

かみつが

No. 268

Monthly Public Magazine

2021
8
August

かみつが || <http://jakamituga.jp/>
e-mail kamituga@ja-kamituga.or.jp

特集

夏休み自由研究

夏の里山昆虫図鑑



SMILE MONKEYS
豊かな明日へ 地域と共に



LINE
QRコード



JAKAMITUGA
Instagram
QRコード

SNSもチェックしてね!!

「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

おびにおん

O P I N I O N



『農家のためのJAへ』

上都賀農業協同組合 代表理事専務

渡邊 誠



暑い日が続きますが、皆様健やかに過ごしてのこと
と思います。また、日頃より組合員の皆様には多大な
ご協力とご指導を賜り、厚く御礼申し上げます。

当JAでは現在、農業振興と地域の発展を目指し、
自己改革に取り組み、農業者の所得増大、生産拡大を
図っています。

私自身も就農してから稲作・花き専業農家として、
農家の立場でJAに「もっとこうしてほしい」と考え
ることもありましたが、専務という役割に就き、現在
は皆さまの思いを実現する立場にいます。「農家目線
でJA経営を実践してほしい」という周囲の期待を背
負い、JA経営を健全に保ちながらも、農家に利益を
最大限還元していくという、2つの目標を果たしてま
うります。

相反する事態に直面し悩む場面もありますが「農家
のためのJA」という原点に立ち返り判断し、事業運
営を進めていきます。例えばJAの手数料の中には一
般的な水準より低く設定しているものがありますが、
そこだけ見れば事業を圧迫してしまいます。JA経営
基盤を安定させ、農業生産が伸びて組合員皆さんの生
活が向上し、信用・共済・購買などの事業を利用して
もらうことでJAに恩恵が返ってくるのが総合事業の
意義と思っています。

今後JAかみつがの発展に役職員一体となって邁
進してまいりますので、ご支援くださいますようお願い
致します。

かみつが

CONTENTS

No.268
[8月号]
2021.8.1

表紙

JAかみつが杯学童軟式野球大会

01

かみつがおびにおん

上都賀農業協同組合 代表理事専務

渡邊 誠

02

あぐりNOW

第4回 JAかみつが杯
学童軟式野球大会 開催

03

特集

夏休み自由研究
夏の里山昆虫図鑑

04

TOPICS

健康百科

『新しい生活様式での身体活動』
健康管理センター 保健師

08

進めよう！国消国産

池田 美奈子

営農情報

あぐりツッシュ

日光市小林 齋藤 雅人さん

10

かみつが de choice

日光とうがらし

09

あぐり
なう
NOW



第4回 JAかみつが杯 学童軟式野球大会 開催

この大会では、少年野球を通して児童の仲間意識や連帯を高めるとともに、地域の交流の場の提供による豊かな地域社会づくりを目的としています。

青木孝雄組合長は「昨年は新型コロナウイルスの影響で開催できなかったが、今年は感染対策を十分にを行い、開催できた。選手のみならずには、感謝の気持ちを込めて全力でプレーしてほしい」とあいさつしました。



競技の結果、表彰されたチームは次の通りになります。

- 優勝：さつきが丘スポーツ
- 準優勝：東光スポーツ
- 3位：南原・鬼怒川学童



熱戦が繰り広げられました



JAかみつが杯学童軟式野球大会



今月の表紙

JAかみつが杯学童軟式野球大会開会式では、南押原クラブの宇棉成選手が選手宣誓を元氣いっぱいに行いました。大会終了後は会場の清掃活動を行い、地域貢献活動に取り組みました。

ベジタブルライフ



Happy Dream (はぴーどリーむ)

西方町金井

石塚 唯珠ちゃん 陽翔くん 碧くん

今月のRECIPE(レシピ)

LETTERS



おたよりひろば・みんなの作品
まちがいがさがし

かみつが通信



インフォメーション



裏表紙





夏の里山昆虫図鑑

夏は里山の昆虫たちが盛んに活動する季節。自由研究の題材に昆虫採集・観察はいかがでしょう。昆虫を発見する体験を通して、私たちが暮らす自然環境にも思いを巡らせてみましょう。



監修…くんま昆虫の森
イラスト…ゆきたけし

里山と昆虫の深い関係

里山は田畑や小川、雑木林、農耕馬のための草原など、日本人が昔から生活するために必要な環境として維持されてきました。農業と関わりが深く、適度に人の手が入った環境の中に、都合良く昆虫をはじめさまざまな生き物がすみつき、繁殖しながら人と共生しています。同じ昆虫でも幼虫期は田ん



観察時の装備について

ぼの水の中で暮らし、成長すると雑木林や草地にすむというように、居場所を変えながら生き続ける昆虫もいます。里山が多様であればあるほど、多くの生き物が暮らせる豊かな環境といえるでしょう。

屋外では、虫刺され、植物によるかぶれ、熱中症に気を付けましょう。ハチ、毒のある毛虫、毒蛇、場合によってはクマなど、危険な生き物たちから身を守る服装や準備も大切です。



里山を歩くときは長袖、長スパン、長靴を履き、帽子をかぶりましょう。荷物はリュックなどにに入れて両手を空けるようにしましょう。

マナーを守って

カブトムシやクワガタなどを採集するために、夜間や早朝から出掛ける場合は懐中電灯も必要です。

公共の場所や施設など以外の場所、土地にはそれぞれ持ち主がいます。私有地には勝手に入らず、近くで農作業をしているなど人を見掛けたら、一声掛けると良いでしょう。枝を折ったり、植物を持ち帰ったりなど、地元の人たちが嫌がるようなことはしないで。常識ある行動とマナーを守って楽しく昆虫採集・観察をしましょう。

夏に出合える昆虫たち



ルリボシカミキリ

- 分類：コウチュウ目カミキリムシ科
- 大きさ：雄、雌共に16～30mm
- 分布：北海道～九州

自然環境が良好な里山や山地にいるカミキリムシです。枯れて間もない木に卵を産むために集まり、広葉樹の立ち枯れや木材を保管している貯木場で見つかります。鮮やかな水色には「はっ」とした驚きと、宝物を見つけた気分になれる昆虫です。



カブトムシ

- 分類：コウチュウ目コガネムシ科
- 大きさ：雄、雌共に32～53mm(角を除く)
- 分布：日本全土



甲虫の中で最も大型なのがカブトムシです。雄同士は角を使って闘うことで知られ、体が大きく、より角が長い雄が有利です。雌には角がありません。成虫は6～8月、里山のクヌギやコナラ、クリ、ヤナギなどに集まり、樹液を吸っています。夜行性なので夜か早朝に見つけやすいです。





オニヤンマ

- 分類：トンボ目オニヤンマ科
- 大きさ：雄90～103mm、雌98～114mm
- 分布：北海道～九州

日本のトンボで最も大型です。幼虫は小川で育ち、6月下旬～7月上旬にかけて羽化します。成虫は飛びながら昆虫を捕まえて食べます。8月になると雌は産卵に小川にやって来ます。その雌を求めて雄が小川の上を行ったり来たりします。このときが一番捕まえやすく、網で待ち構えます。



オオムラサキ

- 分類：チョウ目タテハチョウ科
- 大きさ：雄約100mm、雌約120mm(羽を広げた状態)
- 分布：北海道～九州。ただし、都市化が進み、雑木林が少なくなってきたことで現在では生息地が激減

最も大きなタテハチョウの仲間です。日本の国蝶(こくちょう)です。自然豊かな里山の雑木林に生息し幼虫はエノキの葉を食べて育ちます。7月上旬から羽化し、森林周辺を風に乗って飛び回ったり、クヌギやコナラの樹液に集まったりします。



アブラゼミ

- 分類：カメシ目ゼミ科
- 大きさ：雄約55mm、雌約63mm
- 分布：北海道～九州

東日本の代表的なゼミです。「ジリジリジリ」と油が煮立ったような声で鳴くことが名前の由来です。町の公園にもたくさんいます。ゼミが多い公園が近くにあったら羽化を観察してみましょう。羽化のピークとなる7月下旬～8月上旬にかけての、夜の8時ごろが羽化観察の見頃です。



ゲンジボタル

- 分類：コウチュウ目ホタル科
- 大きさ：雄約20mm、雌約15mm
- 分布：本州～九州

代表的なホタルの一種です。幼虫時代はカワニナという巻貝を食べて育ち、成虫になると水しか飲みません。寿命は2週間ほどです。6月上旬が発生期ですから、発生地の情報を調べて光る様子を見に行きましょう。仲間で小型のヘイケボタルもいます。里山の水田でも発生し、6月下旬から7月が発生のピークです。



トノサマバッタ

- 分類：バッタ目バッタ科
- 大きさ(翅端含む)：雄35～40mm、雌45～65mm
- 分布：日本全土

代表的な大型のバッタです。河原など、草がまばらに生えたような乾いた環境を好みます。ススキなどのイネ科植物を好んで食べます。初夏から秋にかけて、平地では1年に2回くらい発生します。足下から飛び立った姿を追いつき、網をかぶせて捕まえます。



ノコギリクワガタ

- 分類：コウチュウ目クワガタムシ科
- 大きさ：雄35～70mm、雌30～35mm
- 分布：北海道～九州

平地から山地の雑木林にいる代表的な大型種です。幼虫は立ち枯れた腐った木の根の部分を食べるで育ちます。成虫は前年の夏に羽化して越冬後の6月に地上に現れて活動を始めます。クヌギやコナラの樹液に集まりますが、川沿いのヤナギ類にも集まります。木を揺すって落として捕まえます。

今回教えてもらったのは……

ぐんま昆虫の森

昆虫をテーマにした体験型教育施設。45haの敷地に雑木林や田畑、小川などの里山を再現し、昆虫たちの生態を観察できます。各種体験プログラムや四季折々の企画イベントも開催しています。

<http://www.giw.pref.gunma.jp/>
群馬県桐生市新里町鶴ヶ谷460-1 電話:0277-74-6441
開園時間:9:30～16:00(入園は閉園の30分前まで)
入園料:一般410円、大学生・高校生200円、中学生以下無料
休園:月曜日(祝日開園・翌火曜日休み、臨時休園あり)

※春休み・ゴールデンウィーク・夏休みなどは定休日でも開園する場合があります。開園カレンダーでご確認ください。
※新型コロナウイルスの影響により開園時間などを変更する場合があります。





生産拡大
所得増大

神田に田植えをする和田さん



生産拡大
所得増大

ほ場を確認する職員

伝統ある田植祭厳かに

6月10日、日光市小林地区で令和3年度東照宮神田田植祭が行われました。歴代の奉耕者、関係者らが見守る中、奉耕者に選ばれた和田隆廣さんが田植えを行い、豊作と農作業の安全を祈願しました。

奉耕者の和田さんは令和2年度栃木県農業士に認定され、水稻26畝、梅の栽培や加工を60%ほど行っています。和田さんは「緊張感をもって栽培に取り組み、地域農業の発展に貢献していきたい」と意気込みました。神田は今後和田さんが管理し、秋には抜穂祭が行われます。



農薬効果の検証を重ねて

JAかみつがは5月下旬から6月下旬にかけて、日光地区、鹿沼地区で、水稻農薬展示ほ場現地調査を行いました。全農とちぎ、農薬メーカー、JA営農経済職員たちが、重点農薬試験ほ場の散布農薬の効果を確認し、情報共有に努めました。

今回の調査をもとに、重点品目選定会議を実施し、次年度に向けた春農薬予約取りまとめを行います。また、調査内容を検討し生産者に対する今後の栽培管理について指導、情報提供を行っていきます。

ほ場巡回を行った職員は「農薬メーカーと同行することは大変勉強になった。この経験を活かし、さらに出向く活動を強化していきたい」と話しました。



生産拡大
所得増大

現物を使用し規格を確認する部会員



生産拡大
所得増大

決意を胸に入園するアカデミー生

夏ニラ規格統一で出荷体制整える

日光青果協議会日光にら専門部会は6月18日、日光営農経済センター集荷場で令和3年夏にら出荷目ぞろえ会を開きました。JA全農とちぎ、市場関係者、部会員が参加。部会員たちは、収穫時と選別時の注意点、出荷規格や販売情勢などを確認しました。

長島完治部会長は「これから気温は上昇し、葉先やけ、トロケなど傷みの原因となるが、遮光シートによる温度管理を行い、高品質のニラを出荷していこう」と呼び掛けました。



一人前の農業者を目指して

栃木県上都賀農業振興事務所と上都賀地方農業振興協議会が連携して運営する上都賀地方フレッシュファーマーアカデミーは6月15日、栃木県上都賀庁舎で、令和3年度(第56回)同アカデミーの入園式を開きました。今年度は新規就農者や研修生等、男性7人と女性3人の合計10人が入園。農業者としての経営感覚を身につけ、農業の基本的知識や栽培技術を学んでいきます。

青木孝雄学園長(JAかみつが組合長)は「入園生の柔軟な発想や行動力、今まで培ってきた知識や経験、農業への情熱を活かし、目標達成や夢の実現に向かって努力を重ね、豊かで潤いある生活を送ってほしい」と激励しました。





地域貢献

そばの刈り取りを行う半田さん

夏の新そば始まる

岩崎そば生産組合は6月22日、日光市内の水田を転作したそば畑で、夏そばの刈り取りを始めました。4月中旬に播種を行い、降雨量も少なく順調な生育となりました。夏そばは早めに刈り取りを行うことで秋そばよりも色が青く清涼感があるのが特徴的です。刈り取った夏の新そばは7月10日から日光手打ちそばの会加入店舗24店舗を中心に提供が始まりました。

同組合に所属する半田耕一さんは「これからもお客さんに喜んでもらえるそばを提供していきたい」と話しました。



生産拡大
所得増大

現物を確認する部会員

出荷規格の統一で有利販売を目指す

日光トマト部会は6月18日、日光営農経済センター集荷場で、令和3年度雨除けトマト出荷目ぞろえ会を開きました。部会員、市場関係者など7人が参加し、現物を使用した目ぞろえでは、カラーチャートや品質の確認など検討しました。

出荷は10月まで続く予定です。



生産拡大
所得増大

栽培について知識を深める参加者

生産量増加を目指して

日光青果協議会アスパラガス専門部会は6月25日、日光営農経済センター会議室で、病害虫防除の学習会を開き、部会員16名が参加しました。上都賀農業振興事務所、全農とちぎ、農薬・肥料メーカーが最適な農業の使用手法や、効果的な散布方法などを説明しました。

伴隆司部会長は「夏にかけて、防除関係、肥培管理が収量に影響してくる。栽培で気になるポイントを確認して、良品質なものを出荷していこう」と話しました。



生産拡大
所得増大

生育状況を確認する会員

日光地区のイチゴ消費拡大を目指して

JAかみつが日光地区促成いちご生産出荷協議会は6月22日、日光市内の会員ほ場で、促成いちご親株現地検討会を行いました。会員は親株の生育状況を確認し、今後の栽培技術向上のため、情報共有や意見交換を行いました。

同会の大門勇人会長は「味、品質の良いものが消費者に届くようしっかり栽培に取り組んでいく」と意気込みを語りました。

同会は市場・直売所出荷、観光農園などを行い、イチゴの消費拡大に努めています。今年から会員が2名増え、計12名で活動しています。





「新しい生活様式での身体活動」



上都賀総合病院
健康管理センター 保健師
池田 美奈子
いけだ みなこ

新しい生活様式で体を動かす機会が減っていませんか？運動・スポーツに限らず、生活の中で体を動かすことを身体活動といいますが、身体活動は全身の健康に関連しています。例えば、肥満の予防・筋力の保持や向上・免疫力の向上といった身体の健康のほか、ストレスの解消など心の健康、子供の成長の促進、高齢者の介護・認知症の予防も、身体活動が関わっています。

身体活動量が減ったり、長時間座った姿勢が続いたりすると、健康に悪影響を及ぼしてしまいます。長時間座っている人は短時間の人と比べ死亡リスクが高まるという報告や、健康な高齢者が2週間家の中であまり動き回らないようにすると、脚の筋肉量が3・7%減少した(3・7年分の老化に相当)という報告もあります。そのようにならないためにも、新しい生活様式を取り入れながら、身体活動を継続するポイントをまとめました。

【新しい生活様式での運動・スポーツの注意点】

- 感染症予防…三密を避ける・手洗いの徹底など
- 熱中症対策…水分補給・適度な休憩・屋内での運動
- 適度な運動…適度な運動…運動を再開するときはいつもより軽めから・運動強度や運動量は徐々に増やす

【お子さんをもつ方へ】

毎日60分以上体を動かすことを推奨されています。お子さんと一緒に家事を行うことや、公園で遊具を使わない遊びやスポーツを楽しむこともおすすめです。屋内ではテレビや動画を活用してダンスやフィットネスを行うとお手軽です。

【座っている時間が長い方へ】

30分に1回立ち上がり動くようにしましょう。家にいるときは家事を積極的に取り組むだけでも身体活動量を増やせます。

【高齢の方へ】

1日40分以上ゆっくりでもいいので体を動かすことを推奨されています。定期的な運動習慣を作ることが大切です。片脚立ちやスクワットなどの下肢の筋肉を鍛えると、筋力低下や転倒を予防できます。無理はせず、医療機関にかかっている場合は主治医に相談してから取り組みましょう。

進めよう!! 国産消費国産

国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産

【今回のテーマ】
自然災害が多発…
どんなリスクがある？

日本だけでなく世界でも自然災害の発生が続けば、農畜産物が生産できなくなり、最終的には食料不足になってしまうリスクがあります。

過去10年の農林水産関係被害額

年	被害額 (億円)
2011年	27,055
2012年	1,890
2013年	2,008
2014年	3,126
2015年	1,107
2016年	4,358
2017年	2,460
2018年	6,282
2019年	4,999
2020年	2,473

東日本大震災 23,841 (2011年)
熊本地震 1,772 (2016年)
北海道胆振東部地震 1,145 (2018年)

出典: 農林水産省(2021年4月12日時点)

日本では自然災害の回数・被害額とも増加傾向にあり、天候不順による収穫量の減少、洪水や土砂崩れによる農地や農業関連施設への被害などが発生しています。例えば、日本における「非常に激しい雨(1時間降水量50ミリ以上)」は直近30年で約1.5倍に増えています*。

自然災害は世界的にも多発していて、日本の農産物輸入の上位5カ国(米国、中国、豪州、タイ、カナダ)でも、豪雨や干ばつなどの災害が発生しています。

こうしたリスクを知り、国産食材を食べることで日本の農業を応援することが大切です。

※出典: 気象庁

耕そう、大地と地域のまらい。



米の品質向上対策 ～適期防除と適期収穫～

【令和2年産の品質】

上都賀管内の令和2年産コシヒカリの格付け低下の主な要因は、斑点米と胴割米であり、鹿沼市では9割、日光市では8割近くを占めています。また、鹿沼市の1等米比率は、79.9%であり、県全体91.7%と比べ低い結果となりました。適期防除と適期収穫を心掛け、地域の1等米比率の向上を図り、良質米生産を目指しましょう！

【斑点米対策】

斑点米の主な原因はカメムシです。出穂前は草刈りの実施、出穂後は薬剤による防除でカメムシを寄せつけないようにしましょう！

(1) 草刈り

イネ科雑草(ヒエ、ホタルイ等)の出穂前の草刈りが重要です。

- 1回目…出穂期2～3週間前
 - 2回目…出穂期頃
- 出穂前に2回できない場合は、出穂の10日前に1回は必ず行いましょう。
- ※出穂期のみ草刈りは、カメムシを水田に追い込んでしまうので逆効果です。

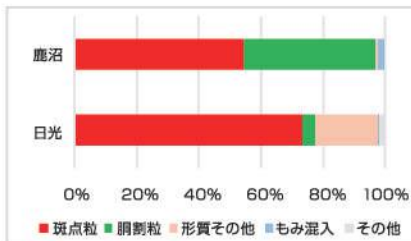


図1 格付け低下主な要因 (令和2年産コシヒカリ)

☆上都賀農業振興事務所のHPも随時更新中なので、ご覧ください。
(上都賀農業振興事務所より)

(2) 薬剤防除

1回目…出穂期～出穂10日後
2回目…1回目から7～10日後

※カメムシの多発地域では、2回目の1週間後に「一粒剤」を散布すると効果的です。3回目の散布を「液剤」にした場合は、斑点米防止への効果が下がる場合があります。

【胴割米対策】

刈り遅れないことが重要です。穂の下部に残っている青い籾の割合が10%で収穫開始し、3%になるまでには収穫を終了させましょう。

肥料切れが早く、ごま葉枯病がみられる場合は、次年度の肥料設計の見直しをしましょう。ケイ酸や鉄を含む土づくり資材の施用で根の活力持続が期待できます。

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)



南部園芸特産課

ろすい りょうた

白井 良太

●担当：ニラ・トマト

8月に入り夏ニラの刈り取り、出荷が行われています。この時期は夏の暑さ対策が重要となりますので、適宜な水管理を行い、病害虫の発生を抑制していきましょう。また、傷みやトロケが発生しやすい環境になりますので、ハウス内の換気はもちろん、台風の懸念もありますので、ハウスの補強など対策を立てていきましょう。鹿沼ニラのブランドを守り、発展させていくためにも、徹底した品質管理のもと出荷をお願い致します。



データでみるJAのイメージ

「食料・農業・JAに関するアンケート調査(2020年度)」より

コロナ禍で食料安全保障や国産食品への関心が高まっています

今回の調査で、国内で食料を生産する大切さ(食料安全保障)について全国の生活者に聞いたところ、コロナ禍を機に関心が高まった人と、以前から関心が高い人を含めると、全体の60.7%となり、コロナ禍をきっかけに全国の生活者の6割が食料安全保障に高い意識を持っていることが分かりました。男女別では男性の55.4%が「関心が高い・高まった」と回答したのに対し、女性は66%と、女性の方がより高い関心を持っています。

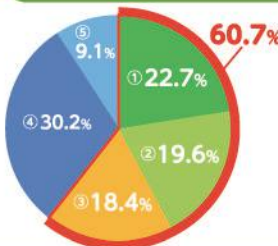
JA全中は2011年から、食料・農業・JAに関する生活者の意識や行動についてアンケート調査を行っています。生活者の傾向を把握して事業に生かしていくことを目的としています。調査は日本全国の2,500人を対象とし、期間は2020年11月27日から2020年12月3日の6日間です。



耕そう、大地と地域の暮らし。

「食料・農業・JAに関するアンケート調査(2020年度)」では、全国の生活者の6割が新型コロナウイルス感染拡大をきっかけとして、食料安全保障に高い関心を持っていることがわかりました。そのうち7割が国産食品へ切り替えるなど実際の行動変容も起きています。

全国の生活者の6割で食料安全保障に高い意識



- ① コロナ禍以前から、引き続き関心が高い
- ② コロナ禍で、さらに関心が高まった
- ③ 以前は関心を持っていなかったが、コロナ禍で関心を持つようになった
- ④ 以前も現在もあまり関心がない
- ⑤ 食料安全保障にはまったく関心がない

あぐり
ツギ

日光市小林

さいとうまさひと

齋藤雅人さん(49)

齋藤さん宅は水稻、アスパラ、
タマネギ、ニンジンや畜産業を
行う専門農家です。



仲間とともに地域農業を守り、
発展させていく

「仲間とともに地域農業を守っていききたい」と話す齋藤さんが就農したのは約4年前。それまでは、市役所に勤めていたそうです。

齋藤さん宅は代々農業を営み、雅人さん自身も、いずれは就農しようと考えていたそうです。

就農を決意した後は、両親に農業のノウハウを教わりながら技術や知識を学んでいきました。幼い頃から田植えなど繁忙期には手伝いをしていましたが、実際に就農してみると「体力仕事も多く大変だが毎日の作業が充実し、収穫の喜びは達成感が感じられる」と農業の魅力を感じてくれました。

昨年からはドローンを購入し、農作業の効率化、省力化にも取り組んでいます。また、昨年は小林地区の伝統行事でもある日光東照宮の献穀米生産の奉耕者となって、伝統行事の継承にも努めました。

今後の目標については、「歳を重ねても出来るだけ農業を続けて、地域の仲間たちとともに大切な農地、農村景観を守りながら次の世代の人たちに農業の魅力や大切さを伝えていきたい」と話してくれました。

かみつが de Choice

かみつがでチョイス

『日光とうがらし』

「日光とうがらし」は日光市周辺で古くから栽培されており、地名がそのまま名前の由来となっています。「日光とうがらし」の旬は7月～9月。実が青いうちは辛味成分が少なく、赤く熟すと辛さが増す特徴があります。カプサイシンやβ-カロテン、ビタミンCなどの成分を含み、疲労回復、肥満予防、冷え性や肩こり改善、さらに美肌効果も期待できる「日光とうがらし」をぜひご賞味ください。

●森友直売所スマイル館 住所:日光市森友923-3 電話:0288-25-5050



8月の運勢  天秤座

心配のし過ぎは禁物です。運勢は良好。始めてみれば意外になんとかなることが多いはず。協力者を募りましょう

JA KAMITSUGA  10



仲良し
3きょうだい!!

3人くっついてはいポーズ!!

●西方町金井

石塚 唯珠ちゃん (7歳) (左) 陽翔くん (5歳) (右)

碧くん (3歳) (中)

お父さん：康宏さん お母さん：亜古さん



唯珠ちゃんはピアノを約3年習っていて、今はミッキーマウスの曲を練習しています。学校では算盤を勉強中です。将来の夢はデザイナーさん。洋服のデザインをしてみたいそうです。

陽翔くんはクワガタやカブトムシ、トンボなどの昆虫が大好き。最近ではゲームにもはまっているそうです。将来の夢はサッカー選手です。

碧くんは土遊びや車が大好き。おじいちゃんたちと一緒に田んぼに行ったり、農機に乗せてもらったりしています。

唯珠ちゃんと陽翔くんもケンカをすることもありますが、碧くんに対しては面倒見のいいお姉ちゃん、お兄ちゃんだそうです。

両親は「仲良く元気に育ってほしい」と話してくれました。



今月の
よい食レシピ

★ツルムラサキと炒り卵の胡麻和え

材料(2人分)

JAグループHP「お手軽よい食レシピ」より

ツルムラサキ……………100g 卵……………1個
砂糖……………ひとつまみ ★麵つゆストレート……………大1
★醤油……………小1/2 ★すり胡麻……………大1 油……………少々

作り方

1. ツルムラサキは1分程茹で、水気を絞り、1cm程に刻みます。
2. ボールに卵を割り入れ、砂糖を加え(ふっくら仕上がります。)混ぜます。フライパンに薄く油を敷いて卵液を流し入れ、半熟に固まったら菜箸でかき混ぜ炒り卵にします。
3. ボールに1と2と調味料★を入れ、和えると出来上がりです。



野菜ソムリエ上級プロ
KAORUの

ツルムラサキ

ベジタブル
ライフ

～夏が旬の緑黄色野菜～

イラスト：小林裕美子



クウシンサイのプロフィール

【分類】 ツルムラサキ科ツルムラサキ属
【産地】 東南アジア熱帯地域
【おいしい時期(旬)】 夏(6～9月ごろ)
【主な栄養成分】 β-カロテン、ビタミンC、
ビタミンK、カルシウム、カリウム、
食物繊維など

解説：KAORU

保存方法

冷蔵保存

湿らせた新聞紙やパーペーパーなどで包みポリ袋に入れる(水分保持できるように特に切り口はしっかり覆う)



乾燥しやすく日持ちしないので2～3日で使い切りよう

根の部分を下にして立てると鮮度劣化しにくく茎も曲がりにくいよ

冷凍保存

冷凍時のゆで方

- (1)よく洗って葉と茎に分ける
- (2)沸騰したお湯に塩を入れ、先に茎をゆでる(30秒ほど)で葉を入れて15秒ほど一緒に硬めにゆでる
- (3)冷水で冷まし、水気を絞って、食べやすいサイズに切る
- (4)小分けにしてラップで包み、冷凍用保存袋に入れて冷凍庫へ



ポイント
少し硬めにゆでるのがポイントの解凍後も特有の食感を楽しめるスープや炒め物は凍った状態から調理可能

食感を生かすため加熱し過ぎに注意

ツルムラサキのチカラ

葉野菜が不足する夏場の緑黄色野菜



がんなど生活習慣病予防に効果が期待

骨の健康維持に役立つビタミンKやカルシウムも豊富で骨粗しょう症予防、骨や歯の強化に

抗酸化作用があり老化予防や免疫力向上に効果的なβ-カロテンやビタミンCが豊富

高血圧予防やむくみ解消に作用するカリウムも多く含む

便秘解消や肥満予防に効果的不溶性食物繊維が多く含まれる

楽しみ方・食べ方のコツ

旬
夏がおいしい!暑さと湿気がある場所で盛んに成長



葉はやや肉厚で、茎もためなので食感が良い。ほんのり土のような特有の香りと粘りも特徴

調理法

下ゆで
茎が太いので葉と茎を別々にゆでるゆで過ぎ注意
食感や食味が落ちるので2～3分程度で!



幅広いメニューに♪
ホウレンソウや小松菜などの葉菜類と同じような幅広い使い方

油と相性♪
ごま油で炒めてニンニクで風味を付けたり、天ぷらなどにすると特有の香りは気にならない



注意点
生のまま炒める際も葉と茎を分けて、先に茎を炒めると火の通りが均一にβ-カロテンは油と調理することで吸収率がアップ!





● 地元の方から「とちあいか」のイチゴをいただきました。ヘタが小さく実が締まっていて美味です。(鹿沼市Uさん)

● 「とちあいか」はとちおとめと比べて酸味が少なく、縦に切るとハート形になることが特徴的です。イチゴにはビタミンCなど様々な栄養素が含まれていますので、これからも地元の美味しいイチゴをご賞味ください。

● 落合直売所が新しくオープンした記事、今までより駐車場も広くなり、道路の反対側になり寄りやすい感じがします。一度寄ってみたいです。(鹿沼市Oさん)

● 5月にオープンした落合直売所は、新鮮な農産物と地元特産品が勢ぞろいしています。お時間がある際には是非お立ち寄りください。

みんなの作品

俳句

〔鹿沼市藤江町 朗魚〕

梅雨明けか日差しが射して 蝉時雨

〔鹿沼市上奈良部町 高羽〕

タケノコと戦い終わり夏が来る

〔鹿沼市上奈良部町 高翠〕

コロナ後の再会願う七夕に

〔鹿沼市藤江町 清黄金〕

六月の台風五号雨多ク

短歌

〔鹿沼市藤江町 秋朗〕

梅雨晴れ間サシバの雛が

庭の木で暫く鳴いて親の後追う

〔鹿沼市池ノ森 齋藤としい〕

炎天下雷雨敗けた唐黍木

倒伏しても心待ちする

〔日光市猪倉 金田恵子〕

惜しみなく花散らしゆく雨惜しくし

はじめて咲きしわが庭のバラ

〔鹿沼市下遠部 相場栄子〕

速やかにワクチン接種終了し

副反応も起きず安堵す

〔鹿沼市久野 広田文子〕

「だいや川公園」花と緑の森林浴

和氣藹藹の一日楽しむ

〔日光市吉沢 手塚美智子〕

佛壇に供げてほしいとラベンダー

香りとともに娘が入り来

〔鹿沼市上奈良部町 高羽〕

タケノコの防草シート突き破る

一途な力羨ましくなり

〔鹿沼市上奈良部町 高翠〕

移住した鹿沼はとても住みやすい

若人たちは笑顔で語り

〔鹿沼市富岡 佐藤富一郎〕

麦秋と詠まれし風情今はなく

今日一日で麦刈り取らる

〔日光市小林 小池京子〕

ゆらゆらとホタル火は揺れ若き日に

子らとはしやぎしあの日連れ来ぬ

〔日光市轟 狐塚昭子〕

自粛して早二年経つ巣ごもりも

友との電話に心弾めり

作品募集

■ 作品は楷書で分かりやすくお書きください(ふりがなはいただいた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)

■ 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ましょう。



出題・パズルイラスト 酒井栄子



7月号の答え
サンダル

● 答えのわかった方は、官製ハガキに必要な事項を明記のうえ、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**8月31日(火)** ※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。



まちがいさがし

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 8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 あなたの身の回りでできごと、広報誌「かみつが」への投稿もお寄せ下さい。





新入職員

3ヶ月研修について



令和3年7月5日、JAかみつが新入職員3ヶ月後研修会が行われました。入組3ヶ月が経過した計9名の新入職員は、研修によって改めて職場生活を振り返りました。

研修では、役員による講話や先輩職員とのディスカッション、ビジネスマナー・コンテストを行い、新入職員は職場生活の疑問を解消し、今後の仕事へのアドバイスを学ぶと共に、組合員との信頼関係の大切さを再確認しました。

研修会後は辞令交付を行い、見習い期間を終了した新入職員は、緊張の中にも喜びの表情を浮かべ、青木孝雄組合長から辞令を受け取りました。常勤役員たちの前で一人ずつ今後の抱負を述べ、JA職員として決意を新たにしました。

今後の彼らの活躍にご期待ください!!



令和4年度 採用職員 (高卒) 募集



※詳細はJAかみつがホームページをご覧ください。

試験日 令和3年9月22日 (水)

試験会場 JAかみつが本店
鹿沼市鳥居跡町983-1

応募期間 令和3年9月6日 (月)
~ 14日 (火)

提出書類 履歴書 (写真貼付) 1通
受験票用写真 (縦4cm×横3cm)
調査書 1通

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

☆気軽にお越しください☆

- 日 時：令和3年9月26日(日)
午前9:00～12:00
- 開催場所：日光営農経済センター
日光市森友923-3

予約受付
お問い合わせ先

JAかみつが日光園芸特産課
電話：0288-22-1178

※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。

JA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。

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)

●Kyoyaku 農活飲料

500ml..... 1,620円 (税抜価格1,500円)

暑い季節に不足しがちな水分・塩分に、6つの健康素材(持久系アミノ酸のBCAA、ビタミンB6、ナイアシン、クエン酸、ローヤルゼリー、オルニチン)をプラスした、暑さに負けないカラダづくりに役立つ健康飲料。4種の果汁を配合した爽やかなシトラス風味で、おいしく飲むことができます。
水などでうすめて飲む希釈タイプ



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

国税庁

事業者のみなさまへ

令和5年10月1日から

消費税の仕入税額控除の方式として

「**適格請求書等保存方式**」
(いわゆるインボイス制度)が導入されます。

インボイスを交付する事業者となるには
事前に登録申請が必要です!

【登録申請受付開始:令和3年10月1日~】



登録申請は、e-Taxをご利用いただくと
手続きがスムーズです。

※インボイスとは、登録番号のほか、一定の事項が記載された請求書や納品書その他これらに類するものをいいます。

上期末臨時休業のお知らせ

- 南部営農経済センター
南部資材課 (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
日光資材課 (窓口・配送業務)
- 日光資材店舗

■8月31日(火) 臨時休業

*上期決算(棚卸)の為、臨時休業といたします。

インボイス制度について

専用ダイヤル

【フリーダイヤル】0120-205-553

【受付時間】9:00~17:00(土日祝除く)

詳しくお知りになりたい方は

国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp>)の「インボイス制度特設サイト」をご覧ください。

特設サイトへ



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クボタ コンバイン (鹿)	SR21GHDW	40万円
②イセキ コンバイン (鹿)	HV218G-AWC	50万円
③クボタ 汎用コンバイン (鹿)	ARH350CG	200万円
④ニプロ ウイングハロー (鹿)	WCS2410-A2	27万円
⑤イセキ コンバイン (日)	HF327G	70万円
⑥ニプロ ハロー (日)	HR2620B-OS	8万円
⑦ニプロ ハロー (日)	HRI2405	6万円
⑧ヤンマー 田植機 (日)	VP8	50万円

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/>



農機センター秋期営業体制

●土・日曜・祝祭日営業●
9/4(土)~10/10(日)

農機センターでは、利用者の皆さんの利便性のために上記の期間、土・日曜・祝祭日営業いたします。

◆鹿沼農機センター◆

TEL.0289-75-4861

◆日光農機センター◆

TEL.0288-30-1191

各種相談会

○税務相談会(要予約)

令和3年9月9日(木) 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9月16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3年10月9日(土) 粟野支店
TEL0289-85-2151 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9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)
4日(土)・11日(土)・25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)
11日(土)・25日(土)
日光市森友923-3 TEL0288-23-7002

編集後記

今月の表紙とあぐりNOWで紹介しましたJAかみつが杯学童軟式野球大会では、梅雨明けの晴天の中、猛暑に負けない児童たちの熱戦を撮影しました。野球大会の撮影は2回目ですが、児童たちの全力プレーに見とれ、シャッターが間に合わないという場面が多々ありました。カメラ越しのプレー観戦ができるよう頑張りたいです。(しのさん)

7月の理事会

7月29日開催

■ 協議事項 ■

- (1)「第29回」JA全国大会組織協議案にかかるJAグループ組織協議について
- (2)収支シミュレーションの実施について
- (3)県常例検査指摘事項に伴う諸規程等の一部改正について
- (4)営農経済事業等にかかる施設再編について
- (5)令和4年度支店再編計画にかかる支店統廃合日および従たる事務所の廃止について
- (6)Ⅱ~Ⅳ分類に分類する外部出資先の対応について
- (7)令和3年度JAまつりの開催(中止)について

■ 報告事項 ■

- (1)6月末主要勘定実績検討について
- (2)基幹会議におけるペーパーレスの導入について
- (3)組合員資格一斉点検の実施について
- (4)令和3年度役員研修会の開催について
- (5)内部管理態勢にかかる指導要綱・JAバンク基本方針に基づく「体制整備モニタリング報告」について
- (6)JAかみつがサービス(株)6月末実績報告について
- (7)自動車推進役職員総ぐるみ運動6月末実績報告およびオートパル利用状況について
- (8)令和3年度夏期貯蓄推進運動の進捗状況について
- (9)令和3年度上期(第1次)年金獲得特別推進運動の取組結果について
- (10)夏期一時金の支給について
- (11)未利用口座管理手数料制度の導入に伴う貯金規定等の改正について

キャンペーン

新車・中古車から車検まで、マイカー資金のことなら

JAMマイカーローン

休日ローン相談会開催中!!

令和3年7月1日～令和3年9月30日

※上記期間中にお申込かつ令和3年10月末までに資金の実行をされた方

表示金利の適用



©よりぞう

変動金利型
最軽減後金利 (10年以内)

年**1.50**%

標準金利
年3.20%

(保証料別)

●下記条件の該当により金利を軽減いたします。

- ★1項目該当で特別金利 年2.5%
- ★2項目該当で特別金利 年2.0%
- ★3項目該当で最軽減金利 年1.5% となります

軽減項目

- ① JAカードをご契約の方
- ② 当JAで本ローン以外のお借り入れのある方、またはご契約のある方 (定期貯金担保を除く)
- ③ 当JAに給与振込(5万円以上)、または農畜産物販売代金振込(含農業専従者)をご指定の方
- ④ 当JAで公共料金の口座振替 (1種以上、JAカード払いを含む) をご契約の方
- ⑤ 当JAに年金受給口座 (家族を含む) をご指定の方
- ⑥ JAかみつがサービス(株)から融資対象車をご購入の方

※①～⑤は新規申込みを含みます。

●返済例 元利金等返済方式、期間7年、お借り入れ額200万円の場合(概算)

金利	変動年1.50%
毎月返済額	25,096円
総返済額	2,108,178円
保証料(一括前払い)	39,619円

※変動金利年1.50%での返済例はずっと利率が変わらなかった場合で試算しています。

- 栃木県農業信用基金協会の保証が必要です。
- 審査の結果ご希望に添いかねる場合がございますので、あらかじめご了承下さい。

※審査には日数が必要です。余裕をもってお申込み下さい。

ネットで事前審査も受付中! (ジャックス保証)



トップページ

<http://ja.kamituga.jp/>より「JAローン事前審査受付サービス」をクリック!



JAの自動車共済お見積りキャンペーンも実施中! ためして見積り!

さらに! 栃木県限定

お見積りいただいた先着**4,000**名様に

①、②どちらか1つ プレゼント
①アンパンマンレジャーシート
②車載用 ファブリーズ

※数に限りがありますので、ご希望商品がお選びいただけない場合があります。※商品がなくなり次第、終了いたします。※JA共済窓口またはライフアドバイザーにお見積りをご依頼いただいた方を対象とします。

豊かな明日へ 地域と共に



詳しくは、お近くのJA窓口にてご確認ください。