

Heartful Communication

JA ひがしみの

ひがしみの

11

2020 NOVEMBER
Vol.272

特集

管内で1,100部以上読まれています!

「家の光」って、どんな雑誌?



恵那自然薯生産組合の皆さん



恵那市長島町

森川 哲幸さん(71)
(右端)



付加価値の高い 「ものづくり」の魅力がある

毎年11月中旬には、目揃え会のために初掘りしたものをとろろにして食べるのを楽しみにしている恵那自然薯生産組合の組合員の皆さん。その組合長を務めるのが森川さんです。

組合員は現在6人で、40歳代から70歳代。「土の中のものだけど、気象条件に非常に左右されやすい」という自然薯は、過湿では病気になるやすく、乾燥させると芋の大きさが小さくなってしまいます。病気を媒介する害虫の出入りを網でシャットアウトする網室で種芋を共同で生産することで、品質の高い生産につながっています。

森川さんは「付加価値の高いものづくりの魅力が自然薯栽培にはあるね。それに、米や果菜類は見れば出来がわかるけど、自然薯の場合はツルの茂り具合から想像しつつも掘り上げてみないとわからないところが楽しい」と笑います。

森川さんは公務員だった50歳代から、水田を中心とした約1畝の農地を父親から受け継ぐ覚悟で、栗を植えるなど準備を始めました。現在は水田40^ア、栗50^ア、自然薯3^アのほか、自家用の野菜も作っています。



風味と滋味豊かな恵那の自然薯

化学農薬・化学肥料の使用を3割控える岐阜県の認証制度「ぎふクリーン農業」で栽培し、安全・安心な恵那の自然薯は贈り物にも喜ばれています。「コロナ禍の今、真心込めた贈り物にぜひ」と森川さん。500ケースを出荷予定で、全国に発送します。

恵那の自然薯

1箱 約1^キ入り3,240円(税込・送料別710円)
ご注文は11月末まで(12/7~12/25発送予定)

お問い合わせ

JA恵那アグリセンター 電話 0573(26)2982

自然薯栽培も父親から受け継いで10年目。森川さんが栽培するのは700本です。選別を行ったあと、1^キ入りの箱に2本ずつ詰めて出荷します。

芋の肌色と肉質を良くするため、粘土質で色の明るい赤土を確保することに始まり、それを乾燥させてふり、クレバーパイプに詰めて植え付けるまでが一番の重労働といえます。



「家の光」って、 どんな雑誌？



95年の歴史があります

JAグループの(一社)家の光協会から発行されている月間の家庭雑誌です。その歴史は大正14年(1925年)に始まり、なんと95年!



JAひがしみの管内で
毎月1,100部以上読まれています

「食と農」「暮らし」「協同」「家族」という4つの柱をたいせつに、JA組合員をはじめ地域の方の暮らしに役立つ情報を掲載してきました。「協同組合精神＝助け合って、よりよい地域社会を築くこと」を底流とした内容は多くの方の共感を呼び、JAひがしみの管内でも1,100部以上が定期購読されています。

記事活用で地域が元気に!

家の光協会では、書籍の発刊とともに、記事を活用した多種多様な文化活動を展開・支援し、JAとともに地域全体が有機的に結びつく足がかりをサポートしています。



ふれあい訪問日に届けてもらうとすぐに「家の光」を開きます。
玄関わきの4畳半が、手芸が大好きな私の部屋で、窓際に付けた机で一番最初に開くのはやはり手芸のページ。最近だとマスクや針金ハンガーモップ、肩たたき棒など、余り布や日用品を再利用して作れるものも多く、記事に載っているものはよく作ります。色の組み合わせや使いやすさを考えて自分なりに作り方を工夫するのが楽しくて。たくさん作って人にプレゼントしたり作品展に出したり。そして、体操のページもよく見ます。年齢とともに体が硬くなってきたと感じるので、折に触れてはページをめ

くって筋を伸ばしたり。
ぶどう70[㍓]、栗60[㍓]、米20[㍓]などを作る農家なので、秋までは忙しかつたけど、夜の時間が長くなるこの季節、「家の光」をおともに手芸の時間をゆつくりと持つのが楽しみです。
「家の光」は「ファミリー・マガジン」というだけあって、いろんな話題が幅広く細かく載っています。家族がみんなで見ても、それぞれに興味を持てるページがきつとあると思います。趣味や料理だけでなく、世の中の情勢について考えさせられる記事もたくさんありますよ。

手芸のページを一番に
そしてあとはじっくりと読めます

木下みつ子さん 70歳 中津川市駒場

「家の光」を定期購読している仲間で、手作りした小物を使って老人福祉施設で、利用者とレクリエーションを楽しんだりプレゼントしたりといった活動もしています。

別冊付録はかさばらないのでとっておいて、時々引っ張り出してきて見ます。料理や野菜作り、暮らし全般に役立つ知恵袋や災害時の備え、エンディング・ノートなど多岐にわたります。



日々の暮らしの

「抛り所」みたいなもの

森本 幸恵さん 73歳 中津川市下野

嫁いで2年、当時の農協の生活指導員の方に誘われて女性部に入りました。「家の光」も進められて定期購読を始め、47年になります。

当時の女性部活動で一番心に残っているのは、部員の仲間が「家の光」に投稿し、掲載された「裁縫ビン」(1998年6月号)の作成に小グループで取り組み、1300個の空き瓶を裁縫ビンに変身させ、リサイクル運動に貢献できたことです。

「家の光」は、生活情報、野菜栽培、料理、政治、芸能など、幅広い情報が豊富なところが魅力です。子どもができ、安全・安心な食べ物で育てようと思っていた頃、「家の光」の記事で食品添加物の恐ろしさを知りました。この記事きっかけに、岐阜県産の小麦粉を使った安全・安心なラーメンをみんなで試行錯誤して作ったことも懐かしい思い出になっています。

今の私の楽しみは、幼い頃からの夢でもあった洋裁に携わること。仲間と始めた裁縫グループ「縫をまい会」は、着物のリサイクルや家にある布地で、作りたいものを作品にしています。JAで年1回開催



「家の光」は裏表紙から開きます。「家の光料理カード」「畑の時間」「きらりハーモニー」、そして、地域で活動している人たちを紹介するページを最初にチェックします。全国の様々な地域で生き生きと活躍している人の笑顔を見ると、自分も元気が出ます。自作の「さっとカブリーナ」を被って・・・

される作品展に参加し、「家の光」に載っていたハンドメイドの「さっとカブリーナ」の体験コーナーを開いたときはとても好評でした。

いつも「家の光」を抛り所に、仲間とつながっている幸せに感謝しながら、一緒に楽しめる時間を大切にしたいと思います。



「縫をまい会」は下野と苗木で開催。最初はうでぬぎや帽子、ブラウスやモンペ、子どもの服作りでしたが、今ではウェディングドレスや自分の着物を再利用したロングドレスもつくっちゃいます。気の合う仲間と過ごす、有意義な時間となっています。(写真は下野縫をまい会の仲間たち)

ふれあい訪問日にお届けします

「家の光」 定価(税込)

普通月号 629円

付録月号(1:4:5:7:9月号) 922円

付録月号(家計簿12月号) 1,027円

1年間定期購読 9,411円

※定期購読のお申し込みは2月・4月・6月号分からとなっています。

お近くのJA各支店へお申し込みください。待合席に見本誌がありますのでぜひ手にとってご覧ください。

バックナンバーの注文もできます。



全国で48万部
中心読者は50〜60歳代女性

創刊から10年後の1935年には購読部数100万部を突破した「家の光」。出版物やメディアがあふれる現在でも、購読部数は全国で48万部あり、月刊雑誌において国内最大部数を誇ります。

日本で唯一の農村向け家庭総合雑誌であり、中心読者は50〜60歳代の女性が8割。



福島県会津地方に伝わるじゃがいものクズを使った「いも床漬け」(2018年5月号)で青菜がきれいに漬かっている写真を見て、やってみたい! さっそく作り(右の容器の黄色っぽいもの)、今ではすっかり仲間に広めています。

人生の指針を 示してくれる本

小椋照子さん 79歳 中津川市茄子川

もともと「家の光」を読みはじめたのは、今から40年以上前、当時の農協婦人部の主催で性医学評論家のドクトルチエコ先生の講演があったことがきっかけ。当時、婦人部に入っていなかった私は講演を聞けなかったのが残念で、じゃあ、つくっちゃおう!と友達と婦人部を結成。そしてJAグループのファミリー雑誌である「家の光」を定期購読することになったのです。

「家の光」は私にとって、ただの雑誌というよりは、人生でけ・つ・ま・ず・い・た・と・き・に・起・き・上・が・ら・せ・て・く・れ・指



針を示してくれるもの。なぜ、そこまで言えるかというと、「家の光」には芸能人や業界人だけでなく、田舎の一般的な女性たちが登場し、家庭生活や地域のなかで仲間と工夫して活躍する姿が載っているから。私自身、結婚後、「家の光」をテキストにしたJAの野菜作り講座に参加。野菜がたくさん出来るようになる、それを売る100円市場を立ち上げ、さらにそれを加工する加工場を立ち上げるなど、仲間とともに描いた目標を少しずつ実現してきました。平成7年からはボランティアの助けあい組織を立ち上げ、JA訪問介護センターの利用者に手作り弁当を提供するなどの活動もしています。これらの活動は「家の光」に出ていた全国のような女性たちの姿がヒントになっているのです。「家の光」とともに納得のいく人生を送っています!

最初に開くのは、特集。世の中の話や情勢に触れることができます。そして料理のページを見ますが、「家の光」のいいところは、気負ったものでなくて、我が家の畑にあるもので工夫できる料理が載っているところ。そして「美輪明宏の人生相談」を読んでから、クロスワードパズルへ。

その多くがJA女性組織に加入しているメンバーでもあります。

JA女性組織とは、最寄りのJAを振り所にして食や農、くらしに関心のある女性が集まって活動する組織で、農家でない人も気軽に参加でき、全国に652組織、55万人のメンバーがいます(2018年現在)。

JAひがしみのでは「あい♥あい会員」の愛称で呼んでおり、今回、「家の光」の魅力について語っていただいたのもこのあい♥あい会員。次ページで会員を募集していますので、ぜひあなたも参加してみませんか。



「家の光」というなまえ

大正末期からの近代化・民主化の波の中で、1925年(大正14年)、都市居住の大衆を対象に雑誌「キング」(1957年廃刊)が創刊した一方で、「家の光」は、ごく平均的な農業家庭を想定し、農業情報や生活実用記事を満載する雑誌として創刊しました。誌名の由来は残念ながらはっきりとしたものはなく諸説ありますが、協同組合運動が広がっていた当時の時代の中で、「農村家庭の光となるように」と名付けられたと想像できます。

JAひがしみの本店ロビーにあります!

家の光図書コーナー

(家の光協会発行の図書)

本店ロビーの家の光図書コーナーには
毎月2~3冊の新刊が届いています。
お立ち寄りの際はぜひご利用ください。



貸出方法

貸出カードにお名前と貸出日・返却予定日を記入し
て窓口にお申し出ください。組織広報課担当者へ
貸出カードを預けていただく方法になっています。

決定版 野菜づくり大百科

板木 利隆 著



家庭菜園の知識を丁寧なイラストで徹底解説した、まさに「決定版」です! 127種の野菜の種まきから収穫までの栽培プロセスがよくわかります。育てやすい品種の紹介や病害虫対策、土づくりなど、役立つ情報が満載で、おすすめです!

定価: 4,180円(税込)
ビニールカバー付き

雑草と育てる 無農薬でバラ庭づくり

鈴木 せつ子 著

雑草に対する見方が180度変わるかも!? 土の中のしくみと雑草の効用、雑草を干し草にして肥料として施す...などなど驚きのオーガニックバラ栽培。あい♥あい会員の講座で今年から始まった「有機栽培「バラ」コース」は蛭川林勝代さんが講師。興味のある方はぜひ講座にも参加ください!



片づけられない親のための 幸せの生前整理

辰巳 渚 著



「親の暮らしに口出しするのは余計なお世話?」40代の著者自身が、母よりも仲良くしてきた伯母の家の片づけをきっかけに「無理強いしなくても」と先延ばしにしてきた生前整理の、ほんとうの価値に気付く…。親を「その気」にさせるレッスン、モノの捨て方、のこし方。家事・暮らしのアドバイザーとして活躍する著者による幸せの生前整理術。

着物リメイクの服と小物

高橋 恵美子 著



全て手ぬいでき、道具がなくても気軽に始められるリメイクの本です。もとの着物の形を生かして作る方法や、特別な技術はいらない作り方。型紙付きです。色・柄・素材を生かすアイデアが満載です。

年会費は500円。ただし、ご本人名義でJAに出資のある方や世帯で家の光3誌(家の光、ちやぐりん、地上)のいずれかを購読いただければそれぞれ200円の割引になります(両方に該当する場合は年会費は100円)。

「家の光」を購読いただくと、気の合う仲間と小グループをつくって登録しJAの施設を利用することも出来ます。

それぞれの活動には
何年でも続けて
参加していただけます。

食や農業に関心のある方、農業技術の習得や農産物の加工、親子農業体験、料理教室や健康の維持向上、手芸など心豊かに地域生活を楽しむ活動を幅広く行っています。

あい♥あい会員は
農家でなくても、
男性でも女性でも
なることができます。

60歳以上の方の参加が増えていきます。いきいきと趣味の時間を楽しんだり、新しいことに挑戦してみたい、人の役に立つ活動がしてみたい、そんな方のきっかけになれるのあい♥あい会員活動です。ぜひ参加してみませんか。

あい♥あい会員に
なってみませんか



家の光募集企画

わたしたちの「巻きずし」 レシピコンテスト



地産地消をテーマに、
地域自慢の食材を使ったり、

変わった具材や巻き方にしたりなど、

自由な発想で工夫を凝らし、

大人にも子どもにも笑顔で食べてもらえるような

オリジナルの「巻きずし」レシピを

募集します。



募集内容

ご飯を使った巻きずし1本分のレシピ(ご飯をのり以外の食材で巻いても可)

賞と賞金

最優秀賞(1点).....賞状と賞金2万円

優秀賞(1点).....賞状と賞金1万円

優良賞(1点).....賞状と賞金5千円

応募方法

A4用紙(複数枚可)に必要事項①レシピ名、②使用する材料と作り方(1本分)、③応募作品のPRポイント、④氏名(グループの場合はグループ名と代表者名)、⑤住所と電話番号(グループの場合は代表者住所と電話番号)、⑥出来上りの写真、⑦応募者の写真(裏面にレシピ名と氏名またはグループ名を明記)を添付してお送りください。

応募規定

個人で応募し、さらにグループで応募するなど、複数応募も可能です。応募作品は、オリジナルで未発表のもので、東美濃産の食材を使用することとします。なお、応募レシピは、(一社)家の光協会主催の「家の光 巻きずしレシピコンテスト」へ応募致しますので、ご承知おきください。

審査基準

- ①地元の食材を生かしている
- ②アイデア、食材の使い方に工夫がある
- ③仕上りの完成度(彩り・見た目)
- ④手軽に作れる

募集期間

令和2年11月2日(月)～令和3年1月29日(金) 必着

送付先

〒509-9132 中津川市茄子川1646-19
JAひがしみの 組織広報課
TEL 0573-78-0124

結果発表

JAひがしみの広報誌、令和3年3月号誌上

主 催 JAひがしみの女性連絡協議会

特集

「家の光」って、どんな雑誌?

11月の新刊

朝10分で作れる 薬膳スープジャー弁当

植木 もも子 著

薬膳を取り入れた初めてのスープジャー弁当の本。調理時間はたった10分で、使う主材料は食べ合わせ効果のある3つだけ! 和洋中の幅広いジャンルの味が毎日飽きずに楽しめる。症状別の薬膳アドバイスつき。

定価: 1,430円(税込)



11月の新刊

くるくる巻いてすぐおいしい 肉巻きレシピ

エダジュン 著



お肉と野菜をたっぷり使った「肉巻き」レシピ。短時間で簡単に作れるうえに見栄えや栄養バランスもバッチリ。保存してお弁当やおつまみにも!

定価: 1,540円(税込)

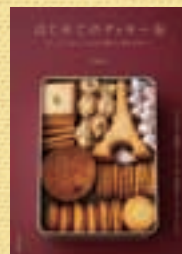
11月の新刊

はじめてのクッキー缶 もらってうれしい小さなお菓子と詰め方のコツ

加藤 里名著

季節やイベントごとに多彩なクッキー缶を32種類紹介。缶の大きさに合わせたクッキーの作り方や美しく詰めるコツを初心者にもわかりやすく解説。誰にでも喜んでもらえるかわいいクッキー缶が自分で作れる!

定価: 1,760円(税込)



JA職員から家の光図書のおすすめ



西尾 美香子



水野 みゆき



石田 由香

お問い合わせ
JAひがしみの 組織広報課
TEL 0573(78)0124

JAひがしみの女性連絡協議会では家の光の持ち寄り読書を行うことで、新しい活動や女性の意見を醸成するヒントにしています。今年のあい♥あい会員活動はコロナ対応のため限られていますが、今後は味噌作り(1〜3月など)も行いますのでぜひご参加ください。



「家の光」を
読み合わせ中...!





JA Higashimino
Fresh News

JAひがしみの

ふれっしゅ
ニュース

2020 NOVEMBER

飛騨牛たっぷり「ひがしみのカレー」 贈答箱が新登場でお歳暮にも

JAひがしみのの年間3,000個を売り上げている「ひがしみのカレー」のパッケージを重厚感のある黒を基調としたデザインに一新しました。

担当者は「レトルトカレーの標準的な内容量は180〜200gですが、

このカレーは飛騨牛をたっぷり入れ過ぎたので、220g。そのうち100gが飛騨牛なんです。管内産の麗夏トマトもたっぷり入っており、飛騨牛の旨みとトマトのkokoroが贅沢な仕上がり」と好評。おうち時間に、そして贈り物にぜひご利用ください」と呼びかけています。

当JA独自の農業応援キャラクター

「ひがし君・みのちゃん」をあしらった贈答箱も新登場し、お歳暮シーズンとなる今後、贈答用としても一層利用しやすい商品となりました。箱は「かしの」とまじゅうす」と組み合わせてもご利用いただける仕様になっています。

商品例 ※カレーの数は調整可

ひがしみのカレー3個、かしの」とまじゅうす2本セット贈答箱入り

1セット 3,800円(税込・送料別)

ご注文はJA各支店へ

参考価格(いずれも税込)

ひがしみのカレー(220g)

1個 700円

かしの」とまじゅうす(720ml)

1本 750円

贈答箱 1個 200円

2021年版JAオリジナルカレンダー 写真採用決まる

JAひがしみのでは毎年、地域のみなさんから募集した写真でオリジナルカレンダーを作成しています。今年も「東美濃の四季」をテーマに、41名の方から128点の応募をいただき、ありがとうございます。

厳選な審査の結果、次の16名の方の作品を採用させていただきました。

(表紙)

〈敬称略〉

林 善彦 (中津川市駒場)

中神 慶子 (恵那市長島町)

神谷 只雄 (恵那市岩村町)

村山 力一 (中津川市駒場)

(各月)

渡辺真奈美 (恵那市飯地町)

吉田 和正 (中津川市付知町)

川合 久司 (中津川市苗木)

大坪 治光 (中津川市駒場)

森川 哲幸 (恵那市長島町)

酒井 隆行 (中津川市福岡)

神谷ゆみ子 (恵那市岩村町)

安藤 秀美 (恵那市串原)

嶋倉 鉦藏 (中津川市加子母)

吉村 緑 (中津川市下野)

青木 孝義 (中津川市苗木)

吉村 清 (中津川市下野)

南小学校3年生が

トマト選果場を社会見学

中津川市立南小学校3年生の児童52名は9月30日、社会見学でJAひがしみの中津川トマト選果場を訪れました。児童は選果場の田口峻吾場長に、「トマトの旬はいつですか」「働いているときはどんな気持ちですか」などと質問していました。



⑥JA細江組合長より感謝状を受けとる村山力一さん



新たにパッケージをリニューアルした「ひがしみのカレー」の贈答箱入りセット(例)



地域特産品のトマトの選果場を見学する3年生児童



新事務所の竣工を祝う農事組合法人「はちたか」メンバーと関係者

東濃ヒノキで新事務所
（農）はちたか一層の農業振興へ
 中津川市福岡の農事組合法人「はちたか」は10月14日、新事務所の竣工式を行い、関係者30名が参加しました。
 建物は木造平屋建てで、延床面積99㎡、県産材需要拡大施設等整備事業の補助金を受け、囲柱ラーメン木構造という新技術を活用し、地元の東濃ヒノキを使った施設となっています。
 「はちたか」の西尾康博組合長は、「設立して8年目、運営も順調に推移し、新事務所の広さは2倍となった。中山間地域等直接支払制度や多面的機能支払交付金等の業務改善を行い、今後は一層地域の農業振興に貢献したい」と話しました。
 同法人の令和2年度作付面積は57・4㌥、コシヒカリを中心に大麦、栗、ブロッコリーなども栽培し複合的な経営を行っています。



収穫適期が短いブロッコリーの出荷基準について丁寧に確認した目揃え会

東美濃産ブロッコリー 12月初旬まで出荷

JAひがしみの旧野井営業所で10月5日、ブロッコリーの出荷目揃え会があり、本格的な出荷が始まりました。12月初旬まで、名古屋市場を中心に出荷する予定です。

今年の作付状況は、組織を含めて19名で、約6万2千株と前年より2割増えました。

当JAの伊藤淳介営農販売戦略課長は、「営農組織やスイートコーン生産者が繁忙期がずれることから意欲的に栽培に取り組み、作付けが増加している。他産地より早期に出荷することで収益の増加につなげたい」と期待を込めて話しています。

岩村町の飯羽間子ども会 さつまいも掘り楽しむ

JASS-PORT岩村の裏の畑で10月11日、地元の飯羽間子ども会の子どもたちがさつまいも掘り体験を行いました。

参加した親子らは歓声を上げながら収穫を楽しみました。



掘り上げたサツマイモの一部はJASS-PORT岩村の利用者にプレゼント

JA助けあい組織 レクリエーション研修

JA岐阜中央会はJAひがしみの本店で9月18日、JA助けあい組織のスキルアップ研修会を開き、20人が参加しました。元氣な高齢者や介護を要する高齢者を地域ぐるみで支えようと、当JA管内では4つの組織で117人が活動しています。



株式会社GOBOUの築瀬寛氏を講師にレクリエーション研修

あい♥あい会員がサークル活動 手作りパン&スイーツ

サークル活動の「手作りパン&スイーツ」では、細江万里子さんを講師にパンやスイーツ作りを楽しんでいます。

参加者は「コロナの影響で久しぶりの活動。これを活かしてまた、おうち時間」を豊かに過ごしたい」と話しました。



安全・安心な手作りのパン&スイーツが好評のサークル活動

JAが「適正な処理」呼びかけ 期限切れ農薬など回収

JAひがしみの10月20～23日にかけて、各地で期限切れ農薬や不用農薬、空容器の回収を行いました。環境に配慮した農業を推進するため、毎年この時期に行っています。

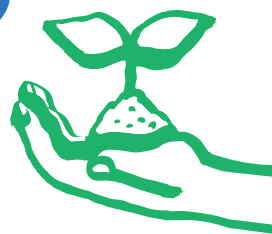


恵那アグリセンターでの回収の様子

農辰旬

情報

2020年
11月



各メーカーの機器が勢ぞろい！ スマート農業展示会

高齢化や担い手農家への農地集約などにより、農業の現場では働き方や労働環境の改善が求められています。その支援を目的に、ロボット技術や情報通信技術（ICT）を活用したスマート農業を提案します。

日時 12月4日（金） 9時30分～15時

場所 JAひがしみの本店・周辺

中津川市茄子川1646・19

**第4回ひがしみの
おいしいお米コンテスト同時開催** 午前10時～

※新型コロナウイルス拡散防止のため、来場の際はマスク着用と手指消毒などにご協力ください。

栽培管理
3Sシステム



農業用
ドローン



実演会
ラジコン草刈機



試着イベント
各種アシストスーツ



畜舎
遠隔モニタリング
システム

警報など何処にいても
受け取ることができ
早急な対応が可能

状況の報告

畜舎

外出先・オフィス

本部

農業用使用済プラスチック資材を回収します

当JAでは、環境に優しい農業を目指して、県、市行政とも連携しながら農業用使用済プラスチック資材の回収に努めています。今年も各地域で行いますのでご利用下さい。

農業用使用済プラスチック資材とは？

使い終わったビニールハウスのビニール、マルチ、肥料袋、育苗箱、ポットなどです。これらの使用済資材は廃棄物処理法で産業廃棄物に指定されています。

回収日時・場所

12月2日（水）10時～14時
坂本ライスセンター
恵那カントリーエレベーター
12月3日（木）10時～14時
加子母トマト選果場
蛭川ライスセンター
12月7日（月）10時～14時
恵南アグリセンター
福岡カントリーエレベーター

回収方法

それぞれの回収場所まで各個人持ち込みをお願いします。重量測定（原則運搬車毎計量）をしてフレコンに詰め込みます。

回収する資材と費用

【農業用フィルム】

泥を落として10kg位の玉にしてください。

塩化ビニールフィルム、POフィルム、マルチフィルム、肥料袋、育苗箱など

処理単価

20,000円（税抜）/㎡

【右記以外の農業用プラスチック】

泥の付いたフィルム、ホース類、プラスチック杭、セルトレー、ブルーシートなど

処理単価

23,000円（税抜）/㎡

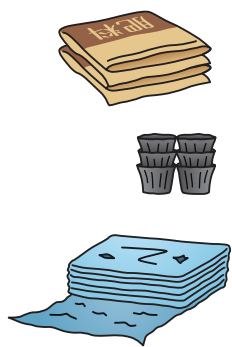
※当日は印鑑を必ずご持参
ください。

お問い合わせ先

JAひがしみの

営農部営農販売戦略課

TEL 0573（78）0137



ナガイモ掘りは適期を誤らず入念に

夏から秋にかけて、さかんにつるを伸ばしてきたナガイモは、晩秋の寒風が吹き始めると茎葉が黄変します。そして、やがては枯死してしまいます。そのため、掘り取る時期は、このような茎葉の変化をよく見極めて決めることが大切です。

一番の適期は、葉がすっかり黄化し、全体が枯れ始めた状態になったときです。緑の葉が残っている中、早く掘り過ぎると、イモをすりおろした際に褐変しやすくなってしまいます。

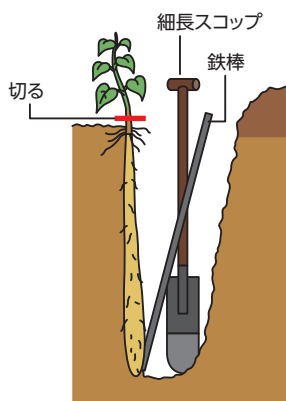
掘り取りは、できるだけ晴天続きを見計らって行いましょう。雨天の後、畑が過湿状態のときに掘ると、貯蔵中の腐敗が起こりやすくなります。根を深く形成している長形のナガイモは、地温低下の影響を受けにくいので、収穫が遅れても、浅根で短形のヤマモ

イモのように低温害を受ける心配は少ないです。

作業では、つるをイモの首の上5〜6cmのところで刈り取り、茎葉を片づけてから掘り取りにかかります。ナガイモは折れたり、傷ついたりしやすいので、株の周り30cmぐらい離れた所から、スコップを立てるようにして、少しずつ慎重に掘り進めます。

イモの先端より少し深い位置まで注意して土を取り除き、傷つけないよう丁寧に掘り上げましょう。図のように幅の狭いスコップや鉄棒などを用いると、効率良く作業を進めることができます。

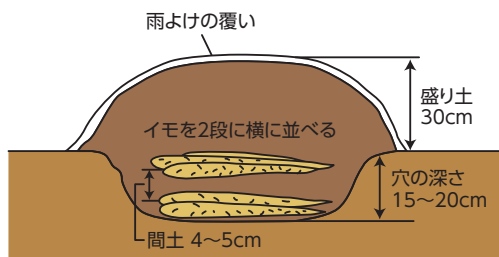
掘り上げたイモは、直射日光や強い風に当たらないよう、



土や覆いを掛けて肌を変色させないようにし、畑から搬出しましょう。



少量のものを短期間保存するには、新聞紙に包んで常温下に置くだけでよいのですが、たくさん取れたら、排水の良い畑地で図のように埋設貯蔵します。0度以下では凍害を受けるので、貯蔵適温は2〜5度を保つようにします。来春まで長期間持たせるには、低温貯蔵庫を利用しましょう。



彩・菜・栽

2020年
11月

シャキッと食感にわさび風味がびったり！
わさび漬の素で手軽に一品

長いも………200g

わさび漬の素：小袋1／2袋

※Aコープ、グリーンセンターでお求めください。



1〜2人分

サイの目に切つてわさび漬の素を適量まぶすだけ。時間が経つとしなっとするのでシャキシャキのうちにお召し上がりください。すぐに食べるので、袋に書いてある適量より少ない量の素で充分です。



シャキッとホクッと

長いもならではの食感を楽しんで

長いもステーキ

1〜2人分

長いも………200g
バター………15g
めんつゆ又はしょう油………適量
かつお節………適量



1センチ厚さの輪切りまたは半月に切り、バターを溶かしたフライパンで焼き色を付ける。ひっくり返して火が通ったらめんつゆ又はしょう油を適量からめて器に盛りかつお節を飾る。

便利な
トッピングに

フードプロセッサーですりおろしにしてから小分けにして冷凍しておけば、蕎麦や丼もののトッピングにもすべに使えます。

キラキラ
ひがしみのっ子

好きなことには
納得するまで真剣に!

JAが合併20周年記念に配布したひがし君・みのちゃんの帽子がお気に入りの恵佑くん。学校では「クラブのバドミントンをするのが一番の楽しみ」と、JAの帽子を被って毎日元気に通っています。スポーツ少年団の剣道や体力づくりのためのキックボクシングに毎週通うなど、とにかく体を動かすことが大好きです。

家では、おじいちゃんが栽培する畑で、ナスやキュウリなどの収穫をお手伝い。「この前は、大きなサツマイモを掘ったよ」と満面の笑顔で話します。

「好きなことには納得するまで真剣に取り組む性格です。このまま健康で、元気に育ってくれればいいです」と話すお母さんです。



中津川市福岡
けい すけ
川辺 恵佑くん(10)

愛のリボンで結ばれた
ファミリーの写真コレクション

ファミリー
PHOTO

ここから新しい愛と未来が
紡がれて行きます...



恵那市山岡町
みつ ひと
西尾 光仁さん(68)
よし え
吉江 さん(62)

今日も
二人三脚

店をつづけることが
元気の秘訣

50年以上続くお食事処を営む西尾さんご夫妻、平成29年12月に店を移転新築し、息子さんと歴史ある味を守っています。先代が考案した国産豚のバラ肉と山岡産コシヒカリ、山岡「貴久生農場」の平飼いの有精卵を使用したカツ丼は「野内へ来た

たら、やっぱりカツ丼!」と言われる人気メニュー。旧店舗のとき、テレビ番組の取材をきっかけに、その後ネットやSNSで情報が拡散し、遠方から来店する人で賑わっています。

光仁さんは名古屋の飲食店で修業後、地元に戻り吉江さんと知り合い結婚、3人の子どもに恵まれ、家族で「野内」を切り盛りしてきました。毎週1日の休日でも、田畑の手入れや草刈りなどをしながらも、お店のことが頭から離れないほど、真摯に取り組んでいるお二人。お互いに支えあって、健康に過ごすことを目標にし、「地域の人たちに愛される店として、息子の世代に受け継ぐことができれば幸いです」と笑顔で話します。



ひがし君・みのちゃんのおはなし日和



10月号の特集「好きです、ご飯が。」の朝ご飯メニューがどれも美味しそうで、ご飯へのこだわりがあって、面白かったです。
恵那市大井町 鈴木 恵子さん

特集、すごく良かったです。
麵屋さんの女性の方のコメントが心に響きました。
恵那市明智町 山内 一枝さん

酪農から栗栽培までやる気と熱心さで築き上げた今日、93才とは思えない元気なお姿、尊敬と元気をいただきました。
中津川市中津川 糸魚川 美由紀さん

特集「好きです、ご飯が。」おもしろく読みました。食事は毎日絶対に必要なことです。楽しく食事の支度ができれば、生活が前向きになり、有意義なものになると思います。
中津川市付知町 岸 多佳子さん

何十年も使ってきた2年連続日記を今年で終了して、来年からはJAへ申し込みの3年連続日記にしようと思います。農作物の記録も出来てよさそうです。畑仕事も計画的にやろうと今から楽しみです。
恵那市中野方町 各務 公美さん

30cm以上ある立派な5人?兄弟です。
苗木支店窓口に展示しています。



作：可知逸夫さん

過去の振り返りもできる
3年連続日記は便利ですね!
JA各支店でお申し込みいただけます。

ありがとう、もみ殻さん。昨年友達に教えてもらいもみ殻を頂いてきました。広報誌に書いてある通り、色々に使っています。高齢者には持って軽いし、今時、無料の物はなかなかありません。大変助かっております。

中津川市中津川
三浦 秀子さん

もみ殻はJAの
カントリーエレベーターや
ライスセンターで
無料で譲り受けています。
ぜひたくさんの方に
使っていただきたいです!

我家では2本の栗の大木が毎年実を付けます。この木は私が高校へ入学した55年前に両親が記念に植えてくれたものです。毎朝、6時頃に栗拾いに行っていて持ち帰ってしぶ皮煮を作り楽しんでいます。記念樹に栗は最適です。感謝!
恵那市山岡町 杉浦 嘉彦さん

実のなる木を
記念樹にすると
こんな素敵な未来が
待っているんですね!

頭

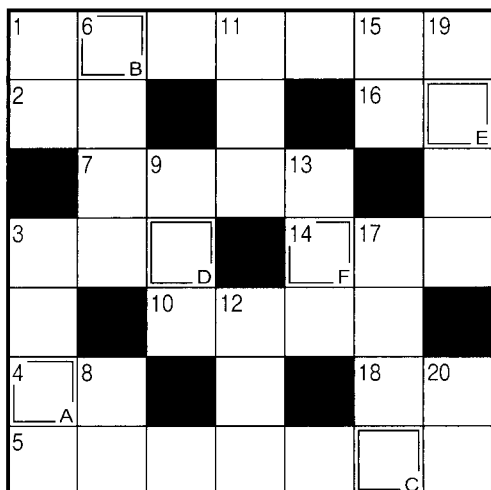
の

体

操



【問題】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

- ① サツマイモで作る洋風の焼き菓子
- ② 東がトン、北がベイなら南は
- ③ 布団や枕などのこと
- ④ 「万葉集」にはたくさん収められています
- ⑤ 漢字で書くと「背黄青鸚哥」。ペットとしてよく飼われている小鳥です
- ⑦ 板を用いることが多い練り製品
- ⑩ 箒(ほうき)と一緒に働きます
- ⑭ おうし座のプレアデス星団の和名。「枕草子」にも出てきます
- ⑯ いかつい——構えをした刑事
- ⑳ 天下の回り物です

■タテのカギ

- ① さらさらと落ち続ける時計もあります
- ③ 新婚家庭には満ちあふれていそう。——太りしちゃう人もいるかな
- ⑥ 朱肉がセットされたケースに入れることも
- ⑧ 「Rの付かない月(5～8月)に食べるな」と言われる貝
- ⑨ 京都の町家は——が狭いうなぎの寝床
- ⑪ グラウンドをならす道具です
- ⑫ 文系とよく対比されます
- ⑬ この商品は——パフォーマンスがいいね
- ⑮ 鍛えて日本刀などを作ります
- ⑰ 髪を刈り込むときに使います
- ⑲ 旅行のこと。——シューズ
- ㉑ こたつで丸くなりたいニヤ

■応募要領

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 総合企画部 組織広報課

■応募締切日

令和2年11月20日(金)

■賞品

正解者の中から抽選で5名様に「農協全国商品券(1,000円分)」をプレゼント



■10月号の答え

ヒメリンゴ[姫りんご]

■クイズ当選者

山田 道子さん
林 金吉さん
太田 政子さん
田口 一好さん
熊谷 正子さん

理 事 会

第8回理事会 (令和2年10月22日)

次の事項が審議されました。

【附議事項】

- ①令和2年度決算結果について
- ②有価証券の取得について
- ③Aコープ馬籠店の休業及びATMの休止について
- ④理事との利益相反契約について



JAひがしみの概況

(令和2年9月30日現在)

組 合 員 数	32,455人
出 資 金	26億1,045万円
貯 金	2,395億2,302万円
貸 出 金	357億8,831万円
共 済 保 有 高	5,923億7,279万円
購 買 品 供 給 高	23億6,812万円
販 売 品 取 扱 高	21億2,865万円

ここだけの話

■夜9時前、布団に入って、絵本をせがまれる。こちらも疲れているときは、早口で絵本を読む。それは早口言葉よりも、だんだん早く。初めは笑ってこれたけど、慣れてしまえば引いている。そりゃそうだ。冬は特に、手がカサカサでページが全然めくれない。幼い子どもにめくらせる。字が読めるようになったら、せがまれてもむしろ子どもに読ませよう誘導する。寝落ちしちゃうようになって、子にたしなめられる。あるまじき親の姿かとも思うけど、親にだっているような感情がある。大人は子どもよりずっといろいろなヤツがいる。いろんなものに縛られてもいるようで、意外とどこまでも自由だ。なかなか、悪くないのだぞ。

(み)

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	11月 11日(水)	恵那支店
	"	坂下支店
	18日(水)	下野支店
	"	加子母支店
	"	付知支店
	12月 2日(水)	山岡支店
	"	上村支店
	"	明智支店
	9日(水)	恵那支店
	"	坂下支店
	16日(水)	下野支店
	"	加子母支店
	"	付知支店

内 容	月 日	場 所
ローンセンター 年金相談	11月 15日(日)	恵那店
	12月 6日(日)	中津川店
	20日(日)	恵那店

内 容	月 日	場 所
法律相談	11月 12日(木)	本 店
	18日(水)	恵那支店
	"	※下野支店
	"	山岡支店
	12月 9日(水)	下野支店
	10日(木)	本 店

※下野支店の11月の法律相談は18日(水)に変更になりました。

内 容	月 日	場 所
税務相談	11月 11日(水)	山岡支店
	24日(火)	本 店
	12月 9日(水)	恵那支店
	22日(火)	下野支店

ご案内窓口 市外局番 ☎(0573)

- 本 店 ☎78-0124
- 恵 那 支 店 ☎25-5291
- 山 岡 支 店 ☎56-2121
- 明 智 支 店 ☎54-2171
- ローンセンター中津川 ☎65-3145
- ローンセンター恵那 ☎26-2999
- 上 村 支 店 ☎47-2311
- 坂 下 支 店 ☎75-4111
- 加 子 母 支 店 ☎79-2241
- 付 知 支 店 ☎82-2121
- 下 野 支 店 ☎72-2061

次回のふれあい訪問日

令和2年12月 **8日(火)・9日(水)**

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 0120-21-5522
- ▶ 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

Heartful Communication

ひがしみの11

●NOVEMBER/Vol.272 2020年11月1日発行

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

<https://ja-higashimino.or.jp>

JAひがしみの

検索



発行：東美濃農業協同組合 (JAひがしみの)

〒509-9132 岐阜県中津川市茄子川1646-19

TEL 0573-78-0124 FAX 0573-68-7724

〈E-mail〉koho@ja-higashimino.gjadc.jp

編集：総合企画部 組織広報課

お伺いしましたのは

店舗名

担当者名

です。