No.51

スマイルハート

6
2018 June

志を高く 絆を深く 魅力ある
『農』と『地域』を未来につなぎます

[特集] 平成30年産　青梅販売会議
梅干しパワーで暑い夏を乗り切ろう！

JA紀州

公式Facebook

LINE@さわやか日高

紀州農語り

社会に貢献できる存在になるため
日々努力と栽培技術を磨く！

今回ご紹介の作物【ブロッコリー】

日高町荻原
笠松（かさまつ）　勇希（ゆうき）さん（19才）

ブロッコリー40a、ミニトマト15a、
水稲3.5ha、ハウスうすい5aを
祖父母、両親とともに
栽培しています。

家族のサポートを力に！日々栽培技術を磨く

高校卒業後、就農した勇希さん。中学生の頃から、家の農業を受け継ぐ意識が強く、高校では園芸科を選択し、農業について勉強しました。数ある作物を栽培しているなかで、勇希さんはブロッコリーを管理しています。「機械を操作することがまだ慣れていないから、畑を耕すことに苦労しています。家族に教えてもらいながら、一生懸命取り組んでいます」と話します。

ブロッコリー以外の作物にも勇希さんは積極的に作業に取り組み、栽培技術を磨いているそうです。

栽培管理は基本を忠実に成長過程がやりがいに！

ブロッコリーは3～4月に定植し、6～7月に収穫します。栽培管理は家族から基本を教えてもらい、生育の様子を見ながら忠実に行っています。作物周辺の除草作業が大変ですが、ブロッコリーが順調に成長しているところを見ると、収穫するのが楽しみになるそうです。「昨年度産は、台風などの天候の被害を受けましたが、今年度産は栽培量を増やし、高品質なブロッコリー作りを目指したいです」と話します。

今後、勇希さんは新たにゴーヤ、一寸豆の栽培にも挑戦し、ミニトマトの栽培面積も拡大していきたいと意気込んでいます。

農業の楽しさを伝えたい！

農業に従事する人が減少していることを心配している勇希さん。これからも外国産の農産物が増えて、国産の農産物が減ってくる問題に、何か自分が力になれることを考えています。勇希さんは「自分が育てた安全・安心な農作物を消費者の方に届けたいし、美味しい物を食べてもらいたいです。また、面白い物を作って、農業に興味を持ってもらえたら幸いです」と話します。農業の楽しさや面白さを伝えられるようになるために、幅広い知識や技術の向上に努めていきたいと、勇希さんは向上心に溢れていました。

スマイルハート Contents 2018. June

紀州農語り……2
特集……4
平成30年産 青梅販売会議
梅干しパワーで暑い夏を乗り切ろう！
トピックス……6
あぐりガイド……11
インフォメーション……16
紀州紹介コーナー……21
読者の広場……22
ふれあいコーナー・表紙紹介……23
JA紀州クッキング……24

自己改革

平成30年産 青梅販売会議

紀州みなべの南高梅 シーズン到来!!

4月25日、JA紀州は白浜温泉ホテルシーモアで、平成30年産青梅販売会議を開催しました。北海道から九州までの市場25社、県農、生産者、JA役職員など、約60人が出席しました。

会議では、青梅生育概要（みなべいなみ地区）について報告。平年より気温が高い日が続いたことで、生育が1～2日程度早く進んでいることや、着果数は、過去10年と比べてやや多く、病害虫も少なく肥大も良好と報告がありました。

本年産の青梅販売数は、JA紀州管内で小梅17t（前年比100%）、古城100t（同97%）、南高2,600t（同128%）その他青梅53t（同104%）の合計2,770t（同126%）を計画しています。

販売方針については、「梅の機能性」・「世界農業遺産認定」・「地域団体商標　紀州みなべの南高梅」を全面的にアピール。消費者の購買意欲・スーパー・量販店等の売り場で販売意欲を高めると共に、当産地の梅の歴史・文化の認知をも高め合わせ、消費拡大に繋げる考えです。また、マスメディアを活用した消費宣伝とウェブによる情報発信、消費宣伝隊『梅愛隊』とJA支店職員を中心に全国各地で講習会を開催し、若い世代に「梅パワー」をアピールします。

続いて、各市場より本年の青梅販売への取り組みが報告され、意見交換会を行いました。「今年は紀州の梅をしっかりと販売していきたい」「和歌山への思いが強いから期待している」「大手の料理教室等で、梅の調理方法を紹介して消費拡大を延ばす」など意見が挙げられました。

最後に、JA紀州みなべいなみ梅部会の山崎真一部会長が決意表明し、「『紀州みなべの南高梅』のブランドを維持するために、部会員が心をひとつにし、より多く出荷するように努めます」と話しました。

▲JA紀州みなべいなみ梅部会
山崎真一部会長が決意表明

梅干しパワーで暑い夏を乗り切ろう！

とっても暑い日本の夏。夏バテ知らずで元気に乗り切るには、梅干しのパワーが役立ちます。ご飯との組み合わせ以外にも、幅広く使えるのが梅干しの底力です。楽しく毎日の食卓に取り入れてみましょう。

梅干しは万能!!
毎日少しずつ取り入れましょう

古くから体に良いとされ、科学的にもその根拠が明らかにされている梅干し。効果効能についても研究が進んでいます。

梅の酸味のもとになっているのはクエン酸です。クエン酸は、エネルギーの代謝を高め、疲労物質を作らせない働きがあります。疲れにくい体になるのです。そのため、梅干しを試合前に摂取するアスリートも多いとか。夏場は特に注意したい熱中症の対策にも欠かせません。また、ご飯を腐りにくくするなど、暑い季節にうれしいさまざまな効果があります。

爽やかな酸味は梅干しの魅力です。梅干しおにぎり、梅干しを加えたつゆでいただくそうめん、梅きゅうなど、夏の暑い時期にさっぱりと食べたいときにも梅干しは大活躍してくれます。疲れたとき、風邪っぽいかも、そんなときは梅干しに熱い番茶を注いで飲むのもいいでしょう。

梅干しを料理に使う方法は、野菜とあえたり、青魚と煮るなどが定番ですが、他にもさまざまな料理に使うことができます。使い方のコツは2点あります。

一つは、梅干しを酸味・塩味・うま味の含まれた調味料と考えること。油分を加えればドレッシング感覚で使うこともできます。酢の物やサラダ、酢豚などにどうぞ。肉や魚の臭みを消す効果があることも、覚えておくと便利です。

二つ目は、量を調節すること。梅干しの味をはっきり出したいときはたっぷりと使いますが、ほんのちょっとだけ使うと、酸味はほとんど気にならず、うま味だけが加わり、隠し味として活躍します。煮物や炒め物、カレーなど、ちょっとこくが足りないな……、そんなときに、たたいた梅干しをちょっぴり加えてみてください。

どんな食材とも意外と相性のいい梅干し。自由な発想で楽しく食卓に取り入れてもらえたらと思います。

イラスト：石川ともこ

梅干し研究家
小川睦子
（オガワトキコ）

梅干しへの愛が高じて、梅干し研究家に。梅干しを研究しながら、その魅力を伝えるべく、梅干し作りなどの講座を開催する。監修本に『はじめてでもおいしくできる梅干し・梅レシピの基本』（朝日新聞出版刊）がある。
http://umelabo.org

梅の言い伝え

弥生時代に渡来して以来、日本に根付いた梅。早春の訪れを告げる花、梅干しとして役立ってきた実、どちらも今なお愛されています。

塩梅（あんばい）
かつて、塩と梅酢を合わせて調味料として使っていました。その塩加減、味加減がいいものを「塩梅」と呼んでいたとか。梅干しも「いい塩梅」で使えると料理がおいしく仕上がります。

梅はその日の難逃れ
梅干しは古くから病気の予防に使われていました。現代のように薬などほとんどなかった時代、旅人や兵士にとって梅干しは必携だったそうです。一日が無事に過ごせるようにという願いも込められていたのでしょう。

梅を望んで渇きを止（や）む
もともとは中国の故事から。水がないときに梅を見て、その酸っぱさを想像することで喉の渇きをしのいだといわれています。梅干しを見て、じゅわっと唾液が出るのは現代人も変わりません。条件反射です。

梅干しと友人は古いほど良い
梅干しは漬けてから年月がたてばたつほど、うま味が深くなります。友人関係も梅干しと同じように、古い付き合いになるほど気心が知れ、信頼も増すという意味です。梅干しも人付き合いも熟成が楽しみです。

☑ 食農教育支援
～自然の恵みに感謝する気持ちを育んで～

自己改革

JAでは、地域の子ども達の食農教育を支援しています。
営農指導員、くらしの活動課職員、青年部員、支店職員などがお手伝いしています。

5月10日　全校生徒22人

もみまき

5月11日　2年生29人

ミニトマト定植

5月15日
年長22人、
年中26人

じゃがいも掘り

5月9日
年長(きりん組)
20人

ミニトマト定植

5月11日　年長(きりん組・ぞう組)40人

玉ねぎ収穫

5月25日　4・5才児120人、
1・2年生45人

さつま芋植え

JA紀州女性会 第5回通常総会・家の光大会を開催

4月24日、JA紀州女性会は、第5回通常総会・家の光大会をJA紀州本店で開催しました。総会では、平成29年度活動報告・収支決算を報告し、平成30年度活動計画・収支予算などについて協議し、その結果、全ての議案が可決承認されました。

総会後、家の光大会では料理研究家 村上祥子さんを招き、「旬の野菜を使った早・うま・簡単　健康レシピ」の講演をしていただきました。レンジを使ったスピード料理や健康レシピなどを実演して楽しい講演となりました。

最後に現在JAグループで取り組んでいる「自己改革」について、JA女性会でも内容を理解してもらおうと、わかりやすく寸劇を披露しました。

▲給手紙など作品展示

新役員

会　長　大畑 秀美さん【ひだかブロック】
副会長　元峯 初美さん【美山ブロック】
副会長　田中 秀子さん【いなみブロック】

▲左から田中さん、大畑さん、元峯さん

▲料理研究家 村上祥子さん

▲自己改革をわかりやすく寸劇

スターチス約3,000本 フラワーアートを御坊駅に展示

4月26日、特産のスターチス約3,000本で作ったフラワーアートを、JR御坊駅1番ホームに展示しました。作品の大きさは縦90cm、横3m50cm。オアシスに濃淡ピンク、紫、オレンジ、黄色の全5色のスターチスで『花のまちゴボウ』と花のマークを描きました。展示は夏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ください。

▲フラワーアートが完成！

オリジナル通帳普及率1位 JA紀州表彰受ける

5月7日、JAビルで和歌山県JA女性組織連絡会　第53回通常総会・リーダー研修会が開催され、女性会役員3人が出席しました。「女性会オリジナル通帳普及率」の発表があり、県内8JAの中からJA紀州は1位を受賞しました。

▲賞状を受け取る田中秀子副会長（左）

女性会ニュース フレッシュミズ活動

5月8日、和佐加工所で焼肉のたれ作りを行いました。会員20人が参加し、会員同士の交流を深めました。

▲真剣に取り組み中

株式会社サカタのタネを訪問 感謝状と記念品を贈呈

4月13日、JA紀州は株式会社サカタのタネ本社（横浜市）を訪れ、坂田 宏 代表取締役社長へ感謝状を贈呈しました。長年にわたりキャロル7、アイコなど当産地主力品種種子の安定生産と安定供給に努めていただき、当産地の発展に大きく寄与されている事に感謝を伝えました。また、JA紀州みなべいなみミニトマト部会の中本和彦部会長も同席し、部会より記念品を贈呈しました。

JA紀州では、平成2年からブランドミニトマトの赤糖房（キャロル7）の栽培がスタートし、今年28年目を迎えます。他にも優糖星（キャロル7）、王糖姫（アイコ）などのブランドミニトマトも栽培しています。

▲tomato-ume の商品紹介

県農主催 青梅販売協議会

4月26日、田辺市のガーデンホテルハナヨで、県農主催の平成30年度産青梅販売協議会が開催されました。市場、生産者、JA関係者など90人が参加し、県下全体の販売方針等を確認しました。また、参加JAから各地区の生育状況等を報告しました。

▲会議全体の様子

▲久保秀夫組合長（左）が坂田宏社長へ感謝状贈呈

▲中本和彦部会長（左）から記念品贈呈

産直部会 柏餅の販売が盛況

5月3日、産直部会はAコープかわべ店で、ゴールデンウィークイベントを開催。作りたての柏餅（5個入）約100パックを特別販売しました。きぃぼんも参加し、イベントに花を添えました。

▲きぃぼんがお出迎え

紀州 花野果市 柏餅プレゼント

5月4日、紀州 花野果市は、子どもの日にちなんだイベントを開催。先着100人のお子様に、柏餅をプレゼントしました。また、きぃぼんとの記念撮影も楽しんでいただきました。

▲きぃぼんと記念撮影

平成29年度優秀成績LA表彰

平成29年度、県内で優秀な成績を収めたLA（ライフアドバイザー）を表彰しました。美浜支店 中元稔さんは全国でも表彰されます。

総合優績表彰	中元　稔【美浜】	全国
	竹内　圭【湯川】	
	海野　鉄矢【川辺】	
	星合　将臣【南部】	
	森本　佳宏【印南】	
	大川　康友【高城】	
部門別表彰	松本　如信【湯川】	
	細田　和宏【湯川】	
	吉本　三成【梅の郷】	

※【　】内は平成29年度時点の配属です。

▲表彰されたLAの皆さん

高等学校へ初めて食材提供 JA紀州と部会が協力

5月7日、JA紀州、みなべいなみ豆部会、みなべいなみミニトマト部会は、南部高等学校へキヌサヤ、紀州うすい、ミニトマトを提供しました。高等学校への提供は、今回が初めてです。学習やレシピ開発、産地振興に生かす目的としています。当日は、食と農園科食文化探究コース2年生の生徒39人が調理実習の授業で「ベーコンとキヌサヤの塩炒め」「豆ご飯」などを作りました。

▲紀州うすいやキヌサヤを調理する高校生

母の日参り　各地でＰＲ活動

JA紀州青年部は、「母の日」にお墓参りをする「母の日参り」のＰＲ活動に取り組んでいます。県外にも積極的に出向き、地域の方へ呼びかけています。「母の日参り」の商標登録を持つ、線香メーカーの日本香堂と共に活動しています。

■4月24日、テレビ和歌山「5チャンDO!」にJA紀州・中央花き花木部会の部員と一緒に、生出演しました。

■5月5日、高野山の蛇腹道の入り口近く、御影堂の横で県スプレーマム研究会や県農なども協力して、参拝者に献花用の花束2,000束を配布しました。

■5月12日、東京交通会館1Fサンプリングエリアで花束約800束を配布しました。

■5月13日、御坊総合運動公園で「宮子姫よさこい祭」に参加し、花束500束を配布しました。

☑営農販売　トピックス

●総会

4月13日、産直部会は和佐加工所で、産直部会通常総会を開催しました。

●梅

4月24日、日高果樹技術者協議会がみなべいなみ管内の梅着果調査と肥大の調査をしました。その後、検討会を開催しました。

●柑橘

5月1日、日高果樹技術者協議会が日高郡内の柑橘園地で着花量や開花時期の調査を行いました。

満開時期が平年より9日程度早く、着花量は全体的に平年より多い傾向。生育も、平年より前進傾向です。

●野菜

5月7日、切目集荷場でインゲンの目揃え会を開催し、生産者11人が参加しました。

●野菜

5月7日、印南管内で栽培されている初夏どりうすいの目揃え会を稲原駅前集荷場で開催し、生産者9人が参加しました。

5月13、15日に御坊管内、5月18、31日に印南管内で小玉スイカの出荷説明会、目揃え会が開催され、規格統一や品質管理の徹底を呼びかけました。

◀がいなポートでの様子

5月18日、みなべいなみ豆部会がホテル＆リゾーツ和歌山みなべで反省会を開催し、生産者175人が参加しました。

あぐりガイド

うめ

青梅の収穫適期

果皮が緑色で光沢の出た時が収穫適期です。樹冠外部と内部の果実では10日以上の差があります。青梅は2回以上に分けて収穫し、出荷して下さい。

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。収穫時の使用はしないで下さい。
- コンテナへ果実を入れる場合は、できるだけ低い位置で優しくうつして下さい。
- 雨の日に、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。
- 雨の日は、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、選果台へうつしての乾燥は必ずスレ果となりますので、行わないで下さい。

防除

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落果うめ収穫には必ずネットを敷きましょう。

②一日一回以上は、必ず拾うなど、拾う回数を増やしましょう。

③薬剤防除により、ケシキスイの密度を減らしましょう。

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、傷んだ果実はケシキスイを呼び寄せる原因となるので、園地に残さないで下さい。

⑤拾った梅を30分（45分推奨）水に浸けると、大部分は外に出ます。

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」は漬け込まないで下さい。

7月上旬～中旬（梅収穫後）

ウメシロカイガラムシ

スプラサイド乳剤　1,500倍
又は
アプロードフロアブル　1,000倍
＊アプロードフロアブルは残効性が長いので、幼虫発生前に散布しても効果があります。
＊農薬の散布は、朝の涼しい時間に散布しましょう。

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。

肥料名については、各営農指導員にお問い合わせ下さい。

柑橘類

平成30年産柑橘類の生育状況について

ゆら早生の満開期は、5月2日頃と前年より9日程度早く着花程度はやや多くなっています。

早生の満開期は、ゆら早生同様で着花程度は園地・樹によるバラつきが非常に大きいですが、平均的にやや多くなっています。

甘夏・八朔の満開期は、5月2日～4日で前年より9日程度早く、着花程度は前年を大幅に上回っています。

病害虫では、園地によりカメムシ・ケムシ・シャクトリムシが多発していました。

柑橘病害虫防除指針

	防除時期	対象病害虫	薬剤	倍数	使用基準	備考
柑橘全般	6月中下旬	黒点病	ジマンダイセン水和剤	600倍	30/4(温州) 90/4(晩柑)	マシン油乳剤散布の場合は高温多湿時には注意する。ゴマダラカミキリ、チャノキイロアザミウマ多発園ではダントツ水溶剤3,000倍（1/3）もよい。
		ミカンハダニ	アタックオイル 又は ハーベストオイル	200倍 200倍	4～10月/一 6～7月中旬/一	
		ゴマダラカミキリ成虫 カイガラムシ類	スプラサイド乳剤40 又は エルサン乳剤	(温州)1,000倍 (晩柑)1,500倍 1,000倍	14/4 90/4 14/2	
	7月上中旬	黒点病	エムダイファー水和剤	600倍	60/2(温州) 90/2(晩柑)	ミカンサビダニ・チャノホコリダニの防除にはダニエモンフロアブル4,000倍（7/1）もよい。
		アビオン-E（パラフィン系展着剤）1,000倍を加用する。				
		ゴマダラカミキリ成虫 アザミウマ類	アドマイヤーフロアブル	3,000倍	14/3	
		ミカンサビダニ チャノホコリダニ	サンマイト水和剤	3,000倍	3/2	

摘果について

今年ベタ花樹だった樹は、そのまま放置しておくと芽が出ず来年着果しないため、新梢の発生を促進させるため樹幹上部全摘果をお勧めします。方法は主枝単位で、上半分程度を全摘果するだけです。時期は6月中に行って下さい。平年作の場合は生理落果終了後、着果が少ない場合は後期摘果を重点にして下さい。

摘果剤の使用について

着果過多樹で摘果剤を使用したい場合、気温の影響に左右されやすいため平均気温が25℃以上の日が2～3日続くと効果が高く、逆に気温が低いと効果が見られません。フィガロン乳剤を使用する場合、熟期促進と兼ねて満開後20～50日後に1,000倍～2,000倍で、全面散布を行って下さい。

中晩柑類の夏肥について

柑橘施肥基準に基づき施用して下さい。

牡羊座 3/21～4/19
【全体運】お調子者になりやすい気配。できもしないことを安請け合いしないよう、ご用心。運気アップには部屋の掃除を
【健康運】正しい姿勢を心掛ければ、体調に好影響 【幸運を呼ぶ食べ物】アユ
7月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

水稲

主要除草剤

剤型	品目	倍数	使用基準
粒剤	コメット１キロ粒剤	1kg／10a	移植時
			移植直後～ノビエ2.5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	500ml／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	500ml／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 但し収穫60日前まで
残り草対策	サンパンチ１キロ粒剤 (ハイカット１キロ粒剤)	1kg／10a	移植後15日～ノビエ3.5葉期まで 但し収穫60日前まで

水管理

丈夫な稲作りを行うため、中干しを行いましょう。

・中干しの効果

通気性を良くし、根の発達、健全化を図ります。無効分けつの抑制と稔実の良好化。節間伸長の抑制による倒伏の軽減。

・中干しの時期

有効分けつ終期（出穂前35日前～40日前）～幼穂形成期（出穂25日前）。

・中干しの程度

生育に応じて行いますが、土壌に亀裂が入る程度。

残り草　キシュウスズメノヒエ（よばい草）の防除

本田内に再生するキシュウスズメノヒエでは、再生茎3～6葉期が本田散布適期です。また、畦畔から侵入するキシュウスズメノヒエ防除は、畦畔からほふく茎が1m以内の株全体に散布しましょう。

・クリンチャーバスME

落水散布、又はごく浅く湛水して散布。100倍液をスポット散布、又は全面散布。

移植後15日～ノビエ5葉期まで、但し収穫50日前まで／2回以内。

又は

・クリンチャー1キロ粒剤

水深3cmの湛水状態で散布。全面散布の場合は10aあたり1.5kgを均一に散布。

移植後25日～ノビエ5葉期まで、但し収穫30日前まで／2回以内。

追肥

エムコートなどの一発肥料は不要ですが、追肥の必要な圃場ではNK化成20kg程度を出穂の25日前と15日前の2回に分けて施用して下さい。

野菜

●ミニトマト　○施設ミニトマト

6月末で栽培が終了の場合、段数も残り僅かとなります。最後まで栽培管理をきちんと行い、高品質ミニトマトを生産、出荷し、次年度へ繋げましょう。

また、交配が終了したマルハナバチは、ハウス内で巣箱ごとビニール袋に入れるなど、確実に殺処分を行って下さい。

《黄化葉巻病対策》

施設栽培で栽培が終了した圃場では、コナジラミ類を完全に死滅させるため、薬剤散布を実施し、誘引ひもに誘引したままの状態で根を抜き、同時に軸を切断し、数日蒸しこみ処理を行って下さい。なお、露地栽培も栽培が始まっていますので、ハウス開口部の開閉には十分注意して下さい。

牡牛座 4/20～5/20
【全体運】周りからの受けが良く、気付けば人気者に。飲み会などに誘われたら、気軽にOKして大いに楽しみましょう
【健康運】好き嫌いはNG。栄養バランスに配慮して　【幸運を呼ぶ食べ物】インゲン

○露地ミニトマト、雨除けミニトマト

病害虫

コナジラミ等の対策として、定植時には必ず粒剤を施用して下さい。また、定期的な薬剤散布を実施して下さい。

●小玉スイカ

栽培圃場を良く観察し、潅水や温度管理、病害虫対策などこまめな栽培管理を行って下さい。

トンネル・土ぶせ栽培では、降雨が続くと炭そ病の発生が心配されますので、定期的な薬剤散布を行うと共に泥はねの予防にワラ等を使用して下さい。

ハウス栽培では、ハウス内が高温となるため、草勢が弱ると果実品質が著しく低下しますので、換気を十分に行う等、草勢の維持に努めて下さい。

炭そ病対策

◇発生しやすい条件

気象条件としては、雨が多く、比較的低温な状態で多発しやすくなり、圃場の条件では、連作畑や湿地、排水不良畑及び日当たりや風通しの悪い所に多く発生しやすくなります。

◇対策

- 発病前から定期的な薬剤散布を行って下さい。
- 昨年度炭そ病の発生した圃場では、スイカシートなどの資材を交換又は消毒して下さい。
- 湿地や排水不良畑では、排水対策を行って下さい。
- 被害果実や茎葉は圃場外へ持ち出して下さい。
- ワラやマルチを利用し、降雨時の土の跳ね返りによる、ツルと病原菌との接触を防ぎましょう。その際、前年度炭そ病の発生した圃場では、ワラの敷く量を、1.5～2.0倍にして下さい。

●ナス、シシトウ

ナスについては、ホコリダニの発生に注意して下さい。生長点の芯止まり症状・委縮症状が現れます。早期防除・定期散布を心掛けて下さい。

また、収穫時期に入ってきますので、草勢を見ながら追肥して下さい。

シシトウの整枝については、分岐枝から下の古い葉は取り除き、わき芽も出ているようであれば取り除いて下さい。

ふところが混んでいる状態であれば、日光が入るように内向枝の整枝を行って下さい。

光が差し込まないと花落ち、緑色の薄い実が多くなり品質低下を招きます。

●インゲン

収穫期を迎え、高品質なサヤを維持するためには肥料分と水分の確保が重要です。追肥を行い水分不足であれば潅水を行って下さい。樹が混み合っているようであれば、葉かき作業を行い、花、サヤへ光を当てて下さい。

●ゴーヤ

曇天での花落ち・奇形果の発生対策として、手交配による秀品率向上に努めて下さい。

また、排水不良は根痛みの原因となり、草勢の低下を招き、うどんこ病等の病気も発生しやくすなりますので圃場の排水対策を十分行って下さい。

孫ヅルの整理と古い葉の適葉等で過繁茂にならないようにし、光を中まで通らせることで高品質、増収に繋げて下さい。

また、2L・Lでの適期収穫と追肥の施用により草勢の維持を行って下さい。

双子座 5/21～6/21
【全体運】趣味や楽しみを持つなど、ライフスタイルの充実に意識を向けるとうれしい変化が。図書館での情報収集も刺激大
【健康運】スポーツの腕が上達しそう。励んでみては 【幸運を呼ぶ食べ物】イチジク
7月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

花き類

切り花を安定して継続生産していくためには、土つくりが重要となりますので、次年度の作付前には土壌消毒を行い、施設栽培では堆肥等を10ａ当たり３ｔ程度施用して下さい。（露地では２ｔ程度）

また、圃場準備の際は、土壌水分状態に注意して耕うんして下さい。

施肥、土壌改良剤等の施用につきましては、事前に土壌分析を行い、適正施用して下さい。

●寒小菊

挿し芽を行い育苗する際には、育苗温度は夜温10～15℃、昼温20～25℃で管理し、白さび病・アブラムシ類の防除を充分に行って下さい。定植苗は挿し芽後15～20日位で発根するので、老化苗にならないように定植をして下さい。定植については株間10～15㎝程度の二条に植え付け、潅水を十分に行って活着を促して下さい。

定植後２週間程度でピンチを行いますが、個々のボリューム差をなくすために、株間10㎝で３本程度、15㎝で５本程度に品種等も考慮して整枝して下さい。

また、揃いを良くするために、整枝はできるだけ揃った芽を残すようにして下さい。

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。

●夏小菊

７月咲き小菊の収穫が近付いてまいりました。適期収穫に努め、前処理剤を使用して水揚げ処理を行って下さい。

今後、降雨が多くなると白さび病や褐紋・褐斑病等の病気が発生しやすくなりますので注意して下さい。

また、蕾が見え始めている物についてはスリップス・アブラムシ等の害虫の発生に注意して下さい。

尚、水和剤は薬斑が着きやすい物が多いので採花時期の散布には注意して下さい。

●千両

開花時期には、交配を促すために施設の入り口や側面を開ける等、施設内の風通しを良くするように心掛けて下さい。

開花期には必ず薬剤散布を行い、灰色かび病、実腐れ病等の防除を行って下さい。

お天気カレンダー

気象予報士（株式会社ハレックス）●檜山靖洋

土用干し

土用の丑（うし）の日というとウナギを食べることで有名です。土用とは立春、立夏、立秋、立冬の前のおよそ18日間のことです。中でも立秋の前、つまり夏の土用の丑の日にウナギを食べる習慣があります。

夏の土用は７月の終わりごろからです。ちょうど梅雨が明けて夏空が広がり、猛暑が始まるころです。「梅雨明け十日」という言葉があります。梅雨明けして10日くらいは安定した夏空が続くという意味です。梅雨明け直後は、太平洋高気圧がどっしりと日本付近に居座ることが多いためです。

強い日差しが照り付ける夏の土用に行う虫干しを土用干しといいます。かびや虫の害を防ぐために、衣類や書物を干して風に当てるのです。また、梅干しを作るのに、６月に塩漬けにした梅を数日間「土用干し」すると、おいしい梅干しが出来上がります。梅雨明け直後の夏空は、とても貴重ですね。

磐座 6/22～7/22

【全体運】自己アピールに向いています。やってみたいことがあるなら積極的に動くとグッド。新しいことを始めるのも吉
【健康運】冷房の効き過ぎは×。上手に体温調節を　【幸運を呼ぶ食べ物】ラッキョウ

エンドウを栽培している皆様へ

土壌消毒を徹底しましょう!!

近年、夏季の天候不順や台風の影響により、太陽熱土壌消毒の効果が不十分となり、エンドウ類では土壌病害などによる立枯れ症状が多発し、著しい収量減となった園地が多く見られています。これまで以上に土壌消毒を徹底して下さい。

フザリウム菌によるエンドウ立枯れ症状

- 葉が淡黄色になって内側に巻き、生育が悪くなり、萎れ、枯死する。
- 定植後１ヶ月以上してから発病することが多い。
- 萎れた株の茎を縦に割ると、導管部が地際から数十センチの高さまで褐色に変色している。
- 株の地際部が黒褐変して細くなり、根が腐り落ちる。
- いずれかに該当する場合フザリウム菌が原因の土壌病害の可能性がある。

▲立枯れ症状発病株

▲導管の褐変（左、右上）と根腐れ（右下）

立枯れを起こすフザリウム菌の生態

- カビの仲間で、主に土壌伝染する。
- 病原菌は土壌中で寿命の長い（10年程度）胞子の状態で存在し、エンドウの根が近くにあると発芽し、根から感染する。
- 植物体を枯死させた後、土壌中に大量の胞子を形成するため、無防除での連作は非常に危険。

防除対策

1．まずは太陽熱土壌消毒！

※基本的な太陽熱土壌消毒方法

①完熟堆肥（３ｔ／10ａ）を施用する。

②圃場をできるだけ深く丁寧に耕起する。

③小畦を立て、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。

④施設では併せて外張りビニールを張り密閉する。

⑤地温の高い時期を逃さないように、梅雨明けまでに太陽熱土壌消毒の準備を終了する。

⑥太陽熱土壌消毒の期間は梅雨明け後、最低30日以上確保する。

2．立枯れ症状の発生がみられた圃場では、次の対策を追加しましょう！

○クロルピクリン剤で土壌消毒を行う。
太陽熱土壌消毒後、耕耘・畝立てし、薬剤を処理する。
処理後はガスが逃げないようにビニール被覆する。

○健全種子を播種する。
発病圃場での自家採種はしない。

○汚染土壌を外に持ち出したり、外から持ち込まないようにする。
作業機械を他の圃場と共有する場合は、機械をよく洗浄し、付着した土壌を除去する。

○発病株は伝染源となるので、すぐに抜き取ってハウス外に持ち出し適切に処分する。

不明な点等ありましたら、お近くのＪＡ営農指導員、または県の普及指導員までご相談下さい。

獅子座 7/23～8/22
【全体運】面倒見の良さを発揮すれば、円滑な人間関係が築けそう。快く身近な人をフォローして。気分転換には温泉が◎
【健康運】極端な健康法は厳禁。自然な生活が一番 【幸運を呼ぶ食べ物】ウナギ
7月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

ベランダでできるキッチンガーデン

芽キャベツ（アブラナ科アブラナ属）

土壌医●藤巻久志

芽キャベツの和名は子持ち甘藍（かんらん）です。子持ちにちなんで、結婚披露宴の料理にも利用されてきました。しかし、スーパーでパック詰めの芽キャベツを買ったことがある人でも、芽キャベツの栽培を見たことはあまりないことでしょう。

芽キャベツは温暖地で7月に種まきして、12月から翌年の2月まで収穫します。40～60㎝に直立した茎から出る葉のそれぞれの付け根に、直径2～3㎝の小結球（芽球）を約50～100個付けます。

芽キャベツは、日当たりの良いベランダであれば鉢で栽培できます。

4号（12㎝）のポリポットに4～5粒ずつ種まきして育苗します。発芽後は順次間引いて1本立ちにし、本葉4～5枚の苗にします。近年はホームセンターで芽キャベツの苗を購入することもできます。

芽キャベツは株が大きくなるので、10号（30㎝）以上の鉢を準備します。鉢に市販の培養土を入れ、真ん中に苗を移植します。乾かないように水やりをし、1週間に1度1000倍の液肥を施します。

草丈が伸びてきたら90㎝くらいの支柱を立てて誘引し、増し土して株が倒れないようにします。

10月になって結球が始まる前に、黄化した下葉を折り取ります。根元に近い芽球はよく締まらないので、上位部の芽球の充実を図るためにも、早めに取り除きます。

芽球が膨らんできたら、上部の葉を10枚くらい残し、葉で芽球を圧迫させないために、葉を折り取ります。根元から折ると芽球も取れてしまうので、葉柄は残します。芽球が結球してきたら、下部から順次収穫します。芽球は、お尻に十文字に包丁を入れて、味がよく染み込むようにして、シチューやスープなどの具に利用します。単にゆでて、添え物にもなります。

芽キャベツは年末には立派な株になります。子孫繁栄を祈って、芽キャベツの鉢をお正月の飾り物として知人に贈ると、喜ばれると思います。

JAバンク をご利用のお客さまへ

JAキャッシュカードによるサービス等を
一時休止させていただきます。

7月14日(土)・15日(日)

休止させていただくサービス

JAバンクのATM
JAバンクのATMを利用した、入金や出金、残高照会、振込・振替等、すべてのサービス

JAネットバンクサービス
パソコン・スマートフォン・携帯電話を利用した、残高照会や振込・振替等、すべてのサービス

コンビニ等のATM
JAキャッシュカードによるセブン銀行、ゆうちょ銀行、その他提携金融機関やコンビニ等のATMを利用したすべてのサービス

デビットカードサービス
デビットカード機能がついたJAキャッシュカードによるJ-Debit加盟店での代金決済

現金のお引き出しはお早めに
休止期間中は現金のお引き出しができませんので、あらかじめ現金をお引き出しいただく等のご準備をお願い申し上げます。

※JA・店舗・ATM提携金融機関によっては、ご利用時間およびご利用可能サービスが異なるため、上記スケジュール以外にもサービスをご利用いただけない場合がございます。

乙女座 8/23～9/22
【全体運】知的好奇心がムクムク湧いてくる予感。知りたいことがあるならトコトン調べて。カルチャーセンターにもツキ
【健康運】疲労をため込まないよう、適度に休養を　【幸運を呼ぶ食べ物】モロヘイヤ

大人気の講座今年も開催決定！
参加者大募集!!

自己改革～地域の活性化

JA紀州が地域住民向けに開催している大人気の講座が、今年もより魅力的になっています。

講座は平成30年７月～平成31年３月までの１年コースです。

（講座により講座数が異なります）

合同開講式はTOP CONNECT（株）代表取締役　内田雅章さんを招いて特別講義！「人脈力の作り方」を伝授！
合同閉講式では、倉庫ミュージアムWAWAWAでお楽しみライブショー♪仲間達と最高の思い出作り！
詳しくは各支店・出張所に設置のチラシ（申込書付き）をご覧ください。

締め切り迫る!

申込み締切り　平成30年７月６日(金)

申込書は、各支店・出張所またはくらしの活動課にご提出ください。
定員になり次第、締め切らせていただきます。

お問い合わせ：ＪＡ紀州本店くらしの活動課　☎0738－22－0604

楽しい講義が盛り沢山！お友達と一緒に参加しませんか？

女性大学 Venus（ヴィーナス） 第４期

愛と美と豊で自分をChange！いつも頑張っている貴女に、ごほうび時間を♪

対象者	20才～50才
定員	20名
受講料	6,000円
受講回数	７回

※保育完備

第３期　デトックスヨガ体験

第３期　手作りコンニャクに挑戦！

押し花、ピラティス、ピザ作り、イチゴ収穫体験、巻き寿司作りを仲間と一緒に楽しみませんか？
小さいお子様がいらっしゃる方は、講座の日にお世話させていただきますので、ご安心ください♪

天秤座 9/23～10/23
【全体運】プレッシャーに弱くなる傾向が大。深刻になり過ぎないこと。自然豊かなスポットに出掛け、リフレッシュして
【健康運】元気に過ごすとツキが。運動を楽しんで　【幸運を呼ぶ食べ物】キュウリ

7月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

女性倶楽部 Pearl（パール） 第2期

素敵な愛に満ちあふれた日々を送れるように…

対象者	50才以上
定員	15名
受講料	15,000円
受講回数	6回

今まで頑張った自分へのご褒美に、贅沢な時間を過ごしてみませんか？古都・京都プチ旅行やイチゴ収穫体験、セレブな気分でテーブルマナーを学んだり…とてもリッチなプランになっています！

第1期　本格イタリアン料理

第1期　京都「高台寺」で記念撮影

男性講座「粋」くらし道場 第2期

「何か始めたい」「何をしよう？」そんな男性お待ちしてます！

対象者	55才以上
定員	10名
受講料	10,000円
受講回数	5回

第1期　熊野本宮大社で記念撮影

第1期　そば打ち体験

魚のさばき方、藍染め体験、フラワーアレンジメントでカッコいい男性を目指してみませんか？新しいことも発見できるような講座になっています。知って得になることばかりで驚き！

蠍座 10/24~11/22
【全体運】ポジティブな気持ちになり、全ての事柄に対して前向きになれるはず。やりたいことはどんどん試すのが正解
【健康運】やや不注意になりやすい。行動は丁寧に　【幸運を呼ぶ食べ物】葉ショウガ

平成30年度

第1回 理事会

日時：平成30年5月2日
場所：JA本店3階会議室

○協議事項

（1）第4回通常総代会の日程及び提出議案について
（2）平成29年度剰余金処分案の承認について
（3）平成30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）コンプライアンス・マニュアルの改正について
（6）紀州農業協同組合企業年金規約の変更について
（7）確定給付企業年金における運用の基本方針の変更について
（8）理事会参与の選出について
（9）出資の減口について
（10）理事との利益相反取引について
（11）管内地方公共団体に対する新規実行限度額の変更について
（12）信用事業規程および信用事業方法書の一部改正等について

協議の結果、全議案が承認されました。

○報告事項

①平成29年度3月末決算結果について
②平成29年度3月末JA紀州コンビニ株式会社決算結果について
③平成29年度事業報告について
④平成29年度3月末組合員加入脱退状況について
⑤コンプライアンス委員会報告について
⑥ALM委員会報告について
⑦推薦会議報告について
⑧金融円滑化管理委員会報告について
⑨組合員勘定貸越について
⑩理事との利益相反取引に係る理事会承認後の取引実行報告について
⑪延滞購買未収金について
⑫内部監査報告について
⑬自主点検チェックリスト改正について

第2回

日時：平成30年5月28日
場所：JA本店3階会議室

○協議事項

（1）決算関係書類、剰余金処分案の承認について
（2）平成30年度総合財務計画及び総合収支計画について
（3）第4回総代会資料について
（4）定款の変更について
（5）不良債権の処理方針について
（6）理事との利益相反取引について
（7）JASTEMシステム基盤更改にかかる危機管理計画等の制定について
（8）平成30年度JA紀州コンビニ株式会社の事業計画について
（9）平成29年度決算監事監査結果について
（10）全国監査機構監査結果について

協議の結果、全議案が承認されました。

○報告事項

①平成29年度3月末決算修正について
②平成29年度資産査定結果について
③総代連絡協議会の報告について
④職務権限表の見直しについて
⑤理事との利益相反取引に係る理事会承認後の取引実行報告について

射手座 11/23～12/21
【全体運】あれもこれも……と手を広げるものの、どれも中途半端になりやすい時期。持久力を身に付ける必要がありそう
【健康運】気晴らししたいなら、軽く体を動かして　【幸運を呼ぶ食べ物】梅干し

7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.27

JA紀州管内の名所・隠れスポットを紹介！

【取材・写真】
龍神支店　松本 裕司

ごまさんスカイタワー

高野龍神スカイラインの中間点に位置する、田辺市龍神ごまさんスカイタワーは四季折々の風景が楽しめます。高さ33ｍの塔は、護摩壇山の史実にちなんで設計され、護摩木を積み上げた独特の形をしています。近くには和歌山県で一番高い龍神岳もあり、山頂までの登山道も整備されています。春にはハイキング、秋には紅葉を楽しむ多くの観光客が訪れています。

また、東は大台ヶ原・大峰山、西は空気が澄んでいると紀伊水道の島々、四国山脈まで望む事ができます。幾重にも連なる山々の優姿が一息の休息を与えてくれます。和歌山県で一番高い所で、四季折々の大自然を堪能してみてはいかがですか。

【住所】田辺市龍神村龍神1020－6

職員紹介コーナー
紀州 数珠(じゅず)つなぎ

日高川営農販売センター
営農指導員
西平(にしひら) 充幸(みつゆき)

この４月で、JAに勤めて３年目になります。仕事には慣れてきましたが、自分はまだまだだと実感する日々です。少しでも早く一人前になれるよう頑張っていきたいと思います。趣味はキャンプで、毎年夏になると友達と大人数で楽しみます。今年も計画中で県外にまで足を延ばそうかと考えています。

直売所出品者紹介
やっぱり、地元産！

みなべ町 輪玉(わだま) 真知子(まちこ)さん

出品先
ほんまもん

主な出品物
弁当
巻き寿司
焼きさば寿司

地元の食材を取り入れ、渡船屋ならではの旬の魚料理等も混じえながら、主人と一緒に頑張っています。みなさんに「おいしい」と言っていただけるものを、これからも作っていきたいと思っています。

出品者募集中！

直売所利用会（ほんまもん、フレッシュマート）
問合せ先：直売課☎0739－72－3664（担当：中元）

山羊座 12/22～1/19
【全体運】いろいろと迷いが生じやすい期間です。１人で悩まず、信頼できる相手に相談を。地に足の着いた行動が大事
【健康運】暴飲暴食になりやすいかも。節制が必要　【幸運を呼ぶ食べ物】昆布

読者の広場

ゴールデンキッズ！

日高町　滝本（たきもと） 心絆（ここは）ちゃん（小4）㊧　白井（しらい） 凛子（りこ）ちゃん（小4）㊥　石方（いしかた） 開城（かいき）くん（小4）㊨

県教育委員会が取り組んでいるゴールデンキッズ発掘プロジェクトで、体力、運動能力の優れた子どもたちを発掘し、日高町から３人の子どもたちが選ばれました。小学校卒業までの間、専門家による指導を受けながら、世界で活躍できるアスリートを目指しています。滝本さんは陸上（長距離）、白井さんと石方さんはバレーボールで選ばれており、３人とも将来の目標はオリンピックに出場し、活躍したいといいます。今後の活躍に期待しましょう！

【取材・写真】日高支店　芝崎 健司

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 酒を飲むための小さな器
④ 整形――で膝の関節を診てもらった
⑥ 料理をのせます
⑦ 今度来た新人は仕事の――が早いね
⑨ラストスパートです
⑪本能寺の変を起こした――光秀
⑫乱れたものをきちんと直すこと
⑭親から子へ受け継がれます
⑯ こういうことはここじゃあ日常――だよ
⑱ 虫をよけるため布団の周りにつります
⑳ アウトの反対語
㉑ サッシと呼ばれることも

■ヨコのカギ

① 七夕の飾りに使う植物
② 歌うことを楽しみに行きます
③ シイタケ、シメジ、エリンギなど
④ お酒が飲めません
⑤ ピカッ、ゴロゴロゴロ
⑧ 音を遮断したいときにはめます
⑩ 社会の――として地域に貢献する
⑪ カタツムリが似合いそうな花。鎌倉の明月院は――寺と呼ばれます
⑬ 輪島市や加賀市や金沢市はこの県の市
⑮ 鎖国中にも貿易が行われた場所
⑰ 書類や伝票につきます
⑲ 俳優が演じたり入り込んだり

■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。

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５名の方に、

夏野菜の詰合せプレゼント！

●締切
6月30日（土）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
「トケイソウ」でした

５月号応募数：90通

水瓶座 1/20～2/18

【全体運】物事をマイナス方向に受け止めがち。悪い面ではなく、長所に意識を向けて。リラックスには、ハーブティーを
【健康運】穏やかに過ごせば、運気回復の呼び水に　【幸運を呼ぶ食べ物】カマス

7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！

俳句

父の日や　書架に遺愛の　稀覯本

（印南町　P.N井蛙）

川柳

所在なく　見る点滴の　等時性　（印南町　P.N酔芙蓉）

飲み薬　数えて今朝も　日をたずね　（塩屋町　P.N凡骨堂）

読者からのお便り

✉今年も梅の季節がやってきました。毎年梅肉エキス、梅干し、梅ジュースと一昨年からみりん梅酒を作っています。一年ねかせて味はとても美味しいです。又取り出した梅を孫達がおいしいと一度に何個も食べます。今年はもう少し増やそうと思っています。（印南町H・M）

◎梅のパワーで暑い日を乗り越えていきましょう。お孫さんに喜んでもらえると、とても嬉しいですよね。

✉ここのところ、毎年梅干しを家で作っています。白干梅10kgを500gずつ塩抜きして食べています。いろんな味付けの梅がありますが、この素朴な白干梅が私にとっては一番！（日高町K・M）

◎梅干しといったら白干梅ですね。味比べするのは楽しいですね。

✉クロスワードパズル、毎月脳トレのつもりで楽しんでいます。一度、ジュースが当たったことがあり、忘れたころの思わぬプレゼントに娘にも分けてあげました。孫達も大喜びでした。私は、はっさくの混ざった味のものが好きです。すぐ出さないと(応募)忘れてしまうことが多いので、やってすぐ出すことにしました。（みなべ町N・K）

◎結朔のドリンク美味しいですよね。これからも、たくさんの応募やメッセージをお待ちしております。

表紙紹介

日高川町高津尾

余田（よでん）　嘉良地（かいち）くん(2才)

いつも笑顔でおしゃべり好きな男の子。車のなかでも消防車が一番お気に入りです。５月から保育所に通い始めて、毎日元気いっぱいで行っています。

ご家族からのメッセージ

元気でまっすぐな子に育って下さい。保育所のお友達と仲良く遊んでね。

編集後記

梅雨シーズン到来。雨、湿気が多く、気温が高い日が続く毎日が来ました。熱中症や脱水症状には要注意してくださいね。

夏に近づくにつれて、音楽のイベントが全国各地で開催されています。私は音楽が大好きなので、野外コンサートやライブハウスに毎年参加しています。叫んで、手拍子して、ジャンプして、ストレス発散♪毎年イベントの発表を楽しみしています！今年は何回行けるかな～(*^_^*)

魚座 2/19～3/20
【全体運】創造力が豊かになる月。クリエーティブな分野に関心を持ってみて。ギャラリーや美術館巡りをするのも幸運
【健康運】食事が不規則になりがち。体調の管理を　【幸運を呼ぶ食べ物】パプリカ

梅びしお

女性会みなべブロック長
橋本 しづゑさん

梅びしおは万能調味料！
作っておけば、様々な料理に
活用できます。
サンドイッチの他には、
巻き寿司、ギョウザなど♪
さっぱりとした梅の風味を
お楽しみください。

JA Kisyu
Cooking
vol.048

＊材　　料＊

●梅びしお

白干し梅(塩分約20%)……1kg
砂糖……約300ｇ
＊裏ごしをした梅干しの約半量を
目安に、お好みで加減して下さい。
みりん……大さじ2

●サンドイッチ

梅びしお……大さじ1
マヨネーズ……大さじ1
サンドイッチ用のパン……適量
お好みの具材……適量

梅びしお

白干し梅は、水に漬けて脱塩する。たまに水を変えながら6～7時間置いて、塩分を約13%まで落とす。

脱塩した梅干しの水けをよく切り、種を取り除いて裏ごしする。

鍋（土鍋かホーロー鍋）に入れ、砂糖を2回に分けて入れながら、約20分煮詰める。

最後にみりんを入れ、さらに煮詰めて完成。冷めたらビンなどに移し、冷蔵庫で保管する。

サンドイッチ

梅びしおとマヨネーズをよく混ぜ合わせておく。

お好みの具材を用意する。

パンの内側に①を塗り、具材をはさむ。

お好みの大きさにカットして完成。

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-kisyu.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。