

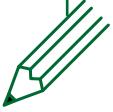
夢ある未来へ 人とともに、街とともに、大地とともに…

JAあつぎ グリーンアート つき

JAあつぎ情報誌
<https://www.ja-atsugi.or.jp/>

DEC.
2025
vol.248

12



国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます

特集

～「薬食同源」で元気に～ 漢方で心の養生



カミヤト凸凹保育園で依知地区運営委員会が園児と一緒にビオラを定植



冬の風物詩「シクラメン」が最盛



各地区でサツマイモ収穫体験を実施



荻野・清川地区合同で「健康フェア」を開催



ショウガの収穫作業を行う三橋さん

農業で地域を支える生産者を紹介 ととともに 向上心を持つて 人に喜ばれる農産物を 先代からの農地を守る

**厚木市小野
三橋 功さん (66)**
玉川地区にある約50アールの圃場で露地野菜や果樹、水稻を栽培。収穫の喜びを楽しみながら、年間を通じて農業に勤しんでいます。

多様な農産物を生産
中学校の教員を定年退職後、先代からの農地を守るために、本格的に農業を取り組み、タマネギやハクサイ、ショウガなど約40種類の露地野菜のほか、ウメやカキ、栗などの果樹を栽培しています。現在も試行錯誤を重ねながら、JAの営農指導員の指導を参考に、本や動画も活用しながら知識・技術の習得を図っています。

工夫凝らして品質向上を

カボチャやトウガラシは、空中栽培を導入しています。通常の栽培でついてしまう「グランドマーク」がつかないことに加え、均一に日光が当たることで、大きさの均等化や色付きなど、品質の向上につなげています。

土地柄、畑作における鳥獣被害も多く、定期的な見回りや電気柵の設置など、行政やJAと連携を図りながら対策を進めています。また、近年の猛暑などによる環境変化によって病害虫の発生も多く、効果的な対策を施しながら被害軽減に努めています。

収穫した農産物は、玉川農産物直売所に出荷。森の里地区で月2回行われる朝市「森もり市」では対面販売を行い、消費者との交流を通じて把握したニーズを作付けに生かしています。

米の収穫期には、家族や親戚と新米を楽しむのが恒例行事。今年は初孫が誕生したので、健やかな成長を食の面から支えていきたいと考えています。三橋さんは「家族や消費者のおいしいという声や笑顔が活力につながっている。今後も健康第一に、先代から引き継いだ農地で末永く農業を続けていきたい」と話しました。

12 2025
December vol.248



JAあつぎ
マスコットキャラクター
ゆめみちゃん

目次

土とともに	2
特集	4
～「薬食同源」で元気に～ 漢方で心の養生	
グリーンニュース	7
葬儀サポートセミナー & ミニコンサート キャベツ出荷組合 ほか	
あぐりスポット	10
夢未市・グリーンセンター かわら版	12
税のはなし／無料相談会のお知らせ	13
あつぎゆめ散歩／簡単！エクササイズ	14
スマイルステーション	16
インフォメーション	18
今月のレシピ／旬の農産物情報	20

JAあつぎ
<https://www.ja-atsugi.or.jp/>

JAあつぎ 検索



▲JAあつぎ公式
「ゆめみちゃんねる」



▲夢未市

こんな不調があるときは、この食材で養生を

しつじいむくみ
小豆汁で体内の水分調整

小豆は利尿作用と解毒作用が高く、水分代謝を促すと考えられているので、小豆50gを1Lの水で15分から20分ほど煮出した「小豆汁」を飲むといいででしょう。発散作用のあるショウガを入れるのもおすすめです。

また中国医学では、胃腸の働きを担う脾・胃が体内的水分代謝を行っていると考えられています。そのため、脾・胃を助ける食材である米、ナツツ、ヤマノイモ、カボチャ、キアベツなどもおすすめです。

イライラする
グレープフルーツで気の巡りを改善

怒っている人を絵で表現するのに、頭から湯気を出している様子を描きますよね。漢方でもイライラは「熱が火に変わった」状態とされ、気の不足や滞りが原因で起こると考えられています。気の巡りは肝によってコントロールされているため、まずは肝の熱を冷ますことが必要。そこで、気の巡りを良くするグレープフルーツジュースがおすすめです。ジュースにしないでそのまま食べてもOKです。

乾燥しやすい
甘酸っぱい食品で潤う

漢方では、潤いは「陰」によつて作られるとしており、「酸甘化陰（さんかんかいん）」といつて、甘い物+酸っぱい物で「陰」を作ることで、潤いが得られると言えています。そこで、甘味と酸味がある梨、酢豚、おかゆに梅干し、蜂蜜にレモンなどがおすすめです。また、乾燥を気にして水分をたくさん取つてしまふと、胃腸が弱り、潤いを作り出す力も弱まってしまうため要注意。水分は食物から取るように心がけましょう。

風邪気味で下痢っぽい
しそ茶で胃腸を活性化

漢方では、風邪のときに起つる下痢は、湿つた風や湿気が「湿邪（しつじや）」となつて体内に入つてくるのが原因と考えられています。対策は、体内の余分な水分を取り除きながら胃腸の調子を整えること。おすすめは、氣の巡りを良くし、胃腸の調子を整える食材「シソ」です。赤シソの葉を細かく切つて、お湯に入れて煮出した「しそ茶」を飲むといいでしよう。発散作用のあるショウガを入れるのもおすすめです。

花粉症による目のかゆみ
きんぴらごぼうで胃腸を整える

漢方では花粉症の主な原因是、外敵から身を守るエネルギーの不足であり、肺や胃腸が弱つている人は症状が出やすく悪化します。目のかゆみなどの炎症が起つてゐる場合は、胃腸を整えながら炎症を抑える力もあり、中国では古くから生薬として用いられてゐる「ゴボウ」がおすすめ。きんぴらもいいですが、細く切つて天日干しにし、軽くいつて煮出した「ごぼう茶」もいいでしよう。

頻尿・尿漏れに
むき栗で腎を強くする

漢方では、腎は生命力の源と考えられており、加齢によつて腎が弱ると、尿を出して止める力が弱まると言えています。おすすめの食材は、腎を補養し、老人性の筋肉の衰えに効果があるとされているむき栗。ただし、栗そのものは薬になりますが、砂糖を加えて焼いた甘栗はNGです。最近は加糖されていないうまき栗が売られていますが、栗のほかにはクコの実、クルミ、松の実もおすすめです。

特集 ~「薬食同源」で元気に~

漢方で心の養生

漢方には、人間本来の健康を体现するための知恵が詰まっています。
「元気で長生き」のためには、精神（メンタル）と血の全身循環の両方の役割を担う
「心」の養生が最も大切だとされています。

漢方を意識した食生活で不調を改善し、心身を整えていきましょう。

皆さんは、「未病」という言葉を耳にしたことはありませんか？「未病」とは、病気ではないけれども健康ともいえないという状態のこと。病気になつてから治療するのではなく、病気になる前の「未病」の状態で改善して、健康を維持しようといふのが、漢方の考え方です。漢方では「薬食同源」といつて、私たちが普段食べている食品は全て、薬と同じように体を元氣にする力があると考えられています。それぞれの食品の働きを知つて、毎日の食事に積極的に取り入れましよう。

も毎日の薬食で「未病」を改善

食生活で養生 五色・五味を意識しよう

漢方では、生命活動に必要な働きや機能を、「肝」「心」「脾（ひ）」「肺」「腎」の五つに分類しています（単に内臓器官だけではなく、より広い機能や概念を表しています）。そして全ての食材は、五臓を養つていています。不調を感じたときは、弱つてゐる五臓を養う食品を積極的に摂取しましよう。五臓を養う食品は、「味」で分類する考え方と「色」で分類する考え方があります。どちらも覚えておくと、買い物をするときの食品選びに便利です。下の表を参考に、それぞれの働きや特徴などを学んでみましょう。

弱っている「五臓」を元氣にする「五色・五味」の食材

臓	味	働き
腎	塩味	人の成長や発育、生殖をコントロールし、ホルモンの分泌や、知能、知覚、運動系の発達と維持に働きかけます。
肺	辛味	新鮮な空気を取り入れて全身に送る呼吸に似た働きのほか、潤いや栄養分の運搬や分配も担っています。
脾	甘味	胃と共に消化吸收を担い、エネルギーである「気」や「血」のもとや潤いを作つて、全身に送り出します。
心	苦味	血を隅々まで巡らせるポンプとして働き、精神や意識を安定させる作用もあります。
肝	酸味	血を貯蔵し、血流量をコントロールして、生理機能がスムーズに働くよう調節しています。
	青	

管内の旬な情報を届け! グリーンニュース **Green News**

JJAあつぎホームページでも
最新トピックスを紹介しています。

<https://www.ja-atsugi.or.jp/>



皆で協力して稻刈りを実施

12 黄金色に輝く稻を協力して収穫 第16期親子夢未Kidsスクール

JJAあつぎは10月2日、管内の概ね55歳までの女性が所属する「フレッシュミズ」を対象に「ストウブ料理講習会」を開きました。

当日は、ストウブビストロはるひごはんの大橋由香さんが講師を務め、無水調理できるストウブ鍋の特徴を説明。調理方法を学びながら、「ニンジンの洋風きんぴら」や「キャベツのオイル蒸し」など4品を調理しました。



ストウブ料理を楽しむ参加者

JJAあつぎは、管内の小学1~6年生の親子を対象に、通年型農業教育事業「親子夢未Kidsスクール」を開校しています。9月27日には第3回目のカリキュラムを開き、「田んぼの生きもの調査」と「稻刈り」を行いました。

「田んぼの生きもの調査」では、田んぼや水路に生息する生き物を調査。トノサマバッタやスジエビなど約30種類を見つけ、農業・環境の関わりについて理解を深めました。「稻刈り」では、鎌を使って手刈り作業を丁寧に進めたほか、コンバインを使った刈り取りも見学するなど、収穫の喜びを皆で分かち合いました。このもち米は、11月29日に開く「第55回厚木市農業まつり畜産祭・収穫祭」で販売予定です。

12 食伝承へ地域で活動 ふるさと先生・食とくらしのマイスター

JJAあつぎは、地域の伝統的な生活文化や郷土料理の継承に向け、ふるさと先生・食とくらしのマイスター制度を設けています。令和7年度は、11人を「ふるさと先生」、7人と1団体を「食とくらしのマイスター」に委嘱。昨年度は、JAでの講習会や地域での活動など、35回の講師を務め、食と農の大切さや地産地消の推進へ存在感を發揮しています。

10月7日にはメンバーを集め、スキルアップや交流を目的とした講習会を開催。こうじや地場農産物の活用方法を学びながら、体験談などについて意見交換をしました。



「家の光」を活用した調理実習を実施



支所長から出題されるクイズに挑戦する部員

3 多様な種目で交流深める 荻野・清川地区女性部「健康フェア」

荻野・清川地区女性部は10月23日、健康意識の高揚を図り、地区を越えた交流を深めようと「健康フェア」を荻野運動公園の体育館で開き、84人が参加しました。

当日は、輪投げや大玉転がしなど、5カ所のスポットを回るスタンプラーを実施。皆で輪を作り炭坑節を踊りながら交流を深めたほか、支所長おすすめの商品が当たるbingo大会などを楽しみました。

部員は「日ごろ顔を合わせない仲間とも親睦を深めながら、心地良い汗を流せた」と笑顔で話しました。

体は睡眠中にリセットされるため、寝ることも大事な養生です。睡眠の質が良いと自律神経やホルモンバランスが整い、肌の調子も良くなります。睡眠の質を高めるためには、時間に余裕を持つ食事をする必要があります。夕食後すぐに寝ると消化に負担がかかります。夜ぐっすり眠るためにも、寝はしつかり活動することが大切です。できるだけ寝る時間が夜のメリハリをつけて、質の良い睡眠を心がけましょう。そして、起床したらすぐに窓を開けて深呼吸し、一日のエネルギーを蓄えることをおすすめします。

一方、心の養生には「人生を楽しむ」という行為や感情も挙げられます。これは特別なことは何もありません。本を読み歌を歌い、香りを楽しみ、自然の景色を眺め、月や花を観賞し、植物を慈しみ、季節の移ろいを味わい、採れたての新鮮な野菜を食す。これらは全て心を楽しめ、養う助けになります。

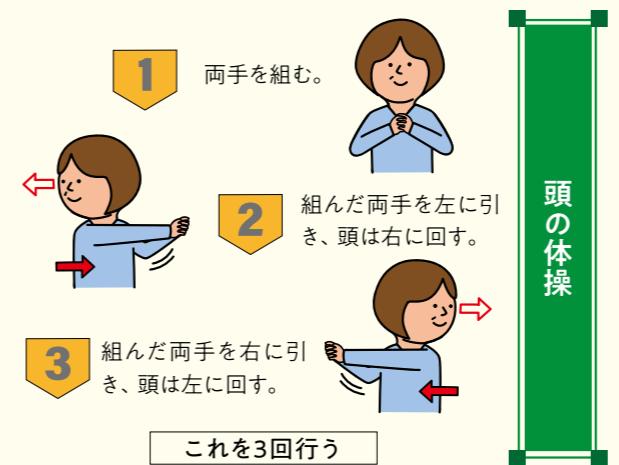
私たちの国には、四季折々の楽しみや日々の変化があります。身の周りの小さなことにも興味を持つて年を重ねていけば、楽しく長生きができるでしょう。

日常生活で養生 日々の変化を楽しむ

病の予防にも 体を動かして養生

運動は、生命に直結する食事よりも軽視されがちですが、有酸素運動を定期的に続けることで体重のコントロールやさまざまな病気の予防にもつながります。また、無酸素運動は、基礎代謝を増加させ、冷えにくく太りにくい体づくりに役立つなど、運動は元気な体を維持する上で欠かせないものです。

漢方の体操療法には「導引法」というものがあります。導引とは、深呼吸とセルフマッサージを組み合わせたもので、気の流れを活発にして健康的な体をつくる働きがあります。ここでは、基本の導引の中から全身・頭・足の動作を紹介します。



足の体操





出荷前に生育状況を確認する組合員とJA職員ら

12 出荷先の信頼に応え安定供給を キャベツ出荷組合

キャベツ出荷組合は11月中旬より、キャベツの共同出荷を開始しました。今年は、新規就農者を中心とした3人の生産者が、約1.8ヘクタールで栽培。高温と定植後の降水量の少なさが長期間続いたことで、欠株や生育の停滞、オオタバコガなどの病害虫対策に苦労しましたが、生産者の細やかな管理により、順調な生育を見せていました。

販路は、学校給食をはじめ、JA全農かながわ中央ベジフルセンターや市場、総菜業者など多岐にわたり、青果だけでなく加工用としても使われ、今年度は約30トンの出荷を見込んでいます。

穂坂紘志組合長は「今年は出荷時期を少し遅らせることで、生育の均一性や出荷量などの改善を図った。今後も、出荷先への信頼に応えられるよう、組合員一丸となって生産に励んでいく」と話しました。



稻刈り作業について説明するJA職員

4 米の大切さに理解深める 依知地区「依知南ふれあい水田」

厚木市下依知にある「依知南ふれあい水田」では、組合員とJA、市立依知南小学校が連携し、水稻の栽培体験教室を開いています。

10月4日には、同校の5年生が稻刈り作業を見学。機械での作業や掛け干しの役割を学ぶなど、食を生み出す農業について理解を深めました。

生徒は「田植えした稻がしっかり育ってくれてうれしい。今年は雨で収穫作業を体験することができなかつたので、来年はぜひしてみたい」と話しました。



犯人役に冷静に対応するJA職員

11 有事の際の対応を確認 小鮎支所で防犯訓練を実施

JAあつぎは10月20日、防犯意識の向上と自衛警戒心の喚起を図り、犯罪の未然防止につなげようと、小鮎支所で防犯訓練を行いました。

当日は、厚木警察署の職員が強盗犯役を務め、大声を上げながら刃物で窓口職員を脅迫。本番さながらの緊張感の中、逃走を図るまでの想定した訓練を行いました。役職員は、有事の際の対応方法や役割の共有、犯人の特徴・服装などを記録する重要性を再確認しました。



委員と一緒にビオラの定植を行う園児ら

15 花を育てる楽しさを知って 依知地区「花の植栽事業」

JAあつぎは、保育施設や幼稚園、小学校などへ地場産花きを提供する「花の植栽事業」に取り組んでいます。花に触れる機会を通じて、優しさや美しさ、思いやりの心を育むとともに、地域と一緒に活動で、世代間交流の促進につなげています。

10月28日には、依知地区運営委員会とJA職員が「カミヤト凸凹保育園」を訪問。地元で生産された彩り豊かなビオラ110鉢を寄贈しました。委員やJA職員は、花きの特徴や植え方、管理方法などを教えるながら、園児と一緒にプランターへ植え付けを行いました。園児らは「水やりをしっかりして、元気な花をたくさん咲かせたい」と目を輝かせました。

4歳児担当の島倉鈴花先生は「土に触れながら、地域の方々との交流を楽しむ子どもたちの姿が印象的だった。花の成長過程や、育てる楽しさなどを実感していってほしい」と話しました。



自宅で簡単に実践できる運動を学ぶ参加者

3 身体機能の維持へ運動 介護予防運動教室

JAあつぎは10月16日から30日の3日間、健康寿命100歳プロジェクトの一環として、組合員・地域住民を対象とした「介護予防運動教室」を開きました。

同教室は、住み慣れた地域でいつまでも過ごせるよう、健康や身体機能を維持し、要介護・要支援の予防に役立てもらうことを企画。年2回開催し、「誰もがムリなく楽しく」をテーマとした運動を参加者に共有しています。

当日は、JA職員が転倒予防と尿失禁予防を目的とした運動や長続きのコツなどを紹介しました。

3 知識学んで今から実践 荻野地区「認知症予防セミナー」

荻野支所は10月25日、認知症への理解促進を図り、安心して暮らせる生活のサポートにつなげていこうと、准組合員を対象とした「認知症予防セミナー」を開きました。

当日は、医療法人社団やすらぎ会神奈川中央病院のスタッフを講師に招き、認知症の症状や予防方法などについて講義。令和7年1月より施行された認知症基本法を説明しながら、相互に尊重し合える共生社会の重要性を伝えました。併せて、2つのことを同時に実践する「デュアルタスク」を取り入れた体操を紹介し、参加者と一緒に実践しました。



運動・認知の課題を同時に実践

Photoトピック

各地区で収穫体験を実施

10月4日 相川地区
青空学校・あおぞらきょうしつ



10月18日 瞳合地区
親子ふれあい農園



収穫の秋を迎えた10月、組合員や地域住民を対象にサツマイモの収穫体験が行われました。

10月18日 小鮎地区
きづな農園



4 安心の葬儀へ学び深める 葬儀サポートセミナー&ミニコンサート

JAあつぎは10月26日、葬儀に対する疑問や不安の解消に向け、葬儀式場「グリーンホール」で「葬儀サポートセミナー&ミニコンサート」を開催しました。

当日は、JAの葬儀プランや特徴を説明したほか、納棺師による湯灌納棺の実演も実施。オリジナルのサービスとして取り入れるプロの奏者による生演奏も披露しました。併せて会場内には、厚木産蒸し大豆や足柄茶をはじめとした神奈川県産農産加工品を使った会葬品のほか、実際に使う棺や骨壺などの展示も行いました。



祭壇の特徴などを紹介するJA職員



家庭菜園のプランニング 連作回避とスペースの有効活用

日本では、四季それぞれで気温や日長、雨量などにはっきりした特徴があります。そのため野菜の種類に適した栽培時期を選び、季節の変化に対応した栽培管理をしなければいけません。

狭い畠で多種類の野菜を作るには、菜園利用のプランが必要です。季節に応じた種類・品種を選び、菜園の利用ローテーションを考えましょう。

野菜の選び方

野菜の生育特徴から見ると、共通した栽培管理の方法があります。野菜の類縁関係を知ると、同じ仲間同士で肥料や病害虫が共通することが多いので、作付けプランを立てるのに役立ちます。野菜の種類と品種を選ぶポイントは、

- ①利用・調理に適しているか。
- ②その土地の気候や栽培時期が合っているか。
- ③病気や害虫に強く作りやすいか。

などをあらかじめ調べておきましょう。畠の大きさによって野菜の選び方は異なります。パセリやミツバ、バジルなどのハーブ類は料理の付け合わせに少しあれば良いので、庭の片隅で自給できます。

畠が100平方mあると年間30品目以上を作ることができます。スペースが広いほど栽培管理に手間がかかり、特に夏場のかん水や炎天下の草取りは、体の負担となることもあります。

連作と輪作

同じ畠に同じ野菜を連續して作ることを「連作」といいます。連作すると生長に障害が出る野菜があります。エンドウは一度作ると、4~5年は作れません。ナス、トマト、ソラマメ、サトイモなどは3~4年、レタス、ハクサイ、イチゴなどは2年、ホウレンソウ、コカブ、インゲ

ンなどは1年です。サツマイモ、カボチャ、タマネギのように連作しても生長に障害が見られない野菜もあります(表)。

また、同じ科に属する近縁な野菜は似た性質を持っているため、病害虫と肥料の吸収が共通しています。そのため、連作すると土に生息する病害虫が増えたり、微量でも必要な肥料成分が不足して野菜の生長を妨げることがあります。

このような連作障害を防ぎ、地力が衰えないようにするために性質の異なる野菜を計画的に順次、作付けする「輪作」をします。

表:連作障害の出やすい野菜、出にくい野菜

連作障害の出やすい野菜	出にくい野菜
ナス科	スイカ、キュウリ、メロン、トマト、ナス、ピーマン、エンドウ、ソラマメ、エダマメ、サトイモなど
ウリ科	サツマイモ、カボチャ、タマネギ、小松菜など

作付けプラン

例えば、4m×5mの20平方mの畠の場合は、家庭での消費量が多いダイコン、キャベツ、ジャガイモ、ネギなどを中心に4区画以上に分けて作付けプランを立てると良いでしょう(図)。

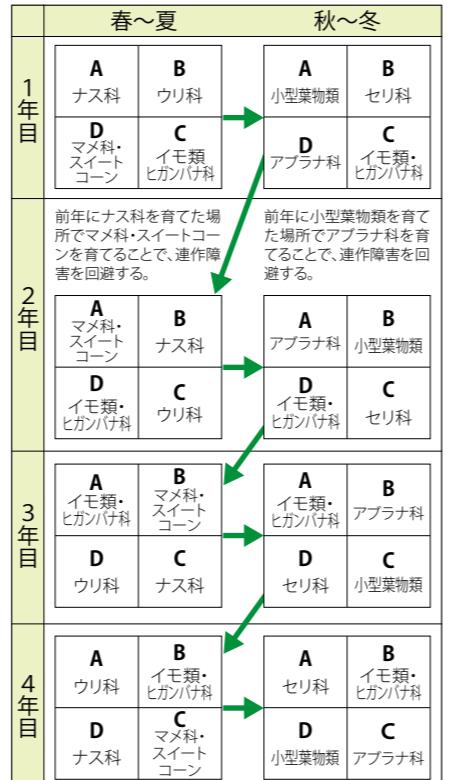
作付けプランは次の手順で作りましょう。

- ①菜園を均等に4ブロックに分ける。
- ②作りたい野菜を「ナス科」「ウリ科」「イモ類・ヒガンバナ科」「マメ科・スイートコーン」「小型葉物類」「セリ科」「アブラナ科」の7種類に分ける。

③1年ごとにブロックのローテーションを行う。

このようなローテーションで、ナス科やエンドウなどの連作障害をおおむね避けることができます。

図:作付けプラン例(4m×5mの20平方mの場合)



ナス科…トマト、ナス、ピーマンなど
ウリ科…キュウリ、カボチャなど
ヒガンバナ科…ネギ、タマネギなど
マメ科…エダマメ、インゲンマメなど
セリ科…ニンジンなど
アブラナ科…キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど
イモ科…サツマイモ、ジャガイモ、サトイモなど
小型葉物類…ホウレンソウ、小松菜など

※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

園芸研究家 成松次郎
神奈川県農業技術センター等で野菜の研究と技術指導に従事後、(一社)日本施設園芸協会で施設園芸及び加工・業務用野菜の生産・流通振興に携わる。現在在、園芸研究家。



リン酸肥料の効果と種類について

リン酸肥料は、作物の生育を促進し、収量や品質を向上させるために重要な役割を果たします。肥料の効果を引き出すためには、適切な施肥設計と栽培環境に応じた使い分けが必要です。今回は、リン酸肥料の効果と種類についてご紹介します。



営農指導員(本所)
今直樹

リン酸肥料の特徴

- 初期生育時の肥料吸収で根の発育を促進させます。根張りを良くすることで、水分と栄養素の吸収効率が高まり、草勢や耐乾性の向上につながります。
- 果菜類や果樹の花芽分化、開花、着果を安定させます。リン酸が不足すると、開花の遅れや花が咲いても実が付かないなど、生育障害が起こりやすくなります。
- 根菜類や果実類の肥大と形状の整いに効果があり、品質向上につながります。成熟を早め、色付きや糖度にも良い影響を与えます。
- リン酸は溶け方に種類があり、肥効の速度に影響します。水溶性リン酸は水に溶けやすく、作物が素早く栄養を吸収できます。可溶性リン酸は水と根から出る酸で溶け出します。不溶性リン酸は水や酸で溶けることはなく、微生物によってゆっくりと分解されます。

使用時の注意点

リン酸肥料は必要以上に施すと、肥料成分の吸収阻害や菌根菌の生育阻害を引き起こす恐れがあります。使用前に土壤分析でリン酸の量を把握し、適切に与える必要があります。また、有機質肥料や堆肥を合わせて使うことで、肥効の持続が期待できます。

●詳しくは、各地区的営農指導員または指導販売部(担当:営農指導課) ☎ 221-2273までお問い合わせください



主要なリン酸肥料

肥料名	肥効	特徴
過磷酸石灰	速効性	水溶性リン酸と可溶性リン酸が主成分です。火山灰土壌では土の中の金属と結びつきやすく、堆肥と石灰の同時使用が望ましいです。
トミーネクサス (亜リン酸)	速効性	亜リン酸肥料は、溶解性と作物体内での移行性(移動のしやすさ)が高いです。また、根腐れ病など、病気の抑制効果が期待できます。
溶成磷肥	緩効性	水溶性リン酸とケイ酸が主成分です。アルカリ性のため酸性土壌の施用が望ましく、火山灰土壌で金属が多く含有していても効果を発揮します。
メリット赤 (ポリリン酸)	緩効性	ポリリン酸は、作物に必要な栄養の保存と光合成を促進する作用があります。日照不足や低温時でも作物の生育を助けることができます。
リンスター	緩効性 速効性	水溶性リン酸と不溶性リン酸が主成分です。pHはほぼ中性でECも低く、土壤のpHとECを変えずにリン酸と苦土を補給できます。
腐植磷	緩効性 速効性	水溶性リン酸と不溶性リン酸、腐植酸が主成分です。土壤の改良や作物の生育を促進し、保肥力の向上や微生物の活性化に効果があります。
苦土重焼磷	緩効性 速効性	水溶性リン酸と不溶性リン酸が主成分です。また、配合されているマグネシウムがリン酸の吸収を助けるため、元肥に適しています。



相次相続控除について

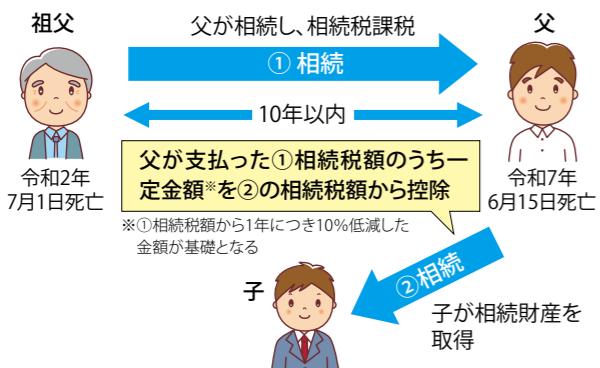


たかはし
智敏
高浪 税理士

Q1 相次相続控除とはどのような制度ですか？

A1 相次相続控除とは、相続開始前10年以内に被相続人（亡くなった方）が相続、遺贈や相続時精算課税による贈与によって財産を取得した人の相続税額から一定の金額を控除できる制度です。短期間に相続が相次いで発生した場合、相続人の税負担が過重にならないようするための仕組みです。相次相続控除は「税額控除」であることから、この控除の適用を受けるか否かは相続税の納付金額に大きな影響を与えます。

【相次相続控除のイメージ図】



Q2 相次相続控除の適用する要件は何ですか？

A2 次の3つの要件をすべて満たす必要があります。

- ①1回目の相続から10年以内に2回目の相続が発生していること。
- ②2回目の相続での被相続人が1回目の相続で財産を取得し、相続税を納税していること。
- ③被相続人の相続人であること。

Q3 相次相続控除の留意点について教えてください。

A3 次の4つが留意点となります。

- ①相続人以外が遺贈により財産を取得する場合、適用できません。
- ②1回目の相続や2回目の相続において相続人が相続放棄をしていた場合、適用できません。
- ③相次相続控除を適用して相続税額が0円となる場合は相続税の申告は不要となります。ただし、2回目の相続によって取得した相続財産（不動産）を相続開始から3年10ヶ月以内に売却する予定があるときは、「取得費加算の特例」が適用できる可能性があるため相続税の申告が必要です。
- ④相次相続控除額は所定の計算式に従い財産の取得割合によって按分されます。相続人が任意で決めることはできません。

Q4 相次相続控除の適用を失念していた場合に、控除適用する方法はありますか？

A4 相続税の申告期限から5年以内であれば更正請求（納めすぎた税金の還付請求）をすることにより相次相続控除を受けることができます。

詳しくは、JAまでご相談ください

困りごと JAへ 事前予約制

無料相談会のお知らせ

日時等は変更になる場合がありますので、詳細については、担当部署もしくは最寄りの支所店へお問い合わせください。

法務相談

各種法律に関する相談についてお受けしています。
会場 JAあづぎ本所3階「相談室303」
相談員 高橋 晚子顧問弁護士
日程 12月 5日(金) 12月 22日(月)
1月 8日(木) 1月 20日(火)
※9時30分より(1人30分5人まで)受付順
お問い合わせ 各支所店または総合相談部(担当:総合相談課) ☎259-7776

税務相談

所得税・相続税など税に関する相談についてお受けしています。
会場 JAあづぎ本所3階「相談室303」
相談員 JAあづぎ契約税理士
日程 12月 10日(水)
1月 14日(水)
※13時30分より(1人1時間3人まで)受付順
※ご予約は相談日10営業日前の12時まで
※上記日程以外での予約をご希望の場合は、お問い合わせください
お問い合わせ 総合相談部(担当:総合相談課・推進課) ☎259-7776

暮らしによりそう総合相談会

相続遺言・民事信託、資産形成、ローン、保障見直し、葬儀、不動産活用などに関する相談についてお受けしています。
会場 JAあづぎ本所
相談員 JAあづぎ職員
日程 1月 17日(土)
※10時より(1人1時間5人まで)受付順
※各支所店でも開催しておりますので、詳しくはJAあづぎホームページをご確認ください
お問い合わせ 総合相談部(担当:総合相談課・推進課) ☎259-7776



▲詳しくは
こちら

新鮮で安全・安心な農畜産物を食卓へお届けし、皆さまに食と農の大切さをお伝えします。

夢未市・グリーンセンター Yumemiichi かわら版 Greencenter



▲直営所のイベントカレンダーは、こちらをご覗ください。

夢未市・グリーンセンターからのお知らせ

～冬の風物詩が出番～ 厚木産シクラメンの特別販売を開催！

地元で生産される新鮮なシクラメンの特別販売を行います。当時は、サイズや色など、種類豊富なシクラメンが並びます。ご自宅用はもちろん、贈り物にもおすすめです。ぜひお買い求めください。

開催日

夢未市	グリーンセンター
12月6日(土)	12月13日(土)
7日(日)	14日(日)

※夢未市では、正午まで生産者が対面販売を行い、管理方法などのアドバイスをいただけます



夢未市・グリーンセンターのおすすめ

～農協直売所シリーズで楽しむ～ 芋料理を手軽に味わおう♪

旬を迎えるサツマイモやジャガイモ。夢未市やグリーンセンターの売り場にも、さまざまな種類が並んでいます。今回紹介するのは、手軽に芋料理が楽しめる2つの商品。ぜひお試しください。



大学芋のタレ

サツマイモ料理の代表格である「大学芋」。揚げたサツマイモにからめるだけで、甘じょっぱく本格的な味わいが楽しめます。食卓にもう1品足したい時や時短につなげたい時にもおすすめです。

価格: 280円(税込)

価格: 280円(税込)

※ジャーマンポテトの素は夢未市ののみで販売

ジャーマンポテトの素

ジャガイモとベーコンだけでもうまいの効いた「ジャーマンポテト」が作れます。採れたてのジャガイモのホクホク感と幅広い年齢層から好まれる深い味わいをぜひお楽しみください。

グリーンセンターのおすすめ

優れた浸透移行性の殺菌剤「リドミルゴールドMZ」

今回紹介する「リドミルゴールドMZ」は、浸透移行性でべと病と疫病に高い防除効果を発揮する殺菌剤です。散布後は、植物体のすみずみまで有効成分が浸透移行し、発病前の病原菌も殺菌します。これから季節は、タマネギのべと病対策におすすめです。詳しくは店舗にてお気軽にお声がけください。

価格: 500g 4,327円(税込)



夢未市宅配サービス

新鮮な農産物の詰め合わせをご自宅までお届け♪

ゆめみちゃんボックス 3,000円(税込) ご注文受付中!

ご注文は指導販売部 ☎290-0141
(担当:総合販売課)
☎221-2273

※ご注文の詳細については、JAあづぎホームページをご覧ください

休業日・営業日時のお知らせ

夢未市

厚木市温水255

☎290-0141

9時30分～17時

(ジェラートコーナーは10時～16時)

休業日

12月の休業日:無休

※31日(水)は15時までの営業

毎月第3水曜日

(3月・9月は第2水曜日、

1月・8月・12月は除く)

1月1日～4日

グリーンセンター

厚木市三田1827-1

☎241-6150

9時30分～17時

(精米機は9時30分～16時30分)

休業日

12月の休業日:10日(水)

毎月第2水曜日

(8月は第1水曜日、1月・5月は除く)

12月31日～1月4日

※巡回指導時を除き、JA農芸技術顧問が常駐

グリーンセンター講習会のご案内

1月13日(火) 初心者向け

春ジャガの植え付け準備

開催場所: グリーンセンター

開催時間: ①10時～11時

②14時～15時

募集人員: 各回15人(合計30人)先着順

参加費: 無料

申込先: 指導販売部(担当:総合販売課)

☎221-2273

①田村自然菜園 直売所

地元の気候や土壤に合わせて栽培を工夫し、地域の農と食をつなぐ旬の農産物を直売しています。11月から12月にかけては、キウイフルーツやホウレンソウが並ぶ予定です。直売所では現金のほか、PayPayでの支払いが可能です。



*詳しくはインスタグラムをご確認ください

厚木市愛甲西
3-6-22付近
④早朝～売り切れまで

⑤不定休
(生産状況により)
※直売所ののぼりが目印



②ハイウェイパークあつぎ

東名高速道路を挟むように位置する公園。園内は細長く、遊歩道のように整備されているので、散歩や散策にも最適。子どもたちが遊べるすべり台やブランコなどの遊具のほか、バスケットゴールや健康遊具なども設置されています。また、園内には22種類の樹木や、ボランティアの方々による花壇も設置されるなど、季節ごとの風景を楽しむことができます。



厚木市愛甲西1-1付近

③メゾンドゥアズ

県産・地場産の食材を使った料理が楽しめる、今年10月にオープンしたピストロ。フランス料理の技法を用い、素材の味を最大限に生かしています。看板メニューは、かながわブランドに登録される「あつぎ豚」を使ったポークステーキと、「湘南伊勢原のさかもとのたまご」をオムレツにした牛タンシチュー、オムライス。夜は、酒類に合うメニューも豊富です。



厚木市愛甲1-4-19(1階) 046-281-8600
④11時30分～15時(14時30分) ⑤不定休
18時～翌1時(料理 0時 ドリンク 0時30分) ※詳しくはインスタグラムをご確認ください



地域に愛され
親しまれる店を
目指します！

⑥住所 ⑦営業時間 ⑧ラストオーダー ⑨電話番号 ⑩定休日
※営業時間等は変更となる可能性があります

散步の
合間に!
簡単!
エクササイズ

体を動かして
毎日元気に！

体側を曲げ伸ばす運動+脚を曲げ伸ばす運動



今回紹介するのは、体側と脚を曲げ伸ばす運動です。冷える季節は筋肉もこわばりがち。しなやかな動きでリフレッシュして、冬の不調を予防しましょう。短時間のちょっとした動きで体も心も温まります。

愛甲西・愛甲 南毛利地区

地域の自然と 食を楽しむ

今回は、厚木市の南部に位置する愛甲西と愛甲を巡ります。国道246号線や東名高速道路、小田急小田原線が通るこの地域は、日々にぎわいを感じることができます。玉川沿いには豊かな田園風景が広がります。季節によって変わる景観を楽しみながら、地元の食材やグルメを楽しんでみてください。



①～③ まで約1.5km

P R E S E N T Q U I Z
ク ロ ス ウ ー ド
パズルを解いて、キーワードをお答えください。

応募者の中から抽選で5名様に夢未市等で使える
商品券500円分をプレゼント!!



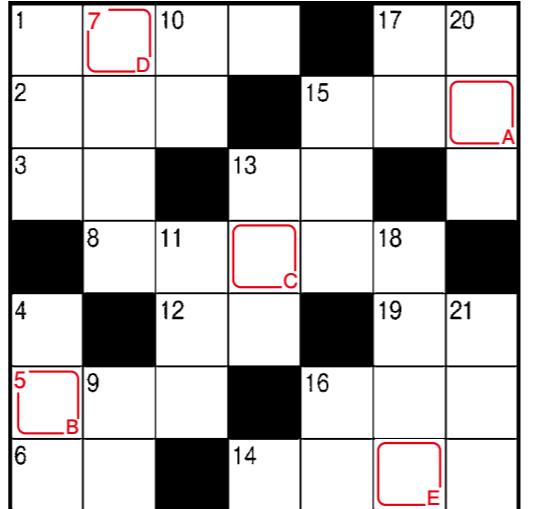
問題 二重マスの文字を A～E の順に並べてできる言葉
は何でしょうか？

◆タテのカギ

- 夜目——笠の内
- 足を中に入れて暖を取ります
- サッカー日本女子代表の愛称に使われている花
- クリスマスツリーに使われる木
- 日本酒を温めること
- じょうごとも呼ばれる道具
- 忘年会で乾杯の——を取った
- 高いところに載せたものを取るときの体勢
- クリスマスツリーのてっぺんにも飾ります
- 青い染め物に使われる植物
- 物ごとの順序などがさかさまになつてゐること
- さざなぎにすることも多い根菜
- 韓国の首都

◆ヨコのカギ

- サンタクロースが乗るソリを引きます
- 練り物や大根などを煮込みます
- ごはんのこと。握り——
- 和服の袖の下、袋状の部分
- を憎んで人を憎まず
- 南米の北端にある国。首都はボゴタ
- 漢字では独活と書く山菜
- 木を切り倒すときに使います
- dBと表記される、音などの強さを示す単位
- 暮れのあいさつとして贈ります
- 人間は二足——をする生き物です
- 疲れたときには出して、おいしいときは落ちるもの
- 泣き顔になること。——をかく



答え

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

■11月号クロスワードの答え:
「ブンカサイ」



二次元コードを読み取るとホームページの
応募フォームが表示されます。

※お寄せいただいた個人情報は、広報事業、賞品発送に利用するほか、個人を特定できない統計情報とした上で、マーケティング等に利用させていただきます

宛先

〒243-0004 厚木市水引2-9-2

JJAあつぎ総合企画部グリーンアートあつぎクロスワード・お便りコーナー係宛

応募方法

ハガキ・FAX・ホームページで①クイズの答え②郵便番号・住所③氏名④電話番号⑤年齢⑥組合員資格区分「正組合員(家族含む)」「准組合員(家族含む)」⑦身近な話題やJA・情報誌に関するご意見・ご要望を記載しご応募ください。
■FAX 046-223-8814
■https://www.ja-atsugi.or.jp/form/greenart/ ■締め切り 12月12日(金)

お便りコーナー

読者の皆さまからいただいたお声をご紹介します。絵手紙や写真の応募も大歓迎です。
たくさんのお便りをお待ちしています。

特集の「初めてのスマホセキュリティ講座」がとても参考になりました。家族と共有して、被害に遭わないように気を付けていきたいと思います。

(厚木市宮の里 Yさん)

年々詐欺の手口が巧妙化しており、特にフィッシング詐欺の報告件数が急増しています。できることから実践し、トラブルを防ぎましょう。

農通通信の「レモンの栽培方法について」がとても参考になりました。今まで何回か失敗をしているので、記事を参考に頑張ろうと思います。

(厚木市温水 Nさん)

参考にさせていただきありがとうございます。栽培する上でご不明な点などがございましたら、グリーンセンターの営農相談窓口でご相談ください。

編集後記

いよいよ今年も残す所1ヶ月ほどとなりました。今年は猛暑が長く続き、心身の疲れを感じている人も多いのではないかでしょうか。今回の特集では、「漢方で心の養生」と題し、心身の不調に合わせた食材や、簡単な体操なども紹介しています。ぜひ参考にしていただき、新しい年に向けて心身を整えていきましょう。そして、11月は各地区や本所で農業まつりを開催しました。皆さん、ご来場いただきありがとうございました。(吉川)



わが家
Photo

厚木市
下荻野

なんば 難波 咲桜くん(4歳)

やえ 椰永くん(3ヶ月)

父: 賢太さん 母: 瑞希さん

弟がもう少し大きくなったら
ミニカーと一緒に遊びたいです♪



素敵な笑顔を見てくれた咲桜くんと椰永くん。最近は、家族で鴨川シーワールドに出かけ、大迫力のシャチショーやさまざまな海の生き物を見るなど、思い出に残る楽しい時間を過ごしました。

幼稚園に通う咲桜くんは、秋に行われた運動会で鉄腕アトムの音楽に合わせた旗体操を披露。踊りやかけっこにも一生懸命取り組み、練習の成果を発揮しました。自宅ではミニカーで遊ぶのが好き。特にパトカーなどの働く車がお気に入りです。また、最近はポケットモンスターがブームで、貯めたお小遣いで「ポケデルゼ」というおもちゃを買いました。弟の椰永くんは、少しずつ周りも見えるようになり、家族があやすとニコッとうれしそうな表情を浮かべるなど、すくすく成長しています。

ご家族は「楽しい日々を過ごしながら、元気にあいさつができる子に育ってほしい」と話しました。これからも兄弟仲良く、たくさんの思い出を作ってね♪

組織ボイス



依知地区 山の根生産組合

景観を彩り
地域の発展へ

生産組合長 甘利 栄さん



Q1 組織や地域の特徴を教えてください。

依知地区の北部に位置し、昔は養蚕、現在は圈央道沿いに相模川を源とした水田が広がるなど、農業が盛んな地域です。組合員は44人が所属し、地域に根ざしたさまざまな活動を通じて交流を深めながら、地域農業の振興に努めています。

Q2 どのような活動をしていますか。

「地域にヒマワリを咲かせる活動」は、景観美化を通じた地域の活性化に向け、4年前から取り組んでいます。種まきからはじまり、開花まで協力しながら管理を行うなど、より多くの人に楽しんでもらえるよう一丸となって取り組んでいます。開花時期には、きれいに咲き誇ったヒマワリを鑑賞しながら、次年度の植え付けについて話し合いを行っています。

Q3 今後の目標を教えてください。

世代交代が進む中、この地や組織として取り組むことの魅力を継承していくことを考えています。今後も、地域とのつながりを大切に、農を軸とした活動に励んでいきたいです。



大切な方のお別れを、心をこめてお手伝いします。

24時間電話対応
046-221-1800(直通)

24時間病院等へのお迎えと靈安室でのお預かりも承ります

靈安室にお預かりして、ホールで納棺できます

夜間受付電話(17時~翌日8時30分)は、「JAあつぎ夜間コールセンター」が対応いたします。

事前相談で後悔・不安のないお葬式を

ほとんどの人にとって初めての体験である「葬儀」は、分からぬことばかり。どのような葬儀にしたいかや費用面を把握しておくことで、不安が解消されると思います。ご相談は随時承りますので、お気軽にお連絡ください。



JAあつぎ契約税理士による「譲渡所得・贈与税申告相談会」のご案内

令和7年中に資産の売却や資産の贈与を受けた方で、譲渡所得や贈与税の申告が必要な方は、事前予約にて相談をお受けいたします(申告が必要か不明な場合もお問い合わせください)。

管轄支所店	会 場	相談日
依知支所	依知支所	2月2日(月)
北支店		2月5日(木)
依知南支店		2月9日(月)
依知支所	依知南支店	2月3日(火)
北支店		
依知南支店		
荻野支所	荻野支所	1月30日(金) 2月9日(月)
睦合支所	睦合支所	1月30日(金) 2月5日(木)
小鮎支所 宮の里支店	小鮎支所	1月30日(金)
玉川支所 清川支所	玉川支所	2月3日(火)
南毛利支所 愛甲支店	南毛利支所	2月5日(木)
相川支所	相川支所	2月2日(月) 2月6日(金)
駅前支店 本所	本 所	2月26日(木) 3月5日(木)

*会場につきましては、合同店舗開催となる支所店もございますのでご注意ください

譲渡所得・贈与税の具体例

- ・土地や建物を売却した
- ・不動産の交換をした
- ・収用事業により土地や建物を売却した
- ・住宅資金の贈与を受け建築した
- ・金銭や不動産の贈与を受けた
- ・父母や祖父母から財産の贈与を受けた
- ・配偶者の居住用財産の贈与を受けた



お問い合わせ 各支所店または総合相談部(担当:総合相談課)
0259-7776

各種相談受付(お問い合わせ 平日 8時30分~17時)

農業に関する相談(要予約)	交通事故受付
日 時: 平日 8時30分~17時	日 時: 平日 8時30分~17時
相談員: 厚木市都市農業支援センター職員	相談員: 査定課職員および全共連職員
お問い合わせ: 厚木市都市農業支援センター 0221-5511	お問い合わせ: 共済部(担当:査定課) 0221-2866
介護相談	結婚相談
日 時: 平日 9時~17時	日 時: 第2・4土曜日 10時~15時
相談員: 福祉課職員	※場所は本所相談室302
お問い合わせ: 組織文化部 (担当:福祉課) 0225-7716	相談員: 専任相談員
	お問い合わせ: 総務部(担当:庶務課) 0221-1666

JAグループ神奈川がお送りする新鮮情報番組

旬菜ナビ
毎週日曜日 9時~9時30分
(再放送)毎週曜日 10時~10時30分

12月 7日 大地のめぐみ・土のチカラ
~相模原~ JA相模原市

12月14日 農家を守れ!
はだのハンターズ JAはだの

12月21日 三浦ダイコン物語 三浦市農協

12月28日 もっと! 知って! 食べよう!
地場野菜~平塚・伊勢原~ JA湘南

農業委員・農地利用最適化推進委員のご紹介

令和7年10月17日に就任した農業委員および農地利用最適化推進委員をご紹介します。(任期:令和10年10月16日まで)

農業委員	農地利用最適化推進委員
氏名	地区
市川秀夫	高澤友紀子
依知	梅澤公義・小林倫久
伊藤洋文	高瀬正美
荻野	小野晴巳・三平定邦
大塚孝雄	常盤悟
睦合	高井利之・石井照治
大貫昭司	三橋能弘
小鮎	馬場保雄・山本金五
神崎吉男	山川宏司
玉川	高橋浩幸・加藤勇
小池よし子	山口泉
南毛利	加藤克美・春山清泰
庄司隆行	厚木・相川 藍田金久・山口治久

お問い合わせ 厚木市農業委員会事務局 0225-2480

JAあつぎ本所クッキングスタジオ「DaidoCoひなた」講習会のご案内



① スパイスを楽しもう! ~チャイ~

日 時 1月16日(金)10時~12時30分

参 加 費 組合員・組合員家族800円(税込)

一般1,100円(税込)

定 員 先着25人

② 旬の野菜料理講習会 ~葉ニンニクとブロッコリー~

日 時 1月28日(水)10時30分~13時

参 加 費 組合員・組合員家族1,100円(税込)

一般1,400円(税込)

定 員 先着25人

申込受付 1月5日(金) 8時30分より



詳しくはJAあつぎホームページをご確認ください

お問い合わせ 組織文化部
(担当:生活ふれあい課)

0221-6881

理事会だより

令和7年10月29日に行われた理事会に上程された主な議案は、以下の通りです。

- ・令和7年度事業計画および自己改革の実践計画の検証結果について
- ・第17次協同活動強化運動JAあつぎ3か年プランおよび令和8年度事業計画について
- ・年末年始の業務について
- ・JAバンク健全化要綱に定める「JAの経営状況等に係る報告」について
- ・仮決算期監査意見書について
- ・令和7年度ウインターキャンペーン特別金利定期貯金について
- ・厚木市制70周年記念事業 第55回厚木市農業まつり畜産祭・収穫祭について

年末年始の業務案内

	年 末	年 始
一般・金融・共済業務	12月30日(火)まで	1月5日(月)より
ATMの稼働時間	12月31日(水)~1月4日(日)の期間も通常通り(8時~21時)稼働いたします。	
交通事故の受付	休業時の交通事故連絡については、フリーダイヤルをご利用ください。 0120-258-931	
夢未市	12月31日(水) 15時まで	1月5日(月)より
グリーンセンター	12月30日(火)まで	1月5日(月)より
移動販売車 「ゆめみちゃん号」	12月23日(火)まで	1月8日(木)より
Tomoni内「夢未市出張販売所」	12月24日(水)まで	1月7日(水)より
県域物流センター (生産資材・生活用品の注文・配送)	12月29日(月)まで	1月5日(月)より
	12月29日(月)注文分は最短で1月5日(月)以降の配送となります。	
灯油配送	注文受付は配送日の前営業日までとなります。配達当日の注文はお受けできない場合がございますのでご了承ください。	
依知・睦合地区	12月22日(月)まで	1月5日(月)より
荻野・小鮎・宮の里地区	12月23日(火)まで	1月6日(火)より
本所・駅前地区	12月24日(水)まで	1月7日(水)より
玉川・清川地区	12月25日(木)まで	1月8日(木)より
南毛利・相川地区	12月26日(金)まで	1月9日(金)より
プロパンガス	12月30日(火)まで	1月5日(月)より
	休業時のガス切れや修理、ガス漏れについてはJAあんしんセンターをご利用ください。 0120-182-571	
農業機械レンタル事業	12月26日(金)まで	1月5日(月)より
JAあつぎすずしろ (訪問介護ヘルパー)	12月30日(火)まで	1月5日(月)より
	すずしろの訪問介護ヘルパーについては年末12月29日(月)まで、年始は1月5日(月)より	
葬 祭	葬祭関係のお問い合わせは、葬祭課 0221-1800までご連絡ください。 時間外(17時~翌日8時30分)については、JAあつぎ夜間受付コールセンターでの対応とさせていただきます。	
厚農商事(株)	12月26日(金)まで	1月5日(月)より

お問い合わせ 総務部(担当:庶務課) 0221-1666

JAあつぎの概要(令和7年9月末日現在)

組合員数	18,888人
正組合員	4,072人
准組合員	14,816人
職員数(正職員)	344人
貯金	372,616百万円
貸出金	109,271百万円
共済保有高	572,682百万円
購買取扱高	3,212百万円
販売取扱高	825百万円
出資金	2,354百万円



●発行・編集／厚木市農業協同組合 総合企画部 企画課 TEL:243-0004 厚木市水引2-9-2
●印刷／山陽印刷株式会社 12月号 vol.248 2025年11月17日発行



今月のレシピ

ダイコンのゆかり揚げ

材料(2人分)

ダイコン	300g	B	酒	大さじ3
大葉	3枚		みりん	大さじ1
サラダ油	適量		ゆかり	大さじ1
A	片栗粉 大さじ2		ニンニク(すりおろし)	小さじ1/2
	ゆかり 小さじ2			

作り方

- ①ダイコンは乱切り、大葉はみじん切りにしてボウルに入れる。Aは別皿で混ぜ合わせておく。
- ②①のボウルにBを加え、全体にからめる。30分ほど置き、味を染み込ませる。
- ③②をAにつけ、170°Cのサラダ油で上下を返しながら2~3分ほど揚げたら完成。

旬の農産物情報 12月のおすすめ「ダイコン」

ダイコンには、ジアスターイゼという消化酵素が含まれており、胃もたれや二日酔いを防ぐ効果が期待できます。ぜひ、新鮮な地場産のダイコンを味わってみてください。

厚木市小野でダイコンを育てています。消費者から人気の品種を選定し、味の良い「冬自慢」と紫色が鮮やかな「紅しぐれ」を栽培。11月下旬から1月下旬にかけて夢未市に出荷しています。

栽培では、米ぬかや堆肥、油かすを混ぜ込んだ有機肥料を施用し、軟らかく栄養豊富な土を作っています。また、根を真っすぐ伸ばすため、適切なタイミングで数回土寄せを行い、水分と栄養をたっぷり吸収させるなど、みずみずしく甘みのあるダイコンに仕上げています。

食味が良く火を通すとやわらかな食感の「冬自慢」は、おでんなどの煮物や炒め物に、色鮮やかな「紅しぐれ」は、見た目の良さを生かしたサラダや酢漬けなどがおすすめです。



みつはし てるお
三橋 光雄さん
(玉川地区)