

東美の里

JAと地域の人々をむすぶ広報誌

2015/No.430

7月号



JA富里市公式
Facebookページ



JA富里市

Contents

- 第32回スイカロードレース開催 P 2
- 営農情報..... P 4・5
- 特集「身近な草木で和紙を作ろう」… P 6・7
- 富里歌壇..... P 9
- いつでもどこでも手軽に体操..... P11



あまのいぬにランナーも足踏み

「第32回富里スイカロードレース大会」

富里スイカロードレース大会実行委員会は6月21日(日)、毎年恒例となったスイカロードレース大会を開きました。32回目の今年は、全国から約1万2000人のランナーが参加し、緑豊かなスイカ畑を横目に、旬の味覚を味わいながら、市内各コースを走り抜けました。

レースは、3 km (小学生男女、中学生男女)・5 km、10 km (一般男女、40歳以上男女) の3コース12部門で開催。コースの各ポイントに給水所が設けられており、5 km、10 km部門の残り

1・5 km地点には毎年人気の「給スイカ所」があります。汗だくになったランナーは水の代わりにスイカで水分補給、乾いた喉を潤してもらおうと言うもの。

レースの先頭集団では、スイカに目もくれずゴールを目指す人もいれば、上手にスイカを取って食べながら走る人々様々だが、後続の集団になると仮装したり顔にペイントをしたりとユニークな格好のランナーが多く、「給スイカ所」では順位やタイムに係る

く、立ち止まってスイカにかぶりつく人も多く見られた。

また、会場内のスイカ試食コーナーでは、約3000個のスイカがカットされ、レース参加者や応援に駆けつけた人たちに振る舞われました。

JAでは、メイン会場と周辺の臨時駐車場でスイカ販売を行い、買い求める人や、宅配を手配する人で賑わいました。スイカ販売の隣では、JA西瓜部会の部員から提供していただいたスイカが振る舞われ、スイカ販売のPRになりました。

当日は、参加者と応援に駆け付けた人、約3万人が富里スイカの味を楽しみました。



「すいかまつり」大盛況！スイカの試食にながしい列

富里市産業まつり実行委員会は6月14日(日)、富里市中央公民館前駐車場で会場に「富里市すいかまつり」を開きました。6月の恒例イベントのこのまつりは、今回で42回目となり、約1万人の来場者で賑わいました。

「富里市ふるさと産品コーナー」や「JAのスイカ販売」、「セブンファームや富里市農業士会の販売コーナー」では、それぞれ地元農畜産物や加工品の販売を行いました。

JA青年部では、野菜の販売とスイカ1玉が当たるクジ引きを行い、長い行列で人気を集めていました。

富里スイカの試食コーナーにも開始時間前から長い列ができ、多くの人が旬の味覚を味わいました。

イベントコーナーでは、決められた時間内にどれだけスイカが食べられるかを競う「スイカ早食い競争」や、「スイカの重さ当てクイズ」、顔や手にスイカのイラストを描く、「ペインティング」などのイベントを行いました。

会場には円形のテーブルをツリー状に重ね、スイカを並べたスイカツリーも飾られ、ツリーの前で写真を撮る来場者も多く見られた。

また前日には、すいか共進会が開催され、千葉県知事賞や富里市長賞などが決定しました。

その他の特別賞の結果は以下の通りとなりました。



すいか共進会 特別賞受賞者

特別賞	品種	氏名(敬称略)	(地区)
千葉県知事賞	味きらら	平野 恵一	宮内
富里市長賞	紅大	谷口 学	七栄中央
富里市議会議長賞	味きらら	宮原 實	七栄第一
富里市農業委員会会長賞	味きらら	関根 由美子	宮内
千葉県農林総合研究センター長賞 セブンファーム富里代表取締役賞	味きらら	中川 貞夫	四区
富里市農業協同組合代表理事組合長賞 公益社団法人 千葉県園芸協会会長賞	紅大	澤田 辰男	葉山
丸圃園芸農業協同組合代表理事組合長賞 印旛地域農林業振興普及協議会会長賞	祭ばやしRG	小峰 建志	三区
印旛農業事務所所長賞 北総農業共済組合組合長理事賞	味きらら	鈴木 志乃	金堀
イトーヨーカドー成田店長賞 富里市商工会会長賞	春のだんらん	石井 勲	二区
成田空港株式会社代表取締役社長賞 (重いで賞 15・9kg)	味きらら	篠原 弘行	立沢



夏季高温対策資材について

～遮光・遮熱資材を活用し、収量・品質の向上、作業環境の改善を～

1. 遮光ネット

寒冷紗や遮光ネット等を利用し、ハウスの中に入る全光線量を抑制します。被覆方法はハウスの外側と内側に設置する2つの方法があります。ハウス内の昇温抑制効果は外部被覆の方が高いですが、それは内部被覆では、遮光資材が吸収した熱がハウス内に再放出されるからです。

遮光率は30～80%とバリエーションが豊富です。地域・作物・時期などによって最適な遮光率は変わるため、生産者が経験にもとづき選択しているのが現状です。最近では、同じ遮光率でも黒色のようにハウス内が薄暗くならない白色の遮光資材に注目が集まっています。

(1) クールホワイト

カラミ織で強度に優れた白色遮光ネットで、内張りカーテンに最適です。

白色のためハウス内が明るく、温度上昇防止剤入りのため、遮熱効果も高いです。

遮光率の異なる6タイプ(25%～80%)がラインナップされています。

(2) カルクール

非常に軽量の熱融着平織りネット。軽いため、外部被覆にも適しています。白色のためハウス内が明るい。遮光率は3タイプ(30%～75%)あります。

(3) らーくらくスーパーホワイト

白色の熱融着遮光ネットにスリットした白色POフィルムを合わせた商品。ハウスの外張り、内張りカーテンに使用できます。遮光率は4タイプ(30%～65%)あります。

(4) 白天(はくてん)

チタンホワイトを配合した特殊割繊維。チタンにより赤外線を反射し、温度上昇を抑えます。特殊糸の補強で引き裂き強度がアップしています。遮光率は2タイプ(30～45%)あります。



(カルクールを外部被覆)

2. 梨地フィルム

以前からも農ビ、農POの梨地タイプは各メーカーから発売されていましたが、梨地フィルムはハウス内に入る光が散乱光となるため、①ハウス内の急激な温度上昇を抑制する、②葉焼けしにくい、③影ができにくく生育ムラが発生しにくいなどのメリットがあります。

最近さらに遮熱効果を持たせた商品も出てきており、再び注目されています。

(1) クリントートSK(シルキイ)

遮熱効果のある特殊白色顔料により、ハウス内の温度上昇を抑えつつ、ハウス内は明るい。育苗ハウスや軟弱野菜の栽培に最適。外張り・内張り・トンネルに使用できます。

厚さ(mm): 0.05、0.075、0.1

幅(cm): 185～300



3. 遮熱フィルム(透明)

太陽光線のうち、熱エネルギーとされるのは主に近赤外線です。この近赤外線を遮断(吸収)する機能を持たせたフィルムが近年注目されています。なお、近赤外線は光合成など植物の生育にはあまり影響がない

ため、遮断しても特に問題ありませんが、冬の低温低日照時期にはハウス内温度が上がりにくくなることが懸念されますので、高温期の作型に限定した使用がおすすめです。

代表的商品名：メガクール

近紫外線を吸収することで、透過率を約50%に抑えることができるフィルムです。

（ネットタイプもあります）地温や植物の表面温度を数度下げることができ、高温障害を抑制できます。またメガクールを通過した光線は赤色光(R)と遠赤色光(FR)の比率(R/FR比)が大きくなる特徴があり、育苗期の徒長を防ぎ、高温期でもガッチリした苗になります。

全国でイチゴ、トマト等で多く導入事例があり、育苗や高温期の栽培が難しいニラやハウレン草などでも使われています。幅、長さは加工により調整します。

4. 吹き付け遮光塗料

外張りフィルムに白色の塗料を動力噴霧器で吹き付けることで遮光塗膜を作ります。主成分は炭酸カルシウム(石灰)であり、フィルムや環境にも悪影響を与えることはありません。通常、水で10倍程度に希釈して使用しますが、希釈率や吹き付け回数によって遮光率を調整できます。遮光塗膜は風雨で次第に落ちていきます。用途に応じ、1、3、6ヶ月用などがあります。

代表的商品名：レディソルエキストラ、クールコート、ハウスクール、ファインシェード

規格(塗布面積の目安(遮光率30%の場合))

- ・レディソル：20kg/缶(1,000㎡)
- ・クールコート：18kg/缶(1,000㎡)
- ・ハウスクール：13.5kg/缶(1,000㎡)
- ・ファインシェード：12.5kg/缶(1,000㎡)



5. 循環扇、換気扇

一般的にハウス天井やサイドの換気窓を開閉することによる自然換気が利用されていますが、高温期はこれだけでは十分ではありません。特に大型ハウスでは場所によって空気の流れが悪くなり、温度ムラが発生します。そこで、ハウス内に循環扇を設置することで、①温度ムラを抑制、②植物体の葉面境界層を破壊し、光合成を促進、③作業環境の改善など効果があります。

換気扇はハウス妻面に設置し、強制的に換気することで、ハウス内の温度を外気と同等まで下げることができます。

循環扇は加温時期においても温度ムラ抑制による省エネ効果や植物体表面の湿度が低下することによる灰カビ病などの病害の抑制にも効果があるなど、通年で利用できます。

6. 資材の特性

遮光塗料、遮光ネットについては、作業性やコストなどを考慮し、選択しましょう。

	遮光塗料	遮光ネット
メリット	・散布後の管理が不要 ・投資が比較的安い	・光量の調整可 ・天候に応じて外せる
デメリット	・光量の調整不可 ・洗い流すには専用除去剤の散布が必要	・初期投資が遮光塗料と比較して高い ・展張に複数の作業者が必要

資料抜粋：JA全農ちば営農情報



① 材料を細かく切る
剪定ばさみで材料を1〜2cmの長さに切ります。イネ科などの単子葉植物は葉も丸ごと処理しても構いませんが、他の植物の葉は繊維が少ないので茎や枝だけを使うようにしましょう。



② 木づちで碎いて細かくする
切った材料を木綿布に包んで木づちで碎きます。ばらばらになった繊維が紙の原料のバルプになるのです。時間をかけて入念に碎きましょう。



③ 重曹水を作る
水を入れたペットボトルに重曹を加えてよく振りまわす。これを繰り返し、底に重曹がたまるようになったら、その上澄み液（飽和水溶液）だけを取り出します。

バルプを作ろう

親子で挑戦！ 夏休み自由研究 身近な草木で 和紙を作ろう

監修：徳島県立博物館 植物担当学芸員・小川誠

身近な草木を使って和紙作りに挑戦しましょう。初めてでも安全にできる、とっておきの方法をご紹介します。夏休みのこの時期、暑中見舞いのはがきに言えば、送られた相手は喜ぶこと間違いなし。慣れない道具や薬剤を使いますから、ゴム手袋・軍手やゴーグルを着用した上で、おうちの人と一緒に作業してください。

●どんな草木が紙作りに向いているの？●

基本的に紙作りができない植物はないといっているほどです。ただ、果実や芋などのでんぷん・糖類を含む部分には繊維が少ないなど、種類によっては採れるバルプ（紙の原材料）の量に差があるので注意しましょう。

●お薦めの材料●

野菜・果物：パイナップルの葉、エダマメのさや
つる植物：フジ、テイカカズラ

茎を折ってもなかなか皮が切れない植物：ヒメコウゾ、ミツマタ、カラムシ

単子葉植物（葉が平行脈）：タケ、イネ、シンビジウム（ラン）

●今回使用した材料●

今回はススキ（イネ科）を中心に、住宅地周辺の雑草を市販の45Lポリ袋半分ほど採取しました。はがき大の紙4〜5枚を作るのに十分な量でした。



●用意する物●

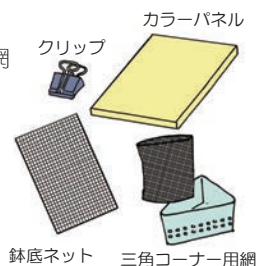
- ・木づち（プラスチックハンマー・肉たたき棒などでもOK）
- ・木綿布
- ・剪定（せんてい）ばさみ
- ・プラスチック容器2個
- ・でんぷんのり
- ・ゴーグル
- ・ゴム手袋
- ・軍手
- ・ケーキ用粉ふるい
- ・目の粗いふるい
- ・ケーキ用へら
- ・重曹（必要量）
- ・塩素系漂白剤（必要量）
- ・500mlペットボトル
- ・新聞紙など
- ・すのこ

※重曹、塩素系漂白剤は材料によって使用量が異なります。材料に合わせて必要量を検討してください。

●紙すき枠を作ろう●

材 料

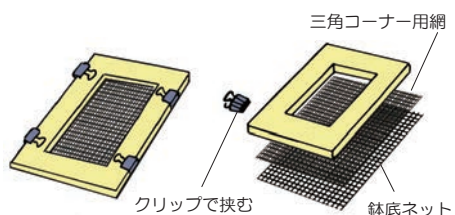
- ・カラーパネル
- ・三角コーナー用網
- ・クリップ
- ・鉢底ネット



鉢底ネット 三角コーナー用網

作り方

- ① カラーパネルの真ん中を作る紙の大きさに切る（今回ははがきサイズ）。薄い場合は2枚を貼り合わせる。
- ② 三角コーナー用網を鉢底ネットと同じ大きさに切り、組み合わせで四方をクリップで留め、バルプの液が横から漏れないようにして完成です。



クリップで挟む

鉢底ネット

紙すき

④ 材料を重曹水に漬ける

木づちで砕いた材料をプラスチック容器に入れて重曹水を材料がひたひたになるまで注ぎ、ケーキ用へらでよくかき混ぜてふたをします。そのまま日当たりの良い屋外に3～5日ほど置きます。

**⑥ 木づちで砕いてさらに細かく**

⑤でまとまったパルプになりかけの繊維を、もう一度木綿布に包んで木づちで砕き、よく水洗いします。木づちを使うときは、手をたたかないように注意してください。

**⑧ パルプが完成**

1～2日後、よく水洗いして木綿布に包み木づちでたたいて細かく碎きます。しつとり軟らかい状態になればOK。紙に使えるパルプの出来上がりです。そうなるまで⑦を繰り返します。

**⑤ 細かい繊維を取り出す**

3～5日後、下にケーキ用粉ふるい、上目の粗いふるいを重ねて、上から材料の入った液を入れ、流水で洗います。ケーキ用粉ふるいにたまった細かい繊維が紙の原料になるパルプのもと。これ水をを入れた新しいプラスチック容器に移して保管しておき、ときどき水を換えながら、ある程度まとまったら⑥の作業に移ります。粗いふるいに残ったものは②から⑤を繰り返します。

**⑦ 細かい繊維を漂白する**

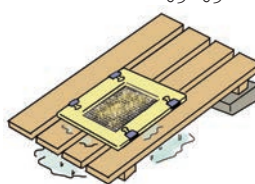
塩素系漂白剤を水で4～10倍に薄めて繊維を入れます。漂白を行うと同時に堅い部分をばらばらにしてパルプにする作業です。処理が進み過ぎると繊維が完全に溶けてしまいますので、最初のうちは薄めの漂白剤で試みましょう。漂白剤を使用するときはゴム手袋とゴーグルを着用し、目や肌、衣服に漂白剤が付かないように注意してください。また、実際の作業や容器の保管には風通しの良い場所を選んでください。

**① パルプに水・のりを混ぜる**

ペットボトルによく水洗いしたパルプを入れて、水を多めに入れます。さらにのりを少量（人さし指の第1関節ほど）加えてよく振り混ぜます。

**③ 水をよく切る**

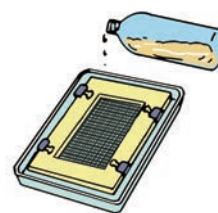
斜めにした「すのこ」などの上に②の紙すき枠を置いて、紙すき枠を置いて、よく水を切ります。

**② 紙すき枠にパルプを流し込む**

①のパルプを紙すき枠に入れて、紙をすきます。ゴム手袋を着用してパルプを均一にします。

④ 乾燥させる

紙すき枠から外した紙の上下を木綿布で覆い、さらに新聞紙を上下に載せて板を置き、新聞紙を換えながらよく乾かします。乾いたら完成です。

**※手早く乾燥させる方法**

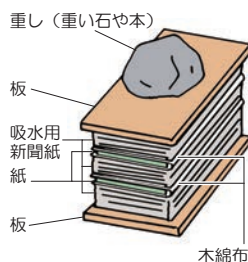
すいた紙を木綿布で挟み、さらに当て布をして、「綿」に温度を合わせたアイロンを押し付けるようにしてかけます。

**完成!**

小さな草花を一緒にすき込むなど、自分なりにアレンジして楽しみましょう。



さあ次はあなたが挑戦！
いろいろな材料で作ってみよう



これにちは女性部です！

6月14日（日）、富里市農林業センターで「太巻き寿司」のお弁当作りを行いました。お弁当はこの日、JA富里市産直センター1号店に来場した約160名のバスツアーのお客様に配りました。

部員16名がお弁当作りに挑戦。5月22日と6月5日に練習をし、本番を迎えました。初めての企画だったこともあり、JA山武郡市女性部の協力を頂き、平山光子部長を含め4名が応援にかけつけてくれました。早朝から作り始め、「夏椿」「四海巻」「バラ」「五色巻」の4種類を巻きました。練習の成果もあり、午前9時前には160食が無事完成しました。



6月19日（金）、市立浩養小学校の6年生11名と地元サークル「いきいきサロン」の皆さんがすいとん作りの実習を行いました。女性部からは、金堀地区支部長の萩原春代さんと同地区の諏訪優子さんが参加し、すいとん作りの材料として富里産のネギと小松菜を提供しました。参加した児童は野菜の切り方やすいとん作りの手順等を教わりながら、楽しく調理していました。にぼしでとったダシを使ったすいとんは、児童達に大人気でした。

平成23年より、女性部がお手伝いをさせてもらってから、今年で5回目となりました。今後も活動を継続していきます。

JA女性部では、新規加入者を募集しています。

※お問い合わせ・お申し込み（入会・退会）は、女性部事務局（営農指導課TEL：93-5652 藤崎）までお願いします。

みんなで
考えよう

わたしたちのJA

輸出で生産拡大を後押し

農家の所得を増やすために農業生産を拡大する取り組みは欠かせませんが、生産を増やす分、販売先の確保も必要です。近年、日本の農林水産物・食品の輸出は増加傾向にあります。JAグループでは、一体となった輸出体制を構築し年間輸出額を増やします。そのためには、国内産地だけでなく国内外の外食産業・行政等との連携が欠かせません。

（監修）熊谷大学農学部教授・石田正昭



キーワード解説 農畜産物の輸出

日本の農林水産物・食品の輸出には、輸出先国の動植物検疫や日本とは異なる衛生基準、輸出規制があり、これらの解決には、食品加工施設でのHACCP認証の取得やハラール（イスラム法上で許された食べ物）への対応が求められます。

富里歌壇

良い香りですよと亡母に話しかけ炊きあがりたる落ごはん供う

黒田 照子

獅子舞の太鼓の遠き音聞こえ幼き頃をなつかしみおり

立花 法子

石段の数かぞえつつ児と登る八十八段の八海山神社

秋葉 清子

足萎えし柴犬の乗る車椅子のかけぬけてゆく北総大地

坂口 典子

ならわした元氣になつて立ち上がろう新緑みあげ田の面見おろし

鳴田 きよ

丸い実の三つ四つ付けしりんごの木五月の風の涼やかに吹け

中川 キヨ子

見の限りさくらひといろ彼我もなきこのいま在るをいのちかがやけ

古川 芳子

待ちたるはいつもわたしでありしことさくら稚な葉にほへば思ふ

古川 芳子

とみさと短歌会

JA富里市直通電話番号一覧表

営 農 部（販売・指導）	TEL	0476-93-5652	FAX	0476-92-0225
購 買 生 活 課（購買店舗）	TEL	0476-93-1911	FAX	0476-92-4832
購 買 生 活 課（生活事業）	TEL	0476-93-5651	FAX	0476-92-0225
金 融 部（金融・共済）	TEL	0476-93-2112	FAX	0476-92-5819
機 械 セ ン タ ー	TEL	0476-93-8683	FAX	0476-93-8481
産 直 セ ン タ ー 1 号 店	TEL	0476-91-0520	FAX	0476-91-0521
産 直 セ ン タ ー 2 号 店	TEL	0476-90-3331	FAX	0476-90-3332
総 務 部	TEL	0476-93-2111	FAX	0476-92-5819

※緊急事故連絡先（夜間・休日） TEL 0120-258-931・葬祭等 TEL 0476-92-0983

★★★★★★ 8月のあなたの運勢 ★★★★★★

山羊座

【全体運】いろいろ考え過ぎてしまいがちに。気軽に構えた方が好結果を引き寄せられます。気分

【健康運】クーラーの使い過ぎは×。自然の風が一番

【幸運を呼ぶ食べ物】アワビ

水瓶座

【全体運】気の合わない相手ともめやすいようです。出しゃばりは禁物。困ったときは孤軍奮闘せず、信頼できる人に相談を

【健康運】無理をせず、ゆったり構えるようにして

【幸運を呼ぶ食べ物】ブドウ

魚座

【全体運】ささいなことでビリビリする気配。悪い面ではなく、良いところに注目を。好きな本を読み、気持ちを切り替えて

【健康運】オーバーワーク気味。ゆとりが必要です

【幸運を呼ぶ食べ物】シソ

天秤座

【全体運】対人運が活性化。人脈を広げる好機なので、飲み会などに誘われたら、ぜひ参加して。新しい趣味を持つのも◎

【健康運】まめに体を動かすことで体調に好影響大

【幸運を呼ぶ食べ物】モロヘイヤ

蠍座

【全体運】頭が固くなってしまうかも。人の意見には素直に耳を傾けてみて。心を静めるには自然や植物に触れると効果的

【健康運】何かとプレッシャーを感じがち。休息を

【幸運を呼ぶ食べ物】葉シヨウガ

射手座

【全体運】心身共に好調。やりたいことを始めれば、スムーズに発展するはず。アウトドアレジャーに出掛けるのも正解

【健康運】体力強化に最適。意欲的に取り組みそう

【幸運を呼ぶ食べ物】ピーマン

蟹座

【全体運】ゆったり気分で過ごせるはず。好きなことはとことんまで満喫する時間を持つとグッド。庭園に出掛けるのも吉

【健康運】暴飲暴食の暗示。冷たい物は控える

【幸運を呼ぶ食べ物】イワシ

獅子座

【全体運】自分に自信が持てる時期です。過去のチャレンジして駄目だったことにリベンジを。新装開店のお店にも幸運が

【健康運】十分な暑さ対策を。水

【幸運を呼ぶ食べ物】梨

乙女座

【全体運】インスピレーションが豊かになっています。ひらめいたことは、メモしておく役立ちそう。半身浴もラッキー

【健康運】良質な睡眠を心掛け

【幸運を呼ぶ食べ物】アナゴ

牡羊座

【全体運】おあらがな気持ちになれる月。未体験のことにも意欲的に挑戦できそう。レジャーに出掛けるなら遠出につきあり

【健康運】上昇傾向。スポーツを始めるのも大賛成

【幸運を呼ぶ食べ物】エダマメ

牡牛座

【全体運】不注意になりがち。慣れている作業でも、確認を怠らないで。リフレッシュには、じっくりを楽しむのがお勧め

【健康運】落ち着いて行動することで安泰をキープ

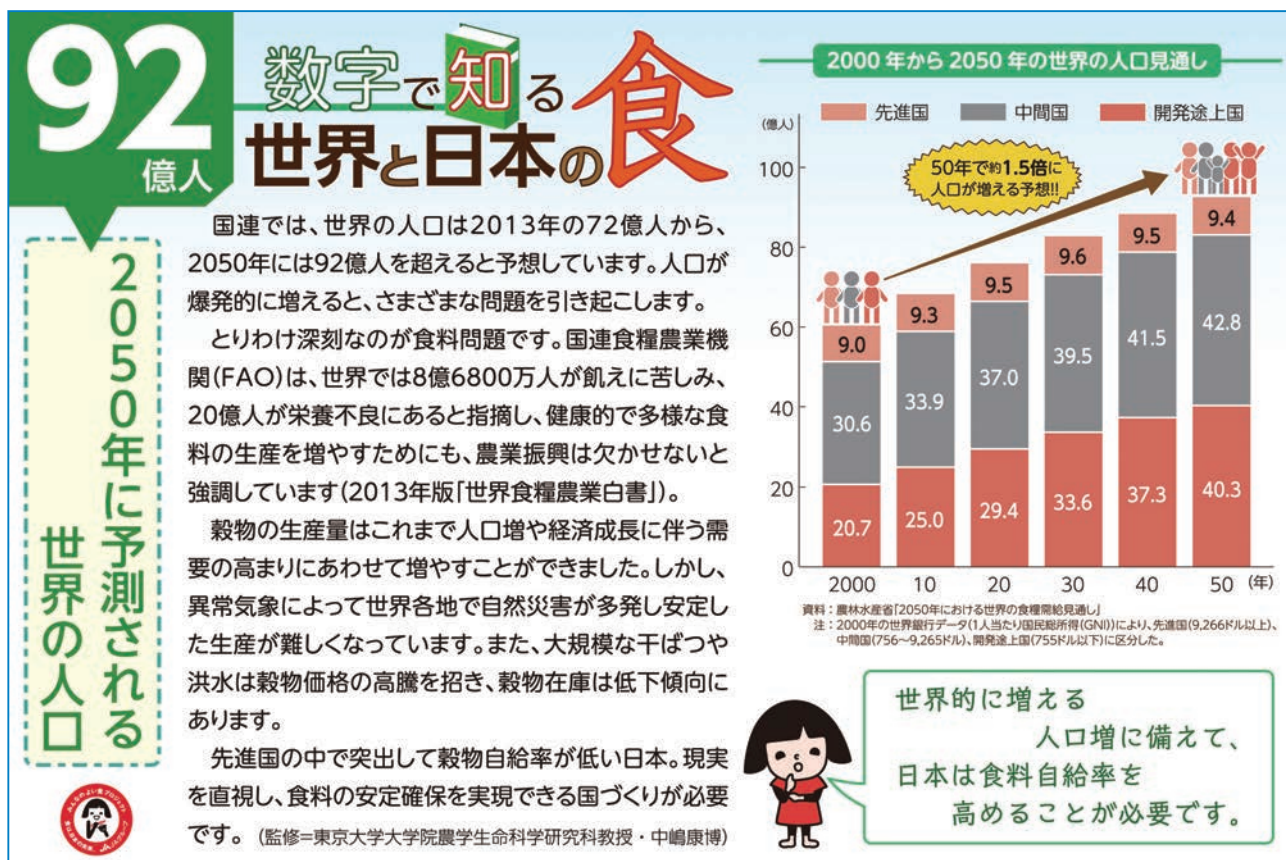
【幸運を呼ぶ食べ物】レタス

双子座

【全体運】好奇心が旺盛になりそう。興味を引かれたら、どんどんトライしてみよう。日帰り旅行やドライブも楽しめる予感

【健康運】体操など気軽にできる運動に注目して

【幸運を呼ぶ食べ物】キクラゲ



今月の表紙

かがやけ未来の後継者

富里市十倉(実の口地区)

松本 優依ちゃん(4歳)
琉 璃くん (1歳)

今回は実の口地区の松本さんのお宅にお伺いしました。

長女の優依ちゃんは、ジグソーパズルをしたり、自転車に乗って遊ぶのが好きだとの事でした。

ピアノと英語教室にも通っているそうです。

最近では西瓜の出荷の手伝いをすることが日課になっているそうです。

好きな食べ物は野菜と果物。スイカはもちろん大好きだそうです。

弟の琉璃くんは、ハイハイや、つたい歩きがだいぶ上達して、あちこち移動しては棚や引出しの中の物を出して遊んでいるそうです。

好きな食べ物は、やはりスイカだそうです。

仲良く2人で遊んでいる事も多いそうです。

そんな2人にご両親は元気でやさしく思いやりのある子に育てほしいと話していました。

【父：隆正さん】 【母：真由美さん】





ワンポイントリフレッシュ体操

作業の前に 動けば分かる！ 子どもと一緒に2人で体操1

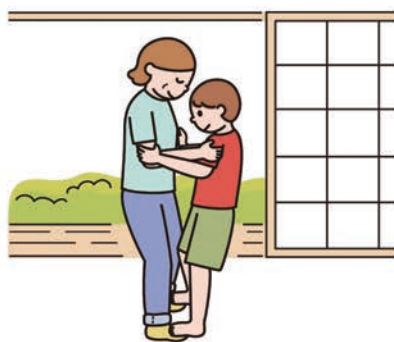
日本体育大学運動方法体操研究室教授 ● 荒木 達雄

子どもたちにとっては楽しい夏休みです。帰省した家族と共に、にぎやかなひとときを過ごしているご家庭も多いのではないのでしょうか。そこで、今回はお孫さんやお子さんと一緒に運動するプログラムです。お孫さんらと触れ合いながら、心と体をリフレッシュしてください。

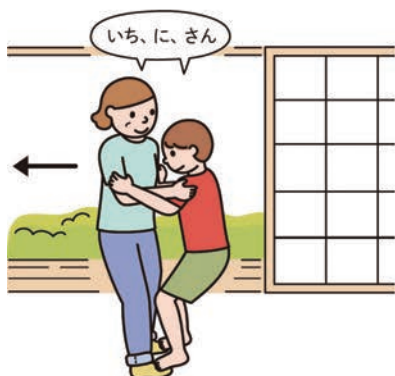
●ワンポイント！ アドバイス

お孫さんの足が落ちないようバランスを取りながら歩きます。その時に、お互いに「いち、にー、さん、し」と声を出して、息を合わせて前後に歩きます。慣れてきたら、左右に歩くのも挑戦してください。

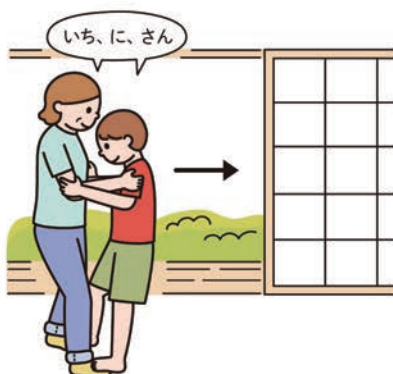
お孫さんが、両足の上に乗りバランスを取ります。



お互いに「1、2、3」と声を出して、後方に10歩移動します。



次に前方へ10歩、同じようにゆっくりと移動します。



お天気カレンダー

浜 風

一般財団法人日本気象協会 ● 檜山 靖洋

夏は日中晴れると、内陸の方が海沿いより気温が高くなります。気温が高い内陸に小さな低気圧ができ、気圧の高い海から低気圧のある内陸に向かって風が吹きます。この風を海風といいます。内陸は低気圧がありますので夕立も起こりやすくなります。

日本の夏の風物詩の一つに甲子園球場での高校野球があります。甲子園球場では「浜風」と呼ばれる海風がライトからレフト方向に吹きます。晴れた日の試合中は、浜風が吹くことがほとんどです。この風により右バッターがレフトへ引く張る打球が飛びやすく、右バッターが有利ともいわれます。また、夏は夕立が付きものですが、この浜風が吹いている間は内陸に雨雲がとどまり、甲子園球場では雨が降らないといわれます。

少なからず天気の影響を受ける高校野球も、浜風に注目すると楽しみが広がるかもしれません。





料理研究家 波多野充子



アユの土鍋ご飯

1食当たり約 348kcal



シンプルにアユを楽しも夏の土鍋ご飯です。アユは意外にも栄養がいっぱい。カルシウムは真イワシの約3倍、ビタミンEや血液サラサラでおなじみのオメガ3脂肪酸の含有量も魚でトップクラスです。川魚ならではのほらわたも一緒に。

材料(4人分)

アユ……………2尾
米……………2合
昆布……………5×5cm
調味水
酒……………大さじ2
しょうゆ……………大さじ1
みりん……………小さじ1
だし汁 酒・しょうゆ・みりん
と
足してカップ2になる量
アユの塩焼き用塩……………適量
ショウガ……………1片
ミョウガ……………1/2個
ミツバ……………少々

作り方

- (1) 米を洗い、30分以上浸水後、水を切っておく。
- (2) アユはぬめりとうろこを取り、肛門の辺りを軽く押してふんを出す。優しく水洗い後、キッチンペーパーで水気を拭く。全体に塩を振り、両面に焦げ目が付くように焼く(この後ご飯と炊くので、完全に焼かなくてよい)。
- (3) ショウガとミョウガは千切り、ミツバはざく切りにする。
- (4) 土鍋に米と調味水を入れてかき混ぜ、その上に昆布と焼いたアユを載せる。沸騰するまで強火、その後弱火で12分、最後にお焦げを作るために強火にして10秒加熱後火を止め10分蒸らす(ここまではふたは開けない)。
- (5) アユと昆布を取り出し、アユの頭、骨、ヒレなどを取り除き、身をほぐして土鍋に戻し、全体をかき混ぜる。ショウガ・ミョウガ・ミツバを散らす(アユのはらわたはお好みにより使用してください)。

1食当たり約 323kcal



豆腐のサラダ



暑い日に食べたい、サッパリしているけれどこくのあるサラダ。さまざまな香りと食感が楽しめ、どんどん食が進みます。残ったアボカドにもレモン汁を掛けて、ラップに包み冷蔵庫で保管しましょう。

材料(2人分)

豆腐……………1丁
アボカド……………1/2個
レモン汁……………少々
キュウリ……………1本
トマト……………1個
タコの足……………1本

オオバ……………4枚
白ゴマ……………少々
ドレッシング
しょうゆ……………大さじ1と1/2
酢……………小さじ1
ワサビ……………少々
ごま油……………小さじ1

作り方

- (1) 豆腐は軽く水切り後、食べやすい大きさに切る。
- (2) アボカドは縦半分に切り、種を除き、乱切りにし、レモン汁を掛ける。
- (3) キュウリ、トマト、タコは食べやすい大きさに切る。オオバは千切りにする。
- (4) 豆腐の上に(2)(3)と白ゴマを載せる。
- (5) ドレッシングの材料を混ぜ、いただく直前に掛ける。

5月末の事業実績

	5月31日現在
貯金残高	19,724,083千円
貸出金残高	6,050,951千円
長期共済保有高	97,339,770千円
販売品販売高	2,349,512千円
直売所売上高	214,604千円
購買品供給高	695,008千円
出資金	566,711千円
組合員数	2,944人
	(正組合員:1,783人/ 准組合員:1,161人)
出資金名義、組合員資格等の変更が生じた場合、総務課までご連絡ください。	

農機センター臨時休業のお知らせ
平成27年8月13日(木)・14日(金)

△岡本 尚也 直販開発課 (販売事業課)
△三谷 将吾 販売事業課 (購買生活課)
△渡邊 歩 購買生活課 (販売事業課)

人事異動があり、次の通りとなりました。
平成27年6月1日付()内は旧任部署
(一般職)

人の動き

1. 余剰金運用規程の一部変更について
2. コンプライアンス・マニュアルの一部変更について
3. 大口融資について
4. ヘルプライン制度利用要領の一部変更について

理事会メモ

平成27年6月26日に理事会が開催され、次の事項が審議されました。

議案