

笑顔のJA、スマイルJAナンバーワンを目指しています。



## 米検査の状況について



本年度の検査状況は、高温障害による乳心拍粒やカメムシ被害等により、収量・品質の低下が見られました。昨年はほとんど1等であった「秋の詩」、「日本晴」につきましても、2等が多く厳しい年となりました。

引き続きお米の集荷を行っていますので、JA への出荷にご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

### ◀ 米検査状況 ▶

9 月末



(袋数)	1等	2等	3等	合計	主な格付け理由
みずかがみ	6,373	1,012	0	7,385	その他未熟粒
コシヒカリ	2,207	2,225	127	4,559	乳白、心白粒
キヌヒカリ	1,164	5,795	796	7,755	乳白、心白粒
秋の詩	1,461	1,567	206	3,234	その他未熟粒
日本晴	14	321	30	365	カメムシ

## 畑づくりの授業



9月26日(火)、当JA職員2名が東小学校で畑づくりの授業を行い、小学3年生53名が参加しました。

この授業では、畝立てを行ったあとに、ブロッコリー、白菜、キャベツの苗と、ニンジン、ダイコンの種を植えました。どれも代表的な冬野菜ですが、苗や種を見ることは初めての児童が多く、職員が、どれがどの野菜か質問すると、答えることが難しい様子でした。また、植えることも初めて体験する児童が多く、植え方に困っているようでしたが、職員や先生のサポートによりきれいに植えることができました。



## 11月のJAほーもん日

**11/13(月) ~ 11/17(金)**

11月のJAほーもんは上記の日程で訪問させていただきます。

# 年金友の会 グランドゴルフ大会

10月5日(木)、ふれあい運動公園にて、第29回会長杯グラウンドゴルフ大会を開催しました。昨年より多い、会員74名の方に参加いただき、8ホール×2ゲームを行いました。

皆さん日頃の練習の成果を発揮され、たいへん白熱した大会となりました。なお、上位4名の方には11月28日(火)、長浜ドームで開催される『滋賀県JAGラウンドゴルフ大会』に、当JAの代表としてご出場いただきます。

## 【試合結果】

優勝	大辻 孝雄 さん
準優勝	番 雄四郎 さん
3位	福永 亮一 さん
4位	清水 喜四三 さん



# インターンシップ

9月27日(水)から10月3日(火)までの5日間、滋賀県立八日市南高等学校の生徒2名をインターンシップ(就業体験学習)として受け入れました。

期間中は、営農販売課の業務に携わってもらい、お米の検査の手伝い、玉ねぎの播種、棚卸の手伝いなど様々な体験をしてもらうことができました。2名とも、どの仕事も一生懸命に取り組んでくれました。



# 菜々笑 感謝祭

9月22日(金)、直売所菜々笑で、感謝祭を開催しました。今回は、新米フェアということで、地元でとれた新米が店頭に並びました。種類は、コシヒカリ、みずかがみ、キヌヒカリの3つで、どのお米もたいへん人気でした。

他にも、お彼岸用の菊やサツマイモ、栗、カボチャなど、秋らしい商品が店頭に並びました。店舗外には、山野草やめだかの販売、キッチンカーでのカレーの販売があり、感謝祭を盛り上げていただきました。



## 「やわたの郷味噌」販売が始まりました!

猛暑の日々が過ぎ、ようやく涼しい季節となってきました。ご飯の一品に、あたたかいお味噌汁はいかがでしょう。

直売所菜々笑にて、毎年好評の手作り味噌「やわたの郷味噌」を販売しております。地元で栽培された、大豆・お米を使用した安心・安全な無添加味噌です。「白大豆」・「丹波白大豆」・「丹波黒」・「丹波白大豆」を使用した3種類をご用意しております。ぜひお賞味ください。





# 小松菜のトンネル栽培 寒さでうま味が増加

小松菜はビタミン類、カルシウム、鉄分を多く含む緑黄色野菜で、特に冬採りは栄養価が高く、甘味も増し最もおいしくなる栽培時期です。

「品種」近年は葉が丸く、緑が濃い品種が好まれ、秋冬まきでは「はまつづき」（サカタのタネ）、「菜天」（タキイ種苗）、「よかつた菜」（カネコ種苗）などが良いでしょう。

「栽培期間」冬まき（12～2月）はトンネルやべたがけ資材で保温し、60～90日で収穫できます。中間地ではほぼ通年栽培ができ、草丈20～25cmを目標に、春まき（3～5月）は30～50日、夏まき（6～8月）は20～25日、秋まき（9～11月）は30～60日で収穫できます。生育が早く収穫遅れになりやすいため、1週間置きに少しずつまき、長く収穫を楽しむのが良いでしょう。

「畑の準備」種まき2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gをまいて畑をよく耕し、1週間前に化成肥料（NPK各成分10%）100gと堆肥2、3kgを施し、土とよく混ぜておきます（図1）。幅70～80cmの栽培床を作り、畝に平行に条間15cm程度の種まき溝を切ります。このとき、まき溝は支柱や木板を土に押し付け、溝を付けると深さが一定になります（図2）。

「種まき」種が重ならないように1cmくらいの間隔でまき、土を軽くかぶせておきます。

「トンネルの被覆と管理」トンネル内の温度は晴天日の昼には高く、夜間は外気に近い温度になります。冬から春にかけては気温上昇期に当たり、容易に30度を超えるため、温度が上がり過ぎないよう換気が必要です。資材は穴のないフィルムでは裾を大きく開けたり、開ける穴の数を増やしたりして、春に向けて徐々に換気量を増やします。有孔フィルムを使用すれば日中の高温は防げます（図3）。トンネル内をさらにべたがけ資材で被覆すれば厳寒期の霜害予防になります。

「間引き」初めは本葉が見える頃に子葉の重なっているところを間引きます。その後、葉が触れ合う程度に間引き、最後に5、6cm程度にします。間引き後は株のぐらつきを防ぐため、株元に土寄せします（図4）。

「病害虫の防除」害虫の発生は少なく、病気では白さび病が発生したときは、ダコニール1000などの農薬で防除します。生育期間が短いので、農薬の使用は生育初期に限りまします。

「収穫」草丈20～25cm程度で根を付けて抜き取り収穫をします（図5）。収穫が遅れると葉が堅くなり食味も落ちます。なお、外葉から必要なだけ抜き取れば、長期に収穫ができます。

図1 畑の準備(1)

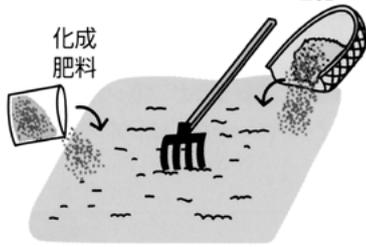


図2 畑の準備(2)

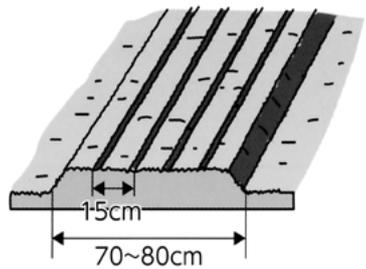


図3 トンネルの被覆

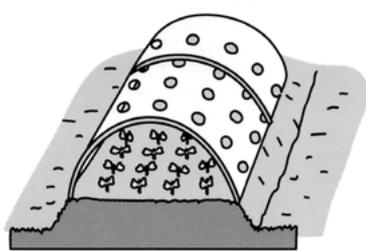


図4 間引き(最終)

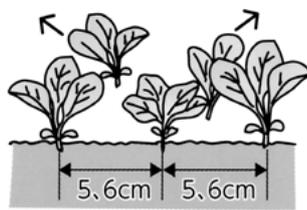


図5 収穫



栽培カレンダー(小松菜のトンネル栽培)

月	10	11	12	1	2	3	4
中間地		●	—	■	○	—	■
暖地		●	—	■	○	—	■

● 種まき ○ トンネル — 生育 ■ 収穫

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。



# 手指の体操で反射神経を鍛える

よく耳にする「反射神経」という言葉ですが、実はそういう神経は存在しません。私たちの体には視覚や聴覚などの感覚を受容する感覚神経と、手足や眼球の筋肉を動かす運動神経があり、この二つが連係することでとっさの事態にも素早く反応して対応できているのです。「反射神経が良い」とは、感覚神経↓脳↓運動神経↓筋肉への情報伝達がスムーズで素早いことを指しています。反射神経が鈍くなる主な原因は加齢です。高齢者に多いさまざまな事故を防ぐためにも日頃から反射神経を鍛えることが大切です。今回ご紹介する体操を繰り返し行うことで神経が鍛えられます。音楽に合わせて遊び感覚で楽しむのもお勧めです。

## タテヨコグーパー体操

### STEP1 基本の動き



(1) 右肘を立ててグー、左肘を横にしてパーで構えます。



(2) 左肘を立ててグー、右肘を横にしてパーにします。(1)(2)を20回繰り返します。

### STEP2 応用編

スムーズにできるようになったら、立てた方の手をパーに、横にした方の手をグーに変えてみましょう。失敗してもよいので、徐々にスピードアップを図りましょう。

## みんなで考えよう人権問題 ～ 『ジェンダーの気づき』 ～ 中央会 みのり

今、テレビで、公益社団法人ACジャパン提供のCMが流れています。「1覧になった方もあるか」と思います。(HPへのリンク[https://www.ad-c.or.jp/campaign/self\\_all/self\\_all\\_02.html](https://www.ad-c.or.jp/campaign/self_all/self_all_02.html))  
内容は、漫画のイラストを背景に、吹き出しの文字が現れます。\*協力：(公社)ACジャパン

- ① 赤ちゃんの泣き声が聞こえる家並みの中：「はいはい、今行くね」「よしよし…」
- ② 背景にビルが立ち並んでいるオフィス街：「わが社の経営方針を発表します」
- ③ 食卓風景：「ご飯だよ」
- ④ 窓の外から教室を見ると：「将来の夢はパイロット」
- ⑤ 夜景の見えるレストラン：「支払い、カードで」
- ⑥ 熊のぬいぐるみ売り場：「ジャンクのがいい」
- ⑦ ベッドの横に体温計：「子どもが熱を出したので、有給を取らせてください」

最後に「聞こえてきたのは、男性の声ですか？ 女性の声ですか？」  
「無意識の偏見に気づくことからはじめませんか」と文字が浮かんできます。

皆さんは、男性・女性のどちらの声か聞こえてきたでしょうか。これは男性、あるいは女性と勝手に決めつけてはいませんか。例えば、①③は、家事・育児だから女性。②企業の意思決定、経営責任を担うのは、男性。④パイロットとか医師は男性の職業。⑤経済的負担は、男性が対応。(女性より収入が多いから)。⑥女子は、赤・ピンクなどの暖色系。男子は、青・緑などの寒色系。⑦家事育児と仕事の両立において、女性は仕事より家事育児を優先すべき。

このCMのテーマは「ジェンダー平等」です。ジェンダーとは、生物学的な性とは違い、社会的・文化的につくられている性のことを指します。つまり、男性と女性の役割の違いによって形成された性別のことです。例えば、家事育児は、「女性がするもの」であり、仕事は「男性がするもの」といった「女らしさ」「男らしさ」という文化的につくられた意識のことを指します。私たちは、無意識のうちに性差や男女の役割について固定的な思い込みや偏見を持ってしまいがちです。「無意識の偏見」について、最近『アン・コンシャスバイアス』との説明がされており、CMにおいては、画面の下に「Unconscious bias」と英語で小さく表示されています。

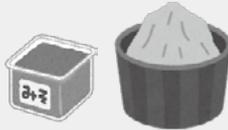
「無意識の偏見に捉われる」との言い方をするには、どうすればよいのでしょうか。  
それには、まず『無意識の偏見』とは何かを「知る」ことから始めて、「気づく」ことが大切ではないかと思えます。人権啓発の資料を読んだり、新聞や雑誌に問題点を指摘した記事があれば確認したり、研修会等へ参加したりして「知る」。知ったことを他人事としてではなく、自らの言動を顧みて問題点がないかチェックして、「気づき」を得る。

とはいえ、中々一人では気づきにくいものです。前提として、日ごろから問題点があれば、指摘したり、受け止めたりがスムーズにできる人間関係、コミュニケーションが取れる環境づくりが重要になってくるのではないかと思います。  
ジェンダーに関して、疑問や違和感をもつものがあれば、文字化してみて適切な表現かどうか話し合ってみませんか。

# みそづくり募集について

今年もみそ作りの季節がやってきました。  
手作りのおいしいお味噌を、ご家庭で味わ  
ってみませんか？

《お申込み締め切り》



**令和5年10月31日(火)**

《お申込み方法》

J Aにて準備しております申込書にご記入いた  
るか、お電話でお申込みください。

お申し込み・お問い合わせは

購買課 ☎ 42-1345 まで

# みそづくりスタッフ募集

募集期間 10月2日(月)～10月31日(火)  
募集人数 3名  
時給 967円  
就業時間 8時30分～16時30分  
(休憩1時間)要相談  
期間 令和6年1月上旬～2月下旬  
(みそ作り終了まで)  
休日 シフト制(週休2日以上)  
仕事内容 麴・みそ作りの準備  
(米・豆洗い・麴のきりかえしなど)



**まずは、お電話ください！**

お問い合わせは・・・ 購買課 澤・小島まで

☎ **42-1345**

面接日等は後日、担当者よりご連絡いたします。

この応募紙へ記入の住所・氏名等は、プレゼント当選者への連絡のみ使用させていただきます。また、感想・ご意見等は「読者の声」のコーナーへ掲載させていただく場合がございます。ご了承いただける方を応募いたしますようお願い致します。

## 広報紙10月号 クロスワード応募用紙

※当選者の方はホームページで氏名を掲載させていただきますので  
ご了承下さい。

① 答え

② 住所

③ 氏名

④ 年齢

⑤ 電話番号

⑥ 広報誌への感想・J Aへのご意見など自由にご記  
入下さい。

締め切り 令和5年10月31日(火) 当日消印有効

## COOKINGレシピ

# サンマとマイタケの炊き込みご飯

### 材料 (4人分)

\*サンマ……………2尾  
\*シウガ(干切り)……1本  
\*米……………300g  
\*だし昆布……………1枚  
\*マイタケ……………200g  
\*塩……………適宜

A

\*水……………270ml  
\*料理酒……………大さじ1と1/2  
\*しょうゆ……………大さじ1  
\*塩……………小さじ1/2

### 作り方

- ① サンマは頭と尾、内臓を取り除き半分につけて塩焼きにする。
- ② 米を研ぎ20分ざるあげしてから、炊飯器にAの材料を合わせ、研いだ米を20分浸水する。
- ③ 炊飯器にだし昆布を入れ、その上に①のサンマと小房にしたマイタケ、シウガをのせ炊飯する。
- ④ 炊き上がったらサンマと昆布を取り出し、サンマの中骨を取り除き炊飯器に戻し、混ぜ合わせて出来上がり。



スケジュール

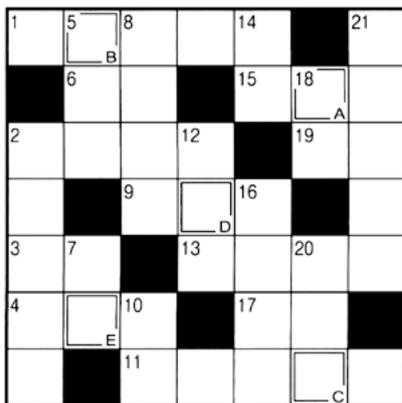
10月

- 21 土
- 22 日
- 23 月
- 24 火
- 25 水
- 26 木
- 27 金
- 28 土
- 29 日
- 30 月
- 31 火 理事会

11月

- 1 水
- 2 木
- 3 金 文化の日
- 4 土
- 5 日
- 6 月
- 7 火
- 8 水
- 9 木 習字教室
- 10 金 ヨガ教室
- 11 土
- 12 日
- 13 月 JA ほーもん
- 14 火
- 15 水 相続相談会
- 16 木
- 17 金

クロスワード



二重マスの文字をAから順に並べてできる言葉は何でしょうか？

正解者の中から抽選で1名の方に粗品をプレゼント！

クイズの答えが分かった方は

- ①答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号
- ⑥広報紙の感想・JAへのご意見等を広報紙中面刷り込みの応募用紙にご記入の上応募ください。（官製はがきでの応募もOKです。）

〒521-1221

東近江市垣見町818番地

JA東能登川 企画管理課 広報クイズ係

**締め切り 10月31日（火） 当日消印有効**

※当選者の方は、ホームページで氏名を掲載させていただきますのでご了承ください。

→ ヨコのカギ

- 1 甘柿の王様と呼ばれることもあります
- 2 屋内のこと。——派
- 3 ボンレス——、——サンド
- 4 漢字では石榴、柘榴などを書く果物
- 6 たき火に手をかざして取ります
- 9 飲んで食べて話して楽しみます
- 11 山野で生まれ育ったヤマノイモ
- 13 奇術師が披露するもの
- 15 ベンチよりふかふかしています
- 17 富士山の山頂を白くします
- 19 漬物やワインを詰めます

↓ タテのカギ

- 2 日光の紅葉の名所。48個のカーブがあります
- 5 ——大敵、運転中は気を引き締めて
- 7 白——に身を包んだ花嫁さん
- 8 ジョギングや水泳、筋トレなどはこの一種
- 10 ハウスを使わず作物を育てる——栽培
- 12 考えるときにひねるもの
- 14 応用に移る前にしっかりと
- 16 1カ月の後ろ3分の1
- 18 ペンのはキャップと呼ぶこともあります
- 20 東京都中央区の地名。豊洲へ移転した東京都中央卸売市場があった場所
- 21 2人でおそろいの服を着ます



9月号のクロスワードの答えは カラスウリ でした。

正解者の中から当選されたのは

神郷町 清水 さん です。

おめでとうございます。

JA東能登川のホームページアドレス ⇒ <https://www.e-notogawa.jas.or.jp>

JA 東能登川

検索

葬祭に関するお問い合わせ

自動車事故等の場合には

やすらぎ苑(24時間受付) **42-0983**

JA 共済事故受付センター **0120-258-931**  
(24時間受付)

役員の法令違反など情報受付

監事会事務局

42-1345

発行：東能登川農業協同組合 企画管理課 ☎：42-1345 | P☎：050-5802-6126 FAX：42-3512

〒521-1221 東近江市垣見町818番地 ホームページアドレス <https://www.e-notogawa.jas.or.jp>