

# まるえびより

TAKE FREE

ご自由におとりください

DEC.2022

Vol.283

12



特集

五風十雨の情熱  
麦への情熱

## 今月の表紙

えひめ中央ひなたCAFEでは、管内で栽培された「安全・安心・新鮮」な果物を使用した季節のスイーツが並びます。

素材や作り方にこだわったパティシエが手掛けるオリジナルクリスマスケーキの予約を12月4日まで受け付けています。一つひとつ丁寧に仕上げているので、数に限りがございますが、上質な味を大切な方とお楽しみください。詳しくはP20（冊子裏面）をご覧ください。

笑顔の花を地域いっばいに

# まるえびより

2022. DEC. 12

特集

## 10 五風十雨 ～麦への情熱～

- 03 免疫力アップ野菜
- 04 地域の話題ネットワーク
- 06 愛媛を愛しています
- 08 春夏秋冬おいしい暮らし
- 12 12月の農作業
- 14 土とふれあう時間
- 16 おしらせ情報
- 17 コラムページ
- 18 お便り文通コーナー・電話番号早見表
- 19 クロスワード・新人サンのちょこっと自慢

レベル2

難易度 ★★

先月の  
かくれ先

### まるえちゃんを探せ!!

広報誌のどこかに、  
JAえひめ中央キャラクターの  
「まるえちゃん」が  
隠れているよ!  
裏表紙の「まるえちゃん」は  
この企画のものではありません。



9ページ



∩ FOLLOW ME ∩

JAえひめ中央インスタグラムやってます



←ネームタグ  
ユーザーネーム:maruhina\_gram  
名前:JAえひめ中央  
(えひめ中央農業協同組合)【公式】

JAえひめ中央Instagramでは、ページ右横の写真などを投稿中!Instagramの人物検索から上記アカウントを検索していただくか、ネームタグをInstagram上でスキャンしていただくことでアカウントをフォローすることができます。

訂正

2022年11月号の特集「栗をもっとじっくり知ろう」(P.10)で「栗の甘露煮を作ろう」は「栗の渋皮煮を作ろう」の誤りでした。  
甘露煮: 渋皮を取って甘く煮た栗  
渋皮煮: 渋皮がついたまま甘く煮た栗



# 野菜で免疫力アップ!

7

体を整える今月の野菜

まだ寒い時期に、地面からポツと顔を出す「ふきのとう」。ほろ苦さが特徴です。抗酸化作用の高いビタミンEのほか、ビタミンK、食物繊維が豊富。苦味成分には、新陳代謝を活発化させる働きがあり、特有の

香りが食欲を増進させます。天ぷらや味噌汁、和え物で楽しむのがおすすめです。葉が開いておらず、ふっくら柔らかく締まっているものを選びましょう。アクが強いので食べ過ぎには注意が必要です。



「太陽市」には、山あり島あり平野ありの広い管内から毎日新鮮な農産物が届きます。旬の野菜をおいしく食べて免疫力を上げましょう。

# ふきのとう

天候等の影響により、店頭にない場合があります。予めご了承ください。

### 秋の山で栗をいっぱい拾ったよ

小学生の親子を対象に伊予市中山町の栗園地で10月1日、**栗拾い体験イベント**を行いました。愛媛県内の小学生親子6組17人が参加。同JA中山支部くり部会長、三ツ井守恵氏の約265㍏の栗園地で、竹の棒で叩き落としたイガ栗から、子どもたちがイガを両足で踏んで果実を慎重に取り出し、**袋いっぱい**に収穫。クイズを通じて栗の歴史なども楽しく学びました。



### 小丸葉でかわいらしいグニーユカリ

9月上旬から開始された「**グニーユカリ**」の出荷が順調です。松山市の「まつやま農林水産物ブランド」の認定を受けており、**生け花や花束等のアレンジで大人気**。河本和憲氏の約8㍏の畑では、1株に1本の支柱を立て、風への対策をしっかりと行っています。管内では、81人の農家が栽培。関東や関西、北海道等の市場を中心に、5月頃までに約98万本を出荷する見込みです。



### JA職員が特殊詐欺被害を防止

重信支所の田久保充政支所長と鈴鹿明子さんは10月7日、**特殊詐欺被害を未然に防止**したとして、松山南警察署の松浦信也署長から**感謝状を授与**されました。9月に「定期貯金を解約したい」と訪れた70代女性の言葉等から詐欺被害を見抜き、顧客の身の安全と相談先として警察に速報し、被害を未然に防ぎました。



### 准組合員モニター学習会2回目

10月15日、**准組合員モニター制度**の2回目の活動となる「**野菜のつどい**」を「みなとまち まってる」で開きました。今回は、7人のモニターが参加し、**野菜に関する知識を深める**ことを目的として、JA女性部中山ブロックの椽木勝子氏を講師に漬け物作りの他、野菜学習会やカブのプランター野菜栽培講座等を行いました。



# あ、あんた

実りの秋

## 季節のイベント開催

稲刈り



9/21

砥部小学校5年生54人 & 青壮年部砥部支部

大運動会



9/22

デイサービスセンター サンケア潮見

農林水産参観デー



10/12

野菜苗の販売 北条育苗センター

稲刈り



10/13

生石小学校5年生170人 & 生石支部・支所

稲刈り



10/18

北山崎小学校5年生46人 & 青壮年部伊予支部

芋ほり



10/21

小田小学校1・2年生等21人 & 寺村自治会、南部営農支援センター小田分室

みかん出張授業



10/24

味酒小学校3年生108人 & 果樹課

稲刈り



10/24

麻生小学校5年生64人 & 東部営農支援センター

芋ほり



10/25

伊予小学校4年66人、青壮年南伊予支部

みかん出張授業



10/25

新玉小学校3年生89人 & 営農・販売加工部

稲刈り



10/27

伊予小学校5年生70人 & 青壮年南伊予支部

みかん収穫



10/27

愛大附属幼稚園38人 & 麻生支部

## 令和4年度 愛媛県園芸大会 園芸功労者表彰

おめでとうございます！

表彰名	氏名
愛媛県農産園芸功労知事表彰	松永 盛行
〃	八木 勝幸
果樹産業振興桐野基金果樹産業功労者表彰	宇津 悦男
〃	武智 眞一
〃	雲出 豊
果樹産業振興全農愛媛県本部長表彰	向井 祐一
〃	東 貴之

10月12日、ANAクラウンプラザホテル松山で「未来につなげよう 信頼と実績の愛媛みかん!!」をテーマに愛媛県とJA全農えひめ、愛媛県果樹同志会による愛媛県園芸大会が開催されました。会場には果樹生産者や関係者ら約220人が出席。園芸功労者表彰では、管内の生産者7人が受賞を受けました。





女性部イチオシの伝統食をご紹介します！



## 愛媛を伝える

JAえひめ中央女性部 三内ブロック

左から 宇和川 浩栄さん

菅野 美恵子さん 部長

角谷 和恵さん 副部長

八木 臣子さん



東温市三内地区の農家では、昔から「おはぎ」が田植えや稲刈りの時のおやつとして、また地域の行事などで作られてきました。地元で収穫したもち米と米、小豆を使って作る「おはぎ」は、甘くておいしいおやつです。各家庭で作られるおはぎは、家族の笑顔や地域行事の思い出でもあります。どこか「なつかしさとやさしさを感じる味」は、今も地域の行事とともに、受け継がれています。

JA女性部三内ブロックでは、リーダー研修でAコープ商品研修や味噌・麴づくりなどを実施。多くの部員が集う研修は、情報交換の場になっています。

おいしい！

## しています

VOL.30

## 愛媛を食べる

### おはぎ



#### 【材料】(15~16個分)

##### <あんこ>

小豆 . . . . . 300g  
砂糖 . . . . . 300g  
塩 . . . . . 少々

##### <もち米おはぎ>

もち米 . . . . . 2合  
うるち米 . . . . . 1合  
きなこ/青のり/ごま . . お好みで

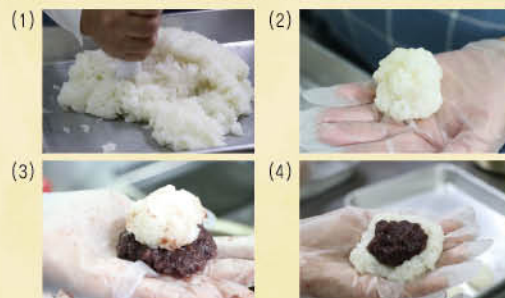


#### 【作り方】(あんこ)

- ①あく抜きのため、たっぷりの湯を沸かした鍋に小豆を入れて中火で10分ほど煮る。沸騰したらザルにあげて湯を切り、水洗いする。(2~3回繰り返す)
- ②たっぷり(小豆の4~5倍)の水で①の小豆を強火で煮始める。
- ③沸騰したら、弱火にしてあくをこまめに取りながら、小豆が柔らかくなるまで煮る。(小豆が煮汁から出ていると固く煮あがるので、煮汁から出ないように差し水をする)
- ④小豆の芯まで柔らかく煮上がったザルに上げ、湯を捨てる。
- ⑤砂糖を3回に分けて加え弱火で煮る。
- ⑥好みの固さまで水分が飛んだら、仕上げに塩を少々入れて味を調える。
- ⑦冷めたらあんこおはぎ用に50g、きなこおはぎ用に30gの団子をつくる。

#### 【作り方】(もち米おはぎ)

- (1)もち米とうるち米を炊飯器で炊き、半潰しにする。
- (2)あんこおはぎ用に30g、きなこおはぎ用に50gずつに丸める。
- (3)⑦のあんこ(50g)を広げ、(2)の丸めたもち米ごはん(30g)を乗せて包む。
- (4)②のもち米ごはん(50g)を広げ、⑦の丸めたあんこ(30g)を乗せて包み、きなこ(青のり・ごま)をまぶす。



Good!!

# 愛媛で学ぶ



愛媛県立農業大学校  
畜産コース  
松下彩香さん(20)

農	業	を	＊
学	ぶ	学	生

朝が早い酪農は体力勝負！1日に朝と夕の2回、搾乳します



「畜産の仕事に就きたい」と意識高く、自分の考えをしっかり持って夢に向かって突き進む松下さん。北海道の農業高校を舞台とした漫画「銀の匙」に影響を受け、農業高校への進学を決めました。行動力のある性格から、座学だけでなく、実践も交えながら勉強する農業大学校への進学をお母さまも全力で応援してくれました。現在、畜産コースの学生は、松下さん一人。「マンツーマンで学べるのが良い。牛舎で実習を重ねるため、就職した時、即、仕事に活かせる」とメリットを話します。現在、松下さんは酪農を専攻していて、実習の時は、西予市野村町にある畜産分校(畜産研究センター)へ行きます。「牛は体の大きさに反して繊細。気を遣って作業してあげないと搾乳の量が変わる。実践から学んで、おもしろいと感じている」と、キラキラとしたまなざしで話す松下さんに引き込まれます。就職も決まり、「北海道で働きたい」と話す松下さんの夢の実現はすぐにそこにあります。



# 愛媛を愛

いつもの空間が変わる,

花	と	人
暮	ら	す

# 愛媛を愛でる

000  
KOME

## サツマスギ(薩摩杉)




「太陽市」花卉花木  
コーナーで購入可  
10月～1月頃

- 高木の常緑針葉樹
- 清涼感のある香りとボリュームのある柔らかい葉
- クリスマスシーズンにアレンジやリース等で人気

リース用のツルに、麻ひもやワイヤーで巻き付けていきます。自分だけのオリジナルリースを作ってください。

「太陽市」と「みなとまち まってる」で  
**春夏秋冬おいしい暮らし**

VOL. 37 

今月の旬食材

**ぎんなん**

【こだわり】

農家だった両親から受け継いで農業をしています。太陽市に出荷を始めて10年以上。棚に出荷物を並べているとお客さんから「待ってたんです」と購入していただくことがあります。やりがいを感じ、とてもうれいです。出荷する農産物は山岡部で栽培しているため、寒暖差が大きく、おいしく仕上がっていますよ。

【その他の出荷物】

・あたご柿、横野柿、南柑20号（温州みかん）など



太陽市ぎんなん出荷者  
松山市

たかはし かんじ  
高橋 完治さん(61)  
由美さんの名前で出荷中



【特徴】

- ・他の木の実類に比べて糖質が多く、速効性の高いエネルギー源になります。
- ・感染症を予防する働きをもつカロテンが多く含まれます。
- ・大量に食べるとまれに食中毒を起こすことがあるので注意しましょう。

【鮮度の見分け方】

- ・殻の表面がよく乾いているもの
- ・殻の色が白く、なめらかなもの
- ・振ってみて音がしないもの

簡単レシピ



**ぎんなん入り  
炊き込みご飯**

旬の食材をたっぷりと入れた贅沢炊き込みご飯

【作り方】

- ①米は炊く30分前に洗ってザルに上げておく。マイタケとシメジは石づきを切り落とし、ほぐす。ニンジン皮をむき、厚さ3mmのいちょう切りにする。油揚げは油抜きをし、長さ2cmの細切りにする。とうろく豆は軸を切り落とし、さっと茹でて小口切りにする。
- ②炊飯器に米とAを入れて全体を軽く混ぜ、①のマイタケ、シメジ、ニンジン、油揚げ、ぎんなんを入れて炊飯し、炊き上がったら①のとうろく豆を加えて全体を混ぜる。

【材料】〈4人分〉

米……………2カップ  
 マイタケ……………1/2パック  
 シメジ……………1/2パック  
 ニンジン……………1/3本  
 油揚げ……………1/2枚  
 とうろく豆……………6本  
 ぎんなん……………50g

A……………  
 だし汁……………2カップ  
 薄口しょうゆ……………大さじ1  
 みりん……………大さじ1  
 酒……………大さじ1  
 塩……………少々





甘党広報スタッフの心を掴んだ

絶品スイーツ

## 今日のおやつドッキリ

エントリーNO.30

いちじくとラズベリーの  
スムージー

410円(10%税込)



### 作り手のこだわり

管内産のイチジクを使用し、甘酸っぱいラズベリーをアクセントに加えました。

イチジクにはカリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄などのミネラルが豊富。おいしくて体に良いスムージーはお子さんともシェアできますね♪

Break

### ココで買える

えひめ中央ひなたCAFE

住所：松山市湊町8丁目120番地1

営業時間：8:00～18:00

定休日：月曜日(祝日除く)

駐車場：有

店内飲食：可 持ち帰り：可

えひめ中央おひさま食堂

## 今日の昼飯



ナスと里いものピリ辛炒め  
300円(税込)

今が旬のねっとりほっくりした里いもと、とろけるナスに、そぼろ肉とピリ辛のあんがからんで大満足。白ごはんがとまらなくなります。

## KITCHEN STUDIO VOL.34

12月のテーマ「レストラン気分でハッピークリスマス」



12月7日(水)  
10:00～13:00

\*にんじんケーキ  
\*ポークのリンゴ煮  
\*あめ色オニオン  
グラタンスープ

●参加費 3,000円 ●講師 荒谷栄養士



12月18日(日)  
10:00～13:00

\*サーモンに包まれたズワイ蟹  
\*魚介のスープ～コートダジュール～  
\*牛ロース肉のソテー  
～太陽市野菜とのハーモニー～

●参加費 3,000円 ●講師 山田シェフ

	営業時間	店舗情報
太陽市	8:30～19:00	松山市湊町8丁目120番地1 (JR松山駅から南へ500m) TEL:089-913-7707
食堂	10:00～15:00	
CAFE	8:00～18:00	

食堂とCAFEの定休日については「みなとまち まってる」店頭、ホームページ、インスタグラムにて随時お知らせいたします。

地域を支える農業者

こふうじゅう

第23回

# 五風十雨

～麦への情熱～

伊予市

筒井 治雄さん(60)

栽培品目

はだか麦90%を中心に水稻50%、  
伊予ナス17%、キュウリやトマトなど

## 農業は時間との勝負！ 「とにかく勢いよ」

伊予市南伊予地区で38年間農業を営み地域農業を支えている筒井治雄さん。明るく前向きな人柄で、熱心に高品質なはだか麦の栽培に取り組んでおり、青壮年南伊予支部の一員としても活躍しています。

「父から引継いだ農地を荒らすわけにはいかない」と、サラリーマンを経験した後、農業の道へ進みました。現在は妻の美幸さん、兄の照久さんとともに、農業を経営。「農業が続けられるのは一人ではなく、家族や地域みんながいるから」と話します。

夏には稲、冬にははだか麦を栽培する二毛作を行っています。はだか麦は湿害に弱いため、排水性を高めるため、畝を一定区画ごとに立てるなど、徹底した湿害対策を実施。適正な時期に適正な量の播種、施肥などの栽培管理徹底による、収量の向上と品質の良さから、令和3年度全国麦作共励会表彰の「全国農業協同組合連合会会長賞（農家の部）」をめぐり受賞されました。「熱心な営農技術員のおかげ」と誇りかえります。

農業は時間との勝負。「とにかく勢いよ」と、日焼けした肌が輝く笑顔で話します。はだか麦の収穫時期は品質に関わるため、天候に大きく左右されます。5月下旬から6月上旬、はだか麦の収穫後に田植えの準備を行います。伊予ナスの栽培とも重なり、1年の中でも最も忙しい時期です。「JAのカントリーエレベーターにはだか麦の乾燥から出荷までを委託しているから栽培と収穫に専念できる」と話します。



稲刈り後の広い田。これから麦栽培の準備です



広い畑や田で大活躍のトラクター。子どもたちにも大人気



令和3年度全国麦作共励会表彰「全国農業協同組合連合会会長賞（農家の部）」を受賞

これからの地域農業

地域の高齢化による耕作放棄地の増加と人手不足は「待ったなし」の深刻な状況。「個人で対応できる範囲は超えており、行政やJAと共に連携して対策を講じていかなければならない」と危機感を抱いています。

青壮年南伊予支部の活動に長年貢献しており、地域の小・中学生との稲刈りや芋ほり体験などの食農教育も実施。「最近では、若い世代の部員が活躍してくれているのが嬉しい」と話します。

筒井さんは、JA農作業サポートセンター無料職業紹介所の、農家と農作業アルバイト希望者をマッチングする制度を利用しており、「大変助かっている。深刻な人手不足解消のため、今後も積極的に取り組んでほしい」とJAに期待しています。

旬野菜と一緒に



はだか麦を食べよう!

愛媛県×JA全農えひめ×ハウス食品(株)

ごろっと伊予美人のあったかシチューONぷちぷち麦ライス

材料 5皿分

ハウスシチューミクス<クリーム> 180g 1/2箱(90g)  
 鶏肉(もも)(媛っこ地鶏) 1枚(250g)  
 サトイモ(伊予美人) 5個(250g)  
 タマネギ 中1個(200g)  
 ニンジン 中1/2本(100g)  
 ブロッコリー 1/2本(125g)  
 サラダ油 大さじ1  
 水 700ml

GABANローリエ (アメリカ産)<ホール袋> 1枚  
 牛乳 150ml

はだか麦入りターメリックライス  
 米 3合  
 はだか麦 大さじ3弱  
 GABANターメリック<パウダー> 小さじ3/4  
 塩 小さじ1/3  
 バター 10g

作り方

- (1)<はだか麦入りターメリックライスを炊く> 米とはだか麦を合わせて洗い、通常よりやや多めの水加減に合わせ、浸水させる。ターメリック、塩を加え、軽くかき混ぜてバターをのせて炊く。
- (2)鶏肉、サトイモ、タマネギは一口大に切る。ニンジンはよく洗い皮つきのまま一口大に切る。ブロッコリーは小房に分け、芯の部分は1cm角に切り、茹でる。
- (3)厚手の鍋にサラダ油を熱し、(2)の鶏肉、サトイモ、タマネギ、ニンジンを入れて焦がさないように炒める。
- (4)水を加え、沸騰したらあくを取り、半分に折ったローリエを入れ、具材が柔らかくなるまで弱火〜中央約15分煮込む。
- (5)いったん火を止め、ローリエを取り出し、シチューミクスを少しずつ振り入れて溶かし、再び弱火で時々かき混ぜながらとろみがつくまで約5分煮込む。
- (6)牛乳を加えてさらに約5分煮込み、(2)のブロッコリーを加えてひと煮立ちさせる。



ハウス食品(株)担当者オススメ!



## ● 中晩柑類

ポイント

貯蔵に際しては腐敗の発生を抑え品質向上を図るために、品種ごとに適する温湿度条件を維持することが重要です。果実の品質を落とさないよう、それぞれの品種に合った採収や予措、貯蔵管理を行って下さい。

### ● 不知火

・採収時期は1月中旬から2月上旬です。十分に糖度をのせて採収を行います。

・予措期間は30日〜40日程度で、5%ほど果実重量が減るのが目安です。温度は10度以上になるとコハン症、ヘタ枯れの発生が多くなるので注意して下さい。

### ● 甘平

・採収時期は1月中旬から2月上旬です。十分に糖度をのせて採収を行い、早採りは行わないようにしましょう。

・未完全着色果（果梗部周りの薄い緑）は着色管理を目的とした予措を行います。その際、予措温度は13度までとし、こまめに換気を行います。また、ビニールやストープを使った蒸込みは行わないで下さい。

※品種ごとの詳細は令和4年産露地中晩柑類の採収と貯蔵を参照して下さい。

〔南部〕 仲田 海音

## 今月の必須作業

## 営農技術

# 12月の農作業

### ● アスパラガス

収穫後の管理

#### ● 葉刈取り

・養分の蓄積が行われるため、8〜9割黄化した時に刈取りを行います。  
・できるだけ地際部近くで刈取ります。残茎は病害虫の越冬場所になるので、圃場外に持ち出し、適正に処理しましょう。

#### ● 培土戻し

・茎葉を処理した後は、株元の培土を畦間に戻して、中耕を行います。

#### ● 追肥

・培土戻し時に冬肥①【栽培指針参照】を施します。  
・冬肥①を施用後、除草剤散布を行います。【防除指針参照】

#### ● 冬肥②

・土壌消毒を兼ねて、石灰窒素（粒）10kg当たり30〜40gを畦上に施用し、その後は十分に灌水を行います。

〔北部〕 森野 尊仁

### ● 施設ナス

#### ● 定植

・植え穴に初期の害虫防除のためアルバリン粒剤を1株当たり2g<sup>※</sup>施用し、よく混和します。  
・定植苗は開花直前を使用し、鉢の上部（約5分の1）が畦上に出るように浅植えにします。

・定植後は直ちに仮支柱を立て、苗が倒れないよう





## ● 玉葱

### ● 採苗

- ・ 植付ける苗には根が多く付いている方が良く、採苗前日に苗床へたつぷり灌水し、根を多く付けて苗をとります。
- ・ 植付けまで苗を乾かさないうよう取り扱いましょう。

### ● 植付け方法

- ・ 植付けは縦植えとし、畦幅12センチ、条間20センチ（中央部は28センチ）の4条植えとします。
- ・ 株間は以下の通りとします。
- ・ 「もみじ」（3号と輝）10センチ
- ・ 「七宝早生7号、ソニック、くれない」11センチ
- ・ 「ターザン」12センチ
- ・ 植付けの深さは15〜3センチとし、乾燥時はやや深植えとします。

### ● 定植後の管理

- ・ 定植時に乾燥がひどい場合は、植付け後は灌水を行い、活着を促しましょう。

### ● 追肥

- ・ 追肥が遅くなると、チッソ切れを起こし抽苔が多くなる傾向があるため、一回目の追肥は、品種にもよりますが、12月〜1月に施します。

※品種による追肥時期は栽培指針をご参照ください。

〔北部〕 森野 尊仁

### ● 定植後の温度管理

- ・ に固定し、活着するまでは手灌水を行いましょう。
- ・ 定植直後はやや高めの温度（16〜18度）で管理し、活着後、徐々に下げましょう（最低温度12度は確保します）。

〔東部〕 大本 祐輔

## ● 麦

### ● 排水溝の設置

- ・ 発芽不良や根腐れを防止するため、播種直後から、水が圃場外へ排水されるよう3メートル間隔で排水溝を設置します。

### ● 追肥

- ・ 暖冬年は生育が進み肥切れを起こしやすいため、早めに追肥を施用します。ただし、多量の施肥は、倒伏の恐れがあるので注意しましょう。

〔東部〕 西田 仁志

## ● 水稻

### ● 土づくり

- 有機物の施用
  - ・ 年内に稲ワラの還元、または堆肥を10㏎当たり1トン程度施用します。
- 土壌改良剤の施用
  - ・ 鉄強化美土里を10㏎当たり60㏎。または珪酸苦土鉄を10㏎当たり100㏎施用します。

〔東部〕 西田 仁志





# 土とふれあう 時間

## 菜園の冬越し いろいろな工夫で長く収穫を楽しむ

寒さに向かい、冬野菜の収穫や越冬させる野菜の防寒対策など、大切な作業が控えています。冬の晴夜には地面や野菜から熱が奪われ、急激に温度が下がります。これを放射冷却といい、寒害を起こすことがあります。

### 被覆資材で防寒

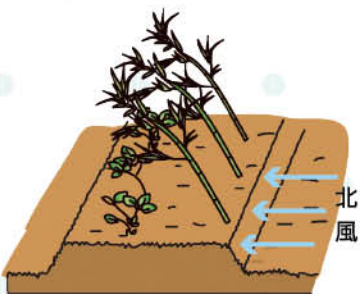
トンネルや不織布のべた掛けは、防寒効果が高いので、上手に使いましょう。ただし、トンネルの密閉は日中に気温が上がリ、軟弱に育ってかえって耐寒性を低下させます。穴開きフィルムの利用や裾を少し開けておいても防寒効果があります。



穴開きフィルムのトンネル

### 身近な材料を使う

北風を防ぐだけで、野菜周辺の気温を高める効果があります。畝を東西方向に作り、畝の北側は10センチ程度に土を盛ると良いでしょう。ササタケを畝の北側に野菜を覆うように斜めに立てる方法は、先人の知恵です。



ササタケを畝の北側に斜めに立てる

## 土寄せなどの工夫

ダイコン、カブ、ニンジンなどは、地上に出ている肩に土寄せして寒害を防ぎます。ハクサイやカリフラワーは、外葉の葉を内側に縛って包みます。イチゴ、エンドウは株元に落ち葉や刈り草を敷いて防寒します。



ハクサイとカリフラワーは外葉を縛っておく

## 保存・貯蔵

キャベツ、ハクサイを畑や庭で保存するには、株をぴったりに並べ、わらや落ち葉で覆い、その上にむしろを掛けておきます。雪の多い地方では、ビニールなどで屋根掛けします。ダイコン、ニンジンなどは葉を切り落とし、深さ30センチくらいに埋け込みます。

サトイモ、サツマイモは、排水の良い所に深さ50〜60センチの穴を掘り、サトイモでは子芋、孫芋を崩さないように

逆さに埋け、サツマイモは芋づるを付けた

まま埋けて、30センチくらいに盛り土して、

上をシートで雨よけします。なお、

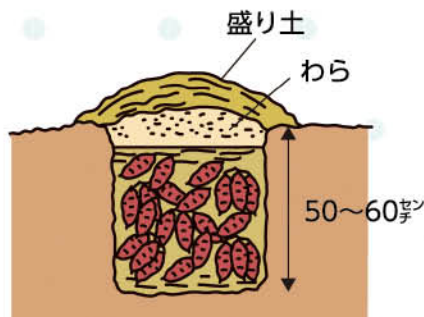
温暖地では、芋類は発泡スチロールの

トロ箱に入れ、冬の利用に備えます。

また、サトイモは畑から掘り上げなくても、

土を厚く掛けておけば、十分冬越しできる

こともあります。



サトイモ、サツマイモ

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。





書くこと・読むこと・考えること  
コラムページ

JA 役員 の

想いとコトバ

「もったいない」の精神

「お・も・て・な・し」という言葉で日本が活気づきました。コロナ禍や世界情勢の不安定な今、次の言葉は「もったいない」ではないでしょうか。「もったいない」とは、仏教用語に由来する言葉であり、「モノの形が残っている限りは最後まで使いつくすことを大切にしよう」という精神から生まれたとされています。肥料や資材が高騰している今、「もったいない」の精神でこの難局を乗り越えましょう。

経営管理委員 宮内 祥二郎



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS × JAえひめ中央

JAえひめ中央が取り組んでいるSDGs(持続可能な開発目標)の事例をご紹介します。



直販所「太陽市」は、松山市の中心部で、広い管内の生産者が収穫した新鮮な農産物を提供しています。加工品や少量多品目の商品も取扱うことより、市民の台所的な存在として、「地産地消」「国消国産」を推進しています。

2 気候変動に

11 住み続けられるまちづくりを

12 つくる責任と消費責任



地域の方と一緒に

毎月第1、3木曜日に直販所「太陽市」や「おひさま食堂」、「ひなたCAFÉ」に訪れる親子連れを対象に、地域に向けた子育て支援として「おひさまひろば」を開催しています。

おひさま保育園の保育士が手遊びや絵本の読み聞かせ、簡単なゲームを用意し、当園の子どもたちと一緒に楽しめます。参加者には、まだ園に通っていない子が多く、同年齢の子どもたちとの関わりはとても興味があるようです。お母さんたちと子育てのお話をすることもあります。子育てをしていると不安なこともある一方で、年齢による発達の様子を、当園の子どものエピソードを添えてお伝えすると、とても喜んでいただきます。

認知度も少しずつ上がっており、リピートして来てくださる方もいます。始まったばかりの小さな取り組みですが、今後も「子どもを大切に育てたい」という思いを保育園の保護者はもちろん、地域の皆さんとも共有していきたいです。



JAえひめ中央おひさま保育園  
松山市湊町8丁目120-1  
TEL089-9433-2120  
園長 西田 紀子

やさしさと 愛  
こころのふれ

どこからともなく流れてくるキンモクセイの花の香りに、秋の訪れを感じているサンケア潮見の幸地です。

サンケア潮見では季節ごとにスタッフがアイデアを出し、ご利用者様に手芸を楽しんでいただいています。現在は来年の干支、ウサギのお正月飾りを作成しています。このお正月飾りは生地がちりめんを使い、中にキルト綿を入れて立体感を出し、豪華に見えるように工夫しています。

ご利用者様は良い作品を作ろうと集中して手先を動かす、作業に没頭しています。良いお正月が迎えられるようにとの思いが込められた作品は、完成後自宅に飾られる予定です。作品を通じてご利用者様とご家族様と談笑できることをスタッフ一同、今から楽しみにしています。

サンケア潮見では、随時一日体験利用および、見学を受け付けています。『やさしさとこころのふれ愛』を大切にスタッフ一同、お待ちしております。



サンケア潮見  
Tel.089-911-8028  
松山市平田町246-1  
幸地 久弥

## プレゼント 応募方法

# 毎月5名様に1,000円分の 商品券プレゼント

※当選者は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。  
※商品券は、太陽市とみなとまち まってる(食堂・CAFE)で利用可能です。

### クロスワード の場合

- ①クロスワードのこたえ
- ②本誌に対するご意見・ご感想、身近な話題



- ①写真に対するコメント(30文字以内)
- ②ペンネーム

### 写真投稿 の場合



- ③郵便番号、住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥電話番号

①～⑥をご記入のうえ、郵便ハガキ・電子メール・封書のいずれかでご応募ください。

締め切りは  
**12月15日**  
(当日消印有効)

#### 郵便ハガキ

切手	7900011
総合企画室企画課行	JAえひめ中央 128番地1
	松山市千舟町8丁目

#### メールアドレス

**main@ja-e-chuo.or.jp**

件名に「お便りコーナーへの写真応募」  
「クロスワード応募」とお書きください。  
※応募いただいた写真は返却できません。  
※応募された方の情報は、他の目的で  
利用されることが一切ございません。



↑クロスワード・お便り  
コーナーへの応募は  
こちらからどうぞ

## 電話番号早見表

### 本所

代表電話  
089-943-2121

旅行センター  
089-943-3640

農作業サポートセンター  
無料職業紹介所  
089-932-0215

### 福祉施設

居宅介護支援  
訪問介護事業所  
089-943-2466

もものさと  
089-983-0011

サンケア潮見  
089-911-8028

サンケア坂本  
089-960-8012

### 葬祭(24時間受付)

ルミエール伊予  
089-983-5227

ルミエール東温  
089-955-5678

ルミエール城南  
089-905-1040

夕焼けに黄昏ている猫  
ペンネーム：ハナ



お返事

美しいですね。引き込まれます。



子だくさんの栗です。  
ペンネーム：小田Nさん

お返事

ベタな表現ですが…  
これは「びっくり！」

10月号のご感想や素敵な  
お写真をお便り文通  
コーナーへご紹介

## 2022 JA EHIME 農機BIGFAIR

新規就農者・担い手農家向け機械多数展示!

**12月9日(金)  
~10日(土)**

9日(金)/09:00~16:00  
10日(土)/09:00~15:00

会場: アイテムえひめ

土曜の無料開場 (当日の土曜日を10時持参)	分折コーナー (米米200g 米穀(お米) 100g)	米の無料食味 (お一人様2回まで)	営業情報コーナー
お一人様50円(先着50名)	お一人様2回まで		セルフメンテナンスコーナー
			お買得商品コーナー
			小物特価商品即売

新型コロナウイルスの感染状況により、開催内容の変更や開催を中止する場合がありますのであらかじめお近くのJA農機センターにお問い合わせください。

# 頭のたいそう クロスワード

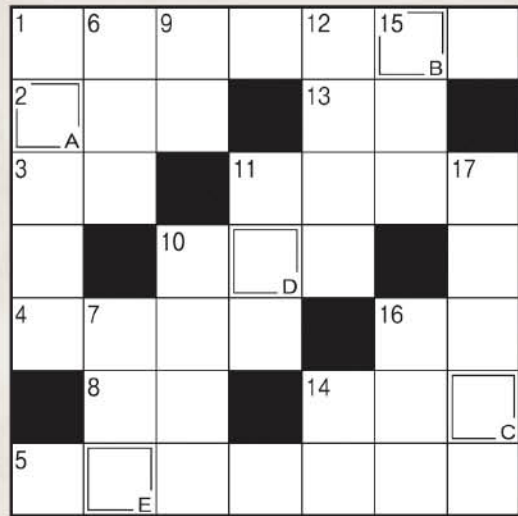
二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

ヨコのカギ

- 日本のクリスマスパーティーでよく食べられる鶏肉料理
- フランスやイタリアなどの通貨単位
- 旅先で泊まります
- バットが出せず——の三振!
- カーナビは「カー——システム」の略
- 年末、年の瀬ともいいます
- 物が汚れたり傷んだりすること
- これから起こることを予測します
- 葦(アシ)の別名
- イエス・キリストの母です
- 陸・海——

タテのカギ

- 年末年始の学校に行かない期間
- 牛の脂はヘット、豚の脂は
- げっふのこと。——にも出さない
- 赤・青・黄・緑など
- ポニーテールをすると襟足にちよろり
- 美川憲一のヒット曲「——座の女」
- 豚の形をした——箱
- 今年の来客数は去年の3割——だ
- 珍しい書物のこと
- いろいろと考えあぐねて悩むこと
- 良い考え。——が浮かんだ

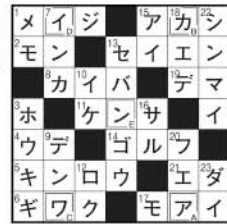


回答欄	A	B	C	D	E
-----	---	---	---	---	---

## 11月号のクロスワードのこたえ

アカワイン

たくさんのご応募ありがとうございました。正解者の中から抽選で5名の方に1,000円分の商品券をお贈りします。



もう一膳 おかわり

ミョウガに血圧を下げる効果があるんですね。ミョウガは大好きです。  
ペンネーム：K・T

お返事

美しい色使いに感動しました。

雨上がり、ハウスを囲むように虹が出ました。神秘的に見えました。  
ペンネーム：きまぐれカメラマン



お返事

日常風景の中に見つける美しさはとても贅沢です。



フジバカマに蝶「アサギマダラ」がやってきます。  
ペンネーム：秋まつり

お返事

集まる蝶をみていると、ここは天国かと思えます。

## あとがき

広報 峯の 2022年の1年も、JAや食、農  
独り言 の魅力について多くの方に  
お話を伺い、取材にご協力いた  
だきました。改めて御礼申し上  
げます。



2022年度入組職員

## 新人サンのちよこつと自慢

共済課  
谷岡 安純

砥部支所  
松本 捺希





# Merry Christmas!

2022

クリスマスケーキのご予約は12月4日(日)まで

限定100台

②生チョコケーキ  
S:2,700円 M:3,700円 L:4,700円



限定150台

①いちごと生クリームのケーキ  
S:2,700円 M:3,700円 L:4,700円



限定50台

④ニューヨークチーズケーキ  
15号 3,300円



限定50台

③クラシックショコラ  
15号 2,800円



限定50台

⑤ホワイトチョコと  
ラズベリーのムース  
15号 3,300円



①② Sサイズ:11×11号(約4人前)、Mサイズ:11×16.5号(約6人前)、Lサイズ:16.5×16.5号(約9人前)※写真はMサイズです。  
③④⑤直径15号(約6人前)

◇ご注文方法◇ 店内受付のみ対応 (注文時に代金前払いのため電話受付不可)  
CAFE店内に設置しております注文用紙に必要事項をご記入のうえ、店内スタッフへ。

◇その他◇ 注文締切日:12月4日(日) 内容変更期限:12月15日(木)  
予約キャンセルについては、お受け取り予定日の7日前までをお願いします。  
価格はすべて税込表記です。その他詳細については注文用紙をご覧ください。



松山市湊町8-120-1  
TEL 089-913-7707