

今月の特集

2 「食」・「農」・「暮らし」をテーマに活動しています。  
女性組織の活動に参加しませんか

情報BOX

4 ●第63回 のうきょうまつりご案内  
●シルバー定期預金[お預入限度額引き上げのご案内] ほか

Monthly ニュース

6 ●令和6年産米 管内各地で収穫!  
●中京テレビでマイカーローンをPR 利用拡大を呼びかけ ほか

営農ガイド

8 ●来年に向けての土作り(米)  
●野菜苗の特別注文受付中です!! ほか

ほっとNetwork

10 ●笑味ちゃんスタンプキャンペーン2024  
●果菜彩の野菜を使ったおすすめレシピ ほか

す

の

ず

う

か

き

10

よ

2024  
vol.426

う



# 女性組織の活動に参加しませんか



当JAでは、食や農、暮らしに関心のある女性が集まった「女性部」・「フレッシュミズすずか」・「すずか女性大学」などの女性組織が活動し、たくさんの女性が活躍しています。各組織では様々な活動や講座を通じて生活を豊かにする知識やノウハウを学んでいます。今月の特集では、女性組織に注目し活動内容の一部を紹介します♪

**天名女性部**では里芋レシピのバリエーションを広げたいという部内の声を採用し、里芋のアラカルトに挑戦しました。里芋を使用したおはぎやコロッケ、親いもチップスなどを作り、レシピの幅を広げました。**加佐登女性部**では部会員が栽培するブルーベリーを使用し、ジャムとシフォンケーキ作り挑戦しました。**フレッシュミズすずか**では、講師を招き、パン作り挑戦しました。パン教室は人気の企画の一つです。家庭で作れるよう生地作りから丁寧に学ぶことが出来ます。そのほか、地元の郷土料理や家の光レシピを参考にした料理に挑戦しています。



●里芋のアラカルト [天名女性部]



●ブルーベリージャム作り [加佐登女性部]

●苔テラリウム [長太女性部]



**長太女性部**では、ブリザーブド加工した苔を使ったテラリウム作り挑戦しました。造花や砂利などを使用して装飾し、玄関などに飾るほかプレゼント用として使用できます。手入れも簡単で長く楽しむことが出来ます。**白子女性部**では、ニュースでよく耳にする悪質商法や特殊詐欺被害を未然に防ごうと鈴鹿亀山消費生活センターより相談員を招き、実際にあった事例から対策について学びました。**すずか女性大学**では、家庭菜園講座を開きました。JAの営農指導員が講師となり、初心者にもわかりやすく丁寧に作業について説明します。家庭菜園の入門編として人気の講座です。



●パン教室 [フレッシュミズすずか]





●家庭菜園講座 [すすか女性大学]



●消費生活講座 [白子女性部]



当JA役員と女性部役員の見合交換会を開催しています。いただいた意見・要望などを検討し、JA事業への反映に努めています。

今年2月の総代改選では、女性の総代枠を新設しました。女性の声をJA運営に反映していくため女性参画を推進しています。



当JA役員との見合交換会



女性参画を推進し女性総代枠を設置

各女性組織の活動はいかがでしたでしょうか！このほかにも「食」や「農」、「暮らし」に関する様々な活動を行い、交流を深めています。ご興味のある方は、最寄りの支店または生活福祉課までお問い合わせください。



とき

●令和6年11月20日(水) 13:00~16:00(開場時間12:00)

ところ

●JA鈴鹿 本店5階 大会議室

オープニング

●「さくら音頭・マツケンサンバ」天名盆踊りサークル

活動発表

●「笑う会には福来る」椿支部 大野 久美子さん

家の光愛読者のつどい

●「日常生活に役立つ物」若松支部 伊藤 江美子さん

記念講演 13:45~15:15

人生涙あり、笑いあり!

講師

落語家 林家 きく姫さん

TVを中心に活動を広げ、ラジオや舞台、TVCM、雑誌でもチャキチャキぶりをふるに発揮。元気印の明るい笑顔で、小粋なトークを全国に展開中!!

芸歴 昭和62年4月 林家木久蔵に入門  
昭和62年10月 上野鈴本初高座  
平成3年10月 二つ目昇進  
平成13年9月 真打ち昇進

出演番組 テレビ朝日  
東京サイト (レギュラー出演中)



# JA鈴鹿 女性部の つどい

★つどいの最後に、お楽しみ抽選会を行います!

- 参加資格：JA鈴鹿女性部会員・女性部活動に興味をお持ちの方(女性に限ります)
- 定員：300名(自由席) 定員になり次第締め切ります。
- 参加費：無料
- 参加方法：最寄りの支店にお申込みください。

お問い合わせ先

JA鈴鹿生活福祉課 TEL059-384-1123





# 第63回 のうきようまつり



令和6年11月9日(土)・10日(日) 9:00~16:00

●西部営農・資材センター ●西部カントリーエレベーター

展示販売

## 農機コーナー

- トラクター
- コンバイン
- 田植機
- 管理機
- 草刈機
- キャンペーン商品
- その他小物

## 自動車コーナー

- 各種国産自動車の展示販売
- タイヤ特売
- 車検予約受付(特典あり)

## 生活用品コーナー

- 日用雑貨品の即売
- ガス器具・仏壇・健康器具の展示販売
- シロアリ駆除相談
- 食料品コーナー

11/9(土)限定

## 農産物・茶品評会

表彰式 10:45~  
即売会 13:30~

## 住宅関連コーナー

安心のJA鈴鹿指定業者が無料相談・無料見積り致します。

- 屋外収納をスッキリ解決!
- シャッター・ガレージ・カーポート・物置・農業用倉庫など
- リフォームでお悩み解決!
- 外壁の塗り直しや畳替えなど
- リフォーム全般
- 夢の新築住宅のお手伝い!
- 一般住宅から小住宅まで

## 総合相談コーナー

- 金融・共済・営農・農機レンタル・葬儀等、専門の知識を持つ職員が、皆様の質問にお答えします。お気軽にお立ち寄りください。

## ステージイベントスケジュール

11月9日(土)

- 10:00~白鳥中学校 吹奏楽部
- 10:45~農産物品評会・茶品評会表彰式
- 11:45~吉田さんちの大道芸
- 12:30~ダンスショー  
★peeps  
★TYJD DANCE STUDIO  
★NOLIMIT(鈴鹿高校ダンス部)
- 13:45~ふくれし(ウクレレ演奏)
- 14:30~吉田さんちの大道芸

11月10日(日)

- 10:00~ダンスショー  
★ACTY DANCE CREW & ACTY KIDS  
★Sparkle☆Gem★MDS
- 10:45~独楽太郎(曲独楽師)
- 11:45~バルーンパフォーマー エル
- 12:30~よさこい演舞  
★掌栄組★めつちやえやんず  
★よさこい塾・ありがた屋
- 13:45~独楽太郎(曲独楽師)
- 14:30~バルーンパフォーマー エル

会場へのご案内



## 会場

鈴鹿市津賀町720

- おたのしみ抽選会 ●果菜彩コーナー
- JA鈴鹿6次化商品コーナー

お問い合わせ JA鈴鹿本店 TEL 059-384-1111

## 点検整備のご案内

# コンバイン

申込期日

令和6年11月末日

点検実施期間

令和6年11月上旬~令和7年6月下旬

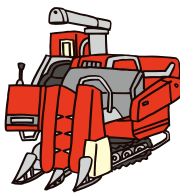
①当該機種<sup>1</sup>の点検整備を受けた方に基本点検料金の20%を助成いたします。

(助成金額には上限がありますので、多数の申請があった場合は、助成要件を満たしていても助成できないことがありますので、あらかじめご了承ください。)

②下記点検料には、簡単な調整・締め付けは含まれていますが、部品代・油脂代・交換修理工賃は含まれておりません。

●点検実施基本料金 ※表示価格は税込となります。

型式	仕様	点検料
乗用型	2条刈	55,000円
	3条刈	69,300円
	4条刈	88,600円
	5条刈	97,790円
	6条刈	113,080円
	7条刈	124,080円



備考(別途費用)

- キャンペーン付……11,000円
- デバイダー……4,400円/本
- グレンタンク付……7,700円
- 工賃……6,600円/時間

※引上納入料、洗浄料についても別途必要となります。

# 乾燥機

申込期日

令和6年11月末日

点検実施期間

令和7年1月上旬~令和7年3月下旬

点検に伴う修理整備について

部品代金および点検に際し修理の必要が生じた場合は別途工賃料金を請求させていただきます。

点検に際してのお願い

- 電源・コード・白灯油の準備をお願いします。
- ゴミ等の捨て場所の指示をお願いします。
- 機種により点検が出来ない場合がありますので、最寄りの支店または整備センターにご確認ください。

●点検実施基本料金 ※表示価格は税込となります。

区分	基本料金
59石以上	別途ご相談
29石以上~58石以下	57,200円
23石以上~28石以下	49,500円
22石以下	36,300円



ご依頼・お問い合わせは整備センターまで TEL 059-379-5510

おひつじ座 3/21~4/19



対人運が活性化。新しい風が吹いてくる予感がしています。柔軟な姿勢がチャンスを生かす鍵。短気は禁物

おうし座 4/20~5/20



いつものペースを大切に。気になることを残さないようにしていきましょう。技術向上の学びにツギがあります





# ATMなどのサービスを一時休止させていただきます。

JAバンクからの大切なお知らせ

いつもJAバンクをご利用いただきありがとうございます。このたびJAバンクはおお客様へのサービスや利便性の向上を目的としたシステム更改に伴い、誠に勝手ながらATM・JAネットバンク等のサービスを一時休止させていただきます。ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

## 休止日

すべてのサービスが休止

県内JAのATMとJAネットバンクサービスはご利用可能

### 2024年(令和6年)

10月19日  
土曜日

一部取引休止 全取引休止  
18:00-21:00 21:00-24:00

10月20日  
日曜日

全取引休止 一部取引休止  
0:00-8:00 8:00-9:00

11月2日  
土曜日

一部取引休止  
18:00-翌9:00

### 2025年(令和7年)

1月2日  
木曜日

一部取引休止  
18:00-翌8:00

1月18日  
土曜日

全取引休止  
21:00-翌8:00

2月23日  
日曜日

全取引休止  
6:30-9:00[予定]

### 休止するサービス

JAバンクのATM

コンビニ等のATM

JAネットバンク

ジェイデビット



## 令和6年9月よりお預入限度額を引き上げました!!

お預入金額:お一人様 **500万円** まで  
お預入期間:1年(自動継続の取扱いはできません)

年金振込  
ご指定の方  
限定

# シルバー 定期貯金

スーパー定期貯金1年もの

店頭表示金利

プラス 年**0.16%**

金利上乘せ

#### ○ご利用いただける方

- 当JAに公的年金(国民年金、厚生年金、共済年金等)もしくはその他年金(年6回以上)ご指定の方。年金保険等、一部対象外となる年金がございます。JA鈴鹿の窓口にてご確認ください。●新規にご指定の方も対象となります。(ただし年金振込指定をいただいてから6ヶ月以内に年金受取予定の方)●シルバー定期貯金をご契約中は継続して当JAで年金をお受け取りいただくことが条件となります。●お預け入れは年金受取口座指定店舗に限ります。

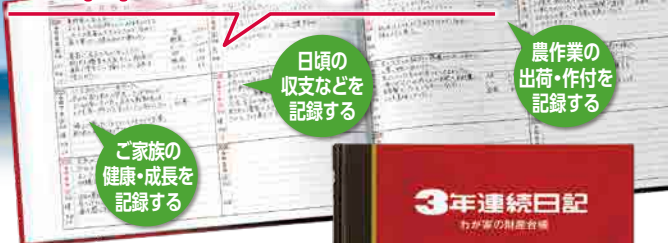
#### 【ご留意事項】

- 金利は年利率・税引前で表示しています。●満期日前に解約される場合は、当JA所定の中途解約利率を適用いたします。●満期お受取時には、お利息がプラスされます。[お利息には20.315%(国税15.315%・地方税5%)の分離課税が適用されます。]●当JAが実施する他の定期貯金商品との併用はできません。●本商品は、金融情勢等の変化により予告なく「商品内容の変更」や「取扱いを中止」することがあります。●店頭の商品概要説明書をご用意しております。

詳しくはJA鈴鹿窓口へお問合せください

### 農業記録の決定版!

## 3年間の農作業が 一目でわかる!!



ご家族の健康・成長を記録する

日頃の収支などを記録する

農作業の出荷・作付を記録する

家事・生活に役立つ  
わが家の  
財産台帳つき

B5判、上製本、376頁、年月日・曜日入り  
見開きで4日間3年分を記録 収支記録欄付き

10月1日  
発売

3年連続日記  
令和7・8・9年版

定価 **4,400円** (税込)

詳しくは 生活福祉課まで TEL 059-384-1123

# 味噌作り

健康いきいき

講習会のご案内

地元のお米、大豆を使った  
オリジナル味噌づくりです♪  
ぜひご参加ください♪  
男性の方も多数  
ご参加いただいています♪

### 地元産にこだわった手作りの麴!

開催日時 令和7年1月中旬~2月上旬まで**毎日開催**  
午前9時~午後2時頃まで

場所 食彩工房味夢~みらい~

申込方法 最寄りの各支店でお申込みください

申込期日 令和6年11月8日(金)



ふたご座  
5/21~6/21

II 全体運

好調運です。レジャーの予定を立て遊びに行きましょう。華やかなスポットが特にお勧め。健康グッズの購入も吉



かに座  
6/22~7/22

III 全体運

家族との会話を大切に。何げない会話が幸せを育みます。部屋の掃除は念入りに。寝具のクリーニングにツキ

2 稲刈り  
12 つくも責任  
つから責任



新米の季節がやってきました

## 令和6年産米 管内各地で収穫!

8月上旬~  
9月中旬

8月上旬から9月中旬にかけて管内各地で稲刈りが行われました。

管内で生産する品種は主にコシヒカリ、キヌヒカリ、あきたこまちで、管内3カ所にあるカントリーエレベーター、ライスセンターを稼働し、荷受け作業を行いました。荷受けした米は適正な管理の下、乾燥・調製を行いました。

8/10~  
8/13

## お盆用切花販売イベントを開催 多くの来店客で賑わう

8月10日から13日の4日間、果菜彩全店舗でお盆用切花の店外販売を行いました。期間中は、屋外に特設テントを設けて売り場面積を拡大し、出荷者が早朝に摘み採った菊やしきみ、ホオズキなど多種多彩な切り花を販売しました。長年続ける即売会は地域の方々に広く認知され、開店直後から多くの来店客で賑わいました。



切花を選ぶ来店客

12 つくも責任  
つから責任

4 読書の楽しさ、情報を  
みんなに  
8 働きがいある  
経済成長を



農業について話を伺う大学生

## 学生向け仕事体験 JAと農業について理解を深める

8/15

8月15日、学生向けの仕事体験で大学生を受け入れました。JAの業務内容や農業の魅力について理解を深めてもらうことが目的です。

当日は、職場や各施設を見学したほか、実際に組合員を訪れてJAとの関りや農業の魅力について話を伺いました。

8/20

## 認知症への理解を深めよう サポーター養成講座を開催

8月20日、本店で管理職を対象に認知症サポーター養成講座を開き、約60名が参加しました。認知症への理解を深めることが目的です。当日は、鈴鹿市社会福祉協議会から認知症地域支援推進員を講師として招き、認知症の症状や行動、周囲の心掛けや支援、診断と治療について学び、認知症への理解を深めました。JAを安心してご利用いただけるように支店や事業所等に認知症の人やその家族を支え見守る応援者が存在することを示すステッカーを掲示し、地域貢献活動として取り組んでいきます。



認知症についての理解を深める職員ら

3 すべての人に  
健康と幸せを  
11 住み続けられる  
まちづくりを

しし座  
7/23~8/22

全体運

あれもこれもと気持ちがせきそう。動く前に状況整理を。冷静になればなんとことありません。優先順位を見極めて

おとめ座  
8/23~9/22

全体運

運勢は穏やか。やりたいことを始めましょう。遠慮しないで積極的に発言を。迷ったときは相談すると道が開けます



4 読者の思いや期待を  
みんなに



マイカーローンをPRしました

## 中京テレビでマイカーローンをPR 利用拡大を呼びかけ

8/21

8月21日、当JAが取り扱うローン商品を多くの方に知ってもらおうと亀山支店でマイカーローンのPR取材が行われました。

当日は、中京テレビの取材があり、車やバイクの購入や修理、借換でも利用できることと最軽減後の金利が1.20%であることをPRしました。

8/26

## 農福連携で梨初収穫 B型事業所「ともに」が表敬訪問

8月26日、就労継続支援B型事業所「ともに」は、工賃向上を目的に3年前から栽培する梨(幸水・豊水)が初めての収穫を迎え、当JAを表敬訪問し、これまでの活動内容を報告しました。同事業所の利用者は、水の管理や施肥量、病気の有無など生育状況を注視して日々、栽培に取り組んできました。当JAは、独自の営農振興基金を通じて資金支援を行ったほか、営農指導を通じて取組みを支えてきました。



訪問した利用者と谷口組合長

3 TATTOOに  
健康と福祉を

8 働きがいの  
経済成長を



愛宕小学校

8月下旬~  
9月下旬

## 暑さに負けず 元気いっぱい稲刈り体験

8月下旬から9月下旬にかけて管内各地の小学校で稲刈り体験学習が行われました。地域住民や農家の協力のもと、児童は鎌を使って一生懸命に稲刈りを行いました。

収穫後はお世話になった方々に大きな声で感謝を伝えました。収穫したお米は学校の調理実習や家庭に持ち帰り使用されました。

4 読者の思いや期待を  
みんなに

11 読者の思いや期待を  
みんなに



合川小学校



清和小学校



石薬師小学校

7

Monthlyニュース  
2024.10



てんびん座  
9/23~10/23

全体運

パワフルに過ごせます。ただ周囲から頼りにされて大変な面も。全力でやっても手が回らないなら早めに説明を

さそり座  
10/24~11/22

全体運

昇運です。難しいと思っていたことも少しずつ進み始めます。諦めずに継続しましょう。買い物にツキ

米

来年に向けての土作り

忙しい稲刈りの時期が終わったばかりですが、来年の作付に向けて土作りを行うことが大切です。最近の気象条件は、季節外れの台風の到来等を含め、異常気象が局地的に発生し農業には非常に厳しい条件です。

このような状況下においても安定した水稻栽培をする為には、基礎である土の状態を健全に保つ必要があります。

●pHの調整

水稻の適性pHは5.5～6.5です。土壌が酸性化するとアルミニウムが溶け出しやすくなり、リン酸を土中に固定し、吸収されにくくなるといった事象がおきます。土壌が酸性に傾いている場合はアルカリ資材をお使いください。

●堆肥等有機物の施用

土壌の物理性の改善、土壌への養分の供給には「牛ふん、けいふん」等の家畜ふん堆肥の施用をお試しください。



緑肥と対抗植物

栽培環境を改善

「緑肥」は青刈りして土壌にすき込み、土壌を肥沃(ひよく)にする目的で栽培される「緑の肥料」です。「対抗植物」は特定の病害虫を防除するために栽培し、土壌中の寄生性センチュウや病原菌の密度を下げ、被害を減らすことができます。

これらの植物は種類によっては、両方の働きをします。共通点は、土壌の改善と同時に、畑の生態系を多様にし、土着天敵などを活用して病害虫を抑えられることです。

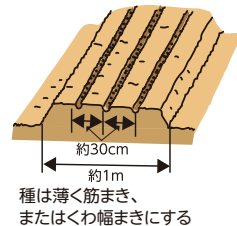
**【緑肥】**有機物が微生物に分解されて腐植が作られ、団粒構造の形成、透水性の向上で野菜の根の環境が改善されます。マメ科は根粒菌により空気中の窒素を固定し、土壌が肥沃となります。

秋まきでは、裸地になるのを防ぐためにもイネ科のエン麦やライ麦をまき、また、マメ科のクローバー、ヘアリーベッチ(図1)では、翌年花を楽しんだ後にすき込みます。春まきではイネ科のソルガム(図2)、ギニアグラスなどを栽培し、夏に茎葉をくわや耕運機で2、3回すき込みます。その後、キャベツやブロッコリーなどが植え付けできます。イネ科作物は草丈が伸び、土づくり効果以外にも害虫の飛来阻止(隔離)、防風などの障壁効果も期待できます。

**【対抗植物】**ネコブセンチュウは、根にこぶを作って養水分の吸収を妨げて生育を阻害します。このセンチュウは地温の高い夏～秋に増殖し、ウリ科をはじめ多くの野菜に被害を与えます。マリーゴールドやクロタラリアなどの対抗植物を春にまき、3カ月程度育てれば、センチュウ密度を下げるすることができます。ダイコンのキタネグサレセンチュウはマリーゴールドなどを作付けすることで被害を軽減できます。

図1 ヘアリーベッチの利用

(1)種まき(9、10月)



(2)すき込み(3、4月)



図2 障壁効果のあるソルガム

畑にナス、トマト、サトイモなどを育て、ソルガムは周囲に植える



表 主な緑肥・対抗植物とその効果

参考資料:「カバークロープ・草生栽培 栽培指針」千葉県、千葉県農林水産技術会議(平成24年3月)、「緑肥利用マニュアル」農研機構(令和2年3月)。

種まき期	科名	品目	主な品種※1	センチュウ抑制※2	雑草抑制	窒素固定	障壁	景観・美化
秋まき	イネ科	エン麦野生種	ヘイオーツ、ニューオーツ	○				
		ライ麦	R-007、グリーン	○				
	マメ科	クローバー	くれない(クリムソクローバー)、フィア(白クローバー)			○		○
		ヘアリーベッチ	藤えもん、ナモイ		○	○		
春まき	イネ科	エン麦野生種	ヘイオーツ、ニューオーツ	○				
		スーダングラス	ベールスーダン、ねまへらそう	○			○	
		ソルガム(ソルゴー)	つちたろう、元気ソルゴー	○			○	
		ギニアグラス	ナツカゼ、ソイルクリーン	○				
	マメ科	クロタラリア	コブトリソウ、ネマクリーン	○		○		
		ヘアリーベッチ	藤えもん、ナモイ		○	○		
		セスパニア	田助		○	○		
	キク科	マリーゴールド	アフリカントール、グランドコントロール	○				○
		ヒマワリ	ハイブリッドサンフラワー、緑肥用ヒマワリ					○

※1 種苗会社は雪印種苗、カネコ種苗など。 ※2 主な寄生性センチュウの抑制効果は、品種により異なる。



今月の  
幹旋商品

# 野菜苗の特別注文受付中です!!

今回ご案内する特別接木苗は、耐病性のある台木を使用した接木苗で、購入して頂いた皆様からは「**病害が例年よりも少なかった、莖が太くしっかりしていた等**」と好評を頂いております。そのほか実生苗等も良質な苗をご提供致しますので、ぜひこの機会にご注文ください! 又、生産都合により品種を変更する場合がございますので、ご了承ください。

 <p><b>特別接木苗</b> 桃太郎ピースPVP 青枯れ等の耐病性があり、実は固めでしっかり</p>	 <p><b>接木苗・実生苗</b> 千果 鮮赤色の美しい光沢♪糖度8~10度!</p>	 <p><b>実生苗</b> アイコ 甘味が強い卵型のミニトマト!</p>	 <p><b>実生苗</b> プチぶよ さくらんぼのような薄皮ミニトマト!</p>	 <p><b>特別接木苗</b> とろーり旨なす イチ押し白なす! 果肉が柔らかく、加熱するとねっとりした食感</p>	 <p><b>特別接木苗</b> ふわとろ長 とろけるほど柔らかく甘みに富み食味は最高!</p>
 <p><b>特別接木苗・接木苗・実生苗</b> 千両二号 夏秋用の代表格♪ツヤよし♪果ぞろいよし♪</p>	 <p><b>特別接木苗</b> 夏すずみ 秀品率が高くお手軽♪ウドンコ病に強い品種!</p>	 <p><b>特別接木苗</b> とんがりパワー 青臭さ・苦みなし♪青枯れに強い品種</p>	 <p><b>特別接木苗</b> 京ひかり 青枯れに強く、夏過ぎまで収穫できる</p>	 <p><b>実生苗</b> えびす かぼちゃの代表格♪着果・肥大性よし!</p>	 <p><b>実生苗</b> 坊ちゃん ミニかぼちゃ代表♪</p>

★家庭菜園の方はもちろんベテランの方にもおすすめ出来る高品質な苗を多数取り揃えています。  
※写真で掲載している品種以外にも多数取り扱いがございます。

- 特別接木苗: ホーム桃太郎、筑陽
- 接木苗: ホーム桃太郎、スイカ夏武輝、スイカひとりじめ
- 実生苗: グリーン長れいし、マイルドターキー、京みどり、甘とう美人、鷹の爪、翠臣、瑞栄、ホーム桃太郎、はやと、金太郎



生姜種

〆切日  
令和6年  
10月末日



注文につきましては各支店へお問い合わせください。

## 秋冬野菜栽培応援セール!!!

令和6年11月11日①~11月17日③



**農薬**

- アファーム乳剤 100ml ..... 店頭価格 ¥2,379のところ **2,280円(税込)**
- プレバソンフロアブル5 250ml ..... 店頭価格 ¥3,979のところ **3,449円(税込)**
- スターフル顆粒水溶 100g ..... 店頭価格 ¥1,166のところ **1,099円(税込)**
- ダコニール1000 250ml ..... 店頭価格 ¥1,299のところ **1,199円(税込)**

上記以外にもお得な商品をご用意しております。

※セール期間中の営業時間は各店舗営業時間に準じます。また肥料の掲載商品は引取価格ですので配達時は当用配達価格となります。

お問い合わせ: 西部営農・資材センター (TEL.059-375-6300) または各購買店舗

お買い物500円ごとに笑味ちゃんスタンプ1個  
スタンプを集めて応募しよう!

JAグループ三重  
ファーマーズマーケット



笑味ちゃん  
©みんなのよい食プロジェクト

# 笑味ちゃんスタンプキャンペーン2024

キャンペーン期間 2024年10月1日(火)~11月30日(土)

スタンプを5個集めて

スタンプを3個集めて

**A コース**

クイジナート (RHB-1070J)  
**コードレス充電式  
ハンドブレンダー**

本体、ブレンダー、ウィスク、  
チャッパ、おろしディスク、  
専用カップ、フタ、充電スタンド、  
USBケーブル (Type-C)、  
クリーニングブラシ、  
レシピブック

抽選で  
**20名様**

**B コース**

- JAみえきた  
非常時持出米  
(わかめごはん)
- JA鈴鹿  
JA鈴鹿のもっちもち  
ラーメン2種  
(担々麺・汁なし担々麺)
- JA津安芸  
至福の一杯  
キューブ米
- JA多気郡  
えごま茶葉2種  
(ほうじ茶ブレンド・緑茶ブレンド)
- JA伊勢  
農協さんのお味噌汁
- JAいがふるさと  
伊賀牛カレー(中辛)
- JAみえなか  
マコモタケ濃厚  
ポークカレー2箱

**7JA特産品  
詰め合わせセット**

抽選で  
**50名様**

※写真はイメージです。製品のデザインや仕様は変更することがあります。

## 応募の流れ

- STEP 1** キャンペーン期間中、応募用紙を持って対象店舗で買い物をします。
- STEP 2** ご精算後、お買い物500円ごとに笑味ちゃんスタンプを1個押印します。
- STEP 3** スタンプがたまったら応募用紙に必要事項をご記入いただき、各店舗の応募箱へ投函します。
- STEP 4** キャンペーン終了後、応募者の中から厳正なる抽選を行います。  
※賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

## お問い合わせ

【キャンペーン事務局】  
JA三重中央会  
企画総務部 企画調整課  
TEL 059-229-9006

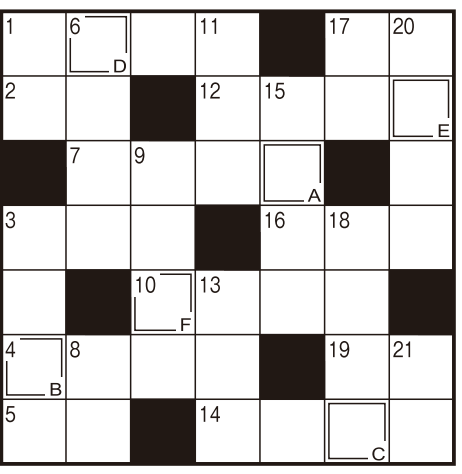
【キャンペーンページURL】  
<https://www.ja-miechuokai.or.jp/wp/?p=6880>

三重県内の対象店舗やキャンペーンの規約はこちらからご確認ください▶

## クロスワードパズル

CROSSWORD PUZZLE

タテのカギ、ヨコのカギをヒントにしてクロスワードパズルを解いてください。二重丸の文字をA~Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか? 正解された方の中から5名様に粗品を呈いたします。



→ヨコのカギ

- ① 香り高い高級キノコ
- ② 環境問題に世界〇〇で取り組む
- ③ のどの〇〇〇を覚えて水分を取った
- ④ 財布やスマホを入れます
- ⑤ 表ではありません
- ⑦ レインボートラウトとも呼ばれる魚
- ⑩ 古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました
- ⑫ 命を持つものこと
- ⑭ バンガローやロッジより設備が充実しています
- ⑯ 港を示す地図記号はこの形
- ⑰ 富有、次郎、市田といえは
- ⑱ 地震のときに感じるもの

↓タテのカギ

- ① たき火やかまどにくべるもの
- ③ 葛根湯(かっこんとう)は〇〇〇〇薬の一つです
- ⑥ 建物や壁に囲まれた小さな庭
- ⑧ 土の中で「ジーツ」と鳴く虫
- ⑨ 印刷ではなく〇〇〇〇のサイン
- ⑪ 将棋の駒で、表側に動物を表す漢字が入っているもの
- ⑬ 〇〇〇心と秋の空? それとも女心?
- ⑮ 海水と淡水が混じり合っている湖
- ⑰ アヒルの原種です
- ⑱ 勾玉(まがたま)のような形をした〇〇〇〇ナッツ
- ⑳ パンダの好きな遊びの一つ。落ちないか心配
- ㉑ 近頃はセルフで済ませられるスーパーも増えました



8月号 CROSSWORD PUZZLE  
答え・当選者  
トコロテン

- 岡田 和子さん (鈴鹿市須賀)
- 香川久美子さん ( // 鈴鹿ハイツ)
- 松井 大輔さん ( // 庄野町)
- 草川 千賀さん (龜山市中庄町)
- 前田 恭代さん ( // 田村町)

★応募総数49名中上記の5名様が当選されました。おめでとうございます。

◆クロスワードパズル応募締切:10月31日(木) 当日消印有効 ◆ご応募方法は、裏表紙をご覧ください。

# 野菜を使った おすすめレシピ

## 栗おこわ

ほくほく♪  
もちもち♪



果菜彩に並ぶ農産物を  
使ったレシピをご紹介します。  
食卓に旬をとり入れてみませんか？

### 作り方

- 1 もち米は洗ってザルに上げ、水気をきります。
- 2 炊飯器の2合の目盛りに合わせて水を入れ30分～1時間そのまま置いて浸水させます。
- 3 栗はさっと洗って、40～50℃くらいの熱いお湯に20分以上浸けておきます。
- 4 鬼皮と渋皮を丁寧にむいて、水に20～30分ほどつけてアクを抜きします。
- 5 栗の水けをよくきって食べやすい大きさに切ります。
- 6 炊飯器に\*の調味料を加え、ひと混ぜします。
- 7 昆布と栗を入れて炊飯器のスイッチ オン♪
- 8 炊き上がったたら、昆布を取出して底から優しく混ぜます。
- 9 器に盛って、ごまをたっぷり振りかけたら完了です♪

### 材料(4人分)

● もち米	2合
● 栗(皮付き)	400g
*みりん	大さじ1
*酒	大さじ1
*白だし	大さじ2
*塩	小さじ1
● 昆布	10×5 cm
● 水	適量
● 白ごま	適量

### ポイント

栗の実はナッツの一種で、他のナッツ類より脂質が少なく、でんぷん質が多いのが特徴。  
他にもビタミンB1、B2、ビタミンC、カリウムや食物繊維なども豊富です。ビタミンCは美容に効果的で、特に栗のビタミンCはでんぷん質に包まれていて熱に強いので加熱調理でも壊れにくいのが特徴です。食物繊維は便秘の解消や腸内にある老廃物の排出をサポートして腸内環境を整える効果があります。ビタミンB1は疲労回復に、ビタミンB2は老化防止に、カリウムは高血圧予防や動脈硬化に効果的なんです。お好みで、炊きあがりにお酒大さじ1/2くらいを全体に振りかけて少し蒸らしてから食べるとお酒のコクと風味がプラスされますよ。  
秋を代表する味覚の「栗」。煮物に加えたり、サラダにもおすすめです♪いろいろアレンジして旬を味わってみてください。

### 野菜ソムリエ 直伝!



JA鈴鹿  
野菜ソムリエ  
中村 智美

## 読者のギャラリー

### READER'S GALLERY



[双子なすちゃん]  
まーちゃんさん

●夕方、収穫にいったらびっくり!  
双子なす発見!

読者の皆様が管内で撮影した人物、農産物、風景、ペットの  
写真などお気に入りの写真をご応募ください。  
ご応募方法は、裏表紙をご覧ください。

## 短歌

いつまでも若い気分であるけれど  
脚腰いたい敬老の日  
大平いほ子

日頃から寡黙な父であったけれど  
夢に出てきた父も話さず  
渡邊 嘉孝

稲刈りに天気続きは理想だが  
こんな猛暑じゃ体がもたぬ  
七里 寿子

彼岸には時を知るかに彼岸花  
畔一面に燃ゆる赤かな  
加藤多恵子

散歩道ママにあげると摘む花は  
野に咲く草とて素敵なブーケ  
澤田 明美

## 俳句

秋が旬大きく育つトンガかな  
服部みつえ

果樹の葉に毛虫の猛威食い荒らす  
大泉美恵子

朝露がきらきら光る草の丘  
佐野 笑子

台風やむてき共済無敵なり  
松井 政典

短歌・俳句コーナーの投稿方法は、  
裏表紙をご覧ください。



# 行事カレンダー



10月

7 日 家庭訪問日

8 火 //

9 水 //

11 金 無料税務相談会(白子支店)

12 土 植木市(秋季大市)

果菜彩鈴鹿店 感謝祭

13 日 //

19 土 無料年金相談会(総合相談センター)

果菜彩稲生店 感謝祭

20 日 //

22 火 植木市

25 金 無料税務相談会(国府支店)

26 土 果菜彩亀山店 感謝祭

27 日 //

11月

6 水 家庭訪問日

7 木 //

8 金 //

9 土 第63回のうきょうまつり

10 日 //

無料税務相談会(総合相談センター)

12 火 植木市

16 土 無料年金相談会(総合相談センター)

22 金 植木市

無料税務相談会(亀山支店)



JA鈴鹿 友だち登録はこちら→  
**LINE 公式アカウント**

今ならご登録いただいた方に  
「鈴鹿茶ペットボトル1本」をプレゼント中です。



わたしたちの



組合員数 25,768人

正組合員 12,778人

准組合員 12,990人

貯金残高 4,482億5,698万円

貸出金残高 764億 325万円

長期共済保有高 5,775億6,357万円

購買品取扱高 21億4,457万円

販売品取扱高 32億7,009万円

令和6年8月末現在

## 各コーナーへの応募方法

### 読者のギャラリー

撮影した写真を下記の宛先まで送付いただくか、最寄りの支店までお寄せください。

本文に ①氏名(ペンネーム) ②住所 ③電話番号 ④写真のタイトル ⑤写真の簡単な説明(50字以内)を明記してください。

※メールの場合、件名を「読者のギャラリー」として写真を添付し、送信してください。

●郵便：〒513-8650 JA鈴鹿 のうきょうすずか係

●メール：soumu4@suzuka.jamie.or.jp

※携帯電話からも送れます。

★写真はお返しできません。予めご了承ください。

★誌面の都合上、掲載できない場合もございます。

### 短歌・俳句コーナー



●短歌・俳句コーナーの投稿は、①短歌・俳句②住所・氏名を明記のうえ、最寄りの支店窓口もしくは上記の「のうきょうすずか」係までご郵送ください。

※誌面の都合上、掲載できない場合もございます。

●クロスワードパズルご応募の方は、①クイズの答え ②住所・氏名・年齢③一番良かったコーナー④本誌へのご意見・ご感想を明記のうえ、上記の「のうきょうすずか」係までご郵送ください。

## 理事会だより

令和6年9月26日(木)開催の第461回理事会では、次の事項について協議・承認され、報告が行われました。(抜粋)

### 第461回 理事会

- リスク評価書の定例改正について
- 令和5年産米最終精算と生産者開示について
- 令和6年産米集荷実績について

## 編集後記

今年も本当に暑かったですね。年々秋が待ち遠しく感じます。ようやく訪れた秋を満喫しましょう♪

果菜彩でもこれから秋冬野菜が続々と出荷予定です。地元産の新鮮な旬の野菜で秋の味覚をお楽しみいただけます。ぜひ、お立ち寄りください♪(岸)

