



◎豊橋市小島町 白井 千普さんのお子さん

### 白井 茅那さん(10歳) 瀬登さん(7歳)

◎学校で好きな科目は?

茅那さん:図工 瀬登さん:体育

◎学校ではどんな遊びをするの?

茅那さん:読書

瀬登さん:おにごっこ、ドロケイ

◎ お家では何して遊んでる?

茅那さん: ニンテンドースイッチ 瀬登さん: ニンテンドースイッチ

◎何か習い事とかしてる? 茅那さん:英語、習字

瀬登さん:英語、サッカー、水泳

◎ママの作る料理で何が好き?

茅那さん:コロッケ、からあげ 瀬登さん: コロッケ、白米、みそ汁



### ★広報担当者より

しっかり者の茅那さんと元気いっぱい な瀬登さん。2人の撮影中もじゃれ合う 姿が仲の良さを伺わせました。

撮影場所:自宅

◎大きくなったら何になりたい?

茅那さん:獣医

瀬登さん:ユーチューバー

☆ママに聞きました

◎ふたりはどんな子ですか?

茅那さん:しっかりしてて、頑張り屋

瀬登さん:お調子者で元気な子、頑張

り屋さん

★ママからふたりへメッセージ:何事にも挑戦して、いろんなことにチャレンジしていってね。

目次■CONTENTS

わが家のトッピーちゃん 知りタイガーのJA虎の巻

農に生きる

4 ▶ 5 特集●「薬食同源」で元気に 漢方な食生活のすすめ

6 ▶ 9 トッピーのトピックス

10 KAORUのフルーツパラダイス

11 シェフ永井のおすすめ

12 ▶ 13 女性部だより

重油タンク施設 安全管理チェックポイント

廃棄(不要)農薬の有償回収について 営農情報(水稲)

16 穂の国男子 - 私の職場

知つ得情報 - 豊橋警察署だより

18 みんなの広場・まちがいさがし

インフォメーション • 理事会だより

トッピーのむかしばなし 編集後記

### ◎JA虎の着

第29回 JA全国大会決議



[ 今回のテーマ]

「持続可能な地域・組織・事業基盤の確立」 に向けて、JAは具体的にどんなことに取り組 んでいくの?

### 組合員との対話運動(イメージ)

### 主な対話内容

手法

■自己改革の成果(特に販売事業・生産資 材・購買事業の具体的な成果)

(個別が基本) ●役員による実施

■各種アンケートへの意見等をふまえた、評 価向上に向けた対話 ■准組合員の位置づけ、意思反映・運営参

●訪問・対面

中核的担い手 多様な担い手

担い手経営体

画の取り組みに関する周知・理解促進 ■意思反映・運営参画の枠組みや、意思が

■事業・経営等に関する情報発信の強化

動問·対面 (座談会等含む)

関係強化先および

准組合員

ある場合の申し出先の周知 ■属性・ニーズ・関心をふまえた、事業の複合

●可能な限り、訪問・対面 事業上の訪問機会を

止組合員

■JA・農業への理解促進

利用、活動参加への誘導

■ 意思反映・運営参画の枠組みや、意思が ある場合の申し出先の周知

活用した訪問の実施

●訪問・対面のほか広報 誌や資材配布 ●事業上の訪問機会を 活用した訪問の実施

中期経営計画策定年など3年に1回以上を目安として、すべての組合員を対象に 訪問・対面を基本としたアンケート等を活用した対話を実施

※コロナ禍では、広報誌、ホームページ、SNS等を活用して訪問・対面によらない情報発信・対話を実施

JAが力を入れる取り組みの1つ が、組合員の拡大と「アクティブ・メン バーシップ」(積極的なJA運営等へ の参画)の確立です。



組合員構成の変化に伴うニーズの多様化やJA の広域合併・支店再編、コロナ禍などによる、組合 員とのつながりの希薄化などの課題をふまえた対 応が求められます。

そこでJAは、改めて「組合員との対話運動」によ り組合員の声をきめ細やかに把握し、それぞれの ニーズ等に応じた効果的な取り組みを展開するこ とで、組合員の意思反映・運営参画を促進します。 また、新たな活動参加者や新規就農者との関係を 深めるなど、組合員の拡大に取り組みます。



🤰 耕そう、大 地と地 域のみらい。



## 作りたい」「日本一の

将来的には栽培面積を増やすことも考えて 7月中旬から9月下旬まで出荷していま 雇うことも視野に入れているといいます。 います」栽培面積を拡大するに伴い、人手を 益性がいいと聞き、イチジクに転換しました。 ンを作っていましたが、17年ほど前に父が収 す。「イチジクのハウスで以前はエンドウやメロ 3人でイチジクと梨を栽培し、イチジクは 朝倉孝樹さんは就農して11年目。両親と

影響が出るのか?植物のメカニズムを調べた

言われる肥料について、なぜ良い影響や悪い

上で自分で使うか決めています」

が充実しています」と話します。 分のアイデアを次々と形に出来るので毎日 違う品種を試験的に栽培してみるなど、自 農することにしました。水や肥料のやり方、 たため、それを機に農業をやってみようと就 えていませんでした。しかし、会社が閉鎖し きは、将来的に農家を継ぐことはあまり考 士として働いていた孝樹さん。「就職すると 親元就農するまでは住宅メーカーで建築

さん。「水や肥料、様々な微量要素の役割を させ、光合成を最大限に発揮させることで 勉強し、それらを適切に与え効率よく吸収 とは、ストレスを与えないことだという孝樹 イチジクを栽培する上で気をつけているこ

> 情報を仕入れ、良いと言われる肥料・悪いと そのためインターネットや本などから様々な 高糖度なイチジクを作りたいと思っています。

豊橋市小島町

朝倉 孝樹さん(49歳)

手な人も食べやすいかなと思います」と教え のもおいしいです。あとはジャムにすると苦 で食べるのが一番ですが、生ハムと一緒に食べる てくれました。 おすすめの食べ方を聞くと「冷やして生

です」と孝樹さんは今後の目標を語ります。 を通じ、知識や情報の共有化をしていきたい りおいしく高品質なものを作るために研修会 部会全体で出荷規格に合うだけではなく、よ 豊橋のイチジクの品質を日本一にしたいですね。 「イチジクの色形や食味をさらに向上させ、

べたことがなく、好きかどうかすら分からな いおいしいものを作っていますし、今はイチジ いと聞くことがあります。私たちは精いつぱ 最後に消費者へメッセージ。「イチジクを食

まずは一度食べてみてください」 クの加工品もたくさん販売されているので、

### 「薬食同源」で元気に

### 漢方な食生活のすすめ

病気というほどじゃないけれど、ちょっと調子が悪い……。 そんなときは、漢方を意識した食生活で不調を改善し、心身を整えてみませんか? 誰でも手軽に取り入れられる、漢方な食生活のこつをご紹介します。

監修:櫻井大典(漢方コンサルタント) イラスト:林よしえ

五つの「味」の食品に養われています

体を構成している「五臓

覚えておくと、 で分類する考え方があります。 う食品は、「味」 品を積極的に摂取しましょう。 感じたときは、 ていると考えられているのです。不調 ではなく、 つに分類しています ます)。そして全ての食材は、五臓を養っ 肝 「心」「脾(ひ)」「肺」「腎」の より広い機能や概念を表し 生命活動に必要な働きや機 買 弱っている五臓 で分類する考え方と い物をするときの食品 (単に内臓器官だけ どちら 五臓を養 を養う食

る食品は全て、 が、漢方の考え方です。 で改善して、健康を維持しようというの ぞれの食物の働きを知って、 する力があると考えられています。 源」といって、私たちが普段食べて 1積極的に取り入れましょう。 薬と同じように体を元気 漢方では 毎 目

毎日の薬食で「未病」を改善 病気になってから薬を飲むよりも

りませんか?

「未病」とは、病気ではな

未病」という言葉を耳にしたことはあ

けれども健康ともいえないという状態

病気になってから治療するので

なく、 رح کی ۰

病気になる前の

「未病」の状態

### 弱っている「五臓」を元気にする5色・5味の食材



選びに便利です。









人の成長や発育、生 殖をコントロールし、 ホルモンの分泌や、 知能、知覚、運動系の 発達と維持に働きか けます。

新鮮な空気を取り入 れて全身に送る呼吸 に似た働きの他、潤い や栄養分の運搬や分 配も担っています。

胃と共に消化吸収を 担い、エネルギーであ る「気」や「血」のもとや 潤いを作って、全身に 送り出します。

血を隅々まで巡らせる ポンプとして働き、精 神や意識を安定させ る作用もあります。

血を貯蔵し、血流量 をコントロールして、 生理機能がスムーズ に働くよう調節してい ます。

働 き

塩 味 昆布、エビ、豚肉など

辛味 シソ、ショウガ、ネギ、 ニンニク、こしょうなど

甘味 小豆、米、芋、砂糖、 蜂蜜、バナナなど

緑茶、ギンナン、 ミョウガ、ゴーヤーなど

苦味

酸味 梨、グレープフルーツ、 レモン、梅、酢、 イチゴ、トマトなど

味

ゴボウ、ワカメ、ヒジキ、 のり、シイタケ、 黒米、こんにゃく、 黒ごま、黒酢など

白

白身魚、レンコン、 ダイコン、ハクサイ、 カブ、ユリ根、白米、 牛乳、豆腐、白ごま など

梨、栗、卵、 トウモロコシ、 カボチャ、ジャガイモ、 バナナ、ミカン、 ユズなど

赤

豚肉、レバー、マグロ、 カツオ、サケ、トマト、 赤ピーマン、ニンジン、 イチゴなど

青

小豆、アスパラガス、 レタス、キャベツ、 小松菜、ホウレンソウ、 ゴーヤー、ブロッコリー など

色

### こんな不調があるときは、この食材で養生しましょう

## 風邪気味で下痢っぽい

## 胃腸を活性化



の葉を細かく切って、お湯に入れて煮出した「し 調子を整えること。お薦めは、気の巡りを良く るショウガを入れるのもお薦めです。 そ茶」にして飲むといいでしょう。発散作用のあ し、胃腸の調子を整える食材・シソです。赤シソ は、体内の余分な水分を取り除きながら胃腸の 風や湿気が「湿邪(しつじゃ)」となって体内に 入ってくるのが原因と考えられています。対策

## しそ茶で 漢方では、風邪のときに起こる下痢は、湿った

### しつこいむくみ

### 小豆汁で



の水で15分から20分ほど煮出した「小豆汁」を 飲むといいでしょう。 を促すと考えられているので、小豆50gを1L 小豆は利尿作用と解毒作用が高く、水分代謝

薦めです。 ナッツ、ヤマノイモ、カボチャ、キャベツなどもお ます。そのため、脾・胃を助ける食材である米、 が体内の水分代謝を行っていると考えられてい また中国医学では、胃腸の働きを担う脾・胃

## 花粉症による目のかゆみ

### きんぴらごぼうで 胃腸を整える

切って天日干しにし、軽くいって煮出した「ごぼ るゴボウがお薦め。きんぴらもいいですが、細く り、中国では古くから生薬として用いられてい 場合は、胃腸を整えながら炎症を抑える力もあ れています。目のかゆみなど炎症が起こっている いる人は症状が出やすく悪化しやすいと考えら 守るエネルギーの不足であり、肺や胃腸が弱って う茶」もいいでしょう 漢方では花粉症の主な原因は、外敵から身を

### イライラする



グレープフルーツで 気の巡りを改善

ジュースがお薦めです。ジュースにしないでその るため、まずは肝の熱を冷ますことが必要。そ す。気の巡りは肝によってコントロールされてい の不足や滞りが原因で起こると考えられていま 気を出している様子を描きますよね。漢方でも まま食べてもOKです こで、気の巡りを良くするグレープフルーツ イライラは「熱が火に変わった」状態とされ、気 怒っている人を絵で表現するのに、頭から湯

### 乾燥しやすい

### 甘酸っぱい 食品で潤う



作り出す力も弱まってしまうため要注意。水分 をたくさん取ってしまうと、胃腸が弱り、潤いを は食物から取るように心がけましょう。 ンなどがお薦めです。また乾燥を気にして水分 味がある梨、酢豚、おかゆに梅干し、蜂蜜にレモ 得られると考えられています。そこで、甘味と酸 甘い物+酸っぱい物で「陰」を作ることで、潤いが ており、「酸甘化陰(さんかんかいん)」といって 漢方では潤いは「陰」によって作られるとされ

### 頻尿・尿漏れに

### むき栗で 腎を強くする



りますが、砂糖を加えて焼いた甘栗はNGです されているむき栗。ただし、栗そのものは薬にな り、加齢によって腎が弱ると、尿を出して止める 薦めです。 すが、栗の他にはクコの実、クルミ、松の実もお を補養し、老人性の筋肉の衰えに効果があると 力が弱まるとされています。お薦めの食材は、腎 最近は加糖されていないむき栗が売られていま 漢方では、腎は生命力の源と考えられてお

:『大人女子のゆるっと漢方生活』(監修:櫻井大典、主婦の友社)、『体をおいしくととのえる!食べる漢方』(監修:櫻井大典、マガジンハウス)



## JA豊橋 経済部感謝祭

## お買い得商品で日頃の感謝を

JA豊橋経済部感謝祭を 経済部は7月2日、本店を会場として

などしていました。 員や職員から説明を聞く などを見てまわり、販売 機具や自動車、ガス器具 場者は展示されている農 から多くの人が訪れ、来 イベントです。会場は朝 を込めて毎年行っている 組合員や地域住民に感謝 利用していただいている 開きました。日頃JAを



感謝祭は経済部の中の4課が共同で

購入できると組合員や地域 行っており、ズラリと並べ ス器具などをお得な価格で られた農機具や自動車、ガ 住民から好評を得ています

場には多くの人が訪れ、甘 豊橋特産の「勘助桃」の売り くの人で賑わいました。 売車も立ち並び、会場は多 ン、唐揚げなどの屋台や販 い桃を買い求めました。 また、五平餅やメロンパ

## 生産組織連絡協議会設立総会 地域農業の発展を目指す

66人が出席しました。 済連・中央会職員など 役員やJA役職員、経 催し、主な生産部会の 協議会設立総会」を開 本店で「生産組織連絡 営農部は6月27日

の実現を目的として設 総代会で承認された 発展」と平成30年度の 会は「地域農業の維持 -地域農業ビジョン」 今回設立した同協議

プロ野球公式戦で地元農畜産物をPR

豊橋の農畜産物で両チーム選手を応援

活動計画を承認する参加者

れました。

ついて説明、

承認がさ

望の発表や同協議会の

から出された意見・要

総会では各生産部会

規約および活動計画に

立されました。

展のため、課題の洗 実施し、農家所得の向 会員アンケートなどを 上と地域農業の維持発 今後、協議会では部

だしをしていきます。

## 第11回産直部会総会

消費者により良い商品を

397人が出席し、上程した全議案を 面議決権行使書による出席などで総勢 直部会総会を開きました。本人出席、書 産直部会は7月5日、本店で第11回産

可決・承認しました。

気象が続いている。加えてコロナによ 雨があり、今年は梅雨が短いなど異常 力していく」と話しました。 育てていくためにJA豊橋としても努 た。農家の高齢化が続く中で後継者を って近年の販売環境は非常に厳しかっ 伊藤友之組合長は「昨年は8月に長

され「品質、コスト、安全、販売環境 役員選出では鈴木栄助部会長が再任

> と抱負を述べました。 などを改善して、来店客の増加を目指す.



抱負を述べる鈴木部会長

## 開かれる予定だったプロ野球公式戦「中 JA豊橋は7月12日、豊橋市民球場で

日ドラゴンズ×ヤクルト 農畜産物を贈呈しました。 の監督や選手に豊橋産の スワローズ」で、両チーム 両チームにJAのブラ

束を贈りました。 豊橋茶、そして豊橋で栽 なし巨峰、シャインマス カット、ええじゃないか 培された色とりどりの花 ンド牛肉「黒潮牛」や種 試合前のセレモニーで

> 選手に農畜産物の目録を手渡しました。 伊藤組合長と山口監事がそれぞれの代表

また中日の立浪監督とヤ はJA職員が花束を手渡 クルトの松元監督代行に しました。

てしまいましたが、両 る中、豊橋の農畜産物を アピールすることができ 多くの野球ファンが見守 合は雨のため中止となっ ナームの選手をはじめ、 残念ながらこの日の試





### ウ栽培の技術、こだわ 地を訪れ、豊橋のブド んと守田作丞さんの闌 の担当職員などが当 ドウ生産者や県内JA 園地視察では県内のブ を行いました。午前の 知県ぶどう現地研究会 JA管内の山本保一さ /月14日、豊橋市で愛 愛知県果樹振興会は

生産者の質問に答える山本さん(左)

答えました。

職員や山本さんが質問に 質問が出され、普及課の

見学に来る生産者のため られていますが、今回は にいくつか袋が外されて く実物も見ることでさら に学びを深めていました. おり、生産者は話だけでな ブドウは本来袋がかけ

## ペットボトルキャップを寄贈 世界中の子どもたちのために

東三河農業改良普及課

山本さんの園地では

りなどを学びました。

キャップは同中学校生 ップを集めていると聞 同中学校生徒会がキャ の職員が集めたもの。 や組合員課、中央支店 を訪れ、ペットボトルキ き、今回寄贈しました。 ブは数年掛けて、本店 長先生へ手渡しました。 ャップ約24㎏を石川校 月11日に高師台中学校 今回手渡したキャッ 組合員課の職員がフ



石川校長先生に手渡すJA職員

てられます。

うです。 えることができ、世界の られてワクチンになるそ 子どもたちのために役立 分のポリオワクチンに変 2㎏のキャップで一人

豊橋市内の回収業者に送

徒の環境委員が洗浄し、

を積極的に行っていきた いと思います。 私たちができる支援活動 今後もJA豊橋では、

## 賃貸マンション完成見学会 最新設備が整った賃貸マンションが完成

愛知県ぶどう現地研究会

他産地の生産者が豊橋のブドウを学ぶ 🚣

の職員が園地の概要につ

いて説明。それを終えて

質疑応答に移ると、見学

した生産者からいくつも

両日、積水ハウス株式会 年一括借上げをする賃貸 社協賛のもと、JAが30 住宅の完成見学会を豊橋 発課は7月22日、23日の JAあいち経済連地域開 JA豊橋資産相談課と

用を考えている人に加え 法を提案。新たに土地活 減に有効な土地活用の方 人居予定者や既に賃貸住 相続税・固定資産税の軽 で快適な住宅の特徴や、

公園、小学校などが近くにあり 2棟全30戸のうち、1/3 説明に耳を傾けていました。 31組の見学者が最新設備の フォームの参考にと訪れ、 宅を持っている人などもリ ておりますので、お気軽に すが現在も入居者を募集し ほどが既に契約済でありま

お問い合わせください。

市牧野町で開催しました。

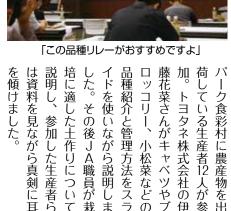
JA職員らが安全安心

## 消費者に喜ばれる野菜を 秋冬作栽培講習会

学びました。 理方法、土作りについて 適した秋冬作の品種や管 らが参加し、産直出荷に 舗に出荷している生産者 栽培講習会」を行いまし た。豊橋市内の各産直店 り、管内各所で「秋冬作 から26日まで12回にわた 店舗産直課は7月8日



培に適した土作りについて ロッコリー、小松菜などの 藤花菜さんがキャベツやブ 加。トヨタネ株式会社の伊 荷している生産者12人が参 説明し、参加した生産者ら 品種紹介と管理方法をスラ パーク食彩村に農産物を出 した。その後JA職員が栽 イドを使いながら説明しま



## 中央支店スマートフォン教室 スマホを使ってもっと便利に

誰かの役に立てれば嬉しい

JAが献血に協力

室」を開きました。ソフトバンクから講 「もっとわかる!スマートフォン体験教 中央支店は7月7日、 組合員向けに

て説明。ホームや 計23人が参加しま 午後の2部構成で ンの体験器を使っ 教室はアイフォ



ページについて説明しました。

### を分かりやすく説明したほか、アイフォ 血を行いました。地域貢献 の一環と、JA職員として 6月17日、JA本店で献

最後にJA職員がJAネッ お願いしています。

能について実践を交えて説明しました。 ン、アンドロイド、どちらでも使える機 トバンクや共済のwebマイ ない機能を楽しんでいました。 いったこれまで使ったことの がら、画像検索や音声入力と あると講師に教えてもらいな 参加者は分からないところが

## ジョイフル杉山 夏の大感謝セール 地元畜産農家が「みかわポーク」を店頭販売

行いました。 の感謝を込めて「夏の大感謝セール」を までの4日間、地域利用者の皆様へ日頃 ジョイフル杉山は、7月6日から9日

わせ、涼味を感じさせる商 セール期間中は本格的な夏の到来にあ

の商品も販売しました。 ポーク」、「赤玉たまご」など る新鮮な農産物や「みかわ 地元の生産者から出荷され 品を多数取りそろえた他、

かわポーク」は全品3割引 って販売を行いました。「み 山の生産者自らも店頭に立 わポーク」を育てている杉 セール最終日には「みか

> 自分が使いやすい部位を選んで買ってい とお買い得に販売され、来店客はさまざ きました。 まな種類が並ぶ「みかわポーク」の中から、

店頭販売を行った「みかわポーク」を生 が育てた「みかわポーク」 山では、杉山町の畜産農家 てみて欲しい」と話します。 うなセールを機に一度食べ ク」のおいしさを多くの人 を常時販売していきます。 に知って欲しい。今回のよ て育てている「みかわポー 産している渡邉義憲さんは 「私たちがこだわりを持っ これを機にジョイフル杉

## 桃生産者による対面販売

員による対面販売を行いました。 始まるこの時期に試食宣伝会を行ってい

桃を購入した来店者は「いつ ながら桃を買っていきました。 などを部会員に教えてもらい イントやおいしく食べるコツ 来店者は桃を選ぶときのポ



の合間に交代で献血 けで22人の職員が業務

しました。献血をする

献血をする職員 員は「同じ職場の先輩 のは2回目だという職 た。誰かの役に立つこ に誘われて献血しまし

協力していきたいと思 機会があれば積極的に しいです。これからも とができたと思うと嬉 います」と話しました。

# 桃を選ぶポイントなどをアドバイス

これまで主力品種「勘助桃」の販売が 桃部会は7月9日、ゆめ彩館で部会役

することになりました。 桃を買いにきた来店者にアド ましたが、今年はコロナ禍で ハイスなどをする対面販売を 店頭での試食を中止したため、

も、どの桃がいいのか迷うの

べるのが楽しみ」と嬉しそうに話しまし で、生産者の方のアドバイスを聞いて買 うことができてよかった。家に帰って食



「こうなってる桃がおすすめですよ」





桃を傷つけないよう 業に苦戦しながら、 けると、慣れない作 が描いたものを見つ り、児童たちは自分

に慎重に収穫しまし



名前や絵が描いてあ

をしたもの。袋には

赤く色づいた勘助桃を収穫しました。

賀茂小学校3年生9人の児童は7月13 学校近くにある坂田至さんの桃園で

収穫した桃は以前、児童たちが袋かけ

# リンゴ風味のオリジナル焼き肉のタレを作る

ジャニーズがニガウリを紹介

まニガウリをかじるシー

メ〜テレ「ドデスカ! はましゅんの旬感めし」

知っトク!豊橋ゼミナール

「令和4年度 知っトク!豊橋ゼミナー 豊橋市五並地区市民館が行っている

ル〜すごいぞ!

を行いました。 同市民館で「焼 回の講座として 終回となる第3 は7月10日、最 豊橋の農業~」 き肉のタレ作り. この日はJA豊

> 作り方を指導しました。 ゴを使ったオリジナルの焼き肉のタレの

ます。 ち帰り、焼き肉や 野菜炒めの味付け などに使ったりし レは瓶に入れて持 できあがったタ

が、梨の収穫時期 を使う予定でした め、リンゴを使っ より早く行ったた て作りました。 本来は地元の梨



みんなで作ったタレを瓶に入れていきます

ました。また、どのくらい甘いのか気に たばかりの桃においしそうにかぶりつき

おいしそうな桃にかぶりつき!

りました。

賀茂小学校 桃の収穫体験

色づいた桃を慎重に収穫

童たちは桃の皮をていねいにむき、穫っ 収穫した桃は学校に持ち帰り、早速児

さんが持参した糖 度計で糖度を測っ 入れて家に持ち帰 て調べました。 なった児童は坂田 各自4個ずつ袋に 緒に食べるため、 試食後は家族と

### 理を行いました。 町のハウスを訪れ、浅岡 洋一副会長の指導のもと サーとジャニーズWES ました。濱田隼アナウン んと濱田崇裕さんが天伯 ーのメンバー神山智洋さ 一ガウリをメ〜テレの番 一ガウリの収穫体験や料 7月11日、JA豊橋の 収穫の途中には生のま 「ドデスカ!」が取材し 甘みとまろやかな苦みがある焼き

とに驚いていました。 にびっくりしていました。 ンもあり、あまりの苦さ みがまろやかになったこ と冷やし中華を作り、苦 料理では、焼きニガウリ

21日のメーテレ「ドデス ましゅんの旬感めし」で カー」内のコーナー「は 紹介されました。 収録したもようは7月

## 老津小学校 とよはし産学校給食の日 小学生がトウガンについて学ぶ

ガンを持って、自分が思 3年生児童を対象に「豊 学校給食の日」を行い、 津小学校で「とよはし産 もしました。児童はトウ ウガンの重さ当てゲーム れている農産物の説明を 橋なんぶとうがん」につ JA職員がしたほか、ト いての授業を行いました。 JA豊橋は7月11日、老 授業では豊橋で栽培さ 豊橋市学校給食協会と



り、児童は「おお~」「す 重さはすべて当たってお 量ると鷺坂さんの答えた

を持ち、重さを予想しま 鷺坂総宏さんもトウガン

した。実際にトウガンを

きかった大きさはどれ やすく答えていました。 され、鷺坂さんは分かり らい?」などの質問が出 から「トウガンで一番大 質問コーナーでは児童

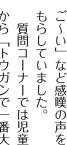




イラスト:小林裕美子

### 栗のプロフィル

『分類』ブナ科クリ属

〖原産地〗中国、北米、地中海沿岸地方 〖おいしい時期(旬)〗9~10月ころ(秋) 《主な栄養成分》糖質(炭水化物)、 ビタミン BI・B2・B6、ビタミン C、カリウム、 葉酸、食物繊維、タンニンなど

果皮(鬼皮)がしっかりと堅い

張りとつやつやした 光沢がある

重量感があり、 ふっくらと丸い

お尻の白い 部分(座)が大きい -







鬼皮…外側の堅い皮 渋皮…鬼皮の下の茶色の薄、皮

### 保存方法



常温でむき出しの まま置いておくと、 乾燥や虫食いで 劣化してしまうよ







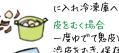


### 冷蔵保存

表面の水分を拭き、鬼 皮型と保存袋に入れ 冷蔵庫のチルド室へ



カビ防止のため しっかり水分を 拭き取ってね



皮をむく場合 一度ゆでいて鬼皮と 渋皮をむき、保存袋 に入れ冷凍庫へ

冷凍保存

皮付きの場合

水洗いして水気を拭

き、鬼皮ゴと保存袋



生栗を低温で"貯蔵すると甘味がアップ! 水分を拭き保存袋に入れ、冷蔵室で3~4週間 orチルド室で"2~3週間保存

### 画 **沃**

~秋を告げる木の実~

### 栗のいろいろ(日本 栗)



### 筑波

AIR

大きめで皮に光沢 があるのゆで栗や 渋皮煮に



### 銀寄(丹波栗)

平らで大粒の料 理やお菓子など に幅広く利用



### ぽろたん

皮が簡単にむける よう改良の料理し やすく近年人気

### 票 のチカラ



### ピタミン別

皮膚や粘膜の健 康維持、疲労回 復、集中カ何上に



### 食物繊維

便秘改善や 肥満予防に



### ピタミン82

目の充血、口内炎、 肌荒れの抑制、生 活習慣病予防に

ピタミン86



### 葉酸

ピタミンの一種の貧 血予防にの細胞の 新生や増殖に必要 な栄養素の妊活中や 妊娠中の方に



皮膚炎やアレル ギー症状、うつ 症状の緩和に



風邪予防、疲労 回復、美肌、生活 習慣病予防に



高血圧予防、 むくみ解消に



一晩水に浸すと鬼皮がむきやすい



ミョウパンを少し 加えると渋皮もむ きやすくなるよ



沸騰したお湯に塩と栗を入れ、 弱火で"30~50分程度ゆで"る

火を止めたらお湯が冷めるまで そのまま浸しておく

尹ザート 渋皮煮甘露煮、 マロングラッセ、栗きんとん





### 料理 栗ツ飯、ポタージュ





ペースト モンプランなど お菓子作りに



### 票のビミツ



歷史

縄文時代 三内丸山遺跡 から数多く出土



### 平安時代初期

京都の丹波地方で 栽培が始まる

『古事記』『日本書紀』 『延喜式』にも記述あり



水ナスのサラダ





### 作り方

- (1)水ナスは上下を切り落とし皮をむき、縦に4等分する。
- (2)ボウルに(1)の水ナス、岩塩、レモン汁、ニンニク、オリーブ油を入れ、 手でよくもみ、なじませる。
- (3)(2)を器に盛り付け、海ぶどうをのせ出来上がり。

### 材料(2人分)

水ナス2個
岩塩 小さじ1
オリーブ油(エキストラバージン)大さじ1
レモン汁 大さじ1
すりおろしニンニク1片分
海ぶどう

### き込みご飯 Ŧ





### 材料(4人分)

米 ······400g
鶏がらスープ 400ml
トウモロコシ1本
塩 小さじ1/2
1. トうゆ・・・・・・・・・・ 小さば1



作り方

- (1)米を研ぎ、ざるにあげておく(20分)。
- (2)炊飯器に(1)の米、鶏がらスープ、塩、しょうゆを入れて20分浸す。
- (3)トウモロコシは皮をむいて2等分に し、実を外して芯と一緒に炊飯器 に入れて炊き上げる(写真右)。



(4)炊き上がったら芯を取り出しよくかき混ぜ、器に盛り付け出来上がり。

### 女性部だより

No.303 令和4年9月号 JA豊橋女性部会 問合せ・お申込み ☎25-9225

### 豊橋善意銀行 「令和4年度感謝の盾」 贈呈式



6月19日に豊橋市公会堂で、善意活動支援の寄付をしている団体に「感謝の盾」の贈呈式がありました。当JA女性部会は長年、福祉に役立てる「タオル、布類」等を寄付していることが認められたもの。その後、豊橋善意銀行にボランティア登録して活動している芸能団体と、豊丘高等学校和太鼓部によるチャリティー芸能鑑賞会が開催されました。



### 健康料理教室

7月6日に研修棟調理実習室、7日に石巻構造改善センターで健康料理教室を開催しました。

JA厚生連の井上管理栄養士の指導で「乾物を使ってバランス料理」をテーマに、【桜えびとわかめの混ぜご飯】【麩の和風煮込みハンバーグ】【きくらげとひじきのごま和え】【まんまるフルーツポンチ】を作り、今回使用した5つの乾物(乾燥わかめ・麩・乾燥ひじき・乾燥桜えび・乾燥きくらげ)の魅力を紹介しました。



### 参加者募集

### 己書教室

☆ハガキ大用紙に、筆ペンで己書を描きます。己書の世界を一緒に楽しみませんか?

開催日時 9月12日月) 午後1時30分~午後3時30分まで

会場 JA豊橋 研修棟 調理実習室

講師 西川操子氏(己書道場師範)

**参加費** 500円 (女性部会員外1,000円)

持ち物 マスク、筆ペン(持参できる方)

定 員 20名程度

締切日 8月31日(水)

### ソーイング教室

☆着物生地で『うでぬき』を一緒に作りませんか?

開催日時 9月21日 外 午後1時30分~午後3時30分まで

会場 JA豊橋 研修棟 調理実習室

講師女性部会員

**参加費** 500円 (女性部会員外1,000円)

持ち物 マスク、布切ハサミ、チャコペン、定規(もの さし)裁縫道具、ミシン(可能な方は持ってき

てください) **定** 員 20名程度

締切日 9月2日金

### ヨガ教室

☆姿勢と呼吸法で自律神経を整え、瞑想で脳を鍛える健康法です。

開催日時 9月26日 年前10時~午前11時30分まで

会場 JA豊橋 本店1階 第1·第2研修室

講師 吉本 志帆氏(ヨガ講師)

参加費 500円 (女性部会員外1,000円)

持ち物 マスク、ヨガマット、タオル、飲料水(水分補 給のため)、体操用服装

定員 20名程度 締切日 9月16日金

### 健康料理教室

☆今回のテーマは「作りたくなる萌え断」です。

開催日時 10月12日 外 午前10時~午後1時頃

会場 JA豊橋 研修棟 調理実習室

開催日時 10月13日休 午前10時~午後1時頃

会 場 石巻構造改善センター料理教室

各回とも

講 師 JA愛知厚生連 管理栄養士

参加費 550円 (女性部会員外1.050円)

持ち物マスク、エプロン、ハンドタオル、筆記用具

定 員 20名程度 締切日 各開催日の10日前まで

※女性部だよりでの案内は、健康診断募集を除き女性部会員向けの募集となっております。女性部会へのご加入は最寄りの支店で手続きを行ってください。(年会費500円、印鑑が必要です)

### ATO THE

問合せ 25-9225

各種がん検診他

◆肺がん検診(かく痰細胞診)……1.480円

◆大腸がん検診(便潜血2日法) ········1,100円

◆新型コロナウイルス抗体検査(血液検査)…**3,850**円

◆骨粗鬆症予防検診 ……………1,100円

◆腹部超音波検診 (エコー検診) ········2.770円

◆ピロリ菌(ABC)検査(血液検査) ……3.020円

◆心不全リスク検査(血液検査)……...1,100円

◆甲状腺(TSH) 検査(血液検査) ······ **1,650**円

◆蜂アレルギー検査(血液検査) ……...2,200円

• 前立腺 ··············· 1.690円

・乳房・すい臓、胆道・消化器・肝臓 … 各1,100円

窓口まで提出



(稅込)

自分の体を知るために、年に一度は定期健診を受けましょう。健康診断は女性部会員以外の方でも受けることができます。 大腸がんにかかる人の割合が年々多くなってきています。大腸がん検診も人間ドックと併せて受診することをお勧めします。

脂 質:中性脂肪·HDL-C·LDL-C

肝機能:AST・ALT・γ-GT

代謝系:空腹時血糖・HbAlc 蛋 白:アルブミン

腎機能: クレアチニン・尿酸

貧 血:赤血球·Hb·Ht

### 集団人間ドック健診メニュー

(税込)

- ◆問診
- ◆診察
- ◆身体測定(身長·体重·腹囲)
- ◆血圧測定
- ◆尿検査(尿糖・尿蛋白・尿潜血)
- ◆心電図
- ◆胸部レントゲン

- ◆選択項目(どちらかお選びください) ①胃バリウム検査 (バリウムを使った X 線検査) ……料金 9.410円
- ②胃ピロリ菌(ABC)検査(血液検査でピロリ菌感染の有無.......料金 9,410円

を調べ胃がんのリスクを判断します)

尚、腎臓疾患のある方など、腎機能の低下により高値を示す場合があります。

- ③ベーシックコース(健診メニューの問診~胸部レントゲンまでの内容)……料金 6.390円
- ※お申込後、問診票・結果表につきましてはご自宅に郵送いたします。 ※豊橋市国民健康保険加入者で40~74歳までの方と、豊橋市後期高齢者医療保険加入者の方は、特定健康診査受診券 +保険証を健診当日受付にお持ち頂くと、特定健診部分の料金が健康保険より助成されます。(年齢対象外の場合や、 その他社会保険などに加入されている場合は健康保険からの助成は受ける事はできませんので、ご了承ください。)
- ★オプションのみの受付はできませんのでご了承ください。 ★ピロリ菌(ABC)検査は胃がんのなりやすさを判定する検査です。直接胃がんを見つける検査ではありません。
- 以下の項目に該当する方は、ビロリ菌(ABC)検査結果が正確に判定できない可能性があります。
   ●胃の病気の治療中の方
   ●胃切除後の方
   ●胃酸を抑える薬を服用中の方
   ●腎不全の方
   ●ヘリコパクター・ビロリ菌除菌治療を受けた方
   ★心不全リスク検査とは、心臓に負担が加わることによって心臓がら分泌されるホルモンの量を測定し、心不全(心臓に負担が掛かった状態)の重度を調べます。

◆血液項目

健診申し込みは 下記申込書を支店

◆腫瘍マーカー検査(血液検査)



開催日		開催	場所		締め切り	開催日		開催	場所		締め切り
令和4年9月14日例	磯	辺	支	店	令和4年8月24日例	令和4年10月28日金	石	巻	支	店	令和4年10月7日金
令和4年9月22日(休)	高	豊	支	店	令和4年9月1日休	令和4年11月2日例	福	畄	支	店	令和4年10月12日(水)
令和4年9月30日金	本			店	令和4年9月9日金	令和4年11月4日金	本			店	令和4年10月14日金
令和4年10月14日金	い	なる	み 支	店	令和4年9月22日休	令和4年11月9日例	_	Ш	支	店	令和4年10月19日例
令和4年10月21日金	西	3	支	店	令和4年9月30日金	令和4年11月14日例	津	田	支	店	令和4年10月24日例

### 健診を受けられる皆様へ

- 検査前日の夜9時から健診終了までは食事をしないでください。
  ② 当日、水は検査2時間前までに200m以内なら飲んでも差し支えありません。なお検査当日の内服については、心臓病・高血圧の方は検査開始2時間前までに飲んでください。
  - ●当日受付時間···AM7:30 ●健診開始···AM8:20

健康診断受診者を対象に健康診断結果説明会を後日実施します。予約制なので健康診断当日に予約の紙を提出してください。健康診断結果説明会には自宅に届いた 結果表を必ず持ってきてください(無料)。申し込み後に、キャンセルされる場合は必ず連絡をください。(電話 25-9225 組合員課)

キ リ ト

健診申込書

リ ※ご記入頂いた個人情報は、健診の受付・案内・代金の振替などの健康管理活動実施以外の目的には使用いたしません。

健診申込支店名(	支店	希望健診日	月 日 健	診会場(			)
AUdita 氏名			電話	_			
住所				性別	男	· 女	
利用者コード			生年月日 T・S・H	年	月	В	
国民健康保険の方 又は その他の方		農協健康保険の方					
国民健康保険証番号 ※健診当日、国保より発行される特定健康診査受診券と、保険証番号の め健康保険証をお持ちください		農協健康保険証番号 ( 本人 · 記号(4桁)	扶養家族·	当するものに 任意継続 ・ 号 (4桁)		続家族 )	
2. 集団人間ドック(ピロリ菌コース) 9,410 3. 集団人間ドック(ベーシックコース) 6,390 ◆オプション 4. 肺がん検診 1,480円(税込) 5. 大腸がん検診 1,100 6. 新型コロナウイルス抗体検査 3,850 7. 骨粗鬆症予防検診 1,100円(税込) 8. 腹部超音波検診 2,770 9. ピロリ菌(ABC)検査 3,020 10. 心不全リスク検査 1,100 11. 甲状腺(TSH)検査 1,650 12. 蜂アレルギー検査 2,200 ◆腫瘍マーカー検査 1,690円(税込) 14. 卵巣がん(ROMA)(ロマ) 3,850 15. 乳房 1,100円(税込) 16. すい臓・胆道 1,100	円(税込) 円(税込) 円(税込) 円(税込) 円(税込) 円(税込) 円(税込) 円(税込) 円(税込) 円(税込) 円(税込)		らかをお選びくださ パリウム無・健保B コース (バリウムを (ルス抗体検査 (診))検査 養養 養養 (産産 () (ロマ)	S(い) I成有) Iの 35歳以上 (34歳以下 線(49歳以下	是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	- 1,480円(稅込 - 1,100円(稅込 - 3,850円(稅込 - 1,100円(稅込 - 2,770円(稅込 - 1,100円(稅込 - 1,650円(稅込 - 2,200円(稅込 - 1,690円(稅込 - 3,850円(稅込 - 1,100円(稅込 - 1,100円(稅込	(A)
文払い方法   1. ヨロ支付に(現金		<b>垄番号</b> :		(口座名			)

豊橋市国民健康保険、豊橋市後期高齢者医療保険に加入している方は、健康保険より特定健診部分の料金が助成されます。健診当日「2022年度特定健康診査受診券」と「健康保険証」をお持ちください。

### ●重油ご利用の皆様方へ



重油タンク施設から重油が流出し、田畑・河川を汚染し、莫大な被害を被る事故が起きています。 損害額・被害賠償額・処理費用は利用者の負担となります。

下記チェックポイントに注意し、安全管理に努めてください。

### **重油タンク施設 安全管理チェックポイント**

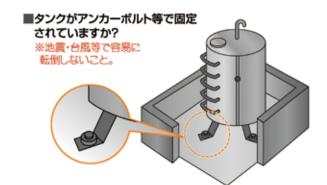
## るののない

■錆びや腐食によりタンク本体に損傷はありませんか?



タンク本体の塗装がかさ ぶた状になっており、触る とボロボロ剥がれてきま すか?又は油が染み出て いませんか?

> **要チェック箇所** ゲージ・天板・底板 点検口等の溶接部



防油堤

■防油堤はありますか? また、容量は タンク容量×110%以上ありますか?



■防油堤にヒビや亀裂が まりませんか2



※モルタル補修等をしてください。

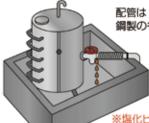
■防油堤に雨水は溜まって いませんか?



※防油堤内の雨水は随時排出してください。
※水抜き穴はふさいでください。



■配管及び連結部、埋設部、被覆部に 錆び・腐食はありませんか?



配管は 鋼製のものですか?

> 埋設や被覆の場合は、 一度露出させて 点検してください。

※塩化ビニール管は認められません。 漏洩事故が多発しています。早急に、 配管の取り替えをしてください。

■埋設配管の場合、配管と地面との接合部が腐食していませんか?

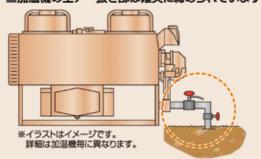


埋設配管は点検が困難で、年数の経過による腐食が非常に心配されますので、古くなった埋設配管(又は設置時期が不明な埋設配管)は改修が必要です。

※農作業や工事に伴う損傷はありませんか。



■加温機と配管との連結部に腐食はありませんか?■加温機のエアー抜き部は確実に締められていますか?



◆400ℓ以上2,000ℓ未満のタンクで、重油を貯蔵または取り扱う施設は、届出が必要です。

詳しくは◎豊橋市中消防署・南消防署にお 問い合わせください。 また、防油堤等の工事に関して はJA豊橋営農資材課・各事業所

にご相談下さい。

### 廃棄(不要)農薬の有償回収について

- ・廃棄(不要)農薬の有償回収を11月頃に予定しています。
- ・事前に「委仟状兼申込書」を提出していただく必要があります。
  - ※「委任状兼申込書」は最寄りの事業所にご用意しています。

申し込み受付期間: 令和4年10月7日金までに最寄りの事業所にお申込みください。 詳細につきましては、JA豊橋の最寄りの事業所までお尋ねください。

第1事業所 TEL.21-3143 豊橋市細谷町井ノ上117-1

第2事業所 TEL.21-2835 豊橋市伊古部町字東荒子183-1

第3事業所 TEL.23-3671 豊橋市老津町字西高縄51

第4事業所 TEL.25-3731 豊橋市野依町字南丸山317-1

第5事業所 TEL.32-9959 豊橋市牟呂町字東明治川添89

第6事業所 TEL.88-4455 豊橋市石巻本町字太夫橋1-2

### 営農情報(水稲)

◆早生種【あきたこまち、コシヒカリ】

収穫時期となりました。85~90%のもみが黄化した時が、収穫の目安となります。(出穂後30~35日)

◆中生種(あいちのかおりSBL)

出穂期となるため、斑点米の原因となるカメムシ類の防除をしましょう。

●薬剤防除

散布時期	薬剤名	使用量/10a	使用時期
出穂7~10日 <mark>前</mark>	キラップ粒剤	3kg	収獲14日前まで
出穂5~10日 <mark>後</mark>	スタークル粒剤(アルバリン粒剤)	3kg	切雑プロギナス
	スタークル豆つぶ	250g	収獲7日前まで

<sup>※「</sup>スタークル豆つぶ」は散布省力タイプです。

●カメムシ類の発生が多い場合は、穂揃い期防除後の7~10日後に追加散布防除をしましょう。

散布時期	薬剤名	使用倍率	使用時期
穂揃い期防除7~10日後	スタークル顆粒水溶剤(アルバリン顆粒水溶剤)	2,000倍	収獲7日前まで

### トビイロウンカの発生が見られる場合は散布防除をしましょう。

薬剤名	使用倍率	使用時期
トレボン乳剤	1,000倍	収獲14日前まで



※ご不明な点がございましたら、最寄りの事業所までお問い合わせください。

営農部 営農指導課



自慢のジェットスキーと悠也さん

ることが出来ました。

子から、それぞれ日々を楽しんでいることを感じ さんと、快活な悠也さん。趣味を話す2人の様

趣味が表すように受け答えも物静かな亮太



釣りを楽しむ亮太さん

こばやしりょうた 小林 亮太さん(25歳) 悠也さん(23歳) 豊橋市大村町

の就職を先生に勧められましたが、高校 学びたいと思い、高校を卒業後、茨城県 弟の悠也さんは6年目になります。 す」と話します。 私の方が一年早く就農した形になりま 後も、一年他の農家で修行をしていたので、 で農業を学んでいたこともあり、卒業後 弟の悠也さんは「進路相談時に一般企業へ ことを学んでから就農しました」と話し、 にある農業の専門学校に進学し、作物の すぐ就農しました。兄は専門学校卒業 兄の亮太さんは「就農する前に農業を

ことが多いですね。仕事終わりにキックボクシン をしますし、他の時期はサバイバルゲームをする もの頃に連れていってもらった釣り堀が楽しくて、 ちと通話しながらゲームしていることが多いで 話します。それに対し悠也さんは「夏は海に行っ に行ってハゼを釣り、自分で調理もできます」と それからずつと釣りだけは続けています。豊川 す。アウトドアといえば釣りくらいですね。子ど く別だとの事。亮太さんは「スマートフォンで友だ 仕事が終わった後や休みの日にしている事は全 てジェットスキーをしています。冬はスノーボード グに行ったりもしています」。 協力しながら大葉を栽培している2人ですが

後列左から)竹川正子、

ちよく買い物をしていただき

たいと思います。

で気を配り、みなさまに気持

んだりするなど、できる範囲

ので、産直プラザ岩田をよろ るお店になれるように従業員 生活の一部を彩ることができ しくお願いします。 今後もお客様に寄り添い、 力を尽くしていきます



さん。兄の亮太さんは就農して4年目、

大葉を栽培している亮太さんと悠也

です。 は!産直プラザ岩田の青山友貴恵 組合員のみなさま、こんにち

季節を感じてください

中心に販売する産直特化型の店舗 アルし、新鮮な野菜、果物、花を に生まれ変わって一年が経ちまし 産直プラザ岩田は昨年リニュー

越しいただき、嬉しく思う毎日です。 の彩りに華やかさを感じます。 ぶ店内は四季を感じ、その季節ごと なりました。コロナ禍の影響で皆さ た。お店にはたくさんのお客様にお 私は産直店で働き始めて7年目に 年を通して旬の農産物や花が並 ゆっくりはっきり話すように り、お客様と話をするときは、 んマスクをしていることもあ お客様や小さなお子様連れの 心がけています。また高齢の お母様も多いので、荷物を運

青山友貴恵



JA豊橋 自動車課

みなさん、こんにちは! 今回はバッテリーのお話です。

### *バッテリ*=の舞台は2≈8年で引







エコ.アール ロングライフ





充電制御車対応

アイドリングストップ車対応

ハイブリッド車用補機バッテリー

8月も中旬を過ぎ、猛暑日が続く時期になってきました。 この時期よくある車のトラブルといえば、車のバッテリー上 がりです。

バッテリーが弱くなってくると

- ・エンジンのかかりがいつもより遅い
- エンジンの回転によってライトの明るさが違う
- ・パワーウィンドウの開閉が遅い
- ・アイドリングストップ車なのにアイドリングストップしない などといった症状が出始めてきます。

一般にバッテリーの寿命は使用状況によって異なります が2~3年と言われています。しかし、最近の車は、無駄な 充電を制御してエンジンの負担を軽減し省燃費を実現する

充電制御システムや、カーナビ、ドライブレコーダー、未然 に衝突を回避する安全装備など多くの電装品を使用してい るためバッテリーへの負担が大きく、いきなりバッテリーが 上がってしまうことがあります。そうならないためにも定期的 なバッテリーチェック、交換を行い、トラブルを未然に防ぎま しょう。

※バッテリー交換時の注意点として、その車種に合ったバッ テリーと車両の初期化設定をしないとアイドリングストッ プや安全装備が正常に作動しなくなる恐れがあります。 必ず専門の知識とテスターを持った整備工場で行うよう にしましょう。気になる方は、お気軽に相談してください。

**JA 學橋 自動車課 自動車整備工場**(本店敷地内) **TEL (0532) 25-3557** 担当:山本

### 薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

覚醒剤や麻薬などの薬物には依存性があります。薬物依存状態の人が、さらに薬物乱用を繰り返すと「誰かに追われている。見張 られている」といった幻覚や被害妄想等の様々な精神症状が引き起こされます。最初は一度だけのつもりでも、薬物の依存性によっ て使用する薬物の量や回数がどんどん増え、「止めようと思っているのに、気がつけばやり続けてしまう」という状態に陥ります。

### 薬物を使うと、どうなるの?

### ◆身体への有害性

身体の有害性として、血圧上昇や脳血管疾患、心疾患、肝機能 障害等の発症のほか、注射器の使い回しによるAIDS(エイズ)、 肝炎の感染や皮膚の損傷等があげられます。

### 精神への有害性

精神の有害性として、意識障害のほか、薬物の効き目が切れると脱 力感や疲労感に襲われ、幻覚、妄想といった症状が引き起こされたり、 常軌を逸した行動や発作的に半狂乱の状態に陥ることなどがあり、 覚醒剤精神病等の精神疾患に罹患することもあります。

### ・依存性・耐性

「一度だけ」という好奇心や遊びのつもりでも、薬物の依存性と耐 性によって、使用する量や回数はどんどん増える悪循環に陥り、自分の 意思ではやめることができなくなります。

### ~覚醒剤、大麻等の乱用をなくそう~

覚醒剤等の薬物を社会から追放するために、周囲で 薬物を使用している人を見たり聞いたりしたときは、 警察本部か警察署までご連絡ください。



### 禁止薬物の例

覚醒剤(結晶)



大麻草



**MDMA** 



危険ドラッグ ※パッケージは一例





)静岡県……………男性 H

者数が80代が一番高く、ダントツで驚 います。農作業中の熱中症による死亡 退職後農業で朝早くから作業をして

きました。軽度~重度までの熱中症の

身で油断せず、症状は軽いうちに休み、 症状が参考になりました。明日は我が

末永く農業をします!

☆炎天下での作業はもちろん、室内でも温 度が高く熱中症の危険があります。農作 をつけてください。 するなどして、熱中症にならないよう気 や扇風機を活用し、水分補給をしっかり 業は朝や夕方に行い、室内ではエアコン

## 》神奈川県…………女性 S M

る思いが、たくさんの方々へ伝わって ゴミがゼロになると良いですね。 た皆さんご苦労様でした。環境に対す 素晴らしい取り組みですね。参加され ·汐川干潟クリーンアップ大作戦」

☆汐川干潟には、そこで捨てられるものだ ほか、そこにいる生物を狙って渡り鳥も あります。様々な生き物が生息している けでなく、漂流してくるゴミもたくさん

> ね。 飛来する汐川干潟を守っていきたいです

## ◉石巻本町 男性

ます。 それぞれの皆さん頑張っていると思い 第六事業所の皆さんたいへん親切で、

☆このようなお言葉をいただき光栄です。 います。 仕事の励みになります。ありがとうござ す。(第六事業所職員一同) これからもよろしくお願いしま

## 富士見台……………男性

が大好きになりました。 が良かったのでしょうね。 近毎日収獲できています。 か野菜を育ててみようと思い、 に苗を買いに行きました。目についた いは今ひとつですが、ミニトマトは最 がキュウリとミニトマトで、 過日、我が家の猫の額ほどの庭で何 ミニトマト 食彩村の苗 食彩村 キュウ

☆苦手な野菜でも、自分で育ててみると愛 野菜もいろいろありますので、 あります。 着がわき、食べられるようになることが 物を育ててみてください。 プランターなどで育てられる 様々な作





官製八ガキに下記の要領で送ってください。 応募はハガキのみです。(9月8日必着)



正解者の中から 抽選でプレゼント!! 63 441-8124

JA 豊橋

組合員課広報係

字西川 5番地 豊橋市野依町

0 Ø JA·みのりに対する ご意見・ご要望

住所·氏名·年齡·電話番号

行 ※応募ハガキに記入されました住所・氏名などは、賞品の発送以外の目的に使用する ことはありません。また、ご本人様の承諾なしに第三者へ提供することはありません。



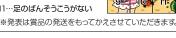


スイカ割りの棒の長さが違う 8…目隠しのリボンが短い

1…雪の大きさが違う

・カニのはさみが大きくなっ ている

11…足のばんそうこうがない



### 理 事会だより

令和4年7月28日(水午後1時30分より本店4階大 会議室で開きました。

### 決議事項

- 1) 令和4年ディスクロージャー誌について
- 2) 第25回通常総代会 第2号議案に関する補足 について
- 3) 就業規則の一部改定について
- 4) 臨時雇用者就業規則の一部改定について
- 5) 共同計算に係る令和4年産米穀の仮渡金支払いの方針について

決議事項2)では、定款の一部変更のうち「役員の定数(第27条)」の規定は令和5年総代会より適用することを確認しました。

原案通り承認されました。

### [退職者]

依願退職 中野 佳穂 (いなみ支店)

令和4年7月31日付

### ( 女性部ソフトバレーボール大会)

開催日●11月24日(木)

会 場●豊橋総合体育館(予定)

申込方法●最寄りの支店で申し込んでください。

**申込締切日** ● 9月9日金 (※先着32チームで締切)

- ※本年度から、会場準備・片付け・審判(主審・副審)、 線審等を、参加者の皆さん全員で協力していただきま すので、メンバーの方にも周知していただきますように よろしくお願い致します。
- ※尚、大会組み合わせ抽選会を行います。各チーム代表者はご出席ください。(欠席の場合は事務局で行います。) 試合進行の話し合いも予定しています。皆さんのご意見を参考にして決定していきたいと思います。
- ★抽選会日時●9月28日(水) 午後1時30分~
- ★会 場●JA豊橋 中央支店2階 大会議室 (豊橋市野依町字西川5番地)

大会は【新型コロナウィルス】の感染状況により、開催 方法の変更、開催を中止にする場合があります。

### 情報受付窓口設置のご案内

平素は、JA事業に対し、格別なご高配を賜わり厚くお礼申し上げます。
JA役職員一同、コンプライアンス(法令等遵守)を徹底して信頼されるJA構築に努めております。
組合員の皆様のより一層のご指導、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

### お問い合わせ相談窓口

JAの業務に関するご相談、お問い合わせ、お気づきの点がございましたら最寄りの支店・事業所または下記窓口へご連絡くださいますようお願いします。

- ■住 所/〒441-8124 豊橋市野依町字西川5 電話番号/0532-25-3943
- ■部 署 名/リスク管理部リスク管理課

JA理事の職務執行に関してコンプライアンス上、お気づきの点がございましたら下記窓口へ ご連絡くださいますようお願いします。

- ■住 所/〒441-8124 豊橋市野依町字西川5 ■電話番号/0532-25-6363
- ■部署名/総合企画部企画課
- ●受付時間:午前9時~午後5時(土日・祝日及び12月31日~1月3日を除く)
- ※ご好意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、 予めご了承ください。

### 思い返り橋



今から300年以上前、

村ができました。(\*1) 田んぼは中野田新田といい、そこには小さい路を作り水を引くことになりました。できた で中山村に大きな溜め池を作り、そこから水 かしそこは水に恵まれていない場所だったの ある場所の西の方にあった森などを切り開い て田んぼを作ろうという話になりました。 いま西郷小学校が

ツ家)と呼ばれました。(\*2) 四軒の人が移り住んだので、そこは四ッ谷(四 村の人たちと別れなくてもいいのが理由です。 畑や田んぼができること、 いな水が流れていて生活するのに都合がよい 北の方に移ることになりました。そこはきれ りました。あれこれ相談した結果、 たちはどこかに引っ越さなくてはいけなくな は鷹打池といい、そこに住んでいた四軒の人 たいます 中野田新田のために作った中山村の溜め、 中山村の一部で今まで仲良くしてきた あたり一帯が山や林で開墾すれば広い 山は隔てているけ 萩平村の

が入りました。 地での生活を思うと、 畑を作っていきました。妻のトヨのお腹には 子どもがおり、 も仲が良い若い夫婦がいました。夫の与助は 、変働き者で荒れていた土地を次々と開墾し さて四ッ谷に移り住んだ四軒の中に、とて 与助は親子で暮らす新しい土 鍬を持つ手にさらに力

あ。 だけだに。少し休んだら、 ぎ込まれた与助は「なに、 もうすぐ赤ん坊が生まれるというある夏の 生まれてくる赤ん坊にたくさんおいしい 与助は畑で倒れてしまいました。 暑さで少し疲れた また畑に行かにゃ 家に担

> りました。 と休ませてもらおうかのん」と与助は横にな 近所の人たちが言うので「それじゃ、 やっとくで、二、三日ゆっくり寝とりん」と もっと体を大事にしりん。畑のことは俺らが こうとします。 ものを食べさせたいでな」そう言って畑に行 「与助、おまえは働き過ぎだに

返してください」と泣き続けました。 生まれて、どうやって生きていけばいいの どく悲しみ「与助さんがいなくちゃ赤ん坊が あっけなく息を引き取りました。 その晩から与助は高熱が出始め、 神様がいるのなら、どうか与助さんを トヨは 3日後に

だったのに・・・惜しい人を亡くしてしまっ ちも「与助はこれからの四ッ谷に必要な若者 た」とみんな泣きました。 悲しいのはトヨだけではなく四ッ谷の人た

歩き出しました。 う」と中山村からも大勢の村人が四ッ谷に駆 けつけ、与助を棺に入れて中山までゆっくり 「与助は両親が眠る中山の墓に入れてやろ

ただに」そう言って村人たちは四ッ谷に引き 返していました。「きっとトヨや村の人たち 急いで棺を開けると、 耳を澄ますと棺の中から声が聞こえてきます 村の中間にある安川の橋を渡っているとき村 返しました。 の思いが天に通じて与助を生き返らせてくれ どこからか誰かの声が聞こえるが・・・」 、の泣き声の他に誰かの声が聞こえました。 やがて野辺送り(\*3)の列が四ッ谷と中山 なんと与助が息を吹き

それから与助が息を吹き返した橋は「思い

を送り、 返り橋」と呼ばれるようになりました。 なりました。 (\*1)中野田は明治11年に平野村に吸収合併されました 与助は生まれた赤ん坊とトヨと幸せな日 無理はせず、 ほどほどに働くように

(\*2)四ッ谷は明治9年に中山村から萩平村へ編入しま

(\*3) 亡きがらを埋葬地まで見送ること。



※地元に伝わるいくつかの話しをまとめ、 創作したもの

※参考文献「西郷のむかし話」西郷郷土史会

### 編 集後

豊水は、ジューシーさがたまらない!み ました。数ある作物の中でも、 なさんは何の果物が好きですか? 1番好きな果物なんです。特に、 8月に入り本格的に梨の出荷が始まり 私は梨が 幸水、