

# かみつが

かみつが

No.  
290

Monthly Public Magazine

<https://jakamituga.jp/>  
e-mail kamituga@ja-kamituga.or.jp

2023  
6  
June



健康寿命  
100歳プロジェクト  
ウォーキング大会



特集  
第12回ウォーキング大会with  
いちご狩り体験が開催されました！



SMILE MONKEYS

豊かな明日へ 地域と共に



LINE  
QRコード



Instagram  
QRコード



YouTube  
QRコード



Facebook  
QRコード



Twitter  
QRコード

「自己改革」や「SDGs」に関する記事はアイコンをつけて紹介しています。

# かみつが O P I N I O N

お  
ぴ  
に  
お  
ん

## 『ポリシーブックを掲げて』



JAかみつが青年部 部長

田 谷 修  
た や おさむ



新入職員との農家研修も青年部が受け入れています。

## かみつが CONTENTS

No.290  
[6月号]  
2023.6.1

### 表紙

第12回ウォーキング大会 with  
いちご狩り体験が開催されました！

### かみつが おびにおん

JAかみつが青年部 部長 田谷 修  
た や おさむ

### あぐりNOW

バケツ稻づくり授業が広がる  
withいちご狩り体験

### 特集

第12回ウォーキング大会

withいちご狩り体験

### TOPICS

#### 健康百科

『生活習慣病と休養』

上都賀総合病院 健康管理センター 保健師

高藤 淳美

JAかみつが青年部は、南部青年部、日光青年部を合わせて59名の若手農業者（盟友）が所属しています。

活動内容としては、農政活動への積極的な参加、地域の子どもたちに食と農への興味関心を深めてもらおうと農業体験学習に携わったり、地域住民との交流をしたりと、様々な活動を通して地域農業の活性化や盟友同士の親睦と連帯を深め、組織の向上を図っています。

農業従事者の高齢化、減少により盟友も減退しています。青年部では現在、組織としてのあり方を考え、魅力ある組織づくりを目指して、青年部主体の事業を企画していくことを考えています。それらの内容は、「ポリシーブック」に反映しています。

「ポリシーブック」とは、自分たちが抱える課題をどのように解決していくか、青年部の行動目標、

今後も活動を展開させ、青年部に入つてみたいと思ふような組織にしていきます。ご興味ある方は、お近くのJA窓口や青年部盟友にお声がけください。

### あぐりツシュ

鹿沼市油田町 芳田 優さん

'10

### フルーツパラダイス

'11

### お天気カレンダー

'09

### 営農情報

'08

### TOPICS

『生活習慣病と休養』

上都賀総合病院 健康管理センター 保健師

高藤 淳美

JAかみつが青年部は、南部青年部、日光青年部を合わせて59名の若手農業者（盟友）が所属しています。

活動内容としては、農政活動への積極的な参加、地域の子どもたちに食と農への興味関心を深めてもらおうと農業体験学習に携わったり、地域住民との交流をしたりと、様々な活動を通して地域農業の活性化や盟友同士の親睦と連帯を深め、組織の向上を図っています。

農業従事者の高齢化、減少により盟友も減退しています。青年部では現在、組織としてのあり方を考え、魅力ある組織づくりを目指して、青年部主体の事業を企画していくことを考えています。それらの内容は、「ポリシーブック」に反映しています。

「ポリシーブック」とは、自分たちが抱える課題をどのように解決していくか、青年部の行動目標、

今後も活動を展開させ、青年部に入つてみたいと思ふような組織にしていきます。ご興味ある方は、お近くのJA窓口や青年部盟友にお声がけください。

### あぐりツシュ

鹿沼市油田町 芳田 優さん

'10

### フルーツパラダイス

'09

### お天気カレンダー

'08

### 営農情報

'07

JAかみつが青年部は、南部青年部、日光青年部を合わせて59名の若手農業者（盟友）が所属しています。

活動内容としては、農政活動への積極的な参加、地域の子どもたちに食と農への興味関心を深めてもらおうと農業体験学習に携わったり、地域住民との交流をしたりと、様々な活動を通して地域農業の活性化や盟友同士の親睦と連帯を深め、組織の向上を図っています。

農業従事者の高齢化、減少により盟友も減退しています。青年部では現在、組織としてのあり方を考え、魅力ある組織づくりを目指して、青年部主体の事業を企画していくことを考えています。それらの内容は、「ポリシーブック」に反映しています。

「ポリシーブック」とは、自分たちが抱える課題をどのように解決していくか、青年部の行動目標、

今後も活動を展開させ、青年部に入つてみたいと思ふような組織にしていきます。ご興味ある方は、お近くのJA窓口や青年部盟友にお声がけください。

### あぐりツシュ

鹿沼市油田町 芳田 優さん

'08

### フルーツパラダイス

'07

### お天気カレンダー

'06

### 営農情報

'05

JAかみつが青年部は、南部青年部、日光青年部を合わせて59名の若手農業者（盟友）が所属しています。

活動内容としては、農政活動への積極的な参加、地域の子どもたちに食と農への興味関心を深めてもらおうと農業体験学習に携わったり、地域住民との交流をしたりと、様々な活動を通して地域農業の活性化や盟友同士の親睦と連帯を深め、組織の向上を図っています。

農業従事者の高齢化、減少により盟友も減退しています。青年部では現在、組織としてのあり方を考え、魅力ある組織づくりを目指して、青年部主体の事業を企画していくことを考えています。それらの内容は、「ポリシーブック」に反映しています。

「ポリシーブック」とは、自分たちが抱える課題をどのように解決していくか、青年部の行動目標、

今後も活動を展開させ、青年部に入つてみたいと思ふような組織にしていきます。ご興味ある方は、お近くのJA窓口や青年部盟友にお声がけください。

### あぐりツシュ

鹿沼市油田町 芳田 優さん

'05

### フルーツパラダイス

'04

### お天気カレンダー

'03

### 営農情報

'02

JAかみつが青年部は、南部青年部、日光青年部を合わせて59名の若手農業者（盟友）が所属しています。

活動内容としては、農政活動への積極的な参加、地域の子どもたちに食と農への興味関心を深めてもらおうと農業体験学習に携わったり、地域住民との交流をしたりと、様々な活動を通して地域農業の活性化や盟友同士の親睦と連帯を深め、組織の向上を図っています。

農業従事者の高齢化、減少により盟友も減退しています。青年部では現在、組織としてのあり方を考え、魅力ある組織づくりを目指して、青年部主体の事業を企画していくことを考えています。それらの内容は、「ポリシーブック」に反映しています。

「ポリシーブック」とは、自分たちが抱える課題をどのように解決していくか、青年部の行動目標、

今後も活動を展開させ、青年部に入つてみたいと思ふような組織にしていきます。ご興味ある方は、お近くのJA窓口や青年部盟友にお声がけください。

### あぐりツシュ

鹿沼市油田町 芳田 優さん

'02

### フルーツパラダイス

'01

### お天気カレンダー

'00

### 営農情報

'99

# バケツ稻づくり授業が広がる

JJAかみつがでは、バケツ稻づくりに取り組んでいます。バケツ稻づくりはJJAグループの「みんなのよい食プロジェクト」の一環として、バケツで米を収穫できるまでの農業体験学習を通して、米や農業に興味を持ち、理解を深めてもらおうと取り組んでいる事業です。JJAでは管内の小学校に案内パンフレットを送付し、申し込みのあった学校に出向き、授業を行うことで地域の活性化、食農教育の理解醸成を目指します。今年は昨年より申し込み校が増え、9校の小学校がバケツ稻づくりに取り組んでいます。

4月から5月にかけて、JJA常勤役員が各小学校を訪れ、バケツ稻づくりセットの贈呈式を開催しました。

4月13日

鹿沼市立清洲第一小学校



4月27日

日光市立落合西小学校



4月27日

日光市立落合西小学校



5月9日

日光市立今市第二小学校



5月11日  
鹿沼市立西小学校



## ●第12回ウォーキング大会withいちご狩り体験



JJAかみつがは4月22日、鹿沼市の「出会いの森総合公園」周辺をウォーキングしました。ゴール後は、出会いの森いちご園でイチゴ狩り体験を行い、楽しい時間を過ごしました。

今  
月  
の  
表  
紙

裏表紙

インフォメーション

かみつが通信

おたよりひろば・みんなの作品  
まちがいさがし

LETTERS  
Happy Dream (はっぴーむらーむ)  
鹿沼市下奈良部町  
若林 虎我くん、岳虎くん

RECIPÉ (レシピ)

'16 '14 '13 '12

# 第12回 ウォーキング大会 with いちご狩り体験



## 特集

JAかみつがは4月22日、鹿沼市「出会いの森総合公園」でJA健康寿命100歳プロジェクト「第12回JAかみつがウォーキング大会withいちご狩り体験」を開きました。管内から42名が参加しました。

同大会は、地域貢献活動の一環として、組合員、地域住民の地域コミュニティ活性化を目指し、ウォーキングを通じて、JAファンづくりを目的としています。当日は天候にも恵まれ、公園の周辺を約4km歩きました。参加者は新緑を浴びながら、心地よい風を感じ爽やかな汗を流しました。

一環として、組合員、地域住民の地域コミュニティ活性化を目指し、ウォーキングを通じて、JAファンづくりを目的としています。当日は天候にも恵まれ、公園の周辺を約4km歩きました。参加者は新緑を浴びながら、心地よい風を感じ爽やかな汗を流しました。





また、青年部女性会が行っている常勤役員との意見交換会の要望から、農産物PRを目的に、初めてウォーキング大会後にイチゴ狩りを「出会いの森いちご園」で開催しました。イチゴ狩りは、「とちおとめ」「とちあいか」の2棟のハウスで、参加者は「どちらも異なるおいしさがあって甲乙付けがたい」とイチゴを楽しく味わいました。

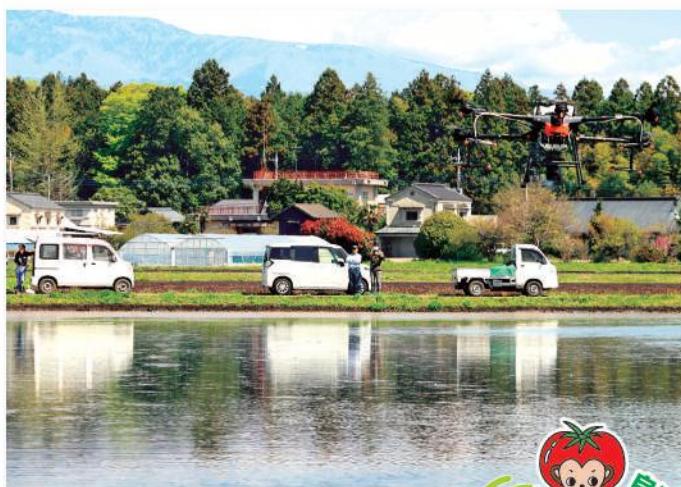


# ドローン操作訓練で安全飛行

JJAかみつがサービス（株）ドローン利用者協議会は4月19日、日光市内のほ場でドローン（小型無人飛行機）飛行訓練会を行いました。農薬メーカーや栃木スカイテック（株）が講師となり、同協議会会員30名、JA職員らが参加しました。

農薬メーカーからドローン散布に適した農薬の紹介が行われ、今年度から協議会に入会した会員に向けた粒剤散布装置の交換をスカイテック（株）が説明しました。講習の後、水を張ったほ場に粒剤を散布する飛行訓練を行いました。

同協議会はドローン利用者が増え、今年度は新たに10名が会員となり、計49名で活動をしています。



ドローン飛行訓練をおこなう会員



JAかみつがサービス（株）  
生産拡大  
所得増大

自慢のラジコンボートだぜ

## 会員増加中、省力的な除草作業を目指して

ラジコンボートを使用して、水稻栽培における除草剤散布作業の効率化、労力軽減を目的に活動する久野ラジコンボート研究会は4月16日、鹿沼市久野地区でラジコンボート試運転並びに除草剤講習会を開催しました。

自作のラジコンボートを持った11名の参加者が、水田で試運転を行いました。参加者同士、ボートのこだわりについて情報交換をしました。

同会の初参加者は「今年の稻作作業が楽しみになった」と話しました。同会では、ラジコンボートに取り組む会員が増えています。



## 日光の畜産物販売強化に向けて 市長と対談

JJAかみつが日光畜産協議会は4月21日、日光市役所を訪れ、粉川昭一市長を表敬訪問しました。同協議会が市長を表敬訪問するのは初めてです。

同協議会の関根峰利会長ら役員が畜産農家の現状を報告し、飼料高騰による畜産農家の現状など意見交換が行われました。

関根会長は「日光産の和牛や豚肉を生産していくためにも様々な協力、支援が必要である」と話し、粉川市長は「日光というブランド力を使って、日光産畜産物の販路拡大などを支援していきたい」と話しました。



右から関根峰利会長、粉川昭一市長、渡辺毅副会長、江連裕之副会長



# 親株の生育状況確認で来年産イチゴの品質向上へ

JJAかみつがいちご青年部は4月28日、部員のほ場4カ所で、令和6年産イチゴに向けての親株の生育状況を確認する現地検討会を行いました。部員、上都賀農業振興事務所職員、JA職員、「出会いの森いちご園」で「いちご新規就農研修」に取り組む研修生ら31名が参加し、親株の管理状況について情報共有や意見交換を行いました。

現地検討は「とちあいか」、「とちおとめ」のほ場で行われ、病害虫防除方法、使用している資材や管理方法などを確認しました。部員らは栽培上での疑問点や工夫している点など意見交換しました。

狐塚利行部長は「現時点の生育状況を確認することで、今後の管理に活かすことができる。様々な質問をしながら有意義な検討会にしてほしい」とあいさつしました。



親株の生育状況を確認する部員

12  
CO

自己成長  
生産拡大  
所得増大



自己成長  
生産拡大  
所得増大

苗の生育状況を確認する参加者

12  
CO

## 令和5年度新入職員トマト選果場で研修

JJAかみつがは4月30日、管内の南部営農経済センタートマト選果場で令和5年度新入職員研修を行いました。同研修はコロナ禍により4年ぶりに開催され、集荷場にて6名の新入職員がトマトの選果作業を体験しました。

研修は、集荷されたトマトの運搬作業と選果されたトマトの袋詰め作業に分かれ、担当職員やパートの指導のもと研修が行われました。

新入職員らは「担当業務以外の業務を経験できる研修は新鮮でありがたい」と笑顔で話しました。今後も、JAは多様化した組合員のニーズを把握し、事業利用の拡大に合わせ、研修を通して、総合農協としての役割を充分に理解した人材の育成と組織づくりを目指し、職員教育に力を入れていきます。



トマトの袋詰め作業を行う新入職員

# 健康百科

## 生活習慣病と休養



上都賀総合病院  
健康管理センター 保健師

高 藤 淳 美

○休養不足が起こす病気や状態  
休養が不足すると、疲れが蓄積されてかぜなどの感染症にかかりやすくなります。その他にも、記憶力が悪くなる、集中力が低下するといったことも起ります。さらには、不安、抑うつ、ホルモン分泌の乱れから肥満、メタボリックシンдро́ーム、高血圧、糖尿病、過労死、眼精疲労なども、休養不足が関係しています。

### ○休養をしっかりとる

「休む」ことには、身体を休めること、精神を休めること、自分のための時間を確保するための休息も含まれます。近年、生活のあらゆる場面にスマートが身近となり、日常生活にスマートが欠かせない存在になっています。生活が便利になる一方で、オンとオフが不明瞭になるなどスマートに生活のリズムが支配される一面もあるといえます。また、SNSの利用には、常に外的評価を受けるとストレスに対し、例えば、通知をオフにする、移動中はスマートを力バーン

に入れる、スマートは別室において寝るなど、オンとオフの再調整をして休養をとるのはいかがでしょうか。休養をしっかりとるには、標準的には6~8時間の睡眠が必要です。快適と感じる睡眠時間は個人差があるので、日中の活動量に応じた適正な睡眠時間をとるよう心がけましょう。

- 厚生労働省  
～「健康づくりのための睡眠指針2014」より～
- ①良い睡眠で、からだもこころも健康に。
  - ②適度な運動、しっかり朝食、ねむりとめざめのメリハリを。
  - ③良い睡眠は、生活習慣病予防につながります。
  - ④睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。
  - ⑤年齢や季節に応じて、ひるまの眠気に困らない程度の睡眠を。
  - ⑥良い睡眠のためには、環境づくりも重要です。
  - ⑦若年世代は夜更かし避けて、体内時計のリズムを保つ。
  - ⑧勤労世代の疲労回復・能率アップに、毎日十分な睡眠を。
  - ⑨熟年世代は朝晩メリハリ、ひるまに適度な運動で良い睡眠。
  - ⑩眠くなってから寝床に入り、起きる時刻は遅らせない。
  - ⑪いつもと違う睡眠には、要注意。
  - ⑫眠れない、その苦しみをかかえずに、専門家に相談を。

## 夏至の太陽



気象予報士●檜山靖洋



気象予報士・防災士

檜山 靖洋 (ひやま やすひろ)

1973年横浜市生まれ。  
明治大学政治経済学部政治学科を卒業後、印刷会社に就職。  
1999年に気象予報士を取得し気象会社へ転職。  
2005年からNHKの気象キャスターに。  
朝のニュース番組「おはよう日本」の気象情報に出演中。

夏至の頃の晴れた日、強い日差しにうなだれて歩いていると、地面に落ちた影がとても短いことを実感します。夏至の太陽は、一年で最も高くなりますが、夏至の正午ごろ、沖縄では地面と太陽の角度が90度近くになります。東京でも地面と太陽の角度は78度の高さになります。このように影の短さ、太陽の高さを実感できるのも晴れていればの話です。

沖縄では例年6月下旬に梅雨が明け、強い日差しが照り付けで、時間が長く、夜は短くなりますが、あまり夜更かしし過ぎると、明け方すぐに明るくなり、眠れなくなってしまいますが、気を付けましょう。

が、必要です。

夏至は一年の中で最も昼間の時間が長く、夜は短くなりますが、梅雨が明けたりするときは、強烈な日射による熱中症に注意が必要です。

## 家畜の暑熱対策について

近年、地球温暖化等の影響で平均気温が上昇し、家畜の暑熱ストレスの増大が、畜産経営の大きな課題となっています。送風機で畜体に風をあて熱放散を促す対策が広く取り組まれていますが、以下に示すとおり現状の設備等を見直すだけで、コストをかけずに効果を上げることが可能です。夏本番を前に、一度見直してみましょう！！

### ◎送風機の効果を上げるテクニック

#### (1) 送風機の位置を調整

※送風機の位置を下げる改善した事例

送風機の風が、家畜に直接当たっていない場合、送風機の位置や、傾きを変え、より強い風が当たるように調整しましょう。



	改善前	牛A	牛B	牛C		改善後	牛A	牛B	牛C
胸部に当たる 風速(m/秒)	0.4	4.2	3.9			4.2	5.9	4.4	
体感温度の 低下(℃)	3.8	12.3	11.8			12.3	14.6	12.6	

#### (2) 送風機の掃除

送風機についたほこりを取り除くことで、風速が改善され、負荷軽減により電気代も削減できると言われます！！



風速 2.2m／秒 風速 2.9m／秒  
(体感温度低下 8.9℃ 体感温度低下 10.2℃)

#### (3) つばの取り付け

送風時につばを取り付けることで、より強い風が供給されるようになります。



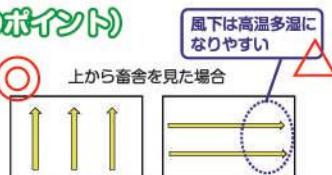
(風速) 取付前 3.0m／秒 → 取付後 4.0m／秒  
(体感温度低下) 取付前 10.0℃ → 取付後 12.0℃

#### (4) その他(送風のポイント)

送風のポイント:イメージ解説



①斜め下に向かって畜体に風を当てつつ  
②同方向に向け風の流れを作るとよりよい



①斜め下に向かって、畜体に風を当てる。

(真下に向けるのは×、高温・多湿の空気が循環される恐れあり)

②送風機すべて同方向に向け空気の流れをつくる。

③距離の短い側壁方向に風を抜くことで、効率良く空気を交換できる。(餌槽の飼料の舞い上がりに注意)

※(1)～(3)の内容やその他暑熱対策については、栃木県ホームページ「乳牛の暑熱対策マニュアル」にも記載がありますので、参考にしてください。

(上都賀農業振興事務所より)



## 鹿沼市 / 新たなSNS映えスポット誕生



「有限会社農業生産法人かぬま」は4月15日に、鹿沼市「出会いの森いちご園」で「いちご神社竣工奉告祭」を行いました。いちご神社の完成を祝い、鹿沼市、鹿沼市商工会議所、星野工業株式会社、JAかみつがなど関係者ら33名が参加しました。今宮神社の山田和之宮司、櫻木悠人権禱宜が今宮神社で清められた札を本殿に納め、奉告を執り行いました。

いちご神社は星野工業株が発案。「いちご市」を宣言している鹿沼市をさらにPRできないかと「いちご神社」を構想。神社にすることで、癒やし、心の拠り所、パワースポット、SNS映えなど、観光資源となることが期待されます。

各所にはイチゴをモチーフにしたデザインが施され、「いちご神社」を掲げる大鳥居の先には、五角形のイチゴの形をイメージした鳥居が設置されています。木材は鹿沼市産を使用し、神社を守るビニールハウスはJAが提供し、農業生産法人かぬまが施工しました。

「いちご神社」は五角形の鳥居にかけて合格(ごかく)祈願、一期(イチゴ)一会の良縁などのご利益が期待されます。



あぐり  
ジン

# (株)NRNGの規模拡大を目指して

黄金に輝く和牛の像が目印の株式会社「NRNG(エヌアールエヌジー)」で代表を務める芳田優さん。祖父の代から酪農が始まり、幼い頃から農畜産が身近で、中学生の頃には畜産農家になると決意していました。大学卒業後、就農した芳田さん。畜産に関する知識や技術は、我流で覚えていたと、これまでの経験を活かしながら飼育管理に励んでいます。

新型コロナウイルスの影響やウクライナ情勢などから、酪農業の将来を考え、2年前から(株)NRNGを設立し、繁殖和牛の飼育をメインに経営しています。法人化したのは「経営規模を拡大していくため」と意欲的な芳田さんです。

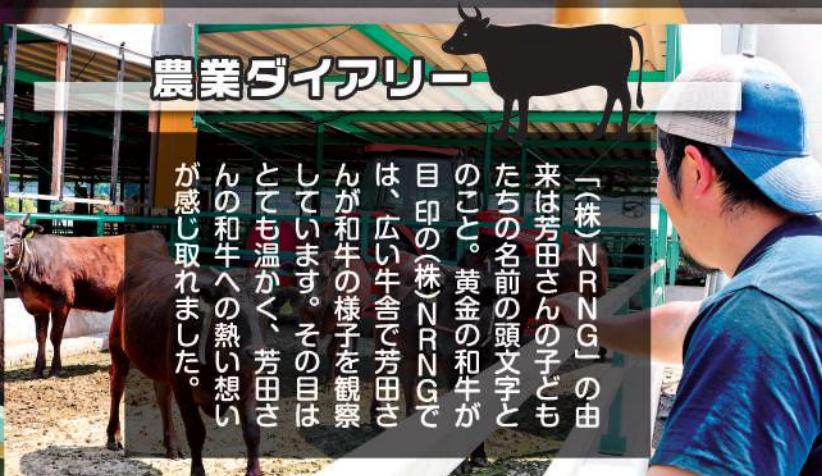
発情期を見逃さないように観察したり、生まれたての子牛が安定するまでの体調管理など、健康状態の観察を大切にしています。WCS(稻発酵粗飼料)《イネホールクロップサイレージ》の生産も行つており、経営所得の安定、水田の有効活用や飼料自給率の向上を図っています。

酪農は芳田さんが一人で管理し、(株)NRNGでは3人を雇用して飼育しています。畜産の魅力については、「どのような結果ができるかは自分次第。農畜産業の魅力はそこにある」と語りました。

今後の目標は「繁殖和牛の頭数を増やして経営規模を拡大していく」と語りました。

## 農業ダイアリー

「(株)NRNG」の由来は芳田さんの子どもたちの名前の頭文字となること。黄金の和牛が目印の(株)NRNGでは、広い牛舎で芳田さんが和牛の様子を観察しています。その目はとても温かく、芳田さんの和牛への熱い想いが感じ取れました。





●鹿沼市下奈良部町

**若林 虎我くん**  
(9歳) **岳虎くん**  
(5歳)

お父さん：暢一郎さん お母さん：美帆さん

はっぴー どりーむ  
**HAPPY Dream**

爽やかな新緑のなか、「こんにちは！」と大きな声で迎えてくれた二人。空手を習っているという、元気いっぱいな兄弟です。

お兄ちゃんの虎我くんは、小学4年生。好きな教科は体育です。なかでもドッジボールが得意です。好きな食べ物は焼き肉とエビのお寿司、休みの日は弟と一緒にサイクリングをします。将来は、お父さんと同じ「イチゴ農家」になりたいそうです。

弟の岳虎くんは、チョコレートアイスが好きな5歳。将来の夢を聞くと「トラックの運転手！」と元気いっぱい答えた後、「サッカー選手と野球選手にもなりたい！」と笑顔。それを聞いていたご両親と虎我くんもつられて笑顔。とても微笑ましい光景でした。

兄弟の名前に両方、「虎」の字が入っているので、名前の由来を伺いました。それは、寅年生まれの美帆さんが、妊娠中、お腹の中の二人に、愛称として「とらちゃん」と呼びかけていたそうです。その名残で虎の字が二人の名前に入っているそうです。そんなエピソードを美帆さんは、とても優しい笑顔で教えてくれました。

ご両親は、「空手を通して強い心と、色々な困難や壁にぶち当たつても、負けない気持ちを大切にしてほしい」と強く願っています。



牛乳を  
もっと食卓に  
おいしい  
ミルクレシピ

出典・JミルクWEBサイト「ミルクレシピ」

## ミルク衣で減塩に ★エビのしそ巻き天ぷら

### 材料(2人分)

エビ(ブラックタイガー)…6尾 白こしょう…少量 青ジソ…6枚  
衣(小麦粉…50g 水…50ml 牛乳…50ml)※計量後に冷蔵庫で冷やしておく  
サラダ油…適量 レモン…適宜

### 作り方

- ①エビは背ワタを取り、尾を残して殻をむいたら、白こしょうを振って青ジソを巻く。
- ②①の表面の水分を拭き取り、小麦粉(分量外)をうっすら全体にまぶす。
- ③衣を作る。ボウルに氷水を当て、衣の材料を小麦粉、水、牛乳の順に加えて箸でダマが残るくらいに混ぜる。②のエビを衣にくぐらせ、170度に熱したサラダ油で揚げる。
- ④器に盛り、レモンを添える。



梅

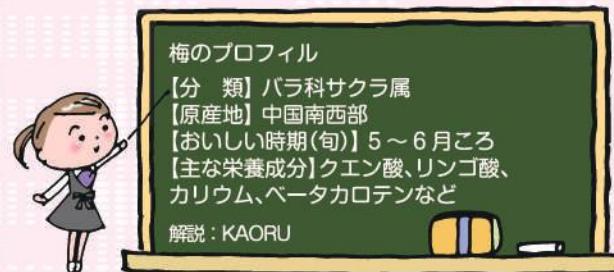
～疲労回復や食中毒予防に～

野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

フルーツ  
パラダイス

イラスト: 小林裕美子



### 選び方

果皮に張りがあり  
色鮮やか

ふっくらとして  
丸い

柔らかく過ぎる場合は  
傷んでいるかも……



果皮に傷や斑点がある  
変色している

### 保存方法

乾燥しないよう  
新聞紙など  
で包み、冷暗  
所か冷蔵庫の  
野菜室へ

数日中に  
加工できない場合

冷凍保存

水に漬けてあく抜きをし、へたの部分を  
取り除いて保存袋に入れ冷凍庫へ。  
使うときは自然解凍する



高温・直射日光  
低温・冷気

箱買いた場合  
段ボールのふたを開けて換気。傷んでいたら取り除く

### 梅のチカラ



### 楽しみ方・食べ方のコツ

アルコールなどに漬けたり、加熱して、必ず加工して食べろこと!  
青梅の種には有毒成分が含まれるため生食は食中毒を起こす可能性がある

用途によって利用  
未熟な青梅→梅酒、梅ジュース、硬めの梅干しに  
熟した梅→梅ジャム、甘露煮、軟らかい梅干しに

### 生食NG

あく抜き  
青梅は3時間、黄色みを帯びているものは1時間程度水に漬け、あく抜きする  
完熟しているものは洗い流す程度でOK  
苦味やえぐ味が出るので注意!



おたより  
ひろば

LETTERS

●5月号特集「日本茶ビューティー」が興味深かったです。日頃飲んでいるお茶の効能が分かって良かったです。(栃木市Oさん)

●ありがとうございます。身近な食材の効能など皆様に興味を持っていただけます。ただけるような情報発信に努めてまいります。

●5月号のあぐりッシュ記事を読んで嬉しくなりました。若い人が栃木県に移住して就農してくれることに喜びを感じました。(栃木市Sさん)

●ありがとうございます。今後もJAかみつがは未来の農業者を応援してまいります。

【鹿沼市上奈良部町】高羽  
雜草は蒔いた種より先に伸び  
ヒバリ鳴く麦畑にはキジの影  
【鹿沼市下奈良部町】高翠  
荒くれで一時雷雨のハプニング  
【鹿沼市藤江町】清黄金  
大空に若葉が萌えて深呼吸

【鹿沼市池ノ森】齋藤としい  
郷に入りて半世紀経つ我が伴侶  
やむ無く「選考委」の意に填まる  
【日光市猪倉】金田恵子  
乱雑に植込みをきしわが庭の  
木々それぞれに花をつけたり

【鹿沼市下遠部】相場栄子  
推敲に満足せぬも投函し  
直後に浮かぶこれぞという句  
【鹿沼市久野】広田文子  
春めきて陽気進みし雨水有り  
庭の草花咲いて華やぐ

俳句

## みんなの作品

【鹿沼市上奈良部町】高羽  
田植え前代焼き終わった水田に  
夕日輝く五月かな

【鹿沼市上奈良部町】高翠  
田植え後待ちわびたのかサギ来る  
カモの子育て賑わう青田

【鹿沼市富岡】佐藤富一郎  
エンジンの音響かせて青田なり  
手植の昔知る我老へし

【日光市轟】狐塚昭子  
竹の皮に赤紫蘇くるみてすすりたり  
小学生のなつかし思い出



## 作品募集

■作品は楷書で分かりやすくお書きください(ふりがなはいだいたい作品の通り表記します)。住所・氏名・電話番号をご記入ください。

絵手紙や作品の写真などもお待ちしています。(掲載しない場合もあります)

●毎月15日締切●

■宛先  
〒322-0044 鹿沼市鳥居跡町983-1  
JAかみつがくらしの活動課  
TEL 0289-65-1012  
FAX.0289-65-1009

右のイラストには左のイラストと違う部分が5か所あります。  
間違っている部分を左下の枠内の数字で探ししましょう。



出題・パズルイラスト  
酒井栄子

郵便ハガキ	表
切手	322-0044
鹿沼市鳥居跡町983-1	
JAかみつがくらしの活動課	

- ①6月号 答え  
間違っている部分の数字を記入してください。
- ②郵便番号・住所氏名・年齢・電話番号
- ③広報誌「かみつが」についての感想・意見
- ④あなたの身の回りのできごと、広報誌「か



5月号の答え  
アマリリス

●答えのわかった方は、官製ハガキに必要事項を明記のうえ、ご応募ください。正解者の中から抽選で「オリジナルクオカード」を差し上げます。

●JAかみつがのホームページからも応募できます。ホームページのJA広報誌からお入りください。

HP <http://jakamituga.jp/>スマートフォンの方はこちらから→

●当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

●締め切りは6月30日(金)※当日消印有効

●このコーナーではまちがいさがしと  
クロスワードパズルを交互に掲載します。



6月の運勢



射手座

運勢には活気があります。あなたが頑張ればなんとかなる頼まれ事は引き受けてあげて。今後  
の確になるはず

JA  
KAMITSUGA



# かみつが通信

## ～青年部・女性会 活動～

### JAかみつが青年部、JAかみつが女性会で通常総会が開催されました。

4月4日にJAかみつが青年部第23回通常総会がJA本店で行われました。全4号議案が承認されました。役員改選も行われ、新役員は下記の表の通りです。(敬称略)

新部長となった田谷部長は「会員も少なくなっているが、少数でも一致団結して、皆さんとともに青年部活動の活性化を目指していく」とあいさつしました。



○————あいさつをする田谷部長————○

#### 青年部

部長	田谷 修
副部長	田野井 稔
//	斎藤 秀樹
会計	湯澤 祥和
監事	麦倉 秀明
//	斎藤 知之
幹事	吉原 冬悟

#### 女性会

会長	高橋 敏子
副会長	福田 登美子
//	松嶋 和子
//	若林 きく
会計	斎藤 万里子
監事	伊原 かね
//	大塚 千枝子
委員	佐藤 美恵子
//	手塚 幸子
//	池田 芳子
//	福田 和子
//	岩出 幸子
//	川津 とく

4月17日にはJAかみつが女性会第23回通常総会がJA本店で行われました。全4号議案が承認されました。役員改選も行われ、新役員は左記の表の通りです。(敬称略)

高橋会長は「SDGsや地産地消の取り組みなどにより活発な活動展開を目指したい」とあいさつしました。



○————あいさつをする高橋会長————○

## ●組合員の皆様へ 注意喚起 JAを名乗る業者訪問について

平素よりJAの各事業におきましては、格段のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

最近、JAかみつが管内にて『JAから来ました。』とJAを名乗る業者が訪問しているとの情報が寄せられています。

当JAの指定業者については、JA発行の身分証明書を携行させておりるので、業者が訪問した際に必ず身分証明書の提示を求め確認してください。

なお、不審な業者が訪問した場合は、お近くの営農経済センターまでご連絡をお願い致します。

- JAかみつが南部営農経済センター資材課  
フリーダイヤル 0120-40-1120
- JAかみつが日光営農経済センター資材課  
フリーダイヤル 0120-02-1174
- JAかみつが営農経済部資材課  
☎ 0289-71-1130

## ●組合員の皆様へ 振り込め詐欺の(注意喚起)

平素よりJAの各事業におきましては、格段のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。最近JAかみつが管内においても、JAを名乗るものからネットバンクを不正利用する案件や振り込め詐欺の発生が確認されています。その手口は年々複雑化しておりますので、十分にご注意ください。

当JAの金融専門担当者については、JA発行の身分証明書を携行させておりので、業者が訪問した際には必ず身分証明書の提示を求め確認してください。

なお、不審なお電話、訪問があった場合は、下記までご連絡いただきますようお願いいたします。

- 信用業務課 ☎ 0289-65-1003

## J A 資産管理事業のご案内

### 相続相談、農地・土地の売買等 有効活用をお考えの方はJAへ!!

JAでは組合員・利用者のみなさまの税金・法律・不動産などに関するご相談について、専任担当者が顧問弁護士、税理士など専門家と連携してアドバイスを行い、問題解決のお手伝いをしています。お気軽にご相談ください。

#### 7月の休日営業日(本店)

1日(土)、8日(土)、15日(土)、  
22日(土)、29日(土)、30日(日)

#### お問い合わせ

■JAかみつが資産管理センター  
☎ 0289-65-1008 (南部地区)  
☎ 0288-22-1127 (日光地区)

## 組合員資格に関する 重要なお知らせ

組合員の方で、転居された方や出資名義の方が死亡している場合は変更手続きが必要となります。

特に住所が変更になった場合は出資配当金支払いなど重要なお知らせが送付できなくなりますので、早急に変更手続きをお願いいたします。

詳しくは最寄りの支店窓口にお問い合わせください。

## 農業専門求人サイト 「とちぎの農業で働く!」

をご利用ください。 専用の求人票をJAに提出してください

パート・アルバイトの雇用を  
考えるJA組合員の皆さん

JAかみつがの無料職業紹介所では、地域農業の人材確保や農業での雇用機会の創出をお手伝いします!



お問い合わせ先 営農経済部 営農振興課 TEL:0289-77-5350 E-mail:einou@ja-kamituga.or.jp

# information

## 中古農機情報

鹿沼農機センター（鹿） 日光農機センター（日）  
TEL.0289-75-4861 TEL.0288-30-1191

品名	型番・備考など	希望価格
①クボタ コンバイン（鹿）	ARN218	44万円
②タイショウ グレンコンテナ（鹿）	2mホース EX08II	5万円
③ヤンマー トラクター（鹿）	US550（ロータリー付）	180万円
④ミツビシ トラクター（鹿）	GO300（ロータリー付）	160万円
⑤イセキ 田植機（日）	NP80D	50万円
⑥イセキ 田植機（日）	NP80D	100万円
⑦イセキ 田植機（日）	PZ60	60万円
⑧サタケ 粉搗機（日）	NRZ350GXA	30万円

仕上及び消費税は含まれていません。上記中古品は現品限りのため、受付順に契約をすすめてありますのでご了承ください。

## 中古農機無料査定実施中！



＼お得な情報発信中/  
友だち募集中



LINEの友達登録もお願いいたします！

## 各種相談会

### ○税務相談会（要予約）

令和5年7月13日(木) JA本店 日光中央支店  
顧問税理士 ウチノ税理士法人

相談は  
無料

### ○法律相談会（要予約）

令和5年7月20日(木) JA本店  
弁護士法人 木村・岡部 法律事務所  
◆申込は各支店または  
鹿沼・日光資産管理センターへ  
鹿沼資産管理センター TEL 0289-65-1008  
日光資産管理センター TEL 0288-22-1127

### ○年金相談会（要予約）

講師：笹沼和子 社労士  
令和5年7月29日（土） 日光中央支店  
TEL0288-22-0251 午前9時～午後3時  
◆相談は無料。各支店にお申し込み下さい。

### ○休日ローン相談会

令和5年7月の開催日 午前9時～午後4時  
◆鹿沼ローンセンター（鹿沼支店内）  
1日(土)・8日(土)・15日(土)・22日(土)・29日(土)  
鹿沼市鳥居跡町983-1 TEL0289-63-0056  
◆日光ローンセンター（日光中央支店内）  
8日(土)・22日(土)  
日光市森友923-3 TEL0288-23-7002

## 編集後記

先月、趣味の登山で、「筑波山」へ登りました。当  
日は天気に恵まれ、爽やかな青空と新緑の中の登り  
きった頂上からのぞむ関東平野の美しさ！最高！そ  
して登山の後に食べるチョコレートはさらにおいし  
い！…と思ったら歯がとれました…。皆様も  
歯を大切に！（いつ歯一）

## 組合員等利用者の皆さんへ

JJAかみつがでは、地球温暖化防止対策およ  
び節電対策の一環として、下記の取り組み  
をおこないますので、ご理解の程よろしくお  
願いいたします。

記

取組期間  
令和5年5月1日(月)～  
10月31日(火)

取組内容  
①事務所内の室温を28℃とします。  
②毎週水曜日をNO残業デーとします。  
③事務所内外の照明を節電します。  
④クールビズを実施します。  
原則軽装(NOネクタイ・NOジャケット等)での勤務を奨励します。



## 5月の理事会

5月31日開催

### 協議事項

- (1)みのり監査法人監査報酬の支払いについて
- (2)令和4年度下期自己監査課題に対する取組方策について
- (3)行政庁提出業務報告書添付資料について
- (4)固定資産の取得・処分・譲渡・リース等に係る要領の一部改正について
- (5)諸規程類の一部改正について
- (6)令和5年度参与の選任について
- (7)信用供与等の最高限度について
- (8)社債の累積3億円超の信用の供与等にかかる追認について
- (9)令和5年農水産業協同組合貯金保険機構保険料の納付について
- (10)大豆選別機の導入について
- (11)令和5年度理事報酬額の配分について

### 報告事項

- (1)栃木県常例検査及び農林水産省要請検査の実施について
- (2)無面接共済契約にかかる不祥事再発防止策の履行状況について
- (3)新型コロナウイルス感染症にかかる報告について
- (4)4月末主要勘定実績検討について
- (5)元小林直売所の売却について
- (6)令和5年度地区運営委員会の開催について
- (7)JAかみつがサービス㈱4月末実績報告について
- (8)自動車推進役職員総ぐるみ運動4月末実績報告およびオートバル利用状況について
- (9)令和5年度「マイカーローンキャンペーン」の実施について
- (10)令和5年度上期年金獲得特別推進運動の実施について
- (11)夏期貯蓄特別推進運動「サマー・キャンペーン2023」の実施について
- (12)第24回共済プラザチャリティーゴルフ大会の開催について
- (13)第2四半期余裕金運用方針・計画について
- (14)共済推進禁止行為にかかる自主点検の実施について
- (15)無料職業紹介事業実績報告について
- (16)農業簿記帳代行事業の実績報告について
- (17)農業体験学習の実施について
- (18)営農・経済事業の成長・効率化Pの進捗について
- (19)令和5年度盆用品推進について
- (20)令和5年度初盆返礼品推進について

農業が変わる。

伝える、支える。

The image shows a hand holding a smartphone displaying the Japanese Agricultural News website. The website features a navigation bar with links like 'トップ' (Top), 'ニュース' (News), '畜産林業' (Agriculture and Forestry), 'ビジネス' (Business), 'JA' (Japan Agricultural Cooperatives), '地方' (Regions), '社会' (Society), 'くらし' (Life), '文化' (Culture), 'オピニオン' (Opinion), and '相談' (Consultation). Below the navigation is a news feed with several articles. One article is highlighted with a green banner at the top: '野菜輸入 2割減少 10月算定 [NEW]'. Other visible articles include '食料安保大綱策定を 自民提言案' (Proposed by the Liberal Democratic Party), '水耕×魚養殖で循環型農業 ふん栄養に有機栽培 SDGs推進も システム導入広がる' (Organic cultivation and aquaponics for circular agriculture), and 'キウイ生産 充実の定年3人組 [NEW]'.

**THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS**

**日本農業新聞**

**食料安保大綱策定を**

**基本法、23年度中の提出視野**

**自民提言案**

**農業が変わる。**

**伝える、支える。**

日本農業新聞  
公式ウェブサイト  
はこちら!



知る、活かす、つなぐ JAグループ 情報共有運動



THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS  
**日本農業新聞**



2023年6月1日発行  
(毎月1回発行)

6万冊

編集・発行／上都賀農業協同組合 総務部

〒322-0044  
鹿沼市鳥居跡町103-1  
電話(029)1-01-12

印刷所／(有)アーテック