木曽農業協同組合

JAきそ

JA木曽広報誌
10
October
2020
No.380

Monthly Magazine JA KISO

2020年応募入賞作品「稔り間近」（上松町吉野）　撮影者：植原洋子様（上松町）

特集❶ＳＤＧｓとＪＡ
＝持続可能な地域農業・地域社会の実現へ向けて＝

特集❷〈私たちが日々の暮らしでできること〉
知っておきたい感染症対策

■ 営農情報だより…（家庭菜園アドバイス）ホウレンソウの育て方

■ 手軽に健康　手指体操…指の曲げ伸ばしで頭も体もすっきり

〈食と農の大切さを知る〉木祖小学校児童がハクサイ農家見学やユリ収穫体験

地域で働く人々について学ぶ社会科授業の一環で、木祖小学校３年生（22人）は９月４日、村内のハクサイ農家の畑やＪＡの集荷施設などを見学しました。ＪＡ営農技術員の案内でハクサイ農家の寺平暁夫さんの畑を訪れ、寺平さんからハクサイの作り方から収穫、出荷販売までの話をしていただきました。児童は「他のハクサイ産地との違い」や「農家になったキッカケ」についてなど多くの質問をしました。その後、集荷施設である小木曽予冷庫を見学し、当日収穫した新鮮なハクサイを試食し、「甘くておいしい」と感想を述べていました。

寺平さんとＪＡ営農技術員から話を聞く児童

６月から始まった木祖小学校４年生（21人）によるユリ作り体験は、９月11日に最後の学習となる収穫体験を行いました。ユリ栽培農家の翁像行夫さんのハウスで、児童全員が球根で植えた３種類のユリを１本ずつ長い柄のカマでていねいに切っていきました。切ったユリは長さを揃えてラッピングする作業も行いました。児童が育てたユリは木祖村の「道の駅」直売所や小学校で保護者らに販売をしました。ユリの栽培と収穫までを体験した児童は「ユリが成長する様子がわかって楽しかった」と話していました。

ユリをカマで切り取る児童

来年のお盆出荷用小菊の栽培講習会開催

令和３年度市場出荷をめざした小菊栽培講習会が始まり、全農長野の北沢高則監理役を講師に、８月22日に「土づくり」、９月10日には「定植」についての講習会をそれぞれ開催しました。土づくりでは、作柄を安定させるために、基本的には土壌診断に基づいた肥料を施して耕すことをすすめました。定植では一列に植える「一条植え」と交互に植える「千鳥植え」について実演をして見せ、定植後の除草についても説明を受けました。今年は７月の長雨の影響で出荷数量は伸びませんでしたが、北沢監理役は「習うより慣れろで自分なりの栽培方法を確立し、最低でも一人１万本をめざしてほしい」と話しました。

定植の講習会

南部ライスセンターで新米コシ初検査

９月17日　９月に入り、木曽南部地域を中心に米の収穫が始まりました。ＪＡ木曽南部ライスセンター（南木曽町）で2020年産米の初検査を行いました。ＪＡの検査員が南木曽町や大桑村の農家から運び込まれた「コシヒカリ」約18トン（約600袋、１袋30キロ）を検査しました。ＪＡ管内で年間270トンの集荷をめざし、検査は11月中旬ごろまで続く予定です。ＪＡ農事園芸課によると、7月の長雨による影響が心配されましたが、平年並みに生育しているということです。検査員の宇田晃技術員は「収穫を迎えるにあたり、適期落水と適期収穫をお願いしたい」と話しました。

南部ライスセンターで米検査するＪＡ検査員

皆様からの情報提供をお待ちしています。
ＪＡ木曽企画管理部 ☎0264−22−2128

広報誌9月号（№379）お詫びと訂正

4〜6p 特集＝ＪＡ木曽 事業拠点再構築計画＝支所機能再編にかかるお取引店舗変更手続きについて

5ｐ中段

王滝支所・上松支所・大桑支所に口座をお持ちの方

【誤】

3．キャッシュカードをご利用の方
　口座番号が変更になるお客様へは、新しいキャッシュカードを発行いたします。

【正】

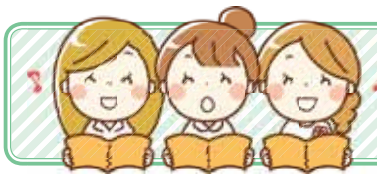
3．キャッシュカードをご利用の方
　王滝支所・上松支所・大桑支所に口座をお持ちのお客様へは、新しいキャッシュカードを発行いたします。

以上、お詫びして訂正いたします。

青峰高校、野菜集荷所で野菜の流通学ぶ

９月１日　木曽青峰高校森林環境科３年ビジネスコースの生徒16人が、「食品流通」の授業で農産物の流通などについて学ぶため、当ＪＡ野菜集荷施設の小木曽予冷庫を訪れました。ＪＡの野菜専門担当営農技術員より農家が収穫した野菜の集荷から市場出荷を経ての販売や消費者に届くまでの流通の仕組みなどについて説明を受けました。生徒は目の前で山積みになっているハクサイの箱をフォークリフトで予冷庫へ運搬している作業を見ながら、ＪＡの事業やハクサイの栽培などについての質問をしました。

予冷庫で作業している現場を見ながら説明を聞く生徒



女性部だより

各本支部の主な活動について紹介します。

コロナ禍に負けるな！
さわやか教室

エーコープマーク品を使って 料理講習 メニュー３点を楽しく調理

９月の「さわやか教室」は料理講習を木祖村、木曽町福島、三岳、上松町の４会場で開催し38人が参加されました。福島と上松の会場では新型コロナ感染防止による人数制限を講じ、午前と午後に分けて行いました。

ＪＡ組合員課職員が、用意したレシピについて説明し、地元食材とかつおをふんだんに使用したエーコープマーク品「旨！だしパック」を使った料理など作りました。メニューは、「豆腐ハンバーグのキノコあんかけ」「ハムとキュウリの和え物」「ホットケーキで作るどら焼き」の３点です。調理に手間をかけない簡単レシピで短時間に料理がおいしく出来上がりました。

出来上がった料理の試食会は感染防止のため行わず、持ち帰って食べました。

9/10木曽町文化交流センター

9/16　上松町公民館

特集

ＳＤＧｓとＪＡ

（エスディージーズ）

＝持続可能な地域農業・地域社会の実現へ向けて＝

皆さんは「ＳＤＧｓ」という言葉を聞いたことがありますか？これは、持続可能な社会を作るための世界共通の目標であり、ＪＡの『協同組合』としての活動と深く関連しています。今月の特集では、ＳＤＧｓの内容や取り組みについてご紹介いたします。

「ＳＤＧｓ」ってなに？

「ＳＤＧｓ（エスディージーズ）」とは「Sustainable Development Goals（持続可能な開発目標）」の略称で、2015年に国連総会で採択された、世界中全ての人と国がめざす共通の目標のことです。

私たちの子や孫、ひ孫、さらにはその先の世代までも、ずっと暮らしていけるように、私たち自身が今やるべきことを大きく17個に分類し、「誰一人取り残さない」を基本理念に環境や社会、経済などの問題を解決し、不平等や格差のない世界をめざすことがＳＤＧｓの目標です。

身近でできるＳＤＧｓ …少しの意識でＳＤＧｓを応援しよう‼

例えば、

①食べ残しを減らす

②電気をこまめに消す

③ゴミの分別を心がける

④マイバッグを持ち歩きレジ袋は使わない

協同組合とＳＤＧｓの関係

　ＪＡは協同組合です。協同組合はさまざまな問題をみんなで協力し、解決していく組織です。「一人は万人のために、万人は一人のために」という相互扶助の精神を基盤としています。ＳＤＧｓが掲げる「誰一人取り残さない」という基本理念に非常に近いものだと思いませんか？協同組合の活動はＳＤＧｓの目標と密接にかかわっています。

　ＪＡは農業や地域の課題に対してさまざまな活動を行っています。地域に根ざした組織として、地域にできる貢献はたくさんあります。ＪＡはこれから農業者の所得向上や食と農業の大切さを伝える食農教育活動、ＪＡ女性組織によるボランティア活動、地域農業生産労働力確保のための支援事業など、地域の課題解決に努めるとともに、ＳＤＧｓの達成へ貢献していきます。

栽培講習で所得増加をめざす

農業の大切さを伝える食農教育

エコキャップで資源の有効利用と環境保全に貢献

ＪＡ木曽のＳＤＧｓ

　ＪＡ木曽は2013年度より、未来にわたり組合員・利用者・地域社会に貢献していくためのビジョン『農業とくらし、地域とともに歩み続けます』の実現に向けて、「農をつくる」「くらしをつくる」「ＪＡをつくる」の３分野において長期構想３カ年計画を都度樹立し、組合員の皆さまや地域社会のために様々な活動に取り組んできました。

　これらの活動には、ＳＤＧｓの目標につながっているものが多くあります。例えば、子どもに農業の大切さを知ってもらうための食農教育や子ども食堂への食材提供。これは「２．飢餓をゼロに」という目標達成などにつながります。

　農業、組合員、地域のために行う取り組みの一つひとつが、ＳＤＧｓの達成につながっています。

　ＪＡ木曽は、「食と農を基軸に地域に根ざした協同組合」として、組合員の皆さんの声に応えながら、持続可能な地域農業・地域社会づくりに取り組み、「なくてはならないＪＡ」をめざして参ります。

持続可能な農業生産

農業生産の維持・拡大による持続可能な地域農業の確立に向けた支援を行い、農業所得増大をめざしています。

食と農を支える

地産地消の推進や子ども向けの食農教育活動など、地域農業や食の大切さを伝える取り組みを行っています。

地域とのつながりを強化

ＪＡ事業とＪＡくらしの活動を通じた協同活動を実践することで、組織基盤を強化し、豊かで暮らしやすい地域社会の実現に貢献します。

〈私たちが日々の暮らしでできること〉

知っておきたい感染症対策

医学博士・健康科学アドバイザー/福田千晶　　イラスト/出口由加子

世界的な新型コロナウイルス感染拡大によって
人々の暮らしが大きく変わりました。
風邪やインフルエンザなど、季節性の感染症も心配される季節です。
感染症に関する正しい知識を身に付け、感染を未然に防ぎましょう。

知っておきたい感染症の基礎知識

感染症とは、病気を起こす小さな病原体が体内に入り込み、増殖して威力を発揮し、発熱やせき、下痢、倦怠（けんたい）感などの症状が現れる病気です。

病原体には、ウイルス、細菌、寄生虫、真菌などがあります。病原体が人の体内に入る方法は2通りあります。人から感染する場合と、人以外から感染する場合です。

人から感染する場合は、母体から妊娠中や出産時に子どもに感染する「垂直感染」と、感染源になる人から人に広がる「水平感染」がありますが、予防について特に皆さんが注意すべきなのは水平感染です。新型コロナウイルスなどのように、世の中に広く流行します。

水平感染には「接触感染」「飛沫（ひまつ）感染」「空気感染」があります。

接触感染は病原体に触れることで感染する感染様式です。梅毒や淋病（りんびょう）といった性感染症などもあります。

飛沫感染には新型コロナウイルス感染症やインフルエンザなどがあります。せきやくしゃみで飛び散った飛沫に含まれる病原体を吸い込むことで感染します。

結核、麻疹（はしか）などは空気中を漂っている病原体を吸い込むと感染します。これが空気感染です。空気感染は飛沫感染より多くの人に広まりやすい傾向があります。

人以外から感染する場合は、農作業でも感染の危険がある破傷風など土からの感染症、家畜やその生肉からの感染症、汚染された水からの感染症、蚊やダニによる感染症などがあるので注意が必要です。

昔の感染症と思いがちな結核や梅毒も、まだ多くの患者が発生しています。新型コロナウイルス感染症以外にも予防すべき感染症はいっぱいあるのです。

感染症対策　豆知識

マスクの使い方

マスクはせきエチケットの一つ。感染症拡大を効果的に予防するには、風邪や感染症の疑いがある人たちが着用することが重要です。ウイルス感染者からの飛沫（くしゃみなどの飛び散り）を防ぐ効果は期待できないので、過信しないようにしてください。

症状がある場合、マスクの着用は飛沫によって他人に感染させないために有効です。他人からの飛沫を防ぐ予防効果は、人が相当混み合っていない限り、あまり認められていません。

一般に市販されているマスクの素材は、大きく分けて不織布とガーゼがあります。不織布マスクは使い捨てを前提に作られているので衛生状態を保ちやすいのが特徴ですが、手に入らない場合は代用品を使いましょう。一般のマスク以外にも手作り布マスク、タオルなど口をふさげる物には飛沫を防ぐ効果があります。

〈マスクの正しい着用方法〉

① 鼻と口の両方を確実に覆う　② ゴムひもを耳に掛ける　③ 隙間がないよう鼻まで覆う

〈ここがポイント〉

- マスクの表側にはウイルスが付着している可能性があるため、直接手で触れないようにします。また、触ってしまった場合にはせっけんでよく手を洗いましょう。
- 不織布マスクは一度外したら捨てるのが基本です。食事の際などにマスクを外す場合はその前後に携帯用アルコールなどで手を消毒するようにしましょう。
- 捨てる際は、掛けひもを持ち、マスク本体の表裏には触らないようにして外し、ビニール袋などに入れて口を縛ってからごみ袋に捨てましょう。捨てた後はせっけんで手をよく洗いましょう。
- マスクを手作りする場合、次のことに気を付けましょう。
  ⑴鼻と口をしっかり覆えるように
  ⑵できるだけ顔に密着させられるように
  ⑶使用したら毎日（中性洗剤などで）手洗いして清潔に

取材協力＆監修：東京都感染症情報センター　http://idsc.tokyo-eiken.go.jp/

感染症を予防するための四つの約束

1 病原体を付けない

病原体に触れてそれが体内に入らないように、手洗いや手指の消毒などが大切です。食品に付着した食中毒の病原体を死滅させるために、調理器具の洗浄や消毒、十分な加熱処理なども必要です。必要に応じてゴム手袋の使用も検討しましょう。

2 室内の換気・加湿を心掛ける

特に空気感染する感染症を予防するには、空気の入れ替えが大事です。空気が乾燥していると長く生き延びる病原体もいるので、室内の湿度は40～60％を維持するように、秋から冬は室内の加湿も心掛けましょう。

3 免疫力を高めよう

疲労、睡眠不足、栄養不良、ストレスなどがあると体の免疫機能が低下して感染しやすくなります。体内に病原体が入り込んでも、それに打ち勝つために、日頃の生活習慣を整えておくことが役立ちます。

4 予防接種

インフルエンザ、肺炎球菌、破傷風、麻疹、風疹、結核のBCGなど、予防接種を受けましょう。発症を予防し、万一発症しても重症化を防止するのに役立ちます。新型コロナウイルス感染症のための予防接種も実用化が期待されます。

感染症対策　豆知識

手指・身の回りの消毒

〈手指用消毒薬の選び方〉

市販の消毒用エタノールは濃度70％以上95％以下、可能なら80％前後がお勧めです。脱脂作用があるので使い過ぎると皮膚が荒れることがあります。気になる方はグリセリンなどの湿潤剤が添加されたアルコール系消毒薬を選ぶか、使用後にハンドクリームでスキンケアするなどの方法があります。

〈手指消毒〉

引用：吉田製薬株式会社資料一部改変

〈身の回りの消毒〉

熱水

80度以上の熱水に10分間さらすと消毒できます。

塩素系漂白剤

次亜塩素酸ナトリウムを濃度0.05％に薄めて拭くと消毒できます。次亜塩素酸ナトリウムを主成分とする製品（塩素系漂白剤）を使って自宅で作る場合、商品によって濃度が異なるので、商品パッケージやホームページの説明を確認してから作りましょう。

家庭用洗剤

有効な界面活性剤が含まれる家庭用洗剤を使って消毒できます（NITEウェブサイト※で製品リストを公開しています）。

［使用上の注意］
- 換気を行う　●家事用手袋を着用
- 他の薬品と混ぜない
- 商品パッケージやホームページの説明を確認する

ウイルスが付着した手で目・口・鼻を触ることによる感染（接触感染）を防ぐために、手指または手指がよく触れる場所を消毒しましょう。

ウイルス対策用の消毒について東京都が推奨しているのは、消毒用エタノール、次亜塩素酸ナトリウムの2種類です。

消毒用エタノールは人体に対する毒性が少なく、手指の消毒などに適しています。

次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）は、食器・手すり・ドアノブなどの消毒に向いています。次亜塩素酸ナトリウム以外に熱水や一部の洗剤も有効です。次亜塩素酸ナトリウムはアルカリ性なので手荒れを起こす可能性があり、取り扱いには気を付けましょう。

取材協力＆監修：東京都感染症情報センター　http://idsc.tokyo-eiken.go.jp/

※独立行政法人 製品評価技術基盤機構（NITE）　https://www.nite.go.jp/

JA俳壇

古坂　房　選

誰も来ず黙して門火焚く　上松　高柳恒雄
炎帝に負けじと唸る草刈機　上松　久保田　隆
また増ゆる空家を囲む竹の秋　南木曽　平田さち子
水打って天の機嫌を確かむる　福島　柴山安子
夕方の人混み避ける門火かな　上松　吉村行男
義父あらば葱たっぷりと冷奴　贄川　小澤ゆずりん
採り立てのトマトでいやす畑仕事　奈良井　工藤勇三
目に良きと山椒の実煮て佃煮に　南木曽　山田富美子
大昼寝荷風全集枕とす　木祖　佐々木千代子
石垣の苔乾きをり秋暑し　福島　和田迪子
雑草もそれぞれの花咲かす秋　上松　高柳和義
月一度退院の兄盂蘭盆会　贄川　小澤典子
夕月や顔を出したり隠れたり　上松　村仲　徹
雷の遠くへ去りて茜雲　上松　池田郁代
涼新朝風ことに心地良く　大桑　勝野五月
隠れ里名もなき塚に虫の声　王滝　小山　誠
がらくたのふへし余生や秋暑し　南木曽　楯　美江
四世代女集ひてメロン食ぶ　王滝　水宅ゆき
名も知らぬ花へ紛れて秋の蝶　大桑　加藤孝治
遠雷にそそくさ畑を仕舞ひけり　木祖　岩原政広
手みやげに南瓜抱へて野猿去る　大桑　木戸口信
捩花ねじれて咲くも自分流　上松　福邑　忠

【選評】●恒雄さん……コロナ禍でいつもなら来る子供達も来ない。気の抜けたような盆。二人で門火を焚いて居る姿が浮ぶ。
●隆さん……長雨でも旱でも草は元気でよく伸びる。野菜作りは左右されるのに大変です。元気な音にすくわれる。
●さち子さん…いずこも空家が増えて過疎化は進み、此の先が心配。先人が開いた労苦が無になってしまう。

選者の一句　まわた雲鶏頭あかく赤く燃ゆ

俳句募集

※一人はがき１枚に作品３句以内を記入し、住所・氏名・電話番号を明記のうえ、下記へ郵送してください。
【投句先】〒397-0002 木曽町新開2795-2 「古坂　房 先生」宛
［締切日は設定しません、いつでもご投句ください。≪毎月発表しています≫］

JA歌壇

尾羽林　もとゑ　選

秀作

①コロナ禍で帰郷のならぬ一歳となりし曾孫の動画に涙　大桑　科野八重
②核心にふれずさらりと夫は子にけふのゴルフの話など問ふ　新開　池井十与子
③残暑さけタせまる畑に草引けば細くやさしき蟋蟀の声　日義　越取思正子

【選評】①コロナ禍で今年のお盆は様変わりした。帰省の自粛された中でスマホのラインアプリを使ってか、離れ住む曾孫と対面出来た感動。
②家族間の微妙な心理情況を巧みに描写して一場面が浮かぶ佳作。省略が程よく言葉に無駄が無い。
③「残暑さけ」の初句に味わいがあり、蟋蟀の声に癒される作者。

佳作

感染者増え続けゐる夏休み帰省叶はぬ孫家族恋ほし　大桑　金澤紀子
三密にならぬようにと言われいてそれでも会いたい故郷の友　大桑　髙橋志げ子
森林鉄道（りんてつ）の名残留める渓谷を車で行けば谷川碧し　大桑　生路聰
一位の樹の姿さつぱりと整ひて見上ぐる梢月のさやけき　上松　古田澄子
往時には「貧乏人は麦を食え」今「貧乏は自己責任」と言ふ　上松　野口英作
清め塩をなめて回しをパンパンとひときわ響く三密なき国技館　上松　原　きよ子
道に迷い辿り着きたる紫陽花寺静けさ身に沁み晩鐘ひびく　三岳　小坂信子
床の間の壷に挿したる笹百合の香りの著く襖をあける　王滝　三浦美春
悪疫と豪雨あばれし七月のみそか星月煌めき輝く　開田　嶽見和子
猿の群れ野菜求めて今日も来ぬ「ドン」「パン」鳴らし合戦続く　開田　梅戸幸子
病む人の冷たき手をば握りをり我が温かき血を注ぎたく　木祖　佐々木千代子
長梅雨に続く猛暑の日々にして秋蒔き野菜の予定に泥（なづ）む　奈良井　工藤勇三

短歌募集

※一人はがき１枚に未発表作品２首以内を記入し、住所・氏名・電話番号を明記のうえ、下記へ投稿してください。
【投稿先】〒397-0001 木曽郡木曽町福島3807-1 「ＪＡ木曽本所企画管理部　ＪＡ歌壇　係」行
［編集の都合により、10月末日までの到着はがきにて選考いたします。《12月号掲載作品を募集中です》］

手軽に健康　手指体操

健康生活研究所所長
堤　喜久雄

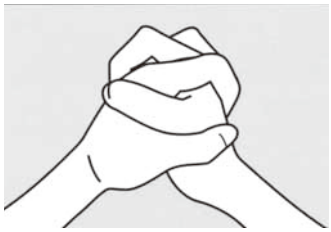
指の曲げ伸ばしで頭も体もすっきり

10月になれば朝晩は涼しく過ごしやすくなります。頭もさえ、まさに「灯火親しむべし」季節。頭も体もすっきりとさせる体操をご紹介します。

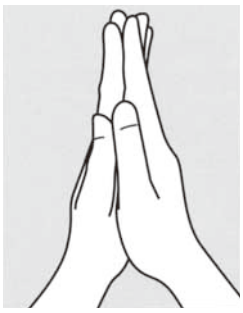
両の手のひらを合わせ、指を絡ませたり伸ばしたりすることで脳へ刺激を与え、手の甲のつぼ刺激にもなります。また、手のひらを合わせることで体温、滑らかさや硬さ、湿り気や乾燥具合など、普段、意識を向けないような皮膚の感触を味わってみることもお勧めします。実は、この動作は安心感や心身を整える働きがあるともいわれます。

自分の内面のケアも行える、シンプルですが奥の深い体操でもあるのです。秋軟の夜長、手指体操で頭すっきり、心身穏やかなひとときを。

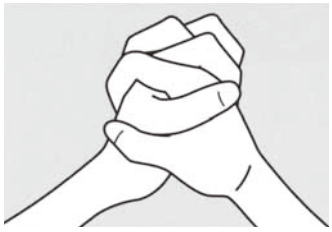
手指の触れ合う感触も味わう



⑴左手の親指が手前に来るように握ります。指先に力を込めると手の甲のつぼ刺激になります。５秒ほどかけて息を吐きながら、じんわりと力を入れます。



⑵手の力を抜いて指を伸ばし、手のひら、指先を合わせます。このとき触れ合う手指の感触も味わってみましょう。
これも５秒ほど。



⑶右手の親指が手前に来るように両手を握ります。⑴と同様に５秒ほどかけて息を吐きながら、じんわりと力を入れて。⑴～⑶の体操を繰り返します。

お天気カレンダー

気象予報士（株式会社ハレックス）
檜山　靖洋

早霜に注意

この時期は早霜による被害が出ることがあります。

気象台が発表する注意報に「霜注意報」があります。10月から11月ころの早霜、４月から５月ころの遅霜により、農作物に著しい被害が予想される場合に発表されます。真冬は、霜が降りても農作物への影響があまりないため発表されません。霜注意報が発表される基準は、例えば、青森県では最低気温２度以下、埼玉県では最低気温４度以下です。気象台の気温の観測は１・５ｍの高さで行います。晴れて風が弱い夜は、発表される気温が２度とか４度でも、地面付近では０度以下になり霜が降りる可能性があります。また、農作物の生育状況も考慮され、霜注意報が発表される時期が年によって変わることもあります。

霜害は、大雨や暴風と違って穏やかな天気の日に起こり、静かな災害と呼ばれます。

きりとり線

おもて　14ページ「頭の体操 まちがいさがしに挑戦」解答用紙　10月号 №380

答え（番号）　○　○　○

〒　－　　☎

ご住所

お名前　　男・女

年齢　　才

＊**応募の締切**　11月２日㈪
＊ご応募は、お１人様１枚を有効とさせていただきます。用紙が足りない場合は各支所窓口にご用意しておりますのでお尋ねください。
＊ご記入いただいた個人情報は、景品の発送以外には使用いたしません。
＊ご意見ご要望や情報は、クイズの解答に関係なくこの用紙のウラをご利用ください。

こちらの用紙を切り取っていただきＪＡ木曽本支所窓口およびＡ・コープきそ店備え付けの応募箱へお出しください。

グリーンファームだより

（価格は税込みです）

オータム特集

玉ねぎ苗の
入荷が始まります！

玉ねぎ栽培資材

ねぎ・玉ねぎの肥料
〈10kg〉
1,570円

有機入り一発肥料
〈2.5kg〉
1,200円

黒有孔マルチ
95×50m 4列穴
（玉ねぎ用ほか）
965円

米袋
各種あります
61～114円

オータムセール ご案内

10/17(土)～18(日)

水野刃物
漬物用品
暖房器具
各種刃物　ほか

信濃ニット
冬物衣類を豊富に
ご用意いたします

10月のお休み：毎週水曜日、 31日(土)…棚卸し休業日
営業時間：午前9：00～午後5：00　グリーンファームきそ　☎22-3061

きりとり線

うら

「頭の体操 まちがいさがしに挑戦」解答用紙

1、ＪＡや広報誌へのご意見・ご要望（どんなことでも、お聞かせください）

2、身近な出来事・話題など、情報をお寄せください（広報誌にて紹介させていただく場合がございます）

営農情報だより

ご相談・お問い合わせは　農業生活部 農事園芸課 ☎(0264)22-2128　農事園芸課 巣山 孝治

家庭菜園アドバイス　ホウレンソウの育て方

ホウレンソウはビタミンやミネラルを豊富に含む緑黄色野菜で、特に日本人に不足しがちなビタミンＢ群や、造血作用に関係する葉酸、そして鉄分とカリウムが多いのが特徴です。春まきと秋まきとありますが、秋まきの冬取りの栄養価が高く、甘味も増しておいしいです。

■ 作物特性

冷涼な気候を好み、寒さには強く、０℃以下でも枯死せず一時的には－10℃にも耐えるとされていますが、高温に弱く25℃以上では発芽不良や病害が多発します。また酸性土壌を嫌います。

■ 畑の準備・畝立て

①播種の２週間以上前に苦土石灰を１㎡あたり２～３握り（100～150ｇ）入れて深く耕します。
②１週間前に堆肥を１㎡あたり２kg程度と化成肥料を２～３握り（100～150ｇ）入れて耕します。
③畝幅は60～90㎝程とし、畝の高さは５㎝程にします（水はけの悪いところは10～20㎝）。

■ 種まき

深さ1.5～２㎝、幅３㎝ほどの溝をつくり、種を１～２㎝程度の間隔になるようにばらまきして、１㎝位の厚さで覆土をして軽く押さえしっかり水をやります（図①）。

風雨や害虫から幼苗を守るため不織布をべた掛けすると良いでしょう（図②）。

■ 栽培管理

種まき後は発芽まで乾かないように水やりをします。５～７日程で発芽します。

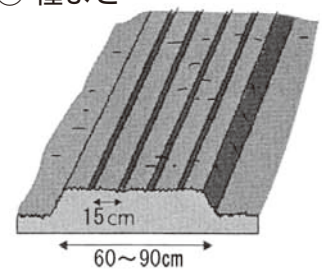
本葉１～２枚の頃１回目の間引きを行い、株間を３㎝程度にします。本葉３～４枚頃に２回目の間引きをし株間を６㎝位にします（図③）。

追肥は、２回目の間引きのあとに化成肥料を１㎡あたり１握り（50ｇ）を条間にばらまきします（図④）。

■ 収　穫

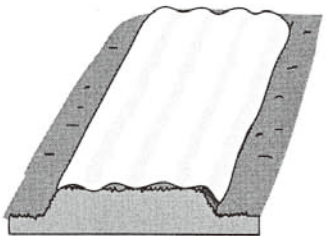
草丈が20㎝以上になったら収穫します。抜きとると他の株を傷つけることがあるため地際から切り取ります。

図① 種まき



土を軽く盛り上げて幅60～90㎝の栽培床を作る。深さ1.5～２㎝の種まき溝を付け、１㎝間隔に種まきをする。

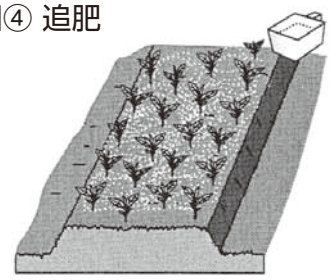
図② べた掛け



図③ 間引き

１回目の時に込み合っている所の株を抜き取り、２回目の間引きで株間を６㎝ほどにする。

図④ 追肥



２回目の間引きのあと、化成肥料を条間にばらまきします。

〈参考資料・図〉
・サカタのタネ「園芸通信」
(https://sakata-tsushin.com/oyakudachi/lesson/vegetable/post_22.html)
・園芸研究家 成松次郎「あなたもチャレンジ！家庭菜園」（ＪＡ広報通信）

ＪＡからのお知らせ

虹のホールきそからのお知らせ

■「なんでも相談会」の開催

月　日	場　所	時　間
10／22 ㈭	ＪＡ虹のホールきそ	９時～17時
10／28 ㈬		
11／９ ㈪		

＊自宅・施設等訪問の出張相談も随時承ります。まずはご連絡ください。

■葬儀・法事のＱ＆Ａコーナー

Ｑ：お葬式に念珠（数珠）は必要なの？

Ａ：持っていなくても失礼にはあたりませんが、持参が望ましいです。

宗派によって形は様々ですが、自分の宗派の物を使っても差し支えはありません。

左手に掛けて持ち、お焼香の際は右手でお香をつまみ香炉の炭の上に落とし合掌・礼拝をします。

ＪＡ虹のホールきそ
長野県木曽郡木曽町福島6448番地1
☎0120-23-2513　☎0264-23-2513

おたよりコーナー

令和２年８月中にいただいたおたよりから

梅雨だ！長い！となげいている間に夏が急に来てまわりの草木を勢いづけてくれました。今度はこの退去に忙しいです。　（木祖：湯川さん　76才）

村内で生活しても、中々顔見られないでいたのですが、新盆のおかげで久々に顔が見られて、悲しい事ばかりでない。この様な嬉しい事もありました。　（木祖：松原さん　74才）

交通量が多い国道近くでもおかまいなしにサルが来て畑のかぼちゃをかかえていきました。くやしい～。本当に作るのが無駄で買った方がいいと思ってしまいます…。　（上松：中村さん　59才）

長雨で野菜はほとんど全滅です。梅も出来なかったし、お猿も来るし、コロナもあるし、散々の夏です。　（大桑：髙橋さん　76才）

ＪＡバンク 年金相談会のお知らせ

年金の専門家が分かりやすく相談に応じます。ご相談には基礎年金番号通知書（夫婦）、年金定期便（夫婦）、雇用保険被保険者証、印鑑をご持参ください。

＊10月20日㈫　木曽福島支所
＊11月12日㈭　大桑支所
相談時間10時～15時30分

インターネットで年金相談会予約受付中！
ＪＡ木曽のホームページより予約できます。

理事会だより

●９月29日㈫開催

【協議事項】
①８月末期中決算状況について
②木曽地域振興㈱期中決算状況について
③資産自己査定結果について
④諸規程等の改正について
⑤令和２年度農政負担金の徴収について
⑥固定資産の取得（グリーンファームきそ屋根修繕工事）について　ほか

【報告事項】
①業務一般経過報告について
②内部監査総括（中間）報告について
③本所・中部支所建設工事について
④ＪＡ長野県長期ビジョン３カ年計画重点事項　令和２年度上期取組結果について
⑤令和２年度上期苦情内容及び対応状況について
⑥余裕金の運用状況について
⑦農業生活・金融・共済各部事業報告について　ほか

「カード預かります」「暗証番号教えて」は詐欺！

支所機能再編を手口とした特殊詐欺にご注意ください。

店舗コード・口座番号が変更となるお客様には、（新）カードを郵送でお届けします。

（新）カードが届きましたら、（旧）カードは事故防止のためにハサミで切断するなど使用不能の状態にして破棄してください。

ＪＡ職員が電話や訪問などで、「**暗証番号**」をお伺いしたり、「**キャッシュカード**」をお預かりすることは一切ありません。

「キャッシュカード預かりにきた」または「暗証番号教えてほしい」などといったＪＡ職員をかたる詐欺に警戒し、不審に感じた場合は、ただちにお取引店舗までご連絡ください。

ＪＡ木曽秋冬キャンペーン2020

2020.10.1㈭～
2020.12.30㈬まで

①よりぞうコロコロエコバッグ

②よりぞう残糸ハンドタオル

※残糸タオルとは、生産工程で余ってしまった糸（残糸）を有効活用して作ったタオルです。生産開始時に工場に保管している残糸を組み合わせて生産するため、この写真と実際にお渡しするタオルのデザインが異なる場合がございますので、あらかじめご了承ください。

プレゼント条件

キャンペーン期間中、下記のご契約をいただいた方に、「①よりぞうコロコロエコバッグ ②よりぞう残糸ハンドタオル※」の、どちらか１個（※）をプレゼントいたします。

- ●定期貯金（期間１年以上、預入額10万円以上）の新規ご契約
- ●定期積金（期間１年以上、契約額６万円以上）の新規ご契約および増額継続のご契約
- ●新規年金・給与振込、ＪＡカード、ＪＡネットバンク、各種ローンの新規ご契約

※景品はなくなりしだい終了とさせていただきますのでご了承ください。
※条件および景品内容の詳細は、お近くのＪＡ金融窓口へお問い合わせください。

ＪＡ木曽

JAお役立ち生活情報

【お問い合わせ及び注文】
ＪＡ木曽 生活センター　☎23-2112

オゾン水生成器 トレビ・クリアゼロ FWO-3

気になる臭い、菌を瞬間クリア

クリアゼロで生成したオゾン水は、キッチンやリビング、トイレや玄関などあらゆる場所の除菌と消臭に効果が期待できます。

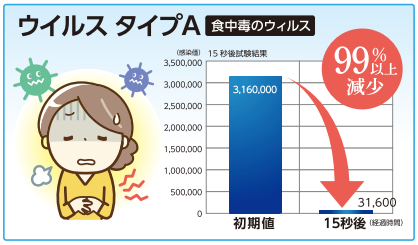
クリアゼロで生成したオゾン水の除菌効果はどのくらい？

価格 49,500円(税込)

ウイルス不活化の効果にも期待

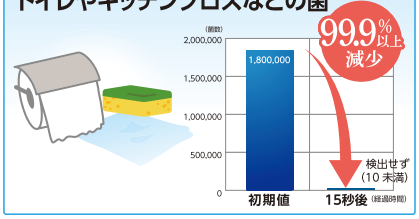
ウイルス不活化効果について証明する試験を実施！ウイルス（Ａ・Ｂ）の99%以上の減少を確認しました。

ウイルス タイプA 食中毒のウイルス

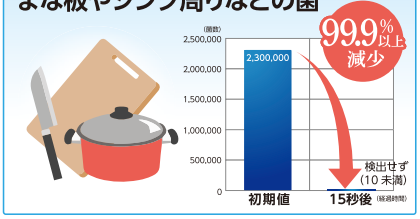


●試験機関：株式会社 総合水研究所 報告書No.N2008673（2020.06）
〔試験方法〕①オゾン水9.9mLを滅菌試験管にとり、108個/mLに調整した菌液0.1mLを加えてよく混和する。②15秒、60秒後にその1mLを*中和液9mLに移す。中和液の生菌数を、SCDLP寒天培地混釈法により測定する。
*中和液：大豆レシチン 2g　ポリソルベート80 14g　精製水 1000mL　pH 7.2
※すべての菌に効果があるわけではありません。

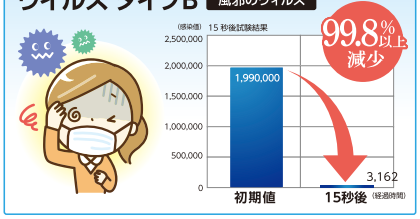
トイレやキッチンクロスなどの菌



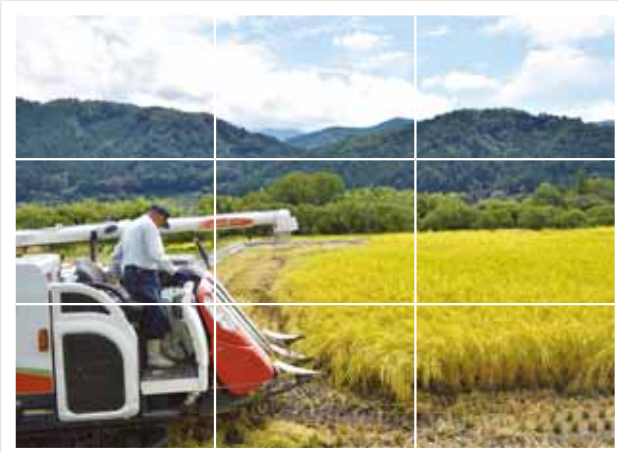
まな板やシンク周りなどの菌



ウイルス タイプB 風邪のウイルス



●試験機関：（一財）日本食品分析センター
受付番号：第20042188001-0101号
【テスト条件】生成直後のオゾン水：ウイルス液＝10：1,15秒接触
感染価算出法：TCID50法
※すべてのウイルスに効果があるわけではありません。



頭の体操 まちがいさがしに挑戦！

今回は大桑村和村地区で行っていたコンバインによる「稲刈り」からの問題です。上と下の写真を比べると、３ヵ所の間違いがあります。挑戦して下さい。

①	②	③
④	⑤	⑥
⑦	⑧	⑨

※出題エリアNo.は、左図の通りです。番号を確認のうえ、ご記入ください。

クイズの解答を募集します。

解答用紙はＪＡ木曽本支所窓口または本誌９ページ下段の用紙を切り取ってご利用ください。答えとＪＡや広報誌への意見・要望を記入し、ご応募ください。

※ただし、お一人様一通の応募としてください。

正解者の中から抽選で**10名の方に**

Ｓ＆Ｂ「ホテル・シェフ仕様欧風ビーフカレー」（中辛・4個パック）をプレゼント。

◎応募の締切　11月２日㈪

※印刷によるキズや汚れは関係ありません

おめでとうございます
８月号当選者は
重野利子さん
松原高司さん
表原武男さん
吉田勝郎さん
堀満ゆ美さん
ほか５名

９月号の答え　④・⑥・⑧でした。（間違い探しの答えは➤ここ）

暮らしを応援!!

毎日の暮らしに必要な日用品などをご自宅までお届けする宅配サービス

JAまごころ宅配

～旬の食材やエーコープマーク品を使ったお料理レシピ～

お申し込み・お問い合わせは
ＪＡ木曽生活センター　0264-23-2112

かつおたたきのねぎダレかけ

作り方

① 長ねぎの1/3は小口切り、残りは粗みじんにします。
② 生姜はすりおろします。
③ ボウルにⒶと①の刻んだ長ねぎ、②を入れて混ぜ合わせてしばらくおきます。
④ かつおたたきは１㎝厚さにスライスします。
⑤ 皿に④を盛り付け、③を回しかけ、①の小口切りの長ねぎと白いりごまを散らします。

材料（2人前）

かつおたたき …… 150g
長ねぎ（白い部分）…… 10㎝程度
生姜 …… 1/2片
白いりごま …… 少々

Ⓐ
らっきょう酢 … 大さじ2（エーコープマーク品）
しょうゆ …… 大さじ2
ごま油 …… 小さじ1

一口メモ

秋に獲れる「戻りかつお」は脂がたっぷりとのっているため「脂かつお」「トロ鰹」とも呼ばれます。初かつおに比べ、もっちりとした食感が特徴です。ねぎダレやポン酢でさっぱりとお召し上がりください。

ねぎダレは鶏の唐揚げや豆腐料理（冷奴、湯豆腐など）、鍋のつけダレなど色々なお料理にお使いいただけます。

□発　行:木曽農業協同組合
長野県木曽郡木曽町福島3807-1 〒397-0001☎(0264)22-2128
□発行人:代表理事組合長　田屋 万芳

〈ホームページ〉
https://www.ja-kiso.iijan.or.jp

2020.10月1日発行(印刷)木曽オールプリント㈱

VEGETABLE OIL INK
環境に優しい再生紙とベジタブルインキを使用しています。