

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

2024

3

vol.210



特集 湘南ゴールドでLet's Cooking !

●組合員から求められるJAへ ~センター再編による機能改革~

月 相談会日程

法律相談会 〈要予約〉

| | |
|---------|--------------------------|
| 本店 | 2日(土)13:30～/15日(金)13:30～ |
| 開成事業所 | 7日(木)13:30～/15日(金)9:30～ |
| 湯河原中央支店 | 7日(木)13:30～ |

相談課 ☎ 0465 (47) 8176

税務相談会 〈要予約〉

| | |
|---------|-----------------------------------------|
| 本店 | 2日(土)13:30～/6日(水)13:30～ 26日(火)13:30～ |
| 開成事業所 | 6日(水)9:45～/19日(火)9:45～ |
| 湯河原中央支店 | 13日(水)13:30～ |

相談課 ☎ 0465 (47) 8176

相続対策個別試算相談会 〈要予約〉

| | |
|-------|--------------|
| 本店 | 16日(土)13:00～ |
| 開成事業所 | 23日(土)13:00～ |

相談課 ☎ 0465 (47) 8176

遺言相談会 〈要予約〉 13:00～

| | | |
|-------|--------|----------------|
| 大井支店 | 13日(水) | 0465 (82) 0154 |
| 中井支店 | 14日(木) | 0465 (81) 1121 |
| 南足柄支店 | 21日(木) | 0465 (74) 4111 |

年金相談会 〈要予約〉

| | | |
|-------|--------|----------------|
| 片浦支店 | 2日(土) | 0465 (29) 0011 |
| 南足柄支店 | 13日(水) | 0465 (74) 4111 |

ローン休日相談会 ☎0120(978)847

JAかながわ西湘ローンセンター 9:30～18:00

2日(土)/9日(土)/10日(日)/16日(土)
23日(土)/24日(日)/30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 | 2日(土) | ☎0465 (46) 1001 |
| | 9日(土) | |
| | 16日(土) | |
| あしがら 営業所 | 23日(土) | ☎0465 (82) 3133 |
| | 30日(土) | |

幸せを呼ぶ湘南ゴールド

食べた瞬間、爽やかな甘さと香りに癒され、幸せな気分にしてくれる『湘南ゴールド』。相模湾が見渡せる高台の畑で『湘南ゴールド』を栽培しているのは、湯河原町門川の露木のぶ子さん。昨年の夏からは息子の豊和さんが就農し、今年は親子で収穫に汗を流しています。のぶさんは「これから親子二人三脚で湘南ゴールドが町の特産品になるよう頑張りたい」と話してくれました。

c o n t e n t s

人 小宮 健三さん(相和支店) …………… 3

〈特集〉

湘南ゴールドでLet's Cooking! …………… 4

かながわ西湘ニュース …………… 7

営農コーナー …………… 8

トピックス …………… 10

私の時間 青木 智佳代さん(真鶴駅前支店) …………… 12

暮らし百科 食べ物で紫外線対策

わが家の定番(山北支店) …………… 13

クロスワードパズル …………… 14

フルーツパラダイス …………… 15

インフォメーション …………… 16

理事会だより ～主な議題～

令和6年1月18日

◆第3四半期余裕金の運用実績について

令和5年10月～12月までの3か月間の余裕金運用実績及び通期の余裕金運用累計実績が報告されました。また、米国の金利上昇に伴い、保有する一部有価証券の対応などが併せて報告されました。

◆開成事業所の再編にかかる入札指名業者の選定について

現開成事業所(統括センター・JAかながわ西湘エネルギー(株)本社)建物の解体・再編にかかる入札指名業者の選定を協議した結果、承認されました。令和6年度より、統括センターが担う物流事業は各営農経済センターへ移管し、JAかながわ西湘エネルギー(株)本社は開成事業所同一敷地内に新社屋を建設します。

地元の農業を守りたい

風呂用の薪を切るのは小宮さんの仕事で、「薪で沸かしたお風呂はポカポカして、体の芯まで温まる」と話す。以前はシイタケを栽培していたことから、義父からチェーンソーの使い方や木の扱い方を教わった。

秋田県生まれで、電気関係の仕事に就いたが、結婚を機に江戸時代から続く農家に入り、兼業農家になった。実家で水稲の作業を手伝ってきたので抵抗はなく、職業柄、コンバインやトラクターなど機械の扱いは得意分野だった。「機械が壊れても自分で直せるので、農機具店に出すことはない」と笑う。2年前に仕事を辞め、今は農業ひとすじ。

仲間と一緒に 農地保全活動

義父から習った技は所属する『山田炭焼き友の会』でも生かされ、仲間と里山や農地の保全に取り組む。

約30年前に消防団OBで立ち上げた会は現在7人で活動。山の整備のほか、子どもの炭焼き体験教室を開き、子どもたちに里山の役割を伝える活動も行う。

『高尾棚田保存会』では20年近く荒廃地だった棚田を復活させ、酒米を栽培する。小宮さんは機械を担当し、トラクター、田植え機、コンバインなどを操縦。自身もうるち米ともち米を栽培しているため、作業ごとにコンバインを掃除する。「1日がかりになるが、丁寧に掃除しないと異なる品種が混ざってしまう」と分解して入念に手入れを行う。その誠実な姿が仲間から頼りにされるのだろう。『うわそばの会』では会長を務め、休耕地でソバ栽培に取り組む。

「これからも仲間と地元
の農業を守りながらおいしい米を作っていきたい」。
小宮さんの目は輝いていた。



「チェーンソーの扱いは義父から教わった」と話す小宮さん

こみや
けんぞう
小宮 健三さん

相和／
大井町山田

ひと

71歳。水稲40a、ミカン40a、露地野菜20a、柿・梅10a栽培。『山田炭焼き友の会』、『高尾棚田保存会』、『うわそばの会』に所属する。

Let's Cooking!



NHKおはよう日本『くらし』で紹介

料理研究家 浜内干波 監修!

“湘南ゴールド”のおいしいレシピ

湘南パスタ

■材料 (2人分)

- ・湘南ゴールド……2個
- ・パスタ……200g
- ・塩……お湯の1%
- ・オリーブオイル……大さじ2
- ・ニンニク……1かけ
- ・パルメザンチーズ……大さじ1
- ・黒コショウ……適量

■作り方

- ①パスタはお湯に対して1%の塩分を入れ、既定の時間茹でる
- ②フライパンにオリーブオイル大さじ1とスライスしたニンニクを入れ、香りが出るまで炒める
- ③②に輪切りにした湘南ゴールドを加え、1分ほど炒める
- ④③に茹でたパスタを入れ、ゆで汁を少しずつ加え、味を調節する
- ⑤器に盛り、残りのオリーブオイル、黒コショウとパルメザンチーズをふったら完成



魚の湘南グリル

■材料 (2人分)

- ・湘南ゴールド……2個
- ・エビ……4尾
- ・ホタテ……2個
- ・イカ……1杯
- ・鮭……2切れ
- ・紫タマネギ……1/4個
- ・オリーブオイル……大さじ2
- ・塩……小さじ1/2弱
- ・黒コショウ……適量

■作り方

- ①イカの内臓を取り、2cmの輪切りにする
- ②鮭はひと口大に切り、紫タマネギは1cm幅のくし切りにし、湘南ゴールドは横半分に切り、切り込みを入れる
- ③魚焼きグリルにアルミホイルを敷き、オリーブオイル大さじ1を伸ばしておく
- ④③に①・②・エビ・ホタテを並べ、塩を全体にふり、7~8分火が通るまで焼く
- ⑤④に残りのオリーブオイルと黒コショウをふって完成

チキンの湘南煮込み

■材料 (2人分)

- ・湘南ゴールド……2個
- ・鶏もも肉……300g
- ・タマネギ……100g
- ・塩……小さじ2/3
- ・黒コショウ……少々
- ・キャベツ……200g
- ・オリーブオイル……大さじ2
- ・水……2/3カップ

■作り方

- ①鶏もも肉は筋切りをし、たて半分に切り、塩コショウする
- ②タマネギはスライスし、キャベツは大きめのざく切りにする
- ③フライパンにオリーブオイル大さじ1を入れ、中火で鶏もも肉の皮目をしっかり焼き、ひっくり返してこんがり焼きながらタマネギを入れて炒める
- ④③にキャベツを入れて炒め、しんなりしてきたら水を入れ、5分ほど中火弱で煮込む
- ⑤④に4等分にした湘南ゴールドを入れ、再び5分ほど煮込む
- ⑥器に盛り、黒コショウをふったら完成





特集

湘南ゴールド

今、旬を迎えている湘南ゴールド。そのまま皮をむいて食べるのもおいしいですが、料理に皮ごと使うと香りも爽やかで見た目も上品に。今月は湘南ゴールドを使ったおいしいレシピをご紹介します。



他にも色々湘南ゴールド料理♪

湘南ゴールドトースト

■材料

- ・湘南ゴールド…………… 1～2個
- ・食パン…………… 1枚
- ・クリームチーズ…………… 30g
- ・ハチミツ…………… 適量

■作り方

- ①湘南ゴールドは3mm程度の輪切りにする
- ②食パンにクリームチーズを塗る
- ③トースターなどで焼き、全体がきつね色になったら完成。お好みでハチミツをかけても可



湘南ゴールドゼリー

■材料

- ・湘南ゴールド…………… 2～3個
- ・エーコープゼリーの素（クール）…………… 70g（1袋）

■作り方

- ①湘南ゴールドは外皮と薄皮をむき、少しほぐす
- ②ボウルに300mlの熱湯とゼリーの素を入れてよく混ぜる
- ③②に①を加えて混ぜ、冷蔵庫で冷やす
- ④固まったら、器にスプーンで盛りつけ完成

湘南ゴールドの春野菜炒め

■材料

- ・湘南ゴールド…………… 2個
- ・豚肉…………… 300g
- ・キャベツ…………… 1/4個
- ・タマネギ…………… 1/2個
- ・スナップエンドウ… 8個
- ・鶏がらスープの素… 小さじ1
- ・塩…………… 少々
- ・オリーブオイル… 大さじ1

■作り方

- ①豚肉・キャベツ・タマネギを食べやすい大きさに切る。湘南ゴールドは3～5mmの輪切りにする。スナップエンドウは筋を取り、半分に切る
- ②フライパンにオリーブオイルを入れて豚肉を炒め、火が通ったら野菜を加えて、さらに炒める
- ③②に湘南ゴールドと☐を入れ、さっと炒めたらできあがり





広がる湘南ゴールドの世界・加工品の紹介

アメ



ガミ



(株)しいの食品×江ノ島電鉄(株)×JAの
コラボによって昨年の12月に誕生した
『湘南ゴールドグミゼリー』。キュン♡
と甘酸っぱい青春の味♪



ゼリー

**ケーキ・
焼き菓子**



紹介した商品は
朝トリアア〜ミ♪
で販売中

ジュース

酒



定年帰農者等を対象にした温州ミカン休日講習会

| | | | |
|-----------|------------------------------------------|-------------|-------------------------------------------------------------|
| 日時 | 令和6年3月16日(土) 10時より | 対象者 | JA共販を中心とした出荷販売を目的で農業を始める人や後継者、定年帰農の方(先着30名) ※定員に達し次第締め切ります。 |
| 場所 | 株式会社ブルックスホールディングス 大井事業所 ほ場 (大井町山田300) | 申込期日 | 令和6年3月11日(月) |
| 内容 | ①栽培管理・せん定 ②病虫害防除について ③その他 | 申込方法 | 営農部営農指導課まで ☎0465 (46) 6950 |

※雨天の場合は現地にて資料説明のみとなります。
※当講習会は申込制となっておりますので、当日参加はできません(当日の欠席連絡は不要です)。
※上記電話番号は平日のみとなります(当日も繋がりません)。また、(株)ブルックスホールディングスへのお電話は対応できませんので、お控えください。

組合員から求められるJAへ

センター再編による機能改革

JAでは、支店・営農経済センター及び統括センターの機能統合をはかり、組合員への利便性と業務効率化の向上を目指すことを目的に、各センター機能の再編を進めて参ります。

JAでは、組合員の利便性改善と金融緩和対策の長期化による厳しい経営状態を勘案し、各営農経済センターの機能を順次、隣接支店へ編入し、信用・共済・営農・経済事業等を一括して管理する体制に整備して参ります。

営農経済センター機能の支店への編入時期については、令和6年4月に中井営農経済センターを中井支店に編入。中井営農経済センターの名称はなくなり、中井支店となります。久野・湯河原営農経済センターは、新エリアの移行時期が令和8年4月に予定されており、それらに合わせてセンター機能を隣接支店に編入する計画です。

営農・経済・共済・信用・共済・営農・経済事業と多岐にわたり業務を行います。業務で得た情報は支店内で共有することで、職員の組合員対応の向上をはかります。

また、予約注文やJAネットショップかながわの普及。自己取りの増加に伴う物流機能の見直しにあたり、開成事業所にある統括センター機能を各営農経済センターへ移管し、配送業務の効率化をはかります。さらに統括センター職員を各営農経済センターに配置することで、TAC担当者が増員いたします。

JAでは、より一層組合員・利用者に寄り添ったサービスの展開に努めて参りますので、ご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

令和6年4月1日(月)からの中井支店

どちらの電話番号も『JAかながわ西湘中井支店』でお受けします。

●中井支店：☎0465(81)1121 ●中井営農経済センター：☎0465(81)2776

| | 金融・共済等窓口 (現在の中井支店窓口) | 営農・経済等窓口 (現在の中井営農経済センター窓口) |
|-----|-------------------------|-------------------------------|
| 平日 | 9:00~15:00 | 8:40~16:00 |
| 月末* | | 8:40~15:00 |
| 土曜日 | | 8:40~12:00 |

*月末：当月の平日営業日の最終日

購買品の注文・配送は令和6年4月1日(月)から下記のとおりで行います。

| 営農経済センター・支店 | 電話 | 管轄支店 |
|-------------|--------------|-----------------------|
| 開成営農経済センター | 0465(83)5200 | 大井・松田・南足柄・岡本・岩原・福沢・開成 |
| 久野営農経済センター | 0465(35)8010 | 久野・足柄・報徳・片浦・大窪・早川・箱根 |
| 成田営農経済センター | 0465(38)0131 | 成田・下府中・酒匂・曾我の里・国府津 |
| 中井支店 | 0465(81)2776 | 下中・相和・中井・井ノ口 |
| 山北支店 | 0465(75)1311 | 山北・清水 |

窓口営業時間は現在の時間に変更はございません。

*主食(年特)の配送は開成営農経済センターより行います。

*湯河原営農経済センターは変更ありません。



リスク管理の
再認識を学ぶ

令和6年1月2日、羽田空港において被災地へ救援物資を輸送する海上保安庁の輸送機と日本航空機が接触し炎上した。この事故の原因は、指示する管制側との連絡がうまくいかなかったこと、また滑走路への進入停止ランプが点灯する視界基準に達していなかったことなど、幾つかの事象が重なったことといわれている。幸い、乗務員による的確な判断と誘導で全員が無事であった。世界から奇跡と称賛されているが、決して奇跡ではなく日頃の訓練の成果である。機長と連絡が取れない中、乗務員一人ひとりが自分は何をすべきか考え、炎に包まれる機体8か所にある非常扉のうち、どの扉を開けるかなど迅速に判断したこと。さらには、乗客が指示に従い荷物を持たなかったことも大きな要因であったといわれている。

日本航空では、緊急事態を想定した訓練を繰り返し行い、筆記と実技の試験に合格しなければ即乗務停止になるとのこと。乗務員の中には新人も含まれていた。日頃の訓練結果ではないだろうか。

人間に失敗はつきものであり、未然に防止するため様々な基準が設けられているが、その基準を作るのも人間であることを忘れてはならない。私たちは今回の事故を『対岸の火事』と捉えず、日常業務におけるリスク管理の重要性として再認識すべきである。

今年(令和6年)は60年に一度の甲辰(とら)の年、今までの準備が大きく実る年、変革の年、全てのものに成長を促す暖かい光がまんべんなく降り注ぐ年といわれている。管内農業に春の暖かい日差しがたっぷり降り注ぐことを心より願う。

(常務 根本)

湘南ゴールドのせん定について

【品種特性】

①樹勢が強い。②隔年結実する性質が強い。

【せん定の基本】

①枝には、ずっと使う骨格枝と、果実を結実させる結果枝があります。骨格枝を明確にして、結果枝を更新するのがせん定です。結果枝をずっと使いすぎると結果枝が骨格枝より太くなり、骨格枝と結果枝の区別がつかなくなるので、せん定が難しくなります。

②せん定には枝ごと間引く『間引きせん定』と、前年新梢の先端を先刈する『切り返しせん定』があります。せん定はその2つの組み合わせです。

【整枝の考え方】

＜樹の形と樹を構成する枝の種類＞

主枝（3本） 亜主枝（1主枝に第1亜主枝2本、第2亜主枝1～2本）を基本に開心自然形とします。

主枝・亜主枝は骨格枝（幹線としてずっと使う枝：例えるなら樹の背骨）ともいい、結果枝・結果母枝は側枝ともいい、果実を生産する部位、結果部位は先へ延びます。

＜せん定の程度と樹、果実への影響＞

強せん定：樹勢が強くなり結実しにくくなります。さらに強せん定を続けると樹勢は低下します。

弱せん定：着果は安定しますが小玉果が多くなります。樹冠内に光が入らなくなり、枝ばかりの無効容積が増え、生産性が低下します。風通しが悪く、農薬が枝葉にかかりにくくなるので、病害虫が多くなります。

【せん定の実際】

①主枝の明確化（主枝先端の切り下げ）。勢いの強い内向枝の間引き、切り戻し。

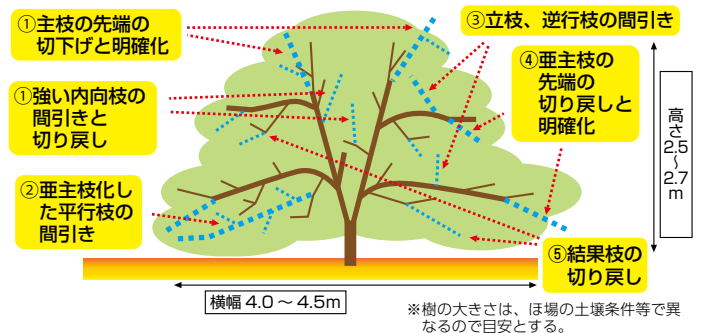
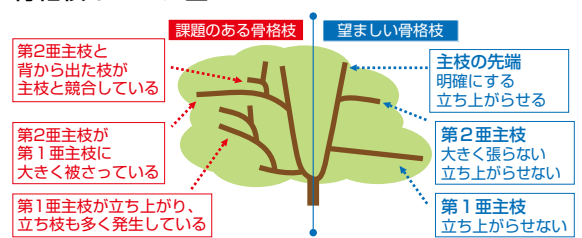
②枝が混んでいる場所は巨大化した平行枝（亜主枝化した平行枝）があることが多い。平行枝のどちらかを間引き、（1樹で1～3か所）樹勢の弱い樹は行わない。

③立枝、逆行枝の間引き。

④亜主枝の先端の切り戻し。

⑤果実が地面に付きそうな下垂した結果枝の切り戻し。

骨格枝イメージ図



※樹の大きさは、ほ場の土壌条件等で異なるので目安とする。

西湘はるみ米研究会 新規会員募集

平成30年度に立ち上げたこの研究会は、水稻『はるみ』を品質と食味にこだわって栽培し、研究会ブランド『さかわのめぐみ』の生産・販売に取り組んでいます。

活動内容：勉強会・ほ場巡回・土壌診断・定期総会等

募集期間：令和6年2月19日（月）～3月22日（金）

申込方法：最寄りの支店または営農経済センター（申込書は店舗に用意してあります）

加入については以下の条件を満たす必要があります。

| | 必ず取り組む項目 | 選択条件 | 3つ以上取り組む項目 |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 必須条件 | 栽培面積おおむね10a（1反）以上 種子更新率100% ほ場ごとの生産履歴の提出・GAPの取り組み 調製は1.8mm以上で行う 元肥+追肥体系 | | 「土壌診断の実施」 「稲わらのすきこみ」 「堆肥の投入」 「春まで2回以上耕うん」 「ケイ酸肥料施用」 「化学肥料を県基準慣行の30%削減」 「化学農薬を県基準慣行の30%削減」 「地域の水利に合わせた適期の中干し」 「疎植栽培（50株/坪以下）」 |

※詳細は営農経済センターにお問合せください。

レモン栽培管理講習会

1. 対象者：レモン栽培者

2. 日程・会場

| 日程 | 地区 | 開催時間 | 集合（園地が不明の方） | 集合時間 |
|----------|-----|--------|--------------------------------------------------------------|--------|
| 3月19日（火） | 久野 | 9時30分 | 小田原フラワーガーデン駐車場 | 9時00分 |
| | 下管我 | 13時30分 | 管我の里支店 | 13時10分 |
| 3月21日（木） | 片浦 | 9時30分 | 佐奈田霊社駐車場 （小田原市石橋420） | 9時20分 |
| | 湯河原 | 13時30分 | 湯河原営農経済センター ※駐車スペースに限りがあり、乗り合わせになるために、参加者は必ずセンターに集合してください | 13時10分 |
| 3月22日（金） | 山北 | 9時30分 | 山北支店 | 9時00分 |
| | 中井 | 13時30分 | 中井営農経済センター | 13時10分 |

※令和5年7月に実施したほ場で行いますので、ほ場がわかる方は現地集合をお願いします。

3. 内容：ア) 苗木の植え付け方法について（説明）

イ) 苗木、幼木の管理について（説明・実技）

ウ) その他

4. 申込期日：令和6年3月8日（金）まで

5. 申込先：営農部営農指導課または営農経済センター、山北支店まで

※全日程、同内容になります。ご都合に合わせて参加してください。

詳しくは各営農経済センター、または
営農部営農指導課 ☎0465(46)6950

県知事賞に斉藤さん ～令和5年度小田原梅干品評会～

小田原梅の加工技術の向上及び消費拡大に向け、1月17日に小田原梅干品評会が行われました。女性部員も出品し、県内外より43点が集まった中、小田原市曾我別所の斉藤昌代さんが県知事賞を受賞されました。主な管内の受賞者は以下の通りです。



授賞式の様子（前列右から3人目が斉藤さん）

■受賞者（敬称略。カッコ内は支店名）

生産者の部

- 神奈川県知事賞＝斉藤 昌代（曾我の里）
- 小田原市長賞＝二見 京子（曾我の里）
- 小田原市農業委員長賞＝市川 照子（曾我の里）
- 全国農業協同組合連合会神奈川県本部運営委員長賞＝片野 玲子（曾我の里）
- かながわ西湘農業協同組合代表理事組合長賞＝菅沼 桂子（曾我の里）
- 小田原市梅研究会長賞＝小室 万里子（曾我の里）
- 神奈川県果樹組合連合会長賞＝穂坂 美代子（曾我の里）

一般の部

- 小田原梅ブランド向上協議会長賞＝森田 セツ子（開成）

小田原いちご生産部が組合長を訪問

小田原いちご生産部は1月11日に本店を訪れ、天野組合長へ『紅ほっぺ』を手渡し、2023年度産の出来栄えを報告しました。

夏から秋にかけて例年より気温が高く、花芽の分化が遅れ収穫時期も遅くなりましたが、高品質な果実に育っています。市川祐光部長は「小田原産イチゴを多くの人に味わってほしい」と笑顔で話しました。



天野組合長へイチゴを手渡す市川部長と小清水規副部長



今月は農業まっしぐら

プロフィール

たけはら ともき
竹原 知紀さん (38)
湯河原町鍛冶屋

祖父の代から続くカンキツ農家で令和3年に就農。ミカンの他レモンやキンカン、ブルーベリーなどの果樹を6a、露地野菜を1a栽培するほか、吉浜芋やアボカド栽培にも取り組み、SNSを通じて農業の情報を発信している。



Q 就農のきっかけは？

A 祖父が他界したあと、母が農業を続けてきましたが次第に大変になり、祖父が一つひとつ大切に石を積み、造り上げてきたミカン畑や子どもの頃から慣れ親しんだ農業の風景が荒れていく姿を見て、この畑と風景を守りたいと思い就農しました。

Q 栽培で心がけていることは？

A 農薬や化学肥料を使わず、有機肥料や微生物の力を活用して環境への負荷を少なくした栽培に取り組んでいます。まだ、始めたばかりでわからないことも多いのですが、近所の先輩農家や母、JAや県の技術センター職員に教わり、人とのつながりは大切だと感じています。

Q 農業の喜びや楽しみは？

A 毎日が挑戦で就農してから一日一日過ぎるのが早く、充実しています。また、SNSを通じて地元や県内外の方に販売し、収穫体験などのイベントを企画して、消費者とふれあっていますが、いただく声は励みになります。「ミカンを食べる習慣はなかったけど、おいしくこれからも食べたい」と言われてうれしかったです。

Q 今後の目標は？

A 古くから大切にされてきた農業を守り、次の世代につなげていきたいと考えています。そのためにも若い人たちが「農業をやりたい」と思えるようSNSなどを通じて、農業の魅力などを伝えていきたいです。また農業にかかわらず、地元をはじめ多くの人々とながかり、地域農業を盛り上げていきたいです。

“のう家さん、JAさんありがとう”

～下府中小学生より感謝の贈り物～

下府中野菜研究会に1月上旬、下府中小学校の2年生からサツマイモのツルで作ったリースが贈られました。

JAは食農教育プランにもとづき、地域の組合員と連携し、管内の学校などの農業指導に協力しています。同部会は10年ほど前より同小学校の農園を支援し、2年生のサツマイモ栽培を指導してきました。今年度も土づくりから5月の定植、11月の収穫まで協力してきました。

児童たちは感謝の気持ちを伝えようと収穫したサツマイモのツルを使ってリースを作り、手紙と一緒にプレゼント。内田澄男会長は

「心がほっこりした。これからも子どもたちに食と農の大切さを伝えるために地域に貢献していきたい」と笑顔を見せました。



心温まるプレゼントで会員みんな笑顔に

『かなこまち』の認知度向上へ

～専門校生がイチゴスイーツを開発～



発表されたスイーツを試食したイチゴ生産者の中嶋利充さん（前列右）
鎧塚俊彦シェフ（前列右から3人目）



『かなこまち』を使ったスイーツ

製菓・カフェの専門校『レコールバンタン』は1月13日、小田原市にある『一夜城Yoroizuka Farm』でイチゴ生産者の中嶋利充さんや同市、県と連携し、かなこまちプロジェクトスイーツ発表会を開催しました。同校では、鎧塚俊彦シェフ監修のカリキュラムの中で、中嶋さんの農園で実習を通じて知識を高め、『かなこまち』の消費者への認知度向上を目指し、スイーツなどの開発に取り組んでいます。

当日は『いちごピザ』や『飲むかなこまちスイーツ』など7商品が発表され、中嶋さんや鎧塚シェフ、市や県職員などが試食。鎧塚シェフは「小田原で売り出していくには、地元のをブレンドして唯一無二のスイーツを作っていけば面白いのでは」と総評しました。かなこまちプロジェクトで発表されたスイーツは2月18日にダイナシティで開催された『美食のまち小田原地場産フェア』で限定販売されました。

国消国産を広めよう

～女性部が冬の料理講習会を開く～



冬野菜の料理がズラリ

J A女性部は1月16日、『小田原市川東タウンセンターマロニエ』で冬の料理講習会を開きました。支部の代表と支店事務局ら45人が参加し、冬野菜を使った料理5品を手際よく仕上げました。

女性部では、食の安全を伝えるために材料は地場産と国産にこだわっています。レシピは家庭で繰り返し作れるようダイコンや白菜など旬で身近な食材を選びました。

参加者は「手軽にできるメニューでおいしくできた。支部でも講習会を開き、他の部員にも広げたい」と話しました。

栃木産のイチゴはいかが

～姉妹J Aかみつがが朝ドレで販売～

朝ドレフェア～ミ♪は2月4日、農産物産地間交流の一環として姉妹J Aである栃木県のJ Aかみつがの特産品のイチゴとニラの対面販売を行いました。当日は、店舗前に特設ブースを設け、成田店とハルネ店合わせてイチゴの『とちあいか』を1,400箱、ニラ200束を用意。『とちあいか』は2019年に誕生した品種で、かみつがの職員は「大粒で甘みが強い品種」と来店者にPR。イベントを目当てに来た買い物客は「真っ赤でおいしそう。食べるのが楽しみ」と笑顔で話し、ブースはイチゴを買い求める客でにぎわっていました。



『とちあいか』を求めにぎわう店頭

4年ぶりの年金友の会親睦旅行

～約600人が長野県・屋神温泉を堪能～

コロナ禍で中止となっていた年金友の会親睦旅行が4年ぶりに再開し、1月23日から2月2日にかけて『出湯50周年の屋神温泉と妻籠宿・南信州の旅』（1泊2日）を実施しました。

7班に分かれ、約600人が参加。『諏訪大社』での参拝や『丸井伊藤商店』の味噌蔵見学のほか、『妻籠宿』の街並みを散策し、出湯50周年の屋神温泉で疲れを癒しました。参加者は交流を深め、「みんなでワイワイ旅行するのは久しぶり。元気な顔が見られて良かった」と楽しいひとときを過ごしました。



妻籠宿を散策する参加者

日々の感動を絵手紙に表現



私の時間

心のおもむくままに

真鶴町岩

あおき 青木

ちかよ 智佳代さん

今から25年程前、病院に展示されている絵手紙を見て、「素敵だなあ」と気になっていたところ、町で絵手紙教室の案内を目にし、習い始めました。現在月に1回、仲間と町民センターに集まって活動し、作品は町の文化祭などで展示しています。

絵手紙のモットーは「へたでいい、へたがいい」。形をそのまま写して上手く描く必要はなく、大切なのは自分の心が感じたまま描くこと。食べたパンのおいしさや見た花の美しさ、パインナップルの甘い香りなど、心と対話しながら墨と顔彩でハガキいっぱい表現します。

また、描き方に決まりはなく、同じものを題材にしてもどう配置するのか、筆のタッチや色の使い方も異なり、描き手の性格が出て面白いです。上手く描こうとすると比べてしまいますが、決まりがなく下手でもいいからこそ、お互いの作品が持つ光る個性がわかります。

これからも日々感じたことを心のおもむくままに描き、『仲間と楽しく』絵手紙教室を続けていきたいです。



おいしく食べて美しく
食べ物で紫外線対策

栄養士 ● 吉田理江

紫外線量が増え始める春からしっかりと対策を行うことが美しい肌への近道です。日焼け止めクリームなどの紫外線対策は必須ですが、普段の食事を意識し内側からケアをするとさらに美しい肌になれるでしょう。今回は、春の紫外線対策にお薦めの栄養素を三つお伝えします。

■ビタミンA

ニンジンなどの緑黄色野菜、レバーなどに含まれるビタミンAは、紫外線でダメージを受けた肌を修復する働きがあります。また、抗酸化作用があるため美肌づくりには欠かせない栄養素です。緑黄色野菜に含まれるベータカロテンは、体内で必要に応じてビタミンAに変わります。油と一緒に取ると吸収されやすくなるため、炒め物にしたり、ドレッシングをかけるとうまいでしょう。甘くてジューシーな春ニンジンにマヨネーズを付けて食べるのもお勧めです。

■ビタミンC

野菜、イチゴなどの果物に含まれるビタミンCには、シミのもとになるメラニンの生成を抑える働きがあります。シミを防ぐには、食事からビタミンCを取り、メラニンを過剰に作らせないことが重要ですが、ビタミンCは、体内に蓄えられないため、小まめに取るようにしましょう。しかし、余剰分は尿中に排出されるため、一度に過剰に取るのは控えてください。間食や食後のおやつに果物を食べると手軽に取れます。

■ビタミンE

ゴマ、ナッツなどに含まれるビタミンEには、血行を促進し、肌の代謝を高める働きがあります。肌の代謝が高まるとシミのもとになるメラニンの排出が促されるため、紫外線対策には、ビタミンEは欠かせない栄養素です。ビタミンCと一緒に取ると抗酸化作用が高まるのでサラダにナッツをトッピングして食べると良いでしょう。食べ物で紫外線から肌を守り、美しい肌を保ちたいですね。



わが家の 定番



手作りポン酢と 蒸し野菜



山北支店(山北町山北)
今野 美夕紀さん

本人から一言

ダイダイの皮をアロマに活用していて、実も無駄なく使うために思いついたレシピです。ポン酢は1か月寝かせるとさらにおいしくなります。今回は彩りに季節の青菜を蒸して添えました。

■材料

- ・ダイダイ……1～2個(果汁にして100ml)
- ・しょう油……150ml
- ・かつお節……5g
- ・唐辛子……大きいものを1本
- ・ローリエ……1枚
- ・昆布……5cm四方を1枚
- ・サトイモ・ニンジン・ダイコン等好みの野菜

A

■作り方

- ①ダイダイの真ん中の皮をぐるっと一周むき、半分に切る
- ②①をしぼり、ザルなどでこして100mlにする
- ③瓶にAを入れ、しょう油とダイダイ果汁を加えたら蓋をして冷蔵庫で1週間ほど寝かせる



- ④③をザルでこす
- ⑤好みの野菜を柔らかくなるまで蒸し、皿に飾り付けたら完成



ポン酢にゆで卵をつければ
おいしい味付け卵に



POINT

ダイダイは、半分に切るところの皮をむいてからしぼると苦い成分が入りにくくなります

クロスワードパズル

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

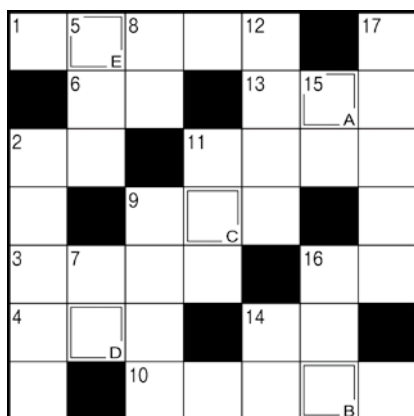
- ② 歌のうまさを競うイベント
- ⑤ 釣りで使う擬餌針のこと
- ⑦ 舌で感じ取るもの
- ⑧ 日本一高いものは3776mあります
- ⑨ 「峠の——」は群馬県・JR横川駅の名物駅弁です
- ⑪ 人や車が行き来する道のこと
- ⑫ このような役を演じられるとは役者——に尽きます
- ⑭ ものを記憶する器官
- ⑮ ホルスタイン、ジャージーといえは
- ⑯ 寄せ書きに使ったりサインをもらったり
- ⑰ ホワイトデーに贈ることもある、ふわふわと軟らかいお菓子



ヨコのカギ

- ① 3月下旬から4月上旬までの学校の休暇
- ② イエスの反対語
- ③ 俳句や和歌で規定より音数が多いもののこと
- ④ いいかげんなことはしません
- ⑥ 海に潜って貝などを採ります
- ⑨ どこからか梅の花の——が漂ってきた
- ⑩ 卒業生が校長から卒業——を授与された
- ⑪ 捕手とバッテリーを組みます
- ⑬ 原稿——、投票——
- ⑭ 雨宿りのときに借ります
- ⑯ 姫路や彦根、松本のものが有名

答



| | |
|--|---|
| | A |
| | B |
| | C |
| | D |
| | E |

広報誌1月号 パズルの答え

答えは『ハツヒノデ』でした。



次の方が当選されました。
 川口 喜美子さん(久野)
 太田 春子さん(報徳)
 大木 昌子さん(酒匂)
 柏木 直之さん(湯河原中央)
 井上 京助さん(井ノ口)
 宇佐美 弥生さん(岩原)

応募総数は151通
 (うち正解は151通)
 カッコ内は支店

※今月号のプレゼント応募はありません

朝ドレファ〜ミ♪の
 情報をお伝えします



幸せを呼ぶ黄色いオレンジ
 『湘南ゴールド』が旬です。

朝ドレファ〜ミ♪成田店では地元生産者による対面販売イベントを開催いたします。詳細につきましては、店内に掲載しますのでぜひ、ご来店ください。
 また、湘南ゴールドフェアも同時開催!! 加工品やお菓子などズラリと並びますよ。



編集
 後記

JA発足から続く広報誌『JA かながわ西湘』は、今月号で16ページの紙面構成を終了します。4月号からは8ページになり紙面構成の都合上、編集後記も最後となりました。今後は時代の流れに応じたSNSやYouTubeなどの様々な媒体を用いた情報発信の充実に努めていきます。ページ数は減りますが、「人との出会い」を大切にする気持ちは変わりませんので、引き続きご愛読いただきますようお願い致します。(N)



今月は

生分解性ランナークリップ

生分解性ランナークリップは、U字に曲げて土に刺して使用します。環境にやさしく、使用後は1~2年で分解され土に戻るため、回収の必要がありません。人手不足の農業現場での省力資材として使用が期待されています。地表を這うランナー(莖)を持つイチゴやメロンだけでなく、マルチにも使用したり、引き伸ばしたりと結束用にも使えます。



★規 格：1袋1,000本 直径2.3mm×長さ10cm ★販売価格：2,570円(税込)

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

フルーツ パラダイス

イラスト：小林裕美子

バナナ

希少な国産が人気！ 元気の活動のエネルギー源に

バナナのプロフィール

【分類】パショウ科パショウ属
 【原産地】東南アジア・マレー半島地方
 【おいしい時期(旬)】周年、国産は7~10月ごろ
 【主な栄養成分】糖質、カリウム、食物繊維、
 マグネシウム、ビタミンB群、フラクトオリゴ糖、
 セロトニンなど

保存方法

完熟前

常温保存で追熟

甘みが増し口当たりも滑らかに
夏場は直射日光を避け冷暗所へ



傷まないよう房の盛り上がった側を上にして置く

完熟

常温or冷蔵保存



日持ちしないので早めに食べ切る
1本ずつラップでぴったりと包み
冷蔵庫へ
冷蔵すると皮が黒く変色するが、
果肉は白いままでおいしゃキープ

食べ切れないときは 冷凍保存

皮をむきラップで包み保存用袋に入れて冷凍庫へ
1か月程度保存できる
半解凍の状態でも食べたり、ジュース作りなどに



選び方



全体的にふっくらと
ためのものは甘い！

皮にシュガースポットが出て
いると完熟！

全体的に黄色く
色づいている



黒ずみがある・軸周辺が真っ黒→果肉が傷んでいるかも……

完熟の目安「シュガースポット」

皮の表面に現れるそばかすのような茶褐色の斑点。完熟していると果肉が柔らかく濃厚な甘みに

バナナのいろいろ

7月ピンバナナ



皮が厚く日持ちする。日本で流通しているバナナの約90%は「ジャイアント・キャンディッシュ」系の品種

台湾バナナ



主な品種は「北蕉」「新北蕉」など。果肉はねっとりとして濃厚な甘さと香りが特徴

エクアドルバナナ



主な品種は「グラネイン」の深みのある甘さが特徴

モンキーバナナ



品種名「セニョリータ」のミニサイズで子どものおやつとしても人気の皮が薄く、果肉は柔らかく濃厚な甘み

レッドバナナ



品種名「モロード」の少し酸味がありさっぱりとした甘さ

国産に注目



島バナナ、三尺バナナ、アップルバナナなど
主に沖縄や奄美大島、鹿児島、宮崎などで栽培
輸入物よりねっとりとした食感でコクのある強い甘みが人気

バナナの子カラ

糖質

スポーツや活動時のエネルギー源に



セロトニン

精神をリラックスさせる効果に期待



カリウム

むくみ改善、脳梗塞、心筋梗塞などの予防に



ビタミンB群

エネルギー代謝促進に



食物繊維・フラクトオリゴ糖

整腸作用、便秘改善に



マグネシウム

新陳代謝促進、骨や歯の強化、血圧調整に



インフォメーション



JA職員を募集します

応募資格：令和7年3月末に大学・短大・専門学校あるいはそれ同等以上の学校を卒業見込みの方※既卒者は除きます。

職 種：総合職（詳しくは『マイナビ』にて確認してください）

応募方法：JAかながわ西湘のホームページの採用情報から就職サイト『マイナビ』にアクセスし、エントリーしてください（3月1日からエントリー可）



JAかながわ西湘のホームページ <https://ja-kanasei.or.jp/>

JAかながわ西湘



詳しくは総務部人事課 ☎0465(47)7243 まで

農業労災保険に加入しませんか

農業労災保険は国が保険者となり、労働者（雇用される者）の災害を補償する制度です。下記の内容のいずれか（重複不可）に特別加入できます。

令和5年度における当JAの事故発生件数（12月末までの受付分）は7件。農業機械作業時や作業中の転倒などによる事故がありました。万一来、ご加入ください。

特定農作業従事者 一定の経営規模以上の個別経営者の農業者
（経営耕地面積2ha以上、または年間販売金額300万円以上）

- ①動力により駆動される機械を使用する作業
- ②高さ2m以上での作業
- ③サイロ・むろ等酸素欠乏危険場所における作業
- ④農業散布作業
- ⑤牛・馬・豚に接触、またはそのおそれのある作業、その他上記作業に直接付帯する作業

指定農業機械作業従事者 指定農業機械を使用する農業者

トラクター・自走式田植機・コンバイン・トラック・自走式動力刈取機・動力草刈機・動力脱穀機・チェーンソー・コンベアなど

中小事業主等 年間100日以上労働者を使用。常時300人以下の労働者を使用する事業主（事業主が法人の場合はその代表者）

災害内容によっては補償されない場合があります。

詳しくは各支店、または組織企画部相談課 ☎0465(47)8176



農機ハウス等の設備資金について低利での借入が可能です

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6年 JA農機ハウスローン

適用期間 令和6年1月1日(月)～令和6年12月31日(火)

SDGs利子補給対応で
農業者応援金利
(固定) **年0.2%**

利子補給適用期間:借入全期間

標準金利:1.2%

※標準金利に「SDGs利子補給」の適用により、農業者応援金利となります。
※上記の利子補給は、貸出条件に合致したすべての方が適用対象となります。
※表示金利は、応援金利適用期間中に新規のお借入をいただいた場合の適用金利です。
※金利は金融情勢等の変化により見直しさせていただく場合があります。

- 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！

令和6年 アグリマイティー資金

適用期間 令和6年1月1日(月)～令和6年12月31日(火)

SDGs利子補給対応で
農業者応援金利
(固定金利選択型[10年]) **年0.475%**

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年後の返済日まで

- 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)

標準金利:1.475%

※実行日時時点の標準金利に「SDGs利子補給」の適用により、農業者応援金利となります。
※上記の利子補給は、貸出条件に合致したすべての方が適用対象となります。
※固定金利適用期間終了後は、変動金利年2回見直しとなり、4/1、10/1を基準日とし、基準日の翌々月以降の利払日の翌日より、見直し後の金利が適用となります。
※金利は金融情勢等の変化により見直しさせていただく場合があります。

- 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！

JAと神奈川県連携は持続可能な神奈川農業を目指し
取り組んでおり、その一環として「JA農機ハウスローン」と
「アグリマイティー資金」の利子の一部の補給および保証料の
全部を助成させていただいております。

JAバンク神奈川
利子補給事業

補給率
最大 **1%**

JAバンク神奈川
保証料助成事業

保証料
実質 **0%**
(一括前払いに限る)

広報誌リニューアルのお知らせ

広報誌『かながわ西湘』は、令和6年4月号から8ページにリニューアルします。営農情報や地域の旬な話題などをお届けします。今後とも愛読いただけますよう、よろしくお願いいたします。



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 3月号 (vol.210) 令和6年2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/組織企画部組織広報課

JAかながわ西湘ホームページ▶<https://ja-kanasei.or.jp/> かながわ西湘

