

# Green-pia

ぐりーんぴあ

JAおやま

2022  
Vol.283

9



## 特集

顔を見ながら話そう！  
初めてのビデオ通話講座

## 9月のおすすめレシピ

- ・水ナスのサラダ
- ・トウモロコシの炊き込みご飯



Instagram



Facebook



Twitter



LINE

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

# ぐりーんぴあ Green-pia

人と自然の調和から新たな創造を



## 「米(水稻)」

<分類>イネ科イネ属  
<原産地>中国南部の長江下流域とする説、東南アジアとする説がある。  
<主な栄養成分>炭水化物、たんぱく質、脂肪、ビタミンB1、ビタミンEなど

<知って得する豆知識>  
脳の働きがよくなる？

お米でのんぶんは、体の中でブドウ糖に変化！エネルギー源として脳の働きを活性化する役割を備えている。

### 五円硬貨の表

五円硬貨の表には稲穂がデザインされています！

五円硬貨のデザインは、当時の主な産業（稲穂が農業、水が水産業、歯車が工業）を表しています。



監事（国分寺）

倉井 光三

下野市から選出されました監事の倉井です。新型コロナウイルス感染拡大、ロシアのウクライナ侵攻等により農業分野においても厳しい状況下であります。JAおやまは、今回の総代会より事業計画と合わせて、農業者の所得増大につながる取組目標を設定した「自己改革工程表」を作成し、自己改革取り組みに向けて決意を新たにしたところです。その中で、監事の役割として、理事の執行を監査し、経営の健全性・信頼性を確保し、組合員や地域の皆様方に安心して利用いただけるJAを目標に職務を遂行したいと思います。よろしくお願い致します。

13

おすすめレシピ

14

新米祭り開催!  
「生井っ子」新米祭り

15

ヘルス&ビューティー  
知つておきたいマナー集

16

知りタイガーの JA 虎の巻  
お天気カレンダー

17

みんなの広場

18~20

INFORMATION

03

TOP NEWS

04~07

TOPICS  
地域のニュースをお届け！

08~09

特集  
初めてのビデオ通話講座

10

営農経済便り  
不思議なカイコのおはなし

11

農業浪漫  
桑地区 福田洋一さん

12

フルーツパラダイス  
栗  
～秋を告げる木の実～

役員コラム



代表監事（野木）

黒須 市郎

毎日、暑い日が続きます。今年の梅雨は統計が残る、1951年以降関東甲信地方では最も短い21日だそうです。最近、いろいろな場面で記録が更新されています。6月からの猛暑日、40度を越す異常な暑さ、また異次元の金融緩和、円安、ロシア、ウクライナの紛争、資源高、食品の値上げ、今後いろいろな場面で何が起きてもおかしくありません。「備えあれば憂いなし」といいますが、農家の皆さんはもちろん、農家経営においても十分検討する必要があるのではないか。どうぞお気を付けてください。

# TOP NEWS

## | ビール大麦品質検査目ぞろえ会・種子用ビール大麦検査

### ビール大麦品質検査目ぞろえ会



J Aおやまは6月16日、アクティイーで農産物検査員を対象とした2022年産ビール大麦の品質検査目ぞろえ会を開きました。検査員と関係者ら約15人が参加しました。

高品質なビール大麦を出荷するため、毎年品質検査で意識統一します。10の共同乾燥施設ごとに乾燥調製したビール大麦のサンプルをカルトンに分け、粒ぞろいや粒張りなどの品質を確認しました。

### 種子用ビール大麦検査



検査には、生産者や関係者ら約25人が参加しました。初日は4人の「ニューサチホゴールデン」約1300袋（1袋25kg）を検査しました。

J Aおやま豊田ビール大麦採種部会は6月27日から7月上旬の6日間、豊田支店倉庫で、県内トップを切って種子用ビール大麦検査を行いました。

大島三千男部会長は「半年間の生育管理から最終段階の検査の日を迎えることができてうれしい。全量合格となるよう願いたい」と話しました。

# LIVE TOPICS

~CHAPTER ①~

## 地域のニュースを お届けします！

JA monthly  
news in Oyama



### 夏秋ネギ目ぞろえ会

J A おやまねぎ部会は6月17日、北部集出荷所で夏秋ネギの目ぞろえ会を行い、部会員、市場関係者ら約20人が参加しました。

目ぞろえ会では、現物を使い、ネギ用の定規を手に規格を確認。市場関係者から調製の指導を受け、短箱の出荷では軟白部は25㌢以上などを確認しました。

部会は軟白部の纖維が少なく、肉厚で食味が良い「春扇」、太りと伸びが良く、首部の締まりが良い「羽緑一本太」などを栽培します。



### 春繭 出荷

J A おやま養蚕部会は6月18日、桑集出荷所で春蚕繭の「春領鐘月」を約1.5トント出荷しました。

7戸の生産者が持ち込んだ繭を選繭台上に載せ、汚れや穴開き、薄皮の繭などを手作業ではなく、「選除繭」作業をしました。

繭は群馬県の碓氷製糸に送った後、煮繭、操糸作業を経て、生糸になります。

五十畳茂部会長は「厚みのある繭を出荷することができた。たくさん的人に、絹製品になじんでもらいたい」と話しました。



### 6月18日 桑集出荷所



汚れや穴開き、薄皮の繭などを手作業ではなく「選除繭」作業をしました。

# 東部営農支援センターで掘り出し市

6月18・19日 東部営農支援センター



夏の必需品の農薬、  
地元産の新鮮野菜を  
特別価格で販売

小山市立乙女小学校の2年生17人が6月23日、学区探検としてJAおやま直売所「グリーンセンター」を訪れました。

児童は同直売所の職員の説明に真剣に聞き、見たことや聞いたことを熱心にノートに書き取り、「一番売れている野菜は何ですか」など多くの質問が出ました。

また、農産物を陳列するディスプレー棚の、JAおやまのイメージキャラクター「おやまくん」と「みんなのよい食プロジェクト」のシンボルマーク「笑みちゃん」をあしらった装飾に注目が集まりました。



JAおやまは6月18・19日の2日間、東部営農支援センターで初めて単独開催の掘り出しへ市を行いました。数量限定の肥料や夏の必需品の農薬、地元産の新鮮野菜を特別価格で販売しました。

コロナ禍や価格高騰の中で、組合員の総合的な営農支援や生活の後押し、地域活性化を目的に初めて開きました。

来場者は「担当者から説明を受けられてよかったです」「安心で安価で手に入れることができます」「助かる」と話しました。JAおやまは今後も組合員の所得増大や農業生産の拡大に取り組みます。

## 直売所「グリーンセンター」に乙女小児童が見学

J A おやまは6月18・19日の2日間、東部営農支援センターで初めて単独開催の掘り出しへ市を行いました。数量限定の肥料や夏の必需品の農薬、地元産の新鮮野菜を特別価格で販売しました。

JAおやまは6月18・19日の2日間、東部営農支援センターで初めて単独開催の掘り出しへ市を行いました。数量限定の肥料や夏の必需品の農薬、地元産の新鮮野菜を特別価格で販売しました。

6月23日 グリーンセンター



同直売所の職員の説明を真剣に聞く児童

6月24日 ほ場19ヶ所



小山市と下野市のほ場  
19ヶ所でキウイフルーツの現地検討会



星野一明部会長は「管理を徹底し、自信のあるキウイフルーツを作り、高品質出荷を目指そう」と意気込みを語りました。



J A おやまキウイ部会は6

月24日、管内の小山市と下野市のほ場19ヶ所でキウイフルーツの現地検討会を開きました。部会員ら23人が参加し、11月の初出荷に向けて、生育状況を確認しました。

栃木県下都賀農業振興事務所は今後の管理で、①追肥②病害虫の増加や果実の肥大不足をもたらす過繁茂を防ぐため新梢管理③病害虫防除――を説明しました。

# キウイフルーツ現地検討会

# LIVE TOPICS

~CHAPTER ②~

## 地域のニュースをお届けします！

JA monthly  
news in Oyama

JAおやまかぼちや部会は6月24日、東部・北部集出荷所で2022年産カボチャの目ぞろえ会を開きました。東部集出荷所では、生産者や市場関係者ら約20人が出席。カボチャの販売情勢や出荷規格について確認しました。

生産者が持ち寄ったカボチャの熟度や表面の傷などを確認。汚れを拭き取り、切り口を乾かすことなどを申し合わせました。

中村寛部会長は「より良い出荷のため品質の平準化に努め、最高の状態で出荷しよう」と意気込みました。



### カボチャ目ぞろえ会

JAおやまかぼちや部会は6月24日、東部・北部集出荷所で2022年産カボチャの目ぞろえ会を開きました。東部集出荷所では、生産者や市場関係者ら約20人が出席。カボチャの販売情勢や出荷規格について確認しました。



生産者が持ち寄ったカボチャの熟度や表面の傷などを確認。



### 中学生がJAで職場体験

JAおやまは6月27～29日の3日間、下野市立国分寺中学校の2年生2人の職場体験学習を受け入れました。

2人は、北部集出荷所で青果物の荷受体験。北部営農支援センターでは購買業務を、国分寺直売所では販売員に取り組みました。

業務を体験した伊沢皇希さんは「実家が肥育牛農家で農業は身近なので楽しく作業ができる」、平山拓海さんは「力仕事に自信があったのでJAを希望した。青果物を運ぶ時は慎重に作業した」と、それぞれ感想を話しました。

6月27日～29日  
北部営農支援センター・北部集出荷所など



下野市立国分寺中学校の2年生2人の職場体験学習



# 大谷北小の児童がトウモロコシ収穫体験

7月4日 小山市犬塚



旬の野菜の美味しいや野菜を作る過程を教えてくれています



田恵介さん、洋子さん夫妻は、毎年、小山市立大谷北小学校の児童の農家見学を受け入れています。

今年は、7月4日に3年生140人が新型コロナウイルスの影響を考慮し、2グループに分かれて訪れました。

はじめに洋子さんが納屋でほ場で取れたトウモロコシやキュウリなどを並べ、旬の野菜の美味しさや野菜を作る過程などを伝え、その後、ほ場で恵介さんの指導のもとトウモロコシの収穫を体験しました。



海老沼幸男部会長は「暑さで栽培環境が厳しい状況と思うが、品質の良いナスを出荷するよう部会員一丸となって頑張ろう」と呼びかけました。

東京青果（株）の二階堂大輔課長補佐は「高温と水不足で品質統一など難しい状況だが、これからJAおやま産の露地ナスが主役なので高品質での出荷をシーズン最後までお願いしたい」と話しました。

露地ナス目ぞろえ会  
7月4日に西部集出荷所で露地ナスの目ぞろえ会を開きました。コロナ禍の影響を考慮し、目ぞろえ会は各集出荷所別に行いました。生産者ら約15人が参加し、販売情勢や出荷規格を確認しました。

7月4日 西部集出荷所



生産者ら約15人が参加し、販売情勢や出荷規格を確認しました。



J Aおやま管内の豊田地区で丸々と育った緑色のコキアが地域の人々を和ませています。

7月5日 豊田地区



JAおやま管内の豊田地区で丸々と育った緑色のコキアが地域の人々を和ませています。

場所はJR両毛線思川駅から北1.3キロ、県道小山都賀線沿いの東側（若駒酒造の西側）の畑。



緑の丸々なコキアが成長中

# 顔を見ながら話そう!

# 初めてのビデオ通話講座



そろそろ遠く離れた家族や趣味の友達と顔を合わせたいけれど、直接会いに行くのはまだ不安……。そんなときはビデオ通話でお互いの顔を見ながらコミュニケーションを取ってみませんか。面倒な手続きも不要で、始めるのはとっても簡単。お手軽な使い方や楽しみ方をご紹介します。

監修:高橋暁子(成蹊大学客員教授 ITジャーナリスト)  
イラスト:出口由加子

そもそも遠く離れた家族や趣味の友達と顔を合わせたいけれど、直接会いに行くのはまだ不安……。そんなときはビデオ通話でお互いの顔を見ながらコミュニケーションを取ってみませんか。面倒な手続きも不要で、始めるのはとっても簡単。お手軽な使い方や楽しみ方をご紹介します。

ビデオ通話では、インターネットに接続して、無料でダウンロード(入手)できるLINEやZoomなどのアプリ(ソフトウェア)を使います。音声通話と同じようにして相手にビデオ通話をかけるもの、ビデオ会議を予約して参加者を招待するものなどがあります。

Wi-Fi(無線LAN)につなげば通話料を支払わずに利用できます。つい話が長くなつても、遠距離に住んでいても料金や交通費などを心配をしなくていいのもうれしいポイントです。新型コロナウイルス感染拡大時などでも、感染の心配なく家にいながらコミュニケーションが取れるので、一人暮らしや家族と離れて住む人にもお勧めです。

## 無料アプリを使って手軽に始められます

通話しながら一緒に映像を見たり画面を共有することもできるため、幅広い楽しみ方ができます。例えば、顔を加工できるエフェクト機能を使えば、楽しい雰囲気を演出したり、子どもたちの会話が聴きづらかったりなど、様々な機能が楽しめます。お互いの表情やしぐさを確認できるので、声だけの通話よりも話しやすく、コミュニケーションも取りやすいのがメリットです。1対1はもちろん、親戚や友人など多人数で利用することも可能です。

## スマホやパソコンで手軽に始められます

### 通話アプリのダウンロードはこちらから

#### iPhoneの場合

- 「App Store」でアプリ名を検索し、「入手」をタップ。
- Apple IDとパスワードを入力。



#### Androidの場合

- 「Playストア」でアプリ名を検索し、「インストール」をタップ。



### LINE (ライン)

日本での利用者数9200万人(2022年3月現在)の人気アプリ。メッセージの送受信機能もよく使われる。

### Zoom (ズーム)

2020年4月に1日当たりの参加者数が3億人に。無料プランでは40分の制限あり。

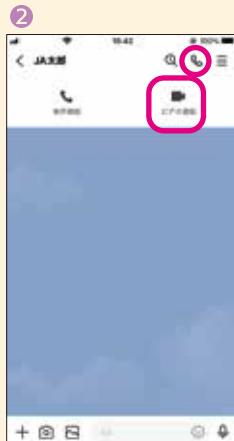
### FaceTime (フェイスタイム)

iPhone、Mac、iPadなど同士でビデオ通話ができる。

LINE<sup>※1</sup>を例に  
使い方を  
ご紹介します

### 基本編

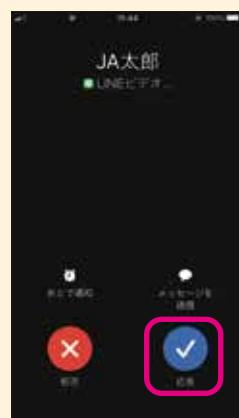
## まずは使ってみよう! 使い方は簡単2ステップ



### 発 信

- LINEアプリを開き、「トーク」から通話したい相手を選びます。

- 右上の受話器のマークを選択し、「ビデオ通話」をタップ<sup>※2</sup>。相手が応答したらすぐに通話が始まります。



### 着 信

- 右下の「応答」ボタンをタップするだけ。

※1:LINEバージョン12.7.0のデザイン・仕様です  
※2:スマホの画面を指で優しくたたくこと

## 応用編

# みんな使っています! 十人十色の楽しい活用法



### 【PTA・町内会役員の会議】

役員会議もビデオ通話なら話しやすく、移動時間もいらず効率的です。



### 【リモートお墓参り】

家族の誰かに代表でお墓参りしてもらえば、家にいながらお参りができます。



### 【趣味の仲間と情報交換】

遠くに住む同じ趣味の仲間たちと交流したり、情報交換ができます。



### 【リモート同窓会】

日本全国に散らばった同級生と同窓会が開けます。



### 【リモートショッピング】

購入しようか迷っている商品を店舗で映してもらうと、イメージが湧いて選びやすくなります。

上級者も使っている

## お勧め便利機能

部屋が散らかっているときに通話がかかってきた

### 「背景機能」で隠せます

ビデオ通話では、背景を変更できます。部屋が散らかっているときなどに便利な機能です。ビデオ通話中に下部メニューの「エフェクト」をタップ、「背景」を選び、好きなデザインを選ぶと変更できます。

顔の気になるところを隠したい

### 「エフェクト機能」で加工できます

エフェクト機能を使うと、顔や画面を隠したり、加工したりして遊ぶこともできます。画面に自分が映っていることを確認して通話画面の「顔マーク」をタップし、画面下部からエフェクトアイコンを選ぶと反映されます。

家族に習い事の写真を見せながら話したい

### 「画面共有機能」で写真を見せよう

写真やインターネットの画面などを共有しながら会話をすることもできます。こちらから見せたい場合は、ビデオ通話中に下部メニュー右の「画面シェア」→「自分の画面」→「ブロードキャストを開始」の順で画面共有が始まるので、共有したい画面を開きましょう(iPhoneの場合)。

※具体的な機能はLINEで説明しています

ビデオ通話中に急な電話や来客の対応をしたり、トイレに立つたりするときには、「ミュー」ト機能で音を消し、「カメラ」もオフにしてから離席するのがお勧めです。相手にも一言断りを入れるといいですね。



### 通話中に宅配便が来たときは

ビデオ通話では細かな表情の変化や反応が分かりづらいことがあります。うなづくだけでなく「分かった」と言うなど、できるだけ言葉で表現したり、大きめに喜んだりすることで相手に気持ちが伝わりやすくなります。



### 端末は一つの部屋に一つある

家族など複数人がビデオ通話をする場合、同じ部屋で二つ以上の端末で同時に使用すると、ハウリング(共鳴)を起こすことがあります。話すときは必ず、一つの部屋では一つの端末だけで利用しましょう。



### 感情表現は少し大きめ

スマート폰で使うための知つておきたいマナーと心得



# 官農經濟便り

## 「不思議なカイコのおはなし」

### ○人が世話をしないと生きていけない虫

カイコは野生の蛾（ガ）を人間が飼い慣らし、数千年かけて家畜化したものです。より良い生糸を多く効率的に取ることを目的に、品種改良を重ねてきました。

カイコの幼虫はほとんど移動せず、成虫は羽があるのに飛べません。カイコは人が世話をしないと生きていけません。

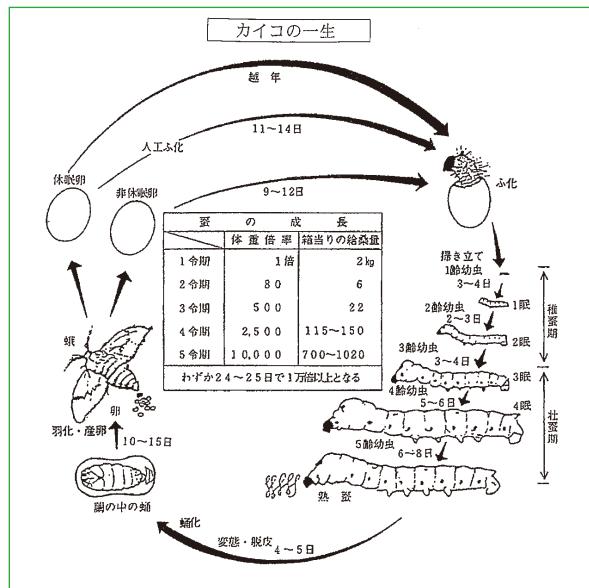
農畜産課  
養蚕・畜産指導  
鈴木 秀一



### ○すべては繭を作るため

ではカイコはどのように育ち、シルクの原料となる繭を生み出すのでしょうか？卵からかえったカイコの幼虫は、4回の脱皮を行います。幼虫の期間は桑の葉をよく食べ、25日ほどで体重は1万倍にも成長し、5齢にまで成長したカイコは糸（繭糸）を吐き、自らを包む繭を作ります（ふ化してから繭を作るまでは、約35日間）。この繭が出荷され、生糸に加工されるのです。

繁殖用のカイコは繭の中で蛹になり2週間ほどで羽化します。まもなく交尾し、1蛾あたり500個～600個ほどの卵を産みます。成虫は食べたりせず、ほとんど移動することもなく、1週間ほどで短い一生を終えます。



### ○いろいろなカイコの特徴

糸の量の多い大きな繭や黄色い繭、細い糸のとれる繭を作るもの、オスだけの品種（プラチナボーイ）やメスだけの品種（おりひめ）、病気に強いものなど、さまざまな特徴を持つカイコがいます。養蚕農家で飼育されるカイコの他に、研究所や大学に遺伝資源として保存されているものを含めると、現在の日本には約600種のカイコがいます。

### ○絹の多面的利用

現在、絹は着物や衣類の他に多面的に利用されています。

医療分野では、手術用縫合糸やガーゼ・包帯などに使用されています。絹の組織がタンパク質であり、人体との結合性が良く、纖維が細くて強く、適度な弾性を持っており、結びやすく解けにくい特性であるためです。

化粧品分野では、繭から抽出されるセリシンと言われるアミノ酸タンパク質が、人間の肌に含まれる成分に極めて近い組成であるため、理想的な天然保湿成分として化粧水などに使用されています。

他にも食品や、カーテン・カーペット・壁紙等のホームインテリアにも利用されています。



3令人工飼料育



5令桑育



上蔟・営繭



高品質繭

# 農業浪漫

N O G Y O R O M A N



福田 洋一さん(59歳)

桑地区

生産品目: 水稲・ビール麦・小麦・ソバ・ナタネ

## 農を次世代につなぐ

J Aおやま管内では主食用米が約1,780haで栽培され、約13万俵の米がJ Aに出荷予定です。品種は、「コシヒカリ」を主体に麦跡では「とちぎの星」などが栽培されています。

お米は、体のエネルギー源の炭水化物の他にたんぱく質やカルシウム、鉄分、ビタミンB群などさまざまな栄養素を含んでいます。

J Aおやまでは、米麦の生産復興を図ろうと耕種部会で現地検討会や視察研修などをを行い、栽培管理の情報を共有し、米分析を実施するなど良質米生産に力を入れています。現在165名が部会に加入しており、生産技術向上に励んでいます。味はもちろんのこと、安全・安心なお米を消費者に食べてもらおうと、高品質米の栽培に取り組んでいます。

桑地区的福田洋一さんは、小山市議会の議長と小山用水土地改良区の理事長、そして、農業と3足のわらじをはき、八

J Aおやま管内では主食用米が約1,780haで栽培され、約13万俵の米がJ Aに出荷予定です。品種は、「コシヒカリ」を主体に麦跡では「とちぎの星」などが栽培されています。

お米は、体のエネルギー源の炭水化物の他にたんぱく質やカルシウム、鉄分、ビタミンB群などさまざまな栄養素を含んでいます。

J Aおやまでは、米麦の生産復興を図ろうと耕種部会で現地検討会や視察研修などをを行い、栽培管理の情報を共有し、米分析を実施するなど良質米生産に力を入れてています。現在165名が部会に加入しており、生産技術向上に励んでいます。味はもちろんのこと、安全・安心なお米を消費者に食べてもらおうと、高品質米の栽培に取り組んでいます。

面六臂の活躍をしています。大学卒業後、就農し父から農業を学びました。水稻10ha、ビール大麦、小麦、ソバ、ナタネを栽培しています。約15年前から市議会議員を務め、現在は議長を務めています。「小山市の農業者の生産技術は素晴らしい。後継者や担い手育成の基盤をしっかりさせ、農業を発展させたい」との言葉には熱がこもります。

「ウクライナ情勢や原油価格高騰などの影響で農業は厳しい状況が続く。農は食と直結しており、人間の生命線。輸入ばかりに頼るのではなく、自給率を上げなくてはいけない」と提言します。また、土地や道路などを見直し、基盤整備をしつかりすることで農業の生産性の向上と農業の持続的な発展の基盤となり、将来の農業につながればと考えています。「農業を持続可能産業として、農業を良くしたいとの想いでやっている」と話します。

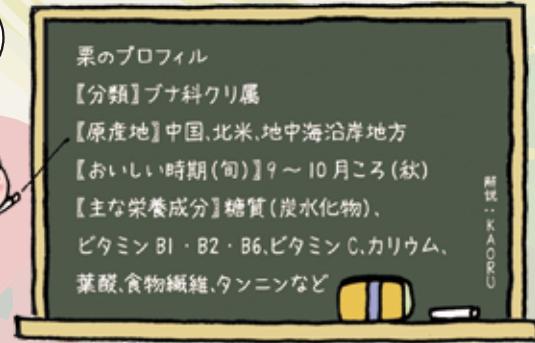
「農業の魅力は、自分で栽培し収穫して、付加価値で消費者に喜んでもらえること。美味しいものは、必ず人を笑顔にすること。美味しさ多くの課題があるが食の大切さ、次世代につなげることが自分の使命」と話します。



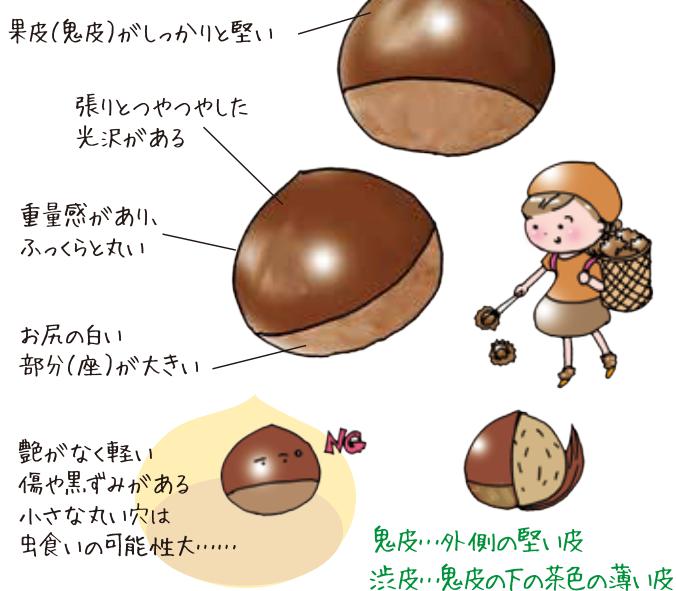
# フルーツパラダイス

イラスト：小林裕美子

チェック  
ポイント



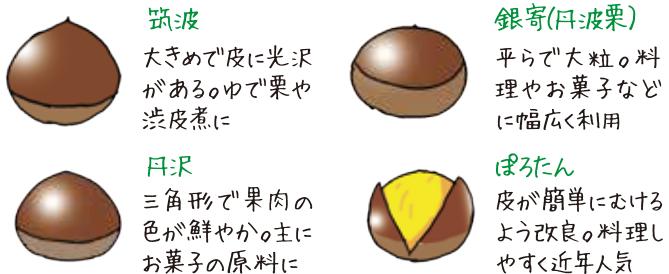
## 選び方



## 保存方法



## 栗のいろいろ(日本栗)



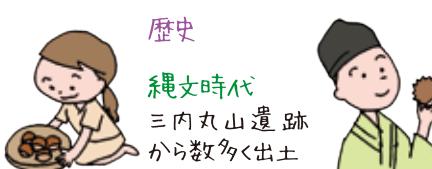
## 栗のチカラ



## 楽しみ方・食べ方のコツ



## 栗のじみつ



平安時代初期  
京都の丹波地方で栽培が始まる  
『古事記』『日本書紀』『延喜式』にも記述あり

## 9月のおすすめレシピ

水ナスのサラダ  
トウモロコシの炊き込みご飯

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



### 水ナスのサラダ

材料 (2人分)

水ナス	2 個
岩塩	小さじ 1
オリーブ油 (エキストラバージン)	大さじ 1
レモン汁	大さじ 1
すりおろしニンニク	1 片分
海ぶどう	適宜



### 作り方

- (1) 水ナスは上下を切り落とし皮をむき、縦に4等分する。
- (2) ボウルに (1) の水ナス、岩塩、レモン汁、ニンニク、オリーブ油を入れ、手でよくもみ、なじませる。
- (3) (2) を器に盛り付け、海ぶどうをのせ出来上がり。



### トウモロコシの炊き込みご飯

材料 (4人分)

米	400g
鶏がらスープ	400ml
トウモロコシ	1 本
塩	小さじ 1/2
しょうゆ	小さじ 1

### 作り方

- (1) 米を研ぎ、ざるにあげておく (20 分)。
- (2) 炊飯器に (1) の米、鶏がらスープ、塩、しょうゆを入れて 20 分浸す。
- (3) トウモロコシは皮をむいて 2 等分にし、実を外して芯と一緒に炊飯器に入れて炊き上げる (写真右)。
- (4) 炊き上がったら芯を取り出しそくかき混ぜ、器に盛り付け出来上がり。



2022年  
9月10日土 11日日

# 新米祭り開催!!

## 「生井っ子」 新米祭り

場 所：道の駅『思川』

開催時間：9:00～15:00



### 【販売商品】

#### <精米>

- |                         |   |   |   |   |   |   |                |            |
|-------------------------|---|---|---|---|---|---|----------------|------------|
| ・ <b>2 kg</b>           | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | <b>1,100円</b>  | (税込)       |
| ・ <b>5 kg</b>           | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | <b>2,700円</b>  | (税込)       |
| ・ <b>10 kg</b>          | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | <b>5,000円</b>  | (税込)       |
| ・ <b>27 kg</b> (30kg玄米) | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | ・ | <b>10,800円</b> | (10%引き・税込) |

⇒通常12,000円で販売のところ、「生井っ子」新米祭り(9月10日・11日)の販売、年間予約受付分は、**10%引き**の10,800円で販売いたします!!

#### ◇生井っ子、新米の販売、予約受付 (年間予約受付)



「生井っ子」は減農薬・減化学肥料で栽培されており、環境にも優しい食味もトップクラス! 新米の美味しさ、生井っ子のおいしさをぜひ味わってみて下さい!!



## 貧血は美容の大敵。体調不良の原因にも

健康科学アドバイザー●福田千晶

貧血とは血液中のヘモグロビンが減った状態です。ヘモグロビンは酸素を吸着して全身に運搬するので、貧血になると体内の酸素が不足して、息切れや立ちくらみ、ふらつき、疲労感、動悸（どうき）や息切れ、意欲低下などの症状を感じることがあります。

さらに肌や爪や髪にも貧血の影響が及びます。顔色が悪くなる、肌の染みができる、ニキビができやすい、爪が変形したり折れやすくなる、抜け毛などが現れることがあります。つまり、貧血は全身状態を悪くする上に、美容の大敵でもあるのです。

貧血の原因は、いろいろありますが、女性は月経により血液が失われるため、貧血になりやすいといえます。他にも胃腸の病気で出血が続いている、悪性腫瘍など重篤な病気で貧血になる可能性もあります。まずは、定期的な健康診断で貧血の有無を調べ、貧血の人は医療機関を受診し原因を調べましょう。

鉄は血液中のヘモグロビンの材料なので、鉄が欠乏するとヘモグロビンが十分には作られず貧血になります。貧血になりやすい女性がダイエットや偏食などで摂取する鉄が足りないと鉄欠乏性貧血が起こりやすくなります。食品の鉄には2種類あり、動物性食品の赤身肉（豚肉、牛肉など）、レバー、魚介類に含まれる「ヘム鉄」は体内での吸収率が良いのでお薦めです。農作物の小松菜やホウレンソウなど緑黄色野菜や豆類に含まれる「非ヘム鉄」は体内での吸収率が低めです。しかし、「非ヘム鉄」も一緒にビタミンCや肉類などのタンパク質を摂取すると吸収率が上がり、効率良く鉄を吸収できます。暑い時期はサッパリ系の炭水化物中心の食事が多く、鉄不足になっていた人も多いはずです。この時期に食生活を見直し、バランスの良い食事で貧血の予防や対策を心がけましょう。



## 知りておきたいマナー集

### ペットのマナー

和文化講師●滝井ひかる

毎年9月20日から26日は動物愛護週間です。今月は大切な家族であるペットのマナーについてお話しします。

毛の抜けやすい時期は、知らず知らずのうちに服に付きやすいものです。食事の席やアレルギーの方に配慮して、お出かけの前はローラー型の粘着クリーナーなどで服の毛を取りましょう。

昨今では、犬もお散歩前は家でトイレを済ませましょう、という新ルールを耳にするようになりました。散歩中のふんの不始末は、軽犯罪法違反や廃棄物処理法違反に当たることも。飼い主の責任になりますので必ず持ち帰りましょう。尿についても水入れを携行し、跡に水をかけます。クエン酸やミョウバンなどの消臭成分を溶かしておくと臭いが軽減します。

散歩の際はリードを短く持って、急な飛び出しや飛びかかり、走行中の自転車などに絡まないよう気を付けましょう。

飼う側だけではなく、周りも心配りが必要です。犬に正面からいきなり近づく、上から無理に触る、大きな声や音を立てる、勝手に食べ物を与える、といった行為はNGです。自分や自分の子どもがされて嫌なことはしない、と考えると分かりやすいですよね。



迷子や盗難には、首輪の名札や標識、マイクロチップで備えましょう。災害時にも安心です。万が一の災害避難に備えて、ペット用のトイレグッズ、予防接種済み証明書の控え、慣れているペットフードなども準備しておきましょう。

地域猫やハトへの餌やりには賛否両論ありますが、トラブルを避けるためにも禁止されていない場所で、食べた跡やその周りのトイレの始末まで責任を持ちます。結果的に多くの猫の命を守るために不妊・去勢手術には、補助金交付を行っている地方自治体もあります。私たち人間の友でもある動物たちを大切にしたいですね。

# 知りタイガーのJA虎の巻

第29回  
JA全国大会決議  
JAグループの実践



## [ 今回のテーマ ]



「持続可能な地域・組織・事業基盤の確立」  
に向けて、JAは具体的にどんなことに取り組んでいくの？



正組合員

准組合員

担い手経営体

中核的担い手

多様な担い手

関係強化先および  
意思反映を希望する  
准組合員

その他の准組合員

すべての組合員

### 組合員との対話運動(イメージ)

主な対話内容	手法
■自己改革の成果(特に販売事業・生産資材・購買事業の具体的な成果) ■各種アンケートへの意見等をふまえた、評価向上に向けた対話 ■准組合員の位置づけ、意思反映・運営参画の取り組みに関する周知・理解促進	●訪問・対面(個別が基本) ●役員による実施  ●訪問・対面(座談会等含む)
■意思反映・運営参画の枠組みや、意思がある場合の申し出先の周知 ■属性・ニーズ・関心をふまえた、事業の複合利用・活動参加への誘導 ■事業・経営等に関する情報発信の強化	●可能な限り、訪問・対面 ●事業上の訪問機会を活用した訪問の実施
■JA・農業への理解促進 ■意思反映・運営参画の枠組みや、意思がある場合の申し出先の周知	●訪問・対面のほか広報誌や資料配布 ●事業上の訪問機会を活用した訪問の実施

中期経営計画策定年など3年に1回以上を目安として、すべての組合員を対象に訪問・対面を基本としたアンケート等を活用した対話を実施

※コロナ禍では、広報誌、ホームページ、SNS等を活用して訪問・対面によらない情報発信・対話を実施

JAが力を入れる取り組みの1つが、組合員の拡大と「アクティブ・メンバーシップ」(積極的なJA運営等への参画)の確立です。

組合員構成の変化に伴うニーズの多様化やJAの広域合併・支店再編、コロナ禍などによる、組合員とのつながりの希薄化などの課題をふまえた対応が求められます。

そこでJAは、改めて「組合員との対話運動」により組合員の声をきめ細やかに把握し、それぞれのニーズ等に応じた効果的な取り組みを展開することで、組合員の意思反映・運営参画を促進します。また、新たな活動参加者や新規就農者との関係を深めるなど、組合員の拡大に取り組みます。



耕そう、大地と地域のみらい。

## お天気カレンダー

### 秋入梅

気象予報士●檜山靖洋

夏の高気圧が南へ後退する初秋の頃、雨の日が続くことがあります。これが秋入梅（あきついり）です。秋の長雨、秋霖（しゅうりん）ともいわれます。本州付近に秋雨前線が停滞し、まるで梅雨のような天気になります。

梅雨の時期は、夏の高気圧のへりを回る湿った空気が日本の南西から流れ込みます。このため、西日本を中心に大雨が降りやすくなります。一方、秋の長雨は、本州南岸沿いの前線に向かって、北東から冷たい空気が流れ込み、関東など東日本で雨量が多くなる傾向があります。6月と

9月の平年の降水量を比べると、鹿児島や大阪は6月の方が多く、東京や仙台は9月の方が多くなっています。

秋雨前線が停滞しているときに台風が近づくと、場所によらず大雨になります。前線による雨の降り方も強まり、最後に台風本体の雨雲もかかるためです。前線 + 台風=大雨の方程式は覚えておきましょう。



気象予報士・防災士  
檜山 靖洋

1973年横浜市生まれ。  
明治大学政治経済学部政治学科を卒業後、印刷会社に就職。  
1999年に気象予報士を取得し気象会社へ転職。  
2005年からNHKの気象キャスターに。  
朝のニュース番組「おはよう日本」の気象情報に出演中。





## 秋の飛来防止キャンペーン



農業用ビニールシートが  
新幹線・在来線列車を  
止めることがあります



JR東日本ではお客様に快適にご利用頂くため、日夜、安全で安定した輸送の確保に取り組んでおります。

暑い夏が過ぎ、「台風の季節」がやってきます。

収穫の折に使用される農業用ビニールシートが飛散しやすい時期です。新幹線の架線にからまり列車の運行ができなくなる事象が発生してお客様に多大なご迷惑をおかけしたことがあります。

「飛来物により列車が遅れたり運休すると、ご利用するお客様に多大なご迷惑と損害等」に繋がります。

是非ご理解頂き、鉄道沿線で農業用ビニールシート等を使用するときは、強風により飛散しないように十分に注意をしてください。皆様のご協力をお願いいたします。

東日本旅客鉄道(株) お問合せ連絡先

在来線 大宮電力技術センター

TEL 048-641-0725

新幹線 首都圏新幹線電力技術センター

TEL 048-641-7683

## 秋の農作業安全対策

9～11月は、稻刈りや秋耕作業等の農繁期です。

次の事柄を特に注意して、農作業の安全意識の向上を図りましょう。

- ①乗用型トラクターを使用する際には、安全キャブ・フレーム等の効果を高めるためのシートベルトとヘルメット着用を徹底しましょう。また、作業終了後、圃場を出る際は、昇降路の手前で必ず一旦停止して、ブレーキの連結ロックを行いましょう。
- ②コンバインを使用中にわらが詰まった際は、エンジンを停止してからわらを除去しましょう。また、移動や作業中は周囲の確認を行ない、特に後退時は注意して安全確認を徹底しましょう。
- ③農作業には、ヘルメット、安全靴等を使用して、事故に備えた服装での作業を心がけましょう。
- ④農作業は、複数人での作業を心がけ、やむを得ず一人で行う場合は、携帯電話を持ち、位置情報をオンにしましょう。
- ⑤農作業中、こまめに休憩を取り、水分・塩分を補給して、熱中症対策をしましょう。特に高齢者の作業に対しては、家族や仲間からの声掛けを行い、体調の変化に注意して事故防止に努めましょう。



## 農産物の安全性確保に向けた基本方針

### 農薬の適正使用により農産物の安全性確保に努めましょう！

令和4年5月、栃木県農薬の適正使用による農産物の安全性確保に向けた基本方針が策定され、

**生産者が実施すべき事項**が明確化されました。

#### 1. 農薬の使用に関する理解

農薬の安全使用に関する理解を深め、営農指導員や普及指導員等の病害虫防除や農薬の適正使用に関する知識を有した者の指導を受けるよう努める。

#### 2. 農薬取締法に基づいて登録された農薬の使用

登録された農薬又は特定農薬以外は使用しない。

#### 3. 農薬の表示事項の遵守

農薬を使用する前に必ずラベルの記載内容を十分に確認し、表示事項を遵守する。

#### 4. 生産履歴の記帳

農薬の使用状況を正しく記帳し、農産物取扱事業者からの求めに応じて、生産履歴を提出する。

#### 5. 周辺環境への配慮

農薬の使用時には、飛散防止対策等を徹底する。

#### 6. 農薬の不適正使用が判明した場合の対応

農薬の不適正使用が判明もしくは疑われる場合には、当該農産物の出荷自粛及び回収を行う。また、県や農産物取扱事業者の求めに応じて、生産履歴の提出等、原因究明に協力し、再発防止に取り組む。不適正に農薬を使用した場合には、農業振興事務所及び農産物取扱事業者等に速やかに連絡する。

#### 7. 農薬の使用を低減した栽培体系の実践

病害虫が発生しにくい栽培環境づくりに努め、発生予察情報を活用し、必要に応じて農薬による防除を行う。

このほか、農薬の使用及び保管に係る必要な対策に取り組む。

農薬は正しく  
使いましょう



<問い合わせ>

JAおやま

下都賀農業振興事務所

営農経済部

経営普及部

0285-33-4321

0282-24-1101

# 支店再編状況



## 美田支店



令和4年9月26日(月)  
グランドオープン

## 桑絹支店

外部足場・仮囲い解体  
アスファルト舗装実施  
令和4年冬完成予定

## 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。

ご予約の申し込みは、お近くの支店窓口へ

本店 10月17日(月)

野木支店 10月17日(月)

国分寺支店 10月25日(火)

## 相続相談会

本店 10月11日(火)



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>



インターネットでラジオが聴けます♪  
「おーラジ」より公式アプリが登場!  
FMプラプラをダウンロード後、  
「おーラジ」を選択!!

9月14日(水) 14:00~14:30

9月28日(水) 14:00~14:30

## 理事会だより

### 第7回理事会(7月21日)

- 夏期座談会開催要領について
- 資産査定要領の一部改正について
- 信用事業方法書（為替取引）ならびに信用事業方法書（金銭債権の取得又は譲渡及びこれらに附帯する事業）の変更について
- 信用事業取扱手数料要領の変更について
- 令和4年産新規需要米交付金立替について
- 令和4年産ビール大麦、ビール大麦種子・小麦種子代金立替について

ほか

## JAの概況(2022年7月末現在)

貯金	1,718 億 7,107 万円
貸出金	306 億 1,286 万円
購買品供給高	17 億 7,190 万円
販売品販売高	32 億 4,676 万円
長期共済保有契約高	3,771 億 5,017 万円