

広報

JAおおふなと

vol.613

JANUARY.2019

1



JA県下統一誌面

特集

輝け！未来人

年頭のご挨拶



「地域農業の振興と自己改革へのさらなる挑戦」

〔代表理事組合長〕 菊池 司

新年あけましておめでとうございます。組合員・地域の皆様におかれましては、ご家族お揃いで輝かしい新春をお迎えのことと、心からお慶びを申し上げます。旧年中は、新体制でのスタートとなりましたJA運営への深いご理解と、ご支援ご協力に對しまして、厚く御礼を申し上げます。

さて、昨年を顧みますと、国内の農業・農協を取り巻く環境は「農業者の高齢化の進行」「後継者・担い手不足」「耕作放棄地の増加」などの農業生産基盤の脆弱化、そして異常気象が及ぼす農作物への被害の多発、また、貿易分野では、「日欧のEPA（経済連携協定の国会承認）TPP11（環太平洋パートナーシップ協定）の発効」、「米国のTAG（物品貿易協定）交渉」など、さらに「農業・農協改革対策」及び「JAの自己改革の実践」に加えて「長引くマイナス金利政策対応」等、依然として課題が山積し厳しい環境下にありました。

このような状況の中、東日本大震災からの管内の農地復旧率は86%、うち作付再開率は93%となっており、農地復旧、作付再開も着実に進展しております。当JAでは行政・系統関係機関と連携し、被災した組合員・利用者の皆様に対する金融機能の発揮や、農業復興支援に全力で取り組んで参りました。

次に当JAの自己改革の取組みについては、JAいわてグループ農業担い手サポートセンターとの連携強化、担い手担当部署の体制強化により担い手育成・技術の確立、雇用の拡大や記帳代行業務の実施、農業法人化支援、6次産業化の推進及び生産部会・組織の活動強化と生産資材価格の引

下げ等、「農家組合員の所得増大・農業生産拡大」に努めて参りました。

「地域活性化・結びつき強化」については、各市町別に行った青空市場・軽トラック市や農業まつり等の開催、食農教育の一環としての農業体験と教育資材の配布やJA組合長旗争奪バレーボール大会の開催等に取り組む、さらに、昨年9月には、創立50周年記念の「ほん丸クルーズ」を挙行致したところです。

また、「組合員とともに食と農を通じた豊かな地域社会を築く」というテーマを掲げ、第45回JA岩手県大会が開催され、次期3か年の目指すべき自己改革の基本目標「農家組合員の所得の増大と農業生産拡大」「地域の活性化」「協同の強化」へのさらなる挑戦と、総合事業の展開を前提とした「自己改革の実践を支える持続可能な経営基盤の確立」に組織をあげて挑戦していくことが決議されました。

今、我々が直面している3つの危機（農業・農村の危機、組織・事業・経営の危機、協同組合の危機）を先人たちが幾多の困難を克服し、今の私たちに伝えてくれたように、私たちJAの組合員・役員は、この3つの危機を乗り越え、食と農を通じた豊かな地域社会を確立し、岩手の農業・地域を次の世代にしっかりと引き継いでいかなければなりません。

当JAにおいては、今年2月で「第5次中期3か年計画」の最終年度となります。自己改革の3つの基本目標の実践内容を総括し、新たな「自己改革へのさらなる挑戦」をスローガンとした「第6次中期3か年計画」を策定し、総代会に提案することとしております。

謹んで新年のご挨拶を申し上げます

女性部 部長	及川 久美子
青年部 部長	村上 勝義
銀河のしずく栽培研究会 会長	阿部 祐一
玉ねぎ生産部会 部会長	志田 徳博
きゅうり生産部会 部会長	松田 秀樹
こくみトマト生産部会 部会長	伊藤 清
ピーマン生産部会 部会長	細谷 知成
米崎わいりんご生産組合 組合長	大和田 正人
小枝柿生産部会 部会長	平野 光輝
花き部会 部会長	今野 大樹
缶桃生産部会 部会長	千葉 拓江
乾椎茸生産部会 部会長	菅野 達夫
生椎茸生産部会 部会長	佐々木 智嘉
大船渡市菌床椎茸生産組合 組合長	舘脇 一人
酪農部会 部会長	泉田 静夫
気仙地方和牛改良組合 組合長	横石 善則
大船渡市稲作受託協議会 会長	新沼 時雄
陸前高田市稲作受託協議会 会長	白川 周一
住田町稲作受託協議会 会長	高橋 宏司
外 職員一同	

主な内容

・年頭のご挨拶	P02 P03
・理事、監事のご紹介	P04
・INFORMATION	P05
・特集 JA県下統一誌面「輝け！未来人」	P06 P09
・タウントピックス	P10 P11
・あなたもチャレンジ！家庭菜園	P12
・営農からのお知らせ	P13
・読者の掲示板 ・頭の体操 ・家の光	P14
・今月の朝ご飯	P15
・金融移動店舗車 運行スケジュール ・今月の表紙 ・理事会報告 ・あしがき	P16



信用共済部からのお知らせ

住宅建築・各種工事に関するご相談は大船渡市農協建友会の会員業者へ

大船渡市農協建友会とは気仙地区の住宅関連事業の振興を図る目的で、大船渡市農協組合員である住宅等建設関連業者と大船渡市農協との提携による組織です。昭和62年に設立され現在に至ります。

所属支部	業者名称	代表者名	電話番号
大船渡	(有)池田菅野建築設計事務所	池田 義弘	事)25-1125 自)27-7911
	安部建築設計事務所	安部 修司	事)27-7187 自)27-5069
	(有)佐藤工務店	志田 成樹	事)27-7067
	(株)明和土木	金野 乃士	27-2720
	コニシ建築	栗村 一真	自)27-3554 090-3125-7030
	神永建築	神永 力央	27-4880
末崎	マルヤス家具製作所	今野 義也	27-7791
	紀室建設	紀室 若男	29-3285
赤崎	(有)建築のフジサワ	藤澤 和也	27-4717
	(有)さと木工所	佐藤 昌己	事)27-1327 自)26-3408
	巨理建設(株)	巨理 宏喜	事)26-5765
	志田謙工務店	志田謙三郎	27-3929
	(株)金野組	金野 芳樹	090-2796-2223
	まるたつ(株)	熊谷 智文	事)27-6679
	(株)千の蔵	千葉 圭悦	47-3170
	(有)只野瓦工業所	只野 敏彦	27-9196
	(株)菊池技研コンサルタント	菊池 喜清	27-0835
	(株)佐賀組	金野 辰雄	27-7331
盛	出羽建築設計事務所	出羽 秀二	27-7151
	(株)匠建設	中嶋 豊	27-7600
	佐良建築	佐藤 良一	事)27-8623 自)27-9072
	(有)水野水道工業所	水野 賢一	26-2056
日頃市	大久保工務店	大久保正一	28-2402
	(株)匠技建	新沼 匠	27-8044
立根	(有)新沼義雄建築設計事務所	新沼 義雄	27-2416
	(株)大船渡の菊地工務店	菊地 弘郎	22-7818
	(有)佐々木建築	佐々木安男	自)27-3870 事)27-8285
猪川	(有)フチガミ	淵上 剛	27-2040
	千葉 永治	27-1705	
綾里	(有)鈴木工務店	鈴木 二	25-1355
	(株)リアスホーム	及川 純	47-3687
三陸	佐々哲工務店	佐々木哲男	42-2235
	橋本工務店	橋本 健次	42-3050
	岩瀨工務店	岩瀨 信夫	42-2162
	正三建設(株)	佐々 克考	42-3114
	花輪建設	花輪 勇	42-2711
	田端工務店	田端豊三郎	44-2250
吉浜	菊地 芳宗	44-2576	
	黒田工務店	黒田 喜一	44-2579
	(有)片山製材所	片山 秀樹	44-2365
高田	中村建設(株)	佐藤 秋彦	44-2224
	岡崎工務店	岡崎 充男	45-2510
竹駒	(有)小松博行建築事務所	小松 博行	53-1850
	(有)柴田建設	柴田 見	55-5528
竹駒	豊栄建業	富樫 正義	56-2678
	(株)吉田建設	吉田 光伸	55-3514
	(株)長谷川建設	長谷川順一	55-2211
竹駒	K E N設計	及川 賢治	54-2522



信用共済部からのお知らせ

ローンなんでも相談会開催について

JAバンクでは、ローンに関する相談会を無料で開催しています。農業資金についてのご相談も承っておりますので、ぜひ一度JAにご相談下さい。

ローンなんでも相談会

日 時	開催支店	お問合せ先
1月20日(日) 9時~15時	末崎支店	☎ 29-3211
1月24日(木) 17時~19時	高田支店	☎ 54-3290
1月24日(木) 17時~19時	世田米支店	☎ 46-2155

お問合せ先 上記開催支店または
信用共済部融資課 ☎ 26-5215

重要



JAからお知らせ

全組合員調査のお願い

JAグループでは、平成30年12月から順次、すべての組合員(正組合員・准組合員)の皆さまを対象として「JAの自己改革に関する組合員アンケート」を実施しております。その際、JAの役職員が組合員さまのお宅に訪問させていただき、アンケートを実施いたします。

調査内容は「JAの必要性」「満足度」「准組合員制度のあり方」についてです。

組合員の皆さまのご協力をお願いいたします。

お問合せ先 総務部企画課 ☎ 26-5211



大船渡地方農業振興協議会からのお知らせ

平成30年度大船渡地方農業振興大会開催について

日 時 平成31年2月6日(水)13時~16時

会 場 住田町役場 町民ホール

講 演 『集落で取組む効果的なニホンジカ、サルやイノシシ等鳥獣被害の防止対策について(仮)』
合同会社東北野生動物保護管理センター
代表 宇野 壮春 氏

報 告 『県事業「ゆずの王国プロジェクト推進事業」』
『協議会事業「園芸新規就農支援体制の先進地研修」』

参加無料で当日受付をいたします。

お問合せ先 営農部営農企画課 ☎ 22-7520



理 事

白川 周一

横 田



常務理事

志田 寿

大船渡



常務理事

柏崎 明彦

三陸町吉浜



代表理事専務

新沼 賢太郎

赤 崎



代表理事組合長

菊池 司

米 崎



理 事

細谷 知成

立 根



理 事

猪股 岩夫

日頃市



理 事

金野 則夫

盛



理 事

大和田 浩志

末 崎



理 事

清水 洋

大船渡



理 事

菅野 直樹

気 仙



理 事

戸羽 正光

小 友



理 事

鈴木 健悦

三陸町越喜来



理 事

西野 郁夫

三陸町綾里



理 事

千葉 修幸

猪 川



常勤監事

互野 孝

立 根



代表監事

松田 秀樹

住田町上有住



理 事

多田 まり子

住田町世田米



理 事

及川 久美子

三陸町越喜来



理 事

横澤 一郎

住田町世田米



監 事

千葉 雅次

立 根



監 事

菅野 一

末 崎



監 事

今野 良孝

三陸町越喜来



監 事

伊藤 毅

日頃市



監 事

佐藤 執

大船渡



JA新しいわて

盛岡農業高校 植物科学科 野菜専攻 2年

福島 大地^{だいち}さん (17)

好きな農畜産物… キャベツ

学科の志望理由

家が農家で、父もこの卒業生でした。小学生の時、父から農業や高校生活の話聞いて漠然と農家になりたいと思ったのがきっかけです。そこから迷いなく進学しました。

夢中になっていること

ベジパウダーの新商品の開発です。3年生から本格的に実習が始まりますが、タマネギなどの水分の多い野菜をパウダーにできないか、岩手町の産直に協力を得ながら研究中です。

将来の目標

親の後を継ぎ県内で生産量1位のキャベツ農家になることです。そして岩手町のキャベツ「いわて春みどり」を全国的に有名にするのが夢です。

JAに期待すること

学生でも参加しやすい、面白そうなイベントがあれば良いと思います。例えば、特産品を生かして大きさを競うキャベツコンテストなど、地域のPRにもなるようなことをやってほしいです。



JAいわて中央

紫波総合高校 総合学科 エコロジーフード系列 3年

藤原 英利^{ひでとし}さん (17)

好きな農畜産物… 芋

学科の志望理由

家が農家なので農業に興味を持ち、学んだことを生かせるのではと思いました。3年生からは「草花」の分野を専攻しています。

夢中になっていること

文化祭での販売に向けて「シクラメン」の栽培に取り組みました。花が日々成長する姿を見ることが楽しみでもあり、環境作りなどは知識が必要だと実感しました。

将来の目標

春には農業機械を扱う会社への就職が決まっています。幼少期から機械に興味があったことや農業に関わる仕事がしたいと思っていたので、農業機械を通じて農業生産の手助けがしたいです。

JAに期待すること

若い人の「農業離れ」をよく聞きますが、多くの人に農業に興味を持ってもらえるような活動があるといいと思います。



食料の安定供給や、農業の持続的発展を図っていくためには、新規就農者の確保と、その育成を図ることが必要となってきます。そのために、農業高校や農業大学校等における人材育成が担う役割は大きな要素の一つといえます。

今回の特集では、これからの地域農業や食を支えていきたいと県内の高校で農業や食品分野で学びを深め、頑張っている生徒を紹介します。

JAおおふなと

大船渡東高校 農芸科学科 3年

菅野 二千夏^{にちか}さん (18)

好きな農畜産物… サツマイモ

学科の志望理由

ツバキを使った加工品を作っている地元の企業と学校で栽培しているツバキを使用して産学連携プロジェクトを行っていて、このことに興味を持ったからです。

夢中になっていること

アユの酒粕漬けをツバキの剪定枝で燻製させ、これを商品化する取り組みと、2月から開催する「つばきまつり」で販売するツバキ苗の手入れに夢中になっています。

将来の目標

高校での経験を生かして、春から地元のJAに就職します。また、気仙のツバキをたくさんの人に知ってもらいたいです。

JAに期待すること

気仙のツバキの素晴らしさをたくさんの人に広めたいので、地元の方と一緒にツバキを育てる活動があるといいと思います。



JA江刺

岩谷堂高校 総合学科 生物生産系列 3年
阿部 諭季さん (18)

好きな農畜産物… 江刺金札米

学科の志望理由

家で農業をしているので、学んだことを手伝いに生かしたいと思い志望しました。田植えも稲刈りも手伝っていて、お米が大好きです。

夢中になっていること

自分たちが育てた農産物を加工し、食品にするという授業を経験し、今まで食わず嫌いしていたものも、大切においしくいただけるようになりました。

将来の目標

国産の米を使ったお煎餅を製造している会社に就職します。会社に貢献することで、地元の米文化に貢献していきたいです。

JAに期待すること

「江刺りんご」が大好きで、1日3個は食べています(笑) リンゴはもちろん、米、牛、野菜とこれからも自慢の江刺ブランドをどんどんPRして行ってほしいです!



JAいわて平泉

千厩高校 生産技術科 生産科学コース 3年
那須野 歩さん (18)

好きな農畜産物… 米

学科の志望理由

志望校を決める際、中学の先生に本当に好きなものは何かと問われ「農業」が一番好きだと気づきました。将来、家を継ぐことを考え、米作りの基本を学びたいと思いました。

夢中になっていること

専攻に分かれての総合実習です。水稲を選択しており、グラウンドの工事のため新たに造成された水田で今年度初めて米作りをしました。

将来の目標

地元の建設会社へ内定していますが、学んだことを生かし農業を手伝いながら家の田畑を守っていきたくと思います。

JAに期待すること

JAまつりなどに地域のよさこい団体などを呼びながら、JAと地域が一体となって盛り上がるような企画をどんどんやってもらいたいです。



JAいわて花巻

花巻農業高校 生物科学科 作物畜産専門分会 3年
照井 優介さん (18)

好きな農畜産物… 米

学科の志望理由

家が農家で稲作をしています。小さい頃から手伝いをしているうちに稲作に興味を持ち、深く学びたいと思い志望しました。

夢中になっていること

稲作の1年間について勉強できる作物畜産専門分会の実習が好きです。その年の気候により失敗することもあります。自分たちの手で一から作れることが稲作の魅力だと思います。

将来の目標

卒業後は農業大学校に進学し、農産を専攻します。肥料についての知識を蓄え、稲作について今よりも知識を増やし、将来的には就農したいです。

JAに期待すること

自分たちが普段食べているお米や野菜がどのように育てられているのかをもっと多くの方に広めてほしいです。



JA岩手ふるさと

水沢農業高校 農業科学科 3年
高橋 一斗さん (18)

好きな農畜産物… 前沢牛

学科の志望理由

小さい頃から動物が好きで、動物の飼育などに興味がありました。畜産が盛んな地域なので、牛について学びたいと思いました。

夢中になっていること

畜産の実習で繁殖牛の飼育などを学んでいます。今は1月に開催される第2回和牛甲子園に向けて上位入賞を目指し飼育しています。

将来の目標

春からは、岩手県立農業大学校に進学します。農業大学校では一貫経営を学び、肥育牛生産者がどんな牛がほしいかを学びたいです。

JAに期待すること

牧草からロール形成作業時間を短縮できる機械などを考えてほしいです。地元の農畜産物のPRもどんどんしてほしいです。

助け合い組織の力発揮!

～虹の会が立根DSで窓拭き～

JA助け合い組織「虹の会」は12月14日、立根デイサービスセンターで窓拭きボランティアを行いました。同センターの要請を受け、昨年に引き続き2回目。虹の会の会員7人が参加し、窓や車いす等を丁寧に拭きました。虹の会の上部会長は「利用者の皆さんが気持ちよく過ごせるようにできる範囲でサポートしていきたい」と話しました。



高いところまで丁寧に拭きあげる虹の会会員

良質な平成31年産米へ向けて～水稲施肥設計説明会～

JAは11月27日から29日までの3日間、管内11カ所で平成31年産水稲施肥設計説明会を開きました。平成30年産水稲の生育経過や収量・品質について生育診断の結果とともに振り返りました。大船渡農業改良普及センター職員から平成31年産米についての施肥基準や防除基準について説明を受け、生産者は良質な31年産米生産へ意識を統一しました。



日頃市会場の様子

笑って心身の健康増進に役立つラフターヨガを体験



認知症への理解深め、ラフターヨガで健康増進～第2回健康講座開催～



「可能な範囲でサポートすることが大事」認知症サポーター養成講座

JA女性部とJA助け合い組織「虹の会」は12月5日、大船渡市保健介護センターで第2回健康講座を開きました。参加者スタッフ合わせて36人が参加しました。

前半は認知症サポーター養成講座を行い、認知症の予防や接し方等を学びました。後半はラフター(笑い)ヨガでたくさん笑い、リフレッシュしました。

「たかたのゆめ」発祥の地へ～「たかたのゆめ」ブランド化研究会視察研修～

11月19日～20日、「たかたのゆめ」ブランド化研究会や陸前高田市・JA職員ら11人は栽培体系および市場評価の確立に向け視察研修を実施しました。初日は協力支援企業である伊藤忠商事(株)レストラン前でPR活動、2日目は「たかたのゆめ」発祥の地である静岡県磐田市の日本たばこ産業(株)植物イノベーションセンターにおいて研究内容の説明を受けました。参加者はブランドの確立、生産拡大に意欲を高めていました。



「たかたのゆめ」発祥の地で記念撮影

多彩な余興で楽しむ～両介護センターでクリスマス・忘年会～

12月19日から25日まで、立根・日頃市両デイサービスでクリスマス・忘年会が開かれました。立根介護センターでは、職員による「お祭りマンボ」の踊りや、利用者によるカラオケで盛り上がりました。自慢のものを披露した金正平さんは「職員の皆さんは仕事が終わってから練習し、我々を楽しませてくれる」と話しました。日頃市介護センターでは職員がスコップ三味線で「千恵っ子よされ」「U.S.A.」を演奏したり、ビンゴゲーム等で盛り上がりました。それぞれのセンターで利用者はクリスマスの雰囲気を楽しみました。

サンタやトナカイに扮した職員がスコップ三味線をリリリで演奏



懐かしの曲と一緒に口ずさんだり、手拍子をして楽しみました

上品な甘さと懐かしい味をどうぞ

～気仙小枝柿販売開始式～

JAは12月21日、日頃市町の農産物処理加工集出荷施設で「平成30年度JAおおふなと気仙小枝柿販売開始式」を開きました。式にはJA役職員の他、JA小枝柿生産部会の平野会長や大船渡農林振興センターの職員ら26人が出席しました。JAの菊池組合長は「ご賞味いただいた方には満足していただける商品ができました。これからも『気仙の宝』として守っていく」と販売開始を祝いました。※今年度分の気仙小枝柿プレミアム、気仙小枝柿(贈答用)は完売いたしました。フードパックは若干の余裕がございます。



販売開始を祝う生産者とJA役員

末崎町の村上さんらが指導

～末崎中で花の寄せ植え～

12月6日、村上園芸の村上ヨシ子さんと末崎地区更生保護女性の会の会員5人は末崎中学校の2・3年生65人にプランターの寄せ植え指導を行いました。この日はチューリップの球根の植え付けと、ビオラの寄せ植えを生徒と一緒に行いました。出来上がった寄せ植えは早速同校の玄関等に飾られました。



生徒に指導する村上さん



気仙の農産物を販売～三陸支店が道の駅で即売会～

JA三陸支店は12月9日、三陸町越喜来の道の駅さんりくで新鮮野菜やAコープ商品の即売会を開きました。10月に続き、2回目の開催となり今回も越喜来漁協とタイアップし気仙産の農産物を販売し、賑わいを見せました。



なべ焼きうどんやパウンドケーキの試食も好評でした

冬に備えて、子牛の寒冷対策を

1. 子牛はなぜ寒さに弱い？

哺乳子牛は右図のような理由から成牛よりも寒さに弱く、気温が5度を下回ると発育に影響(増体の減少や疾病の発生など)が出てきます。

生後6ヶ月くらいまではしっかり保温して寒さから守ってあげましょう。

肉用牛の適温域と生産環境限界(°C)

	適温域	生産環境限界温度	
		低温	高温
哺乳子牛	13~25	5	32
育成牛	4~20	-10	32
繁殖牛	10~15	-10	30



2. 子牛を守る4箇条「乾いている」「暖かい」「直接風が当たらない」「空気が入れ換わる」

● 乾いた牛床とすきま風の対策を

濡れた牛床は、子牛のお腹を冷やし、下痢など体調を崩す原因になります。敷料は多めに早めの交換を心がけ、**乾いた牛床**を保ちましょう。

また、すきま風は子牛にとって体温を奪う大敵です。写真のように、コンパネやビニールシートで子牛に**直接風が当たらない**ようにしましょう。



畜産用ヒーターの活用も効果的!

たっぷりの敷料とすきま風対策

● カーフジャケットで暖かく

カーフジャケットは、子牛を保温します。

既製品の他に、古いバスタオルや毛布などで手作りすることも出来ます。100円ショップ等で市販されるネックウォーマーを首に巻くだけでも効果的です。



カーフジャケット着用例

冬もぼかぼか!

● 換気もお忘れなく!

保温のため牛舎が密閉がちになると、糞尿から発生するアンモニアがこもり、呼吸器疾病の原因となります。そのため、

- ①暖かい日中に窓を開けて空気を入れ替える
- ②こまめに除糞する
- ③1頭あたりのスペースを広げるなどの対策を行いましょ。



税込み/単位:頭、円、kg

市場名	性別	頭数	平均価格	最高価格	平均体重
県南	雌	246	756,733	947,160	282
	去	334	848,880	1,245,240	307
	計	580	809,797		297
大船渡	雌	0	-	-	-
	去	3	986,760	1,040,040	326
	計	3	986,760		326
高田	雌	3	730,080	822,960	283
	去	1	828,360	828,360	283
	計	4	754,650		283
住田	雌	3	805,680	847,800	278
	去	4	896,940	934,200	303
	計	7	857,829		292



春取り小カブのトンネル栽培

板木技術士事務所 ● 板木利隆

立春が過ぎ、日差しの強まりを感じ始める頃になると、今年の家庭菜園の仕事始めです。一番先に種まきできるお薦めの野菜は小カブです。

トンネルで被覆し、保温すれば4~5月に白肌できめ細かく肌触りの良い、おいしい小カブが楽しめます。種のまきどきは2月中旬です。寒い地域では気温差を考慮して種まきを遅らせましょう。

種のまき方は、畑に1m幅のベッドを作り、全面に完熟堆肥と菜種油かす、化成肥料を均一になるようにばらまき、15cmほどの深さによく耕し込みます。そしてまき溝をくわ幅よりやや広め(17~18cmぐらい)に3列、溝底が平らになるよう丁寧に作り、溝の外にはみ出さないよう注意しながら、ジョウロでたっぷり灌水(かんす

い)しておきます。発芽そろいまでトンネルは除覆しないので、このことを考えて十分に灌水してください。

種まきはまき溝の中に種間隔が1.5~2cm離して満遍なくまき、その上に1cmぐらいの厚さに覆土します。トンネルの裾には土を掛けて密閉して発芽を促します。種まきしたらすぐ密閉してしまおうので、発芽と初期生育に必要な量を十分灌水しましょう。

発芽して本葉2~3枚に育ったら、トンネルの頂部に小穴を開けて換気し、さらに内部が日中30度を超すようになればトンネルの裾も開けて気温の上昇を防ぎます。育つにつれて株間が込み合わないうよう間引きをし、灌水を適宜に行つて乾き過ぎないように注意してください。また、生育中は、葉の

緑が淡くなりかけた頃に、溝の外側に化成肥料をばらまいて追肥します。

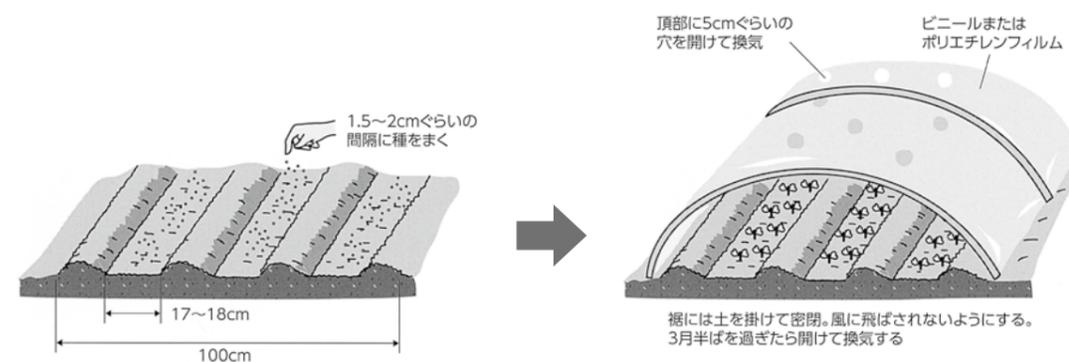
球径が5cm内外に育ったら収穫開始です。途中で間引いた物も上手に利用しましょう。春の小カブは葉も柔らかいですので、汁の実や漬物にしてもおいしくいただけます。

トンネル換気、除覆すると、コナガ、アブラムシ、ヨトウムシの幼虫などが害するので、発生状態に注意し、初期に適応殺虫剤を散布して防ぎましょう。

小カブはその後も次々に種をまいて栽培できます。

12月号の本コーナーに誤りがありました。訂正しお詫び申し上げます。本文41行目、
訂正前 溝は深めに掘って植えた根株を換気や乾燥からも守ってやります。
訂正後 溝は深めに掘って植えた根株を寒気や乾燥からも守ってやります。

Point



※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。



茨城県笠間市にある「キッチン 晴人(ハレジン)」オーナーシェフ 永井智一(ながいともかず)

おいしく食べて 今日もスタート 今月の朝ご飯



朝ご飯の献立

カブとシュンギク、リンゴのサラダ レシピ1
若鶏のゆずごしょう焼きみぞれあん掛け レシピ2

レシピ1

カブとシュンギク、リンゴのサラダ

材料(1人分)

- カブ…1個
- リンゴ…1/2個
- シュンギク…1本
- ベーコンブロック…100g
- バルサミコ酢…小さじ2
- バルメザンチーズ…適宜
- クルミ…適宜
- ドレッシング
- 米酢…小さじ2
- サラダ油…小さじ4
- オリーブ油…小さじ2
- 塩…小さじ1/2
- こしょう…少々
- すりおろしたマネギ…1/4個分
- マヨネーズ…小さじ2

作り方

- (1) ドレッシングの材料を合わせミキサーにかけておく。
- (2) カブは半月切り、リンゴは一口大に、シュンギクは葉をちぎり(飾り用に半分ほど残す)ボウルに入れ、出来上がったドレッシング大さじ3であえる。
- (3) (2)を器に盛り付け、炒めたベーコン、残しておいたシュンギクをのせ、バルサミコ酢とバルメザンチーズ、クルミを掛けて出来上がり。お好みでペーパリーマヨネーズを散らす。



レシピ2

若鶏のゆずごしょう焼きみぞれあん掛け

材料(1人分)

- 鶏もも肉…80g
- 酒…小さじ2
- 塩…少々
- ゆずごしょう…小さじ1と1/2
- サラダ油…適宜
- あん掛け
- かつおだし…大さじ3
- みりん…小さじ1
- 薄口しょうゆ…小さじ1
- ナメコ…1/4パック
- 水溶き片栗粉…小さじ2
- カブ(すりおろす)…1/2個
- カブの葉(小口に切った物)…適宜

作り方

- (1) 一口大に切った鶏もも肉に酒と塩、ゆずごしょうを入れ、もみ込んで1時間ほど置く。
- (2) フライパンにサラダ油をひき、弱火で鶏肉を焼き上げる。
- (3) あん掛けの材料を合わせ、ナメコを入れて火を通し、水溶き片栗粉でとろみをつける。器に鶏肉を盛り付け、あんを掛け、すりおろしたカブ、小口切りの葉をあしらひ出来上がり。



読者の掲示板

読者の皆様からお寄せいただいた
お便りを紹介します。

毎年、マリーゴールドの種子を採り、来年蒔くのが楽しみです。今年もきれいに咲いてくれました。来年にそなえて種子を採りましょう。子供みたいに可愛いものです。(末崎町)

ああ、今年も終わりなのか。これから何かと忙しくなります。お年越の用意、お正月の用意。女の人は本当に忙しいです。でも頑張らなきゃ!孫たちも帰ってくるし。(住田町)

12月号の「けせんきりふあーまー」の太田さん。新潟出身の方がご縁あって気仙へ移住されたとのこと。ぜひ成功して夏季イチゴの一大産地にしていただきたいと思いました。期待しています。(大船渡町)

秋に収穫した野菜、我が家では昔ながらの「コガ」に漬け込みます。重石もそっちこっちと何回も移し変えて、すると聞こえてくるのです。漬物たちの声が「プー クー プク」と。やがて静かになると漬汁が出て、落ちてくのです。だから毎日のぞき見ます。「おいしくなあれ」と願いながら…。(住田町)

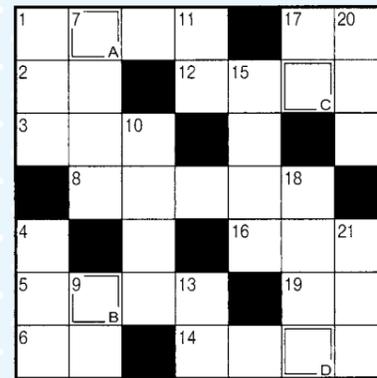
災害の多い年でしたのに、広範囲にわたっての目配り・気配りは心強いものでした。広報によりJAが身近に感じられ、誌面に見られる数々の写真に親近感を覚えました。来年も楽しみにしております。(高田町)

いつも楽しみにしています。畑も霜で固くなり、土の中でイチゴやネギ、ほうれん草等、寒そうに見えます。キャベツや白菜も土の中で甘みが増していくでしょう。おいしく食べられる時を楽しみに待っています。(三陸町)

頭の体操

クロスワード

二重マスの文字をA~Dの順に並べて
できる言葉は何でしょうか?



タテのカギ

01. 佐々木小次郎はとても長い物を使っていたとか
04. うわさが広がる際につくことも
07. 鉄道のレールの下に並べます
09. 人数を数えるときに使う言葉
10. パソコンのマウスのボタンをカチッと押すこと
11. 子羊の肉のこと
13. 3.14159……と続く円周――
15. 道端のこと。――駐車
17. 寝不足で目の下にできる人もいます
18. 小説家・尾崎紅葉の代表作『――夜叉』
20. ショートケーキによく似合う赤い果実
21. マンションの――人さんにあいさつをして出掛けた

ヨコのカギ

01. 雪を積み上げ、中を掘って作る雪室
02. マージャンをするとき困みます
03. 劇場の舞台や花道の地下にあります
05. 1日に1枚ずつ剥がすカレンダー
06. 起立!――!着席!
08. バレンタインデー、彼氏や夫へではなく知人や上司へ、感謝の気持ちを込めて贈ります
12. 足利尊氏が開いた――幕府
14. 片時もそばを離れません
16. 漢字で書くと浮塵子。稲の害虫です
17. 地面につちなどで打ち込みます
19. カクテルのベースに使う蒸留酒の一つ

正解者の中から抽選で6名様に景品プレゼント

応募は郵便はがきに答え、住所、氏名、年齢、職業、JA 広報に送るご意見・ご感想を記入し下記の住所までお送りください。
〒022-8507 大船渡市盛町字下館下7-16 JA おおふなと企画課広報編集係
【応募締切】平成31年1月25日(金) 必着
※お客様にご提供いただく個人情報は抽選及び景品の発送にのみ利用するものとし、目的以外の使用はいたしません。

前回の回答「コママワシ」



12月号クイズ当選者

- 佐々木 多美子さん(気仙町)
- 柏崎 純一さん(三陸町)
- 菅野 康子さん(住田町)
- 今野 峯子さん(立根町)
- 遠山 巧さん(横田町)
- 鈴木 啓子さん(赤崎町)

JAの家庭雑誌 家の光



人生100年時代のライフプラン

日本人の寿命は現在ものび続け、多くの人が100歳まで生きようになるといわれています。長生きはうれしいけれど、健康、お金、家、家族のことなど、心配のタネも増えることに…。そこで、人生100歳時代に備えておくべきこと、現在100歳の元気高齢者の生活術など、超高齢化社会に備えるライフプランを紹介します。

【2月号】定価917円(税込) ●お申し込みはお近くのJA各支店窓口へ



“ふれ愛・きずな号” 運行スケジュール

下記のとおり金融移動店舗車を運行いたしますので、ご利用を賜りますようお願い申し上げます。

地域	運行場所	運行日		時間
		1月	2月	
立根地区	JA立根集荷場前	17日・24日・31日	7日・14日・21日・28日	13時00分～ 15時00分
吉浜地区	吉浜地域振興出張所前	17日・24日・31日	7日・14日・21日・28日	9時00分～ 11時00分
広田地区	広田地区コミュニティセンター	16日・23日・30日	6日・13日・20日・27日	
日頃市地区	旧JA日頃市支店前	15日・22日・29日	5日・12日・19日・26日	13時00分～ 15時00分
有住地区	旧JA有住支店前	15日・22日・29日	5日・12日・19日・26日	9時00分～ 11時00分
綾里地区	旧JA綾里支店前	11日・18日・25日	1日・8日・15日・22日	

取扱業務

- ①貯金の入出金（キャッシュカードは不可・現金払い戻し限度額 30万円まで）
- ②定期貯金（通帳式に限る）記帳・繰越・定期積金の掛金
- ③共済掛金、購買未収金、県税・市税（町税）・水道料・電話料金等の収納
- ④振込（午後2時受付分まで） ⑤年金・融資相談

お問合せ先

- 猪川支店 ☎ 26-2138
- 三陸支店 ☎ 44-2131
- 高田支店 ☎ 54-3290
- 世田米支店 ☎ 46-2155

今月の表紙



金野 太陽 くん (3歳)

こども園に通う太陽くん。とってもかっこよく『仮面ライダーエグゼイド』のポーズを決めてくれました。園では、砂場遊びでお団子を作って楽しんでます。

大きくなったら、『警察戦隊パトレンジャー』のパトレンエックスになりたいと元気に話してくれました。

表紙のKIDS & BABY大募集!!

お子様、お孫さんを表紙に載せてみたいという方は、JAおおふなと企画課広報編集係もしくは、最寄りの支店窓口までご連絡をお願いします。日程調整の上、撮影に伺います。

理事会報告

第10回 理事会
日時 平成30年12月21日(金)
決議事項

- (1) 平成30年度上半期の監事監査結果に対する回答について
- (2) 共済規程の一部変更について
- (3) 「国民年金基金の事務委託に関する覚書」の再締結について
- (4) 不祥事件の報告について
- (5) 平成29年産米本精算に係る米穀共同計算について
- (6) 出資金の減口について



あ・と・が・き

新年明けましておめでとうございます。平成最後の1月が始まりました。次はどんな年号になるのでしょうか。何ともあれ今年も皆さまが健康で朗らかに過ごせる1年でありますように。(S)