

JA兵庫西の元気生活応援ジャーナル

vol.177

12
2015

JA兵庫西

にっしょい広場



◆特集
初詣に行こう!

◆食卓で使う今月の作物
アスパラガス

農と人

第21回

子どもも安心して食べられる、 美味しい野菜を

姫路市豊富町 井藤 真輔さん(38)



姫

路市街地の北東、山と緑が広がる自然豊かな豊富町。井藤さんは4棟のハウスと露地約20aで、トマトを中心に、キャベツ、サニーレタス、姫路の伝統野菜「姫路若菜」などを栽培しています。

農業を始めたのは3年前。祖父の土地が使われていなかったため、ずっとやりたかった農業をはじめようと、11年勤めた会社を辞め、35歳で専業農家に。農業学校で得た知識と、農家で修業した経験をもとに、自身の農場「チームしんすけ農場」を立ち上げました。「最初は学んだ知識だけでは上手くいかなかった。その土地に合った栽培をするには、知識の上に工夫が必要だった」と振り返る井藤さん。1年目は病害に悩まされ、肥料を変えたり、木の皮を土にしいてみたりと日々研究が続きました。

試

行錯誤を繰り返して、今では「この味しかない」と評判の野菜に。旬彩蔵をはじめ、直売所やスーパーなどで販売しています。ドライトマトなど、加工品の研究に力を入れたり、自分の野菜でサンドイッチも作りたいと

アイデアも尽きません。「農場のコンセプトが、子どもが好きなおいしい野菜。小さい子どもも安心して食べられるのはもちろん、野菜嫌いな子どもも食べてくれるような野菜を作ってみたい」と話す表情からは、熱意の中に優しさも感じられます。「ようやく野菜作りが分かってきた頃。両親やボランティアの方々の手助けしてもらいながら頑張っている。近所のみなさんも美味しいと言ってくれて購入してくれる。周りの協力にとても感謝している」と謙虚さも忘れません。

「やっぱり、子どもがトマト好きだから」と買ってくれると嬉しい。人と接することが好きなので、直接農場へ買いに来ってくれるお客さんを増やしたい」と笑顔で話す井藤さん。その声に応えるため、日々熱心に野菜作りと向き合います。

- ①真っ赤に熟したトマト
- ②一つ一つ丁寧に選別します
- ③美味しい野菜は小まめな手入れがあってこそ
- ④甘いトマト、ぜひ食べてみて!



①



④



②



③

初詣に行こう！

新年のスタートは初詣で始めませんか。
知っているようで知らない参拝のマナーをはじめ
初詣のアレコレや管内の初詣スポットをご紹介します。

Q 初詣は神社に行くのが正式ですか？

A 初詣とは、新年を迎えて初めて神社仏閣に参拝すること。日本では古くから神社とお寺が明確に区別されておらず、同じように信仰されていました。明治時代に「神仏分離」という考え方から神社と寺は別々になりましたが、初詣は過去の習慣どおりどちらに参拝しても構わないとされています。神社と寺の参拝で違うのはお参りの作法。次ページを参考にしておきましょう。

Q いつ行くの？
何時ごろがいい？

A 初詣は一般的には元日から三が日の間、または7日（地域によっては15日）までの松の内に詣ればよいとされています。この松の内とは、門松などを飾っておく期間で「年神様」がいらつしやる期間といわれています。また、当たり前のようですが、本来初詣に行くのは「年が明けてから」。ただし、大晦日の深夜から年明けにかけての参拝は二年参りといわれ、功德が accrue するという説も。

Q 初詣は何度も行ってはいけないの？

A まず、地域の守り神である氏神がいる神社や菩提寺へ詣るのが基本。その上で、有名な寺社に参ったり、神社と寺の両方に参ったりすることは全く問題ありません。神社によって神徳も異なるので、特定の御利益を求めて出向くのもいいでしょう。また、毎年違う寺社を訪れても構いません。

1 鳥居の前で一礼

鳥居をくぐる際に、敬意を示すために軽く一礼。参道の中央は神様の通り道なので、人は左右の端を歩くのが作法です。ただし、初詣で混雑しているときは人の流れに従って。

2 手水舎で身を清める

参拝の際には「心身の浄化」のために、手水することが大切です。

- ① 右手に柄杓を持ち、水を汲んで左手を清める。
- ② 柄杓を左手に持ち替え、右手を清める。
- ③ もう一度右手で柄杓を持ち、左手に水を受けて口をすすぐ(柄杓は決して口につけてはいけない)。
- ④ 口をすすいだ左手に水をかけてもう一度清める。
- ⑤ 最後に柄杓を縦にして、残った水を柄に流して柄杓の柄を清める。

3 二拝二拍手一拝で参拝

- ① 軽く会釈し、お賽銭を入れて鈴を鳴らす。
- ② 深々としたお辞儀を2回(二拝)。「拝」とは正確には腰を90度に曲げる深いお辞儀する。
- ③ 胸の高さで両手を合わせ、右指先を少し下にずらして、肩幅程度に両手を開き2回(二拍)打ちます。
- ④ 両手の指先を揃え、心をこめてお祈りを。
- ⑤ 最後にもう一度深いお辞儀(一拝)をする。

※神社によって特殊な拝礼方法をとっているところもあります

4 鳥居の外で一礼

参拝を終え鳥居の外に出たら、体の向きを変えて軽く会釈をしてから境内を出しましょう。

1 門の前で一礼

寺院の山門は世俗世界と聖域の境。門をくぐる前は軽く一礼をしましょう。寺院の参道は神社とは違い、真ん中を歩いて構いません。

2 手水舎で身を清める

手水舎があれば「心身の浄化」のために、手水をお願いします。ないところもありますので、その場合はそのまま先に進みます。

3 香炉で身を清める

寺院によっては、本堂の前にお線香を焚く香炉があります。煙を体に浴び、身を清めます。ないところもありますので、その場合は先に進みます。

4 本堂で参拝する

お賽銭を捧げたら、目をつむり、両手を合わせて合掌。頭を下げて祈ります。神社参拝のような拍手を打たないように注意しましょう。

5 門の前で一礼

帰るときも門の前で向きを変え、本堂に向かって合掌一礼をしましょう。



Q

おみくじやお守りはどうしたらいいの？

A

おみくじは物事の始めにあたって、まずご神慮を仰ぎ、これに基づいて懸命に事を遂行しようとする、ある種の信仰の表れ。境内の木の種類に結んで帰る習わしもありますが、持ち帰っても問題なく、むしろ持ち帰って今後の生活指針にしていくことが推奨されています。また、お守りについては合格祈願・安産祈願など結果が出たものはお返しするのが基本。古札納め所などに行われるお焚き上げで焚いてもらいましょう。



行くつてみよう、初詣

J A 兵庫西管内の
寺社仏閣の一部を紹介します♪



射楯兵主神社 (播磨国総社)

11月に参道が「ひめじ縁結び通り」となった射楯兵主神社。射楯大神と兵主大神をご祭神とし、播磨国内の大小明神もお祀りしています。元旦午前0時の太鼓の合図で、長蛇に並んだ参拝者らが初詣を開始。ご本殿では新春特別祈願祭が執り行われるとともに、お守りやおみくじなどを受ける人でにぎわいます。

姫路市総社本町190 TEL.079(224)1111

輪抜け神事は大晦日に



一年を締めくくる神事として、12月31日には大晦日の輪抜け神事が行われます。茅草で作った大きな輪を八の字を書くようにくぐって穢れを払います。

修正会(しゅしょうえ)



1月18日、五穀豊穰などを願って、行う祭礼。槌を背に持つ赤鬼と鉦を持つ青鬼が摩尼殿を舞台に松明をかざして舞を奉納します。



書寫山圓教寺

トム・クルーズ主演の映画「ラストサムライ」のロケ地としても知られる書寫山圓教寺。大晦日から元旦にかけてはロープウェイがオールナイト運行になり、多くの人々が初日の出・初詣に訪れます。先着108名は除夜の鐘をつくことも可能。

姫路市書写2968 TEL.079(266)3327



赤穂大石神社

赤穂四十七義士と萱野三平を主祭神とする神社。四十七義士が1年10カ月の苦労を重ね殿様の仇を討ったことから「大願成就」「心願成就」の神として知られます。三が日には15万人もの参拝者が訪れます。

赤穂市上仮屋旧城内 TEL.0791(42)2054



兵庫県姫路護国神社(白鷺宮)

明治維新以降、国家のために殉難した人々の御神霊を祀るため、全国に建立された神社の一つ。世界文化遺産姫路城がすぐそばにあることから、白鷺宮と呼ばれて親しまれています。姫路の街の中心部にあり、お正月には7万人もの参拝者が訪れます。

姫路市本町118 TEL.079(224)0896



「水みくじ」と「一文字流し」



専用のおみくじを引いて清水に浸すと運勢が浮かび上がる「水みくじ」と悩みや不安を一文字にして水につけると紙がなくなっていく「一文字流し」などが珍しくユニークです。

新年万灯祭



元日になる瞬間の午前0時に境内を埋める約2000の提灯に灯りがともされる「新年万灯祭」。1月10日まで続きます。



賀茂神社 はりまのくにむろのやしろ (播磨國室社)

港町として1300年の歴史を持ち、ノスタルジックな町並みで知られる室津。賀茂別雷神を祀る賀茂神社は5つの社殿と回廊、唐門が国の重要文化財に指定されています。

たつの市御津町室津74
TEL.079(323)3171



廣峯神社 ごずてんのう (牛頭天王総本宮)

奈良時代、聖武天皇の命を受けて吉備真備が創建した古社。素戔鳴尊と奇稲田媛命の夫婦神、御子神他をご本殿にお祀りしており、縁結び・厄除け・病氣平癒の御利益があります。本殿・拝殿ともに国指定重要文化財。

姫路市広嶺山52
TEL.079(288)4777



大避神社

国指定の重要無形民俗文化財「坂越の船祭り」で知られる神社。祭神は秦河勝・天照皇大神・春日大神。生島を浮かべる坂越湾を見下ろす高台にあり、付近には近世を思わせる古い町並みが残ります。

赤穂市坂越1299
TEL.0791(48)8136



今月のテーマ

にっしいメールの 会員に なりませんか

JA兵庫西では、旬彩蔵をはじめとした各事業の、耳より情報をお届けするメールマガジン「にっしいメール」を配信しています。ぜひ、ご登録ください！

<登録方法>

① jahgn@atam.jpへ空メールを(件名・本文を入力せずに)送信。QRコード対応のスマートフォン・携帯電話をご利用の方は右上のQRコードからでもメールを送信することができます。



② 送信後、ご本人確認メールが届きますので、画面の指示に従ってアンケートにお答えください。回答後「送信」ボタンを押していただきますと登録完了です。

にっしいメール会員のアンケートでは、①年齢②性別③お住まいの地域④ご利用のJA直売所⑤旬彩蔵・野菜市ポイント会員登録の有無⑥旬彩蔵・野菜市ポイント会員の会員番号をお伺いいたします。

今回を機に、にっしいメール会員にご登録いただき、ポイント会員と併せて、楽しく旬彩蔵をご利用ください。

※迷惑メールフィルターを設定していると、メールの届かない場合があります。この場合、受信設定リストで「atam.jp」のドメインを登録してください。

■ にっしいメール会員募集！
JA兵庫西では、組合員の皆さまにタイムリーな情報をお届けするメールマガジン「にっしいメール」を発行しています。旬彩蔵の旬の野菜情報、お得な貯金キャンペーン情報など、季節や生活に合わせたお知らせを定期的に発信、どなたでも無料でご利用いただけます。パソコンやスマート

フォン、携帯電話のいずれでも受信可能。登録方法も簡単です。さっそく会員になってメールを受け取ってみましょう！



12月の農作業

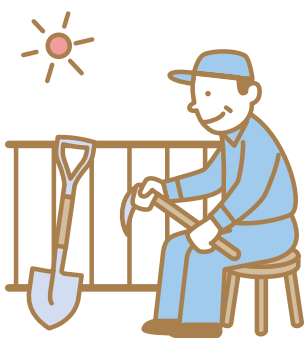
農具の手入れ・整理

農機具を使った後に手入れを怠ると、切れ味が落ちて作業効率が落ちるだけでなく、土に付着している病気を蔓延させることにもなりかねません。農閑期の今こそ、しっかりと手入れをして、農機具を長持ちさせましょう。

クワやスコップなどは泥を洗い流して、天日乾燥させます。きちんと乾いたら、防錆潤滑剤や農機具用オイル・廃油を塗って錆を防ぎましょう。

刈払機やコンバイン・田植え機などの燃料は、入れたまま長期間放置するとタンク腐食の原因にもなるので、抜き取って燃料保存容器に戻しましょう。

農機具の手入れに加えて、整理整頓も作業効率のアップには不可欠です。市販の棚などを利用して、出し入れしやすい位置に道具を置き、重い作業機はあらかじめ台車に乗せておきましょう。また、刈払機は壁面に掛けて収納するなど、自分以外の人も使いやすい配置を考えてみましょう。



食卓で使う今月の作物

アスパラガス

asparagus

アスパラガスは、収穫までに通常2年以上かかりますが、上手に作ると7〜10年収穫が楽しめます。畑に余裕があれば、ぜひチャレンジしたい野菜です。

栽培のポイント

① 植え付け場所をよく吟味しましょう

生長すると背丈が高くなるので、植え付けは他の野菜が日陰にならない場所を選びます。排水が良く、耕土の深い畑が最適です。

② 病害対策をしましょう

比較的涼しい気候を好むので、高温、多湿条件では茎枯れ病が出やすくなります。登録のある農薬はダコニール1000、ベンレート水和剤などです。

③ 風対策をしましょう

風で倒れやすいので、株の両脇に支柱を立て、ひもなどを使って支えます。収穫後に出る細い茎は、風通しを悪くするので地際から切り取ります。

品種例

ウエルカム、スーパーウエルカム、ゼンユウガリバー

栽培期間は長いですが、その分初収穫の喜びはひとしおでしょう。姿も美しい野菜です。

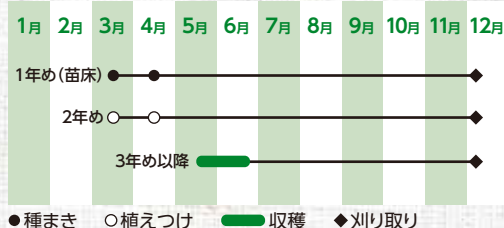


姫路東部営農生活センター
営農指導員

岡本 忠明



栽培カレンダー



いまさら聞けない農作業のコツ!

よい堆肥の見分け方

堆肥は、ワラや落ち葉など植物性の有機物や、家畜のふん尿など動物性の有機物を積みあげて発酵させた土壌改良資材です。

● 堆肥のよい点

細かい土の粒子を接着して、隙間のある土の塊(団粒構造)を作ること、土の通気性・水もち・肥料もちを良くします。

● 堆肥の注意点

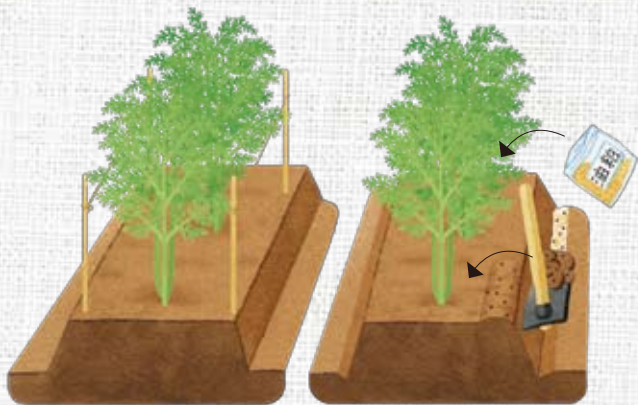
未熟なものを使うと、有機物の急激な分解による障害(根痛み・窒素不足など)が起こります。また、発酵時の温度が十分でないと、雑草種子が生きたまま堆肥に含まれることがあります。

● 良質の完熟堆肥の見分け方

- ① 完熟した堆肥は、排泄物臭やアンモニア臭がしません。
- ② 材料(糞尿や稲ワラなど)そのものの色ではなく、黒褐色または黒色に変化しています。
- ③ 発酵過程の堆肥は、水分が多くてベトベトしていますが、完熟した堆肥はわずかに水分を含んださらさらの状態です。

4 春・夏の管理

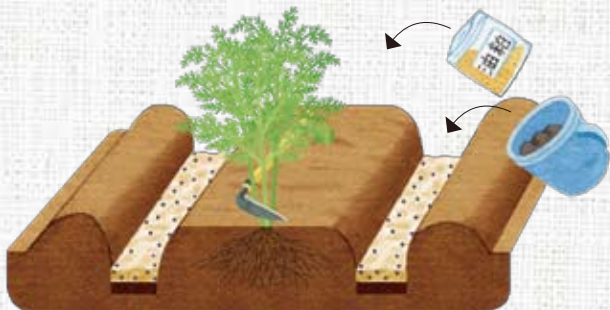
- 両脇に支柱を立て、ポリテープを張り茎が倒れないようにする。
- 5月から1カ月に1回、計3～4回畝のわきに追肥し、土寄せする。



1株当たり油粕大さじ3杯

5 冬の管理

- 茎葉を刈り取り、病原菌の越冬場所にならないよう集めて焼却する。
- 1株当たり、バケツ1/2杯の堆肥、油粕1握りを追肥する。



6 収穫

- 植え付け2年後から伸びてきた芽を地ぎわから刈り取り収穫する。
- 強い芽が出ている間に収穫を打ち切り、残った芽を生長させ、株に来年の養分を蓄積させる。
- 夏～冬は④⑤の管理と収穫を続ける。7～8年たち、株が疲れてきたら新しく植え替える。



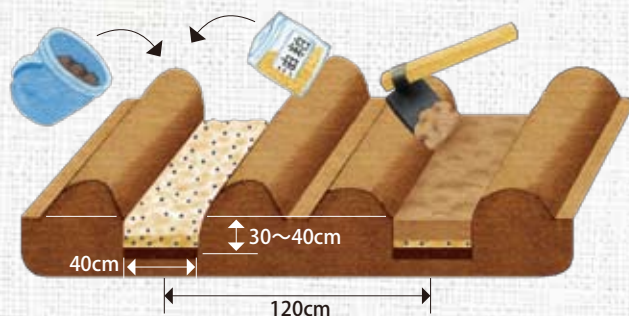
1 苗づくり

- まく前に種を風呂などのぬるま湯に一昼夜つける。
- 本数が少ない場合、育苗箱に種を条まきにし、込み合わないよう順次間引く。
- 本葉3～4枚のころ4号ポリ鉢に上げる。
- 冬に入り、茎葉が枯れてきたら地上部は切り離す。



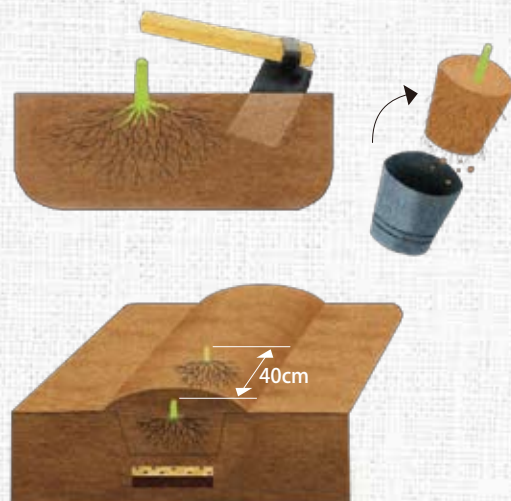
2 元肥入れ

- 溝の長さ1m当たり、油粕大さじ7～8杯、堆肥7～8握りを施し、10cmくらい土を埋め戻す。



3 苗の掘り取り・植え付け

- 根株を取り出して植え付ける。5～6cmの厚さに覆土する。



地域のいろいろ

Topics

兵庫西トピックス

こんなことがありました♪

10月6日 佐用営農生活センター

酒米「白鶴錦」の生育状況を診断

JA兵庫西と白鶴酒造(株)は、佐用町で栽培する酒造好適米「白鶴錦」の収穫前に、生育状況を診断しました。佐用地区、上月地区、南光地区、三日月地区の7カ所の圃場で、穂数や粒張り、心白の発現率、全体の熟れ具合などを確認。生産者と意見を交わしながら最適な刈り取り時期を決定し、10月中旬から収穫をしました。「白鶴錦」は、白鶴酒造(株)の全量契約栽培で、純米大吟醸「白鶴錦」などに醸造されます。

品質のいい
酒米収穫へ



10月17日・18日 山崎支店・しそう営農生活センター

秋を味わう、新米祭り

山崎支店としそう営農生活センターは、旬彩蔵山崎で「新米祭り」と秋の展示会を開きました。新米の食べ比べコーナーでは、「キヌヒカリ」と「コシヒカリ」を一口サイズで用意し、米の甘みや食感の違いを比べてもらいました。焼きイモやサツマイモスティック、サトイモ汁なども振る舞い、来店客は秋の味覚を楽しみました。太田学センター長は、「それぞれに違った良さがあるので、ぜひ色々な品種を食べ比べてみてほしい」と話しました。

新米を味わって!



10月17日 別所支店

より身近な支店へ「ふれあい感謝デー」

別所支店は姫路市の校区ふれあい祭に合わせて「ふれあい感謝デー」を開き、200人の家族連れなどにぎわいました。サツマイモスティックの振る舞いや新米試食会、営農指導員の野菜作り講習や野菜紙芝居があり、来場者は食と農を満喫しました。新米を試食した藤原創太君は「おいしかったよ」とニコリ。北口喜英支店長は「地域住民と交流を深めたい。より支店を身近に感じてもらえるよう、今後も続けていきたい」と話しました。

新米を味わう来場者たち



9月22日 JA兵庫西

ひょうご五國豊穡プロジェクト 収穫祭2015in西宮

「県産県消」をテーマに阪急西宮ガーデンズで「ひょうご五國豊穡プロジェクト 収穫祭2015in西宮」が開かれました。会場では、アンリ・シャルパンティエの(株)シュゼットや(株)ドンク、県内のJAなどが出店。当JAは、クイックスイートやシルクスイート、ジャンボピーマンなど管内で採れた新鮮野菜を出品しました。このイベントは、兵庫県の「県産県消」を推進するために2014年から始まったプロジェクトで、賛同する企業や団体が集まってオリジナルスイーツやベーカリーをプロデュースすることで、地域への貢献・活性化を目指しています。

さまざまなスナックで賑わうイベント会場



特設ステージで管内産の野菜をPRする井口巨販売促進課長

コンバインを操作する池田営業担当部長



10月13日 姫路市夢前町

酒造会社が酒米の稲刈りを体験

酒造会社「(株)安福又四郎商店」(神戸市東灘区)関係者が、杉之内営農組合(夢前町)の栽培する酒造好適米「兵庫夢錦」の収穫を体験しました。同社の池田光雄営業担当部長は、「丁寧な栽培をしてもらっていることを実感し、酒づくりへの情熱がますます湧いた。お酒を通じて生産者の思いを消費者にも伝えたい」と話しました。当JAは契約栽培米の販売拡大に取り組み、兵庫夢錦を管内で約125ha栽培。同社では純米吟醸やしぼりたてなどに兵庫夢錦を使用し、12月頃から新酒の販売を始めます。

9月18日 JA兵庫西

スシロー米「どんとこい」収穫祭

たつの市揖西町にあるほ場で、(株)あきんどスシローとの契約栽培米「どんとこい」の収穫祭を開きました。同社が、食材の仕入れに生産段階から関わる「海とたんぼプロジェクト」の一環で、たつの市内の6営農組合が総面積16.8haで栽培。およそ100tの収穫を見込んでいます。会場では、同社取締役最高顧問の豊崎賢一さんが鎌を手に、手作業で刈り取りました。

食農イベントで「旬の味をいただきます!」

食農イベント「JA兵庫西の“旬の味”をいただきます!」を各地で開催しました。ジャンボピーマン、クイックスイート、イチジクなど当JAが特産品として推奨する農産物を使った地産地消レシピを各地区の女性会会員が調理。旬彩蔵に出荷する生産者や消費者モニターらと試食をしながら意見交換をすることで、交流を深めました。



9月29日 姫路東部地区



8月27日 姫路西部地区



10月16日 神飾地区



10月2日 揖龍地区



10月2日 しそう地区



9月16日 西播磨地区



9月25日 佐用地区

10月3日 福崎・福崎東支店

支店と女性会が合同で清掃活動

福崎支店と福崎東支店は「第6回ふれあいクリーンウォーク」を開き、支店職員とJA女性会メンバー41人が福崎町内を歩きながら、タバコの吸殻や空き缶などを拾いました。福崎東支店の後藤猛支店長は、「今後も地域とJAとの絆が深まる活動を続け、愛される支店作りに努めたい」と話しました。



10月19日 勝原支店

のぎ保育園児と交通ルール教室

子どもたちに交通ルールの大切さを学んでもらおうと、のぎ保育園の園児49人に交通ルール教室を開きました。園児たちはJA自動車共済の指定修理工場である西播産業(株)でトレーラー等を見学。また、たつの警察署の女性警察官を先生に信号を渡る際の注意点を確認しました。



季節のおたより

寒さも一段と厳しくなってきました。

今月も広報誌に寄せられた

お便りを紹介します。



●家で畑をしています。自分が作ったものを収穫し、それを料理して食べる。シンプルなことです。とてもうれしく感じています。これからは実家の母を先生として、安全な野菜作りを頑張りたいです！
 (姫路市 難波京子さん)

●長谷川 丹精込めて育てた野菜は、何倍も美味しいでしょう。この時期、冬野菜でいろいろな味のお鍋を楽しんでください☆

●畑のことなんて何も分からなかった娘が、私の入院中にジャガイモ・タマネギ・ソラマメの収穫をしてくれました。野菜の種まきなども手伝ってくれて助かっています。早く元気になつて旅行もしたいと思っています。
 (姫路市 中村文代さん)

●長谷川 当JAの各支店でも、ふれあい農園を通じて野菜作りの大変さや、収穫の喜びを体験しています。旅行に行かれることを励みに、早くお元気になられますように☆

●仏花として「ナバナ」を毎年作っています。庭先に花がない冬場、とても重宝します。お仏壇から「もう飽きたー」と聞こえてきそうですが。
 (姫路市 坊知子さん)

●長谷川 きつと「今年もありがとう」とおっしゃっていますよ。寒さに強いナバナは、黄色い花もかわいらしくて冬場には最適ですね。


●脳活性化のため、クロスワードを真つ先に楽しみ、次に記事を読んでいきます。地域のいろいろな話題から栽培のポイントまで、どれも興味深く楽しみにしています。
 (揖保郡 中村芳子さん)

●長谷川 クロスワードが解けたとさつてすごく気持ちいいですよ。今後もJAならではの情報をお届けしますので楽しみにしてください！

●折り鶴を50羽折ることと朝の散歩を日課で続けています。よく転ぶので、けがをせぬよう「転ばぬ先の杖」をつけています。
 (兵庫県 山田スワさん)

●長谷川 「継続は力なり」ですね！毎日続けられているなんて、何事も三日坊主の私としては尊敬します。近頃運動不足なので、見習って運動しなさい...

●近くに旬彩蔵があり、ウオーキングがてら食材や花苗を買いに行くことができるので、とても楽しみです。
 (姫路市 平井里美さん)

●長谷川 地元の新緑な野菜が並んでいて、私も利用しています。旬な野菜、美味しいですよ☆

●春に向けてタマネギ・ジャガイモなどの畑の土作りを頑張っています。
 (赤穂郡 香山達文さん)

●長谷川 タマネギ・ジャガイモはいろいろな料理に使えるので、春にたくさん収穫できますように！

●今月の運勢にある「幸運を呼ぶ食べ物」は、どのようにして決まるのかしら？と気になりつつ、遊び心で子どもたちと食べるようにしています。
 (たの市 上田恭子さん)

●長谷川 占いて、ついつい見えています。ほんと、どうやって決まるんでしょう？占いに一度聞いてみたいですね。幸運を呼ぶと言われたら、食べちゃいますね。

●愛犬の「らも」が、白内障の手術をしました。術後は視力が倍増して、いたずらも倍増。だけど家族の笑顔を引き出してくれる、かわいい大切な存在です。
 (赤穂市 名和圭子さん)

●長谷川 私も犬が大好きです。手術も無事終わって元気いっぱいのもちゃん、いつまでも愛してあげてください。


●福崎町特産のツノナス(フォックスフェイス)が旬彩蔵に並び始めました。毎年玄関に飾り、秋を楽しんでいます。
 (神崎郡 山本始子さん)

●長谷川 特産とは知らなかったです！「フォックスフェイス」の名とおり、キツネの顔に似たユーモラスな形ですね。今度うちにも飾ろうかな!?



今月の担当者
 共済部
 生命建物課
長谷川 誠

早いもので今年も残すところ1カ月。実りの秋、食欲の秋に、おなか周りもしっかり実りました(笑)。運動不足を解消し、来年こそはスマートにいきたい!



暮らしのメモ 1 消費者トラブル

長期間の新聞購読に関するトラブル



数年前に、5年間の新聞購読契約をしました。最近退職をして収入も減ったので、ほとんど読んでいない新聞を解約したいと思い、販売店に申し出ましたが、契約期間中なので解約料が必要だと言われました。納得できません。

●回答

契約期間を決めて新聞購読の契約をした場合は、クーリング・オフや法的に取り消しなどができる理由がない限り、契約者から一方的に解約することはできません。長期間の契約をしてから購読期間が終わるまでの間に、失業や病気など今回の事例のような新聞購読を続けられなくなる事態は誰にでも起こり得ます。長期間にわたる契約や数年先に購読が始まる契約は避け、契約期間終了まで購読できるか慎重に考えて先の見通せる範囲で契約をしましょう。また、購読期間などの契約書の内容をよく確認してから慎重に契約しましょう。併せて、結んだ契約期間を把握しておくことも大切です。

兵庫県 西播磨消費生活センター TEL 0791(58)0993

●不安なときは相談を! 消費者ホットライン 188
(お近くの自治体の窓口をご案内します)

暮らしのメモ 2 健康百科

海外旅行と感染症

海外旅行中の症状で最も多く見られるのが「下痢」で、旅行者の30～50%が経験しているといわれます。これを「旅行者下痢症」と呼んでいます。主に東南アジアやアフリカなどの熱帯や亜熱帯地域を旅行した場合に起こりやすいといわれます。病原体としては、日本でも食中毒の原因になる大腸菌やサルモネラ菌が多く、その他に数は少ないのですが、赤痢菌やコレラ菌もあります。いずれも旅行先での水や食べ物を介して経口感染します。

予防としては、旅行中は生水、生もの、生野菜には一切手を出さないことです。水はきちんと瓶に入ったミネラルウォーターにして、ジュースなどにも氷を入れないようにします。生野菜は洗っていても、その洗う水自体が汚染されている可能性があるため、避けた方が無難です。また、果物もすでに皮をむいてある場合は手を出さないようにしましょう。屋台などの食べ物は、食べ物自体には火が通っていても、器に雑菌が付いていることがあります。また、生の魚介類や生肉には細菌や原虫がいたり、ウイルスが付いていることがあるので、手を出さない方が無難です。



HITO [ひと・レポート] いきいきホビー



生きがいを感じる 着物リフォーム

難波 美千代さん

着物を洋服や小物にリフォームする講師として活躍する難波さん。JA女性会ではリフォーム教室を開き、神飾地区で指導をしています。1か月に1枚のペースで洋服を仕上げ、リクエストに応じて作ったり、同窓会で友人と作品の交換をしたりすることもしばしば。「着物をほどこいてから洋服に仕上げるまでの工程は気を使う所も多いが、みんなと一緒に作業することが楽しく、生きがいを感じる」と笑顔で話す難波さん。これからもオリジナリティーあふれる作品作りを続けます。



①ひげやつるを傷つけないように取り除きます②こんなサツマイモができました!③たまには収穫のイメージ写真を(笑)

目指せ!

カリスマ 農業経営者への

道

畑 掘之助

2012年、たつの市で就農した28才。1haの畑にダイコン、ニンジンなどを栽培。師匠は御年80才のおいちゃん。



洗浄機の導入で作業労力を軽減

今年の青ウリは、植え付けの時期がニンジンの収穫と重なり、納得のいく手入れができませんでした。さらに、7月の台風の影響もあり、木が傷んで収穫量が落ちてしまいました。そして、軽トラから重たいコンテナを持って青ウリを水槽に入れることも身体の負担になり、昨年は腰を痛めてしまったので、洗浄機を購入しました。といっても、青ウリ専用の洗浄機ではなく、サツマイモの洗浄機です。

この機械は文字通り「サツマイモ洗浄機」なので、さあサツマイモの季節がやってきました(笑)。こちらも青ウリと同様に、一つ一つ手洗いで時間がかかっていましたが、洗浄機を使うことで大幅に効率が上がります。年に一度の作業ですが、青ウリと併用できれば機械代に見合う働きをしてもええです。

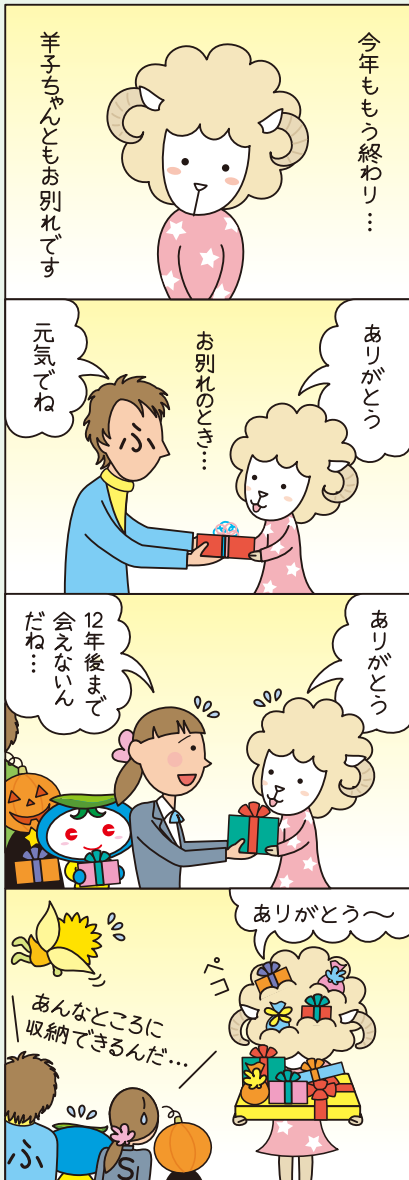
今年のサツマイモは昨年の反省を生かし、植え付けから色々と工夫しました。まず、形が良くなるように畝を高めにして、株間を少し広めにする代わりに船底植えで苗の節を多く埋め、数を取りつつ大きさが揃うようにしました。さらに、畝に対して平行に植え付けず、30度から45度ほど角度を付けることで、地中内で隣のイモと密接せず等間隔になるように、そしてマルチが破れにくくなるようにしました。今年は納得のいく結果となりました。

12月の運勢

- ♈ 牡羊座** 3/21 ~ 4/19
■全体運 / より行動的になり、さまざまなことにトライ可能です。周囲から頼られやすくなるので、面倒見よく接してみてください **■健康運** / 睡眠不足になりがち。体調管理を大切に **■幸運を呼ぶ食べ物** / ミカン
- ♉ 牡牛座** 4/20 ~ 5/20
■全体運 / 試す前から失敗したときの心配ばかりしそう。あれこれ考え過ぎず開き直るのが正解。開運には鏡を磨くと吉 **■健康運** / 暴飲暴食に注意。腹八分目が健康の秘訣 **■幸運を呼ぶ食べ物** / 水菜
- ♊ 双子座** 5/21 ~ 6/21
■全体運 / 思い込みが激しくなる暗示。行動前に人の助言を聞いてみる、心のゆとりを持って。冷静さアップには芸術鑑賞を **■健康運** / おおむね良好。スポーツを満喫する好機です **■幸運を呼ぶ食べ物** / キンメダイ
- ♋ 蟹座** 6/22 ~ 7/22
■全体運 / 対人運が不安定。人のうわさ話に興味を持つと運気低下を招く原因に。常に思いやりの姿勢と笑顔を忘れないで **■健康運** / ストレスをため込む傾向に。気分転換を **■幸運を呼ぶ食べ物** / タロコ
- ♌ 獅子座** 7/23 ~ 8/22
■全体運 / 忘年会やパーティーなど、華やかなイベントが目白押しで大いに楽しめる月。新しいことへの挑戦も大賛成! **■健康運** / 行動的になるほど、より元気になれるそう **■幸運を呼ぶ食べ物** / 芽キャベツ
- ♍ 乙女座** 8/23 ~ 9/22
■全体運 / 感情的になりやすい気配。ささいなことでイライラしないよう、おおらかに構えて。清掃に力を入れると開運に **■健康運** / 腰が重くなるかも。動けば運気好転へ **■幸運を呼ぶ食べ物** / ヒラメ
- ♎ 天秤座** 9/23 ~ 10/23
■全体運 / 発想力がさえ、素晴らしいプランやアイデアがひらめくはず。忘れないうちにメモしておくとのちのち役立ちます **■健康運** / 疲労を蓄積しやすい。適切な休息を **■幸運を呼ぶ食べ物** / ハクサイ
- ♏ 蠍座** 10/24 ~ 11/22
■全体運 / ゆったり過ごせる、心穏やかな期間。趣味や習い事に励むなど、プライベートの充実を図ると手応え十分 **■健康運** / 食生活を正すことで体調にも好影響が **■幸運を呼ぶ食べ物** / レンコン
- ♐ 射手座** 11/23 ~ 12/21
■全体運 / 前向きになれる予感。過去に駄目だったことも今度は成功させられそう。クリエイティブな活動にも幸運あり **■健康運** / 血行促進を図れば、さらに好転の兆し **■幸運を呼ぶ食べ物** / タラ
- ♑ 山羊座** 12/22 ~ 1/19
■全体運 / 安定期。縁の下の力持的役割でも、快くこなせるでしょう。誰にでも親切にできるので、自然と人気運アップへ **■健康運** / ゆったりすることで調子が向上します **■幸運を呼ぶ食べ物** / レモン
- ♒ 水瓶座** 1/20 ~ 2/18
■全体運 / 興味のあることに意識を向けると新しい発見や出会いに恵まれそう。ネットやメールを通じた情報収集にもツキ **■健康運** / 体力増強に向いています。運動を始めて **■幸運を呼ぶ食べ物** / 長ネギ
- ♓ 魚座** 2/19 ~ 3/20
■全体運 / プレッシャーを感じやすい時期。独断で動く、一人で空回りする結果に。周囲との連携プレーを大事にして **■健康運** / 体を冷やすのはX。動いて温めると吉 **■幸運を呼ぶ食べ物** / 野沢菜

トロピカルについて

[vol.45] 今年ももうすぐ終わりますね



今月のココ行ってみよう!

冬のほたる

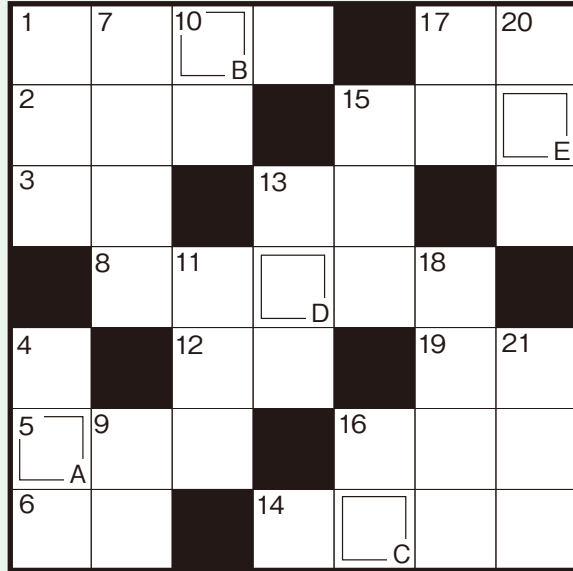


神河町では11月末～1月9日にかけてイルミネーションを点灯する「冬のほたる」の取り組みが行われます。この時期、きらびやかに飾られたイルミネーションを町内各地域の施設や家庭で見ることができ、特に宮野地区のイルミネーションは、通称「ミヤナリエ」として親しまれ、町を代表する冬の風物詩となっています。

- 期間 / 11月末～1月9日
- 場所 / 神崎郡神河町
- TEL 0790 (34) 0641 (寺前駅前銀座商店会)

CROSSWORD

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉はなんですか？
正解者の中から抽選で20名様に1,000円分の図書カードをお送りします。



タテのカギ

- ① 書籍の本文の前に入れられるイラスト
- ④ 火消しが火事場で振りました
- ⑦ お通し、先付けということもあります
- ⑨ 100なら3、1000なら4
- ⑩ リンゴを丸かじりすると残ります
- ⑪ カレンダーや手帳に書き込みます
- ⑬ サケやマスの卵の塩漬け
- ⑮ 昨日、今日、—
- ⑯ カヤなどを編んで作った雨具
- ⑰ 太陽や月が輝く所
- ⑱ かかとのすぐ上にある出っ張り
- ⑳ 版木に載せた紙を上からこする道具
- ㉑ 領収書に収入—を貼った

ヨコのカギ

- ① 枕元につるしてサンタクロースを待ちます
- ② クリスマスイブにフライド—を食べた
- ③ 切って植木の形を整えます
- ⑤ 時刻を知るために見ます
- ⑥ スキーヤーが足に着けるもの
- ⑧ ダイニングテーブルのこと
- ⑫ 地図記号は円
- ⑬ —の上にも三年
- ⑭ 肉はばたんと呼ばれます
- ⑮ 気象用語では、ひょうより小粒な物を指します
- ⑯ 運転免許証や保険証で証明することも
- ⑰ 年越しに付きものの麺類
- ⑱ — 16世はマリー・アントワネットの夫

10月号の答え

タイクノヒ

応募総数
493通



締切 12月25日 (消印有効)

宛先 〒670-0940 姫路市三左衛門堀西の町216 JA兵庫西広報課「クイズ」係
メールアドレス quiz@ja-hyogonishi.jp
ホームページ <http://www.ja-hyogonishi.com/>

金融
トピックス

貯金キャンペーンのご案内

キャンペーン期間 平成27年11月10日(火)～12月30日(水)

①懸賞金コース

当選本数合計(募集総額200億円/20組) 20,460本

ドリームチャンス 20万円(特賞と前後賞合わせて)

特賞 10万円×20本 前後賞 5万円×40本

1等 3,000円×200本 2等 2,000円×200本 3等 1,000円×20,000本

※当選本数1ユニット10,000口×20ユニット。200,000口あたりの当選本数※上記表示の懸賞金は税引前のものです。実際のお渡しは20.315%の源泉分離課税引き後の金額となります※原則中途解約はできません。やむを得ず中途解約される場合、抽選権利(抽選番号)は無効となります※お預け入れ金額は10万円以上です。

②金利コース

期間1年 年0.2%(税引後0.159%)

期間3年 年0.275%(税引後0.219%)

※上記金利は初回預け入れ時のみとなります※中途解約された場合、当JA所定の中途解約利率を適用します※お預け入れ金額は10万円以上です。

③直売所利用券コース

1年定期お預け入れ金額25万円ごとに、JA兵庫西直売所で利用できる
直売所利用券500円分をプレゼントします。

40億円限定

※ご利用期間は平成28年2月29日(月)までとなります※原則中途解約はできません。やむを得ず中途解約される場合、直売所利用券の相当額をいただきます※JA兵庫西の旬彩蔵、野菜市でのみご利用いただけます※お預け入れ金額は25万円以上です。いずれのコースも併用はできませんのでご了承ください。

詳しくは最寄りの支店窓口へお問い合わせいただくか、店頭の商品概要説明書をご覧ください。

懸賞金付定期貯金の当選番号・当選金振込日のお知らせ

ドリームチャンス定期貯金

(平成25年11月11日～平成25年12月30日取扱分、
平成26年11月10日～平成26年12月30日取扱分)

当選番号

等級	懸賞金額	当選番号(各組共通)
特賞	10万円(税引後79,685円)	全桁 14444
前後賞	5万円(税引後39,843円)	全桁 14443
		14445
1等	3千円(税引後2,391円)	下3桁 625
2等	2千円(税引後1,594円)	下3桁 048
3等	1千円(税引後797円)	下1桁 3

当選金振込日 11月満期分 平成27年12月16日(水)
12月満期分 平成28年1月18日(月)

お年玉付定期貯金

(平成26年1月6日～平成26年1月31日取扱分、
平成27年1月5日～平成27年1月30日取扱分)

当選番号

等級	懸賞金額	当選番号(各組共通)
1等	10万円(税引後79,685円)	全桁 11136
2等	5万円(税引後39,843円)	全桁 14168
		19295
3等	3千円(税引後2,391円)	下3桁 123
4等	2千円(税引後1,594円)	下3桁 808
5等	1千円(税引後797円)	下1桁 6

当選金振込日 平成28年2月16日(火)

12月の各種相談会のお知らせ

住宅ローン相談会

5日(土)9:00～15:00
高浜支店 079(234)2571
揖保川支店 0791(72)2028

5日(土)10:00～16:00
姫路西支店 079(266)0006
勝原支店 079(273)7821

12日(土)9:00～15:00
姫路灘支店 079(245)8001
水上支店 079(281)2000

13日(日)9:00～15:00
神飾統括部 0790(22)5001

20日(日)9:00～15:00
上郡支店 0791(52)2221
佐用支店 0790(82)2728

年金相談会

19日(土)10:00～16:00
香呂支店 079(232)0117

相続遺言個別相談会

16日(水)10:00～16:00
神飾統括部 0790(22)5001



※平日は窓口で受付しています
※どちらの会場でもご利用いただけます

ガス器具の買い替えは、 JAドリーム LPガスセンターで!

日ごろお使いの、コンロ・湯沸器・給湯器・炊飯器の調子はいかがですか?当LPガスセンターでは、商品の設置及び取り付け工事を自社で行っています。各種商品を取り揃えておりますので、お気軽にお申し付けください!

※価格等詳細については、下記LPガスセンターまで

■仁豊野LPガスセンター

姫路市香寺町須加院12-9 TEL079(264)4131

■福岡LPガスセンター

神崎郡福崎町西治486 TEL0790(22)7006

■山崎LPガスセンター

宍粟市山崎町今宿101-1 TEL0790(62)8991

理事会だより 10月27日(火)

- 第1号議案 法人の組合員加入について
- 第2号議案 平成27年度半期決算について
- 第3号議案 貸出金理事会決定案件について
- 第4号議案 平成27肥料年度 春肥 肥料価格の改定について

協同の成果(平成27年10月末現在)

■組合員数	106,501人
■出資金	122億3,726万円
■貯金	1兆2,399億7,902万円
■貸出金	2,683億5,307万円
■長期共済保有	2兆2,844億1,555万円
■購買品供給高	25億5,418万円
■販売品販売高	30億2,659万円
■職員数	1,074人

[編集後記]

初詣に限らず、旅行に行くと神社やお寺さんをよく参拝します。最近では参拝後に御朱印をいただくのがひとつの楽しみなのですが、どこに行っても達筆で仕上がりが美しく、もはや芸術の域だと感心するばかりです。筆を使いこなせるってうらやましいですね。皆さまも御朱印集め、いかがですか?(M)



第46回 ライフプラン・家の光家計簿 体験文募集

ライフプランや「家の光家計簿」をつけて、よかったことを作文にご応募ください。優秀作は『家の光』平成28年12月号に掲載(予定)。入賞作品は「ライフプラン・家の光家計簿」体験文集にまとめるほか、ホームページ「家の光ネット」で公開。

優秀賞
賞状と
賞金15万円
(1編)

優良賞
賞状と
賞金5万円
(2編) ほか

【募集テーマ】

記帳で見つけた暮らしのヒント
ライフプランや「家の光家計簿」をつけて、よかったことを教えてください。こんなとき役立ったというエピソードやわが家のオリジナル記帳法など、あなたやご家族の体験をお寄せください。

【応募資格】

「家の光家計簿」を記帳していること
【応募方法】○400字詰め原稿用紙4~5枚(パソコン可)。別紙に①題名②氏名(フリガナ)③郵便番号・住所④電話番号⑤年齢⑥職業⑦家族構成⑧所属・最寄りのJA名を明記してください。

○ライフプランに関する内容の場合、併せて「家の光家計簿」の「家族の10年ライフプラン」表のコピーをお送りください。

【締め切り】

平成28年3月31日(木) ※当日消印有効
【その他】内容は未発表のものに限ります。応募作品は返却しません。応募作品のいっさいの権限は、家の光協会に帰属します。個人情報については、家の光協会のプライバシーポリシーに基づき適正に取り扱います。

送り先・問い合わせ

〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11
家の光協会教育文化部 ライフプラン・家の光家計簿体験文 係
TEL03(3266)9011 FAX03(3266)9051

お住まい探し、資産の相談はJAへ

■資産管理センター TEL079(233)6651

JA兵庫西の賃貸情報 検索

◆英賀保駅周辺土地区画整理組合保留地好評分譲中◆

賃貸物件(仲介)

ハイツ
3DK 御立東

- 賃料 — 58,000円
- 駐車料 — 2台分込
- 共益費 — 2,000円
- 敷金 — 50,000円
- 礼金 — 150,000円
- 面積 — 54.00㎡



賃貸物件(仲介)

ハイツ
2LDK 砥堀

- 賃料 — 60,000円
- 駐車料 — 2台分込
- 共益費 — 2,000円
- 敷金 — 50,000円
- 礼金 — 150,000円
- 面積 — 52.66㎡



龍野

おすすめ 売地(仲介) ※物件相談受付中!

- アグリア正條保留地(揖保川中学校東)
約47坪~約60坪 約1,016万円~10区画
- アグリア堂本Ⅱ(ダイエー南)
約45坪~約47坪 約1,134万円~2区画
- アグリア本龍野(駅東)
約50坪 坪24万円~7区画
※小宅小学校区・南向きあり
- アグリア田中(太子町)
約50坪 993万円~1区画



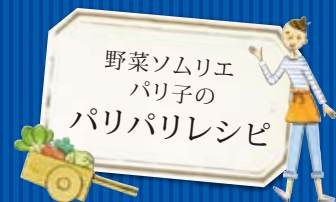
土地のご相談はJAへ

※本誌作製中に内容が変更となった場合はご容赦ください。また、ホームページ(<http://www.ja-hyogonishi.com/>)にも賃貸物件情報を掲載しておりますので、ぜひご覧ください。

赤穂

売地(仲介)

- 野中・砂子保留地 全19区画 670万円他
- 清水町(角地) 80坪 1,370万円
- 平成町 約82坪 1,870万円
- さくらタウン島田(赤小校区)
建築条件なし 約48坪 1,050万円他6区画
- 山野里(小学校近く) 約68坪 924万円



チンゲンサイと豚肉の

オイスタークリーム煮☆

ボンジュール☆パリ子です。今年もいよいよ押し迫り、何かと忙しいですが、いかがお過ごしですか？寒さも厳しく疲れも溜まりやすい時期なので、栄養たっぷりの食事・睡眠をしっかりとして元気に過ごしましょう☆
それでは今月も...Let's Parisi!!



チンゲンサイ

チンゲンサイは代表的な中国野菜の一つでβ-カロテンやビタミンC・Eなどを多く含んでいます。この3つの栄養素の相乗効果で、抗酸化作用が高まって高血圧や動脈硬化の予防に役立ちます。また、メラニン色素の沈着を抑えて美白効果を高めたり、肌のキメを整えたりといった美容効果も期待できますよ。美味しく食べて、とってもキレイになりましょう♪ぜひお試しあれ☆



材料(2人分)

チンゲンサイ.....2株	鶏がらスープの素.....大さじ1
豚バラ肉(ブロック).....300g	牛乳.....300ml
エリンギ.....1パック	片栗粉.....大さじ2
オイスターソース.....大さじ2	水.....大さじ2
ゴマ油.....大さじ1	塩・コショウ.....適量

作り方

- ①チンゲンサイは1枚ずつ株から外して2cmほどのざく切りにする。豚肉は5mmほどにスライスして、塩・コショウ・オイスターソースで下味をつけておく。エリンギは食べやすい大きさに切っておく。
- ②フライパンにゴマ油を入れ、豚肉を中火で焦げ目が少つくように両面を焼く。豚肉に火が通ったら、一度キッチンペーパーで余分な脂を取り除く。次に、チンゲンサイ・エリンギを加え、鶏がらスープの素・塩少々を入れて、炒め合わせる。
- ③②に牛乳を加えて、弱火で7~8分煮込む。全体になじんできたら、水で溶いた片栗粉を加えてよく混ぜ合わせ、とろみがついてきたら火を止める。
- ④器に盛り付けて出来上がり♪

次号の予告☆レンコンレシピ ※諸事情により、予告なく変更する場合があります