

暮らしのなかにJAを

JA 京都

ぱあとなあ〜

12

December 2022

<https://jakyoto.com> 検索

Vol. 249

[特 集]

地域色豊かな 「お雑煮」

[いきいき菜園生活]

「土作り」について



JA京都のイベントや
情報をお届けします

LINE





わたしのパートナーを紹介します！

わたしの パートナー

MY PARTNER



わたしのパートナー

与謝野町字滝在住
小田 俊規さん



小田さんとは、勤務している有限会社「あつぷるふぁーむ」で出会いました。

農機具の操作から作業の効率化、会社経営の基礎知識など、農業で生計を立てるために必要な技術や専門知識を、分かりやすい的確な指導で教えてもらいました。

大阪から移住してきたばかりの時、知り合いがいない私を気遣って、「今日飲みに行こうか？」と仕事終わりに食事に連れて行ってくれた優しい人です。

昨年からは新しい試みとして、小麦栽培にも挑戦。自然循環型農業で米や野菜・果樹・和牛の繁殖・加工品など多角化経営を継続しながら、一緒に与謝野の魅力発信していけたらいいなと思っています。

パートナーについて

仕事も遊びも一緒に楽しめる先輩

今月の表紙

与謝野町字滝在住
なかたに ただし
中谷 忠史さん

Profile

- 所属
施設園芸部会
- 主な栽培品目と面積
水稲 25ha、小麦 3.6ha
果樹 1ha、露地 2ha
ハウス 95棟
和牛繁殖(親5頭、子3頭)
大豆 12ha



俊規 そろそろ、ウチのソフトボールチームの成績が出るころかな。

忠史 実はさっき連絡があって、びっくりしましたよ。

俊規 え？ 何位だった？

忠史 えーっと、優勝です！

俊規 えー！ 何回か負け

たのに？

忠史 後半、棄権したチームが出たから順位が上がったみたいですね。

俊規 よし。今日みんなで祝いましょうか！ うまいビールが飲めそうだな〜。

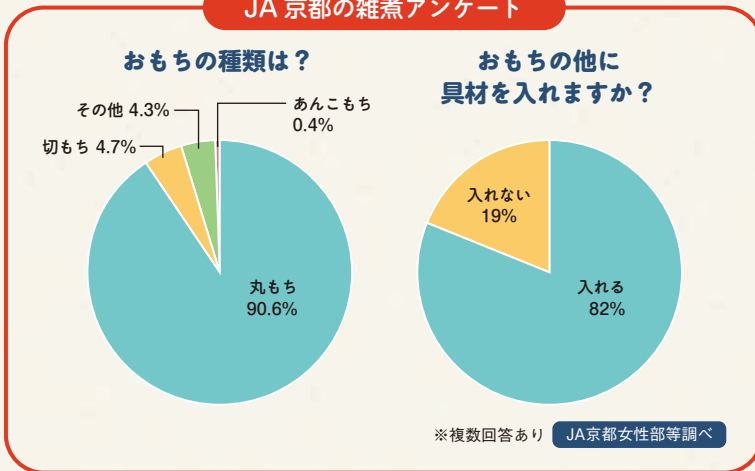


雑煮について

一般的にもちの入った汁物のことをいいます。もちや農耕民族である日本人にとって特別で、お祝いごとやハレの日に食べられていました。新年を迎える節目には歳神様にお供えしてその年の豊作と幸せを願います。

「雑煮」という呼び方はさまざまな具材を混ぜて煮合わせたことが語源です。歳神様にお供えしたもちや農作物・海産物などを若水で煮込んで料理したことから始まりました。

JA 京都の雑煮アンケート

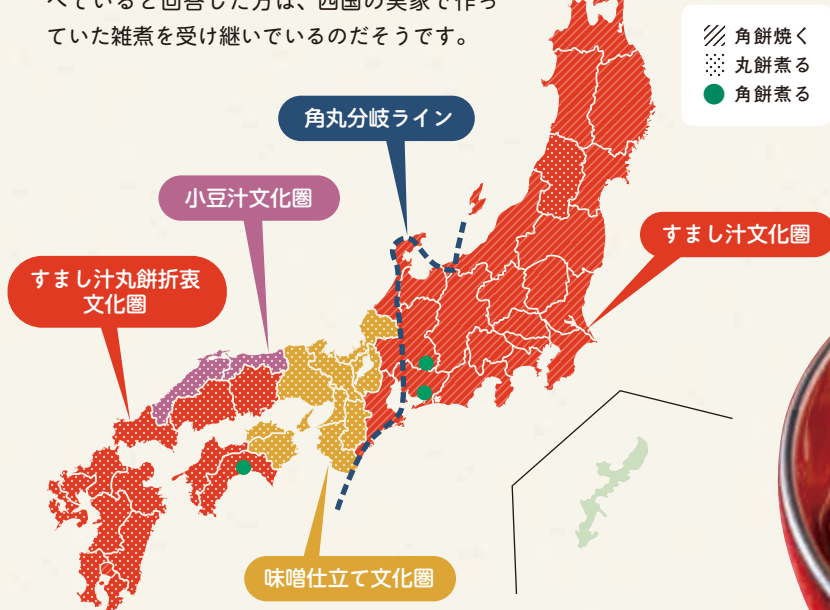


全国各地の雑煮

よく知られているものだけでも、100を超えるほど多種多様な雑煮。作り方や具材の違いなど、細かな特徴にまで着目すると、さらに増え、集落の数だけ雑煮の種類があるといわれています。

管内では丸もちを使い、野菜やかまぼこなどを入れたみそ仕立ての雑煮が、多くの家庭で食べられています。あんこもちの雑煮を食べていると回答した方は、四国の実家で作っていた雑煮を受け継いでいるのだそうです。

雑煮文化圏マップ



農水省HP「全国のいろいろな雑煮」より

お正月には家族そろって雑煮を食べるご家庭も多いのではないのでしょうか。今特集では女性部の皆さん224人にご協力いただきました。元旦に食べる雑煮についてのアンケートを実施しました。地域や家庭などそれぞれに伝わる食べ方をご紹介します。

地域色豊かなお雑煮



JA京都管内のお雑煮

雑煮の代わりにぜんざいや納豆もちを食べる地域もあります。
ただいたレシピで、郷土色豊かなお正月を楽しんでみてはいかがでしょうか。



管内で最も多い 白みそ仕立ての雑煮

【材料】

- ・出汁（ジャコ、昆布）
- ・白みそ

A

- ・サトイモ（ゆでておく）
- ・ダイコン（飾り切り）
- ・ニンジン（飾り切り）
- ・タケノコ（食べやすい大きさに切る）
- ・レンコン（食べやすい大きさに切る）

B

- ・丸もち（沸騰した湯に浸けておく）
- ・花麩（飾り用）
- ・ミツバ（飾り用）
- ・かまぼこ（飾り用）

【作り方】

- ① 出汁をとる。
- ② 出汁が沸騰したらAを入れる。
- ③ Aに火が通ったら、弱火にして白みそで味付けする。
- ④ お椀に③をよそい、その上にBを盛り付ける。

※具材はおせちの煮しめを使ってもよい

「料理とレシピ」



網野支店女性部
山本美千代さん



峰山支店
井上順子さん宅の
お供え

京丹後に伝わるお供えもの

京丹後では三宝（三方）にお米と昆布を巻いたミカン、家族の人数分の干し柿（吊るし柿）を乗せてお供えします。子どものいる家では、ここにお年玉も準備しておくそうです。元旦は家族そろって、この干し柿（年取り柿）と雑煮、昆布茶を食べます。干し柿の種の数で一年を占い、柿の種がたくさん入っていると良い一年になると言われています。



京北の伝統食「納豆もち」

京北のお正月は、納豆もちとみそ汁が定番でしたが、最近ではお雑煮に替わりつつあります。それでも納豆もちはご馳走感があり、里帰りした家族や親せきからリクエストされることもある、人気の郷土料理です。

食べ残すと「縁起がよい」とされ、昔は人の頭くらいの大きさに作ったそうです。残った納豆もちはあぶると（温め直す）と表面がカリッとして、作りたてとは違った食感が楽しめます。

京北の 納豆もち

番外編

【材料】（2人分）

- ・丸もち …………… 10個
- ・納豆 …………… 1パック
- ・塩 …………… 適量
- ・きな粉 …………… 適量
- ・赤砂糖（黒砂糖やきび砂糖などお好みのものでよい） …………… 適量

「料理とレシピ」



京北支店
女性部部长
草木久美子さん



京北支店
女性部副部长
橋本小夜子さん

【作り方】

- ① 丸もち5個を10分ほど水に浸ける。
- ② ①を電子レンジ（600W）で1分30秒温めてやわらかくする。
- ③ テフロン加工のフライパン（ホットプレートでもよい）で、5つのもちが一つにくっつくように焦げ目がつくまで焼く。
- ④ ハンボウ（飯切り）にきな粉を広げる。納豆を塩で味付けてよく混ぜる。
- ⑤ きな粉の上に焼けたもちを乗せ、固くなった表面をしゃもじや大きなスプーンでほぐしながら広げる。広げるときにもちにきな粉を混ぜ込むようにする。
- ⑥ 広げたもちの上に④の納豆を乗せ、さらに赤砂糖を乗せてもちを半分に折り、もちのまわりをしっかりと押さえて、納豆が出ないようにする。

数字とレシピで見る

JA 京都管内で食べられている雑煮は実に多彩です。また、地域の伝統的な食べ方や特産物を使った雑煮など女性部の皆さんに教えてい



丹後半島の ぜんざい

【材料】(4人分)

- ・丸もち (切もち) …………… 4 個
- ・小豆 (乾燥) …………… 200g
- ・砂糖 …………… 150g
- ・塩 …………… 小さじ 2/3
- ・水 …………… 1ℓ

「料理とレシピ」



峰山支店
女性部副部長
井上順子さん

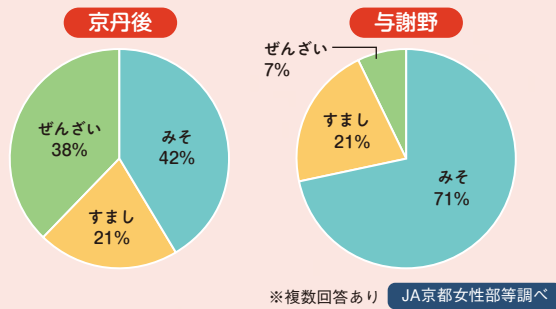
【作り方】

- ① 小豆はさっと洗い、水気を切る。
- ② 鍋に小豆を入れ、ひたひたの水 (分量外) を加えて中火にかけ、沸騰したら2分ほど煮てざるにあげる。
- ③ 鍋に小豆を戻し、水1ℓを入れて中火にかける。沸騰したら弱火にして蓋をする。柔らかくなるまで30~40分間煮る (豆が指でつぶせるくらいの硬さまで)。
- ④ 新豆は早く煮ることがあるので20分ぐらいで一度、硬さを確かめる。砂糖と塩を加えて混ぜ、15~20分蓋をして煮る (好みのとろみになるまで)。
- ⑤ ④の中にもちを4個入れて軟らかくなるまで煮る (オーブントースターで焼いてもよい)。
- ⑥ 軟らかくなったおもちを小豆ごとお椀に入れて完成。

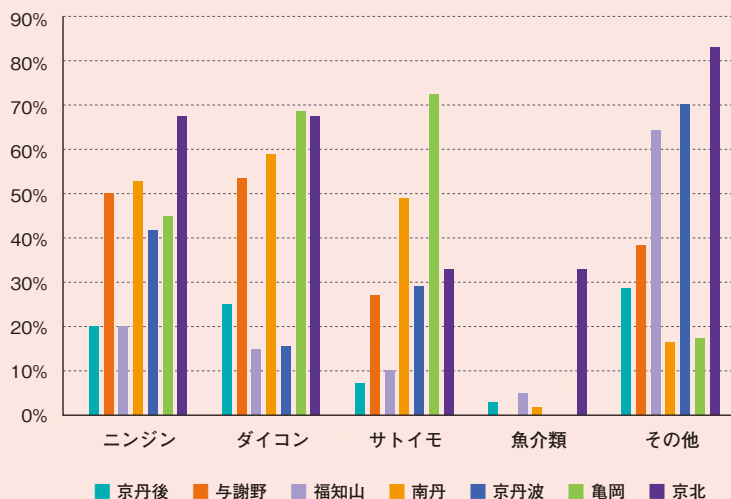


お正月にぜんざいを食べる地域

京丹後や与謝野には雑煮ではなく「ぜんざい」を食べる地域があります。以前は三が日食べていたようですが、二日目からは普通のお雑煮を食べるといふ家庭もあるようです。この地域の雑煮は、地元の特産物「地のり (岩のり)」を入れたものが好まれます。



雑煮に入れる具材



多いのは
野菜や鶏肉、
かまぼこなど

管内で食べられている雑煮のうち8割が具材を入れて作っていました。京風雑煮の代表的な具材であるニンジン、ダイコン、サトイモは京都市の京北や隣接する亀岡などでよく使われています。その他の野菜ではカブを入れる家庭が福知山や南丹などで多くありました。野菜以外では、鶏肉やカマボコを入れる家庭も多くありました。

※複数回答あり JA京都女性部等調べ

こんにちは! 安原です



大切な「家財」の保障 準備されていますか?

JA京都 常務理事 安原 牧男

最近では、自然災害が頻発しており、建物と家財のどちらの保障も備える方が増えています。万一のとき、住宅の再建だけでなく、元通りの生活を取り戻すためにも家財の保障を備えておくことをおすすめします。

JAの建物更生共済My家財プラスでは、火災や自然災害（水災、雪災、地震等）だけでなく、空き巣による現金盗難や自宅から持ち出した家財の損害まで幅広く保障します。

台風・集中豪雨が発生し、床上浸水の被害にあい、「家電製品」「家具」が泥水をかぶり使い物にならなくなった。

落雷の影響で、「家電製品」が故障した。

家にボヤが発生、消火活動の放水で「家電製品」「家具」「衣類」が使いものにならなくなった。

火災や自然災害だけでなく、こんな時にもお支払いいたします!

空き巣が入り、現金・通帳が盗まれてしまった。

鍵の入ったカバンが盗難被害にあい、家の鍵を交換した。

自宅にあるパソコンを持ち出し、他の建物内で盗難等の被害にあった。

いつ起こるか分からない自然災害・盗難などによる **家財の損害** に備える保障

●この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては、「重要事項説明書【契約概要・注意喚起情報】」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。 [22263000247]

JA京都10月末の事業概況

●組合員数	5万1,959人	●販売品販売高	13億6,819万円
●貯金残高	4,682億6,288万円	※米販売分	
●貸出金残高	336億6,482万円	●販売品販売高	1億3,943万円
●長期共済保有高	1兆2,023億9,457万円	※農畜産物直売所たわわ朝霧分	
●販売品取扱高	30億4,048万円	●購買品取扱高	21億6,157万円
(うち畜産酪農センター取扱高)	15億6,053万円	(うち畜産酪農センター取扱高)	9億8,175万円

秋の食材を使って 児童ら料理体験

間人支店は11月9日、京丹後市立丹後小学校で「あぐりキッズスクール」を開き、小学2年生の児童26人が秋の味覚を使った料理作り挑戦しました。

授業の一環で、女性部役員が講師となり、お昼前の3、4時間目を活用して、サツマイモ（紅あずま）を使ったサツマイモごはんのおにぎりと、安納芋あんこのどら焼きを作りました。

児童らは6班に分かれて各自ごはん100gを量り、ラップにのせておにぎりをにぎったり、芋のあんこ30gを量って皮に包み込む作業を行いました。

料理体験をした児童は「最初はあんこやごはんの重さを量るのが難しかったが、2回目からは早くできた。ぴったり量れるとうれしく、おにぎりをにぎるのが楽しかった」と話しました。



重さを量っておにぎりを作る児童

京みのりの 良質米生産を目指して



熱心に講習を受ける生産者

園部支店は11月2日、南丹市園部町産の特別栽培米「京みのり」の生産者研修会を開催し、60人が参加しました。

この日は開発肥料株式会社の中谷潤技術顧問を講師に招き、良質・良食味米生産のための土作りについて講習を受けました。

堆肥とケイ酸質資材の施用と深耕で十分な作土の確保による地力向上と健苗育成、浅植え、細植えの励行による栽培技術の向上など、多岐にわたり詳しく説明を聞き、講習後の質疑応答でも生産者に対して丁寧に回答されていました。参加した生産者は「京みのり栽培のレベルアップを図るうえで良き研修となった。さらに良質・良食味米生産に努めていきたい」と話しました。

せとぎららの播種スタート

八木支店管内のほ場では、11月10日から2023年産小麦の播種が始まりました。

小麦の品種はパンや麺に適した「せとぎらら」で、特徴はグルテンが強く製パン性に優れていることや、条件が良ければ輸入パン用小麦に近い適性が得られます。

収量が多いとされる品種ですが、適切な排水対策や播種時期と施肥が重要であるため、播種後も慎重に栽培管理が行われます。

この小麦は、主に府内のベーカリーショップやラーメン店などで使用されます。

同支店管内での播種面積は、昨年より4・8ha増の26・1haで、来年6月に65tの収穫量を見込んでいます。



せとぎららの播種作業のようす

丹後産の旬な野菜や新米を直売所でPR



店頭で丹後産コシヒカリなどを販売

農畜産物直売所「たわわ朝霧」で10月29日と30日の2日間、丹後産フェアを開催しました。秋の味覚である新興梨を中心に、丹後産のサツマイモやブロッコリー、ニンジン、九条ねぎ等々、旬の野菜が店頭に並びました。花の売場では、初出荷のコットンフラワーの他、ユリが人気でにぎわっていました。また、丹後米改良協会による丹後産コシヒカリのおにぎり配布もあり、新米の丹後産コシヒカリをPRしました。

同直売所の荒田勉店長は「秋晴れの好天に恵まれ、観光バスなども入り、連日多くのお客さんでにぎわった。丹後からの直送便によって、旬の新鮮野菜や花が常に店頭に並ぶのはJ A京都の直売所の魅力。丹後産コシヒカリは人気で12月にもPR活動を計画したい」と話していました。

水稻採種の生産順調

宮津府中支店は11月9日、丹後農業改良普及センターと水稻採種組合役員の立ち合いのもと、2022年産水稻うるち粉(品種:コシヒカリ)の農産物検査をJ A全農京都丹後連合農業倉庫で行いました。

この初は、宮津市・伊根町の生産者が栽培し、水稻種子センターで乾燥・精選されたもの。

この日は出荷袋から採取した粉を検査用の皿に載せ、品質を確認。契約数量3,990袋を検査し、全て合格基準をクリアしました。

合格した水稻種子は、再び水稻種子センターで4kgの小袋に加工され、来年度の種子となります。

検査を担当したJ A職員は「今年は8月の高温や台風の影響などで品質を心配していたが、良品質な種子の生産ができてよかった。今後も尽力していきたい」と話しました。



品質を確認するJ A職員

元気なうちに相続対策を



熱心に講義を受ける参加者

J A京都は11月19日、北部ブロックの組合員を対象とした「やさしい相続対策セミナー」を京丹後市のKISSUEN Stay & Foodで開催し、48人が参加しました。

講師に(一社)公益相続支援センター京滋の川嶋脩平さんを招き、「元気な今だからこぞできる早めの備え」と題した、財産管理や遺言書の作成、生前贈与などについての説明を、事例に基づきながら詳しく聞きました。

その後の質疑応答では、普段から疑問に思っていることなどを確認し、相続に対する理解を深めました。

参加者は「説明が分かりやすく、相続への備えの大切さを知る良い機会になった。少しずつでも準備を進めていきたい」と話しました。

同J Aの梅原真里子常務理事は「次々と質問が出て、相続への関心の高さを感じた。今回の参加者を継続的にサポートするとともに、今後とも組合員・利用者のお役に立てる活動を展開していきたい」と話しました。

吉田正美さんが京都府知事賞の栄冠に！

京都丹波米良食味推進協会が主催する「おいしいお米コンテスト」の表彰者選考会が11月2日、京都府農林水産技術センター農林センターで開かれ、出品されたお米74点（コシヒカリ42点、キヌヒカリ32点）の中から、京都府知事賞に南丹市の吉田正美さんの「キヌヒカリ」が選ばれました。

予備審査で穀粒判別器と食味分析機器により測定を行い、上位16点（コシヒカリ8点、キヌヒカリ8点）を選抜き、本審査で行政および関係機関の代表者8人を審査委員として、玄米外観審査と食味（官能）審査により入賞9点を選びました。

コンテストは、京都丹波米の良食味推進や生産コスト低減技術等の普及活動により、水稻農家の経営改善を図ることを目的に2010年から実施しており、今年度で13回目となります。管内産の「コシヒカリ」「キヌヒカリ」の2品種を対象に出来栄を競います。

その他の入賞者は次のとおり（敬称略）▼京都府農業協同組合中央会 会長賞Ⅱ小山満（京丹波町）▼全国農業協同組合連合会京都府本部 府本部長賞Ⅱ廣瀬典夫（亀岡市）▼京都農業協同組合 代表理事理事長賞Ⅱ西村不二夫（南丹市）▼京都府農業共済組合長賞Ⅱ奥村信弘（亀岡市）▼亀岡市長賞Ⅱ西村信義（亀岡市）▼南丹市長賞Ⅱ西田一（南丹市）▼京丹波町長賞Ⅱ清水淳之助（京丹波町）▼京都丹波米良食味推進協会長賞Ⅱ人見弘和（京都市「京北」）



外観審査の様子

出荷箱のイメチェンなどで消費者にPR

京野菜部会丹後にんじん部会が出荷している西洋にんじんの商品名が昨年から「京きやろっと」に変更され、人気を集めています。出荷袋は京都らしさを出すために、京のブランド産品と同様の赤帯のデザインにしました。

今年はお荷箱も無地から「京きやろっと」のデザインに変更し、流通における京都産のPRと丹後にニンジンの産地があることを広く伝えることに努めます。

現在、京都市場を中心に出荷していますが、JA全農京都を通じて東京市場や大阪市場への出荷を行い、京野菜取扱店へも展開しています。藤原典道部会長は「ニンジンの産地は増えていると聞くが、スーパー等で見かけたら、京都・丹後産の『京きやろっと』をぜひ食卓に」と話しました。



「京きやろっと」をPRする藤原部会長

小豆の刈り取り最盛期



コンバインで小豆を収穫する荒河常務

福知山支店小豆省力機械化部会では、11月中旬から小豆の刈り取り最盛期を迎えました。

同部会は6組織で活動しており、刈り取り適期検討会で各組織の生育状況の確認や水分を測り、刈り取っていく順番を決めています。

小豆をほ場でできるだけ乾かし、小豆の莢がはじける手前でコンバインによって刈り取るといった、乾燥作業を省いた出荷体制で省力出荷しています。

株式会社「味歩里」のほ場では、荒河富雄常務がコンバインで刈り取り作業を行い、従業員が小豆を運搬しました。

ハツラツ女性部

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。

※JA京都女性部では、政府の定める新型コロナウイルス対策を徹底し、活動を行っています。

丹波
瑞穂
和知

11/7

天橋立ウォーキングや パワースポット神社参り楽しむ

～宮津市にて～



3支店合同のウォーキングに部員25人が参加しました。知恩寺を参拝後、3.5kmほどの橋立松並木をウォーキングし、途中の天橋立神社も参拝。昼食をとり、近辺の神社を参拝したり、お買い物などを楽しみ、帰りは観光船でクルーズを満喫しました。

亀岡

11/9

うさぎの三連タペストリーが 完成

～亀岡西部支店にて～



本部役員の村上すみさんを講師に、参加した部員と体験者の計17人が干支の三連タペストリーを作りました。参加者は「出来上がりがかわいく、自宅に飾りたい。毎年作って12支集めたい」などと話しました。

大宮

11/11

ニュースポーツ体験会

～周知区体育館にて～



参加した部員17人が5グループに分かれ、輪投げ・囲碁ボール・ペタンの3種目に挑戦しました。参加した部員は「激しい運動でもなく、真剣に取り組めて手に汗にぎるスポーツだった」と話しました。

宮津

11/10

干支の押し絵作りに挑戦

～宮津支店にて～



尾上百合子部長と役員の狩野照代さんが講師となり、来年の干支「福鈴うさぎ」の押し絵を作りました。かわいらしいウサギができるにつれて部員も笑顔になり、和やかな雰囲気の中、作り上げました。

一緒に活動
しませんか？

弥栄支店

家の光サークル

昨年は緊急事態宣言が発令されると中止せざるを得なく、計画通りに活動ができませんでした。依然、そのような状況が続いていますが、家庭菜園で育てた野菜を使い、簡単に作れる料理教室を開催することができました。今年度も原則、持ち帰りですが、食べることが楽しみでつつい料理が中心の活動になりました。

概要

活動日時	年間4～5回
活動場所	弥栄支店 研修室
代表者	石井 陽子
活動内容	家の光に掲載している記事
メンバー数	10人

活動履歴

6/19	1年間の活動と内容の決定
7/9	トマトケチャップ作り
11/12	ゆずジャム作り



年金友の会便り

※コロナ対策を徹底して実施しています。

- ①開催日 ②会場
- ③参加人数 ④結果(敬称略)

ゲートボール

【京北】

- ①11月5日
- ②島居農村公園
- ③会員30人(6チーム)、職員7人(1チーム)
- ▼優勝 吉川チーム ▼準優勝 奥原チーム ▼3位 久保チーム



熱心にプレーする会員

グラウンドゴルフ

【篠】

- ①10月12日
- ②けやき公園
- ③41人
- ④▼優勝 石野正作 ▼準優勝 久保信子 ▼3位 吉田安政



見事入賞に輝いた会員

【宮津】

- ①11月9日
- ②宮津市民グラウンド
- ③104人
- ④▼優勝 井田富博 ▼準優勝 小松宗靖 ▼3位 森下紀夫

【日吉】

- ①11月10日
- ②南丹市日吉総合運動広場
- ③74人(男31人、女40人)
- ④【男性】▼優勝 北浦啓太郎 ▼準優勝 阪田昌平 ▼3位 農本忠夫 【女性】▼優勝 木村春美 ▼準優勝 湯浅朝枝 ▼3位 塩内恵美子

ゴルフ

【京北】

- ①11月9日
- ②太閤垣カントリークラブ
- ③19人
- ④▼優勝 芦田次義 ▼準優勝 下村昇 ▼3位 渡辺正志

趣味のある人生を
愉しむ人をご紹介します

人生の匠



京都市右京区京北五本松町
磯部 伸太 さん
〔89才〕

勝利を切り開く思いやり
一打一打、チームのために

58才のとき、京北町ゲートボール連盟の会長でもあった高校の恩師から誘われて始めました。ゲートボールは5人でチームを組む団体競技。先輩たちの足を引っ張らないようにと練習した結果、京都府ゲートボール連合が2018年に開催した選手権大会で準優勝することができました。

主将を務めたこともある磯部さんは「相手と味方の技量を見極め、試合の残り時間と点差を踏まえた戦略を立てる」と話します。限られた時間内に作戦を実行するためには団結力が不可欠。普段の練習から声を掛けて協力し合う雰囲気づくりを目指すほか、メンバーが落ち着いてプレーできるように作戦を冷静に伝えることを心掛けています。

「まるで囲碁のように頭を使うスポーツ。適度な運動なので健康に良いし、思いやりの精神も育ちます」と話す磯部さんは今日もグラウンドに快音を響かせます。



2022年度健康相談会

地域に密着したくらしの活動における健康管理活動の一環として、府内JAの組合員・JA役職員およびその家族の皆様が、心身ともに健康に暮らしていくため、医師による健康相談会を開催いたします。

開催時期 2022年4月～2023年3月の
第2・第4(水曜日)

※12月は第2水曜日のみ開催。
※都合により、開催日を変更することがあります。

開催会場 京都JAビル

住所 京都市南区東九条西山王町1

アクセス ・JR京都駅八条口より徒歩5分
・近鉄京都駅八条口より徒歩7分
・市営地下鉄(烏丸線)京都駅より徒歩5分
・市営地下鉄(烏丸線)九条駅より徒歩4分

開催時間 午後1時30分～3時

※相談時間は一人につき20分とし、1回の開催につき4人を定員とします。
※相談人数が多い場合は、別途相談日を設定することがあります。

駐車場はありませんので、車でのご来場は遠慮ください

相談料 相談料は無料です。

相談内容 府内JA組合員・役職員および
その家族で、病気の改善に向けた
各種の相談

相談医師 JA京都中央会
顧問 中村 孝志 氏

独立行政法人国立病院機構 京都医療センター 名誉院長
京都大学医学部附属病院 元院長

※人間ドック・健康診断等の結果および現在、治療中の病気に不安があるものに限ります。
※診察および治療は行いませんので、健康保険証は必要ありません。

事前の申し込みが必要です

申込書は
お近くの
支店窓口へ

お申し込み方法

相談をご希望の方は、相談申込書に必要事項を記入の上、原則として相談希望日の2週間前までに、郵送またはFAX、Eメールで送付ください。申込書を送付する際は、事前に電話連絡をお願いします。
なお、相談日および時間が確定次第、相談者へ通知いたします。

申込先および事前連絡先

〒601-8585 京都市南区東九条西山王町1
JA京都中央会 総合企画部 総合企画課
TEL 075-681-4323 FAX 075-692-2087
Eメール: kurashi@ja-chukt.or.jp

農業者のための 積立年金

農業者年金

加入要件は3つだけ

3つの要件を満たす方は
誰でも加入できます。

要件1

60歳
未満

要件2

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

要件3

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

メリット
農業者年金の

① 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。

② 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。

③ 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



福知山支店

新谷 柑太くん (5) ・ 一颯くん (10) ・ 朱莉ちゃん (1)

外遊びが大好きなかんちゃん。また家族みんなで大きな公園に遊びに行こうね。



瑞穂支店

梶本 紗羽ちゃん (4) ・ 誠士郎くん (6)

アグレッシブな紗羽ちゃん。これからもいろいろなことにチャレンジして、お兄ちゃんと仲良くスクスク育てね♡

「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



JA京都 年末年始の営業案内

	12月 30日 金	12月 31日 土	1月 1日 日	1月 2日 月	1月 3日 火	1月 4日 水	1月 5日 木	
窓口	通常営業	12月31日～1月3日まで休業				通常営業		
ATM	通常稼働 (但し、1/1～3までの期間は、漁協提携ネットのキャッシュカードはご利用いただけません。詳しくは、キャッシュカード発行の金融機関にお問い合わせください。)							
たわわ朝霧	通常営業	営業 (午後3時まで)	1月1日～4日まで休業				通常営業	

窓口休業日の連絡先 (24時間受付しています)

- キャッシュカードの盗難・紛失 → JAバンク京都キャッシュカード 紛失受付ダイヤル(フリーダイヤル:0120-261-163)
- クレジットカードの盗難・紛失 → 三菱UFJニコス発行のJAカード会員 盗難・紛失専用ダイヤル(フリーダイヤル:0120-159-674)
- 自動車共済の事故受付 → (フリーダイヤル:0120-258-931)



亀岡川東支店生産課
安東 岳徳

家庭菜園では限られた面積のなかで繰り返し作物の栽培が行われます。今回は、野菜の出来具合を左右する「土作り」について紹介します。

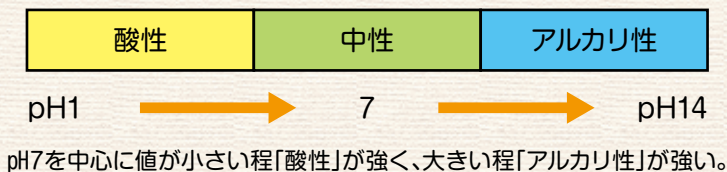
① 作物にとって良い土は

- ① 耕土が深い
- ② 通気性・排水性(水はけ)・保水性(水もち)・保肥性が良い
- ③ 土壌酸度が適正で肥料分に富む
- ④ 病原菌や害虫がいない。清潔で異物が混ざっていない“根っこ”が暮らしやすい土です。

② 土作りのポイント

① 酸度(pH)のチェック

ほとんどの野菜が育ちやすい土の酸度はpH6.0~6.5で、弱酸性土壌を好みます。雨の多い日本では酸性土壌になりがちなので、苦土石灰などを施し酸度を補正しましょう。

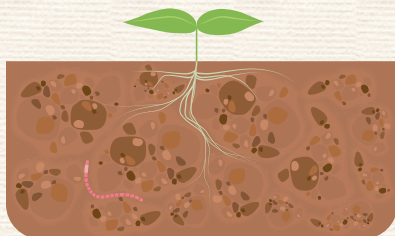


② 主な作物別pHの好適生育範囲

pH	品 目
6.5~7.0	ホウレンソウ
6.0~7.0	ダイコン・エンドウ・キャベツ・トマトなど
6.0~6.5	レタス・キュウリ・ネギ・ハクサイ・スイカ・ナスなど
5.5~6.5	イチゴ・玉ねぎなど
5.5~6.0	サツマイモ
5.0~6.5	ジャガイモ

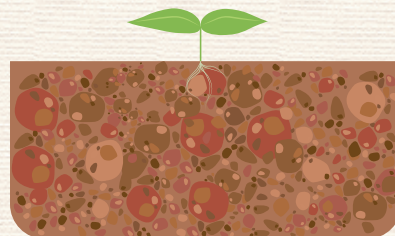
③ 堆肥の施用

堆肥などの有機物を施用することで微生物の働きを活発にして「団粒構造」の通気性・排水性・保水性・保肥性の良い土を作りましょう。



細かい土の粒子がかたまりになっている状態=団粒化した土

団粒構造の土



土の粒子が詰まっている状態=排水も悪く、根ものびない

単粒構造の土

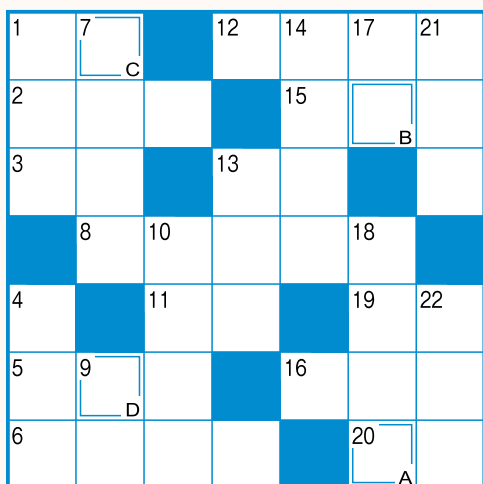
④ 深耕

地中にしっかり根が張るように、土を深く耕しましょう。耕す前には、雑草や前作の残さを取り除きましょう。

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～E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

●先月の答え

「ユキアソビ」
(雪遊び)

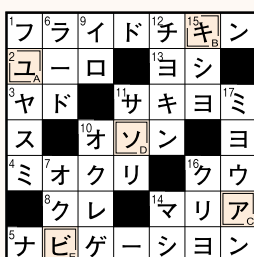
●応募総数

139通
(正解139通)

●当選者

岡本 美知さん(京北)
人見 和美さん(八木)
岡本 敬治さん(瑞穂)
石原 豊成さん(和知)
加藤 敏子さん(福知山)

小巻 晴美さん(加悦)
井上ゆかりさん(大宮)
梅田 利短さん(弥栄)
清水 礼子さん(久美浜)
中川 百子さん(宮津)



タテのカギ

- 1 初詣で、受験を控える子の難関——を祈願した
- 4 2つで1組の——茶わん
- 7 客のためにワインを選びます
- 9 師匠の下で学びます
- 10 親から子へ受け継がれます
- 13 ——・中期・末期
- 14 年賀状によく書かれる2文字の熟語
- 17 湖に張った氷に穴を開けて楽しむこともあります
- 18 登山やキャンプで使う寝袋
- 21 コンコンと鳴く動物
- 22 警察は原則として——不介入です

ヨコのカギ

- 1 正月に飲む薬酒。お——気分がなかなか抜けない
- 2 髪の毛の渦巻き
- 3 エッフェル塔がある都市
- 5 練り物やダイコンを煮込んで作ります
- 6 自分より後に生まれた人はみんなこれ
- 8 食事の管理や指導を行います
- 11 去年はナスの——がとても良かった
- 12 太鼓や木琴やトライアングルなどのこと
- 13 毛筆でしたためることも
- 15 大学入学共通テストは国立大学だけではなく——大学も利用しています
- 16 計画のこと。お得な宿泊——
- 19 京都・三十三間堂の通し矢で新成人が引きます
- 20 ——、ニタカ、三ナスビ

郵便はがきに答え・住所・氏名・年齢・電話番号、「ばあとなあ〜」やJA京都に対するご意見などを書いて12月19日(月)までに〒621-0806 亀岡市余部町天神又2番地 JA京都本店・総務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、「ばあとなあ〜」1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。

お便り紹介

●12月号のクロスワードパズルとても面白かったです。7ページの「第12回全国和牛能力共進会」の記事も興味深い内容でした。

(丹波・長澤肇さん)

●「私のパートナー」のコーナーが大好きです。若い人たちが農業にチャレンジしてすごいなと思います。私も主人と楽しく農作業が続けていけたらうれしいです。また、12月号のサトイモのみそ煮、はりはり漬けにさっそく挑戦しました。おいしかったです。

(福知山・荒木節子さん)

●お米ができるまで大変な苦労があることを知りました。カメムシの被害や天候に左右されるので、難しいですね。我が家は裏で家庭菜園を少しばかり頑張っています。

(亀岡中央・吉瀬勝さん)

●ばあとなあ〜12月号が届き、さっそく目についたのが特集の「ごはんのおとも」でした。大好物のはりはり漬けのレシピをメモし、畑のダイコンを収穫して花切大根を作ります。うまくできますよう、楽しみです。

(亀岡中部・成田マサ子さん)



(岩滝・水上省悟さん)



(福知山東部・田中裕美さん)



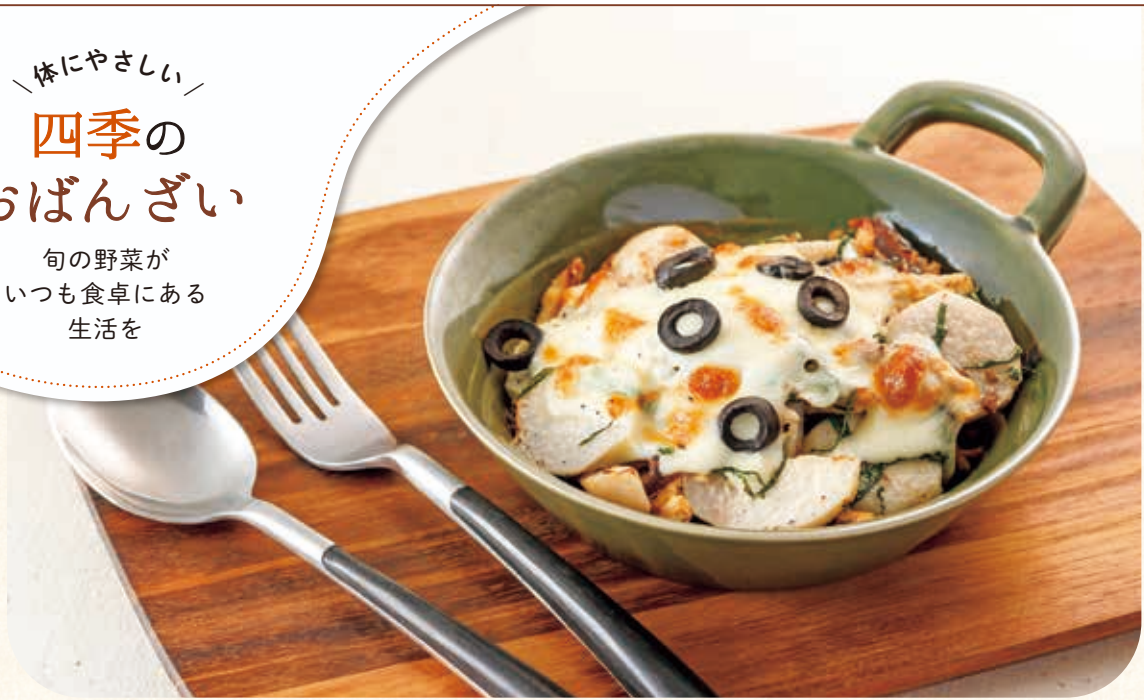
(加悦・小田靖子さん)



(加悦・山田國雄さん)

「体にやさしい」
四季の
おばんざい

旬の野菜が
いつも食卓にある
生活を



サトイモと秋刀魚のチーズ焼き

材料 (2人分)

サンマ……………1尾	大葉……………6枚
塩……………適量	溶けるチーズ……………40g
サトイモ……………250g	輪切りにした
塩……………2つまみ	ブラックオリーブ…6切れ

作り方

- ① サンマは塩焼きにして頭と骨を取り除き、ほぐしておく。
- ② サトイモは皮をむいて薄切りにし、塩を加えてもむ。耐熱容器に入れてラップをして500wのレンジで5分温める。
- ③ 大葉は細切りにする。
- ④ ②に①③を合わせて入れ、溶けるチーズとブラックオリーブを乗せてオーブントースターで約8分間、焼き色がつくまで焼く。



ポイント

皮をむいて塩でもみ、ぬめりに味をなじませる。

和食のイメージが強いサトイモですが、くせがなくやさしい味なのでチーズとの相性もばっちりです。ホワイトソースを使わないこのヘルシーなグラタンは、サンマの代わりに鯖缶やベーコンを入れてもおいしいですよ。



teacher 吉村雅子さん

料理家・管理栄養士
京都生まれ京育ち。野菜を中心としたレシピや食生活の提案など、WEBや雑誌の広告媒体で活躍中。

京の産品ファイル

サトイモ

管内では網野から「砂丘さといも」を出荷。いも類のなかでは低カロリーで、ぬめり成分のガラクトマンナンには整腸作用や血糖を下げる働きがあるといわれます。親いもを中心に子いも、孫いもがつく形状から、子孫繁栄の縁起のよい食べ物とされています。

出荷時期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月

保存方法

- 土がついたまま新聞紙などに包み、風通しの良い冷暗所に。 (保存期間は約1か月)
- 洗ったあと1つつラップで包み、密封袋に入れて冷凍庫へ。 (保存期間は約1か月)
- 半ゆいで皮をむき、密封袋に入れて冷凍庫へ。 (保存期間は約1か月)



重みがあり、下側がフカフカしていないもの

古いものはかび臭いこともある

〈1月の訪問日〉 1月7日の第1土曜日です