

# ひがしみの

11

2024 NOVEMBER Vol.320

特集

「私の好きな具」おむすび  
… P6



農句情報 農業用使用済プラスチック資材を回収します

彩・菜・栽 パイプハウスを建てて冬でも野菜を作ろう

生産者の仲間を  
募集中です!

旬の  
農畜産物の  
話題♪

役立つ  
情報が  
いっぱい!



＼ともだち追加してね!／  
JAひがしみの  
公式LINE配信中!  
イベントや旬の情報をお届けします。



耕そう、大地と地域の未来。



品質と生産効率向上のため生産組合が共同管理する網室でJA営農指導員と自然薯の成長を確認

いいものを掘り上げると  
本当にうれしくなる



安田 政秋 さん(72)  
恵那市笠置町

「生産者の仲間を募集しています。新たにやってみたい人は、JAや生産組合のメンバーの指導が受けられるし、自然薯を掘る体験もできるよ」と呼びかける安田さん。「掘ってみるまで出来が分からないけど、いいものが掘れると本当にうれしくなる」と笑顔で話します。

安田さんが転作品目として栽培をはじめて40年。その面白さから、長年作り続けています。地元の料理店からの要望や、笠置ふるさとゆず祭り(今年は11月17日開催)などで得たお客さんの口コミを大切に、ニーズをしっかりと取り入れて規格外品の販売先確保にも余念がありません。

安田さんが800本を栽培する畑にはおよそ1.5トンの「土力のおかげ」を投入。「コストを下げながら良いものが作りたい。JAの『おかげ』堆肥はオススメだよ」。根が畑から養分を吸収し、芋はパイプの中に入れた赤サバ土の中に伸びていきます。色が白く風味のよい芋になります。

現在、恵那自然薯生産組合の仲間は6名。情報交換をしながら、さらなる品質向上に励んでいます。「特産品としてこれからも組合のみんなで育てていきたい」と安田さんは話します。

### Contents

#### ふれっしゅニュースSDGs

03. 佳作が揃う2025年版  
JAカレンダー写真決定 ほか

#### 特集

06. 「私の好きな具」  
おむすび

#### 農句情報

08. 農業用使用済  
プラスチック資材を回収します

10. 米の食味・味度分析を  
受けてみませんか。

- ・地産地消の店  
創業以来の手作りの味  
くり屋 南陽軒

#### 彩・菜・栽

11. パイプハウスを建てて  
冬でも野菜を作ろう

12. ひがしみの掲示板

14. 今日も二人三脚  
キラキラ ひがしみのっ子

15. おはなし日和  
頭の体操

16. Information

### 贈答にもおすすめ「恵那の自然薯」

恵那自然薯生産組合が丹精した自然薯を販売します。

■恵那の自然薯 ※品切れの際は、ご容赦ください。

段ボール化粧箱 1箱(約1kg入り)

手渡し価格 3,850円(税込)

JAひがしみの各支店・営業所・連絡所・アグリセンターに注文用紙がありますので、ご記入ください。ご注文締め切りは11月29日です。

#### 〈お支払い方法〉

手渡しの場合：受取支店・営業所・恵那アグリセンターで受取当日に現金でお支払いください。手渡し期日は令和6年12月4日(水)・11日(水)・18日(水)です。

宅配の場合：JAひがしみの各支店・営業所・恵那アグリセンターへ代金を添えてお申し込みください。宅配送料は1箱710円(税込)で、発送期間は12月2日～20日です。



JAひがしみの  
2024年11月

# ふれっしゅ ニュース



8 働きがいも  
経済成長も



## 佳作が揃う2025年版 JAカレンダー写真決定

2025年版JAオリジナルカレンダーの  
写真表彰式を行いました。  
JAひがしみの  
10月17日、  
組合長が入選者にお礼の言葉を述  
べ、感謝状と副賞を手渡しました。  
JAでは毎年「東美濃の四季」  
をテーマに、管内の自然・風物な  
どふるさとの魅力を再発見でき  
るような写真を公募し、カレンダー  
を作成しています。今年は38名  
の方から123点の作品が寄せられ  
ました。ありがとうございます。  
カレンダーは12月のふれあい訪問  
日等で配布します。  
入選者は次の通りです。



2025年版 JAひがしみのオリジナルカレンダーに写真が入選した皆さんと荻野組合長（前列中央）

- 1月 神谷ゆみ子さん(恵那市岩村町)
- 2月 吉田 和正さん(中津川市付知町)
- 3月 園原 秀一さん(中津川市落合)
- 4月 荻山 清和さん(中津川市茄子川)
- 5月 川合 由倭さん(中津川市千旦林)
- 6月 丸山 年道さん(恵那市東野)
- 7月 小澤 敏夫さん(中津川市苗木)
- 8月 吉村 緑さん(中津川市下野)
- 9月 安藤 秀美さん(恵那市申原)
- 10月 小縣 吉郎さん(中津川市坂下)
- 11月 鍵谷 真実さん(可児郡御嵩町)
- 12月 酒井 隆行さん(中津川市福岡)

## プロックリー出荷はじまる 地元での販売を強化



高温の影響で5日程度出荷時期が遅くなった  
プロックリーの出荷目揃え会

JAひがしみの管内で10月上旬、  
プロックリーの出荷が始まりました。  
10月11日に行われた出荷目ぞろえ会  
には15人が参加し出荷基準を確認し  
ました。  
JAに出荷されたプロックリーは  
全量が地元で販売されます。

## 栗拾い・選別作業を体験 栗新規栽培チャレンジ塾

東美濃栗振興協議会とJAひがしみの9月  
24日、管内の2カ所で栗新規栽培チャレンジ塾  
の第4回を開き17人が参加しました。  
午前中は栗園でイガから  
栗を拾い集め、午後は選果  
の基準についてJA担当者  
から話を聞き選別作業を行  
いました。



栗園で栗のイガから実を  
拾い集める参加者



農家の作業場で選果基準を  
確認しながら選果を体験

2 煎餅を  
せ口に

栽培への興味掘り起こす  
名人と栗きんとんづくり

恵那農林事務所農業普及課は10月5日、JA本店で栗きんとんづくりの講習会を開催しました。栗栽培に興味のある人を掘り起こそうと毎年開かれているものです。

栗農家で岐阜県飛騨美濃特産名人の土屋厚子さんを講師に、おいしい栗きんとんづくりのコツを学びました。また、1月に開催される栗栽培の基本技術講習会の案内も行われました。



栗きんとんづくりを名人に教わる参加者



15 陸の豊かさも  
守ろう

適切な処理を  
JAが期限切れ  
農菜など回収

恵那アグリセンターでの回収の様子



JAひがしみののは10月22〜25日にかけて、管内5カ所で期限切れ農菜や不用農薬、空容器の回収を行いました。JAではこうした不用資材の適切な処理を呼びかけています。

12月には農業用のビニールやコンテナなどの農業用使用済プラスチック資材の回収を行います。日程は8ページに掲載しています。

4 質の高い教育を  
みんなに

サークル合同で楽しむ  
のびのびと外ヨガを体験

JAひがしみののは10月、フレッシュユミズサークルと、未就学児の親子向け食農体験サークル「カンガルー劇場」を合同開催しました。

外ヨガを体験し、助けあい組織「わかば会」が提供した弁当を囲み交流しました。



ヨガ講師YURIEさんの指導で外ヨガを体験



手作りの弁当を手渡す助けあい組織「わかば会」の皆さん



食事を楽しむ年金友の会会員の皆さん

11 住み続けられる  
まちづくりを

年金友の会親睦旅行  
紫式部ゆかりの地へ

JAひがしみの年金友の会は10月9日・10日に親睦旅行を行いました。

大河ドラマ「光る君へ」にちなんで紫式部のゆかりの地を見学し、比叡山延暦寺や京都御所などを訪れました。

2 新鮮を  
ゼロに

JA食農リーダーが豆腐作り練習会  
小学校などでの指導に活かして



大豆を加工して豆腐作りの練習をするJA食農リーダー

JAひがしみの本店では10月8日、JA食農リーダー向けの豆腐作り練習会を開催し19人が参加しました。

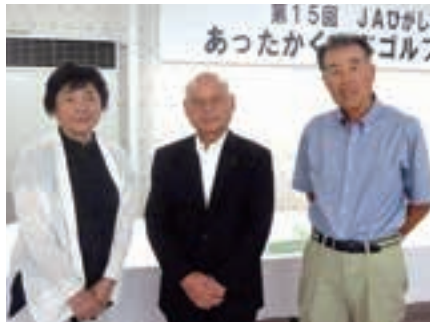


JA食農リーダーは、小学校などで大豆の食文化を伝える食農教育活動に携わっています。体験学習活動で大豆の栽培から収穫、加工までを指導するため、今回は豆腐作りの手順を確認しました。

11 住み続けられる  
まちづくりを

JAひがしみの年金友の会  
ゴルフコンペを開催

JAひがしみの年金友の会は10月3日、恵那峡カントリークラブでゴルフコンペを開催しました。138人が熱戦を繰り広げ、全員に参加賞が贈られたほか、順位に応じて栗旨豚などの賞品が手渡されました。



JAの荻野組合長(中央)と優勝した村瀬耕平さん(右・恵那西支部)、女性優勝の石原咲栄さん(左・苗木支部) 準優勝は西尾善信さん(福岡支部)、3位は青山善一さん(苗木支部)

11 住み続けられる  
まちづくりを

恵那地域あいあい会員  
シャインマスカット  
狩り



シャインマスカット狩りを楽しみながら交流する恵那地域あいあい会員

JAひがしみの恵那地域女性部は10月4日、あいあい会員の交流企画として日帰りツアーを行い、40名が参加しました。山梨県南アルプス市でシャインマスカット狩りを楽しんだ後、農産物直売所などを訪れました。



4 質の高い教育を  
みんなに

中津川地域あいあい会員  
多気町のVISIONなど楽しむ

JAひがしみの中津川地域女性部は10月9日、三重県多気郡多気町にある商業施設「VISION<sup>サイン</sup>」とみかん狩りの交流会を行いました。あいあい会員の募集を兼ねて行っているもので、新規会員を合わせて77人が参加しました。

昼食は「農業にエールを与える」をコンセプトとしたレストラン「ノウニエール」で楽しみ、その後、みかん狩りを行って親睦を深めました。



レストラン「ノウニエール」で食事を楽しむ皆さん

11 住み続けられる  
まちづくりを

みのじのみのり祭で  
栗ご飯・おとし米が人気

2024 ENAみのじのみのり祭が9月21日・22日に開催され、地元産の栗を使った栗ご飯1,000食が好評のうちに完売しました。

JAひがしみのでは新米の予約販売ブースにておとし米(2合入り)500袋を配布し、こちらも人気でした。



次米献上行列ではJAひがしみの吉村専務が里長・阿利麻に扮して登場



恵那支店職員が栗ご飯を販売



広報誌8月号の募集テーマ「好きなおにぎりの具」に  
たくさんのご投稿ありがとうございました!



# おむすび

「おむすび」と「おにぎり」の呼び方の  
差には諸説あるようですが、今回はあの  
ドラマにちなんで「おむすび」のタイトル  
でみなさんからの投稿を特集しました。

おいしいエピソードを楽しみながら、  
おむすびの魅力を再発見してみませんか。



アユ釣りのときにはおむすびを  
作ってもらい川で食べますが、どれ  
もおいしい。順位をつけるなら、  
一番は「ゆかりをまぶしたご飯の  
中心にあさりしぐれ」かな?



「コンビニで買ったことも  
あるけど、やっぱり家で握っ  
てもらったおむすびは全然  
違う。ハザ干した我が家の  
米を使ってね」と俊之さん。

秋は一緒にキノコ狩りに出  
かけることもあるという鵜飼  
さんご夫婦。お伴はやっぱり  
海苔でしっかりとまいたおむ  
すびです。

鵜飼 俊之さん・文子さん  
中津川市中津川



塩焼きにして食  
べる直前に思い  
直して剥製にし  
たという大アユ

自作の杖を頼りに急峻な山を  
登って採ってきたシヨウゲンシ  
やロウジは写真で記録





「梅は毎日食べます。クエン酸は疲れがとれるし食欲も出るので、おむすびにはよく入れます。梅酢は煮物やドレッシングなどに少し入れると美味しくなるいろいろな料理に使えます。減塩対策にオススメ」と杉浦さん。



私はやっぱりおむすびには梅干が一番です。今年初めていろいろな梅を漬けたので楽しみです。みそ汁と梅干は日本人のソウルフード。大人の昼食も、おむすびにするとちょっと気の利いた感じになっていいですね。食文化が豊かになった今の時代でも、おむすびを食べると心が落ち着きます。



杉浦さん 恵那市山岡町

「孫が来るとよく作るのがおむすび。6年生の女の子が4個も食べたこともあるのよ」とほほ笑む杉浦さん。

「おばあちゃん家のおむすびはお米がイイから最高に美味しい」といつてくれるそうです。

100件に近い投稿をまとめると  
やはり定番の人気が根強いことがわかりました!

こんな変あり種の投稿も!

- 海老天
- チーズおなか
- ウィンナーソーセージ
- 刻んだミョウガとおなか
- 鶏の唐揚げ
- 厚焼き玉子と固焼きの明太子



具材をダブルで投入!



人気投票 BEST 5 は!

- 第1位 梅 ..... 29票
- 第2位 鮭 ..... 22票
- 第3位 あさりしくれ .. 9票
- 第4位 昆布佃煮 ..... 8票
- 第5位 塩昆布、ツナマヨ、明太子 ..... 7票 (同票)

