



道南畜産共進会 乳用牛の部 未經産牛 最高位受賞!

『クリサンス エルメン DM ファンバステン』

出陳者 菊地章太さん

JA夏祭り たくさんのご来場ありがとうございました



8月2日、毎年恒例のJA夏祭りが行われました。当日は晴天に恵まれ、絶好のお祭り日和で、組合員のほか、町内外から多くの皆様が訪れ、会場は大いに賑わっていました。

豪華景品が目白押ししのビンゴ大会、マジックショー、歌謡ショーなど大いに楽しんでいただくことが出来ました。

毎年、組合員や町民の皆様へ日頃JA事業をご愛顧頂いている事に対し、感謝の気持ちで祭りを開催しております。これからも地域に貢献できるよう事業を展開して参りますので今後とも宜しくお願い致します。

年金友の会パークゴルフ大会 開催！！



8月24日、後志利別川河川敷清流コースにおいて、「第14回農協組合長杯パークゴルフ大会」が開かれました。当日は晴天に恵まれ、30余名の会員の皆様に参加頂きました。参加者の皆さんはさわやかな汗を流し、パークゴルフを楽しんでいました。

年金友の会では旅行をはじめとして、皆様に楽しんで頂ける行事を企画してまいりますので、ご加入希望の方は、貯金融資課までお願いします。

○パークゴルフ大会成績

男子の部					女子の部				
1位	中野 寛	2位	高橋 宰	3位	村本 正義	4位	鈴木 武	5位	境田 初夫
1位	加藤 政子	2位	佐々木 紀子	3位	北谷 とみえ	4位	阪井 敏子	5位	水野 喜久江

道南畜産共進会 乳用牛の部 菊地 章太さん 最高位受賞！！



▲ 第3部 1等 [未經産牛 準最高位]
ホット デニセス ソロモン



▲ 第7部 1等 [未經産牛 最高位]
クリサンス エルメン DM ファン バستن



▲ 第13部 1等
インマヌエル ダイヤモンド アティック

8月21日に、ホクレン主催の第65回道南畜産共進会（乳用牛の部）が、八雲町畜産共進会会場で行われました。審査員には、陸別町の酪農家編田尚弘氏が努め、渡島・檜山管内から出陳された38頭（内、今金から7頭）の乳用牛が体つきや骨格、乳房の張りなどを基準に審査を競いました。

審査は厳格公正に行われ、未經産牛において「クリサンス エルメン DM ファン バستن」（出陳者・菊地章太さん）が最高位を、「ホット デニセス ソロモン」（出陳者・湯元宏さん）が準最高位を受賞しました。

各部別1等入賞結果（JA今金町のみ）

部 別	名 号	出 陳 者
第3部	ホット デニセス ソロモン	湯元 宏
第7部	クリサンス エルメン DM ファン バستن	菊地 章太
第13部	インマヌエル ダイヤモンド アティック	山崎 良介
第14部	インマヌエル クリント アツトウッド	山崎 良介
第15部	クリサンス サンチエス G フロスト ET	菊地 章太

ピリカ夏まつりで今金産農産物を販売



◎ピリカプロジェクト実行委員会の活動内容

ピリカという観光資源を活用し、今金町の地域振興を目指すために各関係機関が集まり、ピリカプロジェクト実行委員会を組織しており当JAもその構成員となっております。

ピリカプロジェクト実行委員会では、ピリカ地域を活用した健康に関する事業やスポーツ事業、さらには文化保護事業、そして当JAが深くかかわる食育に関する事業を実施しています。

ピリカマルシェは、食育事業に位置づけられ、ピリカ夏祭りや今金町健康祭りや今金産野菜を販売し、その際に野菜の栽培及び収穫の苦労や旬な時期等の会話をすることで、食に関する興味や知識を消費者に持ってもらっていただく活動を行っています。

◎ピリカ夏祭りでのピリカマルシェの活動

8月4日、ピリカ夏祭りにおいて早出し馬鈴薯、アスパラ、ミニトマト、大根の販売を行いました。売れ行きは好調で、特に今年産の早出し馬鈴薯はライマン価が高く通常より“ホクホク”感が強い点や、春先の天候が良好のため播種作業が順調に進み、比較的早いこの時期に早出し馬鈴薯を出荷できたこと等を説明しながら販売しました。

町外からの消費者も数多くお越し頂いた事で、今金産野菜をアピールする絶好の機会となりました。次回は、9月29日の健康祭りの際に、いまカレー（健康カレー）を作り町民に試食してもらったりイベントを考えています。また、そのカレーに今金産野菜及び米を使用し、ピリカマルシェでもそれらを販売する計画となっております。

信用事業業務検定試験 優秀賞受賞！



2018年度にJAバンク中央アカデミーが実施した「信用事業業務検定試験」において優秀な成績を収めたとして、安齋保金融部長がJA中央アカデミーより優秀賞を受賞しました。試験内容は、農業融資実務で、融資業務に携わる職員に必要な基礎知識が問われます。

2,000名ほどの受験者の中で、全国2位の成績を収めました。JA今金町及びJAバンク北海道では、今後積極的に人材開発・育成に取り組んで参ります。

青年部 今金産農産物をPR！



8月24日、JA新はこだて・道南地区青年協議会が主催の「食と農と愛をつなぐフェスティバル」が七飯町の道の駅「なないろ・ななえ」で開催されました。

道南地区青年協議会の会長である仁木宏直さんを始めとした、各地区の盟友が一堂に会し、地元の農産物を販売し、PRを行いました。

JA今金町からは今金男しやくとミニトマトを販売し、完売御礼となりました。

理事会報告

第8回理事会（令和元年8月23日）

◆報告事項

1. 第一、第二合同委員会の報告について
2. 組合員の加入、脱退の状況について
3. 第2四半期部門別実績対比について
4. 農作物の生育状況について
5. 道南畜産共進会の結果報告について
6. 燃料、寒冷地手当の支給について
7. 経営定期点検の結果報告について
8. 今金秋祭り期間中の業務日程について
9. 令和元年度総会承認による施設計画の実施状況報告について

◆議決事項

- 議案第1号 令和元年産米のJA独自共計について
- 議案第2号 てん菜立会人の選任について

J A今金町女性部について

⑤エルダー（いちい会）について



今月号は女性部のエルダー（いちい会）の活動についてです。



活動はいいけどあんまり外に出歩くと疲れてねえ。

いちい会の行事は基本的に町内での活動が主ですぞ。
一年間の行事はこんな感じですよ。
春と秋の研修旅行以外は全部町内で行いますぞ。



6月上旬	春の研修旅行
7月中旬	夏季講習会
10月下旬	秋の研修旅行
12月中旬	年忘れの会
1月中旬	新年会
2月中旬	お楽しみ会
3月中旬	総会



町内で行う場合は農協の事務所でやっているのかい？

会場は基本的に「あったからんど」でやっていて10時～15時ぐらいまでの時間でやっていますぞ。



車の免許を返納してねえ…みんなどうやって集まっているんだい？

東ハイヤーに電話予約で利用できるバス「ルンるん号」で会場に来る会員もいますぞ。



行事内容の決定はミドルみたく全員集まって会議をするのかい？

基本的にいちい会では各地区から連絡員さんを選んでもらって連絡員さんで会議を行って行事内容の決定致しますぞ。
会議の時期は4月（上半期内容）と9月（下半期内容）ですよ。



次はいちい会の活動内容について詳しくいきますぞ！
やはり目玉は研修旅行ですぞ！



研修旅行は基本的に日帰りで行いますぞ。体験だったり温泉で
ゆったりお食事等いろいろ行いますぞ。
写真は左が昨年乙部町の光林荘に行った時と右が今年伊達で藍染め
体験をした時の写真ですぞ。
次は年忘れ会や新年会等についてですぞ。



その年によって催し物を変えてやっていますぞ。
写真の他にも健康相談を年2回開催したりと色々な活動をしていますぞ。



結構やっているんだねえ。
会費はどれくらいかかるんだい？

会費は年会費 2,000 円と各活動参加費で 1,000 ~ 2,000
円程でその都度決定していきますぞ。
まだまだ色々な行事がありますぞ。詳しく知りたい方は
農業経営課の成田までご連絡をですぞ！
来月号はフレッシュミズの活動についてですぞ！



地産地消の拠点は「直売所」

JAファーマーズマーケットは新鮮で安全・安心な農産物を供給する「地産地消」の拠点です。「地産地消」とは「地元で生産されたものを地元で消費する」ことで、地域農業の振興の役割を担うとともに、食料自給率の向上にも役立っています。

また、JAファーマーズマーケットには生産者である組合員のみならず准組合員や地域住民も新鮮な農産物を求めて多数集まることから、食や農、ひいては協同組合にかかる理解の醸成もはかることができる「JAの情報発信」の拠点としても重要です。

そんな、JAファーマーズマーケットは全国に約2,100店舗あり、販売高は約3,500億円に上ります*。また、地域だけではまかなえない農産物を異なる地域のJAファーマーズマーケット間の連携で補ったり、加工品の開発や農家レストランを併設するなど工夫を凝らした店舗も増えているなど発展を続けています。

*2016年度、農林水産省「6次産業化総合調査」



10月2日は直売所の日
直売所の日 ロゴマーク

直売所 (JAファーマーズマーケット) の役割

●新鮮な農産物を供給する「地産地消」の拠点

●食や農、協同組合にかかる「情報の発信」の拠点



耕そう、大地と地域のみらい。

語句解説

【「直売所(ファーマーズマーケット)の日」】

10月2日は「採れ(10)たてに(2)会おう」の語呂合わせから「直売所(ファーマーズマーケット)の日」に制定されています。出来秋で多様な農産物が集まるこの時期に、イベントやキャンペーンなどを行うJAファーマーズマーケットも多数あります。

ストップ！ 農作業事故

コンバイン収穫作業の事故事例と対策

人間工学専門家 ●石川文武

【事例1】コンバインでの刈り取り終了後、手刈り稲を扱胴(こぎどう)入り口から脱穀機に投入していた。作業衣の袖がフィードチェーンに引っ掛かり、前腕部が巻き込まれ、手掌(しゅし)よう)部を複雑骨折した。袖口のボタンを留めていなかったため巻き込まれたようだ。

の近くには「緊急停止ボタン」がありますので、いざというときにはそのボタンを押して動力を遮断します。フィードチェーンのロツクを外して、腕や手を引き出すことができます。シーズン前に停止操作を練習しておきましょう。また、作業者の背が低い場合には、無理な姿勢で供給せず、幅のある踏み台などを利用して高さを合わせましょう。いずれの場合も軍手は使わないことが原則です。

対策……最近のコンバインは全面刈り取りが可能になってきていますが、圃(ほ)場の形状や進入口部分では手刈りをし、最後に手こぎをすることがあります。手こぎは、まず、平たん地で行います。走行クラッチの中立を確認し、駐車ブレーキをかけ、刈り取りヘッドを地面まで下ろします。手刈りした稲を脱穀部の投入口から供給します。稲は結束せずまたは結束ひもを外して投入します。その際に右手が供給部に近づき過ぎると袖口や軍手が巻き込まれる恐れがあります。供給口

【事例2】倒伏稲を刈っていたところ、搬送部に稲が詰まった。動力を遮断して詰まりを取り除き、作業再開のため、若干後退発進したところ、後方でわら処理をしていた補助者にぶつかり転倒させてしまった。悲鳴が聞こえたのですぐ停止して、ひかずに済んだ。



対策……コンバインは大型になるほど死角が増え、特に後方は確認が困難になります。エンジン始動時や作業再開のときはブザーを鳴らし、一呼吸置いて補助者が安全な位置に移動したことを確認してからスタートさせましょう。バックモニターの設置も有効です。補助者は機械との距離を十分に開けて作業しましょう。

檜山農業改良普及センター 檜山北部支所より 営農情報 9月号

() は、8月15日作況調査の平年値と遅速日数

今後の農作物管理	
水	<p>8/15日現在(早2日) 例年より出穂が早く、成熟期が早まることが考えられます。ほ場の観察と試し刈りによる玄米判定で適期収穫に努めてください。</p> <p>収穫・乾燥調整に向けた準備を! コンバインや乾燥機等の整備・清掃を済ませましょう。また、二段乾燥を行うための一時貯留方法も検討してください。</p> <p>適期収穫のポイント! ほ場内で穂を横から観察し、黄化粒の割合が90%になった日が成熟期です。収穫した生籾は速やかに乾燥させましょう。また、品種が変わる場合は機械・施設の清掃を念入りに行いましょう。</p> <p>乾燥・調整 胴割粒の発生を防ぐために急乾・過乾に注意しましょう。</p> <p>①毎時乾燥率は0.8%以下に、②一時乾燥は1.8%以下に、③仕上げ水分は1.5%を目安に。</p> <p>肌ずれ米の発生を抑えるため、乾燥後の放冷は十分に行い、穀温が外気温まで低下してから籾摺りしましょう。</p> <p>収穫後のほ場管理 収穫後は速やかに土土破砕の実施や溝切りを行い、ほ場の透排水性を高めましょう。また、排水の良いほ場では稲ワラをなるべく早く鋤き込み、分解を促しましょう。</p>
稲	<p>◎秋まき小麦 ・種時期が近づいています。は種日・は種量を守ろう! 窒数は多くても、少なくても多収には結びつきません。 は種適期: 9/18~9/24 は種量 5~6kg/10a 遅まき: 9/25~ は種量 6~7kg/10a (今金アメダス平年値 千粒重 39.5g で計算) は種機のメモリが毎年同様に、多量の種子が蒔かれている事例があります。このため、起生期に過繁茂となり、適正な追肥が出来なくなることがあります。は種機の調節をきちんと行って上で、は種しましょう。</p> <p>・除草剤について 雑草の種類によって、散布時期や除草剤の種類を決めましょう。特に、イネ科雑草に対しての除草剤は、秋のみの使用となっていますので、散布時期を逃さないように注意が必要です。また、越年雑草も秋に除草剤処理することにより、効果が高くなります。</p> <p>◎ばれいしょ(早5日) ・打撲を防ごう! 収穫物のキズや打撲は品質劣化につながります。これを回避するために、収穫機械の調節・整備、特に緩衝材部分の調整を行いましょう。また、収穫時にコンベヤの回転速度・掘取り刃の深さを調節しましょう。</p> <p>収穫は茎葉処理後10日以降、ほ場が乾いた晴天の日に行いましょう。寒い日に行くと打撲が多くなります。</p> <p>・収穫後のほ場整備に努めましょう。 速やかに次の作物に入れるように、堆肥散布などのほ場の整備を行いましょう。また、収穫後のほ場に残った小イモは拾い上げ、野生ええ防止に努めましょう (野生ええは病害虫を増加させる大きな要因です)。</p> <p>◎大豆(早6日) ・マメシクイガ防除の徹底 普及センター設置のフェロモントラップに飛来が確認されています。マメシクイガによる収穫物の食害が年々増えていきます。全道的に発生自体が増加していますので、防除を徹底しましょう。</p> <p>・ほ場に「イヌホオズキ」が生えていませんか? 大豆ほ場に限らず、イヌホオズキが生えているほ場が見られます。収穫時に黄大豆の汚粒発生源となりますので、収穫前に全て抜き取りましょう。 イヌホオズキ(ナス科、1年草) 8~9月に白い花が咲き、実は丸く、熟すと黒くなります。この黒い実が大豆収穫時に汚粒発生源となります。近年はイヌホオズキに特に効果がある除草剤も販売されています。</p> <p>◎小豆(±0日) ・最後の防除を行いましょう 莢の中に侵入し食害するアズキノメイガの発生が見られます。収穫前最後の防除を行います。</p> <p>・時期を逃さず収穫しましょう 収穫の目安は、 にお積みする場合 : 熟英率 70~80% コンバイン収穫の場合 : 熟英率 100%及び子実水分 16~18%です。 収穫遅れは、子実水分の低下による損傷粒の発生・品質低下を招きます。また、過熟粒の発生や、脱粒による収穫ロスにもつながります。 基本的に茎葉より子実水分を優先し、収穫遅れのないように作業を行いましょう。</p>
畑	<p>◎秋まき小麦 ・種時期が近づいています。は種日・は種量を守ろう! 窒数は多くても、少なくても多収には結びつきません。 は種適期: 9/18~9/24 は種量 5~6kg/10a 遅まき: 9/25~ は種量 6~7kg/10a (今金アメダス平年値 千粒重 39.5g で計算) は種機のメモリが毎年同様に、多量の種子が蒔かれている事例があります。このため、起生期に過繁茂となり、適正な追肥が出来なくなることがあります。は種機の調節をきちんと行って上で、は種しましょう。</p> <p>・除草剤について 雑草の種類によって、散布時期や除草剤の種類を決めましょう。特に、イネ科雑草に対しての除草剤は、秋のみの使用となっていますので、散布時期を逃さないように注意が必要です。また、越年雑草も秋に除草剤処理することにより、効果が高くなります。</p> <p>◎ばれいしょ(早5日) ・打撲を防ごう! 収穫物のキズや打撲は品質劣化につながります。これを回避するために、収穫機械の調節・整備、特に緩衝材部分の調整を行いましょう。また、収穫時にコンベヤの回転速度・掘取り刃の深さを調節しましょう。</p> <p>収穫は茎葉処理後10日以降、ほ場が乾いた晴天の日に行いましょう。寒い日に行くと打撲が多くなります。</p> <p>・収穫後のほ場整備に努めましょう。 速やかに次の作物に入れるように、堆肥散布などのほ場の整備を行いましょう。また、収穫後のほ場に残った小イモは拾い上げ、野生ええ防止に努めましょう (野生ええは病害虫を増加させる大きな要因です)。</p> <p>◎大豆(早6日) ・マメシクイガ防除の徹底 普及センター設置のフェロモントラップに飛来が確認されています。マメシクイガによる収穫物の食害が年々増えていきます。全道的に発生自体が増加していますので、防除を徹底しましょう。</p> <p>・ほ場に「イヌホオズキ」が生えていませんか? 大豆ほ場に限らず、イヌホオズキが生えているほ場が見られます。収穫時に黄大豆の汚粒発生源となりますので、収穫前に全て抜き取りましょう。 イヌホオズキ(ナス科、1年草) 8~9月に白い花が咲き、実は丸く、熟すと黒くなります。この黒い実が大豆収穫時に汚粒発生源となります。近年はイヌホオズキに特に効果がある除草剤も販売されています。</p> <p>◎小豆(±0日) ・最後の防除を行いましょう 莢の中に侵入し食害するアズキノメイガの発生が見られます。収穫前最後の防除を行います。</p> <p>・時期を逃さず収穫しましょう 収穫の目安は、 にお積みする場合 : 熟英率 70~80% コンバイン収穫の場合 : 熟英率 100%及び子実水分 16~18%です。 収穫遅れは、子実水分の低下による損傷粒の発生・品質低下を招きます。また、過熟粒の発生や、脱粒による収穫ロスにもつながります。 基本的に茎葉より子実水分を優先し、収穫遅れのないように作業を行いましょう。</p>
園	<p>◎ブロッコリー 今月も花蕾腐敗病対策として、花蕾形成期(1cm)前後を中心とした防除体系を組みましょう。 また湿潤・低温が続くと「べと病」の発生に留意しましょう。</p> <p>◎だいこん・こかぶ 引き続き、コナガ及びアオムシの発生に留意しましょう。系統の違う剤によるローテーション防除を行いましょう。</p> <p>◎にんじん 生育後半期の黒葉枯病の発生に留意し、長雨が予想される場合には、早期の防除体系を組みましょう。 また、この時期は収穫前の降雨による「割れ」の発生が多くなります。適期収穫を心がけましょう。</p>
芸	<p>写真「黒葉枯れ病」と「斑点病」が併発した罹病株</p> <p>◎軟白長ネギ 9月に入ると気温も下がり始め、サビ病の発生が心配されます。風雨により葉が傷つくと発生するので注意しましょう。 また湿潤・低温が続くと「べと病」の発生に留意しましょう。</p> <p>◎ミニトマト 9月以降は、生育が緩慢になるとともに肥料、水の必要量も減ってきます。かん水量を調節し、草勢を維持するようにしましょう。 また日照も低下する事から、着色も遅くなりますので、通路マルチ(シルバー)などを利用して、照度確保につとめましょう。</p>

今後の農作物管理	
畑	<p>◎てんさい(早3日) ・褐斑病の防除 褐斑病は気温が高く、周期的な降雨があると急激に蔓延します。天気に注意し、散布間隔があきすぎないように引き続き防除を継続して行いましょう。</p>
畜	<p>◎牧草(早0日) 飼料用とうもろこし(早5日) ・暑熱ストレスを受けた後の対応 暑熱期に見られる採食行動(かため食いや選び食い、長時間の起立等)の影響により、蹄疾患の発生が懸念されます。蹄の状態、起立姿勢や歩様等をよく観察し、異常牛の早期発見を図りましょう。 暑熱下で周産期を迎えた牛は、暑熱ストレスと分娩ストレスが重なり抗病力が低下している可能性がある。飼料摂取量や反すう状態や糞の性状をモニターし、異常がある場合は速やかに対処する。また、牛床や搾乳の衛生管理を図りましょう。</p> <p>・刈取り危険帯を避けた収穫 オーチャードグラスの刈取りは、越冬性を低下させ、翌年の茎数や収量に悪影響を及ぼす「刈取り危険帯」(9月下旬~10月下旬)の収穫を避けましょう。(アルファルファの刈取り危険帯は、オーチャードグラスより10日程度早い時期)</p> <p>・ギンギン雑草対策 ギンギン類の除草剤による効果は、最終番草収穫後の秋処理が高い。除草剤の散布適期はギンギン類の葉の大きさが手のひら位になった時期を目安実施しましょう。</p> <p>・飼料用とうもろこしの適期収穫と調整 ほ場で子実熟度を確認し、黄熟期を目標に計画的に収穫しましょう。 切断長は黄熟期で9~12mm程度とし、切断面を鋭利にするためハーベスタの刃研ぎをこまめに行いましょう。</p>
園	<p>◎ブロッコリー 今月も花蕾腐敗病対策として、花蕾形成期(1cm)前後を中心とした防除体系を組みましょう。 また湿潤・低温が続くと「べと病」の発生に留意しましょう。</p> <p>◎だいこん・こかぶ 引き続き、コナガ及びアオムシの発生に留意しましょう。系統の違う剤によるローテーション防除を行いましょう。</p> <p>◎にんじん 生育後半期の黒葉枯病の発生に留意し、長雨が予想される場合には、早期の防除体系を組みましょう。 また、この時期は収穫前の降雨による「割れ」の発生が多くなります。適期収穫を心がけましょう。</p>
芸	<p>写真「黒葉枯れ病」と「斑点病」が併発した罹病株</p> <p>◎軟白長ネギ 9月に入ると気温も下がり始め、サビ病の発生が心配されます。風雨により葉が傷つくと発生するので注意しましょう。 また湿潤・低温が続くと「べと病」の発生に留意しましょう。</p> <p>◎ミニトマト 9月以降は、生育が緩慢になるとともに肥料、水の必要量も減ってきます。かん水量を調節し、草勢を維持するようにしましょう。 また日照も低下する事から、着色も遅くなりますので、通路マルチ(シルバー)などを利用して、照度確保につとめましょう。</p>

檜山農業改良普及センター 檜山北部支所

TEL : 0137-84-5514

FAX : 0137-84-5596

E-mail : hiro-nokai-hokubu.11@pref.hokkaido.lg.jp

檜山 普及センター



ベジタブル ライフ

サヤインゲン

～名脇役の彩り野菜～

イラスト：小林裕美子

サヤインゲンのプロフィール

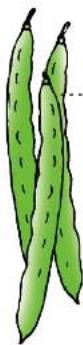
- 【分類】マメ科インゲンマメ属
- 【原産地】中央アメリカ
- 【おいしい時期(旬)】通年(6～10月ころ)
- 【主な栄養成分】β-カロテン、ビタミンC、カリウム、食物繊維、アスパラギン酸など

解説 KAORU

見分け方

全体が細く真っすぐで張力がある

大きく大きい場合は育ち過ぎていて、筋が太く堅くなる

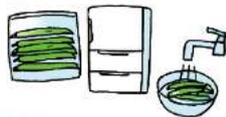


若く細い方が柔らかく風味が良い

中の豆が凸凹してたり過ぎていない

豆が太って凸凹しているのは育ち過ぎの堅いかも

保存方法



冷蔵保存

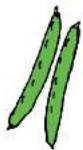
ラップに包むか保存用袋などに入れ、冷蔵庫の野菜室で保存

低温に弱いので、冷やし過ぎに注意。2～3日以内に使い切る

冷凍保存

硬めにゆでれば約1カ月保存可能な炒め物やあえ物などは生と同じ感覚で使える

サヤインゲンのいろいろ



サヤインゲン

一般的に出回っている丸さやタイプ。長さは約13～15cm。優しい甘味があり、シャキッとした歯触りが特徴。近年は柔らかく筋もなく食べやすい品種が多い



モロココインゲン

さやが幅広くて平べったい。平さやタイプの長さ約15～20cm。幅が約1.5～2cmと大きめの地中海沿岸地域の品種を導入して改良された



紫インゲン

丸さやタイプで、長さ約13～15cm。特徴は紫色だが、ゆでると紫色が抜けて濃い緑色になる。短時間でしっかりと加熱するか、薄くスライスしてサラダなどに



黄色インゲン

丸さやタイプで、長さ約14～15cm。淡い黄色をしている。紫インゲンとは異なり、ゆでても色が抜けない

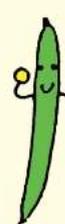
サヤインゲンのチカラ

β-カロテン、ビタミンEなど

皮膚や粘膜を健康に!



夏の紫外線でダメージを受けたお肌や体にお薦めの特にβ-カロテンは体内でビタミンAに変わり、老化抑制に効果的



食物繊維

便秘解消や肥満予防に効果的。糖の吸収を穏やかにして、腸内環境を整える作用がある



カリウム

高血圧抑制作用がある。塩分(ナトリウム)を排泄する役割がある。利尿作用もあり、体内の水分量を調節し、むくみの解消にも効果的



必須アミノ酸

疲労回復に効果的。特にアスパラギン酸、リジンなどが豊富

楽しみ方・食べ方のコツ

筋取り

筋がない品種もある。調理前に端を少し折り、筋があるか確認する。指先で筋をスッと引っ張り、上下とも取り除く。筋がなければ堅い付け根のへたの部分を取り落とす。反対側のひげ部分は付けたままでOK



ゆで方

加熱時間は短め。歯応え、色合いを残すために火を通し過ぎない。とゆでる前に塩をまぶして板ずりすると、表面の産毛が取れるだけでなく、色鮮やかにゆで上がる!



ゆで時間目安

- サラダなどで食べる場合 3分程度
- 冷凍する場合 1分程度
- 丸さやタイプで細いもの 2分程度
- モロココインゲンなど平さやタイプ 3～4分程度
- 厚みがあるもの

調理法

炒め物

下ゆでしておけば火が通りやすい。仕上げに加熱すると色と食感が映える



煮物

下ゆでして最後に加えると色が鮮やか! 生から煮ると青臭さが残りやすい



素焼き

炭火などで素焼きに



肉料理や魚料理に

下ゆでして、さっと塩、こしょう、バターを絡めたり、ガーリックオイルで味付けすると良い。ニンジン、コーンなどと一緒に添える



サヤインゲンのヒミツ

名前の由来

中国から「隠元禅師」(いんげんぜんじ)によって日本に伝えられた



別名「三度豆」



関東では1年に3度収穫

本来は夏野菜



当初はさやの中の豆を完熟させて食べていた。未熟なうちに若取りして食べる品種は、幕末に伝わったといわれている

4月ころからハウス物が並び始め、初夏ころから露地物がピークを迎えるよ

J Aグループ北海道の連合会・中央会の活動内容を紹介します。各団体の詳しい取り組み内容はWEBサイトをご覧ください。

J A北海道中央会

7月31日にJ A北海道中央会と各連合会の役員にて、吉川農林水産大臣を含む農林水産省幹部職員及び道内選出与党国会議員等に対して、令和2年度国費予算概算要求に向けた要請運動を実施いたしました。「持続可能な北海道農業の確立に向けた政策提案」に基づき、農業予算の万全な確保に加え、国際貿易協定・交渉対策や労働力確保対策に向けた支援強化、各作物の需給安定対策の構築等を要請しました。また「食料・農業・農村基本計画」と「酪農及び肉用牛生産の近代化を図るための基本方針」、「経営所得安定対策の交付単価」の見直しに向けては、家族経営基盤の維持・強化の視点や生産現場の実態を踏まえた議論を進めるよう要望しました。

引き続き、J Aグループ北海道の政策提案の実現と日米貿易協定交渉については、「農業経営や生産基盤に影響がないよう適切な国境措置の確保」、「北海道農業を犠牲としない毅然とした対応」を政府・与党に求め、今後北海道の農家・組合員が安心して営農できるように取り組んで参ります。



J A北海道信連

地元プロ野球チーム・ファイトーズのスポーツイベントとして、7月19日J Aバンク北海道スペシャルナイターを札幌ドームで開催しました。本イベントは、昨年に引き続き2回目になります。今回は、新たにJ A特産品の物販コーナーを設けた他、参加J Aの女性職員から対戦チーム両監督への花束贈呈を行いました。また、中央会などとも連携して、サポーターづくりに向けたPRを実施しました。



J A共済連北海道

7月18日に札幌・共済ホールにて「全道L A・スマサポ大会」が開催され、平成30年度普及活動で優秀な成績を収められたL A33名と、スマイルサポーター11名が登壇し表彰されました。

J A共済では、これから「3Q訪問活動」と「あんしんチエック（保障点検活動）」の実践を通じて、組合員・地域利用者の信頼と期待に応え、「安心」と「満足」の提供に努めてまいります。



ホクレン

ホクレンと北海道日本ハムファイトーズが連携して、同球団の発信力を生かして北海道農業の魅力を伝える「北海道農業応援プロジェクト」の取り組みが6月28日より開始しました。その一環として、7月13日に同球団マスコットの「ポリリー」と「B☆B」が、ホクレン食と農のふれあいファーム「くるるの杜」にて、窯焼きピザを調理する体験イベントを開催し、消費者との交流を深めながら北海道産農産物をPRをしました。



J A北海道厚生連

組合員ならびに地域住民の皆様の生命と健康を守るため、本会事業の積極的な啓蒙を推進を図ることを目的として、広報誌「すまいる」を発行しております。

このたび紙面をリニューアルし、より読みやすくさらに健康に役立つ医療・健康情報発信しております。ホームページにもバックナンバーを掲載しておりますので、是非一読ください。



ATMなどのサービスを 一時休止させていただきます。

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。

このたび誠に勝手ながらATM・JAネットバンク等、一部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。

	2019年 9 / 21 (土)	2019年 10 / 19 (土)	2019年 11 / 2 (土)
県外JA 他金融機関等	終日休止	終日休止	終日休止
県内JA	利用可能	利用可能 21:00~ 休止	利用可能

◎県外JAや他の金融機関等を介するお取引につきましては、終日休止となります。

◎県内JA間でのお取引につきましては、10/19(土)の21時以降を除き、通常の土曜日どおりご利用頂けます。

休止させていただくサービス



ATM
(コンビニ等含む)

JAキャッシュカードによるコンビニやその他提携金融機関のATMを利用したすべてのサービス(ペイジーを含む取引)



**JA
ネットバンク**

ペイジーの取引(公共料金等の収納サービス)および、振込時の口座確認機能



**デビットカード
サービス**

デビットカード機能がついたJAキャッシュカードによるJ-Debit加盟店での代金決済



現金のお引き出しはお早めに

休止期間中は県外JAや他の金融機関等を介した現金のお引き出しができませんので、あらかじめ現金をお引き出しいただく等のご準備をお願い申し上げます。

※JA・店舗・ATM・提携金融機関によっては、ご利用可能日、ご利用可能時間およびご利用可能サービスが異なるため、上記スケジュール以外にもサービスをご利用いただけない場合がございます。詳しくは、JA窓口・ホームページ等でご確認ください。

JAバンクホームページ

<https://www.jabank.org/>

