

EひととEすと

10

2024.October
No.331

04…〈地域のEすとニュース〉
ブドウ栽培トレーニング施設
初収穫に笑顔

06…〈特集〉
10月11月は国産消費月間！
みんなで考えよう
『食』のこれから

08…〈地域で輝くEひと〉
彦根市賀田山町 西村 五十鈴さん

09…〈知って学ぼう！旬の野菜教室〉
保存性・栄養価・味の三拍子がそろった万能野菜
サツマイモ

10…〈今日から始める家庭菜園〉
大切にしよう日本の食文化！
ゴボウの自家栽培にチャレンジ

20…〈彦根総合高等学校フードクリエイト科
私たちが作りました!!〉
～秋香る～
厚揚げのハンバーガー仕立て



02-03…〈地域農業のEひと〉

ひこね しみなみみつやちよう
彦根市南三ツ谷町 安居 佑馬さん



私たちは持続可能な開発目標(SDGs)を実現しています。

旬の野菜をおいしく食べよう 料理カード

～秋香る～ 厚揚げのハンバーガー仕立て

材料(4人前)

- ◆厚揚げ豆腐 ……………4丁
- ◆シメジ ……………1パック
- ◆エノキ ……………1パック
- ◆サツマイモ ……………1/2本
- ◆カボチャ ……………1/8個
- ◆煮切り酒 ……………大さじ8
- ◆「ひこねみそ」 ……………大さじ4
- ◆煮切りみりん ……………大さじ4
- ◆塩・胡椒 ……………少々

作り方

- 厚揚げ豆腐を横半分にはスライスする。
- シメジ・エノキは石づきを切り落とし、割いて4等分に分ける。
- サツマイモは洗い、2mmの厚さに切る。カボチャはワタと種を取り除き、2mmの厚さに切る。
- ①の調味料を混ぜておく。
- ①の下半分を置き、②・③・④の順で重ね、最後に①の上半分を置く。
- 食材を置くたびに、塩・胡椒で味付けをする。
- 6をラップで包み、湯気がたっている状態の蒸し器で7～8分ほど、サツマイモとカボチャに火が入るまで蒸す。
- 7をラップから外し、④のソースを器に流して、その上に盛り付けたら完成。

メニュー作成にあたって

味覚の秋と言われるほど秋野菜はおいしいですね。
今回は秋野菜と「ひこねみそ」を合わせたレシピを考えてみました！
食材の置く順番は「重ね煮」を参考に野菜本来の旨みを引き出しています。
事前に準備ができるので、忙しい方にもぜひ作っていただきたいです！



地元産の「ひこねみそ」を使用しました。JA直売所で購入できますよ！



レシピ:彦根総合高校フードクリエイト科
仲良し軍団「ひこねーず」

私たちが作りました!!

切り取って料理カードとして保存してくださいね♪

あなたの町のJA共済代理店

こうらちようくれたけ
甲良町呉竹91-4

かねだしどうしゃこうぎよう
金田自動車工業

かねだまさひろ
代表 金田 正広さん

TEL 0749-25-2219

営業時間 9:00～19:00

定休日 日曜・祝日

取り扱い 自賠責共済・自動車共済



お客さまのご希望に応じた新車・中古車を全国から選りすぐってご提案いたします。
車検・自動車共済のお見積りもお待ちしております。お気軽にご来店ください。

EひととEすと 10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:0749-28-7860
FAX:0749-28-7888
URL <https://www.ja-higashibiwako.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」

JA東びわこのお得なキャンペーンや
イベント情報が届く!!
公式LINEをぜひご活用ください♪



お手持ちのスマホで
読み取ってください!



どんな局面でも対応できる
農業経営を目指したい



自身の存在意義

農家の長男として生まれ、小学生の頃から幼いながらに「自分は農業をするんだ」と心に決めていました。農業高校や大学を卒業し、県外の農業法人で1年間学んだ後、父と2人で農業経営に取り組みたいです。3年後には事業承継を予定しており、自分が経営の主となる準備を着々と進めている段階です。「農業を継ぐ以外の道を考えることはなかったのか？」と聞かれることがあります。考えたことはあっても、そのように進まなかったでしょう。というのも、自身の先祖が管理してきたものや、将来成るべき人物像を考えた時、自分が取れる選択肢は多くはなかったからです。今までの人生すべてをこの仕事のために打ち込んできました。そのため、農業は単なる仕事としてではなく、人生の指針とも言うべきものだと思います。



▲水稻の出来を確認。農地を私の更に次の世代に引き継ぐために、手抜きは一切できません。

恵まれた環境で思うこと



▲水稻育苗ハウスを活用してホウレンソウを栽培し、12～3月にかけてJA直売所へ出荷しています。今年は一部で試験的に枝豆も植えて出荷しています。

私が管理する農地は集積が進み、水回りも整っているため、全国的に見ても効率良く農業経営ができる環境です。加えて農業経営に必要な設備も一通り揃っている状態なので、自分はかなり恵まれた環境で農業を始められたのだと本当に思います。父については、仕事人として尊敬するばかりで、日々指導してもらっていることがありがたいです。ですが、今後自分の力で農業経営を続けていくためには、父の教えをそのまま受け入れてはダメなことよく分かっています。父の言葉を聞いて、「なぜそう考えるのか」「なぜそうするべきなのか」など自分の中でよく噛み砕いて考え方を理解できるように努めています。それを理解すればするほど、父の偉大さを改めて実感するのも事実です。

これからの見据えて

私が目指すのは、どんな局面にも対応できる農業経営です。これから時代の変遷とともに新しい技術の発展など業界の常識が変わっていく中、適切に対応し、農業を長く続けていける経営体就是我的理想です。その中で、私が好きな水生生物が暮らす水路や琵琶湖など自然環境を保全することでできる地域貢献や、地域の子どもへ「魚のゆりかご水田」の取り組みを通じて農業の必要性や大切さを伝えていくことが地域に対する最大の返礼です。私が離農するときは、死ぬ時だとさえ思っています。地域の諸先輩方からするとまだまだ20歳代の若造ですが、本気で農業に取り組んでいます。これからも一生涯懸命がんばりますので、どうぞよろしくお願ひします。



▲湖魚が田んぼで産卵できるよう環境を整え、生態系を保全する「魚のゆりかご水田」。例年多くのお子さんにその仕組みや意義をお伝えしています。

ひこね しのみなみ つ やちよう
彦根市南三ツ谷町
やす い ゆう ま
安居 佑馬さん(27)

主な生産品目

品目名	規模
水稻	10ha
小麦・大豆	17ha
ホウレンソウ	30a

(令和6年度)



多賀支店で3組織が合同開催 「食」・「農」・「地域」をつなぐ JAらしいイベントへ



◀多くの来場者で賑わいました！

8月15日、多賀支店で「多賀ぶどうクラブ」「多賀町蔬菜園芸組合」「陽だまりの会たん・とん」の3組織が集まり、「シャインマスカット」や新鮮野菜の販売、おしゃべりを通じてのフレイル(加齢による心身虚弱)予防に向けたカフェで賑わいました。多賀支店職員も合同のイベントを盛り上げようとヨーヨー釣りをを行い、多くの子どもが参加してくれました。

子ども連れで来場された方は、「近所で楽しいイベントがあるとうれしい。JAらしい内容に期待したい」と話していました。

今後も、「食」・「農」・「地域」をつなぐ魅力あるJAづくりを目指して、多くの方に喜んでいただける1支店1協同活動を展開してまいります。

地元のお米食べて 「彦根梨」購入客へ 「きらみずき」をPR



◀「きらみずき」の試供品を受け取る来場客

8月24日、彦根総合地方卸売市場特設会場で「彦根梨」の販売を開始し、大変多くの方で賑わいました。果樹だけでなく地域の主幹作物である米も多くの方に知ってもらおうと、県や近江米振興協会と連携して「きらみずき」のPRを行いました。

「きらみずき」は、滋賀県で育成された新品種です。大粒でしっかりとした食感、すっきりとした瑞々しい甘さが特長で、噛むほどに甘さが広がります。栽培方法にも大きな特徴があり、オーガニック栽培をはじめ、農業や化学肥料を極力使わない環境こだわり栽培に限定。これだけ厳しい栽培基準を県域で設けたお米は「きらみずき」が全国初となり、近江米の主力品種になると期待されるお米です。

初日限定で配布した「きらみずき」の試供品を受け取った来場客は、「初めて名前を聞いた。ぜひ普段食べているお米と食べ比べたい」と話していました。

稲枝支店が独自企画 涼しげな夏の音色で おもてなし



◀涼しげな音色を聞きながらイベントを楽しんでいただきました！

酷暑が続いた8月、稲枝支店では涼しげな風鈴の音色が来店客を楽しませていました。

同支店では、「新しい顧客との接点づくり」と「目と耳にひとときの涼」をテーマに独自に風鈴の設置を企画。正面入口の軒下に60個の風鈴を吊り、チリンチリンと音色を響かせました。15日と16日は、地域の子どもがスーパーボールすくいやぬり絵を楽しんだほか、風鈴の写真をInstagramに投稿された方へJA直売所のクーポン券を進呈する企画も好評でした。

風鈴を見た来店客は、「連日暑い日が続く中、涼しげな音に癒された。地元の支店が楽しい催しを企画してくれてうれしい」と話していました。

稲枝受託者組合 「地域計画」にかかる 意見交換会を開催



◀農地集積計画について意見を交換する組合員

稲枝地域における農地の利用調整機能を担う「稲枝受託者組合」では8月5日、法改正により各集落単位で10年後の農地集積計画を策定する必要があることから、組合員や関係機関が一堂に会して意見交換を行いました。

各集落における「地域計画」策定の進捗状況や計画内容を踏まえ、同組合の関わり方や各関係機関の考え方、組合員の疑問などについて意見を交換し、将来に向けて一歩前に歩みを進めることができました。今後も地域農業の発展につなげる場として定期的に意見交換会を開き、関係者が一丸となって取り組んでいきます。

PICKUP 地域のEすとニュース

JA東びわこは、持続的な開発目標(SDGs)を支援しています。



ブドウ栽培トレーニング施設 初収穫に笑顔



◀初収穫を迎えた「シャインマスカット」の出来栄を確かめる受講生

持続可能な地域農業の発展に向けてJA東びわこが運営するブドウ栽培トレーニング施設では今年8月、「シャインマスカット」の初収穫を迎えました。初年度は樹木の育成を優先し、1人4房だけ実を着けて収穫。カラスケールや糖度計を使って収穫の適期と将来的な出荷に向けた規格などを確認しました。

参加した受講生は「初収穫を迎えてうれしい。今後、たくさんのブドウを収穫して出荷したい」と意気込みを話していました。

出荷者部会が視察研修 微生物の力で 直売所の魅力づくり



◀微生物農法における土づくりを学ぶ参加者

直売所出荷者部会が7月24日、甲賀市水口町にある島本微生物工業の研究農場を訪れ、参加した約40人が微生物農法を学びました。微生物による発酵の力で農作物の食味などを向上させ、量販店とは異なる直売所ならではの魅力づくりを図る狙いです。

現地では、黒木要研究農場長から微生物の力で発酵させる堆肥づくりのノウハウについて説明を受けました。その後、発酵堆肥や発酵肥料などを施用して栽培する農場を見学し、実ったキャベツやトマト、メロンを試食するなどして食味を確かめ、微生物農法の魅力を体感しました。

参加した部会員は「微生物農法の実践を通じ、食味に魅力を感じて直売所を利用する人が増えてほしい」と話していました。

現場の声 積極的に 常勤役員が 地域農業の担い手訪問



◀阪東佐智男代表理事(左)と対話を深める柳本理事長(中央)

「顔の見えるJA」の実現を目指すJA東びわこは、今年6月に行った役員改選後、初の常勤役員による担い手訪問に取り組んでいます。7月から8月にかけては、法人を含む担い手農家173戸をTACなど担当者と訪問しました。

8月6日は、柳本上司理事長と高山TACが甲良町の農事組合法人「きらり下之郷」の阪東佐智男代表理事を訪問し、持続可能な農業経営や米価の適正な価格反映などについて対話を深めました。

訪問結果は各会議で報告・共有し、より良いJA事業や運営に活かします。食と農、地域をつなぐJAとなれるよう、今後も積極的な対話活動を行ってまいります。

～楽しい”食卓”をなくさないために 私たちができること～

Step 1

まずは意識から 始めてみましょう！

できるだけ国産を手に取り、食
べることが生産者の応援につな
がります。

買い物の際に、国産か海外産
か意識してみませんか？

『国産』を選ぶあなたは食の未
来を考えている人です。



Step 2

“地産地消”

“地元”で採れた食材を選ぶこと
にはたくさんのメリットが！

- ・新鮮！安全安心！
- ・フードマイレージの減少
環境にやさしい消費
- ・地元農家の応援に！

“国産”だけでなく“地元産”を選
ぶあなたは『国消国産』マスター！



Step 3

健康のために たくさん食べよう！

食料自給率約100%のお米の消
費量は年々減少しています。『生産』
するだけでなく、私たち1人1人が
『消費』することで『国消国産』が実
現します。

「1日の野菜摂取目標値350g」を
意識して、健康のために「国産」の農
産物をたくさん食べて、消費すること
が地元農家の応援になります。

“国産”のもの たくさん食べることが “応援”になります

番外編(マスターへの道)

令和の米騒動はなぜ起こったのか？
どうしたら未然に防ぐことができる？
一緒に考えてみましょう！



特集

10月11月は国消国産月間！

みんなで考えよう 『食』のこれから

『国消国産』とは「私たちの国で消費する食べ物はできるだけこの国で
生産する」という考え方です。なぜ、今『国消国産』が重要視されているの
か一緒に考えてみましょう！

～日本の『食』をとりまく5つのリスク～

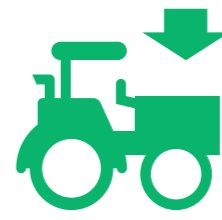
1



食料自給率の 低迷

食料の約6割を
輸入に頼っています。
国産は4割だけという現状です。

2



農業生産基盤の 弱体化

農家の高齢化・減少、農地の
減少が進んでいます。
放棄地の増加が懸念されています。

3



自然災害の多発

非常時は自国内への供給を優先
するため、輸出は後回しに…
実際、コロナ禍では多くの国で
輸出制限が行われました。

4



世界的な人口増加

今世界には約81億人が生活していますが、
2080年代半ばにはおよそ103億人になる
ともいわれています。人口が増加を続ける
と食料不足に陥るかもしれません。

5



国際化の進展

2000年から2020年では輸入額が約2.3
兆円増加しました。私たちの食生活は豊か
になる一方、さらなる食料自給率の低下を
招く可能性があります。

旬の野菜教室

サツマイモ

保存性・栄養価・味の三拍子がそろった万能野菜

見分け方

全体的にふっくらとしていて、ずっしりとした重みがある

皮の色が鮮やかで、表面に傷や変色がない

ひげ根やその跡が均一に直線状に並んでいる

断面(両端の切り口)から蜜が出てくるものは、完熟して甘味が強い

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、きんとうなど幅広い料理に。

「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。

サツマイモのプロフィール

【分類】ヒルガオ科

【原産地】中米

【和名】甘藷(かんしょ)、唐芋

【おいしい時期(旬)】9～11月

【主な栄養成分】糖質(でんぷん)、カロテン、ビタミンC、カリウム、食物繊維、ヤラピンなど

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

待って、待って、待ってから



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

笑顔キラリ 地域で輝く Eひと

Eひと

彦根市賀田山町 西村 五十鈴さん(74)

1. 幼少期からずっと歌ってきました

趣味でグラウンドゴルフとカラオケに熱中しています。特に幼少期からずっと歌うことが大好きです。最初に覚えた曲は三橋美智也の「古城」です。昔は歌手を目指したことも...

高校時代、音楽の授業で先生に言われた一言で「こぶし」を使っていることに気づきました。今は演歌をよく歌っています。



歌うことがとにかく大好き♡ おしゃべりも上手な 演歌歌手!?

2. たくさんの大会に挑戦!

今までたくさんの大会に挑戦してきました!びわ湖放送の「THE歌謡天国」には5回出演し、5回優勝しました。最近までNHK「のど自慢」にも挑戦していました。

地域の集まりで石川県のホテルに宿泊した際には、作曲家 遠藤実さんが審査員のカラオケ大会に参加して優勝!優勝者が集められた「輪島ザ・グランプリ」でテレビに出演したこともあります。稲枝駅前商工会夏まつりカラオケ大会で優勝した際には、スカウトされたこともありました。

大会の前はうまく歌えるか緊張しますが、マイクを持つと不思議なことに緊張せずに歌えます!

3. 「歌う」って楽しい♪

今は大会に挑戦することは無いですが、家で音楽を聴いたり、口ずさんだりすることがすごく楽しいです。「歌う」とどんな時でも気持ちが楽しくなるし、元気になると思います。おなかから声を出すことが健康の秘訣ですね。



▲輪島ザ・グランプリに参加した時の写真です!



▲今まで参加した大会で表彰されたものです

栽培カレンダー

	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
秋まき		○										○
葉ゴボウ	○	○										
早春まき				○	○							
夏まき										○	○	

■収穫 ○じかまき

5 間引き



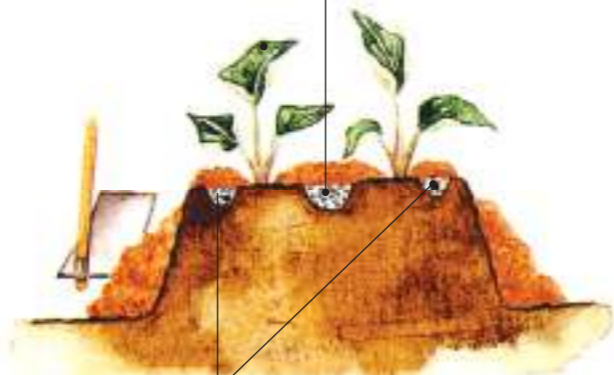
本葉1枚のころ、伸びすぎや出遅れの苗を間引きましょう。

※1~2枚目の頃と、3~4枚目の頃に間引きましょう

順次繰り返して、本葉5、6枚になるまでに株間10cm程度にしましょう。

6 追肥

1回目「やさい2号」(N・P・K=8・8・8)
40~50g/m²



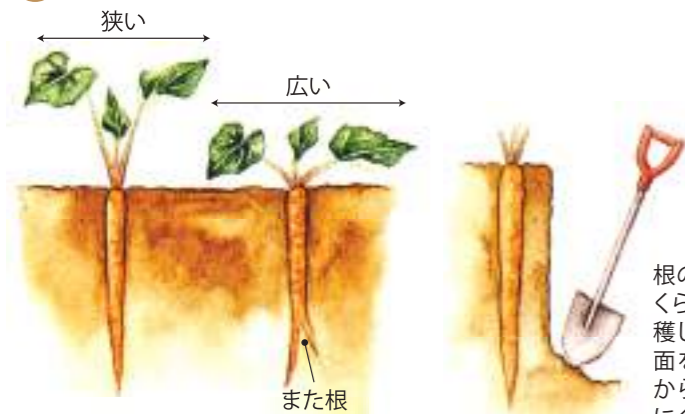
2、3回目

どか肥は肥やけをおこしやすいので、種まき後30~40日間隔で2、3回に分けて与えましょう。同時に土寄せを兼ねて肥料覆土しておきましょう。

根の直径が1.5~2cmくらいになったら収穫しましょう。根の側面を深く掘り下げてから引き抜くと折れにくいです。

7 収穫

葉の開く角度が広い場合は、また根の可能性が大きいです。



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

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!

※お取り寄せ商品となります。あらかじめご了承ください。
※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。



土に触れる安心、
育てる喜び、
収穫する感動、
食べる幸せ。

今日から始める家庭菜園

大切にしよう日本の食文化! ゴボウの自家栽培にチャレンジ

根菜類・キク科

長い間、ゴボウを食べる民族は世界で日本人だけと言われてきました。近年では台湾・アジアでも少しずつ食べられるようになり、ヨーロッパでも関心が高まっています。しかし、日常的にゴボウを食べているのは日本だけ!ゴボウをおいしく食べられる唯一の国“日本”で自家栽培にチャレンジしてみませんか?

栽培のポイント



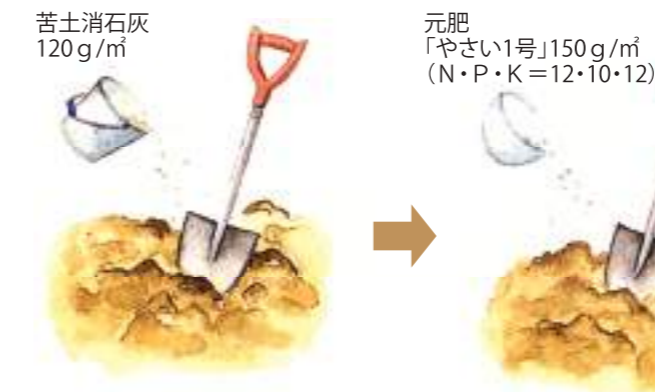
稲枝宮農経センター
はつたしょうき
八田 翔希

- 苦土石灰を十分に散布して酸性を中和しておきましょう。
- 乾燥には強いですが、浸水・過湿に弱いです。排水が良く耕土が深い場所を選びましょう。
- 連作を嫌います。4~5年空けて栽培してください。

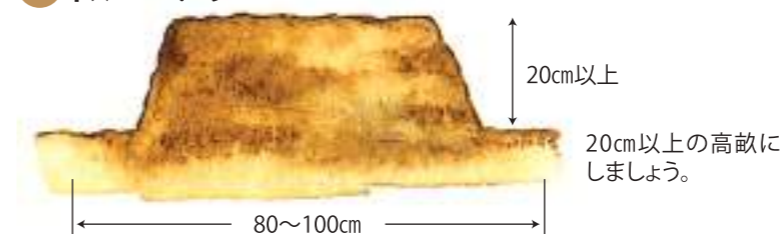
栽培方法

1 畑の準備

スコップで30~50cmくらい深く耕しましょう。元肥は深くまで全層に混ぜましょう。



2 畝づくり

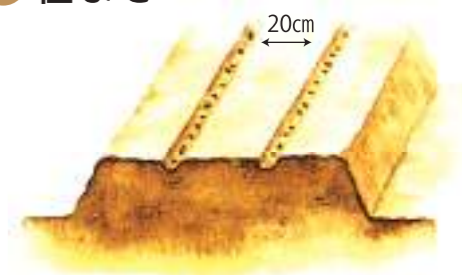


3 種の準備

種は1昼夜流水につけ、布の上で水切りして芽が出ないうちにまきましょう。



4 種まき



まき溝を浅くつけ、1cm程度の間隔に条まきし、薄く覆土しましょう。葉ゴボウの場合は、厚まきにして、茎を細めに育てましょう。

彦根北支店

支店長 西村 康男



支店NEWS

鳥居本支店

支店長 北村 航太郎



毎週火曜日は朝市を開催中♪
11月には支店感謝祭を予定しています!

毎週火曜日に地元農家が生産された新鮮野菜やたまごを店頭にて販売しています。多くの地域の方に寄っていただき、いつも大盛況です。

11月には支店感謝祭を計画しております。模擬店や朝市の規模を拡大し店頭販売を行う予定をしています。出荷者・組合員・利用者のご来店をお待ちしております。



▲毎週火曜日は支店に活気が溢れます

偶数月は出張直売所、奇数月は直売所マルシェ
地域の皆さまに寄っていただける支店に

毎月、鳥居本支店前のコミュニティホールでイベントを開催中です!新鮮な野菜、おいしいお惣菜、スイーツなどを取り揃え、地域の皆さまのご来場をお待ちしています!詳しい日時は、店頭または支店よりご確認ください。

今年も「とりいもと宿場まつり」に参加予定です♪皆さまに会えるの日を楽しみにしております



▲いつも大盛況です!職員も開催を楽しみにしています♪



問題の外在化

今年の10月に、滋賀県教育委員会から『児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果等の概要について』が公表されました。

その中で、児童生徒(公立小中学校、高等学校)の長期欠席者数および不登校生徒数が、過去最悪となっていることが分かりました。そして、その一番の原因は、“いじめ”ではなく、

本人にかかる状況で“無気力、不安”となっています。これは、しんどいなと思うことがあっても具体的に「こういうことで困っている」と言えない人が多く含まれているのではないのでしょうか。

このような気持ちをネガティブ(嫌な気持ち)として、その気持ちとの向き合い方を探してみたいと思います。『嫌な気持ちになったら、どうする?』(注)では、著者は、ネガティブとは一種の「妖怪」とし、「人びとは、ネガティブ=妖怪に取りつかれ、憂鬱になり、自分を否定していく。しかもそれは他人に感染し、伝播する。ただし、ネガティブはとても大事な感情であり、なくてはならない感覚でもある。だから、抑え込めばいいとか、見て見ぬふりをすればいいとか、そういう単純な話ではないわけです。」と言います。

そして、その対処方法として、あげられているものの一つが「問題の外在化」という技法です。問題の外在化とは、何らかの心身の「生きづらさ」や症状が出たときに、問題の原因をひとまず自分から切り離し、客観化し、ある程度の距離と余裕をもって事態を眺められるようにすることです。

例として「勉強しなくちゃいけないのに、やる気がしない」という場合ですが、これを個人の問題としてみると、「私はやる気が出ない」となります。そこで、問題を個人の外側に置く、つまり外在化させます。すると、「そのやる気のなさは、私にどのような影響を与えているだろう?」と問うことになり、さらに、「そのやる気のなさに対して、私はどのように対抗していけるだろう?」という問いが設定できます。

すると、やる気のない自分を責めるのではなく、いろいろな対抗策を考えられるようになります。図書館や学校で勉強する、好きな飲み物を飲みながら勉強する、といった方法を試してみることになります。行動や感情を「意志の力」によってコントロールすべきだ、それこそが自律的な人間だ、それができない私はダメな人間だという自己責任化から離れてみるのが、大事なことだと思います。

職場や地域においても多かれ少なかれ嫌な気持ちになることがあるかと思いますが、その向き合い方の一つとして「問題の外在化」という対処方法を試みてはいかがでしょうか。

(注)『嫌な気持ちになったら、どうする?』(著:中村英代、出版:ちくまプリマー新書)

※引用 J A 滋賀県中央会 J A 滋賀同和対策本部 「みのり」No336より



じっくり読んでみよう

J A 東びわこイメージキャラクター「いっぴー」

営農情報

地力アップで品質・収量もアップ!

近年、温暖化によって水稲の品質低下が全国的に問題となっています。農産物栽培においては地力向上が品質・収量アップにつながります。特に水稲栽培では温暖化や田畑輪換により地力が低下していると言われていいます。

また、昨年度のような異常な猛暑の中でも、堆肥等の有機物を施用しているほ場においては減収率が低かったと言われていいます。

地力アップ・品質向上のためにも田華の豊稲と合わせて堆肥等の有機物散布に取り組みしましょう!

土づくりには、「田華の豊稲」と合わせて J A の資材『新ふりかけ堆肥eco』を投入しましょう。

新ふりかけ堆肥ecoの特徴

●施用時期:水稲の場合は、
稲刈り後～代かき前のいつ施用してもOK

※施用後は、土壌とよく混和してなじませてください。

●施用量:100kg～200kg/10a

※砂質ほ場や地力の低いほ場には200kgを施用してください。
※水分を大幅に減らすことで体積を減らし、腐植酸は約10倍含んでいます。
そのため、100kgで通常堆肥約1tと同等の効果があります。



湖東地域(彦根市・多賀町・豊郷町・甲良町・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

突撃取材やっています!!

訪問先 彦根市南三ツ谷町 安居佑馬さん

今回は、彦根市南三ツ谷町の「やすい農園」後継者・安居佑馬さんの所へ伺いました!

車でほ場を回って収穫前の米や発芽後の大豆を見学!農舎に戻ってからは、設備や作業機械を見せられました。なかなか他の農家さんの設備・機械を見る機会がないため、とても新鮮で勉強になりました。安居さんは、地域の乾燥調製や育苗の受託

もされており、地域に密着している素晴らしい農家さんだと思います!

「ことのわ」の皆で8月上旬に出店した多賀大社の「万灯祭」では、今年も大好評!私たちが栽培した農産物を使った料理をはじめ、今年は新たにスーパーボールすくいも実施し、たくさんのお客さんと交流することができました。お越しいただいた皆さん、ありがとうございました!



▲会員交流



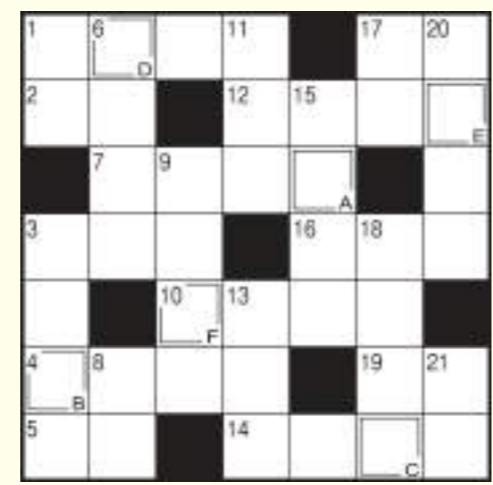
▲万灯祭

『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

- タテのカギ**
- 1 たき火やかまどにくべるもの
 - 3 葛根湯は〇〇薬の一つです
 - 6 建物や壁に囲まれた小さな庭
 - 8 土の中で「ジーン」と鳴く虫
 - 9 印刷ではなく〇〇のサイン
 - 11 将棋の駒で、表側に動物を表す漢字が入っているもの
 - 13 〇〇心と秋の空? それとも女心?
 - 15 海水と淡水が混じり合っている湖
 - 17 アヒルの原種です
 - 18 勾玉のような形をした〇〇ナッツ
 - 20 パンダの好きな遊びの一つ。落ちないか心配
 - 21 近頃はセルフで済ませられるスーパーも増えました

クロスワードパズル



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?

A B C D E F

--	--	--	--	--	--

友だち追加はこちらから!

当選確率UP!!

JA東びわこ公式LINE 簡単応募フォームを活用ください!



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!

- ①LINEで友だち追加
- ②メニュー右下の[プレゼント応募]をタップ!
- ③スマホから簡単に応募ができます!

ヨコのカギ

- 1 香り高い高級キノコ
- 2 環境問題に世界〇〇で取り組む
- 3 のどの〇〇を覚えて水分を取った
- 4 財布やスマホを入れます
- 5 表ではありません
- 7 レインボートラウトとも呼ばれる魚
- 10 古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました
- 12 命を持つものごと
- 14 バンガローやロッジより設備が充実しています
- 16 港を示す地図記号はこの形
- 17 富有、次郎、市田といえば
- 19 地震のときに感じるもの



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

答え 〇〇〇〇〇
郵便番号
住所
氏名
年齢
コメントやイラスト

〒522-0223
JA東びわこ
彦根市川瀬馬場町
九九三
川瀬馬場係

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**

9月号の答えは **ツキアカリ**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.25 JA東びわこの支店協同活動

JA東びわこは地域に根ざした存在を目指し、農家・組合員・地域のための事業展開を行ってきました。しかし、JA東びわこの活動に理解があった組合員の世代交代が進み、次世代との関係づくりが課題となっています。そのため、地域住民との結びつきを維持・強化することを目的とした支店協同活動が重要となっています。

1 「1支店1協同活動」とは

支店を拠点とし、組合員や地域住民との関係を強化するために行っている活動のことを言います。組合員だけでなく、次世代や地域住民の方に積極的な参加を促すため、地域のことを最もよく理解している支店の役割が大切となっています。「農」の大切さを伝える農業・食育体験を中心とし、支店だよりの発行、支店感謝祭など地域の特徴を生かした活動に取り組んでいます。「1支店1協同活動」を通して、組合員・地域住民から「親しまれ、信頼され、地域の拠点となる支店」を目指してまいります。

(1支店1協同活動の一部を紹介します!)



〈彦根東支店〉ほたるの観察会



〈彦根南支店〉バケツ稲づくり体験

2 今後の支店協同活動

支店協同活動は事業とは異なり、経営への効果を図ることが難しい側面があります。しかし、地域とJA東びわこのつながりを創造するうえでは欠かせないと考えています。活動内容は幅広い分野で幅広い年代に楽しんでいただけるよう各支店の職員が考え、企画から行っておりますので、今後も、JA東びわこの支店協同活動へのご参加とご理解をよろしくお願い申し上げます。

秋の石材展示会

- 日時／令和6年10月18日(金)・19日(土)
10:00～15:00
- 場所／磊石株式会社 湖北営業所
(米原市顔戸1323番地1)
☎0749-52-5677

特別企画 ご来場で もれなく!粗品進呈!!

特別企画 ご成約で ダブルでおトク!!

- 石碑100万円以上ご成約・ご購入の方に **その1 5万円相当の商品をサービス!!**
- ※2024年11月30日までに成約の方に限り **その2 記念品をプレゼント!!**

法名(戒名)の追加彫りも承ります。

お墓の補修・改装

墓じまい・移転

現地立会い
お見積り無料

- お問い合わせ／経済課 ☎0749-28-7862

令和6年度

湖東地域園芸振興大会

- 日時／令和6年10月17日(木)13:30～16:30
- 場所／みずほ文化センター(彦根市田原町11)
- 申込方法／JA等関係機関に設置しているチラシに付属の申込書を湖東地域農業センターへFAX(0749-28-2512)いただくか、JA等の窓口へご提出ください。
- 申込締切／令和6年10月10日(木)
- 内容／
 - ◆基調講演「スマート農業導入事例～効果と投資判断について～」(株)ネボン 柏原 和喜氏
 - ◆湖東地域推進目録の紹介
 - セット球タマネギ・極早生～晩生品種によるタマネギ栽培技術について
 - タキイ種苗「ケルたま」(貯蔵性の高いタマネギ晩生品種)の紹介
 - 全農 機械化一貫体系による「サツマイモ」面積拡大
 - イチゴ部会を核に「みおしずく」普及に向けた取組
 - 「ブドウ栽培トレーニングセンター」の活動について
 - 露地切り花の王様「小菊」を作りますか
 - ◆就農相談及び栽培に関する相談 ※希望者のみ
- 主催／湖東地域農業センター
- 共催／JA東びわこ
湖東農業農村振興事務所農産普及課

参加
記念品
有

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。(相談時間はお1人様25分以内)

令和6年10月17日(木)

[15:00・15:30・16:00・16:30]

- 場所／JA東びわこ本店
- お問い合わせ／金融部 ☎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!!

- 10月のスケジュール

豊郷支店	7日(月)	9:30～14:00
甲良支店	8日(火)	
河瀬亀山支店	9日(水)	
多賀支店	10日(木)	
大滝支店	11日(金)	

※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。

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。

JAインフォメーション

南海トラフ地震 臨時情報発表

地震はいつどこで起きてもおかしくありません。
滋賀県でも南海トラフ地震や活断層による地震の発生が予測されています。

南海トラフ地震の滋賀県の被害想定

40年以内
発生確率 **90%程度** **最大震度6強**

全壊棟数 11,017棟
半壊棟数 74,084棟

保障点検活動実施中!



万一のときお困りにならないよう、
現在のご契約内容がご希望に合っているかご確認をお願いします。

地震で被害にあったとき、
どれくらい共済金をお受取りに
なれるかご存知ですか?

**ご契約内容によって
お受取りいただける共済金の額が異なります。**

特に、地震による損害の場合、実損てん捕特約付きのご契約であっても、加入割合に応じて共済金をお支払いします。いざというときお役に立てるように、**満額のご加入をおすすめ**しています。

未保障の物件は
ありませんか?

**地震・火災・自然災害に対する保障に
加入されていない物件がないか確認しましょう。**

納屋や倉庫などは保障の対象ですか? JAの建物・家財の保障は火災や自然災害まで幅広く保障し、地震保障も自動付帯なので安心です。

家財の保障は
準備されていますか?

大切な家財に保証が備わっているか確認しましょう。

家財には、テレビ、食器、衣類など家の中の生活用品のほとんどが含まれます。家財が被害を受けると修理や新たな購入費など多大な費用がかかります。

保障に関する相談は、お近くの支店まで!!

連絡先一覧

- **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
 - ・故障のとき **夜間休日** ☎ **0120-258-931**
ジコは クミアイ
 - ☎ **0120-063-931**
レッカーロードサービス クミアイ
- **ガスのことなら**
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**
ゴヨウはクミアイに ☎ **0120-54-9312**

万が一の時はこちらまで
(24時間365日対応)



まちがいさがしのこたえ

- 1... 猿が多い
- 4... 旗の向きが違う
- 6... 猿が目をつぶっている
- 9... ペンが短い
- 11... バナナが長い



中 学時代お世話になった方が農業をされていることを知り、懐かしい気持ちになりました♪これからもお身体に気をつけて、農業ライフを楽しんでください!
〈彦根市〉増田 誌穂さん

可 可愛い双子のナスが収穫できました♪
〈甲良町〉野瀬 みきさん



私 のお気に入りにはA-COOPなす漬の素(浅漬用)です!
とても色よくおいしく漬かるので、なすの収穫時期にはいつも購入しています。
他の方のおすすめも知りたいです!
〈愛荘町〉岡部 静江さん

地 域農業のEひとで掲載されている方々はどの方もはつらつとした笑顔でがんばっておられますね。私もがんばろうと元気ももらっています!
〈豊郷町〉村岸 安紀子さん



〈彦根市〉向井 さざりさん

8月号のお便り

地域でつなぐ 読者のわ



今 年の暑さは格別です。そんな猛暑の中、「松葉牡丹」が咲いてくれました。
葉が松、花が牡丹に似ていることから「松葉牡丹」というそうです。猛暑の中でも、花を見ると心が癒されますね。

〈愛荘町〉上林 恒子さん



笑 顔キラリで紹介されている方を見るといろいろ考えます。僕も63歳になりましたが、妻と一緒に現役でがんばっています。いつまで働けるのか分かりませんが、頼りにされている限りはがんばります!そのために、健康づくりのプールは欠かせません!

〈彦根市〉原 正司さん

こ ろのとびらを読んで本当にその通りだと思いつつ読みました。私は障がい者の方と仕事をする機会も多いのですが、いろんな方に障がいを持つ方への理解が広まれば良いなと思いました。

〈多賀町〉木村 史奈さん

定例理事会 令和6年8月22日(木) 13:30~

- 第1号議案 彦根中央支店の新築にかかる承認(案)の件
- 第2号議案 やさいの里2番館の別棟新築にかかる承認(案)の件
- 第3号議案 第10期総代選挙に関する附議事項(案)の件
- 第4号議案 総代選挙管理者等指名及び選挙立会人指名に係る経営管理委員会会長一任承認(案)の件
- 第5号議案 東びわこ農業協同組合 企業年金規約の一部変更(案)の件
- 第6号議案 令和6年度産米概算金の設定(案)の件
- 第7号議案 令和6年度産水田活用米穀概算金の設定(案)の件
- 第8号議案 令和6年度産麦概算金の設定(案)の件

全議案承認されました

監事会 令和6年8月22日(木) 10:30~

- 第1号議案 令和6年度 第1・四半期末 定期監事監査報告書(案)の件
- 第2号議案 令和6年度 第2・四半期末 棚卸監事監査実施計画書(案)の件
- 第3号議案 JAバンク体制整備モニタリング報告にかかる監事意見書(案)の件

全議案承認されました

経営管理委員会 令和6年8月27日(火) 14:30~

- 第1号議案 彦根中央支店の新築にかかる承認(案)の件
- 第2号議案 やさいの里2番館の別棟新築にかかる承認(案)の件
- 第3号議案 第10期総代選挙に関する附議事項(案)の件
- 第4号議案 総代選挙管理者等指名及び選挙立会人等指名に係る経営管理委員会会長一任承認(案)の件

全議案承認されました



〈彦根市〉エンダーマン



〈彦根市〉りっくん

JA東びわこでは「食」の安全の観点からも、地元で採れた安全な農産物の推進＝地産地消を進めています。

地元のお米や野菜などを食べている、お子さまとお孫さま(0~12さい)の写真を送ってください!

誌面で紹介された方には、地元の安全安心な農産物が集まるJA直売所で使える

1,000円分のクーポン券をプレゼントします!



スマホでコードを読み取ってご応募ください!

※応募者は東びわこ管内にお住まいの方に限ります。
※ニックネーム可