

みり

JA豊橋と
組合員との
ホットライン



特集

家族でおいしく楽しもう
冬のあったかミルク鍋

2023
年末号
vol.321



◎豊橋市高田町
長濱 猛さんのお孫さん

ながはま の あ
長濱 希秋さん(1歳)

- ◎おうちでは何をして遊んでる？
ハイハイ鬼ごっこ、歌にあわせて踊る、つみき
- ◎好きなテレビは何？
アンパンマン、おかあさんといっしょ(ファンターネ！)
- ◎ママのつくる料理で何が好き？
パスタ(ミートソース、トマトソースなど)
みそ汁、小松菜のお浸し、ゆで人参スティック(小松菜、人参、みそ汁に入れる野菜は長濱家で栽培したものです！)



★広報担当者より

ニコニコ笑顔が可愛い希秋さんに終始癒やされました。希秋さんの笑顔を見てるとパパやママはもちろん、私まで笑顔になりました。これからも可愛い笑顔で周りも笑顔にしていね！

撮影場所：自宅周辺

☆両親に聞きました

- ◎お子さんはどんな子？
愛嬌(あいきょう)があり、よく笑いよくしゃべる笑顔が似合う子

★両親からメッセージ：健やかに元気に育ってね！
大きくなったら農業手伝ってね！

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 2月号の主な内容
- 3 農に生きる
- 4▶5 特集◎家族でおいしく楽しもう
冬のあったかミルク鍋
- 6▶11 トッピーのトピックス
- 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 グリーンアドバイス
- 17 営業日変更のお知らせ・
営農情報(水稲)
- 18 スマイル・
職員File 期待のホープにインタビュー
- 19 知っ得情報・豊橋警察署だより
- 20 農業者セミナー
- 21 味のトラベル・JAの庭仕事
- 22 みんなの広場・まちがいさがし
- 23 インフォメーション・理事会だより
- 24 年末年始の営業案内

家の光2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)

家の光

特集1

腸ってこんなにすごいんだ！
～老化防止のカギは「腸活」にあり～

近年研究が進み、腸内細菌はお腹だけでなく、全身の健康に影響することがわかってきました。善玉菌や悪玉菌、ビフィズス菌などよく耳にしますが、これらの腸内細菌はどんな働きをして、私たちの体にどんな影響を与えているのでしょうか。最新の研究からわかったことや現在の自分の腸の状態を知り、健康な腸になるための食事法やレシピなどを紹介します。

お申し込みは
お近くの
支店窓口へ

特集2

おうちクリーニングを極める

衣替えの季節がやってくる前に、「おうちクリーニング」を極めませんか？ ニットやジャケット、コートなど、衣替えの季節はクリーニング代がかさんでしまうものです。せっかく安く手に入れた品でも、クリーニング代のほうが高くつくことも。これまでクリーニングに出すのが当たり前と思っていた衣類でも自宅で行うことができれば家計も大助かり。お気に入りの衣類を自宅でもきれいに洗う方法を洗濯のプロに教わります。

農に生きる



「高品質な おいしいレタスを 届けたい」

豊橋市神野新田町

山本 圭介さん(51歳)



就農して27年になる圭介さんは、レタスを栽培する他キャベツも栽培しています。「両親の働く姿を見てきて、同じ作物を栽培し、農業を継ごうと思いました」と話します。

お邪魔した畑には、雨や風を乗り越え収穫時期を迎えた玉レタスが一面に広がっていました。玉レタスは、豊橋西部を中心に栽培され、JA豊橋を通して、地元豊橋や名古屋方面に出荷されます。「レタスは日持ちがしないので、収穫時期の10月下旬から5月上旬の厳寒期以外は日の出と同時に収穫作業をはじめ午前9時ごろまでには出荷します」と圭介さん。

レタスを育てる上で苦労している点と気をつけている点を聞きました。「ここ数年、肥料や資材などが高騰しているため、コストがかつてとても大変な状況。さらに、今年は例年より夏の気温が高くなったことから、栽培管理にも苦労しました。気をつけている点は、レタスは収穫のタイミシングが遅れると巻きすぎてしまい、硬くなり味おちてしまいます。逆に、早すぎても巻きが

あまくて中が空洞なんてこともあります。おいしいタイミシングを見極めて、適期収穫に心がけています」と圭介さんは話します。

おいしいレタスの見分け方とおすすめの食べ方について聞いたところ「重いものの方がいいと思われがちですが、レタスは軽くふわつと巻いているものが、シャキシャキしておいしいです。おすすめの食べ方は、生でマヨネーズをつけて食べるのが私は、いちばん好きです。もちろん、サラダにしてもいいし、豚肉のしゃぶしゃぶをする時にレタスも軽くしゃぶしゃぶして食べるのもおすすめです」と教えてくれました。

圭介さんの今後の目標は「今はひとりで栽培しているので、現状維持をしつつ、栽培にかかるコストを考えながら、よりおいしい高品質なレタスを消費者のみなさんにお届けできるよう、日々努力をしていきたいです」と話します。

最後に消費者のみなさんへメッセージ。「これからの寒い時期、レタスは鍋やスープに入れてもおいしいのでぜひ食べてください」

心も体もぽっかぽか♪

たっぷり キャベツと 鶏肉の レモンミルク鍋



材料(2人分)

鶏モモ肉	300g
ウインナー	6本
キャベツ	1/4個
ニンジン	1/2本
レモン	1/2個
牛乳	300ml

A	水	400ml
	コンソメ(顆粒)	小さじ2
	塩	小さじ1
	粗びき黒こしょう	少々

作り方

1 下準備をする。鶏モモ肉は食べやすい大きさに切る。ウインナーは斜めに3カ所切り込みを入れる。キャベツはざく切り、ニンジンはいちょう切りにする。レモンは皮ごと薄い輪切りにする。

2 鍋にAを入れて中火にかけ、沸騰したらキャベツ、ニンジン、鶏モモ肉、ウインナーを加える。ふたをして7、8分煮る。

3 牛乳を加え、ふたをせず沸騰しないように弱火で2、3分煮る。薄切りにしたレモンをのせる。

POINT お好みのハーブやトマト、粒マスタードなど(材料外)を添えると味の変化を楽しめる。



旬の食材のおいしさを
牛乳が引き立てます

ハクサイと サケのミルク鍋

作り方

1 ハクサイを芯と葉の部分に分けて、芯は千切り、葉はざく切りにする。

2 塩ザケは湯にくぐらせ、氷水にサッと漬けて引き上げておく。漬けだれの材料を混ぜ合わせておく。

3 (1)と(2)の塩ザケ、5cmの長さに切ったニラを土鍋に入れて、牛乳と昆布だしを加える。火を通しながら、漬けだれに付けて食べる。

材料(作りやすい量)

ハクサイ(上部)	3/4個
塩ザケ(切り身・甘口)	3切れ(240g)
ニラ	1把
牛乳	600ml
昆布だし	200ml

漬 け だ れ	ポン酢しょうゆ	80ml
	卵黄	2個分
	細ネギ	適宜
	青のり	適宜
	七味唐辛子	適宜



家族でおいしく楽しもう
冬のあったかミルク鍋

牛乳は冬が旬!

寒さが続く時期に家族でおいしく楽しめる
ミルク鍋レシピをご紹介します。

出典
JミルクWEBサイト
「ミルクレシピ」



家族全員で楽しめる!

豆腐ともやしの まろやか ミルクたんたん鍋



材料(2人分)

豚ひき肉	150g
木綿豆腐	1丁(300g)
もやし	1袋
ニラ	30g
A	
豆板醤(とうばんじゃん)	適量
ニンニク	1片
ショウガ	1片
長ネギ(白い部分)	1/2本
ごま油	小さじ2
甜麺醬(てんめんじゃん)	小さじ2
しょうゆ	小さじ2
水	100ml
牛乳	300ml
鶏がらスープの素(顆粒)	大さじ1/2
みそ	10g
塩	小さじ1/8
すりごま(白)	大さじ1

作り方

- 1 下準備をする。木綿豆腐は食べやすい大きさに切る。もやしは洗ってひげ根を取る。ニラは4cmの長さに切る。Aのニンニク、ショウガ、長ネギはみじん切りにする。
- 2 肉みそを作る。フライパンにごま油を弱火で熱し、Aを入れて香りが立つまで炒める。端に寄せて中火にし、豚ひき肉を入れる。肉の色が変わったら、炒めたAと合わせて甜麺醬、しょうゆを加え、全体がなじむまで炒める。
- 3 深さのある鍋か土鍋に、水、鶏がらスープのもと(顆粒)を入れて沸騰させ、もやしを入れてふたをし、1分30秒ほど蒸す。
- 4 ふたを取り、牛乳、塩、すりごま(白)を加え、みそを少しずつ溶かしながら入れる。木綿豆腐、ニラを彩り良く並べて中火にかけ、豆腐が温まり牛乳が沸騰する直前を目安に火を止める。
- 5 鍋の空いている所に(2)の肉みそをのせる。

おもてなしにも♪

とろ〜りチーズの 洋風ミルク鍋

作り方

- 1 下準備をする。カマンベールチーズは表面に放射状に軽く切り込みを入れる。ハクサイは葉と芯に分け、それぞれざく切り、ニンジンとピーラーなどで薄くむき、くるくると巻く。エノキタケは根元を切り落とし、手でほぐす。長ネギは5cmの長さに切る。トウモロコシは根元を切る。ニンニクは表面に竹串で穴を開ける。エビは殻をむき、背ワタを取り除く。ゆでだこはぶつ切りにする。
- 2 鍋にAを中火で沸かし、エビ、ゆでだこを入れてさっと火を通す。取り出して粗熱が取れたらそれぞれ串に刺す。
- 3 豚ロース薄切り肉1枚を広げ、ハクサイの葉を適量巻く。豚肉とハクサイの葉がなくなるまで作る。ファルファツレを袋の表示時間通りにゆでる。
- 4 (2)とは別の鍋の底にハクサイの芯を並べ、中央にカマンベールチーズを置く。周りに(3)のハクサイの豚巻き、巻いたニンジン、長ネギ(白い部分)を立ててバランス良く詰め、空いた隙間にエノキタケ、トウモロコシ、ニンニクを詰める。
- 5 (4)にBを加え、中火で加熱する。全ての具材に火が通ったらファルファツレをのせ、エビとゆでだこの串は食べる直前に溶けたチーズに絡ませていただく。



材料(2人分)

カマンベールチーズ	1個	A	水	500ml
豚ロース薄切り肉	150g		酒	大さじ1
エビ(殻付き)	6尾		うま味調味料	少々
ゆでだこ	100g			
ハクサイ	1/8個	B	牛乳	500ml
ニンジン	縦1/2本		水	200ml
エノキタケ	1/2袋(100g)		白ワイン	50ml
長ネギ(白い部分)	1/2本		コンソメ(顆粒)	大さじ2
ニンニク	3片			
トウモロコシ	少々			
ファルファツレ(リボン形の pasta)	50g			



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」として福岡小学校と岩西小学校で豊橋産農産物についての授業を行いました。

●福岡小学校（11月1日）

ブロッコリーについての授業を3年生児童99人を対象に行いました。

洋菜部会の尾崎哲也部会長とJA職員が講師として同校を訪問。はじめにJA職員が豊橋で栽培が盛んな農畜産物を地域別に紹介し、ブロッコリーを収穫するまでの栽培の流れや出荷からスーパーに並ぶまでの流通の過程を写真を使って説明しました。

尾崎部会長は自身の栽培方法や苦勞などを伝え、「新鮮でおいしい、ブロッコリーを消費者に届けるため、日々栽培に励んでいる農家がいることを覚えておいてほしい」と話しました。

授業を行った日は「米粉のホワイトシチュー」として豊橋産のブロッコリーを含む具たくさんが給食に出されました。



ブロッコリーについて話す尾崎部会長

●岩西小学校（11月21日）

3年生児童105人が次郎柿についての授業を受けました。柿部会の久米肇副部会長とJA職員が講師として同校を訪問。JA職員は豊橋で栽培されている農産物のことや、柿の栽培方法や次郎柿の名前の由来についてなどを説明しました。

久米副部会長は柿を栽培する上で苦勞することや、柿の形や特徴について説明しました。児童らは熱心に話を聞き、実際に柿を見て触って、地元農産物への理解を深めました。

その後、質疑応答を行い、児童らの「一本の木に柿はどのくらいなりますか？」などの質問に、久米副部会長は丁寧に答えました。



次郎柿を観察する児童

生産組織連絡協議会 全体会議

中間報告と今後の活動計画について意見を交わす

JA豊橋生産組織連絡協議会は10月17日、本店で全体会議を行いました。各生産部会の部会長をはじめ、営農部職員など約50人が出席しました。

営農・経済部の各部署における取り組みについて報告した後、令和5年度販売促進・イベント計画、今後の活動計画について情報を共有しました。

また、根本幸典衆議院議員をお招きし、「食料・農業・農村基本法」の検証見直しに関する中間報告をいただき、生産組織代表者との意見交換を行いました。

11月にはJA豊橋青果・花き販売促進会議を開催して産地と販売先との連携強化を図るなど、持続可能な農業経営に向けて活動していきます。



中間報告をする根本議員

相続登記講習会

相続登記の申請方法などを学ぶ

資産相談課は10月18日、本店で「相続登記講習会」を開きました。これは令和6年4月から不動産の相続登記の申請が義務化されるのに先立ち、申請の必要性や方法について理解してもらうために行われたもので多くの人が参加しました。



スライドを使って説明する雨貝課長

支局の雨貝哲也総務課長と名古屋法務局の田中希美統括登記官を講師として迎え、スライドを使いながらわかりやすく説明してもらいました。

参加者らは講師の説明に真剣に耳を傾け、メモを取るなどして申請方法などを確認しました。



JA豊橋の旬な情報配信中!!

大村知事に「愛ひとつぶ」をPR 生産者らが知事を訪問し生産状況報告

11月6日、愛知県産ブランド米「愛ひとつぶ」を生産する福井直子さんが生産者代表で大村秀章県知事を訪ね、生産状況などを報告しました。「愛ひとつぶ」は登録要件を満たした生産者が栽培する「なつきらり」のうち、品質基準をクリアした新たなブランド。福井さんはJAあいち経済連が開いた「愛ひとつぶ



「愛ひとつぶ」をPRする福井さん(左)

食味コンテスト」で最高位の金賞を受賞しました。「猛暑の影響で作業は大変でしたが、手間を惜しまず育てています。みなさんに愛されるよう、これからも大切に育てていきます」と話しました。大村知事は「県としても引き続き生産や販売に協力していく」と応えました。

関西地区で次郎柿をPR 大阪の市場で次郎柿を売り込む

柿部会は10月20日、次郎柿の出荷開始にあわせ、小林伸嘉部会長をはじめ、繁原常務らJA豊橋役員、あいち経済連職員が(株)大果大阪青果で豊橋産次郎柿のPRを行いました。



次郎柿をPRした右から
小林部会長、繁原常務、武田宮農部長

などがあつた、出荷量は昨年より少なめの見込みだが消費者の需要に応えられるよう出荷するので、よろしく願います」とあいさつしました。豊橋の次郎柿は関西地区のほか京浜地区などにも多く出荷し、甘くて質がよいとして各地で好評を得ています。

新採用職員内定者説明会 役職員と交流し入組に備える

JA豊橋は10月16日、本店で「令和6年度JA豊橋内定者説明会」を開きました。来年度入組予定の内定者のほか、常勤役員や各部長、入組1年目の職員が出席しました。山口常務から「内定者の人たちは、来年度の入組にあたり期待とともに不安もあると思う。今日は疑問に思っていることを何でも聞いて不安を払拭してほしい。また年齢



意見を交わす参加者ら

が近い先輩にも職場の雰囲気や仕事内容など何でも聞いてほしい」とあいさつしました。出席者は4つのグループに分かれて、それぞれのグループでJAの業務についての説明をしたり、内定者の質問などに答えました。また内定者らは部署長や先輩職員と親睦を深め、JA職員になる心構えを高めました。

年金友の会スマートフォン教室 スマートフォンで便利だね

11月1日、岩田支店で「できた!がうれしいスマートフォン体験教室」入門編」を年金友の会会員向けに開きました。この日は令和5年度第1回目の教室で18人が参加しました。



「スマホってこんなこともできるのね」

体験機を使い、ホームやアプリケーションなどスマホ独自の用語の説明の後、マップやカメラ、メッセージの機能について紹介。メッセージアプリの説明では、文字の音声入力などについて学び、参加者は実際に音声入力などをして機能を試しました。スマートフォン教室は令和6年1月まで予約制で市内17会場で行われます。

まちなかスポーツGarden

ビンゴクイズでアグリマスターになろう!!

JA豊橋は10月9日、豊橋市まちなか広場で行われた「Enjoy Sports DayまちなかスポーツGarden」に参加し、「ビンゴクイズでアグリマスターになろう!!」を行いました。

「ビンゴクイズでアグリマスターになろう!!」は参加者にビンゴカードを配り、ランダムで選んだ番号の食農クイズを出題し、正解すると



クイズに参加する参加者たち

ビンゴカードにシールを貼ってビンゴがそろった方へ豊橋産の農産物やうずらの卵、バラなどの景品をプレゼントしました。食農クイズはJA職員が考えたもので、「水に浮く果物は？」などのクイズに子どもたちは真剣に考え、答えていました。実際に果物を浮かべて答えあわせをするなど、参加者を楽しませました。

まちなかMarche三遠南信物産展 産直野菜販売とフラワーアレンジメント体験

JA豊橋は11月5日、豊橋駅南口駅前広場で行われた「2023まちなかMarche三遠南信物産展」に出店し、豊橋産の産直野菜販売やフラワーアレンジメント体験を行いました。

JA豊橋ブースは、朝から多くの人でにぎわい、豊橋産の新鮮でお値打ちな農産物を買求めました。また、フラワーアレンジメント体験では豊橋産の色とりどりの花を使



多くの人が地元の新鮮野菜を買求めました

い、オアシスを使ったフラワーアレンジメントを製作。来場者は職員に生け方を聞きながらフラワーアレンジメントを楽しみました。同物産展では3地域のいろいろな特産品の販売ブースやご当地グルメを食べることができ、キッチンカーなどが並び、来場者は三遠南信地域の魅力を満喫しました。

ガスとくらしの相談会

利用者に日ごろの感謝をこめて

生活燃料課は11月11日、本店の特設会場で「ガスとくらしの相談会」を行いました。

会場には最新の給湯器やコンロ、衣類乾燥機などのガス器具が並び、来場者は気になるガス器具の説明をJA職員から聞いたり、実際に触れてみたりしながら使いやすさを体感しました。会場はクミアイプロパン利用者や



来場者にガス器具を説明するJA職員(右)

ガス器具の購入予定者など多くの来場者で賑わいました。ガス器具の他にも、プロハーブ化粧品の販売や印鑑姓名鑑定、補聴器や水回りリフォームなどの相談コーナー、お楽しみ抽選会コーナーなどが設けられ、来場者のより豊かで快適な日常生活を過ごしたいという思いに寄り添いました。また、自動車展示会も同時開催しました。

食育ウォーキング

秋の景色を楽しみながら柿の収穫体験

組合員課は11月4日、北支店周辺で食育ウォーキング「柿の里を歩こう!」を行いました。

市内外から夫婦や友人、親子三代で参加など約40人が約5kmのウォーキングと柿の収穫体験を楽しみました。



「上手に穫れるかな」

この企画は自然に触れながら豊橋特産の次郎柿を収穫し、味わうことで、次郎柿について理解を深めてもらうことを目的に毎年行っています。参加者は秋とは思えないほどの暖かさに汗をにじませながらウォーキングをし、柿園では美味しそうな柿を選びながら袋いっぱいになるまで収穫して、秋の自然を満喫しました。参加者は「柿畑の美しい景色の中を歩くことができてよかった」「柿の収穫体験ができて楽しかった」などと感想を話しました。



HP Instagram facebook

JA豊橋の旬な情報配信中!!

とよはし子育て応援フェス

おいしいお米の炊き方を伝授

JA豊橋は11月11日、「こども未来館ここにこ」で行われた「とよはし子育て応援フェス」に参加し、お米についてPRしました。

JA豊橋ブースでは、お米に関するアンケートを実施し、「食べる頻度」「1食あたりの食べる目安量」「購入する際に重要視する選択項目」などを調査。豊橋農協受託協議会の協力もあり、答えてくれた世帯に



おいしいお米の炊き方を聞く参加者

は豊橋産あいちのかおり1kgをプレゼントしました。

また、午後から食農講座を行い、約30組の世帯が参加しました。食農講座では、「お米のおいしい炊き方」と題して、お米の量り方や洗い方などを説明し、よりおいしく食べてもらえるよう、消費拡大に努めました。

オープンファーム「サンアグリマーケット」

生産者をつながる、感じる、新鮮な出合い

JA豊橋は11月19日、豊清町で行われたオープンファーム「サンアグリマーケット」に出店し、豊橋産の産直野菜販売や野菜やみかんなどの詰め放題を行いました。

「オープンファーム」とはたくさんの生産者が一斉に自分の農場を開放し、一般消費者が遊びに行けるイベント。新鮮直売、農業体験、写真撮影など、思い思いの形で触れ合い、作り手と買い手が信頼関係を築くことを目的としています。

JA豊橋ブースは、朝から多くの人でにぎわい、豊橋産の新鮮な産直野菜の販売に加えて、タマネギ、ジャガイモ、ニンジンなどの野菜詰め放題やみかんの詰め放題に来店客は買い物を楽しみました。



野菜の詰め放題を楽しむ来場者

当日は生産者のほか、キッチンカーやフードショップも出店し、15店舗が集結しました。

ジョイフル杉山 秋の実りセール!

地元産「みかわポーク」と新米の試食販売

ジョイフル杉山は、10月7日地元生産者が生産しているブランド豚「みかわポーク」や新米の試食販売を行いました。同時に地域利用者の皆様へ日頃の感謝を込めて、10月4日から4日間「秋の実りセール!」を行いました。

「みかわポーク」を販売する特設会場には、来店客が集まり、気に入った商品を購入して



「みかわポーク、おいしいね」

いきました。また、地元杉山町で飼育された豚肉を使用した生ウインナーの試食販売や、地元生産者による新米の試食販売も行い、多くの人で賑わいました。その他にも地元生産者から出荷される新鮮な農産物や赤玉たまごなど地元ならではの商品も販売しました。またメロンパンやだんご・五平餅のキッチンカーも並びました。

こどもやさしい縁日

ミニゲームをしながら食農教育

11月18日、19日の両日、道の駅とよはしで行われた「こどもやさしい縁日」に18日はJA豊橋が、19日にはヒコサカファームが出店し、豊橋産みかわ牛を使用した牛串焼きを販売しました。多くの来場客がおいしそうに香りにつられ、牛串焼きを買い求めていました。

種ミニゲームをしながらスタンプラリーを集めるコーナーも行いました。また豊橋田原の野菜を生産者から直接購入できたり、豊橋田原にゆかりがあるキッチンカー等が並び、来場者は思い思いに買い物したり、ゲームなどを楽しみました。

豊橋と田原の食農教育イベントとして、やさしい輪投げやさつまいもボウリングなどの各



「みかわ牛、サイコー!」

19日はお笑い芸人の「はんにゃ川島」による「おしゃべりクッキング」やよしもと芸人によるお笑いライブも行われ、多くの人でにぎわいました。

キッズマイスター 次郎柿収穫体験

キッズ豊橋農業マイスターになろう！

豊橋市は11月11日、キッズ豊橋農業マイスター育成事業として次郎柿の講話と収穫体験を開きました。JA豊橋柿部会の小林伸嘉部会長の柿園で行い、23組の親子が参加しました。

子どもたちは小林部会長から収穫の仕方、注意点を学んだ後、次郎柿を収穫。保護者は子どもたちが収穫する姿を見ながら協力して一緒に収穫を楽しみました。



「おいしそうな柿が穫れたよ」

物の魅力を発信すること、消費拡大を目的に行っている取り組み。

令和5年度内に行われる4講座すべて受講すると「キッズ豊橋農業マイスター」に認定されます。

大学生がトマト施設を見学

選果場とハウスでトマトへの理解深める

JA豊橋は11月22日、愛知大学から依頼を受け、同大学の地域政策学部食農環境コース2年生13人を対象に、JA豊橋トマト選果場やト

ト生産者のハウス見学を行いました。

トマト選果場では機械が選果する様子や、糖度を計る機械をJA職員の説明に耳を傾けながら、真剣に見学。質疑応答では「養液栽培が進



大学生に説明する天野さん

んだきつけは？」「環境保全を意識した取り組みは？」など積極的に質問をしていました。

その後、トマトを栽培している天野能伸さんのハウスを見学し、天野さんから経営に関することやハウス内の環境を管理する機械などについて説明を受けました。学生はハウス内のトマトや機械を興味深く見て、天野さんに質問を投げかけ、トマトの栽培について学びました。

地産地消コンテスト

学生が創作料理やスイーツで競う

豊橋調理製菓専門学校は11月8日、学生が地元特産物を使ったアイデアメニューを発表する「地産地消コンテスト」を行いました。

学生たちが決められた地元特産物を使って料理・スイーツを創作する毎年恒例の取り組み。

今回使用する特産物は「冬瓜」「ブロッコリー」「しらす」「ちくわ」「里芋」で、その中から使用する特産物を選び、調理



審査する鷺坂会長(中)

しました。審査にはJA役職員や南部琉球冬瓜同好会の鷺坂充康会長と洋菜部会ブロッコリー部門の朝倉寛晶部門長も参加しました。審査には味や見た目、商品化の可能性などを評価し、審査の結果、優秀賞として冬瓜を使った料理では、中川実紀さんの「冬瓜のカトルカール」、ブロッコリーを使った料理では小柳津悠翔さんの「ベリレーアプロリーヌタルト」が選ばれました。

地元農家×飲食店・菓子店新メニューお披露目会

農家と飲食店などが新メニューを共同開発

豊橋市は11月8日、「eMCA MPUS FOOD (エムキャンパスフード)」で農家と飲食店・菓子店が共同開発した新メニュー発表会を開きました。

7月に地元農畜産物をつかった新メニュー開発に向け

てマッチングを行い、8月から農家と飲食店・菓子店がマッチングしたチームでメニュー開発に取り組んできました。



新メニューの説明をする農家と飲食店

この日の発表会は、コラボ新メニュー25品が発表され、試食品を提供しながら農家と飲食店などが順番に味や風味、食感など農産物や料理のこだわりを説明しました。

11月23日に一般向けのお披露目会を行って、1番気に入った料理へ投票してもらい「地産地消グランプリ」を決定しました。翌日の24日以降、順次それぞれの店舗でコラボ新メニューの提供がはじまります。



HP Instagram facebook

JA豊橋の旬な情報配信中!!

杉山小学校 イラコファーム見学

タマゴはどこからくるの？

豊橋市養鶏農業協同組合とJA豊橋は10月18日、杉山町にあるイラコファームGPセンターで杉山小学校2年生児童32人に鶏卵に関する出前授業を行いました。(株)イラコファームの高井正和さんが講師となり、児童たちはGPセンターの中を鶏卵がパック詰めになるまでの工程を説明を聞



パックに詰められた卵を見る児童たち

きながら見学しました。その後、高井さんから「卵の黄身の色はなぜ黄色いのか」「卵の形はなぜこの形なのか」など卵についての話を聞きました。また児童から「この工場で毎日何パック出荷していますか」「双子の卵ができるのはなぜですか」などの質問が出され、高井さんは、わかりやすく答えていきました。



嵩山小学校 柿選果場を見学

柿が出荷される行程を学ぶ

嵩山小学校の3年生児童16人は11月2日、第六事業所の果樹等総合集出荷場を見学しました。

児童たちは第六事業所の森田真司所長から選果行程の説明を聞きながら、選果員らによって選果されていくところや、たくさん柿がベルトコンベアで流れている様子を見て真剣にメモを取っていました。



児童たちに選果行程を説明する森田所長

児童たちは第六事業所の森田真司所長から選果行程の説明を聞きながら、選果員らによって選果されていくところや、たくさん柿がベルトコンベアで流れている様子を見て真剣にメモを取っていました。



学校給食アイデア料理コンテスト

地元食材を使って学校給食の献立を考案

豊橋市学校給食協会は10月28日、ライポートとはし内パルモ2階調理実習室で「令和5年度学校給食アイデア料理コンテスト」を開きました。

同コンテストは地産地消推進活動の一環として、地元農畜産物を給食に取り入れようと平成15年から教育委員会が企画しています。市内の小中学校に料理を募



豊橋農業協同組合長賞を受賞した榊原さん(右)

集したところ、134名の応募があり、その中から書類審査によって選出された5組が実技コンテストに出場しました。実技コンテストでは、制限時間60分で親子が協力して調理を行い、5人の審査員によって各賞を決定しました。豊橋農業協同組合長賞は「青じそが決める!豊橋産夏野菜たっぷりナポリタン風はるさめ」を作った榊原悠乃さん(松葉小5年)が選ばれました。

石巻中学校 合格次郎柿贈呈式

合格次郎柿で受験生にエール

柿部会技術改善研究会は10月23日、石巻中学校で「合格次郎柿贈呈式」を行いました。同研究会の鈴木義弘会長が3年生に合格次郎柿を贈って、これから受験を迎える受験生に対し、志望校合格ができるようエールを送りました。



合格次郎柿を手に笑顔の生徒

は「今年の柿は6月の台風、夏の猛暑、病害虫を乗り越えてきた柿。みなさんも健康に気をつけて受験を乗り越えてほしい」と激励し、合格次郎柿を手渡しました。生徒を代表して、山本珠雅さんが「ひとりひとりの進路目標を達成するために、頑張っていきたい。地元の人たちに恩返しするために、期待に応えたい」とお礼の言葉を述べました。

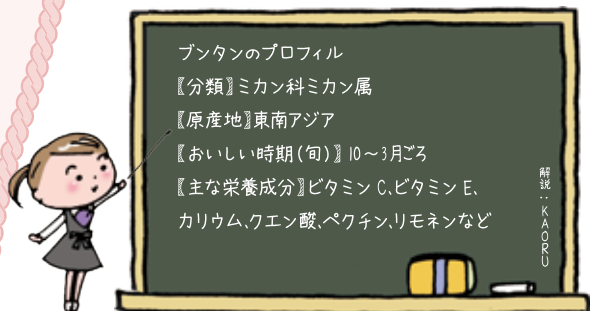


野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

フルーツ パラダイス

イラスト：小林裕美子



ブンタンのプロフィール

【分類】ミカン科ミカン属

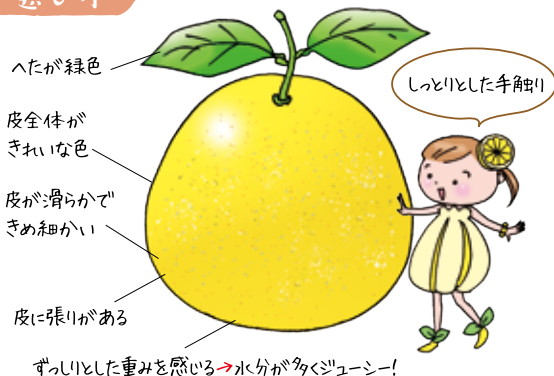
【原産地】東南アジア

【おいしい時期(旬)】10～3月ごろ

【主な栄養成分】ビタミンC、ビタミンE、
カリウム、クエン酸、ペクチン、リモネンなど

解説：KAORU

選び方



へたが緑色

皮全体が
きれいな色

皮が滑らかで
きめ細かい

皮に張りがある

ずっしりとした重みを感じる→水分が多くジューシー！

しっとりとした手触り

ブンタンのいろいろ

「文旦」の「サボン」や「ボンタン」とも呼ばれる

土佐文旦
最も生産量の多い品種の果肉は淡い黄色でしっかりしている。果汁は少なめで爽やかな甘味と穏やかな苦味が特徴

水晶文旦
高知県で誕生した「晩王柑」と「土佐文旦」の交雑種。果肉は水晶のような光沢があり、ジューシーで柔らかい濃厚な甘味と爽やかな酸味が特徴

晩白柚 (ばんぱいゆ)
熊本県八代の特産。世界最大級のかんきつ(2kg以上のものも)の迫力ある外観と香りの良さが特徴で飾って楽しむかんきつもの皮が厚く2カ月程度日持ちする

大橘
鹿児島県原産の鹿児島県では「サワーボメロ」、熊本県では「パール柑」の名で流通している。香りが良く、苦味は控えめで爽やかな甘酸っぱさ

安政柑
江戸時代の安政年間には鹿児島県で誕生。甘味と酸味のバランスが良く、爽やかな風味

阿久根文旦
鹿児島県阿久根地方の特産。「阿久根ボンタン」「本田文旦」とも呼ばれる。「ボンタンアメ」にも使われる。白いワタの部分が厚くゼリー状などに利用される

平戸文旦
長崎県の特産。果皮は分厚く、品種改良にも使われる

ブンタン

秋冬が旬！ 豊かな香りと上品な味わい

保存方法

直射日光を避け風通しが良い冷暗所で保存



皮が厚いので、保存状態が良ければ1カ月弱日持ちする

箱での保存



注意

長期保存は水分が抜けて食感が悪くなる……

外気に触れないよう新聞紙などで隙間をふさぐ
しばらく置くと酸味が和らぎまろやかな味わい

冷蔵保存

乾燥しないようポリ袋などに入れるか、ラップに包み野菜室へ



注意

冷やし過ぎると低温障害が出て風味が落ちる……

ブンタンのチカラ



ビタミンC
ミカンなどと比べても含有量が多い
風邪予防、美肌効果、疲労回復に

リモネン

皮に含まれる香り成分
精神をリフレッシュさせる効果に期待

ビタミンE

血行促進
冷え性改善に

ペクチン

食物繊維の一種
薄皮に多い
便秘改善、
血中コレステロールの低下作用に期待

カリウム

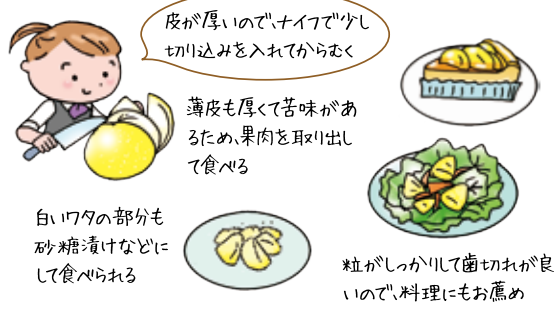
むくみ予防
高血圧予防に

クエン酸

疲労回復や
食欲増進に

食べ方・楽しみ方

甘味と酸味のバランスが良くすっきりとした上品な味わい
後味に優しいほろ苦さを楽しめる



皮が厚いので、ナイフで少し切り込みを入れてからむく

薄皮も厚くて苦味があるため、果肉を取り出して食べる

白いワタの部分も砂糖漬けなどにして食べられる

粒がしっかりと歯切れが良いので、料理にもお薦め



シェフ永井のおすすすめ

永井智一（ながい・ともかず）
茨城県笠間市にある
三ッ晴（旧キッチン晴人）
オーナーシェフ



「紅玉のグラタン」



作り方

- (1) リンゴの紅玉を釜にする。釜部分とふたに切り分け、釜はアイスディッシャーなどで中をくり抜き、塩水で洗い、水気を切っておく。
- (2) くり抜いた紅玉の中身は半分に切って種を取る。ホタテ貝柱は塩・こしょうをして薄力粉を付ける。フライパンに無塩バターを熱し、紅玉の中身、ホタテ貝柱、ホンシメジをソテーして紅玉の釜に戻す。
- (3) フライパンに白ワインとホワイトソースを入れ、火にかけて混ぜ合わせ、(2)の上にかける。
- (4) オーブンを200度に熱し、(3)にパルメザンチーズをかけて7、8分焼き上げ、ディルを飾り出来上がり。



材料(2人分)

紅玉	2個
ホタテ貝柱	2個
ホンシメジ	2本
無塩バター	適宜
白ワイン	大さじ2
ホワイトソース(市販品)	大さじ3
薄力粉	適宜
パルメザンチーズ	適宜
ディル	適宜
塩・こしょう	適宜

「季節のもずく酢」



材料(4人分)

もずく	300g
柿 1個	
ゴールドキウイ	1個
おろししょうが	小さじ1
リンゴ	1/2個
かつおだし	300ml
薄口しょうゆ	50ml
みりん	50ml
合わせ酢	100ml
砂糖	30g



作り方

- (1) 合わせ酢の材料を混ぜ合わせ、鍋でひと煮たちさせ冷ましておく。
- (2) もずくは沸騰した湯に入れ、ざるにあげて、そのまま冷ます。
- (3) 合わせ酢の半量を(2)のもずくに入れ、1時間ほど漬けておく。
- (4) 器に(3)のもずくを盛り付け、柿、ゴールドキウイ、リンゴ、おろししょうがを盛り、合わせ酢の残り半量を注ぎ出来上がり。

女性部会だより

No.319

令和5年年末号

JA豊橋女性部会

問合せ・お申込み
☎25-9225

己書

9月11日に研修棟で行いました。柿の実と葉、お地蔵さんの絵を描き、絵の具で色を塗り、筆ペンで上からふちどりしました。めん棒に朱肉をつけ、お地蔵さんの頬を赤く色づけました。文字は丸く崩した字で書き、最後に講師の己印を押印して完成です。完成した作品を見て、みなさん笑顔になっていました。



愛知県家の光大会報告

10月19日に安城市で行われた愛知県家の光大会に、JA豊橋女性部会を代表して副会長の鈴木美穂子さんが出場しました。「東日本大震災から考える『家の光』防災活動」をテーマに発表しました。自分が体験した事、講習会を通して感じた事等を観客にわかりやすく話しました。結果は、見事に最優秀賞を受賞し、令和6年2月に開催される全国大会に出場することが決定しました。



大清水小学校さつま芋収穫体験といもいもの会（収穫祭）

大清水小学校1年生、大清水幼稚園児、こじかこども園児が参加しました。さつま芋は6月に子どもたちが苗挿しをしたもので、10月に収穫体験といもいもの会（収穫祭）を行いました。収穫体験は、大きさや形が様々なさつま芋がたくさん収穫でき、「見て!大きいのがとれた」「いっぱいくっついたのがとれたよ」などの歓声が畑にひびきわたりました。

後日行った、児童らが交流をする「いもいもの会（収穫祭）」でさつま芋のクイズや玉入れをして楽しみ、収穫したさつま芋は皆で分けて自宅に持ち帰り、美味しく調理して食べてもらいました。



ペットボトルキャップ寄付

皆さまから寄付をいただいたペットボトルキャップを、市民活動プラザ経由で関係企業に寄付しました。重量はなんと約170kgありました。寄付したキャップを活用してワクチンを購入し、ワクチンを必要とする支援先国、フィリピンに暮らす子を支援するそうです。ペットボトルキャップ2kgで1人分のワクチンと交換できます。キャップは、まだ回収していますので、洗って乾かした物を組員課まで送ってください。よろしくお願いします。



JA豊橋女性部会親睦旅行(日帰り) 参加者募集

開催日 令和6年2月29日(木)

コース KADODE OOIGAWA (かどでおおいがわ) でバイキングと日本最大級のひな壇飾り見学

旅行代金 12,660円 (30名参加の場合)

☆参加人数によって金額が変更になる場合があります。

締切日 令和6年1月31日(水)

※縁結びの神様、小國神社で参拝

※KADODE OOIGAWAで地産地消バイキング

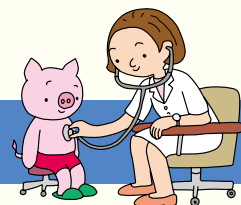
※ふじのくに茶の都ミュージアムで、お茶の体験

※可睡齋で、日本最大級のひな壇飾り見学

※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を調べ胃がんのリスクを判断します)……………料金 **9,410円**
 - ③ベージックコース(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きますので、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）（血液検査）…………… **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
令和6年1月23日(火)	東田支店	令和6年1月4日(木)
令和6年1月24日(水)	磯辺支店	令和6年1月4日(木)
令和6年1月25日(木)	本店	令和6年1月4日(木)

- 当日受付時間…AM7:30
- 健診開始…AM8:20

JA共済
げ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。



グリーンアドバイス

家庭菜園に挑戦

菜園の土壌管理 野菜の種類に合わせた土づくり

園芸研究家 ● 成松次郎

家庭菜園では多くの種類を栽培しますので、それぞれの特性に合わせた土壌管理が必要です。【連作と輪作】同じ土地に同じ野菜を連続して作ることを連作といいます。しかし、連作すると生長に障害が出る野菜があります。連作障害の原因は多様ですが、病害によるものが最も多く、次いで土壌の悪化によるものとなっています。

エンドウは一度作ると、7年は作れません。トマト、ゴボウなどは5、6年、インゲンマメ、サトイモなどは3、4年、キュウリ、ホウレンソウなどは1、2年です。カボチャ、タマネギ、サツマイモのように連作しても障害の出にくい野菜もあります(表1)。

同じ科に属する近縁な野菜は似た性質を持っているため、病害虫と肥料の吸収が共通しています。そのため、連作すると土に生息する病害虫が増え、微量でも必要な肥料成分が不足して生長を妨げることがあります。そのため特性の異なる野菜を上手に組み合わせた一定の順序

で作付け(輪作)をしましょう。【野菜の適性酸度】雨が多い日本はカルシウム(石灰)やマグネシウム(苦土)が流れやすく、酸性土になりがちです。野菜の生育に適した弱酸性(pH6.0~6.5)とするためにカルシウムとマグネシウムを含む石灰資材を投入します。酸性土が改良されると土壌微生物の働きが活発となって、有機物の分解を早める効果もあります。

野菜の種類によっては酸性を好むものもあり、野菜の種類に適した酸度(pH)に調整することが大切です。ジャガイモ、スイカはpH5.0~5.5でよく育ちます。一方、ホウレンソウ、タマネギは特に酸性に弱く、発芽してもしばらくすると

枯れてしまいます(表2)。酸性土壌ではアルミニウムイオンが溶け出し、ホウレンソウなどの根を障害するからと考えられています。

【酸性土壌の矯正】土の酸度を調べる診断キット(図1)や、土に直接差し込んで測定する土壌酸度測定器があります。石灰資材を過剰に与えると微量要素の吸収を妨げる恐れがあるため、測定値に応じた石灰資材を施します。施用量は土壌の種類によ

って異なりますが、一般的にpHを1上げるには粒状の苦土石灰では1平方m当たり150~200gです。なお、石灰資材は窒素肥料や窒素分の多い堆肥と一緒に施すと、アンモニアガスが発生し、窒素分が逃げてしまいます。そのため石灰資材と窒素肥料を同時に与えてはいけません。種まきや植え付け2週間前に石灰資材をまいてよく土と混ぜておき、1週間前に化成肥料と堆肥を施用します。

図1 土壌診断キット



表1 野菜の休栽年数

連作障害の出にくい野菜		カボチャ、タマネギ、ニンニク、サツマイモ
休栽年数(目安)	1,2年	キュウリ、ネギ、ホウレンソウ、ラッカセイ、ジャガイモ
	3,4年	インゲンマメ、サトイモ、ナガイモ
	5,6年	トマト、ハクサイ、ゴボウ
	7年以上	スイカ、ナス、エンドウ

平野暁「作物の連作障害」(農文協、1985年)より引用、一部改変

表2 酸性に強い野菜と弱い野菜(例)

種類	酸性への適応性	pH(目安)
スイカ、ジャガイモなど	酸性に強い	5.0~5.5
インゲンマメ、スイートコーン、ダイコン、サツマイモ、サトイモなど	酸性にやや強い	5.5~6.0
キュウリ、トマト、ナス、エンドウ、キャベツ、ブロッコリー、ニンジンなど	酸性にやや弱い	5.5~6.5
ホウレンソウ、アスパラガス、タマネギ、ゴボウなど	酸性に弱い	6.0~7.0

藤原ら「新版土壌肥料用語事典」(農文協、1998)などより作成

農機課より

《 営業日変更のお知らせ 》
令和5年12月10日(日)から
令和6年2月25日(日)まで
日曜、祝日を休業日と
させていただきます

当番にて電話対応のみ

0532 (25) 3555

(受付時間 8:30~17:30)

JA豊橋 農機課

営農情報(水稲)

土づくりを実施し、次作の準備をしましょう。

土づくり

1. 稲ワラすき込み

土づくりとして稲ワラのすき込みを行いましょう。すき込みを行うことで、稲ワラの腐熟が促進され、次作のガス沸きの被害軽減や、浮きワラの被害軽減ができます。しかし、気温が低い時期では、腐熟速度が遅くなり、腐熟に時間が必要になります。すき込みが遅いと、次作までに腐熟が間に合わないため早めに実施しましょう。また、腐熟促進資材として、「石灰窒素」(20kg/10a)を散布して、すき込むと腐熟効果がさらに高まります。しかし、次作に肥料が残ることがありますので、次作の元肥量には注意が必要です。また、土中に潜ったジャンボタニシを寒気にさらすことができ、殺貝効果も期待できます。

2. 土壌改良資材散布

土壌改良資材「農力アッププラス」(60kg/10a)を散布し耕起しましょう。農力アッププラスは、水稲の生育に欠かせないケイ酸や鉄分など様々な成分を含みます。ケイ酸は、根張りを良くし、葉や茎を丈夫にしますので、倒伏防止や病害虫被害の軽減が図れます。鉄分は、土壌から発生する有毒ガスと結合し、無害化して秋落ちを防止できます。

※ご不明な点がございましたら、最寄りの事業所まで問い合わせください。

営農部 指導推進課

スマイル Smile

豊橋市王ヶ崎町
ひょうどう あ ゆ み
兵藤 亜佑美さん(23歳)



撮影場所：コクラフロント

「多くの人に喜んでもらえるようなことをしたい」

本が大好きで、休日はもっぱら読書をしているという亜佑美さんが、最近、夢中になっているのは「ミステリー」と言う勿れ「だそうです。もともとミステリー小説が好きなのもあり、ドラマを見てからハマってしまい、原作のコミックもすべて読み、映画も見たとのこと。」「次はドラマや映画版の小説も読みたい。主人公の言葉がすごく心に刺さり、心が洗われます」と笑顔で話します。仲がいい友達も本が好きで一緒に本を読んだり、おすすめの本をお互い紹介しあうそうです。

また、海外を旅行することも好きだという亜佑美さん。「日本とは違う海外の異空間の雰囲気が好きで、海外旅行へ行くとなるとテンションが上がります。学生の時に、ヨーロッパに行ったことがあり、素敵すぎてずっと忘れられません。特に、ルーヴル美術館は天井が高く、神秘的で感動しました。もう一度、ヨーロッパの観光名所などに行きたいです」と楽しそうに話してくれました。弟や妹とも仲が良く、最近は海や食事へ行ったそうです。旅行も一緒に行きたいのですが、なかなか予定が合わず行けないので、ぜひ来年は行けるように計画を立てたいそうです。

植物にも興味があり、部屋で花を育てて、好きな植物の雰囲気を味わいたいそうです。「自然に囲まれて育ってきたので、畑一面の緑色や、風でゆれる草の音なども好きです。また、両親が育てたオクラやブロッコリー、近所の人からもらったトマトなどで作るサラダが美味しくて好きです」

そんな亜佑美さんが尊敬する人は「父親や祖父ですね。父親は農業資材の発案や開発をし、祖父は機械工学で発明開発している、私もいろいろな人に喜ばれるような開発ができる人になりたいです」と話してくれました。



所属長からのコメント

より早く知識、技術を習得し信頼される職員になってください。期待しています。

もっと知識、技術を身につけ、みなさんにお返しできるような努めていきますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

組合員さんへメッセージ

農家所得向上と農業人口維持のため、少しでもお役に立てることを目指します。

今後の目標は？

家庭菜園です。今は、トマト、キウリ、ブロッコリー、リーフレタス、苺を育てています。

趣味は？



期待のオープニングインタビュー NO.04

職員file

第三事業所
しら かし
白井 任

困ったことがありましたらいつでも相談してください！

知っ得情報

みなさんこんにちは! 自動車課の梅村です。寒さも本格的になりいよいよ冬本番ですね。

停止表示器材の必要性和義務について



12月になり、寒さも増す一方で過ごしにくい日々が続いています。日照時間も短く一日の中で暗い時間が多くなってきています。このような時には自動車事故が多く発生する傾向にあります。早めのヘッドライト点灯や見通しの悪い道での徐行、また歩行者は反射材を付ける事など気をつけないといけません。ですがそのようなことをしっかり気をつけていても事故は起こってしまうものです。もし事故が起こってしまった場合には事故を拡大させないために後続車などに事故を知らせる必要があります。そこで停止表示器材の必要性和法律に基づいた義務について説明したいと思います。

停止表示器材とは高速道路や自動車専用道路などで事故や故障により、やむを得ず道路上に停車する際に後続車にその事を知らせるための三角形の反射器材です。停止表示器材の携帯は義務ではありませんが、高速道路や自動車専用道路などで停車する際には、表示することが義務付けられています。これに違反すると道路交通法により罰せられ、反則金と違反点数1点が科せられます。新しい事故を発生させないためにも停止表示器材の表示はとても重要

なことです。

停止表示器材は新車などで自動車を購入した際に標準装備ではないため、持ってないという方も多いと思います。値段は、1,000～2,000円程度でカーショップや通販サイトでも購入できます。やむを得ず高速道路上などで路肩に停車する際には、慌てず安全を確保してから、救援依頼を行うことが必要です。発煙筒などを併用し二次被害を防ぐことが重要です。

もし事故が起きてしまった場合には

1. ハザードランプを点灯させ、路肩に寄せるか、可能な限り広い場所まで自走する。
2. 同乗者をガードレールの外など安全な場所に避難させる。
3. 停止表示器材などを車から50m以上後方に置く。
4. 運転者もガードレールの外側に避難し、非常電話か携帯電話で救援依頼をする。

自動車のことでお困りのことがありましたら、ぜひお気軽に自動車課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: 梅村



ゴーマナ
「夕方の5～7は魔の時間」

豊橋警察署だより

夕暮れ時に交通事故が多発!!

年末にかけて、ドライバーから歩行者や自転車の動きが見えづらくなる

『薄暮から日没後の時間帯(午後5時～7時)』

と、帰宅時間帯が重なることから、重大な交通事故が多発する傾向にあります。ドライバーの方は

『早めのライト・オン』『ハイビームの活用』

『反射材の活用』により交通事故を防止しましょう!



①反射材の活用等

ドライバーから発見されやすくするために、夜間は明るい服装の着用や反射材の活用をお願いします。



歩行者ができる交通事故対策

②「横着横断」はやめましょう

付近に横断歩道があるのにそれ以外の場所を横断したり、車両等の直前・直後で横断するなどの危険な「横着横断」は事故のもとです。

信号のある交差点や横断歩道を安全に横断しましょう。



農家のみなさまへ



令和5年度 農家支援プロジェクト

農業者セミナー

テーマ ～人が辞めない! 人が集まる!
農業経営の作り方～

〈講師〉 社会保険労務士法人 リライアンス
代表 鈴木 泰子 氏

【代表著書】「農業版 女性が働きやすい
職場づくりポイントブック」



日時 令和6年2月16日(金) 14:00～16:45(受付13:30～)

場所 豊橋農業協同組合 本店 1階 第1研修室

定員 60名(定員に達し次第、募集を終了いたします)

対象者 JA豊橋の組合員及びその家族

受講料 無料

申込み 右記の参加申込QRコード、または最寄りの事業所、支店まで
お申込みください
(メール: eiki@toyohashi.aichi-ja.or.jp)



参加申込QRコード

締切り 令和6年1月26日(金)まで

問合せ 最寄りの事業所または支店までお問合せください

その他 上記講演のほかJA事業のご紹介をいたします

----- 切り取り線 -----

令和5年度 農業者セミナー参加申込書

氏 名		電話番号	()
住 所	〒		

〈主催〉  JA 豊橋

※ご記入いただいた情報は、今回のセミナー以外では使用いたしません

JAグループ愛知の選べるカタログギフト 「2024 味のトラベル」

JAの美味しさ定期便

地元愛知県の農畜産物・加工品をはじめ、全国四季折々の旬な逸品をお届けします。日本各地の厳選された特産物もご用意しています。

毎月または単月でもお申込みいただけます。

お支払いはJA口座より引落としとなります。

カタログは当JA支店窓口にも設置してあります。

お申込み受付中!!

お届け期間:2024年4月～2025年3月

初回申込
締切りは **2024年2月2日(金)まで**

※毎月のお申し込みは前月20日まで



〈お問合せ・お申込み先〉 JA豊橋 生活燃料課 TEL 0532-25-0023 FAX 0532-25-4738

JAの庭仕事 剪定・草刈り・伐採 のことならはJAへ ご相談下さい!!

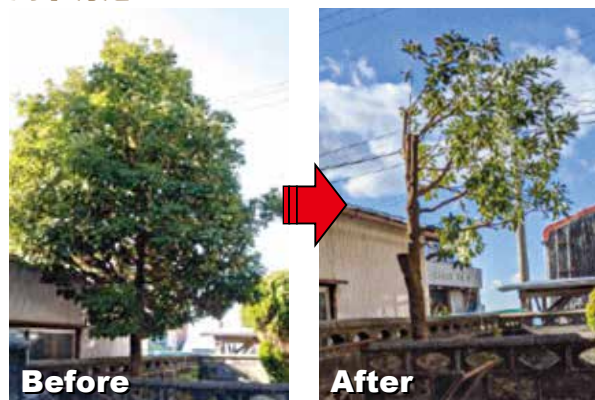
生垣剪定



防草シート+砂利



高木剪定



木の高さ等により料金が異なりますので、まずはお見積を!

- ・庭の草刈り ・庭木、庭石の撤去
- ・芝生、人工芝の設置
- ・休耕農地の草刈り
- ・防草シート設置など **お見積無料です**

お問い合わせ ☎0532-25-0023 生活燃料課まで



□□□□□
お便りコーナー
 まちがいさがしと
 共に投稿待って
 います。

●中原町……………女性 M

毎月、楽しみに「みのり」読ませて頂いています。定年となり、これからは少しずつ畑仕事をしたいと思っているので、グリーンアドバイザーなどを参考にさせてもらいます。

☆ありがとございます。畑仕事いいですね！記事が参考になるとうれいです。私も、家庭菜園で少しずついろんなものを育てていますが、なかなか難しいです。でも、美味しいものができた時はうれいになります。

●神奈川県……………女性 T

「シェフ永井のおすすめ」の「ゆで豚のおろしキノコサラダ風」を試してみたりしました。今までナメコをみそ汁などにしか使ったことがなかったの、挑戦してみたいです。盛り付け方や使用のお皿もとても勉強になります。

☆おいしいので、作ってみてください。盛り付け方やお皿も見てくださってありがとうございます。作られたら、ぜひ感想を楽しみにお待ちしております。

●浜松市……………女性 A

「農に生きる」のバラ農家さんの記事を興味深く読みました。道の駅よりはしに寄ると、必ず花を買って帰りますが、特にバラの花の安さと花持ちの良さ、種類の多さにいつも感心しています。生産者の苦労を知って一層、花の美しさを実感した気がします。

☆「農に生きる」の取材行くと、「生産者の苦労は、私たちのためにあるんだ」といつも感謝の気持ちでいっぱいになります。豊橋の花はバラ以外にもいろいろなあります。ぜひ、バラはもちろんいろいろな花をお部屋に飾ってください。

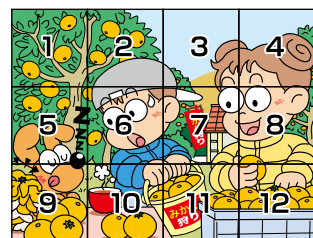
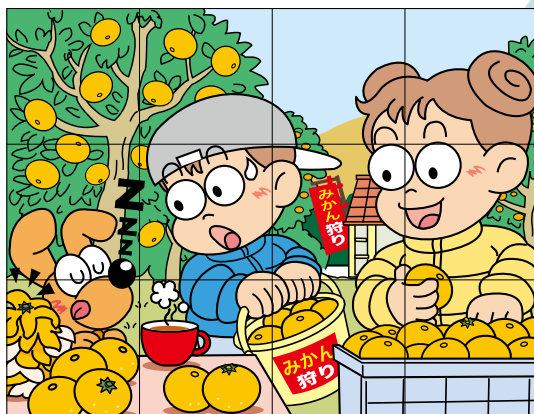
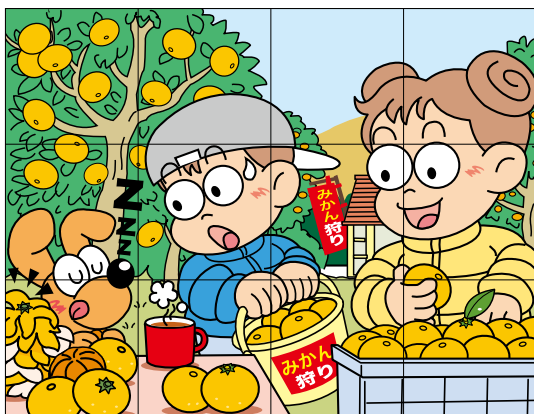
●仁連木町……………女性 I

子ども達が幼い頃、のんほいパークで開催された黒潮牛試食販売で食べた味に感動しました。あまりの美しさに毎年ふれあいフェスタで1年間のご褒美として黒潮牛を購入しています！

☆黒潮牛おいしいですよ。1年間のご褒美いいですね！ぜひ、ご家族みんなで、1年を思い出しながら今年も食べてください。今年もふれあいフェスタは大盛況でした。ありがとございました。

まちがいさがし

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。(1月8日必着)

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

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)

4…家の高さが違う
 7…手の形が違う
 9…服のワッペンが違っている
 10…犬の尾が隠れている
 12…ダイコンが大きく出ている

※発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

理事会だより

RIJIKAI DAYORI

令和5年11月29日(水)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年度仮決算監事監査結果について
- 2) 令和5年度下期不良債権処理方針について
- 3) 資産自己査定規程の一部改訂について
- 4) 令和5年度上期ディスクロージャーについて
- 5) 職員給与規程の一部改定について
- 6) 信用事業の営業に関する規程の一部改正について
- 7) 日銀貸出増加支援資金の借換えおよび追加借入について

原案通り承認されました。

【人事異動】

- ▶石巻支店 支店長待遇
山 本 智 啓 (北支店 支店長)
- ▶石巻支店 係長
石 山 加 奈 子 (北支店 係長)
- ▶共済部 共済事務課
井 上 弥 保 (北支店)
- ▶東田支店
鷗 田 好 計 (北支店)
- ▶石巻支店
今 原 麻 衣 (北支店)
- ▶いなみ支店
大 東 華 奈 (石巻支店)

令和5年12月11日付 ()内は旧部署名

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

NSA31だより 食農講座

令和5年度 見たい! 食べ隊! 豊橋農業!
「トマトを収穫してみよう!」

きっと、トマトが好きになる!

日 時 ● 令和6年2月17日(土)
午後1時30分~午後3時30分
(開始10分前までにお越しください)

会 場 ● めぐりとまと (小島町)

講 師 ● 伊藤めぐみ・浜田亜紀子
(愛知県農村生活アドバイザー)

定 員 ● 小学生以下の子どもと保護者
1人を1組として10組まで

参 加 費 ● 2,500円(子供1人の場合。2人目以降は1人につき
500円加算します)

服 装 ● 汚れてもいい服装

申込方法 ● 令和6年1月31日(水)までに
往復ハガキまたはQRコード
にて、住所・保護者氏名・年
齢・子供氏名・電話番号を記
入のうえ申込してください。



申込・問合せ ● 〒440-8501 豊橋市今橋町1番地
豊橋市役所産業部農業支援課
TEL.0532-51-2472
Mail: nogyoshien@city.toyohashi.lg.jp

主催 ● 愛知県農村生活アドバイザー協会東三河支部豊橋ブロック
共催 ● 豊橋市 後援 ● JA豊橋

編集後記



今回のスマイルは、豊橋駅東口周辺のイルミネーションを背景に撮影しました。「とよはしキラキラ☆イルミネーション」を行っており、とても綺麗でした。今年の装飾テーマは「コズミックスターライト~宇宙の彼方に光る星~」で宇宙空間をイメージした演出だそうです。2024年2月14日まで行っているの、気になる人はぜひ見に行ってみてください。

㊟

年末年始の営業案内

部 署		27日水	28日木	29日金	30日土	31日日 大晦日	1日月 元日	2日火	3日水	4日木	5日金	6日土
監 査 室		○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
リスク管理部	リスク管理課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	経営支援課											
	審査課											
総合企画部	企画課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	経理課											
総 務 部	総務課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	人事課											
	組合員課											
営 農 部	営農販売課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	指導推進課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	営農企画課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	営農資材課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	半直
	畜産課	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○	×
	第一事業所	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○	日直
	第二事業所	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○	日直
	第三事業所	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○	日直
	第四事業所	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○	日直
	第五事業所	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○	半直
経 済 部	第六事業所	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○	半直
	産直プラザ二川	○	○	○	○	9時から18時まで	×	×	×	×	○	○
	JAファーマーズマーケット吉田方店	○	○	○	○	18時まで	×	×	×	×	○	○
	グリーンセンター磯辺	○	○	○	○	12時まで	×	×	×	×	○	○
	産直プラザ岩田	○	○	○	○	12時まで	×	×	×	×	○	○
	ジョイフル杉山	○	○	○	15時まで	×	×	×	×	×	○	○
	ゆめ彩館	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○
	店舗産直課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	農機課	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○	日直
	西部農機センター	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	×
	生活燃料課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	LPガス	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	自動車課	○	○	×	×	×	×	×	×	日直	○	日直
金 融 部	資産相談課(不動産センター)	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	○
	信用業務課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	事務指導課											
	融資課											
	資金運用課											
共 済 部	ローンセンター	×	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○
	共済事務課	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○	×
	査定課											
	普及課											
支 店		—	—	—	×	—	—	—	—	—	—	○
A T M	各支店ATM	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	前芝支店大村店・石巻支店北店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	大津支店杉山店	○	○	○	○	×	×	×	×	○	○	○
	アビタ向山店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	ピアゴ大清水店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	あぐりパーク食彩村	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	〇…8:00～21:00 ×…休止											
あいちエネルギー	いなみセルフSS	○	○	○	②	③	×	×	×	③	③	○
	豊南SS	○	×	○	①	×	×	×	×	×	①	○
	野依SS	○	○	○	①	①	×	×	×	①	①	○
	神野新田セルフSS	○	○	○	⑤	④	⑥	⑥	⑥	④	④	○
	大村SS	○	×	○	①	×	×	×	×	×	①	○
	石巻セルフSS	○	○	○	②	②	×	×	×	②	②	○
あぐりパーク食彩村		○	○	○	○	15時閉店	×	×	×	×	○	○

JA共済事故受付センター	緊急連絡先	0120-258-931
クミアイプロパン	緊急連絡先	0532-25-3556
営農用重油	緊急連絡先	0532-25-7165 (受付8:30～15:00)
JA葬祭受付コールセンター		0120-131-594

給油所営業時間	① 8:00～17:00
	② 7:00～19:00 (いなみSSはカーケア対応 8:00～19:00)
	③ 7:00～19:00 (いなみSSはカーケア対応 8:00～17:00)
	④ 24時間営業 (カーケア対応 8:00～17:00)
	⑤ 24時間営業 (カーケア対応 8:00～19:00)
	⑥ 24時間営業 (給油のみ)

