

JAあさか野

2018

12

No.243

特集 意外と知らない? 本当のだしの話



みんなの
よい食
プロジェクト
を進めています。



みんなの
よい食
プロジェクト

JAあさか野

検索

農中信託銀行 遺言信託代理店

JAあさか野

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

もくじ

CONTENTS

■特集 意外と知らない? 本当のだしの話	②・③
■写真日記	④・⑤
■農林振興センター便り	⑥
■JA文芸ひろば ■Letters	⑦
■素敵な笑顔 ■我が家のペット ■イラスト紹介コーナー	⑧
■総合相談センター	⑨
■理事会だより ■相談会案内	⑩
■組合員アンケートへのご協力について	⑪
■JAインフォメーション	⑫・⑬
■農産物直売センターお知らせ	⑭・⑮
■今月の朝ご飯	⑯
■ストップ! 農作業事故	⑯
■私の食育日記 ■おまちしています	⑯
■表紙紹介 ■パズル? 頭の体操 ■編集後記	⑰
■今月のあなたの運勢	欄外

意外と知らない? 本当のだしの話



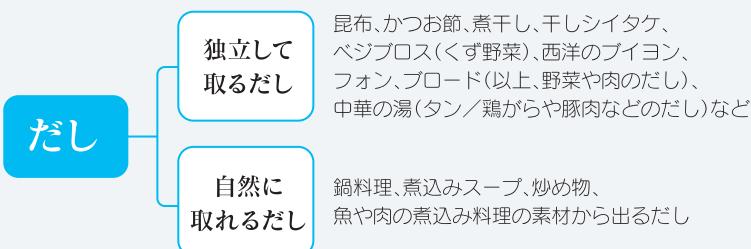
「だし」と聞いて思い浮かぶのは、かつお節や昆布のうま味。でも実はそれだけでなく、私たちが口にする食材はどれもそれぞれが独自のうま味をもたらしています。料理をおいしくしてくれる「だし」って、そもそも何?

うま味を液体に移したのが「だし」

和食ならかつおだしや昆布だし、煮干しだし。西洋料理ならブイヨンやフォン、中華では鶏がらや豚骨で取る湯(タン)……。料理のベースになるたることは世界各地にあります。これに調味料と食材を組み合わせることで、さまざまな料理が出来上がります。煮出しが多いのですが、水に浸しておくれだけでも味が出ることもあります。つまりだしとは、素材が持つうま味を液体に移した物と考えていいでしょう。

こうしただしは「独立して取るだし」。一方「自然に取れるだし」もあります。鍋料理や煮物がおいしいのは、入れた具それぞれのうま味が汁の中で一体になるから。汁気のほとんどない野菜炒めも、液体である炒め油に各野菜のうま味が溶け出ています。

「だし」には2種類あります。



あらゆる食材がだしになる

ほぼ全ての食材は、何らかのうま味を持つています。三大うま味成分の一つであるイノシン酸は魚介類や肉、グルタミン酸は野菜や海藻、きのこ、発酵食品、グアニル酸は干しシイタケやマトやタマネギも、スープに入れれば立派なだし素材。グルタミン酸を多く含む日本茶も、茶葉のだしを味わっているといえます。

三つのうま味成分は、組み合わせることで何倍にもおいしさを増します。かつお節と昆布の合わせだしはよく知られていますが、「自然に取れるだし」でもその効果は絶大。トマトと魚、アサリを煮ればブイヨンなしでもうま味十分ですし、昆布+豚肉も相性抜群。八宝菜などは戻した干しシイタケを加えると味にぐんと深みが出ます。

手近な食材を使って、あれこれ合わせ技を試してみるのも面白そうです。

インスタントだしを使うなら

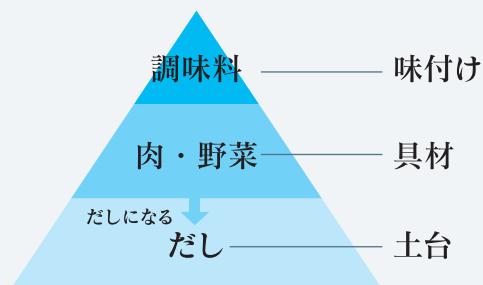
「独立して取るだし」では、今は多くの家庭で、便利な粉末だしやパックだしなどを使うようになりました。ここ

で気を付けたいのがパッケージに表示されている原材料名です。

だし素材以外の材料が入つていれば、それは厳密には「だし」ではなく、だしに近づけた物と考えていいでしょう。また、商品によっては塩や粉末しょうゆで味付けしてある物もあります。作りたい料理に合わせて選び、調味する際は塩分の取り過ぎにならないよう注意してください。

時間のあるときにかつお節、昆布、煮干しなどでだしを取って、本来の味を覚えておくと、インスタントだしの風味の過不足も分かり、使いこなしも広がります。

「だし」「肉・野菜」「調味料」の関係





煮干し

小魚を煮て干したもので、カタクチイワシが主流。イリコとも呼ぶ。地域によってアゴ（トビウオ）、アジ、タイなどさまざまに煮干しがある。



昆布

ほとんどが北海道産で、古くから全国に広まっていた。だしは水出しもできる。かつお節や煮干し、干しシイタケとの相性も良い。



かつお節

関西や中部地方では荒節、関東では枯れ節が主流。厚削りの方が濃いだしが出る。サバ、ソウダガツオ、マグロ、ウルメイワシなどの削り節もある。



何でも「だし素材」

具材に使う食材も全てうま味成分を持っている。合わせ技でおいしさもアップ！



その他乾物

干しエビ、干し貝柱、いり豆、かんぴょう、切り干し大根、ベーコン、ドライトマトなども良いだしが出る上、具材としても使える。



干しシイタケ

精進料理に必須のだし素材。干することで栄養素もうま味成分も飛躍的に増える。水出しもでき、だしを取った後は具材に使えるのも利点。

■ 中華料理のだし

西洋料理が香りを重視するのに対して、中華料理は油を使った濃い料理に合う、コクとうま味があるだしが好まれます。鶏や豚を長時間煮出し、香り付けよりは臭みを消すために香味野菜や香辛料を加えた味の濃いだしが使われてきました。中華のだしは「湯(タン)」と呼ばれ、主に動物性のだし（ホウタン）と植物性のだし（スウタン）に分かれます。

■ フランス料理のだし

煮込み料理には欠かせないフランス料理のだし。牛や鶏、魚などの動物性材料の他に、香味野菜は煮込むと肉や魚の好ましくない臭いを消すため、香り付けの役割もあります。フランス料理のだしは、ブイヨンとフォンの二つに大きく分かれます。「ブイヨン」はポタージュやコンソメの土台で、「フォン」はソースや煮込み料理の土台になります。

注目が集まる **だしソムリエ** とは？

だしソムリエ協会

<https://dashi.be/>

だしを知り、料理や商品開発に生かすための民間資格が「だしソムリエ」。3級資格が取れる1日講座では家庭で役立つだしの基本を学びます。2級・1級講座では、各界のプロ講師の講座により深い知識を積んだ、だしの専門家を養成。動画学習サービス「Udemy」でのオンライン3級講座も今後スタート予定です。

●大和田地区倉庫業組合 県外視察研修旅行

10月9日（火）、大和田地区倉庫業組合は2泊3日で愛知・岐阜・三重へと県外視察旅行を行い、総勢18名が参加しました。初日は、世界で有数の花き専門市場で、鉢花・蘭等鉢物の取引では、アジア・太平洋で最大規模を誇る愛知豊明花き市場の視察を行いました。

また同日夜には、長良川鵜飼い観覧をしました。今年は豪雨被害もあり、観覧運航中止日数が過去最多の42日に上り、被害の一端を垣間見ました。



話題あれこれ 写真日記

地域の話題など紹介！



2018.12

あさか野

●第8回よみうり楽々朝市開催

10月13日（土）、志木支店において、読売センター志木東部との共催である「第8回よみうり楽々朝市」を開催しました。当日は先着300名様へ志木市産コシヒカリ1kgをプレゼント、里芋・椎茸（菌床）・早生みかん・リンゴ・柿などの新鮮野菜と果物の販売、宗岡コシヒカリクラブによる「宗岡はるか舞」の販売、JA女性部による手作りの「まんじゅう・焼きだんご」などを販売し、6次化新商品「ふるさつ甘酒・おかゆ・玄米パック」の先行販売をしました。開催時間前より行列ができ、大変多くのお客様が来場されました。

今後のイベント開催については広報誌のインフォメーションやJAあさか野HP等でお知らせ致します。



●農業体験



5月から9月にかけて、当組合と友好組合協定を結んでおりますJA世田谷目黒の職員7名が、農業体験として田植え・稻刈を体験し、その後脱穀されたお米を組合員宅からJAの米倉庫へ運ぶ集荷を体験いたしました。体験者職員は、組合員さんの指導のもと手際よく作業をしていました。

●平成30年度 法務セミナー開催



講師 小嶋 和也 氏

10月28日（日）、JAあさか野資産管理部会連絡協議会は、新座市のベルセゾンで、弁護士法人小嶋総合法律事務所 代表弁護士小嶋和也氏を講師に迎え、当JA管内の組合員109名が参加し法務セミナーを開催しました。

セミナーは、「組合員のためのトラブル対応『虎の巻』」と題して行われ、相続編・不動産管理編（「不動産管理編」）と題して行われ、相続編では、公正証書遺言の豆知識や失敗事例の検証、養子縁組の必要性などを詳しく講義いただき、不動産管理編では、事故物件についての部屋の明渡、滞納家賃の解消、逸失利益の補償など事例を交えて講義いただきました。

参加者からは、「一般論ではなく、農家後継者の立場での講義で有意義だつた。」と大変好評でした。

●新座農産物直売センター「秋の収穫祭」開催

10月27日（土）、28日（日）、新座農産物直賣センターにて、「秋の収穫祭」を開催しました。新鮮で旬の野菜の特価販売、鉢花・切花の販売や、新座農産物直賣センター出荷協議会によるトルネードポテト販売、JAあさか野女性部による手作り田舎饅頭・焼きだんごの販売、むさしのベーカリーによる美味しいパンの販売が行われ、多くの来場者で賑わいました。また、同日には、「野菜詰合せ袋」が合計100名に当たるbingo大会が行われ、bingoが当たると歓声がわき、楽しい収穫祭となりました。



bingoの景品



女性部



出荷協議会



●「とれたて・キャッチ」親子農業収穫体験



見てみて、とれたよ！

10月28日（日）、和光アグリパーク農業体験センターにて、親子農業収穫体験付定期積金「とれたて・キャッチ」をご契約いただいた家族を対象に、さつまいも収穫体験を行いました。楽しみに待っていた収穫体験を参加者は秋の日差しを浴びながら、元気に土を掘り起こしていました。子供達はさつまいもが採れると、「焼きいもにして早く食べたいな！」と声を上げていました。

AGRI INFORMATION



農林振興センター便り

農薬の使用は適正・安全に使いましょう

農薬の適正かつ安全な使用や保管管理は、農産物の安全確保や農業生産の安定だけではなく、皆さんの健康の保護や環境の保全からも重要なことです。平成28年度に全国で発生した中毒事故は19件、農作物・家畜などの被害は41件でした。管内は住宅地等が多く、農薬を散布する場合は、農薬の飛散防止に努めるなど十分な配慮をお願いします。

1 農薬のラベルをよく読み正しく使いましょう

農薬の登録を確認用 (*特定農薬を除く)
*農作物の防除に使う薬剤や天敵のうち安全性と薬効が認められたものである。

農林水産省登録第〇〇〇号

使用基準(適用農作物、使用量又は希釈倍数、使用方法、使用時期、使用回数等)を確認

ラベル例

作物名	適用病害虫名	希釈倍率	10アール当たり使用液量	使用時期	本剤の使用回数	使用方法	△△を含む農薬の総使用回数
□□□	灰色かび病	600倍	200~700ミリ	収穫30日前まで	3回以内	散布	3回以内

最終有効年月(西暦2けた) 19.12

【効果・薬害等の注意】 **【注意点】も必ずチェック**

【安全使用上の注意】 **有効年月以内であることを確認**

同じ有効成分が、異なる商品に含まれる場合があるため、成分の総使用回数に注意

2 農薬飛散(ドリフト)防止を徹底しましょう

- 病害虫の発生状況を確認し、必要最小限の農薬散布に努めましょう。
- 近隣の栽培者や周辺住民に、散布日時や使用農薬などを事前に周知しましょう。
- 周辺農産物を確認し、農薬の種類や形状、散布方法や散布器具などを選びましょう。
- 無風または風の弱い時など、近隣に影響の少ない天候や時間帯を選びましょう。
- 緩衝地帯や遮蔽物(飛散防止ネットや遮蔽植物、被覆資材等)を上手に活用しましょう。

3 使用状況を正確に記録しましょう

農薬を使用した年月日、場所、対象農作物、農薬の種類または名称、単位面積当たりの使用量または希釈倍率などを正確に記録しましょう。

4 農薬の使用に伴う事故及び被害を防止しましょう

中毒事故の防止

- 農薬やその希釈液を飲料品の空容器などに移し替えないようにしましょう。
- 農薬は、保管庫に施錠して管理しましょう。
- ラベルの記載を守り、防護メガネやマスクを着用しましょう。
- 土壤燻蒸剤を使用したときは、資材による被覆を行いましょう。

農作物・家畜などの被害防止

- 周辺の養蜂家に事前に散布日時などを連絡し、農薬の形態など配慮しましょう。
- 不要農薬は、廃棄物業者などに依頼し適正に処理しましょう。



《全体運》興味のあることに思い切ってトライしてみたい時期。攻めの姿勢が幸運のポイントに。遠出のドライブも刺激的
《健康運》不規則な生活リズムを正すと好転の兆し
《幸運の食べ物》エリンギ



読者からのお便り

たくさんのご意見、ご要望をありがとうございます。ございました。いたいたおハガキの一部をご紹介させていただきます。

散る紅葉 ひとり歩みし 小径かな

志木市本町 三上 幸子さん

柳瀬川 早瀬彩る 草紅葉

新座市あたご 金子 美代子さん

大晦日 みんなで囲む そばの膳

新座市あたご 新井 京子さん

登り坂 ふと見上げれば 雁の群れ

志木市上宗岡 池ノ内 ふみさん

紅葉に 自然の深さ 知らされて

新座市菅沢 高橋 悅子さん

「いいトマトあくじ」、金魚すくいは既経験していますが、「いいトマトマト」誰でもしてみたいですね。写真を見つめやましく思いました。一歳になれる曾孫がトマトヒーリングが大好きで食卓に出すと一人で食べています。一度いいトマトすくいをさせて喜ぶ顔が見たいと思いました。新米の「こしの逸品」美味しいいただきました。この時期だけの楽しい味わいで家族の笑顔が何よりも嬉しい秋の一日です。

朝霞市溝沼 石川 千加子さん

新米の玄米を10kg頂きました。精米機は初めてで説明通りに行いました。出て来た真っ白いお米に感動しました。でも5kg位しか出て来ません!余り少ないで書いてあつた携帯に電話をしました。「1割は少なくなる」との事!「でも少ないな!」と思いつつ家に帰りました。お米屋さんから電話があり「お米が残ってる」との事。すぐ取りに行きました。「フレーカーが落ちてしまった。」との事で、お米の残りを頂いてきました。早速夜に炊いて食べました。とても美味しかったです!

志木市下宗岡 匿名さん

「いいトマトあくじ」、金魚すくいは既経験していますが、「いいトマトマト」誰でもしてみたいですね。写真を見つめやましく思いました。一歳になれる曾孫がトマトヒーリングが大好きで食卓に出すと一人で食べています。一度いいトマトすくいをさせて喜ぶ顔が見たいと思いました。新米の「こしの逸品」美味しいいただきました。この時期だけの楽しい味わいで家族の笑顔が何よりも嬉しい秋の一日です。

10円単表紙の池ノ内御夫婦さんの元気な姿勢・活動等々には、素晴らしい感動をいただきました。日々の健康の秘訣を継続する忍耐力の姿勢は、私達農業従事する者として鏡に映ります。

志木市幸町 匿名さん

あさか野表紙 池ノ内清さん、ふみさん「ご夫婦円満の笑顔」素晴らしい若い秘訣。

露地野菜の栽培の手作業、心のこもった野菜、何よりです!また、夫婦の散歩、農作業のほか日誌を2人で書き続けられる姿が、奥様の俳句・短歌の道しるべ。毎月の広報のページを捲るのが楽しみです。いつまでも書き続けてください。

志木市幸町 匿名さん

直売センターが開く前に到着し待っている時に、生産者の方が野菜を並べておられた姿を見せて、野菜を食べて作り手の方の気持ちが伝わってくのよう

直売センターで買う旬の野菜は味も濃く、野菜本来の味がして、いつも美味しいただいています。これからも美味しい野菜を作つて下さい。

直売センターで買う旬の野菜は味も濃く、野菜本来の味がして、いつも美味しいただいています。これからも美味しい野菜を作つて下さい。

朝霞市本町 森田 真理子さん

素敵な笑顔



(新座市中野) 祖母 小原 チトミさん

たいせい
大誠くん (10歳)

クリスマスが待ち遠しい あばれん坊☆



(新座市石神) 祖父 渡邊 博幸さん

渡邊 桜子ちゃん (3歳)
渡邊 雅敬くん (1歳)
前田 陽向ちゃん (9ヵ月)

仲良し3人組です! 😊



「素敵な笑顔」「我が家のペット」を募集しております

自慢の笑顔や何気ないしぐさの写真を、一言コメントと一緒に広報誌「あさか野」に掲載いたしますので、下記連絡先までご連絡ください。広報担当職員が対応いたします。
連絡先: JA あさか野 本店 企画課 048-479-1011 (平日午前 8:30 ~ 午後 5:00)



イラスト紹介 コーナー

志木市本町
抜井 民子さん



朝霞市泉水 曽根田 満康さん



新座市あたご 根岸 未蘭さん



ふるさと納税

Qふるさと納税はどんな制度ですか。寄附（ふるさと納税）した金額は全額、税金から控除されるのでしょうか。

Ⓐふるさと納税という名称ですが、正確には地方自治体（都道府県や市区町村）への寄附のことです。自分が納める所得税や個人住民税の一部を、自分が応援したい自治体に寄附という形で移す制度です。一定限度額まで原則としてその全額が所得税と住民税から控除されます。

解説

（1）ふるさと納税（確定申告による場合）

地方公共団体への寄附金につき、ふるさと納税制度の申請手続きを行い、寄附金受領証明書（寄附をした自治体が発行する領収書）を添付して所在地等の所轄の税務署へ確定申告することにより、寄附金の内、2千円を超える部分について、所得税・住民税から原則としてその全額が税額控除される制度です（ただし、その者の収入等により限度額がありますので、2千円を除く全額が控除される寄附額の目安としては総務省HP「寄附額一覧」等を参考にして下さい。）。

①所得税の減税額（寄附金（注：総所得金額等の40%を限度）- 2千円）×その者のその年分の税率（A）

②住民税の基本控除（寄附金（注：総所得金額等の30%を限度）- 2千円）×10%

③住民税の特例控除（その者の住民税所得割の2割が限度）（寄附金 - 2千円）×（100% - 10% - (A)）

※②③は翌年度の住民税から税額控除。限度以内の場合①+②+③=（寄附金 - 2千円）

＜例＞寄附金が3万円、その寄附をした人のその年の所得税率が20%の場合

①所得税の減税額 = (3万円 - 2,000円) × 20% = 5,600円（確定申告により減税）

②住民税の基本控除 = (3万円 - 2,000円) × 10% = 2,800円（翌年度の住民税から差し引かれます）

③住民税の特例控除 = (3万円 - 2,000円) × (100% - 10% - 20%) = 19,600円（翌年度の住民税から差し引かれます）

上記の税額計算では、復興特別所得税は考慮していません。

（2）ワンストップ特例制度によるふるさと納税

寄附を行った年の所得について確定申告不要の給与所得者等で、1年間のふるさと納税納付先自治体が5つまでの方はワンストップ特例制度が適用になります。

利用者はふるさと納税をするたびに「ワンストップ特例申請書」と「マイナンバー提供に必要な本人確認書類」を寄附先の自治体（ふるさと納税先団体）に郵送（翌年1月10日必着）するだけで、翌年度分の住民税から「寄附金 - 2千円」の減額が受けられます。（限度あり）。

※（1）と異なり、控除は住民税からのみ控除されます。（2）の手続き後に確定申告書を提出した場合は、ワンストップ特例申請は無効になり、ワンストップ特例申請済の寄附金額についても上記（1）の確定申告が必要になります。

※特産品を寄附者が受けた場合の経済的利益は、法人から個人への贈与として、一時所得に該当します。

※寄附先の各自治体からの返礼品を換算した金額の合計が50万円を超える場合や他に一時所得となる所得がある場合は注意が必要です。

詳しくはフリーダイヤルにお問い合わせください。

JAあさか野 総合相談センター

〒352-0011 埼玉県新座市野火止5丁目7番22号

TEL.048-489-1200 FAX.048-489-1201

ご相談フリーダイヤル

イーナ ヨイローン

0120-17-4160



〈全体運〉あれこれ考え過ぎてしまいそう。悩むより、ぶつかってみるのがベストです。運には部屋の掃除や整理整頓を

〈健康運〉スポーツに励むと、大いに楽しめるはず

〈幸運の食べ物〉イイダコ

理事会だより

平成30年11月28日（水）開催の主な議題について

- ①平成30年度上半期監事監査報告について
- ②平成30年度上期ミニディスクロージャー誌の発行について
- ③新本店等の内覧会及び竣工式の開催等について
- ④月次決算について
- ⑤その他

相談会案内

年金相談会（予約制・無料）社会保険労務士が対応いたします。

大切な年金、きちんと受給していますか？
平成29年8月より年金の受給資格期間が10年になりました。対象となる方には「黄色の封筒」（年金請求書）が送付されます。送付されましたら、ぜひJAあさか野でご相談ください！

なお、予約制となりますので、事前にお電

話にて最寄りの支店もしくは、本店 金融推進課までご連絡ください。

12月	16日(日)	あさか野農協 本店
-----	--------	-----------

※特に記載のない相談会の開催時間は午前9時から午後4時となっています。

※相談日と会場は変更になる可能性があります。予めご了承ください。

税務相談

（予約制・無料）税理士が対応いたします。

聞いてみたいこと、ありませんか？

JAあさか野では、税務相談を無料で承ります。

相談の内容については、秘密厳守されますので、多数のご利用お待ちしています。

※ご利用は原則、組合員に限らせていただきます。

※予約制になりますので、事前にお電話にて最寄りの支店もしくは、総合相談センターまでご連絡お願い致します。

12月	10日(月)	総合相談センター (午前10時～午後3時)
	14日(金)	和光支店 (午前10時～午後3時)

法律相談

（予約制・無料）弁護士が対応いたします。

聞いてみたいこと、ありませんか？

JAあさか野では、法律相談を無料で承ります。

相談の内容については、秘密厳守されますので、多数のご利用お待ちしています。

※ご利用は原則、組合員に限らせていただきます。

※予約制になりますので、事前にお電話にて最寄りの支店もしくは、総合相談センターまでご連絡お願い致します。

12月	14日(金)	総合相談センター (午後1時30分～)
-----	--------	------------------------

※各相談日と会場は変更になる可能性があります。予めご了承ください。



獅子座
7/23~8/22

《全体運》 楽しいことに縁がある時期。遊びや旅行のお誘いには快くOKして、出掛け。アートに触れるプランもグッド。
《健康運》 歩くなど、ちょっとした運動がラッキー。
《幸運の食べ物》 ハクサイ

～組合員のみなさまへ～

ご訪問の際は、ご協力を願いいたします。

JAの自己改革に関する組合員アンケートへのご協力について(お願い)

組合員の皆様には、経済（農業関連等）事業、信用（貯金・貸出金等）事業、共済（火災・生命等）事業、農産物直売センター、資産管理（資産活用・税務等の相談事業）等JAの事業をご利用いただいておりますことを、心より御礼申し上げます。

現在、JAグループは「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の3つの基本目標を掲げ、自己改革に取り組んでおりますが、政府は規制改革実施計画を策定し、農協改革を実行するようJAグループに強く要請しており、改革の進展状況によっては、JA事業の見直し・准組合員の利用規制（地域の皆様がJAを利用することを制限する）の検討などが行われることが想定されます。

J Aあさか野及びJ Aグループでは、准組合員の利用が制限されることのないように自己改革の取り組みに対する皆様の評価をお伺いして、より一層組合員の皆様の負託に応えるとともに、安全・安心で新鮮な農産物を持続的に提供する等、地域の農業やくらしを支えるJ Aであるために、組合員アンケートを実施することいたしました。

このアンケートの実施にあたっては、職員が皆様のお宅を訪問し、回答していただくことを予定しております。

アンケートを実施することの主旨をご理解いただき、訪問の際には是非ともご協力をお願いいたたく、事前にお知らせをさせていただきます。

なお、アンケート対象者は、全組合員（正組合員・准組合員）とさせていただいておりますことを申し添えます。

記

○訪問予定日 2018年（平成30年）12月1日（土）～2019年11月29日（金）

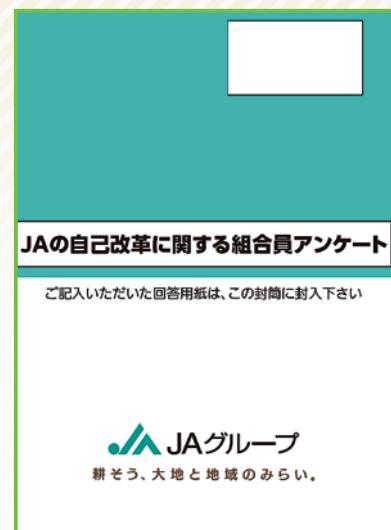
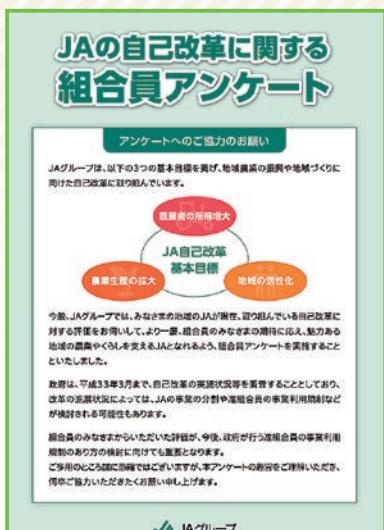
○訪問した職員がアンケート内容の説明をいたします。アンケートの回答をいただく設問は、いずれもマークシートによる設問となります。

組合員アンケートイメージ

• 調查票

・回答用紙

· 封筒



〈全体運〉 余計なおせっかからトラブルを招きがち。見守る気持ちを大切に。趣味や好きなことに励む時間を持つてみて
〈健康運〉 生活リズムを整えること。寝不足はNG
〈恋愛運〉 おめでたす恋愛運



野菜の移動販売

新座農産物直売センター、和光農産物直売センターでは、とれたて、旬の地元野菜、くだものを移動販売いたします。生産者が丹精込めて育てた安全・安心な農産物を販売しておりますので、皆様のご来場をお待ちしております。

開催場所	開催日程	開催時間
新座栄四丁目商店会	平成30年12月7日(金)	午前10時から午後1時
	平成30年12月14日(金)	
	平成30年12月21日(金)	
	平成30年12月28日(金)	
新座市役所ファーマーズマーケット	平成30年12月26日(水)	午前10時から午後1時
野火止支店 朝市	平成30年12月14日(金)	午前10時から午後1時
朝霞支店 朝市	平成30年12月14日(金)	午前9時から午後1時
志木支店 いろはやさい市	平成30年12月13日(木)	午前9時から午後6時
	平成30年12月27日(木)	
JA野菜市	平成30年12月3日(月)	午前10時から午後1時
	平成30年12月10日(月)	
	平成30年12月17日(月)	
	平成30年12月25日(火)	
セブン-イレブン上宗岡4丁目店	平成30年12月5日(水)	午前10時から午後1時
	平成30年12月12日(水)	
	平成30年12月19日(水)	
	平成30年12月26日(水)	
和光市駅南口いこいの広場軽トラ市	平成30年12月12日(水)	午後4時から午後6時
和光市役所 木曜市	平成30年12月6日(木)	午前10時から午後1時
	平成30年12月20日(木)	
採れたて野菜まちかど販売所	平成30年12月21日(金)	午前10時から午後1時

※売り切れしだい終了します

親子料理教室のご案内

親と子の食農教育 【①志木開催・②和光開催】

日 時	①平成31年1月27日(日) 10時~13時 ②平成31年2月 3日(日) 10時~13時
場 所	①JAあさか野志木支店 2階調理室 志木市中宗岡1-4-41 ②和光市中央公民館 3階調理実習室 和光市中央1-7-27
募集対象者	小学生とその保護者(保護者1名につきお子様1名) ※①、②の両開催場所は先着10組とさせて頂きます。
持 ち 物	エプロン、三角巾、ハンカチ、布巾2枚
メ ニ ュ ー	人参ジャム・米粉のフォカッチャ・カボチャとブルーンのサラダ (原材料の一部に小麦粉、卵、乳を含む)
講 師	JAあさか野女性部員
材 料 費	800円(1組) ※材料費以外に申込書が必要です。 ※当日欠席については返金致しかねます。予めご了承ください。
場所申込み先	①JAあさか野 志木支店 TEL 048-471-0011 ②JAあさか野 和光支店 TEL 048-461-2113 ②JAあさか野 和光農産物直売センター TEL 048-461-0850
申込締切日	①平成31年1月11日(金) ②平成31年1月18日(金)
お問合せ先	JAあさか野 本店経済課・生活課 TEL 048-479-1011



《全体運》コミュニケーション能力が活性化。
誰とでも気軽に親しくなれそう。グループプレー
ジャーを企画すると良い刺激に。
《健康運》暴飲暴食に注意。よくかんで食べる
こと
《幸運の食べ物》ブリ

【JAあさか野 地域料理教室】

男性向け料理教室の開催

～ヘルシー・スパイシー簡単薬膳カレーと炊き込みごはん～

男性の皆様、地場農産物を使って美味しい料理しませんか？

特別なご馳走でなく家庭料理なので今まで包丁を持ったことが無い方も大歓迎！

開催日時 平成31年1月26日（土）午前10時00分～午後1時00分

開催場所 JAあさか野志木支店 2階調理室
志木市中宗岡1丁目4-41

講 師 薬膳カレーをインド人講師から学ぶインディアンキッチン
アニール・クマール・セティ 講師

定 員 先着12名（男性のみ）

参加費用 1,000円（材料費等込）…開催当日集金いたします

持 ち 物 エプロン・タオル（手拭い）・三角巾 or バンダナ・筆記用具等

お申込み 店舗に備え付けのお申込み用紙に記入の上、支店へお申込み下さい

お問合せ あさか野農業協同組合 本店 生活課（羽根田・杉戸）

TEL 048-479-1011



年末年始営業日のご案内

年末年始の営業日を以下のとおりご案内致します。

大変ご迷惑をおかけしますが、何卒ご了承いただきますようお願い致します。

本年中のご愛顧に心より御礼申しあげますと共に、来年も変わらぬお引き立てのほど、よろしくお願い申しあげます。

	12/26 (水)	12/27 (木)	12/28 (金)	12/29 (土)	12/30 (日)	12/31 (月)	1/1 (火)	1/2 (水)	1/3 (木)	1/4 (金)	1/5 (土)
新座農産物直売センター 10:00～17:00	○ 通常営業			×	終日休業		×	終日休業		○ 通常営業	
和光農産物直売センター 10:00～17:00	○ 臨時営業	○ 通常営業		△ 短縮営業 15:00 まで	×	終日休業		×	終日休業	○ 通常営業	
支店窓口 8:30～15:00	○ 通常営業			×	終日休業		×	終日休業	○ 通常営業	×	定休日
JAあさか野 ATM 8:00～21:00	○ 通常稼働			○ 休日稼働		○ 休日稼働	×	終日休止	○ 通常稼働	○ 休日稼働	
総合相談センター 9:00～17:00	×	○ 通常営業		×	終日休業		×	終日休業		○ 通常営業	
各経済配送センター店舗 8:30～17:00	○ 通常営業		△ 短縮営業 15:00 まで	×	終日休業		×	終日休業	○ 通常営業	※土曜 日営業	

※ATMについて 1月3日（木）は、システムメンテナンスのため終日休止となります。

※経済配送センターについて 1月5日（土）は、内閣府経済配送センターのみ 午前中営業となります。

もしものときの連絡先

■ご家族が亡くなってしまった場合

JAあさか野ライフサービス

フリーダイヤル 24時間 よく供養
0120-24-4994

年末年始 24時間ご葬儀を承ります

■自動車事故などに遭ってしまった場合

営業時間外および休日 24時間・365日の安心サポート！

JA共済事故受付センター

0120-258-931



蠍座 * * * *
10/24～11/22

〈全体運〉やるべき作業を早めに片付け、自分の時間を満喫したい月。やったことのない趣味を始めるのも向いています。
〈健康運〉体を動かすことで、元気が上向く時期
〈幸運の食べ物〉芽キャベツ

■JAあさか野キャッシュカード・通帳等の紛失・盗難の場合

営業時間外および休日

JAバンク・キャッシュカード紛失共同受付センター

0120-318-242

※ATM稼働停止日の1月3日(木)も終日対応します。

■JAカードの紛失・盗難の場合

三菱UFJニコスNICOS盗難紛失受付センター

0120-159-674

J A あさか野新座農産物直売センター（とれたて畑）

新座

『J A あさか野直営』



住 所：〒352-0011 埼玉県新座市野火止6-1-48
(ふるさと新座館 1階) TEL.048-483-7200
(平 日) 営業時間：午前10時～午後5時
(土、日、祝日) 営業時間：午前 9時～午後5時
定休日：月曜日・年末年始

☆試食販売☆

白菜サラダ & ゆずの炊込みごはん 12/8(土)

★ 今月の試食販売 ★



【ゆずの炊込みごはん】

柚子が多く出荷される時期になりました！今月は柚子の香りがふわっと香る柚子塩ご飯を作ります！柚子にはビタミンCが多く含まれており、コラーゲンの合成・皮膚の美肌に効果があります。この時期にピッタリの炊込みご飯をぜひご賞味下さい！

片山

新座市片山農産物直売所

住 所：埼玉県新座市堀ノ内1-9-16
営業日：毎週土・日曜日
営業時間：午前8時～午後2時

☆直売情報☆

12月は白菜・大根・小松菜などが出荷予定です。



レシピ 1

アサリだしハクサイロール

●材料(4人分)

ハクサイの葉
(下茹でした物)…大8枚
A豚ひき肉…100g
タマネギみじん切り
…1/2個分
おろしショウガ…小さじ1
塩・こしょう…適宜
アサリ…1パック
塩・こしょう…適宜
しょうゆ…大さじ1
みりん…大さじ1
水…5カップ
トマト…大1個



●作り方

- 1 Aを全てボウルに入れ粘りが出るまで混ぜ合わせ、4つに分け団子状に丸める。ゆでたハクサイの葉を交互に並べて肉団子を置き手前から巻いていき、つまようじで留め、ハクサイロールを作る。
- 2 鍋に水、砂抜きしたアサリを入れ火にかけ、沸騰したらアサリを取り出しそむき身にする。
- 3 のアサリだしにしょうゆ・みりん・ハクサイロールを入れ中火で15分煮込み、塩・こしょうで味を調整、火から下ろす(1時間ほどなじませる)。
- 4 5を器に盛り付け、むき身にしたアサリと、熱湯に入れ皮をむきつぶしたトマトをあしらい、ハーブ(材料外)とバケット(材料外)を添える。

おいしく
食べて
今日もスタート

今月の朝ご飯

「キッチン晴人」のオーナーシェフ 永井 智一



レシピ 2

レシピ 1

レシピ 2

ハクサイナムル

●材料(4人分)

ハクサイの葉…4枚
塩昆布…大さじ2
塩・こしょう…適宜
ごま油…適宜



●作り方

- 1 ハクサイの葉は細切りにしてボウルに入れ、塩昆布と一緒にもみ込みなじませる。
- 2 ごま油、塩・こしょうで味を調整出来上がり。

朝ご飯の献立

アサリだしハクサイロール レシピ 1

ハクサイナムル レシピ 2

射手座
11/23~12/21

⑯

《全体運》 気力が増し、いろいろなことにチャレンジしたくなる予感。どんどん動いていくが、確かな手応えを得られそう
《健康運》 体力的な無理は避けて。休みも必要です
《幸運の食べ物》 ユズ



とろみつけ

娘も1歳半となり、いろいろな物が食べられるようになりました。でもまだ歯は前歯だけ。そのせいか、繊維の多い物、形の残りやすい物はうまくかみ切れないようです。そんなとき、少しだけとろみをつけてあげると食べやすくなります。



とろみをつけるときに、代表的なのが片栗粉です。片栗粉は、もともとはカタクリという草の根茎から作られていましたが、いまはジャガイモから作られています。このところみは、でんぶんに水を加えて加熱していくと粘度が上がり、のり状になっていく性質を利用してしています。

片栗粉以外にも、でんぶんの粘性を利用して調理に使われている物がたくさんあります。トウモロコシから作られるコーンスタークや餅米のでんぶんで作られる白玉粉。他にも、ワラビの根茎のでんぶんを利用していろいろな味を体験してほしいこの時期。とろみつけも、いろいろな食材を使って毎食変化を付けてみたいと思います。

食育インストラクター・岡村麻純

作られるわらび餅、キヤッサバとう芋のでんぶんから作られるタピオカなどもあります。この中で、片栗粉はとろみがつき始める温度が低く、すぐに粘度が上昇するため、一番身近に利用されています。

コーンスタークは片栗粉よりはところみはつきにくいですが、片栗粉は温度が下がると粘度が減少してしまったのに対しても、コーンスタークは冷やしてからも粘度が上昇します。そのため、カスタードクリームなど、冷やして食べる物のとろみつけに向いています。

普段の調理の場合は、でんぶん粉がなくともとろみをつけることができます。例えば、小麦粉。カレーやミートソースを作ると、炒める際に小麦粉を入れてとろみをつけています。また、生のジャガイモやレンコンをすりつぶして入れ、加熱すると、ところみができます。他にも、モロヘイヤやオクラなど、ねばねば野菜を刻んで加えてとろみをつけてもまた違った味わいになります。

いろいろな味を体験してほしいこの時期。とろみつけも、いろいろな食材を使って毎食変化を付けてみたいと思います。

おまちしています

【2月号のお題】白魚・猫柳・受験 (お題以外の思い出やエピソード、イラストもお待ちしています)

クロスワードパズル正解者・読者からのお便りコーナーにご記入をいただいた方の中から抽選で5名様に **こしの逸品** をプレゼント!!(正解と当選者の発表は、2月号の誌面にて掲載)

応募要項

住所・氏名・フリガナ・年齢・電話番号と本誌へのご意見、ご感想をお書き添えのうえ、最寄りの店舗へお持ちください。

または、下の宛先までご応募ください。

なお、代名はペンネーム、匿名を可としますが本名の明記を必ずお願いします。

■ハガキでの応募先

〒352-0011

新座市野火止4-5-21

JAあさか野 広報編集局 行

■締切

12月31日(月)必着



ハガキの記入例

郵便番号	352-0011
新座市野火止4-5-21	
JAあさか野 広報編集局行	
(お題)	
JAあさか野をご愛読の皆様へ お題のお便りコーナーへ 今月号で印象に残った内容を教えてください。	
4月号クロスワードパズルの答え ○○○○○	
〒352-0011 ご住所 あさか野 電話番号 〇〇〇-△△△-□□□	
お名前 あさか野くん □ ○ 権 男・女 お名前の方は「二二〇〇」でお願いします。 (個人情報の保護について)当社からの連絡にご同意いただいた個人情報は、JAあさか野の広報活動を目的に使用いたします。予めご了承ください。	
締め切り: 平成〇〇年〇〇月〇〇日(月)必着	



【個人情報の取り扱いについて】

ご応募いただきましたハガキ等の個人情報についてJAあさか野広報誌「あさか野」以外には使用いたしません。



【全体運】知的ジャンルに興味を持つと、新鮮な驚きや出会いがあります。講演会に行ったり、体験教室に参加したりして
【健康運】運動不足は体重増のもの。日頃から運動を
【幸運の食べ物】小豆

表紙紹介

し続おうで分候 とがしをす野んツ、
だけ互れ完のに田の非く長。菜草、
。たいし壳栽左中常作年まを大根、
い元いに培右さんと常に作る栽た、
。気なしさんで難に培しまで、
にこなるたれは、
と野かが菜変、「農業は、
し野菜らも何直が、
い作夫よ売、
まり婦り所自天

朝霞市田島で農業を営む
田中さんご夫婦です。
田中さんは、会社勤め
経験後35歳から就農し現在
に至ります。
農業を始めた頃は、市場
への出荷が中心でした。
朝霞市浜崎農業交流センタのオーブンをきつ
けんを始めたが、現在
は、市場から直売で、
野菜を主な生産野菜は、
肥料の配分を工夫して栽培しま
だ根、芋・ほり芋・
日々勉強分いイ地れべ
るかも

朝霞市田島在住



田中 忠男さん
チヨ子さん (75)(78)

(16) それとこれとは話が——だよ
(14) 地獄谷にいるものは温泉に入ります
(15) 横士が打つもの
(13) カレー——ハヤシ——
(12) 自動車の荷物を入れるところ
(11) 險——だから青になるまで待と
(10) 肉や魚を裁断したときに出来の余
(9) 15歳が志学、30歳が而立 (じり
(8) 悪の反対語
(7) 建物の壁を覆つこともある植物
(6) 牛や豚などの舌の肉
(5) タマヂシヤとも呼ばれる野菜
(4) ブームが去った状態です
(3) 自動車を洗つてからかけます
(2) 腰を掛ける家具
(1) サンタさんが靴下に入れてくれ

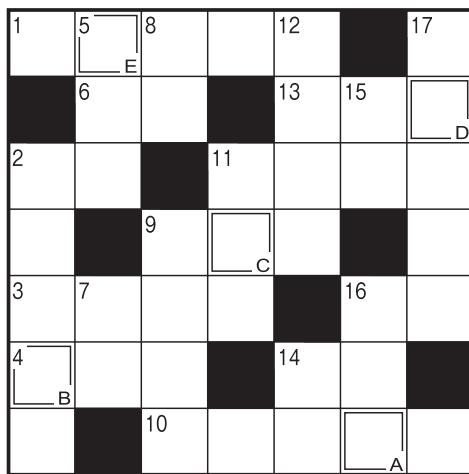
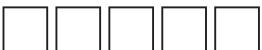
よこのかぎ

たてのかぎ



頭の体操

二重枠に入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



出題●ニコリ

10月号の答え

クリヒロイ



10月号当選者

おめでとうございます。

新座市野火止
新座市野火止
志木市本町
志木市柏町
新座市あたご

匿名さん
ほのかさん
木井登佳未
並抜岸根
岸美雄さん
蘭さん

今年は豪雨、地震、台風と日本各地で大きな自然災害が多く、また、個人的にも良い年ではなかつたので、来年は良い年になるよう強く思っています。

今年も残りわずかとなりました。そして平成の元号も残り少くなり、平成最後のクリスマスと正月になってしまいます。



K職員

編集後記



魚座 * * * * *
2/19~3/20

〈全体運〉ストレスを感じやすいかも。1人の時間を持つなどして、心を穏やかにキープして。鉢植え植物の世話をつき
〈健康運〉疲労の解消を。リラックスタイムが大事
〈幸運の食べ物〉シシャモ

JA あさか野

新たな
資金で

ウインターキャンペーン



キャンペーン期間

平成30年11/1木▶平成30年12/28金

※期間内に販売総額(28億円)に達した場合は、募集を終了させていただきます。

スーパー定期貯金 (預入金額20万円以上1,000万円未満、1年ものスーパー定期、新規自動継続)

①ネットバンク新規ご契約者

②定期積金新規または増額のご契約者 ※給付契約金額12万円以上かつ期間1年以上の口座振替に限ります。

上記①・②のいずれかご契約いただいた方

店頭表示金利

×20倍
でお預かりいたします。

参考 1年もの:店頭表示金利年0.01%×20倍=年0.2% (税引後 年0.159%)

左記以外の方

店頭表示金利

×10倍
でお預かりいたします。

参考 1年もの:店頭表示金利年0.01%×10倍=年0.1% (税引後 年0.079%)

さらに
抽選で
238名様

懸賞品付定期貯金 20万円につき1口の抽選権

農産物・特産物等のグルメカタログギフト
5,000円相当分を抽選で238名様にプレゼント!!



※写真はイメージです。実際の賞品とは異なる場合がございますので、予めご了承ください。

JAあさか野

本店/〒352-0011 埼玉県新座市野火止4丁目5番21号
TEL.048-479-1011(代) FAX.048-479-1119

詳しくは店舗窓口までお問い合わせください、またはJAあさか野ホームページをご覧ください。 <http://www.ja-asakano.or.jp>

野火止支店 TEL.048-478-5500 新座大和田支店 TEL.048-477-2013 片山支店 TEL.048-478-1017
野寺支店 TEL.042-474-3355 西堀支店 TEL.042-491-1011 朝霞支店 TEL.048-461-0032
内間木支店 TEL.048-471-0242 志木支店 TEL.048-471-0011 和光支店 TEL.048-461-2113
総合相談センター TEL.048-489-1200

本店/〒352-0011 埼玉県新座市野火止4-5-21 TEL.048-479-1011

J Aあさか野総合相談センター 0120-17-4160 (イーナよいローン) / お客様のいろいろな要望に対して、安心できるご提案をいたします。
J Aあさか野ライフサービス 0120-24-4994 (24時間よく供養) / 葬儀専用フリーダイヤル…24時間365日対応可能

野火止支店 TEL.048-478-5500 朝霞支店 TEL.048-461-0032 片山経済配達センター TEL.048-480-6511
新座大和田支店 TEL.048-477-2013 内間木支店 TEL.048-471-0242 内間木経済配達センター TEL.048-471-1585
片山支店 TEL.048-478-1017 志木支店 TEL.048-471-0011 新座農産物直売センター TEL.048-483-7200
野寺堀支店 TEL.042-474-3355 和光支店 TEL.048-461-2113 和光農産物直売センター TEL.048-461-0850

■詳しい取り扱い業務などに関しましては、各店舗にお問い合わせください。