

2018
10

かみつが

No.234



★ 特集 ★
Special Feature

●平成30年産米の概算金が決まりました
●秋のスポーツ特集



Monthly Public Magazine
KAMITSUGA

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



No.234
[10月号]
2018.10.1

- 01 表紙
あづま保育園で楽しいランチタイム
(鹿沼市千渡)
- 02 かみつが ^{おびにおん} **opinion**
上野賀農業協同組合 常務理事(信用・共済) 稲尾和久
- 03 あぐり ^{なう} **NOW**
おりひめ初出荷&新鹿沼宿で
販売会を実施しました
- 04 特集
平成30年度米の概算金が決まりました
スポーツの秋
- 06 TOPICS
- 08 健康百科
「よく噛むことの効果①」
上野賀総合病院健康管理センター 保健師 石澤美奈子
変わるJA~広がる地域のきずな~
- 09 営農情報
- 10 あぐり ^{なう} **ジュ**
鹿沼市下奈良部町 君嶋明太さん
かみつが ^{de choice} **de choice**
「ゼリーの素(クール)」
- 11 **ベジタブルライフ**
^{はっぴーどリーむ} **Happy Dream**
西方町金井 増田杏南ちゃん 百華ちゃん
- 今月の ^{レシピ} **RECIPE**
- 12 **LETTERS**
おたよりひろば
みんなの作品
まちがいさがし
- 13 かみつが通信
- 14 **インフォメーション**
- 16 裏表紙



『なくてはならない
JAを目指して』
上野賀農業協同組合
常務理事(信用・共済)
稲尾和久

日増しに秋の深まりを感じる季節となり、稲刈りも終盤を迎えていることと思いますが、日頃より当JAの事業に対しましてご理解、ご協力をいただきまして、誠にありがとうございます。

さて、今年の6月から9月にかけて、国内において甚大な自然災害に見舞われました。大阪を中心とした大地震、西日本を中心とした豪雨、更に北海道地震により多くの尊い生命や財産が失われました。当JA管内でも、平成27年に水害により大きな被害が発生しました。自然災害はいつでも、どこでも発生する可能性があります。そのため、万が一の際のために、共済事業では「ひと・いえ・くるまの総合保障」の提供を推し進めています。もし不安なことがあれば、ぜひJAにご相談下さい。

当JAは常に組合員の皆様に寄り添い、「なくてはならないJA」を目指して自己改革を実施しています。組合員の皆様との会話をもとに、ご意見やご要望を聴くとともに、実行していくことが重要と考えていますので、今後ともご支援・ご協力下さいますようお願いいたします。

＼今月の表紙／

●あづま保育園で楽しいランチタイム(鹿沼市千渡)

あづま保育園きりん組の30名の元気いっぱいなお友だち。毎日楽しみな給食の時間。年長さんのきりん組は「来年から小学生!」とたくさん給食を食べてすくすく育っています。



きょうもげんきにいただきます!

あぐり ^{なう} **NOW**

上野賀農協なし部は、8月1日に管内で梨「おりひめ」を唯一出荷する、渡辺克浩さんのほ場で収穫を行いました。2日・5日にはJAかみつが南部営農経済センター集荷場で集出荷を行い、約2トンのおりひめが、宇都宮市の東一宇都宮青果へ出荷されました。



おりひめを収穫する渡辺さん

おりひめ初出荷&新鹿沼宿で販売会を実施しました



おりひめを購入する来場者

●「おりひめ」とは

おりひめは、栃木県の農業試験場が開発し、2013年に品種登録されました。特徴は幸水よりも早く収穫できる極早生の青梨で、なめらかでジューシーな味で清涼感があること。外観は薄い黄緑色で、夏に合う爽やかな色味をしています。月遅れの七夕の時期に収穫されることからおりひめと名付けられました。



8月5日には、まちの駅新鹿沼宿でおりひめの販売会を行いました。販売会では試食も行われ、来場者は「果肉が柔らかい」「甘くて美味しい」と好評でした。

宇都宮市から来た女性は「新聞を読んだので来てみた。昨年の販売会では購入できなかったので購入できて嬉しい」と嬉しそうに話しました。その他にも「昨年購入してみんなで食べた際に好評だったため、今年も買ってきた」「来年も買いに来たい」など大盛況でした。

今年のおりひめは開花が早く、昨年より一週間早い収穫となりました。大きさは天候の影響で、若干小ぶり傾向でしたが、糖度は12度と高めでした。

今年の品質について渡辺さんは「天候にも恵まれ糖度の高いものができた。おりひめの栽培は難しいが、試行錯誤を重ね栽培に取り組み、高品質のものを消費者に届けたい」と意気込みました。

秋のスポーツ特集

JAかみつが第2回学童野球大会



8月18日、19日栗野運動場で第2回JAかみつが学童野球大会が開かれました。昨年よりチーム数も増え児童達は優勝を目指して試合に臨みました。本大会は少年野球の健全な育成と発展を目指し、少年たちに野球を通して相互の交流を深め、仲間意識、連携を高めることを目的としています。

両日共に天候に恵まれ、試合を勝ち抜き優勝したのはみどりが丘スポーツでした。

JAかみつが共済プラザ 第14回ママさんバレーボール大会

9月2日TKUいちごアリーナで第14回JAかみつが共済プラザママさんバレーボール大会が開かれました。日頃の練習の成果を発揮し、各チーム奮闘しました。

競技の結果(各ブロック優勝チーム)は次の通り。

Aブロック：板荷バレークラブ
 Bブロック：HOVクラブ
 Cブロック：鹿沼さつき
 Dブロック：鹿沼北クラブ
 Eブロック：ヴィクトリー

試合後は特賞自転車や福袋が当たるお楽しみ抽選会が行われました。

また参加チームには参加賞として旬のJAかみつが産梨10kgが贈呈されました。



西方グラウンドゴルフ大会

西方支店年金友の会は9月6日、栃木市西方町さくらグラウンドで第14回グラウンドゴルフ大会を開きました。会員と一般参加者合わせて58人が出場して、日頃の腕前を競いました。競技の結果【男性の部】優勝は三浦博さん【女性の部】優勝は石川シマさんとなりました。



JA栃木野球大会

8月25日、9月1日にはJA栃木野球大会が開かれました。今大会の開催地はJAかみつがで、JAかみつが職員も参加し、他JAと対戦しました。



●農家組合員の皆様へ●

JA出荷で安心稲作経営

平成30年産米の概算金が決まりました

特集

Special feature



平成30年産うるち米の概算金について

- ◆JAグループ栃木では、前年産に引き続き「需要に応じた生産」に取組み、主食用米の需給環境は改善しつつあります。しかし、米価上昇に対する消費者の買い控え、一部外食業者での輸入米の使用拡大、米飯商品の少量化等の動きによる国産米の消費減退が懸念されるため、依然として予断を許さない状況にあります。
- ◆こうした状況の中で、平成30年産米の概算金については、現時点で支払い可能な最大水準で設定しました。
- ◆栃木県産米をご愛顧いただいている消費者・販売先へ安定的にお米をお届けするため、JAへの出荷をお願いいたします。
- ◆なお、農水省からの指摘により、概算金単価にはJA手数料が含まれています。JA手数料は、概算金口座振り込み時に検査手数料等と共に控除いたします。

平成30年度米の概算金単価表

水稻うるち玄米概算金

単位：円/30kg

品種名	等級	JA米		一般米	
		紙袋	ばら玄米	紙袋	ばら玄米
コシヒカリ	1	6,700	6,762	6,450	6,510
	2	6,400	6,462	6,150	6,210
	3	5,900	5,961	5,650	5,712
なすひかり	1	6,400	6,462	6,150	6,210
	2	6,100	6,162	5,850	5,910
	3	5,600	5,661	5,350	5,412
とちぎの星	1	6,400	6,462	6,150	6,210
	2	6,100	6,162	5,850	5,910
	3	5,600	5,661	5,350	5,412
あさひの夢	1	6,300	6,360	6,050	6,111
	2	6,000	6,060	5,750	5,811
	3	5,500	5,562	5,250	5,310
ひとめぼれ	1	—	—	6,150	6,210
	2	—	—	5,850	5,910
	3	—	—	5,350	5,412
上記以外の品種	1	—	—	5,950	6,012
	2	—	—	5,650	5,712
	3	—	—	5,150	5,211

*この単価は、JA手数料(247.32円)、消費税および包装代(紙袋90円)が含まれます。
 *出荷契約を締結し、JA米の要件を満たしたお米の概算金は、一般米より30kgあたり250円高となります。
 *JA米の対象銘柄は、コシヒカリ・ミルクークイーン・なすひかり・とちぎの星・あさひの夢の5銘柄です。(その他の品種は全て一般米扱いになります。)
 *特別栽培米については、上記の単価に150円/30kgを加えた概算金になります。
 *平成31年1月1日以降に出荷された場合、上記の単価から一律500円/30kgを差引いた金額となります。

JAグループ栃木では生産者手取りの最大化のため、流通経費の削減に取り組んでいます！

地元の夏野菜を使った料理教室開催

JAかみつが
女性会

JAかみつが女性会は8月30日、菊沢コミュニティセンターで第1回「食の交流講座」を開きました。

女性会の会員や地域の女性など30人が参加し、鹿沼、日光、栗野、西方各地区の会員が持ち寄ったレシピで、かみつが産の夏野菜を使用した「トマトの和風ハヤシライス」「トマトと夏野菜の和え物」「キュウリの四川風炒め」「季節のゼリー」の4品を作りました。

完成した料理を試食し、交流を深めた参加者は「地元の夏野菜と家にある食材を使って簡単に作ることができた。とても美味しいので、是非また作りたい」と好評でした。



料理を作る参加者

花をテーマに農を楽しく学ぶ

JAかみつが

JAかみつがは8月4日、JAの事業、地元農産物や農業への関心・理解を深めてもらおうと、JAかみつが親子農業体験学習を行いました。今回は花をテーマに4家族10人が参加しました。

参加者は鹿沼市上永野の大塚千枝子さんのほ場にてスプレー菊の生育を観察し、栽培の基本や出荷・販売先等を学びました。

花農場あわのでは、押し花を使用した工作体験が行われ、農場とれたての野菜やハーブを使用した昼食も楽しみました。

最後にまちの駅・新鹿沼宿で地元の新鮮な農産物や加工品などのお買物を楽しみ、参加者は「スプレー菊について楽しく勉強できて良かった。機会があったらまた参加したい」と話し、農への関心をさらに深めていました。



大塚さんのほ場を見学する参加者

組織的活動で地域活性化を目指す

大室WCS部会



WCSを刈り取る様子

稲発酵粗飼料（＝イネWCS / ホールクロップサイレージ）を栽培する日光市の大室WCS部会は7月25日～8月10日まで稲の刈り取り作業を行いました。

同部会は高齢化が進む大室地区の畜産農家が、労力軽減と大型農機具共同使用による経費削減を目的として始めた事業で、今年で4年目を迎えました。

同部会では共同購入したラジコンボートによる農薬散布除草作業の委託事業も行っています。散布料金は10㍍あたり800円。詳しい問い合わせ先は大室WCS部会事務局Tel.090-4008-8000まで。

歴代最高平均単価記録更新

上都賀農協
鹿沼にら部



最優秀賞を受賞する根本さん

上都賀農協鹿沼にら部は8月21日、日光市で平成29年産にら出荷反省会及び立毛共進会・上位出荷コンクール表彰式を開きました。

29年産は137人が53㍍を栽培。販売金額は6年連続で上昇し昨年を引き続き10億円を突破。今年度も管内の歴代最高単価が更新されました。

立毛共進会表彰式では、昨年行われた審査会にて出品された中から選出。コンクール受賞者は次のとおりです。

- ▽最優秀賞＝根本 茂美
- ▽優秀賞＝若林 克英 若林暢一郎
- ▽優良賞＝中島 啓 稲川 政一（敬称略）

新役員と更なる発展に向けて

上都賀農協
いちご部



あいさつする江部部長と新役員

上都賀農協いちご部は8月20日、南部営農経済センターで、平成30年度いちご部総会を開きました。

30年度のいちご部会は部員数、栽培面積は減ったもののキロ単価は前年度を上回りました。

議案の承認後、役員改選が行われ、選出された役員は以下の通りです。（敬称略）

- ▽部長＝江部 伸一
 - ▽副部長＝古澤 良夫 天谷 諭 田村 正（会計兼務）
- 江部伸一部長は「部員と協力し、役員一同努力しながらいちご部の発展に励んでいきたい」とあいさつしました。

なし目ぞろえ会

上都賀農協
なし部



現物を確認する担当者

上都賀農協なし部は8月2日、鹿沼市の南部営農経済センターで、平成30年産「幸水」目ぞろえ会を開き、生産者、関係者ら40名が参加しました。

出荷申し合わせ事項では、収穫時のカラーチャートを1.5に設定し、適期収穫の実践を確認しました。

熊倉正之部長は「不安定な天候が続くが、収穫時のルール、特にカラーチャート1.5を守り、品質の良い梨を提供しよう」と呼びかけました。

今後は、「幸水」「豊水」「あきづき」「新高」「にっこり」の順に11月中旬まで出荷されます。

意識統一で高品質栽培を

JAかみつが
日光大豆部会



栽培状況を確認する部員

JAかみつが日光大豆部会は8月21日、日光市で現地検討会を行いました。

参加者は、日光市内の生産者ほ場を訪れ、高収ほ場・低収ほ場比較試験での収量安定対策について検討しました。

福田清文部会長は「今年度の生育は順調。昨年度の反省を活かし、部会員の意識統一を図り高品質栽培に取り組もう」と呼びかけました。

同部会は生産者18人が「里のほほえみ」を約90㍍栽培。今作は6月中旬から播種が行われ、収穫は11月上旬から始まります。

新築工事の安全祈り起工式

小林支店



鉄入れを行う大橋組合長

JAかみつがは7月24日、日光市小林地区の建設予定地でJAかみつが小林支店新築工事の安全と期間内の完成を祈り起工式を行いました。JA役職員、工事関係者など22名が参列し、神職による神事を執り行いました。

起工式では、参加者が地鎮の儀や玉串奉納などの神事を行い、工事が安全に終了するよう祈願。JAかみつが大橋正春組合長は「現在の支店は長い間、多くの組合員に愛されてきた。さらに愛され、利用される支店づくりをしていきたい」とあいさつしました。小林支店は11月末に完成を予定しています。

営農情報

Farming Information

鳥インフルエンザ防疫対策について

「鳥インフルエンザ」については、近年世界的な流行が見られており、国内の家畜でも平成28年11月から30年3月にかけて、10道県13事例の発生がありました。今後、どこで発生があってもおかしくない状況にあります。鳥インフルエンザのウイルスは、渡り鳥によって国内に持ち込まれると考えられており、これから渡り鳥の本格的な飛来シーズンを迎え、本病の侵入リスクがいつそう高まる季節となります。万一発生した場合には、「家畜伝染病予防法」に基づき、関係機関が連携し、速やかに必要な防疫対策が講じられ、発生農場のみならず周辺農場においても卵、鶏の移動が制限されるなど、大きな影響が及ぶこととなります。



上都賀農業振興事務所防疫演習の様子

● 県中央畜保健衛生所
電話 028-689-1200
FAX 028-689-1279

● 県西環境森林事務所
電話 0288-21-1178
FAX 0288-21-1181

産者の皆様には、引き続き適切な飼養管理及び進入防止対策の徹底をお願いします。なお、鳥インフルエンザなどの病気が疑われる症状を確認した際は、速やかに県中央畜保健衛生所に直接連絡ください。

また、野鳥の死体を見つけた場合、直接触れず、種(特徴)・羽数・状況等を確認の上、県西環境森林事務所へご連絡ください。

にら栽培研修体験会初開催



ほ場にて栽培技術などを話す谷中さん(左)と参加者

上都賀地域就農支援ネットワーク会議は8月12日、JAかみつが南部営農経済センターと栃木県農業士の谷中民史氏のほ場で、にら栽培研修体験会を行いました。県内外から10名が参加しました。

この体験会は、にら栽培での就農に興味がある人を対象に、10月から行われる上都賀地域にら研修制度の内容の一部を体験し、研修制度とにら栽培への理解を深めてもらうために行われた初めての試みです。

体験会では、まず同センターの集荷場を見学し、担当職員がJAかみつが鹿沼にら部の活動内容や集出荷についての説明を行いました。その後、谷中さんがほ場を案内しながら、にら生産の流れや栽培技術を説明しました。次に収穫後の選別、計量、結束、袋詰めまでの出荷調整作業を体験し、参加者は説明を受けながら真剣な表情で学びました。

今回説明を行った谷中さんは「にらでの就農に興味を持って来て頂いた参加者の方々に、一人でも多く就農してもらい、一緒に農業をやっていきなさい」と意気込みを語りました。

参加者は「とても貴重な体験ができ、にら栽培について詳しく調べた。今後就農について真剣に検討していきたい」と話しました。

いつでも
どこでも
みんなの
JA

変わるJA

広がる地域のきずな

監修=広島大学助教 小林 元

Q. 准組合員はJAでどんな役割を担っているの?

A. 准組合員も、食と農を支える協同組合の仲間です。

JAは農業者を中心とする協同組合です。しかし、地域の農業を豊かにするためには、農業者だけではなく、消費者や地域のみなさんの理解も重要です。食と農をつなぐことで、地域と地域の農業をより豊かにするために、JAには准組合員の仕組みがあります。

また、准組合員になることで、JAが行っている様々なくらしに関わる事業を利用することができます。Aコープ店舗やガソリンスタンド、高齢者福祉事業など地域の課題を解決するJAの総合事業は、地域に必要な事業と言えるでしょう。

JAグループでは、准組合員を農業や地域を支える重要な仲間と位置付けています。具体的には、「農業振興の応援団」、さらには正組合員とともに「地域振興の主人公」として位置付けるように提起しています。今後は、准組合員の声を積極的にJA運営に反映する仕組みを用意することも重要です。地域のみなで地域を支える仕組みを育みましょう。



農業振興の応援団 地域振興の主人公



ほかに
貯金・貸出などの信用事業、生命・建物・車などの共済事業、病院・旅行・ガソリンスタンド...など

耕そう、大地と地域のみらい。

健康百科



上都賀総合病院
健康管理センター 保健師 石澤美奈子

「よく噛むことの効果①」

皆さんは、よく噛んで食事していますか? 「一口30回はよく噛みましょう」と言われていますが、戦前では1回の食事で1500回噛んでいましたが、近年では600回にまで激減しています。しかし、よく噛むことのメリットが数多くあります。

● 食べ過ぎや肥満・リバウンド防止

よく噛むことで満腹中枢が刺激され適量で満腹感を感じられるようになり、食べ過ぎを防ぐことができます。満腹中枢は食事を始めてから15~20分後に満腹感を感じ始めます。そのためよく噛むということは、早食いを防止し食べる時間もゆっくりとなるため、必要量以上の食事を摂取しなくなります。

● 胃もたれや便秘を予防する

食べものを良く噛むことで、食べものが細くなり胃腸での消化吸収の負担を軽減する働きがあります。また、唾液の分泌が促進されて唾液に含まれる消化酵素「アミラーゼ」が分泌されます。口の中でも食べものを消化することで、胃腸での消化吸収を促進させ、胃もたれや胸焼け、便秘の予防や解消に効果があります。

● 小顔効果や老け顔防止

よく噛むことで、口の周りの筋肉をよく使い引き締めることができ、小顔効果につながります。また、よく噛むことで顔にある口輪筋や表情筋などの筋肉が鍛えられ、フェイスラインの引き締め、シワやたるみを防ぎ老け顔を予防することができます。

● 虫歯、歯周病や口臭予防

よく噛むことで、唾液が多くなり歯を丈夫にする再石灰化の効果が高まります。また、唾液には口の中の汚れを流して口の中をきれいにする、自浄作用もあり、虫歯や歯周病、口臭の予防に効果があります。

他にも嬉しい効果がたくさんあります。次回、その他の効果とよく噛むアイデアをご紹介します。

おそろいのスカートではいチーズ



自転車とストライダーに乗って

杏南ちゃんはカレーライスが大好きな年長さん。最近好きなことはなわとびやお絵描きをすることです。昨年からピアノを習い始めてもうすぐ1年。将来はピアノの先生になりたいそうです。

来年保育園に入園する百華ちゃんは納豆が大好き。ほぼ毎朝納豆を食べています。ブランコやお人形遊び、ストライダーに乗ることが好きで、最近文字に興味があるそうです。

両親は「のびのび育てほしい」と仲よし姉妹の成長を見守っています。

西方町金井

増田 杏南ちゃん(6歳) 百華ちゃん(3歳)
お父さん：尚久さん お母さん：公美さん

おいしく食べて 今日スタート
今月の朝ご飯

茨城県笠間市にある「キッチン晴人(ハレジン)」のオーナーシェフ永井智一さんに、元気が湧いてくる朝ご飯を教えてください。



朝ご飯の献立
きのこたっぷり和風ハンバーグ レシピ1
いろいろきのこのマリネ レシピ2

●レシピ1 きのこたっぷり和風ハンバーグ
材料(2人分) 作り方
Aハンバーグ 豚ひき肉...300g タマネギみじん切り...1と1/2個分 塩...5g おろしショウガ...小さじ1 ナツメグ...適宜
Bきのこあん掛け かつおだし...1と1/2カップ しょうゆ...大さじ2 きのこ(マツタケ、シメジ、エノキタケなど)...100g 水溶き片栗粉...大さじ2 ミツバ...1/2わ
(1)フライパンでタマネギのみじん切りを炒めて冷まし、Aの他の材料を全て合わせてよくこね成形して焼く。
(2)Bの材料を全て鍋に入れて沸かし、水溶き片栗粉でとろみをつける。
(3)(1)を器に盛り付け、(2)を上から回し掛け、刻んだミツバをあしらひ出来上がり。

●レシピ2 いろいろきのこのマリネ
材料(2人分) 作り方
シイタケ...2個 エリンギ...1パック エノキタケ...1/2パック シメジ...1パック つぶしたニンニク...1片 たかの爪...1本 オリーブ油...大さじ2 酒...大さじ2 塩...小さじ1/2 しょうゆ...少々 パセリ...刻んだ物適宜 レモン...1切れ
(1)フライパンにつぶしたニンニク、たかの爪、オリーブ油を入れ、弱火でニンニクの香りを移した後、お好みに切ったきのこを全て入れ、塩を振りさつと炒める。
(2)(1)に酒を入れ、ふたをして中火で3~4分蒸し焼きにし、仕上げにしょうゆ少々を垂らす。
(3)粗熱を取ってから保存容器に移し、冷蔵庫で一晩なじませる。
(4)器に盛り付けてパセリを振り、レモンを添えて出来上がり。



ベジタブルライフ

～和食には欠かせない、うま味成分の宝庫～

シイタケのプロフィール
【分類】ハラタケ目キシメジ科(ホウライタケ科・ヒラタケ科など)シイタケ属
【原産地】日本、中国、アジアの熱帯高地
【おいしい時期(旬)】秋、春(多く出回る時期:9~11月ごろ、3~5月ごろ)
【主な栄養成分】エルゴステロール、エリタデニン、β-グルカンなど
解説: KAORU



保存方法
生シイタケ 湿気があると傷みやすいので注意
軸を上に向けた状態で、新聞紙やキッチンペーパーで包み、口を開けたポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室で保存する
乾燥したけ 吸湿しやすく湿気が入るとカビが生えるため、乾燥剤の入った密閉容器に入れて冷蔵または冷凍庫に入れておくこと
冷凍保存期間は約1か月
すぐに使い切れない場合は、丸ごと、または小さく軸を切り離し、使いやすい大きさに切り、保存袋に入れて冷凍庫の冷凍するとうま味成分が出やすくなり、味が良くなる。

楽しみ方・食む方のコツ
生シイタケは食感や風味を味わうのに適している。ソテーや揚げ物、炒め物などにして食感を楽しもう。乾燥したけは香りやうま味が凝縮されていて、水で戻すだけで調理できて大変便利の煮物やちりしずし、汁物などに使うのがお薦め
乾燥したけ 戻した水は捨てずにだしとして料理に使う
軽く洗ってから水に漬けて戻す。低温で時間をかけるとうま味成分が増加するので、時間は余裕を持って準備を5~6度で2時間以上が理想
生シイタケも乾燥したけも、調理前には時間ほど日光に当てるとビタミンDがアップしうま味も増すといわれている
軸を上向きに 軸も食べることでできるので、先端の石突きをカットして調理しよう。手で裂いて汁物や炒め物などに

シイタケの子カラ
エルゴステロール 米に当たるとビタミンDに変りカルシウムの吸収を高める
エリタデニン 生活習慣病予防 血圧を下げたり、コレステロールの代謝を促して体外に排出
β-グルカン 免疫力を高める
食物繊維が豊富 便秘改善 整腸作用
ビタミンD カルシウムの吸収を助ける
葉酸 血液を作る



鹿沼市下奈良部町
君嶋 明太さん(34)
君嶋さん宅はトマト、水稻を栽培する専業農家です。



若い世代が農業に興味・関心を持ってもらえるように

明太さんは就農して1年半の若手生産者です。以前は会社員として勤めていました。当時お付き合いしていた晴香さんと結婚し、奥さんの実家がトマト農家であったことから将来の行く末を考え、就農を決意しました。
農業に携わるのは初めてで、昨年は上都賀地方フレッシュファーマーアカデミーで農業の基礎や知識を学びました。一番のお手本は義父の宇賀神隆さん。宇賀神さんは上都賀農協ハウストマト部長として活躍しています。宇賀神さんにトマト栽培のノウハウを学びながら栽培に取り組んでいます。宇賀神さんと共に、食べた人が幸せになるトマト作りに励みます。現在は、義父母、奥さん、パートを含めた9人で、昨年増設したハウスを含め、トマトを60アール栽培しています。「新しい環境での仕事はわからないことも多いが、実際に農作業をしてみると楽しさと充実感を得られた」と明太さんは話します。
明太さんはトマト青年部に所属しています。同年代が多く、相談しやすい環境にあり、情報を得られています。現地検討会や学習会にも積極的に参加し、知識の共有や意見交換で生産者同士の交流を深めています。「農業人口の増加を目指し、若い世代が農業に興味・関心を持ってもらえるよう栽培に取り組んでいく」と明太さんは農業の未来に目を向けています。



『ゼリーの素(クール)』

ゼリーの素を熱湯に溶かして果物を入れるだけで、簡単に美味しいゼリーを作ることができます。今月の7ページのトピックスに掲載している「食の交流講座」でも使用しました。その他にもジュースを加えるだけで作れるカラフルなジュースゼリーなど、お好みの材料で簡単に手作りデザートが楽しめます。この商品は、各直売所・営農経済センターでお求め頂けます。
南部営農経済センター資材G 電話 0289-71-1120
日光営農経済センター資材G 電話 0288-22-1174

かみつが通信

平成30年度 JAまつりのご案内

「JAまつり」はJAかみつが日光・南部営農経済センターが1年間の収穫を祝う感謝祭です。各ブースに趣向をこらしたイベントが盛りだくさん！お米の無料配布も行います。地域の農産物はもちろんのこと、女性会、青年部が出店するブースがたくさん並びます。イベント会場では管内の学校や各団体がパフォーマンスを披露して会場を賑わせます。

さらに今年のかみつが合併20周年を記念して感謝のつどいも同時開催し、10日(土) 17日(土)には演歌歌手やお笑い芸人が盛り上げてくれます。皆様のご来場をぜひお待ちしております。※イベント内容は会場により異なります。



★日光地区★
11月10日(土) 11日(日)
 午前9時～午後2時
●場所●
 日光営農経済センター敷地内
●内容●
 農産物や生活資材、日用雑貨、取引メーカーの展示即売、模擬店、組合員対象抽選会、新米プレゼントなど実施予定

★南部地区★
11月17日(土) 18日(日)
 午前9時～午後2時
●場所●
 南部営農経済センター敷地内
●内容●
 農産物や庭木、取引メーカーの展示即売、模擬店、組合員対象抽選会、支店ブースやステージで各種イベントなど実施予定

※10日(土)、17日(土)の両日8時半より合併20周年記念式典を開催します。

同時開催 JAかみつがサービス(株)展示会(農機・自動車)

問い合わせ先：本店総務課 TEL:0289-65-1000



清流の郷かすおのジェラートがとてもうまい。ダブルでもシングルでも同じ300円で食べられる。
 (鹿沼市Tさん)
 ✿イチゴやゆずなど種類が豊富なこともまた魅力的ですね！私もまた食べに行きたいと思います。

今年はオクラを3本植えました。ベジタブルライフを見てこんな食べ方もありだなあって、そばで食べてみます！とても勉強になります！
 (鹿沼市Yさん)
 ✿ベジタブルライフでは毎月旬の野菜などを紹介しています。豆知識やコツなど、知って欲しい情報がいっぱい！

俳句
 「日光市岩崎 矢嶋三郎」
 稲穂波アカネとびかう空高し
 「鹿沼市藤江町 郎魚」
 今生の別れ惜しむか法師蟬
 「日光市玉田町 鈴木光子」
 稲刈りや足腰かばう老夫婦
短歌
 「鹿沼市藤江町 秋郎」
 盆休み家族で泊まる湯の宿はせせらぎ聞こゆ鬼怒川の宿
 「日光市猪倉 福田節子」
 大根の蒔き畝作り腰休め
 台風一過の青空の下
 「鹿沼市池ノ森 齋藤としい」
 爺曰く半世紀前の青春を
 今や孫達昇駆廻る
 「鹿沼市上粕尾 若林弘子」
 日本とは世界一の美しい国
 人々の心の優しさは未来を支える
 「日光市猪倉 金田恵子」
 収穫を楽しみにして今朝もまた
 仰ぎみる姿雨の降りつぐ

作品募集
 (毎月10日締切)
 作品は楷書で分かりやすくお書き下さい。漢字はふりがなをお願いいたします。絵手紙や作品の写真などもお待ちしております。(掲載しない場合もあります)

みんなの作品
 「鹿沼市下遠部 相場栄子」
 還暦を祝いし時に購入の赤い車で友人は来訪
 「鹿沼市久野 広田文字」
 山間の稲田生き生き蟬時雨
 酷暑の疲れ癒す冷風
 「日光市吉沢 手塚美智子」
 花の名を問う人のあり迎え火に
 黄の鮮やかなカンナ供えは
 「日光市沢又 齋藤和江」
 学道の草刈隊の機械音
 夏空に向け秋風起こす
 「日光市轟 孤塚昭子」
 夜も更けて虫の音すたく厨辺に
 栗煮る音のかすかにひびく



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ましょう。



出題・イラスト：酒井栄子

郵便ハガキ
 322-0044
 鹿沼市鳥居跡町983-1
 JAかみつが
 総務課行

- ① 10月号 答え
 ○番の△△△が違う
 ② 郵便番号・住所氏名・年齢
 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「かみつが」への投稿もお寄せ下さい。

9月号の答え
コスモス

- 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。
- 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**10月31日(水)** ※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。

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イセキコンバイン(鹿)	HV218G-AWC	65万円
②クボタ汎用コンバイン(鹿)	ARH350	240万円
③ヤンマーテ일러(鹿)	YG8	9万円
④クボタコンバイン(鹿)	R1-261	60万円
⑤イセキコンバイン(日)	HFG452GZCATRLW 4条 キャビン付	200万円
⑥ミツビシ田植機(日)	LV4 4条植 施肥機付	60万円
⑦イセキコンバイン(日)	HF332GZADW 3条グレン	70万円
⑧イセキコンバイン(日)	HF328G 3条グレン	60万円

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おりますのでご了承ください。

中古農機無料査定実施中!

毎月開催 就農相談会

次回の開催

(JAまつりと同時開催)

- 日時：平成30年11月10日(土)・11日(日) 午前10:00～午後2:00
- 会場：JAかみつが日光営農経済センター (TEL.0288-22-1178)
- 日時：平成30年11月17日(土)・18日(日) 午前10:00～午後2:00
- 会場：JAかみつが南部営農経済センター (TEL.0289-75-3821)

職員が相談にお答えします!!

【予約受付・問合先】
営農企画課
TEL.0289-65-1007

- ・退職後、農業を始めたい方
- ・本格的に農業を始めたい方
- ・野菜を作って直売所へ出荷したい方

※当日の受付は会場に直接お電話いただけますようお願いいたします。

JAの管理アパート紹介

掲載している物件は一例です。他にも物件をご紹介します。お気軽にお問い合わせください。

地区	間取	賃料・共益費	地区	間取	賃料・共益費
西茂呂	1DK	41,000	東町	3DK	46,000
西茂呂	2LDK	62,000	上石川	2DK	40,000
西茂呂	3DK	48,000	千渡	2DK	40,000~
西茂呂	2LDK	48,000	千渡	2DK	38,000
栄町	3DK	46,000	玉田町	2LDK	47,000
茂呂	3DK	45,000	玉田町	2LDK	44,000
緑町	2DK	40,000	千手町	3DK	48,000
緑町	2LDK	51,000	西鹿沼町	2DK	46,000
幸町	2LDK	39,000	吉沢	2LDK	50,000
東町	2LDK	45,000			

掲載している物件は一例です。

お問い合わせ

JAかみつが資産管理センターへ

南部地区 ☎0289-65-1008

ホームページ：<http://jakamituga.jp/>
メール：sisan@ja-kamituga.or.jp

秋のお部屋探しキャンペーン実施中!

平成30年12月までに
ご成約の方に居室数分の
LEDシーリングライトを
プレゼント



JAの管理アパートは更新料無料!
インターネット接続無料物件取り扱い中!
お気軽にご相談ください。

※当キャンペーンは鹿沼地区のみとなります。

各種相談会

相談は無料

- 税務相談会**(要予約)
平成30年11月8日(木) JA本店
顧問税理士 ウチノ税理士法人
- 法律相談会**(要予約)
平成30年11月15日(木) JA本店
弁護士法人 木村 謙 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
平成30年10月27日(土) 西方支店
TEL.0282-92-2520 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**
平成30年11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)
10日(土)・17日(土)・24日(土)
鹿沼市鳥居跡町983-1 TEL.0289-65-1141
◆日光ローンセンター(日光中央支店内)
10日(土)・24日(土)
日光市森友923-1 TEL.0288-22-0251

編集後記

厳しい暑さも和らぎ、金木犀の香りが漂う好季節となりましたね。今年はサッカーワールドカップや甲子園の金足農業高校奮闘でスポーツが注目される年となっています。JAでも野球大会やバレーボール大会など様々なスポーツ大会が開催されました。取材の中で真剣に試合に臨む選手に心打たれました。平成最後の秋はスポーツの秋にしていきたいと思ひます。(いっしー)

9月の理事会

協議事項 9月28日開催

- (1) 第2四半期決算実績検討について
- (2) 平成30年度上期実行計画進捗状況について
- (3) 平成30年度推定実績及び下期対策の検討について
- (4) JA名称変更の検討について
- (5) 上都賀農業協同組合企業年金規約の一部改正について
- (6) 信用事業運営体制方針について
- (7) 理事への貸出について

報告事項

- (1) 平成30年度上期内部監査報告について
- (2) 異常例検査の実施について
- (3) コンプライアンス・プログラムの進捗状況について
- (4) 相談・苦情等処理状況について
- (5) 反社会的勢力の取引排除にかかる対応状況について
- (6) 自主点検取りまとめ結果報告について
- (7) 資産自己査定結果について
- (8) 個人情報漏洩に伴う県提出報告書の今後の対応について
- (9) 固定資産処分計画および進捗状況について
- (10) 減損処理結果について
- (11) JAかみつがサービス(株)8月末実績報告について
- (12) 8月末自動車推進役職員総ぐるみ運動及びオートパル利用状況について
- (13) 平成30年度夏期貯蓄推進運動の取組結果について
- (14) 第7回年金友の会連絡協議会ゴルフ大会の開催について
- (15) 第2四半期余裕金運用状況報告について
- (16) 平成30年度産米モニタリング検査結果について
- (17) 直売所実績報告について
- (18) 平成31年春夏肥料・農薬・資材の推進について
- (19) 平成30年度盆用品推進結果について

生産者のみなさまへ

JAグループ栃木
担い手サポートセンター

LINE@
友だち募集中!

ID:@jatochisaposen

とってもカンタン!!

友だち登録方法は裏面をご覧ください

担い手サポートセンターが
生産者のみなさまを
LINEを通してしっかりサポート!

担い手サポートセンター通信をお届け!



栃木県の防災メールをお届け!



お役立ち情報をタイムリーにお届け!



JAグループ栃木 担い手サポートセンター TEL:028-616-8525

クミアイ 第3類医薬品 ウレアクリーム20

60g... 1,200円(税抜価格)



尿素20%配合の医薬品のクリーム。肌に潤いを与えるとともに、硬くなった角質をやわらかくし、あれた肌をしっとり、スベスベに改善します。手指のあれ、ひじ・ひざ・かかと・くるぶしの角化症、老人の乾皮症などに。

お問合せは、クミアイ家庭薬配置員・最寄のJA、または協同薬品工業(株)栃木営業所：☎028-657-7310まで(医薬品は配置販売になります。)

直売所スマイルチャレンジ (通称スマ・チャレ) Big



★9月期賞品(6~8月応募分)

「なし」

当選100名様おめでとうございます

★次回12月期(9~11月応募分)の賞品

鹿沼産コシヒカリ5kg

(さつきの舞)

100名様にプレゼント

12月上旬抽選(12月中旬頃発送)

自分のお葬式 気になりませんか？



1. お葬式って、いくら掛かるの？ (いくらあれば家族は心配しないで済むのかなあ。)
2. 自分のお葬式は、こんな感じにしたい。
(たくさんの生花で囲まれたい。自分で決めたい。こんなお棺がいい。簡単な葬式にしたい。)
3. 知人のみで・・・私の大切なひと達だけで見送って欲しい。
4. 自分が死んだら、家族は私の形見分けや相続等、整理できるのかなあ。

JAには、毎日このような相談が寄せられています。

人生で大きなイベントは3つ！

1つめは「誕生」・2つめは「結婚」・最後は「永眠」

その最後を飾る活動が「終活」です。

お気軽に、ご相談ください



JAでは、お一人おひとりの想いを大切にホール職員がお客様の相談にお応えいたします。

葬儀プランのご紹介 ※このプランの内容・相談・見積等、詳しくはホール職員までおたすね下さい。

身内だけで、ひっそり行いたい

① 火葬のみ

180,000

(税別)
円より
税込価格194,400円

※特段の事情により、火葬のみを希望される方用のコースとなっております。遺影・位牌・病院等からの搬送料金等は含まれておりません。
※故人様を病院・施設から直接ホールへお連れする事もできます。

② シンプルコース：税別 390,000円 (税込価格421,200円)

③ シルバーコース：税別 500,000円 (税込価格540,000円)

豪華な葬儀にしたい

④ プラチナ

600,000

(税別)
円より
税込価格648,000円

※祭壇生花5万円・思い出ビデオ・最高級布棺・選択骨つぼ・おくりびと(納棺師)・家紋提灯等が付く豪華なコースとなっております。
※その他、病院・施設からの搬送・セレモニーレディ・ドライアイス(1回)・控室や霊安室使用(1日)・火葬場や納骨のお手洗い
市役所の手続き・喪中のはがき(50枚)・枕花・遺影写真・枕膳等がコースに含まれます。

⑤ ゴールドコース：税別 1,000,000円 (税込価格1,080,000円)

もしもの時は、まずご連絡を！ 年中無休・365日・24時間 心を込めて、対応いたします。



鹿沼地区 粟野地区 西方地区	葬祭センター かみつが 住所／鹿沼市鳥居跡町983-2	☎0289-63-0688
< エレベーター完備・大中2つのホール・駐車場300台あり >		

日光地区	JAかみつが 森友ホール 住所／日光市森友926	☎0288-22-0293
< 大ホール、ファミリーホール(40名まで)・駐車場350台あり >		

※この広告内容は平成30年9月現在のものです。料金・サービス等、予告無く変更となる場合がございますのでご了承下さい。