

2019

2

かみつが

No.238



★特集★
Special feature

★初開催★
JAかみつが
親子料理教室
旬のイチゴを
味わおう!



SMILE MONKEYS

Monthly Public Magazine
KAMITSUGA

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

●今月号から第19回通常総代会において
選任されました理事・監事を紹介します



『地域農業の
活性化を目指して』

上都賀農業協同組合 理事
営農経済委員 大森常男

1区の理事を務めています大森です。家では米、ソバ栽培に励んでいます。栽培は妻と二人三脚で行っています。農業はもちろんのこと、地域発展のため、スポーツや料理教室など幅広く活動しています。

2期目を迎え、理事という立場にもようやく慣れ始めました。今後は様々な意見を出し、よりよいJAになるよう努めてまいります。

担い手が入りやすく、育つ環境を整えていく必要があります。担い手を守っていく制度が整うことで地域農村の活性化にも繋がり、JAの発展にもなると考えています。JAや地域の各種団体が基盤整備をしっかりとし、次世代に農村を残していけるよう精進していきます。



『組合員に近い目線で』

上都賀農業協同組合 理事
総務企画委員 稲葉隆男

今期より1区の理事に就任しました稲葉です。家ではイチゴと水稲栽培を母と妻と娘で仲良く行っています。

まだ就任して半年程度しか経っておらず、資料を熟読し業務理解を深めることに鋭意努力中ですが、早く会議で質問や意見が出せるように今後も努めてまいります。

また、就任して間もないからこそ、組合員に近い目線で一人一人の声を反映させる代弁者として、自分から出向き、皆様の声を聴き、皆様に愛されるJAづくりを目指して農産物販売の拡大や園芸振興に努めてまいります。

＼今月の表紙／

●日吉保育園で楽しいランチタイム (鹿沼市日吉町)

日吉保育園年長(ひまわり)組と年中(ゆり)組の元気いっぱい園児達。組は別々だけど、ランチルームで仲良く食べる給食はとってもおいしそう。主食はおうちからもってきて、楽しい給食みんなで一緒にいただきます。



CONTENTS



No.238
[2月号]

2019.2.1

01 表紙

日吉保育園で楽しいランチタイム
(鹿沼市日吉町)

02 かみつが opinion

上都賀農業協同組合 理事 営農経済委員 大森常男
総務企画委員 稲葉隆男

03 あぐりNOW

新小林支店オープン～地域に親しまれる支店を目指して～

04 特集

JAかみつが親子料理教室
旬のイチゴを味わおう!

06 TOPICS

08 健康百科

「身近になり始めた遺伝子検査」
上都賀総合病院 健康管理センター 地域医療部長 鈴木恵理
変わるJA～広がる地域のきずな～

09 営農情報

10 あぐりジュー

日光市町谷 田中隆介さん
かみつが de choice
スタミナつける冬野菜「ニラ」

11 ベジタブルライフ

Happy Dream
日光市文挾町 手塚美虹ちゃん 菜緒ちゃん
発揮くん 乙葉ちゃん

今月の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



JAかみつがは12月3日、日光市小林地区で小林支店を新しくオープンしました。当日はオープンセレモニーを開いて、大橋正春組合長、地元役員、小林支店長らによるテープカットを行い開店を祝いました。

テープカットを行う大橋組合長(中央)ら

新小林支店オープン ～地域に親しまれる支店を目指して～



シンプルな外観

旧支店の老朽化にともない、組合員や地域住民が利用しやすく親しみやすい支店を目指して建て替えられました。11月27日に落成式を行いました。

支店は組合員の要望に応えた平屋建てで、会議室が1階にあるため高齢者にも利用しやすい支店になりましたので、ぜひご利用下さい。

支店を訪れた組合員は「きれいな支店になって立ち寄りやすくなった」と喜びの声を上げました。

柴田明美支店長は「地域の皆さんに親しまれる支店を目指して業務に励み、皆様のご来店を心よりお待ちしております」と力を込めます。



店内は落ち着いた雰囲気



★初開催★
JAかみつが
親子料理教室
旬のイチゴを
味わおう!



JAかみつがは12月15日、旬のイチゴを使った「親子料理教室」を鹿沼市民情報センターで行いました。管内の小学生とその保護者約30人がクリスマス前にケーキ作りを楽しみました。JAを身近に感じてもらい、管内の特産品であるイチゴにもっと興味をもってもらうことを目的に初めて開催したものです。



親子で仲良くケーキ作りに挑戦!!



講師に日光金谷ホテル元料理長落合松二氏を迎え、一人一つのスポンジケーキとイチゴ1パックを使用してオリジナルのデコレーションケーキを作り上げました。イチゴはJAかみつが産の大粒「とちおとめ」を提供しました。



参加した親子は協力しながらデコレーション用のクリームを作り、イチゴをカットして自由に飾り付け、それぞれ個性的なケーキを作り上げました。会場内は笑い声や子ども達の歓声が響き、終始賑やかな雰囲気の中大人も子どもも楽しめるイベントとなりました。



あれ？
つまみ食い？



今年もJAかみつがでは地域の活性化を目指し、様々なイベントの開催を予定しております。随時ご案内致しますので、ぜひご参加ください。

目標販売金額大きく上回る

JAかみつが
梨部

JAかみつが梨部は12月11日、鬼怒川温泉で平成30年産なし生産販売反省会を開きました。30年産は夏の猛暑で厳しい生産状況となりましたが、生産者の努力によって目標としていた販売金額一億円を大きく上回る成績でした。

反省会では生育状況・販売経過、実績報告に対する反省・課題について検討しました。今後は、小玉対策として土作りの見直しや灌水管理、病害虫対策、適期収穫で収量アップを目指すことを申し合わせました。また、「にっこり」なしの貯蔵保管による長期出荷や海外輸出も強化していく方針です。

T TOPICS



次年産に向けて検討する部員ら

笑って笑って年忘れ

JAかみつが
共済プラザ



会場には笑い声が響き渡りました

JAかみつが共済プラザは12月3日、鬼怒川温泉で第20回「年忘れお笑い大爆SHOW」を開きました。

今回は今市警察署交通課を招き、年末年始に多発する交通事故防止の講話を聞きました。お笑いショーでは、落語家やものまね芸人が会場を盛り上げ、参加者は交通安全をテーマにした落語、お笑いものまねショーを楽しみました。ショーの終了後、恒例のお楽しみ抽選会を実施し、懇親会ではカラオケで盛り上がりました。

みんなで楽しくカラオケ! 美声を披露

西方支店
年金友の会

西方支店年金友の会は12月1日、西方支店でカラオケ歌謡ショーを開きました。午前の部はカラオケ大会で、会員の中から希望者が自慢の一曲を熱唱しました。

午後の部は演歌歌手の岡本賢さん、南わこさんが出演する歌謡ショーを楽しみ、参加者と一緒にカラオケを熱唱するなど素敵なひと時を過ごしました。



歌謡ショーで熱唱する参加者

心も体も温まる年末感謝祭

森友直売所
スマイル館

森友直売所スマイル館は12月22日、日頃の感謝を



けんちん汁を渡す大嶋店長と受け取る来場者

込めた感謝祭を開きました。祭では「大鍋けんちん祭り」と題し、来場者には大鍋で煮だったけんちん汁が振る舞われ、体と心を温めました。

感謝祭大盛況

今市農産物
直売所

今市農産物直売所は12月23日、日頃の感謝を込め



賑わう会場

た感謝祭を開きました。早朝から新鮮野菜を買い求める来場者で賑わいました。同直売所組合は地元野菜たっぷりの汁物や玉こんにゃくなど振る舞い、感謝祭を盛り上げました。

管内の農畜産物を贈呈しチームを応援

JAかみつが

JAかみつがはプロバスケットボールチーム・リンク栃木ブレックスを応援しようと、12月9日、ブレックスアリーナ宇都宮で農畜産物贈呈式を行いました。同JAの中新井明専務、宇賀神定男常務、上都賀農協いちご部の江俣伸一部長、上都賀農協和牛肥育部の山ノ井亮司部長が出席し、試合前のセレモニーで、リンク栃木ブレックスの選手と対戦相手の選手にお米、イチゴ、とちぎ和牛のパネルを手渡し、来場者にも消費拡大のPRを行いました。



選手に農畜産物を贈呈 前列左から宇賀神常務、山ノ井部長、江俣部長、中新井専務

家の光普及を通じて「食農教育」の拡大へ

JAかみつが女性会



参加者みんなで楽しく健康体操

JAかみつが女性会は12月10日、JAかみつが本店で平成30年度家の光大会を開きました。

『家の光』3誌普及拡大の取り組みに対する表彰を行い、今後も『家の光』の記事を活用した活動で、女性会の発展を目指すことを申し合わせました。また、優良事例として日光女性会の福田絹江さんが自身の体験を発表しました。

最後に上都賀総合病院保健師の石澤美奈子さんによる健康体操が行われ、参加者は楽しみながら運動を行いました。

食や農のため ゆるぎない決意

山田としお
参議院議員

山田としお参議院議員は12月13日、南部営農経済センターで国政報告会を開きました。山田議員は全国農業協同組合中央会（JA全中）の元専務理事を務めた経験があり、農業やJAに対しても造詣が深く、報告会では「日本を支えるのは地域、地域を支えるのは農業、そして農業を支えるのはJAです」と話し、食と農のため全力を尽くす力を込めました。



JAや農業への思いを熱く語る山田議員

窓口対応のスキルアップを目指して

JAかみつが



窓口部門最優秀賞の須藤翔希さん

JAかみつが信用部は11月29日、金融窓口・渉外担当職員のスキルアップを目指し、信用事業ロールプレイング大会を開きました。各支店から代表職員10人が出場しました。

窓口部門では最優秀賞に日光中央支店の須藤翔希さん、優秀賞には南部中央支店の坂本愛里さん、北犬飼支店の柴野敬太さんが選ばれました。

渉外部門では最優秀賞に豊岡支店の植竹晶子さん、優秀賞には日光中央支店の日向野宏美さんが選ばれました。

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、JAの自己改革で組合員は何をすればいいの？

A、JAの運営参画の場や組合員アンケートを活用し、皆さんの声を届けましょう。

協同組合は組合員が出資し、運営に参画し、事業を利用する組織であり、JAの自己改革の主人公は組合員です。組合員のニーズが多様化しているなかで、改革を達成するには、どうすればJAがより良くなるかを考え、組合員の声をJAに届けることが必要です。JAでは組合員組織や支店協同活動、支店運営委員会など組合員の参画の「場」をつくり、組合員の意思反映・運営参画を進めています。農家組合員ならば青年部や生産部会、総代、女性であれば女性部、フレッシュミズなどの活動があります。

また、JAグループは、全国で全ての正准組合員を対象にアンケート調査を行っています。組合員によるJAの自己改革の評価を「見える化」することが目的です。組合員の皆さんをJA職員が訪問したら、わがJAの改革はどこまで進んでいるのか、わがJAの今後の運営はどうあるべきか、皆さんの声を届けましょう。

「アクティブ・メンバー」の拡大=メンバーシップ強化



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 地域医療部長 鈴木 恵理



「身近になり始めた遺伝子検査」

免疫を抑制するタンパク質「PD-1」を発見し、がん免疫治療薬「オプジーボ」の開発に導いた本庶佑京都大特別教授がノーベル医学生理学賞を受賞されました。オプジーボは、全身状態のよい早い段階のほうが効果が得られやすく、改めてがんに対する免疫力の重要性和共に早期発見の重要性も、更に認識されてきています。

研究室内レベルと思われていた遺伝子検査が、自分でインターネットを介してキットを取り寄せ、簡単に行うことが可能になりました。GeneLife社のGenesis2.0では、唾液より360種類の検査項目から、疾患リスク、体質、性格、祖先ルーツ等を調べることが可能とのこと。がんになりやすい遺伝子パターンを受け継いでいるか、を見ることができ、現在がんであるかどうかとは関係がない検査になります。

また上記の検査と異なり、がん細胞を見つけるがん遺伝子検査も、一部の医療機関で受けることが可能になってきています。血液20mlを採取し、血液に遊離している細胞やがん細胞由来のDNA、RNAから、間接的にがんがあるリスクを評価する検査になります。がんを確定する検査ではなく、画像でわからないような早期のがんを含めたリスクを評価する検査になります。

がん細胞を見つける遺伝子検査は、定期的に検査をするには、まだかなり高額な印象です。検査でがん細胞の存在するリスクを指摘されても、画像で病変を特定できないくらい早期のこともあり、その結果との向き合い方にも注意が必要に思います。これから多くの検査結果やその経過が集計され、より正確に情報が伝えられることで、このような検査が、より有用になってゆくと考えられます。

日本対がん協会から、がんを防ぐための新12か条が公開されています。たばこ、食生活、適度な運動、適切な体重維持、早期発見のために定期的ながん検診等の記載があります。検査の進歩に感動する一方で、毎日の生活習慣からの予防の大切さにも、改めてしっかりと目を向けてゆきたいと考えます。

「ズッキーニ」+「夏秋ナス」で長期収入確保!



夏秋ナスの生育がゆっくりで、比較的作業に余裕のある時に作ることができ、初期投資が少なく管理も容易なズッキーニをご紹介します。

夏秋ナスと組み合わせる場合、トンネル内に定植する早出し作型がおすすめです。4月下旬の定植後からの約2週間、小トンネルを設置することで5月中旬からの収穫が可能になります。また、春作のズッキーニの収穫最盛期が終了する頃には、夏秋ナスが収穫最盛期を迎えます。ここで押さえておきたいポイントは、①夏秋ナスの収量を確保するためにズッキーニを7月中旬で切り上げること、②夏秋ナスは定植苗を利用し、5～6月はズッキーニの収穫と夏秋ナスの管理作業にバランス良く人員を当てることです。

労働力が2人の場合、ズッキーニでは15～20a(500株/10a)、夏秋ナスでは10～15a(600株/10a)が目安です。初年度はズッキーニで15a、夏秋ナスは10aからがおすすめです。

労力や圃場を上手に活用して、新しい経営の形にチャレンジしてみませんか?

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
水稲				播種	育苗	田植え						稲刈り
ズッキーニ春作【トンネル】			播種	定植		収穫最盛期						
ズッキーニ春作【露地】			播種	定植		収穫最盛期						
夏秋ナス					定植		収穫最盛期					

★経営収目安 (10a当たり)

	収量(kg)	単価(円/kg)	粗収益(円)	経営費(円)	所得(円)	労働時間(時間)
ズッキーニ	2,000	250	500,000	180,000	320,000	300
夏秋ナス	5,000	250	1,250,000	688,750	561,250	803



毎月開催

就農相談会

次の開催

- 日時：平成31年2月24日(日) 午前10:00～午後3:00
- 会場：2か所で同時開催
JAかみつが南部営農経済センター (Tel.0289-75-3821)
JAかみつが日光営農経済センター (Tel.0288-22-1178)

職員が相談にお答えします!!

【予約受付、問合せ先】

営農企画課

Tel.0289-65-1007

※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。

- ・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

農業者の皆さん、青色申告を始めましょう!

- ・青色申告は、経営状況の把握や特別控除もあり、収入保険に加入できます。
- ・収入保険は、全ての農産物を対象に自然災害や価格低下などによる収入減少が生じた場合に補償する保険です。最寄りの農業共済組合にご相談下さい。

●問合せ先●

関東農政局栃木県拠点地方参事官室

Tel.028-633-3114

収入保険は農業収入の減少を広く補償します!

自然災害や鳥獣害などで収量が下がった	市場価格が下がった	災害で作付不能になった	けがや病気で収穫ができない
倉庫が浸水して売り物にならない	取引先が倒産した	盗難や運搬中の事故にあった	輸出したが為替変動で大損した

JAかみつが営農部は12月中旬に農業簿記帳代行のための個人面談を行いました。JA職員とJA栃木中央会担当者が記帳代行利用者87人の決算関係書類作成の相談に応じました。

相談者1人につき1時間程度、年末調整の確認と平成30年度の決算準備に向けた面談が行われ、記帳代行の説明をしました。



記帳の説明をするJA職員

記帳代行で決算書類作成をお手伝いします

受け身になり過ぎて、チャンスを逃す暗示。ただ、必要以上に出しゃばると争いを招く原因に。バランスが重要

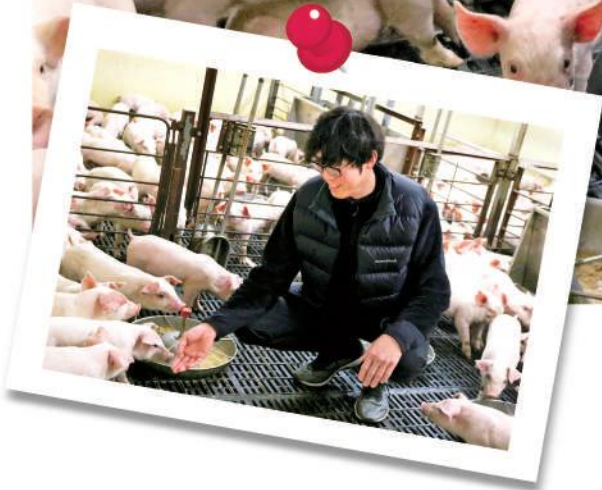
乙女座 TIX 2月の運勢

あぶら
シユ

日光市町谷

田中 隆介さん (34)

田中さん宅は有限会社「コム
ンスメント」養豚業を営む畜
産農家です。



成績アップを目指し 効率的な経営を

可愛い子豚に囲まれて養豚業に励む田中さんは24歳で就農しました。両親が営む農業を見て幼い頃から豚と触れ合っていた田中さんは、長男ということもあり、農業への道は迷いなく選んだそうです。農業系の大学を卒業後、1年間、那須で養豚業に関する知識や肥育技術、経営などを学びました。就農時は両親に教わりながら、経験を積んでいきました。現在「コムンスメント」では、繁殖、肥育まで一貫経営で行っています。両親と社員とパートの計5人で経営しています。

養豚の中で特に気をつけているのは環境整備。湿度や温度調整にも気を遣います。毎日の天気予報を細かくチェックし、自身の肌感覚でも湿度、温度調整を行います。徹底された管理のもと出荷されていく豚は繁殖数、出荷数、肥育数、肉の質などの数値が成績に反映されます。健康に育てられた豚を出荷したときは成績が顕著に表れるので、努力が実ったとやりがいを感じるそうです。

田中さんは「養豚作業の省力化で作業効率を上げることができます。今後は成績の数値のある程度マニュアル化して、よりよい成績になるよう管理していきます」と力を込めます。

かみつが^{de}Choice
かみつがでチョイス



スタミナつける冬野菜『ニラ』

上都賀地域で生産されるニラは葉幅が太く肉厚です。特に1月～3月にかけて出荷されるニラは栄養満点で、深みのある香りと甘みは格別です。ニラは、食べると体が温まり、胃腸の機能を整え、風邪の予防や疲労回復に効果があると言われるスタミナ野菜です。まだまだ冷え込むこの季節。ニラを使った料理や汁物、お鍋を食べて心も体も温まりましょう。JAかみつがの直売所で求めください。

まちの駅 新鹿沼宿
住所：鹿沼市仲町1604-1
電話：0289-60-2507

奈佐原直売所
住所：鹿沼市奈佐原町527
電話：0289-75-3311

JAかみつが森友直売所スマイル館
住所：日光市森友923-3
電話：0288-25-5050





みんな仲良く 元気よく

しっかり者の美虹ちゃんはチーズが大好き。子牛用の粉ミルク作りなど酪農家であるおうちのお手伝いをする面倒見のいいお姉さんです。

みんなそろってはいチーズ！

菜緒ちゃんと発揮くんが好きな食べ物はからあげ。菜緒ちゃんはジブリの映画をよく観ていて、特に歌の「カントリーロード」が好きなんだそうです。発揮くんはお絵かきや遊ぶことが大好きで、お姉ちゃんたちとブランコをしたり走ったりと元気いっぱいです。

乙葉ちゃんは首が据わるようになり、足の力が強くなってきました。両親は「元気で健康に成長して好きなことをして欲しい」と願っています。

日光市文挾町

手塚 ^{みこ}美虹ちゃん (7歳) ^{なほ}菜緒ちゃん (6歳)
^{はつき}発揮くん (5歳) ^{おと}乙葉ちゃん (0歳)
 お父さん：和明さん お母さん：美紀さん



ベジタブル ライフ

イラスト：小林裕美子

ナバナ

～春を告げる栄養満点野菜～

ナバナのプロフィール
 【分類】アブラナ科アブラナ属
 【原産地】地中海沿岸
 【おいしい時期(旬)】12～4月ころ
 【主な栄養成分】
 β-カロテン、ビタミンB1・B2・C・K、葉酸、
 カルシウム、鉄分、カリウムなど
 解説：KAORU



保存方法

2～3日を目安に使い切ろう
 自然解凍しておひたしやあえ物などに
 乾燥を防ぐため、湿らせた新聞紙やペーパータオルなどに包んでポリ袋に入れ冷蔵庫の野菜室に入れる
 根を下にして立てて入れておくと持ちが良い
 たくさんある場合は冷凍して長期保存も可能。堅めにゆでた後、水気をよく切って保存。小分けしておくとい便利！

楽しみ方・食べ方のコツ

ゆでる 30秒～1分程度
 塩を一つまみ入れた熱湯でゆでる。少し歯応えがなくなるくらい硬さとし、お湯からあげると良い。
 特有のほろ苦さがあるが、ゆでると甘味が出ておひたしやあえ物などに向く。
 パターやニンニクを利かせたオリーブ油、またごま油など味付けして油とあえてもおいしい！

炒める
 β-カロテンが豊富。油で炒めるとより効果良く摂取できる。
 パスタの具材にするときは、さつと下ゆでしてから。
 アクが気にならなくなるよ。
 豚肉、ベーコン、ツマ、かつお、油揚げがあっさり香りの強いものと相性が抜群。
 色合いがきれい！

揚げる
 天ぷらも美味。
 下ゆで不要！
 軸の根元を持ち、水ぶきの生地に花弁をくぐらせて熱した油にそっと落とす。

おいしく食べて今日もスタート

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
 カブとシュンギク、
 リンゴのサラダ
 レシピ1
 若鶏のゆずごしょう
 焼きみぞれあん掛け
 レシピ2

●レシピ1 カブとシュンギク、リンゴのサラダ

材料 (1人分)

- カブ.....1個
- リンゴ.....1/2個
- シュンギク.....1本
- ベーコンブロック.....100g
- バルサミコ酢.....小さじ2
- パルメザンチーズ.....適宜
- クルミ.....適宜
- 米酢.....大さじ2
- サラダ油.....大さじ4
- オリーブ油.....大さじ2
- 塩.....小さじ1/2
- こしょう.....少々
- すりおろしたマネギ.....1/4個分
- マヨネーズ.....小さじ2

作り方

- (1) ドレッシングの材料を合わせミキサーにかけておく。
- (2) カブは半月切り、リンゴは一口大に、シュンギクは葉をちぎり(飾り用に半分ほど残す)ボウルに入れ、出来上がったドレッシング大さじ3で食べる。
- (3) (2)を器に盛り付け、炒めたベーコン、残しておいたシュンギクをのせ、バルサミコ酢とパルメザンチーズ、クルミを掛けて出来上がり。お好みでペーリーフ(材料外)を散らす。

●レシピ2 若鶏のゆずごしょう焼きみぞれあん掛け

材料 (1人分)

- 鶏もも肉.....80g
- 酒.....小さじ2
- 塩.....少々
- ゆずごしょう.....小さじ1/2
- サラダ油.....適宜
- あん掛け.....適宜
- かつおだし.....大さじ3
- みりん.....小さじ1
- 薄口しょうゆ.....小さじ1
- ナメコ.....1/4パック
- 水溶き片栗粉.....適宜
- カブ(すりおろす).....小さじ2
-1/2個
- カブの葉(小口切).....適宜

作り方

- (1) 一口大に切った鶏もも肉に酒と塩、ゆずごしょうを入れ、もみ込んで1時間ほど置く。
- (2) フライパンにサラダ油をひき、弱火で鶏肉を焼き上げる。
- (3) あん掛けの材料を合わせ、ナメコを入れて火を通し、水溶き片栗粉でとろみをつける。器に鶏肉を盛り付け、あんを掛け、すりおろしたカブ、小口切りの葉をのせ、お好みで出来上がり。

ナバナの子カラ

さまざまな栄養を豊富に含む優れた野菜のおひたしやあえ物、炒め物などにすると食べやすくたくさん食べられるので、効果良く摂取できる。

主な栄養成分
 β-カロテン
 抗酸化作用があり
 活性酸素を除去
 カルシウムやビタミンK
 骨の健康維持
 その他、造血作用のある葉酸や鉄分、整腸作用のある食物繊維も多量に含有。
 高血圧予防に良いとされるカリウムも多量に含有。
 美容に良いとされるビタミンCも含有。

期待される効能
 心臓病予防
 がん予防
 風邪予防
 便秘予防
 骨粗しょう症予防
 冷え症予防
 貧血予防

β-カロテンは体内でビタミンAに変換され、皮膚や粘膜を保護したり、活性酸素を除去するなどの働きがあり、免疫力を高めた。風邪やがん予防などに効果があるといわれているよ。



合併20周年記念の特集を楽しく拝見しました。(日光市Hさん)
 皆様のおかげで感謝の集いとJAまつりは大盛況となりました。次回開催の際も是非いらしてください

JAかみつが合併20周年企画の一つである「お座敷列車…」の旅は楽しそうですね。(鹿沼市Sさん)
 お座敷列車は私も乗ったことが無いので乗ってみたいです。この旅にお申し込みなさった方は、是非旅をお楽しみ下さい!

みんなの作品

俳句

「日光市岩崎 矢嶋三郎」
 風しづか朝日に光る霜柱

「日光市木和田島 福田美江」
 一輪車に乗ってバイバイするひ孫

短歌

「日光市猪倉 福田節子」
 道の辺に返り咲きしたタンポポは

真白な綿毛を木枯らしに乘せる

「鹿沼市池ノ森 齋藤としい」
 薬飲む爺の姿は鶴の如し
 孫も真似して身体を振るう

「鹿沼市上粕尾 若林弘子」
 国境なし医師団の絆は

平和な世界への架け橋となる

「日光市猪倉 金田恵子」
 晴れやかに家を出てゆく成人と

なりたる孫の姿頼もし

「鹿沼市下遠部 相場栄子」
 直筆で親友より届く年賀状

豊かな文章に気品溢れり

「鹿沼市久野 広田文子」
 「清一祭」洗刺とした演技が冴え

児童等と交流も楽しむ

「日光市吉沢 手塚美智子」
 お見舞は「顔見せるだけ」言う友の

差出すその手陽だまりのよう

「日光市沢又 齋藤和江」
 初孫は五センチの身を四Dに

拡大されて存在示す

「日光市木和田島 福田美江」
 太陽の恵みと土に感謝して

生る野菜に愛の水やる

「日光市轟 狐塚昭子」
 干し大根並べて漬けるたくわんは

亡母の教えし日の塩加減

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)

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



- 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2月28日(木) ※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。

1月号の答え
 コママワシ

まちがいさがし

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

- 2月号 答え
 ○番の△△△が違う
- 郵便番号・住所氏名・年齢
- 広報誌「かみつが」についての感想・意見
- 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。

かみつが通信



栃木のイチゴをPR JA全農とちぎ

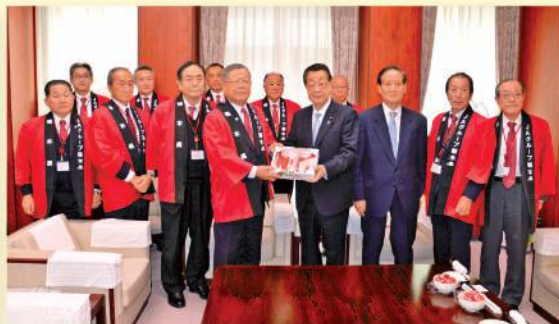


JA全農とちぎは12月19日、クリスマス需要を控えたイチゴをPRするため、農林水産省を訪れ、吉川貴盛大臣を表敬訪問しました。県内各JAの組合長も訪問に参加し、JAかみつがの大橋正春組合長も出席しました。

表敬訪問では栃木県産とちおとめ・スカイベリーを各10ケース贈呈。実際に吉川大臣が試食し「やはり栃木のイチゴは甘くて美味しい」と話しました。



あいさつをする吉川農相と大橋組合長



贈呈式の様子

JAふれあい食材より新サービスのお知らせ

JAふれあい食材による見守りサービス開始!地域の皆様に安心をお届けします。

平成30年10月よりJAふれあい食材では見守りサービスを開始しております。独り暮らしをされているご高齢者など、ふれあいさんが「訪問」し、「会話」をし、安否等を依頼者に「報告」する内容です。試験的に栗野地区で導入し、随時かみつが管内全域に拡大していく予定です。お気軽に下記お電話番号にお問い合わせください。

JAならではの地域ネットワークで安心! 安心して結ぶ架け橋



ご利用金額について 見守りサービスのみのご利用: 1回あたり300円(税込)/JAふれあい食材の宅配を伴うご利用: 1回あたり200円(税込)

※地域限定でサービスを開始し、順次サービス地域を拡大していきます。

詳しい実施エリアや内容については担当のふれあいさんかお近くの食材センター、あるいはJA全農とちぎ食材課までお問い合わせください。

JA全農とちぎ食材課 TEL. 0120-915-201 (土日祝を除く9:00~17:00)

© 栃木県 とちまるくん



家の光

食と農から始まる。JAグループのファミリー・マガジン
をぜひご購入ください!

12月号から誌面を大幅リニューアル!

●年間予約購読(前納)誌代(税込)

誌名	年間定価合計	無償分	前納誌代
家の光	9,240円	617円	8,623円
地上	7,396円	606円	6,790円
ちゃくりん	6,042円	483円	5,559円

※原則として、年間予約購読(前納)の中途解約はできません。

誌代1年分を前納すると
普通月号1か月分が無償となります



お申し込みはお近くのJAへ | JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11
TEL:03-3266-9039 http://www.ienohikari.net

年度末臨時休業のお知らせ

- 南部営農経済センター
資材グループ (窓口・配送業務)
- 資材店舗
アグリ奈佐原・アグリ西方
- 日光営農経済センター
資材グループ (窓口・配送業務)
- 日光資材店舗

■2月28日(木) 臨時休業

*年度末棚卸(決算)の為、臨時休業といたします。

農機自動車

JAかみつがサービス(株)

春季展示会“弥生まつり”

両会場とも午前9時～午後3時

南部地区

- 日時 3月9日(土)・10日(日)
- 場所 JAかみつが
南部営農経済センター構内特設会場
鹿沼市奈佐原町584-1
- お問合せ先 鹿沼農機センター
TEL:0289-75-4861

日光地区

- 日時 3月16日(土)・17日(日)
- 場所 JAかみつが
日光営農経済センター構内特設会場
日光市森友923-3
- お問合せ先 日光農機センター
TEL:0288-30-1191

必ずチェック 最低賃金 使用者も、労働者も。

【地域別最低賃金】 特定最低賃金が適用されないすべての労働者に適用されます。

最低賃金の件名	時間額	効力発生日
栃木県最低賃金	826円	平成30年10月1日

【特定最低賃金】 18歳未満又は65歳以上の労働者は栃木県最低賃金が適用されます。

最低賃金の件名	時間額	効力発生日
塗料製造業	943円	平成30年12月31日
はん用機械器具、生産用機械器具、業務用機械器具製造業	889円	
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	889円	
自動車・同附属品製造業	896円	
計量器・測定器・分析機器・試験機・測量機械器具製造業、医療用機械器具・医療用品製造業、光学機械器具・レンズ製造業、医療用計測器製造業、時計・同部品製造業	889円	
各種商品小売業	850円	

詳しくは、栃木労働局労働基準部賃金室(電話 028-634-9109)又は最寄りの労働基準監督署へお問い合わせください。

●平成31(2019)年農業用免税軽油に係る一括交付期間後の申請について●

農業用の軽油引取税免税証については、市町ごとに申請期間を設けて申請の受付をしております。

今回、期間内に申請出来なかった方について、下記により申請を受け付けますので、交付を希望する方はご利用ください。なお、今回の申請期間を過ぎますと、1年分の全量交付ができないことがありますので、ご注意ください。

市町	受付日	対象地区	受付期間	会場
栃木市	3月6日(水)	栃木市	9:00~11:30	下都賀庁舎 第2福利厚生棟 2階会議室 (栃木市神田町6-6)
	3月7日(木)		13:00~16:00	

★持参するもの

◆継続申請の場合(更新手数料420円が必要となる場合があります)

- ・免税軽油使用者証・印鑑・免税軽油の引取り等に係る報告書・納品書・耕作面積が増えて増量を希望する場合は、農業委員会で作成される耕作面積の証明書(この場合は免税証の交付は後日となります)

◆新規申請の場合(免税証の交付は後日交付となります)

- ・農業委員会で作成される耕作面積の証明書・印鑑・手数料420円・使用する機械の詳細が分かる売買契約書又は取扱説明書やカタログ

※「委託を受けて作業を行う者」も対象になります。申請には、農業委員会の「農業受委託証明書」及び「農業受委託契約書(写)」が必要です。国税及び地方税の滞納処分を受けられた方は、処分解除の日から2年を経過しなければ申請できません。

●お問い合わせ先(栃木市(西方地区)) 栃木県税事務所 軽油引取税調査担当 TEL 0282-23-6882



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ヤンマー田植機（鹿）	Pe-1E	15万円
②ヤンマー田植機（鹿）	Pe-1A	15万円
③ミツビシ田植機（鹿）	MPR51H	20万円
④ササキMAXハロー 電動（鹿）	MAX348-OS	47万円
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イセキ田植機（日）	PG6 6条植	35万円
⑧クボタ田植機（日）	SPU650 6条植	40万円

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、受付順に契約をすませ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！

●JAの管理アパート紹介

掲載している間取りは一例です。他にも物件をご紹介しております。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	2LDK	48,000	千渡	2DK	40,000~
栄町	3DK	46,000	千渡	2DK	38,000
茂呂	3DK	45,000	樺山町	2DK	43,000
緑町	2DK	42,000	千手町	3DK	45,000
幸町	3K	39,000	西鹿沼町	2DK	42,000
東町	2LDK	46,000	吉沢	2LDK	50,000
上石川	2LDK	43,000			

JAの管理アパートは更新料無料！お気軽にご相談ください。

お問い合わせ

■JAかみつが資産管理センターへ
☎0289-65-1008（南部地区）
☎0288-22-1127（日光地区）
ホームページ：<http://jakamituga.jp/>
メール：sisan@ja-kamituga.or.jp

各種相談会

相談は無料

○法律相談会（要予約）

平成31年3月14日（木） JA本店
弁護士法人 木村 謙 法律事務所

○税務相談会（要予約）

平成31年3月18日（月） JA本店
顧問税理士 ウチノ税理士法人

◆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

○休日ローン相談会

平成31年3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）
2日（土）・9日（土）・16日（土）・23日（土）・30日（土）
鹿沼市鳥居跡町983-1 TEL0289-65-1141

◆日光ローンセンター（日光中央支店内）
9日（土）・23日（土）
日光市森友923-1 TEL0288-22-0251

1月の理事会

協議事項

1月25日開催

- (1) 出資の減口について
- (2) 平成31年度役員報酬について
- (3) 平成31年度機構・要員計画について
- (4) 理事への貸出について
- (5) ふれあい訪問活動の取組強化及びJA協力委員規約の一部改正について

報告事項

- (1) 12月末主要勘定実績検討について
- (2) 組合員資格整理進捗状況について
- (3) JAかみつがサービス(株)12月末実績報告について
- (4) 12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
- (5) 理事への貸出実行報告について
- (6) 平成31年度新茶の推進について
- (7) 年末用品推進実績報告について
- (8) 福祉事業の今後の方向性について

編集後記

寒い日が続きますが皆様体調の方はいかがでしょうか。世間ではインフルエンザが猛威を振っているようです。私のおすすめの予防法はとにかく水分補給です。それとよくのど飴をなめています。最近ののど飴はいろんな種類の味があって、次はどれを購入しようかと楽しみです。風邪予防をしていくことで、楽しみの機会を増やしていきましょう。(いっしー)

ご報告

JAかみつがでは昨年11月に行われたJAまつりでの会場募金と併せて売上金から20万円を北海道大地震、西日本豪雨被害の義援金として赤十字社に寄付致しました。ご来場、募金にご協力頂いた皆様に感謝申し上げます。

JAお勧めの美味しい「新茶」ご予約承ります

組合員のみさまへ

この包装は、光・水・空気を通しません。しかも真空後、窒素ガス
を充填していますので、開封されるまでお茶の風味を保てます。

エコーテア銘茶は、
まろやかな旨味を引き出す
深蒸製法のお茶と
さわやかな香りを生かす
伝統製法のお茶を、
熟達した技術でブレンドしています。

茶葉はすこし細かくりますが、
この細かな茶葉こそ旨味の素です。



※白羽・松葉・玉翠は
金田の「ツケナー」になります。

Green tea
新茶

宝玉
1kg(167g×6本)

※写真はイメージ

一口×エコ
開封後は、茶葉にとつて大敵の高温多湿を避けるため、冷暗所に保存の上、早めにお召し上がり下さい。また、夏場に1ヶ月以上保管する場合は、茶筒や茶袋をビニール袋に入れ冷蔵庫に保管することをおすすめします。

『エコーテア銘茶』ってどんなお茶？

JAグループが半世紀にわたって育んできた「美味・安心・お買い得」自慢の緑茶ブランドです。

おいしい理由

伝統と熟達の技術
まろやかな旨味を引き出す深蒸製法のお茶と、さわやかな香りを生かす伝統製法のお茶を熟達した技術でブレンドします。

新鮮な真空パック

エコーテア茶は、真空・窒素ガス置換包装により、組合員・利用者の皆さんがお家で開封されるまで、新鮮さを保ちます。

お買い得の理由

成分充実した生葉
八十八夜前後に摘んだ若く軟らかい新芽を使っています。

結果メリット発揮
組合員・利用者の皆さんのJAへの結集によって大量に取扱われているブランドです。

製造コストの削減

最先端のコンピュータ・システムや高性能ロボットを採用し、大幅な省力化によるコスト削減を実現しました。

流通コストの削減

JAグループとメーカーの努力により、物流と商流の合理化をはかり、流通コストを大幅に削減しました。

安心の理由

残留農薬定期検査
定期的に残留農薬・添加物の検査を実施し、安全性の確保と自然な風味の保持に努めています。

国際品質保証モデル

ISO9001の認証を取得し、全工場ですべて完璧な品質管理を目指しています。

トレーサビリティ

茶畑から仕上げ茶までの生産履歴の追跡が可能です。

GAPへの取組

自社農場・契約農場においてGAP認証取得し、食品安全や環境に配慮した農場で育った茶を原料として使用する取組を進めています。

ポイント

冷水で入れる場合、茶葉は入れっぱなしで大丈夫、苦くなりません。2日間程度はそのまま利用できます

夏は冷茶がおすすすめ!!

1. 約1ℓの冷茶ポットに10g(大さじ2杯)の茶葉を入れる
2. 水1ℓを入れかき回す
3. 冷蔵庫で冷やす(約1時間)
4. 茶こしを使ってコップに注ぐ(茶こし付きの冷茶ポットが便利)
5. 2煎目まで美味しく飲めます10gの茶葉で2ℓの冷茶がつけれます

全農 JA全農グループ 製造者 **八ツ葉製茶株式会社**

お申し込みは **JAかみつが南部・日光営農経済センター** または各支店まで



2019年2月1日発行
(毎月1回発行)



編集・発行 / 上野眞農業協同組合 総務部

〒322-0044 日光市豊田橋田の0001
☎0282200000(010)10000

田園生活ホームページ