



水郷つくば

11

2024 November

Vol.70

*Very Exciting
Women's
Sports Day*

JA水郷つくば女性部運動会

JA水郷つくば女性部は10月19日、かすみがうら市多目的運動広場で令和6年度JA水郷つくば女性部交流会を開催しました。部会員および役職員ら約440名が参加しました。開会にあたり高谷夕起子大会会長は「今日は天候にも恵まれ、絶好のイベント日和となりました。昨年に続き大運動会を計画し、各地区より大勢の仲間に参加していただきありがとうございます。今年は「炭坑節」を踊って、掘って、さらに親睦を深めたいと思います。怪我のないよう大いに楽しみましょう」と述べました。

競技は6種目（ボール送り、パン食い競争、買い物競争、ふうせん割競争、紅白玉入れ、地区対抗リレー）で、チーム一丸となって大いに盛り上がり、笑顔の絶えない素晴らしい交流会となりました。今後も女性部は各種催しを計画し、交流をより深めていきます。

日本農業の 重要性を伝える

10月3日、土浦市立下高津小学校にてJA茨城県中央会主催の食農出前授業に参加しました。授業では、中央会職員による日本農業の現状や重要性、「地産地消」や「食料自給率」等の専門的な学習、グループワークによる茨城県農産物生産量日本一位（14品目）予想クイズなど、子供たちにとって非常に有意義な授業となりました。

また、虫掛連根部会の出地次郎部会長にご協力いただき、レンコンについての学習もおこなわれました。朝掘ったレンコンをお持ちいただき、レンコンがどのように成長

し、収穫されるのか分かりやすく丁寧に説明されました。子供たちにも直接手に取ってもらい、その重さに大変驚いておりました。出地部会長は「レンコンに興味をもって食べてもらえると生産者さんの応援に繋がります」と話されました。

がるので、直売所やスーパーには非足を運んでほしい。また、このような授業を通して、様々な職業の選択肢の一つに農業が選ばれ、一人でも多く農家になりたいと思っ

ました。

食農出前授業は、JAグループ茨城が「NPO法人子どもみらい飛行」/「TOS S茨城」協力のもと、小学校5年生を対象とした食農授業プログラムを作成し、全国トップクラスの茨城農業の理解を深め、地産地消をすすめる食農教育に取り組んでいます。



胡瓜目揃えを開催

胡瓜部会は10月4日、霞ヶ浦支店にて目揃え会を開催しました。部会員をはじめ市場関係者、JA職員ら約10人が参加しました。

目揃え会では、色、大きさ、形など選定の統一化を図りました。今年の胡瓜は、猛暑の影響で焼け等の被害を受けましたが、品質は総じて良好で単価も高水準で推移しています。斉藤全史部会長は、「今年も厳格な選定基準により統一化を図り、有利販売につなげていきたい」と話されました。胡瓜は9月から11月上旬にかけて約60トン出荷されます。



出荷販売反省会を開催

J A 水郷つくば霞ヶ浦梨部会は10月7日、ホテルローヴ（土浦市）にて出荷販売反省会を開催しました。部会員をはじめ宮嶋謙かずみがうら市長、市場関係者、県南農林事務所、全農いばらき、J A 役職員、約30人が参加しました。

今年は降水量不足の影響で小玉傾向であり、選果後半でも肥大が思うように進まなかったこと、カメムシの大量発生で被害があったこと等により出荷量は昨年よりも減少しましたが、単価においては着果数の全量調査等の販売対策により高単価で推移する結果となりました。

折本芳和部会長は、「高温の影響や病害虫の発生で今年も苦労したが、市場関係の方々のご協力もあり高単価で取引を終えることができ大変嬉しく思う」と話されました。また、水野谷弘文副部会長が梨の等階級（秀・優・良の3段階評価）で秀品率が高く、選果場の出荷に大きく貢献したため、市長より表彰状と記念品を贈呈されました。

同部会は来年も良質な梨を皆様へお届けします。



自転車交通事故の恐ろしさを再認識

教室では自転車交通事故の危険性を認識すべく、スタントマンによる危険な自転車運転例とそれにより生じる交通事故場面を再現し、生徒が事故の危険性を疑似体験（スケアード・ストリート教育技法）しました。自転車での並走運転、ながらスマホ、傘差し運転等、実際に起こりうる場面を想定し、スタントマンが対自転車および対歩行者の衝突事故を再現し、生徒は衝撃を受けました。

堀越常務理事は「本日の教室を契機として、改めて交通ルールを守り、事故のない安全で快適な学生生活を送っていただきたい」と述べました。

生徒による「交通安全の誓い」では、自転車交通事故の恐ろしさを再認識し、ルールを守り自転車を運転することを誓いました。

10月8日、阿見町立朝日中学校にてJ A 共済連主催の自転車交通安全教室に参加しました。



グラジオラス圃場研修

10月11日、茨城切花流通研究会主催の産地研修会に参加しました。本研修会は、会員が茨城県の産地に対する理解を深めるとともに、産地関係者との交流を図り、茨城県産花きの販売促進に活かすことを目的としています。

研修会では、JA水郷つくば花き部会、今泉共撰部会 萩島一郎部長の圃場を視察し、グラジオラス、ユーカーリの栽培について説明を受けました。同部会は、グラジオラス生産全国市場シェア率25%を占め、新品種の改良、新たな栽培技術の確立を積極的に実施し、有利販売を実現させています。

佐藤広幸会長は「研究会として萩島部会長の圃場視察に訪れるのは数年ぶりであり、非常に有意義な研修会となった。グラジオラスはもちろんであるが、茨城県産の花きは全国的にも重要な位置を占めており、今後産地の方々と情報共有を密におこない、より強固な販売促進につなげていきたい」と述べました。



秋冬大根目揃え会開催！

JA水郷つくば大根生産部会は10月16日、大根選果場（牛久市小坂町）にて秋冬大根目揃え会を開催しました。部会員をはじめ、沼田和利牛久市長、市場関係者、稲敷地域農業改良普及センター、全農いばらき、JA役職員ら約60名が出席しました。

今年は記録的猛暑の影響で収穫開始が例年より5日程度遅くなりましたが、良質な大根が育ち目揃え会を開催することができました。また、牛久市学校給食贈呈式も同時に行われ、約130ケースの大根が贈呈され、11月下旬に子供たちへ振る舞われる予定です。

山越隼人部会長は「今年も猛暑の影響等で生産者は大変苦労したが、徹底した管理により品質のよい大根が育った。消費者の方々に、大根ならうしく

河童大根」と言っていただけのように目揃え会で統一化を図り有利販売につなげるべく、部会員一丸となって頑張りたい」と話しました。

同部会は、地元スーパーや都内販売店でのイベント開催や、SNSを利使したうしく河童大根のPR等、販売促進のための積極的な活動を行っておりです。10月から12月上旬にかけて約13万ケース（1,300トン）の出荷を予定しています。



J A水郷つくば霞ヶ浦蓮根部会は10月18日、霞ヶ浦中央集荷所にて蓮根目揃え会を開催しました。部会員をはじめ、市場関係者、普及センター、全農いばらき、J A職員ら約150名が出席しました。

目揃え会では、担当職員が品質・規格、箱詰め時の注意点を説明し、部会員との意思統一を図りました。今年は猛暑の影響で昨年よりも出荷量は減少傾向ですが、品質に関しては良好な蓮根が収穫されており

蓮根目揃え会 開催！

中央集荷所近藤秀憲所長は「本日の目揃え会で部会員、関係市場と情報を密に共有し、有利販売につなげたい」と話しました。同部会は157人で構成されており、今年度出荷額は13億円を予定しています。



第18回J Aバンク茨城 年金友の会グラウンド・ ゴルフ交流大会へ参加！

10月24日、鉾田市箕輪の「いこいの村沼」でJ Aバンク茨城年金友の会のグラウンド・ゴルフ交流大会が開催されました。

この大会へは茨城県の各J A年金友の会から選ばれた460名が参加し、当J Aからも6月4日に開催されたJ A水郷つくば年金友の会グラウンド・ゴルフ大会で上位の成績を収めた57名が参加しました。

大会はAとCの3ブロックに別れブロックごとに成績を競いました。当J AはBブロックで出場し、準優勝で阿見支部の宮本茂子さん、3位に阿見支部の大室正子さんが入賞しました。



左から 準優勝 宮本さん 3位 大室さん





第29回 JA水郷つくば 親睦ゴルフ大会開催!

10月22日、かすみがうら市の千代田カントリークラブにて第29回JA水郷つくば組合員親睦ゴルフ大会が開催され、男女合計154名が参加しました。

同大会は組合員の親睦を図るとともに、健康増進を目的としており、当日は天気にも恵まれ、参加者は全力プレーでゲームを楽しんでおりました。

ホールアウト後に表彰式が行われ、男性の部では木暮保行さん、女性の部では塚本芳子さんが優勝しました。



女性の部 優勝 塚本芳子さん



男性の部 優勝 木暮保行さん



女性の部 準優勝 岡村れい子さん



男性の部 準優勝 久野一喜さん



女性の部 第3位 岩瀬せつ子さん



男性の部 第3位 鈴木理央さん

JAまつり竜ヶ崎開催

10月26日、竜ヶ崎西支店営農経済課にてJAまつり竜ヶ崎を開催しました。コロナ禍により令和2年〜令和4年まで開催を中止していましたが、昨年より復活しました。当日は天気にも恵まれ、1,500名を超える地域住民が来場しました。まつりでは、うしく河童大根やれんこん等の野菜や果物、花き、営農相談コーナー、農機具・軽自動車、龍ヶ崎名産のまいんコロッケ、日用雑貨、キッチンカーブース、更には女性部によるやさそば・豚汁が出店、来場者たちは買い物を楽しみました。



来場者は「JAまつりに来るのを楽しみにしていました。近くのJAでまつりをしてくれてうれしい」と話しました。

また、JA自己改革における「組合員との対話活動」の継続・強化に向けた、組合員ブースも設置しました。組合員区分、性別・年齢、利用状況、JAへの要望、JAの活動の認知度等のアンケートを行い、組合員の利用率・期待度・満足度等の把握、この結果をもとに、3カ年計画兼自己改革工程表へ落とし込みを行っていきます。



◆良食味米の一例

- ◆ **コシヒカリ**：アミロース含量が少ない。
- ◆ **ササニシキ**：アミロース含量、タンパク質含量ともに低い。
- ◆ アミロースやタンパク質含量は、品種だけで決まるのではなく、産地や気候によって異なる。

11月～12月には種・植付けする(できる)野菜など

(葉菜)：タマネギ、ホウレンソウ、リーフレタス



(豆類)：ソラマメ、エンドウ



(トンネル栽培)：コマツナ、ホウレンソウ、ミズナ、チンゲンサイ、シュンギク、レタス、リーフレタス、ダイコン、小カブ



(施設育苗)：ナス、ピーマン、レタス、カリフラワー



冬も野菜をつくろう(2)

～「爽やかな辛味」を楽しむ“カラシナ類”のトンネル栽培～

アブラナ科の野菜で、辛み成分はダイコンやワサビなどと同じものである。β-カロチンやビタミンCをはじめとするビタミン類、ミネラル、食物繊維も豊富である。寒い時期の収穫したての柔らかく辛味もある“カラシナ類”は新鮮で最高です。



【種類：カラシナの仲間】

- ◆ 葉カラシナ、ワサビナ、セリフォン、マスタード、さ

がみグリーン、パーマクリーンレッドリボン、コーラルリーフフェザーなど。

- ◆ このなかから3種類ほど作ってみましょう。

【実際の栽培 100㎡当たり】

- ◆ **は種期**：11月～3月上旬

◆畝づくり

- ◆ は種2週間前：苦土石灰を10kg散布し、よく耕す。
- ◆ は種1週間前：完熟堆肥を200kg、化成肥料(8-8-8)を20kg散布し、よく耕す。
- ◆ 畝幅80cmで、高さ10cm程度の平畝を作る。

◆種まき

- ◆ 平畝に、条間20～25cmのまき溝を3本つくる。
- ◆ 種を深さ1cmのまき溝に、1cm間隔ですじまきする。
- ◆ まいたら覆土し、たっぷりと水やりし、不織布をかける。その後、トンネル支柱を立て、トンネルシートをかける。

◆間引き・追肥・土寄せ

- ◆ 発芽まで10日程度かかるが、**双葉が展開したら3～4cm間隔に間引く**。間引いたカラシナは、サラダなどに使えます。
- ◆ 本葉が2～3枚になったら、**3kg程の化成肥料を追肥し、軽く土寄せする**。

◆トンネル換気：日中は25～28℃を目安に換気する。

◆病害虫：アブラムシやコナガなどの害虫がいますが、寒い時期なので病害虫はあまり出ない。

- ◆ ただし、温暖化の影響で、11月でも発生は予測されるので、よく観察し、防除に努めてください。
- ◆ 無農薬栽培に挑戦してみてください。

◆収穫：草丈が25cmになったら収穫できる。長日条件で抽苔するが、抽苔が始まると辛味が低下するので収穫を終了する。

【爽やかな辛味を楽しむ】

- ◆ サラダや浅漬け、ゆでておひたしに、また炒め物で楽しむ。
- ◆ 天ぷらで楽しんだり、高菜のように大きく育てて漬物でも楽しめるカラシナもあります。

(執筆：茂垣)

農薬使用の際は、ラベルの記載内容を守り、周囲への飛散に注意して散布しましょう。

農業は“いのちを育む” 生命産業である

レンコン（土づくり）

良品・多収のレンコン田をつくるポイントは“土づくり対策”である。土づくりは、土壌の腐植化をすすめ、レンコンの高品質・高収量の必須対策である。



【腐植の効果と資材の施用】

- ①レンコン田の土の団粒化がすすみ、ふかふかする。
- ②肥料成分の吸着保持力を高める（保肥力、緩衝能の向上）。
- ③リン酸の吸収を高める。
- ④微生物の活性化。
- ⑤根張りをよくする植物成長ホルモン（オーキシンやサイトカイニン等）様作用。

◆各種有機物の年間使用量と腐植化（10a当たり参考例）

- 堆きゅう肥：1,500kg施用で腐植化100kg。
- 稲ワラ、モミガラ：500kg（乾物）施用で腐植化25kg。

【土づくりの進め方】

◆植付け60日位前までに、完熟堆肥を10a当たり1t程度施用し、腐熟促進剤を活用し、土に十分なじませる。

◆有機物は一度に多量投入ではなく、継続的に施用する。

- レンコン田における有機物の分解に伴って、土壌の炭素量は10a当たり、年間40kg消耗するといわれている。

• 一般的な堆肥（牛ふん、豚ふん、鶏ふん）を施用する場合の10a当たり施用量の目安（極力、落水状態で施用し、混和後に湛水状態にする）。

①慣行的な施用（補給型）：～200kg

②積極的な施用（改良型）：300～400kg

③新床における土づくり：1t～

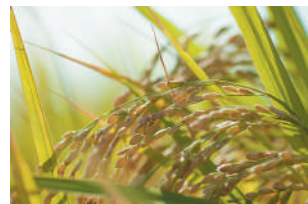
- 10aの土の量は100tといわれており、腐植量を増やすには長いおつきあいが大切。

◆収穫時の土壌流出を防ぐ：粘土など、粒子が細かく保肥力の高い土壌の流出を防ぐ。

◆定期的に土壌診断をしてレンコン田の土の状態を確認する。

水 稲（コメの食味I）

～コメの食味を決めている成分や特性を探る～



【コメの食味の変動要因】

◆最大の要因：品種

◆大きな要因：産地、気象、栽培方法、貯蔵方法など。

◆食味を決める主な成分や物理化学的特性

①アミロース含量②タンパク含量③細胞壁④呈味成分⑤古米臭など。

*コメ（玄米）の一般的成分：水分が15.5%の場合、タンパク質が6.8%、炭水化物が73.8%、脂質が2.7%、その他が1.2%程度。

【おいしさは、硬さや粘りなど口の中で感じる物理的な要因が約7割を占める】

◆一般に日本人は軟らかく、粘りのあるご飯を好み、「低アミロース」「低タンパク」のコメに人気が集まる。

◆コメの炭水化物の99%以上は糖質で、その大部分がデンプンで、アミロースとアミロペクチンで構成される。

◆アミロースが少なく、アミロペクチンが多いと軟らかく、粘りのあるごはんになる。アミロースが多いほど硬くてパサパサしたごはんになる。

*アミロース含量：もち米はゼロに近い。国内で栽培されているうるち米は15～20%程度。インディカ米は30%を超えるものもある。

◆タンパク質含量：精米タンパクが多いほど硬く、粘りの少ないごはんになる。

• タンパク質が多いと、食味の評価は日本では下がる。

*茨城県農業総合センターの「良食味米産地（コシヒカリ）の食味評価と美味しさの要因」研究によれば、“食味が良いと言われるタンパク質含量が6.5%以下のコシヒカリは、炊飯米の外観が良く、粘りがあり軟らかく、味が良い。中でも食味（総合値）には食べた時の味が最も大きく関与している（平成16～18年度試験期間。）”との報告がある。

肥料を上手に使う (II)

▶ 肥料は植物の栄養分、堆肥は土をよくする ◀

(1) 肥料と堆肥

【肥料】

- 植物は光合成により、生育に必要な糖やデンプンをみずから作ることができるが、根から吸収しなければならない養分もある。
- 根から吸収しなければならない養分を土に補給するために施用するのが**肥料**である。
- 原料の違いから、大きく化学肥料と有機質肥料に分けられる。

【堆肥】

- 有機物を積み重ねて発酵させたもので「土の状態を改善」する。
- 根を伸ばす土をよくすることで、間接的に植物の生育を助ける。

◆**効果**：土をふかふかにし、土の通気性と排水性、保水性をよくし、保肥力を高める。

◆**土壌微生物の種類と量が増えて、互いにバランスをとりあうことで、害になる微生物の異常繁殖が抑えられる。**

◆植物性堆肥と動物性堆肥

- **植物性堆肥（腐葉土など）**：土をよくする効果が高い。
- **動物性堆肥（牛ふん堆肥など）**：土をよくする効果と肥料効果を併せ持つ。
- 肥料成分は肥料ほど含まれない。

【主な肥料と堆肥の特徴】

特徴	化成肥料 (化学肥料から作られたもの)	腐葉土	牛ふん堆肥	油粕
土づくり	×	◎	○	△
肥料成分	◎	△	○	○

(2) 元肥（肥料）の施し方：全面施肥と溝施肥

【全面施肥】：作土層の全体に肥料を混ぜる方法

肥料を広い範囲に薄く散布するため、野菜が生育を始めるとすぐに吸収が可能で、肥料焼けの危険性も少ない。

- 野菜全般に使えるが、特に、生育初期から肥料を効かせたい葉菜類や、肥料の塊が根に触れるとまた根になるのを避けたい根菜類に向いている。

◆**施し方**：全面に混ぜる。作業は比較的簡単。

- ① 畑全面に、肥料を均一に散布。
- ② よく耕して土と混ぜる。
- ③ 畝を立てる。

◆**メリット**：すぐに肥料が吸収できる。

- 作土層全体に、肥料が薄くまんべんなく分布されるため、根は肥料を吸収しやすい。
- 肥料焼けも起こりにくい。

◆**デメリット**：肥料が無駄になりやすい。

- 野菜の根が吸収できない場所にも肥料を施用する。
- 雨などによって流亡する肥料成分も多く、肥料の利用効率は低い。

◆**向いている野菜**：野菜全般

- 葉菜類：ハウレンソウ、コマツナなど
- 根菜類：ダイコン、ニンジンなど

【**溝施用**】：畝の下に溝を掘り、その溝に肥料を施す方法。

肥料は土の深い位置にまつまっているため、根が肥料に届くまで、肥料効果はほとんど期待できない。根が肥料に届けば、長期間効果が持続する。

- ナスやトマトなど、栽培期間が長く、比較的まっすぐに、深く根の張る野菜類が向いている。
- 根菜類や栽培期間が短い葉菜類には向かない。

◆**施し方**：溝に埋める。

- ① 畝の中央となる部分に溝を掘る。
- ② 溝に肥料をまいて埋め戻す。
- ④ 堆肥も肥料と一緒に施すことが多い。
- ⑤ 畝を立てる。

◆**メリット**：肥料効果は長期間持続。

- 肥料に根が届けば、肥料効果は長く続く。
- 肥料成分は流亡しにくいので、肥料の利用効率が**高い**。

◆**デメリット**：根が肥料に届くまではあまり肥料が効かない。

◆**向いている野菜**：栽培期間が長いナスやトマト、ピーマンなどの果菜類。

(執筆：茂垣)



肥料



堆肥



実りの秋! 「国産」を食べてみませんか?

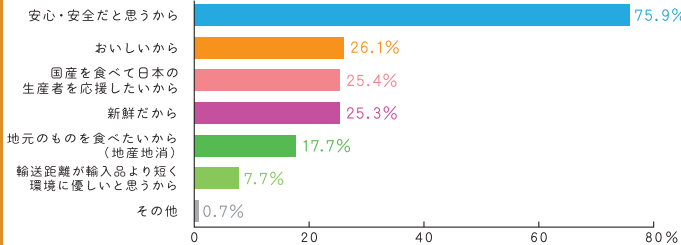


「国産」を食べると、いいこと、いっぱい。 あなたは、いくつ思い浮かびますか?

「国産」の農畜産物は、「おいしい」「安全・安心」「新鮮」はもちろんですが、「国産」を食べることで、「家族に」「日本に」「世界に」「農業に」たくさんいいことがあります。日本の農業を応援し、未来の子どもたちに「食」をつなぐために、「国産」をもっと食べて、もっといいこと、広げていきませんか。

みんなが「国産」を選ぶ理由はこちら。
あなたは、いかがですか?

消費者は、様々な理由で国産品を選んでいきます。



日本政策金融公庫・消費者動向調査(令和5年1月)よりJA全中作成
食料品を購入する時に国産品かどうかを「気にかける」理由(複数回答、2つまで)



家族に、いいこと

- ・おいしくて新鮮で
- ・安全・安心な食事を実現
- ・未来の子どもたちに「食」をつなぐ

食料自給率
約4割

日本に、いいこと

- ・食料自給率アップ
- ・田んぼのダム機能などで防災
- ・和食文化や伝統芸能を継承

「国産」を食べると、いいこと、いっぱい。

世界に、いいこと

- ・輸入によるCO2排出が減る
- ・SDGsに貢献
- ・途上国の食料を奪わない

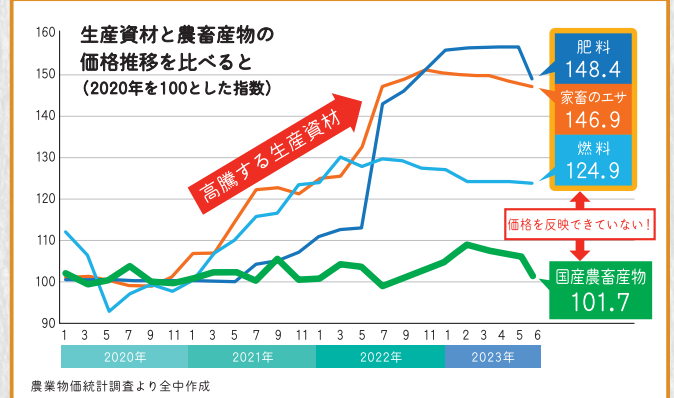
農業に、いいこと

- ・日本の生産者を食べて応援
- ・地域の活性化に貢献
- ・多様な生き物を育む



農業に必要な資材の価格が
上がっているのに「国産」農畜産物の
価格は、あまり変わっていない!

いいことがいっぱいの「国産」ですが、農業の現場では、肥料、家畜のエサ、燃料や流通コストが上り続けています。一方、それらの増えた分が、国産農畜産物の価格に適正に反映できていません。このままだと、日本で農業を続けていくことができなくなってしまうかもしれません。今、私たちにできることは、「国産」を食べて応援することではないでしょうか。



食欲の秋は、「おいしい」がいっぱい!

実りの秋は、食欲の秋。様々な食材が旬を迎える季節です。スーパーや直売所などでお買い求めの際には、品種や産地にも注目して、お気に入りを探してはいかがでしょうか? 「国産」を食べて応援する方法は、裏面をチェックしてみてください。

JAグループサポーター 林修



耕そう、大地と地域の未来。 JAグループ

JA水郷つくば 牛久市にお住まいの方

組合員健康診断について

1. 検査日 令和7年 2月5日(水)・7日(金)
2. 場 所 JAとりで総合医療センター (旧：取手協同病院)
3. 受診料他 基本健診 5,500円
 - ※ 各市町村より配布の特定健診受診券をお持ちの方は無料です。
 - ※ 特定健診受診券をお持ちでない方、または既に特定健診受診券を使用した方は、有料となりますのでご注意ください。
 - ※ 健康診断申込書に必ず保険証の種類をご記入してください。
 - 40～74歳 特定健診受診券 75歳～ 後期高齢者受診券
4. 申込先 牛久支店までお申込みください。
昨年受診された方は、申込書を送付させていただきます。
5. 締切日 令和6年12月20日(金)

<ご案内>

人間ドックを希望される方は、各市町村から補助が受けられます。各市町村窓口にお問い合わせください。また、JAより最大15,000円の助成も合わせて利用できます。牛久支店に申込用紙がありますのでご利用ください。

ご不明な点は、牛久支店までお願いいたします。
☎029-873-6611 担当：國澤



『SNS型投資詐欺』の被害が増えています!

詐欺

『SNS型投資詐欺』

SNSを通じて、暗号資産や株に投資すれば利益がでると誤信させて、金銭をだまし取るもの



SNSで勧誘する「もうけ話」は詐欺!
SNSや電話でしかやり取りしない相手は信用しないで!

※土浦署管内では、令和6年9月末時点で8件の被害がありました。
これは県内で2番目に多い被害件数です!

- ☞ Check
- 投資に関する広告やURLをクリックした
 - SNS上で投資に関するグルーptークに招待された
 - SNSで知り合った相手からSNSに誘導され、もうけ話をされた
 - 著名人や投資専門家から投資方法を説明された
 - 投資用アプリのダウンロードをすすめられた
 - 投資資金を個人名義の口座へ入金するよう要求された



SNSでのお金の話は警察(#9770)へ相談を!

子供を性被害から守るために

子供の性被害とは、**児童買春**、**児童ポルノ**の製造等、児童に性的な被害を与える犯罪行為や児童の性に着目した形態の営業に関連して行われる違反行為で「**児童の性的搾取**」とも呼ばれています。

近年、中学生・高校生だけでなく、**低年齢層の児童**にもインターネットの利用が広まり、**SNSの利用をきっかけとした被害**が増えています。



STOP! 子供の性被害

過去5年間、SNSを通じて被害にあった児童生徒のうち、フィルタリングの有無が判明した児童生徒の**約9割**がフィルタリングを利用していませんでした。

子供が安全にインターネットを利用するためには、

- 💡 家庭内でインターネット使用のルールを決める
- 💡 年齢に応じたフィルタリングの設定
- 💡ペアレンタルコントロール機能の活用

が大切です。ご家庭でインターネットの利用方法についてよく話し合しましょう。



◆ SNS被害から自分を守る3つの約束 ◆

1 SNSで知り合った人と直接「**会わない!**」

ネット上で出会った人と直接会うことで、誘拐やわいせつ被害など、犯罪の被害に巻き込まれるおそれがあります。

2 住所や名前など個人情報を「**載せない!**」

個人情報から身元が特定され、誘拐などの犯罪被害に巻き込まれたり、様々な情報が拡散されたりするおそれがあります。

3 自分や友達の写真を「**送らない!**」

裸や下着姿など、他人に見られて恥ずかしい写真は撮らない、送らない、要求しない!





作り方

- ①生サケは皮と小骨を取り、塩・こしょうを振って15分ほど置く。
- ②①を皿に並べ、ニンジン・タマネギの薄切りをのせ、白ワイン・スープをかけてラップをし、電子レンジ(600W)で2分ほど加熱して冷ます。
- ③ポテトサラダを作る。ジャガイモは皮をむき四つ割りにし、5mm厚さに切って塩ゆでし、キャベツは熱湯に通して千切りにする。タマネギのみじん切りは水にさらす。
- ④サラダ油・酢・塩・こしょうを混ぜてフレンチドレッシングを作り、③をあえる。
- ⑤アイリッシュソースを作る。ピーマン・タマネギはみじん切りにしてマヨネーズ・ケチャップを加える。
- ⑥皿に②のサケを盛り、⑤のソースをかけて④のポテトサラダを添える。

ポイント

赤いサケと緑のキャベツ、2色のクリスマスカラーでお祝いしましょう。アイリッシュソースは水気が出てくるので食べる直前にあえるのがお勧めです。

材料 6人分

生サケ(1切れ80g)	6切れ
塩・こしょう	各少々
ニンジン・タマネギ	各20g
白ワイン	大さじ2
スープ	大さじ2
ポテトサラダ	
ジャガイモ	200g
キャベツ	100g
タマネギ(みじん切り)	大さじ1
サラダ油	大さじ2
酢	大さじ1
塩	小さじ1/4
こしょう	少々

アイリッシュソース

ピーマン	小1個
タマネギ(みじん切り)	大さじ3
マヨネーズ	大さじ4
ケチャップ	大さじ1

Cold Fish Sauce Lish (魚の冷製)

とっておきの旬のレシピ



作り方

- ①豚ロース肉は塩・こしょう・刻んだニンニクをよくすり込み、たこ糸で縛る。
- ②ひたひたの水に①とセロリ・パセリを入れ、あくをすくいながら1時間ゆで、そのまま冷まして薄く切る。
- ③花卵を作る。ゆで卵は殻をむき、上下を切り、花形の飾り切りにし、黄身を取り出す。黄身に塩・こしょう・マヨネーズを混ぜる。
- ④卵の白身にピクルスのみじん切りを入れ、上に黄身を絞り、イクラを飾る。
- ⑤皿にサニーレタス・キャベツの千切りを敷いて、①、②を盛り、からしを添える。

ポイント

豚の塊肉を丸ごと豪快に使用して、しっとりジューシーなごちそうに。いつものゆで卵にひと手間加えて添えることで、食卓がぐっと華やかになります。

材料 4人分

豚ロース肉(塊)	600g
塩・こしょう・ニンニク	各適宜
セロリ	適宜
パセリ	適宜

花卵

ゆで卵	6個
塩・こしょう	各少々
マヨネーズ	大さじ6
ピクルス	適宜
イクラ	適宜
サニーレタス	1/2株
キャベツ	4枚
からし	適宜

ゆで豚と花卵の盛り合わせ

とっておきのパーティーレシピ



シェフ永井のおすすめ

永井智一（ながい・ともかず）
茨城県笠間市にある
「キッチン晴人（ハレジン）」
オーナーシェフ



栗の黒酢酢豚



材料（4人分）

- 豚バラ肉ブロック …… 200g
- むき栗 …… 8個
- 柿 …… 1個
- レンコン …… 100g
- ブロッコリー …… 適宜
- 油 …… 適宜
- ごま油 …… 小さじ1
- たれ
- 砂糖 …… 大さじ4
- 黒酢 …… 大さじ3
- しょうゆ …… 小さじ2
- 酒 …… 小さじ2
- レモン汁 …… 大さじ1/2
- ニンニクみじん切り …… 小さじ1/2
- 水 …… 大さじ4
- 鶏がらスープのもと …… 小さじ1/2
- 水溶性片栗粉 …… 大さじ1

作り方

- (1) 豚バラ肉は4等分にしてたっぷりのお湯で軟らかくなるまで下ゆです。むき栗は、塩を入れて水から下ゆです。ブロッコリーも下ゆです。レンコンは厚さ1cmのいちょう切りにする。柿は皮をむいて4等分にする。
- (2) 180度の油で(1)の豚バラ肉、むき栗、レンコンを素揚げする。
- (3) フライパンに混ぜ合わせたたれの材料を火にかけ、とろみが付いたら(2)と柿を入れて絡め、ごま油を回し掛け、器に盛り付け、(1)のブロッコリーを飾って出来上がり。

栗のクリームリゾット風

材料（2人分）

- 冷や飯 …… 150g
- ベーコンスライス …… 2枚
- むきアサリ …… 30g
- ゴボウ（ささがき） …… 1本
- むき栗 …… 6個
- パルメザンチーズ …… 大さじ1
- 塩・こしょう …… 適宜
- オリーブ油 …… 大さじ1
- ニンニクみじん切り …… 小さじ1/2
- 白ワイン …… 大さじ1
- 水 …… 100ml
- 生クリーム …… 100ml
- パセリ …… 適宜
- 油 …… 適宜

作り方

- (1) ゴボウは水気を切り、180度の油で素揚げにし、軽く塩を振っておく。むき栗は塩を入れて水から下ゆです。
- (2) フライパンにオリーブ油とニンニクみじん切り、細切りにしたベーコン、むきアサリを入れて弱火にかけ、3、4分炒め香りを出す。
- (3) (2)のフライパンを強火にし、白ワイン、水の順に入れ、冷や飯、(1)のむき栗を入れ、木べらで混ぜ合わせ生クリームを入れる。塩・こしょうで味を調べ、パルメザンチーズを入れ混ぜ合わせる。
- (4) (3)を器に盛り付けて刻んだパセリをかけ、(1)の揚げたゴボウを天に盛って出来上がり。

理事会報告

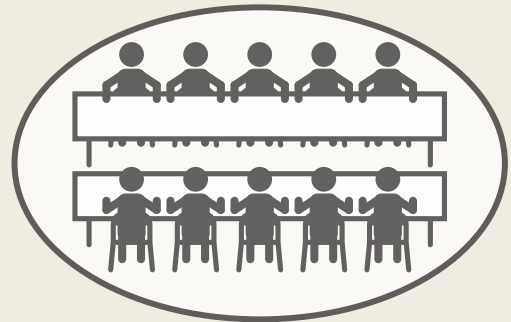
第9回 令和6年10月21日(月) 開催

協議事項

- (1) 令和6年度上期監事監査指摘事項に対する改善顛末について(案)
- (2) ⑥出資金の口数変更について(案)
- (3) 個人情報保護法関連規程の改正について(案)
- (4) 「カスタマーハラスメントに対する方針」の策定について(案)
- (5) その他

報告事項

- (1) 「常勤監事ヒアリング」結果について
- (2) 令和6年度上期子会社監査結果について
- (3) 監事監査規程の一部改正について
- (4) 令和6年産米集荷実績について
- (5) その他



🌸 ご案内 無料相談会 (誰でも申し込みいただけます) 🌸

無料 不動産売却・
利活用方法等

不動産相談会

日時 : 11月26日(火) 15:00~16:30

場所 : 竜ヶ崎中央支店
(龍ヶ崎市藤ヶ丘6-1-1)

担当 : 不動産管理センター 殿岡龍也

予約不要 お気軽にご相談ください。

無料 相続・近隣との
トラブル解消等

法律相談会

日時 : 11月25日(月) 13:30~

場所 : 礎法律事務所
(土浦市大手町4-17)

担当 : 鈴木 實 弁護士

申込締切日 : 11月21日(木)

🏠 事前予約・不動産に関すること・リフォーム 🏠

水郷つくば農業協同組合 経済部 資産管理課 不動産管理センター

(TEL) 029-824-8133 (FAX) 029-823-2119

E-mail ja-sgt.fudosankc@ja-ibaraki.jp



お花で送る

オーダーメイド家族葬



一人ひとりの個性や人生を大切にしたいオーダーメイドの家族葬。
JA水郷つくばでは心温まる家族葬をお手伝い。
事前相談で悔いのないお葬式を。

JA 水郷つくば
ホームページはこちらから



《竜ヶ崎・利根・牛久地区》

《阿見・美浦地区》

《土浦・かすみがうら地区》

JAホール竜ヶ崎

住所：龍ヶ崎市6007-2
TEL:0297-62-0052
FAX:0297-62-0288

総合葬祭 こすもす阿見

住所：稲敷郡阿見中央1-3-1
TEL:029-888-4414
FAX:029-887-8553

セレモニーセンター

住所：土浦市並木2-10-32
TEL:029-821-0121
FAX:029-823-5130

* 各会場において新型コロナウイルス感染対策を実施しておりますが、ご来場の際はマスクの着用などご自身での感染症予防をお願い致します。

JA水郷つくば「住宅ローンプライムレート」 および「短期プライムレート」の利率改定について

当JAでは、日本銀行の金融政策の見直しに伴う市場金利の動向を踏まえ、変動金利型融資商品の基準金利として定めている「住宅ローンプライムレート」および「短期プライムレート」について、下記の通り改定しますのでお知らせいたします。

1. 改定内容

	改定後	改定前
住宅ローン プライムレート	年 2.625 % (+年 0.15 0%)	年 2.475 %
短期プライムレート	年 3.150 % (+年 0.15 0%)	年 3.000 %

2. 改定日 2024年10月1日(火)

3. 現在お借入れの皆さまへのご連絡について

今回の「住宅ローンプライムレート」および「短期プライムレート」の利率改定に伴い、今後の返済額については、10月下旬に『返済計画表』を郵送させていただきますので、そちらでご確認をお願いいたします。今後、利率改定された場合につきましても、『返済計画表』で返済額をご確認いただくことになりますので、あらかじめご了承ください。

JA水郷つくばパソコン研究会

皆さん、こんにちは。もう年末と新年の予定も書かなくてはならない時期になってしまいました。10月8日には撮影会を開催しました。定例会は隔週での開催となっているのでいろいろな質問のやり取りはSNSを活用して行っております。問い合わせ下記メール等にてお願いします。

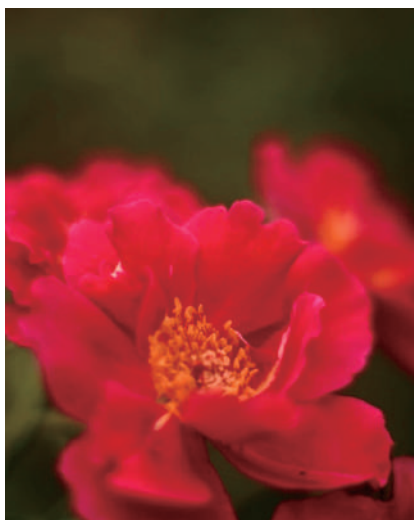
定例会予定

11月 5日、19日 WEB 12日 Excel講座
26日 定例会、PCフォーラム発行など

12月 3日 定例会、PCフォーラム発行など
10日、17日 WEB

2025年 1月 定例会

事務局：営農企画課 担当：折本 ☎029-823-7001
メール：dappec@gmail.com 小林



(写真：宮崎)

今の特集

撮影会

撮影会では、航空博物館、成田空港発着機の撮影、佐倉市のコスモス広場を目的に出かけましたがあいにくの雨模様で発着便の撮影は期待通りにはいきませんでした。

航空博物館撮影会！思い出に残る一日

恒例の撮影会で千葉県航空博物館に一眼レフカメラを持って撮影会に行ってきました。広大な館内には、歴史ある飛行機の数々が展示されており、まるでタイムスリップしたような感覚になりました。

迫力満点！実物大の飛行機

まず最初に目を引いたのは、実物大の旅客機。その大きさに圧倒されながらも、機体の細部までじっくりと観察することができました。機体の曲線美や、エンジンの迫力ある造形美に、シャッターを切る手が止まりません。友人たちと協力して、様々なアングルから撮影し、それぞれが個性的な作品を作り上げました。



歴史を感じる展示物

展示室には、日本の航空史を彩ってきた貴重な資料や模型が数多く展示されていました。零戦やプロペラ機など、教科書でしか見たことのない機体を間近で見ることができ、歴史の重みを感じました。特に、実際に操縦席に座って記念撮影ができるコーナーは、大人気でした。



一眼レフならではの楽しみ

今回の撮影会では、一眼レフカメラ、フルサイズミラーレスならではの表現に挑戦してみました。絞りやシャッタースピードを調整することで、光の量や動きの表現を自在にコントロール。博物館の照明を活かした幻想的な写真や、飛行機のスピード感を表現

した写真など、普段とは違った写真が撮れました。

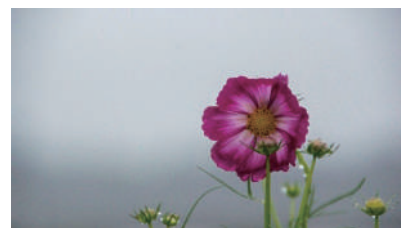
事前に写真講座の実施

より良い写真を撮るために定例会で写真講座を開催しました。成田空港発着の飛行機をとるためにはシャッター優先で撮ることも学びました。また、会員それぞれの得意分野を活かし、互いを高め合うことができませんでした。また、事後にはそれらの写真を使ってホームページにまとめる講座も行います。



まとめ

今回の航空博物館等での撮影会は、私にとって忘れられない思い出となりました。歴史に触れ、写真技術を向上させ、友人との絆を深めることができ、充実した一日を過ごすことができました。また、機会があれば、他の博物館にも行ってみたいと思います。(小林)



★定例会においては、さまざまな質問、話題に対応して行っています。

※その他活動等につきましては以下のホームページ等をご覧ください。JA広報誌WEB版もご覧ください。



研究会HP



JA広報誌WEB版



ホームページ作成例



12月のあなたの運勢

モナ・カサンドラ

プロフィール
占いを学術的に解析する「ルネ・ヴァン・ダール研究所」の研究生となり、占星学のロジックを徹底的に解説・探求。コンピュータによるホロスコープ作成の道を拓いた。現在は執筆活動を始め、さらなる占星の研究を重ねている。

牡羊座 3/21～4/19



全体運 これまでの努力が実りとなって表れます。最後の仕上げを完璧にやり遂げましょう。宴会、催し物にツキあり
健康運 好調ですが、油断は禁物。動く前にストレッチを
幸運の食べ物 カブ

牡牛座 4/20～5/20



全体運 タイミングが狂いがちです。周囲の状況をよく見ましょう。思い違いに気付けます。丁寧な作業で名誉挽回を
健康運 苦手な運動も諦めず続けて。焦らずゆっくり
幸運の食べ物 イチゴ

双子座 5/21～6/21



全体運 対人運が活発化。あまり話したことのない人とも仲良くなれます。忘年会などには積極的に参加を。外出にツキ
健康運 新しい健康法より長く続けてきたものが良さそう
幸運の食べ物 カリフラワー

蟹座 6/22～7/22



全体運 迷ったときにはいつも通りを選択。ルーティンワークを丁寧に続ければ好結果が得られます。大掃除は早めに始めて
健康運 腹も身の内。食べ過ぎに気を付け、野菜多めで
幸運の食べ物 グリーンピース

獅子座 7/23～8/22



全体運 ハイパワーに恵まれます。難しいと思っていたこともやり遂げることができる運気です。目的を再確認してGO!
健康運 途中でバテてしまわないようペース配分を
幸運の食べ物 ゴボウ

乙女座 8/23～9/22



全体運 状況があまり良くなく思い通りに進みにくいとき、焦らず時を待つことも大切。運勢は下旬に回復、仕切り直しが吉
健康運 心模様が体調に影響。リラックスを心がけて
幸運の食べ物 タアサイ

天秤座 9/23～10/23



全体運 協力者に恵まれ順調に進みます。いろいろ話してみましょう。あなたと同じ考えを持った人との出会いもありそう
健康運 友人たちとスポーツを楽しんで。心も晴れやかに
幸運の食べ物 ニンジン

蠍座 10/24～11/22



全体運 表面的には順調ですが、気にかかることも多そう。ストレスをためないよう気分転換を心がけて。考え過ぎは禁物
健康運 関節痛のケアに力を入れて。ストレッチが
幸運の食べ物 ユズ

射手座 11/23～12/21



全体運 運勢は好調。自力だけでなく他力も活用。皆で一緒にやり遂げることで大団円が待っています。旅行にツキ
健康運 運動の後は水分補給をしっかりとしましょう
幸運の食べ物 ミツバ

山羊座 12/22～1/19



全体運 上昇運です。面倒事がありますが、1つずつ解決していきます。「急がば回れ」を心がけて。お茶の時間にツキ
健康運 体力を温存。現状維持で無理なく過ごして
幸運の食べ物 パセリ

水瓶座 1/20～2/18



全体運 隠れていたことが表面化。ショックなこともありそうですが、状況逆転のチャンスでもあります。発想力を鍛えて
健康運 体質に合わないと感じたものはすぐにやめて
幸運の食べ物 マッシュルーム

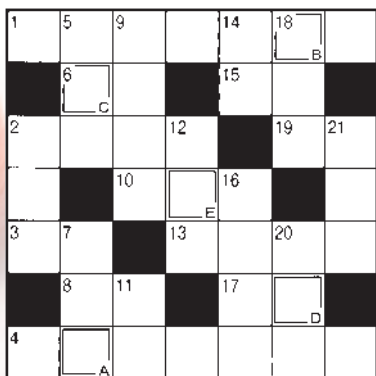
魚座 2/19～3/20



全体運 諦めの早い傾向が。少し粘ってみると良い方向へ。押ししても駄目なら引いてみましょう。新しいやり方の研究が吉
健康運 気にし過ぎは体調不良のもと。リラックスを
幸運の食べ物 ハクサイ

クロスワードパズル

Q 二重マスの文字をアルファベット順に並べてできる言葉は何でしょうか?



ヨコのカギ

- 12月24日の夜のこと。聖夜ともいいます
- 甘いお菓子のことで
- の授業で、冬の星座について学んだ
- 昭和の頃の録音媒体。たるむと鉛筆で巻きました
- ギャンブルです
- どてらに詰められているもの
- 安心したときにホッともらします
- 忘年会で部長が——の音頭を取った
- サンタクロースの乗り物
- 彼は——とともに認める本の虫だ
- 、乙、丙、丁

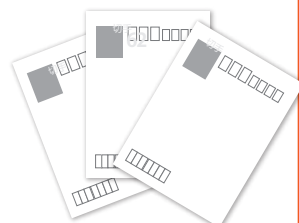
タテのカギ

- 墨をするときに使います
- 英国の文化について学び、——を深めた
- 外為の「為」を略さずにいうと
- 氷の張った湖で楽しむ人もいるスポーツ
- 令和6年の干支(えと)は——、令和7年は巳(み)です
- 残ったおでんに具を——して煮直した
- ズボンを買ったあとで上げることも
- 使ってはいけない技のこと
- だしを取るのに使う小魚の干物
- ゴルフクラブの一種です
- 風邪の予防に、ガラガラガラ

住所・氏名・年齢・感想をそえて下記の宛先までお送りください。
抽選で5名様にクオカード500円分が当たります!
※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

11/30(土)メ切

〒300-0833 土浦市小岩田西1丁目1-11
JA通信水郷つくば編集係 FAX 029-824-4086
E-mail:jatuti.somu11@ja-ibaraki.jp



前号の答え「ホシガキ」でした

第3弾

JA&ヤンマー 関東6県 JAグループ スペシャルトラクター



担い手農家の皆さんへ
応援キャンペーン実施中!!

令和6年3月～令和8年3月末まで!

ヤンマートラクター YT357RJ

(特殊仕様型は除く)

6,740,000～

メーカー希望小売価格(税別)



大特価

価格はJA農機センターまで

スマート農機の導入を 支援します!



◀詳しくはコチラから

※道路を走行される場合、取得されている免許証をご確認ください。

推奨作業機のご提案

スタブルカルチなどの推奨作業機を使用することで深耕作業ができ、水稻高温対策にも繋がります。

ベストマッチ作業機導入支援

期間中の本機と対象作業機セット購入の場合は更にお求めやすくなっております。