

夢ある未来へ 人とともに、街とともに、大地とともに…

JAあつぎ情報誌

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

AUG.
2026
vol.256

8



あつぎ

グリーンアート



特集

お米を作るだけじゃない?
田んぼの役割を学ぼう



第17期親子夢未Kidsスクールが開校



厚木産マスクメロン上々の出来



厚木市青空クラブが保育所に地場産花きを寄贈



地場産の梨・ブドウが旬を迎える



土

農業で地域を支える生産者を紹介

とともに

試行錯誤を重ねて 希少価値の高い ラズベリーを栽培

厚木市温水
やまもと たかふみ
山本 卓史さん (31)
南毛利地区にある約20アールのハウスでラズベリー栽培に取り組むほか、スイカやオクラなどの露地野菜も生産しています。



ラズベリーの剪定作業を行う山本さん

山本さんは「就農当初は圃場の確保や栽培での苦労も多かったが、現在は味や香りに自信を持って出荷できている。これからも出荷先や消費者とのコミュニケーションを大切にし、より多くの人に自慢のラズベリーを届けられたら」と意気込みを語りました。

今後は、栽培技術のさらなる向上を図るほか、6次化商品の開発を視野に入れるなど、国産ラズベリーのさらなる認知度向上に取り組む予定です。

山本さんは「就農当初は圃場の確保や栽培での苦労も多かったが、現在は味や香りに自信を持って出荷できている。これからも出荷先や消費者とのコミュニケーションを大切にし、より多くの人に自慢のラズベリーを届けられたら」と意気込みを語りました。

多様な販路で認知度高める

収穫したラズベリーは、夢末市や市場に出荷するほか、インターネットを通じて販売。収穫期以外でも味わってもらえるよう一部冷凍販売も行い、市内のジェラート店で活用されています。国産ならではの新鮮さと豊かな香り、絶妙な甘さが評判を呼び、近頃は都内のホテルでも提供されるなど、製菓材料としての需要も高まっています。

ラズベリーの栽培では、6月と10月頃の収穫に向け、剪定や水やりをはじめとした管理を丁寧に行う。使用できる農薬が限られているため、防虫ネットの活用に加え、葉や枝をくまなく観察し、害虫被害の早期発見・対処に努めています。国内では栽培事例が少ないことから、大学時代の研究で培った知識や経験を生かしながら、日々生産に励んでいます。

ラズベリー栽培に情熱を注ぐ



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
お米を作るだけじゃない!? 田んぼの役割を学ぼう	
グリーンニュース	7
第50回清川地区農業まつり グリーンセンターが開店2周年を迎える ほか	
あぐりスポット	10
夢末市・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



Instagram



JAあつぎ
公式



夢末市



グリーン
センター



YouTube



JAあつぎ公式
「ゆめみちゃんねる」



LINE



夢末市



特集

お米を作るだけじゃない!?

●監修…林騰史
●イラスト…小林裕美子

田んぼの役割を学ぼう

田んぼは稲を育てるだけではなく、人や環境、さまざまな生き物に対しても役立っています。どのような働きをしているのか学んでみましょう。

田んぼにはどんな役割があるの？

稲を育てる

田んぼの役割はいろいろあります。一番大切なのは、米を収穫するために稲を育てることです。農作物は同じ場所で同じ作物を繰り返し栽培すると、生育が悪くなったり枯れたりする連作障害が起こりやすくなりますが、田んぼではそれがありません。米は安定的に食べることができる優秀な農作物なのです。

周囲の気温を調節する

田んぼは、気温を調節してくれる機能もあります。夏に地面に水をまくと、水が蒸発するときにひんやり涼しくなります。水をためた田んぼも周囲を冷やしてくれます。アスファルトやコンクリートで地面が覆われた都会から田園地帯来到ると、違いを体感できます。

洪水などの水害を緩和

台風や大雨などで川の氾濫が起こっても、河川と民家の間にある田んぼが遊水池となり、水害の広がりを抑制してくれます。川の氾濫により土地が肥沃となるため、太古より川の近くに人々は住み、農業が営まれてきました。

地下水源を守る

田んぼは、地下水源を守るのにも役立っています。山や田んぼからゆっくりと浸透した地下水を蓄えています。

生態系を守る

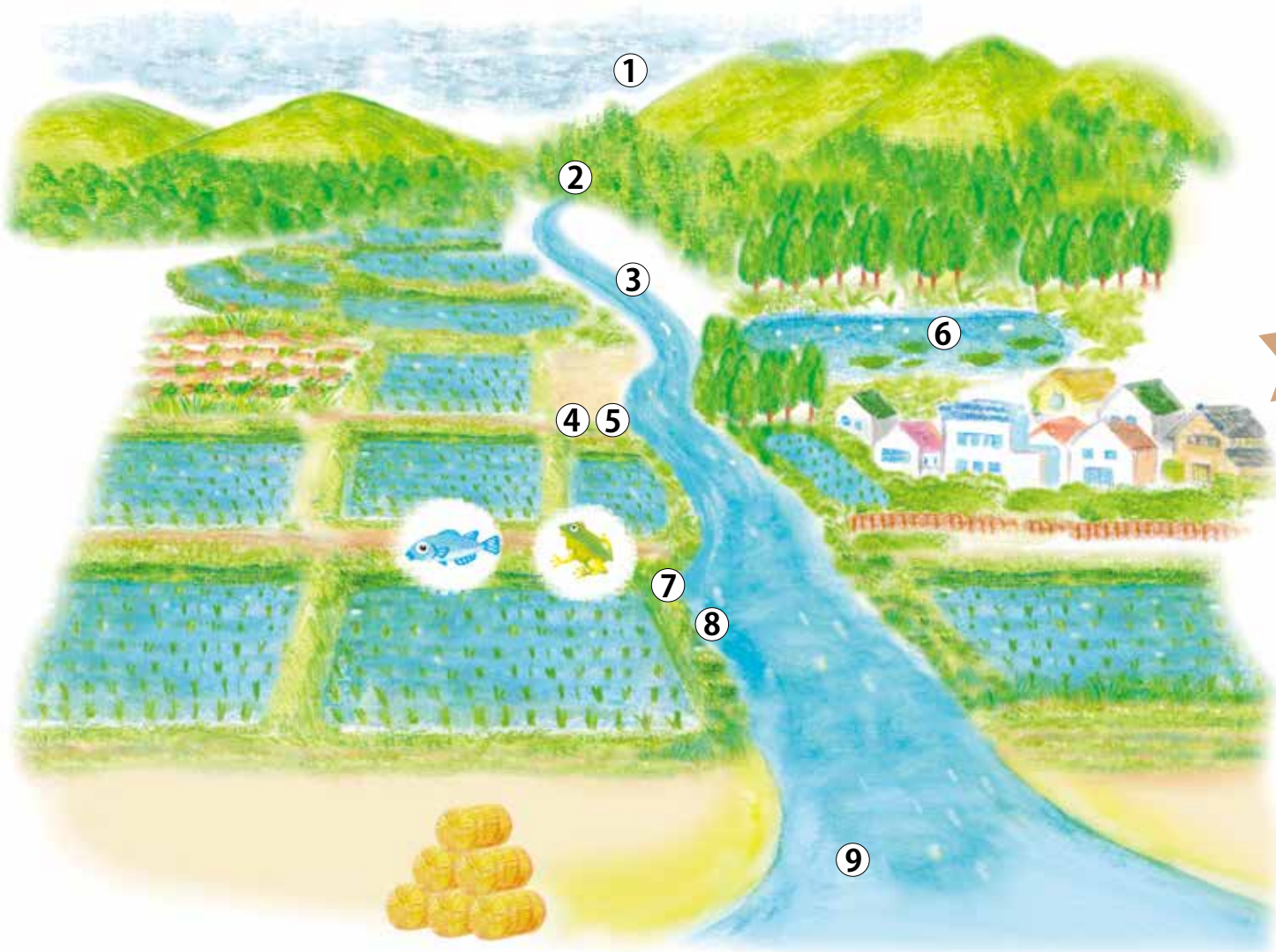
田んぼで農業が営まれることで、豊かな生態系が保たれ、多様な生き物が生息しています。多くの生き物が集まり、短期間でプランクトンから鳥類までの食物連鎖が成立します。田んぼの周りで形成される食物連鎖によって、多くの生き物が集まり、つながりあって生きているのです。

人に学びや安らぎを与える

農村地域での生活や農作業を通じて、動植物や豊かな自然に触れることは、人間の豊かな感性や情操の育成に役立ちます。また、田んぼが織りなす美しい田園風景や四季の変化などが、人に安心と安らぎを与え、心と体のリラックスにもつながります。

稲作と文化

稲わらは、納豆やわらじ(靴)、正月飾りなどに使われていました。米のこうじは、酒やみそを造るのに使われ、発酵文化を支えています。稲作は、日本の文化風習に、多岐にわたって影響を与えているのです。



水を循環させる田んぼ

海上で雲ができる

- ①雲が山にぶつかり雨が降る
- ②雨水が森に蓄えられ、泉が湧く
- ③川となって流れる
- ④水を田んぼに引く
- ⑤ゆっくりと浸透した地下水も蓄えられていく
- ⑥ため池に蓄えた水が田んぼに使われる場合も
- ⑦田んぼから水路へ流す水を頼りに、魚が産卵にやって来ることも
- ⑧田んぼから出た水が川へ流れる
- ⑨川の水が海へと注がれる

ぜ～んぶつながっている!?

田んぼの周りにある自然や風景を観察してみよう

山地

天然林

落葉広葉樹林、照葉樹林が、田んぼにも流れるきれいな湧き水を育みます。山桜やフジの花、マタタビの葉などは遠くからでも色が違うので分かります。冬になると落ち葉が散った山は稜線が墨で描かれた絵のような美しさがあります。近年は拡大造林で山の上までスギ・ヒノキが植えられ、冬でも濃い緑のままの山が多々見られます。



人工林(左)と天然林(右)

平地

平坦地の水田

日照時間が長く大型機械を入れやすいため、米の生産効率が高いです。



田んぼの生き物を狙うノスリ

民家の生垣

サザンカなどの花は、メジロやスズメなど小鳥の隠れ家になり、受粉や田畑の虫を間引く役割があります。また庭木で小鳥たちが休むことができます。



田んぼでの生き物調査と屋敷林

中山間地

里山林(二次林・雑木林)

薪炭材、シイタケなどが採れ、里と山林の緩衝地帯にもなっています。里山での農林業が盛んで人の往来が多いと、鹿やイノシシ、猿などが山から降りて来にくく、獣害も減ります。反対に、過疎化などによって耕作放棄地が増え、田畑がやぶになってしまったり、二次林の管理ができなくなったりすると、動物たちが里に現れ、獣害が起きる原因となってしまいます。



棚田とあぜと畦畔木



地面を這うように茎を伸ばしあぜを縛るオオジシバリ

棚田、谷津田

段々になった棚田、森林に囲まれた谷間にある谷津田など、地形に沿った形の田んぼです。あぜや斜面の割合が多く、たくさんの種類の草や木を育み、小動物たちの蜜源や隠れ場所になります。

あぜの草花や木

地面を縛って土壌流出を食い止めるほか、田んぼに入れ過ぎた肥料成分が川の水を汚すのを防ぐ役割もあります。

JAあつぎの取り組みや
お米ができるまでの
流れは次ページを
見てね!



JA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/>

12 生産支援に感謝し花束贈呈 厚木市園芸協会バラ部会

厚木市園芸協会バラ部会は6月11日、日頃の支援や消費拡大への取り組みに感謝し、大矢和人組合長にバラの花束を贈りました。

当日は、バラの生産振興について会談。同部会とJAが連携を強め、さらなる消費拡大と認知度向上を目指すことを約束しました。



大矢組合長㊤に花束を贈呈

12 清川村の農業と食の魅力を発信 第50回清川地区農業まつり

清川地区協同活動推進委員会は6月7日、「第50回清川地区農業まつり」を開催しました。今年は「清川村制70周年記念清川産業まつり」と同時開催。同村と連携したPRにより、多くの来場者でにぎわいました。

当日は、特産品「清川茶」の詰め放題のほか、地場農畜産物の即売や同村で生産される「清川恵水ポーク」を使った肉うどんの提供、演芸大会など、さまざまな催しを実施。協同活動を通じて、組合員・地域住民との交流を深めるとともに、同村の農業と食の魅力を広く発信しました。



講師㊤から調理のポイントを学ぶ参加者



小麦の収穫作業を行う土井さん

15 農地生かし小麦生産 小麦が収穫期を迎える

JAあつぎ管内では、耕作放棄地・遊休農地の解消に向け、新規就農者を中心に小麦の生産を進めています。今年は6人の生産者が「さとのそら」と「ゆめかおり」を計411アールで栽培しています。

6月上旬には収穫を迎え、乾燥・調製・選別の作業を経てJAに出荷。JAが全量を買取り、6次産業化を進めるなど、農家所得の向上と農業生産の拡大につなげています。

生産者の土井需さんは「安心して食べてもらえる作物の生産に努めるとともに、管理の行き届く範囲で栽培面積を広げ、農地保全につなげていけたら」と話しました。



特産品「清川茶」の詰め放題を楽しむ来場者

4 酢を取り入れて食欲増進 お酢の料理講習会

JAあつぎは6月8日から12日の5日間、夏場の食欲低下への対策を伝え、食を通じた健やかな体づくりにつなげてもらおうと、女性部・次世代部・地域住民を対象に各地区で「お酢の料理講習会」を開き、124人が参加しました。

同講習会では、大興産業(株)の栄養士が講師を務め、「はめられ酢」や「らっきょう酢」などのエコープマーク品の特徴を紹介。参加者は、「オクラと鶏ひき肉のサンラータン」や「油あげとみょうがのお寿司」など4品を調理し、酢が持つ健康作用や料理への活用方法について理解を深めました。

JA あつぎでは、田んぼで学びの場を提供

命が巡る田んぼの生態系

田んぼには多様な水生生物が共生しています。特にカエルは水田の稲作サイクルに合わせて成長します。また周辺には、ヨモギやカキドオシ、ノビルなどの山野草が生え、イナゴやドジョウなどがいて、私たちの食べ物になってくれます。

田んぼに流れ込んだ水は日光で温まり、プランクトンを育み、ヤゴや水生昆虫、小魚の餌になります。田んぼで育ったユスリカやトンボを小鳥が食べ、カエルはヘビに、小鳥やヘビはタカやフクロウに捕食されます。このように田んぼから命がつながっているのです。



「田んぼの生きもの調査」では、ヤゴやアメンボなど、毎回さまざまな生き物を発見しています!

楽しみながら農業と生物多様性を学ぶ

田んぼの生きもの調査

JAあつぎでは、農業と環境の関わりや生物多様性保全の大切さを伝えようと、管内の小学生親子を対象に「田んぼの生きもの調査」を開催しています。調査では、実際に田んぼに入って水や土に触れ、あぜや空なども観察し、田んぼの周辺で生息する生き物を調べます。この他、農業が多くの生き物を育む自然環境を守っていること、営農継続には消費者の協力が不可欠であることなどを説明し、地産地消の重要性も伝えています。

田んぼで育った米が私たちの食卓に届くまで

管内で生産されるお米はどんな工程を経て、消費者に届くのかをご紹介します。JAでは、安全・安心で良質な米の生産に向け、各工程の中でさまざまなサポートをしています。

お米が届くまでの流れ

① 育苗

田に植えるための苗を作ります。JAあつぎでは、育苗センターで生産者に供給する苗を作っています。



② 田おこし・代かき

硬くなった土をトラクターなどで耕し、肥料をまきます。水が入ったら、水と土を混ぜ、田を平らにします。



③ 田植え

田植え機などで苗を植えます。



④ 管理作業

田の水を抜き、土を乾かす「中干し」で根の活力を高め、病害虫防除や雑草管理、収穫準備などを行います。



⑤ 稲刈り・脱穀

コンバインで稲刈り・脱穀をします。



⑥ 乾燥・もみすり・調製

収穫したもみを機械で乾燥させ、もみすりや調製作業を行います。石や異物なども取り除き、良質な米に仕上げます。



⑦ 出荷・販売

JAあつぎに出荷されたお米は、直売所での販売や学校給食、市内の飲食店などで使われています。



育苗センター

管内生産者に供給する水稻苗を生産する施設。近年、高齢化や世代交代などで、水稻苗の生産・配送をJAに委託する割合が増えています。同施設では、農業IoTを導入し、温度・湿度・照度などが管理された生育環境で、品質の高い水稻苗を生産しています。今年は、協力組織である厚木市営農集団協議会と連携し、計4品種、約42,000箱を生産しました。



水稻苗の生育管理を担うJA職員

ライスセンター

収穫したもみを荷受けし、乾燥から調製までの作業を行っています。1日あたりの処理能力は、対象面積約2ヘクタール、最大荷受け量で約17トンとなり、年間30日の稼働で約60ヘクタール、約510トンの処理が可能です。労働力不足や機械の騒音、粉じん問題などの課題を解決し、持続可能な地域農業と快適な住環境の共存に向け、大切な役割を担っています。



生産者のもみを荷受けするJA職員



生産者から栽培方法や品種の特徴を学ぶ学生ら

12 つくも豊作 つかう豊作 魅力学び学生の視点で発信 湘北短期大学の学生と生産者が交流

湘北短期大学生生活プロデュース学科のフードデザインコースでは、6月28日に開かれたオープンキャンパスで「厚木産のブルーベリーを使ったアフタヌーンティー」と題した企画を行い、模擬授業やスコーンの試食、ブルーベリーの食べ比べを用意し、地場農産物の魅力を伝えながら、来場者との交流を深めました。

取り組みをより充実したものにするため、6月22日にはブルーベリーの生産者である「ワイルドふぁーむ」に学生が訪れ、品種ごとの特徴やおすめの食べ方などを学びながら、収穫体験も行いました。

管内の旬な情報をお届け! Green News



大矢組合長へ厚木産マスクメロンを贈る秋山部会長

12 つくも豊作 つかう豊作 外観・食味仕上がり上々 JAあつぎメロン部会

メロン部会は7月1日、消費拡大に向けた活動に感謝を込め、大矢和人組合長にマスクメロンを贈りました。今年は、気温が高く推移し、生育に合わせた温度・湿度の管理に苦労したものの、細やかな栽培管理によって、ネットや形状、食味のいずれも近年で一番良い仕上がりとなりました。生産数は約2,500玉で、予約注文や軒先販売、JA農産物直売所「夢未市」で販売が行われました。



講師から花弁の作り方のポイントを教わる部員

4 夏の思い出作りをみんなに あんで夏の花咲かせる 次世代部「あんフラワー講習会」

次世代部は、6月15日と22日に「あんフラワー講習会」を開き、18人が参加しました。

当日は、「Sweets Garden 桃花」の小山みどりさんが講師を務め、絞り袋を使ったあんフラワーの作り方を紹介。部員は、花弁となる一枚一枚を美しく造形する方法を試行錯誤しながら、ヒマワリやアジサイなど夏を感じられる3種類の作品を完成させました。



丁寧に作業を進める参加者ら

4 夏の思い出作りをみんなに 食と農を親子で学ぶ 第17期親子夢未Kidsスクール

JAあつぎは6月13日、食と農の大切さや、地域農業・JAの理解促進に向け、「親子夢未Kidsスクール」を開校しました。今年度は、管内の小学生親子26組58人が参加。6月から12月までの計5回、米作りを学びながら、地元生産者との交流や東京農業大学（厚木キャンパス）での特別カリキュラムを実施する予定です。

当日は、管内の生産者を訪問し、ニンジンの収穫体験をしたほか、青壮年部員やJA職員から方法を教わりながら、親子で協力し、丁寧に田植え作業を進めました。

6月8日 荻野地区 鳶尾小学校田植え

6月2日 相川地区 水稻栽培体験教室

Photoトピック

各地区の取り組み
地区運営委員会や各組織などによる農業体験が行われました。

6月22日 厚木市青空クラブ 保育所へ地場産花き寄贈

6月13日 南毛利地区 サツマイモ作付け体験

6月13日 睦合地区 親子ふれあい農園

17 パートナシップで目標を達成しよう 日頃の愛顧に感謝しイベント開催 グリーンセンターが開店2周年を迎える

開店2周年を迎えたグリーンセンターは、6月13日と14日の2日間、記念イベントを開催しました。

当日は、一部商品の特別価格販売や「やまゆりポーク餃子」をはじめとした取扱商品の試食販売などを行ったほか、会計金額に応じて、厚木産米「はるみ」を使ったJAあつぎオリジナル商品「災害備蓄用おかゆ」をプレゼントしました。

佐藤佑店長は「生産者や利用者の皆さんのおかげで2周年を迎えられた。今後も、地域農業を支える情報発信基地としての役割を果たしていきたい」と話しました。



「災害備蓄用おかゆ」をプレゼントする佐藤店長ら



造花をあしらったティッシュケース作りに取り組む参加者

3 すべての人に健康と幸せを 仲間と楽しく充実した生活を 助け合い活動すずしろ「いきいきクラブ」

助け合い活動すずしろは、6月9日から30日にかけて「いきいきクラブ」を5地区で開催し、管内の高齢者93人が参加しました。同クラブは、地域貢献活動の一環として、楽しく交流できる機会を設け、地域の仲間との親睦を深めてもらおうと開いています。

各会場では、趣向を凝らしたさまざまなレクリエーションを実施。参加者は歌や体操、寄せ植えなどを楽しみながら地域の仲間との交流を深め、「笑顔あふれる楽しい時間を過ごせた。今後も参加できるのを楽しみにしている」と話しました。

マメ科の連作を避け、酸性土を改良する

エンドウには若いさを食べるサヤエンドウ、実が大きくなり、みずみずしいさやのスナップエンドウ、若く充実した豆を取る実とりエンドウがあり、それぞれ目的に応じた品種を使います。発芽適温は18～20度、生育適温は15～20度で、冷涼な気候を好みます。

園芸研究家 成松次郎

品種

サヤエンドウでは「ニムラ白花きぬさや」(ヴィルモランみかど)、「砂糖エンドウ白星」(松永種苗)、「あずみ野30日絹莢PMR」(サカタのタネ)など、スナップエンドウでは、「ニムラサラダスナップ」(ヴィルモランみかど)、「スナック753」(サカタのタネ)などがあります。

畑の準備

エンドウは同一の畑で連作すると生育障害が出やすくなります(いや地現象)。土壌酸度はpH6.0～6.5が適しているため、4～5年はマメ科を作っていない畑を選び、酸性土を改良しましょう。種まき2週間前に畑1平方m当たり苦土石灰100gを全面に施し、土とよく混ぜておきます。次に、1週間前に畝幅120cmを取り、幅約30cm、深さ約20cmの溝を掘ります(図1-1)。この溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100gと堆肥1kgを入れ、土とよく混ぜて幅40～50cmの畝を作ります(図1-2)。

種まき

中間地では10月中旬～11月上旬が適期で、それより早まきすると年内に生育が進み過ぎ、寒害を受けることがあります。じかまきでは、株間約30cm、深さ2～3cm、1カ所4～5粒をまきます(図2)。発芽の頃に鳥害を受けやすいため、防寒を兼ねて不織布をべたがけして保護します。発芽がそろったら2本を残し、他は間引きます。なお、6～9cmポットで育苗する場合、1ポット3～4粒を深さ2～3cmにまき、間引いて2本にします。根鉢が形成された頃(本葉3～4枚)に植え付けます。

支柱立て・ネット張り

草丈が約10cmの頃、約180cm間隔に高さ約180cmの支柱を立て、キュウリネットを張り、できるだけ早く巻きひげをネットに絡ませます(図3)。

追肥

春先に生育の勢いが良くなり始めた頃と開花始め頃、畝の両肩に化成肥料を畝1m当たり約10g与えます。スナップエンドウ、実とりエンドウでは収穫期にも同様に追肥しましょう。追肥後は株元に土寄せをします。

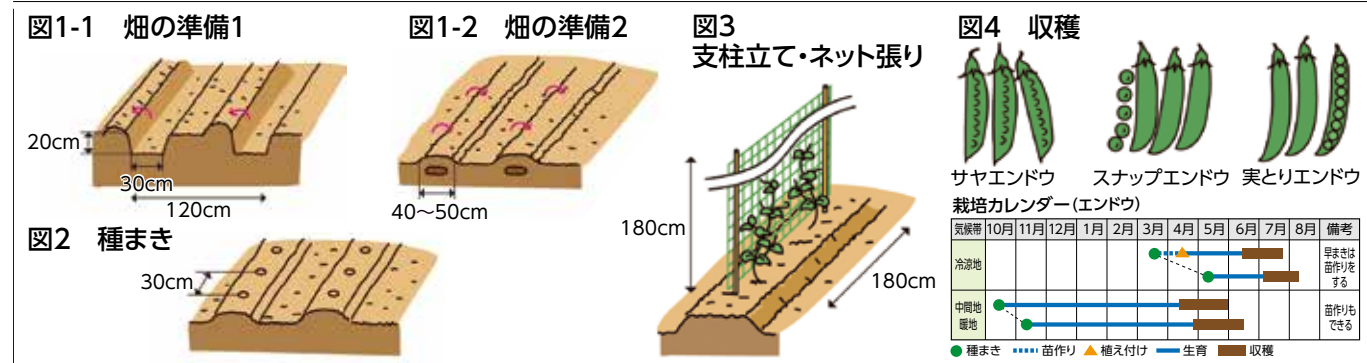
病虫害防除

さやができる頃からハモグリバエが多発します。登録農薬などで使用基準に従って防除します。うどんこ病も登録農薬で予防します。

収穫

適期に合わせて収穫しましょう。サヤエンドウは、子実の肥大が始まる開花後15日前後に収穫します。スナップエンドウは、開花後25日前後に収穫します。さやが鮮緑色で厚みが約1cm、豆が肥大してさやの断面が円形に膨らんだ頃が目安です。実とりエンドウは、さやをむいたときに子実が軽く離れる頃に収穫します(図4)。

※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



あぐり スポット

農業のお役
をお 立ち情報
届け!

カルシウム施肥に「畑のカルシウム」

猛暑が長く続き、9月に入っても気温が高い状況では、高温や乾燥によって根が障害を受け、カルシウムの吸収が悪くなります。ハクサイやキャベツなどのアブラナ科の野菜は、カルシウムの要求量が多いため、欠乏症状が出る前に速やかに補給させましょう。



私がご紹介します

営農技術顧問
ぬのかわ みき
布川 美紀

カルシウムの欠乏症状と要因

■カルシウム不足による生理障害

ハクサイやキャベツなどのアブラナ科の植物は、カルシウムが不足すると葉先や縁にチップバーン(葉先が枯れる現象)が見られるほか、結球してから芯に腐れを起こすアンコ症や、軸の内部が溶ける症状などの生理障害が起こります。



キャベツのチップバーン



ハクサイのアンコ症

■要因① 根が吸収できない

病気や高温、乾燥などによって根が弱ると、カルシウムの吸収が悪くなります。また、土壌の窒素や塩類の濃度が高いと、根が塩漬けのような状態となって水分が奪われ、カルシウムを吸収しにくくなります。

■要因② 植物の中を移動しにくい

カルシウムが根から吸収され、植物の中を移動する働きは受動的で、水の流れてから吸収・分配されています。養分が一度定着してしまうと再度移動ができないため、古い葉から新しい葉へと補うことができません。

■要因③ 成長が大きい場所ほど必要量が増える

カルシウムが欠乏しやすいところは、葉縁、成長点、果実の先端や尻などの生育が旺盛な部分です。供給が間に合わなくなりやすいだけでなく、欠乏に気が付いた時には組織が壊死していることが多く、その時点で追肥を行っても回復が見込めません。

おすすめの資材「畑のカルシウム」

「畑のカルシウム」は粒状肥料で、基肥と一緒に10アール当たり100kgを全面に施用します。

■土壌中によく溶ける

散布後、粒が速やかに崩壊して溶けやすいため、カルシウムを根から効率良く吸収できるだけでなく、下層にも浸透して根張りを良くし、伸長を促進します。

■硫黄も同時に補給できる

硫黄が不足すると、葉がうまく展開せずに巻きが甘くなるほか、葉が小さいまま成長が止まるといった症状が出やすいため、同時に補給することで予防に役立ちます。

■畑のpHを上げない

弱酸性なので、土壌のアルカリ性を高めたくない場合や、そうか病が心配されるジャガイモにも安心して使えます。



価格:1袋(20kg) 2,354円(税込)
1袋(5kg) 837円(税込)
※令和8年7月現在

【分析例】

カルシウム	28.5%
水溶性カルシウム	26.3%
硫黄	17.0%
水分	0.6%
pH	5.1

※水溶性カルシウムは畑のカルシウム1gを水500mlに溶解して分析

●詳しくは、各地区の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



所得税・相続税・贈与税の節税方法について



まつだ まなぶ
松田 学税理士

Q1 毎年、確定申告を行っています。所得税を節税する方法を教えてください。

A1 まずは、扶養控除の見直しが考えられます。現在の納税者より所得が大きい親族がいる場合、扶養控除を所得が多い方へ切り替えることによって、所得税と住民税が節税できる可能性があります。また、小規模企業共済やiDeCoを活用した節税方法もあり、どちらも支払った掛金は、全額が「小規模企業共済等掛金控除」の対象とすることができます。

小規模企業共済	個人事業主や小規模企業の経営者などが、毎月一定額を積み立て、将来、退職金として共済金を受け取る制度
iDeCo	個人的に積み立てる年金制度で、公的年金に加えて、掛金と運用益を老齢給付金として受け取ることが可能

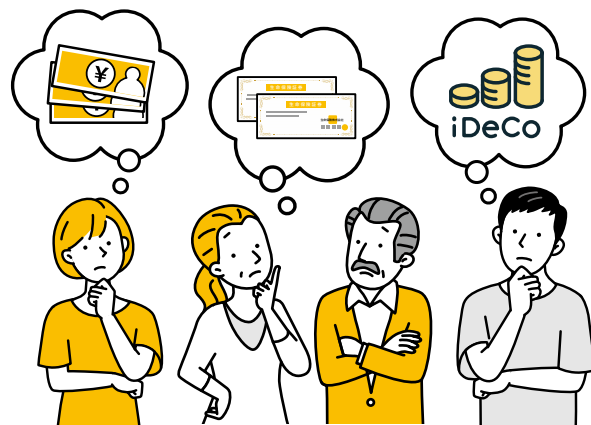
Q2 相続税の節税について、どのようなことから考えたら良いのでしょうか。

A2 まずは、死亡共済（保険）金を利用した相続対策を考えてみましょう。死亡共済（保険）金は「法定相続人の人数×500万円」までが非課税となります。事業を営んでいる場合は、小規模企業共済を利用した「死亡退職金」として備える方法もあり、こちらも「法定相続人の人数×500万円」の非課税枠があります。また、暦年課税や相続時精算課税制度を利用することで、相続税の節税につながる可能性があります。

Q3 贈与を行う際、暦年課税と相続時精算課税制度のどちらを利用する方が良いのでしょうか。

A3 令和6年1月1日より贈与税の税制改正があり、暦年課税による贈与は、相続財産に加算される期間が段階的に7年に延長されたほか、相続時精算課税制度には、年110万円の基礎控除が創設されました。どちらもメリット・デメリットがありますので、総合的に判断すると良いでしょう。

※「贈与税の税制改正」については、グリーンアートあつぎ令和6年8月号の「税のはなし」でも解説しています。グリーンアートあつぎのバックナンバーは、JAあつぎホームページよりご覧いただけます（二次元コードを読み取るとグリーンアートあつぎのバックナンバーが表示されます）



詳しくは、JAまでご相談ください。

困りごとは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あつぎ本所3階「相談室303」
相談員 高橋暁子顧問弁護士
日 程 8月5日(水) 8月20日(木)
9月4日(金) 9月18日(金)
※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あつぎ本所3階「相談室303」
相談員 JAあつぎ契約税理士
日 程 8月12日(水)
9月9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 各支所店

く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あつぎ本所
相談員 JAあつぎ職員
日 程 8月1日(土) 11月21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あつ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



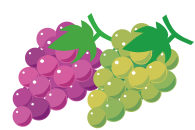
▲直売所のイベント
カレンダーは、こちら
をご覧ください。

夢未市・グリーンセンターのおすすめ



あつぎの特産品を味わおう♪

あつぎの梨・厚木のぶどうが最盛期



今回で紹介するのは、8月に旬を迎える「あつぎの梨」・「厚木のぶどう」です。かながわブランドに登録され、新鮮でみずみずしく、贈答品としても人気のある農産物で、直売所でも人気の商品です。

こんな品種があります！



幸水

一番人気の赤梨。酸味が少なく、甘い。水分が多くてみずみずしく、果肉がやわらかい。



藤稔

巨峰より大粒で、甘みと酸味のバランスがよく、果汁が豊富でみずみずしい食感。



豊水

サッパリした甘さ。果肉が緻密で、シャリシャリした食感。甘みと酸味のバランスが人気。



シャインマスカット

糖度が高く、酸味は控えめ。皮ごと食べられ、パリッとした食感と、上品な甘さが楽しめる。



食べ比べてお気に入りの品種を探そう！

夢未市・グリーンセンターでは、旬の時期になると毎日新鮮な梨とブドウが店頭に並びます。今回ご紹介した品種以外にも、たくさんの品種があります。食べ比べをして、お好みの品種を探してみてください。

夢未市では宅配も承ります！

夢未市では、梨・ブドウの宅配も承っています。ご自宅用はもちろん、大切な方への贈り物にも喜ばれています。ご利用の際は、夢未市のサービスカウンターへお越しください。



グリーンセンターのおすすめ

追肥に適した「追肥一番」

今回紹介する「追肥一番」は、追肥に適した家庭園芸専用の配合肥料で、水に溶けやすく、施用後に速やかに効果が表れる点が特徴です。追肥は、生育段階に応じて不足する栄養素を補う役割があり、特に窒素やカリウムは消費が早く流亡しやすいため、適切なタイミングでの追肥が必要です。窒素は葉や茎の成長を促進し、カリウムは根の働きや水分調整を助け、実付きや果実の充実、品質維持を支えます。詳しくは店舗にてお気軽にお声掛けください。

価格：1袋(5kg) 1,218円(税込)



移動販売車「ゆめみちゃん号」

組合員・地域の皆さまの買い物を便利にするため、管内を運行しています！



巡回スケジュールについてはJAあつぎホームページをご確認ください。



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
8月は毎日営業いたします
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
8月の休業日：5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営農技術顧問が常駐

グリーンセンター講習会のご案内

9月1日(火) 初心者向け

ハウレンソウの育て方について
～栄養豊富に育てるコツ～

開催場所：グリーンセンター
開催時間：10時～11時
募集人員：15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

③ Urban Garden 339

立体駐車場の屋上にある開放的なバーベキュー施設で、緑豊かな植栽やグリーンカーテンが、街中にいることを忘れさせる心地良い空間を演出しています。コースでは、「清川恵水パーク」が味わえるほか、種類豊富なドリンクを用意。グリルや調理備品も貸し出しているので、手ぶらで気軽に利用できるだけでなく、キッズコースや遊具もあり、家族で楽しめます（食材の持ち込み可）。夕方以降のライトアップされた幻想的な雰囲気もおすすめ。7～9月の毎週土曜日の夜には、癒しの音楽やフラダンスとともに食事を楽しめる「Urban Aloha Night」が開催されます。完全予約制で、予約方法やイベント情報などは、ホームページ・Instagramをご確認ください。



コースはスタンダードと海鮮付きのプレミアム2種類あり

📍 厚木市中町3-3-9
(厚木アーバンプラザ屋上)

🕒 平日: 17時～21時
土日祝: 11時～21時

※2時間制
※最終入店は19時まで

🕒 利用時間終了15分前

☎ 046-223-2442

📅 月曜日

※4月1日～11月30日の期間のみ営業

詳しくはホームページをご確認ください



① 諏訪海道

この道は、北は弁天町から、南は岡田村落へ向かう「厚木用水」に沿った道であり、厚木市寿町一丁目にある長福寺前付近では、字名に「諏訪海道」が使われていました。

📍 厚木市中町1-8-12付近



② 神奈川工科大学厚木市子ども科学館

500万個の星が輝く本格的なプラネタリウムで、子ども向けはもちろん、アロマの香りに包まれながら星空を楽しむ「アロマプラネタリウム」などが鑑賞できます。併設の展示ホールは入場無料で、顕微鏡での植物観察や風力を使った装置など、さまざまな科学体験ができるほか、8月には子ども向けの「夏休み科学教室」を開催する予定です。上映スケジュールやイベント情報は、ホームページをご確認ください。



夏休み科学教室では、相模口ポットなどを製作！

📍 厚木市中町1-1-3 (厚木シティプラザ7階) 🕒 9時～17時

※毎月第3月曜日は正午から開館(休日の場合は第2月曜日)

☎ 046-221-4152

📅 年末年始(12月29日～1月3日)

詳しくはホームページをご確認ください

🏠 住所 🕒 営業時間 📞 ラストオーダー ☎ 電話番号
📅 定休日 ※営業時間等に変更となる可能性があります

足を伸ばす運動+足踏み



今回は、足を伸ばす運動と足踏みを紹介します。今年の夏も酷暑日や猛暑日が続く予報です。暑さで散歩などが難しい場合は、室内でいすに座ったまま体を動かしましょう。初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。



(1) いすに座り、右足を伸ばし、かかとで床をタッチします。



(2) 右足を戻します。



(3) 左足を伸ばし、かかとで床をタッチします。



(4) 左足を戻します。



(5) 足踏みを8回しましょう。

痛みが出る際は、無理せず中止しましょう。



中町
駅前地区

活気ある街中で
星空と食を楽しむ

今回は、本厚木駅に近接する中町を巡ります。多くの商業施設が立ち並び、活気あふれるにぎやかな地域で、大人も子どもも楽しめるスポットが充実しています。プラネタリウムで星空観賞を満喫した後は、ビルの屋上で開放的なバーベキューを楽しみ、有意義な一日を過ごしてみたいはいかがでしょうか。



PRESENT QUIZ クロスワード

パズルを解いて、キーワードをお答えください。

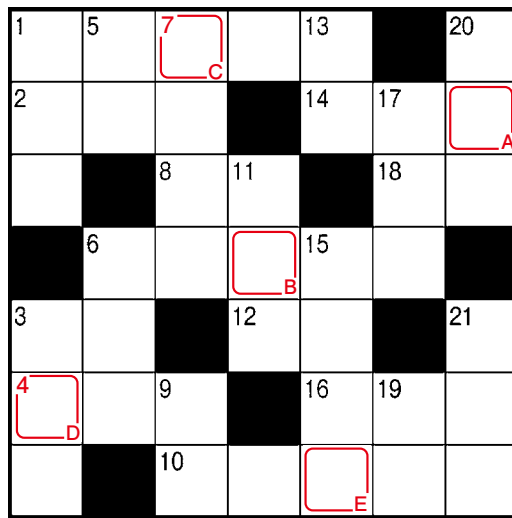
問題 二重マスの文字を A～E の順に並べてできる言葉は何でしょうか？

◆タテのカギ

- 飛行機が飛び立つこと
- 田んぼでゲロゲロ鳴きます
- 土地の広さを表す単位の一つ
- シャワシャワとセミ——が降り注ぐ
- パールともいいます
- ヒヨコのための栄養が豊富な部分
- 小銭入れに入れます
- ブイもこの仲間
- 北海道と青森を結ぶ——トンネル
- 野球の出場メンバーのこと
- 金つちで打ち込みます
- 嘘から出た——
- 盆——、阿波——

◆ヨコのカギ

- 令和8年は8月7日。暦の上ではもう秋です
- 髪に結わえるもの
- タンズや机などのこと
- ギターは電気信号で音を奏でます
- 8月15日は——記念日。平和を祈念します
- 初対面の人に——紹介をした
- ハンバーグに入れるタマネギの切り方
- 多くは殻を持つ生き物。実はウミウシもこの仲間
- 炒った大豆をひいたもの
- 分度器で測ります
- 納豆が引くもの



答え A B C D E

■7月号クロスワードの答え:
「ミナミカゼ」



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、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
JA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 8月17日(月)

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「第63回通常総代会」の記事を読みました。JA県央愛川との合併により、事業基盤がさらに強化されることを期待しています。

(厚木市愛甲東 H さん)

組合員の営農と暮らしが一層豊かなものになるよう、地域の個性と特色を生かした農業振興ならびに事業・活動を展開していきます。

☑タマネギは苗を購入して育ててきましたが、家庭菜園の記事を参考に、今年は種から苗作りに挑戦してみようと思います。

(厚木市上古沢 N さん)

タマネギは酸性土壌を嫌う性質があるため、種から育てる際は土作りが重要になります。記事を参考に、育てた感想や結果などをぜひ教えてください。

☑毎年、甘くておいしい地場産のトウモロコシを楽しみにしています。生産者の皆さんに感謝して、今年も食べたいと思います。

(厚木市宮の里 K さん)

トウモロコシは収穫した瞬間から甘みが落ちていきます。直売所に並ぶ新鮮な地場産で、この時期ならではの味をぜひ楽しんでみてください。

☑グリーンセンターで販売されるさまざまな加工品を購入しています。特にシフォンケーキは、フワフワとした食感とおいしさで感動的でした。

(厚木市妻田北 F さん)

直売所では、プリンやまんじゅうなど、多彩な加工品を取り揃えています。新商品も続々と登場していますので、ぜひチェックしてみてください。

他にもこんな
お便りをいただきました！

☑直売所でベジチェックを試してみました。家庭菜園の野菜を食べているおかげで、結果が良好でうれしかったです。

(厚木市飯山南 T さん)

☑家庭菜園で収穫したタマネギがとても小さかったです。見事な野菜を作る生産者の技術の高さを実感しました。

(厚木市岡田 H さん)

たくさんのお便り
ありがとうございます！



編集後記

いよいよ夏本番を迎えます。これからは、かながわブランドに登録される「あつぎの梨」「厚木のぶどう」がおいしい季節。夏場の水分補給にもぴったりな果物です。品種もさまざまなものがあるので、食べ比べてみるのも楽しいですよ。私は先日、膝の大きなけがをし、現在リハビリ中です。けがを早く治すためには、食は重要となります。栄養豊富な地場農畜産物をたくさん食べて、早く治したいと思います！(吉川)



なかがわ ゆあ
中川 結愛ちゃん(8歳)

けい
結偉くん(5歳)

父：拓也さん 母：麻美さん

お気に入りのぬいぐるみを持って、笑顔で出迎えてくれた2人。休日は、家族で公園やショッピングモールに行ったり、みんなでゲームを楽しんだり、和気あいあいと過ごしています。夏休みは大阪府のユニバーサルスタジオジャパンに行く予定で、大好きなマリオブラザーズのキャラクターたちに会えるのを楽しみにしています。

小学3年生の結愛ちゃんは、頼りになるしっかり者のお姉さん。体育の授業が得意で、5月に行われた小学校の運動会では、リレーの選手にもなりました。動物が好きで、将来の夢は獣医師になることです。結偉くんは、元気いっぱいでおしゃべりが上手な男の子。保育所ではドッジボールやサッカーなど、体を動かす遊びが好きですが、家ではブロック遊びなどで細かい作品を作る器用な一面もあります。将来は、消防士になることが夢です。

ご家族は「さまざまな経験を積んで、元気に育ってほしい」と話しました。これからも2人仲良く、楽しい思い出を作ってね♪



ポケモンやジョブレイバーなど、好きなものがたくさん！



ピアノと習字を
習っています♪

組織ボイス

清川地区 下地区女性部

部員の声を大切に
無理なく楽しく

代表 やまぐち ようこ
山口 洋子さん



Q1 下地区女性部について教えてください。

幅広い年代の部員15人が所属し、「無理なく楽しく」をモットーに、部員の意見を反映した活動を行っています。集まると自然と会話に花が咲き、明るく和やかな雰囲気の特徴です。

Q2 どのような活動をしていますか。

納涼盆踊り大会や農業まつりなどの協同活動へ積極的に参加しています。また、手芸が得意な部員が中心となり、家庭雑誌「家の光」の記事を活用した手芸教室を定期的に開催しています。6月には、水や汚れに強い合皮を使った「カエルのキーケース」を制作しました。活動後は食事会を開くなど、会話を楽しみながら親睦を深めています。

Q3 今後の目標を教えてください。

和気あいあいと活動し、仲良く笑顔の絶えない部会であり続けたいです。また、新たな仲間づくりに取り組み、地域の輪をさらに広げていきたいと考えています。

秋期農業機械整備会開催日程

開催日	地 区	会 場	受付時間
8/20 (木)	南毛利	上温水営農集団倉庫 赤羽根営農集団倉庫	9時～9時30分 13時30分～14時
8/21 (金)	相 川	沖戸田営農集団倉庫 酒井児童遊園地	9時～9時30分 13時30分～14時
8/24 (月)	相 川	上落合農機具格納庫 長沼自治会館	9時～9時30分 13時30分～14時
8/25 (火)	相 川	下戸田菅原神社 中戸田神社	9時～9時30分 13時30分～14時
8/26 (水)	相 川 南毛利	下津古久稻荷神社 相川支所(相川地区全般) 南毛利支所	9時～9時30分 13時30分～14時 15時～15時30分
8/27 (木)	相 川	大貫和美様物置(上戸田児童館南側) 大貫健二様宅南側物置前(下沖)	9時～9時30分 13時30分～14時
8/28 (金)	相 川	新宿自治会館 岡田三嶋神社 上戸田子易神社	9時～9時30分 13時30分～14時 15時～15時30分

※8月開催分のみ掲載しています
※受付時間を過ぎてもご来場がない場合は終了いたします
※時間を要する整備、修理は後日個別に対応いたします。
また、この場合の技術料は有料とさせていただきます
※雨天、その他の事情により開催できない場合は日時を変更させていただきます
お問い合わせ 経済部(担当:農機課)☎221-0454

農作業受委託(稲刈り)のご案内

JAあつぎでは、農地保全事業の一環として、農作業の実施が困難な組合員の作業を請け負っております。

作業内容	稲刈り(コンバイン 3 条刈り、袋取り不可)
標準作業料金	25,410 円(税込) ※10 アール当たりの料金
諸 注 意	●天候などにより、作業が遅れる可能性があります。 ●請負品種は、①はるみ、②にじのきらめき、③てんこもり。混種を防ぐため、①～③の順に、各品種終了次第請け負いとなります。 ●ワラは全て刻みとなります。

※組合員価格につき、記載の金額とは異なる場合がございます
※**請負件数が非常に多いため**、作業委託をご希望の方は**7月31日(金)までにご連絡ください**。万一、受付終了後に作業委託を希望する場合は、お電話にてご一報ください。期間中依頼者の作業が終了次第、対応いたします

お問い合わせ 指導販売部(担当:地域農業対策課)
☎221-2273

なし・ぶどう もぎとり園のご案内

厚木市なし・ぶどうもぎとり即売会主催「もぎとり園」が開園します。今年も最高の出来です。ご来園お待ちしております(要予約)。



期 間	8月中旬～9月上旬
価 格	入園料無料 ※収穫物の価格はJAあつぎホームページでご確認いただくか、各園へお問い合わせください
連 絡 先	事前の電話予約が必要。生育状況により対応できない場合もあります。

上愛甲梨組合たかさわふぁ～む 高澤 和雄 ☎250-1174
※団体予約受付先着順(詳細応談)
※個人一般来園者の方は土・日・祝日のみ対応
玉川ぶどう園 三橋 能弘 ☎248-0464
※団体不可(個人一般来園対応のみ)
※実施期間前でも対応できる場合がありますので、お問い合わせください



お問い合わせ 指導販売部(担当:営農指導課)
☎221-2273

フレイル予防講座のご案内

日 時	9月11日(金)・18日(金)・25日(金) ※全3回 10時～11時30分
場 所	JAあつぎ本所4階大会議室「夢」
定 員	30人 介護と健常の間の状態「フレイル」を正しく理解し、無理なく体を整える方法が学べます。ミニボールなどを使った楽しいトレーニングも行います。
申込方法	お問い合わせ先に直接お電話ください
参 加 費	無料
申込受付	9月4日(金)まで



お問い合わせ 組織文化部(担当:福祉課)
☎225-7716

組合員資格確認のご案内

組合員の皆さまの、氏名や住所、組合員資格等に変動があった場合は、異動のお手続きが必要です。組合員資格等に変更がございましたら、ご加入の支所店にご相談の上、お手続きいただきますようご案内申し上げます。



- 氏名が変更になった**…氏名変更手続きが必要です。
 - 住所が変更になった**…住所変更手続きが必要です。
 - 組合員資格が喪失または変更になった**…脱退手続きまたは資格変更手続きが必要です。
 - 組合員本人が亡くなられた**…相続手続きまたは脱退手続きが必要です。
- なお、亡くなられたことを当組合が知り得た場合には、ご連絡の有無に関わらず組合員外扱いとなります。

お問い合わせ 各支所店へお問い合わせください

JAあつぎ本所フッキングスタジオ「DaidoCoひなた」講習会のご案内



① 寒天料理講習会	
日 時	9月9日(水) 10時30分～13時
参 加 費	組合員・組合員家族1,000円(税込) 一般1,300円(税込)
定 員	先着25人
② 秋のカフェランチ講習会	
日 時	9月29日(火) 10時30分～13時
	組合員・組合員家族1,300円(税込) 一般1,600円(税込)
定 員	先着25人
申込受付	8月5日(水)より



お問い合わせ 組織文化部(担当:生活ふれあい課)
☎221-6881

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 相談員：厚木市都市農業支援センター職員 お問い合わせ：厚木市都市農業支援センター ☎221-5511	日 時：平日 8時30分～17時 相談員：査定課職員および全共連職員 お問い合わせ：共済部(担当:査定課) ☎221-2866
介護相談	結婚相談
日 時：平日 9時～17時 相談員：福祉課職員 お問い合わせ：組織文化部(担当:福祉課) ☎225-7716	日 時：第2・4土曜日 10時～15時 ※場所は本所相談室302 相談員：専任相談員 お問い合わせ：総務部(担当:庶務課) ☎221-1666

JAあつぎ グリーンホール

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

- ・24時間病院等へのお迎えと霊安室でのお預かりも承ります
- ・霊安室にお預かりして、ホールで納棺できます

☎046-221-1800(直通)

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、分からないことばかり。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、お気軽にご連絡ください。

JAグループ神奈川がお送りする新鮮情報番組

毎週日曜日 9時～9時30分
(再放送)毎週月曜日 10時～10時30分

かながわ旬菜ナビ

かながわ旬菜ナビでは、食と農をテーマに地域農業の魅力や地産地消の重要性を発信しています♪

YouTubeでも視聴が可能です!!
見逃し配信はもちろん次回予告もチェックできます。YouTubeにて「かながわ旬菜ナビ」で検索

かながわ旬菜ナビ ▲旬菜ナビ 公式ホームページ

8月 2日 (再放送)3日	農園直送！ 農家ジェラート in 横須賀	JAよこすか葉山
8月 9日 (再放送)10日	もぎたて！ 浜なしの季節	JA横浜
8月16日 (再放送)17日	藤沢生まれの極上果実「藤稰」	JAさがみ
8月23日 (再放送)24日	はだのガストロノミー～農×そば打ち体験～	JAはだの
8月30日 (再放送)31日	「農業はクリエイティブだ！」～津久井～	JA神奈川つくい



今月のレシピ

オクラとサバ缶の冷や汁

材料(2人分)

オクラ	4本
キュウリ	1/4本
ミョウガ	1個
サバ缶(水煮)	1缶
絹ごし豆腐	150g
白すりごま	大さじ1
A 和風顆粒だし	小さじ1/2
みそ	大さじ1
ごはん	400g

作り方

- ①オクラは板ずりをしてガクとヘタを取り、1cmほど切り込みを入れて耐熱皿に並べ、ラップをかけて600Wの電子レンジで40秒加熱する。オクラは冷ましてから輪切りにし、キュウリは薄切り、ミョウガは千切りにする。
- ②ボウルにAと冷たい水300ml(分量外)を入れてみそが溶けるまで混ぜ、サバ缶を汁ごと加えてほぐす。
- ③②に水気を切った絹ごし豆腐を一口大に崩しながら入れ、①を加えて軽く混ぜ、好みの冷たさになるよう冷蔵庫で冷やす。
- ④ごはんを器に盛り、上に③をかけたら完成。

旬の農産物情報

8月のおすすめ「オクラ」

オクラ独特の粘りには、余分なコレステロールや糖質の吸収を抑える働きがある食物繊維のペクチンが含まれています。新鮮な地場産をぜひご賞味ください。

年間20品目以上の露地野菜を生産しています。オクラは艶があり、やわらかな食感が特徴の「ジョニー」を栽培。朝収穫した新鮮なものを、7月から10月にかけて夢末市に出荷しています。

栽培では、種を畑に直接まき、根張りの良い丈夫な株に育てることで、高品質なオクラを長期間収穫できるようにしています。また、収穫ごとに下葉を摘み取り、次に収穫するさやの成長を促進させるなど、安定した供給に向け、きめ細やかな栽培管理に努めています。

オクラの栄養素は水に溶け出しやすいため、生の状態やスープで食べるのがおすすめ。食欲が落ちやすい夏は、冷たい麺類などにトッピングすると、さっぱりと味わうことができます。



私が生産する
オクラは夢末市で
販売しています！

いとう ひろふみ
伊藤 洋文さん
(南毛利地区)

