

# CERESA

NO.193



特集 受け継がれる郷土の食

セレサ  
10

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

2013.October

# Contents

特 集 受け継がれる郷土の食	3
川崎探検隊 上新城を歩く	8
<b>PICK UP</b>	10
<b>逸</b> チョロQで地域を明るく 川崎区 田辺 貞男さん	14
<b>Human</b> ガムの研究からホタルの研究へ 多摩区 手塚 七五郎さん	15
<b>パワー全開</b> 最南端の直売所を守る 幸区 新堀 智史さん	16
<b>食&amp;農</b> パセリ	17
農作業ノート ユリの切花栽培について 営農技術顧問 志村 隆	18
<b>くらし NAVI</b> ●知ってて安心!葬祭百科●	19
mail box & クロスワードパズル	20
J Aからのお知らせ & <b>組織だより</b> 高石支部・台南支部	21
<b>INFORMATION</b>	22
<b>NEW enjoy フビ</b> 宮前支部 大正琴グループ	23
<b>Dish Up!</b> 豚バラ肉とゆで卵のコーラ煮 高津区 河崎 史子さん	24

## 11月の行事予定

3日(日)	文化の日
16日(土)	第17回農業まつり農産物品評会
17日(日)	第17回農業まつり (9時~14時、会場は各統括支店) ※生田会場は店舗建て替えの為、 生田支店仮店舗、百合丘、長沢、 千代ヶ丘支店で開催
19日(火)	定例理事会
23日(土)	セレサオープンカレッジ 勤労感謝の日
27日(水)	第49回川崎市園芸展覧会 園芸生産物品評会(本店1階アトリウム)
29日(金)	健康大学・および閉校式 (13時半~、本店)

※日程等は変更されることがあります

## 今月の表紙

### 栗の収穫

今月の表紙は、麻生区栗木台の飯草康男さんの収穫作業です。更新を繰り返しながら筑波や国見、ぼろたんなどの品種を中心にお植栽しています。

今年の収穫は1週間ほど早く9月の初旬から始まりました。セレサモスを主力に日に50kgほどを出荷、収穫量は昨年より少ないですが、味は美味しいです。



## 忘れられない味



# 受け継がれる郷土の食



郷土に伝わる食は、都市化や営農形態の変化、健康志向などのさまざま要因で変化してきました。

しかし、親から引き継いだ我が家の味や料理方法が、伝統になつて伝えられているご家庭も多いことだと思います。

その中には、行事食の1品や、特徴的な農産物を使った料理方法など、さまざまな思いが込められた料理として、各家庭に残っています。また、一般的に知られている料理でも、手作りを生かして独自の味を伝えているものなど、工夫を凝らしながら、親から子に伝わっている食文化が息づいています。

今回の特集では、家庭で受け継がれているいくつかの料理を紹介して、市内に残る伝統食を紹介します。



## 海苔の佃煮

昭和46年に結婚したその年に漁業権を放棄して海苔漁が終了しました。それでも、海苔の佃煮は、作り続けてきました。大変なのが、海苔を丁寧に水洗いして、大きな鍋で3日間茹でることです。茹で上がってから醤油と砂糖、みりんで味付けして水気がなくなるまで煮込みます。

かつて、この地域が江戸前海苔を代表する産地であったことを忘れないようにと、大切に守ってきました。

守り続けてきたことで、独立した子どもたちが、里帰りするたびに「我が家の中島の海苔の佃煮が懐かしい」と言って帰っていきます。子どもたちにも送りたいと、横須賀走水の海苔漁業の方から一番海苔が採れると送ってもらい、佃煮にして冷凍保存しています。

また、「三杯酢を煮立ててから冷まし、海苔を入れて酢の物にしても美味しいですよ」と、笑顔で話し、昔を思い出してくれました。



川崎区塩浜 中島 光枝さん



## きんぴらごぼう

麻生区岡上 梶 瞳子さん



我が家を含めこの地域の数軒では、正月料理の1品に上品な「きんぴらごぼう」を作る習慣が残っています。上品に仕上げるために、普段より細く刻むようにと言われています。「どうしてそうするのか、定かではないですが、正月料理だけに、ゴボウを白く見せたのかもしれません」と、瞳子さんは話してくれました。

紹介してくれた「きんぴらごぼう」は、丁寧に細かく刻んであり、ゴボウとニンジンの色のコントラストが鮮やかな正月料理の1品。美味しい味付けて歯ごたえよく仕上がって、お正月が待ち遠しくなります。

ゴボウを日常的に食用しているのは日本人だけのようです。また、縄文時代から食用にしていた痕跡もあります。お正月に拿出す食材としては古く、貴重な食材だつたことが伺えます。それだけに、ゴボウやニンジンは、産地でなくとも農家は自家消費二分として栽培し、欠かせない農産物になつたています。



## ゴマ汁

中原区上小田中 原 サチ子さん



今年採れたゴマを使った「ゴマ汁」ができました。母の実家から伝わった我が家家の伝統料理です。今では、孫を含め家族の大好物になっています。農家の忙しい時期の食事として、食べやすくて栄養価もあって、一石三鳥の食事です。サチ子さんはこの料理に合わせて、毎年、1年間分の「ゴマ」を栽培して、農家の伝統食を守ってきました。

ゴマ汁は、すり鉢でゴマをすりつぶし、その中に味噌を入れてよく混ぜ合わせ、だし汁で割ったものです。ゴマをすりつぶすことで、栄養分の吸収がよく、夏バテ解消に最適です。また、ご飯にかけるだけでなく、ゴマだれドレッシングのように、野菜などにかけて使うこともでき、健康志向に合った若い世代に、今注目されている伝統食です。



## 長沢の五目ちらし寿司

我が家家の味を伝える五目ちらし。五目の具材はその時期の旬のものを使えばいいのですが、味付けに特徴があります。健康志向で味付けが薄くなる傾向にありますが、味は義母に習った当時の味付けで、五目の具材を少し濃いめに煮付けるのが特徴です。人寄せには五目ちらしを準備しますから、「この味加減が長沢の味」と喜ばれ、親戚がふるさとを思い出す味になっています。

紹介した五目ちらしは、ピーマンとニンジンと一緒に煮付け、シイタケや栗、油揚げなどは別に煮付けます。砂糖やみりん、醤油の量や煮付け方で、我が家家の味に生まれ変わります。五目ちらしに添えてあるキュウリの調味漬けは、JAの加工セミナーで習ったものです。次の我が家の味になるかもしれません。



多摩区長沢 関 洋子さん



セロリの葉を利用した佃煮です。今は農家仕事をしていませんが、農家が思う「もったいない」の気持ちを忘れないように、残りものの野菜などをどうにか利用できないかと考え、たどり着いた1品です。女性部活動の合間に試食してもらい、意見を聞いて、具材を追加したりなど、発想を膨らませています。

セロリとジャコの佃煮は、残ったセロリの葉を湯がいて刻み、ジャコと塩昆布を混ぜて、砂糖・みりん・醤油で煮込んだもの。1回火を止めて味をしみこませてから、2度焚きして汁気を取りながらかつお節を入れた栄養豊富な佃煮です。旨味のあるしっかりした味が食欲の落ちる夏場などに最適です。食卓に欠かせない1品として、我が家ではこまめに作り置きしています。

## セロリとジャコの佃煮



幸区南加瀬 加賀見 照子さん

## 伊達巻き



多摩区生田 松澤 節子さんと浩美さん



正月が近づくと、ようかんや栗きんとん、たづくりなど、母親が忙しく正月料理の準備に追われていたことを思い出します。ところが今では、多くの家庭で、そのほとんどの料理が既製品に取って代えられようとしています。松澤家でも、手作りの品が少なくなりましたが、「伊達巻き」だけは、母から嫁、そして娘へと3代に亘って手作りの伝統が息づいています。

この伊達巻きを、我が家家の伝統の味として娘たちに受け継がさせているのは、嫁ぎ先でせめて「伊達巻きだけは手作りしてもらいたい」との思いが込められています。味の特徴は、卵とはんぺんの他に刺身用のホタテの貝柱を入れて、ホタテの味と卵のボリューム感を出し、甘さを少し抑えて優しい味に整えて、子どもから大人まで喜んでもらえるように仕上げています。

### 1本分の材料

卵—8個  
はんぺん—130グラム  
ホタテ貝柱(生)—50グラム  
砂糖—80~90グラム  
みりん一大さじ1 1/2  
酒一大さじ1 1/2  
塩一小さじ1/3



宮前区野川 白井 康子さん

## さんまの味噌煮

### 材料

サンマ—10尾(筒切り)  
酒—50cc  
砂糖—大さじ4  
醤油—大さじ2  
酢—50cc  
味噌—大さじ3  
みりん—50cc  
生姜—1かけ(多目・千切り)  
水—100cc



暑かった夏も台風とともに弱まり、都内の名所でサシマ祭りのニュースが聞こえ始める。我が家も、夏の疲れを「さんまの味噌煮」で回復してもらいたいと、毎年、この時期に必ず作ります。40年以上続く我が家伝統の料理です。

活躍するのが圧力鍋で、頭と尾を切り落とし、5等分に筒切りにしたものを立てた状態で並べ、圧力鍋で18分ほど煮付けます。骨まで軟らかくなるので、子どもからお年寄りまで、安心して食べてもらえます。保存がきくので、孫たちのお弁当のおかずにも重宝しています。



市政記念日や十五夜、お祭り、お盆、七五三、9月のはじめなど、いろいろな節目や祝いの日の食事として孝子さんは、赤飯を良く炊きます。家族も喜んで食べてくれますが、実家に戻ってきた親戚や兄弟も喜んでくれます。このように、家族の楽しい食事の主役にいつも赤飯があります。

また、この時期になると、もち米やささげ、胡麻などが収穫時期になるので、初物として赤飯を炊いて感謝の気持ちを込めてお供えしてから、家族と一緒に楽しい夕食を過ごしています。初物には元気が宿っていますから、家族の健康にもよいと思っています。

## 赤飯



高津区久末 森 孝子さん



<http://www.8tenkai.com>

8店舗から始まったはってん会。現在はお店が増え、48店舗になりました。

この商店会では、「地域の結びつきを大切にしていきたい」との想いから、町会や小学校、地元住民などの協力を得て、ハロウィンや朝市、夜店市などのイベントを実施。また、防犯などの情報発信にも力を入れ、住民みんなで情報共有を図っています

## 新城北口はってん会



顔なじみの常連客が集い、アットホームな雰囲気に包まれている創業38年のカフェレストラン。店主の海谷利夫さんははってん会の会長や町会の役員を務め、街の活性化に力を注いでいます

### Coffee&Kitchen すなどけい

営業時間：10:00～23:00  
定休日：水曜日

はってん会事務所

池田精米店

越川屋豆腐店

新城北口一番街商店会

焼鳥とり福



武藏中原→



### 池田精米店

営業時間：9:00～19:00  
定休日：水曜日

駅を出ると「1」と「8」の数字のフラグがたつ2つの商店街にあたります。それぞれの商店会長さんにお話を伺ったところ、地域の発展を願い、地域住民などと協力してイベントを実施している商店街だということが分かりました。シャッター街が多くなり、そこにいる商店同士や地域住民同士の関わりが薄れがちな現代ですが、

ここでは、駅に近い立地から、シヤツタ一街になることもなく、商店同士が協力しあうことで地域を盛り上げています。また、商店で開くイベントには地元の農家に野菜を提供してもらったり、手伝いには地元の小学校や住民などの協力を得るなどして、地域全体で連携した街作りを実施しています。

上新城には「人が集い、楽しむことのできる場」が形成されていました。

「みんなに美味しいおもちを」長年使っている餅つきの機械で毎年いちばん祭でつきたてのお餅を配っています。あっという間に無くなってしまうほど、みんなに大好評です

今は、JR南武線武藏新城駅を下車し、北口の方へと街歩きに出発します。

# 中原区 上新城



JR南武線武蔵新城駅の北側。中原区下小田中と高津区末長に接した地域。昭和54年の住居表示で中原区新城が上と下に別れた。住宅やマンションが目立つが、農地も残され直売も行われている。

※の写真は、海谷利夫さんより提供していただきました



## 夜店市

今年8月に実施された夜店市には、道路をふさぐほどの多くの人が賑わいます。長く続く提灯が名物!!



野菜などの直売を実施。今年は11月3日(日)に開催します

## 朝市

### 上小田中西公園

学童保育のお母さんやマンションの住民など様々な方の協力を得て、上新城町会では月に一回公園のそうじをしています。また、園内に花壇を造成。地域の人によって色とりどりの花が植えられ、園内に潤いが生まれました



上小田中西公園



新城北口一  
番街商店会



<http://shinjyo1.com>

## 新城北口一 番街商店会

「1番になりたかったのかなあ…本当の由来は分からぬけど(笑)」と話す商店会長の池田忠司さん。30店舗ある商店街には、代替わりをしながら20年、30年続けるお店もあり、豆腐屋、焼き鳥などの特徴的なお店があります。そんなお店がある商店街を盛り上げて、地域住民に知ってもらえるようにと毎年9月、10月頃に「いちばん祭」を開催。地域住民の方を募ってイベントを実施したり、フリーマーケット、スタンプラリーなどを開催し、イベントを盛り上げるための工夫をしています

## リレー・フォー・ライフ ジャパン2013相模原 がん患者支援呼びかけ

リレー・フォー・ライフ・ジャパン2013相模原が9月28日から29日、相模原市淵野辺公園を会場に開かれました。

このイベントは、がん患者や家族の人たちと連帯感を高め、勇気と希望を分かち合おう、と行われました。当日は県下JA組合員や役職員らが集まり、当JAからも女性部

や青壮年部、助け合い組織、役職員225人が参加。グループ名が記された横断幕やのぼり旗を手に交代しながら会場内を歩きました。

また、イベントに先駆け各支店では募金を行ったほか、会場内で農産物チャリティ即売を行い、抗がん剤開発や治療支援活動へ寄付しました。



チームフラッグを掲げ歩く参加者

## 職員129人に人事異動を発令

都合により割愛させていただいております。

## 永島敏行さん迎え総代・組織リーダー研修会を開く

総代・組織リーダー研修会が9月12日に行われ、総代並びに各組織のリーダーら404人が本店セレサホール飛翔に集いました。

今回の研修会では、俳優、また農業コンサルタントとしても活躍している永島敏行さんを講師に迎え、「これから農業を考える」と題した講演が行われました。

永島さんは地元の千葉県と秋田県で農業に従事し、米作りをしている体験から、「農作業をするのは大変です。だか

らこそ農産物は貴重であり、大変さを知ればより一層美味しさも感じられます」と体験談を交えながら話しました。

また生産者と消費者の交流の場「青空市場」を開催し、野菜の移動販売にも精力的に取り組みながら「これからも農を伝える俳優として活動していきたい」と農業への思いを伝えました。

研修の会場となった本店の南口では、農機具などの生産資材展も行われ、参加者の関心を引いていました。



講演を行う永島敏行さん



会場前で行われた生産資材展

## パーシモンで直売がスタート

麻生区片平のパーシモンで柿生野菜生産者直売会が9月1日より直売所をオープン、多くの来店者で賑わっています。

パーシモンは隣接する世田谷町田線の拡幅に伴い建て替えられました。

直売場のオープンは、従来の柿生支店の直売所に、片平方面の利用者が線路を渡らずに利用できるようにと、建て替えに伴い駐車場の脇にスペースを設け、オープンさせたもので、来店者の相乗効果も願っています。

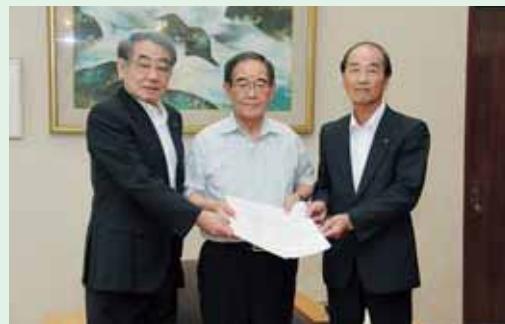


初日から多くの人で賑わう直売所

## 市長に農業施策・予算を要請

J Aと市農業委員会は9月5日、市役所本庁を訪ね阿部孝夫市長に、平成26年度の農業施策と予算要望書を提出、特段の措置を講ずるよう要請しました。

要請を行ったのは、柴原組合長と市農業委員会の小林謙会長、井上義雄同会職務代行ら。農業振興地域や農業の活性化に向けた継続的な予算措置、セレサモスと明大黒川農場との連携強化について要望しました。市長は都市農業の役割の重要性から要請に理解を示しました。



要請書を受け取る阿部市長

## 介護教室で 地域交流の重要性を学ぶ

セレササロンの1日体験が9月5日、中原支店で行われ、介護教室の受講者がセレササロンの会員や利用者との交流をはかりました。

このイベントは、介護教室の第4回目の講義として行われたもので、サロンでの体験を通してより深い知識を得ることを目的としています。

この日は、健康体操やゲーム、どら焼き作りを行い、受講者は「地域の方と、みんなで楽しく活動出来るのは嬉しい」と介護の現場に触ることで、楽しみながらも、活動の大切さを感じていました。



みんなでどら焼き作りを楽しむ

## 県下青壮年部 橘・中原チーム決勝トーナメント進出



善戦した菅と橘・中原両チーム

## 青壮年部が指導 新入職員農業体験

青壮年部の指導による新入職員農業体験実習が5月から始まり、9月から10月にかけて各支部で農産物の収穫や出荷準備作業などが行われています。

この研修は、日頃農業と直接ふれあう機会が少ない職員に、農作業の体験を通して都市農業の現状を理解してもらい、部員と職員の交流をはかろうと、平成21年度から取り組んでいます。

年に数回行う研修の内容は、各支部で独自に決め、種まきから収穫までの一連の作業や、販売、加工品作りなども行う予定です。

その様な中、9月30日には青壮年部菅支部の協力で、多摩区菅の小山宏之さんの水田で稲刈り、10月2日には中原支部の協力で、中原区下小田中の鹿島俊祥さんの作業場でパンジーの肥料の袋詰めを行いました。



稲刈り機の操作を体験(菅支部)



パンジーの肥料を袋詰め(中原支部)

惜しくも、菅チームは予選で敗退しましたが、橘・中原チームは予選リーグを通過して決勝トーナメントに進出しました。

決勝トーナメントでは、強豪チームと熱戦を演じましたが、橘・中原チームは1回戦で敗退、次回のリベンジを誓いました。

J A 神奈川青壮年部協議会は9月20日、平塚市民スポーツ広場で第48回県下J A青壮年部ソフトボール大会を開き、県下10 J Aから20チームが参加して、熱戦を繰り広げました。

当J Aからは、菅チームと橘・中原チームが市内の大会を勝ち抜き出場しました。

## ディズニー 次世代対策 アカデミー 初の女性を対象にイベント開催

次世代対策の取り組みとして初めて、女性を対象にしたイベント『ディズニーアカデミー』が10月1日、「ディズニーアンバサダーホテル」を会場に開かれました。

イベントには35人が参加。ディズニーアカデミーの講師からディズニーテーマパークで実践されている行動基準やゲスト(お客様)サービスを学びました。このなかで、講師を務めたディズニーアカデミープログラム監理の石井裕美さんは、「常に相手の立場に立

つことが大切。行動には理由があるので、その理由に気づくことを心がけて欲しい。そして、自らが行動し見せることで伝えたい事が本当に伝わる」と、話してくれました。

子育ての真っ最中という参加者も多く、アカデミーで学んだおもいやりの心や人を育てる環境の大切さへの理解を深めました。

終了後、東京ディズニーシーを訪れ、キャスト(従業員)がゲストに行っているサービスを観察見学しました。



©Disney ディズニーアカデミー風景



「目の前にいる人に何ができるかを常に考えることを大切にして欲しい」と、石井さん

## 新城で爆風被害

新城支店は9月5日未明、向かい側のビル爆発事故により、ガラス壁面など建物が一部破損しました。

爆風の影響により、支店周辺は鉄柱が倒れたり、周辺ビルのガラスが道路に散乱するなど、異様な光景が広がっていました。

来店者への影響を最小限にと、支店一丸となって店内復旧に取り組み、翌6日には平常営業しました。



壁面のガラスが散乱

## 新生田支店の建て替えスタート

新生田支店の起工式が9月20日、役職員や工事関係者が出席して厳かに行われました。

生田支店は、昭和38年新築後50年が経過し、老朽化が著しくなっていたことから建て替えの検討が進められていました。このほど、工事環境が整ったことから、平成26年5月頃の完成を目指し着工となりました。



起工式で鍬入れをする柴原組合長

建築が進められている建物は、鉄骨造り3階建て。延べ床面積1,193平方㍍で、環境に配慮した太陽光発電システムやLED照明、遮熱性・断熱性に優れたガラスを採用。大会議室やエレベーターなども備えられる計画です。



逸  
ITSU

私の好きなこと

## チョロQで地域を明るく

「チョロQ」と言えば、かつて子どもたちの間で爆発的人気を得たオモチャの自動車。その丸みを帯びた愛嬌のあるオモチャのコンセプトそのままに、人が乗れる電気自動車にしたのが平成14年に発売されたQカーです。

田辺さんは今年の初めにQカーを友人から譲り受け、日常の買い物などに使っています。

「たまには目立つ車もいいかなと思って、手に入れました。自宅周辺の足代わりに使っています。JAにもQカーで行っていますよ。原動機付き自転車と同じ扱いのた

め、車検や車庫証明が不要。難点は1回の充電での走行距離が短いこと。「横浜港まで行くと、帰りは鶴見川の辺りでバッテリー切れになります」。それでも乗っているのは、「この車に乗っていると周りの人が皆ニコッとする。それが楽しいんですよ」。初対面の人とも車の話して盛り上がるそうで、「営業にも一役買っています」。

見るだけで人の気持ちを癒し、一緒に写真を撮ってと頼まれることも多いとか。田辺さんはそんなQカーで今日も町に笑顔を作り続けています。



### PROFILE

(株)田辺エンタープライズ社長。模型好きから、35年前にラジコンショップを開店。後にシニアカーの販売店へ転換し現在に至る。



川崎区中島  
田辺 貞男さん



■ひゅうまん

## ガムの研究からホタルの研究へ

多摩区登戸 手塚 七五郎さん

(株)ロッテの研究所で長くチュイインガムの研究を任せられ、昭和20年代から30年代にかけ、研究成果を基に次々と新製品を世に送り出し、ロッテガムを業界トップに押し上げた立役者でもありました。

「ガムは他の食品と違い、ながく噛み続けることが特徴。飲み込むわけではないので味にごまかしがきません。噛み心地の良さや香りなど他の食品より気を遣います」。そうしたさまざまな難題をクリアして行う新製品の開発により甲斐を感じ、日夜研究を続けた結果、昭和55年にはガムの研究では世界初となる工学博士の学位を取得。また平成元年にはそれまでの功績により、科学技術庁長官賞を受賞しました。

名実共にガム博士として世に知られるようになりましたが、退職してからは、多摩市民館が行つてゐる文化活動の一環として、生田緑地に生息するホタルの保護活動に一役かっています。

ガムの原料を調べにメキシコの山岳地帯へ行つたとき、無数のホタルが乱舞する姿に感動してホタルに興味を覚え、ホタルについて

調べるようになったそうです。「たまたま多摩市民館の人にはホタルの話をしたら、生田緑地のホタルの保護活動に力を貸してほしいと頼まれました」。今では市民館が主催するホタルの会の会長として、生息地の調査を行いながら講演や見学会の案内役をしています。



解明することで、省エネ技術の開発にも役立ちます。それだけ価値ある生き物ですから、これからも地元の人たちと共に大事にし、生息地を守つて行きたい」。

川崎と横浜を結ぶ  
県道沿い、住宅地が  
連なる幸区の一画。  
区内でも珍しくなつ  
た野菜畑が残り、そ  
の脇には川崎市で最  
も海よりの直売所が  
あります。週2回開  
く直売所は、開店30  
分前から行列が出来  
るほどの賑わいを見せて います。直  
売の要となつて働いている新堀さん  
は、かながわ農業アカデミーを卒業  
し、就農してから2年半の若手農業  
者。現在、直売所の目玉商品の一つ  
になつて いるハウス栽培のイチゴは、

新堀さんが就農前から導入を考え  
ていたものでした。

「イチゴ栽培を始めたいと、伝え  
たときはみんなから猛反対されまし  
た。父からは野菜の生産販売が軌道  
に乗つて いる時に、あえて冒險する

がて理解してくれました。

イチゴを導入してからは口コミで  
来たという顧客が増加。毎回一割程  
度は新規のお客さんが来るようにな  
り、今は家族全員でイチゴ栽培をバ  
ックアップ。半年前に結婚した奥さ

んも農作業を手伝つています。  
「結婚したことで、責任も感じて  
しかし「若い主婦  
層を多く取り込む  
には現状維持では  
だめだ。イチゴを  
入れればもっとア  
ピールできる」と、  
みんなを粘り強く  
説得し、家族もや  
がて理解してくれました。

一方、直近の課題は夏場過ぎの品薄  
感。この時期はどうしても客足が衰  
えています。「直売所に興味を示して  
いるアカデミーの同級生が何人かい  
るので、端境期には互いに手を取り  
合つて野菜を売るようなことも考え  
たい」と、市内最南端の直売所を守  
る為の次の一手を思案しています。

## 『最南端の 直売所を守る』

幸区南加瀬 新堀智史さん



直売所は土地柄もあって、外国の  
人も訪れるほど幅広い客層を見せて  
います。「子どもの頃から手伝いで直  
売所に出ていました。馴染み客も多  
いです」。会話から品揃えのヒント  
を得るこもあるそうですが、なによ  
りも「自分が手を掛けた野菜が売  
れるのを体感するのは楽しい」と直賣  
所に立つことを楽しんでいます。



# パセリ



セリ科オランダゼリ属の緑黄色野菜。ヨーロッパからアフリカ北部にかけての地域が原産。日本へは18世紀にオランダ船が持ち込んだことからオランダゼリとも言います。紀元前より昔から香辛料や薬として用いられていました。購入後は、茎が水に浸った状態でコップに挿しておけば4~5日は保存可能。洗って水気を切った葉をポリ袋に入れて冷凍保存しておけば、スープの浮き実などに使用でき便利です。

料理の脇役として活用される事が多く、残されてしまいがちなパセリ。しかし、パセリには料理の飾りで終わるのにもつたないほど高い栄養素が含まれています。特にカルシウムやカロテン、鉄分、食物繊維の含有量が豊富。カロテンはニンジン、青じそに次いで多く、体の老化防止や免疫力を活性化し、風邪を予防する働きがあります。また、貧血を予防する鉄分はホウレンソウの約4倍も多く、便秘改善に欠かせない食物繊維、ビタミン、ミネラルといった栄養素も含まれています。

この他、さわやかな香りもパセリの特徴。これはアピオール、ピネンという精油成分で食品の臭い消しや口臭予防に最適です。また、食欲を増進させる効果もあるので、つけ合わせにもぴったりの食材と言えます。

香りを楽しむなら生のままや仕上げとして加えるようにするのがオススメ。サラダをはじめ、スープや炒め物、揚げ物など様々な料理の香り付けにパセリを活用しましょう。そのまま食べるところごわごわとした食感で敬遠されがちですが、使い方次第で美味しい食べられるので、ぜひ積極的に摂取しましょう。



## ジャガイモのパセリペースト和え

### 材料

- ・パセリペースト…大さじ4(材料・作り方は以下を参照)
  - ・ジャガイモ…3個
  - ・粉チーズ…大さじ3
- 〈パセリペースト〉
- ・パセリ…50g
  - ・ニンニク…2片
  - ・アンチョビ…3枚
  - ・オリーブオイル…70ml
  - ・塩…小さじ1/3
  - ・ブラックペッパー…少々

### 作り方

- ①パセリペーストの材料をフードプロセッサーで混ぜ合わせる。
- ②ジャガイモは皮を剥き、一口大に切って茹でる。
- ③②をボウルに入れ、熱いうちにパセリペースト、粉チーズを加えて和える。

# 農作業ノート

営農技術顧問 志村 隆

## ユリの切花栽培について

ユリは高貴の花として、自生のある日本よりキリスト教を宗教とする国々で慕われる花ですが、シーボルトがヨーロッパに紹介してから、現代は世界中の人々にその交配種が好まれています。



### 【主な品種】

- ・カサブランカ (純白)
- ・マレロ (桃色)
- ・ル・レーブ (薄桃色)
- ・タンブランシュ (純白)
- ・シェルブルグ (白地に底黄色)

### 【土づくり】

日当たりよく腐植に富み、保水性、排水性のよい土壤が適します。  
あらかじめ、ガスター等で土壤消毒をしておきます。  
土づくりとして完熟堆肥を150kg、IB複合磷加安555号5kg、苦土石灰3kg／各a当たりを施用します。



カサブランカ

### 【栽培準備】

植付け球根数 3,600球／a当たり

植付け地 植床幅120cm、高さ20cm、通路幅50cm

球根消毒 腐敗病防止のため、トップジンM水和剤を球根重量の0.1%粉衣処理

灌 水 定植数日前には十分灌水

### 【定植】

定植時期 10月中旬～11月上旬

植付け方法 15×15cm、深さ10cm、根部を傷めないように植え、覆土は5cm程度

灌 水 植付け後も十分灌水し、萌芽までは寒冷紗で日除けします。

### 【栽培管理】

ネット 萌芽したら、フラワーネットを2段張ります。

栽培管理 生育中は十分に光を当てるようにします。

追 肥 生育状況を見て、場合によっては液肥1000倍程度を施用します。

灌 水 出蕾期ごろから茎葉をしめるため、灌水はやや控えめにします。

### 【収穫】

収穫時期 蕉が十分に大きくなり、やや白くなった頃に収穫します。

収穫方法 地際部を鎌で切り取り、下葉15～20枚を除去します。

直売向け 直売では1輪開花するか、しないか位のほうがよいです。

1輪でも開花したものは雄蕊を除き、花粉の付着を防ぎます。

株の処理 収穫後の株は一般的に処分します。

### 【栽培暦】

月 旬	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下	上 中 下
主な作業										X	X	

×：定植、□：収穫期間

※ 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、被害作物をご持参くださいと助かります。開催日は22ページをご参照ください。

## ◆お香奠(典)と香奠(典)袋のあれこれ◆

知人、隣近所、会社の取引先、職場の上司、同僚などで不幸があると、ご弔問のことなどその時に用意するお香奠についても礼を失しないようにと気にされることと思われます。

仏式におけるお香奠の「香」は、香・線香などを供えることを意味し、「奠」は靈前に供える金品を意味しています。香奠袋は黑白の水引の不祝儀袋が市販でありますので、これを用いて、表書きは仏式では「ご靈前」とします。忌明け(四十九日)以降の法事などでは「ご佛前」とします。ただし、浄土真宗では死後すぐに仏になるという思想なので通夜から「ご佛前」と書きます。

本来の意味から、奠、佛が正しいとされますが、典でも仏でも近年では一般的に使われるようになっています。

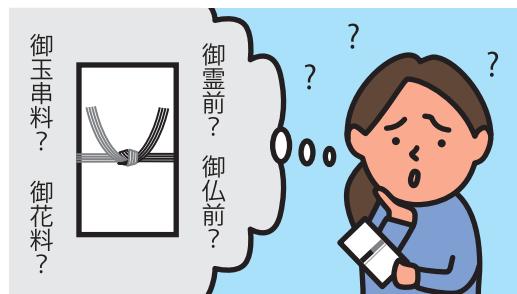
神式(神道)では「御靈前」「御玉串料」「御榊料」、キリスト教では「御花料」となります。

包む金額ですが、知人、取引先は5千円から1万円、職場の同僚は5千円、隣近所は3千円から1万円が一般的な相場とされています。亡くなられた方がまだ若い場合は多めに、高

齢の場合は少なめと、自分の年代や職場での足並みを揃えることなどを考慮して決めるのが良いと思います。

不祝儀袋の水引は黒と白のものが一般的に用いられます、京都を中心とした近隣の大坂、奈良、山陽、北陸などでは、初七日以降の法事で黄色と白の水引が使われるようです。古くから、色のもつ意味合いにおいて、黄色は黒より慶事色に近く、忌みが和らいだことを示すと言われています。

J Aセレサ葬祭センターでは、仏式、神式、キリスト教などの葬儀はもとより、仏事全般についてお応えしていますので、お気軽にご相談ください。



(セレササービス株式会社)

## 11月の運勢

## モナ・カサンドラ

## おひつじ座 3/21~4/19

【全体運】親切にされても何か裏があるような気がしてしまう時期。素直さが運気好転のポイントに【健康運】考え過ぎると体調に悪影響。笑顔が大事【幸運を呼ぶ食べ物】カブ

## おうし座 4/20~5/20

【全体運】発想が両極端になりやすいよう。信頼できる人のアドバイスに耳を傾けるのが賢明【健康運】適度に体を動かすことで、体調万全に【幸運を呼ぶ食べ物】シュンギク

## ふたご座 5/21~6/21

【全体運】小さなことを気にかけて、物事を停滞させる結果に。開き直りの気持ちが必要【健康運】イライラに注意。リラックスが健康のもと【幸運を呼ぶ食べ物】山芋

## がに座 6/22~7/22

【全体運】生き生き過ごせそう。積極性が増すので、やりたいことにどんどんチャレンジを【健康運】健康情報に注目。確実に役立つ知識あり【幸運を呼ぶ食べ物】さんしょう

## しし座 7/23~8/22

【全体運】おせっかいになりやすく、身近な人ともめてしまう傾向に。自分がやるべき事に集中すると良い【健康運】暴飲暴食にならないよう、適度に節制を【幸運を呼ぶ食べ物】カマス

## おとめ座 8/23~9/22

【全体運】コミュニケーション運が活性化。初対面の相手ともすんなり親しくなるはず【健康運】疲れを蓄積しないよう、休息を心掛けて【幸運を呼ぶ食べ物】サツマイモ

## てんびん座 9/23~10/22

【全体運】好きなことに時間をかければ、充実感を味わえる予感。共通の楽しみを持つ仲間との交流に幸運が【健康運】何となく不調を感じがち。無理は禁物【幸運を呼ぶ食べ物】カリン

## さそり座 10/24~11/22

【全体運】自分に自信が生まれ、未体験の事にも果敢にチャレンジしたくなる期間。大胆な行動が可能性を広げる【健康運】ヨガなどで体をほぐせば、良い影響が【幸運を呼ぶ食べ物】ボラ

## いて座 11/23~12/21

【全体運】優しくなるので、自然と人気者に。周囲から頼りにされそう。サービス精神を發揮するとグッド【健康運】スポーツをするなら十分な準備体操を【幸運を呼ぶ食べ物】長ネギ

## やぎ座 12/22~1/19

【全体運】好奇心が旺盛になる月。興味を引かれるジャンルがあれば、情報を集めてみて【健康運】運動を楽しむと心身とも活性化しそう【幸運を呼ぶ食べ物】のり

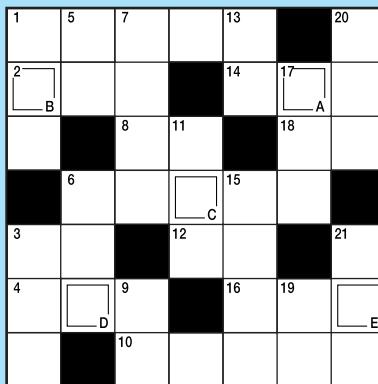
## みずがめ座 1/20~2/18

【全体運】つまらない意地を張り、孤立しがち。人の意見に耳を傾ける謙虚さを大切に【健康運】小まめに動くことで、体調が向上く気配【幸運を呼ぶ食べ物】ナメコ

## うお座 2/19~3/20

【全体運】行動力が増してくる兆し。守りより攻めの姿勢で思い切ったアクションを【健康運】肌荒れの季節。スキンケアを怠らないで【幸運を呼ぶ食べ物】ニンジン

## クロスワードパズル



### タテのかぎ

- ①イワシのすり身で\_\_\_\_汁を作った
- ③その日一番最初に駅を出していく電車
- ⑤朝市や漆器で知られる輪島市がある\_\_\_\_半島
- ⑥古代文明にはこのそばで発達したものも
- ⑦すべての商品に買い手が付きました
- ⑨マンモスには巨大なものが生えていたとか
- ⑪ほぐして味を付ければイクラに
- ⑬強風や大雨で海上が荒れること
- ⑯空を真っ赤に染めます
- ⑰無地のものには付いていません
- ⑲牛・豚・鶏などの内臓のこと
- ⑳王様はマツタケ？ ポルチーニ？
- ㉑かしこみ、かしこみ申す～

### ヨコのかぎ

- ①和装の花嫁さんが頭に着けます
- ②親指だけが離れている手袋
- ③ドングリのなる木
- ④年賀状用にそろそろ買おうかな
- ⑥食欲の秋、増えないか心配
- ⑧停留所で止まりながら乗客を運びます
- ⑩頭上のゴールに玉を投げ入れる\_\_\_\_ボール
- ⑫手の平や足の裏の反対側
- ⑭キツネやタヌキ、イノシシ、猿など
- ⑯家を守るという爬虫(はちゅう)類
- ⑰この文章は\_\_\_\_18のヒントです

### 8月号のこたえ

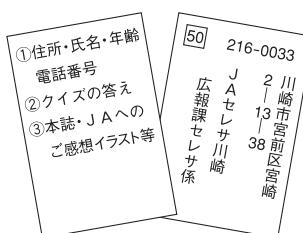
ケイロウノヒ



応募総数 30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。

## 応募方法



お寄せ頂いた  
ご感想、イラスト等  
は本誌で掲載する  
ことがあります。

**◇多摩川梨◇**  
多摩川梨が見れる季節になりました。冷やして食べる梨の味は格別。お弁当のデザートにも、変色しないのでおすすめです。  
(高津区・榎さん)

**◇地産地消◇**  
毎週定期的に近所の野菜販売所で、新鮮な物を手頃な価格で購入しています。提供していた  
テレビの報道では、世界規模の異常気象のこと。この先どう

**◇待ち遠しい◇**  
暑い日が続き水不足だつたせまいました。でもスズ虫だけが、元気に毎晩鳴き続けています。涼風が待ち遠しい毎日です。  
(宮前区・和田さん)

**◇出産＆子育て◇**  
7月末に出産しました。暑中、頑張って子育てしました。  
(麻生区・篠木さん)



**◇秋祭り◇**  
町会で秋祭りが行われ、神酒所を作りました。大勢の子どもたちが太鼓を引っ張って練り歩き、とても賑やかでした。  
(多摩区・伊藤さん)

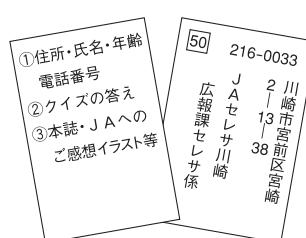
**◇梅ジュース◇**  
庭の2本の梅の木の実を毎年漬けて、ジュースを作っています。今年の梅は果肉が厚く、出来上がりも上々。ひ孫たちにも大好評です。(多摩区・手塚さん)

**◇秋の訪れ◇**  
処暑が過ぎても、まだまだ続く「夏」。でも、いつもの散歩道に秋の七草「女郎花」を発見。秋の訪れを待ちましょう。  
(多摩区・和田さん)



**◇セミの羽化◇**  
我が家の庭で見たセミの羽化。その様子を知りたくて、毎晩外で観察しました。地面から木に登り、葉にくつついで脱皮し、羽化するまで約3時間。本当に神秘的でした。1週間見続けて、子どもに帰った気分でした。  
(中原区・岡田さん)

■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、住所、氏名(匿名の方はペンネームを添えて)、年齢、電話番号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 11月15日(金)必着



## □ JAからのお知らせ

### 晴れの入賞者 敬称略( )内住所

第47回川崎市畜産共進会(乳牛の部)  
8月29日 市内巡回 出品点数10点  
△金賞=ホルスタイン・箕輪健二(細山)

### 梶ヶ谷支店の住居表示が変わりました

9月24日から高津区末長地区の住居表示変更に伴い、梶ヶ谷支店の住所が変更になりました。  
(旧)〒213-0013 川崎市高津区末長45-1  
(新)〒213-0013 川崎市高津区末長1-45-1  
尚、TELとFAX番号に変更はありません。

### 廃プラ・廃ビニールなど約6トンを回収

9月17日・18日の両日、宮前区のJA全農かながわ駐車場と麻生区の黒川営農団地管理倉庫で、農業用塩ビ・塩ビ以外・プラスチック・ネット類合わせて5,922kgを回収し、適正に処理しました。

次回は、平成26年3月中旬頃を予定していますが、日時・回収場所は未定です。

### セレサ「得する市」(第2回生活総合展示会)を開催します

開催日時 平成25年11月5日(火)・6日(水) 2日間  
午前9時30分～午後3時

開催場所 JAセレサ川崎本店  
セレサホール飛翔・102会議室・アトリウム

#### 出店内容

- 食品=乾麺・佃煮・お茶・お米など 試食コーナーがあります
- 衣料品(婦人服・作業服など)・日用品・宝飾品・ウイッグなど
- セレサモスの出張販売・太陽光発電メーカーによる展示相談会  
スタンプラリーもあります。皆さまでぜひお越しください。

◇バッグイン・バッグ◇  
知人からバッグ・イン・バッグの作り方を教わり作ってみました。使ってみると、バッグの中が整然としているので、物がすぐに見つかり助かっております。友人に差し上げたら喜ばれました。(高津区・今村さん)

◇秋を感じて…◇  
日中暑い暑いと外へ出ず、夕方戸外へ出ると、秋の虫の声。空気は暑くとも、地中はもう冷え始めているのかと考えると、嬉しいのか悲しいのか分からなくなり、人間は勝手だなあと思いました。(多摩区・閑谷さん)

### ◇バッグイン・バッグ◇

叔父さんが育てたカボチャを、ハロウィン向けにデザインして、セレサモスで販売しました。



(麻生区・山田さん)

### ◇ハロウインカボチャ◇

◇投稿のお礼◇  
たくさんのお便りありがとうございました。これからも、ご感想などお待ちしております。(JA広報課)



第1回展示会(昨年)の様子

## 組織 だより

### 高石支部(生田地区)

高石支部は、小田急線の百合ヶ丘駅を挟んで、南と北に広がる丘陵地が範囲です。かつては低地部で稲作、丘陵部では野菜の生産が広く行われていました。高度経済成長に合わせ大規模な宅地開発が相次いで行われ、今では麻生区内でもひとくわ人口の多い地域となっています。その一方、今も宅地の合間に畠も残り、良質な野菜の生産も続けられています。



組合員戸数は56戸。木下廉支部長は、毎年の日帰り研修で支部の結束を図っています。

### 台南支部(稻田地区)

台南支部は多摩区登戸の西よりの部分、二ヶ領用水に面した地域が主たる範囲です。ほぼ平原な地域で古くから稲作が盛んに行われ、江戸時代以来稲米の産地として知られてきました。また登戸一帯はナシを中心とした果樹栽培が盛んで、台南地区周辺でもナシの時期には直売所を目にすることができます。



組合員戸数は17戸。三平等支部長は、年1回食事会を開く他、町会と協力して防災訓練を定期に行い、町の安全の一端を担っています。

※今月号は支部都合により、予定を変更して台南支部と高石支部を掲載致しました。次回は平日影支部と平日向支部を紹介します。

# INFORMATION

## J Aからのお知らせ

### セレサのDATA

貯金	1兆2,859億円
貸出金	5,080億円
長期共済保有高	1兆6,204億円
年金共済保有高	313億円
購買品供給高	510百万円
販売品取扱高	432百万円
施設事業契約高	140億43百万円
組合員数	58,844人
うち正組合員	5,862人
准組合員	52,982人 (9月30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8:00～21:00、土日祝9:00～19:00、(セレサモスは、営業時間内の稼働)  
 ☆経済センター店舗…平日・土日9:00～16:30(月末12:00)※祝日は休み  
 ☆セレサパーシモン…平日・土日9:00～16:30(月末15:00)※祝日は休み  
 ☆セレサモス…11月～3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。

### 11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)…1日(金)、6日(水)、8日(金)、13日(水)、15日(金)、20日(水)、22日(金)、27日(水)、29日(金)  
 ☆セレサパーシモン(資材店舗：麻生区片平2-30-15)…5日(火)、7日(木)、12日(火)、14日(木)、19日(火)、21日(木)、26日(火)、28日(木)  
 時間：9:00～16:00  
 相談員：JAの営農技術顧問  
 その他：予約は不要です。

### 11月の経営相談日(法律・経営)

5日(火) 9:30～11:30 宮前支店  
 13:30～15:30 中原支店  
 12日(火) 13:30～15:30 柿生支店  
 19日(火) 9:30～11:30 高津支店  
 13:30～15:30 中原支店  
 24日(日) 9:30～11:30 梶ヶ谷ビル  
 26日(火) 13:30～15:30 稲田支店  
 相談時間は原則30分程度。要予約。予約は相談日の前営業日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。

### 11月の年金無料相談会

5日(火)上作延支店  
 7日(木)小向支店  
 12日(火)千代ヶ丘支店  
 14日(木)百合丘支店  
 19日(火)野川支店  
 21日(木)稻田支店  
 24日(日)住吉支店(※)  
 26日(火)菅支店  
 予約は開催支店まで。但し、※は事業推進部(TEL877-2140)まで。

### 11月の休日住宅ローン相談会

9日(土)菅生支店  
 10日(日)小杉支店、菅支店  
 23日(土)みなみ支店、住吉支店、橋支店、長沢支店  
 24日(日)大師支店、鹿島田支店、北見方支店、宮前平支店、生田支店、新百合丘支店  
 時間は9:00～15:00  
 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。予約がない方はお待ちいただくことがあります。専用ホームページ(<http://www.jaceresa.jp/>)

### セレササービスのご案内

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.ceresa-service.co.jp>



### 11月のセレサモス行事予定

☆出張販売…  
 7日(木)11:00～13:00 御幸支店  
 21日(木)11:00～13:00 みなみ支店  
 ☆毎月第3金曜日は「お米の日」  
 15日(金)  
 お米の一銘柄(銘柄は未定)の割引販売を実施いたします。  
 セレサモスの情報につきましては、HPをご覧ください。

### 11月のセレササロン

6日(水)高津支店  
 7日(木)中原支店  
 27日(水)新百合丘支店  
 会費：1,300円  
 対象：おおむね60歳以上の方  
 ご参加の方は事前にご連絡をお願いします。お問い合わせ・お申し込みは本店生活福祉課まで。TEL877-2509

### HPで気軽に素早く情報をゲット

機関誌セレサはHPにて閲覧する事ができます。また、各事業内容やイベント情報などを随時更新し、お知らせしています。  
 ぜひ情報入手のツールとしてご活用ください。

enjoy オピ

COME TOGETHER

宮前支部  
大正琴グループ



「演奏中に、アンサンブルがキレイに奏でられた時はすごく嬉しい」と琴の音色に魅了されるメンバー14人。マイ・エレキ琴を持つて、地域のボランティアからオペラ座での発表など幅広くその音色を届けています。

活動は、平成3年から開始。ベテランから初心者まで、様々な方が在籍しています。1年間個人

レッスンがあるので初心者の方でも安心。「どんどん入ってほしい」と呼びかけています。

「仲間でやるからこそいい音が出来る」と仲間の存在が琴には必要不可欠。その大きさを実感しているからこそ、メンバーの絆は強く、それが音となり、綺麗なハーモニーを作り出しています。



# Dish Up!

## 材料 (2人分)

- ・豚バラ肉…200g
- ・サラダ油…少々
- ・塩コショウ…少々
- ・卵…2個
- ・コーラ…1カップ
- ・醤油…大さじ2・1/2
- A 〔・ネギ(青い部分)…5cm
- ・ショウガ(薄切り)…2枚
- ・コショウ…少々
- ・キュウリ…1本



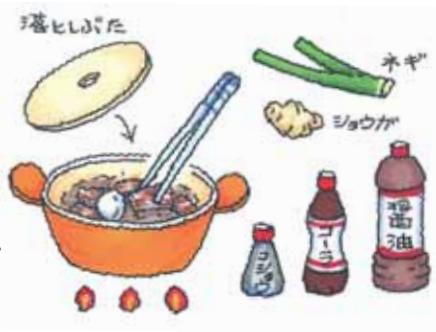
## 豚バラ肉とゆで卵のコーラ煮

### 作り方

①卵は固ゆでにし、殻を剥いておく。



③鍋にAを入れ、落としぶたをして中火にする。煮立ったら徐々に弱火にし、約20分煮る。



②豚肉は1cm幅に切って塩コショウをし、フライパンにサラダ油を熱してキツネ色になるまで焼く。



④キュウリはピーラーで縦長に薄く剥き、冷水で2、3回洗つて水気を切る。

⑤器に③の肉、縦半分に切った卵、④を盛り、煮汁をかける。

### ワンポイントアドバイス

高津区宇奈根 河崎 史子さん

青ネギやショウガを入れることで肉の臭みが取れ、コーラで煮ることで肉が軟らかくなり、とても食べやすい1品になります。小さい子も大好きな味付けなのでぜひチャレンジしてください。

