

### **一 いつでもミルクレシピ**

だしは不要! めんつゆとミルクと少量の鶏肉で煮るだけ!

### カボチャのミルクそぼろ煮



### ●材料 (2人分)

力ボチャ ……1/8個 (正味200g) 成分無調整牛乳…200ml

成27年では11万8059~となってい は16万2440%あったのに対し、平

日を送ることができるよう、

さ

がより豊かな食生活と健康な毎

含まれており、命の源ともいえま

まざまな活動を行っています。

乳や乳製品を通して、

宮城県民

牛乳には、

たくさんの栄養が

売団体」からなる組織です。

牛

理団体 (=乳業メー

<u>-カー</u>)

\_

販

私たちは、

「生産者団体」

販売した受託販売数量は、

平成13年度

生乳生産者から

委託

を受けて集乳

めんつゆ(3倍濃縮) ………大さじ1

鶏ももひき肉…… 60g

### ●作り方

- ① カボチャは種とわたを取り除き、2cm角に切り、面取り をする。
- ② フライパンに牛乳、めんつゆ、ひき肉を入れて箸で混ぜ る。ひき肉がほぐれたら(1)のカボチャを加え、クッキング シートで落とし蓋をして中火にかける。
- ③ 煮立ったら火をやや弱くし、カボチャがやわらかくなるま で煮る。仕上げに塩を加え、味を調える。
- ※3人分以上で作る場合は牛乳は少なめに。(例:4人分…牛乳350ml)

### ●ポイント

牛乳は加熱により表面や底に膜を張る性質があるの で、カボチャを煮る際は時々混ぜながら調理しましょう。

一般社団法人」ミルク ホームページょり

### 酪農家数は、 る生乳を出荷する 牛乳の原料とな 平成

宮城の酪農

向

13年度から減少の たどり

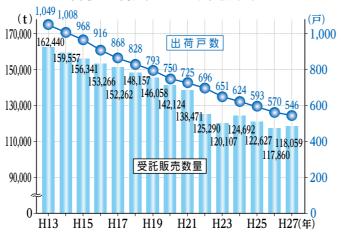
途を

### 県内の出荷戸数および受託販売数量

546戸となっ

成27年度で

、ます





伊藤-成会長

消費が多 宮城県は、 東北の ・県で 中でも牛乳

鮮で安全・安心です。

感じ飲んでもらえるよう、 私たちは、 牛乳や乳製品を使 ベン 牛乳をより ルや料理教室を開 トに牛乳を提供 います。 身近に 県 つ

栄養バランスに優れている上、 れば皆さんの食卓に届きません。 クが入ります。 での間には、 酪農家の生乳生産環境から乳 ーの工場で商品となるま 何度も厳しいチェッ 検査に合格しなけ 新

習慣をつけることが大切です。 す。子どものころから飲み続ける

業メ

カ

4 戸と半減しています 戸 から平成27年に 後継者 成

. の

宮城県牛乳普及協会の伊藤一成 及状況や牛乳の魅力について、 宮城県内の牛乳の生産

会長に伺いました。

ます 消費量は減少

不足などが理由です。 りにくくなったことや 資材費などが高騰し収益が上が は 5 4 6 県内の酪農家戸数も、 0

種類が多様化して

おり、牛乳の洗 おり、

· 普

カリウム ウム、鉄分、亜鉛、銅

# 牛乳は栄養素の宝庫

は、 た供給源といえます。 牛乳に含まれる栄養素は、 牛乳は、 私たちが必要とする栄養素の優れ 多くの 身近な食品として親し 人に飲まれています。 タンパ 実

つも牛乳があります。

牛乳の普及は、

文明開化の流れを受

食卓に限らず私たちの身近な所にはい

にも冷たい牛乳が置いてあるように、

牛乳といえば学校給食。

温泉や銭湯

特集そうだ

牛乳に含まれる栄養成分

タンパク質 3大栄養素 脂質

は私たちの免疫系や内分泌系、

循環器

牛乳に

また、近年の多くの研究から、

系などに作用し、病気を予防する重要な

機能があることも分かってきています

ていて、 域化して

私たちの生活に欠かせない食

や紙容器の普及などにより、

乳業は大

栄養素も消化吸収されやすい状態に

素がバランス良く含まれており、

マグネシウ

ム) などで、

それらの

栄養

ビタミン、ミネラル(カリウム、リ

なっています

大戦以降のことです。

殺菌技術の導入

まれるようになったのは、第二次世界

般家庭や学校給食で毎日のように飲

ているといわれています

が、

日本の

脂質、

炭水化物の3大栄養素と、

きく発展しました。

現在、

酪農の発展で牛乳の生産は広 います。利用方法も多様化

炭水化物

ビタミンA ビタミンD、E、K

ビタミンB2

ビタミンB1

水溶性ビタミン ビタミンB12、ナイアシ ン、葉酸、パントテン酸

カルシウム

ミネラル リン

ナトリウム、マグネシ

### こんなにすごい 牛乳の働き

### ■牛乳のタンパク質は良質 9種類の必須アミノ酸の必要量を満たしています。

- ・必須アミノ酸の1つリジンは、タンパク質の吸収を助け、成長促進や組織の修復に欠かせませ ん。リジンを補うには牛乳が適しています。
- ・牛乳のタンパク質の成分のうち、約80%がカゼイン(リンタンパク質の一種)です。カゼイ ンは、①小腸でのカルシウムの吸収を助ける ②神経の興奮を鎮める ③免疫力を高めて病原菌 の増殖を抑えるなどの機能があります。
- **■知っていますか 牛乳はビタミンも豊富。** 特に、ビタミンA(レチノール)とB2が多く含まれています。
- ・ビタミンAは、活性酸素の発生を抑えて、細胞の老化を防ぎます(アンチエイジングには欠か せません)。また、免疫機能を高め、感染症などを予防する働きもあります。
- ・ビタミンB2は、細胞の再生や脂質などの代謝を促進します。皮膚や髪、肌などを健康的に保 つ「美容ビタミン」として知られています。
- ・ビタミンは単独で働くほかに、数種類の相互作用によってより高い機能を発揮します。

### ■カルシウムを上手にとるならやっぱり牛乳が最適。

- ・カルシウムの消化吸収率が高く、効率良くカルシウムをとることができます。
- ・丈夫な骨を作るにはカルシウムとリンの比率が重要ですが、理想的な2~1:1の比率で含ま れています。
  - 安眠効果(不眠症改善)……安眠に対する効果を発揮する「セロトニン」を生成する「ト リプトファン」が豊富。気持ちを静めるカルシウムとの相乗効果も期待できます。
  - 精神安定効果(ストレス解消)……セロトニンは、気持ちを落ち着かせ、イライラ軽減、 ストレス解消にも効果的です。
  - 基礎代謝の向上……牛乳に含まれるタンパク質が質の良い筋肉を作ってくれます。太り にくい体質になり、疲れにくい体へと変化していきます。
- **便秘解消効果**……牛乳に含まれる乳糖は、腸内環境を整えてくれます。しかし、乳糖に よって腸内に水分が多くなることで便が柔らかくなり過ぎ、下痢を引き起こす場合もあ るので注意が必要です。

各地のイ るほか、 発展に貢献していきたい 催して普及に努めて 料理コンクー

宮城県の酪農・乳業の

※特集記事は県牛乳普及協会から

## 酪 農 家

の皆さんの日々の取り組みがあってこそです。 今回は、蔵王町北原尾地区の「廣谷牧場(廣 牛乳は、牛の生乳から作られます。私たちがお しく牛乳を飲めるのは、乳牛を飼養する酪農家

を作付けしています。 は、 谷淳一代表)」の一日を紹介します。廣谷牧場で ほか、牧草12診、デントコーン5診、ライ麦4診 成乳牛36頭、 子牛・育成牛25頭を飼養する

廣谷牧場では、酪農家は、毎日 こは、集乳車が午前7時15分に来るため、5時ころから作業毎日新鮮な牛乳を皆さんの食卓に届けるため早起きです。 5時ころから作業

右から、妻・淑枝さん、次女・若菜さん、淳一さん

長男・椋太さん、父・和夫さん、母・純枝さん

(長女・美里さん)

## を始めます。

湿気を吸収することで乾燥した状態が保たれ、 衛生的です。 

朝の作業

量に応じて与えます。 シや大麦などの穀物とビタミンやミネラルなどを混合した濃厚飼料を、牛の乳 前日に準備しておいた餌を与えます。牧草などの粗飼料のほか、 トウモロコ

7:00

日30%ほどの乳を出します。 力 消毒液で乳頭を消毒します。 1日2回。多くの時間を要します。 -という機械を用います。 牛は平均して1 搾乳は朝と晩 搾乳にはミル

清潔なタオルで牛の乳房を拭き、

べます。 集乳車到着。 生乳を渡した後、 朝食を食

7:15



清掃の様子

っぱ

N

廣谷

**淑**む **枝**さん

**酪農には幸せが** 

私の担当です。 さな幸せを感じています。 家事や育児の合間の、ごく限 と応えてくれるのでかわ に手をかけると、 まだ小さい育成牛の世話が 毎日牛たちに触れることで小 られた時間ではありますが、 に携わっています。今でも、 生まれたばかりの子牛や、 私は、嫁いできてから酪農 わが子のよう のでかわいい

きめ細かい世話をした育

成牛が、種付けできる体格 やりがいを感じています。 ある職業ではありませんが、 決まった内容の仕事や休みの がとても良かったこととか、 追われながらも牧草の出来 めっこして牧草の刈り取りに になったことや、 まだまだ分からないことだ 天気とにら

行い、いろいろ教えてもらえ皆さんと情報交換を盛んに らけですので、 同じ生産者の

# その後、

# はありませんが、ある一日を紹介します。夕方の搾乳までにも、さまざまな仕事をします。

9:00

イレージ作りをします。その後、ディトユーノ・パー・カリ取りを6月上旬までに行い、2番草は7月中旬くらいまでに刈り取ってり取りを6月上旬までに行い、2番草は7月中旬くらいまでに刈り取って レージ作りをします。その後、デントコーンを収穫し、 3番草の刈り取りま

サ刈

天気を見ながら数週間かけて粗飼料を確保します

# **懱械のメンテナン**

日中の作業

出産の立会い

人工授精



15:00

16:00 様子を確認しながら作業を進めていきます。午後4時半には2回目の搾乳が始まります。

夕方の作業

17:30

18:00

日の作業を終えて、夕食を食べます

毎日決まった仕事で

# 牛乳ができるまで

乳にはなりません。安全・安心な飲み物にするために、乳業 メーカーの工場で数々の工程をクリアしていきます。 牛から乳を搾っただけでは、皆さんがお店で買って飲む牛

1 受 乳

れ検査を行い、合格したものを貯乳し冷やしたまま集乳車で運ばれてきて、 、合格したものを貯乳します。

清浄化

2

生まれて1週間の子牛

小さなごみやほこりを取り除きます

3 均質化 脂肪を細かくして飲みやすくします

朝と同じように1頭ごと

4

殺

菌

高温で殺菌し、

その後すぐに冷却します

6

検

査

填 容器に詰めていきます

粗飼料・濃厚飼料を給与

5

充

コンビニ、小売店に運ばれます。検査に合格したものがスーパーマ

ケッ

Ŕ

ムページ

### 引受内容等の確認をお願いします。

### ① ゲタ対策の交付申請の有無について

加入申込時に経営所得安定対策の畑作物の直接支払交付金(ゲタ 対策)を交付申請する対象農業者に適用される単位当たり共済金額 を選択したものの、その後交付申請しなかった場合、対象農業者以 外の単位当たり共済金額での引受に変更となりますので、速やかに ご連絡ください。

### ②細 目 書

作付耕地の地名地番、面積、品種等をご確認ください。引受内容 に誤りがあると共済金が支払われない場合があります。

### ③被害申告

収穫期の前に被害申告のお知らせを行います。被害が発生してい た場合に申告してください。

なお、収穫期の前に鋤き込みする場合や、調査後に被害が発生し た場合等は、その都度ご連絡ください。

# 引受内容等の確認をお願 収穫期を迎える前に

## 皆さまの補償を確かなものとするた 大豆共済にご加入いただいている

引受内容等の確認をお願 ます

内容に変更等がありましたら、

# 寄りのNOS

へ連絡をお願い 最

園芸施設共済

41

します

## 災害に備えてご加入を 台風シー ズン到来

ださい

を除くハ 償する「撤去費用」をオプションで選 充する「復旧費用」、 附帯施設・ のは特定園芸施設(本体と被覆材)・ ウスが加入できます。 園芸施設共済は、 ることができます ウス本体の取片付け費用を補 施設内農作物で、 作物を作っている 被災時に被覆物 加入できるも 補償を拡

> 合わせください S A I  $\sim$

11

いただいています。新規に加入を検討れる場合は、新規加入をお断りさせて 相当の確実さをもって被害が見込ま されている方は、 なお、台風が接近して お早めに申し込みく 新規に加入を検討 る場合など、

詳しくは最寄りのNO

特定園芸施設(本体+被覆材)

農作物を栽培 するための、 プラスチック ハウス、ガラ ス室、雨よけ 施設、多目的 ネットハウス



### 附帯施設

暖房施設、換気施設、かん水施 設、自動制御施設など



被覆材を除くハウス本体(附帯施設に加入した 場合は附帯施設も対象)の復旧に要する費用

## 撤去費用 被覆材を除くハウス本体の解



括 加入制

共済責任期間中に所有するハウスが複数ある 場合は、その全てを加入することが必要で **す**。加入の組み合わせやオプションの選択方法についても、全てのハウスについて同じ組み 合わせ・オプションで加入いただくことにな ります。

お問



### 10 月 31 麦共済細目書は 提出してくださ 日までに

ご確認いただき、 平成29年産麦共済細目書の提出時期に 作付耕地の地名地番、面積、 麦を20㎡以上作付予定している方 期限までに提出してくだ 品種等 を

ります。

適正かつ公平な評価に努めてまい水稲の損害評価が始まります。

間

もなく収穫期です

田

んぼをよく見て正

61

被害申告を

見て被害の申告漏れがないように注意してくださ

害申告

のポ

1

**》** 

₹0

自分の圃場に入って被害状況を把握

価班で調査-

受します。 い評価員で構成した になった圃場へ

た評

(損害評価員·評価会委員) 損害評価研修会

してください

田んぼをよく見る

病虫害、

鳥獣害による減収が対象になり

評価の流れ

抜取調査(評価会委員)

実測調査しまなごとに10筆を

まを

実測調査にご協力ください

損害評価の適正化を図るため、実測調査をさせていただくことがあります。稲刈りが終了するまで被害

気象上の災害(ひょう害、雷害など)、火災

水稲共済は、風水害、

干害、

その他の

減収か見極める選択した補償割合で対象となる

宮城県農業共済組合(NOSA | 宮城)

抜取調査(調整班)

調査。 いることを確認するため 抜取調査が適正に行なわ

めわ

のれ

※被害申告数が少ない場合、悉皆調査と抜取調査を合同で行う場合があります。

申告の立札はそのまま立てておかれますよう、ご理解とご協力をお願いいたします。

適正な損害評価は、

正しい被害申告から。

田んぼをよく

組合員

を下回ると見込まれる場合。 一筆ごとに収量が引受単収 被害申告 → 立札

ります。

組合では慎重に調査

### 麦

さい

いる場合は必ず加入いただきます。 (大麦・ 小麦) を20㎡以上耕作 て

発芽期から収穫期まで

## 加入方式、 補償割合について

共済規程で定める中から選択できま 共済方式 (9割・8割・7割) が、品質の低下まで補償する災害収す めします。 をお勧 す

## 対象となる災害 風水害、干害、 (共済事故)

**₹03** 

立札は、高く見やすい場所に立てる

該当圃場に立札が立って

ない

と評価

損害評価会(審議委員)

水稲損害

込まれる場合に被害申告してください。

筆ごとの収量が引受単収を下回ると

災害、 上の原因(地震、 火災、病虫害、鳥獣害。 冷害、雪害その 噴火を含む) 他気象 による

のみ) 共済事故を原因とする品質低下に伴 生産金額 の減少 (災害収入共済方 式

わせください 詳しくは最寄り Ò Ň O S A  $\wedge$ 、お問い 合

取っている被害

被害申告した圃場の一部でも刈り 事前にNOSAIに連絡してくださ やむを得ず評価前に刈り取る場合

農水省

認定(承認)

価高を認定(承認)しま

ず損

しまうと評価ができなくなります

評価前には刈り取らない

評価した圃場は立札にチェッ

クをつ

ル等で覆い道路側の圃場の中に稲穂より ができません。申告後速やかに、ビニー

枚ずつ立ててください

ます。

ます。

は評価高を決定し国に報告しき評価高を決定し国に報告しき評価高等を審議します。
等当初評価高等を審議します。

07 和み 2016.9 和み 2016.9 06



## お済みですか 農機具の点検整備は

作業前点検

ポイント

刈刃の欠けやすき間

の有無、駆動チェー

ンへの注油と張りの

調整

駆動部分へのグリス アップ、クローラー

の傷の有無

①オイル類の定期交換 を参照してください。 作業前に、 コンバインの整備箇所は、 秋の収穫作業が始まります。 点検整備、 試運転を行いましょう。 以下の作業前点検のポイン

②チェーンへの注油 エンジンオイル、油圧ミッションオイルなどは、 オイルフィルター などを含めて交換してくだ 定作

# 刈取部の刈刃、引き起こし・供給・搬送・排ワラの各チェ

業終了 ンは、 スは、 ③グリスアップの励行 や作業中にグリス不足により、 た場合は、 特に、 揺動転輪部、アンローダ部にグリスを注油してください 必ず定期点検し、不足分の注油が必要です。 後の注油は部品に油がしみこみ効果的です。 作業前または作業後に点検し注油します。 揺動転輪部(スイングアー オイルやグリスが切れて金属同士がこすれて 金属がこすれた異音を発し ム 揺動転輪) 特に、 点検時 のグリ

> こぎ刃や切り刃、 受け網などの破

損の有無

点検は故障の発生を抑え、 計画的な収穫作業に役立ち

回っています。

ただちにグリスを注油してください。

# ④作業前の農機具取扱説明書の確認

各Vベルトの張りは

適正か、傷や亀裂

燃料、エンジンオイル、 冷却水の量は適正か、

ラジエーターの目詰ま

りの有無

などの有無

取扱説明書をよく読んで農作業を行ってください 現在の農機具は、高性能化・作業の自動化がなされて 安全に作業していただくため、 作業の開始前に農機具



# 柄気の予防は消毒から

畜舎内への病原体侵入防止のための消毒

大切な管理です。 切な管理です。今回は、畜舎内への病原体の侵入を防消毒は、畜舎環境を清浄化して有害な病原体(細菌、 畜舎内への病原体の侵入を防ぐことを中心に考えてみましょう。 ウイ ルス)を減らす、家畜の健康維持に

果が持続します。 性の作用で (H12以上) 一週間以上効 平方
沿
当
た
り
、 性があるので、 るとHは低下し、消毒効果が薄れるの 牛床に散布するのに適しています。 みに注意しましょう。 で定期的な散布が必要です。 した状態で使用すると、そのアルカリ 消石灰は、日常的に畜舎周り、 皮膚への付着や吸い込 1 サロが目安です。 水にぬれた後乾燥す 粘膜刺激 通路 乾燥

ナベゾ

予防にはオルソ剤

(ヤシマゾ

コマ、クリアキルなど)

塩素系の消毒薬

汚れを落とすと、

に作用します。

しましょう。



汚れたらこまめに消毒槽を交換する

るとより有効です ヤ周りや下回りを噴霧器により消毒す 消毒を行いましょう。 い逆性石鹸が最も適しています タイ

### 量の水を入れた水槽を別に設置し、 塩素酸ナトリウムなど)や逆性石鹸(パ み込み消毒槽に入る前に長靴についた コクシジウム感染症(出血性下痢) ルなど)が有効です。十分な 汚れたら小まめに交換 消毒液がより効果的 (ビルコンS、 が一般的です ル 次亜 踏 タ 0) HÖS8

一般的な薬剤

## 車両の消毒

家畜市場から戻ったら、 金属腐食性が低 車両の洗浄



タイヤの周りの消毒が大事

## 根本的な侵入防止

です。 専用に長靴を用意するのもおす 等の頻繁に出入りする人に対しては、 に効果的です。また、 おくと、外部からの病原体の侵入防止 畜舎専用の作業着、長靴を設置して 獣医師や授精師

うに、予防消毒に心掛けてください 獣医師に相談してください 不明な点がありましたらNOSAI する前です。 るものですが、 病気が多発す 大きな損失にならない 肝心なのは病気が発生 ると、 消毒にも気を配

09 和み 2016.9 和み 2016.9 08





ウスを有効に利用できないかと検討 設し、息子の典生さん(25)と共に う、名取市の半澤勝助さん トマトの栽培を始めました イプハウス4棟(50 「初めて収穫を迎えたときは感動し 半澤さんは、 わが子のようにか

わい

い」と笑 <u>67</u>

自身の

ト販売に関

つ

勝助さん

(名取市)

食農園ラ・

タ

と商標登録

0坪)を新

さんと典生さん

1誘引作業をする典生さん (手前) と勝助さん 2商標登録した 「美食農園ラ・ファータ」 3独立ポットでの養液土耕栽培で手掛けている 4甘くておいしいと好評のトマト 5勝助

La fata

で、

した独立ポットでの養液土耕栽培

人工団粒構造培地ANSを用

11

のトマトなら食べることができる」

口コミで少しずつ顧客も増えて

「甘くておいしいので、

半澤さん

栽培は、株式会社関東農産が開発

売されます。

に出荷し、県内のスー

-などで販

て低段密植に仕上げています。

この培地は、

根の環境に配慮して

きました。半澤さんは

施肥潅水後の反応が早く無駄

病気のリスクも少なく管

い、おいしいと食べて私たちが作ったトマトを

と食べてもらえるよ

を知ってもら 「地元の方に 品種「未来ー

6ミラクル」を手掛

在5作しました。主に青果卸売市場

こともあり、平成27年3月から大玉 達。典生さんが就農の意思を固めた する中で、

トマトの周年栽培に到

手作業で収穫から選別、

し、平均10~ほどの収量を確保。現までを行っています。4カ月で1作手作業で収穫から選別、パック詰め

日で200歳以上を収穫。一つ一つ

早朝から2人で、多いときには1

ているようだった」と話します。

くなるトマ

トは、

わが子の成長を見

きました。半澤さんは「少しずつ赤

10月に初めて収穫す

ることがで

水稲育苗後に空くハ

け始めました。

ます

理しやすくなっています。

通常栽培できる量の3倍もの収穫

と力強く話します。

糖度の高いト

を作り

「手をかけた分、

結果が

### ▲ 右から村上利雄さん、嶋田さん、嶋田さんの姉夫 妻の佐々木飛鳥さん・靖起さんと姪の心ちゃん

日 と人の顔 ゲル **\** 工房「Atreyu」 が見える店に イユ

地の域話題

嶋田 優さん (蔵王町)

造・販売を始めました。 生乳だけを使用し、 営する株式会社ゼルコバドリ の顔が見える製品造り』をコンセプ 「『乳搾りから加工まで、 と話す、 「Atreyu」代表の嶋田優さん 日 | 父・村上利雄さん(8)の経 蔵王町の の魅力を伝えた ヨーグルトの製 ヨーグルト 牛と人 ムの

方法などを学び、 存する方法を模索。6次産業化に関 乳を廃棄する日々を経験し、長期保 心があったこともあり、 嶋田さんは、東日本大震災時に牛 ヨーグルト造りを 製法や販売

乳タンパク質が高くて濃厚。 搾りた るほか、

ごすことができる環境で生産され、

好評を得ています。

現在、ジャージー種を4頭飼養す

ブラウンスイス種も導入す

「今後はそれぞれの特徴

心でおいしい」と、

幅広い年齢層で

『別(税込み250円)の3種。

「原料がはっきり分かり、安全・

安

400円)、

飲むヨーグルト

1 8 0

込み650円) と250% (税込み

のプレーンヨーグル

ト450000

(税

ルスタイン種

使用する生乳は、牛が心地よく過



する嶋田さん

る予定で、

いたい」と話しています。風景を眺めながらゆっくりしい。 たい」と嶋田さん。工房のそばに休 が出る3種のヨーグルトを作ってみ

が少なく濃厚 酵させ、 温で長時間発 房に運び、 てをすぐに工 酸味 低

に仕上げてい なヨーグルト 商品は、

ます

け、中でも「ふさすぐりジャム」が ジャム、アイスクリ 自然派工房を設立。 を生かそうと、平成24年 は、花山ならではの野菜と山の恵み 人気です。 栗原市花山の千葉和子さん 漬物、 ムなどを手掛 1月に花山 梅干し、 68

できます。 が適作で、 くことから「房酸塊」と呼ばれてい木で、1キッンくらいの果実が房状に付 ます。花山のように夏に涼しい地域 フサスグリは、 果実は7月ころから収穫 1・5 景ほどの低

寧に水洗いして選別しています。 に差が出るため、 いよう房ごとやさしく手摘みし、 「慎重により分けることでおい 全体が赤く色付 一番気を使 たら、 つぶれな

してもら

地」域 話題

## 素材を生かしたお (1 (1 も 0



千葉

和子さん

(栗原市)

採れたて

急

と千葉さ



▲手掛けている加工品の数々 用できると 新鮮なまま使 速冷凍する 一年を通し の果実は、

7

砂糖を加えてさらに煮詰めます。 後、裏ごし器で皮と種を取り除き、 柔らかくなるまで鍋でコトコト煮た ジャムの製造は、 県内唯一。果実が ふさすぐり

います。

11

道の駅路田里はなやまなどで販売 やかな酸味と甘みで、 酸っぱいですが、 ています。 勧めです。年間350個ほど作り、 などを豊富に含み、 おいしさ」と話します。ビタミンC 千葉さんは 「そのまま食べると ジャムにすると爽 美容・健康にお 飽きのこない

惜しまず心を込めて作り 全・安心な自然食品なので、 千葉さんは 「素材を生か 手間を した安

11 和み2016.9

マトを地元に伝えた

### おものNOSAIサポータース

## 六の国支所

板垣良一さん 加美町宮崎

69

毎日田んぼにドライブに出かけ

水稲4%を作付け

夏場は

通知が遅れますと、

共済事故によ

事故外によ

免責割合

20%

30%

40%

50%

100%

損害の共

▼共済部長・損害評価員

んが、

たまにパー

クゴルフを楽

ています。

あまり暇がありませ

しんでいます。

妻の退職をきっ

ていた、 ているので、 遊びに来るようにと誘いを受け 英語教師が母国に帰りまし ける機会を多くしたいですね。 かけに、これからは二人で出掛

ここ数年農繁期に手伝いにき

息子の友人で英国人の

た。

一度家族で訪れた

ください

伝え、部品を保管するは、農機具共済に加入

るよう

して

る旨を

修理業者に修理依頼した場合に

しておきま

ます

管 るまで、

して

遅延期間

事故発生後2カ月を超え3カ月以内

事故発生後3カ月を超え6カ月以内

事故発生後6カ月を超え1年以内

遅延期間に関わらず、損害評価が

事故発生後1年以上

できない場合

く だ 交

《事故発生通知の遅延》



宮城中央支所

仙台市若林区

針生孝充さん 総代歴1年

63

損害評価員歴11年。

を作っています。 ダマメなど、 でホウレンソ 水稲50吋のほか、 ウ、 30種類ほどの野菜 ダイコン、 畑1.6%

恵まれ、 ます。 豆と麦の二毛作に取り組んでい となりま 果でしたが、 践組合の代表を務め、 また、 昨年産の大豆は残念な結 これまでにない収穫量 地域で組織す した。 裏作の麦は天候に ^る日辺実 14 %で大

ることです に気の合う仲間と飲みに出かけ 一番の気分転換は、 休みの日

### IMPORMATION

事故発生通知を徹底しましょう

### NOSAL 一部が免責される場合があります。済金が支払われなかったり、損害のる交換なのか確認が困難になり、よる交換部品か、故障等の事故外による ださい。 ない。 換部品を捨てずに必ず保証組合の損害評価が終わる ます

ゕ 0

に N O S

にご連絡く

農機具に事故が発生

た

# 共済掛金等は口座振替で

皆さまのご理解とご協力をお願 め、共済掛金等の納入について「の簡便化と不祥事の未然防止の 座振替」の 利用をお願い 宮城では、 然防止のた納入手続き  $\Box$ L

内容に間違いがないか確認の上、入内容確認書」を送付します。加 信用封筒でご返送くださ **[容に間違いがないか確認の上、返入内容確認書」を送付します。加入現金で納入いただいた場合は、「加** 

飼養場所変更・死力放牧や共進会出場が出た出荷・出生

連絡が必要なのは

ときです。

## 家畜の 異動連絡をお忘れ

響します。 た場合、L ときは、 飼養してい 速や **運絡が無から** かにNOS る家畜に異動があっ つ 大きく影りたり遅れ

## なく

ッ。 免責が適円 ・対知の遅く に用されが n

# へれることがあります。 2カ月を超えると、免責が済 の事故発生通知の遅

### **科 名**:アブラナ科 連作障害: あり(2年位あける) 発芽適温:20~25℃ 生育適温:15~25℃ 栽植距離:株間35₽ 畦幅60肄 単条植え

kitchen garden

## 越冬栽培おすすめ野菜



(株式会社 渡辺採種場)

穫できることです。 2、春一番においしいキャベツが収キャベツの越冬栽培最大の魅力 また、育苗・栽培時の労力があま

越冬キャ

1

11/

播種と育苗管理

28穴セルト

(またはポリポッ

に

にみずみずしく、 り使用しなくて済むのも魅力です。 時期に栽培できるので、 りかからず、病害虫の発生が少ない 秋にまき、 じっくり冬を越し、 お い しいキャベツ 農薬をあま 春

の定直面引言の発生を助長するので注意してください。の発生を助長するので注意してください。の発生を助長するので注意してください。

液肥で追肥を行ってくださ

レイの場合は本葉3枚くらいです。

③灌水は午前中に行います。午後軽く覆土をし、深まきにならな

仮の灌水は、徒ないよう注意と

して、

ください

、徒長苗や

気に球を仕上げます。②追肥に重点を置き、3

4月に肥効を高めて

~4粒播きます。

かせルト.番種用は

~2粒播き、

ポリ

ポ ッ

iは 3

ポリポットの場合は本葉4枚くらいです ⑥定植適期苗は、セルトレイの場合は本葉?

定植とその後の管理

週間前までに施肥・

畑作

n

É

を収穫してください

300 完熟堆肥 10 苦土石灰 施 肥 (例 kg/1アール) 化成肥料 6 リン酸質肥料 速効性化成肥料 追肥 6 (化成肥料は野菜用高度化成肥料の場合)

(追肥は6kgを3回に分けて行う)

栽培カレンダー (露地) ●播種 ▲定植 ◆追肥 ■収穫 月 9 10

ます

3 4 5 6

① 定植 l

※キャベツは湿害に弱い野菜です。 ② 性幅 00 付き では、 ② 性幅 00 付き では、 でを開けます。 穴を開けます。 穴を開けます。 でを開けます。 でを開けます。 でを開けます。 でを開けます。 でを開けます。 でがし、 本間 35 で値え ででは 収穫時に し、 灌水します。

**畑作り**(例 kg/1アール)

⑦球の頭部を押して、固まっていれば収穫期です。アオムシ、コナガと菌核病に注意してください⑥病害虫防除は、寒期なので比較的少ないですがあるときは、無理に中耕しないでください。

春

YR青春二号

系早牛種です。

覆土は 根鉢を 見全に

をすように

本民金本にたっるのりと 水を含ませる

# おすすめ品種

シティ 「シティ」より遅れて収穫できる春 秋まき春どりに抜群の春系品種で、 春一番に収穫できる極早生種です。 萎黄病抵抗性を持ち、栽培しやす とてもやわらかく、食味良好で、手 頃な大きさです。

## 栽培のポイント

年内生育をほどほどに 落葉も含めて10 の原因になります り ます 11枚以下 して、 春 に

## 栽培の注意点

①播種期をきちんと守ってください。①はいる。①を期、寒害を受ける場合があるので、風除けや収穫期の大きな差となるので注意してください。収穫期の大きな差となるので注意してください。収穫期の情がなど、寒さ対策を行ってください。②を期、寒害を受ける場合があるので、風除けや土寄せなど、寒さ対策を行ってください。②収穫期の幅が狭いので、適期収穫を心掛けてください。

四主 · 60 cm

はやく起きてしごとをし とお母さんは、 てくれて、 ます。だけど、 かっています。 にはイオンにつれていっ です。 ぼくの家では、 とてもうれ 日よう日 お父さん いつも朝 牛を ます。 家のことまでやってくれ くなることがあります。 てくるのがすごく らあげ」をするので、帰っ

とをしています。

## ぼくの家族

さんは畑のしごとをして それから、お母さんは れています。 翔 太



登米市

太くん(8)

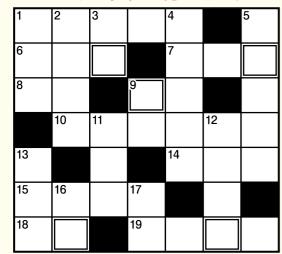
正 俊さん おじいさん 正 喜さん

おばあさん 万利恵さん お母さんあゆみさん

10月になると「わ

二重ワクのところに入った文字を組み合わせて、 一つの言葉にして下さい。

### ヒント▶今年は9月15日です



### タテのカギ

- ●宮城県出身の元プロ野球選手。「ハマの大魔神」○○○主浩。
- ②ドバイ・ファウンテンは2009年に完成した世界最大の○○○
- 3いばった態度で人を使うこと。「○○で使う」
- ④「蜘蛛の糸」や「羅生門」が有名な作家。○○○○○龍之介。
- 5 忍者の主要武器として使われる小型の刀。
- 9地球の○○と陸の割合は7:3である。
- ●ゆでた枝豆をすりつぶした仙台名物。
- ②生物体が外部からエネルギーを取り入れ、老廃物を外に出すこと。
- **®**春はぼたもち、秋は○○○。
- **⑯**ことわざ、虎穴に入らずんば○○を得ず。
- **⑦**仕事にかかる時間や労力のこと。

### ヨコのカギ

- 19月の誕生石。ラテン語の青色が語源。
- 6グレート・バリア・リーフは世界最大の○○○礁で有名。
- いたくり粉の水溶きに砂糖を加え、鍋で煮てとろりとさせた飲み物。 8唇の形に残った□紅の跡形。○○マーク。
- #勢物語」など平安時代の和歌を中心とした短編の物語を 「○○物語」という。 スプリングバレー泉高原スキー場」は〇〇〇〇〇北東斜面にあります。
- ❷濃い赤紫色を○○○レッドという。
- ⑤北海道新幹線は仙台⇔新○○○○北斗間を2時間30分で運行します。 ❸国会が開催される場所。国会○○堂。
- ♠大崎市○○○○のコスモスが見頃を迎えます。

前号のク

ロスワ

**開き**』

開き)

びらき(海

⑥広報紙に対するご

### 前号の答えと当選者

小和後佐中二斎 野 々 寺久藤木鉢瓶藤 当選者は次のとおりです。 照宏容 とよ子され イン そう 子さ/ 男さん 子さん でし

### 応募

《記入例》

(宛先面)

行

平成28年10月10日 クロスワ (当日消印有効) のお便り や広報紙に対す

※ご応募いただいた個人情報は、紙面づくり以外の目的には使用しません。

上げます。 上げます。 上げます。 上げます。 上げます。 上げます。 というにクオカードを差し はがきに記入例のとおり NOSAIや広知 ◎ メ 切 -を差し 10 ださい。

が割引となるお得なプランもあり、

芋煮会の利用者はリフト乗車

イキングや泉ヶ岳登山への利用も



→表紙の高校生の笑顔が
なる気がします。

楽しみとパワ

をもら

(登米市W

Mさん)

「和み」を与えてくれ

スプリングバレー

泉高原スキー場

(仙台市)

ちょこっと

王国」が開催され、

連日たくさんの

現在、

アトラクション

「空の冒険

人で賑わっています

中でも、

森の

で約40分とアクセスは抜群です。

中に張られたワイヤ

プのライ

ンに滑車をかけ

空を飛ぶス

ると大好評

眺めもいいです。 ◆「さわやかさん」いいですね。とてもさわやかです。また、「ちょこっとぶらり」の白石城かです。また、「ちょこっとぶらり」の白石城がでする。とてもさわや

され、

紅葉と爽やかな風を感じなが

芋煮会

(予約制)

も開催

ら楽しむことができます

ノラマや紅葉狩りは、 展望リフトで向かう山

一見の価値 頂からの大

孫が遊びに来たらシフォンケー

キを作りたいと

ニンジンなどを畑で作っているので

レシピを取っておきます。

(山元町S・Yさん)

置する泉ヶ岳の北東斜面にあり、車スキー場は、市街から見て北西に位

出掛けてみてください

泉高原スキ

皆さんも

仙台市のスプリングバレ

泉高原

冬の季節とは一味違うスプリング

改めて感じまし ルター

を見ていると、

家族っていいなあと

(岩沼市H・Iさん)

(東松島市〇・Aさん)

スプリングバレー泉高原スキー場 ◆問い合わせ先 **☎**022-379-3755



## スポーツ振興の

さくらい ぇ み 桜井 恵美 さん 東松島市 大塩

地元市役所の生涯学習課で社 会体育指導員をしています。幼 児との鬼ごっこや高齢者を対象 にしたストレッチやマット運動 を通して、スポーツの振興を 図っています。受講される方が ケガをしないように日々心掛け ています。

趣味は、野球観戦。楽天イー グルスのファン(特に嶋選手の ファン)で、球場に足を運んで 応援しています。

今一番してみたいことは旅行 で、山形に行ってのんびりした いと思っています。

## Koboスタ宮城に足を 運んで応援しています





\*料理紹介者 美里町 ブシャン・アケボノさん

### ちょこっとPR

美里町で無農薬・化学肥料不使用の 野菜を作っています。

### 材料(4人分)

ナス	2個
ジャガイモ	大2個
ピーマン	1個
パプリカ(赤・黄)	それぞれ1/2個
タマネギ	中1個
トマト	大1個
ニンニク	2片

ショウガ	5½²
乾燥トウガラシ	適量
クミン (粒)	大さじ1
ウコン (粉末)	…小さじ1/2
ガラムマサラ(粉末)	…小さじ1/2
塩······	適量
食用油	大さじ3

### ここがポイント

- ★ウコンを入れたら良く火を通してください。
- ★ジャガイモは形が残るよう、メークインか男爵を使うのが おすすめです。
- ★野菜の味や食感を残すため、火を通し過ぎないよう注意し てください。

### 作り方

- ナス、ジャガイモ、ピーマン、パプリカを食べ やすい大きさに切る。タマネギをくし型に切 り、ニンニクとショウガをみじん切りにする。 トマトは8等分にする。
- 2 フライパンに食用油を入れ、中火にかけてクミ ンを入れる。
- 3 クミンがきつね色になったら、タマネギ、ショ ウガ、ニンニク、乾燥トウガラシを入れて混ぜ 合わせながら炒める。
- 母 タマネギに軽く火が通ったら、トマト、ウコ ン、塩を入れる。
- 5 トマトの形がなくなったら、ナスとジャガイモ を入れて弱火にする。
- 6 ナスとジャガイモに火が通ったらピーマンとパ プリカを加えて5分ほど炒める。
- 7 火を止め、ガラムマサラを入れてよく混ぜた ら、フライパンにふたをして約5分待てば出来 上がり。

### 安心のネットワーク NOSAI宮城

所 〒980-0011 仙台市青葉区上杉 1-8-10 TEL 022-225-6701

**県南支所** 〒 981-1505 角田市角田字町田113 TEL 0224-63-2012

宮城中央支所 〒 983-0821 仙台市宮城野区岩切字昭和東 112-3 TEL 022-396-3070

**亘理名取支所** 〒 989-2301 亘理町逢隈中泉字一里原 28-8 TEL 0223-34-5031

六の国支所 〒981-4265 加美町字矢越 226 TEL 0229-64-1380

大崎支所 〒989-6166 大崎市古川東町 5-37 TEL 0229-22-2141

**栗原支所** 〒 987-2203 栗原市築館字下宮野中田100 TEL 0228-23-7111

迫支所 〒987-0512 登米市迫町森字平柳 34-88 TEL 0220-22-8411

石巻支所 〒986-1111 石巻市鹿又字曽波の神前 172 TEL 0225-75-2331

**県南家畜診療センター** ₹ 989-0731

白石市福岡深谷字桜丘前10 TEL 0224-25-4565

中央家畜診療センター 〒 989-6251 大崎市古川小野字嵐山 26-1 TEL 0229-28-2581

県北家畜診療センター 〒 987-0511 登米市迫町佐沼字中江 1-3-1 TEL 0220-22-2790

**家畜診療研修所** ₹ 981-3602 大衡村大衡字平林 39-4 TEL 022-345-2241

