

ふれあいの輪、さらに広がります

ほのか11

2021

No.626

HONOKA

JAあまるめ



特集 JAあまるめ収穫感謝祭 開催



イラスト：小林裕美子

タアサイ

～栄養満点！中国生まれの冬の青菜～

タアサイのプロフィール

【分類】アブラナ科アブラナ属

【原産地】中国

【おいしい時期(旬)】冬(12～2月ごろ)

【主な栄養成分】β-カロテン、ビタミンC・K、カリウム、カルシウムなど

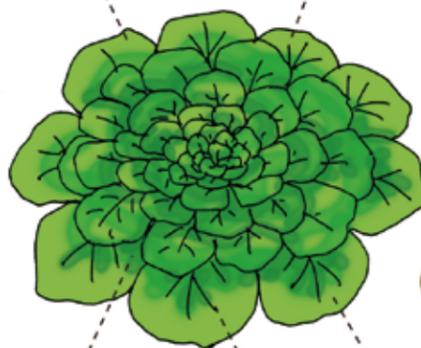
監修：KAORU

選び方

全体に張りつやがある

茎がみずみずしくしっかりしているものが新鮮

細かいしおが多い方が甘いよ



葉が濃く鮮やかな緑色、葉が肉厚

葉が広がっていて大きい、葉脈がはっきりしている



タアサイのチカラ

β-カロテン

体内でビタミンAに変わり、皮膚や粘膜を保護。老化予防や美肌にも効果的。強い抗酸化作用があり、免疫アップ、生活習慣病予防に効果が期待できる。β-カロテンとの相乗効果で、冬の風邪予防や肌荒れにも効果的。

カリウム

骨や歯を強化し、健康維持に役立つ。骨粗しょう症予防にも効果的。

カリウム

余分な塩分を体外に排出する作用。むくみの解消、高血圧予防に効果が期待できる。

効果的な調理法

β-カロテンは脂溶性ビタミンで、油と一緒に摂取することで吸収率が高まる。β-カロテンやミネラル類は熱に弱いので、さっと炒めるなど加熱時間を少なくするのがコツ。

保存方法

冷蔵保存

様子を見ながら早めに使い切る



冷凍保存

ゆでるか炒めて、一度火を通す。ラップに小分けして冷凍用保存袋に1か月ほど保存OK。

ミソ汁

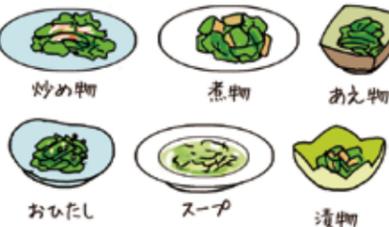
食感が損なわれないよう、凍ったまま鍋やフライパンに入れて調理するのがポイント。

野菜室に立てて保存。乾燥を防ぐため新聞紙などに包んでポリ袋に入れる。根元を濡らせたペーパータオルで覆うとより長持ちする。

長期保存。塩漬けもおいしい！

楽しみ方・食べ方のコツ

和洋中幅広く料理に



炒め物

煮物

あえ物

おひたし

スープ

漬物

下ゆで不要で時短調理♪

おいしく栄養価アップ!

豚肉や牛肉、エビ、卵、油など



小松菜やチンゲンサイの代わりに癖がなくシャキシャキとして甘味がある。火の通りが早く煮崩れにくい。

花芽は、ナバナと同じような食べ方がおいしい。おひたしがお薦め。

タアサイのじみツ

アブラナ科。菜の花と似た花芽を付ける。花芽の旬は2～3月。



中国語読み ターツァイ

和名(別名) 如月菜(キサラヤナ)

ハクサイやチンゲンサイの仲間。不結球タイプ。



日本で栽培。タアサイの変異種「ちびみ雪菜」(宮城)。

小松菜やホウレンソウにタアサイを掛け合わせたもの。



縮み



ホウレンソウ 縮み小松菜

豊穣の秋を地域の皆さんと共に



▲お買い得品を多数取り揃え!



▲今年も多くのお客様からのご利用ありがとうございました。



▲毎年大好評の紅白もちも完売となりました。



▲ガソリン10円引きで朝から大盛況!

J Aあまるめ収穫感謝祭

10月17日、JAあまるめ収穫感謝祭をAコープあまるめ生活館、資料館、農機自然部を会場に開催しました。
新型コロナウイルスの影響からイベント等は自粛致しましたが、今年も多くのお客様からご利用いただき、ありがとうございます。皆様にご利用いただいた「のし紙」についていた抽選番号は確認していただきましたか?
来年こそは、もちつきなど皆でワイワイ楽しめるイベントができることを期待しています。

紅白もちWチャンス! 当選番
0111 0049 0178 0101 0136 0175 0204 0233 0272 0311
0342 0373 0435 0464 0491 0528 0559 0590 0611 0642
0673 0704 0735 0764 0828 0859 0890 0920 0949 0978
1001 1036 1065 1094 1123 1152 1181 1220 1249 1278
1301 1336 1365 1394 1423 1452 1481 1512 1545 1600
▲紅白もち抽選Wチャンス!
お持ち帰り
お持ち帰り



▲「PFダブルスノー」



▲「プリマイエロー」

10月9日、三川町菜の花ホールで「やまがたフラワーフェスティバル2021」が開催されました。
このフェスティバルは山形県産花きPRのために行われている山形県最大の花のイベントです。今年も県全域から284点が出品されました。
その中で当JA花き部会会長の工藤豊章さん(長畑)のトルコギキョウ「プリマイエロー」が東北農政局長賞、「PFダブルスノー」が東京フラワーポート社長賞と2点が上位14点に選出され、金賞を受賞しました。

工藤豊章さんが2種で金賞受賞の快挙!
やまがたフラワーフェスティバル2021

ほのか 目次

話題&タイムリー	2	フォト&トピックス	6
今月の表紙「えがお」	2	チャレンジ家庭菜園/理事会だより	7
ズームアップニュース	3	ほのかほいす/10月号当選者正解	8
第33回森屋翁顕彰祭	4	シェフ永井のおすすめ	8
女性部「土の子グループ活動」	4	ニュース&ニュース	9
JAあまるめゴルフコンペ	5	ベジタブルライフ	10
JAカードキャンペーン	5		

◎お子さんの「えがお」、家族みんなの「えがお」を紹介いたします。

お父さん、お母さんから一言
心身ともにたくましく、感謝を忘れない子。偶然にも2人の誕生日は6月9日! 大きくなっしも祝い合おう! ほいほい。

今月の表紙
えがお

良食味米のルーツを作った偉業を称え 第33回 森屋翁顕彰祭

10月26日、庄内町廿六木集落公民館で森屋翁顕彰祭が執り行われました。

顕彰祭には森屋家当主である森屋組合長、実行委員長の富樫庄内町長、鈴木廿六木自治会長など約30人が参加し、先人の功績を称えましました。

「森多早生」はコシヒカリやササニシキなどを生み出した「農林一号」という品種の母体となったお米で、森屋組合長の祖父である森屋多郎左衛門翁が約百十年前に育成した品種です。現在も廿六木集落で生産され、Aコープあまるめ生活館で販売されています。

森屋組合長は挨拶で祖父との思い出を語り、「これからも地域の農業に寄与できるように努めたい」と話しました。



▲挨拶する森屋組合長



▲先人の功績を称える神事の様子

ナイスショット連発!! JAあまるめゴルフコンペ

10月27日、庄内町立川の庄内ゴルフ倶楽部で第15回JAあまるめゴルフコンペが開催されました。当日は小雨がぱらつき、少し肌寒い天候となりましたが、参加した38名は和気あいあいとした雰囲気でした。

日頃の練習の成果を出し合い、接戦となった第15回JAコンペを制したのは渡會誠さん（千河原）、初優勝となりました。おめでとうございます。

その後の懇親会でも皆さん今日のプレーを振り返りながら、親睦を深めました。

上位入賞者については次の通りです。



▲爽快スイング!



▲優勝トロフィーを受け取る渡會誠さん（左）

第15回 ゴルフコンペ上位入賞者

- 優勝 渡會 誠(千河原)
- 2位 佐藤 繁(中堀野)
- 3位 阿部 正雄(榎 島)
- 4位 渡部 晃(上堀野)
- 5位 佐藤 剛(田 谷)
- ベストグロス 本間 淳(廿六木)

サツマイモ収穫

女性部「土の子グループ活動」

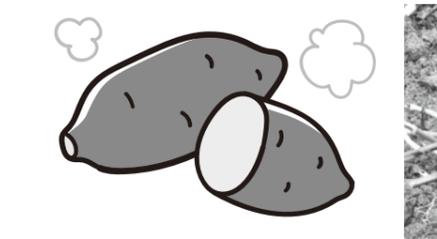
10月26日、JAあまるめ女性部のグループの一つ「土の子グループ」が6月に定植したサツマイモの収穫を行いました。このグループは畑で作物を共同栽培、共同で産直などに出荷することを目的に女性部長の今井ちや子さん（南口）が中心となり活動しています。

当日は小雨の降る中での収穫となりましたが、5人で作業を勧め約2時間ですべてのサツマイモを収穫することができました。



▲んっ! 大物の予感!

今井さんは「保存がうまくいけば、生活館で焼き芋や加工して干し芋などにして販売したい」と話してくれました。サツマイモは熟成させるのに約一か月かかるので、販売は12月ごろを見込んでいます。生活館に並んだらぜひ食べてみてください。



▲収穫に参加した女性部の皆さん

JAカード 新規ご契約者様 プレゼントキャンペーン!!

《2021年11月1日～
2022年2月28日》

【プレゼント内容】

- JAあまるめ生活館商品券
(1,000円分)
- ちよりすバスタオル



※JAカードはクレジットカードです

お問い合わせはJAあまるめ信用共済部 信用係 ☎45-1501 へ

理事会だより

◎令和3年度 上半期決算について (単位:千円)

科目	本年実績	前年実績	前年との比較
事業総利益	327,408	306,347	21,061
事業管理費	347,546	353,837	-6,291
事業外収入	26,622	31,516	-4,894
経常利益	6,380	-20,042	26,422
特別損失	0	1,898	-1,898
当期剰余金	6,380	-21,940	28,320

報告事項

- (1) 組合員の加入脱退について
- (2) 各種委員会の報告事項について
- (3) 介護予防事業報告について
- (4) 外部確認実施要領の設定について
- (5) 実地棚卸立会要領の設定について
- (6) 令和4年度職員募集について
- (7) 事務ミス等発生状況について
- (8) 自主検査の実施・改善状況報告書について
- (9) 反社会勢力との取引排除にかかる対状況の報告について
- (10) 健康保険組合の調査報告について
- (11) 農協冠婚葬祭割賦購買事業要領の廃止について
- (12) 固定資産の取得について
- (13) 大口貸付の状況について
- (14) 余裕金の運用状況について
- (15) 貸出・債務保証事務取扱要領の一部変更について
- (16) 信用事業取扱手数料要領の一部変更について

9月末の実績

	実績	計画比	前年比	
正組合員	969名		99%	
販売取扱高	農産物	668,092千円	99.4%	93%
	畜産物	184,724千円	104.3%	95%
	計	852,816千円	100.4%	93%
購買取扱高	農産	205,611千円	108.7%	110%
	畜産	24,898千円	95.2%	123%
	店舗	383,974千円	109.4%	111%
	農機自燃	316,776千円	133.1%	138%
	計	931,259千円	115.8%	119%
加工事業	141,653千円	94.7%	99%	
貯金高	11,085,612千円	101.9%	104%	
貸出金	2,716,770千円	110.7%	107%	
長期共済(保障)	1,438,940千円	69.2%	92%	



畑仕事に便利な農具 快適で楽しい作業をするために

農具はかつての「村の鍛冶屋さん」が、農作業の用途や土質に適した形に作り上げた道具です。そのため地域によって形状がさまざま。そろえておきたい代表的な農具を紹介します。

【土起こし作業】(図1)

荒れた畑は土が固く締まり、草の根がはびこっています。このような畑を起すには、備中鍬(ぐわ)か唐鍬(ぐわ)を使います。備中鍬は3、4本の爪に分かれ、粘土質の畑でも土離れの良い刃型で、芋の掘り起こしにも重宝します。唐鍬は1枚の細身で肉厚の刃で、頑丈なので荒起こしに向きます。

スコップは土を運ぶ、穴を掘る、堆肥・肥料を土と混ぜるなどに使い、先のとがった剣先スコップは穴掘り作業に、先が平らな角スコップは運ぶ、混ぜる作業に適しています。

【畝立て作業】(図2)

平鍬(ぐわ)は1枚の刃が付き、耕す、整地をする、溝を掘る、畝を立てる、土寄せするなどほとんどの作業がこれ1本でできます。平鍬の背側や側面を使って、整地作業もできます。長さや重さが体や体力などに合った物を選びましょう。農具を一つ選ぶとすれば、万能の平鍬です。また、効率良く整地作業をするには、熊手のようなレーキを使います。土中の雑草の根なども除去できます。最後に、畝をきれいに仕上げるには、板切れ(端材)を使い、表面をならします。

【除草、土寄せ作業】(図3)

草刈りには、片手鍬(ぐわ)、ホーとも呼ばれる半月形や三角形の軽量の鍬があります。柄が長く立ち姿勢で作業ができる三角鍬(ぐわ)は、土寄せ、溝切りにも使えます。

草刈りには平鎌を使います。伸びてきた草を片手でつかみ、鎌先を地際から手前に引いて切断します。のこぎり鎌は、堅い草を刈るのに向いています。

園芸研究家●成松次郎

図1 土起こし作業



図2 畝立て作業

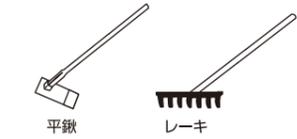
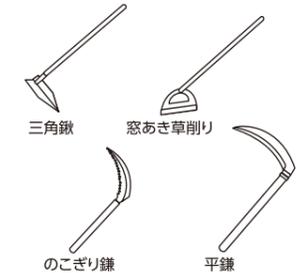


図3 除草、土寄せ作業



赤かぶ収穫最盛期!

10月下旬、管内では8月に播種した赤かぶの収穫最盛期を迎えています。天候不順で播種が遅れたり心配されましたが、今年は生育も順調で、品質、収量ともに期待できそうです。

赤かぶの作付面積は管内全体で約7㍍、収穫は11月下旬まで続き、収量は約100トを見込んでいます。



▲これから寒くなりますので防寒対策をしながら作業頑張ってください。

秋の交通安全！ しっかりハンドル“おにぎり”作戦

9月30日、庄内町廻館で秋の交通安全、しっかりハンドル“おにぎり”作戦が今年も行われ、当JAからも新米はえぬきのおにぎりが提供されました。

秋は日が暮れるのも早くなり、夕暮れ時の事故が多くなるといわれています。早めのライト点灯を心掛け、しっかりハンドルをにぎり、交通事故に気をつけましょう。



▲運転手も歩行者も秋の交通安全!

花き部会ストック目揃え会

10月18日、JAあまらめ花き部会が当JA集出荷場でストック目揃え会を行いました。

目揃え会では工藤豊章部会長(長畑)が出荷の際の調整方法や花の管理を説明し、部会員全員で出荷のポイントを確認しました。

スタンダードストック、スプレースtock合わせて来年の3月まで約13万本の出荷を見込んでいます。



▲出荷のポイントを説明する工藤部会長

月山牧場下牧式

10月29日、鶴岡市羽黒の月山高原牧場で下牧式が行われ、庄内全域に108頭の和牛、乳牛が約半年間の放牧を終え下牧しました。

栄養たっぷりの牧草をお腹いっぱい食べ、一回り大きく成長した牛達は、これから牛舎に帰って出産の準備をします。元気な子牛を産んで来年また牧場に帰ってきてほしいですね。



▲来年また牧場へ帰ってきてね



給油所営業時間変更のお知らせ

日頃より「ユーロードあまるめ」をご利用いただき誠にありがとうございます。
冬期間の営業時間について、下記のとおり変更いたしますので
宜しくお申し上げます。

冬期間営業時間(12月1日~2月28日)

開店時間 午前 7 時 30 分
閉店時間 午後 6 時 30 分

※3月からは現在の営業時間に変更します。

※お問い合わせは「ユーロードあまるめ」TEL42-2235までお願いします。

令和3年度 フラワーアレンジ教室の 開催について

- 1.日 時** 令和3年12月4日(土)午後1時30分から4時
(午後1時10分より受付)
- 2.会 場** 庄内JAビル 512会議室
(酒田市山居町2丁目3番8号)
- 3.内 容** フラワーアレンジの作成
講師:「みうら生花店」三浦淳志氏
- 4. 募集範囲** 管内の花き生産農家、組合員、一般消費者(定員50名)
(小学生以下参加の場合は保護者の同伴とします)
申込期限 11月26日(金)まで
- 5. 参加費** 1名につき1,000円(花材代)
※当日徴収いたします。
- 6. 持ち物** ハサミ
※ない方は貸し出しますが、数に限りがあるため、できる限りご持参ください。
- 7. その他** 新型コロナウイルス感染拡大の状況により、開催を中止する場合があります。

JAあまるめホームページ <http://www.ja-amarume.or.jp>

庄内町秋のフラワーショー開催!

庄内町の花き生産者の皆さんが心を込めて育てた花の品評会です。ストックなどの季節の花のほか、フラワーアレンジメントも展示します。ぜひお越しください。
※なお、開催日時が例年と異なりますので、ご注意ください。

《花の展示》

- 日時/11月18日(木)午後1時30分~20日(土)午後2時30分
- 場所/庄内町文化創造館「響ホール」

《その他》

- 展示した花をお買い得価格で販売します。ただし、人気の花については抽選となります。
- 日時/11月20日(土)午後3時~(抽選受付:午後2時~)
- 問合せ/庄内町花き振興会事務局(庄内町農林課農産係)
☎0234-42-0178



まちがいをがし

10月号当選者・正解

- 梅木 正子さん(表町) 秋葉 啓菴さん(御殿町) 齋藤 はるさん(仲町) 河村 結生さん(興野) 梅木登喜子さん(興野) 佐藤 久さん(興野) 大井 邦子さん(南口) 長谷部幸夫さん(廿六木) 渡会 一弘さん(千河原) 小関 壺汰さん(榎木)



答え

- 2... 落ち葉の向きが違う
- 3... 奥に建物がある
- 7... 菜箸の模様が違う
- 9... 卵が割れている
- 12... 容器の大きさが違う

●クイズに答えて賞品をゲットしよう!!
たくさんのご応募おまちしております。
(応募箱はAコープあまるめ入口脇に設置されてます)

身近な話題や「ほのか」の感想をお寄せいただきました。

◎昔ながらの稲刈り体験はとても貴重な体験です。これからも続けてください(83歳 女性)

応援ありがとうございます。稲刈り体験は今後も続けていけるよう頑張らせていただきます。来年こそ新型コロナの影響なく種蒔きから全部の作業が体験できるといいですね。

◎トレビスをまだ食べたことがありません。購入できたらぜひ食べてみたいです(73歳 女性)

何人かの人からトレビス(紫キャベツ)への意見を頂きました。今まで手が出なかった野菜も、調理方法や栄養価などを学ぶと食べてみたくなりますよね。私もトレビス買ってチャレンジしてみます。

◎稲刈りをしてワラを活用できることは大事な、そして必要なことなんだと思います。(70歳 女性)

稲ワラはとっても大切な資源で、循環型の農業には不可欠です。稲わらを食べたくて待ち望んでいる牛さんもいますし、しめ縄やわら細工などにも使われます。資源を大切に、大事に思うことは良い事ですね。

サンマのカレー煮

●材料(3人分)

- 生サンマ(頭、尾、わたを取り3等分に切り薄塩を振って1時間ほど置いておく) ... 2本
- 薄力粉 ... 適宜
- トマト(大きめの角切り) ... 2個
- セロリ(筋を取って乱切り) ... 1本
- ミョウガ(千切りして水にさらす) ... 2個
- ニンニク ... 1片
- タカノツメ ... 1本
- オリーブ油 ... 大さじ3
- A(合わせ出し汁)
水 ... 200ml
- カレー粉 ... 小さじ1
- 顆粒だし ... 小さじ1
- 料理酒 ... 大さじ2
- みりん ... 小さじ2
- 酢 ... 小さじ2
- しょうゆ ... 小さじ1
- 塩 ... 小さじ1/2



●作り方

- (1) サンマに薄力粉を薄くはたき、フライパンにセロリ、トマト、タカノツメ、ニンニクと一緒に並べ、上からオリーブ油を回し掛ける。
- (2) (1)を強火にかけ、サンマの両面が焼き上がったたら、Aを入れ強火のままふたをして煮る。
- (3) (2)の煮汁が少し残るまで煮詰め火を止め、皿に盛り付け、上にミョウガをのせて出来上がり。



シェフ永井の
おすすめ

