



八尾地区ふれあい納涼祭を開催しました。(詳しくは2ページをご覧ください)

私たちの農業コミュニケーション情報誌

# あおば

2024 October  
**10**  
Vol.284

特集

【気になっちゃ農～】

① 営農振興積立金について (P8参照)

② JAあおばジンジャーガールズ&ボーイズ (P9参照)

 JAあおば

●発行・編集/あおば農業協同組合 人事総務課  
〒939-2376 富山県富山市八尾町福島471-1  
TEL 076-454-3175 FAX 076-454-3043

●JAホームページ <https://ja-aoba.jp/>

Instagram



LINE



HP





## 祝 7位入賞！ 2024パリオリンピック 中山楓奈選手 来訪



▲JAあおば役職員との対談風景



▲柞山組合長から花束が手渡されました

8月13日（火）、2024年パリオリンピック女子スケートボードストリート競技で、決勝進出、見事7位入賞を果たした中山楓奈選手が応援の答礼にJAあおばを来訪されました。中山選手は山田地区出身で龍谷富山高等学校在学中に同種目で東京オリンピックに出場。銅メダルを獲得しています。現在は早稲田大学スポーツ科学部に在学。

JAあおば管内のオリンピアを誇りに思うと同時に心からの応援の気持ちを花束に込めて大会前に贈呈していました。

JAあおばの役職員との対談では、「現在はスポーツにおけるさまざまなバックアップがあり活動できている。今後もファンとの関わりを大切に頑張っていきたい」と抱負も聞くことができました。

## 子どもから大人まで大賑わい 八尾地区ふれあい納涼祭



JAあおばの八尾地区ふれあい委員会は8月24日（土）、八尾営農経済センター駐車場で八尾地区ふれあい納涼祭を開催しました。

同祭は、八尾地区のふれあい活動の一環として、ふれあい委員や支店、営農経済センター職員に加え、八尾地区の女性部員や直売会役員なども参加しました。

会場では、あおば産農産物の販売、お子様を対象とした野菜播種体験教室や野菜すくいなどを行いました。さらに、八尾地区の女性部員による古着販売やキッチンカーでの販売、新米の無償配布などを用意し、子どもから大人まで幅広く楽しめる企画を提供。家族連れのお客様で大賑わいを見せました。



▲いっぱい野菜すくえるかな？

### 協力の力

(8月末現在)

		前月比
正組合員数	6,509 人	-7
准組合員数	7,392 人	-1
出資金残高	3,320,591 千円	
貯金残高	115,530,642 千円	
貸出金残高	14,074,761 千円	
長期共済保有高	23,523,922 万円	
年金共済保有高	233,367 万円	
購買品供給高	1,010,985 千円	
販売品取扱高	565,231 千円	

おもしろいミルクレシピ おススメ商品紹介	16
歌壇／理事会だよりの 10月予定表	15
お知らせ information	14
チャレンジ！頭の体操	13
おたよりコーナー	12
窓／厚生連だより	11
みんなのSDGs	10
特集 気になっちゃ農	8
われらアグリ応援団	7
あなたもチャレンジ！家庭菜園	6
営農情報	5
Monthly あおば	4
News Topics	2

私たちの農業コミュニケーション情報誌

# あおば



Vol.284

## 令和6年産「てんたかく」全量1等に格付け JAあおば初検査



▲検査結果を伝える婦中営農経済センター吉沢匠係長

JAあおばの令和6年産米の初検査が9月3日（火）、婦中農業倉庫で行われ、富山農林振興センター職員、JA役職員など28人が参加しました。

柞山組合長は、「令和6年産米の概算金が昨年と比べ3,000円上昇しているが、本年産から1等と2等の価格差が1,300円開いており、1等米比率を上げるために、適期作業の励行を重視した指導を徹底してほしい」とあいさつ。

富山農林振興センターからは、昨年同様高温年であることを踏まえ、胴割れ粒などの発生を防止するため、もみの黄化程度や枯れあがり状況を考慮した刈り取りを行うとともに、近年、斑点米カメムシ類の発生が増えていることから、色彩選別機を活用するなど丁寧な調製作業が呼びかけられました。

## 農産物直売所「あおばの里やまびこ館」オープンまであとわずか!! 生産者との最終確認を行う 大山地区生産者説明会

完成・オープンが目前となった農産物直売所「あおばの里やまびこ館」の野菜の出荷・持ち込みなどの確認を行う大山地区生産者説明会が9月4日（水）、大山営農経済センターで開催され、大山地区の生産者、JAあおば職員など31人が参加しました。

説明会では、舟津克彦営農経済部長が、あおばの里やまびこ館のオープン予定や青果物・加工品などの出荷・持ち込み方法や引取り方法、持ち込み時間などについて説明しました。

説明後の質疑応答では、生産者から多くの質問が投げかけられ、一つ一つ答えながら、オープンの確認を行いました。



▲より良い直売所に! 説明会の様子



## 栽培・収穫のポイントや今後の管理について確認 大豆・大麦栽培研修会



▲研修会の様子

JAあおばは8月20日（火）、大豆・大麦栽培研修会を本店で開催し、生産者35人が参加しました。

研修会の前に令和6年産大麦の製品単収が多かった1位から3位までの生産者表彰式が行われ、埜田幸雄常務から賞品が手渡されました。

受賞者は以下のとおり。（敬称略）（単収）

1位：（農）小長沢営農組合（婦中地区） 375.7kg/10a

2位：（農）ファームおぐら（婦中地区） 319.4kg/10a

3位：（農）クワハラ（大山地区） 303.9kg/10a

研修会では、富山農林振興センター富山南部班田村美佳係長から令和6年産大豆収穫に向けたポイントについて、同センター富山南部班山本優雅技師から令和6年産大麦の概要と令和7年産大麦栽培のポイントについてそれぞれ説明し、生産者たちは熱心に耳を傾けていました。

# Monthly あおば

あおばグループの日々の業務や活動をご紹介します。



▲賞状と記念品を受け取った才木社員

## あおば興産株式会社社員が受賞!! 第19回自衛消防隊消防操法大会

あおば興産株式会社は8月22日（木）、富山県広域消防防災センターで開かれた「第19回自衛消防隊消防操法大会」に参加し、レインボーふるさとの才木咲社員が消火器の部（Bコース）でみごと次勝に輝きました。

同大会は、富山市危険物安全協会が主催しており、本協会の事業として初期消火技術の向上を図る事を目的として開催。大会の結果は、学生時代から身体能力の高さに定評があった才木社員のタイムは1位とコンマ数秒の差でした。

操法大会の表彰伝達式が9月5日（木）に本店で行われ、JAあおば杵山組合長（あおば興産株式会社代表取締役）から賞状と記念品が手渡され、「この受賞を機に今後も給油所の安心・安全のため努めてほしい」とお祝いの言葉がありました。



## 夏を彩るひまわりがいっぱい!! (株)グリーンパワーあおばのひまわり圃場



▲圃場いっぱい広がるひまわり

株式会社グリーンパワーあおばは、5月から8月にかけて八尾町滅鬼地区（滅鬼交差点付近）でひまわりの栽培を行いました。富山市が令和6年度から新たに事業の一つとして行っている「田んぼdeひまわり」事業を活用し、地域内の交流、地域保全や景観保全を目指して栽培しています。

同事業は、富山市の草花であるひまわりを農地で作付けし、開花後、農地にすき込むことで、夏場の良好な田園風景の創出と有機資源が循環する環境に優しい農地の普及・拡大を図ることを目的として実施しています。

お盆頃には開花期を迎えたひまわりが圃場を埋め尽くしており、夏を彩るきれいな景色が広がっていました。

## 営農経済部よりご案内

### 令和5年産出荷契約米 仮精算金のご案内

令和5年産生産者への支払い単価

(単位:円/60kg個・税込)

制度	種類	銘柄	等級	概算金	追加概算金	仮精算金 R6.8.29 支払	精算合計額 R6.8.29 現在
出荷 契約 米	うる ち 米	富富富	1等	13,800	200	214	14,214
			2等	12,000	400	366	12,766
			3等	11,000	400	286	11,686
		コシヒカリ	1等	13,000	200	214	13,414
			2等	12,000	400	366	12,766
			3等	11,000	400	286	11,686
		てんたかく	1等	11,600	200	584	12,384
			2等	10,600	400	736	11,736
			3等	9,600	400	656	10,656
		てんこもり	1等	11,600	200	584	12,384
			2等	10,600	400	736	11,736
			3等	9,600	400	656	10,656
	その他	1等	11,100	200	544	11,844	
		2等	10,100	400	696	11,196	
		3等	9,100	400	616	10,116	
	酒 米	全銘柄	1等	12,700	1,000	2,112	15,812
			2等	11,300	1,000	2,000	14,300
			3等	10,300	1,000	1,920	13,220

◎仮精算金支払日：令和6年8月29日(木)

通帳をお確かめ下さい。



JAあおば JA富山市合同開催

# JA秋の大感謝祭

## 2024

雨天 決行

### 11月9日(土)・10日(日)

両日 9:00~15:00(予定)

富山産業展示館(テクノホール)  
富山市友杉1682

**購買品展示  
販売会**  
自動車・農機  
ガス器具・タイヤ

**農産物直売**  
直売ブースには  
旬の野菜が勢ぞろい

**飲食ブース**  
おいしいもの  
たくさん

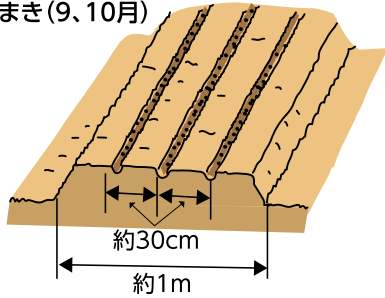
**加工品販売**  
富山市内の特産加工品  
を販売します

**人形供養祭**  
感謝を込めて  
ご供養いたします

# 緑肥と対抗植物 栽培環境を改善

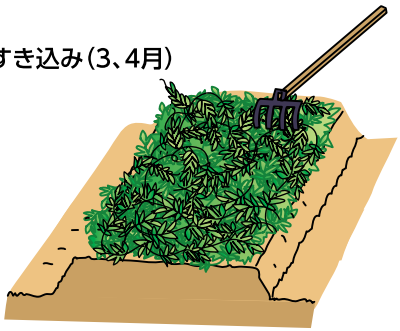
図1 ヘアリーベッチの利用

(1)種まき(9、10月)



種は薄く筋まき、またはくわ幅まきにする

(2)すき込み(3、4月)



草高約30cmの頃、つるを細断してすき込む

図2 障壁効果のあるソルガム

畑にナス、トマト、サトイモなどを育て、ソルガムは周囲に植える



「緑肥」は青刈りして土壌にすき込み、土壌を肥沃(ひよく)にする目的で栽培される「緑の肥料」です。「対抗植物」は特定の病害虫を防除するために栽培し、土壌中の寄生性センチュウや病原菌の密度を下げ、被害を減らすことができます。

これらの植物は種類によっては、両方の働きをします。共通点は、土壌の改善と同時に、畑の生態系を多様にし、土着天敵などを活用して病害虫を抑えられることです。

「緑肥」有機物が微生物に分解されて腐植が作られ、団粒構造の形成、透水性の向上で野菜の根の環境が改善されます。マメ科は根粒菌により空气中の窒素を固定し、土壌が肥沃となります。

秋まきでは、裸地になるのを防ぐためにもイネ科のエン麦やライ麦をまき、また、マメ科のクローバー、ヘアリーベッチ(図1)では、翌年花を楽しんだ後にすき込みます。春まきではイネ科のソルガム(図2)、ギニアグラスなどを栽培し、夏に茎葉をくわや耕運機で2、3回すき込みます。その後、キャベツやブロッコリーなどが植え付けできます。イネ科作物は草丈が伸び、土づくり効果以外にも害虫の飛来阻止(隔離)、防

風などの障壁効果も期待できます。「対抗植物」ネコブセンチュウは、根にこぶを作って養水分の吸収を妨げて生育を阻害します。このセンチュウは地温の高い夏〜秋に増殖し、ウリ科をはじめ多くの野菜に被害を与えます。マリーゴールドやクロタリヤなどの対抗植物を春にまき、3カ月程度育てれば、センチュウ密度を下げる事ができます。ダイコンのキタネブサレセンチュウはマリーゴールドなどを作付けすることで被害を軽減できます。

表 主な緑肥・対抗植物とその効果

参考資料:「カバークロープ・草生栽培 栽培指針」千葉県、千葉県農林水産技術会議(平成24年3月)、「緑肥利用マニュアル」農研機構(令和2年3月)。

種まき期	科名	品目	主な品種※1	センチュウ抑制※2	雑草抑制	窒素固定	障壁	景観・美化
秋まき	イネ科	エン麦野生種	ハイオーツ、ニューオーツ	○				
		ライ麦	R-007、クリーン	○				
	マメ科	クローバー	くれない(クリムゾンクローバー)、フィア(白クローバー)			○		○
		ヘアリーベッチ	藤えもん、ナモイ		○	○		
春まき	イネ科	エン麦野生種	ハイオーツ、ニューオーツ	○				
		スーダングラス	ペールスーダン、ねまへらそう	○			○	
		ソルガム(ソルゴー)	つちたろう、元氣ソルゴー	○			○	
		ギニアグラス	ナツカゼ、ソイルクリーン	○				
	マメ科	クロタリヤ	コブトリソウ、ネマクリーン	○		○		
		ヘアリーベッチ	藤えもん、ナモイ		○	○		
	キク科	セスパニア	田助		○	○		
		マリーゴールド	アフリカントール、グランドコントロール		○			○
	ヒマワリ	ハイブリッドサンフラワー、緑肥用ヒマワリ					○	

※1 種苗会社は雪印種苗、カネコ種苗など。  
 ※2 主な寄生性センチュウの抑制効果は、品種により異なる。

園芸研究家 ● 成松次郎

# われら アグリ応援団

## 第24回 トマト教室



▲収穫した加工用トマトを掲げる子どもたち



▲新鮮野菜を使った調理を楽しむ参加者

### ぜいたくな時間

日本農業新聞富山通信部ライター 本田 光信

畑に入った子どもたちが歓声を上げた。

「ぷいっ」

「トマトがたくさんあるー！」

子どもたちは親御さんといっしょに、赤く熟した実を

見つけては、ひとつひとつ楽しそうに摘んでいく。袋いっぱいになり収穫したトマトを掲げ、笑顔を見せる女の子もいた。

JAなのはなが企画した「夏休み親子農業教室」は、雲ひとつない夏空のもとで開かれた。収穫したのは富山市の水橋地区で作る「加工用トマト」である。広い畑に「ごろごろ」と転がるトマトたちは、野武士の集団のようなつらがまえをしている。日差しが強いため、作業は短い時間だったが、子どもたちにとっては充実したひとときになった。

この日の収穫体験で特筆すべきことは、会場となった加工用トマトの畑が、国が再編整備を進めている農地のひとつだということ。地域農業の未来を見すえ、高収益作物を栽培する実証実験用の畑だった。子どもたちが大きくなったときに「あの時の畑がそうだったのか」と気づいてくれたら、主催者側も本望だろう。体験教室はこれで終わりではない。

のは、八幡地区センターの調理室である。加工用トマトという野菜が、食材としてどう生かされているのかを学ぶ調理実習がスタートした。女性部の七人がサポートし、谷井悦子組合長みずからエプロン姿で先生役を務めている。

時間短縮のため事前に用意した加工済みのトマトピューレを素材にケチャップを作り、びんに詰めていく。子どもたちの表情は真剣そのものである。作ったばかりのケチャップと、直売所から届いたフレッシュな生食用トマトやピーマンなどの野菜でナポリタンも作り、「地産地消のごちそう」を味わったのだった。

大好きなケチャップ作りに熱中する子どもたちの姿はほほえましく、大人たちも存外楽しそうだった。なかには加工用と生食用トマトを食べ比べてみたという親子がいて、「加工用も、皮は硬いけどおいしいですよ」と教えてくれたのが、おもしろかった。

収穫し、調理し、味わうことをすべて体験できるという楽しくもぜいたくなイベント。創造性豊かな時間を生みだす食の可能性を、あらためて感じた。



あおばグループの気になった活動について取材してきました。

## ① 営農振興積立金について



### JAあおばの第23回通常総代会で 設置が承認された「営農振興積立金」

現在、JAあおばでは担い手農業者、農業を目指す若者たちや関係機関との意見交換をしながら役員懇談会等でその運用方法を鋭意話し合っています。現下、担い手確保は待たなしの状況。今回は同事業の背景と運用の方向について中野事業本部長を取材しました。

### JAあおば「営農振興積立金」とその活用方法

#### Q まず、管内の農業の現状をどのように見えていますか？

A 個別農家は主に70歳以上の皆様によって営まれています。やがてこれらの皆様がリタイヤされる時がきますが、家庭内で継承されることは少なく、近隣の担い手農家や集落営農に土地が集積されることで農地が維持されてきました。ところが、これら担い手のほとんどが既に経営の適正規模（経営面積と設備投資や労働力がマッチした状態）を超えた経営を余儀なくされており、農地の受け皿としての機能を果たしにくくなっています。このことは、中山間地域で顕著であり一部で耕作放棄地化が進んでいます。

#### Q JAとしてはどのような対策を考えていますか？

A JAあおばは子会社として㈱グリーンパワーあおばを立ち上げ、現在、約240haの圃場をお預かりしていますが、設備投資や人件費、高騰する農業資材などから厳しい経営状況になっています。従って、残念ながら今後、営農に関する地域のすべてのニーズに応えていくことは困難な状況です。

#### Q 営農振興積立金のねらいは、現状の打開にあるのですね。

A 私たちは地域に多様な担い手がバランスよく点在している状況が最良の営農環境であると考えています。個別農家にはできる限り頑張ってくださいと、集落営農は組織内の世代交代を積極的に図ること、担い手農家の皆様には品目も含め独自の営農スタイルを貫き、魅力ある農業を営むことで、そこに農業を志す青年たちが集い学ぶ場になること。これらそれぞれの営農形態が助け合い、刺激しあうことで、地域の農業が逞しく維持されていくことを期待しています。

#### Q JAはこの積立金をどのように活かしますか？

A JAは、担い手育成に本腰を入れ、営農や経営などの研修の場の創設、スタートアップ支援や新技術、新品目、新品種へのチャレンジ、グリーンパワーあおばと連携した暖簾分け制度など、それぞれの場面において、営農振興積立金が潤滑油の様に機能することを願っています。

#### Q 営農振興積立金の運用はいつから始まりますか？

A 一刻も早く運用したいと思っていますが、貴重な財源の活用は、利用しやすさを基調としながらも慎重に進める必要があります。理事会の承認をいただいて、来年の営農計画に間に合うようなタイミングでお示ししたいと思っています。

Q 中野本部長、本日はありがとうございました。既に担い手として地域の農業を支えて頂いている皆様、また、これから農業にチャレンジしようと考えている皆様。是非、しっかりとプランを温めておいていただきたいと思います。





## ② JAあおばジンジャーガールズ&ボーイズ



▲大きく育ったしょうが

JAあおばには、数多くの園芸品目出荷組合があります。

今回は、独特の風味や香りで人気のあるしょうがを栽培・出荷する「JAあおばジンジャーガールズ&ボーイズ」を取材しました。

### しょうがってどんな作物？

- しょうがは世界中で用いられている香辛野菜で、肥大化した地下茎部分を食用にします。
- JAあおばジンジャーガールズ&ボーイズでは、主に「新しょうが」を栽培・出荷しています。
- 「新しょうが」は茎の付け根が紅色をしているしょうがで、JAあおばジンジャーガールズ&ボーイズでは、10月頃に収穫します。
- 「新しょうが」は皮の色が薄くみずみずしいのが特徴で、さらに数カ月貯蔵したしょうがと比べて香りや風味が強くなります。

### しょうがの効能って？

- しょうが独特の辛みと香りは、主に「ショウガオール」という成分によるものです。
- 「ショウガオール」は、食材の生臭みを消す消臭作用や抗菌・殺菌作用があります。
- 「ショウガオール」を含めたしょうが成分には、血行を促進し、身体を温め代謝を高める作用や、抗酸化作用が高く、がん予防に効果があると言われています。



▲芽がたくさん出た種しょうが



▲コンテナに格納された種しょうがたち

JAあおばジンジャーガールズ&ボーイズ事務局は1月下旬から2月下旬にかけて、管内の生産者向けに種しょうがの予約注文を受け付けました。令和6年産の種しょうがが予約注文数量は260kgで、前年産と比べ減少しましたが、生産者の皆さまからたくさん種しょうがのご注文をいただきました。種しょうがは3月下旬、婦中営農経済センターの保冷庫に入れ、温度は約15℃前後と種しょうがの保存に適した温度で、一旦休憩させます。4月下旬、種しょうがの配達が各営農経済センターで始まり、配達前日、各営農経済センター担当者が婦中営農経済センターに集まり、種しょうがを1つ1つ計量器で計りながら、仕分けを行います。

### JAあおばジンジャーガールズ&ボーイズのスケジュールを追ってみた



▲林主任の説明を熱心に聴く生産者ら

同組合は5月22日(水)、本店で栽培研修会を開催し、今年産種しょうがを予約購入された生産者や営農相談員など19人が参加しました。栽培研修会は、富山農林振興センター園芸振興班林斐主任普及指導員から、種しょうがの芽出し作業のやり方や播種方法、しょうがの栽培方法などを、園芸ポットでの播種を行いながら説明。参加した生産者は熱心に耳を傾けました。同組合事務局は、4月から6月にかけて、しょうが栽培管理情報を発行、種しょうがが栽培購入者全員に配布しました。この情報はしょうがの栽培に適した圃場選定から種しょうがの芽出し作業方法、播種作業からしょうがの栽培方法まで記載しています。



▲しょうが栽培管理情報

このほかにも、10月上旬にしょうが出荷研修会、10月中旬には新しょうが販売イベントなども行っています!!

## 田んぼソムリエになろう

田んぼソムリエ●林 鷹央

### あなたの赤トンボはどれですか？

関東に住む私にとって「赤トンボ」とは、アキアカネのことを指しているようです。以前、九州に住む生きもの調査の師匠と「赤トンボ」の話になったとき、「オレンジ色ばい」「え？ 赤いですよ」となりました。さらに「指や帽子に止まったりしてかわいいですよね!」と言うと「え？ ずっと飛んでて人に止まったりなどしない」と。

後に九州へ生きもの調査をしに行ったときに、「精霊蜻蛉(しょうりょうとんぼ)」という別名を持つウスバキトンボの大群を見ました。先祖の魂が帰ってくる夏ごろに多いためだそうです。大陸から海を越えて渡ってくるほど飛ぶことが得意で、あまり使わないため脚は細く、休むときはぶら下がります。ちょっと飛んだらすぐ休む東日本の「赤トンボ」とは大違いでした。

代表的なアキアカネは、田んぼで羽化した後、夏は涼しい山へ避暑に行き、気温が30度を下回る秋に真っ赤になって帰ってきます。暑い時期にも田んぼで見かけたら、よく似たナツアカネだったりします。

「赤トンボ」は住んでいる地域だけではなく、季節によっても違ってきます。梅雨の前後に真っ赤なトンボを見かけたら、ショウジョウトンボです。能に出てくる赤い髪の怪しげな霊獣を「猩猩(しょうじょう)」といいます。この時期アカネの仲間はまだ黄色とだいたい混じったような色をしています。

あなたの心の中の「赤トンボ」はどれでしたか？



止まって休むアキアカネ



海を渡り北上するウスバキトンボ



全身真っ赤なショウジョウトンボ

## なくそう食品ロス

食品ロス問題ジャーナリスト●井出留美

### 豆腐

10月2日は豆腐の日。豆腐は、夏は冷ややっこ、冬は湯豆腐と一年中楽しめます。冷ややっこの薬味はショウガやネギが定番ですね。私は塩をパラっとかけ、ごま油をチラリと垂らすのも好きです。塩もごま油も質の良いものを少しだけかけるのがこつです。

昔は豆腐店にボウルを持っていくと手ですくって入れてくれました。昔の豆腐は日持ちが短いですが、今では製造方法や容器包装の工夫によって15日間賞味期限がある豆腐も発売されています。

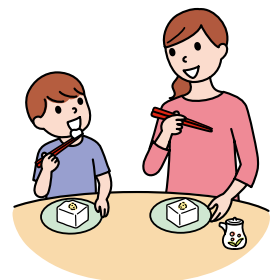
ある豆腐メーカーは、夏の冷ややっこは、前日より気温がぐんと上がったときに売れるという傾向を突き止めました。これを「とうふ指数」と名付け、売れそうな日に出荷し、そうでない日は出荷を減らしたところ、年間1000万円以上のロスを減らすことができました。作る前に減らす(リデュース)ことが食品ロス削減においてはとても大切です。家庭でも同様で、買い過ぎ・作り過ぎを控え、適量を買って作る事が重要です。リデュースが最もお金と資源の節約になるのです。

買って来た豆腐は、中の水が黄色く濁っている場合は密閉容器に移し替え、毎日、水を取り替えると日持ちします。冷凍すると高野豆腐(しみ豆腐)みたいな食感になります。

豆腐を作る工程でできる副産物のおからは、生のままで日持ちしません。おから全体の生産量のうち、人間が食べているのはたった1%とのこと。残りは家畜の飼料に、もしくは産業廃棄物として捨てられています。

最近ではおからを乾燥させたおからパウダーが発売されています。きめの粗いものから細かいものまであり、用途に合わせて使えます。賞味期限が6カ月以上ある商品もあるので便利です。私は毎朝作る野菜と果物のスムージーに、きな粉と一緒に入れています。

豆腐はもちろん、おからやきな粉など大豆製品を上手に日持ちさせ、食生活に取り入れていきましょう。



## 農業を支える組織について

理事  
山崎 修

皆さんは秋の収穫を終えられたでしょうか。台風10号が列島縦断している最中にこの原稿を書いています。外は雨降りです。コシヒカリの倒伏が心配です。

今日は農業に関する組織についてお話ししてみようかと思えます。農業を支える

ために様々な組織があります。主なものにJA、農業委員会、普及指導センター、農業共済組合、土地改良区などです。

まず農業委員会ですが主な仕事は農地法の許認可と本気で農業をする人への農地の幹旋など担い手を育てることが挙げられます。2023年の田の面積は233万5000畧と10年前より5%、主食用米の耕作面積は124万畧と18%減少しています。

JAは地域農家の大部分を組合員とする経済組織です。農業資材・生活物資の幹旋、農畜産物の集荷・販売、営農・生活資金の貸し出し、貯金や共済など幅広い事業を行っています。特に新規就農者の関心の高い各種制度資金の主な窓口となっています。

私の住んでいる婦中・山田地域にも新規就農者の方が数名おられます。せっかく農業に従事されたのだから、やって良かったと思って頂けるように協力でできればと思います。

現在JAあおばでは理事会の承認を経て営農振興積立金による支援事業を開始することとしています。新規就農者の方に限らず、いろんな事を考えておられるシニア層の方、都会から移り住み真剣に農業をやってみようと思われる方、是非ご相談頂ければと思います。みんなで頑張りましょう。

+ 厚生連  
だより

## こころの健康と運動について

厚生連滑川病院リハビリテーション部 技師課長 銭谷 嘉純

現在、社会問題の一つとして対策が急がれている精神疾患。厚生労働省の報告によれば、精神疾患を有する総患者数は約420万人、近年は認知症と気分障害の伸びが大きくなっているようです。特にうつ病をはじめとする気分障害は、一生涯のうち15人に1人が罹患すると言われており、とても身近なものと言えます。このようなうつ病やうつ状態の予防、改善に運動が効果的なのをご存じでしょうか。生のエネルギーが下がった状態で運動なんてと思われるかもしれませんが、数多くの研究がその有効性を報告しています。運動が抗うつ薬と同様に脳内伝達物質のセロトニンやノルアドレナリンのレベルを調整し、エンドルフィンの産生が気分を改善させることも知られています。また運動しながら自然と触れ合ったり、仲間づくりなどの社会的交流が促されることも運動の効果を高める要因と言われています。運動の方法としては、①まず身体を動かす感覚を取り戻す、②好きな種目、できる種目から始める、③慣れてきたら有酸素運動やスポーツ的要素を取り入れる、等があります。あまり難しく考える必要はありません。散歩や軽い体操でも十分です。一方、注意点としては、①重度のうつ病の方は運動を控える、②無理な時は焦らず休養する、③通院されている方は担当医師に必ず相談する、等が挙げられます。うつ病には生真面目な方が多く、運動をやり過ぎてしまい、かえって症状を悪化させることもあります。十分ご注意ください。ストレスフルな現代、こころの健康にも目を向け、無理のない範囲で楽しく体を動かしてみてもどうでしょうか。



# おたよりコーナー

テーマ

## 私の自慢したいこと

全農の情報誌の懸賞で、山形県のだだちや豆と福井県のさわし柿に当選した事です。

(八尾地区 福川 裕子さん)

県外に住む子、孫10人は盆と正月に温泉旅行で泊まって楽しむことを数年続けています。

(大山地区 ミノムシさん)

親しくしている友達の誕生日はしっかり憶えているので必ずお祝いの電話をしています。相手も喜んでくれます。

(大沢野地区 杉政 一呂さん)

この年になり、勉強するため放送大学で受講しています。

(八尾地区 おうちのばあばさん)

いつ頃から始めたか忘れましたが、毎朝ラジオ体操をしていることです。(大沢野地区 まんじゅうさん)

前まで「自慢したいことなんてないわ」と思っていたのですが、今は受けてきたガン検診がありました。母がガンでなくなった時、30歳になつたら絶対ガン検診を受けようと思いましたが、あれから50年、毎年受けています。今年は胃カメラを受けてきました。異常なしで安心しました。

(大沢野地区 川上 ふじ子さん)

写真です。手作りの万華鏡で花風景を撮ったり、今年4月には三回目の個展「華花火と梟(フクロ)」を開催しました。以前農協からも取材を受けました。

(大山地区 フクロウさん)

身体のうちこちに衰えを感じていますが、食欲だけ衰えないのが自慢かな？

(大山地区 なすびさん)

私の自慢したいことは「おわら風の盆」です。唯一無二の、日本中で一番のおやかな胡弓と艶やかな踊り。富山の宝だと思えます。

(大沢野地区 ビオラさん)

自慢する事では無いと思つていますが、若い頃から40年以上「日記」を書き続けています。読み返すと子どもの成長や会社勤めをしていた時の事など、いろいろな事を思い出します。(婦中地区 シンバにゃんさん)

身体(我が健康)を動かすため、昭和52年からスポーツ少年団(柔道)の世話をしております。続けることは宝と思つています。

(大沢野地区 増田 義孝さん)

**担** お疲れ様です!! 柞山組合長もスポーツ少年団のバドミントンの監督を10年あまりしていたそうです。

## フリートーク

私の自慢はジャム作りです。かれこれ30年は作っています。味や色、つやなどはあげた人たちが称賛してくれます。特にイチジクを専門に作っています。なので、イチジクの季節になると並んで買い求めたりして、忙しいです。お配りした後の感謝の電話やメールがとても嬉しいです。今年もMY JAMが完成です。

(大沢野地区 yohjiさん)

**担** 皆さまから私の自慢したいことについてたくさん応募いただきました。私の自慢したいことは、こんなにも素晴らしい応募内容を書かれた方がたくさんおられることです!! 皆さま、ご応募誠にありがとうございます!!

朝夕はちよつと涼しくなつたけど、日中はまだまだ熱中症対策が必要ですネ。秋よ早く来い!!

(八尾地区 たっちゃんのバババさん)

日曜日にファミリパークに行くため車で向かっていたら、豪雨に合い、駐車場を回って帰って来ました。天気の良い日に行つて来ます。

(大沢野地区 さくパパさん)

公民館の公民講座「苔テラリウム教室」に参加しました。霧吹きで水をあげると苔が生き生きして可愛いです。心が癒されます。

(八尾地区 浅野 孝子さん)

日中は猛暑で早朝の涼しい時に草刈りや野菜取りなどして頑張っています。

(大沢野地区 杉政 一呂さん)

今年の夏も家庭菜園を楽しみ、玉ねぎやナスなどがたくさん収穫できました。残暑厳しい時期ですので、身体に気をつけて畑仕事をしたいです。これからの野菜の収穫も楽しみです。

(婦中地区 吉田 勇さん)

**担** 暑い中、畑仕事お疲れ様です! これからもお身体を大事にされながら、畑仕事を行つていただけると幸いです。



今月のあなたの運勢

射手座 11/23 ~ 12/21

【全体運】

交友関係が活発化。一緒に頑張れる仲間が見つかりそう。セミナーや趣味の集まりへの参加も吉。落とし物には注意

【健康運】

運動不足にならないよう小まめに体を動かして

【幸運の食べ物】 シメジ

# チャレンジ! 頭の体操



## 穴ぼこ熟語パズル

### 問題

全部の熟語を漢字で書くと、リストの漢字が1つ余ります。その漢字は何? 出題●ニコリ

### 解き方

熟語の読み方が並んでいます。読み仮名はどれも5文字ですが、2文字目と4文字目を隠してしまいました。残った文字から推理して、熟語を漢字で書きましょう。漢字はリストにあるものを1回ずつ使ってください。「ツ」や「ヤ」などは「ツ」や「ヤ」などと同じに考えます。

キ□コ□ン→□□□  
 ノ□ジ□ン→□□□  
 コ□ギ□ン→□□□  
 ガ□ピ□ウ→□□□  
 リ□シ□ウ→□□□

### 例題

タ□ジ□ウ→□□  
 ト□ヨ□ツ→□□□  
 エ□カ□ワ→□□□

タ□ジ□ヨウ→卓上  
 ト□ヨ□ツ→図書室  
 エ□カ□ワ→英会話

リスト 英会室書上図体卓話

答え 体

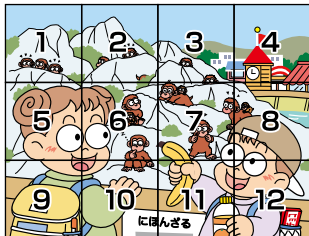
### リスト

館技金庫喉合  
 自唱晩番評慢輪

## まちがいさがし

右のイラストには左のイラストと違う部分があります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。

出題・イラスト: 酒井栄子



### 穴ぼこ熟語パズル・まちがいさがし 応募要項

ハガキに必要事項を明記して、**10月10日まで**にお送り下さい。正解者の中から抽選で**10名**の方に農協全国商品券(全農)をお届けしますので、多数のご応募お待ちしております。なお、**当選者は11月号にて**お知らせします。

郵便はがき  
 63円切手  
 939-2376  
 JAあおば  
 人事総務課行  
 八尾町福島  
 471-1

### 裏面

- ①穴ぼこ熟語パズル答え
- ②まちがいさがし答え
- ③〒・住所 ④氏名・年齢 ⑤電話番号
- ⑥意見・要望や身近にあったできごと、情報のほかに募集テーマ「私の秋の風物詩」をお寄せ下さい。「おたよりコーナー」で紹介させていただきます。

※収集した個人情報については、当JAで厳重に管理し、他の用途には使用しません。

正解者の中から抽選で  
**10名様にプレゼント!**



### クイズ当選者(9月号)

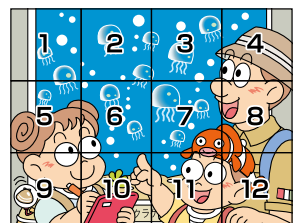
応募総数 51通  
 (内正解者 48通)

- ★大沢野地区 クイーン様 東 初恵様
- ★大山区 中村 正人様 秋ナス様
- ★婦中地区 あつき一様 みやちゃん様
- ★山田地区 ミーチャン様
- ★八尾地区 吉森 一郎様 西野 邦弘様 ひみこ様

### 前月穴ぼこ熟語パズル正解

オウギガタ→扇形  
 ミズシゲン→水資源  
 ナナフシギ→七不思議  
 エイシャキ→映写機  
 シュウゲン→祝言

### 前月まちがいさがし正解



- 2...クラゲの大きさが違う
- 4...帽子の帯が違う
- 7...帽子の柄(魚の目)が違う
- 9...ヒトデが貝に変わっている
- 10...海藻の形が変わっている

答え 秋



## ATMなどのサービスを一時休止させていただきます。

いつもJAバンクをご利用いただきありがとうございます。  
お客様へのサービスや利便性の向上を目的としたシステム更新にともない、ATM・JAネットバンク等のサービスを一時休止させていただきます。

休止日/時間		休止するサービス					
年	月	日	時間	JAバンクのATM	コンビニ等のATM	JAネットバンクサービス	J-Debit ジェイデビット
2024年	10月	5日	18:00~9:00	利用不可	利用不可	利用不可	利用不可
	10月	19日	18:00~21:00	利用不可	利用不可	利用不可	利用不可
	10月	20日	21:00~8:00	利用不可	利用不可	利用不可	利用不可
	10月	20日	8:00~9:00	利用不可	利用不可	利用不可	利用不可
	11月	2日	18:00~9:00	利用不可	利用不可	利用不可	利用不可
2025年	1月	2日	16:00~9:00	利用不可	利用不可	利用不可	利用不可
	1月	18日	21:00~8:00	利用不可	利用不可	利用不可	利用不可
	2月	23日	6:30~9:00 予定	利用不可	利用不可	利用不可	利用不可

対象地域：青森県、岩手県、宮城県、秋田県、山形県、福島県、茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、新潟県、富山県、石川県、福井県、山梨県、長野県、岐阜県、静岡県、愛知県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、徳島県、香川県、岡山県、広島県、山口県、愛媛県、高知県、福岡県、佐賀県、大分県、熊本県、鹿児島県、沖縄県

●北海道、宮城県、秋田県、山形県、福島県、茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、新潟県、富山県、石川県、福井県、山梨県、長野県、岐阜県、静岡県、愛知県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、徳島県、香川県、岡山県、広島県、山口県、愛媛県、高知県は、1月12日(日)と3月9日(日)にも臨時休業(6:30-12:00)に全休止となります。

※以下の点にご留意ください  
 ① 感応についてお詫言えたいことがあります  
 ペイジーの取付が印刷料金等の臨時サービスについてはご利用いただけません

現金のお引き出しはお早めに。  
 お客様にはご不便をおかけし申しわけありませんが、あらかじめ現金をお引き出しいただく等のご準備をお願い申し上げます。  
 1月12日(日)と3月9日(日)の臨時休業(6:30-12:00)における、上記対象地域以外のJAバンクの窓口でのお振込につきましては、お振込金額の上限が、お振込の日の前日(1月11日)の10時迄に引き上げさせていただきます。

※JA・店舗・ATM・提携金融機関によっては、ご利用不可日、ご利用可能期間およびご利用可能サービスが異なる場合があります。詳しくは、JA取次センターホームページにてご確認ください。  
 ※また、JA取次センターホームページにて変更内容をお知らせいたします。

JAバンクのホームページ <https://www.jabank.org>

## JAバンクからの大切なお知らせ

# ATMなどのサービスを一時休止させていただきます。

いつもJAバンクをご利用いただきありがとうございます。  
このたびはJAバンクはお客様へのサービスや利便性の向上を目的としたシステム更新に伴い、順に勝手ながらATM・JAネットバンク等のサービスを一時休止させていただきます。  
ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

休止日	すべてのサービスが休止	一部JAのATM・JAネットバンクサービスはご利用可能
2024年 10月5日 (令和6年) 土曜日	一部取引休止 18:00-翌9:00	一部取引休止 18:00-21:00 全取引休止 21:00-24:00
2024年 10月19日 土曜日	一部取引休止 18:00-翌9:00	一部取引休止 18:00-21:00 全取引休止 21:00-24:00
2024年 10月20日 日曜日	一部取引休止 18:00-翌9:00	全取引休止 0:00-8:00 一部取引休止 8:00-9:00
2025年 1月2日 (令和7年) 木曜日	一部取引休止 18:00-翌8:00	全取引休止 21:00-翌8:00
2025年 1月18日 土曜日	一部取引休止 18:00-翌8:00	全取引休止 21:00-翌8:00
2025年 2月23日 日曜日	一部取引休止 18:00-翌8:00	全取引休止 6:30-9:00

対象地域：青森県、岩手県、宮城県、秋田県、山形県、福島県、茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、新潟県、富山県、石川県、福井県、山梨県、長野県、岐阜県、静岡県、愛知県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、徳島県、香川県、岡山県、広島県、山口県、愛媛県、高知県、福岡県、佐賀県、大分県、熊本県、鹿児島県、沖縄県

●北海道、宮城県、秋田県、山形県、福島県、茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、新潟県、富山県、石川県、福井県、山梨県、長野県、岐阜県、静岡県、愛知県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、徳島県、香川県、岡山県、広島県、山口県、愛媛県、高知県は、1月12日(日)と3月9日(日)にも臨時休業(6:30-12:00)に全休止となります。

現金のお引き出しはお早めに。  
 お客様にはご不便をおかけし申しわけありませんが、あらかじめ現金をお引き出しいただく等のご準備をお願い申し上げます。  
 1月12日(日)と3月9日(日)の臨時休業(6:30-12:00)における、上記対象地域以外のJAバンクの窓口でのお振込につきましては、お振込金額の上限が、お振込の日の前日(1月11日)の10時迄に引き上げさせていただきます。

※JA・店舗・ATM・提携金融機関によっては、ご利用不可日、ご利用可能期間およびご利用可能サービスが異なる場合があります。詳しくは、JA取次センターホームページにてご確認ください。  
 ※また、JA取次センターホームページにて変更内容をお知らせいたします。

JAバンクのホームページ <https://www.jabank.org>

## お取り扱い期間

2024 9月2日 日  
2025 2月28日 日

# マイカーローン

固定金利型 基準金利 1.50%  
固定金利型 引下げ後金利 1.00%

保証料 不要

さらに、当JA(あおば興産)で自動車等を購入される方は適用金利からさらに0.1%引下げ!

引下げ後金利 0.90%  
※「新社会人応援プラン」および「子育て支援プラン」と重複しての金利引下げは取れません。

上記金利の対象は次の①-③のいずれかを満たす方

- 当JAで給与振込・年金振込をご利用の方
- 当JAで住宅ローンをご利用の方
- JAカード(クレジットカード)をご契約の方

新社会人応援プラン  
 「新卒者」または「新卒予定」であり、かつ就職内定者の方は適用金利からさらに0.1%引下げ!  
 新社会人応援プラン適用金利 0.90%  
 ※新卒予定で就職内定者の方は、上記3ヶ月まで完全返済の措置が可能です。就業期間中は利息のみが返済となります。

子育て支援プラン  
 22歳以下のお子様がいらっしゃる場合に、適用金利からさらに0.1%引下げ!  
 子育て支援プラン適用金利 0.90%  
 ※印刷(郵送可)

ご利用いただける方  
 ●JAの組合員の方(JAの組合員になって16ヶ月以上)  
 ●収入年額100万円以上、75歳未満の方  
 ●年収が返済以上の方  
 ●その他JAが定める条件を満たしている方

お使いの持ち  
 ●自動車(中古車、軽自動車、中古トラック、中古バス)  
 ●中古乗用車(中古車、中古トラック、中古バス)  
 ●中古軽自動車(中古車、中古トラック、中古バス)  
 ●中古軽トラック(中古車、中古トラック、中古バス)  
 ●中古軽バス(中古車、中古トラック、中古バス)  
 ●中古軽トラック(中古車、中古トラック、中古バス)  
 ●中古軽バス(中古車、中古トラック、中古バス)

ご融資金額 500万円以内(所要金額の範囲内)

ご融資期間 7年以内

ご返済方法 元金均等返済(毎月返済はボーナス月増額返済可)

お申込み時に必要な書類  
 1:運転免許証  
 2:健康保険証  
 3:所得証明書類(給与所得の方は、源泉徴収票等)  
 (住宅ローンの場合は、住民税決定通知書)  
 (収入の少ない方は、収入内定書の提出が必要となります)  
 4:返済書または見積書  
 5:印鑑(郵送可)

※審査結果は審査終了後3営業日以内にお知らせいたします。審査結果は審査終了後3営業日以内にお知らせいたします。

JAあおば 詳しくは下記JAあおば各支店窓口までお問い合わせください

本店 大沢野支店 大山支店 婦中支店 八尾支店 山田出張所  
 ☎076-454-3181 ☎076-467-2321 ☎076-483-1411 ☎076-469-5311 ☎076-455-2131 ☎076-457-2211  
 高山市八尾町東陽471-1 高山市山田町1559-2 高山市山田町640-1 高山市中野町柳947-1 高山市八尾町井田844 高山市山田町中村244

## JAバンクアプリプラス 新登場!

### アプリで全部できるぞう。

- 振込・振替
- カードローン
- 税金・各種料金の払込み(ペイジー)
- 住所・電話番号変更
- 口座開設

いつでも手続きできるぞう。

通勤中に 休中に 帰宅後に

JAバンクアプリプラスのダウンロードはこちらから。

口座開設と合わせて、JAカード(単機能型)へのお申し込みもできます!

※JAによってお取り扱いできない場合、一部機能に制限を設けている場合、対象商品・条件が異なる場合があります。

# 歌壇

選者：長岡 瑩子

## 【歌壇投稿】

毎月20日まで、〒939-2372 富山市八尾町館本郷1324 長岡瑩子宛  
はがき1枚に2首、FAXはA4用紙に2首、FAX 076-454-2751宛

杵き日は墓参もそこそこ稗抜きし産土神の施しのもと

池口 敏子

評 いままでこそ、除草剤を撒けば、少し草は収まりますが、稗はいっぺん種が落ちたらなかなか絶えません。お盆もそこそこ稗抜きをしたものです。産土神の施しのもとが特にうまい表現です。

パリ五輪連夜の熱戦息づまる居ずまい正し一投に見入る

高澤 洋子

評 本当に日本は良く頑張りました。十分楽しませて呉れました。自分も姿勢正しくして見ないと負けるような気がしました。

七時間時差で深夜のオリンピック朝寝の夢はモナリザの笑み

武部 国雄

評 勝ったのを見届けて満足して眠ったのは作者でしょうか。子か孫でしょうか。モナリザの笑みとはうまい表現。

暑き中額に汗し足跡拭けばすまし顔の猫 尻尾で微風

杉林さち子

お礼とて輪島からよくぞ八尾へ文化交流に罹災の五人

水上 研二

亡き夫と姑が肘つき顔洗う八十路に入りて我もその姿

福田美智子

パーク場の土手に広がる葛の葉は子供の頃のうさぎの餌に

広川 照子

ジャズライブ圧巻の演奏に熱くなりアンコールの後余韻に浸る

寄川久美子

つばめの菓リフォームする雀らのずさんな工事に我慢も限界

杉林けい子

草刈機の刃研ぎ帰り待つ亡父よ喜寿の嫁我れ今日も草刈る

大窪 敬子

仏壇にさば缶ひとつ供えしは二歳の孫の置き土産かな

藤井久美子

手に載せるメロンの香りと大きさに食べ頃までは暫し飾り置く

笹川 照子

走り穂に朝露結ぶ田園に燕返しの見事なるかな

久保 紀子

早咲きのコスモス咲きて清すがし夕風に揺れ百合に寄り添う

花木と志子

青空が怖いと思う日々続く秋の青さと違う青さの

大上 正弘

すすくと江戸朝顔がつるを巻くまだ見ぬ顔に憧れ慕る

葛原 誠

草取ればジョウリヨウバツタの飛び出しぬ住み処壊してご免なさいね

坂井 重之

義援金の返礼品のヒマワリの咲きて祈りぬ能登の復興

丸山 忠正

おめでどう孫子祝福七十歳路バラの花言葉無上の嬉しみ

北野 都

戦争は生きいる人を人が焼く利益なきことみな知りいるに

選者

## 人事異動

人事異動が発令されましたので、ご案内致します。

令和6年8月31日付

退職

お世話になりました。

あおば農業協同組合

退職時の所属部署

氏名

大沢野営農経済センター

道徳 真衣(依願退職)

## 理事会だより

令和6年8月27日

### 附議事項

1. 出資金減口申込について
2. 全国保証(住宅ローン)事務取扱要綱 および貸出専決権限表の一部改定について
3. 令和6年度米にかかると米穀共同計算の重要事項について
4. 令和6年度米一次直売費用および手数料の設定について
5. 令和6年度産業務用米「つくばSD2号」概算金の設定について
6. 令和6年度産飼料用米費用および手数料の設定について
7. 令和6年度「輸出用米」概算金の設定について

### 報告事項

1. 月次財務報告及び事業実績について
2. 営農経済委員会報告について
3. 令和6年度第3四半期の余裕金運用計画・方針について
4. 令和6年度産出荷契約米等概算金について
5. 令和5年度産出荷契約米仮精算金について
6. ALM委員会報告について
7. 自主検査結果報告について
8. 令和6年度上半期監事監査日程について
9. その他

## 10月行事予定表

25日 定例理事会

### 支店

12日 休日相談会  
(大沢野・婦中・八尾各支店)

18日 お客様感謝デー

### 女性部

婦中支部

24日 レインボー体操  
場所：婦中営農経済センター

### 直売所

毎週水曜日 ポイント2倍デー

毎週木曜日 ソフト50円割引

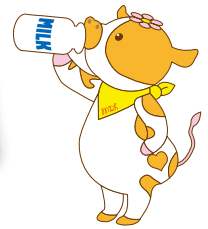
### 農業機械センター

毎週日曜日・祝日 休み





牛乳をもっと食卓に  
おいしい  
ミルクレシピ



こんなに簡単でいいの!? おうちで本格派の味

## トロリとやさしい味のソースで さけのクリームソースかけご飯

出典●JミルクWEBサイト「ミルクレシピ」

### 材料 (4人分)

生さけ…3切れ  
白ワイン(または酒)…大さじ1  
A  
薄力粉…大さじ4・1/2  
牛乳…600ml  
バター…40g  
塩…小さじ3/4

たまねぎ(みじん切り)…小1/2コ  
バター…10g  
ご飯(温かいもの)…茶碗4~5杯分  
顆粒スープの素(洋風)…小さじ1/2  
パプリカパウダー(好みで)…少々  
ゆで卵…2コ  
ブロッコリー、しめじ…適宜  
こしょう(粗びき)…少々

### 作り方

- ①生さけに白ワイン、こしょうをもみこんで10分おき、電子レンジで6分加熱。粗熱が取れたらほぐす。
- ②Aの薄力粉と塩を鍋に入れ、牛乳を混ぜる。強めの中火にかけて煮立て、バターを加えて混ぜながら6分煮る。火からおろし、①を混ぜる。
- ③たまねぎにバターをのせて電子レンジで2分加熱する。
- ④ご飯に③、顆粒スープの素、パプリカを混ぜ、器に盛って②をかけ、刻んだゆで卵、こしょう、パプリカをふり、ゆでたブロッコリー、しめじを添える。

## JAあおばのおススメ商品紹介

### あおば舞コシヒカリ

JAあおばの「あおば舞」はあおば管内で収穫された1等コシヒカリ玄米を100%使用。冷却貯蔵で新鮮さ抜群！コシヒカリ本来の甘さが際立つ一品です。

【容量】 5kg / 10kg

金額： 5kg **2,880円** (税込)

10kg **5,380円** (税込)

※配達の場合、別途配達料金がかかります



### 販売場所

あおばの里みのり館  
あおばの里やまびこ館

あおばの里ほほえみ館  
八尾営農経済センター

山田出張所

### あとがき

先日まとまったお休みをいただきましたので、国内旅行に行ってみようと思いましたが、観光地もさながら、旅行先でクローズアップされている野菜や果樹などの園芸品目や、その土地によって違う圃場の形なんかも見る事ができ、とても有意義な旅行となりました。次は関東地方に出かけてみようかと思えます。(山田)