

[農業・人・地域をつなぐ]

にっしいひろば

きりり!あぐりびと 田村さんといえはコレ!
そんな野菜づくりを目指して

特集 ご入園、ご入学、ご就職おめでとうございます!

この時期だからこそ
知っておきたいお金のこと

やさいのヒトサラ 春ニンジンとハッサクのビタミンサラダ

家庭菜園ガイド トウモロコシ(スイートコーン)

2016

4

vol.181



元気いっぱい
春の匂い





美味しかったと言われるのが やりがいです!

+ きりり! +

第1回 「田村さんといえばコレ! そんな野菜づくりを目指して」 姫路市大津区 田村 弥生さん(24)

あぐりびと

農業とともに暮らす人たち



16

・7歳の頃、若者が農業に
勤しむ姿をテレビで見
て、「自分に合っているかも」

と関心を持ったことが、農業を始めるきっかけになったという田村さん。現在は姫路市網干区にあるビニールハウス3棟と露地栽培の計65aほどの畑を管理し、夏にはナス・ピーマン・トマト・網干メロン、冬はキャベツ・ハクサイ・ブロッコリー・葉物野菜を栽培。家族に協力してもらいながら、スーパーマーケットなどに出荷をしています。

小さい頃にした田んぼの手伝いくらいしか農業の経験がなかった田村さんは、高校卒業後に近くの農園で修行を重ねます。当初は「ただの従業員として働き、独立などは考えていなかった」のですが、2年前に1棟のハウスが空いたことをきっかけに、自分の力で農業を進めることに。「ゼロか



ひとつひとつ丁寧に収穫



露地で育った立派なキャベツ



重い散布機を背負って長い畝を歩きます



チンゲンサイも栽培

私の代名詞になる作物を作りたいです!

あぐりびとに聞きました!

●栽培時に心がけていることは?

「できるだけ良いものを作りたい!」そんな思いを胸に、日々作業をしています。

●今後力を入れたい作物は?

地元の伝統野菜「網干メロン」ですね。昨年と同様、今年も100本ほどを育てる予定です。傷がつくのを防ぐため、果実をぶら下げのように栽培し、肥料にも気をつけていきたいとします。



畑の行き来は愛車の軽トラックで

今

年の1月、JAの新農業生産振興育成支援事業を活用してハウスを2棟増設、手が

がける作物品種も広がります。「今までは出荷の止まる時期もあった。今後は収量アップも期待できるので、年間を通じてまんべんなく出荷していきたい」と田村さん。今後、夏場に向けて葉物野菜の栽培や、地元特産の網干メロンにも力を注ぎます。「できるだけ良いものを作り、消費者に喜んでほしい。土作りにもこだわり、『田村さん』といえればコレ!』と言ってもらえる作物を1品でもいいから作りたい。模索をしながらも確かなやりがいを感じ、これからの目標に向かって着実に農業の道を歩みます。

ご入園

ご入学

ご就職

おめでとう ございます！

うらかな陽気に包まれて、草花が芽吹く春。

保育所や幼稚園、小・中学校、高校、

大学への入学、就職など、

新しい生活が始まる季節がやってきました。

J A兵庫西は、皆さまのご入園、ご入学、ご就職を

心よりお慶び申し上げます。

新入生 新社会人 インタビュー

新入生

長谷川 空良さん
(中学1年生)

中学生になったら、勉強と部活動の両立ができるように頑張りたいです。



新入生

保井 篤人くん
(幼稚園)

おともだちといっぱいあそんで、なかよくなりみたいです。



新入生

中原 優奈さん
(高校1年生)

高校では新しいことにもチャレンジし、夢を叶えるために精一杯頑張ります。



新社会人

北野 将夢さん

高校時代に野球で培った忍耐力で頑張ります。



新社会人

久保田 千智さん

皆さまから信頼してもらえ人間になれるよう、日々努力します。



新社会人

田中 咲希さん

社会人としての自覚と責任感を持ち、笑顔で頑張ります。



新社会人

山本 晃裕さん

持ち前の明るさと笑顔で、お客様と良い信頼関係を築いていきたいです。



この時期だからこそ

知っておきたい

お金のこと

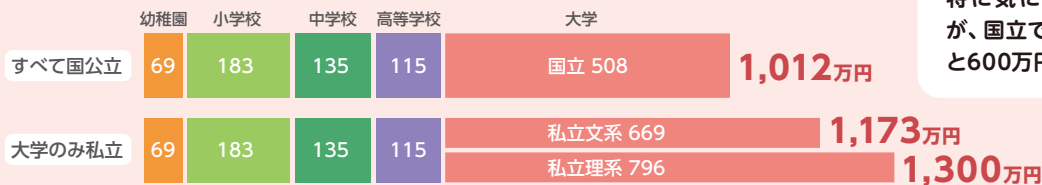
子育て
世帯の方へ

お子さまの今後の教育資金を把握し、
早期からの計画的な貯蓄が大切

お子さまの成長に伴って必要になるのが教育資金です。幼稚園から大学卒業までの教育費をみると、必要となる金額は国立大学の場合でも1000万円以上。私立の大学に通う場合はさらに多くの金額が必要となります。また文系・理系など、どの学問系統を志望するかや、下宿先が必要かどうかで費用が大きく変わります。特に大学進学時には国立大学でも500万円以上が必要となるとともに、自身の老後資金も考える必要が出てくるため、早めに貯蓄をしておかないと、のちの負担が大きくなっていきます。

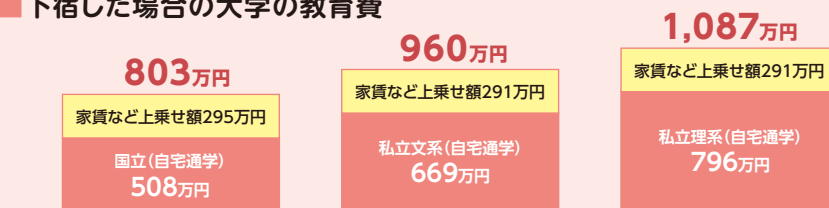
まず教育資金にどれだけの費用がかかるのかを知ったうえで、「まさかこんなにお金が必要になるなんて」ということにならないよう、お子さまがまだ小さいうちから計画的に貯蓄していくことが大切です。

■幼稚園から大学卒業までの教育費総額(自宅通学)



特に気になる大学の教育費ですが、国立でも500万円以上、私立だと600万円以上もかかります。

■下宿した場合の大学の教育費



自宅通学と一人暮らしでは大学の教育費は大きく変わります。大切なお子さまのために、早くから準備しておきませんか。

(株)セールス手帖社保険FPS研究所「ライフプランデータ集2014版」をもとにJA共済連試算
※万円未満を切り捨てて掲載しているため、各項目の合計値は一致しません

こども共済「すてっぷ」をおすすめします!

こども共済「すてっぷ」は、高い貯蓄性と保障がバランスよく備わった共済です。大学の学費に合わせて効率よく教育資金を準備でき、かけがえのないお子様の輝く未来と大きな夢をサポートします。

●こども共済「すてっぷ」3つのポイント

- 1 高い貯蓄性と保障がバランスよく備わっていて、効率的に資金準備ができます。
- 2 ご契約者様が万一(※)の際に、その後のこども共済の掛金はいただく、保障が継続されます。もちろん、学資金・満期共済金も通常通りお支払いします。
- 3 共済掛金の払込期間は17歳または18歳まで。学資負担の多い大学入学前に掛金の払い込みが終了します。

※死亡、第1級後遺障害、重度要介護状態、または災害により第2級から第4級の後遺障害の状態をいいます。

●ご契約例(こども共済:学資金型)0歳加入/22歳満期/18歳払込終了・学資金支払開始 お父さま契約年齢30歳 共済金額…200万円

年払掛金(口座振替扱) 97,760円 払込共済掛金総額 1,759,680円

給付総額 **2,000,000**円(240,320円の利息)

給付率(給付総額÷払込共済掛金総額) 約 **113.6%**

詳しくは窓口でお問い合わせください。

この時期だからこそ 知っておきたい

お金のこと



毎月の家計をチェックして、 貯蓄額を算出しよう

自分の収入で生活していくために、家計の内訳を把握することはとても大切です。家計には、食費・住居費・水道光熱費・通信費・貯蓄・こつかいなど、さまざまな費目があります。必ずしも家計簿をつけなくてもかまいませんが、大まかな数字を理解し、支出が収入を上回らないようにしなければなりません。

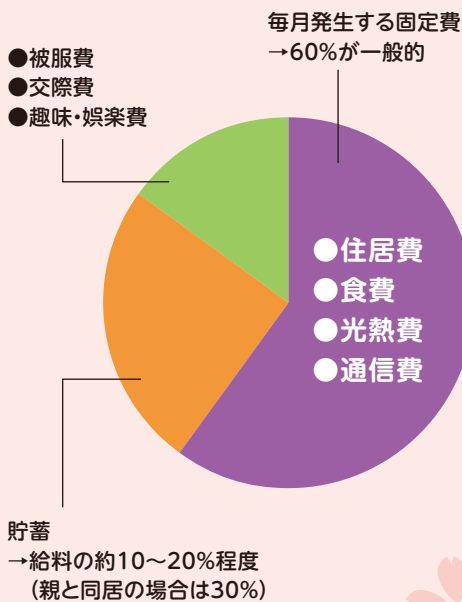
独身一人暮らしの場合、住居費・光熱費・通信費などの固定費が給与の60%を占めるのが一般的。そのうえで、10〜20%を貯蓄に回して、残りのお金で被服費や交際費、趣味・娯楽費をまかなえていけば好バランスといえます。親と同居している場合は、固定費がぐっとおさえられるので、給与の30%程度を貯蓄するのが理想的です。

まずは自分の生活にどのくらいお金がかかるのか、家計簿をつけてみましょう。最近はスマートフォンやパソコンでも簡単に家計簿がつけられます。暮らしの中で何を優先したいのか、よく考えてみましょう。

まずは貯蓄の習慣を ポイントは貯蓄の先取り

最低でも手取り月収の10%は貯蓄する習慣をつけましょう。貯蓄の方法は「生活費が残ったら」ではなく「貯蓄を先取りする」が基本です。まずは給料日などに決まった額を自動的に振り替える「積立式の貯蓄」に挑戦しましょう。コツコツためる習慣は、将来の資産づくりのベースとなります。ボーナスや臨時収入など、まとまったお金が入ったときは最初からなかったものと考え、「まずは貯蓄」の習慣をつけましょう。

また社会人1年目は、2年目よりも手取り額が多いことをご存じでしょうか。その理由は、前年の収入に比べてかかってくる税金「住民税」。1年目の手取り額で生活を構築してしまうと、2年目からの生活にゆとりがなくなってしまうので、注意しておきたいところです。



メインバンクはJAで!

● 利便性・サービス充実のJAバンク

社会人になったら、給与の振込や各種支払いなど、日常的に使う金融機関を決める必要があります。JAバンクは、豊富な数の店舗やATM、ATM手数料無料といった利用のしやすさと充実のサービスで、皆さまのお金の管理をサポートします。

JAバンクのメリット

全国に約8,500店舗、
約88,000台のATM

ATM手数料終日無料

他行との
ネットワークが充実

出し入れ、支払、貯蓄を
一つの口座でまとめて管理

● 貯める・増やすに自信のJAバンク

JAバンクではさまざまな貯蓄方法をご用意しています。

* 毎月の生活費を入れておく「普通貯金」

* 毎月一定額を積み立てる「定期積金」

* 近々使う予定のないお金をまとめて入れる「定期貯金」

などがあり、自分の生活に応じてピッタリの貯蓄方法を選ぶことができます。

● JAカードが便利!

JAカードは様々な特典を備えたクレジットカード。キャッシュカードとの一体型もあり、また初年度年会費無料などの特典もあります。



詳しくは窓口でお問い合わせください。

おさえておこう！ 社会人としての ビジネスマナー

①名刺の受け渡し

社会人になって経験することの一つに名刺交換があります。まず名刺入れを用意し、常にきれいな名刺を渡せるようにしておきましょう。

名刺交換は、テーブル越しに行わないようにしましょう。目上の方と名刺交換をする場合、相手が差し出した時の高さより低い位置で差し出すのがマナー。また双方が名刺を差し出す場合は、先に受け取る方がお客様となります。これは先に受け取る方は片手での受け取りとなりますが、後からもらう方は両手で受け取るため、相手に敬意を示すことができるからです。

名刺を受け取り、その後商談などがあればテーブルの上に置きます。そのとき、自分の名刺入れの上に相手の名刺を置きましょう。



自分の名刺は
相手より下から出す！

相手の名刺は
名刺入れの上に！



②報告・連絡・相談の徹底

社会人に必要となる基本的なビジネスマナーの一つが「ほう・れん・そう」、報告・連絡・相談です。

「報告」は現在の仕事の進捗状況を先輩や上司に知らせること。「連絡」は打ち合わせなどの日時や会議での決定事項など、物事の情報を伝えること。そして「相談」はビジネスの場において自分で判断・解決できない物事を、自分で抱えることなく上司や先輩などに伝えて判断を仰ぐことです。

これらが実施できていないと、さまざまな問題への対処が遅れたり、状況をさらに悪化させたりするといった事態を引き起こす可能性があります。「ほう・れん・そう」の意識を持って仕事に取り組み、社会人としての能力を磨いていきましょう。

もしものときに備える保障は
若いうちが考えどき



新社会人として考えておきたいことのひとつに「保障」があります。だれしも病気になるリスクを抱えていますが、貯蓄のほとんどない状態で入院が必要になると、医療費が支払えない事態に陥ることがあります。「若いうちは病気になるから」と、自分の医療保障や生涯保障を軽く考えがちですが、病気になる前に入ることが重要です。また、若いうちは掛金が安いため、社会人になったと同時に保障について具体的に考えていくことは、とても大切なことなのです。

では新社会人としての保障はどのようなものがあるのでしょうか。まずは入院することになった場合のリスクに備える保障をチェックしましょう。最低でも入院日額5000円を保障するとともに、生涯にわたって保障してくれる終身型プランがおすすめです。またライフステージに合わせて、保障内容の見直しや変更ができるかどうかポイントとなります。

JA共済は少ない負担で安心保障

新社会人におすすめのJA共済は4つ。一生涯を手厚く保障する「終身共済」、入院や手術、がん治療などを幅広くサポートする「医療共済」、がんと闘うための安心を一生涯にわたって保障する「がん共済」、万一のときの保障と貯蓄性のある「養老生命共済」です。まずはお近くの窓口でライフアドバイザーやスマイルサポーターにご相談ください。あなたにぴったりの保障をご提案いたします。

新社会人におすすめ!4つの共済

万一のときにも
病気・けがのときにも備えたい
▶ **終身共済**

がんにも先進医療にも
安心できる備えがほしい
▶ **医療共済**

がんにかかったときの
経済的な支えがほしい
▶ **がん共済**

貯蓄も万一のときの
備えも充実させたい
▶ **養老生命共済**

ライフアドバイザーが 新社会人の皆さまの保障選びをサポートします！

ライフアドバイザーとは、JA共済に関するあらゆる相談に対応する専門員のこと。加入を検討されている方の立場になって、ぴったりの保障を提案しています。

- 全国約2万人のライフアドバイザー
- 豊富な専門知識で人生設計をサポート
- 地域密着で親身な対応

まずはお気軽に
ご相談ください



2月2日 赤とんぼ文化ホール

生産者大会で意思統一

「旬彩蔵・野菜市生産者大会」を赤とんぼ文化ホール(たつの市)で開き、生産者ら454人が出席しました。大会では消費者ポイント制度やメールマガジン発行などの取り組み、食品表示法などについて報告。直売所のよりよい運営を図るため、出荷ロスの減少と価格安定につながる年間作付け計画の作成を生産者に推進しました。直売施設生産部会連絡協議会の上林武和会長は、「自分達が自信を持った安全安心な商品で、消費者に満足してもらえよう、初心にかえって努力してほしい」と話しました。



大会では各店舗の生産部会から選出された生産者8人を表彰しました

1月29日 甘地研修センター

大豆を食べて元気100倍!

「大豆パワーで元気100倍～大豆を使った和食づくり～」をテーマにした食農イベントを、1～3月に管内5カ所で開きました。1月29日に開催した甘地研修センターでは、大豆や油揚げ、豆腐などを使い、かき揚げ・和え物・みたらし団子など5品を調理。試食後は、JA兵庫厚生連の管理栄養士から大豆パワーによる生活習慣病予防の講義も受けました。



大豆とプチヴェールを使ったかき揚げを調理中

1月30日 西播磨営農生活センター

新鮮野菜をお届け!「駅前マルシェ」

旬彩蔵赤穂や漁協・地元の生産者と合同で出張旬彩蔵「駅前マルシェ」を坂越駅前で開きました。きぬむすめを使った牡蠣ごはんや、ふれあい農園で職員が作ったプチヴェールやロマネスコを使ったおひたし・サラダなどを無料で配布。また、干しイモや石焼きイモなど7店舗が出店して、多くの来場者で賑わいました。同マルシェは播州赤穂駅や有年駅でも開催しました。



多くの来場者で賑わう駅前マルシェ

美味しく
仕上がりました /



1月30日 揖龍営農生活センター

食と農を楽しく学ぶ親子クッキング教室

子どもたちに食と農の大切さを伝えようと、揖保公民館で親子クッキング教室を開きました。講師に管理栄養士の宮田ひろみさんを招き、「ソーセージと野菜のポトフ」や「大根餅」など、地元産の食材を使ったメニューを調理。目木佳代子ふれあい生活指導員は、「子どもたちに地域の農畜産物をPRして、食と農の大切さを感じてもらえれば」と話しました。



地元産の食材を使った料理に取り組む親子

2月17日 しろう営農生活センター

季節感じる和菓子づくり

山崎支店で和菓子づくり教室を開き、18人が参加しました。和菓子職人の小野広好さんを講師に迎え、あんや生地の分量に気を付けながら桜餅・草餅・いちご大福を調理。参加した女性は、「普段は洋菓子ばかり作っているが、これを機に和菓子づくりにも楽しみたい」と話しました。



協力して桜餅を作る参加者

2月24日 姫路東部営農生活センター

野菜栽培の基礎を学ぶ

野菜の栽培講習会を豊富支店で開きました。姫路市農業振興センター職員を講師に招き、土づくりや肥料の効果的な使い方といった基礎、トマトや網干メロンなど夏野菜の栽培方法とポイントについて講義。参加者は、「これから植える野菜について色々教えてもらえてよかった」と話しました。

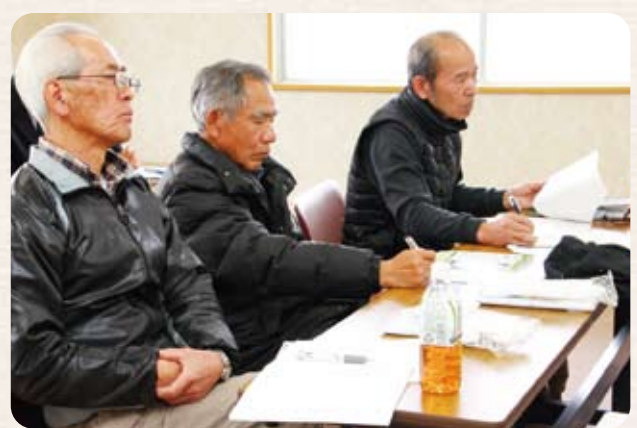


スライドを使って説明する講師

2月9日 姫路西部営農生活センター

キュウリ栽培講習会を開催

キュウリの栽培講習会を曾左支店で開き、旬彩蔵書写の出荷者約20人が参加しました。講習会では、地温や空中湿度など長期間収穫し続けるための株作りの条件や、生長ペースの管理について学びました。参加者は「生育状況に合わせた管理などが参考になった。夏のほ場巡回でさらに技術を高めたい」と話しました。



講習を熱心に聞く参加者ら

1月24日 JAバンク兵庫

小学生が環境保全活動を発表

小学生が環境活動を通じて学んだことを発表する「JAバンク兵庫 小学生の環境チャレンジ発表大会」の地区大会（中西播・但馬地区）が、赤とんぼ文化ホールで開かれました。当JA管内からは姫路市立網干西小学校と宍粟市立伊水小学校が出場し、元気に体験発表。審査の結果、伊水小学校が2月20日開催の県大会代表校に選ばれ、県大会では「クリーン活動学習賞」を受賞しました。



伊水小学校は、地域と協力して稲作や清掃活動に取り組みました。
「クリーンマン」も登場!



瀬戸内海に関する体験発表をした網干西小学校



1月28日 揖龍営農生活センター・
揖龍介護支援センター

生活習慣病予防食講習会 開催

揖龍介護支援センターの職員と地域住民を対象に、大豆を使った高齢者向けの生活習慣病予防食講習会を開きました。管理栄養士の佐藤こずえさんは、「見落とされがちなのが低栄養による生活習慣病。身近な食材で健康な食生活を」と話しました。



姫路西部・上郡・佐用地域

加工用レッドキャベツ 収穫順調

姫路西部・上郡・佐用地域で栽培されているレッドキャベツが、1月から3月にかけて収穫期を迎えました。昨年度から契約栽培が始まり、加工用として出荷されます。細田昂宏さん(27)は、「継続して取り組むことで意欲も湧くので、JAには実需者との繋がりをより深め、広げてもらいたい」と話しました。



2月19日 旭陽支店

ジャガイモ定植& 焼きイモ試食会

旭陽幼稚園でジャガイモの定植と焼きイモの試食会を開きました。焼きイモの良い香りが広がるなか、定植作業を終えた園児65人に柔らかくて甘い焼きイモを配り、園児らは「おいしい!」と大喜びでした。

やさいのヒトサラ



春ニンジンとハッサクの
ビタミンサラダ

春ニンジン

今月の
やさしい
メニュー



材料 (4人分・1人94kcal)

春ニンジン……………1本	エクストラバージンオリーブ油……………大さじ1
ハッサク……………1個	天日塩……………3つまみ
三つ葉……………1束	粗挽き黒こしょう…好みで
カシューナッツ…大さじ2	

作り方 (調理時間約10分)

- 春ニンジンは、斜めにうす切りしてから、ずらして重ねてせん切りに。ハッサクは薄皮をむいて果肉のみにする。三つ葉は洗って水気を取り、ざくざくと3センチ長さに切る。カシューナッツは粗く刻む。
- ボウルに材料を入れ、オリーブ油を回しかけ、ざっと混ぜて行き渡らせる。塩、こしょうをして全体を和えて味をなじませ、味見して仕上げる。

レシピのポイントとアレンジ

- サラダの味の基本は、「酸味+油気+塩気」です。今回のように素材でそれを満たせば、ドレッシングを作らなくても簡単にサラダが出来上がります。
- 素材や水切りの具合によって味の出方に差があるので、必ず味見をして加減しましょう。
- 食感の違うもの、香味や風味をプラスすればより味わいに広がりが出て、バリエーション豊かになります。特にナッツ類は必ず入れると良いですね。
- 三つ葉のほかにルッコラ、水菜など柔らかい葉野菜もよく合います。
- ナッツ類はクルミ、アーモンド、ミックスナッツなどでもOK。おつまみの残りを使うのも良いでしょう。

春先に出回るやわらかい「ニンジン」を「春ニンジン」といいます。品種が違つのではなく、種まき時期(収穫時期)の違いによるもので、越冬させるため「雪下ニンジン」とも呼ばれます。青臭さが少なく、柔らかくて甘みが強いので、サラダやジュースなどにも最適です。

ニンジンの栄養素の代表格といえばβカロテン。免疫力強化や美肌の味方です。その吸収を良くしてスムーズにビタミンAへ変えるためには、油と一緒に摂るのが有効。生のニンジンにはビタミンCを破壊する酵素(アスコルビナーゼ)が含まれますが、それを防ぐのがレモンなど柑橘類に含まれるクエン酸です。今回のサラダはそのどちらもカバーするので、体にとってもうれしいですね。

彩りも香りも華やかな、まさに春のヒトサラです



管理栄養士
水口 麻衣子 さん

ダイエットサポート・栄養管理コンサルティング、料理教室等の開催のほか無料のレシピメルマガ「読む料理教室」を好評配信中



体にうれしい春の味覚で気分一新!

トウモロコシ (スイートコーン)



栽培のポイント

① 温度を高めを保ちましょう。

じかまき、またはポットまきをします。土が乾いているときは、水をたっぷりやると発芽が揃います。また、ポリフィルムでマルチをして地温を上げると早く育ちます。

② 虫対策と風対策をしましょう。

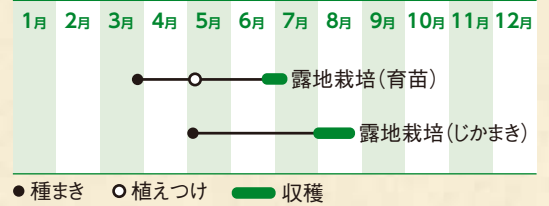
大敵はアワノメイガの幼虫です。茎から入り、実に侵入して食い荒らします。雄花や茎から糞が出ているのを見たら、すぐ下の茎に潜んでいる可能性があるのので、切り取るか潰して処分しましょう。また、風で倒れやすいため土寄せしたり、畝の両脇に杭を打って紐で囲うと良いでしょう。

③ キセニア現象に注意します。

トウモロコシには、交配した花粉の性質が実に見れる「キセニア現象」という性質があります。このため、別の品種を近くに植えると品種本来の味が出ないことがあります。受粉しやすいように、同じ品種を複数列まきしましょう。

● 品種例 「おひさまコーン7」「みわくのコーンゴールドラッシュ」など

栽培カレンダー



1 畑の準備

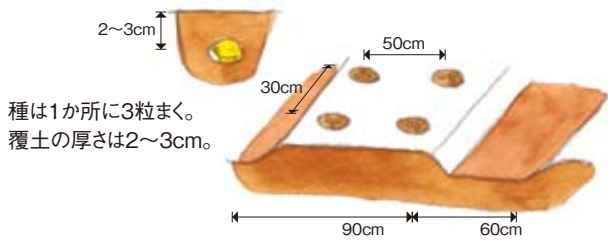
- 種まきの1カ月前に肥料を畑全体にばらまき、よく耕しておく。

1㎡当たり
石灰:大さじ3~5杯
化成肥料:大さじ3杯



2 種まき

- ポリフィルムでマルチし、穴をあけてじかまきすると、しない場合より約半月生育が早まる。



種は1か所に3粒まく。
覆土の厚さは2~3cm。

3 間引き

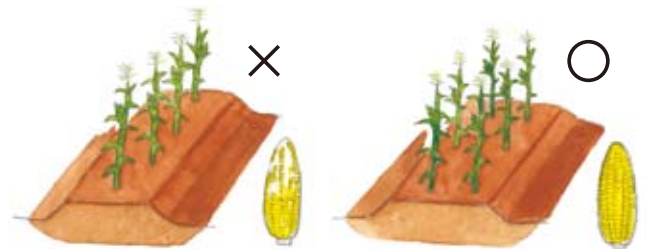
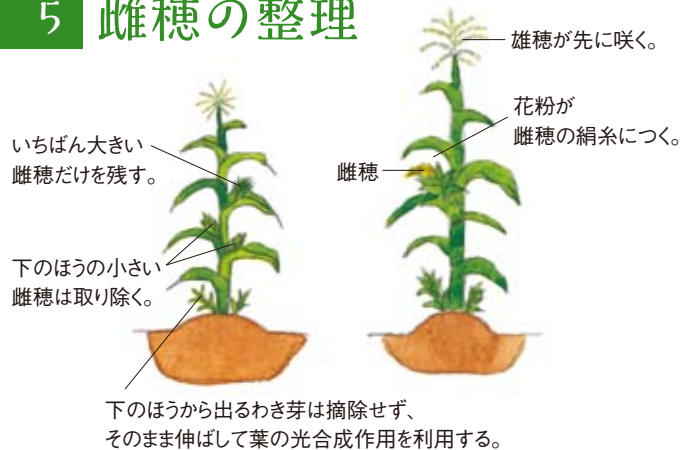
- 草丈が10~15cmに伸びたころ、間引いて1本立てにする。



4 追肥

- 1株当たり大さじ1杯の化成肥料を列の片側にばらまき、土寄せする。

5 雌穂の整理



1列に長く植えるより複数列に植えるほうが花粉がよくつき、実入りがよい。

6 収穫

- 花粉がついて受精してから3週間くらいたち、毛が茶色に縮れたころに収穫する。

つかんで中に手ごたえがあれば、手で元からもぎ取る。



収穫したてのスイートコーンは、甘くて美味しいです。栽培はやさしいので、ぜひチャレンジしてください!

西播磨営農生活センター 営農指導員
林田 侑真

旬彩蔵・野菜市

「安全・安心」の取り組み

管内に8店舗ある農産物直売所「旬彩蔵」「野菜市」。来店者の皆さまに安全・安心な農産物や加工品をお届けするため、さまざまな取り組みを実践しています。



農産物

● 農薬の安全使用講習会

生産者は年に一度、必ず農薬の安全使用講習会を受講します。年々変わる法律や農薬の仕組みなどについて勉強します。

● 生産日誌の確認

出荷される農産物については、生産者が事前に生産日誌を提出。その後、JAが確認して、農薬の使用方法が間違っているものは店頭に並べません。

● 残留農薬検査

農産物の中にどれだけの農薬が残留しているのか、抜き打ちで検査します。
※27年度実績41検体（1月末現在）

● 自主点検

旬彩蔵・野菜市では、店舗の衛生や商品の状態などを毎日細かくチェックします。また、旬彩蔵担当以外のJA職員や中央会の専門家「安全・安心アドバイザー」も定期的に巡回点検します。

加工品

● 加工品安全講習会

加工品の出荷者は年に一度、安全・衛生についての講習会を受講します。平成27年度に新しく施行された食品表示法や衛生管理など、広い範囲を研修します。

● 食品微生物検査

出荷された加工品の中で、抜き打ちで検体を選択して微生物検査をします。結果が良くなかった加工品については、原因を究明して状況が改善するまで出荷を停止します。
※27年度実績179検体（1月末現在）

4月の農作業

夏野菜の準備

4月になると、店先に春夏用の様々な野菜苗や種が並び始めます。カボチャ・オクラ・エダマメ・インゲンマメなどの露地栽培は、種まき時期です。また、サトイモ・ショウガ・ヤマイモは植え付け時期です。そして、春植えのジャガイモが芽吹いてきたら、芽かきをするなど畑仕事が本格化します。

トマト・ナス・ピーマンなど夏野菜の植え付け場所が決まったら、植え付けの20日以上前に完熟堆肥を一株あたり3・4握り、畝の真下20～30cmのところに混ぜておきましょう。早めに混ぜておくことで、堆肥の分解が進んで

長い収穫期間中にゆっくり効果を発揮します。

夏野菜の苗を買っても、株が小さいときや地温が低いときは無理に植え付けしないで、一回り大きな鉢に植え替えて育成してみましよう。しっかりした大苗に育ててから植え付けることで、その後の生育が安定します。



大きな苗に育ててから植えよう!

今月のおたより

桜が春の訪れを告げる季節となりました。今月も広報誌に寄せられたお便りを紹介します。

●2月号「ひとレポート」で紹介

されていた4きょうだいがとてもほほえましく、ご両親の子育てに感心しました。すくすくと成長されますように。

(赤穂郡 小谷 紀子さん)

小林 きょうだいが多く、にぎやかでうらやましいですね。明るく楽しい家庭が想像できます。

●5歳の孫が遊びに来たとき、ご飯を仏壇にお供えするよう頼みました。すると、「おばあちゃん、どこが口や?」と聞かれ、「瞬答えにつまづいてしまいました。

(姫路市 三輪 亜津恵さん)

小林 子どもの発想は自由で回答にとまどうことがありますね(汗)。私も自由な発想を忘れないうようにしたいものです。

●家庭菜園のページを切り取ってファイルしています。野菜作りには



失敗もありますが、めげずに続けたいです。

(姫路市 浦野 朗信さん)

小林 ありがとうございます。毎月ファイルしていただければ、きつとお役に立てると思います。野菜作りがんばってくださいね。

●運動不足を解消するために始めたグラウンドゴルフ。今ではすっかりはまっています。

(宍粟市 山内 明美さん)

小林 私もゴルフが趣味で、また違った面白さがあるって熱中してしまします。



●旬彩蔵へ行く度に、見たことのない気になる野菜がありました。

2月号の記事を見て、「ロマネスコ」だったと知りました。レシピも載っていたので、一度買ってみたいと思います。

(赤穂郡 今川 純代さん)

小林 ブロッコリーに似ているけど...?というのが私の第一印象でした。コリコリしておいしい野菜です。ぜひご賞味ください。

●地元の知り合いが行事の写真などに載っていたら、親しみを感じますね。

(赤穂市 矢野 君子さん)

小林 知り合い探しをする気持ち、分かります。実は私もいつも探しています。ひとつの楽しみですよ。

●2月号の「今月のココ行ってみよう!」で紹介されていた御津町

の「世界の梅公園」へ友人と行き、たくさんの種類の梅がきれいに咲いていて感動しました。お土産には梅干しを買って帰りました。

(佐用郡 宮武 ます子さん)

小林 梅干しが売られているのですか!? 知らなかったです。自宅から近いので一度買ってみよう!

●今年英語と大学受験を頑張ります!

(たつの市 山田 愛美さん)

小林 努力は必ず報われると信じて応援しています。吉報をお待ちしています。



●たつの市で「潮の香マラソン」があり、沿道で応援しました。拍手をし過ぎて手のひらがしばらく痛かったです。適度の応援にすぎだつたかなと、ちょっぴり反省しています。

(たつの市 馬場 浩一さん)

小林 手の痛さの分だけ、馬場さんの精一杯の応援が選手に伝わったと思いますよ。

●子どもが生まれ、「ごども共済」の手続きをしました。大きくなったとき、役に立ちますように!

(佐用郡 本種 知加さん)

小林 おめでとございます! そしてご加入ありがとうございます。お役に立てること間違いなしです! もちろん私も加入しています(笑)。

●誕生日に、子ども3人と孫たちの家族で傘寿(さんじゅ)の祝いを開いてくれ、嬉しくて涙が出ました。主人がなくなってから一人の家を守っていますが、みんな気にかけてくれてるんだなあと思って。

(神崎郡 山下 嘉子さん)

小林 おめでとございます! 家族団らの風景が目に見えられます。

今月の担当者



共済部 自動車課
小林 良彰

4月といえば出会いの季節ですね!新しい出会いは自分を成長させるチャンスだと思おうので、いろんな行事に参加していきたいと思

「かってみよう！」
**フラワー
 アレンジメント**
 フラワーデザイナー 和田幸子



部屋がぱっと明るくなる春の雰囲気

チューリップの春アレンジ

チューリップのように長い茎を持つ花は、真上を向く形で垂直に生けられることが多いですが、生け方を工夫すると雰囲気ガラリと変わります。また、生ける前にやっておきたいのが水切り（水中で茎を切る）です。水の中で切ると茎に空気が入らず、水をよく吸うようになります。切る位置は茎の端からおよそ1cmのところ、斜めに切ってください。斜めに切ると水を吸う面積が広くなり、より長持ちします。また、切り口を新しくすると水をよく吸うようになりますので、3日に1回の頻度で茎を切ってください。水もこまめに替え、花瓶も洗いましょう。

アレンジの手順



1. 花瓶の側面に茎が止まるように、中心となるチューリップを生ける
2. 1つの方向を向くように他のチューリップを生けていく
3. チューリップを中心に小花を合わせていく

アレンジに使用した花

チューリップ
 ラナンキュラス
 ナズナ



JA兵庫西女性会
 姫路西支部
 「西脇ファミリー」

タケノコ入りとんかつ

春の味覚、タケノコを使った新定番メニュー

地元で生産されたものを、地元で消費して地域を活性化させる「地産地消」。今回は、女性会姫路西支部の「西脇ファミリー」に、タケノコを使った料理を作っていただきました！クッキングポイントは、「卵のかわりにマヨネーズを使うところ。衣がカリッとして美味しいです☆」とリーダーの廣岡富枝さん(65)。毎月1回第1土曜日に、太市の西脇公民館で「ふれあい喫茶」を開店して、地域の憩いの場として人気を集めています。



「西脇ファミリー」の皆さん

材料 [4人分]

- | | |
|-----------|----------|
| タケノコ…200g | サラダ油…適量 |
| 豚バラ…300g | (ソース) |
| 青ジソ…12枚 | 梅干し…大4個 |
| 梅干し…大6個 | 酒…小さじ1 |
| 天ぷら粉…適量 | みりん…小さじ1 |
| 塩・コショウ…適量 | |
| マヨネーズ…適量 | |
| パン粉…適量 | |

作り方

- 1 タケノコの皮をむいて、水で茹でる。沸騰したら弱火で15分。竹串を刺して通れば水に10分ほどつけておく。梅干しは種をとる。
- 2 タケノコを細く切り、肉の上に青ジソを置いて梅肉と一緒に巻き、塩・コショウをふる。
- 3 天ぷら粉をまぶす。
- 4 天ぷら粉・マヨネーズ・水で衣を作り絡める。
- 5 パン粉をまぶす。
- 6 油で揚げる。
- 7 梅肉・酒・みりんを混ぜてソースを作り、できあがり。

消費者トラブル

訪問購入のトラブルに気を付けて

「何でもいいので不要な物を買取る」と電話があり、訪問を了承しました。着物やバッグを買取ってもらおうと準備をしていたのですが、それらは買取り専門店に持って行くように言われ、「貴金属なら買取る。貴金属をもう身に付けられないならお金に換えた方がいい」としつこく言われました。

回答▶▶▶

このような訪問購入のトラブルを回避するポイントは、3つあります。
 ①査定だけと思っても、断り切れないことがあるので、買取ってもらったつもりがない場合は、きっぱり断りましょう②契約した場合でも、契約書面を受け取った日を含めて8日間はクーリング・オフができます③品物をその場で引き渡す必要もなく、クーリング・オフ期間中は手元に置いておくこともできます。困ったときは、すぐに消費生活センターに相談しましょう。



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)

子育て百科

泣く子は育つ

動物の子どもは、空腹になると自分から親の乳を飲み、寒ければ身を寄せたりするなど、生まれたときから自分で自分のことができます。しかし人の赤ちゃんは何もできません。おなかが空いていても、寒くても、赤ちゃんができるのはただ泣くことだけです。

24時間、何か困ったことがあれば泣くだけですが、これは赤ちゃんの言葉です。赤ちゃんが泣くと、お母さんはその理由を探り、お腹が空いているときは抱っこして乳を飲ませ、おもちゃで遊びたいときは手に握らせ、寒ければ衣服を着せてあげます。そのたびにいつもお母さんの顔があり、お母さんの声を耳にしていることで、赤ちゃんはお母さんや人のことが好きになり、自然にしゃべったり、歩いたりできるようになっていくのです。

赤ちゃんは、「どう育てるか」ではなく、話し掛けながら相手をしているうちに育っていくもの。赤ちゃんの「言葉」をしっかり受け取り、それに対して愛情を注いであげることが、赤ちゃんの健やかな成長につながっていきます。



4月の運勢

- 牡羊座** 3/21~4/19
 - 全体運／攻めの姿勢がチャンスを引き寄せる鍵になります。思い切って、やりたいことに挑戦すると未体験でも好結果に■健康運／シェイプアップすれば理想ボディは確実■幸運の食べ物／クレソン
- 牡牛座** 4/20~5/20
 - 全体運／面倒見の良さを発揮することで、対人運がグンと上昇しそう。笑顔キープも忘れずに。気分転換には散歩が最適■健康運／毎日、軽い運動をすると体調に好影響大■幸運の食べ物／コウイカ
- 双子座** 5/21~6/21
 - 全体運／カルチャー志向が強まる月。興味のある習い事や講習会などに注目を。サークル活動も刺激が多いはず■健康運／無理なダイエットはNG。自然体が大事■幸運の食べ物／ワカメ
- 蟹座** 6/22~7/22
 - 全体運／うっかりミスが増える暗示。いつもの作業でも確認を徹底して。気の合う友達とのおしゃべりが良い気晴らしに■健康運／暴飲暴食は控えること。腹八分目が正解■幸運の食べ物／フキ
- 獅子座** 7/23~8/22
 - 全体運／一段と行動力が高まる期間。胸に秘めていたプランの実行など、大きなチャレンジの好機です。旅行もラッキー■健康運／おおむね良好。スポーツに励めば順調に上達■幸運の食べ物／夏ミカン
- 乙女座** 8/23~9/22
 - 全体運／物事を邪推ししやすい傾向がチャリ。親切にされたら裏を読まず、素直にお礼を。開運には部屋に花を飾ると吉■健康運／無理は厳禁。疲れたら十分な休息が必要■幸運の食べ物／パセリ
- 天秤座** 9/23~10/23
 - 全体運／優柔不断になりやすいのが玉にきず。迷ったときは一人で悩まず、周囲に相談を。気力回復には音楽鑑賞が有効■健康運／ストレッチやヨガで体をほぐせば安泰■幸運の食べ物／タケノコ
- 蠍座** 10/24~11/22
 - 全体運／次々と心配事が生まれる気配。失敗を恐れず、開き直りの気持ちを大切に。ハーブティーを飲むと心が和みそう■健康運／ストレス過多かも。公園を散歩してみても■幸運の食べ物／シイタケ
- 射手座** 11/23~12/21
 - 全体運／レジャー運活発化。飲み会や旅行などに誘われたら、二つ返事でOKして出掛けてみるとグッド。くじ運も上々■健康運／質の良い睡眠を心掛ければ体調面も回復■幸運の食べ物／メバル
- 山羊座** 12/22~1/19
 - 全体運／ささいなことでイライラしやすい。ユーモア精神とプラス思考で乗り切って。欲張り過ぎも運を落とす原因に■健康運／食生活が乱れがち。栄養価にも配慮して■幸運の食べ物／タラの芽
- 水瓶座** 1/20~2/18
 - 全体運／コミュニケーション運が上昇。初対面の相手とも、すんなり親しくなれそう。人脈のネットワークを広げると◎■健康運／正しい姿勢を保つことで心身とも好調に■幸運の食べ物／ソラマメ
- 魚座** 2/19~3/20
 - 全体運／プライベートをゆっくり堪能したい時期。趣味に打ち込めば確かな手応えを感じられるはず。書籍整理にもつき■健康運／体を動かせば、より元気に過ごせそう■幸運の食べ物／タイ

クロスワード

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しょうか？
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。

1	6	8		16	19
		E			
2				13	
		9	10		17
	7			14	
3			11		20
4				15	18
5			12		

タテのカギ

- 危険を感じると切って逃げるトカゲもいます
- 鶏の頭に付いています
- 腕に―をかけて料理を作った
- ビールの原料によく使われる穀物
- ホーホケキョと鳴きます
- スピードを上げること
- 日本風の料理のこと
- 話し声が周囲にすっかり漏れている状態
- 緊張したときにゴクリと飲み込む
- 歯―で歯を磨く
- この上で白い石と黒い石が戦います

ヨコのカギ

- 4月29日は国民の祝日、―の日です
- さおやリール、浮き、糸など
- ななつ、やつつ、ここのつ、―
- お坊さんの作業着 それ以外の人も普段着として着ることがあります
- 玄関や金庫の扉に掛けるもの
- 山菜をたくさんもらったので、隣近所へ―した
- えんぺらがある生き物
- 髪をとかすのに使います
- チョークで字や図を描きます
- 時代劇の俳優はたいいてい頭に着けています
- ―のクローバーは幸せを呼ぶそうです
- 真珠を数えるときに使う言葉
- 琵琶湖の―はオオナマズ？

応募方法

ハガキかEメールで、クイズの答え・住所・氏名・年齢と、広報誌やJAに対するご意見、ご感想、最近の出来事等を書いてお送りください。当JAのホームページからも簡単にご応募できます。詳しくはホームページの「広報誌『にっしん広場』」をご覧ください。
※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。なお、「おたよりコーナー」では送ってくださった方のお名前とご住所(市町名のみ)を掲載いたしますので、あらかじめご了承ください。

応募総数
590通

2月号の答え

マラソン

1	キ	サ	ラ	10	ギ	14	ミ	キ
			9	イ	マ	リ	ヤ	キ
2	シ	6	ヨ	タイ		15	メ	
			7	ロ	ー	13	ア	イ
3	カ		ン	11	カ	カ	リ	17
4	ヒ	ト	ヤ	ス	ミ			セ
5	ツ	ウ		12	ガ	ソ	リ	ン

年金友の会グラウンドゴルフ大会 参加者募集!

今回、チェリーゴルフゆめさきコースの協力により、本物のゴルフ場でグラウンドゴルフ大会を実施することになりました。いつもとは違った環境のもと、自然を感じながら楽しい1日を過ごしませんか。



チェリーゴルフ ゆめさきコース

開催日 5月17日(火)
場 所 チェリーゴルフゆめさきコース
姫路市夢前町新庄665
募集人数 144名
(定員になり次第、締め切りとさせていただきます)
参加費 1,000円

《実施要領》

- 本大会はフェアウェイに特設コースを設定し、特別ルールで実施します
- 個人戦のみとなります
- 豪華景品を多数取り揃えていますので、奮ってご参加ください
- 雨天でも決行いたします

詳しくは、各支店窓口にお問い合わせください。

NEWS

姫路中央支店新築オープン 資産管理センター移転のお知らせ

3月14日(月)、姫路中央支店が新築オープン!それに伴い資産管理センターも移転いたしました。ぜひお立ち寄りください。

新住所

姫路市東延末3丁目25番地

- 姫路中央支店
☎079(281)2681(変更なし)
- 資産管理センター(2階)
☎079(282)0771

※新店舗オープンに伴い、旧姫路中央支店ATMコーナーは3月11日(金)をもって営業終了となりました。皆さまにはご不便をおかけしますが、何とぞご理解いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。



イメージ



NEWS

地域普及所 相談日変更のお知らせ

平成28年4月から、相談日が
週2回→週1回に変わります

福崎(神飾営農生活センター内)
木曜日 10:00~12:00
宍粟南(しそ営農生活センター内)
火曜日 10:00~12:00
佐用(佐用営農生活センター内)
水曜日 13:30~16:30

- お問い合わせ先
福崎:姫路農業改良普及センター
☎079(281)9325
宍粟南:龍野農業改良普及センター
☎0791(63)5173
佐用:光都農業改良普及センター
☎0791(58)2209

4月の各種相談会のお知らせ

住宅ローン相談会

16日(土) 9:00~15:00
姫路灘支店 079(245)8001
太子支店 079(277)1001
16日(土) 10:00~16:00
旭陽支店 079(273)6331

17日(日) 9:00~15:00
高浜支店 079(234)2571
神飾統括部 0790(22)5001
23日(土) 9:00~15:00
水上支店 079(281)2000

24日(日) 9:00~15:00
神飾統括部 0790(22)5001
上郡支店 0791(52)2221
24日(日) 10:00~16:00
姫路中央支店 079(281)2681
赤穂支店 0791(43)1848

年金相談会

16日(土)
市川支店 0790(26)0360
23日(土)
水上支店 079(281)2000
龍野誉田支店 0791(63)0452

※年金相談会はすべて10:00~16:00
(日程は変更となる場合がありますので、ご了承ください。)

ぜひご利用ください!! JAドリーム

LPガスグループ

便利で簡単なガスコンロはいかがですか?安心して、おいしく料理できます。お見積り無料。お気軽にご相談ください。

SSグループ

お車の洗車はお済みですか?JAドリーム各SSでは洗車大歓迎です。さまざまなコースの中から愛車にあった洗車メニューをお選びください。

●株JAドリーム ☎0791(72)3128

理事会 だより

平成28年2月26日(金)

- 第1号議案 平成27年度不在組合員出資金の整理について
- 第2号議案 姫路中央支店の従たる事務所の変更登記について
- 第3号議案 法人の組合員加入について
- 第4号議案 信連への後配出資の対応について
- 第5号議案 信用事業方法書の変更について
- 第6号議案 平成26年度産米最終精算について
- 第7号議案 平成28年度施設利用料金について

協同の 成果

(平成28年2月末現在)

組合員数	107,166人
出資金	123億4,617万円
貯金	1兆2,518億8,699万円
貸出金	2,669億1,478万円
長期共済保有	2兆2,719億2,922万円
購買品供給高	35億9,104万円
販売品販売高	47億6,649万円
職員数	1,056人

編集後記

NEWS 職員募集のお知らせ

■職種 総合職・一般職

■採用予定人数 50名～

■応募資格

「マイナビ2017」エントリーが必須

●大学院、大学、短大を平成29年3月に卒業見込みの者

●大学院、大学のみ満26歳未満(平成29年4月1日時点)の既卒者も可

■応募書類 エントリーシート

(当JA指定の様式をホームページからダウンロードしてください)

■応募期間(第1回目)

平成28年4月1日受付開始

※4月28日締切

■選考方法

書類選考、筆記試験、グループ討議、面接試験(予定)

■提出先・問い合わせ／

兵庫西農業協同組合 人事部
〒670-0940

姫路市三左衛門堀西の町216番地

☎079(289)8426

<http://www.ja-hyogonishi.com>

メールアドレス

HGNsaiyo-jf2@ja-hyogonishi.jp

※まずは『マイナビ2017』にエントリーをお願いします

お住まい探し、資産の相談はJAへ

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) 姫路 ハイツ 2LDK 田寺東

- 賃料 ……57,000円
- 駐車料 ……1台分込
- 共益費 ……2,500円
- 敷金 ……50,000円
- 礼金 ……150,000円
- 面積 ……55.06㎡



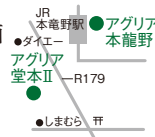
賃貸物件 (仲介) 姫路 メゾネット 3LDK 白浜

- 賃料 ……80,000円
- 駐車料 ……2台分込
- 共益費 ……2,000円
- 敷金 ……100,000円
- 礼金 ……200,000円
- 面積 ……79.49㎡



売地 (仲介) たつの

- アグリア正條保留地(揖保川中学校東) 約47坪～約76坪 約1,016万円～8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47～64坪 坪24万円～5区画
※小宅小学校区
- アグリア田中(太子町) 約50坪 993万円 1区画



売地 (仲介) 赤穂

- 野中・砂子保留地 約670万円～ 全18区画
- 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 1,057万円～5区画
- 山野里(小学校近く) 約68坪 924万円

土地のご相談はJAへ

※本誌制作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。

資産管理センター TEL079(282)0771 JA兵庫西の賃貸情報 検索

資産管理センターが移転しました。詳しくは右ページをご覧ください。

Fです。突然ですが、異動することになりました。広報誌を制作しだして、かれこれ8年!いろんな方に出会い、励まされてるとあっという間に8年経ってました。いや～いろいろありましたね～と回想したいところですが、お知らせです。4コマ漫画、打ち切りです。掲載する前は、「やるねん!作ったるねん!」と意気込んでましたが、いざ始めるとま～あできないできない。そしたら打ち切りが迫ってくるんですね。漫画家さんって、すげえです。もう打ち切り恐怖症です(笑)。とまあ書き出すとキリがないのでこの辺で。読者の皆さん、ホントお世話になりました☆

にっしいのぶらりロケ地めぐり

今月の
ロケ地



見どころにあふれた美しい城内は
歴史的な情景の宝庫

世界文化遺産・姫路城。2015年度の年間来
城者数が日本の城郭年間入城者数の最多記録を
更新したこの城をロケ地として、たくさんの方が
撮影されています。

その中で今回ご紹介するのは、2012年公
開の映画「天地明察」。江戸時代前期、日本で初め
て暦作りに取り組んだ実在の人物・安井算哲やすいさんの
姿を描いた映画で、算哲を岡田准一さんが、算哲
の妻・えんを宮崎あおいさんが演じています。

映画では舞台の一つとして江戸城が登場しま
すが、江戸城での出来事として描かれるいくつか
のシーンは姫路城で撮影されたもの。築城以来約
400年その姿を保ち続けている姫路城だから
こそ撮影できるシーンです。

姫路城で撮影が行われた作品には、「天地明
察」の他にも「大奥」や「憑神」などの映画、NHK
大河ドラマ「軍師官兵衛」「武蔵 MUSASHI」
などがあります。



ロケ地になった「は
の門」はここ!



「菱の門」でも行
列が撮影されたん
だって!



●はの門奥
算哲が江戸城内へ
向かうシーンが撮影
されました。

●大手門

かごで登城する武士
たちの渋滞している
シーンが撮影されま
した。



写真提供: 姫路フィルムコミッション

見かけたら
声をかけてね!



次回予告 **上郡町におじゃまします!**

※諸事情により、予告なく変更する場合があります