

「組合員の笑顔」が広がる「協同」の素晴らしさを伝える広報誌

晴ればれ

hare bare

2023

2

vol.34

晴れびと！

母親の背中を追って
農家にまっしぐら

特集

「ごはん、おかわり！」子どもから学ぶ食と農の大切さ
～「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール～



ワクワクする農業と地域の未来を
JA晴れの国岡山





表紙を空から望む

ワイナリーの町

果物の甘い香りが誘う

赤磐市西軽部

あかいわし

にしかるべ



晴ればれ 2月号
2023 vol.34
Contents

2 ソラサンぽ

赤磐市西軽部

4 晴ればれ特産品

「イチゴ」

岡山東統括本部

西窪田いちご組合

5 晴れびと！

西窪田いちご組合

岩藤あかねさん

6 特集

「ごはん、おかわり！」

子どもから学ぶ食と農の大切さ

「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール

10 直売所名物を食べよう

推し名物まつり

第22回直売所「笠岡ふれあい青空市しおかぜ」

笠岡市平成町

12 家庭菜園
結球レタス

14 晴ればれTOPICS

・ラークスパール統一ブランド目指す

・スイートピー 新品種デビュー

・地域貢献活動の紹介

ほか

18 農業に「土」地域を元気に！

未来を拓く協同組合／あぜみち川柳

20 JAからのお知らせ／フレッシュ通信

いちばなし／くらしのお得情報

役員がおじやします

22 みんなのひろば／クロスワードパズル

24 笑味ちゃんクッキング
たつぷりイチゴのホールケーキ

砂川に沿ってイチゴやブドウなどさまざまな
農産物のハウスや田畑が広がる



最寄りのJA店舗
赤坂支店(赤磐市町荊田)



赤坂地域の中心部に位置し、信用・共済・経済窓口・農機センターを構え地域住民の生活を支えています。生産資材を取り揃え、営農相談に応じています。

撮 影に訪れた西軽部は、赤磐市の中央に位置する赤坂地域に位置します。赤坂地域には、南北に縦断する砂川の流れに合わせ県道27号線が走り、それに沿って民家が点在。大部分を山間丘陵地が占め、豊かな自然が広がります。岡山市の中心街にも比較的近く、山陽自動車道の山陽インターから車で北に15分と交通の便に優れます。

瀬戸内海式気候に属し、穏やかで晴天日数も多く、古くから農業が盛んです。県を代表する果物、モモ・ブドウ・イチゴをはじめ、国内唯一の産地となっている西洋ナシ「パス・クラサン」や全国から注目を集める酒米「雄町」など特産が揃います。ブドウ「ピオーネ」では「嘗乃AKASAKA」をブランド化するなど、規模は小さいながらも質にこだわり、長年積み重ねた技術と徹底した栽培管理で市場からも高い信頼を得ています。

地区内にはサッポロビール(株)の岡山ワイナリーがあり、特産のブドウを使ったワインが作られるなど、地域と農業が強く結びつき、若い世代に受け継がれています。12月からはイチゴの出荷も始まり、「くだもの王国おかやま」の冬を彩ります。

晴ればれ
特産品

今月の特産品

イチゴ

岡山東統括本部

にしくぼた
西窪田いちご組合

(生産者4人 43ルア¹で栽培)

土の恵み味濃く“おいC” 真っ赤に熟れ直売所へ

温 暖で穏やかな気候で農産物栽培に適した赤磐市赤坂地域は、1969年頃からイチゴづくりが盛んになりました。露地から次第にハウス栽培に移行し、冬でも収穫が可能になるなど、進歩を重ねてきました。

主要品種は「おいCベリー」。甘さと酸味のバランスがよく、ビタミンCを豊富に含みます。果肉が硬めなので、食感を楽しめると同時に輸送に向いていることも魅力です。

西窪田いちご組合は土耕栽培にこだわり、味が濃く旨味のあ^るイチゴを作っています。ヘタの近くまで赤く色づいた完全着色で出荷。午前中に収穫した真っ紅のイチゴが午後には地元^の直売所を彩ります。採れたての一

番おいしい状態を味わえ、購入者からも「このイチゴは格別。新鮮でおいしいので毎年食べるのを楽しみにしている」と好評です。

生産者の高齢化は同組合でも例外ではなく、生産者の減少が続^き、現在では4人が約43ルア¹を栽培するのみとなっています。一方で若手の参入もあり、産地の活性化に期待がかかります。同組合の内藤厚組合長は「若手の参入は励みになる。小さな産地だが『赤坂のイチゴが食べた^い』と言ってもらえるよう、誠実な栽培を続けたい」と意気込みます。

J A直売所「百葉市場和気店」・地元直売所「赤坂青空市」などで6月上旬まで販売しています



ヘタ近くまで真っ赤に色づいた「おいCベリー」



岡山東統括本部
にしくぼた
西窪田いちご組合

いわどう
岩藤 あかねさん(25)



農家にまっしぐら

母親の背中を追いつ

先輩農家からアドバイスを受けながら試行錯誤する。
「次に続く人を助けられるよう地域に根差した農家になりたい」と展望する

母

親がナスの栽培をしていたことに影響を受け、農家の道を選んだ岩藤あかねさん。

農業大学校を卒業後、県の担い手育成研修施設「三徳園」で補助員として働いて資金を貯め、昨年ついに就農に漕ぎつきました。今年3月には補助員を退職し、専業農家として歩み始めます。軽量で負担が少なく、女性でも作業しやすいイチゴを栽培品目に選択。家族の手も借りながら2.2アールのハウスで栽培に励んでいます。品種は補助員時代から栽培に関わり、慣れ親しんだ「おいCベリー」。畝は全て手作業で土を盛り、作業しやすいよう幅を広げにしました。定期的に土壌診断を実施し、土づくりにもこだわります。

ハウスは加温機を稼働し、朝は15度、夜は8度になるよう室温を管理。温度が高くなりすぎないよう外気を取り込むなどこまめに調整しています。

まめな温度調節に気を配ります。初めのうちは水分不足で生理障害が発生しましたが、試行錯誤を繰り返しながら葉も大きくしっかりとした株へと成長しました。昨年12月上旬に初出荷を迎え、岩藤さんは「ツヤがあり大きな実ができた。初めの1パックが完成した時は感慨深く嬉しかった」と笑顔で話します。

2作目となる今年。「まずは『おいCベリー』の名前に負けない『おいしい』イチゴを安定して出荷したい」と意気込みます。



栽培に重要なミツバチ。巣箱にビニールをかけて直射日光を避けている

はん、わり!

食と農の大切さ



表彰を受ける受賞者



- 倉敷市立琴浦西小学校 5年 西中 実優さん
- 倉敷市立老松小学校 5年 安藤 李紗さん
- 岡山市立江西小学校 4年 香川 桜さん
- 新見市立西方小学校 5年 坂本 梓織さん
- 新見市立高尾小学校 6年 眞治 奏佑さん
- 総社市立山手小学校 2年 高村 愛子さん
- 真庭市立河内小学校 2年 森田 一帆さん
- 総社市立阿曾小学校 1年 服部 有華さん
- 和気町立本荘小学校 3年 丸山 遥叶さん
- 倉敷市立万寿小学校 3年 社 奈緒さん
- 真庭市立美川小学校 1年 小林 茉華さん

図画部門／優秀賞

「おいしいお米になあれ」

岡山県立江西小学校
5年 香川 楓花さん

- 元気がでるごはん
お母さんがつくる
マクロ井
- 今頑張っていること
陸上



JAは、「晴ればれ直行便」の一環として、どこよりも早く新鮮で値ごろ感のあるお米を提供するため、「つきたて! お米市場」を管内の直売所(一部)に開設。お好みに合わせて無料で精米します。ぜひこの機会に、県内のおいしいお米をご賞味ください。詳しくはお近くの直売所まで。

JAグループ岡山が主催する今年度の「ごはん・お米とわたし」
作文・図画コンクールに県内から作文2,317点、図画1,703
点が寄せられました。12月下旬には岡山市で表彰式を行い
ました。

今月は、特別賞に輝いた作品を紹介します。子どもたちの作品
を通じて、ごはん・お米、農業の大切さを再確認してみませんか。



「我が家のおにぎり」

倉敷市立黒崎中学校
1年 小林 美鶴さん



私の祖父母はお米を作っていて、白米と玄米を送ってくれています。私は最初の離乳食からそのお米を食べて育ち、他のどのお米より一番美味しいと思っています。

我が家では、その白米と玄米に買った岡山産のもち米をブレンドして炊いています。ブレンドすることで、白米のしつかり食感、もち米のモチモチ食感、そして玄米のつぶつぶ食感を楽しめて、とても美味しく、炊きたてのときは、しゃもじで炊飯器から直接食べちゃうほどです。

幼い頃、仏様にお供えするためにお手伝いで、炊きたてご飯を運んでいる時、思わずかぶりついてしまったそうです。そのご飯粒を口につけて台所に戻った私を見て、両親は大笑い。今でも言われる、私のご飯大好きエピソードです。多分一生言われることでしょう。

父と母が食べるご飯は、玄米ともち米と押麦をブレンドしているものです。玄米や押麦で健康に気をつけているみたいです。私もカレーやチキンライス、チャーハンときは、そのブレンド玄米を食べますが、つぶつぶが多いので、味が沁み易く、こちらも好きです。食べたらかちっと健康になった気がします。

私は、我が家の白米のブレンドご飯を使っ

て、父と母が作ってくれるおにぎりが大好きです。母のおにぎりはゆかりが混ざっていて海苔が全体に巻いてある真っ黒おにぎりが多いです。丸っこい三角で、走り出しそうですが、しつかりしていて、食べると元気が出ます。父のおにぎりはゆかりとじゃこの混ざった俵型で腹巻をしているみたいです。ずっしりしている様に見えますが、食べるとふんわりしていて心がホカホカします。

コンビニのおにぎりを食べることも多く、美味しいのですが、ご飯自体が我が家のご飯の方が好きで、父母が作ってくれるおにぎりの方が美味しく思えます。やはりこれが「愛情が入っている」と言うことなのかなっと思いました。

私も、小学校三年生ぐらいからは、自分でおにぎりを作っています。私は塩おにぎりが好きで、海苔を少し巻きます。ただ、塩加減が毎回違っているし、きれいな三角にはまだできないので、これから何回も作って、丁度良い塩加減のきれいな三角おにぎりを作れるようにしたいです。弟にもよく、私のおにぎりを作ってもらっていて、味の感想を聞くと「普通に美味しいけど」などとかわいくない顔で感想を言いますが、両親が不在の時の昼食について、母が弟にどうするかた

●元気がでるごはん トンカツ

●今頑張っていること あいさつ

ずねると「みいちゃんにおにぎりを作ってもらうから大丈夫」と言っているの、気に入ってくれているみたいでうれしいです。弟も、ごくまれに私におにぎりを作ってくれます。

す。父母にならって、ゆかり入りですが、海苔は無く、形も大きさもそのときどきによつていろいろです。ただ、私がおにぎりを作る元気がない時に張り切つて作ってくれるので、うれしくて泣きそうになります。

私は、家族が作ってくれるおにぎりを食べると、元氣と勇気がわいてくる気がします。だから私にとつておにぎりは、家族の愛情を感じる大事な食べ物です。私も家族に愛情を感じてもらえるおにぎりを作つて食べてもらいたいです。

作文部門／優秀賞

● 倉敷市立倉敷東小学校	3年	石原 さわこ
● 倉敷市立倉敷東小学校	2年	武藤 司さん
● 岡山市立江西小学校	2年	古賀 灯さん
● 新見市立新見南小学校	3年	仁科 陽さん
● 倉敷市立船穂小学校	6年	好浦 咲那さん
● 和気町立和気小学校	4年	小山 葵奈さん
● 倉敷市立船穂小学校	4年	谷野 楓さん
● 新見市立思誠小学校	5年	川上 康太さん
● 倉敷市立老松小学校	6年	山名 啓仁さん
● 総社市立阿曾小学校	6年	文屋 温翔さん
● 倉敷市立西中学校	1年	関藤 碧唯さん
● 倉敷市立連島南中学校	1年	小田 麻那加さん
● 岡山県立倉敷天城中学校	2年	秋田 姫依さん



「たきたてが一番」



総社市立総社北小学校

おぐら はやと
4年 小倉 勇人さん

- 元気がでるごはん
白ごはん
- 今頑張っていること
野球



©よい食P

JAでは学校給食への食材提供、女性部や生産者組織などと協力したみそ造りや収穫体験を実施。子どもの「食や農業」に対する理解や関心を深める活動を展開しています。



給食に「備中牛®」を提供



女性部とのみそ造り



マコモタケ収穫体験



サツマイモ収穫体験

わたしは小さいころから、ずっとお米づくりを手伝ってきました。前おじいちゃんに聞

きました。
わたしの家は、お米を自分達で作っています。だからわたしは、お店でお米を買って食べたことがあります。家族で遊びに行つてファミレスとかで食べるごはんより、自分の家のお米が、とてもおいしいと思います。そのお米は、おじいちゃんを中心に、家族全員で作っています。
おじいちゃんは生まれた時から病気で、それでもずっとがんばってたえることをしていたけど、昨年、手の震えがはげしくなつて、田んぼを作ることができなくなつてしまいました。家族だけではなく、色んな人にも手伝ってもらつて昨年はお米を作ることができました。けれど、とても大変だったので、これから田んぼをどうするか、お父さんとおばあちゃんが話をして、今年で終わりにすることにしました。



- 元気がでるごはん
給食
- 今頑張っていること
勉強

「うちのお米」

新見市立新見南小学校

ふじわら あゆむ
6年 藤原 渉さん





「ごはんといったらカレーでしょ」

倉敷市立琴浦西小学校
5年 森本 和来さん

- 元気がでるごはん
カレーライス
- 今頑張っていること
ドッジボール



「大好きな大盛りごはん」

真庭市立遷喬小学校
2年 三谷 埜乃さん

- 元気がでるごはん
オムライス
- 今頑張っていること
鉄棒・習字



あなたのごはん 「もうひと口」・「もう一杯」が 農業を元気にします

いた話では、米づくりは百年前から始まっています、おじいちゃんも小さいころから手伝いをしてきたということでした。

昨年、わたしは学校で米づくりを体験しました。種もみをまいて稲を作ることから始まり、田植え、稲刈り、はで干し、だっこ。それぞれの作業がとても大変でした。田植えはうちでは田植え機を使っていて、おばあちゃんが手植えで植え直しをしてるだけだったので、自分でやって初めて、歩きにくいし、腰は痛いし、大変なことを知りました。

稲刈りも同じです。うちではコンバインで刈るので、はで干しはしません。かまで稲を刈るのはかかるといけないので腰はいたいし、はで干しは稲を運ばないといけないから重たいし、だっこは、体中がかゆくなるし、とても大変でした。

けれど、その経験のおかげで、米づくりの大変さと同時に、作ってくれた人への感謝の気持ちをもつことの大切さを知りました。こんなに苦労して作ってくれたのだから、大切に、感謝して食べよう。前先生が『いただきます。』には食べものと、作ってくれた人への気持ちが入ってないといけん。』と言っていたけど、作ってくれた人には、生産者も入ると改めて思いました。

だから、おばあちゃんとお父さんが話し合っで決めたことだからしかたないけど、わたしは米づくりをあきらめたくないと思いました。私はうちのお米が大好きです。米づくりという伝統もここで終わらせたくありません。今は子どもだから無理だけど、大人になったら、わたしが米づくりをまた始めようと思っています。米づくりを未来に続けていきたいです。おいしいお米をまた食べたいです。

晴ればれ
hare bare

推し まな つり り物

直売所名物を食べよう 第22回
笠岡市平成町 直売所「笠岡ふれあい青空市しおかぜ」

真鍋島の美しい海で
誠さんが作る逸品

どハマりする人続出
磯の香り漂う
天然ヒジキをお手軽に

1パック
700円

まずは
地元のみんな、
食べてみて!!

動画でも詳しく
紹介しています!



製造者
はまにし まこと
濱西 誠さん



日中は天日干しし、夜は露に当たらないよう
室内へ。これを完全に乾くまで続ける

誠に美味しいひじき

シャキシャキの歯ごたえ

笠岡諸島のひとつ、古い漁村の面影を残す真鍋島^{まなべし}。瀬戸内海に浮かぶこの島で、商品名に違わず「誠に美味しい!!」と、笠岡ふれあい青空市「しおかぜ」で人気を集めるのが今回ご紹介するヒジキです。

12月から2月にかけて収穫されるヒジキは「寒ヒジキ」と呼ばれます。若く柔らかいこの時期に新芽を茎ごと刈り取るため、芽ヒジキより長さがあり、シャキシャキとした抜群の歯ごたえが特徴です。

生産者である濱西誠さんは、収穫はもちろん、鉄釜で炊き、天日干しで乾燥させ、パック詰めするという一連の工程をすべて自ら行い、販路も独力で開拓してきました。

きっかけは「何か島の特産品が作れないか」という思いから。漁師として海に出るうち、日持ちが長い「何か島の特産品が作れないか」という思いから。

漁師として海に出るうち、日持ちが長い「何か島の特産品が作れないか」という思いから。



大潮などで潮がぐっとひいたタイミングで岩場に繁茂した天然ヒジキを収穫



映画のロケ地としても有名な真鍋島。笠岡の住吉港から旅客船で約70分

県内全直売所対象!!お得にお買い物を!!

JAカード会員様限定
JAカードご利用で

5%
割引

※詳しくは各直売所へお問い合わせください。

応援
メッセージを
送ってね!

「笠岡ふれあい青空市 しおかぜ」や「ヒジキ」への応援メッセージを送っていただいた方の中から

抽選で5人の方に「ヒジキ・うどんセット」プレゼント!!



ハガキ・FAX・応募フォームからご応募いただけます。

※ハガキ・FAXの場合、郵便番号・住所・電話番号・氏名・年齢・応援メッセージ及び「推し名物まつり応募」とご記入の上、P.23のクロスワードパズルと同じ宛先へご応募ください。

応募
締め切り日
2/16
必着

もっとお得な情報は
WEBで公開中!



応募や直売所情報はこちらから

くらしき
作陽大学
考案

OSHIMEIBUTSU Recipe! 名物を使ったイチオシレシピ!

ヒジキチャーハン

●カロリー:412kcal ●食塩相当量:2.5g

【材料(2人分)】.....

乾燥ヒジキ	5g	ごはん	茶わん2杯 (約300g)
ニンジン	1/4本(20g)	卵	1個
油揚げ	1/4枚(5g)	オリーブオイル	小さじ1
ちくわ	1/2本(15g)	青ネギ	20g
スイートコーン缶	大さじ2	紅ショウガ	20g
醤油	大さじ1		
みりん	大さじ1		
砂糖	小さじ1		
粉末だし	1.5g		
オリーブオイル (サラダ油でも可)	小さじ1		

【つくりかた】.....

1. ヒジキをたっぷりの水で戻す。
2. ニンじんは薄めのいちょう切り、油揚げは1cm幅の短冊切り、ちくわは5mm幅の半月切り、コーンは水をきっておく。
3. 鍋にオリーブオイルを熱して、水を切った①を入れて炒め水分を飛ばす。水分がなくなったらニンじんを加え、なじんだら油揚げとちくわ、全体が浸る水、Aを加える。
4. 水分がほとんどなくなるまで20分ほど煮込む。

くらしき作陽大学 食文化学部栄養学科 おかだ るい 岡田 留依さん 考案



5. 火を止めてコーンを加えて混ぜる。
6. フライパンにオリーブオイルを熱し、溶いた卵をふんわりとした半熟程度に炒め別皿に取り出す。
7. ⑤を入れ加熱し、ごはんとおもも加え炒める。火を止める前に刻んだネギを加えひとまぜする。
8. 皿に盛り付け、紅ショウガを添えて完成。

ヒジキは、海産物の中でも特になじみのある食材の1つでしょう。日本のどこの海でも採ることができ、さらに乾燥させることで保存にも適する、とても便利な食材です。野菜と大きく違うところは、含まれているミネラル類の量です。海からの恵みであるミネラル成分をたくさん含んでおり、まさに自然が届けてくれるサプリメントです。サプリメントと同様、一度にたくさん量を食する必要はありません。1週間の中で数回、定期的に食卓にあることで健康保持・増進にもつながります。

ヒジキは
自然が届けてくれる
サプリメント

くらしき作陽大学
食文化学部栄養学科
あみなか まさひと
網中 雅仁 教授

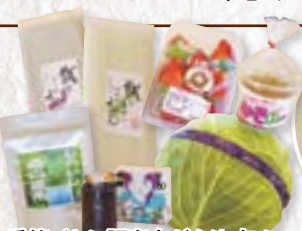


ヒジキの魅力について
お話しします。

直売所「笠岡ふれあい青空市 しおかぜ」



岡山県笠岡市平成町55-2
☎0865-66-1301
🕒9:00~16:00 🗓水曜日・年末年始



季節ごとに販売会があり、旬や地域の味など種類豊富な商品が並ぶ



海苔もいろいろ。恵み豊かなこの地ならではのバリエーション



いまなかみさき しい はたけやまかよ
今中美咲・石井さおり・畠山佳世

資料・農機を扱う
「グリーンセンター笠岡」と
瀬戸内海の幸が並ぶ「さかな屋」
が隣接しています!



② 畑の準備

植え付けの2週間前までに苦土石灰を散布してよく耕しておく。

1㎡あたりの量

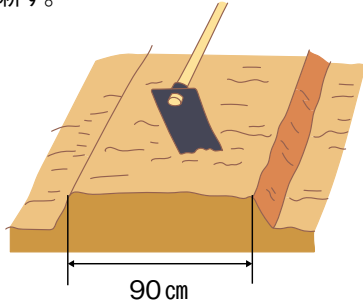
苦土石灰
100g

次に植え付け1週間前までに化成肥料、堆肥を施し、20cmぐらいの深さによく耕す。

1㎡あたりの量

①
野菜の肥料
150g

堆肥
2kg



90 cm

幅90cmの栽培床を作り、平らにならす。

ソラからのアドバイス

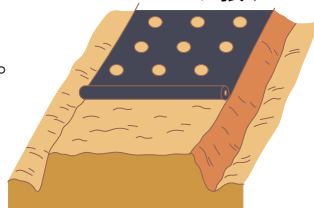
湿害に弱いので、排水が悪い所では高うねにしよう！



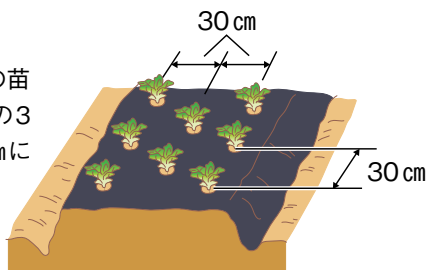
③ 植え付け

栽培床を平らにし、黒色ポリフィルムマルチを張る。

マルチ張り



本葉4〜5枚の苗を条間30cmの3条、株間30cmに植え付ける。



サンからのアドバイス

セルトレイで育てた苗は小さいので、深植えにならないように植えよう。

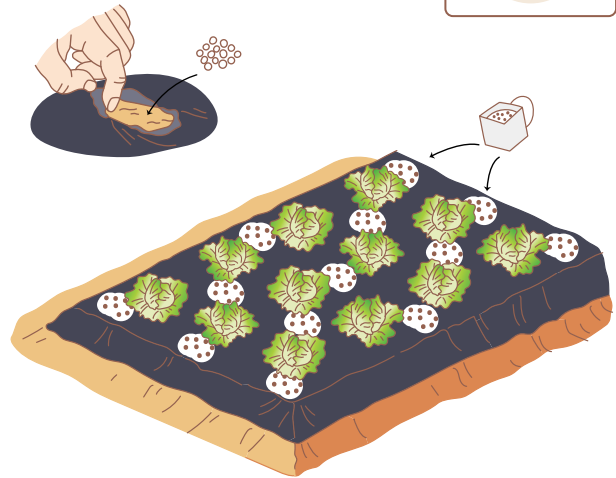


④ 追肥

結球し始めた頃に株間のマルチに指で穴を開け、化成肥料をまき、薄く土を掛けておく。

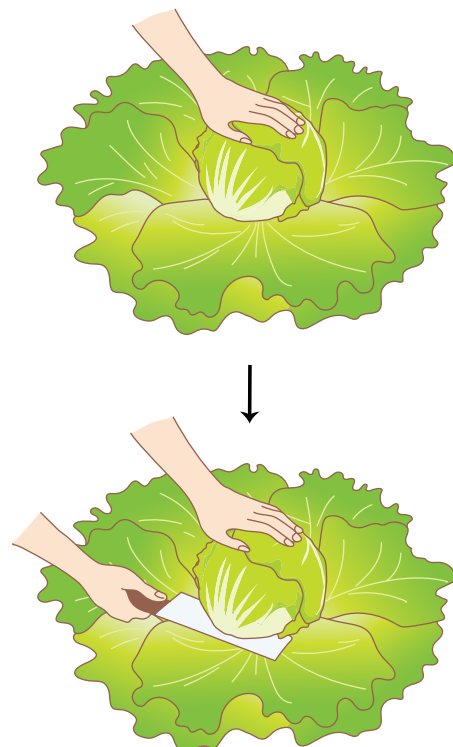
1㎡あたりの量

②
化成肥料
14-14-14
90g



⑤ 収穫

葉が巻き、球を押してみるとやや弾力がある頃がおいしい。切り口から白い乳液が出るので、布などで拭き取る。



ホッチキスをはずして保存できます



上:ハクサイの外葉を寄せてひもでくくり防寒
左:ホウレンソウを収穫する学生

今回は、野菜それぞれの収穫のポイントを押さえながら作業しました。ホウレンソウやシュンギクは葉っぱが途中でちぎれないよう、丁寧に引き抜きました。ダイコンは葉の根元近くを持ち、丁寧に収穫しました。どの野菜もきれいに大きく成長してうれしかったです。



池田 葵さん(1年)
現代食文化学科
食文化学部

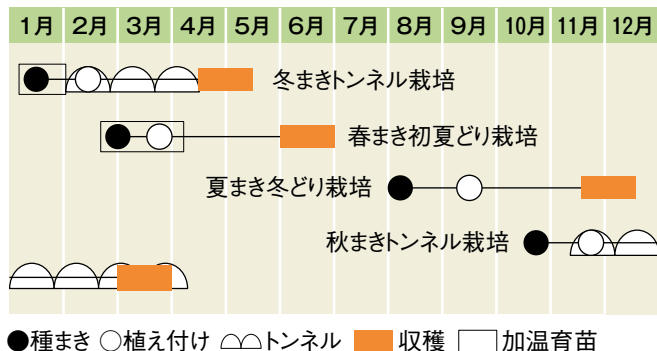


笑味ちゃん
天気予報
毎月第4水曜日
18時50分~放送

結球レタス

サラダ野菜の王様

栽培スケジュール

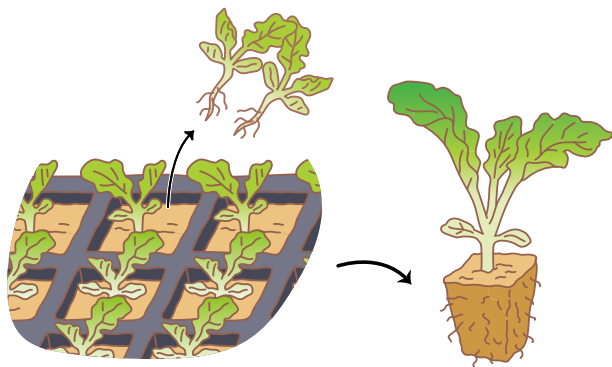
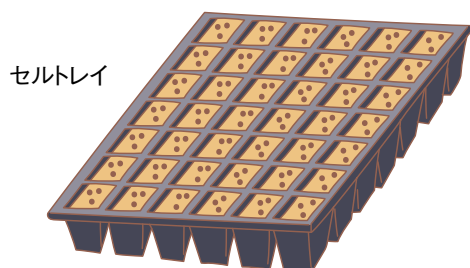
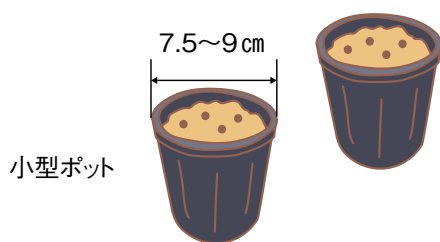


酸性土壌に弱いため、畑は早めに石灰を施し、よく耕しておきます。やや冷涼な気候でよく育ち、栽培適温は18～23度。暑さに弱いため、一般的な作型は夏まき冬どりです。



／ 教えてくれるのは、
この人!! ／
蒜山総合センター
ながつな ひろあき
長綱 宏明

① 苗づくり



本葉1枚の頃、間引いて
1本立ちにする

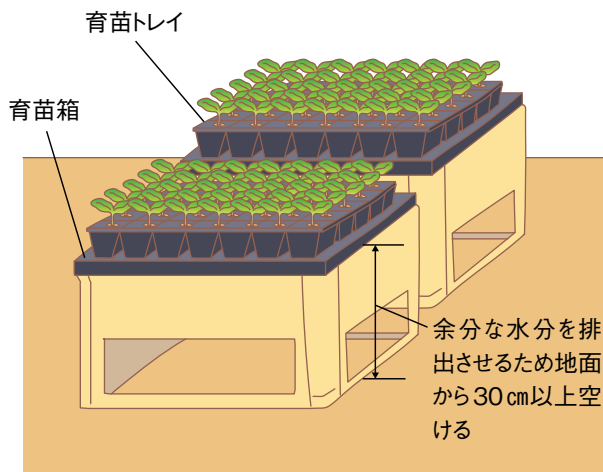
仕上がり苗
本葉2、3枚

小型ポットでは5～6粒の種をまき、本葉2～3枚までに1本に間引き、本葉4～5枚まで育てる。発芽まではかん水を十分行い、まき床を新聞紙で覆うなど、土の乾燥を防ぐ。

ポイント!

いい苗をつくる一番のポイントは水分管理。弱い苗のまま成長させないためにも、「夕方には培土表面が乾く」程度に水をやる。また、トレイは地面から浮かせて置き、余分な水分を早く排水できるようにする。トレイ育苗では、特に若い苗の時に植えるようにする。植える時期を過ぎた苗は活着が遅れ、収量や品質に影響を及ぼすので植えないようにする。

ホッチキスをはずして保存できます



■ おすすめ資材

①JA 晴れの国岡山

オリジナル野菜の肥料

窒素・リン酸・カリに加え、微量元素をバランスよく配合し、野菜の元肥・追肥に幅広く使えます。



②化成肥料14-14-14

野菜・果樹・花など幅広く使えます。高成分なので少量投入で経済的です。



真庭統括本部の蒜山花^{かき}卉部のメンバーが11月下旬、倉敷かさや統括本部のラークスパーク研究会を視察しました。交流は初めてで、北と南の2地区のリリース出荷による統一ブランドを将来的に目指します。ラークスパークの出荷時期は、県北部の冷涼な真庭が5月末から6月末と10月から12月上旬まで、県南部で温暖な笠岡市と矢掛町は10月末から翌年6月上旬まで。

倉敷かさや管内では約30年前に栽培がスタート。華やかで品種が多いため、ブーケ・生け花・アレンジメントなど用途が広く、市場から出荷を待ち望む声が届くまでになりました。ピーク時は20戸が栽培し年間55万本を出荷しましたが、高齢化や他品目への切り替えが進み、現在は笠岡市と矢掛町を合わせて5戸まで減少。ただ秋冬期では全



ラークスパーク統一ブランド目指す 2地区で初の交流



ラークスパークについて話し合う両地区の生産者

国シニアで一位を誇ります。一方、蒜山花^{かき}卉部会は冷涼な高原の気候を利用して6戸が栽培。他産地の端境期に出荷することから評価を得ています。真庭統括本部は「少しずつ生産者も減っている有利販売で農家所得・生産者を増やしたい」と期待します。

視察を受け入れた同研究会の濱田英世^{はまだ ひでよ}会長は「今のままでは出荷量が少なく、市場では値段がつきづらい。JA合併を機に産地として一緒にやっていきたい」と展望します。



水分量を見極め最適な状態で収穫する

勝英管内特産の「作州黒」の収穫が12月中旬に始まりました。「作州黒」は大粒でコク深い味わいと風味が魅力。生豆だけでなく、お茶やきな粉など多彩な加工品で販売します。

勝央町で1.7haを栽培する作州黒部会の水田周二^{みづた しゅうじ}副会長は、「夏の長雨の影響を心配したが上々の出来に仕上がった。先人が作ってきたブランドを守れるよう頑張っていきたい」と、1月末まで3.4tの出荷を目指します。



「作州黒」いろいろな品で 今年産も上々の出来

記事活用体験を発表する神尾さん



県代表に神尾さん(真庭女性部) サークル立ち上げ活動



JA女性部の代表者8人が12月上旬、JA家庭雑誌『家の光』記事活用体験発表県代表選考会(岡山市)に出場しました。それぞれ地域の実情に合わせた特色ある活動を発表し、最優秀賞に真庭女性部の神尾佐知子^{かみい さちこ}さんが輝きました。

神尾さんは「新時代へ」と題して発表。活動を制限されたコロナ禍の時期に部長に就任し、少人数でできるサークル活動に着目。食や命をいただくことの大切さを伝える食農教育を軸とした新サークルを立ち上げ、活動がきっかけで新しい部員が加わった話を披露しました。「交流の仕方を変えればコロナ禍であつてもいくらでも方法がある」と呼びかけました。

神尾さんは、2月に京都府で開かれる全国『家の光』大会都道府県代表体験発表大会に出場します。岡山県代表選考会の出場者は次の通り。

▼藤本安代^{ふもと あん代}さん(岡山県)・三宅由美子^{みやけ ゆみこ}さん(岡山県)・花巻美津子^{はなまき みづこ}さん(倉敷かさや)・畦崎昭子^{せさき しょうこ}さん(びほく)・福田浩子^{ふくだ ひろこ}さん(新見)・赤野美代子^{あかの みよ子}さん(津山)・安東富貴子^{あんどう とも貴子}さん(勝英)



スイートピー 新品種デビュー

船穂町花き部会が生産する、特産スイートピーの出荷が順調です。

今年は初めて、新品種を共同開発し、人気の高い青系「パールブルー」と「パールライラック」の2品種を商品化しました。

これまで染め品種は、主に生産者個人が開発・出荷していました。近年は、アレンジメントやSNS映えて染め品種の人气が高く、安定供給できるよう、21年度から部会内での共同開発に着手。同じ染料・時間でも気温や湿度の微妙な違いで発色が変わるため、基本となる品種の選定、染料の配合、浸ける時間など何度も試作を重ね、11月下旬に

初出荷を迎えました。

JA担当者は「消費の動向に注力し、市場の求める品種選定で消費者ニーズに応える」と力を込めました。

全体では、例年に比べて生育に遅れが見られましたが、草丈や色づきなど品質は良好。

部会は、地域の生花店・行政との連携やインスタグラムを通じたPRなど、認知度向上に力を入れます。

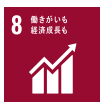
4月中旬まで85品種1,000万本を目標に、東京・大阪市場を中心に全国へ出荷します。

淡い色あい魅力の「パールライラック」と「パールブルー」



「ピオーネ」の出品で大臣賞に輝いた藤野さん(右)

のブドウ「ピオーネ」オーロラブラックの
が高い評価を受けました。農林水産大臣賞に藤野幸一さん(新見市)、県知事賞に浅野真行さん(倉敷市)、横山直紀さん(備前市)が輝いたのをはじめ、入賞41点のほぼ全てを当JAの生産者が席卷しました。計3回の審査会には県内全域から「ピオーネ」3点、「オーロラブラック」25点を出品。藤野さんは「生産者が目標とする受賞で光栄。これからも若手の育成に努め、糖度が高くジューシーで香り豊かなブドウづくりに励みたい」と語りました。



黒いブドウ健在 大臣賞に藤野さん(新見市)

県とJAグループ岡山の
推進本部主催の2022年度岡山県うまいくだもの共進会で、JA晴れの国岡山



トラックからパレットごと出荷



パレット無料貸出 米出荷の省力化へ

岡山東統括本部は、米生産者の作業効率向上のため赤坂支店にパレット300枚を導入し、無料貸し出しを始めました。

貸し出しパレットに生産者が積み荷を載せて出荷し、JA職員がフォークリフトで積み降ろしをします。積み替えの手間を省き、今までの半分以上の時間で出荷作業ができるようになりました。

多い時は、1日で50tを超える出荷があり、生産者の負担に

なっていました。高齢化や後継者不足も重なる産地の声に応えました。

生産者は「もみすり後、すぐにパレットに積むことができ、米の移動が楽になった」と話し、負担軽減を喜びました。

JA共済の地域貢献活動の一環で導入。生産者の作業を軽減し、生産意欲の向上につなげ産地の発展に貢献します。



持ち寄った米や野菜を贈る女性部役員(左)

津山女性部津山中支部は、JAと協力し、第31回全日本高等学校女子サッカー選手権大会に出場を決めた岡山県作陽高等学校女子サッカー部に地元農産物を贈りました。女性部員117人に協力を呼び掛け、結ぶJAも賛同。玄米420kg、ハクサイ・ダイコン・タマネギ・ジャガイモ・ネギなどを持ち寄りました。12月中旬に贈呈式を開き、永禮多紀江支部長が「栄冠を勝ち取り、地域の名を全国にとどろかせてほしい」とエールを送りました。

農産物のために 地域のために 贈るために
JA共済の地域貢献活動



女子サッカー作陽高に 地元農産物贈る



地域貢献活動の紹介

「明治ごんぼう」出荷順調 3月まで井原直売所に



太く・長く・風味よく
仕上がった「明治ごんぼう」

井原市明治地区で、特産ゴボウ「明治ごんぼう」の出荷が順調です。今年産は天候の影響が少なく、例年以上に太く、香り高く仕上がりました。同地区は粘土質の土壌が多く、一般的なゴボウに比べ収穫できるまで3ヵ月ほど長くかかります。じっくりと力強く育ったゴボウは、繊維がきめ細かく柔らかいのが特徴です。約40戸が栽培し、大手スーパーや井原直売所「いばら愛菜館」などで3月まで販売します。生産者は「きんぴら・天ぷら・汁物など、いろいろな料理で味わってほしい」とPRします。

仲間と楽しく正月料理 健康は食事から

岡山東女性部備前支部の「菜の花会」は12月中旬、料理教室を開きました。JA家庭雑誌『家の光』掲載のレシピを活用し、地元の食材を使った「ブリとレンコンの照り焼き」や「ダイコン餅」など4品が完成。JA厚生連の講師から健康な体づくりのための食の大切さなどの話も聞きながら料理を楽しみました。参加者は「仲間と和気あいあいと料理を学べる。身近な材料で先生の話もためになり、家でも参考にしている」と話しました。



(上) 協力しながら料理
を楽しむ参加者
(左) 完成した料理



JAグループ岡山は12月上旬の2日間、岡山市で農機フェアを開き、管内の担い手や新規就農者など農家ら1,447人が参加しました。高松稲荷駐車場の特設会場には、メーカー27社が出演。自動運転トラクター・田植え機・コンバイン・無人航空機ドローン・無線式草刈り機など最新農機470点以上のほか、環境保全や低コスト・省力化につながる肥料などが並びました。生産資材の高騰・人手不足の深刻化を受け、各ブースで実演機の機能性や操作性を確かめるなど持続可能な農業の実現に向けてヒントを探りました。会場では農業関連資金の相談も受付け。参加者は「肥料価格高騰対策に役立て、次作の営農計画の参考にしたい」と前向きに検討しました。



自走式草刈り機の実演

資材高・人手不足の打開へ 農機フェアに先端技術



焼きたての「作州栗」を買い求める来店者

総社市の山手直売所で12月下旬、クリスマスの新たな風物詩として「メリー栗スマス！」と銘打ち、勝英地区の特産「作州栗」を実演販売しました。栗は収穫後1ヵ月間氷温保管し糖度を高めたもので、圧力式の機械で焼いて即売。クリスマス寒波の到来もあり、焼きたての栗を求める多くの客で賑わいました。来店者は、「何度も食べているが最高においしい。家族みんなで楽しく食べたい」と話しました。

「メリー栗スマス！」 冬の新たな風物詩に



愛犬との ひとコマ



ここから
簡単アクセス!



父の跡を継ぎ農業と向き合う

父の跡を継いで2022年4月からブドウ栽培を始めました。数種類のブドウを父が栽培していましたが、その中から「シャインマスカット」「クインシーナ」「オーロラブラック」「ピオーネ」を主に栽培していきたいと思っています。

先輩農家から教えてもらいながら勉強する毎日です。栽培管理だけでなく、ハクビシン・イノシシの被害など大変なことも多いですが、自分が育てた実が実るのはやはり嬉しく、やりがいがあります。

農の未来を担う!

新しいチカラ

Vol.10

ブドウ生産者(笠岡市)
まつもと まさひろ
松浦 正虎さん(48)



色づき不十分なブドウ活用 うま味と甘味凝縮しデザートワインに

真庭市の「ひるぜんワイン(有)」でデザートワイン「岡山ピオーネ」の仕込みが始まりました。このワインは「ピオーネ」の天候不順などの影響で色づきが不十分だったものを使い、今季は9.6tを仕込みました。

JAは、天候不順でおきる農家所得減の対策として材料の提供に協力。選果場などから集荷した「ピオーネ」を搾汁し、凍らせて溶け出した濃厚な部分を発酵。寝かせて販売します。同社は「本当においしいブドウを使わないと濃縮してもおいしくならない。今回は糖度が高い」と話します。生産者からも「育てたものを捨てずに使ってもらえるのはありがたい」と好評です。



「ひるぜんワイン」の仕込み



「すがたをかえる大豆」学ぶ 矢掛女性部と児童がみそ造り

矢掛地区女性部は12月中旬、矢掛町立山田小学校3年生11人と、みそを造りました。同校は、大豆の植え付けから学びます。児童は米麴をほぐし、大豆をつぶしてタルに詰める作業を体験。つぶしたり、こねたり丸めたりして楽しいと笑顔を見せました。みそは学校へ持ち帰り、1年間熟成させて児童に手渡します。



出荷規格を確認する生産者

吉備路白ねぎ生産出荷組合の白ネギが出荷の最盛期を迎えました。28戸が約2.8畝で栽培。冬場の所得向上や安定経営に向けて産地化を進めます。生産者同士の情報共有やJA営農指導員の巡回指導など

12 つくる責任 つかり責任

吉備路の白ネギ 冬場の所得に

を通じて高品質な生産につなげ、市場の期待に応えています。近年は、生産者の高齢化による作付面積の減少が懸念され、田部弘明組合長は「担い手確保に力を入れ、産地の維持に努める」と力を込めました。日量約600kgを3月まで県内・大阪・広島市場へ出荷します。

園児が買い物体験 直売所には野菜いろいろ

津山市立みどりの丘保育所の年長組園児26人が12月中旬、津山市地産地消センター「サンヒルズ」で、買い物を体験しました。園児は、ハクサイやニンジンなどを手に取るとレジに並び、現金で支払いをすませ、持参したマイバッグに入れて持ち帰りました。野菜は給食で味わいました。

矢内信夫店長は「自分で商品を選び、買い物をすることがいい体験になる。季節によって野菜が違うことも感じてほしい」と話しました。



レジに並び「お金を払うところが楽しい」と話す園児

わたしたちの考える

SDGs

～仲間とともに未来をひらく～

岡山西女性部
木村 由子 さん
部長



ペットボトルキャップで作った「おじゃみ」(左)や、靴下端材で作ったマット

「もったいない」合言葉 リサイクルでみんな笑顔に

岡山西女性部は、定期的に関手芸教室などで廃材を利用し、「みんなが笑顔になれる」をテーマに作品づくりをしています。ペットボトルキャップを布袋の中に入れたお手玉状の「おじゃみ」づくりでは、職員も一緒に取り組み、地域のリハビリ施設に寄付。手で握ったり腰にあてると刺激になり、体操やダンスなどに幅広く使えると喜ばれました。

また、靴下端材で作ったイス用マットは、岡山西統括本部管内の支店などで活用。フワリとして優しい座り心地と好評です。

10年以上続ける「エコキャップ運動」は、管内の組合員・利用者・職員と協力して地域全体でペットボトルキャップを回収。12月上旬、リサイクル事業者に594kgを搬入し、約1.5tのCO₂削減につながりました。

「もったいない」を合言葉に、地域とともに環境を意識した取り組みを広げていきます。

誌面でご紹介できなかった最新トピックスは
ホームページでも紹介しています!



タマネギ・白ネギ・ホウレンソウ...

／どんなメニューになるのか楽しみ!／

農業にエール 元気に!

津山市地産地消センター「サンヒルズ」で、給食に使う野菜を自分たちで買ったよ!



お買い物体験
津山市立みどりの丘保育所

大豆の粒がなくなるまで元気に足でつぶしたよ。でき上がりが楽しみ!

がんばれ!
がんばれ!



みそ造り体験
りゅうしょう
龍昌保育園(倉敷市)

いろいろな料理に使ってね!

雪の中のブロッコリーは
きっとおいしいね!

つやま青壮年部西部支部と地域・JAのみなさんと一緒に特産のブロッコリーを収穫しました。



ブロッコリー収穫体験
つるぎ
鏡野町立鶴喜小学校



自分たちで植えた「紅はるか」と「鳴門金時」だよ!



サツマイモ収穫体験
早島町立早島幼稚園

ビッグサイズ
とったぞー!

矢掛町立
川面小学校

サツマイモ収穫体験

大きい小さいの、おもしろい形の、いろいろなサツマイモが出てきたよ!

みやしろ なおと
都城 直人さん



どりえん じゅんた
鳥越 純太さん



はら ももか
原 百花さん



イリエ リュウさん(右)

監修＝JCA(日本協同組合連携機構)

食料をなく協同組合JAと農業

食料自給率38%!
だから今、「国産国産」が熱い!

12



「国産国産」とは、JAグループが2021年9月に「国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産する」という考え方を示したものです。10月16日を「国産国産の日」、10月を「国産国産月間」とし、地産地消のみならず、今こそ国産国産に目を向けようという力を入れています。

なぜ今、国産国産なのでしょう。食料自給率は先進国で最低水準38%(2021年度カロリーベース)を記録。長きにわたる食生活の欧米化が大きな原因とされています。欧米化した食生活を支えていた輸入食品ですが、コロナ禍で各国が食料の輸出制限をかけたことで、日本は大きな食料危機に陥り、今もなお小麦をはじめ、ありとあらゆる食品の値上げラッシュが止まりません。

そこで今こそ「国産国産」に目を向け、地元・国産品を積極的に購入することで、日本の農業の底力を復活させ、安定的な食料供給につなげます。国が目指す2030年度までに食料自給率45%以上へと近づけることで、農家支援にもつながります。

JAは、管内農畜産物の紹介や家庭菜園・レシピ・オンラインショップなどを盛り込んだ国産国産のWEBページをつくりました。これをきつかけに「国産国産」について考えてみませんか。

詳しくは
コチラ!



環境によくて、
海にも里山にも優しい。
おいしいお米もできて
よいことづくし！



"農業"や"食"って
こんなにおもしろい！！

地域を

JAの食農体験や出前
感じたこと、学んだこ

ぼくたちが書いた
イラスト入り！！



わたなべ ゆういち
渡邊 佑一さん

カキ殻散布 こうち 真庭市立河内小学校



ださい きらりさん ぬま いちか
太才 きらりさん 沼 毎花さん

次のお米づくりの
ために田んぼにカ
キ殻をまいたよ！

もち米販売 新見市立新見南小学校



田植えから稲刈り・はで干し・脱穀・販売・食べるところまでお米作りを体験しました。収穫したお米は地元の神社にも奉納し、ワラでお飾りを作るなど、お米にまつわるいろいろな経験をしました。

ピカピカの新米
おいしいですよ！



黄金の稲穂がきれい！



おおつ ゆうか もり こはる
大津 悠華さん 森 心春さん

ずっしり重たい！
豊作だよ♪



ゆきの みさと
柚木 美慧さん

青壮年部のお兄さん
に教わり足踏み
脱穀機で稲を脱穀
したよ！



お米の授業 倉敷市立富田小学校

作品(楷書で漢字にふり仮名を)・ペンネーム・住所・氏名(ふりがな・年齢を記載の上、投稿してください。ペンネーム・匿名希望のな場合は本名を掲載します。本誌23ページ「みんなの広場」の応募方法をご確認の上、JA晴れの国岡山総務企画課「晴ればれ」係宛に送付してください。誌面の都合上、すべてを掲載できない場合がありますこと、ご了承ください。

投稿方法

日頃の農作業で感じる想い、家庭菜園や直売所の楽しみやエピソード、農の風景など

テーマ

新米に 席をゆずって 秋がゆく
石原 美智子さん
種まいて 芽が出た時の 嬉しさよ
森平 美知江さん
返り咲きぬくもりもうタンポポに
加藤 光子さん
じじばの 心の守りす 畑や山
藤井 芳和さん
爺の声 わしがやっちゃん 雀追ひ
坂出 和巳さん
重箱の 御節は我が 野菜達
おせち 松原 文子さん
晴れめしで 食卓彩る お正月
おぐもぐさん



理事会だより

本店と経済事業の機構改革ほか

令和4年度12月期理事会を12月26日に開き、次の事項について審議し、承認されました。

【附議事項】第1号議案：「びほく統括本部」高梁青果市場・集荷場土地等の売却および建替予定／第2号議案：「津山統括本部」旧河辺出張所土地等の売却／第3号議案：本店の機構改革（総務部「資産管理課」等の新設、改革推進部の廃止）／第4号議案：「サニープロジェクト」による機構改革（岡山西・倉敷かさやガス事業統合、びほく車輛業務統合）／第5号議案：吉備路支店管内の組合員に対する2億円超の貸付／第6号議案：組合と理事との利益相反取引／第7号議案：出資口数の減口（組合員の申し出による）

【報告事項】共済委員会報告／令和4年度11月末事業実績／不祥事件再発防止策にかかる11月の取り組み／支店統廃合計画の状況およびスケジュール／広域営農経済センター4ブロック化による事務所について／サニープロジェクトによる経済事業改革の取り組み内容／信用部ビジネスマッチング業務／近隣金融機関との相続手続きの共有化／渉外担当職員の集金業務の見直し／その他①年末手当の支給②倉敷かさや統括本部旧矢掛支店土地等の売却結果

耕つん・水路の泥上げで防止 ジャンボタニシ対策を

水路や土中で越冬するジャンボタニシは、寒さに弱く、水がないところでは生

存できないので、土壌が乾燥する冬場に1～2回耕して寒風にさらしましょう。通常の荒起こし作業より車速を遅く、ロータリーの回転を速くして耕します。使用後のトラクターは未発生は場への卵の持ち込みを防ぐため、付着した泥を洗浄してください。

水路の泥上げなど被害防止対策を組み合わせ、地域全体での防除が有効とされています。

穂々笑ファーム（赤磐市）を表彰 日本農業賞の県代表で

第52回日本農業賞の個別経営の部の県代表に、酒米「雄町」を生産する穂々笑ファーム（赤磐市）が選ばれ、12月上旬に岡山市内で表彰式が開かれました。同ファームは、非農家出身だった代表取締役の堀内由希子さんが地域の耕作放棄地や高齢化に危機感を抱き農業を始め、法人化しました。女性1人で就農し、大規模稲作経営で地域農業の維持・発展に貢献。高度な技術が求められる酒米「雄町」の栽培やグローバルGAP（農産物の国際認証）も取得するなど積極的な農業経営が高く評価されました。



「地域に支えられここまで来られた。引き続き地域を守る努力をしたい」と話す堀内さん

窓口ボードをご覧ください 共済・信用のお得な情報を

「JA共済ブラックボードコンテスト」で赤坂支店（赤磐市）が最優秀賞に、「JAバンク岡山ボードPRRコンテスト」で柵原支店（美咲町）が優秀賞に輝きました。ボードは支店職員が作成したもので窓口などに置いて来店者に共済・信用の情報をわかりやすく伝えています。



赤坂支店



柵原支店

生活用口座は1人1口座 金融犯罪の未然防止に

不正な口座開設による金融犯罪を未然に防止し、安心してJAバンクをご利用いただくため、生活用口座（普通・総合）の開設はお1人1口座でお願いいたします。

ご不明な点などありましたらお近くの支店窓口までお問い合わせください。

スマホから確定申告 税務署からのお知らせ

■確定申告会場への入場
会場の入場には「入場整理券」が必要です。入場整理券は各会場で当日配布しています。LINEから事前発行もできます。

※国税庁公式アカウントを友だち追加してください（運用開始は1月20日から）

■スマホ申告の便利機能

「スマホ専用画面」をご利用いただけます。令和5年1月より青色申告決算書や収支内訳書もスマホで作成可能になりました。

友だち追加はこちら



各種申請書の作成はこちら



12月16日 和牛子牛セリ市況

（JA全農おかやま総合家畜市場）

成績

（税込）

性別	頭数	最高価格	平均価格	平均体重
雌 全体	144	796,400円	554,841円	282kg
去勢 全体	223	994,400円	694,329円	305kg
合計 全体	367	994,400円	639,357円	296kg

※年末の肉牛出荷最盛期を迎え、367頭の売買が成立した。

Market talk いちばなし



岡山県東京事務所 主幹 小池 孝治



都内果専門店にブランド「晴苺」 「くだもの王国」の冬を彩る

東京都中央卸売市場大田市場には主産地からイチゴが続々と入荷しています。岡山県産のブランドイチゴ「晴苺」は、今年度も11月25日に同市場へ初入荷し、果物専門店の贈り物用だけでなく、スイーツにも利用され、「くだもの王国 おかやま」の冬を彩っています。

今年もみなさんが手塩にかけて育てた岡山の果物を都内でもしっかりPRしていきたいと思えます。

12月に都内果物専門店で販売した「晴苺」



役員が

おじゃまします

経済担当常務 内田 久士 (うちだ ひさし)

自己改革
実践中!

JJA購れの岡山山は
持続可能な
開発目標(SDGs)を
支援しています。



地域とともに特産を守る

今年のショウガの仕上がりや選果場を確認し、生産振興に身の引き締まる思いです



津山生姜部会の中井秀男部会長の案内で、津山生姜選果場を訪問しました。ショウガの形を包丁で整える作業をしてみて、思った以上に力が必要で、選果場の役割を再確認しました。

津山のショウガは1960年代に栽培が始まり、今では県内トップの産地となっています。一時は輸入品に押されることもありましたが、近年では安全安心な国産への志向が高まり、人気を取り戻しています。

10月下旬から11月上旬にかけて収穫し、土付きのまま貯蔵庫に保管することで、辛味と薬効が増し、香り豊かな「囲い生姜」ができます。今季は、天候にも恵まれて順調に生育し、栽培技術も向上したため、収量・品質ともに良好です。

津山の歴史ある特産をこれからも絶やすことのないよう、選果場や貯蔵庫、洗浄機といった施設の運営を通じて生産を後押しし、行政と連携しながら、新規就農者の確保・生産拡大に取り組んでいきます。

フレッシュ通信



職員の紹介を通じて、
JAの事業・地域の特徴をご紹介します。

JAに入組して3年目です。津山広域営農経済センター総合指導課で、担い手担当として水稲農家を中心に訪問し、営農指導や情報提供を行っています。実家は非農家のため米づくりに関する知識も乏しく、最初の頃は農家の方々から教えていただくことがばかりでした。訪問先で学んだことや、実証圃試験・研修会などで得た知識を基に営農への理解も深まり、新たな指導や提案も少しずつできるようになりました。訪問の度に新たな発見があり、知識を深められることが楽しく、充実した気持ちで業務に取り組んでいます。

今後またゆまず学習に努め、農家のみなさんに頼っていただける指導員を目指して尽力します。

津山広域
営農経済センター
総合指導課
おの ともや
小野 智也



目からウロコ!
くらしの**お得情報**

ひとりで過ごすより、**楽しい時間**を見つけた!
仲間ができる。趣味もひろがる。**年金口座**は当JAへ。

年金口座をJAにご指定いただくと、さまざまな**メリット**が受けられる**JA年金友の会**にご加入いただくことができます。

新たな仲間との出会い、楽しみを一緒に見つけませんか?

年金友の会 特典

親睦イベント: 仲間たちと時間や思い出を共有できるイベントが満載! 仲間と一緒に楽しめ、交流が深まります。

優遇定期: 定期貯金で店頭金利よりお得な金利が適用されます。

※イベントの内容は地区によって異なります。詳しくはお近くの支店までお問い合わせください。

そのほか年金に関するサービス

- 年金振込予約**: 将来の**年金口座**をJAに指定することを予約していただくとさまざまなメリットがあります。(50歳から申込可能)
- 年金相談会**: 社会保険労務士による**無料相談**を定期的に行なっています。

事前にご予約が必要です。詳しくは、お近くの支店にお問い合わせください。



▼寒さの厳しい毎日です。「笑味ちゃんクッキング」の白ネギスープを作ってみました。とってもおいしく体が温まり、我が家の人気メニューになりました。

笠岡市・よしべえさん(60代)

▼蒜山の野菜やトウモロコシは本当においしいです。ネギはお鍋には必ず入れるので食べてみたいです。

浅口市・ゆずさん(50代)

▼白ネギの選果場で仕事をしていきます。出荷までの大変さを知り、大事に育てられたネギに関われることがありがたいです。

真庭市・石井裕美さん(70代)

▼昨年、「きぬむすめ」を頂き、初めて食べました。モチモチ、ツヤツヤしていて子どもとおいしくいただきました。

鏡野町・ケビさん(30代)

▼晴ればれトピックス、いつも楽しみです。矢掛宿の大名行列に行く

予定でしたが、「コロナです」と行くことができないなと思いを馳せました。

美咲町・なみさん(60代)

▼地域によって、いろいろなバラ寿司があるのだと知りました。どれも心と愛情がたっぷり入って、おいしかったです。

高梁市・てんてんさん(50代)

▼「岡山のパラ寿司」とひと言で言っても地域によっていろんなバラ寿司があるんですね。個人的には日生の「サワラのこうこ寿司」を食べてみたいです。

赤磐市・ちいちゃん(60代)

▼先月号の特集で岡山はバラ寿司が有名なの思い出しました。買っていった寿司の素を探し出して、今度挑戦してみようぞ！

浅口市・清水薫さん(40代)

▼いつも「今日は寿司にしよう」と思っているが、なかなか作れていませんでした。先月号の特集にあった「サワラのこうこ寿司」、黄色のこうこと黒豆を散らせれば、すてきなパーティーになりそうです。作ってみます。

笠岡市・山下 良子さん(80代)

▼出身が岡山県ではないので、広報誌を通じてたくさんの特産品や景色を知って、実際に購入したり

出かけたりにしています！知ってる子どもさんが載るのもうれしいです。

新見市・まめしば社長さん(40代)

▼以前、もち麦をお米に混ぜて炊いていました。健康のために、また再開したいと思っています。

美作市・豊久愛子さん(70代)

▼もち麦入りチーズチヂミ、子どもたちが冬休みに入るのおやつに作ろうと思っています。

高梁市・西洋子さん(30代)

▼もち麦入りチーズチヂミがとてもおいしかったです。ぜひ今度作ってみます。体にもよさそうです。

倉敷市・大島信子さん(60代)

▼岡山へ移住してもうすぐ1年。週末に出かける時は、広報誌「晴ればれ」で紹介された直売所に立ち寄ってお土産を買うのが家族の楽しみです！12月号で紹介された「豚肉のきんぴらサンド」も作ってみました。おいしかったです。今後参考にできるレシピを楽しみにしています。

和気町・てらりんさん(30代)

▼それにしてもコロナが全然減りません。よく効く薬ができることを願います。2023年はよりよい年になるといいですね。

真庭市・めがねのおばちゃん(50代)

PRESENT QUIZ
パズルに答えて、
特産品をGetしよう!

正解者の中から抽選で
15人の方に
「イチゴ」を
プレゼント!!



※写真はイメージです

ヨコのカギ

- 1 ウィンタースポーツの代表格
- 2 旧国名の1つ。現在の三重県の大部分
- 3 お吸い物などを入れる器
- 4 鬼は外、福は——
- 5 掃除道具の1つ。魔女がまたがれば飛べるかも?
- 8 車のフロントガラスに付くとギラギラして厄介です
- 10 旅先で眺めることもあります
- 12 もむと温くなるタイプもあります
- 13 遅い時間まで寝ずにいること
- 14 仁徳天皇陵もこの1つ
- 16 水分補給に役立つ——飲料は、電解質を加えています
- 18 働き者だといわれる昆虫
- 20 天ぷらを天——に漬けて食べた

タテのカギ

- 1 2月の誕生石・アメジストは紫色の——です
- 6 刻みたばこを詰めて吸う道具
- 7 Lが大ならMは
- 9 こうなった——を知りたいなあ
- 11 暖炉にくべます
- 12 3度の食事以外に食べるもの
- 14 バレンタインデーに実らせる人もいます
- 15 囲碁や将棋の指し手の記録
- 17 百貨店の——ガイドで目当ての売り場を探した
- 19 昆布と——節でだしを取った
- 21 例年2月4日ごろ。暦の上ではこの日から春です

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? (出題/ニコリ)

1	6			14	17	
2			12			
3		9			18	21
4	7			13	19	
		10			15	
4	7			13	19	
		10			15	
5				16		



プレゼント商品はオンラインショップでも
買うことができます!!
◀◀◀Web サイトはコチラから



焼きサバ丼をさつそく作ってみました。簡単でおいしかったです。
吉備中央町 ともちゃん



▼カボチャ・サツマイモを使ったおやつづくりにまっています。地区の栄養委員の試作会で「カボチャのケーキ」「ミルクきんとん」「サツマイモの蒸しパン」を作り、おいしくいただきました。
備前市・播本ひろ子さん(70代)

押忍!! 50歳から極真空手を始めました。子どもたちに負けないよう体力向上にダイエットに頑張ります。
笠岡市 みーなすさん

雨にも風にも、寒さや霜にも負けず裏庭の悪条件の中、我が家の皇帝ヒマワリが晩秋に花開き、抜けるような空の青さと相まって美しく輝きを増し咲き誇りました。
岡山市 樋本公美さん



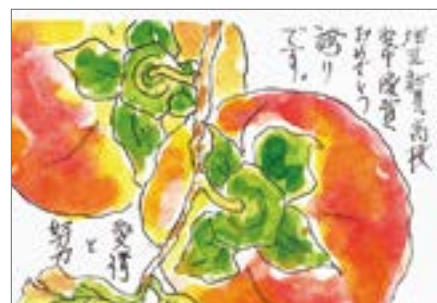
みなさまからの「写真」「イラスト」「お便り」「川柳」のご応募を大募集しています。ご意見・ご感想もお待ちしております!!



新見市 串馬 敬子さん



井原市 西村 ルリ子さん



新見市 N.Mさん

応募フォーム・FAXでの応募もOK!!

応募フォームができました! コチラから



あとがき

寒い季節は家にこもりがちだからこそ、お家時間を充実させるチャンスです。年末の大掃除ですっきり片付いた家の中。心の癒しにお花を飾ってみませんか! 管内の直売所では切り花や鉢植え、アレンジなど様々な花を販売しています。1月27日の「船穂スイートピー」記念日にあわせて、スイートピーをプレゼントするキャンペーンや、県内の生花店とのコラボイベントなども開催中! 詳しくはJAホームページをご覧ください。(荒木)

キャンペーンは
こち5から

応募方法

ハガキ・応募フォーム・FAXのいずれかに、必要事項をご記入いただき、ご応募ください。

〒713-8113
倉敷市玉島八島 1510-1
JA晴れの国岡山
総務企画課
「晴ればれ」係

63円
切手

- 郵便番号・住所
- 氏名
- 電話番号
- 年齢
- パズルの答え
- よかったコーナー (複数回答可)
- その他ご意見・ご感想

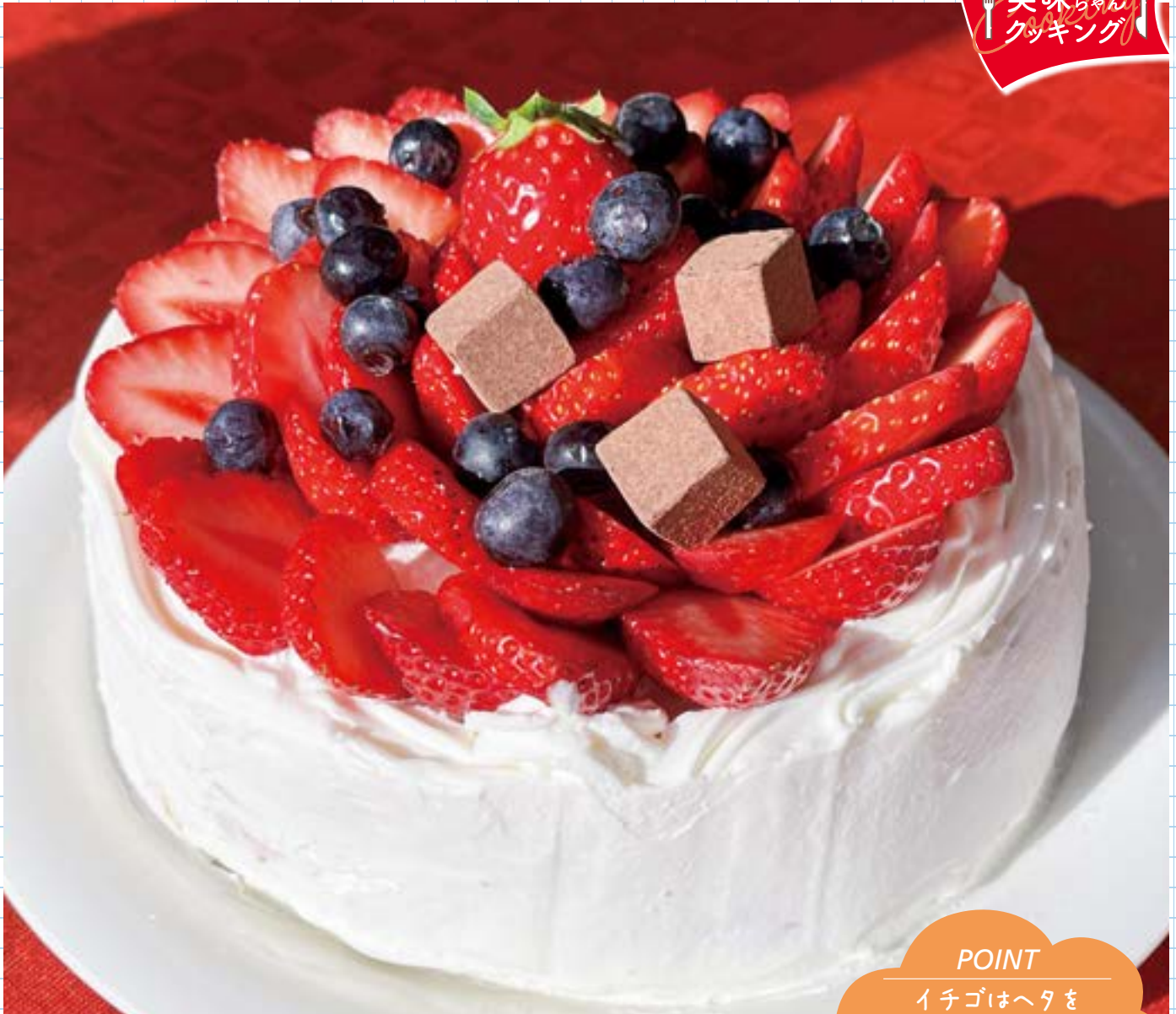
応募フォームURL:
または https://www.ja-hareoka.or.jp/form/harebare_present/
FAX: 086-476-1840

クロスワードパズル
先月号の答え
「フリソデ」
応募総数
1,047件

ト	ソ	ダ	ガ	ツ	キ
ツ	ム	ジ	シ	リ	ツ
バ	リ	シ	ヨ	ネ	
エ	イ	ヨ	ウ	シ	
メ	デ	キ	ユ	ミ	
オ	デ	ン	ブ	ラン	
ト	シ	シ	タ	フ	ジ

※誌面の都合上、お便りのすべてを掲載できない場合がございますがご了承ください。
※みなさまからいただいた個人情報、投稿コーナーへの掲載や当選賞品発送、JA事業運営以外では使用いたしません。
※投稿写真は、人物など被写体に関する肖像権などに触れる可能性のないものに限りです。
※記載氏名につきましては、ペンネームをご希望の方は、ご自身のペンネームを必ず明記してください。
※投稿いただいた作品は返却いたしません。
※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
※投稿いただいたハガキなどは、投稿いただいた時点で掲載可能承諾済とさせていただきます。

応募締切: 2023年2月10日(金) 必着



たっぷりイチゴのホールケーキ

【材料／1ホール(直径18cm)】

- イチゴ……………2パック
- ブルーベリー……………適量
- キューブ型チョコ……………適量
- 市販のスポンジ……………1コ

☆ケーキシロップ

- 水……………50ml
- 砂糖……………20g
- ラム酒……………小さじ1

☆クリーム

- 生クリーム……………300ml
- 砂糖……………30g
- バニラエッセンス……………少々

【つくりかた】

1. ケーキシロップの材料を鍋に入れ、沸騰したら火を止め冷やす。
2. 飾り用のイチゴ1個を残し、残りを5mmの厚さにスライスする。
3. クリームの材料をボウルに入れ、7～8分だてにする。
4. スポンジ横中央に包丁を入れ、2枚にする。
5. シロップの半量を1段目のスポンジの表面に塗る。その上にクリームを塗り、スライスしたイチゴを平らに並べる。
6. 並べたイチゴが隠れるぐらいのクリームを塗り、2段目のスポンジをのせる。残りのシロップを表面に塗る。
7. クリームを全体に塗り広げ、外周1周分だけ追加でクリームを絞る。上にスライスしたイチゴを外から中心に向かって並べたら飾り用イチゴ・ブルーベリー・キューブ型チョコをのせて完成。

POINT

イチゴはヘタを取る前に洗ってね！
先にヘタを取ると、ビタミンCや葉酸などの水溶性の栄養素が流れてしまい、味も水っぽくなります。



JA岡山厚生連
くぼ あつこ
管理栄養士 久保 敦子先生

