

# ふれあい

2018  
September  
No.198

9

特集

お酢で夏バテ対策！



JA尾張中央

<http://www.ja-owari-chuoh.or.jp/>



テーマ ~あなたの大切にしていること~ あなたの大切にしていることはなんですか?



【ありがとう】  
ありがとうございます。物事を進めるために「ありがとう」という言葉を大切にしています。自然と「ありがとう」と言えることは大切なことだと思っています。



【一日一日を大切に】  
一日を大切にして、自分の好きなことに集中できることが幸せです。



【努力】  
「人がやることは一生懸命やれば必ずできる。努力することが大事だよ」という母の言葉を忘れずに、言い伝えたいです。

管内の  
おすすめスポット

不二支店がご紹介!

明るく元気な挨拶で  
皆さまをお迎え致し  
ます!!

グーちゃん  
ピーちゃんの  
町歩き

ファーマーズマーケットぐうぴいひろば

所在地: 春日井市松本町一丁目1番地の1 TEL: 0568-51-2882

地元の農家さんが丹精込めて作ったとれたての新鮮野菜がずらりと並びます。  
他にも、愛知県産の農産物や、園芸用品を取り揃えたガーデンセンター、くつろぎ空間となる喫茶コーナー等を併設しています。

消費者と生産者の交流拠点として、地域農業の活性化と農産物の提供を通じ、地域に貢献できる店舗を目指しています。



Facebook 始めました! <https://www.facebook.com/ja.owarichuoh.famazu.gupi/>

ふれあい  
2018 No.198

ふれあいは、総合企画部 組織広報課が編集・発行しております。

● 発行日／平成30年9月1日 ● 発行／JA尾張中央 〒485-0803 愛知県小牧市高根二丁目7番地の1 TEL 0568(47)5610



# 特集 お酢で 夏バテ 対策！

今年の夏は、“命”に危険を感じるほどの猛暑日が続きました。

水分補給は必須ですが、ついつい冷たい物や糖質を多く取りがちですよね。

身体を冷やすと、胃の働きが衰え、疲れやだるさ、

食欲不振を招くことに。

**そんな夏バテ症状を防ぐのに最適なのが「お酢」！**

毎日の食卓にお酢を生かして、

残暑を乗り切りましょう！



# JA DATA



平成30年7月末現在  
JA尾張中央  
の概要

●組合員数	28,119人
〔正組合員〕	8,292人
〔准組合員〕	19,827人
●貯金	5,284億6,850万円
●貸出金	856億8,976万円
●購買品供給高	12億1,592万円
●販売品販売総取扱高	1億 10万円
●長期共済新契約高	563億 403万円
●職員数	477人

第4回  
定例理事会  
だより

とき：平成30年7月31日(火)

【協議事項】

- (1) 坂下支店基本設計について
- (2) 選択定年制度実施規程の一部変更について
- (3) 本店空調機の更新について
- (4) 平成30年度ライスセンター・カントリーエレベーター利用料の設定について
- (5) 信用事業方法書(金融機関等の業務代理)の一部変更について
- (6) 極度取引方式による貸出の条件変更申込みについて
- (7) 融資の申込みについて

以上の事項を承認可決しました。



ふれ  
あ  
り  
歩  
記

ぶどう生産農家の直売所(春日井市15ヶ所、小牧市6ヶ所の計21ヶ所)のガイドマップを掲載した、当JAの地域情報誌「旬刊ぐうぴい」(年2回発行)を8月1日の中日新聞朝刊に折り込みました。(折り込まれたのは春日井市、小牧市、豊山町エリア)

同誌はA3版両面カラー刷り。新聞折り込みの際に、他のチラシに埋もれないよう、表紙はぶどうを大きく押し出し読み手の目に留まるようにしました。中面に掲載したガイドマップでは各直売所を紹介し、電話番号や営業時間、販売期間を併記しました。当JAの青年部会に所属する若手農家らの写真やコメントも記載し、それぞれの直売所の良さをアピールしています。

現状は直売所を訪れるのは近隣住民や固定客が多く、より多くの地域住民に地元特産品“ぶどう”や直売所を知ってもらうことが目的です。

9 2018  
No.198 ふれあい

もくじ [CONTENTS]

JA DATA 02

特集 お酢で夏バテ対策！ 03

とれたてニュース 06

JAフラッシュ 08

おいしく食べて今日もスタート 今月の朝ご飯  
「シャキシャキレタスのスペアリブ茶漬け」 09

こんにちは産直さん 10

わが家のアイドル／ずっと夫婦 11

チャレンジ家庭菜園「わさびな」 12

今月の農作業  
「適期作業で高品質なお米を収穫しよう」 14

家庭果樹を楽しもう！  
「柑橘類と夏秋梢の処理と硬核類(ウメ・モモ・スマモ)とカキの秋季せん定」 15

花のある暮らし「匍匐性トレニア」 16

健康百科／異説・真説 税金の話 17

JAからのお知らせ 18

読者の広場 20

旅の耳寄り情報 22

インフォメーション 23

つながりプロジェクト／  
支店管内のおすすめスポット 24

9月もシーズンの続くぶどうは、当JA管内の地域特産物のひとつです。春日井から小牧の丘陵地帯にかけ生産が盛んで、7月下旬から収穫が始まり9月いっぱいまで続きます。巨峰を中心に露地栽培をしており、シーズンには直売農園が多く開かれます。当JAホームページの動画コーナー「ぐうぴいひろばチャンネル」のぶどう栽培動画は、昨年4月から視聴が始まり、現在は再生回数が3万回に迫っています。



● ● ● 今月の表紙

ピーちゃんとグーちゃんの  
ぶどうのシーズン

効果 5

### 血糖値の上昇を抑える

血糖値が赤信号になるのは、糖質の吸収が正常に働いていないため。糖をエネルギー源にするのは、体内で作られるインスリンの役割です。食べ過ぎや運動不足が続くと、脳や筋肉で使いきれないブドウ糖が血液中にあふれることに。必要以上のインスリンを創り出すために臍臓にも大きな負担をかけ、やがて糖尿病の発症にもつながります。お酢には、糖の吸収を穏やかにし、血糖値上昇やインスリンの過剰分泌を抑える作用があります。

効果 6

### 腐敗や雑菌繁殖を防ぐ

強酸性のお酢には強い殺菌・防腐作用があります。生魚にお酢を絡める、残ったご飯も酢飯にするなど、活用法はいろいろ。まな板やふきんも、5倍程度に薄めた酢水で洗えば雑菌の増殖を防げます。

お酢には脂肪の合成を抑え、燃焼を促す作用もあります。内臓脂肪がたまり過ぎると、高血糖や高血圧を引き起こし、メタボリックシンドロームにつながります。実験では、毎日大さじ1杯のお酢を12週間取り続けると、内臓脂肪や血中中性脂肪が減少し、肥満指数も低下することが実証されています。

効果 7

### 内臓脂肪を減少させる



#### お酢ドリンク

作り方 お酢大さじ1、蜂蜜大さじ1、牛乳120mlをよく混ぜる



ヨーグルトドリンクのような爽やかな味わい。お酢の香りが苦手な人は半量で。

#### 納豆プラスお酢

作り方 納豆1パックにお酢小さじ1を入れてよくかき混ぜてから、タレを加える。



納豆がフワフワになるうえ、ほのかな酸味が夏場にピッタリ。かつお節や卵などを足せば栄養価もアップ！

#### スティック野菜の甘酢漬け

作り方 お酢150ml、砂糖70g、塩小さじ2を混ぜ、スティック状に切った野菜を漬ける。

翌日から食べられる。野菜はキュウリ、ダイコン、ニンジン、タマネギ、パプリカなどお好みで、漬け汁にショウガ、ハーブなどを加えて良い。



# 毎日の料理に「お酢」を

暑いときはビタミンB1やB2、C、ミネラル類の消費が激しくなり、食欲が落ちると体をつくるタンパク質も不足になりがちになります。夏バテ対策には、バランスの良い食事を通して充分な栄養を取ることが大切です。



## 「お酢」の健康効果

効果 1

### 食欲を増進させる

お酢の爽やかな酸味と香りは、脳の摂食中枢に働き掛け、唾液や胃液の分泌を促します。したがって、食事の最初にお酢を使った料理を食べると、食欲が増す上、食べ物の消化・吸収もスムーズになります。

効果 2

### たまたま疲労を軽減する

効果 3

### 血圧の上昇を抑える

人は、肝臓や筋肉に蓄えられているグリコーゲンが減ると疲れを感じます。体を動かすエネルギー源であるグリコーゲンは食品に含まれる糖から作られるのですが、糖と一緒にお酢を取ると、グリコーゲンの再補給力がぐんとアップ。疲れたときに甘酸っぱい物をおいしく感じるのもそのためです。

効果 4

### カルシウムの吸収を助ける

酢酸には血圧上昇に関わるホルモン調節機構「レニン・アンジオテンシン系」を穏やかに抑制する働きがあります。研究によると、高血圧の人が毎日大さじ1杯のお酢を取ると、10週間で血圧低下の効果が。お酢を取るのをやめても、以前の高さには戻らないことも確認されています。正常値の人の場合、血圧が下がり過ぎる心配はありません。

カルシウムは丈夫な骨を作るために必須。不足が続くと骨粗しょう症を招いたり、イライラの原因になります。カルシウムは吸収率が低く、牛乳で50%、小魚類では30%程度。ところがお酢と一緒に取ると、吸収率が上がり、骨のカルシウム率もアップするそうです。

お酢は食品のカルシウム分を溶出させます。小魚の煮つけに使うと骨まで軟らかく食べられる他、豚・鶏の骨付き肉や貝なども、お酢を入れて煮れば、煮汁が溶け出したカルシウムを効果的に取れます。



## 高品質出荷を目指して いちじく出荷スタート

**い** ちじく部会は8月6日、本格出荷を前に小牧東部営農生活センターで部会員や関係者ら9人が参加して目揃え会を行い、10日から出荷を開始しました。

戸田正光部会長は「今年は10日程度生育が早いため、慌てず自分のペースで作業を進めてもらい、消費者に信頼されるおいしいイチジクを届けましょう」と高品質出荷を呼びかけました。

同部会は、市場・ファーマーズマーケットぐうぴいひろば・グリーンセンター3店舗に9月中下旬まで出荷する予定です。

平成23年から販路拡大に向けイチジクジャムを製造しています。イチジクジャムのファンが年々増えてきており、今年はイチジクを400kgを使用して約1200個を出荷する予定です。

◀イチジクを割って中身を確認する部会員ら

## よく噛んでゆっくり食べよう

### 「虹の会」料理教室

**助** け合い組織「虹の会」は8月1日、小牧支店コミュニティセンター料理教室で「食習慣改善コース～マゴウヤササイ(豆・ゴマ・ワカメ・野菜・魚・シイタケ・イモ)良く噛んで～」と題し健康料理教室を開きました。

会員20人が参加し、よく噛むことを意識して食事をする大切さや効率的な栄養素の摂り方を学びました。

JA愛知厚生連の管理栄養士山野佳子さんを講師に招き、「高野豆腐のドライカレー」、「根菜のごまみそ汁」、「さきいかと切干のかみかみサラダ」、「れんこんと山芋チップス」の4品を作りました。



▶リノベーションした部屋を見学する会員ら



### J A岐阜の会員が観察

▶山野さんの指導のもと山芋チップスを作る会員ら

### 賃貸住宅のリノベーション

**開** 発相談部不動産相談課は、資産管理部会員を対象に間取りから内装・配管等すべてをゼロから考え直し、新しい価値を生み出す「リノベーション」に取組んでいます。リノベーションは、これから住む人たちの暮らしに合わせて機能を刷新し、新たな魅力を創り出します。

7月26日、小牧市中央にあるサンパーク城見の一室のリノベーションが完成し、7月27日JA岐阜則武支店の資産管理研究会の会員26人が観察に訪れました。

今回リノベーションが完成した部屋は、築2年・63.5m<sup>2</sup>の3LDK。センサーで天井のライトが点灯する「人感センサーライト」や広々としたリビング収納、「追焚機能付きユニットバス」など快適に生活できるような工夫が随所にちりばめられています。



◀手で触って箱の中の野菜が何かを当てる



## 産直ならではの食育クイズで盛り上げる／納涼盆踊り

**フ** ァーマーズマーケットぐうぴいひろば駐車場で7月27日、夏の風物詩「納涼盆踊り」を開き、浴衣姿の家族連れでにぎわいました。

イベントコーナーでは、産直施設だからこそできる『食育クイズ』を初めて企画しました。産直施設に出荷している農家の野菜を使って、箱の中に入っている野菜(ジャガイモ・メロン・トウモロコシ)を当てる「箱の中身は何だろな?」ゲームや、お米100gを目安で掴み、近似値を競う「米100gに挑

戦」ゲームを行い、イベントコーナーは子どもたちの笑顔で溢れました。

盆踊りは「春日井よいとこ」から始まりおなじみの「炭坑節」など軽快なリズムが流れ、女性部員のお手本を身振り手振りして浴衣姿の親子が笑顔で楽みました。今年はJA自己改革周知のためのオリジナルうちわが会場内で配られ、うちわを片手に来場者が真夏の夜の情緒を味わいながら楽しいひと時を過ごしました。

▶イノシシを検知するためドローンを活用



### 鳥獣被害対策協議会

鳥獣被害防止対策協議会

**小** 牧市鳥獣被害防止対策協議会は7月19日、「株式会社テラ・ラボ」協力のもと、小牧市野口で小型無人機「ドローン」を使ったイノシシ検知のデモンストレーションを行いました。当日は、関係者約20人が集まり、ドローン飛行の様子や撮影している映像を中継車で見るなど活用方法を学びました。

同協議会は、鳥獣等による農作物の被害が増加していることを受け、平成29年度に設置しました。年々イノシシの目撃情報や被害報告が増えている中、今年度はイノシシ捕獲用の捕獲檻を新たに5基購入し、合計10基の檻を設置して鳥獣の被害防止に努めています。

## 色々な野菜を消費者へ

### 野菜栽培講習会

**農** 業振興部営農企画課は7月25日、「売れる野菜と一緒に作ってみませんか?」秋冬作付け品目の栽培講習会を春日井中央支店で開き、約30人が参加しました。

磯部隆之営農技術指導員がアレッタ、カリフローレ、キャベツ(サトウくん)、紫はくさい(紫奏子)、ミニダイコン(おでごろ大根2号)と秋冬野菜5種類の作付け計画の栽培ポイントと土壤消毒のポイントを説明しました。

▼秋冬野菜の栽培ポイントを説明する磯部営農技術指導員





永井 智一 (ながいともかず)

茨城県笠間市にある「キッチン晴人(ハレジン)」のオーナーシェフ・永井智一さんに、元気が湧いてくる朝ご飯を教えていただきます。



### 朝ご飯の献立

シャキシャキレタスのスペアリブ茶漬け

レシピ

## シャキシャキレタスのスペアリブ茶漬け

### 材料 (1人分)

スペアリブ…1本	<合わせだし>
レタス…1/8個	水…3カップ
ダイコン…	コチュジャン…小さじ2
皮をむいた1cm厚の輪切りを2個	塩…小さじ 1/2
ダイコンの葉…適量	料理酒…大さじ1
焼きおにぎり…1個	ネギの青い部分…1本
	ショウガ…1片

**ポイント**  
前日、夕食用に作ったダイコンとスペアリブの煮物と残ったご飯を焼きおにぎりにすると、合わせだしを作るだけでよく、まろやかな辛味のだしで食も進みます。コチュジャンの量は好みで。

### 作り方

- (1) スペアリブは塩(材料外)をして常温で1時間置き、熱湯でさっと湯がく。輪切りのダイコンは面取りしておく。
- (2) 圧力鍋に(1)と合わせだしの材料を入れ、沸騰してから中火で10分煮る。
- (3) ダイコンの葉は材料外のごま油、酒、砂糖、しょうゆで炒め、きんぴらにする。
- (4) 深めの器に焼きおにぎり、スペアリブ、ダイコン、レタスを盛り付け、青ネギとショウガを取り除いた(2)のだし汁を張り、ダイコンの葉のきんぴらを添え出来上がり。

## 親子料理教室



8月8日(水) 田楽支店

「夏野菜たっぷりタコライス」「レタスと豆腐のスープ」「ふるふる寒天のピーチサイダー」「ミニアメリカンドッグ」の4品を作りました!



8月7日(火) 関田支店



8月9日(木) 味美支店



8月4日(土) 春日井支店



8月4日(土) 二重堀支店



7月24日(火) 篠岡支店



7月26日(木) 北里支店



7月25日(水) 小牧支店

津嶋神社で行われた「二重堀盆踊り」のお手伝いをして、地域の皆さまと夏の夜の楽しいひと時を楽しみました。



8月11日(土) 大草支店

## 支店ふれあい委員会



8月8日(水) 不二支店

小牧市大草の大草会館で開かれた「盆踊り」に参加し、支店管内農家産の「ぶどう」をPRしました。

秋冬野菜栽培講習会を開き、野菜作りに関心のある33人が参加しました。

# わが家の アイドル

みずのえま  
水野 笑愛ちゃん(4)ゆめ  
由愛ちゃん(1)豊山町農場  
(農場支店管内)たかふみ  
貴文さん、久実さんの長女・次女  
組合員 水野 浩さん、久美子さん

幼稚園がお休みの日の楽しみは  
おじいちゃんおばあちゃんと遊ぶこと!

ニコニコ笑顔がかわいい笑愛ちゃんと由愛ちゃんは、いつも二人で仲良くおままごとやジャングルジムで遊んでいます。

笑愛ちゃんの楽しみは、幼稚園がお休みの日におじいちゃんおばあちゃんと喫茶店にモーニングに行くことです。近いところから遠いところまで色々な喫茶店巡りをしています。

先月1歳になったばかりの由愛ちゃんは、お母さんのおひざの上に座ることが大好きで、お母さんを見つけると一生懸命追いかけます。

ご両親は「二人とも笑顔いっぱい、のびのび大きくなつてね!」と温かく見守られています。

いとう ひでお  
伊藤 英夫さん(85)  
じゅんこ  
淳子さん(78)  
小牧市大山中  
(篠岡支店管内)

## ずっと 夫婦

一日の始まりは具だくさんのお味噌汁から。  
健康の秘訣はちょこちょこ動いて  
よく食べること!



今年で結婚されて56年目の英夫さんと淳子さん。伊藤さんご夫妻の朝は、豆腐やじゃがいも、ネギやにんじんなど具沢山のお味噌汁から始まります。朝ドラを観てから、近所の喫茶店に一杯のコーヒーを飲みにいきます。一息ついてから、英夫さんは田んぼを、淳子さんは畑で農作業するのが毎日の日課です。

お二人の健康の秘訣は、身体をちょこちょこ動かして1日3食よく食べることです。数年前、英夫さんは何度か入退院を繰り返していましたが、淳子さんの支えもあり今は万全の体調で、元気に過ごされています。

これからの夢について伺うと「これからも二人揃って“健康”でいることを大切にして、孫に会えるのを楽しみにしながら過ごしたい」と優しい笑顔で話してくださいました。

みずのえま  
水野 笑愛ちゃん(4)ゆめ  
由愛ちゃん(1)豊山町農場  
(農場支店管内)

# 産直さん

きよた ましょ  
清田 義雄さん(71)

春日井市押沢台

▲ 営農企画課が推奨する水ナスを栽培する義雄さん



栽培面積  
約13ha  
出荷店舗  
ファーマーズマーケット  
ぐうぴいひろば  
栽培作物  
ズッキーニ・キャベツ・  
レタス等

▲ 奥さんや娘さんのアドバイスを  
もとに野菜作りに励まれています

最近は、当JAの営農企画課が開く講習会に積極的に参加されたり、営農専門担当者と相談して“売れる野菜”を勉強され、「さし紫水(水ナス)」や「くり将軍(カボチャ)」など様々な種類の野菜栽培に挑戦しています。

農業を続けて良かったことについて伺うと「収穫した野菜を出荷する前に食卓に出すと、妻や娘が品質や価格のアドバイスをしてくれる。その声をもとに野菜作りをすることが楽しい」と答えてくださいました。

## 少年期に培つた 農作業の「コツ」を活かして。

「野菜が収穫できると家族が喜ぶので作り甲斐がある」と笑顔で話す義雄さんは、農業を始めて今年で4年目を迎えます。ファーマーズマーケットぐうぴいひろばがオープンしたのを機に、産直出荷を始められました。朝は5時に起床され、愛犬つばきちゃんの散歩を兼ねて畑に向かい収穫作業を行い、7時半には「ぐうぴいひろば」に出荷されます。出荷後はまた畑に向かい、着々と作業を進めます。

ご両親が田原市で農業を営んでいたため、幼少の頃から備中や鍬を使って手伝っていました。その頃に培つた農作業のコツやノウハウが、義雄さんの野菜作りに活きています。肥料は、牛糞や鶏糞をオリジナルにフレンドしたものを使うなど工夫されています。

こちらのページは著作権の都合により、  
非表示とさせていただいております。

## 今月の農作業

尾張農林水産事務所  
農業改良普及課



### 適期作業で高品質なお米を収穫しよう

落水時期は収穫予定期の5日前から10日前を目標として、乾田か湿田、あるいは気象条件などを考慮して判断してください。また、落水後でも、収穫作業の遅れなどで水田の乾燥が異常に進む場合は、走り水をして適度な土壤水分を保持してください。

う。

熟中のものです。一穂中の粒の85%の粒が黄化した時が収穫適期です。実際の水田での収穫適期の本束ねて握ってみて黄化した粒の比率を見るようにしてください。



クサネム

#### 農業機械の準備と農作業安全

水稻の収穫時期が近づいてきました。みなさん今年の稻の出来はどうですか。暑い日が続いているますが、あいちのかおりの登熟期にあたる9月から10月にかけても、近年は、高温になる年が増えています。水稻の収穫時期は出穗後の気温に大きく影響されるため、9月から10月の平均気温が高ければ収穫時期も早まります。収穫が遅ると胴割米が発生し、お米の品質や食味を下げてしまいます。このように、適期収穫はお米の品質を左右する重要な要因であるため、収穫の適期をつかみ、品質の良いお米を生産しましょう。

**■落水の時期**  
近年はコンバイン作業がしやすいように早くから落水して田面を固くする傾向があります。早すぎると落水は粉の充実を妨げ、未熟粒・

9月から10月の平均気温が高ければ収穫時期も早まります。収穫が遅ると胴割米が発生し、お米の品質や食味を下げてしまいます。このように、適期収穫はお米の品質を左右する重要な要因であるため、収穫の適期をつかみ、品質の良いお米を生産しましょう。

#### ■収穫適期の判定

稻の収穫時期は、一般に、出穂後約45日前後です。しかし、成熟までの日数は気温や栽培管理の違いによって異なるため、収穫時期が近くなったら実際に水田に足を運び、成熟状況を確認することが大切です。また、収穫間近になった穂は、黄化した粉と緑色が残る粉が混在しています。黄化した粉は登熟が完了したもので緑色の粉は登

#### ■難防除雑草の抜き取り

クサネム(写真)の種子は大きさや形が米粒とよく似ているため、コンバインの中で混ざるとライスグレーダーで取り除くことが困難です。クサネムの種子は検査時に異種穀粒とみなされ、等級を下げる原因になります。クサネムは、種子の量が多いため、放つておくと年々増えていつてしまうので、水田内で見かけたら取り除くようにしてください。

また、クサネムの他にもアシカキ、キシユウズズメノヒエ、イボクサなどが稻を覆うように発生している場所も見られます。このような雑草は収穫時に刈歯やチエーンなどに絡みつき収穫作業の効率を著しく落としてしまいますので、水田内にこれらの雑草が発生した際は取り除きましょう。

**■農業機械の準備と農作業安全**  
水稻の収穫作業では農作業事故が毎年発生しております。収穫まで余裕があるうちにコンバイン等の点検整備を済ませ、取扱説明書で操作方法をよく確認しておきましょう。  
コンバインでの作業中に稻わら、雑草等がつまつた場合は、必ずエンジンを止めてから除去作業を行ってください。コンバインでの、足場板を済ませ、取扱説明書で操作方法をよく確認しておきましょう。  
水田の出入り、畦畔の乗り越えはゆっくり直角に行い、段差がある場合は足場板を利用してください。車両への過積載は、ブレーキが効きにくくなるなど事故を誘発します。規定の積載量を守り、安全に運転してください。

## 家庭果樹を楽しもう！

技術指導員  
杉山富農

### 柑橘類と夏秋梢の処理と硬核類(ウメ・モモ・スモモ)とカキの秋季せん定

#### 1 柑橘類の新梢管理

分の蓄積と花芽の充実を図ることを目的としています。

(1) 夏秋枝の処理  
着果が少ないと、春枝が伸長した後、7月下旬に夏枝が、9月上旬に秋枝が発生します。強い夏秋枝は、結果母枝とならない枝です。図1を参考に切除してください。切除する

時期は、9月中旬から10月上旬です。切除位置は、①樹勢が中庸の場合、春枝と夏枝の境のこぶ状の輪芽の上のところ、②樹勢の強い場合は基部からです。(2) 秋のハモグリガ防除  
幼木や着果が少なく樹勢の強い樹は、秋に新梢が多く発生します。発生した新梢の葉に、ミカンハモグリガの加害が多く見られます。9月上旬に防除をしてください。

#### 2 硬核類(ウメ・モモ・スモモ)の夏秋季せん定

夏秋季におこなう新梢の切除は、

樹体の光環境を改善して、貯蔵養

の着果を良くすることができます。

は、9月中旬頃が良い時期です。

また、不要な太い枝を切除するの

ください。

9月上旬に、不要な強い徒長枝を

除去すると、樹勢が落ち着き、翌年の着果を良くすることができます。

9月上旬頃が良い時期です。

は、9月中旬頃が良い時期です。

また、不要な太い枝を切除するの

ください。

9

**健康百科**

佐久総合病院名誉院長 松島 松翠

「暑い季節には熱中症になりやすいといわれますが、その予防について教えてください」との問い合わせが多くなります。

特に気を付けなければいけないのはお年寄りです。お年寄りは、屋外だけでなく、室内にいるときでも熱中症を起こしやすく、しかも症状が重くなりがちだからです。

熱中症の症状は、軽い方からいうと、目まい、立ちくらみ、さらに進行すると、吐き気、体がだるい、さらに進むと、ふらふらする、立てない、意識障害などです。

必ずしもこの順で起こるのではありませんが、発症したときに、すでに進行していることがよくあります。暑いときに少しでも体調がおかしいと感じたら、まず熱中症を考えてください。



二つ目は、筋肉や血流量の減少により、体全体が慢性的な水分不足の状態になっていることです。三つ目は、暑さや喉の渴きを感じにくいため、暑さへの対処が遅れたり、水分補給が遅れがちになることです。予防法は、まず室内が高温多湿にならぬよう、換気などに注意します。必要があれば、冷房も適宜使用しましょう。また外出時には、通気性や吸収性の良い衣服を着て、全周につばの付いた帽子や日傘で直射日光を遮ります。喉の渴きを感じなくても、小まめに水分や塩分を補給することが大事です。それにはお茶と梅干し、あるいはスポーツドリンクなどが適しています。

ただし、アルコール飲料やカフェインを含む飲み物には、利尿作用があるので水分補給には向きません。

## 熱中症の予防

こちらのページは著作権の都合により、非表示とさせていただいております。

**異説・真説  
税金の話**

税理士 花村 一生

Q 今まで職を転々として落ち着かなかった私の息子が、事業を始めると言い出しました。嬉しくなった私は開業資金としてローンと3千万円渡してやりました。この3千万円は税務署は贈与とみるのでしょうか？

A 「貸した」のか「あげた」のか当事者でも分からぬのなら、税務署も分かるはずがありません。息子さんから返してもらえば「貸した」ものだったのだし、返してもらえなければ「あげた」ものだったという理屈は通用しません。あなたは本当に「貸した」のですか？それとも「あげた」のですか？はっきりしなければいけないのはあなたの方です。

「貸した」のなら返してもらわなければなりませんし、「あげた」のならそれまでです。税金のこと気が気になるのなら、書面で契約書を取り交わしておくべきです。

Q 「貸した」ことにも利息を取るつもりはありません。利息を取らないと贈与となってしまうのでしょうか？

## 親子間のお金の貸し借り

A 無利息だからといって、即、贈与扱いになるわけではありません。利息が少額の場合または課税上弊害のない場合は、贈与として取り扱わないことになっています。

Q 課税上弊害があるとはどういう場合ですか？

A あなたが金融機関から借金をして、それを無利息で息子さんに貸して、あなたが金融機関への返済時に支払った利息をちゃっかり経費計上しているような場合です。

それと何より大事なことは返済実績です。「あるとき払いの催促なし」では贈与とみられてしまいます。



# 「熱田神宮豊年講 正月大鏡餅奉納」 ご奉賛のお願い

我が郷土は、濃尾平野の中央に位置し、木津・入鹿・愛知用水により農地が拓かれ農耕に汗を流し豊かな土地が築かれてきました。

近年、都市化が進み農地は減少しましたが、産業と文化の発展により、名実ともに豊かな地域の発展を遂げております。先人、先輩の識見と都市基盤整備事業に改めて敬服いたすものであります。

しかし、どの様に世が移り変わっても農は國の基であり、人の命の根源でおろそかにできない大切な産業であります。

さて、熱田神宮豊年講は、昭和24年「神様のお供え物は我々の手で」を合い言葉に県下の心ある篤農家の皆様により発足して以来、本年で創立70周年を迎えるました。

このような節目の佳き年に、新春を飾る熱田神宮豊年講事業「正月大鏡餅奉納」が豊年講尾張中央支部の当番となりました。

つきましては、この「大鏡餅奉納」に熱田の大神様に家内安全、健康増進、商売企業繁盛を願って、農家非農家を問わず皆様方のご参加ご協力をお願い致します。

出費ご多端の折柄誠に恐縮に存じますが、皆様方の格別のご奉賛、ご協力の程切にお願い申し上げます。

## 熱田神宮大鏡餅奉納奉賛会

会長 長谷川 浩 敏

副会長 船橋 政夫

副会長 長田 宏

支部長 船橋 正

他役員一同

### 1. 協賛依頼金(平成30年9月28日締切)

一口 金5,000円以上でお願い致します。  
名入り手ぬぐい・祝い餅を差し上げます。

### 2. 大鏡餅搗き

・期日 平成30年12月26日(水)午前8時  
・場所 小牧東部営農生活センター

### 3. 大鏡餅奉納

・期日 平成30年12月30日(日)午前9時  
・場所 热田神宮文化殿



■お申し込み先 JA尾張中央 本支店  
■お問い合わせ先 総務部総務課  
TEL:0568-47-5700



## ライスセンターからのご案内

品質向上のため適期刈り取りを行いましょう。栽培日誌の記帳をしましょう。

### 平成30年度ライスセンター・カントリーエレベーター営業日程

	小牧東部ライスセンター	小牧西部カントリーエレベーター	春日井ライスセンター
荷 受 期 間	9/25(火)～10/31(水)	9/27(木)～10/31(水)	9/21(金)～10/31(水)
荷 受 時 間	午前9時～午後6時	午前9時～午後6時	午前9時～午後6時
荷 受 休 止 日	10/3(水)・10/10(水)・ 10/17(水)・10/24(水)	な し	10/10(水)
荷品受種別	あさひの夢	9/25(火)～10/5(金)	9/27(木)～10/4(木)
期別	あいちのかおり	10/1(月)～10/31(水)	10/1(月)～10/31(水)
間	も ち	10/26(金)～10/31(水)	10/27(土)・10/28(日)
	10/13(土)～10/31(水)	10/13(土)～10/31(水)	

\*春日井東部営農生活センター集荷については、小牧東部ライスセンターに準ずる。

○日程は、天候状況等により、変更する場合があります。

○うるち・もちの保有米の数量や引取日は、生産者持分確定後に連絡して行います。

ウキ♪ ウキ♪

## ポイント制度についてのお知らせ



JAからの  
お知らせ

### 新カタログはご覧になられましたか?

平成30年4月1日からポイント交換商品カタログが新しくなりました。素敵な商品がたくさん!ポイント残高を確認して、さっそく交換♪

ポイント交換商品(写真は一例です。詳しくは本支店等に備え置きの交換商品カタログをご確認ください)

#### ●たべごろ(あいちのかおり) 10kg

交換ポイント 3,900pt

愛知県で一番作られている人気のお米です!



#### ●若葉ビーフ 牛サーロインステーキ用 10kg

交換ポイント 4,800pt

若葉ビーフは、酪農と畜産が盛んな愛知県の恵まれた環境をいかして生まれた牛です!



#### ●よしだ麺 半生・乾麺詰合せ

交換ポイント  
3,000pt

創業明治24年、名古屋の老舗吉田麺業の手作り麺です!



#### ●アサバ 噴霧器 電池式背負動噴【静】

交換ポイント 15,200pt

作物への防除、畑・果樹園の除草剤散布等、ちょっと肩に背負いハンドルを押すだけで簡単に薬剤散布ができます!

ステキな暮らしを提案

## 家の光

料理、家庭菜園、手芸、健康づくり、お金のこと...

読みたい記事が  
きっと見つかる!



## 組合員資格変更の届出について

皆様の組合員資格につきましては、変動が生じた場合、定款の定めるところにより、書面にてお届けいただくこととなっています。

下記の変動事由が生じた場合には、お手数ですが当組合へお知らせいただきますようお願い致します。

### 主な変動事由

- ・組合員の死亡
- ・居住地の変更
- ・当組合管内以外への転出
- ・離農(正組合員のみ)

上記の他、届出変更につきましては、最寄支店窓口へお問い合わせ願います。

## 家の光



購読の申込みは各支店にてお願い致します。



