

ふれあいの輪、さらに広がります

ほのか 12

2021
No.627

HONOKA JAあまるめ



特集 六つの柱を提案
第29回JA山形県大会



野菜ソムリエ上級プロ
KAORUの

ベジタブル ライフ

イラスト：小林裕美子

フキのとう

～香りとお味が春を告げる山菜～

フキのとうのプロフィール

【分類】キク科フキ属
【産地】日本
【おいしい時期(旬)】12～4月ごろ
【主な栄養成分】カリウム、アルカロイド、
ケンフェロール、フキノリド、食物繊維、
ビタミン類

選び方

すがすがしい香り
葉(がく)が開いていて
締まっている

つぼみが固い

根元の切り口や葉が
黒ずんでいない

食べごろ

育ち過ぎていな
い小ぶりのものがお
薦めの花芽がほんの少し見える
くらいに葉(がく)が開いている

つぼみが開いて花が
開いているのは収穫
適期を過ぎているよ

NG

フキのとうのチカラ

アルカロイド
(苦味成分)

体内の有害物質を
排出、さらに肝機
能を強化し新陳
代謝を促進

カリウム
高血圧などの生活
習慣病予防、むくみ
解消に効果的

ビタミン類

各種ビタミン、葉酸な
どをバランス良く含有
代謝促進作用、抗
酸化作用に期待

フキハド
(香り成分)

胃腸の働きを整
え、消化を促進
する効果に期待

食物繊維

整腸作用を促し、便秘
解消や肥満予防に効果

ケンフェロール
(苦味成分)

免疫力を高め、ウイ
ルス感染予防や風
邪予防効果に期待

保存方法

鮮度が大切

冷蔵保存

鮮度が落ちるとあくが強
くなり、苦味やえぐ味も増す



乾燥を防ぐ
軽く湿らせた新聞
紙に包んでポリ
袋に入れて保存



下ゆでして水(または
塩水)に漬けておく
と、あくが強くなり
変色しにくい

冷凍保存

下ゆでしてあく抜きしてから
冷凍庫へ

自然解凍であえ物や
汁物などに利用



ふきみそ
長期保存可能

楽しみ方・食べ方のコツ



特有の香りと苦味を
香辛料として活用
天ぷらやあえ物に広く利用

パスタ、ピザ、バターソーテー、フ
リッターなどにしてもおいしいよ



3分

あく抜き

塩を加えて沸騰した湯に入れて、ペーパータ
オルなどで落としお湯を3分程度ゆでる
冷水に取り、しばらくさらして冷ましておく

ふきみそ

下ゆでしたフキのとう(または水に
さらしたもの)をみじん切りにして油
で炒め、みそ、日本酒(み
りん)、砂糖を加えてと
ろ火でかき混ぜながら
炒め煮にの焦げやすい
ので注意!



フキのとうのじみツ

特徴

日本原産の山菜 全国の山野に自生
ハウス栽培物 12～4月ごろまで
天然物 2、3月ごろ



香を告げる風物詩
北国では雪解けと
ともに旬を迎える

名の由来

冬に黄色い花を咲かせる
「冬黄(ふゆき)」→「ふき」になった
(諸説あり)

漢字
「冬季花蕾」
「蕨の臺」など

フキとフキのとうは同じ?!

フキはつぼみと葉柄が別々の
時期に地下から出てくる
雪解けの香失(2、3月ごろ)に
咲くフキの花蕾(からい)が
フキのとう
開花後(4～6月ごろ)に地下
茎から出てきた
葉柄がフキ

第29回 JA山形県大会



▲県内から全JAが集結！

「持続可能な農業・地域共生の未来づくり」

11月17日、山形市の山形県総合文化芸術館で第29回JA山形県大会が開催され、当JAからも農協役員10名が参加しました。この大会は3年毎に開催し、本県JAグループ全体が前大会で決議された取り組みの経過を確認し、現状を精査しながら新たな課題、取り組みを決議する大会です。

本県JAグループは平成26年から「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」を基本目標としながら「創造的自己改革」に取り組んできました。この自己改革は一定の成果をあげている一方で「食料・農業基盤」「地域・組織・事業基盤」「経営基盤」を取り巻く環境は厳しさを増すとともに大きく変化しています。今後も主食用米の需給緩和、常態化する自然災害、高齢化等による深刻な担い手不足、コロナ禍を契機とした社会の変化、劇的に拡大するデジタル化などに対応し続けていかなくてはなりません。

今回の第29回JA山形県大会では10年後を見据え、「持続可能な農業の実現」「豊かで暮らしやすい地域共生社会の実現」「協同組合としての役割発揮」を掲げながら重点的に取り組む6つの柱を設定しました。本県JAグループは「持続可能な農業・地域共生の未来づくり」に向けて協同組合理念のもと、組織の総力を結集し実践に邁進します。



▲提案するJA山形中央会折原代表理事会長

6つの柱

- 持続可能な食料・農業基盤の確立
- 地域・担い手支援の強化
- 持続可能な地域・組織・事業基盤の確立
- 不断の改革の実践を支える経営基盤の強化
- 協同組合としての役割発揮を支える人づくり
- 組合員の意思結集と県民理解の醸成

話題&タイムリー

今年も接戦！白熱プレー！ JAあまるめグラウンドゴルフ大会

11月4日、新型コロナウイルスの影響から延期されていたJAあまるめグラウンドゴルフ大会が庄内町前田野目「ひだまり」で開催され、組合員、役員合わせて80人が参加しました。当日は風があり、少し肌寒い天候となりましたが、大会では白熱したプレーが展開されました。

日頃の練習の成果を出し合い、今年は上位11人が8打差にひしめく大接戦となりました。接戦を勝ち抜いたのは小川厚子さん（御殿町）が初優勝となりました。大会入賞者の成績は次のとおりです。



▲優勝した小川厚子さん（後列中央）
2位樋渡勉さん（前列左）
3位佐々木幸作さん（前列右）

上位入賞者

- 優勝 小川厚子さん(御殿町)31打
- 準優勝 樋渡 勉さん(梵天町)32打
- 3位 佐々木幸作さん(猿田町)33打
- 4位 日野秀雄さん(常 万)34打
- 5位 稲田七郎さん(上朝丸)35打



▲みんな元気にナイスショット！

ほのか 目次

話題&タイムリー	2	チャレンジ家庭菜園	7
今月の表紙 えがお	2	理事会だより	7
ズームアップニュース	3	ほのかほいす/11月号当選者正解	8
令和3年産米総括と令和4年産米に向けて	4	シエフ永井のおすすめ	8
日本・おいしい米コンテスト	5	ニュース&ニュース	9
(株)華望 金農部ライステレーショを視察	5	ベジタブルライフ	10
フォト&トピックス	6		

◎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
ひと言
感謝の気持ちを
忘れず、
夢、目標に挑戦して
欲しい

今月の表紙
えがお



11月27日、庄内たがわ新余目支所で「第15回あなたが選ぶ日本一おいしい米コンテスト in 庄内町」が開催され、渡會寿樹さん（千河原）の出品した「つや姫」がメジャー部門で優秀金賞を受賞しました。渡會寿樹さんは昨年に続き2年連続の決勝進出、優秀金賞の受賞となりました。

同コンテストは出品総数5000点（うちメジャー部門は220点）から予選を経て、勝ち進んだ12点が決勝大会で審査され、日本一が決まります。今年にはメジャー部門で（株）平良農園（山形県）の「つや姫」、プレミアム部門で龍の瞳生産組合（岐阜県）の「いのちの老」、高校生部門では宮城県農業高等学校の「だて正夢」がそれぞれ最優秀金賞に選ばれました。



▲庄内町長から優秀金賞を受賞する渡會寿樹さん

渡會寿樹さんが「つや姫」で2年連続優秀金賞受賞！
第15回日本一おいしい米コンテスト in 庄内町

どう取り組む、米価対策、土づくり運動

農協役員、営農・防除委員、JAあまるめブランド米振興会委員合同協議会



▲令和4年度に向けて協議

令和3年産米総括と令和4年産米に向けて

11月16日、当JA生活センターホールで農協役員、営農・防除委員、JAあまるめブランド米振興会委員合同協議会が開催され、各組織から53名が参加し、令和3年産米の総括、令和4年度共同防除、令和4年度の米品種構成などについて協議されました。

令和3年産米については育苗期間中から7月中旬まではおおむね順調に推移しましたが、7月下旬から8月上旬の高温、8月下旬の低温・日照不足が影響し、未熟粒が多かったことが原因となり昨年度より反収が減少しました。

令和4年度特別栽培米の防除体系については除草剤の変更が提案されました。その際、「土づくり運動」に対する意見も出され、米価下落に伴う収入の減少が見込まれる事への対応についても協議しました。

令和3年産CE品種別推定反収 (単位kg)

品種名	R3年産	R2年産
慣行はえぬぎ	588.1	616.4
直播はえぬぎ	529.3	435.4
余目型はえぬぎ	561.8	591.7
余目型ササニシキ	548.1	570.4
余目型つや姫	544.6	560.6
慣行型雪若丸	621.9	629.1
うるち平均	568.0	581.2
余目型でわのもち	550.7	557.0
ふくひびき	630.7	649.2

た。土づくりに関しては一朝一夕でできるものではないので、生産者と農協が一体となり今後も継続していくこととなりました。

その他にも令和4年産の生産の目安、JAあまるめ人・農地プランなどについても協議されました。詳しい内容については12月6日から8日に行われる営農座談会で説明いたします。

11月18日、JAあまるめ役員が三川町にあるJA全農山形庄内南ライスステーション（以下、庄内南部RS）と庄内町の株式会社いで葉工望を視察しました。

庄内南部RSでは令和3年産米の在庫状況や出荷の見通し、来年度以降の需要と供給などについて研修しました。施設内にはコロナ禍によって減退した米の消費が影響し、多くの在庫が見受けられました。

株式会社いで葉工望では当JA生活館の産直コーナーにも出荷されている「ベビリーフ」について、生産から出荷までの経緯、今後の事業の展望などを研修しました。

参加した役員からは「米の消費が落ちていくるので、園特などで収入を確保する必要がある」と意見が出ました。



▲庄内南部RSでの研修の様子

（株）いで葉工望、全農南部ライスステーションを視察
農協役員研修

理事会だより

◎令和3年度第2・四半期決算監査報告書について

10月25、26、28、29日の4日間、第2・四半期決算に伴う監事監査が実施されました。主な改善意見の要点を報告致します。

【総評抜粋】新型コロナ禍の影響で開発事業や店舗事業が村祭りやお盆の帰省の自粛等により消費の減退、さらに米市場においても外食産業、観光産業等の消費減が米の大量在庫につながり、次年度産米の作付けに大きな影響が危惧されます。今後も危機感を持ち、農家所得の向上や地域の暮らしを守る拠点として一層貢献できるように望みます。

【農協広報「ほのか」、情報発信の強化について】

マスメディアに対するプレス活動は、農協の新規取組や農産物の栽培収穫の話題等、事業PRと組織への理解向上に大きな効果があるものと考えます。この点を踏まえ、農家の新たな取組や作物情報、各種イベント等、情報や話題を積極的に発信し、組合員のやる気の醸成と農協組織への理解を図るよう願います。

以上が要点であり、回答書(案)についても審議され了承されました。

《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) 第15回 JAあまらめゴルフコンペについて
- (5) 第21回 JAあまらめグラウンド・ゴルフ大会について
- (6) 内部監査報告書について
- (7) 時価算定要領の改正について
- (8) 時価算定マニュアルの改正について
- (9) 子会社(株結米屋)の経営状況について
- (10) 令和3年度 見込み決算状況について
- (11) 除雪作業業務委託契約について

●10月末の実績●

	実績	計画比	前年比	
正 組 合 員	967 名		99%	
販 取 売 品 高	農 産 物	711,590 千円	95.5%	93%
	畜 産 物	213,966 千円	101.5%	96%
	計	925,556 千円	96.8%	94%
購 取 買 品 高	農 産	212,148 千円	108.3%	110%
	畜 産	29,352 千円	96.0%	122%
	店 舗	450,330 千円	109.1%	111%
	農機自燃	348,292 千円	129.5%	138%
	計	1,040,122 千円	114.5%	119%
加 工 事 業	164,756 千円	93.2%	98%	
貯 金 高	11,385,024 千円	103.7%	104%	
貸 出 金	2,688,900 千円	110.1%	108%	
長 期 共 済(保障)	1,870,930 千円	68.8%	85%	

チャレンジ 家庭 菜園



(情報の家)

カブのトンネル栽培 適切な温度管理を心掛ける

カブは、暑さと乾燥に弱い、寒さには強いという特徴があります。温暖地の露地栽培は3、4月まきになりますが、トンネル栽培では2月まきができます。生育促進と、とう立ち防止にマルチ、べた掛け、トンネル資材での保温が必要です。

【品種】 低温肥大の良い「白鷹」(武蔵野種苗園)、「ゆきわらし」(カネコ種苗)、周年安定した生育をする「耐病ひかり」(タキイ種苗) などがあります。

【畑の準備】 種まき2週間前に1平方 m当たり苦土石灰100gを全面にまき、深く耕しておきます。1週間前に化成肥料(NPK各成分10%) 100gと堆肥1~2kgをまいてよく混和しておきます(図1)。

【畝立て】 幅70~80cm、高さ5~10cmのベッド(栽培床)を作り、平らにします。畑が乾燥しているときは、灌水(かんすい)して土壌水分が適度な状態にし、15cm間隔の穴開きシートでマルチをします(図2)。

【種まき】 種は1穴当たり4、5粒をまき、1cmほど土を掛けまします(図3)。その後は、発芽促進と幼苗の保温のために、べた掛けとトンネルをします(図4)。

【間引き】 発芽し、双葉がそろった時点で、密になっている部分を間引きます。その後も、生育の劣る株を間引き、最終的に1株立ちにします。

【トンネルの被覆と換気】 冷涼地や温暖地の2、3月はまだ夜温は低いが、昼間のトンネル内は高くなるため、本葉1、2枚の頃から換気を開始します。フィルムの裾を開閉する方法、フィルムに穴を開ける方法や穴開きフィルムを使う方法があります。そして、生育後半にトンネル内の茎葉が繁茂する頃、遅くともヤエザクラの開花の頃にトンネルを除きます。

【収穫】 直径5、6cmから収穫(小カブ)を始め、10~12cm(中カブ)まで収穫期間があります(図5)。

園芸研究者●成松次郎

図1 畑の準備



図2 マルチ張り

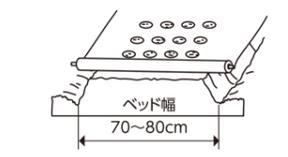


図3 種まき

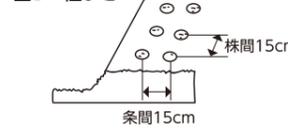


図4 トンネルべた掛け

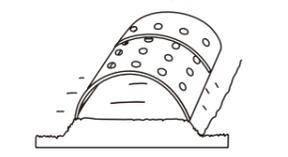


図5 収穫



庄内町秋のフラワーショー開催

11月18日、庄内町響ホールで庄内町秋のフラワーショーが開催され、当JA花き部会の阿部倭さん(廿六木)のスタンダードストック「アイアンホワイト」、小野寺姫さん(館)のスペースストック「ワインカルテット」が特別賞を受賞しました。



▲左が阿部倭さんの「アイアンホワイト」、右が小野寺姫さんの「ワインカルテット」

肉牛、酪農部門で最優秀賞受賞

11月8日、庄内町畜産振興協議会が主催する「第7回庄内町褒章会」がJAあまらめ3Fホールで開催されました。肉牛部門で阿部善一さん(福原)、酪農部門で高橋源樹さん(中堀野)がともに最優秀賞を受賞しました。日頃の牛の飼養管理が成績に繋がりますので、今後も管理を徹底し頑張ってください。



▲酪農部門最優秀賞の高橋源樹さん(左) 肉牛部門最優秀賞の阿部善一さん(右)

生産資材係でW受賞!

営農販売部生産資材係が昨年の「J-POP甲子園」に続き、今年は「東北地区JAディスプレイコンテスト2021」で敢闘賞、「JA資材店舗CS甲子園」でラウンドアップ賞を受賞しました。

今後も組合員の皆様から利用しやすい店舗を目指し、よりよい資材店舗づくりに励んでいきますので宜しくお願いします。



▲受賞したラウンドアップ売場の陳列

「小さな親切」実行章を授与

11月24日、酒田市の前田製管株式会社本社ビルでJAあまらめ女性部が酒田「小さな親切」の会から実行章(善行章)が授与されました。

これはJAあまらめ女性部が9月に行った庄内町社会福祉協議会へのフードドライブに対する感謝状となります。部長の今井ちや子さん(南口)は「フードドライブは始めたばかりなので今後も部会で続けていきたい」と話しました。



▲賞状を受け取る女性部部长今井ちや子さん



11月10日 令和3年度 避難訓練を実施
(雨天のため屋内での訓練)



11月16日 生産組合長へ
役員推薦説明会を開催



11月11日 JAあまるめ女性部 防災研修会
(震度5強の地震体験)



12月1日 産直の会
会員研修会

営農販売部から
お知らせ

例年12月に開催していた
営農推進大会
つや姫栽培研修会は
令和4年1月に開催を予定しております。
日程が決まりましたら連絡いたしますので
参加宜しくお祈りします。

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

Aコープあまるめ
生活館からのお知らせ

12月9日(木)
12月30日(木)
は休まず営業いたします。
年末年始もご利用宜しく
お願い致します。

クロスワードパズル

11月号当選者・正解

石栗 貢さん(猿田町) 抽選の結果10名の方が当選されました。
小林 重和さん(緑町) ありがとうございます。
佐藤 明子さん(御殿町) ありがとうございます。
押切裕美子さん(廻館) ありがとうございます。
阿部 倭さん(廿六木) ありがとうございます。
佐藤 ふみさん(廿六木) ありがとうございます。
佐藤 由菜さん(廿六木) ありがとうございます。
真田 貞子さん(平岡) ありがとうございます。
北川 乃愛さん(榎木) ありがとうございます。
梅木ひとみさん(跡) ありがとうございます。

1	ク	レ	ア	マ	ト	ウ
2	タ	イ	ヒ	ト	ナ	リ
	ニ	バ	ネ	カ	ネ	
		7	ジ	チ	16	サイ
3	ナ	ヤ	13	ガラ	23	ダ
4	マ	ン	10	キ	17	ミ
5	エ	プ	1	ロン	21	ゼ
						ロ

答え A B C D E
プレゼント

●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待ちしております。
(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。



◎収穫感謝祭では役職員総出で対応されお疲れさまでした。
頂いたおもちはつきたてでやわらかく大変美味しかったです。
(59歳 女性)

収穫感謝祭でのご利用ありがとうございましたm(__)m紅白
もちもおいしくいただけて良かったです。正月のおもち
もおいしくできましたのでこちらも宜しくお願いします。

◎スーパーに鍋用スープがたくさん並んでいますね。寒さ厳
しくなる季節ですので鍋を囲んで温まりたいです。(73歳
女性)

冬はやっぱりお鍋の季節ですね。私も野菜をたくさん入れて
毎週お鍋を楽しんでいます。最近では本当にいろいろな種類
の鍋スープが並んでいて何を買おうか悩んでしましますが、
私はやっぱりしょうゆ味のスープが一番だと思います。皆さん
は何味の鍋を楽しんでいますか?

◎軒先に干し柿も下がり、秋野菜達も越冬用に収穫を待つて
います。冬の訪れもすぐそこまで来ていてますね。(70歳 女
性)

今年も雪が降る季節になりましたね。今年の冬は雪が多いと
予想されていますので皆さんも冬の準備は早めにしましょう。

洋風ブリ大根

- 材料(4人分)
ブリ(塩を薄く振り1時間ほど置き、
水気を拭いておく) ……切り身4切れ
ダイコン(2cm幅のいちょう切りに
して下ゆです) ……1/4本
ゴボウ
(乱切りにして水にさらしておく) ……1本
ホールトマト ……100g
ニンニク(つぶしておく) ……1片
オリーブ油 ……大さじ2
ローリエ ……1枚
モロッコインゲン
(下ゆでして食べやすい大きさに切っておく) ……2本
パルメザンチーズ ……適宜
A(合わせだし汁)
かつおだし ……600ml
塩 ……小さじ1
料理酒 ……大さじ3
みりん ……大さじ3



- 作り方
(1)フライパンにオリーブ油をひき、ブリ、ダイコン、ゴボウ、ホールトマト、
ニンニクを入れ、中火でブリの両面を焼き上げる。
(2)(1)のフライパンにAとローリエを入れ、落としぶたをして強火で煮汁
がなくなるまで煮詰める。
(3)皿に(2)を盛り付け、パルメザンチーズを掛けてモロッコインゲンを
飾り出来上がり。

シェフ永井の
おすすめ

