地域とともに未来へ「スクラム」

# SCRUM

2023 **O** No.251

•<u>//</u> JAおいらせ 広報誌







## かぼちゃ収穫適期を確認

やさい推進委員会予冷野菜部会六戸地区は、7月21日、六戸支店でかぼちゃ収穫適期目揃い会を開きました。生産者は、それぞれの畑から収穫したかぼちゃを持ち寄り、断面の色や、糖度を計測し収穫適期、出荷基準の確認をしました。

株式会社渡辺採種場の長屋剛課長補佐とJA全農あおもりの担当者からは、出荷基準や収穫後の管理方法についての説明があり、今年は、日照時間が足りないことや、降雨の影響で糖度が上がりづらくなっていることにも触れ、糖度 11 %を目指すよう呼びかけました。特に、収穫後の管理については、防腐のため風乾の徹底と、日焼け防止のため必ず遮光するよう注意を促しました。

生産者は、それぞれの畑から収穫したかぼちゃの現段階の糖度を踏まえて、収穫時期の目安についての質問をし、収穫適期について理解を深めました。









## 今後の管理徹底を 長いも現地講習会

やさい推進委員会長いも部会六戸地区は、7月14日、六戸町折茂にある竹内伸也部会長の圃場で、長いも現地講習会を開きました。上北地域農業普及振興室三沢分室の松本佑紀主査が、追肥方法や病害虫防除に関する今後の管理について説明しました。

追肥方法については、普通栽培、早植栽培に分けて施肥量及び窒素成分量や追肥時期の目安を説明しました。病害虫防除については、植付けから萌芽期、主つる伸長期、茎葉繁茂期、最大茎葉繁茂期の4つの時期に分けてそれぞれの状況に合った防除を呼びかけました。

今後も野菜産地として維持、発展していくために、緑肥導入による産地力向上も併せて呼びかけました。また、ヤンマーアグリジャパン株式会社東北支社の担当者からは、農作業事故が多発していることを踏まえ、農作業中に起こりうる事故防止を呼びかけると共に、機械の正しい使い方を今一度確認するよう注意を促しました。





今月のあなたの運勢 ★9月



## 物価高騰等による農協経営への影響に係る ヒアリングを実施

JAおいらせは7月28日、青森県農林水産部団体経営改善課から物価高騰等による農協経営への影響について、信用事業、共済事業、購買 事業、利用事業、販売事業、その他事業の6事業に分けて、ヒアリングを受けました。中屋敷組合長からは、「農家組合員の経営はひっ迫している、 農業生産の安定に繋がる施策の継続と、2024年問題に向けた対策について、県としても取り組んでいただきたい」と要望しました。

このヒアリングは、JA等を対象に行っており、各団体の喫緊の課題となっている事項を取りまとめ、今後の対策について検討することとし ています。







## 産廃物の適切処理に協力

JAおいらせ六戸支店は、8月3、4日の2日間、六戸町のJA七百低温倉庫 敷地内でマルチやハウス用のビニール、肥料袋、苗箱などの農業用使用済みポリ・ ビニール等を回収しました。農業用使用済みポリ・ビニールは産業廃棄物とな るため、処分の際に適切な処理を行い、環境負荷軽減を図る必要があります。

回収には、六戸町農政課職員、支店指導課職員、産業廃棄物中間処理業者が 立ち会い、組合員が回収専用のポリ袋に詰め込んだ使用済みポリ等をトラック で持ち込んで、数の確認や計量を行い処理しました。また、使用済みビニール については、リサイクルが可能なため汚れなどがひどい部分を取り除きポリと は分けて回収しました。

今回の回収結果は、ポリ1,122袋、ビニール67袋、苗箱等675kg、処理 件数は全体で103件でした。JAでは、毎年6·8·10月に2日間回収を行って おり、同時に廃プラスチック等の適正処理推進や啓発活動への取組も続けてい きます。



【幸運の食べ物】タイ

双子座

5/21~6/21

# 女性部

### 三沢支部

## 串もち販売



女性部三沢支部は、7月23日、本店駐車場で串も ちの販売をしました。

地域の方々や子育て世代へ、地域に伝わる食文化に理解を深めてもらうとともにJA女性部の活動を知ってもらうことを目的とした今回の串もち販売は大盛況で、地域の方からも「楽しみにしていた」と喜んでいただけました。また、部員の野菜や女性部で勉強中の生米食パンもお試し販売し、大変好評でした。







## やまびこ会が福祉施設に タオル寄贈

助け合い組織やまびこ会は7月4日に、六戸町社会福祉 法人メープルへ、やまびこ会会員21名から集めたタオル 54枚を寄付しました。

やまびこ会では2か月に一度、同施設を訪問し、衣類のほころび縫いや、書道教室などのボランティア活動を行ってきました。コロナ禍で活動が厳しくなってからは、それに代わる活動として、タオルの寄贈を行っており、会員にタオルの寄付を呼びかけ、集まったタオルを吉田はるよ会長と山本ヒデ副会長が佐藤将広施設長に渡しました。



「今回でタオルの寄付が4回目となりますが、いまだに現状の活動ができない厳しい状況にあります。一日も早く今まで通りの活動ができますよう願うばかりです。会員から集めたタオルをどうぞお役立てください。」





## 肩痛は早期受診を!!!

JA全農あおもりは、弘前大学が行う肩腱板損傷(かたけんばんそんしょう)のMRI研究を支援しています。

肩腱板損傷は、超音波装置による研究では全国で950万から1500万人と推定されており、肩を上げての農作業が多いリンゴ生産者をはじめとする農業従事者が罹患しやすく、放置していると治療が困難となることから早期治療が必要とされています。

この研究に際して、6月5日から18日の2週間で弘前市の岩木健康増進プロジェクト内検診において、筋組織の萎縮、関節軟骨の変形といった肩関節全体の観察を行えるMRI検査を約370人に実施しました。同大学は2024年3月ごろまでに、肩腱板損傷の有病率を算出し、疾患関連因子(年齢・性別・職業・喫煙・飲酒など)との分析を行う予定です。

全農あおもりでは、今後研究結果を情報発信し、生産者の認知向上と早期受診による営農継続に向けた取り組みを進めていきます。





# そら豆

今月は山本です。

ホクホクとした食感と甘みが美味しいそら豆。 たんぱく質やビタミンなど栄養バランスに優れた野菜



## そら豆のかき揚げ

## [材料] 3人分

#### [作り方]

- 1 玉ねぎと人参をせん切りにする。
- ② あげらく天を水でとく。そら豆と①を 入れて油で揚げる。
- 3 揚がったら塩をふりかけてできあがり。

#### オススメポイント

人参の他に、かぼちゃ・さつま芋に 変えても彩がきれいでおいしいですよ







出題・イラスト:酒井栄子

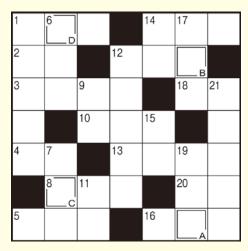


## まちがいさがし?

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

3. 建物がなくなっている 5. 犬の耳の形が違う 7. 顔に付いた種の数が多い 10. スイカのかじられた跡が違う 12. 箱の中のスイカが多い







先月の正解者は15名でした。

# 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?



- 1 十五夜に飾る植物
- 2 帰り道のこと
- 3 葉はコアラの餌になります
- 4 2の3―は6
- 5 必要以上に子どもを甘やかすこと
- 8 羹(あつもの)に懲りて――を吹く
- 10 発車――の新幹線になんとか乗り込んだ
- 12 奈良や和歌山がある地域
- 13 漢字で書くと竜胆。青紫色の花を咲かせます
- 14 台風---、よく晴れたね
- 16 吉永小百合さんの場合はサユリスト
- 18 ml、mgの「m」
- 20 お金を借りると付くことも



- 1 ボンベを担いで――ダイビングを楽しんだ
- 6 アンダー―の左腕投手
- 7 収穫期の田んぼで金色に輝きます
- 9 陶磁器はこの中で焼き上げられます
- 11 ――に敬老の日のプレゼントをもらった
- 12 「ギィー、チョン」と鳴く虫
- 14 陽 (よう) の反対語
- 15 汁物をよそう食器の1つ
- 17 十五夜に楽しむもの
- 19 ピラフにホワイトソースをかけて焼いたもの

【幸運の食べ物】リンゴ

21 父と母のこと

## $\bigcirc$ 今 月 **の** お た ょ ŋ

#### -夏 ഗ に 思 し た い 出 い Z ع

挑戦しました。青森の短い夏には、 したが、ふんわりと風に揺られ高い空から眺 ラグライダーをしました。 める大自然は最高!!今年はラフティングに ・昨年の夏、 ▼バーベキューをしたり、海に行きたいです。 約60歳代の夫婦で、 飛行時間は数分で 自然を満 初めてパ Tさん

ダイエットも継続します! を着て友達と遊びに行きたいです。もちろん ▼夏のファッションが大好きなので好きな服 わんこもちさん

コンの効いた部屋でのんびり…が一番になっ を張り切って見に行ったものです。 婚の頃は 婚30周年を迎えた私たち夫婦、 てしまいました。 ▶夏の思い出と言えば花火大会です。 この辺で行われる全ての花火大会 結婚前~新 ベックさん 今はエア

▼クロスワード楽しかった。

決めていませんが、 ▼青森市に住む孫の希望で、 をしたいと思っています。 今から楽しみです!! 緒に どこに行くか 「食べ歩

としてありました。 しんとみそを持ってこい。 ▼小学校6年生の時、 担任の先生が「みがきに 岩木山登山が学年行事 疲れた時にはいい

> あったもののやっと頂上にたどり着いた時 みがきにしんは、 は 上では食べましたよ。 涙が出ました。 と話してくれました。 大好きですよ。 良い思い出です。 生臭かったなぁ。 夏なのに雪は もちろん頂 今でも、 Sさん (笑)

運行…。 には陸の花火に…山車 ることを期待しています。 ▼夏の思い出は青森市のねぶた祭り。 た衣装で見たんですよ。 壮大で、 とても綺麗なのです。 (だし) 今年こそぜひ行われ を積んだ海上 鈴之助さん 最終日 ねぶ

う!孫が来たら作ってあげたいです ▼とろぷる桃ゼリーとみるくプリンお Tさん いしそ

▼いつも楽しく拝見しています たろやんさん

▶今年から畑をはじめました。 いちごの植え替えとか忙しくなります。 花の手入れや Sさん

ても印象に残りました。 されているかを理解しておりません。 ▼特集の 畑で穫れたにんじんがどのように選別 「にんじん選果場へ潜入」 なぜなら、 我々消費 記事がと 今回、

お秋

い

食

ベ

物

に い

次号のおたよりテーマ

えてください

食欲の秋ということで、

秋においしい食べ物を教

者は、

紹

Aさん

本店 共済課 まつはし りくし 松橋 陸志

今年度から共済課の窓口担当 になりました。早く業務を覚え て皆様のお役に立てるようにな りたいと思っております。よろ しくお願い致します。

住所・氏名・年齢



す にんじん以外の選果場の案内も期待していま 勉強になり良い時間を過ごせました。 この点を写真入りで細かく案内してもらい、 料理レシピが良かったです。 夏まつりさん 今後も

まー さん

# 編集後記

今年の夏は、本当に暑い日が続きま したね~

皆さんは夏バテとかで体調崩しませ んでしたか?何事も無理はしない様 に過ごしましょう! (み)

〒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

1. まちがいさがし、またはクロスワードの答え

おたよりテーマ/ご意見・ご感想

※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。

## 応募方法

記入事項

2.

3.

Eメール kikaku-soumu@ja-oirase.or.jp

#### 訂正

SCRUM8月号の記載内容に誤りがござ いました。お詫びして訂正いたします。

P6) ハロウィンに向けカボチャ定植

- (誤) 女性部六戸支部
- (正) 女性部三沢支部

## 応募要項

#### 応募締切日 9月8日(金)

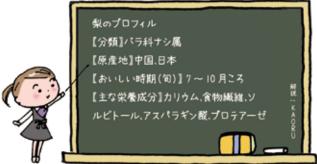
※当日消印有効

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。

皆様からのご応募をお 待ちしています。

【幸運の食べ物】オクラ









便秘予防やせき止め

解熱効果も







タンパク質分解酵素 消化促進に









## 楽しみ方・食べ方のコツ

#### 冷やし過ぎると甘味を感じにくい

食べる1~2時間前に冷暗所から冷蔵庫に移す



おい甘さを楽しむには?

皮を薄くむき、芯は少し大きめにもカリカスる \*\*い お尻側と皮の近くが甘く、芯の近くは酸味が強い

#### お肉と相性+抜群!

肉を軟らかくする効果がっすりおろしを焼き肉 のたれに混ぜた小煮込み料理に 消化を助けるため、食後のデザートにも



#### ~夏バテ予防や疲労回復に~

#### 梨のいろいろ

#### 水季

日本の生産量の約4 割を占める代表品 種のシャリシャリとした食怒のしっ かりとした甘味、爽やかな酸味 と香りが魅力

#### 北豊

幸水と並び生産量 が多い品種の果肉 は柔らかめで、甘味と酸味のバ ランスが良い

#### 小体

長野県で生産量が 多いの酸味が少な く濃厚な甘味を楽しめるの柔ら かめでサクサクとした歯触りが 特徴の大きめで日持ちも良く贈 答用にも

#### 新高

大きなものでは14 になる大玉品種の 濃厚な甘さと香りで"風味豊かの 梨の王様とも呼ばれるo大きいも のほど高品質、高糖度

#### あきづき

新高×豊水に季水 を掛け合わせた優 良品種の酸味が少ない糖度 の高さが魅力の果肉は緻密で 柔らかく、シャリシャリとした食慾

大きなものでは2kg にもなる超大玉品 種の柔らかな食感 で熟すにつれて甘味が増す

#### 新甘泉(しんかんせん)

2008年生まれの鳥取県 で栽培される希少品 種の芳醇で"強い甘味、特有の シャリシャリした食感が魅力

#### 二十世紀

明治期に千葉県で 発見され、鳥取県な どで生産の程良い酸味ですっき りとした味わいな「ゴールドニナ 世紀」は、二十世紀を改良した 病気に強い品種

#### 保存方法

購入後、すぐに食べる場合は 冷暗所で保存し 食べる前に冷蔵庫で冷やす

#### 冷蔵保存



気温が高い時 期の保存に

新聞紙かラップに包 み、保存袋などに入れ 野菜室へ

#### 冷凍保存

#### 長期保存に

シャリシャリとした食慾が損 なわれるためそのまま食べる のには不向き

ピューレは保存袋 に平らにならすか、 製氷皿に入れる





塩水などにくぐらせ変色 を防ぎ、保存袋か食品 保存容器に入れる

スムージーやコンポートに するのがお着りめ!

#### 型のビミツ

#### 歷史

#### 称生時代發期

すでに野生種のヤマナシを食べていた。 静岡県の登8遺跡で種が出土

持続天皇が飢饉(ききん)か ら人々を救う作物として栽培

#### 石細胞

食物繊維によって細 胞を包む壁が固くなっ た細胞

シャリシャリとした食感 σŧε











行 〒033-0022 青森県三沢市大字三沢字堀口16-7

編 集 JAおいらせ **6**0176-54-2211 HP http://www.ja-oirase.or.jp/

発行日 2023年9月

