スマイルハート

No.77

8

2020 August

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

［連載］ 知らないと損する営農情報

［特集］ 「ＪＡの自己改革に関する組合員アンケート」集計結果のお知らせ

ＪＡ紀州

公式Facebook

LINE@さわやか日高

紀州農語り

高品質なピーマンづくりに家族と取り組む

今回ご紹介の作物【ピーマン】

御坊市熊野

古谷 晃司（ふるたに こうじ）さん（24才）

ピーマン約40 a、水稲40a、梅10a を両親とともに栽培しています。

勉強したことを活かし家の農業を継ぐ

農林大学校卒業後、就農した晃司さん。今年で3年目になります。家の農業を受け継ぐ意識があったために、学校で勉強してから農業を始めました。学生の頃に学んだ知識や技術を活かし、難しいことは両親から教わりながら取り組んでいます。「ピーマンは両親が長年栽培しているので、培ってきたものを維持するために少しずつ学んでいます」と話します。家族と情報を共有し、品質向上に努めています。

基本を押さえて栽培管理に取り組む

ピーマンの品種は「はばたき3号B」。9月上旬に苗を作り、9月中下旬頃に定植し、10月下旬～翌年7月頃まで収穫します。基本をしっかりと押さえて、栽培管理を徹底しています。今年産は全体を通して天候が不安定だったため、生育に影響はありましたが、品質は良好です。「高品質なピーマンを収穫できた時にやりがいを感じます。また、栽培管理作業等をやり終えた時は達成感があります」と話します。

責任感を持って立派な経営者を目指す

晃司さんは色々な作物について知識等を磨いていきたいと意気込んでいます。「他の作物にも興味があり、その中でも特に果樹類に興味があります。今後、さらに責任感を強く持ち、立派な経営者になるため、努めていきたいです」と話します。

消費者の方々に喜んでもらえるよう、これからも熱心に取り組み、高品質なものを届けたいと晃司さんは笑顔で語ってくれました。

スマイルハート Contents 2020.August

紀州農語り……2
連載 知らないと損する営農情報……4
特集 「JAの自己改革に関する組合員アンケート」集計結果のお知らせ……6
紀州ライフアドバイザー……8
トピックス……10
あぐりガイド……11
インフォメーション……14
紀州紹介コーナー……21
伝説 豆知識・クイズ……22
ふれあいコーナー・表紙紹介……23
農産物レシピ……24

Part.5

知らないと損する営農情報「台風対策について」

～台風接近・通過後の対応について～

はじめに

近年、地球温暖化の影響により、台風の多発が問題になっています。また、台風の規模が大きくなり被害が拡大しているのが現状です。さらに、温暖化の影響は台風の発生数の増加だけでなく、日本近郊の海域で台風の発生が大きな問題となっています。これによって、台風発生後すぐに上陸することで、台風対策が間に合わない事態が発生しています。

今回の営農情報は台風対策を紹介します。

【共通事項】

○台風接近時の対応

①事故防止のため、台風接近時における圃場の見回り等は、気象情報を十分に確認し、大雨や強風が収まってから行って下さい。

②大雨による冠水、浸水後の排水が速やかに行われるよう、圃場周辺や排水路の点検整備を行って下さい。

③8・9月は必ず台風が上陸すると考え、予防的にZボルドーの散布をするなど、台風がいつ発生しても農作物を守れるよう対応を心掛けて下さい。

④風害防止のため、防風ネットの破損や支柱の腐植などの点検を行い、台風の進路を踏まえて必要に応じて、防風ネットを設置して下さい。

○台風通過後の対応

①台風通過後の圃場確認等は、十分に安全を確認してから実施して下さい。

②潮風を浴びた場合は、速やかに除塩を実施して下さい。

③台風通過後は、防除暦を参考に殺菌剤の散布を心掛けて下さい。

④圃場にいつまでも水がたまった状態にならないよう、排水を行って下さい。

⑤被害にあい倒伏した株を早急に立て起こし、茎や花穂の曲がりを防止すること、付着した泥は殺菌剤を用いて洗浄して下さい。

【水稲】

○台風接近時の対応

水路の清掃を行い、スムーズに排水できるようにして下さい。

○台風通過後の対応

①葉の裂傷、冠水等の被害がひどい圃場で、白葉枯病などの多発が懸念されることから、排水後、病害の発生に注意し、的確な防除に努めて下さい。

②寡照傾向で推移している地域では、気象の推移、予報および発生予察情報に留意し、いもち病の的確な防除に努めて下さい。

【露地】

○台風接近時の対応

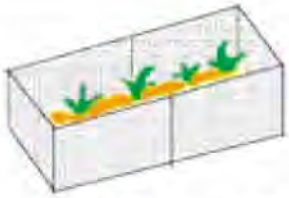
①草丈の低い作物は寒冷紗などで被覆して下さい。草丈が高い作物は防風ネットを設置するか、誘引ネットなどを下ろし寒冷紗などを被覆し対策して下さい。

○台風通過後の対応

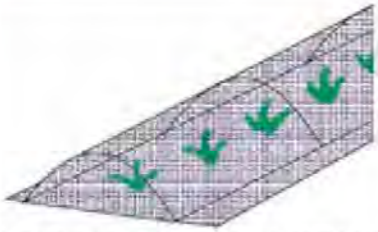
①寒冷紗等は速やかに除去し誘引し直して下さい。

代表的な防風対策

圃場全体を防風ネットで囲う



一畝ごとに防風ネットで覆う



トンネルを作り防風ネットを掛ける

【果樹】

○台風接近時の対応

①わい化栽培されたもの等、倒伏しやすい樹体は支柱により補強する等風害に備えて下さい。

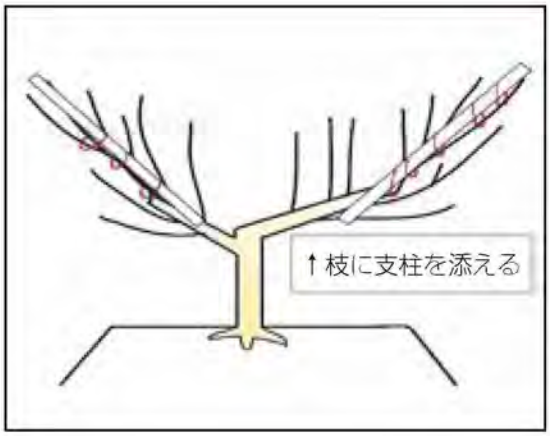
②潮風害が予想される地域では、雨水等の灌漑水を確保し、台風通過後速やかに樹木についた塩を落とすことで、塩害による被害を抑えるようにして下さい。

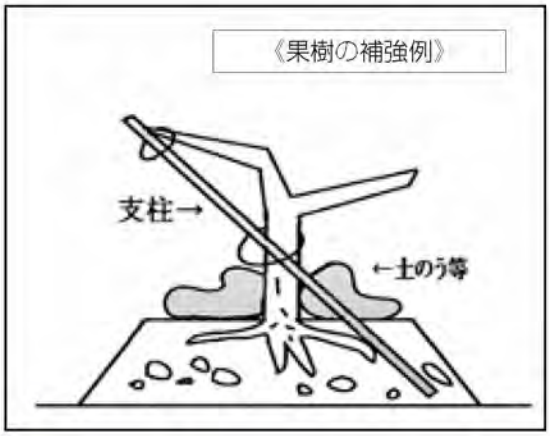
○台風通過後の対応

①潮風がかかった場合、できる限り速やかに散水し除塩することをお勧めします。また、的確に除塩することができなかったために、後日、落葉・落果等の被害が生じた場合には、日焼けや樹脂病等の防止のために白塗剤の塗布、液肥の散布、摘果等を行って下さい。

②倒伏した場合は、健全な根をきらないようにできるだけ早く引き起こし、支柱を添えて固定して下さい。枝裂けした場合は、針金、ボルト等で結合し、傷口に塗布剤を塗ることで傷口が乾燥しないようにして下さい。

③強風等により樹勢が弱っている場合は、薬害が発生しないよう留意しつつ、病害虫の防除を実施するとともに、樹勢に見合った適切な剪定、施肥、摘果を実施することで、樹勢低下の抑制に努めて下さい。





【施設】

○台風接近時の対応

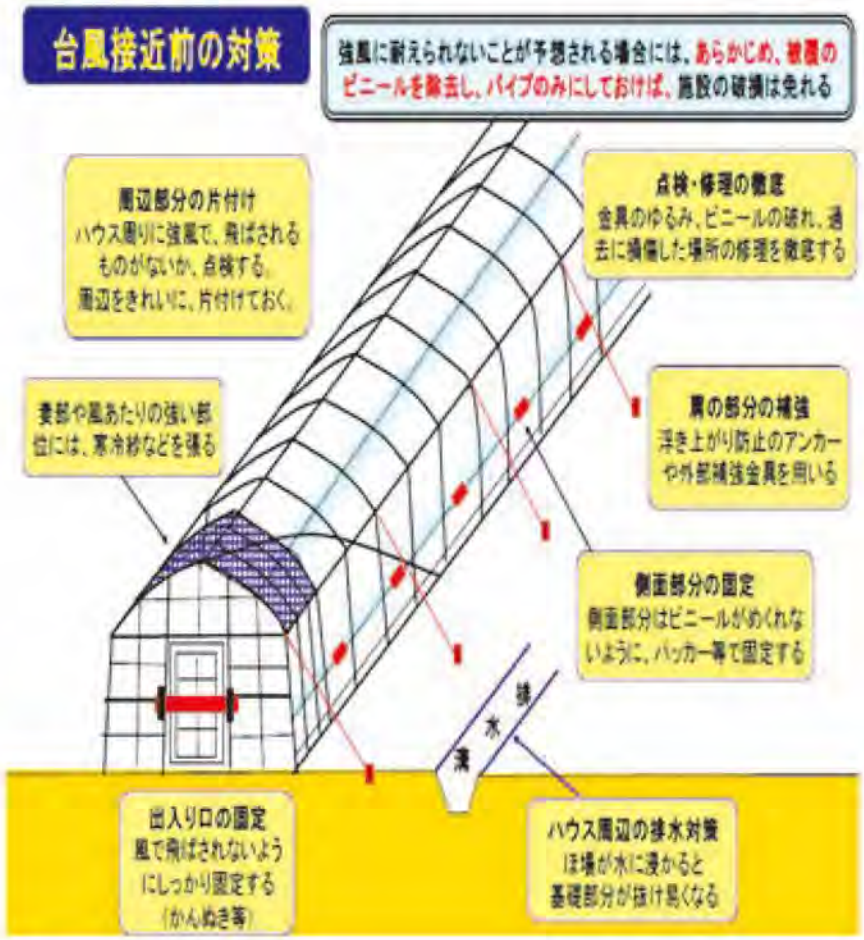
①ビニール被覆の除去や、ハウスバンドなどで施設の倒壊を防いで下さい。また、ボイラーの燃料タンクは転倒しないよう、安全性を確保して下さい。

②防風ネットの設置、施設周辺の清掃、フィルムの取り付け金具や施設の破損部分の補強・点検等も行って下さい。

○台風通過後の対応

①安全が確保されてから、ハウスの破損個所やハウス内の確認を行って下さい。

②倒伏している作物は起こし、ダメになってしまった株は補植して下さい。



「JAの自己改革に関する組合員アンケート」集計結果のお知らせ

～ご協力いただいた皆さま、誠にありがとうございました～

当ＪＡでは平成30年12月～令和元年12月まで、自己改革の実践やＪＡのあり方に関するご意見をお伺いするためのアンケートを実施し、計19,612名の皆さまから、ご回答をいただきました。

このたび、集計が終了しましたので、結果をお知らせします。

なお、誌面の都合上、主な項目のみ抜粋しています。

集計枚数

	正組合員	准組合員	(正・准未回答)	合　計
ＪＡ紀州	9,582	10,027	3	19,612
県合計	45,917	68,268	214	114,399

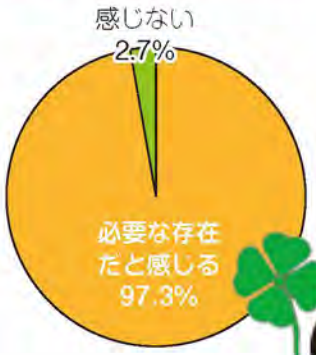
非常に多くのご回答をいただきました。ご協力いただいた皆さま、誠にありがとうございました。

01 自己改革への評価（正組合員のみ回答）

(単位：%)	期待度		満足度		改善度	
	「期待」「やや期待」		「満足」「やや満足」		「改善した」「もともと良い」「改善しつつある」	
	JA紀州	県平均	JA紀州	県平均	JA紀州	県平均
営農指導	88.7	87.2	77.5	74.8	89.7	89.1
販売	86.2	84.2	71.6	68.8	89.1	89.0
購買	81.1	79.1	71.0	67.4	90.2	88.9

農業所得の向上に向け、更なる自己改革に取り組み、これまで以上にご期待とご満足をいただける事業運営に努めます。

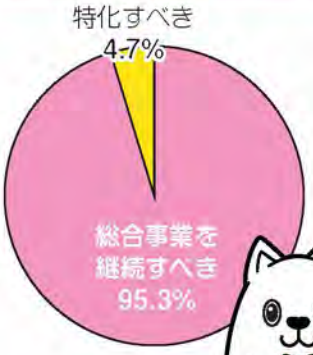
02 ＪＡの必要性



(単位：%)	必要な存在だと感じる	どちらかといえば感じる	どちらかといえば感じない	感じない
JA紀州	78.3	19.0	1.9	0.8
正組合員	80.3	17.4	1.5	0.8
准組合員	76.4	20.5	2.2	0.9
県平均	74.7	22.1	2.3	0.9

97.3%の方から、
ＪＡは必要な存在であるとの評価をいただきました！

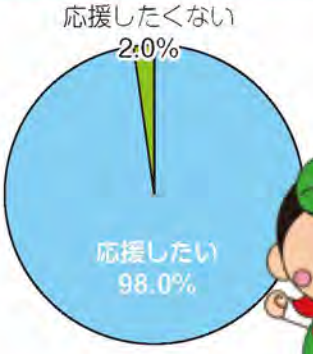
03 総合事業の継続



（単位：%）	総合事業を継続すべき	どちらかといえば継続すべき	どちらかといえば特化すべき	農業関連事業に特化すべき
JA紀州	74.9	20.4	3.0	1.7
正組合員	75.7	18.9	3.4	2.0
准組合員	74.2	21.9	2.6	1.3
県平均	71.2	23.4	3.7	1.7

これからも皆さまの営農・くらしをサポートするため、**総合事業を継続します！**

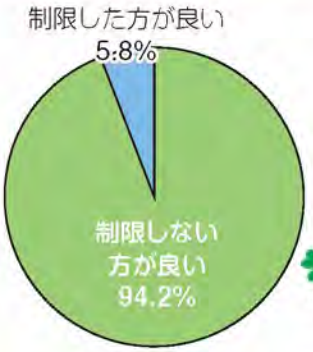
04 農業や地域づくりの応援（准組合員のみ回答）



（単位：%）	応援したい	どちらかといえば応援したい	どちらかといえばしたくない	応援したくない
JA紀州	72.9	25.1	1.5	0.5
県平均	71.9	25.9	1.5	0.7

98.0%の方から、農業や地域づくりを応援したいとの回答をいただきました！

05 准組合員の事業の利用の制限



94.2%の方から、准組合員の事業利用は制限しない方が良いとの回答をいただきました！

（単位：%）	制限しない方が良い	制限した方が良い
JA紀州	94.2	5.8
正組合員	92.9	7.1
准組合員	95.4	4.6
県平均	93.7	6.3

今回のアンケートでは、非常に高い評価をいただけたと考えておりますが、皆さま一人ひとりから、さらに高い評価をいただけるよう、また地域になくてはならないＪＡとなれるよう、**全力で「自己改革」をはじめとした取り組みを進めて参ります。**そのために、組合員の皆さまから、様々な機会を通じ引き続きご意見・ご要望をいただきたいと存じますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

なお、職員がご訪問した際に複数回不在であった方については、アンケート実施を控えさせていただいておりますのでご了承下さい。今回お伺いできなかったご意見やご質問がございましたら、気兼ねなく当ＪＡまでお寄せ下さい。

ＪＡ紀州

Part.3

紀州ライフアドバイザー

安心と満足をお届けします！

LA（ライフアドバイザー）とはJA共済について幅広く知識を持った専門スタッフのこと。地域の皆様の暮らしをサポートし、地域社会づくりに貢献しています。JA紀州のLAを3ヵ月にわたって地区別に紹介してきました。今回で最終回になります。

印南支店 TEL.0738-42-0034

中元 恵美子（なかもと えみこ）

地域の皆様の暮らしに役立つ情報をお届けするように努めて参ります。ちなみに私は印南町出身なので、ご連絡いただければすぐに伺います。何でもご相談下さい。

古田 英士朗（ふるた えいしろう）

4月から印南支店のLAとして活動しています。地域の皆様に役立つ情報をお伝えできるよう頑張りますので、よろしくお願いします。

切目出張所 TEL.0738-43-0300

荒井 佑介（あらい ゆうすけ）

組合員の方々をはじめ、地域住民の皆様に貢献できるよう日々精進していきたいと思いますので、よろしくお願いします。

若野 瑞輝（わかの みずき）

西ノ地の一部、島田（崎山地区）を担当しています。「困った時はJAに」と何でもご相談いただけるよう、努力して参ります。何でもお気軽にご相談下さい。

切目川出張所 TEL.0738-45-0020

岡本 光生（おかもと みつお）

4月から真妻、切目川地区の共済担当になりました。皆様の生活のお役に立てるよう、頑張りますのでよろしくお願いします。

稲原出張所 TEL.0738-44-0002

谷口 努（たにぐち つとむ）

稲原出張所の共済担当を務めて5年目になります。私生活では妻と息子の3人家族で、趣味は海釣りと農業です。どんなことでもお気軽にご相談下さい。

梅の郷支店 TEL.0739-74-2415

楠本 健一郎（くすもと けんいちろう）

東本庄、西本庄地区を担当しています。共済について気になること、わからないことがあればお気軽にご相談下さい。

鈴木 寿和（すずき ひさかず）

複合渉外として活動しています。金融業務6年、共済業務2年の経験を活かし、皆様の力になれるよう頑張りますので、よろしくお願いします。

上田 健志（うえだ けんじ）

昨年4月に梅の郷支店のLAになりました。共和、晩稲、熊岡地区の担当をしています。趣味は釣りです。皆さんの役に立てるよう活動していきますので、よろしくお願いします。

南部出張所 TEL.0739-72-2011

畑垣 智美（はたがき さとみ）

組合員の方々や地域の皆様に〝安心〟をお届けできるよう日々心掛けております。お気軽にご相談下さい。よろしくお願いします。

大川 康友（おおかわ やすとも）

旧みなべ町内を担当しています。ご不明点等何でもご相談に乗りますので、ご連絡いただければ幸いです。よろしくお願いします。

高城出張所 TEL.0739-75-2201

西 登志也（にし としや）

高城、清川地区を共済、清川地区を信用担当しています。ちなみに私はみなべ町東神野川出身です。お気軽に何でもご相談下さい。よろしくお願いします

「ちゃぐりん」を管内小学校1年生全員に贈る 本を通して家族で「食」について学んでもらうきっかけに

毎年開催している食農イベントは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止し、その代わりに食農教育を学べる雑誌「ちゃぐりん」を管内の小学校36校の1年生558人に贈りました。7月7日から順次配布し、御坊小学校の栖原伸精校長は「農業のまちに暮らす子ども達が、食や農業のことをわかってもらえて、将来のためにもなります。感謝しています」と喜んでいただきました。

ちゃぐりん誌はJAグループのこども雑誌で、管内小学校に毎月1冊ずつ配布しています。

営農販売　トピックス

●土壌分析

6月26･29･30日、アグリセンターみなべで肥料メーカーの方々や県農、JA紀州営農指導員ら15人がスターチス、カスミソウ、ミニトマト、スイカ、柑橘類など様々な品目の土壌分析を行いました。

●補助事業

7月1日、がいなポートで購買、営農担当者を対象に経営継続補助事業内容について勉強会を行いました。

●うめ

7月3日、日高振興局と役場、保健所、JA関係者がケシキスイ対策のため浸漬処理の巡回を行いました。

7月27日、アグリセンターみなべで梅干し目合わせ会を開催し、生産者31人が参加しました。新型コロナウイルス感染予防対策を徹底し、「3密」に注意して行いました。

●ニンニク

6月23日、ゆら撰果場でニンニクの反省会を開催し、生産者約30人が参加しました。

●花き類

6月26日、日高営農販売センター管内でビシャコの目揃え会を開催し、生産者約30人が参加しました。

●野菜

6月24日、アグリセンターひだかでゴーヤの目揃え会を開催し、生産者23人が参加しました。

7月2・3・8・9日、畑野集荷場でtomato-ume加工用のミニトマト「優糖星」を約11t集荷しました。当JA独自の製法で、tomato-umeに加工しています。

あぐりガイド

柑橘類

柑橘類の仕上げ摘果

今年の温州みかんは、品種によって着果量にバラつきがあります。粗摘果を控えめにした園では、後期摘果・仕上げ摘果を主体に行って下さい。　ゆら早生等の極早生では8月中旬から仕上げ摘果を行って下さい。この時期になると、果実の重みで下に垂れ下がってきますが、垂れ下がっていない果実はこの仕上げで摘果して下さい。ただし、上向きの果実は新芽の発生を抑制するため収穫直前に摘果して下さい。

早生・中生・晩生・中晩柑類は極端な小玉果や傷果・病害虫被害果の摘果を行って下さい。

病害虫防除指針（柑橘類全般）

防除時期	対象病害虫	薬　剤	倍数	収穫前日数／使用回数	備考
8月下旬	黒点病	ジマンダイセン水和剤	600倍	30/4(温州) 90/4(晩柑)	極早生については使用前日数に注意する。
	ミカンハダニ ミカンサビダニ	ダブルフェースフロアブル	2,000倍	1/1	
9月～10月	黒点病	ナティーボフロアブル	1,500倍	1/3	・降雨状況により散布
	カメムシ	スタークル顆粒水溶剤	2,000倍	1/3	・発生に応じて散布
生育期	かいよう病	ムッシュボルドーDF 加用クレフノン 又は マイコシールド	500倍 200倍 1,000倍	－/－ みかん60/2 かんきつ30/2	

水管理

味が良いみかんを作るには、梅雨明けから盆過ぎ頃まで適度な水分ストレスを与えることが必要です。しかし、極度な土壌乾燥は果実肥大の低下、小玉果、酸高に繋がりますので、葉が巻き始めたら10㎜程度の潅水を行って下さい。

品質向上対策（早生・中生のマルチ被覆、フィガロン散布）

早生・中生では8月末までにマルチ被覆を行って下さい。被覆前に土壌が極度に乾燥している場合は、降雨を入れるか潅水を行ってから被覆して下さい。また、被覆後の過度な乾燥は樹勢低下や酸高を招くので葉水等を行って下さい。

台風対策

8～9月にかけて、台風の襲来が多くなる時期です。マルチ重し石の確認、防風ネットの点検や幼木・高接ぎ樹は支柱や誘引を行って枝が折られないように備えて下さい。

フィガロンの熟期促進と使用方法（樹勢低下園は除く）

品　種	目　的	使用時期	倍　数	収穫前日数／使用回数	備　考
温州みかん	熟期促進	2回目　満開70～110日後 （第1回目の散布から20日後）	3,000倍	14/4	

うめ

元肥（9月）

来年の貯蔵養分を蓄積するための重要な時期です。この時期の施用は、主に根に移行後、翌年の果実・葉・新梢・根等に利用されます。

施肥量については、営農指導員までお問い合わせ下さい。

病害虫防除

○ウメシロカイガラムシ（9月上旬～中旬）幼虫発生後

スプラサイド乳剤　1,500倍（14日前／2回）

又は

アプロードフロアブル　1,000倍（7日前／2回）

＊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て下さい。

○白紋羽病防除

＊枯れた樹の根は、掘り上げ園外に出して下さい。

＊夏に植床にビニールを掛け、太陽熱消毒をして下さい。

＊定植時に苗木に、フロンサイドSC　500倍を1本当たり50～100Lを潅注して下さい。

強風・台風対策

風の影響を受ける園では、防風樹や防風ネット等で、強風対策をしましょう。

また幼木は、根が少ないため倒伏しやすいので、支柱等で固定して下さい。

干ばつ対策

梅は浅根性と言われ、細根の80％は地表面から20㎝までに分布しており、高温乾燥が続くと細根が枯れ樹勢の低下に繋がります。

乾燥する前に、敷き草、堆肥等で水分の蒸散を防ぎ、潅水のできるところは早めに潅水して下さい。

水稲

カメムシの防除

近年、カメムシ、ハマキムシ（コブノメイガ、イネツトムシ）、による被害が多くなっていますので、カメムシの防除を徹底して下さい。カメムシの散布防除適期は乳熟初期が基本です。

ハマキムシの発生が見受けられる園地については、防除暦のスタークルの代わりにキラップジョーカーフロアブル1,000倍（14日前／2回）を使用して下さい。

※乳熟初期（出穂期7～10日後）…圃場全体の穂が80～90％出た時期のこと。

収穫前の水管理

コンバイン等の作業の都合上、早くから落水する圃場も見受けられます。早期落水や登熟期以降の水不足は粒張りが悪く、胴割れ米などの発生の原因となります。刈り取り予定の1週間～10日前を目安に落水して下さい。

適期の刈り取り

収穫時期は米の品質に大きな影響を与えるので、収穫時期を逃さないようにして下さい。1穂に緑色籾が10～15％残っている状態が適期です。刈り遅れをしないためには、適期になってから刈り始めるのではなく、天候や面積を考慮して早めに刈り取りを開始し、適期内に刈り取りが終わるようにすることが大切です。

収穫時期の目安

品種：キヌヒカリ・イクヒカリ・コシヒカリ・ヤマヒカリ・きぬむすめ

出穂期から約35、36日を目安として下さい。

※出穂期…水田全体の約40～50％が出穂している状態のこと。

野菜

●ミニトマト

黄化葉巻病

黄化葉巻病の発生が問題になっています。定植前に再度、ハウス周りの除草やハウス開口部に被覆している防虫ネットに破損している部分が無いか確認し張替えや修繕を実施して下さい。

コナジラミを「入れない」、「出さない」、「増やさない」を徹底して下さい。

また、定植の際は、コナジラミ対策に薬剤を必ず施用して下さい。薬剤についてはマルハナバチ導入時期を考慮し選択して下さい。

病害虫	防除薬剤	使用量	使用回数	使用時期	使用方法	ハチ影響日数
コナジラミ	ベストガード粒剤	1～2g／株	1回	定植時	植穴処理土壌混和	30日以上
	モスピラン粒剤	1g／株	1回	定植時	植穴土壌混和	1日
	ベリマークSC	1株あたり25～50㎖	1回	育苗期後半～定植当日	潅注	1日

牡羊座 3/21～4/19
【全体運】気がせいてもいつものペースを守って正解。相手が動いてから動いた方があなたの良さをアピールできます
【健康運】リフレッシュタイムを多めに取って　【幸運を呼ぶ食べ物】カボチャ

栽培管理

すでに定植がスタートしています。再度ミニトマト栽培の基本を確認し、1つ1つの作業を丁寧に行い、高品質なミニトマトの安定生産を目指しましょう。

病害虫は、摘葉や予防的な薬剤散布などで予防対策を行って下さい。

水分管理

土壌水分や草勢を良く観察し決して多潅水にならないよう、植物に必要な量で潅水を実施して下さい。過多な潅水は、根張りを抑制しますので注意しましょう。

日中、高温により葉が萎れる場合には、葉水（散水）で対応して下さい。

温度管理

遮熱、遮光ネットを上手に利用し、ハウス内温度を調節して下さい。ハウス内温度を下げる一つの方法として、夕方のハウス内への散水も効果的です。

交配作業

初期の生育を安定させるため、1～3花房目まではトマトトーンによる交配を実施して下さい。

トマトトーンは薄い倍数（100倍～）で短い間隔でたっぷりとかけ、確実に結実させ利用に努めて下さい。

●ブロッコリー

播種

・おはよう、改良緑炎など

8月下旬～

播種は、10ａあたり60～80㎖（約3～4袋、コート種子は粒数）用意します。播種後は、寒冷紗等で直射日光が当たらないようにして下さい。潅水量は本葉が出るまでは控えめにして下さい。夕方の潅水は、病気、徒長苗の原因になるので注意して下さい。もし、夕方潅水する場合は表面が湿る程度にして下さい。

生育が進むにつれて、苗を徒長させないように注意して下さい。（高温時以外は、被覆しないで下さい）

育苗中の害虫に注意し、適宜防除を行って下さい。農薬については営農指導員にお尋ね下さい。

根こぶ病対策

根こぶ病対策でオラクル粉剤（全面土壌混和30kg／10ａ）または、フロンサイド粉剤（全面土壌混和　30～40kg／10ａ）を施用して下さい。石灰窒素を施用する場合は、ガス障害が発生する危険性がありますので、圃場全体に均一に散布し、よく耕転して下さい。さらにガス障害回避のため、石灰窒素施用後は10日以上空けて定植を行って下さい。

根こぶ病の多発している圃場では、連作を控えて下さい。

欠乏症対策

毎年苦土欠乏症が発生し生育に影響が出ている場合には、硫酸マグネシウム（1袋／10ａ）を施用して下さい。「改良緑炎」が特に発生しやすいです。

ホウ素欠乏症が発生した園地は、ＦＴＥを／10ａ当たり4kg施肥して下さい。

「おはよう」についてはホウ素欠乏症が非常に発生しやすいので、必ずＦＴＥを施用して下さい。

湿害対策

ブロッコリーは湿きに弱いので湿害対策として、高畝にして排水は十分とって下さい。

圃場が他にあれば、排水の良い土壌に栽培して下さい。

花き類

○定植準備

土壌病害の発生を軽減させるため定植圃場は、太陽熱消毒や薬剤などによる土壌消毒を行って下さい。本年は梅雨も長いため、太陽熱消毒を行う際は処理期間を十分確保して下さい。土壌消毒終了後、地温を下げるため、防風ネットや遮光ネット等を張るなどの対策をとり、定植前までに畝の底まで水が入るように十分潅水を行って下さい。

○定植

植え痛み防止のためできるだけ根鉢を崩さず、定植後はすぐに潅水を行って下さい。定植後約1週間（活着まで）の潅水が、生育に大きく影響しますので定植後は作物の状態を見ながら潅水を十分行って下さい。

●寒小菊

梅雨明け後、乾燥によりダニ類が発生しやすくなりますので防除を心掛けて下さい。また、芯止まりの原因となるオオタバコガ類の発生も多くなってきますので、初期防除を徹底して行って下さい。

アブラムシ、アザミウマなどの害虫の発生にも注意して下さい。

牡牛座 4/20～5/20 【全体運】好調運です。自分の意見を積極的に周囲に伝えて。明るい光が見えてきます。予定は細かく決めない方が◎
【健康運】筋トレなど目的を絞っての運動がお勧め 【幸運を呼ぶ食べ物】エノキタケ

補助事業に関するご案内

平素は、ＪＡ各種事業にご理解・ご協力を賜り誠にありがとうございます。

さて、**令和３年度に実施予定の補助事業に関する【取りまとめ】を行います。**

ご希望の方は、受付期日までに、最寄りの営農販売センターに用意してある必要書類へご記入の上、営農指導員に提出して下さい。なお、詳細等ご不明な点・ご質問等は、各営農指導員にお尋ね下さい。

事業内容［主たる内容のみ記載］

次世代野菜花き産地パワーアップ事業（野菜・花き）				
補助	対策区分	内　容	条件等	
和歌山県	生産性の向上	・環境モニタリング装置　・炭酸ガス発生装置 ・環境制御装置　・成型機　・播種機　・定植機 ・肥料施肥機　・選別機　・遮熱ネット ・高設栽培装置　・自動換気装置　など		補助率 1/3 以内
	施設園芸の拡大	・ハウスの高度化（耐風性、耐暑性ハウスなど）	２ａ以上	
		・省エネ機器（循環送風機・多重カーテン・多段式サーモ・ヒートポンプ・省エネ機能付き加温機　など） ・育苗施設		

日本一の果樹産地づくり事業（果樹）			
補助	対策区分	内　容	条件等
和歌山県	戦略品種の早期産地化	・改植（露茜、翠香等）	受益面積２ａ以上 補助率 1/3 ～ 1/2 以内 （実施内容により異なる）
	生産対策の強化	・小規模園地整備（園内道 、排水路等） ・マルチ（透明シート） ・土壌改良資材（うめ生育不良園に限る） ・ハウスの高度化（梅干ハウス含む） ・農業用ドローン導入　など	

上記以外に、各市町単位での補助事業もありますので、農業に関する設備・機材等の導入をお考えの方は、最寄の営農販売センターへ、お問い合わせ下さい。

〆切日（県事業）	提　出　先
令和2年8月31日[月]	**最寄りの営農販売センター**

果樹経営支援対策事業（国費事業）			
補助	対策区分	内　容	条件等
国	（注意） 果樹経営支援対策事業については、令和２年度が区切りの年となっています。 令和３年度については概要がわかり次第、折込広告等で案内させていただきます。		

ご注意とお願い

事業要件を満たさない場合、募集要項に合致しない場合、申込内容に不備･虚偽等がある場合及びＪＡ･産地協議会等の指導にご理解・ご協力いただけない場合等は対象外となりますので予めご了承下さい。

～新型コロナウイルス感染症により影響を受けた農家の皆様へ～

農産物の次期作に取り組む農家を支援する事業が実施されます

高収益作物次期作支援交付金

新型コロナウイルス感染症の発生により、売上減少等の影響を受けた野菜・花き・果樹・茶等の高収益作物について、次期作に前向きに取組む農業者に対して、資材や機械の導入、新規需要確保に向けた新技術の導入にかかる取り組みを支援する事業が実施されます。

支援対象者　下記１、２の両方を満たしていること

1．令和２年２～４月に野菜・花き・果樹・茶の出荷実績（廃棄も含む）がある者　もしくは、令和２年２～４月に開園している観光農園

2．収入保険、農業共済等に加入していること（又は今後加入を検討すること）

支援内容

支援対象者が行う次期作に向けた取組に対して、面積に応じて次のとおり支援

対象品目	支援対象となる取り組み	支援単価
野菜、果樹、花き（露地）	・産地で推奨する肥料、農薬、資材の利用 ・安全講習会の受講　　など、８項目のうちから２項目を選択	5.5 万円／ 10a
施設花き	・産地で推奨する品目・品種導入 ・かん水装置、空調機器等の利用	80 万円／ 10a

※次期作における需要促進の取組（2.2万円／10a）の取組があれば申請手続きの際にご相談下さい。

事業申請方法

○事業の申請には、お住まいの市町の「地域農業再生協議会」（各市町の農業関係担当課内）での手続きが必要です。
○お住まいの市町により、手続き方法が異なりますので、詳しい申請方法については、お住まいの市町の広報誌９月号（８月末～９月上旬配付予定）を確認して下さい。
○下記に主な要件を記載していますので、確認して下さい。
○その他、ご不明な点につきましては、下記の問合わせ先に連絡して下さい。

事業申請する際の注意事項について

◆２～４月の販売実績について

・令和２年２月１日～４月 30 日までの出荷実績の根拠が必要です（出荷伝票など）
・生産物及び加工品（所有権が移転していないもの）の販売実績が対象になります。

◆対象になる農地及び交付対象面積

支援の対象となる農地や面積には条件があるためご注意・ご了承願います。

【対象となる農地】
・市町村農業委員会の「農地台帳」に記載されている農地であること
・借地の場合は利用権設定がなされていていること
・地目が「田」もしくは「畑」であること

【交付対象面積】
○露地栽培
・「農地台帳面積」に「市町村平均の畦畔率（不耕作面積率）」を乗じた面積
○施設栽培
・「園芸施設共済」の加入面積
・園芸施設共済未加入の場合は、「施設の実測面積」
（但し、実測面積が農地台帳面積より大きい場合は農地台帳面積を採用します）

◆支援対象の取り組みについて

・令和２年４月 30 日以降の取り組みが対象になります。
・選択した項目の実績報告が必要ですので、必ず根拠となる資料（作業日誌、写真等）を残して下さい。

問合せ先

※お住まいの市町の「地域農業再生協議会」にお問い合わせ下さい
※お問い合わせの前に、各市町の広報誌（９月号）をご確認下さい

【御 坊 市】☎0738－23－5510（御坊市役所農林水産課内）
【美 浜 町】☎0738－23－4951（美浜町役場産業建設課内）
【日 高 町】☎0738－63－3806（日高町役場産業建設課内）
【由 良 町】☎0738－65－1203（由良町役場産業建設課内）
【印 南 町】☎0738－42－1737（印南町役場企画産業課内）
【みなべ町】☎0739－72－1337（みなべ町役場産業課内）
【日高川町】☎0738－22－2048（日高川町役場農業振興課内）
【田 辺 市】☎0739－26－9930（田辺市役所農業振興課内）

蟹　座 6/22～7/22
【全体運】友人との交流から得るものが多いとき。金運も好調でショッピングを楽しめます。ネットを活用して充実度アップ
【健康運】運動も仕事も遊びも適度に。ストレッチが吉　【幸運を呼ぶ食べ物】シイタケ

渉外担当者による集金方法の変更のお知らせ

JA紀州

平素より、当JAをご利用いただき、誠にありがとうございます。
この度、当JAでは、渉外担当者が集金する際の、お預かり方法を7月13日より以下のとおり変更させていただきましたので、何卒ご理解を賜りますようお願いいたします。

- お預かりいたしました現金の金額や通帳等の内容を、お客様に携帯用端末機の画面でご確認いただくとともに、**携帯用端末機の画面へサイン**（お名前を自書）をいただきます。
- **携帯用端末機の画面へサイン**をいただいた場合は、お客様へ受取書等を発行いたしません。
- お客様のご希望や、電波障害等により携帯用端末機が使用出来ない場合は、必ず受取書等をお渡しいたします。
- 通帳等をお客様へお届けする場合も、**携帯用端末機の画面へサイン**をお願いいたします。
- 現金をお届けした場合は、お客様より受領書のご提出をお願いいたします。

お預り時にお客様にご確認いただく内容

3 サイン後、「**完了**」ボタンを押下願います。

1 ご依頼された現金の金額等に相違ないことをご確認願います。

2 **携帯用端末機へサインをお願いいたします。**

4 「**完了**」ボタン押下後、左図の画面に変換したことをご確認願います。

「依頼受付書」の発行はありません。

当JAは、お客様から携帯用端末機の画面へサインを受けることなく、また、「受取書」「預り証」を発行することなく、現金および通帳等をお預かりすることはございません。

獅子座 7/23～8/22 【全体運】人気運に恵まれてハッピーモード。面倒見の良さがきらりと光ります。いろいろな場所に顔を出せば今後の糧に
【健康運】好調です。ハードなトレーニングもOK 【幸運を呼ぶ食べ物】ブドウ

9月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

お届け時にお客様にご確認いただく内容

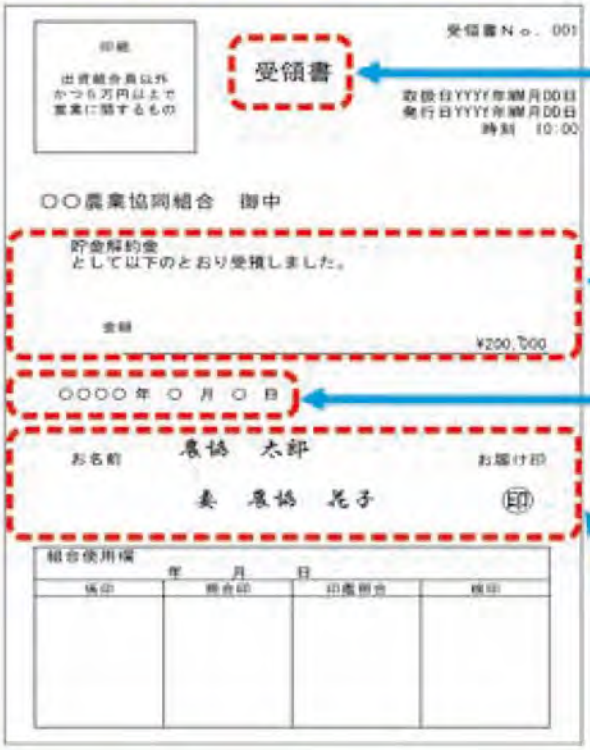
3 サイン後、「完了」ボタンを押下願います。

1 お届け内容に相違ないことをご確認願います。

2 **携帯用端末機へサイン**をお願いいたします。

4 「完了」ボタン押下後、左図の画面に変換したことをご確認願います。

現金をお届けした場合



ご署名・捺印いただく内容

- 現金をお届けした場合は、お客様より受領書のご提出をお願いいたします。
- 手形・小切手等をお届けした場合も、受領書のご提出をお願いいたします。
- お届けした金額と受領書の金額に相違ないことをご確認願います。
- 受領日をご記入願います。
- 貯金者がご不在の場合は、お届けした現金を代理受領された方に、
  - ・貯金者のお名前
  - ・貯金者とのご関係
  - ・代理受領者のお名前をご署名願います。
- 貯金者のお届け印を押印願います。

JA紀州マスコットキャラクター きいぼん

ご不明な点がございましたら、最寄りの店舗窓口までお問い合わせください。

JA紀州

お問い合わせは近くのJA窓口、または最寄り組合まで

金融課	TEL.0738-22-6670	本店営業部	TEL.0738-22-9131	湯川支店	TEL.0738-22-3378
名田支店	TEL.0738-29-2201	川辺支店	TEL.0738-22-3561	中津支店	TEL.0738-54-0331
美山支店	TEL.0738-56-0336	龍神支店	TEL.0739-78-0226	美浜支店	TEL.0738-22-2794
日高支店	TEL.0738-63-2017	由良支店	TEL.0738-65-1131	印南支店	TEL.0738-42-0034
梅の郷支店	TEL.0739-74-2415	切目出張所	TEL.0738-43-0300	切目川出張所	TEL.0738-45-0020
稲原出張所	TEL.0738-44-0002	高城出張所	TEL.0739-75-2201	南部出張所	TEL.0739-72-2011
岩代出張所	TEL.0739-72-2310	丹生営業所	TEL.0738-53-0002		

乙女座 8/23～9/22 【全体運】運勢は盛り上がりを見せています。リーダーを頼まれ忙しそう。周囲に自分の考えを伝えるようにすると発展的
【健康運】楽しみながらできる運動を。継続は力なり 【幸運を呼ぶ食べ物】カレイ

未来を拓く協同組合 SDGsとJA

監修＝JCA（日本協同組合連携機構）

パートナーシップで目標を達成しよう

SDGs（エスディージーズ、持続可能な開発目標）が掲げる17の目標では、地球環境を守りながら、すべての人が尊厳をもって生きられる社会と、誰もが豊かな暮らしを継続的に営むことのできる経済の実現をめざしています。目標を実現するために欠かせないのが、パートナーシップです。目標17「パートナーシップで目標を達成しよう」は、国同士だけでなく、自治体、団体、企業、個人等あらゆる段階でパートナーシップを緊密に結び、強力に動いてくことが求められます。

JAや生協等、日本の協同組合は国内外における協同組合間の協同に早くから取り組み、さまざまな課題解決に向けて活動を進めています。JAと生協が農業体験を行い、地域農業の維持・振興を図る事例や、協同組合間で職員の人材育成に取り組む事例もあります。また、地域農業の振興や地域の活性化等を目的に、JAは行政との連携協定の締結に積極的に取り組んでおり、協定数は2020年3月時点で計576協定にのぼります。

SDGsに関連する主な取り組み

年間を通じた農業体験（長野）

生産者と消費者が農作業を通じ、食の大切さを共に考えることをめざして、JAと生協が連携して農業体験を実施しています。JAが管理する畑で、生協の組合員や家族が年間を通じて農業体験をします。近年ではJA正組合員やその後継者、准組合員、役職員とその家族にも参加対象範囲を広げ、地域農業の維持・振興に寄与しています。

協同組合の職員の人材育成（兵庫）

兵庫県協同組合連絡協議会とコープこうべが共催でそれぞれの職員の人材育成を行っています。JAや生協等、協同組合の次世代を担う職員同士が顔の見える関係をつくり、地域の中で協同組合が果たすべき役割を共に考えるための研修を実施しています。参加者は現地調査やボランティア活動等に取り組み、報告会を行っています。

研修会「虹の仲間づくりカレッジ」

JCAホームページ等から作成

耕そう、大地と地域のみらい。

天秤座 9/23～10/23 【全体運】上昇運です。大事なことは後半に持っていくほど成功率がアップ。時間が解決してくれる問題も多いはず 【健康運】栄養バランスの良い食事で元気が回復 【幸運を呼ぶ食べ物】ワタリガニ

9月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

読者の方々からのメッセージ

いつもたくさんのメッセージいただき、ありがとうございます。
お便りの中からからほっこりする温かいメッセージをご紹介します。

コロナの影響で仕事は休みになるし、サークル活動、スポーツジムも休み、買い物も週2回、運動不足で体重が増えてしまった。元にもどるのかなぁ。
（みなべ町　鈴木　様）

毎回とても楽しみにしています。配達してくれる職員さんの笑顔もステキで「あっ、来た！来た！」とこちらも笑顔になれます。裏表紙のお料理も毎回参考にさせてもらっています。
（龍神村　前田　様）

梅雨が終わると、大好きなビールの季節が来ます。エダマメでグビッといきたいなー。（美浜町　山本　様）

岡山から和歌山へと3回目の夏を迎えます。「伝説と豆知識」のコーナーは特に興味深く読ませていただいています。楽しみです。よろしくお願いします。
（日高川町　斎藤　様）

私の娘は、キュウリとミニトマトが大好きで保育所から帰ってくると、いつも食べています。まだ3才ですが、キュウリは1本丸かじり、ミニトマトも一袋全て食べてしまいます。Aコープの産直に出している野菜はどれも新鮮でおいしいので、子どもにも安心してたべさせられます。
（日高町　田口　様）

JA紀州の職員の皆様、コロナに負けないで下さい。
（由良町　小笠原　様）

先日、庭で流しそうめんをしました。そうめんだけではなく、プチトマト、さくらんぼ、とうもろこしなど、いろいろ流してみました。デザートにわらびもちを流したらどこを流れているか見えず…（笑）次は何を流してみようかな？何かおもしろいものありますか？☆
（龍神村　天野　様）

はじめまして、こんにちは！
南高梅の梅干が大好きで（肉厚で大きくて他とは違いますよね）自分で漬けたり、取り寄せたりして家族で楽しんでいます！紀州産夏野菜も食べて、パワフルに過ごしたい！と思い、応募しました！吉報お待ちしてます♡
（東京都　千葉　様）

蠍座 10/24～11/22 【全体運】身近な人にこそ思いやりある態度で接して。愛情は相手に分かるように伝えることが大切です。家計は節約モードで
【健康運】規則正しい生活が健康維持の鍵　【幸運を呼ぶ食べ物】ジャガイモ

JA直売所・産直コーナー

新規会員大募集！

「新鮮な野菜を食べてほしい！」「手作りのお菓子やお弁当を売りたい！」
「綺麗な花を届けたい！」

ぜひ出品してみませんか？
お気軽にお問い合せ下さい。

■直売所利用会
ほんまもん・フレッシュマート
お問合せ：0739－72－3664（直売課：楠川）

■紀州 花野果市利用会
紀州 花野果市
お問合せ：0739－72－3956（営農指導課：中野）

■産直部会
Aコープかわべ
お問合せ：090－4907－7765（くらしの活動課：西川）

■さわやか日高利用会
さわやか日高
お問合せ：0738－63－1333（さわやか日高）

第4回 理事会

日　時：令和2年7月29日(水)
場　所：JA本店3階会議室

協議事項

（1）令和元年度下半期末監事監査改善を要する事項に対する回答書について
（2）ディスクロージャー誌の承認について
（3）コンプライアンス・マニュアルの改正について
（4）令和2年度余裕金運用方針の変更について
（5）出資の減口について

協議の結果、全議案が承認されました。

報告事項

①令和2年度6月末仮決算結果について
②令和2年度6月末ＪＡ紀州コンビニ株式会社仮決算結果について
③令和2年度6月末組合員加入脱退状況について
④令和元年度3月末　部門・支店別経営分析について
⑤令和元年度体制整備モニタリングの結果報告について
⑥コンプライアンス委員会報告について
⑦ＡＬＭ委員会報告について
⑧金融円滑化管理委員会報告について
⑨コロナ対策関連補助事業について

射手座 11/23～12/21
【全体運】あなたの意見が通りそう。ただ強気な態度が波紋を呼ぶことも。周囲へは気配りを。衝動買いには気を付けて
【健康運】体を動かすと頭の巡りも良くなります　【幸運を呼ぶ食べ物】サケ

9月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

県内共通企画

こんなとこ ありま スポット！

Flower Garden ARAKI（フラワーガーデンアラキ）「カフェ ラ・マードレー」

【JA紀北かわかみ】

高野山の麓、紀美野町に向かう国道370号（高野西街道）沿いの山あいに位置する古民家カフェ「フラワーガーデンARAKI カフェ ラ・マードレー」。一歩足を踏み入れれば、オーナー荒木さん自慢の約3,000坪のお庭が広がり、四季折々に咲く草花のガーデンを堪能しながらいよいよ入店です。店内は和風モダンな雰囲気で、座席・テーブル席・テラス席と広々としており、雑貨や陶芸品等も販売しています。メニューはヘルシーなものを中心に日替わりで提供し、地元食材にこだわった手作りランチ・スイーツを自然豊かな緑の景観とともに楽しむことができます。

お店のコンセプトは、一息つく場所、田舎と都会のコラボ、そして一番に〝日常から離れて、自分と向き合い自分を見つめ直す場所〟です。荒木さんは、花々に囲まれて癒され元気づけられる、そういったリフレッシュできる場所を求めて大阪から辿り着いたのがここ新城地区。荒れた広大な土地を整地するところから始め、様々な苦労を乗り越えながら現在オープンして約10年。まだまだグレードを上げていき、お客様に喜んでいただけるよう笑顔溢れるカフェを目指して奮闘中です。

【所在地・連絡先】
和歌山県伊都郡かつらぎ町新城（しんじょう）1035
☎0736−26−0088

【営業時間】10：00～18：00
※日没時間により終了時間の変更あり

【定 休 日】月・火曜日（祝日の場合は営業）
※12～3月末の期間は冬季休業

【アクセス】
- 車：国道24号線「笠田駅前」交差点から国道480号線を高野山方面へ。
  トンネル2つ目を出てすぐ右折し、国道370号線を海南方面へ約2分。
- バス：JR和歌山線笠田駅から、かつらぎコミュニティバス（新城・花園コース）で「上新城集会所前」下車
  ※「上新城集会所前」は、お店入口前のバス停です。
  ※電車・バスでお越しの場合は、バスの本数が少ないためホームページでご確認下さい。

職員紹介コーナー

紀州 数珠（じゅず）つなぎ

販売部直売課
フレッシュマート
小林（こばやし） 伯和（みちかず）

今年度から正職員として直売課のフレッシュマートに配属されました。まだまだ分からないことも多く、日々勉強しています。スタッフの人達と協力し、地域の皆様に愛される直売所を目指していきたいと思っています。ご要望等ありましたら、お気軽に声を掛けて下さい。

直売所出品者紹介

やっぱり、地元産！

塩屋町 西岡（にしおか） 晋平（しんぺい）さん

出品先
紀州花野果市

主な出品物
スターチス
小玉スイカ

花野果市オープンから出品しています。5～6月末まで小玉スイカを販売していました。10月頃からスターチスの出荷が始まるので、スターチスを販売する予定です。品質が良いものを選んで、皆様に喜んでいただけるように取り組んでいきますので、よろしくお願いします。

出品者募集中！
紀州花野果市利用会
問合せ先：営農指導課 ☎0739-72-3956（担当：中野）

山羊座 12/22～1/19
【全体運】飛躍のチャンスですが問題も多い吉凶混合運。注目されているので発言は慎重に。仕事への投資は吉と出ます
【健康運】腰痛の予防、改善など腰回りを中心にケアを
【幸運を呼ぶ食べ物】サンマ

各地域の伝説・豆知識 Vol.17

管内各地域の知られざる伝説や役に立つ豆知識を紹介!

冬瓜（とうがん）は夏野菜なのになぜ「冬」?

冬瓜（とうがん）の皮は熟すと分厚くなり、またキメが細かいので水分が失われにくいのが特徴です。そのため、丸のまま風通しの良い冷暗所に置いておくと2～3ヶ月は保存ができ、"冬までもつ"という意味から「冬」の漢字が使われたと云われています。また、冬瓜が熟した時に皮の表面に白い粉が付き、それが雪のように見えることから「冬」の文字が使われたという説もあります。

冬瓜は90%以上が水分でできています。また、カリウムが含まれているため、利尿作用によりむくみを取ってくれる効果が期待できる夏野菜です。夏バテによる食欲減退時も水分豊富な冬瓜なら食べやすいのでおススメです。

【取材】美浜支店　柏木啓希

頭の体操

クロスワードパズル

二重マスの文字をA～Dの順に並べてできる言葉はなあに？

出題●ニコリ

■ヨコのカギ

① 唱歌『虫のこえ』ではガチャガチャと鳴いています
② 写真を並べて入れたり、貼ったり
③ きつねうどんのメインの具
④ 厳しさの度合いを緩めること。規制――
⑥ すしに添えるショウガの酢漬け
⑨ 涼しくなると不快――も下がります
⑪ ぶどう酒の一つ。ブドウの実の皮を取り除いて造ります
⑬ 秋桜とも呼ばれる花
⑮ 郵便物に料金分を貼り付けます
⑰ イチかバチかの――に出た
⑲ うどんやそば、ビーフンなどのこと

■タテのカギ

② 俗に赤トンボと呼ばれるトンボ
⑤ ――半島は青森県北西部に位置します
⑦ ギターやバイオリンに張ります
⑧ 袋に「おてもと」と書かれている物もあります
⑩ ホークはタカ、イーグルは――
⑫ 謙遜して「せがれ」と言う人もいます
⑭ 算数の文章題を解くために立てることも
⑯ ギンナンは殻を割り、――をむいて使います
⑱ 猫は出したり引っ込めたりできます
⑳ 人体――を使って内臓の配置を学んだ
㉑ 流し台や食器などに使われるさびにくい合金

■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、

米（5kg）プレゼント!

●締切
8月31日(月)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
「モウショビ」でした

7月号応募数：131通

水瓶座 1/20～2/18
【全体運】上昇運に乗ってうれしいハプニングがありそう。迷っていることがあるならスタートを。好情報も入ってくる予感
【健康運】ネット動画を参考にダンスにトライ　【幸運を呼ぶ食べ物】リンゴ

9月のあなたの運勢★モナ・カサンドラ

ふれあいコーナー

今回は沢山いただいた川柳、俳句、短歌をご紹介します！

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！作品は、川柳・俳句・短歌の区別をご記入下さい。

俳句

病窓に　千変万化　雲の峰　（日高町　P.N　蒲公英）

いつあける　今年の梅雨は　ロングセラー　（藤田町　K・T）

夕河鹿　文庫本置く　無人駅　（印南町　P.N　酔芙蓉）

夕立ちや　故郷の匂ふ　靄の中　（御坊市　P.N　鈴乃）

川柳

立ち話　流しておこう　まず軽く　（塩屋町　P.N　凡骨堂）

叱られて　口ひげ哀し　言葉なく　（塩屋町　P.N　凡骨堂）

大向こう　唸らせ畳む　舞扇　（印南町　P.N　井蛙）

ふうと吐く　息のあちこち　夏の夕　（兵庫県　O・Y）

短歌

捲ぎたての　トマトにこにこ　笑ってる　おひさまのやう
手のひらずしり　（兵庫県　O・K）

表紙紹介

日高町荊木
渡辺　菜結ちゃん（9才）
紗由ちゃん（5才）

菜結ちゃんは、水泳と鉄棒が大好き。最近、ブレイブボードで様々なチャレンジをして楽しんでいます。妹のお世話をしてくれる優しいお姉ちゃんです。紗由ちゃんは、動物や虫など生き物が好きな女の子。お姉ちゃんと一緒にカタツムリとカブトムシを育てています。また、ママゴトやぬいぐるみがお気に入りでよく遊んでいます。

ご家族からのメッセージ

２人とも、あっという間に大きくなったね。これからもキャンプや釣り、公園などでいっぱい遊ぼうね。

編集後記

政府が推奨している「Go To トラベル キャンペーン」を利用している方はいらっしゃると思います。曖昧なままキャンペーンが始まったので、どうなるのか不安ですが、旅行でリフレッシュすることも大事です。しかし、新型コロナウイルスの感染が猛威を振るっているので、感染症対策を徹底して楽しんで下さい。

新型コロナウイルスだけではなく、各地で豪雨による浸水や川の氾濫で大きな被害に遭うニュースを拝見します。被害に遭われた皆様には謹んでお見舞い申し上げます。私たちが協力できること、皆様の力に少しでもなれるよう考えて参ります。

魚座 2/19～3/20
【全体運】抜き差しならない状況になりがち。問題が重なったときは頭の中の整理から。友人たちの意見を聞くのもお勧め
【健康運】鏡で姿勢やポーズを確認。運動効果がアップ　【幸運を呼ぶ食べ物】シメジ

JA紀州の

農産物レシピ！

元気はおいしい料理から！
地元の野菜などを使った
美味しくて笑顔になるメニューをご紹介♪

●レシピ提供
野菜ソムリエ プロ
吉野 健一 さん

PROFILE
平成28年1月まで神奈川県横浜市を拠点に活動。その後、和歌山県みなべ町に拠点を移し、食の普及活動などを行っている。

ゴーヤとツナのオーロラサラダ

材料（4人分）

- ゴーヤ……1本
- ツナ缶……90g
- 玉ねぎ……1/2個
- 人参……1/2本
- マヨネーズ……大さじ2
- ケチャップ……大さじ1/2
- いりごま……小さじ1

作り方

1

ゴーヤは縦半分に切り、スプーンでワタと種を取り除いた後に薄切りにする。

2

①をボウルに入れ、分量外の塩を小さじ1／2、砂糖を小さじ2ずつ入れて手もみし、10分程そのままにする。

3

人参は皮をむいていちょう切りに、玉ねぎは薄切りにし、5分茹でる。

4

②を5分茹でる。

5

③、④の水気をしっかり切り、ボウルに入れる。

6

⑤に油を切ったツナ缶、マヨネーズ、ケチャップ、軽く擦ったいりごまをボウルに入れて和える。

ソムリエポイント

- 独特の苦みがある熱帯アジア原産のゴーヤは好みの分かれる野菜のひとつ。この野菜の苦みは整腸作用があるといわれていますが、苦手な方は緑色が薄いものを選びましょう。
- ゴーヤに豊富に含まれるビタミンCや鉄分、カリウムは疲労回復効果や免疫力向上効果が大いに期待できます。
- ゴーヤの苦みを取る時、塩の他に砂糖もあわせて手もみすれば、苦みはより抑えられます。また、茹でた具材はしっかり水気を切ってから、食べる寸前にオーロラソースを和えましょう。

直売所紹介ページへ

VEGETABLE OIL INK この広報誌は、環境にやさしい一部植物油インクを使用しています。

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：https://ja-kisyuu.or.jp