

Heartful Communication

ひがしみの

9

2015 SEPTEMBER

Vol. 210

特集

いまこそ見直そう! 備える防災



地と呼ばれる日がくるかもしれない…

う! 備える防災

ています。実際に噴火を起こした山も複数あり、テレビのニュース人々の間で高まっていると言えます。昨年9月には、戦後最大の火

われており、いつ災害が発生してもおかしくない状態と言えます。庭での備蓄品の準備や避難勧告が出たら速やかに避難するとい

最近の主な地震

- 平成 7年 1月 阪神・淡路大震災
- 13年 3月 芸予地震
- 15年 9月 十勝沖地震
- 16年10月 新潟県中越地震
- 17年 3月 福岡県西方沖地震
- 19年 3月 能登半島地震
- 23年 3月 東日本大震災



南海トラフ地震とは

※岐阜県の最大震度は6弱予想

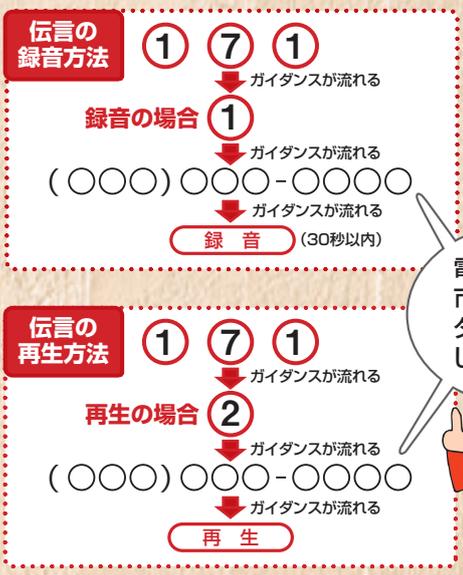
「南海トラフ」とは、静岡県の駿河湾から四国沿岸、九州東方沖まで続く深さ4,000mの海底のくぼみで、震源域ごとに東海、東南海、南海という3つのエリアがあります。この3つの震源域で起こりうる地震の総称が「南海トラフ地震」です。



もしものために 知っておこう

NTTの「171」災害伝言ダイヤル

※「171」をダイヤルし、ガイダンスにしたがって伝言の録音・再生をする。



ラフ	明応東海地震 M8.3	
慶長地震 M7.9		
宝永地震 M8.6 ※49日後、富士山噴火(宝永の大噴火)		
	安政東海地震 M8.4	
	昭和東南海地震 M7.9	
約70年 が経過		約160年が経過

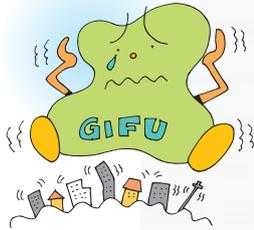
1005150年間隔で発生



岐阜県の被害想定

南海トラフ地震では、過去100～150年間隔で大きな地震が発生しています。

南海トラフ地震が発生した場合、岐阜県における予想最大震度は6弱で、死者数470人、建物全壊数35,000棟という規模の被害が想定されます。



特集 私たちの街がいつか被災

いまこそ見直そう

昨今、日本国内において地震や噴火に対する警戒が強くなってきや新聞でも詳しく報じられ、地震や噴火の危険性に対する関心が山災害となった御嶽山の噴火もありました。

また、南海トラフ地震の30年以内の発生確率は70%程度とも言万、災害が発生した時、被害を最小限に食い止めるため、各家つた自然災害への対策を、今一度みなさんで見直しましょう。

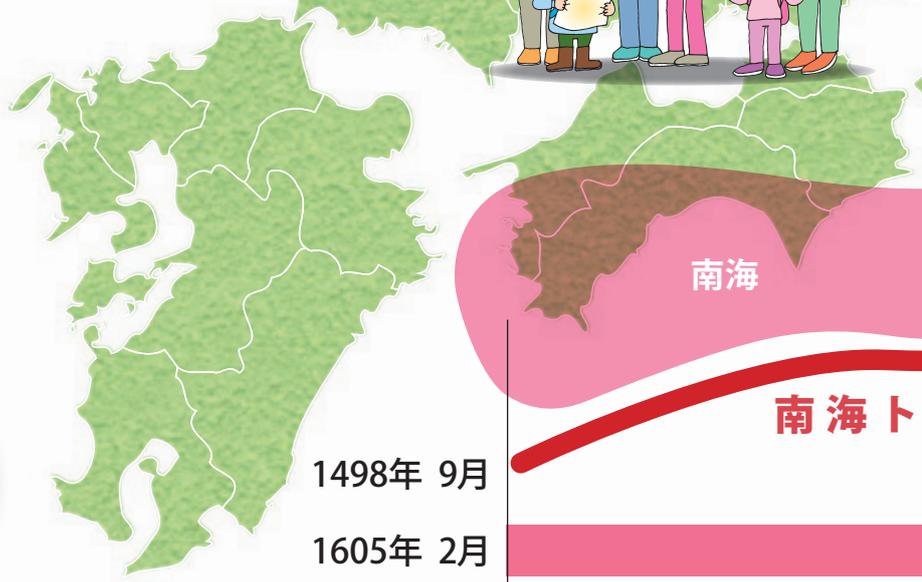
今後の地震発生率 ※2015年1月現在

10年以内	30年以内	50年以内
20% 程度	70% 程度	90% 程度

調査/地震調査研究推進本部



南海トラフの震源域と過去の大地震



1498年 9月

1605年 2月

1707年10月

1854年12月

1854年12月

安政南海地震 M8.4

1944年12月

1946年12月

昭和南海地震 M8.0

現在



災害時に大切なのは、自分で自分の身を守ることそして、地域住民がお互いに助け合う姿勢です

自助

(個人・家族)
自分の身は自分で守る

共助

(地域)
地域が力を合わせて協力

公助

(国・県・市町村などの行政機関)
行政の責任としての支援

約**80%** 約**60%**

阪神淡路大震災の際、要救出者約35,000人のうち約8割にあたる約27,000人が家族や近隣者により救出されました。
〈平成15年度版防災白書〉

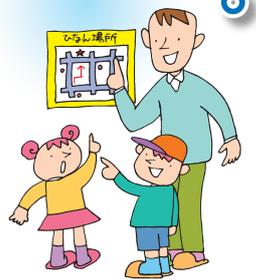
東日本大震災において、亡くなられた方のうち約6割が60代以上でした。
〈厚生労働省 平成23年動態統計〉



日頃から地震について対策しておきましょう。



万一、地震や災害が発生したとき、被害を最小限に抑えるために日頃から非常時の正しい心構えを身に付けておきましょう。



① 家族会議で防災対策

家族が離れ離れになっているときに地震や災害が起こるケースもあります。日頃から家族内での連絡方法や避難場所、集合場所、集合時間などを確認しておく。



② 家の外の安全対策

家のまわりが安全か確かめておく。屋根や壁、ベランダなどが老朽化、損傷していないか点検し、修理、補強をしておく。



③ 家の中の安全対策

家具等の転倒防止や落下物の整理をしておく。L字型金具で固定したり、重いものは下に、家具の上には物を置かないようにする。

④ 防災訓練には積極的に参加

万一、地震が発生しても防災についての知識や技術を身に付けておくため、地域の私たちとコミュニケーションを深めながら、地域で開催する防災訓練には積極的に参加する。



⑤ 地震発生!

約1分間の大きな揺れがあります。落ち着く↓身を守る↓家族の確認↓火を消す↓玄関を開ける。※どんな大地震でも激しい揺れは最初の1分程度。慌てて飛び出すと瓦やガラス等の落下があるためかえって危険です。※家族が外出中の時は避難場所を書いたメモを残す。



⑥ 揺れがおさまったら

非常出口の確保↓非常持ち出し品を携行↓火が出たらすばやく消化↓家族の安全を確認↓靴をはく。※ガスの元栓を締めブレーカーを切る。



⑦ 家族、隣近所の無事を確認

怪我人、不明者を確認↓漏電やガス漏れがないか確認↓余震に注意↓大声で知らせる↓火災があれば消火器やバケツリレーなどで消火。



⑧ 正確な情報収集!

ラジオなどで正しい災害情報を確認する。
 ・間違った情報(デマ)に惑わされない。
 ・車は避ける。
 ・電話は緊急を優先する。
 ・避難場所へ避難する。



⑨ みんなで協力する

・みんなで助け合い、消火活動や救出、救護活動を行う。
 ・水や食料は蓄えているものでまかなう。
 ・壊れた家には入らない。
 ・災害情報や避難情報を収集する。
 ・隣近所に声をかけてみんなで避難する。
 ・高齢者がいるかは普段から確認しておく。
 ・避難ルートは、狭い道、壁、扉やガケ、川のそばはなるべく避け徒歩で避難する。
 ※もし煙が発生してしまったら酸欠を起こしてしまう危険性があるので走らずハンカチで口をおおい姿勢を低くして壁をつたいながら避難する。



特集 いまこそ見直そう! 備える防災



非常時の持ち出し品・備蓄品 チェックリスト

災害後の救助や救援物資の到着までに、最低限必要なものは準備しておきましょう!



- 非常持ち出し品は、両手が使えるリュックタイプの袋などにまとめておきましょう。
- 避難の妨げにならないように、コンパクトにまとめましょう。
- 自分や家族の状況に応じて必要なものを選びましょう。
- 自分に必要なものの優先順位を決めて準備しましょう。
- 定期的に中身をチェックしましょう。

貴重品	<input type="checkbox"/> 現金(小銭含む) ※公衆電話用に10円玉、100円玉 <input type="checkbox"/> 車や家の予備鍵 <input type="checkbox"/> 予備の眼鏡、コンタクトレンズ <input type="checkbox"/> 銀行の口座番号・生命保険契約番号など <input type="checkbox"/> 健康保険証(コピー) <input type="checkbox"/> 身分証明書(運転免許証・パスポートなどのコピー) <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 母子健康手帳(コピー)
情報収集用品	<input type="checkbox"/> 携帯電話(充電器含む) <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ(予備電池含む) <input type="checkbox"/> 家族の写真(はぐれた時の確認用) <input type="checkbox"/> 緊急時の家族、親戚、知人の連絡先 <input type="checkbox"/> 広域避難地図(ポケット地図でも可) <input type="checkbox"/> 筆記用具
食料など	<input type="checkbox"/> 非常食 <input type="checkbox"/> 飲料水
生活用品	<input type="checkbox"/> 防災ずきんかヘルメット <input type="checkbox"/> 懐中電灯(予備電池含む) <input type="checkbox"/> 笛やブザー(音を出して居場所を知らせるもの) <input type="checkbox"/> 万能ナイフ <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ

生活用品	<input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> アルミ製保温シート <input type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> スリッパ <input type="checkbox"/> 軍手が皮手袋 <input type="checkbox"/> マッチライター <input type="checkbox"/> 給水袋 <input type="checkbox"/> 雨具(レインコート、長靴など) <input type="checkbox"/> レジャーシート <input type="checkbox"/> 簡易トイレ
清潔・健康のためのも	<input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 常備薬・持病薬 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> トイレ用ペーパー <input type="checkbox"/> 着替え(下着を含む) <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ
その他	<input type="checkbox"/> 紙おむつ(幼児用・高齢者用) <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> 粉ミルク・哺乳瓶(赤ちゃんに必要なもの) <input type="checkbox"/> その他自分の生活に欠かせないもの ※自分の環境に合わせて必要なものを準備して下さい。

JA共済



家にとって、もしものときの安心が必要です。

火災や台風はもちろん地震にも備えられる家の保障

全国加入件数1,052万件
(平成27年3月現在)
「JA共済連の現状2015」より

自然災害で
確かな支払実績

ポイント1

地震などの自然災害も しっかり保障!

火災はもちろん、地震、台風などの自然災害の保障があらかじめセットされているので安心です。

ポイント2

災害によるケガにも 備えられます!

火災や自然災害によるケガや死亡も保障します。

ポイント3

リフォーム費用などを 計画的に準備できます!

掛け捨てではありません。保障期間満了時には、満期共済金をお支払いします。

ご契約例 [共済の対象:建物(再取得価額2,000万円の場合)] ○火災共済金額・・・2,000万円 ○満期共済金額200万円

火災で全焼のとき	2,450万円 [*] + 残存物とりかたづけ費用共済金 <small>※臨時費用共済金と特別費用共済金が含まれています。</small>	台風などの風災で半壊のとき	1,250万円 [*] + 残存物とりかたづけ費用共済金 <small>※臨時費用共済金が含まれています。</small>
地震で全壊のとき	1,000万円	落雷で分損のとき (損害の額20万円)	26万円 [*] + 残存物とりかたづけ費用共済金 <small>※臨時費用共済金が含まれています。</small>
ケガ・死亡されたとき	傷害共済金	満期のとき	200万円 + 割りもどし金

●共済期間は5年と10年が選べ、継続特約の付加により最長30年間の保障が可能です。●建物の再建に必要な「再取得価額」で評価し、保障します(残存価額の割合が50%未満の場合は、時価額が限度となります)。●割りもどし金は、ご契約後7年目から5年ごとおよび満期時に受取れますがその都度変動し、経済情勢などによっては0となる場合もあります。●臨時費用共済金は火災等や風・ひょう・雪災により損害を受けたとき、火災・自然災害共済金の額の30%(250万円を限度)をお支払いします。●特別費用共済金は火災等や風・ひょう・雪災により損害割合が80%以上となる損害を受けたとき、火災共済金額の10%(200万円を限度)をお支払いします。

※各種共済金・費用共済金のお支払いについては所定の条件があります。

●この広告は概要を説明したものです。ご契約の際には「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧下さい。

●ご加入にあたりましては、お近くの支店窓口へお問い合わせ下さい。

■JA共済ホームページアドレス<http://www.ja.kyosai.or.jp>

建物再生共済むてきには、家財を保障の対象とするプラン「My家財」もあります。



トマト・なす・栗を作ろう！ 栽培見学ツアー開催

東美濃栗振興協議会は8月23日、東美濃夏秋トマト生産協議会と東美濃夏秋なす生産協議会は30日に、それぞれ栽培見学ツアーを開きました。同ツアーは定年退職などをきつかけに就農を考えている方や栽培に興味がある方を対象に毎年開催。

栗コースは10名、トマト・なすコースは40名が参加し、管内の栽培の概要や組織の活動について説明を聞き、管内の農家や当JAの選果場などを訪れました。

参加者は「実際に見学することで、就農への関心が高まった。」と感想を話しました。



栗の先輩農家から説明を聞く参加者



麗夏トマトの販促を行うJA職員

夏秋トマト消費宣伝 生産者とJA職員が販促

東美濃夏秋トマト生産協議会と当JAは、7月中旬から9月にかけて名古屋市などの量販店11カ所で夏秋トマトの消費宣伝を行いました。

これは消費者の「生の声」を今後の取り組みや活動に反映させると共に、生産者と消費者との結びつきを深めることが目的。

店内ではJA職員と生産者がトマトを使ったレシピや産地の概要パンフレットを配布し、鉢植えのトマトも展示。麗夏トマトの特徴や酸味と甘みのバランスの良さなどをPRし、試食を勧めました。

生協利用者らが生き物調査 田んぼの多面的機能学ぶ

当JAと全農岐阜、コープぎふは8月1日、恵那市山岡町の水田で生き物調査を行いました。

参加者は10組30名。5月には同じ水田で田植え体験も行っており、出穂期を迎えた稲の成長も確認しました。

親子らは虫かごやバケツ、虫捕り網を手にカエルやバッタ、トンボなど様々な虫を捕まえ観察。田んぼの多面的機能について学びました。

昼食には鶏ちゃんと恵那ひかりのおにぎりが振る舞われ、参加者は「お米が甘くて美味しい」と笑顔で話しました。



生き物調査をする親子



からすみを作る子どもたち

JAめぐみの親子が農業体験 食の大切さ学び交流深める

JAめぐみの管内の親子約110名は7月30日と8月5日、当JAを訪れ、農業体験を行いました。

これは食や農の大切さを学ぶために行われ、当JA恵南アグリセンターの管理する圃場で、営農アドバイザーの指導のもと、じゃがいもやきゅうり、ナスなどの収穫を行いました。

また加工グループ「けいなん百笑きつちん」のメンバーがからすみ作りの指導を行い、子どもたちはうさぎやパンタなど思い思いの形や大きさでからすみを完成させました。

冬場の収入確保へ ちぢみほうれんそうチャレンジ塾

当JAは8月19日、同JA本店でちぢみほうれんそうのチャレンジ塾を開催し、22名が参加しました。

室内研修では恵那農林事務所農業普及課がちぢみほうれんそうの短期間で栽培が可能である点や病害虫が少ない点などの栽培の特徴を説明。栽培に必要な基本的な圃場条件や生理生態を確認しました。

その後圃場で土づくりや畝立てなどに関する現地研修を実施し、堆肥・石灰を使用後は深耕することや、播種後土壌がしっかりと湿るように灌水するなどの指導を受け、全員でマルチ張りを行いました。



種まきの方法を学ぶ参加者



説明を聞く参加者

集落ぐるみで楽しみながら 集落営農塾開催

県は8月4日、当JA本店で第1回東濃地域集落営農塾を開き、同JA職員や集落営農に関心のある方など約100名が参加しました。

これは集落ぐるみで楽しみながら地域農業の維持発展を目指す「集落営農」運動を発展させることで、東濃・地域の農業・農村の保全を図ることが目的。

参加者は集落営農による地域づくりや「集落営農ビジョン」、土地利用型法人における課題などについて説明を聞きました。

10月には第2回、12月には第3回を開催予定。

飛驒牛フェスタ開催 当JAから2頭が入賞

JA全農岐阜は7月27日、岐阜市畜産公社で「2015飛驒牛フェスタ in 岐阜」を開催し、和牛100頭が出品されました。

同フェスタは飛驒牛認定・登録農家の生産技術を研鑽するとともに、夏季の消費拡大に貢献することが目的。審査の結果、優秀賞に(同)青木ファーム、優良賞に(株)奥田屋牧場が選ばれました。

当JA横山真直畜産課長は「受賞牛は特に肉色もよく、小ザシが入り、バランスが整っていた。今後も品質の高い飛驒牛の生産に努めてほしい」と話しました。



優秀賞に輝いた(同)青木ファーム㊦と優良賞に輝いた(株)奥田屋牧場



渡辺さんと「ひさじろう1」

8月関子牛市場 渡辺さんが最高値の子牛上場

JA全農岐阜は8月7日、関家畜流通センターで関子牛市場を開き、県下から350頭、当JA管内からは101頭が販売されました。

同市場は2カ月に1回開催。渡辺修一郎さん(中津川市高山)が5頭上場した和牛子牛の内「ひさじろう1」がセリにより178万5千円で取引されました。近年の岐阜の子牛市場では最高の金額となりました。

当JA畜産課は「今後も優良子牛の生産に一層力を入れて取り組んでほしい」と話しました。

正職員採用試験のご案内

■採用職種……………総合職(金融・共済事業、営農指導・販売事業、購買事業、他)

■応募資格、応募書類

求人区分	応募資格	応募書類	採用人数
1. 新卒求人	大学、短大、専門学校を28年3月卒業見込または卒業後3年以内の方	・エントリーシート ・成績証明書 ・卒業(見込)証明書 ※就活ナビへのWEBエントリーも必要です。	若干名
2. 一般求人	新卒求人該当者以外で高卒以上の社会人経験のある方	・エントリーシート ・職務経歴書 ・卒業証明書(証書写しで可)	

※正職員採用日はいずれも平成28年4月1日です。
※エントリーシートはJAひがしみのホームページ「採用情報」からダウンロードできます。

■試験日程……………応募書類の受付期間：平成27年9月1日(火)～9月30日(水)必着

※書類選考通過者に対し、1次試験のご案内をします。

1次試験：10月8日(木)(筆記試験、小論文、面接試験) **2次試験**：10月中旬(面接試験)

■説明会……………説明会に来場ください。JAひがしみのについて説明いたします。

説明会名	日程	場所	申込方法
JAひがしみの説明会	平成27年9月24日(木) 14:00～16:00	JA本店	就活ナビまたは電話で申し込みください

※個別の訪問も対応します。人事課までお問い合わせ下さい。

■書類の提出先、説明会申込先、問い合わせ先

〒509-9132 中津川市茄子川1646-19
JAひがしみの 企画総務部人事課
Tel 0573-78-0168 Fax 0573-68-7724
E-mail: jinji@ja-higashimino.gjadc.jp

JAひがしみの採用情報 <http://www.ja-higashimino.or.jp/recruit/>

※新卒求人のエントリーシートには「申込No.」の記入が必要です。
「申込No.」は、就活サイト「ダイヤモンド就活ナビ2016」から同サイト内の「JAひがしみの」にWEBエントリーいただくとメールでお知らせします。

ダイヤモンド就活ナビ2016 <http://navi16.shukatsu/16/>



農業者年金説明会を開催します！

農業者年金のしくみやメリットなどわかりやすく説明します。

■日 時 10月5日(月)

午後7時30分～午後9時

■場 所 福岡総合保健福祉センター

世代交流室

(中津川市福岡714-2)

■参加対象者(次の要件を全て満たす方)

- ①60才未満の方
- ②国民年金第1号被保険者の方
- ③年間60日以上農業に従事されている方

■お申し込み・お問い合わせ

中津川市農業委員会事務局
電話0573-66-1111(内線268)
JAひがしみの 本店 金融部
電話0573-78-0125



生活習慣病健診のご案内

【健診日・会場】

10月21日(水)	岩村コミュニティセンター
10月23日(金)	恵南アグリセンター

●お申し込み受付期間 9月14日(月)～10月9日(金)まで

11月6日(金)	三郷コミュニティセンター
11月9日(月)	JA恵那支店

●お申し込み受付期間 10月9日(金)～10月23日(金)

●当日受付時間

午前8時30分～午前11時

●お申し込み

申し込み方法が変更となりました。各支店・営業所にある申込用紙をご記入の上、窓口へ提出して下さい。

(肺がん・大腸がんの検診をお申し込みの方は容器をお受け取り下さい。)

●お問い合わせ

JAひがしみの本店 ふれあい課 TEL0573-78-0124



非常食の「ローリングストック」

ホームオーガナイザー ● 吉島 智美

9月1日は防災の日。この時期になると防災グッズを見直す人も多いのではないだろうか。いざというとき、グッズ以外にも水や食料の備えが大事です。

食料の備蓄は、これまで缶詰や乾パン、非常用に開発された食品が中心だったと思います。こうした食品は、保存期間が数年と長く便利な反面、油断すると期限切れになりやすいものです。

そうした失敗を防ぐため、最近は「ローリングストック法」という方法が注目されています。これは言葉の通りストック(備蓄)をローリング(回転)させるという意味です。備蓄を定期的に消費し、消費したらその都度使った分を追加するという考え方です。例えば、備蓄の量を1日3食、4日分で合計12食分用



意するとします。これを普段から取り出しやすい場所に収めておき、月に1回は必ずその非常食を食べるのです。そして、食べた分を新品で追加し常に一定量を保ちます。これを繰り返すことで、1年で12食分、全て新品に入れ替えることができます。

1年で入れ替わるなら、特別に保存期間が長い物でなくても非常食として活用できます。例えば、調理法を工夫すれば、乾麺や乾物など食べなれた物も立派な非常食です。これだと、新たに備蓄置き場を確保しなくてもよいので、収納に悩むこともありません。

月に1回の試食会で自分好みの非常食を見つけてるのも楽しいです。非常時に味にあれこれ言うのは贅沢と思われるかもしれませんが、心身共に不安なときだからこそ、食べやすく、おいしいと思える物を用意しておくことが大事です。それによって活力と感謝の気持ちが湧くからです。皆さんは、疲れたとき、シヨックを受けたとき、どんな物なら食べられますか。防災の気持ちを忘れないためにも、月に1回は非常食の試食会を開いてみて下さい。

ダニとアレルギー

佐久総合病院名誉院長 ● 松島 松翠

アトピー性皮膚炎、ぜんそくのような咳が続く、目のかゆみ、鼻水ができるなどの症状はありませんか。これはアレルギー症状といって、家中に住むダニによって起こることも多いのです。

アトピー性皮膚炎やぜんそくを起すダニは、刺して血を吸うダニとはまったく別で、チチリダニという種類です。

そのふんと死骸が抗原となってアレルギーを起すのです。

ダニの栄養源は人や動物の体から落ちるフケやあかです。従って人が住む限りダニをなくすることはできません。さらに室内に動物がいると繁殖は倍加されます。

最近の住宅は、ダニの生育には好都合な温度と湿度になっていますので、ダニはじゅうたん、布団、枕、ぬいぐるみ、布製ソファ、畳などの中に潜って産卵し、生育します。

室内のダニを減らすには、真っ先に布団から行う必要があります。熱でダニを死滅させるには、60度で1時間の処理が必要です。天気干しや布団乾燥

機でもある程度効果がありますが、熱の届かない裏側にダニは逃げ込んでしまうので、死骸やふんを取り除くためには、丹念な清掃が勧められます。

通常、ダニは掃除機に吸い込まれたときの衝撃で大部分は死んでしましますが、粉々になったダニの死骸や排泄物は、クリーナーを通り抜けて、室内にばらまかれてしまいます。そのため掃除機には排循環式や目の細かいフィルター付きのものを使用することが望ましいでしょう。

その他、ダニを減らす方法としては、室内に洗濯物を干さないこと、鉢植え植物を置かないこと、じゅうたん、ソファ、ぬいぐるみなどを避けること、動物を飼わないことなどが大切です。



農 旬

情報

2015年
9月

農作業の委託を受付けています

当JAでは、通常の農作業の引き受けを行っております。
「高齢で作業が出来なくなった」「農地を管理できない」
などの理由で、農作業を委託されたい場合は、ぜひ一度
JAへご相談下さい！

農作業引き受けの流れ

農作業を行う1カ月前までに、JA各支店・アグリセン
ター窓口へ**農作業委託申込書**の提出をお願い致します。

新規のお申し込みの場合は、現地(圃場)を確認させて
頂きます。

※圃場の条件によっては、お引き受け出来ない場合がご
ざいます。

お申し込み頂いた内容で、農作業を行います。

農作業を実施した2〜3カ月後に、農作業代金をご請
求致します。

農作業委託申込書は、JA各支店・アグリセンター窓
口に設置しておりますので、ご利用下さい。

※平成27年3月頃に年間を通して作業予約をして頂い
た方については、再度お申し込みして頂く必要はござ
いません。

平成27年度 農作業引き受け料金表

作 業	作業名	作業別料金表			備 考	
		10a以上	10a未満5a以上	5a未満		
春 作 業	水 稻	耕起(ロータリー)	7,610	8,640	10,290	耕起1回
		荒搔(ロータリー)	7,610	8,640	10,290	(新規)
		代掻き	9,260	10,180	12,340	ドライブハロー1回
		荒搔・代掻セット	12,960	14,400	15,430	セット料金設定
		側条田植え	10,800	11,930	13,370	
		普通田植え	8,740	9,970	11,310	田植えのみ
		畦塗り	115	115	165	1m当たり
他	草刈	1650			1時間当り	
秋 作 業	水 稻	コンバイン	19,440	21,600	28,800	倒伏10%~30%割増 湿田10%~30%割増 雑草10%~30%割増
秋 冬 作 業	水 稻	堆肥散布	2,060			団地等が条件(1ha以上)
		土改削散布	2,060	2,060	2,370	団地等が条件(1ha以上)
	他	フレールモアー	8,640	9,260	10,800	荒地草刈
選 定 作 業	栗	剪定作業料金	10,290/1日(6時間)			傾斜が強い、カットバック作業 20%割増
		指導料金	10,290/1日(6時間)			

(注)単価は変動する場合がございますのでご了承ください

単位:円(税込)/10a

平成27年度 乾燥調製利用料金(CE、RC)

水分	料金(税別)
18%以下	17,0
18,1~29,0%	24,0
29,1%以上	28,0

単位:円/荷受生籾kg



おいしいお米づくりのために
水田の土壌分析と米の食味分析
をしませんか?

水田の土壌分析

◆分析項目

耕種作物3分析+ケイ酸
3項目(PH、K2O、トルオグ
リ ン酸)+ケイ酸

◆料金

2,160円(税込)

半額助成 1,080円(税込)

◆分析機関

(一社)ぎふクリーン農業研究センター

◆試料必要量

乾土300g

米の食味分析

◆分析項目

食味分析(水分、タンパク、アミロース、
脂肪酸度、食味値)米粒測定(精粒、
未熟粒、被害粒、死米、着色粒、胴割粒)

◆料金

1,620円(税込)

◆分析機関

(一社)ぎふクリーン農業研究センター

◆試料必要量

300g(玄米・精米)

※もち米、酒米は分析できません

■試料提出先

各JAアグリセンターまたはJ
A各支店・営業所

※米の食味分析を希望の方は、平
成27年10月30日(金)までに提出を
お願いいたします。

お問い合わせは各アグリセンターまで



彩菜栽

2015年
9月

フィルムマルチ、敷きわらの基礎

●マルチとは

土壌の表面をプラスチックフィルムや稲わら、刈り草などで被覆することを総称してマルチ（マルチングの略）と呼びます。①雨による土壌の侵食を防いだり、②水分の蒸散や、③雑草の防止、④地温の調整、⑤肥料の流亡防止…など、多くの効果が得られるので、野菜作りには一石二鳥の優れたもの、欠くことのできない手段といつてよいほどです。

●フィルムマルチ

ごく薄いプラスチックフィルム（一般に農ポリ、0.02mm厚）を地面に敷くことで、地温の上昇、土壌水分の保持、土壌表面の固結防止、雑草の抑止（黒色など）、それに反射光による害虫飛来の回避（銀、白色など）などに効果が表れます。春夏

黒色フィルム
地表面を平らにして、凹凸がないように丁寧に平らしてからフィルムを敷く

○ 温まったフィルムの温度が土によく伝わるため地温上昇劣る

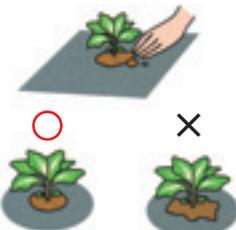


透明フィルム

○ 隙間で温まった空気の熱が土に伝わるため地温上昇優れる



× 地温上昇劣る



定植後、穴をフィルムで覆うようにしながら株の周りに土を寄せて密閉する
株の周りのフィルム穴を開けたままにしておくと、暖まった空気が逃げ温度が上がりにくく、乾きやすくなる

野菜では、低温期の地温上昇と乾燥防止、雑草防止、あるいは夏の地温上昇抑止（銀、白色）に特に有効です。使用に当たっては、図のようにフィルムの種類と土壌への影響の関係をよくわきまえて、効果を十分発揮させるように扱うことが大切です。秋冬、越冬野菜には地温上昇を優先します。その効果は透明の方がより大きいのですが、雑草抑止には無効です。雑草のことを考えて黒色を使用。場合には、土の表面をよくならし、フィルムの密着面をできるだけ広くすることが大切です。植え穴付近は

土を覆って穴をふさぎ、地温上昇や乾燥防止の効果を高めるようにしましょう。

●敷きわら

稲わら、麦わら、刈り草の他にもみ殻、コンポストなど各種の有機物が材料となります。農家でないと材料の調達が難しいものが多くなってきましたが、夏の乾燥を防ぎ、地温の上昇を防ぐ効果はフィルムよりはるかに大きく、また、有機物の増加による土壌物理性の改善、地表付近の根群の増加、水溶性養分が土に移り有効態カリが増加（特に果樹に有効）するなどの副次的効果も期待できます。ただし地温上昇には明らかにマイナスとなるので、低温期には使えません。

マルチはいずれも雨による下葉への土壌の跳ね上がり防止するので、野菜では病害の発生抑止にも有効なことを付記しておきましょう。

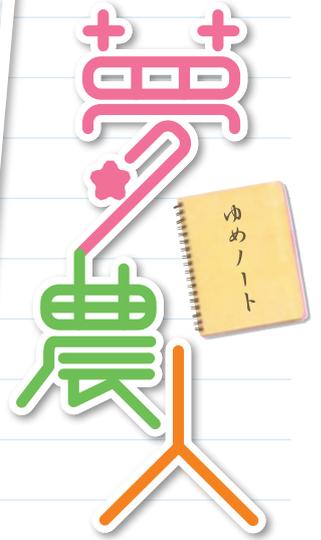
平成26年産米の追加払について精算をさせていただきます。

※備考価格は26年産米の追加単価です。
※ひだほまれ・五百万石については27年3月末に精算済です。
※一般米についても、同額単価の追加払を精算致しました。

■平成26年産米概算金追加払単価表

(単位：円)

制度	品種	年産	特等	1等	2等	3等	備考
JA米	コシヒカリ	26年	-	9,700	9,052	7,972	
		追加後	-	10,500	9,852	8,772	800
	ひとめぼれ あきたこまち	26年	-	8,000	7,352	6,272	
		追加後	-	8,200	7,552	6,472	200
	その他うるち 銘柄品種	26年	-	7,500	6,852	5,772	
		追加後	-	7,700	7,052	5,972	200
たかやまもち	26年	-	14,500	13,852	12,772		
	追加後	-	15,300	14,652	13,572	800	
ココノエモチ	26年	-	11,800	11,152	10,072		
	追加後	-	12,600	11,952	10,872	800	



長谷川 昌英さん
(恵那市大井町)

農業にまつすぐひたむきに

定年退職を機に何か新しいことを始めようと決心し、今年度から夏秋なす栽培を始めた長谷川さん。水田転作で2.5aの圃場に150本を植え付け、11月上旬まで約2ヶ月の出荷を見込んでいます。「初めての年なので、とにかく教わったことをやるだけ」と栽培へのひたむきな思いを話します。

長谷川さんは昨年夏秋なすのチャレンジ塾や栽培見学ツアーに参加。栽培技術を習得し知識を深めるとともに、生産者同士の交流の場ともなりました。当JA営農アドバイザーは「熱心な姿勢が印象的だった。病虫害の防除などアドバイスしたことは真面目に取り組み、圃場の管理もきちんとしている」と評価します。

管理作業で今苦戦しているのは、多収のために「切り戻し剪定」。高温を好むナスでも真夏に樹勢が弱ることから、品質の良いナスを収穫するため枝を切り戻し、新しい枝を出します。「慣れば簡単に出来ると思うが、今はまだ時間がかかるよ」と苦笑い。また、以前じゃがいもなどを栽培した際に猪や鹿、熊の被害にあったことから電柵を設置し、鳥獣害対策も徹底。

「つくるからには美味しく高品質なもの

をつくりたい。栽培が軌道に乗ってきたら、夏秋トマトや栗にも挑戦してみたい」と意欲的です。

ナスには強い抗酸化力

ナスの紫紺色はナスニンと呼ばれるポリフェノール的一种でアントシアニン系の色素。ガンや生活習慣病のもとになる活性酸素を抑える力が強く、コレステロールの吸収を抑える作用もあります。





エンジョイ マイライフ

登山で心と体の健康

柴田勝弘さん(中津川市阿木)

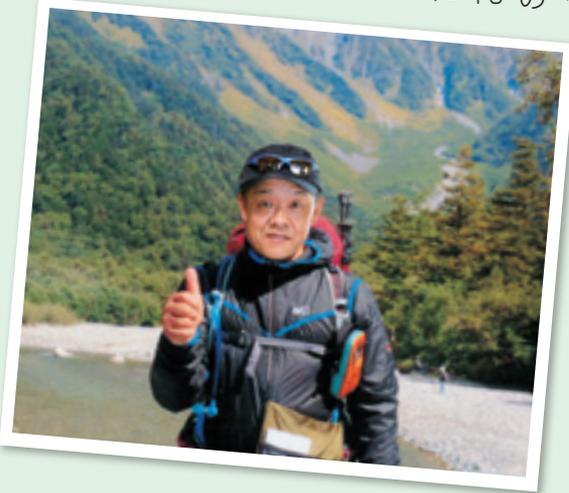
「二度山に登ったら、やみつきになる」と登山の魅力を話す柴田さん。10年前に同級生に誘われたことがきっかけで、登山を始めました。四季折々に美しい表情を見せる自然や登山者との出会い、そして共に過ごす有意義な時間が、登山の醍醐味だと感じています。

今までに登った山

は、槍ヶ岳や富士山、唐松岳、燕岳など。「計画し

ていたわけでもなく登ろう!と突然思い立つことも多いよ」と笑います。一人で登ることが多い柴田さんですが、20代の登山初心者に同行し、山登りの楽しさを伝えたり、アドバイスをおくることもあります。「根性があれば誰でも最後まで登ることが出来る。特に女性は男性よりたくましい一面をもっているよ」と話します。

登山を始めてから適度な運動を生活に取り入れ、カロリーを抑えた食事を心掛けるなど、健康面にも気を使うように。「膝を壊したり、怪我のないようにとにかく無茶をしないことが肝心。心身ともに健康を保ち、いろんな山に登ってみたい」と意欲的な柴田さん。9月の連休にも唐松岳に登る予定です。



★JAの星



共済部 保全課
安藤 健

Profile

担当: 共済事務インストラクター
入組: 20年目
出身: 恵那市岩村町
血液型: A
好きなこと: 子どもと遊ぶ

正確さを第一に

支店の共済担当者に迅速で適正、確実な事務処理をしてもらうための的確なアドバイスができるよう日々心掛けています。

これからも支店と連携を取りながら、事務レベルの向上に努めたいです。

キラキラ ひがしみのっ子



(左から)

塚田 稀空ちゃん(5)、みら 楓花ちゃん(1)、ふうか 爽人くん(7)
(恵那市上矢作町)

みんな仲良し

しっかりもので面倒見の良い長男の爽人くんと長女の稀空ちゃん。末っ子の楓花ちゃんを抱っこしたり一緒に遊んでくれることで、お母さんも大助かりです。

「上矢作の自然を満喫して、心豊かな子に3人とも育てほしい」とお母さんは願います。



ひがし君・みゆちゃんの おはなし日和



中津川市坂下 吉村恵美子さん
カメラをむけると泣いてしまう子もいるため、お母さん方にはいつも協力してもらいながら、良い表情が撮れるよう取材しています。

8月号の「キラキラひがしみのっこ」が本当に可愛かったです。毎回可愛い子どもたちに癒されます。

8月8、9日に行った内覧会では、JA葬祭の内容やサービスを知って頂く貴重な機会となりました。たくさんの方に越え頂き、誠にありがとうございました。



「アグリホールえな」の内覧会に行きました。恵那地域に今ままでJAの葬儀場がなかったため、とても嬉しく思います。

もしもの時に備えて、自分自身もその家族も事前に考えることが大切です。

8月号の特集では葬儀の流れやよくある質問などを紹介していて、とても勉強になりました。「終活」を身近に感じる必要がありますね。

色や形、大きさなど様々な布ぞうりを応募してみてくださいね。



TEL 0563(52)20900
くしはら温泉ささゆりの湯に展示します。応募方法などのお問い合わせはささゆりの里布ぞうり研究会

第9回全国布ぞうりコンテストでは参加作品を募集しています。11月に大賞など計15点を決定。作品は10月の1カ月間、くしはら温泉ささゆりの湯に展示します。応募方法などのお問い合わせはささゆりの里布ぞうり研究会

ご注文ありがとうございます。地元のお米なので安全・安心ですね！

「今すり米 ひとなる」を予約しました。新鮮なお米を食べられるとあって、今から楽しみです。



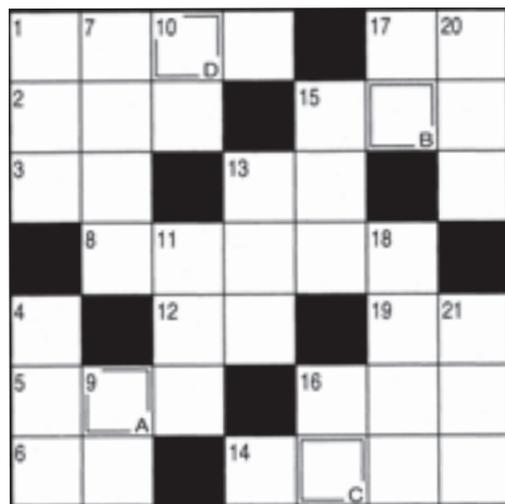
頭〇体操

■タテのカギ

- ①あなたが今書き込もうとしているもの
- ④太陽系の第4惑星 地球のお隣さん
- ⑦ラグビーの選手が組みます
- ⑨秋に川を遡上する魚の一つ
- ⑩白ときねでつくります
- ⑪十五夜に楽しむもの
- ⑬閻魔大王が居る場所
- ⑮それ以上進めない——小路
- ⑰恋よりも深いかも
- ⑱焼き物で有名な愛知県北部の市
- ⑲顔と服を床に付けて寝た体勢
- ⑳「ふじ」「玉林」「紅玉」といえば
- ㉑王様や殿様に仕えます

■ヨコのカギ

- ①別名は秋桜 ピンクや白の花を咲かせます
- ②建物を建てるための土地
- ③魚の呼吸器官
- ⑤ゴマを英語でいうと
- ⑥枯れ山水の庭にはありません
- ⑧有明海のシンボリックな魚
- ⑫9月9日は——の節句
- ⑬マッチの手で持つ部分
- ⑭天気記号で●は雨 では○は
- ⑮寝るときに敷いたり掛けたり
- ⑯水とは混ざりにくい物が多い
- ⑰ニンジンやセロリは——科の植物
- ⑲今度払うから——にしておいて



【問題】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？

■応募要領

官製ハガキにクイズの答えと、郵便番号、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、JAまたは広報誌に対する意見、要望などをご記入の上、下記までお寄せ下さい。

〒509-9132 中津川市茄子川1646-19
JAひがしみの 本店 ふれあい課

■応募締切日

平成27年9月25日(金)

■賞品

正解者の中から抽選で10名様に農協全国商品券(1,000円分)をプレゼント



■8月号の答え

ネットイヤー(熱帯夜)

■クイズ当選者(敬称略)

小縣 厚美、市岡 忠弘、勝 富子、河瀬 陽三、後藤 康司、原 共子、長谷川 五十鈴、園原 陽子、榎本 ひとみ、曾我 知子



JAひがしみの 概況

(平成27年7月31日現在)

組合員数	32,893人
出資金	26億8,860万円
貯蓄金	2,176億4,280万円
貸出金	444億2,820万円
共済保有高	7,123億5,371万円
購買品供給高	24億4,591万円
販売品取扱高	13億5,085万円

ここだけの1枚



「トマトづくりに熱心な若い女性がいる」と聞き、先日取材させていただきました。名前は窪田菜那さん、21歳。県農業大学を卒業後、現在は上矢作町のトマト生産者、梅本広市さんのもとの1年間トマト栽培について研修中。来年の独立を目指します。農業での高齢化や後継者不足が課題となっていますが、窪田さんの今後の活躍に期待し、応援していきたいです。(な)



ここだけの話

■JAが作成する「オリジナルカレンダー」写真の応募で今年も150枚を超える力作が集まりました。毎年すばらしい作品が多く選考も難航します。作品の中には東美濃地域のあまり知られていない撮影スポットや、素敵な風景がたくさんあります。
みなさん、来年のカレンダーをぜひ楽しみにしていて下さい。(も)

■パーマをかけました。「大人っぽい印象になったと言われ喜ぶ一方、「前の方が良い」「老けて見える」という意見もあり複雑な心境に…。髪型は見た目に大きく関わりますね。4年間ショートヘアでしたが、30cm位伸ばし、言動が子どもっぽい私でもしっとり落ち着いた女性に見えればいいなと、密かに思っています。(な)

無料相談日

JAでは、各種相談日を設けていますので、お気軽にご利用ください。各相談場所へ事前に電話予約をしてください。

内容	月	日	場所
年金相談	9月	9日(水)	恵那支店
		〃	坂下支店
		16日(水)	中津川支店
		〃	下野支店
		〃	加子母支店
	〃	付知支店	
	10月	7日(水)	山岡支店
法律相談	9月	9日(水)	下野支店
		10日(木)	本店
		16日(水)	恵那支店
		〃	山岡支店
	10月	8日(木)	本店
		14日(水)	下野支店
		9日(水)	恵那支店
税務相談	9月	〃	山岡支店
		16日(水)	中津川支店
		24日(木)	下野支店
		10月	14日(水)
	〃	山岡支店	
	9日(水)	恵那支店	
	〃	山岡支店	

ご案内窓口 市外局番 ☎(0573)

本店	☎78-0124	上村支店	☎47-2311
中津川支店	☎65-3144	坂下支店	☎75-4111
恵那支店	☎25-5291	加子母支店	☎79-2241
山岡支店	☎56-2121	付知支店	☎82-2121
明智支店	☎54-2171	下野支店	☎72-2061

ふれあひ訪問日

平成27年10月のふれあひ訪問日

7日(水)・8日(木)

※都合により変更の場合があります

緊急連絡先

事故をしてしまったら	TEL 0120-25-8931
通帳・キャッシュカードを無くしてしまった	TEL 058-276-8015
葬儀に関するご相談は	TEL 0120-09-8382
電化製品のお問い合わせは	TEL 0573-78-0122
プロパンガス・ガス器具のお問い合わせは	TEL 0573-68-7744



(カレンダー応募作品より)

明知鉄道が毎年行っている「かかしコンテスト」です。本物の人間そっくりなもの、工夫されたユニークなものまでたくさん並んでいました。最近あまり見かけなくなりましたかかしですが、実りの秋に、田んぼや畑を守ってくれる大事な存在です。

今月の表紙

かかしコンテスト風景

撮影：新井俊秀さん
(恵那市明智町)
撮影地：岩村町富田



ブドウ

1粒何m?
ブドウでエネルギー補給

世界中で広く栽培されている果物の1つ、ブドウ。有名なフランスやイタリアをはじめ、様々な国のワインがあることからもうかがえます。

皮の色によって「赤・緑・黒」系に分けられ、赤は「デラウェア」や「甲斐路」、黒は「巨峰」や「ピオーネ」、緑は「マスカット」などが有名ですが、他にもいろいろな種類があります。そのままでももちろんですが、コロッとしたかわいい形や鮮やかな色を活かして、ゼリーやシロップ漬けなどもおすすめです。

ブドウは果実の中でも甘みが強く、ブドウ糖と果糖が主成分。



体内ですぐエネルギーになるので、疲労回復に効果的です。中でもブドウ糖は脳細胞のエネルギー源になるので、朝食のフルーツにぴったり。皮にはポリフェノールの一種「アントシアニン」が多く含

まれます。この成分にはアンチエイジングや、視力機能の回復に効果があり、動脈硬化や心臓病の予防も期待できることから、注目が集まっています。皮ごと食べられる品種や、ブドウを丸ごとしばって造られるワインやジュースがおすすめです。

ブドウの皮をよく見ると、白っぽい粉がついています。これは「ブルーム」というブドウから出ている物質で、表面を保護し水分の蒸発を防ぐ働きがあります。満遍なくついているのが美味しい証拠。鮮度を保つ役割もありますが、食べる直前には洗い流しましょう。ブドウの保存は、ビニール袋に入れ野菜室へ。日持ちしないので、なるべく早く食べましょう。

ところで、ブドウは房の上の方と下の方の実ではどちらが甘いかご存知ですか?答えは「上」。つるに近い房の肩の部分が甘味が強いので、下から食べていくと最後まで美味しく食べられます。ぜひお試しを!

RECIPE

ブドウの韓国風シロップ漬け

材料(2人分)

調理時間
10分

- ブドウ(巨峰など好みのもの)……………12粒
- 砂糖……………大さじ4
- △ 水……………200ml
- シナモンパウダー……………少々
- ショウガ……………1かけ(10g)
- レモン汁……………小さじ2
- 松の実……………適量

作り方

- 1 ブドウは皮をむきます。ショウガはすりおろし、汁を取ります。
- 2 △と1のショウガ汁を小鍋に合わせて煮立て、砂糖が溶けたら火を止めます。レモン汁を加えて混ぜ、冷まします。1のブドウを加え、冷蔵庫で冷やします。
- 3 器に2を盛り、松の実をのせます。



出典:「ベターホームのお料理教室」 撮影:大井一範

Heartful Communication

ひがしみの

発行: 東美濃農業協同組合(JAひがしみの) ● SEPTEMBER / Vol.210 2015年9月1日発行
編集: 企画総務部ふれあい課 〒509-9132 岐阜県中津川市茄子川1646-19
TEL0573・78・0124 FAX0573・68・7724 <E-mail>koho@ja-higashimino.gjadc.jp

JAひがしみの
ホームページ

ひがしみの産のおいしいレシピや食材、最新情報はこちら

<http://www.ja-higashimino.or.jp/>

JAひがしみの

検索

