

特集 令和2年度 LA (ライフアドバイザー) 紹介



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

●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

『より良い組織運営を 目指して』



上都賀農業協同組合
監事

金田 一芳

今期より監事に就任し、普段は塩山土地改良区の理事長として、

田植えの時期は水の管理などを行っております。家では、そばを栽培しております。

公認会計士監査への移行により、監事の責任が大になってきております。以前の監査で指摘した事項が再度繰り返して行われていないか注意深く監査し、より円滑な組織経営に繋げてまいります。

今後もJAが適正にかつより良い組織運営ができるように監事としての務めを果たしてまいります。

『持続性経営基盤の 確立に向けて』



上都賀農業協同組合
監事

沼尾 淳一

日光地区から監事として選任され、任期も残すところ1年を切り

ました。自宅では水稻栽培をしております。

当JAにおいては、計画した数値目標やその実現に向けた具体的な成長戦略と効率化戦略を持つて取り組み、その成果が組合員に反映されているかを監査しております。また、担当業務の違う職員同士が横のつながりを持つて情報を共有し、事業活動をしているか検証し、小さな意見ではありますが表明してきました。

今後も、事業機能の強化、経営管理体制と事業推進体制の確立状況も監査しながら持続性経営基盤の確立に尽力してまいります。

かみつが

CONTENTS

No.254
[6月号]
2020.6.1

表紙

初夏を彩る日光みやび

かみつがおびにおん

上都賀農業協同組合 監事

金田 一芳

上都賀農業協同組合 監事

沼尾 淳一

あぐりNOW

令和2年春の褒章受賞

日光市明神 石川正美さん

特集

令和2年度 LA(ライフアドバイザー)紹介

TOPICS

健康百科

「便秘」

上都賀総合病院 健康管理センター 保健師

未来を拓く協同組合

日向野加菜 SDGsとJA

営農情報

あぐりツシュ

鹿沼市深津 手塚 脩平さん

かみつが de choice

「奈佐原直売所」 トマト

令和2年 春の褒章受賞

日光市明神 石川正美さん (65)



組合長として組織の運営に尽力しています

日光市明神で酪農家として半世紀を過ごしてきた石川正美さん。栃木県酪農組合代表理事組合長も務めています。酪農業に関する数々の功績が認められ令和2年春の褒章(黄綬褒章)を受賞しました。

石川さんは高校卒業後、父が開拓した酪農業の跡を継ぎました。牛の表情をよく観察し、健康管理を徹底して、経営規模を拡大していきました。平成12年からは栃木県酪農協同組合の役員となり、24年に代表理事組合長に就任しました。当時、子会社が業績不振でしたが、持ち前の逆境精神と素早い判断力で収支改善を図り、経営を安定させていきました。

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、同組合事業の牛乳消費拡大が急務となっております。石川さんは「大変な思いをしているのは皆同じ。今こそ助け合いの精神を持つて、地域で協力し、食と農の大切さを伝えていきたい」と力を込めます。

今後の目標について「地域を支える農業の役割は大きい。地域農業の発展に尽力して地域活性化に貢献していきたい」と語ってくれました。



牛の観察が大切と語る石川さん



栃木県酪農協同組合では乳製品を販売しています。当JA森友直売所スマイル館や、まちの駅 新鹿沼宿では一部商品を取りそろえています。ぜひご購入ください。

●初夏を彩る日光みやび



JAかみつが日光花き部会りんどう研究会は、5月19日、日光宮農経済センターでリンドウ(日光みやび)の初出荷を行いました。新型コロナウイルスの拡大で花の消費が滞っていますが、生産者が丹精込めて育てた花が市場へ出回ります。直売所でも販売されていますのでぜひご購入下さい。

今月の表紙

- ベジタブルライフ 11
- Happy Dream (はぴーどリーむ) 11
- 鹿沼市千渡 11
- 熊倉優李ちゃん 琉聖くん 妃織ちゃん 11
- 小太刀廉哉くん 洗輔くん 11
- 今月のRECIPE(レシピ) 12
- LETTERS 12
- おたよりひろば・みんなの作品 12
- まちがいがさがし 12
- かみつが通信 13
- インフォメーション 14
- 裏表紙 16

特集

鹿沼支店



黒本陽平(左)、松本裕介(右)

令和2年度 LA紹介

みなさまに、「安心」と「満足」をお届けする
LA(ライフアドバイザー)
を紹介します!

災害に備えましょう!
お気軽にご相談
下さい。

菊沢支店



伊矢野 宏(左)、前嶋隼人(右)
佐藤雅美(中央)

北犬飼支店



五十嵐貴之(左)、青木裕史(右)
柴野敬太(中央)

南部中央支店



橋本香穂里(左)、倉持正良(右)
福田圭介(中央)

共済金の
請求忘れは
ございませんか？

南押原支店



荻原ちはる(左)、大森英明(右)

東大芦支店



藤沼 毅(左)、高橋祐次(右)

西方支店



中新井達也(左)、目黒真里(右)
吉永 智(中央)

栗野支店



大貫達也(左)、鎌田美幸(右)
高野信也(中央)

契約の内容、
覚えていらっしゃ
いますか？

日光中央支店



(後列) 杉山義明(左)、大出明美(右)
(前列左から) 尾畑 紘、須藤翔希
田中祐太郎、伊藤宏和



落合支店



日向野宏美(左)、阿部友貴(右)

豊岡支店



狐塚恵美子(左)、加藤 侑(右)

小林支店



佐藤 勇介

今後とも
よろしくお願
いいたします！



飛行訓練を行う参加者

ドローン利用者続々と 飛行訓練で確実な農薬散布を

ドローン（小型無人飛行機）を活用する農家で組織されるJAかみつがサービス㈱ドローン利用者協議会は4月23日、日光市内のほ場で、今年度からドローンを使用する初心者に向けた散布装置の取扱い及び飛行訓練の講習会を開きました。

同市内では、ドローン普及が進み会員が増加、設立当初の7人から23人となっています。



生育状況を確認する参加者

水稲苗の安定供給を目指して

JAかみつが南部水稲育苗受託者連絡会は4月23日、会員のほ場で水稲育苗の生育状況を確認する現地検討会を行いました。検討会では会員同士が苗を効率的に作る方法などの情報交換も行われました。

今回は会員2名のほ場を検討し、苗の生育状況は順調でした。昨年の台風の影響はあるものの、販売も順調に推移しています。



斎藤昌子会長(中央)とデイサービス利用者

日光ひまわり会手作りマスク220枚配布

新型コロナウイルス感染防止のため、日光ひまわり会は220枚の手作りマスクを作成し、5月7日、日光デイサービスセンターひまわりの利用者へ配布を行いました。配布の際はメッセージカードを添え、厚生労働省医政局経済課より届いたガーゼマスクと共に利用者に手渡しました。

また、日光営農経済センター福祉課職員分も作成し配布しました。



ラジヘリを操縦するオペレーター

麦ラジヘリ防除で生産拡大を目指す

JAかみつがと日光市病害虫防除協議会は5月7日、上都賀管内で大麦生産農家のほ場を対象に、ラジコンヘリコプターによる赤カビ防除の航空散布を行いました。同協議会では、農産物の安定生産を図るため、米や麦を中心とした病害虫の防除を目的に活動しています。

対象の大麦品種は、六条大麦シュンライ。大麦の生産者は微増しており、面積も増えています。



上都賀総合病院
健康管理センター 保健師
日向野 加菜

「便秘」

1. 便秘とは

排便回数が少ない、排便後もすっきりしない、腹痛などの症状があるなど、排便に困難を感じることを「便秘」といいます。

2. 排便のメカニズムと便秘

人間は食べ物を口から摂取したのち、胃や小腸などで消化、栄養の吸収をし、最後に大腸で水分を吸収して便をつくっています。そして、便がだんだんたまっていくと便秘を感じ、トイレに行くと排便をする…という仕組みになっています。それまでの経路で何らかの原因が生じると便秘になります。便秘を我慢すると、長期間、大腸内に便がとどまることでどんどん水分が吸収されて便が固くなり、便がたまっていくことに慣れてしまい、さらに便秘を感じにくくなるというように、悪循環が生じてしまいます。そのため便秘を感じたら早めに何らかの対処をしましょう。それでも改善しない、症状がつらい場合には思い切って一度病院を受診することも大切です。

3. 便秘予防・解消のために

- ① 1日3食摂取 極端に食事を減らすと、便のかさも減り、便意をもよおしくくなります。
- ② 食物繊維を摂る
 - ・水溶性食物繊維…水分を含み、便を柔らかくする。例) 海藻類、こんにゃくなど
 - ・不溶性食物繊維…便の量を増やすことで腸を刺激する。例) きこ、イモ、豆など
- ③ 水分を十分に 起床後のコップ1杯の冷水は胃や大腸を刺激してくれます。
- ④ 運動 運動不足は大腸の動きが鈍くなります。大腸の形状に沿って、「の」の字マッサージをすることも効果的です。
- ⑤ ストレスをためない 自律神経の乱れは、便秘や下痢を引き起こします。
- ⑥ 便秘を我慢しない 習慣的に便秘を我慢すると徐々に便秘を感じにくくなってきます。また、便秘を感じなくても食後にトイレにいき、排便リズムをつくることも大切です。

未来を拓く協同組合 SDGsとJA

監修=JCA(日本協同組合連携機構)



すべての人に健康と福祉を

世界では毎年500万人を超す子どもたちが5歳の誕生日を迎えられずに命を落としていることなどを背景に、SDGs(エスディーズ、持続可能な開発目標)では、「すべての人に健康と福祉を」を目標の一つに掲げ、「あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を推進する」ことを目指しています。

JAグループでは、組合員・地域住民の健康や福祉に配慮した取り組みを展開しています。厚生連病院は農村地域の医療の確保に努めている他、JAはデイサービスを開設したり、歯科医のいない島しょ部で訪問歯科診療をしたりしています。高齢化社会において組合員や地域住民が健康に暮らせるよう、健康寿命100歳を目指した介護予防運動やウォーキングも定期的で開催。子育て支援の取り組みもあり、乳幼児を抱えた母親の不安や悩みの解消、リフレッシュを目的として、母親と子どもの交流の場を設けています。



SDGsに関連する主な取り組み

信州まるごと健康チャレンジ(長野)

JAグループや生協など県内の協同組合が連携し、大学などの協力を得て、県民の健康づくりを目的にしたプロジェクト「信州まるごと健康チャレンジ」を実施。参加者は減塩やバランスの良い食事、運動などに取り組み、健康寿命を伸ばすことを目指しています。



協同組合の地域共生フォーラム(JCA)

JCAは2019年9月、「協同組合の地域共生フォーラム」を開催しました。医療・福祉に関わる協同組合の役職員を中心に約250人が参加し、地域の実情に合わせて医療・福祉を一体的に地域住民へ提供する方法や協同組合の連携について議論を深めました。

パネルディスカッションや分散会でのJAグループの報告

JA愛知厚生連足助病院	「病院を拠点とした地域コミュニティ再生の取り組み」
JA広島厚生連・吉田総合病院	「地域の基幹病院として、行政と一体での地域包括ケアの取り組み」
ジェイエー長野会	「県域で創る社福と厚生連、単協の協同・福祉事業」

JCAホームページ等から作成



耕そう、大地と地域のみらい。



栽培環境の「見える化」は収量アップへの近道

イチゴをはじめとした施設園芸ではICT機器を導入し、栽培環境を把握、改善することで単収の増加や品質の向上などを目指す取り組みが拡大しています。ハウス内環境をモニタリングする機器を使うことで、生育に大きな影響を与えるハウス内の温湿度、炭酸ガス濃度などの様々な環境要因をリアルタイムで計測でき、その推移を確認しながら栽培管理を行うことができます。計測したデータはパソコンやスマートフォンで見ることができるので、外出中でも確認が可能となります。



環境測定センサー

ゲリラ豪雨や酷暑など、極端な天気が頻繁に起こり、従来の管理方法が踏襲できないような昨今においては、ハウス内環境を「見える化」できるモニタリング機器は、農家の強い味方となってくれます。

このようなICT機器はハウスメーカーや温室設備会社、ベンチャー企業などから数多く販売され、価格も数万～数十万円まで予算に応じた導入が可能です。

現在の主流は、モニタリングを行うものが大半ですが、拡張性のある機器を導入すれば、換気や灌水、炭酸ガス施用などを施設全体で連携させることにより、それぞれを自動化させたり、遠隔での管理が行えるようになるなど、さらなる管理技術向上への応用が期待されています。

魅力ある経営を行うためには、作物にとって適切な環境をつくるのが一番の近道です。

(上都賀農業振興事務所)

“お米で健康” 夏バテの原因と予防法



湿度の高い日本の夏の暑さに体が付いていけず不調を来してしまう状態を夏バテと呼びますが、夏の到来を前に、夏バテの予防法をマスターし、元気に過ごしたいですね。

夏バテの原因の一つとして、食生活の乱れが挙げられます。暑いからと冷たい食品ばかりを好んで食べていると、胃腸が疲れて消化吸収が悪くなるとともに、体温調節機能に負担がかかり自律神経の乱れを引き起こしてしまうといわれています。

汗をかいているにもかかわらず水分と塩分の摂取が少ないと体の不調を引き起こします。夏場には喉の渇きを覚える前に水分を摂取し、塩分も適度に補給しましょう。

糖質の取り過ぎも夏バテの一因といわれています。甘い飲み物や食べ物、喉越しが良いからとそうめんなど炭水化物中心の食事ばかりを食べていると栄養バランスの悪化につながってしまいます。特に炭水化物とセットで摂取したい栄養素にビタミンB1があります。ビタミンB1は炭水化物が消化されてできる糖質がエネルギーに変わる時に必要な栄養素で、豚肉や豆類、レバーなどに多く含まれています。ビタミンB1は米のぬか部分にも豊富に含まれているため、主食には玄米や胚芽米がおすすめです。ただし、夏場は胃腸の働きが落ちることがあるため、慣れていない場合は無理をしないようにしましょう。

夏バテ予防には、栄養バランスを意識した食事の他、適度な運動と睡眠も必要です。夏が始まる前に体力を付け、暑い夏を健康的に乗り切りましょう！

◆参考データ

食品別ビタミンB1含有量(可食部100g当たり)『日本食品標準成分表2015年版(七訂)』より。
 精白米0.02mg、玄米0.16mg、胚芽精米0.08mg、ゆでそうめん0.02mg、ゆでそば0.05mg、ゆでスパゲティ0.06mg、食パン0.07mg

管理栄養士・フードスタイリスト●大槻万須美

鹿沼市深津

手塚脩平さん(24)

手塚さんは株式会社コバヤシファーム(代表:小林哲哉さん)に勤める若手農業者。株コバヤシファームでは16畝の農地で露地野菜(小松菜・ほうれん草・ネギ)を中心に栽培しています。

あぐり ビジネス



農地大きく 夢も大きく

「目標は大きく、日本の食糧自給率を上げるくらいに生産を拡大していきたい」と抱負を語る手塚さんは株コバヤシファームに勤めて5年目を迎えます。手塚さんは農家に生まれ、農業に興味を持ち、高校卒業後は栃木県農業大学校で農業に関する知識や技術を習得しました。学校の研修先で株コバヤシファームと出会い、雇用就農に魅力を感じ卒業後、就農しました。「定期的な休みもあり、給料制度で、収量がよければ賞与もある。大型の農業機械も操作できて楽しい」と笑顔で話します。社長の小林さんとも良い関係性を築いています。

昨年から農場長という役職を任せられ、農場管理の第一責任者となりました。「栽培面積の拡大、安定的な供給体制をとれるようにしていきたい」と意気込みます。昨年からの通年出荷ができるネギの栽培を始め、安定した収量を目指しています。

今後の目標について手塚さんは「地域を大切に貢献していきたい、日本農業を支えていくような農業をしていきたい」と語ってくれました。



かみつが de Choice

かみつがでチョイス

『トマト』

JAかみつがのトマトはジューシーで甘みと酸味のバランスがよいことが特徴です。サラダなど生で食べてもおいしいトマトですが、直売所では、市場出荷用の箱詰めトマトの他に、はね出しトマトとして、割れや柔らかいトマトをお安く販売しており、スープなどにおすすめです。様々な料理に活躍できるトマトは、是非直売所でお求めください。

奈佐原直売所

住所: 鹿沼市奈佐原町527
電話: 0289-75-3311

6月の運勢



天秤座

梅雨の晴れ間のような爽やかな運気です。高めの目標を設定して頑張れば、うれしい成果が。説明は丁寧に



みんな揃ってはいポーズ!

●鹿沼市千渡

熊倉優李ちゃん (12歳) (左) 琉聖くん (9歳) (右から2番目) 妃織ちゃん (7歳) (左から2番目)
小太刀廉哉くん (9歳) (右) 洸輔くん (5歳) (中央)

いとこ同士
みんな
仲良し!

Happy Dream

熊倉家の三きょうだいと小太刀兄弟はいとこ同士。お家が近く、集まって自転車や鬼ごっこなどみんなで遊んでいます。みんな梨が大好きで、熊倉果樹園の試食用に皮剥きしておいた梨を食べてしまうほど。「とてもおいしい」と笑顔で教えてくれました。将来の夢は、優李ちゃんはアニメーター、琉聖くんは水族館の飼育員さん、妃織ちゃんはアイス屋さん、廉哉くんは建築士、洸輔くんは消防士だそうです。

両親たちは「のびのび育てて挨拶や感謝の気持ちを素直に表せる人になってほしい」と願いを込めます。



★甘長唐辛子のクルミみそ炒め

今月のよい食レシピ



材料 (4人分)

甘長唐辛子..... 4本	くるみ..... 30g
しらす干し..... 20g	味噌..... 大さじ1
味醂..... 大さじ1	醤油..... 小さじ2
砂糖..... 小さじ2	ごま油..... 小さじ2

作り方

甘長唐辛子は斜めに細くカットします。フライパンを中火にしてごま油で甘長唐辛子を炒め、クルミ・シラス干しを入れ、合わせ調味料を入れて味を浸透させたら盛り付けます。

JAグループHP「お手軽よい食レシピ」より



上昇速です。計画推進に力を入れればゴールは間近。状況を再分析しての見直しは吉と出ます。連絡は早めに



野菜ソムリエ上級プロ
KAORUの

シシトウガラシ(シシトウ)

ベジタブルライフ

～食べ方いろいろ「甘トウガラシ」～

イラスト：小林裕美子



シシトウのプロフィール

【分類】ナス科トウガラシ属
【原産地】中南米の熱帯地方
【おいしい時期(旬)】夏(6～10月ごろ)
【主な栄養成分】β-カロテン、ビタミンC・E、カリウム、ビタミンB6など
解説：KAORU

保存方法

冷蔵庫で保存
4～5日を目安に
使い切りよう!

数本まとめて新聞紙またはペーパータオルで包み、ジップパー付きの保存袋かポリ袋に入れて野菜室へ

新鮮なうちに食べるのが一番おいしい!



暖かい環境で育った野菜なので、冷蔵庫に長時間入れておくと低温障害を起し、傷みが進み風味や食感が落ちる

冷凍保存
保存目安
1か月程度

水洗いした後、水気を拭き取り、冷凍用保存袋に並べて入れて冷凍庫へ

ポイント

1本ずつ凍ってから保存袋などに入れて冷凍のバラバラになり使いやすい

楽しみ方・食べ方のコツ

- 1 洗ってしっかり水気を切るか拭き取り、へたを切り落とす
- 2 縦に切り込みを入れるか、竹串などで穴を開ける



ポイント

そのまま加熱調理すると破裂する恐れがあるので、必ず切り込みを入れるか穴を開ける種ごと食べられるが、時々辛味が強いものに当たるとも気になる場合は種を取り除いてから調理する



種を取る際は、半分くらいカットして開口面から種を取り除くか、丸い形を残す場合はつまようじや細いマドラーなどを使って種を出す

調理法

- 生** 伏見とうがらしや万願寺とうがらしは、みそやコチジャンを付けてかいると、歯触りも良く美味
- 炒め物** 油との相性が良好のジャコ、ごま、おかかなどと油で炒め、酒、みりん、しょうゆなどを加えて炒め煮に強火でさっと炒めると食感や風味が良い
- 煮物** さっと炒めてから煮る炒め煮が一般的のジャコなどと煮物にするとご飯に合うおかげに口にくたにくたに軟らかく煮てもおいしい
- 揚げ物** シシトウや万願寺とうがらしなどは天ぷらや素揚げに素揚げをだしが効いた調味液に浸して、揚げたにしても美味
- 焼き物** 万願寺とうがらしや伏見とうがらしは、炭火で素焼きしてしょうがじょうゆやかつお節を掛けるのが定番

シシトウの力

カプサイシン
脂肪燃焼や血行を促進する作用がある。辛味種のトウガラシに多く含まれる成分

その他
血圧の上昇を抑える作用のあるカリウム、エネルギー代謝に関わるビタミンB6も比較的多めに含有

注目成分



ビタミンC
風邪予防や疲労回復、肌荒れ予防などに効果的

β-カロテン
体内でビタミンAに変換され、髪や皮膚の健康維持、視力維持、喉・肺など呼吸器系を守る働きがあるといわれている。抗がん作用にも期待できる

ビタミンE

老化予防、血行促進、冷え改善、美肌などに役立つの強い抗酸化作用があり、β-カロテンやビタミンCと一緒に取ると、相乗効果が期待できる



1024～1123
蠍座 6月の運勢



- 新入職員の方々も今後のご活躍に期待しております。(鹿沼市Hさん)
- フレッシュな新入職員が入組すると自分も身が引き締まります。新たな職員と共に皆様のお役にたてるよう精進してまいります。

- 毎月俳句と短歌がたのしみです！(鹿沼市Mさん)
- 毎月皆様から素晴らしい作品をいただいております。たくさんのご応募お待ちしております。

みんなの作品

俳句

〔日光市岩崎 矢嶋三郎〕
孫よりも静かな添い寝抱き枕

〔鹿沼市藤江町 朗魚〕

むらさきの花一輪が芝の中

〔鹿沼市上奈良部町 高木蔵〕

コロナなど何するものぞ田植えする

短歌

〔鹿沼市藤江町 秋朗〕

生け垣を黄色に埋めた山吹に
蔓薔薇混じり花の饗宴

〔日光市猪倉 福田節子〕

青空に映える若葉の青々と
田植機の音も軽々と聞こゆ

〔鹿沼市池ノ森 齋藤としい〕

朝早く交わす言葉も少なげに
コロナ吹き飛べ麦の秋風

〔日光市猪倉 金田恵子〕

うら山はみな拓かれて田つづきの
いつこに鳴ける鶯のこえ

〔鹿沼市下遠部 相場栄子〕
然り気無く心の空洞埋めくれし
親友と出会いて半世紀経つ

〔鹿沼市久野 広田文子〕

萌え出づる山野彩る山桜
春日影浴び輝いて見ゆ

〔日光市吉沢 手塚美智子〕

桜も観ず友にも会えずこもる日々
大正琴の音色が心支える

〔日光市瀬尾 手塚光夫〕

用水路落葉の流れせき止めて
時々見聞う熊手片手に

〔日光市轟 狐塚昭子〕

たんぼの綿毛を風に飛ばしつづつ
遊びし孫もはや中学生

〔お詫びと訂正〕

5月号に掲載された鹿沼市久野 広田文子様の短歌において別の方の過去の作品を掲載しておりました。深くお詫び申し上げます。

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。

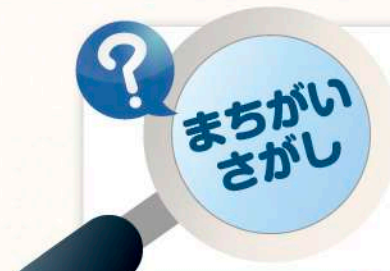


出題・パズルイラスト 酒井栄子



- 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6月30日(火) ※当日消印有効
- このコーナーではまちがいがしとクロスワードパズルを交互に掲載します。

5月号の答え ショウブユ(ショウブ)



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 6月号 答え
○番の△△△が違う
- 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 あなたの身の周りのできごと、広報誌「かみつが」への投稿もお寄せ下さい。

ATM廃止のお知らせ

日光市役所内に設置されているATMは令和2年8月31日(月)日15:00をもちまして廃止させていただくこととなりました。廃止に伴いご利用の皆様には大変ご不便をお掛けいたしますが、何卒ご理解とご協力を賜り、ATMをご利用の際は、最寄りのJAバンクATMまたは提携先金融機関・コンビニATMのご利用をお願い致します。

●日光市役所内ATM
住所：日光市今市本町1

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
幸町	2LDK	42,000	千渡	2DK	40,000~
東町	3DK	47,000	吉沢	2LDK	50,000
緑町	3DK	49,000			

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

●Kyoyaku

ヒアルロン酸&コラーゲンプラス

30包..... 6,800円(税抜)

ヒアルロン酸とコラーゲンをメイン素材に、セラミドとエラスチンをプラスし、トータルで健康な肌づくりをサポートする健康補助食品。シトラス(柑橘系)風味の顆粒タイプ。手軽に美味しく摂取できます。



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



こんなに便利！
定期宅配！！
お買い物や献立に
悩んでいる方に
簡単に美味しく
調理レシピ付き

JAふれあい食材

毎日の食卓はJAの宅配で

利用者募集中！！

ご家庭に合わせて6つのコースからお選び頂けます。



基本コース

肉・魚の主要素材を中心に豊富な食材をバランスよく組み合わせでお届けします。一番人気の定期コース！

本体 18,000円/2人用～
税込20,000円 *価格は内容により変動します。

お魚コース

定番の魚の主要素材を中心にバラエティ豊かな海産物をお届けします。いろいろな海の幸をどうぞ！

本体 19,000円/2人用～
税込21,000円 *価格は内容により変動します。

いろいろコース

調理の利便性を重視したコース。野菜や調味液がついて届いた商品を組み合わせで時短クッキング！

本体 21,000円/2人用
税込23,000円 *価格は内容により変動します。

あじわいコース

肉・魚の主要素材をお届けします。旬の食材より厳選された食材でメインディッシュにピッタリです！

本体 20,000円/2人用
税込22,000円 *価格は内容により変動します。

和みコース

湯せんやレンジで調理ができる主要素材を中心に肉・魚バランスよくお届けします。単身世帯で好評頂いています！

本体 10,000円/1人用～
税込11,000円 *価格は内容により変動します。

選択コース

好きな商品をお組み合わせでご利用いただけ大変好評です。選ぶのに迷ったら...おすすりめセレクトが便利です！

本体 11,000円以上
税込12,000円 *価格は内容により変動します。

定期コースに併せてご利用いただける充実のオプション企画

日記品	食卓に欠かせない牛乳・納豆・たまご等をお届けします
お好み商品	ふれあい食材人気商品をラインナップ。普段づかいに！！
スポット&フェア	歳時食や全国物産展を取り纏めチラシにて開催します
地元の農畜産物	「地産地消」JAならではの商品を是非ご利用ください



ふれあい食材3つの特典！

- 特典1 どなたでもご加入できます **登録料 無料**
- 特典2 あなたの専任担当者が宅配 **宅配料 無料**
- 特典3 お留守でも安心！ **宅配BOX 無料**

お問合せはこちらまで

0120-915-201

JA全農とちぎ
生活総合課お客様相談窓口
受付時間 月曜～金曜 8:40～17:00



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	60万円
②イセキ コンバイン(鹿)	HVA216G-ZKWC	50万円
③イセキ コンバイン(鹿)	HA18G-AWCD	40万円
④イシイ ビッグホッパー(鹿)	BHW-L	7万円
⑤イセキ コンバイン(日)	HF323G	80万円
⑥クボタ 管理機(日)	TR3500	6万円
⑦クボタ 田植機(日)	NSU87KFR	85万円
⑧ヤンマー コンバイン(日)	GC216	48万円

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!

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2年7月19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 JAかみつが日光園芸特産課
問い合わせ先 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。

各種相談会

○税務相談会(要予約)

令和2年7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2年7月16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2年7月25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2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)
4日(土)・11日(土)・18日(土)・25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)
11日(土)・25日(土)
日光市森友923-1 TEL0288-22-0251

編集後記

お家時間が増えて、自宅でお茶をする時間が増えました。よくコーヒーを飲むのですが、以前はミルクと砂糖が入ってないと飲めませんでした。しかし、今ではブラックコーヒーがおいしく感じるようになりました。大人になったのかなと思いつつ、コーヒーの苦みがしみわたります。(いっしー)

5月の理事会

5月28日開催

■ 協議事項 ■

- (1)平成31年度下期自己監査課題に対する取組方策について
- (2)県検査指摘に対する改善状況報告書の提出について
- (3)みのり監査法人 監査報酬の支払いについて
- (4)令和2年度参与の選任について
- (5)行政庁提出業務報告書添付資料について
- (6)出資の減口について
- (7)役員賠償責任保険の継続加入について
- (8)余裕金運用規程の一部改正について
- (9)信用供与等の最高限度について
- (10)令和2年度余裕金運用方針の一部変更について
- (11)令和2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
- (12)共済推進禁止行為にかかる自主点検の実施について
- (13)令和2年度理事報酬額の配分について

■ 報告事項 ■

- (1)4月末主要勘定実績検討について
- (2)JAかみつがサービス(株)4月末実績報告について
- (3)自動車推進役員総ぐるみ運動4月末実績及びオートバル利用状況について
- (4)令和2年度夏期貯蓄推進運動の実施について
- (5)第2四半期の余裕金運用方針・計画について
- (6)令和2年度上期(第1次)年金獲得特別推進運動の実施について
- (7)令和2年度盆用品推進について

備えることが、
未来へのエールになる。

2020年6月1日発行
(毎月1回発行)

6月号

編集・発行／上野賀農業協同組合 総務部

〒322-0044 鹿沼市鳥居跡町983-1
☎02809(05)1012

印刷所／(有)アートプリント



NEW 身近なリスクに
身近なエール
特定重度疾病共済

身近な生活習慣病のリスクに備える保障

- ポイント1** 三大疾病をはじめ、生活習慣が原因で発症する疾病等を幅広く保障します。
- ポイント2** 4つの疾病区分ごとに、共済期間を通じてそれぞれ1回、最大で4回共済金を受け取れます。
- ポイント3** 薬剤・通院・リハビリ等の継続的な治療に備えることができます。

ご契約例 加入年齢 30歳 共済金額 300万円 共済期間 80歳満了

疾病区分	お支払事由
① がん	初めてがんと診断確定されたとき
② 心・血管疾患	急性心筋梗塞 1日以上入院されたとき
	急性心筋梗塞以外の心・血管疾患 20日以上継続して入院をされたとき
③ 脳血管疾患	脳卒中 1日以上入院されたとき
	脳卒中以外の脳血管疾患 20日以上継続して入院をされたとき
④ その他の生活習慣病	糖尿病 インスリン治療を6か月以上継続して受けられたとき
	肝硬変 次のいずれかによって診断されたとき ア.病理組織学的所見による診断 イ.画像所見および血液検査による診断
	慢性じん不全 次のいずれかに該当したとき ア.永続的な人工透析療法を開始されたとき イ.じん臓移植術を受けられたとき
	慢性すい炎 手術を受けられたとき

各疾病区分のお支払事由に該当したとき
特定重度疾病共済金
1回あたり (最大4回)
300万円

ご注意ください

- この共済は、死亡時における保障はありません。
- 特定重度疾病共済金を4回お支払いした場合にはご契約は消滅します。

各疾病区分につき1回ずつ
特定重度疾病共済金をお受取り(最大4回)

※共済金のお支払いには所定の条件があります。

▲ 30歳ご加入 80歳満了▲

はじめの90日間はがんの保障がありません。

- がんに関する責任(保障)の開始は、ご契約日からその日を含めて91日目からとなります。これより前に被共済者ががんと診断確定された場合には、がんにかかる共済金はお支払いいたしません。

●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。

詳細については、お近くのJA窓口にてご確認ください

豊かな明日へ 地域と共に



- | | |
|----------------------|----------------------|
| 鹿沼支店 ☎0289-65-1141 | 菊沢支店 ☎0289-65-1171 |
| 北犬飼支店 ☎0289-76-3161 | 南部中央支店 ☎0289-75-1131 |
| 南押原支店 ☎0289-75-2141 | 東大芦支店 ☎0289-65-1161 |
| 西方支店 ☎0282-92-2520 | 栗野支店 ☎0289-85-2151 |
| 日光中央支店 ☎0288-22-0251 | 落合支店 ☎0288-27-1113 |
| 豊岡支店 ☎0288-21-8311 | 小林支店 ☎0288-26-8031 |