と社員に足柄茶の歴史や特徴、流通状況や農家が抱える問題などをインタビューし、工場の様子も撮影。また、部員たちはおいしいお茶の淹れ方も教わり、味と香りを堪能しました。「足柄茶のおいしさの秘密がわかりました。多くの人に魅力を発信できる作品に仕上げたい」と満足した様子。撮った映像は編集し、今後行われる大会に応募する予定です。



おいしいお茶の淹れ方を取材する放送部員

ナシ栽培って大変だね

～千代小3年生が歴史学び作業も体験～



「ナシは意外とデリケート」と説明する小林さん

はさみ
ための専用の芯切り鋏があることに驚いた。収穫までに農家がたくさん苦労しているのがわかった」と農業への理解を示していました。

上府中地区まちづくり委員会は9月5日、千代小学校の3年生を対象に総合学習としてナシの授業を行いました。同委員で地元農家の小林正俊さんが講師となり、約100年前から始まった小田原のナシの歴史をはじめ、授粉や袋かけなど一つひとつ手作業で行う栽培の大変さや収穫時の注意点などを説明しました。

児童は『あきづき』『長十郎』など6種類のナシや剪定に使う道具などを見たあと、実際にナシのへたを切る体験も。「へたを切る

沖山明委員長は「ナシの栽培を通して、地元の農業に興味を持ってほしい。お土産に渡したナシを食べて、大きくなっても今日の授業を思い出してくれたら」と授業の成果を楽しみにしていました。

ざる菊に声をかけながら育てています



私の時間

ざる菊で地域を彩る

山北町岸 原 博志さん

ざる菊に夢中になったのは10年ほど前。展示会で鉢植えを買ったことがきっかけです。成形していないのに綺麗に丸くなるのが不思議で、立派な花を咲かせたいと根分けして株を増やしました。様々な色の花も集め、今では9種類を育てています。

「丸くなれ丸くなれ」と愛でると美しい半球形になる気がして、花に声をかけながら育てています。毎年秋になると庭に400鉢、100mを超す自宅わきの道路には150鉢のざる菊を並べて飾っていることから、今では『ざる菊ロード』と呼ばれるようになりました。「今年も見事です。これを楽しみに来ました」と声をかけられると、その言葉が嬉しく、次も頑張ろうと意欲が湧いてきます。

今年は所属する『やまきた野菜くらぶ』と女性部山北支部が協力して、畑で約350株を栽培しています。10月中旬には鉢に移し替え、支店や役場、学校などに寄贈する予定です。町中をざる菊でいっぱいにして、多くの人たちの目を楽しませたいですね。



お米とおかずの相性

五ツ星お米マイスター ● 小池理雄

私は消費者に少しでもお米の品種の違いを理解してもらうため『おかずとの相性』という切り口で説明します。

お米は『うま味・粒の張り具合・粘り』の三つ、飯の供は『材料・調理方法・食感・味・形状』といった切り口で分類します。

『食感』であれば「ねっとり系かパリパリ系か硬い系か」、『味』であれば「しょっぱい系か甘い系か辛い系か」、『形状』であれば「まぶし系か固形かドロリ系か」など。そしてこういった切り口同士を表でまとめると「この品種にはどのような飯の供が合うのか」が分かるのです。

この切り口は私独自のものです

が、その背景にあるのはいかに『口内調味』を実現できるかに尽きます。

口内調味とは「ご飯とおかずを同時に口の中でそしゃくすることにより、単品では味わうことのできなかった味へ昇華させ、楽しむこと」を指します。これは私たち日本人が昔から食習慣の中で会得した独自の技、といわれています。そう、実は表のように複雑に考えなくとも、「口内調味ができるか否か」で「お米とおかずの相性」は見る事ができるのです。

皆さんもぜひ、普段の食事からこの口内調味を意識してみてください。きっと違ったお米の楽しみ方が体験できると思います。

品種 飯の 供の食感	うま味がある	粒が張っている	粘りがある
ねっとり系	相性普通	相性良し	相性 良くない
パリパリ系	相性良し	相性普通	相性良し
硬い系	相性良し	相性 良くない	相性普通



料理上手さん。 いらっしゃ〜い!

大井
支店

大井町金子
角田 博さん

今回の
料理上手
さん



ぶっかけうどん

■材料（5人分）

- ・中力粉……………500 g（薄力粉と強力粉各250 gでも可）
 - ・塩……………29 g
 - ・水……………221ml
- ※上記の塩と水の量は春と秋の場合。夏は塩32 g、水218ml、冬は塩25 g、水は225mlが目安
- ・打ち粉……………適量

- ・めんつゆ
 - ・葉ネギ（小口切り）
 - ・ショウガ（すりおろす）
 - ・ミョウガ（千切り）
 - ・揚げ玉
 - ・卵もしくは温泉卵……………5 個
- 各適量

■作り方

- ①Aを混ぜ、よく溶かして塩水を作る
- ②ボウルに中力粉をふるいにかけながらいれる
- ③②を少しずつ加えながらよく混ぜ合わせ、耳たぶくらいの固さになるまでこね、1つの塊にし、ビニール袋に入れるかラップに包み15分ほど休ませる
- ④③を大きいビニールで包み、20回程度足で踏んでのびし、三つ折りにする（3〜4回繰り返す）。その後、ビニール袋などに入れて15分ほど休ませる

指先を立ててまぜる



- ⑤④の生地の手で中にまきこみながら、空気を抜き丸くする。ビニール袋などに入れ、1時間休ませる（冬は2時間）
- ⑥テーブルなどの上に打ち粉を振り、⑤の丸めた面を上にして置く。手のひらで生地を押しつぶし、丸く伸ばしたら、麺棒を使って、正方形に伸ばしていく
- ⑦ある程度伸びたら、正方形の角から角、面から面へと生地を麺棒に巻き付けながら2〜3 mmになるまで伸ばす
※打ち粉は適宜、麺棒や生地に振ること



- ⑧生地がくっつかないように⑦に打ち粉を振りながら、まな板の上に屏風だたみにしてのせ、4〜5 mmの幅に切り、ほぐす
- ⑨大きい鍋で沸騰させた湯に⑧を入れ、途中箸でかき混ぜながら12〜13分茹でる
- ⑩茹で上がったたら冷水に入れ、ぬめりがなくなるまでよく洗い、ザルにあげる
- ⑪⑩を器に盛り、卵や揚げ玉などのお好みの具材や薬味をのせ、めんつゆをかけたら完成



本人から一言

モチモチしておいしいと、孫たちに大人気。うどんのコシを決めるのは、足踏み作業。足全体の力を使って踏むので、いい運動にもなりますよ。

POINT

味が均一になるように、塩水と粉を混ぜる時、指先を立てながら大きく円を描くように混ぜあわせるのがコツ

クロスワードパズル

PRESENT

二重マスの文字をA～D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

『山芋そばと無塩うどん』のセットをプレゼント!!



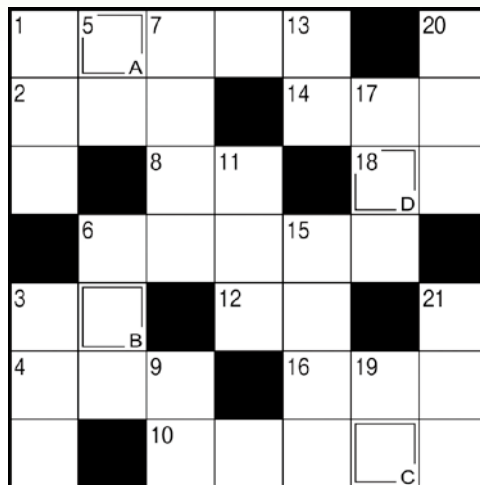
タテのカギ

- ① 機械などのパーツのこと
- ③ オクトーバーフェスト発祥の国です
- ⑤ 中国の大きな打楽器
- ⑥ 好・始・娘・妹は——偏の漢字
- ⑦ 海を——して陸地に
- ⑨ 日本国憲法では——の下の平等が保障されています
- ⑪ 学校の運動会で踊ることもあります
- ⑬ 視聴——、円周——
- ⑮ 海水の影響で塩分を含む湖
- ⑰ 台所のこと。漢字で書くと『厨』
- ⑲ たんすやソファなどのこと
- ⑳ ノーの反対語
- ㉑ 阿寒湖のものは国の特別天然記念物



ヨコのカギ

- ① 巨峰やピオーネ、デラウェアなどの収穫体験ができます
- ② 竜宮城で舞う魚
- ③ 卵と鶏肉とご飯で親子——を作った
- ④ 実るほど頭(こうべ)を垂れる——かな
- ⑥ コロコロと気分が変わる人のこと
- ⑧ 無料です。代金はいりません
- ⑩ 秋の空にぼこぼここと浮かびます
- ⑫ ろうそくの炎にガラス板を近づけると付きます
- ⑭ 学校の教室に並べるもの
- ⑯ 船が停泊するときに下ろします
- ⑱ クルミが似合うげっ歯類



答

	A
	B
	C
	D

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12月号。

締め切りは、令和4年10月21日(金)

8月号の当選者

答えは『アフオドリ』でした。次の方が当選されました。

鈴木 照子さん<足柄>
岩瀬 恵子さん<下府中>
神尾 美樹さん<下曽我>

高橋 昭子さん<片浦>
相原 晃一さん<中井>

応募総数は55通
(うち正解は55通)
カッコ内は支店

個人情報
について

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
後記

実りの秋を迎えました。旬の野菜や果物を食べて自然の恵みに感謝し秋の味覚を存分に味わっていきたいです。今月の特集でおコメについて改めて再認識。我が家でも稲刈りが行われます。酒匂川の恵みをうけた美味しい新米をお腹いっぱい早く食べたーい。(1)



今月は

箱根山麓紅茶(リシール缶)

神奈川県産の緑茶品種の茶葉を原料にした、苦味が少なくマイルドな口当たりが特徴の紅茶飲料です。

『無香料・無糖・無着色』に仕上げました。

★1ケース：490g×24缶

★価格：2,300円(税込) ※10月末までの特別価格です。

【通常価格2,590円(税込)】



<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

お詫びと訂正

令和4年8月20日発行のかながわ西湘9月号(№192)で誤りがありましたのでお詫びして訂正いたします。

P10「トビックス」県内で初、その名も“金太郎バナナ”

国 凍結解凍錯覚法
正 凍結解凍覚醒法



ルッコラ

～イタリア料理で定番のハーブ～

ルッコラの特徴

ルッコラのプロフィール
 【分類】アブラナ科キバナスズシロ属
 【原産地】地中海沿岸
 【おいしい時期(旬)】10～12月ごろ、4～6月ごろ
 【主な栄養成分】β-カロテン、
 ビタミンC・E・K、鉄、マグネシウム、
 アリルイソチオシアネートなど

β-カロテン・ビタミンE

活性酸素を抑え、肌や血管の老化予防、免疫向上に効果的

ビタミン

葉の部分に多い
 ビタミンCは、
 ホウレンソウの2倍!



風邪予防、
 疲労回復、
 美肌に
 効果的

ビタミンK

骨の形成に関わり、カルシウムとの相乗効果で骨粗しょう症予防が期待できる



ミネラル

鉄分はプルーンの1.5倍!
 貧血気味の方にお勧め



アリルイソチオシアネート

辛味成分の強い抗酸化作用、抗菌作用が特徴で、がん予防や血栓予防に効果的

選び方

香りが良く、茎や葉がピンとして張りがある
 葉の色が鮮やかで、みずみずしい



お好みで選ぼう



水耕栽培

葉が軟らかく香りや風味が穏やか

露地物

野性的な風味で成長に従って香りが強くなる



NG

鮮度が落ちている
 葉が黄色っぽい
 切り口が変色している



保存方法

冷蔵庫の野菜室へ

乾燥防止

少し湿らせたペーパータオル・新聞紙にふんわりと包み、ポリ袋や保存袋に



根元を下に!
 立てて鮮度を維持



香りや風味が損なわれるので、早めに使い切ろう

楽しみ方・食べ方のコツ

ズマのような風味が特徴の他の食材と調理することで風味が引き立つ

生食

特有の風味とフレッシュな香りが楽しめる
 サラダ・カレパッショなど

炒め物、おひたし、パスタ、ピザなど、加熱調理もOK
 風味や香りを損なわないよう、さっと火を通すくらいがお勧め



好相性

チーズ、生ハム、トマト、オリーブ油



ピューレにして

ソース、スープ、ムースに

味や色合いの引き立て役

卵料理、肉料理



インフォメーション

准組合員対象

第3回准組・知っトク講座 お正月飾りづくりに挑戦

日時：令和4年12月17日（土）13：30～16：00（予定）
場所：JAかながわ西湘 本店（小田原市鴨宮627番地）
内容：お正月飾りづくり
募集人数：准組合員、及びその家族 20人 参加費：500円
募集期間：令和4年11月1日（火）～先着順

お問合せ・お申込み：組織相談部 組織広報課 ☎0465（47）8183

当JAのホームページ  から申し込みできます



※この活動はJA共済の支援を受けています

読めば読むほど、面白い！～日本農業新聞を購読してみませんか～

国内で唯一の日刊農業専門紙です。地元はもちろん全国からJAの話題をお届けします。電子版は、毎朝5時に配信され、スマートフォンやタブレットを使っていつでも情報をキャッチ！また、朝・昼・晩に最新ニュースをお届けします。

○購読料：紙版 1か月2,623円（税込）＊最寄りの新聞店より配達されます。
電子版 1か月2,403円（税込）

お申込みは各支店窓口まで



農作業中傷害共済(集団契約)のご案内

JAでは現在、農作業中の事故によるケガなど万が一に備えた農作業中傷害共済をすすめています。この機会にぜひ、ご加入ください。

年間を通じて加入できますが、集団契約に合わせてご加入いただくと割安な掛け金で契約いただけます。

申し込み期間：令和4年10月20日（木）～11月18日（金）

詳しくは各支店までお問合せください

その作業、負担軽減しませんか？

令和4年 JA農機ハウスローン

適用期間 令和4年12月30日（金）まで

農業のユメ育みます。

利子補給適用で
農業者応援金利
（固定）

年0.2%

標準金利：1.2%

（保証料別途 年0.25%）※一括前払いの場合、保証料全額助成いたします。

- 応援1 農業機械の購入にも！
- 応援2 軽トラックの購入にも！
- 応援3 農業用の井戸・水道の設置にも！
- 応援4 ハウスの建設費用にも！
- 応援5 農業用倉庫の設置にも！

※一定の条件のもとで、3か月以内の支払い済み資金にも対応いたします。

JAバンク神奈川
保証料助成事業

保証料
実質 0%

JAが取扱うすべての農業資金において、県農業信用基金協会の保証が付された場合の一括前払い保証料を全額助成するもの。一度お支払いいただいた後、全額助成いたします。
※一括前払い以外の方法により支払われた保証料については、助成の対象となりません。

スピーディな対応で、未来を笑顔に！

生産・加工・流通等にかかる設備資金から運転資金まで農業者の幅広いニーズに対応

令和4年 アグリマイティー資金

適用期間 令和4年12月30日（金）まで

農業のユメ育みます。

利子補給適用で
農業者応援金利
（固定金利選択型[10年]）

- 借入当初10年間 固定金利
- 借入10年目以降 変動金利（年2回見直し）

年0.475%

標準金利：1.475%

（保証料別途：年0.3～0.4%）※一括前払いの場合、保証料全額助成いたします。

固定金利適用期間：借入当初から10年経過後、最初の利払日まで
利子補給適用期間：借入当初から10年後の応当日まで

- 応援1 農業生産に直結する資金にも！
- 応援2 加工・流通・販売に関する資金にも！
- 応援3 ソーラーパネルの設置にも！
- 応援4 農地の取得資金にも！
- 応援5 直売所の建設資金にも！

金融移動店舗『きんじろう号』の運行変更について

下曽我・曾我支店の統廃合に伴い、曾我支店管内で『きんじろう号』を運行します。

新たに曾我支店敷地内（10：00～12：00 10月18日より）、鬼柳公民館敷地内（13：30～15：00 10月21日より）での運行を導入しますのでぜひ、ご利用ください。



JAかながわ西湘

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10月号（vol.193）令和4年9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／宇留間優
●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/> 