

# ほほえみ



4  
2011

№229



実えんどうのほ場で山平さん夫婦



花は美しく、果実は梅干しや梅酒、ジャムなど食用に用いられる梅。江戸時代以降は、花見と言えば桜を見て楽しめますが、奈良時代以前は梅を見て楽しんでいました。また、中国では、紀元前から酸味料として用いられており、塩とともに最古の調味料だとされています。

梅

ほほえみ 4 2011 No.229

【特集】

油断大敵 事故事例から学ぶ  
農作業 安心・安全講座  
..... 4

【暮らしのビタミン・ほほえみきっちゃん】

\* 大葉と梅のじゃこご飯  
\* ブリ大根  
..... 14

四季の香り	2
大地に生きる	3
J Aトピックス 人事異動 ほか	6
みんなのページ	8
ほっとニュース	10
農政情報 TPPとは	11
農作業メモ・家庭菜園	12
J Aインフォメーション 役員会だより ほか	16
平成22年度退職者紹介 ほか	17
おしゃべり! 読者コーナー	18
頭の体操クロスワードパズル・クイズ当選者発表	19
博士と学ぼう食と農 ほか	20

栽培歴五十年を超える  
ブランドマスターが作る  
「安心・安全」な実えんどう

勝さんは、学校を卒業後勤めの仕事に就いていましたが、二十二歳の時に祖母からの強い勧めで就農し、実えんどう農家であった実家を継ぎました。その後、二十六歳でスズ子さんと結婚し、両親やスズ子さんと力を合わせて農業を営んできました。また、勝さんは十年ほど前にブランド産地などで栽培技術や経営面に優れたリーダー的な人に対して県知事から贈られる称号、ブランドマスターの認定を受けたことから更に良質な実えんどうを作ろうと栽培技術の向上を図っています。

自分が手をかけた分だけ  
良質なマメができる

「実が良く入った良質な実えんどうを作るために、土作りには特にこだわっているよ」と話す勝さんは、元氣な根が張るようにと、ほ場に多めの堆肥を入れていきます。ほかにも、収穫が終わった後は、ソルゴーを出穂するまで育てて、機械で粉碎し土にすきこみでいるそうです。

また、安心・安全な実えんどうを作るため、手作業で栽培管理を行い減農薬栽培にも力を入れています。

収穫前のほ場を見る時が  
一番の楽しみ

実えんどう栽培の魅力についてスズ子さんは「実が入ったサヤが、ずらりと並んでいるのを見るとうれしくなるね」と笑顔で話してくれました。また、勝さんは「自分の畑を研修の場として、たくさんの方が見学に来てくれるのは、うれしいし、励みになるね。これからも頑張りたい」と意欲的に話してくれました。

阿久根市脇本 山平 勝さん(76)  
スズ子さん(73)  
《経営品目》  
実えんどう・ビワ



実えんどうの管理作業

### 乗用型トラクタ(転落・転倒)



#### 状況・原因

圃場(ほじょう)作業終了後のあぜ道を走行時、左折したときに用水路に転落し、頭蓋骨を骨折。安全フレームは折り畳んだ状態で、シートベルトを未着用。路肩が見えにくい上に、左折時にブレーキを使用したとき、片ブレーキ状態であったため機体が急旋回し、脱輪したと考えられる。

事故発生年月：2010年6月 70代男性(重傷)

#### 事故防止のポイント

安全フレームを機能させ、シートベルトを着用すること。路上走行時はブレーキを連結すること。路肩を見やすく整備すること。

### 乗用型トラクタ(転落・転倒)

#### 状況・原因

安全フレームのない旧型のトラクタで自宅から農作業に向かう途中、下り坂道路の右側側面に乗り上げ、左側に横転、あおむけになり死亡。脇見運転あるいは道路走行中に片ブレーキを踏むなど操作を誤ってバランスを崩し、急坂の右側側面に乗り上げ、横転したものと考えられる。

事故発生年月：2010年8月 80代男性(死亡)



#### 事故防止のポイント

作業時以外は左右のブレーキを連結すること。死亡事故に至らないようにするためには、安全キャブ・フレームの装着が必要。

### スピードプレーヤー(転落・転倒)

#### 状況・原因

農業散布中、2.5mの斜面から誤って転落し、車両のハンドルと地面の間に挟まれ死亡。ハンドル操作の誤り、ブレーキとアクセルの踏み間違いがあったのではないかと推定される。

事故発生年月：2010年6月 50代男性(死亡)



#### 事故防止のポイント

路肩が不安定な場合は石積みなどで補強すること。テラス式の走行路では、安定走行のため高い方の路面に溝を掘り車輪案内溝とすること。

### 耕耘機(回転部への巻き込まれ)

#### 状況・原因

作業中、後進時にロータリー爪に巻き込まれ、骨折、裂傷、右足首を切断。後進時に転倒して衣類がロータリー爪に巻き込まれたなどが考えられる。

事故発生年月：2009年4月 50代男性(重傷)



#### 事故防止のポイント

このトラクタには、手を離すとクラッチレバーが戻って動力が切れる「デッドマン式クラッチ」が備えられていなかった。「デッドマン式クラッチ」を備えた機械であれば、巻き込まれの可能性が低く、より安全性が高い。



### 刈り払い機(転落)

#### 状況・原因

草刈り中に斜面に転落し、肩掛けベルトが何かに引っ掛かり、窒息し死亡。足を滑らせるなどして斜面を滑落したと考えられる。

事故発生年月：2010年7月 60代男性(死亡)

#### 事故防止のポイント

斜面で作業をする際には、履き物には滑り止めを施し、等高線方向に作業を行うこと。斜面での作業を安全にするために、一定間隔で小段を等高線方向に設けておくことが推奨されている。



### 乗用管理機(巻き込まれ)

#### 状況・原因

異音がするため機械から降り点検しようとして、左手の軍手がロータリー駆動軸部のヘヤピンに巻き込まれ、手首を切断、二の腕まで巻き込まれた。ロータリーの駆動を止めずに点検を行ったことが原因と考えられる。

事故発生年月：2009年8月 50代男性(重傷)



#### 事故防止のポイント

乗用機械の点検・調整時には、必ず駐車ブレーキをかけ、エンジンを切り作用部の回転などを完全に停止させること。軍手や手拭いなど引っ掛かりやすいものを身に着けたまま、体を可動部に近づけないこと。

## 油断大敵

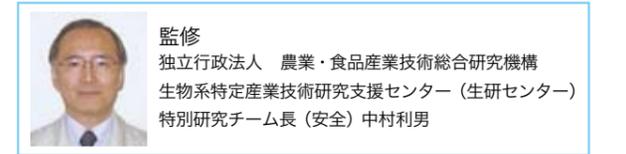
## 事故事例から学ぶ

# 農作業 安心・安全講座



イラスト：服部新一郎

農繁期に入ると農業機械を利用する頻度が高くなってきます。作業効率や利便性が高い農業機械は、現代農業に欠かせないものといえます。半面、使い方を一歩誤ると重大な事故につながる危険性ははらんでいます。実際の事故事例を学んで、安全確保に努めましょう。



監修  
独立行政法人 農業・食品産業技術総合研究機構  
生物系特定産業技術研究支援センター(生研センター)  
特別研究チーム長(安全) 中村利男

### 事故事例と防止のポイント

今までに発生した死傷事故のうち、生研センターのホームページ(<http://brain.naro.affrc.go.jp/iam/>)「農作業安全情報センター」に掲載されている事故情報から引用・整理した事例を紹介いたします。

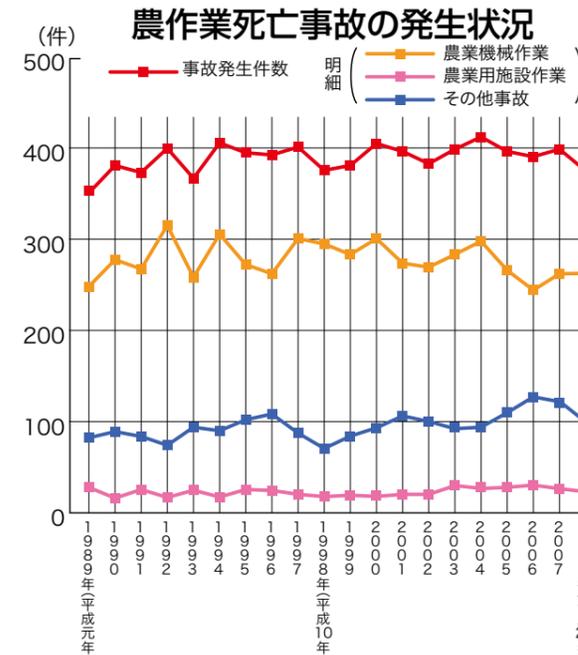
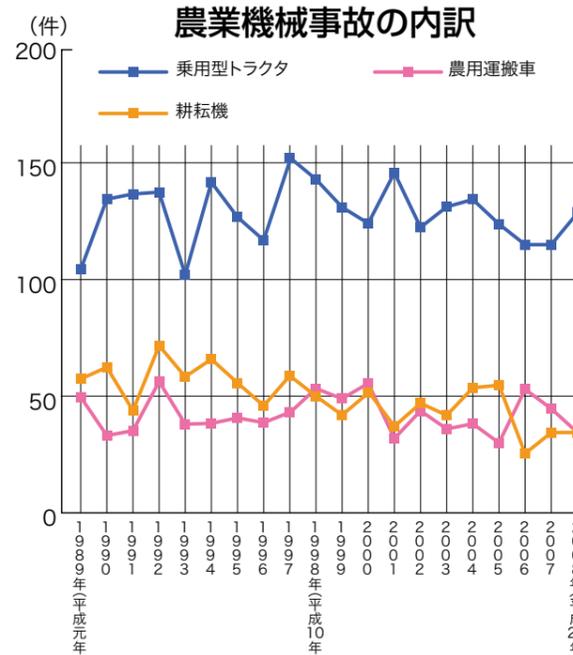
農作業事故は焦りや油断があれば熟練者でも起こり得ます。農業機械は安全鑑定適合機から選定し、運転操作も基本的に忠実に気の緩みがないように、また、高齢者の方は加齢によりとっさの判断力などの心身機能、体力が低下していることを認識して、よりいっそう余裕を持った農作業を心掛けてください。また、万一に備えて労災保険などの加入をおすすめします。

農作業死亡事故件数は、農業従事者の高齢化が急速に進む中で、毎年約四百件前後と横ばいで推移しています。死亡事故のうち、農業機械作業に関わる事故が最も多く、全体の約七割を占めています。また、六十五歳以上の高齢者の占める割合は七、八割に達しています。

農業機械別の死亡事故件数では、乗用型トラクタが最も多く、耕耘機、農用運搬車の三種類で全体の約七割を占めています。事故原因では、乗用型トラクタ、農用運搬車では「機械の転落・転倒」、耕耘機では「挟まれ」「回転部への巻き込まれ」の比率が高くなっています。

農作業事故は、死傷した本人、家族に大きな苦しみや悲しみをもたらすばかりでなく、農業の貴重な担い手が失われ、農業経営の継続の危機にもつながりかねません。このため、農業者、行政、関係機関・団体、研究機関などが相互に連携・協力して、事故防止に向けた対策を講じることが重要です。

### 農作業事故の実態



人事異動

平成二十三年三月一日付の人事異動は、次の通りです。なお、( )は旧部署です。

本所

管理本部
監査室 監査室室長 平田親夫(東事業所所長兼農畜産課課長)

総務部 総務課主任 飯牟禮幸樹(共済事業部自動車査定課)
人事教育課 浦香奈子(長島事業所金融共済課貯金担当)
人事教育課付信連ローションセンター 山下一出向 山下兼士朗(金融事業部融資管理課)

金融共済事業本部

金融事業部 金融推進課貯金担当 山元奈津季(出水事業所金融共済課貯金担当)
融資管理課 富満伸吾(総務部人事教育課付信連ローションセンター出向)
共済事業部 普及推進課専任渉外L A 針原喜代光(同部同課専任渉外L A 三月一日嘱託採用)
普及推進課専任

野田事業所

金融共済課課長 末増憲一(同事業所同課課長兼事務長)
金融共済課事務長 山下由美(同事業所同課貸付兼貯金担当)
金融共済課貸付兼貯金担当 遠竹靖恵(同事業所同課貯金担当)

阿久根事業所

金融共済課折多出張所長 寺下順(江内事業所農畜産課主任)
金融共済課大川出張所 春田直美(同事業所農畜産課)
農畜産課 湯田裕子(同事業所金融共済課大川出張所)

三笠事業所

農畜産課 植村康彦(阿久根事業所金融共済課折多出張所長)

東事業所

事業所長兼農畜産課課長 瀧之上一浩(園芸農産事業部園芸農産販売課課長)

長島事業所

金融共済課平尾出張所 山下美津子(同事業所農畜産課)
農畜産課 丸橋あゆみ(同事業所金融共済課平尾出張所)

渉外L A 大曲勝也(生活事業部生活燃料課ガス担当)
普及推進課専任渉外L A 園田紘之(阿久根事業所金融共済課貯金担当)
普及推進課専任渉外L A 河野慎一(三笠事業所農畜産課)

経済事業本部

生活事業部 生活燃料課A マート平尾 本店長兼川床本店長 堂後猛(共済事業部普及推進課専任渉外L A 三月一日嘱託採用)
生活燃料課ガス担当 松元栄洋(共済事業部普及推進課専任渉外L A)

園芸農産事業部

園芸農産販売課課長 千年原晃(同部園芸農産経理課課長)
園芸農産経理課課長 湯田周二(同部同課経理主任)
園芸農産指導課農産主任 杉善幸(同部同課指導員農産担当)
園芸農産経理課主任 内野和徳(総務部総務課主任)
園芸農産資材課主任 宮田広基(米ノ津事業所金融共済課共済主任)
園芸農産資材課資材センター長 迫口信幸(高尾野事業所農畜産課主任)
園芸農産指導課 山下光子(同部園芸農産資材課)
園芸農産資材課 田上芳子(同部同課資材センター)
園芸農産資材課資材センター 菅原ゆかり(高尾野事業所金融共済課貯金担当)

畜産事業部

畜産業務課課長 牟禮鉄男(金融事業部融資管理課主任)
有機センター所長 吉原和昭(園芸農産事業部園芸農産資材課主任)
畜産指導1課主任 阿久根・三笠兼重点農家担当 中蘭徳之(同部同課主任兼導入・重点農家指導担当)
畜産指導1課指導員 出水兼導入担当 浦底貞仁(同部同課指導員 阿久根・三笠担当)
畜産指導2課主任 野田・阿久根・三笠担当
牧達哉(同部同課指導主任)
畜産指導2課指導員 長島担当 鳴海譲二(同部同課指導員 野田・阿久根・三笠担当)
畜産指導2課指導員 補東担当 瀬ノ口哲也(同部同課指導員 補)
有機センター 出水担当 郡山明夫(同部有機センター 野田担当)
有機センター 江内担当 尾籠良治(同部有機センター 出水担当)
有機センター 江内担当 道添一弘(同部有機センター 三笠担当)
有機センター 野田担当 田中道博(同部有機センター 江内担当)
有機センター 三笠担当 山元正孝(同部有機センター 江内担当)

事業所

米ノ津事業所



修了証書を受け取る新留勉さん

地域の農業振興への取り組み「営農塾」閉講式

当J A本所では二月二十二日、平成二十二年度営農塾閉講式が行われ、就農コース八人、家庭菜園コース三十人が出席しました。

今年度の営農塾は、昨年八月に開講し、これまでに十回の農業に関する講義や実習を行いました。

当日は、開会のあいさつで内村正男組合長が「これから農業を行う上で、営農塾で学んだことを基本として安心・安全な農作物の栽培に取り組み、J AやA

コープの生産者コーナー、農産物直売所「より道いずみ」に出荷してほしい」と参加者を激励しました。

その後、修了証書を授与し、最後に営農塾に対する意見交換を行いました。

意見交換では、実習をもっと増やしてほしいこと、地域農業の担い手確保を目的とした大変良い企画なので、今後も継続してほしいなどの要望が出ていました。

参加者は「土作りや施肥方法など初めてのことがばかりで大変勉強になった。また、自分で野菜を栽培し、収穫した時の喜びは格別だった。今後は直売所等に出荷できるように頑張りたい」と意欲的に話していました。
なお、同J Aでは二十三年度も地域の農業振興に向けた取り組みとして、営農塾を開講する予定です。



これからの地域農業を担う営農塾修了者

早掘りだけのご品評会で最優秀賞に松元サヨさん



形状や毛並みなどを確認する審査員ら

当J Aは二月十八日、本所で早掘りだけのご品評会と平成二十二年度出水地区だけのこ生産振興大会並びに出荷販売対策会議を開き、会議には約百五十人が参加しました。

振興大会では、出荷販売対策や今後の管理について確認し、講演などを行いました。

また、品評会では出品された二十点のたけのこをJ A 箱部会の役員など関係者6人が形状・毛並み・色などを審査し表彰しました。

なお、成績は次の通りです。
最優秀賞 松元サヨさん(出水)
優秀賞 永井野昭則さん(阿久根)・松元継久さん(出水)・橋口ミエさん(出水)
優良賞 川畑清俊さん(野田)・有田禎二さん(阿久根)・有田ヒサ子さん(阿久根)・本敷さん(阿久根)・田代富士子さん(阿久根)



★お父さん 明宏さん

ありがとうーぼくのお父さん

作文

阿久根市立脇本小学校 一年生 香取 佑哉くん

り	と	す	と	り	お	ら	り	き	る	は
た	う	う	ぼ	て	て	り	ピ	を	い	お
い	さ	ぼ	さ	く	す	う	い	ま	さ	や
で	ん	く	ん	は	の	さ	ぶ	し	を	い
す	み	も	が	、	トル	た	つ	て	で	さ
お	た	ろ	大	ろ	の	や	お	く	も	に
ん	も	と	い	ん	す	ん	キ	ら	で	つ
う	に	な	ま	な	づ	ス	て	ケ	す	く
さ										

おせみすインタビュー



長島事業所管内 米尾 勝己さん (66歳) 和子さん (63歳)

- 米尾さん、こんにちは。今は、何の作業中ですか？  
ゴーヤーの苗を植え付けていたとだよ。
- ゴーヤー栽培で大変なことや気をつけていることを教えてください。  
芽かぎをこまめに行うことと、害虫の駆除と防除だね。
- お2人の楽しみは何ですか？  
家族経営協定というのを結んでいてね、2人で堂々と休んで魚を釣りに行ったり温泉に出掛けるのが楽しみだよ。

うちのアイドル



竹田 虹虎くん(3歳)・桜奈ちゃん(1歳) 写真左 写真右

【両親は出水郡長島町蔵之元の竹田晃さん、奈津子さん】

2人仲良く、元気に育ってね。大きくなったら、畑仕事を手伝ってね。



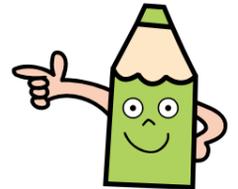
倉津 祥衣さん (24歳)

- ◆お仕事は？  
幼稚園教諭として、働いて丸4年が経ちました。毎日、子どもたちの笑顔が見ることが出来るので、楽しい仕事です。
- ◆休日の過ごし方は？  
小学生の頃から続けているトロンボーンへの練習に吹奏楽団に通ったり、音楽を聴きながらドライブをしています。
- ◆これから挑戦してみたいことは？  
沖縄に旅行して、美ら海水族館に行ってみたいです。

みんなのページへの投稿大募集!!

みんなのページでは、投稿コーナーの①うちのアイドル②もじよかペット③ちいさな写真館 (P18) への写真を募集しています。下記の応募要領でぜひご応募ください。(原則として写真は返却します)

- 応募要領  
プリントした写真、またはデジタルカメラで撮影した画像データをお送りください。  
採用された方には粗品を進呈いたします。
- ①うちのアイドル…お子様の写真かデジカメ画像に、お子様の氏名・年齢と80字以内のコメント、保護者の氏名・住所を記載してください。
- ②もじよかペット…ペットの写真かデジカメ画像に、ペットの名前や年齢等と50字以内のコメント、飼い主の氏名・住所を記載してください。
- ③ちいさな写真館…カメラまたは携帯電話で撮影した写真か画像に、50字以内のコメント、氏名・住所を記載してください。
- 応募先住所  
〒899-0405  
出水市高尾野町下水流 890  
JA鹿兒島いずみ企画広報課宛  
Eメール izm-kikaku02@ks-ja.or.jp



もじよかペット

なまえ

左から百々果(母)  
小次郎(父)  
小夏(子)

飼い主は出水市下鯖町の安藤 伸司さん



親子3匹、仲良く楽しく暮らしています。散歩の時、気がついたら声を掛けてください。

思い出写真館



高尾野事業所管内 出水 鈴子さん(79歳)

No. 11

いつの写真ですか？

この写真は、わたしが高尾野小学校で教師をしていた昭和41年の5月、当時の6年生と一緒に熊本の阿蘇へ修学旅行に行ったときの写真です。  
旅行は、とても賑やかで旅館での夕食のごちそうをみんな喜んで食べていました。また、夜見回りに行き「寝たの？」と聞いてまわると「寝たよ～」と返事が返ってきて笑ったものです。見回りのあとやっと静かになったと思ったら、「枕投げ」が始まって、それはもう賑やかでした。

その頃の思い出を教えてください。

当時、6年生だった子どもたちが今度、還暦を迎えます。わたしは、この子たちの辛抱強さ、我慢強



後列右端が出水さん

さなど心の強さが好きでした。その頃は、子どもたちが夕ご飯の準備をするのが日常で、時々「先生は何の具のみそ汁を作るの？」など生徒から聞かれたのが懐かしいです。

みんなのページ☆みんなのページ☆みんなのページ☆みんなのページ☆

# TPPとは・・・

農業だけでなく、医療・労働などあらゆる分野が自由化される協定です。

繊維・衣料品

工業

農業

労働

銀行・保険

電気通信

衛生植物検疫

投資

原産地規則

政府調達

知的財産権

環境

輸入農産物の増加により、食料自給率は40%から14%へ低下します。また、医療・保険・建設・サービス業にも外国企業が参入します。

行き過ぎた市場化は国益を損ない、日本のカタチが一変してしまいます。

TPPは、アメリカやオーストラリアなど太平洋に面する9つの国が参加し(中国・韓国は除く)、完全な関税撤廃を目指す協定です。農林水産物の関税撤廃だけでなく、国内制度の規制緩和・撤廃を含めた包括的な内容です。

こんなことになるかも・・・

- 安全性に問題のある輸入牛肉の制限がなくなります。
- 農産物の残留農薬や医薬品など日本の厳しい基準が緩められます。
- 人の自由化により、日本人の雇用が奪われます。
- 資格要件が緩和された外国人の看護師や介護福祉士が増えます。

JAグループ鹿児島TPP対策本部

お問い合わせ:JA鹿児島県中央会 TEL 099-258-5113  
〒890-8515 鹿児島市鴨池新町15番地

JA鹿児島県中央会 検索



出水市内を牛車で散策する参加者ら

当JAは二月十三日、出水市・阿久根市・長島町の各農業委員会の後援を受けて農業後継者などの出合いを支援しようとして「らぶすまいる2011」と題した交流イベントを開き、管内から男性十四人、県内各地から女性十一人が参加しました。  
当日は、KTSアナウンサーのみえかおりさんを司会として招き、出水市内のホテルを会場として、武家屋敷の散策やイチゴ狩りを体験しました。  
結果は、三組のカップルが誕生し、それぞれが携帯電話の番号を交換すると会場内はあたたかな拍手で包まれていました。

当JAで初めての交流イベント「らぶすまいる2011」



組織活動報告を発表する大毛茂さん

野田事業所では二月二十五日、平成二十二年度当JA青年部研修会および親睦会が開かれ、部員など約五十人が参加しました。  
研修会では、昨年九月の第二十五回JA県青年大会で優秀賞を受賞した、大川内支部の大毛茂さんが「食と農の大切さを伝えたい」と題した青年部組織活動報告を発表しました。その後、JA鹿児島県信連の松窪美穂さんを講師に「笑顔」に関する講演も行われ、部員らは真剣に聞き入っていました。また、研修会終了後は親睦会が行われ、部員らは意見交換をしながら交流を深めていました。

JA青年部員が研修会で交流深める



ほ場で説明を聞く生産者ら

当JA豆類部会は、二月二十四日から三月十一日にかけて管内の全支部を対象に良質な豆作りを行うおとうと、現地研修を交えて学習する豆類管内研修会を開き、総勢約三百人の生産者が参加しました。  
現地研修では、管内のソラマメや実えんどうのほ場を視察したほか、阿久根市農林業振興センターにおいて、ソラマメと実えんどうの試験栽培の状況確認等を行いました。研修中は、年明けからの強い寒波の影響を受けて芯止まりや生育不良が多いことから、担当指導員が栽培状況や、今後の管理について説明を行いました。

良質な豆作りのために豆類研修会



当JA青年部三笠支部は2月20日、地域の交通安全に役立つと役員ら6人が参加し、学校周辺や見通しの悪い交差点などを中心に約40カ所のロードミラーを清掃しました。

青年部員が地域住民の交通安全を願ってロードミラー清掃



出水郡長島町の平尾保育園は3月3日、ひなまつりお茶会を開き長島町立平尾中学校2年生や行政関係者などを招待し、着物姿の園児たちがもてなしました。(山本竜太 広報委員)

保育園で中学生を招いてひなまつりお茶会

ニューズライフ

### 肉用牛の暑熱対策について

北陸地域振興局農林水産部  
農政普及課出水市駐在 野崎 聡



**はじめに**  
5月の連休前、私達にとっては爽やかな季節ですが、牛にとっては温度・湿度ともに増して、蒸し暑い季節の始まりです。暑熱ストレスは、繁殖牛では受胎率低下に、子牛や肥育牛では飼料摂取量の低下から増体減少につながるため、対策を講じる必要があります。

**暑熱対策の方法**  
暑熱対策は、畜舎の温熱環境と、飼料摂取や行動に伴う家畜の発熱を適正に管理することが大切です。

- ①太陽熱の軽減**
- 屋根への石灰塗布や散水により、断熱・冷却しましょう。
  - 日射しが入らないように、ひさし、よしず、庇陰樹等で西日の侵入を軽減しましょう（つる植物でもよい）。
- ②体熱の放散促進**
- 扇風機で風を直接牛体に当てたり、散霧装置・噴霧装置等を利用することで、水の気化熱により体温、気温の低下を促進できます。
  - 障害物の撤去（通路のロール等）、扇風機・換気扇等の利用で、畜舎内の空気の流れを確保しましょう。
- ③エサを食べさせる環境づくり**
- 品質のよい飼料を給与し、給与回数を増やして、腐敗した飼料を給与しないように飼槽を掃除しましょう。
  - 新鮮で冷たい水を給与しましょう。
  - 飼料は涼しい時間帯に給与し、肥育牛では夕方に濃厚飼料の割合を増やしましょう。
  - 食塩やミネラル、ビタミンの補給をしましょう。
  - ハエなどの衛生害虫を駆除しましょう。
  - 密飼いを避けて、体感温度の上昇とイライラの低減を図りましょう。



**おわりに**  
夏は毎年やってきます。しかも地球は温暖化。「うちの牛舎は暑かったどん…」と思うなら、もう少し牛をいたわる『なにか』をしてみましょう。一時的な投資も、必ず経営にはね返ってくるものです。早めの措置で、暑い夏を乗り切りましょう。

### 甘しょの定植について

園芸農産事業部  
園芸農産指導課 大田 昭 浩



苗の大きさは完全展開葉7～8枚、苗長25～30cm、1本重25g以上の健全苗を定植し、マルチ栽培を行い、増収対策に努めてください。

- 苗床管理中の生育診断**
- 育苗中の生育が悪いのは、肥料不足によることは少なく、温度やかん水が不足していることが多いです。
  - 気温は昼間25～30℃、夜間15℃を目標に管理してください。
  - かん水は床面が乾かない程度に、温暖な日の午前中にかん水してください。
  - 採苗前に強圧でかん水すると苗が倒れて曲がり苗になるので、低圧で行ってください。
  - 採苗前1週間位は充分に換気を行い、外気にならしておいてください。

**採苗**  
葉数8～10枚程度伸張した苗を基部2～3節残して切ってください。これは次の採苗に備えると同時に、黒斑病の伝染予防となります。

**苗消毒**  
黒斑病・つる割病の予防として、ベンレート水和剤の500～1,000倍液に20～30分間、苗の基部10～15cmを浸漬消毒してください。特にシロユタカはつる割病が発生しやすい品種ですので、対策を講じてください。

**取り置き苗**  
活着対策として、取り置き苗を必ず行いましょう。苗の消毒後は倉庫など日光、風の当たらない場所で下に濡れむしろや濡れ新聞紙等を敷き、束ねて立てて置きます。さらにポリフィルムで被覆し、4～5日間束ねて湿度を保つことで発根が早くなります。

**植え付け**  
船底植え・水平植えを行うことにより、いも個数が多くなり増収となります。

**栽植密度**

4月植え		5月植え	
畝幅	株間	畝幅	株間
90cm	40cm	90cm	35cm
110cm	35cm	110cm	30cm

最後に、でん粉原料用甘しょを作付けされる方は、契約栽培を行わないとでん粉工場への出荷が出来なくなります。6月上旬から6月下旬頃に出荷契約の取りまとめを実施致しますので、必ず、申請・契約手続きを行ってください。

### 夏カボチャの管理

園芸農産事業部  
園芸農産指導課 磯崎 靖



夏カボチャは、植え付けが3月下旬～4月中旬で、収穫が7月上旬～下旬となる作型です。

**整枝・誘引**  
親づる1本仕立てとし、着果節位までの側枝は早めに除去し、着果節位より上に葉を15枚程度残して摘芯します。

**交配**  
交配は必ず人工交配を行い、交配は、朝の10時頃に終わるようにします。着果目標節位を10～15節とし、着果節位の葉幅が30cm以上とします（大玉生産のため）。

**かん水**  
着果後、天気が続いた場合7日おきに3回程度、1回、10cm当たり3cm程度かん水します。

**追肥**  
1回目は1番着果後確認後、2回目はその30日後に追肥用肥料を10cm当たり20g施します。

**摘果・玉直し**  
果実がソフトボール大になったら、変形果等を摘果します。カボチャシートは、着果後15日以降に敷きます。玉直しは、収穫15日以上前までに終わるようにします。

**収穫**  
着果表示を行い、交配後概ね40～45日が収穫の目安となります。

**病虫害防除**  
カボチャの代表的な病気に「うどんこ病、疫病」があります。うどんこ病は、乾燥が続く草勢が弱ると発生しやすくなるので、追肥・葉面散布等で最後まで草勢の維持に努めます。疫病は降雨が続く（収穫時期が梅雨にかかります）と出やすくなるので、ほ場周辺の排水対策を徹底します。また、薬剤による防除や予防を徹底します。害虫については、アブラムシの防除を植え付け時期から徹底します。



### 家庭菜園 ナスの栽培

園芸農産事業部  
園芸農産指導課 鳥井 謙 二



**特性と育て方**  
生育適地温：18～20℃ 定植時の地温：14～15℃を目安にすると活着が良いです。

乾燥下では生育不良となりやすいため、ポリマルチ・敷きワラ等を活用し、土壌が乾燥しないようにしましょう。連作は、病害の発生が多くなるため4～5年間は同じ場所に作付けしないようにしましょう。

**ほ場準備**  
水はけと通気性の良い肥沃な場所を選び、苦土石灰10kg/1aを施用し耕耘しましょう。

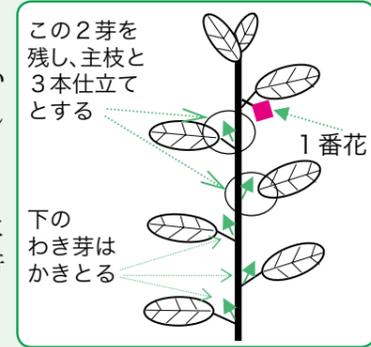
やせ地なら定植2週間前までに堆肥等をすき込んでください（堆肥200kg/1a）。

根が深く張る作物なので出来るだけ深耕しましょう。

**元肥**  
元肥は、「油粕」10kg/1a、「BB555」10kg/1aを施肥し、30cm程度の深さに良く耕しましょう。また、畦をマルチ被覆すると土壌の乾燥防止と抑草に効果的です。マルチ被覆をしない場合は、梅雨明け後から乾燥防止に敷きワラ等を活用しましょう。

**植え付け**  
苗の植え付けは、畝間1.5～2a、株間60cmを基本とし、やや浅植えにしましょう。植え終わったらかん水を行い、仮支柱を立てましょう。

**誘引・整枝**  
1番花のすぐ下の2芽を残し、他の芽はかきとり3本仕立てにします。



**追肥**  
結実後から20日に1回を目安に追肥を行います。くみあい有機801 3kg/1a（1回当たり）

**(花での栄養診断)**



よい花  
結実の良い花は雌しべが長く大きくて花柱が雄しべの上に出ている



栄養不足  
結実の悪い花は雌しべが短くて花柱が雄しべに隠れている



健康  
百科

「うつ病」を早く見つける

佐久総合病院名誉院長  
松島松翠

うつ病という病気は、サラリーマンには比較的多い病気です。過重労働や人間関係のストレスから発症することが多いのです。真面目な人や1人で頑張り過ぎる人に多く見られます。

代表的な症状は「気分がいつも沈んでいる」「何をやっても楽しくない、何事にも興味が持てない」の二つです。しかし時には、このような精神症状よりも、全身がだるい、疲れやすい、眠れない、頭が重いなどの身体症状が先に出てくることも多いのです。

睡眠障害で多いのは、寝つきは比較的良いのに睡眠時間が短縮し、夜中または早朝に目が覚めてしまうという早朝覚醒です。その他多い症状は消化器症状で、食欲不振、便秘異常、体重減少などが多く見られます。

そのうち、職場でも家庭でも発言しなくなる、つき合いが悪くなる、熱心だったゴルフにも行きたがらないといった、無気力・意欲の低下が出てきます。中高年の人で、これまではつき合い程度だったのに、徐々に酒

量が増していく場合は、背後にうつ病が隠れている場合があります。

このような症状が2週間以上続けば、うつ病が疑われますが、うつ病を悪化させないためにも、自分自身や周囲の人が早めに症状に気づき、受診することが大切です。本当にうつ病かどうかは、専門医の診察を受けてきちんと診断してもらう必要があります。

うつ病と分かれば、第一は心身の休息、第二には薬による治療が必要です。うつ病の治療には、休養が欠かせません。ゆっくりと休み、ストレスのかからない環境で過ごします。うつ病はきちんと治療すれば必ず治る病気ですので、早めに受診する必要があります。



子育て  
Q&A

春の衣服

社団法人 母子保健推進会議会長  
巷野悟郎

Q この4月にはお誕生日を迎える長男です。春になったといっても、まだ寒い日があるので上着を着せているのですが、衣服をどのように調節していったらよいでしょうか。着るのを嫌がるのですが、暑いのでしょうか。

A 日本は四季の変化が大きいので、子育てでは、衣服に気を使いますね。その両極端にあるのが「暑い夏から寒い冬」と、その反対の「寒い冬から暑い夏」です。特に冬は寒さから身を守るため、たくさん着せているので、春に向かってどうしたらよいか、という質問が目立ちます。

生まれたばかりの赤ちゃんは、弱い者としてたくさん着せられていることが多いものです。春の足音とともに大人は1枚ずつ脱いで薄着になりますが、赤ちゃんは風邪をひかせてはと、なかなか大人のように脱がさせてもらえません。赤ちゃんは何も言わないので、

着せておく方が安心となってしまうがちです。

この時期よく見かけるのが、大人は薄着で時にはノースリーブなのに、赤ちゃんはモコモコ着せられて赤い顔。靴下を脱がせてみると足が汗ばんでいます。厚着で体温を発散できていないのです。

春めているのに、冬の服と靴下では体温が逃げないから、赤ちゃんは動きが少なく、食欲もありません。毎年この時期になると、このような母と子のアンバランスな光景をよく見ることがあります。

生まれて2カ月間くらいまでの赤ちゃんは、まだおなかの中の延長とってよく、衣服を着せて暖かくしている方がいいのですが、それを過ぎたら大人と同じくらい、半年を過ぎるころからは、大人より1枚少なめにしましょう。1歳にもなれば動きも激しいので、少なくとも家の中では靴下もいりません。着せるか脱がせるか迷ったときは、「着せない方が正解」という要領で春を過ごしましょう。



ほほえみ  
きっちゃん



魚をメインに栄養たっぷりおいしさ満点

魚を使った家庭料理の代表

もう一品

ブリ大根

◆作り方

- 1 大根は、長さ8センチの円柱に切ってから縦に四つ割りにし、面取りをして固めに茹でておく。
- 2 ショウガは、千切りにしておく。
- 3 鍋に適量の水を入れて、沸騰したら酢を入れブリをさっとくぐらす。
- 4 鍋にAの調味料を入れて、大根を入れて火にかけ、沸騰したらブリと千切りにしたショウガを加え味がしみ込むまで煮る。

※ブリの臭みを取るために、酢を入れたお湯にくぐらせるのがポイントです。アルミホイルをかぶせて一晩置くと、味がしみ込んでおいしくなりますよ。

◆材料(4人分)

- ・大根 ..... 1本
- ・ショウガ ..... 適量
- ・ブリ ..... 4切れ(大きめの切り身)
- ・酢 ..... 10cc

- A
- ・水 ..... 400cc
  - ・薄口醤油 ..... 20cc
  - ・濃口醤油 ..... 20cc
  - ・ざらめ ..... 50g
  - ・酒 ..... 少々

わたしたちが  
作りました!

J A 鹿児島いずみ女性部  
東支部のみなさん



梅とじゃこの相性が抜群

メイン

大葉と梅のじゃこご飯

◆作り方

- 1 白米は水で研ぎ、水を適量加えて普通に炊く。
- 2 大葉は、洗って水気を切ってからみじん切りにしておく。
- 3 梅は、種を取り除いて小さく刻む。
- 4 ちりめんじゃこは、フライパンで炒る。火を切る前に濃口醤油を数滴入れてからめる。
- 5 炊き上がったご飯に②・③・④を入れてよく混ぜる。

※梅とじゃこの組み合わせが、食欲をそそりますよ。ゴマを混ぜてもおいしいです。この季節は、おにぎりにして外で食べてもいいですね。

◆材料(4人分)

- ・白米 ..... 3合
- ・大葉 ..... 12枚
- ・ちりめんじゃこ ..... 20g
- ・濃口醤油 ..... 適量
- ・梅 ..... 12粒(塩が強いときは、数を調整する)

平成22年度 定年退職者紹介  
～長い間おつかれさまでした～

平成22年度定年退職者の辞令交付式が、2月28日に出水市内のホテルで行われ、14人が定年退職されました。

氏名・所属  
JA在職期間  
(平成23年2月末)



大野 耕 司 畜産事業部 有機センター (36年11カ月)  
 高原 熊 夫 共済事業部 普及推進課 専任渉外LA (36年10カ月)  
 針原 喜代光 共済事業部 普及推進課 専任渉外LA (34年8カ月)  
 小川 房 夫 畜産事業部 有機センター 所 長 (33年9カ月)



坂口 盛 文 生活事業部 農業機械課 (33年7カ月)  
 堂後 猛 共済事業部 普及推進課 専任渉外LA (32年11カ月)  
 宮田 博 美 監 査 室 長 (32年9カ月)  
 山崎 良 昭 江内事業所長 兼農畜産課課長 (30年8カ月)  
 木ノ上 徹 哉 長島事業所 金融共済課 平尾出張所長 (26年10カ月)



松島 八千子 米ノ津事業所 農畜産課 (26年7カ月)  
 野田 良 孝 米ノ津事業所 農畜産課主任 (20年10カ月)  
 下笠 清 晴 鹿児島いずみ畜産(株) 出 向 (20年7カ月)  
 下屋敷 恵美子 大川内事業所 主 任 (20年1カ月)  
 山元 しずえ 江内事業所 金融共済課 共 済 担 当 (18年2カ月)

第2回 JA鹿児島いずみ年金友の会  
ゴルフ大会 参加者募集!



農協利用者年金友の会では、会員の皆様の健康増進と親睦を図ることを目的に第2回年金友の会ゴルフ大会を右記の通り開催します。

☆詳しくは、各事業所金融窓口へお問い合わせください。

- 開催日: 平成23年6月2日(木)
- 開催場所: 出水ゴルフクラブ
- 参加人数: 100人
- 参加資格: 年金友の会会員及び年度内に当JAで年金受給手続きのできる方
- 申込手続: 各事業所金融共済課に5月20日(金)までにお申込みください。
- 参加料金: 1,000円(弁当代に充当します)
- プレー料: 各自ご負担ください

わたしたちのJA

正組合員数 ..... 8,101人  
 准組合員数 ..... 8,598人  
 合 計 ..... 16,699人  
 出資総額 ..... 29億4,285万1千円  
 (2月末現在)

年金無料相談

年金に係わる無料相談を、相談日の午前と午後、2カ所に分けて開きます。お気軽にご相談ください。  
 開催日 平成23年4月20日(水)  
 午 前 10時～11時30分まで  
 野田事業所 ☎84-2411  
 午 後 1時30分～3時まで  
 本 所 ☎64-2605  
 相談員 森代武志社会保険労務士

毎月第4土曜日 JAバンク 無料年金電話相談実施中!  
 平成23年4月23日(土) 10:00～15:00  
 フリーダイヤル ☎0120-800-547

役員会だより

- 第11回理事会(平成23年2月24日)
- 1) 平成23年度事業計画
  - 2) 平成23年度余裕金運用
  - 3) 同一人に対する信用供与の最高限度額の設定
  - 4) 平成23年度内部監査計画
  - 5) 反社会的勢力への対応に関する基本方針の制定
  - 6) 資産査定要領および資産査定に伴う債権償却・引当要領の一部改正
  - 7) 固定資産および外部出資の減損処理
  - 8) 不良債権の貸倒損失処理および出資口数の減少
  - 9) 貸付審査

- 第1回監事会(平成23年3月4日)
- 1) 平成22年度決算書類監査要領および日程
  - 2) 平成22年度末決算棚卸実査の報告
  - 3) 畜産(株)監査役の任期満了に伴う監査役候補者の推薦



第19回 JA通常総代会のご案内

第19回JA鹿児島いずみ通常総代会を、5月24日(水)に出水市文化会館で開きます。  
 総代会は、組合員の代表である総代の皆さんが出席し、平成22年度の事業報告および平成23年度の事業計画などについて審議されます。  
 鹿児島いずみ農業協同組合

人間ドック受診案内

〈JA厚生連より◆人間ドック受診案内〉  
 各事業所では、日程にあわせて人間ドック受診者の募集を行なっています。お申込み等詳細については、最寄りのJAまたは本所生活燃料課(Tel.64-2625)へお問い合わせください。

受診日	事業所名	コース	募集人員
5 / 11	出 水	一 般	10人
5 / 11	出 水	女 性	10人
6 / 8	高 尾 野	一 般	10人
6 / 8	高 尾 野	女 性	5人
6 / 9	阿 久 根	一 般	10人
6 / 9	三 笠	一 般	5人

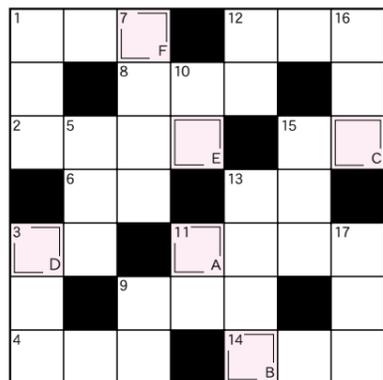
ついに! 加入者数10,000人突破!!  
**組合員給油カード**  
 組合員給油カードを作ると  
**ガソリン 軽油 灯油** が  
**店頭価格より安くなります!**  
 注意: 現金支払のみとなります。

**新規組合員募集中!**  
 申込みは各SS店頭でお願いします。詳しい内容は係員へお尋ねください。

農家の方へ 免税軽油の申請をしませんか?  
 道路を使用しない農業・畜産機械(トラクタ他)  
 申請をすることで 軽油引取税  
**32.1円/リットルが免税されます!**  
 ※年間使用量500ℓ以上の方が対象となります。  
 JAが申請にかかる手続きをお手伝いします!  
 申請をご希望される方は、各給油所係員へお尋ねください。

# 頭の体操★クロスワードパズル

**Q** 二重マスの文字をA～Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか？ 出題●ニコリ



A B C D  
「ゼンザイ」

## タテのカギ

- 卒業式、入学式を彩る春の花の代表格
- 豆腐やしょうゆの原料の一つ
- 剣の達人が見せる早業
- 耳をつんざくような—が響き渡った
- クエン— 乳—
- カレーに添えられるインドのパン
- 健康のために—八分を心掛けましよう
- 紙も食べちゃいますが、草の方が好き
- 蔵書家のは大きそうな家具
- 今日が終われば必ずやって来る日
- 北の反対
- 板や丸太をつなげて造る簡単な舟

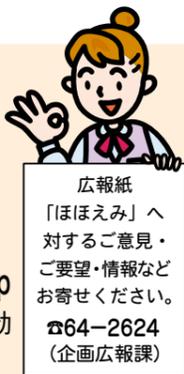
## ヨコのカギ

- 海の生物ですが、装飾品にも加工されます
- 百獣の王と呼ばれるネコ科の動物
- 物を載せたり、人が乗ったりするもの
- 落ちないようにベルトやサスペンダーを使ったりします
- まんじゅうやパンの中に入れる甘いもの
- つるつるしてつかみにくい魚
- 野菜をおいしく食べる料理の一つ
- 多数により、議案は否決されました
- 刻みネギ、おろししょうが、七味唐辛子などがよく使われます
- 日が暮れた後、空でキラキラ
- 喜びのあまり、うれし—が流れた
- 魚を捕るときや、焼くときに使うもの

- ★2月号クイズ当選者
- ★星加 孝子さん 出水市本町
  - ★森田 和明さん 出水市福ノ江町
  - ★宇都 安恵さん 出水市下大川内
  - ★谷山 春枝さん 出水市高尾野町
  - ★大迫 悠莉さん 出水市高尾野町江内
  - ★太田 龍生さん 出水市野田町
  - ★田上 芳子さん 阿久根市鶴川内
  - ★山元 彩香さん 阿久根市脇本
  - ★東條 浩子さん 長島町鷹巣
  - ★岩切 健吾さん 長島町平尾
- ☆応募数：百三十九通  
答えは「ゼンザイ」でした。

### クイズ・おたより・投稿等の応募方法と送り先

下のハガキの記入例を参考に、どしどしご応募ください。また、Eメールでも受け付けています。  
Eメール：izm-kikaku02@ks-ja.or.jp  
(しめきり) 平成23年4月30日消印有効  
(当選発表) 平成23年6月号  
(クイズ賞品) 正解者の中から抽選で10名様にAコープ商品券をプレゼントします。



広報紙「ほほえみ」へ対するご意見・ご要望・情報などお寄せください。  
☎64-2624 (企画広報課)

答  
○A  
○B  
○C  
○D  
○E  
○F

郵便番号・住所・氏名・年齢・職業・電話番号  
本紙への感想や要望、JAに対する意見などをお書きください。

記入例 (クイズ)

899-0405  
出水市高尾野町  
下水流890番地  
JA鹿児島いずみ  
企画広報課  
宛

送り先

あとながき

暖かな日差しと柔らかい空の色に春を感じ、自然の息吹が一番感じられるこの季節。だからこそ、その大切さを感じることが出来ます。  
広報紙でも取り上げている“T P P”ですが、締結されると農業の壊滅、国内の田畑が荒れてしまうのでは、と懸念されています。  
一面に広がる菜の花畑を見ながら、自分たちのためにも、子どもたちのためにも“大切なもの”を残していきたいと、強く思います。(友)



皆さまから寄せられたご意見・メッセージ・イラストなどをご紹介します。

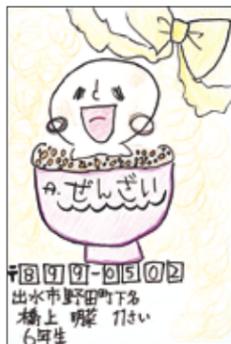
☑ 一月十一日、鏡開きの日。お隣の奥様からぜんざいをいただきました。甘くて、とてもおいしくて。クイズを解きながら、あの時のおいし



出水市向江町 中満 彩瑛さん

☑ 二月号特集の「野菜・果物で安心手作り入浴剤」のページに特に目を惹かれました。自然のものを使ってこんなに体に良く安心な入浴剤が作れるなんて…。驚きました。  
(出水市高尾野町 園島美幸さん)  
☺ 普段なら捨ててしまおうミカンやリンゴの皮で、入浴剤が作れるなんて驚きですね。他にも色々な物で試してみたくありません。

☑ 鏡開きの「ぜんざい」作りは娘



出水市野田町 橋上 明菜さん

☺ 残ったご飯で作れるのがいいですね。わたしも、さっそく作ってみようと思いました。  
(出水市武本 平田芳子さん)

☑ 二月号のほほえみきつちんで早速残ったご飯でおやきを作ってみました。とってもおいしく出来ました。アイデアだなぁと得をした気持ちになりました。  
(出水市武本 平田芳子さん)



長島町下山門野 松村 絹江さん

☺ ぜんざいは、甘くておいしいですね。冬にいただくとうるまひ温まら、なおよさら心まで温かくなりますね。  
(出水市下鯖町 長谷川綾子さん)

☑ 家の片隅に少しばかりの野菜を作ることが出来ます。子どもと一緒に土をいじり、四年生になる子どもが楽しそうにニラ・ピーマン・ナス・トマトなどを植えています。学校から帰ってくると、喜んで水を掛けて



阿久根市脇本 尾上 夏希さん



長島町浦底 山下 晏未さん

の担当です。今年で4年目ですが、最初に比べると、とてもおいしくなってきました。春は「おはぎ」をお願いしてみようかな。  
(長島町蔵之元 小林クミ子さん)  
☺ ぜんざいを娘さんが作ってくれるなんて、素敵ですね。わたしの家は、母に任せっきりで…。小林さんの娘さんを見習って、わたしも来年は作ってみようと思います。

### ちいさな写真館



撮影 出水市高尾野町 高橋正幸さん

今年七輪の花が咲きました！

自宅の庭の桜が咲き始めました！寒かったり暖かかったりする日があって、体調管理が大変ですが、春の足音が聞こえてきました。



長島町川床 崎迫 美咲さん

います。よく世話したからか、トマトがたくさん実がついておいしく食べることが出来ました。今年もおいしい野菜を作って食べたいな、と早くから楽しみにしています。  
(出水市西出水町 谷川三恵子さん)  
☺ 親子で家庭菜園、楽しそうです。また、子どもさんが進んでお手伝いしてくれたらとっても嬉しいですね。今年も、谷川さん親子の愛情がたくさん詰まったおいしい野菜が出来るのでしょね。



はる おとず 春の訪れを  
かん 感じさせる さんさい。 山菜。  
みんなは食べた  
ことあるかな？

Q さん さい 山菜って  
すこ にが 少し苦いのが  
おいしいの？

「あく」って何？

ぜんまい タケノコ ワラビ

さんさい にが み しび み えぐ み などの げんいん 「あく」。  
でも、あくの中にはいろいろな病気をもたら  
す かつせいさん 酵素を少なくしてくれる物質もあるよ。

あくの強い山菜

ふきのとう フキ  
ワラビ、ぜんまい タケノコ

あくの成分  
はポリフェ  
ノール、シ  
ョウ酸、プ  
タキロサイ  
ドなどがあ  
るよ。

おいしく食べるには

ワラビの場合  
木灰や重曹を振り掛  
けて熱湯を注ぎ一晩  
置くよ。水を替えて、  
ゆでてから冷水にさ  
らすんだ。

じょうず 上手に  
あく抜きをして  
さん さい 山菜のほろ苦さを  
あじ 味わおうね。

こんにちはAコープです!  
A-coop Aコープ野田店

Aコープ野田店は、平成21年に一部店舗改装を行い売り  
場も広くなり、品揃えも充実しております。笑顔と元気で  
接客一番店を目指して、従業員一同頑張っております。

着任して10ヵ月。暑い奄美大島から出水にきて、あ  
まりの寒さにビックリです！組合員の方々が「毎日  
通いたくなるお店」をモットーに取り組んでいます。

趣味はゴルフです。まだまだ下手くそですが、  
仲間と楽しくプレーするのがストレス解消法です！

店長 大中 成一郎

手作りの「煮しめ」が  
自慢の一品です！

おすすめ  
紹介してます

店頭、またお惣菜  
コーナーでは、毎日  
のオススメ品をご  
案内しております！  
お買い物の参考に  
させていただきます。

壁面の大きなAコープマークがトレードマークです！

ファーマーズコーナー「野田市場」には、毎日新鮮な  
野菜・果物が並びます。また、随時出荷者募集中です。  
詳しくは従業員までお問い合わせください！

Aコープ野田店 電話：0996-84-2700  
営業時間：朝9時30分～夜8時

3月  
今月の表紙  
春の日差しを浴びたソラマメ畑

ソラマメは、地中海、西南アジアが  
原産地と推測されていて、古代エジプ  
トやギリシア、ローマでは主食として  
食べられていました。

名前の由来は、サヤが空に向かって  
つくれため「空豆」、また蚕を飼う初夏に  
食べ、サヤの形が蚕に似ていることか  
ら「蚕豆」という字があてられました。

シンプルに塩ゆでしたり、さやごと  
焼いて中の豆をそのまま食べてもおい  
しいほか、煮物やスープ、炒め物など  
に広く用いられます。また、アジアで  
は豆板醤の原料として利用されていま  
す。