

ほっぷ  
すてっぷ

# じゃ JAんぷ

2022

2

Vol.276

特集1

地元食材をオリジナルアレンジ!  
**ザ・地産地消**  
家の光料理コンテスト



# 心を通わせ、牛を育てる

「食農立国JAいわて中央」を支える生産者の思いをつなぐコーナー

## 父から受け継ぎ、牛を守る

「牛は言葉を使えないけれど、表情を見て、小さな変化にもできるだけすぐ気づいてあげたいです」。そう優しく話すのは、盛岡市上厨川で和牛繁殖を手掛ける齊藤敏邦さん。15年程会社勤めをした後、祖父の代から乳牛や和牛繁殖を営んでいる実家で8年前に就農した。「両親が高齢になるにつれ、牛飼としての将来を考えるように。その中で、子どもの頃から慣れ親しんだ牛舎や、可愛い牛たちのことが思い浮かび、次は自分がやってみようと決心しました」と当時を振り返る。それから敏邦さんがメインで経営を担うよ



1. 一頭一頭に優しく語りかける敏邦さん。家に帰れば、小学生の娘と今年高校受験を控える息子2人を見守る頼もしい父でもある
2. 撫でられながら気持ち良さそうにミルクを飲む子牛。「この子は人懐っこいんですね」と敏邦さんはほほ笑む
3. 畜産農家の先輩でもある父の盛男さん。「一緒にできるとは思っていなかったけど、上手にやってくれて安心しています」と息子の姿を頼もしく見つめる
4. それぞれ性格や特徴も違う牛。敏邦さんは、牛の表情や動き、エサの食べ具合などを日々観察し、気を配っている



うになってからは、頭数も10頭増やし、現在は母牛23頭とその子牛を父・盛男さんと協力して飼育している。

## 命の誕生を支える

### 繁殖牛農家のやりがい

繁殖牛農家にとって要とも言える母牛の分娩。母牛は1年間に子牛1頭を出産するのが基本であるが、特に重要なのがその分娩間隔をいかに短くするかにある。

母牛は、子牛を産むための人工受精(種付け)を発情期のサインを見計らいながら行うが、その機会が伺えるのは

わずか1〜2日程度。逃す次の周期まで3週間の期間が空き、この少しのタイミングの遅れが分娩間隔に関わる。母牛の空胎期間が長くなることは、生産コストが増えるなど収益面への影響にもつながるため、発情期のタイミングを逃さずに種付けを行うことが肝心になるのだ。敏邦さん

の牛舎でも1日3回のエサやりと清掃で牛舎全体をチェックし、分娩が近い母牛には監視カメラを設置して牛舎の外でも様子を確認できるようにするなど、牛の変化にすぐ対応できるように気を付けているという。「この仕事は牛がい



なくては成り立たない。小さくても大きくても、無事に健康で生まれてきてくれることが何より安心」と、日々畜産という現場で命と向き合う敏邦さんはその思いを語った。畜産を営み、やりがいを感じる瞬間がたくさんあると話す敏邦さん。「血統の組み合わせを考え、その牛が市場で良い値で購入してもらえた時は嬉しい。逆に価格が思うように伸びない時もあるけれ

ど、楽しいと感じる瞬間が多いです」とほほ笑む。「初めは牛の見方も分からなかったけれど、父や獣医さんなどから学び、その日々の積み重ねで今があると思う」と振り返る敏邦さん。今後の目標について「二頭一頭の血統を良くしながら、頭数も増やしていきたい。そして、牛も世話をする人も、事故なく健康にやっていきたいです」と笑顔を見せた。

### 今月の表紙

さいとう としくに  
齋藤 敏邦さん (42)

盛岡市上厨川で、繁殖牛23頭を飼育する専業農家。楽しみは、コロナ禍が落ち着いたら一泊で温泉に行くこと



## 目次 CONTENTS

未来へつなぐ食農立国	2
齋藤 敏邦さん(盛岡市)	
特集I	4
地元食材をオリジナルアレンジ!	
ザ・地産地消 家の光料理コンテスト	
特集II	6
第46回「ごはん・お米とわたし」	
作文・図画岩手県コンクール	
NewsFile	8
剪定技術の向上目指す リンゴ剪定講習会 他	
営農情報	10
原木シイタケ遅い植菌の注意点 他	
New ファーマーズマーケット通信 vol.1	12
サン・フレッシュ都南さ おでつてくなんせ!	
まちのスマイル	13
インフォメーション	14
グリーン盛岡東 閉店のお知らせ 他	
今月のレシピ	16
ミツバとパルメザンチーズのオムレツ	



地元食材をオリジナルアレンジ!

ザ・地産地消

家の光料理コンテスト



(一社)家の光協会などが主催する「ザ・地産地消家の光料理コンテスト」。

今回で19回目となる同コンテストでは、管内在住の親子が考案したレシピがスイーツ部門で栄えある優秀賞に選ばれました。特集Iでは、受賞レシピと考案者の声などをご紹介します。

ザ・地産地消

家の光料理コンテストとは?

地元でとれる農畜産物を使用したアイディアあふれるオリジナルレシピを募集することで、地元産食材の普及による地域内自給率の向上や米の消費拡大など、地産地消を積極的に進めることを目的に開催しています。

今回(第19回)の募集内容は、お弁当や作り置きでも

おいしく食べられる「冷めてもおいしい家庭料理」部門と、おいしくて見た目もきれいな「スイーツ」部門の2部門。昨年5〜8月にかけて募集が行われ、全国から555点のレシピが集結。10月に行われた最終審査で2部門それぞれの最優秀賞1品・優秀賞2品が選ばれました。

過去の入選レシピはこちら!

家の光公募サイト  
ザ・地産地消 料理コンテスト



URL <https://www.ienohikari-koubo.com/ryouricon/history>

第19回のレシピは3月中旬頃に公開予定です

### みんなで読んで楽しく活用! 「家の光」

JAグループの出版文化団体である(一社)家の光協会が発行している「家の光」は、協同の心を育む雑誌として大正14年に創刊。家族みんなで楽しく読めるファミリーマガジンです。感動読み物、時事問題や料理、健康、子育て、高齢者介護や農業、家庭園芸など、「得する、役に立つ、元気になる」記事を満載しています。

※価格は税込価格です

誌名	月号	定価	年間購読料
家の光	普通月号	629円	8,782円
	付録月号(1・4・5・7・9月号)	922円	
	家計簿月12月号	1,027円	

購読のお申し込みは本所生活推進課もしくは各地域営農センター駐在までお問い合わせください。



# マリトッツォ風がんづき

## 材料(4人分)

### 【がんづき】

小麦粉(南部小麦) …… 100g  
 重曹 …… 3g  
 ベーキングパウダー …… 2g  
 黒砂糖(粉末) …… 40g  
 ハチミツ …… 小さじ1  
 牛乳 …… 100ml  
 酢 …… 大さじ1  
 サラダ油 …… 小さじ1  
 黒ゴマ …… 適量

### 【生クリーム】

生クリーム …… 100ml  
 砂糖 …… 10g

### 【パンプキンクリーム】

南部一郎(カボチャ) …… 50g  
 生クリーム …… 25ml  
 バター …… 5g

### 【サツマイモクリーム】

クイックスweet(サツマイモ) …… 50g  
 生クリーム …… 25ml  
 ラム酒 …… 少々

こしあん(市販品) …… 30g



がんづきに  
 地元野菜を使った  
 クリームをサンド!

作り方 (調理時間約60分)

- ① ボウルに小麦粉、重曹、ベーキングパウダーを入れて混ぜ合わせる
- ② 別ボウルに黒砂糖、ハチミツ、牛乳、酢、サラダ油を入れて混ぜ、①を加えてゴムべらで混ぜる
- ③ 12個の型(お弁当のカップなど)に②を等分し、黒ゴマをちらして蒸気の上があった蒸し器に入れ、強火で5分、弱めの中火で10~12分蒸す。粗熱がとれたら厚みに包丁を横に入れる

### 【パンプキンクリームを作る】

- ④ カボチャは皮と種を取り除き、2cm大に切って電子レンジにかけて柔らかくしてつぶす
- ⑤ 鍋に④を入れ、生クリームを加えて弱火にかけて、木べらで混ぜながらもったりするまで練る。バターを加えてペースト状になったら火を止めて冷ます

### 【サツマイモクリームを作る】

- ⑥ サツマイモは皮をむいて2cm大に切って電子レンジにかけて柔らかくしてつぶす
- ⑦ 鍋に⑥を入れ、生クリームを加えて弱火にかけて、木べらで混ぜながらもったりするまで練る。ラム酒を加えて、ペースト状になったら火を止めて冷ます
- ⑧ ボウルに生クリーム、砂糖を入れて八分立てにホイップして3等分し、それぞれにパンプキンクリーム、サツマイモクリーム、こしあんを混ぜる
- ⑨ ③に⑧の3種のクリームを4個ずつ挟んで形を整え、完成



レシピ考案者

チームAの皆さん  
 (盛岡市在住)

岩手の郷土菓子で昔から農作業の合間のおやつとして親しまれてきた「がんづき」ですが、若い世代にはあまり馴染みが薄いように感じていました。また、子どもたちが通っている学童では、おやつにせんべいなどのしょっぱいお菓子ではなく、チョコレートなどの甘いお菓子が特に好まれていることを知り、この「がんづき」をベースに砂糖の甘さだけではない地元食材を活かしたスイーツを作りたいと考え、今流行りのイタリア発祥のお菓子「マリトッツォ」風にアレンジしました。

クリームには「南部一郎カボチャ」や「クイックスweet」などの岩手県産食材を取り入れ、砂糖は控えめに素材本来の甘さが感じられるように工夫しました。南部小麦を使用した「がんづき」のふわふわとした食感や、地元食材の優しい味わいが引き立つスイーツになっていますので、ぜひ皆さんもおやつに作ってみてほしいです。

# 作文・図画岩手県コンクール



JA岩手県中央会などが主催する「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクールは、小・中学生にお米の大切さや農業への理解・関心を深めてもらおうと開催しているもので、県内の小・中学校から作文108点、図画226点、全国では作文36,474点、図画45,951点の応募がありました。特集Ⅱでは、管内学校の入賞作品をご紹介します。

作文部門



岩手県教育長賞

## 「当たり前前のごはん」

岩手大学教育学部附属中学校 3年

清水 葵葉さん



「今日のごはんは何？」  
私が母に毎日決まって投げかける言葉である。

朝は時間がなく慌ただしく済ませるため、簡単かつバランス良く栄養が摂れるように、昼は放課後の部活動のことを考え、エネルギーを蓄えられるように、夜は一日の疲労が回復できるようにと、毎食献立を考えてくれる母。そんな母の口ぐせは、「ごはんを食べないと力が湧かないから。」である。よって、我が家の主食は決まってごはん。何となく母の言葉を素直に聞き入れたくなくて、パンや麺類を食べることもある。だが、なぜだかすぐにごはんを食べたいという欲望に駆られるから不思議だ。

まるで、母の言葉の魔法にかかっているのかと疑ってしまうほど、私の食生活にごはんは欠かせない。

岩手で生まれ、毎日、岩手のお米を食べて育った私は、岩手のお米以外ごはんの味を食べ比べることなどあるわけなかった。

そんな時、兄が海外で暮らすようになり、岩手のごはんが恋しいと言ってきたことがあった。私は、海外でも日本米は売っているし、どこでどんなごはんを食べようと、ごはんの味に差はないだろうと思ってた。そして、それはお米の品質の違いだけではなく、ごはんのお供となる豊富な食材や家族で囲む食卓が、どれだけありがたいものなのか考えるきっかけとなった。

私が暮らす岩手県は、海・山・里の恵みが豊富で、栄養価の高い食材がたくさんある。小さい頃から、地元食材をふんだんに使った食事を食べてきた私は、岩手県は美味

しいものがたくさんある宝庫だと胸を張って言える自信がある。その良質で新鮮な食材とともに食べるごはんが一番のごちそうだと思えるからだ。

炊きたての白いごはんの艶と輝き、様々な食べ方を楽しめる冷えても美味しいおにぎり、旬の食材で季節を感じられる炊き込みごはんやおこわ、バラエティに富んだもち料理。どれも絶品のごちそうであり、どんな時でも私に元気を与えてくれる。そして、それらのひとつひとつが家庭の味であり、代々受け継がれてきている食文化でもある。

当たり前前のように食べている毎日のごはん。私たちは十年前、震災を経験し、そして今、コロナ禍の中で食生活も当たり前前が当たり前でなくなってきた。食べたい時に温かいごはんが食べられない、思うように家族揃って食卓を囲むことができないなど、今、目の前の温かいごはんを頬張ろうとしている自分がどれだけ恵まれているのか。

昨今、インターネット上では「ポテサラ論争」が話題になった。性的役割分担や家事労働のあり方が問題視されてい

るのだ。社会の変化とともに男女間や世代間での意識にも変化が見られるのは当然のことだと思う。私自身も日頃から社会情勢には敏感でありたいと思っているし、このような社会だからこそ、食文化の大切さも深く感じられる。

食生活について、世論で問題提起や議論されていることは様々あるが、個人の価値観も様々だ。そういった中でも、郷土の文化を伝承しながら、さらに私の身体のことを考えてごはんを作ってくれる家族の存在は唯一無二であり、何よりその毎日のごはんは私自身が幸せを感じているからこそ、その当たり前前のごはんの美味しさや食文化を自らの手で後世に伝えていきたいと思っている。

兄が恋しいと言った「岩手のごはん」とは品質や豊富な食材はもちろんだが、温もりある手作りのごはんを家族揃って食べる喜びのことだったのかもしれない。

台所に立つ母に向かって投げかけるあの毎日の言葉を、今日は少し優しく語りかけてみよう。



# 「おにぎりの力」

岩手大学教育学部附属中学校 3年

高橋 稀琳さん  
たかはし きりん



私の勝負飯。それはおにぎりだ。

十年前、私は仙台市に住んでいた。私は父の仕事で引越すことが多かった。仙台にきたのは私が生まれてから三回目の引越しの時だった。

幼稚園に通うのも慣れ、新しく友達ができただ頃、東日本大震災によって当たり前前に満たされていた生活が一変した。思う存分友達と遊んで、お腹がいっぱいになるまでご飯を食べて、朝までぐっすり寝ていた。毎日は一瞬のうちに奪われた。当時、三歳の幼い私は何が起ったのか分からず、ただいつもと違うとういうことが怖かった。

電気はもちろん、水道、ガスなどあらゆるライフラインが途絶えた。「ママ、お腹空いた。」この苦しい状況の中、幼

い私があるのままだに言う言葉

は母を困らせた。食料を手に入れるためにスーパーに長時間並んで、缶詰や魚肉ソー

セージを得た。数え切れないほどの人が集まる様子はまるでデイズニールランドのようだったと母は言った。災害に備えて

備蓄していた食材もあったがそれでも厳しい生活だった。そんな中、仙台に来る前に

住んでいた岩手の両親の知人が私たち家族を心配し、応援のメッセージが書き込まれた

ダンボールいっぱい水やお米、ガスボンベなどを詰めて持ってきてくれた。高速道路が封鎖

され、ガソリンを手に入れるのにも一苦労であるのに私たち

のために届けてくれた。岩手から届いた水とお米で母は私

におにぎりを握ってくれた。当然、おにぎりの具になるものや

のりはなく、ただの真っ白いおにぎりだった。それでも久しぶりに食べるお米の味は私を安心させてくれた。数日前までは当たり前前に食べられていたお米なのに特別な味がした。こんなにもお米は甘かったのかとしみじみ思った。いつもの倍以上によく噛んでゆっくり食べたあのおにぎりの味は十年たった今も覚えている。

それからしばらくの食事は母が作ってくれるおにぎりがほとんどだった。のりやふりかけが手に入るようになると、

母は私のおにぎりにだけのりやふりかけをつけてくれた。毎日毎朝も昼も夜もおにぎりを食べていたのに飽きることは

なく、むしろ欠かせないものになつていった。お風呂に入れないのはもちろんだが、夜になつても

電気がつかない暗闇がとて怖かった。ろうそくの火に包ま

れながら食べたおにぎりはいつでも私を安心させた。精神的に支えてくれた。おに

ぎりを食べると元気になった。おにぎりを食べるとホッと

した気持ちになれた。おにぎりは苦しい状況でも私を幸せ

な気持ちにさせてくれた。

それから一年も経たないうちに仙台を去ることになった。そして今は盛岡で暮らしている。

あの出来事以降もおにぎりは私の好物だ。学校のお弁当にたくさんのおにぎりを

作ってほしいと母にリクエストするが、きちんとバランスよく

肉も野菜も食べなさいと言われて、作ってくれないことも多

い。でも、運動会やテストの日だけはおにぎりにしてくれる。

おにぎりが私にとって元氣の出る特別な食べ物だというこ

とを母は知っているからだろう。私のこの一番の日はいつもおにぎりなのだ。

おにぎりが大好きな私ももう中学三年生。来年には今までの人生で一番大きな勝負で

ある高校入試が控えている。三月八日のおにぎりの具は何

だろう。鮭か、たらこか、ふりかけか……。炊き込みご飯か

もしれない。唐揚げが入っていたりして……。

私の勝負飯はおにぎりである。力の源であり、戦友である。

## 図画部門



## 優秀賞

「おいしいおむすびつくるからね」  
(弟のために時々おむすびをつくります)



盛岡市立下橋中学校 1年  
梅木 凜子さん  
うめき りんこ

12 つくる責任  
つかう責任

## 剪定技術の向上目指す リンゴ剪定講習会



実演を確認しながら剪定のポイントを学ぶ参加者ら

JAは1月19日、リンゴの剪定講習会を管内2会場で開き、剪定の手順やポイントについて確認しました。

盛岡市猪去の山口弘さんの園地で行った講習会には生産者やJA担当者ら約50人が参加。盛岡農業改良普及センターの職員が講師を務め、枝の状態や特徴について解説しながら剪定作業を実演しました。

また、今年は「ふじ」の花芽率が平年並みから平年よりも低いことが見込まれていることから、JA担当者は「しっかりと花芽を確保しながら、良い樹になるように作業を進めてほしい」と呼び掛けました。

## 都南支所が最優秀賞!

11 読み続けられる  
まちづくり

## 令和3年度 支所だよりコンクール



受賞を喜ぶ都南支所の稲垣支所長(右から2番目)と編集担当者ら

JAは1月21日、令和3年度支所だよりコンクールの審査会を開きました。

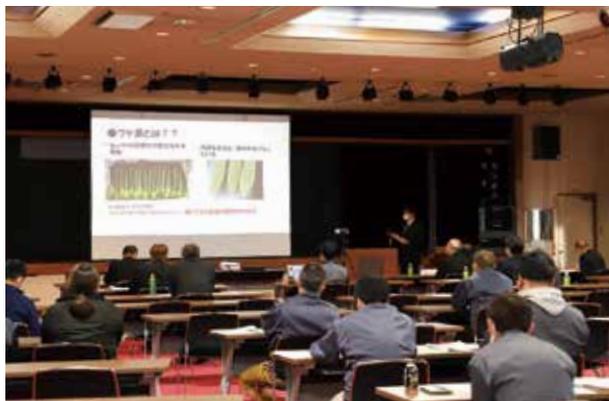
同コンクールは、組合員や地域住民とのコミュニケーション作りに活用された支所だよりを奨励し、今後の制作意欲増進を図ることを目的に開催され今年で6年目。JA岩手県中央会や家の光協会、日本農業新聞、JA役員らによって審査が行われ、都南支所の支所だより「にじいろTONAN」が最優秀賞に選ばれました。その他の受賞は次のとおりです。

▶ 優秀賞 紫波支所 / ▶ 優良賞 矢巾支所・盛岡支所

## 営農指導員の資質向上目指す

9 産業と地域振興の  
基盤をつくらう

## 営農販売部・生活推進部 研究発表会



大野職員は2月に行われる県大会に出場します

JAは1月5日、営農販売部・生活推進部研究発表会をJA紫波支所で開き、代表者5人が担当業務を通じて研究した成果について発表しました。

優秀賞には「キュウリフケ果クレームの脅威から産地を守る～FHフィルムの実証・普及～」と題して発表した、大野智職員(営農販売部園芸推進課)が選ばれました。大野職員は「キュウリはJAの基幹品目。継続的な高品質出荷が産地への評価・信頼へつながるため、一層の生産・販売に努めていきたい」と話しました。

歌謡ショーに笑顔弾む



令和3年度  
レディースセミナー



三浦さんのショーを楽しむ参加者ら

JA女性部は1月22日、令和3年度レディースセミナーをJA紫波支所で開き、女性部員やJA役職員ら約100人が参加しました。開会にあたり、戸塚幸子部長は「コロナ禍の影響で例年通りの集まりが持てずにいたが、やっと開催できて嬉しい。今日は歌を存分に楽しみましょう」と笑顔で呼び掛けました。

セミナーでは、盛岡市出身の演歌歌手・三浦わたるさんが講師を務め、「啄木哀傷」などの自身の持ち歌のほか、昭和の歌謡曲メドレーなどを披露。参加者は手拍子を合わせながら、懐かしい名曲を楽しみました。

親子で楽しく工作に挑戦！



紫波地域女性部  
冬休み親子工作教室



牛乳パックを再利用したけん玉作りに挑戦しました

JA紫波地域女性部は1月7日、JA紫波支所で冬休み親子工作教室を開き、管内の小学生とその保護者ら9組27人が参加しました。

教室では、家の光協会が発行する冊子『ちゃぐりん』に掲載された記事を活用し、「牛乳パックで作る『玉入れけん玉ゲーム』と「輪ゴムでとじるミニノート」を親子で協力しながら完成させました。参加した児童は「玉入れけん玉は、自分の好きなシールを貼って楽しく作ることができた。家でも遊びたい」と完成を喜びました。



好取引へ期待込め初市式  
和牛子牛市場初セリ



購買者や生産者で賑わったセリ会場

雫石町のJA全農いわて中央家畜市場で1月19日、和牛子牛市場の初セリと初市式が行われました。

JAいわて中央の初市式には管内の生産者やJA役職員、市町の関係者ら約100人が参加。畜産部会の佐藤昌司部会長は「コロナの再拡大や資材の高騰など厳しい環境が続くが、部会員一丸となりこの一年を頑張っていきたい」とあいさつしました。初セリには管内から69頭、全体で268頭が出場し、最高価格は雌で710,000円、去勢で820,000円。また、平均価格は雌で589,457円、去勢で653,882円となりました。 ※価格は消費税別

## 園芸

### 原木シイタケ 遅い植菌の注意点

今月の担当  
矢巾地域営農センター園芸特産課 上戸学



昔から、植菌の適期は梅が

咲き始めてから桜の満開までと言われていました。シイタケ栽培の古い産地では、2月から4月上旬までの2ヶ月間が植菌の時期でした。

現在は、ほだ寄せを行うことで東北地方でも冬季間からの植菌が可能になりました。桜を目安にすると管内では4月中旬までは遅い植菌とは言えませんが、ここでは遅い植菌の注意点について説明します。

#### 1. 植菌場所の気温が20℃を超える場合

管内では4月上旬以降にあたります。ハウス内での作業ではさらに早くから暑くなりますので、植菌場所の気温を下げる、ハウスにシェードを張る等の対策を

しながら注意しましょう。

気温の上昇、そして原木にとつては穴を開けた傷口ほど水分が抜け乾きますので、穴を開けたまま放置しないことが重要です。数時間でも放置するとその部分から乾き、不活着や雑菌進入の危険があります。なるべく穴開け、菌打ちブロー塗りは一連の作業で速やかに行いましょう。

#### 2. 原木が乾いている場合

原木に穴を開けた時にへん辺材部の色が茶色く変色している、もしくはきりがすぐ熱を持ち煙が出る、穴開け後すぐにドリル屑を手で握った時に湿気がまったく無い、桜肌などは皮をむくと茶色く枯れこんでいる等が原木が乾いている証です。

特に細い原木は乾きが早

いため、注意する必要があります。未口7cm以下や桜肌

のものは注意してください。乾いている場合は、きれいな水に6時間以上浸水した

後、表面が乾いてから植えるようにします。一度乾燥したほだ木は2週間程で乾

き、浸水後で雑菌の侵入も早くなるため、一度に大量

に浸水せずに、植菌本数を見ながら浸水本数も決めましょう。また、乾いた原木への植菌の場合、ハウス内でのほだ寄せをはいけません。

#### 3. 器具・機材を清潔に保つ

植菌機やオガロポの洗浄、消毒は植菌作業の基本です。菌を入れておくポリバケツ等も一日の植菌が終わったら速やかに洗浄して、菌が残らないようにします。初心に戻り丁寧な作業を心掛けながら、栽培を行います。

## 岩手県立農業大学校

### 令和4年度新規就農者研修(入門コース)受講生募集中!



**実施期間** 令和4年5月7日(土)~10月15日(土)

**場所** 岩手県立農業大学校

**対象者** 野菜就農志向者や野菜栽培初心者  
(令和4年4月1日現在で70歳以下の方)

**募集定員** 40名

**経費** 15,000円(傷害保険、教材、実習経費)

#### 内容

#### ① 講義【指定の土曜日(全10回)】

座学及び演習を通じて、野菜を中心に農業を始めるうえで知っておきたい基礎知識を学びます

#### ② 実習【毎週土曜日(全23回)】

トマトやピーマン、ネギなどの野菜16品目の管理作業(畑の準備、播種、定植、病虫害防除等)を実習体験しながら、栽培技術の基礎を学びます

**募集期間** 令和4年2月1日(火)~3月25日(金) 必着

**申込方法** 農業大学校ホームページから【新規就農者研修(入門コース)受講申込書】をダウンロードして必要事項を記入後、メール、FAX、または郵送にてお申し込みください。締め切り後に選考し、受講の可否をお知らせいたします。

お問い合わせ・お申し込み 岩手県立農業大学校 教育部研修科 TEL 0197-43-2211/FAX 0197-43-3184/E-mail:CE0014@pref.iwate.jp

畜産

冬季市場上場時における  
注意点と事前準備について

今月の担当  
営農販売部畜産課 熊林良太



2月に入り、依然として厳しい寒さが続いていきます。冬場は特に去勢子牛が尿石症を発症しやすい時期ですので、注意していきましよう。

1. 尿石症

この季節を迎えると発症しやすくなるのが、尿石症です。寒くなり水を飲む量が減ると、飲水量不足により尿が濃縮されます。その濃縮された尿が原因で、尿石症の発症となります。尿石症は症状が進むと、食欲の低下や落ち着きがなくなる等の反応を示します。この状態が長引くと牛にとってストレスとなり、様々な悪影響を及ぼします。そのため、十分に水を飲ませることが重要となり、予

防にもつながります。また、錠剤を投与する場合は、ビタミンAやカルシウムを含んだものを与えると効果的です。

2. つなぎ運動

牛を飼養する中で大切な要素の一つといえば、ストレスなく落ち着いた行動ができることです。

立ち木や柵等に鼻輪や頭絡を結び付け、身動きが取れないくらいきつく結びます。最初は10分間結び、牛が慣れてきたら1〜2時間程結びます。肩と耳の高さが水平になるよう鼻を持ち上げ固定した格好となりますが、この状態を人で例えると、「きをつけ」の姿勢となります。牛を結んでいる間にブラ

シかけ等を行う事で、どこを触られても落ち着いている牛に近づけることができます。また、人に慣れさせておくことで、今後の管理がしやすくなりますので、ぜひつなぎ運動を行っていきましょう。



令和3年産 米検査買入状況並びに等級比率（最終）

地域	うるち					
	1等	2等	3等	規格外	集荷量計	計画数量
紫波	152,799	7,895	202	42	160,938	156,722
	94.9	4.9	0.1	0.0		102.7
矢巾	141,402	4,561	1		145,964	149,280
	96.9	3.1	0.0			97.8
都南	123,715	3,181			126,896	122,874
	97.5	2.5				103.3
盛岡	92,914	471			93,385	90,238
	99.5	0.5				103.5
JA計	510,830	16,108	203	42	527,183	519,114
	96.9	3.1	0.0	0.0		101.6
地域	もち					
	1等	2等	3等	規格外	集荷量計	計画数量
紫波	172,388	17,372	4,189	332	194,281	187,645
	88.7	8.9	2.2	0.2		103.5
矢巾	30,664	2,031	222	130	33,047	34,945
	92.8	6.1	0.7	0.4		94.6
都南	109	12			121	82
	90.1	9.9				147.6
盛岡	134	252	4		390	360
	34.4	64.6	1.0			108.3
JA計	203,295	19,667	4,415	462	227,839	223,032
	89.2	8.6	1.9	0.2		102.2

(上:30kg/個 下:比率%)

子牛市場情報 (令和4年1月19日・中央家畜市場)

地区	頭数	最高価格	最低価格	平均価格	平均体重	前月比	
雌	紫波	19	710,000	352,000	586,842	297	-84,458
	矢巾	7	701,000	453,000	600,714	294	-64,086
	盛岡	9	696,000	483,000	586,222	290	-54,778
	JA計	35	710,000	352,000	589,457	294	-70,725
	市場計	122	759,000	250,000	596,672	289	-60,751
地区	頭数	最高価格	最低価格	平均価格	平均体重	前月比	
去勢	紫波	18	765,000	504,000	655,389	316	172
	矢巾	8	685,000	535,000	603,250	318	-12,107
	盛岡	8	820,000	521,000	701,125	318	-26,018
	JA計	34	820,000	504,000	653,882	317	-10,138
	市場計	146	903,000	263,000	652,116	314	-32,873



紫波町の南西部に位置する志和地区。県道13号沿いに店を構える「産直あぐり志和」は平成7年にオープンし、今年で27年目を迎えます。

「組合員のカラーを活かした豊富な品揃えがこの産直の自慢です」と話すのは組合長の熊谷和夫さん。42戸の組合員がいる同産直では育苗講習会を毎年開催し、組合員同士で情報交換しながら多種類の農産物を生産し、販売しています。また、同産直では東日本大震災以降、組合員や来店客が持ち寄り寄った遊休品をガレッジセールとして販売し、売り

上げを被災地に寄付するなど、地域一体となった活動にも取り組んでいます。さらに同産直は、店舗内に食堂「あぐりちやや」を併設。産直で販売されている惣菜の製造の他、「しわ黒豚」の豚井や「しわもちもち牛」のハッシュドビーフ、もち姫のひつまみ汁など、地域の特産をふんだんに使用したメニューを味わうことができます。同食堂代表で産直の副店長も務める細川栄子さんは「旬の野菜に加え、多彩なお惣菜や漬物もおススメです。店舗隣の工房ではみそ

今回ご紹介する産直

紫波町・片寄

産直あぐり志和

〒028-3452  
紫波町片寄字山田前441  
☎ 019-673-7684

【営業時間】年中無休  
●産直 9:00~18:00 (4~10月)  
9:00~17:30 (11~3月)  
●食堂 11:00~14:00



おすすめ商品

惣菜&漬物

手作りの惣菜や種類豊富な漬物はお店の人気商品。特に1年中販売している「みそ焼きおにぎり」は、地元産の米と自家製のみそが使用されている売れっ子商品

づくり体験も行っていただけますので、ぜひお立ち寄りいただきたいです」と笑顔を見せています。



サン・フレッシュ都南さ

おでっくなんせ!

## 今月は 寒干し大根

サン・フレッシュ都南の店頭には、この時期ならではの寒干し大根が並んでいます。寒干し大根は、収穫した大根を一度茹でて紐で通し、水にさらした後、約3週間乾燥させて作られているもので、この凍る・溶けるを何度も繰り返すことで、豊富に含まれている大根の栄養をより吸収しやすくなるのだとか。生産者の皆さんが手間暇かけて作った寒干し大根、ぜひ様々なお料理で味わってみてください。

### イベント情報

最新情報はホームページやSNSをご覧ください

ハンバーグまつり 2月12日(土)・13日(日)

※ 2月28日(月)は決算棚卸のため終日休業とさせていただきます。予めご了承ください。



寒干し大根は煮物や漬物、お鍋などに入れても楽しめますよ!



小枝店長

サン・フレッシュ都南

住所 〒020-0853  
岩手県盛岡市下飯岡21-180  
TEL 019-637-6801  
営業時間 9:00~18:00

Twitter



Vol. 06

## まち の スマイル

紫波町・土館

ふじさか しんいち

左 藤坂 信一さん(74)

のりこ

右 典子さん(73)

繁殖牛7頭を飼育している藤坂さんご夫婦。「いわて中央牛愛女子会」に所属している典子さんは、地域の畜産を盛り上げようと仲間とともに活動に励んでいます。南部杜氏として毎年冬になると酒蔵に出稼ぎに出ていた信一さんは「52年勤めてきたけれど、初めて全国の鑑評会で金賞を受賞したときの気持ちは今でも忘れられない」と酒造りへの思いを話します。

昨年杜氏を引退した信一さん。「酒造りに集中できたのは冬の間家や牛を守り、支えてくれた妻のおかげ」と話し、典子さんも「大変な仕事も家のために頑張ってくれて本当にご苦労様でした」と互いに長年の感謝を伝えるご夫婦。最近の楽しみは「一緒に輪投げの練習に参加したり、大好きな麺類の食べ歩きに出かけること」と二人仲良く微笑みました。



# CROSSWORD クロスワード

二重マスの文字をA～Dの順に  
並べてできる言葉は何でしょうか？

応募方法

郵便ハガキにクイズの答え・郵便番号・住所・氏名・年齢、今月のテーマにまつわる話・誌面の感想をご記入の上、下記宛にお送りください。正解者の中から抽選で、「JAやサン・フレッシュ都南で使える「農協全国商品券500円分」」を5名様にプレゼント！

今月のテーマ 「ありがとう」を伝えたい人 応募締切 **2月5日** 必着

送り先 〒028-3453 紫波町土館字沖田98-20 \ コチラから/  
JAいわて中央  
「JAんぷ2月号お楽しみクイズ」係

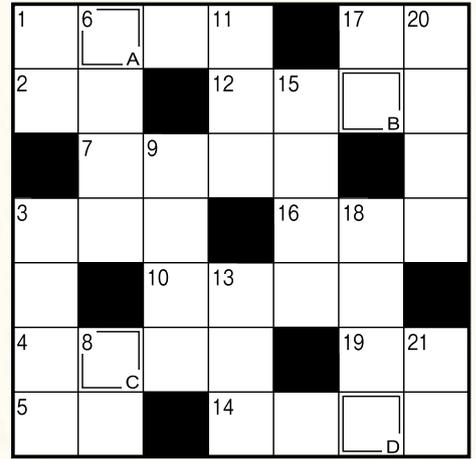
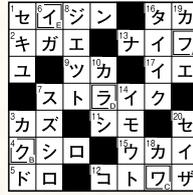
ホームページ 広報誌応募フォームにて受付 ▶

E-mail kouhou3244@ja-iwatechuoh.jp



※ご記入いただいた個人情報、お便りコーナーへの掲載、並びにプレゼントの発送にのみ使用いたします。当選の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

1月号の答え  
「フクワライ」



→ ヨコの力ギ

- ① 節分の日に丸かじりする地方もあります
- ② 歯がある履き物
- ③ 世界遺産には文化遺産や——遺産があります
- ④ ほっそりした指の例えに使われる魚
- ⑤ 酸っぱいものを見ると湧きます
- ⑦ 特定のヤギの毛を使った高級な毛織物
- ⑩ 受験生が勝ち取りたいもの
- ⑫ 江戸幕府の旗本、御家人の総称
- ⑭ ——頭をたたいてみれば文明開化の音がする
- ⑯ 酒のお供です
- ⑰ 年齢を尋ねられたので——を読んで答えちゃった
- ⑲ 愛を英語でいうと

↓ タテの力ギ

- ① カスが頭のてっぺんに結います
- ③ ベッドルームともいいます
- ⑥ 南へと吹き抜けていきます
- ⑧ 父は口バ、母はウマ
- ⑨ 青→黄→赤と変わるものをよく見掛けます
- ⑪ 宍道湖の名産である二枚貝
- ⑬ 水瓶座と牡牛座の間
- ⑮ 訴えや申請などが退けられること
- ⑰ ——かまぼこ、——団子、——笛
- ⑱ 鉄道のレールの下に並べます
- ⑳ テレビ——の録画を予約した
- ㉑ 魚へんに師と書く出世魚

## テーマ 好きなお鍋

皆様からのお便りをご紹介します！



湯豆腐。ざく切りしたネギをたっぷり入れて、えのき茸や水菜も入れてポン酢でいただきます。さっぱりとおいしい～！

(赤林・M/71歳)

シンプルな湯豆腐は、つけだれで様々なアレンジができるのも良いですね！

好きなお鍋といえば家族で囲むすき焼きです。ちょっとお値段は張りますが、紫波町の畜産農家の皆さんが丹精込めて育てているしわもちもち牛の牛肉は

特別です。(南日詰・T/67歳)

しわもちもち牛ですき焼きもさらに特別になりますね！

レモン鍋はミニトマトやレタスを入れてさっぱり食べられます。メのラーメンもおいしいです。

(東長岡・K/60歳)

温かいお鍋もさっぱりいただけそうですね。私も試してみたいです…！

白菜や豆腐、こんにゃくやキムチ

ホルモンの入ったキムチ鍋です。色々な具材が入った鍋を食べた後、残りの汁にうどんor白米を入れて食べるので、全部残さずに食べてしまいます。冬はキムチ鍋が一番好きなので、体がポカポカします！おすすめです！

(山岸・I/38歳)

程よい辛さが体中を温めてくれますよね。メまで楽しめるのも嬉しいですね！



## グリーンセンター・グリーン店舗休業のお知らせ

日頃よりグリーンセンター・グリーン店舗をご利用いただきありがとうございます。決算棚卸のため、下記の日程の通り休業とさせていただきます。

ご不便をおかけ致しますが、ご理解とご協力の程よろしくお願い申し上げます。

休業日 令和4年 **2月28日**(月) 終日休業

対象 各地域グリーンセンター・グリーン全店舗



1 利益相反取引の承認

【議決事項】

1月定例理事会が1月31日、紫波支所で開かれ次の議案について決議されました。

理事会報告



役員手帳

## 「豊かさとは」 農業・農村における JAいわて中央の役割

営農・生活専門委員長 高橋 淳 理事

気候変動や新型コロナウイルス感染症など、私たちは農村に住み農畜産物を生産している者として、日々それらと向き合いながら農畜産物の生産・飼育と一年間汗を流しています。そのような中、農畜産物の価格低迷など日々の努力では対処できない事柄が多いように感じます。当JAとしてはできる限り組合員に寄り添い営農活動や生活推進の取り組みを行うことを念頭に、米価の下落対策（春肥のコスト低減）、リンゴの凍霜害対策、野菜苗の遅延に関わる対策など、充分とは言えないものの生産意欲を維持できるよう取り組んでおります。

一方、現在の新型コロナウイルス感染症の状況下で、多くの人々が食への関心と農村回帰へ向けて動き出しつつあります。私自身、機会がありこれまで多くの国の農村に足を運びました。それらの国では本当に一生懸命に経営に取り組み努力している姿が印象的に感じました。しかし、私たちが住む農村と決定的に違うのは治水です。水が使いたい時に使えることは、日本は本当の意味で豊かであると感じます。

農業が抱えている課題は多くありますが、役職員共に組合員に寄り添える身近な存在となるべく日々研さんを積み、営農・生活を推進して行きたいと考えております。是非、組合員の皆様も声を返していただき、豊かさを実感できるJAを目指して共に行動をよろしく願いたします。

# INFORMATION

## グリーン盛岡東 閉店のお知らせ



一昨年の臨時総代会において、組合員の皆様にご決定いただいた生産資材店舗整備計画に基づき、グリーン盛岡東は、令和4年3月18日(金)をもって閉店させていただくこととなりました。長年にわたってご利用をいただいた組合員の皆様には、心から感謝を申し上げます。

今後は、グリーンセンター盛岡またはグリーン盛岡東部(旧都南乙部出張所を改装し4月上旬開店予定)をご利用くださいますようお願い申し上げます。

なお、グリーン盛岡東部の開店に関するご案内は、広報誌3月号に掲載いたします。

お問い合わせ 営農販売部 生産資材課 ☎673-7486

## 金融部からのお知らせ

### 振込手数料の一部改定について

令和4年3月1日(火)より、下記のとおり振込手数料を改定しますので、変更部分のみお知らせ致します。

#### 改定内容

系統(JA、信連、農林中金等)以外の金融機関あての振込手数料

		3万円未満	3万円以上
窓口でのお取引 (電信扱・文書扱)	旧	660円	880円
	新	605円	770円

		3万円未満	3万円以上
ATMでのお取引	旧	440円	660円
	新	385円	550円

詳しくはお近くのJA金融窓口までお問い合わせください。



新鮮食材で  
楽しくクッキング  
— This month's recipe —  
今月のレシピ  
130杯目



## ミツバとパルメザンチーズのオムレツ

### 材料 (4人分)

- 【A】
- 卵 ..... 6個
  - ミツバ  
(根が付いているものは落とし、ざく切りにしておく) ..... 1把
  - パルメザンチーズ ..... 15g
  - 生クリーム ..... 40g
  - 塩 ..... 1g
  - こしょう ..... 適宜
- 
- オリーブ油 ..... 大さじ1

### 作り方

- ① 直径18cm程度のテフロン加工のフライパンにオリーブ油を入れ熱する
- ② ボウルに【A】の材料を全て入れ混ぜ合わせ、弱火にしたフライパンに流し入れる。ふたをし、弱火のまま7、8分加熱する。途中でふたを取り固まり具合を見る
- ③ 上まで固まってきたらふたを外し皿をかぶせ、ひっくり返して上下を入れ替えてフライパンに戻す。ふたをして2、3分置く
- ④ 8等分にカットして皿に取り、出来上がり

### 編集後記



渡邊

今月号から新コーナー「ファーマーズマーケット通信」が始まりました!その土地の風土や環境によって地域ごとに様々な農畜産物が生産されている管内。そんな農産物を販売し、時には地域の憩いの場にもなっている地元産直をシリーズでご紹介していきたいと思ひます。次回も楽しみに!



佐々木

長いコロナ禍を経て『食』に向き合う機会が格段に増えたように感じています。実際に、食のトレンドは「時短」「節約」から「安心安全」「健康」を求める傾向に変化しているのだそう。食事を通じて季節を感じたり、人とのつながりを楽しんだり、『食』が持つ本来の豊かさを今改めて大切にしなければと思ひます。

