

広報

JAおおふなと

vol.645

SEPTEMBER, 2021

9

〔特集〕 SDGs × JAおおふなと



今月の表紙



撮影時の様子



表紙の写真

村上 信宏さん・亜理沙さんのお子さん

村上 ^{だいと}大翔くん(8歳) ^{こうが}晃雅くん(6歳)

家での過ごし方

大翔くん……マイクラやポケモン等タブレットでよく遊んでいます。また、工作が得意で家にあるもので色々作っているそうです。

晃雅くん……現在はカブトムシがブーム。お兄ちゃんと一緒に自転車で仲良く遊んでいるそうです。

将来の夢

大翔くん……警察官

晃雅くん……ユーチューバー (ゲーム実況)

お子さんへ一言

丈夫で強くて、人にやさしくできる人になってほしいです。

今回は自宅の畑で撮影しました！空手着姿をパシャリ！！

● もくじ	
● 今月の表紙	P2
● 理事会報告	
● タウントピックス	P3-P5
● 特集 SDGs × JA おおふなと	P6-P7
● INFORMATION	P8
● 営農部からのお知らせ	P9
● JAバンク優遇プログラムのご案内	P10
● JAネットマイカーローンのご案内	P11
● JAでんきのご案内	
● ベジタブルライフ	P12
● あなたもチャレンジ! 家庭菜園	P13
● 読者の掲示板	
● 頭の体操クロスワード	P14
● JAの家庭雑誌のご紹介	
● シェフ永井のおすすめ	P15
● 金融移動店舗車運行スケジュール	P16
● あとがき	

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。



第2号議案
フィンテック企業等との連携及び協働に係る方針の改正について

第1号議案
葬祭会館「ごくよう」建設工事法面保護側溝敷設工事・鋼管杭追加工事並びに本体工期延長について

決議事項

令和3年8月30日(月)

開催日

第6回 理事会次第

理事会報告



地域とのふれあい ～青空市場開催～



タウンピックアップス

大船渡支店－8月11日－



出店（敬称略）

- 神田葡萄園
- ありす畜産
- 盆花販売
- 葬祭センターごくよう
- J A アグリサービス

大船渡支店は8月11日、猪川支店は12日にそれぞれ各支店駐車場にてイベントを開催しました。両日ともあいにくの雨に見舞われましたが、多くの人が来店し、様々な商品を買って求めています。特に盆花販売では、お盆のお墓参りの時季ということで、商品が並べられるとすぐに売り切れていました。

猪川支店－8月12日－

出店（敬称略）

- 神田葡萄園
- ありす畜産
- 盆花・野菜販売(はこべの会)
- ひころいちファーム
- スリーピークスイナリー
- 滝沢スイカ販売
- 葬祭センターごくよう
- J A アグリサービス



今後の栽培管理について ～きゅうり栽培現地指導会～



紺野さんのほ場を見学する生産者

8月4日、J A おおふなとは住田町世田米の紺野幸男さんのほ場で、きゅうりの栽培現地指導会を開きました。生産者2人が参加し、これから出荷のピークを迎える夏秋きゅうりの今後の栽培管理について学びました。

大船渡農業改良普及センター菅原聡さんは今年の気象経過に触れ、「高温による褐斑病の発生が見られるため、早期に発病葉の摘葉と薬剤散布に努めよう」と呼びかけました。また、(株)ときわ研究所は「これからの時期は、中～下段の葉が込み合ってくるため、収穫作業と併せて積極的に摘葉が重要」と指導しました。



カメムシ対策について理解を深める ～今後の管理に向けて～

大船渡農業改良普及センターは、「日頃市一等米大作戦」として同地区の米生産者を対象に、7月29日に「斑点米カメムシ類発生状況調査会」、8月6日に「水稻出穂期目揃い会」を実施しました。

※日頃市一等米大作戦とは…大船渡市日頃市町をモデル地区とし、斑点米被害を抑えるべく計画した取り組み。

～斑点米カメムシ類発生状況調査会～

鷹生地域公民館で行われた調査会には生産者約20人が参加し、斑点米カメムシ類を中心とした雑草管理や薬剤防除についての講習や、ほ場でのすくい取り調査を行いました。この調査会には、同地区の農家として「JAおおふなとの猪股組合長も参加し、「昨年から問題視されているカメムシ防除だが、JAも様々な形で協力していきたい」とあいさつしました。



講習を受けている生産者の方々



ほ場で実際に自分たちの目で確認している生産者の方々

～水稻出穂期目揃い会～

水稻診断ほ場で行われた目揃い会には生産者10人が参加し、斑点米カメムシ類防除のタイミングや、今後の水管理、収穫に向けたポイントなどについて説明しました。また、診断ほ場で栽培されている「ひとめぼれ」「あきたこまち」「銀河のしずく」の生育状況を確認し、品種による違いについて理解を深めました。



説明を受けている生産者の方々



生育状況を確認している生産者の方々



童心に帰って楽しむ ～介護センターで納涼祭～

ＪＡおおふなと日頃市デイサービスセンターでは８月１２日、気分転換の一助を目的に納涼祭を行いました。利用者の方々が作ったアマビエの神輿を職員が担ぐところから始まり、「大船渡音頭」や「気仙甚句囃子」をＢＧＭに様々な遊びで盛り上がりしました。新型コロナウイルスの影響で盆踊りは実施できませんでしたが、利用者の方々は音頭を口ずさみながら楽しむ様子が見られました。



スイカ割りを楽しむ利用者

◀手作りの神輿を担ぐ職員



吉浜本郷集落 ドローンでの一斉防除 ～スマート農業への第一歩～

大船渡市三陸町の吉浜本郷集落は８月１９日、同地区でドローンを利用したカメムシの一斉防除を行いました。今回初めて実施するこの取り組みは、昨年の斑点米カメムシの被害を受け、ドローンでの薬剤散布を行ったことのある同市日頃市町の話聞き実施しました。マルタク（株）の協力の下、地区内の水田（２６．３ha）に薬剤を散布し、斑点米などの被害の予防に努めました。

吉浜本郷集落の柏崎剛代表は「震災前に比べるとだいぶ人も減り、生産者の高齢化が進んだことで作業が大変になってきた。ドローンでの散布は効率が良く、カメムシ防除の効果に期待したい」と話しました。



ドローンの様子を見守る生産者の方々と操作するマルタク(株)職員



ドローンによる薬剤散布の様子

エス ディー ジーズ SDGs × JAおおふなと



最近、様々なメディアで取り上げられている「SDGs」。
しかし、実際にはどのような活動が「SDGs」であるか疑問に思うこともあります。
今回は、身近な「SDGs」としてJAおおふなとの活動をご紹介します。

SDGsとは？

＊経済・社会・環境の3つの要素が調和した社会を目指す
2030年までの国際社会共通の目標

＊17のゴール(目標)と169のターゲットから構成され、
「地球上の誰一人取り残さない」を基本理念としています。

Sustainable Development Goals
持続可能な 開発 目標



**SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS**

SDGsの17の目標





【飢餓をゼロに】

飢餓を終わらせ、食糧安全保障及び栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する

生活困窮世帯へ食糧支援 ～大船渡市・陸前高田市社協へ県産米提供～

J Aおおふなとは7月28日、コロナ禍で生活に困窮する気仙管内の子育て世帯に対し夏休み期間の食糧支援を行うことを目的に、両社会福祉協議会へ合計750kgの岩手県産米を提供しました。この活動はJ A共済くらしの活動助成を利用しており、「豊かで安心して暮らすことのできる地域社会づくり」に貢献することを目的としています。

猪股組合長は「困っている子育て世帯の役に立ててほしい。また、この活動を通して県産米を多くの人に食べてもらいたい」と述べました。



贈呈式で県産米セットを手渡す猪股組合長と、①大船渡市社協 田村福子会長④、②陸前高田市社協 佐々木公一会长⑥



【つくる責任 つかう責任】

持続可能な生産消費形態を確保する

食品ロス削減へ ～フードドライブ〈食品回収〉～

J Aおおふなとは8月16日から20日までの5日間、各支店にてフードドライブを実施しました。今回は調味料や麺類、レトルト食品など約200点、約68kgが集められました。回収した食料品は大船渡市の子ども食堂と「インクルいわて」を通じて、必要とする方々へ届けられます。(8月25日発送済みです)

フードドライブとは…

家庭や企業などで余っている食料品を寄付してもらい、生活困窮者や社会福祉施設等に届ける活動のこと。

ご協力いただいた皆様、
ありがとうございました。



各支店より集められた食料品



箱詰め作業をしている佐藤企画課長



子ども食堂 山下タエ子実行委員長に
手渡す猪股組合長

経済

経済部・介護支援センターからのお知らせ

ふれあいルームのご案内

毎週火曜日に、金融移動店舗車「ふれ愛・きずな号」の来所に合わせて、お茶を飲みながらゆっくりお話しできる場所を設けています。9・10月は下記日程の通り実施する予定ですのでお知らせいたします。

日にち	時 間	内 容	場 所
9月14日(火)	13時～15時	血圧測定・介護相談・健康相談等	旧 J A 日頃市支店
21日(火)	13時30分～15時	身の回りにあるものを生かした体操	
28日(火)	13時～15時	血圧測定・介護相談・健康相談等	
10月 5日(火)			
12日(火)			
19日(火)	13時30分～15時	健脳体操	
26日(火)	13時～15時	血圧測定・介護相談・健康相談等	

※新型コロナウイルス感染症の状況により、休止する場合があります。

お問合せ先 経済部・介護支援センター ☎ 26-1231 (担当：多田・川原・金野)

総務

総務部からのお知らせ

日本農業新聞 購読申し込みのご案内

読んで「役立つ」日刊農業専門誌

- * 農業の最新情報をいち早くゲット！
- * 実利実益の情報、さらに充実！
- * 今春から文字を大きくし、読みやすさもUP！

購読料 1カ月 2,623円(税込)
新聞本紙、電子版とも同じ価格です。



●購読のお申し込みは、J A 各支店までご連絡ください。



信用

信用部からのお知らせ

年金お友達ご紹介キャンペーンのご案内

JAバンク岩手

年金 お友達ご紹介

キャンペーン

期間 令和3年 9/1(水)～12/30(木)

JAで年金をお受け取りしている方の紹介で、お友達やご家族などが年金受取口座を他金融機関からJAに変更の手続きをしていただくと、JAバンク岩手オリジナル「よりぞうマスク」をプレゼント！

詳しくはお近くのJAバンク窓口まで、お気軽にお問い合わせください。

本 店 ☎26-5215 大船渡支店 ☎26-4121 三 陸 支 店 ☎44-2131
猪 川 支 店 ☎26-2138 高 田 支 店 ☎54-3290 世田米支店 ☎46-2155

信用

信用部からのお知らせ

年金・ローン相談会のご案内

J Aバンクでは、年金やローンに関する相談会を無料で開催しています。

※当日の混雑を避けるため、予め支店にご連絡の上、時間のご予約をお願いいたします。

【高田支店】

9月26日(日) 9時～15時

お問合せ先

高田支店 ☎54-3290

信用部貯金課 ☎26-5215

水稻技術情報



●適期刈取り、乾燥、調整で良質米生産を！

○早期落水の防止

登熟期の土壌水分不足は、白未熟粒や胴割米の増加、千粒重の減少など玄米品質の低下を招きます。

落水時期は、排水の悪い水田で出穂後 30 ～ 35 日頃、排水のよい水田では 35 ～ 40 日頃が目安です。

○適期刈取りの励行

刈取りの遅れは、玄米の光沢の低下や、茶米・胴割米の増加により品質低下の原因になるので登熟状況をよく確認し適期刈取りを行いましょう。

①刈取り適期の判断

籾の黄色籾割合により判断します。1 穂の籾 8 ～ 9 割が黄色になり、穂基部の籾の 1 割くらいに緑色が残っている時期となります。テスト籾すりて登熟状況を確認しましょう。

②登熟差が大きい稲の際、倒伏した場合は刈り分け

水口など登熟の遅れているところは、刈分けを行い品質の向上に努めましょう。倒伏したところも刈分けをしましょう。

●過乾燥に注意し、胴割米の発生を防止しましょう！

適切な乾燥仕上げは、食味を増し、貯蔵性を高め、精米加工が容易となります。JA 出荷の場合は水分仕上げ 15% 以下とします。

①自然乾燥

- ・刈り取った稲はその日のうちに風通しの良い乾きやすい場所に棒掛け、又はハセ掛けをします。
- ・自然乾燥は 2 週間程度を目安とし、適正水分となったらすぐに脱穀します。乾燥が不十分な時は乾燥機で仕上げてください。

②機械乾燥

- ・刈取りした籾は、堆積しないで速やかに乾燥機に張り込み通風しましょう。
- ・張り込み量はできるだけ張込上限まで投入し、最低張込量以上で使用しましょう。
- ・乾燥機の自動水分測定は目安です。過信しないで、乾燥終了近くでは手動の水分計で常温になった籾を測定しましょう。
- ・籾水分のばらつきが大きく、水分が 25% 以上の場合、籾や未熟粒の多い籾では二段乾燥をしましょう。同一圃場でも刈取時刻で水分が違います。
- ・4% 以上水分差がある籾は、一緒に張り込みないようにしましょう。
- ・1 時間当たりの乾燥速度は、循環式では基準「0.8% 以下」とします。刈取り時または仕上げ乾燥時の籾水分が 19% 以下では、0.6% / hr の乾燥で行います。バーナーの停止水分を目標より 0.5 ～ 1.0% 高めに設定し、仕上げ水分の確認は手動の水分計を使用しましょう。冷たい風の強制的送風は胴割米の発生となるので、放冷は自然放冷としましょう。

●調整出荷

- ・未熟粒（くず米）、被害米、死米を除き、異物・異種穀粒混入防止に努め、品位の高い米に調整しましょう。
- ・整粒歩合 80% 以上の 1 等米が望まれています。ライスグレーダー粒選別では、1.9mm ふるい目を使用して品質のよい米に仕上げましょう。
- ・紙袋出荷については、皆掛重量 30.5kg を必ず確保しましょう。

お問合せ先 営農部農産園芸課 ☎22-7520



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	194	661,571	986,700	287
	去	226	724,520	1,029,600	317
	計	420	695,444		303
大船渡	雌	2	833,800	840,400	320
	去	3	722,333	839,300	326
	計	5	766,920		323
高 田	雌	-	-	-	-
	去	1	666,600	666,600	293
	計	1	666,600		293
住 田	雌	1	695,200	695,200	344
	去	1	827,200	827,200	326
	計	2	761,200		335

お問合せ先 営農部 ☎22-7520

令和3年9月25日
サービス開始

JAバンク岩手

JAバンク優遇 プログラム

優遇対象となった方は、翌月25日から翌々月24日まで

①提携ATM入出金手数料が、時間帯問わず最大3回まで無料!

※提携ATM(セブン銀行、イーネット、ローソン銀行、ゆうちょ銀行)の入出金手数料が対象です。

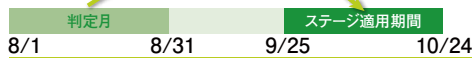
②JAネットバンクでの振込手数料が最大2回まで無料!

優遇プログラムとは?

JAとのお取引内容に応じて、各種手数料の優遇を行うサービスです。
個人のお客さまは、申込手続き不要で自動的にこのプログラムが適用されます。

ステージとは?判定月や適用期間について

- お客さまとJAとのお取引内容を毎月末時点でポイントに換算します(初回判定月は令和3年8月)。
- 合計得点に応じて、お客さまごとにステージ1、ステージ2、ステージ3の3段階のステージを設定させていただき、翌月25日～翌々月24日までの1か月間、ステージに応じて各種手数料の優遇を行います。
- お客さまに適用するステージは、毎月25日に更新します。



※対象取引やポイント等の詳細は、各JAへお問い合わせください。
※また、対象取引、ポイント、優遇内容はJAによって異なる場合がございます。

ステージの確認方法は?

- ①JAネットバンクログイン時にトップ画面で確認(令和3年9月25日以降)
- ②提携ATMでの取引後に出力されるご利用明細で確認(令和3年10月1日以降)
- ③お取引のあるJAの窓口で確認

コンビニATM無料サービスの終了について

JAバンク優遇プログラムのサービス開始に伴い、令和3年9月30日(木)をもちまして、コンビニATM無料サービスを終了いたします。

お取引内容ごとのポイント ▼下記合計点によりステージが決定します。

対象取引	取引内容(ポイント条件)	ポイント
組合員資格	判定月の月末時点で、JAの正組合員資格・准組合員資格を持っていること。または、正組合員の家族であること。	2
給与振込	判定月またはその前月に5万円以上の給与振込があること。	2
年金受取	一定期間内に年金の受取があること。【判定月またはその前月】農林年金、国民年金、厚生年金、共済年金、船員年金 【判定月またはその前月、前々月】農業者年金	2
JAカード利用	判定月またはその前月、前々月にJAカード利用代金の引き落としがあること。	1
定期貯金/ 定期積金	判定月の月末時点で、定期貯金・定期積金どちらか1年以上の契約があること。	1
各種ローンの ご利用	判定月の月末時点で、当組合所定のローンの残高があること。(住宅、リフォーム、教育、マイカー、カード、多目的、フリーローン等)	1

ステージ別の優遇内容と回数

優遇対応	ステージ1 (0~1点)	ステージ2 (2点)	ステージ3 (3点以上)
提携ATM入出金手数料無料	—	月2回	月3回
JAネットバンク振込手数料無料	—	月1回	月2回

※ステージ適用期間内の上限回数です。回数はお取引内容に応じて、適用期間ごとに更新されます。

留意点等

- 記載のない年金等については窓口でお問い合わせください。
- ローンの種類によっては対象とならない場合もあります。
- 返済が遅れているローンはポイント加算の対象となりません。
- 同一項目内で複数契約がある場合は二重に計上されません。
- 金融情勢の変化などにより、当サービスの内容を予告なく変更・停止する場合があります。

いつもあなたのそばに
JAバンク岩手
JAバンク岩手 検索

みんなの力で!
がんばろう!岩手



詳しくはお近くのJAバンク窓口まで、お気軽にお問い合わせください。
JAおおふなと
本店/☎26-5215

・大船渡支店/☎26-4121 ・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

日中お忙しくてご来店が難しい方でもネットで簡単仮申込!

JAネットマイカーローン キャンペーン

適用期間 令和3年 7月1日(木) ▶ 令和4年 4月30日(土)

借り換えもOK

JAネットローンは
365日24時間
仮申込受付中♪



変動
金利型
年

1.8%

※保証料(0.79%)を含みます。ただし、審査の結果によっては年2.6%(変動金利・保証料1.35%含む)でご案内させていただく場合があります。

適用
金利

車・バイクのご購入、車検費用、運転免許取得費用等にご利用いただけます。

お借入金額 **10万円以上1,000万円以内** お借入期間 **6ヵ月以上10年以内**

(所要金額の範囲内となります)

(据置期間を含みます)

適用条件

JAネットバンク・JAバンクアプリを
セットでご利用されている方、
または新たにセットでご利用される方で、



A~Dのうちいずれか1つを満たすお客さま

- A JAに給与振込(月5万円以上)または年金振込を指定されている方、または新たに指定される方
- B JAカードをお持ちの方、または新たにお申込みされる方
- C JAで各種ローンをご利用されている方、または新たにお申込みされる方
- D JAとのお取引が初めての方

【ご注意】●審査の結果によりましては、ご希望に添えない場合がございます。●ご返済額の試算については、JAの窓口までお問い合わせください。
●詳しくは店頭の説明書、またはホームページの説明書をご覧ください。●ローンをご利用中に繰上返済や返済条件を変更する場合には、別途JA所定の手数料が必要となります。
●表示金利は令和3年7月1日~令和4年4月30日までにお申込みいただき、その後4ヵ月以内にお借入れされた場合の適用金利です。
●表示金利は、お借入れ当初に適用されるものです。
●お借入れ後の金利は基準日(4月1日、10月1日)の基準金利により、年2回の見直しを行います。
●適用金利は金融情勢等の変化により見直しさせていただく場合があります。

詳しくはQRコードから
【令和3年7月1日現在】



いつもあなたのそばに
JAバンク岩手
JAバンク岩手 検索



みんなの力で!
がんばろう!岩手

お問い合わせ先

・大船渡支店/☎26-4121 ・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

JAグループ
だから
**簡単!安心!
安い!**

／ 始まっています!みんながトクする／

JAでんき

新規最大
**3,000円
割引!!**

JAでんきとは

組合員のみなさまが日々ご利用されている電気の料金を**お安く**するために、JAグループが取り扱う電気メニューです。切り替え簡単、JA口座をそのままご利用できます。※お申し込み・ご相談は、お近くのJA各支店へ。おトクな料金メニューをご紹介します。

お手続きも
担当者が
直接
ご訪問

現在、新規お申し込み頂いたお客様には、最大3,000円(税込)オトクキャンペーン中!!

電気料金の割引は3ヶ月の間で、各月1,000円(税込)を最大割引いたします。割引対象月の電気料金が1,000円(税込)に満たない場合はその電気料金を上限とし、割引きの残額は翌月に持ち越しません。

切替は簡単!

ステップ1

所定の申込書と
検針票※の準備

※現在のご契約内容が
わかるもの



ステップ2

JAでんき代理事業者または
JAでんき担当者へ提出

※お客様には現在ご契約
中の電力会社への解約
連絡などの切替手続き
は発生しません。



ステップ3

指定のメールアドレスへ
切替日程等ご案内送付

※迷惑メールの対策などでドメイン指定
を行なっている場合、メールが受信で
きないことがあります。[@zec.jp]
を受信設定してください。

お問合せ

JAおおふなと経済部
生活経済課 ☎ 0192-26-4044

JAでんき
については

JAでんき 検索
<https://zennoh-energy.co.jp/ja-denki/>





ユリ根

～お正月料理に欠かせない縁起物～

ユリ根のプロフィール

【分類】ユリ科ユリ属

【原産地】中国、日本

【おいしい時期(旬)】10～1月ごろ

【主な栄養成分】炭水化物、タンパク質、

カリウム、鉄、リン、食物繊維、葉酸など

選び方

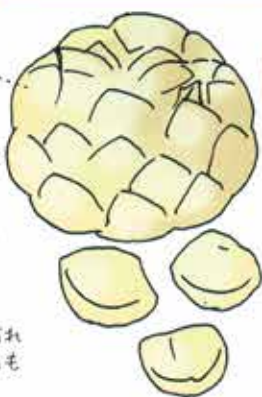
鱗片(りんぺん)……

大きく張りがある

しっかり重なっていて
固く締まっている

しなびていない
変色や黒ずみ、
傷がない

葉が変色したり、枯れ
ている部分があるも
のは避ける



全体が白くふっ
くらとしていて重
みがあるものを
選んでね

保存方法

冷蔵保存

新聞紙などに
包んで風通しの
良い冷暗所へ



水分があると傷みやすい
ペーパータオルで水分を
よく拭き取る

霧吹きで
湿らせておく

おがくずに入れておけばそ
のまま1ヵ月程度保存可能

冷凍保存

量が多い場合は冷凍もお
勧めのそのまま茶碗蒸しや
あえ物などにも利用可能



鱗片を1枚ずつばらし硬めにゆでるか
蒸して水気を切って冷まし、ラップに包ん
で冷凍

ユリ根のチカラ



ユリ根のいろいろ

コオニユリ、オニユリ、ヤマユリなど

現在、主に出回っているものはコオニユリ
苦味が少なくほんのりとした甘味と、ホク
ホクした食感が特徴



楽しみ方・食べ方のコツ

鱗片をばらして使用

下処理をゆで

回りに付いているおが
くずなどを水で優しく
洗い落とす

底の回りの外側の鱗片から
1枚ずつ剥がす

鱗片に汚れや茶色く
なっている部分があ
る場合は削り取る

塩を加えて1～2分程
度さつとゆでる。大きい
鱗片から湯に入れる



ポイント
鱗片が剥がれにくい場合
は、根元の堅い部分を先に
取り除く
白く仕上げるには酢を少量
入れてゆでる
火加減に注意。加熱し過
ぎると食感が損なわれる。
強火にすると煮崩れしやすい

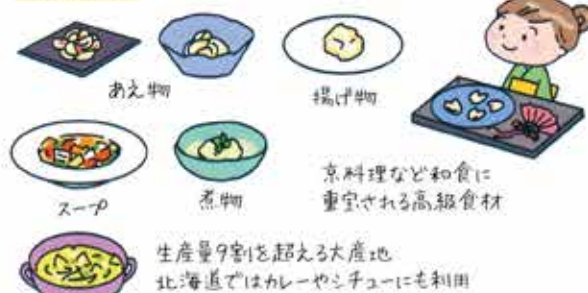


丸ごと使用

鱗片を剥がさずアルミホイルに包ん
でオーブンで焼く。蒸す、油で揚げるな
ど、形やボリュームを生かした料理に



主な料理



ユリ根のヒミツ

食用に適したユリの
鱗茎(りんけい)部分

名の由来

鱗茎が花びらのように重なり
合っている形から「百合」に

子孫繁栄・無病息災

縁起物として
年を重ねる、和合(仲が良い)
に通じるとされ吉祥の象徴に

歴史

古くから中国や日本に自生

中国

せき止めや滋養強壮な
どの薬用としても利用

日本

江戸時代
『農学全書』(1697年)
『要書・栽培法・食べ方』
などを紹介
『茶譜』(1698年)
「根大なるをほし取りて、煮て食す。味よし」



あなたもチャレンジ!

家庭園 家菜

ソラマメ マメ科野菜の連作を避ける

園芸研究家 ● 成松次郎

ソラマメはサヤが上向きに付くので空豆、サヤの形が蚕の繭に似ているので蚕豆とも書きま

す。タンパク質と糖質が主な成分で、代謝を円滑にするビタミンB群や高血圧予防に効果的なカリウム、貧血を予防する鉄分などのミネラルが豊富です。

「品種」「陵西一寸」(みかど協和)、「仁徳一寸」(タキイ種苗)、「打越一寸」(サカタのタネ)など。

「畑の準備」種まき2週間前に畑1平方m当たり苦土石灰100gを全面に施し、土とよく混ぜておきます。次に、1週間前に畝幅120cmを取り、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100g(窒素成分で10g)と堆肥1kgを入れ、土とよ

く混ぜて幅40~50cmの栽培床を作ります(図1)。

「種まきと育苗」温暖地では10月中旬~11月上旬が適期で、早まきして年内に生育が進み過ぎないようにすることが大切です。じかまきは、株間40cm程度、種の黒い筋(おはぐろ)を斜め下に浅く差し込んで種の一部がわずかに見える程度に1カ所2粒をまきます(図2)。発芽がそろったら、1本を残して間引き

きます。育苗する場合は、ポットに1粒をまき、本葉2枚の頃に畑へ植え付けます。寒い地域では冬の間、寒冷紗(しゃ)のトンネル掛けで、霜よけをする

と良いでしょう。

「追肥と土寄せ」春先に生育の勢いが良くなり始めたところと開花始めごろに化成肥料を畝1m

当たり30g程度(窒素成分で3g)追肥します。追肥後は株元に土寄せをします(図3)。

「支柱立てと整枝」早春から生育が盛んになり、10本程度の側枝が出てくるので、太い枝を6、7本残すように細い枝を切り取ります。そして、株の中に土入れし、株の両側にテープを張り、倒伏を防ぎます。

「病害虫の防除」春になるとアブラムシが飛来し、新葉に群生します。先端を20cm程度切り取っておくと、倒伏の防止にもなります。

「収穫」サヤが重みで下がり、光沢が出て黒い斑点が現れ、背筋が黒く変色するころが収穫適期です。

Point

図1.畑の準備

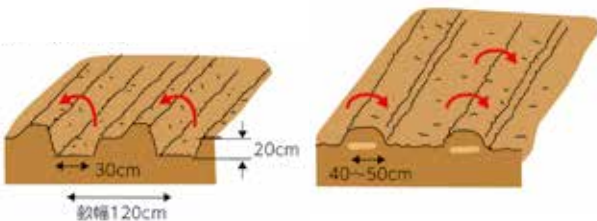


図2.種まき

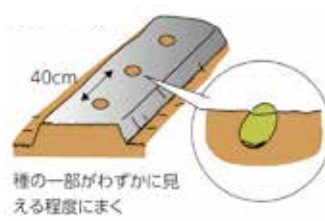
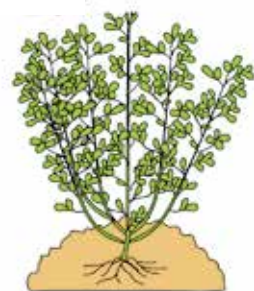


図3.土寄せ



※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。

読者の掲示板

読者の皆様からお寄せいただいた
お便りをご紹介します。

ミニトマトを今年は植えてみました。
うまくできて嬉しかったので、近所に
おすそ分けをしました。(大船渡町)

コロナ禍で大変な毎日ですが、皆さ
ん体に気を付けて過ごせればいいと
思います。(高田町)

今や我が家のミニ畑でも夏野菜
ラッシュ。シシトウ、ピーマン、ト
マト、キュウリ、ナス、それぞれ2
本〜3本ですが連日収穫で食べき
れず、ナス、キュウリは漬物にして
対処。シシトウは天ぷらにして、ざ
るそば、そうめん、ごはん毎日食
べ、消費に大わらわ!(広田町)

立秋が過ぎ、暑さもそろそろかと思
います。畑作業もひと段落かとホッ
と一息つく間もなく、今度は何やら
台風シーズンの到来とか農家も気
の休まる暇もないです。コロナはは
びこるばかり…。台風でコロナよ、
コロナよ飛んでゆけ!(日頃市町)

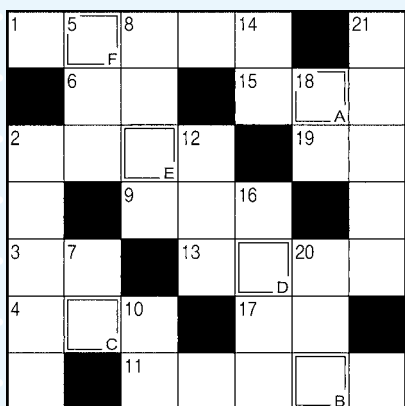
夏秋野菜の出荷最盛期の記事を読ん
で販売金額の目標にびっくりですが、
この金額は販売できると見込んでい
るんだと思い、売れてほしいなと応援
したい気持ちになりました。目標達
成の報告が待ち遠しいです。(高田町)

今年もいろんな野菜・自家菜園で作っ
ています。うまくできたのもあれば、
虫だらけで失敗もあり楽しみながら
やっています。孫たちに送ったり近所
に配って喜ばれています。新鮮野菜
食べれて幸せです。(広田町)

頭の 体操

クロスワード

二重マスの文字を A ~ F の順に並べて
できる言葉は何でしょうか?



ヨコのカギ

01. 野山の散策を楽しむレジャー
02. 鶏肉の部位の一つ。羽の一部です
03. イノシシを家畜化したもの
04. 沖縄にいる飛べない鳥、ヤンバル——
06. 南米にある南北に細長い国
09. 定規に刻まれているもの
11. アイボリーとも呼ばれる淡い黄白色
13. スマートフォンにはさまざまなデータが——
されています
15. 軽くて硬い金属。元素記号はTi
17. ギョーザや中華まんの中身をこう呼ぶことも
19. 漢字から作られました

タテのカギ

02. 押し入れの上に作られた物入れ
05. 青物——へ野菜を卸しに行った
07. 祝い事に付きものの魚
08. とても小さな滴が降ってきます
10. 知識やひらめきを駆使して解きます
12. 感謝の——を込めて花束を贈った
14. つらいことが続くことばしなくなる
ことも
16. 船の積み荷を地上に移すこと
18. 能ある——は爪を隠す
20. サツマイモには食物——が豊富に含
まれます
21. 陰暦10月の異称

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、J A 広報に對
するご意見・ご感想を記入し下記の住所までお送りください。

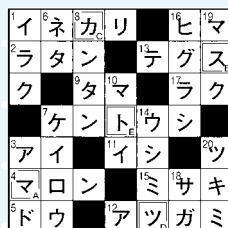
〒022-8507 大船渡市大船渡町字茶屋前 167-4

J A おおふなと総務部企画課広報編集係

【応募締切】令和3年9月24日(金)必着

※お客様にご提供いただく個人情報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。

前回の解答「マスカット」



8月号クイズ当選者

佐藤 忠 男さん(赤崎町)
佐々木 国 治さん(住田町)
佐藤 利 一さん(広田町)
山田 雅 代さん(米崎町)
鈴木 悦 子さん(大船渡)
菅野 康 子さん(住田町)

J A の家庭雑誌10月号のご紹介

家の光
629円
(税込)



特集
もしものときの
危険回避術

地上
618円
(税込)



特集
直売所があればこそ
〜地域を支える食と農の拠点〜

ちゃぐりん
492円
(税込)



内容
よきによき生える きのこリウム
ちゃぐりん あぐりスクール
野菜の里を訪ねて

*お申し込みはお近くの J A 各支店窓口または経済部まで
*年間購読も受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。

お詫びと訂正

8月号に掲載したクロスワード
の問題に誤りがありました。
正しい問題は以下の通りです。
訂正してお詫びいたします。

(訂正内容)

タテのカギ7
誤 9月の第3月曜日は——の日。
国民の日です

正 9月の第3月曜日は——の日。
国民の祝日です



梨とイチジクの サラダ



材料（4人分）

梨（くし切りで1/8にカットし塩水に漬けておく）……………1個
イチジク（半切り）……………2個
サツマイモ（乱切りして蒸しておく）……………1本
マイタケ……………1パック
生ハム……………1パック
ハーブ類……………適宜
エキストラバージンオリーブ油……………適宜
レモン汁……………1/2個分
岩塩……………適宜

作り方

- (1) オーブン（トースターでも可）を熱し、イチジク、サツマイモ、マイタケを焼き上げる。
- (2) 器に梨、焼き上げたイチジク、サツマイモ、マイタケ、生ハムを彩りよく盛り付け、エキストラバージンオリーブ油、レモン汁を回し掛け、岩塩を振りハーブ類を散らして出来上がり。

秋サケの クリームソース



材料（4人分）

秋サケ……………切身4切れ
カボチャ（乱切りして蒸したもの）……………1/8個
サツマイモ（乱切りして蒸したもの）……………1本
シメジ（小房にばらしておく）……………1パック
モロッコインゲン（3cm幅に切りゆで
ておく）……………2本
イクラ……………大さじ2
生クリーム（乳脂肪分43%程度のもの）……………200ml
白ワイン……………大さじ2
砂糖……………小さじ1
塩・こしょう……………適宜
小麦粉……………少々
サラダ油……………小さじ1
バター……………小さじ1



作り方

- (1) フライパンにサラダ油を熱し、小麦粉をはいた秋サケを中火で両面焼き、白ワインを入れ、いったん火を止める。
- (2) (1)のフライパンにバター、カボチャ、サツマイモ、シメジ、生クリーム、砂糖を入れ、弱火にして塩・こしょうをして10分ほど煮込む。
- (3) ソースがとろりとしてきたら器に盛り付け、モロッコインゲンを添え、イクラをかけて出来上がり。



“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。

曜日	地域	運行場所	運行日		時間
			9月	10月	
火	有住地区	旧JA有住支店前	14日・21日・28日	5日・12日・19日・26日	9時～11時
	日頃市地区	旧JA日頃市支店前	14日・21日・28日	5日・12日・19日・26日	13時～15時
水	広田地区	広田地区コミュニティセンター	15日・22日・29日	6日・13日・20日・27日	9時～11時
	末崎地区	旧JA末崎支店前	15日・22日・29日	6日・13日・20日・27日	13時～15時
木	吉浜地区	吉浜地域振興出張所前	16日・30日	7日・14日・21日・28日	9時～11時
	竹駒地区	西部農業センター	16日・30日	7日・14日・21日・28日	13時～15時
金	綾里地区	旧JA綾里支店前	17日・24日	1日・8日・15日・22日・29日	9時～11時
	赤崎地区	旧JA赤崎支店前	17日・24日	1日・8日・15日・22日・29日	13時～15時

取扱業務

- ①貯金の入出金(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・定期積金の掛込
- 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

※新型コロナウイルス感染予防のため、予告なしに運行予定の変更、または中止となる場合がございます。

お問合せ先

大船渡支店 ☎ 26-4121
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

令和3年9月6日(月)より木曜日午後の「立根地区」営業を廃止しております。また、月曜日午後の「竹駒地区」営業が木曜日午後へ変更となっております。



お盆も過ぎ、朝晩はだいぶ涼しくなったように思います。秋が着々と近づいてきましたね。秋といえば私は「食欲の秋」ですが、皆さんはいかがでしょう？美味しいものがたくさんあり、目移りしてしまう季節。個人的に今年は特に新米が楽しみです。

8月16日から20日までの5日間、各支店にコンテナを設置し、フードドライブを実施しました。品目ごとに仕分けし、「インクルいわて」へ発送しました。ご協力いただきました皆様に感謝申し上げます。(M)

広報JAおおふなと 令和3年9月10日発行

編集・発行

大船渡市農業協同組合・総務部企画課
〒022-8507 大船渡市大船渡町字茶屋前 167-4
☎ 0192-26-5211(代表) <https://www.jaiwate.or.jp/ofunato/>

ホームページ



Instagram



Facebook



JAおおふなとでは
様々な形で情報を
発信しています！

