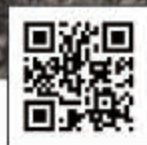


Community Magazine

2020 / 12
December
No.262

ぐりーんぴあ Greenpia

特集
寒い季節もぽっかぽか
新習慣で冷え症対策



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

人と自然の調和から新たな創造を

 JAおやま



TOP NEWS	03
地域のニュースをお届け! Topics	04
特集 寒い季節もぽっかぽか 新習慣で冷え症対策	08
季節の室礼(しつらい) 仏事の豆知識	10
農業浪漫	11
女性会 地産地消料理展	12
今月のおすすめレシピ	13
農業祭 直売所スタンプラリー 直売所情報 年末大売り出し 閉店セールのお知らせ	14
ベジタブルライフ	15
健康百科 未来を拓く協同組合 教えて! 日本農業	16
みんなのひろば/今月のクイズ?	17
INFORMATION	18

ニンジン

分類 セリ科ニンジン属

原産地 アフガニスタン

和名 人參、芹人參

おいしい期間(旬) 11月～2月(周年)

主な栄養成分

カロテン、ビタミンB・C、カリウム、カルシウムなど

効 能

ガン予防、視力維持、粘膜や皮膚の健康維持・
アンチエイジングなど



葉の切り口の軸は小さい方が果肉が柔らかく風味がGOOD!切り口の軸が大きいと内部の芯の部分が太く果肉も堅い可能性が・・・調理方法によって選ぶとイデですね♪

ブロッコリーとレタスの収穫体験 グリーン・ツーリズム



JAは、さまざまな事業を通して、消費者に広く、おやま産農畜産物を知ってもらえるよう、日々活動しています。

JAの福田浩一郎組合長は「管内は広大な田園地帯が広がる農業の盛んな地域。ぜひJAおやま産のおいしいブロッコリーやレタスを味わってほしい。管内にはブロッコリーやレタスをはじめ、たくさん農産物があるのでぜひ知って、味わってもらいた」と話しました。

増山光功部長は「生産者は、皆さんに良い物を提供しようと日々努力している。新鮮で取れたてのおいしさを味わってほしい。スーパーなどでおやま産の農産物を見かけたら、ぜひ手に取ってほしい」と呼び掛けました。

収穫をした参加者らは「スーパーで陳列されているのしか見たことがなかったが、このように生産者が手間暇かけて栽培されていることに感動した」「家に帰ってスーパーで買ったものと取れたてのものを食べ比べたい」などと笑顔を見せました。

JAブロッコリー部会の増山光功部長が、包丁の使い方や切り落とし部分などを説明。参加者はおいしいブロッコリーの見分け方や収穫のコツを学び、ビニール袋いっぱい収穫を楽しみました。

JAおやまは10月24日、小山市豊田地区で消費者を対象にブロッコリーとレタスの収穫体験「グリーン・ツーリズム」を開きました。農協観光と共催で東京、神奈川、埼玉などの消費者22人が参加し、生産者と交流を深めました。



地域のニュースをお届け

TOPICS

こんなことがありました



インゲン目ぞろえ会

10月19日 北部集出荷所

J Aおやまインゲン生産部会は10月19日、北部集出荷所でインゲンの目ぞろえ会を開きました。生産者、市場関係者ら約10人が参加し、販売情勢や出荷要領、規格を確認しました。

今年は夏場の高温により、生育遅れが懸念されていましたが、台風の被害もなく順調に生育しています。参加者は、曲がりやこぶ、傷など調整、選別することや、花は完全に除去することなどを申し合わせました。

生産者代表の星野浩行さんは「栽培管理に十分に注意し、高品質なインゲンの出荷に努めよう」と呼び掛けました。



規格を確認する生産者ら

冬春トマト現地検討会

10月14日 北部・東部・野木管内

J Aおやまトマト部会は10月14日、北部管内と東部・野木管内で冬春トマトの現地検討会を開きました。J Aおやま北部トマト部会では北部管内の4カ所のほ場を部会員や栃木県下都賀農業振興事務所、J A担当者ら約10人が回りました。

生産者は、現在の生育状況や病害虫の発生状況など確認し合いました。部会員は積極的に情報交換し、栽培知識を深めました。

同北部部会は6人で約1.7ヘクタールを栽培。品種は「みそら」「マイロック」が中心。出荷は11月から翌年6月までで、約300トンを京浜方面に送ります。



生育状況を確認する参加者

友沼小学校 直売所見学

10月27日 のぎ松原大橋直売所

野木町立友沼小学校の2年生8人が10月27日、新型コロナウイルス感染拡大防止のため2班に分かれて、J Aおやま直売所「のぎ松原大橋直売所」に職場見学に訪れました。

生活科の学習の一環で「どきどきわくわくまちたんけん」として職場見学（町探検）を行いました。地域の商品や施設などが自分の生活とどう関わっているかなどを知ることが狙いです。児童らは直売所のスタッフの説明に真剣に耳を傾けました。



積極的に質問をし、真剣に話を聞く児童

晩々秋蒔 出荷

10月23日 桑青果物集出荷所

J Aおやま養蚕部会は10月23日、桑青果物集出荷所で蒔の出荷を行いました。年5回行っており、今回は晩々秋蒔期蒔と呼ばれる9月上旬にふ化した蚕「錦秋鐘和（きんしゅうしょうわ）」を出荷しました。

生産者7戸が袋詰めを持ち込んだ約1,380キロ（箱物で275反分）の蒔は、選蒔台（せんけんたい）に載せ、汚れ蒔、穴あき蒔、薄皮蒔、玉蒔などを出荷者が手作業で取り除く「選除蒔（せんじょけん）」を行い、群馬県の碓氷製糸に送りました。



選除蒔作業を行う出荷者

秋冬ブロッコリー目ぞろえ会

10月22日 東部・北部集出荷所

J Aおやまブロッコリー部会は10月22日、北部集出荷所と東部集出荷所で秋冬ブロッコリーの目ぞろえ会を開きました。北部会場では、部会員、市場関係者ら71人が参加。ブロッコリーを等級ごとに並べ、市場関係者とともに販売情勢や出荷要領、規格を検討しました。

増山光功部会長は「今年は例年にないくらい品質良好だ。品質を落とさずしっかりと規格を合わせ、部会一丸となって高品質なブロッコリーを出荷しよう」と呼び掛けました。



規格を確認する生産者

秋冬カブ目ぞろえ会

10月29日 北部集出荷所

J A およまカブ部会は10月29日、北部集出荷所で秋冬カブの目ぞろえ会を開きました。部会員と関係者ら10人が出席し、販売情勢や出荷要領などを確認しました。

目ぞろえ会では、実際に出荷する状態のカブを並べ規格を確認。よく洗い、玉をそろえることや、葉柄の折れに注意することなどを申し合わせました。

海老原一弘部会長は「作柄は良好。今後温度が下がり、品質低下が懸念されるので注意し、安全・安心なカブを消費者に届けよう」と意気込みを述べました。

同部会は6人の生産者が「モチバナ」を栽培し、秋田、京浜方面に出荷しています。



規格を確認する参加者

担い手農家訪問 10月28日

J A およまは10月28日、福田浩一郎組合長ら常勤役員、センター長らが担い手農家に直接意見を聞く戸別訪問活動を行いました。生産者が抱える問題・意見・要望などを聞き取り、J A 自己改革の重要課題の実現に向けて、担い手農家と意見・要望を交わしました。

間々田地区の日向野利巳さんは「事業間の連携がうまく取れていることが、有利販売につながっていると考える。職員の人事異動なども事業がうまくいくような体制作りを考えてほしい。J A と協力しながら農業を盛り上げたい」と話しました。

今後も積極的に担い手農家への訪問を継続して行います。



生産者と意見交換する福田組合長（右から3人目）

J A 栃木女性会70周年記念功労者表彰

10月30日

J A 栃木女性会創立70周年記念大会が10月30日にJ A ビルで開催されました。新型コロナウイルス感染症の影響で人数制限60名まで、時間は2時間以内という小規模な形で実施となりました。

メインスローガン「女性の感性を活かし、地域で輝こう」や申し合わせを確認しました。

J A およま女性会は、発足20周年の記念行事を予定していましたが記念品配布だけになってしまいました。これからも一人一人が主役となり、魅力ある女性会活動を展開していきたいと願っています。

同大会では功労者表彰も行われ、下記の女性会員が表彰されました。

<功労者表彰>
(敬称略)

倉持晶子
福田孝子
末柄博子
加藤タカ



功労者表彰された女性会員
(左から倉持さん、福田さん、末柄さん)

カーネーション部会現地検討会

10月30日

小山花卉(かき)園芸組合カーネーション部会は10月30日、栃木市、鹿沼市、小山市のハウス3カ所で現地検討会を開きました。部会員や関係者ら7人が参加。品質や生育状況などを確認しました。

倉持恵寿部会長は「年配の生産者が多く、新型コロナウイルスの影響を考慮し、現地検討会などを中止していたが、徐々に開くことができうれしい。心を込めて栽培しているので、安心して買ってほしい。求められる産地として品質はもちろん、出荷の際の選別もしっかりと行おう」と呼び掛けました。



生育状況などを確認する生産者

管内小・中学校へ 地元産新米「とちぎの星」を寄贈

ＪＡおやまは小山市、下野市、野木町の小・中学校 51 校に、皇位継承の重要祭祀である大嘗祭で使用された「とちぎの星」の新米 1,840 キロを寄贈しました。児童、生徒に地産地消について学んでもらい、地域に貢献しようと 2017 年から実施し、今回で 4 回目となります。

福田組合長は「今年は、長雨や猛暑で米の生育状況が心配されたが、収量も味も良い。児童、生徒の皆さんに、地元でできた米をたくさん食べてもらいたい」と話しました。



小山市



野木町



下野市

ＪＡおやま青年部 軽トラックで農畜産物PR 11月7日

ＪＡおやま青年部は11月7日、軽トラックにＪＡ管内の青年部盟友が生産した米「生井っ子」や野菜、花卉(かき)などを飾りつけ、管内の野木町から下野市を走行し、おやま産の農畜産物の魅力をPRしました。青年部員やＪＡ職員などの関係者数名が参加しました。

軽トラックは、青年部員が運転をし、同ＪＡのアクティールから出発。野木町の「野木町コミュニティセンター」と下野市の「道の駅しもつけ」で無料配布を行った他、「フードバンクとちぎ」にも提供しました。



ＪＡおやま産の農畜産物をPR

秋冬ニンジン 目ぞろえ会 11月6日 桑青果物集出荷所

ＪＡおやま人参部会は11月6日、桑青果物集出荷所で秋冬ニンジン目ぞろえ会を開きました。生産者、市場関係者ら 26 人が参加。販売情勢や出荷要領・規格を確認しました。

赤荻稔部会長は「今年は、7月の日照不足、8月の猛暑、降水量の少なさなど生産者にとって苦勞の栽培であったと思う。生育遅れなど懸念されるが高品質なものを出荷することが前提として、再度規格を確認して出荷しよう」と意気込みを語りました。



秋冬ニンジンの出荷規格を確認する参加者

図画コンクール 入賞者を表彰 11月5日

ＪＡおやまは11月5日、管内小学校を対象に開いた「図画コンクール」で入賞した児童を訪れ、表彰式を行いました。

大出晴二常務理事は「伸び伸びと、おらかで自由に描かれている。児童の身の周りにある豊かな自然や農業などの大切さを図画コンテストを機に伝えたい」と話しました。

入賞作品は、家の光協会主催の「世界こども図画コンテスト」に出展。入賞作品を集めた2021年カレンダーを作成し、入賞者や管内の各小学校に配布しました。



図画コンクール入賞者を表彰

2021年産イチゴ 「とちおとめ」統一目ぞろえ会

11月10日 西部集出荷所

J Aおやまいちご部会は11月10日、西部集出荷所で2021年産イチゴ「とちおとめ」統一目ぞろえ会を開きました。生産者、栃木県下都賀農業振興事務所、市場関係者など約60人が出席。販売情勢や出荷規格を確認しました。

中島英樹部会長は「昨年のような大きな災害もなく皆で収穫の喜びが味わえる時期が来た。選果選別をすることは自分を写す鏡だ。心の目ぞろえもしっかり行っていただき、消費者が幸せになるような高品質なイチゴを出荷するよう努めよう」と意気込みを見せました。



イチゴ「とちおとめ」統一目ぞろえ会

とちぎ和牛販売促進

11月7日 マルエツ小山店

J Aおやまは11月7日、マルエツ小山店の協力により「とちぎ和牛」の消費拡大に向け、販売促進活動を行いました。新型コロナウイルス感染拡大の影響により、和牛の価格や消費が落ち込んでいるため、J Aおやま女性会加工グループ「フレッシュ」とタッグを組み、販売促進を行いました。同グループ「フレッシュ」が手作りしている「焼肉のたれ」を3,000円以上とちぎ和牛をお買い上げのお客様にプレゼントとしました。

肥育牛部会の松本一男部会長は「この機会を通じてとちぎ和牛を買って、おいしいと実感してほしい。生活圏の中でとちぎ和牛を購入できると知ってもらい、焼肉のたれととちぎ和牛でもっと地産地消を拡大させたい」と笑顔で話しました。



「とちぎ和牛」と「焼肉のたれ」をPRする松本部会長

J A共済 地域貢献活動の一環で 体温計などを購入

J Aおやまは、J A共済地域貢献活動の一環で組合員・地域住民が豊かで安心して暮らすことのできる地域社会作りを目指し、くらしの活動の活性化や防災・防犯対策、および地域農業の振興に資するため、下記の内容を購入しました。

- ・インバーター発電機 1台
- ・バルーン投光機 3台
- ・非接触温度計 50個
- ・アルコール消毒液 5L 30個
- ・不織布マスク 50枚入り 100個



購入した非接触温度計や不織布マスクなど

バラ部会 現地検討会

11月12日

小山花卉(かき)園芸組合バラ部会は11月12日、岩舟、桑、国分寺の3ヶ所で現地検討会を開きました。部会員、関係者ら11人が参加。現在の生育・管理状況を把握し、今後の栽培について意見交換しました。

田辺正剛部会長は「新型コロナウイルス感染拡大防止のため、去年の1月以来の現地検討会となる。今一度、意識と技術の向上を図り、高品質なバラを目指し出荷しよう」と意気込みを示しました。



バラの栽培状況を確認する部会員ら

美田中学校で 「職業人講話」

11月11日 美田中学校

J Aおやまは11月11日、小山市立美田中学校の2年生の中から約20人を対象に地域で働く社会人から仕事を学ぶ「職業人講話」として「J Aとは何か、J Aの仕事とは」をテーマに授業を行いました。

当日は、J Aの職員2名がJ Aの業務内容について説明。学生からは「J A職員にはどのような人が向いているのか」「農業も機械化が進んでいるが実際はどうか」「どのような思いで仕事を行っているのか」などJ Aに関心を寄せる声が集まりました。



中学生に「J Aとは何か、J Aの仕事とは」を教える職員

寒い季節もぽっかぽか

新習慣で冷え症対策

気温が下がってくると悩みの声が増えてくるのが、体の冷え。

夏場でも冷えに困っている人は多いですが、やはり冬のつらさはひとしおです。

そもそも「冷え症」とは何なのでしょう？ そして効果的な対策は？

東洋医学の知恵に学んで、この冬を快適に乗り切りましょう！

監修／北里大学東洋医学総合研究所 漢方鍼灸治療センターセンター長 鈴木邦彦

イラスト／藤部新一郎

＋ 冷え症は放置すると 万病のもと

「冷え性」と「冷え症」。二つの書き方の違いは知っていますか？

「冷え性」は冷えに敏感な体質のこと。

一方「冷え症」は体が冷えてつらい状態が続き、食欲不振や倦怠（けんたい）感、頭痛、便秘などを引き起こすもので、東洋医学においては治療の対象となります。

人それぞれ症状も違い、検査では異常が出ないため、西洋医学の治療対象にはなりません。でも冷え症は万病のもと！ 放置するとホルモン、神経、免疫機能のバランスが崩れ、抵抗力が落ちたり、持病の悪化につながったりもします。

私たちは体内で熱エネルギーを作り、

血液によって隅々まで運び、余分な熱

は放散しています。熱を作るのは（１）

基礎代謝、（２）食事、（３）筋肉運動、

（４）ホルモンの四つの作用。熱の運搬

は血管と心臓が担います。また熱の放

散は自律神経でコントロールされてい

ます。冷え症は、そのどこかの段階に

支障がある場合に起きます。

高齢になると特に基礎代謝や自律神

経調節機能が低下し、いつそう冷え症

を招きやすくなります。

＋ 症状と原因の違い 三つのタイプ

冷え症は、症状と原因によって「四

肢末梢（まっしよ）タイプ」「内臓タ

イプ」「下半身タイプ」の3タイプに分

！ こんな人は要注意

- 1 とても寒がりや冷房が苦手
- 2 手や足など体の一部が冷えてつらい
- 3 寝るときは湯たんぽや電気毛布が欠かせない
- 4 お風呂に入ってもすぐに冷えて寝付けない
- 5 頭痛、肩凝り、むくみで悩んでいる
- 6 下痢や便秘がひどい

かれます。一番多いのが下半身タイプ。

加齢とともに男女とも増えていきます。

四肢末梢タイプは若い女性や痩せて小

食の女性、内臓タイプは中高年の女性

に比較的多く見られます。また、複数

のタイプの複合型もしばしばあります。

日常でできる対策としては、まずは

熱を作る食事と筋肉運動をしつかり確

保すること。熱の必要以上の放散を防

ぐ保温することも大切です。ただし

タイプによっては効果のない場合もあ

るので注意が必要でしょう。また入浴、

趣味の時間などを通してリラクセスす

ることも自律神経の働きを高めるのに

役立ちます。

そして、それでもつらさが続くときは、東洋医学による治療を検討してみるのがお勧めです。

あなたの「冷え」はどのタイプ？

四肢末梢タイプ

手足の末端が冷えるタイプです。カロリー不足や運動不足などが原因。熱エネルギーが少ないため交感神経が過剰に働き、末端の血管を収縮させて血流を阻害しています。まずは熱源として十分なタンパク質を摂取し、適度な運動を。手足の先を外から温めても解決しません。保温するなら首回りや手首、おなかを。



内臓タイプ

体の芯から冷えを感じるタイプ。体質や生活習慣、ストレスなどで交感神経の働きが低下し、血管が拡張しやすく、保温機能が弱っているために起きます。食事、睡眠などの生活習慣を見直すと同時に、熱を逃がさないよう、保温性が高い衣類を。軽い運動も必要ですが、汗で冷えないよう注意。



下半身タイプ

顔は火照るのに足が冷たいタイプです。座りっぱなしや運動不足で腰やお尻の筋肉が凝って座骨神経を圧迫し、腰から爪先への血流が悪くなるために起きます。足先の保温や足浴では効果はありません。腰や脚部のストレッチで血流を改善しましょう。腰痛、座骨神経痛などがある場合は治療も必要です。



冷えを解消するには

日々の生活習慣が大切!

食習慣

タンパク質を意識しながら

1日3食をしっかりと取るう

熱エネルギーの確保には十分なカロリーを摂取することが大切です。タンパク質は優れた熱源になり、筋肉の維持・増強にも役立ちます。重要なのは朝食。体温や代謝を上げるため、納豆、卵などのタンパク質を積極的に食べましょう。また決まった時間に食事をすることは自律神経の安定につながります。南方産の野菜・果物、白砂糖などを冷やす食品は体温の高い日中に取るか、加熱調理をお勧めします。



運動

日々の意識的な運動が

代謝を上げ、自律神経を整える

血流を良くするためには、適度な運動が不可欠です。その作用は、四肢末梢タイプでは基礎代謝と筋肉量を上げ、内臓タイプでは自律神経バランスを整え、下半身タイプでは下半身の筋肉の凝りをほぐし……と、冷え症解決に向けたいいことづくめ! 同時に心肺機能が鍛えられ、熱や栄養を全身に送り出す機能も高まります。日々の仕事や家事ではあまり使っていない筋肉は多々。ぜひ意識的に動かしましょう。

ウォーキング

心くらは第二の心臓ともいわれ、送られた血液を足から上半身に戻すポンプです。1日15分ほど、手を大きく振ってウォーキングすれば、下半身の血流改善だけでなく、肩凝りや自律神経バランスの回復に効果的です。



ストレッチ

四肢末梢タイプと下半身タイプでは、くつろぎタイムや入浴時にストレッチをすると良いでしょう。あぐらをかいて上の足の指を手で内側に曲げて5秒。左右5回ずつ行うことで血管を開く効果があります。下半身タイプでは、お尻部分に負荷をかけるようなストレッチも有効です。



入浴

全身を温め、凝りをほぐす

40〜42度の10分間入浴

体を温め、ストレスをほぐすため、習慣にしたいのが10分間入浴です。効果的な湯温は40〜42度。まず前半5分間、首まで湯船につかってから休憩。後半5分間は胸元までつかります。半身浴より温まり、筋肉の凝りもほぐれます。湯船の中で肩甲骨や足先などのストレッチをすることでより良いでしょう。10分を超えると湯上がりの汗で冷えてしまいます。火照りを鎮めるため、入浴は就寝1時間以上前に。



つば押し

自分でも手軽にできるつば押し

足の血行を良くして冷えを解消

冷えた足先の血行を改善するには、足指の付け根の間にある4カ所のつば「八風」が良いとされます。押しと痛気持ちいい点を見つけ、真つすくに押しします。全身の血行を良くするとされる「湧泉」は足の裏。足指を曲げたときにできるくぼみの中央です。こちらはゴルフボールなどを踏んで体重をかける方法が簡単です。



えっ、これって駄目!?

世間に流布する冷え症対策でも、効果のないものはいくつもあります。体を温めるとされるシヨウガも生では無効果。蒸して乾燥させた場合に限り体を温めます。また靴下の重ねばきなど血流を阻害する方法は避けた方が良いでしょう。就寝時の電気毛布も、毎日使っていると日中に体の熱を放散しやすい体質になり、結果的に冷えを加速します。

季節の 室礼

和文化講師●滝井ひかる

冬至

毎年12月22日前後は冬至。1年のうちで最も昼が短く夜が長い日です。冬至からだんだん日が長くなるので「一陽来復」といって、新しい年の節目と考えられています。

冬至にカボチャ（南瓜・南京）をいただく、風邪をひかないといわれています。保存が利くカボチャは、昔から冬の重要なビタミン源でした。魔よけの意味を持つ赤い小豆がゆをいただく風習もあります。カボチャ



と小豆を「めいめい、おいおい」一緒に炊いた「いとこ煮」も冬至の行事食です。

ゆず湯は、こどもの日のしょうぶ湯と同じく香り高い湯につかり、季節の変わり目に邪気をはらう風習です。

小さい子どものいる家庭では、この時期クリスマスツリーやアドベントカレンダーを飾ることが多いと思います。25日を過ぎると街は一晩でお正月のディスプレイに切り替わります。お正月飾りは28日までに、または30日に飾りましょう。29日に飾るのは「苦飾り」といって縁起が悪いとされています。31日に慌てて飾るのも「一夜飾り」といって神様に失礼です。

今年の冬至は12月21日を前に、形の良いカボチャとユズを飾りましょう。クリスマスが終わわり、モダンなしめ飾りのリースと来年の干支（えと）を飾れば、もうすぐお正月です。

仏事の豆知識

「新年を迎える準備として、
仏壇の掃除をしましょう」

仏壇掃除の基本的な流れ

1. 合掌礼拝
2. 窓を開ける
3. 写真を撮り、仏壇の中の仏具をすべて出す
4. 毛払いでほこりを払う
5. 中を拭き掃除する
6. 仏壇の外側を掃除する
7. 仏具を清掃する。

掃除をする前にお線香を揚げ、「これから仏壇をお掃除させていただきます」と一声添えて合掌礼拝を行う。ほこりが舞うので換気し、仏具を出し元に戻す為に、事前に写真をとる。仏壇に傷が付かない柔らかい

素材の毛払い等でほこりを取る。中を拭き、外側を掃除する。仏具は一つ一つ丁寧に掃除する。

仏壇掃除で気をつけること

水拭きをする時は固く絞り、すぐに乾拭きする。（柔らかい布でふく）

金属製の仏具は磨いていい物といけない物がある。

以上の手順で掃除し、ご先祖様に気持ちよく新年をお迎えして頂きましょう！



JAの葬祭をご利用ください

組合員・地域の皆様へ 真心と信頼のJA葬祭



思川ホール
TEL.0285-38-3100
携帯電話にご登録ください
小山市萩島134



おとめホール
TEL.0285-41-2088
携帯電話にご登録ください
小山市南乙女2-1-6

農に生きる農と暮らす

農業浪漫

桑地区

渡辺宏さん(61)

生産品目 ニンジン・ゴボウ・ホウレンソウ・

ダイコン・ネギ・小松菜

想いをのせ、明るい未来を与える

身体全体の老化防止に効果があるカロテン豊富なニンジン。春作、秋冬作と栽培されており、ほぼ周年を通して手に入れる事が出来る家庭でおなじみの野菜です。

桑地区の渡辺宏さんは、10年前までサラリーマンでしたが、早期退職し就農しました。その時から欠かさず、その日に行ったことすべてをノートにつけています。そのデータを基に年間計画をはじめ、作物ごとの計画、日々のスケジュールをすべて緻密に計画しています。基本、ニンジン・ゴボウ・ネギ・ダイコンの4つの作物を宏さんの作業スケジュールを基に奥さん、パートナーを含め7名で回しています。誰がどのほ場で何の作業をしているかを把握してなければ何ヶ所ものほ場の管理、そして人手を回すことが難しいからです。また、殺菌剤・殺虫剤・除草剤ごとに情報をまとめ管理に生かしています。「めんどうだから」といって病気が出てから調べるのではなく、やることは事前にやっておくことがとても大切だ」と宏さんは話します。「めんどくさい」ところに大きなヒントが隠されていると。初めからやっておくことで結果にいくまでのプロセスが変わってきます。それでも年に何度かの「うっかりミス」を起こすため、「失敗語録」に残し、再発を防ぐために「見える化」にしています。自分で考えて判断するにもデータなど「見える化」しておけば、たとえ形が違っていても置き換えて対応することが出来ます。

宏さんは、ある偉人の言葉を大切にしています。①わからなければ聞けばいい②持っていないければ借りればいい③逆に聞かれたら教えてあげればいい④持っているものは与えてやればいい。人間一人ですることができることは高が知れている。

収穫を迎え、ずっしりと重くみずみずしいニンジンは、農業経営を發展させていく宏さんの想いをのせ、明るい未来を与えてくれることでしょう。



ごぼうのから揚げ



材料

- ・ごぼう …………… 400g
- ・から揚げ粉 …………… 適量
- ・めんつゆ …………… 適量
- ・米油又はサラダ油 …… 適量

作り方

- 1 ごぼうを6～7cmの長さに切り、さらに太めの縦切りにする。
 - 2 ①を大きめな皿に並べるようにして、めんつゆをかけ良く絡め10～15分置く。
 - 3 ポリ袋に②を入れて、上からから揚げ粉を入れ、良く振って混ぜ合わせる。
 - 4 天ぷら鍋に米油を入れ、160～180℃でキツネ色になるまで揚げる。
 - 5 よく油を切って、器に盛り付ける。
- ※付け合せにブロッコリー・ミニトマトを添えるときれいです。

[特徴] ごぼうは、大腸がんの予防になります。
また、お酒のつまみに良く合います。

女性会 桑支部
小林 春代さん



「みんなのよい食プロジェクト」とは、JAグループがすすめる、心と体を支える食の大切さ、国産・地元産の豊かさ、それを生み出す農業の価値を伝え、国産・地元産と日本の農業のファンになっていただくという運動です。

料理楽しくステップアップ

12月のおすすめレシピ

- ・レンコン餅、栗ときのこのあん掛け レシピ 1
- ・若鶏とマイタケのカレーフリット レシピ 2

今月のおすすめ レシピ

「キッチン職人」のオーケーシェフ水井啓一(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月に親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、地元産産物を生かした料理を提供中!



レシピ
1

レンコン餅、 栗ときのこの あん掛け

材料(2人分)

レンコン	300g
片栗粉	大さじ2
栗(蒸した物)	6個
シイタケ	2個
マッシュルーム	2個
ミツバ	適宜
おろしショウガ	小さじ1
サラダ油	適宜
水溶き片栗粉	大さじ1
◆あん掛け	
かつおだし	3/4カップ
みりん	大さじ1と1/2
薄口しょうゆ	大さじ1と1/2

作り方

- ①レンコンを粗めにすりおろし、片栗粉と混ぜ合わせ耳たぶほどの硬さにし一口大に丸め、180度のサラダ油できつね色になるまで揚げる。
- ②鍋にあん掛けの材料と食べやすい大きさにカットしたシイタケ、マッシュルームを入れ火にかけ、火が通ったら水溶き片栗粉を回し入れあんを作る。
- ③器に①と栗を盛り付け、②を上から回し掛け、おろしショウガのをせ、ミツバを散らして出来上がり。



レシピ
2

若鶏とマイタケの カレーフリット

材料(2人分)

鶏もも肉	1/2枚
マイタケ	50g
サラダ油	適宜
塩	適宜
◆(A) 鶏肉の漬け地	
料理酒	大さじ1
みりん	大さじ1
おろしショウガ	小さじ1
おろしニンニク	小さじ1
カレー粉	小さじ1
◆(B) フリット衣	
小麦粉	100g
ビール	120g
◆(C) ポン酢だれ	
ポン酢	大さじ2
オリーブ油	大さじ2
ダイコンおろし	大さじ1

作り方

- ①鶏もも肉は細く切り、ボールに入れ混ぜ合わせた漬け地(A)に10分漬ける。マイタケは一口大にばらしておく。
- ②フリット衣の材料(B)を混ぜ合わせ、(1)を入れて衣をまぶし、180度の油できつね色に揚げ軽く塩を振る。
- ③器に②を盛り付け、合わせたポン酢だれ(C)を回し掛け、好みのハーブ(材料外)を飾って出来上がり。

地産地消でおやまを元気に! 街めぐり

農業祭

2020

直売所スタンプラリー

開催期間

2020年11月21日(土)~
2021年1月31日(日)

スタンプラリー対象
直売所でお買い物
スタンプを4つ集めて応募箱へ。

お問い合わせ

小山市役所
産業観光部 農政課
☎0285-22-9257



主催：小山市農業祭実行委員会 / 小山農業協同組合 / 小山市地産地消・食育推進協議会

おやまの特産品が
抽選で当たる!

当選数はなんと!! 150点以上



パーフェクト賞は
おやま和牛が当たる

スタンプ4色集めるとパーフェクト賞
(おやま和牛)のWチャンス!
※店舗ごとにスタンプの色が違います。

プレゼントの一例

パーフェクト賞

おやま和牛(10,000円相当)10名様

地産地賞

おやまの豚おとん(5,000円相当)10名様

小山のお米 45名様

小山の名産品 65名様

JA おやま賞

小山市産旬の野菜 20名様 など

※お内閣係のプレゼントは引換券でのお渡しとなります

直売所情報

年末大売出し

旬の新鮮野菜・くだもの・切り花が盛りだくさん! 年末年始の食材は、JA農産物直売所で!

12月28日~31日
(31日は12:00まで)

新年は1月5日(火)(予定)
より通常営業いたします。

石橋農産物直売所「四季彩」

- 下野市石橋 531-3
- 石橋支店敷地内
- 0285-53-2220
- 農、正月
- 9:00~17:00



国分寺農産物直売所

- 下野市小森井 5-22-2
- 北野農業センター敷地内
- 0285-40-8511
- 農、正月
- 9:00~14:00



よらっせ農

- 小山市秋鹿 1-4-13
- 0285-21-2816
- 農、正月
- 9:00~17:00



グリーンセンター

- 小山市乙女 3-7-36
- 関ヶ原支店敷地内
- 0285-45-4089
- 農、正月
- 9:00~17:00



のぞ松原大橋直売所

- 野木町大字五反 4954-1
- のぞ松原支店敷地内
- 0280-57-4721
- 農、正月
- 8:30~17:00



野木農産物直売所 閉店セールのお知らせ

長らくのご愛顧誠にありがとうございました。
この度、誠に勝手ながら野木農産物直売所は令和2年12月31日をもって閉店させていただきます。これまでのご愛顧に厚くお礼申し上げます。

つきましては、12月28日から31日までの4日間、「閉店セール」を開催いたします。

閉店
セール
期間

12月28日~12月31日まで
(31日は12:00まで)



住 野木町中谷 523-1 野木支店敷地内
☎ 0280-56-0015 休 盆、正月 営 8:30~17:00

ベジタブル ライフ

イラスト：小林祐美子

クワイ

～「芽が出る」緑起物～

クワイのプロフィール

- 【分類】オモダカ科オモダカ属
- 【原産地】中国南部
- 【おいしい時期(旬)】11～12月
- 【主な栄養成分】炭水化物、カリウム、食物繊維、葉酸、ビタミンB6、リン、亜鉛など

見分け方

芽に張りがあり、ピンと伸びている

皮が乾燥しておらず、つやがある

丸く膨らんだ部分が、堅く張りがある

色は青みがあり、きれい

サイズは直径4cm以下を目安に、重箱などには詰めにくいので、下処理する際は大きい方が使いやすい

要注意!

折れている、おいて柔らかい、鮮度が落ちている

保存方法

水生植物なので乾燥させないこと。ラップや湿らせた新聞紙に包んでポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室へ

水に浸しておく方がより長持ち

水は時々取り替えてね

クワイのチカラ

期待される効果

高血圧予防

動脈硬化予防

カリウム
血圧上昇の抑制作用に期待

食物繊維
整腸作用

脳梗塞予防

貧血予防

心筋梗塞予防

便秘予防

主成分は芋などと同じ炭水化物で栄養価が高い。タンパク質も豊富

ミネラル類
骨や歯の形成に不可欠なリン、味覚を正常に保つ亜鉛、銅などのミネラルも多く含む

ビタミン類
増血作用のある葉酸、代謝を促進するビタミンB6が比較的多め

クワイのいろいろ

青クワイ(マオクワイ)

主にお正月のおせちに利用される扁(へん)球形で青藍(せいらん)色の皮が特徴。肉質が軟らかくホクホクとした食感がある。国内で出回るとほとんどクワイがこちら

白クワイ

青クワイよりも大きい、楕円(だえん)形で淡青(たんせい)色の食感は硬めで、食味も青クワイよりあるといわれている中国の品種

吹田(ふいた)クワイ

古くから栽培されてきた品種で『万葉集』にも記されている。大阪府吹田市近郊で誕生した。小ぶりだが赤紫色を帯びた皮が特徴。口当たりの良い緻密な肉質が魅力

大黒クワイ

カヤツリガサ科、リリ属でオモダカ科オモダカ属の青クワイや吹田クワイとは別種の黒い皮、白い果肉が特徴で「シャキシャキした歯割

楽しみ方・食べ方のコツ

下ゆで

あくが強いので、煮物などにする場合は下ゆでを皮をむいたら水にさらし、お湯(あれば米のとぎ汁)で1～2度ゆでこぼすと、えぐ味や苦味が抑えられ、上品な味に仕上がります

主にお正月に縁起物として登場

揚げたり、丸ごと焼く場合は下ゆで不要

塊茎の丸い部分の皮は底から上に向かって、六方から四方むきに、見た目もきれいで、煮崩れにくい

底の部分は平らに切り落とすお皿の上で乾かさないよ

芽や皮の扱い方
芽は全部切らず、少し残しておく芽も食べられる縁起物!

さまざまな料理

丸ごと炭火などで煮焼きに、小ぶりのものは丸ごと蒸揚げに、薄くスライスしてチップスに

クワイのビミツ

全国の生産量の約90%を占める広島県福山市、埼玉県越谷市が有名

歴史 平安時代……馬芋(クワイ)として伝来か『本草和名』

日本 於毛多加(オモダカ) 久呂久島(クワクワイ)

『和名抄(おみょうしやう)』 馬芋

江戸時代……広く食べられるように貝原益軒『本草綱目』栽培方法や食べ方を紹介。吹田クワイも登場

縁起物

「めでたい」「芽が出る」日本では古くから縁起物



健康科学アドバイザー
福田千晶

喉のバリアを高める

空気が乾燥する季節です。エアコンの効いた室内のみならず、屋外の農作業などでも、喉が乾燥します。喉が乾燥すると、風邪やインフルエンザにもかかりやすいので侮れませぬ。

喉の粘膜には短い毛（繊毛）とせん毛（せん毛）があり、侵入したウイルスや細菌を除去しています。

この繊毛は、適度な温度と湿度のときに働きが活発になります。つまり風邪などの感染を防ぐためには、喉の乾燥対策が大切なのです。あめや炭酸タブレットをなめたりガムをかんだりして唾液の分泌を促したり、小まめな水分補給で喉を潤しましょう。耳の下にある耳下腺や顎にある舌下腺と顎下腺を軽くマッサージすることで、唾液の分泌が増えるので、農作業の合間にお勧めです。

最近の研究で、お茶に含まれるカテキンがインフルエンザウイルス感染を抑制することが分かっています。小まめにお茶を飲んだり、帰宅



したらお茶でうがいをする。インフルエンザウイルスに感染する確率を減らせます。カテキンが新型コロナウイルス感染症の予防に効果的かは不明ですが、インフルエンザも怖いこれからの季節に、お茶を活用するのは賢明です。

もちろん、喉の乾燥対策には室内の加湿やマスクの着用も欠かせません。無意識に口を開けて口呼吸をしていると、口腔（こうくう）内が乾燥しやすく風邪やインフルエンザの感染リスクも高まります。特にマスクを着用していると、口を開けて呼吸していることが多いので、心掛けて口を閉じて、鼻呼吸をしましょう。

感染予防には、喉の乾燥を防ぐ他に、栄養をしっかりと取って、十分な睡眠も確保し、体調を整えておくことが大切です。風邪やインフルエンザなどの感染症が増える季節、生活の中でできる予防策は行っておきたいですね。

未来を拓く協同組合



監修=JCA(日本協同組合連携機構)



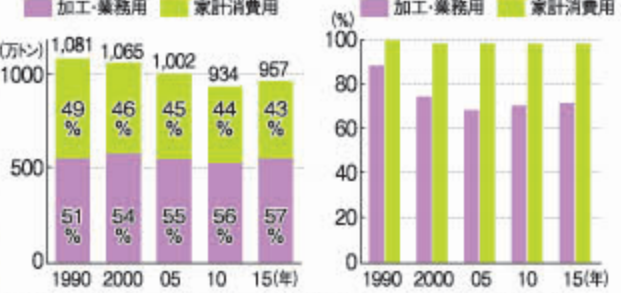
加工・業務用需要

農畜産物の需要は、以前は家計消費が主体でしたが、社会構造・消費構造の変化に伴って、昭和50年代以降に食品メーカー等向けの加工用、外食・中食企業等向けの業務用が増えてきました。今では加工・業務用の需要が、野菜で全体の6割、米で3割を占めています。こうした変化に対応してJAグループはマーケットインに基づく生産や販売を徹底しており、2019年度には全国のJAの56.6%が加工・業務用需要に応じた契約販売に、52.8%が実需者のニーズに応じた出荷規格・数量設定に取り組んでいます。

新型コロナウイルス感染症の影響で、加工・業務用野菜の多くを輸入に頼っていることの課題が浮き彫りになりました。食料安全保障の強化のため政府は、加工・業務用野菜の国産への切り替えを推し進める方針を打ち出しています。

野菜

加工・業務用および家計消費の国内仕向け量(主要品目) / 加工・業務用野菜の国産割合(主要品目)



注: 主要品目として指定野菜(13品目)を用いて試算(キャベツ、きゅうり、きんぴら、だいこん、トマト、なす、にんじん、ねぎ、はくさい、ピーマン、レタス、たまねぎ、ほうれんそう(ばれいしよ除く))

米

米の消費における家庭内および中食・外食の占める割合(全国)



農水省資料をもとに作成

耕そう、大地と地域の未来。

最近、数独にはまっています。上級問題に取り組んでいます。もっと難問題期待しています。

(ちーちゃんさん 64歳)

お料理のアイデア参考になります。

(M・Kさん 68歳)

健康百科のコーナーがとても参考になります。

(M・Wさん 34歳)

編

お便りありがとうございます。レシピや健康百科、今月のクイズなど、毎回多くの方からご好評いただいております。これからも、皆様に多くの情報をお届けできるよう努めたいと思います。

皆様からのお便りをお待ちしておりますのでドシドシご応募してください♪

今月のクイズ? 出題●ニコリ

二重マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?



先月号クイズの答え

- ②木の高さが違う
- ③干し柿が1連少ない
- ⑤むいた柿の皮の長さが違う
- ③サッシ戸の形が違う
- ⑩カニがヤドカリになっている

ヨコのカギ

- ① クリスマスツリーのてっぺんに飾ります
- ② 冬に着る厚手の上着
- ③ 魚鱗に書と書く魚
- ④ 受験生はこの前に座っていることが多そう
- ⑤ ーガサガサリップクリームを塗らなくちゃ
- ⑦ 夏がサマーなら冬は
- ⑨ 1 雁は 9—の数字です
- ⑪ 峠谷由成のヒット曲ーがサンタクロース
- ⑬ 凝りやすい体の部位
- ⑮ ダイコンをーにしておでんに入れた
- ⑰ カタカタと布を縫う機械
- ⑲ 外(がいの)の反対語
- ⑳ 冬至の日に浴槽に浮かべます

タテのカギ

- ① はたきやモップで取り除きます
- ③ ーがクワガタムシを飼って防犯した
- ⑥ アルファベットの3番目
- ⑦ 素材の色が生きるように、ーしよーうゆを使ってお煮しめを作った
- ⑨ 時刻を知りたいときに見ます
- ⑩ 伊集、車、月(ぼん)から選ばれる魚介類といは
- ⑫ 三十一文字(みそひともい)とも呼ばれます
- ⑭ 大きな石のこと
- ⑯ 茶室に敷かれている物
- ⑰ 初心者を表す片仮名言葉
- ⑲ ーに交われば赤くなる
- ⑳ 神社を示す地図記号はこの形
- ㉑ カメラや双眼鏡にはめられています

編集後記

先日取材でイチゴの目ぞろえ会があったのを機に「とちおとめ」と新品种の「とちあいか」を食べ比べてみました。どちらもとてもみずみずしく、甘みがあり美味しかったのですが・・・なんといってもイチゴの品種によって甘味に違いがある事に驚きました!比較してどちらが自分の好みか食べ比べてみるのもオススメです。どちらのイチゴがお好みかぜひご賞味あれ♪ (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!

●次号のテーマ投稿

※テーマにまつわる話を募集します

2021年1月号 締切 12月18日(金)
「2021年の目標」

2021年2月号 締切 1月15日(金)
「バレンタインの思い出」

- 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

■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。

送
り
先

〒323-0034 小山市神鳥谷 1-11-32
JAおやま「ぐりーんぴあ」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下さい



《野木町にお住まいの方》

令和3(2021)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、野木町役場(新館2階大会議室)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、対象地区および受付会場

受付日	受付時間・対象地区		受付会場
令和3(2021)年 1月21日(木)	9:30~11:30 友沼学区(松原含む)	13:00~15:00 南赤塚学区(丸林西含む)	野木町役場 新館2階大会議室
令和3(2021)年 1月22日(金)	9:30~11:30 野木学区 佐川野学区		
令和3(2021)年 1月12日(火)	9:00~11:30 共同・受委託	13:00~15:30 共同・受委託	栃木県庁小山庁舎 福利厚生棟2階

※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。
※左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。
※新型コロナウイルスによる感染症の拡大防止のため、マスクの着用及び体温測定のご協力をお願いします。
※発熱や風邪の症状がある方は、来場を見合わせるようお願いいたします。

2. 申請の際に持参するもの

- 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(※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。)
- 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)
- 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令和3(2021)年一括交付では、地方税法の規定により、農業等に係る免税制度については現在令和3年3月31日までの経過措置となっております。現時点では制度延長が未定のため、今回の一括交付で交付となる数量は前年度交付した1年間分と同数量が限度となります。したがって交付数量が増える方について、増分の免税証の交付は制度延長決定以降になります。
③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。
④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 栃木県税事務所 軽油引取税調査担当 野木町農業委員会事務局
TEL.0282-23-6882 TEL.0280-57-4109 (耕作証明書について)

令和3年産 春肥料・水陸稲農業予約申込は、お済みですか？

日頃、当JAの事業につきましても、特段のご協力を賜り厚く御礼申し上げます。
さて、当JAでは生産コストの低減を目指し、低価格での安定供給を行なうために「早期予約運動」を展開しております。是非、この機会にお申くださいませよう、お願い申し上げます。

提出先	各営農支援センター・購買所
決済日	集落営農・一般個人 令和3年10月20日

- ①肥料予約申込書
肥料配送期間 【1期 12~1月】
【2期 2~3月】
 - ②水稲農業予約申込書
農業配送期間 【3月から】
- ◎商品は全て配送させていただきますので、ご協力をお願いします。

※また、ご記入頂いた個人情報は、申込商品の受付・配送・代金決済の目的にのみ利用致します。

申込書以外にも多数商品を取り揃えてございますので、お気軽に各営農支援センター・購買所にお尋ねください。

JAおやま

☆不明な点につきましては、各営農支援センター・購買所にお尋ねください。

■東部営農支援センター	☎0285-41-0525
■西部営農支援センター	☎0285-33-3122
■北部営農支援センター	☎0285-40-0401
■のぞみ館野木	☎0280-54-1655
■藤田支店購買	☎0285-37-0003
■絹支店購買	☎0285-49-1213
■粟東部出張所	☎0285-25-1223
■石橋支店購買	☎0285-53-0042

組合員資格のご確認と変更手続きのお願いについて

JAに届け出た情報(下記の主な事由)に変更があった場合には、お手数ですが最寄りの支店窓口で変更手続きを行っていただきますようお願い致します。

主な事由

- (1)住所・氏名が変更になった
- (2)組合員本人が亡くなった
- (3)新規就農、農業廃業などの変更(組合員資格に変更があった場合)

なお、組合員ご本人が亡くなられ、相続される場合は、亡くなられてから60日以内に手続きすることが当組合の定款で定められています。それを超え、一定の期間手続きをされない場合には法定脱退とさせていただきますので、あらかじめご了承ください。

各種手続きをお忘れの方や心当たりのある方、ご不明な点等がある方は最寄りの支店窓口までお気軽にお問い合わせ下さい。

大型特殊自動車・けん引車の免許取得取扱い教習所のご案内

1. 大型特殊自動車・けん引車の免許取得取扱教習所のご案内

大型特殊	小金井自動車学校 0285-44-5151	古河第一自動車学校 0120-43-3955	
	県西自動車学校(筑西市) 0296-37-6012	小山中央自動車学校 0285-23-5555	
けん引車	小金井自動車学校 0285-44-5151	古河第一自動車学校 0120-43-3955	県西自動車学校(筑西市) 0296-37-6012

2. 栃木県農業大学での大型特殊自動車・けん引車免許取得(農耕車限定)

令和2年度の受講申込は終了しています。

令和3年度の内容は4月以降に決定する予定です。

※詳細は、農機課にお問い合わせ下さい。農機課(アクティヴ) 0285-38-2029

年末年始業務のご案内

	2020年12月 30(水)	31(木)	2021年1月 1(金)	2(土)	3(日)	4(月)	5(火)	
一般業務	通常業務	休業					通常業務	通常業務
金融業務		休業						
ATM		9:00~17:00						
支援C・のぞみ館		休業						
小山SS	7:00~ 21:00	7:00~ 20:00	休業	8:00~18:00		7:00~ 21:00	通常業務	
思川SS	通常業務				7:00~ 20:00			

「のぞみ館」・農機センターの日曜休業のお知らせ

各のぞみ館・農機センターにつきまして、例年12月から2月の農閑期時は、来店者が減少すること、節電・人件費削減対策の観点から、本年度につきましても12月から2月末までの日曜日を下記のとおり休業としますのでご連絡いたします。

休業日

令和2年 12月 6・13・20・27日
令和3年 1月 10・17・24・31日
2月 7・14・21・28日 の各日曜日

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」など税務相談にじます。

本店
1月15日(金)

野木支店
1月18日(月)

石橋支店
1月22日(金)

ご予約のお申し込みは、お近くの支店窓口へ

JAの概況 (2020年10月末現在)

貯金	1,686億 3,196万円
貸出金	283億 5,310万円
購買品供給高	29億 4,268万円
販売品販売高	53億 6,213万円
長期共済保有契約高	4,031億 1,292万円

クミアイ家庭薬

クミアイ 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 1kg(約40回分)

1,300円 税抜価格

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、
クミアイ家庭薬配運員・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

理事会だより

第9回理事会(10月21日)

- 下野市との包括連携協定締結について
- 理事と組合間の利益相反取引について
- 不良債権の処理方針について
- 農機事業 JA・県城一体運営について

生産者 & JA

全国1万人以上の声を反映して 機能を厳選

生産者の営農規模と栽培品目の拡大を支援する

第2弾

共同購入トラクター SL33L

発売決定!!

(ネット値)
33馬力



型式 SL33LFMAEP

メーカー希望小売価格 2,850,000円 (税別)



型式 SL33LFQMAEP

メーカー希望小売価格 3,597,000円 (税別)

お問い合わせは JAおやま 農機課 TEL.0285-38-2029 まで

JAグループは生産者の需要を取りまとめ、一括発注を行うことで、メーカーは製造・流通の効率化をはかり、生産者へ価格メリットを還元します。

ご注文いただいた日から納品まで、3~4ヶ月程度を要します。