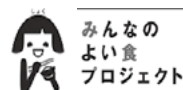


スマイルつうしん 令和7年10月号

笑顔のJA、スマイルJAナンバーワンを目指しています。



東小学校 野菜作り



9月24日(水)、東小学校3年生を対象に畑づくりの授業を行いました。食農教育の取り組みとして、当JAの営農指導担当職員が訪問し、校内にある畑で実際に冬野菜を育て、野菜を作る大変さや畑について学んでもらうため、授業の一環として行っています。

授業ではスコップで畝立てを行い、ブロッコリー、白菜、キャベツの苗と、ダイコンの種を植えました。畝立てでは、歩ける幅になるように皆で協力して土を掘っていき、きれいな畝が完成しました。野菜苗を定植する前にはどれがどの野菜苗か子ども達に質問をしたり、植え方についてポイントを説明し、植えていきました。子どもたちは先生や職員にサポートしてもらいながら丁寧に上手に植えることができました。

最後にこれからの水やりや草取りの管理について説明し「水やりを頑張る」や「収穫するのが楽しみ」など野菜作りに興味いっぱいの様子でした。冬にはおいしい野菜が収穫できるのが楽しみです。

11月のJAほーもん日

11/10(月) ~ 11/14(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。

米検査状況について

本年度の検査状況は、昨年同様に高温障害による背白粒及び心白・乳白粒やカメムシ被害等の格付理由により、平年より1等比率が悪くなっていますが、農家様より話を伺っていると収量は、昨年より良いと聞いています。

引き続きJAへ一袋でも多くの出荷にご協力いただきますようお願いいたします。



《 米検査状況 》

9月末現在

(袋数)	1等	2等	3等	合計	主な格付け理由
みずかがみ	752	5,895	481	7,128	背白粒
コシヒカリ	1,235	1,582	938	3,755	背白粒
キヌヒカリ	510	1,494	1,976	3,980	カメムシ
秋の詩	461	931	206	1,598	カメムシ
日本晴	0	243	35	278	カメムシ
きらみずき	27	14	0	41	カメムシ
にじのきらめき	88	610	559	1,257	カメムシ

直売所「菜々笑」閉店のお知らせ

日頃より直売所をご利用いただき、誠にありがとうございます。

誠に残念ではございますが、当店は令和 7 年 12 月 26 日をもって閉店させていただくことになりました。お客様には永きに渡り格別のご愛顧をいただき、心より感謝申し上げます。



菜々笑 感謝祭

9月19日(金)、直売所 菜々笑にて感謝祭を開催しました。

今月は、お彼岸・新米フェアとして、地元の農家さんが作った新米や、お彼岸の花やおはぎ、よもぎもち、今シーズン最後の入荷となった彦根梨がたくさん店頭に並びました。また、窯で焼き上げた出来立てのピザの販売や、お楽しみ企画として大きな冬瓜の重さ当てコーナーもあり、大まさに驚きながらもチャレンジされていました。



トンネル栽培に挑戦 冬も菜園を有効活用

トンネル栽培は野菜を寒さから守り、生育を促進させることで露地栽培よりも早い収穫ができます。また、トンネルがけをすれば霜に当たりにくいので、野菜が長持ちし長期間収穫できるメリットもあります。

「野菜の種類と品種を選ぶ」寒さに強い根菜類やホウレンソウ、小松菜などの葉菜類は、中間地（温暖地）では本格的に寒くなる11月下旬ごろからトンネルがけをすれば、冬から春の端境期に収穫できます。品種選びでは耐寒性があり、寒さに当たってもとう立ち（つぼみができ、花茎が伸びる）が起りにくい品種を選ぶと良いでしょう。

「被覆資材の選び方」保温用フィルムは、「農ビ」「農PO」などがあります。軽く、べたつかない「農PO」が多く使われています。穴開きタイプは保温効果がやや劣るものの、換気作業が省力化でき、穴から雨水が入るため使い勝手が良いでしょう。

不織布は保温や霜よけ効果があり、軽くて透光性も高いので野菜に直接かけた（べたがけ）、トンネル内の野菜の上に敷いて保温効果を高めます。マルチフィルム（以下、マルチ）は地温を上げて、生育促進効果を高めます。地温上昇効果の高い「透明」や、雑草防止効果の高い「黒」などがあり、

栽植様式に合わせた幅や穴開きの有無などのさまざまなタイプがあります。

支柱の長さは、ベッド幅、トンネルの高さ、地中に挿し込む長さから算出します。例えば、ベッド幅80cm、トンネルの高さ40cm、地中に挿し込む長さ約20cm（両側で約40cm）では180cm程度の長さが必要です。

防寒資材の特徴などについてまとめた表を参考にしてください。

「資材活用のポイント」晴天日にはトンネル内の気温は外気より高くなり、夜間は外気に近い温度になります。トンネル栽培は日中の気温を生育に適切な温度（15～25度）に少しでも長く保

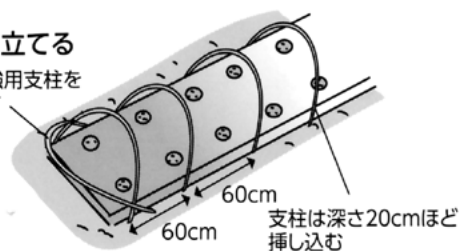
てるものの、夜間の保温には十分ではありません。そのため、氷点下の時間が長いと凍害を被ることがあるため、不織布によるべたがけも必要です。

春に向かって光が強くなったから、トンネル内は30度を超えるため、温度が上がり過ぎないように換気をします。フィルムの裾を開閉する「裾換気」と、フィルムに直径10cm程度の穴を開ける「穴開け換気」があります。資材の再利用や換気の手間を考え、種まき時期にかかわらず穴開き率（フィルム表面積に対する穴開き面積の割合）1、2％程度の資材を選択すると換気の手間を省けます。

図 トンネルの作り方

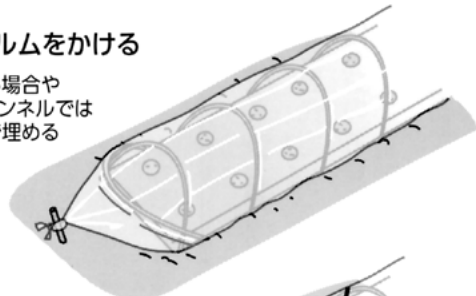
①支柱を立てる

両端は補強用支柱を斜めに挿す



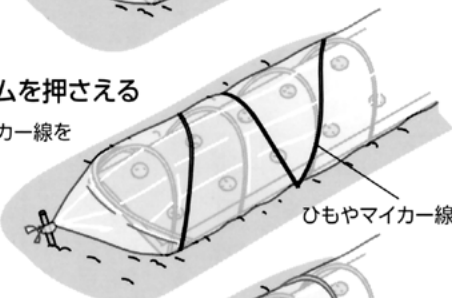
②フィルムをかける

密閉する場合や穴開きトンネルでは裾を土で埋める

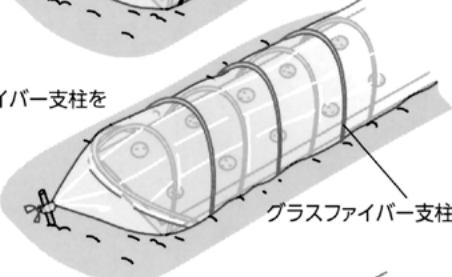


③フィルムを押さえる

ひもやマイカー線を使う場合



グラスファイバー支柱を使う場合



④換気（裾換気）

裾をまくり上げて外気を入れる。夕方には元に戻す

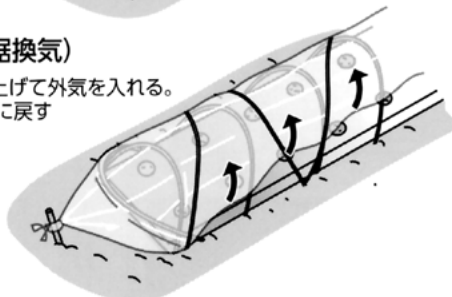


表 冬の栽培に必要な防寒資材など

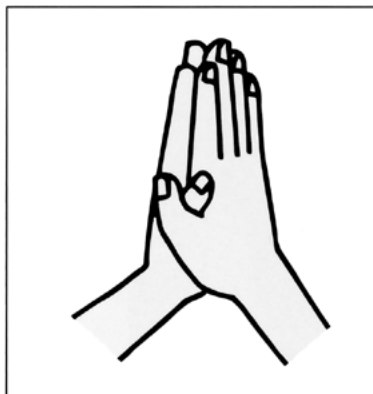
資材名	目的	種類	主な特徴
トンネル	保温	農ビ（農業用塩化ビニール）	保温性大、高価格
		農PO（農業用ポリオレフィン系）	保温性中、べたつかない
		農ポリ（農業用ポリエチレン）	保温性やや小、低価格
		有孔（農PO、農ポリ）	換気作業の省力化
べたがけ	保温 土壌水分保持	不織布	保温効果
		寒冷しゃ	通気性と透光性
マルチ	地温の上昇 土壌水分保持 防草	透明	地温上昇効果大
		黒色	防草効果大
		緑色	地温上昇と防草は透明と黒色の中間
		有孔	条間、株間が選べる
支柱	トンネル資材をかけるための骨組み	グラスファイバー製	軽量で曲がりやすく、復元力が高い
		被覆鋼管製	強度があり、風雪に強い
その他	トンネルを固定	マイカー線	強度、耐候性がある
		木杭、固定ピン	引き抜き抵抗がある



朝から頭がさえる 指の曲げ伸ばし体操

指を曲げ伸ばす体操です。朝、この体操をしながら1日のスケジュールを考えてみましょう。イメージが膨らみスムーズに計画を立てられるだけでなく、忘れてしまいがちな細かい予定を記憶するのも効果的です。この体操を行い、1日をすっきりと過ごしましょう。

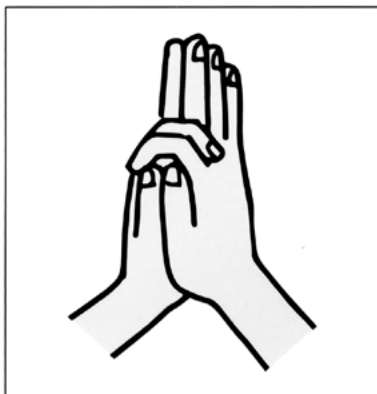
指の曲げ伸ばし体操



(1) 胸の前で手を合わせ、右手の親指が手前になるように、両手の親指を曲げます。



(2) 両手の親指を伸ばします。左右を変えて同様に行います。



(3) 右手の人さし指が手前になるように、両手の人さし指を曲げます。



(4) 両手の人さし指を伸ばします。左右を変えて同様に行います。左

※余裕のある方は中指、薬指、小指でも同様に行いましょう。 ※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。

みんなで考えよう人権問題 ～ 「それもいいね」と言える社会 ～ 中央会 みのり

NHK Eテレで2025年3月から始まった『The Wakely Show(ザ・ウェイキー・ショウ)』という番組をご存じでしょうか。平日の朝7時から放送されていて、子どもたちが元気に一日をスタートできるようにと工夫された教育番組です。キャラクターが登場し、科学・自然・芸術・歴史など、いろいろな「知るきっかけ」がもりばめられています。朝の短い時間ですが、大人も思わず見入ってしまうような楽しい番組です。

この番組のエンディングテーマ「それもいいね」を手がけたのは、シンガーソングライターのかつちのけんとさんです。親しみやすい言葉とメロディで、多くの人の共感を集めているアーティストなので、名前を耳にしたことがあるという方も多いかもしれません。

「それもいいね」という歌には「人はそれぞれ違っていい」というあたたかな受け止め方が込められています。自分らしさも相手の違いも否定しない。その背景には、多様性を認め合う視点があり、人権を考えるうえで欠かせない大切な姿勢です。

ところで、人権と聞くと、難しい法律や制度を思い浮かべる人も多いと思います。でも実際には、もっと身近なところに存在します。たとえば、自分とは異なる誰かの考えや行動に出会ったときに、「それはちがう」と突き放すのか、「そういう考え方もあるね」と受けとめるのか。その小さなやりとりが積み重なって、人間関係をあたたかいものにし、ひいては人権を大切に作る社会へとつながっていくのです。

私たちはみんなそれぞれが背景や価値観をもっています。服の好みや食べ物の好き嫌い、勉強の仕方や働き方、生き方の選択も違います。つい「正しい・間違っている」で線を引きたくなることもありますが、こつちのけんとさんの歌が伝える「違っていてもいい」と多様性を受け入れる姿勢は、私たちの暮らしをより豊かなものにしていくのではないのでしょうか。

また、「それもいいね」という言葉は、相手を認めるだけでなく、自分を認めることにもつながります。自分を大切に思える人は、相手の違いもおおらかに受けとめることができます。逆に、自分に自信がないときは、他の人の存在が脅威に見えて排除の気持ちにつながってしまうこともあります。だからこそ、お互いの自己肯定感を支え合える社会が、人権を守る土台になるのです。

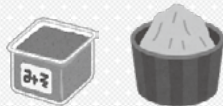
そして、家庭や学校、職場や地域社会など、いろいろな場面で「それもいいね」という言葉が交わされるようになれば、たとえば子どもの個性を認める言葉は何かに挑戦する勇氣になったり、あるいは職場で多様な意見を尊重すれば新しい発想や働きやすさにつながったりと、誰かを大切に作る社会に確実に変化していきます。

違いに出会ったとき、「それもいいね」と言える社会——そうした社会こそ、互いの人権を尊重し合える社会ではないでしょうか。

みそ作りのご案内

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7年10月31日（金）

《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だくか、お電話でお申込みください。

みそ作りスタッフ募集

募集期間 10月1日（水）～10月31日（金）
募集人数 2名
時給 1,080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8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）



詳しい内容は、担当者よりご連絡いたします。

みそに関するお申し込み・お問い合わせは 購買課 ☎ 0748-42-1345 まで

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に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。ご了承くださいますようお願いいたします。

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7年10月31日（金） 当日消印有効

COOKINGれしび

大根餅

材料（2人分）

* 大根おろし……………100g	* 塩……………1つまみ
* 小ネギ……………2本	* こしょう……………少々
* 白玉粉……………50g	* ごま油……………大さじ1
* サクラエビ……………3g	* 酢じょうゆ……………適量

作り方

- ① 大根おろしは茶こしなど目の細かいもので水気を切る。小ネギは小口切りにしておく。
- ② ごま油と酢じょうゆ以外の材料をボウルに入れ、よく混ぜてから一つにまとめる。4等分にして平たく成形する。水気が足りない場合は大根おろしの水分を入れ、まとまりづらい場合は白玉粉（分量外）を加える。
- ③ フライパンにごま油をひき、並べて中火で焼く。3分焼いて焦げ目が付いたらひっくり返して同様に焼く。カリッとするまで何度かひっくり返す。
- ④ 皿に盛り、酢じょうゆを付けていただく。

《ポイント》

ダイコンの水分量は季節や品種で差があるため、程よくまとまるように調整してください。白玉粉がなくても、片栗粉と小麦粉を半分ずつ使うなどで代用できます。



スケジュール

10月

18 土 ガーデニング教室
19 日
20 月
21 火
22 水 年金友の会
グラウンドゴルフ大会
23 木
24 金 ヨガ教室
25 土
26 日
27 月
28 火
29 水
30 木 理事会
31 金



11月

1 土
2 日
3 月 文化の日
4 火
5 水
6 木
7 金 ヨガ教室
8 土 ウォーキング大会
9 日
10 月 JA ほーもん
11 火 スクラップ
ブッキング
12 水
13 木 毛筆教室
14 金 菜々笑感謝祭
相続相談会
15 土 廃プラ・廃農薬
回収



たくさんのご応募お待ちしております！

★ 久しぶりに「クロスワード」に挑戦しました。（阿弥陀堂町・中川さん）

★ 家庭菜園の記事参考になります。（舩光寺町・中林さん）

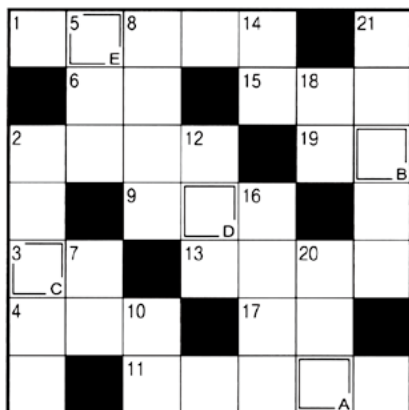


クロスワード

正解者の中から抽選で1名の方に

直売所菜々笑で使える500円の商品券をプレゼント！

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？



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（金）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

- 育つこと。七五三は子どもの——を祝う行事です
- 果敢に若武者が戦う
- 江戸時代のタクシーです
- 秋の山を彩ります
- 「豚」の音読み。——カツ
- 金属の輪を長くつないで作ります
- 旅先の体験を書き綴ったもの
- 平安貴族の乗り物。モーと鳴く動物が引きます
- よく晴れた日の、夕日の色といえば
- 佐渡島にはこの鳥の保護センターがあります
- ギターに張ります

↓ タテのカギ

- 川辺や海岸で見られる冬鳥。東京都民の鳥です
- 熱海と並んで有名な、伊豆半島東部の温泉地
- 分別して出します
- 雄弁は銀、——は金
- 陶器よりも高い温度で焼きます
- 耳の長い動物
- 天高く——肥ゆる秋
- 暦の上ではこの日から冬
- 櫛（くし）の材料によいとされる木
- 『源氏物語』の作者は紫——です
- SLとも呼ばれる蒸気——



9月号のクロスワードの答えは タマイレ でした。

正解者の中から当選されたのは

種町 大橋 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 <https://www.e-notogawa.jas.or.jp>