

# あおば

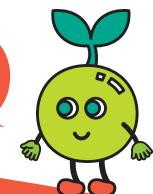
No.114

Autumn 2025



JA東京あおば HP

2025年  
秋号



【対話】 【特集】

准組合員アンケート2025

11月15日(土)・16日(日)開催  
第28回 JA 東京あおば農業祭

in 都立光が丘公園

きじまりゅうた  
（大人気）

あおばの台所



# 今年は同時開催!!

日程 11月15日(土)16日(日)

会場 都立光が丘公園  
(けやき広場)

時間 10時~16時

## 全国都市農業フェスティバル2025

### 買う 全国32自治体が大集合!

練馬産の採れたて野菜や果物のほか、普段なかなか手にはいらない全国各地の農産物・特産物が勢揃いします!



### 食べる 食べたいが見つかるキッチンカー

練馬産や全国各地の農産物・特産物を使用したメニューを提供するキッチンカーが出店します。イベント限定のスペシャルメニューも!



### 体験する 親子そろって楽しめるワークショップ

全国の農業者が講師となるワークショップを実施します! 参加予約は11月1日から!



予約申込QR

#### ポスター・のぼりの掲出

練馬区内農業者と共にイベントを盛り上げます! 農園約180か所にポスター・のぼりがありますので探してみてください!



### 話す・学ぶ

#### ゲストと一緒に学べる スペシャルトークライブ

全国から集う10名の農業者とスペシャルなゲストが都市農業の魅力や楽しみ方を語り合います!!

午前の部 10:30~12:00

採れたて新鮮、おいしくて、たのしい“農”—直売所と収穫体験の魅力—  
これから都市農業を知りたい人向け! 明日行きたくなる直売所・マルシェ・収穫体験の話!!



ゲスト  
木下太陽さん  
Taiyo Sugiura

全国の農業者



田中 甫さん (練馬区)  
加藤 優子さん (練馬区)  
戸張 江利子さん (松戸市)

中村 克之さん (国分寺市)  
中村 和司さん (名古屋市)  
司会: 篠原 久仁子さん

午後の部 14:00~15:30

都市農業の魅力を再発見してみませんか? —都市農業・農地の機能や農業者の取組を紹介—  
さらに都市農業を知りたい人向け! 新たな角度から都市農業の魅力に迫る!



ゲスト  
宮川大輔さん  
Daisuke Miyagawa

全国の農業者



渡戸 秀行さん (練馬区)  
酒井 雅博さん (練馬区)  
川瀬 悟さん (所沢市)

清水 大介さん (京都市)  
谷 泰志さん (高知市)  
司会: 小谷 あゆみさん

#### 実務検討部会の紹介

ご推薦いただいた農業者およびトークライブに登壇する農業者の皆様とともに、当日のプログラムを検討しています。

練馬地区 小澤 俊明さん  
渡戸 秀行さん  
石神井地区 田中 甫さん

村田 光生さん  
酒井 雅博さん  
加藤 優子さん

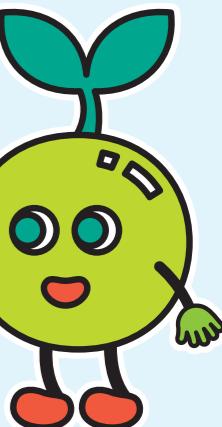
## 第28回JA東京あおば農業祭



会場入り口にある  
「野菜の宝船」は  
庄巻ダネ!



今日はたねりんが  
「みどころ」紹介  
するんだね!



みどころ  
2

青壯年部、  
女性部の皆さん  
が  
出店するんだね!



採れたての  
新鮮な農産物販売は  
ダントツの人気ダネ!



農園芸畜産物  
品評会では、立派な  
お野菜や果物、お花など  
が並んでいるんだね!  
開催後、子ども食堂に  
寄付するんだね!



みどころ  
4

特設ステージでは  
楽しい催し物で  
盛り上がるんだね!  
たねりんやねり丸との  
記念撮影ができる  
時間もあるんだね!



みどころ  
5



# 11月・12月の主なイベント情報

## 身近に発見！新鮮！庭先お買い物MAP

本企画は庭先直売所を紹介するコーナー。ぜひ身边に感じてお出かけください！



### 1 関口農園 (関口完太郎さん)

住所 東大泉6-13-19

時間(目安) 8:30～なくなり次第終了

販売品目 キュウリ、カブ、コマツナ、スイートコーン、ダイコン、トマト、ネギ、ナス、ハクサイ、ブルーベリーなど



### 4 関口園 (関口智久さん)

住所 東大泉7-2-16

時間(目安) 9:00～なくなり次第終了

販売品目 エダマメ、カブ、キャベツ、サトイモ、ダイコン、トマト、ナス、ニンジン、オクラ、ブロッコリー、ホウレンソウなど



### 2 木村農園 (木村隆昭さん)

住所 東大泉6-9-21

時間(目安) 8:00～なくなり次第終了

販売品目 エダマメ、オクラ、モロヘイヤ、ピーマン、コマツナ、ジャガイモ、ダイコン、トマト、ナス、ニンジン、ハクサイ、カキなど



### 5 ベジタ坊 (本橋邦浩さん、定男さん)

住所 石神井台6-5-27

時間(目安) 8:00～なくなり次第終了

販売品目 キャベツ、キュウリ、コマツナ、ジャガイモ、スイートコーン、ダイコン、トマト、ニンジン、ホウレンソウ、レタスなど



### 3 関口農園 (関口俊一さん)

住所 東大泉7-15-7

時間(目安) 9:00～なくなり次第終了

販売品目 ミニハクサイ、ホウレンソウ、シュンギク、秋じゃがいも、エダマメ、トウモロコシ、オクラ、ツルムラサキ、モロヘイヤ、ブルーベリーなど



### 6 本橋農園 (本橋輝雄さん)

住所 石神井台5-27-32

時間(目安) 8:00～なくなり次第終了

販売品目 エダマメ、カリフラワー、オクラ、キャベツ、コマツナ、ダイコン、トマト、ナス、ニンジン、ブロッコリー、ホウレンソウなど



## 第19回 練馬大根 引っ張り競技大会

12月7日(日)開催！



今年で19を迎える「練馬大根引っ張り競技大会」は、抜いた本数を競う「個人の部」と親子でも参加できる「グループの部」をご用意しております。都市農業を身近に感じる良い機会です！練馬区在住の皆さん！参加をお待ちしております。

“おもしろ大根”

参加条件や申込方法は、10月21日(火)発行の「ねりま区報」、または10月21日以降に当JAホームページをご確認ください。

## 第48回 板橋農業まつり

11月8日(土) 11:30～16:00  
9日(日) 10:00～15:30

会場 赤塚体育館通り周辺  
(板橋区赤塚5-6周辺)



宝船は8日のパレードに登場します！



農産物共進会では、板橋区生産者さんが丹精込めた農産物をご披露！

地場産農産物のほか、さまざまなイベントやお店が出店しますよ！

## その他のイベント

イベント名	日 程	会 場	備 考
直売所フェスタ(秋)	11/1(土)・2(日)	各直売所	にりん草は2日(日)臨時営業
貯金感謝デー	11/18(火)	各金融店舗	配布条件等、詳しくはJA東京あおばの窓口へお問い合わせください
直売所・販売所 お客様感謝デー	11/18(火)	各直売所 板橋地区アグリセンター 練馬地区アグリセンター	※ふれあいの里は11/19(水)開催！
冬の収穫祭	12/13(土)・14(日)	ファーマーズショップこぐれ村	
年金感謝デー	12/15(月)	各金融店舗	配布条件等、詳しくはJA東京あおばの窓口へお問い合わせください
直売所・販売所 お客様感謝デー	12/15(月)	各直売所 板橋地区アグリセンター 練馬地区アグリセンター	
シクラメンと 冬の華特別販売	12月上旬(予定)	ふれあいの里	詳しくはふれあいの里へお問い合わせください (☎03-3991-8711)
歳末セール	12月下旬(予定)	各直売所	

各イベントは、天候や作物の生育状況により延期や中止をする場合がございます。  
イベント内容は予告なく変更する場合がございますのでご了承ください。



## 板橋地区青壮年部 微生物資材について学ぶ

8月8日(金)板橋地区青壮年部は、赤塚支店で微生物資材について勉強会を開き、部員16人が参加しました。

農業の基本である土壌について、関心が高い部員が多いことから、株式会社太陽油化から講師を招きました。当日は「植物活性用バクテリア製剤東京8」による土壤改良や病原菌の抑制など微生物の働きについての講義が行われました。

同部の木村博之

部長は「東京8には1500種類の有用微生物が入っている」と聞いて驚きました。有機JA Sも取得している安全安心な資材であり、同じ板橋区の企業製品でもあるので積極的に活用していきたい」と話しました。



## 大泉地区女性部 子ども食堂へ寄付

7月8日(火)大泉地区女性部は、子ども食堂などの活動を行う「NPO法人ハッピーヒロバお茶家こころ」に、地場産農産物と生活用品を寄付しました。同部はSDGsの取り組みや福祉活動の一環として継続的に行っています。農家を営んでいる女性部員も多くいるため、新鮮な野菜など7月と11月の年2回寄付しています。

同部の高橋八重子部長は「暑い中、部員の協力で多くの野菜や調味料が集まりました。子どもたちにおなかいっぱい食べて欲しい」と話しました。



## 石神井地区共生の会 ミニデイサービスお楽しみ会を開催

6月26日(木)石神井地区共生の会は、石神井支店でミニデイサービスお楽しみ会を開き、70歳以上の組合員28人が参加しました。椅子に座ったままボルなどを使い、楽しく体を動かす「生きがい体操」やチームに分かれて対戦する「輪投げ」などのレクリエーションを通じ、参加者同士での親睦を深めました。また、昼食は会員が手作りしたみそ汁やデザートで参加者をもてなしました。

同会の八方博子代表は「参加者に楽しんでもらえるよう、会員の中でたくさん意見交換をしながら準備を進めてきました。今回も参加者の元気な姿や笑顔を見ることができてよかったです」と話しました。

J.Aでは組合員の生活支援の一環としてミニデイなど催しの支援を今後も引き続き行ってまいります。



## 中村橋支店で1日限定マルシェ開催

7月18日(金)中村橋支店は、管内組合員からの要望をもとに、管内生産者と協議し、1日限定のマルシェを開きました。

当日は、エダマメやトウモロコシなどの夏野菜をはじめ、地場産農産物が並び、午前9時の開始から賑わいをみせていました。店舗来店者がマルシェに気軽に来られるよう、2カ月に一度の貯金感謝デーと同じ日程になりました。来店者は「金融店舗でも地場産の野菜が買える機会が増えるとうれしい」と話しました。

同支店相原正和支店長は「昨年、好評いただいたので今年も開催しました。来店者はたくさん野菜を買つており、ご協力いただいた生産者の皆さんには感謝したい」と話しました。

## 4地区合同年金友の会役員 意見交換会・交流会開催



作業の様子を  
シート動画に  
してありますので、  
QRコードを  
読み取り、ご覧ください。



8月8日(金)4地区の年金友の会は、ホテルカデンツア東京で合同の役員意見交換会・交流会を開きました。各地区の年金友の会役員をはじめ、役職員総勢32人が参加しました。平成27年度以来10年ぶりの開催となり、各地区より役員紹介や活動報告が行われました。その後、今回のメインテーマである4地区合同イベントの開催に向けて様々な意見が出て、年金友の会の活性化を目指した意欲的な会となりました。

今後も、多くの会員が楽しめる企画を考え、各地区協力しながら活発な活動を行ってまいります。

## 練馬大根 採種作業を行う

7月30日(水)大泉地区白石好孝さんの畠で、「練馬大根」の伝来種保存事業の一環として採種作業が行われました。同じく栽培する五十嵐透さんその他、練馬区職員、JA職員ら12人が参加しました。

種は昨年12月に選定し、植えた練馬大根が花を咲かせ、種が熟すまで乾燥させたものです。当人は茎やさやを足で踏んだり、手で揉んだりしさやから種を取り出す作業を行い、手作業で細かくしたものを唐箕(とうみ)という機械で種と殻を分別し、約5・9万粒を採種しました。

白石さんは「今年も多くの種が採れました。後世に練馬大根をつなげられるよう携わっていきた」と話しました。

今回採れた種は、練馬大根を生産する農家や区内の小・中学校を中心に配られ、食農教育活動や地域文化の伝承に活用します。この他、区内で生産された練馬大根は、11~12月にかけて収穫され、来年2月には「たくあん漬け」としてJA直売所などで販売される予定となっています。



## 城北ぶどう研究会 食味検討会実施

8月19日(火)城北ぶどう研究会は、練馬春日町支店で食味検討会を実施しました。練馬区でブドウを栽培する10人の生産者が「高尾」「藤稔」「シャインマスカット」など14品種28点を持ち寄りました。重量や糖度、色合いなど5項目に基づき測定し、試食して違いを比べました。

検討会には会員のほか、区部農業改良センターの普及員、練馬区職員が参加しました。普及員は「6月の高温や7月の少雨等、今年も厳しい環境であったが、本日測定したもののは糖度も高く、着色もよい品質のよいものでした」と講評しました。

同研究会は1981年に発足し、栽培技術を高めるために勉強会や講習会を開いていて、管内の生産者21人が加入しています。

管内産のブドウは8月から9月中旬にかけて、管内の庭先販売所やJA直売所で販売されましたが。贈答用として人気があります。



## 練馬地区青壮年部 秋冬野菜の安定生産に向けて

9月9日(火)練馬地区青壮年部は、練馬春日町支店で「秋冬作防除とローテーション」と題し、農薬使用に関する勉強会を開きました。今回の勉強会は「農薬使用の知識を深めたい」と若手部員の声から企画され、講師は練馬地区アグリセントナー職員が務めました。

勉強会では、農薬の系統に関する基礎知識や組み合わせ、効果についての説明があり、参加した部員からは「これまで効果の認識が間違っていました」や「改めて農薬の適正使用について知ることができました」といった声があがるなど、今後栽培される農産物の品質や収量の向上が期待されます。

9月10日(水)から12日(金)の3日間、とれたて村石神井は区内の中学生を職場体験として受け入れました。生徒は職員から説明を受け、商品の棚卸しや陳列作業を中心に接客業務を体験しました。生徒は「商品の陳列やレジ打ちなど、普段はできない貴重な体験をすることができました。JAの直売所がどんな仕事をしているのかを知ることができ、とても良い機会となりました」と話しました。

J Aは食農教育として、年間を通じて小・中学校からの職場体験などを受け入れています。



## 原付講習会開催 職員の安全運転への意識向上

7月の4日間、安全運転研修センターで原動機付自転車の安全運転講習会を開きました。原動機付自転車に日頃乗る専門担当職員やこれから乗る予定の新入職員ら合計46人が参加しました。

今回の講習会は、職員提案制度によって日頃から事故対応を行っている共済部職員からの提案。保有車両の事故受付もみられるため、注意喚起を含め交通安全講習会の開催提案がありました。

職員は普段使用している車種に乗り、正しい乗車姿勢や急ブレーキ操作など、実技をメインに実施しました。

研修センターの講師は「飛び出しや死角から起こる危険を予測しながら運転できることで、迅速な判断ができる事故を減らすことにつながります」と話しました。

総務部安全部長広部長は「普段乗りなれている職員も走行を再確認することで、事故防止に努めたい。今後も継続的に開催し、職員の安全運転への意識向上につなげたい」と話しました。

## 東京協同サービス株式会社 視察研修団受け入れ

7月3日(木)子会社である東京協同サービス株式会社は、株式会社ジェイエイ仙台の視察研修団を受け入れました。同社は役職員が参加し、資産管理事業(特に賃貸業務)に関する説明および意見交換を行いました。賃貸管理システムの運用・物件管理の方法・書類の電子化・緊急時の修繕対応・物価上昇の影響など、新たな発見があり、参加者からは多くの質問が出ました。

同社の鈴木裕社長は「様々な分野に渡り意見交換が行われ、役職員の良い刺激となり、とても有意義な時間でした。今後もこのような機会があれば、積極的に視察を受け入れ、業務にも繋げていきたい」と話しました。



## 野球部 令和7年度春季大会優勝(3部)

野球部は令和7年度第78回練馬区軟式野球連盟春季大会一般の部(3部)のリーグ戦に全勝で優勝しました。その後、7月8日(火)に、常勤役員へ優勝報告を行いました。

加藤裕哉キャプテン(平和台支店)は「たくさんの方々からの応援と協力のおかげで優勝することができました。来シーズンは練馬区2部リーグと健保大会で優勝するため、さらに一生懸命頑張ります」と話しました。

報告を受け、久保組合長は「日頃の練習の成果が出て、優勝したことはとてもうれしい。今後も怪我には十分注意し、頑張ってほしい」と話しました。

野球部は現在18人で活動しており、次の大会に向けて練習に励んでいます。





ブドウの品質を確認している田中さん



にりん草に並んだ貴重な田中さんのブドウ



家族の手作り案内



家族の絆を深めるオリジナルTシャツ



昨年から始めた品種「紅高」



## 農の現場

都市農業の未来を探る

114

板橋区大門  
田中 哲男さん



板橋区大門の閑静な住宅街に突如30アールのブドウ園が広がっている。田中哲男さん(54)の「さんぶどう園」だ。同区内では有名なブドウ園で、田中家は江戸時代から続く歴史ある農家。「周りにブドウをやっている農家は誰もいない」という理由で、父から始めたブドウ園が今年60周年を迎えた。同区内唯一のブドウ狩りを楽しみながら購入するスタイルは、ほんの数日の開園でも近所のみならず、遠方から田中さんのブドウを求めて行列ができるほどだ。「せっかくブドウ狩りに来場するからには、多くのブドウの中から選んでもらいたい」とお客様によりよいものを提供したい田中さんの信念が垣間見えた。残りのブドウは自宅の庭先販売とJA直売所ファーマーズショップにりん草に出荷している。

田中さんは学校卒業後、自動車整備関係の職に就き、農業とは無縁の生活を送っていた。あるとき、父から「そろそろ跡を継いでくれないか。教えられなくなる」と40歳目前に声を掛けられた。「いつかは継がなくてはいけない」と漠然とした考えはあつたものの、今まで父がすべてやっていたものを引き継いでいくには大きな不安があつたが、父の体調などを考慮し、就農を決意した。実際に一緒にやっていくと、お

互いの意見の違いもあつたが、よいものは尊重しつつ受け継ぎ、田中さんが取り入れてみたい新しい取り組みもやつてみた。その後、就農して数年ほど経ったとき、父から「これからは手伝いにまわる」と言われ、田中さんがメインに従事する今のスタイルに至る。

「さんぶどう園」は主にシャインマスカット、種なし巨峰、ナガノパープル。紅高は昨年から始めた品種だ。また、家族でのお揃いTシャツを作成することで、家族の絆がさらに深まり一体感が生まれた。

一般にブドウは、傘かけ、袋かけでの順に行うが、田中さんのブドウは先に袋かけをし、傘かけのあとに再度、透明な袋にかけかかる独特のやり方だ。時間や手間はかかるが、それをすることによって農薬を削減することができ、袋も汚れずにブドウ狩りを楽しむことができるそうだ。こでも、お客様を第一とする気遣いがうかがえる。

田中さんは、省力化・高効率化をすすめる「スマート農業」に取り組んでいる。特に人手が必要な時期は、家族の応援もあるが、機械を上手に活用している。農園の周りは住宅街であり、その機械の大きな音も周辺に迷惑をかけないよう、実施する時間や天候などにも気を遣う都市農業ならではの悩みは尽きないという。

「板橋地区でやつていらないワインブドウづくりやイチゴの養液栽培にもチャレンジしたい」と、今後の抱負を語る田中さん。ほかの誰もやつていないので勝負をしようとする姿は、父と子でその方法は違えど、本質は同じ。この板橋地区に欠かせない「さんぶどう園」はこれからも目が離せない。

# きじまりゆうた

## あおばの台所

VOL.30  
カボチャ

### 栄養価トップクラスのカボチャ

こんにちは！きじまりゆうたです。

J A 東京あおば直売所でも、いろいろな大きさのカボチャがたくさん並んでいます。カボチャが収穫されるのは夏場ですが、冬至に食べる習慣があるのは、貯蔵ができる野菜だからです。収穫してすぐよりも追熟させたほうが水分が抜けて味わいがよくなり、栄養価も高くなります。

チヂミにはニラを効かせた甘酢だれを、ポタージュにはレモン果汁を加え、どちらも酸味を足して甘いカボチャの魅力を引き出しました。ぜひお試しください！

豊島区(J A 東京あおば管内)に生まれ育った料理研究家。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「きじまりゆうたの小腹すいてませんか?」「あさイチ」「きょうの料理」など多数メディアに出演中。

### プロフィール



## 2 カボチャのレモンポタージュ

### 材料 2人分

カボチャ	150g(1/12個)
国産レモン	1/4個
だし汁	200ml
塩	小さじ1/3
オリーブオイル	適量
粗挽き黒胡椒	少々

### 作り方

- ①皮をとったカボチャを2~3cm大に切って鍋に入れひたひた程度の水を注いで火にかける。煮たらフタをして弱火で10分ほど煮る。
- ②レモンは果汁を絞って、表皮を薄く削って細切りにする。
- ③カボチャが十分に柔らかくなったら粗熱をとり、ミキサーにかける。
- だし汁と塩とレモン汁をいれて更に攪拌する。
- ④器に盛ってレモンの皮(適量)と胡椒を飾り、オリーブオイルをまわしかける。

これまでご紹介したレシピを  
JA東京あおばのホームページ  
に掲載しています。▶▶▶



### 1 カボチャと豚バラのチヂミ

### 材料 2人分

カボチャ	300g(1/6個)
豚バラ肉薄切り	50g
ニラ	1束
ゴマ油	大さじ1

A	しょう油	大さじ1と1/2
	酢	大さじ1
	砂糖	大さじ1/2
	ゴマ油	大さじ1/2

B	たまご	1個
	片栗粉	大さじ2
	塩	小さじ1/4

### 作り方

- ①カボチャは皮をつけたまま、タネを除いて2~3cm大に切って耐熱ボウルにいれてラップをしてレンジに5分かける。
- ②レンジから取り出して5分ほど置く。
- ③ニラは半量を小口切りにしてAと混ぜてタレを作る。
- ④残りのニラは長さ5cmのざく切りにする。
- ⑤カボチャの粗熱が取れたらフォークで潰し、Bを加えてしつかりと混ぜ、ニラを混ぜてタネを作る。
- ⑥フライパンに油をひいて、タネを広げて、上に豚バラ肉を並べて載せて焼く。
- ⑦底面に焼色がついたら裏返して弱めの中火で4~5分焼く。
- ⑧食べやすく切ってニラダレをかける。



# エンドウを作ろう

10月はエンドウの種まき時期



種まきはポットに



エンドウにはサヤエンドウと実エンドウがあります。サヤごと食べる実エンドウのスナップタイプも人気です。10月はエンドウの種まき時期です。関東では2月に種まきしても収穫できますが、秋まきの方が収穫量は多くなります。

**矮性品種がおすすめ**

私がよく栽培している品種は、スナップでは「ニムラサラダスナップ」、実エンドウでは「まごゆたか」です。サヤエンドウは収穫を毎日しないといけないので、毎日行くことが難しい農園では栽培できません。エンドウには2メートルにも伸びるものと8センチ～1メートル程度しか伸びない矮性品種があります。前記の品種はどちらも矮性品種です。矮性品種の良いところは節間が伸びないことと低い節位から実がなることです。高い支柱も必要ありません。ある程度密植で栽培するとたくさん収穫できるのも魅力です。

植えどきのニムラサラダスナップ



植えどきのまごゆたか



＊矮性：植物の草丈や樹高がその品種の標準的な大きさに比べて著しく低い性質のこと。



まごゆたかはひとつのサヤに9～10粒子実が入る



植え付け

地上に数センチ伸びた頃、ポットの下から白い根が見えたら畑に植えどきです。ポット内の芽は間引かずにそのまま畑に植えます。ポットの間隔は15センチで大丈夫です。矮性品種は密植がいいのです。



7.5センチポットに5粒ずつ種をまきます



11月初旬、苗の植え付け

直まきもできますが、ポット育苗がなにかと便利です。7・5センチポットに土をすり切り入れて種を3～5粒置き、指で押し込んで鎮圧して、その上に覆土をすり切れりで大丈夫です。エンドウはエダマメやインゲンのように発芽後、子葉が地上には出でません。葉だけが地上に出できます。



翌年5月収穫期のニムラサラダスナップ



収穫したニムラサラダスナップ

支柱立て



途中の管理

私は雨よけハウスに植えるので、霜除けに関しては不要ですが、外では防虫網トンネルや昔ながらの篠竹などで霜除けが必要です。冬のエンドウはあまり伸びないので、その脇にはホウレンソウやコマツナなどを混植して栽培することもできます。

2月の終わり頃から3月初め頃までは支柱を立てます。矮性品種なので1メートルぐらいの高さがあれば十分です。パイプを立てて上にパイプを横渡しにフックバンドで取り付け、そのパイプにひも支柱を跨がせて垂らします。エンドウのまきひげがひも支柱に絡んでいきます。ほかし肥料などを追肥します。春は急に成長し花が咲き結実します。

収穫



5月の連休ごろには美味しい実がたくさん収穫できます。スナップはサヤがぶくっと膨らんだら収穫です。実エンドウは膨らんだサヤの緑色が薄くなる頃が収穫適期です。スナップは50秒茹でてマヨネーズで食べても甘くて美味しいです。実エンドウは豆ご飯にするのがおいしいです。



ふくだ  
福田 俊

プロフィール

1972年 東京農工大学農学科卒。  
2005年 協和種苗(株)退職。  
2011～2022年 東京農業大学グリーンアカデミー講師。  
サラリーマン時代より貸し農園での野菜づくりを研究。  
2012年より日本農業新聞でおまかせ菜園フクダ流を連載中。貸し農園アグリス成城指導員。

# 読んで、アンケートに答えて すてきなプレゼントをもらおう!!

皆さまのご意見・ご要望をお聞かせください。  
※クロスワードの解答は任意です。



プレゼント応募締め切り 12月30日(火)必着

## 読者プレゼント

- 各支店の窓口ポストに応募用紙投函(無料)
- 85円切手を貼って郵送
- 専用webフォームからも応募できます▶▶



## プレゼント

野菜と食べるらーめん(2種類)  
(ラーメンの味は選べません)



在庫状況により変更となる場合がございますので、予めご了承ください。

20名様

氏名・ふりがな・年齢・住所・電話番号・取引支店名・JAと本誌へのご意見や  
ご感想、地域の話題、楽しいお話、俳句など、自由にお書き添えのうえご応募ください。  
なお、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。  
抽選で20名様にプレゼントいたします。

ご応募にあたって

広報誌あおば114号では、通常の「読者プレゼント企画」のほか、「准組合員アンケートご回答者さま向けのプレゼント企画」がございます。両方にご応募いただいた場合、准組合員アンケートのプレゼント企画にて抽選をさせていただきます。なお、准組合員アンケートの対象者は、当JAの准組合員に限りますのでご注意ください。

個人情報等の取り扱いについて

ご応募いただきました応募用紙等の個人情報・記載内容は、当JA広報活動の目的以外では使用いたしません。

## 直売所等でのお買い物で 都市農業を応援しよう!!

直売所、各地区アグリセンターで  
利用できます!



お買い物補助券(500円分)  
ご利用は12月30日まで!

### お問い合わせ

・補助券の利用について  
地域振興部 03-5910-3066  
(平日9時~17時)



### 編集後記

空が高く澄み渡り、過ごしやすい季節となりました。  
早いもので今年も残すところ3ヶ月を切りました。年々、月日が経つのを早く感じるようになった気がします。いつも広報誌「あおば」をご愛読いただきありがとうございます!

皆さまは「秋」と聞いて何を思い浮かべますか?「食欲の秋」・「芸術の秋」・「スポーツの秋」…皆さまにとってのそれぞれの「秋」があるかと思います。広報からは「読書の秋」として、秋の夜長のお供になるような特集を集めてみました!

いつも温かいご意見をお寄せ下さる読者の皆さんに心より感謝申し上げます。これからも地域に密着した情報を届けできるように努めてまいりますのでどうぞご期待ください。

(広報委員 葛西)

前号の答え A B C D E



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。

## 読者のひろば

庭には、感謝デーで  
もらった花でいっぱい!  
きれいに咲いています!

from SGKさん

田柄支店 中村橋支店

お買い物補助券が  
とてもうれしいです。  
直売所で小玉スイカを  
購入し、とても  
おいしかったです。

from M.Tさん

田柄支店

きじまりゅうたさんの  
あおばの台所で  
「きゅうり」が主役の  
おかずにびっくり!  
早速試してみて  
好評でした。

from アキアカネさん

石神井支店

窓口(カウンター)の  
所に物を置ける台が  
あると便利です。

from K.Eさん

石神井支店



from 洋子ばあばさん

平和台支店

from H.Fさん

大泉支店



from MICHYさん

from ノリピー

大泉支店

夏野菜  
キュウリやゴーヤ  
つる伸びる  
from John sonさん

赤塚支店

## クロスワードに挑戦!

ヨコのカギ

クロスワードに挑戦!

タテのカギ

1 育つこと。七五三は子どもの—を祝う行事です

2 果敢に若武者が戦う

3 江戸時代のタクシーです

4 秋の山を彩ります

5 「豚」の音読み。—カツ

6 金属の輪を長くつないで

7 分別して出します

8 雄弁は銀、—は金

9 陶器よりも高い温度で焼きます

10 耳の長い動物

11 天高く—肥ゆる秋

12 曙海と並んで有名な、伊豆半島

13 東部の温泉地

14 分別して出します

15 熱海と並んで有名な、伊豆半島

16 東部の温泉地

17 佐渡島にはこの鳥の保護セン

ターがあります

18 櫛(くし)の材料によいとされる

木

19 『源氏物語』の作者は紫—です

20 SLとも呼ばれる蒸気—

21 『源氏物語』の作者は紫—です

22 『源氏物語』の作者は紫—です

23 『源氏物語』の作者は紫—です

24 『源氏物語』の作者は紫—です

25 『源氏物語』の作者は紫—です

26 『源氏物語』の作者は紫—です

27 『源氏物語』の作者は紫—です

28 『源氏物語』の作者は紫—です

29 『源氏物語』の作者は紫—です

30 『源氏物語』の作者は紫—です

31 『源氏物語』の作者は紫—です

32 『源氏物語』の作者は紫—です

33 『源氏物語』の作者は紫—です

34 『源氏物語』の作者は紫—です

35 『源氏物語』の作者は紫—です

36 『源氏物語』の作者は紫—です

37 『源氏物語』の作者は紫—です

38 『源氏物語』の作者は紫—です

39 『源氏物語』の作者は紫—です

40 『源氏物語』の作者は紫—です

41 『源氏物語』の作者は紫—です

42 『源氏物語』の作者は紫—です

43 『源氏物語』の作者は紫—です

44 『源氏物語』の作者は紫—です

45 『源氏物語』の作者は紫—です

46 『源氏物語』の作者は紫—です

47 『源氏物語』の作者は紫—です

48 『源氏物語』の作者は紫—です

49 『源氏物語』の作者は紫—です

50 『源氏物語』の作者は紫—です

51 『源氏物語』の作者は紫—です

52 『源氏物語』の作者は紫—です

53 『源氏物語』の作者は紫—です

54 『源氏物語』の作者は紫—です

55 『源氏物語』の作者は紫—です

56 『源氏物語』の作者は紫—です

57 『源氏物語』の作者は紫—です

58 『源氏物語』の作者は紫—です

59 『源氏物語』の作者は紫—です

60 『源氏物語』の作者は紫—です

61 『源氏物語』の作者は紫—です

62 『源氏物語』の作者は紫—です

63 『源氏物語』の作者は紫—です

64 『源氏物語』の作者は紫—です

65 『源氏物語』の作者は紫—です

66 『源氏物語』の作者は紫—です

67 『源氏物語』の作者は紫—です

68 『源氏物語』の作者は紫—です

69 『源氏物語』の作者は紫—です

70 『源氏物語』の作者は紫—です

71 『源氏物語』の作者は紫—です

72 『源氏物語』の作者は紫—です

73 『源氏物語』の作者は紫—です

74 『源氏物語』の作者は紫—です

75 『源氏物語』の作者は紫—です

76 『源氏物語』の作者は紫—です

77 『源氏物語』の作者は紫—です

78 『源氏物語』の作者は紫—です

79 『源氏物語』の作者は紫—です

80 『源氏物語』の作者は紫—です

81 『源氏物語』の作者は紫—です

82 『源氏物語』の作者は紫—です

83 『源氏物語』の作者は紫—です

84 『源氏物語』の作者は紫—です

85 『源氏物語』の作者は紫—です

86 『源氏物語』の作者は紫—です

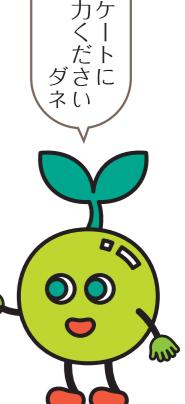
87 『源氏物語』の作者は紫—です

88 『源氏物語』の作者は紫—です

89 『源氏物語』の作者は紫—です

# 准組合員は『地域農業振興の応援団』

ご協力ください



## 准組合員の皆さまのご意見をお聞かせください

**Q 01** あなたの性別をご回答ください。

- ①男性 ②女性 ③その他

**Q 02** あなたの年齢[年代]をご回答ください。

- ①80歳代以上 ②70歳代 ③60歳代  
④50歳代 ⑤40歳以下

**Q 03** あなたがお取引している支店をご回答ください。

- ①練馬春日町支店 ②中村橋支店 ③田柄支店  
④平和台支店 ⑤板橋支店 ⑥赤塚支店  
⑦石神井支店 ⑧関町支店 ⑨大泉支店

**Q 04** JA東京あおばに期待する項目についてご回答ください。(複数回答可)

- ①農地保全 ②食農教育 ③農業体験  
④都市農業のファンづくり  
⑤地元イベントへの積極的な参加  
⑥SNS等の活用による情報発信  
⑦金融サービスの充実  
⑧相続・年金・税務等くらしの相談  
⑨農業に関する(家庭菜園など)相談  
⑩コンプライアンス経営  
⑪専門性の高い職員の育成  
⑫その他( )

**Q 05** 今後、新たに利用したいと思うJA東京あおばの事業をご回答ください。(複数回答可)

- ①直売所での地場産農産物の購入  
②アグリセンター・直売所で園芸用品、お米等の購入  
③農業体験などのイベント参加  
④信用事業の利用  
(貯金・投資信託・融資・遺言信託・家族信託等)  
⑤共済事業の利用(生命・自動車・建物更生(火災)共済等)  
⑥宅地等供給事業の利用  
(相続・資産保全有効活用提案等)  
⑦相続・年金・税務等くらしの相談  
⑧農業に関する(家庭菜園など)相談  
⑨その他( )

アンケートは、ハガキ裏面の回答欄のほか、右の専用フォームからもご回答いただけます。地域の農業やくらしを応援する准組合員の皆さまからのご意見をお聞かせください。

アンケート専用フォーム ▶▶▶



**Q 06** 現在の金融店舗において実施してほしい項目をご回答ください。(複数回答可)

- ①新鮮な地場産農産物の販売  
②相続・年金・税務等くらしの相談  
③農業に関する(家庭菜園など)相談  
④親子向けのお祭り等のイベント  
⑤高齢者の生きがいづくり等のイベント  
⑥直売所のおすすめ商品の発信等  
⑦その他( )

**Q 07** 知人友人にJA東京あおばの事業・サービスの利用、准組合員になることを勧めたいですか。

- ①ぜひ勧めたい ②できれば勧めたい  
③あまり勧めたくない ④わからない

**Q 08** Q07において①・②とご回答した方は、その理由についてご回答ください。(複数回答可)

- ①地域農業を応援するため  
②職員の対応が親切、ていねいだから  
③金利や手数料等が他の金融機関よりよいか  
④お買い物補助券がもらえたから  
⑤自宅から店舗が近いから  
⑥その他( )

**Q 09** あなたが今後、准組合員としてJA東京あおばを応援できる方法をご回答ください。(複数回答可)

- ①食べて応援!(例 地産地消で地場産農産物を積極的に食べて応援!)  
②作って応援!(例 手軽な野菜を自分で作って応援!)  
③ボランティアで応援!(例 農家のボランティアに参加や知人友人に直売所の口コミPR!)  
④その他( )

**Q 10** おかげさまでJA東京あおばは2026年4月1日で創立30周年を迎えます。記念行事として取り組んでほしい項目をご回答ください。(複数回答可)

- ①定期貯金利上乗せキャンペーン  
②直売所イベントの開催  
③直売所で使えるお買い物補助券の配布  
④30周年を特集した広報誌「あおば」特別号の発行  
⑤収穫体験の実施  
⑥観劇会(歌のコンサートや観劇)  
⑦国内旅行・海外旅行企画  
⑧その他( )

PRESENT!



(イメージ)

准組合員アンケートにご回答いただきました方より、抽選で「野菜と食べるらーめん(2種類)」をプレゼント!(ラーメンの味は選べません)

昨年実施した准組合員アンケートでは、「年金友の会」会員の皆さまを中心にお実施しました。ご回答内容のなかでは、「新鮮な地場産農産物」「支店で農産物出張販売」等に魅力を感じ、「年金友の会の活性化」に期待する多くのご意見をいただきました。

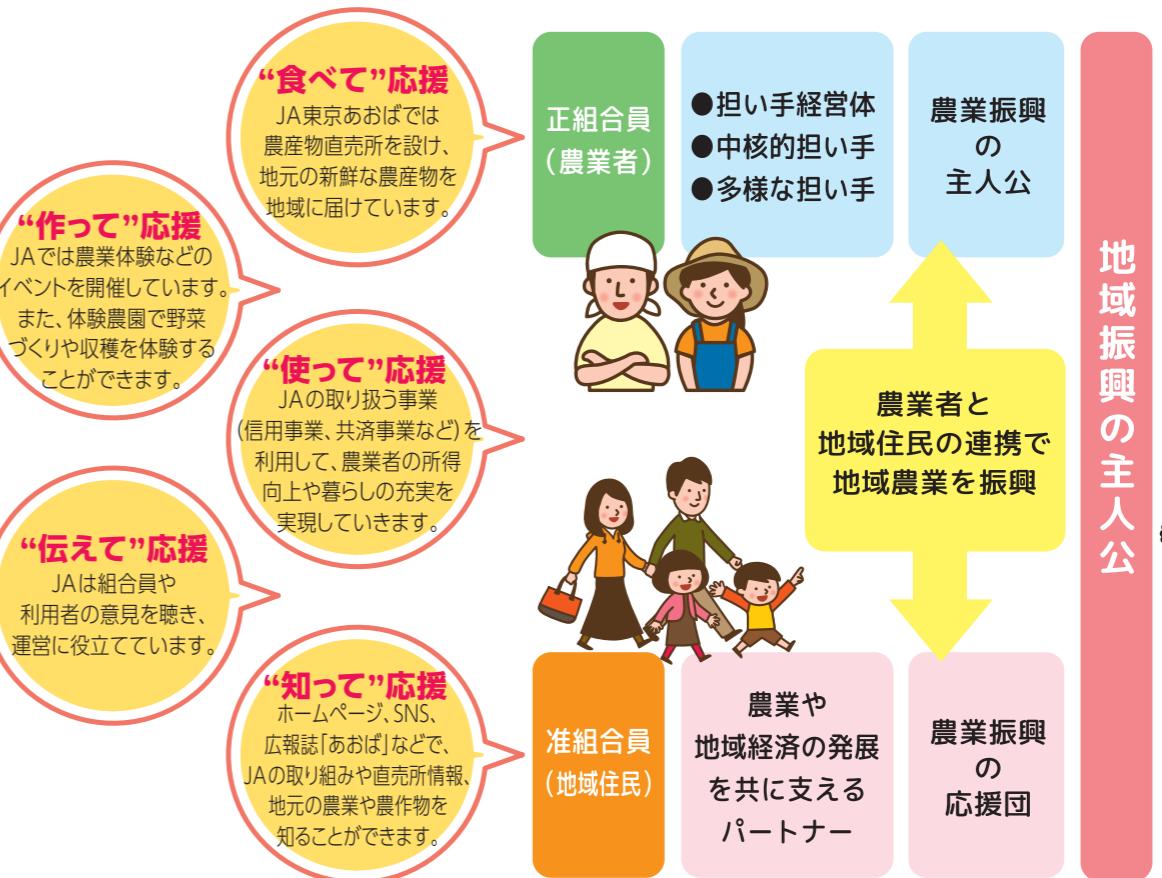
令和7年度も昨年同様に、日頃の感謝の気持ちを込めて、直売所で利用できる「お買い物補助券(500円分)」の配布を行いました。ぜひご利用ください。

今年度は、広く准組合員皆さまのご利用状況やニーズをお聴きし、組合員皆さまの【声】をJA運営に反映し、より多くの皆さんにJAをご利用いただきたいと考えております。

JA東京あおばは准組合員を「正組合員とともに、農業や地域経済の発展を共に支える組合員」としており、地域農業においては、「地域農業振興の応援団」として位置付けております。

准組合員の皆さまからのご意見をお聞かせください。

### 昨年度のアンケート結果より抜粋





## 青壯年部 活動紹介

### 練馬地区青壯年部 夏まつりを開催しました!

8月1日(金)練馬地区青壯年部は、練馬春日町支店と併設する練馬地区アグリセンターを会場に夏まつりを開催しました。これまでJAと関わりのなかった子育て世代にも来場してほしいという思いから、来場者数が見込める夏休み期間中の夕方から開き、子どもを主役にした内容を企画しました!

当日は「お子様の育てた農産物品評会」と題し、地域の子どもが学校や家庭で育てた農産物の出品が76点ありました。暑さにも負けず立派な野菜が多く出品されました。

その他にも練馬地区アグリセンターや練馬春日町支店の職員も手伝いながら、農産物販売や野菜の詰め放題、ミニ縁日も行いました。多くの親子連れが訪れ、組合員と地域の架け橋となる協同活動を通じて都市農業をPRする良い機会になりました。



問い合わせ先

JA東京あおば青壯年組織協議会事務局(地域振興部農業振興課)  
電話:03-5910-3066(平日9時~17時)

**学ぼう。遊ぼう。  
楽しもう。**

**新メンバー大募集!!**

JA東京あおば女性部



### 女性部活動紹介 石神井地区

私たち石神井地区女性部の主な活動として、年間を通じて取り組んでいるのが田舎まんじゅう作りです。とれたて村石神井で夏と秋に開催される直売所フェスタや、毎年11月に開催されるJA東京あおば農業祭にて販売を行っています。作りたての田舎まんじゅうはお客様にも大変好評で、農業祭では毎年長蛇の列ができるほどの人気ぶりです。

また、目的別グループ「おかめの会」では、月に2回(水曜日)田舎まんじゅうとお赤飯を数量限定で作り、とれたて村石神井にて販売しています。

女性部ではその他にも健康体操教室や講習会、他地区と交流できる研修旅行など、皆さんで楽しめる活動をたくさん行っています。ご興味のある方はぜひお声掛けください。



問い合わせ先

JA東京あおば女性組織協議会事務局(地域振興部農業振興課)  
電話:03-5910-3066(平日9時~17時)