

あすを拓く みどりの新しい風

むつみ

2017

9

No.283



デイサービス納涼祭 (P.4)



外国人実習生対面式および歓迎会 (P.3)



タマネギ産地振興会議 (P.2)

タマネギ産地振興会議を開く

J A茨城むつみは、農業者の高齢化や後継者不足に対応し、耕作放棄を防ぐため、新たな品目として定植や収穫作業を機械化でき、省力化が見込める加工用のタマネギ栽培に着目、産地化を進めています。

J Aは7月18日、境町の本店でタマネギ産地振興会議を開きました。県西農林事務所、坂東地域農業改良普及センター、管内各地区行政、全農、J Aの岩瀬治三郎組合長、関稔専務、営農経済担当者合わせて21名が参加しました。

岩瀬組合長は「J Aではタマネギ産地振興へ向け、全国各地の産地の視察を行っている。良いものをいかに作っていくか、今回の会議等関係機関で話し合い、更なる産地振興へ向け邁進していきたい」と挨拶しました。

会議では、今後の定植時期や目揃会の時期、出荷規格など安定出荷へ向けた取り扱必要額について、参加者間で話し合い、情報交換をしました。また、茨城県産地振興課の米山一海係長と県西農林事務所農業振興課の黒澤正樹課長より、加工・業務用タマネギの産地育成を図るため設

置されたタマネギ生産流通研究会および、県西地区タマネギプロジェクトの説明があり、関係機関一丸となって県西のタマネギ産地振興へ協力していく姿勢を示しました。



挨拶をする岩瀬組合長

県西地区4 J A 営農指導者連盟総会を開く

や担い手不足が問題となっているが、営農指導者一丸となって県西地区の農業の振興に努めていきたい」と挨拶しました。J A岩井の吉岡和久部長は「茨城県内でも連盟を組んでいるのは県西のみ。今後も横の繋がりを密にして更なる農業の振興、および生産物のP Rに取り組んでいきたい」と挨拶しました。総会では、第1号議案、第2号議案共に可決決定しました。同連盟では農産物の生産・販売を基本に「ブランド力」をさらに強化し、販売シェア拡大と元気で活気ある地域農業の確立や、営農指導を強化し、産地維持・発展のため、各イベントへ出席・販売促進活動を行ったり、県西地区合同の職員研修会などを行っていきます。



基調講演のようす

県西地区J A営農指導者連盟は7月21日、境町のJ A茨城むつみ本店にて総会を開きました。J A北つくば、J A常総ひかり、J A茨城むつみ、J A岩井の営農指導担当者、県西農林事務所、全農、茨城県中央会ら関係者合わせて約50名が参加しました。

開催にあたり、同連盟の会長を務めるJ A茨城むつみ園芸課の斉藤幸幸課長は「県西地区として、昨年度は高い生産額を達成することができた。農業者の高齢化

県西4 J A 中核人材研修会

J A北つくば、常総ひかり、茨城むつみ、岩井の4 J Aは26日、境町のJ A茨城むつみ本店にて「茨城県西4 J A中核人材研修会」を開きました。同研修会は県西地域4 J Aの枠組を越え、各J Aが農業改革やJ A自己改革に取り組み中、将来のJ A事業を見据え、次世代を担う中核人材の教育・育成を目的としています。J A全中で専務、農林中央金庫で副理事長を歴任した向井地純一氏を講師に招き、各J Aから選ばれた20〜30代の職員計18名が、月1回のペースで年12回、講義を受けています。講義内容は、J A自己改革を含めたJ A事業の課題や国内外の時事など多岐にわたり、グループ討議では、各J Aの職員が問題解決に向けて、質疑・対話を繰り返すことで「気付き・学び・考える」力を強め、J Aの将来ビジョンや世界観をつくる能力を養います。J A茨城むつみの今泉房雄常務理事は「今回の研修に集まっていたのは、これから管理職になる世代。今後部下を指導する立場になるにあたり、気付いた点や思った点は積極的に意見を出し、県西地区の発展へ貢献してほしい」と期待を寄せました。向井地氏は、「農協改革など、J Aとしての在り方の変革が求められるなか、J Aのビジネスモデルの見直しをしていくことは大変重要であり、将来ビジョンを持った人材が必要。回を重ねるごとに職員同士も打ち解け、より掘り下げた深い意見交流ができるようになってきた。これからのJ Aを担う人材として様々な視点を身



グループ討議をする参加者

では講義を踏まえ、J Aの組合基盤の拡充・強化について、課題や解決策を話し合いました。

に付けてほしい」と話し合いました。グループ討議

CONTENTS

- むつみりポート..... 2~4
- 燃料油応援キャンペーン..... 5
- 飛散防止にご協力を・坂東総合高校二コース... 6
- お米はJ Aへ..... 7
- インフォメーション..... 8
- 今月の農作業・理事会..... 9
- ベジタブルライフ..... 10
- 料理楽しくステップアップ・家庭菜園..... 11
- インフォメーション..... 12
- クロスワードパズル・占い..... 13
- インフォメーション..... 14~15

水田病害虫発生状況 調査を行う

J A茨城むつみ広域病害虫防除協議会は8月3日、水田病害虫発生状況調査を行いました。今回の掬取り調査では、近年発生しているイネ縞葉枯病の原因となるヒメトビウナカ調査や斑点米の原因とされるカメムシの発生状況などを確認。今後の病害虫対策に向け新薬剤の効果比較圃を設けデータをとりました。「いもち病」「紋枯病」「カメムシ類」の発生が調査圃場の一部で確認されたものの、全体では少なく、昨年度とほぼ同じ結果となりました。ウンカ類の捕獲頭数は昨年度より少なかった一方で、イネ縞葉枯病発病率は13%となり、昨年より5.5%の増加となりました。調査は、同協議会が例年、管内土地改良区内の水田においての箱育苗施用剤使用の効果を確認するためにしているもので、薬剤防除などの啓発活動を通し、J A茨城むつみ管内米の検査等級の向上や収量の安定を図り、農業所得の向上に努めています。同日の調査には、同J A職員、坂東地域農業改良普及センター、古河市、坂東市、五霞町、境町、農業メーカーら合わせて30名が参加しました。同協議会では、今後フェロモントラップによる予察調査や箱育苗施用剤による防除検討会などを行い、病害虫防除に努めていきます。

掬取り調査
のようす



会議をタブレットシステム化 効率を上げコスト低減へ

J A茨城むつみでは7月27日、境町の本店で県内J A初のタブレットシステムによる理事会を行いました。会議の効率化と低コスト化を目的とし、2016年7月頃からNTTドコモと組み、システム構築に着手。小会議から試験運用を始め、約1年かけて実現しました。自宅や移動中もLTE回線を使用し、資料を閲覧でき、タブレット内には資料保管が一切できないため、セキュリティ対策も万全となっています。以前の理事会では参加者約50人分の資料を印刷、配布しており、会議直前に資料の差し替えがあると多量の紙が無駄になっていました。同J Aはそこに着目し、タブレット端末で行う資料配布の導入を進めてきました。導入したタブレット端末は役員分合わせて約50台。理事会に出席する役員に貸与し、開催通知や会議資料等がいつでも、どこでも閲覧可能となっています。また、会議中は制御端末で各タブレット上に表示される画面を制御しているため、全員が同じ資料を見ることができ、その結果資料を探す手間を省け、会議を効率的に進めることができるようになりました。

同J Aの岩瀬治三郎組合長は「組合員の農業所得の増大へ向け、J A事業の低コスト化による組織改革は重要なポイントのひとつ。経費で削減できる部分は削減をすすめ、組合員へ還元していきたい」と意気込みました。



タブレットで資料を見る役職員

納涼祭



納涼祭恒例のスイカ割り

J A茨城むつみデイサービスセンター「ぬくもり」は8月4日、暑さに負けず夏を楽しもうと、毎年恒例の「納涼祭」を行いました。午前の部は、スイカを二つ用意し、スイカ割りを楽しみました。大きなスイカに苦戦しながらも無事に割り、割れた瞬間には会場に歓声があがりました。割ったスイカを食べた参加者からは「甘くて冷たくておいしい」と好評。ヨーヨー釣りやわたあめ作りも行い、昔ながらの夏祭りを楽しみました。

午後の部は、地元ボランティアの五輪会の女性が、和太鼓の生演奏に合わせて盆踊りを披露。職員も浴衣に着替えて参加しました。参加者も「昔を思い出して懐かしい」と音楽に合わせて身体を動かすなど、会場は盛り上がりましました。会場内には、手作りの提灯や、貼り絵などが飾られ、夏のひとつときを彩りました。

デイサービスセンター「ぬくもり」



太鼓の生演奏と盆踊り♪

境地域農業振興協議会 総会開催



挨拶をする橋本会長

境地域農業振興協議会は7月21日、茨城むつみ本店にて平成29年度総会を行い、委員をはじめ、関係機関合わせて約40名が参加しました。開催にあたり、同協議会会長を務める境町の橋本正裕町長は、「現在農業を取り巻く環境は、年々厳しさを増しており、後継者不足が深刻な問題となっている。このような厳しい状況のなか、本会においても、今後も農業の更なる発展や産地の育成に努めていきたい」と挨拶しました。

議事では、平成28年度事業報告および収支決算報告、および平成29年度事業計画として新規品目であるタマネギの生産振興および産地育成や、各支店の経済渉外担当による営農指導の強化などを挙げ、収支予算と共に承認されました。また、今年度役員改選があり、次のとおり選任されました。

- 会長 橋本 正裕 (境町町長)
- 副会長 倉持 健一 (古河市協議会議長)
- 〃 金子 勉 (境町農業委員会)
- 〃 岩瀬治三郎
- 監事 糸澤 正 (茨城県西農林事務所)
- 〃 関 稔 (茨城むつみ農業協同組合代表理事専務)

JAは農家を 応援します!

組合員各位
地域の皆様各位

実りの秋「燃料油」応援キャンペーンのお知らせ

拝啓 初秋の候、皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申しあげます。平素は格別のご配慮を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、今年もお米の乾燥時期に合わせ灯油キャンペーンを企画いたしました。これを機会により多くの皆様にご利用いただき、組合員の所得増大に微力ながら応援させていただきたいと思っております。

つきましては、下記のとおり、実りの秋「燃料油」応援キャンペーンを開催いたしますので、ぜひこの期間にご注文いただきますよう宜しくお願い申し上げます。

敬具

記

1. 開催日時：平成29年9月1日(金)～平成29年10月13日(金)まで
(土日祭日を除く午前8時30分～午後5時30分)
2. 特別価格：当用価格の**2円**引き
3. 油 種：灯油、軽油、LSA重油
4. お問合せ注文先：燃料配送センター (電話：0280-87-1317)
0280-87-8209)



農業用アルミテープ等の飛散防止にご協力よろしく申し上げます



皆様のご協力により、農業用アルミテープ等でお客さまにご迷惑をおかけする事象が確実に減ってきています。ご協力ありがとうございます。

暑い夏が過ぎ、台風の季節がやってきます。収穫の折に使用される農業用アルミテープが飛散しやすい時期です。農業用アルミテープは電気を通すので電気設備に飛散すると大きな損傷を与える恐れがあります。皆様にはこのことを改めてご理解いただき、風で飛ばされないように再度、ご協力をお願いいたします。

東日本旅客鉄道株式会社 大宮支社

【お問合せ・連絡先】

在来線：大宮電力技術センター ☎048-641-0725 新幹線：大宮新幹線電力技術センター ☎048-652-7683

坂東総合高校ニュース

茨城県立坂東総合高等学校
坂東市逆井2833-1115
☎0280181011

小型車両建設機械特別講習

3年次の希望者7名がバックホウ(別名パワーショベル)の特別講習を受講しました。1日目は小型車両系建設機械の構造及び法令について、2日目は運転操作の実技です。指先と声を出しての安全確認、アームとバックケットを操作しての掘削や走行練習をしました。



薬物乱用防止講話

境警察署生活安全課において、薬物乱用(依存)がもたらす心身への影響、社会への影響などについて認識させ、適切な意志決定や行動選択ができる能力を身につけさせることを目的に、薬物乱用防止講話を実施しました。



茨城県学校農業クラブ連盟大会

7月11日と7月25日、銚田農業高等学校において、第69回茨城県学校農業クラブ連盟大会が開催されました。本校からは、プロジェクト発表会(分野Ⅲ類 ヒューマンサービス)、農業鑑定競技会(分野 園芸、分野 農業土木)に出場しました。プロジェクト発表会、農業鑑定競技会分野園芸で3名が優秀を受賞しました。



メロン販売

生物資源系列3年次の生徒が野菜の授業で栽培したメロンを収穫しました。一つ一つ丁寧に箱詰めしました。販売時間の前から列ができ、係生徒が誘導しての販売となりました。糖度16度、重さ3kgというメロンもありました。



農家組合員の皆様へ



平成29年産米
集荷推進中!!

お米はJAへ

刈取・乾燥・調整・計量・袋詰め作業までが米づくりです!

刈取りから袋詰め出荷までが米づくりの最終工程です。最後まで気を緩めず、コンタミ(意図しない異種混入)防止に取組み、消費者に安心して食べてもらえる米を出荷しましょう。

収穫・乾燥・調整・計量・袋詰め作業までの清掃を徹底しましょう。

☆生産者のみなさまへのお願い☆

- ・生産履歴を必ず記帳して下さい
- ・適正な水分(14%~15%)で出荷して下さい
- ・品質向上と量目不足に気をつけて下さい
- ・JAでの検査時点における皆掛重量(玄米+紙袋の重さ)は、30.6kgでの荷受となりますので、宜しくお願い申し上げます。



本年産米の放射性物質検査のお知らせ

本年産米につきましては、検査結果までの出荷自粛は要請致しませんが、現在古河市、坂東市、五霞町、境町について検査を実施しております。

米穀情勢・平成29年産米概算金について

平成28年産米の作況指数は全国で103、茨城県では99となりました。本年についても、主食用米の需給改善のために継続して取り組んでいる飼料用米への転換において、昨年の7,840haを上回る状況となることを踏まえ、平成29年産米の概算金については、昨年産米より一段高い水準で設定を目指します。

※平成29年産米の概算金については、確定し次第、各支店、営農センターへ掲示致しますので、参照して下さい。ようお願いします。

もうすぐお彼岸です。

どうぞお彼岸のご準備は

JAセレモニーホールへご用命ください。

ご先祖さまへ感謝の気持ちを込めて

お彼岸用品のご案内

— 秋の彼岸 —

秋分の日を中日として、前後3日間を合わせた7日間です。

彼岸入り 9月20日(水)

中日(秋分の日) 9月23日(土)

彼岸明け 9月26日(火)

お彼岸用 返礼品

定価より
10%OFF



864円(税込)

1,080円(税込)

1,080円(税込)



1,080円(税込)

1,080円(税込)

■上記の商品は一例でございます。

- 納品がお彼岸に間に合わないことがありますので、お早めのご注文をお願い致します。
- 在庫切れの際はご容赦願います。
- 商品は残品をお引き取り致しますので、多少多めにご注文下さい。
- 商品によっては、色・柄・内容等が変わることがありますのでご了承願います。
- 環境保護の一環として、包装を一部省略させていただくことをご了承願います。

お彼岸用品

あんしん友の会員様
特典 定価より
10%OFF

※お茶菓子セットを除く

あんしん友の会員
入会受付中

個人会員 3,000円

家族会員 10,000円

9月10日までにご注文戴いた方に限り
お茶菓子セットのご注文承ります。



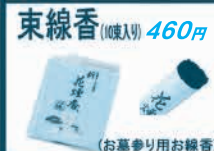
《お茶菓子セット》
470円

※返品は出来ません



台付き 760円

台なし 650円



東線香 (燻入り) 460円

(お墓参り用お線香)



御布施袋 (燻入り)
180円



線香 沈香 極
1,300円



御進物用線香 (沈香 極)
3,240円



線香立て 5寸 白灰
1,550円



灰クリーン
1,140円



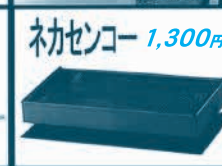
網付き 灰ならし
780円



墓石の水アカとりセット
1,080円



PC手掃・ひしやく
手掃(小) 2,200円
手掃(大) 3,500円



ネカセコー **1,300円**

※表示価格は税込となります。※在庫切れの際はご容赦下さい。

■その他商品を各種取り扱っております。ご注文の際は担当がお伺い致します。

お問合せ
ご注文は



(有)むつみサービス
セレモニーホールそうわ
セレモニーホールさくら

フリーダイヤル **0120-590-623**
TEL.0280-92-0141 FAX.0280-92-7602
古河市駒羽根711番地

今月の

農作業

坂東地域農業改良普及センター

普通作

稲の刈り株、ひこばえのすき込みを行います。

9月に入り、稲刈りも一段落してきました。今年の作付を振り返るとともに、来年度へ向けて、収穫後の刈り株、ひこばえのすき込み(秋耕)を行きましょう。秋耕には、以下の効果があります。

①イネ縞葉枯病の防除

水田に残ったままの刈り株、ひこばえは、イネ縞葉枯病を媒介するヒメトビウンカの越冬場所となり、次年度の感染拡大を招きます(画像)。ヒメ



ひこばえでのイネ縞葉枯病

※ゆうれい症状(葉のねじれ、色変)、穂の出すくみ(奇形)が特徴

トビウンカ防除のためにもすき込みを行いましょう。

②土づくりのために

刈り株やわらをすき込むことで、有機物施用による土づくり効果が期待できます。効果を高めるためには、分解されやすい気温の高い時期(10月末までが目安)に秋耕することが重要です。

また、未分解の有機物が残ったままだと、来年度の作付中の還元障害の原因になります。収穫が終

わったら、すみやかに秋耕を行いましょう。



野菜

露地野菜の台風対策について

9月は関東甲信地方への台風接近数が最も多い月ですので、特に対策に注意が必要です。事前、事後の対策により被害を軽減しましょう。

◆事前対策

サブソイラ等による耕盤破碎や溝切りにより、ほ場の排水性の向上を図ります。

は種直後、定植直後のほ場や草丈の低い作物では、防風ネットや寒冷紗によるべたがけを行います。

土寄せにより株元を固定したり、マルチの固定が緩んでいるところが無いかを確認・補修をします。

◆事後対策

ほ場が冠水した場合は、溝切りやポンプを用いた強制排水により、できるだけ早く排水します。マルチ栽培の場合はマルチのすそをめくり、土を乾燥させます。

根痛みにより草勢が衰えやすいので、土寄せによる発根促進、また、草勢を見ながら追肥や液肥の葉面散布を行います。果菜類では、摘果や若どりにより着果負担を軽減することも効果的です。

病害の発生が懸念されるので、損傷部位の除去をするとともに、薬剤防除を行います。

第6回理事会だより

平成29年7月27日

●報告事項

- 1、平成29年6月末各事業実績について
 - 2、コンプライアンス委員会の報告について
 - 3、平成29年度下期住宅ローンおよびリフォームローン「とくとくプラン」の実施について
 - 4、平成29年度JA安心倶楽部新規募集活動要綱について
 - 5、平成29年度ポジョレ・ヌーヴォーの推進について
- 付議事項
- 第1号議案 「反社会的勢力等への対応に関する規程」の一部改正について(案)
 - 第2号議案 「反社会的勢力等への対応に関する規程」第2条の取扱いについて(案)
 - 第3号議案 「不祥事対応要領」の一部変更について(案)
 - 第4号議案 JA住宅ローン金利引下げキャンペーンの期間延長について(案)
 - 第5号議案 平成29年度海外旅行について(案)

ベジタブルライフ

イラスト：小林裕美子

ニンジン

～カロテン豊富な緑黄色野菜の王様～

ニンジンのプロフィール

- 【分類】セリ科
- 【原産地】アフガニスタン
- 【和名】人参、芥人参
- 【おいしい時期(旬)】11～2月(周年)
- 【主な栄養成分】カロテン、ビタミンC、カリウム、カルシウムなど

解説：KAORU

見分け方

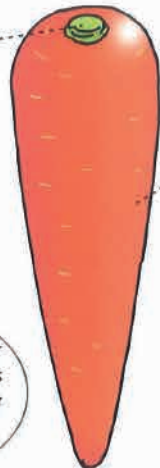
葉の切り口の軸は小さい方が果肉が柔らかく風味が良い

全体が自然なオレンジ色で皮に張りのある色むらがないもの

肩の部分が緑がかったものは避ける



切り口の軸が大きいと内部の芯の部分がたく果肉も堅い可能性があるよ



保存方法

葉付きの場合は切り離して保存。根の栄養や水分が葉の成長に使われてしまうのを防ぐ



表面の水分を拭き取り、新聞紙に包むかポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室へ。冬は新聞紙に包み冷暗所保存でもOK

ニンジンのビミツ

ニンジン 歴史

原産地は中央アジアのアフガニスタン

西洋系

東洋系



「三寸」「五寸」

「金時」「島ニンジン」

古代ギリシャでは薬用として栽培されていたよ



現在国内で一般的に流通しているのは西洋系のニンジン。東洋系は流通量が少なく、お祝い料理などに重宝される

名の由来にもなったカロテン

ニンジンに含有する代表的な栄養素「カロテン」は英名「carrot」に由来

ニンジンの子カラ

カロテンが豊富な栄養価の高い根菜

健康や美容のため積極的に取りたいね



緑黄色野菜の中でもカロテン含有量はトップクラスの赤みが濃い東洋系はリコピンも含有

カロテンリコピンパワー



カロテンは油に溶けやすい脂溶性ビタミン。バターや油と一緒に調理するとカロテンの吸収が促進される

油との相性が抜群!



カロテン・リコピンは強力な抗酸化作用が期待でき、がん予防やアンチエイジングが効果があるといわれている



皮の部分に特に栄養が詰まっているといわれている。食感が気にならないなら、しっかり洗って皮ごと調理するといよ

ニンジン葉には、ビタミンAが豊富に含まれ、ビタミンCやカリシウムも含まれるよ



ニンジンのいろいろ

五寸ニンジン

根の長さが15～20cm、根の先が丸く詰まっているものが多い。現在の品種は五寸型が主流



島ニンジン

沖縄で栽培されている。耐暑性が強く、色は黄色で30～40cmと細長い。甘味があり、煮物、炒め物に



金時ニンジン

現在残っている数少ない東洋系の。赤色の肉質は柔らかくて甘味が強く、ニンジン臭さが少ない。中長型で長さ30cm前後



ミニキャロット

長さ10cmほどで細長い。ルビーキャロットともいう。特有の臭いが少なく、甘味があるので生食用に人気。おいしいものもある



大長ニンジン

長さ60～70cmの西洋系の。柔らかく甘味も強いが、栽培に手間が掛かるため、現在は正月料理用としての使用など、ごくわずか



紫ニンジン

果皮が紫色でアントシアニンを含む。糖度が高く、サラダや野菜スティックとして生食できる



三寸ニンジン

早生品種で、長さ10cmほどの円すい形の生育は早い。収量が少なく、昭和30年代中ごろから減少



楽しみ方・食べ方のコツ

さまざまな料理に使えるので、常備しておきたい野菜の一つだね

ニンジン特有の臭いや風味を抑えた品種が増えた。甘味が強い生食用の品種やジュース専用品種なども登場!

ニンジン 甘いね!



料理楽々！ ステップアップ

「キッチン晴人」のオーナーシェフ 永井智一

ニンジンの冷製ポタージュ

材料(4人分)

ニンジン	1本	塩	適宜
かつおだし	1カップ	こしょう	適宜
牛乳	1/2カップ	E.Vオリーブ油	少々
生クリーム(35%)	1/4カップ	パセリ	少々

作り方

- (1) ニンジンは皮をむき、一口大に切り、塩少々を入れた湯で柔らかくなるまで下ゆでする。
- (2) (1)をかつおだしと合わせミキサーでペースト状にする。
- (3) (2)に牛乳・生クリームをあわせ、塩・こしょうで味を調える。
- (4) パセリを散らし、E.Vオリーブ油を数滴掛けて出来上がり。



point

ゆでたジャガイモを合わせて温製ポタージュにしてもおいしいです。

温野菜サラダ ～ニンジンドレッシングで～

材料(1人分)

ニンジンドレッシング	温野菜		
米酢	100ml	アスパラガス	1本
E.Vオリーブ油	100ml	ブロッコリー	2房
サラダ油	100ml	カブ	1/2個
すりおろしたマネギ	1/2個	ジャガイモ	1個
すりおろしたニンジン	1/2本	ベビーキャロット	2本
塩	小さじ1	ミニトマト	2個
こしょう	少々		
しょうゆ	大さじ1		

作り方

- (1) ドレッシングの材料を混ぜ合わせる。
- (2) ジャガイモは下ゆでした後、素揚げにし、その他の野菜はそれぞれ沸騰した湯で歯応えが残るようにゆでる。
- (3) (2)を器に盛りカットしたミニトマトを飾り、ニンジンドレッシングを回し掛ける。



point

カルパッチョソースとしても、ゆでた豚肉などに掛けてもグッド。

あなたもチャレンジ

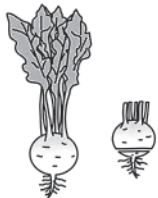
家庭菜園



茎が球形に膨らみ、 見ても楽しいコールラビ



球の下部の葉は、葉柄を2～3cm残して切り取る



球の下部1～1.5cmは堅いので切り落とす



緑色と紅色の品種を対にして鉢植えで楽しむのも良い

茎の基部がカブのように球形に膨らむコールラビ。別名を球形カンラン(甘藍||キャベツ)とも。地中海沿岸地方の原産、葉はカリフラワーに似ていますが、キャベツの原始型ともいわれます。

日本に渡来したのは明治初期と古いのですが、あまり知られていなかったのは食べ方が分からず、和食に合わなかったためです。味はブロッコリーの茎の部分に似て、こくがあり、癖がなく、歯応えが良く、適度な甘味もあります。皮をむいて4～5mmの薄切りにし、サラダやあえ物、クリーム煮にしたり、油揚げなどと合わせて煮物にしたりと、アレンジしてみると良いでしょう。ビタミンCはカブの3～4倍、カリウムも豊富で、高血圧を予防し、免疫

力を高め、美肌効果も期待できます。生育適温は、15～20度、冷涼な気候を好み、キャベツよりも高温や低温に耐える力があるので、栽培しやすい野菜といえます。種まきの適期は6月中旬から8月初旬ぐらいまでの夏まきと、9月上旬から10月上旬の秋まきです。

畑は前もって石灰と堆肥を全面にまき、15～20cmの深さによく耕しておき、種まきの前に、条間50cm、くわ幅の溝に、元肥として油かす、化成肥料を1㎡当たり、それぞれ大さじ3杯を施し、軽く覆土して、種子を2～3cm間隔にまき付けます。

発芽したら育つにつれて間引き、最終株間を15～17cmぐらいにします。生育の途中2～3回、化成肥料を追肥しましょう。

3号ポリ鉢に4～5粒まき、育つにつれて間引き1株を残し、本葉4～5枚の苗に仕上げ、プランターに株間15～17cm植えとし、球形に膨らむ様子を見て楽しむのも良いでしょう。

球が4～5cmに肥大した頃、図のように球から横に向かつて伸びている葉の葉柄を2～3cm残して切り取り、株の肥大を促します。

収穫は球径が5～6cmに肥大した頃から逐次行います。大きくなり過ぎると肉質が堅くなるので、取り遅れないようにしましょう。

球の下部、根元付近は堅くて食べられないので、1～1.5cmは切り除いて、大きくて冷暗所に置けば4～5日ぐらいは十分持ちます。

板木技術士事務所
●板木利隆

JA 共済連と JA 厚生連による健康推進プロジェクト

人間ドック 割引キャンペーン!



キャンペーン期間：平成 29 年 4 月 1 日～平成 30 年 3 月 31 日

県内 6 カ所の厚生連病院健診施設で JA 共済連くらしの活動支援事業から 1 名につき 1 万円の助成を受けて人間ドックを受診することができます。この機会に厚生連病院で人間ドックを受けてみませんか？



国民健康保険加入の方は市町村の助成制度との併用もできます。

① 人間ドックは、生活習慣病、一部ガンなどの病気の発見や予防が目的です。

人間ドック検査項目

医師の診察、身体計測、腹囲、視力検査、聴力検査、肺機能検査、胸部レントゲン検査、血圧、心電図検査、血液検査、(貧血検査・肝機能・血中脂質・腎機能・血糖)、尿検査、便潜血検査、腹部超音波検査、胃部レントゲン検査、眼底検査

この他に

脳ドック、肺ドック、乳がん検診、子宮がん検診をはじめ追加可能な各種オプション検査があり、ご自身の身体をより詳しく検査することが可能です。

注意事項

- ※ 市町村の助成制度は、金額や時期、人数などが市町村によって異なりますので、事前に市町村役場等にご確認ください。
- ※ JA 職員本人およびグループ関連会社本人は除きます(家族は受診可)。
- ※ 電話の際には「割引チラシ」を見たとお伝えください。

ワンダフルな

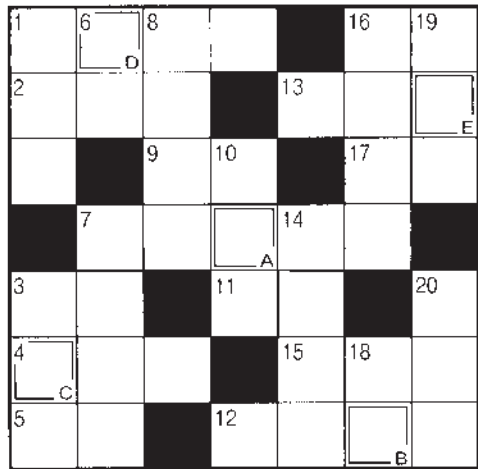
毎日のために!

茨城県厚生農業協同組合連合会

応募してわくわくプレゼントを当てよう

クイズ

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

- 1 エジプトを流れる大河
- 3 品物をしまっておく建物
- 6 ピカソ、ゴッホ、ルノアールといえば
- 7 山伏が吹き鳴らす物
- 8 えびす様が持っている道具
- 10 手の指を握り込んで作ります
- 14 立ち上がって膝の——運動をした
- 16 水を入れて植物への水やりに使います
- 18 面取りをして落とす物
- 19 首の長い動物
- 20 芋がらともいう食材

→ ヨコのカギ

- 1 陰暦9月の異称
- 2 船が停泊するときを下ろします
- 3 青く晴れ渡るもの
- 4 口に水を含んでガラガラガラ
- 5 出会った瞬間に落ちることも
- 7 リスが餌を詰め込むところ
- 9 漢字で書くと雑魚。取るに足りないもののこと
- 11 量より重視されることもあります
- 12 角度を測るときに使います
- 13 一番近い所。——の駅まで徒歩3分だ
- 15 目で見える範囲のこと
- 16 ——外れの花が咲いた
- 17 ——を天に任せて勝負した



62

3 0 6 0 4 0 4

J A 茨城むつみ
企画管理課 行

境町長井戸二三

① 解答
氏名、住所、職業、年齢、TEL
J A、その他に関するご意見、
ご要望、とっておきの情報、
旅行で行きたいところ、など
お知らせ下さい。
④ 一番興味をもった記事は、
どれですか。

△応募方法▽
☆宛先は：境町長井戸23番地
J A 茨城むつみ企画管理課
●締め切り 9月30日(必着)
●正解者の中から、抽選により
6名の方にわくわくプレゼント
(J A 取り扱い商品)を差し上げ
ます。奮って応募ください。

はがき・メール・FAXのいずれかで、上記の①～④の事項を
もれなくご記入の上、ご応募ください。
E-mail: kikaku@jamutsumi.com
FAX: 0280 (87) 6630 (企画管理課行とお書きください。)

当選者
第281号の答えは、「カブトムシ」でした。
次の方が当選されました。
おめでとうございます。
●高橋 章子・飯田芙美子・鈴木 杏奈
●落合ふみ子・伊藤 賢・高崎 淳

今月のあなたの運勢 9月

<p>♈ 牡羊座 3/21~4/19</p> <p>◆全体運 あれこれ考え過ぎてしまう傾向があります。悪いことを心配するよりプラス思考をした方が開運のきっかけに</p> <p>◆健康運 リラックスを心掛けて。深呼吸が効果的</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 イクラ</p>	<p>♉ 牡牛座 4/20~5/20</p> <p>◆全体運 楽しいことに縁がありそう。遊びや飲み会などに誘われたら、気軽にOKして出掛けてみては。旅行もラッキー</p> <p>◆健康運 おおむね良好。まめに動けば、さらに快調に</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 インゲン</p>	<p>♊ 双子座 5/21~6/21</p> <p>◆全体運 ささいなことでイライラしやすい時期です。笑顔を手掛けて。趣味などで1人の時間を楽しむと良い気分転換に</p> <p>◆健康運 ちょっとしたけがに注意。冷静な行動を</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 オクラ</p>	<p>♋ 蟹座 6/22~7/22</p> <p>◆全体運 人との交流から幸運が。人間関係を広げるべく行動して。付き合ったことのないタイプとも親しくなれそう</p> <p>◆健康運 暴飲暴食になりやすいかも。自己節制を</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 スダチ</p>
<p>♌ 獅子座 7/23~8/22</p> <p>◆全体運 落ち着いた気分が過ごせる期間。プライベートの充実が励み、手応えを感じられるはず。習い事も好結果に</p> <p>◆健康運 軽く体を動かせば運氣アップできそう</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 マツタケ</p>	<p>♍ 乙女座 8/23~9/22</p> <p>◆全体運 行動力が高まる兆し。過去に駄目だったことに再挑戦すれば、リベンジできる可能性が大。攻めの姿勢で動いて</p> <p>◆健康運 良質な睡眠を取ることで体調に好影響が</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 カボチャ</p>	<p>♎ 天秤座 9/23~10/23</p> <p>◆全体運 物事の優先順位を間違えやすい暗示。やるべき作業を後回しにしないよう、ご用心。気晴らしには足湯がベスト</p> <p>◆健康運 食生活の質向上が大事。運を呼べるはず</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 シソ</p>	<p>♏ 蠍座 10/24~11/22</p> <p>◆全体運 ちょっとした変化でつきを呼び込める気配。いつもとは違うことを意識してみて。部屋の模様替えも良い刺激に</p> <p>◆健康運 血行促進が健康の鍵。運動を楽しんで</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 ゴーヤ</p>
<p>♐ 射手座 11/23~12/21</p> <p>◆全体運 自分の意見や考えに固執しやすくなる傾向が。周囲のことには謙虚に耳を傾けて。開運には和風のもの効果的</p> <p>◆健康運 ストレスを感じがち、小まめに発散して</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 スルメイカ</p>	<p>♑ 山羊座 12/22~1/19</p> <p>◆全体運 大胆な発想が幸運を引き寄せるポイント。未体験ジャンルでも意欲的にぶつかってみて。前向きにアクションを</p> <p>◆健康運 スポーツで心身のシェイプアップが可能</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 ナス</p>	<p>♒ 水瓶座 1/20~2/18</p> <p>◆全体運 物事を邪推するなど、うがった見方になりがち。周囲と不協和音を奏でやすいので注意。素直さを大切に</p> <p>◆健康運 運動不足解消が必要。意識して動くこと</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 カボス</p>	<p>♓ 魚座 2/19~3/20</p> <p>◆全体運 小さなミスにクヨクヨしやすい。気持ちを大きく持って、迷ったら信頼できる人に相談に乗ってもらう◎</p> <p>◆健康運 疲労蓄積はNG。適宜、解消する工夫を</p> <p>◆幸運を呼ぶ食べ物 ブッキー</p>

今月のオススメ！

フリンスフロアブル



キャベツ・はくさいの抵抗性コナガには
フリンスフロアブル！

分類：殺虫剤

成分：フィプロニル5%

毒性：劇物

規格：250ml

JA茨城むつみ価格

¥4773(税込)

お求めはお近くのJA茨城むつみ支店まで！

特徴

①抵抗性コナガに高い効果！

有効成分のフィプロニルは他の殺虫剤とは異なる系統の殺虫成分のため、近年キャベツやはくさい、ブロッコリー等で問題となっている既存薬剤が効きにくくなったコナガ（抵抗性コナガ）に対してもフリンスフロアブルは高い効果を発揮します。ローテーション防除の一角としても使いやすく、また散布後約10日前後の残効が期待できます。

②幅広い登録

フリンスフロアブルはコナガが問題となるアブラナ科の野菜であるキャベツ、はくさい、ブロッコリー、カリフラワーで登録を取得しているため、抵抗性コナガ対策として幅広くご利用いただけます。

作物	適用害虫	倍率	使用時期	本剤使用回数	使用方法	フィプロニルを含む農薬の総使用回数
キャベツ	コナガ アオムシ ハイマダラノメイガ ネギアザミウマ	2000倍	収穫14日 前まで	2回 以内	散布	3回以内 (定植前の処理は 1回以内、定植後 の散布は2回以内)
はくさい	タマナギンウワバ オオタバコガ キスジノミハムシ		収穫21日 前まで			
ブロッコリー	コナガ ハイマダラノメイガ		収穫30日 前まで			
カリフラワー			収穫14日 前まで			2回以内

※キャベツ、はくさい、カリフラワー、ブロッコリーの登録内容を一部抜粋
※キャベツ、はくさいについては定植前のセル苗灌注処理も可能

安心をひとつの保険にパッケージ

JA 安心倶楽部

標準傷害保険

「JA安心倶楽部」は、仕事、趣味、レジャーなど日常生活でケガをされた場合に、24時間、日本国内外を問わず補償するJA組合員とご家族専用の傷害保険です。ケガだけではなく、日常生活や住宅の所有に関わる賠償責任や、カメラを落として壊してしまったときなど、持ち物（携行品）の損害も補償する総合補償型の保険商品です。

●こんなときに保険金をお支払いします。

傷害保険金



個人賠償責任保険金



携行品損害保険金



被害事故補償保険金



ホールインワン・アルバトロス費用保険金 (オプション)



24時間365日、
ケガからあなたをおまもりします

保険金の種類		保険金額
ケガ(傷害) ※	傷害死亡保険金	120万円
	傷害後遺障害保険金 第1級～第3級限定。後遺障害の程度に応じて、保険金額の78%～100%をお支払いします。	60万円
	傷害部位・症状別保険金 ケガの部位・症状に応じて、保険金額に所定の支払倍率(1～120倍)を乗じた額をお支払いします。	3,000円
個人賠償責任保険金 (電車等運行不能賠償追加型・示談交渉サービス付)		1億円
携行品損害保険金 (自己負担額3,000円)		20万円
被害事故補償保険金		2,000万円
弁護士費用保険金 法律相談費用保険金		300万円 10万円
年間保険料		15,000円
※天災補償付		
プラス オプションで補償します		
オプション	ホールインワン・アルバトロス費用保険金	20万円 (年間オプション保険料 2,560円)

補償期間：平成30年1月1日(月)より1年間

募集期間：平成29年9月15日(金)より平成29年10月27日(金)の1か月間

- お支払いいただく保険料（年額）は、被保険者ご本人の職業、年齢、性別にかかわらず、上表の金額となります。
- 補償開始日時時点で被保険者ご本人の年齢が満80歳未満の方にご加入いただけます。
- ご継続は、補償終了日時時点で被保険者ご本人の年齢が満89歳まで、脱退のお申し出がない限り自動継続されます。

- JA安心倶楽部は、全国共済農業協同組合連合会（JA共済連）を保険契約者とし、JAの組合員の皆様を加入者（被保険者）とするJA団体傷害保険制度です。
- ケガによる死亡や後遺障害、入院・通院、他人への賠償責任、携行品の損害など、日常生活のリスクを補償する制度です。
- 詳しい内容は最寄のJAの支店までお問い合わせください。

取扱代理店：JA茨城むつみ農業協同組合
茨城県猿島郡境町長井戸23
TEL 0280-87-5172

引受保険会社：共栄火災海上保険株式会社

元乃隅稻成神社 角島大橋と青海島

3つの絶景めぐり

3日間

- ★123基の赤い鳥居が印象的「元乃隅稻成神社」へご案内します。
- ★「死ぬまでに行きたい!世界の絶景」にもランクイン「角島大橋」へご案内します。
- ★関門の台所「唐戸市場」へご案内します。



日次	行程
1	茨城県内 → 羽田空港 (17:00) → 山口宇部空港 (17:15) → 元乃隅稲成神社・松下村塾 → 萩城下町 → 湯田温泉 (19:30)
2	ホテル (9:30) → 萩 → 長門湯本温泉 (10:00) → 角島灯台公園 → 角島大橋 → 元乃隅稲成神社 → 長門湯本温泉 (16:00)
3	ホテル (9:30) → 唐戸市場 (10:00) → 関門トンネル → 山口宇部空港 (17:45) → 羽田空港 (18:10) → 茨城県内

- ◆旅行期間：平成29年 11月28日(火)~30日(木)
- ◆旅行代金：108,000円
大人お一人様(4~5名様1室利用)
- ・3名1室利用追加代金：お一人様4,000円
- ・2名1室利用追加代金：お一人様8,000円
- ※ピーク期につき2~3名1室利用のご希望に添えない場合がございます。予めご了承下さい。
- ◆募集人員：40名様(最少催行人員30名様)
- ◆食事条件：朝食2回・昼食3回・夕食2回

- ◆添乗員：出発地より全行程同行します。
- ◆利用予定航空会社：全日空
- ◆利用予定バス会社：防長交通
- ◆利用予定宿泊施設：湯田温泉/西の雅常盤 長門湯本温泉/大谷山荘
- ◆申込金：30,000円(旅行代金に充当します)
- ◆申込締切日：平成29年10月20日(金)

茨城県内 発着

国内旅行条件書(要旨) 詳しい旅行条件を説明した書面をお渡しいたしますので、事前に確認の上、お申込みください。

- 募集型企画旅行契約
 - この旅行は、JA茨城むつみ旅行センター(茨城県猿島郡境町長井戸23 茨城県知事登録第2種旅行業第498号)以下(以下「旅行センター」)が企画する旅行であり、この旅行に参加されるお客様は当社と募集型企画旅行契約(以下「旅行契約」といいます。)を締結することになります。
 - 旅行契約の締結は、本条件書に記載されている条件のほか、別途お渡しする旅行条件書(全文)、出発前にお渡しする最終旅行日程表および当社旅行業約款(募集型企画旅行契約)によります。
 - お申込みの契約成立の時期

当社所定の申込書に下記の申込金を添えてお申込みください。申込金は「旅行代金」(取消料)「諸料」のそれぞれ一部または全部として取り扱います。電話、郵便、ファクシミリ等の通信手段にてお申込みの場合、当社が予約を承諾した日の翌日から起算して3日以内にお申込書の提出とお申込金の支払いをいたしました。旅行契約は、当社が予約の承諾をし、申込金を受領したときに成立いたします。
 - お申込金(お一人様)

旅行代金	1万円未満	3万円未満	6万円未満	10万円未満	15万円未満	15万円以上
お申込金	2,000円以上	6,000円以上	12,000円以上	20,000円以上	30,000円以上	旅行代金の20%まで
旅行代金まで	旅行代金まで	旅行代金まで	旅行代金まで	旅行代金まで	旅行代金まで	旅行代金まで
 - 旅行代金のお支払い

旅行代金は旅行開始日の前日から起算してさかのぼって14日目にあたる日より前(お申込が閉鎖の場合)は当社が指定する期日まで(ロ)にお支払いいただきます。
- 旅行代金に含まれるもの
 - 旅行日程に明示した運送機関の運賃・料金(注釈のないきり普通運賃)(注)の運賃・料金は、運送機関の課す付加運賃・料金(原価の水準の異なる変動)に対応するため、一定の期間および一定の条件下に限りあらかじめ旅行センターに一律に課されるものとなります。以下(同注)とします。①宿泊費、食費、代金、消費税率の課税および税別としたその他の費用(宿泊税の別と異なる場合の別)を含む。②長門湯本温泉コースの同行費用等、上記費用はお客様のご都合により、一部利用されなくても払い戻しはいたしません。
 - 旅行代金に含まれるもの(一部別項)

上記のほかは旅行センターが、その一部を例示します。旅行中の個人的諸費用(お客様自身の電報料その他の通信料、ホテルでの小物代、追加飲食料、運送機関の定める有料手荷物料、心付料)、運送機関の課す付加運賃・料金、オプションプラン(別途料金)の代金等。①自車から乗車、乗取地までの交通費、宿泊費、日本国内の空港施設使用料等。ただし空港施設料を含んでいることと明示したコースを除きます。
 - 取消料

契約成立後、お客様のご都合により契約を解除される場合、または旅行代金が所定の期日までにお支払いがなくて当社が契約を解除した場合、旅行代金に対してお一人様につき次の料金を取消料または同額の違約料をいただきます。なお、乗取人数のご参加で、一部のお客様が契約を解除される場合は、契約を解除されたお客様から右記の取消料をいただくほか、ご参加のお客様から選定(宿泊機関等の1台・1室あたりの)ご利用人数の必要に足る差額代金を申し受ける場合があります。

※出発日・コース等の変更も取消料の対象となります。
※オプションプランおよび宿泊費等各種追加料金は各料率による取消料が利用日を基準として別途適用されます。ただし、旅行開始後の取消料は100%となります。

区分	取消料(お一人様)
旅行開始前	
1) 21日前までに解除の場合(自便旅行にあっては11日)	旅行代金の20%
2) 20~21日前に解除(自便旅行にあっては10日)に解除の場合(3~5日)	旅行代金の30%
3) 17~20日前に解除の場合(4~6日)	旅行代金の40%
4) 旅行開始前日に解除の場合(6日)	旅行代金の50%
5) 旅行開始当日に解除の場合(6日)	旅行代金の50%
6) 旅行開始後の解除または無連絡不参加の場合	旅行代金の100%

8. 旅行条件の基準
本旅行条件は2017年9月1日を基準日として作成しております。

9. 個人情報の取扱いについて
当社の個人情報の取扱いについては、当社ホームページ(<http://www.jamutsumi.jp>)をご参照ください。

10. その他
(1) 旅行代金はお一人様分を表示しています。
(2) 当社はいかなる場合も旅行の事実負担いたしません。

～国内旅行総合参加加入のすすめ～
より安心してご利用いただくためにも、旅行中の病気や事故、遅延などに備えて、国内旅行総合参加に加入されることをおすすめします。国内旅行総合参加については、当社あるいは販売店の係員にお問い合わせ下さい。

- 後援
- | | |
|-----------------------|-------------------------|
| 静支店 TEL(0280)87-1308 | 古河支店 TEL(0280)48-1854 |
| 長田支店 TEL(0280)87-0680 | 総和支店 TEL(0280)92-0103 |
| 猿島支店 TEL(0280)87-3604 | 三和支店 TEL(0280)76-0017 |
| 森戸支店 TEL(0280)86-5334 | 猿島中央支店 TEL(0280)88-0251 |
| 五霞支店 TEL(0280)84-0003 | |

企画実施

茨城むつみ農業協同組合
JA茨城むつみ旅行センター

茨城県知事登録第2種旅行業者第2-498号
〒306-0404 茨城県猿島郡境町大字長井戸23
TEL.0280-87-6623
総合旅行業務取扱管理者：金久保 亮