



# 平成24年産コシヒカリの検査状況について

昨年を上回る上位等級比率

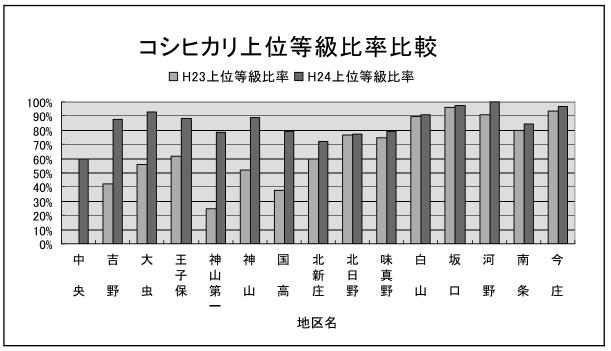
本年産米の検査は8月24日から各倉庫で実施され、その検査も終盤を迎えております。

本年、当JA管内の倉前検査(10月5日現在)におけるコシヒカリの上位等級(1等米)比率は84.3%となり、前年同期の67.6%から改善しました。

地区別にみると、特に昨年度上位等級比率の低かった中央、吉野、大虫、神山第一、神山、 王子保、国高地区で品位の改善が見られ、上位等級比率が上がりました。

中山間地は90%越えの上位等級比率で、平坦地と比較して高い傾向は、昨年同様となりました。

今年度産コシヒカリの格落ち理由は、白未熟粒、斑点粒、胴割粒、その他の順でした。 (平成24年10月5日現在)



地区名	平成23年度 上位等級比率	平成24年度 上位等級比率
中央	0.0%	59. 8%
吉野	42. 5%	87. 8%
大 虫	55. 8%	93. 1%
王子保	61. 6%	88. 1%
神山第一	24. 4%	78. 6%
神 山	51. 9%	89. 0%
国高	37. 5%	79. 3%
北新庄	59. 7%	71. 9%
北日野	76. 5%	77. 3%
味真野	74. 6%	79. 5%
ή Ш	89. 8%	90. 6%
坂 口	96. 1%	97. 7%
河 野	90. 9%	100.0%
南条	80. 1%	84. 6%
今 庄	93. 3%	96. 6%
平 均	67. 6%	84. 3%



# 白未熟粒対策による品質の向上を

■コシヒカリの品質低下の主因■

JA越前たけふは、選ばれる「越前たけふ米」を目指し、コシヒカリの食味値、整粒値の 計測を行い、品質を数値で表示する形でその販売を行っています。

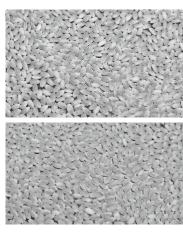
そのような中、穀粒判別器で計測する整粒値については目標とする 7 0 % がなかなか越えられない現状があります。そこで格下げの主因である白未熟粒について確認し、対策を考えます。

玄米の外観品質は透明で粒張りのよい整粒と、それ以外の未熟粒、被害粒、着色粒、死米などに分類されます。

分類	対象となる米粒						
未熟粒	乳白粒、心白粒、基部未熟粒、腹白粒、背白粒、青未熟粒、粉状質粒						
被害粒	発芽粒、病害粒、芽くされ粒、虫害粒、胴割粒、奇形粒、茶米						
	砕粒、斑点粒、発芽欠損粒、はく皮粒						
着色粒	全面着色粒、部分着色粒、赤米						
死 米	青死米、白死米						

未熟米に分類される乳白粒、心白粒、基部未熟粒、腹白粒、背白粒など、白濁した玄米をまとめて白未熟粒と呼びます。





デンプンの詰まりが 悪い粒(白く見える)

白未熟粒が多

デンプンの詰まり が良い粒(透明)

白未熟粒が少

玄米におけるデンプンの蓄積の順序とその影響を受ける部位は

- 1、登熟初期は、胚乳周辺から中心部に向かい糖が入り、中心部から外側に向かってデンプン蓄積が進行します。
- 2、米粒の短辺方向では、腹側が背側より早くデンプン蓄積が始まります。
- 3、乳熟期からは、背側から糖の流入が多くなり、糊熟期からは背側だけからの流入になり、粉終的には基部にデンプンが蓄積して玄米が完成します。
- 4、白未熟粒で濁りが生じた部位はこの玄米の成長過程と関係するため、乳白粒・心白粒は登熟初めから中期の段階で、その次に腹白粒、背白粒の順となり、基部未熟は登熟後期の段階でデンプンの蓄積が十分に行われなかった結果とみられます。

### 対策として

- 1、土壌改良資材**ケイカル500kg/10a**の散布による土づくりを行う。
- 2、作土深が深いほど高温障害を受けにくいので、深耕を行う。
- 3、白未熟粒発生の直接原因は登熟期の高温なので、**田植の開始時期の繰り下げ**により出穂期を遅らせ登熟初期~盛期の高温を避ける。

# 理事会 報告

開会…13時30分 閉会…16時00分 出席理事…21名 出席監事…4名

# 平成24年9月20日

期

を上

一回る実績となった旨報告が

ありました。

等級比率も八十七

九%と昨

年

同

俵

五十三㎏と順調に推移し、

上

位

て

附議事項

# ①平成二十四年六月末仮決算定期監 事監査報告に対する回答書(案)につ

いて

②財務局(金融庁)・

北陸農政局(農水

福井県の三者要請検査の実施

について

十一月五日

から十一月二十日まで

①八月・

九月主要業務報告について

報告事項

二十六日に本店、 査報告に対する回答書(案)について  $\exists$ 平 に支店で実施された定期監事監 ·成二十四年六月末基準日で七月 八月二日から三

報告について

③十月行事予定について

告に対する回答書(案)について承認 査 施 報 3 平成二十四年十一

⑤平成二十四年産米集荷状況(倉庫及

れ

たJA全国監査

一機構期中監

十二日から十九日の六日間実

平成二十四年五月末基準日で六月

び施設)について

九月十七日現在の平成一

二十四

年産

されました。

④貸出金金利の一部変更について

の運用状況について

③自由金利型貯金の金利及び余裕金

れる旨報告がありました。

②JA全国監査機構期中監査報告に

対する回答書(案)について

0

 $\exists$ 

程

で、

三者要請検査が

実施

z

承認されました。

④長期ビジョンの見直し(案)につい ③八月末残高試算表の承認について

契

約

米

及 び

加 工 用

米

0

荷受

状

況

は

荷受重量四万三千六百八十八

協 に 中 つ 議した長期ビジョンの見直 央 () て説明 南 部 が 東 あ 部 ŋ 0) ブロ 承認され ック 宣し(案) 毎に

# ⑤固定資産の取得について

した。

事につい 今庄 業で行います。 当工事につい 給油 て承認 所の地下タンク等改修工 7 は されました。 部 玉 庫 補 尚 助 事

# その他

①㈱コープ武生主要業務報告について ②福井県ジェイエイ酒販㈱主要業務

④第二十三回JA福井県大会につい て

福井 二十三回 て説明がありました 市大 ホ J Α ] 福 ル で開 井県大会」 月七日(水)に 催 され につ る J A

# 休日当番医11月

※都合により変更が生じる場合があります。

3日 相 木 病 院 藤 井 医 院 中 つきおかクリニック 4日 村 病 池 マルカ整形外科内科 11日 媏 病 18日 東部内科外科クリニック 林 病 23日 笠 院 平井眼科内科クリニック 原 病 中 25日 村 病 院 ・月 畄 医 院

# JA越前たけふのうごき

組合員 10,599人(正5,409人·准5,190人) 組合員戸数 9.992戸

事業実績(9月末現在) 単位:百万円 金 101,051 貸 出 金 36,589 共済保有高 556,067 金 2,843 資 購買品供給高 4,082 販売品販売高 1,657

# 長期ビジョンの見直しについて

### 【中央ブロック】

### ①基幹中央支店の事務所建物

営農センター内の営農販売課を本店に移転し、その跡に中央ブロックの営農指導事務所および 農業公社事務所を設置いたします。

### ②支所廃止に伴うATM撤廃

坂口支所のATMを、地区公民館に移転いたします。

コープたけふ平出店に設置予定のATMは、コープたけふみどり館へ設置先を変更いたします。

### ③西部支店の名称

西部支店の名称を継続いたします。

### ④帳票類保管施設の整備

帳票類保管施設を味真野支店倉庫から、神山第一支所建物に変更いたします。

### 【南部ブロック】

①今庄給油所の存続の有無

国の補助事業を活用しタンクの改修を進め、当分の間JAで営業を継続いたします。

### ②河野支所の移転

業務受付機能のみを、旧役場内事務所に移転いたします。

### 【東部ブロック】

①購買配送基地の整備

旧みどり館の改修を行い、東部配送基地として利活用いたします。

②北日野トマト・キュウリ選果場

県・市の補助事業を活用して高性能選別機械を導入し、事業に取り組みます。

③北新庄支所事務所・農業倉庫・育苗センター等核施設の管理・処分計画 北陸新幹線建設ルートが確定するまで、同施設の管理・処分を保留いたします。

9月20日開催の第33回理事会において、以上のように承認されました。

# 店名変更・お取扱店舗変更のお知らせ

平成23年臨時総代会にて決議されました、長期ビジョンに基づく本・支店機構改革に伴い、平成25年1月 15日(火曜日)より南部支店から王子保支店に店名変更させていただきます。

なお、西部支店については、白山支店に名称変更せず現行の名称を継続いたします。

また、平成25年1月7日(月曜日)より神山第一地区・神山地区の組合員・利用者の皆様については、お取扱店舗を中央支店に変更させていただきます。河野地区の組合員・利用者の皆様については、お取扱店舗を南条支店に変更させていただきます。

なお、お取扱店舗変更を希望されない組合員・利用者の皆様については、継続して南部支店・西部支店をご利用できますので、その際は大変お手数ですが、各支店までお申し出くださいますようお願い申し上げます。

今後ともご不便をおかけしないよう、組合員・利用者さまへのサービスに努めてまいります。

これからもご愛顧のほど、よろしくお願いいたします。



# あなたの愛車の保障内容を点検してみませんか?

十分…◎ 不十分…△ 保障無…×

		1.0		i・i /J 在のご契約		JA の自動車共済
保障内容(概要)				2台目	3台目	(クルマスター)
5	対人賠償	他人にケガをさせた場合等の保障	1台目			©
相手方への保	対物賠償	他人の車やモノをこわした場合等の保障				©
障	対物超過修理 費用保障	相手自動車の修理費が、時価額より高くなった場合の超過分を過失割合に応じた額で保障(相手自動車1台につき50万円を限度とする)※6ヶ月以内に相手自動車を修理する場合に限る				©
ご自身・ご家族への保障	傷害保障 人身傷害・ 搭乗者傷害 など	相手のある自動車に搭乗中の方への保障 に接乗中の方への保障 自己過失分の保障 あなたやご家族の歩行中の自動車事故の保障 損害額のお支払と、部位・症状別の定額のお支払				©
お恵	車両保障	他の自動車との 台風・洪水・高潮・火災・盗難等 自損事故 衝突・接触 (地震、噴火、これら による津波を除く ) (相手等不明)				©
単への保障	車両諸費用 保障特約	・レンタカー費用 ・修理後の車両運搬費用 ・遠隔地事故による臨時宿泊費用 ・代替交通機関による帰宅交通費 ・車両に積載していた身の回り品の損害 車両保障をお支払する場合や 故障により走行不能となった場合に限ります。				©

### 家庭用自動車共済

# JAの自動車共済 **クルマスター** なら、安心がムダなくそろっています。

### 相手方への保障 ご自身・ご家族の保障 お車の保障 自動車事故により、相手にケガをさせたり、 他人の車や物を破損してしまったときに保障 お車が自動車事故で破損したり、盗難や災 自動車事故による、ご自身やご家族のケガ を保障します! 害に遭ったときに保障します! します! 搭乗者傷害保障 人身傷害保障 対物賠償 対人賠償 (無制限) 重両保障 車両諸費用 (無制限) 歩行中等自動車 (全損害担保) 保障特約 対物超過修理費用保障 事故傷害保障 支援費用保障 他人を死傷させたり、他人の財物を壊した場合も 無制限保障で安心です。 さらに対物超過修理費用保障で相手方と のトラブル防止でさらに安心です! ご自身やご家族の事故も幅広くカバー。 過失割合にかかわらすご契約金額の範囲内 で共済金をまとめてお支払します! 全損害担保で愛車の修理費用を幅広くカバー。 このに、付随的に発生する諸費用もあわせて 保障します!

- ※「クルマスター」に加入できるのは個人使用の自家用8車種に限ります。
- ※ 家庭用自動車共済では「車両諸費用保障特約」を付加しないプランや車両保障を「損害限定担保(車両損害限定特約)」とするプランなど の「クルマスターエコノミー」もご用意しております。

この資料は概要を説明したものです。詳細は「重要事 項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約 のしおり・約款」により必ずご確認ください。

お問い合わせは

JA 越前たけふ 各支店・支所まで

[12209990081]



平清盛ゆかりの地めぐりと芦原温泉の旅 日野川と九頭竜川の流れに沿って~

河川の堤防図解や過去の災害の写真等を見聞し、学習しまし た。その後、平成十六年の福井豪雨で決壊した福井市春日の 足羽川堤防を訪れ、当時の被害の大きさを実感しました。

せました。 氏の功績について学びました。また、現在放送され 九頭竜・日野・足羽の治水事業に尽力した杉田定 者百十八名が三班に分かれて、日帰り旅行を行いま 王・祇女の屋敷跡や城福寺を訪れ、 がら、平成十六年の福井豪雨をはじめとする水害や 頭竜川を辿り、やがて日本海へ注がれる姿を追いな ている大河ドラマの「平清盛」ゆかりの地である祇 した。参加者は、各地域に流れる川が、日野川・ 十月十二日・十六日・十七日に当JAの年金受給 歴史に思いを馳

ふるさとの川 目野川の終焉地

↑九頭竜川

三国港突堤は、土砂の堆積に よって水深が浅くなり、船の運 航に支障をきたすようになった三国港の防波・ 防風と航路への土砂堆積防止を目的として整備 された日本初の西洋式捨石防波堤です。築後 100 年以上経った現在でも導流堤兼防波堤と しての機能を果たしています。



芦原温泉の歴史 を学んだ後、源 泉かけ流しの温 泉やお食事を楽 しみました。



第1班の参加者の皆様

日野川・九頭竜川・足羽川に囲まれて いるため、幾度も水害に襲われたこの 地には、三大河川改修に尽力した杉田 定一氏を称える碑が建っています。また 一説としてこの地には、平清盛の寵愛 をうけた白拍子・祇王とその妹の祇女が 移り住んだといわれており、石の祠と 祇王の詠んだ歌の碑も建っています。





杉田定一治水感謝之碑





祇王·祇女屋敷跡



九頭竜水系治水百周年記念碑





城福寺

城福寺は、平清盛の継母である池禅尼の子・頼盛の長男・保盛が鎌倉時代に開いた寺院です。 平治の乱の後、源頼朝が平家に捕えられた際、池禅尼は清盛に懇願し、頼朝の命を救いました。 頼朝はこの恩を忘れず、頼盛一族を平家追討の対象外にしたといわれています。

### 食の寺子屋の料理をご紹介

# 冬瓜と鶏肉の煮物



### ■材料(4人分)

冬瓜…600g 鶏もも肉…200g 片栗粉…大1 インゲン…12本

酒…1カップ 砂糖…大3 塩…小1 └ 薄口しょうゆ…大1

- 1. 冬瓜は5センチ角に切って皮をむき、斜め格 子の包丁目を入れてゆでる。
- 2. 鍋に調味料と1. の冬瓜を入れて火にかけ、 煮立ってきたら一口大に切った鶏肉を加えて 弱火で煮含める。
- 3. 器に盛り、鍋に残った煮汁でゆでたインゲン をさっと煮て冬瓜に添え、片栗粉でとろみを つけたあんをかける。





ながら楽しく調理していました。 切りにするなどポイントを聞き ないように、 かけ」「そば粉ロールケーキ」 肉の煮物」「サンマの酢じょうゆ ジ風味のサンマご飯」「冬瓜と鶏 弘子さんを講師に招き、 ど六品を作りました。 寺子屋が開催されました。 十月三日、営農センターで食の サンマは真つ直ぐ輪 煮崩れ 「オレン 出倉

# いきがい教室開催

通信

実りの秋をヘルシ



加され、 ターでJAいきがい教室を開 が五分市町コミュニティセン ました。 ドベルを演奏したり、 催しました。十三名の方が参 楽しそうに活動していました ていた参加者も次第に慣れ わせて簡単な体操をしたりし 九月十二日、 最初は難しいと話 歌を歌いながらハン 味真野女性部 音楽に合

# JA越前たけふ トピックス

# **宮前検査を体験**

した後、 熱心に取り組んでいました。 粒値・ ました。 当JAにインターンシップで来 験する作業に戸惑いながらも 使って米袋からサンプルを採 検査員に教わりながら、 名が倉前検査を体験しました。 ていた武生商業高校の一 十月四日、 食味値の計測の補助をし 高校生たちは初めて体 銘柄・ 西部 品位の検査や整 低温 一年生六 穀刺を 倉 庫 取

Communication 10 KAGAYAKI

# JA越前たけふ トピックス



十月十一日、丸岡スポーツランドで第三十回福井県JAバンク年金友の会ゲートボール大会が開催されました。今回が最後となるこの大会には、県局がら三十二チームが出場。当JA管内からは吉野・南条・今庄チームが出場し、吉野チームが決勝トーナメントに進出。ベスト16と善戦しました。

# JA年金学校開催

九月二十八日・二十九 田の二日間、福井県農業 田の二日間、福井県農業 化予防のための生活習慣 化予防のための生活習慣 や救急救命の手順など暮 らしの役に立つ講座が開 かれ、参加者は学生時代 のような楽しい雰囲気の 中で学習していました。

特選しきぶ米で乾杯!平成二十四年産

# 品質・食味向上に向けて

ゲートボール大会

察しながら、担当者に質問していました。参加者は、実演の様子を真剣に観生産者・メーカー等の協力により、粒・砂状ケイカルの散布に加えて、稲況を受け、土壌改良資材のケイカルの散布を推し進めております。今回は況を受け、土壌改良資材のケイカルの散布を推し進めております。今回はおらのすき込みの実演が行われました。当JAでは、管内のほとんどの地点で稲が生育す実演会がら、担当者に質問していました。





栄養満点の野菜をおいしく楽しめる手作りジュースに挑戦しましょう。野菜が苦手な人にも飲みやすく、組み合わせる野菜によっては健康増進や美容効果も期待できます。日々の食生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。 ※記載の材料はすべて1杯分(1人分)です。



## 日本野菜ソムリエ協会 野菜ソムリエ KAORUさん

■プロフィル

FMラジオ局で報道キャスターを務める傍ら、野菜ソムリエの資格を取得。全国で第1号の野菜ソムリエとなる。現在は、日本野菜ソムリエ協会の講師として野菜ソムリエの育成に力を注ぐほか、TV・ラジオ・雑誌などで活躍。調味料ジュニアマイスター、ベジフルビューティーセルフアドバイザーなどの資格も生かして、レシピ開発や講演なども行っている。主な著書に『干し野菜手帖』『野菜たっぷり! サンドイッチレシピ』(いずれも誠文堂新光社)。東京駅グランスタダイニング内ジュースバー『百果百菜』のレシピもプロデュースしている。 ~オフィシャルプログ~野菜ソムリエKAORU★ベジフルプログ★

http://ameblo.jp/yasaisomurie-kaoru/

# ニンジン&ミカンのストレートジュース ~鮮やかなオレンジ色が美容をサポート~

効能:美肌、老化防止、風邪予防

■材料:ニンジン(1本)+ミカン(2個)+レモン(少々)

ニンジンに豊富に含まれるカロテンは強い抗酸化作用があって、活性酸素を抑制する働きがあるといわれ、肌細胞の再生を促して美肌をサポートし、老化防止や免疫力向上にも役立ちます。さらにカロテン、ビタミンCが豊富なミカンと組み合わせることで、相乗効果が期待でき、甘酸っぱくてフルーティーな香り・味で飲みやすさもアップ。レモンを加えることでニンジン特有の風味が和らぎ、苦手な方でもおいしく飲めます。ミカンはお好みのかんきつ類に代えても美味。※ニンジンは皮ごと使用。





# デザート風アップルスイートポテト ~スイーツ感覚の食べるジュース~

効能: 便秘解消、整腸作用、コレステロール値の低下 ■材料: サツマイモ(40g)+リンゴ(1/4個)+牛乳(150cc)+シナモン(少々)

サツマイモの主成分であるでんぷんは加熱されると糖質に変わって甘味が増すため、砂糖などを加えなくても満足感のあるヘルシースイーツとして楽しめます。陽のぜん動運動を促進するヤラピン(切ると出てくる白い液)と豊富に含まれる食物繊維の相乗効果でおなかもすっきり。リンゴにはペクチン、セルロースなどの食物繊維が含まれ、コレステロールの吸収を防ぐ効能もあり、美容や健康に最適。スイートポテトとアップルバイのような風味です。※リンゴは見た目・食感を重視し、皮をむいて使用(ポリフェノールをたっぷり含むため、栄養重視ならば皮ごと使用してもよい)。※サツマイモは電子レンジや蒸し器で加熱したものを使用。

# 小松菜バナナミルク

~朝食にもお薦めのパワーアップドリンク~

効能:骨&歯の強化、骨粗しょう症予防、精神安定

■材料:小松菜(30g)+バナナ(1/2本)+牛乳(150cc)+ 黒ごま(少々)

小松菜は栄養価の高い緑色野菜で、カルシウムの含有量が特に多いことで有名。あくが 少ないので生で食べても、ジュースの素材としてもお薦めの葉野菜です。カルシウムは骨を 丈夫にし、イライラを抑える働きがあります。カルシウム豊富な牛乳と合わせることで相乗 効果も期待できます。バナナは消化吸収の良いエネルギー源で、精神安定や脳の活性化に も役立ちます。牛乳とバナナがベースなので、野菜が苦手な人や子どもでも飲みやすい、ク リーミーでまるやかな甘さです。





# グリーングリーンヨーグルト

~栄養豊富な緑の野菜と果物に乳酸菌をプラス~

効能:貧血予防、血行促進、免疫力向上

■材料:ホウレンソウ(30g)+キウイフルーツ(1個)+ヨーグルトドリンク(100cc)

ホウレンソウは牛レバーに匹敵するほどの鉄分に加え、造血のビタミンともいわれる葉酸を豊富に含有。貧血予防にはビタミンCやタンパク質を含む食材と一緒に食べるとより効果的ですから、果物の中でも特にビタミンCが豊富なキウイやタンパク質を含む乳製品を組み合わせるのがお薦めです。ヨーグルトには整腸作用があるため、栄養成分の消化吸収も高まります。グリーンキウイを使うと酸味が効いてさっぱり、ゴールドキウイを使えばまるやかな甘味です。

# とろりんごのバニラシェイク

~ナガイモのとろみを生かした新食感~

効能:消化促進、疲労回復、滋養強壮

■材料:ナガイモ(40g)+リンゴ(1/4個)+バニラアイス(50g)+豆乳(100cc)

ナガイモの粘り成分ムチンは胃などの粘膜を保護し、消化を助ける効果があります。消化酵素のジアスターゼ、アミラーゼなども豊富です。これらの酵素は熱に弱いため、ジュースのような生食が理想的。古くからスタミナ食材とされるナガイモと、医者いらずといわれるほどの栄養価の高さを誇るリンゴとの組み合わせで、疲労回復や滋養強壮に効果があります。さらに豆乳で良質のタンパク質や大豆イソフラボンが摂取でき、体力アップや老化防止に役立ちます。変色しやすいから作り置きは避けて。※リンゴは見た目・食感を重視し、皮をむいて使用(ポリフェノールをたっぷり含むため、栄養重視ならば皮ごと使用してもよい)。





# セロリ&グレープフルーツの フレッシュジュース

~爽やかな香りと風味でデトックス~

効能:むくみ解消、高血圧予防、ストレス緩和

■材料: セロリ(50g) + グレープフルーツ(1/2個) + 蜂蜜 (少々)

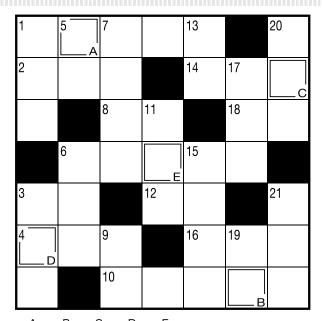
セロリやグレープフルーツには利尿作用があるカリウムが豊富に含まれ、むくみの解消 や高血圧予防に効果的。セロリの香り成分には精神を安定させる作用が、グレープフルー ツの香り成分には代謝促進やリフレッシュ効果があるといわれ、どちらもストレス緩和につ ながります。セロリの青臭さが苦手な人も多いのですが、かんきつ類と合わせると独特の風 味が和らいで飲みやすくなります。グレープフルーツは品種により風味が異なるため、甘め がお好みならルビー種、酸味や苦味がお好みならホワイト種を。



の

力

ギ



## С D Е

# 3 1のカギ

- 1 七五三に付きもののお菓子
- 2 中世の騎士がまとっていました
- 3 ストーブやたき火に手をかざして取ります
- 4 野菜や果物を取引する青物〇〇
- 6 ヒトやチンパンジーは○○類
- 長く連れ添った夫婦は似てくるとか
- 10 どちらの味方でもない立場
- 12 悪い夢を食べるといわれます
- 溶かした金属を型に流し込んで作ります 韓国の首都
- 今あなたが読んでいるのは○○のカギ

# 9月号の解答

先月号の答えは 「オミナエシ」 でした。



# 9月号の当選者

畠中 仁朗(姫川) 河端ハギノ(庄田) 森岡ひでみ(千福) 西村 輝夫(蓑脇) 久枝(広瀬) 中村 敏子(千合谷) 谷下 南出トシ子(今庄) 渡邉 和子(高森) 明城都美子(北) 嶋﨑 孝子(嶋)

(敬称略)

応募総数89通 正解数88通

# 21|20|19|17|15|13|11 唐草〇 3拍子の曲に合わせて踊ります ナメコ、シメジ、エリンギなど 花から花へひらりひらりと飛ぶ

兄弟姉 ボルトやナットを締める工具 バスタブともいいま テストの採点では○(丸) マグロの身のうち脂の多い部 畑の肉ともいわれます ) () の 風 妹の 娘 呂敷で包む

ĖΠ

を付け

ま

分

昆

虫

並べてできる言葉は何でしょうか?

二重マスの文字をA~ Eの順に

カエデやイチョウの木からひらりはらり 三味線を弾くのに使います

) ) に 爪

あり、爪に爪な

があれなで

がえよう



★抽選で10名様に 「無着色辛子明太子」をプレゼントいたします。

収集した個人情報については、当JAで厳重に管理し、他の用途には使用しません。



# ナ・カサンドラの11月のあなたの運勢





【全体運】物事を暗い方に考えがち。 意識してプラス思考を。笑顔をキープ するのも開運の鍵。気晴らしには紅葉 狩りへ

【健康運】前半好調。後半は体をほぐ し、運動を

【幸運を呼ぶ食べ物】毛ガニ



【全体運】小さなミスを引きずり、いつま でも落ち込みやすいかも。スパッと気 持ちを切り替えて。ギャラリー巡りにツ

【健康運】上昇傾向。スポーツの腕が 上達するはず

【幸運を呼ぶ食べ物】そば



【全体運】神経質になりやすい時期。 ささいなことにこだわらず、おおらかに。 大きな公園や植物園に出掛け、リフレ ッシュを

【健康運】疲労を蓄積しないよう、休息 を心掛けて

【幸運を呼ぶ食べ物】イクラ



【全体運】レジャー運が活性化。気の 合う仲間とにぎやかに過ごし、英気を 養って。未体験の分野に挑戦するの も良い刺激に

【健康運】暴飲暴食に注意。適度な節 制で体調好転

【幸運を呼ぶ食べ物】サケ



【全体運】やたらと感情的になりやすい 月。親しい相手にわがままを言わないよ う、冷静に。日記を書くとリラックス可能 【健康運】次第に下降気味。胃腸のケ アを徹底して

【幸運を呼ぶ食べ物】ミカン



【全体運】好奇心が旺盛になりそう。や ってみたいことがあれば、情報を集めて みて。人気のお芝居や映画を楽しむの も吉

【健康運】徐々に回復。スポーツやダン スに挑戦を

【幸運を呼ぶ食べ物】レンコン



# $9/23\sim10/23$

【全体運】ゆったり気分で過ごせる期 間。やるべき作業を早めに片付け、そ の後、自分の時間を満喫して。習い事 も幸運

【健康運】ストレッチなどで血行促進を 図ると〇

【幸運を呼ぶ食べ物】ハクサイ



# 10/24~11/22

【全体運】アクティブモード全開! しいことをスタートさせれば、手応えあ り。話題のお店に足を運ぶのもお勧め 【健康運】小まめに体を動かせば、気力 わアップ

【幸運を呼ぶ食べ物】ユズ



【全体運】円滑な人間関係を築けま す。持ち前の面倒見の良さを発揮し、 自分から周囲のサポートを。温泉旅行 にも縁あり

【健康運】体力的に無理をせず、ゆった り過ごして

【幸運を呼ぶ食べ物】ヒラメ



# 12/22

【全体運】カルチャー志向が強まる兆 し。体験教室を受けたり、講演会に参 加してみて。グループレジャーもグッド 【健康運】食生活の乱れに気を付け て、体調管理を

【幸運を呼ぶ食べ物】エリンギ



【全体運】自分の考えにこだわり、孤立 する暗示。意地を張らず、素直になっ て。元気な人と会話すると好影響があ りそう

【健康運】ヨガのような運動や体操に 取り組む好機

【幸運を呼ぶ食べ物】ゴボウ



【全体運】前向きな気持ちになり、いろ いろとやってみたくなるはず。保留にな っていた事柄も動き始める予感 【健康運】テクノストレスにご用心。息 抜きが大事

【幸運を呼ぶ食べ物】あずき

# 月の表紙の



### 戸谷

上 田 健 治 さ ん (72歳)

> 茂 子 さ ん (66歳) 人 く ん (11歳) 子 ちゃん (5歳) 莉

三田村 茉 奈 ちゃん (10歳) 里 ちゃん (5歳) 美

おじいちゃん・おばあちゃんより 野球・バレーボール頑張ってネ。 応援に行くよ。

お孫さんたちより

いつまでも元気で長生きして下さい。

Q. 玄米の炊き方を教えてください。

A. 圧力鍋や土鍋を使った炊き方もありますが、 番手軽な炊飯器での炊き方をお教えします。

## POINT① 下準備

玄米をボールに入れてかき回しもみ殻やホコリなどを浮かせてその水を 捨てます。この作業を2~3回繰り返します。

次にもみ洗いをします。この時にお米を手のひらですり合わせるように 洗うと水をよく吸い込みます。水を流して炊飯器に移します。

### POINT② 水加減

玄米の約1.5倍の水量が目安です。

白米の目盛りでは半目盛り多くするといいでしょう。



# POINT③ 浸水時間

玄米は白米より吸水しにくいので、少なくとも2~3時間、できれば一 晩水につけて下さい。

# POINT④ 蒸らす

炊き上がっても炊飯器の蓋を開けずに、約15分蒸らすと水蒸気がご飯 になじんで美味しく仕上がります。

炊き上がりが硬いようならば、少し水を加えてもう一度炊くとふっくら としたごはんが炊けます。

\* 玄米モードがある炊飯器の場合、水加減・浸水時間は説明書の指示に従ってください。



# けぼの歌壇

# 大雨に倒れし稲穂は餌場なり

# 斉に飛び立つ雀 の大群

笛 吹 稔 雄

作者の気配に飛び立つ大群を農のためいきが追う。 評)稲田には雀が群れる。特に倒伏した田は最高の餌場かも。 近づく

子の嫁の丹精のバラ咲き競ひ吾が玄関に幸せ満つる

晃 子

汗流し草刈り終えて眺むれば水仙畠は広々と見ゆ 田 活

一キロ歩み来て湧井の水にひとり息づく

子

萩の咲く山裾

電気柵張り巡らしたる地図見れば我が町すっかり柵の中なり 高 多智子

水澄める野川に浸す細根白し夕餉は夫の好む菜めしに 安養寺 田 弘

内 照 子

金色に波打つ稲田を眺めつつ丘の豚舎に給餌に向かう 士

Ш 崎 久

恵みの秋稔る稲穂は黄金に家族総出で深まる絆

今朝も又デデッポッポと山鳩の雑木林を独り占めて鳴く Щ 信 子

笛 吹 定 子

子供らと戯れたるや七福神曙覧ゆかりの妙泰寺境内

縁側をトコトコトコと走る音静かな我が家も孫来て賑わう 沢 澄 子

夕映えに紅く染まりてかもめ群れ 一列に並び海を見ており

加

藤

文

代

完走の殿 たたふ運動会

糠床に秋茄子の紺際立てり

綿虫の宙に浮きたる光かな

公園の隅の花壇に女郎花咲かす人あり今年も咲けり 眞里子

市 村 郎

姨捨に月の雫をしぼりけり

小山

**箒草路地の角にて主待つ** 

# のり俳

向日葵が三つひとつは後向き 詫び言へぬまま父送る秋桜 萩の風白といふ色こぼしけり 整然と積まれし廃車草雲雀 皿は精のつく品秋暑し

富士見が丘 中新庄 脇押 下太田 点 丸岡 山内ミチ子 野村香代子 時江

敵味方なしの戦碑やちちろ鳴く 雨上がりでで虫そっと角を伸ぶ ドレス着せ天使の顔の案山子かな 畦みちの花野となりて広ごりぬ 赤とんぼ乗りたる風や夕日浴び 五重塔小菊で葺かれ深呼吸 彼岸入り反日デモの数増せる 刈田あと淋しく暮るを眺めをり 秋日傘廻して若さ取りもどす タオル持ち居場所探しの残暑かな 阿久和 東大道 押 高 田 柳下 宗近 三好 西山 加藤 赤澤久兵衛

栗拾ふ手の皺黒き農夫かな 流灯を波の間に間に押し戻す 秋茄子の誘ひにのりし摘まみ食ひ 庭掃きてちちろの声を拾ひたる 豪雨去り闇に生まるる虫の声 中新庄 大 下平吹 金 達川 口口 西嶋 田地 山本 井上はなゑ 二四郎

憂きことは忘れてしまへ花茗荷 塩味を少し濃くして零余子飯 いつしかと主役の代わる蝉しぐれ 吉田 山田 小林ちゑ子 中西百合子 江端八千代

今 庄 加藤

転法輪正子 塚崎きぬゑ 友子 惣助 勇

谷下純三郎 千代

安養寺

の季節です!!大好き!! いものを食べたり、楽しむには絶好 ようになりましたね。秋という季節 は短い分、旅行に行ったり、 十月に入り、朝晩めっきり冷える イラスト

小 形 晴 美

放っています。この香りで秋が来た のキンモクセイがとても良い香りを つけています。 なあと思います。栗もたくさん実を 今年も十月に入ると庭にある大木

屋 平 井 恵美子



大 虫 地 代 幹 枝

お詫びと訂正

九月号の「おたよりイラスト」で間違いがあり

ました。深くお詫びをし、

れしい!七年間私たちが作ってきた中で最高だ やった!ハナエチゼン、一反に十俵とれたよ!う



# DAEN

Let's Enjoy Cooking

# ナガイモのグラタン

# ■材料(2人分)

ナカ	ガイモ250g
	-フードミックス 100g
	- だし カップ1/4
	とき卵 大さじ2
	塩 小さじ1/6
	しょうゆ
	└ 溶けるチーズ(細切り) 30q

●1人分約182kcal



# ■作り方

- ①ナガイモは150g分は2cm角に切り、残り100g分 はすりおろします。
- ②シーフードミックスは、熱湯でさっとゆで、水気を 切ります。
- ③すりおろしたナガイモに、Aを混ぜます。
- ④耐熱容器に角切りのナガイモ、シーフードミックス を入れ、③をかけます。オーブントースターで約5分 焼き、焼き色を付けます。



たらわけのわからないヒップホップ文字を ならともかく、北陸の田舎者のくせに、や 団も面白いだろう。ニューヨークの地下鉄 なって遊んでいたという噂はまったくもっ 図像化したものらしい。 か!どうやらケンケンパーなる昔の遊びを サークルを描いてまわる謎のペインター集 てウソであるが、 深夜、このくらいの路上ミステリー またもや路上ミステリーサークル とても面白い物件ではあ 宇宙人もいっしょに 夜な夜なUFOが

連載第148回

# 今月の特選句

句は初めてで興味深い。 を啜ったり、大きに苦労をする。精霊の迎え、送りに発 した風習であるが、踊りの音頭取の生卵など、さもあり それでも長丁場、 音頭取は少し、交代の合間に酒を呷ったり、 盆踊りの俳句も色々と接して来たが、こういった

鍛えた喉も嗄れがちだ。踊り手は

生卵

昨今はマイクを通して唄われる

音頭取の伝統も受け継ぎ進化さ

# 生卵すすって来しと音頭取

三田 村 善

# • JA越前たけふ・(株)コープ武生

# 中村美律子スペシャルコンサート

- とき 平成24年12月1日 **田** 午前の部:午前11時から(開場午前10時から) 午後の部:午後3時から(開場午後2時から)
- と サンドーム福井



# JA越前たけふ

年金受給者の方には、ご優待席をご用意いたしております。ご優待席は、お1人様2枚までお申込みができます。

## 1枚 1,000円

ご優待席のご案内は、8月13日頃に郵送させていただきました。

で優待席のお申込みは、JA越前たけふ各支店・支所にて受け付けさせていただきます。

# 好評発売中!!

入場料金(お一人様)

指定席 5,000円(稅込)

自由席 2,000円(稅込)

お申込みは、コープたけふ旅行センターにて 受付いたします。

(株)コープ武生旅行センター TEL.0778-21-2601

[営業時間]AM10:00~PM19:30(水曜日定休)





※毎週火曜日は税務相談会:本店2階午前10時~午後4時

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
28 年金無料相談会 (中央支店)	29	30	31	1	<b>2</b> 農林産物品評会	3 文化の日 コープたけふみどり館 開店100日祭
4 コープたけふみどり館 開店100日祭 年金無料相談会 (北日野支店)	5	6	<b>7</b> 第23回 JA福井県大会	8	9	10
<b>11</b> 年金無料相談会 (味真野支店)	12	13	14	15	16 第64回 JA福井県女性大会 家の光大会	17 年金無料相談会 (西部支店)
<b>18</b> 年金無料相談会 (南条支店)	19	20	<b>21</b> 健康相談の日	<b>22</b> コープ武生取締役会 JA酒販取締役会 第35回理事会	23 勤労感謝の日	24
25	<b>26</b> 全員外務日	27	28	29	30	1 中村美律子ショー

# 11月の金利

## 新金利商品

資金	金 名	適用金利
<b>7(1)=0=</b> 0	車の 購入資金に	年0.50%∼1.00% (固 定)

※福井県農業信用基金協会の保証を付保(年0.9%の保証料)

資金	金 名	適用金利
教育回一》	お子様の 大学・高校入学等の 教育費用に	年 1.00% (固定)

※福井県農業信用基金協会の保証を付保(年1.0%の保証料)

## 農業資金のご案内

	<del></del>					
Ì	金 名	適用金利				
特別 農業資金	乾 燥 機(7年以内) トラクター(7年以内) コンバイン(7年以内) 農 舎(15年以内)	年 0.55%~2.55% (変動)				
アグリサポート 資 金	用途同上 対象者 (認定農業者または、集落営農組織)	年 5年以内 0.90% 10年以内 1.20% (固 定)				
農トラ資金	<b>農業用</b> 軽トラック購入資金に (12月28日まで)	年 1.00% (固定) ※但し、JAより購入の場合 年 0.90% (固定)				

※福井県農業信用基金協会の保証を付保(年0.4%)

# 住宅関連ローン

# **収割をきますも実施中**(長期固定金利型)

住宅ローン あんしんプラン (新築、増改築(リフォーム)、借換対応)	適用金利
当初5年間(固定)	年1.00%
6年目以降(固定)	<b>年1.60</b> %
16年目以降(固定)	<b>年2.40</b> %

(但し、金利軽減はありません。)

### (固定金利選択型)

住宅ローン とくとくプラン(新築、借替対応)					適用金利	
変動金利型(年2回見直し)				年	1.25%	
※但し、下記の特約を選択できます。				(最高引	き下げ後の金利)	
連	特約期	間2年	年	2.10%	→年	1.05%
金	"	3年	年	2.15%	→年	1.10%
<b>固定金利特約</b>	"	5年	年	2.50%	→年	1.45%
約	"	10年	年	3.10%	→年	1.60%

### 軽減金利(上記の金利より)

給与振込・年金振込・公共料金・プレミア付定期積金・JAより購入などのご利用に応じて金利を軽減いたします。(最大で1.65%まで)

※福井県農業信用基金協会債務保証利用可。(保証料 年0.20~0.35%)

《詳しいお問い合せはローンセンター・JA各支店・支所まで》 ※何し、11月14日令却見直しあり

# 健康相談会の開催

日時:11月21日(水)10:00~12:00

場所:コープたけふ平出店 たい焼きコーナー横 内容:毎月旬の食材の健康効果をレシピとともに紹介し、

野菜を中心とした健康的な食生活をすすめる。

今月のおすすめ野菜:大根

# ★今月のテーマ★

# 野菜を食べて、家族みんなで健康づくり

### [参加された方への特典!]

- ○1~12 月までの期間中6回以上参加された方には、コープたけふ平出店より500 円分のお買い物券をプレゼントさせて頂きます。(12 月の時にお渡しします。)
- ○お買い物の機会を利用し、ご自分の健康チェックを行いましょう。

お待ちしております。 —— コープたけふ平出店・JA越前たけふ・JA福井県厚生連 ——

