

JAセラサ川崎 機関誌

CERESA

8月号

2022 August

No.299

特集

今日から始める
災害への備え

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

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

Contents

特集 今日から始める 災害への備え	3
PICK UP	8
かわさき散歩ナビ 犬蔵～菅生を歩く	12
かわさきファーマーズ 新たな挑戦 いつまでも 多摩区・小川サツキさん	14
農作業ノート コマツナの周年栽培に挑戦 営農技術顧問・衣巻 巧	15
輝人～KIRABITO～ 日本文化に魅せられて 中原区・廣山 友紀さん	16
健康だより 貧血は美容の大敵。体調不良の原因にも	17
アグリアカデミー～農業検定クイズ～ ナス	
セレサ通信 & 支店だより	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
フルーツパラダイス 栗	23
わが家のレシピ オクラの豚肉巻きと トマトの中華風サラダ 宮前区・川野 公美子さん	24

農協全国商品券が当たる!

アンケートにご協力ください!

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。

9月の行事予定

10日 (土) J Aセレサ川崎エキサイトマッチ
「川崎フロンターレ VS サンフレッチェ広島」
(18:30～、等々力陸上競技場)

19日 (月) 敬老の日

20日 (火) 定例理事会

23日 (金) 秋分の日

27日 (火) 感謝の集い
(13:15～・16:50～、東京国際フォーラム)

28日 (水) 感謝の集い
(11:45～・15:20～、東京国際フォーラム)

※日程等は変更されることがあります

【JAカード限定・セレサモスも対象】
2022年9月・10月はJA直売所のご利用が15%おトク!



JA直売所(JAカード5%割引実施店舗)で対象期間中にJAカードをご利用いただくと、ご利用金額合計の10%相当分をポイント還元!いつもの5%割引と合わせて、15%相当おトクにご利用いただけます!対象期間 2022年9月1日(木)～10月31日(月)

ご注意事項

※還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、JCBブランドのJAカードは本特典の対象外です。

※JAカードでのお支払いが対象です。電子マネーやコード決済等でのお支払いは、JAカードを登録

されている場合でも本特典は適用されません。

※掲載情報は2022年5月時点の内容です。特典については予告なく終了や内容の変更を行う場合がございます。

今月の
表紙



《多摩川梨の収穫と直売風景》

高津区諏訪 小黒 彬さん

いよいよ多摩川梨の収穫が始まりました。就農5年目の小黒さんは、義母と20㏊ほどの果樹園で幸水や豊水など6品種を栽培し、収穫した梨は地方発送やセレサモス宮前店の他、自宅前の直売所で夏休み中の長男と一緒に販売しています。

最近のニーズに対応しつつ、生産効率を上げようと直売で人気の幸水を中心に改植を進め、早期成園化を図る主枝を2本で仕立てる「新一文字樹形型」で育った梨は、直売所でも多くの利用者から人気を集めています。

「時期によって品種が変わり、9月末まで収穫が続く」と話す小黒さんは、今日も収穫作業で汗を流します。



今日から始める

災害

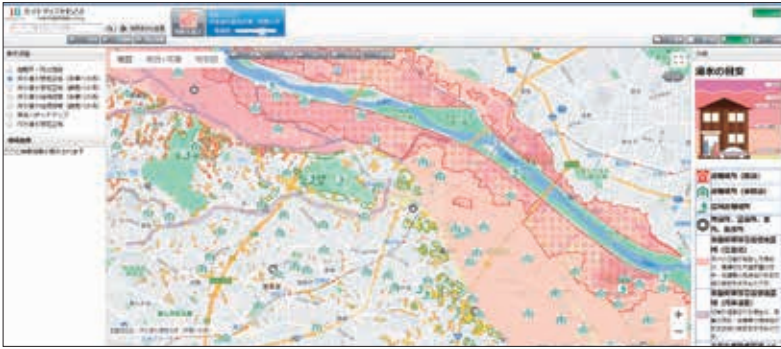
への備え

- 「天災は忘れた頃にやってくる」
- 明治時代中期から昭和初期まで活躍した、物理学者で随筆家の寺田寅彦氏が残した言葉とされています。しかしながら、この格言はもう昔の話になっているかもしれません。
- 昨今、日本全国で毎年のように襲いかかる大雨や地震などの自然災害。
- 現代はもう「天災は次から次にやってくる」そう言っても過言ではない時代です。
- 1923年9月1日に発生した関東大震災から今年で99年、今号では、地震や風水害など、災害への備えとして知っておきたい防災の知識を学んでいきましょう。

まずはリスクを知ることから



ハザードマップで現状を確認



多摩区～中原区付近



麻生区付近

〈ハザードマップの例〉

川崎市は、防災ポータルサイトを開設し、地震や大雨などさまざまな災害に対する防災情報を発信しています。同サイトには数多くの情報が発信されていますが、中でも確認してもらいたいのが防災マップとハザードマップ。災害発生時における避難所や、洪水浸水想定区域などを地図上に公開しています。

左記のマップでも分かるように、多摩川水系では洪水のリスク、比較的標高の高い麻生区でも一部では土砂災害のリスクなど、少し見るだけでもさまざまな事が分かります。自宅の近くではどのようなリスクがあり、どこが避難所となるのか、早速アクセスして確認しましょう。



川崎市防災ポータルサイト

避難指示で必ず避難！

特に台風などの大雨に関する情報として知っておきたいのが、令和3年5月20日に改正された「災害対策基本法」です。災害に直面した際に、これまでの災害対策基本法では、避難「勧告」と避難「指示」、それぞれの意味合いを国民が正しく理解しきれていないという課題がありました。

これに対し改正法では、避難勧告を廃止し、従来の避難勧告のタイミング（従来の避難指示のタイミングより一歩早い段階）で避難指示を発令することとしています。

これからは、避難指示が出たタイミングで直ちに避難を開始できるよう準備しておく必要があります。また、避難に時間を要する高齢の方や障害のある方、乳幼児のいる家庭などは、レベル3の段階で避難を開始することとされています。



令和3年5月20日から

避難指示で必ず避難

避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等
5	緊急安全確保 ^{※1}	災害発生情報 (発生や確認したときに発令)
4	避難指示 ^{※2}	避難指示(緊急) 避難勧告
3	高齢者等避難 ^{※3}	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

^{※1} 自治体が発令する避難所や避難場所に関するものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令されるものではありません。
^{※2} 避難指示は、これまでと同様に自治体が発令することとなります。
^{※3} 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じて避難の準備を促すため、避難の準備を促す、危険な場所から自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。警戒レベル5緊急安全確保の発令を待ってはけません！

避難勧告は廃止されます。これからは、警戒レベル4避難指示で危険な場所から全員避難しましょう。

避難に時間のかかる高齢者や障害のある人は、警戒レベル3高齢者等避難で危険な場所から避難しましょう。

内閣府(防災担当)・消防庁

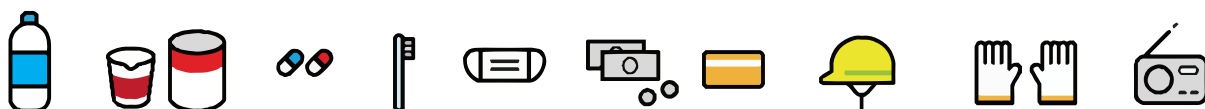
家庭での備え・非常時の持ち出し品



切り取り線

〈家庭内備蓄等〉最低3日分(できれば7日分)の備蓄品を!

大地震等の災害が発生した場合、建物の崩壊や火災による焼失により、生活に支障をきたすこととなります。食料等は地域防災拠点にも備蓄されていますが限りがあり、救援物資が各地から届けられ被災者に配布されるまでに数日かかることも予想されます。そのため、日ごろから災害時に備えて家庭内備蓄や非常時持ち出し品の準備をしておく必要があります。



〈非常時持ち出し品〉避難場所で何日か過ごすために必要なもの

- 水・食料 飲料水 携行食、非常食
- 医療・衛生 いつも服用している薬 救急医療品 生理用品
 歯ブラシ、 口腔ケア用品 マスク 携帯トイレ
- 貴重品 現金 印鑑 健康保険証、預金通帳(コピー可)
- 安全対策 ヘルメット、防災ずきん 厚底の靴 軍手
- 道具類 携帯電話、充電器 携帯ラジオ 懐中電灯 電池
 時計 携帯カイロ ロープ ライター、マッチ
 ナイフ 缶切り 入れ歯 眼鏡など
- 衣類 上着(防寒着) 下着、靴下 携帯レインコート
- 生活用品 ウエットティッシュ、ティッシュ タオル ごみ袋、ポリ袋

〈プラスアルファで必要な品〉

要介護者の備え

- 補助具の予備 おむつなど身の回り品 障害者手帳 介護保険証

妊婦の備え

- 脱脂綿、ガーゼ さらし、T字帯 清浄綿、母乳パッド 新生児用品
- 母子手帳

乳幼児の備え

- ミルク(粉・液体)、飲料水、哺乳瓶、ポット 消毒薬 おやつ、離乳食、食器
- おむつ、おしりふき 抱っこひも おもちゃ

ペットの備え

- ペットフード、飲料水 首輪、リード 折りたたみ式のゲージ
- 鑑札、迷子札、写真 注射済み票

※上記はあくまで一例です。各家庭の事情に合わせたものを用意しましょう

災害チェックリスト

安否・避難確認

- 家族の安否確認の方法を話し合っている
- 自宅からの避難場所・経路を確認している
- 会社や学校など外出先からの避難場所・経路を確認している
- 裏面の非常時持ち出し品の設置や保管場所が決まっている



家の対策について(屋内)

- 家具や照明器具の落下・転倒がないように固定されている
- 家具の上に危険なものを置かないようにしている
- 寝る場所の近くには、倒れてきそうな家具はない
- 万が一、家具が倒れても部屋の出口はふさがれない
- ガラス付きの家具には、ガラス飛散防止フィルムを貼っている
- 食器棚等の観音開きの扉は、不用意に開かないよう対策している
- 寝室にスリッパや靴、懐中電灯を置いている
- 消火器を設置している



家の対策について(屋外)

- ベランダは植木鉢や物干し竿など、落下しない対策をしている
- プロパンガスのボンベや燃料携行缶の転倒・落下防止対策をしている
- 側溝や排水溝の清掃、詰まりを防止している
- 家や塀の耐震診断を受けた
- 家や塀の耐震改修をした



地域について

- 自宅周辺の危険な箇所を把握している
- 地域の防災訓練などに参加している
- 近隣住民とできるだけ顔の見える関係を築いている



家族・親戚の情報

氏名	生年月日	性別	血液型	携帯電話/会社や学校の連絡先
	年 月 日			
	年 月 日			
	年 月 日			
	年 月 日			
	年 月 日			
	年 月 日			

本ページは丁寧に切り取り、冷蔵庫や玄関など家の目立つ場所に貼っておきましょう。

確認は一度だけでなく、9月1日と3月11日には、必ず内容を確認、また一人だけでなく家族で共有するようにしましょう。



万が一の時に備えて...

J Aでは、「いへの保障」として、J A共済「建物更生共済むてきプラス」をご用意しています。

火災はもちろん、地震や自然災害にも備えられる保障となっています。

詳しくは、お近くの支店にお問い合わせください。



保障内容の詳細や「10秒でできる掛金シミュレーション」など、こちらのQRコードからご確認いただけます。



J A共済ホームページ



資料請求キャンペーンを実施しております！

市民防災農地について

市内にある農地の多面的機能の一つとして防災機能があります。

川崎市では、農業者の協力の下に大震災が発生した際の一時避難場所として「市民防災農地」の登録制度を設けています。

市に災害対策本部が設置されるような大地震による災害が発生したときに、仮設住宅の建設用地、復旧用資材置き場として農地所有者の協力によって登録された防災農地が活用されます。

令和4年1月1日現在、市内には533か所、79.5%の市民防災農地があり、市民の安全・安心を守る大切な役割を果たしています。



市民防災農地の看板

日ごろの備えて、自分・家族・地域を守りましょう！

今回の特集記事については、白石与志夫顧問(元川崎市多摩消防署長・現J Aセラサ川崎防災対応顧問) 監修の下、広報課職員で現役消防団員の高松慎太郎職員と田中純也職員が編集しました。

J Aはこれからも地域の皆さまとともに安全・安心な街づくりに協力してまいります。

(※記事制作にあたっては、内閣府や川崎市、東北各県を中心とした行政 HP の災害対策関連のページを参考にいたしました。)

白石顧問(中央)・高松職員(右)・田中職員



白石顧問よりメッセージ

災害をゼロにすることはできませんが、少しの努力や意識づけで、被害を大きく減らすことができます。ぜひ家族や地域で助け合いながら、災害に備えていきましょう！



ヒマワリの撮影を楽しむ来訪者

J Aと市が協力して行う市農業情報センター事業の一環として7月11日から16日の6日間、麻生区黒川地区のヒマワリ畑を開放しました。

J Aと市は例年、同事業を「川崎版グリーンツーリズム」として、同地区の遊休農地を活用した収穫体験を実施。サツマイモなどの収穫を市民に楽しんでもらうことで、市内農業への理解を深めています。今年も、より多くの市民に同地区の里山風景を楽しんでもらおうと5月にヒマワリの種をまき、畑の中での見学や摘み取り体験を企画しました。

当日は、サンマリノやハイブリッドサンフラワーなどヒマワリ7品種約6500本の多くが見頃を迎え、多くの市民が思い思いに見学や写真撮影などを楽しみました。

来訪者は「J Aのインスタグラムを見て興味を持った。見事な大輪をこんなに近くで撮影できたのはうれしい」と笑顔を見せました。

J Aは7月6日から28日までの6日間、セレサひまわり会の集いを市内2会場で12公演開き、5179人の会員がものまねや歌謡ショーを楽しみました。

J Aでは例年、会員を対象とした同イベントを行ってきましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため2020年度から2年間中止に。本年度は、会員に楽しい時間を提供しようと、感染予防対策を施した上で3年ぶりの開催を決定しました。

各会場では、開会にあたり役員が日ごろのご愛顧に対する感謝とともに、各事業が順調に推移していることを伝えました。

お楽しみみの演芸ショーでは、美川憲二さんがものまねを披露し、会場は笑いに包まれました。また、メインには紅白歌合戦にも出場した原田悠里さんが登場。迫力ある歌声とパフォーマンスで会場を魅了し、代表曲「木曾路の女」など12曲を熱唱しました。抜群の歌唱力に会場からは盛大な拍手が送られ、会員は3年ぶりに開かれたショーを大いに楽しみました。



あいさつする梶組会長



会場を盛り上げる美川憲二さん



熱唱する原田悠里さん

今年も上出来 宮前メロンを贈呈

そ業部宮前支部宮前メロン部の井上國夫部長は7月8日、本店を訪れ、梶稔組合長と田口澄也副組合長に宮前メロンを贈呈しました。井上部長は「今年は気温の上下が激しく肥培管理に苦労したが、満足いく仕上がりになった」と笑顔で話しました。

「幻のメロン」の別名も定着し、年々人気が高まる宮前メロン。今年は、少しでも多くの消費者に届けようと、例年5000個前後で推移していた生産を増やし、7月上旬までに約6000個を出荷しました。宅配やJAの大型農産物直売所「セレサモス」宮前店などで販売され、多くの方が旬の味覚を堪能しました。

試食した梶組合長は「毎年この時期を楽しみにしている。非常にジューシーで香りも素晴らしい」と絶賛しました。



井上部長(中央)からメロンを受け取る梶組合長(右)と田口副組合長

准組合員に JAについて伝える

JAは7月15日、モスピーホールで准組合員を対象としたJAに対する理解を深める講座「令和4年度第1回セレサ組合員カレッジ」ステップ2を開き、17人の准組合員が参加しました。

当日、前半は梶稔組合長の講話を聞いた後、「JAとは? 協同組合とは?」

「一緒に考え学ぼう」のDVDを視聴。後半は、市農業技術支援センターの久延一郎センター長が市内農業の現状などを説明しました。

組織部組織支援課の安立行孝課長は「市内農業の応援団になってもらえるコアな准組合員を育てていく。参加者には、いずれ地域の活性化に貢献できる人材になってもらいたい」と話しました。

また、20日には本年度から新たに学ぶステップ1を本店で行い、参加した16人の准組合員は3回の受講を経て来年度にステップ2に進む予定です。



DVDを視聴する参加者

「食」から考えるSDGs 小学生へ授業

JAは7月15日、幸区の市立東小倉小学校が開いた授業「食×SDGs in 東小倉小」に協力し、5年生43人に授業を行いました。

同校は「かわさきSDGsゴールドパートナー」に認証されている企業や団体に、「食」を切り口にSDGsについて考える授業への協力を依頼しました。

当日は、販売対策部販売課の山田真課長代理が講師を務め、市内産農産物の特色やJAの地産地消の取り組み、セレサモス麻生店に設置している生ごみ処理機「ゴミサー」などを紹介。食とSDGsへの理解を深めてもらえるよう説明しました。

出席した児童は「市内でたくさん野菜や果物が作られていてびっくりした」と話し、山田課長代理は「JAでは生産者が丹精して作った農産物を、責任を持って販売している。消費される過程や食品ロスについても考え、SDGs活動に力を入れていきたい」と語りました。



食とSDGsについて講義する山田課長代理



品評会で技術の高さを競う



出品物の審査をする審査員



品評会の様子

J Aは7月9日、第25回J Aセレサ川崎夏季農産物品評会を中原区のごすぎコアパークで開き、トマトやキュウリ、ナス、ジャガイモなど170点の農産物が出品され、品質を競い合いました。

同品評会は、そ菜部員の技術向上と優良品種の普及を図るとともに、市内で生産されている農産物を多くの市民に知ってもらおうと、平成10年から開催。今年は初めて東急東横線武蔵小杉駅前のごすぎコアパークを会場とし、日ごろから農産物に触れ合う機会の少ない地域で都市農業のPRも兼ねて行いました。

当日は、J Aの営農技術顧問と県市の職員8人が審査を担当。早く梅雨が明け、その後気温が高止まりするなどの影響で、出品数は昨年より38点減ったものの、良質な農産物が出品され、55点が入賞しました。

審査員は「ナスはツヤがあつて、そろいも良く、形も真つすぐ。病害虫被害もなかった」と評価しました。そ菜部の志村晃部長は「天候不良などで生産者も苦労していたが、高品質な出品物が出そろってよかった」と話しました。

出品物は審査後に一般観覧をしてから即売を開始。多くの来場客が買い求め、30分あまりで完売しました。

地場産野菜で簡単レシピに挑戦



かわさき地産地消推進協議会は7月21日、セレサモス宮前店のモスビーホールで、「かわさきそだち料理教室」を開きました。市民19人が参加し、市内産農産物を使った料理を作りました。

同教室は2007年からスタート。近年は新型コロナウイルスの影響で中止していましたが、今年は品数を減らし、試食も行わず、持ち帰りできるメニューで企画しました。

当日は、県から認定を受けた農業者の組織「ふるさとの生活技術指導士の会」の会員12人が講師を担当。全て市内で生産された野菜と卵を使い「夏野菜ケーキサレ」と「トマト杏仁豆腐」の2品を完成させました。

参加者は「ケーキや杏仁豆腐に市内産農産物を使ったレシピは初めてで楽しかった。帰って家族に振る舞いたい」と笑顔で話しました。

同組織の持田あけみ会長は「簡単に作れて、野菜をたくさん摂れるメニューなので、ぜひ皆さんに食べてほしい」と話しました。



和気あいあいと料理する参加者



完成した料理

カメラやメッセージアプリのLINE（ライン）、JABANKアプリなどを直接操作。便利な機能に感心しながら楽しく学びを深めました。講習を終えた参加者は「今日覚えた内容を、友人にも教えてあげたい」と笑顔で話しました。



実機に触れながら操作を学ぶ参加者

スマホ教室開催 みんなで楽しく基本から



女性部は7月22日、本店でスマホ教室を開き、本部役員など12人の部員が参加しました。当日は、ソフトバンク（株）の小林史明さんが講師を務め、スマートフォンの基礎的な機能や使い方を説明。小林さんは「OSはエンジン、アプリは便利な道具」など、難しい用語も分かりやすく例えながらテンポよく解説しました。

参加者は実際にスマートフォンを手にとりながら、

ストレッチで いつまでも健康に



女性部宮前支部は7月12日、宮前支店で部員の健康を向上させる目的に「お家でかんたんに続けられるストレッチ教室」を開き、32人が運動を楽しみました。

当日は、昨年東急田園都市線鷺沼駅にオープンした「サンズ鍼灸・整骨院」

の石田正博氏、高澤篤司氏、山本千尋氏が講師を務め、呼吸や骨盤、脊柱などに効くストレッチを順番に紹介しました。

また、同部が「家の光」と共に作製し、誰でも分かりやすく一人で実践しやすいトレーニングが掲載されたオリジナル曜日めぐりカレンダーの内容も組み込みました。

中里恵美子支部長は「プロの方に基本的なことを教えてもらえた。ストレッチ後はとても身体が軽くなったので、これからも続けていきたい」と話しました。



ストレッチを行う参加者

ライフキネティックに挑戦



女性部菅支部は7月21日、健康管理活動の一環として「脳トレ&エクササイズ ライフキネティック」を菅支店で開き、33人が参加しました。ライフキネティックとは、誰にでもできる簡単な動きを通じて脳を活性化させるトレーニングとして、近年注目を集めている方法です。

当日は、プレジールスポーツクラブインストラクターの山下幸宏氏が講師を務め、「いっぱい楽しみ、笑うこと」をテーマに参加者へ指導。じゃんけんの結果に応じて体を動かしたり、掛け声を出したりするなどして、楽しく講座に取り組みました。

参加者は「思ったより難しく、頭を使った」と話し、同支部の平山裕子支部長は「久しぶりのイベントだったが、みんなで楽しめてよかった」と笑顔を見せました。



ライフキネティックに取り組む参加者

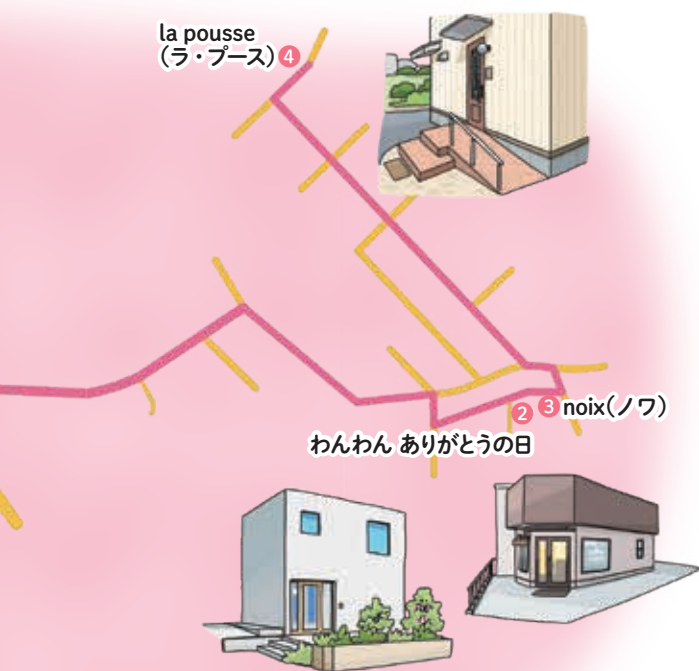
かわさき 散歩ナビ

犬蔵～菅生を歩く



川崎市の世帯数・人口	地区別	人	口	前月との増減
世帯数 -----762,792	川崎区	230,699		65
人口 -----1,542,044	幸区	171,583		12
対前月増減人口 -----△213	中原区	264,992		△90
対前年同月増減人口 -----1,091	高津区	234,461		△28
	宮前区	235,034		△23
	多摩区	224,269		△16
	麻生区	181,006		△133

令和4年7月1日現在 川崎市ホームページより



今回は東急田園都市線たまプラーザ駅北口から美しい森循環バスに乗り、「くすのき公園」で下車し、街歩きへ出発します。

バスを降りると、目の前に「オーガニック 横山農園」と書かれたのぼり旗のある直売所を発見！売り場には旬の野菜や果物が並んでいました。こちらの農園では、農薬や化学肥料などを使わない自然農法を実践しているそうです。おいしそうなブルーベリーがあったので、お土産に購入しました。

直売所を出て、街歩きを続けま

す。住宅街を歩き続けると、とてもおしゃれな建物に到着しました。店内にお邪魔すると、そこはなんと犬専門のフォトスタジオでした。真っ白な広々とした空間で、愛犬と遊びながら撮影できるそうです。

スタジオを後にし、街歩きを再開します。すると、すぐ近くにパン屋の看板を見つけました。中に入ってみると、ショーケースの中にはおいしそうなパンがずらり♪パン以外に焼き菓子などが並ぶ中から、人気の「スペルト小麦のハードパン」をお土産に購入しました。

次はどこへ行こうかと考えていると、地元の方が「最近できた農家レストランがあるよ」と教えてくれたので、早速向かってみます。

レストランに着くと、見晴らしが良く、自然に囲まれたとても良い場所でした。自農園の野菜などを使ったカジュアルなフランス料理をおいしくいただいたところで今回の街歩きは終了。皆さんも街を歩くことで、新たな発見を見つけたいかががでしょうか。

la pousse(ラ・プース) 4



2022年7月にオープンした農家レストラン。周りには畑が広がり、日々成長している野菜や果樹に囲まれた見晴らしの良い場所にあります。店名にはフランス語で新芽という意味があり「農園の作物の生育とともに、一緒にレストランも成長していければ」という願いが込められています。



おいしそう！

自農園のとれたての野菜を中心に近隣にある農家の方の作物もふんだんに使いながら、多くの方に安心して食べてもらえるカジュアルなフランス料理を提供しています。



野菜の絵!?

店内には野菜や果物などで作った絵が飾られています。

所 宮前区菅生6-36-13
 営 ランチタイム 11:30～15:00(ラストオーダー 14:00)
 ディナータイム(予約制) 18:00～21:30(ラストオーダー 20:00)
 休 日曜日(ディナータイム)、月曜日



ホームページ

マルコファーム直売所 ①

おすすめ!



年間15品目ほどの野菜と果樹の他、季節の手作りジャムや梅干しなども販売。また、花や野菜の苗、季節の切花や枝物も取り扱っています。



今の時期はブルーベリーがおすすめ。8月下旬以降は栗、11月頃からはユズやレモン、ミカンなどが並びます。

新鮮～



Instagram

2018年4月にオープンし、自然農法などを中心に栽培した野菜や果樹を販売しています。農薬や化学肥料、動物性堆肥を使わずに生産した農産物は地元住民はもちろん、県外からも多くの利用者が買い求めに来るそうです。

所 宮前区犬蔵2-28-4 営 10:00～※変更の場合あり 休 不定休 インスタグラムにて告知

わんわん ありがとうの日 ②



2022年3月にオープンした犬専門のフォトスタジオで、写真家と絵描き夫婦で運営しています。

お立ち台やフラッシュはなく、真っ白なスタジオでいつも通り自由に愛犬と遊びながら家族写真を撮影することができます。

1枠60分のプライベート空間で、リードを外して自由に過ごすことができます。スタジオには誤飲してしまうような物は置かないよう配慮されていて安心して撮影できます。



所 宮前区菅生6-13-4
営 10:00～16:00
休 月曜日・木曜日



Instagram

〈今回の街歩き目安〉

場所	距離	時間
バス停⇒①	60m	1分
①⇒②	950m	12分
②⇒③	40m	1分
③⇒④	350m	5分



マルコファーム直売所 ①

くすのき公園

noix(ノワ) ③

豊富な品揃え♪



2021年2月にオープンしたパン屋。店内に並ぶパンや焼き菓子は全て手作りで、店主が育てた旬の野菜や果物を使っています。パンのサイズは少し小さめで、小さいお子さんやご年配の方でも食べられるサイズにしています。

所 宮前区菅生6-13-6
営 10:00～18:00
休 第2・4水曜日・木曜日



希少なスペルト小麦を使った「スペルト小麦のハードパン(左)」と「マカロン」や「カヌレ」、「サマーシュトーレン」などの焼き菓子が人気を集めています。



店イチオシ!





新たな挑戦 いつまでも

多摩区菅稲田堤 小川 サツキさん

どんな時も挑戦を続ける気持ちを忘れない小川サツキさん。今号では、伝統ある多摩川梨を生産する他、家族で食べたいと思った野菜や果樹を栽培し、地方発送や自宅前で直売する小川さんに話を聞いてみたいと思います。

Q 就農したのはいつですか？

A 65年ほど前、嫁いだ時から農業に携わってききました。現在は、約14㍏の畑で娘と孫娘、おいと共に豊水やあきづき、新高など多摩川梨9品種の他、トマトやハクサイ、キウイフルーツなど季節の野菜や果樹を年間30品目ほど生産しています。

Q 誰から農業を教わりましたか？

A 夫の祖父から基礎を教わったり、近所の仲間が作業を手伝ってくれるのを見たりして覚えてきました。新しい発見があるとわくわくしながら知識を身に付け、今でもJAが教えてくれる技術は積極的に取り入れています。

Q 新たに始めたことは？

A 今年から、梨栽培において果実に被害を及ぼす害虫を捕食する天敵製剤を導入しました。県職員の丁寧な指導の下、消毒作業などの省力化につなげています。また、アスパラガスの新栽

培法「採りつきり栽培®」をJA

の職員から教わり、日々成長を見守っています。家族と共に春の収穫を楽しみにしています。

Q 地方発送や直売への思いは？

A 昔からの常連客には変わらぬ品質の梨を届け、直売に訪れる方々には白いナスや丸オクラなど珍しい品種で品ぞろえを増やして、買い物を楽しんでもらっています。利用者から「おいしかったよ」の声をもらい、手応えを感じています。

Q 今後の抱負を聞かせてください。

A いつまでもチャレンジする気持ち忘れず、利用者に喜んでもらえる果樹や野菜作りに励んでいきます。

取材を終えて

作業の手を進めながら笑顔を絶やさず楽しそうに話してくれる小川さん。向上心を持って取り組む姿をいつまでも応援していきます。

FARMER'S VOICE

健康のためにしっかりと食事を取り、よく働くことが欠かせないと思っています。利用者や家族に丹精した農産物を届け、喜ぶ顔を見ることも自身の幸せにつながっています。ひ孫の成長も楽しみにしています。



農作業 ノート

コマツナの 周年栽培に挑戦



営農技術顧問 衣巻 巧

コマツナは、アブラナ科アブラナ属の植物で、名前は東京の小松川(現在の江戸川区)に由来しています。多くのカロテンを含み、特にβカロテンは抗発ガン作用や免疫賦活作用が知られています。また、カルシウムや鉄分など多くの栄養素が含まれる健康野菜です。

需要、品種の動向

コマツナは、かつて東京を中心にお雑煮やおひたし、煮びたしなどに使われていましたが、最近では多くの地域で炒め物などとして幅広く活用されています。そのため、一年を通じて需要が見込まれますので、ぜひ周年栽培に挑戦してください。

最近の品種は、従来の品種にチンゲンサイやターサイを交配したものが多く、茎が太く葉も肉厚に変わってきています。ほとんどの品種で、萎黄病抵抗性を持つようになっています。

推奨品種

- ・春まき
わかみ、なかまち、きよすみ(サカタ)
- ・初夏まき
きよすみ、いなむら、はっけい(サカタ)
- ・盛夏まき
まさみ(トーホク)、はっけい、いなむら(サカタ)、菜々音(タキイ)
- ・秋まき
わかみ、きよすみ、はっけい(サカタ)
- ・冬まき(べた掛け、トンネル栽培)
夏楽天(タキイ)、わかみ(サカタ)、みなみ(トーホク)

白さび病耐病性

わかみ、きよすみ、はっけい、菜々音

べた作り、播種、間引き

播種間隔は2~3cmとし、間引き後は4~5cm程度とします。播種機などで精密に播種できれば、間引きは省力化できます。

冬季以外は播種後、寒冷紗やサンサンネットなどの被覆資材でトンネル掛けを行いましょ。裾は土中に埋めるか、しっかり止めてください。虫害や風雨の被害の軽減に有効です。冬季は、パオパオなどの保温資材のべた掛けやトンネル掛けを行います。

収穫

収穫1週間前には寒冷紗などの被覆資材は外し、外気に慣らします。草丈25~30cm程度が収穫適期です。長く収穫する場合は、25cm前後から始めるのがよいでしょう。収穫後は枯葉などを除き、200g前後を袋に入れて出荷します。

病害虫防除

白さび病

葉の裏面や茎に白色で不規則に膨れた小斑点を生じさせ、のちに白色の粉状物を露出します。
対策: 耐病性品種の利用、薬剤防除

成そ病

黒い壞疽斑を生じさせます。春や秋の連続する雨で多発します。
対策: 薬剤防除

アブラムシ類

吸汁し、縮れや萎凋を引き起こします。
対策: 寒冷紗やサンサンネットの被覆、薬剤防除

コナガ

葉を食害します。
対策: 寒冷紗やサンサンネットの被覆、薬剤防除

ネキリムシ

イネ科の雑草などに産卵します。日中は土中にいますが、夜間に加害します。
対策: 圃場周囲を含む除草、薬剤防除

ハイマダラノメイガ

芯葉を好んで食害します。
対策: 寒冷紗やサンサンネットの被覆、薬剤防除

キスジノミハムシ

葉を食害します。成虫は背中に黄色い筋が2本、ノミのように跳び、体長2mmほどです。
対策: 寒冷紗やサンサンネットの被覆、薬剤防除

【コマツナ栽培暦】

○: 播種、□: 収穫時期

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
作 型	春まき		○									
				□								
					○							
						□						
							○					
									○			
										□		
											○	
												□

〈営農技術顧問〉

	担当業務	出勤日
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 薫	花卉・植木栽培指導、病害虫全般	月・金
鈴木 誠	病害虫全般、野菜栽培指導	月・火・木・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

※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。

輝人 KIRABITO

日本文化に魅せられて

中原区新城 廣山 友紀さん



日本舞踊を習っていた母が舞台で美しく踊る姿に胸を打たれ、30年ほど前から教室に通い始めました。日本舞踊は、日本の伝統芸能である「能」と「歌舞伎」の影響を受けた踊りとされています。学生のころから、スキーやテニスなどを通じて体を動かすことが好きでしたが、日本舞踊はそれらの動きとまったく異なります。日本舞踊でよく言われる「腰を入れる」とは、単に腰を低く落とすのではなく、重心が左右にぶれず、安定していることを指します。この体勢を保ちながら、音に合わせて美しく踊るのがとても難しいのですが、舞台上立つ日に向けて週に一度稽古に通い、より良い表現を模索しています。



国立劇場で披露した踊り(本人左)

26年前には、2000ほどあると言われていた日本舞踊の流派の中で、5大流派の一つである「若柳流」の名取として、「若柳佐紀華」の名前をいただきました。日本舞踊の世界に長く携わってきました。日本舞踊の舞台を開いた時は、「名披露目」の記念舞に入った芸名を背負うことに大きな重圧を感じるとともに、胸が熱くなったことを覚えていました。

今年1月には、師匠と共に国立劇場の小劇場で踊りを披露しました。大舞台で踊るのは非常に緊張しましたが、夢の舞台に立ち、仲間をはじめとする大勢の方に見ていただけただけで、かけがえない財産となっています。

現在は、来年に控える師範の試験に向けて、気持ち新たに稽古に励んでいます。定年退職後は、美容や筋肉について一から勉強し、エクササイズを意識した踊りの普及にも力を入れたいと思っています。多くの人が健康で美しくいられるためのサポートを行いたいから、日本舞踊という素晴らしい文化を伝えていきたいです。

輝 plus ONE

薬剤師の仕事と日本舞踊の稽古に通いながら、週に一度自宅で茶道教室を開いています。茶道には歴史や禅、作法、道具についてなど、学ぶべき要素がたくさんあり、数々の伝統文化を継承することができます。お点前を通じて人々に心地よい空間を提供できるよう、おもてなしの心を大切にしています。



健康だより

健康科学アドバイザー ● 福田千晶

貧血は美容の大敵。

体調不良の原因にも

貧血とは血液中のヘモグロビンが減った状態です。ヘモグロビンは酸素を吸着して全身に運搬するので、貧血になると体内の酸素が不足して、息切れや立ちくらみ、ふらつき、疲労感、動悸(どうき)や息切れ、意欲低下などの症状を感じることがあります。

さらに肌や爪や髪にも貧血の影響が及びます。顔色が悪くなる、肌の染みができる、ニキビがでやすい、爪が変形したり折れやすくなる、抜け毛などが現れることもあります。つまり、貧血は全身状態を悪くする上に、美容の大敵でもあるのです。

貧血の原因は、いろいろありますが、女性は月経により血液が失われるため、貧血になりやすいといえます。他にも胃腸の病気で出血が続いていたり、悪性腫瘍など重篤な病気で貧血になる可能性もあります。まずは、定期的な健康診断で貧血の有無を調べ、貧血の人は医療機関を受診し原因を調べましょう。

鉄は血液中のヘモグロビンの材料なので、

鉄が欠乏するとヘモグロビンが十分には作られず貧血になります。貧血になりやすい女性がダイエットや偏食などで摂取する鉄が足りないとい鉄欠乏性貧血が起こりやすくなります。

食品の鉄には2種類あり、動物性食品の赤身肉(豚肉、牛肉など)、レバー、魚介類に含まれる「ヘム鉄」は体内での吸収率が良いのでお薦めです。農作物の小松菜やホウレンソウなど緑黄色野菜や豆類に含まれる「非ヘム鉄」は体内での吸収率が低めです。しかし、「非ヘム鉄」も一緒にビタミンCや肉類などのタンパク質を摂取すると吸収率が上がり、効率良く鉄を吸収できます。暑い時期はサッパリ系の炭水化物中心の食事が多く、鉄不足になっていた人も多いはず。この時期に食生活を見直し、バランスの良い食事や貧血の予防や対策を心がけましょう。



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

「ナス」

ナスは早ければ6月ころから収穫が始まり、10月上旬ころまでと長い期間収穫できます。暑さが本格格的になってきた7月下旬～8月上旬、株の若返りを図るために、茂り過ぎた3本の株元に葉を2、3枚残して切ります。また、株周りにスコップを入れて根を切り、新しい根の発根を促す更新剪定を行い、追肥とかん水をするので、秋ナスを楽しめます。

【問題】

ナスについての説明で、間違っているものは次のうちどれですか。

- ①ナスの生育には十分な光と水分が必要で、果実の着色には十分な光が必要である。
- ②ナスは地域に根付いた品種が多く、九州の「大長ナス」、京都の「加茂ナス」、大阪の「水ナス」などがある。
- ③ナスは有機質に富んだ耕土の深い土を好み、連作障害が出にくい野菜である。
- ④1番花が開き始めた頃に定植し、1、2番果は、株の生育を促すために早めに収穫すると良い。

※解答は18ページにあります。

セレサ通信

～新役員各所訪問～

梶総組合長をはじめ、大川護副組合長や田口澄也副組合長ら新役員が7月4日から6日の3日間、セレサモス両店と市役所を訪問しました。

4日はセレサモス麻生店、5日には宮前店を訪れ、出荷者にあいさつする他、改めて就任したことを報告。市内農業の現場の声を聞くとともに、職員との交流を深めました。

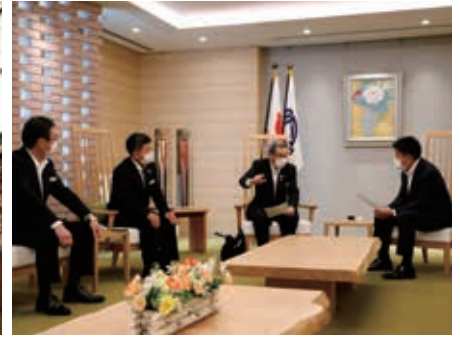
6日は、市役所を訪問し、福田紀彦市長と特定生産緑地の継続的な制度周知を行うことや、肥料価格高騰への対策などについて意見を交換。今後も情報共有を深め、連携を密にしていくことを確認しました。梶組合長は「JAは、組合員も含めて地域に根を張る組織。今後も市と強固な連携体制を築きたい」と話しました。



麻生店で出荷者と交流



宮前店で職員にあいさつ



市役所で福田市長と意見を交わす

支店だより

小向支店

所在地：川崎市幸区小向西町3-71-1

TEL：044-544-8811



小向支店は、JR「鹿島田」駅より徒歩15分、「川崎」駅よりバスで15分ほどの場所に位置します。管内の一部ではかつてイチジクなどが生産されていましたが、今では生産農家はなく、住宅地が広がる地域です。

鈴木信夫支店長の下、和気あいあいとした雰囲気づくりを心掛けており、チームワークは抜群。「生産が難しい地域だからこそ消費で農家を応援したい」という思いから、セレサモス出張販売や市内産農産物の予約販売「FRESH CERESA」のPRを積極的に行い、利用者に都市農業への理解を深めてもらえるよう努めています。

Zoom up!

～助け合い高めあう担当者～

窓口担当者は、お客さまの気持ちに寄り添い丁寧な話すことを心掛けています。新入職員が「質問したら何でも答えてくれる先輩がいて心強い」と話すように、頼りになる存在です。渉外担当者は、小さなことも仲間同士相談・報告することで、お互いの意識向上を図っています。窓口と渉外がペアで利用者宅を訪問したり、融資担当者から情報を得たりするなど、日々助け合って業務に励んでいます。



図 更新剪定



スコップを差し込んで根を切る

『新版 日本の農と食を学ぶ 中級編』
(120ページ)より

です。

正解は③です。
解説：ナスは有機質に富み、耕土の深い土を好み、連作障害が出やすい作物です。発芽適温は25～30度、生育適温は23～30度、生育と果実の着色には十分な光が必要となります。また、水分を好み乾燥に弱いので、生育には十分な水が必要です。

【解答・解説】

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。



J A セレサ川崎



♡ Q ♡ 2022.7.7
今が旬のズッキーニ！丸型やUFO型など種類豊富で、見た目も楽しめますね。



セレサモス麻生店



♡ Q ♡ 2022.7.2
「白ナス」「水ナス」「サラダナス」など、変わり種も出荷しています。



セレサモス宮前店



♡ Q ♡ 2022.7.2
ご贈答にもぴったりのご当地ブランド「宮前メロン」出荷しています。



J A セレサ川崎



♡ Q ♡ 2022.7.8
セレサモス麻生店からほど近い場所にあるヒマワリ畑が、まもなく満開を迎えます。



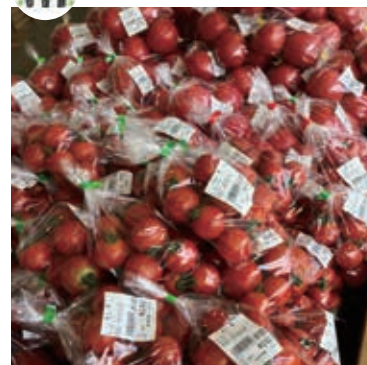
セレサモス麻生店



♡ Q ♡ 2022.7.9
「香辛子トマトみそ」が再入荷！簡単レシピも紹介しています。



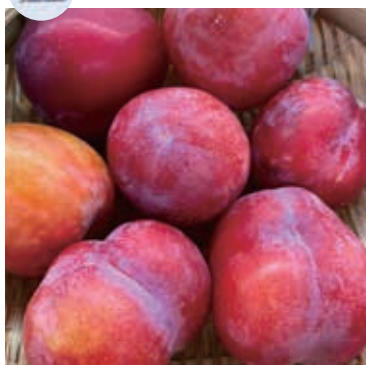
セレサモス宮前店



♡ Q ♡ 2022.7.9
真夏の太陽を浴びて、セレサモスのトマトも真っ赤に完熟しています。



J A セレサ川崎



♡ Q ♡ 2022.7.13
完熟したブラムは甘さと酸味のバランスが良く、冷やして食べるのがおすすめ！



セレサモス麻生店



♡ Q ♡ 2022.7.26
赤シソはジュースにして、冷水や炭酸水で割るとさっぱりしますよ。



セレサモス宮前店



♡ Q ♡ 2022.7.23
全農セレクトフルーツフェアにブドウや桃、スイカなどのフルーツが集まりました。

♡ Q ♡ J A セレサ川崎

【本店】
所在地：川崎市宮前区宮崎2-13-38
T E L : 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
T E L : 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
T E L : 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。



皆さまのご感想を
お待ちしております。

3年ぶりの開催!

花と緑の市民フェア・畜産まつりが3年ぶりに開かれてよかったです。写真を通じてフェアの様子が伝わってきました。
(麻生区・原木さん)

花の品評会

品評会に出展されている花はどれも美しく育てた方の苦労を感じました。
(多摩区・小熊さん)

身近な情報誌

お世話になっている方の活動が記事になっていて、うれしくなりました。身近な情報誌としてますます親近感がわきました。
(幸区・トウさん)

参考になっています

近隣の支店に行くたび、楽しみで手に取っています。毎号新発見があり、散歩ナビや料理など参考になっています。
(幸区・イマノさん)

特集「自分史の書き方」を読んで

時間を見つけて、自分史を作ってみようと思いました。幼い頃のことは、姉妹で思い出します(笑)
(多摩区・大高知さん)

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。ありがとうございました。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)

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4年9月16日(金) 当日必着

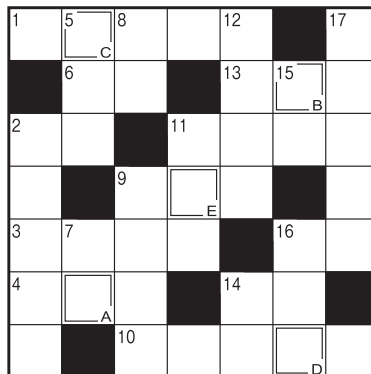
ヨコのカギ

- ① 女郎花と書く秋の七草。
- ② 同じ科の植物にオトコエシというのがあります
- ③ 頭隠して○○隠さず
- ④ すいっちゃんと呼ぶ虫
- ⑤ インフレのときに上がります
- ⑥ 贈答品に付きます
- ⑦ 風が吹くともうかるかも
- ⑧ フェルメールの代表作『真珠の○○の少女』
- ⑨ 店の中に他の客はいません
- ⑩ 薬の○○は徐々に表れた
- ⑪ 紙を燃やすと残ります
- ⑫ 10を3回掛け合わせると



タテのカギ

- ① 令和4年9月23日は○○の日。国民の祝日で迎える季節です
- ② 秋は稲や粟、ブドウなどいろいろな作物が○○を迎える季節です
- ③ 竹や梅と並んでめでたい植物
- ④ 幸水や豊水が広く作られています
- ⑤ 赤ずきんではおばあさんに化けました
- ⑥ 節約のために○○簿を付け始めました
- ⑦ 楽団の前でタクトを振ります
- ⑧ お彼岸には掃除に行つて手を合わせる人が増えます
- ⑨ ピンチなんです!
- ⑩ 長く続けると足がしびれることも
- ⑪ ○○コーヒー、○○フットボール



クロスワードパズル



6月のこたえ
アブラゼミ

9月の運勢

モナ・カサンドラ

♈ おひつじ座 3/21~4/19

【全体運】身の回りのことを優先。食事の支度や掃除に力を入れるとうれしいことがありそう。健康に關する番組も◎
【健康運】ストレッチで体調が改善。散歩もお勧め
【幸運の食べ物】セロリ

♉ おうし座 4/20~5/20

【全体運】好調運。遊びに行く話には積極的に参加しましょう。おしゃれに時間とお金をかけるのもお勧め。芸術鑑賞にツキ
【健康運】腹八分目で健康に。野菜はたっぷり取って
【幸運の食べ物】サラダカラシナ

♊ ふたご座 5/21~6/21

【全体運】何かにつけてやり過ぎてしまいがち。始める前に自問自答を。計画を立てる慎重さがピンチの回避につながります
【健康運】ハードな運動も楽しめます
【幸運の食べ物】ジャガイモ

♋ かに座 6/22~7/22

【全体運】交流が活発化。聞きたくない話もありますが良い話の方が多め。好情報もキャッチできます。うわさ話は控えて
【健康運】よくかんで食べて。脳の働きにも好影響
【幸運の食べ物】ルッコラ

♌ しし座 7/23~8/22

【全体運】高め安定運です。おいしい物を食べに行ったり温泉を楽しんだりして。気の置けない人たちと過ごすのがお勧め
【健康運】グループで楽しめるスポーツにツキあり
【幸運の食べ物】サトイモ

♍ おとめ座 8/23~9/22

【全体運】運勢には勢いがあり注目度が高め。外野がうるさく感じられることもありますが味方が大多数です。早めの行動が吉
【健康運】けがに気を付けて。高所での作業は慎重に
【幸運の食べ物】アサリ

♎ てんびん座 9/23~10/23

【全体運】あれこれ気になって落ち着きませんが上昇運。流れに乗って行けば大丈夫です。迷ったときは初心に返って選択を
【健康運】良好です。動き回った方が気力も充実
【幸運の食べ物】栗

♏ さそり座 10/24~11/22

【全体運】心配事は杞憂(きゆう)に終わりそう。会話の機会を多く持つよう心がけて。おけいこ事やセミナー参加にツキ
【健康運】冷えに注意。おなかや下半身は特にガードを
【幸運の食べ物】新ショウガ

♐ いて座 11/23~12/21

【全体運】運勢は波乱含み。気を引き締めていきましょう。大事なことは念を入れて確認を。連絡手段の確保も重要です
【健康運】関節のケアを。腰のストレッチも欠かせずに
【幸運の食べ物】ミョウガ

♑ やぎ座 12/22~1/19

【全体運】努力が実を結び結果を出せます。さらに上を目指して歩を進めましょう。意思表示すれば協力者も集まるはず
【健康運】夜更かしは控えて。規則正しい生活で安泰
【幸運の食べ物】アマエビ

♒ みずがめ座 1/20~2/18

【全体運】目先の利益にとらわれず大局を見て。実力発揮の好機。大胆な作戦も吉と出ます。これまでの経験を生かすとき
【健康運】筋トレなど目標を決めて。ハードな運動も◎
【幸運の食べ物】カボチャ

♓ うお座 2/19~3/20

【全体運】不安を感じるなら取りやめを。先読みがされています。周囲の動きに惑わされず淡々とやるべきことを進めて
【健康運】消化の良い物をチョイス。発酵食品にツキ
【幸運の食べ物】レタス

農機メンテで安全安心に

J A は7月12日から14日の3日間、経済センターとパーシモンで農業機械メンテナンス会を開き、18人の組合員が農機を持ち込みました。

J A は、組合員の農機を使う作業の省力化や安全性を高めようと年2回、基本整備や部品交換を行うメンテナンス会を開いています。

当日は、2級農業機械整備技能士の資格を持つ職員2人が組合員の持ち込んだチッパーや背負い式動力噴霧機など19台の点検や清掃、修理を実施。エンジンがかからなくなった刈り払い機を持ち込んだ組合員は「短時間で修理や点検をしてもらえて助かる。これで安心して農機が使える」と笑顔を見せました。



組合員の持ち込んだ刈り払い機を整備する職員(左)

資材店舗サマーセールで盛況

J A の資材店舗、経済センターとパーシモンは7月21日から23日の3日間、サマーセールを開き、組合員ら488人が来店しました。

両セールは、購買事業で取り扱う商品を安価で販売。組合員の農業所得向上などを目的に毎年開催しています。

当日は、来場した組合員らが肥料や農薬、生産資材など多くの商品を購入しました。肥料や出荷包装資材などを購入した組合員は「農業資材の価格が高騰しつつある中、今まで通りセールがあり助かる。今後も定期的に関わりたい」と話しました。



商品の積み込みを行う職員(右)

晴れの入賞者

敬称略()内住所

そ菜部高津支部第42回枝豆品評会

7月4日 高津支店 出品点数12点

▽優秀賞＝神風香・木所大輔(下作延)

令和4年度そ菜部幸中原支部えだまめ立毛共進会

7月6日 区内巡回 出品点数8点

▽特選＝湯あがり娘、味風香・鹿島弘久(下小田中)

第25回 J A セレサ川崎夏季農産物品評会

7月9日 こすぎコアパーク 出品点数170点

▽優秀賞＝トマト・永井幸治(神木本町)、ミニトマト・関口享(末長)、ナス・持田裕輝(東有馬)、ジャガイモ・松井秋彦(初山)、湘南レッド・成田憲一(千年)

令和4年度川崎市果菜類立毛共進会

7月19日 市内巡回 出品点数21点

▽特選＝とげなし千両二号・森邦義(久木)、千両二号・杉田功(菅生)、とげなし千両二号・持田栄一(東有馬)

令和4年度川崎市ナシ立毛共進会

7月26日 市内巡回 出品点数12点

▽特選＝幸水・白井正壽(菅稲田堤)、幸水・吉澤明(中野島)、幸水・豊水・長瀬博明(井田中ノ町)

令和4年度川崎市ブドウ立毛共進会

7月27日 市内巡回 出品点数4点

▽特選＝巨峰・藤稔・ブラックビート・シャインマスカット・白井正壽(菅稲田堤)

援農ボラ 講習会で知識深める

J A は7月14日、本店で第3期援農ボランティア育成講座の開講式と1回目の講座を開き、40人が受講しました。

今年は50人の受講者が第3期生になり、来年2月に講座を修了し、3月から援農ボランティアとして活動する予定です。

当日は、J A 職員が今後の流れなどのオリエンテーションを行った後、基本的な土づくりや種まき、収穫作業など図やイラストを交えて説明。受講者は配布された資料にポイントを書き込むなど熱心に学んでいました。

参加者は「講座を受講して知識を深め、少しでも市内農家の力になりたい」と笑顔で話しました。



講座の様子

知って納得！税金講座

宅地の固定資産税の計算方法

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

固定資産税額は「課税標準額×税率」により計算されます。課税標準額はその年度の固定資産税評価額に対し前年における課税標準額がどのくらいの割合にあるかを求め、その数値に基づき計算されます。この割合を負担水準といいます。商業地等(店舗・事務所建物の敷地等)の場合、原則として負担水準が70%を超える場合は、課税標準額が固定資産税評価額の70%まで引き下げられ、負担水準が60%以上70%以下の場合は税額が据え置かれます。負担水準が60%未満の場合は、固定資産税評価額の60%を限度として前年度の課税標準額に当年度の固定資産税評価額の5%相当額を加えた額が課税標準額になります(通常の計算)。

ただし、2021年度に固定資産税評価額が都市部を中心に多くの土地で上

昇したため、通常の計算によると約6割の商業地等において税額の上昇が見込まれました。そのため、負担水準が60%未満の土地については、21年度は税額を据え置き、22年度は前年度の課税標準額に「その年度の固定資産税評価額×2.5%」を加えた金額を課税標準額とする軽減措置が手当てされました。

一方、住宅用地の課税標準額は「固定資産税評価額×住宅用地の特例割合」になります。住宅用地の特例割合は、住宅用地のうち200平方メートルまでの小規模住宅用地は6分の1、その他の住宅用地は3分の1です。ただし、負担水準が100%に満たない土地の場合、「固定資産税評価額×住宅用地の特例割合」を限度として、前年度の課税標準額に「固定資産税評価額×住宅用地の特例割合×5%」相当額が加算されます。ただし、21年度は20年度と比較して税額が上昇した土地について税額が据え置かれました。一方、22年度はこのような措置はありません。さらに、商業地等のように5%の上乗せ分を2.5%に引き下げるような軽減措置も手当てされませんでした。



理事会だより

第4回定例理事会 7月19日(火)

本店で開催

【協議事項】

- ・ 令和4年版ディスクロージャー誌について
- ・ 信用供与等限度額の変更について
- ・ 令和4年度第2四半期余裕金運用計画(調達・運用)について

※上記を含む6件の協議事項は、全て承認されました。この他、報告事項として17件の報告を行いました。

セレサのDATA(7月31日現在)

購買品取扱高	2億55百万円
販売品取扱高	4億20百万円
施設事業契約高	41億77百万円
貯金	1兆4,975億円
貸出金	5,674億円
長期共済保有高	1兆7,198億円
年金共済保有高	322億円
組合員数	68,234人
うち正組合員	5,270人
准組合員	62,964人

9月の経営相談会(法律経営)

- 6日(火) 9:30~11:30 向丘支店
13:30~15:30 中原支店
- 13日(火) 13:30~15:30 みなみ支店
- 20日(火) 9:30~11:30 橘支店
13:30~15:30 柿生支店
- 24日(土) 9:30~11:30 梶ヶ谷ビル
- 27日(火) 13:30~15:30 中原支店

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。

9月の営農相談コーナー

- 経済センター(宮前有馬2-13-1)
7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)
 - パーシモン(麻生区片平2-30-15)
6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火)
- 時間 9:00~15:30
相談員 JAの営農技術顧問
その他 予約は不要です。

営業時間のご案内

- 支店窓口 平日9:00~15:00
(貯金特化型支店は、営業時間が異なります。詳細はホームページをご覧ください。)
- 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。なお、当ATMは9月末日までの設置となります)
- 経済センター・パーシモン 平日・土曜日9:00~16:00
(定休日:日曜日・祝日・年末年始)
- セレサモス麻生店・宮前店 9:30~15:00
(定休日:水曜日・年末年始)

※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。また、混雑状況により、入店制限をさせていただく場合があります。

セレササービスのご案内

セレササービス㈱は、スタッフ一同新型コロナウイルス感染予防対策に積極的に取り組んでいます。葬儀は分散会葬・検温・手指消毒・マスク着用し、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。ご葬儀・ご法事に関するどんなことも事前に無料相談承ります。(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>

9月の年金無料相談会

- 3日(土) 菅生支店
 - 4日(日) 北見方支店
 - 6日(火) 稲田支店
 - 10日(土) 向丘支店
 - 11日(日) 高津支店
- 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。

9月の相続・遺言無料相談会

- 7日(水) 新百合丘支店
 - 14日(水) 高津支店
 - 21日(水) 生田支店
 - 28日(水) 栗平支店
- 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 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。

セレサモス出張販売のご案内

セレサモスでは定期的に出張販売を行っています。詳しい日程は、右記のQRコードをご確認ください。もしくは、



セレサモス 出張販売 で 検索



◀ 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。



野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

フルーツパラダイス

イラスト：小林裕美子



栗のプロフィール

【分類】ブナ科クリ属

【原産地】中国、北米、地中海沿岸地方

【おいしい時期(旬)】9～10月ころ(秋)

【主な栄養成分】糖質(炭水化物)、ビタミンB1・B2・B6、ビタミンC、カリウム、葉酸、食物繊維、タンニンなど

解説：KAORU

選び方

果皮(鬼皮)がしっかりと堅い

張りつつやつやした光沢がある

重量感があり、ふっくらと重い

お尻の白い部分(座)が大きい

艶がなく軽い傷や黒ずみがある小さな穴は虫食いの可能性大……

鬼皮…外側の堅い皮
渋皮…鬼皮の下の茶色の薄い皮

保存方法



常温でむき出しのまま置いておくと、乾燥や虫食いで劣化してしまうよ



冷蔵保存

表面の水分を拭き、鬼皮ごと保存袋に入れ、冷蔵庫のチルド室へ



冷凍保存

皮付きの場合
水洗いして水気を拭き、鬼皮ごと保存袋に入れ冷凍庫へ

皮をむく場合
一度ゆでて鬼皮と渋皮をむき、保存袋に入れ冷凍庫へ



保存の際の注意点

カビ防止のため、しっかり水分を拭き取ってね



熟成栗

生栗を低温で貯蔵すると甘味がアップ！
水分を拭き保存袋に入れ、冷蔵庫で3～4週間 or チルド室で2～3週間保存

栗

～秋を告げる木の実～

栗のいろいろ(日本栗)



筑波

大きめで皮に光沢があるゆで栗や渋皮煮に



銀寄(丹波栗)

平らで大粒の料理やお菓子などに幅広く利用



丹沢

三角形で果肉の色が鮮やかな主にお菓子の原料に



ぼろたん

皮が簡単にむけるよう改良の料理しやすく近年人気

栗のチカラ



ビタミンB1

皮膚や粘膜の健康維持、疲労回復、集中力向上に

タンニン

渋皮に多い。老化予防、がんなどの生活習慣病予防に

食物繊維

便秘改善や肥満予防に



ビタミンB2

目の充血、口内炎、肌荒れの抑制、生活習慣病予防に



葉酸

ビタミンの一種。貧血予防に。細胞の新生や増殖に必要な栄養素。妊娠中の方に

ビタミンB6

皮膚炎やアレルギー症状、うつ症状の緩和に

ビタミンC

風邪予防、疲労回復、美肌、生活習慣病予防に

カリウム

高血圧予防、むくみ解消に

楽しみ方・食べ方のコツ



一晩水に浸すと鬼皮がむきやすい



ミョウバンを少し加えると渋皮もむきやすくなるよ

そのままゆで栗、焼き栗

沸騰したお湯に塩と栗を入れ、弱火で30～50分程度ゆでる
火を止めたからお湯が冷めるまでそのまま浸しておく

料理

栗ご飯、ポターージュ



デザート

渋皮煮、甘露煮、マロングラッセ、栗きんとん



パースト

モンブランなどお菓子作りに



栗のヒミツ

歴史

縄文時代

三内丸山遺跡から数多く出土



平安時代初期

京都の丹波地方で栽培が始まる

『古事記』『日本書紀』『延喜式』にも記述あり



●オクラの豚肉巻き
材料 (3人分)

- ・オクラ…12本
- ・豚バラ肉…200g
- ・塩…適量
- ・コショウ…適量
- ・サラダ油…大さじ1/2

オクラの豚肉巻きと トマトの中華風サラダ

作り方

① 鍋に湯を沸かし、オクラをヘタ付きのまま20秒くらい茹で、ザルにあげて冷目で冷やしたら、水を切る。



② 水切りしたオクラのヘタを切り落とし、豚肉で巻き、塩とコショウを振る。



③ フライパンにサラダ油を熱し、②の巻き終わり部分を下にして焼き、肉の色が変わったら転がし、全体に焼き色をつけたら、できあがり。



●トマトの中華風サラダ
材料 (3人前)

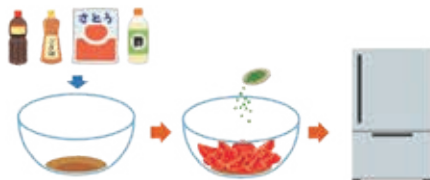
- ・トマト…3~4個
- ・小ネギ…1本
- ★ {
 - ・醤油…大さじ1
 - ・ごま油…大さじ1/2
 - ・砂糖…小さじ1/2
 - ・酢…大さじ1

作り方

① トマトをくし切りにし、皮を剥く。小ネギは小口切りにする。



② ボウルで①と★を混ぜ合わせ、冷蔵庫で30分くらい冷やしたら、できあがり。



ワンポイントアドバイス

宮前区有馬 川野 公美子さん

<オクラの豚肉巻き>

オクラは夏バテ防止になり、豚肉と一緒に食べることでスタミナアップにつながります。また、チーズや梅干しなどを入れてもおいしいです。

<トマトの中華風サラダ>

トマトは何も味をつけなくてもおいしいのですが、酢を加えることで食欲増進になります。

簡単に作れて、夏野菜を楽しめるレシピとなっていますので、ぜひ作ってみてください。

