

# JAだより たかさぎ

# 9

vol. 355

2022.9 — SEPTEMBER



## Contents

●トピックス	2~4
●お知らせ①	5
●広報通信から①	6~7
●西部農業事務所よりお知らせ	8
●広報通信から②	9~10
●法律相談	11
●支店からあれこれ	12
●お知らせ②	13~14
●JAだより頭の体操	15
●人と人/料理	16

梨の収穫  
(鼻高町 飯沼さん)



JAたかさぎのキャラクター「高子さん・令ちゃん・利くん」

## 小麦種子を検査・全量買い上げ

JAたかさき大類採種圃組合は7月20日、矢島町の東部カントリーで、種子用の小麦「ゆめかおり」を検査し、出荷した499袋（1袋30キ）全量買い上げとなりました。

生産者や検査員、関係者など合わせて16人が参加。検査では水分量や重量を計り、JAの農産物検査員が、開口された全ての種子袋を1袋ごとに

厳正にチェック。穀刺し棒でカルトンに取り、形質や色、整粒歩合や被害粒などを確認し格付けしました。

検査員を務めたJA営農部営農課の清水担当は「収穫時期の降雨や一部の圃場で倒伏があり、品質が心配されたが、生産者が丁寧な乾燥調製を行い、検査基準を順守したことで、良質な種子となった」と評価しました。

種子麦は2戸の生産



1袋ごとに入念に検査をする検査員

者が4・85袋を作付け。刈り取り前には、2回の圃場検査、下見会や発芽試験を受け合格。最終検査に向け調製して出荷しました。450袋の契約でしたが、需要に応じ、出荷した499袋全量が種子として買い上げとなりました。種子小麦は、県内に出荷されます。

## 梅の夏季管理と剪定を学ぶ

JAたかさき梅生産部会は7月21日、夏季剪定講習会を鼻高町の生産者の園地で開きました。生産者、関係者合わせて16人が参加し、剪定や夏季管理のポイントを確認しました。

夏季剪定は、樹勢コントロールや養分蓄積、健全な花芽形成を促し、翌年の結実安定を図ることが目的です。

西部農業事務所  
の小山主幹が剪定方法について「上部、内部の不要な太枝を間引くこと、骨格枝の背面から垂直に伸びている強勢な徒長枝の剪定や強化した側枝も間引くように」と説明しました。続いて、同事務所の狩野係長が剪定の実技指導を行いました。狩野係長は「夏季剪定



剪定のポイントを確認する生産者

は樹勢を弱めるため、幼木、若木、樹勢の弱い樹ではおこなわない。間引く枝の太さは、腕の太さ以下を目安とする」と話し、ノコギリを使って剪定の注意点を解説しました。生産者は栽培上の疑問や注意点を質問し、夏季管理の意識を高めました。

## ブロッコリー栽培講習会・

### 初期管理を徹底

JAたかさき野菜部会は7月22日にJA本店で秋冬ブロッコリー栽培講習会を開きました。生産者、関係者合わせて35人が参加し、秋冬ブロッコリーの栽培注意点や品種特性について学びました。

西部農業事務所普及指導課の大塚主任が「育苗管理では、日中の温度

が上がりすぎないように換気を十分に行うとともに、強い直射日光を避けるために寒冷紗や遮光資材で遮光すること。発芽後は徒長を防ぐため、かん水は午前中に行い、夕方のかん水は避けること。また、育苗後半はかん水を控えめにし、硬くしつかりした苗を作るように」と話しました。初期管理の徹底により良質苗を



前田担当の説明を聞く参加者

作ることが、その後の生育を左右すると解説しました。続いて、(株)サカタのタネの前田担当がブロッコリーの主要品種の作型について説明。「早生、中早生、晩生の特性や収穫時期を見極めて、適期の播種をするように」と助言しました。

## 良質米の生産に向け管理を徹底

JAたかさきは7月25日にJA本店と中川支店、26日に滝川支店と八幡支店で水稲中期管理講習会を開きました。生産者90人が参加し、良質米生産に向けて、中干し以降の栽培管理などを学びました。

西部農業事務所普及指導課の北爪主幹が当面の栽培管理として、水管理や追肥、雑草防除、病虫害対策などを説明しました。

中干しと間断かん水の時期や効果の説明後、穂ばらみ期以降の高温時の水管理について「高温時やフェーン現象などで、強風が予想されるときは、必ずたかん水とし、可能であれば、夜間かん水、かん水回数を増やすなど、こまめな水管理をすること。また、今年は、田植え時期に梅雨が明け、猛暑となった。適切な水管理は高温対策として有効であり、玄米の品質低下を防ぐ」と解説しました。

JA全農ぐんま肥料農薬課の荒井担当が、水田雑草の特徴と見分け方を説明しました。「水

田雑草は、小さい時期でないと除草剤の効果が低いため、水田をこまめに観察して、早期に発見することがポイント。雑草の種類や大きさを確認し、除草剤の散布適期を失しないように」とアドバイスしました。

26日の八幡支店での講習会終了後、隣接する水田に、群馬県が実証試験で設置した自動給水機を確認しました。北爪主幹が自動給水機のセンサーによる水位の自動検知と水門開閉の仕組みやメリットデメリットなどを説明しました。



自動給水機を確認する参加者

## 支店等再編計画の

### 説明会開催

JAたかさきは7月14日から8月5日にかけて、14全支店で、5月の総代会で承認された支店等再編計画の説明会を開催しました。

JAでは支店再編を健全経営へ向けた重要な課題ととらえ、管内を4つのエリアに分け、専門性の高い職員を育成するとともに、出向く体制の強化に取り組みます。また質の高いサービスを提供し、組合員や地域の皆様に貢献できる店舗づくりに取り組みます。



塚沢支店 支店再編会議

## JAたかさき年金友の会・

### 6年連続最優秀賞を受賞

JAたかさき年金友の会は、県JA年金友の会から団体表彰を受けました。

県JA年金友の会は6月22日に前橋市のJAビルで、第42回群馬県JA年金友の会の総会を開催。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、規模を縮小し、総会終了後の表彰式は中止となりましたが、団体表彰の部で、6年連続で最優秀賞を受賞しました。



梅山副会長(左)・大山会長(中央)・反町副会長(右)

JAたかさき年金友の会は、事業活動方針にのっとり、役員とJA職員が一丸となって、事業活動を積極的に展開し、会の育成に

の育成に努め、さらに会員らの増加に貢献したことなどが総合的に評価されました。

## 秋まき野菜の栽培を学ぶ

JAたかさきは7月29日、本店で秋まき野菜栽培講習会を開きました。生産者74人が参加し土づくりから栽培管理、病害虫対策を学びました。

講習会は、農産物直売所の品数の充実や品質向上、出荷者の増加を目的に、年2回開いています。県西部農業事務所の大塚主任が講師を務め、野菜づくりの基礎知識を説明しました。大塚主任は「有機質の施用で、土地の生産力上がる」と話し、土壌改良剤の施用と合わせ、野菜づくりに適した土の大切さを解説しました。

ヒザワ種苗の田島部長は、ニンジンの種を配布し、収穫時期など品種特性を説明。栽培ポイントとして「発芽適温は15℃から30℃で7・8月に播種は出来るが、暑すぎると発芽しない。夜温が下がる頃を目安に播種すること。また、発芽には光が必要な好光性種子のため、覆土は1センチほどとし、

鎮圧して乾燥を防ぐこと。灌水とともに、被覆資材を使用して高温と乾燥を防ぐことがポイント」と話しました。

JA全農ぐんま肥料農業課の荒井担当からは、「肥料価格が高騰しているが、土壌診断で肥料成分の過不足を確認してほし。過剰施肥を防ぎ、施肥量を見直すことで、生産コストを抑えられる」と話しました。



熱心に講習を受ける生産者



アグリセンターから

秋冬野菜に向けて…

## 土壌分析のススメ

JAたかさき

土壌分析とは、土壌の健康診断のようなものです。  
圃場にあった施肥設計は、作物の健全な生育に必要不可欠です。

また、土壌養分に過不足がある場合、  
過剰な成分は施用を控え、不足している成分のみの施用にすることで  
生産コストを削減できます。

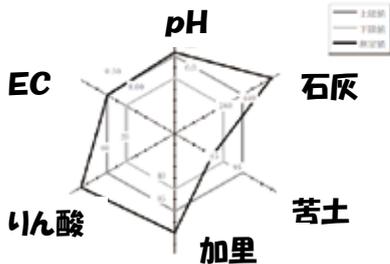
秋冬野菜の栽培に向けて、今の畑の状態を確認してみましょう！



### 分析の種類は、大きく分けて2種類！

一般分析は毎作、特殊分析は必要に応じて行うのがおすすめです

### 一般分析



- ・左記の6項目を分析します。
- ・レーダーチャートを参考に土壌改良材の投入量を決定します。
- ・基準値に達している場合でも、他の成分とのバランスによっては作物が吸収しやすい割合にするために改良材を施用します。
- ・毎回の分析をおすすめします。
- ・分析料金：土壌検体1点につき 770 円

### 特殊分析

- ・作物の生育状況に応じて実施します。  
実施をおすすめする例
  - ・pHが高く、石灰が少ない ⇒ CEC(保肥力)が小さい？
  - ・ECが非常に高い ⇒ 硝酸態窒素が過剰？
  - ・生育不良 ⇒ 鉄・銅など微量元素の過不足？

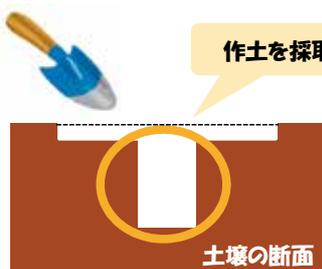
・分析料金：1項目につき 660 円

#### ★ 特殊分析項目 [土壌] ★

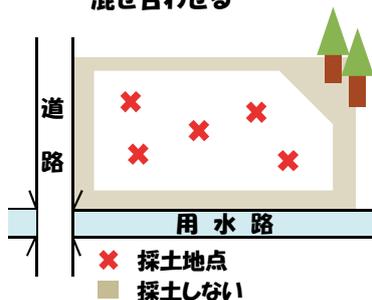
硝酸態窒素、アンモニア態窒素、可給態窒素、全窒素、腐植、CEC、りん酸吸収係数、可給態ケイ酸、可給態鉄、交換性マンガン、亜鉛、銅、ホウ素、仮比重、三相分布、線虫(ネコフ線虫、ネグサレ線虫)

### 土の取り方

① 表層土(1~2cm)は取り除き、  
作土(15~20cm)を採取



② 圃場の5地点で行い、  
混ぜ合わせる



③ 乾かしてから  
袋に入れて提出(300g程度)



詳しくは東部・北部アグリセンターまで  
お問い合わせください。



# 「薬食同源」で元気に 漢方な食生活のすすめ

病気というほどじゃないけれど、ちょっと調子が悪い……。

そんなときは、漢方を意識した食生活で不調を改善し、心身を整えてみませんか？

誰でも手軽に取り入れられる、漢方な食生活のこつをご紹介します。

監修：櫻井大典（漢方コンサルタント） イラスト：林よしえ

病気になるってから薬を飲むよりも  
毎日の薬食で「未病」を改善

「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。病気になる前から治療するのでなく、病気になる前の「未病」の状態を改善して、健康を維持しようというのが、漢方の考え方です。漢方では「薬食同源」といって、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気にする力があると考えられています。それぞれの食物の働きを知って、毎日の食事に積極的に取り入れましょう。

体を構成している「五臓」は  
五つの「味」の食品に養われています

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、五臓を養っていると考えられています。不調を感じたときは、弱っている五臓を養う食品を積極的に摂取しましょう。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。

## 弱っている「五臓」を元気にする5色・5味の食材

 <b>腎</b>	 <b>肺</b>	 <b>脾</b>	 <b>心</b>	 <b>肝</b>	
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。	新鮮な空気を取り入れて全身に送る呼吸に似た働きの他、潤いや栄養分の運搬や分配も担っています。	胃と共に消化吸収を担い、エネルギーである「気」や「血」のもとや潤いを作って、全身に送り出します。	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。	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。	働 き
<b>塩味</b> 昆布、エビ、豚肉など	<b>辛味</b> シソ、ショウガ、ネギ、ニンニク、こしょうなど	<b>甘味</b> 小豆、米、芋、砂糖、蜂蜜、バナナなど	<b>苦味</b> 緑茶、ギンナン、ミョウガ、ゴーヤーなど	<b>酸味</b> 梨、グレープフルーツ、レモン、梅、酢、イチゴ、トマトなど	味
 <b>黒</b> ゴボウ、ワカメ、ヒジキ、のり、シイタケ、黒米、こんにゃく、黒ごま、黒酢など	 <b>白</b> 白身魚、レンコン、ダイコン、ハクサイ、カブ、ユリ根、白米、牛乳、豆腐、白ごまなど	 <b>黄</b> 梨、栗、卵、トウモロコシ、カボチャ、ジャガイモ、バナナ、ミカン、ユズなど	 <b>赤</b> 豚肉、レバー、マグロ、カツオ、サケ、トマト、赤ピーマン、ニンジン、イチゴなど	 <b>青</b> 小豆、アスパラガス、レタス、キャベツ、小松菜、ホウレンソウ、ゴーヤー、ブロッコリーなど	色



こんな不調があるときは、この食材で養生しましょう

風邪気味で下痢っぽい

しそ茶で  
胃腸を活性化



漢方では、風邪のときに起こる下痢は、湿った風や湿気が「湿邪（しつじや）」となって体内に入っ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。お薦めは、気の巡りを良くし、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って、お湯に入れて煮出した「しそ茶」にして飲むといいでしょう。発散作用のあるショウガを入れるのもお薦めです。

しつこいむくみ

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」を飲むといいでしょう。

また中国医学では、胃腸の働きを担う脾・胃が体内の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、ナッツ、ヤマノイモ、カボチャ、キャベツなどもお薦めです。

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は、外敵から身を守るエネルギーの不足であり、肺や胃腸が弱っている人は症状が出やすく悪化しやすいと考えられています。目のかゆみなど炎症が起こっている場合は、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いるゴボウがお薦め。きんぴらもいいですが、細く切って天日干しにし、軽くいつて煮出した「ごぼう茶」もいいでしょう。

イライラする

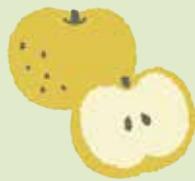
グレープフルーツで  
気の巡りを改善



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ます。そのため、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薦めです。ジュースにしないの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」によって作られるとされており、「酸甘化陰（さんかんかいん）」といって、甘い物+酸っぱい物で「陰」を作ること、潤いが得られると考えられています。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薦めです。また乾燥を気にして水分をたくさん取ってしまうと、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。

頻尿・尿漏れに

むき栗で  
腎を強くする

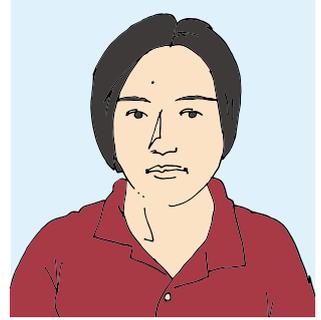


漢方では、腎は生命力の源と考えられており、加齢によって腎が弱ると、尿を出して止める力が弱まるとされています。お薦めの食材は、腎を補養し、老人性の筋肉の衰えに効果があるとされているむき栗。ただし、栗そのものは薬になります。砂糖を加えて焼いた甘栗はNGです。最近では加糖されていないむき栗が売られていますが、栗の他にはクコの実、クルミ、松の実もお薦めです。

参考資料：『大人女子のゆるっと漢方生活』（監修：櫻井大典、主婦の友社）、『体をおいしくととのえる！食べる漢方』（監修：櫻井大典、マガジンハウス）



## 水稻栽培後期の管理と適期収穫



西部農業事務所 普及指導課  
農畜産指導係 **北爪 雅恵**

1 **出穂後の水管理と落水**  
出穂後1週間程度はたん水とし、その後は間断かん水を基本とします。出穂後20日間はこまめな水管理（夜間かん水やかん水回数を増やすなど）を心がけてください。また、高温・乾燥・強風条件が重なるときは風がやむまでたん水を保ってください。落水時期は、出穂後30日を目安とします。落水時期が早すぎると、登熟を阻害して収量や品質等の低下を招くため注意しましょう。

### 2 適期収穫

収穫が早すぎると青米やくすみの混入が多くなり、反対に刈り遅れると胴割米や着色粒が混入しやすくなり、品質や食味の低下につながります。次の3点を参考に総合的に収穫適期を判断してください。

① **出穂後の積算温度**  
収穫適期は、品種ごとに異なり、出穂期（ほ場において全茎数の40〜50%が出穂した日）後の日平均気温の積算によって予測することができません（表1、表2、気象台の平年気温を使用して予測）。出穂後、高温で経過した場合50℃（約2日）程度適期が早まります。

表1 出穂後積算温度による成熟期予測（前橋）

品種	コシヒカリ ひとめぼれ	あさひの夢	ゆめまつり
積算温度℃	950	1000~1100	1000~1150
出穂期	成熟期		
	8/10	9/17	—
	8/15	9/23	9/25~30
	8/22	10/2	10/5~10
8/29	10/12	10/15~21	10/15~24

表2 平均登熟日数

品種	ひとめぼれ※1	あさひの夢※2	ゆめまつり※2
平均登熟日数	42	47	50
供試年次	H21-R3	H29-R3	H29-R3

※1 早植え栽培（西部農業事務所 作況調査）  
※2 普通期栽培（群馬県農業技術センター稲麦研究センター）

### ② 帯緑色籾歩合

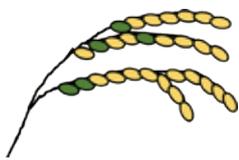


図1 帯緑色籾

水田内の数カ所で平均的な生育をしている株の帯緑色籾歩合を調べます（帯緑色籾とは、一部でも緑色を帯びている籾のこと）

③ **籾の水分含量**  
収穫適期を判断する一般的な方法です。籾が高水分だと収穫時に機械に詰まりやすくなったり、低水分だと砕けや脱粒が多くなるので、必ず水分計で籾の水分含有量を確認しましょう。コンバイン収穫の適期である25%以下となっていれば収穫を行ってください。

### 3 収穫時の注意

コンバインによる収穫は、籾の損傷防止、作業効率の向上などの点から朝露が消えてから開始します。また、脱穀籾は水分含量が高く変質しやすいので、速やかに乾燥を行います。

### 4 乾燥及び調製

高水分の籾を高温で急激に乾燥したり、過度に乾燥すると胴割米を発生させ、品質や食味の低下を招きます。籾水分が18%程度までは通風のみで乾燥し、その後は送風温度40〜50℃以下、穀粒温度35℃以下を目安に加温乾燥し、定期的に籾の水分を確認します。籾の仕上がり水分は

14・0〜14・5%（玄米で14・5〜15・0%）とし、過乾燥または水分過多とならないよう注意してください。  
調製は、米選機の網目を1・80mm以上で屑米を除去し、整粒歩合は80%以上を目標としましょう。

※クサネム等雑草種子の混入に注意してください。  
稲こうじ病の罹病籾は、玄米に混入した場合、等級低下の要因となります。調製時に取り除けないことがあるので、出穂期前の本田防除を徹底しましょう。



写真1 クサネム



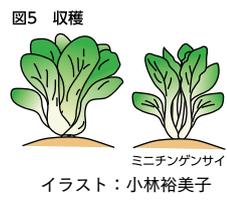
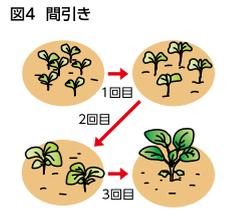
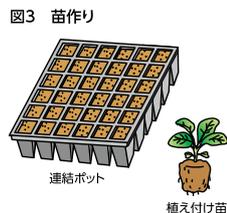
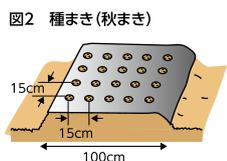
写真2 クサネム種子と精米

※コンバインによる事故防止対策  
①慣れた道でも道幅や路肩状態を確認、ほ場の出入りに注意する  
②収穫作業中の詰まり除去・作業前後の点検時は、必ずエンジンを切る  
③コンバインを動かすときは、周囲に人がいないことを確認する  
④「手こぎ」による巻き込みを防ぐため、手袋をしないか、手に密着したものを着用する



# チンゲンサイ シャキシャキとした歯触りを楽しむ

園芸研究家 ● 成松 次郎



「種まき」一般にはじかまきします。高温期の春夏まきです。

「種まき」一般にはじかまきします。高温期の春夏まきです。

「間引き」1回目は発芽そろい後、込み合っている株を除き、2回目は本葉2、3枚の頃に2本、3回目は本葉5、6枚で

栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
冷涼地					春まき					秋まき		
中間地				春まき						秋まき		
暖地		春まき								秋まき		

● 種まき — 生育 ■ 収穫

【訂正とお詫び】  
2022年8月号の本コラムの内容に誤りがありました。  
図5 誤「開帳性」 正「開張性」  
ここに訂正しお詫び申し上げます。

「畑の準備」種まきの2週間前までに1平方m当たり苦土石灰100gをまき、酸度を矯正しておきます。1週間前までに堆肥1kgと化成肥料(NPK各成分10%)100gを施し、土とよく混ぜておきます(図1)。次に、幅1m程度、高さ5cm程度の栽培床を作ります。

「種まき」(植え付け)後は防虫ネットでトンネルを作り、害虫から保護します。また、べたがけは発芽促進と害虫の防止になるため、1カ月程度被覆するのも良いでしょう。

「病害虫防除」基本は防虫ネットで害虫防除をしますが、農薬では、アブラムシには粘着くん液剤など、アオムシ、ヨトウムシにはトアロー水和剤CTなどのBT剤を使用します。長雨のときは、べと病や白さび病が発生しやすいので、株間を少し広めに取ります。

チンゲンサイ(青梗菜)は代表的な中国野菜で、ピタミンやミネラルを豊富に含みます。日本の野菜では「体菜」に似ています。中間地では冬を除き、春から秋まで栽培ができます。

「品種」「青帝」「サカタのタネ」、「ニイハオ新1号」(渡辺農事)などがあり、「長陽」(タキイ種苗)、「夏賞味」(武蔵野種苗園)は、暑さに強い夏向きの品種です。「シャオパオ」(サカタのタネ)は、小さいので丸ごと料理に使えます。

「収穫」草丈15〜20cmくらい、尻が張り始めた頃に、地際から切り取って収穫を始めます(図5)。

お天気カレンダー

気象予報士 ● 檜山 靖洋

秋入梅

夏の高気圧が南へ後退する初秋の頃、雨の日が続くことがあります。これが秋入梅(あきついで)です。秋の長雨、秋霖(しゅうりん)ともいわれます。本州付近に秋雨前線が停滞し、まるで梅雨のような天気になります。

秋雨前線が停滞しているときに台風が近づくと、場所によらず大雨になります。前線による雨の降り方も強まり、最後に台風本体の雨雲もかかるためです。前線+台風+大雨の方程式は覚えておきましょう。



イラスト：服部新一郎





# 貧血は美容の大敵。体調不良の原因にも

貧血とは血液中のヘモグロビンが減った状態です。ヘモグロビンは酸素を吸着して全身に運搬するので、貧血になると体内の酸素が不足して、息切れや立ちくらみ、ふらつき、疲労感、動悸（どうき）や息切れ、意欲低下などの症状を感じる場合があります。

さらに肌や爪や髪にも貧血の影響が及びます。顔色が悪くなる、肌の染みができる、ニキビができやすい、爪が変形したり折れやすくなる、抜け毛などが現れることもあります。つまり、貧血は全身状態を悪くする上に、美容の大敵でもあるのです。

貧血の原因は、いろいろありますが、女性は月経により血液が失われるため、貧血になりやすいといえます。他にも胃腸の病気で出血が続いたり、悪性腫瘍など重篤な病気で貧血になる可能性もあります。まずは、定期的な健康診断で貧血の有無を調べ、貧血の人は医療機関を受診し原因を調べましょう。

鉄は血液中のヘモグロビンの材料なので、鉄が欠乏するとヘモグロビンが十分には作られず貧血になります。貧血になりやすい女性がダイエットや偏食などで摂取する鉄が足りないと鉄欠乏性貧血が起

りやすくなります。

食品の鉄には2種類あり、動物性食品の赤身肉（豚肉、牛肉など）、レバー、魚介類に含まれる「ヘム鉄」は体内での吸収率が良いのでお薦めです。農作物の小松菜やホウレンソウなど緑黄色野菜や豆類に含まれる「非ヘム鉄」は体内での吸収率が低めです。しかし、「非ヘム鉄」も一緒にビタミンCや肉類などのタンパク質を摂取すると吸収率が上がり、効率良く鉄を吸収できます。暑い時期はサッパリ系の炭水化物中心の食事が多く、鉄不足になっていた人も多いはず。この時期に食生活を見直し、バランスの良い食事で貧血の予防や対策を心がけましょう。



イラスト：宮下めい子

## 野菜もの知り百科

土壤医 ● 藤巻 久志

### ツルムラサキ (ツルムラサキ科 ツルムラサキ属)

葉の付け根に濃い紫色の実がなることから、ツルムラサキの名前が付けました。

青茎種は江戸時代初期、赤茎種は明治時代に渡来しました。青茎種の花は白色、赤茎種は薄紫色です。青茎種は食用に、赤茎種は観賞用に使用されることが多いです。

温暖地では4月下旬に種まきすると11月まで長期間収穫することができます。短日性で秋になると花穂を付けますが、茎葉が堅くならないうちは食べられます。

熱帯アジア原産で暑さに強く、青物が少ない夏場に重宝します。骨を作るカルシウムをホウレンソウの3倍以上含み、疲労回復に効果があるビタミン類も豊富です。

葉が肉厚で柔らかく、生でサラダにもできますが、少々土臭さがあります。加熱すると粘りが出て、土臭さも気にならなくなります。おひたしやあえ物、炒め物などに利用できます。

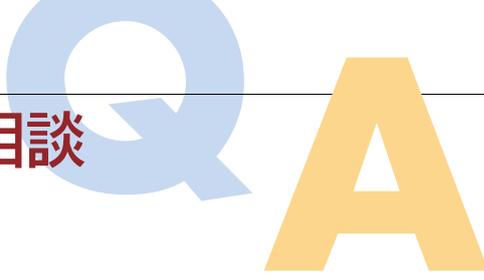


イラスト：吉田静佳

化学合成農薬は日本では第2次世界大戦後から広く使われるようになり、食糧難を克服するのに大きく貢献しました。しかし、1962年にレイチェル・カーソン著『沈黙の春』が刊行されると、農薬の毒性や残留性などが大きな問題となりました。今は天然物由来の有効成分で有機栽培にも使用できる農薬も開発されていますが、できる限り無農薬栽培をしたいものです。そのためには耕種的防除という病害虫が発生しにくい栽培技術を用います。適期適作や輪作、有機物施用の土づくり、抵抗性品種の使用などです。

ウイルス病やアオムシなどの病害虫が発生しやすい時期には、被害がほとんどないツルムラサキを栽培するのも一つの方法です。ツルムラサキは名前のようにつるが紫と思われがちですが、つるが緑色の青茎種と紫色の赤茎種があります。両種とも





## お答えします



小林先生

## Question

長い間実行されない担保権（休眠担保）がある場合に、不動産登記法の改正により、休眠担保権を抹消するための特例が認められたと聞きますが、どのようなものですか？

長い間設定されたままの抵当権などの担保権があると、不動産取引の障害として、その担保権の抹消登記を求められることがあります。この場合、担保権の抹消登記には、不動産所有者と担保権者との共同で登記申請をするのが原則です。抹消について共同申請に協力してもらえない時には、訴訟手続きにより、担保権者に対して担保権の抹消手続きをせよとの判決を得

て、この判決に基づいて、所有者が単独で抹消登記を行うことになり、担保権者が死亡しているか否か不明、担保権者が死亡しているがその相続人が不明、または相続人が判明しているがその所在が不明な場合があります。さらに、担保権者が法人で代表者の生死が不明な時、法人が清算され消滅している場合には清算人を調査する必要がありますが、清算人が誰であるかや清算人の所在が判明しない場合があります。このような場合には、裁判による解決は、難しくなります。

このような担保権者の所在が判明しない場合、従前の不動産登記法では、公示催告の手続きを経て除権判決により、担保権登記を抹消する方法が規定されていきました。この手続きでは、当該担保権者の所在を追跡調査することも大変な労力を必要とするほか、権利行使催告に一定期間の経過を必要とする等時間もかかりました。公示催告による解決はあまり使われていないとも言われています。

休眠担保を抹消するもう一つの方法として、① 弁済供託による担保権の抹消があります。被担保債権の弁済期から二〇年を経過し、被担保債権、利息、損害金等を全額供託した場合に、単独で休眠担保権を抹消できるとされてきました。かなり古い担保権で、債権額が少額の場合には、これを活用することができ、ただし債権額が大きい場合には、この手続きは使えません。② さらに、不動産登記法では、被担保債権の消滅に係る情報を提供した場合にも、休眠担保を単独で抹消できるとされています。この規定を使えるのは、債権証書や、債権の弁済の領収書などがある極めて例外的な場合に限られます。ただ、担保権者が法人である場合には、①②の規定を利用出来るのは、従前の実務上は担保権者である法人について、商業登記簿、法人登記簿に記載がなく、かつ閉鎖した登記簿も保存期間二〇年を経過して存在しない場合に限り勝手が悪かったのです。

そこで、今回の不動産登記法の改正により、法人登記の清算

人等について一定の調査をしても、法人の清算人の所在が不明で清算人と共同で担保権の抹消登記を行うことができない場合には、被担保権の弁済期から三〇年を経過し、かつ当該法人の解散の日から三〇年を経過した時は、法人の清算人と共同ではなく単独で抹消登記の申請が出来るようになりました。担保権者が法人で、長い時間が経過し、事実上権利が消滅したと認められる場合には、単独で担保権の抹消登記が認められる範囲が広がりました。この改正法は、令和五年四月一日から施行されます。

## 国債のご案内

- 中期利付国債（5年）  
入札日 令和4年9月13日(火)
- 中期利付国債（2年）  
入札日 令和4年9月29日(木)
- 長期利付国債（10年）  
入札日 令和4年10月4日(火)

利率、募集期間、その他詳しくは  
本支店窓口にお問い合わせ下さい。



—中川支店—

# 浜尻天王山古墳



今回は、浜尻町にある「浜尻天王山古墳」を紹介させ

て頂きます。  
現在の古墳は、周囲を住宅に

囲まれて草木が生い茂り、墳丘の形が分かり難いですが、6世紀後半に造られた前方後円墳で、高崎市史跡に指定されています。後円部には横穴式石室があるのでは？と想定されていて、調査の際には円筒埴輪や人物や動物の形象埴輪が確認され、築造当時の埴輪が並べられた古墳の姿を想像できます。

本来は、円形だったと思われる墳丘の上部は平坦にされ、諏訪神社が建立されています。そして南側には、鳥居と石灯籠が置かれ、参道となる石段が作られています。

境内には明治四一年に周辺で近衛兵団が行った演習を当時、皇太子だった大正天皇が総覧された場所を記念した聖蹟碑や、庚申塔が置かれています。

周囲には、桜の木が植えられ、春はお花見スポットとなる他、江戸時代の年号が刻まれた道祖神、如意輪観音や馬頭観音、明治時代の征露記念の門柱があるなど、地域の人々に親しみある場所だったと推察されます。

(中川支店通信員)

## JAファームたかさき通信

JAファームたかさきでは、新規就農者の受入れ・研修・相談・作業見学を随時行っています。連絡は営農部営農課 (TAC) まで。 ☎027-352-5126

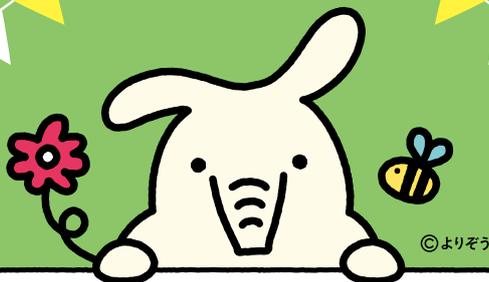
9月・10月作業予定

ブロッコリー・キャベツ苗管理	9月	ネギ収穫・管理	9月・10月
青梗菜 (夏双子) の播種・定植	9月・10月		

○新規農業者や野菜の播種から収穫・出荷作業など、農業に興味がある方大募集

お問い合わせ ☎027-352-5126 JAファーム (担当: 深澤)

金融共済部 資金課から

JAカード  
限定

\ 2022年9月・10月は /

# JA直売所のご利用が 15%おトク!



JA直売所(JAカード5%割引実施店舗)で、対象期間中にJAカードをご利用いただくと、ご利用金額合計の10%相当分\*をポイント還元!いつもの5%割引と合わせて、15%相当おトクにご利用いただけます!

※還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

## いつもおトクなJAカード特典!

JA直売所のご利用は請求時**5%割引!** ※一部対象外の店舗がございます。



## 期間限定キャンペーン

JA直売所のご利用金額の**10%相当**をポイント還元!

対象期間 ▶ 2022年9月1日(木) ~ 10月31日(月) 還元時期 ▶ 2023年1月

対象期間中のJA直売所でのご利用金額合計の10%相当分から還元ポイント(4円で1ポイント)を計算します(小数点以下は切り捨て)。還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

※ポイントは「JAカード わいわいプレゼント」または「JAカード ゴールドポイントプログラム」でご利用いただけるポイントです。※還元金額はポイント交換でキャッシュバックをご選択された場合の金額(1ポイントを4円換算で交換)を記載しています。

※本紙記載の情報は2022年5月時点の内容です。特典については予告なく終了や内容の変更を行う場合がございます。

※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、JCBブランドのJAカードは本特典の対象外です。

※JAカードでのお支払いが対象です。電子マネーやコード決済等でのお支払いは、JAカードを登録されている場合でも本特典は適用されません。



経済部 特販直売課から

JAたかさき農産物直売所

グル米四季菜館にて

## お彼岸セール

! 開催!

期間：9月22日(木)～24日(土)

お彼岸用  
切り花、おはぎ、果物豊富に取り揃えて  
おります!!

9月・10月限定!

直売所にて  
JAカード利用で

15%おトク!



経済部 開発相談課から

《弁護士》  
・ゆうあい綜合法律事務所  
・弁護士 小林優公

《日 時》  
●9月9日(金) 午後1時30分  
●9月22日(木) 午後1時30分  
●10月12日(水) 午後1時30分  
●10月28日(金) 午後1時30分

《場 所》  
本店相談室

無料法律相談日

《予約・問合せ》  
経済部 開発相談課  
※どちらのご相談に關しても予め  
電話予約をお願いいたします。

TEL 35215292

《日 時》  
●9月16日(金) 午後2時～  
●10月21日(金) 午後2時～

《場 所》  
本店相談室

《税理士》  
●千川会計事務所  
・税理士 千川芳男

無料税務相談日

金融共済部 推進課から

## 年金無料相談会

「年金」について、疑問はありませんか?

年金の専門家(社会保険労務士)を招いて  
個別に相談を承ります。

開催店舗

9月17日(土) 新高尾支店

☎027-361-6497

開催時間9:00～12:00

開催店舗

10月1日(土) 大類支店

☎027-352-5550

開催時間9:00～12:00

開催店舗

10月15日(土) 塚沢支店

☎027-325-1375

開催時間9:00～12:00



組合員のみならず、全員が応募出来ます。

今月の問題

出題●ニコリ

■二重枠に入った数字の合計はいくつ？

5	2					9		
7				8				
			2		6	3		
			1					8
	9			4			1	
4						3		
		8	7		5			
				9				1
		1					2	4

## ルール

- 空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
- タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入ります。

## 応募のお知らせ

### ◆応募方法

E-MAIL・FAX・郵便ハガキのいずれかの方法でご応募下さい。

必要事項(答え、住所、氏名、電話番号)を記入の上、下記あて先までお送り下さい。正解者の中から抽選で5名のみなさんに、**JAオリジナル「高崎うどん」**をプレゼントします。JAや本誌に対するご意見・ご感想をお待ちしております。

### ◆あて先

(E-MAIL) homepage@takasaki.jagunma.net  
(FAX) 027-352-7104  
(ハガキ) 〒370-0018 高崎市新保町1482  
JAたかさき「JAだより頭の体操」係

### ◆締め切りと正解者発表

9月15日の消印まで有効とし、正解者発表は10月号に掲載予定です。

### ◆個人情報の取扱い

ご応募戴いたE-MAIL・FAX・ハガキは、抽選と商品発送以外の目的には使用いたしません。

## ◆ 8月号の当選者 おめでとうございます ◆

阿久津町 川鍋 和代 様	並榎町 小杉モト子 様
大八木町 高橋 賢治 様	日高町 飯塚 時司 様
南大類町 新井 正一 様	(今月の応募数25通)

### 先月号の答え ABCDE アワオドリ

1	6	マ	ワ	リ	カ	16	19	マ	
2	カ	エ	リ	ボ	ン	ド			
	リ		バ	ス		ト	リ		
		7	リ	シ	リ	ト	ウ		
3	キ	ク		ル	ビ		20	ネ	
4	ア	ガ	リ		ウ	18	ロ	コ	
5	ツ	メ		12	シ	オ		カ	ゼ

毎回多数の応募を頂いております「JAだより頭の体操」の賞品は、JAオリジナル商品「高崎うどん」を毎回抽選で5名の皆様にお贈りします。高崎産小麦100%のこだわりのうどんを是非御賞味下さい。(尚、当選者には引換券をお送りしますので、お近くの「グル米四季菜館」でお取換え願います。)



23日は「秋分の日」昼の長さや夜の長さがほぼ同じになり、夏から秋に季節が変わり始める頃となります。過ごしやすいく気候になりますので、「スポーツの秋」「読書の秋」など、秋の季節を楽しみましょう。



まだまだ残暑は厳しいものの、9月に入り朝晩が涼しくなり、少しずつ秋の気配を感じます。

## 理事会だより

8月26日(金)開催  
議事

- 第1号議案 令和4年度8月末仮決算の実施について
- 第2号議案 宅地等供給事業実施要領の一部改正について
- 第3号議案 Aエリア基幹店舗候補地の決定について
- 第4号議案 職員数の減少に伴う新採用職員の二次募集について
- 第5号議案 経営実績の月例検討について

# 人と人

## 有機農法で食と緑を守る

—下滝町 大塚一吉さん—



今回は下滝町にお住まいの大塚一吉さんをご紹介します。

大塚さんは32歳の時に脱サラし、有機農業を始めて今年で36年目になります。現在は約2畝の田畑で約40種類の野菜や米麦の栽培をしております。他にも約150羽の平飼い採卵鶏がおり、この鶏糞で作った堆肥をほぼ全農地に利用し、栽培した安心安全の農産物を提携している消費者にお届けしています。

大塚さんは日本の有機農業の発展にも大変尽力されており、農業研修生の受け入れを積極的に行っております。国内はもちろん、wwoof(ウーフ)という仕組みを利用し海外20か国からも有機農業体験や研修を希望する方の受け入れをされており、学びの場を世界中の方へ提供しております。(現在は新型コロナウイルスにより休止中) また、全耕作面積に占める有機農業の取組面積の割合を、現状の0.6%から2050年までに25%にするという農水省の「みどりの食料システム戦略」の動向を見極めていきたいとも仰っております。

今後については、高齢化による後継者不足や農地を維持していくための対策が重要だと話されておりました。これからも健康にご留意され益々のご活躍を期待しております。

(滝川支店通信員)

永井 智一  
(ながい・ともかず)



茨城県笠間市にある  
[天晴 (旧キッチン晴人)]  
オーナーシェフ

### 作り方

- ①米を研ぎ、ざるにあげておく(20分)。
- ②炊飯器に①の米、鶏がらスープ、塩、しょうゆを入れて20分浸す。
- ③トウモロコシは皮をむいて2等分にし、実を外して芯と一緒に炊飯器に入れて炊き上げる(写真下)。
- ④炊き上がったら芯を取り出しよくかき混ぜ、器に盛り付け出来上がり。

### シェフ永井のおすすめ



### 材料

4人分

米	400g
鶏がらスープ	400ml
トウモロコシ	1本
塩	小さじ1/2
しょうゆ	小さじ1

トウモロコシの  
炊き込みご飯