

JAセラサ川崎 機関誌

# CERESA

6月号

2019 June

No.261

特集

セラサモスの隠れた魅力

<https://www.jaceresa.or.jp/>



# Contents

<b>特集</b> セレサモスの隠れた魅力	3
PICK UP	8
川崎探検隊 中幸町周辺を歩く	12
逸 私の好きなこと ゴルフの奥深さに魅せられて 多摩区・上原 こずえさん	14
ひゅうまん 農と住の調和を志す夫を支えて 高津区・関口 ヨシさん	15
POWER全開! 変わりゆく街並み、地域と歩む農園 中原区・和田 祐征さん	16
食&農 シシトウガラシ	17
農作業ノート 簡単ワケギ(分葱)栽培 営農技術顧問・衣巻 巧	18
セレサ通信 & 運勢	19
mail box & クロスワードパズル	20
JAからのお知らせ & 教えてJA! Q&A広場	21
インフォメーション	22
いきいきファーマーズ 麻生区・越畑 幸作さん 高津区・成田 憲一さん(成田 茂さん) 宮前区・矢澤 舜さん 多摩区・岸 勝明さん セレサモスからのお知らせ	23
DISH UP! けんちん汁 高津区・川辺 洋子さん	24

## 7月の行事予定

1日 (月)	セレサひまわり会の集い (12時～、15時～カルッツかわさき)
4日 (木)	セレサひまわり会の集い (12時～、15時～エポックなかはら)
5日 (金)	セレサひまわり会の集い (12時～、15時～エポックなかはら)
6日 (土)	第22回JAセレサ川崎夏季農産物品評会 一般観覧 11時30分～12時 即売会 12時～13時 (セレサモス宮前店)
8日 (月)	セレサひまわり会の集い (12時～、15時～麻生市民館)
9日 (火)	セレサひまわり会の集い (12時～、15時～麻生市民館)
15日 (月)	海の日
16日 (火)	定例理事会
18日 (木)	セレサひまわり会の集い (12時～、15時～高津市民館)
19日 (金)	セレサひまわり会の集い (12時～、15時～高津市民館)

※日程等は変更されることがあります

今月の  
表紙



### 《インゲンの収穫作業》

今月の表紙は、インゲンの収穫に汗を流す宮前区菅生の杉田広行さん。ナスやエダマメ、キウイフルーツなど年間70品目以上栽培し、20年ほど前から自宅近くで直売する他、スーパーにも出荷しています。

直売所では「お客さんに楽しんで買い物をしてほしい」との思いから、常に15品目以上の農産物が並ぶように準備。

また、減農薬栽培を心掛けるとともに使用量の目安をPOPで提示することで安心して購入できるようにしています。

これからの時期はトマトやキュウリなど夏野菜の収穫で忙しい日々が続きます。

意外と知らなかった!?

# セレサモスの 隠れた魅力7選



平成20年に麻生店、同27年に宮前店がオープンした、JAセレサ川崎が運営する大型農産物直売所「セレサモス」。

現在、来店者はオープンから累計480万人を突破し、売り上げも昨年度は約12億4千万円と順調に推移。今では新鮮で安全・安心な農産物が気軽に手に入れることができる直売所としてのイメージが定着し、広く地域の皆さまに愛されています。

一方、セレサモスには新鮮・安全・安心だけではなく、意外と知られていない情報がたくさんあります。

今号では、そんなセレサモスの“隠れた魅力”を紹介します。





# 出張販売を多数展開!

麻生店（麻生区黒川）と宮前店（宮前区宮崎）の2店舗を運営するセレサモス。実は、他の大型農産物直売所にはあまり見られない特長として、市内全域をカバーする出張販売網があります。「まだセレサモスへ行ったことがない」、「興味はあるけど家から遠い」といった声にお応えするべく、昨年度は年間747回もの出張販売を実施。管内の支店を中心に来店する他、時には地域で行われるイベントにも来店しています。中でも川崎南地区では各支店での出張販売を順番に開催し、東南部のお客さまにも新鮮な市内産野菜をお届けしています。

今年度からは、カラフルにラッピングされた「モスピー号」も登場。ますます盛り上がりを見せるセレサモス出張販売にぜひ一度足をお運びください。

セレサモスオリジナルキャラクター「モスピー」のイラストを多数プリントし、遠くからでも一目で分かるかわいいデザインとなっています。

今年5月から運用をスタートしたばかりですが、既に多くの出張販売の現場で活躍。街で見かけたらぜひ手を振ってください!

大型農産物直売所  
セレサモス



JAセレサ川崎



みなみ支店での出張販売はセレサモス出張販売の元祖とも呼べる場所。8年前から開催しており、当時のリピーターも多い人気の会場です。

住吉支店ではモスピーも登場。訪れた方に元気にあいさつしました!





魅力その①

# モスッピー号発進!



ホワイトを基調とした、軽ワゴンタイプもあります。

※モスッピー号は麻生店・宮前店に合計3台配備しています。



川崎産の新鮮野菜なら

川崎フロンターレエキサイトマッチでの出張販売の様子。試合前にもかかわらず、多くのお客さまでにぎわいました。

5月にオープンした黒川駅前の複合施設「ネスティングパーク黒川」のオープニングイベントの様子。地域のイベントにも登場し、地場産の野菜や果物、花などを販売しています。







魅力その③

## 使い方無限大! モスピーホール

セレスアモス宮前店の2階には、7つのアイランドキッチンやプロジェクターなどを完備し、講習会や料理教室、体験教室などさまざまな目的で使用可能な多目的ホール「モスピーホール」があります。

写真は「GoGo!!田植えレンジャー」収穫祭の様子。親子約100人がしめ縄作りに挑戦しました。

目的や用途に応じてさまざまな体験が可能な同ホールは都市農業の情報発信や地産地消を肌で感じることができる施設として、日々さまざまな活動が行われています。



しめ縄作りに挑戦する親子



魅力その⑤

## 安全安心はこうして担保 生産履歴記帳支援システム

セレスアモスでは新鮮で安全・安心を担保するためのさまざまな取り組みを実施しており、「生産履歴記帳支援システム」はその中核の1つとなっています。

農薬の適正使用遵守を確認するシステムで、生産者が定められた様式に、農薬の種類や量を記録した用紙をスキャン。その使用情報が、登録外農薬の使用であったり、適正な使用時期や方法と異なる場合は、値札バーコードが発券されない(出荷ができない)仕組みとなっています。

その他、営農部門でも営農技術顧問らが出向き、GAPの巡回指導を行うなど、多角的な方法で市内産農産物の安全安心を担保する取り組みを続けています。



確認作業を行うJA職員



魅力その②

## 困ったときはお任せ! 食育ソムリエ



食育ソムリエイベントの様子

食育ソムリエとは、「おいしいトマトはどんなトマト?」「この野菜どうやって食べるの?」といった農産物に関する疑問をお客さまにアドバイスできるよう、一般社団法人JCS総研が独自に認証した資格です。

農産物の旬や特徴、保存方法など、お客さまの疑問にお答えします。

セレスアモスでは、現在15人が食育ソムリエとして活動しています。

また、毎月食育ソムリエイベントを開催し、季節の新鮮食材を使った料理の試食やレシピの紹介をしています。



魅力その④

## 信頼のJAネットワーク 提携先JA商品

端境期の時期など、地場産野菜の供給が難しいとき、県下JAをはじめ、全国のJAから新鮮な農産物や加工品を仕入れ、1年を通して新鮮な農産物を提供しています。内容はさまざま、他のスーパーではあまり見られない提携先JAの加工品も販売します。

また、周年フェアなどのイベント開催時は提携先JAの職員自らがセレスアモスへ販売に訪れ、地元ならではの会話も織り交ぜながら楽しく販売をしています。

麻生店オープン当初から毎年来ていただいているJA



笑顔で接客するJA氷見市西川課長

氷見市では、毎年氷見市名産のはとむぎを使用したお茶や、氷見牛コロッケを販売。また立山連峰の水で育った米「ひみ穂波」の量り売りを行っており、毎年JA氷見市職員が来るのを楽しみにしているお客さまも多いです。



魅力その⑦

## 新鮮野菜を子どもたちに 中学校給食食材供給

一昨年よりスタートした、中学校給食への地場産野菜の提供もセレサモスが拠点となっています。

昨年度は、市内にある3か所の給食センターと、自校調理を行う4校へ累計77回、約10トンの市内産農産物を供給。若い世代とその親世代に対し広く川崎農業をPRしています。

今年度は取引量を約15%増加させる予定で、さらなる地産地消の推進を目指していきます。



食材を積み込むJA職員

魅力その⑥

## 農業の魅力発信 農業情報センター



季節に応じた農業の魅力を発信

セレサモス麻生店の入口を直進した先にあるのが農業情報センター。お客さまにより市内農業やセレサモスのことを知ってもらえるよう、出荷者の写真や農業の情報パネルを多数展示しています。

また、季節ごとにさまざまなフェアを開催。さらに、農業情報センターの取り組みとして、川崎市と連携した農業イベントを行うなど、周辺の自然が豊かな麻生店の立地を活かしたさまざまな活動の拠点として、単なるイベントスペースではない多様な役割を果たします。



セレサモスにはまだまだたくさんの魅力があります。都市農業振興のシンボルである両店舗が仕掛ける多彩な取り組みは、今後もさらに進化、発展を続けていきます。また、何よりの最大の魅力は、新鮮で安全・安心な市内産農畜産物を皆さまにお届けできること。ぜひ今一度店舗や出張販売へ足を運んでいただき、生産者が一生懸命育てた野菜や果物、花などをお買い求めください。

今後もJAセレサ川崎は生産者をはじめとする組合員、地域の利用者の方々のために、食と農を守り豊かな暮らしの実現をめざして都市農業の振興と地域社会の発展に貢献してまいります。

セレサモスや出張販売の情報はリニューアルしたJAセレサ川崎のホームページでご確認いただけます。下記QRコードをご利用いただくか各検索サイトで「**セレサモス**」と入力してください。

セレサモス  
ホームページ



出張販売の  
情報はこちら



セレサモス麻生店	
所在地：	川崎市麻生区黒川172 TEL.044-989-5311
営業時間：	《4月～10月…10:00～18:00》《11月～3月…10:00～17:00》
定休日：	毎週水曜日、年末年始他
セレサモス宮前店	
所在地：	川崎市宮前区宮崎2-1-4 TEL.044-853-5011
営業時間：	《通年…10:00～18:00》
定休日：	毎週水曜日、年末年始他





## 准組合員も出席

## 都市農業の未来共有

J Aは5月29日、J Aや地域生産者の取り組みを発表する地域農業振興大会を本店で開きました。今年度は初めて准組合員も招待し、生産者やJ A役職員らと一緒に、市内農業の現状や描く未来を共有しました。

同大会は、平成28年3月に策定したJ Aの「第二次地域農業振興計画」に基づき毎年開催しているもの。今年度は、女性部員や若手生産者など昨年度224人を大幅に上回る364人が参加しました。

従来、出席者は業態別組織役員やJ A役職員、行政など限定的でしたが、より広く川崎の農業を知ってもらおうと、今年度初めて准組合員を招待。J Aの



進捗状況を発表する職員

オープンカレッジの参加者など17人の准組合員が出席しました。

同計画の進捗状況を職員が報告後、生産者2人が、新しい栽培方法への挑戦や、就農した息子に対する思いなど、それぞれのテーマで講演。また、正面玄関ではJ Aの農機貸出事業で使用する農機を展示した他、ホール入口に中原区の生け花「草月流」本部講師、石倉菘清さんによる「野菜の盛物」を飾るなど、会場内外で幅広い取り組みを発表しました。J Aでは、今後さまざまな取り組みを通じ、准組合員や地域利用者をはじめとした幅広い世代に対し、市内農業のPRを継続していきます。



発表に耳を傾ける出席者

## 出荷者の

## 意思統一をはかる

セレスモス出荷者大会を5月15日、モスビーホールで開き、出荷者とJ A役職員合わせて約1100人が出席しました。

冒頭、原修一組合長が昨年12月に宮前店の来店者数が100万人を突破したことに触れ、「今年も皆さんに協力をいただきながら、多くの市民に愛される直売所を目指していきたい」とあいさつしました。その後、昨年度の売上実績や月別の委託・仕入販売品の順位などの報告をした他、出荷部門別に売上上位者を表彰しました。

また今大会では、担当職員がアスパラガス栽培の普及に向けた取り組みやエタマメの秋どり栽培の研究成果などを報告。出荷者に活用を呼び掛けました。



あいさつする原組会長

## 花と動物の祭典

## にぎわう

「花と緑の市民フェア」が5月18日と19日、中原区の等々力緑地で行われ、19日に行われた「市畜産まつり」と合わせて、約50000人の市民が花や動物とのひとときを楽しみました。

会場では、フェア前日にJ A花卉部が開いた花の品評会の出品物を即売した他、植木や花鉢物、新鮮な農畜産物を販売。来場者は目当てのものを見つけては両手いっぱい買い求めていました。

また、「市畜産まつり」では、羊の毛刈りやバター作り体験など、多様なイベントを楽しむ多くの市民でにぎわいました。



ふれあい動物園で動物と触れ合う親子



## 実践研修で担い手支援

アグリスクールの開講式と第1回講義を5月9日、市農業技術支援センターで開きました。

新規就農者やUターン就農者ら22人が受講し、野菜や果樹の栽培に関する知識を深めました。当日は、JAの営農技術顧問らが講師を担当。野菜と果樹の病害虫防除や農薬使用上の注意点などについて説明しました。その後、同センター内の畑に移動し、果樹類の定植やスイートコーンの播種を実施しました。受講者は「座学だけではイメージが湧きにくかったが、実際に現場で学ぶと、身に付きやすい」と研修の成果を実感していました。



講師の説明を聞く受講者

## 栽培法の普及に向け初の講習会

JAは5月16日、多摩区の明治大学生田キャンパス内の畑と麻生区、宮前区の生産者の畑で、委託研究契約締結後初となるアスパラガス「採りつきり栽培®」の講習会を開き、3会場合わせて約50人が受講しました。

当日は、同大学の学生らが講師を務め、倒状対策や害虫防除などについて説明。同栽培法の共同開発者のパイオニアエコサイエンス(株)の松永邦則さんはアスパラガスの栽培で良い根を作る重要性を伝えました。

受講者は「今回の講習会で学んだことを活かし、質の高いアスパラガスを作っていきたい」と話しました。JAは今後も同大学と連携して、アスパラガスのブランド化を目指してまいります。



害虫について説明を行う  
明治大学の学生

## 親子で農業への理解を深める

生田地区協同活動強化委員会は5月18日、同地区で初となる親子農業体験教室を多摩区の畑で開き、7組22人の親子がサツマイモ苗の植え付けとラッカセイの種まきに汗を流しました。

当日は、JA職員から「サツマイモの苗は横に寝かせるように植えて」となどと説明を受け作業を開始。全員で協力して植え付けと水やりを行いました。

参加した親子は「野菜の栽培管理について知ることができ勉強になった」と話しました。

## サツマイモの植え付けを体験

麻生区の市立栗木台小学校の1年生と2年生が5月23日、同校付近にある黒川の畑で、サツマイモ苗の植え付けを体験しました。

当日はJA職員が作業方法を説明。児童は3本の苗を手に取り、水やりまで丁寧な作業を行いました。

児童は「まっすぐに植えるのが難しかった」「草むしりをがんばりたい」と語り、身近な場所で行われている地元の農業



サツマイモ苗の植え付けを楽しむ家族



説明に耳を傾ける児童

の苦労や喜び、大切さを感じる貴重な体験となりました。



## 健康大学

### ヨガで貯筋



ヨガのポーズをとる参加者

健康大学ヨガ講座を5月9日本店で行い、組合員や地域住民など計41人が参加しました。同大学はJA健康寿命100歳プロジェクトの取り組みとして毎年開校。年間を通じてさまざまな健康講座を開催します。ヨガ講座は年11回を予定。初回のヨガでは、講師の秀子・セティ氏が「ゆっくり無理をせず、できる範囲で」とアドバイスし、参加者は呼吸を整えながらヨガに取り組みました。

参加者は「心身ともにリフレッシュできた。今後も続けて参加し、健康維持に努めたい」と意欲を見せました。

## 美しいハーモニーで

### 気分爽快



きれいに響き渡るハーモニー

女性部川崎南支部は5月30日、今年度より「健康のための楽しいコーラス」をテーマとして、新たに活動が始まった「コーラスグループ」の4回目の練習をみなみ支店で行い、12人が参加しました。

当日は、同支部の上野二葉さんが講師を務め、童謡「ふるさと」を練習。最初は全員が同じ音程を歌っていましたが、徐々にパートを増やし、最後は三声の美しいハーモニーが部屋中に響き渡りました。

参加した女性部員は、「みんなで声を出すことは大変気持ちが良い。この練習の後は一日頭がスッキリする」と笑顔で話しました。

## 農具等の

### 研ぎ方を学ぶ



包丁の研ぎ方を学ぶ参加者

女性農業担い手の会「あかね会」は5月16日、都市農業振興センターで農業技術講習会を開き、18人が参加しました。

当日は、JAの吉田敏政営農技術顧問が「農具等の研ぎ方」をテーマに包丁と鎌の研ぎ方を実演しました。参加者は吉田顧問から「包丁を研ぐ時は刃先と砥石を15度の角度で固定し、力を入れずゆっくり研いで」とアドバイスを受け、その後、作業を開始。各々が持参した包丁と鎌を砥石の種類や角度に注意しながら研いでいきました。

参加者は「学んだ技術を活かして、農作業の効率化を図りたい」と話しました。

## 特別セールで

### 生産者を応援



肥料を注文する来店者

4月27日から29日までの3日間、経済センターとパーシモンで、在庫全商品10%引きのゴールデンウィーク特別セールを開き、両店合わせて625人が来店しました。

同セールは、肥料や生産資材等の安価供給により、生産コストの低減をはかり、生産者の農業所得増大につなげることが目的です。

当日は肥料などをまとめて購入する人も多く、積荷をするフォークリフトもフル稼働し、連日大盛況でした。

来店者は「よく使うものが安くなっているので、いつもより多めに購入した。ぜひまた開催してほしい」と話しました。



## 熱戦を繰り広げたゴルフ大会

第22回組合長杯チャリティーゴルフ大会を5月24日と27日、千葉県市原市の立野クラシック・ゴルフ倶楽部で行いました。両日とも天候に恵まれ、300人が日頃の成果を競い合いました。

上位入賞者は次の通りです。

【1日目(24日)】

優 勝 勝 関口勝(上作延)  
準優勝 大津敏彦(宿河原)  
第3位 荻野治男(柿生)  
ベストクロス賞

【2日目(27日)】

優 勝 鹿島政美(中原)  
準優勝 安藤今朝廣(鷺沼)



24日の上位入賞者の皆さん

第3位 渡辺健司(千代ヶ丘)  
ベストクロス賞

男性 尾崎幸彦(中原)  
女性 井上幸子(野川)

敬称略( )内は支店名



熱戦を繰り広げた参加者



27日の上位入賞者の皆さん

## ウォーキングで歴史を巡る

中原地区協同活動強化委員会主催の健康ウォーキングを5月22日に行い、JA利用者ら43人が参加しました。

当日は、久地駅前支店を出発し、国の登録有形文化財に指定されている久地円筒分水や、江戸赤坂御門から雨乞いで有名な大山阿夫利神社(現在の神奈川県伊勢原市)をつないだ大山街道に関する資料を展示した大山街道ふるさと館を訪れるなど約3kmの道のりを2時間かけて歩きました。

参加者は「体を動かしながら、周辺地域のことを学ぶこと

ができてとても楽しかった」と笑顔で話しました。



散策する参加者

## 女性部 新部長を選出

女性部通常総会を5月17日、本店で開き、部員やJA役員ら299人が出席しました。

総会では平成30年度の活動報告の他、今年度の活動計画の承認や役員改選などを実施。新部長には柿生支部の小林あさ子さんが選ばれ、「女性部とJAセレサ川崎の発展につながるよう心掛け、活気ある女性部活動を目指したい」とあいさつしました。



新部長の小林さん



## 中幸町周辺 を歩く

地域住民に親しまれる街を巡る



### 中幸町

幸区の南東部に位置し、近くには多摩川が流れ、隣接地区にはラゾーナ川崎やミュージア川崎などの大型施設が立ち並ぶ。町内にはいくつかの商店街があり、昔ながらの商店と新しい商店が混在し、魅力ある商店街をつくりあげている地域。



近くの公園で子どもたちが元気に走り回っている姿を眺めながら歩き進むと、さつきとは違っ

た、花屋を見つけた。中に入ると、色とりどりのたくさんの花がありました。花の香りを楽しみ、店を後にし、しばらく住宅街を歩きます。

今回はJR南武線尻手駅で下車し、街歩きへ出発します。改札を出て、大通りに向かって歩き、交差点を左に曲がります。少し通りを歩き、右に曲がると、商店街が見えてきました。どんなお店があるか気になり、散策してみると、老舗の雰囲気漂う和菓子屋に到着。店内には店主手作りの和菓子などが並び、人気の「ごら焼」を購入しました。

店を後にし、再び歩き進めると、花屋を見つけた。中に入ると、色とりどりのたくさんの花がありました。花の香りを楽しみ、店を後にし、しばらく住宅街を歩きます。

次はどこへ行くのかなと考えていると、散歩中の方が「地元の方が集まるカフェがあるよ」と教えてくれたので早速向かってみます。カフェに到着すると、ちょうどランチタイムだったので、店主おすすめの手作りキーマカレーをいただきます。こちらのカフェでは食堂や運動などのイベントを行っているそうです。いろいろと楽しい話を聞かせていただいたところで、今回の街歩きは終了。皆さんも、地域に根付く場所を探し、人々と交流してみたいかがでしょうか。

商店街が1歩いてみると、おいしいそうなパン屋さんを発見。店内に焼きたてのパンなどがずらりと並び、イチオシのクリームパンを購入しました。

### 4 コミュニティカフェ メロディーココ



「シニア世代や子育て中の方など多世代の方が集う居場所を作りたい」との思いで、2019年4月にオープンしました。住み慣れた街でより良い生活を送るためのサービスを提供しています。「ココに来ると誰かに会えるココに来ると誰かとつながる」をコンセプトに日々さまざまなイベントを行っています

所 幸区中幸町4-21 エステート鳥養1F 営 11:00~17:00 休 土曜日・日曜日

ランチタイムにはドライカレーやハンバーグなどのワンプレートランチやホットサンドウィッチのメニューがあります。ランチ以外にもカフェタイムの際のケーキなど、すべて手作りで、食材や栄養バランスなどにもこだわっています



楽しいイベント

うたごえ喫茶や落語などさまざまなイベントを開催しています。誰でも参加でき、交流の場にもなり、参加者からは「友だちもできて楽しい!」と好評です



店主おすすめ



# 1 新岩城菓子舗



1931年に創業し、地元住民に親しまれている和菓子屋さん。創業時から四代目となった今まで、「お客さまの一生に寄り添う」という大切な想いを家族で守り続けています

所 幸区南幸町1-1 営 8:00~20:00 休 火曜日

## 手作りの品々♪



店内に並ぶ約40種類の和菓子などは、国産素材で一品一品心を込めた手作りの品です。日本の文化や旬の味を和菓子で伝えるため、12か月という時にあわせ、その月のおすすめ品を「時の味」として提供しています

おいしく食べてもらうために毎朝焼いている「朝どら」やかわさき名産品として認定されている店オリジナルの「川崎ポテト」はお土産におすすめです

## 人気のお土産



幸区の新堀ファームから甘みや水分量などにこだわった新鮮でおいしい農産物を仕入れ、いちご大福や珍しいトマト大福を作っています。「トマト大福」は見た目がかわいらしく、甘いトマトと大福との相性が抜群と好評です

# 2 光琳堂



10年前にオープンし、地域の方から愛されている花屋。店内には色とりどりの季節の花をはじめ、約30種類の切り花やポット苗などが取りそろえられています



店頭販売の他、記念日や誕生日などのアレンジメントも行っています。6月下旬からは「ヒマワリ」がおすすめです

## 豊富な品ぞろえ

所 幸区中幸町3-7-2 営 10:00~19:00 休 日曜日

# 3 ポコアポコ



2006年9月にオープンし、「おいしい」とお客さんから人気のパン屋。老若男女を問わず、地域住民を中心に親しまれ、昼頃になると多くの来店客でにぎわっています

## おいしう



店内に並ぶ約60種類のパンやサンドウィッチはすべて生地から手作り。タルタルソースやミルククリームなどは自家製で、無添加にこだわり、ふんわりもちもちのパンは子どもに大人気です

カスタードとジャージー牛乳カスタードの2種類を入れたオリジナル商品です



## 人気のクリームパン

所 幸区中幸町4-42 営 10:00~19:00(平日) 8:00~19:00(土曜日) 休 日曜日・祝日







私の好きなこと

# ゴルフの奥深さに 魅せられて



10年前、50歳を機に何か新しいことを始めようと思いい、ゴルフに挑戦。当初は空振りしたり、当たっても球が真っ直ぐに飛ばず距離も伸びないなど、思っていたよりもずっと難しいと感じました。室内レッスンでクラブの振り方など基本的な動作を練習し、月2回のラウンド練習ではコースの経験を積み、今では年間を通じて10回ほどコンペに参加。昨年の農友会ゴルフ大会では初優勝しました。ドライバーが良くてもパターがダメなど、思うようにいかないのがゴルフのおもしろさでもあり、一



打減らす難しさが、もっと上達したいという原動力になっています。ゴルフを通じて、普段関わりのない地区の人と、性別や年齢関係なく交流できることも楽しさの一つ。また、家族の理解のもとでゴルフを続けられている分、普段の家事も手を抜かないよう心掛けることで日常生活にメリハリが生まれ、健康管理にも気を付けるようになりました。ゴルフは年を重ねてからもスコアを伸ばせるスポーツ。いつまでも向上心を忘れずに、できるだけ長く続けていきたいです。

## PROFILE

多摩区菅稲田堤  
**上原 こずえ**さん

4人の子育ても終わり、日々趣味のゴルフを楽しんでいます。

近くに住む孫たちがよく遊びに来るので、家族とにぎやかな毎日を過ごしています。





# ひゅうま HUMAN まん



## 農と住の調和を志す夫を支えて

高津区上作延 関口 ヨシさん

農地と宅地が整備された自宅の周辺は、30年ほど前まで畑や竹林、住宅が混在する地域でした。

当時、夫と約70坪の畑で定番野菜など年間約20品目栽培。周辺は竹林が広がり反対側の道に行くには遠回りしなければならず、地域住民にとっても不便な状況でした。

そうした中、突如夫が心臓に痛みを訴え入院しました。治療を受けながらも日々解決策を思案していたところ、埼玉県で実施された農地と宅地を分けて整備する区画整理事業の新聞記事を発見。この事業を取り入れることで問題が解決すると確信しました。

退院後に夫は、同事業の実施に向け他の地権者やJ/A、行政に協力を要請。昭和59年に県内初の農住組合「川崎市上作延農住組合」を設立し組合代表理事に就任しました。就任後も関係者との会議な

ど病を抱えたまま精力的に動く夫の負担を減らしたいと、農作業はすべて引き受け、食事は鶏肉や野菜中心に変更。農業と家庭の両立で休む間がありませんでしたが、ふと夫が「いつも支えてくれてありがとう」ともらした言葉に夫を支えたい思いが一層強くなりました。

工事期間中は来客や電話が多く、夫の不在時は間違えないよう伝言を聞き取り、整理した上で報告。同事業に間接的ながら力になったことにやりがいを感じました。

農と住の調和した地域は、平成3年に完成し、それから数年後に夫が他界。悲しみでしばらく農業ができませんでしたが、新しい公園で遊ぶ子どもたちの笑顔に元気をもらい再び励むことができました。

これからも体が動く限り、夫と地域の方々が協力して作ったまちで農業を続けていきます。



# POWER 全開!

## 『変わりゆく街並み、地域と歩む農園』

中原区今井仲町 和田 祐征さん



7年ほど前に祖母と母が体調を崩したことを機に「家族の支えにならたい」と実家に戻り就農を決意しました。

現在は武蔵小杉駅にほど近い13坪ほどの畑で、父と2人でモロヘイヤやエンサイ、ブロッコリーなど年間約10品目の野菜を栽培しています。

就農当初は農業知識もほとんどなく、家族の看病もある中で試行錯誤を繰り返す毎日。たくさんの本や資料を読み漁り、アグリスクールにも通い技術を学びましたが、限られた畑と時間の中で、慣れない農作業に苦労しました。

徐々に仕事を覚え、自分のスタイ

ルで農業をしていきたいと考えていた頃、病害に強く収量も見込めるのではないかと始めたモロヘイヤが、お裾分けした近所の方から「おいしかったよ」と声を掛けてもらいました。

これがきっかけとなり、その後はエンサイなどの高温に強い野菜、のらぼう菜などの収穫期間が長い野菜と、収量もありながら、かつ市場にはあまり出回らない付加価値の高い品目に絞った栽培を開始。次第に評判となり、セレサモスの他、今では地元の大形スーパーへ出荷するなど販路の拡大にもつながり、手応えを感じています。

また、昨年からはブルーベリーの栽培にも本格的に挑戦。今はまだ株の養成中ですが、同生産技術に長けた千葉県の実産者まで直接出向き、栽培のコツを学んでいます。

将来的には、今ある野菜やブルーベリーの出荷だけでなく、収穫体験など誰もが楽しく農に親しめるような環境を作っていきたいです。

さまざまな人が集まり、日々変わっていく小杉地区。その周辺にいる生産者の一人として、地元の方や新しく暮らし始めた方、子どもや大人も、皆さまに広く愛される農園を目指して努力していきます。

### Power's Voice

地元の消防団に5年ほど前から入団しています。毎月の器具点検の他、町内の防災訓練など地域の防火防災に努めています。

また、操法大会前は週3回の厳しい訓練を約2か月行い、チーム一丸となって優勝を目指します。







# シントウガラシ

ナス科トウガラシ属で、  
原産は中南米。  
トウガラシには辛い  
「辛味種」と、辛みの少ない  
「甘味種」があります。シ  
ントウガラシはピーマ  
ンと同じ「甘味種」です。  
日本へは、16世紀に辛味  
のある唐辛子が伝来し、  
明治時代になると欧米か  
ら甘味種が導入され、一般  
に広まったのは第二次世  
界大戦後とされています。  
保存の際は、新聞紙な  
どに包んでポリ袋に入れ  
て、冷蔵庫の野菜室で保  
存しましょう。



## 麻婆シントウ



### 材料(2人分)

- シントウ …… 1パック
- ナス …… 1本
- 豚挽き肉 …… 120g
- ショウガ …… 1片
- ニンニク …… 1片
- 水溶き片栗粉 …… 適量
- ★ 豆板醤 …… 小さじ1
- ★ 甜麺醤 …… 大さじ1
- ★ 醤油 …… 小さじ2
- ★ 水 …… 60cc
- ★ 鶏ガラスープの素 …… 小さじ1
- サラダ油 …… 適量

### 作り方

- ① シントウはへたを取り、ナスは一口大の大きさに切る。ショウガとニンニクはみじん切りにする。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、ショウガとニンニク、シントウ、ナス、挽き肉を入れて炒める。
- ③ ②に☆を入れて混ぜ合わせ、最後に水溶き片栗粉でとろみをつけたら、できあがり。

シントウガラシは、先端のくぼみが獅子の口のように見えることから、「獅子唐辛子(ししとうがらし)」と名付けられたといわれています。ピーマンと同様、完熟すると赤くなりませんが、通常は未熟な緑色のうちに収穫して食用としています。

シントウガラシはハウス栽培が盛んで1年中出荷していますが、旬は6月～8月頃。最もおいしい時期は太陽をたくさん浴びた夏です。ビタミンCが豊富で、免疫力アップや風邪予防、美肌効果などが期待でき、夏の疲労回復にも効果的です。

シントウガラシのビタミンCは加熱しても壊れにくく、炒めものや揚げ物など油を使って調理すれば抗酸

化作用がアップします。揚げ物などをする場合、シントウガラシの中の空気が膨張して破裂すると危険なので、必ず爪楊枝や包丁の先で所々に穴を開けてから調理しましょう。

シントウガラシは、基本的には辛くない品種ですが、まれに唐辛子のように辛いものがあります。栽培時に、乾燥など強いストレスの中で育つと辛くなるといわれています。

購入の際は、鮮やかな緑色でツヤがあるものを選びましょう。また、へたがしっかりとっていて、切り口が新鮮なものがおすすめ。種が黒くなつてしまっているものは鮮度が落ちている証拠です。小ぶりサイズのものの方が味がよいとされています。





# 簡単ワケギ(分葱)栽培



営農技術顧問 衣巻 巧

## 作型と品種

- ワケギはギリシャ原産と考えられ、ネギと分けつ性タマネギの交雑種で株分れが旺盛なため、ワケギ(分葱)と呼ばれています。収穫時は、地下部がやや膨らんだ株形になります。なお、分けつ性の葉ネギは、ワケネギと呼ばれ、別種の作物です。ワケギは、冬から早春が旬で初夏には、地下に鱗茎を作ります。地上部は枯れて夏眠しますが、晩夏～初秋には休眠から覚め、芽を出し始めます。ネギとタマネギの交雑種であるため、種はできず、栄養繁殖した種球を植え付け栽培します。
- 生育適温は15～20℃で、盛夏を過ぎた8月下旬～9月中旬が植え付けの適期となります。
- 品種は、栄養繁殖による自家採取のため、全国にいろいろな系統があり、「寒知らず」や「長峰系」、「横須賀系」、「種子島系」などがあります。



## 施肥例(1a当たり)

- 元肥：堆肥200kg、苦土石灰10kg、過磷酸石灰5kg、ジシアン有機入化成S806kg
- 追肥：NK化成2号 生育を見て 2kg程度

## ＜ワケギ作型＞

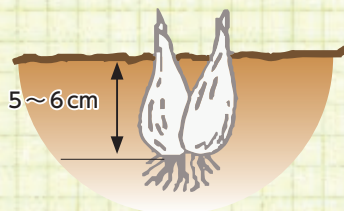
月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
作型	□							○	○			

○：植え付け、□：収穫

## 植え付け

施肥後、条間45cm 株間25cm程度の穴あき黒マルチを敷きます。植え付けは、土壌がある程度水分を含んだ状態で行い、種球の上部が土より少し出るように2～3球ずつ種球の皮をはいで、差し込むように植え付けます。植え付け後2～3週間すると芽が出てきます。その後生育を見て、株元に追肥、土寄せを行います。

図1 植えつけ



先端が隠れない程度に種球を指先でつまんで真っすぐに植える

先端が少し地上に出るくらいに浅植えにする

## 収穫

収穫は、草丈30cmほどになったら行い、株張りがよいものから順次収穫します。また、青い部分だけ刈り取り、刻みネギとしても利用できます。

## 種球の維持

収穫しなかった株は、5月中旬～6月上旬ごろには地中部に球を形成し、葉は枯れます。掘り上げて風通しの良いところに保存し、次作の種球とします。

## 農業登録内容の変更情報

○トリフミン水和剤(5月30日から変更)  
 〈いちじく 株枯病〉 収穫30日前 6回 1ℓ/株 → 前日 4回 1～10ℓ/株

※JAでは、本欄で執筆している営農技術顧問による営農相談コーナーを開いています。病害虫被害の場合は、被害作物をお持ちいただくと助かります。開催日は22ページをご参照ください。

## ＜営農技術顧問＞

	担当業務	出勤日
志村 隆	花き・植木栽培指導、病害虫全般	月・火・木・金
片木 新作	果樹栽培指導、病害虫全般	月・水・金
吉田 敏政	野菜栽培指導、病害虫全般	月・火・水・木
衣巻 巧	野菜栽培指導、病害虫全般	月・火・木・金

※記載日は基本の出勤日で、休暇・行事によっては不在の場合があります。



# セレサ通信

## 職員が考える改革を実践

今月号から「農協改革」のコーナーをリニューアルし、JAの取り組みやお知らせしたい情報などを掲載いたします。今回は、JAが実践している職員発案の新たな取り組みについて紹介します。

JAでは昨年10月、第8次総合3か年計画の策定にあたり、職員の意見も取り入れようと「新たな取り組みの企画」と題して、全職員から部門に縛られない自由なアイデアを募集しました。

その結果、金融共済事業や営農経済事業などに関する企画105案が集まりました。

中でもセレサモスを通じて市内産農畜産物をPRする提案が多く、昨年度700回以上行った出張販売の経験を活



黄緑色のバンタイプのモスピー号



白い軽ワゴンタイプのモスピー号



新しいセレサの名刺

かし、移動車両3台を「モスピー」のラッピングカーにしました。

3台の車両は「モスピー号」と名付けられ、黄緑色を基調としたバンタイプ2台と、白を基調とした狭い道も通れる軽ワゴンタイプ1台が、市内各地でセレサモスをPRしています。

また、職員が日常業務で使用する名刺も変更。表面にモスピー、裏面にはセレサモス両店舗の地図を掲載し、これまでにセレサモスを利用したことがない市民へのPRにも力を入れています。

JAでは、今後も職員のアイデアなどを活かしながら、市内農業のPRに励み、農業所得の増大・農業生産の拡大に向けた取り組みを進めてまいります。

## 7月の運勢 モナ・カサンドラ

### ♈ おひつじ座 3/21~4/19

**【全体運】**自己主張が強くなる暗示。特に家族など、親しい人に強引さが出やすいので、反省を。気分転換には散歩が有効  
**【健康運】**良好。体を動かすことで、開運の兆し  
**【幸運の食べ物】**桃

### ♉ おうし座 4/20~5/20

**【全体運】**知的好奇心が旺盛になる時期。人気ジャンルほど耳寄りな情報をキャッチしやすいかも。日帰り旅行もお勧め  
**【健康運】**体力の過信はNG。準備運動も忘れずに  
**【幸運の食べ物】**スズキ

### ♊ ふたご座 5/21~6/21

**【全体運】**感受性が豊かになります。オペラやお芝居などの舞台作品を楽しんでみては。美術館を巡るのも良い刺激に  
**【健康運】**運動を日課にすれば、体調が向上くはず  
**【幸運の食べ物】**エダマメ

### ♋ かに座 6/22~7/22

**【全体運】**自己アピールに最適。やってみたかったことにチャレンジを。外出するとラッキーハプニングに出合える予感も  
**【健康運】**食生活を見直す好機。体質改善に効果が  
**【幸運の食べ物】**ズッキーニ

### ♌ しし座 7/23~8/22

**【全体運】**何かと迷いが生じやすい傾向に。1人で悩まず、信頼できる相手に相談を。リフレッシュするには足湯が正解  
**【健康運】**行動力は増すものの、小さなけがに注意  
**【幸運の食べ物】**アワビ

### ♍ おとめ座 8/23~9/22

**【全体運】**共通の楽しみを持つ仲間との交流が幸運。飲み会などに誘われたら、気軽に参加を。新しい趣味を始めるのも◎  
**【健康運】**睡眠の質を高めれば、調子が上がりそう  
**【幸運の食べ物】**ニンニク

### ♎ てんびん座 9/23~10/23

**【全体運】**注意力が散漫になりやすい月。慣れている作業でも確認は必須です。また、独断で動く問題と呼ぶ可能性あり  
**【健康運】**安泰。血行促進を図ると、なおグッド  
**【幸運の食べ物】**シジミ

### ♏ さそり座 10/24~11/22

**【全体運】**伸びやかムード。活躍の場が広がりそうなので、積極的にアクションを起こしてみて。国際交流イベントにつき  
**【健康運】**暑さ対策を怠りなく。適度な水分補給を  
**【幸運の食べ物】**ナス

### ♐ いて座 11/23~12/21

**【全体運】**対人運が不安定。苦手意識を抱いている相手と意見がぶつかりがち。また、過去を蒸し返しても収穫はなさそう  
**【健康運】**動ききたくなる期間。スポーツを満喫して  
**【幸運の食べ物】**アンス

### ♑ やぎ座 12/22~1/19

**【全体運】**極端な考え方をして、トラブルメーカーになりやすいもよう。すぐ行動に移さず、まずは周囲の助言に耳を傾けて  
**【健康運】**体の柔軟性アップで運氣にも良い影響が  
**【幸運の食べ物】**オクラ

### ♒ みずがめ座 1/20~2/18

**【全体運】**平凡な日々にも物足りなさを感じがち。でも、刺激を求め、行き当たりばったりで動くと失敗する気配。計画的に  
**【健康運】**調子が悪いときはケア優先。休養に努めて  
**【幸運の食べ物】**青トウガラシ

### ♓ うお座 2/19~3/20

**【全体運】**オープンな態度が好運の呼び水に。みんなに笑顔で話し掛けて。レジャー運良好なので、仲間との外出も大賛成  
**【健康運】**生活のリズムを整えて。ラジオ体操も吉  
**【幸運の食べ物】**大葉





### 良い感じですよ♪

HPがリニューアルされて見やすくなりましたね。スマートフォン画面でも操作しやすいです。  
(麻生区・黒田さん)

### わくわくする街歩き

毎号、川崎探検隊を楽しみにしています。近所が紹介されると散歩に出掛けています。  
(多摩区・戸澤さん)

### 作ってみたい

食&農で紹介された豆苗ナムルはおいしそうなのに栄養たっぷり。ナムルにすれば子どもたちにも喜ばれそうです。根も捨てずに再生栽培してみようと思います。  
(川崎区・南さん)

### 楽しんでいきます

日本各地の乳製品や新鮮野菜、花・野菜苗などセレサモスならではの買い物を楽しんでいます。レジの方も親切に感じが良い、心が和みます。  
(高津区・黒田さん)

### 待ち遠しい

ナスとトマトの苗を購入しました。夏の頃の収穫が楽しみです。  
(多摩区・伊藤さん)

### 安全・安心の食材でお弁当作り

仕事のシフトの都合でほぼ毎日、主人と娘にお弁当を作っています。必ず入れているのは卵焼きと野菜炒めで、食材はセレサモスで購入しているので安心です。またお米にもこだわっています。セレサモスでは精米を指定できるので、最近ではひとめぼれを七分つきで購入しています。まだまだお弁当作りは続きそうですが、頑張ります。  
(麻生区・内山さん)

### 役に立つ情報をありがとうございます

先日、JAセミナーに参加しました。貴重な情報をありがとうございます。また、窓口の方々もいつも笑顔で優しく接していただき、感謝しています。  
(多摩区・有原さん)

### 期待しています

毎週数回セレサモスでおいしい野菜を買っています。特に、4月号の表紙の「ブロッコリー」や食&農の「豆苗」などの野菜に期待しています。  
(町田市・大内さん)

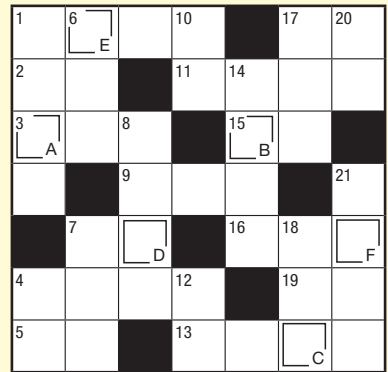
### 家族で挑戦!

今回初めてクロスワードパズルを真剣に解いてみました。なかなか一人では解けず、家族の協力がなければ解けないほど、年齢層が幅広い問題だったので、皆で夢中になれて、とても楽しかったです。とても良い経験になり、貴重な時間を過せました。また、機会があれば解いてみたいと思います。  
(中原区・岩橋さん)

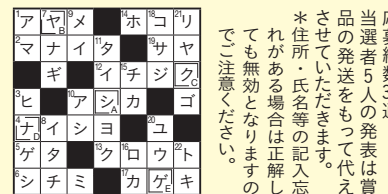
### 投稿のお礼

たくさんのお便りありがとうございます。これからもご感想や身近な話題などをお待ちしております。  
(JA広報課)

## クロスワードパズル



### 4月のこたえ



### ヨコのカギ

- ①七夕に彦星と会います
- ②オフの反対語
- ③スズでめっきした鉄板。  
一斗缶やバケツなどに用います
- ④手紙のやりとりで交流すること
- ⑤ナイアガラ川にあるものが有名
- ⑦時計を掛けたり絵を飾ったり
- ⑨京都市で行われる祇園祭は○○神社の祭礼です
- ⑪高倉健主演の映画『○○の黄色いハンカチ』
- ⑬百貨店ともいいます
- ⑮○○は友を呼ぶ
- ⑯何人かでバトンをつなぐ競走
- ⑰息を吸うと膨らむ臓器
- ⑲観光、夜行、2階建てといえば



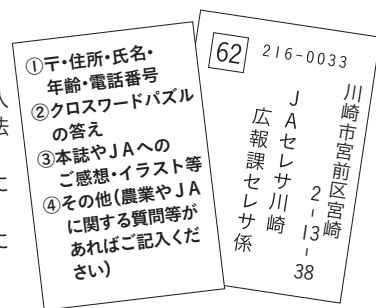
### タテのカギ

- ①大丈夫だから○○に乗ったつもりで待っててね
- ④ブーと鳴きます
- ⑥高校の公民の教科の一つ
- ⑦新鮮な空気を取り込んで汚れた空気を追い出すこと
- ⑧お好み焼きにたくさん入れる葉野菜
- ⑩彼とは同じ釜の○○を食った仲だ
- ⑫肩と手首の間
- ⑭酸と混ぜると中和反応が起きます
- ⑰米国の50番目の州。南の島です
- ⑱焼肉店のメニューで肝臓のこと
- ⑳由緒ある神宮や夫婦岩で知られる三重県の市
- ㉑一番良い物はベスト、一番悪い物は



### ◆ 応募方法 ◆

このコーナーでは身近な出来事など、皆さまからのお便りをお待ちしております。お便りをいただいた方およびクロスワードパズルにお答えいただいた方の中から抽選で5人の方に、セレサモスなどで使える全国農協商品券1,000円分をプレゼントします。応募方法は郵送(右記を参照)またはWebサイト(QRコード読み取り)より。  
なお、写真の掲載を希望される方は、プリントを封書またはメール(info@jaceresa.or.jp)にご送付ください。  
※匿名を希望される場合は、必ずペンネームをお書き添え(Webサイトの場合はその他欄に入力)ください。  
※個人情報保護法に基づき、応募された方の個人情報は賞品発送以外には使用しません。



お寄せいただいたご感想イラスト等は本誌に掲載することがあります。



## 『家の光』を年間購読してみませんか？

『家の光』は「食と農」「暮らし」「協同」「家族」の4つのテーマを大切にしながら、JAを拠りどころに魅力的な暮らし方を提案します。旬野菜の紹介や料理レシピ、日々の生活に役立つワンポイントアドバイス、楽しくなる家庭園芸など、誰もが楽しめる内容が満載！年間6回の付録号も保存版で活用できると好評です。この機会にぜひご愛読ください。

【募集期間】令和元年8月1日(木)～9月6日(金)  
【購読期間】令和元年12月号～翌年11月号(年間購読)

【年間購読料】7,989円(本体価格)

【決済日】令和元年12月16日(月)◇購買代金振替口座より引落し  
※ご解約は、7月31日(水)までに最寄りのJAセレサ川崎店舗へお申し出ください。

※お問い合わせは、本店生活福祉課(TEL 044-877-2509)まで。

## 振り込め詐欺未然防止で感謝状

振り込め詐欺による被害を未然に防いだことで千代ヶ丘支店の小林里江貯金代理と長岡奈々恵職員に5月13日、新百合丘支店の松澤正吾副支店長と柴田陽子貯金代理、大和田千咲職員に5月21日、麻生警察署長より感謝状が贈られました。



感謝状を受けた小林代理と長岡職員  
感謝状を受けた松澤副支店長と柴田代理、大和田職員

## 晴れの入賞者

敬称略( )内住所

### 令和元年度川崎市ウメ立毛共進会

5月8日 市内巡回 出品点数6点

▽特選=岸靖展(栗谷)

### 令和元年度JAセレサ川崎花卉部「花の品評会」

5月17・18日 等々力緑地催し物広場 出品点数239点

▽優秀賞=カンパニュラ・都倉敏信(馬絹)、

ヒマワリ・中村成彦(新作)、小菊・都倉信幸(馬絹)、  
カンパニュラ・吉田貴次(同)、アジサイ・吉田恵一(同)、  
コトネアスター・野口守重(中丸子)、カリブラコア・和田政義(野川)

### 第53回川崎市畜産共進会(鶏卵の部)

5月19日 等々力緑地催し物広場 出品点数24点

▽金賞=ゴトウもみじ・市川恭子(黒川)

## 健康大学 貯筋(ちょきん) 専攻 『トラビック』 受講者募集

JA健康寿命100歳プロジェクトの一環として、交通事故にあわないための秘訣として下記のとおり講座を開催します。

【開催日時】令和元年7月26日(金)10:00～12:00

【内容】童謡に交通安全の歌詞をのせて行うエアロビック体操(継続して行えば健康増進、転倒予防の効果につながります)

【参加費】無料

【会場】JAセレサ川崎本店(宮前区宮崎2-13-38)

【対象者】川崎市内在住の方

【募集期間】令和元年6月10日(月)～7月12日(金)

【申込方法】支店窓口を設置する申込書に必要事項を記入のうえ、支店窓口またはFAXにてお申込みください。

※身体を動かすため、動きやすい服装でお越しください。

※詳細は、JAセレサ川崎ホームページに掲載。

※お問い合わせは、本店生活福祉課(TEL 044-877-2509)まで。

## 「定期性貯金期日のご案内」「定期積金期日のご案内」発送終了のお知らせ

(令和元年10月31日作成分をもって発送を終了)

平素はJAセレサ川崎をご利用いただき、誠にありがとうございます。

さて、このたびJAセレサ川崎を含むJAバンクでは、定期性貯金(定期貯金、積立式定期貯金、譲渡性貯金、定期積金)のお取引をいただいているお客さまに発送しておりますご案内状につきまして、誠に勝手ながら、令和元年10月31日作成分をもちまして、発送を終了させていただきます。

ご案内状でお知らせしている満期日などにつきましては、お手元の通帳、証書などでご確認いただきますようお願い申し上げます。

なお、JAネットバンクをご契約のお客さまを対象に、ご案内状と同様の内容をEメールで受け取ることができサービスをご利用の機会に、JAネットバンクのご利用をご検討いただきますようお願い申し上げます。

今後もお客さまにご満足いただける商品・サービスの提供に努めてまいりますので、変わらぬご愛顧を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

教えてJA!

## Q&A 広場

農業やJAに関する

身近な疑問等をお寄せください



Q

JAでキャッシュカードを作りました。手数料が無料のATMがいくつかあると聞いたのですが、詳しく教えてください。

A

当JAのキャッシュカードで、JAバンクのATMでのご入金やご出金をされる場合の手数料は、ATM営業時間内であれば曜日や時間帯に関わらず無料です。

また、三菱UFJ銀行やセブン銀行、イーネット、ローソン銀行、JFマリンバンクのATMでのご出金も平日8:45～18:00は無料でご利用いただけます。(セブン銀行、イーネット、ローソン銀行のATMは平日8:45～18:00の入金時の手数料も無料)

また、国民年金・厚生年金(共済年金を含む)等の受取口座を当JAに指定いただくと、ATMの入出金時の手数料を月2回までキャッシュバック。さらに、お取引の状況に応じて、最大月3回までキャッシュバックいたします。なお、この内容は令和元年6月1日現在のものです。手数料やキャッシュバックサービスは今後変更される場合がございます。詳しくは、支店の窓口または渉外担当者へお気軽にお問い合わせください。





【報告事項】

開催結果

■セレスアモス「春のモスビー祭り」および麻生店11周年記念フェア  
 <春のモスビー祭り>  
 期 間：平成31年4月19日(金)～令和元年5月12日(日)

	実 績
レジ客数(人)	53,087
販売点数(点)	350,213

<麻生店11周年記念フェアおよび応援フェア>

期 間：平成31年4月19日(金)～21日(日)  
 麻生店11周年記念フェア(麻生店)

	実 績
レジ客数(人)	4,897
販売点数(点)	32,996

麻生店11周年記念応援フェア(宮前店)

	実 績
レジ客数(人)	3,937
販売点数(点)	23,276

今後実施すること

■果樹栽培講習会

日 程：第1回 令和元年7月8日(月)、9日(火)  
 第2回 令和2年2月頃

場 所：川崎市農業技術支援センター  
 内 容：ミカン・カキを主軸とした各種果樹の栽培講習

■ちゃぐりんフェスタ

日 程：令和元年7月30日(火) 13:00～15:00  
 場 所：セレスアモス宮前店 モスビーホール

内 容：雑誌「ちゃぐりん」を活用した工作・おやつ作り  
 対象者：小学生とその保護者

■かわさき健康チャレンジ

目 的：市が実施する健康づくり事業に協力し、地域住民や職員の健康意識の向上を図る

日 程：スタンプ付与期間 令和元年6月1日(土)～12月31日(火)  
 賞品応募締切日 令和2年1月17日(金)

対 象：18歳以上の川崎市民・市内在勤・在学の方  
 内 容：店舗にスタンプ台紙を設置 他

他26項目を報告

15項目を協議決定

【協議事項】

セレスアのDATA (5月31日現在)

購買品供給高	2億17百万円
販売品取扱高	2億08百万円
施設事業契約高	3億32百万円
貯金	1兆5,028億円
貸出金	5,374億円
長期共済保有高	1兆6,981億円
年金共済保有高	346億円
組合員数	67,841人
うち正組合員	5,468人
准組合員	62,373人

7月の年金無料相談会

- 7日(日) 御幸支店
- 9日(火) 宿河原支店
- 11日(木) 久地駅前支店
- 18日(木) 宮崎支店
- 21日(日) 中原支店
- 23日(火) 宮前支店
- 28日(日) 小向支店

開催支店または下記ホームページからご予約のうえ、ご来場ください。

7月の営農相談コーナー

- 経済センター  
(宮前区有馬2-13-1)  
3日(水)、5日(金)、10日(水)、  
17日(水)、24日(水)
- パーシモン  
(麻生区片平2-30-15)  
2日(火)、9日(火)、11日(木)、  
18日(木)、23日(火)、30日(火)
- 時 間 9:00～16:00
- 相談員 JAの営農技術顧問
- その他 予約は不要です。

セレスアサービスのご案内

セレスアサービス(株)は、ご葬儀ご法事など、信頼と安心・安全をモットーにまごころを込めてご奉仕いたします。携帯式場として、「中野島ほうさい殿」も、ご利用いただけます。事前相談や見積もり等承っております。お気軽にお問い合わせください。(日・祭日除く 9:00～17:00)

フリーダイヤルみおくる こころ  
 0120-3096-56

危険のご連絡は24時間・年中無休  
<http://ceresa-service.jp>

7月の休日住宅ローン相談会

■ 27日(土) 中原支店、高津支店、北見方支店、宿河原支店、橘支店、子母口支店、野川支店、長沢支店、生田支店、千代ヶ丘支店、新百合丘支店

■ 28日(日) 大師支店、小向支店、住吉支店、梶ヶ谷支店、鷺沼支店、宮崎支店、宮前平支店、向丘支店、菅支店、栗平支店

開催支店または下記ホームページからご予約のうえ、ご来場ください。ご予約がない方はお待ちいただくことがございます。※時間は9:00～15:00

7月の相続・遺言無料相談会

- 1日(月) 北見方支店
  - 3日(水) 東柿生支店
  - 8日(月) 小向支店
  - 10日(水) 宮崎支店
  - 17日(水) 住吉支店
  - 22日(月) 大島支店
  - 24日(水) 久地駅前支店
  - 29日(月) 宿河原支店
  - 31日(水) 千代ヶ丘支店
- 時 間 9:00～16:00  
 ・相談時間は原則1時間30分まで。  
 相続や遺言に精通した専門の職員が親身になって分かりやすくアドバイスをいたします。  
 ・ご相談無料・予約制・秘密厳守。  
 ・ご予約は相談会の前々営業日16:00までにお近くの支店まで。  
 ※開催日に都合がつかない場合は、お気軽にお近くの支店までお問い合わせください。  
 ※JA神奈川県信連 信託代理店 JAセレスア川崎 本店金融推進部 (TEL 044-877-2140)  
 当JAが行う遺言信託代理業務は契約締結の媒介です。

7月のセレスアサロン

- 4日(木) 中原支店
  - 10日(水) 高津支店
  - 24日(水) 生田支店
  - 内 容 ミニ縁日 工作「お花紙アート」
  - 会 費 1,000円
  - 対 象 おおむね60歳以上の方
- お問い合わせ・お申し込み  
 本店生活福祉課 (TEL 044-877-2509)

7月の経営相談会(法律経営)

- 2日(火) 9:30～11:30 宮前支店  
13:30～15:30 中原支店
  - 9日(火) 13:30～15:30 みなみ支店  
13:30～15:30 生田支店
  - 16日(火) 13:30～15:30 中原支店
  - 27日(土) 9:30～11:30 梶ヶ谷ビル
  - 30日(火) 13:30～15:30 稲田支店
- 相談時間は原則30分程度。予約制。ご予約は相談会の前営業日16:00までに各会場支店の総合相談担当まで。(梶ヶ谷ビルは本店資産相談課まで)土曜日の相談会については、ご予約がない場合は開催いたしません。

営業時間のご案内

- 支店窓口 平日9:00～15:00
  - ATM 8:00～21:00 (セレスアモス麻生店は営業時間内の稼働)
  - 経済センター 平日・土日9:00～16:30※祝日は休み
  - パーシモン 平日・土日9:00～16:30※祝日は休み
  - セレスアモス麻生店 10:00～18:00
  - セレスアモス宮前店 10:00～18:00
- ※セレスアモスは渋滞緩和のため、開店時間を早める場合があります。(定休日:毎週水曜日・年末年始)







越畑 幸作さん



- ①麻生区黒川
- ②麻生店・宮前店
- ③サツマイモ・ジャガイモ・ナスなど

出荷者のコメント

180㎡ほどの畑で野菜や果樹など年間を通じて50品目以上を栽培しています。「新鮮な野菜を毎日」出荷すること」をモットーに、麻生店をメインに季節ごとにさまざまな農産物を出荷しています。とれたての味をぜひご賞味ください。

成田 憲一さん  
(成田 茂さん)



- ①高津区千年
- ②宮前店・麻生店
- ③湘南レッド・キャベツ・スナップエンドウなど

出荷者のコメント

10年前に就農し、30㎡ほどの畑で父と2人、年間約10品目の野菜を栽培しています。父の代から50年近く栽培を続けている湘南レッドは、「みずみずしく生食でもおいしい」と好評です。7月中旬頃からせれサモスに出荷しますので、ぜひご賞味ください。

矢澤 舜さん



- ①宮前区初山
- ②宮前店・麻生店
- ③トマト・キュウリなど

出荷者のコメント

ハウスで主にトマトの水耕栽培をしています。年間を通じてトマトがいつでも一番おいしく育つようにハウス内の環境維持に努めています。6月からは一番人気の中玉「フルティカ」を出荷。「フルーツのように甘い」と好評ですので、ぜひ一度お試しください。

岸 勝明さん



- ①多摩区栗谷
- ②麻生店
- ③梅干・梅など

出荷者のコメント

市内では数少ない梅農家として大小さまざまな梅を栽培しています。かわさき農産物ブランドにも登録されている「生田の梅干」は、年間を通して出荷しており、そのまま召し上がっていただくのはもちろん、料理やお酒のお供に最適です。

①住所 ②出荷店舗 ③主な出荷品目 ※( )は出荷登録者名

せれサモスからのお知らせ



せれサモス麻生店

6月下旬以降、ナスやキュウリなどの夏野菜が多く出荷される予定です。

ナスに含まれるナスニンは、活性酸素の働きを抑制。生活習慣病の予防効果があるといわれています。油との相性が良く、揚げることで甘味が増します。夏場のスタミナ強化におすすめです。

皆さまのご来店を心よりお待ちしております。

所在地：川崎市麻生区黒川172  
電話：044-989-5311

営業時間：(4月～10月)10:00～18:00  
※渋滞緩和のため開店時間を早める場合があります。  
定休日：毎週水曜日、年末年始他

7月の出張販売

4日(木)11:00～小向支店  
11日(木)11:00～大島支店  
18日(木)11:00～みなみ支店  
25日(木)11:00～御幸支店

お米の日

(4月から変更になりました)

【麻生店・宮前店】  
毎週金・土・日曜日は1銘柄を2割引で販売いたします。  
※割引制度については、予告なく変更する場合があります。

☆せれサモスの駐車場について  
警察署からの要請により、路上での入場待ちは一切できません。

せれサモス宮前店

6月下旬以降、トマトやキュウリなどの夏野菜が多く出荷される予定です。

トマトに含まれるリコピンは、β-カロテン以上の抗酸化力があるとされ、がんの高い予防効果をもつといわれています。効率良く摂取できるごま油のドレッシングを使ったサラダがおすすめです。

皆さまのご来店を心よりお待ちしております。

所在地：川崎市宮前区宮崎2-1-4  
電話：044-853-5011

営業時間：(通年)10:00～18:00  
※渋滞緩和のため開店時間を早める場合があります。  
定休日：毎週水曜日、年末年始他





## 材料 (4人分)

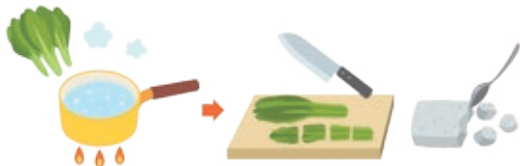
- 豆腐…1丁
- サラダ油…大さじ1
- こんにゃく…1/2枚
- サトイモ…2個 (乱切り)
- 醤油…大さじ2
- ダイコン…5cm (いちょう切り)
- ニンジン…1/2本 (輪切り)
- 水…800ml
- 和風だしの調味料…適量
- コマツナ…1束
- ゴボウ…1/4本 (ささがき)



# けんちん汁

## 作り方

- ① コマツナを茹で、4cm幅に切っておく。  
こんにゃくはスプーンで一口大にちぎっておく。



- ② 鍋に豆腐とサラダ油を入れ、おたまで一口大の大きさに崩しながら炒める。



- ③ ②にこんにゃくとサトイモ、醤油を入れて炒める。



- ④ 具に醤油が絡んだら、ダイコンとニンジンを入れる。  
その後、水と和風だしの調味料を入れて、サトイモが柔らかくなるまで煮る。



- ⑤ コマツナとゴボウを入れて、一煮立ちさせたらできあがり。



## ワンポイントアドバイス



高津区久地 川辺 洋子さん

おたまやスプーンなどを使ってこんにゃくや豆腐を切ると味が染み込みます。少し時間を置くとより味が染み込んでおいしくなります。もし、味が薄い場合は醤油を足すか、塩を入れて調整してください。コマツナをホウレンソウなどの青菜に代用してもおいしいです。アクセントに七味や一味もおすすめ。ぜひ作ってみてください。