

# CERRESA

NO.163



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

東日本大震災で被害を受けられましたみなさまに、お見舞い申し上げます。  
JAセレサ川崎は被災地の一日も早い復旧、復興をお祈りいたします。

特集 セレサモス3周年

セレサ  
4

2011.April

静岡生まれの長谷さんが川崎に移り住んだのは終戦後のことです。自転車販売を経て昭和31年には京浜マツダ自動車(株)を設立し、経営者として腕を振りました。そうした

手腕を買われ、保護司や民生委員、町内会長など、様々な役職を引き受けてきました。

平成3年に仕事を引退した後は、防犯協会の会長に就任し、町の安全に力を注いできました。

「防犯の仕事に関わるようになってからは、仲間と町のパトロールなどに気を配るようになりました。警察署の方々のご指導もあり、おかげさまで地域の犯罪件数も改善が見られ、微力ながらも、地域の安全に役立ってよかったと思っています」と当時を振り返ります。

## ■ ひゅうまん

# 地域のために力を尽くす

川崎区浜町 長谷 廣茂さん

また、そうした地域活動に力を注いだことが評価され、県民功労賞や防犯栄誉金賞など様々な賞を受賞し、平成20年には藍綬褒章を受章しました。



「皆さんの力添えに助けられて、ここまでやってこれました。これからも地域の人たちのために精一杯頑張ろうと思っています」と心境を語ってくれました。



## contents

### 特集

セレサモス3周年	3
川崎探検隊 麻生区岡上を歩く	8
Pick Up	10
逸 48才で始めたスキー 宮前区 手塚 貢さん	14
パワー全開 高津区 森 大介さん	16
食&農 タケノコ	17
インフォメーション	22

## 今月の表紙

### 春の作付け準備

少雨で寒かった冬も終わりをづけ、本格的な花の時期を迎えた農地では、そこかしこで作付けの準備を進めています。

表紙は岡上の農地。菜の花畑を挟んで、12月の収穫に向けてゴボウの作付け準備を進める生産者です。市内のゴボウ生産量は少なく、セレサモスの年間売上額200万円の内、85%が仕入れ、地場産は15%にすぎません。

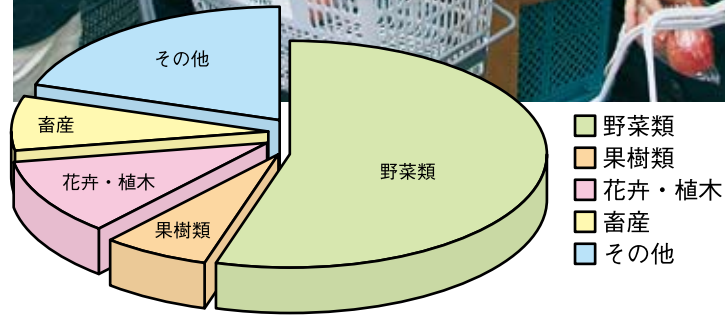


# セレサモス3周年



## 地域の期待に応えて 地場産品を増やそう

2008年4月にオープンして3周年を迎えたセレサモス。これまでを振り返って明らかになってきた特徴と傾向について、品目・月別売上額などの具体的な数字を読み取り、今後の作付け計画や新たな新品種への挑戦に、役立ててもらいたいと思います。



### 順調な売り上げ実績

セレサモスでは、平成22年度の売上計画目標5億2000万円を2月12日に早々と達成。順調に売り上げを伸ばしています。結果、3月末の22年度総売上額は5億8387万円となり、目標対比で12.3%の伸び率を示しました。22年度年間レジ客数は33万人を超過し、1日平均レジ客数は1070人、売上金額が187万円。1カ月の平均売上額は4865万円となりました。地場産農畜産物の売上額は4億円を超え、金額ベースでの地場産率は72.6%となり、県下でも屈指の地場産農畜産物の供給基地としての役割を担っています。

平成22年度セレサモス実績表

営業日数 (日)	311
レジ客数 (人)	332,882
オープンからの累積レジ客数(人)	889,985
売上金額 (千円)	583,867
地場産売上 (千円)	424,082
地場産割合 (%)	72.6

品目別売上額一覧表(千円)

品目	地場産	仕入
トマト	36,802	5,596
	42,398	
キュウリ	17,437	1,152
	18,589	
ナス	12,439	921
	13,360	
キャベツ	9,235	1,478
	10,713	
タマネギ	7,474	876
	8,350	
ニンジン	7,392	1,203
	8,595	
根ショウガ	250	2,122
	2,372	
レタス	1,838	1,336
	3,174	
ゴボウ	287	1,622
	1,909	
ニラ	913	689
	1,602	
アスパラガス	49	1,221
	1,270	

さらに、23年度から売場面積の拡張工事が始まり、約83平方メートルが増える予定です。現在、床面積1平方メートル当たりの年間売上額が約100万円の実績あるセサモスですから、年間8300万円の売り上げ増が期待できることとなります。出荷登録されている組合員にとっては、作付け面積を増やし、農地の効率利用がはかれることとなります。

### 地場産率を高めよう

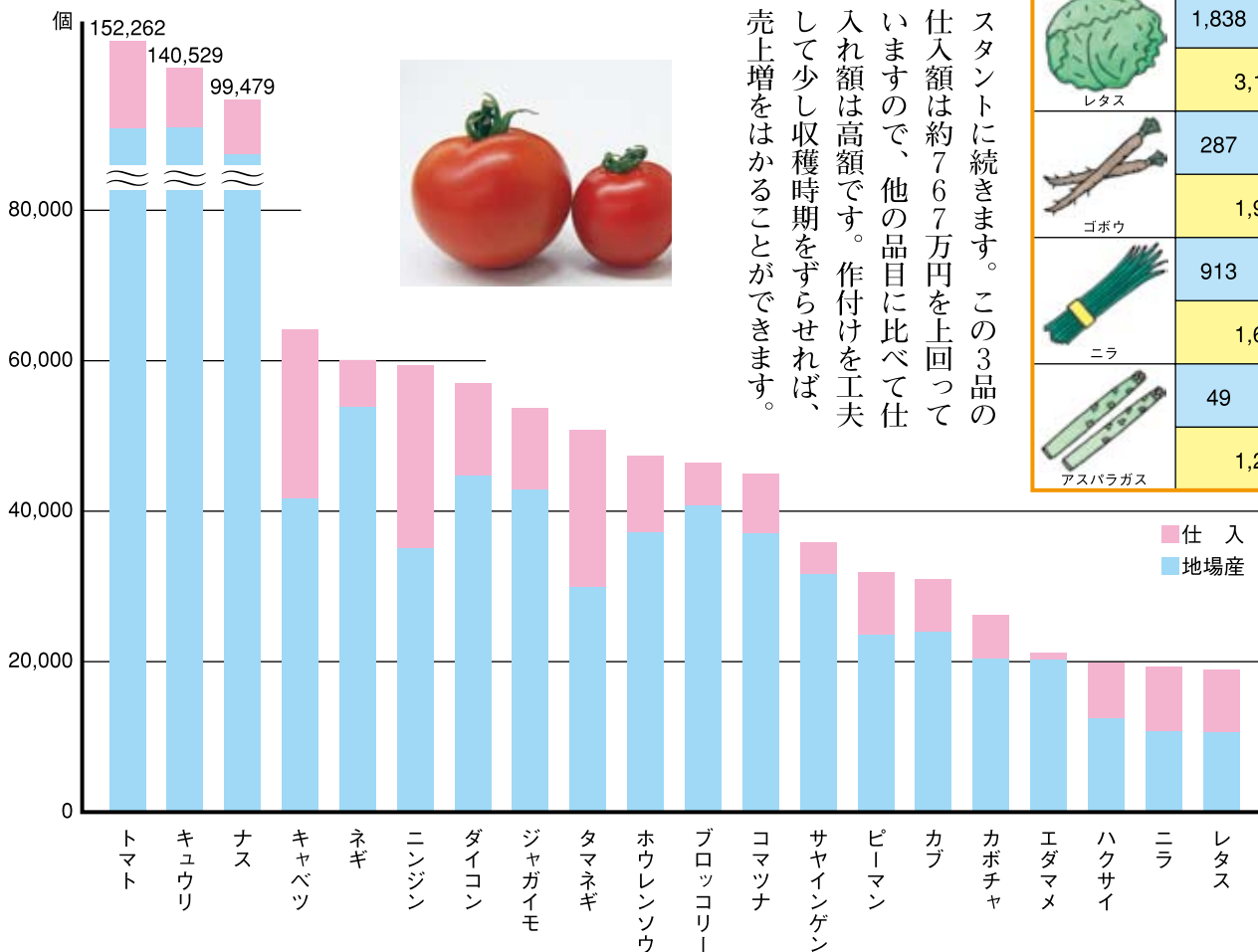
品目別に売上額をみると、数量と売上額ともに多いのがトマトです。年間4240万円の売り上げがあり、直売所に欠かすことのできない1品です。需要がピークを迎えた後の8月・9月・10月には、地場産の出荷量が減少するため、地場産だけでは需要に応えられなくなり、大量に仕入れる結



果となっています。

次に、数量と売上額が多いのがキュウリとナス。キュウリの売上額が1859万円。ナスの売上額が1336万円。この3品の年間売上額が7435万円。野菜類売上額の23.0%を占めています。出荷が減少して、仕入れが増える時期は、キュウリが2月・3月・4月、ナスは5月・6月が増えます。地場産の収穫期がピークを過ぎたのが原因ですが、需要はコン

スタントに続きます。この3品の仕入額は約767万円を上回っていますので、他の品目に比べて仕入れ額は高額です。作付けを工夫して少し収穫時期をずらせれば、売上増をはかることができます。



## 仕入上位金額一覧表

品目	仕入金額(円)
トマト	5,596,000
キュウリ	1,152,000
ナス	921,000
キャベツ	1,478,000
タマネギ	876,000
ニンジン	1,203,000
根ショウガ	2,122,000
レタス	1,336,000
ゴボウ	1,622,000
ニラ	689,000
アスパラガス	1,221,000

## 仕入額から探る新作付品種

野菜類だけの売上額は3億2300万円。その内で地場産率は79・5%。残り20・5%が仕入れということですから、野菜類の仕入総額は6620万円に達しています。仕入品の全てを地場産品に置き換えることは出来ませんが、地場産率を高めることが、生産者の売上を高める方法として大切になります。仕入品の中で仕入額が高い品目には、トマトやキュウリ、ナスをあげることができますが、その他には、ニラやレタス、根ショウガやゴボウ、アスパラガスなどが有望視されます。今後、こうした作物を作付けしていくことで、地場産比率を高めることができ、出荷



者の売り上げ増が期待できます。

## 売場スペースの増設 駐車台数を100台

セラサモスでは、交通渋滞解消と黒川農業公園構想の中核を担う店舗として、売場スペースの増設と駐車場を40台増やす拡張工事を開始しました。

これにより、現行の60台から40台増やして、駐車スペースを100

0台にすることで、交通渋滞解消に向けて、抜本的な解決策に着手しました。  
また、売場と隣接する事務所部分を改装して、売場スペースに転用。新たに事務所棟を現在の建物に増設して、事務室や書庫、農業情報センターを設置する計画です。工事は3月から1年間の工期期間を設け、休業することなく行う予定。この売場拡充により、川崎市内の地産地消の拠点として更に注目されることとなります。



セラサモス駐車場から見た建設地



2008年4月にグランドオープンしたセレサモス。新鮮で安全・安心な市内産農畜産物を求めて、大勢の消費者が来場。川崎市の地産地消の拠点と市民に愛されています



出荷者交流会で研修する生産者



## 3周年を迎えますます便利に



オープンして4か月で来場者10万人を達成。2010年1月には50万人、今年7月には100万人の来場者達成が期待できます

消費者の要望に応えたいと、セレサモスでは、4月からJ Aカードの利用ができるようになりました。店内でJ Aカードの申し込みは行っていないませんが、お近くのJ A窓口で手続きができます。

また、駐車場の増設で、いつでもスムーズに来店でき、広くて明るい売り場スペースが、楽しい買い物約束してくれます。

3周年を迎えたフェアは4月29日と30日、5月1日の3日間開催します。2周年に増して活気のある催しにしたいと張り切っています。市内の地産地消の拠点として、更なる飛躍に向けて歩んでまいりますので、ご期待ください。

また、駐車場の増設で、いつでもスムーズに来店でき、広くて明るい売り場スペースが、楽しい買物を約束してくれます。



その日に収穫したものを出荷して、新鮮な地産農畜産物を提供しています



周年フェアも毎年盛大になり、産地間提携先のJ A氷見市や川崎名産品などを揃えて、楽しいイベントを行っています。3周年フェアは4月29・30日・5月1日の3日間開催します



併設する農業情報センターで地産野菜を使った料理講習会も盛んに行われています

### 3周年フェア イベント開催内容

イベント名	29日(金)	30日(土)	1日(日)
J A氷見市特産物販売	←→		
川崎名産品販売	←→		
足柄茶つめ放題販売		←→	
やまゆりポーク試販販売会			←→

←→実施日

## 職員160人に異動発令、新採用者50人

定例の人事異動が3月25日付けで行われ、職員160人に異動辞令を発令、女性支店長と店長が誕生しました。新採用職員は50人。一部機構改革が行われ人事教育課と給与厚生課が新設されました。

7ページ目は都合により割愛させていただきます。



①スタートは鶴川駅。ゴールまで約1時間のコースです



⑦長い参道が趣のある岡上神社



⑥営農団地周辺の農地には四季折々に花を咲かせる野菜や果樹がいっぱいです



⑧東光院宝積寺 寺の縁起では天平時代に行基菩薩が開基したと伝えられています。江戸時代に作られた風格ある仁王門が訪れる人を圧倒します

今回の探検の出発地は小田急線鶴川駅(写真①)。駅北口を降りて、駅前ロータリーに接した小さな広場を通り抜け、踏切を渡って南へ向かいます。踏切を過ぎるとすぐに鶴見川にかかる川井田人道橋が見えてきます。その小さな橋を渡ると東京都から川崎市になります。春風に誘われて今日はどんな景色に会えるかな。岡上に入って最初に目に付くのは、テント張りの岡上直売会の野菜直売所。岡上地区で収穫された新鮮な野菜が売られています。でも残念。この日はお休みでした。直売所は毎週月・水・土曜の1時から5時頃まで販売とのこと。また来ようかな。

さて道はちよつと広めの道路に合流。今回の探検コースは右に曲がります。少し進むと左に広い上り坂があり、坂の途中に、緑の植物に覆われた斜面が見えます。これは庭の植え込みなどによく使われる多年草、リュウノヒゲ。コースはその斜面に沿った小道(写真②)を進みます。緑が鮮やか、気持ちも弾みます。小道を抜けるとそこは小さなY字路。お地藏様と小さな藁屋根で覆われた丸い石があります。それはセーノカミと呼ばれる神様(写真③)です。セーノカミを過ぎるとすぐに急な坂道にでます。

岡上は明治時代以前は岡上と呼ばれ、岡を登って行く所と言う意味だそう、確かに坂が多い。でも坂の上は視界の開けた稜線上の道。この日は快晴。ちよつとコースを外れて丹沢方面の眺めを満喫してみました(写真④)。畑に沿って丘を下るところは岡上営農団地(写真⑤)。訪れた日は満開の菜の花が歓迎してくれました(写真⑥)。菜の花を横に見て、また丘の上へ。目の前に丸山のこんもりした森を見つづ、長い参道を登り岡上神社へ参拝します(写真⑦)。ここから先はほぼ下り道。今では珍しい駐在所を過ぎると鬱蒼とした森が目につきます。そこが今回の最終目的地、東光院宝積寺(写真⑧)。平安時代の兜跋毘沙門天立像が、市の重要歴史記念物に指定されています。迫力ある仁王門の仁王様に挨拶したところで、歴史と自然を満喫した、今回の岡上の探検を終えました。





⑤ 岡上宮農団地  
都市化が進んで行く中で農業を守るために、農地の拡大と効率化を目指して昭和60年に完成しました



③ セーノカミ(塞の神)  
村に災いが進入するのを防ぐ頭頂部丸く見えるのは、古い五輪塔の頭頂部(宝珠)で、これはセーノカミの石です。かつては市内の多くの地域で小正月の時に、セーノカミの石をどんと焼きの火にくべてお祓いをした事から、どんと焼きのこともセーノカミと呼びます

## 消費者の会 料理教室 野菜の上手な使い方

川崎市消費者の会では3月8日、「ふるさとの生活技術指導士の会」のメンバーを講師に、中原市民館で料理教室を開き、地元野菜の上手な使い方を学びました。

料理教室には消費者23人が参加。指導を担当したのは同会の森ユキ工さん、梶美恵子さん、越畑隆子さんの3人。作り方と料理のポイントを説明後、6班に分かれキャベツとホタテのほっぼりうま煮など5品に挑戦。野菜を余すことなく使いきり、伝統の味を楽しみました。参加者は「地元の農業や伝統の味を理解することは大切」と話しながら、料理に熱中していました。



ベテラン主婦に伝統の味を教える

## 青壮年部リーダー フォーラム 新入職員の農業体験を受け入れ

青壮年部リーダーフォーラムが3月3日、高津支店で行われ、青壮年部役員と役職員が、農業実習や農政活動などについて議論を重ねました。

参加したのは、青壮年部の正副委員長と各支部長、高桑組合長と柴原副組合長、役職員など28人。

22年度の食育事業「新採用職員農業体験実習」の経過報告があり、体験した職員からは「土づくりから収穫まで、農業の大変さ、大切さを実感した」との意見が多く寄せられました。

続いて意見交換が行われ、22年度の成果を踏まえ、23年度の農業体験実習は、畑から食卓までに体験幅を広げて実施していきたいとの意見が出されました。また、協同活動に動員される回数について意見が交換されました。このほか、経済センターの農業資材はインターネット注文できるようにしてもらいたいなどの要望に、高桑組合長が丁寧に応えていました。



青壮年部の研修への事務局同行改善や農業回収の会場を増やせないかなど、さまざまな意見が出されました

## 支援の輪広がる



阿部市長に義援金を渡す高桑組合長

J Aでは東日本大震災の被災地復興や被災者の支援に役立てたいと、義援金1,000万円を日本赤十字社を通じて被災地に送りました。

義援金は高桑組合長と柴原副組合長、原副組合長が揃って、日本赤十字社の川崎本部長を務める阿部孝夫川崎市市長を訪ね、目録を手

渡しました。この義援金は震災後に自粛した共済契約者奨励行事などの費用を、利用者の理解を得て送ったものです。

また、目的別組織の宮前三行会では新聞社を通じ義援金10万円を送るなど、被災地へ支援の輪が広がっています。

### 東日本大震災 さまざまな混乱を乗り越えて

強大地震と津波の被害で大混乱を続ける東日本。JAでは、大規模災害対策本部を早い時期から設置して対策に乗りだし、計画停電のスケジュールに合わせた業務体制や営業時間、ATM稼働時間など、地域経済と歩調を合わせて、慎重に対応を進めています。また、甚大な被害を受けた被災地の復興や被災者の支援についても方針を決め、全店舗で募金活動を展開中です。



計画停電で止まった信号機。歩行者も車も左右を確認して慎重に対応しています(幸区の南加瀬交差点)



ガソリンを求めて何百もの車の列ができる給油待ち渋滞



大震災の影響で流通が大混乱。ガソリンや紙類などの生活必需品が逼迫する中で、セレスモスの店内は地場産農産物で溢れていました。これは、生産者が率先して出荷を支え、安定供給に協力してくれたおかげで、消費者に安心を届けられました



計画停電がスケジュールどおりに実行されるようになってからは、トマトハウスのマイコンの再設定や停電時のハウスの開閉など、停電に伴う作業の対応に追われている松井秋彦さん。温室ハウスの燃料の心配がなかったのが「助かった」。被災地の早い復興を祈念していると、心配そうに話してくれました



生産地の被害と流通の混乱で、市内産たまごの需要が高まり、生産者直営の自販機が空の状態が続いています。また、祝事の延期や中止で、切花や枝物の需要が低迷しています



大震災で被災した地域の復興と、被災者の支援に向けて、いち早く全店舗と関連施設を含めて募金箱を設置、支援活動を開始しました

#### 節電対策による営業時間

- 窓口  
9:00～15:00
- ATM  
平日 8:00～17:00  
土日祝日 9:00～17:00
- セレスモス(当面の間)  
10:00～17:00



計画停電に伴って、停電該当店舗では一時閉店を行いました。来店者は「停電が解除されたらまた来ます」と理解があって、混乱もなく停電スケジュールに対応しています

## 准組合員の集い 昨年を上回る人気

22年度「准組合員の集い」が3月1日から11日まで、2会場で12回公演が行われ、6,400人を超える来場者が事業報告と歌謡ショーを楽しみました。

今回は、昨年利用した多摩市民館が改築計画により利用できず、会場をエポックなかはらと高津市民館2会場に限定して、公演が行われました。

各会場では主要事業の進捗状況が報告され、経営の健全性・信頼性が示されました。

お楽しみのアトラクションは、東京助さんの司会で、渋谷慶太さんのマジックショーと、「あずさ2号」などのヒット曲でお馴染みの「狩人」による歌謡ショーを楽しみました。



ヒット曲を熱唱する「狩人」

## 女性部連絡協議会大会 笑顔のもとに仲間が集まる

第14回女性部連絡協議会大会が3月4日、本店セレスホール飛翔で行われ、来年度の活動方針の申し合わせが承認されました。

大会には、部員と役職員合わせて約580人が参加。森田恵子会長は「22年度は支部活動を中心に、女性部ならではの活動を展開してきました。今後も引き続き取り組んでいきたい」とあいさつしました。

続いて、今年度の活動報告が行われた後、県女性協が決議した「あなたが主役・参加から参画へ～多くの仲間づくりに向けて～」の2年目を迎え、多様な仲間作り・健康管理増進活動・地域に貢献する活動などに積極的に取り組むことを確認しました。

大会後は、落語家の林家たい平氏による「笑顔のもとに笑顔が集まる」と題した記念講演が行われ、笑顔の大切さを自分の体験談を交えて講演しました。



あいさつする  
森田会長

結束を深めた大会でした



記念講演する林家たい平氏

## イベント募金の総額を寄付



購入した福祉車両をお披露目する

JA主催の各イベントで呼びかけた22年度の福祉募金の総額2,859,810円を3月23日、川崎市と7区の社会福祉協議会に寄贈しました。

お寄せいただいた、みなさまの善意は、川崎市社会福祉協議会の基金として、市内の福祉活動の振興と向上に活用されます。ご支援

いただき感謝いたします。

また、2月17日には今まで寄贈した福祉募金のうちから、社会福祉協議会の事務活動に必要な軽自動車を購入。JA本店でお披露目が行われました。23年度も各イベント会場で募金活動を行ってまいりますので、ご協力をお願いいたします。

## 避難生活に炊き出しで元気を

東日本大震災で一時避難してきた人たちに、JAが3月25日、地場産野菜を使った炊き出しで元気を届けました。

一時避難してきたのは、福島原子力発電所の事故で避難してきた34世帯110人。中原区のとどろきアリーナのサブ施設で避難生活を始めました。

22日に阿部孝夫川崎市長が慰問訪問した際に「インスタント食品だけでなく、野菜が食べたい」との要望があり、JAが対応を検討して、少しでも元気になってもらいたい

と協力したものです。

炊き出しには、職員の他に女性理事3人も加わり、献立に地場産野菜をいっぱい入れた豚汁をメインに、肉じゃがとほうれん草のおひたし、ポテトサラダ、おにぎりが提供されました。14日ぶりに味わった家庭の味に「みんな美味しい」と笑顔を見せていました。

参加した井田友子理事と清水カツ子理事、吉澤ハツ江理事は「笑顔が見れて良かった。元気を出して頑張ってください」と声を掛けていました。



「頑張って」と声をかける女性理事



中原支店の調理室で準備しました

## 機関誌セレサ県下1位

機関誌セレサが県下JA機関誌コンクールで最優秀賞を獲得。審査委員全員が「納得のいく仕上がり」と評価しました。

県下では、14JAが冊子タイプや新聞のようなタブロイド版で広報誌を発行しています。コンクールには13JAが参加。企画内容、表現技術、写真など総合的に評価したものです。



最優秀賞に輝いた機関誌セレサ

## 名古屋重雄さんの受章を祝う

名古屋重雄さんの大日本農会「緑白綬有功章」の受章を祝う会が、3月8日にセレサホール飛翔で行われ、大勢の関係者が受章を祝いました。

大日本農会「緑白綬有功章」は農業の振興発展に功績のあった方に送られるもので、明治27年に制定された権威ある章です。

席上、名古屋さんは「この感動を忘れず、今後も精進していきたい」とあいさつしました。



受章のあいさつをする名古屋重雄さん

お詫びと訂正

本誌162号13頁の記事の中で、入賞者のお名前が都倉俊信さんとあるのは誤りで、正しくは都倉敏信さんです。お詫びして訂正します。



# 逸

ITSU  
私の好きなこと

## 48才で始めたスキー

手塚さんが初めてスキーに出かけたのは48才になってからのこと。若い人たちに誘われて万座温泉に行ったときに、スキーを借りて滑ったのが最初の体験でした。「初めてのスキーで、スキー学校に入り、ボーゲンが簡単にできたのが面白く、以来毎年スキーに出かけるようになりました」。

よく行くスキー場は、長野の木曾御嶽山と奥志賀、群馬の尾瀬岩鞍など。時には富良野やニセコなど北海道にも足を伸ばします。「数人の仲間と行くことが多いです」。



すが、一人で行くときもあります。尾瀬岩鞍などは車で行けばすぐですよ」と話し、78才とは思えないバイタリティーを見せています。

尾瀬岩鞍スキー場の国体コースも難なく滑り切る手塚さんですが、最近はあまりスピードにはこだわらず、景色を楽しみながら滑っています。「スキー場も高齢者が多くなりました。80過ぎの人と一緒に滑ったこともあります。自分も80過ぎまで滑っていたらと思っています」と、これからもスキーを続ける気持ちで溢れています。

### PROFILE

昭和8年生まれ。野菜農家を経て花き農家へ転身。趣味のスキーは、1シーズンに最低2回、多い時には10回は出かける。



宮前区野川  
手塚 貢さん

〜安らぎの杜を訪ねて〜  
 まちの鎮守

# 日ノ出巖島神社

海苔養殖の  
 守り神として信仰



所在地 川崎区日ノ出2-6-3  
 創建年代 不詳  
いちきしまひめのかみ  
 祭神 市寸島比売神  
 例大祭 10月28日近くの日曜  
 交通 京急大師線小島新田駅  
 より徒歩15分

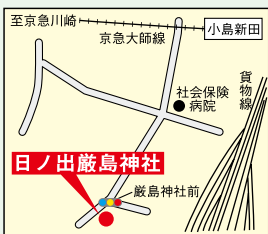
神奈川県神社庁に登録されている神社を紹介しています。



古くから川崎区出来野の弁天様として知られる日ノ出巖島神社は、海苔養殖の守護神として永く信仰されてきました。かつては鳥居の前に水路があり、毎年海苔漁師による大がかりな水神祭りが行われていたそうです。

その後、海苔漁の衰退と共に弁天信仰も薄らいで行きましたが、現在は地域の氏神様として例大祭も大いに賑わいを見せています。

境内の庚申塔は、体の悪いところと庚申様と同じ場所を塩でこすると良くなる  
 と言われた時代があり、今では形がすっかり摩耗しています。

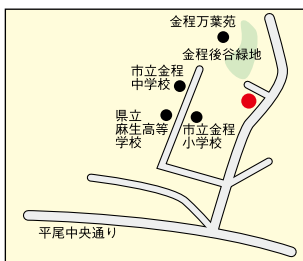


## がんばる都市農業

麻生区金程 伊藤 實さん

自宅脇のガレージを改装した直売所には、最低でも12種類以上の荷が並びます。この時期でも、ハクサイやホウレンソウ、カリフラワー、ブロッコリーなど、代表野菜が棚を賑わっています。開店時間と同時に常連さんが訪れ、1時間ほどで完売してしまう人気です。これから夏にかけて、伊藤さん自慢の「トマト」が出回り、トウモロコシと合わせて、店は更に活気づきます。

野菜の他に、柿やミカンなどの果樹も栽培していて、新品種の導入にも力を入れています。全生産量の40%はセレスモスにも出荷中です。



販売方法：自宅脇での対面販売  
 販売日：水・土曜日の昼頃から1時間程度  
 単価：対面販売なので、市場価格に合わせている



物心つく頃にはすでに農家を継ぐ気持ちになっていった森さん。かながわ農業アカデミーに進み、卒業後すぐに父親に教わりながら農作業に従事しました。

就農と同時にJAの青壮年部や、川崎市農業青年協議会に加わり、そうした仲間からのアドバイスが、その後森さんの大きな力となりました。最近では栽培に独自の工夫も加え、エダメなどは収穫時期を最盛期からずらすため、蒔く時期を早めと遅め

## 『顧客の声を直売に生かす』

高津区久末 森 大介 さん

に分けています。

就農して5年目には自宅直売も始め、それまでの市場出し中心から方向転換。さらにセレサモスにも出荷するようになりました。

「直売を始めてからロマネスコやト

森さんの奥様架奈子さんから一言いただきました。

いつもお仕事ご苦労様です。子どもの手がかからなくなったら、一緒に畑仕事をしましょう。そのうち二人で旅行にでも行けたらいいですね。

マトベリーなど、10種類ほど作付けを増やしました。まだ具体化はしていませんが、これからは外来の野菜をもっと増やしていきたい」とこれからの抱負を語っています。

「直売所へ来るお客さんの声は大事ですね。サトイモなどは、顧客の要望で取り扱いました。スーパリーの野菜売り場の動向も常に気にしていますよ」と顧客のニーズに応えるための努力を欠かしません。

「直売所の前は通学路なので、お子さんを連れた若い奥さんが口コミで良く買いに来ます」と話し、地元野菜を揃えた直売所の人気が高まっていることを実感しています。

2年前までは川崎市農業青年協議会の会長を務め、一般市民の農業体験などに積極的に協力してきました。就農して10年。農業の面白さを今一番実感していると言います。

「困っていたときは、青壮年部や協議会の仲間がいつも助けてくれました。本当に感謝しています。これからは力になれることがあれば、いつでも言うってください」と、仲間への感謝の気持ちを話しています。





イネ科の植物。タケノコは下になるほど堅く、えぐみが少なくなっていく特性から、穂先は、汁物や和え物に。中央部は、大きめに切って煮物、揚げ物に。根本は、煮物、炒め物、タケノコご飯に、と用途別に幅広く活用することができる。購入時は、皮にツヤがありずっしり重いものがオススメ。生のままだとアクが回り、えぐみが増すので、購入後は早めに茹で水に浸して冷蔵庫で保存。毎日水を替えれば約1週間保存可能です。

春の訪れとともに土からひょっこりと顔をだすタケノコは、独特の風味と食感が人気を集める春の代表的な野菜です。タケノコを食用とするのは、中国と日本のみで、日本料理には欠かせない食材となっています。

竹は無性繁殖するため、竹自体の種類は多いですが、タケノコとして食用とされるものは数種類ほど。その中でもっとも有名なものは、孟宗竹<sup>モウソウチク</sup>と呼ばれるものです。これは、タケノコの中でも大形で肉厚、やわらかいのが特徴で、1400年頃に中国から日本に伝わったと言われています。そんなタケノコは、90%が水分で、整腸効果のある食物繊維、体内の塩分と一緒に排出するカリウムなどが含まれています。

また、タケノコを茹でる時に出てくる白い点々は、チロシンといい、新陳代謝を上げ、脳を活性化する効果が期待できます。

「タケノコのようにすくすく成長してね」という言葉は良く聞きますが、タケノコの成長は早く、1日に1m以上も伸びる種類があり、また土に出てから10日で竹に成長すると言われています。このように、成長が早く旬の時期が比較的短いので、出回りの多い時期に、ぜひ春の味覚をお楽しみください。

## タケノコの彩りサラダ

【材料・約2人分】

- タケノコ(水煮)…200<sup>グラム</sup>
- アスパラ…3本
- プチトマト…6個
- 水菜…1/2束
- 【ドレッシング】
- オリーブオイル…大1
- 醤油…大2
- 酢…大2
- 塩・コショウ…適量
- 白ごま…適量

【作り方】

- ①タケノコは縦に薄切りに、アスパラははかま(茎に付いている三角形のもの)を取り、2<sup>センチ</sup>幅で斜めにカットして茹でる。プチトマトは縦半分カット、水菜は5<sup>センチ</sup>幅にカットして水で洗う。
- ②ボウルにドレッシングの分量を混ぜ、そこに野菜を加える。お皿に盛り付けて、白ごまをふりかけて出来上がり。



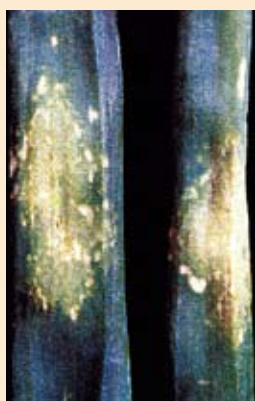
## 昨年被害が多発したタマネギベと病の防除

昨年は、4月中旬からタマネギベと病が大発生しました。防除が手遅れになったほ場では、葉が枯死し、玉が肥大不良の被害を受けました。



### ○被害の様子

主に葉に発生する病気です。葉に長い楕円形、または紡錘形の黄白色で大型の病斑(写真1)ができ、やがて病斑上には、暗紫色のカビ(写真2)が生じます。病斑ができた葉は、その部分から折れて枯死(写真3)してきます。また、発病が急激な時には、葉が熱湯をかけたような状態になります。さらに病状が進むと被害株は淡黄色になり、その後しおれて株全体が枯死します。



◀写真1



◀写真2



◀写真3

### ○病原菌の性質

ネギ、ワケギにも発生しますが、ニラ、ラッキョウには発病しません。気温が15℃前後で、雨が多い条件では発病が多くなります。したがって、4月中下旬～5月上旬に雲雨天が続くような時には大発生します。

葉に寄生して越冬した病原菌は、翌春に孢子(病気の種)を形成して伝染が始まります。感染後、5～10日で発病し、病斑部に次々と孢子を作って飛散、蔓延します。

その後、5月中旬以降、気温が高くなってくると発病の進行は停止します。

### ○防除対策

発病初期からの殺菌剤散布による防除が効果的です。散布液には、展着剤を必ず加用します。同じ薬剤を使用しないでいずれか2剤を交互に使用します。

防除薬剤 ●ダコニール1000 1000倍

◎リドミルM Z水和剤 500倍

◎ランマンフロアブル 2000倍

(●予防効果、◎予防と治療効果)

\* J A 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、被害作物もご持参くださると助かります。開催日は22ページをご参照ください。

### ◇農薬登録内容の変更情報◇

アフーム乳剤(殺虫剤)の使用基準が一部変更されました。

変更前

変更後

キャベツ : <収穫7日前まで> → <前日まで>

ブロッコリー: <収穫7日前まで> → <3日前まで>

◆JAだからできる総合葬祭サービス◆

日本消費者協会のアンケート調査から要約した、良い葬儀社としての3大ポイントは、

- ①ご遺族の希望に沿った提案ができる。
  - ②わかりやすくきちんと説明ができる。
  - ③明確な見積書が提示できる。
- となっています。

当然といえば当然なのですが、これができない葬儀社の存在も見逃せません。不測の事態に動転している遺族の心情を推し量ることもなく、付け入るかのごとく受注を決めたがる葬儀社の実態がここにはあります。

こうしたことから、最近では事前に相談をされる方が増えてきております。これは大変に良いことで、葬儀のことを知るだけでなく葬儀社の選別の機会にもなります。

人の死には自然死もあれば事故死もあります。それぞれに対応の仕方が異なることもあらかじめ知っていれば安心です。

通夜・告別式・火葬にいたる一連のプロセスにおいても、いろいろと提供可能な葬儀サービスが用意されています。どんなものがあるかを是非聞いておくべきだと思います。

「JAセレサ葬祭センター」では、JAセレサの総合力と全国的に葬祭事業に取り組んでいる幅広いネットワークを基に早くから相談体制の充実に努めてまいりました。

そして、その蓄積がほとんどの葬儀社では取り扱わない葬儀後のアフターケアの提供を万全のものとし、お位牌や仏壇を含めた法事の相談件数の飛躍的増加のみならず、慶事に関することまで相談されるに至っております。

悔いのないおみおくりをする心を大切にしてください。

(セレササービス株式会社)



5月の運勢

モナ・カサンドラ

おひつじ座 3/21~4/19

【全体運】 ゆったり気分で過ごせる月。趣味に励めば充実感を味わえるはず。金運に恵まれるので買い物も吉【健康運】 軽い体操でリラックスすると運氣好転【幸運を呼ぶ食べ物】 昆布茶

おうし座 4/20~5/20

【全体運】 気持ちが前向きになるので何事にも意欲的に取り組んで。過去に駄目だったことへも再挑戦を【健康運】 疲労回復には食生活改善が効果的【幸運を呼ぶ食べ物】 かしわ餅

ふたご座 5/21~6/21

【全体運】 サービス精神を発揮すれば周囲と円満な関係を築けそう。飲み会や旅行を企画して幹事役にトライ【健康運】 小まめに動けば心身共に調子アップ【幸運を呼ぶ食べ物】 タケノコ

かに座 6/22~7/22

【全体運】 好奇心や興味を大切にすると意外な発見があったり、楽しみが見つかる予感。映画鑑賞も幸運【健康運】 運動の前には十分な準備体操を【幸運を呼ぶ食べ物】 こんにゃく

しし座 7/23~8/22

【全体運】 優柔不断になり、色々悩んでしまいがち。笑顔を大切に。落語やお笑いで気分をリフレッシュ【健康運】 オーバーワークに注意。適度に休息を【幸運を呼ぶ食べ物】 初カツオ

おとめ座 8/23~9/22

【全体運】 行動力とチャレンジ精神が高まる兆し。思い切ってやりたいことに挑戦。スポーツを始めるのも◎【健康運】 徐々に上向き傾向。体力増強に最適【幸運を呼ぶ食べ物】 ソラマメ

てんびん座 9/23~10/23

【全体運】 親切にされても素直に喜ばず、物事を邪推しやすい。素直な言動が大事。音楽鑑賞で心を静めて【健康運】 運動不足にならないように適度な運動を【幸運を呼ぶ食べ物】 蒸しパン

さそり座 10/24~11/22

【全体運】 小さな失敗につまずきやすいので、クヨクヨせずに気持ちを切り替えて。絵を描くと良い気晴らしに【健康運】 健康情報にピリピリせずお気楽に【幸運を呼ぶ食べ物】 カステラ

いて座 11/23~12/21

【全体運】 心理的に不安定になりやすい時期。お世辞に舞い上がったりせず、地に足の着いた行動を。開運には花を飾って【健康運】 胃腸のケアを心掛ければOK【幸運を呼ぶ食べ物】 雑炊

やぎ座 12/22~1/19

【全体運】 レジャー運が華やかでいるので、家族や気の合う仲間達と遊びに出掛けて。潮干狩りやハイキングがラッキー【健康運】 アクティブに動き回って【幸運を呼ぶ食べ物】 アサリ

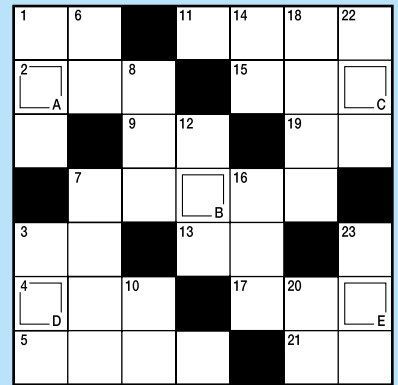
みずがめ座 1/20~2/18

【全体運】 感情的になりやすい暗示。つまらない意地を張るのも避けて。持ち前の柔軟性が運氣回復に【健康運】 あくせくせずに、ゆったり過ごすのが正解【幸運を呼ぶ食べ物】 タマネギ

うお座 2/19~3/20

【全体運】 人脈を広げるチャンス。人と知り合えそうな機会には積極的に参加。習い事を始めるのも◎【健康運】 ちょっとした生活改善で体調に好変化【幸運を呼ぶ食べ物】 厚焼き玉子

# クロスワードパズル



## タテのかぎ

- ①紙や布をチョキチョキ切る道具
- ③人家の軒下に巣を作ることもある鳥
- ⑥平和を象徴する鳥
- ⑦芸能人が記者\_\_\_\_\_を開く
- ⑧\_\_\_\_\_鉢の土を入れ替えた
- ⑩土地の広さを表す単位の一つ
- ⑫郵送するものに貼ります
- ⑭樽にはめられています
- ⑯野球で打者が振るもの
- ⑰足に履きます
- ⑲タコより足が2本多いです
- ⑳相撲をとる人のこと
- ㉑左ヒラメに右\_\_\_\_、といわれる魚

## ヨコのかぎ

- ①5月の第2日曜は\_\_\_\_\_の日です
- ②コーヒーには何杯入れますか?
- ③2つ1組のものを数える時に使う言葉
- ④\_\_\_\_\_をひっくり返したような雨だ
- ⑤うどんの生地を延ばすのに使います
- ⑦アヤメやショウブに似た花
- ⑧電車が止まります
- ⑨煮汁に水溶き\_\_\_\_\_粉でとろみをつける
- ⑩\_\_\_\_\_は熱いうちに打て
- ⑪ピアノやバイオリン、琴などのこと
- ⑫お手洗い、ご不浄ともいいます
- ⑬ライオンのこと
- ⑭潮干狩りに行って採ります

## 2月号のこたえ

ヒナアラレ



応募総数通41通(無効1通)  
当選者5人の発表は賞品の発送をもって替えさせていただきます。  
\*住所・氏名等の記入忘れがある場合は正解しても無効となりますのでご注意ください。

## ◆今が旬◆



今が旬と言えば、柑橘類。私の大好物です。先日デパートで早速購入し、食べ比べをしました。甘夏、ポンカン、デコポンなどそれぞれ味の違いがあり、絶品です。これからも生産者の方への感謝の気持ちを大切にしながら消費したいと思います。

(麻生区・福岡さん)

## ◆上棟式で投げ餅◆

3月3日に下小田中の鹿島義久さんの自宅新築現場で、中地区区内では20年ぶりとなる、上棟式での投げ餅が行われ、大勢の人たちが集いました。



## ◆春を満喫◆

私は、自転車で近くの街を走るのが大好きです。特に春先は、家々にきれいな花が咲き、雑木林では小鳥が鳴いて、とてもどかです。

(中原区・天野さん)

## ◆レンコン◆

最近レンコンをよく購入するようになりました。栄養素がたくさんあって風邪予防にも良いみたい。レンコンのきんぴらやすってハンバーグに入れると美味しい。

## ◆お祝い◆

友人の62歳のお祝いをします。

彼女の優しさとお母さんぶりは私の手本とする所です。これまでお互いに無事に過ごせたことに感謝。奮発して恵比寿の会員制レストランを予約しました。おめかしして出掛けます。プレゼントは、新百合ヶ丘のカフェのクッキーを用意。楽しい一時を期待しています。

(中原区・ゴリママさん)

## ◆パセリ◆

パセリの良さを知ってから、積極的に取り入れていこうと考えています。パセリチャーハンなど、是非試してみたいですね。

## ◆川崎の良さ◆

食は一生を通じて必要でどの消費者も安全・安心を求めていると思います。

「川崎」は工業地帯というイメージがありましたが、地元野菜や蜂蜜を作っているたりと農業にも力が入っていることを知って嬉しくなりました。

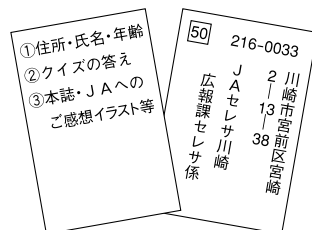
## ◆投稿のお礼◆

たくさんのお便りありがとうございます。今後も「感想お待ちしております。」(JA広報課)

## 応募方法

■このコーナーでは身近なできごと等、皆様からお便りをお待ちしております。お便りをいただいた方およびクイズにお答えいただいた方の中から抽選で5人の方に図書カード1,000円をプレゼントします。送付方法は、郵送で、お名前(匿名の方はペンネームを添えて)、住所、電話番号、年齢を入れて右記まで送付してください。写真の掲載をご希望される方は、プリントを封書でご送付ください。※匿名を希望される場合は必ずペンネームをお書き添えください。個人情報保護法に基づき、応募された方の個人情報は賞品発送以外には使用しません。

◎締切 5月17日(火)必着



お寄せいただいた感想、イラスト等は本誌で掲載することがあります。

### 振り込め詐欺にご注意

小杉支店が振り込め詐欺を未然に防いだことで、中原警察から3月23日に表彰されました。小杉支店では、高額な振り込み依頼があったので、窓口担当者が不審に思い、貯金代理と対応。途中から支店長を交えて説得して、詐欺であることが判明しました。振り込め詐欺は巧妙化していますので、ご注意ください。

### 5年生に食農教育向けに教本 新入学児童にランドセルカバーを贈る

JAでは農業の多面的な役割を知ってもらい、新入学児童の安全を願って、5年生の総合学習向けの食農教育教材本を、市内全域の小学校に食農教育の補助教本として贈りました。



また、新入学児童の交通安全を願って、黄色いランドセルカバーを市内小学校122校の入学児童11,829人に配布しました。

**晴れの入賞者** 敬称略 ( )内は住所  
**22年度市施設野菜立毛共進会 (3月の部)**  
 3月9日、市内巡回 出品数4点  
 ▽特選=桃太郎ヨーク・松井秋彦(初山)  
 ▽入選=桃太郎はるか・持田栄一(東有馬)

### 連休の営業のご案内

※5月連休(3日~5日)の営業は次の通りです。  
 なお、2日(月)・6日(金)は通常営業になっております。

	3日(火)	4日(水)	5日(木)
<b>本支店</b>	休業		
<b>ATM</b>	日曜・祝日扱い 9:00~17:00 「県内農協ネット」のみの取扱い	休止	日曜・祝日扱い 9:00~17:00 「県内農協ネット」のみの取扱い
	節電対策によりATMの稼働時間を変更する場合があります。 ※営業時間外・休日の緊急連絡先 県信連集中監視センター 0120-50-9674 ※緊急連絡先 0120-258931 (フリーダイヤル事故はクミアイ)		
<b>JA共済自動車事故</b>	※緊急連絡先 0120-258931 (フリーダイヤル事故はクミアイ)		
<b>経済センター</b>	休業 2日(月)の注文品は6日(金)以降に配送いたします。		
<b>パーシモン</b>	休業		
<b>コイン精米機(パーシモン)</b>	休業		
<b>セレスモス</b>	通常営業	臨時営業	通常営業
<b>セレスサービス(株)【葬祭センター】</b>	休業 ※緊急連絡先 0120-3096-56(年中無休・24時間対応) (フリーダイヤルみおくるこころ)まで		
<b>セレス不動産(株)</b>	休業		
<b>全農かながわJAプロパンセンター川崎</b>	休業 ※緊急連絡先JA-LPGガス保安センター (電話046-231-2014)		

### 広報モニターになりませんか

JAでは23年度の広報モニターを下記要領で募集します。  
**【資格】** 市内在住の成人の方で、JA事業や広報活動に関心のある方  
**【公募人数】** 30人(応募者多数の場合選考)  
**【任期】** 平成23年5月20日~平成24年3月31日  
**【任務】** 広報活動に対する意見や情報提供。アンケート

トの提出と広報モニター会議への出席  
**【締切】** 平成23年5月6日(金)必着  
**【申し込み】** ハガキまたはメールに「広報モニター募集」と明記。住所・年齢・電話番号・応募動機を明記してください  
**【宛先】** 〒216-0033川崎市宮前区宮崎2-13-38  
 ※問い合わせは、JAセレス川崎広報課(044-877-2964)  
 eメールinfo@jaceresa.or.jp

## 組織 だより

### 上丸子支部 (中原地区)

組合員数は21世帯。東急東横線の新丸子駅を挟んだ9町会を抱える地区。梨や桃などの果樹栽培が盛んな時期もありましたが、戦前から駅を中心に都市化が進み、アパートや駐車場など資産管理に従事する組合員が多くなっています。

支部活動では、農業まつりや研修会など積極的に参加。昨年は支部活性化資金を利用して「あしがら荘」で1泊研修旅行を実施しました。



中村稗支部長を中心に活動の強化に取り組み、研修会参加者は部員15人にのぼっています。

※次回は菟宿支部(中原地区)と植木盆栽部です。

### そ菜部

そ菜部の部員数は334人。女性部に次ぐ部員数を誇る基盤組織です。そ菜部は、土作りに欠かせない土壌診断、品評会や立毛共進会を通じて技術の研鑽に励んでいます。また、先進地視察や管内のほ場で、巡回検討会や講習会を開き、最新情報を共有、問題点があれば解決策を模索しています。さらに、環境に対する負担の軽減をはかるため環境保全型農業に取り組み、市や



JAのイベントに野菜の即売で参加。生産・出荷資材の共同購入にも努めています。

<b>連休の営業</b>	5月連休の期間中は、JAの窓口や経済センター等の休業日になります。詳細はP21をご覧ください。	
1日(日)	セレサモスフェア(4月29、30日、5月1日の3日間にて開催)	
3日(火)	春季花と緑の園芸フェア(本店駐車場)	憲法記念日
4日(水)	春季花と緑の園芸フェア(本店駐車場)	みどりの日
5日(木)	春季花と緑の園芸フェア(本店駐車場)	こどもの日
12日(木)	平成22年度青壮年部通常総会(17時～、本店)	
13日(金)	女性部連絡協議会総会(13時～、本店)	
16日(月)	パソコン会計ソフト「富士山ソフト」記帳説明会(13時半～、本店)	
17日(火)	平成22年度セレサモス出荷者大会	
※日程等は変更されることがあります		

## JAからのお知らせ

### ◇理事会だより◇

☆第12回定例理事会…3月15日(火)  
本店で開催【報告事項】平成23年度役員大会…4月19日(火)午後6時30分より本店セレサホール飛翔にて開催。平成22年度決算監査…棚卸監査:3月31日(木)、業務監査:4月14日(木)～28日(木)に実施。交通安全パートナー事業への協賛継続…ランドセルカバー製作数量13,350枚、発注金額1,842,300円(消費税別途)。平成22年度廃プラ・廃ビニール適正処理回収および残農薬回収処理結果報告…「廃プラ・廃ビニール適正処理回収結果」:合計169件・16,027kg、「残農薬回収処理結果」:合計82件・1,204.1kg。平成23年度小規模施設奨励支援事業…平成23年度上期・下期に分けて実施、4月支部回覧にて組合員へ周知する。平成23年度新茶推進…予約推進期間2月21日(月)～3月31日(木)、4月下旬より配送予定。他13項目を報告。【協議事項】固定資産(MCA無線機)の設置…購入機器:MCA無線機(携帯タイプ)47台、購入時期:4月中旬。他12議案を協議決定。

### セレサのDATA

貯金	1兆2,081億円
貸出金	4,863億円
長期共済保有高	1兆6,179億円
年金共済保有高	280億円
購買品供給高	10億77百万円
販売品販売高	7億01百万円
組合員数	53,828人
うち正組合員	5,962人
准組合員	47,866人
	(3月31日現在)

### 営業時間のご案内

☆支店窓口…平日9:00～15:00  
☆A T M…平日8:00～17:00、土日祝9:00～17:00 ※休止日5/4  
☆経済センター…平日・土曜9:00～16:30(月末15:00)  
☆セレサパーシモン…平日・土曜9:00～16:30(月末15:00)  
☆セレサモス…4月～10月10:00～17:00(定休日:水曜・年末年始ほか)  
※節電対策により、営業時間が一部変更になっております。今後も変更する場合がございますのでご了承ください。

### 5月の営農相談コーナー

☆JA経済センター(宮前区有馬2-13-1)…6日(金)、11日(水)、13日(金)、18日(水)、20日(金)、25日(水)、27日(金)  
☆セレサパーシモン(資材店舗:麻生区片平2-30-15)…10日(火)、12日(木)、17日(火)、19日(木)、24日(火)、26日(木)、31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月の経営相談日(法律)

10日(火) 9:30～11:30 高津支店  
13:30～15:30 中原支店  
17日(火) 13:30～15:30 みなみ支店  
13:30～15:30 柿生支店  
22日(日) 9:30～11:30 梶ヶ谷ビル  
24日(火) 9:30～11:30 宮前支店  
13:30～15:30 中原支店  
相談時間は原則30分程度。要予約。  
予約は前日16:00までに各会場支店の総合相談担当・梶ヶ谷ビルは本店資産相談課まで。予約のない方は、予約者の相談終了後となります。

### 5月の年金無料相談会

10日(火) 御幸支店  
12日(木) 橘支店(※)  
15日(日) 菅生支店(※)  
17日(火) 千代ヶ丘支店  
19日(木) 高津支店(※)  
22日(日) 中原支店(※)  
24日(火) 生田支店(※)  
26日(木) 日吉支店  
予約は開催支店まで。但し、※は事業推進部(TEL877-2140)へお願いいたします。

### 5月の休日住宅ローン相談会

8日(日) セレサモス(※)  
21日(土) 久地駅前支店、宮崎支店、向丘支店、東柿生支店  
22日(日) 大師支店、鹿島田支店、新城支店、住吉支店、梶ヶ谷支店(梶ヶ谷ビル開催)  
28日(土) 御幸支店  
29日(日) 小向支店  
時間は9:00～15:00(※は10:00～16:00)  
各会場支店または下記ホームページからご予約できます。ご予約がない方はお待ちいただく場合がございます。専用ホームページ(<http://www.ja-ceresajp/>)※節電対策により、各相談会の開催を見直す場合があります。詳しくは、開催店舗にお問い合わせください。

### 5月のセレササロン

☆5月は外出行事です  
11日(水) 9:30～15:00 高津支店  
18日(水) 10:00～15:00 新百合丘支店  
19日(木) 9:30～15:00 中原支店  
利用料:1回800円  
対象:おおむね60歳以上の方  
お問い合わせ・お申し込み:本店生活福祉課まで。TEL877-2509

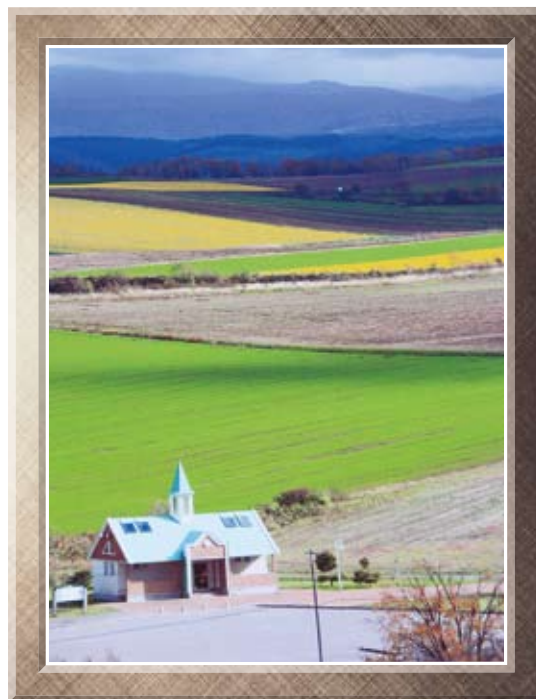
### セレササービスののご案内

セレササービス(株)はまごころを込めたご葬儀をご提案し、ご奉仕でお応えしています。当社は川崎市内で唯一のJAが100%出資している葬祭センターです。  
危急のご連絡・ご相談は下記のフリーダイヤルまで。  
フリーダイヤル みおくる こころ  
**0120-3096-56**  
(24時間受付・年中無休)  
<http://www.ceresaservice.co.jp>

# お宝拝見

大切なモノ・ことば

## 風景写真



野島さんはもともとは、全国の城や城跡を見て回るのを趣味としていました。

「記録として城の写真を撮っているうちに、写真を撮ることにだんだん興味が移っていき、各地の風景を写真に撮りに出かけるようになりました」。

奥入瀬や沖縄の城跡などがお気に入りの被写体ですが、黒川で目にする身近な風景にもカメラを向けます。上の写真は北海道で撮ったもので、右は美瑛町の畑。黄色く見えるのはひまわり畑です。左は十勝岳の麓の小さな湖。どちらも一瞬の静寂を捕らえた会心の作品です。

「町会長を引き受けているので、忙しくてなかなか出かけられませんが、年2回はどこかへ撮影に出かけたいですね」と話す野島さん。これからもベストショットを求める旅は続きます。



麻生区黒川

**野島 保さん**

# Dish Up!



## 材料 (約1枚分)

- ・かに缶…1缶
- ・タケノコの水煮…30g
- ・ネギ…1/2本
- ・チャーシュー…30g
- ・ニンジン…5g
- ・卵…3個
- ・サラダ油…適宜

### 【調味料A】

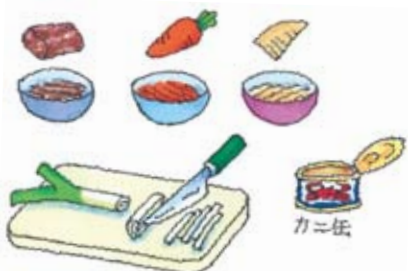
- ・塩…1つまみ
- ・コショウ…少々
- ・醤油…小1/2
- ・ごま油…少々

### 【あん】

- A) ・がらスープ…1/2カップ
- ・砂糖…小1
- ・醤油…大1
- ・コショウ…少々
- ・酒…少々
- B) ・水溶き片栗粉…少々

## かに玉

### 作り方



①野菜とチャーシューを千切りに、かに身はほぐす。



②フライパンにサラダ油(大1)を熱し、①を炒め、塩・コショウで味付けをする。



③卵を割りほぐし、②と調味料Aを混ぜ合わせる。



④強火のフライパンにサラダ油を熱し、③を入れてお玉で素早くかき混ぜる。裏表面が固まったら、ひっくり返す。火が通ったら、お皿に盛り付ける。※油が少なかったら、足してください。



⑤フライパンにサラダ油を熱し、あんAを加え、沸騰させる。その後、あんBを入れとろみをつけて、かに玉の上にかけて出来上がり。

## ワンポイントアドバイス

多摩区中野島 浅谷佳代 さん

今回作ったあんは、コショウで味つけをしているのでお子様も食べやすい味になっています。また、卵に味を付ければ、あんをかけなくてもすむのでお弁当のおかずにも利用でき、オススメです。

