

さくら

【特集1】 親バカトマト

【特集2】 農業研修はじまる

“農”

がある暮らし
のなかで



農事組合法人
須田の郷 助川農園
マサハル ありからつ
助川 成光
さん

自慢するくらい、おいしい。

「親バカ トマト」

助川農園では、1969年にトマト栽培を開始しました。「親バカトマト」の始まりは、1991年にトマト部会（現いわき地区ハウス部会須田支団）でオリジナルの箱を作ろうという話になったとき、「親バカですが我が家の『自慢の桃太郎です』というキャッチフレーズを付けたこと。その後、トマトの品種が変わったことで名前も「桃太郎」から「トマト」へ変わり、キャッチフレーズを短縮したことで「親バカトマト」というブランド名が出来上がりました。

このブランド名は、いわき市だけではなく福島県内にも知ってほしいという願いから応募した、福島県産品の「ぶくしま」ブランドコンペティション2012で最優秀となるゴールドを獲得しています。

生産者の助川成光さんは、

大事なものは、 良い土作り。

助川農園では土耕でトマトを作っています。土耕で大切なことは、まず土作り。土作りが丁寧なことで、**同粒構造**がしっかりした良い土が出来ます。

同粒構造とは、土壌粒子（土の微細粒子）が小粒の集合体を形成している構造のことです。だんご状になった大小の土の塊がバランス良く混ざり合い、適度な隙間がたくさんつくられることで、土が柔らかく、通気性に優れ、有用微生物が多数繁殖している作物の生育に適した土となります。

助川農園では、物理性・化学性・生物性の3つの要素から土作りをしています。特に物理性という点では、米作りをやっている中で出てくるもみ殻や、トマト作りの過程で出てくる芽かきしたわき芽や余分な葉っぱなどを土に混ぜ、約1年をかけて微生物によって発酵させてたい肥を作っています。この方法によって、普段なら廃棄してしまう資源も上手に循環することができています。

このように、たい肥作りや土壌分析から土作りにこだわることにより、病気に

目次 -contents-

02 【特典1】

04 親バカトマト

04 トビックス

09 自己改革の取り組み

10 【特典2】

12 農業研修はじまる

15 笑顔のさくら

16 今月のオススメ野菜

18 TORETAKEアライフ

19 ベジタブルライフ

21 セリ情報/季節のレシピ

22 クロスワード/占い

24 読者のこえ

23 JAからのお知らせ

24 三つ星レシピ



かかりにくい

健康なトマトが育ち、減農薬が可能になりました。2004年に、農薬と化学肥料の割合を慣行の50%以下に抑えた**福島県特別栽培農産物**の認証。2017年には**ふくしま県GAP (FGAP)**の認定を受けています。

また、助川農園は湖の近くということもあり、使用する水は全て地下水に頼っています。この地下水に多く含まれるミネラル分がトマトの養分となることで、栄養素も高く、甘味と酸味のバランスがとれた、品質の良いコクがあるトマトが出来るとのことです。

敷地内に
直売所も併設
しています



様々な品種のミニトマト

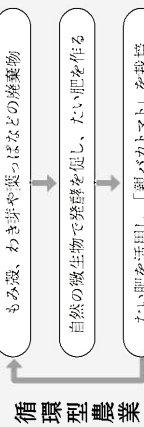


腐を使った発酵作業



もみ殻を使用したたい肥づくり

「循環型農業」は、農業・畜産・家庭などから出る廃棄物を肥料として循環利用すること。資源を有効活用して環境負荷を減らし、持続可能な農業を目指す動きを指します。農業が環境保護へ与えるリスクを考慮して、助川農園でも、この取り組みを積極的に行っています。



地球に
優しい農業へ
循環型
農業

Topics & Action Report 郡山 5月20日 学校屋上 菜園で夏野菜栽培

郡山地区本部は、包括連携協定を結んでいる郡山南成学園の屋上菜園で、食農教育の一環として夏野菜などの苗の定植を行い、栄養士を自任している郡山女子大短期大学部の健康栄養学科の学生36名が参加しました。



マルチ掛けをする学生ら

今後、学生の皆さんが交代で水やりや草取りを行い、収穫された野菜は学校の学生食堂や調理実習等で使用する予定です。



QRコードをスキャンして参加申し込みをしよう！

Topics & Action Report 郡山 5月10日 交通事故の怖さを 実感

郡山地区管内の郡山市立郡山第五中学校で交通安全教室を行い、教職員を含め全校生徒約550名が参加しました。



交通事故の怖れに思い入る生徒ら

交通安全教室では、郡山警察署交通第一課・坂本雄大課長による交通安全講話や、有限会社スーパードライバースのスタントマンらによる、実際に起こった交通事故の再現が行われました。



QRコードをスキャンして参加申し込みをしよう！

Topics & Action Report 全域 5月30日 農産物の魅力をPR! キッチンカー登場

郡山市の農産物直売施設「あぐりあ」に、地元農産物を使用した料理を提供するキッチンカー「キッチンほしくま」が営業を開始しました。



PRをするキッチンカー

「キッチンほしくま」は昨年からは、福島県唯一のプロ野球チーム・福島ソフトボールズに、郡JAの農産物を使って考案したメニューを「選手メニュー」としてホームゲーム試食前に提供しています。

今後は、キッチンカーでの「選手メニュー」の販売も予定しています。



QRコードをスキャンして参加申し込みをしよう！

Topics & Action Report 全域 5月18日 総代会に向け事前説明会開催

5月28日に開く第6回運営総代会に向け、事前説明会を管内5ヶ所で開きました。



説明会要項に詳しく紹介

今回の説明会では、新型コロナウイルス感染症予防のため、感染拡大地域のいわき地区の説明会は中止し、開催する会場では、説明会司会者の机に3面アクリルパネルの設置や抗原検査キットを準備し、感染症予防策を徹底して行いました。



QRコードをスキャンして参加申し込みをしよう！

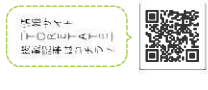
Topics & Action Report 郡山 4月28日-5月5日 各直売所でGWフェア開催

当JA管内7ヶ所の農産物直売所では、ゴールデンウィークフェアとして様々なイベントを開催しました。



あぐりあイベントの盛り

中でも、5月4日には郡山市の農産物直売施設「あぐりあ」で、当JAとオアシスアルパルメアスポンサー契約を結ぶ福島県のアロバスケッポールチーム・福島ファイヤーボンスのトップチャリティー「Red Sky Girl's Cheerleader」がチャリティーを披露したほか、キッズチアのダンスや管内農産物が豊島のじやんげん大会で会場を盛り上げました。



QRコードをスキャンして参加申し込みをしよう！

Topics & Action Report 全域 4月27日 JA電気契約者抽選会

郡山市の本店より、地元切り替えキャンペーン抽選会を開催し、役職員ら約30名が参加しました。



抽選を行う郡野組合員ら

郡山市の本店より、地元切り替えキャンペーン抽選会を開催し、役職員ら約30名が参加しました。

郡野組合員ら約30名が参加し、このキャンペーンにおいて契約者数を順調に伸ばしました。JA地元切り替えキャンペーンは、2020年9月1日から12月31日までの契約者で、21年3月31日までに電力供給が行われた1,080件の契約者に抽籤し、抽選で100名と全選賃20名に5,000円相当の福島牛を選挙しました。

JA地元では、組合員が日々利用している電気の料金を安くするために、JAグループが取り扱うエネルギーです。組合員の福祉や生活コストの削減を図る旨で推進を行っています。



QRコードをスキャンして参加申し込みをしよう！

今月の活動内容報告

組織全体での活動をはじめ、各エリアで開催されたイベントや地域の方との交流など、SDGsを含めたさまざまな話題をご紹介・報告いたします。

Topics & Action Report
いわき
 5月14日
地域で 繋いだクマ ガイソウ



咲き誇るクマガイソウ

いわき市田代町木地区一帯クマガイソウを守る会」で管理しているクマガイソウは、当地区で守り育ててきたものでしたが、現在は地区の住民や市内の有識者約40名で、生間を通して管理を行っています。

例年だと5月上旬を境に開花が始まるまで一週間放し、たくさんの方々がクマガイソウを楽しんでもらっていますが、今年も新型コロナウイルスの影響で公開は出来ず、お花見のみで行うこととします。

関係代表の宇土雄徳さんは「新型コロナウイルスの影響拡大により公開を中止したが、全国各地の皆様から励ましや言葉をいただき感謝している。これからはしっかりと管理し、この伝統を守ってまいります」と話しました。

Topics & Action Report
いわき
 5月9日
母に感謝！ 母の日フェア ア大盛況

いわき地区管内のファーマーズマーケットいわきは母の日フェアを開催しました。同フェアでは、店内で買い物をした来店者全員に100名に赤いカーネーションとお茶パックをプレゼントしたほか、野菜苗などの販売やいわき市の風物産「伝でん」が店舗前に出し、からあげの販売を行いました。

当日は開店前から長蛇の列が続き、開店後、店内や店舗前には多くの来店者で賑わいました。

同売売所の木田聖一責任者は「今後も様々なイベントを企画して集客を図ってまいります。また、当店は新型コロナウイルスの感染予防対策もしっかりと行っているため、安心して来店していただきたいと願いました。」

直売所では、今後も様々なイベントを行い、集客を図ってまいります。



来客者で賑わう店内の様子



「クマガイソウ」の魅力を詳しく知ろう！



「クマガイソウ」の魅力を詳しく知ろう！



Topics & Action Report
たむら
 5月14日
凍霜害のピーマンの 事後対策として

たむら地区本部は、4月27日に同地区管内で発生した凍霜害の発生に伴い、凍霜被害のあったピーマンのトンネル栽培生産者35名を対象とした事後対策現地指導会を、三春町と小野町のピーマンの圃場で行いました。

同管内は、ピーマンの作付面積が2,300アールと県内有数の産地ですが、今回の霜の被害により、トンネル栽培（作付面積609アール・生産者70名）の19アール（全体の約8%・トンネル栽培の約31%）の圃場が被害にあいました。

今回被害にあったピーマン1万9千本のうち、被害を免れたピーマン約5千本はすでに手配し生産者に配布、5千本は凍霜害発生後4月末に仮植し5月末に生産者に配布される予定となっていますが、被害にあった苗を全部植え替えする準備が出来ないことから、被害のあった苗の置き身を伸ばしていく対応について指導しました。

今回の指導会では、県中農林事務所田村農家普及所の職員が、凍霜



圃場で説明する佐久間さん(左)



「凍霜被害」の対策を詳しく知ろう！



Topics & Action Report
たむら
 5月10日
産地化をめざして さつまいも現地指導会

たむら地区本部は、田村市にあるさつまいも専門部会長・佐藤松美さんの圃場で「さつまいも現地指導会」を開催し、18名の栽培希望者が参加しました。

今回の指導会は、東北地域農林水産・食品ハイテク研究会の小巻京巳氏らを講師に招き、定植前から定植後の栽培管理法までについて学びました。栽培希望者のほとんどが今年から栽培を始めるため、雑草の除去や病虫害対策について基礎から詳しく学びました。

今年秋に同管内では、さつまいもの貯蔵施設が完成予定。生産面積の拡大や、遊休農地の解消のため、さつまいも産地化を目指し、2月には同部会を発足。生産者とJAの連携を強化し、産地化に向け取り組んでいきます。

佐藤部会長は「一線に



小巻氏の指導を真面目に聞く参加者



勉強しながら、頑張っていくましょ」と挨拶しました。

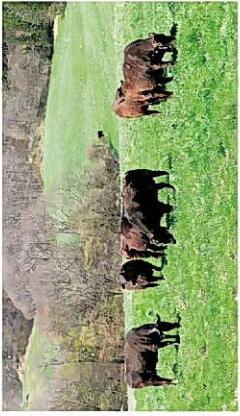
当JAでは、今後も定期的に指導会を開催し、生産技術の向上、栽培面積の拡大に取り組みしていきます。

Topics & Action Report
いわき
 4月23日
東北で トップをきって放牧

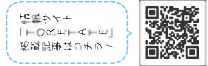
いわき市常盤山放牧野へ、牛の放牧が始まりました。繁殖牛の雌牛20頭が書々と成った草の感触を楽しみました。放牧は妊娠牛が中心で、環境の良い放牧場で適度な運動、新鮮な牧草を手入れることで出産に良い影響を与えます。出産の1か月前まで放牧されます。

面積50ヘクタール、標高81メートルに最大で約80頭放牧が出来ます。昭和44年に公共牧場として放牧を開始し、畜産農家の労働軽減、コスト削減を目的に運営しており、放牧前の検査やフロン接吻、定期的健康状態観察やワクチン接種を行っています。東北地方で一番早く放牧を開始し、1月下旬まで行い、東北地方では一番遅い開放となります。

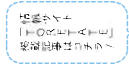
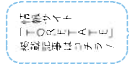
同放牧野は東日本大震災と東京電力福島第一原子力発電所の事故に伴い、使用できなくなったが、2013年から飼養を開始し、14年に部分利用再開、県内の公共牧場では一番早く除染が行われ、16年から全面で放牧を再開しました。



のびのびと草を食べる牛



「放牧野」の魅力を詳しく知ろう！



自己改革の取り組み

第39回

廃校を研究拠点に活用

JA 福島さくらは2019年より東京農工大学院農学研究者と包括連携協定を締結し、様々な事業を通じて、地域活性化を図る取り組みを行っています。
また同大学では郡山市と地域連携して、廃校となった根木屋小学校を農業の研究拠点として2019年から活用し、約20室の教室や校庭を利用してブルーベリーなどの植物工場を作り、品種の改良や農業技術の研究などに取り組み、販売できる農産物の開発を行っています。校庭でブルーベリーの栽培を行うほか、秋学期では、農学部と学生と生徒による、「イカと人間の違い?」「モツアレラチーズを作ろう?」といった体験教室を小学校高学年を対象に行っていました。

また、栽培したブルーベリーは当JA農産物直売施設「めぐりあり」において5月15日に販売されましたが、すぐに売り切れるほど好評でした。無農薬ブルーベリーは、酸味はもちろん甘味も強く、バランスの取れた実に仕上がっています。



復興の軌跡

特定復興再生拠点区域での営農再開に向けて

双葉郡双葉町の下羽鳥・長塚地区農地保全管理組合は、5月19日に同町下羽鳥南浦の水田で、東日本大震災後10年ぶりの田植えを行いました。

震災前、耕地面積702ヘクタールのうち87%の611ヘクタールが水田で、水稲が主力農産物であったことから、本格的な営農再開に向けて特定復興再生拠点区域での試験栽培を行い、安全性と生産性を調査することを目的として、10アールの試験田に福島県オリジナル品種「天のつぶ」の苗を植え付けました。

当JA代表理事復興対策本部長で同組合の木崎治組合長は、「この地でまた田植えが出来て嬉しい。復興への第一歩を踏み出すことが出来た。今回の試験栽培を足掛かりに、行政やJAと連携していきながら、同町の営農再開を推し進めていきたい。」と話ししました。また、当JA管野代表理事組合長は「JAとしても行政や地域と連携しながら営農再開に協力していきたい。」と話しました。



田植えを行う木崎本部長(左)

Topics & Action Report
ふたば
4月28日

富岡町産米純米酒 「天の希」販売開始

管内の富岡町産「天のつぶ」を100%使用した純米吟醸酒「天の希」の販売を当JA農産物直売所をスタートしました。
原料は同町のふるさと生産組合が作付した福島県オリジナル米「天のつぶ」で、復興を力する町の特産品として2018年から取組。2020年からは、福島県喜多方市の甚多の華酒造場で醸造しています。2020年度は天のつぶ30液(1液60ℓ)の玄米を使用し3千本(720ℓ)を醸造しました。



皆さんに飲んでほしいとPRする酒造組合専務

生産組合の渡辺康男組合長は「多くの人に飲んでもらい、富岡町の農業復興に繋がってほしい」と話しました。
この「天の希」は、同町の前進を象徴する希望の象徴として命名されたお酒です。東日本大震災と東電電力福島第二原発事故により全町避難し、2017年に一部で避難先が継続となりましたが、其の他産業もある農業等が壊滅状態でした。富岡町商工会と同組合が提携し、農業復興の先駆けとなりました。

「天の希」は精米歩合が55%アルコール度数が16度の無濾過の1回火入れの酒で、すっきりと飲み口の良い味わいに仕上がっています。価格は720ℓで1,650円(税込)です。
当JA担当者は「同町の生産者が復興を願い、丹精込めて栽培した米の酒を多くの皆さんに味わってほしい」と話しました。

「天の希」
天のつぶ
天の希



Topics & Action Report
ふたば
4月27日

ふたば産 ブドウの発信に向けて

ふたば地区園芸生産部会、果樹専門部会は、ハウスブドウ栽培指導会を同組合長、秋元英男さんの園場で開催し、同地区でハウスブドウを栽培している生産者ら約26名が参加しました。



栽培指導を受ける生産者ら

この指導会ではブドウの木から新しく伸びた枝を養分が分散しないように切り取る新梢管理や、開花期についての栽培技術指導、食の安全、出荷に関する手続きについて園芸指導員から説明を受けました。
また、秋元部長の園場では、4年前から樹形制御栽培法が導入されています。同栽培法は、灌漑システムにより隔離した培土に苗を植え付け、自動かん水装置によりかん水と施肥の量を細かく管理する栽培法です。これによって通常5年ほどかかる本格収穫までの間を短縮することができ、早期収穫化、高品質果実生産、生産向上、土壌養分回復などが期待できます。

Topics & Action Report
ふたば
4月21日

ガスで 園芸復興

ふたば地区本部は、新規生産者を対象としたふたば2年度アスパラガス作付け栽培指導会を養殖町のアスパラガス生産者・遠藤庄一郎さんの園場で行い、生産者4名が参加しました。
この指導会では、今後の作付け園地拡大と多収獲を目標に、栽培の基本を学ぶことを目的に行われました。

指導会では、生産者らに向け、初年度・2年度・3年度以降の作業にそれぞれのチェックポイントを設け、保溫やかん水の観望の選定、使用する農薬などを学び、特にアスパラガスは多年生の作物のため、定植してから初年度の管理の重要性について説明を行いました。

今回の指導会を通じて、今後は同地区の産地化を目指していくことを目標に掲げています。



指導を受ける生産者ら

新入職員の農業研修



新入職員 農業研修を 開始します！

今年度から職員研修の一環として、「農業研修」を開始しました。入社5年未満の職員を対象に農業を体験することにより、農業に対する理解を深め、今後のJA職員としての業務に生かしていくことを目的としています。

受け入れ先は、組合員の圃場や、当JA子会社など45カ所で、該当職員は112名となります。

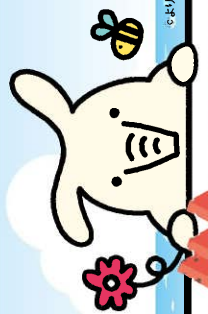
作業内容は作物の収穫や選別、田植えや稲刈り、農産物の加工作業など多岐にわたります。

郡山市日和田町の根本秀一さん宅でキュウリの収穫作業を行う、日和田総支店の小出和穂さんは「今まで農業を体験したことがなかった。収穫作業をして農業の大変さが分かったが、やりがいもあり楽しい。農業体験が出来て良かった」と話しました。



キャンペーン期間 2021年

6/18/31



大賞キャンペーン

NATSUTOKU CAMPAIGN

抽選で260名様に農協全国商品券プレゼント!

対象商品	賞状	人数
定期貯金 10万円以上 (スノーバー定期貯金または大口定期貯金)	A賞 農協全国商品券	10名様
次の条件を満たされる方に限り、 1~8のうち1つ以上の取引を新たに申込みされる方	B賞 農協全国商品券	50名様
1~8のうち8に3つ以上の取引をご契約されている方	C賞 農協全国商品券	200名様

県内の「農産物直売所」や「JA-SS(ガソリンスタンド)」などJA施設でご利用いただけます。

※10万円以上の取引額をまつけられます。なお、当選者は一人様あたり1口とします。抽選日は2021年9月上旬を予定しております。当選者は抽選結果をメールでお知らせいたします。

※抽選日前に申請締め切りとなります。抽選方法は抽籤によるものとさせていただきます。

お申込みいただいた方へ 500円キャッシュバックプレゼント!

ナットクキャンペーン期間中に、JAバンクのiDeCo(みずほプラン)を新規でお申込みされた方へ500円キャッシュバックいたします。

- 条件1 ナットクキャンペーン期間中にJAバンクのiDeCo(みずほプラン)を新規でお申込みされた方
- 条件2 任意引落口座をJAに指定している方

- ※本特典の留保事項
1. 原則としてJAバンクのiDeCoで積立開始した方(個人)
 2. 新規にJAバンクのiDeCoで積立開始した方(個人)
 3. 積立開始した日(2021年6月1日)から2021年8月31日までの期間中にJAバンクのiDeCo(みずほプラン)を新規にお申込みされた方(個人)
- ※本特典の対象は、以下のとおりです。
1. 原則としてJAバンクのiDeCoで積立開始した方(個人)
 2. 新規にJAバンクのiDeCoで積立開始した方(個人)
 3. 積立開始した日(2021年6月1日)から2021年8月31日までの期間中にJAバンクのiDeCo(みずほプラン)を新規にお申込みされた方(個人)
- ※本特典の対象は、以下のとおりです。
1. 原則としてJAバンクのiDeCoで積立開始した方(個人)
 2. 新規にJAバンクのiDeCoで積立開始した方(個人)
 3. 積立開始した日(2021年6月1日)から2021年8月31日までの期間中にJAバンクのiDeCo(みずほプラン)を新規にお申込みされた方(個人)

JAバンクの iDeCo

個人型確定拠出年金・愛称【iDeCo】

iDeCo(個人型確定拠出年金)とは、iDeCoは、20歳以上60歳未満の方が、できる積立限度のある年金制度です。月給5,000円から始められる積立制度で、積立の負担を小さくし、運用することで、将来受け取る自分の年金を増やすことをめざせる仕組みです。

※厚生年金保険に加入しておりかつiDeCoへの加入資格のある方は20歳未満でも加入できます。

JAバンクのiDeCo(みずほプラン)の詳細につきましては、JAバンクのiDeCo(みずほプラン)ホームページ【https://www.jabank.org/iDeCo/】またはお近くのJAの窓口へお問い合わせください。





Sakura
with a smile.

笑顔の さくら

check!!
トピックス

次代を担う 農業者



栽培している農作物
 *ミニトマト 10 10 23
 *ブロッコリー 10 a a
 *ふきのとう 10 a



田村市農業町で農業を営む白岩洋さんは、大学卒業後、14年間ほど映像編集や配信を行う会社に勤めていました。しかし、「実家に戻るのなら、両親がいる今のうちに一緒に農業をし、基礎を築いていけたほうがこれからの将来的にも良い」と思い、2019年に田村市に戻り、田村地域新規就農サポートを受け、例年Aアグリサポートを以て約1年間研修を行ったのちに就農しました。

現在は、収穫の時期は親戚や近所の人に手伝ってもらいながら、ミニトマトを中心にブロッコリー、ふきのとうを両親と共に生産しています。出荷先は主にJICAで、秋口には「ふせるたむら」に出荷したり、田村市内の若手農家を育成される「アグリクリエーターズ たむら」として夏から秋にかけて市役所で月1回「たむらマルシェ」での対面販売もしています。

今後の展望について

今は新規就農者として、まずは物流を安定させていくことを考え、真面目に丁寧に作業することを心がけています。農業は徐々に作業をこなしていくイメージがありましたが、人とのつながりが多く、作ったものを食べてもらえる消費者との顔が近いという面で、豊かさを将来的な可能性を感じています。結果が見えるのに長い時間がかかり、正解がないというところが苦痛はしましたが、自分が好きなことができるということは良いところでも悪いところでもあると思っています。

今後は、軌道に乗せることを第一の目標にしています。耕作放棄地の解消や、家の周りにある田畑



や京観を守りつつ、「田舎が田舎じゃない」という人が多い東京で働いていた時の同僚、友達に農業を通して自然を感じられるような場所を提供したいです。ワイワイと楽しめるような農業スタイルを目指しています。

これからリターンで就農を考えている人へ

農業は自由です。自由だからこそ自分で具体的に考え、どのような農業をしたいのかを確立させる必要があると思います。農業を始めるにあたり、自分の理想と実際の現実とのギャップに苦労する人が多いです。まずは、色々な人や機関に相談して具体的に行動することで、理想とのギャップを埋めつつ、無理なく続けられる自分の農業を見つけてください。

形にとらわれず、農業を通じて何かをやってくれたり新しい就農者が増えてくれれば嬉しいです。

田村市では、新規就農者向けに様々なイベントやサポートを行っています。自治体など地域の農業に精通した関係機関が一体となつ



て構成されたプロジェクトでは、相談窓口によって支援チームを結成し、何度も打ち合わせを重ねながら就農希望者の抱える悩みや課題を解決し、自分に合った農業をスタートさせることができます。新型コロナウイルス流行後も、定期的に「就農」に対する不安や悩みを先輩農家に相談できるオンラインイベントも開催しているので、リターンで就農したいと考えている人は安心です。

栽培の工夫

苗の間隔を45cmとし、間隔を広げることで、病気のリスクを減らしています。透光性を上げることで、収穫も安定させています。また、補助金を活用し、トマトのかん水装置をハウス内に導入することにより、省力化につなげています。農業用水には湧き水と地下水を使用し、コスト削減にもなっています。



今月の オススメ野菜



Vol. 01

いわき市 岩間町の生産者

桶田 正明さん

農業のごだわりは、季節に
応じて、多種多様な品自作
産りを心掛けること。安全安
心で、朝採れの新鮮やさし
いを出荷しています。ぜひ食
べてみてくださいね。



6月のオススメ野菜
ソラマメ



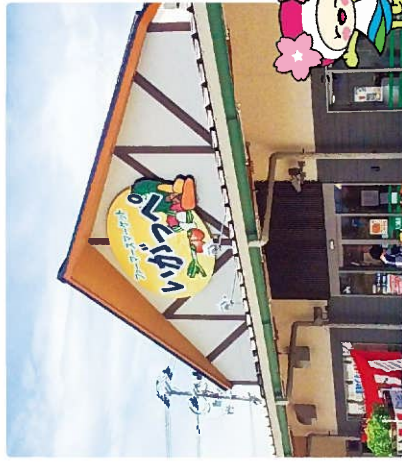
ソラマメのポタージュや、素焼
さにして食べるのがオススメ。

オススメ調理法

お問い合わせください

ファーマーズマーケット
いがっぺ

責任者/木田聖一



当店では、生産者の方が丹精込めて育てた安心安全な農
産物を販売しております。また、季節に応じたイベントを
用意しながら皆様のお越しをお待ちしております。6月は、
父の日フェアや、トマトフェアを予定しています。

所在地 千974-8203 福島県いわき市後田町柳町56
営業時間 9:30 ~ 18:00 (定休日/毎月第3水曜日)
お問合せ Tel. 0246-38-5022



元気な
さくらっ子
SAKURAKKO



アンパンマンに
なるのが
夢です!

早野支店管内

小島 理乃 (4歳)
小島 樹 (1歳)

父 小島 将太 (しょうた)さん
母 小島 礼 (れい)さん

- お子さんの長所
元気でやさしいところ!
- 今ハマっていること
ダンス
- ご両親から一言
世界で一番大好きだよ!

いきいき
ご夫婦

今回紹介するご夫婦は、ふたば地区浪江支
店管内の大籠博文さん・みい子さん夫妻です。
博文さんは、父の跡を継ぎ農業を営み、農
災前には梨を2.2ヘクタール栽培する専業農
家でした。現在はタラの芽やハウスブドウの栽
培を行っています。また博文さんは、震災前は
レコード鑑賞やオートバイ、現在は養蜂を趣味
とし、みい子さんは編み物を楽しんでいます。
夫婦円満の秘訣は、二人で毎日晩酌をする
ことだそうです。お二人とも、笑顔の絶えな
い仲の良いご夫婦で、『これからも、夫婦お
互いに感謝しながら趣味や農業に楽しんでい
きたい』と話してくれました。



大籠 博文さん
みい子さんご夫婦

浪江支店管内

ひととき
ひと絆を育む

とれたって! TORETATE



いわき地区

わけねぎ



【播種・育苗】 種まきは、3月～5月にかけて播種し6月～8月に定植する春播きと、9月～10月に播種し翌年の4月～5月に定植する秋播きの2種類があります。育苗時は株を太らせるために2・3回刈込し、鉛筆程度の太さの苗を目標に育苗します。

【定植】 畝幅80cm程度に幅15cm、深さ20cmの植え溝の片側に仕上りの株間10cm程度に並べ、根が隠れる程度に畝間の土をかけます。

【病害虫防除】 わけねぎは比較的病害虫に強い野菜ですが、病害虫が活発になる時期なので、注意して観察・防除が必要です。

【収穫】 わけねぎの生育が極めて速く、条件に恵まれると30～40日で草丈が30～40cmに達します。小さいうちにはねぎとして収穫してもよいですが、草丈90～100cm、太さ2.5～3cmになります。定植時に1本だったねぎが束になって収穫できるようになります。春先にねぎ坊主を切り、分割した株をもう一度植え直すと再度収穫できるようになります。



他のねぎと違い、あまり手をかけなくても育ちやすく、庭やプランターでも栽培できるので、初心者にもおすすめです。わけねぎは葉質が柔らかいので、焼き鳥などの食べ方がおすすめです。



ふたば地区

さやいんげん



日本には江戸時代に隠元禅師がもたらしたといわれ、その名を付けたそうです。また、一年に3度収穫できることから“さんどまめ”とも呼ばれています。もともとは完熟した「いんげん豆」自体を食べていたようですが、今では主に若取りしたものをさやごと食べるので「さやいんげん」といいます。

旬は6月から9月の夏野菜です。初夏頃から露地物がピークを迎えます。さやいんげんは北海道から沖縄まで日本中で栽培されています。政府がまとめた平成25年産の生産量データを見ると、主な産地は千葉県で、年間5,540トンと最も多く、次いで福島県、北海道、鹿児島と続いています。

栽培するうえでの注意点

酸性土に弱いので苦土石灰をきちんと施してください。連作を嫌うので、3年程度の輪作にします。連作に弱いので、畑の水はけ対策をしっかりしておきましょう。また、いんげんはタネまき後に土が湿りすぎてしまうと腐りやすいので、水やりはあつさりとして大丈夫です。



つるなし種は、タネまき後40～50日くらいで収穫が始まり、収穫期間は15日くらいです。つるあり種はタネまき後65～70日くらいで収穫が始まり、1カ月は収穫できます。いずれも花が咲いてからは約2週間後で、実のふくらみがわずかに見えてきたら収穫適期です。

郡山地区

シン



シンは1年草で、中国からヒマラヤ付近が原産の野菜です。放任してもほれた種が自然発芽して青ほど丈夫で、害虫も比較的少なく育てやすい作物です。品種も多く、大きく「赤シン」と「青シン」に分けられます。利用する部位も「芽」「葉」「花」「蕾」「子実」と用途も広く、カルシウム、カロチン、ビタミンC、ミネラルを含んでいます。



栽培には日当たりの良い場所を選び、排水の良い場所を選びましょう。乾葉は香りや味を低下させる原因となるので、適度な水やりと置きわら等を用いて乾燥を防ぐ必要があります。追肥は2～3週間に1回程度を目安に行います。病虫害は少ない作物ですが、兆候があれば適時薬剤防除等を行う様にして下さい。

【主な害虫】 アブラムシ、ヨトウムシ、ハダニ、コナジラミなど



たむら地区

ピーマン



降霜被害が発生した場合の事後対策*

- 被害部をハサミ等で除去します。
- 病害の発生を予防するため、殺菌剤を散布します。
- 草勢回復のため、液肥の株元灌水や葉面散布を実施します。
- 光合成や活着を促進するため、仕立てないわき芽もすべには除去せず、長さが10cm～15cmになったら下位から除去していきます。

わき芽の整枝方法

- 3～4つのわき芽を仕立てます。
- わき芽を纏めて束ねて支柱に固定したり、一段目のネットを低くすることで、仕立てたわき芽が折れないようにします。
- 複数のわき芽を立てるため、肥料不足に注意し、こまめに追肥しましょう。

ピーマンは暑さに強い夏の代表的な野菜です。定植時期の目安は、晩霜の心配がなく最低気温10度以上、最低地温15℃以上になったところまで。高温性の作物ですから、霜の心配がなくなつてから植えつけましょう。(露地栽培：5月下旬ごろ、トンネル栽培：4月下旬ごろ)

活着の良否がその後の生育に大きな影響を及ぼすので、定植は晴天の午前中に行います。水分と地温を確保するためにマルチを利用すると効果が高くつきます。マルチング(マルチを7～10日まに行つて、十分に地温を確保しておく)と定植後、苗の根の伸張がよくつきます。

※ピーマンの温度調整せず、株元のあつたピーマンをそのままで育てる場合は



ビーツ

~若さ玄保つ抗酸化フード~

ビーツの子カラ

カリウム
高血圧予防や心臓病予防に効果的
【効果】血圧を下げる、心臓病を予防する

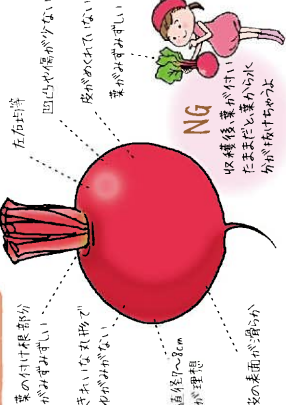
ビタミンC
免疫力を高める、風邪予防に効果的
【効果】免疫力を高める、風邪を予防する

鉄分
貧血予防に効果的
【効果】貧血を予防する

食物繊維
腸の蠕動を促し、便秘を予防する
【効果】便秘を予防する

ビーツのプロファイル
【分類】ビーツ科フグソウ科属
【原産地】地中海沿岸
【おいしい時期】10月～7月ごろ、11月ごろ
【主な栄養成分】カリウム、ビタミンB6、葉酸、食物繊維、ベータカロテン、ベータクリプトタン、アリールイソチオシアネート、ビタミンリなど

見分け方



ビーツのしぼり

古くから薬用として、根の汁を絞って飲むのが特徴です。
【効果】血圧を下げる、心臓病を予防する、貧血を予防する、便秘を予防する、免疫力を高める、風邪を予防する。

保存方法

冷蔵保存
新聞紙で包み、野菜室へ入れる。根の部分を切り外して保存する。根の部分は冷蔵庫で保存する。

冷凍保存
根の部分を切り外して、冷凍用保存袋に入れて冷凍する。解凍後は調理が必要。

●JA福島さくら産 (令和3年5月11日～12日間)		●JA和牛ファーム福島さくら産	
性別	頭数	平均価格	前月比
雌	107	722,350	△ 2,454
去勢	131	803,890	△ 2,499
計	238	767,232	△ 2,480

●福島県畜産市場			
性別	頭数	平均価格	前月比
雌	318	713,032	△ 2,419
去勢	466	802,384	△ 2,488
計	784	766,142	△ 2,462

●福島さくら農業協同組合 営農部 畜産課			
性別	頭数	平均価格	前月比
雌	318	713,032	△ 2,419
去勢	466	802,384	△ 2,488
計	784	766,142	△ 2,462

お問い合わせ先 TEL 0247-67-1488

SEASONAL RECIPES 2021

ビーツのバルサミコ酢風 きんぴら

今日の主役

ビーツを炒める際、レモン汁や酢の成分を入れると色鮮やかに染まります。是非お試しください。

材料

- ビーツ 200g
- ニンジン 200g
- バルサミコ酢 大さじ1
- 白ごま 少々
- サラダ油 少々
- 醤油 大さじ1.2
- みりん 大さじ1
- 酒 小さじ2
- めんつゆ 大さじ3

- ① ビーツをスライサーでスライスし、マツチ燻ぐらゐの細さに千切りする。ニンジンも同様に千切りにする。
- ② Aの調味料を合わせる。
- ③ フライパンにサラダ油をひき、①を入れてしんなりするまで炒める。
- ④ ②を入れて絡め、最後にバルサミコ酢を加えて水分がなくなるまで炒める。
- ⑤ 仕上げに白ごまをふりかければ出来上がり。

お問い合わせ先
福島さくら農業協同組合 営農部 畜産課
TEL 0247-67-1488

野菜がおいしい、季節のレシピ

Recipe creator
アーマ・テラス あぐりあ店
福島県郡山市安積4-35-1F ☎024-686-6678
総料理長 平山博史 Hirayama Hiroshi

第2 回理事会 報告

(令和3年4月23日開催)

【決議事項】

- 議案第1号 令和3年度本会母体の臨時回収方針について
- 議案第2号 第6回消費者協議会の議案並びに報告事項について
- 議案第3号 令和3年度決算書の承認について
- 議案第4号 令和3年度決算計画の承認について
- 議案第5号 令和3年度における理取及び監事の権限について
- 議案第6号 固定資産（田舎経営支店・貸出用施設）の取得について
- 議案第7号 定款及び定款附則第35条並びに規程の一部変更について
- 議案第8号 役員選出にかかる近年に関する内規の一部変更について
- 議案第9号 役員選任にかかる構成要件に関する内規の一部変更について
- 議案第10号 総会参考書中の記載事項及び書面による議決権行使の取扱いについて
- 議案第11号 第6回消費者協議会にかかる専任役員・組合員組長の表彰及び活動状況報告について
- 議案第12号 固定資産（おたぼ地区②）の処分について
- 議案第13号 固定資産（おたぼ地区①）の処分について
- 議案第14号 固定資産（本店・日和田総合支店）の成徳について
- 議案第15号 固定資産（おたぼ地区 大船給油所営業再開並びに改修工事）について
- 議案第16号 子会社の定款一部変更の承認について
- 議案第17号 福島さくら農業同組合労働保険事務組合事務規程の一部変更について

- 議案第18号 カントリーエレベーター管理運営等に係る規程の変更について
- 議案第19号 福地町とJAフルーフ福地による共同事業（コンソーシアム）にかかる共同研究開発協力について
- 議案第20号 福祉事業運営規程の一部変更について
- 議案第21号 大口貸出金の貸出条件変更について
- 議案第22号 共有財産の変更に係る変更理由の一部修正について

【報告事項】

- 1) みのり監査法人の監査報告書について
- 2) 内部監査（報酬立会）の結果について
- 3) 農産物産地振興基金・支店めぐりについて
- 4) 令和2年度決算書自己査定結果について
- 5) 特別管理研修の経過について
- 6) 令和2年度経営状況報告について
- 7) 3月末事業実績について
- 8) 組合員の加入および脱落状況について

各議案とも原案通り可決決定致しました。

JA福島さくらの概要

(令和3年3月末現在)

組合員数	貯金	659,141 百万円
(住) 39,021 人	貸出金	143,107 百万円
(産) 33,767 人	販売取扱高	826 百万円
出資金	購買取扱高	869 百万円
8,975 百万円		

広報誌「さくら」に関するお詫び

広報誌「さくら」4月号に掲載いたしました見出し部分について、一部誤りがございました。つきましては下記のとおり訂正してお詫び申し上げます。

誤	正
P10 復興加東へタマネキの贈呈(地域別掲載)	大川原地区
P14 1次区別和の贈呈(和)	大河原地区
	猪狩 富夫
	猪狩 富雄

編集後記



編集後記 K

だんだんと暑くなり、夏の始まりを感じますね。社会人になって早2カ月が過ぎました。まだまだ知らないことが沢山あります。6月号の「さくら」が読者の皆さんに届くように、気を取り直して読んでいただきたいと思います。

気温がだいぶ上がり、夏がまもなくやってくる。春から夏にかけて様々な農産物が旬を迎える。各園苑新でも旬の農産物を準備して皆様のお返しをお待ちしておりますので、ぜひお楽しみください。

編集後記 H

皆様からの作品やお便りを募集しています！
ふるさとの良さを伝える絵話書や、川柳、短歌を募集しています。「広報誌「さくら」へのご意見や、身近にあった話など何でも自由にお送りください。」
掲載された方には記念品をプレゼントいたします。
※応募された作品は原稿つきで戻りませんので、予めご了承ください。

春はたくさん楽しみがある季節です。美味しいアスパラが送られて、皆さん喜んで食べてくれると嬉しいです。コロナが終息して皆さんたちに会える日が早く来ることを願っています。

春です。新学期を迎える人、春の味わう人々、そして新緑……。我が家の畑は隣では毎日数本のアスパラが収穫されています。じいじの家に来られない農家の孫にもおすそ分けで送りました。早く遊ばに行きたいです。

コロナ禍で
実家に行けず
一年に

(郡山市 渡邊優子さんの作品)

庭先の
雷開きし
古希迎え

(郡山市 舞木よう子さんの作品)

種籾を
水に浸して
大安日

◆川柳

養があるとは思いませんでした。今度
は色々試して食べてみたいです。あ
りがとございました。

(いわき市 Mさん)

農道より いづこへ愛護いただき
ありがとございます。食べ方などを
知らないとなかなか手に取りにくくな
りますね。栄養価の高い「スーパー
フード」として注目されているオカビ
ジキ、ぜひぜひ色んな調理法を試して
食べてみてくださいね。

5月は「初夏」と「田舎のさわやか
な自然」が味わえる季節です。田舎え
や野鳥作業が忙しくなると、田んぼ
と路地の畑を眺めながら散歩に行くの
が私の5月のひとつのリフレッシュ法
です。コロナ禍で中々旅行やイベント
に行けなくても、5月は「田舎でしか
味わえない楽しみ方」を私なりにいろ
いろと見つけて、五月病防止につなが
ればと思います。(郡山市 Hさん)

私も最近、休日に窓を
開けたときに少し生ぬるいような心地
よい風が入り、「初夏」を感じました。
コロナ禍でも楽しみを見つけることは
とても素敵なことですね。「田舎でし
か味わえない」貴重な楽しみ方、ぜひ
たくさん見つけてください。

読者のこえ

◆短歌

戦争と震災に耐え
コロナにも耐えて
それでも 希望は胸に

(郡山市 宗像カネ子さんの作品)

定年を迎え、父の農家を売却し
にしました。わからないことだらけな
が、人に聞いたり雑誌を読んだりして
取り組んでいます。1年生の私にはど
んな情報も貴重な資料です。農家の仕
事も少しずつ楽しくなってきました。よ
ろしくお願ひします。(郡山市 Sさん)

私も今年から社会人
年生で、広報誌を作っている中で毎日
新しい発見ばかりです。農業に関して
まだまだ分からないことが多いですが、
Sさんを見習ってわからないことは自
ら人に聞いて、積極的に勉強してい
こうと思います！

初めて応募してみました。昔音楽し
んで見えています。オカビジキは、たま
にスーパーなどで見ましたが食べ
方、見分け方が分からなく、手に取
った事はありませんでした。こんなに栄

何度でも食べたい

農家のお母さん直伝



三つ星★レシピ



Three star recipe

vol.87

野菜の肉巻き フライ

材料 3人分

- 豚ロース 6枚
- アスパラ 3本
- パプリカ(赤) 1/2個
- 塩こうじ 適量
- 小麦粉 適量
- 溶き卵 適量
- パン粉 適量
- 揚げ油 適量
- 塩 適量

- 1 広げた豚肉1枚ずつに塩こうじを塗り、タッパー等に入れて一昼夜漬け込む。
- 2 アスパラを塩ゆでし、冷ましながら水気を切る。
- 3 パプリカを縦5mm幅に切る。②のアスパラはパプリカの長さに合わせて切る。
- 4 ①の肉に②と③を並べて巻く。
- 5 ④を小麦粉→溶き卵→パン粉の順に付け、180°Cの油で揚げる。
- 6 食べやすい大きさに切り、皿に盛り付けて完成。

ワンポイント

肉を塩こうじに漬けることで柔らかくなり、ソースなしでも美味しく召し上がれます。季節の野菜で巻き巻きしてください。



vol.88

ピーマンと豚挽き肉炒め

ワンポイント

市販の焼肉のタレで絶品のおかずになります。

材料 4人分

- ピーマン 2個
- ニンジン 1/2個
- 挽き肉 100g
- ニンニク 1カケ
- 油 適量
- 焼き肉のタレ 適量

- 1 ピーマンとニンジンを千切りにする。
- 2 ニンニク1カケはみじん切りにする。
- 3 フライパンに油をひき、②を入れて熱する。ニンニクの香りが出たら、挽き肉を入れて炒める。
- 4 肉の色が変わってきたら①を入れて炒め、最後に焼き肉のタレを入れて完成。

考案者から一言

野菜の肉巻きフライは、いっぱい作り過ぎたら冷凍保存して食べたいときに凍ったまま揚げてもいいですし、お弁当のおかずにもピッタリです！ピーマンと豚挽き肉炒めは、ご飯の上のにのせると何杯でも食べられますよ！

レシピ考案 郡山地区女性部 御館支部

(左から) 滝田 玲子さん、鈴木 たみ子さん



湖から洋へ、地域をつなぐ広報誌 さくら6月号
【編集・発行】令和3年6月10日発行

福島さくら農業協同組合 編集事務局(企画部企画課) 〒963-8502 福島県郡山市朝日二丁目14-7
TEL.024-922-3733 FAX.024-923-8904 <http://www.ja-fsakura.or.jp>



JA福島さくらでは
様々な形で情報を
発信しています！



とれたって! **TORETATE**

