

JAセラサ川崎 機関誌

CERESA

4月号

2021 April

No.283

特集

令和2年度各種共進会・品評会 特別賞受賞者
機構改革
人事異動

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

Contents

特集	令和2年度各種共進会・品評会 特別賞受賞者	3
	機構改革	4
	人事異動	5
PICK UP		6
かわさきファーマーズ	完熟のイチゴをブランドに 麻生区・高木 伸一さん	10
農作業ノート	直売用にラッカセイはいかが 営農技術顧問・吉田 敏政	11
かわさき散歩ナビ	新丸子町を歩く	12
輝人～KIRABITO～	パン教室を憩いの場に 高津区・川野 喜代子さん	14
健康だより	5月31日は「世界禁煙デー」 アグリアカデミー～農業検定クイズ～ 農業の基本	15
セレサ通信		16
Web CERESA		17
mail box & クロスワードパズル & 運勢		18
JAからのお知らせ & 知って納得!税金講座		19
インフォメーション		20
ベジタブルライフ ウリ		21
JA セレサ川崎 SDGs取組宣言		22
目指せ!生涯現役!! セレササロン		23
わが家のレシピ	鶏むね肉のゴマドレッシングサラダと サターアンダーギー 幸区・神保 房子さん	24

5月の行事予定

3日(月) 憲法記念日

4日(火) みどりの日

5日(水) こどもの日

25日(火) 定例理事会

※日程等は変更されることがあります

経済センター・パーシモン 【「ゴールデンウィーク特別セール」開催のお知らせ】

5月1日(土)～3日(月) 9:00～16:00

詳細は、各店舗までお問い合わせください。

経済センター TEL 044-855-3561

パーシモン TEL 044-988-7405

連休の営業のご案内

営業内容	4月28日(水)	4月29日(木)	4月30日(金)	5月1日(土)	5月2日(日)	5月3日(月)	5月4日(火)	5月5日(水)	5月6日(木)
本店	営業	休業	営業	休業					営業
支店	通常稼働	日曜・祝日扱い 8:00～21:00	通常稼働	土曜日扱い 8:00～21:00	日曜・祝日扱い 8:00～21:00	日曜・祝日扱い 8:00～21:00	日曜・祝日扱い 8:00～21:00	日曜・祝日扱い 8:00～21:00	通常稼働
ATM セレスモス麻生店 (ローソン銀行ATM)	セレスモス麻生店(ローソン銀行)については営業時間内通常稼働。 手数料等は、ローソン銀行のホームページをご確認ください。 ※5月3日(月)～5日(水)は、JFマリンバンクは取扱不可。 ※営業時間外・休日の緊急連絡先:0120-50-9674(県信連集中監視センター)								
JA 共済自動車事故	※緊急連絡先:0120-258-931(フリーダイヤル事故はクミアイ)								
経済センター	営業	休業	営業	※1日(土)～3日(月)は、ゴールデンウィークセールを開催します。		休業		営業	
予約・注文事務所	営業	休業	営業	休業					営業
配達	4月30日(金)注文分は5月6日(木)、7日(金)に配達 ※在庫状況により、配達が遅れる場合があります。								
パーシモン	営業	休業	営業	※1日(土)～3日(月)は、ゴールデンウィークセールを開催します。		休業		営業	
コイン精米機(9:00～16:00)	営業	休業	営業	営業					営業
セレスモス麻生店	営業(両店ともに9:30～15:00) ※5月5日(水)は臨時営業いたします。								
セレスモス宮前店・園芸館	休業								
セレスサービス(株) 【葬祭センター】	営業	休業	営業	休業				営業	
	※緊急連絡先:0120-3096-56(年中無休24時間受付)								
セレス不動産(株) 本社	営業	休業	営業	休業				営業	
セレス不動産(株) 菅営業所	営業	休業	営業	休業				営業	
全農東日本エネルギー(株) JAクミアイプロパン川崎販売所	営業	休業	営業	休業				営業	
	※緊急連絡先:0120-182-571(L Pガス集中監視センター)								

今月の
表紙



《ペチュニアの出荷準備と管理作業》

宮前区東有馬 秋山 智男さん

「いい根を張らすにはいい土を」と話す秋山さんは、現在20㎡ほどの施設でペチュニアやニチニチソウなど年間約15品種の花きを栽培し、大型園芸店に卸しています。

花き栽培において土の重要度は高く、栽培する品目に合わせて赤玉土などの配合を指定したオリジナルの土を専門業者から取り寄せています。また、長く花を楽しんでもらえるよう緩効性の肥料を配合。水やりも長年の経験から得た感覚でポット内の水分量を調整しています。

これからも、「多くの人に花の魅力を届けていきたい」と、徹底した管理に日々汗を流しています。

令和2年度各種共進会・品評会 特別賞受賞者名簿

敬称略 ()内住所

令和2年度各種共進会・品評会の褒賞授与式は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となりました。なお、特別賞の受賞者は次のとおりです。

また、A～Mは下記に記載している共進会・品評会の事業名称に対応しています。

神奈川県知事賞

C 矢澤 英雄 (初山)
C 松井 秋彦 (初山)
H 手塚 和之 (西野川)
K 白井 正壽 (菅稲田堤)
M 森 清行 (久末)
M 篠田 隆文 (馬絹)
M 吉田 貴次 (馬絹)

川崎市長賞

K 木下 新一 (枅形)
川崎市議会議長賞

K 白井 正壽 (菅稲田堤)
L 太田 聡 (生田)
M 小川 耕平 (神木)

セレサ川崎農業協同組合組合長賞

A 立川 敏夫 (黒川)
B 岸 靖展 (栗谷)
C 木下 順一 (高石)
C 城所 秀男 (初山)
D 吉田 恵一 (馬絹)
E 関口 亨 (末長)
F 手塚 和之 (西野川)
G 中村 成彦 (新作)
H 松澤 久 (東百合丘)
I 田中 修 (下小田中)
J 持田 栄一 (東有馬)
L 五嶋 位昌 (菅)
M 田代 博資 (菅)
M 吉田 恵一 (馬絹)
M 内田 幸一 (東有馬)

神奈川県横浜川崎地区農政事務所所長賞

M 城所千恵美 (初山)
M 小峰 利平 (栗谷)
L 白井 正壽 (菅稲田堤)
M 永井 輝政 (神木本町)

(一社)神奈川県農業会議会会長賞

K 浅谷 和男 (中野島)
(一社)神奈川県園芸協会会長賞

(一社)神奈川県園芸協会会長賞

I 武笠 康浩 (坂戸)
L 関山 育男 (宿河原)
M 太田 毅 (生田)

神奈川県花き園芸組合連合会会長賞

M 手塚 和之 (西野川)

神奈川県果樹組合連合会会長賞

K 安藤 剛志 (菅北浦)
L 五嶋 敏充 (菅)

神奈川県植木生産組合連合会会長賞

M 内田 晴夫 (東有馬)

神奈川県施設野菜組合連合会会長賞

M 梅澤 進 (黒川)

全国農業協同組合連合会

神奈川県本部運営委員会会長賞

K 太田 英男 (生田)
L 安藤 剛志 (菅北浦)
M 三富 愛子 (坂戸)
M 田中 節子 (枅形)
M 田邊 裕崇 (馬絹)
M 石川 柳二 (千年)

川崎市農業委員会会長賞

J 杉田 功 (菅生)
J 青木 勇 (南野川)

M 宮田 幸治 (金程)
M 田中 修 (下小田中)
M 安藤 剛志 (菅北浦)
K 田代 博資 (菅)
L 田代 博資 (菅)

東一川崎中央青果(株)社長賞

M 森 大樹 (久末)
M 小峰 聖純 (栗谷)

川崎花卉園芸(株)社長賞

D 都倉 敏信 (馬絹)
M 名古屋大地 (馬絹)

相模肥糧(株)社長賞

K 戸張ひろみ (北見方)
K 井上 久雄 (登戸)
K 鹿島 俊祥 (下小田中)
K 中村 純三 (諏訪)
K 太田 聡 (生田)

事業名

A	川崎市施設野菜立毛共進会
B	川崎市ウメ立毛共進会
C	川崎市果菜類立毛共進会
D	川崎市花き立毛共進会 露地切花(夏の部)
E	川崎市ナス立毛共進会
F	川崎市花き立毛共進会 パンジー・ビオラの部
G	川崎市花き立毛共進会 露地切花(秋の部)
H	川崎市花き立毛共進会 葉ボタンの部
I	川崎市花き立毛共進会 シクラメンの部
J	川崎市キャベツ・ブロッコリー立毛共進会
K	川崎市梨・ぶどう品評会(前期の部)
L	川崎市梨・ぶどう品評会(後期の部)
M	川崎市園芸生産物品評会

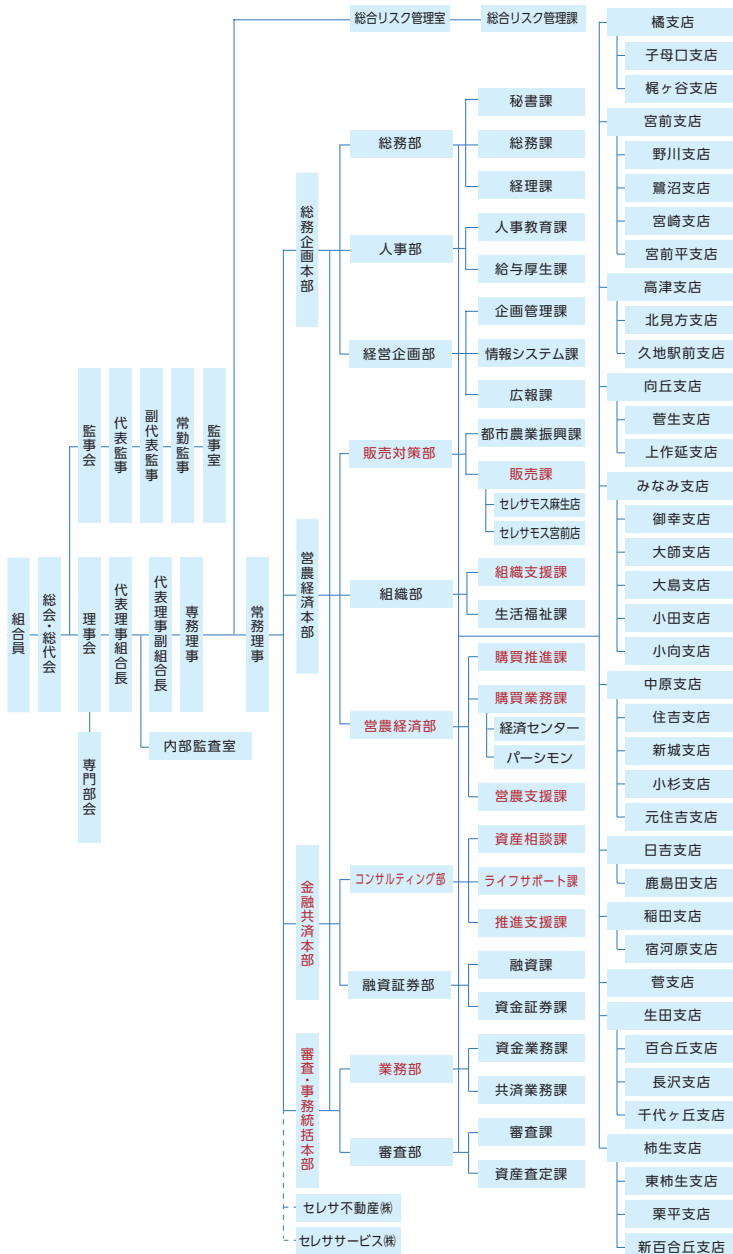
機構改革を実施、新たな体制で事業にまい進

J A では組合員の皆さまからの、日ごろの相談体制をさらに強化していくことや、迅速な業務体制を構築することを目的に、4月1日より機構改革を実施いたしました。今号から2か月にわたり、J A セレサ川崎の新たな体制をご紹介します。

新旧機構図 対照表

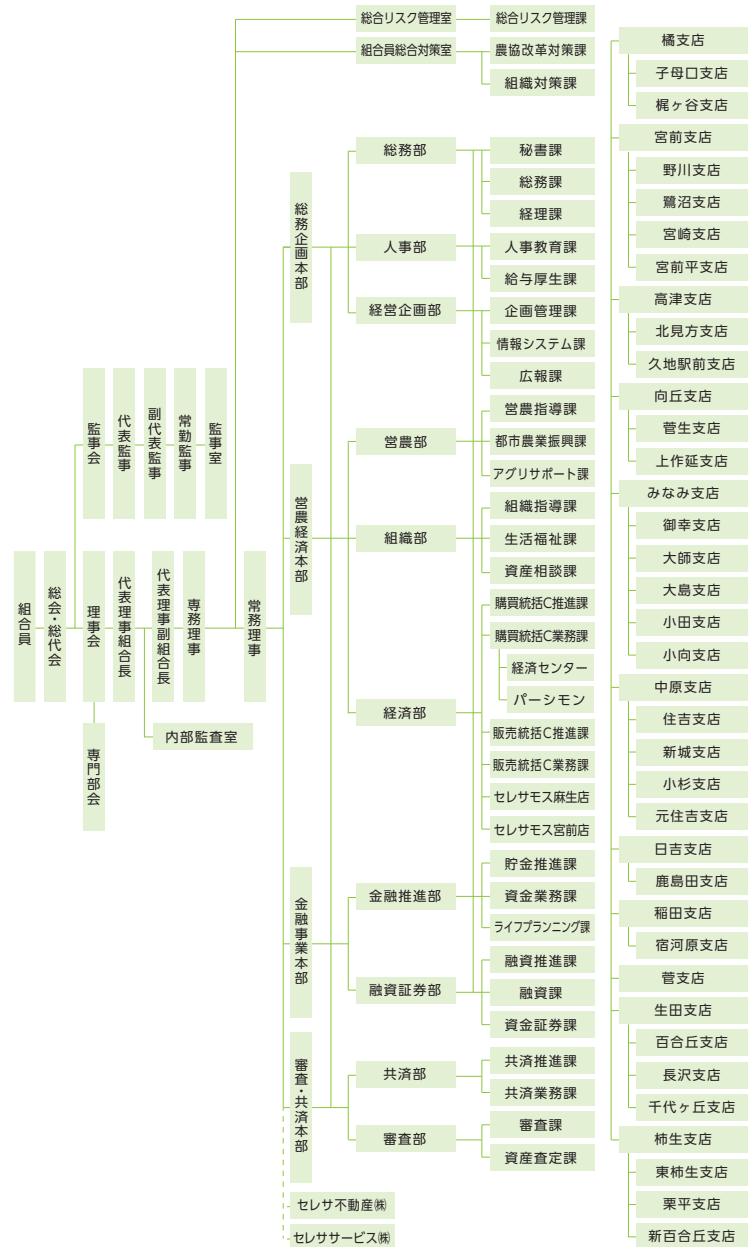
4月からの機構図

4本部・3室・10部・25課・38支店



これまでの機構図

4本部・4室・10部・33課(セレサモス2店舗含む)・38支店



主な機構改革のポイント

営業経済本部

営業部と経済部を統合・再編して「販売対策部」・「営業経済部」を新設します。これまでの組織部も含め、組合員の皆さまとともに市内農業の維持・発展、生活福祉の向上に取り組めます。

金融共済本部

コンサルティング部を新設し、資産相談課、ライフサポート課、推進支援課の3課を設けます。支店や本店の各部署との連携を強化し、組合員の皆さまのトータルサポートを行います。

審査・事務統括本部

貯金と共済事業の事務を統合した「業務部」を新設します。組合員の皆さまとは直接お会いする機会が少ないですが、支店との円滑な事務処理を進め、利便性向上を目指します。

次号では、特に皆さまとの関わりが深い

営業経済本部とコンサルティング部について詳しくご紹介いたします。

336人に異動発令、新採用者51人

J Aでは4月1日付け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
川妻 聡美	内部監査室 室長	組合員総合対策室 室長
鴨志田浩克	経営企画部 部長	経営企画部 部長兼企画管理課 課長
石井 裕二	販売対策部 部長	組織部 部長
松井 浩幸	組織部 部長	組織部 部長
中山 敏夫	営業経済部 部長	営業部 部長
中山 寛彦	コンサルティング部 部長	向丘支店 統括支店長兼コンサルティング部準備室 室長
榎本 隆之	業務部 部長	共済部 部長
佐藤 純二	向丘支店 統括支店長	子母口支店 支店長
五味 潤也	管支店 統括支店長	新百合丘支店 支店長
齋院 良行	子母口支店 支店長	金融推進部 貯金推進課 課長
白井 敏之	管支店 支店長	新城市支店 支店長
山田 泰之	新城市支店 支店長	管生支店 支店長
安藤 宏	東栢生支店 支店長	久地駅前支店 支店長
安藤 和彦	新百合丘支店 支店長	東栢生支店 支店長
齊藤 光延	久地駅前支店 支店長	橋支店 副支店長
新酒 真由美	内部監査室 次長	内部監査室 課長待遇
齊藤 国晴	経営企画部 企画管理課 課長	経営企画部 情報システム課 課長
鈴木 信夫	経営企画部 情報システム課 課長	組合員総合対策 農協対策課 課長兼組織対策課 課長
亀ヶ谷 ひとみ	経営企画部 広報課 課長	共済部 共済推進課 課長
矢澤 宏樹	販売対策部 都市農業振興課 課長	営業部 都市農業振興課 課長
若菜 友美	販売対策部 販売課 課長	経済部 販売統括センター 業務課 課長
興津 幸貴	販売対策部 セレサモス麻生店 店長	経済部 セレサモス麻生店 店長
萩原 勝	販売対策部 セレサモス宮前店 店長	経済部 セレサモス宮前店 店長
安立 行孝	組織部 組織支援課 課長	組織部 販売統括センター 推進課 課長
杉山 太郎	組織部 生活福祉課 課長	組織部 販売統括センター 推進課 課長
藤田 慎一	営業経済部 購買推進課 課長	営業部 購買推進課 課長
鈴木 由紀	営業経済部 購買業務課 課長	経済部 購買統括センター 業務課 課長
鈴木 隆徳	営業経済部 営業支援課 課長	共済部 共済推進課 課長
齊藤 陽子	コンサルティング部 資産相談課 課長	組織部 資産相談課 課長兼コンサルティング部準備室 室長
望月 俊貴	コンサルティング部 ユニサポート課 課長	組織部 ユニサポート課 課長兼コンサルティング部準備室 室長
正野 幸一	コンサルティング部 推進支援課 課長	融資証券部 融資推進課 課長兼コンサルティング部準備室 室長
長野 多和	業務部 資金業務課 課長	金融推進部 資金業務課 課長
田中 徳之	業務部 共済業務課 課長	共済部 共済業務課 課長
黒川 木綿子	橋支店 副支店長	宮崎支店 副支店長
永井 規晶	宮崎支店 副支店長	野川支店 副支店長
長瀬 伸一	高津支店 指導副支店長	稲田支店 指導副支店長
横尾 英毅	向丘支店 指導副支店長	栗平支店 共済支店長代理
五味 修	大師支店 副支店長	小田支店 副支店長
高橋 幸夫	大島支店 副支店長	栗平支店 副支店長
中山 徳也	小田支店 副支店長	大師支店 副支店長
佐伯 優	住吉支店 副支店長	宮前支店 副支店長
西野 智洋	稲田支店 指導副支店長	営業部 都市農業振興課 課長代理
茶畑 広樹	百合丘支店 副支店長	経営企画部 広報課 課長
中島 千恵子	栗平支店 副支店長	千代ヶ丘支店 副支店長
沼田 聡	千代ヶ丘支店 副支店長	経済部 購買統括センター 推進課 課長
山代 直輝	販売対策部 都市農業振興課 課長代理	組織部 購買統括センター 推進課 課長
田代 真	販売対策部 販売課 課長代理	経済部 セレサモス宮前店 副店長
田島 亮	販売対策部 セレサモス麻生店 副店長	経済部 セレサモス宮前店 副店長
倉澤 智子	販売対策部 セレサモス宮前店 副店長	経済部 セレサモス麻生店 副店長
矢澤 和洋	組織部 組織支援課 課長代理	橋支店 指導支店長代理
小田島 儀典	営業経済部 購買推進課 課長代理	東栢生支店 貯金支店長代理

早川 美幸	営業経済部 購買業務課 課長代理	組織部 生活福祉課 課長
山本 俊行	営業経済部 購買業務課 経済センター 店長	経済部 購買統括センター 業務課 課長
角石 浩太	営業経済部 購買業務課 パーシモン 店長	経済部 購買統括センター 業務課 パーシモン 店長
榎原 俊治	営業経済部 営業支援課 課長代理	生田支店 指導支店長代理
榎原 恭夫	コンサルティング部 資産相談課 課長代理	内部監査室 課長代理
高橋 徹	コンサルティング部 推進支援課 課長代理	組織部 資産相談課 課長代理
中村 謙太	コンサルティング部 推進支援課 課長代理	金融推進部 課長代理
横山 知史	コンサルティング部 推進支援課 課長代理	共済部 課長代理
細谷 育子	業務部 資金業務課 課長代理	金融推進部 資金業務課 課長代理
石川 由香	業務部 資金業務課 課長代理	金融推進部 資金業務課 課長代理
馬場 敦	業務部 共済業務課 課長代理	共済部 共済業務課 課長代理
関 勇人	橋支店 融資支店長代理	融資証券部 課長代理
金子 晴一	橋支店 指導支店長代理	共済部 課長代理
池田 博明	宮前支店 融資支店長代理	共済部 課長代理
沼田 泰志	宮前支店 指導支店長代理	元住吉支店 融資支店長代理
大島 勇介	野川支店 融資支店長代理	高津支店 融資支店長代理
中川 明子	野川支店 共済支店長代理	野川支店 共済支店長代理
長谷川 さゆり	宮崎支店 共済支店長代理	久地駅前支店 共済支店長代理
原田 洋平	高津支店 融資支店長代理	東栢生支店 融資支店長代理
安曾 友宏	管生支店 共済支店長代理	野川支店 共済支店長代理
杉山 翠	宮前支店 共済支店長代理	小杉支店 共済支店長代理
川村 めぐみ	御幸支店 貯金支店長代理	鹿島田支店 共済支店長代理
齊藤 暢彦	御幸支店 共済支店長代理	千代ヶ丘支店 共済支店長代理
小林 佐和子	大島支店 共済支店長代理	小田支店 共済支店長代理
大関 正洋	大島支店 共済支店長代理	鹿島田支店 共済支店長代理
笠原 大樹	小田支店 融資支店長代理	子母口支店 共済支店長代理
古谷 昌	小田支店 渉外支店長代理	小田支店 共済支店長代理
佐藤 紘一	中原支店 融資支店長代理	橋支店 融資支店長代理
藤田 美香	中原支店 指導支店長代理	経済部 購買統括センター 業務課 課長代理
山田 俊光	住吉支店 融資支店長代理	東栢生支店 渉外支店長代理
久米 一輝	住吉支店 渉外支店長代理	小田支店 渉外支店長代理
津崎 友紀	小杉支店 共済支店長代理	菅支店 共済支店長代理
今野 高志	元住吉支店 融資支店長代理	生田支店 渉外支店長代理
今村 梢	元住吉支店 共済支店長代理	元住吉支店 共済支店長代理
夏井 明子	鹿島田支店 共済支店長代理	元住吉支店 共済支店長代理
福来 久美子	菅支店 共済支店長代理	長沢支店 共済支店長代理
鷹栖 祐一	生田支店 融資支店長代理	新百合丘支店 融資支店長代理
清水 美絵	生田支店 渉外支店長代理	住吉支店 渉外支店長代理
齋藤 茂	生田支店 指導支店長代理	中原支店 指導支店長代理
内藤 文恵	柿生支店 共済支店長代理	宮前支店 指導支店長代理
金子 緑	東栢生支店 共済支店長代理	久地駅前支店 貯金支店長代理
倉島 信一	東栢生支店 貯金支店長代理	経営企画部 課長代理
谷本 将行	東栢生支店 渉外支店長代理	向丘支店 副支店長
伊藤 雅代	長沢支店 貯金支店長代理	野川支店 副支店長
向井 操	長沢支店 共済支店長代理	菅生支店 共済支店長代理
長内 和美	栗平支店 共済支店長代理	大師支店 共済支店長代理
北林 直人	新百合丘支店 融資支店長代理	融資証券部 課長代理
岸 和枝	久地駅前支店 貯金支店長代理	御幸支店 貯金支店長代理
西村 礼子	久地駅前支店 共済支店長代理	宮崎支店 共済支店長代理
服部 守	千代ヶ丘支店 融資支店長代理	生田支店 融資支店長代理
古澤 直樹	千代ヶ丘支店 共済支店長代理	大島支店 共済支店長代理
高橋 有紀	小向支店 共済支店長代理	柿生支店 共済支店長代理

氏名	再雇用
横山 正義	有
田村 勝伸	有
米村 博志	有
開井 一雄	有
樋山 光幸	有
志村 典亮	有
石津 秀樹	有
上原 正明	有
開井 益代	有
星野 好美	有
持田 夏生	有
中倉 孝揮	有
芦澤 雅敏	無

定年退職者一覧

POP陳列甲子園 セレサモス両店が最優秀賞

セレサモス麻生店と宮前店は、売り場陳列の見栄えなどを競うコンテスト「令和2年度JA直売所POP陳列甲子園」で最優秀賞を受賞しました。

同コンテストは、コロナ禍における内食需要を喚起し、食の提案拠点であるJA直売所の創意工夫の場として開催され、県下のJA直売所12店舗が参加。麻生店は横幅3メートル以内の小型陳列部門、宮前店は横幅3メートル以上の大型陳列部門にエントリーしました。

麻生店は「柑橘スマイル」をテーマに、生産者にジャムやシフォンケーキなど柑橘を使った加工品の新規出荷を依頼。その他県内JAの柑橘類の加工品を並べ、販売台にはレモンの装飾を施すなど、かわいくポップな陳列に仕上げました。宮前店は、JAグループ神奈川のマップを作成して、参加した全JAのオリジナル商品を並べてPRし、「神奈川愛」あふれる陳列に仕上げました。

麻生店の興津幸貴店長は「担当者がよく考え、工夫して作ってくれた結果だと思う。テーマの通り、食を通じて消費者に笑顔になつてもらえればうれしい」と話しました。宮前店の萩原勝店長は「今回の準備で、職員とパートで意見を出し合い団結して作り上げた経験を、今後のチームワークに生かしたい」と話しました。



宮前店の陳列



麻生店の陳列

アグリサポーター活動開始

援農ボランティア「アグリサポーター」の活動が3月22日、組合員の畑で始まりました。相次いだ緊急事態宣言の延長によつて活動開始が予定より遅れましたが、ようやく援農ボランティアとしての第一歩を踏み出しました。

援農ボランティアの事業は、後継者不足などで農業従事者が減る中、担い手の労力を軽減させることが目的。約5か月にわたり収穫作業や片付け、除草作業などの講座を修了したアグリサポーター49人は、市内農業の活性化



トンネル掛けを行う様子



ブロッコリーの袋詰めの様子

に向けて活躍しています。23日は、麻生区栗木台の飯草英雄さんの畑でアグリサポーター2人がエダマメの種まきやトンネルの設置、収穫したブロッコリーの袋詰めなどに従事。飯草さんは「一人では大変な作業だが、手伝ってもらえて助かる」と話しました。

農業を手伝ったアグリサポーターは「これから経験を積んで多くの場面で役に立ちたい」と意気込みを語りました。

太茎アスパラ続々

新栽培法に手応え



アスパラガスを収穫する田中さん

3月に入り、市内のアスパラガスが収穫期を迎えました。JAでは明治大学と連携し、アスパラガスの新栽培法「採りつきり栽培®」の普及を進めており、これまでと異なる栽培手法が全国的にも注目を集めています。

同栽培法は、明治大学農学部野菜園芸学研究室と、パイオニアエコサイエンス(株)が開発。通常のアスパラガスは十分なサイズや収量を収穫できず、3年程度かかり、その間の病害防除の手間など、野菜の中でも特に栽培が難しいものとされてきました。対して同栽培法は、定植1年目での太茎多収を実現。さらに、株を翌年に持ち越さずにとりきることで、病害や生育障害のリスクを軽減できます。

昨年と同栽培法に挑戦し、初めての収穫期を迎えた多摩区登戸の田中謙次さんは「太さ、収量ともに十分。たった1年でここまでとれることに驚いた」と笑顔で話しました。

交通安全願いランドセルカバー贈る

JAは新入学児童の交通安全を願い、川崎市の新入学児童用ランドセルカバーをポンサー事業に協賛しています。本年度は市内121の公立小学校の全入学児童分として、12777枚を贈りました。

本事業は平成20年から毎年実施しています。贈呈したランドセルカバーは、遠くからでも視認できるよう黄色をベースにデザイン。市の交通安全キャラクター「かわさきしんごくんと」「こうつうあんぜん」の文

字が記載されており、ドライバーへの注意喚起を促すとともに、新入学児童や保護者の交通安全への意識を高める内容となっています。

4月から多摩区の小学校に通う新一年生の関山敢太さんは、ランドセルを抱え「体育を頑張りたいです」と元気に話しました。

今後もJAでは、さまざまな活動を通じて、地域の子どもたちが安心して暮らせる街づくりに協力してまいります。



真新しいランドセルを抱える敢太さん

青壮年部「活動目標」を新たに作成

青壮年部は3月17日、本店で木寫浩也常務と営農経済本部の部長3人と意見交換会を行いました。今年度、新たに作成した「活動目標」について意見を交換した他、今後の活動における改善点などを共有しました。

同部は毎年、市内農業の問題点などをまとめた「ポリシールブック」を作成していますが、「活動目標」には地域によって異なる現状や課題などを支部ごとに記載。また、解決策や今後取り組みたいことを載せて、活動をより充実したものにできるよう目標を定めました。

当日は、同部の立川幸宏委員長をはじめ役員ら5人が、JA役員らに「活動目標」の完成を報告。「部員数が減少しているので、研修などを開催する他、親睦を充実させてより魅力ある組織にしたい」といった意見が挙がりました。

支部ごとの課題などをJAと共有した立川委員長は「部員みなで考えた活動目標を通じて青壮年部活動をより充実させていきたい」と話しました。



意見交換会の様子



完成した「活動目標」を披露する立川委員長

本格的なケーススタディ

全地区合同TACミーティング

JAセレサ川崎は3月12日、地域農業の担い手に向くJA担当者（愛称TACヒタツク）らを対象にした合同TACミーティングを高津支店で開き、各地区のTAC担当者や経済部のTACサポーターら20人が出席しました。

出席者には、営農部から事前の課題として「秋作エダマを取り入れた、年間を通じた栽培計画」を作成するよう求めており、当日はグループに分かれ、用意してきたアイデアを出し合い議論が交わされました。提案の中には「今春より始まった援農ボランティアを利用する」、「環境保全型農業にシフトしブランド価値を上げる」など、収益性や作業効率性などと絡めたJAならではのアイデアが多く出され、出席者はそれぞれの考えに興味深く耳を傾けました。



議論を深めながら発表資料を作成するTAC担当者ら

植木に感謝の気持ちを込めて

宮前苗木植木生産組合（植木盆栽部宮前支部）は3月25日、宮前区の長善寺で植木類大供養祭を行い、組合員ら16人が参列しました。

今年で45回を迎えた同供養祭は、枯れ木や伐採された生活の糧となった木の霊を慰め祈るとともに、日頃の植木に対する感謝の気持ちを含めて毎年行われています。

当日は、組合員らで敷地内の植木の手入れなどを行った後、組合で揃えた半纏を着用し、焼香を行いました。

内田晴夫組合長は「今年も無事に供養することができた。植木に対する感謝の気持ちを忘れずに、仕事に励んでいきましよう」とあいさつしました。



参列した組合員



祈りをささげる内田組合長

イチゴPR冊子作成



市内のイチゴ農園の情報が詰まっています

J Aは2月15日、市内のイチゴ生産者の情報が詰まったPR冊子「かわさきのイチゴ」を発行しました。

市内では近年、徐々にイチゴ生産者が増えており、現在は10軒の生産者が施設でイチゴの栽培に取り組んでいます。本冊子では、各生産者のイチゴ農園の所在地や特徴などを掲載。また、イチゴの豆知識としたQ&Aコーナーも設けており、楽しみながら市内のイチゴについて知ることのできる内容となっています。

本冊子は支店の他、大型農産物直売所「セレサモス」等で配布していますので、ぜひお手に取っていただき、各農園で市内産のイチゴを味わってください。

第3次地域農業振興計画を策定

J Aは4月、市内農業者の所得向上や都市農業の発展を目的として、今後5年間の市内農業振興に向けた施策をまとめた「第3次地域農業振興計画」を発行しました。

本計画は3月に策定し、前回の地域農業振興計画の振り返りや市内農業の現状、J Aセレサ川崎の都市農業振興戦略など、全52ページオールカラーで構成しています。また、国連の持続可能な開発目標（SDG S）との関連も意識した内容となっています。

今後もJ Aセレサ川崎は、市内農業を取り巻く多くの課題に対し、J Aの総合事業の強みを生かした包括的な取り組みで都市農業のさらなる発展を支えてまいります。



第3次地域農業振興計画



完熟のイチゴをブランドに



麻生区片平 高木 伸一さん

相続した土地を有効に活用しようと、約12年前からイチゴの施設栽培を始めました。現在は、相続した市内農地の他、県外を含め合計3畝ほどの施設を開設。7万株以上栽培し、市内産イチゴはセレスモスに出荷しており、市外産イチゴは地方発送や催事で販売しています。

当初は、トマトやメロン、ミカンといった野菜や果物の栽培を試みましたが、完熟してから収穫するイチゴの味に感動。また、市内に施設イチゴの生産農家が少ないことから主力品目にしようと決めました。

イチゴ栽培を従来の土耕栽培で始めたころは、アブラムシやダニなどによる病害虫の被害に遭い、ほぼ全滅したこともありました。その後、栽培管理や作業を簡素化しようとヤシガラ高設水耕栽培を取り入れ、品種は糖度が高く粒が大きく育つ「紅ほっぺ」にほれ込み栽培を一本化。一粒一粒丁寧な作業を心掛け、甘みの乗ったイチゴはセレスモスや地方発送で順調に売り上げを伸ばしていきました。

また、社会問題でもある耕作放棄地を少しでも減らそうと、県外に施設を増設しました。従業員にも各地の自治体などが行う栽培研修会

FARMER'S VOICE



昔から自動車が好きで学生時代にモータースポーツの競技で全日本王者に輝いたことがあります。ジムカーナの協会を大学時代の仲間と立ち上げ現在も活動を続ける傍ら、今でも自家用車の整備は自身で行っています。

や講習会に参加させて栽培技術の向上を図り、さらに病害虫対策として害虫を捕食する天敵製剤を導入。収穫量の増加や作業の効率化につながったことで、手応えを感じています。最近では通年で出荷できるよう「夏イチゴ」の栽培に挑戦しています。暑さ対策として県外の高原地域に冷房付き施設を新設。味にもこだわり約10品種の中から試した「よつぼし」を新たに導入し、今年は1万4千株を夏イチゴとして栽培する予定です。

今後は、365日イチゴが楽しめる環境を確立させ、ブランド化していけるよう取り組みを続けていきたいと思います。

農作業 ノート

直売用に ラッカセイはいかが



営農技術顧問 吉田 敏政

茹でたラッカセイを食べる習慣は、古くから農家でありました。ラッカセイのおいしい食べ方なのですが、日持ちしないため知る人ぞ知る食べ方といえます。季節限定商品として掘りたてのラッカセイを直売所の品ぞろえの一つに加えてはいかがでしょうか。ウの生育密度を低下させます。

作物としての特徴

- ①水はけが良ければ、乾燥に強く土地を選ばず栽培ができます。
- ②播種と収穫、脱莢(だっきょう)以外は比較的手間が掛かりません。
- ③根粒菌が着くので窒素肥料は少なく済みます。
- ④サツマイモネコブセンチュウとミナミネグサレセンチュウの生育密度を低下させます。

ゆで豆用品種

- 郷の香(早生) : 収穫期が早く、莢(さや)は色が白く外観に優れ、食味の良い品種です。
- ナカテユタカ(中生): 野菜栽培後などの肥えた畑で収量が高くなり、いり豆にも適しています。
- おおまさり(晩生) : 莢が従来品種の2倍ほどの大きさがあり、甘みが強い品種です。



収穫直後のおおまさり

圃場準備

窒素はあまり多く必要としませんが、石灰が少ないと良い豆はできません。施肥量は1a当り堆肥80kg、苦土石灰10kg、日の本化成12号(3-7-10)8kg程度です。播種2週間前に苦土石灰と土をよく混ぜておきます。

【栽培暦】

月旬	1 上中下	2 上中下	3 上中下	4 上中下	5 上中下	6 上中下	7 上中下	8 上中下	9 上中下	10 上中下	11 上中下	12 上中下
主な作業					○							

○：播種、□：収穫

播種

地温が十分に上がる5月中下旬が適期です。3cmほどの深さに1~2粒ずつまきます。郷の香、ナカテユタカは畦間60cm株間25~27cmとし、おおまさは株が大きく広がるため畦間100cm株間50cmとします。マルチ栽培の場合は条間45cmの2条マルチを使い、ベッド幅70cm通路幅60cmとし、郷の香、ナカテユタカは株間25~27cm、おおまさは株間60cmとします。栽培株数が少ない場合は5cm程度のポリポット育苗でもよいです。

播種後の管理

鳥害対策: 播種後、防虫ネットなどをべた掛けします。発芽後、葉の緑が濃くなってきたら除去し、カラスの被害を避けるため0.3mm径の極細黒テグスを収穫期まで張っておきます。

除草剤散布: 雑草の多い畑ではサターンバアロ乳剤または粒剤、トレファンサイド乳剤または粒剤を播種後に散布します。マルチ栽培の場合は通路に散布します。

マルチ除去: マルチ栽培では、花が咲き始めたらマルチを外します。

梅雨明け後の干ばつ: 空莢防止のためにはかん水が有効です。

中耕・土寄せ: 発芽後1か月ほど経過したところと、開花後の子房柄が伸びて地面に入る前にうね間を耕し土寄せします。マルチ栽培の場合はマルチ除去後に1回行います。

病害虫防除: 収穫に大きく影響するのは、茎腐病と白絹病です。発病株は早めに抜き取り処分します。他に褐斑病や黒渋病、そうか病、さび病などが発生することがあります。

コガネムシ類の被害が多い畑では、ダイアジノン粒剤5、フォース粒剤などを播種時に土壌混和しておきます。なお、ネコブセンチュウの一種であるキタネコブセンチュウは加害しますので注意が必要です。

収穫

収穫目安は莢がおおむね肥大したところになります。乾燥莢の収穫適期より5~7日早めに収穫します。郷の香は開花期から70日、ナカテユタカは75日、おおまさは85日となります。収穫したらすぐ莢をもぎ取り水洗いし、日陰で表面の水分を軽く乾かします。

※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20ページをご参照ください。

【営農技術顧問】

	担当業務	出勤日
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
美濃口 薫	花き・植木栽培指導、病害虫全般	月・木
志村 隆	花き・植木栽培指導、病害虫全般	5月末まで週1日(曜日は未定)

※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

かわさき 散歩ナビ



～中原区のシンボルマークを紹介します～



「中」の字をベースに心のふれあうまちを願い、人と産業、人と文化、さらに伝統文化と最先端技術の調和を表現しています。また中央の丸は、市の地理的中心であることを表し、上下に伸びる縦軸は未来に発展する中原区の姿を象徴しています。メインカラーはすがすがしい爽やかな中原区をイメージできるターコイズグリーンです。



新丸子町を歩く

〈今回の街歩きの日安〉

場所	距離	時間
駅⇒①	140m	2分
①⇒②	180m	3分
②⇒③	100m	2分
③⇒④	400m	5分



今回は東急東横線新丸子駅で下車し、西口から街歩きへ出発します。
駅を出て直進し、右に曲がる道を進み、1つ目の角を左に曲がり歩いて行くと、行列ができています。店を発見しました。店内に入るとおいしそうなパンがたくさん並んでいます。その中から、店主おすすめのクロワッサンとナンテールをお土産に購入しました。
店を後にし、再び歩き進めると和菓子屋に到着。店内を覗くと、たくさんのお菓子が並んでいます。店主から店のこだわりや大切にしていることなどを聞かせていただき、店イチオシの新丸子まんじゅうをお土産に購入しました。
和菓子屋を出て、街歩きを再開します。すると、気になる看板を見つけました。どんな店か気になったので入ってみると、ナッツ類な

どの量り売り専門店でした。店内には100種類ほどのナッツやドライフルーツなどがあり、1gから購入することができるところです。お土産には、一番人気の「搾りたてピーナッツバター」を購入しました。
店を出て、次はどこに行こうかと考えていると地元の方が「市内産のイチゴを使ったスイーツを食べることが出来る店があるよ」と教えてくれたので早速向かってみます。
教えてもらった店に到着すると、そこは川崎フロンターレのカフェで、店内にはユニホームやサインなどが並んでいました。いろいろなメニューがある中から、市内産のイチゴを使ったパフェをいただいたの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た一日でした。

FRO CAFE 4

お土産におすすめ♪



一番人気の「絞ったてピーナッツバター」は、無塩無糖のピーナッツを搾るので、本来のピーナッツの味を感じることができます。甘くないので、サラダなどの料理にも使うこともできます。



川崎フロンターレ初の常設オフィシャルカフェで、2020年4月にオープンしました。「スタイリッシュで、居心地の良いカフェ」を目指し、フロンターレのファンの方ももちろん、地域の皆さまにも快適に過ごしてもらえる場を提供しています。

フロンターレはJリーグクラブで唯一、クラブ名に「フロ(風呂)」という文字が入ることから、店内にはおフロ(風呂)にまつわるアイテムである「フロ桶(おけ)」や「フロ椅子」、「フロ釜」などが展示されています。店内の一部には桶に書かれた選手のサインを見ることができるブースもあります。

おFRO!?



コラボメニュー



川崎市内のイチゴ農家とコラボしたメニューが販売されています。パフェやパンケーキ、ヨーグルトフラッペなど種類は全部で7種類!4月30日まで期間限定で販売しています。



所 中原区新丸子町1008-2

営 平日:11:30~21:00、土日祝:11:30~21:00

休 月曜日

パンと焼き菓子の Papapapa-n! ①



2018年10月にオープンし、地域の方から親しまれているパンと焼き菓子の店。店名は「パパパーン」と、結婚式のファンファーレのような明るくおめでたいイメージで付けられました。クロワッサンやクロワッサンの生地を使った商品を中心にパンと焼き菓子を販売しています。素材にこだわり、小麦粉は北海道産、バターはフランス産の発酵バターを使用しています。



店内には、クロワッサンなど約40種類のパンと、クッキーやマドレーヌ、カヌレなど約15種類の焼き菓子が並んでいます。お土産のおすすめは焼き菓子がセットになった商品です。

ふわふわトロロ

おいしそう！

人気のクロワッサン♪

主力のクロワッサンは「毎日食べてもらいたい」という想いから焼きたてにこだわって提供しています。全3種類あり、全粒粉を使ったクロワッサンもあります。



水を使わずに卵黄とジャージー乳、生クリーム、フランス産の発酵バターで練った贅沢パン「ナンテル」。そのままでもおいしいですが、温めると芳醇な発酵バターの香りと「ふわとろ」食感を楽しむことができます。

所 中原区新丸子町729 営 9:00 ~ 18:00 (※商品がなくなり次第終了) 休 日曜日、月曜日

菓心 桔梗屋 ②



1958年9月に創業し、家族で営む和菓子屋。素材にこだわり、新潟県産のもち米や北海道産の小豆などを使用しています。「おいしい和菓子はあんこから」をモットーに、その年に一番よい状態の小豆を仕入れて、自家製のおいしいあんこを作り、それぞれの菓子に合うようあんこの甘さや硬さを変えています。

おいしそうな品々



店内に並ぶ30種類以上のまんじゅうや団子などの和菓子はすべて手作りです。季節の商品も多く、四季折々の味を楽しむことができます。

人気のまんじゅう♪



ぱくっと食べられる小ぶりなサイズ感と1個55円というお手頃な価格が好評の「新丸子まんじゅう(こしあん)」はお土産に人気の商品です。

梨の和菓子

宮前区の梨農家の多摩川梨を使った「多摩川梨」は、すりおろした多摩川梨を白餡に練りこんだ焼き菓子です。



所 中原区新丸子町754 営 10:00 ~ 18:00 休 日曜日

バルクフーズ 新丸子店 ③



2018年4月にオープンした無添加のナッツなど、好きなものを好きな分だけ購入できる量り売り専門店。ナチュラルやオーガニックなどの食品を販売し、お客様のライフスタイルに合わせて、どの商品も1gから購入することができます。

所 中原区新丸子町769 営 11:00 ~ 20:00 休 木曜日

豊富な品ぞろえ



店内には約100種類のナッツやドライフルーツ、オリーブオイル、はちみつなどが並んでいます。店内にも専用のビンやボトル、紙袋がありますが、容器の持ち込みもOKです。



輝人 KIRABITO

パン教室を 憩いの場に

高津区末長 川野 喜代子さん



家族がみんなパン好きで、家では昔からパンをよく食べていました。市販のパンに多くの添加物が入っていることが気になるようになり、自分で作ることができれば、無添加のパンが食べられると思い、8年前からパン教室に通うようになりました。

通い始めて4年ほど経ち、作れるレパートリーも50以上になった頃、先生の勧めでパン作りの講師の資格を取得。それを知った近所の方々からの要望で、2017年7月に「hauri パン教室」を開くことになりました。教室のモットーは「安心して食べられるパン作り」。余計なものは一切加えずに、最低限の材料で、子どもから大人まで安心して食べられるパンの作り方を、みなさんにも伝えたいとの思いで始めました。

パン教室は口コミで広がり、今では



全てパンで作ったミニパンバスケット

19人の生徒さんが通っています。レッスンは、試食まで入れて1回3時間半。山型の食パンやクリームパン、デニッシュなどの他、フロランタンなどの洋菓子や、豆大福などの和菓子の作り方も教えています。1回4人までのグループでパンやお菓子を作り、完成後には試食しながら会話を楽しみます。深い話をする機会がなかった近所の方ともいろいろな話をする事ができ、大変有意義な時間となっています。生徒さん同士も仲良くなっているのを見るとうれしくなります。

パンを焼いている時の香ばしい香りが大好きで、今では自分で焼いたパンを毎日食べています。パンが焼きあがる時のワクワクする気持ちを多くの人に体験してもらえよう、これからも安心しておいしいパンの作り方を伝えていきたいです。

PROFILE

パン教室の生徒さんとのご縁で、ウクレレやポーセラーツを習っています。パン教室を始めてから人の輪が広がり、たくさんの人と会話をする事で、気持ちが豊かになった気がします。この教室がみなさんにとっても息抜き場になればいいなと思っています。



健康だより

健康科学アドバイザー ● 福田千晶

5月31日は「世界禁煙デー」

喫煙が健康に悪いことはよく知られています。肺がんや他の部位のがん、肺気腫などの呼吸器疾患、動脈硬化などいろいろな病気の原因になります。喫煙者でもできればたばこはやめたい」と考える人も多いのです。

おそらく最初は軽い気持ちでたばこを吸い始め「いつでもやめられそう」と思いながらも、なかなか禁煙できなくなり、理由は、たばこのニコチンには強い依存性があり、体が喫煙行動をやめられません。

電子たばこや加熱式たばこは新型たばことも呼ばれます。電子たばこは、液体を加熱してエアロゾルを発生させて吸引します。ニコチンを含む物と含まない物がありますが、発がん物質などを発することが指摘されています。加熱式たばこは、葉たばこを加熱してエアロゾルを吸引するのでニコチンと他の有害物質を含みます。新型たばこの健康への害は、まだ不明な点が多いですが、日本呼吸器学会の見解でも「加熱式たばこや電子たばこが紙巻きたばこより健康リスクが低い」という証拠はなく、いかなる目的であってもその喫煙や使用は推奨できない」とされています。



ます。

しかも、新型たばこでも、周囲にいる人にも健康被害を生じさせる可能性があるのです。

農作業の後に仲間や家族が同乗している車の中や、くつろぐ室内で新型たばこを使用するのは問題です。煙は見えないけれど、有害物質が空間に充満している可能性があります。「新型たばこに替えたから安心」とはいえないのです。ご自身の健康のため、周囲の人々の健康のため、禁煙にチャレンジしませんか？まずは禁煙に関心を持ち、家族や仲間禁煙の意志を宣言し、たばこや関連グッズを処分することからスタートです。5月31日は「世界禁煙デー」。この日から禁煙開始というのはいかがでしょう？

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

農業の基本

農業の基本についての問題です。

【問題】

農業の基本についての説明で、間違っているものは次のうちどれですか。

- ①長野県の九条ネギなど、地域にはその地域の自然と人間との関わりでもたらされてきた伝統的な食材が受け継がれている。
- ②地域によって気候や土地条件が変わってくるが、その地域で栽培しやすい作物を育てることを「適地適作」という。
- ③田畑には害虫や益虫、天敵昆虫がいるが、環境を守りながら、農作物を健全に育て、その能力を発揮させる栽培管理が大切である。
- ④「地産地消」は地域の生産物をその地域で消費することを言い、生産者と消費者の結び付きを強める取り組みでもある。

※解答は16ページにあります。

セレサ通信

組合長メッセージ ～ 組合員の皆さまと明るい未来へ～

日増しに気温も上がり、うららかな春の日差しが差し込む、新たな年度がスタートいたしました。組合員の皆さまにおかれましてはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、昨年度を振り返りますと、まさに世界全体で「新型コロナウイルス」との戦いに明け暮れた1年となりました。国内では、4月に政府より初となる「緊急事態宣言」が発令され、マスクの着用や3密の回避など、新しい生活様式が始まりました。皆さまにおかれましても、さまざまな制限の中で、不安な日々を過ごされたことと思います。

こうした中、JAセレサ川崎では「新型コロナウイルス対策本部」を設置し、会議を重ねながら、支店やセレサモスの営業時間の見直しをはじめ、役職員の勤務体制やイベント開催の可否などについて迅速に対応してまいりました。各店舗におきましては、自動検温システムを設置した他、セレサモスでは入店人数制限やドライブスルー方式での販売を実践しました。そして、大変心苦しい中ではありましたが、皆さまの安全を最優先に考え、JAセレサ川崎の一大イベントであります「農業まつり」や「感謝の集い」をはじめ、多くのイベントを中止としました。組合員の皆さまにおかれましては、さまざまなご不便をおかけしたことをおわびするとともに、ご理解とご協力に心より感謝申し上げます。一方で、各地区や支店が工夫を凝らし、皆さまとの連携の中で、フードバンクへの食材提供や、医療従事者への品評会出品物の寄贈など、さまざまな地域貢献活動を行いました。こうした厳しい状況の中でも、「協同の力」を再確認できたことを大変うれしく思います。こちらにつきましても、皆さまのお力添えに対しまして心よりお礼申し上げます。

本年度は、新たに機構改革を実施いたしました。金融共済本部では、コンサルティング部を新設し、組合員の皆さまの日々の暮らしの悩みを解決できる一助になることができると考えております。また、都市農業を守り、より大きく育てていくために、営農経済本部についても大幅な再編を行いました。体制は変わりますが、これらの改革はすべて、JAと組合員の皆さまとの距離を縮め、絆をより強固に保つためのものであります。新たな機構については、皆さまがお困りになることのないよう、今後の機関誌や支店等からも、各部署の機能などを丁寧に説明してまいりたいと思います。分からないことや、気になること

などがございましたら、ぜひお気軽にお近くの支店や職員へお声掛けいただければ幸いです。

また、今年3月より「第3次地域農業振興計画」を策定し、皆さまにお示しさせていただきました。本計画は、平成24年から、一定期間ごとに、市内農業の現状と課題を一から見つめ直した上で、未来に向けて力強く歩むための道しるべとして策定している計画となります。まだご覧にならない方は、支店等でも閲覧できますので、ぜひ内容をご確認いただき、皆さまとともに元気な市内農業を今後も維持・発展させるために進んでまいりたいと思いますので、よろしくお願いいたします。



代表理事組合長
原 修一

この他、国連の持続可能な開発目標(SDGs)への取り組みも、今後は加速させてまいります。これまで、SDGsに関しては、JAとして協同組合活動を基軸とした取り組みを展開してまいりましたが、現在、国連はSDGsを「行動の10年」と定め、各国に対しより一層の取り組みの強化を求めています。私たちJAセレサ川崎も、この世界的な動きに呼応し、新たに「SDGs取組宣言」を発表いたしました。さらに「せれさ！ ～せかいと れんけいして さあ始めよう！～」というキャッチフレーズも合わせて打ち出し、さまざまな主体との連携を深めます。今後は「せれさ！」を合言葉に、地域の皆さまと一体となって、SDGsの達成に向け、取り組みのギアを上げてまいりたいと思います。

最後に、令和3年度は第8次総合3か年計画の最終年度となります。おかげさまでこれまで順調に事業を進捗できたことも、ひとえに組合員の皆さまのご理解とご協力があったからこそのものであります。これまでの総仕上げとして、役員一致団結して業務に励んでまいります。長く、暗いトンネルから、少しずつですが光は見えてきています。皆さまと手を携えながら、明るい未来へ着実に前進していきたいと思っております。本年度もよろしくお願いいたします。

長野県北地方在来野菜・野沢菜



『新版 日本の農と食を学ぶ中級編』
(13ページ)より

【解答・解説】
正解は①です。
解説：九条ネギは伝統的な京野菜の一つなので長野県ではありません。長野県では野沢温泉村特産の在来カブ菜品種「野沢菜」が、江戸時代京都からの導入以来これまで260年間もの間選抜採取を繰り返して、地域の風土に合うように育てられてきました。
②その地域で栽培しやすい作物を育てることを「適地適作」と言い、昔から言い伝えられてきました。現在の農作物は多収や食味の良さなど人の利用目的に沿うよう改良されてきた結果、野生種より病害虫への抵抗性が弱くなっている傾向があります。環境を保全しながら農作物を健全に育てる能力を最大限に発揮させる栽培管理が大切です。
④「地産地消」とは地域生産・地域消費の略語で、地域の生産物をその地域で消費することですが、それに加えて生産者と消費者の結び付きを強める取り組みでもあります。

アグリアカデミー
～ 農業検定クイズ～

先月Instagramに投稿した写真をご紹介します。



JA セレサ川崎



♥ Q ▼ 2021.3.8
新タマネギは辛みが少なく、サラダでもスープにしてもおいしいです。



セレサモス麻生店



♥ Q ▼ 2021.3.6
葉ニンニクはしっかりとした香りと濃厚な味ですが、においが残りにくいのが特徴です。



セレサモス宮前店



♥ Q ▼ 2021.3.9
「採りつきり栽培®」によるアスパラガスの出荷が始まりました。



JA セレサ川崎



♥ Q ▼ 2021.3.10
キンカンは皮もそのまま食べられるのでビタミンCを余すことなく摂取できます。



セレサモス麻生店



♥ Q ▼ 2021.3.9
「食品ロスの削減の推進」について、セレサモス麻生店に掲示しています。



セレサモス宮前店



♥ Q ▼ 2021.3.18
タネノコの出荷が始まりました。旬の味覚をお楽しみください。



JA セレサ川崎



♥ Q ▼ 2021.3.18
麻生区の畑で見つけたこのかわいらしいお花、実はソラマメの花です。



セレサモス麻生店



♥ Q ▼ 2021.3.13
お彼岸に市内産野菜の素材を生かした精進料理はいかがですか。



セレサモス宮前店



♥ Q ▼ 2021.3.23
セレサモス宮前店に「食育ソムリエショップコーナー」を設置しました。

♥ 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：9:30~15:00
定休日：水曜日・年末年始
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：9:30~15:00
定休日：水曜日・年末年始
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。



皆さまのご感想を
お待ちしております。

親しみを感じます

川崎市内にイチゴ農家の方がいて、直売やイチゴ狩りなどの体験ができるのがうれしです。また、生産者の方の顔を見ることができて、親しみも感じます。孫や友人にも教えてあげたいと思います。
(宮前区・桶山さん)

いつも利用しています♪

特集で紹介されていた「Slow Farm」をいつも利用しています。直売ではイチゴの他に、長ネギやホウレンソウなどの農産物も売っているのが助かります。これからオープンする洋菓子店も楽しみにしています。
(麻生区・内山さん)

通い始めて10年！

セレスモス麻生店に通い始めて10年ほど経ちます。新鮮な農産物や提携JAの品々が並んでいるので、行くたびに楽しくなります。
(多摩市・小島さん)

毎号楽しみしています

身近な野菜や草花のことをいろいろ知ることができ、毎号楽しみにしています。支店だよりの記事は、みんなの笑顔が素敵で好印象です！
(幸区・仁藤さん)

朝どれがうれしい

セレスモス麻生店では、朝どれの新鮮な農産物が手に入っています。珍しいものが販売されているのも魅力の一つです。
(江戸川区・大塚さん)

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。
※今月よりWeb応募も可能です。今月号の締め切り 令和3年5月19日(水) 当日必着

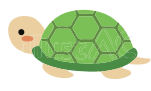
ヨコのカギ

- ① 5月の空を泳ぎます
- ② ポカポカ陽気の日には脱いで腕に掛ける人も
- ③ 魚の胸や背、尾などのヒラヒラ
- ④ 「トッカータとフーガ」を作曲しました
- ⑤ 柱や立ち木の間に作る部分
- ⑥ トマトの実は食べない部分
- ⑦ バラは「愛」や「美」、アヤメなら「朗報」「希望」など
- ⑧ 「○○」を買って家を建てた
- ⑨ リュックやトランクもこれの一種
- ⑩ ゴールまで○○5kmです
- ⑪ つるべを下ろして水をくみます



タテのカギ

- ① 亀が日なたで○○干しをしている
- ② 漢字で書くと雲雀。空高くさえずる野鳥です。あげ○○、○○笛
- ③ 砕けて石や砂になります
- ④ 突然、風船が○○した
- ⑤ 種、稲、穂に共通の部首
- ⑥ 5月の第2日曜日は○○の日です
- ⑦ 和服の袖の下に垂れた部分
- ⑧ 物質の性質や星の動きなどを学びます
- ⑨ 胴が太いヘビのような形をしているという、幻の生物
- ⑩ 二輪車のことで
- ⑪ 奈良や京都のように昔、都が置かれていた場所
- ⑫ 中国に次いで人口の多い国
- ⑬ 紳士服○○は4階でございます



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

クロスワードパズル

2月のこたえ

チ	ラ	シ	ズ	シ	サ
ホ	オ	タ	ワ	イ	
ネ	ツ	テ	イ	シ	ユ
ズ		コ	ン	ト	ウ
ミ	ジ	ン	コ	ク	キ
ト	ツ	バ	バ	イ	
リ		ス	キ	ン	ケ

5月の運勢 モナ・カサンドラ

- ♈ おひつじ座** 3/21~4/19
 - 【全体運】おいしい物を食べたり花の香りを楽しんだり。五感を刺激するレジャーにツキ。買い物は予算オーバーに注意
 - 【健康運】無理をすると後からきそう。休養も忘れずに
 - 【幸運の食べ物】キクラゲ
- ♉ おうし座** 4/20~5/20
 - 【全体運】パワフル運。活動的に過ごした方がハッピーでいられます。買い物は事前準備が大事。リスト作りから
 - 【健康運】友人たちと楽しみながらできる運動が◎
 - 【幸運の食べ物】キャベツ
- ♊ ふたご座** 5/21~6/21
 - 【全体運】結果を求められることが多く大変そう。でも、努力は実を結ぶ兆しです。手抜きをせずに丁寧に進めれば大躍進
 - 【健康運】食べた分、体を動かして。万歩計が励みに
 - 【幸運の食べ物】グリーンピース
- ♋ かに座** 6/22~7/22
 - 【全体運】心温まる知らせが飛び込んできそう。ボランティア活動では人の優しさに触れられほっこり。おけいご事にツキ
 - 【健康運】頑張り過ぎないで。ペース配分が重要です
 - 【幸運の食べ物】さんしょう
- ♌ しし座** 7/23~8/22
 - 【全体運】上昇運。取っ掛かりでつまずいても諦めないで。手抜きをしない姿勢が高く評価されます。誤解も解けるはず
 - 【健康運】軽いストレッチやダンスがお勧めです
 - 【幸運の食べ物】サヤエンドウ
- ♍ おとめ座** 8/23~9/22
 - 【全体運】大事な用事は早めに済ませ、後半の予定は余裕を持たせて。頼まれ事はできるだけ引き受けた方が発展的です
 - 【健康運】景色を楽しみながらのウォーキングが◎
 - 【幸運の食べ物】ピワ
- ♎ てんびん座** 9/23~10/23
 - 【全体運】勢い余ってミスしてしまう危険がチラリ。慣れたことでも丁寧に進めて。困ったときは早めにSOSを出すのが正解
 - 【健康運】安全確認が大切。器具は点検してから使って
 - 【幸運の食べ物】新ジャガ
- ♏ さそり座** 10/24~11/22
 - 【全体運】ハブニングはあなたの味方。「エッ!」と思ったときほど冷静に動いて。チャンスをつかめます。金運も上昇中
 - 【健康運】ちょっとハードな筋トレで体の動きが改善
 - 【幸運の食べ物】ゼンマイ
- ♐ いて座** 11/23~12/21
 - 【全体運】うっかり忘れて慌てることあるかも。メモやカレンダーを活用して乗り切って。連絡は早めに取るという方向へ
 - 【健康運】持病があるならケアを。健康診断も受けて◎
 - 【幸運の食べ物】シイタケ
- ♑ やぎ座** 12/22~1/19
 - 【全体運】周囲の期待に応えるのが大変そう。けれど頑張り続けた結果は上々。自信を持って進めましょう。衝動買いは控えて
 - 【健康運】リラクゼーション系のマッサージが◎
 - 【幸運の食べ物】メロン
- ♒ みずがめ座** 1/20~2/18
 - 【全体運】着実に進めればうれしいご褒美が待っています。時には自分のことより頼まれ事を優先してみるのもありかも
 - 【健康運】継続は力なり。長くやっっている成果が出そう
 - 【幸運の食べ物】ソラマメ
- ♓ うお座** 2/19~3/20
 - 【全体運】長く困っていたことが解決に向かう一方で、新たな問題発生も。気持ちの切り替えが大切。良い面に目を向けて
 - 【健康運】不調を解消するチャンス。まずは血行促進から
 - 【幸運の食べ物】ニンニク

本誌が「機関紙コンクール」で 最優秀賞を受賞

JA 神奈川県連広報局主催の令和2年度神奈川県 JA 機関紙コンクールが行われ、本誌「セレサ」が「正組合員配布の部」で最優秀賞を受賞しました。

同コンクールは、県下の JA が発行する機関紙の出来栄を雑誌や新聞の編集担当者が審査し、誌面の質の向上を図るために行われているものです。

今回の審査では「企画の切り口、見せ方を工夫している」「どの記事も要点を押さえ分かりやすくまとめられていて安定感がある」などの点が高く評価されました。

JA では今後も、皆さまの役に立ち、楽しんでいただけるような誌面作りを心掛け、編集発行に努めてまいります。

また、皆さまからの貴重なご意見やご感想を参考にさせていただきますので、ぜひたくさんのお便りをお寄せください。

管支店リニューアル

管支店は平成13年に竣工してから19年が経過し、建物の経年劣化が進んでいたため、大規模修繕工事により支店の一部をリニューアルしました。

窓口には、新型コロナウイルス対策を兼ねて防犯スクリーンを設置し、ローカウンターを増設しました。また、使用頻度の少ない食堂の和室を無くし、女性部員から要望のあったアイランドキッチン等新設。今後、料理教室などに利用する予定です。



食堂のアイランドキッチン



新しくなった窓口

営農技術顧問が就任

4月1日付けで新たに就任された美濃口薫顧問を紹介します。県農業技術センターで果樹・花き研究部の花き担当などをされた経験を活かし、主に花きを中心に生産者への営農技術指導に尽力いただきます。



美濃口 薫顧問

市内農業の発展に向け一層の連携強化を

JA では毎年、生産者が安心して農業を営めるよう農業施策や予算の要望書を市に提出しています。3月22日には本店で、昨年9月に提出した要望書への回答が市より示されました。当日は JA 役職員と市職員合わせて14人が出席。

市の担当者より、特定生産緑地の指定申し出への周知施策の拡充など、要望書に沿った回答を受けました。原修一組合長は「市内農業の維持・発展には情報共有が不可欠」とより一層の連携強化を訴えました。



回答書を受け取る原組合長

廃資材回収で環境保全

農作業において生じる農業用プラスチックやビニール、素焼き鉢などといった廃資材の回収作業を3月3日と4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。

当事業は、JA の環境に配慮した営農活動の奨励策として令和2年度は9月と3月に実施。JA が廃棄物を適正に回収処理を行うことで管内の環境汚染を軽減しています。

2日間で約13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。当事業は、本年度以降も引き続き実施していく予定です。



回収作業の様子
(黒川営農団地管理倉庫)

知って納得！ 税金講座

贈与税の暦年課税と 相続時精算課税

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

一定額以上の財産の贈与を受けた場合、贈与税が課されます。課税方法には暦年課税と相続時精算課税があります。暦年課税による贈与税額は原則としてその年の1月1日から12月31日までに贈与を受けた財産の合計額から基礎控除額の110万円を控除した金額に税率を適用した金額になります。税率は「贈与を受けた年の1月1日に20歳以上の者が直系尊属である父母または祖父母などから贈与を受けた場合(特例税率)」と「その他の場合(一般税率)」に区分されます。なお、2022(令和4)年4月1日からは、民法の成年年齢改正に伴い特例税率が適用される者は贈与年の1月1日における年齢が18歳以上の者になります。

一方、相続時精算課税とは贈与年の1月1日における年齢が60歳以上の父母または祖父母から、20歳以上(2022年4月1日以後は18歳以上)の子供または孫に財産を贈与した場合、一生涯累計で2500万円の非

課税枠を設けるとともに非課税枠を超えた部分については一律20%の税率を適用して税額を計算するというものです。相続時精算課税の適用を受けた場合、贈与された財産は、贈与者の相続において贈与時の価額で他の相続財産に加えられます(相続税の課税対象)。この場合、贈与時に支払った贈与税額があるときは算出された相続税額から差し引かれます。なお、孫に贈与したときは、贈与者の子供がすでに亡くなり孫が相続人になった場合を除き相続税額が2割増しになります。

一度この相続時精算課税を選択した場合、同じ直系尊属からの贈与については継続して相続時精算課税の適用を行わなければなりません。結果として、贈与年の翌年以降に贈与があった場合、たとえ贈与を受けた金額が110万円以下であっても贈与税の申告を行わなければなりません。ただし、両制度は贈与者ごとに選択できるため、例えば、祖父からの贈与は相続時精算課税、祖母からの贈与については暦年課税を選択することができます。

贈与税



【協議事項】

- ・令和3年度内部監査年間実施計画について
- ・「個人情報保護法に基づく公表事項等に関するご案内」の一部変更について
- ・「資産の償却・引当基準」適用に伴う外部出資の償却について
- ・女性活躍推進法の改正を踏まえた一般事業主行動計画の策定について
- ・「JAの投信つみたてサービス」取扱規程の改正について

※上記を含む11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21件の報告を行いました。

セレサのDATA(3月31日現在・速報値)

購買品供給高	10億61百万円
販売品取扱高	12億62百万円
施設事業契約高	80億58百万円
貯金	1兆5,148億円
貸出金	5,536億円
長期共済保有高	1兆7,120億円
年金共済保有高	333億円
組合員数	68,479人
うち正組合員	5,303人
准組合員	63,176人

営業時間のご案内

- 支店窓口 平日9:00~15:00
- ATM 8:00~21:00
(セレサ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・土曜日9:00~16:00
※日曜日・祝日は休み
- セレサモス麻生店・宮前店
9:30~15:00
※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)

※連休中は営業時間が異なります。
詳細は2ページをご覧ください。

5月の年金無料相談会

9日(日) 稲田支店
13日(木) 小向支店
15日(土) 高津支店
20日(木) 日吉支店
23日(日) 生田支店
27日(木) 大師支店
30日(日) 新百合丘支店
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。

5月の経営相談会(法律経営)

11日(火) 9:30~11:30 宮前支店
18日(火) 13:30~15:30 みなみ支店
13:30~15:30 生田支店
25日(火) 9:30~11:30 高津支店
13:30~15:30 中原支店
13:30~15:30 稲田支店
29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。

5月の営農相談コーナー

- 経済センター(宮前区有馬2-13-1)
12日(水)、19日(水)、26日(水)
 - パーシモン(麻生区片平2-30-15)
11日(火)、18日(火)、25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。

5月の相続・遺言無料相談会

- 12日(水) 橋支店
19日(水) 鷺沼支店
26日(水) 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 本店コンサルティング部
(TEL 044-863-6601)
- 当JAが行う遺言信託代理業務は契約締結の媒介です。

セレササービスのご案内

セレササービス(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。提携会場として、「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
危険のご連絡は24時間・年中無休
<http://ceresa-service.jp>

5月のセレササロン

6日(木) 中原支店
12日(水) 高津支店
24日(月) みなみ支店
26日(水) 生田支店

内容 マスクケース作り
会費 300円+材料費

※令和3年度は定員制となります。
お問い合わせ・お申し込み
本店生活福祉課(TEL 044-877-2509)



◀ JAセレサ川崎 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。
※営業時間の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。



イラスト：小林裕美子



ウリのプロフィール
 【分類】ウリ科キュウリ属
 【原産地】中国～インド南部
 【おいしい時期(旬)】夏(5～8月ころ)
 【主な栄養成分】カリウム、ビタミンC、葉酸、食物繊維など

見分け方

持ったときにしっかりと重みがある

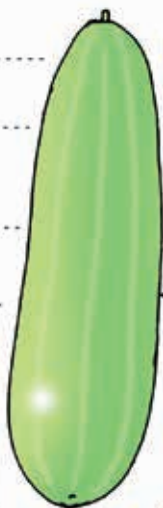
皮につやがあり、みずみずしい

皮が滑らかで、傷や変色がない

程よい大きさ

NG

大き過ぎると熟し過ぎて中が空洞になっている傾向がある



白ウリを代表とするウリは、ウリ科のつる性植物になる果実の総称でマクワウリの変種

キュウリやメロンと同じウリ科キュウリ属で、熟しても甘くならない

ウリのいろいろ

白ウリ

20～30cm程度の長さの円筒形の皮は淡い黄緑色だが完熟すると白色になる肉質がしっかりしていて、歯触りの良さが特長の漬物に最適



ハヤトウリ

西洋梨のような形の歯応えが良く淡泊でさっぱりとした味わいの小ぶりのものは皮が薄いので、むかずに食べられる



ハヤラウリ

20～30cm程度の円筒形で、白ウリの仲間。皮が濃い緑色の青系(細い縦じまが入ると淡い緑色の白系がある)の名の由来は歯がぐらぐらしていても食べられる軟らかさから



赤ウリ(モーウイ)

主な産地の沖縄県では「モーウイ」とも呼ばれる皮が薄い赤茶色で、果肉は白色の30cmほどの長さ。味はキュウリのように淡泊でみずみずしい



ウリ

～みずみずしい清涼感を楽しむ夏野菜～

保存方法

冷暗所で保存が可能



新聞紙などで包んでポリ袋に入れる

気温が高い場合や温度変化がある場合は、ラップに包むか新聞紙やペーパータオルで包みポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室で保存

なるべく早めに使い切っておく



使いかけは中の種とわたの部分を取り除き、ラップで包み必ず冷蔵保存

ウリのチカラ



低カロリーヘルシー

旬の夏には水分補給にも!



漬物

食欲のない時期に涼しげな色合いと食べやすさで食欲増進

ご飯のお供に最適 塩分過多には注意

カリウムが豊富

取り過ぎたナトリウムを排出して高血圧予防、むくみ改善に効果が期待できる

食物繊維

整腸作用や肥満予防に効果的

楽しみ方・食べ方のコツ

漬物やあえ物

縦半分に切って中の種とワタをスプーンなどで取り除く。漬物の場合はむかなくても食べられるが、硬い場合は薄くむくか縦じま状にむく。薄切りにして塩もみをしてから水気を絞る



独特の歯触りの良さが楽しめる

加熱調理に幅広く利用できる



炒め物、煮物、みそ汁など

香りや癖がなく淡泊な野菜だけど……



がスパイチョなどの冷製スープに



断面をこすり合わせてから水にさらす

ウリのじみツ

歴史

日本への渡来は奈良時代

平安時代

『延喜式(えんぎしき)』
『和名抄(わみょうしよう)』

江戸時代

一般に普及した



当時から漬物などに利用されていたよ

ハヤトウリ

大正時代に米国から鹿児島県への名物の由来は「薩摩集人」から

JAセレサ川崎 SDGs 取組宣言

JAセレサ川崎は、組合員・役職員のSDGsに対する理解促進に努めます。
 JAセレサ川崎は、SDGsとの関連を意識した事業・活動を展開します。
 JAセレサ川崎は、SDGsの達成に向け組合員・地域の皆さまと連携します。



JAセレサ川崎 SDGs「行動の10年」

キャッチフレーズ「**せ**れさ! ~せかいと れんけいして さあ始めよう!~」

せかいと
れんけいして
さあ始めよう!



**DECADE
 OF >>>>
 ACTION**

JAセレサ川崎は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています

目指せ!生涯現役!!

J A 健康寿命100歳プロジェクト

セレササロン



セレササロンとは

“健康で元気に生活を送るための介護予防”を目的に、おおむね60歳以上の方を対象に助け合い組織の協力のもと開催しています。

開催内容

工作やゲームを通じて交流を深め、楽しいひとときを過ごしていただいています。会場となる支店は下記記載のとおりです。なお、送迎等はございません。

参加方法

参加者は登録制となります。参加ご希望の方は「参加申込書」をご提出いただきますので、本店 生活福祉課までご連絡ください。
※感染症対策として今年度は定員制です。

参加費

300円+材料費



ゲーム



工作
手芸



健康
体操



季節
行事

※ 写真はイメージです

みなみ

年4回 原則月曜日
時間 10:00～11:30
場所 みなみ支店2階

【上期予定】

開催日	内容
5/24(月)	マスクケース作り
6月	お休み
7/26(月)	夏祭り ミニ縁日
8月	お休み
9/6(月)	防災グッズ工作等

なかはら

月1回 木曜日
時間 10:00～11:30
場所 中原支店4階

【上期予定】

開催日	内容
5/6(木)	マスクケース作り
6/3(木)	多肉植物の寄せ植え
7/1(木)	夏祭り ミニ縁日
8月	お休み
9/2(木)	防災グッズ工作等

たかつ

月1回 水曜日
時間 10:00～11:30
場所 高津支店3階

【上期予定】

開催日	内容
5/12(水)	マスクケース作り
6/9(水)	多肉植物の寄せ植え
7/7(水)	夏祭り ミニ縁日
8月	お休み
9/8(水)	防災グッズ工作等

いくた

月1回 水曜日
時間 10:00～11:30
場所 生田支店3階

【上期予定】

開催日	内容
5/26(水)	マスクケース作り
6/23(水)	多肉植物の寄せ植え
7/28(水)	夏祭り ミニ縁日
8月	お休み
9/15(水)	防災グッズ工作等

お問い合わせは…

電話またはFAXで、本店 生活福祉課へご連絡ください。
組織部生活福祉課 TEL 044-877-2509 / FAX 044-877-6497



●鶏むね肉のゴマドレッシングサラダ 材料 (2~3人分)

- 鶏むね肉…1枚(350~400g)
- 砂糖…中さじ1
- 塩…中さじ1
- キュウリ…1本
- トマト…中1個
- アボカド…1個
- 日本酒…適量
- ゴマドレッシング…150ml

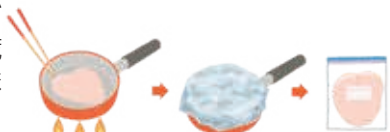
鶏むね肉のゴマドレッシングサラダと サーターアンダーギー


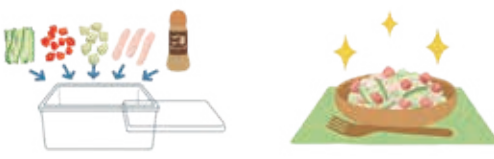
作り方

- 1 鶏肉の横に包丁を入れ、開いたら、砂糖と塩をふりかけ、全体にもみこむ。

- 2 キュウリは細切り、トマトは皮を剥いて1cm幅のざく切り、アボカドも1cm幅のざく切りにする。

- 3 フライパンに①の皮を下にして入れ、日本酒を浸るくらいまで入れて、アルミホイルでふたをし、中火で4~5分ほど蒸す。




- 4 ③の表の中心部に赤みが残るほどになったら裏返し、火を止めて、余熱で約1時間置き、その後ジップロックなどに入れて冷蔵庫で1時間ほど冷やす。



- 5 ④を1cm幅の細切りにする。

- 6 タッパーに②と⑤を入れ、ゴマドレッシングを加えて混ぜ合わせたら、できあがり。


●サーターアンダーギー 材料 (10個分)

- 黒砂糖…80g
- 水…100ml
- ホットケーキミックス…300g
- 小麦粉…50g
- 卵…1個
- サラダ油…適量

作り方

- 1 鍋に黒砂糖と水を入れ、木べらで混ぜながら火にかかけ、水あめ状になるまで煮る。

- 2 ボウルにホットケーキミックスと小麦粉、①、卵を入れ、よく混ぜ合わせ、手につかないくらいになったらやや小さめに丸める。


- 3 サラダ油を弱火で熱し、②を入れ、こんがりと色がつくまで揚げたら、できあがり。


ワンポイントアドバイス



幸区鹿島田 神保 房子さん

<鶏むね肉のゴマドレッシングサラダ>

鶏むね肉を開いた際に、厚みがある部分には包丁で切りこみを入れると火が通りやすくなります。日本酒で蒸し焼きにすることでパサパサ感がなくなり、しっとり仕上がります。

<サーターアンダーギー>

②の工程で、生地がゆるい場合は粉を、まとまらない場合は水を加えてください。揚げる際に強火にしてしまうと、生地が固くなってしまいますので、弱火でじっくり揚げてください。サーターアンダーギーに火が通ると、膨らんで油の中ですくると回ります。焦ってひっくり返すと周りの部分が固くなってしまいますので、なかなかひっくり返らないものだけを箸で返すようにしましょう。甘さは黒砂糖で調整してください。

2品ともおいしく、簡単に作れる工程となっていますので、ぜひ作ってみてください。