

JA izumino

vol.165

2024 9

地産地消 直売所の将来を見据えて

特集

広報誌は隔月で組合員世帯に郵送しています。また、ホームページで閲覧（一部を除く）も可能です。今後、送付が不要の方は、お取引先店舗、または企画課（裏表紙に記載）までご連絡ください。

目次

- 未来を創るこの人 ②
- Newsピックアップ ⑧
- Active Membership ⑨
- 愛彩のすゝめ ⑩
"旬"のおすすめ
出荷者紹介
- カンタンおいしい!
加代子先生のCooking ⑪
- あなたもチャレンジ! 家庭菜園 ⑫
- いきいきライフ ⑬
- みんなあつまれ! いずみの広場 ⑭
- インフォメーション ⑮
- JAいずみのカレンダー ⑳

JAいずみの カレンダー

※各無料相談をご希望の方は、各支店の窓口にお申し込みください。

9月	愛彩ランド	10月	愛彩ランド
1 日		1 火	税務 岸和田資産管理センター ●フレッシュミズ (ハロウィン飾り)
2 月	出荷登録	2 水	不動産 岸和田資産管理センター
3 火	税務 岸和田資産管理センター ●フレッシュミズ (アクセサリ作り)	3 木	法律 岸和田資産管理センター
4 水	不動産 岸和田資産管理センター	4 金	書道コンクール 展示(各支店) 9:00~17:00
5 木	法律 岸和田資産管理センター	5 土	
6 金		6 日	グラウンド・ゴルフ大会 (泉北西部地区)
7 土	●秋冬の野菜苗即売会 詳細はp.18参照	7 月	出荷登録
8 日		8 火	税務 いずみおおつ資産管理センター ●女性大学(みそ作り)
9 月		9 水	年金 山直上支店
10 火	税務 いずみおおつ資産管理センター ●女性大学 (スイーツ作り)	10 木	
11 水	年金 くずのは支店	11 金	●青壮年会支店マルシェ (いずみおおつ支店)
12 木	●女性会連絡協議会役員会・第3回連絡協議会	12 土	●祭礼のため 購買店舗休業
13 金	●青壮年会支店マルシェ (いずみおおつ支店)	13 日	●令和6年度 土壌分析受付
14 土		14 月	
15 日		15 火	税務 岸和田資産管理センター
16 月		16 水	不動産 いずみおおつ資産管理センター
17 火	税務 岸和田資産管理センター	17 木	法律 いずみおおつ資産管理センター ●フレッシュミズ (サークル・会議)
18 水	不動産 いずみおおつ資産管理センター	18 金	
19 木	法律 いずみおおつ資産管理センター	19 土	
20 金	●准組合員ミーティング	20 日	
21 土	●山直下購買店舗閉店	21 月	
22 日		22 火	●青壮年会支店マルシェ (あびこ支店) ●グラウンド・ゴルフ大会 (和泉地区)
23 月		23 水	
24 火	税務 北池田支店 ●青壮年会支店マルシェ (あびこ支店)	24 木	法律 北池田支店 ●令和6年度 後期・農業基礎 講習会参加者募集 (~11月11日)
25 水	書道コンクール 展示(各支店) 9:00~17:00	25 金	
26 木	法律 北池田支店	26 土	
27 金		27 日	
28 土	●活動 JAで実施している活動を掲載。これはイベント応募者や組合員組織役員等が参加するものです。フレッシュミズについては随時会員を募集しています。応募のお問い合わせは、お取引先店舗か総務課(072(439)2381)まで。	28 月	
29 日		29 火	税務 北池田支店
30 月		30 水	
		31 木	定休日

いずみの連絡帳

●営業時間/9:00~17:00(定休日/●月曜日・祝日、●月・火曜日・祝日)

- 営農総合センター TEL.072(444)8006
- 南守 TEL.072(427)4141
- 山直下 ●(0120)861158 記録・引取は実施しません
- いずみおおつ TEL.0725(21)4126
- 北池田 TEL.0725(55)0720
- 横山 TEL.0725(92)3900

●愛彩ランド 岸和田市岸の丘3-6-18(定休日/水曜日)

- 農産物直売所 TEL.072(444)8002 (10:00~17:00)
- 泉州やさいのビュッフェ&カフェ TEL.072(444)8003 (11:00~15:00) ※ラストオーダー:14:00

●愛彩ランド出荷登録 受付には必ずご本人がご越しください

- 対象/JAいずみの組合員
- 開始時間/14時 ※受付後、証明書が2時間程度あります。
- 場所/愛彩ランド農産物直売所バックヤード
- 持参するもの/通帳とお預け印、現金2,000円 (登録管理費、出荷協力会年費の合計)

●営業時間/9:00~17:00(定休日/●月曜日・祝日、●月・火曜日・祝日)

- 営農総合センター TEL.072(444)8006
- 南守 TEL.072(427)4141
- 山直下 ●(0120)861158 記録・引取は実施しません
- いずみおおつ TEL.0725(21)4126
- 北池田 TEL.0725(55)0720
- 横山 TEL.0725(92)3900

●住宅ローンセンター 泉大津市寿町6-33(いずみおおつ支店内)

- 営業時間/平日9:00~17:00、日曜日10:00~17:00 (定休日/水、土曜日・祝日・年末年始)
- TEL.0725(21)5333 FAX.0725(21)5336

●キャッシュカードの盗難・紛失は... 24時間365日受付 ●(0120)212217

●JAカードの盗難・紛失は... 24時間365日受付 ●(0120)159674

●自動車事故についてのご相談は... 24時間365日受付 ●(0120)258931 (平日9:00~17:00はお近くの支店までご連絡ください)

●提携葬儀会社 下記企業と葬祭に関する業務提携をしています。

- 葬儀会館ティア ●株式会社セルビス ●(0120)242139 ●(0120)306066
- ベルコ阪南 ●株式会社花藤 ●(0120)434304 ●(0120)411087

※特典内容は提携各社で異なります。特典の詳細や葬祭のご相談は、各提携社へ直接ご連絡ください。

「食」に関わるのが大好き！ 体の内側から美と健康をお届け



SNSを通じた直販も検討中。出荷の様子など最新情報はInstagramをチェック！
@nyasukawa1986



(左) ブルーを基調とした爽やかな農作業コーデ
(下) 白雪姫にちなんだロゴマークが目印



トルコナスは火を通すとトロトロになってとてもおいしいんだって！



(右) 「万寿満茄子」はアクが少なく、やわらかい
(左) トルコナスの花に「トマトトーン」(植物成長調整剤)を噴霧する



ハウスと路地の両方でナスを栽培し、育ち方の違いを実証中。路地では万願寺とうがらしなどナス以外の作物も栽培する



がんばる若手農業者!!

藤原 茉梨衣 さん

栽培品目
白ナス、緑ナス、万願寺とうがらし、ホウレンソウなど

※2……Instagramで繋がられているものが含まれていないことを認証する仕組み。
※3……若手農業者を中心とした農業青年クラブ。

自分が作った野菜で「美と健康は内側から」ということを伝えたくて、栄養士から農家に転職しました。母の実家が農家で、農地があったことも決めの一つ。転職時に家族の反対はありましたが、「給料はいいから」と叔父に師事し、9月で丸2年になります。今は自分で作った野菜を愛彩ランドや市場に出荷して収入を得ています。

主力商品は2種類のナスで、この辺りでは珍しい真っ白な「トルコナス(とろろ旨なす)」と緑の「万寿満茄子」です。栄養士の経験を生かしたレシピを袋に貼っているので、ぜひ食べてみてください。ナスは長くて10月中旬まで出荷。冬はホウレンソウを出します。

ナスの栽培は試行錯誤の連続です。「品種は違っても基礎は同じだろう」と叔父や周辺農家から教わる他、自分でも調べて栽培に生かしています。畑はハウスと露地を合わせて10アールほど。今後は面積や取扱品目の拡大を考えていきたいですね。やりたいことはたくさんあって、商標登録や栄養機能食品、ハラル認証などについても勉強していきたいです。

参加している和泉市4Hクラブでは、女性は二人だけ。農業はハードですが、やれもできないイメージですが、私は好きな服で農作業して、ネイルアートの趣味も楽しんでいます。この記事で女性農業者が増えたらうれしいです。



出荷者が消費者と触れ合う試食会(過去の写真)

肥料などの価格が上がってしま
す。しかしその値上がりに対し
て、野菜の値段はさほど上がっ
ていないですよ。

野内 そうなんです。やはり専
業農家の方は、百貨店で売られ
るような一流の野菜を目指して
コストをかけて作っています。
そして、それに見合う値段を付
けたいと感じている。一方で、
その値付けだと愛彩ランドの一般
消費者は買いつらい。ましてや
コスト高騰を踏まえた値段を付
けてしまえば……。

谷口 愛彩ランドを立ち上げた
時、「生産者と消費者が共に喜
びを分かち合える」というスロ
ーガンを掲げました。難しいと

は思いますが、値付けのちよう
ど良いバランスを見極めていた
だきたいと思えます。今後の取
り組みについては、どのような
ことを考えていますか？

野内 新型コロナが5類になっ
たので、試食会を再開したいで
すね。現在は試食会を出してもら
える出荷会員を募集しているた
ころです。以前は毎月決まった
日にちに開いていましたが、旬
の野菜を多く出荷している方に
出してもらおうような不定期開催
でいきたいと考えています。

谷口 いいですね。試食会では、
味だけではなく調理法の提案も
ぜひ、お願いしたいです。私は
特産の水ナスをサラダで食べて
もらいたいです。鮮度の関係
からサラダの試食は、愛彩ラン
ドでしかできないと考えていま
す。サラダという新しい食べ方
を知ってもらい、水ナスのさら
なる消費拡大につなげてほしい
です。

野内 試食方法も見直し中です。
以前は商品棚の端で、お客さま
から見えづらく、通路の混雑の
原因にもなっていました。今度



消防車は子どもに人気!

周年イベント



出荷者がみそ汁を
振る舞う

は開けたスペースに試食コーナ
ーを設けたいと思っています。

愛彩ランドは4月で13周年を迎えま
した。久しぶりの周年イベントはい
かがでしたか。

野内 大変盛況でした。出荷者
の提案で消防署の方をお招きし、
消防車の試乗体験やユニフォー
ム試着に加え、キャラクターも
来てくれたので、特に子ども
いる家族連れが喜んでくれまし
た。ただ、駐車場の面では満車



みかん詰め放題

秋の収穫祭



大阪府立久米田高等学校ダンス部が
会場を盛り上げた

で来店できなかった方もいたと
聞くので、対応を考えていかな
ければなりません。

谷口 次の大きなイベントは秋
の収穫祭ですね。

野内 そうですね。秋の収穫祭
は今年もJAの「AgriFes
ta(※)」とコラボするので、
課題対策をしつつ、より力を入
れて企画していきます。

※AgriFesta:令和5年度AgriWeekいずみのイベントの一つ。



JAいずみの
代表理事組合長
谷口敏信

出荷協力会会長
野内和美

地産地消
直売所の将来を見据えて

野内会長(以下、敬称略) 私
は自分が専業農家でなく、かと
いって家庭菜園というレベルで
はない中間的な立ち位置の農家
なので、両者の立場がわかると
思っています。例えば、消費者
に手に取ってもらいやすい値付
けを希望している方もいれば、
プロとして品質に見合った値段
をつけたいと考える方の気持ち
もわかります。最近の物価高も
踏まえて消費者にとって買いや
すい価格を考えながら、農家が
生活できるラインを模索してい
ます。

谷口組合長(以下、敬称略)
物価高という農家の目線でも

農産物直売所「愛彩ランド」設立以来務めてこられた前会
長から令和5年にバトンタッチ。出荷組織の会長を女性が務
めているのは、全国でも当組合くらいです。生産者だけでな
く消費者の目線も持ち合わせ、広い視野で対応していける野
内会長が、愛彩ランドを明るくポジティブな場になるよう出
荷協力会としての取り組みなどを語ってくれました。



総会には797名(議決権行使書含む)が出席

出荷協力会は7月3日、岸和田市
立浪切ホールで、第13回総会を開き
ました。

令和5年度事業報告や会計報告、
6年度事業計画、予算を審議し、全
議案を承認可決。出荷者全員で頑張
ろう三唱を行い総会を締めくくりま
した。

第一部では営農経済部職員が講師
となって農業安全使用講習会を行い、
改めて出荷者に農業の安全使用の徹
底を促しました。

谷口 サツマイモ収穫などの体験企画も引き続きお願ひしたいですね。体験企画は、生産者の方が直接消費者と交流できる貴重な場。ただ、ボランティアのような活動では継続できないのではと懸念しているんです。講師をしてくれる出荷者にはきつちりと対価を払い、継続させていただければと思います。



秋の収穫祭でのイモ掘り体験

野内 毎年、味噌造り体験も実施していますが、その時講師をしてきています。昔ながらのお味噌やつくだ煮などの加工品を出荷している方たちも後継者問題に悩んでいます。ぜひ残してもらいたい味なので、対策を考えていかなければいけません。

昨年は女性出荷者を対象に交流会を初めて開きましたが、今年度は何か検討されていますか。

野内 出荷者の交流は出荷時や引き取り時にあいさつを交わす程度。ゆっくりと話をする機会がなかったたので、初の交流会は非常に反響がありました。「次回に参加したい」と言う声も多く、今年は和歌山県へ足を伸ばした研修会を予定しています。前回は自身で登録している女性出荷者のみでしたが、出荷者のご家族も参加できるように検討しています。

谷口 出荷者の交流という点では、愛彩ランドだけでなく、府下全体でもしていけたらなと思っています。

野内 機会があればぜひ！ ちょうど先日、新聞で大阪府下の女性出荷者交流会の記事を見ました。例えば耕運機などの農機具は、女性の力では扱えないところもあるので、そういった女性ならではの苦勞をどのように対応しているか、聞いてみたいですね。

に近いことをしています。ジュースなどにする加工用の桃に、整理券という形で対応しているんですが、他の商品でも検討してみます。



加工用の桃

野内 高齢者の安全な出荷・引き取り方法についても考えていかなくはと思っています。特に、高齢の方は出荷をすることに生きがいを感じている方が多いので、できるだけ長く出荷できるように仕組み作りに協力していただきたいです。

谷口 確かに主力となっている出荷者は高齢の方が多いですね。今後もお出ししていただけるような対策が必要です。それと同時に

に新規就農者に対しても出荷しやすい仕組み作りが必要だと思っています。JAとしても担い手の確保、農地の整備を重要課題として取り組んでいます。

野内 出荷協力会も今後の直売所の運営を考えると、若い人を増やさないと感じています。

谷口 JAでは大阪市内でも新規就農説明会を行っています。愛彩ランドにおいても、農家の育成にもっと取り組んでいってもらえればと思います。

新規就農者の話が出ましたが、ご自身のお子さんが農業をされる場合にアドバイス等ありますか。

野内 息子には少なくともお米だけは作るよう言っています。やはり安全・安心に食べるためにも、専業農家ではなくてもいいので自分で食べるものを作ってもらいたいですね。

谷口 そうですね。実は私の娘が農業を始めて愛彩ランドに出荷しているんですよ。

野内 頑張ってますよね。農産物直売所は兼業農家や新規就農者も出荷しやすいのが長所の一つ

当JAに対する要望はありますか。

野内 やはり10年以上経つと設備が傷んできています。例えばパーコードラベルの印刷機などは、農作物用で4台、加工品用で2台ありますが、不具合が多くなってきて……。加工品用は1台に不具合が出ると、出荷に影響が出てしまっています。費用はかさみますが、必要な分は改修していただきたいです。また出荷者の中では、支店で野菜を販売したいという声もあるので、販路拡大のためにも、JAの協力をお願いしたいです。



谷口 わかりました。売り場のレイアウトもオープン当初から変わっていないので、一度見直してもいいかもしれません。

野内 そうですね。切り花や贈答品の場所移動なども考えましたが、セキュリティ面などさまざまな制約があつて、なかなか踏み切れないんです。

谷口 例えば贈答品などは商品のサンプルとパーコード札を置くようにして、購入希望者にパーコード札をレジへ持っていくてもらえば、混雑の解消になりませんか？

野内 現在は桃の時期に、それ

です。市場と違って売れる喜びを直接感じてもらえるし、少量から出荷できる。初めての販路として愛彩ランドを活用していただければ。

谷口 農産物直売所は誰が生産したかがラベルでわかるから、愛彩ランドでは出荷者の名前を見て購入される消費者も多いですよ。この人が作った野菜だから買う」という、指名買いの喜びを感じてもらいたいです。最後に改めて、消費者に向けて一言お願いします。

野内 愛彩ランドでは旬の新鮮

な野菜の香りを感じることができきます。お子さんと来てもらえば、食育の場としても活用してもらえらると思います。

谷口 子育て世代の若い方にも、もっと来てもらいたいですね。イベント時はもちろん、平時も来てもらって地元の旬に触れ、「食」と「農」をより身近に感じていただきたいと思っています。

野内 今後は試食をはじめ、小規模のイベントも増やしていく予定です。旬の農産物を楽しんでもらいたい、来るだけで喜んでもらえる場となるよう頑張るので、ぜひお越しいただきたいです。



J Aいずみのは地域農業の振興と、健康で豊かな地域社会の実現に向けて、さまざまな事業・活動を展開しています。地域に根ざしたJAの活動は、国連で採択されたSDGs（持続可能な開発目標）の達成にも通じるものです。



議案の採決を行う総代

- 通常総代会の目的事項
1. 報告事項
 2. 令和5年度貸借対照表、損益計算書および注記表並びに会計監査人の監査報告および監事の監査報告の件
 3. 決議事項
 4. 令和5年度事業報告および剰余金の処分の件
 5. 令和6年度事業計画設定の件
 6. 定款および定款附属書総代選挙規程一部変更の件
 7. 理事および監事報酬決定の件
 8. この総代会で行った決議および諸手続上の字句並びに軽微な事項について、行政庁の指示をうけたときは、これに基づく修正を理事会にご一任いただきたいと存じます。

通常総代会が無事終了!

6月26日、岸和田市立浪切ホールで、第15回通常総代会を開催。当日は、総代540名のうち434名（議決権行使書を含む）と准組合員18名が出席しました。まず谷口組合長が組合運営への支援や協力に對して感謝を述べ、農業やJAを取り巻く情勢を説明するとともに今後の運営について決意を表明しました。続いて、北池田支店地区の藤原克守氏を議長に選出し、令和5年度事業報告や、令和6年度事業計画設定などについて順次審議。全議案が原案どおり承認可決されました。



来店客800万人突破!

6月18日、愛彩ランドはオープンからの来店者数800万人（レジ通過人数）を達成し、記念セレモニーを行いました。記念すべき800万人目のお客さまは岸和田市の山崎秀之さんと裕美さんご夫婦。二人には、谷口組合長、野内出荷協力会会長から花束と愛彩ランドで使えるお買い物券を贈呈しました。山崎さんは「毎年、桃の出荷が始まったらいかに来ています。記念すべき日に来れて良かったです」と感想を述べられました。



記念セレモニー後に組合長らと記念撮影（山崎さんご夫婦…中央）

購買店舗リニューアル!

7月3日、いずみおおつ購買店舗が本格的にリニューアルオープンしました。苗や鉢植えに加え、仏花などの季節の切り花の販売も始めました。また、大阪府子ども食費支援事業第3弾の取り扱いも行っていきます（ヒノヒカリ3kg 10000円（税込））。ぜひご利用ください。



JA推奨のお米を販売



地域農業に生かします!

7月1〜2日、実行組合長代表者協議会は視察研修を実施しました。視察先の兵庫楽農生活センターは地域の企業、農家の協力のもと、さまざまな体験や教室を開き、農業振興に取り組んでいる施設です。担当者から講義を受けた後、施設を見学。終了後は活発な質疑応答や意見交換を行い、貴重な情報を得ることができました。



実行組合長代表者17名が参加



ふれあい活動

7月20日、夏祭りを開催。スーパーボールすくいやくじ引き、輪投げ、たこせんなど子どもたちは楽しい時間を過ごしました。土生郷支店、有真香支店、山滝支店、忠岡支店、北池田支店でもそれぞれ趣向を凝らしたイベントを開き、皆さんに喜んでいただきました。



色とりどりのスーパーボールすくいすくえたかな

お知らせ

- 中央支店
 - 10月中旬、毎年恒例の朝市を開催。
 - 東葛城支店
 - 9月11日、スマホ教室を実施。
 - 山滝上支店
 - 10月10日、幼稚園児・小学生に稲刈りを体験してもらいます。
 - 山滝上支店
 - 10月26日、支店で模擬店を開催。
 - 八木支店
 - 9月5日、支店マルシェでシャインマスカットを販売します。
 - 南掃守支店
 - 9月・10月、支店マルシェを実施。



女性会・女性大学・フレッシュユミズの活動

7月9日、フレッシュユミズ「いずみん」はJAバンクサポート部から講師を招き、NISA（ニーサ）講座を開きました。令和6年より新しくなったNISAの制度や活用方法などについて受講。参加者は熱心にメモをとり、講師に質問を行うなどして理解を深めていきました。



会員10名が参加

山滝下支店

6月20日、55名が参加して、奈良県へ日帰り旅行に出かけました。郷土料理の柿の葉ずし作りを体験した後、ホテルでの昼食を満喫。このほか最後に奈良町散策で懐かしい景色を楽しみました。



会員同士の交流を深めた

お知らせ

- 東葛城支店
 - 9月3日、御朱印帳作りを行います。
- 八木支店
 - 9月、手芸教室を開催。
- 南掃守支店
 - 10月、レインボー体操を実施。
- 城北支店
 - 10月28日、日帰り旅行に出かけます。
- 春木支店
 - 9月10日、ボウリング大会を開きます。
- 9月、音楽鑑賞。



忠岡支店

- 9月、支店マルシェでシャインマスカットを販売。
- 和泉支店
 - 10月、黒鳥小学校5年生と認定こども園Kidsまゆみの園児と稲刈り体験。
 - 10月、早生ミカン3kgの販売予約を受け付けます。
- 横山支店
 - 10月、横山まつりに参加（模擬店・焼き芋の無料配布）します。
- 南松尾支店
 - 9月、支店マルシェでシャインマスカットを販売。
 - 10月、ノルディック・ウォーキング講習会を開催。

忠岡支店

- 10月、日帰り旅行を実施。
- 9月10日、レインボー体操を行います。
- くずのは支店
 - 9月11日、誕生日会と手芸教室を開きます。
- 10月23日、日帰り旅行に出かけます。
- 和泉支店
 - 9月、料理教室を開きます。
 - 10月、役員会を開催。



※詳しくは各支店まで



農産物直売所 愛彩ランド

岸和田市岸の丘町3-6-18
TEL.072(444)8002
営業時間/10:00~17:00
定休日/毎週水曜日、年末年始

*イベント等はp.20に掲載しています

Vol. 153

カンタンおいしい!
加代子先生のCooking

J A いずみのホームページ (https://www.ja-izumino.or.jp) にも加代子先生の料理レシピを掲載しています。ぜひご覧ください!

プロフィール

藤村料理教室主宰
藤村 加代子先生
大阪の食文化研究会幹事
公民館講師
岸和田市観光振興協会副会長

ほどよい酸味が
食欲をそそります



鶏とナス、アスパラの黒酢炒め

材料 (4人分)
鶏もも肉 400g
ナス 3本
赤ピーマン 1個
アスパラガス 3本
土ショウガ (みじん切り) 少々
塩 少々
こしょう 少々
片栗粉 適量

油 適量
ごま油 少々
黒酢 大さじ4
しょうゆ 大さじ3
酒 大さじ2
スープ 1カップ
片栗粉 大さじ1
水 大さじ1

作り方
①鶏もも肉は一口大に切り、塩とこしょう、片栗粉をからませる。
②ナス、ピーマン、アスパラガスは一口大の乱切りにする。
③鍋に油をひき①を両面焼き、皿に取り出す。
④同じ鍋に油を足し、土ショウガを入れて②を炒め(A)を加える。煮立てば(B)でとろみをつけ、③を戻しごま油で風味を付ける。

おすすめは
秋が旬の黒枝豆です!

黒枝豆は一般的な枝豆よりも、サヤと粒が極めて大きく、深みのある甘みとムチムチとした食感が特徴。じっくりと湯がいて豆本来の甘みとコクを味わってください。



万代農産物直売所店長

愛彩ランド
“旬”のおすすめ

9月

10月

おすすめは
爽やか極早生ミカンです!

温州ミカンの中でも秋口に出荷される早い時期のミカンで、すっきりとしたみずみずしい味わいが特徴。疲労回復や風邪予防、美肌作りに期待できるビタミンCが豊富です。



収穫の秋を迎え、他にもサツマイモ、カボチャのほか、ユズ、すだちなどの香酸柑橘が順次出荷されます。お彼岸には日持ちがいいと評判の切り花もおすすめ!

愛彩ランドの出荷者紹介

愛情を込めた、やさしい味の
手作り弁当をお届けします!

飲食店で働いていた経験を生かし、愛彩ランドのオープンをきっかけに独立。現在はたこ飯をはじめ、あさり御飯、鯛めし、ほたて御飯、牡蠣飯などを販売しています。「毎日食べられる惣菜」をコンセプトにやさしい味付けに仕上げ、大きくふんわりと焼き上げた卵焼きをどの弁当にも入れています。直売所でお客さんから「おいしいね」と喜んでもらえることが、私の原動力。まだ薄暗い朝4時から作り始めることも今では習慣になりましたね。

今後は、以前販売していたチーズケーキなどのスイーツも再開したいです。毎日愛情を込めて作ったお弁当。愛彩ランドに来られた際はぜひ手に取って味わってください。



人気なたこ飯!
大きな卵焼きが目印です
出荷品目 ほたて御飯、たこ飯、あさり御飯、鯛めしなど
桑名 友代さん



まだまだ暑い日が続きますが、お変わりなくお過ごしですか？

9月は季節の変わり目、寒暖差などの影響によって体に不調を感じる方がいらっしゃるかもしれません。食欲不振や倦怠感、疲労などが蓄積しないように、まずは睡眠時間を十分に確保するようにしましょう。

さて、皆さんは秋をどのように楽しみますか？ 紅葉スポットに出かけたり、栗やサツマイモ、キノコなど、旬の食材を堪能したりするなど、いろいろな楽しみ方がありますよね。日々の暮らしの中で四季の移ろいを感じながら心のリフレッシュもお忘れなく。

今回は、「体側(胴体部の側面)を曲げ伸ばす運動」をご紹介します。農作業では前かがみになる場面が多数存在すると思います。同じ姿勢を長時間取り続けることによって体にも負担がかかります。作業の合間を利用して時折、胴体部を左右に曲げ伸ばしながら気分転換を図りましょう。ご自身の体の調子に応じて無理なく取り組んでください。

7つの部位を使った体操プログラム「The TaiSo」(ザ・タイソウ) 毎週五曜英文エリア館(協力:近畿日本ツーリスト)はコチラ



レッツ、トライ! 体側を曲げ伸ばす運動+足を曲げ伸ばす運動



(1) 脚は肩幅よりも広く開いて立ち、両腕を上げます。



(2) 片脚を曲げながら、体側と首を同時にゆっくりと曲げ伸ばします。このとき、息を吐きながら行ってみましょう。



(3) (1)の姿勢に戻ります。



(4) 反対側も同様に行います。



(5) (1)の姿勢に戻ります。

体を動かすためのヒント 手軽に体操

胴体部をゆつくり曲げ伸ばしましょう!

日本体育史学会 准教授

● 藤田 幸子

先日、息子が運動中に骨折をしてしまいました。診断は全治1、2カ月とのことでしたが、これが大人になるとその倍の時間がかかるそうです。成長期の子どもの力はすごいですね。しかし、骨は成長するときや骨折のときだけ新しく作られるわけではありません。大人になっても常に古い骨が壊され、新しい骨が作られるという新陳代謝をしています。年を重ねて、その壊されるスピードに対して作られる力が追いつかなくなってしまうと、骨が弱くなってしまいます。つまり骨を作ることが、誰もがいつでも必要なのです。

骨を作る上で一番大切なのはカルシウムです。カルシウムは他の栄養素に比べて吸収率は低めですが、骨を作るだけでなく、生命維持のために重要な働きをしています。そのため、体内のカルシウムが不足すると、骨からカルシウムを溶かして使います。また、カルシウムが余ると骨のため込みます。骨はカルシウムの貯蔵庫のような役割をしているのです。そしてカルシウムをため込んでいる骨の方が強い骨といえます。なので、私たちは体内のカルシウムが不足し

私の食育日記

骨を作る食事をしよう

食育インストラクター 岡村 麻希



わが家ではキノコやサケをチーズ焼きやグラタンにしたり、小松菜や厚揚げのおみそ汁に牛乳を入れたりして、さまざまな食材と乳製品を合わせたレシピにしています。カルシウムを含むバランスの良い食事と適度な運動や日光浴をすることで元気な骨作りを目指しています。

カルシウムを多く含む食品には牛乳などの乳製品や小魚などが挙げられますが、小松菜や厚揚げなどにも多く含まれます。また、ビタミンDと一緒に摂取することでカルシウムの吸収を高めてくれるため、キノコ類やサケ、卵なども併せて食べることをお勧めします。また、小松菜やブロッコリーなどに多く含まれるビタミンKや海藻や豆腐などに含まれるマグネシウムも骨を作る手助けをしてくれます。

スイスチャード カラフルな葉は観賞用にも

スイスチャードは和名をフダンソウ(不断草)といい、ホウレンソウと同じアカザ科の野菜で、おひたし・あえ物・炒め物に利用します。生育適温は15~20度ですが、暑さ・寒さに強く、ホウレンソウの作りにくい夏に容易に栽培ができます。このように、フダンソウの名前は季節を問わず絶えず栽培できることに由来します。中間地では、春まきは4月に種まきし、5、6月に収穫し、夏まきは7月にまいて8月に収穫できます。秋まきは10月に種まきし、12月から下葉をかきながら収穫を始



※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。

【品種】「アイdeal」(サカタのタネ)、「ブライトライト」(タキイ種苗)は葉柄、葉脈が赤、白、黄色などに着色します。フダンソウと呼ばれる品種には、「ふだん草」「うまい菜」などがあります。

【畑の準備】事前に1㎡当たり苦土石灰150gを予定の畑に散布して耕しておきます(1)。その後、化成肥料200gと堆肥2kgを施し、床幅90cmの栽培床を作ります。

【種まき】10~30度で発芽し、適温は25度程度です。じかまきでは条間20cm程度、株間5cm程度の間隔で1カ所に3、4粒を種まきします(2)。1粒の種(種球)から2、3本発芽するので、厚まきしないよう気を付けましょう。種まき後は、不織布でべたがけをして、幼苗を保護すると良いでしょう。苗作りをする場合はセルトレーや小型ポットを使い、本葉5、6枚まで育て、栽培床に条間20cm程度、株間15cm程度に植え付けます。

【間引き・追肥】発芽後2、3回に分けて間引きします。初めは本葉が開く頃に、生長の遅れた株や密になっている所の株を抜き取ります。最後の間引きで本葉4、5枚の頃に株間15cm程度にします。このとき追肥として化成肥料は1㎡当たり30g程度を条間に施して根元に軽く土寄せします。

【収穫】えぐみの少ない若取りを心がけ、春まきで種まき後40~50日、夏まきで30~40日、秋まきでは40~60日で、草丈が20cmくらいから収穫します(3)。下葉からかき取って利用すると、長い間楽しめます。カラフルな品種を観賞用とする

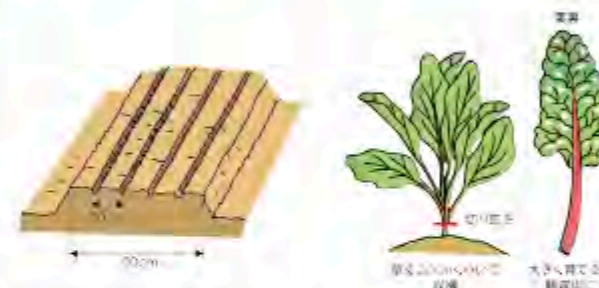
ときは、葉の長さを40~50cmまで大きくすると良いでしょう。また、秋まきでは冬に向かうにつれ、葉が鮮やかに着色します。

1 畑の準備



2 種まき(じかまき)

3 収穫



栽培カレンダー (スイスチャード)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月
冷涼地	●	■	■	●	■	■	■	■	■	■
中間地	●	■	■	●	■	■	■	■	■	■

●種まき(じかまき) ■生育 ■収穫

※月別の栽培情報「営農インフォ」はJ Aいずみのホームページで毎月更新しています。





運用会社のプロが伝授する

資産運用にも自分に合った味を見つけよう！

～ブレンド(調合)の大切さについて～

農林中金全共連アセットマネジメント(株)
シニア投信アドバイザー 吉澤清志

1. 人生の三大支出と資産運用の重要性

人生にはさまざまなライフイベントが待っています。その中で人生の三大支出と言われるのが①教育資金②住宅資金③老後資金であり、それに対する備えが大切となるわけです。

物価の上昇からお金を置いたままでは価値が目減りしていく状況で、資産運用は、もはや「売った、買った」で儲けを狙う“攻めの時代”から価値の目減りを避ける“守りの時代”に変わってきています。

新NISAがスタートした2024年の年明け前後からは、その制度の2つの“やさしさ”(=“易しさ”と“優しさ”)から関心もさらに増大しており、開かれる資産運用セミナーも盛況で、モノの値段に敏感な方々の参加が増えています。



※1 ゼクシィ結婚トレンド調査2022、挙式・披露宴・披露パーティー総額(全国版)より
 ※2 厚生労働省「第161回社会保障審議会医療保険部会 令和4年12月15日」平均値
 ※3 文部科学省「令和3年度 子供の学習費調査」、旺文社「2022年度大学の学費平均額」
 ※4 住宅金融支援機構「2021年度 フラット35利用調査」より(一戸建て(建売住宅)、全国平均/マンション(全国平均))
 ※5 ゼクシィ結婚トレンド調査2022、挙式・披露宴・披露パーティーの費用として親・親族から援助があった人の援助総額の平均

2. 長期投資の持つ意味(継続は力なり)

一方で、資産運用の重要性は認識しつつも、投資は「元本が保証されていない商品」であることも忘れてはいけません。時には専門家のアドバイスも参考にすることも含め相場と上手に付き合っていくことが大切となります。

相場と上手に付き合うためには、“長期戦略(=長く持ち続けること・つみたてを止めないこと)”が大事です。長期戦略は、リスク(=価値)の軽減につながり、数年に一度起こるとされる想定外の相場下落時にも資産価値の減少を軽減し、かつ、安くなった時にも購入を継続することで、その後の相場回復時の資産価値上昇につながる有効な投資手法の1つとされています。

ところが、この“長期戦略”というのが、簡単そうで実は難しいというのが皆さんの実感ではないでしょうか? 特に子育ての時期には教育資金や住宅資金のニーズが強く、投資にお金を回す余裕はないと思われる方が多いと思います。



3. “運用”と“ローン”のブレンド(調合)

“長期戦略”の有効性は先ほど述べた通りですが、一度投資を止めてしまうと再開するにはタイミングと決断力が求められるので難しいという声も多く聞きます。



“教育資金”や“住宅資金”が必要な時期には、運用(つみたて)額を調整しながら無理のない返済計画をたてるといった意味で運用とローンのブレンドが必要と考えています。

このブレンドの割合は当然それぞれによって違って来るはずですが、年齢や収入額・将来のライフイベントによっても変わってきます。そしてそれは3年・5年と時がたてば生活環境が変わってくるので都度変化していくものです。

運用とローンを相対とは捉えず、ブレンド(調合)を専門家に相談してみることも大切なことだと考えます。

4. “運用”と“保険(共済)”のブレンド(調合)

三大支出のなかで“老後資金”が一番不安と言われるのは、いつになれば終わるという“時間”という概念がないからでしょう。

教育資金は、お子さまが独立をすれば終わりますし、住宅資金もローンの返済はいつまでということがあらかじめ決まっています。一方、老後資金はどうでしょう? 将来のことですのでいつまで老後資金が必要なのかを予測することは困難ですが、長期間となることを想定してそれに備える必要があるでしょう。

人生100年時代をキャッチフレーズに豊かでゆとりあるセカンドライフを送るための“貯蓄から投資へ”は政府も推奨していますし、若いうちから老後に向けた資産形成・資産運用を始める方も増えてきています。

ところが、人生何が起こるか分かりません。日頃から健康に留意していても突然体調を崩すこともありますし、不慮の事故に遭遇してしまうこともゼロではありません。そうだとすれば、もしもの場合に備えることが大事になってくるので、こうした不安を解消する商品として“共済(保険)”があるわけです。

いろいろなシナリオが描けるからこそ、長い老後に備えての運用と、もしもの場合に備えての保険(共済)のブレンドも必要でしょうし、調合も人によって変わってきます。何に不安を感じているかは人によって違いますし、年齢によっても変化していきます。

先ほどのローンの時同様、時には専門家のアドバイスも参考にしつつ、その配分を決めることも一つの方法だと思っています。

周りの方と同じである必要はないと思っていますし、変えることも自由です。コーヒーや料理だけでなく、資産運用についてもぜひご自分に合ったおいしい味を作ってみてください。



吉澤清志: 大手証券会社で農林系金融機関の運用サポート業務に従事した後、現職に携わる。豊富な経験を生かし、顧客の立場に立った目線で行われるセミナーはわかりやすく好評を得ている。



理事会だより

<令和6年6月18日>

- 提出議案**
1. 規程類決裁権限一部変更の件
- 報告事項**
1. 事業の概況の件
 2. 地区別代表明会の意見概要の件
 3. 令和6年度夏季賞与の件
 4. 行政庁の報告請求命令に基づく当JAのマナー・ローンダリング及びテロ資金供与対策の実態調査にかかる報告の件

<令和6年6月26日>

- 提出議案**
1. 理事報酬決定の件
 2. 出資金の減資にかかる対応の件
 3. 行政庁提出の業務報告書の件

<令和6年7月29日>

- 提出議案**
1. ディスクロージャー2024作成の件
- 報告事項**
1. 事業の概況の件
 2. A.L.M委員会協議結果の件
 3. 2023年度JAバンクモニタリング結果報告の件
 4. 反社会的勢力等との取引排除にかかる対応状況の件(定期報告)

5. マネロン等の防止にかかる対応状況の件(令和6年3月末基準)
6. 第16回JAいずみの小・中学生畜産コンクール開催の件
7. JA全農ファーマーズららぽーと和泉店の閉店の件
8. 令和6年度農産物産権譲渡祭実施の件
9. 水稲ウンカ類の定点観測の実施と情報発信の件
10. その他

4. 令和6年度借入金・貸出利率・信用供与等の最高限度の件

- 報告事項**
1. 監事報酬決定の件
 2. その他

5. 相談・苦情等対応の件(定期報告)
6. 大坂工コ農産物認証制度(特別栽培)に基づいた米の生産と地産地消による消費拡大の件
7. 令和6年度秋季予約購買申込の件
8. 山直下購買店舗閉店の件
9. 農業機械展示即売会開催の件
10. 令和6年度秋冬野菜苗販売の件
11. その他

令和6年度 後期
農業基礎講習会参加者募集

栽培技術の向上により、安全・安心な農産物を栽培する生産者育成を目的に、栽培の基礎に関する講習会を開きます。積極的なご参加をお待ちしています。

開催日・講習内容

座学中心に基礎的な知識・技術を学んでいただきます(詳細な内容については、お問い合わせください)。

- 11月30日(土) 果樹栽培基礎②
剪定、苗木植付け等の秋・冬期栽培管理
- 12月7日(土) 土壌肥料基礎
土壌と肥料の基礎知識

場所・時間

宮農総合センター2階研修室 10:00~12:00

定員

各回90名(定員になり次第締め切り)

受講資格

JAいずみのの組合員で農業技術の基礎を学習したい方(農作業経験・知識の有無は問いません)

申込方法

受講申込書に必要事項を記入の上、宮農総合センターまたは各支店窓口・各購買店舗へご提出ください(受講申込書は、宮農総合センターおよび各支店窓口・各購買店舗に設置しています)。

申込期間

10月21日(月)~11月11日(月)

その他

- ・筆記用具は各自ご持参ください。
- ・受講時にマスクの着用をお願いする場合があります。

お問い合わせ先

指導販売課 072(444)8001



詐欺にご注意!!

JAいずみの管内で、特殊詐欺の被害が増えています。特に金融機関の職員や警備員のいない無人ATMへ誘導する事案も発生しているため、そういう指示をされた場合は詐欺を疑ってください。

「暗証番号は教えない!」「キャッシュカードは渡さない!」「一度電話を切って家族や警察に相談を!」

被害に遭わないように気を付けましょう。

なくそう、部落差別調査
私たちみんなの力で

大阪府部落差別事象に係る調査等の規制等の条例

山直下購買店舗が閉店します

山直下支店新築工事にかかる解体工事が、令和6年10月に予定されていることから、解体対象である山直下購買店舗を閉店します。

閉店日(最終営業日)

令和6年9月21日(土)

米の取り扱いについて

米については地域住民のニーズが高いことから、引き続き山直下支店内にて9月24日(火)より販売(9:00~15:00)します。

また、支店窓口営業時間外(土日、祝日)の対応や配達を希望される方については、宮農総合センター購買店舗より配達を行います。

お問い合わせ先

購買課 072(444)8001
山直下購買店舗(9月21日まで)
0120(86)1158

長らくご愛顧いただきありがとうございました。肥料、農業、生産資材につきましては、今後は宮農総合センター購買店舗をご利用いただきますよう、お願い申し上げます。

令和6年度 土壌分析実施

組合員を対象に土壌分析を実施します。宮農総合センター、各購買店舗に申込書と土壌分析用袋を用意していますので、ご希望の方はお申し込みください。

受付期間 10月8日(火)~18日(金) ※期日厳守

結果通知 11月下旬

料金 1検体300円(税込み)
※一組合員3検体まで

対象作物 野菜・果樹・花き

分析内容 リン酸、カリウム、腐植、電気伝導度、pH、Ca、Mgなど

※土壌分析用袋の記載事項をよくお読みください。

お問い合わせ先

指導販売課 072(444)8001

出資に関する変更手続きはお済みですか?

組合員加入時の登録内容に変更はありませんか? 以下のいずれかに該当する場合は、変更手続きが必要です。手続きがお済みでない方は、最寄りの支店または渉外担当者までご連絡ください。

- ・行政による住居表示変更があった方
- ・引っ越し等で住所を変更された方
- ・相続手続きが未了の方
- ・農業を辞められた方、または、始められた方
- ・その他、変更手続きが必要な方

当JA職員が訪問させていただく場合は職員証の提示をお求めください。

祭りに伴う臨時休業のお知らせ

【購買店舗】 10月12日(土)~13日(日)
全購買店舗を休業とさせていただきます

秋冬の野菜苗即売会

全購買店舗で秋冬植えの野菜苗を即売します。

場所・日時

宮農総合センター、南掃守、山直下、いずみおまつ、北池田、横山購買店舗
9月7日(土)、8日(日) 販売時間 8:00~15:00
※購買店舗の営業時間は9:00~17:00

品目

- ・セルトレイ4本入り
・キャベツ ・カリフラワー ・ハクサイ
・ブロッコリー ・芽キャベツ ・レタス
・リーフレタス ・赤キャベツ

セルトレイ16本入り

- ・シュンギク ・ミズナ ・チンゲンサイ

価格 1セルトレイ 150円(税込み)

※苗がなくなり次第終了。



9月・10月はさらにおトク!
JAカード限定! 直売所キャンペーン
JA直売所のご利用が **15% おトク!**
愛彩ランドも実施中!

愛彩ランド(農産物直売所のみ)で、対象期間中にJAカードをご利用いただくと、ご利用金額合計の10%相当分をポイント還元! いつもの5%割引と合わせて、15%相当おトクにご利用いただけます!
※還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

いつもおトクなJAカード特典!
JA直売所のご利用は請求時5%割引!

期間限定キャンペーン
JA直売所のご利用金額の10%相当をポイント還元!
【対象期間】2024年9月1日(日)~10月31日(日) 【還元時期】2025年1月
対象期間の愛彩ランドでのご利用金額合計の10%相当分を還元ポイント(4円=1ポイント)を計算します(小数点以下は切り捨て)。還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。
※ポイントは「JAカードわいわいプレゼント」または「JAカードゴールドポイントプログラム」でご利用いただけるポイントです。
※還元金額はポイント交換でキャッシュバックを選択された場合の金額(1ポイント=4円換算で交換)を記載しています。

※特典については予告なく終了や内容の変更を行う場合があります。
※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、JTBブランドのJAカードは本特典の対象外です。
※JAカードでのお支払いが対象です。電子マネーやコード決済等のお支払いは、JAカードを登録されている場合でも本特典は適用されません。

ソーラー 太陽熱温水器
落下事故防止の安全点検
安心・安全だね!
無料診断は全メーカーの太陽熱温水器を承ります。

JAの安全点検をご利用いただく。

- 安心** 屋根の上は、直射日光はもとより、雨・風・塵にさらされ、地震の影響も大きく受ける最も過酷な条件の場所です。定期的な点検によって故障や設置状態の良否を早期に発見すれば、安心してお使いいただけます。
- 安全** 屋根の上の点検作業は、何かと危険が伴います。専門家にお任せになれば、責任ある点検が受けられます。
- 満足** 太陽熱温水器も設置されていると次第に性能が低下してきます。早期点検によって故障を防ぎ、安心してご利用いただけます。

※JA全農取扱業者は、お客さまから現金をその場でいただく事はありません。※点検の結果により修理等をご希望される場合は有償となります。

※「農協から依頼された修理」などと偽り、点検・修理と称し、高額な費用を請求するといった事例が多発していますので、ご注意ください。JA全農取扱業者は、必ず巡回修理許可証を提示します。

お問い合わせは、購買課(072(444)8001)または購買店舗(表裏紙に記載)まで。

編集後記

まだまだ暑い日が続きますが、暦の上では秋となりました。秋といえば食欲の秋! 大好物のサツマイモや栗など旬の食材をたくさん楽しみたいと思います。皆さんも体調には十分気を付けてお過ごしください。(戸田)