



夢みる



年頭の挨拶

特集

特集1 第6回全国ササニシキ系『ささ王』決定戦2022

特集2 「ささ結」の作付け拡大を! Part2

トピックス

年金友の会スマホ教室

園芸講座

野菜もの知り百科「水菜」

情報コーナー

北部支店営農課の新店舗がオープン





年頭の挨拶

水田フル活用による生産振興と
不断の自己改革実践へ

代表理事組合長 佐々木 浩治

新年明けましておめでとうござい
ます。組合員皆様へ謹んで新春のお
慶びを申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の終息
が見えない中、三回目の正月を迎え
ました。今年こそは感染が終息し、
組合員皆様の生活が穏やかな一年に
なることを祈念いたします。

昨年はコロナ禍の中、ロシアによる
ウクライナ侵攻で、世界経済が大打
撃を受けた一年となりました。世界
的な食糧不足や原材料不足のほか、
肥料・飼料・燃油の高騰により日本
経済も大きな影響を受けました。
米の概算金は上がったものの、上昇し
た分は帳消しとなり、逆に農家経営
に計り知れない打撃を与えました。

そうした中、日本中がこぞ「食
糧安全保障」という言葉を使い始め
ました。日本の食料自給率が38%と
なり、世界的な食糧不足が叫ばれて
いる今こそ日本農業の再生を図るた
め、消費者も巻き込んだ真剣な議論
が醸成されることを望んでおり
ます。

さて、本年の主食用米の国が示し
た生産の目安量は、ほぼ昨年と同程
度になりました。全国で次々と新品
種が登場し、地域間競争が激しさを
増す中で勝ち抜いていくためにも、

消費者に望まれる米を生産していく
ことが重要です。JA古川としては、
水田フル活用による生産振興を図り
ながら、米・大豆をはじめ、ナス・ネギ
等の園芸作物、さらには仙台牛の優
良産地としても農畜産物の生産と
有利販売に傾注して参ります。

転作面積が水田面積の半分となっ
た今、JA古川では昨年からJA全
農の全面的な協力のもと、転作作物
に子実用トウモロコシを導入しまし
た。三年間の試験栽培として取り組
み、課題はあるものの、一年目として
ある程度の成果となりました。今後
は国や生産者の皆様と協力し、栽
培面積を増やしていきたいと考えて
おりますので、宜しくお願い致しま
す。

JA古川では、こうした取り組み
を進めながら、本年新たに第7次地
域農業振興計画、JA経営計画を
作成いたします。JAグループが目指
す「農業者の所得増大」「農業生産
の拡大」「地域の活性化」を柱として
不断の自己改革の実践、持続可能
な地域農業の実現に向け、役職員一
同一体となって事業活動に邁進して
参ります。今後とも組合員皆様の
変わらぬご支援、ご協力をお願い致し
まして、新年のご挨拶いたします。

謹賀新年

皆様のご多幸をお祈り申し上げます

令和五年 元旦

代表理事会長 佐々木 琢磨
代表理事専務 大友 學

常務理事 菅原 仁一

常務理事 猪股 博

理事 千葉 邦彦

理事 佐々木 稔

理事 高橋 慎

理事 佐々木 英史

理事 早坂 昇輝

理事 加藤 敏雄

理事 佐藤 慎悦

理事 佐藤 英樹

理事 青沼 洋一

理事 紺野 教悦

理事 石崎 清喜

理事 藤岡 順一

代表 佐々木 誠

代表 監事 小高 栄悦

監事 中鉢 勝亀

監事 佐藤 廣善

常勤 大内 靖幸

外職 内 一同

表紙紹介

今月の表紙は、巻き寿司作りに挑戦した
女性大学「夢ふるカレッジ」のメンバーで
す。
ブドウとバラの花の巻き寿司を完成させ
た受講者は「すごく可愛くできたので、家族
の喜ぶ顔が楽しみ」と話していました。



目次

- 2 年頭の挨拶
- 3 特集
- 6 JAトピックス
- 7 ご近所グルメ
- 8 ふれあい広場
- 10 くらしのアドバイス
- 11 営農インフォメーション
- 12 情報コーナー
- 14 シェフ永井のおすすめ

今月のあなたの運勢 (2023.1月) モナ・カサンドラ

牡羊座 (3.21~4.19)

[全幸運] コミュニケーション運が回復。話し合う姿勢は幸運も呼び込みます。頼み事もすんなり引き受けしてもらえそう
[健康運] テレビを見ながらストレッチが吉 [幸運を呼ぶ食べ物] キャベツ

特集1 第6代「ささ王」に関 孝浩さん

第6回全国ササニシキ系『ささ王』決定戦2022

「ササニシキ」とその直系「ささ結」の美味しさを競う食味コンテスト「第6回全国ササニシキ系『ささ王』決定戦2022」の最終審査が11月25日、古川農業試験場で開かれ、「ささ結」を出品した古川の関孝浩さんが6代目「ささ王」に輝きました。関さんは、第4代に続き2回目の受賞。コンテスト初の複数回受賞となりました。



上位入賞米受賞者の皆様

受賞の瞬間、感極まった表情を見せた関さんは「まさか2度目なんて信じられない。昨年は品質が悪かったが、今年は全てうまくいった。米作りを手伝ってくれた方々に感謝したい」と喜びを語りました。

関さんは、「ささ結」の最高賞「ささ王・大崎耕土賞」も受賞。銀座三越などでの販売権を獲得しました。



最終審査で食味官能審査をする大坪審査委員長(左)



第6代「ささ王」の関さん



「ささ王」を受賞した関さんの出品米

大崎市や2J A(古川、新みやぎ)などで構成する「大崎の米『ささ結』ブランドコンソーシアム」が開いたコンテストで、県内外から「ささ結」23点、「ササニシキ」63点が出品されました。

最終審査には、機器分析によるタンパク含有率や整粒歩合などの1次審査を通過した10点が進出。6人の専門家が炊き立てと酢飯を試食し、味や香りを確かめました。

審査委員長の大坪研一新潟薬科大教授は「どの米も非常に美味しく、紙一重の差だった。関さんの『ささ結』は、ササ系の特徴が非常によく出ており高評価だった」と講評しました。

最終審査結果(上位入賞米受賞者) (敬省略)

【第6代 ささ王】【ささ王・大崎耕土賞】

ささ結 関 孝浩(大崎市古川)

【金ささ賞】

ささ結 加藤 憲治(大崎市古川)

ササニシキ 佐藤 良夫(白石市)

【銀ささ賞】

ササニシキ 加藤 憲治(大崎市古川)

ササニシキ 千葉 利広(登米市)

ささ結 高橋 正則(大崎市古川)

ササニシキ 佐々木 礼蔵(登米市)

ささ結 高橋 一馬(大崎市古川)

ささ結 佐藤 徳志(大崎市古川)

ササニシキ 佐々木 千里(登米市)

特集2 「ささ結」の作付け拡大を!

Part2

大崎市のブランド米として、認知度が向上しつつある「ささ結」。JA管内での令和4年産の作付面積は約60㌦で、出荷量は約260㌦程度です。**令和5年産は、現在の約2倍以上の出荷量が必要とされており、作付面積で120㌦と大幅な拡大が必要となります。**

今月号の特集では、「ささ結」のブランド化や品質向上に向けて活動する「大崎の米『ささ結』ブランドコンソーシアム」と「JA古川ブランド米研究会」の取り組みについてご紹介します。

大崎の米「ささ結」ブランドコンソーシアム

古川で誕生したササニシキ直系の新品種「東北194号」を、「ささ結」としてブランド化する取り組みをしています。

東日本大震災からの復興のシンボル米として、ササニシキ系米の復権を図り、農業者の所得向上、地域活性化を目指しています。行政をはじめ、生産から販売まで農業関係者や地域異業種が一丸となり、総合力で「ささ結」の高品質化と価値のPRに努めています。

構成員 代表：大崎市 伊藤康志市長 副代表：JA古川 佐々木浩治組合長

大崎市、JA古川、JA新みやぎ、宮城県古川農業試験場、宮城県北部地方振興事務所、木徳神糧株式会社、大崎寿司業組合、合名会社寒梅酒造、株式会社ケーエス、株式会社松倉、JA全農みやぎ



大崎市
市長 伊藤康志さん

古川発祥のササニシキの後継品種を「ささ結」としてブランド化し、環境や食味などの基準を農家の皆様が努力して守る地域一体の取組みに、内閣府よりディスカバー農山漁村の宝に選定、食材王国みやぎのブランド化部門で大賞受賞など、高い評価をいただいています。

県内や首都圏のスーパーでも高価格帯で販売され、他品種より精算金も高く、希少なササ系の新ブランドとして、お寿司屋、和食、カレー屋などから**大幅に出荷を求める声が多くなっており**ます。ぜひ、ササニシキ系の復権に向け、**農家の皆様に「ささ結」生産拡大のご協力をお願いします!**

活動内容

全国ササニシキ系「ささ王」決定戦

「ササニシキ」と「ささ結」の美味しさを競う食味コンテストで、全国で唯一ササニシキ系米に特化した大会です。農家の技術や米の品質を向上させ、ササニシキ系米の価値を多くの人に伝え、次世代につないでいくことを目的としています。



銀座三越で受賞米を販売した
生産者の佐藤徳志さん

「ささ王」米を銀座三越で販売

「ささ王決定戦」で「ささ結」の最高賞「ささ王・大崎耕土賞」を受賞した米は、東京の銀座三越店内にある(株)山田屋本店などで販売する権利を獲得できます。昨年は、通常の約2倍の価格で販売し、多くの方が購入していきました。

「ささ結」新米フェア

地元消費者や市外から来る人たちにも「ささ結」の美味しさと魅力を発信するため、市内の飲食店で「ささ結」を使ったメニューを期間限定で提供しています。

フェアの
パンフレット



加工品の開発

「ささ結」を使った加工品として、(株)松倉のポン菓子「ささぼん」や(株)寒梅酒造の純米大吟醸酒「ささ結」、(株)ケーエスのパックご飯などを開発。人気商品として販売しています。



ささぼん



純米大吟醸酒
「ささ結」

「食材王国みやぎ」推進優良活動表彰で大賞

令和4年2月には、同賞のブランド化部門で大賞を受賞しました。この賞は宮城県が「ブランド確立」の分野で先導的、模範的活動を実施している組織などを表彰するものです。

この他にも、「ささ王決定戦」でトップ5に選ばれた米の販売会や地元の学校給食で「ささ結」のご飯の提供、生産者向けに栽培現地検討会の開催など、様々な活動をしています。



表彰盾を受け取った会員

「ささ王・大崎耕土賞」の米を銀座三越で販売しました。「ささ結」は旨味の強さや食味のトータルバランスが良く、**首都圏でも認知度が上がりつつあります**。「ささ結」のファンもおり、毎年期待されている米です。

「ささ結」を100%使用しており、**全国からいらっしゃるお客様からも美味しい米だと言われます**。

今後も大崎には「ささ結」があることをPRしていきます。ぜひ、多くの農家の方に作ってほしいです。



(株)山田屋本店営業企画室
五ツ星お米マイスター
秋沢穂衣さん



大崎寿司業組合
君鮨 千葉君夫さん

JA古川ブランド米研究会

「ササニシキ」と「ささ結」の高位安定的な生産技術の確立と、品質・食味の向上によるブランド力の強化で、生産者の所得増大を目指しています。

環境保全米への取り組みを基本に、土壌診断による施肥設計や消費者の認知度を高めるPR活動などにも取り組んでいます。

構成員

会長：加藤邦則さん アドバイザー：南條正巳さん

会員：「ササニシキ」又は「ささ結」を栽培する生産者22人（令和4年12月時点）

全国で登場する様々な新品種の米に太刀打ちするためには、“ブランド力”が必要です。これまでのような感覚だけでなく、品種に合う土づくりや栽培方法を模索し、データを積み重ねて確立していきたいです。

「ささ結」は、ササニシキの直系品種ではありますが、**ひとめぼれの栽培特性を受け継いでいるので、環境保全米の基準に沿って栽培すれば、倒伏や寒さにも負けず、作りやすい品種です。**環境に配慮した米作りは、SDGsの考えにも沿っており、稲作を継続していくためには必要なことであり、安心して消費者に食べてもらえるものです。

「ささ結」の評価や知名度が向上しつつあり、全国的にも脚光を浴びています。このチャンスを生かして「ささ結」を始め、JA古川米のPRにつなげていければと思います。



会長 加藤邦則さん

活動内容

土壌学の専門家をアドバイザーに

高品質米の生産に向け、令和4年度から新たに東北大学の元教授で土壌学を専門としていた南條正巳さんをアドバイザーとして迎えました。



南條さん(左)指導のもと土壌採取をするJA職員

土壌診断で圃場に合った土づくり

アドバイザー指導のもと、全会員の圃場で土壌診断を実施。結果に応じた施肥設計で土づくりに力を入れていきます。

現地検討会で情報共有

会員の圃場を巡回し、生育状況の確認と情報共有をしています。

令和4年度は、「ささ結」の認証要件である田んぼの生きものモニタリング調査も実施しました。



生育状況の確認をする会員

量販店などでのPR活動

県内や首都圏のスーパーマーケットで「ささ結」のPR活動をしました。店頭での販売活動に参加することで、消費者の声を直接聞き、生産活動につなげています。



量販店でPR活動をする加藤会長

この他にも、新たな飲食店や取扱店の開拓や高食味米の区分販売など、ブランド力の向上と生産者の所得増大につながる活動をしています。



「ささ結」生産者
三塚正幸さん

5年前から「ささ結」に取り組んでおり、令和4年産は主食用米3.7%のうち1.2%に作付けしました。毎年「ささ王決定戦」にも出品し、第4回には「金ささ賞」をいただきました。ますます「ささ王」への思いが増し、毎年挑戦を続けています。

「ささ結」は、栽培が難しいという方も多いですが、JA指導のもと、マニュアル通りに作れば、タンパク含有率などの基準をクリアできます。追肥も不要なので難しさはありません。

付加価値の高い米を作ることで、将来にわたり農家経営を支えるものになると思います。ぜひ、一緒に「ささ結」を作って「ささ王決定戦」にも挑戦してみましょう!

「ささ結」の販売価格

ブランド米として高価格帯での販売に取り組んでいる「ささ結」ですが、Aコープ古川店での販売価格は、ひとめぼれ1,890円に対し、**ささ結2,380円**で販売しています。(5^{kg}入り精米・税抜価格)

全国の消費者や飲食店など、多くの方々から必要とされている「ささ結」の作付けをぜひ、よろしくお願いいたします!!



吉田さんからスマホの操作方法を学ぶ参加者(右)



年金友の会スマホ教室 アプリで便利な生活を

JAは12月1日、西部支店で「JAスマホ教室」を初めて開きました。JA年金友の会の支部活動として会員や地域住民が参加し、スマホの基本的な操作方法を学びました。

ソフトバンク仙台クリスロードの吉田雄介スマホアドバイザーが講師を務め、デモ機を使った指の動かし方やマップ、カメラ、音声認識アシスタント機能の使い方を講習。JAからは、スマホで簡単に残高照会や入金明細を確認できる「JAバンクアプリ」のダウンロードと、いつでも振込や振替ができる「JAネットバンク」の利用を呼び掛けました。参加者は「普段もスマホを使っているが、電話とメールをするくらいだった。分かりやすく教えてもらえたので、とてもよかったです」と話していました。



簡単クリスマス料理を学ぶ ヘルシークッキング



矢内さん(右)からパエリアの作り方を学ぶ参加者

JAは12月2日、本店で「ヘルシークッキング」を開きました。組合員や地域住民16人が参加し、ヘルシーで簡単に作れるクリスマスのパーティー料理を学びました。

みやぎ食育コーディネーターの矢内信孝さんが講師を務め、「鴨のリースサラダ」「アボカドの生春巻き」「フライパンで作るパエリア」「黒胡麻プリン」を紹介。矢内さんは「パエリアは米を洗わずによく炒め、魚介の旨味を吸わせるように。サラダはクリスマスリースをイメージし、きれいな盛り付けで楽しんで」と説明しました。

参加者は「初めてJAの事業に参加したが、分かりやすい指導で安心して料理ができた。とても美味しくできたので、家でも早速作りたい」と話していました。



総代の役割や 農業情勢を学ぶ 総代研修会

JAは12月5日、大崎市民会館で総代研修会を開きました。今年9月から総代になった組合員247人が参加し、総代の役割や農業情勢について研修しました。

講師を務めたJA全農米穀部の石澤孝和次長は「米需給の現状と今後の水田農業について」と題し講演。石澤次長は「米の消費が落ち、来年も今年と同規模の転作が必要。土地を守るために、何を作るべきか、悩ましい状況にあるが、一緒に力強い水田農業を作り上げていきたい」と話していました。

JA宮城中央会経営支援部の駒口昭浩部長は、JAを取り巻く環境と総代の役割について講演。農政や自己改革への取り組み対応を説明した他、総代の心得を解説しました。

JAでは、令和4年9月の任期満了に伴い、8月に新総代500人を選出。内新任が106人、女性総代が26人選出されています。



講演する石澤次長(左)と駒口部長



講演を聞く総代

四川担担麵家 たけうち

今月の気になるお店
ご近所グルメ

JA管内にあるおすすめ店をご紹介します
ぜひ足を運んでみてください



四川料理の達人が作る担担麵
毎日でも食べ飽きない旨さ

四川担担麵 890円(税込)

四川料理を日本に広めた陳健民さんと陳健一さんの店としても有名な「四川飯店」で修行を積んだ店主の嶽内宏文さん。地元の宮城に戻り、ホテルや結婚式場で四川料理を広めた後、四川飯店の賄いとして毎日食べていた担担麵の味を受け継ぎ、「毎日食べても飽きない担担麵を提供したい」と2019年にお店をオープンしました。

担担麵発祥の中国四川省では、「汁なし」が一般的ですが、陳健民さんが日本人の好みに合わせて作ったのが、「汁あり」の担担麵。「その思いを広めていきたい」と語ります。

素材の味を生かしたスープ 月替わりで楽しめるメニューも!



四川海老チリ丼 450円(税込)

四川料理人としての長年の経験と知識を生かした創作担担麵は、若い方から年配の方まで美味しく召し上がっていただけるようにと、刺激は強すぎずゴマの風味を生かしたお味です。素材の味を無くさないよう、あっさりとしたスープを使用。黒ゴマと焦がしニンニクマー油をアクセントに加え、まるやかさや旨味、コクを味わえるため、毎日でも美味しくいただけます。

辛い物が苦手な方でも、注文時にラー油の量や有無を選べるほか、2種類の山椒をお好みで追加することもできます。トッピングには地場産の新鮮な野菜を用いており、定番メニューの他にも、月替わりで様々な創作麵を味わえます。

人気メニューの一つ「四川海老チリ丼」は、コクと深みのある餡がたっぷり、プリプリの海老との相性は抜群です。自宅で気軽に楽しめる持ち帰り用の麻婆豆腐や回鍋肉などの中華料理も大人気。

「四川料理の達人」が作る本場の味を、堪能してみたいはいかがでしょうか。



【所在地】大崎市古川北稲葉2-1-5

【TEL】(0229) 25-5255

【営業時間】11:00~14:30

17:00~20:00

(月・火は14:30まで)

【休業日】水曜日

お店の詳細は
こちらから!



Twitter



みやぎ生協古川南店の
敷地内にあるお店

担担麵に使用する練りゴマ、ラー油、テンメンジャン等はできる限り手作りし「安全・安心」で愛される商品の提供と新しいメニューへの挑戦が永遠のテーマです!



店主の
嶽内宏文さん

い 広 場

二人三脚

友人との旅行や食事が 毎年の楽しみ



大崎市古川川熊

鎌田

幸男さん (81)
忠子さん (75)

今年で結婚53年目の幸男さん、忠子さんご夫婦。幸男さんは、カラオケやパークゴルフ、動物の飼育が趣味で、犬や烏骨鶏、ランチュウなどの魚を飼っているそうです。魚たちは、自宅に隣接した暖房付きの専用部屋で飼育しており、朝夕の犬の散歩や鳥たちへのエサやりが日課だそうです。「烏骨鶏には、市販のエサのほか、ご近所からいただく野菜の切れ端などを混ぜてあげています」と語ります。

忠子さんは、ショッピングや手芸、友人との食事が好きで、近所の同級生や年が近い方々とのランチを楽しんでいるそうです。「いつもランチする？との誘いですぐに集まります。これからは忘年会や新年会もしたいですね」と楽しみを話します。自宅には、クラフトテープで作ったかごや、押し絵、つるし雛などたくさん作品が飾られていました。

お二人は、同じ年に結婚した方々と毎年、旅行や食事をしているそうです。幸男さんは「北海道から沖縄まで全国各地を旅行しました。京都や佐渡、名古屋も良いところでした」と当時を振り返ります。忠子さんは「北海道はもう一度行きたいですね。金婚式の際は、みんなで食事を楽しみました」と話していました。

幸男さんが「今まで家族のために長年勤めながら、家庭でも働いてくれたことに感謝しています」と話すと、忠子さんは「夫はいくら愚痴を言ってもさらっと聞き流してくれます。いつもありがとうございます」と互いに思いを語ります。

そんな仲の良い鎌田さんご夫婦に、二人三脚の秘訣をお聞きしたところ「お互いあまり干渉しないことと健康でいることですね」と笑顔で話すお二人です。

大きくなあれ

大崎市古川石森 大崎 悠真くん(4才) (右)
茉伶ちゃん(2才) (左)



優しく面倒見が良い悠真くん。マイペースな一面もありますが、挨拶がしっかりできるお兄さんです。保育園では、鬼ごっこやキャッチボールをして遊んでいます。カラオケが好きで、「チューリップ」や「パプリカ」の歌が得意です。最近、名取の大型屋内公園ピュアキッズで遊んだそうで「ボールプールとか滑り台があって楽しかった」と話していました。

悠真くんとケンカをしても負けないという茉伶ちゃん。悠真くんの靴を準備してくれる、お姉さんの一面もあります。好きな食べ物は、おにぎりとイチゴで「白いご飯のおにぎりが好き」と教えてくれました。保育園では、砂遊びやダンスをしているほか、お気に入りの“ぞうさんの滑り台”で遊んでいます。最近、ピュアキッズで遊んだことが楽しかったそうです。

ご両親は「いっぱい食べて、いっぱい寝て、いっぱい遊んで大きくなってほしい」と話していました。

11月に楽天のユニホームを着た時の一枚

お便り紹介

「家の光記事活用体験を発表」の記事を見て、30年程前に妹が宮城県大会に出場。母と発表を見に行き、慣れない農家の嫁ぎ先で、旦那様と一緒に農業に対する姿勢と情熱とひらめきに感動したことを思い出しました。ファーマーズウーマン!!頑張っていきましょう! Y・K(60才)

◇私の母もサラリーマンの家庭から大家族の専業農家に嫁いで大変苦労した話をよく聞いていました。自然相手の農業は、昨今の異常気象に泣かされることが多いですが、実りある作物の成長を楽しみに、また前に進む姿はステキですね。

今年、孫が沖縄の大学に入学しました。来年の1月に沖縄旅行を息子から招待され、今から楽しみです。 N・M(75才)

◇沖縄旅行のご招待嬉しいです! 良い息子さんです! 思う存分楽しんでください! 旅行した際のお土産話をぜひ、聞かせてください! お便りお待ちしております!

前シーズンの冬は何年ぶりかの大雪で、かまくらや滑り台が作れて、孫たちが喜んで遊んでいました。今シーズンの冬は…。 Y・I(67才)

◇孫たちとも遊びたいけれど、道路の混雑も困るし、大雪は休日に降っていただければいいかも!

いつもおかあさんとパズルをしてたのしいです。I・S(7才)
◇手書きの素敵なハガキをいただき、ありがとうございます。これからもパズルを楽しんで、またお便りくださいね♪

仙台に住んでいる孫(小5)が自主学習で「ささ結」について調べていました。ばあちゃんのいる大崎市ってすごいところなんだねと言われ、鼻高々でした。今月号は「ささ結」についてたくさん載っていたので、孫に見せたところ喜んでいました。ありがとうございました。 H・H(69才)

◇仙台のお孫さんが「ささ結」を調べてくれたなんて嬉しいです! 美味しくて人気が出てきたお米ですので、ぜひ食べてみてくださいね。今月号の特集でも「ささ結」を紹介しているので、見てみてください!



野菜たちを収穫し、冬の間に備えて新聞に包んだりして保存しました。その中に面白い形の大根と人参があったので…。走るのが得意そうな人参とちよっぴり恥ずかしがり屋の大根!
E・O(62才)

◇なんと立派な「大根足」でしょう。私も学生の頃は「大根足」で自転車通学をしていました。

このコーナーでは皆さまからの身近な話題や面白い出来事、本JA、「夢ふる」へのご意見・ご感想などをお待ちしております。素敵なお写真、絵手紙なども是非お寄せください。Eメールの方はこちらまで: info@jafurukawa.or.jp

二重枠に入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

1	6			14	17	
2			12			
3		9			18	21
		10		15		
4	7		13		19	
	8		11		20	
5				16		

タデのカギ

- ① 2月の誕生日・アメシストは紫色の—です
- ② 刻みたばこを詰めて吸う道具
- ③ しが大ならMは
- ④ こうなつた—を知りたいなあ
- ⑤ 暖炉にくべます
- ⑥ 3度の食事以外に食べるもの
- ⑦ バレンタインデーに実らせる人もいます
- ⑧ 囲碁や将棋の指し手の記録
- ⑨ 百貨店の—ガイドで目当ての売り場を探した
- ⑩ 昆布と—節でだしを取った
- ⑪ 例年2月4日ごろ。暦の上ではこの日から春です

ヨコのカギ

- ① ウィンタースポーツの代表格
- ② 旧国名の1つ。現在の三重県の大部分
- ③ お吸い物などを入れる器
- ④ 鬼は外、福は—
- ⑤ 掃除道具の1つ。魔女がまたがれば飛べるかも?
- ⑥ 車のフロントガラスに付くとギラギラして厄介です
- ⑦ 旅先で眺めることもあります
- ⑧ もむと温くなるタイプもあります
- ⑨ 遅い時間まで寝ずにいること
- ⑩ 仁徳天皇陵もこの1つ
- ⑪ 水分補給に役立つ—飲料は、電解質を加えてあります
- ⑫ 働き者だといわれる昆虫
- ⑬ 天ぷらを天—に漬けて食べた

頭の体操 パズル

12月号パズルの答え

フリソデ
A B C D

1	7	12	14	17	21
ト	ソ	タ	ガ	ツ	キ
2	ツ	ム	ジ	シ	リ
3	パ	リ	シ	ヨ	ネ
4	エ	イ	ヨ	ウ	シ
5	メ	デ	キ	ユ	ミ
6	オ	デ	ン	ラ	ン
7	ト	シ	タ	フ	ジ

当選おめでとうございます!

- 12月号の当選者●(正解者は28人でした)
- 東部支店 今野とよみさん
 - 東部支店 高橋葵さん
 - 西部支店 石川善夫さん
 - 南部支店 佐藤温子さん
 - 南部支店 佐々木いちかさん

パズル応募の際、郵便料金が不足している場合はお受け取りできませんので、お間違いないようご注意ください。(料金は63円です)

パズル応募方法

郵便はがきに答え・住所・氏名・年齢・電話番号・身近な話題・JAへのご意見・本誌のご感想等を記入の上ご応募下さい。

正解者の中から抽選で5名様にエコーブマーク品「生タイプなべ焼きうどん」1人前を2セットプレゼントします。締切は1月23日の消印まで。

〒989-6171 大崎市古川北町三丁目10番36号
JA古川 総務部組織広報課

※ご応募に際し取得した個人情報は本JAの業務以外には一切使用しません。また、応募いただいたご意見と当選者名を掲載することをご了承の上、応募ください。

ヘルス&ビューティー



正月太りを解消したい

▼健康科学アドバイザー 福田千晶

例年、年末年始はクリスマス会や忘年会、お正月など、飲んだり食べたりする機会が多いものです。おせち料理には野菜が多いですが、栗きんとんや煮物など糖分が入ったものもいろいろあります。お雑煮はお餅をついた食べ過ぎてしまうことも。しかもお正月は、来客のたびに飲食、家族でも家にいる時間はだらだら飲食、夜遅くまでの飲食になりがちで、飲み過ぎ食べ過ぎの原因になります。テレビを見ながらお菓子を食べたり、糖分入りの炭酸飲料などを飲むことが毎日の習慣になると摂取エネルギーは過多になります。

冬は屋外での作業や運動が減る家庭も多く、活動で消費するエネルギーは減少しがちです。摂取エネルギーが増え、消費エネルギーが減れば、残ったエネルギーは体内に脂肪として蓄えられ太るわけです。約7200kcalが余るとおおよそ

1kgの脂肪になります。1日2400kcalずつ体内で余れば、1カ月後には体重が1kg増加、毎日4800kcalずつ余れば、1カ月後には2kg増加する計算です。

正月太りを解消するには、食生活の見直しから始めます。食事は規則正しく、夕食は早めの時間に食べ終えて、間食や夜食はやめましょう。

医療現場の保健指導でも使う表現ですが「三つのへあ」の取り過ぎに注意しましょう。①アルコール ②甘いもの ③脂肪。これらを取り過ぎない心がけが大切です。飲み物はノンカロリーのものだけにし、ヘルシーな果物も多く食べるようであれば甘いものとみなします。脂肪は、常温で固形のもの、特にバターや肉の脂身の取り過ぎを控えましょう。

運動は積雪などで屋外でのウォーキングができないときは、体育館での運動、家の中の階段昇降、できる場所を見つけて縄跳びをするなど工夫します。体力や年齢など個人差はありますが、1日10分間からでも体を動かしたいものです。食生活の改善も運動も継続が大切です。



野菜もの知り百科

水菜(アブラナ科アブラナ属)

▼土壌医 藤巻久志

水菜は京都原産の伝統野菜で、流水を畝間に引き入れて栽培したので「水菜」の名が付いたといわれています。関東では「京菜」とも呼ばれています。水菜には細茎種と広茎種があります。細茎種は小株で売られることが多いですが、4kgの大株になると600枚以上の葉数になり、千筋(せんすじ)京菜の別名があります。広茎種はハクサイ並みの大株で収穫します。

Kyonaと呼ばれる、葉形の面白さや食感からサラダで食されています。水菜を生食する慣習がなかった日本では、欧米からの逆輸入で、30年くらい前から食産業がサラダに使うようになりました。幼苗から切り込みのある独特の葉形になるので、ベビリーフサラダには欠かせません。ベビリーフサラダにはチングサイやタアサイなどの中国野菜も入るので、オリエンタルミックスとも呼ばれています。

昭和中ごろの横浜では、冬野菜のハクサイが終わると広茎の「磯子京菜」が八百屋に並び、春が近いことを感じたものです。磯子の高台には美空ひばりの「ひばり御殿」が立っていました。

壬生菜は水菜の変種で、葉に切れ込みがなく、ピリッとした辛味があります。主に漬物に使われ、千枚漬けには塩漬けが青みとして添えられることが多いです。

水菜はシャキシャキとした歯切れの良さが特徴で、鍋物や煮物、漬物などに利用されます。薄切りにしたクシラ肉を用いた関西のはりはり鍋が有名です。油揚げとの煮びたしもおいしいです。

水菜や壬生菜は、他のアブラナ属野菜と交雑します。伝統野菜は採種技術も引き継がれ、今も品質が維持されています。

カロテンやビタミン類を豊富に含み、がんを予防する野菜といわれています。カリウムや鉄などのミネラルも多く、特にカリウムはナトリウムの排せつを促進し高血圧の予防や改善的作用があるとされています。



水菜は海外でも Mizuna や



令和5年産JA古川米の 取り組みにあたって

令和4年の稲作は、播種盛期4月6日(2日早い)となり、田植え盛期は5月9日(平年並み)となりました。6月の低温及び日照不足により穂数は平年を下回りましたが、1穂粒数は7月の高温と葉色が高めに推移したことにより平年並、m粒数は平年を下回りました。

出穂期は8月3日(1日遅い)、稲刈り盛期は9月30日(1日遅い)、作況指数は「99」となっています。

幼穂形成期の気温が高かったことと葉色も高めに推移したことにより粒殻が大きくなり、粒数も少なかったことから千粒重・登熟歩合ともに平年並みとなりました。また斑点カメムシによる着色被害も少なく近年稀にみる高品質で推移しました。

本JAの1等米比率は、98.7%(11月30日現在、カントリー除く)であり、主な落等要因は充実度不足によるものです。
令和4年の稲作状況を踏まえ、次の事項を参考に栽培計画を立てましょう。

①土づくりが基本

良品質・良食味・収量を安定的に確保するためには、土に活力を与えることが重要です。特に堆肥等の有機物や、ケイ酸質肥料を土壌条件や地力に合わせて施用しましょう。

②好適出穂期に出穂するための 適期田植え

播種や田植えを遅くすることで、出穂期が遅くなり、不稔粉発生回避のほか高温期の登熟による乳白米の発生や穂発芽の発生を回避する効果もあるので、適期田植えを心掛けましょう。

③育苗期間の温度管理

ハウス育苗での温度の上がりすぎで、高温障害や立枯病の発生が見られます。緑化期までは被覆資材内に温度計を置き、温度が上がりすぎないように管理を徹底しましょう。

④復元田対策について

大豆後作の水稲は、圃場によって窒素発現量が多くなり、倒伏による登熟不良や穂発芽が原因で品質低下を招きます。

これらの対策としては、①耐倒伏性・耐病性の強い品種(まなむすめ等)の作付け②圃場に水がなくなったら湛水する「飽水管

理」を実施し圃場を固めに管理する③基肥は無窒素か減肥する④いもち病防除を徹底することが必要です。

※倒伏軽減剤の散布だけでは、効果が期待できない場合があります。

⑤追肥は葉色を見ながら 判断しましょう。

生育ステージは気象により毎年微妙に異なりますので、幼穂形成期や減数分裂期の追肥は葉色を見ながら施肥量を加減し、登熟期の稲の窒素栄養状態を適正に保ちましょう。

⑥病害虫対策

草刈り等の耕種防除と薬剤散布による広域一斉防除をすることで、カメムシ類の生息密度を下げ、品質の低下を防ぎましょう。

いもち病は気象条件により、多発する恐れがあります。とくに残苗の放置は、いもち病の発生源になりますので、不要な苗は早急に処分しましょう。

箱処理剤または本田散布剤の防除体系を確認し、予防に努めましょう。

⑦良質米確保のための乾燥・ 調製作業

収穫・乾燥・調製作業は最後の仕上げです。乾燥機には注意し、胴割れ米や高水分にならないように、高品質・良食味米の生産に心掛けましょう。

環境保全米づくり全県運動を展開中!!

JAグループ宮城では生産・販売環境が一層厳しくなる中、消費者及び取引先から信頼される安定生産と安全で美味しい米作りを实践するため、県内で統一した生産基準による環境保全米の作付けを目標とした「環境保全米全県運動」を展開しています。

本JAではこれらを踏まえ実需者との結びつきを一層強め、環境に配慮しながらニーズに応じた特色ある米の作付けを推進してまいります。

過去5年以内に退職金を受け取られた方へ
(100万円以上からのお預け入れで)

JAの退職金専用定期貯金

1年もの
定期貯金

年0.2%

(税引後 年0.159%)

“よりぞう”も皆さんの資産形成のお役に立ちたいぞう～!
定期貯金で皆さんのセカンドライフを応援するぞう～!



■お取扱期間: 令和4年4月1日(金)～令和5年3月31日(金)まで

■ご利用いただける方: お預入日から起算して退職金受取後5年以内の個人の方およびその配偶者の方
お申し込み時に「退職所得の源泉徴収票」「退職金支給明細書」「退職金振込通帳」などの退職金受取日および受取金額を確認できる書類をご提示いただけます。

■お預入れ限度額: お一人(退職金を確認できる方)につき100万円以上5,000万円以内

■貯金種類・期間・利率: 自由金利型定期貯金(M型) [通称「スーパー定期」] 1年もので年0.2%とします。

今後5年以内に年金を受給するご予定の方へ
(お一人通算1,000万円まで)

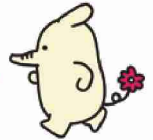
JAの年金予約定期貯金

1年もの
定期貯金

年0.1%

(税引後 年0.079%)

年金の受給までもうちょっと。
“よりぞう”も皆さんと走り続けるぞう～!
それまでの間、皆さんを定期貯金で応援するぞう～!



■お取扱期間: 令和4年4月1日(金)～令和5年3月31日(金)まで

■ご利用いただける方: 今後5年以内に年金を受給されるご予定で、かつ、当JAに「年金予約申込書」をご提出することが可能な個人の方

■お預入れ限度額: お一人につき50万円以上1,000万円以内とします。

■貯金種類・期間・利率: 自由金利型定期貯金(M型) [通称「スーパー定期」] 1年もので年0.1%とします。

詳しくは、JA古川支店窓口までお問い合わせ下さい。

北部支店営農課の 新店舗がオープン

北部支店営農課は、12月6日から支店西側に新設した店舗での営業を開始しました。

相談スペースを増設して、皆様のご来店をお待ちしております。



北部支店営農課の新店舗と
店内の資材販売コーナー

米粉クッキング参加者募集!

日時 3月1日(水) 9:30～
場所 JA古川本店調理実習室
内容 米粉料理 フライパンで出来るパン作り
米粉ハムチーズパン、とろけるチーズパン

募集人数 16人(先着順) JA古川管内在住の方

参加費 500円

持ち物 マスク、エプロン、三角巾、参加費

講師 シエルキッチン 香川 佳子氏

お申し込み・お問い合わせ先

1月23日(月)～1月26日(木) 平日の9:00～16:00

までお申し込みください。定員になり次第、締め切りとなります。(受付時間をお守りください!)

総務部組織広報課

TEL 23-6511 担当 高橋

※新型コロナウイルス感染状況によっては、開催を中止する場合があります。

※開催日を含め2週間以内に、風邪などの症状のある方・体調不良の方はご遠慮ください。

※当日撮影した写真は、JA古川の広報誌やホームページなどに掲載させていただく場合があります。



肉牛販売

肉牛枝肉共進会等の入賞者をお知らせいたします。(敬称略)

JA古川肉牛部会第63回肉牛枝肉研究会 (11月22日)

- チャンピオン賞 株式会社ushitake (東部支店 敷玉)
- 最優秀賞 佐々木 秀樹 (東部支店 敷玉)
- 優秀賞 結城 猛夫 (西部支店 志田)
- 菅原 清一 (西部支店 東大崎)
- 菅原 清浩 (西部支店 東大崎)
- 佐々木 愛恵 (北部支店 長岡)
- 高橋 博行 (南部支店 三本木)
- 小高 栄 (南部支店 三本木)

「THE仙台牛」担い手共進会・産地連合・美らいす (11月29日)

- 担い手チャンピオン賞 小高 栄 (南部支店 三本木)
- 担い手最優秀賞 鈴木 久 (北部支店 富永)
- 美らいすチャンピオン賞 鈴木 久 (北部支店 富永)

JA古川肉牛部会第22回肉牛枝肉共励会 (11月30日)

- チャンピオン賞 小高 栄 (南部支店 三本木)
- 最優秀賞 結城 猛夫 (西部支店 志田)
- 伊藤 文明 (西部支店 東大崎)
- 優秀賞 高橋 裕悦 (南部支店 高倉)
- 高橋 俊悟 (南部支店 三本木)
- 佐々木 愛恵 (北部支店 長岡)

東北牛匠会設立30周年記念大会枝肉共進会 (12月1日)

- 優秀賞 小高 栄 (南部支店 三本木)

JA古川第23回畜産総合枝肉共励会 (12月6日)

- チャンピオン賞 佐々木 秀樹 (東部支店 敷玉)
- 最優秀賞 小高 栄 (南部支店 三本木)
- 千葉 孝彦 (東部支店 敷玉)
- 優秀賞 菅原 清一 (西部支店 東大崎)
- 伊藤 文明 (西部支店 東大崎)
- 高橋 俊悟 (南部支店 三本木)
- 和田 峰雄 (東部支店 中央)
- 株式会社ushitake (東部支店 敷玉)

子牛市場成績(本JA分) 令和4年12月14日 みやぎ総合家畜市場 (税込価格)

性別	頭数	平均価格 (円)	平均体重 (kg)	前月の平均価格(円)	前年同期 (円)
牝	19	446,137	273	614,350	703,725
去勢	20	581,680	307	668,800	762,667
合計	39	515,646	290	650,650	741,233

今月の子牛市場開催日(古川上場日は19日)
1月17日(火)・18日(水)・19日(木)

『腹部超音波検診』の受診を 申し込まれた方へ

受診における注意事項・日程・時間割についてのご案内は検診機関(宮城県予防医学協会様)の封筒で1月下旬に郵送されます。お見落としのないようお願いいたします。



白色の封筒が届きます

お問い合わせ先 総務部組織広報課 TEL 23-6511

理事会だより

第15回理事会 令和4年11月28日(月)

- 第1号議案 令和4年度第2四半期監事監査指摘事項に対する改善措置について
- 第2号議案 理事と組合との契約について

報告事項

- (1)JA古川フェスティバル中止に伴う対応について
- (2)総代研修会の開催について
- (3)令和4肥料年度供給価格の決定について
- (4)カントリー運営委員会の開催結果について
- (5)令和4年産米集荷数量について
- (6)10月末主要事業の実績について

JA古川の概況

(令和4年11月30日現在)

正組合員戸数	4,875戸
准組合員戸数	2,208戸
正組合員数	8,031人
准組合員数	2,549人
出資金	1,445百万円

今年「卯年」。その中でも「癸卯(みずのと)」と呼ばれる年で、これまでの努力が花開き、実り始めるという意味があるそう。コロナ禍からの回復の兆しが見える年になることを祈っています。また「卯年」は、飛躍や向上の年でもあるそうです。私もこれまで以上に努力し、成長できるように頑張りたいです！ (広報担当)

ひ・ふ・ろ・い・じゅ

今月の税務相談会

- 相談日 1月27日(金)
- 相談時間 14:00～ (予約制です)
- 相談会場 JA古川本店1階
- お申し込み・お問い合わせ先 完全予約制です。お早めに最寄りの店舗にお申し込み下さい。

トラクターの更新をご検討中の生産者様へ **ご注文いただけるのは令和5年3月まで!!!**

低コスト農業を支援する **共同購入トラクターをおすすめします!**

例えば...

- トラクターを更新したいけど最新のトラクターは高いしなあ...
- 今のトラクターが壊れたら部品があるか心配...
- 中古のトラクターを探しているけど...
- 33馬力
- 現行シリーズと比較すると
- 20年前のトラクターと比較すると

発売年	2021年~	2019年~	1999年~03年
シリーズ名	共同購入トラクター	新型トラクター	キングウエル
キャビンハイスピード仕様(本体のみ)	型式名 SL33LHFQMAEP	SL350HFQ	KL33HFQBMAP
	メーカー希望小売価格(税込) 416.68万円	542.41万円	443.85万円
	共同購入トラクターとの価格差 —	▲125.73万円	▲27.17万円
燃料タンク	48ℓ	40ℓ	40ℓ

●ノーラッチ変速、48L燃料タンク(概ね1日無給油作業が可能)を装備
●半クローラ仕様、キャビン無し仕様、ロータリーセット仕様もラインアップ
●幅広い作業機に対応

メーカー希望小売価格 453.64万円 ※安全装置付(標準装備)	メーカー希望小売価格 395.67万円 ※安全装置付(標準装備)	メーカー希望小売価格 313.50万円 ※安全装置付(標準装備)
--	--	--

共同購入トラクターとは **生産者 & 安く 厳選 作業性 汎用性**

JAグループが生産者の1万人の声を反映しメーカーに開発要請したトラクターです。需要をとりまとめ、一括発注を行うことで、生産者へ価格メリットを還元します。

ご注文いただければ納品まで**3ヶ月**かかります。**令和5年3月までにご注文**をお願いします。

●お問い合わせはお近くの農機センターまたは農機課まで **JAグループ/全農**

▼永井智一(ながい・ともかず)茨城県笠間市にある「天晴(旧キッチン晴人)」オーナーシェフ

作り方

- (1) 切りたんぽは斜めに4つ切りにしてサラダ油(分量外)でカリカリに素揚げし、鶏もも肉は薄切り、ハクサイはざく切り、タケノコ水煮は縦に薄切り、ニンジン短冊切り、キクラゲは細切り、チンゲンサイはざく切りにする。
- (2) スープの材料を鍋で沸かしておく。
- (3) 中華鍋にサラダ油大さじ3を入れ、ショウガスライス、タカノツメ、鶏もも肉を中火で炒める。順にハクサイ、ニンジン、チンゲンサイ、タケノコを入れ、強火で炒め、軽く塩・こしょうを振る。
- (4) (3)に(2)を注ぎ、むきエビ、キクラゲを入れ水溶き片栗粉でとろみを付け、ごま油を回しかける。
- (5) 器に揚げた切りたんぽをのせ、上から(4)をかけ出来上がり。



切りたんぽのお焦げ風

材料(3人前)

- 切りたんぽ……………3本
- 鶏もも肉……………100g
- ハクサイ……………1/8個
- タケノコ水煮……………1/2本
- ニンジン……………1/3本
- キクラゲ……………60g
- チンゲンサイ……………1本
- むきエビ……………6尾
- ショウガスライス……………3枚
- タカノツメ……………1本
- 水溶き片栗粉……………適宜
- ごま油……………小さじ1
- サラダ油……………大さじ3
- 塩・こしょう……………適宜
- スープ
- 水……………360ml
- 鶏がらスープ……………小さじ1
- 塩……………2g
- しょうゆ……………大さじ1
- 料理酒……………大さじ2



シェフ永井のおすすめ

大崎市に母子健康手帳ケース800個を寄贈
子育て支援に役立てて

JAは12月12日、大崎市に母子健康手帳ケース800個を初めて寄贈しました。市は窓口で母子健康手帳の交付申請へ訪れた妊婦に配布する予定です。

ケースは、縦17.5センチ、横25センチのポリエステル製。母子健康手帳のほか、おくすり手帳や保険証などを一つにまとめて整理できるマルチケースとなっており、JA共済連が子育て支援のために作成したものです。

同日、佐々木浩治組合長と猪股博常務が市役所を訪れ、伊藤康志大崎市長にケースと目録を手渡しました。

佐々木組合長は「JAでは、次世代を担う子どもたちの育成と安全な環境づくりに貢献していきたい」と話していました。

伊藤市長は「心から感謝したい。少子高齢化が深刻化する中ではあるが、安心して子育てできる環境づくりに取り組みたい」と感謝を述べました。

同市の令和3年の出生数は約720人でした。



伊藤市長に母子健康手帳ケースと目録を手渡す佐々木組合長(右)

JA古川はSDGsに取り組んでいます! SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

持続可能な開発目標 SDGsとは・・・「Sustainable Development Goals」の略称。2015年に国連総会で採択された持続可能な世界の実現を目指すための国際社会の共通目標です。私たち自身と、子や孫、さらにその先の世代も豊かに安心して暮らせる未来が続くために、人類・地球全体が直面している貧困・飢餓・気象変動などの問題を解決するために17の目標を掲げ、2030年までの達成を目指して国や政府、民間、組織、個人など世界各国で取り組みが進められています。



緊急時
連絡先

- ◆生活課(葬祭)…………… ☎52-5117(年中無休24時間)
- ◆共済保全課(交通事故のお問合せ) ☎23-6516 《夜間・休日》 ☎0120-258-931(フリーダイヤル)
- ◆自動車燃料課(プロパンガス切れ) ☎26-5081 《夜間・休日》 ☎0120-182-571(フリーダイヤル)
- ◆営農部(営農センター)…… ☎26-2345 ◆全農流通センター(資材注文) ☎0120-558-431(フリーダイヤル)