

# CERRESA

NO.227



特集 読者参加企画

セラサ  
8

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

2016.August

# Contents

<b>特集</b>	<b>読者参加企画</b>	<b>3</b>
<b>川崎探検隊 小田栄駅周辺を歩く</b>		
<b>PICK UP</b>		<b>10</b>
<b>逸</b>	<b>粘土細工で質感を表現</b> 中原区 坂本 富作江さん	<b>14</b>
<b>Hand</b>	<b>地域の活動で交流を深める</b> 多摩区 金子 守正さん	<b>15</b>
<b>パワー全開</b>	<b>基礎を徹底し喜ばれる仕事を</b> 高津区 内藤 大輔さん	<b>16</b>
<b>食農NOU</b>	<b>トウガン</b>	<b>17</b>
<b>農作業ノート ソラマメの栽培</b> 営農技術顧問 大森 庄次		
<b>Healthy life</b>	<b>お薬手帳を持参しないと損!?</b>	<b>19</b>
<b>mail box &amp; クロスワードパズル</b>		
<b>JAからのお知らせ</b>	<b>ファーマーズ</b> 飯草 英雄さん 小泉 博司さん	<b>21</b>
<b>INFORMATION</b>		
<b>enjoy</b>	<b>菅支部 大正琴グループ</b>	<b>23</b>
<b>Dish Up!</b>	<b>くず餅</b> 高津区 戸張 君枝さん	<b>24</b>

## 9月の行事予定

<b>2日(金)</b>	川崎市梨・ぶどう品評会(後期の部) (10時～、川崎市農業技術支援センター)
<b>5日(月)</b>	感謝の集い (東京国際フォーラム)
<b>6日(火)</b>	感謝の集い (東京国際フォーラム)
<b>12日(月)</b>	感謝の集い (東京国際フォーラム)
<b>13日(火)</b>	感謝の集い (東京国際フォーラム)
<b>19日(月)</b>	敬老の日
<b>20日(火)</b>	定例理事会
<b>22日(木)</b>	秋分の日

### 「感謝の集い」出演者変更のお知らせとお詫び

上記の「感謝の集い」につきまして、出演者が下記の通り変更になります。組合員の皆さまには深くお詫び申し上げます。  
(変更前)堺正章&阿川泰子  
(変更後)加山雄三 with ザ・ワイルドワンズ&阿川泰子

※日程等は変更されることがあります

## 今月の表紙

### ミニトマトの収穫作業

今月の表紙は、ミニトマト「アイコ」の収穫作業に励む高津区新作の小宮智和さん。今年 は天候にも恵まれ、例年以上の量を収穫。赤と黄色をミックスにして袋詰めし、「カラフルできれい」と消費者から好評を得ています。

畑では、ミニトマトの他にナスやオクラ、トウガラシなど年間50品目ほど栽培。セレスモス宮前店や近隣スーパーへの出荷の他、高津区役所内のレストランにも納品するなど、地産地消に力を入れています。



## 読者参加企画

# 旬の夏野菜を収穫して オリジナルカレーを作ろう！



川崎市内在住の小学生親子を対象に、収穫体験を通して旬の野菜と川崎の都市農業を知ってもらい、調理することで地場産野菜のおいさを味わってもらおうと、読者参加型のイベントを企画しました。

開催日当日の7月10日には、読者を代表して6家族・17人の親子が参加。生産者と交流し、自らが体験することで、川崎の農業への理解を深め、食の大切さを実感した楽しい一日となりました。

今回はその模様を特集として取り上げ、体験記としてご紹介いたします。



# みんなで夏野菜を収穫したよ！



今回は高津区坂戸で露地野菜とイチジクなどの果樹栽培に取り組んでいる高橋信一さんの畑で夏野菜の収穫を体験します。



当日は、高津区坂戸のホテルKSPに集合。夏野菜を収穫するため、高橋信一さんの畑に移動しました。

高橋さんの畑は、マンションと住宅の間に広がっており、都市農業を体感できる場所にあります。参加者は「溝の口周辺にこんなに広い畑があるなんて知らなかった」と驚いていました。

はじめに、高橋さんからジャガイモの掘り方を見せていただき、ポイントを教わったところで収穫体験がスタート。今回は、ジャガイモ、ナス、キュウリの3種類の野菜を収穫しました。

ジャガイモは、サツマイモのような赤い皮が特徴の「レッドムーン」を収穫。参加者は、

## 暑い中元気に夏野菜を収穫



高橋信一さん

「これがジャガイモ!」などと驚きの声をあげながら収穫に没頭。高橋さんは「煮物にするとおいしいよ」などと食べ方についても教えてくれました。

引き続き、別の畑に移動し、1家族2本の収穫ばさみを持ってナスとキュウリを収穫。「キュウリの葉っぱがチクチクする」「下の方にも大きいのがあるよ」などと夢中で収穫体験を堪能しました。

暑い日差しの下での収穫作業は大変でしたが、生産者と触れ合うことで、農業の大変さや収穫の喜びを実感できた貴重な体験となりました。





# おいしくできるかな!? オリジナルカレー作りに挑戦!

『夏野菜カレー』(材料・6皿分)  
 豚ひき肉…150g、タマネギ…1個、  
 ジャガイモ…1個、カボチャ…1/4個、  
 パプリカ…1個、ズッキーニ…1本、  
 シシトウ…7本、水…700ml、  
 オリーブオイル…大さじ1、  
 オイスターソース…大さじ1、  
 カレールウ…1/2箱

## 夏野菜カレー作り

収穫体験後、「てくのかわさき」に移動し、調理を行いました。今回は、夏野菜を使ったオリジナルカレー作りに挑戦。各自でレシピをよく読み、作り方を確認して調理をスタートしました。



かたいよ〜!

①野菜を食べやすい大きさに切る。トッピング用に、ズッキーニやパプリカなどを型抜きを使って好きな形に切り抜く。



気を付けながら…



よく洗います



おいしくな〜れ

②鍋にオリーブオイルを熱し、ひき肉とトッピング用以外の野菜を炒める。火が通ったら、水を加えて約15分煮る。  
 ③煮込んでいる間に、トッピング用の野菜を電子レンジで1分30秒加熱後、フライパンで焼き目をつけるように焼く。



えいっ!



星にけよ

みてみて〜!!

★おいしいカレーが  
できました!!★



大成功?!

④鍋の火を止めて、カレールウを加えて溶かす。弱火で煮ながら、オイスターソースを加える。よく混ぜたら、できあがり。  
 参加者全員、綺麗にトッピング野菜を盛り付けて、おいしいオリジナルカレーが完成♪

味はどうか?



# みんなで楽しく昼食タイム

調理が終わり、お待ちかねの昼食タイム！市内産野菜を中心に使った夏野菜カレーをいただきます♪デザートに青リンゴゼリーと高橋さんのご好意で大きなスイカの差し入れをいただき、みんな笑顔がこぼれていました。昼食後は、高橋さんに普段聞けない農業の疑問点などを質問してみました。



高橋さんから甘いスイカをごちそうになりました!!



高橋信一さん



## 高橋さんに農業の疑問点を聞いてみました

高橋久子さん



### 質問1

キュウリは何日ぐらいで収穫できますか？

### 質問2

高橋さんが一番好きな野菜はなんですか？



### 回答1

苗から育てると約2か月、種から育てると半年ほどかかります。今年は苗を4月末に植えたので、6月初旬ごろから収穫しました。

### 回答2

キュウリです。やっぱり旬の時期が一番おいしいですね。

### 質問3

立派なキュウリを作るために、どのような工夫をしていますか？

### 質問4

高橋さんの畑では野菜や果物を何種類くらい育てていますか？



### 回答3

土作りにこだわっています。たい肥を土に混ぜることで、甘くておいしい野菜に育ちます。

### 回答4

年間で約40~50種類です。イチジクやブドウ、ナス、キュウリ、タマネギ、ジャガイモなどを育てています。





# ★収穫体験とカレー作りを堪能しました★

夏野菜があまり得意でない娘もおいしく食べていてよかったです。



福井さん(麻生区)

自分で作ったカレーはとてもおいしかったです。

ジャガイモが掘っても掘ってもたくさん出てきたのが楽しかったです。



中川さん(多摩区)

ジャガイモ掘りが宝探しのようでとても楽しかったです。

畑では楽しいだけではなく、暑い、重い、痛いなどの苦労も体験できてよかったです。



林さん(中原区)

火田には虫が多くて驚いたけど、いい土ふたなと思いました。

大人の背丈より高く成長しているキュウリ畑は、アニメの森のように楽しかったです。



藤田さん(高津区)

農家の人の大変さ"わかり、すごいなと思いました。

畑の野菜は、家で育てるよりも大きくて、すごいなと思いました。

野菜嫌いの子もがカレーを完食してびっくりしました。



猪狩さん(多摩区)

高橋さんから野菜が農家の大変さについて教えてもらうことができてよかったです。

暑かったですが、ジャガイモを想像以上にたくさん収穫できて楽しかったです。

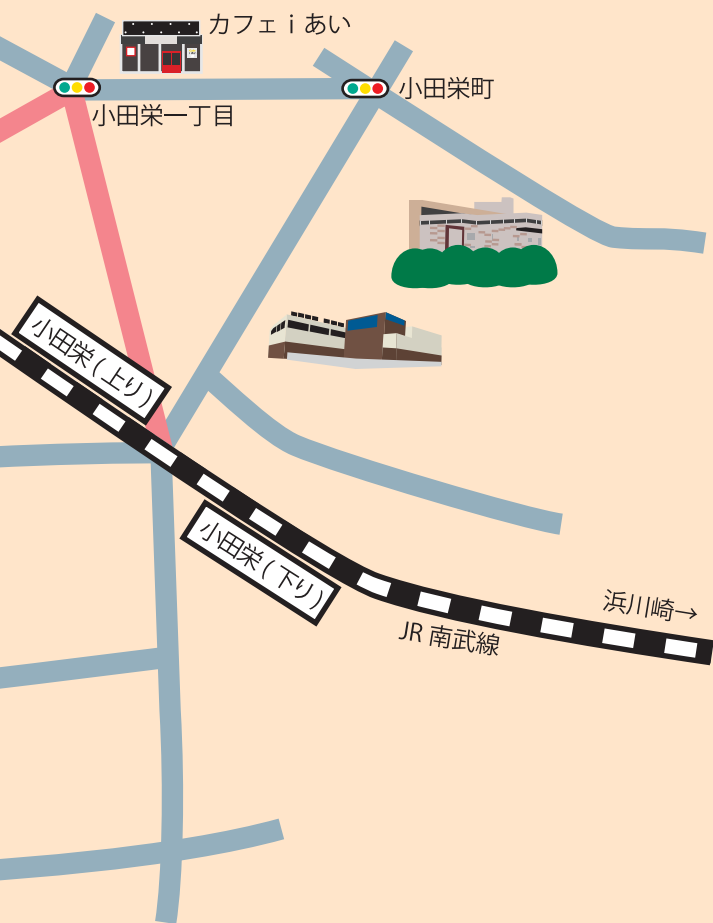


本堂さん(中原区)

## 小田栄駅改札



改札の様子です。無人駅のため、駅の係員はいません。SuicaなどのICカードを使用する場合は改札機にタッチし、それ以外は乗車証明書を受け取り、降車駅で精算します



〳〳 地元の方にお話を伺いました! 〳〳

私が小学生の頃は、工場と社宅が数多くあり、田んぼも点在していました。その後、時代の流れとともにだんだんと工場は減っていきました。平成に入ると、その跡地に多くのマンションやショッピングセンターが建設されました。昔と比べると、若い人や子どもがずいぶん増えましたね



八木下 喜治さん



川崎市内に新しい駅が誕生したのはご存知ですか？今回は、今年の3月にJR南武線川崎新町駅と浜川崎駅の間に開業した、「小田栄駅」の周辺を散策します。

駅の新設にともない、座席のシートなどがリニューアルされた2両編成の電車で揺られながら、小田栄駅に到着。浜川崎方面の改札口を出ると、自転車で乗った人たちが多く見かけました。人の流れにのり、左の方に歩き進むと、住宅地の中に赤い扉が印象的なカフェを発見！今年オープンしたばかりのことですが、店内では、地元の人々がランチを楽しんでいました。私も店主おすすめのトマトケーキを味わいながら、のんびりとした時間を過ごしました。

駅の反対側も散策してみようと、踏切を渡り歩

き進むと、「日枝大神社」という大きな神社にたどり着きました。社務所の方にお話を伺うと、創建1000年以上の歴史ある神社だと教えてくれました。境内の風景を眺めながら敵かな気持ちで参拝を終え、再び街歩きを続けます。

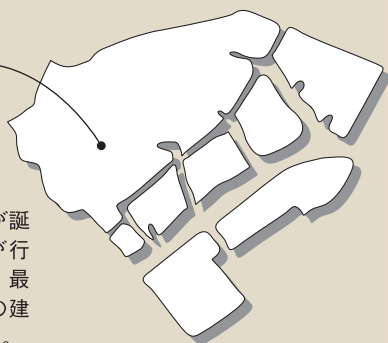
しばらく歩き進むと、老舗の雰囲気が漂う瓦屋根のお煎餅屋さんを見発見。早速中へ入ると、さまざまなお煎餅がショーケースにずらりと並んでいました。60年以上同じ味を守り続けている店主にお煎餅の作り方などを伺いながら、名物の「塩煎餅」をおいしくいただきました。散策は終了。

今回の街歩きでは、小田栄駅と周辺地域の今と昔を知ることができました。みなさんも、街の新旧が感じられる風景やお店などを探しに街を歩いてみてはいかがでしょうか。



# 川崎区 小田栄

昭和11年に小田栄町1・2丁目が生  
生。その後、2度の区画整理が行  
われ、現在の小田栄となった。最  
最近では商業施設やマンションの建  
設が進み、人口が増加している。



「駅名は「小田栄」駅に!!」



川崎市が、実施した駅名投票の結果を踏まえ、「小田栄」駅に決定しました

## カフェあい



☞川崎区小田栄1-12-16

☞10:00~17:00

☞日曜日、月曜日

今年の2月にオープンした新しいカフェ。  
地元出身の店主が地域の人に愛される  
お店を目指して経営しています

「日替わり野菜ケーキ!!」



「手作り作品がずらり!!」



店頭では、新鮮な野菜を生地に練  
り込んだ日替わりケーキや、近所  
の方が作った絵はがきなどの作品  
も販売しています

## 鹿島田の塩煎餅 沼田屋支店



☞川崎区小田2-19-12

☞10:00~17:00 ☞不定休

創業63年になる老舗の煎餅屋。店主が1  
人で、変わらぬ味を守り続けています

「全種類食べてみたい!!」



店内には海苔やごま、ザラメなどさ  
まざまな味の煎餅が25種類ほど並ん  
でいます

### 「鹿島田の塩煎餅」とは?

「塩煎餅」の名称は、江戸時代以前に塩  
で味付けをしていたことに由来してい  
ます。昔ながらの醤油味の煎餅は、子  
どもからお年寄りの方まで幅広い世代  
に親しまれています



鹿島田の塩煎餅  
沼田屋支店



川崎市立  
小田小学校



JA  
セレス川崎  
小田支店

## 日枝大神社



☞川崎区小田2-14-7

風土記の記述によると、948年に創建されたと  
伝えられています。太平洋戦争でほとんど  
が焼失してしまいましたが、昭和24年より再  
建され、現在にいたります

## 知識向上に意欲 第1回フォロー講習会開講

J Aでは、新規就農者らを対象とした農業塾を毎年開き、担い手や後継者を支援しています。こうした中、「農業の知識や技術を一から学びたい」との声を受け、7月3日にセレスモ宮前店でUターン新規就農者向けの講習会を今年度初めて実施。参加した受講者15人が、農業の基礎知識を深めました。

当日は、J Aの営農技術顧問がキャベツやタマネギなどの栽培方法や土作りなど、一連の農作業を説明。梨やブドウなどの果樹の剪定や摘果のポイントについても講義が行われました。

受講者は、講師の話にうなずきながらメモを取るなど、知識向上に意欲を見せていました。



受講者の前であいさつする森副組合長

## 宮前メロン贈呈 組合長らに出来映え披露

そ菜部宮前支部メロン部を代表し、井上國夫さんが7月7日に川崎市役所、11日にはJ A本店と宮前区役所を訪れ、かわさき農産物ブランドに登録されている「宮前メロン」の出来映えを披露しました。

宮前メロンは、昭和52年に施設トマトの裏作として栽培を始めたマスクメロンの一種。昭和57年に宮前区が誕生したことを機に「宮前メロン」と命名しました。

今年は2軒の生産者が約2,700個のメロンを収穫。温度管理や水やりなどこまめな管理を徹底し、特徴である上品な香りと甘さ、美しい編み目を存分に楽しめる出来映えとなりました。

贈呈式で井上さんは「今年も甘くておいしいメロン



原組合長にメロンを手渡す井上さん



メロンを試食する福田市長

ができた。ぜひ皆さんで味わってほしい」と手渡しました。試食した原修一組合長は「舌ざわりがなめらかで、上品な甘さを感じる。これからもより多くの市民に知ってもらえるよう支援していきたい」と話しました。福田紀彦市長は「毎年この時期が楽しみ。今年もみずみずしくてとてもおいしい」と、絶賛していました。

## 果樹栽培講習会 実技指導で知識深める



薬剤散布方法を熱心に学ぶ参加者

担い手支援果樹栽培講習会を7月7日、8日の両日、多摩区の市農業技術支援センターで開きました。2日間合わせて97人の生産者が参加し、ミカンやブルーベリーなどの他、今年度新たに梅を含めた果樹6品目の栽培技術について知識を深めました。

J Aの営農技術顧問が講師を務め、肥培管理や病虫害防除のポイントを事例を挙げて説明しました。また、ほ場の果樹を使った実習では、今年度初めてとなる薬剤散布法の実演や、農業機械のメンテナンス方法なども学び、日頃の疑問点などを解消しました。

## 新城支店リニューアルオープン

昨年9月から建て替え工事を進めてきた新城支店が7月19日にリニューアルオープンしました。同日では19日、20日の両日、オープンを記念したイベントを開催。店内は開店を心待ちにした多くの来店者でにぎわいました。

当日は、第1来店者に原修一組合長から花束と記念品が贈られました。また、来店者には職員から新潟県産コシヒカリの小袋が手渡されました。

新店舗は鉄骨造の地上4階建て、総面積は約1,100平方

メートル。室内には省エネ型のLED照明を採用した他、屋上にはソーラーパネルを設置するなど、環境やエコに配慮した新しい店舗に生まれ変わりました。

また、今年度中の全店舗導入に先駆け、県内のJA店舗で初となる、電子記帳台のタブレット端末2台を窓口カウンターに導入。書類の記入負担を軽減し、窓口での待ち時間を短縮することで、来店者の利便性や顧客満足度の向上に努めてまいります。



テープカットを行う原組合長ら役員



多くの来店者でにぎわう店内ロビー

## よい食街頭PR活動 市内産野菜配リアピール

地産地消を広めようと、県下一斉のよい食プロジェクト街頭PR活動が7月12日、JR南武線武蔵溝ノ口駅の連絡通路で行われました。

JAは、ジャガイモやミニトマトなどの市内産野菜と、「かわさきそだち」のPRうちわを袋に入れ、約1,200セット準備。行き交う市民に手渡し、市内産農畜産物の良さをアピールしました。



行き交う市民に「かわさきそだち」をPR

## 品評会で地場産農産物をPR

多くの市民に市内産農産物の品質の高さを知ってもらい、地産地消の輪を広げようと7月9日、19回目となる「JAセレス川崎夏季農産物品評会」を初めてセレスモス宮前店で行いました。

品評会では、そ菜部員がエダマメやジャガイモ、トマトなど計190点を出品。色の均一さなどを厳正に審査し、62点が優秀賞などの賞に輝きました。審査後には即売会も行い、多くの来店者がお目当ての農産物を買求めていました。



厳正な審査が行われた品評会

JAでは今後も、セレスモスでの品評会などを通じて市内産農畜産物の魅力を広めていきます。

## バスツアーで旬の味覚を味わう

J Aでは7月15日と27日、准組合員対象のバスツアーを開き、約150人が参加しました。

このイベントは、J A事業を支える准組合員に感謝の気持ちを伝え、J Aとのつながりをさらに強化しようと思ったもの。

当日は、山梨県笛吹市の農園で桃の収穫などを体験した他、昼食には旬の野菜を使った料理を堪能しました。また、午後には甲府市のさいら甲府工房を見学。手が届くほどの距離で行われたジュエリー加工や2mを超える巨大な原石に、驚きの表情を見せていました。

参加者は「楽しいツアーに参加して、J Aが身近に感じた」と、笑顔で話していました。



とれたての桃を堪能する参加者

## 収穫体験と調理で旬の野菜を堪能

女性部柿生支部は7月6日と14日、柿生支店で料理講習会を開きました。2日間合わせて約60人が参加し、ふるさとの生活技術指導士5人の指導のもと、カボチャを使った計4品のレシピに挑戦しました。

部員たちは、同指導士から各料理の手順など説明を受けてから、講習会がスタート。「カボチャの甘い香りがいいわね」「色がきれいね」などと話しながら協力して作業を進め、カボチャを使ったおやき、ニョッキ、バターピーナッツスープ、キッシュを完成させました。

また、27日には市内の小学生22人が、中原区下小田中の畑で地場産野菜の収穫と夏野菜を使った料理を楽しみました。子どもたちは、生産者から収穫方法の



協力して作業を進める女性部員(柿生支部)



生産者と交流を深める参加者(中原支店)

の説明を受けてからエダマメやナスなどを収穫。「大きいのがとれた」と歓声を上げながら夢中で楽しんでいました。

その後中原支店で、収穫した野菜を使って4品の料理に挑戦。包丁の扱いに苦戦しながらも、参加者同士で協力して作業を進めました。完成した料理の味に子どもたちは「とれたての野菜はおいしい」と満足していました。

## 健康で生きがいのある生活を



運動効果を上げる歩き方を学ぶ参加者

今年で10年目となる健康大学の開校式と第1回目の講義が7月20日、本店セレスホール飛翔で行われ、女性部員ら190人が参加しました。

第1回目の講義では、握力や長座体前屈などの体力測定を行い、現時点での体力を見つめ直しました。

その後、健康運動指導士の黒田恵美子氏による講義を開催。「いつまでも歩ける健康な体」を目指した座り方や歩き方の他、日常生活でできる体操などを学びました。

今後は11月までに計4回、ヨガや料理教室などを行う予定です。

## ひまわり会の集いで歌と笑いを満喫

セレサひまわり会の集いを7月7日から28日までの6日間、市内3会場で12公演行いました。約8,800人の会員が漫談や歌謡ショーを楽しみました。

各会場では、開始にあたり役員が日頃のご愛顧に対するお礼とともに、各事業が順調に推移していることを報告しました。

お楽しみの演芸ショーは、司会の東光介さんによる漫談からスタート。続いて葉月パルさんがものまねを披露し、

会場は笑いの渦に包まれました。

また、メインにはテレビの歌番組などに出演している演歌歌手の田川寿美さんが登場。田川さんは、ステージから観客席に降りて握手を交わすなどして会場を盛り上げ、軽快なトークを交えながら、新曲「倅せさがし」など計10曲を熱唱しました。

抜群の歌唱力と迫力ある歌声に、会場からは盛大な拍手が送られ、会員は楽しいひとときを過ごしました。



あいさつする原組合長



ステージから降りて熱唱する田川さん

## 鹿島田支店で300億円報告会

鹿島田支店の貯金残高300億円達成報告会が7月5日、ホテルK S Pで行われ、大台達成を祝いました。

鹿島田支店のセレサ創立時の貯金残高は89億円余。以来、各事業とも順調に進捗を重ね、平成27年12月に待望の300億円を達成しました。

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まいります。



あいさつする鈴木利一理事

## 親子で食品サンプル作りを楽しむ

J Aは次世代対策の取り組みとして7月26日、食品サンプル体験教室をセレサモス宮前店で開き、21組47人の親子が参加しました。

当日は、J Aの准組合員でかわさきマイスターの田中司好しこうさんが講師を担当しました。参加者は、講師の手本を見ながらホイップクリームに見立てたシリコーンシーラントを食器に絞ってイチゴなどを装飾。「本物みたい」などと話しながら、タルトやパフェのサンプルを完成させました。



講師から手ほどきを受ける参加者

参加者は「親子で食品サンプルを作り、楽しい時間を過ごせた」と、笑顔を見せていました。



## 粘土細工で 質感を表現

**逸**  
ITSU  
私の好きなこと

30年ほど前に粘土細工と出会い、これまでに手掛けた作品は50点以上。紙粘土や針金を使い、花や動物、旅先の風景などを再現します。作品づくりで心掛けているのは、「本物の色彩に近づけること」。当初は思い通りの色が出ず、何度も作り直したこともありましたが、制作に手慣れてきた今では、数種類の絵の具を混ぜ、少しずつ色合いを調整。全体のバランスを見ながら色を重ねていき、1週間ほどで一つの作品を仕上げます。「同じ材料でも色使いによって作品の表情が変わることが一番の魅力です」。

「見た目だけでなく質感にもこだわりたい」と、松や楓などの苔花びらや茎には本物の質感に近い布の端切れを使い、アレンジを加えて楽しんでいきます。細部までこだわった作品は友人からも好評で、「本物の花や木に間違えられた時は思わず嬉しくなります」。毎年夏の終わり頃からは干支の動物をモチーフにした作品の制作に取り掛かり、近所の方や友人にプレゼントして喜ばれています。友人からの喜びの声を励みに、これからも作品を作り続けます。



### PROFILE

幼い頃から裁縫や編み物など、手先を使う針仕事が得意。家事の合間を縫っては、ハンドバッグやポーチなど小物類の制作に励んでいます。



中原区荻宿  
坂本 富作江 さん



■ ひゅうまん

## 地域の活動で交流を深める

多摩区枳形 金子 守正さん

生田緑地と連続した山で、6世紀後半頃に築かれたといわれ、古墳群も現存している『根岸古墳の杜』。かつては栗を中心に、檜や松の木などが生え、「子どもの頃はカブトムシやセミなどを捕まえて遊んでいました」。50年ほど前から竹が生い茂り、かつての風景は姿を消していました。そうしながら、定年後に市から「杜の保全会の立ち上げメンバーになってほしい」と声を掛けられました。サラリーマン時代は地方に住んでいたこともあり、「地元の人たちとの交流が深まり、多くの人が楽しめる場になりたい」と、すぐに快諾しました。

現在、約30人のメンバーと月2回、日が入りやすいように適度な竹の伐採や竹材を利用した遊歩道の柵作りなど、景観維持のため植生管理に励んでいます。また、「地域の人たちにも楽しんでもらいたい」と、タケノコ掘りや焼き芋などのイベント開催をメンバーとともに提案。毎回40人ほどの人たちが集い、自分たちが整備した広場で共同作業を行い、同じものを口にする事で参加者同士の会話が增えるなど、地域活動の大切



さを実感しています。

保全会活動を通じてうっそうとしていた緑地に日の光が差し、イベントの日以外にも散歩などに訪れる人が増加。「景観だけでなく、古墳の杜自体が明るくなってきた」と、手応えを感じています。

活動を通じて次第に顔なじみも増え、道で会ったときにあいさつする機会も増加。「少しは地域に貢献できているかな」と、笑顔を見せています。

「地域の人たちとの輪をさらに広げていきたい」と、今後も地域活動に力を注いでいきます。



祖父の代から続く「内藤園」に入り、3年目。主に父と2人で3日から1週間ほどかけ、個人宅の庭の手入れをします。10代の頃から繁忙期に手伝いをしていたこともあり、時には草刈りから枝の剪定、消毒など、1人で任されることもあります。

そんな中でも得意とするのが高所での作業。桎やけやきのような20メートルを超える高い木もあり、高所作業車の他、二点吊りの安全帯に身を預け、

## 『基礎を徹底し

## 喜ばれる仕事を』

高津区上作延 内藤大輔さん

両手を離して剪定作業を行います。「小さい頃からよく木登りをしていたこともあり、恐怖心はなく、地上で作業するのと変わりません」。さまざまな樹木を手入れする中で一番好きな木は松。訪問先によって

保てるように剪定しています。また、剪定技術だけでなく道具の管理にも気をつけています。現在、使っているのは主に4種類。枝の太さや剪定場所に合わせて使い分けています。そのうちの1つは、祖

父から受け継いだもの。新しく高性能のはさみが出回る中、「使えるものは大事に使っていききたい」と、日々時間を見つけては砥石で研ぎ、切れ味を維持しています。

作業中は、はさみの他、切り落とした枝などでけがや事故を起こさないように、安全確認を徹底。「任された仕事は最後まで責任を持って仕上げたい」と、剪定後の細かい枝葉の掃除まで手を抜きません。

まだまだ奥が深い造園業ですが、「これからも一つ一つの仕事を丁寧に行い、お客さんに喜んでもらえる仕事をしていきたい」と、意欲を燃やしています。

趣味は子どもの頃から叩いているドラム。なかなかまとまった休みはとれませんが、時間を見つけて仲間と演奏を楽しんでいます。最近では、仲間と一緒に農園フェスで演奏するなど、音楽でリフレッシュしています。





ウリ科の中でも大型の野菜。原産地はインドで、日本へは平安時代の「本草和名」に記載があることから、古くから親しまれてきた野菜であることがわかります。丸ごと冷蔵所で保存すれば、冬までもつといわれるほど皮が厚く、貯蔵性が高いのが特徴。切ったものを保存する場合は、ラップで包んでから冷蔵庫に入れ、2〜3日を目安に使い切りましょう。食べ切れない分は保存袋に入れ、冷凍庫で保存しましょう。

ウリ科の野菜のほとんどが夏に実るように、トウガンも夏野菜の一つです。水分をたっぷり含み、低カロリーなのが特徴。暑い季節の水分補給や熱中症対策にも役立ちます。

トウガンには、カリウムとビタミンCが多く含まれているので、高血圧予防の他、利尿作用によりむくみを改善する効果などが期待できます。

生食もできますが、加熱すると、とろとろとしたやわらかい食感に変化することから、煮物やスープの具材としても使われます。青臭さが気になる場合は、下茹でをするのがポイント。味の染み込みがよくなり、臭いも気にならなくなります。だし汁やうまみが出るエビや貝柱などと煮るとおいしく仕上がります。

調理の際は、縦半分に切り、中のワタと種をスプーンなどで取り出してから使います。皮を薄く剥き、表面に少し緑色を残すと彩りが美しくなりますが、口当たりをなめらかにしたい場合は、皮を厚めに剥くとよいでしょう。

ずっしりと重たく、均一に白く粉を吹いているのが新鮮で完熟している証拠。持ち比べをして、おいしいトウガンを選びましょう。

## トウガンの揚げ浸し

材料(3人分)

・トウガン…300g ・ダイコン…5cm ・桜エビ…20g  
・片栗粉…大さじ2 ・青ネギ…適量 ・めんつゆ…適量  
・揚げ油…適量

作り方

- ①トウガンの皮、ワタ、種を取り除き、一口大に切る。キッチンペーパーで水気を取り、片栗粉をまぶしておく。ダイコンは皮を剥き、おろし金でおろしておく。
- ②170℃の揚げ油で桜エビをすばやく揚げ、香りを出す。トウガンは5分ほどしっかり揚げる。竹串を刺して堅くなければ油から取り出す。
- ③ダイコンおろし、桜エビ、青ネギを盛り付けた後、めんつゆをかけて、できあがり。



## ソラマメの栽培

ソラマメは冷涼な気候を好み、幼苗期は-8℃まで耐えますが、生育が進むにつれ、寒害を受けやすくなります。生育適温は16~20℃で、25℃以上では生育が劣ります。播種は10月下旬から11月上旬にかけて行い、本葉4~5枚程度で越冬するようにします。



酸性土壌を嫌うので、pH6以上になるよう苦土石灰を施用します。また、ウイルス病にも弱いので、アブラムシ防除を怠らないようにします。

ソラマメは収穫後の糖含量の減少が早く、食味も落ちるので収穫後は早めに食べるのがおすすめです。



### [品種]

仁徳一寸（タキイ）：子実、莢とも濃緑品種、子実の大きさ3cm、やわらかく甘味に富む。

打越一寸（サカタ）：寒さに比較的強く、濃緑色で光沢がある。

三連（タキイ）：3粒莢が多く、大莢、多収。

### [施肥]（1アール当り）

基肥：堆肥150kg、苦土石灰15kg、化成肥料10kg程度を全面施用します。

追肥：3月中旬に3kg程度施肥。

### [播種・植え付け]

直播も可能ですが、欠株や生育がふぞろいになりますので、ポット育苗が適しています。9cmのポリポットに種子の黒い部分（おはぐろ）を下向きにして、種子が少し見える程度に差し込み、十分に灌水します。播種後5~7日で発芽します。

定植は苗があまり大きくなってからでは活着が悪くなりますので、本葉2枚程度の頃に畝幅90cm、株間40~45cm程度に植え付けます。

### [管理]

着果の安定や莢を充実させるため、3月中旬頃に太く、節間のつまった枝を1株当り6~8本残し、細い茎は取り除きます。整枝後、株元が隠れる程度に土寄せします。また茎葉が伸びすぎると倒伏のおそれがありますので、株の周囲に支柱を立ててからひもを張ります。

寒風や霜よけ対策として、竹笹や寒冷紗を被覆して防寒します。

### [収穫]

莢の背筋が黒褐色に色づき、莢が下垂した頃が収穫の適期です。下位と上位節で莢の生育が違うので、順次収穫していきます。

### [主な病害虫と防除農薬]

- ・赤色斑点病：葉、茎、莢に褐色の1~2mmの小斑点を生じる。ロブラール水和剤
- ・さび病：おもに葉と茎に発生する。はじめに白色の小斑点ができ、これが褐変して盛り上がった病斑となる。ジマンダイセン水和剤、アミスター20フロアブル
- ・アブラムシ類：モザイク病を媒介する。アドマイヤー1粒剤、スミチオン乳剤

### [栽培暦]

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
作業					□						○ ○ △	

○ 播種 △ 定植 □ 収穫

※ 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。

## お薬手帳を持参しないと損!?

健康保険証と同様、病院へかかるときに忘れないようにしたい「お薬手帳」。2016年4月に薬剤報酬が改定され、このお薬手帳を薬局に持参するかどうか等で薬局での負担額に差が出るようになりました。今回はこの薬剤報酬の改定についてお話しします。

### ポイントは来局歴とお薬手帳の持参

調剤薬局では、医師の処方箋の指示に基づいて薬剤師が患者に必要な薬剤を調剤します。また、患者の治療にともなう服薬歴の管理とともに服薬指導を行います。そこで発生するのが、**薬剤服薬歴管理指導料**です。今回の負担額の差は、この薬剤服薬歴管理指導料の部分に関する変更です。では、具体的にどのように変更されたか図表化します。

来局歴	手帳の有無	保険点数
① なし	あり	50点
② なし	なし	50点
③ <b>あり</b> (過去6か月以内)	<b>あり</b>	<b>38点</b>
④ <b>あり</b> (6か月以上前)	あり	50点
⑤ <b>あり</b>	なし	50点

(※保険点数1点は10円です)

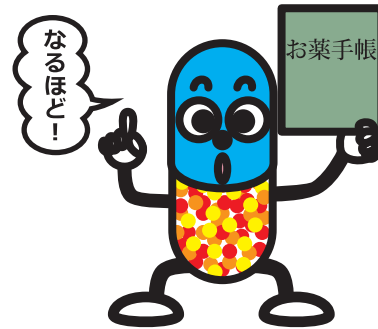
ご覧の通り、条件としては③の同じ薬局で半年以内にお薬手帳を持参した場合のみ、負担額が軽減されます。言い換えれば、あちらこちらの薬局を転々としたり、お薬手帳を持っていかなければ(持参忘れも含む)高くつくともいえます。

### お薬手帳の有効活用を

同じ薬局にかかることは、かかりつけ医を持つことと同様、大切です。異なる病院や診療科で処方された薬剤の重複投薬による副作用を防ぐことにもつながります。お薬手帳を持ち歩くことは、外出時に倒れて救急搬送される、災害で避難所生活を余儀なくされるといった不測の事態が発生した際にも役立ちます。

また、服薬に関する負担額を払うからには、薬に関する疑問点を薬剤師に相談したり、服薬中の体調変化をお薬手帳に書き留めるなど、薬局やお薬手帳を有効活用しましょう。

(保健師：運天 智子)



## 9月の運勢

モナ・カサンドラ

### おひつじ座 3/21~4/19

【全体運】ささいなことが気になりやすい月。常におおらかさと笑顔を忘れず。気分転換には遊歩道や公園の散歩を【健康運】スポーツをすると体調◎【幸運を呼ぶ食べ物】トウガン

### おうし座 4/20~5/20

【全体運】イベントや行楽に誘われるなど、外出の機会が増える予感。意欲的に参加すれば得られるものが多いはず【健康運】新陳代謝促進が健康の秘訣【幸運を呼ぶ食べ物】サツマイモ

### ふたご座 5/21~6/21

【全体運】うっかりミスが増えそう。慣れている作業でも丁寧に。集中力を高めるには、料理や手芸が◎【健康運】無理なダイエットは×。適度な運動を【幸運を呼ぶ食べ物】シメジ

### かに座 6/22~7/22

【全体運】スムーズに人脈のネットワークを広げられそう。初対面の人にも気さくに話し掛けて【健康運】健康法に凝り過ぎず、自然体で過ごして【幸運を呼ぶ食べ物】サケ

### しし座 7/23~8/22

【全体運】リラックス気分で過ごせる月。習い事や趣味に力を注いでみて。芸術的なレジャーも◎【健康運】おおむね良好。アクティブに動き回れそう【幸運を呼ぶ食べ物】イチジク

### おとめ座 8/23~9/22

【全体運】新しいことを始める好機。何事にも前向きに。オープンしたばかりのお店に足を運ぶのも◎【健康運】小さなけがに注意。慌てず、落ち着いて【幸運を呼ぶ食べ物】サンマ

### てんびん座 9/23~10/23

【全体運】ささやかな喜びに恵まれる期間。感謝すれば、さらなる好運が。周囲への気配りも大切に【健康運】ストレッチや体操などで軽く動くこと上昇【幸運を呼ぶ食べ物】シイタケ

### さそり座 10/24~11/22

【全体運】向学心が旺盛になる時期。体験教室を受講するなど、興味のあることに意識を向けて【健康運】暴飲暴食は控え、栄養バランスに配慮を【幸運を呼ぶ食べ物】サトイモ

### いて座 11/23~12/21

【全体運】つまらない意地を張りやすい気配。自分に正直になることで、運氣回復に。気分転換には読書が◎【健康運】まめな休息を忘れず、ゆったり過ごして【幸運を呼ぶ食べ物】ゴマ

### やぎ座 12/22~1/19

【全体運】開放的な気分になり、いろいろなことにチャレンジしたくなりそう。思い切って行動すれば、世界が広がる気配【健康運】不規則な生活を正すと◎【幸運を呼ぶ食べ物】栗

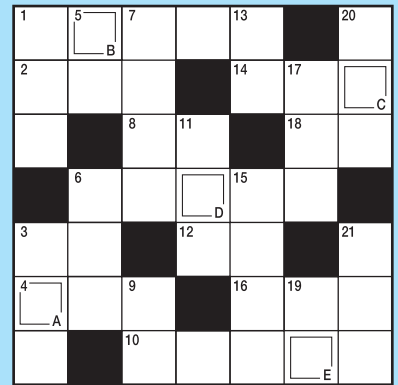
### みずがめ座 1/20~2/18

【全体運】マイナス思考しやすく、運氣低下を招きそう。気楽に構えて。リラックスにはマッサージが◎【健康運】長時間同じ姿勢は禁止。適宜、動かして【幸運を呼ぶ食べ物】マイタケ

### うお座 2/19~3/20

【全体運】ちょっとした失敗にクヨクヨしがち。気分を切り替えて。親しい人に話を聞いてもらうとスッキリ【健康運】ストレス解消が健康維持の鍵に【幸運を呼ぶ食べ物】アンタバ

# クロスワードパズル



## タテのかぎ

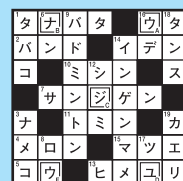
- ①分速を60倍すると
- ③\_\_\_にかけて育てた作物
- ⑤ 無の反対語
- ⑥( )や【 】などのこと
- ⑦結婚式でご祝儀を渡したり芳名帳に記入したりする場所
- ⑨引いて当たり外れを決めます
- ⑪一重の人も二重の人もいます
- ⑬あまり腕の良くない医者のこと
- ⑮鳥籠の中に付ける棒
- ⑰マツタケを\_\_\_蒸しにして食べた
- ⑲\_\_\_のように丸い月
- ⑳カメやカッパの背中に付いています
- ㉑プロレスの試合で「カーン！」と鳴らします

## ヨコのかぎ

- ①ススキや団子を供えて月を觀賞します
- ②芸事の家元のこと
- ③\_\_\_は熱いうちに打て
- ④お遍路さんがぐるりと巡る
- ⑥寝相の悪い人は蹴飛ばしてしまいがち
- ⑧夫のパートナーです
- ⑩ゆっくりした速さで走ること
- ⑫丸々とした\_\_\_のような赤ちゃん
- ⑭巨峰、ピオーネ、マスカットベリーAといえば
- ⑯花束に結ばばいっそう華やかに
- ⑱宣伝などを書いて通行人に配る物

## 6月号のこたえ

ワナジユウ



応募総数 47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。



## ◆毎号楽ししみ◆

毎号楽しくクロスワードパズルに挑戦しています。今回は比較的スムーズに解けてよかったです。(幸区・菱沼さん)

## ◆夏の風物詩◆

家の前の畑に、ヒマワリが太陽に向かっていっぱい咲いています。夏ですね。(多摩区・伊藤さん)

## ◆秋の到来!?!◆

宮前区けやき平の三ッ橋利一さんのお宅で、緑のカーテンとして植えたハヤトウリが、例年に比べて3か月ほど早い6月下旬頃に実を付けました。



## ◆待ち遠しい◆

今年も緑のカーテンを作ろうと、ゴーヤを植えました。家族もゴーヤチャンプルーが大好きです。今年もたくさん花が咲いています。楽しみ!(中原区・斉藤さん)

## ◆参考になります◆

Dish Up.をいつも参考にしていきます。(麻生区・赤峯さん)

## ◆心地よい風の中に◆

我が家では、東西南北から風が入ります。ありがたいのですが、網戸に小さい綿のようなものが付いて困っています。(高津区・今村さん)

## ◆おいしそう◆

キュウリは炒めて食べたことがなかったのですが、食&農に載っていたので試してみたいと思います。(川崎区・南さん)

## ◆気分を一新◆

セラモス麻生店は、気分転換に一番の場所です。好きな花を買ひ、帰りには食事をしてきます。(多摩区・石井さん)

## ◆楽しみです◆

機関誌は、野菜や料理などが載っているのので、楽しく読んでいます。(幸区・齋藤さん)

## ◆今秋は…?◆

我が家にある梅と柿の木。昨年は柿、今年は梅が実らなかった。今年、今年の秋はどうなるか楽しみです。(宮前区・遠藤さん)

## ◆ありがたい◆

機関誌を読むと、毎日いただいている野菜の背景が分かり、生産者の皆さんへ感謝の念が深まります。(高津区・黒田さん)

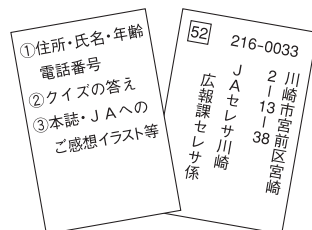
## ◆投稿のお礼◆

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 9月16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。

晴れの入賞者 敬称略( )内住所

そ菜部幸中原支部えだまめ立毛共進会  
7月7日 区内巡回 出品点数8点  
▽特選=湯あがり娘・井上莊一(上新城)  
第19回 J A セレサ川崎夏季農産物品評会  
7月9日 セレサモス宮前店 出品点数190点  
▽優秀賞=枝豆・本多勝(上作延)、ジャガイモ・筒井正彦(野川)、ミニトマト・森辰雄(久末)、タマネギ・石井竜也(同)、トマト・関口博満(南生田)、ナス・関口亨(末長)  
そ菜部高津支部第37回枝豆品評会  
7月12日 高津支店 出品点数12点  
▽優秀賞=湯あがり娘・黒川金次(北見方)  
平成28年度川崎市ナシ立毛共進会  
7月27日 市内巡回 出品点数42点  
▽特選=幸水・川名徹(野川)、幸水・豊水・あきづき・持田篤史(有馬)、幸水・豊水・持田誠(同)、幸水・豊水・新高・北見純一(枳形)  
平成28年度川崎市ナス立毛共進会  
7月28日 市内巡回 出品点数12点  
▽特選=とげなし千両2号・森和浩(久末)  
平成28年度川崎市ブドウ立毛共進会  
7月29日 市内巡回 出品点数5点  
▽特選=藤稔・高尾・ゴルビー他・五島敏充(菅)

本誌226号記載内容の訂正とお詫び

本誌226号21頁「J A からのお知らせ」の左上、「新城支店が新店舗に移りました」の記事の中で、新店舗の住所に誤りがございました。お詫びして下記の通り訂正いたします。

〈正誤表〉

(誤)	川崎市中原区新城1-10-7
(正)	川崎市中原区新城1-10-17

振り込め詐欺未然防止で感謝状

振り込め詐欺による被害を未然に防いだことで7月、宿原支店の中川拓哉職員と野川支店の石川亜矢子職員、北見方支店の小林里江貯金支店長代理に、各警察署長より感謝状が贈られました。

東柿生支店が仮店舗に移ります

東柿生支店が建て替えに伴い、8月22日(月)から仮店舗での営業を始めます。仮店舗の住所は以下の通りです。  
〒215-0022 川崎市麻生区下麻生2-43-22(支店駐車場内)  
TEL044-988-6511 FAX044-988-1750(変更はありません)

生活事業で表彰受ける

関東生活事業所管内・生活事業優秀 J A 表彰式が7月20日、平塚市の J A ビルかながわで行われました。

同表彰式は、全農が取り扱う生活用品や食品などの年間取り扱い実績が優れていた J A を表彰するものです。

当 J A は、昨年度のお茶やみそなどの他、毎月全国の旬な農産物を味わえるグルメカタログ「旬鮮倶楽部」などに対する積極的な取り組みが評価され、優良賞を受賞しました。

県内では当 J A の他に、 J A 横浜や J A 相模原市、 J A あつぎ、 J A いせはらの4 J A が表彰を受けました。



実技講習で営農支援力強化

J A では7月27日、実技講習を通じて営農支援力強化につなげていこうと、麻生区黒川のほ場でトラクター実技講習会を開きました。

当日は、営農担当者15人が参加。職員は、操作方法などの説明を受けてから順番に耕耘し、畝の間隔や深さなど微妙な操作加減に苦戦しながらも徐々にコツをつかみ、スムーズに作業を進めていました。

J A では今後も、さまざまな講習会を通じて営農担当者の知識や技術のスキルアップをはかり、営農支援力の強化に努めていきます。



『モスビー』の  
セレサモス  
出荷者紹介

い  
き  
い  
き

ファーマーズ

ファーマーズマーケット  
せいけもす

① 飯草 英雄さん  
(飯草 美通子さん)  
② 麻生区栗木台  
③ 麻生店  
④ ナス・モロヘイヤなど

出荷者のコメント

両親とともに約160アールの農地で、年間約50種類の野菜や果樹を栽培。「新鮮な野菜を届けたい」という思いで、朝収穫したものを出荷しています。消費者に喜んでもらうために、大きくて味の良いナスや白い茎のブロッコリーなど、新品種の栽培にも挑戦しています。

① 小泉 博司さん  
② 宮前区平  
③ 宮前店・麻生店  
④ 野菜のジェラートなど

出荷者のコメント

家族3世代で農業を営みながら、畑でとれた野菜を使ったジェラートを販売するなど、6次産業化に力を入れています。その他にも、地元のレストランや企業と提携し、自宅の農園を開放したイベントを毎年開催。消費者が気軽に農と触れ合える場を提供しています。

①氏名 ②住所 ③出荷店舗 ④主な出荷品目 ※( )名は出荷登録者名

JAからのお知らせ

セレサのDATA

貯金	1兆4,240億円
貸出金	5,309億円
長期共済保有高	1兆6,515億円
年金共済保有高	337億円
購買品供給高	3億57百万円
販売品取扱高	4億83百万円
施設事業契約高	27億46百万円
組合員数	65,124人
うち正組合員	5,762人
准組合員	59,362人

(7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…8:00～21:00(セレサモス麻生店は営業時間内の稼働、東柿生支店は仮店舗につき平日8:30～17:00、土日祝は休止)  
 ☆経済センター店舗…平日・土日9:00～16:30 ※祝日は休み  
 ☆セレサパーシモン…平日・土日9:00～16:30 ※祝日は休み  
 ☆セレサモス麻生店…10:00～18:00  
 セレサモス宮前店…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。

9月の営農相談コーナー

☆J A 経済センター(宮前有馬2-13-1)…7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)  
 ☆セレサモス宮前店園芸館(宮前区宮崎2-14)…2日(金)、16日(金)  
 ☆セレサパーシモン(資材店舗：麻生区片平2-30-15)…6日(火)、8日(木)、13日(火)、20日(火)、27日(火)  
 時間：9:00～16:00  
 相談員：J A の営農技術顧問  
 その他：予約は不要です。

9月の経営相談日(法律)

6日(火) 9:30～11:30 向丘支店  
 13:30～15:30 中原支店  
 13日(火) 13:30～15:30 みなみ支店  
 13:30～15:30 柿生支店  
 20日(火) 9:30～11:30 橘支店  
 13:30～15:30 中原支店  
 24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。

9月の年金無料相談会

4日(日)栗平支店  
 6日(火)みなみ支店  
 8日(木)鷺沼支店  
 11日(日)橘支店  
 13日(火)大島支店  
 15日(木)向丘支店  
 25日(日)宮前支店  
 27日(火)生田支店  
 29日(木)野川支店  
 予約は開催支店まで。

9月の休日住宅ローン相談会

25日(日)みなみ支店、小向支店、住吉支店、元住吉支店、北見方支店、橘支店、宮崎支店、向丘支店、稲田支店、千代ヶ丘支店、柿生支店  
 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ことがございます。

9月のセレササロン

1日(木)中原支店  
 14日(水)高津支店  
 28日(水)生田支店  
 会費：1,300円(中原支店)  
 1,400円(高津・生田支店)  
 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J A 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/>

9月の遺言信託個別相談会

6日(火)高津支店  
 7日(水)宮前支店  
 15日(水)中原支店  
 23日(水)稲田支店  
 27日(日)向丘支店、日吉支店  
 ・開催時間…9:00～16:00  
 ・相談場所はJ A 神奈川県信連の財務センター  
 ・相談時間は原則1時間半まで  
 ・相談無料・予約制・秘密厳守  
 ・ご予約は、相談開催日の前々営業日16時までに各会場支店まで  
 ※開催日に都合がつかない場合は、お電話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 セレサ川崎本店金融推進部  
 <044-877-2140> 当J A が行う遺言信託(理業務)は契約締結の媒介です。  
 ◇相続・遺言セミナー  
 1日(木) 15:00～16:30 生田支店  
 6日(火) 14:00～15:30 日吉支店  
 15日(水) 15:00～16:30 橘支店  
 25日(日) 10:00～12:00 宮前支店



9月のセレサモス行事予定

☆出張販売  
 1日(木)11:00～小向支店  
 15日(木)11:00～みなみ支店  
 ※荷がなくなり次第終了となります。  
 ☆お米の日  
 [宮前店]毎週金曜日は全銘柄を1割引(第2金曜日を除く)  
 第2金曜日は1銘柄を2割引  
 [麻生店]第3、4金曜日は1銘柄を2割引にて販売いたします。  
 また、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。  
 ☆セレサモスの駐車について  
 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。





菅支部  
大正琴グループ



今年で創設28年目を迎えた大正琴グループ。現在、9人のメンバーが在籍し、中には琴歴30年以上になるベテランもいます。

活動は月2回、先生の指導のもと、歌謡曲など発表会で演奏する曲を中心に練習しています。

大正琴は、少しの力加減で音が変わり、思い通りの音を出せるようになるまで時間がかかります。それでも「継続は力なり」と忙しい中練習を重ね、今ではメ



ンバーの息もぴったり。先生からも「熱心な生徒たち」と言われるほどです。真剣に練習に取り組みメンバーですが、みんなで会話をするのも楽しみの一つ。毎回の休憩時間に、和気あいあいと世間話に花を咲かせています。

今後の目標は、全国大会に出場し、NHKホールで演奏すること。大きな目標に向けて練習に励み、素敵な音色を響かせています。

# Dish Up!

## 材料 (約10人分)

- ・くず粉…80g
- ・タピオカ粉…80g
- ★・黒糖…130g
- ・上白糖…230g
- ・水…約700ml
- ・きな粉…約100g



## くず餅

### 作り方

①厚手の鍋に★を入れ、木べらで混ぜながら中火で煮る。



②全体的に溶けてきたら弱火にし、焦がさないように20~30分ほど同じ方向に混ぜ続ける。茶色に透き通り、大きな気泡が出てきたら火を止める。



③バットにラップを敷き、茶こしできな粉を軽くまぶしておく。仕上げの際にもきな粉を使うので、少し残しておく。



④③に②を平らに流し入れる。冷めて固まったら好みの大きさに切り、残りのきな粉を茶こしでまぶしてできあがり。



### ワンポイントアドバイス

高津区北見方 戸張 君枝さん  
幼い頃に沖縄の母がよく作ってくれた、思い出の味です。焦げやすいので、鍋は厚手で深いものを使いましょう。タピオカ粉の量を増やしたり、常温で冷ますと、やわらかい仕上がりになります。暑い夏におすすめの一品です。

