人と暮らしのＥ関係

Ｅひと Ｅすと

9

2022.September
No.306

02…〈地域農業のＥひと〉
彦根梨生産組合 渡邊俊郎さん
04…〈特集〉
フルーツは「鮮度」が命!!
ＪＡ東びわこ
地元フルーツ図鑑
06…〈今日から始める家庭菜園〉
ホウレンソウ
08…〈地域で輝くＥひと〉
甲良町金屋 鎌山圭介さん
09…〈地域のＥすとニュース〉
肥料価格高騰・米価下落に支援策を
農政懇談会で首長に要請
13…〈直売所のおいしＥ逸品〉
さっぱりしながらもニンジンのコクが堪能できる
(株)G-FARMのドレッシングソース
20…〈旬の野菜おいしさ伝え隊イチ押しレシピ〉
新米を使った
梅干しごはん

自慢の特産品「彦根梨」を多くの方々へ
「期待を裏切らないようがんばります!!」

JA東びわこ

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

私たちは持続可能な開発目標（ＳＤＧｓ）を支援しています。

旬の野菜おいしさ伝え隊

新米を使った 梅干しごはん

材料（4人分）
- ◆米 ……2合
- ◆梅干し（大） ……1個
- ◆青ジソ ……10枚
- ◆炒りゴマ（白でも黒でも） ……大さじ1

作り方
1. 米は研いで、ザルに上げ水気を切る。
2. 米を入れた炊飯器に梅干しを種ごと入れる。
3. 新米を使用する場合は、炊飯器の設定をおこわメニューなどにし、若干水を少なめに炊く。
4. 青ジソを千切りにし、水の中で軽くもみ洗いした後、水気を切る。
5. ご飯が炊けたら炒りゴマを入れ、しゃもじで梅干しをつぶしながら混ぜ種を取り出す。
6. 器に盛りつけたら❹を散らす。

地産地消の推進や食文化継承を目的に活動する女性部目的別グループ『旬の野菜おいしさ伝え隊』が、イチ押しレシピをご紹介します!

今月の旬 新米（しんまい）

新米とは、原料玄米が生産されたその年内に精白・包装したお米のことです。みずみずしくて柔らかく、つややかで粘り強いという特徴があります。

あなたの町のJA共済代理店

愛荘町目加田（あいしょうちょうめかだ）1033-1

有限会社（ゆうげんがいしゃ） 西脇自動車工業所（にしわきじどうしゃこうぎょうしょ）

代表 西脇（にしわき） 章（あきら）さん

Ｔ Ｅ Ｌ 0749−37−3296
営業時間 【平日、土曜日】8:30〜17:30
定 休 日 日曜日、祝日
取り扱い 自賠責共済・自動車共済

自動車の鈑金、塗装を中心に車検、販売などさせていただいています。小さなことでもご相談ください。まずはお電話を。

人と暮らしのＥ関係
Ｅひと Ｅすと 令和4年 No.306 9月号
発行 JA東びわこ 編集 企画総務部

〒522-0223
滋賀県彦根市川瀬馬場町922-1
TEL:0749-28-7801
FAX:0749-28-7888
URL http://www.east.jas.or.jp
E-mail info@east.jas.or.jp

ＪＡ東びわこ
イメージキャラクター
"いっぴー"

お手持ちのスマホで
便利 & 楽しい 情報をGET!

情報満載!! ホームページ
楽しい投稿 盛りだくさん!! インスタグラム
最新情報をお届け!!LINE 公式アカウント

スマホのカメラやQRコードリーダーで読み取ってください！

PRINTED WITH SOY INK
Ｅひと Ｅすと は、豆由来インキ、再生紙を使用しています。

地域農業の

Eひと

歴史ある生産組合や「彦根梨」を未来に引き継ぐために、私ができることをやっていきたい

プロフィール
Profile

ひこねなしせいさんくみあい
彦根梨生産組合

わたなべ　としろう
組合長 渡邊 俊郎さん(44)

主な生産作物

作物名	作付面積
彦根梨	87 a
その他(水稲・小麦・大豆)	

令和4年度 彦根梨の販売について

販売時期 令和4年8月19日(金)～9月11日(日)(予定)

メイン販売場所 彦根総合地方卸売市場内ブース
住所／彦根市安食中町327

販売時間 10:00～11:00 売り切れ次第終了

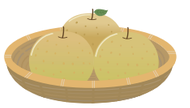
ＪＡ直売所での販売時間

●美浜館 ●やさいの里 ●やさいの里あいしょう館 11:00～
●やさいの里二番館 15:00～

ともに売り切れ次第終了

※お１人さまにつき購入数量に制限を掛ける場合があります。
※天候不順などの影響により梨の収穫が行われない際は販売中止とさせていただく場合があります。

●お問い合わせ／直売所統括課　☎0749－28－7898



ツイッターで販売状況をお知らせ!!

スマホのカメラやQRコードリーダーで読み取ってください！

※安食中町の交差点は、混雑が予想されますのでご注意ください。

地域の特産品は果樹団地の強みがポイント

18戸の農家で構成する「彦根梨生産組合」では、彦根市石寺町の果樹園にて団地を形成し、「彦根梨」を栽培しています。機械の共同購入や防除などの共同作業、共同出荷を行うなどして個々の負担を減らすとともに、毎月栽培研修会を開くことでより良い梨の生産ができるよう取り組んでいます。

おかげさまで「彦根梨」は地域の特産品として、非常に多くの方からご注目いただけるようになりました。この場を借りて、生産者を代表して皆さまにお礼申し上げます。

▲生育中の梨を確認する渡邊さん

組合や「彦根梨」の未来を見据えて

私は25歳の時に、父から引き継ぐ形で農業の世界に足を踏み入れました。梨の栽培は適期作業が重要で、日々作業に追われました。梨の栽培は適期作業が重ことが肝心かつ大変です。当時から苦労しましたが、自分の思い通りに樹形が整ったり、品評会で賞をもらったりすることがうれしかったです。また、多くの先輩方に支えられてこれまでやってこれた部分も大きいです。今では新しい仲間も増え、私は組合の中でもちょうど真ん中くらいの世代となりました。歴史ある生産組合や「彦根梨」を未来に引き継ぐために、私ができることをやっていけたらと思います。

▲彦根梨生産組合として「滋賀県果樹組合連合会」に属し、日々研鑽に励んでいます。

期待を裏切らないようがんばります!!

「彦根梨」は、樹上で完熟させてから収穫するという性質上、品質はかなりデリケートです。選果施設「果樹工房」で光センサーなどを通して状態を数値化し、規格を満たしたものだけを出荷するものの、決して栽培から収穫において手を抜くことはできません。生産者一同、「彦根梨」の人気にあぐらをかくことなく、期待を裏切らないよう安定した品質の梨を多く出荷したいと考えています。どうぞ皆さま、よろしくお願いいたします。

▲生産組合全体での年間出荷量はおよそ55万玉。１玉ずつ丁寧に育てます。

フルーツは「鮮度」が命!!

JA東びわこ 地元フルーツ図鑑

ジューシーな甘さで老若男女問わず大人気のフルーツは、鮮度が命。地元で生産・販売されることによる「新鮮さ」は、地元産フルーツの最大の強みと言えます。

今回は、組合員で構成する部会組織を中心に、地元で生産されている主なフルーツをご紹介します。地元の豊かな自然が育てた鮮度抜群のフルーツを、ぜひお召し上がりください。

豆知識 部会組織とは?

安定した生産や出荷、販売を目的として、生産者で構成するＪＡの組織です。

甘さ、食感、まちがいナシ!!

彦根梨

［部会：彦根梨生産組合、果樹部会］

地　域	彦根市石寺町
収穫時期	８月～９月
販売先	ＪＡ直売所など

荒神山の西側、曽根沼干拓地の梨園で栽培しています。甘さの秘訣は、樹上で完熟させてから丁寧に収穫すること。地元だからこそおいしく味わえる大人気のフルーツです。

プチっと弾ける定番のおいしさ!!

ブドウ

［部会：愛知中部果樹部会、果樹部会］

地　域	愛荘町ほか
収穫時期	９月
販売先	ＪＡ直売所など

管内各地で生産されていますが、愛荘町では４戸で愛知中部果樹部会を組織しています。甘味と酸味のバランスが良く爽やかな後味が特徴の品種「マスカット・ベリーＡ」が特に人気で、地元小学校の給食でも親しまれています。

爽やかな甘酸っぱさが魅力!!

ブルーベリー

［部会：ブルーフロンティア］

地　域	愛荘町ほか
収穫時期	６月～８月
販売先	市場、生活協同組合など

愛荘町の農家で構成する部会では、養液栽培により品質を均一化し、また無農薬での栽培に取り組むなどしています。

豆知識 販売先の「市場」って?

個々の生産者が生産したフルーツや野菜などをＪＡが集荷し市場へ出荷することで、有利販売に結び付けています。市場へ出荷した農畜産物は、卸業者などを通じてスーパーなど小売店で販売されます。スーパーを訪れた際は、産地にご注目ください!!

※市場出荷（ＪＡの販売事業）について、本誌P14でご紹介しています。ぜひ、あわせてご覧ください。

プチプチ食感がクセになる!!

イチジク

［部会：果樹部会］

地　域	彦根市稲里町ほか
収穫時期	６～７月、８～１１月
販売先	ＪＡ直売所、市場など

たっぷりの甘みとフルーティーな香りが魅力のイチジクは、不老長寿の果物と呼ばれるほど栄養素が豊富。地元産の完熟イチジクは、格別の味わいです。

高い栄養価に注目!!

柿

［部会：彦根柿生産組合、果樹部会］

地　域	彦根市石寺町、甲良町金屋ほか
収穫時期	１０月
販売先	ＪＡ直売所、市場など

彦根梨と同じ荒神山の麓と、甲良町金屋地域がＪＡ東びわこ管内の２大産地です。地元の消費者向けに作られているため、樹の上でぎりぎりまでおいしさと栄養を高めることができ、他府県産とは違ったおいしさを味わうことができますよ。

みんな大好き人気者!

イチゴ

［部会：イチゴ部会］

地　域	管内各所
収穫時期	１１月～４月
販売先	ＪＡ直売所、市場など

屋外の畑で栽培されるイチゴの収穫時期は４～６月頃ですが、イチゴ部会ではビニールハウスで人工的に春の環境を作る促成栽培に取り組み、徹底した管理のもとで高品質なイチゴを生産しています。

ほかにもたくさん!! 地元のフルーツ

［直売所出荷者部会］　販売先　ＪＡ直売所など

ＪＡ直売所では、地元の旬のフルーツがたくさん出荷されています。季節によって店頭に並ぶフルーツの種類が変わるので、ご来店の際はぜひチェックしてみてくださいね。

ご存知ですか? ＪＡ直売所で使える 100円OFF クーポン

ＪＡ東びわことＬＩＮＥで友だちになると、お得なクーポンをプレゼントしています。この機会にぜひご利用ください。

QRコードを読み取ってお友だち追加!

スマホのカメラやQRコードリーダーで読み取ってください!

今日から始める家庭菜園

土に触れる安心、
育てる喜び、
収穫する感動、
食べる幸せ。

ホウレンソウ

葉菜類・ヒユ科

ホウレンソウはヒユ科の葉物野菜で、栄養豊富な緑黄色野菜の代表です。葉先がとがっており、根の部分が赤い東洋種と、葉が丸みを帯びている西洋種があり、その交雑種も含め多くの品種が出回っています。

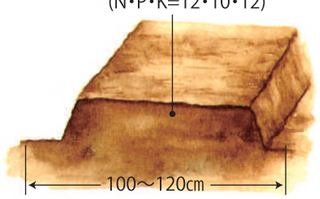
栽培のポイント

- 本葉１枚ごろと４、５枚ごろに間引きをして、追肥しましょう。
- 多湿に弱く、根が傷むと地上部も黄化します。排水対策はしっかりしましょう。

栽培方法

1 畑の準備

以前にホウレンソウを作って育ちの悪かった場所では石灰を増量しましょう。



排水の悪いところでは、畝を高めにしましょう。

2 種まき

鍬(くわ)幅に、浅くまき溝をつけましょう。種まき後にじゅうぶん水をやりましょう。1〜2cm間隔にばらまきしましょう。

×

覆土に凹凸があると、水が低いところにたまって立ち枯れをおこしやすくなります。

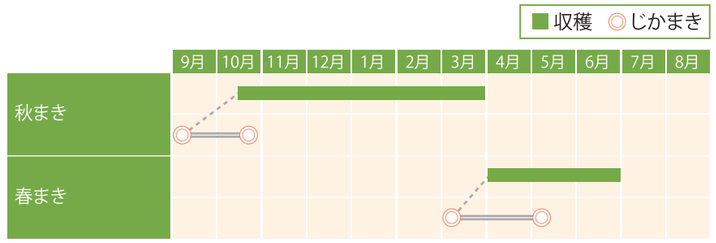
まき溝が平らだと覆土の深さも発芽もそろいます。

○

×

まき溝に凹凸があると、覆土の深さが不ぞろいになり、発芽もばらばらで、その後の生育にもむらが出ます。

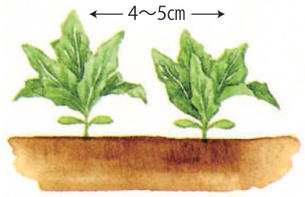
栽培カレンダー



3 間引き・追肥

子葉が開ききったころ、混みすぎたところや発芽遅れ、徒長株を間引きましょう。

本葉1枚ころに2〜3cmの株間に間引き、条間に1回めの追肥（「やさい2号」(8・8・8)50〜60g/㎡）をしましょう。



本葉4、5枚ころ、株間を4〜5cmにしましょう。1回めと同様に2回めの追肥をしましょう。

4 株間と生育状態

×

混みすぎると葉柄が長く、葉も幅が狭くなります。

○

株間が広いと同じ葉数でも葉が大型で、重量があります。

5 収穫

晩秋まきを除けば、種まき後、45〜70日で収穫しましょう。

ワンポイントアドバイス

ホウレンソウは比較的病害虫の発生は少ないですが、べと病やアブラムシ類、コナダニ類の被害が発生することがあります。

べと病

耐病性品種を使うほか、株間を広くして風通しを良くし、肥切れさせないようにすることで発生を軽減できます。

害　虫

害虫には寒冷紗やベタがけ資材の効果が高いですが、完全には防げないため、適宜防除しましょう。

◀アブラムシ

有効な農薬

マラソン乳剤

植物への薬害が少なく、広範囲の害虫に効果があります。

お買い求め・ご注文はお近くの営農経済センターまたは支店まで!

※売り切れなどの都合上、店舗に在庫がない場合がございます。あらかじめご了承ください。

定番肥料はこちら

やさい１号　20kg

速効性肥料と有機質肥料、緩効性肥料を配合したＪＡ東びわこオリジナル商品。基肥に最適です。野菜に不足しがちなホウ素も入っているため、安定生産と品質の向上に役立ちます。

チッソ　リンサン　カリ　ホウ素
12 － 10 － 12 － 0.3

やさい２号　20kg

速効性肥料と有機質肥料を含むＪＡ東びわこオリジナル商品。作物を選ばず、基肥・追肥どちらにも使える万能肥料です。

チッソ　リンサン　カリ
8 － 8 － 8

ご注文は、
ＪＡ東びわこ最寄りの支店で!!

※時期などの都合により、取り扱いを休止・中止する場合があります。あらかじめご了承ください。

ＪＡ東びわこは、持続的な開発目標（SDGs）を支援しています。
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

肥料価格高騰・米価下落に支援策を

農政懇談会で首長に要請

17 パートナーシップで目標を達成しよう

◀首長に要請を行う経営管理委員会の木村正利会長（最右）ら

７月15日、マリアージュ彦根で農政懇談会を開催し、１市４町の首長と県湖東農業農村振興事務所所長へ向け、肥料価格の急激な高騰および令和４年産米価格に対する農家支援の要請を行いました。要請内容は①肥料の急激な価格高騰に対する農業者支援について②再生産可能な米価水準の維持に向けた対策についての２項目です。

懇談会では、ＪＡ担当者から地域農業振興の取り組み状況や支援を求める９項目について説明し、意見交換を行いました。

省力化・獣害対策に期待大！

新品目導入に向けた研修会開催

15 陸の豊かさも守ろう

◀ユーカリの栽培について情報を共有する生産者たち

７月12日、花卉部会と彦根山菜部会が市場向けに新たに導入を予定するユーカリについて研修会を彦根市鳥居本町の圃場で開催しました。

ユーカリは、１度植え付けると数年間に渡って収穫でき、ブライダルやアレンジなど用途が広く安定した需要があります。10月から冬期にかけて随時収穫が可能で、切り前が限定されないなど作業時期に融通が利き、省力栽培が可能な品目です。

研修会に参加した生産者は「省力で長期に渡って栽培できる品目を提案してもらってうれしい。安定した収益源の確保につなげたい」と話していました。

健康で活力ある暮らしを目指して

家の光小グループ学習会で体験簡単健康ヨガ

3 すべての人に健康と福祉を

◀ヨガを楽しむ参加者の皆さん

ＪＡ東びわこ女性部が７月14日、彦根市のみずほ文化センターで家の光小グループ学習会を開き、62人が参加しました。

無理せずゆっくり足腰を鍛えて健康になろうと企画した「体験簡単健康ヨガ」では、ヨガインストラクターで教育文化活動「さんさん講座」の講師も務める湯地美佳ジュリアさんを講師に招き、参加者全員で体験しました。

最後に、「体験したヨガを参加できなかったグループのメンバーや友だちに伝え、日々健康で活力ある暮らしを目指そう」と呼び掛け、幕を閉じました。

※各種イベント・研修会は新型コロナウイルス感染症対策を行った上、開催しています。

笑顔★キラリ

地域で輝くEひと

1人でも多くの人に女子サッカーに興味をもってもらいたい

FC BASARA 甲賀レディース

ホームページ
スマホのカメラやQRコードリーダーで読み取ってください！

インスタグラム

甲良町金屋
鋒山 圭介さん（26歳）

サッカーに情熱を注いでいます！

６年間女子サッカーの指導者をしています。最初は、彦根市で「スポーツ少年団」の先生をしていました。その時に、専門学校時代の恩師から「甲賀で女子サッカーチームの指導者をやってみないか」と声をかけられ、今は「ＦＣ ＢＡＳＡＲＡ 甲賀レディース」というクラブチームの指導者をしています。

女子サッカーをもっと広めたい

女子サッカーは男子サッカーに比べてまだまだ認知度が低いため、今は１人でも多くの方に興味をもってもらえるような活動を積極的に行っています。毎月第４週火曜日には小学１年生以上を対象とした女子サッカー教室「なでしこ広場」を開催しています。詳細はＨＰやインスタグラムをご覧ください。

成長が目に見えてわかるのがうれしい

私は小学生～中学生を対象に指導しています。色んな個性を持った子がいる中で１人１人に合った声掛けやどうアプローチするかを常に考えることを心掛けています。今まで出来なかったことが出来るようになった時など、子どもたちの成長を見守ることにやりがいを感じます。

▲鋒山さん（中央）とFC BASARA甲賀レディースの選手たち

営農情報 農用地の貸し借りは農地中間管理事業を活用ください！！

農地中間管理事業は、高齢や傷病で耕作できなくなった農用地や、作り手がいなくなった農用地を農地中間管理機構（以下「機構」）が借り受け、地域の担い手に貸し付ける事業です。農用地の貸付、規模拡大をお考えの方は、機構の活用をご検討ください。

※様式は市町農業関係部署、ＪＡ営農経済センター窓口に設置しているほか、滋賀県農林漁業担い手育成基金のホームページからダウンロードできます。

令和４年度からの変更点

①令和５年１月１日以降の権利設定分（令和４年後期定期募集分及び９月以降の随時募集分）から手数料を徴収させていただきます。

背景 機構の借受農地の増加に伴い、事務手続きや農地管理に必要な経費がさらに増加することが見込まれ、今後安定的・継続的に農地中間管理事業を実施していくためには、一定の受益者負担を求めざるをえないことから手数料の徴収を開始いたします。

→賃貸借契約の金納について、賃料額の１％（消費税別途）【既存の契約は対象外】
受け手の上限額…２万円（税別）/年、出し手の上限額…２千円（税別）/年

※令和８年度末までの激変緩和措置

②米などの物納による賃料支払いは、令和４年度事業分（令和４年３月以降の貸付申し出農地が対象）より取り扱いが中止されます。

●お問い合わせ先／

滋賀県農地中間管理機構湖東地域窓口
☎0749－30－9117

※お近くの市町担当課、ＪＡ東びわこ営農振興課、各営農経済センターにもお問い合わせいただけます。

～令和４年度の募集期間～

農地の出し手と受け手で受付期間が異なりますのでご注意ください!!

農地の出し手 〈後期〉８月１日（月）～１０月３１日（月）

農地の受け手 通年（随時）

湖東地域（彦根市・多賀町・甲良町・豊郷町・愛荘町）で農業に携わる若手農業者の集い

ファーマーズクラブ ことのわ通信

「ファーマーズクラブことのわ」では、湖東地域の若い農業仲間がいて、非常に刺激をもらえるような良い関係です。クラブ内の活動としては、農業技術に関する勉強会のほか、視察研修旅行などの楽しい行事にも取り組んでいます。是非、新しいクラブ員を募集しておりますので、気軽に声をかけてもらえたら嬉しいです。

初めまして、彦根市のフクハラファームで農業しています、早崎剛史（はやさきつよし）といいます。

弊社は若い仲間がたくさんいて、活気溢れる会社です。日々チームワークを大切にしながら、農業に取り組んでいます。その中で、私は特にキャベツの栽培と販売に力を入れて取り組んでいます。自分達で計画して栽培した作物を販売するのは、非常にやりがいがあります。

『ファーマーズクラブことのわ』では、湖東地域で農業を営む35歳までの仲間を募集しています！
■ファーマーズクラブことのわ事務局　湖東農業農村振興事務所農産普及課内　青年農業者担当　☎0749－27－2228

今月のおすすめ！

ＪＡ東びわこが取り扱う農業資材や生活用品などを毎月ご紹介します。

ＪＡ東びわこ提携

美しく、洗練された佇まい カクイチのガレージ倉庫

創業明治19年、震災や暴風、大雪にも負けないカクイチのガレージ倉庫をご紹介します。

カクイチのガレージ倉庫は鉄骨＋ブレース構造で頑丈なので農業用などさまざまなシーンで大活躍!!広くて農業機械を収納しやすいため、倉庫作業場としてはもちろん、車庫としても有効活用いただけます。ご計画に合わせたサイズ、オプションをお選びください。お申込み、お問い合わせはお近くの支店まで!

KAKUICHI謹製 ガレージ倉庫

※予告なく取り扱いを中止する場合があります。あらかじめご了承ください。
※価格はお問い合わせください。

子どもたちに食と農の大切さを伝えます

JA東びわこのくらしの活動事業～食農教育活動～

食農教育では、一般的な食育活動に加えて、私たちの食を支える地域の農業を知り、体験することでこれらが担う様々な価値を学びます。

JA東びわこの食農教育活動

ちゃぐりんキッズクラブ

管内の小学３年生を対象に、「食」と「農」の大切さを伝えるため、農業体験や調理実習などを通した食農教育を実施しています。

サバイバル飯体験

田植え体験

ふぁんファンちゃぐりんキッズクラブ

管内の小学２年生を対象に、自然と農業にふれあい、食と農の在り方を伝えていくことを目的に楽しく学んでいただきます。

どろりんピック

マコモダケの定植

ほかにも支店と連携し、１支店１協同活動を通じた農業体験やＪＡ職員が小学校などに出向いて「食」と「農」に関する授業を行う「出前授業」などにも取り組んでいます。

毎月ご紹介!!
直売所のおいしE逸品

特産品「多賀にんじん」を栽培する株式会社G-ＦＡＲＭが手掛けるドレッシングソースのご紹介です。地元有名料理屋とコラボしたこちらの商品は、ブドウ種子を原料としたオイルを使用し、特に肉料理との相性が抜群!!ぜひ一度はお試しいただきたい逸品です。

さっぱりしながらも ニンジンのコクが堪能できる
(株)G-FARM(ジーファーム)のドレッシングソース

出荷者　株式会社 G-FARM
価　格　〈1本〉600円(税込)
出荷先　やさいの里二番館
　　やさいの里
　　やさいの里あいしょう館
※品切れの場合がありますので、ご了承下さい。
※価格は予告無く変更になる場合があります。
※写真はイメージです。

支店の情報や取り組みをお届け!!
支店NEWS

彦根東支店

支店長 内堀(うちぼり) 喜昭(よしあき)

当支店で取り組む１支店１協同活動についてご紹介します。

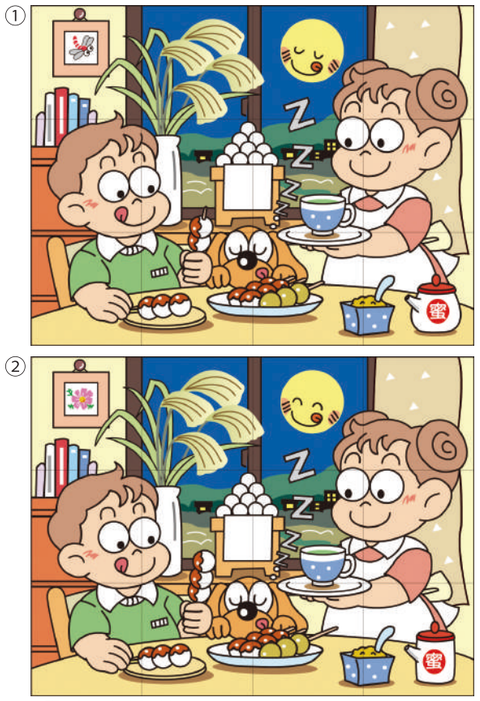
高宮小学校５年生を対象に田植え体験を行いました!

旭森保育園、デイサービスセンターたかみや、支店のプランターにて、ヒマワリの種まきを行い、育てています。

組合員・利用者さまによる趣味の作品や「家の光小グループ」「さんさん講座」などで制作された作品を募集し、支店に展示しています。

現在、店頭にて自動車共済(保険)、年金、資産形成のアンケートを行っており、お答えいただいた方にヒマワリの種をプレゼント※しています!ヒマワリのように熱い情熱をもって今後も地域に根ざした支店づくりを行ってまいります。どうぞよろしくお願いいたします。
※なくなり次第終了

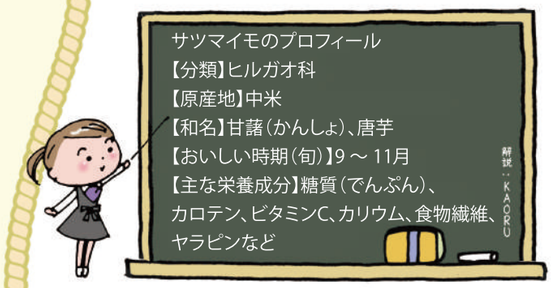
まちがいさがし



①のイラストには②のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を探しましょう。
※答えは19ページに掲載してあります。

出題・イラスト：酒井栄子

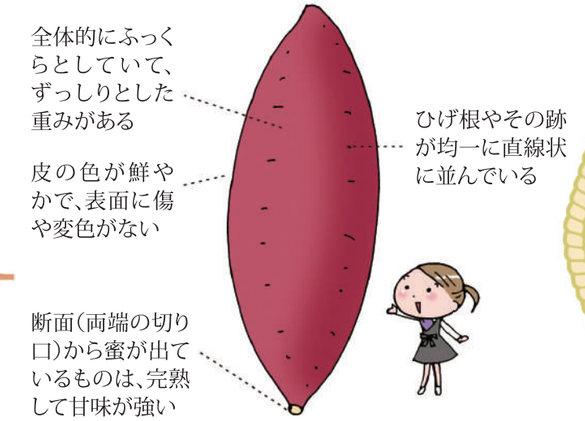
知って学ぼう! 旬の野菜教室



サツマイモ

保存性・栄養価・味の三拍子がそろう万能野菜

見分け方



楽しみ方・食べ方のコツ

サツマイモのおいしさの秘密は「時間」

収穫後は数カ月寝かせて、甘さを引き出してから出荷される

天日にさらして干すと、水分が蒸発してうま味と甘味が凝縮。
時間をかけてじっくり待つことが大切!

調理は低温でじっくりと加熱するとでんぷんが糖化して甘くなるよ。

水にさらしてあく止め

切ったらすぐに水にさらして、水が白く濁ってきたらあげるといいわ

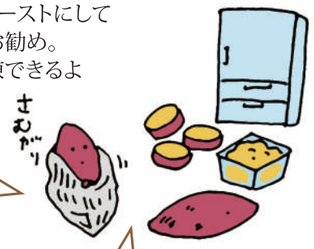
ポリフェノールが豊富な皮も無駄なくおいしく食べよう♪

あえて皮を厚くむき、皮を素揚げにしてシナモンシュガーなどをまぶすと美味

保存方法

加熱後、輪切りやペーストにして冷蔵保存するのもお勧め。
焼き芋は丸ごと冷凍できるよ

丸ごとの場合は新聞紙に包み常温で保存



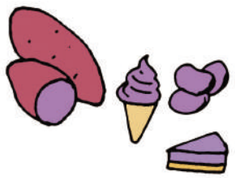
低温に弱いので冷蔵庫はNG

サツマイモのいろいろ

「紅あずま」
関東地方を中心に栽培。ホクホクで甘味が強い。天ぷら、きんとんなど幅広い料理に。

「鳴門金時」
西日本を中心に栽培。滑らかな食感、上品な風味と甘さ。加賀野菜の「五郎島金時」も同品種。

「安納芋」
果肉がオレンジ色。ねっとりとした食感、濃厚な甘味。焼き芋、スイートポテトなどスイーツに。



「紫いも」
果肉が紫色。ポリフェノールの一種アントシアニンを含み、目の健康維持に効果的。アイスやケーキ、チップスに。

「黄金千貫」
鹿児島を中心に九州地方で多く栽培。皮、果肉とも黄白色。でんぷんや焼酎の原料として人気。さらっとした甘味。

出典：野菜ソムリエ上級プロKAORUのベジタブルライフ　イラスト：小林裕美子

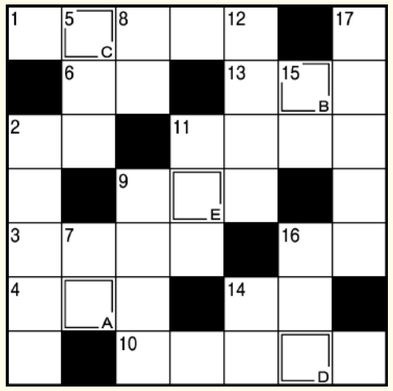
クロスワードパズル

タテのカギ

2 令和4年9月23日は○○の日。国民の祝日です
5 秋は稲や栗、ブドウなどいろいろな作物が○○を迎える季節です
7 竹や梅と並んでめでたい植物
8 幸水や豊水が広く作られています
9 『赤ずきん』ではおばあさんに化けました
11 節約のために○○簿を付け始めた
12 楽団の前でタクトを振ります
14 お彼岸には掃除に行って手を合わせる人が増えます
15 ピンチなんです！
16 長く続けると足がしびれることも
17 ○○コーヒー、○○フットボール

ヨコのカギ

1 女郎花と書く秋の七草。同じ○○科の植物にオトコエシというのもあります
2 頭隠して○○隠さず
3 すいっちょんと鳴く虫
4 インフレのときに上がります
6 贈答品に付けます
9 風が吹くともうかるかも
10 フェルメールの代表作『真珠の○○の少女』
11 店の中に他の客はいません
13 薬の○○は徐々に表れた
14 紙を燃やすと残ります
16 10を3回掛け合わせると

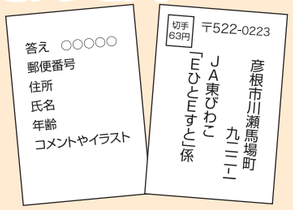


二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

A	B	C	D	E

正解者の中から抽選で
毎月10名の方に
直売所クーポン券をプレゼント

あて先
〒522-0223
彦根市川瀬馬場町922-1
JA東びわこ
「EひとEすと」係



応募方法
ハガキに、答えと郵便番号・住所・氏名・年齢と本紙に関するコメントやイラストをお書きの上、上記までお送りください。締切は令和4年9月20日(火)必着です。答えの発表は10月号です。プレゼント発送は令和4年11月上旬の予定です。

※コメントやイラストは、読者・イラストコーナーに掲載させていただく場合があります。採用された方にはプレゼントを進呈いたします。
※プレゼント内容は、予告なく変更となる場合があります。
※お寄せいただいた情報は、読者・イラストコーナー(P18)掲載の目的以外に、新商品のお知らせや情報提供などに使用することがあります。なお、読者・イラストコーナー採用者の方は住所、お名前を掲載させていただきます。あらかじめご了承ください。当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

JA東びわこ
農産物直売所で
(ファーマーズマーケット)
ご利用いただける
クーポン券
1,000円分

8月号の答えは
アワオドリでした。

たくさんのご応募ありがとうございました。

学ぼうJA

～組合員としてJAをより良くしていくために～

ＪＡは、組合員一人ひとりの思いや願いを、活動への参加や事業の利用を通じて実現することができる組織。これから更に皆さんに協同組合活動へ参画いただくために、ＪＡについて・組織や事業の仕組み・様々な活動をわかりやすくご紹介します。

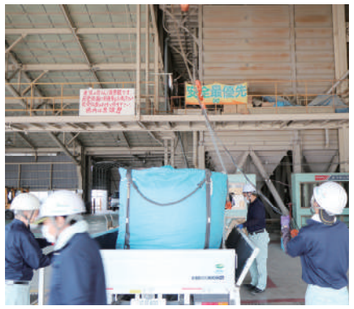
Vol.6 ＪＡの販売事業①

Q JAの販売事業ってどんなことをしているの？

有利販売で農家の所得増大に貢献しています！

ＪＡの販売事業では、生産者（組合員）が育てた農畜産物を集出荷し、消費者に販売しています。販売事業の中核は、「共同販売」であり、個々の生産者が生産した農畜産物をＪＡが集荷し、サイズ・品質・規格を選別して安定的に出荷することで、有利販売に結び付けています。このように、生産者個人では難しい、スケールメリットを発揮できることがＪＡの大きな強みです。

集荷場に農産物を持ち寄る生産者


カントリーエレベーターに持ち込まれた米の荷受け作業

出荷規格を統一する目合わせ研修会

地域の特産物を活かした商品開発もしています！

生産者の所得を増やすため、農畜産物の付加価値を高める加工事業にも積極的に取り組んでいます。ＪＡ東びわこでも地域の特産物を活かした商品開発を行っており、管内の「コシヒカリ」を使用して作った「玄米茶」や、一番おいしい季節の彦根梨をたっぷり使った「彦根梨カレー」などを開発・販売しています。

●玄米茶
販売価格 1本(500ml) 100円(税込)/1箱(24本) 2,400円(税込)
販売場所 各直売所(1本～)、各支店(1箱～)

●彦根梨カレー
販売価格 1個 250円(税込)
販売場所 各直売所

ＪＡインフォメーション

農繁期の農家さま応援企画　令和4年10月14日（金）まで!!

配達 Go!Go! 55! キャンペーン開催

灯油・軽油 配達します！

※特別価格での配達は、農作業用燃料に限らさせていただきます。

特別価格 **灯油** 通常配達価格より 1ℓあたり **5円引き**

特別価格 **軽油** 通常配達価格より 1ℓあたり **5円引き**

●ご予約受付時間／平日　8:30 ～ 17:00
●ご注文・お問い合わせは／東部配送センター ☎0749－35－4411　彦根配送センター ☎0749－28－9830
※決済方法など、詳しい内容はお問い合わせください。
※配達は平日の営業時間内となります。

JA東びわこは、おかげさまで合併25周年。

25th Anniversary

期間中、定期積金を新規で毎月掛金5,000円以上（1,000円単位／10万円以下）ご契約いただいた方に、25周年記念の特別金利でお預かりいたします！

●期間／5年のみ　●定額式　●口座振替扱いのみ

特別金利 期間5年 年 **0.25%**（税引後 年0.199%）

合併25周年記念 定期積金 **みらいへの架け橋**

募集期間／令和4年8月1日（月）～令和4年10月31日（月）

●お問い合わせ／お近くの支店までお気軽にお尋ねください。

※お取り扱いは個人の方のみとさせていただきます。
※掛金を先掛けするお取り扱いはできません。
※満期受取時には、積立金のほか給付補てん金（利息相当）をお支払いいたします。
※原則として期限前解約はできません。やむを得ず期限前解約をする場合は当ＪＡ所定の中途解約利率を適用いたします。
※給付補てん金（お利息）に20.315％（国税15.315％・地方税5％）の分離課税がかかります。
※店頭に説明書をご用意しています。

ＪＡ共済からのご提案!!

自動車共済（保険）高いと感じたことはありませんか？ 一度お見積りさせてください！

お見積りは無料です！

お見積りいただくと、もれなく食器用洗剤をプレゼント！

ご用意いただくものは、

1 今の加入内容が分かる書類（証券・継続のご案内など）
2 車検証
3 自賠責共済（保険）証書
4 運転免許証

●お問い合わせ／詳しくはお近くの支店窓口へお気軽にお尋ねください。

※お知らせ内容は、予告なく変更となる場合があります。

農業者以外の方もご利用いただけます。

クルマやバイクの購入・ローンの借り換えに

JAマイカーローン

他社自動車ローンからのお借り換えにも／　最長10年まで

固定金利　お取り引きにより金利を引き下げ　基準金利 年3.00%

適用金利 年 **1.10%**（保証料別途）

（金利は令和4年5月1日現在・保証料別途）

募集期間　令和4年 12月31日（土）まで

●お問い合わせ／詳しくは、お近くの支店へお気軽にお問い合わせください。

秘密厳守　完全予約制
弁護士による無料法律相談会

組合員向けの法律相談会です。相談内容は相続・離婚・債務整理・交通事故など種類は問いません。

令和4年9月15日（木）15:00 ～ 17:00

●場所／ＪＡ東びわこ本店
●お問い合わせ／金融部（担当：西村）☎0749－28－7810

ひまわりめがね展示相談会

来て、見て、試してください!!補聴器も体験できます!!

●９月のスケジュール

９日（金）	鳥居本支店	9:30 ～ 14:00
１３日（火）	彦根北支店	
１４日（水）	彦根中央支店	
１５日（木）	彦根東支店	
１６日（金）	彦根南支店	

※スケジュールは予告なく変更・中止になる場合がありますのであらかじめご了承ください。

経済事業 臨時休業日のお知らせ

棚卸業務のため、次のとおり経済事業を臨時休業とさせていただきます。

●臨時休業日／

令和4年9月30日（金）終日

●対象／購買全般（燃料除く）

当日は何かとご不便をおかけしますが、何卒ご理解とご協力をお願いいたします。

「肥料価格高騰へ対策を」

県選出国会議員に要請

▲小寺衆院議員（前列右から２人目）、武村衆院議員（同３人目）に要請書を手渡した県農政連盟・ＪＡの代表者ら

ＪＡグループ滋賀と滋賀県農政連盟は７月22日、県選出国会議員に対して急激な肥料価格の高騰への対策を求めて緊急要請を行いました。

県農政連盟の野田藤雄会長は「米価が低水準で推移している中で、世界的な肥料原料の争奪戦が続き、史上かつてない水準まで肥料価格が高騰する懸念がある」として、再生産可能な農業経営のための実効性のある制度設計が早急に講じられるよう強く求めました。

議員からは、喫緊の課題として政府・与党に対してしっかりと働きかけ、実現に努めると回答がありました。

ＪＡ東びわこ女性部 エコ運動

ご家庭で出たペットボトルのキャップや空き缶のプルトップ、古切手を回収させていただきます!ご協力よろしくお願いします!

●回収場所／ＪＡ東びわこ本店
各支店
各営農経済センター
福祉課【デイサービスセンター（亀山）、デイサービスセンターたかみや】

●回 収 物／①ペットボトルのキャップ
②空き缶のプルトップ（缶詰のプルトップ不可）
③古切手（外枠1㎝を残してお持ちください。消印有り可。）

地域でつなぐ読者のわ 7月号のお便り

お便り募集中!!
詳細はP15を
ご覧ください。

地域農業にがんばっていらっしゃる梅田さんとは顔なじみですが、誰もができることではないのでスゴイ!!と感心しています。日焼けをした肌、白いおひげの姿に元気をもらいます。これからも「サンタナ学園」の人たちに農業の素晴らしさを伝えていただきたいと思います。

〈愛荘町〉西澤　茂子さん

みんなの防災スイッチを読んで、災害に備えることはとても大事だということを学び、大変参考になりました。いつやってくるかわからない災害からどう守っていくかを考えさせられます。

〈甲良町〉二階堂　恵子さん

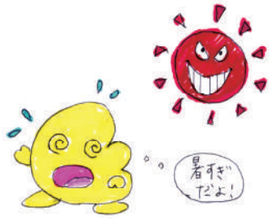
〈彦根市〉岸本 和美さん

最近は足腰が弱くなり、畑の草むしりもままなりません。しかし、息子たちが私より丁寧に畑の世話をしていろんな野菜を食卓にのせてくれます。しあわせ者です。

〈彦根市〉野瀬　よしさん

我が家のプランター農園では、シシトウとピーマンが猿に横取りされることなく食卓に並んでくれています。猿はピーマンがきらいなのかも…。

〈多賀町〉馬場　直美さん



〈彦根市〉塚田 瑞穂さん

〈彦根市〉大井 希祐さん

定例理事会　令和4年7月28日(木)15:00～

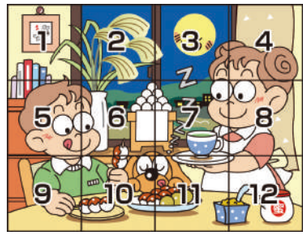
第１号議案　(仮称)虹のホールやわらぎ彦根　建設委員会の設置の件
第２号議案　ディスクロージャー誌開示の件
第３号議案　出資口数の減少承認の件
第４号議案　員外貸出金承認の件
第５号議案　令和３年産　加工業務用キャベツ最終精算の件
第６号議案　令和４年産　彦根梨概算金の設定の件

全議案承認されました

監事会　令和4年7月28日(木)13:30～

第１号議案　令和４年度　第１・四半期末 定期監事監査報告書の件
第２号議案　監事監査規程及び監事会規則の一部変更の件

全議案承認されました



まちがいさがしのこたえ

1…絵が変わっている
3…月の表情が違う
6…串の先端の団子が減っている
11…串が短い
12…蜜の容器が違う

編集後記

今月号の特集で、イチゴをフルーツとして扱うか、とても迷いました。メロンやスイカについても同じく、果実的野菜ということでご紹介しています。(りょう)

旬の野菜おいしさ伝え隊で紹介している「梅干しご飯」を早速作ってみました。さっぱりした梅干しがお米の甘みを引き立てていてとても美味しかったです。簡単に作れるので皆さんもぜひ作ってみてください。(まっすん)

みんなのよい食プロジェクト
耕そう、大地と地域のみらい。JAグループ
協同組合がよりよい社会を築きます
●国際協同組合同盟(ICA)が定めた世界共通の協同組合のマークです。

連絡先一覧

ご注文やお問い合わせ
ご相談など、どんなことでも
お気軽にご連絡ください
(市外局番　0749)

万が一の時はこちらまで(24時間365日対応)

●自動車のトラブル(ＪＡ共済にご契約の方)
・事故のとき
昼間平日 8:30～17:00 ☎28-7899
自動車安心サポートセンター
夜間休日 0120-258-931(ジコはクミアイ)
・故障のとき
0120-063-931(レッカーロードサービスはクミアイ)

●ガスのトラブル全農関西エネルギー株式会社彦根販売所
☎28-2266

●葬祭のことなら
0120-54-9312(ゴヨウはクミアイに)

●介護のことなら
☎28-7171(愛あいステーション)
☎28-7878(デイサービスセンター)
☎24-1177(デイサービスセンターたかみや)
☎24-1166(愛あいステーションたかみや)
●賃貸住宅・リフォーム・駐車場のことなら
☎26-8808(住宅相談センター)
●相続対策のことなら
☎26-8808(資産相続相談センター)
●住宅ローンのことなら
☎26-9101(ローンセンター)
0120-68-9381(固定電話からのみ)
●年金のことなら
☎28-7830(年金相談センター)
●農業機械のことなら
☎28-2227(ＪＡ全農しが彦根農機センター)
●ガスのことなら
☎28-2266(全農関西エネルギー株式会社彦根販売所)
●お米のことなら
☎28-7852(お米センター)
0120-89-0408
●燃料のことなら
☎35-4411(東部配送センター)
☎28-9830(彦根配送センター)
☎43-5921(稲枝給油所)

ＪＡ東びわこの農産物直売所

■営業時間／9:00～17:00　■定休日／年末年始

美浜館
彦根市石寺町2256
(湖周道路沿い)
☎0749－43－5692
fm.mihamakan

やさいの里
彦根市賀田山町234－6
(彦根市役所亀山出張所東側)
☎0749－28－1238
yasaino.sato

やさいの里二番館
彦根市平田町790
(彦根中央支店南側)
☎0749－27－7733
yasaino.sato2

やさいの里あいしょう館
愛荘町市1585
(愛知川支店北側)
☎0749－42－2700
yasainosato.aisyoukan

こころのとびら　人権を考える

「リフレーミング」を身につけよう！

「リフレーミング」という言葉をご存知でしょうか。人はそれぞれ価値観を持っていますが、ものの見方や考え方の癖、「枠組み(フレーム)」は相手への先入観や偏見につながってしまう場合があります。「色眼鏡で見る」という言葉もあります。「リフレーミング」とは「色眼鏡」「枠組み」を外して、プラスの捉え方や異なる視点で見ることで、より相手を理解しようとする手法のことです。

例えば、人を評価する「お節介」、「頑固」、「荒っぽい」、「臆病」などは、マイナスイメージの言葉ですが、言い換えれば(違う視点で見れば)、それぞれ「世話好き」、「意志が強い」、「元気がよい」、「慎重」とも言えます。「物は言いよう」と思う方もおられるかもしれませんが、相手を異なる視点からプラスのイメージで見ることは、相手をより深く理解することにつながります。いつも、何となく苦手でとっつきにくいと思っていた人も、見方を変えれば、あなたのよき理解者であり、味方になってくれる人かもしれません。

リフレーミング方法のいろいろ

●フレームを大きくする…大局的に考えてみる
●フレームを小さく見る…細部に焦点を当ててみる
●フレームの時間軸を動かす…「１年後の自分から見て。どんな成長のきっかけになっているか」
「１年前に戻ってやりなおすとしたら、何をするか」
●仮定でフレームを広げる…「もし○○だったら」「代わりにどうしたいか」と考えてみる
●他人のフレームを借りる…格言や名言、憧れの人のエピソードで状況を置き換えてみる

※大分県人権啓発コラム「心ひらいて」より