暮らしのなかにＪＡを

ぱあとなぁ〜

2
February 2019
Vol. 203

JA 京都　https://jakyoto.com　JA京都　検索

今月の表紙／松本　浩希さん「新・京のルーキー」（P05）で登場!

特集　野菜たっぷり、鍋料理

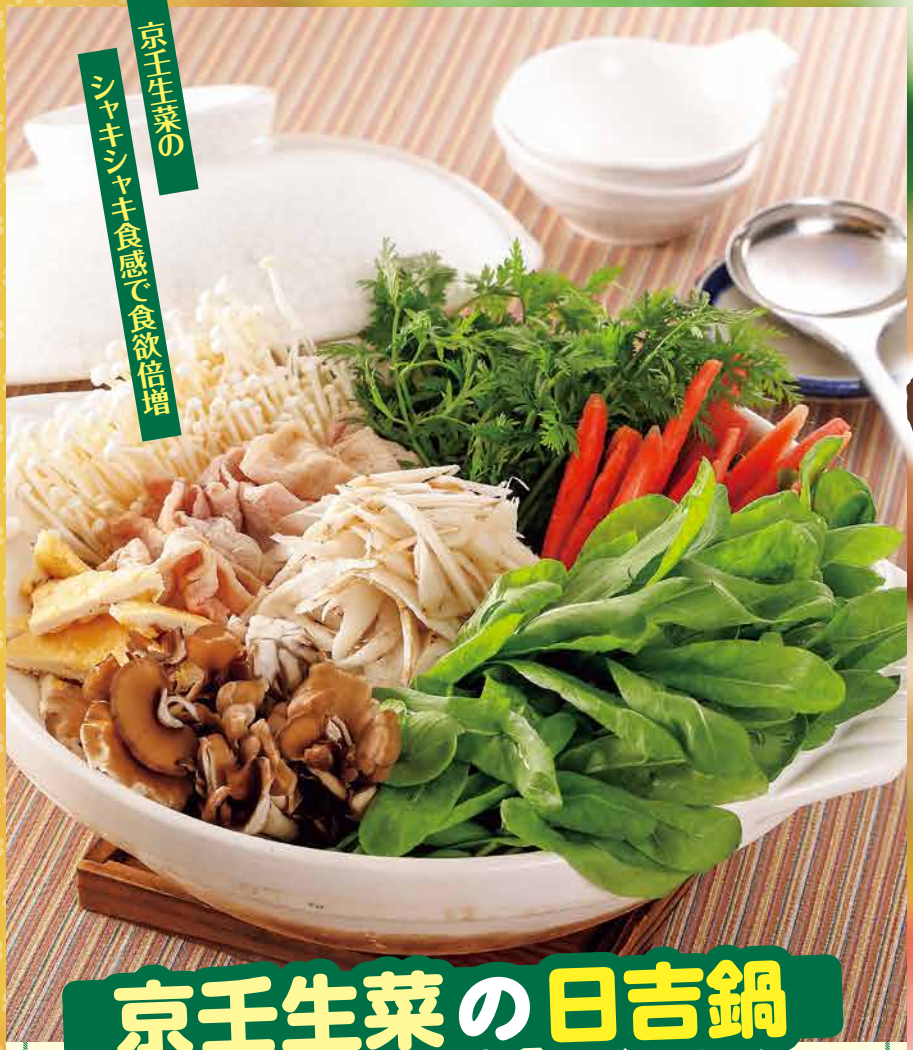
農チャンネル　子牛の育成を北海道に委託

京都マラソン2019
JAグループ京都は、京都マラソン2019を応援しています。

特集

野菜たっぷり、鍋料理

春まだ浅い今日このごろ。鍋料理が活躍する日も続きそうです。そこで今回は野菜がたっぷり摂れて体も温まる鍋レシピをご紹介します。いつもとは違う具材を使い、ひと手間を加えることで新しいおいしさに出会えます。地元の新鮮な食材を使って挑戦してみましょう。



京壬生菜のシャキシャキ食感で食欲倍増

京壬生菜の日吉鍋

材料（4人分）

京壬生菜	500ｇ（2袋）	土ショウガ	50g（好みで調整）
京かんざし	4〜8本（1袋）	油揚げ	大1枚
ゴボウ	100g	薄切り豚肉	200g
マイタケ	100g	出汁	適量
エノキダケ	100g	黒豆みそ（普通のみそで代用可能）	適量

作り方

❶京壬生菜は株元を切り落とし、長さを約５㎝に切る。

❷京かんざしは根と葉に切り分け、根は斜め半分に、葉は長さを約５㎝に切る。

❸ゴボウはささがきにする。

❹マイタケは一口大に分け、エノキダケは株元を切る。

❺土ショウガは細切りにする。

❻油揚げは短冊切りにする。

❼土鍋に出汁を煮立て、京かんざし、ゴボウ、マイタケ、エノキダケ、油揚げ、豚肉、土ショウガを入れ、一煮立ちさせる。

❽具に火が通ったらみそで味付けし、京壬生菜と京かんざしの葉を加えて出来上がり。

レシピ紹介者からひとこと

京のブランド産品 京壬生菜がたっぷり食べられるお鍋です。京壬生菜はサラダなど生でも食べられるので、直前に鍋に入れるのがポイント。鮮やかな緑色に変化したら食べ時です。管内産の食材をたくさん使っている当地自慢の鍋料理をぜひ作ってみてください。

京野菜部会女性部日吉支部
支部長 福井 洋子さん

海鮮トマト鍋
シュンギクのジェノベーゼ添え

材料（4人分）

京こかぶ…… 250g
えびいも（こえびちゃん）…… 250g
キャベツ…… 400g
ニンジン…… 200g
丹波しめじ… 100g
ブリのあら… 300g
カキ…… 8粒
エビ…… 8粒
コンソメスープ … 1ℓ
トマト缶…… 2缶
ニンニク…… 2片
塩…… 小さじ1
砂糖…… 大さじ1
しょうゆ… 大さじ1

[シュンギクのジェノベーゼ]
シュンギク…… 100g
クルミ…… 30g
オリーブオイル…… 100cc
塩…… 小さじ1

作り方

❶シュンギクをゆでて水にさらし、水気を切ったものとクルミ、オリーブオイル、塩をフードプロセッサーにかけてペースト状にし「シュンギクのジェノベーゼ」を作る。

❷野菜を食べやすい大きさに切る。

❸土鍋にコンソメスープを沸かし、トマト缶と潰したニンニク、塩、砂糖、しょうゆを加えて温める。

❹沸騰したら、ブリのあらとえびいもを入れる。えびいもに火が少し通ったところへ他の材料も加えてさらに煮る。

❺お好みでシュンギクのジェノベーゼを添えていただく。

レシピ紹介者から ひとこと

この季節に、手に入りやすい野菜や海産物を組み合わせた鍋料理。えびいもがないときはサトイモやジャガイモで代用できますし、ブリのあらも他の魚のものでおいしく作れます。この鍋のシメにはショートパスタがぴったりです。

料理研究家 管理栄養士
Atelier Cerfeuil主催
吉村 雅子先生

酒粕豆乳鍋

材料（4人分）

聖護院だいこん…… 200g
京みず菜…… 100g
金時にんじん… 70g
ハクサイ…… 300g
白ネギ…… 200g
ゴボウ…… 50g
シイタケ……4枚
豚肉…… 300g
出汁……1ℓ
酒…… 200cc
みりん…… 50cc
薄口しょうゆ…… 50cc
酒粕…… 150g

作り方

❶野菜、豚肉を食べやすい大きさに切る。

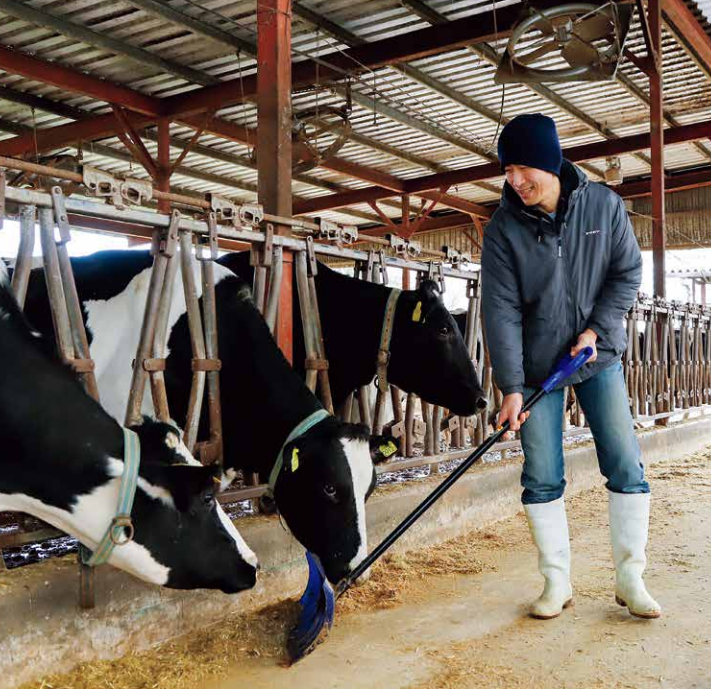
❷土鍋に出汁、酒、みりん、薄口しょうゆを入れて沸かす。

❸❷の一部と酒粕をミキサーにかけてペースト状にし、❷の鍋に加えて温める。

❹❸に❶のゴボウ、聖護院だいこん、金時にんじんを先に加え、その後、豚肉と残りの野菜を加えさらに煮ると出来上がり。

レシピ紹介者から ひとこと

発酵食品の酒粕と根菜類をたっぷり使ったヘルシーな鍋です。京都府内には酒造メーカーが多く、酒粕を買ったりもらったりする機会も多いのではと考えて作りました。シメにはご飯とチーズを入れて、和風リゾットにしてはいかがでしょうか。



現在、60頭の乳牛を飼っている

子牛の育成を北海道に預託

畜産酪農部畜産酪農課

高齢化や後継者不足で酪農の将来が危ぶまれています。JA京都では育成牛にかかる労力や経費を軽減するため、北海道の牧場に預託する取り組みを進めています。

毎年150頭以上が北海道に

酪農家は牛乳の生産をする一方で、後継牛の育成をしなければなりません。しかし、生産者の高齢化や後継者不足、飼料の高騰、糞尿処理問題など、酪農を取り巻く環境はますます厳しくなり、ままならないのが現状です。そこでJA京都では、少しでも労働環境を良くするため、子牛の育成を北海道の牧場に預託する取り組みを進めています。

「搾乳をメーンとする酪農家にとって育成牛の飼育は、作業時間と経費が負担になります。その手間を軽減し搾乳に集中していただけるよう、昔から行われてきたのがこの預託事業です」とJA京都畜産酪農部畜産酪農課の田中圭一朗係長は話します。

鈴木牧場の鈴木基司さん

農家に雌牛が生まれると、最初の6か月間、農家で飼育し、そのあとは北海道の牧場に預けます。そこで人工授精を行い、妊娠牛となり、分娩予定の2か月前に酪農家のもとに戻ってきます。そして出産を終え、親牛は乳牛として、子牛は乳牛あるいは肉牛として育てられます。

全農京都では早くから北海道の足寄町農協と提携し、毎年150頭以上の牛の飼育を牧場に預託してきました。

足腰が鍛えられ、繁殖も活発

「酪農の現状を考えた場合、預託するメリットは大きい」と言うのは、JA京都酪農部会（人見英作部会長、44人）副部会長の鈴木基司さん。戦後、京丹波町下山で父が起こした「鈴木牧場」の2代目として、北海道の酪農学園大学を卒業して帰郷。平成16年、子供の誕生をきっかけにフリーストールによる酪農を始めました。現在は、妻康子さん、息子敬悟さんと一家で60頭の乳牛を世話しながら酪農を営んでいます。

「昔はどこの酪農家でも放牧を行っていました。そのため、牛の足腰も鍛えられ、生産寿命も長かった。また、夏の暑さが厳しいと繁殖も難しい。冷涼な北海道では受胎もしやすくメリットは大きい」と鈴木さんは話します。

牛乳を搾りながら安定した生活を

「育成牧場への預託は、ここ2年で需要が一気に伸びました。北海道でも飽和状態です。JA京都は取り掛かったのが早かったので、必要な枠は確保できています。また、多くの酪農家が利用できるよう妊娠牛の北海道からの退牧運賃を助成しています。そうして預かった牛をちゃんと返せるように責任を持って取り組んでいきたい」と田中係長。鈴木さんは、「現在、京都府の牛乳の生産量は2万tを切っています。そんな中で、牛乳を搾りながら安定した生活を次につなげられたらと思います。京都の牛乳がこんな所で搾られている、そのような見本になれればと思っています」と語ります。

畜産酪農課の田中圭一朗係長

農協牛乳

畜産酪農部畜産酪農課
〒629-0104
南丹市八木町日置フジ田1-1
TEL 0771-42-2079

管内の若手就農者や未来の担い手（ルーキー）を紹介します。

新 京のRookie

自らの手で作った野菜を子ども達に食べてもらいたい。

松本（まつもと） 浩希（ひろき）さん (41)

亀岡市紺屋町在住
就農歴9ヶ月
栽培面積：約30a

＜略歴＞
1977年　京都市に生まれる。
1996年　商船学校を卒業後、三等機関士として働く。
2018年　大阪での農業研修後、亀岡市で農業を始める。

◆就農のきっかけ

自分の子どもが口にする食べ物を自分の手で作りたいと思い就農しました。元々、ものづくりが好きだったので、農業について調べるうちにますます興味がわき、研修を受けました。

◆現在の取り組み

昨年の夏から黒大豆と紫ずきんを、現在冬作として花菜とキャベツを栽培しています。これから夏に向けてキュウリを始める予定です。娘が通う保育園に野菜を納品しているので、園児を招いて収穫体験もしようと思います。

◆農業の魅力

自分が作った野菜を子ども達に食べてもらえることが一番の喜びです。花菜やシュンギクなどの独特な味わいの野菜も好むようになってくれたのがうれしいですね。食べる人のことを考えて、なるべく農薬を使用せずに栽培しています。

◆将来の夢

まずは今の土耕栽培で周囲から認めてもらえるような農業をすることが目標です。今後は栽培面積を広げて法人化することも視野に入れています。また、以前から興味のある砂耕栽培にも挑戦してみたいです。

＼＼ ほ場の様子 ／／

花菜は昨年の９月頃に播種しました。

私のお気に入り

「豆通し」

80年ほど前に曾祖父が使っていたものですが、まだまだ現役です。収穫した黒大豆をふるいにかけ、莢（さや）などを取り除くのに使います。

＊今日の仕事＊

午前

キャベツの中耕

キャベツのほ場に追肥をして、空気を含ませるために土を耕します。

午後

花菜の収穫

冬は霧が晴れた午後から収穫作業を行います。収穫した花菜はコンテナで出荷します。

農業の合間に…

日本の名峰での登山

深田久弥著の「日本百名山」に出てくる山々の踏破を目指し、全国に登山に行きます。写真は長野県の木曽駒ケ岳に息子と登ったときのものです。

いきいき菜園生活

「小玉スイカ」の栽培について

上手においしく育てる5か条!!!

❶アフリカの砂漠地帯原産、暑さには強いが雨が苦手。水はけのよい畑を用意する。

❷肥料が効きすぎるとツルボケし実がつきません。元肥をやりすぎないこと。

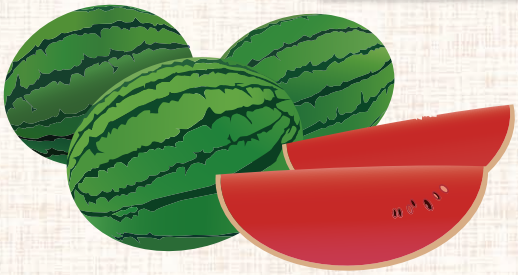
❸実をつける位置は子ヅルの本葉10枚目以降にする。それまでにつけると小玉になり変形果も多い。

❹ミツバチが飛んでいなければ人工交配（花粉づけ）をする。

❺着果表示棒を立て収穫時期の目安にする。

久美浜支店生産課 主任
畑中 孝昭

育て方ポイント



1 畑の準備

1株当たり3㎡ほどの畑を確保します。肥料は1㎡当たり堆肥400g苦土石灰100g化成肥料100g施します。水はけの悪い畑では高さ20cmほどの畝をつくるとよいでしょう。

2 苗の準備・植え付け

遅霜の心配がなくなる5月上旬が植え付け適期です。栽培を安定させるには接ぎ木苗をおすすめします。植え付けはなるべく晴れた日の午前中に行いましょう。

3 整枝と管理

親ヅル摘心：本葉5枚目が展開した時、本葉6枚目を摘心します。

整枝・誘導：よくそろった子ヅル4本を残してあとのツルは取り除きます。ツルの伸びが均一になるように誘導します。

4 追　肥

開花始めにツル先に1㎡当たり化成肥料を20g全面に施します。

Q&A

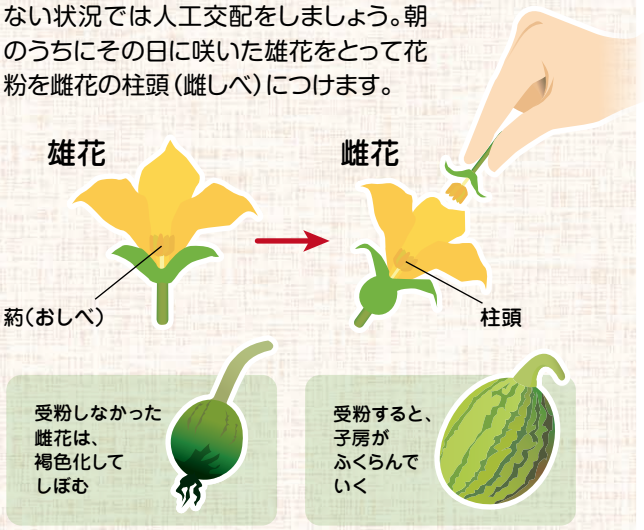
Q. スイカが収穫前に割れてしまいます。

A. 収穫前に土壌水分が多すぎることにより、水膨れして割れることが多いです。収穫10日前には水を切り、割れを防ぐとともに糖度を上げていきましょう。

5 人工交配をして着果させる

（花粉づけ）　（実を結ぶこと）

子ヅル10節目以降の雌花に花粉づけし着果させます。ミツバチが飛んでいれば自然に受粉しますが、飛んでいない状況では人工交配をしましょう。朝のうちにその日に咲いた雄花をとって花粉を雌花の柱頭（雌しべ）につけます。



6 着果表示

果実が長さ3cmくらい（親指の先）になったものに着果表示棒を立てます（毎回色を変える）。

7 収　穫

着果表示棒を立ててから30日（登熟日数）を経過したら試し切りをし収穫する。

※登熟日数は品種ごとに異なります。カタログ等で確認してください。

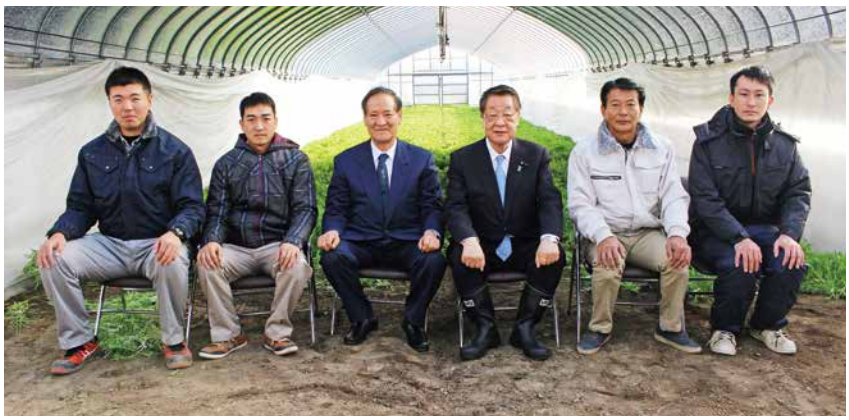
8 病害虫防除

着果後は樹勢が衰え、病気が発生しやすいので、うどんこ病・炭そ病・アブラムシ・ハダニ類の早期発見に努め防除します。

吉川農林水産大臣がたわわ朝霧・川勝儀昭さんのほ場などを視察

ほ場を視察する吉川大臣(中央)、西川公也内閣官房参与(左) と川勝儀昭さん

吉川貴盛農林水産大臣が1月24日、亀岡市・南丹市を訪れ、JA京都農畜産物直売所「たわわ朝霧」や、南丹市八木町の酪農業・㈱泰宏農場生産組合、京みず菜生産者・川勝儀昭さんの生産ほ場などを視察されました。川勝さんのほ場では、地域の若手生産者である綿井庸祐さん、川勝儀一さん、松崎伸也さんの3人が同席し、大臣からは「若い担い手が頑張ってくれているのは大変うれしい」と声をかけられました。



左から松崎さん、綿井さん、西川参与、吉川大臣、川勝儀昭さん、川勝儀一さん

今回の視察の目的は、全国でも有数のブランドである「京野菜」の生産現場等を視察することで、現場の実態や課題を踏まえて今後の農業政策に反映することです。川勝さんのほ場では水田を活用した京みず菜の生産現場や台風被害を受けたハウスなどを視察し、「国としてしっかり支援していきたい」と話されました。

また、たわわ朝霧の視察では、岡田理事長、矢倉専務、大西店長らがJA京都やたわわ朝霧の概要等について説明しました。たわわ米粉パン工房や店内の売り場などを案内し、農畜産物直売所の魅力を十分にPRしました。

視察を終えて、吉川大臣は「京野菜をはじめ、京都の農業には力強さを感じていたが、視察を通じてそれが確信に変わった。国としては、日本の農産物が持つ高い安全性と品質を販売につなげ、『輸出1兆円』を目指す。JAや各自治体とも連携しつつ、地域の農業の力強さをさらに引き出せるよう、様々な支援を進めていく」と期待を込められました。

たわわ朝霧視察の様子

営農部

京野菜部会5支部が感謝状を受領

感謝の意を表して記念品を拝受された京野菜部会の皆さん

JA京都京野菜部会の5支部は27日、京都市のKBSホールで開かれた「京のブランド産品30周年記念式典」において、感謝状を受領しました。

式典では、京のブランド産品の生産振興に長きにわたって貢献された団体を対象とし、その功績をたたえるために記念品が贈呈されました。

受領した5支部は、京のブランド産品が制度化された平成元年から「産地」として市場を中心に出荷を継続し、部会員間の目合わせ会や栽培管理研修会を通じて出荷調製技術を高位平準化することで、30年が経過する今日においても市場から信頼を得続ける産地として存続していることが認められました。

また、式典の中では生産団体を代表して、京野菜部会亀岡支部賀茂なす部会の松岡信次部会長が感謝状を受領し、受領者を代表して京野菜部会京北支部青と部会の勝山行雄部会長がお礼の言葉を述べました。

勝山部会長は「世界に向けて発信されている京野菜に誇りを持ち、今後も部会員で切磋琢磨しながら、その名に恥じない高品質のものを作り続けていきたい」と話しました。

感謝状を受領した支部は次の通り▼京野菜部会京北支部青と部会（勝山行雄部会長）▼京野菜部会美山支部（中西知支部長）▼京野菜部会丹波支部（新田尚志支部長）▼京野菜部会和知支部みず菜部会（藤山雅靖部会長）▼京野菜部会亀岡支部賀茂なす部会（松岡信次部会長）

亀岡広域営農センター

武山さんが最優秀賞受賞 近畿地区JA青年大会

1月22日、和歌山市で平成30年度近畿地区JA青年大会が開かれ、「JA青年の主張」で京都府代表として出場したJA京都青壮年農業経営者クラブの武山暁さんが最優秀賞を受賞し、2月19日に開催されるJA全国青年大会に出場する近畿地区代表に選ばれました。

「JA青年の主張」は、地道な農業体験に基づく若手農業者の声を掘り起こし、JAやJA青年組織の活性化、組織強化につなげることを目的に、農業の将来に向けた意見、提言などを発表しています。

武山さんは『里山に生きる「よそもの」』をテーマに、東京から亀岡市にIターンして就農した経緯などを紹介しました。地域の歴史や習慣を尊重しつつ「里山で生きる当事者の責任を果たしながら、若さと〝ばかさ〟を発揮し亀岡と関わっていきたい」と語りました。

最優秀賞を受賞した武山さん(左)

良品質な小豆作りを目指して品評会ひらく

11月30日と12月1日に馬路町生涯学習センターと亀岡西部支店で小豆品評会を開きました。馬路会場では17点、西部支店会場では11点の出品があり、形状や色合い、粒の大きさ、サイズのそろい具合を重点的に審査しました。

両日の審査には、京都府農林水産部農林センター、京都府南丹農業改良普及センター、亀岡市農林振興課が参加しました。

小豆は農業振興品目の一つとして位置づけられており、例年品評会を開催し、管内の生産者は良品質な小豆の生産に取り組んでいます。審査員は「今年は夏期の高温や台風などの影響で収量が少なく、両地域とも出品数が例年より少なかったが、粒は大きいものがそろっていた」と話しました。

入賞者は次の通り（敬称略）

［馬路会場］

▽亀岡市長賞＝中川進▽京都府南丹農業改良普及センター所長賞＝畑憲雄▽JA京都理事長賞＝畑克己▽馬路大納言活性化委員会会長賞＝畑貞夫

［西部支店会場］

▽亀岡市長賞＝中村均▽京都府南丹農業改良普及センター所長賞＝森幸雄▽JA京都理事長賞＝西田妙子▽亀岡西部地区農業振興協議会会長賞＝中村治夫▽亀岡西部地区農業振興協議会会長賞（機械の部）＝数井登志夫

会場の様子

丹波くりせん定技術伝授

丹波くり部会亀岡支部

せん定方法を学ぶ部会員

丹波くり部会亀岡支部は1月8日、亀岡市本梅町の栗園でせん定研修会を開きました。京都府南丹広域振興局農林商工部森づくり推進室の東久保昭人さんを講師に、部会員16人が丹波くりのせん定の手順や方法を学びました。

これは、部会員にせん定技術を普及させることによって、良質な大粒果の収量の向上と所得向上につなげ、丹波くりの生産地拡大やブランド維持を図ることを目的としています。

この日は、はしごを極力使わず、長柄のこぎりや枝切ばさみを使う低樹高せん定などの重要なポイントを実習を交えて教わりました。

参加した部会員は「自分の栽培している木をせん定するのは勇気がいるが、今回の研修を通して大きな丹波くりを実らせたい」と意気込んでいました。

良質なビール大麦生産を目指して

JA京都亀岡管内のビール大麦生産者は1月16日、福知山市の農事組合法人「遷喬ふぁーむ」と神戸市の「キリンビール株式会社神戸工場」への視察研修を行いました。

この日は生産者29人が参加し、農事組合法人での栽培状況や経営内容研修、取引先のキリンビールでの製造工場見学と試飲、並びに産地に求められる品質等に関する研修を行いました。

これは亀岡市農業振興協議会が主催となって開き、他産地で麦栽培管理に関して技術研修を受けるとともに、自らが生産したビール大麦がどのように商品化されるかを知り、生産意欲を高めることを目的としています。

参加した生産者は「ビール大麦は収量だけでなく、細かな品質管理が必要。キリンビールへ安全・安心なビール大麦を供給するためには、今後の栽培管理が重要となる。生産者が一丸となって、今回の研修内容を参考に取り組んでいきたい」と話しました。

信用部

相続対策セミナー開催

JA京都は1月26日、相続税の基本的な仕組みを学ぶ「相続対策セミナー」を本店で開きました。次世代への円滑な資産継承に向けて、南部地域の組合員約30人が参加しました。

一般社団法人公益相続支援センター京滋の川嶋喜弘税理士と仲山茉以税理士を講師に招き、「次世代の負担をなるべく少なく！かしこいお金の引き継ぎ方」をテーマに相続税対策などについて分かりやすく説明を受けました。

川嶋税理士は「判断力のある元気なうちに誰に任せるかしっかり考えて決めておくことが大切」と話し、仲山税理士は「節税を考えるのであれば、早い時期から相続対策を始めた方がよい」と話しました。

セミナー終了後には、講師の税理士並びに弁護士法人小西綜合の中川泰臣弁護士と井越大輔弁護士による個別相談会も行いました。

熱心にアドバイスを聞く参加者

丹波支店

増設型防護フェンスの設置研修会を実施

丹波支店は12月27日、管内の山崎俊雄さんのほ場（京丹波町蒲生）で、増設型獣害フェンスの新商品の研修会を実施しました。管内では鹿の被害に併せ猪による被害が深刻となっており、被害について相談に来られた山崎さんのほ場をお借りして研修することとなりました。

ほ場は高さ2mのワイヤーメッシュで囲っていますが、柵の下部のわずかな隙間から持ち上げて、侵入する獣害に悩まされていました。猪の鼻先は約60kgもの石を持ち上げる力を持っています。

その中で、ワイヤーメッシュの下部に増設する「アンダープロテクトフェンス（日亜鋼業株式会社）」の商品を提案し、該当するほ場でJA職員3人をはじめ日亜鋼業株式会社の社員20人が設置作業を行いました。

L字のヒンジ構造のロール状のフェンスをアンカーピンで増設することにより、柵の下部からの侵入を防ぐことが期待できます。柔軟な格子フェンスであるため、あらゆる地形に対応できます。

設置した山崎さんは「猪の力は想像以上に強く侵入の度、フェンスの修繕に労力を費やしている。この増設フェンスに期待したい」と話しました。

増設型防護フェンスを設置する様子

ハツラツ女性部

南部ブロック　京都七福神めぐりウォーキング

1/16　～京都市内にて～

良い一年になりますように

南部フレミズ　ハンバーグケーキ作りにチャレンジ!!

12/14　～ガレリアかめおかにて～

クリームはマッシュポテトです♪

八木　ふれあいグループが“白みそ”完成

12/20　～同支店にて～

たくさんできたなぁ

日吉　フラワーアレンジメントにチャレンジ!!

12/26　～同支店にて～

すごいね!!

和知　老人ホームで慰問活動

12/13　～長老苑にて～

亀岡　あじさい会がこんにゃく作り

12/10　～ガレリアかめおかにて～

女性部の活動は、JA京都の組合員・組合員家族の女性なら、どなたでもご参加いただけます。まずは女性部にご加入を。

北部ブロック 1/27

毎年恒例！新春のつどいで親ぼく深める

～吉翠苑にて～

オープニングセレモニー

「寿 契り酒」

☆アトラクション☆

網野支店

弥栄支店

ライフサポーターのキッチンパフォーマンス

おもちゃのチャチャチャ♪

盛り上がっていくよ～!!

☆カラオケ大会☆

最後は全員で炭坑節!!

間人 1/21

粘土アート教室で“イノシシ”作る

久美浜 1/11

手作りこんにゃくが完成!!～久美浜農業センターにて～

いい匂い♪

年金友の会便り

親ぼく旅行 沖縄3日間の旅を満喫

北部年金友の会では、会員57人が参加し1月23日から25日の3日間、「ハイ祭沖縄イベントとひとあしお咲きに桜まつり3日間」を実施しました。天気にも恵まれ、暖かい陽気の中で3日間の旅行を楽しみました。

1日目は世界遺産に登録されている「首里城」を散策し、夜には宿泊ホテルで「ハイ祭沖縄イベント」に参加。沖縄の伝統芸能である琉星太鼓や三線島唄、琉球舞踊などを体感しました。

2日目は、エメラルドグリーンの海が両側に広がる「古宇利大橋」の絶景を堪能したあと、日本を代表する水族館「沖縄美ら海水族館」や、"日本一早咲きの桜"で知られる「もとぶ八重岳桜まつり」では八重岳周辺に咲き誇る約7000本の琉球寒緋桜（リュウキュウカンヒザクラ）を楽しみました。

3日目は沖縄県平和祈念公園とひめゆりの塔、ひめゆり会館に立ち寄り、参加者それぞれが平和への思いを馳せました。また、JAおきなわの農産物直売所「ファーマーズマーケットいとまん うまんちゅ」では、地元特産の野菜やフルーツを買い物するなど、楽しい3日間を過ごしました。

首里城公園「守礼門」の前で写真に収まる会員の皆さん

女性の皆さんに集まっていただき
毎回いろんなテーマで雑談します

テーマ：サークル活動について

♥パッチワークで深まる交流

◎**川勝敬**　私は平成11年度に支部長をやらせてもらってから、パッチワークが好きで教室でお世話になってるんやけど、なかなか見本のように上手にできひんのです。

◎**佐々木**　いえいえ、早いことコツ掴んでたくさん作品を作ってはりますよ。私も作品はいっぱいできたし、特にカバンが多いな。

◎**川勝郁**　私は敬子さんが持ってはるカバンを見て、「良いカバンやねぇ」言うたら「ほなアンタも教室おいで」って誘われたから、恐る恐る行ったけど、皆さん和やかでとても良い雰囲気やったわ。

◎**川勝敬**　器用な人とかにはとてもぴったりな教室やと思う。私なんか手を動かすよりも口を動かす方に時間とってしもてる。笑

◎**佐々木**　そやけど、こうしておしゃべりができるのも、この集まりがあってこそやね。私はいつも楽しみにしてるよ。

川勝 敬子（かわかつ ひろこ）さん

佐々木 幸枝（ささき ゆきえ）さん

♥災害を経験して感じたこと

◎**川勝敬**　昨年は災害の年やったねぇ。台風21号で家の屋根がひどいことなったり、雨漏りしてびっくりしたわ。

◎**佐々木**　昨年は雨も多かったし、特に野菜の被害がね。水に浸かったりして豆類が駄目になり、夏野菜も倒れたりして出荷の量も減りましたしね。秋にやっとダイコンやハクサイは持ち直したんやけど。

◎**川勝郁**　野菜も大変やったけど、道路もね。縦貫道が通行止めになって、電車も国道も止まったから、亀岡市が孤立してたよ。

◎**佐々木**　でも最近では、避難を早く呼び掛けてるから、一人暮らしのお年寄りの方とかは早いこと避難してはるね。

◎**川勝郁**　警告があった時に、外が酷くなってることもあるから、避難場所に行く際には早めに備えておくことが大切やね。

川勝 郁子（かわかつ いくこ）さん

たわわ朝霧

たわわ朝霧は、生産者による野菜や加工品の試食対面販売など、
お客さまにご来店を楽しんでいただけるイベントを実施しています。
また、日替わりで特価販売日を設けていますので、
お目当ての品をお求めにぜひご来店ください。

お米
食味ランキングで
毎年上位に選ばれる
おいしい京都産米を
ラインナップ!!

野菜
生産者の名前を
表記しており、
確かな品質を
自信を持って
ご提供します。

米粉パン
米粉はもちろん京都産。
お米本来の甘みや
もちもち食感が人気です。

亀岡牛肉
地元亀岡牛肉を
ご入用の分だけ
量り売りします。

ソフトクリーム
店内でゆっくり
お召し上がり
いただけます。

写真は全てイメージです。

特価販売日のお知らせ

日	月		火	水 2月・3月限定		木		金
お米の日	鶏肉の日	牛乳の日	お米の日	たまごの日	お茶葉の日	コロッケ・メンチカツの日		豚肉の日	亀岡牛肉の日
第3週 先着100名様 玄米5kg以上お買上げの方に 当直売所で製粉した米粉をプレゼント	唐揚げ 100g 162円を 118円 お買得品をご用意	京都農協牛乳 1ℓパック 199円を 179円	玄米 1kgあたり 通常価格から 20円引	さくらたまご 1パック 225円を 180円	番茶やほうじ茶などのお茶葉を 特価販売	第1、3、5週 亀岡牛コロッケ 108円を 88円	第2、4週 亀岡牛メンチカツ 162円を 108円	お買得品をご用意	お買得品をご用意

ファーマーズ・マーケット
たわわ朝霧
Farmers Market "TAWAWA ASAGIRI"

2月・3月は、水曜日も休まず営業いたします!

農業者のための 積立年金

農業者年金

3つの要件を満たす方は誰でも加入できます。

加入要件は3つだけ

要件1	要件2	要件3
60歳未満	国民年金第1号被保険者 国民年金の保険料納付免除者を除く	年間60日以上農業に従事

例）配偶者、後継者、自営業の兼業農家、早期退職した方とその配偶者など

農業者年金のメリット

❶ 保険料の設定
保険料は月額2万円～6万7千円まで、千円単位で自由に決められます。生活設計に合わせて、随時、変更できます。

❷ 80歳まで保証
終身年金で生涯受給ができます。80歳までの保証付きで、80歳までに亡くなられた場合は遺族に死亡一時金が支給されます。

❸ 税制面の優遇
保険料が全額、社会保険料控除の対象になります。経営主の確定申告時に、家族の保険料も合わせて控除できます。

詳しいご相談は最寄りのＪＡか農業委員会または
農業者年金基金にお問い合わせください。

独立行政法人 農業者年金基金 TEL.03-3502-3199

JA共済

えがお写真館 Vol.47

弥栄支店

中田（なかた） 葵葉ちゃん・桃葉（ももは）ちゃん (1)

食べるの大好き、おてんばなあおちゃん。くしゃっと笑顔がかわいいマイペースなももちゃん。姉妹仲良く元気に大きくなってね！

八木支店

三觜（みつはし） 瑛太（えいた） くん (2)

これからも好き嫌いなしで、ご飯いっぱい食べて、健康で元気いっぱい、笑顔いーっぱいで大きくなってね!!　だーいすき!!

「えがお写真館」は、JAのこども共済にご加入で就学前のお子さんを紹介しています。

お子様の教育資金の準備にJAのこども共済

趣味のある人生を愉しむ人を紹介します

人生の匠

亀岡市大井町
光嶋（みつしま） 裕（ゆたか）さん［78才］

一級建築士として50才まで建築会社に勤務。建築事務所を立ち上げ現在に至る。

自作の甲冑で町おこし 智将の雄姿を伝える。

本物のような迫力のある甲冑を手作りする光嶋さん。平成18年、亀岡ゆかりの戦国武将・明智光秀にちなんで開かれた、手作り甲冑教室に参加したのが始まりでした。

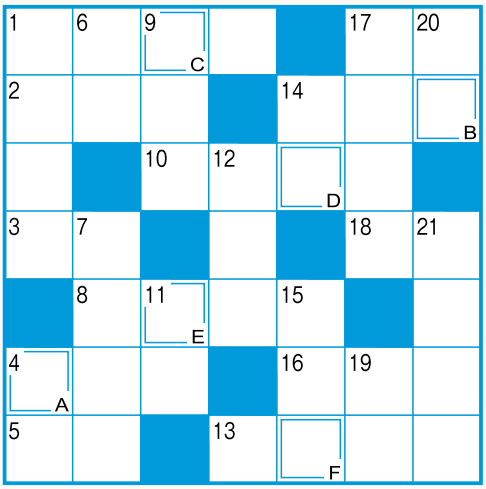
これまでに制作した甲冑は4領。かぶとからすねあてまでの一式を、ボール紙や端切れなど、身近な材料で作ります。細かい作業が多く、1領作成するのに1年はかかります。のめり込むように作業に没頭し、完成させた時は「自分にもこんなことができるのか」と思ったのだとか。

さらに、平成26年からは「丹波亀山鉄砲隊」というグループで自作の甲冑を着て火縄銃の演武も行っています。光秀が主人公の大河ドラマ「麒麟がくる」の制作が決定し、様々なイベントへの出演機会も増えています。光秀は火縄銃の名手。智将の雄姿を今に伝え、町おこしにつなげるため演武に磨きをかけます。

JA京都12月末の事業概況

●組合員数……5万2,813人
●貯金残高……4,445億6,732万円
●貸出金残高……401億227万円
●長期共済保有高……1兆4,405億3,020万円
●販売品取扱高……44億4,913万円
（うち酪農センター販売高……22億1,304万円）
●販売品販売高……19億2,577万円
※米販売分
●販売品販売高……1億3,812万円
※農畜産物直売所たわわ朝霧分
●購買品供給高……28億570万円
（うち酪農センター供給高……8億8,891万円）

クロスワードパズル 頭の体操
アタマのタイソウ



二重マスの文字をA～Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

解答欄 A B C D E F

タテのカギ

1 片目だけパチンとつむります
4 夜空できらめきます
6 不満がたまるとこぼしてしまうことも
7 ショベルカーやブルドーザーなどのこと
9 ホエールはクジラ、ドルフィンは――
11 師匠に就いて学ぶ立場です
12 丸木を組んで作る舟
14 平和の象徴とされる鳥
15 コンビニで免許証の――を取った
17 機嫌がいいときに漏れる「フンフンフーン♪」
19 なめて味わうお菓子
20 アイロンをかけてのばします
21 ――先は闇、慎重に進みたいものです

ヨコのカギ

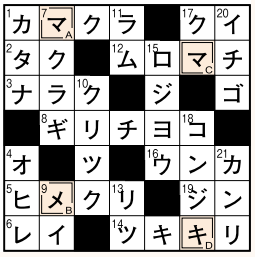
1 ホー、ホケキョ！
2 わずかな希望のことを――の望みともいいます
3 当たりかな、外れかな
4 カビが増殖するために飛ばします
5 春・夏・秋・冬と巡ります
8 長湯をして――のように真っ赤になった
10 受験生に問題用紙と――用紙が配られた
13 しょうゆ、みそ、塩、豚骨……色んな味があります
14 開店祝いの札を付けた物が店先にずらりと並ぶことも
16 耳たぶに穴を開けて着けます
17 2本で1膳と数えます
18 祝いの席では尾頭付きが用意されることもあります

郵便はがきに答え・住所・氏名・年齢・電話番号、「ぱあとなぁ～」やJA京都に対するご意見などを書いて、**2月25日(月)までに〒621-0806 亀岡市余部町天神又2番地　JA京都本店・くらしの活動課**あてに送ってください。正解者の中から10人の方に粗品をプレゼントします。当選者の発表は、「ぱあとなぁ～」3月号誌上でさせていただきます。なお、ホームページ「ご意見・お問い合わせ」欄からもご応募いただけますので、必要事項をご記入の上、どしどしご応募ください。

本誌にお寄せいただいた個人情報は、誌面作りやプレゼント品の発送に利用させていただきます。
また、お寄せいただいたご意見・ご感想やイラストは「お便り紹介」のコーナーに掲載させていただくことがあります。

●先月の答え
「マメマキ」
（豆まき）

●応募総数
230通
（正解者228通）



●当選者
野間　周伯さん（丹波）
清水　修治さん（和知）
片山美津子さん（亀岡中央）
廣瀬　文章さん（保津）
森川　　透さん（亀岡川東）
山本　　茂さん（野田川）
三本　良子さん（峰山）
梅田真砂子さん（網野）
谷　　信子さん（間人）
豊浦美代子さん（宮津）

お便り紹介

●毎月ぱあとなぁ～が到着するのを楽しみにしています。各女性部の方が頑張っている姿を拝見して、私も頑張らねばと刺激されています。
（京北・植田三和さん）

●1月号の「人生の匠」では、コンテストで最優秀賞をとられた素敵なバラが掲載されていましたね。現在、私もガーデニングでバラを育てており、元気できれいなバラが咲いてくれるよう、剪定や土づくりに励んでいます。春が来るのが楽しみです。
（瑞穂・野村厚子さん）

（福知山東部・田中裕美さん）

●ぱあとなぁ～では「京のルーキー」や「いきいき菜園生活」を中心に読ませてもらっています。特に若手就農者の頑張りにいつも励まされています。
（加悦・山口薫さん）

（亀岡西部・並河たき子さん）

●いつもぱあとなぁ～を楽しく拝見しています。主人と野菜作りの参考にさせてもらっています。おかげで昨年は、友人と知人にお裾分けできるくらい、上出来の野菜が作れて喜んでおります。
（野田川・金子はるみさん）

●1月号の「季節のおいしいレシピ」の小松菜のおろしがゆは、夫が大根おろしが好きで毎朝おろしを作っているのですが、おかゆに入れるなんて初めて目にしました。近日中にこのおかゆを作って、食べてみたいと思っています。
（弥栄・藤原淳子さん）

●クロスワードパズルを主人と楽しんでいます。野菜作りは一年生なので「いきいき菜園生活」が勉強になります。毎月、切り取って大切に保管しています。
（間人・岡垣都志子さん）

ぱあとなぁ〜
Vol. 203 2019 2月号

なるほど納得！

みんなのJA京都

知っているようで知らなかったJAのことをわかりやすくお教えします！

Q 年金友の会ではどのような活動をしていますか？

A ゴルフやグラウンド・ゴルフなどのスポーツ、囲碁やカラオケなどの大会、旅行などを実施し、多くの方に楽しんでいただいています。

私がお答えします！

JA京都 常務理事
俣野 清治

年金友の会は年金のお受け取りをJAにご指定いただいている方が会員です。
年金友の会では会員の生きがい作りと健康増進、会員相互の親睦を目的として、さまざまな行事を主催しています。最近では、会員の皆様の意見やアドバイスを取り入れたニュースポーツの大会など新しい試みもしています。また旅行は「前回参加して楽しかったから」とリピーターになっていただける会員も多くなり、口コミやお友達のご紹介で「年金友の会」の輪が大きく広がっています。
会員の皆様の笑顔とパワーに、私も元気をいただいています。
まだ参加されていない方は、ぜひＪＡで年金をお受け取りいただき、一緒に楽しい時間を過ごしましょう！

季節のおいしいレシピ

レシピの考案●料理家・管理栄養士／吉村雅子先生

今月のレシピ

聖護院だいこんとお揚げのみそチーズ焼き

材料（4人分） ［調理時間20分］

- 聖護院だいこん…… 600g
- 油揚げ…… 1枚
- 田楽みそ…… 80g
- 溶けるチーズ…… 80g
- ミツバ……適量
- 片栗粉……適量
- 揚げ油……適量

作り方

1. 聖護院だいこんは皮をむいて厚さ約1㎝のいちょう切りにして、両面に片栗粉をまぶす。
2. フライパンに深さ1㎝ほどの油を入れ中火にかける。油が温まってきたら1を入れ、串がすっと通るくらいまで揚げ焼きにする。
3. アルミホイルの上に2を乗せて田楽みそを塗る。その上に1㎝角に刻んだ油揚げを乗せ、さらに溶けるチーズを乗せてオーブントースターで約6分焼く。
4. 皿に3を盛り付け、ミツバを添える。

〈3月の訪問日〉 3月16日の第3土曜日です

JA京都のイベントやお得な情報をお届けします
LINE@

●発行日／2019年2月16日 ●発行／京都農業協同組合
〒621-0806 京都府亀岡市余部町天神又2 ☎0771-22-5505
〈ホームページアドレス〉 https://jakyoto.com

JA京都は「みんなのよい食プロジェクト」に取り組んでいます。
JA京都広報誌「ぱあとなぁ〜」は環境への配慮から、再生紙にベジタブルインク（植物油）で印刷しています。