



笑顔のJA、スマイルJAナンバーワンを目指しています。



みんなの
よい食
プロジェクト

稲刈りシーズン到来



お盆を過ぎた頃から「みずかがみ」の収穫が始まりました。

今年は7月の梅雨明け以降、高温・多照の日が続いたことから収穫時期が例年よりやや早まっています。また収量につきましては、全体的に例年並みからやや少なくなっています。品質につきましては、「みずかがみ」は例年並み、「コシヒカリ」「キヌヒカリ」は高温と台風10号の影響により等級はやや劣る状況です。

引き続き「日本晴」「秋の詩」「きらみずき」の収穫を迎えますが、下記のポイントを参考に作業を行っていただき、刈り遅れには十分注意しましょう。



管理・収穫のポイント

- ◎葉色に惑わされず、必ず穂(籾)色を手にとって確認し、籾黄化率85～90%の時期に収穫する！（刈り遅れによる品質低下に注意！！）
- ◎根や葉の活力維持のため、収穫5日前まで湛水を保つ！
- ◎中生・晩生品種では今後も十分な水が必要なので、こまめな水管理を行う！

年金相談会



9月6日（金）、年金相談会を行いました。

年金を受給する際の手続き方法や試算額の説明、請求書の記入方法など、各相談者のニーズに寄り添った相談会となりました。

毎年数回開催する、この予約制の相談会では年金受給中の方はもちろん、これから年金受け取りのことを考えておられる方など、どなたでもご参加いただけますので、お気軽にご相談下さい。



10月のJAほーもん日

10/15(火) ～ 10/18(金)

10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。

スクラップブックキング



8月20日(火)にスクラップブックキング教室を開催し、2名が参加しました。

今年2回目となる今回は、ピンクを基調としたバラや観覧車、わたあめなどの可愛い用紙を使って写真を飾りました。

飾る時のコツは、写真と飾りの色味を合わせて作ることだそうです。そうすることで作品にまとまりが出ます。また、飾りを複数組み合わせることで写真を強調することもできます。

参加者は、音楽のかかる部屋で雑談をしながら楽しく学びました。



人権研修



8月7日(水)、当JAの理事・職員を対象に人権研修を行いました。

「職場の人権」をテーマしたDVDを視聴し、職場には様々な考え方を持った、年齢や立場の違う人がいるため、それぞれの気持ちを考えて接することが大切だということを変更して学びました。

内容が身近であり、参加者は、自身の状況を振り返る機会となりました。

今後も定期的な人権研修を行い、役職員の人権意識を高め、働きやすい職場づくりを行っていきます。



相続個別相談会 開催のご案内

要予約

下記の日程で JA 滋賀信連 顧問税理士による予約制の個別相談会を開催します。
相続について、日頃から不安に思っておられることなどを解決してみませんか。

日時：令和6年11月16日(土)

時間：①9時30分～ ②10時20分～ ③11時10分～

(一組 45分程度)

場所：JA 東能登川 本所

担当：村上 税理士 (税理士法人中央総研)

参加費 無料

定員：3組 程度 (先着順)

(相談時間に限りがあるため、具体的な相談内容等を事前に伺います。)

☆申込締切：令和6年10月31日(木)

★ お問合せ先 ★

JA東能登川 信用課 (担当:澤)

TEL 0748-42-1345 FAX 0748-42-3512



緑肥と対抗植物 栽培環境を改善

「緑肥」は青刈りして土壌にすき込み、土壌を肥沃（ひよく）にする目的で栽培される「緑の肥料」です。「対抗植物」は特定の病害虫を防除するために栽培し、土壌中の寄生性センチュウや病原菌の密度を下げ、被害を減らすことができます。

これらの植物は種類によっては、両方の働きをします。共通点は、土壌の改善と同時に、畑の生態系を多様にし、土着天敵などを活用して病害虫を抑えられることです。

「緑肥」有機物が微生物に分解されて腐植が作られ、団粒構造の形成、透水性の向上で野菜の根の環境が改善されます。マメ科は根粒菌により空気中の

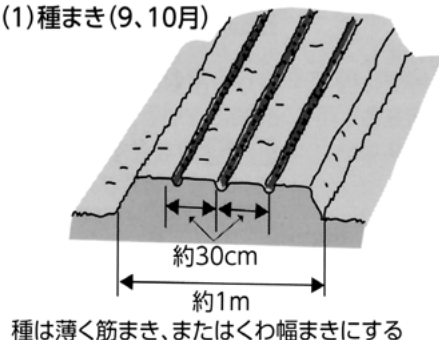
窒素を固定し、土壌が肥沃となります。

秋まきでは、裸地になるのを防ぐためにもイネ科のエン麦やライ麦をまき、また、マメ科のクローバー、ヘアリーベッチ（図1）では、翌年花を楽しんだ後にすき込みます。春まきではイネ科のソルガム（図2）、ギニアグラスなどを栽培し、夏に茎葉をくわや耕運機で2、3回すき込みます。その後、キャベツやブロッコリーなどが植え付けできます。イネ科作物は草丈が伸び、土づくり効果以外にも害虫の飛来阻止（隔離）、防風などの障壁効果も期待できます。

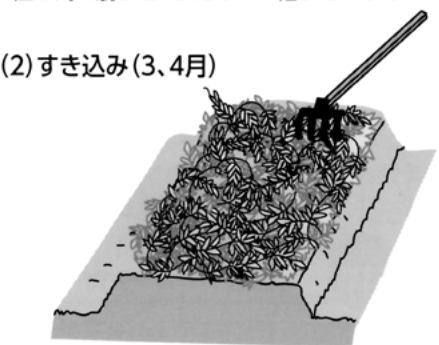
生育を阻害します。このセンチュウは地温の高い夏〜秋に増殖し、ウリ科をはじめ多くの野菜に被害を与えます。マリーゴールドやクロタリアなどの対抗植物を春にまき、3カ月程度育てれば、センチュウ密度を下げることで被害を軽減できます。

図1 ヘアリーベッチの利用

(1) 種まき (9、10月)



(2) すき込み (3、4月)



草高約30cmの頃、つるを細断してすき込む

図2 障壁効果のあるソルガム

畑にナス、トマト、サトイモなどを育て、ソルガムは周囲に植える

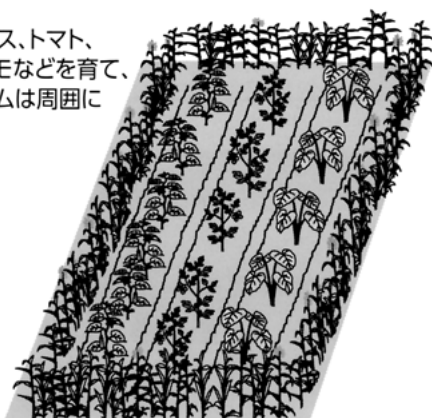


表 主な緑肥・対抗植物とその効果

参考資料：「カバークロップ・草生栽培 栽培指針」千葉県、千葉県農林水産技術会議（平成24年3月）、
「緑肥利用マニュアル」農研機構（令和2年3月）。

種まき期	科 名	品 目	主な品種※1	センチュウ抑制※2	雑草抑制	窒素固定	障壁	景観・美化
秋まき	イネ科	エン麦野生種	ハイオーツ、ニューオーツ	○				
		ライ麦	R-007、クリーン	○				
	マメ科	クローバー	くれない（クリムソンクローバー）、フィア（白クローバー）			○		○
		ヘアリーベッチ	藤えもん、ナモイ		○	○		
春まき	イネ科	エン麦野生種	ハイオーツ、ニューオーツ	○				
		スーダングラス	パールスーダン、ねまへらそう	○			○	
		ソルガム（ソルゴー）	つちたろう、元気ソルゴー	○			○	
		ギニアグラス	ナツカゼ、ソイルクリーン	○				
	マメ科	クロタリア	コブトリソウ、ネマクリーン	○		○		
		ヘアリーベッチ	藤えもん、ナモイ		○	○		
		セスバニア	田助		○	○		
	キク科	マリーゴールド	アフリカントール、グランドコントロール	○				○
		ヒマワリ	ハイブリッドサンフラワー、緑肥用ヒマワリ					○

※1 種苗会社は雪印種苗、カネコ種苗など。

※2 主な寄生性センチュウの抑制効果は、品種により異なる。



歩きながらグー・パー体操

「握力が強い人ほど死亡リスクが低くなる」。世界的に知られている有名な研究があります。もちろん、

握力さえ強ければ健康になれるわけではないのですが、握力は体全体の筋肉量の指標になっているようです。筋肉を鍛えることを日々の習慣にしたいものですね。

今回ご紹介する歩きながらのグー・パー体操は、全身運動でありながら、握力が鍛えられて、脳トレにも

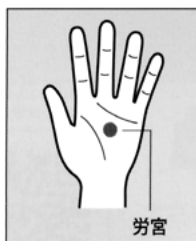
なります。

外を出歩くのが気持ちの良い季節です。腕を振りながら、グー、パーの動きをしつかり意識して歩いてみましょう。散歩時間の数分で構いません。続けることで、簡単に健康習慣を手に入れることができますよ。

ポイント

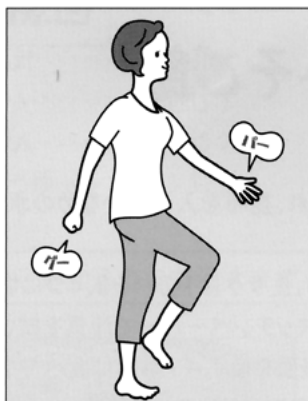
グーのときはしっかりと意識して手を握り、パーのときは指をしっかりと伸ばすことを意識して手を開きましょう。

歩きながら指のグー、パーの動きをはっきりと

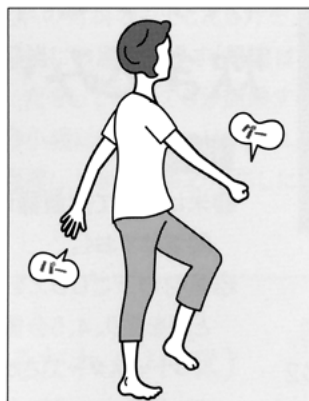


【つば：労宮(ろうきゅう)】

中指と薬指の間にあり、手を握ると押すことができます。手のひらの中央、しわが最も寄っている場所です。ストレスや血流改善、不眠にも効果があるといわれています。



(1) 背筋を伸ばし、肩、腕の力を抜いて歩きます。このとき、腕をリズムカルに振ります。歩き慣れてきたら、前の手はパーに、後ろの手はグーにします。往復10回行います。



(2) 前の手をグーに、後ろの手はパーにします。往復10回行います。2、3分程度、(1)と(2)を繰り返しましょう。

みんなで考えよう人権問題 ～ 障害の社会モデル ～ 中央会 みのり

パリ・パラリンピックが8月28日(日本時間29日未明)から始まりました。障害のある方が参加するオリンピックという捉え方からは、勝敗に関わらず、障害という壁を乗り越えてオリンピック選手として参加することに意義があると考へてしまいがちですが、当事者たちはどのように考えているのでしょうか。パラリンピック3連覇が期待される車いすフェンシングの選手は、インターネット上に「私はパリ・パラリンピックに参加しない」と投稿し、続けて「私は競いに行く」とのメッセージを発信しました。(朝日デジタルニュース、8/28配信)

「参加しない」との表明に驚き、「メダル至上主義」に対する批判かと思いましたが、そうではなく、厳しい練習を重ね、パラリンピックに出場する目的は、先のオリンピックの選手(健常者)と同様に、『私はパラリンピックに競いに行く』『その目的は勝つこと』という意思表示で投稿したそうです。一人のスポーツ選手として参加するということです。

ここで注意したいのは、メディアや教科書的な本の中の「障がい者の描かれ方」です。メディア等において、「けなげで周囲を感動させる人」とか、「不運にも障害のある人が、努力や人柄の良さで幸せになる」といったような、見聞きする人が感動する情緒的な物語が好んで取り上げられている点です。障害がある人が直面している様々な差別や理不尽な状況等を、「障害があるから、しかたがない」として、障害を乗り越えるのは、障害のある人個人の「がんばり」や「努力」が必要とされてしまっています。このような捉え方を「障害の個人モデル」といいます。これに対して、「障害の社会モデル」(以下「社会モデル」という捉え方があります。障害のある人が制限や不利益を受けるのは、その人の心身の損傷機能(障害)のせいではなく、「社会の側の工夫や努力、改革などによって解決するべきものである」という考え方です。

社会モデルに関して、『社会モデルで考える』ためのレッスン(注1)の著者である松波めぐみさんは、次のように書いています。

たとえば、白杖を手に単独で歩行している視覚障害者は、「助けてあげないといけない存在」ではなく、「これまで蓄積してきた経験を駆使して、(音や空気の流れを手掛かりに、危険を予知しながら)町に出かけている人」だと見なしてほしい。そのうえで、それでも視覚障害者が歩行時に危険に直面することがあるのはどのような場面なのか、それはどんな社会的障壁によるものなのかをともに考えてほしい。

松波さんは、最初から「かわいそう」といった善意の行動をしてあげているというような見下した姿勢ではなく、対等な人間として相手に敬意を払って接し、その相手が困っている状況にはどのような社会的障壁があるか、を考えるように促しています。

私たちも、障がい者に対して「かわいそう」「大変だ」とのまなざしから、その背後にはどんな社会的障壁があるのか、考えるようにしてみませんか。

(注1)「社会モデルで考える」ためのレッスン(著：松波めぐみ、出版：生活書院)



生産者さん募集

あなたの畑で採れた新鮮野菜
や花をご自身で設定した価格
で菜々笑の売場にならべてみ
ませんか？



詳細お問い合わせはこちら
0748-42-0831
直売所 菜々笑

ノーサイ
NOSAIの園芸施設共済で



台風に備えましょう！

1年間の掛金等 3,443円



(事務費込み)

(付保割合80%)

◎築10年以上経過した直径25.4mm以下のパイプハウス100㎡(被覆期間
12カ月:農PO 0.1mmスプリング止め)の場合 (ハウスの状況により掛金
等は異なります。)

Point1 1万円特約付き(1万円を超える損害から補償する特約)

Point2 更に「付保割合追加特約(+20%)」付加をすると
資産価値の最大100%を補償！



NOSAI 滋賀

詳細は、最寄りの支所・出張所まで！

東部支所 ☎0120-739-031

甲賀出張所 ☎0120-863-031

この応募用紙へ記入の住所・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きます場合がございます。ご了承くださいますようお願いいたします。

広報紙9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・JAへのご意見など自由にご記
入下さい。

締め切り 令和6年9月30日(月) 当日消印有効

毎日食べたい！ おいしく健康みそレシピ

米ナスの鶏みそ田楽

材料 (4人分)

* 米ナス・・・1個(約500g)

* サラダ油・・・大さじ1

* 小ネギ・・・少量

* 白ゴマ・・・少量

鶏
み
そ

* 鶏ももひき肉・・・100g

* みそ

(赤色系・辛口)・・・大さじ2

* 酒・・・大さじ2

* 砂糖・・・大さじ2

* みりん・・・大さじ1

作り方

- ① 鍋に鶏みその材料を入れて木べらでよく混ぜる。火にかけてぽつ
てりするまで混ぜながら煮る。
- ② 米ナスは上下を少し切って横に4等分の輪切りにする。下になる
方は十字に切り込みを、表面には網目の切り込みを入れる(このよ
うにすることで火の通りが良くなり、箸で食べやすくなる)。深めの耐
熱容器に並べてラップをかけ、電子レンジ(600W)で5分加熱す
る。
- ③ フライパンにサラダ油を軽く熱し、米ナスを上になる方から並べ入
れて焼く。焼き色が付いたら裏返し、
ふたをして火を弱め、約3分焼く。
- ④ 皿に米ナスを盛り付け、①の鶏みそを
のせて小ネギの小口切りや白ゴマを
散らして出来上がり。



スケジュール

9月

21 土
22 日 秋分の日
23 月 振替休日
24 火
25 水
26 木
27 金
28 土
29 日
30 月

10月

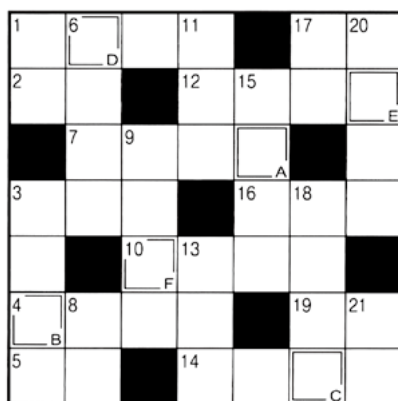
1 火
2 水
3 木
4 金 ヨガ教室
5 土
6 日
7 月
8 火 スクラップブック
9 水
10 木 毛筆教室
11 金
12 土
13 日
14 月 スポーツの日
15 火 JA ほーもん
16 水
17 木
18 金 ヨガ教室



★ 家庭菜園のポイントが記載されていて感心を持ちました。(今町・奥居さん)

★ あぶらぜみのなき声にひぐらしのすずしい声が混ざって季節が進んでいます。(今町・奥野さん)

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 9月30日(月) 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 香り高い高級キノコ
- 2 環境問題に世界——で取り組む
- 3 のどの——を覚えて水分を取った
- 4 財布やスマホを入れます
- 5 表ではありません
- 7 レインボートラウトとも呼ばれる魚
- 10 古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました
- 12 命を持つもののこと
- 14 バンガローやロッジより設備が充実しています
- 16 港を示す地図記号はこの形
- 17 富有、次郎、市田といえば
- 19 地震のときに感じるもの

↓ タテのカギ

- 1 たき火やかまどにくべるもの
- 3 葛根湯(かっこんとう)は——薬の一つです
- 6 建物や壁に囲まれた小さな庭
- 8 土の中で「ジーッ」と鳴く虫
- 9 印刷ではなく——のサイン
- 11 将棋の駒で、表側に動物を表す漢字が入っているもの
- 13 ——心と秋の空? それとも女心?
- 15 海水と淡水が混じり合っている湖
- 17 アヒルの原種です
- 18 勾玉(まがたま)のような形をした——ナッツ
- 20 バンダの好きな遊びの一つ。落ちない心配
- 21 近頃はセルフで済ませられるスーパーも増えました



8月号のクロスワードの答えは ツキアカリ でした。

正解者の中から当選されたのは

今町 汲田 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) 0748-42-0983

JA 共済事故受付センター 0120-258-931

役員の法令違反など情報受付

監事会事務局

0748-42-1345

発行：東能登川農業協同組合 企画管理課

☎：0748-42-1345

FAX：0748-42-3512

〒521-1221 東近江市垣見町818番地

ホームページアドレス <http://www.e-notogawa.jas.or.jp>