

みり

JA豊橋と
組合員との
ホットライン



特集

しっかり食べて健やかに!

家族を支えるお肉のチカラ

2023

9

vol.317



◎豊橋市嵩山町
藤原 理陽さんのお孫さん

にしりょうや
西 遼也さん(7歳)
ほのか
穂乃佳さん(5歳)
とつや
尊也さん(8カ月)

◎小学校では何を習うことが好き？

遼也さん：体育（とび箱）

◎保育園で何して遊ぶ？

穂乃佳さん：ゼリー屋さんごっこ、粘土遊び、川遊び、プール

◎おうちでは何をして遊んでる？

遼也さん：ゲーム（Switch）

穂乃佳さん：お人形遊び

尊也さん：オーボール

◎ママのつくる料理で何が好き？

遼也さん：カレー、ラーメン

穂乃佳さん：チャーハン、カレー

尊也さん：人参おかゆ

◎何か習い事はしてるの？

遼也さん：野球、そろばん



★広報担当者より

遼也さんは2人をにこにこ見守っているととてもやさしいお兄さん。穂乃佳さんは弟のお世話をするのが大好きで遊んであげて、面倒見がいいお姉さん。尊也さんは人見知りもなくたまに見せてくれる笑顔が可愛かったです。3人とも仲がいいことが伝わってきてほっこりしました。これからも仲良くね。

撮影場所：自宅

◎大きくなったら何になりたい？

遼也さん：ヤクルトスワローズの選手

穂乃佳さん：看護師

☆パパ、ママに聞きました

◎お子さんはどんな子？

遼也さん：やさしくて友達思い

穂乃佳さん：わんぱく、面倒見がよい

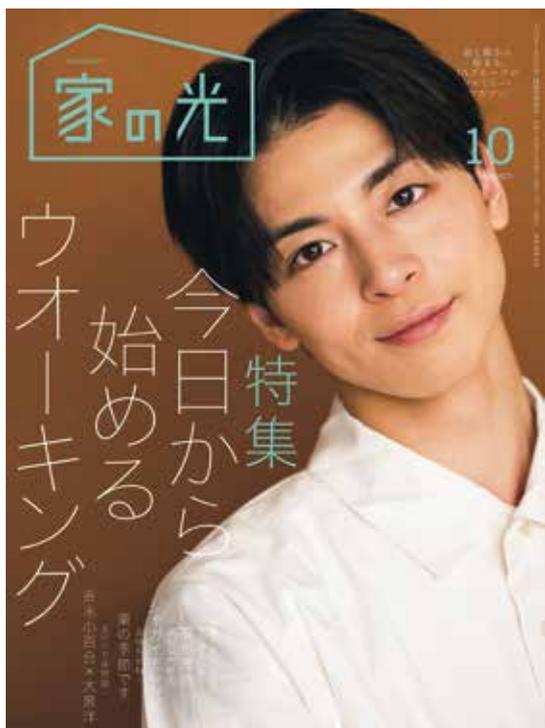
尊也さん：おとなしい

★両親からメッセージ：3人とも、いつまでも元気に笑って過ごしてね。

目次 ■ C O N T E N T S

2	わが家のトッピーちゃん 家の光 10月号の主な内容
3	農に生きる
4▶5	特集◎しっかり食べて健やかに！ 家族を支えるお肉のチカラ
6▶10	トッピーのトピックス
10	営農情報(水稲)
11	グリーンアドバイス
12	KAORUのフルーツパラダイス
13	シェフ永井のおすすめ
14▶15	女性部会だより
16	穂の国男子・ 職員File～期待のホープにインタビュー～
17	知って得情報・豊橋警察署だより
18	JAの豊橋からのお知らせ グレー色のハウスカオンキをお使いの方へ
19	JAのエアコンクリーニング・ JAのハウスクリーニング&蜂駆除
20	グリーンセンター磯辺 改装のお知らせ・新規出荷者説明会
21	みんなの広場・まちがいさがし
22▶23	インフォメーション・理事会だより・編集後記
24	トッピーのむかしばなし

10月号の主な内容



※表紙は暫定版のものです。表記内容は変更になる場合があります。
定価 629円(税込み)

特集1

一生自分の足で歩くための
ウォーキング講座

健康のためにウォーキングを始めてみたけれど、効果が出ない、体を痛めてしまったという経験はありませんか？「最もたいせつなのは、ふだんの立ち方と歩き姿勢」と話すのは“一生自分の足で歩くためのウォーキング”を提唱・指導する黒田美恵子さん。続けられるコツや適したシューズの選び方を教わります。

特集2

ジャガイモはこう食べるとおいしい！

大手種苗会社が毎年実施している野菜に関する令和4年の調査で、「好きな野菜・第1位」に大人も子どももそろってジャガイモが選ばれました。焼く、揚げる、蒸かすなど、調理法次第でバラエティに富んだ料理が作れるジャガイモですが、今回は、肉じゃが、ポテトサラダ、ポテトフライなどの定番料理をよりおいしく調理するためのレシピを追求します。



農に生きる

「おいしい梨を

今後も

届け続けたい」

豊橋市石巻小野田町 岩瀬 広繁さん(54歳)



広繁さんは奥さんと両親の4人で主に梨と柿を作っています。そのうち、梨は65aの畑で栽培しています。

大学では農業を学び、両親が栽培している果樹を専攻しました。長男ということもあり、いずれ農業を継ぐつもりでした。大学卒業後、会社員として5年間働いた後、就農して25年になります。梨を育てる上で気をつけていることを聞きました。「梨は雨が続きたりすると、樹が弱ってしまうため常に天候を観察して、いい時期に防除をするなど適期防除、適期管理を行い、樹の状態を見ています。樹の状態が良いことは、おいしくてきれいな梨ができる条件のひとつです。台風が近づく場合は、梨が揺れて落ちないように枝を縛りつけたり、畑を囲っている防風ネットの補強をします。また、収穫は7月中旬から10月上旬頃ですが、収穫が終わった後も全体的に日が当たるように枝を剪定したり、新しい枝がでてきた

ら棚に縛りつけるなど1年中樹の管理作業をしています」と広繁さんは話します。梨畑にオレンジ色のトラの形をしたバールンがいたり鷹の形をしたカイトが飛んでいて、何か聞いてみたところ「カラスやハクビシンなどの害獣によって荒らされないように対策をしています。カラスは頭がよくて、慣れてしまうと効果がなくなり、設置場所を頻繁にかえていきます」と答えてくれました。

梨の食べ頃について聞きました。「買ってきてすぐ数時間冷やして食べるのがおすすめです。食べきれない場合は新聞紙に包んで冷蔵庫で保存すると日持ちします」と教えてくれました。

最後に「梨は水分、ミネラル、ビタミンが豊富なので、暑い時期に梨を食べて暑さを乗り切ってもらいたいです。おいしい梨を今後も届け続けるので是非、食べてください」と話してくれました。

家族を支えるお肉のチカラ

健康長寿のためには、毎日しっかり肉を食べましょう。

「健康のために粗食の方がいい」

「肉は控えて野菜中心の食事が◎」――。

そんな「健康常識」は、実はもう古いのです。

動物性脂肪は
古
生活習慣病の
原因？

適当な

データはない

牛脂と植物油を使った動物実験では良否を議論する適当なデータはあつた。

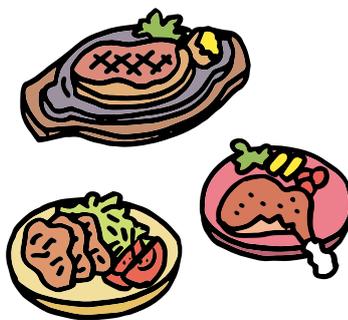
その「お肉の常識」 もう古いかも！

古
粗食の方が
長生きできる？

100歳以上は

動物性タンパク質
摂取量が多い

100歳以上の高齢者の調査では平均的に日本人よりも動物性タンパク質を多く摂取しています。



お肉を食へると
コレステロール値が上昇する？

影響はわずか

血液中のコレステロールの大部分は体内で合成され、食事からの影響はわずかです。

健康な体づくりには、お肉も必要です

女子栄養大学栄養学部教授 新聞巻一

「肉は健康に悪い」という誤ったイメージは、日本人の3、4倍もの多量の肉を食べるため、栄養過多による心臓病リスクが高い欧米人の医学データを基にした情報です。ですからほとんどの日本人には当てはまりません。コレステロール値を気にして肉食を避ける方もいますが、コレステロールのほとんどは体内で作られ、食事はそれほど影響しないことが分かっています。また、高コレステロールでリスクが高くなりやすいのは心筋梗塞ですが、日本人は比較的心筋梗塞になりにくい民族といわれています。日本人に多い脳卒中は、む

しろコレステロール値が低い方に多いというデータもあるのです。肉の取り過ぎよりも大きな問題として懸念されているのが、日本女性およびシニア世代の低栄養による健康への影響です。「粗食の方が健康的」というのは迷信です。肉は効率良く総合的に貴重な栄養を取ることが出来る優れた食品ですから、避ける必要はありません。むしろ、野菜と共に肉や魚を毎日、バランス良くしっかり食べることを心がけてほしいと思います。

ぽっちゃり型の方が
健康長寿だった！



新聞教授が8年間にわたって行った大規模な調査では、BMI(※)が高めの肥満気味のグループよりも、BMIが20以下と低い痩せ気味のグループの生存率の方が低いことが分かりました。さらに65歳以降の女性に限定すると、小太りの体形を維持している人が最も寿命が長いという結果が出ました。

※体格指数「BMI(ボディマス指数)」=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)



健康長寿の道は お肉から！

厚生労働省の調査によると、70歳以上の5人に1人が「新型栄養失調」だそうです。これは加齢とともに栄養素の利用効率が悪くなるのに加え、食欲が衰えて動物性食品の摂取量が減ることも大きな要因。動物性タンパク質には体の機能を整える上で重要な、免疫力を高める「血清アルブミン」の材料が多く含まれていますから、摂取量が少ないとさまざまな病気のリスクが高まってしまいます。

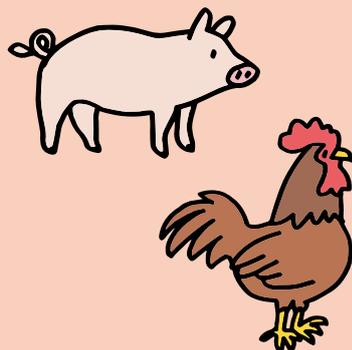
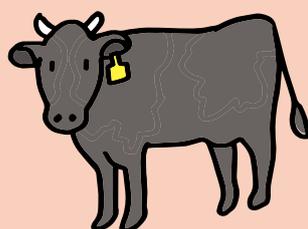


1日に100g前後を 目安に食べましょう

「日本人の食事摂取基準（2020年）」（厚生労働省）によると、1日当たりのタンパク質摂取目安量は体重1kg当たり0.8g。体重50kgの人なら1日当たり40gが目安です。シニアの方の場合は利用効率が低下しているため、60gから70gは必要と考えましょう。

肉に含まれるタンパク質は、その重量の5分の1程度ですから、100gの肉で取れるのは20g程度。私たちは肉以外のさまざまな食品からもタンパク質を摂取しています。卵や乳製品、大豆製品はもちろん、米にも多く含まれていますから、トータルで1日の摂取目安量をカバーできれば大丈夫です。100gの肉と100gの魚を、3食のどこかで食べるようにして、さらに牛乳や卵などで補うよう心がけましょう。

健康のために、 全世代で もっとお肉を！



必須アミノ酸を バランス良く 摂取できる

よく「良質なタンパク質を取りましょう」と言われますが、「良質」とはアミノ酸バランスが整っていることをいいます。肉に含まれる20種類のアミノ酸のうち9種類は人間が体内で作ることができない「必須アミノ酸」。大豆のタンパク質も良質ですが、必須アミノ酸のバランスという面では、動物性タンパク質の肉の方が優れています。

育ち盛りの子どもに 効率良く栄養補給

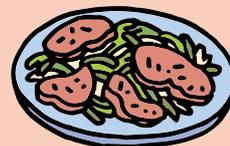
タンパク質は体をつくる基本的な栄養素であり、全世代で不足しないように取りたい栄養素です。1食分で比較すると牛肉200gに含まれるタンパク質が約60gなのに対し、アジ1匹（約170g）だと15g程度。肉の方が効率的にタンパク質を摂取できます。ただし、魚には動脈硬化を防ぐDHA（ドコサヘキサエン酸）やEPA（エイコサペンタエン酸）などが含まれていますので、肉と魚を1:1くらいで食べるのがいいでしょう。

若い女性の 貧血対策にも！

ビタミンB1は糖質をエネルギーに変換するのに必要で、不足するとエネルギーをうまく作り出せず疲れやすくなります。このビタミンB1が特に豊富なのが豚肉。肉には貧血予防に効果的な鉄分も豊富に含まれており、しかも、植物性の鉄分（非ヘム鉄）よりも吸収率が高いため、効率良く鉄分を補給できます。

うつ病や 認知症を予防

「幸せホルモン」として知られるセロトニンの分泌が減少すると、うつ病になりやすいといわれています。セロトニンの原料になるのは、肉に多く含まれている必須アミノ酸の1つトリプトファンです。他にも肉に含まれるアラキドン酸という栄養素には脳の神経細胞の生成を促す働きがあり、認知症改善の可能性を持つと注目されています。アラキドン酸は、特に豚レバーに多く含まれています。





J A 豊橋経済部感謝祭 お買い得商品で日頃の感謝を

経済部は7月8日、本店を特設会場としてJA豊橋経済部感謝祭を開きました。日頃JAを利用していただいている組合員や地域住民に感謝を込めて毎年行っているイベントです。農機課、自動車課、生活燃料課、店舗産直課の4課が合同で行っており、会場は朝から多くの人が訪れ、ずらりと並べられたトラクター、農機具や自動車、ガス器具などを実際に見て、販売員や職員から説明を聞くこともでき、お得な価格で購入できると組合員や地域住民から好評を得ています。

今年には金融・共済部の協力により、VRゴーグルを活用したリアルな農作業事故の疑似体験や安全対策が学べる体験もありました。体験を行った人は「改めて農作業事故の恐ろしさを知った。気をつけたいといけない」などとアンケートに答えました。

また、刈払機のチップ



桃を買い求める来場者



多くの人が農作業事故疑似体験をしました



ガス器具の説明を聞く来場者(左)



みかわポークを買い求める来場者

ソーや耕うん爪などの農機消耗品もお買い得価格で提供され、この機会に買っていく人も多くいました。豊橋特産の「勘助桃」や「種なし巨峰」「朝採りとうもろこし」などの農産物や「みかわポーク」の販売も行われ、多くの人が買い求めました。豊橋産黒潮牛ステーキなどが当たる抽選会場では当たりが出るたびに鐘が鳴り響き、来場者はうれしそうにしていました。他にも五平餅やメロンパン、焼そばなど数多くの屋台や販売車が立ち並び、終日会場はたくさんの方で賑わいました。

豊橋市長に要望書を提出 農業被害再建対策を要望

JA豊橋と自民党豊橋市議団、豊橋温室園芸農業協同組合は6月29日、豊橋市役所を訪ね、浅井由崇市長に台風2号農業被害からの再建対策を要望しました。

豊橋市は6月2日から3日にかけて記録的な大雨に見舞われ、広範囲で農地の水没や土砂崩れ等、農業関係施設や農作物に甚大な被害を受けました。JA豊橋の伊藤友之組合長は浅井市長に要望書



浅井市長に要望書を手渡す伊藤組合長(左から3人目)

を手渡し、その後被害状況をまとめた資料に沿って、被害について説明しました。要望書には、速やかな営農再開に向けての生活・生業再建支援パッケージなど総合的な支援を国へ要請すること。また、愛知県と連携して、農業者に対して迅速に支援すること。国や県が具体策を示さない場合には、市として支援策を講じることを求められています。

鳥インフルエンザ防疫活動に県から感謝状 今度もしっかりと防疫措置を行っていく

JA豊橋は7月13日、本店で、高病原性鳥インフルエンザの発生に伴う防疫活動の推進に、貢献したとして愛知県大村秀章知事から感謝状を受け取りました。昨年豊橋市内で発生した高病原性鳥インフルエンザに対して、迅速かつ適切な防疫活動を行ったとして評価され



感謝状を受け取った伊藤組合長(左)

ました。当日は大村知事の代理として東三河農林水産事務所の愛知徹所長が来店し、伊藤友之組合長へ感謝状を手渡しました。伊藤組合長は、「今後はこのようなことが起こらないように、しっかりと防疫措置を行い、消費者に安心して卵を食べてもらいたい」と話しました。



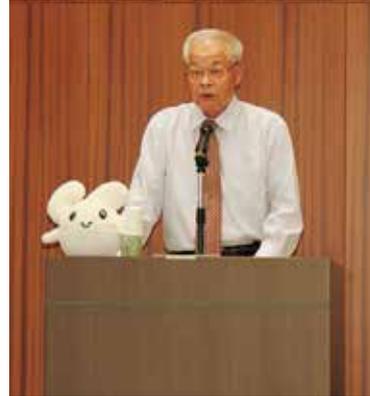
HP Instagram facebook

JA豊橋の旬な情報配信中!!

第12回産直部会総代会 消費者により良い農産物を

産直部会では7月11日、本店で第12回産直部会総代会を開きました。

鈴木栄助部会長は「昨年度は新型コロナウイルスが緩和され豊橋まつりやJAふれあいフェスタなどのイベントに出店でき、多くの人に産直の新鮮な農産物をPRできました。今後もこれまで以上に新鮮な農産物を生産者から消



あいさつする鈴木部会長

費者に届けるために、部会で問題点などを出してそれを解決していきます。安全・安心・新鮮をスローガンに部会の発展をもたらしよう、みなさんのご協力をお願いします」とあいさつしました。

総代会では令和4年度の収支決算や、本年度の活動計画など4議案が上程され、すべて賛成多数で可決されました。

豊橋かき塾 産地活性化を目指す

JA豊橋柿部会と豊橋市は6月17日と7月22日に第六事業所で豊橋かき塾を開講しました。13人の塾生が計5回の講義・実習を通して柿の栽培技術や経営に関する基礎知識の習得を目指しています。



摘果作業を教える山口主任(右)

「果実周辺の枝葉管理」を中心に愛知県東三河農林水産事務所農業改良普及課の山口千明主任より講義を受け、塾生はメモを取りながら熱心に耳を傾けました。講義を受けた後、石巻萩平町にある柿園に場所を移し、4つの班に分かれ、山口主任やJA職員の指導のもと摘果作業の実習を行いました。

いちご部会総会 設立10周年を迎え、さらなる収量・売り上げ向上を目指す

いちご部会は7月10日、令和4年度出荷反省会および令和5年度通常総会を行いました。今年度はJA豊橋いちご部会設立10周年という節目の年ということもあり、ロワジールホテルで盛大に行いました。

反省会で森谷充弘部会長は「昨年度は厳しい気象条件の中、部会員皆様の積極的な生育改善・部会支援により、何とか県下上位の実績を残すことができ深く感謝している。今後は産地維持、豊橋プ



表彰される部会員(右)

ランドを確立していきたい」とあいさつしました。総会では令和4年度事業報告などの議案が可決され承認されました。

その後、行った表彰式では、昨年度に部会に貢献した優秀者7名を表彰し、森谷部会長から賞状や記念品を手渡ししました。「緑白綬有功章」を受賞した水合一江さんと「第82回中日農業賞」を受賞した加藤真史さんが伊藤友之組合長から再度表彰され、受賞の喜びを部会員に報告しました。

JAカードと自動車のコラボPRイベント JAカードでお得に買い物！

金融部と自動車課は6月16日に産直プラザ二川、6月23日にグリーンセンター機辺でJAカードPRと自動車のコラボイベント「JA Card Road」で産直へ出かけよう！を行いました。



JAカードの説明をする職員(左)

当日は、JA職員が来店した人に声をかけてガラガラ抽選会をし、さらにアンケートに答えてくれた方に記念品を渡しながらJAカードをPRしました。

JAカードはJA直売所、JAファミリーズマーケットでご利用いただくご請求時に5%割引、さらにJAカード入会とご利用で最大12000円相当ポイントがもらえるなどの特典があり、来店者はJA職員から特典などの話を興味深く聞いていました。

さらに、自動車展示会も行われ、来店者は気になる自動車の機能や価格を聞いていました。



とよはし産学校給食の日 小学生が豊橋の農産物について学ぶ

豊橋市学校給食協会とJA豊橋は「とよはし産学校給食の日」として大清水小学校と幸小学校で生産者とJA職員による農産物についての授業を行いました。

・大清水小学校（6月27日）

トマトについて5年生児童45人を対象に行いました。

JA職員が市内各地域で栽培されている花や野菜、果樹などの農作物の紹介をしたのち、豊橋産のトマトについてクイズを織り交ぜながら説明しました。さらにトマト部会の池田和哉部会長がトマトを生育する上で重要な温度や湿度、水管理の方法や栽培する上での苦労などを話しました。

その日の給食では昨年度の「学校給食アイデア料理コンテスト」で受賞した豊



トマトを見せながら説明する池田部会長(右)



とげありトウガンと磨いたトウガンを触ってみる児童たち

磨いてトゲがないトウガンを実際に触ってみて違いを感じました。

その日の給食には「マーボーとつがん」が出され児童たちは豊橋産のトウガンの味を堪能しました。

橋産トマトを使ったレシピ「青ジソとトマトの豚キムチ」が出されました。

・幸小学校（7月12日）

3年生児童163人が「豊橋なんぶとうがん」についての授業を受けました。はじめにJA職員が市内で栽培されている農産物の紹介と「豊橋なんぶとうがん」の栽培方法やこだわりなどを実や花を見せながら説明しました。

その後、児童から「トウガンを育てる上で大変なことは何ですか」「磨いてトゲをとることは必要ですか」など多くの質問が出され、南部琉球冬瓜同好会の鷹坂総宏さんが分かりやすく丁寧に答えました。最後に収穫したままのトウガンと

柿の摘果作業体験

青年部会が児童に摘果方法を教える

青年部会第六支部は6月23日、玉川小学校と西郷小学校の児童に柿の摘果講習会を開きました。

青年部会員4人が順番にそれぞれの小学校を訪れ、学校近くの柿園に移動して、玉川小学校は5年生児童44人、西郷小学校は3年生児童12人に柿の摘果方法を指導しました。



児童に摘果方法を指導する青年部会員(左)

して、はじめに摘果する実と残す実の見分け方を説明。その後、児童たちはそれぞれ自分が担当する樹を脚立を使ったりしながら、はさみで残す実を傷つけないように慎重に摘果していきまし

た。

部会員は作業をしている児童を見て回りながら、丁寧に摘果方法を教えたり、手伝ったりして、交流を深めました。

熱中症対策セミナー

青年部会員ら熱中症について学ぶ

青年部会は7月20日、中央支店で「熱中症対策セミナー」を開きました。

部会員より「今年は例年より暑くなると聞いているので、熱中症にならないための屋内屋外作業での体調安全管理について知りたい」との意見が多くあり今回のセミナーを開催。部会員はもちろん、



熱中症について講義する瀬戸さん

JA職員や部会員以外の組合員、JA利用者など幅広い方に声をかけ、約20人が参加しました。講師に、大塚製菓(株)瀬戸将宏さんを迎え、熱中症のしくみやかかりやすい要因、対処法などをスクリーンを使いながら、わかりやすく説明し、部会員らは真剣に耳を傾け、熱中症は本当に危険だということを確認しました。



HP Instagram facebook

JA豊橋の旬な情報配信中!!

生産組織連絡協議会総会 持続可能な農業経営に向けて

営農部は6月27日、本店で「令和4年度JA豊橋生産組織連絡協議会総会」を開き、生産組織代表者やJA豊橋役員、経済連・中央会職員など57人が出席しました。

同協議会はJA豊橋農畜産物の生産振興と地域農業の維持発展に向け、生産組織と組合との更なる連携強化、生産組織間の横断的な連携、組合経営理念で掲げる「豊かな農業の確立と進展」を目指すことを目的として昨



総会冒頭であいさつする伊藤組合長

年度設立されました。総会では、令和4年度活動報告及び令和5年度活動計画について説明、承認され、続けて報告事項として、キャベツ部会、トマト部会、柿部会における品目別中期基本構想策定状況、産直と食彩村アンケート結果、JAに対するご意見ご要望結果などを報告しました。今後、協議会では農畜産物安全安心対策会議に加え、国が検証している食料・農業・農村基本法の検証・見直しに向けた意見交換会など実施し、持続可能な農業経営に向けて活動していきます。

津田支店 保育園児の作品を展示 子どもたちの絵がロビーを賑わす

津田支店のロビーには津田保育園の年長園児が書いた絵が飾られていて、大きくて鮮やかなため、来店者の目を惹きつけています。

同支店には、定期的に園児たちの作品が飾られていて、保護者などが来店され、写真を撮ったり、他の来店客も園児たちの作品を見て、元気をもらえると喜ばれています。

一人ずつが書いた花や虫の絵を一枚の大きな紙に貼り合わせた大作です。お近くに行かれた際は、是非ご覧ください。



みことな夏の景色です

豊橋駅前フリーンアップ大作戦! 豊橋の玄関口をキレイにする

530 (ゴミゼロ) 運動環境協議会が7月22日に行った「豊橋駅前フリーンアップ大作戦!」にJA有志職員とその家族約10人が参加し、早朝のゴミ拾いを行いました。

年に数回行う「フリーンアップ大作戦!」は、豊橋駅前や表浜海岸、豊橋総合スポーツ公園など市内の各所を場所を変えて行っています。

参加者たちは午前8時からゴミ袋とゴミばさみを持って植え込みの陰や歩道に落ちているゴミを拾い集めました。参加した職員は「思ったよりゴミが落ちていなくて、普段から



親子でゴミ拾いをする職員

豊橋市民の530に対する意識が高いことを感じた。駅前という豊橋の玄関口をキレイにして、市外から訪れた人に、豊橋ってゴミがない街なんだな、と思ってもらえれば嬉しい」と話しました。

東海テレビ「スイッチ!」

豊橋なんぶとうがんを紹介

7月14日、東海テレビ「スイッチ!」の収録があり、豊橋なんぶとうがんの紹介がされました。

料理家の和田明日香さんと高橋知幸アナウンサーが鷺坂充康さん、総宏さん親子のトウガン畑に訪れ、鷺坂さんから豊橋なんぶとうがんの話を聞ききました。その後、鷺坂さんの自宅で「とうがんサラダ」と「マーマーとうがん麵」を食べ、豊橋なんぶとうがんの味を堪能しました。

この日、収録した模様は7月24日放送の「スイッチ!」内の「愛知の旬い



とうがんの説明をする総宏さん(左)

ただきます」コーナーで田原のもちマグロ、ころたんメロンと同時に紹介されました。



石巻支店女性部会員が製作 おしゃれなペットボトルキャップ回収箱

J A 豊橋女性部はペットボトルキャップを集めています。集めたキャップ2kgで1人分のポリオワクチンに交換でき、交換したポリオワクチンは世界の子ども達に役立てられます。石巻支店女性部はたくさんの方のキャップを集めたいと会員が手



「ペットボトルキャップを持ってきてくださいね」
作りのペットボトルキャップ回収箱を製作しました。他にもベルマークや使用済み切手も集めておりこちらの回収箱も製作しました。
石巻支店ATMコーナー入り口に設置してありますので、みなさんは是非ご協力をお願いします。

豊橋空襲犠牲者を追悼し平和を誓うつどい 流れる灯籠を見つめ、犠牲者を追悼

豊橋空襲を語りつくす会は6月20日、湊町公園で「豊橋空襲犠牲者を追悼し平和を誓うつどい」を行いました。この集いは昭和20年6月19日深夜から20日の未明にかけて米軍の爆撃機が豊橋市街地を襲った「豊橋空襲」の犠牲者を追悼するため、平成元年から毎年行われています。集いには語りつくす会の会員や空襲体験者、豊橋中央高



灯籠を流しにいく高校生

校と桜丘高校の生徒など約120人が参加し、追悼碑の前で恒久平和を誓いました。
空襲体験者代表による追悼碑への献花、高校生らによる平和への思いを発言が行われ、つどいの最後には豊川河川敷で灯籠流しを行いました。平和の願いを書いた灯籠は豊川の水面をゆっくり流れていき、参加者らは灯籠を目で追いつながら空襲犠牲者を追悼しました。

営農情報(水稲)

◆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)

◆あいちのかおり

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 前	キラップ粒剤	3kg	収穫 14日前 まで
出穂5~10日 後	スタークル粒剤(アルバリン粒剤)	3kg	収穫 7日前 まで
	スタークル豆つぶ	250g	

※「スタークル豆つぶ」は散布省カタイプの薬剤です。

●カメムシ類の発生が多い場合は、上記の防除後の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	収穫 7日前 まで

●トビロウ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	収穫 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 指導推進課



コメッコ

グリーンアドバイス

家庭菜園に挑戦

サイシン 夏に強い中国野菜

園芸研究家 ● 成松次郎

図1 畑の準備

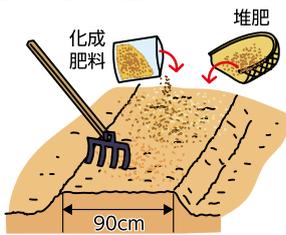


図2 種まき

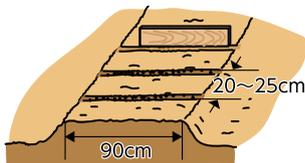
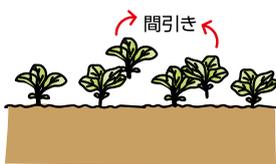


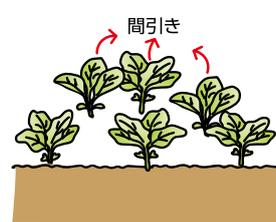
図3 間引き



①子葉の重なる所を間引く

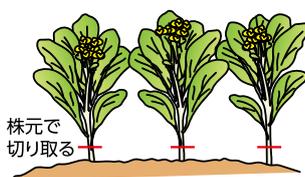


②本葉2、3枚の頃 株間5cm間隔に間引く



③本葉5、6枚の頃 株間15~20cm間隔に間引く

図4 収穫



株元で切り取る

ナバナに似た中国野菜で、茎葉と花蕾(からい)を食べます。草丈30〜40cmと小型で暑さに強く、高温でもとうがよく立つので幅広い時期に栽培ができます。茎は柔らかく、黄色い花を付けます。ナバナと同様にさつとゆでておひたしや、油炒めにしていただきます。中間地では4月から9月まで種まきができ、夏まきでは40日程度、春と秋まきでは60日程度で収穫期となります。

【畑の準備】あらかじめ土の酸性を改善するため、1平方m当たり苦土石灰100gをすき込んで耕しておきます。次に、種まきの1週間前に幅90cm程度の栽培床(ベッド)を作り、1平方m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100gと堆肥2kgを全面に施し、土と混ぜ、くわでベッドを平らにならします(図1)。

【種まき】ベッドに直角に条間20〜25cmの種まき溝を切ります。まき溝は木板を土に押し付け、溝を付けると深さが一定になります。じかまきとし、まき溝に2、3cm間隔に筋まきします(図2)。その後、べたがけ資材を使えば、乾燥や強い雨を防ぐと同時に害虫の予防にも有効です。

【間引き】1回目は発芽後、子葉が重なる株を間引き、2回目は本葉2、3枚の頃に株間5cm程度、3回目は本葉5、6枚で株間15〜20cmに間引きます(図3)。

【追肥】最後の間引き後に1平方m当たり化成肥料50g程度の追肥をし、軽く土寄せします。なお、畑が乾くときには、十分灌水(かんすい)します。

【病害虫の防除】アブラムシには粘着くん液剤などの気門封鎖剤で防除します。アオムシ、コナガにはアファーム乳剤、トアロー水和剤CTなどを使います。なお、べたがけ資材を除いた後は、防虫ネットなどで被覆するのが良いでしょう。

栽培カレンダー(サイシン)

月	3	4	5	6	7	8	9	10	11
冷涼地			●	■					
中間地		●	■						
暖地						●	■		

● 種まき ■ 生育 ■ 収穫

らしいに伸び1、2花が咲き始めたから株元から切り取って収穫します(図4)。なお、下の葉を3、4枚残して切り取ると、脇芽から再び茎が伸びてくるので、さらに追肥して長い間収穫ができます。

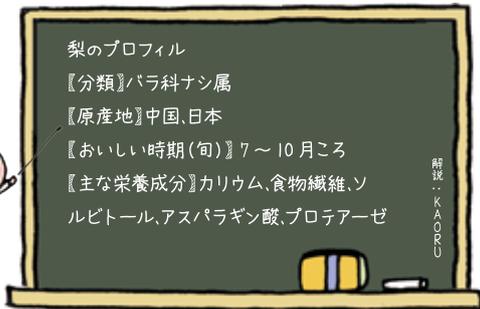


野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

フルーツ パラダイス

イラスト：小林裕美子



梨のプロフィール

【分類】バラ科ナシ属

【原産地】中国、日本

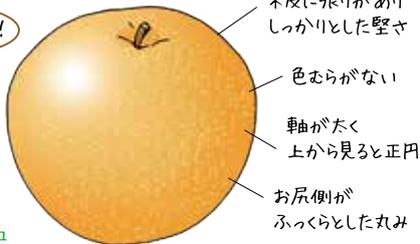
【おいしい時期(旬)】7～10月ごろ

【主な栄養成分】カリウム、食物繊維、ソルビトール、アスパラギン酸、プロテアーゼ

解説：K.K.K. CHROKO

選び方

大玉でずっしり!



果皮に張りがあり
しっかりとした堅さ

色むらが無い

軸が太く
上から見ると正円

お尻側が
ふくらんだ丸み

食べ頃の目安



●果皮が淡黄褐色・淡茶褐色
→少し赤みがかった色に
赤梨



●果皮が淡黄緑色
→黄みがかった色に
青梨

NG
色が濃過ぎる
↓
過熟で
柔らかいかも……

梨のチカラ

カリウム
高血圧や
動脈硬化の予防
むくみ改善に



食物繊維
便秘予防や
コレステロール値の
低下に



プロテアーゼ
タンパク質分解酵素
消化促進に



ソルビトール
便秘予防やせき止め
解熱効果も



アスパラギン酸
利尿作用や新陳代謝を高め
夏バテ予防、疲労回復に

楽しみ方・食べ方のコツ

冷やし過ぎると甘味を感じにくい

食べる1～2時間前から冷暗所から冷蔵庫に移す



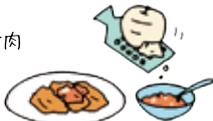
甘さを楽しむには?

皮を薄くむき、芯は少し大きめに切り取る

お尻側と皮の近くが甘く、芯の近くは酸味が強い

お肉と相性抜群!

肉を軟らかくする効果が、すりおろしを焼き肉のたれに混ぜたり、煮込み料理に消化を助けるため、食後のデザートにも



梨

～夏バテ予防や疲労回復に～

梨のいろいろ

幸水

日本の生産量の約4割を占める代表品種のシャリシャリとした食感のしつかりとした甘味、爽やかな酸味と香りが魅力



あきづき

新高×豊水に幸水を掛け合わせた優良品種の酸味が少なく、糖度の高さが魅力。果肉は緻密で柔らかく、シャリシャリとした食感



豊水

幸水と並び生産量が多い品種の果肉は柔らかめで、甘味と酸味のバランスが良い



愛宕

大きなものでは2kgにもなる超大玉品種の柔らかい食感で熟すにつれて甘味が増す



南水

長野県で生産量が多い酸味が少なく濃厚な甘味を楽しめるの柔らかめでサクサクとした歯触りが特徴の大きめで日持ちも良く贈答用にも



新甘泉(しんかんせん)

2008年生まれ。鳥取県で栽培される希少品種の芳醇で強い甘味、特有のシャリシャリとした食感が魅力



新高

大きなものでは1kgになる大玉品種の濃厚な甘さと香りで風味豊かな梨の王様とも呼ばれるの大きいものほど高品質、高糖度



二十世紀

明治期に千葉県で発見され、鳥取県などで生産の程良い酸味ですっきりとした味わいの「ゴールド二十世紀」は、二十世紀を改良した病気に強い品種



保存方法

購入後、すぐに食べる場合は冷暗所で保存し、食べる前に冷蔵庫で冷やす

冷蔵保存

気温が高い時期の保存に丸ごと

新聞紙からラップに包み、保存袋などに入れ野菜室へ

冷凍保存

長期保存にシャリシャリとした食感が損なわれるためそのまま食べるのには不向き

ピューレは保存袋に平らにならすか、製氷皿に入れる



くし切り

塩水などにくぐらせ変色を防ぎ、保存袋か食品保存容器に入れる

スムージーやコンポートにするのがお薦め!

梨のじみツ

歴史

弥生時代後期すでに野生種のヤマナシを食べていた。静岡県の登呂遺跡で種が出土

『日本書紀』持統天皇が飢饉(ききん)から人々を救う作物として栽培を推奨

江戸時代以降盛んに品種改良が行われた

石細胞

食物繊維によって細胞を包む壁が固くなった細胞。シャリシャリとした食感のもと





シェフ永井のおすすめ

永井智一（ながい・ともかず）
茨城県笠間市にある
三天晴（旧キッチン晴人）
オーナーシェフ



「水ナスと海ぶどうのサラダ」



🍳 作り方

- (1) 縦に6等分した水ナス、昆布、タカノツメを3%の塩水に入れ、重しをして一晩漬ける。
- (2) 器に(1)の水ナス、カットしたフルーツマトを盛り付け、レモン汁、オリーブ油、岩塩をかけ、海ぶどうをのせて出来上がり。

🥗 材料(2人分)

水ナス	1本
昆布	1枚
タカノツメ	1本
塩水	適宜
フルーツマト	1個
レモン汁	大さじ1
オリーブ油(エクストラバージン)	大さじ1
岩塩	適宜
海ぶどう	適宜

「カリフローレのチーズフリット」



🥗 材料(2人分)

カリフローレ	100g
薄力粉	80g
パルメザンチーズ	20g
炭酸水	100ml
塩	少々
サラダ油	適宜
ハーブミックス	適宜

🍳 作り方

- (1) Aの材料を合わせ、冷蔵庫に入れておく。
- (2) カリフローレを小房に分け、(1)に、くぐらせ、180度に熱したサラダ油で揚げる。
- (3) キッチンペーパーで油を切り、器に盛り付け、上からハーブミックス、パルメザンチーズ(分量外)をかけて出来上がり。

女性部会だより

No.315

令和5年9月号

JA豊橋女性部会

問合せ・お申込み
☎25-9225

女性部会 食育活動(サツマイモ苗挿し)

6月5・6日に、食育活動の一環として大清水小学校に隣接する畑でサツマイモ苗挿し体験を行い、大清水小学校1年生、こじかこども園児、大清水幼稚園児、先生の計120名が参加しました。先生の指導のもと、

小学生1名と園児1名~2名とペアになり、園児が苗を挿して小学生のお兄さんやお姉さんがたっぷりの水をあげ土をかぶせました。芋が大きくなるまでの水やりや草取りをしながら、10月の収穫を楽しみに待ちます。

参加者募集

陶芸教室

☆陶芸が初めてという方におすすめです。『10cmの花器』を作ります。

開催日 10月2日(月) (現地集合をお願いします)

会場 やきもの工房 すぎうら
(豊橋市大岩町前田40-52)
午前10:00~12:00 (陶芸)

参加費 2,500円 (女性部外3,000円)

持ち物 エプロン、ハンドタオル

定員 20名

講師 杉浦氏 (やきもの工房 すぎうら)

締切日 9月19日(火)

第9回女性部会ソフトバレーボール大会

☆今年度も女性部会ソフトバレーボール大会を予定しています。

開催日 11月21日(火) **会場** 現在調整中

参加費 1チーム 1,000円

申込方法 参加申込書(名簿)を組合員課へ提出

申込締切日 9月8日(金) (※先着32チームで締切)

※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いたします。

※尚、大会組み合わせ抽選会を行います。各チーム代表者をご出席ください。(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。

★**抽選会日時** 9月28日(休) 午後1時30分~

★**会場** JA豊橋 本店 第1、第2研修室
(豊橋市野依町字西川5番地)

第67回ええじゃないか 豊橋まつり『総おどり』

☆毎年女性部会で参加している総おどりです!踊りが上手い下手なんて関係ない!皆で元気な女性部会をアピールして豊橋まつりを盛り上げましょう!

開催日 10月21日(土)

時間 午後6時30分~午後8時まで (気象警報等が発表されるような悪天候は中止となり、順延はありません。)

場所 豊橋駅前大通り

曲目 豊橋音頭、新・豊橋とんとん唄、マツケンのええじゃないかⅡ、新・鬼祭り(計4曲)

参加費 無料、参加賞有り

募集人員 100名 (女性部会員限定)

☆支部やグループでお申込みされる場合は、代表者氏名と連絡先、参加者の氏名、はっぴの受け渡し場所(踊り練習会、または最寄の支店)を併せてお伝え下さい。

☆はっぴの受け渡しを支店にされた場合は、当日の案内文書&はっぴを10月4日(水)~13日(金)までに支店での引取をお願い致します。

申込は、組合員課(生活指導) ☎25-9225

(月曜日~金曜日(祝日除く) 午前9時00分~午後5時00分まで)又は支店で申込用紙に記入して提出してください。

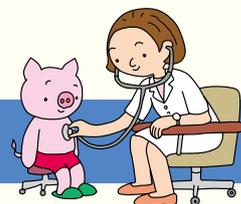
申込締切日 9月22日(金)

※尚、踊り練習会を、10月13日(金) 午後1時30分~午後3時まで、中央支店2階で開催いたします。

※女性部会だよりでの案内は、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)

健康診断のご案内

総務部 組合員課
問合せ ☎25-9225



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。

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)
 - 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、ピロリ菌(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
 - ヘリコバクターピ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か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。
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。

健診のお申し込みは、各支店窓口で健診申込書に記入してください。
※各会場とも、締切日前でも定員数に達した場合は、受付を終了させていただく場合がありますので、ご了承ください。



各種がん検診他

(税込)

- ◆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
- ◆麻疹(はしかに対する抗体の有無)(血液検査) 3,850円
- ◆風疹(三日はしかに対する抗体の有無)(血液検査) 3,850円
- ◆水痘IgG(帯状疱疹に対する抗体の有無)(検尿検査) 3,850円
- ◆ムンプスIgG(おたふくかぜに対する抗体の有無) 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
- ◆腫瘍マーカー検査(血液検査)
 - ・前立腺…………… 1,690円
 - ・卵巣(ROMA)(ロマ)…………… 3,850円
 - ・乳房 ・すい臓、胆道…………… 各1,100円
 - ・消化器 ・肝臓……………

開催日	開催場所	締め切り	開催日	開催場所	締め切り
令和5年10月4日(水)	いなみ支店	令和5年9月13日(水)	令和5年10月31日(火)	西支店	令和5年10月10日(火)
令和5年10月10日(火)	第3事業所	令和5年9月19日(火)	令和5年11月10日(金)	前芝支店(津田)	令和5年10月20日(金)
令和5年10月18日(水)	福岡支店	令和5年9月27日(水)	令和5年11月15日(水)	二川支店	令和5年10月25日(水)
令和5年10月23日(月)	石巻支店	令和5年10月2日(月)	令和5年11月17日(金)	本店	令和5年10月27日(金)
令和5年10月30日(月)	本店	令和5年10月10日(火)	令和5年11月20日(月)	高師原支店	令和5年10月30日(月)

- 当日受付時間…AM7:30
- 健診開始…AM8:20

JA共済
びんきなカラダプロジェクト

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)

★ご自宅近くのJAで健康診断を受けようキャンペーン

- ①対象条件
 - JAの組合員(正・准)及びその同居家族の方
 - JAあいち健診センターの実施する集団人間ドックを初めて受診もしくは過去5年間未受診(2018年4月1日以後、未受診の方が対象です)
- ②対象期間 2023年4月1日～2024年3月31日
(JA豊橋の健診は2024年1月25日(木)が最終日)(申込期限は2024年2月28日(水)まで)

初回受診限定
対象コース料金が
全額キャッシュバック
(オプション料金は含みません)

健診を受けられる皆様へ

- ① 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。当日、水は検査2時間前までに200ml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。
- ② 豊橋市国民健康保険、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。
- ③ 健診当日「2023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。

穂の国男子

「いろいろな挑戦をしていきたい」

豊橋市石巻本町 いしはらもとし 石原基嗣さん(21歳)



楽しく働いています

基嗣さんは今年から産直プラザ岩田で働きはじめ、野菜などの梱包や陳列をしています。職場の雰囲気や働きがいを感じたところ「職場内はみなさんやさしく、わからないことも親切に教えてくれてとても働きやすいです。以前にフルーツショップ

プゆめ彩館でアルバイトをしていたこともあり、仕事内容は似ていて、不安はなく働くことができます。お客さんが商品を手に取って喜んでくれる笑顔を見ることがうれしくなります」と話す基嗣さん。

休みの日はどのように過ごしているか聞きました。「気が合う高校の時から友達と家でゲームをすることが多いです。気がつくとい日中パソコンの前にもいます。その友達とは一緒に遊ぶことが多く、最近では4年ぶりに行われた祇園祭に出かけて一緒に花火を見ました。また、兄や姉とも仲がよく、特に兄とは一緒にゲームをしたり、庭にあるバスケットゴールで、一緒にバスケットをして汗を流すこともあります。トランスフォーマーやワイルドスピードなどの映画も好きでよく見ます。猫を飼っていて、猫にも癒やされています」と話してくれました。

今後、挑戦したいことについて聞きました。「また、将来について模索中の日々ですが、危険物取扱者の資格を取りました。次は簿記検定に挑戦しようと思っています。パソコンを買ってから、プログラミングにも興味があります。こちらにも勉強したいです」と向学心、好奇心旺盛な基嗣さん。これからもっといろいろなことに挑戦していきたいと話します。

期待のホープインタビュー NO.01

職員file

総務部 組合員課
むらまつ あゆみ
村松 歩弥

「家の光」を読んでくださいね!



入組して何年目?

2年目です。

担当業務は?

SNS関連、ポイントカード業務、農業新聞・家の光取りまとめ、会計処理などを担当しています。

仕事をやるうえで大切にしていることは?

業務の効率化です。まず1日の仕事の流れを把握し、計画的に動く

ことで効率的に業務をこなせるよう心がけています。

趣味は?

海外ドラマを見ることです。英語字幕、吹き替え無しで見ることが英語も身につけながら、日本のドラマとは違う面白さを楽しめるところが好きです。「Big Bang Theory」「Friends」「Full House」などのコメディドラマがイチオシです!

今後の目標は?

まだまだ周りの先輩方に頼ってばかりなので、一日も早く独り立ちをして、これからは自分が先輩たちに頼られる存在になりたいです。

組合員さんへメッセージ

組合員の皆さま、こんにちは! 直接お会いできる機会はあまりありませんが、SNSなどを通じてJA豊橋や地元農業の魅力をたくさん発信していきたいと思っています。InstagramやFacebookなどのSNSをぜひチェックしてみてください!

知っ得情報

今回は、ドライブレコーダーに使われるメモリーカードの取り扱いについて説明します。

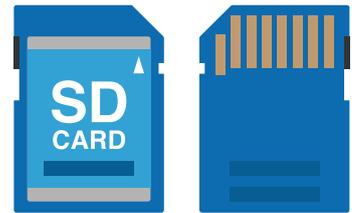
メモリーカードは消耗品です!

ドライブレコーダーのメモリーカードは、ずっと使えると思っていませんか?

実は、メモリーカードは使用し続けると劣化していきます。主な原因は下記の通りです。

1. 過酷な車内環境

真夏の車内の温度は80度、真冬はマイナス20度になることもあり、半導体を使用しているカードへの負担は大きいものとなります。



2. 常時繰り返し録画をしています。

エンジンONと同時に録画を開始し、エンジンOFFの時も駐車監視機能付きは上書きを重ねながら録画を繰り返しているため、カードが劣化します。

メモリーカードが劣化していると、せっかく安心安全のためにドラレコを設置していても事故の映像が撮影できません。このような事を防ぐため、定期的に映像を確認して正常に録画されているか確認したり、定期的にカードを新品に交換しましょう。

自動車課にてメモリーカードの取り扱いをしていますので、お気軽に下記までお問合せください。

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



海、川、山の事故 危険はいつもすぐそこに

豊橋警察署だより

~ちょっとした注意や
事前の準備が大切です~

水は油断大敵!

水の事故は「慣れや過信」「ちょっとした油断」から発生します



- 危険な場所を確認しておきましょう!
- 飲酒しての遊泳は絶対にやめましょう!
- 気象情報等に注意して天候の変化に早めに対応しましょう!

大切なお子さんを水の事故から守るために...

- 天候や川・海の変化に注意しましょう!
- 危険な場所へは近づかないようにさせましょう!
- ライフジャケットを正しく着用させましょう!
- 子供だけでは遊ばせない!



登山は計画的に!

事前の準備を行うことで事故のリスクは減らせます

- 安全な登山計画を立てる!
- 登山届(登山計画書)を出す!
- 登山に適した服装と持ち物を準備する!
- 単独登山は危険!
- 遭難したと思ったら、すぐに110番する!
- 発見されやすい場所と服装などを工夫する!



スマホ等で登山届が出せる 「Compass」を活用しましょう!

「Compass」は公益社団法人日本山岳ガイド協会が運営する登山計画共有システムでWebとアプリで利用できます。

何もなかった日ほど、
誇らしい日はない。
~警察官・警察職員募集~

愛知県警察では、県民の安心・安全の確保を担う、若い力を募集しています。
愛知県警察ウェブサイトやツイッターで、愛知県警察官・警察職員の採用に関する様々な情報を掲載しています。

アクセスはここから▶



NEPON

＼グレー色の＼
ハウスカボンキ
 をお使いの方へ



(一部地域取扱品)

HK-20・22型 及び **15・17型** の
部品供給終了 についてのお知らせ

弊社製品をご愛用いただき、誠にありがとうございます。

HK-20・22型及び15・17型(一部地域取扱品)は**生産終了後25年以上経過し**、
 部品の調達が困難になっています。

そのため在庫がなくなり次第部品供給を終了させていただきます。

施設作物の栽培管理の一環として

現在ご使用中の製品の入替えのご検討をお願いいたします。



HK20型
 色:グレー

ご注意ください!



HKコントローラ
 (HKC-253) が
 生産終了となります。
 後継品のHKC-300は
 20・22型(15・17型)には
 使用できません!!



HKコントローラ (HKC-253)

製品の色、型式をご確認ください

該当機種			
20型	22型	15型	17型
1520	1522	1515	
2020	2022	2015	
3020	3022	3015	3017
4020	4022	4015	4017
5020	5022	5015	5017
6020	6022	6015	6017
8020	8022		



型式は銘板でご確認ください。

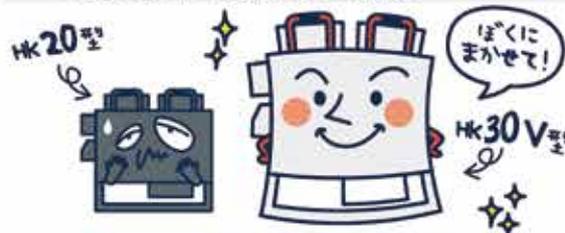
安心できる暖房シーズンを迎えませんか?

無料 HK30Vの特徴

通信機能&専用アプリ

省電力

※アプリのダウンロード・サービスのご利用には通信費がかかります



ネポン株式会社

2023年04月発行
 051012000

JAのエアコンクリーニング

エアコン内部のカビや花粉、嫌なにおいをプロが高圧洗浄機で徹底的に落とします!

★おそうじ機能なしエアコン

税込価格 **11,000円~**

★おそうじ機能ありエアコン

税込価格 **16,500円~**

同時に2台以上施工の場合は **1台につき1,100円引き**

お見積りは無料ですので、お気軽にお問い合わせください!

※エアコンの種類・製造年・設置場所などによっては、お引受けできない場合もございます。

エアコンの効きも良くなって節電に一役買います!

作業時間

1時間半~2時間程度

お問い合わせ ☎0532-25-0023 生活燃料課まで

JAのハウスクリーニング

住まいの汚れプロの技術でキレイにします!!

レンジフードの掃除は、5月~9月が最適です! 不着した油分は温度と湿度に弱いため、汚れが落ちやすくなっています。



Before



After



レンジフード **18,150円~**
キッチン **19,800円~**
浴室 **18,150円~**



スズメバチは5月~11月にかけて活発に行動します。庭木の剪定や伐採をして、ハチの巣を作らせない!

蜂



ハチの種類や、巣の大きさによって金額が変わります。昨年度は7件の駆除を行いました。

ハウスクリーニング 庭木の剪定 ハチ駆除 まずはご相談ください!お見積り無料です!

お問い合わせ ☎0532-25-0023 生活燃料課まで

店舗改装工事・営業時間変更のお知らせ

グリーンセンター磯辺

日頃より、グリーンセンター磯辺をご利用いただきまして誠にありがとうございます。
誠に勝手ながら店舗改装工事に伴い、一部休業期間を除き売場を縮小するとともに、
営業時間の短縮をさせていただきます。
お客様には大変ご不便をおかけしますが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

売場縮小期間・営業時間

令和5年8月17日(木)～令和6年3月上旬(予定)
9:00～17:00

休業期間 令和6年3月上旬～2週間程度(予定)

リニューアルオープン 令和6年3月中旬(予定)

引き続きご愛顧のほどよろしくお願ひいたします。
ご来店を心よりお待ちしております。
グリーンセンター磯辺



第1回 新規出荷者・出店業者募集!

令和6年3月
リニューアル
オープン!

グリーンセンター磯辺

出荷者・出店業者向け説明会のご案内



農産物出荷者説明会

野菜、果物、苗物、切花等

令和5年9月26日(火)
10:00～

加工食品出店業者説明会

惣菜、弁当、パン、手作り菓子等

令和5年9月26日(火)
14:00～

キッチンカー・店頭業者も大募集中!

開催場所

グリーンセンター磯辺
磯辺支店2階 大会議室 豊橋市中野町字野中40

問合せ先

お電話 または Instagram
TEL.0532-45-4588 担当: 店長 杵野 (もくの)
出荷可能な品物についてはお問合せください。



GREEN, ISOBE, JA TOYOHASHI



お便りコーナー
まちがいがしと
共に投稿待つて
います。

●大清水町……………女性 Eー

「農に生きる」いつも楽しみに読んでいます。農家さんは大変なお仕事で、誇りと自信を持って頑張っている様子が伝わり、いつも応援しています。

☆「農に生きる」の取材に行きお話しを聞くと、みなさん「美味しくていいものを作り、喜んでもらいたい」と食べる人のことを考えて作られているのがすごく伝わります。その気持ちを知ってもらえたらうれしいです。いつも美味しい物が食べられているのは、農家さんのおかげだと本当に感謝します。これからも、しっかり伝えていきますね。

●静岡県……………女性 KS

「シエフ永井のおすすめ」でガパオ風そつめんレシビにビックリしました。そつめんは和風の思い込みをひっくり返されました。

☆私もそつめんが、夏はそつめんばかりになつてしまってますね。いろいろな食べ方がある飽きずに食べられます。よかったです。作ってみました。また、感想お待ちしています。

●石巻町……………女性 HM

私はブルーベリーが大好きです。「KAORUのフルーツパラダイス」でブルーベリーの詳しい事がたくさん書いてあり、うれしかったです。

☆今回「KAORUのフルーツパラダイス」好評でたくさんの方をいただきました。ありがとうございます。ブルーベリーは美味しいですね。アントシアニン、食物繊維、ビタミンEが接種でき、そのまま食べられますし、ジャムやソースにしてデザートなどのトッピングにもなります。是非、食べてみてください。

●天伯町……………女性 MM

むかしばなしの「老ぎつねの話」ほっこりしました。トッピーちゃん、また面白い話を聞かせてください。

☆そうですね。「トッピーのむかしばなし」これからも紹介していきたいと思えます。楽しみに待っていてください。まだ、紹介していない豊橋のむかしばなしを知っているお話がありましたら、みなさん是非教えてください。

まちがいがし

右のイラストには左のイラストと違う部分があります。間違っている部分を下の枠内の数字で探しましょう。



今月の賞品

『豊橋産 旬の農産物』



正解者の中から
抽選でプレゼント!!

応募方法

■官製ハ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)

- ① こたえ
- ② JAみのに対する
ご意見・要望
- ③ 住所・氏名・年齢・電話番号

63 441-81124

豊橋市野依町
字西川5番地
JA豊橋 組合員課広報係 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。

前回の答え(違っている部分)

- 1…家がレンガ造りから木造になっている
- 3…雄花が1株長くなっている
- 6…トウモロコシがcaじられている
- 8…帽子のバッジの文字が違う
- 11…ボトルが増えている



※発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。



第二回交流会 参加者募集

豊橋市の農業課題解決のため、地域の農業関係者とアグリテック企業の共創による実証開発プロジェクト「TOYOHASHI AGRI MEETUP」。第一回交流会(6月27日開催)に続き、第二回として、全国の有望なアグリテック企業との交流会を開催します。

9月19日(火)
16:30-19:00 参加費無料

[主催] 豊橋市地域イノベーション推進室 ☎51-2440

交流会詳細

◆場所

JA豊橋 本店(愛知県豊橋市野依町字西川5)
※豊橋駅-JA豊橋間の送迎バスを準備予定

◆内容

- ・アグリテック企業による事業紹介プレゼン
- ・名刺交換、自由交流

◆対象者

- ・豊橋および近隣エリアの農家、JA、農業関係の事業会社、地域支援機関など、新しい農業の在り方や自分たちの抱える農業課題の解決に興味ある方

◆定員(先着順)

現地参加 70名/オンライン参加 100名

◆申し込みはこちら

下記URLまたは二次元コードを読み取り、
応募フォームからお申込み下さい
<https://x.gd/nLeO0>

◆申込み切 9/17 17:00



※第一回交流会の様子



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いたします。

- 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いたします。

- 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。

RIJIKAI DAYORI 理事会だより

令和5年7月28日(金)午後1時30分より本店4階大会議室で開きました。

協議事項

- 1) 令和5年ディスクロージャー誌について
- 2) 共同計算に係る令和5年産米穀の仮渡金支払いの方針について
- 3) 野菜価格安定事業価格差補給金配分案に係る決裁権限の変更について

原案通り承認されました。

安心メモ

24時間・365日受付

キャッシュカード、ローンカード、通帳、証書、印章を喪失(紛失・盗難)したときは **JA安心コール ☎0120-089-286**

自動車事故・365日安心サービス

事故受付とアドバイス、レッカーサービス、ロードサービス
平日8:30~17:00 **本店査定課 ☎0532-29-3881**
夜間・土曜日・日曜日・祝祭日(365日24時間受付)
JA共済事故受付センター ☎0120-258-931

クミアイプロパン緊急連絡先

生活燃料課(24時間受付) **☎0532-25-3556**

葬儀施行のお申込み

JA葬祭(24時間受付) **☎0120-131-594**

編集後記

今年の大河ドラマは徳川家康が主人公ということもあり、ドラマの舞台となった岡崎や新城は大河ドラマにちなんだイベントを行い盛り上がっています。豊橋はドラマの舞台にはなっていないので岡崎や新城に比べれば盛り上がりはイマイチな感じです。そんな中、先日大河ドラマを見ていたら於愛の方が出ていたので「これは乗っかるしかない」と思い、今回のトッピーのむかしばなしとなりました。

むかしばなしに出てきたお愛はドラマでは広瀬アリスさんが演じる於愛の方です。この先、ドラマで於愛の方が西郷の局と呼ばれるようになれば西郷の知名度が少し上がるかもしれません。そうなれば「勝手にコラボ」は成功です。 ㊦

組合員課より

2023「JA豊橋ゴルフコンペ」中止のお知らせ

毎年10月に開催しております「JA豊橋ゴルフコンペ」につきまして、本年度の開催中止を決定いたしましたのでお知らせいたします。

本年度も例年通りの開催に向けて準備を進めておりましたが、台風2号にともなう6月2日から3日にかけての記録的な大雨により、農業関係施設や農作物が甚大な被害を受け、再建にはまだまだ時間がかかるところです。このような現状を鑑み、本年度のゴルフコンペは中止とさせていただくことといたしました。

開催を楽しみにされていた皆様にはお詫び申し上げますとともに、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

問合せ先 ● JA豊橋 組合員課 TEL(0532)25-4105

総合集出荷場より

期間パート・アルバイト募集! 柿の選別・箱詰作業

期間▶ 10月上旬~11月下旬

時間/ 8:30~17:30
(収穫量による)

時給/ 990円~

※10月の最低賃金の改定により、変更となる場合があります。

◎時間・休日応相談

【応募】 まずはお気軽にお電話ください。
[担当: 森田]

☎0532-88-3611

(受付: 月~金 9:30~17:30)

JA豊橋 総合集出荷場
(第六事業所)

豊橋市石巻本町字太夫橋1-2
(和田辻交差点から当古橋沿い)



かじろう君



西郷地区

西郷弾正左衛門と五本松城

今から600年ほど前、九州の備前国に住んでいた西郷氏は主君の仁木氏の出身地である三河の国へ移り住みました。

戦国時代となり西郷弾正左衛門信員(以下、信員)は高山に月ヶ谷城を築き、この地方へ勢力を伸ばしました。信員は松平清康(徳川家康の祖父)に従い、今橋城(吉田城)や宇利城を攻め、てがらをたてました。清康の死後は駿河の今川氏に味方しました。

信員の子、正勝も父と同じく西郷弾正左衛門を名のり、今川義元に従い、桶狭間で戦いましたが義元が討死すると松平元康(のちの徳川家康)の味方になりました。1561年、正勝は長男の元正に月ヶ谷城を任せ、自分は山を越えた中山に五本松城を築き、攻めてくる今川方の敵に備えました。ところが翌年の1562年、今川方の遠州宇津山城主朝比奈泰長の夜襲にあい、正勝は元正とともに討死しました。

五本松城の戦いとき、正勝の次男、清員は捕らえられましたが隙をみて逃げ、野田城へ助けを求めました。家康は西郷氏の一大事を聞き、大勢の家来に応援させて、清員が西郷家の領地を取り戻すことを助けました。

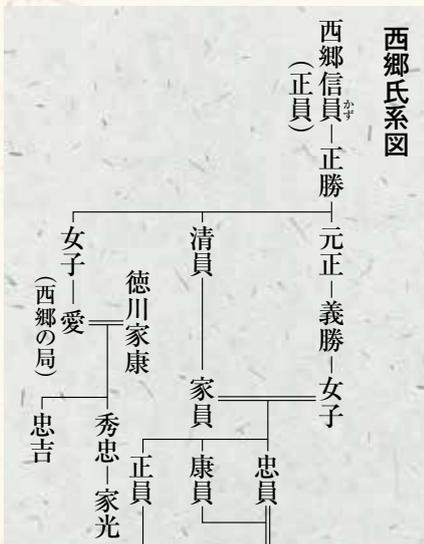
その後、清員は西川に城を築きました。(現在のカタクリ山あたり)清員は兄、元正の子義勝が大人になるまで本家を助けながら家康に従い、各地で多くのてがらをたてました。やがて義勝は大人になり、元正、清員の兄妹



の娘、(義勝のいとこ)お愛と結婚しました。1571年、武田信玄の家来、秋山晴近が新城の竹広に攻めてきましたが、清員、義勝は他の武将とともに武田軍と戦い追い返しました。しかし、このとき義勝は討死してしまいました。

お愛は五本松城で乳飲み子をかかえ、主人のいない悲しい日々を送っていましたが、その後西川城のおじ清員のところへ身を寄せました。1578年、お愛は浜松城にいた徳川家康のもとに奉公するようになり、清員の養女として家康の側室になりました。翌年、家康の三男秀忠(のちの二代将軍)、続いて四男忠吉をうみました。

浜松から駿府へうつったお愛は「西郷の局」とみんなに慕われ、家康を助けていましたが、病にかかり38歳で亡くなりました。



※参考文献「西郷のむかし話」「西郷の歴史年表」西郷郷土史会



西郷小校歌の歌詞には弾正の名前が入っています

一方、本家の義勝を失った西郷家は義勝の娘と清員の長男の家員を結婚させて本家を続けることにしました。1590年、家康が江戸城へ入ると西郷家も下総国生実へ移封(国替え)し、五本松城は廃城となりました。

