

JAセラサ川崎 機関誌 CERESA

1 月号

2023 January

No.304

特集

新春座談会

JA神奈川県厚生連 理事長 高野 靖悟さん

相模原協同病院 病院長 井關 治和さん



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

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

Contents

特集 新春座談会	3
PICK UP	9
かわさき散歩ナビ 砂子～宮本町～本町を歩く	12
かわさきファーマーズ 農産物への深い愛情 消費者にも届け 宮前区・横山 純子さん	14
農作業ノート 柿の整枝・剪定 営農技術顧問・北見 丘	15
輝人～KIRABITO～ 思い立ったら即行動！ 幸区・稲石 愛子さん	16
健康だより 正月太りを解消したい アグリアカデミー～農業検定クイズ～	17
日本の食料自給率について	
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 イチゴ	23
わが家のレシピ サイモのコロッケ 多摩区・吉田 真里子さん	24

2月の行事予定

6日 (月) 組合員の集い
(カルッツかわさき)

7日 (火) 組合員の集い
(カルッツかわさき)

8日 (水) 組合員の集い
(カルッツかわさき)

9日 (木) 組合員の集い
(カルッツかわさき)

11日 (土) 建国記念の日

21日 (火) 定例理事会

23日 (木) 天皇誕生日

※日程等は変更されることがあります

セレサ不動産(株)菅営業所 本社統合のご案内

平素より当社事業につきまして、組合員および地域の皆さまにご利用、ご協力をいただきありがとうございます。

さて、長年営業を続けてまいりました多摩区の当社菅営業所につきまして、令和5年2月24日を以って本社へ統合することとなりました。組合員、利用者の皆さまにご不便、ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解をいただきますようお願い申し上げます。

セレサ不動産(株)菅営業所

最終営業日 令和5年2月24日(金)

統合日 令和5年2月27日(月)

当社管理駐車場へのお問い合わせ先

令和5年2月24日まで 044-944-8211

令和5年2月27日より 044-872-7411

セレサ不動産(株)本社

川崎市高津区梶ヶ谷2-1-7 JAセレサ梶ヶ谷ビル1階

代表電話番号 044-870-6711

J A セレサ川崎 × J A 神奈川県厚生連

新春座談会

～大いに語る これからの医療・保健・福祉～

J A 神奈川県厚生連 高野靖悟理事長 相模原協同病院 井關治和病院長

J A セレサ川崎 梶稔組合長 大川護副組合長 田口澄也副組合長



今年の新春座談会は、J A セレサ川崎の組織代表3人と、県下組合員や地域住民の健康を支えるJ A 神奈川県厚生連の高野靖悟理事長、相模原協同病院の井關治和病院長とともに、J A の厚生事業や新しく生まれ変わった相模原協同病院についてお話しいただきました。

主なプロフィール



高野 靖悟 理事長
(相模原協同病院 名誉院長)

高野 靖悟 (たかの せいご)

昭和28年5月生まれ(69歳)

昭和58年6月日本大学大学院博士課程(医学研究科外科系)修了

平成3年2月～アメリカUCLA留学(1年間)

平成13年9月～J A 神奈川県厚生連相模原協同病院消化器外科診療部長

平成14年4月～J A 神奈川県厚生連相模原協同病院消化器病センター長

平成18年7月～J A 神奈川県厚生連相模原協同病院病院長

令和元年6月より現職



梶 稔 組合長



井關 治和 病院長

井關 治和 (いせき はるかず)

昭和34年6月生まれ(63歳)

平成元年3月慶應義塾大学大学院医学研究科修了

平成7年4月～日立製作所日立総合病院内科

平成18年4月～J A 神奈川県厚生連相模原協同病院循環器センター長

平成24年4月～J A 神奈川県厚生連相模原協同病院診療部統括部長

平成26年4月～J A 神奈川県厚生連相模原協同病院副院長

令和元年6月より現職



大川 護 副組合長



田口 澄也 副組合長

新年を迎えて

梶 皆さま、新年おめでとうございませう。

全員 おめでとうございませう。

梶 本日はここ、令和3年1月に新たに生まれ変わった「相模原協同病院」にて、J・A神奈川県厚生連の高野靖悟理事長と、同病院の井關治和病院長にお集まりいただきまして、私たちセレサ川崎の組織代表3人と座談会を行いたいと思ひます。改めましてよろしくお願ひいたします。

全員 よろしくお願ひいたします。

高野 セレサ川崎の皆さまには

いつも大変お世話になつております。昨年、新しい病院が誕生したにも関わらず、新型コロナウイルスの影響でなかなか皆さまへお披露目できなかったのですが、県下J・Aの中で先陣を切つてセレサ川崎の方々が視察に来てくださいました。さらにはこうした新春の企画にもお声掛けいただき大変うれしく思つております。

医師への道のり

梶 いろいろなお話が聞けました。楽しみにしております。早速ですが、始めにお二人の経歴について教えていただけますか。

高野 では私から、私は栃木の出

身でして、農家の生まれなんです。家の周りも一帯が水田地帯でした。ある時、父が「これから酪農を始める」と言い出して牛舎を作りまして、私も含め3人兄弟なのですが、皆手伝うことになり、よく乳搾りや掃除などをやらされました。そういった環境で育つたので、小・中学校時代に勉強した記憶は無いと言つていくくらいな(笑)そんな幼少期を過ごしていました。

梶 農家のご出身だとは驚きました。なぜ医師を目指したのですか。

で、なんとか医学部に入ったんです。

梶 努力されたのですね。高野理事長は医師としては外科医、中でも肝臓が専門と伺つていますが。

高野 はい、医者として若かつた頃は特にC型肝炎や肝臓がんなどの病気が非常に多くありまして、これの研究が必要だということ、当時の教授の勧めもあり1年間アメリカに留学し、生体肝移植などの手術を執刀していました。相模原協同病院に来てからは、消化器病センター長や副院長などを経て、病院長として13年務めた後、井關病院長へバトンタッチをしまして、令和元年から県厚生連の理事長として今に至ります。

梶 ありがとうございます。続きまして井關病院長、お願ひします。

井關 改めまして、相模原協同病院の井關です。本日はありがとうございます。私は和歌山の生まれなんですけれども、育ちは大阪ということで、高校までは関西にいました。そもその実家も兵庫でして、本家はずっと

農業をやっていました。

大川 高野理事長も井關病院長も、農業と縁があつたんですね。

井關 そうですね、一方で私は母方の祖父が医者をやつてたというところもあり、何となく医学部も選択肢の1つかなと考へていました。ただ自身としては医者には強く興味があつたという訳ではなく、どちらかと言えば、小さい頃からものづくりが好きだったんです。ですから大学進学の際に、医学部に行くか、工学部に行くか迷つたのですが、やはり家族の後押しもあり医者への道を選びました。卒業後は心臓外科医になり、10年ほど経つてからは循環器内科に転科をしまして、伊勢原の東海大学病院などで勤務した後、この相模原協同病院に着任しました。



J・A 神奈川県厚生連
収録場所 相模原協同病院
(相模原市緑区橋本台4-3-1)



高野 理事長



井關 病院長

新春座談会

厚生連の歴史と今

長からその点をご説明いただけますでしょうか。

療事業を兼営したのが始まりです。この運動は全国に広がり、昭和23年に農協法の下で厚生連が継承しました。私たちの所属する神奈川県は、昭和20年8月、ちょうど相模原協同病院がここに移転する前の場所に病院を作ったのが最初です。当時はまだ太平洋戦争中でありましたが、戦時中であっても命が大事だということ、当初の目的は県北部で課題だった無医村地区を無くすことを目指し建てられました。



田口 副組合長

設や訪問看護、デイサービスなどを展開しています。

梶 医療だけではなく、健康に関する幅広い事業を展開していますよね。大川副組合長は

以前、J・A全共連に勤めていましたが、共済の仕事としてつながる部分もあったのではないのでしょうか。

高野 そのとおりです。全国的にも病院は増えましたが、やはり病気になるってからは遅い。大きな病院組織は数多くありますが、医療だけでなく、保健と福祉、人の健康において一貫したサポートの流れが確立できているのは、私たち県厚生連の強みだと思っています。

梶 歴史から現在の体制まで、分かりやすくひもひもといいた

新しい相模原協同病院

梶 今のお話しにもあったように、県の厚生連はこの相模原協同病院が起点となっております。そして現在、その病院長を務めていらっしゃる井關病院長から、この新しい病院についてご説明いただけますか。

井關 はい、相模原協同病院はすでに70年以上の歴史を持ちますが、一昨年の元日から新築移転し再スタートしました。

梶 お二人ともそれぞれ違ったルーツをお持ちで、興味深いお話をありがとうございます。さて今回、読者の中には「厚生連」という組織を何となく把握はしているものの、実際のところよく知らないという方もいらっしゃるかと思います。ぜひ理事



梶 組合長

高野 はい、厚生連は正式には「厚生農業協同組合連合会」と呼びます。あらましとしては、大正時代に島根県の貧しい農村地域にあった信用購買販売生産組合が、無医村地区の解消などを目的として医



大川 副組合長

高野 そうです。私たち厚生連も含めたJ・Aの大きなミッションという所での「一人は万人のために、万人は一人のために」、いわゆる「相互扶助の精神」で地域医療を守るということを、一貫してやってきました。その後は昭和43年に、伊勢原にあり、伊勢原協同病院、平成に入ると、保健事業の拠点として厚木と相模原に人間ドックなどを行う健康管理センターを設置しました。この他にも、福祉事業として介護老人保健施

大川 そうですね、今理事長がおっしゃった言葉は、J・Aグループとしてももちろんですが、共済事業と厚生事業では特に符合する理念だと改めて感じました。私も学生時代、日本の農村医療の確立に貢献した若月俊一先生の本を読み、地域医療の重要性に深く感銘を受けた覚えがあります。やはり根底にあるのは「相互扶助の精神」であるということ。共済というのはあくまで病気に



病院内視察の様子(令和4年9月)

梶 昨年も視察をさせていただきましたが、規模的にも、機能でも文句のつけようのない、地域に欠かせない病院となりましたね。

感染症に立ち向かう

梶 本日お伺いしたかったことの一つに、これは移転前のお話にはなるかと思いますが、国内における新型コロナウイルスの初期対応において、相模原協同病院が大変重要な役割を果たしていたということです。具体的にどのようなことがあったのでしょうか。

井關 今回の新型コロナウイルスに関しては、相模原協同病院として、横浜港に来たクルーズ船「ダイヤモンド・プリンセス号」の患者の対応をしました。さらに言えば、国内第1号の患者の処置をしています。

田口 新型コロナウイルスの？ そうだったんですか。

高野 そうです、日本における新型コロナウイルスの「最初の患者」をこの病院が対応しました。

井關 新型コロナウイルスの話は後ほどさせていただきますが、実

はその前に、この相模原協同病院というのは以前から、感染症対応との関わりがあるんです。

梶 そうなんですか。まずはぜひその点から聞かせてください。

井關 もう平成10年のことになりましたが、政府が感染症に ついての予防や患者さんの管理をしなければいけないという法律を公布したんです。県もこれに備えましょうということと、当院が感染症の指定病院に選ばれました。当初は比較的平和な時代が続いたのですが、平成21年に、もう覚えている方は少ないかと思いますが、新型インフルエンザの騒動があったんです。海外で大変な猛威を振るっており、いつ日本も同じ状況になるかという危機感の中、当時病院の指揮をされていたのが高野理事長でした。幸い当院に感染者が運ばれることは無かったのですが、感染症対策に関するさまざまなマニュアル作りやシミュレーションなどを、高野理事長を中心に病院全体で一先懸命やったというのを覚えていきます。

高野 懐かしいですね。あれを

きっかけにこの病院の感染症に対する態勢の整備が進みました。



梶 そのような取り組みが、今回の新型コロナウイルス対応へ続いているということなのですね。

井關 そうですね、それを踏まえて話を本筋に戻しますが、当初、武漢から帰ってきた新型肺炎の患者の受け入れというところで、対応依頼の電話がかかってきた時に、これは大変だということ、国側とも

話しましたが、当然向こうもほとんど情報が無い中で、私たち病院側の判断で最悪のケースを考え、空気感染を想定した対策を取るなど、考えうるあらゆる対処を施して臨みました。間もなくして、日本でもPCR検査ができるようになり、後日提出した検体から初めて陽性であることが分かりました。この出来事から、続くダイヤモンド・プリンセス号の一件まで2週間ほどありましたので、改めて話し合いを重ね対応策を構築していきました。当時は皆必死でしたが、思い返せば、あの頃の新型インフルの経験があり、今回の一連の出来事も比較的スムーズに進んだのだと思います。

梶 病院として積み上げた実績と、皆さんの医療従事者としての使命感で、未知のウイルスを前にしても落ち着いて対処できたのですね。大変貴重なお話をありがとうございます。

健康をトータルサポート

梶 さて、話は変わりますが、先ほど理事長もおっしゃいましたが、包括的な取り組みと

ということ、実は田口副組合長がこの病院を実際に利用したんですよね。



田口 そうなんです。私も役員になりました、やっぱり健康管理が一番大事だということ、まずは相模原の橋本駅前健康管理センターにお世話になりました。最初に思った

印象は、橋本は昔は遠いイメージだったんですけど、こんなにすぐに着くんだったと思いますね。

高野 そうですね、今は電車にしろ車にしろ、アクセスも便利になりました。現在も建設が進んでいますが、リニアモーターカーの県で唯一の停車駅としても、ここ橋本周辺は将来性も見込まれている地域です。川崎の方からも、決して遠くはない場所ですよ。

田口 そうなんです。そして施設内に入ってから、看護師や医師の方一人一人の対応が非常に丁寧で、とても好感が持てました。ただ、やっぱりこの年なので検査には引っかけられています、こちらの病院の方にも出向いたんですけれども。そこで驚いたのは、最先端の医療機器はもちろんですが、健康管理センターでの私のデータがそのまま共有されていて、大変スムーズに処置を済ませることができたということ。

高野 まさにその点が私たちの強みです。県厚生連の健康管理センターで検査を受けていただいで、県厚生連の病院で

診てもらえれば、非常に円滑にかつ細かな対応が可能になります。私たちの3か年計画の中で、本年度より「健診受診率向上ステップアップ運動」も展開中でありますので、組合員の皆さんもぜひ家族で利用していただきたいと思います。

梶 私たちセレサ川崎も「高齢者健康福祉基本計画」というものを定期的に策定しており、以前から取り組んでいる「JA健康寿命100歳プロジェクト」もその一環です。ただ、本年度スタートしている第5次計画



宮前地区 みんなで健康体操(令和4年12月)

では大きく考えを変えた部分がありまして、やはり「健康」というものは高齢者だけでなく、老若男女問わず大事だということ、あらゆる世代の心と体の健康をケアしていくという内容に改めました。本部や各地区で、子どもも参加できる体操教室から、介護予防のための講座など幅広く展開しています。

高野 素晴らしい取り組みだと思います。やはり健康というのは全ての人にとって重要ですから。病気になる前に対処するのが一番です。そのために大事な健診については、私たちもPRする機会を増やさなければならぬのですが：

梶 実はその部分でご相談がありました。今年の2月にセレサ川崎で「総代・組織リーダー研修会」という場があり、その中で県厚生連の方から健診も含めた健康に関するお話をしていたのだと思います。

高野 それはそれは、私たちとしてもありがたいお話です。ぜひ対応させていただきます。

梶 ありがとうございます。私

たちも、地域や組織で頑張っている元気な組合員の皆さんであるからこそ、ぜひ健診を受けていただきたいと考えています。恐縮ですがこの場を借りて依頼させていただきます。ぜひともよろしくお願います。

全員 よろしくお願います。

組合員へのメッセージ

梶 早いものでお時間も迫ってまいりました。最後に皆さんには、今後取り組みたい目標など、組合員である読者へのメッセージとしてお伺いさせていただきます。よろしいでしょうか。

高野 県厚生連としては、先ほど申しました健診受診率の向上を目指すにあたり、まずはこうして梶組合長たちとお話しができたことは大きな一歩だと感じています。ここから先は、やはり現場へ出向くことが大切だと考えています。組合員の皆さまや支店の職員の皆さまともっと密になって、地域の輪に私たちも入るようにして、健康管理ですとか、健診の重要性など、真摯に訴えていきたいと思っています。今

の時代、医療もITも急激に進歩していますが、最後は「人と人とのつながり」が協同組合の本質だと考えています。

井關 相模原協同病院としては、先ほども申し上げたように「無医村の人たちを救う」ということが原点であり出発点です。この目的を現代社会でも果たすためには、いわゆる「不採算部門」と呼ばれるような所に対しても、地域医療を担う存在として責任を背負うことだと考えています。具体的には新生児や小児、周産期医療などをしっかりとこなせる体制を作るために、新たに専門の医師も招聘して取り組んでいます。これからも地域住民をはじめとする組合員の健康維持に貢献し、安全で質の高い医療を提供できるよう努力していきます。さらには、理事長同様、県下JAとの連携をより深めていきたいです。先ほどの講演のご依頼もそうですが、組合員の皆さまに健康について考えていただく機会をより増やしていけたらと思います。

梶 お二人ともありがとうございます。両副組合長はいかがですか。

大川 セレサ川崎でも、経営計画の中で「10年後のめざす姿」というのを定めているのですが、やはりJAと組合員の皆さん双方の課題として、後継者対策という問題が大きくあります。土地や農業の円滑な引き継ぎにしても、また家族の健康にとっても、物事をつないでいくには「世代を問わず元気でいる」のが必須条件なわけです。そう考えたときに、健診や未病の観点から県厚生連の皆さんがそうした声掛けを私たちと連携して行ってもらえることが、これから一層大事になるのではないのでしょうか。

田口 私は先ほどお話ししたように、実際に利用させていただいた身として、県厚生連は本当に素晴らしい施設とスタッフを有していると肌で感じたと同時に、とても「身近な存在」と思えるようになりました。健康というのは安心がベースであります。JAと組合員は信頼関係で結ばれていますので、ぜひ川崎の組合員の皆さんも安心して利用してくださいと伝えたいですね。

梶 皆さんありがとうございます。最後に私から、まずもって、こうした素晴らしい病院

が出来たこと、また県内にあ
る他の病院や健康管理セン
ター、福祉施設なども含めて
「組合員の健康を包括的にサ
ポートするしくみ」があると
いうことは、JAグループ神
奈川の一員として大変誇らし
く思います。また、今皆さんが
おっしゃったように、何より
も健康が一番なのは間違いあ
りません。お互いがさらに連
携をしなければ、JAや組合員
の将来にとっても大変良い成
果が出るのではないかと期待
しています。互いに手を携え
ながら、前に進んでいきましょ
う。本日はありがとうございます
ました。

全員 ありがとうございます。

高野理事長、井關病院長、お忙しい中ありがとうございました。

JAセレサ川崎は今後も、組合員とその家族の健康で豊かな生活を守る取り組みを継続してまいります。



金太郎体操で みんな健康に

宮前地区協同活動強化委員会は12月10日、モスビーホールでJA健康寿命100歳プロジェクトの一環として「みんなで健康体操」を開きました。女性部員や地域の方が家族で参加し、34人が体操を楽しみました。

当日は、JA神奈川県厚生連の服部瑞穂主任と菊池利恵さんが講師となり、東北福祉大学の鈴木玲子特任教授が制作した「金太郎体操」を紹介。服部主任は「この体操はつまずいた時にとつさに手や足が出やすくなるよう考えられています。それでは、金太郎の童謡に合わせてみましょう」と声掛けし、

参加者はリズムカルに体を動かしました。娘や孫と楽しんだ参加者は「覚えやすい体操で、転倒防止につながるのはいれしい。これから一緒に健康維持のため続けていきたい」と話しました。



金太郎体操で体を動かす参加者

稲作で 食と農の大切さ学ぶ

JAは12月3日、「GoGo!!田植えレンジャー」の収穫祭をセレスモス宮前店で開き、88人の親子が参加しました。

同イベントは、6月に麻生区黒川の田んぼで行った田植えからスタートし、10月に稲刈りとはさぎけを実施。明治大学の学生らも協力し、農業の大切さを伝えてきました。

当日、参加者は自らが刈り取ったもち米の脱穀作業や餅つきを体験。さらに、稲が育つまでの過程をまとめた動画などを通して稲作について学びました。

参加した子どもは「脱穀作業は難しかったけど、体験できてよかった」と笑顔を見せました。販売対策部の石井裕二部長は「子どもたちが育てる楽しみと食べる喜びを感じてくれたらうれしい」と語りました。



餅つきを楽しむ子ども



脱穀作業を体験する親子

門松作りで 市内生産者と交流

JAは12月21日、本店で准組合員向け学習講座「セレス組合員カレッジ STEP1」の最終回に当たる3回目の講習を開き、16人の准組合員がミニチュアサイズの「my門松」作りを楽しみました。

同講座は、正組合員と共に都市農業の振興や地域社会の活性化を主体的に支える准組合員を3年かけて育成することが目的。受講者は、市内生産者の下で農作業体験などを行い、市内農業について学んでいきます。

当日は、宮前区東有馬で樹木の生産販売を行う内田植木の内田皓基さんが講師となり、受講者は若松や竹、梅などを1時間ほどで組み立てました。「毎日の水やりで正月中はきれいに飾れ、梅は生け替えれば春に花を咲かせられます」などのアドバイスを通じて、市内生産者と交流を楽しみました。



アドバイスを受けながら門松を作る受講者(左)

県生活文化体験発表会 安藤和子さん大健闘!



発表した安藤さん(後列中央)とJ Aセレサ川崎の応援団

令和4年度生活文化活動体験発表会が12月8日、J Aグループ神奈川ビルで開かれ、県下の女性部員や役員約130人が参加しました。
当日は、「家の光」などの記事活用や女性部活動を通じた体験を、県下の女性部員9人が発表。当J Aからは、菅支部の安藤和子さんが出場しました。
安藤さんは、女性部に入ったきっかけや、部員と協力し同支部の50周年記念誌を制作した体験談を発表。惜しくも県代表の座は逃しましたが、応援に駆け付けた部員をはじめ、会場全体から盛大な拍手が送られました。
安藤さんは「女性部の仲間やJ Aの協力で無事に発表できた。また他の方の発表も聞いて『自分もまだまだ頑張らない』と感じた」と笑顔で話しました。

都市農業を支える アイテムが集結



J Aは12月14日、本店で「農業総合展示会2022」を開きました。20以上の農業関連企業が集結し、川崎の都市型農業に照準を絞った最新の農機や生産資材、種苗類などが数多く並びました。

今年には玄関前のエントランスや駐車場、会議室なども活用し、昨年に比べ展示面積を2倍以上に拡大。管理機などの農機展示を中心に、電気柵や生産資材の他、農業用ドローンや簡易土壌分析装置など、スマート農業関連の商品も多数登場しました。

営農経済部の藤澤潤部長は「今後の営農のヒントになる情報もたくさん詰まったイベントになった。こうした取り組みを深め市内農業の振興に努めたい」と話しました。



農機の説明を受ける生産者

セレサアカデミーで 農機メンテ学ぶ



J Aは12月9日、アグリベースで本年度新設した講座「セレサアカデミー」の8回目の講義を行いました。

同講座は、2年間にわたりより実践的な栽培管理などの他、税務や農業経営収支などを指導しようとする令和4年5月に開講しました。

当日は、受講者5人が肥料成分や環境保全型病害虫防除について座学を受けた後、2級農業機械整備技能士の資格を持つJ A職員が農機の日常的な点検方法を指導。刈り払い機や管理機、トラクターなどの使用前後に見ておきたいポイントをJ Aが普段業務で使っている農機を分解しながら説明しました。

受講者は「普段何気なく使っていた農機もメンテナンスを行うことで安全に長く使えることが学べた。自らできる整備は行い、作業効率の向上につなげていきたい」と話しました。



農機の点検方法を学ぶ受講者

台湾より来訪 セレスモスを視察

J Aは12月1日、台湾行政院農業委員会のセレスモス宮前店視察を受け入れました。

同委員会は、台湾の経済産業省にあたる外郭団体で、高齢社会における農業の多面的機能などを研究しています。今回、日本協同組合連携機構(JCA)を通じて当JAに依頼があり、視察と意見交換が企画されました。

当日は、同委員会の7人が訪れ、旬の農産物などが並ぶ店内を見学しました。続いて行われた意見交換会には梶稔組合長と大川護副組合長、田口澄也副組合長も出席し、販売対策部の石井裕二部長が「高齢社会における地域農業者・地域住民への支援活動に対する取組」を説明。援農ボランティアの育成により組合員と市民の架け橋となる人材を確保する他、病院食への食材提供を通じて市民の健康維持を手助けし、地域の活性化につなげていることなどを伝えました。



直売所について説明する石井部長



感謝の集いのお土産 市内児童の役に立てて

J Aは12月8日、宮前区宮崎のすきつぷソラ保育園でこども食堂を市内に複数運営する団体「かわさきこども食堂ネットワーク」に、菓子2220個を寄贈しました。

J Aでは、3年ぶりに開いた感謝の集いが新型コロナウイルス感染症再拡大などの影響で想定を下回る参加となり、余った菓子の活用方法を検討。恒常的にフードドライブを行う川崎フロンタールに紹介してもらい、無料の学習支援や食事提供を行う同団体に寄贈することを企画しました。

当日は、梶稔組合長と中山敏夫総務部長らが同園を訪れ、「榮太樓總本舗ピーセン」を寄贈。梶組合長は「JAとして地域の子どもたちの役に立てるなら本望。みんなでおいしく食べてほしい」と話しました。



ピーセンを寄贈する梶組合長



多肉植物で 寄せ植え作りを体験

女性部稲田支部は12月14日、稲田支店で「多肉植物講習会」を開き、午前と午後合わせて31人が楽しめました。

多肉植物は、かわいらしいフォルムや育てやすさが近年人気となっている植物。2万品種以上あり、丁寧に世話をすると10年以上楽しめるそうです。

当日は、宮前区にあるタナベフラワールの田邊寛子さんが講師を務め、「統一感を出すため、同系色を隣同士に植えると良い」などポイントを説明。参加者は1人につき11個の多肉植物を選び、1時間半ほどで寄せ植えを完成させました。

同支部の小泉佳子支部長は「先生に教わった方法で大切に管理し、長い間楽しみたい」と笑顔を見せました。



完成した寄せ植え



真剣に取り組む参加者



かわさき 散歩ナビ

砂子～宮本町～本町 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 -----763,113	川崎区	230,224		△ 88
人口 -----1,541,041	幸区	171,559		55
対前月増減人口 -----△ 68	中原区	265,271		47
対前年同月増減人口 -----1,689	高津区	234,077		△ 3
	宮前区	234,908		△ 38
	多摩区	224,164		△ 18
	麻生区	180,838		△ 23

令和4年12月1日現在 川崎市ホームページより



今回はJR南武線川崎駅で下車し、街歩きへ出発します。駅を出て、市役所通りを抜け、稲毛通りを歩いてみると、人の集まる店を見つけました。ちょうどランチタイムだったので、お昼にしたいと思います。約60年も続く老舗のとんかつ屋で、リブローズを使ったとんかつが人気とのことなので、コースカツ定食をいただきます。

店を出て、街歩きを再開します。すると、「宗三寺」と書かれた石碑を発見しました。こちらには、かつて宿場のにぎわいを支えた人々の供養塔があり、歴史を感じながら境内を厳かな気持ちで参拝しました。

寺を後にし、街歩きを続けていると和菓子屋に到着しました。店内にはどら焼きや大福、まんじゅうなどたくさんのお菓子が並んでいました。店主おすすめの「いちご大福」と「奈良茶飯風おこわ」をお土産に購入しました。

再び散策していると、おしゃれな看板が！落ち着いた雰囲気の内は、テーブルだけでなく、足を伸ばしてくつろげるスペースがありました。ランチメニューの他、デザートも充実しており、店主に聞いた店一番人気の「厚焼きホットケーキ」をいただいたところで街歩きは終了。皆さんも街を歩くことで、新たな発見や出会いを見つけてみてはいかがでしょうか。

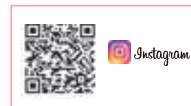
Tino Cafe 4



2012年4月にオープンしたカフェ・ダイニングバー。セカンドハウスのような雰囲気の空間を大切にしています。カフェ好きなオーナーの「こんな店があったらいいな」を形にしました。パスタやオムライス、タコライスなどの他、プリンやケーキなどパティシエが作る料理は絶品。カフェやダイニングの利用はもちろん、誕生日や記念日のパーティーで貸し切ることでも可能で、おしゃれなテーブルアートも行っています。

所 川崎区本町1-10-1
営 〈ランチタイム〉
 平日 11:30～16:00(LO. 15:00)
 土曜日・日曜日・祝日 11:30～17:00(LO. 17:00)
 〈ディナータイム〉
 平日・日曜日・祝日 17:00～21:00(LO. 20:00)
 金曜日・土曜日・祝前日 17:00～22:00(LO. 21:00)
 ※コース予約時は23:00まで対応
休 月曜日(祝日の場合は翌日)

人気No.1の「厚焼きホットケーキ」は、バターとメープルシロップでいただくシンプルで懐かしい味です。昔ながらの「クリームソーダ」との相性抜群です。



とんQ ①



1963年10月にオープンしたとんかつ屋。メニューはロースカツやヒレカツなど全6種類で、肉はもちろん、米や野菜も全て国産の食材を使っています。地域住民のみならず、近隣の会社員や旅行者などからも大好評です。

「ロースカツ」は、肉の断面が大きく、肉質が柔らかいリブロースを使っています。その食感は、幅広い世代から人気を集めています。



人気NO.1

所 川崎区宮本町5-2

休 水曜日・日曜日・祝日

営 月曜日・木曜日～土曜日 11:30～13:30、17:00～20:30
火曜日(昼のみ) 11:30～13:30
※肉がなくなり次第閉店

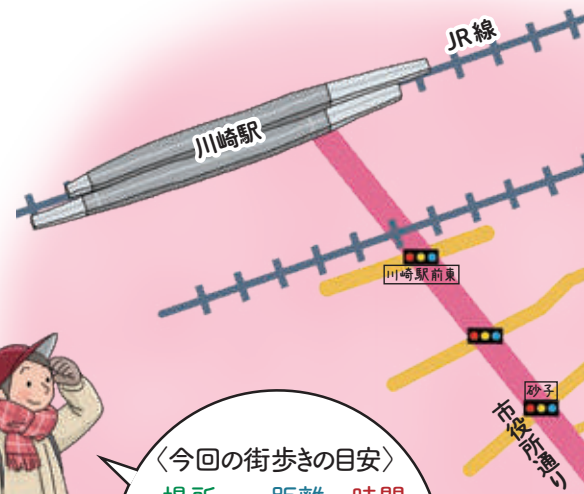
宗三寺 ②



曹洞宗に属する寺院で、本尊は釈迦如来です。『新編武蔵風土記稿』によると、源頼朝の時代に僧玄統によって開かれました。鎌倉時代初期を開創の年とし、当初は臨済宗に属し、鎌倉の建長寺の末寺で、寺号は「宗三寺」ではなかったようです。境内には、お地蔵さまやかつて宿場のにぎわいを支えた飯盛女(遊女)の供養塔があります。



所 川崎区砂子1-4-3



〈今回の街歩きの目安〉

場所	距離	時間
駅⇒①	700m	9分
①⇒②	280m	4分
②⇒③	180m	3分
③⇒④	110m	2分



菓寮 東照本店 ③



大正2年に創業した老舗和菓子店です。長く愛される味を大切に、時代の流行も取り入れながら、よりおいしく心が和むような菓子を提供しています。また、店内の奥にはイートインコーナー「茶寮 木の実」があり、奈良茶飯風おこわやおしるこ、ところてんなどが楽しめます。

店内には約30種類の大福やどら焼き、サブレーなどが並んでいます。店内に並び全ての商品は、職人が一つ一つ丁寧に手作業で作っています。



おすすめ!



「いちご大福」は幸区で栽培される完熟イチゴを使っています。イチゴの酸味と餡のほどよい甘さ、生地のもちもち食感がやみつきになります。

「奈良茶飯風おこわ(冷凍)」は、うるち米ともち米に粟、炒った大豆、粟、小豆を加えて、お茶で炊き上げた風味豊かなおこわです。電子レンジで簡単に解凍できるので、ご自宅ですべて好きな時に老舗の味を楽しめます。



店主イチオシ!

所 川崎区本町1-8-9

営 9:00～18:00 (日曜日・祝祭日は17:00まで)

休 元日



ホームページ

豊富な品ぞろえ～



農産物への深い愛情 消費者にも届け

宮前区犬蔵 横山 純子さん

季節に合わせてサツマイモやミカン、ブルーベリーなど年間約50品目を100㎡ほどの畑で栽培し、市内の飲食店や小売店に卸す横山純子さん。今号では、野菜や果物に深い愛情を込めて生産する横山さんにインタビューしていきます。

Q 就農したのはいつですか？

A 一番下の子が小学校に入学し、育児の負担が減った15年ほど前に就農しました。現在は夫と長男、次男の4人で生産に励んでいます。

Q 栽培方法にこだわりは？

A できるだけ自然に近い方法で栽培しています。除草剤を含む農薬を一切使わず手間暇掛け、肥料も米ぬかの他、落ち葉や果樹の枝を粉碎したものを畑に混ぜ込むなど、化学肥料に頼らない土作りを行っています。

Q 作業の中で大変なことは？

A 農薬を使わないため、病害虫の被害が出る場合があります。収量が減ったり、出荷できなくなったりすることもありますが、体に優しい野菜や果物を食べてもらいたいという思いで頑張っています。

Q 販路を見つけた方法は？

A 農家仲間に誘われて高津さんの市に参加したのをきっかけに、事業を営む多くの方から声

を掛けてもらいました。消費者に喜んでもらいたいという

思いで作った野菜や果物が、プロの料理人の手で、自分でも思いつかないメニューになるとうれしくなります。

Q どのような声が届きますか？

A 飲食店からは利用者の「優しい味がする」「素材本来の味がしておいしい」など、小売店からは「鮮度が良くとても評判が良い」などの声が届き家族と喜んでいます。

Q 今後の抱負を聞かせてください。

A 農産物を通じて生まれたコミュニティを大切に、「横山さんの作った野菜や果物を食べたなら笑顔になる」と言ってもらえる生産者を目指していきます。

取材を終えて

収穫を迎えた時に今までの苦労も報われると話す横山さん。取材中も笑顔の絶えない優しい雰囲気伝わってくる時間でした。

FARMER'S VOICE

何より食べることが好きで、おいしいと思った品目や品種を栽培しています。畑にあるプラムなどの花が香る中に行う農作業は、とても心が癒されます。これからも季節ごとに変わる畑の風景を楽しみながら家族と励んでいきます。



農作業 ノート

柿の整枝・剪定

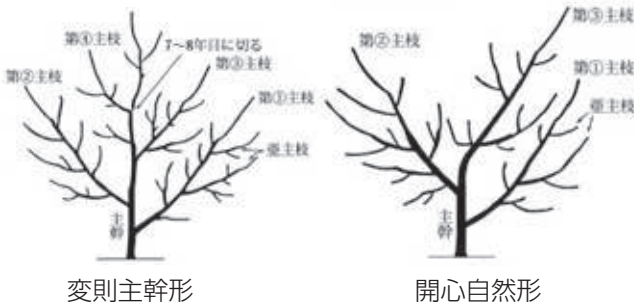


営農技術顧問 北見 丘

柿は適正な剪定を行わないと、樹高が高くなり十分な管理ができなくなってしまいます。冬季の整枝・剪定で管理しやすい樹形にしていきましょう。

苗木からの仕立て

柿は成木の仕立てとしては3本主枝の開心自然形が主流ですが、苗木の段階で樹勢が弱い場合は変則主幹形で樹を大きくしてから、順次切り下げて開心自然形に移行するとよいでしょう。



主枝は勢力を保つために斜め上の向きに伸ばし、結実の主体である垂主枝は主枝より横の方向に伸ばします。

既存樹の整枝・剪定

整枝剪定が不足している樹では、まず骨格枝の整理をしてどの枝にも光が当たるようにしましょう。骨格枝の整理(整枝)で問題となる枝は下記のとおりです。

<車枝>

同一箇所から複数の太枝を発生している状態をいい、中央の枝が負けてしまう場合が多いので、負ける前に一つに絞みましょう。

<逆行枝(内向枝)・直上枝(徒長枝)>

強大になりやすく、繁茂して日陰を作り、果実品質も劣る場合が多いので、最初に切る枝です。

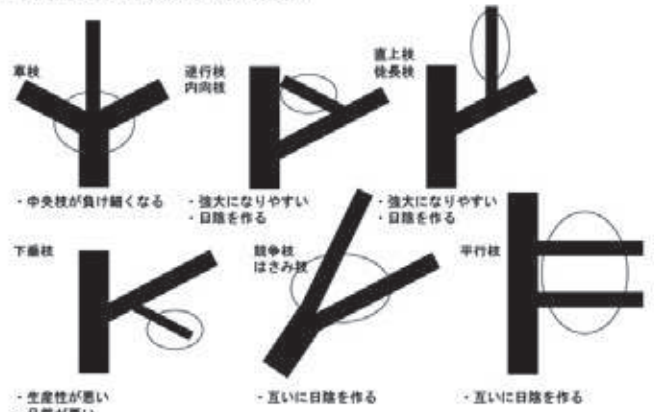
<下垂枝>

果実の品質が悪く、生産性も悪いので切りましょう。

<競争枝(はさみ枝)・平行枝>

互いに枝を伸ばしあい、挟まれた部分が暗くなって枯れるので、いずれかの枝を基部から切るか、切り詰めましょう。

■整枝上、問題となる枝(果樹共通)



これらの枝は1年で全てを行うのではなく、3年ほどかけて整理していき、開心自然形に近づけましょう。まず主枝・垂主枝候補を決め、順に剪定していきましょう。

高木化した樹の切り下げ

高木化してしまった樹は、横枝がある部分まで切り下げて低くします。一気に切り下げると樹勢が低下するので順次切り下げるようにしますが、切る主枝の側枝を減らし、残す主枝が切る主枝と同程度の太さになったら切るのが理想です。

柿の結果習性

柿は、剪定で残した枝から発生した新梢に花が咲きます。さらに先端部の充実した数芽しか花の咲く枝が出ないので、先端部は切ってはいけません(例外として花芽が付きすぎる早秋などは先端を切る場合があります)。理想的な枝は、昨年着果せず、夏枝も伸びていないもので、富有ならば30cm程度、次郎の系統は15~20cm程度、太秋の弱い枝は雄花が着生しますので30cm以上の強いものです。

先端部の方が充実した枝となるのですが、先端の枝を使っていくと骨格枝から遠ざかってしまいます。結実時に垂れ下がりますので、できるだけ骨格枝近くの充実した枝に切り戻すことが重要です。骨格枝から出た枝も使って枝を若返りさせましょう。

また、枝の伸び方を見て新梢発生時に重ならないように間隔を確保することも重要です。

<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
美濃口 薫	花卉・植木栽培指導、病害虫全般	月・木
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

思い立ったら 即行動！

幸区下平間 稲石 愛子さん



昔から「思い立ったら即行動」する性格で、興味を持ったことには何でもチャレンジしています。

営業事務の仕事を退職した21年前、友人や近所の方がジャズ体操に通っていることを知り、自身も興味を持ちました。ジャズ体操とは、音楽に合わせてリズムカルに体を動かす体操です。健康維持のために習い始めましたが、先生の「地域の人や子どもたちに残る公害のイメージを払拭したい」という思いに感銘を受け、より熱い気持ちでレッスンに励むようになりました。

所属する「レオターズ水曜会」では、例年秋ごろにとどろきアリーナで開催される「体操フェスティバル」での発表に向けて、週に一度練習に励んでいます。振り付けを間違えないよう踊るのは難しいですが、18人でフォーメーションを意識し、息を合わせて大会に



パンダの巻きずし

臨んでいます。20年来の仲間とのチームワークは抜群で、2021年には団体として出場30回の表彰も受けることができました。長く続けている分全員が年齢を重ねているため、メンバー同士で体を気遣いながら、これからも続けていくのが目標です。

また、11年前から新たに習い始めたのが太巻きずし作りです。季節のイベントに合わせてさまざまな柄の太巻きを家族に振る舞うのが恒例になっており、切るまでどのような出来か分からないドキドキを毎回楽しんでいきます。だて巻きや栗きんとんの作り方も指導してもらい、我が家のお正月はとて華やかです。娘がニュージラード在住なので、娘を通じて海外にも日本料理が伝わればうれしく思います。

これからも好きなことや興味のあることに挑戦する気持ちを大切に、日々を楽しんでいきたいです。

輝 plus ONE KAGAYAKI

幸区役所に展示されていた手芸作品に引かれ、「小倉の駅舎陽だまり」で行われる手芸教室に参加するようになりました。クラフトテープを使った作品作りが中心で、今までにバッグやコースターなど13点を作りました。孫に帽子を作った時は、喜ぶ顔を見ることができてうれしかったです。



健康だより

健康科学アドバイザー ● 福田 千晶

正月太りを解消したい

例年、年末年始はクリスマス会や忘年会、お正月など、飲んだり食べたりする機会が多いものです。おせち料理には野菜が多いですが、栗きんとんや煮物など糖分が入ったものもいろいろあります。お雑煮はお餅をついて食べ過ぎてしまうことも。しかもお正月は、来客のたびに飲食、家族でも家にいる時間はだらだら飲食、夜遅くまでの飲食になりがちで、飲み過ぎ食べ過ぎの原因になります。テレビを見ながらお菓子を食べたり、糖分入りの炭酸飲料などを飲むことが毎日の習慣になると摂取エネルギーは過多になります。

冬は屋外での作業や運動が減る家庭も多く、活動で消費するエネルギーは減少しがちです。摂取エネルギーが増え、消費エネルギーが減れば、残ったエネルギーは体内に脂肪として蓄えられ太るわけです。約7200kcalが余るとおよそ1kgの脂肪になります。1日240kcalずつ体内で余れば、1カ月後には体重が1kg増加、毎日480kcalずつ余れば、1カ月後には2kg増加する計算です。

正月太りを解消するには、食生活の見直し

から始めます。食事は規則正しく、夕食は早めの時間に食べ終えて、間食や夜食はやめましょう。

医療現場の保健指導でも使う表現ですが「三つのへあの取り過ぎ」に注意しましょう。

①アルコール ②甘いもの ③脂物。これらを取り過ぎない心がけが大切です。飲み物はノンカロリーのものだけにし、ヘルシーな果物も多く食べるようであれば甘いものとみません。脂物は、常温で固形のもの、特にバターや肉の脂身の取り過ぎを控えましょう。

運動は積雪などで屋外でのウォーキングができないときは、体育館での運動、家の中で階段昇降、できる場所を見つけて縄跳びをするなど工夫します。体力や年齢など個人差はありますが、1日10分間からでも体を動かしたいものです。食生活の改善も運動も継続が大切です。



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

「日本の食料自給率について」

食料自給率は、国内で消費される食料のうち、国内生産でどの程度賄えているかを示す指標です。日本の食料自給率が長期的に低下してきたのは、生産しやすい米の消費が低下し、飼料を海外依存している畜産物や、原料を海外依存している油脂類の消費量の増加が主な原因です。

【問題】

日本の食料自給率の説明で、正しいものは次のうちどれですか。

- ① カロリーベース総合食料自給率は、食料の重量を金額に換算して、国内で消費されている金額のうち、国内で生産されている金額の割合である。
- ② 2018年度の品目別自給率のうち、飼料自給率を考慮した場合の豚肉の自給率は48%であった。
- ③ 食料自給率(カロリーベース)は1965年には73%だったが、2000年以降は約40%前後で推移している。
- ④ 現行の食料・農業・農村基本計画において、食料自給率(カロリーベース)を2025年に55%にするとの目標が設定されている。

※解答は19ページにあります。

今号では、昨年の市内農業やJ Aに関わる出来事の中から選んだJ Aセレサ川崎の10大ニュースを紹介します。

【1位】J Aセレサ川崎創立25周年

平成9年に市内4J Aが合併してJ Aセレサ川崎が誕生し、昨年創立25周年を迎えました。25周年を記念したセレサひまわり会の集い(7月)、感謝の集い(9月～10月)、農業まつり(11月)をそれぞれ3年ぶりに開催し、多くの来場者にぎわいました。



【2位】業務効率化 店舗再編で貯金特化型店舗の営業開始

J Aでは、組合員や利用者へ効率的にサービス提供できる体制を構築するため、「店舗・ATM再編にかかる取組方針」を設定。7月に上作延支店と東柿生支店、10月にみなみ支店と小田支店、鹿島田支店が貯金特化型店舗として再スタートしました。

【3位】役員改選 新執行体制スタート

6月に行われた第25回通常総代会で新役員が選任され、理事や監事の他、関連会社の役員も改選されました。

【4位】肥料価格等高騰にセレサ独自支援

J Aは6月、国際情勢の影響による肥料価格高騰に対する独自支援策として組合員を対象に農業総合支援対策積立金を活用した「営農継続緊急支援」、12月には飼料価格高騰への対応として、畜産部加入者を対象とする「家畜農業経営支援」をそれぞれ実施しました。

さらに、行政が実施する「肥料価格高騰対策事業」の申請窓口となり、価格高騰への補助金申請を取りまとめ、県へ提出しました。

【5位】特定生産緑地指定申出95.2%達成

市は2月、特定生産緑地の移行について面積ベースで全国的に見ても高い95.2%の指定申出があったと発表しました。J Aと市は連携して情報共有した他、合同説明会や記入相談会を開き、多くの生産緑地所有者に丁寧に説明しました。

【6位】全農酪農経営体験発表会で審査員特別賞受賞

高津区で酪農を営まれている福田努さんが11月、第40回全農酪農経営体験発表会で「大都会のうしやさん 福田牧場ここにあり」と題して発表し、優秀賞とともに唯一の審査員特別賞受賞という快挙を成し遂げました。

【7位】百合丘支店を新百合丘支店に統合

百合丘支店が10月、店舗統合にあたり、およそ半世紀の歴史に幕を閉じました。最終営業日は、梶組合長らが支店を訪問し、職員に労いと新たな場所での活躍を願う言葉を送りました。

【8位】オリジナル商品「香辛子トマトみそ」新発売

J Aは5月、川崎生まれの香辛子と市内産トマトを原料とするオリジナル商品「香辛子トマトみそ」を発売。数日で300個以上売り上げ、好調なスタートを切りました。



【9位】役員支店巡回時に組合員との対話を実施

J Aでは、自己改革実践サイクルの一環として、組合員との対話を行っています。今後も地域の声を受け止め、組合員や利用者の暮らしを力強くサポートいたします。

【10位】第9次総合3か年計画スタート

セレサ川崎の10年後のめざす姿策定

J Aでは、第9次総合3か年計画を策定し、新たに「J Aセレサ川崎の10年後のめざす姿」として3本の柱を掲げ、都市農業振興と地域共生社会の実現に貢献していきます。

支店だより 鹿島田支店

所在地：川崎市幸区新塚越201
TEL：044-555-5150



鹿島田支店は、JR「鹿島田駅」の前にある商業施設内に構えています。周辺に農地はほとんどなく、住宅や商店が立ち並び近年人口が増加している地域です。

昨年10月に貯金特化型支店となり、職員数が減った分も全員で助け合う意識を持つようにしています。また、毎週月曜日を「お掃除DAY」として、営業時間終了後に全員で支店内外の美化を行っています。お客さまに気持ちよくご利用いただけるように、丁寧で確かな対応と風通しの良い職場作りに努めています。

Zoom up! ~窓口担当者は仲の良い先輩後輩~

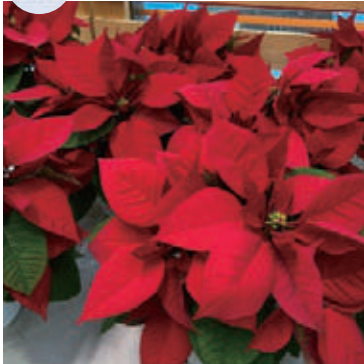
窓口担当者は2人で、お互いの業務を確認し合いながら正確な事務を心掛けています。提案した内容をお客さまにしっかりとご理解いただき、契約につながるよう分かりやすい説明を意識しています。若手職員が「分からない手続きがあっても、先輩が丁寧に指導してくださるので心強いです」と話すように、日ごろから仲が良くコミュニケーションを大切にしています。



先月Instagramに投稿した写真をご紹介します。



JAセレサ川崎



♡ Q ♡ 2022.12.2
市内にも、ポインセチアを作っている農家さんがいますよ。

セレサモス麻生店



♡ Q ♡ 2022.12.5
セレサモスで販売する花きと園芸品を使った寄せ植えの方法を紹介しています。

セレサモス宮前店



♡ Q ♡ 2022.12.3
ハクサイなどの冬野菜は、まだ暑い時期から農家さんが大切に育ててられています。



JAセレサ川崎



♡ Q ♡ 2022.12.21
ビーツは「飲む輸血」と呼ばれるほど栄養素が豊富な野菜です。

セレサモス麻生店



♡ Q ♡ 2022.12.11
旬を迎えた農産物が出荷されています。ぜひ午後からでもご来店ください。

セレサモス宮前店



♡ Q ♡ 2022.12.17
冬至が近づいてきましたね。お風呂に入れるユズのご用意をお忘れなく。

♡ 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



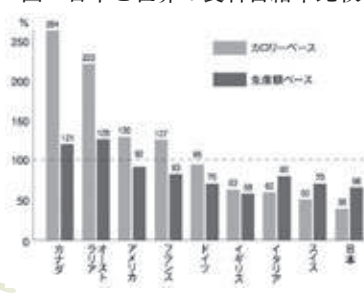
♡ Q ♡ セレサモス宮前店

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。

図 日本と世界の食料自給率比較



【資料】農林水産省ウェブサイト「食料自給率とは」
注1. 数値は暦年(日本のみ年度)。スイス(カロリーベース)及びイギリス(生産額ベース)については、各政府の公表値を掲載。
注2. 畜産物及び加工品については、輸入飼料及び輸入原料を考慮して計算。
『新版 日本の農と食を学ぶ 中級編』(16ページより)

【解答・解説】

正解は③です。
解説：総合食料自給率は、カロリーベースと生産額ベースの二つの表し方があります。日本で使うことの多いカロリーベースは、国民に供給される食料の重量を熱量(カロリー)に換算して、国民1人1日に供給される熱量全体のうち国産品で賄われている熱量の割合です。日本の食料自給率(カロリーベース)は、1965年の73%から大きく低下し、98年には40%となり、その後はほぼ横ばいで推移しており、食料・農業・農村基本法に基づく現行の基本計画において、2025年度にカロリーベースで45%にするとの目標が定められています。

アグリアカデミー
〜農業検定クイズ〜



皆さまのご感想を
お待ちしております。

素晴らしい取り組みですね

特集記事を読んで、地域農業振興計画の具体的な内容を知ることができました。中でも、中学校給食への市内産農産物提供の取り組みは素晴らしいですね。(麻生区・原木さん)

新鮮さと価格に感動!

セレサモスに立ち寄り、野菜や果物の新鮮さと価格に感動しました。また、スーパーでは見かけない品や地元で作られたお菓子なども並んでいて、見ているだけでも楽しいです。(宮前区・伊藤さん)

ろう者農業体験

J Aの農福連携事業の記事が印象に残りました。ろう者の方にとっても、きっと良い一日になりましたね。(高津区・エトウさん)

勉強になります

いつも楽しみに読んでいます。今号でも、地産地消の良さや農家さんの苦労が伝わってきてとても勉強になりました。これからもよろしくお願いします。(横浜市・重枝さん)

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。これからもご感想や身近な話題などをお待ちしております。(J A広報課)

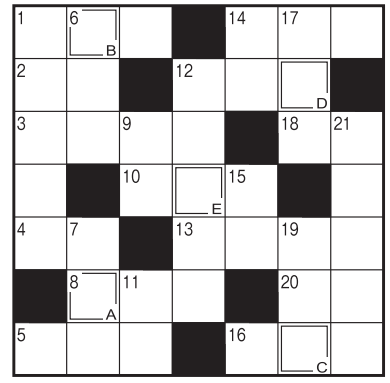
プレゼント付きアンケートで皆さまのご感想を募集しております。詳細は別紙案内はがきをご覧ください。
今月号の締め切り 令和5年2月17日(金) 当日必着

ヨコのカギ

- ① ウィンタースポーツの代表格
- ② 旧国名の1つ。現在の三重県の大部分
- ③ お吸い物などを入れる器
- ④ 鬼は外、福は〇〇
- ⑤ 掃除道具の1つ。魔女がまたがれば飛べるかも?
- ⑧ 車のフロントガラスに付くとギラギラして厄介です
- ⑩ 旅先で眺めることもあります
- ⑫ もむと温かくなるタイプもあります
- ⑬ 遅い時間まで寝ずにいること
- ⑭ 仁徳天皇陵もこの1つ
- ⑯ 水分補給に役立つ〇〇飲料は、電解質を加えてあります
- ⑰ 働き者だといわれる昆虫
- ⑱ 天ぶらを天〇〇に漬けて食べた

タテのカギ

- ① 2月の誕生石・アメジストは紫色の〇〇です
- ⑥ 刻みたばこを詰めて吸う道具
- ⑦ Lが大ならMは
- ⑨ こうなった〇〇を知りたいなあ
- ⑪ 暖炉にくべます
- ⑫ 3度の食事以外に食べるもの
- ⑭ バレンタインデーに実らせる人もいます
- ⑮ 囲碁や将棋の指し手の記録
- ⑰ 百貨店の〇〇ガイドで目当ての売り場を探した
- ⑲ 昆布と〇〇節でだしを取った
- ⑳ 例年2月4日ごろ。暦の上ではこの日から春です



クロスワードパズル

11月のこたえ

ユキアソビ

フ	ラ	イ	ド	チ	キ	ン
ユ	ー	ロ	ク	ヨ	シ	ク
ヤ	ド	ク	サ	キ	ヨ	ミ
ス	オ	ク	ソ	ン	ク	ウ
ミ	ク	レ	マ	リ	ア	ン
ナ	ビ	ゲ	ー	シ	ヨ	ン

2月の運勢 モナ・カサンドラ

♈ おひつじ座 3/21~4/19

【全体運】コミュニケーション運が回復。話し合う姿勢は幸運も呼び込みます。頼み事もすんなり引き受けてもらえそう

【健康運】テレビを見ながらストレッチが吉

【幸運の食べ物】キャベツ

♉ おうし座 4/20~5/20

【全体運】当てが外れる危険が。人に頼らず自己完結できるプランを組みましょう。下旬は好情報を手でできる予感あり

【健康運】おいしいものが癒やしに。美食を楽しんで

【幸運の食べ物】フキのとう

♊ ふたご座 5/21~6/21

【全体運】勢い余ってミスしても許してもらえそう。ポジティブなあなたの周りには味方が集まってきます。目標を伝えて

【健康運】良い汗をかいて体力アップ。体調も改善

【幸運の食べ物】小松菜

♋ かに座 6/22~7/22

【全体運】上昇運です。1つ1つ丁寧に進めていきましょう。足りないところは補ってもらえるはず。旅行計画にツキ

【健康運】ふくらはぎをモミモミしてむくみを解消

【幸運の食べ物】ワラビ

♌ しし座 7/23~8/22

【全体運】注目されやすいので身を律していきましょう。公平公正を心がけると良い方向へ。頼まれ事は引き受けると吉

【健康運】健康セミナーに参加すると得るものが大

【幸運の食べ物】ユリ根

♍ おとめ座 8/23~9/22

【全体運】うまくいかないことは時間と距離を置いて。今はこじらせないのが最善の方法です。経験者の話は参考にして◎

【健康運】頑張り過ぎは禁物。適宜休憩を入れて

【幸運の食べ物】ゴボウ

♎ てんびん座 9/23~10/23

【全体運】ゆっくりとこやかに話すのが成功の秘訣(ひけつ)。交渉事は反対意見を言わない方がうまくいきます

【健康運】人と一緒に運動するとしベルアップできます

【幸運の食べ物】セロリ

♏ さそり座 10/24~11/22

【全体運】部屋の中を整理整頓。居心地の良い空間をつくと滞っていたことが動きだします。家族で過ごす時間も大切に

【健康運】好きなスポーツを楽しんで。継続が大事

【幸運の食べ物】ダイコン

♐ いて座 11/23~12/21

【全体運】その場しのぎの発言は首を絞めそう。言い訳よりおわびと改善案が大事。冷静に対処すればピンチがチャンスに

【健康運】準備運動は念入りに。テーピングも◎

【幸運の食べ物】カラシナ

♑ やぎ座 12/22~1/19

【全体運】有言実行。口にしたことは実行する必要があります。慎重に発言しましょう。やったことへの評価は高めです

【健康運】早寝早起きで病知らず。朝食も大切に

【幸運の食べ物】セリ

♒ みずがめ座 1/20~2/18

【全体運】非常にパワフル。リーダーシップを発揮して称賛を浴びます。遅れが出そうな部分へのフォローはきめ細かに

【健康運】元気いっぱい。ハードなスポーツを楽しんで

【幸運の食べ物】キウイ

♓ うお座 2/19~3/20

【全体運】困り事は改善の兆し。周囲を巻き込んで皆で取り組みましょう。ギブ・アンド・テイクが成功のこつ

【健康運】保温効果の高い下着で寒さ対策を万全に

【幸運の食べ物】カリフラワー

果樹の管理方法学ぶ

農家の担い手支援の一環として、果樹栽培講習会を12月16日、市農業技術支援センターで開きました。

当日は柿・キウイフルーツ・ウメの3品種の栽培講習会を開催。午前中に行われた柿の講習会では15人が参加し、県農業技術センターの眞壁敏明主査が剪定する枝の特徴や樹木の状態に応じたアドバイスをしました。

眞壁主査は「樹木をよく観察し成長後イメージすることが大事。年々こつをつかんでもらいたい」と伝えました。



講習会の様子

芋づるリース作製 支店で配布

中原支店は12月5日、クリスマスリースの土台を配布しました。今回、初めての試みで例年行っている食農教育のサツマイモ掘りで出たつるを利用できないかと検討。「これからの時期にぴったりなクリスマスリースにしてみても」と指導担当者が考案し、窓口や渉外担当者からも作業に加わり、60個を完成させました。



クリスマスリースの土台を選ぶ来店客

当日は、支店内に見本のクリスマスリースを展示するとともに、土台を配布。来店客は「帰ってリボンなどで飾り付けるのが楽しみ」と笑顔で話しました。

果樹部講習会 スマート農業を学ぶ

果樹部は12月21日、本店で果樹部講習会を開き、部員や職員合わせて47人が参加しました。

前半は、明治大学の教授や県農業技術支援センターの研究者らが講師となり、スマート農業の現状や果樹研究分野における取り組みについて説明。後半は、講師と参加者のディスカッションの時間を設け、今後の活用方法などについて活発な意見を交わしました。

組織部の弓削田勝部長は「スマート農業について学ぶ良い機会となった。今後も明治大学や県、市と連携して取り組みを強化していきたい」と話しました。



熱心に講義を聞く参加者

地域の児童 支店を見学

小向支店は12月20日、地域貢献活動の一環として市立西御幸小学校の見学を受け入れました。

同校は、生活科の授業として「町たんけん」を行い、地域にある仕事を資料にまとめて発表する学習を計画。同支店にインタビューなど依頼しました。

当日は、同校2年生の児童7人と引率の保護者が支店を訪問。鈴木信夫支店長らが児童の「支店ではどのような仕事がありますか」などといった質問に丁寧に分かりやすく答えました。

鈴木支店長は「今回の地域と一体となった取り組みをきっかけに、JAをもっと知ってもらえたら」と話しました。



児童の質問に答える鈴木支店長(右)

知って納得！ 税金講座

医療費控除と感染症関連費用

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

その年中に支払った医療費が一定額を超えると、所得控除の一つ、医療費控除を受けることができます。対象となる医療費の要件は、①納税者が自己または自己と生計を一にする親族のために支払った医療費であること、②その年1月1日～12月31日までの間に支払った医療費であること(未払いの医療費は、実際に支払った年の医療費控除の対象)です。この医療費には、病院の診察代や薬局で処方された薬代だけではなく、町中にあるドラッグストアで購入した特定一般用医薬品も対象となるのでレシートを保管しておきましょう。ただし、新型コロナウイルスやインフルエンザの予防のためにドラッグストアなどで購入したマスクや消毒液は、医薬品ではないため、医療費控除の対象とはなりません。ワクチン接種費用も予防目的のため対象外です。また、併せて知



医療費控除

ておきたいのがPCR検査費用です。医師等の判断により行った場合には医療費控除の対象です。自己の判断により行った場合でも「陽性」で引き続き治療を行ったときは対象となりますが、それ以外のときには対象となりません。

計算方法は、支払った医療費-受取保険金等-(10万円または総所得金額×5%のいずれか少ない金額)=控除額(最高200万円)です。保険金などで補填(ほてん)される金額は、その給付の目的となった医療費を限度として差し引くので、引き切れなかった金額は他の医療費から差し引きません。

医療費控除を受けるためには所得税の確定申告を行い、医療費控除の明細書を添付(領収書の添付は必要なし)する必要があります。明細書作成の基となった医療費の領収書の原本は5年間保存してください。なお、2022年分の確定申告から申告書のA様式が廃止されます。B様式の申告書に統一されたため、A、Bという表記がなくなり「申告書」という表記になっていますのでお知りおきください。

【協議事項】

- ・野川支店大規模修繕工事について
- ・保守期限到来に伴うATMの更新について
- ・令和4年度仮決算監査意見書に対する回答書について

※上記3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13件の報告を行いました。

セレスのDATA (12月31日現在)

購買品取扱高	7億34百万円
販売品取扱高	8億71百万円
施設事業契約高	93億03百万円
貯金	1兆4,922億円
貸出金	5,759億円
長期共済保有高	1兆7,141億円
年金共済保有高	318億円
組合員数	68,133人
うち正組合員	5,232人
准組合員	62,901人

2月の経営相談会 (法律経営)

7日(火) 9:30~11:30 向丘支店
13:30~15:30 中原支店
14日(火) 13:30~15:30 みなみ支店
21日(火) 9:30~11:30 橘支店
13:30~15:30 中原支店
25日(土) 9:30~11:30 梶ヶ谷ビル
28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。

2月の営農相談コーナー

- 経済センター(宮前区有馬2-13-1)
1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)
- パーシモン(麻生区片平2-30-15)
7日(火)、14日(火)、21日(火)
時間 9:00~15:30
相談員 J A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
(貯金特化型店舗は、店舗により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
- 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)
- セレスモス麻生店・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。

セレスサービスのご案内

セレスサービス(株)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で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

危急のご連絡は24時間・年中無休

<http://ceresa-service.jp>

2月の年金無料相談会

2日(木) 菅支店
5日(日) 野川支店
9日(木) 宮前平支店
12日(日) 生田支店
18日(土) 新百合丘支店
19日(日) 柿生支店
21日(火) 小杉支店
25日(土) 千代ヶ丘支店
26日(日) 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。

2月の相続・遺言無料相談会

1日(水) 菅生支店
8日(水) 宮前平支店
15日(水) 久地駅前支店
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。
※ J A 神奈川県信連 信託代理店
J A セレス川崎 コンサルティング部
(TEL 044-863-6601)
当 J A が行う遺言信託代理業務は契約締結の媒介です。

セレスモス出張販売のご案内

セレス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、



セレスモス 出張販売 で 検索 Q



◀ J A セレス川崎 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



イチゴのプロフィール

【分類】バラ科オランダイチゴ属
 【原産地】北アメリカ、南アメリカ
 【おいしい時期(旬)】12～5月ごろ
 【主な栄養成分】ビタミンC、葉酸、ペクチン、キシリトール、アントシアニンなど

解説：KAORU

選び方

色鮮やかで、
へたの付近まで真っ赤

イチゴ特有の
甘い香り

粒々が赤色のものは
完熟していて甘い

粒々を覆うように赤色の果肉部分が盛り上がっている



へたが濃い緑色で
ピンと反り返っている

表面に細かい
産毛が立っていると新鮮

光沢と張りがある



楽しみ方・食べ方のコツ

生食で丸ごと

水や熱に弱いビタミンCを効率良く摂取できる



牛乳やヨーグルトなど、タンパク質と一緒に摂取することで美肌効果も♪

イチゴは先端部分が甘い



先端部から熟していくので、へた側を先に食べると最後により甘く感じられる

いろいろな食べ方

サラダ、ソースやドレッシング、ドリンク、スムージー、イチゴミルク、ジャム(酸味があるイチゴがお薦め)



イチゴのチカラ

ビタミンC

風邪予防、疲労回復、肌荒れ改善など

葉酸

ビタミンB群の一種。造血作用があり、貧血予防に効果的。特に妊娠中に必要といわれている

ペクチン

水溶性食物繊維の一種。腸内環境を改善して便秘解消や肥満予防にも効果的

かわいらしくて栄養満点

アントシアニン

ポリフェノールの一種。赤紫色の色素成分。目の働きを高め、眼精疲労予防に効果的

キシリトール

糖アルコールの一種。虫歯予防など、歯を健康に保つ効果も

イチゴ

～愛される赤い果実～

保存方法

冷蔵保存

ラップするか保存袋に入れて野菜室へ

水分があると傷みやすいので洗わずに保存



平らな保存容器にペーパータオルを敷き、購入時のパックから保存容器に入れ替えると比較的日持ちする

冷凍保存

長期保存にお勧め
水洗いしてへたを切り、傷んだ部分を取り除く



保存袋に入れて空気を抜き冷凍庫へ

ペーパータオルをのせてふたをして冷凍庫へ



砂糖をまぶして冷凍するとイチゴ同士がくっつきにくい。表面の傷みを防ぎ、乾燥や臭い移りも予防

少し解凍してそのままシャーベットやスムージーにもどうぞ!



ジャム作り

冷凍イチゴの方が短時間で滑らかに仕上がる



イチゴのいろいろ

日本のイチゴは海外でも人気!

5大品種



あまおう

福岡県で育成された品種。「赤い、丸い、大きい、うまい」の頭文字から名付けられた。高糖度で濃厚な味わい



とちおとめ

栃木県で誕生した日本を代表する品種。日本で最も生産量が多く、特に東日本で人気の糖度が高く、程よい酸味で、果汁も豊富。比較的日持ちが良い



紅ほっぺ

静岡県で誕生した品種。甘味と酸味のバランスが抜群の美しい紅色とほっぺが落ちるような食味が名の由来



さがほのか

佐賀県生まれの品種で、主に九州で栽培。酸味が穏やかで、甘味が強く、香りが良い



さちのか

農林水産省で育成され、長崎県や佐賀県の他、日本各地で栽培。食味のバランスが良く、香りも良い。果肉が堅めでしっかりしていて保存性も良好

白イチゴ

完熟しても赤くならない。「初恋の香り」「雪うさぎ」「淡雪」など



イチゴのヒミツ

歴史

石器時代
欧州、アジア一帯で野生のイチゴが食べられていた痕跡が遺跡から出土



旬

ハウス栽培
11月ごろから店頭へクリスマス向け



露地栽培物

4～6月ごろが旬



日本への伝来
江戸時代末期オランダ船によって観賞用として



明治時代以降栽培が始まる



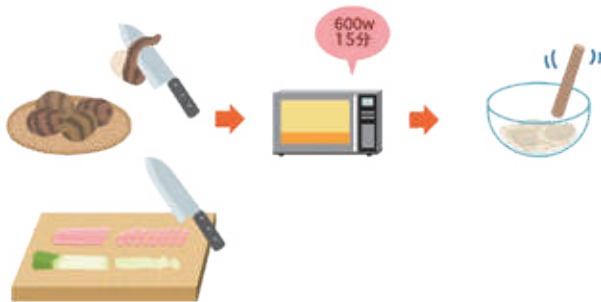
材料 (2人分)

- サトイモ…300g
- ベーコン…30g
- 長ネギ…1本
- サラダ油…適量
- ★塩…適量
- ★コショウ…適量
- ★みそ…小さじ1
- 小麦粉…適量
- パン粉…適量
- キャベツ(千切り)…1/6個
- レモン(くし切り)…1/3個

サトイモのコロッケ

作り方

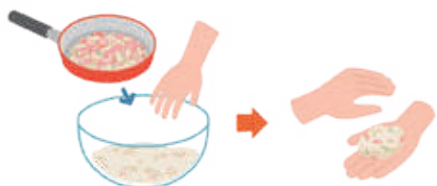
① サトイモは皮を剥き、電子レンジ(600w)で15分ほど加熱し、つぶしておく。ベーコンは5mm幅に切り、ネギは小口切りにする。



② フライパンにサラダ油を熱し、ベーコンとネギを炒め、★を加える。



③ サトイモに②を入れて、混ぜ合わせ、適度な形に丸める。



④ ③を水で溶かした小麦粉、パン粉の順に付ける。



⑤ サラダ油を180℃くらいに熱し、きつね色になるまで揚げたら皿に盛り、キャベツとレモンを添えて、できあがり。



ワンポイントアドバイス



多摩区登戸 吉田 真里子さん

卵を使わない揚げ方のコロッケです。隠し味にみそが入っているので、そのまま食べてもおいしいです。サトイモならではのもっちりとした食感が楽しめます。ご飯のおかずやお酒のおつまみにもなりますので、ぜひ作ってみてくださいね。