

つ

agriculture  
communication  
magazine

た  
ち  
ば

no.132  
9月  
2021

さ

JA赤城たちばな

<http://www.jaat.net/>

特集

毎日の食卓に!  
小豆大研究

●Contents／目次

- 営農インフォメーション
- 女性のページ
- 農業指導センター情報
- お知らせコーナー
- 読者のコーナー

女性部が簡単に作れる夏野菜を使った料理をご紹介  
(16ページにレシピを掲載)



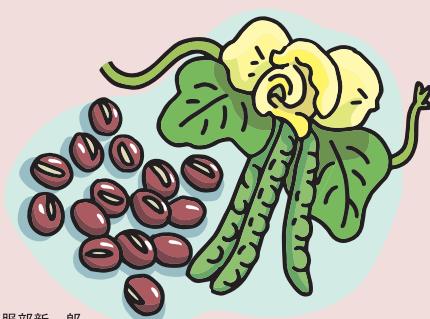
# 小豆大研究

日本人に最もなじみのある豆の一つ、小豆。

低脂肪で高タンパク質、ヘルシーな上に  
不足しがちな栄養素を豊富に含む、

魅力的な食材です。

毎日の食事にぜひ取り入れたいですね。



イラスト：服部新一郎

小豆と書いて「あずき」と読みます。江戸時代の学者・貝原益軒の『大和本草』（やまとほんぞう）によると、「あ」は「赤色」、「つき」「ずき」は「溶ける」の意味があり、赤く、煮ると皮が破れて崩れやすいため、「あずき」になったといいます。

主要産地は北海道で、国内生産の9割以上を占めています。小豆には普通の赤色の小豆の他、粒の大きな「大納言」や黄白色の「白小豆」などの種類があります。関東地方で赤飯に使われることが一般的な「赤ささげ」は、姿・形が小豆によく似ていますが別の種類の豆です。



小豆の花



白小豆

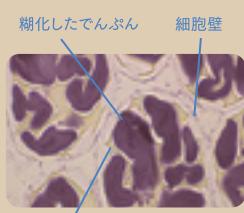


小豆

## 健康効果が期待できる「あん粒子」

あん粒子は、小豆やいんげん豆などでんぶんが多い豆類を加熱するとできる特有の成分で、タンパク質の膜がでんぶんを包み込んだ粒子です。食物繊維の量が乾燥豆のときより大幅に増加する特性があり、消化されにくく食物繊維と同様に働きます。脂質代謝、腸内免疫作用の改善など健康効果が期待されています。

### ゆでてあん粒子化した金時豆の細胞 (顕微鏡写真)



※細胞の構造がはっきり分かるよう、でんぶん粒を彩色して撮影

最近では、小豆に含まれるポリフェノールや食物繊維といった機能性成分の多さも注目されています。強い抗酸化作用を持つポリフェノールは、免疫力の増強や抗アレルギー作用、動脈硬化の予防など、さまざまな効果があるといわれ、食物繊維には便秘の予防や発がん物質など有害物質の早期排出の効果もあると考えられています。

## 小豆の栄養と健康

## 小豆を毎日の食事に

### 歴史に見る小豆と日本人の関わり

日本では、縄文時代から古墳時代前期まで、遺跡から小豆の炭化種子が発見されています。小豆の名は、奈良時代初期の『古事記』に初めて登場します。中国に始まり、朝鮮半島を経て日本に伝えられたとされる習俗では、小豆の赤色に魔よけなどの神秘的な力があると信じられ、行事や儀式などに供されてきました。



料理に使う際は下ゆでをする必要があり、手間がかかる面倒に思われるかもしれません。でも、一度に多めにゆでて小分けにして冷凍保存すれば1ヶ月は持ちます。もう1品欲しいときやトッピングなど、すぐに使えるので重宝します。スーパーなどで、水煮やゆで小豆の缶詰、レトルトパウチ製品が出回っているので利用してもよいでしょう。また、乾燥豆は賞味期限が常温で2年間と長期保存が可能なので、買い置きをお勧めします。

赤飯やいご煮など伝統的な料理以外は、和菓子など甘い食べ物に使われるイメージが強い小豆ですが、栄養価の高さ、機能性成分の豊富さから、毎日の食事にぜひ取り入れたい食材です。

まずは  
下ごしらえ!  
小豆のゆで方

## 新感覚で小豆をもっと料理に取り入れてみましょう。 小豆の風味や食感が楽しめるレシピをご紹介します。

- さっと洗った小豆を鍋に入れ、たっぷりの水で強火にかける。しばらく沸騰させてからざるにあげてゆで汁を捨てる。
- 小豆を鍋に戻し、新しい水をたっぷり注いで再び強火にかける。あくを取り除き、沸騰したら弱火にし、小豆が踊らないように落としぶたをして30~40分ほどゆでる。途中、様子を見て、ゆで汁が少なくなったら差し水をして小豆が水面から出ないようにする。
- 軟らかくなったらゆで上がり。

このページで紹介したレシピは小豆を下ゆでして使用します。



### 小豆とエビのマリネ

#### 〔材料(4人分)〕

小豆(下ゆでした物)…	100g(乾燥豆で約45g)
むきエビ ………………	200g
カリフラワー ………………	1/2個(200g)
A 白ワイン ………………	大さじ1
塩 ………………	小さじ1/4
こしょう ………………	少々
B オリーブ油 ………………	大さじ2
粒マスタード……………	大さじ1・1/2
酢 ………………	小さじ2
ニンニク(すりおろす)、塩…各	小さじ1/2
粗びき黒こしょう ………………	少々

#### 〔作り方〕

- エビは背に切り込みを入れてわたを除き、片栗粉適量(材料外)をもみ込み、水洗いする。水気を拭いてAを絡める。カリフラワーは小房に分ける。
- 耐熱ボウルにエビとカリフラワーを入れ、ふんわりとラップをして電子レンジ(600W)で5分ほど加熱し水気を切る。
- (2)に小豆を入れ、合わせたBを加えてあえる。



### 小豆入り肉みその サラダうどん

#### 〔材料(4人分)〕

小豆(下ゆでした物)…	250g(乾燥豆で100g)
豚ひき肉 ………………	250g
ニンジン ………………	80g
長ネギ……………	1/2本
ニンニク……………	1片
サラダ油 ………………	大さじ1
しょうゆ ………………	小さじ1
A 水 ………………	1カップ(200ml)
みそ ………………	大さじ3
酒 ………………	大さじ2
みりん ………………	大さじ1
うどん(乾燥) ………………	320g
サニーレタス ………………	8枚(200g)
かい割れ菜(半分に切る) ………………	60g
温泉卵 ………………	4個

#### 〔作り方〕

- ニンジン、長ネギ、ニンニクをそれぞれみじん切りにする。
- フライパンにサラダ油とニンニクを入れて中火にかけ、豚ひき肉、小豆、ニンジンを順に加えて炒める。Aを加えて弱火で10分ほど煮込む。長ネギを加えて中火で煮詰め、しょうゆを加える。
- うどんはゆでて流水で洗い、水気を切る。サニーレタスは細切りにし、かい割れ菜、うどんと共に器に盛り、(2)をかけて温泉卵をのせる。



### 小豆入り豆腐つくね

#### 〔材料(4人分)〕

小豆(下ゆでした物)…	100g(乾燥豆で40g)
鶏ひき肉 ………………	300g
木綿豆腐 ………………	200g
長ネギ……………	1/2本
A 片栗粉 ………………	大さじ2
料理酒 ………………	小さじ2
ショウガ(すりおろす) ………………	小さじ1
塩 ………………	小さじ1/2
黒こしょう ………………	少々
サラダ油 ………………	大さじ1/2
水菜 ………………	60g
ダイコン ………………	300g
ポン酢 ………………	大さじ2

#### 〔作り方〕

- ダイコンは皮をむいてすりおろし、軽く水気を切っておく。
- 長ネギはみじん切りにする。
- 水菜は根元を切り落とし5cm幅に切る。
- 木綿豆腐を水切りする。
- ボウルに鶏ひき肉、(2)、(4)、Aを入れよく練り混ぜる。よく混ざったところで小豆を入れ軽く混ぜ、8等分して小判形にする。
- 中火で熱したフライパンにサラダ油をひき、(5)を入れて焼く。焼き色が付いたら裏返してふたをし、弱火で5分蒸し焼きにし中まで火が通ったら火から下ろす。
- (3)を敷いた器に(6)を盛り付け、(1)とポン酢を添えて完成。

取材協力・監修  
公益財団法人 日本豆類協会 : <https://www.mame.or.jp/>

宮

農

# 赤城たちばな インフォメーション

## 露地ナスの出荷始まる 目ぞろえ会で規格再確認

赤城橘野菜部会のナス分科会は6月28日、出荷最盛期を前に営農生活センターで露地ナス目ぞろえ会及び現地研修会を開きました。分科会員ら23名が参加。

出荷規格や栽培管理について確認しました。

J A全農ぐんまの榎本担当より市場情勢や今後の見通しについて報告後、出荷されたナスを用いて出荷規格を確認。J Aの須田係長がカラーチャートを用いて、選別時の注意点を説明しました。

同分科会では20戸の農家が約2haで露地ナス「くろべえ」を栽培。名前のとおりナスらしい濃い紫色、ツヤがあり、肉質のやわらかさが特長で、煮ナスや焼きナスと相性が良い品種です。

枝の見落としが起こりやすい。枝を切り離すと見直す手間も省ける」とポイントについて説明しました。

り、切り戻し剪定の基  
本作業について実演を



カラーチャートを用いて  
出荷規格を確認



切り戻し剪定方法を実演する後藤担当

内山分科会長は「今年の生育は順調。新鮮で品質の良いパプリカを出荷し、高値・有利販売につながるよう頑張ろう」とあいさつしました。

県渋川地区農業指導センターの後藤担当が定植後の気象を踏まえた生育の振り返りと今後の管理のポイントについて説明。収穫開始前の時期は着果負担が大きいので、樹勢が落ちないよう、追肥や水の管理に気をつけた。枝の見落としが起こりやすい。枝を切り離すと見直す手間も省ける」とポイントについて説明しました。



きれいにパック詰めされた  
パプリカ

J Aの神尾担当が出荷規格の確認や市場情勢・市場からの要望などについて報告。「安定出荷を行えるよう生産者の巡回・指導を強化し、各市場への的確な出荷量や产地情報を発信したい」と意気込みを語りました。

## 良品出荷を目指し パプリカ出荷会議



出荷規格などを確認する参加者

## 露地ホウレンソウ 病害虫防除等を再確認

赤城橘ソ菜組合は7月28日、當農生活センターで露地ホウレンソウの栽培講習会を開きました。生産者ら約35名が参加し、これからのかみ付け開始に向けて栽培品種の特性や病害虫防除等の確認を行いました。

近年、気候の変化が激しく例年通りの栽培を行うことが難しくなっていることから、参加した種苗メーカーからは、耐暑性や葉折れにくく作業性に優れる品種等について説明が行われました。

県渋川地区農業指導センターの後藤担当は、露地ホウレンソウで近年被害が拡大しているハクサイダニの被害防止について重点的に説明。「ハクサイダニは、ほ場中で卵の状態で越夏している。気温が高い今がチャンスなので、石灰窒素と透明マルチによる太陽熱消毒でハクサイダニの卵をしつかり駆除し被害を減らして欲しい」と語りました。

J A全農ぐんま肥料農薬課の



栽培管理について確認する生産者



病害虫防除について説明する全農ぐんまの横尾担当

横尾担当は、ホウレンソウ栽培に適した土壤改良資材や防除薬剤などについて説明を行いました。

また、各講師いずれも、今後の発生が予想されるホウレンソウのべと病について注意喚起を呼びかけました。より多くの抵抗性をもつ品種を導入しても、これを打破する病菌が発生してしまうことから品種に頼りすぎず、予防を行つて欲しいとの呼びかけに、多くの生産者は熱心に耳を傾けていました。

病害虫の影響があるもの、しなびたものは出荷しないことなどを申し合わせました。

県渋川地区農業指導センターの後藤担当は、近年県内で発生が確認されたツマジロクサヨトウについて注意喚起を行いました。「今年も6月に県内で確認された。スイートコーンへの被害拡大が懸念されるので、普段と違つた食害があるなど、気になる点がある時はすぐにJAや指導センターへ連絡をしてほしい」と注意を促しました。

J Aの神尾担当は「今年の夏も高温となる可能性が高い。収穫は朝の涼しい時間帯に行い、品質低下

## 朝取りスイートコーン 病害虫にご注意を！

「朝取りスイートコーンは、鮮度保持のため、収穫時間は朝5時から6時30分までと決められています。7月から始まつた出荷は、8月中旬まで続き、首都圏や県内の市場に出荷されました。

朝取りスイートコーンは、鮮度保持のため、収穫時間は朝5時から6時30分までと決められています。7月から始まつた出荷は、8月中旬まで続き、首都圏や県内の市場に出荷されました。



出荷基準を確認する生産者



出荷されたスイートコーンの検品作業

# woman voice

# 女性のページ

アメニティがウォーキング  
自然景観を楽しむ

AKAGIグリーンアメニティは7月14日、健康管理と、部員同士の交流を深めることを目的として、健康ウォーキングを行い、部員17人が参加しました。

当日の天気はあいにくの曇天でしたが、渋川市赤城町にある赤城自然園でウォーキングを楽しみました。

赤城自然園は、日本の豊かな四季を織りなす美しい自然を

感じることができ、北関東に生息するほとんどの種類の植物や昆虫を、自然に近い形で観賞することができます。そのため、年間パスポートを所持し、季節毎に訪れている人もいます。

コロナ禍のため、参加者は少

人数のグループに分かれ、園内

を観察しながら2時間ほどゆつ

くり散策しました。

参加者の中には初めて訪れる人もいて「こんな近くに心安らぐ庭園があるとは知らなかつた」遊歩道もフカフカで歩きやすく、いつも以上に歩けたよ」と笑顔で話しました。

森林浴を満喫する部員



住みやすい町を目指し  
クリーン作戦開始

張って行きたい」と前向きに話していました。



クリーン作戦に  
参加した部員



## 女性部が料理講習会開催 お手軽に作れるまんじゅう



J A女性部食農グループは7月15日、八崎ふれあい館で料理講習会を開きました。部員15名が参加し、部員の鳥山孝子さんが講師となり、田植えが終わつた農休みに食べる郷土料理「蒸かしまんじゅう」を紹介。材料は小麦粉とむしばんミックスだけというお手軽さ。「生地は包みやすい硬さにすると時間経過とともに

蒸す前に形を整える講師の鳥山さん



に硬くなりやすい。作りづらいけど柔らかい生地で成形した方がふつくらとなり硬くなりにくい」「蒸したてのまんじゅうをうちわであおぐことでツヤよく仕上がる」など調理のポイントを説明しました。

始めは生地が手に付くなど戦苦闘していた部員らも、鳥山さんが実演を交えながら丁寧に指導を行つた所、徐々に手際良く成形を行えていました。また、蒸し時間を利用して、部員同士で作り方や具材などについて活発に意見が飛び交つていました。参加者は「重曹やベーキングパウダーを使わず手軽にできるのはうれしい。とても勉強になつた」と楽しそうに話しました。

食農グループは、伝統料理などを通じて子供たちを招いた食農教育に力を入れていく予定です。

## 多肉植物を楽しもう 寄せ植え講習会

J A女性部の花グループは7月28日、部員22人が参加し、午前と午後の2回に分けて寄せ植え講習会を開きました。

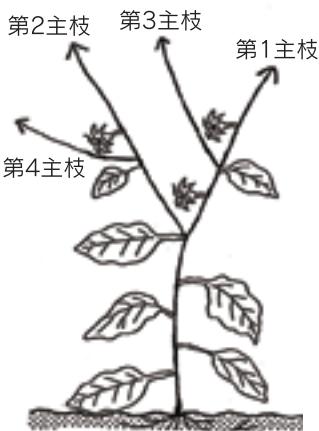
J Aの佐藤担当は「多肉植物は、生命力がとても強く、落ちた葉や切り取った茎からも根が生え、新たな苗として育てることが出来る。そのため、伸びてしまつた多肉植物も仕立て直しすることで、違つた雰囲気を楽しめる」と特性を説明しました。

部員らは終始和やかな雰囲気のなか、お互いにアドバイスを行いながら6種類の多肉植物を使い、寄せ植えを楽しみました。

多肉植物は秋に紅葉するものや、花が咲くものなど様々な品種があり、見ているだけでも楽しめます。



# 農業指導センター情報



## 露地ナス栽培のポイント

### ①長期間収穫するためのポイント

露地ナスは、上手に手入れを行うと、霜が降りる時期まで収穫が可能です。秋以降の比較的単価の高い時期に収穫を維持するために、適切な整枝せん定と肥培管理や病害虫の防除が必要となります。そこで、露地ナス後半戦の栽培のポイントとこれから発生しやすい主な病気について紹介します。

### ②栽培のポイント

A品率向上と安定した収量を得るために、定植以降花芽の直下から発生した新芽を用いて、四本の主枝をとります(右下図参照)。この立てるとV字仕立て栽培になります。



## 台風や大雪などへの農業用ハウスの対策は万全ですか？

左記のURLを参照いただき、災害に備えてください。  
群馬県ホームページ  
<https://www.pref.gunma.jp/06/f0900266.html>

### ③主な病気

①半身萎ちよう病  
秋の長雨時期、比較的冷涼な天候が続くと、下葉の葉脈の間が部分的に黄化し、徐々に褐変するとともに萎れます。次第に上の葉も

主な病気について紹介します。  
そこで、露地ナス後半戦の栽培のポイントとこれから発生しやすい主な病気について紹介します。

秋の涼しさに備えるため、切り戻す枝数を減らしましょう。その年の気候にもよりますが、遅くても9月末までに切り戻しを止めるとよいでしょう。

②主枝の摘芯  
四本の主枝が目線の高さに届いたところで、伸ばし続けた主枝の摘芯を行います。

③切り戻し剪定の止めどき

定植後主枝四本を決定したあとは、原則主枝から発生した側枝(わき芽)を切り戻して葉や枝が込まないよう樹を維持します。しかし、9月に入り朝晩が涼しくなると、ナスの伸びも徐々に遅くなります。収穫間隔が伸びてきたと感じたら、濡れたままのナスを袋に詰めない等の注意が必要です。



大して3～6ミリ位の円形～橢円形の斑点になります。この病斑は、古くなると中心部が破れて穴が開き、病斑周辺に黄色部分を生じます。登録薬剤はありませんが、肥料切れで草勢が弱ると発生します。また、症状のある葉をほ場から持ち出すことも有効です。

発病し、下葉は落葉します。生育期間に対処できる薬剤はありませんが、発病株の葉を土壤にすき込み、持ち出すことで蔓延を防ぐことができます。

### ④褐色腐敗病

台風などの強い雨が降った後、泥はねなどにより、出荷したナスに病害が発生することがあります。強い雨が降った後は、登録薬剤での予防的防除を行つて下さい。また、濡れたままのナスを袋に詰めない等の注意が必要です。

(農業指導センター 後藤)

②褐色円星病  
秋の長雨時期に、葉のみに症状が現れます。はじめ淡黄色～淡褐色の小斑点を生じます。次第に拡



収入の目安(10㌃あたり)

収量	7,000kg
単価	314円/kg
粗収益	2,198千円
所得率	55%
所得	1,200千円

- **問い合わせ先**  
農産園芸課 星野・町田  
☎ 0279(52)2116
- **JAでは、栽培希望者を募集しています。**  
ぜひ始めてみませんか。

群馬県の夏秋ナスの栽培は、全国1位の作付面積を誇っており、県内のほぼ全域で栽培されています。露地ナスは少ない資材で栽培ができ、長期間の収穫が可能です。価格も安定していることから、所得も確保しやすい品目です。

露地ナス栽培の特徴は、5月に苗を定植し、6月から霜が降りるまで収穫します。よって長い期間栽培するため、栽培管理や収穫調整作業に多くの労働時間が必要になります。

## 【露地ナス栽培をあなたも始めてみませんか】

### 【不正軽油は犯罪です!】

### 就農支援講座 中止のお知らせ

会場  
渋川合同庁舎  
(3階301会議室)

群馬県では、10月を不正軽油撲滅強化月間として、路上や工事現場での抜取調査、各種広報活動に取り組んでいます。

#### ■ 不正軽油とは

軽油に灯油や重油を混ぜたり、灯油や重油をそのまま、又は混ぜたりして、軽油と称して販売・使用される燃料のことです。悪質な脱税行為であるだけでなく、製造や使用によって土壤や大気を汚染するなど重大な犯罪です。不正軽油を製造・販売・使用しているなどの情報がありましたら、お知らせください。

#### ■ 製造・販売・使用をしている人

不正軽油にかかるあらゆる人が罰則の対象になります。

#### ■ 製造・販売・使用をしている人

不正軽油に使用されることを知りながら材料を提供・運搬した人

#### ■ 製造する場所を提供した人

問い合わせ先・連絡先  
不正軽油110番  
☎ 027(231)2801

群馬県前橋行政県税事務所  
県税課軽油広域調査係

● 日時  
令和3年10月14日(木)  
18時～20時

### 【令和3年度 野菜栽培の基礎講座】

● 申し込み・問い合わせ先  
渋川地区農業指導センター  
☎ 0279(23)1321  
農産園芸課

※新型コロナウイルス感染状況により中止になる場合がございます。

● 受講料  
無料

渋川地区農業指導センターでは、管内(渋川市・榛東村・吉岡町)で新たに農業を始めようとする方、農業を始めた間もない方などを対象に、野菜栽培の基本的な管理技術を習得する講座を開催します。皆様の積極的な参加をお待ちしています。



# JAバンク群馬 優遇プログラム

JAバンクでお得なサービスがスタート!



始まるよ!!  
優遇サービスが

振込も入出金も  
お得になります!

## 2021年9月25日土 優遇開始

優遇対象となった方は振込&ATM手数料が一定回数無料に!

### オススメ情報

優遇

1

JAネットバンクでの振込手数料が最大3回まで無料!  
注目!

※JAネットバンク上での振込手数料の発生する取引が対象です。(他JA、他行宛)

優遇

2

提携ATM入出金手数料が、時間を問わず最大4回まで無料!  
注目!

※提携ATM(セブン銀行、ローソン銀行、イーネット、ゆうちょ銀行)の入出金手数料が対象です。

### ①JAバンク群馬優遇プログラムって?

JAとのお取引内容に応じて、3段階のステージをご用意し、ステージに応じて各種手数料の優遇等を行うサービスです。

### ②対象となる方は? お申込方法は?

個人のお客様であればどなたでも対象になります。面倒な申込手続きは一切不要で、自動的に申込となります。申込費用・年会費等も一切かかりません。

### ③3段階でステージ判定って? 判定月やステージの適用期間は?

- お客様とJAとのお取引内容を毎月末時点でポイントに換算します。
- 合計得点に応じて、お客様ごとにステージ1、ステージ2、ステージ3の3段階のステージを設定させていただき、翌月25日～翌々月24日までの1か月間、ステージに応じて各種手数料の優遇を行います。

※対象取引や点数等の詳細は次頁をご覧ください。  
※また、対象取引、点数、優遇内容がJAによって異なる場合がございます。





©よりぞう

# お取引ごとのポイント

下記の合計点により、お客様のステージが決定いたします。

得点対象取引	取引内容(ポイント付与条件)	ポイント	該当取引に チェック
給与振込	判定月またはその前月に給与振込として、5万円以上の振込をお受け取りいただいていること	50点	
年金 自動受取	一定期間内に公的年金(農業者年金、国民年金・厚生年金・共済年金等)として振込をお受け取りいただいていること ※国民年金、厚生年金、共済年金、船員年金=判定月またはその前月、農業者年金=判定月またはその前月、前々月	50点	
販売代金 自動受取	判定月に販売代金(米・農産物代金等)として、5万円以上の振込をお受け取りいただいていること	50点	
JAカード 利用	判定月またはその前月、前々月にJAカードをご利用され(ショッピングや年会費等)、その代金をJAの口座からお支払いいただいていること	50点	
組合員 資格	判定月の月末時点で当組合の正組合員資格をお持ちであること 判定月の月末時点で当組合の准組合員資格をお持ちであること または、当組合の正組合員の同居家族であること	100点	
貯金残高	当組合所定の貯金(当座・普通・総合・貯蓄・定期性貯金)を判定月の月末時点で合計残高500万円以上お持ちであること(10万円ごとに1点を付与、500万円で50点(上限))	50点	

## ステージ別の優遇内容と手数料無料回数

優遇内容		ステージ1 (0点~99点) 対象取引が1つ該当	ステージ2 (100点~149点) 対象取引が2つ該当	ステージ3 (150点~) 対象取引が3つ該当
1	<b>JAネットバンク振込手数料</b> (他JA・他行) 2021年9月25日(土)開始	—	1回無料	3回無料
2	<b>提携ATM入出金手数料</b> (セブン銀行・ローソン銀行・イーネット・ゆうちょ銀行) 9月25日~30日の間は、MICS行を含めキャッシュバック実施	—	2回無料	4回無料

### ご注意 コンビニATM手数料無料サービスの終了について

JAバンク群馬優遇プログラムのサービス開始とあわせ、**2021年9月30日(木)をもって、コンビニATM手数料無料サービスを終了予定です。**

JAバンク群馬は、今後も利用者の皆さんにご満足いただけるように、一層のサービス向上に努めてまいりますので、今後ともご愛顧くださいますようお願い申しあげます。

詳しくは、下記JA店舗にお問い合わせください。

**JA赤城たちばな** 本所☎0279-56-4151 北橘支所☎0279-52-2103 赤城支所☎0279-56-2301

# 全国で 増加中 災害に便乗した 悪質な修理業者

## 悪意にご注意ください!

JA共済からの  
お知らせ



「共済金(保険金)の範囲内で修理するから自己負担はない」など、「無料」であることを強調して消費者を勧誘し、「共済金(保険金)の請求代行サービス」と「住宅修理サービス」をあわせた契約を結ばせようとする業者のトラブルが増加しています。なかには「解約すると言ったら、共済金(保険金)の50%を請求された」「代金として共済金(保険金)全額を前払いしたのに着工してくれない」などのケースもあります。

### 台風、豪雨、地震、雪害などの 災害の後は、特に注意が必要です

⚠ こんな業者が訪問したら…

- 勧誘を受けてもすぐに契約せず、ご家族等に相談しましょう!!
- トラブルに遭った場合には、お近くの消費生活センターに相談しましょう(消費者ホットライン:188番)

JAにもお気軽にご相談ください

JA共済



## 第25回群馬県JA年金友の会 「短歌・俳句・川柳大会」

- 応募期間／令和3年9月1日(水)～令和3年10月29日(金)
- 応募資格／JA年金友の会会員(年金振込予約者を含みます)
- 応募用紙／各JA金融窓口に備えつけてある応募用紙をご利用ください
- 応募方法／所定の応募用紙に記入し、各JA金融窓口へお申込みください
- 応募作品数／短歌・俳句・川柳のいずれかで1名様1作品です(未発表の作品に限りません)
- 入賞作品発表／令和4年3月(予定)上毛新聞紙上にて発表致します

応募された方全員に参加賞を進呈いたします。

さらに作品集にも掲載して、応募者全員にプレゼント！

■主催/群馬県JA年金友の会・群馬県JAバンク運営協議会・農林中央金庫前橋支店 ■共催/上毛新聞社  
■お問い合わせ/本所☎0279-56-4151 北橋支所☎0279-52-2103 赤城支所☎0279-56-2301

あわただしく過ぎ行く日々の中でも  
何気なく感じる暮らしのひとこま  
些細なことに感動する優しい気持ち  
そんな心の情景を  
短歌・俳句・川柳に  
詠んでみてはいかがでしょうか？

短歌  
俳句・川柳  
大募集

# 休日・夜間緊急連絡先

## ●通帳、キャッシュカードの盗難、紛失

JAバンク群馬

キャッシュカード紛失共同受付センター

☎ 0120-25-4422

## ●交通事故(=自動車共済の事故受付)

JA共済事故受付センター

☎ 0120-258-931

## ●LPガス切れ・故障

JAあんしんセンター

☎ 0120-182-571

## ●葬祭に関する連絡先

ふれあいの店北橘店 TEL.0279-52-2104

ふれあいの店赤城店 TEL.0279-56-2325



## 休日相談会 開催!!

ローン、相続、  
自動車共済、  
生命共済など

お電話または  
窓口にて  
ご予約受付中

JA職員が、ご相談にお答えします。お気軽にご来場・ご相談ください。

開催日	9月26日(日) 10月24日(日)
開催時間	9:00~16:00
開催場所	北橘支所 ☎ 0279-52-2103 赤城支所 ☎ 0279-56-2301



## 7月末のJA報告

組合員総数 3,498人  
(うち正組合員 1,988人)

出資金総額 5億 4,562万円

事業実績

貯金総額	341億 5,128万円
貸出金総額	61億 27万円
長期共済保有額	966億 1,848万円
農畜産物販売総額	18億 5,123万円
購買品供給総額	8億 1,916万円

自己資本比率 17.25% (令和3年2月末現在)

## 協議事項(6月30日)

第1号議案 令和2年度経営概況の  
開示の件

第2号議案 余裕金運用規程変更の  
件

第3号議案 貸出決定の件

第4号議案 出資減口の件

第5号議案 理事会小委員会の委員  
配置の件

第6号議案 職員夏季賞与支給決定  
の件

「つばさ7月号」12ページの5  
月末のJA報告と14ページの読  
者コーナーに誤りがありました。  
正しくは、以下の通りです。

◎5月末のJA報告

長期共済保有額

謬)97億99911万円  
正)979億99118万円

◎狩野榮子さんの句

謬)春先やのんびりと食む牧の牛  
正)春光やのんびりと食む牧の牛

◎高桑ひろみさんの句

謬)母の日や樟脳匂ふ桐箪笥  
正)母の日や樟脳匂ふ桐箪笥

◎選者狩野忠史さんの句

謬)転職と自認の嫗草を引く  
正)天職と自認の嫗草を引く

◎応募者

謬)「新藤弓子」さん  
正)「進藤弓子」さん

謬)「森川ひとみ」さん  
正)「藤川ひとみ」さん

お詫びして訂正いたします。



# 読者

## コトナリ

みなさん、  
ご応募  
ください。

# あなたの俳句 お待ちしております。

### [投句の記載事項]

俳句(漢字にはフリガナをつけ、楷書で記入)  
郵便番号／住所／氏名(俳号併記)／年齢／電話番号

### [投句方法]

- ・最寄りの支所窓口へ
- ・FAX:(0279)56-4152
- ・e-mail:tsubasa@jaat.jagunma.net
- ・郵送:〒379-1124 渋川市赤城町滝沢64-2

### [投句先]

JJA赤城たちばな 企画管理課

### [締め切り]

令和3年10月5日

夏ショール火の色に染め魔除けとす

高橋 絹江

作者は染色の体験教室にでも参加したのでしょうか。  
この様な施設では自分の好きな色や絞りの柄を染め  
ることが出来る。夏ショールであるから涼しげな色を  
染めるのが一般的だが、この作者は火の色に染めた。

これは作者の心に何か期するものが有った証拠で、悪  
霊は火の色を恐れることを知つていたにちがいない。  
迷信や諺が廃れる現代であるがやはり人間の心の弱  
さも垣間見える。

足音に寄り来る金魚太りをり

森田はるみ

評 この金魚は水槽や金魚鉢で飼われている金魚ではなく  
池の金魚と解したい。屋内で飼われている金魚ではな  
く足音で一匹の金魚が近付いてきた。この金魚は他の  
金魚より敏感なのである。太っている割に素早く、要領がいい金魚が想像される。「太りをり」の五  
文字で俳句は色々なことが想像され楽しい。

大根の種蒔き自転せる地球

小田 慶喜

命とは生くるとは問ひ菜虫捕る

小田 和子

九十年を生きてま見える夏五輪

角田 美枝子

網戸前寝そべる猫の毛のそよぐ

藤川ひとみ

## 俳句

選者 狩野 忠史

成人の森に老鷺宿せる

広田 久枝

靴踏んで空足を踏む走り梅雨

大友 龍子

考妣の開拓せし地栗の花

狩野ミエ子

一陣の風に弾けし芋の露

岩崎 恵子

さくらんぼ取る脚立の子案じをり

諸田 夏江

リハビリや窓全開の青葉風

高橋 初江

物を干し双手を空へ梅雨の晴

諸田みね子

色づきし実梅をひとつ手の平に

狩野 榮子

風鈴や帰り来る子に茶の支度

佐藤 満子

ふることは緑一色青田風

佐藤 勝子

蓮の葉の滴ころころよく転ぶ

長岡 和恵

轢かれたる蛇の名を聞く男の子

進藤 弓子

リハビリに汗ばみ眼鏡拭ひけり

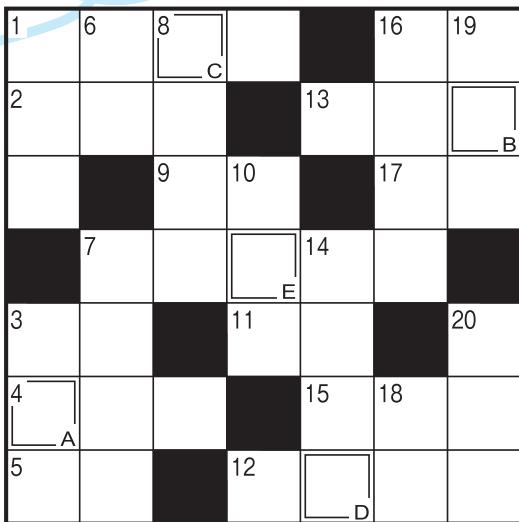
高桑ひろみ

祖の汗を吸ひたる畑に玉の汗

選者 詠

# 【クロスワード】

二重枠に入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



今回の出題は、クロスワードパズルです。正解者には抽選で「むしパンミックス」を進呈しますので、皆さん振るつてご応募ください。

## [応募要項]

はがき(私製も可)に、答えと住所、氏名、年齢、職業、TEL、ご意見等をご記入のうえ、JA各支所または、企画管理課までお送りください。

e-mail・FAXでもご応募できます。  
e-mail tsubasa@jaat.jagunma.net  
FAX:(0279)56-4152

[締め切り] 令和3年10月10日

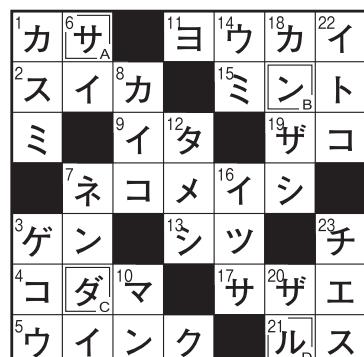


## 【前号の解答】

クロスワードの答え

サンダル

A B C D



## ■当選者(応募数14通)

樋リクさん 北橋町赤城山  
狩野榮子さん 赤城町三原田  
林哲夫さん 赤城町長井小川田

ありがとうございました。

手術終え麻痺する足に光さす  
ごとくに親指かすかに動く

散歩道マスク捨てられゴミと化し  
コロナ禍つづくまだまだ必需品

短歌

やまゆり短歌会

日中は真夏日の汗滴りて  
夜には早くも鈴虫の鳴く

遅蒼きの胡瓜隠元なりはじめ  
支柱に蔓を誘引なせり

茂木 初江

狩野千代子

夕虹は明日晴れると云う予報  
拍手を二つ大きく打ちぬ

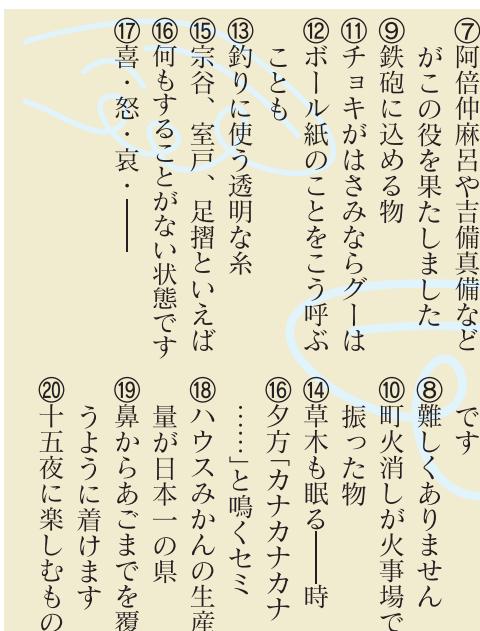
津久井 都

東京の靖國神社に足が向き  
拍手を二つ大きく打ちぬ

田子 嘉津

タ虹は明日晴れると云う予報  
それでも虹はなぜか半円

津久井 ケイ





## ドライブスルーで 地元農畜産物を販売

率先して  
積み込みを行なう市長

渋川市認定農業者協議会は7月17日、ドライブスルーフォームで農畜産物を販売する「ドライブマルシェ」を渋川市役所で開きました。生産者が丹精込めて育てた、農畜産物の詰め合せ270セットを販売しました。

この取り組みは「新しい生活様式」を実践しようと、

渋川市とJAが協力し、昨年7月から始まり今回で4回目。飲食店での消費落ち込む中、生産者を支援する狙いもあります。今回は、ナス、トウモロコシなど旬の夏野菜を主に、地元産ヨーグルトやブルーベリーなどを10品目(2000円相当)を1000円で販売しました。

今回は事前予約制を採用し、指定の時間帯に受け取



買って満足。  
農畜産物の  
詰め合わせ



りに来てもらうことで課題であつた混雑を回避しました。来場者は窓越しに「予約制だと慌てずに余裕をもつて購入出来るから良かった」と笑顔で商品を受け取っていました。

### —女性部鳥山さんのおすすめレシピ— 揚げナスの甘酢和え



#### 【鳥山さんからの一言】

出来たても美味しいですが、夏の暑い時期などは冷蔵庫で冷やしてから頂くのがお勧めです。

#### 材料(約5~6人分)

ナス	5~6本
ニンジン	1本
キュウリ	1本
ピーマン	5個 (パプリカ2個、ピーマン3個)
豚バラ肉	300g
タマネギ(中)	2個
根ショウガ	適宜

\*パプリカを加えると彩りがきれいです。

#### 調味料

エコーポー	ラッキョウ酢	150ml
砂糖	ひとつまみ	
片栗粉	少々	
塩コショウ	少々	
練りからし	小さじ1強	
揚げ油		

#### 【つくりかた】

- 豚バラ肉は4~5cmくらいに切り、塩コショウを振り片栗粉をまぶしておく。
- 野菜はすべて乱切りにし、根ショウガは千切りにする。(ナスは大きめで、他は一口サイズくらい)
- ニンジンは箸が通るくらいまで茹でる。
- 野菜・豚肉を素揚げする。(ナスは表面がカラッとしつね色がつくくらい。タマネギ、ピーマンは油通し程度)
- 素揚げした食材とニンジン、キュウリをボウルに入れ、砂糖、ラッキョウ酢、練りからしを入れ混ぜ合わせ、器に盛り付ける。干切りした根ショウガは混ぜ合わせても盛り付けの時にちらしてもよい。酢はお好みで足してください。