

# ひがしみの



【特集】やっぱり、ご飯が好き。



# やつぱり、ご飯が好き。



食彩まめな俱楽部  
不破 悅子さん(50)



もともと料理が好きで、家庭的なものが作れる今の職場は自分にピッタリです。立ち上げ当初から働き始めて、今年で「まめな俱楽部」も8周年になります。JA中津川グリーンセンターに手作りのお弁当やお惣菜を出していて、オードブルなどの注文も受けています。

9月のおすすめは茄子のしそ味噌がけ。お弁当のおかずとしても、単品としても出していて、とってもおいしいですよ。ご飯がすすむ味です。家でもマネしてよく作ります。それから、夏場にずっと出していたじやがいものコロ煮(煮つころがし)も大好きでした。ひと口大に切ったじやがいもを甘辛く煮付けた、いかにも家庭の味。

家では、ご飯は炊きたてがやっぱりおいしいので、出来るだけ食べる分ずつ炊きます。

友達を通じてお米を買っているのですが、それがおいしくて、おかずがなくともいいくらい。朝、ご飯のお供の定番は具だくさんの味噌汁。姉がグリーンセンターの産直会員にもなっていて、野菜をたくさん作ってい

るので、分けでもらつて。じやがいもや、残った野菜は何でも入れます。それに卵を落とせば、栄養も満点で、おかずは要りません(笑)。野菜が8割方火が通ったところで、鍋に卵を落とし、少し煮立てて半熟ぐらいが好みですね。

実は仕事で作るメニューはどれも、病院で栄養士として長年働いた経験のあるメンバーが、一食当たりの栄養価や塩分量、カロリー計算をして、献立や味付けを管理していく、安心して食べてもらえると思います。毎日、メンバーミんなで味を決めて「うん! 今日もおいしいね」と商品を送り出しています。周りには便利でおいしいお店がたくさんありますが、ひとつ「ほっとする味」として覚えてもらえたなら嬉しいですね。9月下旬から出す山菜栗おこわもぜひ食べてほしい味です。





1歳5ヵ月になる息子がいて、今年の5月には2週間ほど育児休業を取らせていただきました。出産直後は実家の両親に助けてもらって過ごしましたが、

仕事の状況を見ながら、上司、同僚の後押しもありこの時期にお休みをもらいました。

普段は子どもをお風呂に入れたり寝かしつけたりしますが、それだけで見えた気がします。歩けるようになつた息子と散歩に出かけたり、子ども向けのテレビ番組を一緒に見てゆつたりと過ごすのが新鮮でした。

僕はいつも子どもと一緒に寝てしまいますが、そ

朝は必ず食べないと頭が働かないですね。起きてまず、ネットニュースをチェックします。そして奥さんが作ってくれた具が多めの味噌汁とご飯を食べます。豚汁もいいですね。

奥さんの作るご飯は何でもおいしいです。麻婆豆腐やバターチキンカレーは特においしいです。僕が作る時も飯に合うおかずが多いかな。親戚から買っている地元のお米がおいしいんですよ。

朝食のお供は、我が家の一坪くらいの菜園で採れたきゅうりやなすの漬物。塩分をとつて、熱中症対策ですね。ミニトマトやオクラ、パプリカなど、奥さんが子どもと一緒に楽しみながら栽培しています。

歩いて5分の僕の実家ともしょっちゅう、おかげが行つたり来たり。もらったおかげは常備菜のように便利に使っています。

卵かけご飯を愛していますね(笑)。炊き立てのご飯に少し醤油を垂らして混ぜておき、卵にも醤油を垂らしてから混ぜます。そうすると、「塩味のまとまりが良くなる」と何かで見て。ここ1年くらい、はまっています。醤油はダシ醤油で。おいしいですよ。

後も奥さんは栄養を考えながら手間のかかる離乳食を作ってくれます。

J Aひがしみの明智支店  
成瀬 哲也さん(35)



J A なかちゃん加工部会  
藤井 鈴子さん(67)



J A なかちゃん加工部会  
藤井 鈴子さん(67)

JA なかちゃん加工部会で働くようになつて10年以上。今では家庭で作ることが少なくなつてきた「からすみ」や柏餅、朴葉餅など、家庭の味を大切に、手作りしています。JA 中津川グリーンセンターの産直コー

3人の子どもたちも巣立つていき、おばあちゃんも5年前に見送つて、今はお父さんと2人分です。

おいしいですよ。

実家で兄夫婦が作っているお米が

また、おいしいんです。山からの澄んだ水もいいのかな。子どもの頃は、当時、たくさんあつた田んぼを手作業で手伝つて、大変だった思い出ですね。新米がやっぱり楽しみですね。おいしくつて、食べる量も増えちゃう

(笑)。

朝はご飯かパンかといつたら、自然にご飯を選んでいます。焼き魚が好きで、特に好きなのは塩が強めの鮭。中辛や辛口の塩加減のものか、甘口のものなら少し塩を足してカリカリに焼いて食べるのが好きです。お父さんはパンを食べることが多いので、それに合わせてスクランブルエッグをご飯に合わせることも。お父さんが作つている家庭菜園の野菜を漬物にして、必ずご飯に添えて食べています。きゅうりの浅漬けや、Qちゃん漬けっていうのかな。熱い漬け汁を鍋で煮たてて、自分で作るんだけど、

にして、必ずご飯に添えて食べています。JA なかちゃん加工部会のみんなで試行錯誤して作り上げてきました「お母さんの味」です。

自家で作るご飯で好きなのは、味ご飯ですね。これから季節、たくさん

のキノコと、シーチキンを入れるのが我が家の中。子どもたちもみんな好きでしたね。おにぎりにして焼いて食べるとまたおいしい。2杯目はお茶をかけて食べたりね。



そして秋は何といって

も、JAに

出荷される

地元産の栗

を使つた栗

赤飯がおす

すめ。部会

のみんなで試行錯誤して作り上げて

きました「お母さんの味」です。

# HACCPに沿った衛生管理、行っていますか？



令和3年6月から食品衛生法で、

食品の製造、加工、調理、販売に携わる人は、50人未満の小規模な事業者であっても、HACCPに沿った食品衛生管理が求められるようになります。

## HACCPってナニ？

ハサップ

ハサップは、原材料の入荷から製品出荷までの全工程の中で、例えば食中毒などの健康被害を引き起こす可能性のある危害要因を

あらかじめ科学的に分析し、それが除去あるいは安全な範囲まで低減できる工程を管理し記録する方法のことです。

HACCPは、消費者の健康保護、食品の公正な貿易の確保等を目的に組織された国際政府間組織

小規模（食品等の取り扱いに従事する従業員が50名未満）の事業者各業界団体が作成する手引書を参考に、簡略化された手法による衛生管理を行います。具体的には下記の①～④となります。

## HACCPの考え方を取り入れた衛生管理を行う必要がある対象者

①一般的な衛生管理やHACCPに沿った衛生管理に関する基準に基づき「衛生管理計画」を作成し従業員に周知を図る。

②必要に応じて、清掃・洗浄・消毒や食品の取り扱い等について具体的な方法「手順書」を作成する。

③衛生管理の実施状況を記録し保存する。

④衛生管理計画および手順書の効果を定期的に検証し、必要に応じ内容を見直す。

HACCPについて詳しくは厚生労働省HPをご覧ください。対象となる事業者や、各業界団体がまとめた手引書などが確認できます。



平成30年6月公布の食品衛生法改正点

何が変わったの？  
7つのポイントをチェック！

①都道府県を越えた広い範囲での食中毒

で早期探知が遅れ、汚染源の調査や特定が遅れた事例があり、対策が強化されます。

- ①一般的な衛生管理やHACCPに沿った衛生管理に関する基準に基づき「衛生管理計画」を作成し従業員に周知を図る。
- ②必要な衛生管理に加え、HACCPの手法に沿った衛生管理を行うことが、原則として食品を扱う全ての事業者に求められます。
- ③特定の食品による「健康被害情報の届出」を義務化
- ④食品用器具・容器包装について、これまで禁止した物質以外は使用できましたが、安全性が評価された物質でなければ使用できない「ポジティブリスト制度」が導入されます。
- ⑤「営業届出制度」の創設と「営業許可制度」の見直し
- ⑥営業者が自主回収（リコール）を行う場合に、自治体へ報告する仕組みを作り、リコール情報の報告が義務化されます。
- ⑦「輸出品」食品の安全証明の充実

2021 9月

## なす生産拡大大作戦 39人が参加



今年から50本を栽培する丸山朝夫さん(右)とJAの村田隆明営農指導員

市三郷町の丸山朝夫さんは「広報誌で作戦のことを知つた。野菜の栽培は初めてだが、JAへの出荷があるからこそ、頑張れる。なにか手間をかけることが自分の健康づくりになつている」と話しました。

J Aひがしみのでは「小規模農家が参加しやすいよう、1日1袋からでも出荷ができる体制を整えている。年金+aの収入と、体を動かして働くことで健康づくり、生産者組織を通して新しい仲間ができるなど、なす栽培の魅力は多い。JAとしては地域の農地の維持にもつなげたい」と話し、参加者への指導に入っています。

JAひがしみのでは、夏秋なす産地の維持に向けて生産者を確保しようと、「なす生産拡大大作戦」に取り組んでいます。令和3年度は39人が作戦に参加しています。



新鮮な野菜が好評だった恵那支店前でのテント販売

J Aひがしみのでは産直活動の活性化を目的に、イベントや支店前での野菜のテント販売を活発に行っています。恵那支店前では7月30日～8月20日にかけて、毎週金曜日にJAの産直出荷者の農産物を販売しました。

J Aでは「JAのグリーンセンター産直を知り、地元のおいしい農産物を知るきっかけにしてほしい」と話しています。

## 東美濃産トマトなど インターネット販売好評 産直活動を元気に! テント販売活発に

J Aひがしみのでは産直活動の活性化を目的に、イベントや支店前での野菜のテント販売を活発に行っています。恵那支店前では7月30日～8月20日にかけて、毎週金曜日にJAの産直出荷者の農産物を販売しました。

J Aひがしみのでは、管内産農畜産物のインターネット販売を行っています。  
現在、「JAタウン」にて中津川選果場のひがしみの麗夏トマト(4キロ箱入り)を販売しており、今後、コシヒカリや栗なども掲載する予定です。また、加子母選果場のかしもトマトについてはNPOかしもむらなどが運営する「カシモール」の中で販売しています。ぜひご覧ください。  
※ひがしみの麗夏トマトは送料込みの値段、かしもトマトは送料別の値段になります。  
※時期により単価は変動する可能性があります。  
※どちらも冷蔵便のみの発送になります。



カシモール  
かしもトマト



JAタウン  
飛騨・美濃うまいもん広場内  
ひがしみの麗夏トマト

## 農作業事故無くそう 農作業安全講習会開く



トラクターの操作手順について確認する参加者ら

同JA後藤芳弘営農経済担当常務は「全国で農作業事故による死亡事故が発生しており、令和元年度の死者数は281人で、その内88%は65歳以上となっている。また、農作業中は熱中症リスクも高く、気を付けてほしい」と呼びかけました。

J Aひがしみのは7月28日、中津川市の東濃東市場で「農作業安全講習会」を開き、営農組織や認定農業者、JA関係者ら約150人が参加しました。



早川牧場(株)の早川隆則さん(右)と  
購買者の(有)肉のキング代表(左)



受賞した(株)内藤牧場の内藤厚朗さん(右)と(同)佐藤牧場の佐藤博さん(左)



JAひがしみの細江組合長らと行政機関との懇談会

品牛のレベルが高まる中での好成績に、管内生産者は更なる成績向上を目指し取り組んでいます。

講師は本巣市にある「ながや麺本舗」の長屋知子さんが務め、乾麺のおいしい茹で方を指導しました。ひやむぎを使つた冷やし中華風やイタリアン風、きし麺を使ったスタミナが付く焼きうどんを作り好評でした。



うどんのアレンジレシピを作った「男のプチ大学」

JA全農は7月5日に飛騨ミート地方卸売市場で「2021飛騨牛フェスタin飛騨」、30日に岐阜市食肉地方卸売市場で「2021飛騨牛フェスタin岐阜」を開催しました。同フェスタは、和牛肥育技術の向上と夏季の消費拡大PRに向け毎年開催されています。

5日には県内から170頭が出品され、JAひがしみの管内からは早川牧場(株)(付知町)が全体の3番手となる優秀賞を獲得。30日には美濃地域から80頭が出品され、(同)佐藤牧場(加子母)が最優秀賞、(株)内藤牧場(加子母)が2番手となる優秀賞を獲得しました。

年々肥育技術の向上と出品牛のレベルが高まる中での好成績に、管内生産者は更なる成績向上を目指し取り組んでいます。

JAひがしみは7月5日に飛騨ミート地方卸売市場で「2021飛騨牛フェスタin飛騨」、30日に岐阜市食肉地方卸売市場で「2021飛騨牛フェスタin岐阜」を開催しました。同フェスタは、和牛肥育技術の向上と夏季の消費拡大PRに向け毎年開催されています。

JAひがしみのと恵那農林事務所は8月18日にJA本店で意見交換会を開きました。JAの細江成徳組合長ら役職員と恵那農林事務所の寺田秀樹所長らが出席しました。

東美濃管内の農業の現状と今後の課題について情報を共有。農業の担い手不足や中山間地域に多い傾斜地での草刈り、8月の集中豪雨の被害状況や対応、今後の対策について意見交換をしました。

## 管内で3名が入賞

飛騨牛フェスタ開催

## 農業の発展に向けて

行政機関との懇談会を開催

## 若いお母さん(ラレッジユミズ)がパン作り

子どもと楽しむ



パン作りを楽しむ親子

JAひがしみのは7月21日、本店で若いお母さんを対象にパン作り講座を開きました。講師を務めたのは、細江万里子さんです。

参加者はあいあい会員メンバー「コアラ隊」による託児を利用してながら、ミルクパンや総菜パンのほか、豆乳冷ややっこなどを作り楽しみました。

## 男のプチ大学 夏向けのうどんアレンジ

J Aひがしみのあいあい会員向け講座「男のプチ大学」は7月30日、JAひがしみの本店で「夏向けのうどんアレンジ教室」を開きました。

講師は本巣市にある「ながや麺本舗」の長屋知子さんが務め、乾麺のおいしい茹で方を指導しました。ひやむぎを使つた冷やし中華風やイタリアン風、きし麺を使ったスタミナが付く焼きうどんを作り好評でした。



うどんのアレンジレシピを作った「男のプチ大学」



## 自慢のお米を出品してみませんか？

# ひがしみの地域 おいしいお米コンテストを開催します

JJAひがしみのでは、農畜産物の「東美濃ブランド」強化を図るため、第5回おいしいお米コンテストを開催します。昨年は243点の応募があり、上位4位までが入賞に選ばれました。あなたもぜひ、自慢のお米を出品してみませんか？

**決勝日時** 令和3年12月3日(金)10時  
**場所** JJAひがしみの本店

**募集期間** 令和3年9月1日～10月29日  
**申込方法** JJAひがしみの各支店・アグリセンターで

出品申込書と玄米500gの包装資材を準備してお

ります。ご利用下さい。

①出品申込書

②玄米500g(返却できませんのでご了承ください)

お米は 年産..令和3年産  
品種..コシヒカリ、ひとめぼれ、あきたこまち、  
その他のうるち米  
状態..ふるい後の玄米  
水分..13・0～15・5%

注..1次審査、2次審査において上位5点に選出された際は、決勝大会における実食審査のため追加で10kgの同一玄米の提供をお願いさせていただきます。予めご了承下さいますようお願いします。

### 審査方法

1次審査：食味計\*1により食味値を計測し、食味値

\*1 静岡精機(株)の食味分析計を使用します。

米の食味に関係があるとされる米に含まれる成分(タンパク、アミロース、脂肪酸度等)を測り、米の美味しさを数値化し分析する機械です。

\*2 東洋ライス株式会社の味度分析器を使用します。

お米の光沢と味には深い関係があるとされており、光沢

の元(保水膜)の量を測定する機械です。量が多いほど味が良いとされています。

2次審査で選出されたお米の実食審査を行います。お米の「外観、味、ねばり、硬さ、香り」の5項目について審査します。

### 決勝

受賞されたお米はコンテスト受賞米として高単価で販売させて頂きます。

### 有利販売

上位30点を選出します。  
2次審査：味度

計\*2により、1位5点を選出し



昨年の入賞者の皆さん

## 公道での農機による交通事故に注意!!

### 公道での農機による交通事故防止のための3つのポイント

#### ポイント1

#### 確実な運転操作とブレーキ連結の確認

- 農耕作業用自動車が関係する交通事故はハンドルやブレーキ操作の誤りによる単独事故多いため、道路状況等に応じた確実な運転操作を行いましょう。
- 農作業の前後に道路上を走行する際は、ブレーキ連結をしていないと急旋回して路外逸脱等につながるおそれがあります。必ず左右のブレーキを連結しましょう。

#### ポイント2

#### 安全装備(安全キャップ・フレーム)の設置とシートベルトの着用

- 農耕作業用自動車の転落や横転時に車体の下敷きになる事故を防止するため、救命効果の高い安全キャップやフレームが装備された農耕作業用自動車※を利用しましょう。
- ※車種によってはフレーム等が取り付けられないものもあります。
- 車体から投げ出されないよう、必ずシートベルトを着用しましょう。
- 頭部保護のため、ヘルメットを着用しましょう。

#### ポイント3

#### 車体後部に低速車マークの取り付けや反射材の貼付

- 追突事故の多くは夜間に発生しています。後続車から見えやすい位置に「低速車マーク」や「反射材」を取り付けましょう。
- 道路を走行する前に「低速車マーク」や「反射材」が泥で汚れたり、ロータリー部等で隠れていないか確認しましょう。

### 全国における農耕作業用自動車による交通死亡・重傷事故の特徴

**特徴1** 5月及び9・10月の農繁期に多い！

**特徴2** 単独事故と追突事故で約9割！

死亡・重傷事故件数(平成28年～令和2年合計)  
333件

### 岐阜県警

交通安全情報URL

<https://www.pref.gifu.lg.jp/police/kotsuanzen/>



農作業を終え、  
家に帰るまでは気を抜かないで！

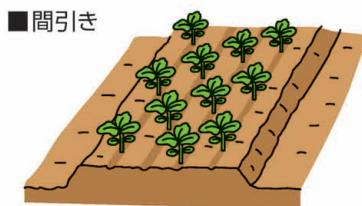
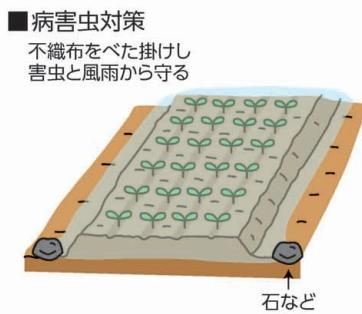
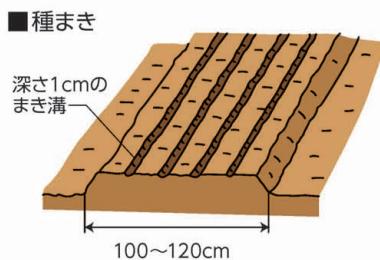


2021年  
9月

## 一カブ 適期に間引きを行う



隔で4条作ります。溝に1~2cm間  
隔で種をまき、薄く土を掛けます。



**【品種】**  
大きさ、形、色(白、赤)がさまざまですが、小から中大力が取りもできる「スワン」(タキイ種苗)や「耐病ひかり」(タキイ種苗)があります。大力品種では聖護院かぶ(トーホク)、

**【種まき】**  
幅100~120cmの栽培床を作り、深さ1cm程度のまき溝を20cm間

**【病害虫防除】**  
アブラムシには、マラソン乳剤など、アオムシ、コナガにはゼンタリー顆粒(かりゅう)水和剤(B-T剤)などで防除します。なお、栽培床に寒冷紗をトンネル状に掛けたり、不織布のべた掛けをすれば、害虫の侵入を防ぎ、風雨から幼苗が守られます。

**【収穫】**  
子カブは直径が5cm程度、中大力は10~15cmが収穫期で、早く育った株から収穫します。遅くまで置いておくと肥大が進み、す入りや裂根することがあります。

生育適温は15~20度と冷涼な気候に適し、暑さと乾燥に弱いが、寒さには強いという特徴があります。春まき(3~4月)と秋まき(9~10月)が一般的な栽培期間です。

### 【品種】

大きさ、形、色(白、赤)がさまざまですが、小から中大力が取りもできる「スワン」(タキイ種苗)や「耐病ひ

かり」(タキイ種苗)があります。大力品種では聖護院かぶ(トーホク)、

**【種まき】**  
幅100~120cmの栽培床を作ります。次に、化成肥料(NPK各成分で10g)150gと堆肥2kgを全面に散布し、よく耕しておきます。

**【追肥・土寄せ】**  
間引き後は株元へ土寄せして、株のぐらつきを防ぎます。中大力では、最後の間引き後に1m当たり化成肥料30gを株元に与え、土寄せします。

ブ品種では聖護院かぶ(トーホク)、

り、深さ1cm程度のまき溝を20cm間

苦土石灰100gをよく混ぜておきます。次に、化成肥料(NPK各成分で10g)150gと堆肥2kgを全面に散布し、よく耕しておきます。

### 【畑の準備】

紅カブでは「飛驒紅かぶ」(トーホク)などの地方品種もお薦めです。

**【畑の準備】**  
種まき1~2週間に前に1m当たり苦土石灰100gをよく混ぜておきます。次に、化成肥料(NPK各成分で10g)150gと堆肥2kgを全面に散布し、よく耕しておきます。

### 【畑の準備】

紅カブでは「飛驒紅かぶ」(トーホク)などの地方品種もお薦めです。

### 【間引き】

発芽し、子葉がそろった時点で、まき過ぎて密になつている部分を間引きます。最終的な株間は子カブで10~15cm、中大力で20cm程度になります(図3)。

まだ間に合う!  
コンパニオンプランツに挑戦

互いの害虫を寄せ付けない香りを持った野菜としてカブとニンジンを組み合わせて栽培するのがおすすめです。

ニンジンは中間地では8月までが種まきの適期となっていますが、品種や栽培方法によっては9月初めまで種まきできます。または来春の作付で、興味のある方は挑戦してみてください。

野菜はそれぞれ、虫に対して毒をもつており、特定の虫は主に香りで幼虫が食べられる野菜を選んで卵を産み付けます。しかし、解毒能力のない野菜を混植すると、害虫を寄せつけない効果が得られます。

### ニンジンの運まきのポイント

種まきをするときに、ニンジンとカブの列を交互に条まきにします。ニンジンの運まきのポイントは2つで、初期生育を促進することと、生育後半の防寒対策です。

タネを多めにまき、追肥もやや多めに施します。間引きが大変になりますが、ニンジン同士が競いあって生育促進効果があります。本葉6枚ごろまでに間引きと早めの追肥を施し、11月ごろから不織布で覆いしっかり太らせます。



# サマーキャンペーン2021

## 当選者発表!

サマーキャンペーン2021にお申し込みいただきありがとうございました。岐阜県内特産品の当選者を発表します。当選番号のみを掲載しますので、お手元の抽選券をご確認ください。商品は順次発送いたします。(場合により、配達時にお客様に直接ご連絡させていただくことがあります)



JAひがしの細江成徳組合長による厳正な抽選を行いました。

|                |        |                   |        |                          |        |                     |        |
|----------------|--------|-------------------|--------|--------------------------|--------|---------------------|--------|
| えなコシヒカリ<br>5kg |        | 東美濃管内産<br>トマト 4kg |        | ひるがのミルクプリン・<br>ヨーグルト詰合わせ |        | 栗旨豚<br>(ロースライス500g) |        |
| 000505         | 008858 | 000358            | 010465 | 000023                   | 008141 | 000008              | 010520 |
| 000605         | 009162 | 000737            | 010914 | 000351                   | 008187 | 000086              | 010619 |
| 000676         | 009228 | 000851            | 011310 | 000485                   | 009172 | 000266              | 010793 |
| 000819         | 010017 | 000970            | 011451 | 000711                   | 009289 | 000796              | 010856 |
| 000885         | 010099 | 001963            | 011824 | 000766                   | 009478 | 003111              | 011362 |
| 000916         | 010557 | 001993            | 012098 | 001902                   | 009959 | 003628              | 011732 |
| 001058         | 010724 | 002047            | 012208 | 001959                   | 010492 | 004101              | 011942 |
| 001938         | 010757 | 003901            | 012836 | 002948                   | 010562 | 005295              | 012401 |
| 002728         | 010929 | 005012            | 012871 | 003083                   | 010875 | 005949              | 012978 |
| 003589         | 010981 | 005107            | 012951 | 003091                   | 010971 | 006159              | 013019 |
| 003938         | 011354 | 005304            | 013314 | 003684                   | 011397 | 006290              | 013385 |
| 004281         | 011577 | 005725            | 013342 | 003725                   | 011716 | 006371              | 013406 |
| 004393         | 011771 | 005806            | 013486 | 003741                   | 012151 | 007374              | 013536 |
| 004442         | 012171 | 005897            | 013686 | 003831                   | 012373 | 007694              | 013606 |
| 005281         | 012307 | 006780            | 014413 | 003854                   | 012460 | 007745              | 014468 |
| 005636         | 013718 | 007552            | 014430 | 003887                   | 012480 | 008020              | 014474 |
| 006034         | 014381 | 007958            | 014502 | 003974                   | 013650 | 008047              | 014524 |
| 006182         | 014434 | 008246            | 014960 | 004218                   | 014390 | 008357              | 014536 |
| 006306         | 014481 | 009150            | 015115 | 004303                   | 014507 | 008669              | 014878 |
| 007291         | 014512 | 009163            | 015376 | 004346                   | 015569 | 008894              | 014924 |
| 008163         | 016106 | 009429            | 015461 | 004408                   | 015584 | 008920              | 015530 |
| 008329         | 016765 | 009617            | 015915 | 004563                   | 015652 | 009704              | 015955 |
| 008634         | 016858 | 009895            | 015945 | 006109                   | 016019 | 009785              | 016222 |
| 008710         | 016968 | 009989            | 016288 | 006261                   | 016182 | 009869              | 016334 |
| 008711         | 016983 | 010044            | 016314 | 006731                   | 016830 | 010071              | 017048 |

乳がん検診 クーポン券付き

## 定期貯金・定期積金

取扱期間 | 令和3年 9月13日月～11月12日金

|      |   |    |   |
|------|---|----|---|
| 対象商品 | スーパー定期貯金(1年、20万円以上)<br>または定期積金(1年、毎月2万円以上掛け<br>給付契約金額24万円以上、口座振替払いのみ) | 特典 | 乳がん検診を 無料 で受診できる<br>「JA乳がん検診クーポン券」を進呈いたします。 |
|      |   | 金利 | 店頭表示金利                                      |

【契約窓口】最寄のJA窓口    【対象】個人    【お申し込み数】130名様(お一人様1口限り)

【検診内容】問診・マンモグラフィー(2方向)※マンモグラフィーについては、エコー検査への変更が可能です。  
(一部エコー検査へ変更できない病院もあります。ご確認ください。)

【検診期間】令和3年10月1日(金)～令和4年5月31日(火)(予約期間: 令和3年9月13日(月)～令和4年4月28日(木))

【検診場所】岐阜県内の厚生連病院で受診いただけます。ご予約方法は各支店でお問い合わせ下さい。  
・JA乳がん検診クーポン券のシリアルナンバーについては厚生連病院と共有のうえ、検診未受診の方にはJAよりご連絡させていただく場合があります。

乳がん検診を受ける  
ことが出来ない方

①乳房に自覚症状のある方、乳がんを治療中の方、③水頭症のシャント手術をしている方  
②乳腺外に通院中の方    ④豊胸手術をしている方  
⑤ベースメーカーを留置している方    ⑥妊娠の可能性のある方または授乳中の方



※詳しくはお近くのJA窓口へお問い合わせください。

キラキラ  
ひがしみのっ子

大きな河のように  
育ってね

悠河くんと風河くんは年子の兄弟。外に行く時も家の中で遊ぶ時もいつも一緒。悠河くんは手先が器用でお母さんからもらった段ボールや新聞紙を再利用して新しい遊び道具を作ります。奔放な弟の風河くんはブランコや滑り台にお兄ちゃんより先に挑戦して、お兄ちゃんを引っ張ります。

2人がはまっている物はLEGOのブロックで、作ったものを使ったごっこ遊びを楽しめます。発想が豊かな風河くんが色々なストーリーを作ります。その時々でテーマは変わり、家族の実際にあった出来事を実演する時も。

お母さんが育てる野菜が好きな悠河くんと肉料理が好きな風河くん。対照的ですが、どこか気の合う2人。これからは弟の煌河くんも一緒に。お母さんは「名前の河にあるように、これから様々なことを吸収して周りに惑わされず、大きな河のように育ってほしい」と願っています。



恵那市長島町  
永田 悠河くん(5)  
風河くん(4)  
煌河くん(1)



中津川市阿木  
渡邊 忠義さん(68)  
玲子さん(64)



地元でのんびりと

忠義さんは市の職員として、玲子さんは保育士として出会い、結婚して42年です。玲子さんは結婚してから忠義さんのお義母さんと一緒に「好丸屋」を営んでいます。

「好丸屋」は忠義さんの祖父の代からあるお店で、今年でなんと90年。お店ではお酒や食料品など様々なものを扱っています。20年前に、看板をひらがなの「よしまるや」

にリニューアルしました。「よしまるや」に訪れるお客さんは地元の方が多く、玲子さんは「近所の方の顔を見て会話ができる、このお店が好き」と語っています。

忠義さんは退職後、玲子さんと二人でお店を切り盛りしています。忠義さんと玲子さんは「孫の成長を楽しみに、これからも変わらず「よしまるや」を続けていきたい」と話しています。

利用して  
みませんか?

### くらしの宅配便

JAKくらしの宅配便は、食料品から日用品までが通販で購入できるサービスです。カタログ通販とインターネットでのご注文どちらもOKです。カタログは各支店窓口で、インターネットは下記QRコードを読み込んでください。



今月の1品

### エーコープ らっきょう酢



### ズッキーニとツナのサラダ

材料 (4人分)

ズッキーニ ……1本(約150g)  
ツナ缶 ………………1缶  
エーコープ らっきょう酢 ………………大さじ2  
粗びき黒コショウ ……適宜



作り方

- 1 ズッキーニ…1cm角に切る。
- 2 ポウルにズッキーニとツナ缶、エーコープらっきょう酢を入れて混ぜ合わせ、10分程置く。器に盛り、粗びき黒コショウをふる。

## 未利用口座管理手数料の新設のお知らせ

(2021年10月以降に新たに普通貯金口座および貯蓄貯金口座を開設されるお客さま)

当組合では、長期間ご利用の無い口座が犯罪で不正利用されることの防止および金融サービス維持向上の観点から、2021年10月1日以降に開設された全ての普通貯金口座(総合口座を含む)や貯蓄貯金口座などを適用対象として、「未利用口座管理手数料(以下、本手数料)」を新設いたします。

記

|                |  |
|----------------|--|
| 適用対象           | 2021年10月1日以降に開設された全ての普通貯金口座(総合口座を含む)および貯蓄貯金口座に対して適用します。<br>(対象貯金) 普通貯金、普通貯金無利息型(決済用)、総合口座取引、総合口座(普通貯金無利息型)取引、営農貯金、こども貯金、貯蓄貯金※2021年9月30日以前に開設された口座に対しては適用しません。  |
| 未利用口座となる口座     | 適用対象のうち、お預入れやお引き出し(当該口座のお利息入金や本手数料の引落しを除きます)、記帳等のご利用が2年以上ない口座が対象となります。ただし、以下のいずれかに該当する口座は対象となりません(本手数料のご負担はございません)。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・貯金残高が10,000円以上の当該口座</li> <li>・当組合でお借入れがある場合</li> </ul>   |
| 未利用口座に対するお取り扱い | (1) 対象口座のお客さまには、当組合に登録されているご住所に、事前に文書によりご案内いたします。送付した文書が到着しなかった場合でも、通常到達すべき時に到達したものとみなします。<br>(2) (1)のご案内により、口座をご確認いただき、再度ご利用をご検討いただくか、ご利用の予定がない場合はご解約をご検討ください。このご案内を差し上げて、一定期間(約3ヶ月)を経過しても、ご利用またはご解約がない場合は、本手数料を引落しさせていただきます。<br>(3) 残高不足により、本手数料の引落しができなかった場合は、残高全額を引落し、当該口座を自動的に解約させていただきます。お客様の口座残高を超えたご負担はございません。<br>(4) なお、引落しさせていただいた本手数料のご返却、および解約後の当該口座の再利用には応じかねますので予めご了承ください。 |
| 未利用口座管理手数料     | 年間1,320円(税込)<br>※原則、本手数料の領収書は発行いたしません。   |
| 備考             | ・総合口座の当座貸越において、貸越金の残高がある場合は、当組合でお借入れがある場合に相当し本手数料のご負担はございません。<br>・お取引の状況によって口座を解約しない場合がございます。<br>・口座解約後のお客さまのお手続きは一切ございません。  |

以上

## 特選 中古農機情報

・点検整備済み、全農機械センターの在庫となります。  
お問い合わせは各農機センターまでお願いいたします。

### ヰセキ コンバイン

型式

HV211  
2条、ホッパー

価格 380,000円(税込)



### 三菱 バインダー

型式

MB223-DH  
2輪、2条刈

価格 255,000円(税込)



下記QRコード  
から中古農機  
情報が閲覧で  
きます。



●中津川農機センター TEL 0573-61-1028  
●恵那農機センター TEL 0573-26-4135

●恵南農機センター TEL 0573-56-2622  
●恵那北農機センター TEL 0573-72-2039

2021



あい♡あい会員 限定募集

# 船でしか行けない 秘境の一軒宿 1泊2日

## 大牧温泉に泊まる 2日間の旅

■旅行期日／令和3年 11月17日(水)～18日(木)

■旅行代金／(お1人様／4名以上1室利用) 37,800円

1～3名でお申し込みの方は相部屋でのご案内となる場合がございます。

■募集人員／35名 (最少催行人員25名)

■食事条件／朝:1回 昼:2回 夕:1回

■バス会社：東濃鉄道

■添乗員：同行します

## ■ツアースケジュール

|             |           |            |              |              |                        |
|-------------|-----------|------------|--------------|--------------|------------------------|
| 1<br>日<br>目 | J.A各地     | ＝ 最寄IC     | ＝【中央道～東海北陸道】 | ＝白川郷IC       | ＝世界遺産・白川郷合掌造り(昼食・自由散策) |
|             | 8:30～9:00 | ＝ 小牧港      | ～～～「庄川遊覧船」   | ～～～ 大牧温泉 [泊] | 12:00～14:30<br>16:30着  |
| 2<br>日<br>目 | ホテル       | ～～～「庄川遊覧船」 | ～～～ 小牧港      | ＝ 株式会社能作(見学) | ＝ 新湊きと市場(昼食・買い物など)     |
|             | 9:00発     | ＝ 小杉IC     | ＝【高速道】       | ＝ 最寄IC       | ＝ 各地<br>17:00～17:30    |

※交通状況により変更する場合がございます。

【バス乗車場所】①JAひがしみの 本店 ②JAひがしみの 恵那支店

※掲載のツアーは、この広告でのお申し込みを受け付けておりません。資料(パンフレット)を当社下記店舗までご請求ください。

資料(パンフレット)請求先 (株)農協観光代理業 JAひがしみの旅行センター TEL 0573-67-8148

(株)農協観光岐阜支店 TEL 058-276-5020



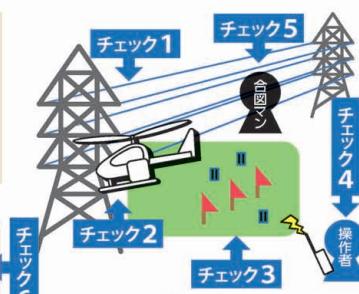
■お問い合わせ  
JAひがしみの旅行センター  
電話 0573-67-8148

## 配電線・送電線付近で産業用無人ヘリコプターを使用される皆さんへ!

関西電力送配電  
中部電力パワーグリッド

配電線・送電線の近くで  
産業用無人ヘリコプターを使用して  
農薬散布等をされる時は、  
**電線に注意**して下さい。

無人ヘリが電線に接触して、断線や損傷すると、それが原因で人身事故、多くの施設や家庭での停電を引き起こし**社会的に大きな影響を与えます**。電線の近くで無人ヘリを使用するときは、**事前に電力会社へご連絡ください**。



6つの項目を  
必ず確認して  
安全にヘリコプターを  
使いましょう!

### 作業の前にチェックする6項目

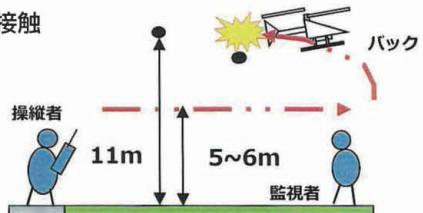
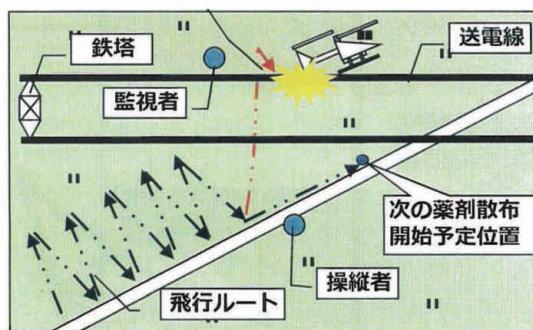
- チェック1 上空に電線の位置を確認しましたか?
- チェック2 上空にある電線へ向かって飛行する計画になっていませんか?
- チェック3 電線の下に標識旗を取り付けましたか?
- チェック4 操作者と電線の距離は離れすぎていませんか?
- チェック5 合図マンの監視する位置は適切ですか?
- チェック6 配電線・送電線に接近する場合は、お近くの電力会社に連絡をしましょう。

### 事故事例

- 発生日時：平成23年8月
- 場所：岐阜県関市
- 事故内容：送電線の南側を薬剤散布実施し、次の開始地点へ空輸させたが誤って行き過ぎ、バックさせた時に送電線と接触!
- 問題点：操縦者は送電線の存在は把握していたが、電力会社へ事前に連絡しなかった。送電線の高さは高く問題ないと思っていた。

### 現場状況

誤って行き過ぎ、バックして送電線に接触



# ひがし君・みのちゃんの おはなし日和

今年は父が田んぼにあぜをぬってエダマメを作ってくれました。孫に昔ながらのおいしい豆を食べさせるためだそうです。

中津川市中津川 Aさん

かわいい  
お孫さんに喜んでもらえると  
いいですね!

彩菜裁にレタスのレシピが載っていたので参考にさせていただきました。  
レタしやぶ美味しいかったです。

恵那市上矢作町 Aさん

レタしやぶのレシピはたくさんの方に  
喜んでいただけました。  
これからも簡単で美味しいレシピを  
載せてていきます!

JJAの医療共済加入で今不安なコロナウイルス対策があるとのこと。有難いと思いました。

恵那市武並町 Iさん

JA共済ではご加入内容により、新型コロナウイルスで入院や自宅療養、ホテル療養をされた場合に所定の手続きによりお支払いの対象となります。また、今年度から、医療共済「メディフル」が新登場しました。ぜひ各支店へお問い合わせください。

9月21日午後2時～29日の午後4時まで、本店営業時間内にロビーにて、あい会員三尾揚子さんの作品「花の水彩画」を展示します。心癒される作品をぜひご覧ください。

水彩画の展示会を開きます!



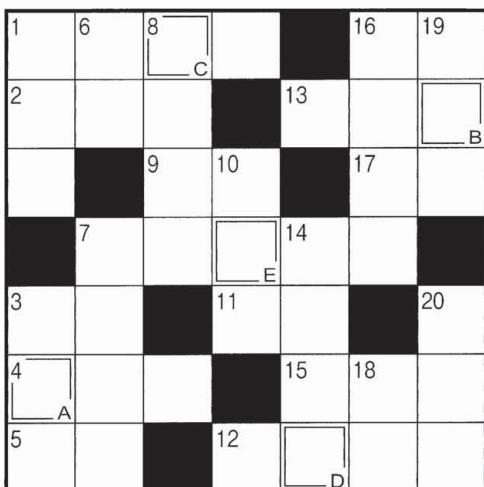
ヘビウリは観賞用として有名ですが、食べることも出来ます。淡白な味をしているため、炒め物にしておいしいですよ。



中津川市福岡 Oさん

## 頭の体操

**【問題】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?**



### ■ヨコのカギ

- ①米の収穫作業の一つ。手で行うときは鎌を使います
- ②家具などに使う籐(とう)のこと
- ③アルファベットの9番目
- ④フランス語で栗のこと
- ⑤1位が金、2位が銀なら3位は
- ⑥阿倍仲麻呂や吉備真備などがこの役を果たしました
- ⑦鉄砲に込める物
- ⑧チョキがはさみならグーは
- ⑨ボール紙のことをこう呼ぶことも
- ⑩釣りに使う透明な糸
- ⑪宗谷、室戸、足摺といえば
- ⑫何もすることがない状態です
- ⑬喜・怒・哀・――

### ■タテのカギ

- ①中東の国一つ。首都はバグダッド
- ②台風に備えて閉めておこうかな
- ③すしのしゃりにのせます
- ④9月の第3月曜日は――の日。国民の祝日です
- ⑤難しくありません
- ⑥町火消しが火事場で振った物
- ⑦草木も眠る――時
- ⑧夕方「カナカナカナ……」と鳴くセミ
- ⑨ハウスみかんの生産量が日本一の県
- ⑩鼻からあごまでを覆うように着けます
- ⑪十五夜に楽しむもの

### ■応募要領

ハガキに、①クイズの答え ②郵便番号・住所 ③氏名 ④年齢 ⑤職業 ⑥電話番号 ⑦今月号で良かったところ ⑧JA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。

\*読者の皆様からいただいたお便りの個人情報は、当選者へのプレゼント発送に利用させていただきます。また、お便りの内容を紙面に紹介する際は、地区とイニシャルを掲載させていただく場合があります。

〒509-9132 中津川市茄子川1646-19  
JAひがしの 本店 総合企画部 組織広報課  
(E-mail) koho@ja-higashimino.gjadc.jp

※メールでもご応募を受け付けています。

### ■応募締切日

令和3年9月27日(月)

### ■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

|    |    |     |     |     |    |
|----|----|-----|-----|-----|----|
| 1ネ | 5ツ | 8タ  | 1イ  | 14ヤ | 2オ |
| 6ツ | 7テ | 1マ  | 15フ | 16シ | C  |
| ヨミ | カキ | 12カ | 19カ | ヤ   |    |
| ウ  | エ  | リ   | ア   |     | ベ  |
| コア |    | ミ   | オク  | リ   |    |
| ウカ | イ  | モ   | ウ   |     |    |
| ロ  | カ  | イ   | リ   | ユ   | ウ  |

### ■8月号の答え

リツシュウ(立秋)

### ■クイズ当選者

安藤 方規さん  
岩田 春樹さん  
林 早苗さん  
安藤 久乃さん  
河瀬 陽三さん  
(応募総数63通)

### 「第17回ひがしみの農業祭」 中止のお知らせ

11月に開催を予定していました「ひがしみの農業祭」につきまして、新型コロナウイルス感染症防止対策のため、ひがしみの農業祭実行委員会において中止が決定されましたのでお知らせいたします。

また、毎年10月下旬に開催されます岐阜県農業フェスティバルにつきましても中止が決定されておりますのでお知らせします。



### JAひがしみの概況 (令和3年7月31日現在)

|        |               |
|--------|---------------|
| 組合員数   | 32,620人       |
| 出資金    | 26億704万円      |
| 貯金     | 2,535億681万円   |
| 貸出金    | 338億4,489万円   |
| 共済保有高  | 5,696億5,379万円 |
| 購買品供給高 | 16億2,765万円    |
| 販売品取扱高 | 11億6,391万円    |

### 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**

### ここだけの話

新米が待ち遠しいな。黄色に色づき始めた田んぼからは、それまでとは違う、何か香ばしい匂いが漂ってくる気がする。冷や飯でもいいのがお茶漬けの良さだが、つやの新米でつくるそれは、もはやご馳走である。1粒の米も1年の時の流れがなければ美らない、当たり前である。(み)

残暑も落ち着いた肌寒い晩などに、塩昆布、すりごま、梅干しに熱い湯か番茶を注いだ梅昆布茶を楽しむ。これをそのままご飯にのせて、鮭フレークとわさびなど添えればなかなか豊かな我が家のお茶漬けである。

### 無料相談日

J A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  | 8日(水)  | 恵那支店  |
|      |     | "      | 坂下支店  |
|      |     | 15日(水) | 下野支店  |
|      |     | "      | 加子母支店 |
|      |     | "      | 付知支店  |
| 10月  | 10月 | 6日(水)  | 山岡支店  |
|      |     | "      | 上村支店  |
|      |     | "      | 明智支店  |
|      |     | 13日(水) | 恵那支店  |
|      |     | "      | 坂下支店  |
| 年金相談 | 10月 | 20日(水) | 下野支店  |
|      |     | "      | 加子母支店 |
|      |     | "      | 付知支店  |
|      |     | "      | 山岡支店  |

| 内容          | 月   | 日      | 場所   |
|-------------|-----|--------|------|
| ローンセンター年金相談 | 9月  | 19日(日) | 恵那店  |
|             | 10月 | 3日(日)  | 中津川店 |
|             |     | 17日(日) | 恵那店  |

| 内容   | 月   | 日      | 場所   |
|------|-----|--------|------|
| 法律相談 | 9月  | 8日(水)  | 下野支店 |
|      |     | 9日(木)  | 本店   |
|      |     | 15日(水) | 恵那支店 |
|      |     | "      | 山岡支店 |
| 法律相談 | 10月 | 13日(水) | 下野支店 |
|      |     | 14日(木) | 本店   |
|      |     | 20日(水) | 恵那支店 |
|      |     | "      | 山岡支店 |

| 内容   | 月   | 日      | 場所   |
|------|-----|--------|------|
| 税務相談 | 9月  | 8日(水)  | 山岡支店 |
|      |     | 22日(水) | 本店   |
| 税務相談 | 10月 | 13日(水) | 恵那支店 |
|      |     | 22日(金) | 下野支店 |

### ご案内窓口 市外局番☎(0573)

|              |          |        |          |
|--------------|----------|--------|----------|
| ●本店          | ☎78-0124 | ●上村支店  | ☎47-2311 |
| ●恵那支店        | ☎25-5291 | ●坂下支店  | ☎75-4111 |
| ●山岡支店        | ☎56-2121 | ●加子母支店 | ☎79-2241 |
| ●明智支店        | ☎54-2171 | ●付知支店  | ☎82-2121 |
| ●ローンセンター中津川店 | ☎65-3145 | ●下野支店  | ☎72-2061 |
| ●ローンセンター恵那店  | ☎26-2999 |        |          |

### 8月のアグリゼミまとめ

■ なす、トマト、ピーマン、きゅうりも、まだまだ収穫を楽しめます。余分な枝葉を剪定し、追肥すると秋深くまで収穫できますよ。



8/11 恵那アグリゼミ

■ 大根やニンジン、カブのほか、マルチを貼れば手間のかからない玉ねぎやにんにく、来春に収穫を楽しむエンドウなど、これから種まきを控えた野菜もたくさんありますね。



8/12 恵那北アグリゼミ

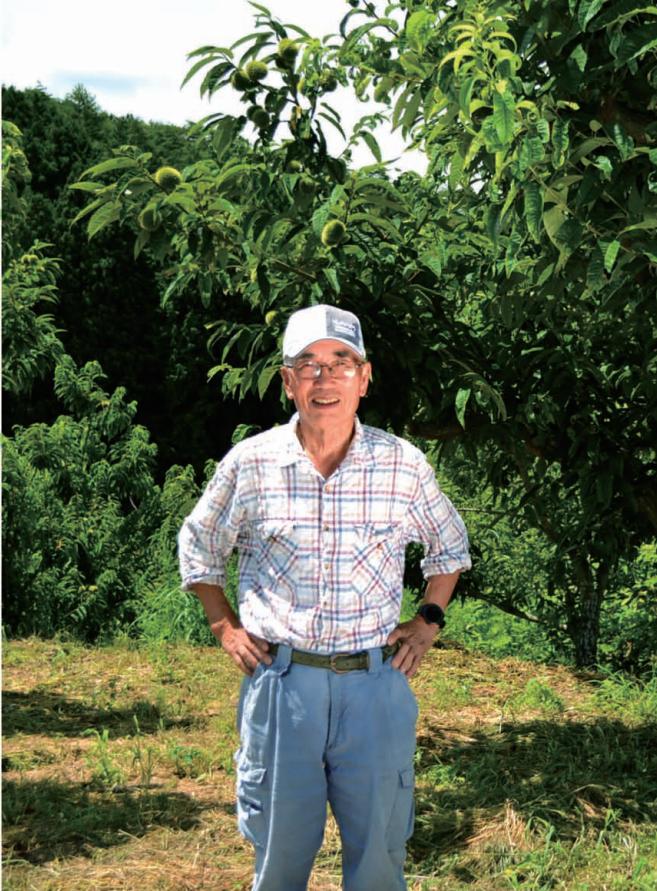
### 次回のアグリゼミ 2月中旬 おいしい野菜作りの準備(座学)

冬は1年に思いを巡らせ土作りを考える季節。うまくいったことも失敗したこと、1年をよく振り返って、近づく次の春に備えましょう! ▶令和4年度アグリゼミ募集も始まります!

### お問い合わせ・お申込み

- 中津川アグリセンター TEL 0573-62-4141
- 恵那アグリセンター TEL 0573-26-2982
- 恵南アグリセンター TEL 0573-56-2171
- 恵那北アグリセンター TEL 0573-72-4113

※新型コロナ感染症拡大の状況によっては中止になる場合があります。



## 若々しい気持ちを 忘れずに

鈴木 峰夫さん(81)  
恵那市上矢作町

栗栽培の面白さを  
体験してみませんか?



### クリ新規栽培チャレンジ塾

栗きんとんをはじめとした地元での需要が高く、付加価値の高い品目の一つとして栽培に興味を持つ方も多い栗。栽培を希望される方の中には、退職後を見越して50歳代で苗木を植えられる方もいます。

東美濃栗振興協議会とJAひがしみのは関係機関の協力のもとで「クリ新規栽培チャレンジ塾」を開催しています。クリを新たに栽培しようとする方を対象に、栽培管理の講習を無料で行っています。ぜひ参加して栗栽培の面白さを垣間見てみませんか?

研修日程  
内容はこちら



建材会社を退職してから栗栽培に本格的に取り組み、東美濃栗振興協議会とJAなどが行っている「クリ新規栽培チャレンジ塾」に参加し、新しい技術や栽培方法を学びました。栽培規模を少しずつ増やしながら、超特選栗部会に加入し、大粒で高品質な栗を地元菓子店に契約出荷しています。

蒟蒻芋を栽培する両親のもとで育った鈴木さんは「当時、蒟蒻芋の毒は大変だけど、チャレンジ塾で習ったことを実際にやってみるのが面白くてね」と本格的に栗の栽培を始めて20年以上の鈴木さん。40歳で160本の栗を栽培し、今年から恵南地域の栗振興協議会の会長を務めています。「栗を収穫し収入になった時はやりがいも感じます」と鈴木さんは笑います。

毒は大変だけど、チャレンジ塾で習ったことを実際にやってみるのが面白くてね」と本格的に栗の栽培を始めて20年以上の鈴木さん。40歳で160本の栗を栽培し、今年から恵南地域の栗振興協議会の会長を務めています。「栗を収穫し収入になった時はやりがいも感じます」と鈴木さんは笑います。

鈴木さん自身は子どもが4人、孫が14人もいて、同居しているお孫さんは「小学生のうちに1000冊」を目標に、読み聞かせをしている元息子さんも「クリ新規栽培チャレンジ塾」に一緒に参加し、仕事の傍ら、栗栽培に関わっています。

「農業の技術は日進月歩。毎年新しい技術が出る。それに対応をしていくためにも、いつまでも若々しい気持ちを持ち続けたい」と、栗農家仲間との技術の交換や新しく栽培を始めた人たちとの交流を続けていきます。

Heartful Communications

●2021年9月1日発行

# ひがしみの 9

Vol.282

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

JAひがしみの  
ホームページ

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

編集

総合企画部 組織広報課

ひがしみの産  
おいしい情報  
いっぱい!



次回のふれあい訪問日

令和3年10月13日(水)・14日(木)

お伺いしましたのは

店舗 \_\_\_\_\_

担当者 \_\_\_\_\_