

JAと7地区を結ぶ 虹のかけ橋



れいんぼー

<http://www.ja-miyagisennan.jp>

4

2019.April

Vol.252



角田市島田 佐久間 夏稀ちゃん・大綺くん・樹くん

特集 | 知ってる!? 元号よもやま話



食のはなし

クレソン



クレソンは、ワサビやダイコンと同じアブラナ科の植物で、ピリツとした味とコシヨウのような香りが特徴です。健康草と呼ばれることもあるほど栄養価が高く、はるか昔、紀元1世紀のギリシャの書物にもクレソンの薬効について述べられていたそうです。日本には明治時代に西洋野菜として入ってきました。今では一年中出回っていますが自生の物は3月から6月ごろが旬です。

クレソンはアブラナ科植物独特のシニグリンという辛味成分を持っています。ワサビやダイコンにも含まれるこの辛味は、すりおろしたりして細胞が壊れることで生成します。クレソンもしっかりと飲んで食べること、ほどよい辛味と刺激を楽しむことができます。この辛味成分は食欲を増進させる効果や、消化を助ける働きをします。脂肪の多いステーキなどの付け合わせにするのは、理にかなっているのです。また、この辛味成分は加熱することで生

成しなくなるため、炒め物などにした場合は辛味もなく、苦味や爽やかな香りが引き立ってまた違ったクレソンの魅力を楽しむことができます。

クレソンには鉄分も多く、その上鉄分の吸収を助けるビタミンCも含まれるため、貧血予防には適した食材です。またカロテンやカリウムも豊富です。新鮮な野菜や果物から十分にカリウムを取っていると高血圧の予防になることも分かっています。その点でもトマトやピーマンなどと自由に合わせてサラダとして登場させたい野菜です。

他にもお魚料理のソースや、スープにしてもおいしくいただけます。まずは普段の料理、例えばポテトサラダやパスタ料理などにプラスして、独特の辛味や香りをアクセントにしてみてもいかがでしょうか。まだまだ日本では、お肉の付け合わせという印象のクレソンですが、よく食卓に並ぶ野菜の一つに加えてほしい、体にうれしく万能なお野菜です。

牧場主として3年目



農に生きる

非農家から酪農家へ

井上さんは非農家の家に生まれ育ちましたが、近所に牧場が多かったこともあり、高校1年生からアルバイトとして牧場で働いていました。卒業後もそのまま牧場で働き続けた井上さんは、酪農する酪農家の牧場を引き継ぐ形で、3年前に牧場主となりました。

牛に携わってきた期間は長いですが、牧場経営となると話は別。大変なことは多いですが、周囲の人に助けられているおかげで何とか頑張れています。



丸森町烏屋
井上 英樹さん(33)
いのうえ ひでき

井上英樹さんは牧場主となって3年目の酪農家。乳牛55頭を飼育しています。

いと話します。「先輩方には本当にお世話になってます。アルバイトの頃から、牛の見方や機械の乗り方、人付き合いなど、酪農家として大切な多くを教わりました。牧場を持つ時もみんな応援してくれて。だからこそ、中途半端なことは出来ませぬ」と笑顔で話します。

人本位でなく、牛本位、人の都合に合わせてのではなく、牛の都合に合わせてることを心がけているという井上さん。牧場主が神経質だと牛も

神経質になるそうで、その逆もしかりとのこと。「ストレスがかかることエサの食いが悪くなり、乳量に影響が出ます。よく観察し、牛の過ごしやすいう環境を整えるようにしていきます」と話す井上さんの牧場の牛は、確かにのんびりとしています。

また、酪農家は「何でも屋」になることも大事と井上さん。「水道が壊れれば水道屋、牛舎が壊れれば大工、牛の調子が悪ければ医者にもなる。専門任せではなく、初期対応の手段を間違えなく選べるようにしていきたいですね」と話します。

嬉しいこともたくさん

「酪農は、とにかく大変」というイメージがあるようですが、家族との時間も取れるし、成績が良かったときや子牛が生まれたときなど、嬉しいこともたくさんあります」と笑顔の井上さん。今後は「まずは経営を安定させて、将来は規模を広げたい。観察眼を確かなものにして、健康管理を完璧にしていきたいですね」と意気込みます。酪農について楽しそうに語る姿が印象的でした。

わたしたちの JA

平成31年2月末現在

正組合員数	17,987人	戸数	13,760戸
准組合員数	11,886人	戸数	8,940戸
合計	22,700人	戸数	22,700戸
職員数	285人		
出資金	40億	4,159万円	
貯金	1,153億	5,272万円	
貸出金	367億	2,351万円	
販売品販売高	77億	4,181万円	
購買品供給高	35億	7,213万円	
長期共済保有高	6,082億	465万円	

理事会・監事会だより

第12回理事会 平成31年2月22日(金)

- 【議事】
- 平成30年度JA全国監査機構期中改善指示書に対する回答について
 - 園芸用ハウス及びハウス付帯設備機械等リース規程の一部変更について
 - 預託家畜売買取引規程の一部変更について
 - 一般貸倒引当金繰入率の補正について
 - 目的積立金(施設解体費用積立金)の取り崩しについて
 - 農林中央金庫への劣後ローンの貸出について
 - 農林中央金庫への後配出資増資について
 - 平成30年度債権償却について
 - 大口貸出金(累積)について

第12回監事会 平成31年2月22日(金)

- 【議事】
- 平成30年度決算棚卸監事監査の実施について

CONTENTS

食のはなし	02
農に生きる	03
〈特集〉	
知ってる!? 元号よもやま話	04
虹色ほっとライン	06
ふれあいひろば	08
お知らせ	10
ベランダでできるキッチンガーデン	12
あなたもチャレンジ! 家庭菜園	13
営農情報	14
おたより交流ひろば	
お楽しみクイズ	15
お知らせ	16

4

2019.April

Vol.252

知ってる!?



元号

よもやま話

「平成」もいよいよ終わり。次の元号への期待も高まるこの頃です。ところで元号っていつからある？ どうやって決めてきたの？ 日本人なら知っておきたい、「元号を巡るミニ知識」をご紹介します！

監修／山本博文(東京大学史料編纂所教授) イラスト／信吉

1

元号制度は

中国から伝わった



元号は紀元前115年ごろ、前漢の武帝が自分の治世を「建元」と名付けたのが始まりです。日本へは西暦600年前後に中国のさまざまな文化や制度と共に伝わってきました。朝鮮半島やベトナムでも取り入れましたが、今も元号を使うのは日本だけです。

3

日本初の

元号は「大化」

日本で最初の元号は、中大兄皇子が蘇我入鹿を討つた乙巳(いっし)の変の後、人心を一新するため、元号を「大化」とし、大化の改新が進められました。それ以降、平成まで247の元号が定められています。



2

元号を使う前は

どうしていた？



元号導入以前の日本では、人々は年を言い表すには干支(えと)を使いました。でも干支は60年、十二支だけだと12年で一巡りします。戊(いぬ)年といっても去年？ 13年前？ これは公文書など記すには不便。ただし庶民の間では江戸時代まで干支の方が一般的でした。

4

期間が一番短い

元号は2カ月強！

江戸時代まで、元号は災害、遷都、戦乱、祥瑞(しょうずい)などさまざまな理由で改元されました。一番短いのは、2カ月14日間の「暦仁」、次は3カ月と15日間の「天平感宝」。最も長いのは天皇の即位から薨去(こうきょ)まで続いた「昭和」の62年13日間です。

5

使う文字は中国の古典から

平安時代以降の日本の元号は全て『書経』『易経』『文選』『後漢書』など中国の古典が出典元。「平成」は『史記』と『書経』にある文字です。江戸時代末期までは漢文の専門家である文章博士(もんじょうはかせ)が候補を出して天皇が承認、今は学識経験者の案を内閣で検討します。

8

大地震で改元！

ハレー彗星(すいせい)や

平安時代の「天養」が、わずか1年4カ月強で「久安」になったのは、ハレー彗星が出現したからです。江戸時代の「元禄」は大地震や大火事が続いて「宝永」に。ところが3年後には富士山大噴火が起きてしまいました。



6

鳥やカメ、温泉から

名付けた元号

古代にはシンプルな元号もたくさんありました。「白雉(はくち)」は白いキジ、「靈龜」は不思議な模様のカメが献上されたのがきっかけ。「和銅」は秩父で発見された自然銅で、日本初の貨幣・和同開珎を造った年だから。また「養老」は天皇の行幸先で温泉(温泉)が見つかったことから名付けられました。

7

2種類の元号を

使った時代



同時に2人の天皇が並立した南北朝時代、元号も2種類ありました。1331年から1392年までのことです。南朝が「元弘」のときに北朝は「正徳(しょうぎょ)」と「弘和」のときは「永徳」という具合。内戦状態の国内で南北朝どちら側が付いていたかは、使った元号で明らかです。

9

なぜ一世一元になった？



元号が一世一元(1人の天皇在位中は1元号)になったのは明治時代からです。以前のように頻繁に変えるのはやめるべきと考え、中国の明時代の制度を取り入れたのです。そのときから庶民にも元号が浸透。同時に導入された太陽暦(西暦)と両方を使うようになりました。



今月のあなたの運勢 4月 *モナ・カサンドラ



【全体運】公私共に活躍の場が広がりそう。やりたいことがあれば、積極的に自己アピールを。にぎやかな場所につきあり
【健康運】軽く体を動かすことで、より健康体に【幸運を呼ぶ食べ物】モズク



【全体運】あれこれ考え過ぎてしまう時期です。開き直りの気持ちを大切に。丁寧に水回りを掃除すると、開運します
【健康運】喉のケアをきちんと行うと、好影響大【幸運を呼ぶ食べ物】コゴメ



(ドローンの実演も行なわれました)

JAは3月6・7日の2日間、角田市で「営農支援フェア(営農相談会)」を開き、担い手を中心に約900人が来場しました。最新の各種営農情報の見える化を図るために実施しているもので、生産現場に即した事例の紹介や営農相談に応じました。

当日は、農政相談や農地中間管理事業、農業のITツールを紹介するブース等が設置されました。また、「だて正夢」や「金のいぶき」、業務用多収品種の「萌えみのり」や、2019年産から管内で栽培が始まる「ゆみあずさ」について栽培講習が開かれたほか、一般向けの野菜栽培講習会さらに大河原農業改良普及センターと共催で「仙南地域農業経営トップセミナー」も開かれました。



(お気に入りの一鉢を選ぶ来場者)



(料理を学ぶ参加者)

JAは、2月18日から3月14日まで管内7地区で、女性組合員及び地域住民の懇談会「虹色テラス」を開きました。女性目線の意見を聞くことや、JA事業をはじめ役立つ情報を提供するために開いているもので、今年度で5回目となりました。

2月25日に開かれた蔵王地区では、JA事業の役立つ情報提供などがあつたほか、質疑応答で様々な意見・要望が挙げられました。また、(株)厚生産業の杉本浩則さんを講師に、簡単料理教室を実施。ダイコンや鶏肉、卵など身近な食材を使い、塩麹パウダーで煮物を作りました。

2月16日から18日の3日間、村田町の道の駅「村田」でクリスマスローズの展示即売会が実施されました。当初は2日間の予定でしたが、好評を受けて18日の午前中まで期間を延長して開かれました。

女性ならではの意見を

クリスマスローズ1,300株がならぶ

営農情報の「見える化」はかる

JAは合併20周年記念企画の第2弾として、2月28日から3月2日まで「FDAチャーター便で行く、琉美の島久米島・亜熱帯の島々を巡る石垣島3日間」を実施しました。



(沖縄の旅を楽しむ参加者ご一行)

最終日は、高速船で石垣島から西表島へ移動。マングローブクルーズで、森を散策するなどして大自然を体験した後、由布島までの遠浅の海を水牛車で渡るなど、ゆつたりとした時間を過ごしました。

白石地区と蔵王地区の助け合い組織は2月17日、白石市で交流会を開き、お互いの活動を披露するなどして交流を深めました。

交流会では、JA宮城中央会が推進している「百歳元気プロジェクト」の「歯あわせ体操」や「いきいき体操」を行い、改めて健康寿命の大切さを確認しました。普段は地域住民や介護施設の高齢者向けにゲームや体操をしています。同日は自分たちが主役となって、一升瓶を使った輪投げで点数を競い合い大いに盛り上がりました。



(高得点を目指し張り切る会員)

地区間で交流深める

スマイル講座 笑顔で修了

JAみやぎ仙南村田地区事業本部は2月17日、村田町で、スマイル講座閉講式を開きました。今年度初めて取り組んだもので、地域活性化活動の一環。二瓶正幸村田地区事業本部長が、受講生に修了証を手渡しました。

最終講座では卒業記念として、壁にかけられるフラワーアレンジメントに挑戦。また、記念公演として白石市在住の佐藤美佐子さんが「こころの音」と題してピアノの弾き語りを披露。佐藤さんは自身の思い出を交えながら8曲を演奏しました。地域住民へJAの活動をより知ってもらおうと特別招待した約30人も、見事なピアノ演奏に聞き入りました。



(修了証を受け取る受講生)

おらいのおすすめ

- 材料** (8個分)
- 道明寺粉…………… 100g
 - 上白糖…………… 10~20g
 - 水…………… 150ml
 - 食紅…………… 適量
 - 塩…………… 少々
 - あん…………… 160g
 - 桜の葉…………… 8枚
 - クルミ(つぶしたもの)…………… 適量

- 作り方**
- ① あんにくるみを加え、8等分にして丸める。
 - ② 桜の葉を10分ほど水にさらし、塩気を抜いておく。
 - ③ 水に食紅を溶かし、好みの色にする。
 - ④ 耐熱ボウルに道明寺粉と③を入れ、軽くまぜたらラップをかけ、電子レンジ(600W)で5分ほど加熱。その後、10分ほど蒸らす。
 - ⑤ ④に上白糖と塩をかけ、へらでよくまぜる。
 - ⑥ ⑤を8等分にして手のひらで平たくつぶし、①を包んで形を整え、桜の葉で包んだら出来上がり。



「桜もち」

川崎町暮石 ^{まかべ}真壁 ^ごきい子 さん

ワンポイントアドバイス

クルミは良くつぶし、粉末状にしましょう。

家族の健康

健康科学アドバイザー●福田千晶

— 肩凝り —

肩凝りは多くの人に見られる症状の一つです。肩凝りから頭痛や目の疲れ、胃の不快感にまでつながってしまう人もいます。

人間の肩は、重い頭を下から支え、外側には両腕がぶら下がっています。そして、首の動きや腕の動きさえ、肩周囲の筋肉で行われます。ですから、肩周囲の筋肉には大きな負担がかかり、それが肩凝りの原因の一つです。

農業など屋外での作業、座っての事務仕事、掃除や料理などの家事、どれも肩は酷使されています。しかも、腕は体の前方向に動かすことが大半で、肩甲骨までしっかりと動かすような動きは日常生活では、めったにありません。そのため肩の周囲では、血行が悪くなります。血液によって筋肉などに運ばれる酸素や栄養分が届かず、老廃物は取り除かれにくくなります。筋肉には、酸素や栄養分が不足し、老廃物がたまり、たまった老廃物も凝りや軽い痛みなど不快感の原因になります。

さらに肩周囲の筋肉が凝ったり、痛くなったりすると、ますます筋肉が硬くなり血行が悪くなり、肩凝りはひどくなるのです。待ちに待った春が訪れると、薄着になりますが、朝夕や日によっては、まだ寒いこともあります。実は、この冷えも血行を悪くするので、肩凝りの一因です。

肩凝り対策には、まずは普段から肩の周囲のストレッチなどをして血行を促し、筋肉を柔らかくしておくことが大切です。肩を上下に動かしたり、腕をぐるぐる回したり、歩くときに肘を軽く曲げて、後方に大きく動かすことも効果的です。

また、肩周囲が冷えない服装も大切です。肌寒いときは、首や肩にストールを羽織ったり、タオルや手拭いを巻いたり、保温に努めましょう。ストレスや睡眠不足も肩凝りにつながることがあります。ゆっくり入浴して温まりながらリラックスしたり、ホッとできる時間をつくることもお忘れなく。



元気のみなもと

隆行さんの元気のみなもとは、2本のポールを使って歩く“ノルディックウォーキング”。酪農ヘルパーとして働かたわら、空いた時間は好きな音楽を聴きながら、自然の中をとにかく歩いています。

始めたきっかけは、娘さんから言われた「お父さん、やせたら？」の一言だったという隆行さん。健康維持のために始めたそうです。「最初は歩くのなんて簡単、と軽く見ていましたが、やってみると意外と歩けなくて、でも、自然の中を自分の足で歩く気持ち良さに、すっかりはまってしまいました」と話します。

今では町内のほか、時間を見つけては白石市や蔵王町の山道を中心に、10キロ前後の道のりを歩いている隆行さん。「ポールを使って歩くことの楽しさは、一度体験してみないと分かりません。この記事を見て興味を持った人は、ぜひチャレンジしてほしいですね！」とにこやかに話してくれました。



七ヶ宿町湯原 ^{はしもと たかゆき}橋本 隆行さん (40歳)

SMILE

ブランコなどの遊具で遊ぶのが大好きな夏稀ちゃん。物作りが得意で、折り紙を折ったり、切り貼りして絵を作るのが上手です。お家ではご飯の準備を進んだり、弟たちに本を読んであげるなど面倒見が良いしっかり者のお姉ちゃん。そんな夏稀ちゃんの将来の夢は、学校の先生になることだそうです。

好きな食べ物は卵焼きと話す大綺くん。外では、野球などボールで遊ぶのが大好き。最近では、幼稚園でコマやけん玉を頑張って練習しています。将来の夢はおまわりさんになることだそうです。

「ご飯が大好き！」と元気に話す樹くん。車のおもちゃで遊ぶのが大好きです。お家にはたくさんのおもちゃがありますが、中でも一番の宝物はサンタさんにももらったショベルカーです。

すぐケンカもするけど仲直りも早い仲良し3兄弟。そんな3人にご両親は、「人の気持ちを思いやれる優しい子になってほしいです」と話してくれました。



角田市島田

佐久間 ^{なつき}夏稀ちゃん (7歳)

大綺くん (5歳)

樹くん (3歳)

お父さん◎秀人さん
お母さん◎早苗さん

白石セルフ給油所よりお知らせ

白石セルフ給油所では、隣接するイエローハット白石店様と軽整備作業に関する業務提携を締結いたしました。

つきましては、**2019年5月1日(水)**より下記の通りとなりますのでお知らせいたします。

●オイル交換、タイヤ販売・タイヤ入れ替え等の軽整備作業

→イエローハット白石店様での受付・軽整備作業(お支払い含む)

●タイヤチェック、エンジンオイル等の安全点検

→当給油所での実施



ご不明な点等ございましたら、お気軽にスタッフまでお声がけください。



お問い合わせ先…(株)ジェイエイ仙南サービス 白石セルフ給油所
電話: 0224-25-0888

仙南管内9市町(柴田、大河原、村田、川崎、蔵王、白石、七ヶ宿、角田、丸森)で生産する数多くの農産物からJAの営農担当者が特にお勧めする旬の食材を料理長が素材を生かして調理いたします。

お祝い Sennan Schinken Factory **仙南産旬の地場産食材キャンペーン**

仙南シンケンファクトリー

歓送迎会・謝恩会プラン

平成31年3月1日(金)~4月30日(火)

「送迎バス」は20名様以上にて、お問合せ下さいませ。
*当日バスの台数に限りがありますので、お早めのご予約をお待ち申し上げます。

プラン1 [8品] <1名様> 4名様より **2,980円**(税込)

- 旬のカルパッチョ
- 生ハムとロメインレタスのサラダ
- 色々なソーセージの盛り合わせ
- クラッカーとスモークチーズ
- フライとポテト
- 豚ロースのポアレ 自家製ソース
- pizza ●本日のデザート

プラン2 [8品] <1名様> 4名様より **3,500円**(税込)

- 刺身の盛り合わせ
- 蒸し鶏と彩り野菜サラダ
- 前菜カモスモーク、スモークチーズ
- 色々なソーセージ盛り合わせ
- フライドポテト
- 若鶏の唐揚げ
- pizza ●本日のデザート

シェフおすすめ **洋食コース** (食事重視)

◆**3,780円**(税込)コース
[オードブル/スープ/メイン/デザート/コーヒー/パン]

◆**5,400円**(税込)コース
[オードブル/お魚/お肉/デザート/コーヒー/パン]

◆**6,480円**(税込)コース
[オードブル/スープ/お魚/お肉/デザート/コーヒー/パン]

追加料理 工場直送のハム&ソーセージ [大皿料理] 3人~5人前

- 工場できたてソーセージ3種盛り合わせ(あらびき+ピリ辛+ハーブソーセージのトリオ) ¥1,800
- 工場できたてハムの盛り合わせ(ベーコン+モモハム+ロースハム) ¥1,800
- 工場できたてソーセージ&ハムの盛り合わせ(ベーコン+モモハム+ロースハム) ¥2,200

本日のデザート 大皿(4人~6人前) ¥2,400

本日のデザート Mサイズ(20cm) ¥1,600 / Lサイズ(27cm) ¥2,300

デザート バニラアイス ¥300 / ストロベリーアイス ¥300

[注]お子様同席の場合も料金は同額扱いとなります。(小学生以上)

●夜のご宴会ご利用につきましては、120分とさせていただきます。

ドイツ製法の本格派地ビール

- ピルスナー ●ヴァイツェン ●スタウト
- ササニシキIPA ●女川ポップペール

※「飲み放題プラン」(地ビール4種・ジュース6種)は1名様90分1,800円でご利用いただけます。

仙南クラブビール5年連続受賞

インターナショナル・ビアカップ ジャーマンスタイル・ベル・ウイット・エル スタイル部門

ヴァイツェン 2018銀賞

2014銀賞 2015金賞 2016銀賞 2017銀賞

※全て消費税込みのお値段です。※写真はすべてイメージです。

レストラン営業時間

- ◆ランチタイム/11:00~14:30(ラストオーダー14:00)
- ◆ナイトタイム/17:00~21:00(ラストオーダー20:30)

ナイトタイムは完全予約制

◆休日/水曜日

◆ショップ/11:00~14:00

お問い合わせ **TEL 0224-61-1150**

仙南シンケンファクトリー
宮城県角田市角田字流197-4 〒981-1505

JAみやぎ仙南ホームページをご覧ください! <http://www.ja-miyagisennan.jp/top/1417.html>

交通のご案内

阿武隈急行をご利用ください

- ◆阿武隈急行線角田駅下車西口徒歩3分
- ◆仙台からR4とR349を経て自動車でも60分
- ◆東北自動車道白石インターからR4を白石方面へ白石からR113を角田方面へ自動車でも30分
- ◆村田インターから大河原町を経て自動車でも30分

JA WEBマイカーローン

インターネット申込限定

変動金利型 **年1.75%** ~1.90%

保証料込 適用期間 2019. 1.04 ▶ 2019. 6.28

【最大引下金利適用条件】以下のいずれかを満たすお客様(新規契約を含む)

- 当JAでのJAカード(クレジット)ご契約者
- 当JAでの5大公共料金(携帯電話含む)の口座振替ご契約者
- 当JAでの給与振込口座のご指定者
- ジェイエイ仙南サービスでの自動車ご購入者

詳しくは JA みやぎ仙南ホームページへ

JA みやぎ仙南 検索

↑このバナーをクリック!

形・色が多彩で楽しみ多いズッキーニ

ズッキーニはカボチャの仲間の「ペポ種」の一つで、つるなしカボチャの別名もあります。他に日本種、西洋種があります。近年消費が急速に伸びて知名度も高まり、今やすっかりおなじみの野菜となりました。主にはキュウリほどの大きさで若取りします。ゴルフボール大のかわいい球形果の品種もあり、バリエーションが豊富です。

種まきの適期は3月下旬からですが、種子は早めに準備しておきましょう。

苗作りは普通のカボチャに準じて、3号のポリ鉢に2粒まきし、本葉出始めの頃間引いて1本立てとし、本葉3～4枚になった頃に畑に植え出します。元肥に堆肥、なたね油かす、化成肥料を施し、畝間130～150cm、株間70cmぐらいに植え付けます。

雌花は短縮した茎に多く付き、開花後の肥大は早いのが特徴です。長形種は20cmぐらいになったら遅れずに収穫しましょう。通常開花後3～6日ぐらいで収穫しましょう。

多湿を嫌うので、畑の排水を良くするために、図のように短い支柱を、つるを挟むように交差させて立て、固定しましょう。

主な品種としては、長形緑色果の「ダイナー」(タキイ種苗)、「グリーントスカ」(サカタのタネ)、黄色果の「オーラム」(タキイ種苗)、「ゴールドトスカ」(サカタのタネ)、卵形果の「グリーン・エッグ」「ゴールドイー」「ブラック・エッグ」(神田育種農場)などがあります。

炒め物、揚げ物、煮物など、さまざまな調理に向くズッキーニ。収穫遅れで大果になり過ぎた場合は、バーベキューにするとおいしくいただけます。

家庭菜園

あなたもチャレンジ!

普通まきの場合
暖かくなってから3号鉢に
直接種をまく



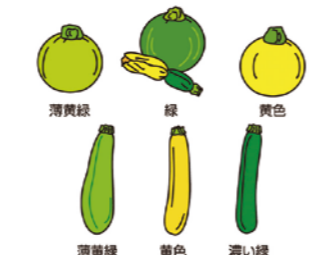
第1回追肥
植え付けの半月後、株の近くの所々に
指先で穴を開け、肥料を施す。
化成肥料 1株当たり大さじ1杯



第2回追肥
収穫始めの頃、フィルムの裾をめくり上げて追肥する。
化成肥料 1株当たり大さじ2杯



風が強い場所ではつるが振り回されないように
短い支柱を交差させて立て固定する



バジル (シソ科メボウキ属)

ハーブという言葉が日本で多く使われるようになったのは、世界各国のレストランが大阪万博(1970年)に出店した頃からです。代表的ハーブのバジルもその頃から普及するようになりました。最もポピュラーなのは光沢のある葉のスイートバジルです。属名や和名のメボウキ(目簾)は、種を目に入れると寒天のような物質が出て目のごみを取り去るからだといわれています。

「イタ飯ブーム」(1990年ころ)の際、葉の緑色がイタリア国旗を象徴していると話題になりました。白色はチーズ、赤色はトマトのマルゲリータピザやカプレーゼサラダなどです。

熱帯アジア原産の多年草のバジルは、日本では越冬できないので一年草として扱われます。発芽適温も生育適温も20～25度ですから、種まきは遅霜の心配がない4月中旬以降です。畑がなくとも、日当たりの良いベランダで栽培できます。

深さ15cm以上のプランターに市販の培養土を入れ、20cm間隔で種を4～5粒ずつまきをします。好光性種子なので覆土はごく薄くし、十分水やりします。本葉2枚の頃に健全な苗を残して1本立てします。追肥は1000倍の液肥を1週間置きに施します。

本葉10枚ぐらいになったら、摘芯して脇芽を伸ばします。摘芯することによって、葉が多く出るようになります。

短日植物なので、7月中旬からシソに似た白い花を付けます。花が咲くと株が老化しやすいので、花穂は早めに摘み取ります。

順次葉を摘み取り収穫します。多めに収穫したときは乾燥や冷凍、ペーストにして保存し、香りを一年中楽しめます。

イタリア語ではバジリコ。ゆでたてのスパゲティに生のバジルの葉を刻んであえればバジリコスパゲティになります。さらにトマトを加えれば緑・白・赤のイタリアンカラーになります。

ベランダでできる キッチンガーデン



わが家のおばあちゃん、88歳になりました。まだまだ元気です。2人のひ孫と大変仲が良く、ほっぺにチューをされて喜んでいる88歳です。(川崎町 岡田さん)

“福は内”これ以上福を望んだら罰が当たるね。82歳まで生きて孫も7人。皆それぞれ大分、神戸、和歌山、東京、宮城と仕事を頑張っています。今、私は息子夫婦と暮らして幸せです。でも、もう少しの人生、このまま元気でいたいですね。(角田市 渡辺さん)

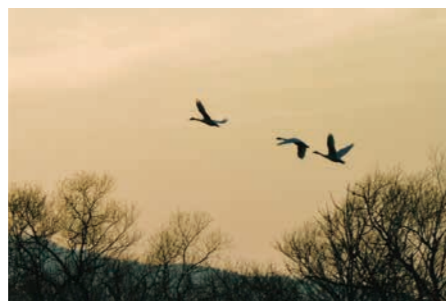
立春とは言い、名ばかりの春。でもこの日がないと本当の春は来ない。家の庭の花や木もその日を待っています。土手のつくしやわらびも、冬の間背中を丸めて暮らしていた私たちシニアにも、新しい年号の暖かい春は希望の春です。平成最後の春を心から待ち望んでいます。(丸森町 伊藤さん)

投稿募集

皆様からお寄せいただきました身近な話題や風景写真、イラストなどをご紹介していきますので、たくさんのご応募をお待ちしております。尚、ご応募いただいた写真は返しできませんのでご了承ください。



広報誌2月号で皆様からいただきましたお便りを抜粋してご紹介させていただきます。



「北帰行は近い」(角田市 齋藤さん)
当地に飛来している白鳥は、徐々に北に帰りはじめます。阿武隈川からエサ場に向かい、北帰行に備える白鳥の姿です。

小・中学生時代は現在の様にゲームもなく、手作りの凧、独楽回し、竹馬など外で遊んだものです。当時は懐かしいなあ。(柴田町 加藤さん)

昭和・平成と各30年生きました。今年新元号であと30年、目標90歳！今年もうまい米づくり、がんばります。(柴田町 加茂さん)

まめまきをうちでも毎年やっていますが、小さい頃にじいちゃんが“鬼は外、福は内、鬼の目玉ぶっつぶせー”と言ってまいてました。(大河原町 齋藤さん)

2月に入り、私の“心のオアシス”である東白石駅前の白石川が騒がしくなっています。それもそのはず、白鳥たち渡り鳥が北帰行の準備に追われています。北帰行を無事に終え、晩秋の11月にまたお会いすることを楽しみにしております。(白石市 今井さん)

応募締切

4月末日まで(当日消印有効)

※ご応募に際して取得した個人情報、賞品の発送、「おたより交流ひろば」でのご紹介にのみ使用させていただきます。

応募方法

62 989-1622
JAみやぎ仙南
宮城県柴田郡柴田町西船迫
一丁目10番3号

- クイズの答え
- 郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号
- 広報誌やJAへのご意見・ご要望、身近な話題などをご記入下さい。

※上記のように官製はがきに必要事項を明記の上、ご応募下さい。

2月号の答え

ご当選おめでとうございます! 応募総数128通
大河原町 小室 邦子さん 蔵王町 佐藤とも子さん
大河原町 松浦 睦子さん 角田市 佐藤 萌美さん
川崎町 岡田 秀子さん 角田市 水野 恵子さん
蔵王町 佐藤千賀子さん 角田市 渡辺紗智子さん
蔵王町 我妻 順子さん 丸森町 伊藤佐津子さん

A B C D
マ メ マ キ

1カ マ ク ラ 20イ
2タ ク 12ム 10ロ マ チ
3ナ ラ ク ジ ゴ
4オ ギ リ チ ヨ コ
5オ ツ ウンカ
6ヒ メ ク リ ジン
7レイ ツ キ ドリ

クロスワードパズル

出題●ニコリ



抽選で10名様にAコープ商品をプレゼント!
クイズに答えてプレゼントをゲット!

二重マスの文字をA~Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

A B C D

ヨコのカギ

- 春の山菜の一つ。スギナの胞子茎です
- 和・——・中の料理が味わえるレストラン
- 絵の具を混ぜ合わせる時に使う板
- 開店祝いに胡蝶——を贈った
- 水が湧き出てくる所
- 奈良県の桜の名所
- あまり飾り気がありません
- 北海道で生まれた馬や人をこう呼びます
- 火のない所に——は立たぬ
- 米寿は数え年88歳のお祝い、——は77歳のお祝い
- 「！」は感嘆符、「？」は——符
- はさみを振りつつ横歩き
- 一、十、百、千、——

タテのカギ

- お酒にのまれている人
- 先祖の冥福を祈り、追善——を行った
- 眼鏡のフレームにはめます
- 両手と両足のこと
- 彼は質問に——なく答えた
- 首の前部にある出っ張り
- 牧場の周りによく立てられています
- 踏むことでよく育つ穀物
- 楽しいとすぐに過ぎてしまいます
- 阿寒湖の物は特別天然記念物
- 一角獣とも呼ばれる想像上の生き物

営農情報

米穀

担当者 安斎 幸一



お問合せ先
●米穀課/TEL.0224-55-1590

2019年産水稻

~ハウス育苗のポイント~

	育苗器使用 加温する場合	加温しない場合 (ハウスに平並べ)
出芽	育苗器の温度は、28~30℃ (48時間が目安) 30℃を超えると苗立枯細菌病菌等が発生しやすくなるので注意。	播種後、育苗箱をハウスに並べ、保温資材を掛ける。隙間がないように周囲を押さえる。 シルバーポリトウ ラブシートまたはミラーシート
	芽が1cm程度出たらハウスに並べる。	ハウス内の温度が30℃を超える場合は換気をする。
緑化	適度な遮光性と通気性のある資材(ラブシート等)を2~3日かける。 ◆ハウス内の目標温度◆ 昼間 20~25℃ 夜間 10~15℃ ◎1回目のかん水は緑化後が望ましい。 播種時にタチガレン液剤を使用しなかった場合、1回目のかん水時に使用。(500倍液 500ml/箱) こだわり米は1回のみ使用! ◎5℃以下の低温が予想される場合は保温を徹底する。	第2葉が出始めたところに、保温資材を外す。その後、低温時以外は外したまま。
硬化	◆ハウス内の目標温度◆ 昼間 15~20℃ 夜間 10℃程度 ◎かん水は、午前中の早い時間にゆっくりたっぷり行なう。 ◎田植えの5~7日前頃から、ハウスを開放し、外気に慣らす。(低温時除く)	

プール育苗の留意点

- ◎播種~緑化期までは、従来の育苗方法と同じ管理。
- ◎緑化終了後の1回目のかん水時にプールへ入水。(1回目のかん水は、床土の高さまで)
- ◎2回目以降のかん水は、箱下に水がなくなる部分が現れたら、苗の草丈の半分程度まで。
- ◎**プール育苗は草丈が伸びやすい**ので、水を入れ始めたら、原則として昼夜ともにハウス側面を開放する。(霜や低温注意報が出された場合を除く)
- ◎田植えの前日頃にプールの水を排水しておく、育苗の運搬作業が楽になる。



【全体運】 周りへの気配りを発揮することで、運が上向き。余暇はオペラやミュージカルを見に行くと、良い刺激に

【健康運】 消化の良い食材が体調を上向かせる鍵に 【幸運を呼ぶ食べ物】 ミツバ



【全体運】 コミュニケーション運が上々。初対面の相手ともフランクに話すことで、耳寄りな情報が。ネット検索にもつき

【健康運】 体を動かせば、より快調に過ごせます 【幸運を呼ぶ食べ物】 ゼンマイ



各あぐりハウス及びグリーンセンター

4月の休業日・営業時間のお知らせ

あぐり柴田・村田・白石・蔵王・丸森						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

休業日

あぐり川崎						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

休業日



グリーンセンター						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

休業日 棚卸休業日

4月 営業時間	
各あぐりハウス	午前8:30~17:00
グリーンセンター	午前8:30~18:00

ゴールデンウィーク期間中の ATM稼働日及び稼働時間のお知らせ

◆稼働日:4月27日(土)~5月6日(月)◆

◆稼働時間:9:00~17:00◆

尚、コンビニATMもご利用可能ですが、手数料が発生致します。

※各支店の金融・共済窓口業務は、4月26日(金)まで営業致します。

※5月7日(火)より通常窓口業務となります。

