

さんらいず SUNRISE 11

2024
November
vol.371

あなたとJAをつなぐ情報誌



 JA 淡路日の出

Contents

2 特集

実りの季節がきた！
新米をもっと楽しもう！！

6

JAニュース
淡路日の出畜産共進会

7

営農情報
令和5年度 土壌診断結果について

10

おじゃましました旬農家
おいしい淡路島たまねぎ作りでPR



JA淡路日の出
Facebook



JA淡路日の出
Instagram



御食菜采館
Instagram



あわじ花さじき
産地直売所
Instagram



実りの季節がきた！ 新米をもっと楽しもう！！

新米がおいしく食べられる季節がやってきました！今回は新米をおいしく炊くコツと保存方法、ご飯のお供を紹介します！新米は、炊き上がりがつやつやして、香りが良く、口当たりはもちもちしてうま味があります。この機会に正しいお米の炊き方をおさらいし、ご飯のお供をプラスして、新米の季節をたっぷりと楽しみましょう。



新米のおいしい炊き方

○正しい分量

お米の分量は正確に計ることが、重要です。一般的な調理用の計量カップの容量は200mlですが、炊飯器に備え付けられている1合カップは180mlです。専用のカップにすりきりをして正確に計りましょう。

○研ぎ方

ボウルに水を張った状態で、ザルに入れたお米を浸し、サッと2、3度かき混ぜて水を流します。吸水量が一番多いタイミングなので、1回目はミネラルウォーター等のきれいな水を使うのがおすすめです。2回目以降は浸る程度の水を張って指の先を使いかき混ぜるように優しく洗います。新米は水分量が豊富で、表面も傷つきやすいため、なるべく短い洗米時間で優しく扱きましょう。

○水加減

普通にお米を炊く場合、お米の量に対して1.2倍の量が基準になります。米1合に対し216mlです。新

米の場合は、少し水の量を減らして炊くのがおすすめです。新米は水の吸収スピードが速く、繊維質も柔らかいため、通常の水の量で炊くとやわらかくなりすぎるので、1合に対し10ml程度の水の量を減らすとおいしく炊けます。

○炊飯

普通にお米を炊く場合、炊飯前にお米に水を吸わせる浸漬時間を30分（冬場は1時間）取りますが、新米の場合は、浸漬時間は必要ありません。浸漬時間を取ったとしても、5〜10分程度、それ以上漬けるとでんぷん質が溶け出し、べちゃつとした食感になってしまいます。新米は水の吸収スピードが速いので、高い火力で一気に炊き上げる方が、美味しく仕上がります。早炊きモードで炊くのもおすすめです。

新米の保存方法

○お米は生鮮物？

お米は、野菜や果物と同じ生鮮食品です。保管方法や保管場所によっては、劣化することも考えられます。

○美味しく食べられる期間と保存方法

一般的に、お米をおいしく食べられる期間は精米から2〜3週間といわれています。お米は、精米の瞬間から空気に触れるたび酸化が進行し劣化します。温度が高いと、酸化の進行もはやくなるため、日光や空気に触れず、涼しいところに安置するのが最良です。もし、ご家庭の冷蔵庫に余裕があれば、ジップロックやタッパーなど空気の侵入が少ない容器に移し替え、野菜室に保管するのがベストです。



御食菜采館でお求めください！



918円・130g

淡路牛
のっけごはん



ひのりん



あわりん



540円・38g
五つ星ひじき

藻塩ひじき

淡路島の名産、淡路牛と淡路島たまねぎがひと瓶にたっぷり!! アツアツご飯にのっけるとご飯が何杯でもすすみます。みんなが大好きな濃厚みそ味です。肉味噌、肉そぼろとはまた違った食感です。

口当たりやらかな淡路島産ひじきに瀬戸内海産のまろやかな藻塩をまぶしたふりかけ。多彩な料理に使いそうなソフトタイプです。乾物のような手間がない半乾燥タイプで、ご飯や料理にふりかけたり、だし巻きなどにもどうぞ。

ごはんのお供 ラインナップ!!



594円・110g

淡路島産しらす入り
ゆずこししょうおおかか

柚子の香りと唐辛子の辛味がクセになる大人のおかか佃煮です。淡路島産のしらすと鰹節を甘辛く炊き上げ、柚子胡椒でキリッとした辛味と爽やかな柚子の香のアクセントを加えた大人の佃煮です。



594円・100g

生のり

淡路島産 100%生のりを炊き上げたのり佃煮と、生のりとソテーした淡路島産玉葱を炊き上げたのり佃煮です。保存料は使用しておりません。あったかいご飯に添えてお召し上がり下さい。



540円・27g

わかめごはんの素

わかめは鳴門産です。炊き上がったごはんに混ぜるだけ。簡単便利、おにぎり、お茶漬け、弁当にも。わかめは、色が均一で、葉肉も厚く、弾力があり、栄養が豊富に含まれています。



432円・55g

めかぶ入りいか昆布



おにぎりの具にも!

めかぶのトロツとした触感がご飯によく合い、ご飯のおともに最適です。炊き立てご飯のふりかけに! サラダ、お好み焼きなどにも

※あわじ花さじき産地直売所の取扱いは、この限りではありません。

JAグループ
実りの秋! 国産国産

JA直売所 キャンペーン2024

実施期間
10/1(火) ~ 11/30(土)

47都道府県 っておきの
農畜産物・加工品が選べる!
各都道府県 300名程

合計14,100名様に
プレゼント!

JA直売所キャンペーン開催中!

期間中、JA直売所にご来店し応募いただくと、47都道府県の農畜産物や加工品が当たります! 当JA直売所はもちろん、全国各地のJA直売所で参加できます。店内のポスターからスタンプ取得用のQRコードを読み取り、スタンプを集めて応募してください!

11月30日まで!

さらに! JA直売所で1,000円以上のお買い物をした方は、レシートを撮影して応募することで、10,000円相当の国産和牛が当たるキャンペーンにもご応募いただけます!

この機会にぜひ、JA直売所へ行って美味しい特産品を楽しんでください!



キャンペーンの詳細はこちら

津名支店

キンセンカの定植作業始まる



順調に育つキンセンカ

津名支店管内では、キンセンカの定植作業が始まりました。例年8月下旬から9月上旬に播種を行い、9月～10月にかけて育苗を行っています。出荷時期については、年末と彼岸の需要期に向け栽培しています。高温が続き播種から定植まで遅れている状況で、今後の栽培管理についても、天候が大きく生育に影響するので、部会では栽培研修・目慣らし会などを行い、高品質なキンセンカの出荷を目指します。今年度も淡路島の特産品の一つであるキンセンカを1人でも多くの消費者に届けてまいります。

洲本支店

レタス出荷始まる



レタスを検品するJA職員ら

洲本支店管内では、レタスの出荷が10月10日から始まりました。生育時期に気温が高く降水量も少なかったため、生産者は播種期や栽培管理に苦労しましたが、順調に生育し初出荷となりました。全国的に出荷量が少なく、京阪神市場では引き合いも強く、高値で取引されています。生産者は長野県や茨城県などの競合産地に負けない意欲をもって品質の向上と安定供給を目指し、安全・安心で美味しいレタスを出荷できるよう取り組んでまいります。

北淡支店

淡路島たまねぎ育苗



順調に育つたまねぎ苗

北淡支店管内では9月から10月にかけて、たまねぎの播種が行われました。主な品種として七宝早生7号・ターザン・もみじ3号などが栽培され、11月上旬から年明けにかけて定植作業が行われます。生産者が選別して専用のダンボールに詰めて出荷する方法とポリコンテナ・鉄コンテナに入れて出荷し、JAが選果選別して出荷する方法があります。淡路島たまねぎは、全国レベルのブランドになっており、近年は高値で販売されています。しかしながら重量野菜なので、栽培面積は徐々に減少しつつあります。今後も生産者・JA・関係機関が一体となって、品質向上・生産量の拡大に取り組み、消費者の皆さんに安全・安心な美味しい淡路島たまねぎをお届けできるよう頑張っております。

東浦淡路支店

浦小学校がJAの仕事見学



米の検査を見学する小学生

東浦淡路支店では9月25日、浦小学校2年生42人による町たんけん授業の見学を受け入れました。21人ずつ2班に分かれて交互に見学し、金融課では1億円の模擬紙幣を用意し、実際に持って重さを体験しました。また、経済センターでは米の検査の様子を見学し、白黒のカルトンにのったお米を見て等級の違いや検査の仕方を見てもらいました。子供たちからは、「1億円は重かった」「悪い虫のせいでお米が黒くなる」「JAに来た事がなかったので、また来たい」などの声がありました。

東浦淡路支店では、農業と地域社会の未来に貢献するJAづくりを目指し、今後も地域や学校など色々な体験教室や食農・食育活動に協力してまいります。

レタス出荷始まる



出荷されたレタス

五色経済センターでは、10月21日からレタスの出荷が始まりました。初出荷は昨年と同時期でしたが、大半は苗作りや定植の最中で、11月から本格的に出荷量が増える見込みです。JAでは全箱検査を行い、品質の確認をしてから梱包し、真空予冷をして市場へ輸送しています。8月の猛暑で育苗管理が例年以上に難しく、定期的な灌水作業や、害虫の発生が多く、薬剤防除を頻繁に行わなければならないなど、生産者は大変な苦勞をされていますが、その甲斐があって品質の良いレタスが出荷されています。

五色経済センターでは安全・安心なレタスを消費者へ届けるべく、部会員と協力して品質の良いレタスを出荷してまいります。

一宮小学校でサツマイモ収穫体験



掘り方を学ぶ児童たち

淡路市立一宮小学校では10月15日、1・2年生の児童65人が、サツマイモの収穫をしました。6月に自分たちで植え付けをした苗だったので、みんな収穫を心待ちにしていたようです。児童たちはJA職員から、サツマイモの植え付けから収穫までの成長過程の説明を受け、掘り方のお手本を教わりました。その後、自分たちで土を掘り始めましたが、「土が硬い」や「大きいのがある」など、はしゃぎながら作業をしていました。そして、大きなサツマイモが獲れると両手で抱え込んで、「こんな大きい穫れたよ!」と言って大変喜んでいました。一宮支店では、今後も子供たちに野菜の収穫体験等を通じて、食と農の大切さを学んでもらえる機会を作ってまいります。

畜産だより

1月市子牛検査

12月2日(月) 洲本 12月6日(金) 津名・五色
12月4日(水) 北淡・一宮 12月9日(月) 東浦淡路

淡路ビーフ枝肉共励会

12月5日(木)

和子牛市 10月18日 (税込み・単位円)

	メス130頭	去勢184頭	総計314頭
最高	1,233,100	1,322,200	1,322,200
最低	366,300	314,600	314,600
平均	874,170	1,086,812	998,775
前回比	6.7%高	2.1%高	3.2%高

スモール市 10月25日 (税込み・単位円)

	スモール(F1) 24頭	スモール(ホルス) 2頭
最高	188,100	12,100
最低	11,000	6,600
平均	85,892	9,350
前回比	4.9%安	41.7%高

畜産課

動物愛護絵画コンクール



表彰された片岡さんの作品

動物愛護絵画コンクールに係る表彰式が9月23日、広田公民館で行われ、優秀賞として淡路日の出農業協同組合長賞を淡路市立塩田小学校2年の片岡柚希(かたおかゆずき)さんが受賞し、表彰されました。このコンクールは、毎年淡路獣医師会主催(兵庫県動物愛護センター淡路支所共催)で動物愛護週間行事の一つとして行われ、当JAは、この事業を後援しています。

今年は淡路島内各小学校を対象に募集し、動物にちなんだ絵画243点の応募があり、厳正に審査した中、入賞作品40点が表彰されました。

9月28日

淡路日の出畜産共進会

当JAは9月28日、第31回淡路日の出畜産共進会を淡路家畜市場で開きました。洲本、淡路両市の各共進会で上位に選ばれた黒毛和種の種牛60頭が出品されました。最優秀の名誉賞には、初谷州彦さん（淡路市柳沢）の「きくよわか」が選ばれました。

同共進会で2年ぶりに名誉賞に輝いた初谷さんは「暑さ対策を徹底し、牛舎が涼しくなるよう換気扇を回して、水浴びを毎日欠かさずに行った。毛刈りをして整え、共進会に臨んだ」と喜びを語りました。

その他の主な成績は次の通り。

▼最優秀賞1席＝芝床和身（かつみや2） ▼同2席＝太田税（たまふく1の8） ▼同3席＝初谷州彦（まなみ） ▼同4席＝宮本義隆（つねふじ） ▼同5席＝武久正也（かがみ） ▼同6席＝大木康弘（さとのふじ） ▼同7席＝奥野康治（よしこ） ▼同8席＝松下明裕（まつしたみつふく） ▼同9席＝樋口雅晴（ただまさ） ▼同10席＝空恭司（しげふく）
＜敬称略＞



名誉賞を受けた初谷州彦さん、きくよわか



贈呈式（淡路市）

10月

学校給食へ新米を贈呈



贈呈式（洲本市）

当JAは学校給食用に「淡路島キヌヒカリ」の新米を淡路市へ330キロ、洲本市へ270キロ贈りました。淡路市役所で10月4日、洲本市役所で10月7日に贈呈式を開きました。

相坂有俊組合長は「米の品薄で心配をかけたが、無事に新米ができたので、贈呈したい。栄養満点のごはんをお腹いっぱい食べて元気に成長してほしい」とあいさつしました。



淡路市立中田小学校

10月

新米キヌヒカリいただきます

淡路市の小中学校では10月10日、五色給食センターでは17日、洲本給食センターでは31日に学校給食用に当JAが寄贈した「淡路島キヌヒカリ」の新米を振る舞われました。

淡路市立中田小学校と洲本市立塚小学校では、給食前にJA職員が淡路島キヌヒカリについてクイズを交えて紹介しました。児童たちはご飯を美味しく丁寧に頬張り、「もちもちして美味しかった」「いつもと違ってふわふわしていた」「ぴかっと光っていた」などと話していました。



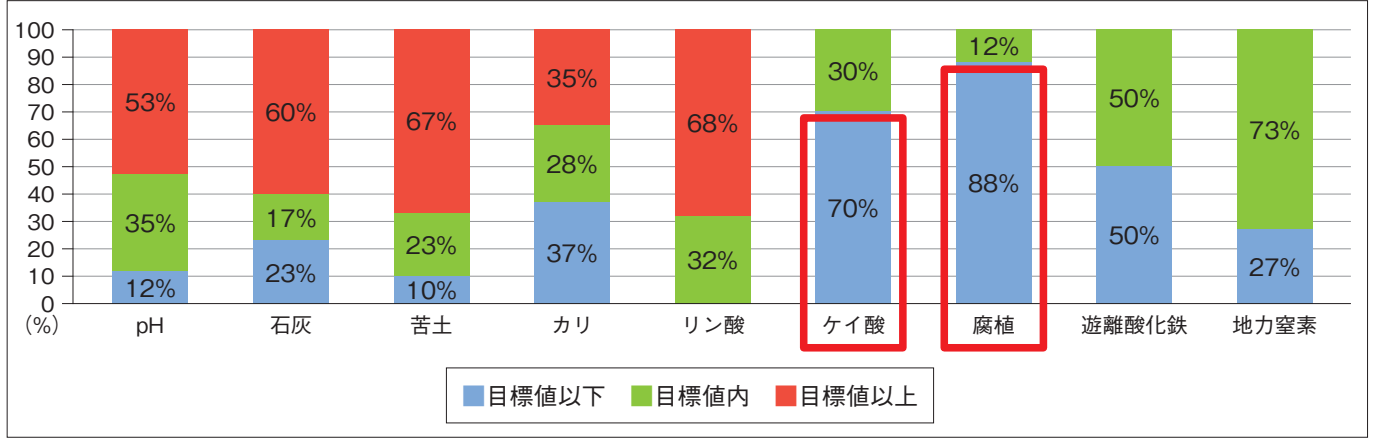
洲本市立塚小学校

担当
津名経済センター
田中 竜也



令和5年度 土壌診断結果について

JA淡路日の出では令和4年から3年間、土壌マップ作成の為に管内の土壌診断を行っています。
令和4・5年度、合計60ほ場の分析結果の集計をお知らせいたします。



土壌診断の結果、JA淡路日の出管内では、水稻栽培に必要な「ケイ酸」「腐植」が不足している事が分かりました。
適正な土づくりを行うために、土壌改良剤の継続的な施用を行いましょう。

★土づくりのポイント

- 出来るだけ深く耕しましょう。
- 有機物を補給しましょう。(稲ワラすき込み、堆肥、緑肥等)
- 適切に土壌改良剤を施用しましょう。(図1、2)

ケイ酸資材



図1：土力の達人

腐植資材



図2：アヅミン

花卉切り花

きんせんか・なたね施肥基準

◆きんせんか…10a当り

肥料名	総量	元肥	追肥	
			1回目	2回目
堆肥	2,000	2,000		
アヅミン	40	40		
フラワーQueen (8-6-8)	300	180	60	60
施肥時期			定植後 10~15日	12月下旬

◆なたね…10a当り

肥料名	総量	元肥	追肥	
			1回目	2回目
堆肥	2,000	2,000		
アヅミン	40	40		
フラワーQueen (8-6-8)	180	100	40	40
施肥時期			播種後 2週間	本葉 7~8枚頃

※追肥をあさひエース使用時は施肥量は半分程で使用して下さい。

花卉営農情報

①根張りを良くし、初期生育促進させましょう。
おススメ資材「アツ・リキッド」
水溶性の腐植酸が根張りに効果抜群!



②近年12月頃まで温暖な気候が続けばチョウ目類(タバコガ・ハスモンヨトウなど)の被害が多発するため要防除!!

③12月頃と3月頃に乾燥した気候が続けば、うどんこ病発生注意!!



カーネーションの新技术現地実証の状況について

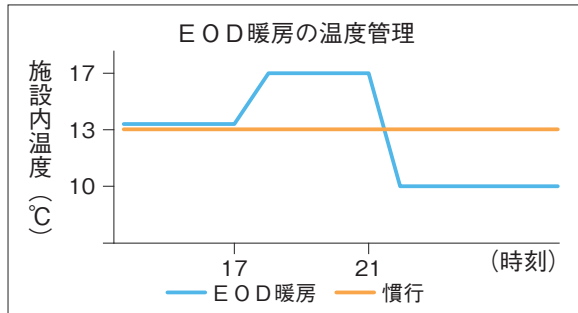
カーネーションは、北淡路地域を代表する花き品目の一つで、一般的に「母の日」のイメージがありますが、ブライダルから葬儀まで幅広く周年需要があります。北淡路地域のカーネーションは、施設で栽培されており、その多くは6〜7月に定植し、10〜翌年6月頃まで継続して出荷されます。

今後も全国有数の産地であるために、高品質・安定出荷につながる新技术として淡路市で実証している状況を紹介します。

1 EOD暖房の効果

一つ目は、日没後昇温技術であるEOD（End of Dayの略）暖房技術です。日没後2〜3時間は植物が日長や温度に反応の高い時間帯であるとされており、この時間帯に昼間に暖まったカーネーション施設内の温度をできるだけ低下させず、より高い温度で生育を促進させ、その後温度を下げるという考えに基づいています。

具体的には、日没後21時まで通常よりも高い17℃



図=EOD暖房のイメージ

まで加温し、その後は10℃まで温度を下げて管理することで、暖房コストの低減につながります（図参照）。

淡路市で令和3年度に現地実証した結果、年明けの開花を促進し、切花本数を増加させることが明らかになりました。

2 白色LED電照の効果

カーネーションは長日植物のため、夜間に電照栽培を行うことで生育に影響があることが、全国的な研究で明らかにされました。ただし、それは白熱灯を利用したもので、開花促進につながり切花本数は増加するものの、茎が軟弱になったり、スプレー系品種のカーネーションでは小花数が減少したりするなど悪影響を生じさせるものでした。そこで、最近開発が進んでいる白色LEDを活用し



写真=白色LED

て、光の波長を選んで照射すると、悪影響を受けずに、開花促進が可能になることが明らかになりました。

令和5年度に淡路市で、スタンダード系品種の「ムーンライト」に、白色LEDを照射する現地実証を行った結果（写真参照）、1株あたりの総切花本数は増加しました。また、白熱灯では問題となった茎の硬さに大きな差は無く、切花長は同等または長くなり、切花重はほぼ同等でした。

今回の実証結果から、白色LED電照により1株あたりの切花本数が増加し、切花品質に悪影響が出ないことが明らかになりました。

3 今後の取り組み

これら技術の現地実証の取り組みは、全国規模でなされています。今回紹介した新技术は、カーネーション栽培の収益向上につながる可能性が大きいいため、今後も実証を続け、コスト計算も行うことで、地域に適合し普及できる技術となるように内容を検討していきます。

この記事に関するお問い合わせは

淡路市の方は

淡路県民局

北淡路農業改良普及センター

TEL0799・62・0671

洲本市の方は

淡路県民局

南淡路農業改良普及センター

TEL0799・42・0649

おいしく食べて美しく

実りの秋を楽しみながら健康な体づくり

栄養士 ● 吉田理江

食欲の秋といわれるように、四季の中でもおいしい食べ物が増える季節です。ついつい食べ過ぎて体重の増加が気になる方もいらっしゃるでしょう。今回は、おいしく食べながら健康な体づくりができるお薦めの栄養素を二つお伝えします。

■ タンパク質

肉・魚・卵・乳製品・大豆製品などに含まれるタンパク質は、筋肉、皮膚、体の細胞などの材料になる重要な栄養素です。芋・粟・新米などがおいしい季節ですが、タンパク質が不足すると食欲が増進する恐れがあります。タンパク質をしっかり取ると、満腹ホルモン（コレスチキン）が、食欲抑制ホルモン（レプチン）

の分泌を高めるためです。タンパク質の1日の推奨量は、「日本人の食事摂取基準」（厚生労働省・2020年版）によると、18歳以上で男性は65g、女性は50g。毎食手のひら分くらいの量を食べると良いでしょう。旬のサンマを飛ば焼きにすると新米と一緒においしく食べられます。忙しい朝は、ヨーグルト・ゆで卵を食べると良いでしょう。

■ ビタミンB6

カツオ・マグロ・サンマ・玄米・ニンニクなどに含まれるビタミンB6は、タンパク質の代謝に関わる栄養素です。食べたものを代謝できると、体重が増えにくいので秋の味覚をおいしく楽しく食べられます。神経や皮膚を正常に保つ働きもあるため、美しい肌になりたい人は意識して取るの良いでしょう。料理が苦手な方は、魚の缶詰を利用すると手軽に取れます。ニンニクを炒め物に活用したり、カツオにのせて食べるのもお薦めです。

食べないダイエットは、体調不良を招きます。食事を抜くと栄養不足になり、基礎代謝が低下して太りやすくなるため、3食しっかり食べるようにしましょう。



JA NEWS

ニュース

10月・11月

ヴィッセル神戸応援ツアーを開催

当JAは10月18日、貯金キャンペーンに応募いただいた組合員・利用者の中から抽選で選ばれた20組40名様を対象にヴィッセル神戸の応援ツアーを開催しました。ノエビアスタジアム神戸での迫力あふれるFC東京との対戦に、サポーターたちは熱い声援でスタジアムを盛り上げ、参加者は観戦を楽しんでいました。ヴィッセル神戸は惜しくも敗れましたが、ボール支配率やシュートの多さからチームの力を感じる試合でした。参加者からは「スタジアムの雰囲気も楽しめた」「帰りの時間を気にしないで、ゆっくり応援できた」などと好評の声が上がりました。11月1日には、ジュビロ磐田戦の観戦ツアーを催行しました。



ひのりん

あわりん



応援する参加者



白熱するスタジアム



おじゃましました

旬農家

SYUN NOUKA



とれたて情報を
インタビュー

今日は

淡路島 たまねぎと 水稲

おいしい淡路島たまねぎ
作りでPR



淡路市中田
いしま たかひろ
石間 敬啓さん



地域団体商標を取得し、ブランド力を持つ「淡路島たまねぎ」。当JAはたまねぎ施設を活用し、効率的な選果による出荷の拡大と産地の維持拡大を目指しています。

収穫前のヒノヒカリ

淡路島に1ターンのため約4年前に新規就農された石間さん。現在、淡路島たまねぎを中心に栽培し、昨年からは水稲栽培も始めました。その経緯と農業の魅力についていただきました。

農業の経緯と概要

子どもが生まれたことをきっかけに妻の実家がある淡路島に1ターンし、たまねぎの販売をしていた義父の仕事を手伝っていました。当時はたまねぎを買い付けしていましたが、生産者の高齢化に伴い、このままでは仕入れが難しくなると考え、就農を決意しました。栽培方法を近所の方に教わりながら、約30アールから始めました。最初は手作業で10アールの植え付けに3人で約2週間かかっていましたが、機械化を少しずつ進め、同じ植え付けの所要時間は2時間に短縮されました。初期投資と資材高騰に大変でしたが、徐々に反数を増やし、現在2ha弱を栽培しています。主な担い手はバイトの方2人と私

で、妻は出荷前の作業を手伝ってくれます。水稲は昨年からはたまねぎ用に土の消毒もかねて始めました。昨年はキヌヒカリで高温障害が出たので、今年はヒノヒカリを栽培したところ、生育が良かったように思います。

工夫点と魅力

ひようご安心ブランドを取得して、たい肥などの有機肥料を多く使っています。島の風土にあった作り方をすることによって、美味しくて質の良いたまねぎができると思います。魅力としては、直接、料理人の方から注文を受けることがあり、たまねぎの評判を聞くことができることです。さらにシエフがシエフを紹介し、その輪が広がっていくのがあります。また、成長していく子どもが毎日食べるものを作っていることに使命とやりがいを感じます。

今後の課題と目標について

たまねぎのブランド力は全体の数があってこそだと思うので、後

継者問題が心配です。規模拡大と省力化は進めてきたので、良いものを作って美味しさをアピールしていきたいです。たまねぎは水炊きにするのもオススメです。メの雑炊が甘くなり抜群の味です。ざく切りにして早めに鍋に入れて煮込んでみてください。これからの季節にぴったりです。



生育を見る石間さん

わが家のアイドル

素敵なあなたをちょっと

拝見

淡路市王子

長女 ^{いなもと ひなの} 稲本 妃和乃 ちゃん 《令和2年3月13日生まれ》

次女 ^{うか} 有華 ちゃん 《令和5年6月12日生まれ》

「だってプリンセスだもん♪」が口癖の妃和乃。片づけ上手でオシャレが大好きなとても優しいお姉ちゃん。いつもニコニコ、わんぱくガール有華。得意技は、お姉ちゃんの真似っこ！いつもみんなを笑顔にしてくれます。

お父さん ^{ただあき} 匡昭さん お母さん ^{みかこ} 見嘉子さん

お父さん・お母さんからのメッセージ

2人を見てると“姉妹”って素敵だなと心から思うよ。これからも仲良く助け合って成長してね。『大切なのは、思いやり』いつまでもプリンセスの心を忘れずに！父ちゃん・母ちゃんと楽しいこといっぱいしようね♪

わが家のプリンセス



“全員野球”で目指せ 優勝!!

淡路市岩屋

もりもと まさき 森本 将生 くん(小学6年)

みつ き 晃生 くん(小学5年)

小学校低学年の時に父の影響で野球が好きになり、岩屋フェニックスに入部しました。今はそれぞれセンター、サードで活躍しています。監督、コーチ、チームメイトにも恵まれ、様々な大会で優勝も経験しました。6年生は残り少ない少年野球生活ですが、有終の美を飾れるよう最高の仲間“全員野球”で頑張ります。指導者、応援してくれるみなさまへの感謝の気持ちを忘れず、これからも大好きな野球を頑張ります!!

今月のヒーロー



球を投げる将生くん



ガッツポーズをする晃生くん

踊り百まで

淡路市江井 ^{おがさわら いさこ} 小笠原 伊佐子 さん

幼い頃から踊ることが大好きで、そのまま大人になりました。随分長い年月ですね。流派は花柳流で古典が主です。私の練習は月に4回で、皆さんへのお稽古は週1回から4回になります。主な発表機会は文化祭や社協祭と夏祭りです。江井コミセン祭りは45回目を迎え、地域の方にお世話になっています。民踊も好きで、新潟佐渡おけさ、岐阜風の盆郡上踊り他出演しました。皆さまに支えられて楽しく過ごせることが健康の秘訣です。



ライフウォッチング



江井コミセン祭りにて

相続税とは



1. 相続税の課税

相続税は財産額が基礎控除を超えると課税されます。

$$\text{被相続人の財産額} > \text{基礎控除} \quad [3,000\text{万円} + 600\text{万円} \times \text{法定相続人の数}]$$

相続税は相続から10か月以内に被相続人の住所地の税務署へ申告しなければなりません。
相続人は遺産分割協議とともに、相続税申告の手続きを進めます。

2. 相続税の総額

「被相続人の財産額」－「基礎控除」を法定相続分で分け、それぞれ税率を計算し、合計したものが相続税の総額となります。相続税の総額を各相続人や受遺者が取得した財産の額に応じて按分したものが各人の納付すべき相続税額となります。

*自分が相続した財産、あるいは、被相続人の財産額だけでは相続税は計算できません

3. 相続税の早見表

※1万円未満四捨五入

	配偶者と子供1人	配偶者と子供2人	子供1人	子供2人
8,000万円	235万円	175万円	680万円	470万円
1億円	385万円	315万円	1,220万円	770万円
2億円	1,670万円	1,350万円	4,860万円	3,340万円
5億円	7,605万円	6,555万円	19,000万円	15,210万円
10億円	19,750万円	17,810万円	45,820万円	39,500万円

(注)1 正味遺産額は、借入金、葬式費用を控除し、基礎控除する前の金額です。 2 法定相続分で遺産を分割したものととして税額を計算します。

*ご相談は最寄りの支店窓口または本店金融課(守居・相坂)までお願いします。
実務経験豊富な財務コンサルタントによる個別相談(無料)も実施しています。

TEL: 0799-62-6860

相続遺言個別相談会(要予約)

- 11月24日(日)
- 本店
- 10:00~16:00

休日年金相談会

(予約優先、当日申込可)

- 11月24日(日)
- 洲本支店
- 13:30~16:30

オイル交換キャンペーン

- 12月14日(土)
- 自動車センター
- 9:00~17:00

行事カレンダー

洲本税務署からのお願い
 ○確定申告はe-tax(電子申告)で!
 ○自宅からスマホやパソコンを利用したe-tax申告をお願いします。
 ○納税はキャッシュレスで!
 □座振替・ダイレクト納付をご利用ください。
 [問い合わせ先] 洲本税務署 TEL 24-12212

11月11日~11月17日は税を考える週間です

◆税に関する作品展

小学生の書道・ポスター及び中学・高校生の作文の入賞作品を展示しています。ぜひ、ご来場ください。

展示場所	展示期間 (施設の休館日は除く)
イオンスタイル洲本	11月 1日(金)~11月14日(木)
洲本市立 五色図書館	11月16日(土)~12月 1日(日)
イオンスタイル淡路店	11月 1日(金)~11月14日(木)
淡路市立 サンシャインホール	11月19日(火)~12月 1日(日)
淡路文化会館	11月19日(火)~12月 1日(日)

令和6年度 人形供養祭のご案内

恒例となりました人形供養祭を下記日程にて開催いたします。

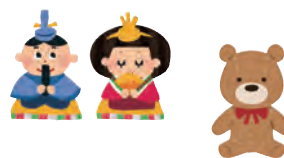
・ やすらぎホール洲本 11月23日(土) 11時から

人形受付・法要日の2日前から法要開始30分前まで
受付しておりますので、ホールへ持込み下さい。

*ガラスケースや雑壇等の持ち込みはご遠慮ください

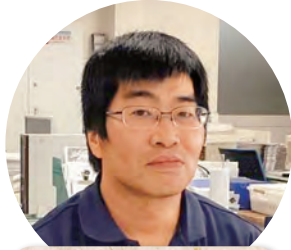


(株)共同物産 0120-40-1516



こんにちは♪ **J A マ ン** です!

JAの仕事はもちろん、休日も色々な活動に
全力投球するJAマンをレポート!



五色経済センター
はた まさと
畑 雅人

五色経済センターで購買業務を担当しています。前職は酪農をしていたので、その経験を生かし、組合員の皆様に頼られるよう頑張ります。

休日は家でゆっくり過ごすことが多いですが、米は作っています。今年も無事に収穫を終えることができました。余裕ができれば、他の野菜作りなどにも挑戦してみたいと思っています。



無事に終えた稲刈り

防災の集いを開催します

JA淡路日の出では、阪神淡路大震災の記憶、教訓を震災を経験していない世代へつなぐ、防災意識を高めていただくことを目的として、防災の集い「震災から30年 記憶と教訓を未来へつなぐ」を開催します。参加をご希望される方は、**令和6年11月29日(金)まで**に、下記のお問い合わせ先へご連絡下さい。

- 開催日時 令和7年1月8日(水) 午後3時より午後5時まで
- 開催場所 JA淡路日の出本店 3階会議室
- 講師 北淡震災記念公園 総支配人 米山 正幸 氏
- 演題 野島断層からのメッセージ～震災といのち・人とのつながり～
- 募集人数 80名(先着順)
- お問い合わせ先 本店総務部企画課(愛宕、湯本)まで



TEL: 0799-62-6200

JA生活文化ゼミナール予定表

洲本支店 tel 22-1120
11月13日(水)13:30～
ヨガ教室
11月27日(水)10:00～
寄せ植え教室
(場所:洲本支店3階)

津名支店 tel 62-0936
11月14日(木)13:30～
ポンポンマスコット教室
11月21日(木)13:30～
苔テラリウム教室
(場所:津名支店2階)

東浦淡路支店 tel 74-3321

11月28日(木)13:30～
フラワーアレンジメント教室
(場所:東浦淡路支店2階)

北淡支店 tel 82-1234

11月21日(木)13:30～
ポンポンマスコット教室
(場所:北淡支店2階)

一宮支店 tel 85-0011

11月19日(火)13:30～
ポンポンマスコット教室
11月26日(火)13:30～
ちりめん細工手芸教室
(場所:一宮支店2階)

五色支店 tel 35-0301

11月25日(月)13:30～
モールドール教室
(場所:五色支店2階)

会員
募集中

理事会だより

- 令和6年度 第9回理事会(令和6年10月21日) 報告事項
- 1 事業実績報告について
 - 2 内部監査報告について
 - 3 組合員の加入・脱退および職員の状態について
 - 4 徴収委員会の開催について
 - 5 有価証券の運用状況および運用計画について
(令和6年9月末現在の本JAが保有している有価証券の簿価や時価等の状況と第3/四半期(10月から12月まで)の資金運用計画について報告)
 - 6 提案事項
貸出金理事会審査について
令和6年度追加払いについて
(令和6年度追加払いについて、銘柄・等級毎に提案し承認を受けた)
 - 3 半期決算の状況について
(令和6年度上半期決算の状況を提案し承認を受けた)
 - 4 組合員・利用者アンケート調査の実施について
(組合員・利用者を対象としたアンケート調査を11月に実施することを提案し承認を受けた)
 - 5 (洲本支店事務所のエアコンの入替を提案し承認を受けた)
 - 6 出資金の取扱について
(組合員の減資申込案件について、行政庁などからの通達に適合した案件であることを提案し承認を受けた)
 - (1) その他
① 金融共済情勢報告について
(10月16日現在の年金友の会親睦旅行の参加申込状況について報告)
② JA共済コンプライアンス点検結果および改善方針の概要について
(JA共済コンプライアンス自主点検を実施しその結果、特に問題がなかったことを報告)
③ その他情勢について
経済情勢報告について
④ 認定農業者に係る対応について
(洲本市・淡路市の認定農業者協議会事務局との協議内容について報告)
⑤ 共進会について
(第106回兵庫県畜産共進会の日程等について報告)
⑥ 北淡ミニライিসセンターについて
(北淡ミニライিসセンターの業務委託に係る現状について報告)
⑦ その他情勢について
事業計画進捗状況検討会実施規程について
(事業計画進捗状況検討会の実施内容について報告)
選挙に係る兵庫県農政推進協議会への推薦について
11月の行事予定について
各支店の情勢(行事予定)について



お便り紹介



ここでは皆様よりいただいたお便りをご紹介します

通勤を自転車に変えました。気持ちはずっと通学していた高校生の気持ちですが、実際は自転車の高校生に抜かれまくる30代でした。(洲本市 T・Mさん)

10代には、かないませんよね。Mはウオーキングで、元気なシニア世代の方に抜かれまくります。

高校の同級生5人で久々のランチ会。食後の飲み物を注文しようとしてメニューを広げた時、全員が斉にバグから老眼鏡を出し……。顔を見合わせて笑ってしまいました。我ら老眼レンジャーじゃあ。なんてね。(淡路市 S・Kさん)

老眼レンジャー! (笑) 一緒に年を重ねて笑いあえる友とのランチ会、いいですね。

ハッサクの皮で作るマーメイドは我が家の自慢の味です。(淡路市 Y・Sさん)

それは美味しそうですね。ハッサクは大好きですが、ジャムを食べたことはありません。

9月末から運動不足解消のためフィットネスに通うようになり、階段を登る足どりが軽くなりました。(洲本市 H・Mさん)

効果が出ると嬉しいですね。階段の昇り降りも筋トレと思うと頑張れそうですね。

久しぶりに沖縄本島へ。那覇空港は大きく、万座ビーチまでレンタカーを走らせる都会並み。ホテルのラウンジで朝食、アフタヌーンティ、イブニングカクテルと外へ出なくても不自由しない。娘達のドライブを断り、日頃の疲れを癒そうと二人の時間を楽し

んだ。最終日はアグー豚のしゃぶしゃぶを堪能。もっと意欲的に行動しなくてはダメかな。(ペンネーム E子さん)

ホテルで二人時間を過ごすのは、贅沢で至極の時間ですね。十分に行動的だと思います。



(ペンネーム ゼンタンさん)



(淡路市 柴田 富代さん)



(淡路市 村上 美穂子さん)



(淡路市 中村 豊子さん)



(洲本市 武内 昭子さん)



孫がきゅうりの曲がりでお兄ちゃんの名前を作りました。(ペンネーム ちーばばさん)

- 俳句・川柳
- 草刈りもリハビリのうち 鎌を研ぐ ひまわりの 畑駆けぬて コスモスの風 (ペンネーム コトブキ近衛さん)
 - 作物が 高温被害で 物価高 秋まつり 賑わいどこへ 物静か (ペンネーム 角砂糖さん)
 - ベランダへ 音無き風が 金木犀 山裾に 光る 源氏や 萩の花 (ペンネーム 歌子さん)
 - 曼珠沙華 あぜ道染める 今朝の秋 ウォーキング 往は夕焼け 復はるる 落とし (ペンネーム ふみべたさん)
 - 子が戻り 担ぐだんじり 華やかに 文化の日 孫の踊りに 胸躍る (洲本市 中原 礼子さん)
 - 多忙なる 手を止めひら 蜜柑むく 冬耕の エンジン音の 響く空 (明石市 小田 和子さん)

材料 (3人分)

レンコン	150g	サラダ油	大さじ1/2
秋サケ	3切れ	しょうゆ	少々
塩・こしょう	適宜	とろけるチーズ	3枚
薄力粉	適宜	バター	大さじ1
カブ	1個	生クリーム	150ml
ブナシメジ	1株		

作り方

- レンコンは1cm厚さに切る。秋サケは半分に切り、塩・こしょうを振って薄力粉をまぶしておく。カブは皮をむいてさいの目に、ブナシメジは石突きを切りほぐしておく。
- レンコンのチーズ焼きを作る。フライパンにサラダ油を熱し、中火でレンコンの両面に焼き色が付くように焼く。しょうゆを垂らし、とろけるチーズをのせてふたをしてチーズを溶かす。
- クリームソースを作る。②と別のフライパンにバターを溶かし、カブと秋サケを入れて弱火で両面に焼き色を付ける。生クリームとブナシメジを入れて中火で2、3分煮込み、塩・こしょうで味を調える。
- 皿に②を並べ、③を盛り付け出来上がり。

今月のレシピ

その他のレシピはこちら



レンコンのチーズ焼き 秋サケのクリームソース



旬感 Cooking

旬の食材を食卓に



淡路日の出畜産共進会

今回は6ページでも紹介しました、淡路日の出畜産共進会からの間違い探し。洲本、淡路両市の各共進会で上位に選ばれた黒毛和牛60頭が出品され、発育の良さや但馬牛としての資質などが審査されました。ずらりと行儀よく並んで審査を受ける牛の姿から、日頃の畜産農家の努力が垣間見ることができました。

間違い探し

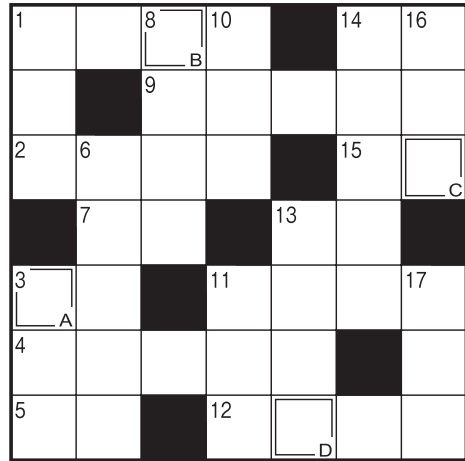
難易度 ★★

今回の難易度は★二つ！
皆様からの挑戦、お待ちしております。

10月号間違い探し
答え：
②半袖が長袖に
⑧段ボール箱のふちの形
⑨黒ボールペンが赤色に



上と下の写真を見比べてみると、3コの間違いがあります。間違っている箇所を横の枠番号から選んでください。



10月号クロスワード 答え…スポーツノビ

- 1 「鳥」より一画少ない鳥
- 3 園に子どもを迎えに行った
- 6 お父さんそっくり！ まるでーね
- 8 料理店のメニュー表をこう呼ぶことも
- 10 美空ひばりのヒット曲。「柔」と書きます
- 11 患者を診ます
- 13 頭にキュッと締めるもの
- 14 ジャガイモのことです
- 16 応報、身から出たさびだね
- 17 漢字で書くと雲母。さらさらともいう鉱物です
- 1 11月23日は勤労——の日。国民の祝日です
- 2 灰皿にたまります
- 3 「——の精神」はモンテスキューの著書です
- 4 広島県の紅葉の名所のひとつ。世界遺産の神社があります
- 5 焼き鳥を食べると残るもの
- 7 金融——、——髪
- 9 そば屋や居酒屋の入口にかかけられていることも
- 11 ギンナンがなる木
- 12 「九里よりうまい十三里」と売りに来るもの
- 13 茶わんと反対の手で持ちます
- 14 3の3——は9です
- 15 クリの実を守るトゲトゲ

クロスワード

タテのカギ

ヨコのカギ

コーヒータイム

今月の特集では、新米の美味しい炊き方やご飯の紹介をしました。現在、美味しそうなおむすびがよく登場しています。日本人のソウルフードはやっぱりおむすび。元気の源なのでしょうね。「おむすび専門店」の頃には、食文化の時代となり、おむすびの味は、忘れられない記憶です。自分で作ったもの、握り方や塩加減がいまいち分からなかった、あまり美味しくないのです。(笑) みなさんの好きなおむすびは何ですか？ (M)

今月のプレゼントは…

“あわじのり” もしくは“阪神タイガースメッシュジャージ” もしくは“阪神タイガースグッズ” を6名様に。

御食菜 採館で 販売中！



メッシュジャージをご希望の場合、サイズも必ずお書きください。(S・LLのいずれか)

応募の 締め切り

11月25日(月)(消印有効)

お便り 紹介募集

「さんらいず」のご感想やご意見、日々の出来事、またはイラストなど、お気軽にクイズの応募とともに お書き添えください。掲載された方には記念品を贈呈します。みなさまからのお便り、お待ちしております。 ※ペンネームで掲載希望の方はペンネームを添えて応募してください。 ※紙面の都合上、掲載数に限りがあるため、ご応募いただいても掲載できない場合があります。

クイズの応募方法

おハガキかメールに“クロスワードまたは間違い探し”のどちらか1つの答えを書いて下記の宛先までご応募ください。

答え ○○○○

- ・郵便番号
- ・住所
- ・氏名
- ・年齢
- ・感想もしくは、出来事など
- ・希望プレゼント

656-2131 淡路市志筑
3112の14
JA淡路日の出
「さんらいず」係
「さんらいず」11月号係

ご記入いただいた個人情報は、商品の発送以外には使用いたしません。

メールの応募は はこちら



先月の 挑戦当選者

Y・Oさん
柏木 悦子さん
藤若 和代さん
応募総数73通

浜口 隆子さん
大田 博章さん
坂根 衣世さん



俳句で詠む
淡路島 百景

第43景

天高し
神話の国の
メガソーラー

大久保 白村(ホトトギス同人)

メガワット
ソーラー発電施設

【景観解説】

兵庫県(環境部局、企業庁)と淡路市は、あわじ環境未来島構想推進の先導モデルとして、平成22年に、淡路市役所本庁舎、津名浄化センター、市民交流センターの三施設に電力を供給するメガワット級の太陽光発電施設を整備しました。

【補足】

くにうみの神話に始まる歴史を持つ淡路島。豊かな自然を持ちながら、新しく作り出された景観として、百景の一つとされています。

表紙紹介

鳥飼小学校が稲刈り



稲刈りががんばったよ!



洲本市立鳥飼小学校の5年生9人と3年生10人は10月2日、粟井信年さん提供の田んぼで稲刈りをしました。粟井さんが稲刈りの手順を説明し、児童たちは雨の影響でぬかるんだ田んぼの中で、足を上手く運びながら刈り進めました。刈った稲は束にして、馬かけしていきます。

した。児童からは「日常生活にはない貴重な体験ができた」「刈ってしぼるのは難しかったが、達成感が味わえた」などと話していました。当JAではこのような食農教育に取り組んでいる小学校などに事業費の一部を支援する「サンライズ食農教育支援」を行っています。

