

JAセラサ川崎 機関誌

CERESA 10月号

2020 October

No.277

特集

JAセラサ川崎の組合員組織

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

Contents

特集 JAセレサ川崎の組合員組織	3
PICK UP	8
かわさき散歩ナビ 二子を歩く	12
かわさきファーマーズ 農業の楽しさ広めたい 多摩区・三平 勝政さん	14
農作業ノート 秋、春に多発するアブラナ科作物の白さび病 発生に注意 営農技術顧問・衣巻 巧	15
輝人～KIRABITO～ 鉄道模型～自分で動かす面白さ～ 宮前区・横山 正さん	16
健康だより 入浴で体を癒やす アグリアカデミー～農業検定クイズ～ ホウレンソウについて	17
セレサ通信	18
Web CERESA	19
mail box & クロスワードパズル & 運勢	20
JAからのお知らせ & 知って納得税金講座	21
インフォメーション	22
ベジタブルライフ ルッコラ	23
わが家のレシピ 野菜たっぷり肉団子スープ 多摩区・各務 京子さん	24

11月の行事予定

3日 (火) 文化の日

17日 (火) 定例理事会

23日 (月) 勤労感謝の日

※日程等は変更されることがあります

ノーネクタイによる執務の通年実施について

当JAでは、これまでも夏場の期間(例年5月～10月)に「環境問題」への取り組みの一環として、「クールビズ」を実施してまいりました。

この度、「働き方改革」の一環、「健康経営」への取り組みとして、全役職員ノーネクタイでの就業とさせていただきます。

このため、お客さまと接する男性従業員の服装は軽装での勤務となりますが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

実施開始日 令和2年11月2日(月)より

農業まつり中止のお知らせ

毎年11月に開催している「農業まつり」につきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、**今年度の開催を中止とさせていただきます。**

楽しみにされていた皆さまには大変申し訳ありませんが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

今月の表紙



《柿の収穫と出荷準備》

宮前区東有馬 鈴木 敏夫さん

鈴木さんは、果樹と野菜合わせて年間6品目を栽培し、自宅で直売する他、セレサモス宮前店などに出荷しています。

中でも力を入れている柿は「甘秋(かんしゅう)」と「次郎柿」の2品種。大きく実を成らすと糖度が上がることから、剪定や摘蕾、摘果の作業に力を入れ、適切な管理を心掛けています。また、隔年結実による収穫量の増減を少しでも安定させようと、木ごとに実をつけた数を記録し、施肥量を調整しています。

9月下旬から少しずつ明るみ始めた柿は、完熟してから収穫し、直売所の利用者から「甘くておいしい」と好評を得ています。

鈴木さんは「手間をかけた分だけ甘くなり、かわいがった分だけ返ってくるのが農業の面白さ」と笑顔で話します。自慢の柿は、12月中旬ごろまで出荷し、忙しい日々が続きます。



JAセレサ川崎の 組合員組織



JAでは、営農指導、経済、信用、共済などさまざまな事業を展開しています。

こうした中、組合員の営農や経営、生活、福祉などに関する知識や技術を高めるとともに、仲間とのつながりを強固にし、協同の力を発揮するためのさまざまな組合員組織があります。

そこで、今号から3回にわたり、当JAの基盤となる女性部や青壮年部をはじめ、業態別・目的別・助け合いの各組織の機構や活動内容などを紹介します。今号では、女性部・青壮年部と各業態別組織を紹介します。

【部(会)長名は敬称略・部(会)員数は令和2年3月31日現在】

今号で紹介する各組織のお問い合わせ先

JAセレサ川崎組織部
(TEL 044-877-2509)

女性部



女性部とは

女性部は、組合員とその家族により構成されている組織で、本部および11支部で活動を展開しています。女性部では、新たな仲間づくりを進めるとともに、女性の声をJA活動に反映させることで、くらしと健康を守り、明るく豊かな生活を築こうと、年間を通して「農業」と「食」、「地域」をつなぐさまざまな活動に取り組んでいます。

また、女性部の活動は持続可能な開発目標[SDGs]の17の目標に関わる内容が多くあり、常に意識して取り組むことで、JAの基盤組織としてより魅力的で主体的な活動を展開していきます。

- 部長 原 悠子
- 部員数 2,254人
- 機構 本部・橘支部・宮前支部・高津支部・向丘支部・川崎南支部・中原支部・日吉支部・稲田支部・菅支部・生田支部・柿生支部

原部長からひとこと



女性部活動は、地域の子どもから大人まで幅広い世代に関わり、市内産農産物を使った料理教室や収穫イベントなどを開いて、食と農の大切さを伝えながら、地域の方々との交流を深めています。近年、部員数は減少傾向にありますが、情報社会が進んだ現代において、改めて人と人との絆を大切に、魅力ある活動を発信していきたいと思っています。

青壮年部



- 委員長 立川 幸宏
- 部員数 203人
- 機 構 本部・橘支部・宮前支部・高津支部・向丘支部・幸中原支部・稲田支部・菅支部・生田支部・柿生支部

青壮年部とは

青壮年部は、さまざまな業態の農業者が所属し、若手農業者同士の情報共有や支部間交流を通じて、親睦を図る場となっています。

組織活動をより良くするため、JA役員と意見交換を行うリーダーフォーラムや親睦を図るためのソフトボール大会、食農教育事業としてJA新採用職員の農業体験実習の他、各関係組織事業へも参加しています。

立川委員長からひとこと

現在、市内農地面積や農業者が減ってきている中で、川崎の農業を支えていくには、青壮年部の若い力が必要不可欠だと考えています。



今後は、親睦を図る事業以外にも、世帯主として農業を担っていく上で必要な税金の知識や農業技術についての研修も事業に盛り込み、さらなる組織の活性化を図っていきます。

仲間の募集を随時受け付けていますので、ご連絡お待ちしております。

畜産部



- 部 長 森 一彦
- 部員数 14人

畜産部とは

畜産部は、酪農・養豚・養鶏における生産性の向上に向けた研修会や講習会を開催し、部員相互の交流・情報交換を図りながら活動しています。

残念ながら今年は新型コロナウイルスの影響により中止になってしまいましたが、毎年、等々力緑地催し物広場で畜産まつりを開催し、多くの市民に向けた畜産のPRを行っています。

森部長からひとこと

畜産部は、畜舎が住宅地に隣接しているので、環境に配慮した衛生対策を実施しています。

また、都市農業の有利性を活かした生産販売を行いながら、代々続く畜産業を守っています。



毎年実施している視察研修会では、畜産業から派生する部門の最先端技術や施設を見学し、今後の飼育に対して応用できるよう勉強しています。

そ菜部



- 部長 小宮 秀樹
- 部員数 316人
- 機構 本部・橘支部・宮前支部・高津支部・向丘支部・幸中原支部・菅支部・生田支部・柿生支部

そ菜部とは

そ菜部は、露地野菜・施設野菜の生産者で構成されていて、知識を高める講習会や視察研修会の開催をはじめ、生産技術向上を目的に立毛共進会への出点や品評会への出品を行っています。

また、自分たちの生産技術や所得の向上につなげるため、新たな農業資材の試験導入や新品種の試験栽培など、各支部独自の活動も展開しています。

小宮部長からひとこと

そ菜部は、より多くの市民に高品質でおいしい野菜を食べてもらえるよう、日ごろから個々の生産技術の向上に向けた活動を行っています。



今後も生産・販売の拡大を図るため、部員の栽培技術や農業所得の向上につながる活動を展開していきます。

部員の募集を随時行っていますので、ご連絡お待ちしております。

植木盆栽部



- 部長 吉垣 勝芳
- 部員数 155人
- 機構 本部・橘支部・宮前支部・向丘支部・稲田支部・菅支部・生田支部・柿生支部

植木盆栽部とは

植木盆栽部は、植木の生産・造園業・小売りをしている人たちで構成されている組織で、知識を高める講習会や視察研修会の開催、各種品評会への出品を行っています。

また、地域の小学生を対象とした「親子ミニ盆栽教室」の開催や市民に緑を提供する取り組みなど、地域貢献活動も展開しています。

吉垣部長からひとこと

植木盆栽部は、川崎の農業を発展させるため、日々生産や販売に励んでいます。



今後も生産・販売を拡大していき、より多くの市民に高品質な園芸生産物を供給していきます。

部員の募集を随時行っていますので、ご連絡お待ちしております。

花卉部



- 部長 鹿島 連
- 部員数 72人
- 機構 本部・馬絹支部・中部支部・御幸支部・幸中原支部

花卉部とは

花卉部は、切花・枝物・鉢物・ポット物と多岐にわたる生産者で構成されています。

生産技術の向上を目的とした立毛共進会への出点や品評会への出品の他、各支部では市民に向けたPR活動の一環として、寄せ植え教室や生け込みを行っています。

さらに、新たな生産技術の習得のため研修会や講習会、研究会も定期的を開催しています。

鹿島部長からひとこと

川崎の花き栽培の歴史は古く、全国的にも花きの産地として知られており、各種品評会において数多くの農林水産大臣賞を受賞しています。



その高い技術を継承していくとともに、今後も生産技術と農業所得の向上に努め、多くの市民に花と緑の潤いを提供するべく活動を展開していきます。

部員の募集を随時行っていますので、ご連絡お待ちしております。

果樹部



- 部長 太田 聡
- 部員数 190人
- 機構 本部・中部支部・稲田支部・菅支部・生田支部・柿生支部

果樹部とは

果樹部は、古くから栽培している多摩川梨や柿、ブルーベリー、ブドウ、カンキツ、梅、イチジクなどを栽培している生産者で構成されています。

主な活動としては、生産技術の向上を目的とした立毛共進会への出点や品評会への出品の他、講習会を開催しています。また、総合的病害虫管理(IPM)を活用した環境保全型農業にも取り組んでいます。

太田部長からひとこと

果樹部は、早期成園化を目的とした梨をはじめとする果樹のジョイント栽培や大苗育苗、労働力軽減のための柿や梅の低樹高栽培、ブドウの短梢剪定に取り組んでいます。さらに、都市農業の有利性を活かし、多くの市民に向け安全・安心な農産物を提供するべく活動しています。



部員の募集を随時行っていますので、ご連絡お待ちしております。

きのこ部



- 部長 田村 光行
- 部員数 17人
- 機構 本部・中部支部・西部支部

きのこ部とは

きのこ部は、栽培技術と生産性の向上を目指し、部員相互の交流を図りながら、新鮮で安全・安心なきのこをセレサモスなどへの出荷を通じて、多くの市民に提供するべく構成されています。

残念ながら今年は新型コロナウイルスの影響により中止になりましたが、毎年、農業まつりの宮前会場で直売を行い、大変な盛り上がりを見せています。

田村部長からひとこと

きのこの栽培は、温度・湿度管理がしっかりできれば、広い農地を必要とせず、誰もが手軽に栽培できる作物です。毎年実施している視察研修会では、先端技術や施設を見学して刺激を受けるとともに、部員相互の親睦を図っています。



栽培に関して興味をお持ちの方は、ぜひ気軽にお声掛けください。

資産管理部会



- 会長 城所 貞夫
- 会員数 2,486人
- 機構 本部・橘地区・宮前地区・高津地区・向丘地区・川崎南地区・中原地区・日吉地区・稲田地区・菅地区・生田地区・柿生地区

資産管理部会とは

資産管理部会は、橘地区以下11地区に設置されている地区資産管理部会により構成され、広域的な資産管理事業を展開し、くらしの安定・向上と併せて地域社会の発展に貢献することを目的として活動しています。

具体的な事業として、外部研修会への参加をはじめ、研修会や視察研修会などを開催し、建物建築における先進事例の研究や情報の共有化を図り、不動産管理のノウハウを提供しています。

城所会長からひとこと

各地区においても、独自に研修会や視察研修会を開催して部員間の親睦を図り、不動産経営の安定化と向上を目指して活動しています。



また、本部では年2回、各地区の代表者により情報誌「資産管理部会情報」を発刊し、資産管理事業に関する最新情報を共有して、市内全体のまちづくりに貢献できるよう活動しています。

58人に異動発令

J Aは、10月1日付で人事異動を発令しました。役席者の異動は次のとおりです。

氏名	命部署	免部署
牧野 広典	みなみ支店 副支店長	みなみ支店 副支店長 兼 融資支店長代理
松澤 正吾	菅支店 副支店長	新百合丘支店 副支店長
樋口 圭	新百合丘支店 副支店長	菅支店 副支店長
石渡 紀隆	宮前支店 指導支店長代理	向丘支店 指導支店長代理
藤原 綾子	野川支店 貯金支店長代理	向丘支店 貯金支店長代理
後藤 由美子	鷺沼支店 共済支店長代理	宿河原支店 共済支店長代理
石塚 芳枝	向丘支店 貯金支店長代理	日吉支店 貯金支店長代理
飯島 広	向丘支店 指導支店長代理	みなみ支店 渉外支店長代理
大淵 哲弥	梶ヶ谷支店 渉外支店長代理	元住吉支店 渉外支店長代理
大竹 裕也	みなみ支店 融資支店長代理	融資証券部
志村 嘉伸	みなみ支店 渉外支店長代理	柿生支店 渉外支店長代理
須貝 智史	大島支店 渉外支店長代理	長沢支店 渉外支店長代理
高橋 亜希子	日吉支店 貯金支店長代理	野川支店 貯金支店長代理
宮川 直樹	元住吉支店 渉外支店長代理	組合員総合対策室
小久保 麻未	鹿島田支店 貯金支店長代理	小向支店 貯金支店長代理
都倉 聡	宿河原支店 共済支店長代理	鷺沼支店 共済支店長代理
進藤 伴明	柿生支店 渉外支店長代理	梶ヶ谷支店 渉外支店長代理
岡野 淳平	長沢支店 渉外支店長代理	宮前支店 指導支店長代理
平嶋 利恵	小向支店 貯金支店長代理	鹿島田支店 貯金支店長代理

武蔵小杉で食農教育 先生は組合長

中原区のエクセレント武蔵小杉保育園の園児が9月3日、近隣の畑でジャガイモの定植体験をしました。この体験は原修一組合長が協力し、「コロナ禍でこうした活動が減少している中、地域の子どもたちが少しでも農業を知る機会になれば」と、自ら畑の準備や当日の指導を行いました。

の観察を行い、11月頃に収穫祭を行う予定です。同園の兼子典子園長は「コロナの影響や夏の猛暑でしばらく外出ができなかった。久しぶりにこうした体験をさせてもらえて、とても感謝している」と話しました。

当日は、3歳から4歳の園児21人が参加。園児たちは、自分の手のひらよりも大きな種芋を受け取ると「大きくなあれ、おいしくなあれ」と元氣よく声を掛けながら、約50個の種芋を丁寧に植え付けました。原組合長は、園児ら一人一人の様子を見て回り、植え付け方やジャガイモの特徴などを優しく指導しました。

園児たちは、今後も定期的に畑を訪れ生育具合など



優しく教える原組合長

農業の楽しさを伝えたい

宮前区有馬の持田晴朗さんは9月18日、市立西有馬小学校2年生に、食農教育授業の一環として、自身の畑でダイコンの種まきを指導しました。

持田さんは、7年前から同校の児童に対し、野菜の種まきや収穫など一連の農業体験を指導。使用する2・5㍓ほどの畑は、同校のすぐ近くに位置しており、児童は日頃から野菜の成長を見守りながら登下校しています。

当日は、持田さんがダイコンの特徴や種を植える深さなどを説明。児童は「種が小さい」「ダイコンを早く食べたい」などと話しながら楽しそうに作業を行いました。また、持田さんは「今、畑に張っているマルチは、トウモロコシなどから作られているんだよ」と、生分解性マルチの仕組みやメリットを分かりやすく解説。子どもたちは熱心に耳を傾けました。

ダイコンは12月



種のまき方を教える持田さん

上旬に児童が収穫し、自校献立の給食で使われる他、各家庭に持ち帰り家族と一緒に食べる予定です。持田さんは「農業体験を通じて、野菜作りの楽しさや大変さ、地域の農地の大切さを知ってもらいたい」と話しました。



独自のレシピコンテスト開催

川崎南地区は、セレスモスの商品などを利用して作る独自の料理レシピコンテストを初めて開きました。同コンテストは、「川崎南地区料理レシピコンテスト」と銘打ち、新型コロナウイルスの影響で自宅にすることが多くなっている中、家族や仲間と料理レシピを一緒に考え、少しでも家庭の中が明るくなっているかと思いで、同地区の役職員が企画したものです。

応募資格は、同地区の組合員や女性部員、職員とその家族とし、6月20日～8月末までの期間レシピを募集。レシピは、ご飯・麺、

おかず、お菓子の3部門に分け、一般家庭で作れること、セレスモスやAコープの商品を利用すること、オリジナルレシピであることを条件に、合計で67点ものレシピが集まりました。

作りやすさや彩り、アイデアなどを基準とした厳正な審査の結果、川崎区・谷口美枝子さんの「ご飯と肉みそのレタス巻き」、幸区・稲石愛子さんの「長芋のふわふわネギ焼き」、川崎区・石川宏美さんの「紫芋とかぼちゃのハ

ロウインむしパン」が、各部門でグランプリに選出。その他、大師支店の山田哲也支店長の「誰でもできちゃう台湾まぜうどん」が、審査員特別賞に選ばれました。

9月17日から18日にかけて、同地区の上野拡子理事ら役職員が各部門のグランプリ受賞者宅を訪れ、賞品のセレスモス地場産野菜等詰め合わせを贈呈しました。

石川さんは「グランプリに選ばれてうれしい。比較的簡単に作れるので、お子さんと一緒にチャレンジしてもらいたい」と話しました。



上野理事(左)から賞品を受け取る石川さん

長寿を祝い記念品を贈る

J Aは、敬老の日を前に9月15日から18日までの4日間、今年度100歳の誕生日を迎える正組員7人へ、長寿を祝い記念品を贈りました。

市の統計(毎年10月1日集計)によると、100歳以上の市民は、平成21年は545人でしたが、令和元年には1098人と倍増しました。

J Aでは昨年、都市農業の振興やJ Aの発展に貢献した100歳以上の正組員に感謝の気持ちを伝え、長寿を祝おうと役員が個別に訪問して記念品を贈る企画を実施。長寿でめでたいものとされ



記念品を渡す原組合長と受け取る内藤さん

る鶴と亀をプリントしたカステラを用意し、14人に届けました。今年度からは、新たに100歳の誕生日を迎える正組員に届けます。

16日には、原修一組合長が中原区の内藤伊勢治さんの自宅を訪問。原組合長は記念品を手渡し「かわさき農業やJ Aの発展にご貢献いただき、ありがとうございます」と、感謝の言葉を送りました。

内藤さんは第2次世界大戦中、中国へ出征していました。終戦後は公務員の傍ら、休日は畑でシヤクヤクを栽培。華やかに咲いた花は花屋が直接買い付けに来るほど好評でしたが、高度経済成長期に入り都市化が進展すると、近隣環境に配慮し徐々に農地を減らし農業を引退しました。

内藤さんの家族は「家族が集まった時に楽しくいただきながら百寿を祝いたい」と話しました。



記念品のカステラ

出前授業で伝えるお米の大切さ

J Aは8月31日、宮前区の県立高津養護学校川崎北分教室の3年生14人を対象に、稲作をテーマとした出前授業を初めて行いました。

当日は、職員が分教室を訪れ、お米の種類や稲作の歴史、今後の稲刈りに向けた注意事項などクイズを交えながら説明。生徒からの「バケツひとつ分でどのくらいのお米が収穫できるのか」という質問に、「茶碗半分より少ないくらい」と答えると、生徒は驚いていました。

授業を聞いた生徒は「お米の種類がたくさんあることに驚いた。バケツの稲が成長する姿を見てお米の大切さを改めて感じ、これからも残さず食べようと思う」と話しました。

同校の朝倉智子室長は「J Aの方に直接教えてもらい、食べ物の大切さや命をいただきますや命をいただきます



お米の大切さを伝える職員

ているありがたみが伝わったと思う」と話しました。バケツ稲は10月中旬に刈り取った後、生徒たちの手で脱穀、精米を行って食べ、J Aは稲刈り後に稲わらの活用方法など体験型の授業を行う予定です。

教員に農業の大切さを伝える

宮前区神木の小川耕平さんは、約30年にわたり市立平小学校の食農教育に協力し、自らの畑で一連の農作業体験を指導しています。

小川さんは、2、4、5年生の食農教育を担当する中で、児童だけではなく担当教員らへの指導も重要と考え、授業の前段階として、毎年教員らとともに土づくりを行います。教員自らが土づくりに携わることで、食農教育の意義や目的を、より効果的に伝えることができます。

8月27日には、同校5年生の担当教員ら5人が集まり、小川さんが土づくりの流れを説明。教員らは、児童がダイコンを植える畑に肥料をまいた他、農機を操り丁寧にマルチを張りました。

小川さんは「先生にはこの経験で感じた思いや考えなどを伝え、子どもたちに農業と食のつながりとその大切さを伝えてほしい」と話しました。



農機の指導をする小川さん(左)

ハウス被害防げ 災害対策学ぶ

台風対策研修会を9月1日に生田支店、3日にモスビーホールで開き、組合員や職員37人が自然災害に備え、農業施設のメンテナンス方法などを学びました。

同研修会は、「減災」をテーマに、近年相次ぐ台風などの自然災害から、ハウスなど農業施設の被害を少しでも防ごうと初めて企画。主に施設栽培を行う生産者らに出席を呼び掛けました。

当日は、農業用ハウスメーカーなど4団体の担当者が講師となり、自分でできる農業施設のメンテナンス方法や補強方法などを説明。災害対策の重要性を呼び掛けました。また、近年の猛暑や長雨などによるハウス内の変化を正確に把握するための環境モニタリングシステムや、万一自然災害の被害に遭った際に対応する農業共済などの紹介も行われ、出席者は熱心に耳を傾けました。

出席した生産者は「自然災害を完全に防ぐことは難しいと思うが、少しでも被害を減らすことができれば、研修で学んだことを早速実践したい」と話しました。



研修会の様子

市内農業の発展へ要望書を提出

J Aは9月2日、令和3年度の農業施策・予算要望書を川崎市に提出し、市内農業の維持と発展に向けた措置を求めました。

J Aでは毎年、市内生産者が今後も安心して営農を続けられるよう、現場の声を取りまとめ、農業施策や農業予算に関する要望書として市に提出しています。

当日は、原修一組合長ら7人が市役所を訪問し、福田紀彦市長に要望書を提出。重点項目として、昨年に引き続き特定生産緑地に対する生産者への周知を進めていくことや、環境保全型農業推進への支援など5項目14事項を要望しました。また、市内農業の現状などについて意見交換を行い、J Aと市で、市内農業の情勢や課題について認識を共有しました。

福田市長は「コロナの影響で、セレサモスをはじめとした直売所の重要性が改めて注目されている。今後もJ Aと連携しながら、市内農業のより良い未来を考えたい」と話しました。



要望書を手渡す原組合長

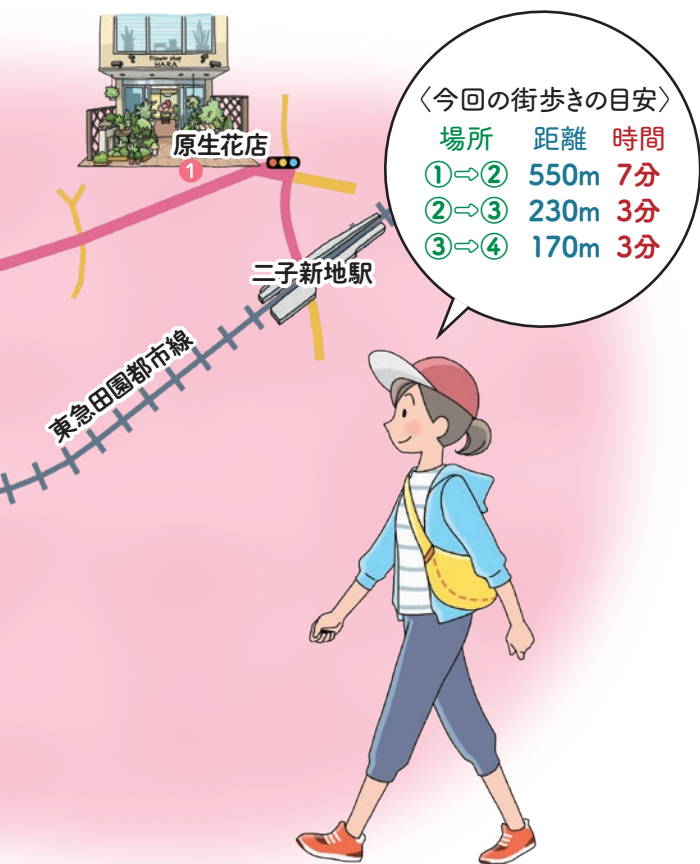
かわさき 散歩ナビ

二子を歩く



川崎市の世帯数・人口		地区別		人口	前月との増減
世帯数	----- 750,949	川崎区	233,446		△ 270
人口	----- 1,539,522	幸区	171,282		△ 91
対前月増減人口	----- △ 68	中原区	263,760		63
対前年同月増減人口	----- 9,732	高津区	234,458		155
		宮前区	233,980		36
		多摩区	221,833		△ 9
		麻生区	180,763		48

令和2年9月1日現在 川崎市ホームページより



〈今回の街歩きの日安〉

場所	距離	時間
①⇒②	550m	7分
②⇒③	230m	3分
③⇒④	170m	3分

今回は東急田園都市線二子新地駅で下車し、東口から街歩きへ出発します。
駅を出て左に曲がり、歩いていくと色とりどりの花が並ぶ花屋がありました。外にはケイトウなどの鉢物、中にはバラやカーネーション、秋の枝物などたくさんのお花が置いてあり、さまざまなお花の香りも楽しむことができました。
店を出て、街歩きを再開します。少し住宅地を歩くと「珈琲（コーヒ）豆販売しています」と書かれた看板を発見。店内をのぞくと、珈琲の良い香りが漂っていました。店主に珈琲豆の違いや味、焙煎方法などの話を聞かせていただき、こちらでは人気の珈琲豆を購入しました。店を後にし、街歩きを続けると、肉屋に着きました。店内のショー

ケースの中に精肉や揚げ物などが並んでいる中から、人気のシューマイと秘伝のタレに漬けた焼豚をお土産に購入しました。
次はどこへ行くか考えていると、地元の方が「食材にこだわった手作り惣菜を売っている店があるよ」と教えてくれたので、早速向かってみます。店に到着すると、店内においしそうな惣菜やお弁当が並んでいました。店主に話を伺うと、店内に並ぶ商品は全て手作りで素材や無添加などにこだわっていて、「安心して食べてほしい」との思いで作っているそうです。店主から素敵な話を聞かせていただいたところで今回の街歩きは終了。
地域に親しまれる場所を訪ね、人々の優しさに触れてみてはいかがでしょうか。

コココデリ 4



2014年にオープンした惣菜店で、仕事帰りの方などが帰りに気軽に立ち寄れて、手作りのものを食べられるように夜9時まで営業。厳選した素材を生かし、体だけでなく、心にも響く味を提供しています。

店内に並ぶ20種類以上の惣菜や揚げ物、お弁当などは全て手作りで。野菜やお肉は全て国産で、お米もコシヒカリを使用。ソースやドレッシングもオリジナルの手製で、安心して食べてもらえるよう調味料に含まれる一部以外は、無添加で作っています。



豊富な品ぞろえ

人気商品！



ジャガイモと挽き肉、タマネギが入った「ココココ コロッコ」と「ミニコロッコ」は子どもから大人まで大人気の商品となっています。また、10月下旬以降は、旬の食材を使った「カボチャコロッコ」や「柿とダイコンのサラダ」などがおすすめです。

所 高津区二子4-8-5 営 火曜日～金曜日 11:00～21:00、土曜日・祝日 11:00～20:00 休 日曜日・月曜日

珈琲丸 ②



2014年10月にオープンし、珈琲(コーヒー)が持つ本来の風味と鮮度を大切にする珈琲専門店。世界各国から厳選した質の高い珈琲豆を焙煎機で丁寧に焙煎しています。

さまざまな国の珈琲♪

約20種類の珈琲豆を取り扱っています。あらゆる国の珈琲豆を出来る限り新鮮かつ良いコンディションで豆本来の香りや風味を楽しんでもらいたく、焙煎から提供まで全て店内で丁寧に行っています。



店主おすすめ



10月下旬以降のおすすめは「コスタリカセントタラスSHB(中深煎り)」です。淡麗甘口で、上品かつ繊細な風味となっています。

所 高津区二子2-18-9 HOME194-C
営 平日 12:00～20:00、土日 12:00～19:00
休 月曜日(臨時休業の場合あり)

原生花店 ①

いい香り♪



店内では約30種類のバラやカーネーション、トルコ桔梗などの季節の花の他、珍しい枝物や多肉植物なども取り扱っています。厳選された観葉植物は、定番の品物から入手困難なアイテムまで多種多様に取りそろえています。

手作りリース



店主が作製した手作りの「アジサイ」を使ったリースはすぐに売り切れてしまうほどの人気商品です。

所 高津区二子1-3-2 **営** 9:00～19:00 **休** 水曜日



肉のフジヤ ③

おいしそう～



創業65年以上の地域に根付いた肉屋。品質にこだわり、おいしいお肉と惣菜を提供しています。昔ながらの味と手作りの良さを大切にしています。



店内には15種類ほどの手作りの揚げ物などが並んでいます。お客さんからは「おいしい」と大好評で、コロッケなどを求めに遠方から買いにくる方もいます。

手作り惣菜



自家製のシューマイと焼豚。焼豚に使われる秘伝のタレは、創業時から変わらぬ味となっています。

所 高津区二子5-2-3 **営** 9:00～19:00 **休** 水曜日



農業の楽しさ 広めたい

多摩区登戸 三平 勝政さん

高齢の父を助けたいと、30年ほど前に就農しました。現在は、妻と1人ほどの畑で、年間約30品目の果樹と野菜を栽培し、自宅のそばにある直売所で販売する他、セレスモスや近所のスーパーにも出荷しています。

メインの果樹栽培では、主に梨を生産し、幸水や豊水、二十世紀など約10品種を栽培。直売所やセレスモスでも「甘くておいしい」と毎年好評を得ています。また、父の代から50年以上、梨のもぎとり園を開く他、近隣の小学校や保育園の子どもたちに、食農教育として梨の花粉付けや収穫体験を指導するなど、多くの人が農業に触れる機会を設けています。

12年前からは、「市民に都市農業への理解促進や農業の楽しさを伝えてほしい」という市からの依頼を受け、指導付き体験型農園の運営を引き受けました。開園当時は、人に農業を教えることに戸惑いもありましたが、「せっかくならうかつかりとした技術を身に付けさせたい」と、改めて野菜の栽培方法を確認し、丁寧な指導を心掛けました。そのかいもあり、農業が未経験だった参加者も、数年が経過するころには農作業を一貫して行えるようになりました。

今では、参加者同士の「コミュニケーション」も深まり、楽しみながら作業を行っています。キュウリなど定番野菜10品目ほどで始めた体験型農園も、今ではカリフラワーなど難しい野菜にも挑戦し50品目以上栽培。年々技術が向上していく姿を目にし、手応えを感じています。また、体験型農園の卒業生が地方で自らの畑を持ち農作業に励んでいる話や、「三平さんから指導を受けたおかげで、今いる市民農園で他の利用者から頼りにされている」との声を聞き、やりがいを感じています。これからも、体験型農園や食農教育を通じて、幅広い世代に農業への理解や楽しさを広めたいと思います。

FARMER'S VOICE

体験型農園では7月と11月の年2回、畑で収穫祭を行っています。農作業における慰労も兼ね、みんなで育てた野菜を料理して味わいます。毎回、農作業以外の話にも花が咲き、次の開催が楽しみです。



秋、春に多発する アブラナ科作物の 白さび病発生に注意



営農技術顧問 衣巻 巧

被害の状況

葉表に淡緑色から淡黄色の小斑が生じます。病斑裏では、中央が乳白色に少し盛り上がり、やがて表皮が破れ白色の胞子が現れます。病斑周辺から黄化し、小苗で感染すると枯死します。

被害が多い作物

白さび病は、コマツナ、コカブ、ダイコン、チンゲンサイ、ハクサイなどアブラナ科の作物に被害を与えます。ダイコンにおいては、葉の被害だけでなく、根部表面が黒く輪っか状に汚れるわっか症の原因となります。

発生時期と原因

3月から5月の春と10月から11月の秋に多く発生し、降雨が連続すると多発します。土壌中や残渣上に胞子が生存し、雨滴などにより跳ね上がり感染します。病原菌には、アブラナ科の作物(コマツナやコカブなど)ごとに侵す菌の系統(レース)があり、感染する作物、感染力に違いがあります。

防除方法

パイプハウスやビニールトンネルなどの雨よけ栽培は、白さび病の発生を抑制します。

・コマツナ

耐病性品種を使用してください。

わかみ、きよすみ、はっけい(サカタ)、菜々美(タキイ)など

・コカブ

耐病性品種を使用してください。また、マルチ栽培やトンネル被覆栽培を行います。

雪牡丹、白寿、万寿(武蔵野)、ゆきわらし(カネコ)など

*耐病性品種は、完全に病気にかからないわけではなく、系統(レース)により発病することがあります。



コマツナ葉裏病斑



コマツナ葉表病斑



ダイコン白さび病



ダイコンわっか症

※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
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
北見 丘	果樹栽培指導、病害虫全般	月・水・金

※記載日はあくまでも基本の出勤日。休暇・行事によっては顧問不在の場合有

輝人 KIRABITO

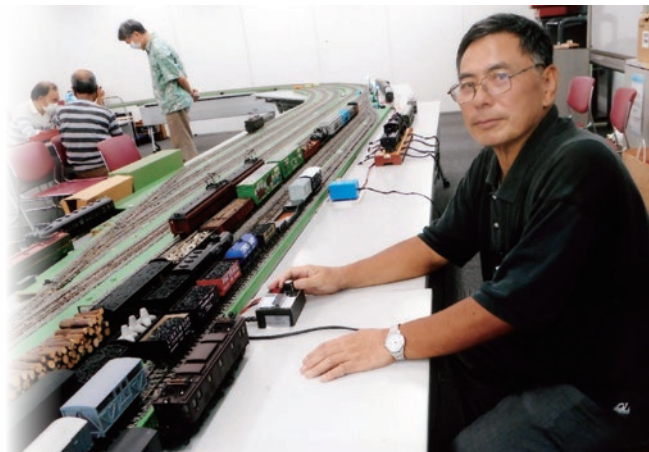
鉄道模型 ～自分で動かす面白さ～

宮前区菅生 横山 正さん



小学6年の時、親戚の家でジオラマの線路を走る鉄道模型を見て「カッコいい」と思い、鉄道模型のとりこになりました。

当時、友達の間では戦闘機のプラモデルがはやっていましたが、それよりも線路に電気を流し、自分でコントロールして動かすことができる鉄道模型が面白く夢中に。カッターナイフで厚紙を切り抜いて車両を作り、車輪や連結器などのパーツを付け、色など細部にまでこだわった模型を作って楽しむようになりました。その後、線路とコントローラーを買って自作の車両を走らせるようになり、大学生の頃には岐阜や青森など地方のローカル線の撮影に出掛け、写真を見ながら模型で再現しました。本物の列車を自分で運転することはできませんが、自分が作った列車を自分で動かす



ことができるのが鉄道模型の醍醐味です。

社会人になると自分で作るよりも既製品の収集がメインとなり、日本に限らずヨーロッパやアメリカ、ブラジルなどの鉄道模型を集めてきました。今では150車両ほどがコレクションとしてあり、鉄道模型を通してその国の歴史や地形など特色を知ることができるとも面白い点です。

現在は鉄道模型のHOゲージとOゲージのクラブに所属し、年4回ほど鉄道模型を走らせる運転会に参加。自分の車両を走らせることはもちろん、時には他の人の車両と連結して楽しむこともあり、さまざまな車両が一同に介する光景は圧巻です。

近頃はクラブのメンバーも高齢化してきたので、今後は若い人たちにも面白さを伝えていきたいです。

PROFILE

6年前に退職し、アグリスクールに通いながら農業を学びました。今では家の畑でタマネギやタケノコなど年間10品目ほどを栽培し、市場への出荷や直売をしています。農作業の合間に鉄道模型を楽しんでいます。



健康だより

健康科学アドバイザー ● 福田千晶

入浴で体を癒やす

徐々に気温が下がり、農作業でも朝夕は寒さを感じることもあるでしょう。

そんな寒さを癒やしてくれるのが入浴です。シャワー浴だけではなく、やはり湯につかって温まることがお勧めです。湯に入ると、まず温まる、つまり温浴効果があります。そして、血行が良くなります。体の隅々まで、酸素や栄養分を届けてくれるのは、血管の中を流れる血液です。各部位で生じた老廃物を回収してくれるのも血液です。

血管を流れる血液は体内の大事なライフラインです。血行が良くなると、血液によって全身に豊富な酸素や栄養が届けられ、老廃物はスムーズに運び去られます。体調管理に温泉を活用するのも良い方法です。各地の温泉ごとにさまざまな効能があります。自宅のお風呂でも、炭酸入りの入浴剤を入れれば、血管が過度に刺激されて血行が良くなります。

湯につかることで、水圧のマッサージ効果もあります。水の圧力によって、腕や足にも軽い圧力がかかり、血行を助けてくれたり、むくみを解消してくれたりします。

農作業などで同じ姿勢を続けていたために、疲れた筋肉も水圧で癒やされます。入浴後に足が軽くなっていることが実感できるでしょう。

水は浮力もあるので、陸上で立ったり座ったりしているときに体を支えている筋肉も、水や湯の中では小さな力で体を支えられます。つまり、入浴中は筋肉もホッとできる時間となり、癒やし効果が倍増されます。

夜は寝る90分くらい前に体温を上げておくと寝付きやすくなります。体が温まりそれが冷えていくと眠りやすいので、睡眠の悩みのある人も、夜のゆったり入浴はお勧めです。この時期は40度程度のぬるめの湯につかってリラックス、夜はぐっすり眠りたいですね。入浴後は水分補給を忘れずに。



アグリアカデミー 農業検定クイズ

日本農業検定事務局

今月のテーマ

「ホウレンソウ について」

ホウレンソウの栽培・栄養素・保存方法についての問題です。

【問題】

ホウレンソウについての説明で、正しいものは次のうちどれですか。

- ① 夏場のホウレンソウは、冬場のホウレンソウと比較して倍以上のビタミンCを含んでいる。
- ② ホウレンソウは酸性土壌に弱く、また乾燥にも弱いので、栽培前に石灰で土壌を中和し、発芽後本葉4枚まではたっぷりと灌水(かんすい)することが必要である。
- ③ 夜間の呼吸による消耗が少ないので、朝に収穫したホウレンソウは一番栄養価が高い。
- ④ ホウレンソウのように地面から立ち上がった部位を食べる野菜は、立てて保存するとエネルギーの消耗が少なく、おいしさを保つことができる。

※解答は18ページにあります。

令和2年度がスタートしてから早くも半年が経過しました。上期を振り返りますと、新型コロナウイルスの影響により、東京オリンピック・パラリンピックをはじめ国内外でさまざまなイベントが中止や延期となり、さらに4月7日には政府による緊急事態宣言が発令され、外出自粛や休業要請により、飲食・観光業を中心に国内経済は大きな打撃を受けました。緊急事態宣言解除以降、感染者数は減少傾向にありましたが、7月に入ると再び増加し、下旬から8月上旬にかけては、緊急事態宣言発令時の倍以上となりました。これは、PCR検査体制の拡充により検査を受ける人が増えていることも要因の1つだと思われますが、依然として予断を許さない状況が続いています。

J Aセレサ川崎におきましても感染拡大防止に力を入れ、支店窓口では飛沫拡散防止用のパネル等を設置している他、セレサモスでは「密閉・密集・密接」の3密にならないよう入店制限を行うなど、さまざまな対策に取り組んでいます。セレサの一大イベントである農業まつりや組合員の集いをはじめ、総代研修会や女性部大会・家の光大会などのイベントや研修会は、皆さんの安全を第一に考え中止させていただきました。皆さまにはご理解・ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

こうした中、9月には新政権が誕生しました。菅義偉首相は、神奈川県第2区選出の議員であり、J Aグループ神奈川では、菅首相が官房長官だった昨年12月、J Aが取り組む自己改革に対する一層の理解と継続的な支援を直接要請し、「農家の所得向上の取り組みなど引き続き支援していく」との力強い言葉をいただきました。また、今回新たに就任された野上浩太郎農林水産大臣は、米どころ富山県の出身で、祖父はJ Aの組合長を務められたことがあり、野上大臣本人は官房副長官などを歴任され、実務能力に定評がある方と伺っています。菅首相とともに農業の現場に寄り添った力強い農政を期待しています。

さて、J Aセレサ川崎では先述の通り、感染症の対策

に取り組んでいるところでありますが、長期化する中で新しい生活様式への対応や業務の効率化を目的に、非対面でのコミュニケーションシステム「Web会議システム」を導入することにいたしました。これまで本店に集合して行っていた会議や研修を、順次Web会議システムに切り替えるとともに、各種相談業務での活用も検討しています。新システムの運用により、職員だけでなく非常勤役員を含めた関係者の感染リスク軽減と移動時間の短縮につなげます。

また、環境問題への取り組みの一環として、以前より5月から10月までの半年間に「クールビズ」を実施してまいりましたが、働き方改革の一環と健康経営への取り組みとして、11月から通年で、全役職員が就業時「ノーネクタイ」とさせていただきます。皆さまには、こちらの制度につきましてもご理解いただきますようお願い申し上げます。

このように感染症対策と併せ、新しい生活様式への切り替えなど、さまざまな改革に取り組んでおりますが、従来から変わらず地域貢献活動にも力を入れております。例年は、食と農を基軸とした活動として、料理教室や農業体験などを行っていますが、今年度は各支店が主体となり、小学校へ大型扇風機の寄贈や、花の回廊事業への協力として花苗を贈るなど、地域の実情に即した活動を行っています。

今後も「地域と共生する都市農業」「地域と共生するJ A」の実現に向け、「かわさき農業」の振興と地域社会の発展に貢献し、皆さまに信頼されるJ Aを目指して各事業に取り組んでまいります。組合員の皆さまには引き続き、J A事業に対するご理解・ご協力をいただきますようお願い申し上げます。



代表理事組合長 原 修一

ビタミンC 含量 収穫時 4日後	ビタミンC (mg/100gFW) 収穫時 4日後	全糖 含量 (%)
早朝 (5時)	含量 19.1 比 100	6.0 100
朝 (9時)	含量 21.0 比 110	9.3 155
昼 (13時)	含量 23.5 比 123	12.1 202
夕方 (16時)	含量 26.2 比 137	16.9 282

収穫時間による
ホウレンソウのビタミンC含有量の差
(145ページより)

「日本農業検定1級テキスト(第一版)」

① 生産地では周年栽培がメインとなり、年中スーパーで見掛けるホウレンソウですが、本来の旬は冬場で、夏場のホウレンソウと比べると冬場のホウレンソウの方が倍以上のビタミンCを含んでいます。② 種まきの前後は水分が必要ですが、生育中は病害に弱く、特に根を深く伸ばす本葉4～5枚の時期までは、灌水を控えるために立枯病の発生を抑えます。③ ④ 植物は昼間、日光を浴びて光合成を行い、炭水化物やビタミンCを作ります。その栄養分を使いホウレンソウは夜の間に体を成長させるので、朝のホウレンソウは、実は疲れ切った状態なのです。また、収穫後の保存も重要で、ホウレンソウのように地面から立ち上がった部位を食べる野菜は横に寝かせておくとし生育時の習性からか、立ち上がるうすくしてエネルギーを消費してしまいかく糖分量を食べる前に失ってしまいます。

【解答・解説】

アグリアカデミー ～農業検定クイズ～

正解は④です。

解説…① 生産地では周年栽培がメインとなり、年中スーパーで見掛けるホウレンソウですが、本来の旬は冬場で、夏場のホウレンソウと比べると冬場のホウレンソウの方が倍以上のビタミンCを含んでいます。② 種まきの前後は水分が必要ですが、生育中は病害に弱く、特に根を深く伸ばす本葉4～5枚の時期までは、灌水を控えるために立枯病の発生を抑えます。③ ④ 植物は昼間、日光を浴びて光合成を行い、炭水化物やビタミンCを作ります。その栄養分を使いホウレンソウは夜の間に体を成長させるので、朝のホウレンソウは、実は疲れ切った状態なのです。また、収穫後の保存も重要で、ホウレンソウのように地面から立ち上がった部位を食べる野菜は横に寝かせておくとし生育時の習性からか、立ち上がるうすくしてエネルギーを消費してしまいかく糖分量を食べる前に失ってしまいます。

先月Instagramに投稿した写真をご紹介します。

JA セレサ川崎



♡ Q ▼ 2020.9.11
当JAが制作協力したtvkの「かながわ旬菜ナビ」が、9月13日に放送されました。

セレサモス麻生店



♡ Q ▼ 2020.9.3
ポポーは、マンゴーとバナナを混ぜたような南国風の濃厚な味が特徴の果物です。

セレサモス宮前店



♡ Q ▼ 2020.9.6
香辛子は川崎生まれのハーブペッパーで、辛みが少なくフルーティーな香りが特徴です。

JA セレサ川崎



♡ Q ▼ 2020.9.18
茎や葉脈の色まで紫のナスは、多めの油で焼き、ショウガとかつお節醤油で食べると絶品です。

セレサモス麻生店



♡ Q ▼ 2020.9.14
今年は天候不順などの影響により、人気の多摩川梨の出荷量が非常に少ないです。

セレサモス宮前店



♡ Q ▼ 2020.9.15
栗の出荷が始まりました。栗ご飯にして秋を味わってみてはいかがでしょうか。

JA セレサ川崎



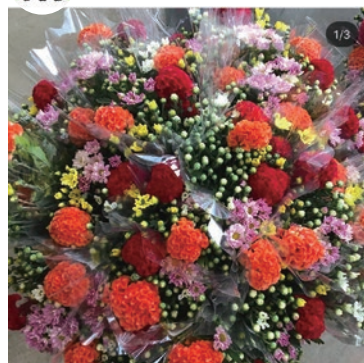
♡ Q ▼ 2020.9.23
バターナツカボチャは縦長のひょうたん形で、下の膨らんだ部分に種が入っています。

セレサモス麻生店



♡ Q ▼ 2020.9.17
焼き芋や天ぷら、大学イモ、サツマイモご飯など、お好みの調理法でお召し上がりください。

セレサモス宮前店



♡ Q ▼ 2020.9.22
9月22日まで開催したお彼岸フェアでは、市内産のケイトウなどの切り花も出荷されました。

♡ Q ▼ JA セレサ川崎

【本店】
所在地：川崎市宮前区宮崎2-13-38
TEL：044-877-2111(代)
ホームページ：
<https://www.jaceresa.or.jp/>



♡ Q ▼ 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：10:00~16:00
定休日：毎週水曜日、年末年始ほか
駐車場：100台収容



♡ Q ▼ 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：10:00~16:00
定休日：毎週水曜日、年末年始ほか
駐車場：114台収容



最新の情報は、上記のQRコードを読み取ってご覧ください。 ※セレサモスは、渋滞緩和のため開店時間を早める場合があります。また、警察署からの要請により、路上での駐車場入場待ちは一切できません。



パイナップルが育った!

2年ほど前に、市販のパイナップルのへたをプランターに植えたところ、実がなりました。ここまで大きく育ち、びっくりにしています。
(麻生区・井上さん)



皆さまのご感想を
お待ちしております。

親しみが伝わってくる

「かわさきファーマーズ」や「輝人」は特に親しみが伝わってくる内容で非常に良かったです。
(高津区・武笠さん)

応援したいです

「支店だより」で自分が通っている支店が紹介されてとてもうれしかったです。これからも皆さんの活躍を応援したいと思います。
(川崎区・上野さん)

セレスモス麻生店での買い物を楽しむ

友人とセレスモス麻生店に行ってきました。いろいろな野菜や果物はもちろん、パンや植木もあり買い物を楽しみました。車でないと行けないですが、新鮮な野菜が本場にいいです。
(稲城市・村上さん)

投稿のお礼

たくさんのお便りをいただきありがとうございます。これからも「感想や身近な話題など」をお待ちしております。
(JA広報課)

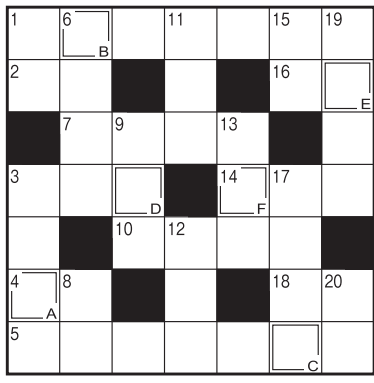
プレゼント付きアンケートで皆さまのご感想を募集しております。詳細は別紙案内はがきをご覧ください。
今月号の締め切り 令和2年11月18日(水)まで(当日消印有効)

ヨコのカギ

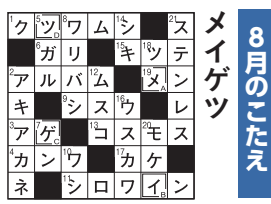
- ① サツマイモで作る洋風の焼き菓子
- ② 東がトン、北がベイなら南は
- ③ 布団や枕などのこと
- ④ 『万葉集』にはたくさん収められています
- ⑤ 漢字で書くと「青黄青鸚鵡」。
- ⑥ ペットとしてよく飼われている小鳥です
- ⑦ 板を用いることが多い練り製品
- ⑧ 帯(ほうき)と一緒に働きます
- ⑨ おうし座のプレアデス星団の和名。『枕草子』にも出てきます
- ⑩ いかつい○○構えをした刑事
- ⑪ 天下の回り物です

タテのカギ

- ① さらさらと落ち続ける時計もあります
- ② 新婚家庭には満ちあふれていそう。○○太りしちゃう人もいるかな
- ③ 朱肉がセットされたケースに入れることも
- ④ Rの付かない月(5〜8月)に食べるな
- ⑤ と言われる貝
- ⑥ 京都の町家は○○が狭いうなぎの寝床
- ⑦ グラウンドをならす道具です
- ⑧ 文系とよく対比されます
- ⑨ この商品は○○パフォーマンズがいいね
- ⑩ 鍛えて日本刀などを作ります
- ⑪ 髪を刈り込むときに使います
- ⑫ 旅行のこと。○○シューズ
- ⑬ こたつで丸くなりたいたいニヤ



クロスワードパズル



8月のこたえ
メイゲツ

「クロスワードパズル」のプレゼント懸賞は終了しました。

11月の運勢 モナ・カサンドラ

- ♏ おひつじ座 3/21~4/19**

【全体運】気になることは少し様子を見て。結論を急がないのが幸せの秘訣(ひけつ)。金運は下旬から上昇。お誘いの予感も

【健康運】朝は血圧のチェックから。散歩がお勧め

【幸運の食べ物】ユズ
- ♍ おうし座 4/20~5/20**

【全体運】身边がにぎやかに。頼まれ事が手に余りそうなら一緒にやってくれる人を探しましょう。ベアの物がハッピー

【健康運】気持ちいいくらいの強さで足のつぼ押しを

【幸運の食べ物】カボチャ
- ♋ ふたご座 5/21~6/21**

【全体運】部屋の中を整理整頓すると頭の中もすっきり。迷ったら掃除をするのがお勧めです。野菜たっぷりの食事で開運

【健康運】サウナや岩盤浴でじんわり汗をかいて

【幸運の食べ物】ホウレンソウ
- ♊ かに座 6/22~7/22**

【全体運】明るい兆しが見えています。遊びに行く計画を練りましょう。人生を楽しむ気持ちが幸せの呼び水に。映画観賞吉

【健康運】テーピングで症状が改善。予防にも効果あり

【幸運の食べ物】リンゴ
- ♏ しし座 7/23~8/22**

【全体運】強く出過ぎると問題発生の暗示が。一歩下がって寄り添う姿勢を見せて。驚くほどスムーズに進展して、びっくり

【健康運】専門家の助言を得てトレーニングを開始

【幸運の食べ物】ジネンジョ
- ♌ おとめ座 8/23~9/22**

【全体運】ラッキーな情報が飛び込んできそう。友人と共有すればよりハッピーに。おけいこ事や検定試験の勉強にツキ

【健康運】一緒に体を動かす仲間をつくると長続き

【幸運の食べ物】スプラウト
- ♎ てんびん座 9/23~10/23**

【全体運】楽しめる機会の多い良好運。ただ、ちょっぴり口が軽くなりやすいのが玉にきず。お酒はほどほど。帰宅は早めに

【健康運】腹も身の内。適量が健康の秘訣

【幸運の食べ物】サトイモ
- ♏ さそり座 10/24~11/22**

【全体運】計画を実行する好機到来。あなたの求めに応じて力を貸してくれる人も集まります。道具や服の新調がお勧め

【健康運】食べ過ぎたと思ったら体を動かして

【幸運の食べ物】ネギ
- ♏ いて座 11/23~12/21**

【全体運】あちこち引っ張り出されて忙しくなりそう。ただ、人の輪の中にはラッキーなご縁が。音楽鑑賞はいい気分転換に

【健康運】ハードな運動もいいですが、一押しはダンス

【幸運の食べ物】ズワイガニ
- ♏ やぎ座 12/22~1/19**

【全体運】やりたかったことへと道が開けます。やる気をアピールしてください。リーダー役を頼まれたら引き受けて◎

【健康運】無理をしないのが一番。枕選びが重要

【幸運の食べ物】柿
- ♏ みずがめ座 1/20~2/18**

【全体運】頑固な態度が人間関係をこじらせる原因に。話をよく聞けば和解のきっかけがつかめます。発想の転換が大事

【健康運】リズムカルな運動にツキ。ラジオ体操も◎

【幸運の食べ物】ニシン
- ♏ うお座 2/19~3/20**

【全体運】視野の広がりが新たな展開をもたらします。思い付きは試してみる価値あり。海外からの情報を小まめにチェック

【健康運】彩りの良い食事が健康長寿を導きます

【幸運の食べ物】エビイモ

都倉さんが園芸功労賞を受賞

令和元年度園芸功労賞表彰において、花き部門で宮前区の都倉信幸さんが園芸功労賞を受賞しました。おめでとうございます。



「援農ボランティア」による 農業支援活動が始まります！

JAでは、川崎市民を対象とした援農ボランティア(農業サポーター)の育成を10月から来年2月にかけて行います。育成終了後、令和3年度から市内生産者をサポートする活動を実施します。

なお、制度を利用できるのは利用登録した「生産販売農家」の方が対象で、登録は12月から開始予定です。

「収穫時期に手伝いがほしい」「畑の除草を手伝ってほしい」「圃場の後片付けを手伝ってほしい」等、人手不足でお困りの皆さま、ぜひご登録ください。

詳しいご案内は、11月の全戸配布で改めてご案内させていただきます。

環境保全のため残農薬回収

JAは9月2日、麻生区の黒川営農団地管理倉庫と高津区のアグリベースで残農薬や空き容器を回収しました。

JAでは適正な農薬の処理を行うことで地域環境汚染を防ぎ、管内の農業維持に配慮した営農活動の推奨により年2回、市内生産者を対象に農薬回収を行っています。

当日は、2会場合わせて農薬や空き容器約1トンを回収し、専門の業者に委託して適正に処理しました。

今回は、来年1月14日に実施する予定です。



回収した農薬の重量を確認する職員(左)

セレスモスに検温システム導入

セレスモス麻生店・宮前店は9月25日、新型コロナウイルス感染症対策の一環として、来店客の体温を測定するため非接触型自動検温システムを導入しました。

導入したシステムは、人工知能(AI)搭載のサーモカメラで、カメラに映った人物の発熱の疑いを感知します。同時に、マスク着用の有無を判別し、体温の異常やマスク未着用の場合は、アラームや音声案内などで注意喚起を行います。一連の検査は全て自動で、一人あたり1秒ほどで完了するため、来店者への負担も少なくなっています。

セレスモス宮前店の来店客は「セレスモスはさまざまな対策を施しているので安心して買い物ができる」と話しました。



検温する来店客

農業廃資材回収で営農支援

使用済み農業用プラスチック・ビニール・素焼き鉢などの回収処理を9月16日と17日の2日間、麻生区の黒川営農団地管理倉庫と高津区のJA書庫センターで行いました。

この作業は、管内の農業維持やJAの環境に配慮した営農活動の奨励施策として行っているものです。

2日間で約12トンを回収し、専門の処理業者に委託して適正に処理しました。

今回は、来年3月に実施する予定です。



回収した資材を計量する職員

知って納得！ 税金講座

低未利用土地等を 譲渡した場合の特別控除

JA全中・JAまちづくり情報センター・
JAセレス川崎 顧問税理士●柴原 一

今回の改正では、長期間利用されていない未利用地や、周辺地域の利用状況に比べ利用の程度が低い資材置き場などの低利用地について、その活用を促進し地域の価値向上を支援するため、低未利用土地等を譲渡した場合の長期譲渡所得の特別控除の特例が創設されました。具体的には、個人が所有期間5年超の都市計画区域内にある未利用地、低利用地、または、その上に

存する権利(低未利用土地等)を譲渡した場合には、譲渡益(=売却収入-取得費-譲渡費用)から100万円が控除されます。なお、譲渡益が100万円に満たない場合には、その譲渡益相当額が控除額になります。

この特例の適用を受けるためには「譲渡年の1月1日における所有期間が5年超である土地等

の譲渡であること」「低未利用土地等の上にある建物等を含めた譲渡対価の額が500万円以下であること」「都市計画区域内にある低未利用土地等であることにつき市区町村長の確認を受けたものであること」「譲渡後に買い主が低未利用土地等を利用することにつき市区町村長の確認を受けたものであること」などの要件を満たさなければなりません。

また、1筆の低未利用土地等を分筆し、分筆した土地の内、1つを売却してこの特例の適用を受けた場合、適用年の翌年または翌々年に残りの土地を売却し、その土地が前記の要件を満たしたとしても、その土地の譲渡に関してはこの特例の適用はできません。ただし、もともと1筆の土地である複数の土地を売却する場合には、その年にまとめて売却してしまうと100万円の控除しか受けられませんが、年を分けて売却した場合にはその土地ごとに100万円の控除を受けることができます。

この特例は、2020年7月1日から2022年12月31日までの譲渡について適用されます。

控除特例の適用？



理事会だより

第6回定例理事会 9月15日(火)

本店で開催

【協議事項】

- ・地区協同活動強化委員会規程・支店協同活動推進委員会規程の一部改定について
- ・金融3店舗の空調機入れ替え工事実施について
- ・Web会議システムの導入について

主旨：新しい生活様式の求めに対応すべく、感染拡大対策および業務の効率化を目的として、非対面でのコミュニケーションシステムを導入します。

※上記を含む5件の協議事項は、全て承認されました。その他、報告事項として19件の報告を行いました。

セレスアのDATA (9月30日現在・速報値)

購買品供給高	5億24百万円
販売品取扱高	6億81百万円
施設事業契約高	27億89百万円
貯金	1兆4,959億円
貸出金	5,502億円
長期共済保有高	1兆7,119億円
年金共済保有高	335億円
組合員数	68,272人
うち正組合員	5,337人
准組合員	62,935人

11月の営農相談コーナー

- 経済センター(宮前区有馬2-13-1)
4日(水)、6日(金)、11日(水)、
20日(金)、25日(水)
- パーシモン(麻生区片平2-30-15)
5日(木)、10日(火)、12日(木)、
19日(木)、24日(火)、26日(木)
- 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。

11月の相続・遺言無料相談会

- 4日(水) 小田支店
9日(月) 柿生支店
11日(水) 宮崎支店
18日(水) 大師支店
25日(水) 宮前支店
30日(月) 北見方支店
- 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 セレサ川崎 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。

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ローソン銀行のATMで、同店の営業時間内のみ稼働)
- 経済センター、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 10:00~16:00
セレスアモス宮前店 10:00~16:00
※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:水曜日・年末年始)

11月の経営相談会(法律経営)

- 10日(火) 9:30~11:30 向丘支店
13:30~15:30 中原支店
13:30~15:30 みなみ支店
- 17日(火) 9:30~11:30 橋支店
13:30~15:30 柿生支店
- 24日(火) 13:30~15:30 稲田支店
28日(土) 9:30~11:30 梶ヶ谷ビル
- 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。

11月のマイホーム・アパート
新築・リフォーム相談会

- 17日(火) セレスア不動産本社
※受付時間 13:00~15:00
相談時間は原則1時間程度。予約制。
- ご予約は相談会の前々営業日16:00までにセレスア不動産本社まで。
セレスア不動産本社 (TEL 044-870-6711)
ご予約がない場合は開催いたしません。

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。
提携式場として、「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 ところ
TEL 0120-3096-56
危急のご連絡は24時間・年中無休
<http://ceresa-service.jp>

11月の年金無料相談会

- 11日(水) 小向支店
17日(火) 新城支店
22日(日) 向丘支店
26日(木) 日吉支店
29日(日) 菅生支店
- 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。

11月のセレスサロン

- 新型コロナウイルス感染予防のため、セレスサロンは令和3年3月まで中止させていただきます。
- お問い合わせ
本店生活福祉課(TEL 044-877-2509)



◀ JAセレスア川崎 ホームページ
<https://www.jaceresa.or.jp/>

※上記の予定につきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または延期となる場合があります。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間、セレスアモス、園芸館の営業時間を短縮させていただきます。詳細につきましては、ホームページまたは各店舗へお問い合わせください。



野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

ベジタブルライフ

イラスト：小林裕美子

ルッコラ

～イタリア料理で定番のハーブ～

ルッコラのチカラ

β-カロテン・ビタミンE

活性酸素を抑え肌や血管の老化予防、免疫向上に効果的

ビタミン

葉の部分に多い
ビタミンCは、ホウレンソウの2倍!



風邪予防、
疲労回復、
美肌に効果的

ビタミンK

骨の形成に関わりカルシウムとの相乗効果で骨粗しょう症予防が期待できる

アピリンイソチオシアネート

辛辣成分の強い抗酸化作用、抗菌作用が特徴で、がん予防や血栓予防に効果的



ミネラル

鉄分はプルーン1.5倍!
貧血気味の方にお勧め

ルッコラのプロフィール

【分類】アブラナ科キバナスズシロ属

【原産地】地中海沿岸

【おいしい時期(旬)】10～12月ころ、4～6月ころ

【主な栄養成分】β-カロテン、
ビタミンC・E・K、鉄、マグネシウム、
アピリンイソチオシアネートなど

解説：KAORU

見分け方

香りが良く、茎や葉がピンとして張りがある葉の色が鮮やかで、みずみずしい



お好みで選ぼう



水耕栽培

葉が軟らかく香りや風味が穏やか

露地物

野性的な風味で成長に促って香りが強くなる



NG

鮮度が落ちている葉が黄色っぽい切刈口が変色している

保存方法

冷蔵庫の野菜室へ

乾燥防止

少し湿らせたペーパータオル・新聞紙にふんわりと包み、ポリ袋や保存袋に

香りや風味が損なわれるので、早めに使い切ろう



根元を下に! 立てて鮮度を維持

ルッコラのいろいろ

ルッコラ



アブラナ科の一年草のイタリア料理ではポピュラーで、サラダやカルパッチョ、肉料理の付け合わせに使用される。葉は生食可能

セルパチコ



「ワイルドルッコラ」とも呼ばれる多年草のイタリア料理で重宝される。ルッコラに似た味わいだが、より野性的な風味が特徴。強い辛味、苦味があり香り高い

楽しみ方・食べ方のコツ

ズマのような風味が特徴の他の食材と調理することで風味が引き立つ

生食

特有の風味とフレッシュな香りが楽しめる
サラダ・カルパッチョなど

炒め物、おひたし、パスタ、
ピザなど、加熱調理もOK
風味や香りを損なわないよう、
さっと火を通すくらいがお勧め



好相性

チーズ、生ハム、トマト、
オリーブ油



味いや色合いの引き立て役

卵料理、
肉料理



ピューレにして

ソース、スープ、ムースに



ルッコラのヒストリー

歴史

ローマ帝国時代
地中海沿岸原産
で栽培



日本

1990年代ころ
イタリア料理ブームで急速に浸透



正式名称

ルッコラ・コレティヴァータ(Rucola coltivata)

英名: ロケット (rocket)、アリュグーラ (arugula)

ロケットに似ている姿から(葉が直立している姿)



イタリア名: ルッコラ (rucola)、ルーコラ、ルケッタ (ruchetta)

フランス名: ロケット (roquette)、エルーカ (eruca)

和名: キバナスズシロ

葉がダイコンの葉と似ている
(ダイコンの古名はスズシロ)



花
クリーム色に近い白色



材料 (4~5人前)

- ハクサイ…1枚
- ニンジン…1/2本
- ダイコン…5cm
- タケノコ(水煮)…半分
- 長ネギ…1本(3/4本分と1/4本分に分けて使う)
- シメジ…半パック
- 春雨…35g
- ショウガ…適量
- 鶏挽き肉…200g
- 卵…1個
- 片栗粉…大さじ2
- 醤油…小さじ1
- 塩…適量
- コショウ…適量

- 〈スープ用〉
- 水…1200ml
 - 中華スープの素…大さじ2
 - 酒…大さじ2
 - 塩…適量
 - コショウ…適量

野菜たっぷり肉団子スープ

- ④ 鍋にスープ用の水を入れ、沸騰したら中華スープの素と酒、①を入れる。



- ⑤ ④の野菜がやわらかくなったら、一口大に丸めた③を入れ、火が通るまで煮る。



- ⑥ ⑤に②を入れ、塩、コショウで味を調えたら、できあがり。



作り方

- ① ハクサイは軸と葉に分けて3cm幅に切り、ニンジン、ダイコン、タケノコは短冊切り、長ネギ(3/4本分)は斜め切りにし、シメジは食べやすい大きさにほぐす。



- ② 鍋に湯を沸かし、春雨を茹でる。



- ③ 長ネギ(1/4本分)はみじん切り、ショウガはすりおろしたらボウルに入れ、★を加えてよくこねておく。



ワンポイントアドバイス



多摩区南生田 各務 京子さん

好きな野菜や具材を入れてもおいしいです。また、ご飯にかけて雑炊にするのもおすすめ。辛いのが好きな方は、キムチなどを入れて味を変えても楽しめます。これからの時期にぴったりの野菜たっぷりスープですので、ぜひお試しください。