

CERRESA

NO.211



特集 地域に根ざす直売グループ

セラサ
4

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

2015.April

Contents

特集	地域に根ざす直売グループ	3
	川崎探検隊 有馬周辺を歩く	8
PICK UP		10
逸	手品でみんなを笑顔に 高津区 本多 円成さん	14
Handman	国内外で農業振興を支える 中原区 田邊 進さん	15
パワー全開	直売所の復活を目指し栽培技術を磨く 多摩区 浅谷 信男さん	16
食農NOU	グレープフルーツ	17
	農作業ノート 葉ボタンの切花栽培 営農技術顧問 志村 隆	18
Healthy LIFE	若さを保つ食生活	19
mail box	& クロスワードパズル	20
JAからのお知らせ	& 組織だより 東前支部・久末支部	21
INFORMATION		22
enjoy	柿生支部 童謡グループ	23
Dish Up!	ダイコンと豚バラ肉のみそ煮 高津区 森 キクノさん	24

5月の行事予定

2日(土)	生田緑地園芸まつり (10時～16時、生田緑地中央広場)	
3日(日)	生田緑地園芸まつり (10時～16時、生田緑地中央広場)	憲法記念日
4日(月)	生田緑地園芸まつり (10時～15時、生田緑地中央広場)	みどりの日
5日(火)		こどもの日
6日(水)	セレサモス臨時営業日	振替休日
15日(金)	花と緑の市民フェア (等々力緑地)	
16日(土)	花と緑の市民フェア (等々力緑地)	
17日(日)	花と緑の市民フェア (等々力緑地)	
18日(月)	第18回組合長杯チャリティーゴルフ大会 (レイクウッドゴルフクラブ)	
25日(月)	第18回組合長杯チャリティーゴルフ大会 (レイクウッドゴルフクラブ)	
26日(火)	定例理事会	

※日程等は変更されることがあります

セレサ花やかフェア
4月29日(水・祝)、30日(木)
本店駐車場 9時～16時(30日は13時まで)

5月の連休の期間中は、JAの窓口等の休業日になります
詳細は、P21およびホームページをご覧ください

今月の表紙

畑を彩る菜の花

今月の表紙は、終盤を迎えた菜の花畑で収穫作業する宮前区野川の小島文枝さん、仁志さん親子。10年以上前から近隣のスーパーへ出荷し、畑の脇に設置している自動販売機で直売もしています。この自販機は、山の上にある直売所として、散歩中や自転車に乗って買いに来る人たちが多く、年中にぎわいを見せています。

農繁期は、利夫さん夫婦と息子の仁志さん夫婦が総出で作業を行い、新鮮な農産物を地域の人たちに届けています。



地域に根ざす 直売グループ



諸外国や企業による食品偽装や異物混入問題などもあり、最近では食に対する信頼性、安全性への関心が非常に高まっています。

J A セレサ川崎管内には、新鮮で安全・安心な農畜産物の供給基地として「セレサモス」や個人直売所のほか、地域ごとに特色のある直売グループが運営する共同直売所があり、消費者から大きな支持を得ています。

そこで今号では、消費者の期待に応えようと日々励んでいる直売グループの活動を紹介します。

地域に多くのファンを 抱える直売グループ

7年前に「セレスモス」がオープンしてから、市内産農畜産物の知名度は飛躍的に向上し、その品質の高さは、多くの消費者から好評を得ています。

また、市内各地域では「セレスモス」の開店よりもずっと前から、高い生産技術を持った生産者が協力し合い、直売グループを結成。複数店舗での直売や移動販売、商店街の中での販売など、その方法は様々ですが、それぞれ特長を生かして、多くのファンを抱えています。



開店前には長い列ができます

生田野菜即売会

各会員の個性を生かし ニーズが高い加工品も販売



手作りの漬物は大好評

が、漬物などの加工品に対するニーズも徐々に増加。20年ほど前に加工場を開設し、漬物や梅干し、ジャムなどを販売したり、新たに加工場の開設に向けて準備をしている会員など、多くが加工品作りに

も力を入れています。漬物やジャム以外の加工品作りも視野に入れ、利用者に飽きられないように新たなニーズを発掘しています。

5人の会員が個性を生かしながらも、安定して直売を続けられるように、「将来的には地域内にある他の直売所とも連携をはかっているければ」と、松澤弘安会長が多様化する消費者のニーズに 대응していく、今後の目標を語ってくれました。

宮前直売グループ 地域と共生しながら 和やかな直売所を運営

約40年の歴史があり、3人の正会員が所属している「宮前直売グ



直売所には笑顔が絶えません

ループ」。正会員家族とパート販売員2人で、和やかな直売所を運営しています。

週3回の販売日に出荷する品目や量などは、毎回話し合っており、また、年に2回行う県内直売所の視察時には、価格や規格、品揃えなどを確認し、よいものをすぐに取り入れるようにして、利用者に飽きられない店作りを心がけています。

店頭に並べる品揃えを増やすため、作付け調整をしています。3人で生産できる面積と労力には限りがあります。そのため、15人ほどの地域生産者に出荷協力を依頼し、端境期や品薄時などを含め、

共同出荷・共同販売ではなく、当番会員が自身の農産物を直売所で販売する「生田野菜即売会」。現在の会員数は5人で、JA生田支店の駐車場脇と小田急線「生田駅」の南口近くで直売しています。取り扱う品目は、時期や会員によつて異なりますが、トマトやホウレンソウなど定番野菜のほか、のらぼう菜やタケノコなど季節の野菜を含め、年間を通し20から30種類ほどになります。

どの野菜も人気が高く、早々に売り切れてしまうことが多いです



とれたて農畜産物はいつでも大人気

常時20品目ほど確保できる体制を整備しています。また、出荷最盛期に協力会員の荷があふれている時は、直売所で荷を引き受けて積極的に販売するなど、1年を通して互いに助け合う関係を築いています。

15年ほど前からは、地元中学校の職場体験に協力しているほか、小学校や社会福祉協議会からの依頼にも気軽に応じ、バザーやお祭りなどの出張販売にも協力しています。鈴木敦会長は「多くの人たちと協力し合い、交流の輪を広げていければ」と、地域とのつながりを深める活動にも力を入れています。

40年以上の歴史がある「柿生野菜生産者直売会」。現在の会員19人のうち、ほとんどが発足当初会員の二代目に替わっています。

同直売会では、早い時期から生産者間の絆づくりに力を入れようと、昭和62年に農業後継者を対象とした青年部を発足。日曜日定休制の採用など、時代に沿った取り組みを実践しながら、スムーズに世代交代ができる基盤を築いてきました。会社員や自営業など、他業種を経験してから就農した人が



作業の合間にも会話が弾みます

柿生野菜生産者直売会 世代交代が進んでも 伝統の品質を守り続ける

多いですが、親からの指導はもちろん、会員同士で教え合ったり情報交換することで、互いに栽培技術を磨いてきました。「長い付き合いなので、言いたいことや冗談を言いながら、楽しく運営しています」と、井上清士会長は会員の仲の良さを語ります。

そうした親しさの中でも、出荷品に関しては厳格な規格基準を設け、値付けや出荷計画係など、会員の役割を細かく分担。全員が責任をもって役割を果たすことで、発足当初から受け継がれてきた伝統の品質を守り続けています。

こうして、新百合丘や柿生、菅、宿河原など麻生区と多摩区に7か所ある同直売会の直売所には、連日多くの消費者が訪れています。



開店と同時に大勢の人でにぎわいます

「消費者に少しでも早く新鮮な農畜産物を届けたい」と、開店時間の10時前でも準備が整い次第販売を始めます。

同直売会では、限られた人数と畑を有効的に活用し、過不



情報共有をはかる会議

黒川農産物直売会 毎週1回の会議で メンバーの意思を統一

セレサ不動産(株)菅営業所に隣接する直売所で、毎週2回直売している「黒川農産物直売会」。7人の会員が当番制で、

足なく消費者に届けられるよう、毎週水曜日の夜に出荷調整会議を開催。各販売日の出荷品目と量を協議するとともに、消費者のニーズや感想、近隣店舗の価格などの様々な情報を共有しています。

この会議で決めた内容をもとに、「どの直売会にも負けないものを作り、リピーターを増やしていく」と、市川昇会長をはじめとするメンバー全員が、一丸となって生産と販売に励んでいます。

また、会員と一緒にパート販売員が、主婦目線を活かしたレシピを伝え、より多くの消費者に自慢の農畜産物を手にとってもらえるようサポートしています。

利用者からは「傷みがなくてお



生産者と利用者の会話も楽しみの一つ

いしい」、「ここで買ったらよそでは買えない」など、品質を絶賛する声が多く寄せられています。



荷を積み込んでまもなく出発

岡上直売会

移動直売車で新鮮な農畜産物と真心を届ける

市内で唯一、移動直売車での販売を手がけている「岡上直売会」。現在、6人の会員が週に3回ほど、移動直売車と小田急線「鶴川駅」そばの直売所で販売しています。

メインの移動直売では、当番会員が近隣の住宅地を走り、数十か所に停車。停車する際は、昔から変わらないメロディーを流し、直売車の到着を知らせています。毎

回、販売の合間に何度も直売所に立ち寄り、互いの品揃えを確認、調整。さらに曜日によって走行ルートや立ち寄る順番を変え、より多くの消費者に新鮮な農畜産物を供給できる体制を築いています。

販売後には、全会員で必ずミーティングを開催。当日の販売状況のほか、利用者の感想や要望など様々な情報を交換し、次回販売分の品目や出荷量、値段なども協議して、出荷調整を行っています。

利用者の多くは昔からの常連客で、会員との情報交換はもちろん、住民同士のコミュニティスペースにもなっています。常連客からの予約注文にも気軽に応じ、次の販売時に届けるなど、きめ細かいサ



自宅前で買える直売車は欠かせない存在

ービスを提供しています。横田豊会長は「お客さんの喜ぶ笑顔を活用に、地域の足として今後も走り続けていきたい」と、意欲を燃やしています。

地産地消における地域の大きな架け橋

紹介したグループ以外にも、そ菜部幸中原支部が小杉支店、青壮年部高津支部が高津支店で直売をするなど、夏季と冬季の期間限定ですが、地域住民に親しまれています。また、昨年1月から青壮年部向丘支部の有志が集まり、月に2回向丘支店で直売を始め、着実に固定客を増やしています。

このように各直売グループは、様々な工夫や努力を続けながら、高品質で新鮮、安全・安心な農畜産物を生産すると同時に、消費者への届け役として、地産地消の大きな架け橋となっています。

今後、消費者から届く生の声を集め、多様化するニーズに応えながら、都市農業の発展と地域に欠かせない貴重な存在として、さらなる活躍が期待されています。

植木供養塔

下有馬バス停より徒歩3分

長善寺

住 宮前区東有馬5-11-1



1530年頃に創建された長善寺には、「植木供養塔」があり、毎年3月にはその年に枯れた植木などの供養を行う供養祭が行われています



春の陽気のなか、今回は東急田園都市線鷺沼駅からバスで街歩きへ出発します。いったいどんな自然の風景が待ち受けているのでしょうか。

早速バスに乗り、車窓からの景色を楽しみます。道路に面した民家の庭園には、綺麗に手入れされた桜の木が咲いていました。きつと季節ごとに近所の方の目を楽しませてくれていることでしょう。

そんなことを考えているうちに、二つ目のバス停「三田橋」に到着。バスを降り、閑静な住宅街を歩いていくと、大きな公園を発見！園内では原生林を眺めたり、野鳥を観察したりと、自然散策を楽しみました。

そろそろ小腹が空いてきたな…と思いつつ歩いていくと、交差点付近にかわいらしい看板のパン屋さんを発見！店内に入ると、焼きたてのパン

の良い香りが♪早速新商品のパンを注文し、お腹を満たしました。

続いて「神明社前」バス停から徒歩4分の公園へ。梅林公園の名の通り、鮮やかな梅の花が咲いていました。花を眺めつつのんびり歩いていくと、「影取大蛇の伝説」の案内板を発見。近隣の方に大蛇の民話を詳しく聞かせていただきました。

有馬街道に戻り、最後は「下有馬」で下車。境内では満開の河津桜を見ることができました。暖かい日差しに包まれて、なんだか良い気分♪さらに奥へ進むと、本堂の脇に佇む植木供養塔を発見。宮前の人々と植木との繋がりを改めて感じました。

数時間のバスの旅となりましたが、有馬の住宅地の中に残る自然豊かな風景を満喫した一日となりました。

三田橋バス停より徒歩8分

有馬ふるさと公園

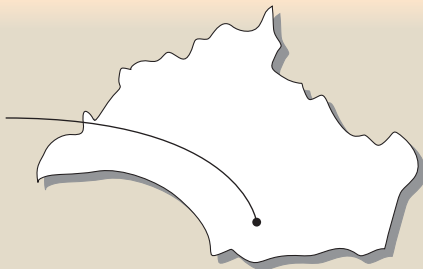


公園は山の斜面を利用して造られていて、春先にはコナラやケヤキの原生林など、自然の風景を楽しむことができます

立派に生い茂る原生林



宮前区 有馬



宮前区の南部に位置し、南は横浜、北は馬絹と小台、西は鷺沼に接している。かつては有馬川の周辺に広がる水田で稲作が行われていたり、養蚕や柿、栗の栽培を生業としていた人口増減の少ない静かな村であった。昭和40年代頃から次第に区画整理が進み、東急田園都市線の開通により、人口が増加。現在は多くのマンションが建ち並び住宅地となっている。



メジロを発見!

桜の木をよく見ると、木に佇むかわいらしいメジロを発見しました!



三田橋バス停より徒歩10秒

もあ小麦館

住 宮前区有馬5-1-1
営 7:30~20:00 休なし



シママスという沖縄の塩や三温糖など、素材にこだわり、添加物等はなるべく使わないようにしているそうです。リーズナブルで、食べ応えのあるパンが1日約90種類ほど店頭に並んでいます



散歩のおともに 「おさんぼパン」

一口大で食べやすい新商品の「おさんぼパン」。カップに入っているので、散歩をしながら食べることができます。種類はクロワッサン(メープル味・ブルーチーズ味)、スティックチーズパンの3種類。3月中旬から5月末まで販売しています



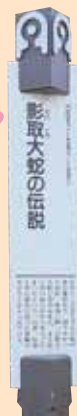
神明社前バス停より徒歩4分

有馬梅林公園

桜と梅の コラボレーション!



公園内には心地よい梅の花の香りが一面に広がっていて、写真を撮影したり、花を観察する親子連れでにぎわっていました



有馬に伝える 影取大蛇伝説

かげ とり だい じゃ

有馬には昔から伝わる民話があります。梅林公園の近くに昔、大蛇が棲んでいたとされる池があり、その池の前を通った若い女性が水面に映った影を大蛇に呑みこまれ、病気を患ってしまったという話です。今でもその民話は語り継がれていて、地名や屋号にも民話の名前から引用した「影取」の名が残されています



〈有馬在住・伊藤 武さん談〉



総合ネットワーク 本格稼働 情報共有強化をはかる

会議資料のペーパーレス化、迅速に最新情報を提供できる総合ネットワークシステムが3月17日、柴原組合長のシステム起動により本格稼働となりました。

当JAでは、県下初の取り組みとして、非常勤役員にパソコンを貸与し、本店とネットワークを結びました。同システムにより、自宅でも会議資料などが確認できるようになりました。

また、会議資料を従来の紙媒体から電子化。資料作成の省力化や印刷コスト軽減、直近情報提供による会議が可能となりました。

JAでは、「2つのシステムの稼働によって情報の共有強化がはかれる」と、期待しています。



システムを起動する柴原組合長

第18回女性部連絡協議会大会・家の光大会

第18回女性部連絡協議会大会・家の光大会が3月6日、本店セレサホール飛翔で行われ、女性部員と役職員ら合わせて591人が参加。来年度の活動方針を申し合わせました。

大会に先立ち、森キクノ会長が、「これまで以上に魅力ある組織づくりに努め、次世代の育成に力を入れていきたい」とあいさつしました。

引き続き、今年度の活動報告のほか、来年度の活動内容が示されました。次年度はより一層、地産地消や食農教育など次世代育成に向けた活動をJAと共に取り組むこと、女性部への加入推進を積極的に行い、新たな仲間づくりを推し進めることなどが承認されました。



諦めないことの大切さを語る花田氏



講演に聞き入る参加者

大会後は「母として、妻として、女将として」と題した貴乃花部屋女将の花田景子氏による記念講演が行われました。花田氏は力士の育成や貴乃花親方の現役時代の裏話などを交え、諦めないことの大切さを訴えました。

参加者は花田氏のユーモアに富んだ話に笑みを浮かべるなど、会場は和やかな雰囲気になりました。

橘樹官衙遺跡群 国史跡に指定



史跡指定を祝う横断幕がかけられている

高津区千年と宮前区野川にかけて広がる「橘樹官衙遺跡群」が3月10日、市内で初めて国史跡に指定されました。

同遺跡群は、奈良・平安時代の地方行政組織「郡」の1つ「橘樹郡」の役所跡「橘樹郡衙跡」と「影向寺遺跡」で構成され、指定面積は約

12,000平方メートルです。

市は平成27年度から2年かけ、学識経験者や市民らで構成する委員会を設置し、適切な保存管理計画や土地の公有化の方向性などをまとめる方針です。また、歴史学習や観光資源としての活用方法などについても検討していく予定です。

青壮年部員が役職員と意見交換

青壮年部は3月13日、高津支店で農業体験実習報告・親睦交流会が開かれました。

同会は、青壮年部の協力で行う新入職員の農業体験実習の一環として行われたもの。部員と役職員合わせて約100人が参加し、各支部で行った実習の成果を発表しました。

職員は「今までより農業に関心を持つようになった」、「収穫までの流れを体験できて勉強になった」などの感想や成果を発表しました。交流会の一部としてボーリング大

会も行い、部員と職員が一段と親睦を深めました。

また、18日には同支店で青壮年部リーダーフォーラムを開き、部員と役職員合わせて25人が参加しました。

各支部が地域の特徴を生かしながら行った農業体験実習の活動を報告。意見交換会では、青壮年部員から営農指導の強化や生産資材の充実など、多くの意見や要望があがりました。柴原組合長ら役員が1つ1つ丁寧に答え、活発な意見交換が行われました。



親睦を深めたボーリング大会



活発な意見交換が行われたリーダーフォーラム

電気自動車充電器を設置

当JAは4月1日、環境問題対策と地域貢献の一環として、菅生支店とセレスモスの各駐車場に、電気自動車急速充電器を設置、稼働しました。

県内の電気自動車台数は、全国でもトップクラスで、都市部で利用頻度の高い充電設備の充実が求められています。



菅生支店に設置された充電器

JAでは、「組合員や利用者、地域の人たちの電気自動車の利用促進につながれば」と、期待しています。

新入学児童に黄色いランドセルカバー贈る

JAでは新入学児童の交通安全を願って、川崎市の交通安全パートナー事業に協賛。3月26日、市役所本庁舎で寄贈式が行われ、福田紀彦市長に黄色いランドセルカバーを贈りました。

JAは平成20年から8年にわたり協賛を行っています。今年は、122校の私公立小学校の全新生入学児童12,668人に贈られました。



児童に黄色いランドセルカバーを贈る柴原組合長と福田市長

寄贈式には、児童代表として幸区の御幸小学校に入学予定の福島裕仁さんと松下心奈さんが出席。初々しいランドセル姿に入学を祝い、出席者から大きな拍手が送られました。

組合員の集い 歌謡ショーとものまねを満喫

平成26年度「組合員の集い」が2月26日から3月18日までの8日間、市内5会場で15公演が行われました。

組合員の集いは、JAの事業報告と日頃の感謝の気持ちを伝える催しとして、開催しています。昨年までの「准組合員の集い」の名称を改め、組合員とJAとのつながりを強化することを目的に、今年から正組合員含めての集い開催となりました。

各会場、開演前から大勢の来場者が列を成し、8日間合わせて約11,000人の組合員が集い大盛況となりました。

開演冒頭、原副組合長が日頃の事業に対するご愛顧に感謝を伝えるとともに、「今秋オープンを予定している『セレスモス宮前店』を通じて市内農業振興、市内産農畜産物の供給に努めていきます」と、あいさつ。続いて地域貢献活動や各事業の進捗状況を報告しました。

その後、参加者お待ちかねの歌謡ショーやものまねのほか、平成26年度から初となる、豪華賞品が当たる抽選会などが行われました。

メインとなる鳥羽一郎さんの歌謡ショーでは、ヒット曲

「兄弟舟」や新曲「飛騨の龍」などを熱唱。軽快なトークを交えながら、会場を盛り上げました。



日頃のご愛顧に感謝を伝える原副組合長



ステージから降りて熱唱する鳥羽一郎さん

長沢支店で200億円報告会

長沢支店の貯金残高200億円達成報告会が3月3日、同支店で行われ、大台達成を祝いました。

長沢支店のセレス創立時の貯金残高は107億円余。以来、各事業とも順調に進捗を重ね、平成26年11月に待望の200億円を達成しました。

ご支援をいただいた組合員や地域利用者に感謝し、さらに地域に貢献できるように努力していきます。



歴代支部長を代表してあいさつする関口鐘雪元支部長

とんもりやと 飛森谷戸の自然を守る会 環境保全に尽力 国が表彰

生田緑地内で環境保全活動に取り組んでいるボランティア団体「飛森谷戸の自然を守る会」が、国土交通省の「手づくり郷土賞(大賞部門)」を受賞しました。

同会の事務局代表の高木一弘さんと会長を務めていた矢澤茂さん(2月に死去)が「子ども時代に遊んでいた場所を次世代に残したい」との思いから活動をスタート。

同会は、生田緑地へとつながる宮前区初山地区約2.7㍓で清掃作業やホタル育成など環



表彰を受けた「飛森谷戸の自然を守る会」

境保全活動を行っています。

受賞を機に、さらなる活動へ意欲を燃やしています。

300年の 時を刻む 代々引き継がれるぬか床

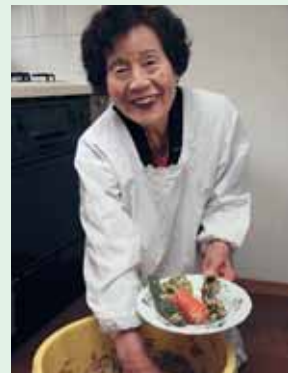
300年以上の家歴とともに家人の「心の故郷」になっているぬか床を守っている宮前区有馬の持田喜久代さん。自慢のぬか漬けは、食卓に欠かせない一品となっています。

かつては、野菜や米作りのほか、炭焼きを行い、汗をかいた後の漬物は塩分補給からもおかずとして、よく食べられていました。「無くなる度に母がぬか床から取り出し切っていました。それが当時の食卓風景でした」。

当時は、自家製の米ぬかの

ほか、塩鮭を1本もらった時に頭を焼いて入れたり、かつお節の端を入れたりしていました。田畑は植木畑へと変わり、今は、知人から分けてもらった米ぬかや昆布、トウガラシを足しながら曾祖母、母と代々引き継がれてきたぬか床を守っています。

「『おいしい』という言葉が一番の喜びなのよ」。癖のない素材そのものの味を引きだしているぬか床は、先人たちと家族をつなぎ、次代へと引き継がれていきます。



300年以上続くぬか床を守る喜久代さん



素材の味が引き立つぬか漬

組合員後継者 イベント 888世帯が参加

1月17日から千葉県浦安市の東京ディズニーシーと東京ディズニーランドで開かれた、組合員後継者イベントが3月15日、全日程を終了しました。

同イベントは、今後、組合員として活躍される次世代の方々とJAとの絆をより深めたいとの思いから開いたもの。6日間合わせて888世帯3,731人の後継者家族らが参加しました。

各会場では、役員がキャラクターの手袋を着けて、参加者を笑顔で歓迎。参加者は、キャラクターのグッズが当たる抽選会をはじめ、ショーやキャラクターたちとのふれ合いを楽しみました。



東京ディズニーランドでのショー



あいさつする柴原組合長

新城支店で400億円報告会

新城支店の貯金残高400億円達成報告会が3月13日、同支店で行われ、大台達成を祝いました。

新城支店のセレサ創立時の貯金残高は228億円余。以来、各事業とも順調に進捗を重ね、平成26年6月に待望の400億円を達成しました。

ご支援をいただいた組合員や地域利用者に感謝し、さらに地域に貢献できるように努力していきます。



あいさつする田中実理事



手品で みんなを笑顔に

逸
ITSU
私の好きなこと

数学の教師を勤めていた頃、手作りの模型を使って授業を行って見たことがきっかけでした。その時から物を使って見せることに興味を覚え、退職後、教職員互助会の手品教室に加入。月に一度教室に通い、仲間と披露し合いながら腕を磨いています。箱の中身を当てたり、首に巻いた紐をほどくものなど、様々な手品の中で、とくに目を引くものが雑誌に水を流し込んでもこぼれない手品。透明な水を雑誌のページの間に入れ、逆さにしてもこぼれないというもの。それからコップ



に水を戻すと、赤色の水に早変わり。「この手品はうけがよく、お客さんが目を丸くして驚いている姿を見ることが一番の楽しみです」。10年程教室に通い、10種類以上の手品を習得。レパートリーの中でも、種も仕掛けもない紐を使つたものなどが好きな手品の一つ。習得した手品は、福祉関係施設でのイベントのほか、結婚式でも披露し、会場を盛り上げています。「時には失敗することもありますが、それも笑いに变え、皆さんに笑顔と驚きを届けられる手品を今後も披露していきたい」。

PROFILE

昭和21年生まれ。手品のほかに、ゴルフやカラオケ、書道など趣味は多彩。「みんなに楽しんでもらいたい」と、多くの場で手品を披露しています。



高津区上作延 かずしげ
本多 円成 さん



■ ひゅうまん

国内外で農業振興を支える

中原区下小田中 田邊 進さん

「農業を通じ、多くの人と出会えたのが一番の喜び」と話す田邊さんは、国境を越え、長年農業技術の継承に尽力してきました。

子どもの頃は、登戸や溝口までリアカーを押し、農産物の出荷を行うなど農作業を手伝うのが当たり前の日課。自然と家業を継ぐ決意をして東京農工大学に入学し、栽培について勉強してきました。しかし、家の事情で農地を手放すことになり、農業への道を断念。

やりたくても農業に従事することができない現実直面し、田邊さんが選んだのは技術者として農業に携わることでした。

まずは、自分の住む地域でも「農業を守り、盛り上げていきたい」と、昭和36年頃には市青年団連盟で活動を実施。地域農家と協力し、地域の結束力を高めてきました。その後、昭和30年代後半に海外に農業技術者を派遣する事業が積極的に展開され、2年間の海外赴任としてカンボジアに渡りました。任期終了後も農林水産省の国際協力課に配属され、海外技術協力官としてさらに3年間任務。農業技術が乏しく、インフラも整っていない

ない現地では、アメリカの大学を卒業した現地指導者とともに、水路の確保や農機具の操作方法、栽培技術を指導してきました。

帰国後は、炭鉱により地盤が悪化した農地を復旧させるための仕事に従事。また、戦前・戦後にブラジルに渡った日本の農業者を支援するための政策を立案するなど、幅広く農業振興を行ってきました。

「農業に携わる事ができて本当に楽しかった」。多くの繋がりを作り出した農業の日々を振り返り、笑顔を覗かせています。





セレサモスに米を
出荷している市内で
も数少ない生産者。
作業効率を上げるた
め、機械化を進めて
くれた兄の後を継い
で4年目になります
が、はじめは操作方
法もわからず、試行
錯誤の連続でした。

就農前は収穫の手伝い程度の経験
しかありませんでしたが、「どうせ作
るならおいしい米を作りたい」と、
県が推奨する『さとじまん』を作付
け。昨年は約2・5トンを収穫し、セ
レサモスでは常連客から販売を待ち

『直売所の復活を目指し 栽培技術を磨く』

多摩区中野島 浅谷信男 さん

わびる声が増え続け、毎年完売する
ほど人気の商品になりました。
当初は、米を作ることに必死でし
たが、一連の作業にも慣れてくると
「かつて父が営んでいた直売所を復
活させたい」。そんな夢を抱くよう

資材選定や栽培方法の基礎を習得。
防草マルチなどで除草の手間を省い
て作業時間を確保し、品種は食べ比
べをして一番おいしかった1銘柄に
絞って栽培することにしました。昨
年度は100kg以上を収穫して、セ

レサモスで販売。出荷する度に完売
していることを知り、喜びとともに
大きな手応えを感じています。今後
は、サツマイモで培った技術を生か
して、ジャガイモやサトイモなども
出荷していきたいと考えています。
そのほかにも、トマトやキュウリ、
タマネギなども栽培し、多品目を扱
っていきけるよう技術を磨いています。
はやる気持ちはありますが、1人
でできることには限りがあります。
「直売所の復活に向けて今はしっか
りと技術を身につけ、父や兄が受け
継いできた田畑を守っていきたい」。
夢の実現に向けた浅谷さんの挑戦は、
これからも続いていきます。

子どもの頃から釣りが好きで、高
校生になってからフライフィッシン
グをしています。最近は釣りに行く
時間はありませんが、落ち着いたら
家族で出かけたいですね。その分、
今は妻と二人で子育てを楽しみ、自
分が作った野菜をおいしそうに食べ
てもらえることが楽しみの1つです。



グレープフルーツは、フロリダや南アフリカなどの亜熱帯が原産の柑橘類です。「グレープ」の名前はぶどうの房のように1本の枝にたくさんの実をつける事に由来しています。保存の際は、表面をよく水洗いしてからポリ袋に入れ、風通しの良い冷暗所、または冷蔵庫の野菜室で保存しましょう。温度が低すぎると低温障害を起こす場合があります。購入してから日数が経過したものを食べるときは、カビなどに注意してください。

ほどよい酸味とさっぱりとした甘みを楽しめるグレープフルーツは、甘皮を剥いてそのまま食べても、果汁を搾ってジュースにしてもおいしい人気のフルーツです。酸味が強いと感じる場合は、ワインやブランドーを1、2滴ほど垂らすと酸味が和らぎ、食べやすくなります。

購入する際は、手に持った時にずっしりと十分な重みがあり、皮の表面にツヤとハリがある、みずみずしいものを選びましょう。たくさん太陽の光を浴びて、栄養たっぷりのグレープフルーツを選ぶには、でこぼことしたへこみや傷がないものを選ぶのがオススメです。

またグレープフルーツは、他の柑橘類に比べ、ビタミンCの含有量が豊富。1個に約160mgのビタミンCが含まれているため、毎朝半分ほど食べれば、1日のビタミン摂取量を十分摂ることができます。水溶性のビタミンCを無駄なく摂取するには、生で食べるのがベスト。消化酵素の豊富なパイナップルや整腸作用のあるリンゴなどと合わせて、サラダにするのも良いでしょう。寝付けない夜は、温めたグレープフルーツの果汁を飲むと神経が休まり、自然な眠りを招くと言われています。

グレープフルーツの生クリームサンド

材料(2人分)

- ・食パン…4枚
- ・生クリーム…200ml
- ・砂糖…20g
- ・グレープフルーツ…ホワイト4房、ルビー4房

作り方

- 1.生クリームに砂糖を加え、固めに泡立てる。
- 2.食パンの耳を切って1を塗り、1枚にグレープフルーツをそれぞれ2房ずつのせ、2枚1組でサンドする。
- 3.サンドした食パンを固く絞った布巾に包み、皿ののせて1分ほど置く。
- 4.3の食パンをラップに包み、クリームが少し固まるまで軽く冷凍する。一口大にカットしてできあがり。



葉ボタンの切花栽培

葉ボタンは花壇や寄せ植え用で使われる一方、高性品種は11月から12月ごろのアレンジメントにも使われ、正月の飾りをより豪華なものにする花として、好まれています。



【品 種】

F1冬紅（着色部は濃紅色）、F1初夢（桃白色）、F1晴姿（白桃色）

【栽培準備】

肥沃で排水のよい畑を利用し、完熟堆肥100kg、緩効性肥料7kg、苦土石灰10kg／各a当りを施用して栽培地を作ります。



【育 苗】

播種時期は7月上旬～中旬です。プラグトレー128穴に培養土を使って1粒播きし、覆土をします。育苗中は床上30cm以上の所に寒冷紗被覆を行い、涼しくします。本葉1～2枚の頃、がっちりした苗を作るため、Bーナインの500倍液を散布します。

【定 植】

定植時期はプラグから直接定植の場合、8月上旬～中旬で本葉4～5枚の頃に植えつけます。定植距離は15×15cmになるように5穴黒ポリマルチを使って75cmの畦にやや深めに定植します。降雨が見込まれる時に植えるか、乾燥時の移植では十分灌水します。フラワーネットを2段張ります。

【栽培管理】

草丈を確保するため、次の栽培管理を必ず行います。

- 乾燥が続いた時には灌水を行う。
- 9月中には追肥を行う。発色させるため、10月下旬以降、追肥はしない。
- 生育の後半から、定期的に必ず下葉欠きを行う。(5回以上)

11月下旬になれば、降霜により葉ボタンが痛むので、寒冷紗などにより必ず霜よけを行います。

【病虫害防除】

- ・葉に穴を開けて、どんどん食害するアオムシ
- ・苗のとき、生長点部が食害されるため、生長が停止する危険の高いハイマダラノメイガ
- ・葉脈だけを残して集団で暴食するハスモンヨトウ

プラグトレーでの育苗期から防除できる薬剤もあるので、早めの薬剤防除を心がけます。

【収穫調整】

霜をよけ、寒さにあわせて十分に発色してから、収穫は根ごと抜き取ってから、根を切ります。葉ボタンの軸を含めた長さは50cm以上、確保します。

【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	
主な作業													○	○	x	x									

○:播種 x:定植 □:出荷期間

※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。病虫害被害の場合は、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。

「いつまでも、若く健康で美しく(かっこ良く)ありたい」…万人共通の思いかも知れません。今回は、このアンチエイジング(抗加齢)について、食事面からの対策を中心にお話しします。

老化の原因

老化には、大まかに分けて次のような原因があります。

- ①細胞機能や免疫力の低下
- ②ホルモン分泌の乱れや低下
- ③身体の酸化・身体へのAGEの蓄積

このうち③の身体の酸化対策には、梅干などの抗酸化食品が盛んに用いられてきました。それに加え、食事面で対策できる老化の原因として、もう1つ挙げた「AGE」が今、着目されています。

AGEとは？

AGEは、**終末糖化物質**と呼ばれ、たんぱく質と糖が加熱されてできる物質です。これが体内に作られると、老化が早まることがわかっています。AGEの増加は、美容を損なうばかりでなく、様々な健康障害の原因になります。

AGEが作られる仕組みは2つあります。1つは、人体を構成するたんぱく質に血中からあふれた糖分が結びつき、それが体温で温められることにより作られます。2つめは、食事。例えば、食肉(たんぱく質)に甘辛いたれ(糖)をかけて照り焼き(加熱)にすると、AGEが作られます。それを食べることで、体内にAGEが取り込まれます。

AGEを作りにくくする食事の工夫！

①調理方法

メインディッシュの肉や魚(たんぱく質)は、味付け(糖分が加わる)後…

○：煮る・蒸す・ゆでる

×：焼く・揚げる・炒める →加熱温度が高いほど、AGEがたくさん作られます。

②食べる順番

最初に、野菜や食物繊維(海藻類やきのこ類)から食べると、体内への糖質の取り込みを抑えることができます。そのため、結果的にAGEの産生量が減ります。次いで、肉や魚などのたんぱく質を食べ、ご飯やパンなどの炭水化物は最後に食べます。甘味を食べたいときには、間食で食べるよりも食後のデザートとして摂るほうが体内への糖質の取り込みを抑えることができます。

調理方法や食べる順番などの、ちょっとした工夫によりいつまでも若さを保ってくださいね。



(保健師：運天 智子)

5月の運勢

モナ・カサンドラ

おひつじ座 3/21~4/19

【全体運】のんびりできそう。ハイキングなど、自然に親しむ好機です。趣味仲間との交流も、よい刺激に【健康運】おいしく食べ過ぎがち。体を動かして【幸運を呼ぶ食べ物】夏ミカン

おうし座 4/20~5/20

【全体運】新しいことを始めるチャンス。できなかったことへの再トライも◎。アクティブに行動して【健康運】運動前には準備体操を。柔軟性を高めて【幸運を呼ぶ食べ物】ゼンマイ

ふたご座 5/21~6/21

【全体運】気配り上手を目指すことで、ツキが巡ってくる予感。誰にでも親切に接して。センスアップには芸術鑑賞が◎【健康運】ケガに注意。油断大敵です【幸運を呼ぶ食べ物】アジ

かに座 6/22~7/22

【全体運】新しい人脈を開拓できる時期。飲み会などには気軽に顔を出して。ツアー旅行に参加してみるのも幸運【健康運】軽く体を動かすと好転【幸運を呼ぶ食べ物】ホタルイカ

しし座 7/23~8/22

【全体運】意地を張りがち。素直さが開運の呼び水に。部屋に積み上げた雑誌などを片付けるのもラッキー【健康運】すぐにイライラしそう。笑顔を大切に【幸運を呼ぶ食べ物】ワカメ

おとめ座 8/23~9/22

【全体運】活動的になれるはず。アウトドアレジャーを楽しむなど、アクティブに！好奇心を生かすと◎【健康運】体質改善や筋力増強に最適。目標設定を【幸運を呼ぶ食べ物】ニンニク

てんびん座 9/23~10/23

【全体運】ビッグチャンスを狙うより、地道な活動を重ねた方が好結果に。リフレッシュには神社巡りが◎【健康運】ウォーキングが健康を引き寄せる鍵に【幸運を呼ぶ食べ物】ソラマメ

さそり座 10/24~11/22

【全体運】センスアップに向いています。積極的に美しいものに触れて。趣味などはクリエイティブなものに注目【健康運】疲れを感じやすい月。良質な睡眠を【幸運を呼ぶ食べ物】ウニ

いて座 11/23~12/21

【全体運】ビリビリしやすいよう。周囲への小言が増えると、もめる原因に。見守る気持ちを大切に【健康運】健康法に凝りがち。自然体がベストです【幸運を呼ぶ食べ物】サンショウ

やぎ座 12/22~1/19

【全体運】楽しいが増える気配。仲間と和気あいあいと過ごして。飲み会の幹事役もやってみる価値あり【健康運】スポーツを始めれば上達が早く満喫可能【幸運を呼ぶ食べ物】ニラ

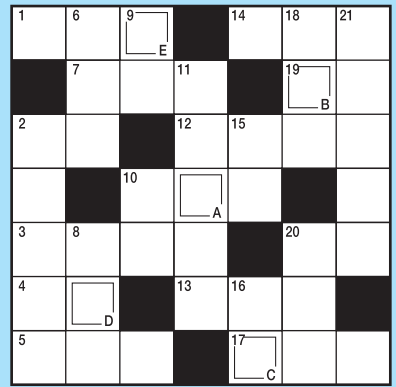
みずがめ座 1/20~2/18

【全体運】感情的になりやすい暗示。深呼吸で心を静めて。寝室の掃除をすると気分もスッキリ。運氣UPへ【健康運】ストレスを感じやすいかも。気分転換を【幸運を呼ぶ食べ物】椎茸

うお座 2/19~3/20

【全体運】コミュニケーション能力が活性化。苦手な人とも臆せず会話できそう。話題のスポットに足を運ぶのも◎【健康運】まずまず。軽い運動を続けてみて【幸運を呼ぶ食べ物】カツオ

クロスワードパズル



タテのかぎ

- ②奥さんを大切にしている男性
- ⑥初夏の空をすいすいと飛ぶ鳥
- ⑧こんこんと水が湧き出ます
- ⑨刺し身によく添えられている花
- ⑩ポツと赤らめるもの
- ⑪丸木を組んで作った建物
- ⑮父は口バ、母は馬
- ⑰新鮮な鶏卵だと、皿に割ったとき盛り上がります
- ⑱日光が当たっている場所
- ⑳まきをくべて使う調理設備
- ㉑長崎名物の麺料理

ヨコのかぎ

- ①4月は卯月(うづき)、5月は___
- ②空からポツポツと落ちてきます
- ③人間万事___が馬
- ④川端康成が書いた「___の踊り子」
- ⑤短時間うとうとと寝ること
- ⑦秘密や悪事を白日の下にさらすこと
- ⑩大股で歩く人は広め
- ⑫具をホワイトソースであえて焼いた料理
- ⑬戸をぴったり閉めないと開きます
- ⑭画家のゴーギャンが晩年を過ごした島
- ⑰5月4日は___の日
- ⑱農作業に必要な道具をしまっておく建物
- ⑳にぎりずしを教えるときに使う言葉

2月号のこたえ

シロザケ

応募総数 43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。



◇春の香り◇

歳をとりましたので、家にいることが多くなりました。そこで、少しではありますが、野菜を育てて楽しんでいきます。今年の早春にはフキノトウを摘み、煮物や天ぷらにして食べました。とても美味しかったです。春の香りを楽しみました。

(麻生区・青戸さん)

◇興味津々◇

2月号川崎探検隊に載っていた関さんの卵の自動販売機は、とても静かな広い桜並木に面して置かれています。お花見の頃にはとても素敵ですよ。野菜の直売所にも興味津々です！

(多摩区・木場さん)

◇楽しみです◇

自宅の近くに、セレスモスができると聞きました。とても楽しみにしています。

(高津区・和田さん)

◇春の訪れ◇

庭の草木に、ほんのりと春を感じます。早く温かくなって、満開の桜の花を見るのが楽しみです。今日この頃です。

(中原区・中田さん)

◇ありがたう◇

子どもが産まれ、今まで以上に産地が気になるようになりました。機関誌を読んで、生産者の想いを知ることができ、ありがたいと思っています。

(麻生区・河合さん)

◇美味しかった◇

柿生支店からセレスモスまで、ママチャリで行きました。坂を越えるのが大変でしたが、購入した野菜が美味しかったです。

(多摩区・野菜好きさん)

◇おめでとぅ◇

ふるさとの生活技術指導士の認定、おめでとうございます。レシピなどもぜひ載せてください。楽しみにしています。

(川崎区・田辺さん)

◇驚きます◇

機関誌を読んで、昔の風景の写真と現在の景色との違いに、「これが同じ場所なのか」と、驚くことがよくあります。

(宮前区・樋口さん)

◇ほっとします◇

3月に入り、梅の花が咲く頃になると「やっとな春が来た！」と、感じてほっとします。長い人生には、いろいろなことがあります。それでも毎年、春は必ずやって来るのですね。

(麻生区・安藤さん)

◇投稿のお礼◇

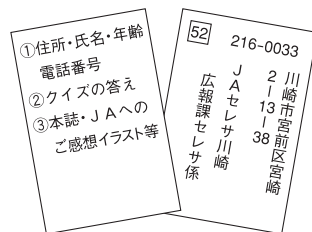
たくさんのお便りありがとうございました。これからも感想お待ちしております。

(JA広報課)

応募方法

■このコーナーでは身近なできごと等、皆さま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円分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、電話番号を記入し、右記まで送付してください。写真の掲載を希望される方は、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15日(金)必着



お寄せ頂いた感想、イラスト等は本誌で掲載することがあります。

連休の営業のご案内

※5月連休(2日~6日)の営業は次の通りです。

	2日(土)	3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)
本店ATM	休業				
支店ATM	土曜扱い 県内JA 9:00~19:00 県内JA以外 9:00~17:00	日曜・祝日扱い 県内JA 9:00~19:00 県内JA以外 9:00~17:00	休止	日曜・祝日扱い 県内JA 9:00~19:00 県内JA以外 9:00~17:00	日曜・祝日扱い 県内JA 9:00~19:00 県内JA以外 9:00~17:00
	土曜扱い 県内JA 10:00~18:00 県内JA以外 10:00~17:00	日曜・祝日扱い 県内JA 10:00~18:00 県内JA以外 10:00~17:00	休止	日曜・祝日扱い 県内JA 10:00~18:00 県内JA以外 10:00~17:00	日曜・祝日扱い 県内JA 10:00~18:00 県内JA以外 10:00~17:00
セレサモスATM	土曜扱い 県内JA 10:00~18:00 県内JA以外 10:00~17:00	日曜・祝日扱い 県内JA 10:00~18:00 県内JA以外 10:00~17:00	休止	日曜・祝日扱い 県内JA 10:00~18:00 県内JA以外 10:00~17:00	日曜・祝日扱い 県内JA 10:00~18:00 県内JA以外 10:00~17:00
※5日(火)は、MICS提携・JFマリンバンクは取扱不可。 ※営業時間外・休日の緊急連絡先:0120-50-9674(県信連集中監視センター)					
JA共済自動車事故	※緊急連絡先:0120-258931(フリーダイヤル事故はクミアイ)				
資材販売窓口(店舗)	営業	営業	営業	営業	休業
経済センター	休業				
配達	4月24日(金)注文分→		27日(月)配達		
	27日(月)注文分→		28日(火)配達		
	28日(火)注文分→		30日(木)配達		
	30日(木)注文分→		5月1日(金)配達		
	5月1日(金)注文分→		7日(木)配達		
パーシモン	営業	営業	営業	営業	休業
コイン精米機	9:00~16:00稼働				休止
セレサモス	通常通り営業 ※5月6日(水)は臨時営業いたします。				
セレササービス協【葬祭センター】	営業	休業			
※緊急連絡先:0120-3096-56(フリーダイヤルみおくるころ)まで					
セレサ不動産(株)本社	休業				
セレサ不動産(株)菅営業所	営業	休業			
全農かながわJAプロバンセンター川崎	休業				
※緊急連絡先:046-231-2014(JA-LPガス保安センター)					

防犯カメラの増設を実施

JAでは、万全な防犯体制を強化する目的から、本店と35金融店舗に防犯カメラを増設しました。

社会福祉協議会へ募金を寄贈

昨年度の各イベントで皆さまからお預かりした善意の募金3,000,000円を、市をはじめ各区7か所の社会福祉協議会へ寄贈しました。温かいご支援をいただき、ありがとうございます。

総合リスク対応顧問が就任

4月8日付けで新たに就任された山下繁夫顧問を紹介いたします。宮前警察署長などを歴任された経験を生かし、金融防犯や振込詐欺対応・指導などに尽力いただきます。



広報モニターになりませんか

JAでは27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27年5月20日~平成28年3月31日
【任務】 広報活動に対する意見や情報提供。アンケートの提出と広報モニター会議への出席

【締切】 平成27年5月7日(木)必着
【申込方法】 ハガキまたはメールにて「広報モニター応募」と明記。住所・氏名・年齢・電話番号・応募動機を明記。
【宛先】 〒216-0031 川崎市宮前区宮崎2-13-38
 ※問い合わせは、JAセレサ川崎広報課 (044-877-2964) eメール info@jaceresa.or.jp

組織
だより

ひがしまえ

東前支部(日吉地区)

支部は、幸区の西側、市立夢見ヶ崎動物公園南側の裾野に広がるように位置しています。昭和30年頃までは、桃やイチジク、ピワなどの果樹栽培が盛んに行われていました。京浜工業地帯が近いため、早くから開発が進み、今では地区内の多くは住宅地となっています。支部では、町会の祭礼などのイベントに積極的に参加し、地域住民との交流をはかっています。



組合員戸数は17戸。深瀬武支部長は、毎年の研修旅行で支部の結束を深めています。

※次回は久本支部(高津地区)と日ノ出支部(川崎南地区)です。

久末支部(橘地区)

高津区久末の全域が支部の範囲。昔から農業が盛んな地域で、現在でも定番野菜やミカンなどの果樹栽培のほか、一部では養豚が行われ、直売所も点在しています。支部では、大正時代初め頃から約100年間続く農産物品評会を毎年欠かさず行い、栽培技術の研磨とともに、質の高い農産物の供給につとめています。

組合員戸数は57戸。石井竜也支部長は、毎年



恒例の成田山への初参りや食事会を通じて、部員間の交流と親睦をはかっています。

JAからのお知らせ

◇理事会だより◇

☆第12回定例理事会…3月17日(火)
本店で開催【報告事項】平成27年度女性部連絡協議会統一旅行…行先：ハウステンボスと嬉野温泉、日程：2泊3日、募集人数：各班30～75人、募集方法：女性部回覧。平成27年度JAバンク食農教育事業による小学生向け教材本の贈呈…食農・環境教育・金融経済教育を基本テーマとする教材本を市内小学生5年生を対象に贈呈する。対象小学校数：117校(市立113校、私立4校)、補助教材本の内容：「農業とわたしたちの暮らし」5年生用・教師用指導書。平成26年度仕込みそ獲得推進結果報告について…実績：〈数量〉7,550kg、〈金額〉4,853,165円。他18項目を報告。【協議事項】平成27年度統一ローン特別推進実施について…実施期間：4月1日(水)～翌3月31日(木)、目標：JA住宅ローン…500件、JAマイカーローン400件、JA教育ローン270件。他19項目を協議決定。

◇農業用機械の情報をお寄せください◇

農業用機械の売買希望情報を機関誌にて掲載しますので、当JAまで情報をお寄せください。

セレサのDATA

貯金	1兆3,535億円
貸出金	5,337億円
長期共済保有高	1兆6,375億円
年金共済保有高	324億円
購買品供給高	10億58百万円
販売品取扱高	7億90百万円
施設事業契約高	109億88百万円
組合員数	61,933人
うち正組合員	5,776人
准組合員	56,157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
☆ATM…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…4月～10月10:00～18:00(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。

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)…1日(金)、13日(水)、15日(金)、20日(水)、27日(水)
☆セレサパーシモン(資材店舗：麻生区片平2-30-15)…12日(火)、14日(木)、19日(火)、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。

5月の経営相談日(法律)

12日(火) 9:30～11:30 宮前支店
13:30～15:30 中原支店
19日(火) 13:30～15:30 みなみ支店
生田支店
26日(火) 9:30～11:30 高津支店
13:30～15:30 稲田支店
30日(土) 9:30～11:30 梶ヶ谷ビル
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。

5月の年金無料相談会

12日(火) 鹿島田支店
14日(木) 向丘支店
17日(日) 宮前支店
19日(火) 上作延支店
21日(木) みなみ支店
24日(日) 橘支店
26日(火) 中原支店
28日(木) 宿河原支店
31日(日) 鷺沼支店
予約は開催支店まで。

5月の休日住宅ローン相談会

23日(土) みなみ支店、大島支店、小向支店、鹿島田支店、新城支店、元住吉支店、北見方支店、久地駅前支店、橘支店、鷺沼支店、宮崎支店、向丘支店、菅生支店、千代ヶ丘支店、東柿生支店、新百合丘支店、野川支店、百合丘支店
24日(日) 大師支店、小田支店、日吉支店、御幸支店、中原支店、小杉支店、住吉支店、高津支店、宿河原支店、梶ヶ谷支店、宮前支店、宮前平支店、上作延支店、長沢支店、稲田支店、生田支店、柿生支店、栗平支店、子母口支店、菅支店
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のうえ、ご来場ください。予約がない方はお待ちいただく場合がございます。

5月のセレササロン

20日(水) 高津支店
21日(木) 中原支店
27日(水) 生田支店
会費：外出行事のため未定
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

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 ところ
0120-3096-56

(24時間受付・年中無休)

http://www.ceresa-service.co.jp



5月のセレサモス行事予定

☆GWフェア
2日(土)～6日(水)
☆6日(水)は、臨時営業いたします。
☆毎月第3金曜日は「お米の日」
☆出張販売
7日(木) 小向支店
21日(木) みなみ支店
☆セレサモスの駐車について
麻生警察署からの指導により、駐車場への路上待機は一切できません。
☆セレサモスでは、毎月各種イベントを開催しています。詳しくは下記ホームページをご確認ください。

農業用廃プラ・廃ビニールの回収を実施

JAセレサ川崎では、農業用廃プラスチック・廃ビニールの回収作業を3月17と18日の両日に、高津区子母口のJA書庫センターと麻生区の黒川営農団地管理倉庫で行いました。2日間で7,940kg回収し、適正に処理しました。



柿生支部
童謡グループ



「歌うことで1.5歳は若返っているかな笑」と笑顔を見せる15人のメンバー。「とにかく元気で健康に」をモットーに、ソプラノ、アルトと二部に分かれて綺麗な歌声を響かせています。活動は月に2回。曲について理解を深めることを重要視し、歌う前には歌詞の意味をみんなで調べてから練習を開始しています。



また、「少しでも多くの方に歌で元気になってもらいたい」と、地域の施設を訪



問し、歌を披露。利用者からは、昔を懐かしみ、「子どもの頃を思い出す」と大好評となっています。最後には、「また来てね」と握手を求められることもあり、「世の中の役に立っているのが一番嬉しい」と喜びを実感しています。

童謡のメロディーとメンバーの気持ちがあわさり、人から人へ、優しく心地良い歌声が今後も地域に元気を与えていきます。

Dish Up!



材料 (6人前)

- ☆ ・ダイコン…1kg
- ・ニンジン…1本
- ・ショウガ…1片
- ・水…5カップ
- ・豚バラ肉(ブロック)…650g
- ・砂糖…130g
- ・みそ…130g
- ・サラダ油…大さじ2~3

ダイコンと豚バラ肉のみそ煮

作り方

①ダイコンは2.5cm幅の半月切り、ニンジンは乱切り、豚バラ肉は一口大(3cm角)にカットする。



③②に☆を加え、中火で煮る。少し煮立ったら砂糖とみそ(分量の半分)を溶かし、フタをして20~30分程度煮る。



②鍋を熱し、サラダ油を入れる。そこに豚バラ肉を入れ、両面に焦げ目が付くまで強火で炒める。



④火を止め、少しずつみそ(分量の半分)を溶かしながら味を調整したらできあがり。

ワンポイントアドバイス

高津区久末 森 キクノ さん
豚バラ肉を焦げ目が付くまでしっかりと炒めることで、肉が煮崩れしにくくなります。30分ほど時間をかけて煮ると、みその味が素材によく染みこんで美味しいですよ。

