

2018

10月

おき



 JA碓氷安中 広報誌めぐみ
平成30年10月号 Vol.308



▲優勝の秋間チーム



▲第三位のすみれ野チーム



▲準優勝の碓東チーム



9月13日 年金友の会ゲートボール大会を開催

J A碓氷安中年金友の会は、9月13日（木）に安中市久芳緑地公園専用コートにて第51回J A碓氷安中年金友の会ゲートボール大会を開催しました。年金友の会では会員の親睦と健康管理を目的に、また日頃の成果を発揮する場として毎年開催しています。

この日は好天に恵まれ、ときおり強い日差しが差し込むなか、選手の間は暑さに負けない熱戦を繰り広げました。選手の間、審判員の方々、大変お疲れ様でした。

試合結果は左記のとおりです。

優勝…秋間チーム
準優勝…碓東チーム
第三位…すみれ野チーム



8月27日 繭品質向上に向けて

碓氷安中養蚕振興協議会は、8月27日（月）営農経済課会議室で優良繭生産研修会を開催し、生産者ら17人が出席しました。

研修会では、碓氷製糸株式会社の萩原和憲原料課長より平成30年度養蚕概要が報告され、春・夏・初秋蚕期が終了した時点での実績が説明されました。

群馬県蚕糸園芸課岡野俊彦主監からは、平成30年度蚕糸振興について蚕糸業継承対策事業の説明がありました。

続いて、群馬県蚕糸技術センター鹿沼敦子主任から優良繭の生産技術についての講習が行われました。

管内の養蚕農家は本年度20戸、国産生糸の再評価と需要の高まりを背景に、出席した養蚕農家は繭品質の向上と生産技術維持について確認し合いました。



▲研修会の様子



9月11日 今年最後の配蚕が行われる

営農経済課は、9月11日（火）に今年4回目である最後の晩秋蚕期の配蚕作業を行いました。

この日、4品種36箱の稚蚕が17戸の養蚕農家に配られ、各農家は蚕を広げる作業に追われました。

今年の晩秋蚕期は、農家の高齢化などの影響で農家戸数は4戸減少し、掃立量も前年比70%となっています。J A担当者は「8月27日に優良繭生産研修会を開催して様々な理解を深め、各農家が飼育に励んでいるので、昨年同様の優良繭の生産が期待できるだろう」と話していました。

今後、養蚕農家は飼育管理を続け10月上旬に繭として出荷されます。



▲晩秋蚕の配蚕作業



9月12日 女性部ぱつと華やか文化展開催

J A碓氷安中女性部は9月12日（水）に「第1回 J A碓氷安中女性部文化展」を開催し、85人が来所しました。

この文化展では、女性部部員の自慢の作品の展示や腕自慢料理の試食会、家の光の記事を活用した作品などが展示されました。

女性部部員の作品は陶芸品、絵画、籠バッグ、洋服など様々な部員自慢の品々が並べられ、来所者は「すごいね」「これ欲しい」など見入っていました。試食会では、地元生産者の協力を得て新鮮な野菜を使った料理を振る舞い、午後には終了となりました。

参加した部員は「こんなにお客さんが来てくれて嬉しい。頑張って準備して良かった。また来年も開催したい。」と話していました。



▲文化展の様子



▲試食会の様子



8月30日・31日 出荷に向け最終確認

J A碓氷安中葱部は8月30日（木）と31日（金）、本所および西部支所で「ネギ秋季管理講習会」を開催し、両会場で生産者114人が出席しました。

西部農業事務所普及指導課の宮本雅章主幹より上州ねぎ・下仁田葱の秋以降の管理について講習が行われました。

今年の上州ねぎ・下仁田葱の生育については、7月から8月上旬以降雨が多く、8月中旬以降は高温乾燥気味で推移し、外葉の枯れ発生や軟腐病の発生は昨年より少ない傾向でした。今後は病害虫防除や除草対策は気温が下がった9月に集中的に行うことが肝心で、早めの対策で収穫に備えて欲しいと話しました。

ネギの講習会は年間4回開催されており、今回の講習会が最後となります。参加者は出荷に向けた最後の作業の確認を行いました。



▲熱心に講習を受ける参加者（西部支所）



「意見箱」の設置について

この度、J A碓氷安中では、新たにJ Aグリーン店舗に「意見箱」を設置しました。

「意見箱」は、組合員、利用者の皆様の声を参考に、J A碓氷安中を安心して快適にご利用いただけるよう、また、一層地域に根ざしたJ Aを目指していくために設置いたしました。

すでに本所正面入り口および西部支所にも設置してありますので、ご意見・ご要望等がございましたら、その声を「ご意見箱」にお寄せ下さいますよう、お願い致します。



▲よろしくお願い致します。



共済課は9月7日（金）に共済担当者ロールプレイング大会を開催し、東西両支所から6人が参加しました。

ロールプレイングとは実際のお客様との応対を想定して、窓口対応の向上を図ることを目的として共済課で近年開催しています。

最優秀賞に選ばれたのは西部支所の内田昭彦共済係長でした。



▲ロールプレイング大会の様子



▲最優秀賞の内田昭彦共済係長



9月7日 共済担当者ロールプレイング大会開催！



9月8日・9日 オートパル 展示会を開催

自動車燃料課は9月8日（土）、9日（日）JAグリーン駐車場自動車・農機・LPGの展示会を開催しました。2日ともあいにくの雨模様となりましたが、多くの組合員・利用者が来場し、展示された車両などの説明に聞き入っていました。2日間の実績は目標計画対比で97%でした。

自動車燃料課では、年2回の展示会を開催しており、次回は平成31年2月を予定しています。



▲展示会の様子

シロアリ防除・湿気対策は アサンテにおまかせください!!

**木造家屋の3軒に1軒は
シロアリ被害があると言われています。**

シロアリは普段目に付かない場所にいるため、発見が遅れてしまいます。アサンテの調査員が写真の制服、車両で巡回訪問をしております。床下調査をご希望の方はお気軽にお申し込ください。被害を未然に防ぐためにも、まずは床下調査でご確認を！



しろあり
ノア

調査・お見積り無料! ※施工は有料です。

ご連絡はJA窓口、または下記連絡先をお願いします。

JA碓氷安中

JAグリーン碓氷安中店 **TEL.381-2085**

取扱：JA 全農ぐんま

A.SAN.TE
株式会社 アサンテ
東証一部上場

お楽しみ
イベント

ステージイベント

10:00▶12:30

- ◎スコップ三味線 (JA 碓氷安中女性部)
- ◎ハーモニカ演奏 (安中ハーモニカクラブ)
- ◎キッズジャズダンス (GOLDEN★FISH)
- ◎和太鼓演奏 (上州松井田峠太鼓)
- ◎フラダンス (ウニクス・ハワイアン)
- ◎アンサンブル演奏 (安中総合学園高校吹奏楽部)

その他イベント

◎もちつき体験・各種ご試食など

イベント盛りだくさんでお待ちしています!

さらに!

◎安中産野菜
農産物共進会
農産物共進会 表彰式

13:00
から

◎野菜など無料プレゼント
大根ほか(各時間:先着100名様)

1回目 9:20頃 2回目 14:00頃

◎JAグリーン展示即売会

◎出店・野菜
即売など

模擬店

出店ブースが
たくさん!

地産
地消

農業まつり 11/23 (金祝)

平成30年度
JA 碓氷安中

時間 9:00▶14:30 場所 JA 碓氷安中 本所

農業まつり実行委員会

◎JA 碓氷安中 ◎安中市農業委員会 ◎安中市

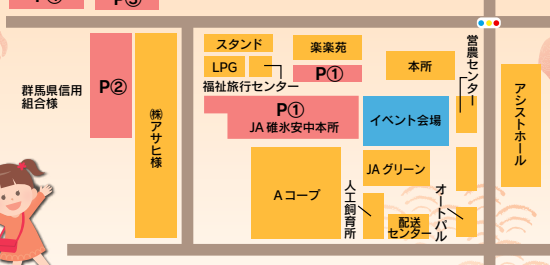
駐車場の
ご案内

①JA碓氷安中本所 ②群馬県信用組合 ③みどり荘
④安中交通安全協会の4箇所となっております。

台数に限りがございますのでご注意ください。
当日は、大変混雑が予想されます。
お時間に、十分ゆとりを持ってご来場ください。

安中交通安全
協議会様

みどり荘様
P④ P③



農業まつり

JA 碓氷安中

☎027-382-1131

※内容等は変更になる場合があります。即売品・無料配布品など品切れの際はご容赦ください。

ストップ! 不正軽油

群馬県では不正軽油の情報窓口として不正軽油110番を設けています。
不正軽油とは、軽油に灯油や重油を混ぜたり、灯油や重油をそのまま、又は混ぜたりして、軽油と称して販売・使用される燃料のことです。悪質な脱税行為であるだけでなく、製造や使用によって土壌や大気を汚染するなど重大な犯罪です。

- ・ダンプやトラックに灯油や重油を給油している人がいる。
- ・安い燃料を買ったらエンジンの調子が悪くなった。
- ・安い軽油の売り込みがあった。

など、不正軽油を製造・販売・使用していると思われる情報がありましたらお知らせください。

□問い合わせ・連絡先□

不正軽油110番
前橋行政県税事務所 県税課 軽油広域調査係

TEL.027-231-2801

Let's
challenge!シクラメンを楽しみ
ましょう

1. はじめに

もうすぐシクラメンの季節です。シクラメンは、寒い冬に大輪の花を咲かせることから、昔から冬の代表的な花として親しまれてきました。花屋さんにも数多く出回る十一月下旬から十二月中旬が選び時、買い時です。良いシクラメンの選び方と、購入後も長く楽しむためのポイントを紹介します。

2. 上手な選び方

シクラメンは、葉の数と花の数が比例します。葉の数が多く、蕾がたくさんついている株を選びましょう。選ぶポイント

- ・株の中心に花が咲いており、大きさの違う蕾が沢山ある。

- ・花に奇形や斑点状のシミがない（図1、図2）

- ・新芽や蕾が黒くなっていない。

- ・茎が間延びせずしまっており、半球状に株がまとまっている。

- ・葉の数が多く、大きさがそろっている。

- ・葉の色が黄色くなっていない。



▲図1 健全な花



▲図2 灰色かび病による花のシミ

3. 花を長く楽しむために

①日照条件と場所

購入してすぐは、室内の日当たりの良い窓辺に置き、まずは環境に慣れさせよう。

せるようにします。

二週間ほど経過したら、日中の気温が十度以上の暖かい日は、戸外で日光浴をさせましょう。最低でも、三日に一回三時間程行います。ただし、昼間は暖かくても、日が陰れば気温は一気に下がります。午後三時を回ったら、室内に取り込むようにしましょう。

シクラメンの生育適温は10℃～15℃です。高温と乾燥には弱いので注意します。また、温度の急激な変化はストレスとなり、株の劣化を早めます。暖房機を部屋で使っている部屋で育てている場合は、特に温度に注意しましょう。

置き場所のポイント

- ・昼間は、日当たりの良い窓辺に置く
- ・夜は、最低気温が5℃以下にならないよう暖かい部屋に移す。
- ・ストーブのそばやエアコンの風が当たる場所は避ける。

②水管理

適切な水の量は、シクラメンの管理で難しいポイントです。水のやり過ぎには注意しましょう。

水やりのポイント

- ・水は鉢が乾いてからたっぷりと与えるようにする。

③肥料

購入後一ヶ月ほどで土に蓄えられている肥料がなくなります。肥料が切れると、花数が極端に少なくなる、葉の色が悪くなるなどの症状が出ます。購入一ヶ月後から液肥は一週間に一回、タブレット状の肥料なら二か月に一回の間隔で与えるようにしましょう。

④手入れ

色あせて古くなった花や傷んだり枯れた葉は病気の原因となるので、こまめに摘み取るようにしましょう。

古い花や葉は、指で付け根近くを持って軽くひねりながら上に引き抜くときれいにとれます。ハサミなどを使うと切り口から雑菌が入りやすいので、必ず手で抜き取ります。

シクラメンは上手に管理すれば、4月～5月頃まで花を咲かせ続けます。ポイントを押さえて長く花を楽しみましょう。

4. シクラメンを贈りましょう

シクラメンは、花が咲く期間も長く、管理の手間もかからないことから、お歳暮やお祝い事など、冬の贈り物としても最適です。

シクラメンの花言葉

シクラメンは、花の中に雨がたまらないように、花が下を向いて咲きます。その姿がまるでうつむいているように見えることから、「遠慮」「気後れ」「内気」「はにかみ」など、初々しい恥じらいのある花言葉がつけられています。まさに日本人の奥ゆかしさを表す花です。普段は気恥ずかしくて伝えられない感謝の気持ちなどを花言葉に乗せて贈ってみてはいかがでしょうか。



▲図3 出荷を待つシクラメンの様子

(西部農業事務所 普及指導課

園芸指導係 桐生 めぐみ)



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(ながい・ともかず)

おいしく食べて 今日もスタート

今月の朝ごはん

朝ごはんの献立

ナガイモのグラタン **レシピ1**
ナガイモのかき揚げ **レシピ2**
ガーリックトースト
野菜スープ
グリーンサラダ



レシピ1

ナガイモのグラタン

材 料 (1 人分)

ナガイモ …………… 100 g
ジャガイモ …………… 1/2 個
(写真撮影用に紫のジャガイモ「シャドークイーン」を使用)
チェダーチーズ …………… 1枚
生クリーム …………… 1/2 カップ
牛乳 …………… 1/2 カップ
がらスープのもと …… 小さじ 1
塩、こしょう …………… 適宜
刻んだパセリ …………… 少々
バター …………… 適宜



作り方

- (1) ナガイモの半分はすりおろし、半分は短冊に切る。ジャガイモは火を通して一口大に切る。
- (2) フライパンにバターをひき、短冊ナガイモとジャガイモをソテーし牛乳と生クリーム、がらスープのもとを入れ、塩、こしょうで味を調える。
- (3) グラタン皿に短冊ナガイモとジャガイモを取り出し、すりおろしたナガイモを上から掛け、チェダーチーズを載せ、短冊ナガイモとジャガイモを並べ、トースターなどで焼き出来上がり。仕上げにパセリや粉チーズ(材料外)を散らす。

レシピ2

ナガイモのかき揚げ

材 料 (1 人分)

ナガイモ …………… 30g
アボカド …………… 1/2 個
ニンジンの葉 …………… 適宜
小麦粉 …………… 適宜
天ぷら粉 …………… 適宜
サラダ油など …………… 適宜
塩 …………… 少々



作り方

- (1) ナガイモを短冊に、アボカドはさいころ状に切る。
- (2) ボウルに(1)とニンジンの葉を入れ、小麦粉を軽くまぶす。
- (3) 水で溶いた天ぷら粉 1/2 カップほどで、(2)を軽く混ぜ合わせ一口大にまとめ、170 度に熱した油で返しながらかじゅりと揚げる。盛り付けたら塩を振る。付け合わせにミニトマト(材料外)などを添える。

新規就農講座 開催のお知らせ

J A碓氷安中では、安中市と共催で新規就農希望者を対象に、販売を目的とした野菜づくりの支援講座を開催します。定年退職者や早期退職者等で就農を考えている方は、この機会にぜひご参加ください。参加費用は無料です。

カリキュラム

開催日	曜日	時 間	内 容	開催場所
10月30日	火	午後6時30分～	○開講式 ○新規就農意向確認 ○安中市の野菜生産・販売の状況及び野菜振興について他	J A碓氷安中 営農経済課 (営農センター) 会議室
11月9日	金	午後6時30分～	○土づくり及び肥料の基礎知識	
11月14日	水	午後6時30分～	○農業基礎知識及び病害虫防除について	
11月16日	金	午後6時30分～	○露地ナス及び新興作物の栽培基礎講習	
11月20日	火	午後6時30分～	○ネギ類及びブチヴェールの栽培基礎講習	
11月27日	火	午後6時30分～	○キウイフルーツ・梅栽培の基礎講習	
11月29日	木	午後1時30分～	○先進農家の事例発表・意見交換、農場視察	営農経済課会議室 ～市内圃場

※都合により講座の内容が一部変更になる場合がありますのでご了承願います。

申込期日 平成30年10月26日(金)

◎申込・お問い合わせ先

J A碓氷安中 営農経済課

安中市役所 農林課農政係

TEL.027-382-1136 **TEL.027-382-1111**

(担当:佐藤・岡田)

(内線:2612)

肥料の共同運動について

JA碓氷安中は、良質な肥料をより安く供給することをめざし、「肥料協同運動」を今年も実施することになりました。このため、当JAの自己改革のため立ち上げました経済推進協議会が「オール14」の肥料の銘柄集約を実行し、組合員皆様の生産コストの低減に取り組めます。

価格引き下げに向けた 4つの取り組み

- ①銘柄の絞り込み（銘柄集約）
- ②メーカー工場の絞り込み（価格の徹底比較）
- ③購買数量の事前確定（組合員の事前予約制）
- ④運動参加者の拡大（予約数量の積み上げ）

オール14の銘柄集約について

- ・肥料流通の中心を占めている銘柄である。
- ・製造できる工場が多い。
- ・銘柄の絞り込みが容易である。



■お問い合わせ先

JAグリーン碓氷安中店

☎027-381-2085

平成30年産米（紙袋出荷）の取扱について

平成30年産米の紙袋出荷を下記のとおり取扱します。出荷契約の有無に関係なく出荷できます。詳細は営農経済課またはカントリーエレベーターにお問い合わせください。

検査日程

対象地域	検査日	時間	検査場所
全 域	10月30日(火)	午前9時より	カントリーエレベーター
全 域	11月 6日(火)	午前9時より	カントリーエレベーター
旧松井田全域	11月 8日(木)	午前9時より	細野ふれあいセンター
全 域	11月13日(火)	午前9時より	カントリーエレベーター

○米の検査には出荷者の立ち合いをお願いします。

○検査場所がカントリーエレベーターの場合は、検査日前日の午後に搬入をお願いします。

○直売等で販売する生産者は、必ず検査用紙袋を使用し、検査当日は検査手数料25円/袋(税別)と印鑑をご持参ください。なお、検査時間は出荷用米検査終了後になります。

○集荷を希望する生産者は、米売渡申込書に記入するか、事前に営農経済課まで連絡してください。取扱料として50円/袋(税別)がかかります。集荷は検査日の前日となります。

○出荷契約がない生産者は、検査時に書類を作成しますので、印鑑をご持参ください。

◎お問い合わせ先

営農経済課

TEL.027-382-1136

または

カントリーエレベーター

TEL.027-385-0122

食品に付くカビを防ぐ

●食育インストラクター 岡村麻純●



わが家の朝食はパンを焼いています。そのパンに付けるジャムを選ぶのが息子の朝の楽しみです。しかし親としては糖分の取り過ぎや虫歯も気になるので、甘さ控えめで手作りするが、買うときもできるだけ糖度の低い物を選ぶようにしています。そうするとどうしても日持ちがしなくなりま

す。先日旅行から戻ったら、息子が大事に食べていたジャムのふたにカビが生えていました。こうしたジャムやパンなどの食品に付くカビ。梅雨時だけでなく秋にも多いとされています。

カビは一つ一つは肉眼で見ることができません。目に見えているのは、カビがたくさん集まった集合体です。つまり、目で見えるほどカビが生えているということは、目で見えないカビもたくさん潜んでいる可能性があるのです。そんなカビの中にはカビ毒と呼ばれる、体に害を与える物があります。カビを長期間摂取した場合、発がん性があることが分かっ

ています。また、カビ毒は熱にも強いので加熱したからといってカビ毒がなくなるわけではありません。少しでもカビが生えてしまったら食べないことをお勧めします。

カビが生えるには温度、水分、酸素、養分が必要です。カビは25度前後が最も生えやすいとされますが、マイナス5度ぐらいまでは生育できるため、冷蔵庫中でも生えてしまいます。また、糖分や塩分が多くなると逆に生えにくくなるので、ジャムの場合は糖度の高い物の方が、カビが生えにくくなります。しかし、一度開けて空気に触れてしまうとどうしても

カビが生える可能性があります。開けたら早めに食べるようにしましょう。早く食べ切れない場合はジャムを小分けにして冷凍しておくのもお勧めです。

本当に恐ろしいイメージのカビですが、私たちが普段食べているみそやしょうゆもカビを使つて製造しています。おいしいカビだけだきたいですね。



サトイモの収穫と上手な貯蔵のコツ

●板木技術士事務所 板木利隆●



サトイモの主成分はでんぷん類、このでんぷんは加熱すると糊化し、消化吸収しやすくなります。カリウムは芋類の中では最も多く、高血圧予防に効果的です。タンパク質、ビタミンB群、Cなどを多く含み、栄養価が高いのが特徴、しかも食物繊維も豊富で水分に富み、意外に低カロリー、体重が気になる方にもお勧めです。

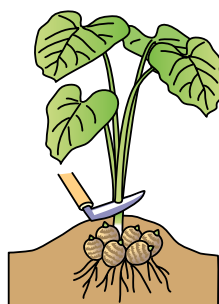
秋になって盛んに育ち、芋が肥大したサトイモは、晩秋に入ると

育ちが止まり、収穫期を迎えます。

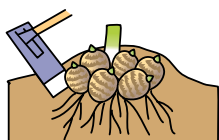
収穫適期の目安は、葉の緑が黄化し始め、葉が少し垂れ気味になった頃です。サトイモは寒さに弱く、1〜2回霜を受けただけで葉は容易に枯れてしまいますが、この頃が収穫の限界です。掘り遅れると品質を損ねるだけでなく、貯蔵した場合の故障株が多くなってしまう。

収穫するに先立って、図のようにあらかじめ葉身を地上5〜6cmの高さで、鎌で刈り取っておきます。芋や根は強大に太っているのを、株の側方に大きくくわを打ち込んで、子芋や孫芋を外さないよう注意して、株全体を丁寧に掘り上げます。

すぐに利用する場合は、その場で全ての子芋、孫芋、ひ孫芋を親手から取り外します。多数の株を効率よく取り外すに



あらかじめ葉と葉柄を切り取り、作業しやすくしておく



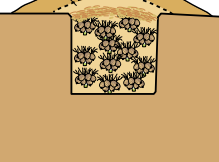
芋が外れたり傷ついたりしないよう注意して掘り上げる



切り口を下に向けて詰め込む

(2) 厳寒期に入った頃
覆土10〜15cm

(1) 貯蔵開始時の
覆土5〜6cm



は、外側の外れやすい子芋を取り除き、残った株を手で持ち上げて、大きなビール瓶などで横から強く打つと、案外傷つかずによく外れ落ちます。

貯蔵する場合には、子芋、孫芋などを外さないよう、特に注意して取り扱いましょう。外れてしまうとその傷口から傷み始めるので、貯蔵中の故障株が多くなります。

貯蔵する場所は排水の良い畑を選んで、幅40〜50cm、深さ60cmぐらいの貯蔵穴を設けます。そして掘り起こした株を丁寧に

運び、地上部の切り口を下方に向けて丁寧に積み重ね詰め込みます。反対に詰めると子芋が離れやすく、傷口から腐敗する芋が多くなります。

貯蔵穴を全部詰め終わったならその上に麦わら、稲わら(カヤが得られれば最高)などで覆い、5〜6cm覆土しておきます。さらに厳寒期に入った頃に10〜15cmの覆土を追加して寒さから守ります。

※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。

緑内障を早く見つける

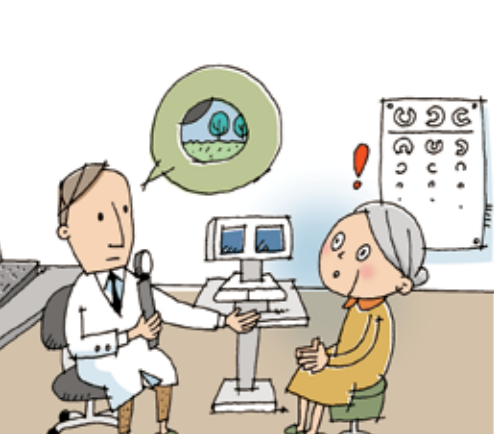
● 佐久総合病院名誉院長 松島松翠 ●

健康 百科

日本では、40歳以上の人の約20人に1人は緑内障があるとされており、中途失明の原因の第1位を占めています。失明を防ぐためにも、緑内障をできるだけ早く発見して、適切な治療を受けることが大切です。

緑内障とは、眼圧が上昇し、そのため視神経を圧迫して視野欠損や視力障害を起こす病気なのですが、最近では、眼圧が高くないにもか

かわらず、典型的な緑内障を起こす人が多いということが分かってきました。これを正常眼圧緑内障と呼んでいます。どうして眼圧が正常でも緑内障にかかるのかというと、はっきりした原因は分かっていますが、高齢になるほど増えることから、年を取って視細胞が弱くなり、壊れやすくなっていることが考えられます。



触らない調理の勧め

● 食文化・料理研究家 坂本佳奈 ●

キッチン 防災

食中毒予防の三原則は「ばい菌を「付けない」「増やさない」「殺す」です。十分な量の水で洗えないような状態では、私たちの手はばい菌が多くなりやすいのです。調理をするときもなるべく触らず、そして、食べる時も触らないように食べる工夫が必要です。

料理をするときも食べる時も、ポリ（ポリエチレン）袋を使うと便利です。お薦めサイズは9号（15cm×25cm）と12号（23cm×34cm）です。こぶし一つ分の少量を混ぜるには小さい9号、両手で混ぜるには12号がいいのです。調理用には厚手の物を。薄過ぎると混ぜている途中で破れます。0・02mmは薄手、0・06mm以上が厚手です。9号と12号、それぞれ薄手と厚手を置いてあります。ポリ袋に入れて煮炊きをする場合は高密度ポリエチレンと呼ばれる袋を使います。低密度は耐熱温度が110度、高密度は150度なので、煮炊きに使用したい場合は注意してください。

ホットケーキやカップケーキなども簡単に混ぜるだけで作れます。ホットケーキミックスでも作れますが、自家製で混ぜてもいいでしょう。



基本のケーキの材料は次の通り。小さなカップケーキ約6個分です。薄力粉120g、ベーキングパウダー小さじ1（5g）、卵（Mサイズ）1個、砂糖80g、油（サラダ油など）50g、牛乳50g（または水50g）。

作り方は、9号厚手のポリ袋に薄力粉、ベーキングパウダーを入れ、混ぜておきます。12号厚手のポリ袋に卵を割り入れ、砂糖を入れてよく混ぜ、油を入れてよく混ぜ、そして生地の出来上がり。カップに入れて180度のオーブンで15分焼くか、フライパンの場合は、くっつかないように油をひいてから焼きます。小さじ2程度のレモン汁や梅ジュースを入れると、ふっくらと焼き上がります。食べる時、手袋代わりに使ったときは薄手を使います。

人形・ぬいぐるみ供養祭

いつも一緒だった人形やぬいぐるみが、お家の片隅にありませんか？

思い出がいっぱい詰まっていて、なかなか捨てられないという方は、ぜひお持ちになってください。

みんなで供養しましょう。



*とき

2018年 **11/18** 日

本年より一家族あたり

供養料1,000円 頂戴いたします。

(お預かりした供養料の一部を安中市社会福祉協議会に寄付させていただきます。)

*ところ

JAアシストホール碓氷安中
(JA本所東側)

※注意：ガラス製・陶器等の人形、
ガラスケースはお引受できません。



各種イベントタイムスケジュール



◎人形供養受付

AM9:00～AM11:00

◎イス席で楽しめる寄席 AM9:30開演 AM10:30開演

2回公演(入替制となります)

◎供養読経

AM11:30

供養式に参列することで本来の供養といえます。ぜひ供養式にご参加ください

プレゼント

供養祭参加者

参加記念品

来館記念品

アシスト名入
ボールペン

アシスト倶楽部会員・JA組合員・互助会員

洗剤または柔軟剤と
ボックスティッシュ

お問い合わせ



JAアシストホール 碓氷安中

〒379-0133 群馬県安中市原市544番地 TEL 027-382-0983



0120-7-09830

http://www.jagunma.net/usuan/asist_sisetu.html



▲ 後閑公民館

日 時	地 区	場 所
14日(水)	坂 本	入牧生きがいセンター
15日(木)	安 中	安中公民館
	秋 間	秋間公民館
	後 閑	第3自治会集会所
	西横野	大王寺公会堂
16日(金)	安 中	中宿公民館
	磯 部	温泉会館
	碓 東	板鼻公民館
	細 野	ふるさとセンター
17日(土)		
18日(日)		
19日(月)	磯 部	大竹住民センター
	秋 間	八幡公会堂
	後 閑	下後閑西集会所
	松井田	J A 西部支所
20日(火)	安 中	上野尻公会堂・第3週
	原 市	6区集会所
	臼 井	横川東住民センター
21日(水)	東横野	鰻橋住民センター
	碓 東	大谷上組公会堂
	西横野	八城西住民センター
	細 野	11区多目的集会所
22日(木)	安 中	下野尻公会堂
	原 市	原市公民館1F
	原 市	原市公民館2F
23日(金)		
24日(土)		
25日(日)		
26日(月)	安 中	安中市文化センター
27日(火)	碓 東	長坂公民館
	後 閑	後閑公民館(上後閑)
	細 野	土塩住民センター
28日(水)	原 市	杉名公民館
	原 市	7区公会堂
	原 市	築瀬公会堂
	磯 部	上磯部公会堂
29日(木)		
30日(金)	安 中	米山公民館

同時開催 介護予防教室

随時 参加者募集中!!

お問い合わせ先: JA碓氷安中福祉センター TEL.382-1133

さわやかぴんしゃん 11月のクラブ日程表 Day Service 日程表

日 時	地 区	場 所
11月1日(木)	東横野	東横野公民館
	東横野	前小峰公会堂
	西横野	西横野定住センター
	西横野	行田公会堂
2日(金)	安 中	小間公民館
	磯 部	磯部公民館
	九十九	九十九生涯学習センター
	九十九	下増田集会所
3日(土)		
4日(日)		
5日(月)	安 中	小保公会堂
	碓 東	水境6区公会堂
	松井田	勤労者会館
6日(火)	安 中	上野尻公会堂・第1週
	原 市	嶺公会堂
	臼 井	小竹公民館
	九十九	下高梨子公民館
7日(水)	後 閑	後閑公民館
	坂 本	坂本公民館
8日(木)	安 中	高別当公会堂
9日(金)	原 市	1区住民センター
	碓 東	岩野谷公民館
10日(土)		
11日(日)		
12日(月)	東横野	下宿住民センター
	東横野	中野谷久保公会堂
	細 野	上増田八西住民センター
13日(火)	秋 間	秋間公民館(3区)
	松井田	ゆうあい館
	臼 井	平住民センター
	臼 井	梨の木公民館
14日(水)	安 中	古屋公会堂
	磯 部	宮本公民館
	碓 東	東野殿公会堂



▲ 大竹住民センター



KOHOSHI MEGUMI

読者の声

DOKUSHANO KOE



先日、終活セミナーに行ってきた。これからの事とても勉強になりました。生きているしあわせを感じています。

坂本 S・Sさん

▲終活セミナーへのご参加ありがとうございます。セミナーの話を聞いて、色々と気付く事があって良かったですね。

毎月たのしみにしております。農家ではありませんが今年はナスがたくさんとれました。色々なレシピがのっているでメニユーがふえました。来月(11月)が楽しみです。

細野 I・Aさん

最近とても涼しくなりましたね。ぎんぎらの様な夏の雪さと別れ、秋野菜を色々と種まきし、おいしい野菜を作りたいです。

秋間 T・Sさん

夏も過ぎ秋らしい季節がやって来ました。散歩道も今年も豊作とばかりに稲穂も黄金に輝き私の心まで弾み楽しくなります。

坂本 S・Tさん

▲最近はぐんと秋らしい気候になってきましたね。今年の暑い夏を乗り切るのは大変でしたが、秋を感じて少し寂しくも感じています。

白なすのトロまる、おいしそうですね。

坂本 M・Sさん

めぐみの表紙をみて思わず「ワキレレイ」と一斉。私は本とかテレビの料理番組ではよくみるけれど、まだ見た事も食べた事もない「この茄子」。安中で作る人が居たなんてびっくりしました。新しい物に熱心な人感心しました。一度食べてみたいと思います。頑張ってください。応援します。めぐみさん有難う。勉強になります。楽しみの新聞です。

東横野 A・Hさん

▲ありがとうございます。トロまるは色々な調理方法があるので、ぜひお召し上がり下さい。

今月の朝ごはん、いろいろきのこのマリネ作ってみました。おいしくできました。

後閑 A・Sさん

今年も雪が降ったので果物も野菜も甘くておいしく食欲をセーブするのが大変でした。

松井田 H・Aさん

▲これからは食欲の秋ですね。色々な食べ物が美味しく感じられますね。

作品のご紹介

●胸元に 飛び込むことし 鬼やんま (安中 鬼形 瑞枝さん)

●丁字路で 右に左に 秋の帰路 (安中 櫻井喜久江さん)

●コスモスは 風にそよいで 香を運ぶ (磯部 萩原ちえみさん)

●秋空に トンボコスモス よくにあう (秋間 宗像 孝幸さん)

●老二人 コスモス街道 佐久の郷 (松井田 神津 定司さん)

●そよ風に 揺れる秋桜 花舞踊 (細野 中島 正子さん)



松井田 神津 定司さん



秋間 多胡 陽子さん



秋間 多胡 陽子さん



秋間 多胡 陽子さん



俳句はいく

縁の会

採りたての野菜つくしや朝の膳

神成力ズ子

朝と夕陽射しを避けて瓜を採り

小池 哲也

足裏より疲れ覚えし夏厨

敷地 陽子

百日紅ポストまではと歩みけり

高橋 弘子

熟睡を促す散歩朝涼し

筒居 みち

片陰を選りて日々の小買物

中川 幸子

熱帯夜近づく赤星火星かな

鍋岡 輝子

浅間嶺に力癪めく雲の峰

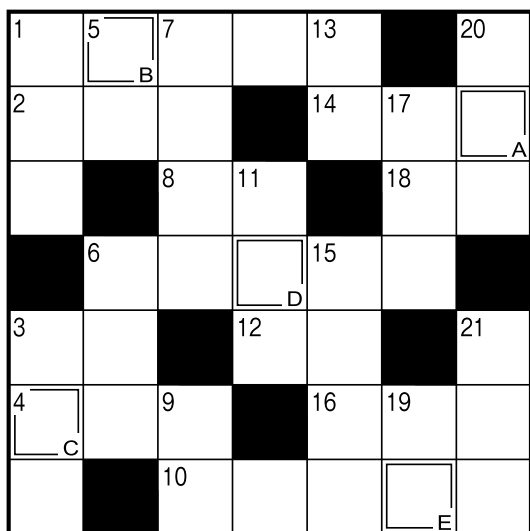
西島八よ子

捜し物置き処に消えし秋燈下

野口 輝雄

一尺の草にすがつて蟬の羽化

半田 春江



お楽しみプレゼント！ クロスワード パズル

二重マスの文字を A～E の順に並べてできる言葉は何でしょうか？



↑タテのカギ↓

- ①馬に乗る人のこと
- ③マガモを改良して作られました
- ⑤お金を借りると付くこと
- ⑥日本海軍が造った世界最大の戦艦
- ⑦軍配を持って土俵に上がります
- ⑨神社で神事に奉仕する女性
- ⑪泡立ててメレンゲを作ります
- ⑬田畑を耕す道具の一つ
- ⑮首都はハノイ。米の生産が盛んな国です
- ⑰——あれば憂いなし
- ⑲野球でランナーが滑り込む所
- ⑳カトリックでは神父、プロテスタントなら
- ㉑リレーの選手がつなぐ物

→ヨコのカギ←

- ①ギーッチョンと鳴く秋の虫
- ②図書館で専門的な仕事をします
- ③海に潜って貝などをとる職業
- ④目のこと。つぶらな——
- ⑥ゆらゆらとバランスを取る玩具。長い腕を持つ人の形をしています
- ⑧子（ね）と寅（とら）の間
- ⑩警察官や消防士、裁判官はこれ
- ⑫黄門様のお膝元です
- ⑬決まった時間に寝起きする、——正しい生活
- ⑮渦巻き模様が付けられた練り物
- ⑰二十世纪、新高などの品種があります

エコープ商品券

(1,000円分)が当たる!!

- クイズの正解者の中から●
- 抽選で13名様 ●締切10/25(当日消印有効)

応募方法

郵便ハガキに①クイズの答え②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥電話番号⑦JA事業についてまたは広報誌に対するご意見等をお書きの上、〒379-0133 安中市原市634 JA碓氷安中総務課宛にお送りください。

イラストやお便りも募集しています。皆さまの身近にある楽しい話題や情報をお待ちしています。官製ハガキでお申し込みください。

※個人情報の取扱いについて：『めぐみ』に投稿・応募いただいた方の個人情報は、プレゼントの発送やお返事、誌面での紹介に使用させていただきます。今後のサービスの向上のために利用させていただきますのでご了承ください。また、これらの個人情報は前記の目的以外には使用せず、ご本人より事前に同意をいただいた場合以外には一切開示いたしません。

9月号クイズの答え&プレゼント当選者

東部支所

櫻井喜久江さん (安 中)
須藤高一郎さん (磯 部)
新井 ひささん (東横野)
横田 正幸さん (碓 東)
武井志津枝さん (秋 間)
鬼形 明房さん (後 閑)

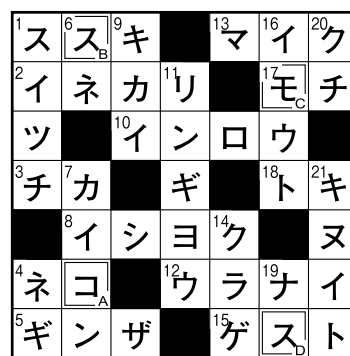
〈応募数:60通〉

西部支所

堀澤 一司さん (松井田)
佐藤 八枝子さん (臼 井)
西林 静子さん (臼 井)
佐藤さだ子さん (坂 本)
宇野 長命さん (西横野)
伊藤 勝男さん (九十九)
飯村 明子さん (細 野)



〈コスモス〉





今月の

我が町の風景

今月は今旬の「カボス」を紹介します。

「カボス」は大腸癌予防に非常に効果があると期待され、また柑橘類に含まれる「ナリンジン」には強い抗酸化作用があり活性酸素を減らす作用もあるとされています。

近年の温暖化により、碓氷安中地域でも京浜市場で流通する良質な「カボス」が生産されるようになりました。各料理のアクセントとして汎用性も広く、秋の食材に大変相性も良く美味しさをひきたたせるポイントとしての「カボス」を認識してください。

簡単に、搾った果汁で「カボスジュース」・「自家製ポン酢」など食してみてはいかがでしょう。地元直売所にて販売しているほか、苗を購入し自家製果実を家族で収穫するなどこれからおおいに楽しんでみてはいかがでしょうか。

撮影日：9月26日
撮影場所：東横野



カボス

理事会だより

平成30年9月28日(金)
午後1時30分から本所で
開かれました。

協議事項

- ① 監査結果措置の回答について
- ② 平成30年度第2・四半期実績検討について
- ③ 内部監査規程の一部変更について
- ④ ジャックス保証型ローンの融資要項の制定(追加)について
- ⑤ 共済資金融資要領の廃止について

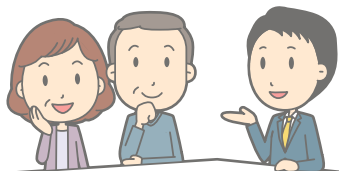
原案通り承認されました。



＼お世話になります。／
いらっしやいませ
自動車燃料課【オートパル】です。



自動車・農機具の新車及び中古の販売・修理・車検を通し、組合員の皆様と地域の皆様が安心してお使い頂ける環境を提供いたします。何なりとお申し付け下さい。宜しくお願い申し上げます。



写真：

前列左より青木克仁課長、須藤正幸、佐藤和宏自動車係長、岡村弘美、後列左より伊藤孝展、池田靖、竹内秀行