スマイルハート

情熱あふれる
産地づくりを目指して

[Smile Heart] No. 26

May 2016
5

特集

家族が認知症になったら

JA紀州公式Facebook
チェック!! 検索

JA紀州

紀州農語り

自分が選んだ農業の道。
信念を持って進み続ける！

今回ご紹介の作物
【ブロッコリー】

日高町高家
上田　明広（あきひろ）さん（32才）

就農して4年。ブロッコリー50ａ、キャベツ10ａ、青ネギ10ａ、トマト5ａなどの野菜類、水稲80ａを栽培しています。

失敗を乗り越えて…自分にとって最適と感じたブロッコリー作り

就農して1年目の冬、明広さんはブロッコリーの栽培に挑戦しました。親が作っていたのも栽培を始めるきっかけになったと言います。しかし定植時期に雨が続き、圃場の耕うんや定植のタイミングがなかなか掴めなかったことに加え、苗を手植えしたことが起因してか、定植して1週間で、苗が全て枯れてしまったそうです。当時を振り返り、就農してすぐの頃は『自分が農業をしている』という意識や、自覚が足りなかったのだと話します。

ブロッコリー栽培2年目。JAで定植機を借りられることを知り、機械で苗を定植しました。前年の反省点を改善して生育は順調に進み、立派なブロッコリーを収穫することができました。この時、「ブロッコリー作りは自分に合っている」と強く感じたそうです。

3年目には、今後も長く栽培を続けていくことを考え、定植機を購入。収穫量も大幅にアップし、自信にも繋がったと話します。

▲2月に定植したブロッコリー。(4月20日時点)
5月中旬頃から収穫を予定しています。

試行錯誤を重ね、挑戦し続ける！

現在は、春どりのブロッコリーを栽培しています。2月に定植した苗は順調に生育しており、5月中旬頃から収穫する予定です。また今年4月にも苗を定植しました。順調にいけば6月頃に収穫が見込めるとのことです。試行錯誤を繰り返しながら、ブロッコリー作りに挑戦し続けています。

「梅雨、台風など、季節ごとに災害があるが、それらの対策をしっかり行い、できる限りのことをやっていけば、結果にも繋がる。栽培のポイントを押さえれば、時期を問わず栽培できる」と感じています。

「やるか、やらないか。選ぶのは自分」

明広さんの好きな言葉は、『過去と他人は変えられないけど、未来と自分は変えられる』というものです。「やるかやらないか、選ぶのは自分。失敗したことを、誰かのせいにしたりしないのは当然のことで、気持ちを切り替えて明日に進んでいく。信念を持って、これからも農業を続けていく」と力強く話してくれました。

スマイルハート Contents 2016. May

紀州農語り……2
特集……4
家族が認知症になったら
トピックス……6
平成28年度
新規採用職員のご紹介……9
あぐりガイド……10
インフォメーション……15
読者の広場……18
ふれあいコーナー・
表紙紹介……19
JA紀州クッキング……20

あれ？

どうしたの？

もしかして…

家族が認知症になったら

85歳以上の4人に1人が認知症だといわれています。高齢化社会を迎え、誰もが発症する可能性のある身近な病気です。もし家族の誰かが認知症になったら、どのように向き合えばいいのでしょうか。30年以上も認知症患者のいる家族の悩み相談窓口となってきた「認知症の人と家族の会」にお話を聞きました。

取材協力：公益社団法人　認知症の人と家族の会　東京都支部
相談窓口：TEL.03-5367-2339
（毎週火・金曜日10:00～15:00）

単なる物忘れと認知症は違う

年齢を重ねると誰でも、すぐに人の名前を思い出せなかったり、物をどこに置いたか、しまったかを忘れたりするもの。それは加齢による単なる物忘れで、体験したことの一部を忘れても、記憶の帯はつながっていて、ヒントがあれば思い出せるものです。

認知症の場合は、数分前、数日前の出来事を思い出せないとか、言葉がなかなか出てこない、家電製品が上手に使えないなど、体験したこと自体を忘れて、記憶が抜け落ちてしまうのです。

単なる物忘れと認知症はどこが違うのでしょうか。明らかに違うのは、認知症は正常だった脳の働きが徐々に低下する病気だということです。いろいろな病気が原因となって起こるので、症状もさまざまです。病気が進行するにつれ、記憶や判断など脳の機能が低下して、次第に日常生活を送ることができなくなります。

認知症というと、家族の顔が分からない、徘徊（はいかい）する、失禁するなどの重い症状ばかり思い浮かべてしまうかもしれませんが、決して重い症状ばかりが認知症とは限りません。日常生活で本人や家族に困ることが増えてきたら、認知症の可能性も考えましょう。

早期発見・早期治療と家族の協力が大切

家庭では、どこまでが単なる物忘れで、どこからが認知症なのか、なかなか判断がつきにくいものです。本人や家族が「年のせい」だと思うような、日常のささいな変化が認知症のサインだったりすることもあるので、「おかしいな」と思ったら、ためらわずに早めに医師に相談することが大切です。認知症は、軽度な症状から生活に支障を来す中等度まで約2年で進行するという報告もあります。早く見つけて治療すれば、進行を緩やかにしたり、症状を軽くできる可能性もあるため、その後の日常生活は大きく変わります。

ただ、本人が認知症を認めたくない気持ちが強い場合、受診に反発するケースも多く見られます。そこで本人には言わずに、まずは行政の窓口である市区町村の地域包括支援センター、または病院への窓口としてかかりつけの医師に相談しましょう。そこから「物忘れ外来」「認知症外来」など、認知症の診断を行う専門外来のある医療機関を紹介してもらえます。本人が専門の医療機関に行きたがらない場合は、最初は家族だけで訪ねて相談してみるのもいいでしょう。受診するときは「早期発見の目安」（認知症の人と家族の会）を基にチェックして、気になることを書き留めておき、普段の本人の様子をしっかりと伝えることです。

認知症と診断されると、家族はつい長い介護生活に不安を覚えますが、診断された本人が一番戸惑い、不安を募らせて、自分を責めるのです。家族や周囲の人にとって大切なのは、認知症は病気であることを理解すること。そして、本人の気持ちに寄り添って、安心できる環境づくりを心掛けることです。そのためには、介護する人も、心に余裕を持ち、自分のことも大切にしましょう。誰か一人に負担がかからないように、家族がそれぞれの立場で役割分担をして、正しい共通認識を持ち、協力し合うことが重要です。

イラスト：ゆき たけし

気軽に相談を

地域包括支援センター

介護保険法で認められた、全国約4000カ所にある相談センター。市区町村の役所で連絡先を教えてもらえます。

認知症の人と家族の会

全国47都道府県に支部があり、介護経験を持つ会員が相談を受け付けています。

TEL.0120−294−456
（月〜金曜日10:00〜15:00）
http://www.alzheimer.or.jp/

認知症　早期発見の目安

いくつか思い当たることがあれば、専門家に相談しましょう。

※認知症の人と家族の会作成

物忘れがひどい

□電話の相手の名前をすぐに忘れてしまう
□同じことを何度も言う・聞く・行う
□しまい忘れや置き忘れが増え、いつも探し物をしている
□財布・通帳・衣類など、盗まれたと人を疑う

判断・理解力が衰える

□料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
□新しいことが覚えられない
□話のつじつまが合わない
□テレビ番組の内容が理解できなくなった

時間・場所が分からない

□約束の日時や場所を間違えるようになった
□慣れた道でも迷うことがある

人柄が変わる

□ささいなことで怒るようになった
□周囲への気遣いがなくなり頑固になった
□自分の失敗を人のせいにする
□「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

不安感が強い

□1人になると怖がったり寂しがったりする
□外出時、持ち物を何度も確かめる
□「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

□下着を替えず、身だしなみに構わなくなった
□趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
□ふさぎ込み何をするのもおっくうがる、嫌がる

女性会 フラワーアートを御坊駅に展示！

4月22日、JA紀州の特産であるスターチス数千本で作ったフラワーアートを、JR御坊駅の1番ホームに展示しました。作品の大きさは縦93cm、横3m50cm。オアシス（吸水性スポンジ）に紫、ピンク、白、黄など全5色のスターチスを挿し、『花のまち　ごぼう』の文字と、スターチスの花束を手に持った、JA紀州マスコットキャラクター『きぃぽん』を描きました。展示は今年秋頃まで予定していますので、御坊駅をご利用の際はぜひご覧下さい。

▲▼制作中の様子。すきまなくスターチスを挿していきます。

▲完成したフラワーアート。『きぃぽん』も駆けつけました。

全国各地で 母の日参りPR！

JA紀州では、母の日に花を持ってお墓参りをする『母の日参り』を推奨し、全国各地でPR活動を展開しています。また青年部でも、『母の日参り』PR活動を行いました。詳細は次号に掲載します。

3月19日

高野山

参拝客に『母の日参り』のチラシと、スターチスの花束を配布しました。

4月12日

東京都有楽町

『母の日参り』のテレビCMに出演する高島礼子さんによるトーク＆アンサンブル〝母の日参りハートフルタイム〟((株)日本香堂主催)都内150組300人の参加者に、JA紀州産のスターチス等でアレンジした花束を配布しました。

4月15日

兵庫県神戸市 デュオこうべ

『母の日参り』とJA紀州の花をPRしました。

青年部
第2回通常総会開く

4月15日、青年部はJA本店で第2回通常総会を開きました。総会では、規約を一部改正。本部役員について、活動を強化するため、委員の定数を見直しました。平成27年度活動報告・収支決算報告のあと、平成28年度活動計画・収支予算について協議し、全ての議案が可決承認されました。青年部では、今後もさらなる組織強化、地域農業振興等に取り組むことを確認しました。

▲総会の様子

平成28年度役員

部長　　千原秀樹さん【由良・日高・美浜支部】(写真中央)
副部長　前田昌則さん【御坊・川辺支部】(写真左)
会計　　中早大輔さん【みなべいなみ支部】(写真右)

▲開会に先立ち、JA青年組織綱領を唱和

女性会
第3回通常総会・家の光大会開く

4月18日、女性会はがいなポートで第3回通常総会並びに、家の光大会を開きました。総会では平成27年度活動報告並びに収支決算について報告し、平成28年度活動計画並びに収支予算などについて協議しました。協議の結果、全ての議案が可決承認されました。

続いて家の光大会では、白浜町聖福寺の関森研悟さんを招き、ミニコンサートを開いていただきました。優しい歌声で、癒しの時間を過ごしました。

また、会場では家の光活用作品の展示を行い、手芸品や絵手紙などを展示しました。

▲聖福寺　関守研悟さんによる癒しのコンサート

平成28年度役員

会長　　赤坂幸子さん【みなべブロック】(写真中央)
副会長　酒井美代子さん【川辺ブロック】(写真左)
副会長　大畑秀美さん【ひだかブロック】(写真右)

▲総会の様子

直売所利用会(ほんまもん･フレッシュマート)第9回通常総会開く

4月19日、直売所利用会はアグリセンターみなべで第9回通常総会を開きました。総会では、栽培講習会等で技術を磨き、ルールを遵守した上で、良い物を沢山出品しようと協議・確認しました。

さわやか日高利用会第10回通常総会開く

4月20日、さわやか日高利用会はアグリセンターひだかで第10回通常総会を開きました。総会では、他店にないイベントの開催など、消費者との交流の場を作ること等を確認。また、アンケートボックスの設置について意見が挙がりました。記念講演では、県農営農対策部バイオセンターの九鬼渡氏を講師に招き、『農薬の適正使用について』を聴講しました。

JA本店で防災訓練！消火器の使い方等学ぶ

3月28日、JA紀州本店の役職員を対象に、御坊市消防署協力のもと、防災訓練を行いました。消防署員指導のもと、電話通報の手順や、消火器の使い方を確認しました。また、地域の避難場所に指定されている日高高校まで実際に歩き、避難経路を確認しました。

岩代小学校 新潟県の小学校と交流！

2月､岩代小学校6年生15人は､食育交流学習で､新潟県南魚沼市第二上田小学校を訪れました｡児童たちが作ったしそ漬け梅干しを届けました｡交流会では互いの小学校の取組み等について紹介｡また､新潟県産のコシヒカリを使って､梅干し入りのおにぎりを作って一緒に食べました。

さつき八朔 今年も高品質で出荷！

ゆら柑橘撰果場や川辺選果場では3月末から4月末頃にかけ、さつき八朔の選果・出荷作業を行いました。さつき八朔は、3月末頃まで樹に実らせ、完熟で収穫し、すぐに出荷します。暖冬の影響で、例年に比べて1週間ほど生育が早くなりましたが、平均糖度は12度、酸切れも良く、市場評価も上々となりました。

後期出荷のデコポン好評！大阪でトップセールス

川辺選果場では4月9日より、後期出荷のデコポンの選別、出荷作業が始まりました。2月上旬までに収穫したデコポンを1個ずつ包装紙で包み、約2カ月間冷蔵貯蔵して、通常のデコポンと出荷時期をずらし、販売価格、農家所得の向上に繋げています。近年では保存技術も向上しています。

4月18日には､大阪中央青果市場でトップセールスを行いました｡久保秀夫組合長や柑橘部会の生産者らが参加し､後期出荷のデコポンをＰＲしました｡本年産は糖度も高く美味しいと､市場評価も良く､引き合いも強くなりました｡出荷は5月末頃まで続きます。

牡羊座 3/21～4/19
【全体運】フットワークが軽くなりそう。興味のあることには、意欲的にトライしてみましょう。旅行も大賛成！
【健康運】小まめに運動すると、体力アップ効果大　【幸運を呼ぶ食べ物】エダマメ

6月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

平成28年度

新規採用職員のご紹介

樋口（ひぐち）　悠大（ゆうだい）
【御坊営農販売センター】
早く仕事を覚えられるよう頑張りたいです。

西平（にしひら）　充幸（みつゆき）
【日高川営農販売センター】
これからJA職員として微力ながら地域の農業のために尽力させていただきたいと考えています。

田中（たなか）　悠斗（ゆうと）
【みなべ営農販売センター】
少しでも早く仕事を覚えて、何事にも責任感を持ち、元気を出して取り組んでいきたいです。

弓場（ゆんば）　蝶乃（ちょうの）
【店舗部　Aコープゆら】
組合員・地域の方々のため、元気いっぱい笑顔で頑張ります！

津村（つむら）　歩（あゆみ）
【名田支店】
組合員の皆様のために頑張ります。

弓倉（ゆみくら）　瑞生（みずき）
【名田支店】
笑顔を大切にして、組合員さんや利用者さんのために精一杯頑張ります。

花尻（はなじり）　佳奈（かな）
【美山支店】
早く仕事を覚えて、組合員の皆様の力になれるように頑張ります。

玉井（たまい）　加奈子（かなこ）
【由良支店】
組合員の方など様々な人の役に立てるよう一生懸命頑張っていきたいと思います。

中田（なかた）　早紀（さき）
【由良支店】
１日でも早く組合員の方々や地域の皆様のお役に立てるよう頑張って参ります。

阪井（さかい）　豪（つよし）
【印南支店　稲原出張所】
熱意と責任を持ち、地域の皆様のお役に立てる様、頑張ります。

平山（ひらやま）　里美（さとみ）
【梅の郷支店南部出張所】
笑顔を忘れず、一生懸命頑張っていきたいと思っていますので、よろしくお願いします。

水口（みずぐち）　知樹（ともき）
【梅の郷支店岩代出張所】
JA職員として自覚を持ち、日々努力し成長していきます。

油谷（あぶらや）　壮太朗（そうたろう）
【JA学園　本科生】
自分の持ち味の明るさを大切に頑張ります。どうぞ、よろしくお願い致します。

池田（いけだ）　悠登（ゆうと）
【JA学園　本科生】
JA職員として、地域に貢献していきたいと思います。

よろしくお願いします！

【　】内は配属部署です。

牡牛座 4/20~5/20
【全体運】部屋の片付けをしたり、趣味や好きなことを楽しんだり、ゆったり過ごして。じっくり情報を集めるのにも最適
【健康運】自然体が一番。徹夜などの無理は避けて　【幸運を呼ぶ食べ物】オクラ

あぐりガイド

うめ

梅園管理について

いよいよ収穫時期を迎えます。農薬の使用基準は厳守して下さい。防除歴は必ず入力して下さい。

防除

・すす斑病
スコア顆粒水和剤　3,000倍
（前日／3回）
又は
インダーフロアブル　5,000倍
（前日／2回）

・コスカシバ対策
スカシバコンL
40本～100本／10a
県うめ研究所・JAでは、平成21年より試験を実施し、防除効果も確認しています。
10aあたり50本を厳守し、地域全体でコスカシバから梅産地を守りましょう。

・ハダニ多発園
（葉の裏側にかかるように散布）
マイトコーネフロアブル　1,500倍
（3日前／1回）
ニッソラン水和剤　3,000倍
（7日前／2回）
ホウ素供給のため、葉面散布剤（プラムエース・ヨーヒB5 800倍）3～4回散布して下さい。

干ばつ対策

乾燥が続けば、樹勢低下や、果実の肥大等に影響しますので、1週間ごとに1樹当たり約100ℓの潅水を行いましょう。

お礼肥（収穫前施用）

収穫前に礼肥を施用するほど、樹勢回復効果が高いので、早めの施肥を心掛けて下さい。
10a当たり6袋（施肥量は結実量、樹勢等で加減して下さい）

・南高タブレット（8―5―7）
・パワフル（10―6―7）
・バイオノ有機（7―4―2.5）

ケシキスイ対策

落ち梅を収穫する際、落果した果実が地面と接した状態で長時間放置すると、アカマダラケシキスイの幼虫に食入される危険性が高まります。
食入果実が梅干しになることによる異物混入問題が大きな課題となっていますので、収穫の際、侵入防止対策として、次の点に注意して下さい。

①落果ウメ収穫には必ずネットを敷く。
②1日1回以上は必ず拾うなど、拾う回数を増やす。
③薬剤防除により、ケシキスイの密度を減らす。
例1）フォース粒剤　10kg／10a
（収穫3日前まで1回）土壌混和
例2）バリアード顆粒水和剤　4,000倍
（収穫前日まで2回）
④古い果実、傷んだ果実は呼び寄せる原因となるので、園地に残さない。
⑤拾った梅を30分（45分推奨）水に浸けると、大部分は外に出る。
⑥選果・選別を徹底し、「著しく傷の付いた梅」、「腐敗した梅」、「過熟した梅」は漬け込まない。

青梅出荷時における注意

出荷時にGAPの提出をお願いします。

・青梅の収穫適期
果皮が緑色で光沢の出たときが収穫適期です。樹冠外部と内部の果実では1週間以上の差があります。このため、青梅出荷は2回に分けて収穫して下さい。

・青梅の出荷は木曜日・金曜日に多く出荷して下さい。
青梅の販売のほとんどが量販店（スーパー）で、土曜・日曜日によく売れるためです。

・青梅収穫及び雨の日の選果時の注意
・JAのコンテナは出荷専用ですので、梅園では使用しないで下さい。
・雨の日に採果の場合、軍手で採果すると黒く変色しますので、必ず素手で採果して下さい。
・雨の日にコンテナへ果実を入れる場合は、できるだけ低い位置

でやさしくあけて下さい。

・雨の日は底がメッシュのコンテナを使用し、青梅を7分程度入れ、乾燥機や、大型扇風機で果実を完全乾燥させてから選果して下さい。

・水分の多い梅を、選果台へあけての乾燥は必ずスレ果となりますので、やめて下さい。

アメリカシロヒトリの被害がある方へ

平成27年度の試験で、フェニックスフロアブル4,000倍を5月下旬に散布すれば、約4ヶ月にわたり発生を抑えました。被害のある園地は、最終防除で散布しましょう。

5月21日散布→10月14日の写真
（146日後の試験園）

柑橘類

開花期及び病害虫防除

いよいよ発芽及び開花期を迎え、本格的な防除時期となりました。今年は表年にあたりますが、結果母枝数は園地や樹によってばらつきが見られます。また、昨年はチャノキイロアザミウマの被害が多く発生しましたので、適期防除に努めて下さい。

液肥の散布

開花期に着花の多い樹は、樹勢低下を招く恐れがありますので、窒素系の液肥を散布して下さい。

・着花小～甚少樹の管理

裏年樹で発芽量が多く着花の少ない樹は養分競合を防ぐため果実（花）に被さっている新芽を切除して下さい。

・着花過多樹の管理

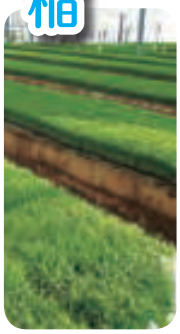
べた花でほとんど発芽が見られなかった樹は、樹幹上部全摘果を行って、翌年の結果母枝の発生を促進させて下さい。実施時期は、生理落果終了後から6月末までです。

防除薬剤

	防除時期	対象病害虫	薬剤	倍数	収穫前日数／使用回数	備考
温州みかん	5月上中旬（開花期）	灰色かび病	ファンタジスタ顆粒水溶剤	3000倍	14／3	・そうか病・黒点病・灰色かび病・ミカンサビダニの同時防除としてフロンサイドSC2,000倍(30/1)もよい。 ・灰色かび病の防除にはゲッター水和剤1,500倍(開花期／5)も良い。
		黒点病	ジマンダイセン水和剤	600倍	30／4	
		コアオハナムグリ（訪花害虫）	モスピラン顆粒水溶剤 又は アクタラ顆粒水溶剤	3,000倍 2,000倍	14／3 14／3	
	5月下旬	黒点病	エムダイファー水和剤	600倍	60／2	・チャノキイロアザミウマの防除の際には防風樹にも散布しておく。 ・サンホーゼカイガラムシ若齢幼虫にはアプロード水和剤1,000倍（14/3）を散布する。 チャノキイロアザミウマ、ミカンサビダニの防除にはマッチ乳剤3,000倍(14/3)もよい
		アビオンーE（パラフィン系展着剤）1,000倍を加用する。				
		チャノキイロアザミウマ ミカンサビダニ チャノホコリダニ	ハチハチフロアブル	2,000倍	1／2	
		ヤノネカイガラムシ サンホーゼカイガラムシ	スタークル／ アルバリン顆粒水溶剤	2,000倍	1／3	
中晩柑類	5月上中旬（開花期）	黒点病	ジマンダイセン水和剤	600倍	30／4	・清見については灰色かび病の防除ファンタジスタ顆粒水溶剤3,000倍（14/3）を散布する。 ・アクタラ顆粒水溶剤とICボルドー66Dは混用しない。
		コアオハナムグリ（訪花害虫）	モスピラン顆粒水溶剤 又は アクタラ顆粒水溶剤	3,000倍 2,000倍	14／3 14／3	
	5月下旬（自己摘心後）	かいよう病	ICボルドー66D 加用アビオンE	60倍 1,000倍	－／－	
		コアオハナムグリ（訪花害虫）	モスピラン顆粒水溶剤	3,000倍	14／3	
	5月下旬	黒点病	エムダイファー水和剤	600倍	60／2	・チャノキイロアザミウマの防除の際には防風樹にも散布しておく。 ・サンホーゼカイガラムシ若齢幼虫にはアプロード水和剤1,000倍（14/3）を散布する。 チャノキイロアザミウマ、ミカンサビダニの防除にはマッチ乳剤3,000倍(14/3)もよい
		アビオンーE（パラフィン系展着剤）1,000倍を加用する。				
		チャノキイロアザミウマ ミカンサビダニ チャノホコリダニ	ハチハチフロアブル	2,000倍	1／2	
		ヤノネカイガラムシ サンホーゼカイガラムシ	スタークル／ アルバリン顆粒水溶剤	2,000倍	1／3	

磐座 6/22～7/22
【全体運】気配り上手を目指すことで、つきが巡ってくる星回り。持ち前の面倒見の良さを生かして。鏡を磨くのも開運に
【健康運】何か運動を始めると、上達が早く刺激に 【幸運を呼ぶ食べ物】アンズ

水稲



苗箱処理について

いもち病やウイルス病、イネミズゾウムシ、ウンカ類、イネツトムシ等の発生予防として、ビルダーフェルテラチェス粒剤を苗箱処理して田植えして下さい。使用時期は、移植3日前～移植当日／1回（育苗箱1箱当たり50ｇ）です。

水持ちが悪い水田又は前年、雑草が多かった水田体系処理

・エリジャン乳剤　300㎖／10ａ
（植代後～移植7日前まで）
又は
・シング乳剤　300㎖／10ａ
（移植直後～ノビエ1葉期、但し移植後30日）
⇦
・アクシズＭＸ1キロ粒剤　1kg／10ａ
（移植後7日～ノビエ4葉期まで、但し収穫45日前まで）

水稲施肥例

タイプ	品目	荷姿	元肥【袋】	備考
一発型元肥	エムコート7－7－7（17－17－17）	20kg/袋	2～3	キヌヒカリ用
	ハイエムコート200（22－10－10）	15kg/袋	2～3	キヌヒカリ用

注）イクヒカリの場合は、元肥は施用量を10kg程度多めに施用する。
注）追肥は葉色に合わせて施用量決める。

田植え後に使用する主要除草剤（例）（10ａあたり）

剤　型	品　名	使用量	使用基準
粒　剤	コメット1キロ粒剤	1kg／10ａ	移植直後～ノビエ2.5葉期まで 但し移植後30日まで
	アピロトップMX1キロ粒剤51	1kg／10ａ	移植直後～ノビエ3葉期まで 但し移植後30日まで
フロアブル剤	エーワンフロアブル	500㎖／10ａ	移植後5日～ノビエ3葉期まで 但し移植後30日まで
	ヨシキタフロアブル	500㎖／10ａ	移植直後～ノビエ1.5葉期まで 但し移植後30日まで
ジャンボ剤	銀河ジャンボ	400ｇ／10ａ	移植後5日～ノビエ3葉期まで 但し移植後30日まで

等の利用や、換気のため腰巻のビニールを取り外したりする他、循環ファンも活用して下さい。

重要病害虫

・葉かび病、うどんこ病、すすかび病

各種病気の発生が確認されます。草勢の維持に努め、こまめな摘葉や病気の葉の除去、予防的な薬剤防除、適度な換気を行うなど、予防対策に努めて下さい。

・黄化葉巻病

コナジラミ類の発生が確認されます。発生が確認された場合には、直ちに薬剤散布を行って下さい。黄化葉巻病の発病株は直ちに株元で切断し、適正に処理して下さい。なお、交配が終了した圃場では、コナジラミ類に対して効果の高い薬剤が使用できます。

交配作業

6月下旬で収穫が終了の場合、5月中旬頃で交配作業が終了となります。

交配終了後は、草勢に合わせ、摘芯の実施などを行って下さい。

野菜

●ミニトマト

温度上昇により、着色や生育スピードが早くなり、栽培管理作業や収穫が遅れぎみになる時期です。軟果や裂果の発生など果実内容の低下を防ぐために、適期収穫を行って下さい。また、摘葉や側枝の除去など、栽培終了時期まできっちりと栽培管理を行い、高品質果実の生産に努めて下さい。

さらに、高温による果実内容や草勢の低下を防ぐ為、遮光ネット

交配後のマルハナバチ処理について

先月号で記載した通り、飼養の終了したマルハナバチは必ず適正に処理して下さい。

●露地ピコトマト

整枝、わき芽の整理は遅れずに作業を行って下さい。しかし、天候不順時の作業は、疫病を発生させる原因となるので、必ず晴天時に行って下さい。

●小玉スイカ

2月定植では収穫が始まり、3月定植のトンネル栽培も定植時期によっては5月下旬から早い方で収穫が始まる時期となります。

定植後より高温状態が続き、生育は概ね前進傾向となっています。ただし、交配のタイミングによって収穫は大きく左右されることが多いため、今後の気象状況に注意して、生育状況に応じた管理を行って下さい。

収穫期の管理

①潅水

草勢や土壌水分状態に注意しながら、潅水を行って下さい。

収穫予定の10日前頃からは、潅水を控えていき、果実内容の向上に努めましょう。

ただし、草勢が弱くツルが萎れる場合には、少量の潅水を行い、草勢維持に努めて下さい。

※多量の潅水は、糖度の低下や裂果、ツメ入り果の発生原因になる可能性がありますので注意して下さい。

②草勢維持と日焼け果対策

日中ハウス内及びトンネル内は高温になりますので、晴天時は換気を十分行い、草勢維持と果実内容の向上に努めて下さい。

草勢が弱く、ツルが萎れ、果実がむき出しになる状態では、果実内容の低下と果皮の日焼けが心配されますので、潅水による草勢維持と遮光ネットの利用等、日焼け防止対策を施して下さい。

病害虫防除

例年、アブラムシやアザミウマ、ヨトウムシ類の被害による秀品率の低下が見られます。病害虫の発生に注意して、予防的に薬剤散布を行いましょう。

土ぶせ栽培等では、着果後に曇雨天の日が多くなると炭そ病、疫病の発生が心配されますので、必ず予防薬剤散布を行って下さい。

前年作で、炭そ病や疫病が発生している圃場では、スイカシートなどの栽培資材を交換又は洗浄する必要があります。詳しくは、各営農指導員までお問い合わせ下さい。

●キュウリ

気温が上がってくるので、こまめに潅水と換気を行って下さい。また、草勢が弱っている圃場には追肥等を行って下さい。

ハウス室内が乾燥すると、うどんこ病の発生、長雨等が続くとかっぱん病にも十分注意して下さい。

●ピーマン、ナス、シシトウ

高温による日焼け等の品質低下、特にピーマン、シシトウについては尻腐れが出やすい時期になりますので、温度管理、潅水に気を配って下さい。

品質、草勢の維持

果実の肥大が早くなり、収量が多くなると草への負担が大きくなりますので、草勢維持のために、収穫遅れの無いようにするとともに、発根を促す資材、液肥を施用して下さい。

特にピーマン、シシトウの尻腐れ予防に、定期的にカルシウム剤の散布を行って下さい。また、窒素分の高い液肥を多く施用しますと、カルシウムの吸収を抑制しますので注意して下さい。

ツマ換気等を行い、できる限りハウス内の温度を下げて下さい。

露地シシトウについて、トンネル被覆をしている場合は、気温上昇でビニールに触れている葉に焼けが生じる事があるので、場合によっては取り除いて下さい。

夏秋ナス栽培については風による草勢低下を防止するために、早めに誘引を行って下さい。

病害虫対策

気温の上昇とともに、害虫の発生が多くなります、特にアザミウマ、コナジラミの発生が多くなりますので、定期的な散布により防除を行って下さい。

乙女座 8/23~9/22
【全体運】自分の殻に閉じこもりやすくなる気配。周囲の意見に耳を傾け、柔軟性を発揮しましょう。読書で気分転換を
【健康運】有益な健康法を発見。元気に過ごせそう 【幸運を呼ぶ食べ物】ミョウガ
6月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

●豆類

ハウス栽培では、エンドウ類の収穫も終わり、蒸し込み作業に入ってきます。蒸し込み作業は、次の栽培のスタートとなる重要な作業ですので、十分地温を上げられるよう注意して下さい。

また、近年秋口の天候が不安定で草勢が低下し、収穫量が減少している園地が多く見られます。そこで草勢を維持し収量を安定させるには土作りを行い、根張りを良くすることが必要です。そのためには、完熟堆肥を施用し良い土作りを実施して下さい。

基本的な土壌消毒方法

①完熟堆肥（ハウス：3トン／10ａ・露地2トン／10ａ）を施用する。

②圃場は、できるだけ深く耕起する。

③小畦を数本立て十分に潅水した後、べた掛けビニールを全面に隙間なく被覆する。

注）潅水は、週間天気予報等を確認し、できるだけ晴天が続く日に実施して下さい。

④蒸し込み後に作付けできる状態に畝立てする。

⑤蒸し込み時期は梅雨明け後最低30日以上確保する。

※収穫を終了した圃場は、速やかに後片付けを実施して下さい。収穫残渣をそのまま放置しておくと病害虫の住処となり、被害拡大に繋がりますので注意して下さい。

花き類

全般

温度上昇・日射量増加に伴い、急激に品質が低下する事が予想されますので、栽培管理（潅水、肥培管理）、出荷作業（採花、ムレ等）には十分注意し、厳選出荷に努めて下さい。

病害虫（アブラムシ、スリップス、コナジラミ類、ダニ類、灰色かび病等）の発生が心配されますので、防除並びに選花・選別の徹底をお願いします。

●スターチス

追肥並びに潅水を十分に行い、草勢の維持に努めて下さい。

咲き過ぎ等、切り前に注意して、出荷調整時の倉庫内の湿度、水揚げ時の蒸れ、水の濁り、減りにも十分注意して下さい。

●寒小菊

挿し穂用の母株の刈り込みは、採穂（挿し芽）の約25日前に行って下さい。（親株に病害虫などが発生しないように予防しておいて下さい）

挿し穂は、できるだけ低い節位で採るように心掛け、基本的には展開葉2～3枚程度で折り、茎の中心部まで緑色で若いものを使用して下さい。（老化している穂は活着が悪くなるため極力使用しないで下さい）

挿し芽の床土には、排水保水性に富み、肥料の含んでいない無病土を使用し、挿し芽基部にはオキシベロン粉剤0.5を粉衣して下さい。（パーライト、山土等）

床土にはたっぷり潅水し、その後は葉がしおれないように葉水を1日数回行います。半日陰の状態に遮光しておき、徐々に遮光を薄くしていき光線に慣らして下さい。

挿し芽床は地面に直接置かず、パイプ等の上に置いて風通しを良くして下さい。

●7～8月咲き小菊

病害虫が蔓延してからでは、防除効果が得にくいため、こまめに圃場の観察を行い病害虫の初期防除に努めて下さい。（圃場内、周辺の雑草等も病気や害虫の発生源になりやすいので、早めに除去等の処理を行って下さい）

今後降雨が多くなると、褐紋・褐斑病や白さび病等が発生しやすい条件になりますので、降雨前の予防散布を心掛けて下さい。

●千両

スリップス、ダニ類等の発生に注意し、初期防除に努めて下さい。尚、新芽は薬害が発生しやすいため、薬剤の種類に注意するとともに、日中の高温時や薬剤が乾かない時間帯の散布には注意して下さい。

また、降雨が続く場合は、褐紋・褐斑病等が発生しやすくなりますので注意して下さい。

※防除薬剤等については、各営農指導員までお問い合わせ下さい。

GAPの取り組みについて

現在取り組みの内容について、指定の用紙【GAPチェックシート】にご記入の上、提出をお願いします。

天秤座 9/23～10/23 【全体運】行動力がアップする時期。過去に駄目だったことへの再トライも成功率は高め。海外に興味を持つのもラッキー
【健康運】食生活の見直しを。栄養バランスが大事 【幸運を呼ぶ食べ物】トマト
6月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

消防署からのお願い

焼却禁止の例外として、農業・林業を営むためにやむを得ないものとして行われる焼却行為、

田畑での、枯れ草・伐採枝等の焼却は、十分注意して下さい。

【焼却中に付近へ燃え広がる火災が多く発生しています】

注　意

- ○風の強い時は中止する。
- ○燃えやすい物の近くで焼却しない。
- ○一度に多量に焼却しない。
- ○消火の準備をする。
- ○焼却中は監視をする。

火災と間違えて 119 番通報で消防車が出動することもあります。

≪焼却を行う場合は、必ず最寄りの消防署に届けて下さい≫

「火災とまぎらわしい煙又は火炎を発するおそれのある行為の届出書」

※届出の内容が違法焼却であると判明した場合は、受付けできません。

廃棄物の焼却行為は禁止されています。

廃棄物の野外焼却は、廃棄物の処理及び清掃に関する法律 16 条の２により、一部を除いて禁止されています。

●廃棄物…○一般廃棄物（一般の家庭により排出した廃棄物）
○産業廃棄物（事業所等により排出される廃棄物）

【御坊市】御坊市消防署　☎ 0738―22―0800
【日高郡】日高広域消防事務組合消防本部　各署所（代表）☎ 0738―63―1119
【田辺市龍神村】田辺消防署　龍神分署　☎ 0739―78―0119

ミカンやウメを栽培される皆さん！
保険には入っていますか？

▲サルの食害を受けたミカン
降雹により傷ついたウメ▶

農業は自然災害の影響を直接的に受ける産業です。大事に育てた果実も収穫を目前に、台風や突風により落果してしまったり、降雹により傷ついてしまったりすることがあります。

NOSAI の果樹共済は、このような気象上の原因による災害や火災、病虫害で受けた損失を補填します。

また自然災害だけでなく、近年増加傾向にある鳥獣害も補償の対象となりますので、イノシシやサル、シカなどの食害でお悩みの方は、是非加入の検討をお願いします。

果樹共済の対象となる樹種は、うんしゅうみかん、指定かんきつ（はっさく・ぽんかん）、うめ、すももです。

加入申込期間　毎年4月15日～6月30日まで

問い合わせ先　和歌山南部農業共済組合（NOSAI なんぶ）　本　　所：☎ 0739―22―0833
御坊支所：☎ 0738―22―0626

◎果樹以外にも多数共済事業があります。詳しくは和歌山南部農業共済組合ホームページにて
http://www.aikis.or.jp/~nosai/

蠍　座 10/24～11/22
【全体運】物事を悪い方に考えてしまいがち。意識的にプラス思考を心掛けて。ヒーリング音楽を聴くとリラックス効果大
【健康運】疲労をため込まないよう、休息が必須　【幸運を呼ぶ食べ物】サンショウ

女性会員募集!!

めざせ！いい女 11,007

和歌山県のJA女性会は、いい女（会員11,007人）をめざしています。

新規会員ご紹介キャンペーン実施中♪

お知り合いの方を『JA女性会』にご紹介下さい。その方がご入会いただくと、ご紹介いただいた会員と新会員に、『よい食グッズ』を抽選でプレゼントします。

A賞：笑味ちゃんランチボックス …10組
B賞：笑味ちゃんエコバッグ ……50組
C賞：笑味ちゃんバンダナ ……100組
（7月上旬当選者発表）

くらしの活動課　松本　国和

応募者全員プレゼント
『いい女ファイル』

キャンペーンは平成28年6月30日まで！

詳しくは、本店くらしの活動課、JA各支店女性会担当職員へお問い合わせ下さい。

ローン相談会実施中！

ご来店粗品をご用意して、みなさまのお越しをお待ち致しております。

日時　毎週日曜日 9時～16時　　場所　JA紀州本店ローンセンター

住宅ローン　マイカーローン　教育ローン　その他各種ローン

平成28年度 第1回 理事会

日時：平成28年4月27日
場所：JA本店3階

○協議事項

(1) 第2回通常総代会の日程及び提出議案について
(2) 平成27年度剰余金処分案の承認について
(3) 平成28年度役員報酬総額の決定について
(4) コンプライアンスプログラムの承認について
(5) 出資の減口について
(6) 自己資本比率算出要領の改正について
(7) 固定資産の取得について
(8) コンビニ事業参入に伴う子会社設立とセブンイレブン併設について
(9) さわやか日高の改修工事について
(10) 省エネ機器導入（補助申請）に伴う店舗の一部改装について（ACゆら、ひだか店）
(11) 組織機構図の改正について
(12) 損害賠償等請求事件の対応について

協議の結果、すべての議案が承認されました。

○報告事項

① 平成27年度3月末決算結果について
② 平成27年度事業報告について
③ 平成27年度3月末組合員加入脱退状況について
④ コンプライアンス委員会報告について
⑤ ALM委員会報告について
⑥ 推薦会議報告について
⑦ 金融円滑化委員会報告について
⑧ 購買事業の員外利用率について
⑨ とくし丸事業の地域見守り協定（みなべ町・印南町）締結式と出発式について
⑩ 平成27年度3月末延滞未収金について
⑪ 次期営農販売システムの入札結果について
⑫ 降雹被害対策について
⑬ 新ライスセンター利用者への還元について
⑭ 内部監査報告について

射手座 11/23～12/21
【全体運】コロコロ意見を変え、印象ダウンを招きやすいかも。気まぐれな言動は厳禁です。運気回復には花を飾るのが◎
【健康運】不規則な生活リズムを改善すれば、好転　【幸運を呼ぶ食べ物】サクランボ

6月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

紀州のええとこ、こんなとこ Vol.2

JA紀州管内の名所・隠れスポットを紹介！

大　楠

　中津管内から、日高川町の天然記念物に指定されている「大楠」を紹介します。樹齢は約700年とされ、古くからの伝説があります。以下、案内板より、抜粋します。

「徳治年間（1306～1308）、与市という人が蓑（みの）を着て狩猟に出たが、何者かに猪に間違われ、殺された。そうとは知らない家族たちは、3年間捜索を続けたが見つからなかった。そこで祠（ほこら）を建て、山神をまつって与市の無事を祈った。すると、その傍らから1本のクスノキが芽を出し育ち始めた。それから数年後、加害者が罪の恐ろしさに耐えかねて自白した。遺族たちは殺害現場から白骨と蓑を持ち帰り、祠に合祀（ごうし）した。」

　このように言い伝えられ、今もこの大楠は地域を見守ってくれています。中津地区にお越しの際は是非見に来て下さい。

【住所】〒649－1111　日高郡日高川町船津

【記事・写真】
中津支店
裕野　貴雄

県内JA広報誌共通企画

【JAわかやま発信】

こんなのあります！

Wakayama Ginger Ale

　平成22年に発売した「生姜丸しぼりWakayamaGingerAle」を皮切りに、「梅ひと雫WakayamaGingerAle」「じゃばらしみ透るWakayamaGingerAle」とシリーズで展開している、JAわかやまオリジナルのジンジャーエール。6次産業化の先進事例としても注目され、「生姜丸しぼり」は、平成22年に「一村逸品大賞（日本農業新聞主催）」の大賞を受賞。平成25年には「たからいちグランプリ2013（公益社団法人日本青年会議所主催）」の一般審査部門で1位を獲得しました。

　開発のキッカケは、当時の市長から「和歌山市の特産物で土産になるようなものを」と依頼を受けたこと。全国2位の生産量を誇るにも関わらず地元でも認知度が低かった新ショウガに着目し、地元はもちろんのこと、全国にも和歌山の新ショウガの魅力を発信するべく、和歌山商工会議所や県内飲料メーカーと共同開発。今では年間100万本を売り上げている主力商品です。

　市内産のショウガを使用し、風味を最大限に生かした「生姜丸しぼり」、女性や子どもにも飲みやすくまろやかな口当たりの「梅ひと雫」、花粉症や健康志向の方におすすめの「じゃばらしみ透る」。お気に入りの味を是非見つけてください。

【お問い合わせ先】専用フリーダイヤル　フリーダイヤル 0120－222－866

【取扱】JAわかやま各支店、JAわかやま直売所「愛菜てまりっこ」各店舗／JAわかやま楽天ショップ、県内量販店

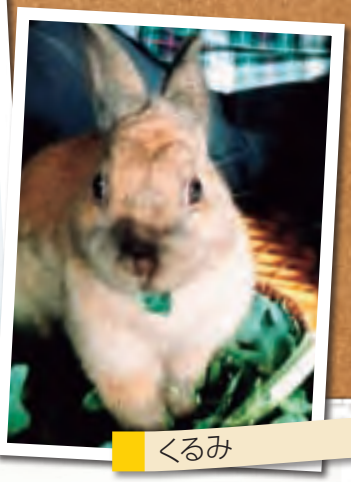
山羊座 12/22～1/19
【全体運】心理的に不安定になりやすい月。不平不満や愚痴が増え、運を落とす結果に。笑顔キープが好運の鍵になります
【健康運】ストレッチを習慣にすると体調に好影響　【幸運を呼ぶ食べ物】シソ

読者の広場

我が家のペット

左・グレイ

右・ベリー



くるみ

名田町

宮本　真帆（まほ）さん（13才）

ミニうさぎ
くるみ（♂・3才）
ベリー（♂・2才）
グレイ（♂・2才）

2年前の冬、1匹のミニうさぎ、「くるみ」を迎えました。その後、くるみの息子うさぎ「ベリー」、「グレイ」と同居中です。毎朝、庭で遊ぶのが日課です。

お客さんが来ると、可愛い仕草でアピールする3匹。野菜などをあげると、つぶらな瞳でおいしそうに食べる姿や、だっこして撫でてあげると、気持ちよさそうに伸びている姿が可愛いと話します。

小さいながらも元気と愛嬌いっぱいの「くるみファミリー」。3匹の可愛い仕草に、家族一同癒されています。

頭の体操

クロスワードパズル

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉はなあに？

出題●ニコリ

■タテのカギ

① 風呂場の中の体を沈める所。浴槽ともいいます
③ 東大寺の大仏の頭には492個あったといわれています
⑥ 仏壇の前で鳴らします
⑦ グリーンピースは青――のこと
⑧ ランキングのトップ
⑩ 釣り糸の途中に付けます
⑫ 左右反対に映ります
⑭ 真実ではありません
⑯ 甲羅があり、キュウリが好きな妖怪
⑱ キャベツの名産地、嬬恋――
⑳ ジャムの瓶の――が固くて開かない
㉒ 塗り物に塗ってある物
㉓ 田んぼでゲコゲコ鳴きます

■ヨコのカギ

① テッポウ、クルマ、ヤマといえば何の花？
② 分数の棒の上部に書きます
③ 1467年に起きた応仁の――
④ 車は車道、人はここを通ります
⑤ 自宅から職場へ向かうこと
⑦ スクリーンが複数ある所もあります
⑨ 雑巾やモップで掃除します
⑪ 飛行機が離着陸する施設。エアポート
⑬ 植物が作る甘い液
⑮ 韓国の首都
⑰ アイスクリームや果物を盛り付けて作るデザート
⑲ 1年で一番昼が長い日
㉑ 漬物や酒を詰めます

■応募方法

右記の記入例を参考に、はがきまたはFAX（0738-32-7140）にてご応募下さい。

皆様からお寄せいただいたおたより、感想等は広報誌・HP上に掲載させて頂く場合がございます。その際は市町村・イニシャルを使用させて頂きます。ご了承下さい。

JA紀州ホームページにも、プレゼントコーナーを設置しています。（別のクイズ）

切手

〒644-0011
御坊市湯川町財部668－1
JA紀州
くらしの活動課　行

①クイズの答え
②郵便番号・住所
③氏名（ふりがな）
④電話番号
⑤お便り・感想

正解者の中から抽選で3名の方に、

南高梅（青梅）1箱5kgプレゼント！

●締切
5月31日（火）消印有効

当選者の発表は、発送をもって代えさせて頂きます。

●先月号の答えは
「ナツミカン」でした

4月号応募数：67通（4/27時点）

水瓶座 1/20～2/18
【全体運】気の合う仲間たちとにぎやかに過ごすのに良い期間。レジャーを満喫することで、自然と運も上向くはず
【健康運】笑いのある生活がストレス解消の秘訣（ひけつ）に　【幸運を呼ぶ食べ物】アナゴ

6月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

ふれあい

コーナー

川柳・俳句・短歌募集！

宛先はクロスワードパズルの応募先と同じです。住所、氏名（ペンネーム）、電話番号をお忘れなく！

川柳

花片を　千切って恋の　行く末を　（印南町　T・T）

俳句

春日遅々（しゅんじつちち）　白象に乗る　普賢さま　（印南町　P.N井蛙）

読者からのお便り

✉フラワー教室、どれを見ても皆楽しくうれしそうですね。良かったです。表紙の三兄弟、仲睦まじい様子ですね。笑顔が可愛いです。（日高川町　K・S）

✉卒業式を彩る！フラワー教室のページが見やすく、写真もきれいでよかった。（日高川町　T・H）

◎花を見たり、触れていると、自然と笑みがこぼれますね。花は、人を癒したり、場を華やかに演出したり…様々な力があります。ぜひ日常の中にも、花を取り入れてみてくださいね。

✉目も悪くなって来てタテ・ヨコの文字読みながら考えるのは楽しみです。いつまでもパズル続けて下さい。今回（4月号）のパウンドケーキおいしく作れました。次回も楽しみにしています。（由良町　K・C）

✉毎月楽しみに拝見させて頂いております。あぐりガイドも参考にさせて頂き、子供から大人のふれあい、催し事も多く和やかな雰囲気が感じられます。（美浜町　K・T）

◎毎月、たくさんのご感想ありがとうございます。俳句・川柳・短歌もお待ちしております！

表紙紹介

印南町羽六

細田　悠生（ゆうせい）くん（5才）
詩（うた）ちゃん（2才）

悠生くんはマイペースで優しい性格。最近は字を書く練習をしたり、自転車に乗る練習を頑張っています。

詩ちゃんは、活発で好奇心旺盛。歌が大好きで、歌いながら踊ってくれます。

２人とも外で遊ぶことも大好きで、公園めぐりをしています。

ご家族からのメッセージ
２人とも仲良く元気にすくすく育ってね。

編集後記

梅の季節到来！くらしの活動課では、県内外から団体・個人様を受け入れ、梅もぎ体験ツアーを実施し、6月フル稼働で頑張っています。6月1日、名古屋の修学旅行生から始まり、22日まで、去年並みの1,800名ほど集客の予定。毎年の常連様から、初めて梅に触れる方まで、くらしの活動課では、お客様と顔の見える距離で触れ合い、笑顔を確認しながら「また、来年も来たい！」と思ってもらえる対応に心掛けています。紀州の『南高梅』を大勢の方にPRします。

魚　座　2/19～3/20
【全体運】ささいなことでいらいら気味。周囲の欠点に目が行きやすいので、長所を見るようにして。気晴らしには料理が吉
【健康運】スポーツを楽しむことで体の調子アップ　【幸運を呼ぶ食べ物】シシトウ

うすいえんどうの洋風炊き込みご飯

女性会いなみブロック
池下　仁美さん

いつもの豆ごはんにひと工夫！
ピラフのような、洋風炊き込み
ご飯です。豆をたくさん
入れて、楽しみましょう♪

JA Kishu
COOKING
vol.025

＊材料＊

- 米……3合
- うすいえんどう(正味)……200g
- にんじん……1／2本
- 玉ねぎ(中玉)……1／2個
- ブロックベーコン……150g
- サラダ油……適量
- 塩……小さじ1／2
- コショウ……適量
- 顆粒コンソメ……小さじ1
- スナップエンドウ、キヌサヤなど(飾り用)……適量

＊作り方＊

1.
うすいえんどうの皮をむいておく。

2.
玉ねぎはみじん切り、にんじん、ブロックベーコンは1㎝角に切る。

3.
フライパンにサラダ油を熱し、玉ねぎ、にんじん、ベーコンを炒めておく。

4.
米を洗い、普通の水加減で、炊飯器にセットする。

5.
顆粒コンソメ、塩、コショウを加えて混ぜる。

6.
⑤に、③と①のうすいえんどうを入れて、炊飯する。

7.
スナップエンドウはすじをとり、適当な大きさに切り、塩ゆでしておく。

8.
炊き上がったら混ぜて器に盛り、スナップエンドウを散らして完成。

JA紀州
発行：紀州農業協同組合
編集：総務部くらしの活動課

〒644-0011　御坊市湯川町財部668-1
TEL：0738-22-2480(代表)　FAX：0738-23-3223(代表)
メールアドレス：kurashinokatudou@kisyu.jawink.ne.jp
HPアドレス：http://ja-kisyuu.or.jp

VEGETABLE OIL INK　この広報誌は、環境にやさしい再生紙と一部植物油インクを使用しています。