

2022
01
Vol.275

JAおやま

ぐりーんぴあ Green-pia



特集

農業予算に関する要請書を提出
管内小中学校に地元産新米
「コシヒカリ」贈呈

1月のおすすめレシピ
・いろいろキノコとカキのみぞれ鍋
・洋風ブリ大根



人と自然の調和から新たな創造を



JAおやま公式
ホームページ

人と自然の調和から新たな創造を

P13
おすすめレシピ

P3
TOP NEWS

P14
栃木県はイチゴの生産量全国1位!
JAおやまのいちごをご紹介!

P4~P5
特集

農業予算に関する要請書を提出
管内小中学校に地元産新米「コシヒカリ」寄贈

P15
季節の室礼
家族の健康

P6~P9
TOPICS

地域のニュースをお届け!

P16
進めよう!国消国産
ストップ!農作業事故

P10
JAおやま事業のご案内
経済便り

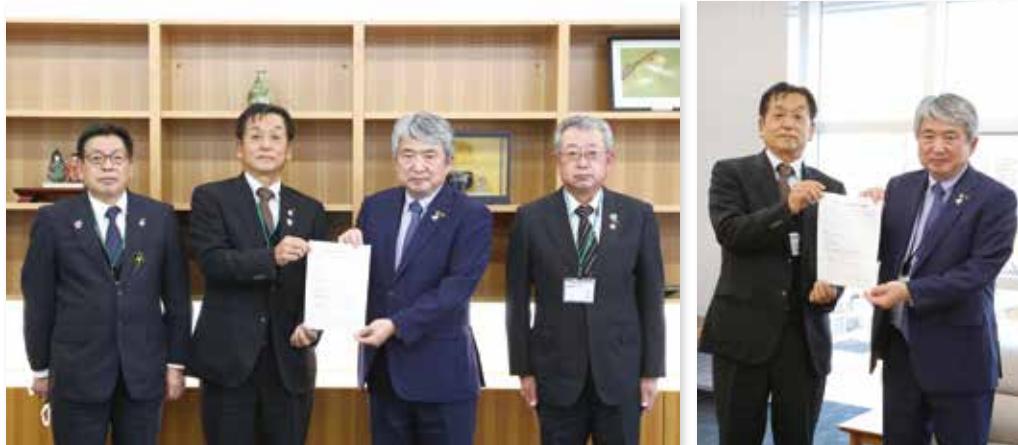
P17
みんなの広場

P11
農業浪漫
豊田地区
大島 卓さん

P18~P19
INFORMATION

P12
ベジタブルライフ
フキのとう
~香りと苦味が春を告げる山菜~

農業予算に関する要請書を提出 ~特集~



小山市



下野市

野木町

JAおやまは11月11日に野木町役場、15日には下野市役所、17日には小山市役所を訪れ、「農業予算に関する要請書」を提出しました。

渡邊文雄組合長は「管内の生産物の品質維持・向上や農業従事者、担い手などへの補助金など不可欠な要請となる。農業を守り、発展させるためにお願いしたい」と話しました。

要請書は、農業経営体の減少や基幹的農業従事者の減少・高齢化などが危惧され、強化が重要な課題とされる指摘。新型コロナウイルス感染症の拡大で、国民の生活や日本経済に甚大な影響を及ぼし、今後の見通しも不透明な状況の中、特に米は、主食用米の販売低迷や業務用米の需要低下で大きな減収となっていることなどとしています。

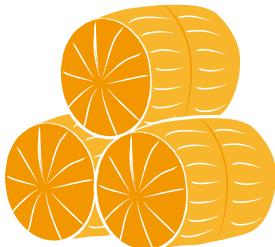
J A おやまは11月11日に野木町役場、15日には下野市役所、17日には小山市役所を訪れ、「農業予算に関する要請書」を提出しました。

要請書は、農業経営体の減少や基幹的農業従事者の減少・高齢化などが危惧され、強化が重要な課題とされてい

●要請事項

- (1) 廃プラスチック処分助成の拡充
- (2) 病害虫防除補助金の維持
- (3) 認定農業者・集落営農組織など担い手への育成補助金の維持・拡充
- (4) その他農業予算の確保

管内小中学校に 地元産新米「コシヒカリ」寄贈



小山市



下野市



野木町

J A おやまは小山市、下野市、野木町の小・中学校51校に地元産「コシヒカリ」の新米1,850袋を寄贈しました。児童、生徒に地産地消について学んでもらい地域に貢献するのが狙いで、今回で5回目です。

小山市教育委員会の濱口隆晴教育長は、「学校給食では1週間に4回ご飯を出し、子どもたちも新米を楽しみにしている。おいしい米をたくさん食べて地産地消の良さを感じてもらいたい」と話しど、渡邊組合長に感謝状を贈りました。

渡邊組合長は、「地元でおいしい米が栽培されていることを知つてもらい、家庭でも地元産の米を食べてもらいたい。米文化・農業に興味を持つもらえたうれしい」と話しました。

J A おやまは小山市、下野市、野木町の小・中学校51校に地元産「コシヒカリ」の新米1,850袋を寄贈しました。児童、生徒に地産地消について学んでもらい地域に貢献するのが狙いで、今回で5回目です。

小山市教育委員会の濱口隆晴教育長は、「学校給食では1週間に4回ご飯を出し、子どもたちも新米を楽しみにしている。おいしい米をたくさん食べて地産地消の良さを感じてもらいたい」と話しど、渡邊組合長に感謝状を贈りました。

渡邊組合長は、「地元でおいしい米が栽培されていることを知つてもらい、家庭でも地元産の米を食べてもらいたい。米文化・農業に興味を持つもらえたうれしい」と話しました。

今回小中学校に寄贈した新米「コシヒカリ」をはじめ、「生井っ子」・「とちぎの星」を下記の店舗で販売しています。ぜひ、お買い求めいただき、おやま産のお米を味わってください♪

販売店舗

のぎ松原大橋直売所・グリーンセンター・よらっせ桑・国分寺農産物直売所・石橋農産物直売所「四季彩」・道の駅思川・道の駅しちつけ



毎月「5(ご)」と「8(はん)」のつく日は

5日、8日、15日、18日、25日、28日

栃木県民ごはんの日



スをお届け！



☑ イチゴ「とちおとめ」「とちあいか」統一日ぞろえ会

10月27日 西部集出荷所

J Aおやまいちご部会は10月27日、西部集出荷所で2022年産イチゴ「とちおとめ」「とちあいか」統一日ぞろえ会を開きました。新型コロナウイルス感染防止対策で4部構成で行い、部会員、関係者ら61人が参加。販売情勢や出荷要領、規格を確認しました。

部会担当者からは「未熟果、過熟果、傷み果、空洞果などが出荷されてしまうと産地の信頼を失う。パック詰めを行う全員の意識統一を行い、ボリュームのある魅力ある商品作りに努めてほしい」と呼び掛けました。

☑ 第70回小山農協肉牛枝肉共励会へ出品する黒毛和種出荷

11月3日 思川繫留所

J Aおやまの肥育牛生産者は11月3日、思川繫留所で第70回小山農協肉牛枝肉共励会へ出品するため黒毛和種41頭を出荷しました。指導員らが各牛舎を回って牛を繫留所へ運び、体重などを測定して東京都中央卸売市場食肉市場へ出荷しました。共励会の出品牛は黒毛和種で、出品者が12カ月以上飼育管理し、おおむね700キロ以上の生体重が出荷されます。

肥育牛部会の松本一男部会長は「11月は肥育牛の需要期。安全・安心のJ Aおやま産をアピールし、消費拡大に努めたい」と話しました。

☑ 秋冬ニンジン目ぞろえ会

11月5日 桑集出荷所

J Aおやま人參部会は11月5日、桑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、市場関係者ら約25人が参加。販売情勢や出荷要領、規格を確認等級ごとに並べたニンジンを参考に長さや曲がり、傷に注意しながら選別することを申し合わせました。

赤荻稔部会長は「機械の操作などに注意し目ぞろえ会を通して、良い物を出荷するよう部会員一丸となつて頑張ろう」と呼び掛けました。

地域のニュー

 成人の祝いとして地元産新米「とちぎの星」提供協力

11月7日



JAおやまは、新成人向けに祝いとして地元産新米「とちぎの星」の提供に協力をしました。新型コロナウイルスの影響で1月から延期となつていた成人式を小山市は11月7日に行いました。同市の新成人は約1700人。例年の成人式はそれぞれの中学校が会場となっていましたが、今回は感染防止のため4会場で中学校ごとに時間を分けて行いました。出席した成人者一人一人に来場の際に地元産新米「とちぎの星」を配りました。

同市では、令和4年1月9日に成人式を迎える成人者にも配布します。

 栃木県小中学校向けのDVD取材協力

11月9日



DVDの内容は、児童、生徒に農業の大切さや魅力を伝え、農業への理解促進を目指すために、県の主要な農産物などの生産風景や県内で活躍する生産者から児童、生徒へ向けたメッセージなどとなっています。

取材は、小林さんが経営する（株）小林菜園の大規模トマト低コスト耐候性ハウスで行われました。

小林さんは「農業に少しでも興味を持つてもらえたたらうれしい。今後もこのよみうる機会があれば積極的に受け、農業をPRしたい」と話しました。

 かんぴょう入札会

11月9日 北部営農支援センター

た。

第2回には、生産者5人が約2.5トンを出荷。入札希望

業者16社が参加しました。1キロ4150円となりました。

かんぴょう部会の生井幸男部会長は「産地を守るためにも、給食などで子どもの時からかんぴょうの味に親しんでもらいたい。多くの人にかんぴょうの良さを知つてもらいたい」と話しました。

JAおやまは、新成人向けに祝いとして地元産新米「とちぎの星」の提供に協力をしました。

JAおやま東部トマト部会の小林正樹さんは、栃木県内の小中学校向け地産地消を推進するためのDVDの取材協力を进行了。

DVDの内容は、児童、生徒に農業の大切さや魅力を伝え、農業への理解促進を目指すために、県の主要な農産物などの生産風景や県内で活躍する生産者から児童、生徒へ向けたメッセージなどとなっています。

取材は、小林さんが経営する（株）小林菜園の大規模トマト低コスト耐候性ハウスで行われました。

小林さんは「農業に少しでも興味を持つてもらえたたらうれしい。今後もこのよみうる機会があれば積極的に受け、農業をPRしたい」と話しました。

JAおやまは11月9日、北部営農支援センターで今年最後となる2021年産第2回かんぴょう入札会を行いました。生産者や栃木県干瓢商業協同組合などの関係者ら約30人が参加。最高値は、第1回目を上回る1キロ4150円となりました。

スをお届け！



 美田中学校で職業人講話

11月11日 小山市立美田中学校

同校卒業生でもある職員1年目の生井伸治さんが講師を務め、JAの概要や組合員をサポートする業務内容を説明しました。

生井さんは「仕事で大切にしていることは、コミュニケーション力と積極性。さまざまな人と接し、たくさん経験をしてほしい」と社会人としてのアドバイスをしました。

J Aおやまは11月11日、小山市立美田中学校の2年生を対象に、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」をテーマに講演を行いました。



畜産農家などに消石灰を配布

11月12日 小山カントリー

肥育牛部会の松本一男部会長は「毎年、支援してもらえるのはありがたい。常に防疫の危機感を持ち、防疫対策の強化を徹底した」と話しました。

小山市内の畜産農家は、
防疫対策に力を入れてお
り、小山市と小山市畜産推
進協議会は11月12日、小山
カントリーで市内の畜産農
家などに口蹄疫こうていえきや鳥インフ
ルエンザなどの防疫対策と
して消石灰を無償で配りま
した。



キウイフルーツ目ぞろえ会

11月12日 桑集出荷所

担当者は「年々追熟しているものが望まれている。有利販売に向けて、品質・重量ともにしつかり見極めて計画的・安定的な出荷に向けて、適期収穫をしてほしい」と話しました。

市場関係者が、国産果害や輸入キウイの販売・出荷情勢を報告。JA担当職員が出荷要領を説明しました。参加者は現物を手に取り、形状や目焼けなど等級区分の違いを確認し、出荷規格の統一を図りました。

J Aおやまキウイ部会は
11月12日、桑集出荷所で2021年産キウイフルーツ
目ぞろえ会を開きました。





地域のニュー



今回は、国分寺直売所で午前11時から10分間行われ、直売所の魅力や旬の野菜、果物をPRしました。

コミュニティラジオなどに参加することで地域農業やJA、自己改革に関する情報などを広く発信し、地域住民にJAを身近に感じてもらえるよう情報を発信していくことが目的です。

国分寺直売所スタッフの長正枝さんは「旬の野菜がいっぱい陳列されている。新鮮で安くておいしいのでぜひ直売所に来てほしい」と話しました。

FMゆうがお リポート生放送

11月15日 国分寺農産物直売所

J Aおやまの国分寺農産物直売所は11月15日、下野市コミニティFMラジオ「ゆうがお」のリポートを生放送で

大豆「里のほほえみ」目ぞろえ会・検査

11月17日 西部共乾センター

J Aおやまは11月17日、
西部共乾センターで大豆
「里のほほえみ」の目ぞろ
え会を開きました。検査員
や職員、関係者ら14人が参
加しました。検査員は、カ
ルトン（殼粒鑑定皿）に載
せたサンプルで等級を確認
し、目をそろえました。

大豆の初検査も行い、検査員らが約93トンを厳正に検査。病気や虫害、しわなどをお厳しくチェックしました。検査員は乾燥・調整した大豆をカルトンに載せ、粒の状態を基に1等、2等、3等、特定加工用大豆の4段階に格付けしました。



青年部 常勤役員と意見交換会

11月19日 本店

J Aおやま青年部は11月19日、本店で常勤役員との意見交換会を開きました。今回は、青年部員16人と渡邊文雄組合長ら常勤役員4人、職員9人の計29人が出席。働き手の確保の求人サイトや廃ビニールの処分方法など青年部組織活性化に関する課題や要望について活発に意見を交わしました。

青年部の池貝清隆部長は「常勤役員に直接伝えることが出来る大切な場。率直に発言してもらい、今後の青年部活動の活性化に努めたい」とあいさつしました。

JAおやま事業のご案内

経済便り



令和4年産用
春肥料
水稻農薬
予約受付中

エーコープ商品
取扱



園芸肥料
園芸農薬
販売中

大根漬けるなら
麹漬けの素

★おすすめ★

干さなくていいの!?

米麹の
豊かな風味
たくあん漬け

麹漬けの素

1袋(税込)

970円



1袋で約15kgの大根が漬けられる!!

お問い合わせは、お近くの営農支援センター・購買所まで

JAのお葬式

大切な人が突然の不幸に見舞われたとき、立て続けに葬儀の準備をしなければならない、施主様はじめ御親族の皆様にとって戸惑いと苦労の絶えない出来事です。

JAおやまでは、そんな皆様のご心労を少しでも減らせるよう、お手伝いさせていただきます。

もしもの際は、思川ホール、おとめホールにお電話いただければ、ご遺体の搬送をはじめ必要な相談をさせていただきます。電話は24時間365日受付可能です。

前もって相談されたい方は事前相談も行っており、費用について、その他疑問に思っていることにお答えいたします。

JAのお葬式は、思川ホール、おとめホール、小山聖苑の3つの式場から選ぶことができ、他にも思い出深いご自宅にて葬儀をおこなえる自宅家族葬プランも御用意しております。

ご利用は、正組合員様、准組合員様、員外の方どなたでもご利用いただけます。

正・准組合員様にはホールにて税別40万以上のコースを御利用いただいた場合、コース料金から3%の割引をする組合員特典も行っています。

葬儀は誰でも不慣れなもの、分からぬ事があっても仕方がないことです。どのような事でもお気軽にご相談ください。

お問い合わせは

JAおやま思川ホール 0285-38-3100 JAおやまおとめホール 0285-41-2088

農業漫遊

NO GYO ROMAN



大島 卓さん(39歳)

豊田地区

生産品目:イチゴ(とちおとめ)

消費者に笑顔を届けるために

生産・販売量とも日本
一の「いちご王国」栃木
県の主力商品である農産物
の代表格は「とちおと
め」。豊田地区の大島卓さん
は就農して1年目。観光農園
でイチゴ栽培を担当していた
卓さん。前職場でのイチゴの
出来がいまひとつうまくいか
ず悩んでいた際、近隣のイチ
ゴ生産者に指導をしてもら
い、一からイチゴ栽培に取り
組みました。その際にでき
たイチゴのおいしさに感銘
を受けた卓さんは、「こん
なにおいしいイチゴを自分
でも作りたい」と就農を決
意。その後、就農を視野に
入れ、イチゴ栽培の勉強に
励みました。とちおとめを
はじめ、スカイベリー、と
ちあいか、とちひめ、ミル
キーベリーなど多くの品種
の栽培を経験し、10年経つ
て独立をしました。

現在、イチゴ「とちお
とめ」9ヶ月を卓さん一人
ですべての作業を行ってい
ます。一番苦労している
のは、「選果・パック
詰めだ」と話します。前

職では、出荷までの工程は、分担制
で行っています。選果・パック詰
めは、一粒一粒の大きさや詰め方な
ど経験が浅い分、慎重に行い時間が
かかることがあります。しかし、一番
気が抜けない作業。イチゴは非常に
デリケートで、生産者が見落とすよ
うな小さな擦れや傷が原因で等級が
下がってしまうことも。自分で全て
やるようになつてからは、優先順位
をつけて作業を行うように心掛けて
います。

「delicious」



卓さんが今年「ドライ」すること
は、初めての育苗からのイチゴ栽
培。苗の良し悪しによって、イチゴ
の品質・収量は変わります。苗作り
は病気が発生しないよう特に力を入
れ、ハウス内の温度や水管理、病
害虫防除を徹底しなくてはなりません。
丈夫な苗を作り、立派なイ
チゴを収穫できるよう努めま
す。

「早くしつかり独立し、生
計を立てられるようになりたい」と
卓さんは考えます。栽培講習会
や現地検討会に足を運び、技術を
磨きたいと。今後、多品種にもト
ライして消費者に笑顔を届けたい
と卓さんはイチゴ栽培に励
み、毎日挑戦を続けます。



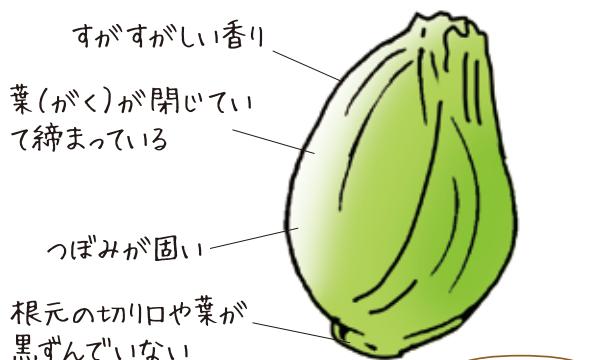
野菜の上級プロKAORUの ベジタブルライフ

イラスト：小林裕美子

フキのとう

～香りと苦味が春を告げる山菜～

選び方



食べごろ
育ち過ぎていな
い小ぶりのものがお
薦め。花芽がほんの少し見える
くらいに葉(がく)が開いている



フキのとうのチカラ

アレカラロイド (苦味成分)

体内の有害物質を排出、さらに肝機能を強化し新陳代謝を促進



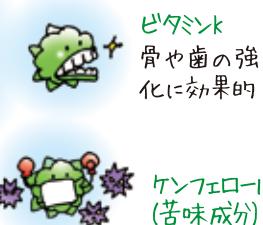
カリウム

高血圧などの生活習慣病予防、むくみ解消に効果的



ビタミン類

各種ビタミン、葉酸などバランス良く含有。代謝促進作用、抗酸化作用に期待



フキハド (香り成分)

胃腸の働きを整え、消化を促進する効果に期待

食物繊維

整腸作用を促し、便秘解消や肥満予防に効果

ビタミン

骨や歯の強化に効果的

ケンフェロール (苦味成分)

免疫力を高め、ウイルス感染予防や風邪予防効果に期待

保存方法

鮮度が大切

冷蔵保存

鮮度が落ちるとあくが強くなり、苦味やえぐ味も増す



乾燥を防ぐ
軽く湿らせた新聞紙に包んでポリ袋に入れて保存



冷凍保存

下ゆでしてあく抜きしてから冷凍庫へ

自然解凍でえん物や汁物などに利用

ふきみそ
長期保存可能

楽しみ方・食べ方のコツ



特有の香りと苦味を香辛料として活用
天ぷらやえん物に広く利用



パスタ、ピザ、バターソテー、フリッターなどにしてもおいしいよ



あく抜き
塩を加えて沸騰した湯に入れて、ペーパータオルなどで落としぶたをしづか程度ゆでる
冷水に耳なり、しばらくさらして冷ましておく

ふきみそ

下ゆでしたフキのとう（または水にさらしたもの）をみじん切りにして油で炒め、みそ、日本酒（みりん）、砂糖を加えてとろ火でかき混ぜながら炒め煮に。焦げやすいので注意！



ひき肉を入れるとうまいもアップ！

フキのとうのピミツ

特徴

日本原産の山菜 全国の山野に自生
ハウス栽培物 12~4月ごろまで
天然物 2、3月ごろ



フキとフキのとうは同じ？

フキはつぼみと葉柄が別々の時期に地下から出てくる。雪解けの春先（2、3月ごろ）に咲くフキの花蕾（からい）がフキのとう。開花後（4~6月ごろ）に地下茎から出てきた葉柄がフキ。

名の由来

冬に黄色い花を咲かせる「冬黄（ふゆき）」→「ふき」になった（諸説あり）



漢字
「冬季花蕾」
「蘿の臺」など



1月のおすすめレシピ

いろいろキノコとカキのみぞれ鍋
洋風ブリ大根



作り方

- (1) 土鍋にさんしょう以外の材料を並べる。
- (2) Aを合わせて土鍋に注ぎ、ふたをして中火にかける。
- (3) 材料に火が通ったらふたを取り、材料を皿に盛り付け、お好みでさんしょうを振り出来上がり。



作り方

- (1) フライパンにオリーブ油をひき、ブリ、ダイコン、ゴボウ、ホールトマト、ニンニクを入れ、中火でブリの両面を焼き上げる。
- (2) (1) のフライパンにAとローリエを入れ、落としぶたをして強火で煮汁がなくなるまで煮詰める。
- (3) 皿に(2)を盛り付け、パルメザンチーズを掛けてモロッコインゲンを飾り出来上がり。

シェフ永井の

おすすめレシピ

料理楽しくステップアップ



永井 智一 (ながい・ともかず)

茨城県笠間市にある「天晴(旧キッチン晴人)」
オーナーシェフ



いろいろキノコとカキのみぞれ鍋 材料 (4人分)

カキ (水洗いして水気をふいておく)	250g
レンコン (皮をむいてすりおろしたもの)	200g
マイタケ	1パック
足付きナメコ	1パック
ヒラタケ	1パック
シイタケ	4個
ミズナ	1/2把
きりたんぽ	2本
ゴボウ (ささがきにする)	1本
さんしょう	適宜
[A] (合わせだし汁)	
かつおだし	1000ml
薄口しょうゆ	100ml
みりん	100ml
料理酒	100ml

洋風ブリ大根

材料(4人分)

ブリ (塩を薄く振り1時間ほど置き、水気を拭いておく)	切り身4切れ
ダイコン (2cm幅のいちょう切りにして下ゆでする)	1/4本
ゴボウ (乱切りにして水にさらしておく)	1本
ホールトマト	100g
ニンニク (つぶしておく)	1片
オリーブ油	大さじ2
ローリエ	1枚
モロッコインゲン (下ゆでして食べやすい大きさに切っておく)	2本
パルメザンチーズ	適宜
[A] (合わせだし汁)	
かつおだし	600ml
塩	小さじ1
料理酒	大さじ3
みりん	大さじ3

作り方

- (1) フライパンにオリーブ油をひき、ブリ、ダイコン、ゴボウ、ホールトマト、ニンニクを入れ、中火でブリの両面を焼き上げる。
- (2) (1) のフライパンにAとローリエを入れ、落としぶたをして強火で煮汁がなくなるまで煮詰める。
- (3) 皿に(2)を盛り付け、パルメザンチーズを掛けてモロッコインゲンを飾り出来上がり。

栃木県はイチゴの生産量全国1位！

JAおやまのいちごをご紹介！



とちおとめ

甘みと酸味の
バランスが
良いのが特徴



スカイベリー

大果で甘くて
ジューシーな味



とちあいか

歯ごたえがあり、
酸味が少なく
甘みが強いのが特徴



JAおやま産の
おいしいイチゴ
いっぱい食べてね！！

いちご部会
中島英樹部会長



J A おやまいちご部会は99人の生産者が「とちおとめ」「スカイベリー」「とちあいか」の3品種を生産しています。
安全・安心で高品質なイチゴ生産に励んでいます。



イチゴをお求めなら！JAおやまの直売所へ!!

今回ご紹介したイチゴは、JAおやまが運営する5店舗の直売所でお買い求めいただけます。時期によって価格が変動いたしますがご了承ください。

また、店舗によって取り扱いの品種が異なる場合がございますが、ご注文を受付しております。

ぜひ食べ比べて、お気に入りのイチゴを見つけてみてください♪♪

直売所の詳しい場所はJAおやまホームページへ <https://www.ja-oyama.or.jp/>

＼御礼！1万人突破!! 入会費・年会費 無料！/

JAおやま農産物直売所ポイントカード

100円(税抜)で1ポイント!
500ポイントで500円分
商品券プレゼント

愛称：おやまるグリーンカード

おやまるグリーンカード



新規会員募集中

JAおやま5カ所の直売所で使用できます！



のぎ松原大橋直売所

野木町大字友沼 4954-1
のぞみ館野木敷地内
☎0280-57-4721
【定休日】盆、正月
【営業時間】8:30~17:00

グリーンセンター

小山市乙女 3-7-36
間々田支店敷地内
☎0285-45-4089
【定休日】盆、正月
【営業時間】9:00~17:00

よらっせ桑

小山市扶桑 1-4-13
☎0285-21-2816
【定休日】盆、正月
【営業時間】9:00~17:00

国分寺農産物直売所

下野市小金井 5-22-2
北部営農支援センター敷地内
☎0285-40-8511
【定休日】盆、正月
【営業時間】9:00~14:00

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
【定休日】盆、正月
【営業時間】9:00~17:00

季節の室礼

読んでも下から読んでも同じ文)が書かれた七福神の乗った宝船の絵を、枕の下に置くと良いといわれています。

和文化講師●滝井ひかる
きせつのしつらい

初夢

新しい年が始まりました。

初夢はもう見ましたか?

いつ見るのが初夢なのでしょうか。

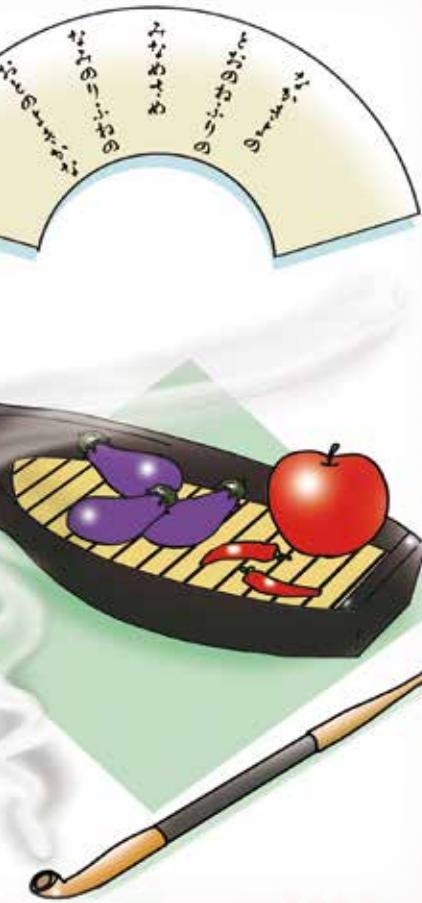
現在は元日の夜、2日の夜、または年に初めて見た夢のことを指します。

昔は立春を新年としていたので、部分の夜から立春の朝にかけて見る夢が初夢でした。

縁起の良い初夢を見るには、「長き夜の遠の眠りのみな目覚め波乗り船の音のよきかな」という回文(上から

続ります。扇は末広がり、たばこは煙が上っていく様子、座頭は剃髪してるので毛がない!けががないことから縁起が良いのだそう。

新年の室礼には、その年の干支の置物や、羽子板やたこなど正月遊びの道具、華やかな正月花がありますが、初夢にちなんだ飾りはいかがでしょうか。一富士に掛けてふじリンゴを一つ。一タカに掛けてタカノツメを二つ。三ナスピにかけて小ナスピを三つ。郷土料理に見られるナスの砂糖漬けもかわいらしいですよ。さらに扇や昔のきせるも一緒に飾れば通好みですね。



家族の健康

健康科学アドバイザー●福田千晶

飲酒と睡眠の関係

農作業の後の飲酒が楽しみな人は多いでしょう。「飲んだ後はぐつすり眠れる」と言う人も多いようです。しかし、飲んで寝ると夜中に目覚めてしまう悩みもあります。

アルコールは脳の活動を抑えるので、飲んだ後はリラックスして寝付きやすくなります。寝付いてしばらくは、アルコールが分解されて発生するアセトアルデヒドの作用で、REM睡眠(体は休んでいるが脳は活動している浅い眠り)を抑えて深く眠れます。しかし、睡眠の後半になると、その反動でREM睡眠が多くなるため、小さな刺激でも目覚めてしまいがちです。

浅い眠りの期間には、わずかな物音や明かり、同室者のいびきや寝息、屋外の鳥のさえずりで目が覚めことがあります。また、飲んで寝ると睡眠中に尿意を感じたり、喉が渇いたりすると、すぐに目覚めてしまいがちです。

飲酒後の睡眠中は、筋肉が緩んで喉がふさがりやすく、呼吸が一時的

に止まり(無呼吸)、苦しさで起きてしまこともあります。普段から睡眠時無呼吸症候群の人は、特に飲酒になります。

おいしくアルコールを飲んで、リラックスして良い気分になり、ぐっすり眠るところまでは良いですが

その後は寝付けず睡眠が不完全なまま朝を迎えることになりかねません。そして、日中になつて疲れや眠気を感じることになります。飲酒量が増えたり、飲酒習慣の期間が長くなると、その傾向は増強されます。アルコールは少量を楽しむにとどめ、量を増やさないことが大切です。週2日は飲酒を控え、「飲まなくとも過ごせる」「飲まなくても眠れる」と自信を持ち、アルコールに依存しない意識も必要です。



進めよう!

こく しょく こく さん 國 消 国 產

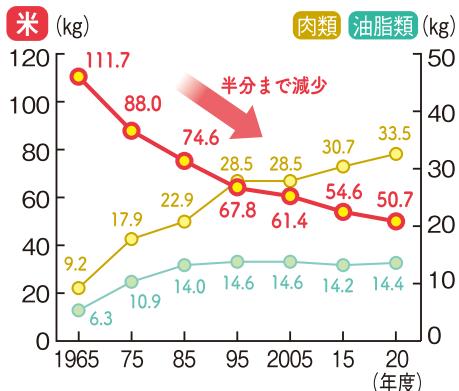
国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産



[今回のテーマ]

日本人がお米を
食べなくなって
いるのは本当?

米、肉類、油脂類の 1人・1年当たりの消費量の変化



出典：農林水産省「食料需給表」2020年度
注：1人・1年当たり供給純食料を記載

日本人の主食として欠かせない食材ですが、
国民1人・1年当たりの消費量は、約50年で
半分以下まで減っています。



ごはん茶碗1杯分(150g)で
摂取できる
同程度の栄養素



- たんぱく質 ……牛乳111ml
- 脂質…食パン(8枚切り)約1/4枚
- 炭水化物(糖質)…ジャガイモ小3個
- カルシウム……ごま油約0.4g
- 食物繊維……セロリ1/3本
- ビタミンB1……キャベツ大1枚
- 鉄分……ほうれん草1～2枚

文部科学省「七訂日本食品標準成分表」
より算出による

お米の消費減少の原因は、食の多様化
による主食の変化や朝食を抜くなどさまざまな理由が考えられる一方で、「太りそう」という誤解からもきています。

お米の糖質「デンプン」は消化吸収の過程で血糖値の上昇を緩やかにし、体脂肪になりやすく、カロリーは脂質の半分程度であることからも「太りにくい」という特徴があります。

お米を炊くのが面倒…という場合は無洗米やパックご飯なども活用して、国産米を食べて農家を応援し、国消国産を進めましょう。



耕そう、大地と地域のみらい。

ストップ! 農作業事故

脚立・はしごからの転落事故

人間工学専門家●石川文武

果樹園では、脚立から転落、または脚立と共に転倒転落する事故が多発しています。全ての脚立の脚が接地していない状態で乗ってしまったために転落した事例や、安定した足場に脚立を立てても、遠くの枝などをつかもうとして体を伸ばしたために、全体の重心が脚立の外に出てしまい倒れる例があります。

次に多いのは、天板に乗って作業したことによる事故です。天板に乗ると、体を脚立で支えることができません。何かの拍子にバランスを崩すと、転落してしまいます。

脚立を立てるときには、足場がしっかりとしていることを必ず確認しましょう。脚立の上では届きにくい所に無理に手を伸ばさず、面倒がらずに脚立を移動させましょう。また、脚立の開き止めを必ず掛けましょう。ひもで代用してはいけません。脚立の上から2段目以下に足を置き、体重を天板などにかけながら行うと体が安定します。立ち木栽培で果実や枝などに届かない場合は、一回り大きな脚立を使用しましょう。アルミ製の脚立はとても軽くなっています。

はしごからの転落事故も多発しています。主たる事例として、足場が軟弱なのにもかかわらず安定性を確認せずに使って転倒した事例、老朽化して壊れやすくなっていたはしごを使ったため、踏み桟(ざん)が折れて転落した事例、設置したはしごの上部のフックを正しく掛けおらず、はしごが外れて転落した事例、折り畳み式はしごを伸ばしたときにロックを正しく掛けなかったため、縮んで転落した事例、はしごに上って道具や工具を使って作業しているときに姿勢を崩して転落した事例などが挙げられます。

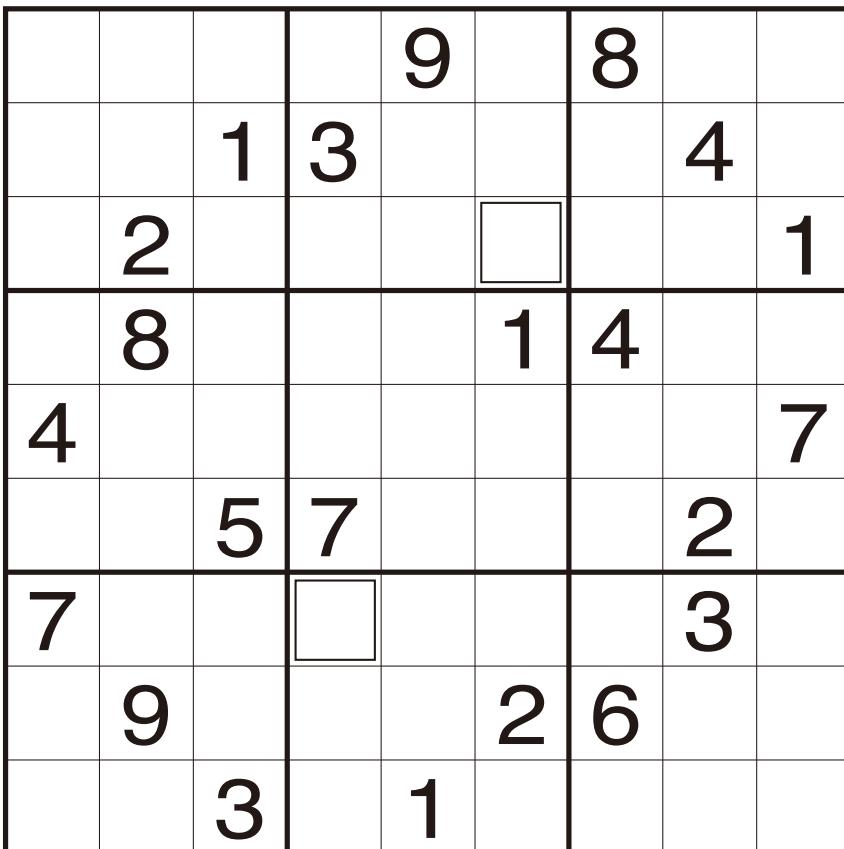
はしごの場合も足場がしっかりとしていることを必ず確認しましょう。立てかける角度は75度となるようにしましょう。伸縮式はしごでは伸ばした後に、ロックが外れないように固定されていることの確認が必要です。また、はしごは高所への移動手段ですので、はしごに乗っての作業は厳禁です。作業する場合は脚立を使いましょう。



みんなでやつてみよう！ 数独

Q二重枠に入った数字の
合計はいくつ？

出題ニコリ

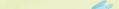


- ① 空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
- ② タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入ります。

◎答欄

先月号クイズの答え

A	ク	レ	ア	マ	ウ
B	タ	ヒ	ト	ナ	リ
C	イ	ヘ	シ	カ	ネ
D	ニ	バ	サ	イ	
E	ジ	チ	ラ	ダ	
F	ヤ	ン	ガ	ミ	カ
G	マ	キ	ラ	20	ン
H	エ	ブ	ロ	ゼ	ロ
I	プロ	ン			



お便りコーナー

テーマ投稿「今年の目標」

「みんなの広場」では、クイズのほかに左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
QUOカードプレゼント！

★作品展示コーナー

※テーマにまつわる話を募集します

2022年2月号「バレンタインの思い出」
締切 1月14日（金）

2022年3月号「ひなまつりの思い出」
締切 2月11日（金）

（K・Hさん・55歳）
（M・Sさん・71歳）

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

★お便りコーナー

身近な話題、最近夢中になっていること、我が家の中慢、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）
(ペネーム) 年齢・電話番号



送り先

〒323-0034 小山市神鳥谷1-11-32

J Aおやま「ぐりーんぴあ」編集部行

FAX 0285-25-3159

Eメール p_i_a@j-a-o_ya_m.a.o.r.j_p

★ペ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。

編集後記

新年明けましておめでとうございます！本年も広報誌「ぐりーんぴあ」をどうぞよろしくお願いいたします。さて、今年の干支は寅年。「寅」は、強く大きく成長するといったことを表しています。寅年にかけてさまざまなことに「ドライ」する1年にはいかがでしょうか。(C・Y)

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致します。

●記帳代行のイメージ



●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

防除協議会主体の一斉芝焼きの中止と今後の対応について

例年1月頃行っている防除協議会主体の管内一斉芝焼きは、本年より中止と致します。今後は、地域の農業者が春先の畦畔準備や病害虫防除を目的とし、芝焼きが行われます。

なお、天候や風向きにより煙の拡散や降灰などがございますので、ご注意ください。

《組合員・利用者の皆様へ》集金業務の廃止について

平素より、JA事業につきましては格別のご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。

現在当JAでは、組合員・利用者の皆様から信頼される地域金融機関を目指し、コンプライアンス態勢の強化並びに不祥事未然防止の取組みによる経営の健全化・効率化に取り組んでおります。

また、組合員・利用者の専門化する多様なニーズに対応し、相談機能を発揮した提案活動の強化が求められることから、渉外担当者による主な業務を「集金業務」から「相談・提案活動」を中心とした業務に見直しを実施することといたしました。

つきましては、誠に勝手ではございますが、令和5年2月末日をもって原則集金業務を終了させていただきます。

現在ご契約・ご利用頂いている皆様には大変ご迷惑・ご不便をおかけすることとなりますが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

なお、今後も渉外活動を通じて、組合員・利用者の皆様へお役に立てる情報の発信やあらゆるご相談にお応えできる質の高いサービスの提供を心がけてまいりますので、引き続きご愛顧頂きますようお願い申し上げます。

1. 廃止する集金業務

- (1)定期積金
- (2)普通(当座) 貯金
- (3)共済掛金
- (4)振込・各種税金・公共料金等
- (5)両替

2. 廃止する時期

令和5(2023)年2月28日(火)の集金をもって集金業務を終了します。

3. 集金業務廃止に伴う対応について

(1)渉外担当者が訪問し、口座振替扱いについてご提案させていただきます。

(2)お取引支店の窓口においても、変更手続きが可能です。

ご不明な点につきましては、お取引支店または渉外担当者にお問い合わせ下さい。

Kyoyakuイチョウ葉エキス

120粒……5,184円(税込)



公益財団法人日本健康・栄養食品協会の規格基準に適合したイチョウ葉エキス(フラボノイド配糖体24%以上、テルペノラクトン6%以上含有)を1粒中に60mg含有。ナットウキナーゼもプラスしました。めぐりが気になる方や中高年の健康維持に。

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)柄木営業所: ☎028-657-7310まで

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15日(火)

野木支店 2月17日(木)

国分寺支店 2月25日(金)

ご予約の申し込みは、お近くの支店窓口へ

《下野市にお住まいの方》令和4(2022)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303・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、御確認ください。

1. 受付日、受付時間、対象地区及び受付会場(下野市役所:下野市笛原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4(2022)年 1月26日(水)	石橋全地区	石橋全地区	下野市役所 3階303・304会議室
1月27日(木)	南河内①地区	南河内②地区	
1月28日(金)	国分寺全地区	国分寺全地区	
2月4日(金)	9:00~11:30 共同・受委託	13:00~15:30 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・谷地賀下・下文狭・東田中・西田中・地久日喜・仁良川上・仁良川下・祇園町

②本吉田北・本吉田南・細板・細板台・台坪山・的場・上坪山・東根・塚越・磯部・川島・上吉田・鰐沼・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、つり銭の無いよう御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。※新型コロナウイルスによる感染症の拡大防止のため、マスクの着用及び手指の消毒等の御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します。

2. 申請の際に持参するもの

- (1) 免税軽油使用者証
- (2) 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、写しても可。未使用の免税証(原本)を添付。)
- (3) 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)
- (4) 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

●栃木県税事務所 軽油引取税調査担当 TEL0282-23-6882

●下野市農業委員会事務局 TEL0285-32-8915(耕作証明書について)

令和4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あげます。

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。 ※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6日(予定)からになります。		
2.価格	稚苗 858円／箱(税込価格) 乳苗 495円／箱(税込価格)		
3.申込書	各営農支援センターにあります。	4.決済日	令和4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	・播種後の予約注文の変更、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是、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 Tel 0285-41-0525 西部営農支援センター Tel 0285-33-1311 北部営農支援センター Tel 0285-40-0401		
申込期限	令和4年 1月 末日 厳守		

コミュニティFM「おーラジ」77.5MHz
オリジナル番組

『JAおやまるぐりーんたいむ』

<放送予定>

1月5日(水) 14:00~14:30

1月19日(水) 14:00~14:30

JAの概況(2021年11月末現在)

貯金	1,695億5,737万円
貸出金	294億9,832万円
購買品供給高	35億9,811万円
販売品販売高	65億4,431万円
長期共済保有契約高	3,859億 751万円

理事会だより

第10回理事会(11月22日)

- 令和3年度 JA経営情報の半期開示について
- 年末手当の支給について
- 集金業務廃止に向けた取組みについて



簡単

申込書の記入だけ
お手続きは
カンタン！

安心

でんきの流れるしくみは
変わらないので
あんしん！

お得

電気料金を
今よりおトクに！

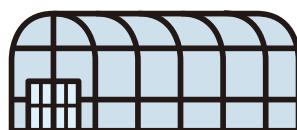


豊富な種類のプランをご用意しております！

使用量が少ない方から
沢山使用する方にも



営農用や
オール電化住宅にも
対応しています



さらに!! Present

新規ご契約特典

実施期間 ~令和4年3月末日

特典1 JAでんき新規申し込みで
3ヶ月間毎月最大1,000円割引!!
(税込)

最大 3,000円
割引!!

特典2

新規契約 プレゼント!

JAでんきを新規のご契約のお客様に
記念品をプレゼント！

5つのコースから
お好きなものを
お選びください
 3,000円
相当

※契約をして翌月お届けします。

*動力は対象外

栃木県産おいしいお肉



とちぎゆめポーク
100g×5枚

快適ドライブ

エルサポート
SSガソリン券

地産地消



とちぎ旬の農産物
※季節によって変わります。

いろいろ選べる

カタログ
ギフト



(株) JAエルサポート



JAエルサポートは、JAグループ栃木の総合エネルギー会社です。

お問い合わせはコールセンター

0800-700-0085



受付時間 | AM8:00～PM5:30 ● 定休日/日・祝日 お気軽にお問い合わせください。

内容確認や応対品質向上のため、録音させていただきます。

JAおやま

2022年1月号(毎月1日発行)

小山農業協同組合 総合企画室 〒323-0034 小山市神鳥谷1-11-32

TEL:0285-25-3155 FAX:0285-25-3159

URL:<https://www.ja-oyama.or.jp> Email:pia@ja-oyama.or.jp