

今月の特集

- 2 持続可能な経営の基盤確立に向けて
第38回 通常総代会

情報BOX

- 4 ● 営農振興基金
● 農機レンタル・農作業請負をご活用ください!! ほか

Monthly ニュース

- 6 ● 協同の理念を共有 協同組合講座を開催
● すずか女性大学 地元産の小麦を使用したうどん打ちを体験 ほか

営農ガイド

- 8 ● 収穫適期と乾燥調製(水稻)
● あなたもチャレンジ! 家庭菜園(夏の高温&風雨対策のポイント) ほか

ほっとNetwork

- 10 ● 三重県農業大学校のオープンキャンパスを開催します!
● 果菜彩の野菜を使ったおすすめレシピ ほか

す

の

ず

う

か

き

08

よ

2024
vol.424

う





第38回 通常 総代会

JA 鈴鹿は、6月29日に第38回通常総代会を開催しました。谷口俊二組合長は挨拶で「不安定な国際情勢の影響など厳しい環境が予想されるが、組合員の皆さまの期待に応えられるよう役職員一同、誠心誠意、誠実に事業運営に取り組んでいきたい。」と決意を述べました。

各議案に入る前に、来賓を代表し、鈴鹿市 末松則子市長、亀山市 櫻井義之市長、三重県議会 小林正人議員、三重県四日市農林事務所 伊藤隆幸所長からそれぞれ祝辞をいただきました。

庄内地区の山田清和総代が議長に選任され、審議の結果、上程された4議案と附帯決議案は、すべて原案通り可決・承認されました。

今月の特集は、総代会の決議内容について報告します。

開催状況

- 総代定数 … 733名
- 本人出席 … 188名
- 書面出席 … 532名
- 合 計 … 720名

6月7日から6月19日まで、支店別懇談会（31店舗）と新設した組織枠（女性部総代）の事前懇談会を開催し、572名の総代に出席いただきました。懇談会では米の価格動向や高温耐性品種の開発など営農事業を中心に79件の質疑を頂き、全ての質疑にお答えしました。頂いたご意見・ご要望は今後の農協運営への反映に努めてまいります。

第1号 議案

令和5年度事業報告及び 剰余金処分案の承認に ついて

令和5年度事業活動の報告と当期未処分剰余金から組合員の皆さまへ出資配当金（普通配当3%に加え、合併35周年記念配当2%）と事業分量配当金（定期貯金利用分量配当、肥料価格高騰対策特別配当）をお支払いし、任意積立金の積み立てと残り分を翌期へ繰り越す剰余金処分案が可決されました。

開会の挨拶をする谷口組合長



「地域農業の維持・発展」・「地域社会への貢献」・「持続可能なJ A経営」を基本方針とした令和6年度の事業計画が可決されました。

令和6年度 事業計画の設定について

第2号 議案



質疑に答える林常務



議長に選任された山田清和総代

第3号 議案

定款及び定款附属書総代選挙 規程の一部変更について

「刑法等の一部を改正する法律（令和4年法律第67号）」に起因する農協法改正（令和7年6月1日施行）、「農業経営基盤強化促進法等の一部を改正する法律（法律第56号）」（令和5年4月1日施行）等に伴い、定款及び定款附属書総代選挙規程の一部変更が可決されました。

第4号 議案

令和6年度における理事及び 監事の報酬等の決定について

役員報酬審議会の審議答申を踏まえた理事24名と監事5名の報酬額の総額が可決されました。

報告 事項

1. 令和5年度貸借対照表、損益計算書及び注記表並びに会計監査人の監査報告及び監事の監査報告について

2. 「J Aバンク基本方針」の変更について



閉会の挨拶をする
平子専務



監事の監査報告をする
栗田代表監事



みのり監査の監査報告をする
藤井常勤監事





営農振興基金

JA鈴鹿では、地域の特色ある農産物の生産振興を目的に営農振興基金を設立し、下表の取り組みによる費用の一部を助成しております。

	A.振興園芸事業		B.施設園芸・果樹事業		C.多彩な野菜づくり 応援事業	D.その他の事業
助成対象作物	①白ネギ	②加工用野菜(カボチャ、ハクサイ)、振興野菜(白ネギ、キャベツなど)	施設園芸	果樹	園芸作物全般	審査会で適当と認めた作物
助成対象	10a以上の新規取組 10a以上の規模拡大	5a以上の新規取組 5a以上の規模拡大	1a以上の新規取組 1a以上の規模拡大	5a以上の新規取組 5a以上の規模拡大	1a以上の規模拡大	10a以上の新規取組 10a以上の規模拡大
助成対象経費	[資材費] 新規取組にかかる経費 [機械・設備] 新規取組および規模拡大にかかる経費	[資材費] 新規取組および規模拡大にかかる経費 (マルチ、不織布等)	[施設設備] 新規取組および規模拡大にかかる経費	[施設設備] 新規取組および規模拡大にかかる経費	[種苗費] 規模拡大にかかる経費	[機械・設備] 新規取組および規模拡大にかかる経費

※Aの①・B・Dの各事業は、3年間の事業計画書を提出していただき、その計画が審査会によって適当であると認められた方が助成対象となります。

※Aの②・Cの事業は、助成申請書を提出していただき、事業完了後に実績報告をしていただく方が助成の対象となります。

※助成対象経費のうち、機械・設備については100万円が上限となりますが、助成回数の制限はありません。また、汎用性のある機械は助成対象となりませんのでご注意ください。

※事業完了後3年間の事業実績が計画どおり進捗し、審査会で適当であると認められた方は、50万円を限度として再助成の対象とします。ただし、機械・設備の新規購入費用を対象とし、既存の機械・設備の更新費用は対象外となります。

※行政等からの補助金の交付を受けた方、または受ける予定がある方は対象外とします。

詳しくは 営農指導課まで TEL:059-384-1126



害獣調査

無料

住まいは年中風雨を避けられるため、
獣たちにとっても快適な住処です。
侵入の痕跡を見つけたら、
糞尿被害等で住まいがダメージを
受ける前に対策が必要です。

まずは無料調査から

糞尿被害や断熱材被害などの
痕跡から害獣の侵入状況を
調査し、写真でご報告します。

獣は菌の運び屋

イタチ、ネズミ、アライグマ等
の害獣の糞や尿被害は、清掃
と殺虫・殺菌消毒が必要です。

蜂 駆除も
承ります！
併せてご相談ください。



お問い合わせ先：生活福祉課 TEL:059-384-1123

JASS-PORT鈴鹿 (JA^{ss}) から

プリペイドカード(プリカ)取扱廃止のご案内

日頃はJA-SS給油所をご利用いただき、厚く御礼申しあげます。
さて、キャッシュレス決済方式の普及により、給油プリカの取扱い
を廃止いたします。ご理解くださいますようお願い申し
上げます。

《終了日》
令和6年9月30日

プリカ給油の終了

※終了日までにご使用をお願いいたします。

お問い合わせ：JASS-PORT鈴鹿 [鈴鹿市地子町1268] Tel.059-340-6111

ATMの硬貨入金機能終了の お知らせ

平素は当JAをご利用いただき誠にありがとうございます。

これまで、当JAのATMでは、硬貨によるご入金が可能となっておりましたが、この度、県下統一システムへの移行により、**令和6年9月**より順次、取り扱いが終了となります。

何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。



おひつじ座
3/21~4/19

全体運

運勢に勢いがあります。レジャーも楽しめるのでリッチな計画を立てて出かけましょう。華やかな装いにツキ



おうし座
4/20~5/20

全体運

すれ違いが起きやすい月です。説明は丁寧。手順通りに進めれば下旬には成果が見え始めます。旅行は近場が吉





農機レンタル

農作業請負

を**ご活用**
ください!!

農業機械の使用日数が年間数日の方におススメです。専門のスタッフによる丁寧な操作方法の説明と、行き届いたメンテナンスにより、安心してご利用いただけます。**土曜日営業**も実施しております。お気軽にお問い合わせください。

※機械の空き状況確認・点検・配車手配・運搬準備等の関係上、**事前予約が必要**となります。ご注意ください。

例：トラクターとフレールモアを1日レンタルして洗車をJAに任せた場合

1日使用料金

24,200円(税込)

洗車オプション

3,300円(税込)

合計

27,500円(税込)

●農地の保全管理(草刈り圃場) **7,700円**(税込)

●基本料金については耕地整理田を基準とし、料金は20a以上の圃場で10a当りの単価です。

●圃場の小さい場合の割増料金

①10a～20a未満=10%割増 ②10a未満=30%割増

●圃場の条件により引き受けられない場合があります。

お問い合わせ先

JA鈴鹿整備センター TEL.059-379-5510

鈴鹿さつき温泉では、
各種割引を実施しております。
ぜひご利用ください。

SATSUKI
HOT
SPRING



さつき温泉

お 得 な お 知 ら せ

JAF会員様
割引

福利厚生倶楽部
「リロクラブ」割引

免許返納者
割引

★ポイントカード会員を随時募集中です。15ポイントを集めると、温泉入場料が無料に!お子様は、200円までのお好きなアイスクリーム、またはジュースと交換出来ますよ。招待入場券には特別割引券を配付しています。

11枚綴り回数券
5,500円で販売中です。

毎月26日(ふろの日)は、
回数券がさらにお得に!

お問い合わせ：鈴鹿さつき温泉 TEL.059-370-2611

果樹苗

今月の幹旋商品

※切日
令和6年
8月末日



太秋(ジャンボ柿)



ぼろたん



紅秀峰

そのほか、あきづき、露茜梅、シャインマスカット、ブルーベリー、はるみなども申込み受付中です。

注文につきましては各支店へお問い合わせください。



ふたご座
5/21～6/21

Ⅱ 全体運

思い立ったが吉日、フットワークの良さが光ります。チャレンジ精神を発揮して新しいことを始めるのも◎



かに座
6/22～7/22

Ⅲ 全体運

自分のペースを大切に。周りの言うことを気にし過ぎないようにしましょう。おいしいものを食べて運氣アップ!

4 質の高い教育を
みんなに

11 住み続けられる
まちづくりを



協同組合について学ぶ参加者

協同の理念を共有 協同組合講座を開催

6/6

6月6日、すずか女性大学の受講生を対象に協同組合講座を開催しました。協同組合の理念を共有し、JAへの理解と関係を深めていただくことが目的です。講座では、協同組合の考え方や歴史、株式会社との違い、JA運営について説明しました。

今後も、JA事業の利用者や地域住民の参集する催しや会議、研修会等の機会を利用して参加者を対象に講座を開催していく予定です。

6月上旬
~下旬

人気企画 「焼肉のたれ作り」を開催!

6月上旬から下旬にかけて農産物加工施設「食彩工房味夢〜みらい〜」で、当JA人気企画である「焼肉のたれ作り」を開催しました。

JA職員が講師となり、にんにく、たまねぎ、レモンなどをミキサーにかけ、しょうゆと砂糖で煮たてた大きな寸胴鍋に入れた後、攪拌しやすいうようにお酒も適宜入れ、1時間ほど煮詰めて完成させました。10日程寝かせると味が落ち着き、冷蔵所など保管すれば1年間の長期保存が可能です。市販のたれよりもおいしいと参加者の間で評判です。



寸胴鍋でたれを煮詰める参加者

2 食料を
ゼロに

4 質の高い教育を
みんなに

4 質の高い教育を
みんなに



相続対策について説明する有田講師

税務調査に自信がもてる相続対策を 相続・遺言セミナー開催

6/17

6月17日、本店で相続・遺言セミナーを開き、組合員や利用者など49名が参加しました。新しい税制度や法律への理解を深めることで資産管理や円滑な資産継承を行うことを目的に毎年開催しています。

三重県下JAバンクの顧問ファイナンシャルプランナー有田敬三さんを講師として招き、税務調査例を紹介して相続や贈与のポイントと令和6年度税制改正を解説し、相続対策をわかりやすく説明しました。

6/19

亀山市立加太小 梅「南高」の収穫を体験

6月19日、亀山市加太北在家にある坂 昭吾さんが所有する梅林で、亀山市立加太小学校3・4年生13名が梅「南高」の収穫を体験しました。坂さんの梅は「みえの安心食材」の認定を受けており、安心・安全をモットーに梅の栽培管理を行っています。児童は、坂さんから収穫方法について説明を受けると元気いっぱいに収穫しました。収穫した梅は、家庭に持ち帰り料理に使用したほか、授業で梅干作りに挑戦しました。坂さんは「楽しむことで梅や農業について興味を持ってもらえたら嬉しい。今後も食農教育に貢献していきたい。」と話しました。



たくさん収穫しました

4 質の高い教育を
みんなに

12 つくも農産物
つくりだす

し し 座
7/23～8/22

♈ 全体運

星の加護に恵まれ勢いがあります。正面突破でもいけますが協力者を募るのも◎。いろいろ試してみましょう

おとめ座
8/23～9/22

♍ 全体運

上昇運です。困難な状況を解消するために手を尽くしましょう。諦めない気持ちが好結果をもたらします



Monthlyニュース

2024.08

6

2 和食を
せむに

4 夏の暑い時期を
みんなに



丁寧うどんを切る受講生

すずか女性大学

地元産の小麦を使用したうどん打ちを体験

7/4

7月4日、農産物加工施設「食彩工房味夢〜みらい〜」で、すずか女性大学の第3回講座「うどん打ち体験教室」を開き、受講生25名が参加しました。講習会では、うどんやラーメンなどの製麺・販売を行う「株式会社堀製麺」から講師を招き、うどん打ちの技術について学びました。

小麦粉は、地元産の小麦 あやひかりを使用しており、講座開始前に県内で生産される小麦の品種や作付面積を紹介して小麦への理解を深めました。

7月上旬
~下旬

果菜彩で夏のフルーツ祭りを開催 多くの来場者で賑わう

7月上旬から下旬にかけて果菜彩各店舗ですいか販売イベント「すいか祭り」を開催しました。店内にはすいかを中心とする夏のフルーツが揃い、開店前から来場者が長蛇の列をつくり、賑わいました。今年も食味の良いすいかが揃い、ご好評をいただきました。



たくさんのご来場ありがとうございました

2 和食を
せむに

12 つくも暑い
つかり暑い

2 和食を
せむに

12 つくも暑い
つかり暑い



出荷する生産者

朝採れスイートコーン出荷ピーク

7月中旬

7月中旬、管内のスイートコーンの出荷がピークを迎えました。6月下旬から石薬師町にある植木集荷場で集荷を開始し、生産者8名が3畝で栽培した品種「ゴールドラッシュ90」を中心に出荷。糖度が高くなるように早朝より収穫し、出荷してきました。今年は天候に恵まれ、生育も順調で害虫の被害も少なく、順調な出荷が続きました。

7/16

地産地消のPRと栽培技術向上へ 農産物品評会へ向け栽培研修会を開催

7月16日、本店で農産物品評会に向けて栽培研修会を開催し、組合員52名が参加しました。品評会は、のうきょうまつりで組合員が丹精込めて栽培した農産物を展示し、来場者に豊かな地元農産物を知っていただき、地産地消のPRすることと農産物の品質・技術の向上を目的に開催しています。

11月9日(出)、10日(日)に開催予定の「第63回のうきょうまつり」で農産物品評会表彰式と即売会の開催を予定しています。



栽培方法について説明する営農指導員

2 和食を
せむに

12 つくも暑い
つかり暑い



水稲

収穫適期と乾燥調製

●水管理

登熟期の水管理は、出穂後以降も水を必要としますが、灌水状態を継続すると夏の高温により根の老化が早まるので、間断かん水または浅水管理を行ってください。

水を完全に落とす落水期は収穫作業前7日以降とし、その後もほ場の乾燥程度に応じて走り水で土壌水分を補給してください。

落水期が早いと茎の枯れ上がり及早まり、収量がマイナスになるばかりでなく品質が低下するので、早期落水は避けてください。

早期落水による品質低下…乳白米、基白米、胴割米など

●収穫

適期刈取りに努めてください。早刈りは収量的にマイナス(粒張り不良、青米の増加)になる場合が多く、刈遅れは品質低下(胴割米、茶米の増加と光沢の低下)が著しいので避けてください。

●刈取り適期の判断方法

- ・ 籾水分で25%前後(コシヒカリ26～28%)
- ・ 出穂後の日平均気温の積算値が900℃に達した時(コシヒカリは出穂後32～35日程度)

●乾燥調製

- ①過乾燥の防止。仕上げ水分は14.5%～15.0%を目標。(当地域の早期米は、乾燥終了後の余熱乾燥もあり、仕上げ水分を高めに設定)
- ②高温で急激な乾燥は避ける。平均の毎時乾減率は0.8%を越えないようにしてください。(胴割米の発生と食味劣化の防止)
- ③自動水分計の精度は毎年初めにチェック。乾燥中もこまめに測定。
- ④水分18%まで乾燥したら数時間送風を止め、ムラを直しその後乾燥再開。
- ⑤籾摺りは、籾温度が常温に戻ってから。(籾温度が高いと籾摺り時の肌ずれが多発する)
- ⑥ゴムロール間隔は0.8～1.2mmが基準。脱ぶ率80～85%を目標。
- ⑦ライスグレーダーの網目は1.85mm(L型)以上を使用。(整粒歩合80%以上とする)

花木

8月の管理作業

この時期は、サツキ・ツツジ類の挿し木が始まりますが、次のことに留意して作業を行ってください。

まず挿し木床ですが、排水のよいほ場を選ぶことが重要です。水はけのよいほ場選びが挿し木の成否を左右するといっても過言ではありません。

穂木については、病気の発生が見られない親株から

採取してください。もし、穂木に病気がついていれば、密閉挿しの生育環境が病原菌の増殖に適しているため被害が拡大する危険性があります。

以上のことから穂木を採取するほ場については、十分な病害虫の防除を行ってください。病害虫の防除について、詳しくは三重サツキ類栽培こよみをご覧ください。

茶

夏季の茶園管理

この時期に生育する新芽は、翌年の一番茶の台葉となり、収量や品質に大きく影響します。そのため、暑い中での作業となりますが、身体には十分注意し、朝夕の涼しい時を中心に計画的に作業を行ってください。

●病害虫防除

◎**カンザワハダニ** 気温が高く、雨が少ないと多発することがあります。茶園をよく観察し、増加傾向にある場合は早期に防除を行ってください。

◎**ホソガ** 気温の下がる月末頃から徐々に産卵が始まるため、茶園をよく観察し、新芽の裏側に卵が多く見られたら防除を行ってください。

◎**ウンカ・スリップス** カンザワハダニと同様、多発する傾向があります。被害を受けた新芽は小さく、芽の伸びも止まってしまいます。萌芽から生育期にかけて徹底した防除を心掛けてください。

◎**ハマキムシ類** 蛾の飛来が多くなってから約10日後が幼虫のふ化時期であり、このときが防除適期になります。この時期を逃し、葉が巻いてから防除をしても効果が期待できませんので注意してください。

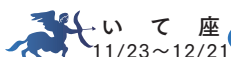
◎**炭そ病** 新芽の生育期、多雨になると発生しやすく、特に二番茶に発生の見られた茶園については注意が必要です。
※**周辺作物への飛散(ドリフト)には十分注意して下さい。**

収穫後の稲わらの取扱いについて

米の収穫時期は、台風の時期に重なるため、圃場から河川や海に流亡し、排水路やポンプ場の詰まりの原因になったり、沿岸漁場に流れ込む事態の発生も懸念されます。

収穫後の稲わらは、土づくり(腐熟化促進)のために焼却せずに早期にすき込むか、または畜産農家へ供給、野菜などの敷きわらに利用するなどの対応をお願いします。

環境に優しい
農業の実践を



いと座 11/23～12/21

全体運

ピンチはチャンス、追い込まれたら反撃のときです。今までにやったことのない方法を選択するのもいいでしょう



やぎ座 12/22～1/19

全体運

小さな不調を見逃さないように。早めの対処が好循環につながります。困ったときは経験者の意見を参考に



営農ガイド

2024.08

8



夏の高温＆ 風雨対策のポイント

最近、各地でこれまでに経験したことのないような猛暑や大雨に見舞われることが増えています。このような異常気象の対策を家庭菜園でも考えてみましょう。

【高温対策】

- ①遮光：強い日差しで温度が上がり、発芽障害や幼苗に葉焼けを起こすことがあります。まき床の上によしずをかけたり、寒冷しゃのトンネルで遮光します(図1)。ただし、遮光し過ぎると苗が徒長するので、適度な遮光が必要です。遮光資材は、遮光率50%程度を選び、夜間や曇雨天時は取り除くのが良いでしょう。終日にわたる遮光では20%程度のものを使います。
- ②灌水(かんすい)：夏の水やりは早朝や夕方に行うのが原則です。日中の灌水は、お湯をかけるようになり、茎葉を傷めることがあります。水が十分にあれば、畝間の灌水も有効です。
- ③マルチ：土の乾燥防止のため、地面に敷きわらやポリフィルムでマルチをして、蒸散を防ぎます。白や銀色の光を反射するフィルムは、地温を下げる効果もあります。

【強風対策】

- ①防風ネットの設置：風上側に防風ネットを設置するとネットの高さの約10倍の距離まで減風効果があります。具体的には網目4mm程度、高さ1m程度のネットが良いでしょう(図2)。非常に大きな風圧がかかるため、ネットを支える支柱は丈夫な単管パイプなどを使います。
- ②早期の収穫：トマトでは着色を始めた果実、ナス、キュウリはやや小さくても収穫します。トマトは収穫の終わった下の葉を取り除いて、少しでも風圧を避けましょう。
- ③支柱の補強：トマト、ナスなどの支柱はしっかり固定し直し、斜め支柱で補強します。台風が予想されるときは、トマトでは支柱を外して茎葉を倒しておきます。ゴーヤーなどのグリーンカーテンは、上のひもをほどいて落としておくことも考えましょう。
- ④べたがけ：幼苗が風で振り回されると葉がちぎれたりしますので、不織布のべたがけは幼苗の保護に効果があります。台風時には防風ネットを草丈の低い野菜にべたがけし、飛ばされないように押さえます。

【大雨対策】

- ①排水を良好に：速やかに水が引くように、菜園の周囲と畝間に排水溝を作っておきます。
- ②高畝：水田転換の畑など水がたまりやすい畑では、高畝にします。種まき直後は、種の流出を防ぐため、不織布のべたがけで保護します。
- ③雨よけ：ビニールトンネルで雨よけができますが、夏は裾を開けて十分な換気が必要です。トマトでは鉄パイプで軒高のある雨傘を作れば、果実の裂果対策にもなります(図3)。

図1 遮光

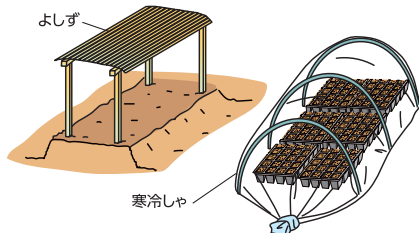


図2 防風ネットの設置

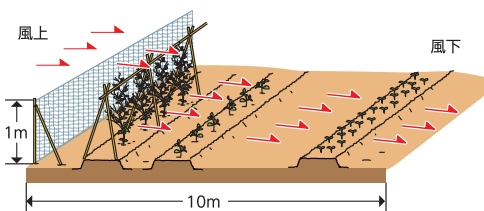
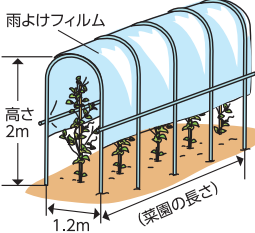


図3 雨よけ



新登場!

ビタコンペレット 15kg おすすめです!!



稲刈後 除草対策 応援セール!!

第2弾

令和6年9月16日(月)～9月22日(日)

稲刈後の
除草に!

- ラウンドアップマックスロード 1ℓ 店頭価格 ¥4,279のところ **4,170円(税込)**
- プリグロックSL 1ℓ 店頭価格 ¥1,899のところ **1,749円(税込)**
※プリグロックSLをお買い求めの際は印鑑をご持参ください。
- ザクサ液 500ml 店頭価格 ¥2,379のところ **2,280円(税込)**
- バスタ液 500ml 店頭価格 ¥2,779のところ **2,669円(税込)**

上記以外にもお得な商品をご用意しております。

※セール期間の営業時間は各店舗営業時間に準じます。また肥料の掲載商品は引取価格ですので配達時は当用配達価格となります。

お問い合わせ：西部営農・資材センター(TEL.059-375-6300)または各購買店舗



みずがめ座
1/20～2/18

全体運

対人運が活性化。たくさんの人に会うと良いひらめきを得られます。レジャー スポットでいいことがあります。

うお座
2/19～3/20

全体運

神経質になりがち。緊張で体を硬くしてしまうと状況まで硬直させてしまいます。リラックスを心がけましょう。

三重県農業大学の オープンキャンパスを 開催します! OPEN CAMPUS 2024

三重県農業大学校で、農業に関する技術と経営を学ぼうとお考えの方、興味をお持ちの方を対象に、オープンキャンパスを開催します。

水田作、野菜、花き、果樹、畜産(肉牛、酪農)、茶の6つの専攻コースの講義や実習を経験できます。参加は無料ですが、昼食を申し込まれる場合は有料となります。

開催日

令和6年8月22日(木)・25日(日)

※両日とも同じ内容です。

場所

三重県農業大学校

(松阪市嬉野川北町530)

申し込み

令和6年7月12日(金)～8月9日(金)の間、

三重県農業大学校ホームページから

詳しくは、三重県農業大学校のホームページ(右記QRコード)か、電話0598-42-1260でお問い合わせください。

<https://www.pref.mie.lg.jp/nodai/hp/>



果菜彩
ファーマーズマーケット

生産者の
顔が見える
安心感!

●出荷店舗 鈴鹿店・稲生店・亀山店

私が心を込めて作りました!!

(株)意匠舎 大貫さん

出荷しているもの

パンダ食堂のたまごドーナツ、お好み焼き

一度食べたらやみつきになる美味しさ『パンダ食堂のたまごドーナツ』ぜひどうぞ!

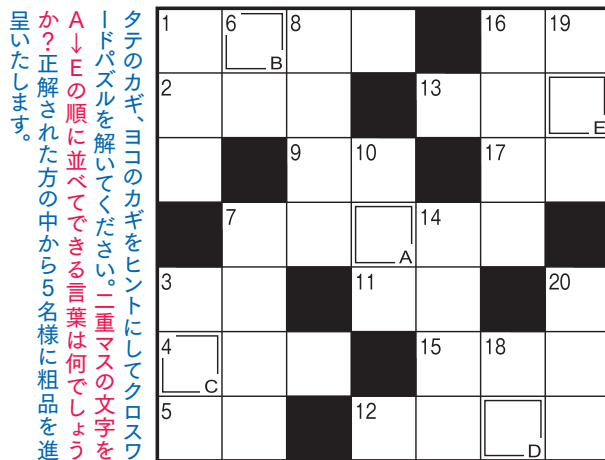
四日市市にあるパンダ食堂で人気のたまごドーナツは、水は使用せずに中の生地が黄色くなるほどたまごをふんだんに使用しています。生地と油にこだわった美味しいドーナツをぜひ、お召し上がりください。

(株)意匠舎の大貫さんは、「ドーナツはもちろんですがお好み焼きも人気商品です。ぜひどうぞ!」と話してくれました。



クロスワードパズル

CROSSWORD PUZZLE



6月号
答え・当選者
ナガグツ

- 市川 まちよさん (鈴鹿市三郷町)
- 松井 一英さん (// 庄野町)
- 三浦 貞子さん (// 大久保町)
- 伊藤 文代さん (亀山市みどり町)
- 小林 和代さん (// 関町)

★応募総数40名中上記の5名様が当選されました。おめでとうございます。

◆クロスワードパズル応募締切:8月31日(土) 当日消印有効 ◆ご応募方法は、裏表紙をご覧ください。

→ エロのカギ →

- ① トマトやスイカに含まれる赤い色素
- ② 海で水上○○○を楽しんだ
- ③ 独特の香りから香魚とも書く川魚
- ④ 無駄遣いをする
- ⑤ セーラー服のものは大きめ
- ⑦ 孫悟空の乗り物です
- ⑨ 酒などを入れる四角い容器
- ⑪ ザーザー、しとしとと降ります
- ⑫ 夏にはくズボン下
- ⑬ アップの反対語。イメージ○○○
- ⑮ パンダの遊具にも使われるゴム製品
- ⑯ 小さな船を数えるときに使う言葉
- ⑰ MB=○○バイト、GB=ギガバイト



↓ タテのカギ ↓

- ① 文系より○○○系の教科の方が好きです
- ③ 医者いらずと呼ばれることもある植物
- ⑥ 数え年70歳の祝い
- ⑦ 精霊馬に使われる野菜の1つ
- ⑧ 肉詰めにするのも定番の夏野菜
- ⑩ コンビニエンス○○○、チェーン○○○
- ⑭ 関西国際空港や中部国際空港は、○○○○地に造られています
- ⑯ 夏場によく食べられる麺
- ⑰ ○○座は蠍(さそり)座と山羊(やぎ)座の間にあります
- ⑲ パナマやスエズのものがある
- ⑳ エビに見た目が似ているすしネタ



果菜彩の 野菜を使った おすすめレシピ

果菜彩に並ぶ農産物を
使ったレシピをご紹介します。
食卓に旬をとり入れてみませんか？

きゅうりの ピリ辛漬け

うま辛
簡単

- 1 きゅうりをめん棒で軽〜く叩いて柔らかくします。
- 2 ピーラーで所々皮を剥いて乱切りにし、塩をふって良く馴染ませて10分くらい置きます。
- 3 水分が出てきたらザルにあげて水気を切ります。
- 4 にんにくはみじん切りにしておきます。
- 5 きゅうりとにんにくと*の調味料をポリ袋に入れてよく揉み込みます。
- 6 冷蔵庫で1時間〜半日くらい冷やします。
- 7 味がなじんだら器に盛り付け、ごまをたっぷりかけて完成です。



材料(4人分)

- きゅうり 4本
- にんにく 2片
- * 鶏がらスープの素 大さじ1
- * 醤油 小さじ1
- * 砂糖 小さじ1
- * 豆板醤 大さじ1
- * ごま油 大さじ2
- 白ごま 適量

ポイント

きゅうりは95%以上が水分で、低カロリーなのにビタミンやミネラル、食物繊維を豊富に含んでいます。特に、カリウム、ビタミンK、ビタミンC、食物繊維に注目〜!!

カリウムは体内の余分な塩分を排出し、高血圧やむくみの予防に役立ちます。ビタミンKは血液の凝固を促し、カルシウムの吸収を助ける働きがあります。ビタミンCは体の酸化を防いで、コラーゲンの生成を助けます。腸内環境を整える食物繊維は、便秘の解消や食後の血糖値の急激な上昇を抑える効果も期待できます。

きゅうりには栄養が少ないと思われがちですが、実はビタミンやミネラルなどたくさんの栄養成分を含んだ野菜なんです。

きゅうりはめん棒で叩いて柔らかくしておくと、味がなじみやすいです。でも叩きすぎると割れちゃうので気をつけて下さい。ポリ袋はきゅうりがしっかりとつかうようになるべく空気を抜いてください。作ってすぐでもさっぱりと美味しいですが、冷蔵庫で1時間以上休ませるとより味なじみが良くなるのでおすすめです。

ピリ辛の中華風なので、ビールのおつまみにピッタリです♪

野菜ソムリエ
直伝!



JA鈴鹿
野菜ソムリエ
中村 智美

読者のギャラリー

READER'S GALLERY



[竹の皮を活用した SDGs!]

久我のたーちゃんさん

- 竹の皮は、小物入れや小さな籠などいろいろな形に出来ます! 手先の器用な知り合いに依頼して作ってみました。



[これなあーに]

あーみさん

- 玄関先に、『ひまわり』種をまきました。花の真ん中から、花びらが1枚『これなあーに』



読者の皆様が管内で撮影した人物、農産物、風景、ペットの写真などお気に入りの写真をご応募ください。
ご応募方法は、裏表紙をご覧ください。

短歌

完熟の桃を冷所で頬張りぬ

恒例所の今日は桃狩り

みや子

いつまでも若いつもりで若作り

年には勝てぬ女の気持

七里 寿子

思ひ出す親孝行は若き頃

子供孝行で感謝の心

宮崎 潤子

遠浅の海岸辺りで孫二人

寄せ引く波を夢中にたわむる

前川美代子

古希を過ぎお迎え来るまで幾年か

余す人生フルスロットル

波邊 嘉孝

俳句

暑い夏草を引てる汗の玉

服部みつえ

つばくらめ軒に住み家とさだめおり

堤 啓次

蛇落下軽やかに這い納屋登る

大泉美恵子

住職は車とチャリと墓洗う

松井 政典

短歌・俳句コーナーの投稿方法は、
裏表紙をご覧ください。



行事カレンダー

8月

1 木 無料税務相談会(白子支店)

3 土 果菜彩稲生店 感謝祭

7 水 家庭訪問日

8 木 //

9 金 //

10 土 果菜彩各店舗 お盆用切花販売

11 日 //

12 月 //

13 火 //

16 金 無料税務相談会(国府支店)

24 土 果菜彩亀山店 感謝祭

※8月14日(水)は果菜彩各店舗15時までの営業となります。

※8月15日(木)、16日(金)は果菜彩各店舗お盆休みとさせていただきます。

9月

1 日 無料税務相談会(総合相談センター)

7 土 無料年金相談会(総合相談センター)

9 月 家庭訪問日

10 火 //

11 水 //

12 木 植木市(初市)

20 金 無料税務相談会(亀山支店)



JA 鈴鹿

友だち登録はこちら➡

LINE 公式アカウント

今ならご登録いただいた方に

「鈴鹿茶ペットボトル1本」をプレゼント中です。



わたしたちの



組合員数 25,708人

正組合員 12,775人

准組合員 12,933人

貯金残高 4,502億3,030万円

貸出金残高 738億8,999万円

長期共済保有高 5,812億1,627万円

購買品取扱高 13億6,394万円

販売品取扱高 17億7,363万円

令和6年6月末現在

各コーナーへの応募方法

読者のギャラリー

撮影した写真を下記の宛先まで送付いただくか、最寄りの支店までお寄せください。

本文に ①氏名(ペンネーム) ②住所 ③電話番号 ④写真のタイトル ⑤写真の簡単な説明(50字以内)を明記してください。

※メールの場合、件名を「読者のギャラリー」として写真を添付し、送信してください。

●郵便: 〒513-8650 JA鈴鹿 のうきょうすずか係

●メール: soumu4@suzuka.jamie.or.jp

※携帯電話からも送れます。

★写真はお返しできません。予めご了承ください。

★誌面の都合上、掲載できない場合もございます。

短歌・俳句コーナー

クロスワードパズル
CROSSWORD PUZZLE

●短歌・俳句コーナーの投稿は、①短歌・俳句②住所・氏名を明記のうえ、最寄りの支店窓口もしくは上記の「のうきょうすずか」係までご郵送ください。

※誌面の都合上、掲載できない場合もございます。

●クロスワードパズルご応募の方は、①クイズの答え ②住所・氏名・年齢③一番良かったコーナー④本誌へのご意見・ご感想を明記のうえ、上記の「のうきょうすずか」係までご郵送ください。

理事会だより

令和6年7月10日(水)開催の第459回理事会では、次の事項について協議・承認され、報告が行われました。(抜粋)

第459回 理事会

- 行政庁に提出する令和5年度業務報告書について
- 令和5年度ディスクロージャー資料について
- 令和6年度第2四半期余裕金運用方針について
- 支店別総代懇談会における主要質疑・要望等について

編集後記

当JAの6次産業化商品「もっちもちラーメン」第2弾は、お召し上がりいただきましたでしょうか!夏季に

合う『ざるラーメン』・『担々麺』・『汁なし担々麺』が果菜彩各店舗にて好評発売中です。個人的には汁なし担々麺を推します!どれも美味しいのでぜひ、ご賞味ください♪(岸)

