

Community Magazine Green-pia ぐりーんぴあ

特集1

自己改革に関する
組合員調査結果のご報告

特集2

支店再編整備計画実行中

1



JA おやまホームページ
<http://www.ja-oyama.or.jp>

人と自然の調和から新たな創造を



JA おやま

2020 vol.251
January

バラ

分類 バラ科バラ属

原産地

チベット周辺、中国の雲南省からミャンマーにかけて主産地。

日本は、バラの自生地として世界的に知られており、品種改良に使用された原種のうち3種類（ノイバラ、テリハノイバラ、ハナナシ）は日本原産である。

- 18 17 16 15 14 13 12 11 10 08 06 04 03 CONTENTS
TOP NEWS
特集①
自己改革に関する
組合員調査結果のご報告
特集②
支店再編整備計画実行中
地域のニュースをお届け！
Topics
女性会
地産地消料理展
青年部
11 俺たちの育った町
12 直売所情報
13 農業浪漫
14 ベジタブルライフ
15 今月のおすすめレシピ
16 健康百科
17 JAと農業
18 みんなの広場・今月のクイズ？
INFORMATION

Green pia

人と自然の
調和から
新たな創造を

January 2020 vol.251

新年のご挨拶

代表理事組合長 福田浩一郎



新年明けましておめでとうございます。

組合員皆様におかれましては、ご家族揃って輝かしい新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

旧年中は JA 運営に特段のご理解とご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、近年の異常気象に端を発する、自然災害の猛威に悩まされた年となりました。特に記憶に新しいところでは 9 月、10 月に発生し関東を直撃した台風 15 号、19 号により、県内においても甚大な被害が発生し、特に 19 号では当管内でも多くの組合員の大切な財産や農業資源が奪われました。JA としても、一日でも早い復旧復興に向けた取り組みを全力で応援してまいりましたが、被害に遭われた全ての皆様方に対しましてあらためてお見舞いを申し上げます。

一方、農業を取り巻く国際情勢は、米中貿易摩擦を中心とした難しい局面の中、日米貿易協定が本年 1 月 1 日に発動され、農林水産品にかかる日本側の関税は TPP の範囲内での合意となりましたが、農産品の再協議規定が明記され、将来的には日米 FTA も視野に入れた米国からの輸出圧力がいつ開始されてもおかしくない情勢であることから、我々としては今後とも十分注視するとともに、必要な対応を政府に求めている必要があります。

JA を取り巻く経営環境は、特に農家組合員の高齢化・離農、長引くマイナス金利の影響に伴う将来収支の低下予測など、引き続き厳しい情勢下にあります。

このような中、当組合では、JA おやま自己改革として『無料職業紹介所』を昨年より開設し、労働力不足解消による農業生産の拡大や農業者の所得増大に貢献する取り組みを開始するとともに、常勤役員によるトップセールスを継続的に実施し、JA おやま産農畜産物の付加価値増大と新たな需要開拓への挑戦も積極的に進めています。

更に昨年第 20 回通常総代会にてご承認賜りました『支店再編整備計画』は、現在取り組みを進めているところですが、いよいよ本年 3 月には、生井支店と統合後の新間々田支店が現在の間々田支店を改装する形でオープン。同じく、本店改装後の 1 階スペースに小山支店が移転してオープン。更に、9 月には現大谷支店敷地内に新店舗を建設する形で大谷支店、大谷北支店、大谷南支店が統合し、新大谷支店としてオープン。それぞれ装いも新たに営業を開始する予定です。令和 3 年度に計画する（仮称）西支店、桑絹支店、下野支店においても用地選定等必要な手続きを進めているところです。

組合員並びに利用者皆様方には、ご不便をおかけすることの無いよう、なお一層信頼され、安心してご利用していただける事業運営体制の構築を役職員一丸となって進めてまいりますので、今後とも変わらぬご理解・ご支援のほど心よりお願い申し上げます。

最後になりますが、この一年が皆様方にとって益々の飛躍の年になりますようご祈念申し上げ、年頭のご挨拶と致します。

本年もよろしくお願い致します。

生澤 良一	福田 真一	大島 茂男	手塚 孝夫	赤荻 稔	若松 富士男	監事	黒須 市郎	代表理事	望月 浩	常勤監事	倉持 晶子	岡田 重幸	秋元 和重	小川 定男	大久保 誠	大橋 一男	渡邊 稔	大塚 力	柿木 芳里	梅山 雅充	柏崎 文二	近藤 幸男	橋本 幸男	山口 富男	理事	吉見 悦雄	池貝 孝雄	副筆頭理事	宮田 良夫	筆頭理事	大出 晴二	仁見 一雄	常務理事	酒井 吉一	代表理事専務
											玉野 文子	小林 剛	渡邊 文雄	横塚 清	渡部 康博	大熊 一廣	荒井 壽光	上原 進	静谷 要一	杉山 清司	諏訪 忠夫	海老原 弘	生井 幸男	川中 幹彦											

自己改革に関する 組合員調査結果のご報告

J A おやまでは、自己改革の実践や J A のあり方に関するご意見をお伺いするために
全組合員を対象に訪問調査を平成 31 年 2 月末まで実施しました。

■アンケート 対象者

組合員数
14,032 人

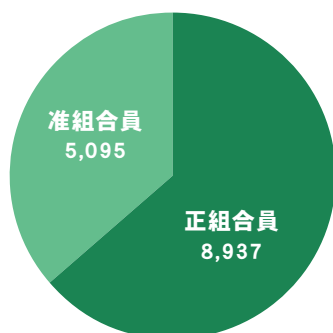
(調査対象外組合員数除く)

正組合員数 8,937 人

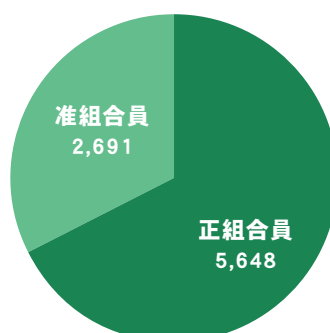
准組合員数 5,095 人

■回収結果

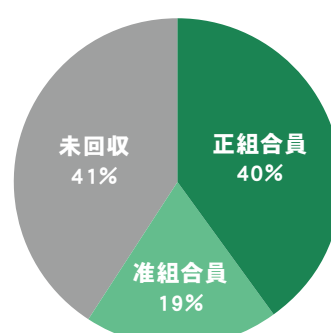
配布数



回収数



回収率

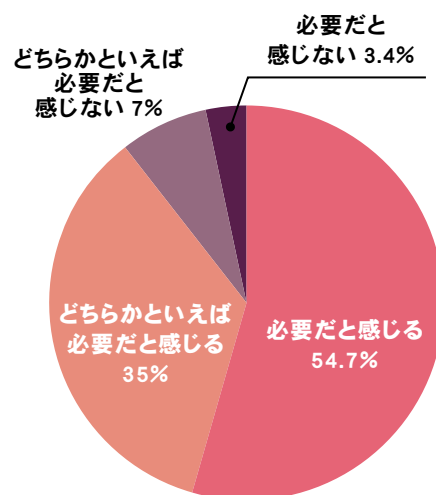


1. JAの総合事業について

■JAの必要性について

Q. J A は地域農業や暮らしにとって必要な存在だとお感じになりますか？

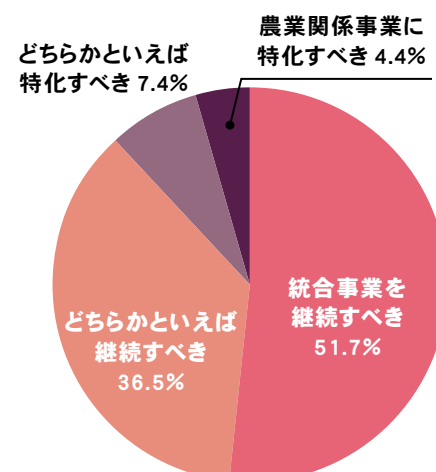
	必要だと感じる	どちらかといえば必要だと感じる	どちらかといえば必要だと感じない	必要だと感じない
正組合員	57.7%	32.8%	6.6%	2.9%
准組合員	48.4%	39.5%	7.8%	4.3%
合 計	54.7%	35.0%	7.0%	3.4%



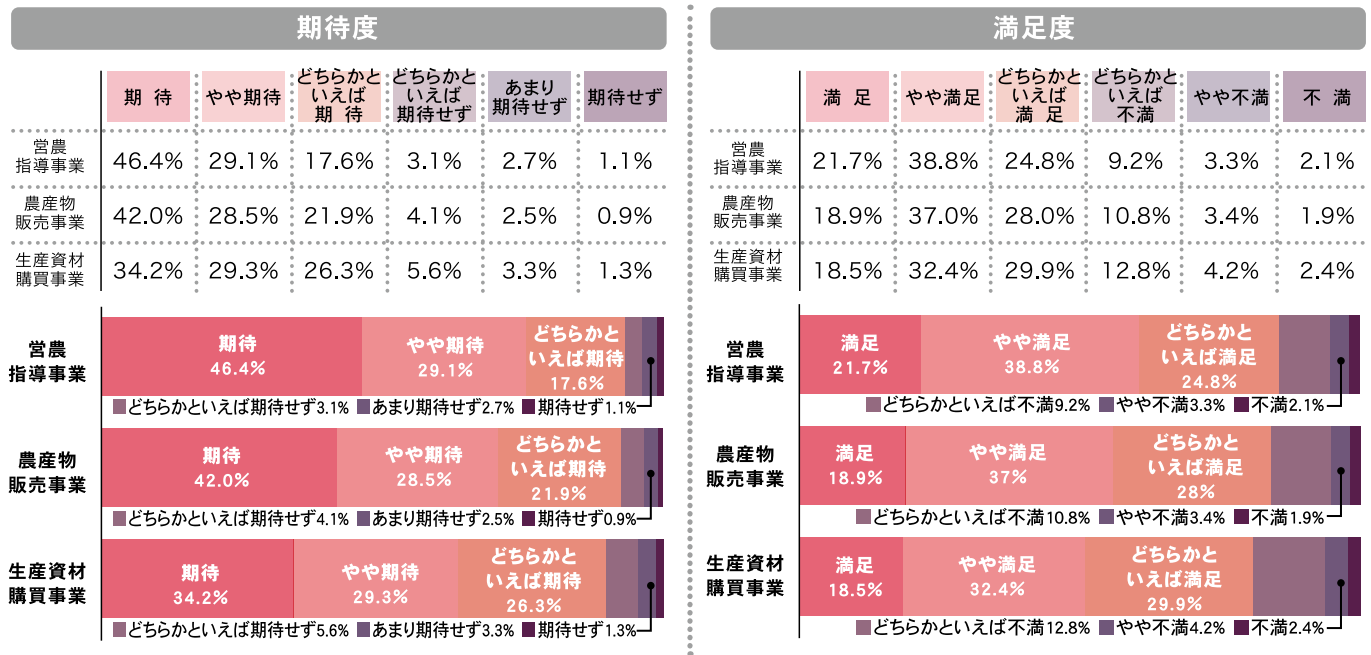
■総合事業の継続について

Q. J A は、農業関連事業（営農指導事業、農産物販売事業、生産資材購買事業など）や信用事業・共済事業など様々な事業を行っていますが、J A 総合事業についてどのようにお考えになりますか？

	統合事業を継続すべき	どちらかといえば継続すべき	どちらかといえば特化すべき	農業関係事業に特化すべき
正組合員	53.5%	34.1%	7.8%	4.7%
准組合員	47.7%	41.7%	6.6%	3.8%
合 計	51.7%	36.5%	7.4%	4.4%

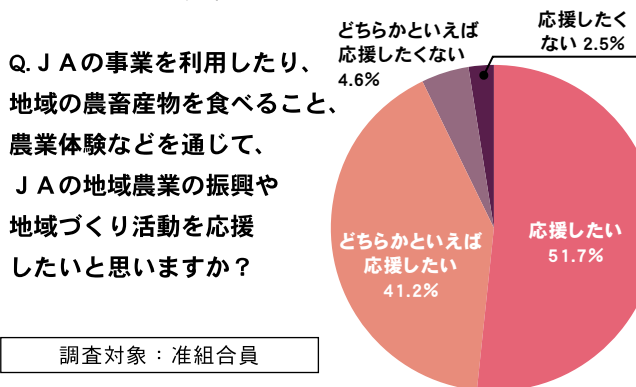


2. 農業関連事業について

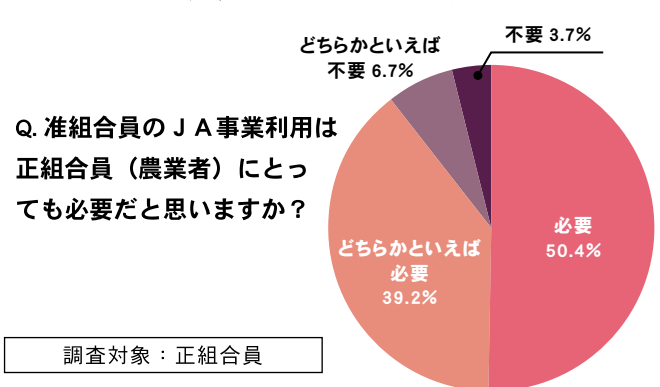


3. 准組合員制度について

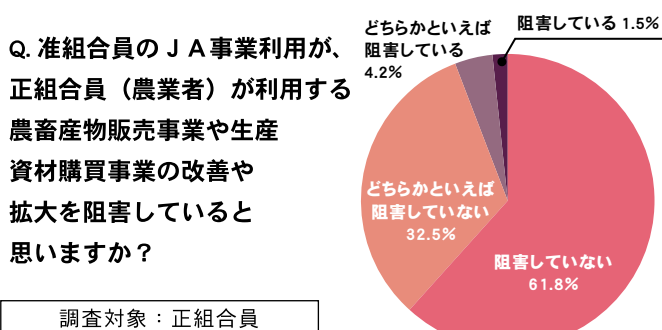
■ 准組合員の利用の意義について



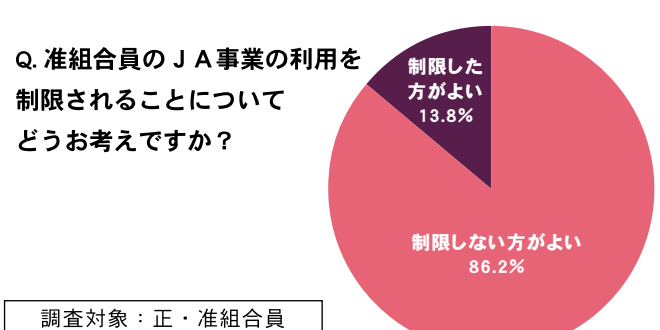
■ 准組合員の利用の必要性について



■ 准組合員の利用による農業関連事業の阻害について



■ 准組合員の利用制限について



アンケートへのご協力ありがとうございました！

引き続き、J Aおやまは地域になくてはならないJ Aとなれるよう取り組んでまいります。

支店再編整備計画実行中

JA おやま自己改革



◆ 第1期支店再編整備計画最新情報 ◆

令和元年5月24日に開催した第20回通常総代会にてご承認をいただきました支店再編整備計画に基づき、進めている最新の取組についてご案内いたします。

令和2年3月30日（月）オープン予定

間々田支店と生井支店が統合し、

新生：間々田支店として営業を開始します！！

間々田支店（店番号 003）

生井支店（店番号 004）

新生：間々田支店（店番号 003）
支店内リフォーム実施

令和2年3月30日（月）オープン予定

小山支店が本店内に移転し、

装いも新たに営業を開始します！！

本店（店番号 100）

小山支店（店番号 012）

新生：小山支店（店番号 012）
本店内に営業開始

1. 統合後のお取引店舗

小山農業協同組合（金融機関番号 4490）

間々田支店（店番号 003）

〒329-0214 栃木県小山市乙女3-7-36

※現在の間々田支店となります。

TEL.0285-45-1210 FAX.0285-45-1263



小山農業協同組合（金融機関番号 4490）

小山支店（店番号 012）

〒323-0034 栃木県小山市神鳥谷1-11-32 ※現在の本店住所

TEL.0285-22-0010 FAX.0285-22-2304 ※現番号と同じです。

令和2年3月30日（月）以降の各種お取引は、現本店1階西側フロア（現金金融部フロア）にて、現在同様お取り扱いさせていただきます。



令和2年3月30日（月）以降の生井支店・本店の各種お取引は、それぞれ新生：間々田支店・小山支店にてお取り扱いさせていただきますので、以下の項目についてご確認くださいようお願いいたします。

2. 普通貯金（総合口座を含む）・貯蓄貯金・納税準備貯金・定期貯金通帳（積立式定期貯金通帳含む）

①「生井支店」・「本店」の通帳のお取扱い

- 「生井支店」・「本店」の通帳は、令和2年3月30日（月）以降は、ATMでは引き続き使用できますが、窓口では切替えの手続きが必要となります。お手数ですが、「間々田支店」・「小山支店」へご来店の際に通帳をご持参下さい。
- 口座番号（7ケタ）の変更はありません。支店名と店番号（3ケタ）が変更となります。

	支店名	店番号	口座番号
統合前	生井支店	004	1*****7



	支店名	店番号	口座番号
統合後	間々田支店	003	1*****7

	支店名	店番号	口座番号
統合前	本店	100	1*****7



	支店名	店番号	口座番号
統合後	小山支店	012	1*****7

②「間々田支店」・「小山支店」の通帳のお取扱い

- 「間々田支店」・「小山支店」の通帳はそのままご利用いただけます。
- 店番号・口座番号の変更はありません。

3. キャッシュカード・J A カード（クレジットカード）

- 現在お使いのキャッシュカード・J A カード（クレジットカード）は、引き続きご利用いただけます。
- 生井支店・小山支店 ATM は当面の間、今までどおり稼働致します。

4. 定期貯金・定期積金・通知貯金

- 証書は、引き続きご利用いただけます。切替えは必要ありません。

5. 国債取引口座

- 間々田支店・小山支店で引き続きお取り扱いさせていただきます。

6. 公共料金・クレジット等の各種自動支払い

- 間々田支店・小山支店で引き続きお取り扱いさせていただきます。
- それぞれの支払先への変更は、当組合で手続きさせていただきます。**
- なお、一部の自動支払いにつきましては、お客様より変更手続きを行っていただく場合もございますので、その際には改めてご案内申し上げます。
- 変更手続きが完了するまでの間、支払先からの領収書等に「生井支店」・「本店」の支店名が表示される場合があります。

7. 給与振込のお取り扱い

- 間々田支店・小山支店で引き続きお取り扱いさせていただきます。
- 変更につきましては、当組合で手続きさせていただきます。**
- なお、一部の給与振込につきましては、お客様より変更手続きを行っていただく場合もございますので、その際には改めてご案内申し上げます。

8. 年金振込のお取り扱い

- 間々田支店・小山支店で引き続きお取り扱いさせていただきます。
- 公的年金（厚生・国民・船員保険）振込につきましては、当組合において振込先の変更手続きをさせていただきます。**
- その他の各種年金につきましては、お客様より年金支払先に所定の変更届をご提出いただく必要がある場合もございますので、その際には改めてご案内申し上げます。

9. 各種振込について振込受取口座のご指定

- 間々田支店・小山支店で引き続きお取り扱いさせていただきます。
- お客様の振込受取口座が「間々田支店（店番号：003）」・「小山支店（店番号：012）」に変更となります。
- 令和2年3月30日（月）以降の振込につきましては、「間々田支店（店番号：003）」・「小山支店（店番号：012）」に変更していただきますようお願い申し上げます。**

10. 融資、各種ローンのお取り扱い

- 間々田支店・小山支店で引き続きお取り扱いさせていただきます。
- 現在お使いのローンカードは、そのままご利用いただけます。

11. J A ネットバンクのお取り扱い

- J A ネットバンクのご利用にかかる変更登録は不要です。
- 現在ご使用のパスワード・ログイン ID を引き続きご利用ください。

12. 共済契約（終身・生命・自動車等）のお取り扱い

- 間々田支店・小山支店で引き続きお取り扱いさせていただきます。

13. その他のお取り扱い

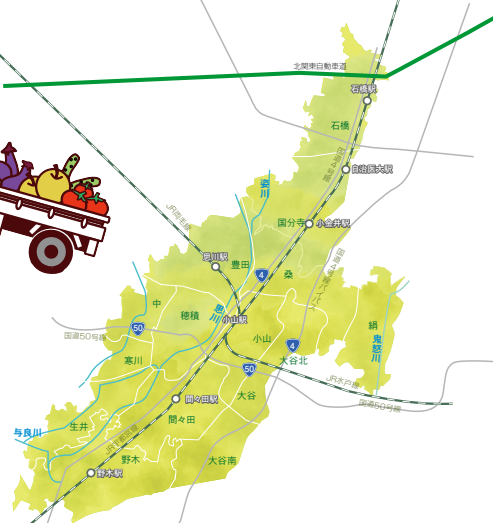
- 間々田支店・小山支店で引き続きお取り扱いさせていただきます。
- なお、一部お取り扱い内容を変更させていただきます場合もございますので、その際には改めてご案内申し上げます。

ご不明な点がございましたら、統合前の各支店、統合後の間々田支店・小山支店または本店貯金為替課（0285-25-3156）へお問い合わせくださいますようお願い申し上げます。
なお、お取引のお客様宛にダイレクトメールにてあらためて別途ご案内させていただきます。

地域のニュースをお届け

Topics

こんなことがありました



農機事業県域一体化に向けた激励会 12月4日 本店

J Aおやまは12月4日、本店でJ Aおやま農機事業県域一体化に向けた激励会を行いました。役員、関係者ら18人が出席。組合員の声の一つでも多く農機事業に取り入れ、役職員が一体となり、地域に必要とされるJ A作りを目指すのが目的です。

J Aおやま農機事業改革の一つに意識改革におけるキーマンを設定。キーマンにより意識を持って改革実現をすることが大切です。

仁見一雄総務・経済担当常務理事は「組織のあり方を考え、前向きに活動していこう。テーマを決めて、取り組んだテーマを達成してもらおう。自分たちで変えていかなくては何も変わらない。積極的に農機事業改革を行おう」と話しました。



大嘗祭「庭積の机代物」供納

11月14日から15日かけて行われた、天皇陛下の皇位継承に伴う一世一度の重要儀式である宮中祭祀「大嘗祭(だいじょうさい)」。全国からは自慢の特産品が供納されました。全国の特産品は「庭積(にわつみ)の机代物(つくえしろもの)」と呼ばれます。47都道府県から各3～5品目が、大嘗宮の主要な建物「悠紀殿」と「主基殿」の前の庭にそれぞれ設けられた庭積帳殿の机の上に備えられました。栃木県は二条大麦(もち絹香)、かぼちゃ(中山かぼちゃ)、イチゴ(とちおとめ)、リンゴ、ユズを献上しました。

尚、イチゴ「とちおとめ」は、J Aおやまいちご部会のイチゴが献上されました。



(中央：いちご部会 石川部会長)



ニラ目ぞろえ会 12月10日 西部集出荷所

J Aおやまニラ部会は12月10日、冬ニラ目ぞろえ会を西部集出荷所で行いました。部会員、関係者ら22人が参加。目ぞろえでは、部会員が持ち寄ったニラを使って、葉の長さや幅などの規格を確認。

松本昌教部会長は「長雨と日照不足、台風などの影響で多くの部会員が被害を受けたが高品質のニラを今年も出荷していきたい。今後も丁寧な調整をし、品質を維持して出荷していこう」と意気込みを語りました。



カーネーション目ぞろえ会 12月9日 西部集出荷所

小山花卉(かき)園芸組合カーネーション部会は12月9日、西部集出荷所でカーネーションの目ぞろえ会を開きました。生産者4人が参加。箱詰めされた20品種の現物を用いて、切り前や長さ、太さ、がく割れなど出荷規格を確認しました。

倉持恵寿部会長は「これから需要期をむかえる。需要期にむけて高品質なカーネーションを届けるためにきちんと目を揃えて出荷しよう」と意気込みを語りました。



管内小・中学校へ 地元産新米「とちぎの星」を寄贈

当組合は、管内の小山市、下野市、野木町の小・中・義務教育学校、計 52 校に皇位継承の重要祭祀である大嘗祭で使用された米「とちぎの星」の新米約 2000 キロを寄贈しました。生徒に地産地消について学んでもらうことと、地域貢献を目的に実施しています。

福田浩一郎組合長は「今年もおいしい米ができた。米を食べてもらい、地元でもこんなにおいしい米が作れることを知ってもらい、米文化に興味をもってもらいたい」と期待を寄せました。



小山市



野木町



下野市

家の光大会 11月26日 本店

J A おやま女性会は 11 月 26 日、本店で第 20 回家の光大会を開きました。関係者ら約 350 人が参加。手芸や書道、地産地消料理など各支部の活動発表の場を設け、参加者は一つ一つの作品を丁寧に見て周り、交流を深めました。

福田浩一郎組合長は「女性が輝いているということは、欠かせないことであり、素晴らしいことである。地域の農業を発展させることにもつながるため、家の光の記事を活用し、J A 運動の輪を広げさらに活躍してほしい」と話しました。





サツマイモのグラタン

材 料（4人分）

- | | |
|--------------------|---------------------|
| • サツマイモ Mサイズ …… 2本 | • マヨネーズ …… 適量 |
| • タマネギ …… 1/4ヶ | • パセリ …… 適量 |
| • ベーコン …… 30g | • 牛乳 …… 適量 |
| • 酢 …… 小さじ1 | • とろけるスライスチーズ …… 4枚 |
| • 塩・こしょう …… 適量 | |

作り方

- 1 鍋でサツマイモを20分ほど蒸して、半分に切る。
- 2 中身をくり抜き、チーズ以外の材料をボウルに全部入れて混ぜ合わせる。
- 3 混ぜた具材をサツマイモの器に入れ半分に切ったチーズを具材が隠れるように乗せる。
- 4 表面にマヨネーズを塗る。
- 5 トースターで10分ほど焼く。

女性会小山支部
古山 光江さん



俺たちの育った町



大谷南地区 青年部
齊藤 正浩 さん(35)

- 生産品目
トマト・レタス
- 家族構成
父・母・妻・子ども2人・
姉・義理兄



大谷南地区青年部齊藤正浩さんは、トマトをメインにレタスも生産しています。正浩さんが就農したのは、24歳のとき。1年半社会人として会社に勤めていましたが心機一転、父が営んでいたトマト栽培に転身。農業は、小さい頃から身近にはあったものの手伝いなどはあまりせず遊びに夢中だったと。でも、就農してしばらくして自分にトマトなど生産することが向いていると気付いたと正浩さんは話します。自分のペースで作業が出来るし、ストレスフリーだと。

正浩さんの代になってレタスの面積を増やし、トマトでは光合成促進機を導入しました。今の目標として正浩さんは、冬春トマト平均18～19トンの収量であるところ23トンの収量を目指したいと熱く語っていました。

また、大谷南青年部の交流として正浩さんは、「今は、SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)!!と。年2回は、必ず新年会や忘年会で集まったりしますが日々の情報交換はLINEで。農業の情報はもちろん、趣味の話や近況について密に連絡を取り合っているそうです。

目ざろえ会や現地検討会等でも大谷南青年部の盟友とは顔を合わせ、日々情報交換をし、切磋琢磨している様子が伺えました。





直売所 ちよくばいじょしょうほう 情報

インショップが追加されました!!

TAIRAYA

小金井店

TAIRAYA小金井店内に JAおやまの直売所コーナーが 出来ました!

TAIRAYA小金井店内にJAおやまインショップ
(農産物直売所)が10月17日から参入しました。

当組合で運営している直売所と同じく、スーパー
の農産物直売所でも、毎朝近隣の生産者が採れ
たての野菜を自ら陳列棚に並べます。朝一番に
収穫された野菜は、新鮮なのはもちろん、畑で
完熟させて最も食べごろになった状態で店頭
に並ぶのでおいしさは抜群!新鮮・安全・
安心な野菜を販売しています。

みなさまのご来店を心よりお待ちしております。
おります。

インショップとは……

ショップ・イン・ショップ(Shop-in-Shop)の略。
総合スーパーや食品スーパー等に特定の生産
者や農産物直売所等独立した生産者(組織)
が設けた農産物直売コーナー等を指します。



TAIRAYA 小金井店

☎ 0285-44-3151
🕒 9:30~21:45
🏠 栃木県下野市駅東2-7-4



農に生きる農と暮らす

農業浪漫

中地区

島田 はるかさん (24)

生産品目 イチゴ

宝石のようにキラッと光るイチゴ

真っ直ぐに並ぶ畝に密集して広がる緑の葉と可憐な白い花。日光を受けて輝く真っ赤なイチゴ。農業の中ではいくつもの美しい風景を見ることが出来ます。栃木県生まれの農産物の代表格の一つである「とちおとめ」。生産・販売量とも日本一の「いちご王国」栃木県の主力商品です。

いちごの多くの品種は北米や南米原産の野生種が、18世紀にヨーロッパで交配されたもの。いちごは江戸時代末期に渡来し、1900年に栽培が定着しました。ビタミンC（水溶性ビタミン）の含有量が多く、貧血やガン・風邪予防などの働きがあります。

中地区の島田はるかさんは、結婚を機に就農しました。小さい頃、はるかさんは、農家のお嫁さんにはなりたくないと話していたようです。はるかさんは、旦那さんと出会ってイチゴ農家を手伝ってみると農作業がとても楽しいことに気がついたそうです。農家のお嫁さんにはなりたくない

と話しつつも、小さい頃から近くの庭で野菜を育てていたはるかさん。「種を撒き、世話をし、収穫することがとても自分の性格に合っていた」と話します。

また、はるかさんは、小さい頃から絵を描くことが大好きでした。絵を描くことが好きで美術学校に進学しました。そこでははるかさんは、旦那さんの泉さんに出会



ました。

「とちおとめ」を家族とパートナーさんと共に約45アール作付けしています。作業は、はるかさんと旦那さんと義理のお父さんと3人で行っています。はるかさんは、主にパック詰めや出荷作業を行っています。はるかさんが生産するイチゴは、選別をしつかりし、お客様に届くまでのことを考えていると熱く語っていました。「選別をあいまいにする生産者の中にはいるが、お客様のところに届くときにベストなイチゴで食べてもらえることが一番うれしい」とはるかさんは、話します。一粒一粒神経を使っ、時間をかけ、選別をしています。

また、はるかさんは、6次産業にも力を入れています。はるかさんが生産したイチゴを使用し、加工品（コンフィチュール、ジャムなど）を製造・販売をしています。加工品の味一つ決めるにも妥協せず試行錯誤をし、創意工夫をしています。そして、はるかさんの得意とするデザインを発揮し、加工品のラベルやパッケージを作っています。

はるかさんは、もっと若い人の発想を活かし、農業を発展させていきたいと語ります。農業は、従来の型にはまらず、もっと自由に若い人の考えや発想を重要とするべきではないかと考えています。作業は甘くないけれど、今日も愛情を込めて育てたイチゴ

は、宝石のようにキラッと光っています。



ベジタブル
ライフ

イラスト：小林裕美子

ワサビ

～日本原産の香辛野菜～

ワサビのプロフィール

【分類】アブラナ科ワサビ属

【原産地】日本

【おいしい時期(旬)】

根ワサビ 11～2月、花ワサビ 3～4月

【主な栄養成分】

アリルからし油(イソチオシアネート)、
ビタミンB1、B2、Cなど

解説 KAORU

見分け方

緑色が鮮やかでみずみずしい

鮮度が落ちるとつれ、緑色が薄れて黄色味を帯びて部分的に黒くなる

大きくなくても手に持つとずっり重みを感じる

重いものは水分をしっかりと含んで肉質も緻密

根茎は中太で、根元から茎が付いている上の方まで円柱形に近く形が整っている

表面の凹凸の目が詰まっている

ゆっくり成長すると肉質が緻密でおいしい傾向の目がまばらなものは早く育った証拠

保存方法

数日で使い切ろう

冷蔵保存

水で湿らせた新聞紙やペーパータオルなどで包み、ラップをするかビニール保存用袋に入れて冷蔵庫へ

冷凍保存

使う際は凍ったまますりおろそうラップでしっかりと包んで丸ごと冷凍するすりおろして冷凍すると香りが飛んでしまう！

長期間保存

ガラスなどにワサビを立てて入れ、頭が出るくらいに水を張って冷蔵庫に入れておく。小まめに水を換えれば1か月くらいは保存可能

ワサビのチカラ

毒消し作用

貴人の食卓に欠かせない食材
食中毒の原因菌の増殖を抑える腸炎
ビブリオ菌黄色
ガドリ球菌

0-157

辛味成分

アリルからし油(イソチオシアネート)類の揮発性で、すりおろして細胞が壊れる際に酵素の働きで生まれる。鼻にツーンとする特有の刺激！

楽しみ方・食べ方のコツ

すりおろし方



1. 茎を外側から1本ずつ丁寧にむき取り、根元から切る



2. 根の外皮の黒い部分を取る



3. 目の細かいおろし器で、茎の方から力を入れずゆっくり円を描くようにおろす

ポイント

茎に近い方が辛みや香りが強い

目の細かいさめ皮のおろし器がお薦め



金物の場合はおろしたら速やかに別の器へ！

3～5分 → 30分

すりおろして3～5分が辛みと香りのピーク！

おいしく感じるのはその30分後

おいしい食べ方

刺し身



あっさりとした自身などは少なめでほんのりと、赤身や脂の乗ったトロは多めでしっかりと、ワサビを利かせるのがお薦め

そば



そばの合間に少量を直接口に運んでお口直しに！



しょうゆに溶かすと風味が損なわれる



刺し身の上にワサビをのせる



そばつゆに入れてしまうと風味が損なわれる



そばの上に付け、さつぷりな汁に

ワサビのいろいろ

沢ワサビ (別名: 氷ワサビ)

山間地の豊富な湧き水や清流を利用して栽培。水温8～18度で生育。澄んだ豊富な水を大量に必要とすることから、日本でも栽培地が限られている。一般に「ワサビ」といえば主に沢ワサビを指す

畑ワサビ (別名: 陸ワサビ)

沢ワサビと植物学上は同じだが、区別は栽培上の相違。直接流水を用いることなく湿気が多く涼しい土地(畑)で育てたものを「畑ワサビ」と呼ぶ。栽培が比較的容易だが、品質は沢ワサビに劣る

ホースラディッシュ (別名: 西洋ワサビ)

欧州北部(フィンランド地方)で主に栽培される。西洋ワサビといわれ、練りわさびなどの原料にもされる。色は白っぽい。風味は日本のわさびと非常に似ている

ワサビのヒミツ

栽培

日本原産の多年草で学名は『wasabi japonica』江戸時代初期から栽培が始まる

歴史

和名は「山葵」の葉が葵(あおい)に似ていて徳川家の家紋にそっくり

江戸時代(文化・文政年間)

ワサビ付きのにぎりずしが江戸で「大ブーム」に

大正～昭和

*粉わさびが登場
生おろしわさびに進化

食材の生臭さや細菌の増殖を抑える！

1 月のおすすめレシピ

- ・ しらすのパラパラチャーハン レシピ 1
- ・ 牛カルビ焼き茶漬け レシピ 2

「キッチン職人」のオーナーシェフ永井晋一（ながい ともかず）
1975年茨城県水戸市生まれ。高校卒業後、都内のすし店で修業後、帰郷し懐石料理を学ぶ。
2013年12月に畑とつながるをコンセプトとした
「キッチン職人」をオープンし、地元農産物を生かした料理を提供中！



レシピ
1

しらすの パラパラチャーハン

材料(2人分)

ご飯	茶わん 2 膳分
卵	2 個
ゆでて刻んだブロッコリー	適宜
しらす	50g
サラダ油	大さじ1 と 1/2
顆粒(かりゅう)だし	小さじ 1
水	大さじ 1
塩、こしょう、しょうゆ	適宜

POINT

ブロッコリーに替えて刻んだダイコンの葉や小ネギなどを加え、チャーハンを楽しんで。

作り方

- ①ボウルに卵を割りよく混ぜ、熱いご飯を入れて手早く絡める。
- ②フライパンにサラダ油を入れよく熱し、①を入れ強火でパラパラになるまで炒める。
- ③いったん火を止め、塩、こしょう、しらす、ブロッコリーを入れ再び炒め、なじんだところで水、顆粒だし、しょうゆを入れサッと炒めて出来上がり。



レシピ
2

牛カルビ 焼き茶漬け

材料(2人分)

牛カルビ	50g
塩	少々
ご飯	茶わん 1 膳分
昆布茶	小さじ 1/2
刻みのり	適宜
小ネギ	適宜
おろしワサビ	適宜
◆だし	
かつおだし	150ml
薄口しょうゆ	小さじ 1/2
塩	少々

POINT

牛カルビはある程度脂が多いほど、だしに溶け出しうま味が増す。

作り方

- ①だしの材料を鍋に合わせて入れ火にかけ沸かす。だしは注ぎ口の付いた器(急須)に入れる。
- ②茶わんにご飯を盛り付け、昆布茶を振る。
- ③フライパンをよく熱し、軽く塩をしたカルビをカリッと焼き上げ②にのせ、①を注ぎ、上におろしワサビ、刻みのり、小ネギをのせて出来上がり。

寒くなると増える腰痛に注意

寒い季節に増える健康問題の一つが腰痛です。屋外での農作業や、年末の大掃除などは腰痛になりやすいので注意が必要です。

腰痛が最も起きやすい状況は、重い物を持ち上げたとき。腰に大きな負担がかかりギクッとくるのです。予防するには日頃からストレッチで柔軟性を養い、筋力強化も行い、持ち上げる重さに負けない体をつくるのが必須です。物を持ち上げるときは、上体だけを前屈して腰のパワーで持ち上げるのではなく、かがんで物をしっかり持ち、足腰の力を総動員して立ち上がりつつ持ち上げると、腰への負担が減らせます。重量挙げの選手の競技の様子を思い浮かべ、見習いましょう。

前かがみの姿勢は、腰に負担がかかります。農作業、物を箱に詰める、掃除機をかけるなどの家事、育児や介護などにも前かがみ動作はいっぱいあります。寒い時期は体を冷やさないです。寒い時期は体を冷やさない服装を心掛け、作業の合間には腰を伸ばしリラックス、疲れた夜には入



浴で心身をほぐしておきます。ストレッチもメンタル不調も腰痛の原因になり得るという報告があります。腰痛予防には、気持ちのゆとりも大切です。体重増加も腰痛の誘因になります。年末年始は飲食の機会が増え、太りやすい時期。腰痛予防には体重管理も欠かせません。

腰痛にも、骨粗しょう症など骨の問題がある、腰椎すべり症など骨の並び方に問題がある、腰椎椎間板ヘルニアなど椎間板の問題がある、腰部筋膜症など筋肉の問題があるなど、いろいろな状態があります。さらに腎臓や子宮など体の内部の病気が原因の腰痛もあります。ですから、激痛を伴う場合、繰り返し腰痛や長引く腰の痛みがあれば、まずは整形外科を受診してレントゲン検査などをして正しい診断を受け、その状況に合った治療や生活上の対策をすることが大切です。腰痛を予防し、冬も快適に過ごしたいですね。

農業を拓く協同組合

JAと農業

監修＝JCA
(日本協同組合連携機構)

世界の課題「食料安全保障」

2015年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発目標(SDGs)」では、「飢餓をゼロに」を目標の一つに掲げました。このことに象徴されるように、命に直結する食料で人々が困ることがないようにする食料安全保障は、世界に共通する課題です。

日本は食料の多くを海外から輸入しています。そのため、世界的な人口増加による食料需要の増大や、気候変動による生産減少などが国内の食料供給に影響を及ぼす可能性があり、国民の不安も高まっています。

将来にわたって食料を安定的に確保していくには、国内の農業振興を通じて食料自給率を高める必要があります。JAグループは、自己改革の目標の一つとして「農業生産の拡大」を掲げ、その実現に向けて営農・経済事業の強化に従来に増して力を入れています。また、農業振興を地域全体で後押しするために、准組合員等の地域農業の応援団化にも取り組んでいます。

語句解説

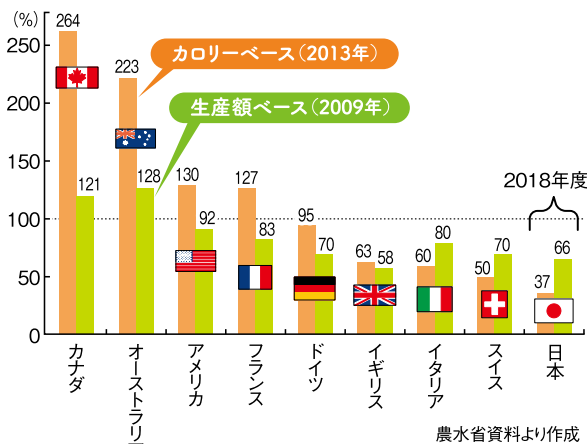
【食料自給率】(しょくりようじきゅうりつ)

食料自給率は「国内の食料消費が、国産でどの程度賄えているか」を示す指標。わが国の食料自給率は2018年度、カロリーベースで37%(前年度から1ポイント減)の過去最低となりました。これは主要先進国の中でも最低水準です。生産基盤も弱体化しており、直近5年間をみると耕地面積は毎年2、3万ヘクタールずつ減り、農業就業人口は約59万人減少しています。

食料安全保障とは

全ての人がいかなる時にも、活動的で、健康的な生活に必要な食生活上のニーズと嗜好(しこう)を満たすために、十分で安全かつ栄養ある食料を、物理的、社会的および経済的にも入手可能であるときに達成される状況。～国連食糧農業機関(FAO)ほか～

主要先進国の食料自給率



耕そう、大地と地域の未来。

編集後記

明けましておめでとうございます。みなさんは、どのような気持ちで元旦を迎えましたでしょうか？気持ちも新たに今年のスタートが出来たでしょうか？今年も、キラッと輝く年にしましょう！

「子(ねずみ)」という字は、頭部の大きな幼児の形からきた象形文字です。中国の『漢書』では、「子」は、繁殖する・うむという意味をもつ「孳(し)」という字からきているそうです。新しい生命が種子の中に萌(きざ)し始める状態を表しているといわれています。(C・Y)

テーマ投稿・ お便り募集中

掲載させていただいた方全員に
QUOカード
プレゼント!

「みんなの広場」では、クイズのほかに下記の各コーナーを設けています。お好きなコーナーにどしどしご応募ください。

●次号のテーマ投稿

※テーマにまつわる話を募集します

2020年2月号

「バレンタインの思い出」

締切 1月17日(金)

2020年3月号

「ひな祭りの思い出」

締切 2月14日(金)

■お便りコーナー

身近な話題、最近夢中になっていること、我が家の自慢、生活の知恵などお送りください。

■作品展示コーナー

読者の皆様の作品(絵はがき・ちぎり絵・俳句・川柳・短歌・写真)身近な風景やおもしろい形の野菜の写真などお気軽にお送り下さい。

※人物写真の場合、肖像権等についてご注意ください。

①クイズの答えまたはお便りテーマ投稿のいずれかをご記入ください。

②意見・感想

③あなたの郵便番号・住所・氏名(フリガナ)(ペンネーム) 年齢・電話番号

送り先

〒323-0034 小山市神鳥谷 1-11-32

JAおやま「ぐりんぴあ」編集部 行

FAX 0285-25-3159 Eメール pia@ja-oyama.or.jp

●ペンネームやイニシャルを希望の方は忘れずにお書き添え下さい

編

人間は記憶した内容の75%を一日後に忘れず。心理学者ヘルマン・エビングハウスの忘却曲線によると「20分後に42%、1時間後に56%、1日後に、75%を忘れる」というデータがあります。1日の出来事のうち日記を書くことによって思い返すことは、とても脳にとって良いことです。また、3年間の日記帳は、書

(色々挑戦したいバーバM・いさん・77歳)

テーマ投稿

今月のテーマ 2020年の目標

みんなの広場

編

毎年毎年今年こそいい年でありますようにと思うけどなかなかそうはいかないもんだ。台風の被害、秋の長雨とろくな年でなかった。残念だ。来年こそとは思わない。(K・Mさん・70歳)

作品展示コーナー

川柳

・とちぎの星 大嘗祭にて 輝きし
・また来たよ JAまつりで 笑顔咲く
・ビタミンの宝庫 緑黄色野菜
(昔おとめさん・72歳)

みんなでやってみよう!

今月のクイズ?

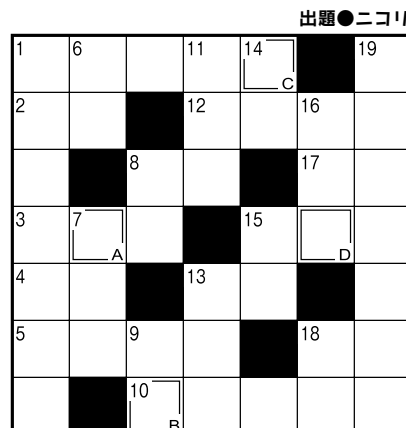
二重マスの文字をA~Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

解答欄

A	B	C	D
---	---	---	---

先月号クイズの答え

- ① 建物の形が違う
- ② ズボンにラインがある
- ③ リンゴがかじられている
- ④ 馬がいる
- ⑤ 犬の尾の高さが違う



ヨコのカギ

- ① 元日の寺社が混雑する理由
- ② 霊峰も銀峰もこれです
- ③ バイオリンやピアノより大きな弦楽器
- ④ 魚偏に里と書く魚
- ⑤ 破(わ)れ鍋にお似合いです
- ⑥ ——— ニタカ三ナスビ
- ⑦ 擦りむいた膝やあかぎれに塗ります
- ⑧ 浅草寺の表参道にある——商店街
- ⑨ 今より前の時点
- ⑩ てこの——を利用して重い物を動かした
- ⑪ グーとパーではパーの方
- ⑫ 英語では king と言います

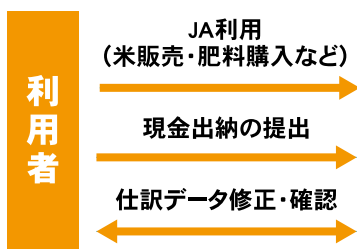
タテのカギ

- ① 「生麦生米生卵」とか「東京特許許可局」とか
- ② 夫の配偶者です
- ③ 生まれたばかりの赤ん坊のこと
- ④ ゆっくりつかって「極楽、極楽〜」
- ⑤ 剣や弓矢、大砲などのこと
- ⑥ 首の後ろ側の部分
- ⑦ ——をのんでなりゆきを見守った
- ⑧ 刑事を意味する俗語
- ⑨ お酒は飲めない体質です
- ⑩ こたつに似合う果物
- ⑪ めの記号で表すことも
- ⑫ だて巻き、数の子、黒豆などを重箱に詰めて用意します

●農業簿記記帳代行利用者募集のお知らせ

当組合では、農家の記帳事務の軽減を図るとともに、農家の経営支援を目的とし、農業簿記の記帳代行を実施いたします。

●記帳代行のイメージ



利用手順

- 利用者は現金出納帳をJAに提出します。JAは出納帳の入力、JA取引の仕訳ををします。
- JAで入力した内容を利用者が確認します。
- 最終的に、JAが決算書を作成します。

利用料金：40,000円(年払い)

注：青色申告者(新規可)のみの募集です。また、令和2年分の申込期限は、令和2年4月末までとします。

申込・問い合わせ先 営農部営農企画課 ☎0285-33-4321 または各営農支援センターへ

●令和2年産 水稻苗とりまとめについて

時下、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、標記の件につきまして、昨年水稻苗を購入された方には、申込み用紙が配達されますが**新規で水稻苗を申し込む方については各営農支援センターで下記のとおり申込みをして下さい。**

1. 品 種	コシヒカリ、あさひの夢、とちぎの星 ※とちぎの星につきましては、北部育苗センターでの扱いとなります。また、申込数量により引き受け出来ない場合がありますのでご了承ください。 ※とちぎの星については、天候不順や台風19号の影響により種子確保予定数量を大きく下回ってしまった事と、報道等により人気が過熱し、県内全域で大幅に欠品する事態となっていました。そのような状況で、JAおやまの希望数量に対し、「とちぎの星」種子初回は、約6割程度での配分供給となり、育苗センターでも注文下さいました生産者皆様の申込数量は約6割程度の出荷と変更させていただきます。 ※上記以外の品種は、お受けできません。 ※北部育苗センターの稼働は、3月4日(予定)からになります。		
2. 価 格	稚苗 780円/箱	乳苗 450円/箱	※別途消費税が掛かります。
3. 申込書	各営農支援センターにあります。	4. 決済日	令和2年7月
受け渡し	○原則として 自己引取 となります。 苗箱は、個人で育苗センターへ返却して下さい。但し返却箱数が不足の場合は、1箱300円頂きます。		
注 意	○予約注文の変更、取り消しは、原則として認めません。 ○申込期限以降の注文及び変更は、お受け出来ない場合がありますので、お間違えお忘れ等のないようお願い致します。 ○電話での注文は、トラブルの原因になりますので、必ず申込書にてお申し込み下さい。		
問い合わせ先	東部営農支援センター ☎0285-41-0525 西部営農支援センター ☎0285-33-1311 北部営農支援センター ☎0285-40-0401		
申込期限	令和2年1月末日 厳守		

●税務相談会を開催します

「相続税がいくらかかるのか心配」「生前贈与とはどんなものか知りたい」「固定資産税の負担が重い」など税務相談に応じます。

本店 2月14日(金)

野木支店 2月17日(月)

国分寺支店 2月25日(火)

ご予約のお申し込みは、お近くの支店窓口へ

●クミアイ家庭薬

バススカット 7つの植物エキス(保湿成分)配合



医薬部外品 税抜価格
1kg 1,300円
(約40回分)

天然温泉にも含まれるミネラル成分に、7つの植物(トウキ、センキュウ、チンピ、ショウブ、カモミラ、ショウキョウ、ニンジン)のエキスを配合した薬用入浴剤(医薬部外品)です。疲労回復、冷え症、肩のこり、神経痛、腰痛、荒れ性などに効果的です。リラックスジンジャーの香り。

●お問合せは、クミアイ家庭薬配置員・最寄りのJA、または 協同薬品工業(株)栃木営業所 ☎028-657-7310 まで

下野市に
お住まいの方

●令和2(2020)年 農業用免税軽油に係る申請についてのお知らせ

栃木県では、毎年1月に、農業用の軽油引取税免税証を一括して交付しております。

今年度は、**下野市役所3階304会議室**で申請を受け付けます。受付日時等は以下のとおりですので、交付を希望する方は、ご確認ください。

1. 受付日、受付時間、対象地区及び会場(下野市役所:下野市笹原26番地)

受付日	受付時間・対象地区		受付会場
	午前(9:00～11:30)	午後(13:00～15:30)	
令和2(2020)年 1月28日(火)	石橋全地区	石橋全地区	下野市役所 3階304会議室
1月29日(水)	国分寺全地区	国分寺全地区	
1月30日(木)	南河内①地区	南河内②地区	
2月10日(月)	9:00～11:30 共同・受委託	13:00～16:00 共同・受委託	栃木県庁下都賀庁舎 第2福利厚生棟会議室

※南河内地区については下記①、②の区割りとなります。

①下原・西区・薬師寺一丁目～六丁目・成田・町田上・町田下・谷地賀上・谷地賀下・下文挾・東田中・西田中・地久目喜・仁良川上・仁良川下・祇園町

②本吉田北・本吉田南・絹板・絹板台・台坪山・的場・上坪山・東根・塚越・磯部・川島・上吉田・鯉沼・三王山・西坪山・祇園・緑朝一番、午後一番の時間帯は混雑します。遅い時間帯が比較的スムーズに受付できます。

※更新手数料420円は、つり銭の無いようご協力をお願いします。

※上記の期日に申請することが難しい場合は、県税事務所にお問い合わせください。

2. 申請の際に持参するもの

- (1) 免税軽油使用者証
- (2) 印鑑
- (3) 免税軽油の引取り等に係る報告書(※新規申請以外の方)
(納品書又は領収書を添付、写しでも可。未使用の免税証(原本)を添付。)
- (4) 使用者証更新手数料 420円(※新規申請及び使用者証更新の場合)
- (5) 耕作証明書(※新規申請及び耕作面積が変更になった場合)
使用者証更新のみの場合、耕作証明は不要です。

注: ①新規申請の方は、免税証の交付は後日になります。

②新規申請及び免税機械の追加や入替えをされる方は、機械を取得したことが確認できる書類(契約書・納品書・領収書等)を持参するか、機械の「メーカー名」「型式」「馬力」をメモ等に控えてきてください。

③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。

3. 問い合わせ先

栃木県税務事務所 軽油引取税調査担当
☎0282-23-6882

下野市農業委員会事務局
☎0285-32-8915 (耕作証明書について)

●理事会だより

第10回理事会(9月24日)

- 新大谷支店新築工事等競争入札について
- 総代選挙について
- 県常例検査指摘事項に対する改善状況
報告書について

ほか

●JAの概況 (2019年11月末現在)

貯金	1,647億2,922万円
貸出金	277億7,906万円
購買品供給高	34億5,624万円
販売品販売高	65億5,868万円
長期共済保有契約高	4,116億2,466万円

●農道・畦畔などの芝焼き

小山市		実施主体	各地区防除協議会
令和2年 実施日	1月26日(日) 午前9時～正午まで	令和2年 予備日	2月2日(日) 午前9時～正午まで
下野市		実施主体	下野市
令和2年 実施日	1月26日(日) 午前9時～正午まで	令和2年 予備日	2月2日(日) 午前9時～正午まで
野木町		実施主体	各農事実行組合
令和2年 実施日	1月26日(日) 午前9時～正午まで	令和2年 予備日	2月2日(日) 午前9時～正午まで

※尚、天候により延期の場合には、予備日となりますのでご了承願います。

※当日、風向きによっては降灰等の可能性がありますので、洗濯物や窓の開閉には十分ご注意ください、ご協力頂きますようよろしくお願いいたします。

大谷支店

大谷北支店

大谷南支店

が統合

現大谷支店敷地内にて

いよいよ!! 新生 大谷支店の新築工事が令和2年度早々よりはじまります!! 地域のランドマークとなり、組合員をはじめ地域の方々に愛される店舗づくりを目指して令和2年9月オープン予定!!



小山市横倉新田7-33

もっと身近に。JAバンクアプリ誕生。



アプリの4つの特徴			
1 カンタン登録!	2 口座残高をチェック!	3 明確の照会がらくらく	4 ネットバンクへ手軽にアクセス
 キャッシュカードがあればすぐに利用開始可能。新設や店舗への来店は必要なし!	 口座残高を確認する前にアプリでチェックできる!	 アプリから入出金・入金・出金の照会がらくらく!	 アプリのサービス画面から、ネットバンクにアクセス! * 各サービスは利用規約に従ってください。
		利用方法など、詳しくはJAバンクホームページへ https://www.jabank.org/app/	