

# かみつが

No. 261  
Monthly Public Magazine

2021

1  
January

かみつが || <http://jakamituga.jp/>  
e-mail [kamituga@ja-kamituga.or.jp](mailto:kamituga@ja-kamituga.or.jp)

## 特集

- 特集① JAかみつがの無料職業紹介所
- 特集② 地元農産物で地域交流



今年も思いを  
ギユウつと込めた  
広報誌をお届け  
いたします。



SMILE MONKEYS

豊かな明日へ 地域と共に



SNSもチェックしてね!!



# かみつが

おびにおん

O P I N I O N



## 『新年のご挨拶』

JAかみつが代表理事組合長

大橋 正春

新年明けましておめでとうございます。

組合員の皆様には、輝かしい新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。また日頃よりJA事業に対しご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年は、本来であれば東京オリンピックが開催され活気に満ちあふれた年となっていたはずですが、新型コロナウイルスの感染拡大により世界経済はもとより私たちの生活そのものに大きな打撃を受けた年となりました。新型コロナウイルスの影響を受けられた方々に心よりお見舞い申し上げますとともに、1日も早い事態の収束を心よりお祈り申し上げます。また、最前線で健康福祉に貢献してくださっている医療従事者、介護従事者に心より敬意を表します。

さて、農業をめぐる情勢は、輸入農畜産物の増加、食料自給率・農業生産額の低下、生産基盤の弱体化（農業者の高齢化、担い手不足、耕作放棄地の増加等）に加え、コロナ禍による需要の落ち込み等

の諸問題に直面しております。また政府はJAグループに対し、「信用事業の持続性確保」や「経済事業の収支改善」など農協経営の持続性を課題とし、引き続き自己改革を促進する旨の総括をおこなっております。

このような情勢の下、JAかみつがは農業者の所得増大や農業生産の拡大につなげるため、役員一丸となって自己改革に取り組んでおります。今年度は、自己改革の実践を支える経営・財務基盤の確立・強化をはかるため、昨年の総代会で承認いただきました支店再編とあわせて、営農・経済事業の機能強化に取り組んでまいります。JAが組合員のくらしと農業に「なくてはならない組織」であり続けるため、今まで以上に安心してご利用いただけるJAを目指してまいりますので、何卒特段のご理解とご指導のほどよろしくお願い申し上げます。

年頭にあたり、皆様のご健勝とご多幸をご祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。

## かみつが

CONTENTS

No.261  
[1月号]  
2021.1.1

表紙

令和2年度大日本農会農事功績者

かみつがおびにおん

JAかみつが代表理事組合長

大橋 正春

あぐりNOW

店舗統廃合を実施いたします。

特集

特集① JAかみつがの無料職業紹介所

特集② 地元農産物で地域交流

TOPICS

健康百科

「フレイル予防」

上都賀総合病院 健康管理センター 保健師

日向野 加菜

未来を拓く協同組合

教えて！日本農業

営農情報

あぐりツッシュ

鹿沼市加園 合谷木 峻一さん

かみつが de choice

あまーい「焼きごも」



# あぐりなう NOW



●組合員及び利用者の皆様へ大切なお知らせ

令和3年

3月29日(月)

店舗統廃合を  
実施いたします。

## 店舗統合

「南押原支店」と「南部中央支店」を統合いたします。

「落合支店」と「豊岡支店」は「日光中央支店」と統合いたします。

当JAでは、第21回通常総代会において承認された支店再編の取り組みを行います。お客様のお取引につきましては、令和3年3月29日(月)より継承店舗へ引き継ぎをいたします。

永年ご利用いただいております。利用者の方には極力迷惑の生じないよう、より一層のサービス向上に努めてまいりますので、何卒、ご理解のうえご協力賜りますようお願い申し上げます。

### 店舗統合後のお取引店舗

現行店舗	継承店舗 (統合先)	※統合後のお取引店舗
南押原支店 (店舗番号 005)	南部中央支店 (店舗番号 004)	〒322-0528 鹿沼市奈佐原町 584-1 TEL:0289-75-1131
※ <sup>1</sup> 落合支店 (店舗番号 020) ※ <sup>2</sup> 豊岡支店 (店舗番号 022)	日光中央支店 (店舗番号 019)	〒321-2335 日光市森友 923-3 TEL:0288-22-0251 <small>※<sup>1</sup> 令和3年5月に落合直売所ふれあいプラザをオープン予定です ※<sup>2</sup> 豊岡農産物直売所は残ります</small>

令和3年3月26日(金)は窓口営業及び管内のATMを午後3時までとさせていただきます。

### 統合に伴うお取引のご案内

- 貯金通帳・証書：現在ご使用中の「南押原支店」「落合支店」「豊岡支店」のお通帳は令和3年3月29日(月)以降、ATMでは引き続き使用できますが、「店舗名」及び「店舗番号」が変更となるため、窓口では切替えの手続きが必要となり、継承店舗(南部中央支店・日光中央支店)へご来店の折りお通帳をご持参いただければ、切替えの手続きをさせていただきます。  
※上記の店舗でもATMのみ引き続きご利用いただけます。
- 貯金口座番号：口座番号の変更はございません。(店舗名・店舗番号3桁)が変更となります。
- キャッシュカード：現在お使いのキャッシュカード・JAカード(クレジットカード)は、そのままご利用いただけます。
- 融資(各種ローン)：継承店舗で引き続き、ご利用いただけます。
- 共済事業：継承店舗で引き続き、ご利用いただけます。
- その他お取扱い：継承店舗で引き続き、ご利用いただけます。

なお、一部お取扱い内容を変更させていただく必要がある場合は、改めて当組合よりご案内申し上げます。

※該当支店をご利用の皆さまには別途、郵送にて店舗統合とお取引に関するご案内をさせていただきます。ご不明な点は該当支店にお問い合わせ下さい。

### 支店窓口のお取扱い時間の変更

窓口	南部中央支店 日光中央支店	南押原支店 豊岡支店・落合支店
3月 26日(金)	8:30~15:00まで	
27日(土)・28日(日)	終日休止	
29日(月)	通常営業 8:30~17:00 ※貯金窓口は15:00まで	

### ATMのお取扱い時間の変更

ATM	南部中央支店 日光中央支店	南押原支店 豊岡支店・落合支店
3月 26日(金)	8:30~15:00まで	
27日(土)・28日(日)	終日休止	
29日(月)	通常営業	

※上記以外の管内店舗、ATMは通常通りの稼働となります

### ●令和2年度大日本農会農事功績者



鹿沼市下沢で高度な和牛繁殖経営を展開する細川康彦さんは、令和2年度緑白綬有功章(畜産部門)を受賞しました。同章は、日本で最も歴史ある全国的な農業団体の大日本農会から、農業及び農村の振興・発展に関し、特に功績ある方が選ばれた栄誉ある表彰です。受賞した細川さんは「名誉ある章をいただき感謝しました。今後は経営を息子にまかせたので、農業者を支えていく存在になっていきたい」と意気込みます。

### 今月の表紙

- ベジタブルライフ 11
- Happy Dream (はぴーどリーむ) 12  
日光市岩崎  
金田 蓮士くん 大和くん
- 今月のRECIPE(レシピ)
- LETTERS 12
- おたよりひろば・みんなの作品  
頭の体操
- かみつが通信 13
- インフォメーション 14
- 裏表紙 16





# 特集①

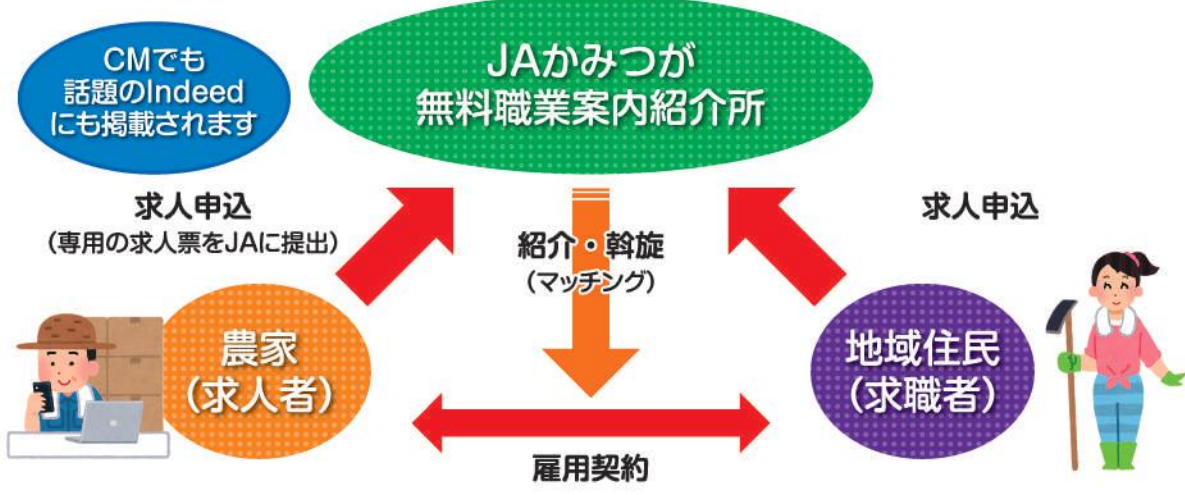
# JAかみつがの無料職業紹介所

～無料職業紹介所が始まっています～



JAかみつがでは昨年からは、無料職業紹介所を開設し、農家で働いてみたいという方、雇用を考えている農家に無料で紹介・斡旋しています。

生産者にとって農業経営を支える農作業のパートの皆さんの存在は欠かせません。農業未経験だった方も生産者を支える頼もしい存在となり、地域農業を担う一員として活躍しています。



「パートを募集したい農家」「農家で働きたい人」募集中です!

興味のある方は、一度お問い合わせください。

## ★事例の紹介★ 田島農園さんの場合

### 募集をかけた農家さんの声



募集をかけたら思ったよりも早く応募がきました。JAが仲介しているため条件に見合うパートさんを募集できました。

田島 仁さん

### 応募したパートさんの声



JAが農家のパートを募集しているのはめずらしく思いました。JAだからこそ安心して応募できましたし、自分に合った環境で仕事できています。

塩田 有梨さん

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!

### 問い合わせ先

営農経済部 営農振興課  
TEL:0289-65-1006  
E-mail: einou@ja-kamituga.or.jp



周囲の支えもあり、大変な作業でもやりがいや楽しさを感じて仕事をしています。





JAでは、くらしの活動を積極的に展開することで、地域に根ざした多様な組織との連携強化を図り、豊かでくらしやすい地域社会の実現を目指しています。

11月13日に地域の食と農を共に振興する鹿沼南高等学校ライフデザイン科の生徒と旬の農産物を使った調理交流会を開きました。同校3年生の食物調理を選択した生徒が考案した、サトイモを使用した「簡単さといもコロッケ」やニラを使った「かめまちぢみ」などを作成しました。  
(さといもコロッケは地域コミュニティー誌グリーンGreenで紹介されています)



### かめまちぢみ

- 材料 (2~3人分)  
じゃがいも……3個  
でんぶん……小1  
にら……4~5本  
ねぎ……半分  
油……適量

### ●作り方

- ①じゃがいもは皮をむいて、おろし金ですりおろす。その中に、でんぶんを加えておく。水分が多い時は、軽くしぼる。
- ②ねぎはうすいなめ切り。にらは5mmの小口切り。
- ③フライパンを熱し、油をなじませておく。フライパンの上に、おろしたじゃがいもを大きさ2程度、直径10cmくらいに広げる。
- ④じゃがいもの生地の上に、にら、ねぎをのせて裏表に返しながら色よく焼く。
- ⑤ソースをつけて完成。



試食を兼ねた交流会ではJAかみつが鹿沼里芋部今井勝美副部長がサトイモに関する栽培方法や品種などを説明しました。「地元自慢のサトイモを知って、サトイモに関するレシピを考案してくれて嬉しい」と笑顔で話し有意義な交流をしました。

こんな形でも地域の交流を図っています

地域の健康と福祉に貢献できる栄養士養成を目指す宇都宮短期大学食物栄養学科では、JA管内で取り組み始めたサトイモの新たな栽培方法「湛水栽培」で収穫した親芋を使って学生たちがメニューを開発しました。



当JAホームページに掲載されていますので、是非ご覧下さい。





規格確認を行う部会員



意見を交わす部員たち

## 安定供給を目指し統一目ぞろえ

日光青果協議会日光にら専門部会は11月25日、日光営農経済センターで令和2年度冬にら出荷目ぞろえ会を開きました。部会員と市場関係者など30人が出席し、市場の販売情勢や出荷規格を確認しました。

現物検討では、JA職員、市場関係者、部会員が冬にらの規格を確認し、適切な袋詰めや徹底した品質管理を行うことを申し合わせました。

長島完治部会長は「今年は天候不順もあり、ほ場管理が大変だが、ほ場管理や規格、箱詰めにも更に注意を払い、より良い品質のニラを出荷していこう」と話しました。

## 新品種とちあいかのより良い出荷を目指して

JAかみつがいちご部は11月19日、鹿沼市内にある同部部員のハウスにて、とちあいかの現地検討会を行いました。同部部員や関係者約50人が参加し、新品種のイチゴの栽培について、真剣に意見を交わしました。

現地検討会では、上都賀農業振興事務所や農業試験場いちご研究所の担当者による説明後、とちあいかを栽培する同部部員のほ場を見学。参加者は部員同士ほ場を見学しながら意見交換を行いました。

同部の江俣伸一部長は「昨年から一般化したとちあいかは、まだまだ手探りな状態であり、今後様々な課題が生じる。この機会に互いに意見を出し合い、より良い出荷をしていこう」と話しました。



そば打ち体験を行う職員



とちぎの星を贈呈する大嶋会長(右)と齋藤教育長

## そば打ち体験地域交流会

JAかみつがは11月27日、日光市岩崎でJA職員のそば打ち体験地域交流研修会を行いました。入組2,3年目を迎える職員12名が参加。同地区でそばの生産、加工販売や店舗経営まで一貫して行う半田耕一さん、日光手打ちそばの会我妻一義会長を講師に迎え、地域交流を兼ねた研修会となりました。

研修に参加した職員は「地域の農家と交流しながらそば打ち体験ができて良かった。職員同士の交流も深まった」と話しました。

## 地元産のお米学校給食へ

日光市農政対策協議会は11月20日、日光市の小中学校39校に地元で生産された「とちぎの星」の新米625kgを寄贈しました。同協議会大嶋美智夫会長やJAかみつが関係者たちが日光市役所を訪れ、日光市教育委員会齋藤孝雄教育長へ精米された「とちぎの星」を手渡しました。

大嶋会長は「地元で作られた美味しいお米を、子供たちに食べてもらうことで、食と農の大切さを学ぶ機会にしてほしい」と期待を込めて寄贈しました。





規格を確認する参加者



刈り取りの説明を行う柏淵さん

## 出荷最盛期前に規格や栽培管理を確認

日光地区促成いちご生産出荷協議会は12月3日、日光宮農経済センターで、令和3年産とちおとめ、スカイベリー出荷目ぞろえ会と現地検討会を行いました。

目ぞろえ会では、現物を使用してJA職員が出荷の注意点を呼びかけました。現地検討会では、生産者のほ場を見学し、上都賀農業振興事務所担当職員が、栽培管理方法などを説明し、生産者同士で情報共有しました。

大門勇人会長は「生産者、関係者との情報共有を図り、連携して日光のイチゴを出荷していこう」と意気込みを語りました。

市場出荷は11月から始まり来年5月まで続く予定で、JA直売所などにも出荷、販売が始まっています。

## 地元の特産品を知ってもらおう

宇都宮短期大学の食物栄養学科の学生が、11月26日、鹿沼市茂呂の柏淵衛雄さんの農場で二らの刈り取り体験を行いました。JAかみつがや上都賀農業振興事務所の職員も参加して、管内の特産物でもある二らPR活動に努めました。

体験では、柏淵さんが刈り取り上の注意点などを説明しました。ハウスに入った学生たちは、二らの香りやハウス内の寒暖差に驚きつつも収穫体験を楽しみました。

今後もJAでは、様々な組織との交流を深めて地域の活性化を目指していきます。



大川市長(中央)へ贈呈する江俣部長



佐藤市長(中央右)へ贈呈する江俣部長



農業の課題について懇談



## イチゴ出荷本格化に向け

JAかみつがいちご部は12月7日に鹿沼市役所佐藤信市長、栃木市役所大川秀子市長のもとを訪れ、出荷開始と情勢報告の表敬訪問を行いました。両市長と市場の販売状況や、新品種「とちあいか」の情報などを話しました。同部では10月7日にとちおとめを初出荷しました。高品質なイチゴ栽培、需要期に向けた適宜な出荷計画を目指し、現在出荷は順調に推移しています。

江俣伸一部長は「コロナ禍の中での出荷、販売となるが、生産者一丸となって高品質なイチゴを届けていきたい」と話しました。両市長は「かみつが産のイチゴの評価があるよう、生産に励んでいただきたい」と激励しました。

## 県議会議員と農政懇談会

JAかみつがは12月4日JA本店で、栃木県議会議員と農政懇談会を行いました。常勤役員、部長及びセンター長が出席し、県の農業施策・予算などに関する意見交換を行いました。

JAからは、新型コロナウイルス感染症にかかる経営支援の継続、需要に応じた米生産政策などの意見を要請しました。また、廃プラ処理にかかる費用の助成などを要望しました。

大橋正春組合長は「県と連携して、農政活動に取り組んでいきたい」と話しました。議員からは「皆さまの要望を真摯に受け止め、農業施策に取り組んでいきたい」と話しました。





## フレイル予防



上都賀総合病院  
健康管理センター 保健師  
日向野加菜

### フレイルとは？

年をとって、身体や心の働き、社会的つながりが弱くなった状態。放置すると要介護状態になる可能性があります。ありますが、早めに気づいて適切な取り組みをすることで、健康に戻ることが出来ます。

筋力の衰え	握力が(男)26kg未満、(女)18kg未満
歩行速度の低下	1.0m/秒未満
活動量の低下	軽い運動や体操をしていない
疲労	ここ2週間わけもなく疲れたような感じ
体重減少	6か月間で2~3kg減少

### フレイル予防の3つのポイント

#### ①栄養

●1日3食しっかりと摂りましょう。多様な食品を組み合わせて摂ると、必要な栄養素をまんべんなく摂ることが出来ます。料理が大変な場合には、市販のものを活用しましょう。

#### ●意識してタンパク質(肉/魚/大豆類/乳製品)を摂りましょう。

タンパク質の摂取量が減ると筋肉量が減ってしまいます。高齢になると、筋肉になりにくくなるため、より多く摂ることを意識しましょう。

●よく噛み、毎食後と就寝前の歯磨きで、お口の健康にも気を付けましょう。

#### ②身体活動

筋肉の発達の他に、食欲や心の健康にも関係があります。今より10分多く身体を動かしましょう。

可能であれば、天気のいい日にはしっかりと感染症対策をした上で、外で身体を動かしましょう。難しい場合には、室内でラジオ体操や、ストレッチなど身体の状態や体調に合わせて安全に行いましょう。

#### ③社会生活

人とのつながりが希薄になると、認知機能が低下する恐れがあります。外出しにくい今こそ友人や家族と連絡を取り合いましょう。

## 未来を拓く協同組合

# 教えて! 日本農業

監修=JCA(日本協同組合連携機構)



### スマート農業

ドローン(小型無人飛行機)やロボット、人工知能(AI)などの最新技術を駆使した「スマート農業」が注目を集めています。すでに、自動走行トラクターを用い、限られた作期の中で一人当たりの作業可能面積を広げ、働き方を改革する農業者が現れています。

スマート農業は、担い手の減少や高齢化の進行による労働力不足、熟練農業者のノウハウの継承といった課題を解消し、農業のやり方を大きく変えるのではないかと期待されています。全国のJAもスマート農業を推進。農業者の導入を支援したり、自ら活用したりするJAの数は2019年度で168JAに上ります。

無人トラクターで畑を起こし、ドローンで農薬を散布、スマートフォンで農作物の生育を確認しながら、自宅水田の給水栓を操作する——。夢のような農業の実現に向けて、JAも動き始めています。

### スマート農業の効果

- ①作業の自動化**  
ロボットトラクター、スマホで操作する水田の水管理システムなどの活用により、作業を自動化し人手を省くことが可能に
- ②情報共有の簡易化**  
位置情報と連動した経営管理アプリの活用により、作業の記録をデジタル化・自動化し、熟練者でなくても生産活動の主体になることが可能に
- ③データの活用**  
ドローン・衛星によるセンシングデータや気象データのAI解析により、農作物の生育や病害虫を予測し、高度な農業経営が可能に

農水省資料より作成

### <事例> ドローンによる省力化で規模拡大を支援

JA香川県は農業散布用ドローンの導入に対する助成事業を創設し、農業者の作業省力化や規模拡大を後押ししています。作業面積は導入前の139%から105%増の244%増(75%増)に達しました。



JA全中「JAグループの活動報告書2019」より作成



耕そう、大地と地域のみらい。





## ズッキーニを導入し、経営安定化に取り組もう！

上都賀地域で注目される露地野菜の一つであるズッキーニは、①初期投資が少ない、②収穫期間が短い、③選別作業が楽、などの特徴があり、複合部門に取り入れやすい野菜のひとつです。今回は、複合経営にズッキーニを導入する際のポイントをご紹介します。

### ◇基本の作型

ズッキーニは露地栽培が基本で、春栽培と秋栽培に分けることができます。ハウス栽培をすると作付けを最大1ヶ月程度ずらせるので、空きハウスを有効利用した栽培事例もあります。

### ◇春栽培のポイント

定植は、5月の連休前後になります。この頃は晩霜による被害に遭うことが懸念されるので連休前に定植する早出し作型の場合は、小トンネルで保温する必要があります。小トンネルの設置作業が難しい場合は、連休明けの定植がおすすめです。

収穫は概ね6月頃からとなります。授粉は基本的には訪花昆虫に任せますが、必要に応じてホルモン剤の処理を行います。ズッキーニは30℃以上の高温に弱いため、概ね7月末までの収穫となります。

### ◇秋栽培のポイント

概ね盆過ぎからの定植となります。春栽培と異なり、気温と地温が十分にあるので、直まき栽培も多く行われます。秋栽培は台風の到来や気温の急激な低下等により収量の確保が難しい一面はありますが、単価が高い傾向にあります。

管内では水稻や夏秋なすとの組み合わせの他、にらと輪作する事例もあります。労力が2名の場合、初年度は15a(800株)程度が目安です。初期投資が少なく、すぐに始められるズッキーニを導入してみませんか？

	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
ズッキーニ春作 【トンネル】		播種	定植	収穫開始	収穫			
ズッキーニ春作 【露地】			播種	定植	収穫			
ズッキーニ 【秋作】						播種	定植	収穫

	収量(kg)	単価(円/kg)	粗収益(円)	経営費(円)	所得(円)	労働時間(時間)
春栽培	2,000	250	500,000	180,000	320,000	300
秋栽培	800	300	240,000	86,400	153,600	200

冬定番！降雪対策は万全ですか？雪による被害がないよう事前対策をしっかりとっておきましょう。

(上都賀農業振興事務所より)

## Z-GIS導入ガイド・インタビュー

JAかみつがが事務局（日光米麦畜産課職員）となる日光市病害中防除協議会では、ラジコンヘリコプターによる農薬散布事業で使用する地図作成においてZ-GIS（全農営農管理システム）を導入しています。Z-GISはほ場情報をインターネットの電子地図と関連付けることで、効率的な営農管理を実現するシステムです。ほ場の位置情報（緯度・経度データ）とエクセルデータを紐付けて管理ができます。地図は高解像度の航空写真を使用し見やすくなっています。

同協議会では2018年、システムがリリースされた当初から導入し活用しています。システムを導入してからは、手書きの地図を作成していた時に比べ時間が大幅に短縮され、データを再利用することにより、次年度にあたらしく地図を作成する作業も省略化されました。

今後もZ-GISによるほ場管理を行い、営農支援事業に活かしていきます。JA全農のYouTubeチャンネルでは、当JA職員がZ-GIS導入に関する感想や意見など話した動画を公開予定しています。ぜひご覧ください！



南部園芸特産課  
のなかまさし  
野中昌志

●担当：コンニャク・ニラ

## JAかみつがの営農日誌（JA職員(営農指導員)の紹介コーナー)

11月から12月にかけては、コンニャクイモを出荷いただき、ありがとうございました。今後も健康に留意して、栽培していただきたいと思います。ニラ栽培に関しては、1月下旬から2月にかけて昨年春先に植付したニラの新植（一番刈り）の時期となりますので、生産者の皆様には、農薬の使用について使用方法を遵守していただき、安全安心でおいしいニラを消費者の方々にお届けできるようよろしくお願いたします。





鹿沼市加園

ごう や ぎ しゅんいち  
**合谷木 峻一 さん (36)**

合谷木さんはトマト（越冬作）を栽培する専門農家です

あぐり  
ツギ

トマト目線で考えた栽培を



「いいものをつくれれば結果はついてくる」と信じて栽培に取り組んでいる」と話す合谷木さんは就農して4年目を迎える若手農家。現在は、家族とパート2人でトマトを栽培しています。

県外でサラリーマンとして勤めていた合谷木さんは、結婚を機に鹿沼市に移り就農しました。農業経験はなく、とちぎ農業大学に通い、自宅でも農作業に励み、農業に関する知識や技術を習得していきました。2年前に尊敬していた義父が他界し、自らが経営者となりました。「義父が大切にしていた食味、品質に重点を置き、栽培していく」と意気込みます。

栽培で困ったことや、気になった点は、JAかみつがハウストマト青年部に聞き、問題解決、改善に繋がっています。「今はSNSなどで、すぐに情報交換をとれる環境があるので、ありがたい」と話します。

収穫時期や収量は、様々な栽培管理、タイミングで変化するので、良い技術はどんどん取り入れて改善を図っています。合谷木さんは「収量や反収に具体的な数値目標を持ちつつ、目の前の作業を重ねていくことで結果がついてくると思う。トマトの魅力を最大限に活かすため、トマト目線でハウス内の環境整備など高品質栽培を目指していきたい」と意気込みます。

かみつが de Choice

かみつがでチョイス

あま〜い『焼きいも』

奈佐原直売所では、焼きいも販売を行っており、大好評をいただいています。使用する品種は主に「紅はるか」。高い糖度とねっとり感、なめらかな舌触りが特徴の焼きいもは、スイーツ並の甘さを持ち、午前中で売り切れてしまうことがある人気商品です。さつまいもは食物繊維が豊富でダイエットにも効果があると言われています。寒い冬にぜひご賞味ください。

●奈佐原直売所 住所：鹿沼市奈佐原町527 電話：0289-75-3311



1月の運勢



天秤座

困難な状況を打開して大躍進の予感です。あなたの本気が周囲の協力につながります。説明は丁寧に、連絡は密に

JA KAMITSUGA







遊ぶの大好き  
仲良し兄弟！

元気いっぱいにはいポーズ!!

●日光市岩崎

金田 蓮士くん (3歳) (左) 大和くん (1歳) (右)

お父さん：和明さん お母さん：摩莉奈さん

はっぴー どリーむ  
**HAPPY Dream**

桃が大好きな蓮士くんが好きな遊びは、おうちにあるブランコです。通っている幼稚園で遊ぶトミカや、砂場遊びも大好きです。今はまっているものはウルトラマン。ウルトラマンに会いたいと話すと蓮士くんは、将来の夢もウルトラマンになりたいと元気いっぱいに話してくれました。

大和くんの好きな食べ物はごはん。お兄ちゃんと同じ幼稚園に通っていて、今はまっているものは絵本だそうです。将来の夢はまだまだ探し中。お外遊びの時は兄弟それぞれ楽しく遊んでいます。

両親は「健康に仲良く育てほしい」と願いを込めます。

## 楽しみ方・食べ方のコツ

### 生でそのまま

葉を1枚ずつ剥がしてアボカドトマト、卵生ハムチーズなどのお好みの具やドレッシングをのせる



サラダ  
魚介などと  
マリネに



### ポイント

チコリーレッドは加熱すると鮮やかさが失われるので、生のままサラダやカナッペなどにするのがお勧め



### 加熱して

#### ソテー

バターソテーは風味が良く食べやすい肉料理や魚料理の付け合わせにも



#### 炒め物

オイル・油と相性がグッド

食べやすくカットし、ベーコンや魚介などと一緒



#### オーブン料理

グラタン  
ドリア  
他の野菜や肉・魚介と合わせてポリュームアップ



#### 揚げ物

フリッターは衣にチーズを加えるとおいしい



フリッター  
天ぷら

#### 煮込みやスープ

火が通りやすいので、さっと加熱すると苦味が和らぎ甘味が増す



### ポイント

加熱の際は、レモン汁を加えた湯に通すと少し変色を防げるよ!



野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

# チコリー

～ 冬が旬の国産チコリー～

ベジタブル  
ライフ

イラスト：小林裕美子

## チコリーのプロフィール

【分類】キク科キクニグナ属  
【原産地】地中海沿岸、中央アジア  
【おいしい時期(旬)】冬 1～3月  
【主な栄養成分】チコリ酸、イヌリン、カリウム、リン、カルシウム、ビタミンB・C

解説：KAORU



## 見分け方



## 保存方法

早めに食べ切ろう

とってもしっかり乾燥やすく日持ちしないよ



ラップで包み冷蔵庫の野菜室へ

## チコリーのチカラ

### チコリ酸

苦味成分でポリフェノール

の一種  
老化予防や生活習慣病予防に効果的  
根の部分に特に多く含まれ、消化促進、肝機能の働きを高める作用がある



チコリーコーヒー

イヌリン  
水溶性食物繊維の一種

便秘解消や肥満予防に効果が期待できる  
根の部分に特に多く含まれている



### カリウム

高血圧予防に効果的  
余分な塩分を体外に排出する作用があり、むくみ解消に役立つ

ノンカフェインの健康的なドリンク  
チコリーの根を乾燥させば煎ずる、コーヒーの風味付けや代用として利用できる。欧州では古くから親しまれている





●温泉スポットが参考になりました。  
(日光市Kさん)

●11月号の特集では「温泉のすすめ」と題して、効能と管内の温泉を紹介しました。今まで温泉は入浴するまでどんな温泉か気にしたことはなかったのですが、これからは事前に温泉の泉質を調べて訪れるのも楽しみ方の一つだと思いました。

●表紙の大室小稲刈り、楽しく元気な声が聞こえてくる様でした。地元小学校でも全児童で行い、自分もブザーパーとしてうれしい時間を過ごしました。  
(鹿沼市Kさん)

●この他にも多くの方から表紙の稲刈り写真について、反響を頂きました。子どもたちが明るく元気に活動している様子を取材していると、撮影する側の方が元気を頂いているような気がします。

# みんなの作品

## 俳句

【鹿沼市藤江町 朗魚】  
木守りが梢に一つ赤き柿

【鹿沼市上奈良部 高木蔵】  
冬の朝布団のぬくもり出で難し

【鹿沼市上奈良部 高木茂子】  
冷え渡る夜空に輝くオリオン座

## 短歌

【鹿沼市藤江町 秋朗】  
掃き寄せし落ち葉に混じる栗の実が大きく弾け外に飛び出す

【日光市猪倉 福田節子】  
世界中コロナの終末願いつつ令和二年のカレンダーは一枚

【日光市猪倉 金田恵子】  
みどり濃き葉を色どりに金色の玉の如くに袖の実の熟れ

【鹿沼市下遠部 相場栄子】  
娘が着した処分できずのダウンコート  
我の躰を現在も温める

【鹿沼市久野 広田文子】  
野生雄雉里に生息目の辺り  
見目姿色合いに魅せられる

【鹿沼市上奈良部 高木蔵】  
はやぶさうあふれる笑顔で迎られ  
小さなカプセル大きなロマン

【鹿沼市池ノ森 齋藤としい】  
パンフ見て孫は三段重軽く言う  
年金暮しは散財かと

【日光市吉沢 手塚美智子】  
お新香でお茶をもてなす家の庭  
つややかに咲く石路のあり

【日光市瀬尾 手塚光夫】  
楽しみにしていたゴルフ駄目にする  
猛威を振るうコロナウイルス

【日光市轟 狐塚昭子】  
訪ねきし娘を見送りに短日の  
冷えるしるき厨に明かりともしぬ

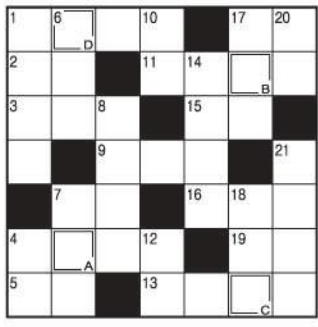
**作品募集**  
●毎月10日締切●  
■作品は楷書で分かりやすくお書き下さい。漢字はふりがなをお願いいたします。  
■絵手紙や作品の写真などもお待ちしています。  
(掲載しない場合もあります)

**12月号の答え**

- 2...家の照明が消えている
- 3...カーテンのひもが短い
- 6...匂いの線が違う
- 9...ろうそくの溶け方が違う
- 11...ポットの模様が違う

**パズル? 頭の体操**

**Q 二重マスの文字をA~Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか?**



- タテのカギ**
- 1 羽根突きに使う道具
  - 4 すずりですりませ
  - 6 止まらずに進むこと
  - 7 重さを知りたいときに使います
  - 8 テレビやエアコンに向けてボタンを押します
  - 10 ご飯のこと。焼き—
  - 12 いんいちがいち、いんにがに……
  - 14 —付きのタイで成人を祝った
  - 17 車が動きださないようにタイヤにかませます
  - 18 同種の事例は枚挙に—がない
  - 20 凍った場合は氷瀑(ばく)と呼ばれます
  - 21 ひもの—が固くばどけないよ

- ヨコのカギ** 出題・ニコリ
- 1 一富士二タカ三ナスビは、何に見ると縁起の良いもの?
  - 2 キャンパスの大きさを表すときに使う言葉
  - 3 港を表す地図記号はこの形
  - 4 強烈な悪臭がする液をお尻から噴射して身を守る動物
  - 5 1/100はセンチ、1/1000は—
  - 7 なぜか猫が入りたがる物
  - 9 大豆や緑豆の種子を洗い所で発芽させた物
  - 11 物事をするのにちょうど良い具合
  - 13 おせち料理に入れる煮豆
  - 15 鶴は千年、—は万年
  - 16 ご飯のこと。カレー—
  - 17 ぬいぐるみに話めす
  - 19 ビービョロロと鳴く大きな鳥

郵便ハガキ  
切手 3220044  
鹿沼市鳥居跡町983-1  
JAかみつが  
くらしの活動課行

- ① 1月号 答え
- 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「かみつが」への投稿もお寄せ下さい。



●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1月31日(日) ※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。

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



## 確定申告はお早めに



### 税務署からのお知らせ

#### 今年は自宅で確定申告～3密回避～

マイナンバーカード又は鹿沼税務署において発行されるID・パスワードがあれば、国税庁ホームページ「確定申告書作成コーナー」から、パソコン・スマホを使ってご自宅で確定申告ができます。是非ご利用ください！（確定申告書の作成手順はYoutube「国税庁動画チャンネル」で確認できます）

#### ●アドレス

<https://www.keisan.nta.go.jp>

【令和2年分 所得税及び復興特別所得税】  
**確定申告期間**

**2月16日(火)～3月15日(月)**

申告書はご自分で作成し、e-Tax や郵送などによりご提出ください。

【令和2年分 個人事業者の消費税及び地方消費税】

**3月31日(水)：申告・納付期限です。**

所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を次のとおり開設いたします

会 場	鹿沼商工会議所 アザレアホール（鹿沼市睦町287-16） 申告をする際は入場整理券が必要となります。
期 間	令和3年2月16日(火) から3月15日(月) まで（土・日・祝日を除く）
受付時間	午前9時から午後4時まで

- ※上記の期間外は鹿沼税務署で申告してください（こちらも1月から3月までは入場整理券が必要となります）
- ※上記の確定申告会場開設期間中は、鹿沼税務署庁舎では申告相談を行いません。
- ※入場整理券の取得方法については国税庁ホームページをご確認いただくか、鹿沼税務署にお問合せください。

#### ●新型コロナウイルス感染症対策について

感染症対策のため、申告会場入口で検温を実施いたします。体温が37.5度以上ある方や体調がすぐれない方は、恐れ入りますが体調回復後に改めて入場整理券を取得の上ご来場ください。

#### ● ID・パスワードを取得しよう！ ●

平成31年1月から、e-Tax利用手続が簡便化され、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成し、IDとパスワードを入力するだけでe-Taxで確定申告ができるようになっております。ID・パスワードを使えば、マイナンバーカードやICカードリーダーライターをお持ちでなくても、ご自宅等からパソコンやスマートフォンで簡単にe-Taxで申告することができ大変便利です（※1）。

なお、ID・パスワードはお近くの税務署において5分程度で発行を受けられますので、確定申告を行う前までに、是非取得してください（※2）。

※1 マイナンバーカードとICカードリーダーライターをお持ちの方は「マイナンバーカード方式」によるe-Taxがご利用いただけます。

※2 ID・パスワード取得の際は、運転免許証（写しでも可）などの本人確認書類をお持ちください。

## パソコンから 確定申告 スマホ

もう手書きにはもどれない・・・

「国税庁ホームページ」へアクセス

確定申告



STEP.1 「国税庁ホームページ」へアクセス

STEP.2 申告書を作成

STEP.3 e-Taxで送信して提出



税務署に行く手間がかかりません！



確定申告期間中は24時間いつでも利用できます！



印刷して郵送等で税務署へ提出することもできます！

プリンタをお持ちでなくても、コンビニエンスストア等のプリントサービス（有料）を利用して印刷できます。

IDとパスワードで送信

マイナンバーカードを使って送信

鹿沼税務署

Tel.0289-64-2151（代表）



## 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	1LDK	40,000	樅山町	2DK	43,000
幸町	2LDK	42,000	千手町	3DK	47,000
西鹿沼	2DK	43,000	茂呂	2LDK	47,000

**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)  
ホームページ: <http://jakamituga.jp/>  
メール: [sisan@ja-kamituga.or.jp](mailto:sisan@ja-kamituga.or.jp)

## 農業用軽油の免税証交付申請 についてのお知らせ

令和3(2021)年分の農業用軽油免税証の交付申請を受付します。指定日以外でも申請できますが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、申請の際は手洗いの励行及びマスク着用のほか、混雑が予想される時間帯を避ける等、皆様の御協力をお願いいたします。

市町	受付日	対象地区	受付期間	会場
日光市	2月2日(火)	今市地区、落合地区	9:30~11:30	日光市役所 本庁舎2階 中会議室203 (日光市今市本町1)
	2月3日(水)	塩野室地区、旧日光市		
	2月4日(木)	大沢地区	13:00~15:00	
	2月5日(金)	豊岡地区、旧藤原町、旧足尾町、旧栗山村		

- ★持参するもの
- ①継続申請の場合 ・免税軽油使用者証(免税軽油使用者証の有効期限が令和3(2021)年3月30日までに切れる場合 手数料420円)・印鑑・免税軽油の引取り等に係る報告書・納品書・農業委員会で交付される耕作面積の証明書(耕作面積が増えて増量を希望される方のみ)
  - ②新規申請の場合 ・農業委員会で交付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わかる売買契約書又は取扱説明書やカタログ
- ご注意ください ①増量及び新規申請の場合、免税証は後日交付となります。②「委託を受けて農作業を行う者」も対象となります。申請には、農業委員会の「農作業委託証明書」及び「農作業委託契約書(写)」が必要です。③国税及び地方税の滞納処分を受けた方は、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 鹿沼県税事務所 課税課 TEL 0289-62-6202

## JAグループ栃木 大規模災害 統一訓練の実施のお知らせ

当JAでは令和3年1月19日(火)に大規模災害の発生に備えた訓練を実施いたします。より災害発生時に近づけるため、訓練中はご来店中の皆様にも参加していただき、今回の訓練を実施したく存じます。ご不便おかけしますが、ご理解とご協力をお願い致します。

### ●訓練実施日程●

令和3年1月19日(火) 10:00~10:30  
(上記の期間10分程度)

### ●訓練実施内容●

栃木県内全域に地震が発生したと想定し、身の安全確保と建物からの避難を訓練します。

## 農業者の皆様、老後の備えは万全ですか？

これからの日本は、少子高齢化社会になると予測されています。老後を安心して暮らすためにも若いうちからの備えが必要で、年金の加入は欠かせません。農業者の皆様も、メリットがたくさんある新しい農業者年金に加入して安心して豊かな老後を迎えましょう。

### 農業従事者なら誰でも加入できます

60歳未満の国民年金第1号被保険者であって年間60日以上農業に従事する方であれば誰でも加入できます。

### 保険料は自由に選択できます

月額2万円から6万7千円の間でご自身のライフプランに合わせて保険料を自由に選択できます。

### 税制面で大きな優遇があります

保険料は全額が社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税が節税になります。(支払った保険料の15~30%程度が節税)

### 80歳までの保証がついた終身年金です

年金は終身受給できます。また、加入者や受給者が80歳になる前に亡くなった場合は死亡一時金として遺族が受け取れます。

●お問い合わせは、各市の農業委員会またはJA各支店・信用業務課(TEL.0289-65-1003)まで

## JAグループ栃木の 仕事研究開催

- 開催日: 令和3年2月10日(水)
- 会場: 栃木県宇都宮市「栃木県JAビル」(宇都宮市平出工業団地9-25)
- 時間: 10:00~16:30(受付9:30~)
- 内容: ①JAの組織と事業 ②先輩職員に聞いてみよう! ③ワークショップ ④参加団体のブース説明
- 参加予定団体 栃木県内のJA・連合会等10団体  
マイナビ2022「JAグループ栃木」から事前予約!

■詳しくは「JAグループ栃木」のHP  
(<http://www.tcchu-ja.or.jp/>)  
「JAグループ栃木の仕事研究」をクリック

〈問い合わせ先〉JA栃木中央会 JA栃木教育センター  
TEL:028-616-8560

※新型コロナウイルスの影響により、内容の変更等がある可能性があります。予めご了承ください。

## 家の光 年間購読のご案内



『家の光』には暮らしに役立つ情報が盛りだくさん!

### ●ただ今、年間購読キャンペーン実施中

誌名	年間定価合計	割引	前納誌代
家の光	9,411円	629円	8,782円

お申し込みは最寄りのJAへ





## 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ササキ ブロードキャスター(鹿)	CF200-OS(電動)	15万円
②ニプロ ウイングハロー(鹿)	WBS3010N-OS(電動)	70万円
③クボタ 田植機(鹿)	SPU50-SI(5条)	38万円
④スズテック 播種機(鹿)	THK1009 (1時間100枚)	12万円
⑤イセキ コンバイン(日)	HF327G	70万円
⑥ニプロ ハロー(日)	HSG2010BKA	10万円
⑦ニプロ ハロー(日)	HRI2405	6万円
⑧ササキ ハロー(日)	BG-22TKU	3万円

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、受付順に契約をすず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!**

ホームページに画像公開中! <http://ja-kamituga-s.jp/>



## 就農相談会

～野菜作りに挑戦してみませんか～

JA職員が相談にお答えします!!

- 退職後、農業を始めたい方
- 野菜を作って直売所へ出荷したい方

☆気軽にお越し下さい☆

- 日 時：令和3年2月21日(日)  
午前9:00～12:00
- 開催場所：南部営農経済センター  
鹿沼市奈佐原町584-1

予約受付  
問い合わせ先

JAかみつが南部園芸特産課  
電話：0289-75-3821

※当日の受付は会場に直接お電話いただきますようお願いいたします。  
※平日でも事前に問い合わせいただければ対応いたします。

## 各種相談会

### ○税務相談会(要予約)

令和3年2月10日(水) JA本店  
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3年2月18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

令和3年1月23日(土) 西方支店  
TEL0282-92-2520 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

令和3年2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)  
6日(土)・13日(土)・20日(土)・27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)  
13日(土)・27日(土)  
日光市森友923-1 TEL0288-22-0251

## 編集後記

新年明けましておめでとうございます。今月号の特集②では、鹿沼南高校生徒との地元農産物を使用した地域交流を紹介し、料理のレシピもご紹介しました。昨年12月に発行した地域コミュニティー誌グリーンGreenにも、南高校と宇都宮短期大学の学生が作った料理のレシピを紹介し、JAかみつがのホームページにおいてもレシピを紹介しております。学生たちが考案した素敵なレシピをこの機会に是非試してみたいかがでしょうか。(しのさん)

## 12月の理事会

12月28日開催

### ■ 協議事項 ■

- (1)第3四半期実績検討について
- (2)令和3年度事業計画基本方針について
- (3)出資の減口について
- (4)育児・介護休業等に関する規程の一部改正について

### ■ 報告事項 ■

- (1)令和3年 年賀式の挙行について
- (2)家の光3誌推進運動の実施について
- (3)組合員加入促進運動の取組結果について
- (4)組合員資格整理進捗状況について
- (5)年末一時金の支給について
- (6)自主点検取りまとめ結果について
- (7)相談苦情等の取りまとめ結果について
- (8)反社会的勢力の取引排除にかかる対応状況について
- (9)JAかみつがサービス(株)11月末実績報告について
- (10)自動車推進役職員総ぐるみ運動11月末実績報告及びオートパル利用状況について
- (11)第3四半期の余裕金運用状況について



新登場



安心と一緒に  
出かけましょ。



## 自動車の事故による賠償やケガ、修理に備える

### ★安心の充実保障

**相手方への保障**

自動車事故により他人を死傷させたり、他人の車や物をこわしたときの損害を幅広く保障！

対人賠償(無制限)  
対物賠償(無制限・対物超過修理費用保障付)

**ご自身とご家族の保障**

自動車事故によりご自身やご家族、ご契約のお車に搭乗中の方などが死傷されたときの損害を幅広く保障！

人身傷害保障  
傷害定額給付保障

**お車の保障**

ご契約のお車の事故による破損や盗難、台風などによる損害を幅広く保障！

車両保障(全損害担保)  
車両諸費用保障特約

**さらに！**

- 日常生活賠償責任特約 **NEW** 自転車事故をはじめとする日常生活のさまざまな損害賠償責任を保障
- 車両新価保障特約 偶然な事故によって、ご契約のお車が所定の全損となった場合に、あらかじめ定めた新車価格相当額等を保障
- 車両超過修理費用保障特約 ご契約のお車の修理費が共済価額以上となった場合、その超過分について保障

※共済金のお支払いには所定の条件があります。

### ★頼れる各種サービス 自動車事故や故障など、トラブル発生時に頼りになるサービスをご用意

・24時間365日、フリーダイヤルで事故受付とアドバイス ※JA共済日常生活事故対応センターの受付時間は9:00~17:00(土日・祝日および12月29日~1月3日を除きます)  
・損害調査サービス担当者約5,360人、事故対応窓口約2,450か所の安心ネットワーク(2020年4月1日現在)

- レッカーサービス
- ロードサービス
- 夜間休日現場急行サービス
- 夜間休日初期対応サービス
- 休日契約者面談サービス

※サービスのご利用には所定の条件があります。

### ★お得な掛金割引 ご契約条件に応じてさまざまな掛金割引をご用意

自賠責共済セット割引 <b>JA共済オリジナル</b>	農業用貨物車割引 <b>JA共済オリジナル</b>	複数契約割引	長期優良契約割引	ASV割引
対人賠償の共済掛金 <b>7%割引</b>	共済掛金 <b>10%割引</b>	共済掛金 <b>5%割引</b>	共済掛金 <b>2~6%割引</b>	共済掛金 <b>9%割引</b>

その他にも、割増・割引等級制度やゴールド免許用掛金などがあります。 ※割引の適用には所定の条件があります。

●ご加入にあたりましては、お近くのJA(農協)へお問い合わせください。●この広告は概要を説明したものです。ご契約の際には「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

はじめて共済

<https://shiryo.ja-kyosai.or.jp>

■JA共済ホームページアドレス <https://www.ja-kyosai.or.jp>

本サイトから「ひと・いえ・くるま」の各共済の資料請求・掛金試算ができます。

**JA共済相談受付センター(JA共済連 全国本部)**

電話番号：☎0120-536-093 ※日曜日、祝日および12月29日~1月3日を除きます。  
受付時間：9:00~18:00(月~金曜日) ※メンテナンス等により予告なく変更する場合があります。  
9:00~17:00(土曜日) ※電話番号は、おかけ間違いのないようご注意ください。



耕そう、大地と地域のみらい。JAグループ

20481050325