

ふあ～みん Farming 10

みんなで作ろう! JA兵庫南の元気生活応援マガジン

2021
No.271



4 特集 ご近所の癒やしスポットで ちょっとリフレッシュはどうですか?

2 四季旬菜 サトイモ

6 トピックス 令和3年産米の地場検査始まる

15 今月の作物 ソラマメ

16 ふあ～みん 情報コーナー



🏠 おうちごはんを応援します

今月の PICK UP

サトイモ



らくらく簡単!アレンジ料理

ほとんど同じ食材なのに、味わいの全く違う料理がらくらくできる!
おうちごはんの時間も準備も、もっと楽しくなるレシピを紹介します。



ファストフード感覚のおかず

サトイモのプティーン風

〈材料〉2人分	しょう油	大さじ1/2
サトイモ	塩	ふたつまみ
チーズ(クリームチーズ、溶ける)	水	150ml
チーズなど	片栗粉	小さじ1
牛ミンチ	こしょう	少々
	揚げ油	適宜

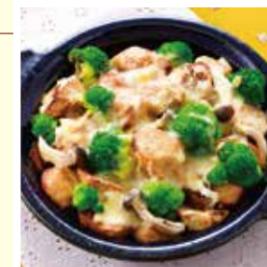
〈作り方〉

- ①サトイモは皮をむく。大きければ切る。(かぶれやすい人は皮ごと5分ほどゆでてから皮を剥くとかぶれにくい)
- ②グレイビーソースを作る。フライパンに牛ミンチを入れ、少々焦げ目がつくまで炒めて、しょう油と塩を加え、片栗粉を水で溶いて、加える。
- ③①のサトイモを中火で狐色になるまで揚げ、油を切る。
- ④皿に盛り、チーズ、こしょう、②のソースをかけて出来上がり。

arrange recipe

サトイモのグラタン

「サトイモのプティーン風」を容器に入れ、ブロッコリー、シメジ、溶けるチーズを掛けてオーブントースターかオーブンで焼くと完成です。



料理のポイント

プティーンはカナダ・モントリオール生まれのファストフードです。本場ではジャガイモで作ります。グレイビーソース(肉汁ソース)とチーズと芋のハーモニーは最強です。



坂本 佳奈先生

食育・料理研究家。料理研究家の坂本廣子さんの長女で、神戸市東灘区でキッチンスタジオを主宰。体感型の食育教育や食文化を研究している。

地元のお米・野菜がそろう ふあ～みんSHOP・にじいろふあ～みん

ふあ～みんSHOP魚住
住 明石市魚住町錦が丘4丁目11-5
電 (078)947-1515
休 日曜・祝日

ふあ～みんSHOPかんき
住 加古川市東神吉町神吉1012-1
電 (079)434-2201
休 火曜

ふあ～みんSHOP高砂
住 高砂市伊保1丁目4-1
電 (079)447-8877
休 日曜・祝日

にじいろふあ～みん
住 加古郡稲美町六分一 1179-224
電 (079)495-7716
休 第1木曜(祝日の場合は第2木曜)

ふあ～みんSHOP二見
住 明石市二見町東二見210-1
電 (078)942-1927
休 日曜・祝日

ふあ～みんSHOP八幡
住 加古川市八幡町船町20
電 (079)438-9595
休 水曜

ふあ～みんSHOP播磨
住 加古郡播磨町南野添3丁目6-6
電 (079)437-3835
休 日曜・祝日

ふあ～みんSHOPいなみ
住 加古郡稲美町岡岡3丁目21-3
電 (079)497-0222
休 第1水曜

LINE@ x JA兵庫南

JA兵庫南各直売所のイベント情報などをふあ～みんくんが配信! にじいろふあ～みんキッチンスタジオ「料理教室」情報も配信します。ふあ～みんくんと友だちになるには、LINEの「友だち追加」のコード読み込みより、右から読み込んでください!





サトイモ



挑戦すること
世代を超えて受け継がれ



高砂市阿弥陀町 松本 文博さん

30歳の時にお父さまが倒れてから、兼業農家をされていた高砂市阿弥陀町の松本文博さん。定年退職を機に専業になりました。現在は水田5反と果樹園1反、キクイモやパイヤ、綿などさまざまな作物を栽培されています。

サトイモの品種

サトイモの品種は早生も作っていますが、主に「赤芽大吉」です。病気になりやすく、育てにくい上に、収穫量も少ないのですが、やわらかいです。サトイモは煮るのもおいしいですが、1cmくらいに切って天ぷらにするのもおすすめですよ。

水の管理と畑

畑は播磨アルプスと呼ばれる山裾にあって、水はけは良いのですが、「サトイモの「焼け」と昔から言われて

いる通り、サトイモの栽培は、乾燥させてしまうとダメなので、水の管理は重要です。

水は畑の側のため池を作っていて、ポンプで引いています。ため池は3つあって、祖父の代に近隣の人に頼んで作ってもらったそうです。これがなかったら、大変だったと思います。山を開拓して池を作っていると、明治(生まれ)の人は偉いです。

サトイモは種芋を植えて、マルチを掛けると4月ごろに芽が出てきます。太い茎を作るために、5月末に土寄せをするのが大変な作業です。6月ごろからは水の管理を、よりしっかりとしていきます。

私は農薬を使っていないので、葉の状態を見て、サトイモが病気になったら畑自体を変えるようにしています。連作障害については、2年目に葉っぱの様子などからほかの畑に移すかを判断して

います。

茎の根元が太く成長したものを、土起こしをしてみても、ええのん(良い出来のもの)が入っているとうれしくなりますね。

直売所について

直売所は「安くて、品質が良い」のが当たり前だと、お客さんは思っています。私も袋に入っている全部のサトイモが「やわらかくて、おいしい」ことが当然だと思って出荷しています。

名前を見て買ってもらってもいいので、気が抜けません。近隣で何がどのくらいの値段で売られているか確認して、価格も品質も負けないようにしています。

サトイモの収穫は11月から2月末ごろまでで、ふぁ〜みんSHOPかんき・高砂、にじいろふぁ〜みんへ出荷しています。

今後の目標

いろいろなものをたくさん作っているのですが、まずは現状維持と思っていますが、今以上に変わった品種や作物に、どんどん挑戦したいです。



魅力・再発見

サトイモ

秋から初冬にかけて旬を迎える食材です。主成分はでんぷんで、ほかにビタミンB1、カリウム、食物繊維も含まれています。イモ類の中ではカロリーが低いのが特徴です。特有のぬめりには胃壁を守る働きもあります。品種もさまざまあります。日本では一年生の作物ですが、熱帯では多年生でタロイモなどが知られています。

JA兵庫南では農産物直売所への出荷者を募集しています。最寄りの営農経済センター・ふぁ〜みんSHOPまでお問い合わせください!

播磨町

3つの公園で遊び比べ

大中遺跡公園と野添北公園、野添であい公園

公園が隣接しており、緑道「であいのみち」も、お散歩にオススメ。大中遺跡公園で歴史ロマンに浸り、野添北公園の遊具で遊び、野添であい公園の芝生広場でまったりと。今日はどの公園へ行きましょうか？



▲野添であい公園

▲野添北公園

【アクセス】

- ③ ふぁ～みんSHOP 播磨から車で5分

明石市

ゆらゆら揺れるボート

明石海浜公園と二見ポートパーク

明石海浜公園の北側に二見ポートパークがあります。たくさんのボートが波に揺れる、のんびりとした風景が広がり、時間を忘れてしまいます。



▲二見ポートパーク

【アクセス】

- ① ふぁ～みんSHOP 魚住から車で15分
- ② ふぁ～みんSHOP 二見から車で10分

稲美町

生き物観察

稲美中央公園、いなみ野水辺の里公園

いなみ野水辺の里公園は、緑に囲まれた豊かな環境の公園です。草むらに住む生きものの観察にピッタリ。学習展示棟には魚やチョウの展示もあります。車で5分の距離にある稲美中央公園には郷土資料館があり、稲美町の歴史や文化を知ることができます。



◀いなみ野水辺の里公園

【アクセス】

- ⑧ にじいろふぁ～みんから車で5分
- ⑥ ふぁ～みんSHOPいなみから車で9分

稲美中央公園 (郷土資料館)

高砂市

橋の上からのワイドビュー

高砂市向島公園と高砂大橋

県立高砂海浜公園と隣接する向島公園から階段で、高砂大橋へ登れます。高砂市と加古川市をつなぐように架かり、見晴らしも良く、清々しい気分になります。



▲高砂大橋

【アクセス】

- ⑦ ふぁ～みんSHOP高砂から車で15分

▲堀川河口

ご近所の癒やしスポットで、ちょっとリフレッシュはどうですか？

ちょっぴり疲れたときや気分転換をしたいとき、ご近所の癒やしスポットを活用しませんか。ふぁ～みんSHOP・にじいろふぁ～みんから足を伸ばせる13カ所をご紹介します。



位置はココ!!
JA兵庫南管内の加古川市、播磨町、明石市、稲美町、高砂市から選びました。

※①～⑧はふぁ～みんSHOP・にじいろふぁ～みんの位置を示しています。

加古川市

清々しい空気

加古川市ウェルネスパークと天下原の毘沙門さん(大歳神社)

ウェルネスパークの裏手にある、天下原の毘沙門さん(大歳神社)。日本に3社しかない毘沙門天神社のうちの1社で、まさに、「知る人ぞ知る」といった趣です。



▲天下原の毘沙門さん

【アクセス】

- ④ ふぁ～みんSHOP かんきから車で6分

悠々とした流れ

河川敷と加古川大堰

一級河川・加古川の状況に応じて水を蓄えている、加古川大堰。堤高が15m以上あるものが「ダム」、15m未満のものが「堰」です。暮らしに欠かせない水のこと、改めて考えてみませんか？



▲加古川大堰

【アクセス】

- ⑤ ふぁ～みんSHOP 八幡から車で5分

掲載した以外にも、JA兵庫南管内にはたくさんの癒やしスポットがあります。ぜひご自分のお気に入りを見つけてください。

Vol.3

ちょい足しレシピで「秋麦茶」!

皆さん、JA兵庫南管内は西日本有数の大麦産地であることをご存じですか?
 大麦の実には豊富な食物繊維と機能性成分が含まれ、茎は工芸品にも利用されています。
 特産の大麦の可能性と魅力をもっともっと広めたい!
 熱い想いで結集したJA兵庫南の有志職員たち。その汗と涙の奮闘記をお伝えします。

夏に大活躍の麦茶。寒い時期はホットもオススメですが、身近な食材でちょい足しレシピに挑戦しました。果たして結果は!?

「大麦もっと広め隊」メンバーが、
 体を張って(?) 試しました



青汁麦茶 はちみつ麦茶 麦茶オレ 麦茶ゼリー

試飲の結果

アレンジ (麦茶に加えた食材)	評価	アレンジ (麦茶に加えた食材)	評価
青汁麦茶 (青汁) ☺ 美味しい、飲みやすくなる (Nさん) ☺ 意外と美味しい (Sさん)	○	麦茶オレ (牛乳) ☺ 麦茶が濃いともっと美味しいかも (Oさん) ☺ 売ってそうです、美味しい (Tさん)	○
麦茶コーヒー (粉末コーヒー) ☹ 飲めなくはない (Tさん) ☹ 苦みが増す感じ (Nさん)	△	麦^{ティー}レモン茶 (レモン果汁) ☹ 苦い? 渋い? (Kさん) ☹ レモンの味に負けている (Mさん)	×
はちみつ麦茶 (はちみつ) ☺ 甘茶のような感じ、子どもに良いかも (Nさん) ☺ きっと子どもは好きだと思う (Oさん)	○	麦茶ゼリー (ゼラチン、砂糖) ☺ 好きです、これ (Sさん) ☺ 生クリームをかけて食べたい (Kさん)	○

まとめ

ここが good

「甘味」のあるものと相性が良いようです。

ここが ポイント

加える食材の量で味が変わります。



ブランド米「万葉の香」刈り取り開始

農事組合法人ファーム稲加見谷営農組合で、稲美ブランド米「万葉の香」の稲刈りが始まりました。「万葉の香」は稲美町の学校給食用として栽培されており、同町のみみ殻を堆肥として利用し、農薬の使用量を抑えていることが特徴です。小山組合長は「学校給食用の米を作っているという誇りと責任がある」と話されていました。収穫後は乾燥調製し、八幡の低温倉庫で保管されたお米を必要な分だけをその都度、出荷されます。



9月 5日

令和3年産米の地場検査始まる

明石播磨営農経済センターで、令和3年産米の地場検査が始まりました。当日は「あきたこまち」61袋から抽出されたサンプルを、農産物検査員の資格を持つ職員が整粒割合などから慎重に等級格付けを行っていきましました。検査に先立ち、農産物検査員は米の目合わせを行っており、規格統一が図られています。今後、11月10日まで管内各営農経済センターで地場検査を行います。



9月 3日

初盆用飾りの合同供養会を開催

JAやすらぎ会館では「初盆精霊堂」で、初盆用飾りの合同供養会を開催しました。遺族らが焼香を行い、故人をしのびました。



8月 15日・16日

秋冬野菜作りのノウハウ学ぶ

JA兵庫南の子会社である(株)ふぁーみんサポート東はりまで「令和3年度かがわ育農塾の秋冬作野菜入門コース」が開講されました。加古川市民を対象としたこの講座は、農業技術指導員による講義と農地を使った栽培実習により、野菜作りの実践的なノウハウを学べるとあって、毎回、人気です。講師の南義則さんは「周りに自慢できるような野菜を作れるよう、一方通行ではない講義や実習がしたい」と意欲を語っていました。



8月 28日

女性会の生の声をJAの事業や運営に反映

JA兵庫南の役員と女性会本部役員が意見交換会を行いました。女性会会員からの要望を直接伝えていただくことで、JAの運営や女性会の活動が共により良い方向に進むように設定しています。吉岡会長は今後について、「コロナ禍で今までのようにできないが、工夫をしながら活動を続けていきたい。11月には全地区合同で総踊り大会を開催しよう」と、意気込みを語りました。



9月 14日

小学生がボランティアとかかし作り

加古川市立志方東小学校の3年生と保護者は、学校支援ボランティアの原政和さんと、かかし作りを行いました。児童は夏休みの宿題で描いてきた完成図をもとに、慣れない大工道具を使いながら、保護者と協力して個性的なかかしを作りました。児童の一人は「毛糸を髪の毛のように付けていくのが難しかった」と、笑顔で話しました。



9月 13日

気になる口臭、その原因は？

口臭を引き起こすのは、唾液量の減少による口の乾燥や口の中の病気によるものが多くを占めます。舌の清掃で改善できる予防策を紹介します。

口臭の予防方法

朝起きた時や緊張した時、口臭を感じることはありませんか？これらは唾液の量が少なくなり、口の中が乾燥することで、口の中に細菌が増え起こる生理的な現象です。歯磨きを丁寧にする、規則正しい生活、十分に水分を摂るなど気をつければ改善されます。

それ以外に口臭の多くの原因となるのが、口の中の病気、舌苔(舌の表面につく白い苔状のもの)や歯周病です。舌苔から作られる物質(揮発性硫黄化合物)が口臭の主な原因と言われています。つまり、舌の清掃で舌苔を除去することが、最も有効な予防法となります。

舌清掃の方法

〈舌ブラシの使い方〉

舌清掃は、毛先の柔らかい小児用の歯ブラシや目の粗いタオルなどを使ってもかまいませんが、専用の舌ブラシを使うとより効果的です。以下の手順で行ってください。

①鏡を見ながら舌を思いきり前に突き出して、舌の後方に舌苔がついていないか確認してください。

②舌ブラシを鏡で見える最も奥に軽くあて、手前に引いてください。決して力を入れ過ぎないようにしてください。またこの時に息を数秒間止めながら行くと、嘔吐反射が出にくくなります。



③舌ブラシの先を水道の水でよく洗い、舌ブラシの先に汚れ(舌苔)がつかなくなるまで、1~2を繰り返してください。

一日の舌清掃の回数は、起床時の一回で結構です。それ以上行くと舌の粘膜を傷つけるおそれがあります。また舌に傷や潰瘍があるときは、舌清掃を中止してください。

参考:舌清掃の方法(厚生労働省e-ヘルスネットより引用)

歯周病は、ほとんど痛みもなく進行していきます。何の自覚もないのに家族から口臭を指摘されるようになったら、一度歯科を受診して専門的な治療を受けましょう。

また、口腔内以外にも原因があることがまれにあります。月経周期、喫煙、糖尿病・肝疾患・尿毒症・肺がん・トリメチルアミン尿症などでも口臭が発生します。体調の変化等あれば担当医に相談しましょう。

参考:厚生労働省e-ヘルスネット
大平辰朗:口臭とその低減対策,におい・かおり環境学会誌,44巻4号(2013)

障害年金事例「腎不全の認定」

障害年金の請求について、事例を踏まえて紹介します。

本事例の概要

- ①請求者 昭和33年生まれ Aさん(男性)
- ②初診日 平成20年2月 慢性腎不全
- ③障害等級該当日 令和3年4月□日 事後重症請求日
- ④請求日 令和3年4月□日 事後重症による請求(障害等級2級に該当)

請求手続き 平成20年2月、貧血・めまいの症状のためB病院を受診し、高血圧と診断され降圧剤を服用していましたが、次第に腎機能が低下したため、C病院を紹介され令和3年2月より人工透析療法を開始しました。現在は仕事をしながら人工透析療法を行っています。

事後重症による請求の結果、Aさんは障害厚生年金の2級に該当しました。

請求のポイント 障害年金の請求は

- ①初診日から1年6ヶ月経過した日

- ②またはそれ以前に傷病が治癒した日
- ③1年6ヶ月以降に悪化し障害状態に至った時
上記3つの時点で請求していただくことができますが①②は遡って請求が可能です。しかし③は請求日が障害認定日となるため請求が遅延すれば本来受けられるはずの年金が受けられないこととなります。(請求した月の翌月分からの支給開始となるため)

Aさんの場合③に該当するので至急手続きを開始し、依頼を受けてから1ヶ月以内で請求することができました。

「制度を知らなかった、わからなかった」は請求が遅れた正当な理由にはなりません。多岐にわたり色々な制度が複雑化中、年金制度にも精通するのは大変難しいことですが、少しでも気になる事柄があれば専門家へ相談するなど早めに対応をしていきましょう。

情報提供者 年金サポートセンター兵庫南
社会保険労務士 倉谷 和秀(JA兵庫南顧問)
☎(079)427-4678

社会全体で取り組もう

JAらしいSDGsの取り組みを②

SDGsは17という、目指すべきさまざまなゴールを持っています。

JAグループでは、食や農、地域と関わって事業を行うJAが、それぞれの特徴を生かしてSDGsにつながる取り組みを行うことを勧めています。今年度のJA兵庫南のSDGsのゴールにかかわる取り組みを紹介します。

農業体験・食農教育の提供



食や農に親しむ体験を子どもたちへ

JA兵庫南では今年度も、地域で食農教育活動に取り組む組織を応援する「ふぁ～みん食農教育支援金」の募集を行っています。また、子どもたちを対象にした、農作業や料理を体験できる「ちやぐりんスクール」を開校。JAが主体となった体験の場だけでなく、地域の活動も後押しすることで、食農教育をさらに広げていきます。

教育現場と連携し農業への理解アップを

JA兵庫南青壮年部をはじめ、JAの生産部会では、小学校に向いて農産物がどのように栽培されるのかを、子どもたちの目線に立ち伝えています。また、小・中学校の栄養教諭を招いて圃場見学を行うなど、教育現場に関わる皆さんに地産地消や食育を実感してもらえるような働き掛けを行っています。



JA兵庫南の視点!!

これからの時代を担っていく子どもたちに、食べ物がどのようにできるのかを知ってもらうことは、農業の未来、さらには地域や地球の未来を考える上でも大切なことだと考えています。子どもたちが食や農への関心を持ちながら成長していけるよう、地域の方や教育関係者と今後も連携していきます。

青壮年部のとれたてアドバイス

JA青壮年部のメンバーが毎月登場して、栽培する農産物のこだわりや直売所での買い物がもっと楽しくなるミニ情報を紹介します。

今月のナビゲーター

植田 諒介 さん



年齢=33歳
就農歴=6年
栽培品目=シクラメン、パンジー、ピオラ、バラ、ペチュニアなど花苗
青壮年部について=小学生の頃、青壮年部主催の学童農園に参加していました。青壮年部の活動を通じて、子どもたちに農業を身近に感じてもらいたいです。

テーマは

花苗・ガーデンシクラメン

花苗は「買ってから育てるもの」。見た目はもちろん、購入後のことを考え、健全で元気に育つ苗を出荷します。



風通しを良くし、葉に光がまんべんなく当たるよう、育苗箱の枠を一つずつ空けてポットを置き、育てています。

花の数や大きさは葉がポイント

ガーデンシクラメンは寒さに強く、寄せ植えでは葉ボタンなどと相性が良いです。ポットからの植え替えは、球根の頭が少し出るくらい浅くしてください。鉢シクラメンも、暖かい日の午前中には光を当てると良いです。シクラメンは「葉数=花数」なので、葉が多ければ花も多くなります。バランスや好みで選んでください。花苗はポットの底部分を触ってみて固いものが、根が張っているのので、購入時のポイントになります。秋冬は生長が遅くなるので、寄せ植えも長く楽しめます。初めての方もぜひチャレンジしてくださいね。

子どもと一緒に楽しむ Kids

【10月のテーマ】鳴く虫どれかな？

子どもと一緒に楽しめる、自然や食べ物の話題を月ごとに紹介します。秋に鳴く虫たちが、自己紹介をしています。それぞれどの虫なのか当ててみましょう。

Q1

僕の名前は馬に使う道具に由来しているんだ。好きな食べ物は植物のクズ。ガチャガチャ愉快地に鳴くよ。

Q2

体は約2cmほどと小さいけれど、鈴のようなきれいな声だよ。かの有名な『源氏物語』にも僕たちの名前の段があるよ。

Q3

バッタの仲間だけど、がっちりした黒色の姿がかっこいいでしょ！声はコロコロが有名かな。実は、秋冬野菜をかじって怒られることもあるんだ。

Q4

外国からやってきたんだ。「チンチロリン」と鳴く日本の在来種は減っているよだけど「リーリー」と鳴く僕らは増えているよ。

この中のどれかだよ！！



スズムシ



アオマツムシ



クツワムシ



コオロギ

わが家の食農教育 Family

Vol.7 ローンプラザ加古川 井上さん家族

JA兵庫南では農業への関心と理解を深めるために、職員が家族とともに食や農に関する体験を行うことを推奨しています。それぞれの家庭の食農教育を紹介します。

JAからのお知らせ Information

金守墓地 永代供養墓「やすらぎの郷」 ご予約承り中です

永代供養で永遠に続く安心を。生前予約承ります。

- 継承者がいなくても管理者が永代にわたり供養致します。
- 子どもの負担を減らせます。
- 宗教・宗派に関係なく入れます。
- 春・秋のお彼岸には合同供養実施（参加自由）

永代供養墓 永代使用料 永代管理料
特別価格 **25万円** (税込)
1名から最高4名まで一般価格27万円
石碑 **12万円** (税込)~
4種類の石碑からお選びいただけます。



※特別価格はJA兵庫南組合員様・やすらぎ会員様限定価格です。 ※①ご契約開始(生前にご家族でご契約) ②最後の方の納骨(最高4名まで、最後の方の納骨から32年(33回忌)間経過していただきます) ③永代供養(ご遺骨は合同供養墓へ合祀します) ※現地見学完全予約制(お客様のご案内をスムーズに行うため、完全予約制となっております)

まずはお気軽に
お電話でご予約を
株加古川産業会館 JA石材センター ☎0120-140-870
営業時間/午前9時~午後6時 定休日/水曜
住所/加古川市上荘町都染667-34

事業所通信 Information

新入職員がレポートします/
田島 音々

加古川支店



貯金の窓口担当をしております、新入職員の田島です！加古川支店では、資産や保障の不安を安心に変えるための相談会はもちろんのこと、お子さまに参加いただく絵画展や、夏は期間限定でJA兵庫南の特産品「スイートモーニング」を店頭販売するなど、お客さまを笑顔にするイベントを開催しています。明るい挨拶でお出迎えますので、ショッピングの際にはお気軽にお立ち寄りください。

梅仕事で感じる子どもの成長

我が家では毎年、庭にある梅の収穫が恒例です。今年は10kgほどの実が収穫でき、妻が「梅漬けに挑戦する！」と、娘に傷が少なくきれいで大きな梅を選別してもらいました。手際よく分けていく姿は職人さんながら、娘の成長を感じました。漬け込み中の部屋いっぱい広がる甘い香りに、娘は待ちきれないようでしたが、完成したものは少ししょっぱく、時間が経って味が落ち着くという「真の完成」を楽しみにしています。

毎年同じ作業をすることで去年とは違う家族の一面が見られ、季節を感じられることも農業の良いところだと思います。



梅の選別は
私に任せて！

完成までの変化も
楽しめます





ソラマメ

原産地は西南アジアから北アフリカと推測されており、マメ科ソラマメ属に分類されます。たんぱく質と炭水化物が主成分で、名前の由来は空に向かってさやが伸びるようにつくからという説が有名です。

JA兵庫南では農産物直売所への出荷者を募集しています。また、家庭菜園など、園芸について分からないこと・困ったことの相談も承ります。お問い合わせは各営農経済センターへお寄せください。

- 明石播磨営農経済センター ☎(078)948-5380
- 加古川営農経済センター ☎(079)438-3930
- 稲美営農経済センター ☎(079)496-5135
- 高砂営農経済センター ☎(079)447-0881

※営業は月曜～金曜(午前9時～午後5時)、土曜・日曜・祝日は休み

栽培計画

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
露地栽培(温暖地)					●	●						●
露地栽培(中間地)					●	●						●

● 植え付け ● 収穫

栽培特性

- 病害虫に弱いので予防を心がけて
- 倒れやすいので、土寄せ、支柱立てを

栽培方法

1 畑の準備

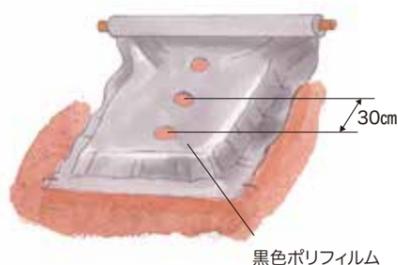
1㎡当たり化学肥料小さじ3杯を、ベッド全体にばらまき、15cmほどの深さに耕し込む。マメ科なので、元肥を多く施す必要はない。

2 マルキング

マルチをして、地温上昇、保湿、雑草抑制を狙う。アブラムシの飛来防止には、シルバーフィルムがより効果的。

3 植え付け

苗が大きくなりすぎると植え傷みが激しくなるので注意。



4 芽かき・土寄せ・追肥

3月中旬頃、早く出たよい枝を5～7本残して、他はかき取る。放任すると分枝部分が地上に出て倒れやすくなるので、土寄せをする。生長の様子をみて必要なら追肥する。1株当たり化学肥料小さじ1杯。フィルムをめくって、株元へ土を寄せ、作業後にフィルムを元に戻す。

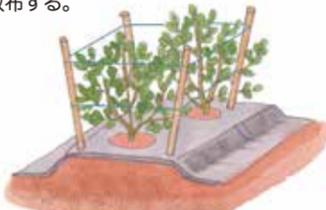


5 病害虫防除

アブラムシがつきやすいので、よく注意して早期に発見し、薬剤を散布する。

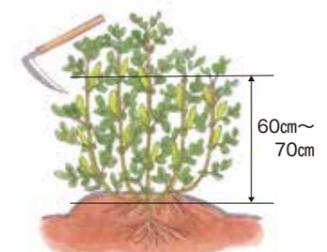
6 支柱立て

強い風が吹くと倒れやすいので、支柱を立て、テープを張って被害を防ぐ。



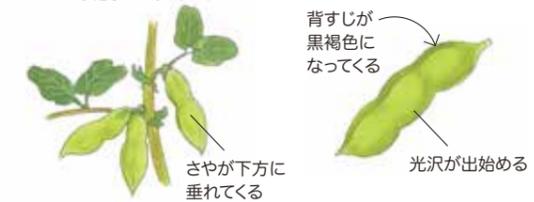
7 剪葉

春になって莖葉が伸びすぎると、倒伏のおそれがある。その場合は、上の方を刈り取る。上の方で遅く開花したものは収穫が見込めないで、収量には影響がない。育ちぐあい違うので、さやのつきぐあいをよく見て、刈り取る高さを決める。



8 収穫

さやの背すじが黒褐色になり、光沢が始め、下に垂れてくる頃が収穫の適期。中の豆がじゅうぶん肥大していることを確かめてから収穫する。



肥料・農薬 紹介コーナー



畑のカルシウム

野菜・果樹・花に発生するカルシウム欠乏対策として有効。豆類においては、根粒菌の増殖を促進するため、子実の充実、多収穫が期待できます。



スミチオン乳剤

害虫が薬剤に接触すること・薬剤の付着した植物を食べることによって効果を発揮します。※使用前にラベルをよくお読みいただき、記載以外には使用しないでください。

7月号の答え

ネ	ツ	タ	イ	ヤ	オ
シ	ツ	テ	マ	ワ	シ
ヨ	ミ	カ	キ	カ	ヤ
ウ	エ	リ	ア	ヤ	
コ	ア		ミ	オ	ク
ウ	カ	イ		モ	ウ
ロ		カ	イ	リ	ユ

当選者10名発表!

正解者の中から10名の方に特産品等記念品をプレゼントいたします

応募総数387人 正解者数379人

- 曾谷 恵子さん(加古川市)
- 橋口 新次さん(稲美町)
- 増井 ゆきさん(加古川市)
- 坂尻 未吉さん(加古川市)
- 岩井 智鶴代さん(播磨町)
- 岸川 ひとみさん(加古川市)
- 砂川 秀利さん(稲美町)
- 楠本 輝美さん(加古川市)
- 寺師 佳子さん(高砂市)
- 辻元 愛子さん(稲美町)

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、記念品は郵送させていただきます。

の6文字を並べてできる言葉は何でしょうか? ヒント:中学生や高校生の一大イベントです。

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

応募要項

①クイズの答え、②氏名・年齢、③住所(郵便番号含む)・電話番号、④広報誌「ふぁ〜みん」誌面へのご感想を明記して、下記の宛先までおはがきでお送りいただくか、下記のメールアドレスまでメール送信ください。

締め切り日(はがきの場合)10月末日消印有効 (メールの場合)10月末日受信のもの

【宛先】〒675-0066 加古川市加古川町寺家町621番地 JA兵庫南 ふぁ〜みんクロスワードパズル係

【メールアドレス】fureai@ja-hyogominami.com (送信時、件名に「JA兵庫南ふぁ〜みんクロスワードパズル係」と記入ください)

クロスワードパズル

夕テのカギ

- ② 押し入れの上に作られた物入れ
- ⑤ 青物 ――へ野菜を卸しに行った
- ⑦ 祝い事に付きものの魚
- ⑧ とても小さな滴が降ってきます
- ⑩ 知識やひらめきを駆使して解きます
- ⑫ 感謝の ――を込めて花束を贈った
- ⑭ つらいことが続くことほしたくなることも
- ⑯ 船の積み荷を地上に移すこと
- ⑰ 能ある ――は爪を隠す
- ⑲ サツマイモには食物 ――が豊富に含まれます
- ⑳ 陰暦10月の異称

ヨヨのカギ

- ① 野山の散策を楽しむレジャー
- ② 鶏肉の部位の一つ。羽の一部です
- ③ イノシシを家畜化したもの
- ④ 沖繩にいる飛べない鳥、ヤンバル ――
- ⑥ 南米にある南北に細長い国
- ⑨ 定期的に刻まれているもの
- ⑪ アイボリーとも呼ばれる淡い黄白色
- ⑬ スマートフォンにはさまざまなデータが ――されています
- ⑮ 軽くて硬い金属。元素記号はTi
- ⑰ ギョーザや中華まんの中身をこう呼ぶことも
- ⑲ 漢字から作られました

みなみかぜ

みなさまからのお便りをご紹介

● 枝豆は連作はダメだと本に書いてあったのですが、枝豆農家の西川さんはずっと連作で栽培されているとか、乾燥防止のため雑草も役立つとか、畑作り初心者には大変参考になりました。(高砂市 澤田さん)

● JA 雑草も刈るべきものとのままでもよいものがあるそうです。その見極めもプロの技!栽培方法については生産者さんが探求された結果の一部で、天候や土壌の状態も大きく影響すると思います。園芸について分からないこと・困ったことがあれば、各営農経済センター(P15参照)へ。

● 「夏休み調べてみよう」の記事に興味を持ちました。小学校の自由研究のテーマに悩んでいる子どもさんも多いと思います。時代に合った内容で、とても参考になると思いました。(稲美町 原さん)

● JA 単純に「子どもと一緒に楽しむ」ではなかったかもかもしれません。ただ、将来を担う子どもたちにも知ってほしい、家族で一緒に考えたいと思ったり、文字も多めですが記事にしました。

● 「つくってみよう!今月の作物ダイアリー」大変参考になり、毎月楽しみにしています。家庭菜園に興味があり、子ども達(4歳と1歳)といっしょに共同作業をして楽しんでいます。(明石市 朝井さん)

● 「つくってみよう!今月の作物ダイアリー」ですが、未熟堆肥も含めて耕していたこともありました。これからは入れないよう気を付けます。(播磨町 山本さん)

● JA 種まきや植え付け時期に合わせた作物を掲載するように、年間計画で決

編集後記

「編集後記、読んでよ!」楽しみ」とのお言葉、ありがとうございます。生産者さんの記事などはキッチンとお伝えすべく、慎重にこだわって仕事をしています。ので、毎月バツバタ!最後に書き上げる編集後記は、油断した私の「素」が透けているようで、実はとても恥ずかしい。私をご存じの方々は、読みながら「らしいな」とニヤリとしていることでしょう。

まっぴりなので、原稿を関係部署と相談するたび、「へえー」や「ほー」が止まりません。家庭菜園も家族で楽しめるところが良いですね。子どもさんは、水やりとかされているのかな?

● 「旅たび倶楽部」の行き先を楽しみにしています。友人3人と意見が合えば、即申し込みします。(加古川市 山本さん)

● JA 気の置けない仲間との旅行は良いですね。私の友人もメールした途端「飛行機取ったよ」と返信があります(笑)。持つべきものは、行動力があり、頼れる友人なのかもしれません。

● ブドウ大好き。藤稜、グロースクローネ、電宝、初めて聞く名前も今度ふぁ〜みんで探してみたいと思います。グロースクローネが食べてみたいです。(明石市 清藤さん)

● JA 私もこの前初めて電宝を食べました。すんごい甘くて、瑞々しい!すべて農産物に出来ることなので、いろいろな品種が市場に出ています。自分の定番はコレ!もありまして、新しい美味しさを発見したいと最近、強く思うようになりました。

- ✦ 魚座 [2.19~3.20生まれ] 前に読んだ本や雑誌などを見返して。役立つ発見がありそう。困ったときは経験者に話を聞くのがおススメ
- ✦ 水瓶座 [1.20~2.18生まれ] 好調です。かなりの無理も今月なら通るはず。用意周到に漏れなく進めましょう。うれしい結果が待っています
- ✦ 山羊座 [12.22~1.19生まれ] 努力が空回りしがち。うまくいかないときは根本からやり方を見直してみる必要がありそう。下旬以降は好転の兆し
- ✦ 射手座 [11.23~12.21生まれ] 交友関係が活発化。楽しい時間を持てます。頼まれ事は引き受けて。あなたからのお願いも聞いてもらえるはず



JA兵庫南 特別幹旋会のご案内
初正月の御祝いに **お正月飾りご優待会**

銘木黒檀ケースや飾りやすいコンパクトタイプなど多数取り揃えております。

新作雛人形先行展示中!

JA組合員様特別価格
各種節句人形を
陳屋 店頭
上代価格より **30%OFF**
※一部除外品がございます

手づくりの人形製作(御・小売)じんや

陳屋
ニッケパークタウン南側
加古川寺家町商店街
TEL. 079-422-0277(代表)
FAX. 079-422-1686
http://www.jinya223.com/

※写真はイメージです。

と き 10月16日(土)より開催いたします。
と ころ 人形と結納の陳屋 加古川寺家町

●ご来店の際には本誌「ふぁ～みん Farming」をご持参くださいませ。ご成約時には粗品をプレゼント。
●お支払いは商品お届け後、JAよりご請求させていただきます。
●全国無料にて配達いたします。

当店駐車場はニッケパークタウン南側になります。

最新デジタル補聴器

無料お試し実施中

- Check /
- ひとつでも心あたりのある方はぜひご相談ください。
- ☑ テレビの音量が大きいと言われる
 - ☑ 玄関のチャムの音が聞こえづらい
 - ☑ 電話に出て聞こえづらい
 - ☑ 使用中の補聴器の雑音がうるさい、取り扱いが難しい など
- 聞こえに悩みの方

デジタル補聴器があなたの悩みにお応えします!!
今お使いの補聴器も点検・修理承ります。

お申し込みの流れ

お問い合わせ お近くの営農経済センターまでお問い合わせください。	お電話にてご連絡 専門スタッフが日程確認のお電話をさせていただきます。
ご自宅でご相談 相談、聴力測定、補聴器の体験。 ※ご自宅以外でも可。	無料お試し (最長7日間) ▶ ご購入 ▶ ご検討 ▶ ご購入(安心のアフターサービス) ▶ ご検討

JA兵庫南の まかせて安心! ハウスクリーニング

年末の大掃除 注文件数 **第1位**

▶ **台所換気扇クリーニング**
外壁から油が垂れていませんか?
鍋やコンロに油が落ちてきていませんか?
掃除箇所 フード、ファン、ドラム、スイッチ類、照明、電源コード、三枚羽(プロペラタイプのみ)、ねじ

フードのフッ素コート込み **22,000円(税込)**

さらにセットで人気のが

▶ **キッチンクリーニング 16,500円(税込)**

年末の大掃除 注文件数 **第2位**

▶ **浴室まるごとクリーニング**
ユニットタイプ **27,500円(税込)** 左記以外のタイプ **33,000円(税込)**
掃除箇所 天井、鏡、窓ガラス、カーテン、シャワー、浴槽、浴室扉、洗い場、浴室換気扇、バスタブ下(できる機種とできない機種があります)

お問い合わせ・お申し込みはこちら!! (受付時間/午前9時～午後5時)

- | | |
|------------------------------|----------------------------|
| 明石播磨営農経済センター ☎(078) 948-5380 | 稲美営農経済センター ☎(079) 496-5135 |
| 加古川営農経済センター ☎(079) 438-3930 | 高砂営農経済センター ☎(079) 447-0881 |

営農・生活 アグリふぁ～みん

農作業に欠かせない商品から暮らしに役立つサービスまで、JAのおすすめをご紹介します。

価格改定前の肥料特別販売 10月20日(水)～10月25日(月)

今後、肥料価格の高騰が予想されます
主な肥料の原料となっているチッソ・リン酸・カリの3要素は、そのほとんどを諸外国から輸入しています。そのような中、原料輸出国の国内需要優先政策の影響や海上運賃の上昇などの要因により、年末にかけて肥料の値上げが予想されます。JA兵庫南では、期間限定ではございますが、価格改定前に組合員の皆さまに下記肥料を特別価格にて販売させていただきます。ぜひこの機会にご購入ください。
なお、持ち帰り限定で、配達はできかねますのでご了承ください。

お問い合わせ・ご相談は、お近くの各営農経済センターまで。ふぁ～みんグリーンいなみ、ふぁ～みんSHOPかんき各店でも承ります。
※ふぁ～みんグリーンいなみ、ふぁ～みんSHOPかんきは火曜日が定休日です。※各営農経済センターは土日・祝日が定休日です。

数量限定

野菜・果樹・水稲および園芸全般に使用できる肥料

JA兵庫南化成48号 20kg
一般の化成肥料よりも濃度が濃く、施肥手間が少なく済みます。
(チッソ:16%、リン酸:16%、カリ:16%)
通常価格2,380円(税込)を
持ち帰り特別価格 **2,000円(税込)**

※ふぁ～みんSHOP二見・播磨店では「JA兵庫南化成48号」のみの販売となります

国産化成肥料444 20kg
低コストながら、国産で高品質な肥料です。
(チッソ:14%、リン酸:14%、カリ:14%)
通常価格1,800円(税込)を
持ち帰り特別価格 **1,600円(税込)**

3年連続日記 令和4・5・6年版

半世紀以上にわたって愛されるロングセラー商品!!



家事・生活に役立つ わが家の財産台帳付

3年間用 B5判 B5判 B5判
B5判 見開きで4日間3年分を記録
年月日・曜日入り 収支記録欄付き

3年連続日記 令和4・5・6年版 定価 **4,400円(税込)**
お近くの営農経済センターへお申し込みください。

詳しくはこちらから。ほかに便利な日記をご用意しています
佐々木の日記手帳

ピックアップ

金融

無料相談会のご案内

年金無料個別相談会

こんなお悩みありませんか？

ねんきん定期便の
見方や内容が
わからない！

定年後働くと年金は
もらえるのか？
お得な方法を知りたい！

手続きが面倒なので
『無料』で
お願いしたい！



年金受給を目前に控えている方を対象にした個別相談会です。同JA専属の社会保険労務士が、ねんきん定期便の見方から年金に関するお手続きまでご相談にお答えします。

日時 11月13日(土) 午前9時～正午(予約制)

会場 母里支店 ☎(079)495-0020

日時 11月17日(水) 午後1時～4時(予約制)

会場 加古川北支店 ☎(079)428-2153

相続・遺言無料(セミナー)個別相談会

こんなお悩みありませんか？

相続対策
教えて！

相続税は
かかるの？

相続手続きの流れ
について知りたい！

遺言・贈与
について

JA専属の財務コンサルタントが、お一人様1時間の予約制で相続・贈与・遺言に関する疑問や質問に個別にお答えします。

日時 11月9日(火) 午前10時～午後4時30分(予約制)

会場 伊保支店 ☎(079)447-0824

トータルアドバイザー(相続相談員)による
個別相談も随時対応しております

- ご自宅への訪問も可能
- 日程、時間調整が可能
- JA職員だからこそ、いろいろな相談が可能

共済

JA農産物直売所 自動車共済イベント開催!!

JA兵庫南の農産物直売所7店舗で当日、他社加入の自動車保険証券を持参いただいた方に先着順でJA兵庫南の特産品を差し上げます。

開催日 11月16日(火) 午前9時～正午

お見積りを希望される方は、現在ご加入の自動車保険の証券をご用意ください！

※開催場所によって実施内容は異なります。詳細につきましては、下記のお問い合わせ先へご確認ください。
※ご提供いただいた個人情報は、JA・JA共済連の事業およびご提案の目的以外で利用しません。

開催直売所	お問い合わせ先
ふぁ～みんSHOP魚住(明石市魚住町錦が丘4丁目11-5)	魚住支店 ☎(078)947-2323
ふぁ～みんSHOP二見(明石市二見町東二見210-1)	二見支店 ☎(078)942-1924
ふぁ～みんSHOP播磨(加古郡播磨町南野添3丁目6-6)	播磨支店 ☎(079)435-1591
ふぁ～みんSHOP八幡(加古川市八幡町船町20)	加古川北支店 ☎(079)428-2153
ふぁ～みんSHOPいなみ(加古郡稲美町岡岡3丁目21-3)	天満支店 ☎(079)492-0048
ふぁ～みんSHOP高砂(高砂市伊保1丁目4-1)	伊保支店 ☎(079)447-0824
にじいろふぁ～みん(加古郡稲美町六分一1179-224)	本店・共済部 ☎(079)424-1355

※イベントは急遽中止になる場合がございますこと、ご了承ください。

金融

JA兵庫南におまかせください!

募集期間
令和4年3月31日(木)まで

マイカー
ローン

教育
ローン

アグリ
マイティー資金

お申し込み時にセットで最大軽減金利が適用されます

給与振込 JAネットバンク・JAバンクアプリ 口座振替契約

iDeCoまたはつみたてNISA 定期積金



マイカーローン

最大金利軽減後
基準金利 3.475% (変動金利) → 年1.0% (保証料別途)

購入費用 他社自動車ローンの借換費用
免許取得費用 車検・修理費用

【お使いみち】自動車・バイク購入(中古車を含む)、修理、車検費用、借換等
【ご利用いただける方】18歳以上、勤続3ヶ月以上で、前年度税込年収が100万円以上の方
【ご融資額】500万円以内
※ただし貸付時年齢が満20歳未満または満71歳以上の場合は200万円を上限とし、満20歳以上の新卒内定者の場合は300万円を上限とする。
【ご融資期間】6ヶ月以上、10年以内(完済時80歳未満)
【ご融資利率】
●基準金利(変動金利)年3.475%
●給与振込み他、JAとのお取引により最大軽減金利適用中 最大2.475%軽減
【ご返済方法】●元均等返済 ●ボーナス時の増額返済もご利用いただけます
【担保・保証人】
●兵庫農信用基金協会の保証をご利用いただけますので原則として不要です
【ご用意いただく書類】
①本人確認書類(運転免許証・健康保険証) ②所得を証明するもの(源泉徴収票・所得証明書、等) ③注文書または見積書
④現在の借入れローンの返済予定表・残高証明書・返済用口座のお通帳(借換の場合)
※金融情勢により、金利見直しを行う場合もあります(令和3年10月1日現在)。
※ローンのお申込に際し、お客様のご希望に添えない場合もございますのであらかじめご了承ください。

教育ローン

最大金利軽減後
基準金利 3.475% (変動金利) → 年1.50% (保証料別途)

入学金 授業料 教育関係資金
他金融機関からの借換資金

【お使いみち】日本政策金融公庫「国の教育ローン」の対象校に準じる教育施設に就学するご子息の入学金・授業料・その他の学資に必要な資金
【ご利用いただける方】満20歳以上71歳未満、勤続1年以上で、前年度税込年収が150万円以上の方
【ご融資額】500万円以内
【ご融資期間】据置期間を含め最長15年(在学期間+9年)以内
※据置期間は、ご子弟の卒業予定年度の末日の6ヶ月後までの範囲内。
【ご融資利率】
●基準金利(変動金利)年3.475%
●給与振込み他、JAとのお取引により最大軽減金利適用中 最大1.975%軽減
●三大疾病保障特約付団体信用生命共済加入時+0.35%
【ご返済方法】元均等返済
【担保・保証人】兵庫農信用基金協会の保証をご利用いただけますので原則として不要です
※表記金利は令和3年10月1日現在の適用金利です。
※金利情勢により、金利の見直しを行う場合もあります。

アグリマイティー資金

変動金利
年0% (保証料別途)

借入金額 100万円以上 かつ融資期間 10年以内	JAで購入 その他	1年目	2年目	3年目	4年目以降
		0%	0.300%		1.175%
それ以外	JAで購入 その他		1.175%		
		1.300%			

【お使いみち】◎農舎・畜舎・その他施設建築資金 ◎農機具等購入資金
◎農村環境設備に要する資金 ◎農地の取得・改良・造成に要する資金
◎果樹・花木・家畜・家禽の導入、育成に要する資金 ◎その他農業資金
※資金使途により金利0%が使えない場合もあります。
【ご利用いただける方】当JAの正組合員の方、もしくはJAが定めた農業者の方
【ご融資額】必要資金額の範囲内で、融資残高の合計金額が5,000万円以内(個人)
【ご融資期間】17年以内かつ法定耐用年数等を勘案し、資金使途ごとに設定 ※据置期間3年以内を含む。
【ご融資金利】基準金利(変動金利)年2.100%
融資実行から最長3年間JAバンク及びJA兵庫南から利子補給を行います
JAバンクの利子補給制度は当初の借入金額が100万円以上かつ借入期間が10年以内であるものが対象となります
【ご返済方法】分割返済または一括返済
【担保・保証人】兵庫農信用基金協会の保証を受けられる方に限ります。
必要に応じ、担保・個人保証が必要となる場合があります
金額・機関等に依じた保証料をお支払いいただきます
詳細については当JAの融資窓口へお問い合わせください
※表記金利は令和3年10月1日現在の適用金利です。※金利情勢により、金利の見直しを行う場合もあります。

