

3.4

2025
(第399号)

おけはし

特集

空き巣や強盗から命と財産を守る
住まいの防犯



自井市
谷嶋 祐輝さん



JA西印旛

応募券
3.4月号

表紙紹介

今月は白井市平塚で苺栽培をしている谷嶋祐輝さんを紹介致します。



インスタも開設しています
「谷嶋いちご農園」で検索、フォローをお願いします
【yashima_1583】



いつから苺栽培をしていますか？

農業大学を卒業してから本格的に始めて、10カ月程になりました。「かおり野」「とちおとめ」「女峰」「スターナイト」など、7種類の苺を栽培しています。今は、親からハウスを一棟任されているので、親のサポートをして売り上げを伸ばしたいと思います。

挑戦している事はありますか？

設備を整えて、来年から苺狩りを始める計画をすすめています。再度「かけはし」で取材して欲しいです。

苺栽培を始めようとしたきっかけは何ですか？

進路を考える時になり、苺のおかげで家庭が成り立ち、私も育ったので苺への感謝と恩返しの気持ちを込めて苺を栽培しようと思いました。また、親の背中を見てきた事も大きいと思います。

苺を栽培していて嬉しかった事、大変な事はありますか？

嬉しかった事は、苺をプレゼントした時に「今まで食べた苺で一番美味しい」と言ってもらえた事です。大変な事は休みが少ない事です。繁忙期になると睡眠時間を削って栽培、収穫をしなければなりません。美味しい苺を栽培しないといけないというプレッシャーがあります。

消費者へメッセージ

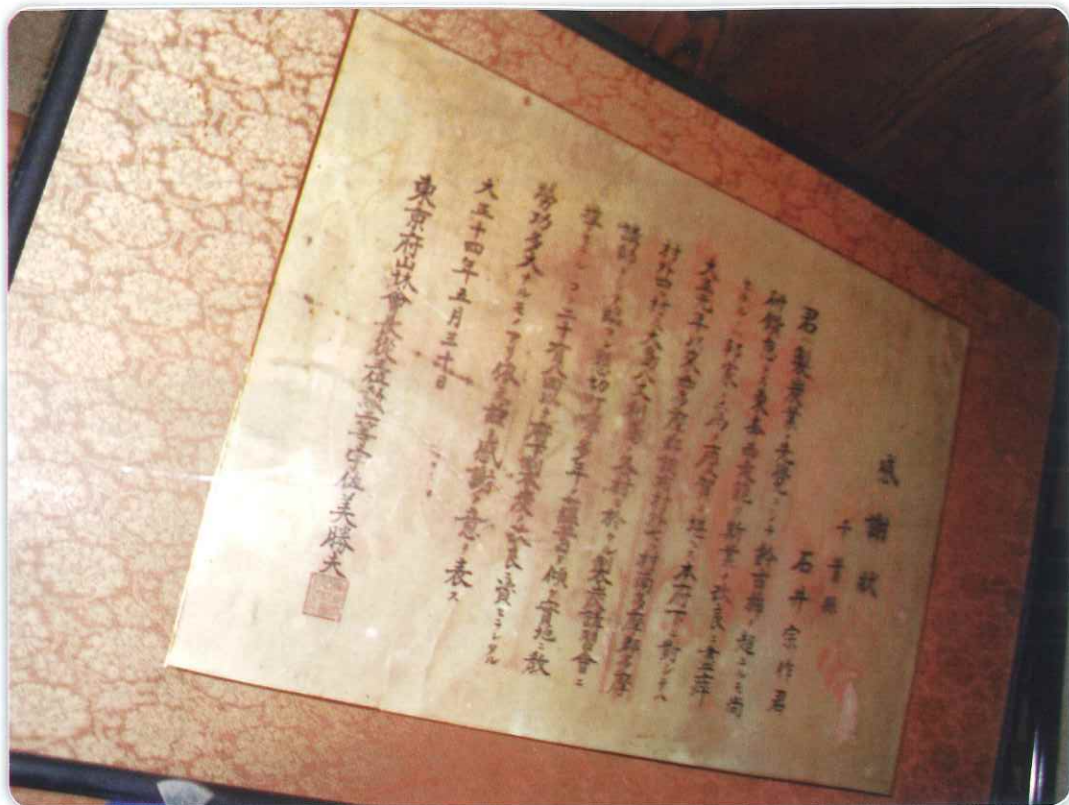
農業をする人が減ってきていますが、営農を始め、美味しい苺が収穫出来る様に頑張っているのです。ぜひ、召し上がって欲しいです。

目次

特集	空き巣や強盗から命と財産を守る 住まいの防犯	8
	お話処	3
	JA西印旛トピックス	4
	パズル? 頭の体操/お便りコーナー	7
	営農情報	10・11
	あなたもチャレンジ 家庭菜園 野菜もの知り百科	12
	体を動かすためのヒント なくそう食品ロス	13
	インフォメーション	14
	シェフ永井のおすすめ	15

祖先は炭作りの伝道師

印西市草深 石井 道夫さん



我が家の宝物です

私の家に1枚の古い感謝状を飾っています。感謝状をもらった人物は私の高祖父である宗作です。

感謝状は、大正14年5月

30日に東京府（都）のから授与され、「70歳を超えて、大正元年以来、調布や大島、八丈、利島等、複数の村で炭作りの講師として指導にあたり、東京製の炭の改良に尽くした事に感謝の意を表する」という様な内容です。感謝状は昔から飾られていたのではなく、倉庫を掃除していた時に見付け、興味深い内容だったので額に入れて飾る事にしました。

印西市草深は今でこそ住宅が多く建ち並んでいます。昔は沢山の木や竹が生い茂っていた為に炭作りが盛んで地域内の多

くの家に炭窯があり、作った炭を自分達で使ったり販売したりしていたそうです。私が子供の頃には、炭窯がある家もありましたが、今では見る事がありません。

高祖父は炭作りの名人だったと聞いています。今となっては、経緯はわかりませんが依頼されて色々な地域に炭作りの指導に行っていたのではないのでしょうか。現在は道も整備され、車や電車、飛行機など交通手段も様々あり何処へ行くにも困る事はありませんが、当時はとても大変だったと思います。

感謝状を授与された大正14年は西暦だと1925年になりますので、2025年の今年は授与されてから100周年になります。今後、この感謝状を我が家の宝物として大切に保存して、祖先の功績を伝えていきたいと思えます。

協同と総合事業好循環へ 第39回 JA 千葉県大会を開催

12/24

JA グループ千葉は千葉県幕張市で、第39回 JA 千葉県大会を開催し、千葉県内 JA の代表者等、約700人が参加しました。当JAからは常勤、非常勤理事、各部部长等が出席しました。

2025年度から3年間の共通目標として「食と農と組合員のくらしを支え、地域社会にJAの価値を提供」をスローガンに基づき5つの項目を柱として取り組む事を決議しました。

5つの取り組みの柱

1. 食料安全保障への貢献
2. 豊かなくらし・地域社会の活性化
3. JAの仲間づくり
4. 健全・強固な経営基盤の確立
5. 農業・JAへの理解・共感の醸成



千葉県内から多くの役職員、生産者が参加しました

甘いスイカに期待。 スイカ苗の定植始まる

印西市草深のスイカ生産者が、初夏に収穫するスイカの苗の定植を2月から始めました。

取材させて頂いた生産者は、接木をした苗をポット鉢で育て、成長した苗を定植するそうで、「異常気象の影響が心配だが、無事に甘いスイカに育てて欲しい」と期待しながら栽培していました。収穫時期が重ならない様に時期を変えて定植し、天候にもよりますが2月に定植した苗のスイカは5月頃に収穫でき、直売所や市場へ出荷されます。

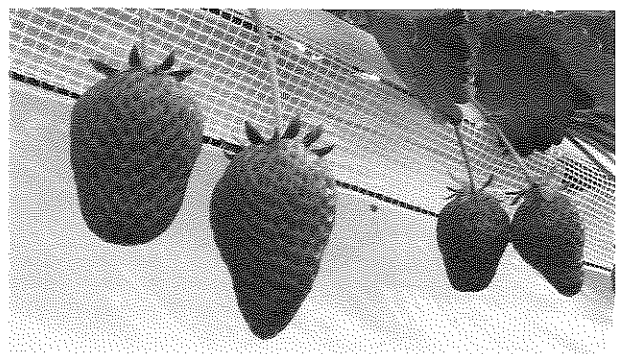


育った苗を畑に定植します

甘くて美味しい地元産の 苺はいかが？

当JA管内では、苺の栽培も行われており、直売所や市場への出荷が行われています。旬の苺の香りに誘われて、早速、取材に行ってみました。

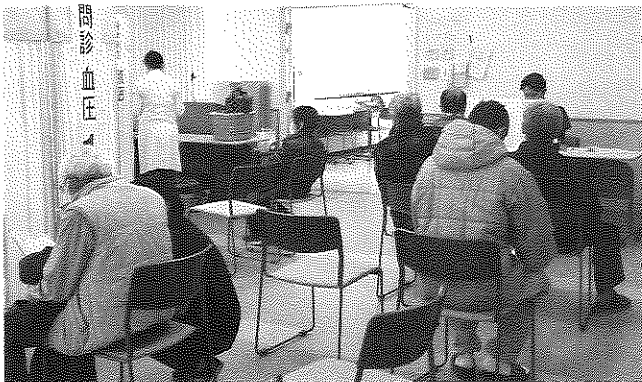
苺生産者に、出来具合を尋ねると「糖度が高い甘い苺になった」「昨年、非常に暑かったが、苗木に日光の当たる時間が長かった事が良かったかな」と話していました。試食で頂いた苺を食べたら確かに甘い！5月頃まで収穫が予定されており、当JA直売所でも地元産の苺を販売しておりますので、ぜひ、お召上がりください。



甘い苺に育ちました

健康管理に心掛けましょう！

当JAでは、皆様により健康的な生活をおくって頂くお手伝いとして、毎年、健康診断と人間ドックを地区毎に実施しています。この度、当JA本店会議室で、印西地区の組合員を対象とした健康診断を実施し、多くの組合員が健診しました。結果相談会も行いますので、健診を受けて心配な事がありましたら気兼ねなく相談して頂く事もできます。ぜひ、参加して健康管理にお役立て下さい。



健康管理にご利用ください

使用済苗箱の回収

2/10

令和6年11月に周知した、組合員を対象とした水稻の使用済苗箱の回収を、印西市草深にある当JA配送センターで行いました。

回収日には、事前予約をした多くの組合員が苗箱を搬入し、当JA職員が積み下ろし作業を行いました。回収した約45,000枚の苗箱はリサイクルされます。



約45,000枚を回収

万一に備えて防災訓練

2/2

白井市が総合防災訓練を行い、当JA篠田組合長が招待され訓練の様子を視察しました。

当JAは管内の行政と防災協定を結んでおり、今回の訓練で使用される炊き出し用の米の提供をしました。

訓練では、大地震の発生を想定し、被害情報の収集・伝達の他、人命救助、ライフライン復旧訓練など様々な状況に応じた訓練が行われました。また、自衛隊や警察、消防も参加して臨場感のある訓練になりました。

自然災害はいつ起こるかわかりません。皆さまも万一に備え、防災グッズの準備に心掛けてみて下さい。当JAのホームページ内の共済コーナーに防災備品について掲載しましたので参考にご覧ください。



笠井白井市長が各ブースを巡回

介護でお困りの事は ございませんか？

介護相談ダイヤル5300

JAで介護のお仕事始めませんか？

- ☆介護の仕事で、地域社会に貢献してみませんか？
- ☆年齢を問わず働けます。
- ☆ブランクのある方も安心して働けます。(同行指導有)

【問い合わせ】JA西印旛 居宅介護支援事業所
印西市大森3546-9 0476-42-1312

- ◇そろそろ親の介護が必要だと思っているが、どうしたら良いかわからない。
- ◇介護保険の認定をもらったけれども、どうしたら良いかわからない。
- ◇デイサービスやヘルパーをお願いしたいけど、どうしたら良いかわからない。など。

どうぞお気軽に
ご相談下さい



専門職員（ケアマネージャー）が
無料でご相談を承ります。

作って楽しい！食べて美味しい！ 料理教室開催

2/16

当JAとJA全農ちば、千葉県牛乳普及協会が協力し、千葉県産の牛乳、銘柄肉、地元産農産物を使用して、「ミルクと野菜とお肉のお料理教室」を当JA農産物直売所「とれたて産直館印西店」の研修室で開催しました。

千葉県伝統郷土料理研究会から講師を招き、指導を受けた参加者はロールポークのトマトソース添えやタラと白菜のみそグラタン等、4品を料理しました。

参加者はグループに分かれて楽しみながら料理をしていました。「楽しいので、次の機会にも参加したい」と話す等、料理教室を満喫していたようです。



笑いが絶えない料理教室になりました

事業目標必達大会を開催

1/9

当JAの役員、職員が出席し、2025年度事業の取り組みに対する意識を高める為、事業目標必達大会を開催しました。

勤続賞表彰や各部による事業目標の発表を行い、参加者全員で「頑張ろう！」と三唱して気持ちを奮い立たせました。

今年度も役職員一同、組合員、利用者の皆様との「かけはし」となり、より良いサービスのご提供とお力になれるように努めて参ります。



今年も頑張ろう！

梨ジュースでSDGs

近年、天候不順の影響を受け農産物にも影響が出ています。昨年、白井市では豊水に特有の症状（※蜜症）が発生し、梨農家によっては収穫した豊水の約5割に蜜症の症状が見られ、大量に廃棄処分せざる得ない状態になりました。

「廃棄処分されている蜜症の梨で何か加工品は作れないか」という相談を受けた白井市梨業組合が、梨生産者から蜜症の梨を買い取り、梨ジュースに加工した事で廃棄処分される梨を削減する事につながりました。

豊水は、他の梨の品種よりコクがあり、甘味、酸味のバ

ランスが良く、ジュースにむいているそうです。令和6年度産の梨を使用したジュースを当JA各直売所で販売致しますので、ぜひ、お召し上がりください。



※蜜症とは

天候不順などが原因で果実内の糖分が偏って果肉の透明化、食感や歯ごたえが悪くなり、熟度の進行が早く販売にはむかない症状。

大切な方と過ごす 最後のひとときを お手伝い

JA式場・虹のホール印西
公営斎場や、ご自宅
寺院等、ご希望の場所にて
お手伝いいたします

割引特典多数
JA虹の友
会員募集中

- 虹のホール印西 葬儀料無料
- 供花・供物の割引
- お通夜・お葬儀の割引
- お墓の割引
- お墓 提携店割引

もしもの時や、事前相談等いつでもご連絡ください

JA西印旗 経済部(葬儀担当)

☎ 0476-48-2208

虹のホール印西

☎ 0476-42-1194

虹のホール印西 日西市大森3546-3

年中無休
24時間
受付対応



JAの葬儀
jalifeco.jp

パズル? 頭の体操

Q 二重マスの文字をA~Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

1	6	8		16	19
2			13		
		9	10	17	
	7			14	
3			11		20
4				15	18
5			12		

タテのカギ

- 造って魂入れず
- ニワトリの頭についています
- エックスの次です
- 赤の広場やクレムリンがあります
- 卒業証書の——は筒よりファイルが主流になりました
- 脚本に書かれているセリフ以外の文章
- 地球を暖める天体
- ひな祭りのお吸い物につきものの貝
- ひな祭りに飾る花
- 春の景色がぼんやりとして見える原因
- 細川たかしのヒット曲「——の渡し」

ヨコのカギ

- 3月14日は——デー。バレンタインデーのお返しを渡すのによい日です
- お手洗いともいいます
- バレーボールのセッターが上げるもの
- 梅は咲いたか、——はまだかいな
- 日本一長いものは367kmあります
- イソップ—— 源氏——
- 失敗は成功の——
- 水戸、尾張に並ぶ徳川御三家
- 羽ばたいて飛べるほ乳類
- 漢字では「梭子魚」などと書く魚
- 草餅によく使われる植物
- お彼岸に参る人も多いところ
- 弾力がある、噛んで食べる菓子

クロスワード

- ☆応募のきまり
- 締切 4月14日(消印有効)
 - 発表 本誌次号誌上
 - 賞品 抽選で5名様に農協全国商品券をプレゼント致します。
- ◇当選おめでとう(1・2月号)
当選者は左記の5名様に決まりました。(敬称略)
- 大野 順子
 - 鈴木 広美
 - 久保田 友治
 - 白沢 きみ子
 - 利行 愛里



eメールでも募集中!
アドレスはこのページ下を見てね♡

ハ	ツ	ユ	メ	カ	キ
ガ	イ	キ	マ	ツ	ゲ
キ	ー	ブ	ジ	キ	
ド	ク	シ	ヨ	カ	
コ	カ	ユ	マ	ツ	
イ	ラ	ン	セ	ボ	ネ
モ	チ	レ	ン	コ	ン

[1・2月号の解答]
ABCDE
ゲンシュン

◇ハガキの書き方◇ ※eメールでも可

切手 270-1334
印西市西の原4-3
JA西印旛本店
広報係

- パズルの答え
- 住所・電話番号・氏名・年齢
- 好きなコーナー
- ご意見・ご希望

- 遠藤 淑
- 田窪 けい
- 竹本 翔子
- 前田 真理子
- 諸角 薫

◇当選おめでとう(1・2月号)
当選者は左記の5名様に決まりました。(敬称略)

☆「かけはし」についている応募券を応募用紙に貼り、直売所の投函箱に応募していただいた方の中から、抽選で5名様に農協全国商品券500円分をプレゼント!!
応募用紙は「これだて産直館 印西市・やおばあ」にあります。皆様のご来店をお待ちしております。

読者プレゼント企画

5名様に農協全国商品券500円分が当たります!!

お子様・ペット・時の眺めの写真をお送りください。デジタルカメラ・eメールでもOKです。
※各支店窓口でも受け付けております。



◆応募要領
郵便番号、住所、お子様の名前(ふりがな)、またはペットの名前、性別、「生年月日」、「撮影時の年齢」、お子様またはペットに変わって簡単なコメントを添えてお送りください。また時の眺めにもコメントを添えてお送りください。
※ペットの時は「は」は不要です。
◎応募写真は返却いたしません。
◎掲載された方には粗品を進呈致します。

お便りコーナー

- ◇家庭菜園をやっているの、苗木の記事は勉強になります。(和憲さん)
- ◆近年は異常気象で、生産者の皆さんも苦勞して栽培をしています。記事を参考に育てる楽しみ、充実感、難しさを実感してみてください。
- ◇米の食べ比べが好きなので、栄町産の米の食味が気になります。ぜひ、食べてみたいです。(広郷さん)
- ◆インターネットで調べましたら、栄町のふるさと納税の返礼品にお米もありました。食べ比べにいかがですか?栽培する産地により米の味にも違いがあるので、自分好みの米を探すのも楽しいですね。
- ◇美味しい野菜をいつも食べられるので嬉しいですよ。(朋子さん)
- ◆私も挑戦するのですが・・・見た目より味重視ですね!毎月掲載しているので挑戦してみてください。HPに数年分のレシピを掲載しておりますのでご覧ください。
- ◇お正月パズルを毎年楽しみにしております。今年は適度な難しさで無理なく楽しめました。(英雄さん)
- ◆適度な難しさがストレスなく解けていいですね。余裕があればJA西印旛クイズの掲載を考えているのですが、なかなか実現できていません。

効果的な防犯行動と住まいの防犯対策

住宅への侵入犯罪は、いつ、どんなときに被害に遭うかわかりません。自分や家族の命と財産を守るためには、一人一人が高い防犯意識と正しい防犯知識を持つことが大切です。

まずは自分の行動から 自主防犯行動10カ条

在宅・帰宅時の行動

- 1 在宅時でも出入り口や無人の部屋の窓に鍵をかける習慣を付けること。
- 2 訪問者に対しては、不用意にドアを開ける前に、まずドアスコップやインターホン越しに確認すること。
※宅配業者の訪問を偽装した手口には、荷物の受け取りに宅配ボックスを活用するなど、宅配の荷物を直接受け取らない方法にすることが大切です。
- 3 外出先から帰宅した際は、背後や周囲に人がいないか、よく確認すること。
- 4 日頃から建物の周囲を整理整頓し、侵入されにくい環境を整えること。
- 5 玄関をツーロックに、窓に補助錠を取り付けるなど、防犯設備を充実させること。建物部品を選ぶときは、防犯性能の高いものを選ぶこと。
- 6 設置した防犯設備機器を有効に役立てること。
- 7 旅行などで長期不在にするときは、隣近所へ声をかけ合ったり、郵便物新聞などの配達を止めたりするなどの対応をすること。
- 8 合鍵の不正複製を防止するため、鍵を家族以外の人には「見せながら渡さず」「写真や動画に写さない」。
- 9 自宅に必要な以上の現金を置かないこと。電話などで在宅状況、家族の状況、資産状況を聞かれても答ええないこと。
- 10 不審を感じた場合には、ためらうことなく110番通報すること。

日常での心構え

- 1 合鍵の不正複製を防止するため、鍵を家族以外の人には「見せながら渡さず」「写真や動画に写さない」。
- 2 自宅に必要な以上の現金を置かないこと。電話などで在宅状況、家族の状況、資産状況を聞かれても答ええないこと。

知っておこう。侵入犯罪の手口

ニュースなどでも報じられている通り、手口が巧妙で凶悪な侵入犯罪が相次いで発生しています。防犯意識を高め、住まいの防犯対策をさらに強化することが、今、私たちに求められています。

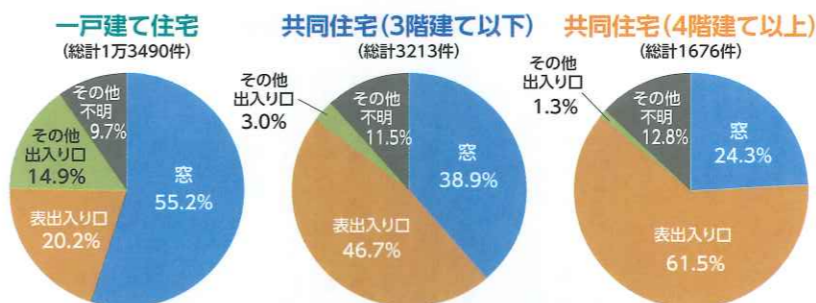
参考資料: 政府広報オンライン
イラスト: 服部新一郎

侵入窃盗における侵入手口(2023年)

	1位	2位	3位
一戸建て住宅	無締まり 6250件	ガラス破り 4833件	合鍵 347件
共同住宅(3階建て以下)	無締まり 1602件	ガラス破り 594件	合鍵 432件
共同住宅(4階建て以上)	無締まり 697件	合鍵 338件	ガラス破り 171件

まず、警察庁が公表している「侵入窃盗における侵入手口」のデータを見てみましょう。空き巣をはじめとした侵入窃盗の多くは、いづれの形態の住宅においても鍵のかかっていない箇所から侵入していることが分かります。表にある「無締まり」がそれです。
どんなに強固な鍵を設置していても、施錠をしなければまったく意味がありません。少しの間だから大丈夫と、玄関などの鍵をかけないままごみ出しに行ったり、洗濯物を干したりしていませんか？ほんの少しの外出であっても、必ず施錠する習慣を日頃から身に付けておきましょう。
「無締まり」の次に多いのが「ガラス破り」による被害です。家を

侵入窃盗における侵入口の構成比(2023年)



※構成比は小数第2位を四捨五入しているため、合計は必ずしも100%にはなりません。資料: 警察庁「住まいの防犯110番」から政府広報室作成

不在にする際には雨戸などを閉める、窓に補助錠を取り付ける、窓ガラスの全面に防犯フィルムを貼るといった対策も有効です。
マンションなど、4階建て以上の共同住宅では「合鍵」による侵入も多くあります。合鍵を玄関の周囲や郵便受けなどに隠したつもりでいても、侵入者は見抜いています。合鍵を家の外には絶対に置かないようにしましょう。

！あなたの住まいは大丈夫？

防犯住宅にならなくても「チェックポイント」

侵入者は犯行前に下見を行うことが多いので、狙われにくく、侵入されにくい住まいになっていることが防犯につながります。防犯対策がされている家であることを分かりやすくし、「この家は侵入しにくいな」と思わせることも防犯のためのも一つの方法です。

センサーライトや防犯カメラを外部から見える位置に設置し、侵入しにくい家であることをアピールします。このとき、防犯カメラはタミーではなく、実際に録画機能がある製品を選びましょう。さらに、死角が発生しないよう、複数のカメラを取り付けるとなお良いでしょう。

ここに注意！

庭木が窓の前にあり、家の周囲からの見通しが悪い状態になっています。見通しが悪いと、周囲からの死角になりやすく、侵入の目撃しやすさや侵入者が身を隠す場所となる場合があります。周囲からの見通しを良くして、侵入者が身を隠さないように、庭木の手入れは小まめに行いましょう。

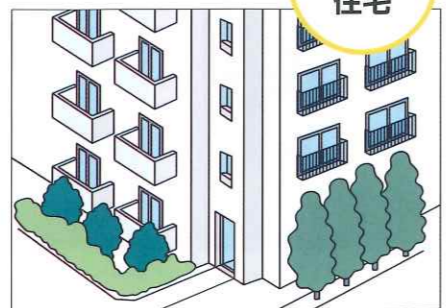
イラストのような家は門扉などがなく、誰でも自由に出入りできるようになっています。門扉やインターホンなどを取り付けて、敷地内へ簡単に出入りできないようにしましょう。



一戸建て住宅

物置やエアコンの室外機は、2階への足場にならないように留意しましょう。庭や敷地内の空き地には、足音が立つ砂利などを敷くと良いでしょう。

共同住宅



共同住宅は、敷地を区画する塀、柵、垣がないことも。塀、柵、垣があっても、見通しを妨げるものや、簡単に乗り越えられるものであったり、窓やバルコニーなどへの足場となるようなものであったりしてはいけません。侵入の足場とならないように配置や高さが工夫されているか、縦格子フェンスなど、簡単に乗り越えられない作りになっていることが望ましいでしょう。

侵入犯罪は、巧妙かつ凶悪な手口が増えています。

最新の防犯知識を得て対策を立てるとともに、不審な人がいた、何かがおかしいなどの異変を感じたら、ためらうことなく110番通報することが大切です。

CP部品と防犯対策

鍵のかけ忘れといった不注意を減らすなど、ちょっとしたことで侵入犯罪の防止を図ることは可能ですが、それだけでは不十分な場合もあります。ピッキングやサムターン回しはもちろんのこと、ドア本体をこじ開ける手口も発生しています。このような荒々しい手口に対応するため、CP部品(防犯性能の高い建物部品)を導入して、侵入口となる窓や玄関を物理的に強化する他、防犯カメラやセンサーライトを設置するなど、物理的な防犯対策を施すことも効果的です。



CP部品の詳細については、左のウェブサイトでも詳しく紹介されています。
5団体防犯建物部品普及促進協議会ウェブサイト「CP部品紹介」

ドア錠こじ破り

ボールなどの工具をドアと壁の隙間に入れて、この原理で強引にドア錠を壊して開ける手口です。強引ですが、通常のドアや錠なら短時間で破られてしまいます。

サムターン回し

ドリルを使ってドアに穴を開けるなどして、サムターン(ドアの鍵を室内側から施錠・解錠するために付けられたつまみ)を外から操作して侵入する手口です。

ピッキング

ピックと呼ばれる金属製の特殊工具を鍵穴に入れ、ドア錠を短時間で開ける手口です。ピッキング手口に対応した錠でなければ、1分もかからずに開錠されて室内に侵入されてしまいます。

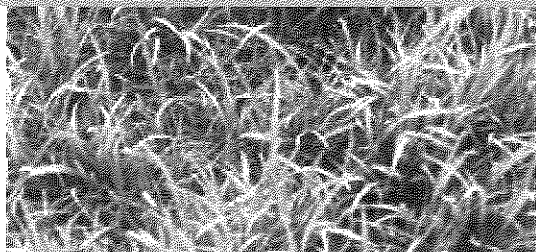
ガラス破り

ベランダなどの窓ガラスを破壊し、割れた部分から手を入れて解錠します。
通常のガラスであれば数秒で解錠されてしまいます。防犯対策に有効と思われるがちな網入りガラスは、本来防火用として開発されたガラスのため、侵入防止に効果はありません。
フレンチ錠(室内側に取り付けられる締め金具)や、補助錠の付近の窓ガラスにだけ部分的にフィルムを貼っても、さらに大きな範囲で割るだけなので、防犯対策には不十分といえます。防犯フィルムを貼るときには窓ガラスの全面に貼りましょう。

！どこから侵入する？ 具体的な侵入方法を知って 防犯対策の参考に！

水稻瓦版～育苗編～

もみ枯れ細菌病



種子伝染性病害 育苗期の高温・多湿が原因
 坪状に発生し、悪臭を放つ。ピシウム菌と似ているが、高温時に発生したものが、もみ枯れ細菌病である。
 種子消毒の徹底と培土消毒剤（フタバロン A 粉剤）の体系防除が基本

種子消毒：ヘルシードTフロアブル使用方法

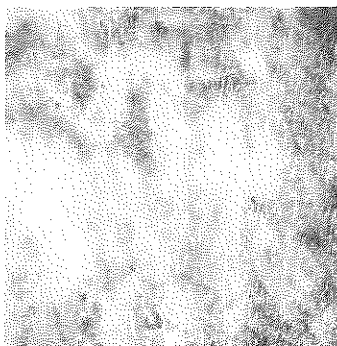
表. ヘルシードTフロアブルを使った浸漬処理の使用量

希釈濃度	種籾量	4 k g	10 k g	20 k g	40 k g
200倍	薬量	40 ml	100 ml	200 ml	400 ml
	水量	8 l	20 l	40 l	80 l

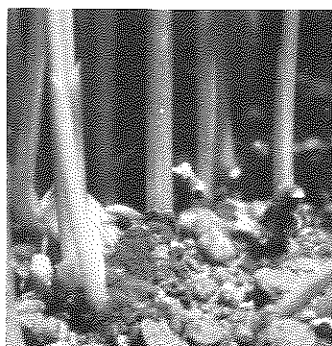
○発生が心配な場合は覆土にフタバロン A 粉剤を混和しましょう。

苗立ち枯れ病

高温が原因場合

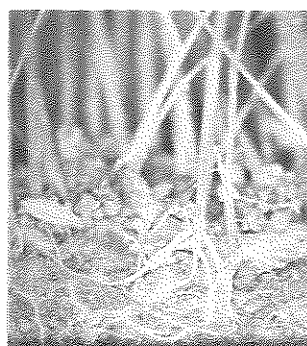


リゾープス菌

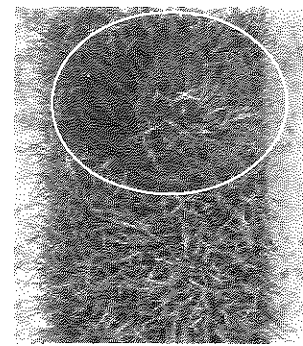


トリコデルマ菌

低温が原因場合



フザリウム菌



ピシウム菌

表. 主な苗立ち枯れ病防除薬剤

病原菌	発生原因	薬剤
リゾープス菌	出芽時の高温	フタバロンA粉剤 ダコニール1000、ナエファイン
トリコデルマ菌	出芽時の高温	ダコレート水和剤
フザリウム菌	播種後の低温及び乾燥と過湿 の繰り返し	ダコレート水和剤 タガレースM液剤
ピシウム菌	緑化期以降の低温	タガレースM液剤 タガレエ液剤、ナエファイン

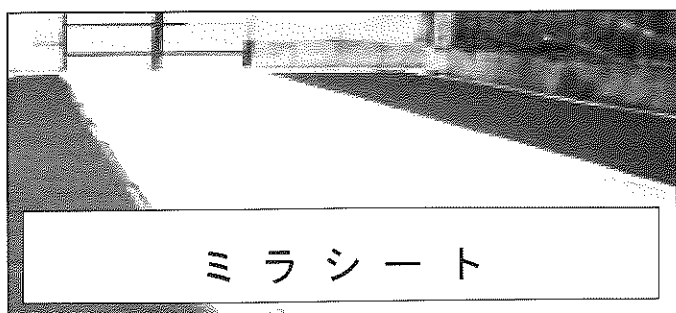
育苗時の温度管理

平置き育苗は播種後～出芽まで昼間 20～30℃、夜間 10～20℃の温度の確保が必要です。しかし、3月下旬の播種は育苗時に低温になる期間が多く、出芽の遅れや病気が発生するリスクが高くなります。健苗育成のために、被覆資材で保温し温度管理をしっかりと行いましょう。

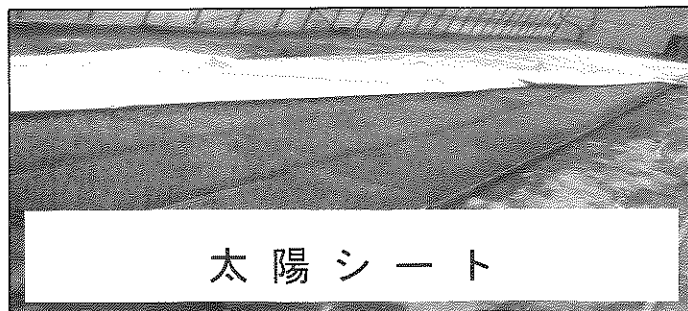
被覆資材について

資材名	メリット	加温	保温	耐久性	オススメ
ミラシート	低温時の保温効果が高い 耐久性がある	○	○	○	○
					安定した効果で使いやすい
太陽シート	ハウス内温度が高温時にも 30℃程度に保たれ、適度に光 が入るので、緑化期まで換 気・除覆の必要がない	△	◎		○
					換気の手間無く省力的

※被覆シートの中の温度も注意！（太陽シートは温度変化が少なく使いやすい）



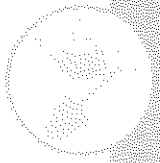
ミラシート



太陽シート

※農薬の使用と適用は2024年2月時点のものです。
※使用前にラベルをよく読んでください。
※ラベル記載以外は使用しないでください。

【お問い合わせ先】 JA 西印旛経済部 TEL0476-48-2207



あなたもチャレンジ 家庭菜園

ピーマン 整枝、追肥、灌水、剪定で長期収穫

園芸研究家・成松次郎

トウガラシのうち、辛味のない肉厚の楕円（たえん）形のものがピーマンです。また、パプリカと呼ばれているものは、赤、黄、橙（だいだい）などの着色した完熟果を収穫する品種です。高温性で暑さに強く、病害虫が少ないので栽培しやすい野菜です。

【品種】ピーマンの育苗期間は70〜80日と長いので、苗の購入が便利です。品種を特定することが難しいですが、「翠まつり」（タキイ種苗）、「翠玉二号」（サカタのタネ）などが良いでしょう。

【良い苗の選び方】良い苗は、①本葉8〜10枚で、双葉が付いている②茎が太く節間が短くしっかりしている③葉が緑色でつやがある④一番花のつぼみが付いている⑤病害虫のないもの、です（図1）。

【畑の準備】植え付け1週間前に、1平方日当たり苦土石灰100gをまいて土とよく混ぜておきます。1条植えの場合は1週間前に幅70cm程度の栽培床を作り、中央に幅30cm、深さ20

図1 良い苗の選び方

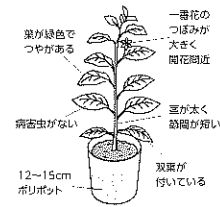


図2 畑の準備

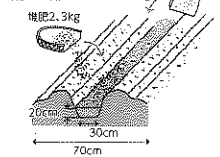


図3 植え付け

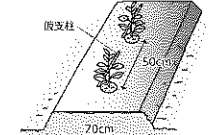
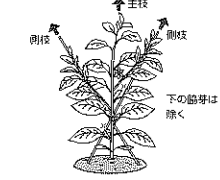


図4 整枝・誘引



「追肥・灌水（かんすい）」収穫が始まる頃から、マルチフィルムを裾をめくり、1平方日当たり（約4株

「整枝・誘引」植え付けと同時に仮支柱を斜めに挿し、株を支えます。一番花が着果すると、脇芽が伸びてくるので、一番花のすぐ下から出る勢いの良い2本の側枝を残し、他は取り除き3本仕立てにします。そして、一番花より下の脇芽は早めに摘み取ります（図4）。

なお、一番花は着果負担があるため、開花中に摘花します。その後、主枝または側枝に沿って1日以上の支柱2、3本を交差させて誘引・固定します。

【剪定（せんてい）】盛夏になると、枝が込み合い、葉が茂って果実への日当たりが悪くなってきました。そこで、この頃に重なった枝を剪定します。

【病害虫防除】アブラムシにはマラソン乳剤、アディオン乳剤などの登録農薬で防除します。

【収穫】開花後15〜20日、30日程度のつやのある若い果実を収穫します。

分）化成肥料50g程度を株元にまき、土寄せします。その後、半月置きに畝の裾に同量を収穫中休みなく与えます。根張りが浅く、乾燥に弱いので夏場は毎日灌水しましょう。

【剪定（せんてい）】盛夏になると、枝が込み合い、葉が茂って果実への日当たりが悪くなってきました。そこで、この頃に重なった枝を剪定します。

【病害虫防除】アブラムシにはマラソン乳剤、アディオン乳剤などの登録農薬で防除します。

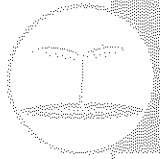
【収穫】開花後15〜20日、30日程度のつやのある若い果実を収穫します。

栽培カレンダー（ピーマン）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
冷涼地			←	←	←	←	←	←
中間地		←	←	←	←	←	←	←
暖地	←	←	←	←	←	←	←	←

▲ 植え付け ● 追肥 ○ 収穫

※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。



野菜もの知り百科

クレソン (アブラナ科オランダガラシ属)

土壌医・藤巻久志

一般庶民がナイフとフォークで食事をするのが少なかった時代、ピーフステーキの付け合わせといえはクレソンでした。クレソンは欧州原産で、日本へは明治時代初期に渡来しました。帝国ホテルやホテルニューグランドが外国人向けに使用したのが先駆けです。昭和初期にピフテキの銀座スエヒロが開店すると、クレソンの消費が急に伸び出しました。

平成になると手頃な価格でステーキを提供する店が増え、付け合わせもクレソン以外にニンジン、ジャガイモ、ブロッコリー、ホウレンソウ、インゲンなどが使われるようになりました。激安店では、野菜は一年中入手できる冷凍品が多いです。

ワサビやマスタードなどと同じシニグリンという配糖体を含み、殺菌・解毒作用があるとされます。独特の爽やかな辛みが肉のしつこさを和らげ、食欲を増進させます。辛みのあることから和名をミズガラシやオランダガラシとい

ます。クレソンはフランス語で、英語ではウオータークレスとい

います。ウオータークレスやミズガラシの名前のように水生植物です。種子繁殖もできますが、栽培の多くは栄養繁殖で行われています。茎を水に漬けるとすぐに発根するほど繁殖力が強く、野生化したクレソンが全国各地のきれいな水辺や湿地で見られます。初夏にかわいい白色のアブラナ科独特の十字花を咲かせます。

サラダ、おひたし、あえ物、炒め物、天ぷらなどにも利用できます。ペータカロテン、ビタミン類、ミネラル類などを豊富に含み、がんや老化の予防効果が期待されています。搾り汁は血行促進や皮膚細胞活性化の効果もあるので、アルコールで薄めて頭皮に塗ってマッサージすると発毛促進効果があるともいわれます。クレソン入りの発毛剤やシャンプーも販売されています。しかし、筆者の完全には上げがってしまった頭にはもう手遅れでしょう。



今月のあなたの運勢

3月

エナ・カサンドフ

*4月の運勢は、4月にホームページにて掲載いたします。



獅子座 7/23~8/22

【全体運】面倒な相手ほど丁寧に接しましょう。経験談には今のあなたに役立つ話が入っているはず。旅行の計画にツキ
【健康運】生活の中に香りを取り入れてリラックス
【幸運の食べ物】キュウリ



双子座 5/21~6/21

【全体運】手詰まりを感じていたことに活路を見いだせます。小まめに情報収集を。友人の意見を参考にするのもお勧めです
【健康運】食欲が増加。ローカロリー食材に注目を
【幸運の食べ物】春キャベツ



牡羊座 3/21~4/19

【全体運】上昇運。迷っていたことに方向性を見いだせそう。やりたいことをリストアップすると吉。外出を増やして
【健康運】部屋の増やす運動にツキ。ストレッチを
【幸運の食べ物】ウド



乙女座 8/23~9/22

【全体運】予想外の展開がありそう。かなりの追い風です。反発するより流れに乗るのが正解。臨機応変にチャンスを生かして
【健康運】羽織るものを用意。気温変化に合わせて脱ぎ着を
【幸運の食べ物】つまみ菜



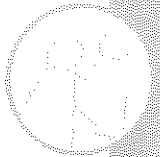
蟹座 6/22~7/22

【全体運】周囲からの支援が心強いとき。口うるさいと感じる助言にも聞いておくだけのメリットがあります。仕事優先で
【健康運】クイズで頭の体操を。ヘッドマッサージも◎
【幸運の食べ物】ウリイ



牡牛座 4/20~5/20

【全体運】少しお人よしが過ぎたように感じます。できないこととまて引き受けられないように。仕事を整理し、予定を立てて
【健康運】肩を回して肩凝りを予防。日頃の心がけが大事
【幸運の食べ物】キウイフルーツ



体を動かすためのヒント 手軽に体操

歌ってバンザイ、レッツ、トライ!

毎年3月22日は「世界水の日」です。これは1992年に国連が定めたもので、水の大切さを世界中で考える日として位置付けられています。世界には生活に必要な水を十分に得られていない国や地域があり、水不足が深刻な事柄として挙げられています。

水不足の原因としては、世界的な人口の増加や、地球温暖化による異常気象、水質汚染などがあり、2050年には世界で39億人が水不足の影響を受けると示唆されています。この機会に、水が貴重な資源であることに再認識するとともに、日々の暮らしの中で節水を心がけてみませんか。

さて、今回はいすに座った状態で腕を上げたり、足踏みをする運動をご紹介します。童謡「春が来た」を歌いながら体を動かしてみましょ。う。「春が来た」春が来た どこに来たよ。リ

7つの部位を使った体操プログラム「The Taiso (ザ・タイソウ)」はコチラ

レッツ、トライ! 腕を上げる運動+足踏み

リズムに乗せて、歌いながらレッツ、トライ!

日本体育大学准教授・伊藤 由美子

(1) いすに座って準備をします。
(2) 胸の前で両腕をクロスします。
(3) 両腕を上げましょう。
(4) 胸の前で両腕をクロスします。
(5) 両腕を上げましょう。
(6) リズムに合わせて足踏みを8回しましょう。



なくそう食品ロス

食品ロスを減らして 温室効果ガスも削減

食品ロス問題ジャーナリスト・井出留美

2024年の夏は暑かったですね。23年の夏も暑く、長野県で米や野菜を作っている筆者の義父母は「暑過ぎてサトイモが小さくなっちゃった」と嘆いていました。

欧州連合(EU)の気象情報機関「コペルニクス気候変動サービス」は、24年の世界平均気温が23年を上回り、過去最高になる見通しだと24年10月に発表しました。

過剰な暑さは農産物の生育に影響を及ぼします。23年産の新潟県産「コシヒカリ」は胚乳の一部もしくは全部が白く濁る「白未熟粒」が増え、等級が落ちました。海水温が高く魚が死んでしまう現象も起きました。この暑さの要因が「食品ロス」だと言ったら、意外に思うのではないのでしょうか。

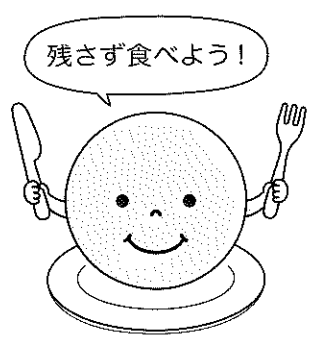
気候変動の一因となる温室効果ガスを世界で最も排出している国

の第1位は中国、第2位が米国です。しかし、世界中の食品ロスを合計すると、この二つの国に続く第3位の温室効果ガス排出量となるのです。

農業や食品産業など、世界の食料システムから排出される温室効果ガスは全体の30%以上に及びます。

世界200人近くの研究者が関わったドローダウンプロジェクトでは、地球温暖化を逆転させるベスト100の方法が検証されました。二酸化炭素の削減量や費用対効果などで順位付けしたところ、100位中、3位になったのが「食品ロス削減」でした。26位の「電気自動車」や43位の「飛行機の燃費向上」より、食品ロス削減の方が順位が高かったのです。それくらい、気候変動と食品ロスは大きく関連しています。

3月23日は世界気象デー。24年のテーマは「気候変動対策の最前線」でした。農畜水産物の生育を健全に保ち、自然災害を少しでも減らすために、食べられるのに捨てられる食品ロスをなくしていきましょう。



残さず食べよう!

3月23日は世界気象デー。24年のテーマは「気候変動対策の最前線」でした。農畜水産物の生育を健全に保ち、自然災害を少しでも減らすために、食べられるのに捨てられる食品ロスをなくしていきましょう。



水瓶座 1/20~2/18

【全体運】争いは避け調整を心がけて。平和的な手段を取ることでああなたの株が上がります。近距離旅行にツキあり
【健康運】食事、運動、睡眠、生活習慣をチェックして
【幸運の食べ物】タケノコ



射手座 11/23~12/21

【全体運】理不尽な状況に心を痛めることがあるかもしれませんが。運勢は下旬から上昇。様子を見て待つのも1つの手
【健康運】無理はしないで。古傷や持病はしっかりケア
【幸運の食べ物】ジャガイモ



天秤座 9/23~10/23

【全体運】やる事が多く忙しくなりがち。スケジュールの組み方で効率化を図れます。冷静に状況を整理しましょう
【健康運】血行促進を心がけて。お風呂はぬるめめで長めに
【幸運の食べ物】グリーンピース



魚座 2/19~3/20

【全体運】勢いがあります。ダメ元でやってみたこともなんとかなりそう。率先して動きましょう。行動的なほど開運
【健康運】運動で良い汗をかきましょう。体力もアップ
【幸運の食べ物】ニラ



山羊座 12/22~1/19

【全体運】スリリングな運気です。危ない場所には近寄らないで。周囲とコミュニケーションをよく取って誤解のないように
【健康運】自分に合ったストレッチを選んで。無理は禁物
【幸運の食べ物】ソラマメ



蠍座 10/24~11/22

【全体運】好調運。長年の苦勞が報われる出来事の前感です。新しいことを始めるのも吉。お花見に出かけましょう
【健康運】筋トレが吉。ハードなスポーツも楽しめます
【幸運の食べ物】サヤエンドウ

総代の皆様へ

第35回通常総代会を以下の日程で開催致しますので、ご出席くださいますようお願い致します。

◎日時：令和7年3月29日(土)

午前10時より
(午前9時30分受付開始)

◎場所：印西市文化ホール
(印西市大森2535)

◎お問い合わせ：JA西印旛 総務部総務課
0476-48-2201

理事会報告

【第13回理事会】 令和6年12月20日

(審議案件)

- 第1号議案 第11次地域農業振興計画の策定について(案)
- 第2号議案 第10次中期3か年計画の策定について(案)
- 第3号議案 令和7年度事業計画策定について(案)
- 第4号議案 令和6年度決算方針について
- 第5号議案 令和7年度内部監査計画(案)について
- 第6号議案 令和7年度コンプライアンスプログラムの制定について
- 第7号議案 令和7年度余裕金運用方針、方法及び限度額の設定について
- 第8号議案 令和7年度購買手数料の設定について
- 第9号議案 令和7年度販売手数料の設定について
- 第10号議案 役員賠償責任保険への加入について

【第1回理事会】 令和7年1月30日

(審議案件)

- 第1号議案 令和6年度固定資産減損損失計上について
- 第2号議案 令和6年度決算結果について
- 第3号議案 令和6年度剰余金処分案について
- 第4号議案 内部統制システム基本方針の一部改正について
- 第5号議案 信用事業方法書の一部改正について
- 第6号議案 令和8年度新規職員の採用方針について

税務相談(無料)

【申込先】0476-48-2201(企画管理課)

日時 毎週火曜日 午前10時～午後3時

3月26日(水)・4月23日(水) 午前10時～正午
(毎月第4水曜日)

法律・交通事故相談(無料) 【申込先】0476-48-2201(企画管理課)

日時 3月19日(水)・4月16日(水) 午前10時～正午
(毎月第3水曜日)

※ご相談希望の方は相談日の3日前までにお申込下さい。尚、税理士・弁護士の都合により日時が変更になる場合もあります。

休日ローン相談会(無料) 【申込先】0476-48-2203(本店融資課)

日時 3月16日(日)・4月20日(日) 午前9時～午後3時
場所 本店 (毎月第3日曜日)

相談内容 お住まいの新築、購入、リフォーム、借換、マイカーローン、教育ローン、農業関連資金等

葬儀相談会(無料)

日時 毎週日曜日 午前10時～正午

場所 虹のホール印西(印西市大森3546-9)

問合せ先 電話：0476-48-2208 経済部(葬儀担当)

フリーダイヤル：0120-055-983(虹のホール印西)

※ご相談希望の方は事前にお問い合わせ下さい。ホールの状況により相談会を中止させていただく場合もございます。



緊急連絡先

自動車共済事故受付(24時間・365日)

フリーダイヤル ☎ 0120-258-931

営業時間内 [9:00~17:00] はこちらまで

共済部 TEL. 0476-48-2250

葬儀(24時間受付)

フリーダイヤル ☎ 0120-055-983

経済部(葬儀担当) TEL.0476-48-2208

虹のホール印西 TEL.0476-42-1194

キャッシュカード夜間・休日受付

TEL.043-202-1171

プロパンガス

TEL.04-7197-2130





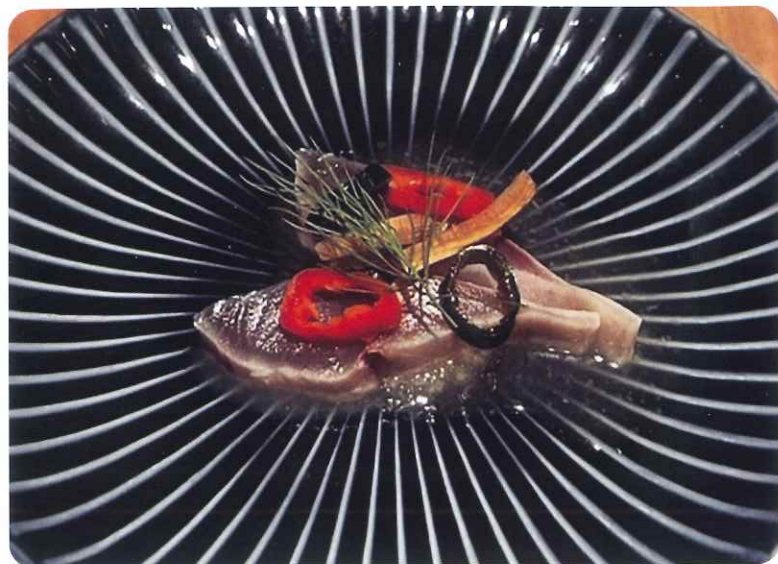
シェフ永井のおすすめ

※「シェフ永井のおすすめ」は本号をもって終了いたします。

永井智一（ながい・ともかず）
茨城県笠間市にある
「天晴（旧キッチン晴人）」
オーナーシェフ



アジのマリネ



材料(4人分)

- アジ(刺し身用) …………… 1尾
- 酢 …………… 適宜
- 甘長トウガラシ(赤・青) …… 各1本
- たくあん(しょうゆ漬け) …… 適宜
- 白キムチ …………… 100g
- 塩 …………… 適宜
- ディル …………… 適宜

作り方

- (1) アジを3枚におろし、塩を強めに振り5分置き、水洗いして水気を拭き取り、酢洗いにする。甘長トウガラシは種を抜き、輪切りにする。たくあんは細切りにする。
- (2) 白キムチは汁ごとミキサーにかけ、ピューレ状にする。
- (3) 皿に(2)の白キムチを敷き、(1)のアジを切って盛り付け、甘長トウガラシ、たくあんをのせ、白キムチの残り汁を上からかけ、ディルを飾り出来上がり。



豆腐の冷製スープ

材料(2人分)

- ホタテ貝柱 …………… 2個
- マイタケ …………… 1/2パック
- 塩 …………… 少々
- 木綿豆腐 …………… 1丁
- 昆布だし …………… 100ml
- リンゴ(さいの目切り) …… 1/4個
- 松の実(素揚げ) …………… 適宜
- パクチー(みじん切り) …… 適宜
- 麻辣油(マーラーユ) …… 少々

作り方

- (1) ホタテ貝柱とマイタケは塩を振り、焼き網で両面を焼いて半分に切る。
- (2) 木綿豆腐と昆布だしをミキサーにかけ、ピューレ状にして塩で味を調える。
- (3) 皿に(2)のピューレを流し入れ、(1)のホタテ貝柱を中心に置き、上にマイタケをのせ、リンゴ、松の実、パクチーを散らし、麻辣油をかけ出来上がり。

時の眺め

「65年程前、井戸の完成時に
近所の皆さんが記念に撮影」



印西市平賀 齋藤 美佐子さん

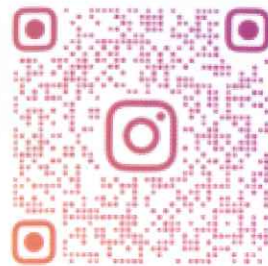
Follow Me!



JA西印旛
Instagram

はじめました

当JAのInstagram公式アカウント
を開設いたしました。フォロー宜しくお願
いいたします!



JA_NISHIINBA_OFFICIAL

食品ロス削減に貢献しながらお得にお買い物!

当JA農産物直売所「とれたて産直館印西店」が消費・賞味期限の近い商品を購入した消費者にポイントを付与するアプリ「**ECOLEシ**」を導入しました。

「**ECOLEシ**」とは、加盟店舗で対象商品を購入したレシートを専用アプリから読み取るとポイントが付与されるサービスで、様々なポイントに交換できる他、登録した口座への出金も可能です。詳しくは「とれたて産直館印西店」までお問い合わせください。アプリの内容は「当JAホームページ」「とれたて産直館印西店」に設置してあるチラシをご覧ください。



編集うら話

私が個人的に開設しているインスタを閲覧した韓国の方が興味をもって来て、最近、連絡をしようようになりました。きっかけは年末に、取材先の生産者の方から頂いた大根を使って料理した「みぞれ鍋」を掲載したのですが「食べてみたいから作り方を教えて欲しい」と連絡がきた事です。最初は料理の話でしたが、様々な話題に広がり、日常生活の様子、食べ物の話題だったり意見交換をしたりして海外の方の考えが参考と良い刺激になっています。大根から国際交流が始まるとは思いませんでした。大根をくれた生産者さんに感謝です。それにしても送られてくる写真に写っている韓国料理が美味しそうで食べてみたい! (F・S)

★ホームページもご覧ください。

<https://www.ja-nishiinba.or.jp>

JA西印旛

検索

総務部	☎0476(48)2201
金融部	☎0476(48)2203
共済部	☎0476(48)2202
共済部(自動車事故相談)	☎0476(48)2250
自動車事故(夜間・休日)(フリーダイヤル)	☎0120(25)8931
経済部	☎0476(48)2207
経済部(肥料・農業のご注文)(フリーダイヤル)	☎0120(48)2207
プロパンガスのご用命は(全農ガスセンター)	☎04(7197)2130
介護保険に関するお問い合わせ	☎0476(42)1312
農業機械に関するお問い合わせ	☎0476(47)3133

中央支店	☎0476(48)2210
東部支店・燃料(灯油・軽油)	☎0476(95)1101
キャッシュカードの紛失・盗難受付(夜間・休日)	☎043(202)1171
農産物直売所 印西店	☎0476(48)2200
農産物直売所 白井店(やおばあく)	☎047(498)2007
経済部(葬祭24時間受付)	☎0476(48)2208
虹のホール印西(葬祭24時間受付)	☎0476(42)1194