

地域とともに未来へ「スクラム」

SCRUM

2022

11

No.241



JAおいらせ

広報誌



笑顔でスクラム 2

支え、支えられ、ともに育む農業

活動レポート 4

就農の傍らオペレーターとして活躍し、組合員の生産をサポートしている。木村 透さん（2～3 ページで紹介）



PROFILE

木村 透さん

(三沢市 塩釜地区)

45歳 実家を継ぎ31歳で就農。長い
も、ごぼう、人参、水稻を栽培。

JAおいらせ青年部三沢地区所属、ラジ
ヘリオペレーターや人参オペレーターと
しても活躍し、組合員の生産をサポートし
ている。

持てる力を出し合って

支え、支えられ、 ともに育む農業

木村さんは夫婦2人で農業を営んでいますが、繁忙期には人手が必要。
一方、人参オペレーターなどスキルを活かして
ほかの畑へサポートに入る機会も多く、
地域農業を支える人材の重要性を感じているようです。



青年部の仲間たちと様々な活動に取り組む



収穫間近のごぼうの様子を見る

「普段は夫婦で畑をやっていますが、忙しい時期に2人だけではさすがに厳しい。アルバイトを雇うなどしてまわっています」

家業を継いで農家となった木村さんは、同じく農家出身の奥様と2人で長いも、ごぼう、人参などを生産しています。JAから依頼される人参オペレーター、それが終われば自分のごぼうの収穫と、秋の収穫期は大忙し。さらに、地域の子どもたちが行う収穫体験でコンバインを操縦して現代の収穫作業を教えたり、消防団として避難訓練に参加するなど引つ張りだこの様子。

支え合う形の変化

今月のあなたの運勢★11月

牡牛座
4/20～5/20

【全体運】目まぐるしくいろいろなることが飛び込んできますが発展運。時間の許す限り頼まれ事は引き受けて。連絡は小まめに。
【健康運】健康は食から。野菜たっぷりのメニューが◎
【幸運の食べ物】柿

牡羊座
3/21～4/19

【全体運】上昇運です。少しずつ状況が整ってきますから、慌てず機を見ましょう。旅行やおけいご事の計画を立てると◎
【健康運】最近話題の健康法も試してみましょう。
【幸運の食べ物】ニンジン

取材した日は、木村さんは自分の田んぼの刈りとりが始まる前に、近隣農家へにんにく植え付けのサポートに入っていました。機械で植え付け、その上から土をかぶせる作業はある程度の人数が揃ってれば1日で効率よく進みます。機械化が進んでも細やかな作業は人の手が必要なことには変わりなく、しかしながら季節雇用で即戦力となるパート・アルバイトの確保も難しくなりつつある昨今。いずれは新しい体制を整えなければならないと木村さんは言います。

「同世代の仲間とも話していますが、家族だけの農業は限界がある。今は元氣な親世代も10年20年先までずっと仕事ができるわけではないですし。皆で固まって作業した方が効率が良いんです。」

「私自身、もう一軒の農家と組んでやっています」一軒では手が出ない高額な設備や機械の維持も、複数農家と組めば負担が少なく、互いの作業を助け合える、と木村さん。

交流から得る学び

作業機オペレーターとして各地に出向いたり、地域活動への参加など、頃から人とのつながりを大切にしている木村さん。自身の畑では土作りを大

切にしている、先輩農家のアドバイスを積極的に取り入れているそうです。

「土地によって環境が異なり、一人ひとりで作り方に違いがあります。塩釜地区の方々は面倒見が良くて、例えば土がかたいときはどうするか、土壌を健康な状態にするにはどうしたらいいかという悩みに、えん麦混ぜて微生物増やすといいよなんて教えてくれる。ペテランの深い知識には感心しきりです」

農業の魅力を感じるのは収穫時、少しずつ積み重ねてきた試行錯誤が土の中から形になって現れること。収穫前につぼ掘りて一部様子を見ますが、根

植付機に乗り込み
にんにくの植え付けを行う木村さん



菜は収穫するまで成果が見られないため、果樹や水稻などは異なる緊張感があります。

「天候、肥料、さまざまな要因で毎年結果が違ふんですよね、すぐ隣の畑でも違いが出る。今後は、長いもの植え付け間隔を狭めて、面積あたりの数を増やそうと考えています。」

作業効率も上がって作業員の負担も減らせますから」

現在はごぼうや長いものをメインに生産している木村さんですが、今後はにんにくの生産にも取り組みたい考えです。

収穫機のエペレーターとして
人参の収穫作業をサポート



子どもたちの収穫体験にコンバインを操縦

蟹座
6/22~7/22

【全体運】好調運です。あなたの存在が難しい問題を解決に導き感謝されそう。笑顔と誠意が幸運の鍵。華やかな場にツキ。
【健康運】心の健康が最優先。カラオケで気分転換を。
【幸運の食べ物】ホウレンソウ

双子座
5/21~6/21

【全体運】中旬までは計画的に動けます。仕事や学習の時間を詰め込んで。下旬は自由な時間を楽しみましょう。外出も吉。
【健康運】体力アップの好機。ハードなメニューもOK。
【幸運の食べ物】ホタテ



ごぼう目揃い会

JAおいらせやさい推進委員会三沢地区ごぼう部会は9月7日、三沢市谷地頭の野菜予冷庫でごぼうの目揃い会を開きました。

JA全農あおもりの担当者が販売状況と今後の見通しについて説明し、JA指導員がサンプルを並べて出荷基準について確認しました。また、選別時の異物混入には十分気を付けるよう注意を促しました。部会では今年度7,400トンの出荷を計画しています。



中学生が職場体験学習

8月31日～9月2日に三沢市立堀口中学校の3年生5人が、9月7日～9日に三沢市立第一中学校の3年生4人が谷地頭にあるJA 選果施設で職場体験学習を行い、選果された長いも、馬鈴薯が入った段ボールの荷積み作業を体験しました。生徒たちは「思ったよりも大変だった」と感想を述べ、流れてくる段ボールを規格ごとに丁寧に積み上げていました。



三沢市立第一中学校



三沢市立堀口中学校

女性部

六戸支部

ろくのへ大正琴の会

女性部六戸支部ではろくのへ大正琴の会を平成元年に設立し、毎月第1・3木曜日と第2木曜日(基礎コース)に活動をしています。大正琴は一般的に想像する琴とは違い、ピアノの様な鍵盤を左手で押さえて、右手のピックで弦を弾いて演奏します。また、琴本体の大きさと弦の本数でソプラノ、アルト、テナー、ベースの各パートに分かれており、それぞれ異なる音域を奏でます。「各パートに分かれているみんなの演奏が合った時がとっても素晴らしいの!」とみなさん楽しそうに練習に取り組んでいました。

大正琴は両手の指先を使って左右別の動作で演奏をするため、脳に心地よい刺激を与えて集中力が高まります。琴の会では初心者大歓迎です! 実際到大正琴に触れて体験することもできますので、お気軽に見学においでください。

お問合せは六戸支店指導課 佐藤 (0176-70-1170)まで。



それぞれ異なる音域を奏でる大正琴

JAおいらせではホームページのほかにInstagramやFacebookでも情報発信を行っています。ぜひチェックしてみてください。



<https://www.instagram.com/ja.oirase/>



<https://www.facebook.com/ja.oirase/>





かぼちゃ (南瓜)

今月は千葉です。



日本で流通しているかぼちゃは、日本かぼちゃ・西洋かぼちゃ・ペポかぼちゃの3つに大きく分かります。一番出回っているのが西洋かぼちゃになります。

かぼちゃは緑黄色野菜とエネルギー源、併せ持つすぐれもの

炭水化物が多く、エネルギーは可食部100gあたり西洋かぼちゃが91kcal、日本かぼちゃは49kcalで、野菜のなかでもカロリーは高めです。

エネルギー源は糖質で、葉物野菜の数倍にもなり、特に西洋かぼちゃは果物に匹敵するほどの糖質を含んでいます。さらにカロテンの含有量は4000 μ gと立派な緑黄色野菜です。カロテンは体内でビタミンAに変わります。ビタミンAは皮膚や粘膜を健

康に保ち、細菌への抵抗力をつけるなど健康に欠かせない栄養素です。

日本では昔から「冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかない」といわれるほど群を抜いた冬場の貴重な緑黄色野菜です。



かぼちゃのワタについて

かぼちゃを調理する際は、ワタをきれいに除いてから使うのが普通かと思えます。でも、このワタは胎座(たいざ)というもので、よくみると1つの種から1本の細い糸のようなものが出て、果肉とつながっています。これは種が果肉から栄養をもらって成長している証です。まるで人間の赤ちゃんがへその緒を通し

て胎盤とつながっているように見えます。

このように、ワタは種を育てる大切なものなので、かぼちゃ全体の中でも栄養価が高いのです。料理によりますが、なるべく捨てずに食べるというと思います。

JAおいらせ事業研修会について

日頃より、JA事業に特段のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、当JAでは、例年12月下旬に農業経営の向上を図り豊かな生活を実現するため、事業研修会を開催してまいりましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、一昨年、昨年と中止にさせて頂いております。

また、当JAにおいて事業研修会の在り方について様々な角度から検討を重ねてまいりましたが、新型コロナウイルスの影響により、今日まで各方面で変化が生じている事も考慮し、今後は開催を見送りさせていただき事と致しました。

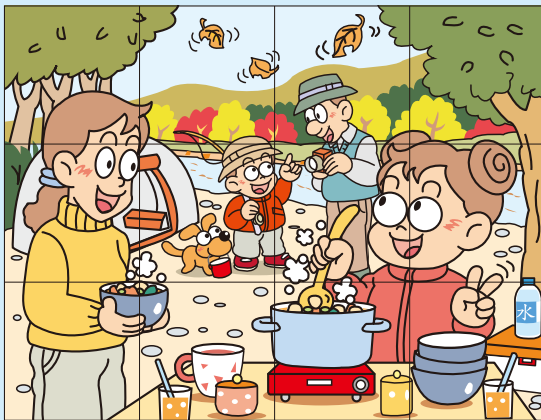
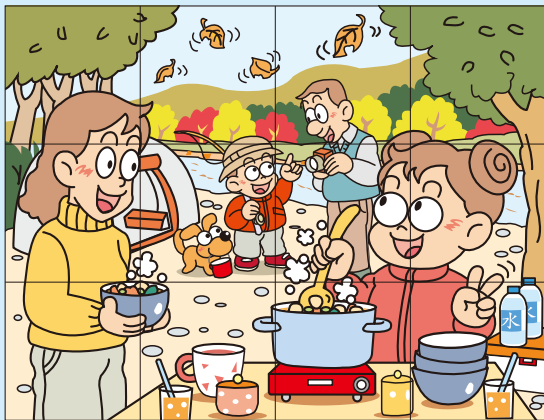
毎年楽しみにして頂いている皆様には誠に申し訳ございませんが、組合員の皆様の農業経営向上を図り、豊かな生活を実現するため、一層役職員一丸となって取り組んで参りますので、何卒ご理解を賜り、今後ともJA事業へのご協力を宜しくお願い申し上げます。

JAおいらせ座談会開催中止について

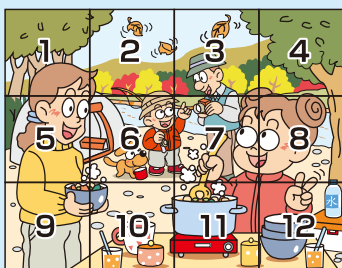
日頃より、JA事業に特段のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、例年12月上旬にJA事業の推進について組合員の皆様より座談会においてご意見ご要望を拝聴しているところですが、新型コロナウイルス感染状況を踏まえ、感染拡大防止の観点から、今年度の座談会は開催中止とさせていただき事と致します。

今回の対応につきまして、何卒ご理解を賜り、今後ともJA事業へのご協力を宜しくお願い致します。



出題・イラスト：酒井栄子

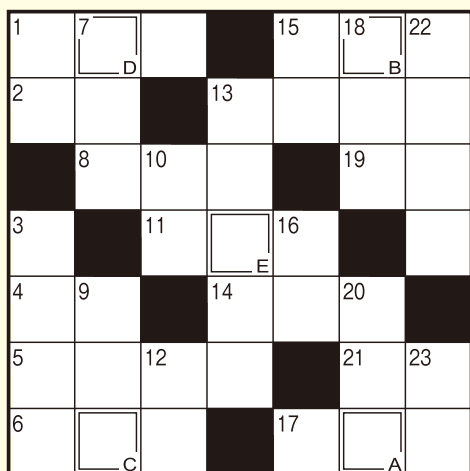


まちがいさがし?

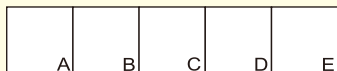
右のイラストには左のイラストと違う部分が5ヶ所あります。間違っている部分を左下の枠内の数字と何が間違っているかを探しましょう。

先月の答え

- 1. 柿が1個少ない
- 4. 煙の量が増えている
- 7. 串の先のトマトがない
- 10. ウインナーがかじられている
- 12. ジュースの果物(ラベル表示)が違う



答え



クロスワードクイズ

出題●ニコリ

二重マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?



ヨコのカギ

1. 11月3日は文化の日。——天皇の誕生日でもあります
2. 浅草寺の表参道入り口に立つ雷——
4. カップルが組むことも
5. 11月23日は——感謝の日。国民の祝日です
6. 不審に思う気持ち。——の念を抱く
8. 牛や馬に与える餌のこと
11. 眼科で視力——を受けた
13. マラソン選手に沿道から飛ぶことも
14. クラブを持ってコースを回ります
15. 兵庫県の——市は子午線のまちとして知られています
17. イースター島にある巨大な石像
19. 根拠のないうわさ話
21. 木々が空中に伸ばすもの



タテのカギ

1. 忘れないように取ります
3. とんぶり、この植物の実を加工したものです
7. マチュピチュは——帝国の遺跡です
9. 「もしもし」と出ます
10. 枯れ山水の庭には作りません
12. 壺が一、式が二なら、陸は
13. 王貞治選手は1、長嶋茂雄選手は3でした
15. 恋よりも深いものなのかも
16. 桃太郎の家来の一員
18. モミジとも呼ばれることもあります
20. 不公平ではありません
22. 今年収穫した米のこと
23. トラクターを数えるときに使う言葉



10月の答え=ドングリ

先月の正解者は16名でした。

◎ 今月のおたより ◎

『○○の秋』

▼読書の秋と言いたいのですが、近ごろ急に目が弱くなってしまい、なるべく休めるようにしています。集中して何時間も手芸とかしていたのでやはり年齢でしょうか？という訳で10月はウォーキングの秋にしようという一日一万歩目標です（早歩きで60分）

ところで2007年に主婦を生活社から出版されている『ゆずりはの詩』田中陽子さん著。感動の連続でした。又読んでみたいと考えています。 Sさん

▼食欲の秋ですね。きのこ、栗、さつまいもどれもおいしいです。旬のものでおいしいメニューをいっぱい載せてくださいわ。参考にしますよ！ Sさん

▼ドライブの秋。コロナ禍で行動制限してしまいましたが、気分転換も兼ねて紅葉や海を眺めながら自然の美に触れたいと思います。 Tさん

▼私の秋はきのこ、クリ、クルミ等山の恵みです。特にきのこは珍しい種類を親戚、知人にお裾分けして喜ばれています。 Tさん

▼私はやはり食欲の秋!!これからのいろいろな種類のりんごが出てくるのでとても楽しみです。 Sさん

▼食欲の秋。先日、北海道車中泊の旅に行き、北見で玉ねぎ、恵庭でじゃがいもを箱買いし

て車に積んで来ました。グラウンドペチカという品種のじゃがいも最高おいしいです。食欲の秋やばいですね。 ベックさん

▼やっぱり食欲の秋。おいしいのばかり。スイートポテトは絶品です。 Sさん

▼ごろ寝の秋ですね。とにかく体力保持にはごろ寝が一番だと私は思います。もちろん、食はしっかりと摂る。掃除、洗濯そして草取りはする。時間があれば朝寝、昼寝に夕寝するのみ。また、フルーツパラダイス、10月号は柿でしたわ。保存方法そして選び方など色々教えて頂きありがとうございます。保存ファイルに入れ何度も読んで勉強していますよ。 へばなくさん

▼私はファッションの秋です！ネットで服を買いたくしたので早く着倒してコーディネートを楽しむみたいです。 Sさん

▼孫と一緒に楽しんでやれるまちがいさがし、うれしいです。クロスワードや記事も楽しみにしています。 Sさん

▼親から事業継承特集、農業は利益面から考えると事業継承がしんどい分野です。その中で受け継ぎ、ドローン購入など最新機器を取り入れ、合理化・省力化農業を進める姿勢、とても頭が下がる思いと我々に美味しいものを供給してくれるありがたさを感じます。 駅弁さん

令和4年度「上北そば」新そばまつりの開催について

十和田市、三沢市及び上北郡で生産されたそば「上北そば」を提供する「上北そば認定店」と協力し、「上北そば」新そばまつりを開催いたします。まつり期間中は下記の協力店で、「上北そば」を100%使用した新そばを味わうことができます。この時期しか味わえない、各店こだわりの新そばを、ぜひご賞味ください。

- 開催期間 令和4年11月1日(火)～30日(水)
- 新そばまつり協力店(6店) (9月26日現在)
- そばCafe福(十和田市) ●道の駅とわだ(十和田市) ●そば屋さいとう(野辺地町)
- そば茶房といち(七戸町) ●松雪庵(七戸町) ●旬食「六旬館内」(六ヶ所村)

※今後、天候等の影響によりそばの収穫時期が遅れた場合、店舗によっては新そばの提供時期が遅れることもございますので、ご了承ください。

- お問合せ先 上北そば活用推進協議会事務局 TEL:0176-23-4281 (上北地域県民局地域農林水産部農業普及振興室内)



この「のぼり」が目印です!

「ごはんのお供といえは？」

次号のおたよりテーマ
新米の時期ですね。ほかほかの炊き立てご飯に何を合わせて食べますか？鮭もたらこも捨てがたいけど、筋子をのせて海苔でまくのがお気に入りです。

応募要項

応募締切日

11月7日(月)

※当日消印有効

正解者5名様に図書カードをプレゼント。翌月上旬にお届けします。皆様からの応募をお待ちしています。

記入事項

1. まちがいさがし、またはクロスワードの答え
2. おたよりテーマ/ご意見・ご感想
3. 住所・氏名・年齢

応募方法

〒033-0022 青森県三沢市三沢字堀口16-7
JA おいらせ 広報係
FAX.0176-54-4470
Eメール kikaku-soumu@ja-oirase.or.jp

※ご応募いただいた個人情報は、当選者へのプレゼント発送に利用させていただきます。また、お知らせいただいた身近な話題は「今月のおたより」コーナーに掲載させていただく場合があります。

編集後記

つい先日、三沢市のイベント「BBQジャンボリー」が終了しました。

なんとかお天気にも恵まれて一安心したところですよ。

ご来場いただきました皆さんありがとうございました。やっぱり焼き立ての串餅はおいしいですね。また食べたい!(た)

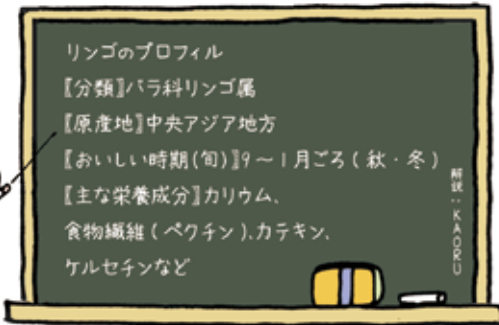


リンゴ

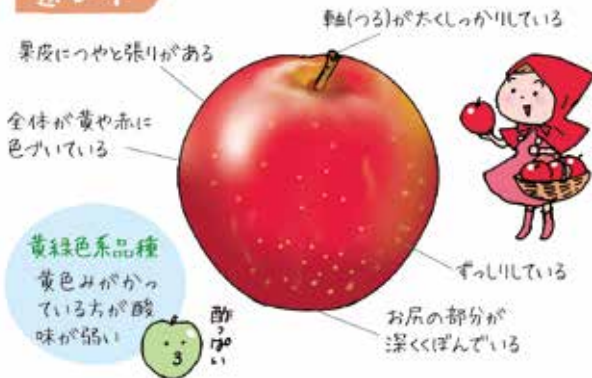
～医者いらずといわれる優れた健康効果～

リンゴのいろいろ

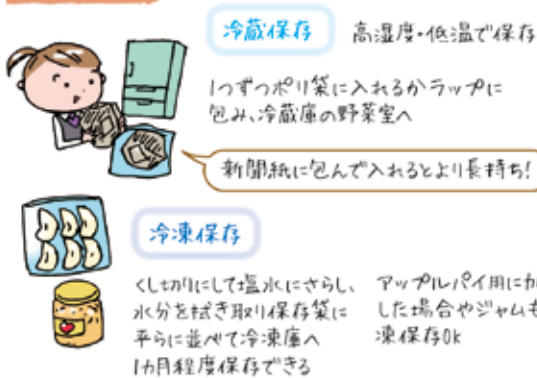
- ふじ**
日本でも世界でも、最も多く生産されているリンゴの王様の響が入りやすくジューシーで、甘味と酸味のバランスが良く、シャキシャキとした食感
- つがる**
日本では「ふじ」に次ぐ生産量の果汁が多く、優しい甘さで酸味は少ない
- 紅玉**
製菓や料理用の定番の濃い紅色で大きさは小ぶりの強い酸味と爽やかな香りが特徴
- シナスイート**
ジューシーで酸味が少なく甘味が強いのサクサクとした食感
- ジョナゴールド**
米国生まれの品種の甘味と酸味のバランスが良く、生食やジュースなどの加工用として人気
- 王林**
果肉はやや堅めで、果汁が豊富の酸味がほぼなく、甘味と芳醇(ほうじゅん)な香りが強い
- シナゴールド**
香り豊かで果汁も豊富のしっかりした甘味の中に爽やかな酸味があり、パリパリとした食感が特徴
- 姫りんご**
ピンポン玉サイズのかわいい見た目の果肉はやや堅めの甘味と酸味が強く、製菓用や観賞用として人気



選び方



保存方法



リンゴのチカラ



楽しみ方・食べ方のコツ



リンゴのヒミツ

