あおば

No.90
Autumn 2019

特集

- 第22回 JA東京あおば農業祭
- 令和元年度第1回組合員座談会
- 令和元年度 宮中大嘗祭供納 甘藍御播種祭・御定植祭

大人気 きじまりゅうたあおばの台所

みんなのよい食プロジェクト 食は日本の未来。JAグループ

JA東京あおば
https://www.ja-tokyoaoba.or.jp/

お待たせしました!

第22回

JA東京あおば農業祭

場所 練馬区 光が丘公園けやき広場

日時 11月16日(土)・17日(日) 10時～16時

秋の豊かな実りに感謝し、今年も「JA東京あおば農業祭」を開催いたします。昨年度はおかげさまをもちまして、約12万人の方にご来場いただきました。ご家族で楽しめるイベントが盛りだくさんとなっておりますので、皆さまぜひお越しください。

アクセス

都営大江戸線「光が丘駅」に到着

改札口から会場の光が丘公園までは、歩いて約8分です。当日は公共の交通機関をご利用ください。

美しいイチョウ並木にほれぼれ

秋の青空と黄色いイチョウのコントラストはとてもきれいです。

農業祭のシンボル「宝船」がお出迎え

農産物の豊穣を祈願する野菜宝船。17日(日)には、「宝分け」として、野菜をお分けします。

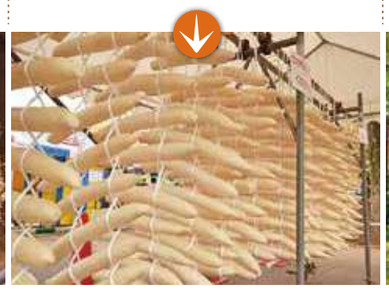
けやき広場に到着

メインステージを中心に、広場全体が農業祭の会場です。

農に触れ合う2日間

お気に入りを探そう 農園芸畜産物品評会

生産者が丹精込めて育てた自慢の農園芸畜産物がずらりと並ぶ様子は圧巻です。ぜひご覧ください。



「たち編み」で練馬大根干しています

「たち編み」と呼ばれる昔ながらの大根の干し方です。練馬大根の販売も行います。

採れたて新鮮!食べなきゃ損!

JA東京あおば管内で採れた新鮮な野菜や果実の販売は、毎年多くの人でにぎわいます。

たくさんあって迷います

シクラメンや寄せ植えなど、暮らしに彩りをもたらす花々が会場に。ガーデニングやプレゼントにいかがでしょうか。

食べよう! 農業祭

手作り「田舎まんじゅう」

心を込めて女性部が作る「田舎まんじゅう」。素朴で優しい甘みの味わいです。

作りたて「きなこ餅」

つきてたてのお餅とたっぷりのきなこは相性抜群、やっぱり最高です。

「おたすけ団子」

焼きたてのお団子をご賞味ください。

お母ちゃんの味「手作りお赤飯」

ハレの日のご飯「お赤飯」。秋空の下食べる手作りの味は格別です。

日本全国津々浦々 旅行気分

広い大地の恵みを感じる

北の大地より、秋のおいしさを届けます。ジャガイモ、ニンジン、タマネギの他、オニオンスープもご用意しております。

ジューシーで、甘いリンゴたくさん

全国でも高い生産量を誇る長野のリンゴはジューシーでとても甘いです。

熊本の恵み食べなっせ!!

太陽の恵みを受けて育ったおいしいトマト等を販売します。

寒い冬も沖縄の名産で温かく

時間がなくて沖縄に行けない～!そんな方でも沖縄の農産物や名産品を気軽に味わえるブースとなっています。

家族みんなで楽しもう

バラエティに富んだステージイベント

昨年同様、さまざまな演目をご用意しております。詳細は、ホームページでご確認ください。

「ヨイショー!」と応援してね

青壮年部員が力強く餅をつきます。その姿は迫力満点!応援もよろしくお願いいたします。

トラクターに乗ってファーマー気分

お子さんを記念撮影! インスタ映えまちがいなし!

GODAI君とすず夏ちゃんになりきろう

大人気の顔はめパネル。記念写真を家族で撮るにはぴったりのスポットです。

▼詳細(ステージスケジュール等)につきましては、ホームページをご覧ください

自己改革

令和元年度 第1回組合員座談会

令和元年7月4日（木）から9日間、第1回組合員座談会を開催しました。今回は、この座談会でいただいたご意見を集約し、本誌面にてご報告いたします。これは、第22回通常総代会にて決議をいただいた第8次中期経営計画（農業振興計画含む）を実践していく過程に反映させることが目的です。

役職員の紹介から始まり事業報告を映像にて閲覧し、鈴木裕専務が第8次中期経営計画（農業振興計画含む）を説明しました。その後、「意見交換」をする時間を設け、組合員の皆さまより貴重なご意見をいただきました。

令和元年度第1回組合員座談会 開催日・場所・参加組合員数一覧

開催日	会場（支店）	参加組合員数（）は昨年第1回座談会参加者数
7月 4日（木）	石神井支店会議室（石神井支店・富士見台支店）	53人（31）
7月 9日（火）	中村橋支店会議室（中村橋支店）	30人（11）
7月11日（木）	練馬春日町支店会議室（練馬春日町支店・桜台支店・豊玉支店）	34人（39）
7月17日（水）	関町支店会議室（関町支店）	22人（11）
7月18日（木）	こぐれ村会議室（大泉支店・東大泉支店・西大泉支店）	47人（41）
7月19日（金）	赤塚支店会議室（赤塚支店・板橋支店）	52人（34）
7月23日（火）	高松支店会議室（高松支店）	22人（20）
7月26日（金）	平和台支店会議室（平和台支店）	22人（15）
7月30日（火）	田柄支店会議室（田柄支店）	32人（22）
合　計	9会場（15支店）	314人（224）

お預かりしたご意見（抜粋）

ご出席の組合員の皆さまからいただいた意見・質問・要望をとりまとめましたので掲載いたします。

なお、昨年度、組合員の皆さまとお約束しましたとおり、第8次中期経営計画の進捗報告と併せて、座談会での意見・要望等の進捗状況についても、今後開示してまいります。

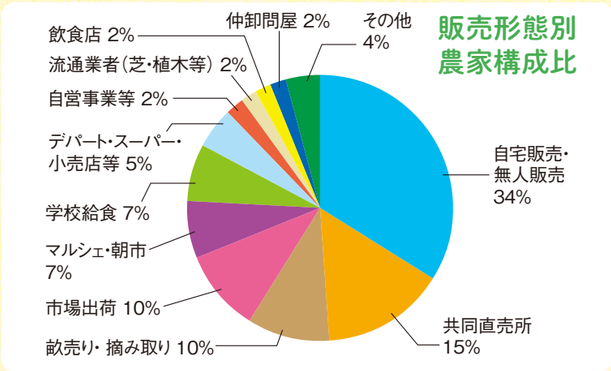
1. 農業振興計画

Q 生産緑地問題、自分たちで続けていけない。すでに民間企業が動いている。JA東京あおばは、「自分たちで考えて」という姿勢に見える。職員自体も十分理解しているか疑問。農家も知らない人もいる。今まで頑張ってこられた諸先輩たちも守ってほしい。相続税納税まで10か月間しかない。農家も職員も理解を深めてほしい。

たとえば農地をJA東京あおばが借りて、体験農園とかできないのか?

A 生産緑地、相続について、職員に向けては、勉強会をやってきた。今後も勉強会を継続する。農地を貸したいと考えている方については、練馬区と一緒に、100%訪問を実施する。どんなニーズなのか、把握し、JA東京あおばができることを模索していく。まずは個々の貸借をマッチングするお手伝いを考えている。「JA東京あおばが農地を借りる」には、体制等の問題もある。

Q 第8次中期経営計画（5）各直売所、総合収支マイナスの解消目標、3年後10%解消という目標はありがたいが、通常総代会資料別冊P28の表『販売形態別農家構成比』にて、共同直売所15%、この割合をどう考えているか。また、マルシェ7%だが、今後、マルシェの開催計画も20回とあるが、この2つの割合のバランスをどう考えているか。



A 共同直売所の15%という数字は少ないと受けとめている。今後、運営の仕方・販売姿勢も考え、改善に取り組みたい。その際、直売組合のご意見等もいただきたい。具体策として、端境期等を全農などと協力のもと荷の充実に取り組んでいきたいと考えている。

Q 若い人がJA東京あおばやJA東京あおばの直売所を知らない人が多いので、SNSを利用してPRしてほしい。以前から提案しているが、一向に進んでいない。どういう考えか。

A 直売所の周知も含め、いろいろなメディアを使って広報活動をしていきたい。7月5日付でJA東京あおばソーシャルメディアポリシーを策定し、HPに掲載した。今後このポリシーに基づきSNSの活用を進めていきたい。第一歩として、ファーマーズショップこぐれ村で「Twitter」を始めた。この反応を検証し多角化していく。

本誌P17をご参照ください
▼▼『JA東京あおば ついにSNSやります。』

Q 農地調査にて農業委員会より特定生産緑地の指定手続きはJA東京あおばに言えばやってくれると聞いたが、もうその手続きは始まっているのか?

A JA東京あおばにも相談窓口として、信用部くらしの相談課があるので、そちらで手続き代行もできる。

Q 農業振興について考えを聞かせてほしい。

A 改正生産緑地法により農地の貸借が可能になった。このことを組合員に周知し、特定生産緑地の指定を受けていただき、農業を守っていきたい。

Q 要望になるが、練馬区内約200ヘクタールの農地のうち、100ヘクタールが青壮年部・女性部の方々の農地である。それ以外は、自給的農家の農地である。それ以外の方々の農地が転用されることなく特定生産緑地の指定を受けることが、都市農業を守る上でとても重要になってくる。第8次中期経営計画にも掲げていたが（農地のマッチング支援）、非常に重要なので、ぜひ進めていただきたい。

A 現在、JA東京あおばと練馬区では、一体となってよりよい道を見出していくよう進めている。板橋区においても、認定農業者制度発足に向けて準備が

進められている。組合員の皆さまのご理解とご協力をお願いしたい。

Q 生産緑地所有者全戸訪問を計画しているが、進捗を教えてほしい。

A 昨年、常勤理事が認定農業者（練馬区内）、生産農家（板橋区内）を全戸訪問した。それ以外にも生産緑地を所有している方々を訪問して、色々な話を聞いていきたいと考えている。

Q 特に、貸借については、民間企業がすでに回っているので、早め早めに対応してほしいと思う。

A 貸借については、練馬区と一緒にアンケート調査を実施。

アンケート結果では、生産緑地所有者約490人のうち、「農地を貸したい」とご回答された農地所有者63人に対し、個別の希望条件等を確認するためヒアリング調査を依頼したところ、9人からヒアリング調査を希望する旨の回答があったため、区職員と一緒にヒアリングを行った。NPO法人から「借りたい」と手が挙がっており、区と一緒に調整している。

Q 若手農家20人くらいで、3件の農家を訪問したと聞いた。とてもいいこと。仕事しているところを邪魔しに行くと勉強になる。年に1回ではなく、年2回くらいやって共有することが、農業振興にとってよい取り組みである。

職員農業研修

A 若手農家でもやる気のある方が多い。レベルアップ、情報共有、とても参考になったと総括している。また、大泉地区では、JA京都市と提携を模索している。

2. 信用事業

Q 「相続が起きたらすぐにJA東京あおばへ」という体制を整備してほしい。

A 拠点となる支店にくらしの相談員を配置しているが、職員に向けては、勉強会をやってきた。今後も勉強会を継続していく。

Q 昨年の座談会でも同じ質問をしたが、女性の渉外担当者の人数について、計画比並びに前年比はどのような状況なのか。働き方改革など女性活躍が期待されているので、意欲・能力のある女性の活躍を期待している。

A 昨年と同様、女性渉外は3人である。内勤担当を経て渉外担当をしている。今後、融資担当・副支店長への登用を見据えて配置している。

3. 経営管理

Q 組合員大学とあるが、目的や狙いを教えてほしい。

A 次代を担うリーダーを育成する。若手組合員が対象となる。

Q 支店再編など今後3年お金がかかる。目的積立金を取り崩すのか。取り崩すとすれば、内部留保が大事ではないか。

A 平成31年3月末現在、314億円の内部留保額となっている。今後も、内部留保率80%以上を維持しながら健全経営をめざす。

Q 第8次中期経営計画（21）広報活動強化について、JA東京あおばは広報が下手だと思うが、具体的にどういう形で強化していくか教えてほしい。

A JA東京あおばの広報の弱さは認識している。今後J:COM等と提携するなど広報強化に取り組んでいきたい。

Q 第8次中期経営計画（19）の施策に、「JA東京あおばと東京協同サービス㈱との事業連携のあり方について再構築」とあるが、具体的に教えてほしい。

A 具体的に決まったことはなく、JA東京あおばの収支も縮小している状況のなか、旅行事業、セレモニー事業のあり方についても、再構築を進めていく考えである。東京協同サービス㈱を無くすとか、そういうことではなく、よりよい組織のあり方を見出していきたい。

◆　◆　◆

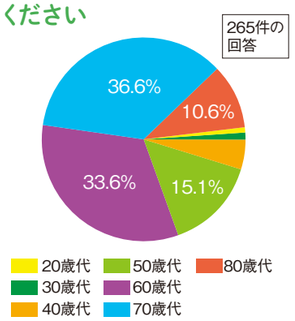
以上が今回の組合員座談会でいただいた主なご意見です。その他のご意見につきましてはJA東京あおばのホームページでご覧いただけます。

JA東京あおば
第8次中期経営計画
ホームページ

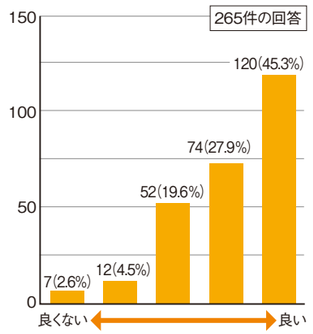
組合員座談会 アンケート結果

組合員の皆さまにアンケートの回答へご協力いただきました。
265件の回答をグラフにまとめましたので、一部抜粋してご紹介いたします。

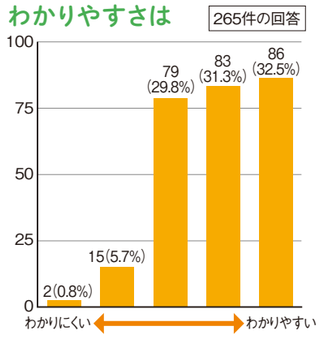
あなたのご年齢を教えてください



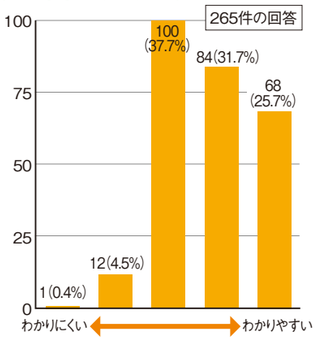
事業報告の映像化について



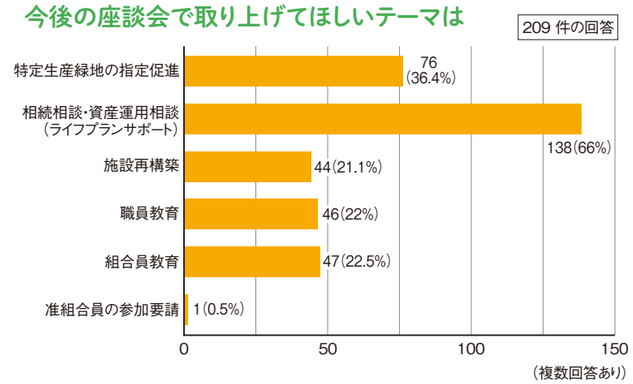
JA東京あおばレポートのわかりやすさは



組合員座談会の説明について



今後の座談会で取り上げてほしいテーマは



ご意見（抜粋）

- 「組合員座談会」と名称を変更した理由は?また時間の都合で仕方ないが、もう少し時間をかけて説明していただきたかった。
- 名刺に顔写真を付けてはどうか。
- これから建築するJAの建物を統一させると目立つと思う。
- 販売所（こぐれ村）の今月・次月の予定（夕市や季節の野菜の出荷予定等）を入口に貼って頂きたい。
- QRコードを使ったアンケートやYouTube動画はいままでなかったアイデアなので頑張ってほしい。
- 農業振興に力を入れてもらいたい。
- 組合員座談会のテーマを絞ってほしい。
- 何回でもやってほしい。
- こぐれ村の夕市は木曜のみ開催しているが、購入客のことを考えれば曜日を変えたり、お客が集まる土曜にしたりするなどの工夫があっても良いのではないか?また、開催日が多いが、夕市の日は売り上げが突出して増えているのだろうか?

01 NEWS 令和元年度 感謝の集い

10月1日(火)～4日(金)の4日間、中野サンプラザで、1万8000名様をご招待させていただき、「令和元年度 JA東京あおば感謝の集い」を開催しました。

酒井利博組合長が、組合員の皆さまへの日頃の感謝の言葉を述べた後、コンサートが始まりました。

今年は、松崎しげるさんと大橋純子さんをお招きしてのジョイントコンサートでした。コンサートでは、大熱唱と楽しいトークに会場は酔いしれ、楽しいひと時となりました。おかげさまで今年も大盛況の中、無事に終えることができました。

これからもより多くの組合員の皆さまに喜んでいただけるよう、一層の努力をしてまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

02 NEWS 第20回 田柄支店 ジャンボかぼちゃ大会

8月19日(月)、田柄支店で第20回「ジャンボかぼちゃ大会」を開催しました。

生産者11人が持ち寄った16点のカボチャはどれも立派な出来。職員が、重さを測りました。当日は支店前にジャンボカボチャを展示し、来店者や通行人が写真を撮る姿が見られました。

順位	氏名	重量
1	田中さん	30.52kg
2	橋本さん	30.44kg
3	内田さん	27.0kg

03 NEWS 飛び込もう！大自然へ！ 第13回夏休みこども村 in 木島平

7月22日(月)～24日(水)、「第13回夏休みこども村in木島平」を長野県木島平村で開催しました。この企画は食農教育の一環で、管内の小学生60人が参加しました。

千曲川のラフティング体験や魚つかみ体験、野菜収穫体験等、木島平ならではの豊かな自然を全身で体感できるカリキュラムを中心に、子どもたちは生き物や自然と触れ合いました。魚つかみ体験では自ら捕まえた魚をその場で昼食として食べることで、命を「いただくこと」の尊さを学びました。また、野菜収穫体験では、袋いっぱいのジャガイモとトウモロコシを収穫し、うれしそうにお土産として持ち帰りました。3日間天候にも恵まれ、子どもたちは元気いっぱいに楽しみながら食と農について学び、「また来年も来たい！」と笑顔で話しました。

04 NEWS 石神井地区女性部 親子料理教室でうどん打ち

8月26日(月)、とれたて村石神井で親子料理教室が開かれました。今回はうどん打ち！15名が参加し、一生懸命うどん打ちをしました。石神井地区女性部の皆さんが参加者をフォローし、おいしいうどんが出来上がりました。参加者は、「こどもと一緒にうどん打ちができ、夏休みの貴重な体験ができました。JA東京あおばさんのいろんな料理教室に参加してみたい」と話しました。

05 NEWS 多彩な手作り 作品集う 練馬地区女性部 文化展

練馬地区女性部は、8月22日(木)、23日(金)の2日間、練馬春日町支店(JA-village)で、文化展を開催しました。女性部員ら約50人から手芸、絵手紙、陶芸など280点が出品されました。

会場の中心で、とりわけ大きく、目を引くのが江戸東京野菜を使った「農の生け花」で、JA関係者、女性部家族・友人等、約172人が訪れ、にぎわいを見せていました。

06 NEWS 役員研修会を積極的に実施

8月2日(金)、本年度より会計監査人監査への移行および役員改選に伴うガバナンス強化・連携を密にするために、常勤理事と監事会の合同研修会を開催しました。JAグループの自己改革に関する有識者会議で座長としての経験のある中央大学大学院戦略経営研究科教授の杉浦宣彦氏を講師に招き、「新たなJAのガバナンス体制を考える」「都市型JAの自己改革の方向性を考える」と題した講義を行いました。

また、8月19日(月)および27日(火)、理事・監事全員を対象に34人が役員研修会を受講しました。講師に一般社団法人JET経営研究所の代表、濱田達海氏を招き、「JA経営とは」「組合員組織と意思反映」「執行体制」「リスク管理と内部統制」「経営管理」などをテーマに講義しました。

―平成から令和へ―

令和元年度

宮中大嘗祭供納甘藍御播種祭・御定植祭

奉耕者

井之口 喜實夫
井之口 勇喜夫

大嘗祭とは

新しい天皇陛下が即位の礼の後に初めて行う新嘗祭（にいなめさい）のこと。一代一度限りの宮中行事です。

7月20日（土）、練馬区の奉耕者、井之口喜實夫さん・勇喜夫さんの圃場で、宮中大嘗祭供納甘藍御播種祭が行われました。

御播種祭とは田や畑に稲をはじめ、粟（あわ）や麦などの種を播（ま）く時に行うお祭りのことです。なお、「お祭り」とは元々、神様をたたえるための行事全てを意味しています。

1カ月後の8月20日（火）、宮中大嘗祭供納甘藍御定植祭が行われました。

畑の一角に祭場を作り、その土地をお守りになる産土神（うぶすなのかみ）をはじめ、農事に関係する神様をお招きし、山や海から取れた神饌（しんせん・神様の食物）をお供えして立派な作物が実るようにお祈りします。

42人が参加し、男性奉耕者が烏帽子（えぼし）白丁姿で苗を植え、女性奉耕者が早乙女姿で苗に水を与え、酒井利博組合長と井之口さんご家族が定植されたキャベツの豊作と都市農業の発展を祈念し、儀式は無事終了しました。

東京都農業感謝実行委員会の須藤正敏会長は「東京が誇れる農業技術を持っている方が、大嘗祭で農産物を献納してくれることは本当にありがたい。井之口家の皆さまには素晴らしいキャベツを皇室に献納していただきたい」と話しました。

農の現場
都市農業の未来を探る
91

都市農業をやりがいある仕事に

練馬区大泉学園町／加藤（かとう）さん

猛暑が続いた8月上旬のある日。晴天と関越自動車道を背景に、トマトやキュウリの葉が青々としている。この畑の園主、加藤さんは約60年間農業に携わってきたベテラン農家だ。農業経営の一つとして、野菜の多品目栽培を手掛けている。

計10アールで、7月から8月にかけてトマトやキュウリ、ナス、エダマメなどの夏野菜と、10月中旬から3月にはダイコンやキャベツなどの冬野菜を育てている。畑の近くで直売する際にさまざまな野菜を提供したいとの思いから、多品目栽培をしてきた。

「お客さんがいろいろな野菜を選べるようにしています。1種類だとつまらないからね」と笑顔をのぞかせる加藤さん。中が見えるコインロッカー型の自動販売機に野菜を陳列。この日はナスやカボチャ、ゴーヤー、ミョウガなど7種類の野菜を販売した。

価格は1袋100円から200円ほど。売れ行きは好調で、加藤さんは補充のため「新たに畑へ収穫しに行くこともある」という。日々、奥さんや息子夫妻とともに、農作業に精を出す。

加藤さんは野菜栽培の他、経営の主力としてブルーベリーの摘み取り園を運営している。品種「ティフブルー」「ブライトウェル」などを計40アール、550本ほどを栽培。足元にはシートを整備して歩きやすくしたり、車いすの人も通れる幅にしたりする他、減農薬栽培で害虫を手作業で取り除くなど、丁寧な作業で来訪者を気遣う。

7、8月の収穫時期には親子連れなど来訪者でにぎわいをみせる。来訪者のかごにはブルーベリーがいっぱい。猛暑日の昼前でも15人ほどが集まり、「もう一杯摘んでこようかな」と弾んだ声も聞こえてくる盛況ぶりだ。

元々は柿や栗などを栽培し、長年、農業に携わってきた加藤さん。最近はキウイフルーツやイチジクの栽培も始めた。認定農業者として挑戦し続ける中で、都市農業についての熱い思いもある。「周囲では、マンション経営などで収入を得ながら農業をする人もいる。農業をやりがいのある仕事として続けていくには、収入を得られることが大切」と加藤さんは力説する。そして「都会の農業でも、作業の音がしたり廃棄物が出たりする。都会だから〝きれい〟な農業ができるわけではないことを理解してもらえたらいいな」と加藤さんは語った。

関越自動車道沿いにある加藤さんの野菜畑

加藤さんが主力で育てるブルーベリー

ブルーベリーを摘み取る来訪者

自動販売機で野菜を提供

キウイフルーツの栽培も開始

きじまりゅうたあおばの台所

KIJIMA RYUTA'S RECIPES

Vol.7 さつまいも

さつまいもの美味しい季節

こんにちは！きじまりゅうたです！
今回は、秋の旬野菜「さつまいも」を使ったレシピをご紹介いたします。
さつまいもならではのホクホクした食感や甘さを楽しめるレシピとなっています。
ぜひお試しください！

プロフィール

料理研究家。料理研究家の祖母・故村上昭子氏、母・杵島直美氏という家庭に育ち、幼い頃から料理に親しむ。母の料理のアシスタントを務めた後、独立。伝統の味を継承しながらも、若い男性の感性を生かしたレシピが大人気。NHK「きじまりゅうたの小腹がすきました！」「あさイチ」「きょうの料理」など多数メディアに出演中。

RECIPE 1 さつまいもと 鶏肉の柚子胡椒炒め

材料（2人分）

- さつまいも……小1本（300g）
- 鶏もも肉唐揚げ用……250g
- 細ネギ……3本
- 柚子胡椒……適宜
- サラダ油……大さじ1
- A
  - みりん……大さじ1
  - 醤油……大さじ1
  - 水……大さじ1
  - 柚子胡椒……小さじ1

作り方

①さつまいもは1cm幅の輪切りか半月切りにして水に5分ほどさらしておく。ネギは4cm長さの斜め切りにする。

②フライパンに油を入れて水気を切ったさつまいもを入れて中火にかける。蓋をして時々上下を変えながら5分ほど蒸し焼きにする。

③空いたフライパンに鶏肉を皮を下にして並べ、焼き色がついたら裏返して3分ほど焼く。

④Aを加えてなじんだら、②を入れて2分ほど炒め、ネギを入れてさっと合わせて器に盛る。好みで柚子胡椒を添える。

RECIPE 2 さつまいもの白玉団子

材料（2人分）

- さつまいも……皮をむいて150g
- 白玉粉……50g
- 水……大さじ3～5
- 砂糖……大さじ1
- A
  - 水……100ml
  - 醤油……大さじ2
  - 砂糖……大さじ2
  - みりん……大さじ2
  - 片栗粉……大さじ1／2

作り方

①さつまいもはペーパーで包んで水をかけ、ラップで包んでレンジで3分加熱する。竹串がすっと入ったら、マッシャーなどでペースト状に潰す。

②白玉粉を潰しながら加え、水を少しずつ混ぜる。耳たぶくらいの硬さになるまで練り混ぜる。12等分の一口大に丸める。

③小鍋にAを入れてかき混ぜながら煮て、とろみが付いたら火を止める。

④別の鍋に熱湯を沸かし、②を入れ、浮き上がってきたら弱火で5分ほど茹でて、水にとり、水気をしっかりと切って器に盛り、③をかける。

料理撮影●松久幸太郎

手軽に健康 手指体操

「指先たたき体操」で脳の血流アップ！

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

手指の運動を繰り返し行うことによって、脳の血流はどんどんアップしていきます。脳の働きを拡充するばかりか、リフレッシュ効果もあります。

単純な動きを繰り返すだけではなく、覚えた動きに変化をつけたり、動かす回数を変えたりすることで、脳の神経細胞の減少を防ぐことにつながります。

今回の指先たたき体操は、左右の指と指をたたくだけのとてもシンプルなものです。たたく順番や速さ、回数を変えて行うと、脳にとっては違う運動を覚えることになります。気楽に実践できますので、ステップ1だけで終わらせず、ぜひステップ2まで行いましょう。

ステップ1とステップ2を併せて行いましょう

ステップ1

両手の指先を合わせて構えます。

親指の指先をトントンと10回たたきます。

次に人さし指の指先を10回たたきます。同様に他の指先同士も10回ずつたたいていきます。(1)～(3)の動きを3セット行います。

ステップ2

たたく回数や順番を自分で決めて繰り返したたきます。

ポイント

動作はリズミカルに！

JA東京あおば ついにSNSやります。

Facebook
JA東京あおば（jatokyoaoba）
https://www.facebook.com/jatokyoaoba/

Instagram
JA東京あおば（jatokyoaoba）
https://www.instagram.com/jatokyoaoba/

YouTube
JA東京あおば
https://www.youtube.com/channel/UCsYYPPJV2TRJuOtzclazeVw/

Twitter
JA東京あおば（@jatokyoaoba）
https://twitter.com/jatokyoaoba/

Twitter
JA東京あおばこぐれ村（@koguremura_aoba）
https://twitter.com/koguremura_aoba/

実りの秋に感謝

EVENTS

2019 October 10

19土–20日 第48回 板橋区民まつり
時間 19日●11:30～18:00 20日● 9:00～16:30
会場 板橋区立グリーンホール前道路および周辺
主催 板橋区・板橋区観光協会

20日 練馬産業見本市
時間 ●10:00～16:00
会場 としまえん
主催 練馬区

26土–27日 秋の感謝セール
時間 ●10:00～17:00
会場 ふれあいの里

とれたて村感謝祭
時間 ●9:00～15:30
会場 とれたて村石神井

2019 November 11

2土–3日・祝 第48回 東京都農業祭
時間 2日●10:00～16:00 3日● 9:00～15:00
会場 明治神宮 宝物殿前広場

9土–10日 こぐれ村 秋の収穫祭
時間 ●10:00～16:00
会場 こぐれ村

第42回 板橋農業まつり
時間 9日●11:30～16:00 10日●10:00～15:30
会場 板橋区赤塚体育館通り周辺
主催 板橋区

16土–17日 第22回 JA東京あおば農業祭
時間 ●10:00～16:00
会場 都立光が丘公園けやき広場

29金–12/1日 世界都市農業サミット
会場 練馬文化センター、区民・産業プラザ（Coconeri）、平成つつじ公園ほか
主催 世界都市農業サミット実行委員会・練馬区

30土 第13回 練馬大根引っこ抜き競技大会
時間 ●9:00～
会場 練馬区内圃場

2019 December 12

4水–8日 シクラメンと冬の華セール
時間 ●10:00～17:00
会場 ふれあいの里

10火–14土 JA東京アグリパークイベント
時間 ●11:00～18:30
会場 JA東京アグリパーク

21土–30月 年末花・野菜即売会
時間 ●10:00～17:00
会場 こぐれ村

26木–30月 とれたて村歳末感謝祭
時間 ● 9:00～15:30 30日（月）は14:00終了
会場 とれたて村石神井

歳末感謝セール
時間 ●10:00～17:00
会場 ふれあいの里

▶詳細はJA東京あおばHPイベント情報で！ https://www.ja-tokyoaoba.or.jp/

第13回 練馬大根引っこ抜き競技大会

「練馬と言えば、練馬大根」と言われるくらい全国的にも知名度の高い練馬大根。

今年は世界都市農業サミットのイベントとして、練馬区とJA東京あおばが共催で、「第13回 練馬大根引っこ抜き競技大会」を開催します。当日は、温かい「すずしろ汁」もご用意しておりますので、皆さまのご参加をお待ちしております。

10月21日(月) 9時より募集開始！

応募方法
①練馬区報（10/21刊）
②JA東京あおばHPをご覧ください
HP：https://www.ja-tokyoaoba.or.jp/

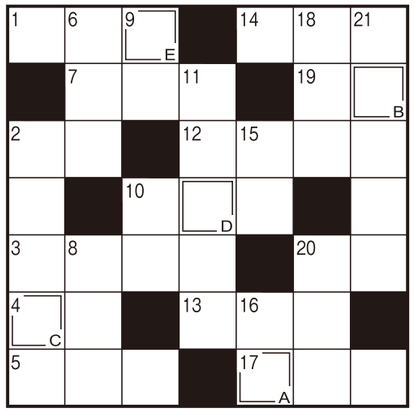
クロスワードパズルに答えて プレゼントを当てよう！

出題：ニコリ

PRESENT 応募締め切り 11月29日（金）必着

Q 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？

☆答えは次号でお知らせします



タテのカギ

2 『羅生門』『鼻』は____龍之介の作品です
6 建築士が引いたり広げたり
8 サケなどの卵の塩漬け
9 平仮名もアルファベットもこれの一種
10 便箋に引いてある線
11 資源などを再利用すること
15 王様の耳は____の耳
16 ゼイゴやゼンゴと呼ばれるうろこを持つ魚
18 長崎県の北の端にある島
20 炭酸水のこと。クリーム____
21 だしで煮た鶏肉を卵でとじてご飯にのせる

ヨコのカギ

1 島根県の観光名所、____大社。神無月には日本中の神様が集まるのだとか
2 大福餅の中身です
3 10月の第2月曜は____の日。国民の祝日です
4 絵画や色紙を入れます
5 江戸時代の旅人の履き物。二足の____
7 「カラスの足跡」と呼ぶシワができるところ
10 騎手たちが1着を争います
12 日本で3番目に広い湖
13 釣りで使う擬餌針のこと
14 一本釣りで知られる魚の一つ
17 京都三大祭りの一つ、____祭は10月に行われます
19 目で見える範囲のこと
20 得の反対語

- 専用応募ハガキにクイズの答えを記入 ※郵便ハガキでもOK
- 各支店の窓口ポストに投函（無料）
- 63円切手を貼って郵送

ハガキ附属のQRコードより応募するとプレゼント当選確率UP!

- プレゼント 簡単！便利！ほめられ酢＆簡単和風だし 旨！だしパック 15名様

応募あて先 〒179-0075 東京都練馬区高松5-23-27 JA東京あおば　広報誌「あおば」係行

Information

甘藍（キャベツ）の碑　移転

9月9日(月)、旧石神井地区アグリセンター北側にありました甘藍（キャベツ）の碑が石神井支店の駐車場と石神井川の間に移転いたしました。

表紙の写真　瀧島さんの ジャガイモ

品種は「キタアカリ」です。こぐれ村で販売しております。

前号の答え

A B C D E F
ブ ル ー ベ リ ー

当選者はプレゼントの発送をもって発表にかえさせていただきます。

たくさんのご応募ありがとうございました！

読者のひろば

ブルーベリー栽培の石神井町の山下さん特集はステキでした。近隣の町ですので、この農園を訪ねてみたいです。「都市農業」がんばってくださいませ。

from.S.Kさん
〒板橋支店

先日、初めてアグリセンターを利用させていただきました。とれたての新鮮野菜に親切な店員さんもいてまた利用したいと思いました。

from.M.Rさん
〒赤塚支店

新鮮な枝豆ゆでてビール待つ

from.さざらぎ.夫さん
〒赤塚支店

ぬかづけのきゅうりもなすもとれたて村

from.I.Mさん
〒石神井支店

梅雨明けに喜ぶ畑の野菜たち

from.M.Kさん
〒田柄支店

年金の日・貯金の日
プレゼントに誘われ出掛けますが同年代、久しぶりの友人に逢えて楽しい!!!

from.O.Aさん
〒関町支店

採れたてのキュウリ・トマトの味わいは格別です。

from.O.Kさん
〒豊玉支店

家庭菜園でとれたキュウリで「塩もみキュウリとツナの塩炒め」を作ってみました。簡単でとても美味しかったです。

from.T.Mさん
〒田柄支店

店内に入るといつも窓口の女性が笑顔で接してくださるのでこちらも気持ちが明るく優しくなります。いつもありがとうね！

from.K.Yさん
〒富士見台支店

皆さまのお声を励みに、広報誌「あおば」を編集しております。イラスト・絵手紙・俳句なども大募集！
皆さまからのお便りを心よりお待ちしております！

編集後記

爽やかな秋の空気となってきました。秋にはおいしい野菜が出回ります。イベントも盛りだくさん！「JA東京あおば農業祭」は毎年多くの来場者でにぎわいます。

練馬区は、今年の11月29日（金）から12月1日（日）に世界都市農業サミットを開催します。都市農業の魅力と可能性を世界に発信・アピールするイベントとなります。練馬の農業は世界的に見ても珍しい存在として注目されています。

また、サミット期間中に「練馬大根引っこ抜き競技大会」が加わり、練馬区とJA東京あおばがコラボして行う最高のイベントとなります！皆さまぜひお越しくださいませ！　（広報委員・関口）

あおば
あおばNo.90　令和元年10月発行　東京あおば農業協同組合　〒179-0075　東京都練馬区高松5-23-27　tel.03-5372-1311
◎広報誌「あおば」で取得した個人情報は、広報活動以外の目的では使用いたしません。　◎本誌内容の無断転載を禁じます。

世界都市農業サミットin練馬

練馬区は2019年11月29日（金）～12月1日（日）世界都市農業サミットを開催します。JA東京あおばも練馬大根引っこ抜き競技大会等各種イベントで協力しております。

UAWS 2019
世界都市農業サミット

次号発行のお知らせ　次号の広報誌「あおば」No.91は、令和2年1月に発行の予定です。