

Green-pia

ぐりーんぴあ

JAおやま

2023
Vol.289

3



特集

消費税インボイス制度

3月のおすすめレシピ

- ・洋風天ぷら
- ・ウルのサラダ



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

耕そう、大地と地域みらい。
人と自然の調和から新たな創造を



「レタス」

＜分類＞キク科アキノゲシ属
＜原産地＞地中海沿岸から西アジア
＜和名＞シシャ「乳草（ちちくさ）」
＜おいしい期間（旬）＞4月～9月
＜主な栄養成分＞β-カロテン、ビタミンC、ビタミンE、カルシウム、鉄、カリウム、食物繊維
＜効能＞貧血予防、がん予防、高血圧予防、心筋梗塞予防、脳梗塞予防、動脈硬化予防
＜ワンポイント＞水気をよく切ってポリ袋に入れるかラップに包んで冷蔵庫の野菜室に。その時は、芯を下向きに！！芯だけ水分を補給できる状態にすると長持ちする。



13

おすすめレシピ

14

美味しく手軽に栄養満点
エコープの『さば缶』

15

ヘルス&ビューティー
知っ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

消費税インボイス制度

10

営農経済便り
たまねぎ栽培管理

11

農業浪漫
大谷南地区 前田幸秀さん

12

フルーツパラダイス
キウイフルーツ
～1個で1日分のビタミンC～

役員コラム



理事（生井）
金融共済専門委員会
海老沼 和彦

理事として選任され2年目を迎えております。
資材費の高騰やいまだに収まらないコロナ感染状況の中、組合員の皆様におかれましても厳しい経営状況に置かれているかと思えます。
現在、支店再編整備計画により各支店の統廃合が進められております。
統廃合により生じた改善点などがあれば目を向け、役員と職員が一丸となり、また、組合員の皆様のご協力を仰ぎながら持続可能な組織運営が出来ればと思います。
今後ともどうぞよろしくお願い致します。



理事（小山）
金融共済専門委員会
静谷 要一

理事に選任して頂き、2期目を勤めさせて頂きます静谷です。
現在、農業経営を取り巻く環境は、資材の高騰や組合員の高齢化、担い手不足など非常に厳しい状況にあります。小山農協としても経営基盤の強化、農業者の所得増大に向け取り組みでいきたいと思っております。
組合員の皆様のご意見や助言を頂きながら、農協運営に微力ながら協力させて頂き、職務を果たしていけるよう努力して参りますので、どうぞ宜しくお願い致します。

TOP NEWS

桑絹支店

グランドオープン セレモニー

OPEN



小山市
浅野正富市長



JAおやま
渡邊文雄組合長



JAおやまは1月16日、桑絹支店事務所グランドオープンセレモニーを行いました。JAは、支店再編整備計画に基づき、より質の高いサービスの提供による利用者満足度の向上と効率的な事業運営を目指して、現桑青果物集出荷所敷地内に2021年10月から桑絹支店の新築工事を進め、桑と絹の2支店を統合しました。

式典では、渡邊文雄組合長や小山市の浅野正富市長、関係者らがテープカットをし、事務所の完成を祝いました。

新店舗は、延べ床面積809.13平方メートルの鉄骨造り2階建て。1階は支店と購買店舗、ATMがあり、2階には約60人収容の多目的会議室を設けました。

渡邊組合長は「新店舗は地域農業の拠点として末永く地域に愛され、安心して利用してもらえよう期待する」とあいさつしました。

桑絹購買所も
併設！



肥料・農薬・資材も販売中☆
ぜひご利用ください。

〈営業時間〉

8:30～17:00 (平日のみ)



LIVE TOPICS

～ CHAPTER ① ～

地域のニュースを お届けします!

JA monthly
news in Oyama

1月10日 田波哲也さん栃木県農業士認定



本店にて報告会が行われました



新たに栃木県農業士が誕生・報告会

J A およまは 1月10日、2022年度栃木県農業士に小山市内の田波哲也さんが認定されたことについて、本店で報告会を行いました。

同市でイチゴ生産者への農業士の認定は、2015年度以来となります。

田波さんは、イチゴを主体に水稲などの複合経営を行います。2023年は「とちおとめ」「スカイベリー」「とちあいか」を合計37⁷作付けします。

田波さんは「農業が持続的に発展していくには若い農業者の育成が大切。これからも農業を次世代につなげていけたらと思う」と抱負を語りました。

1月12日 梨「幸水」剪定講習会



部会員、関係者ら46人が参加しました

梨「豊水」剪定講習会

J A およま梨部会は1月12日、桑、小山、間々田の3ヶ所のは場で梨「豊水」の剪定講習会を開きました。部会員や関係者ら46人が参加しました。栃木県下都賀農業振興事務所の山中佑太技師が品種の特徴と剪定のポイント、注意点を解説しました。

山中技師は①短果枝の取り扱い②発芽の整理③側枝の配置④骨格枝の管理などを説明しました。

神保重治部会長は「ポイントを押さえ、実際に自分のほ場で実践してほしい。皆で勉強して大玉生産に努めていきたい」と呼びかけました。



春レタス現地検討会

1月12日 春レタス現地検討会



3月に向けて生育状況を確認



厳寒期を迎えると、トンネルの開閉作業がポイントとなります。夜間は保温し、日中は高温にならない管理をします。

関敦部会長は「現地を見て今後の出荷の参考にして、3月に向けて管理をしっかりと行っ



ました。

JAおやまレタス部会は1月12日、管内のほ場2カ所で2023年産春レタスの現地検討会を開きました。部会役員、関係者ら25人が参加し、レタスの生育状況を確認しました。

大賞を受賞した 柿木芳里さん



栃木県産米「とちぎの星」
食味コンテスト大賞受賞



米「とちぎの星」 食味コンテスト大賞 受賞

JAおやま理事の柿木芳里さんは、12月13日に行われた栃木県産米のオリジナル品種「とちぎの星」の食味コンテストで大賞を受賞しました。

同コンテストは、とちぎ農産物マーケティング協会が品質やブランド力を高めて需要拡大につなげようと企画されました。

柿木さんはJA管内の絹地区に住み、米やビール大麦、小麦、ヤマトイモなどを栽培しています。

柿木さん「受賞はうれしく、認めてもらい励みになる。広くみんなに食べてもらえたらうれしい。これからも丁寧な管理を続けていきたい」と語りました。

1月18日 JAおやま女性会懇談会



女性会会員、常勤役員27人が参加



女性会 常勤役員との懇談会

JAおやま女性会は1月18日、本店で常勤役員との懇談会を開きました。女性会会員と常勤役員ら合わせて27人が参加。女性会の活性化に向け、各支部の活動と今後の組織の在り方について意見を交わしました。

渡邊文雄組合長は「女性会会員の意見を取り入れ、より良いJAをつくるとともに、女性会の活動をバックアップしていきたい」とあいさつしました。

女性会の倉持晶子会長は「常勤役員との意見交換の場は大切。議題以外にも意見を出して活性化につなげたい」と話しました。

LIVE TOPICS

～ CHAPTER ② ～

地域のニュースを お届けします！

JA monthly
news in Oyama

1月20日 東部集出荷所



規格の確認をする
部会員や関係者



「ほしい」と話しました。
市場関係者は「春トマトは色が薄くなる傾向があるが、JAおやま産は赤くてしっかりしたトマトであるため消費者から評価を得ている。今後も栽培管理を徹底して引き続き高品質のトマトを出荷してほしい」と話しました。



JAおやま東部トマト部会は1月20日、東部集出荷所で目ざろえ会を開きました。部会員や関係者ら40人が規格を確認しました。その後、現地検討会も行いました。
篠田安彦部会長は「有利販売につながるように色をしっかり揃えて、JAおやま産のトマトのブランド化に努めてほしい」と話しました。

春トマト目ざろえ会

1月24日 国分寺・石橋地区



担い手農家への訪問活動



国分寺地区でネギを主力に栽培している吉田進さんは「専門的な指導員の育成強化・配属をし、新たな資材や農薬の情報を提供してほしい」と話しました。
具や使わなくなった農業資材などを販売してみようか」と提案しました。



JAおやまは1月24日、渡邊文雄組合長をはじめ常勤役員、営農支援センター長らによる担い手農家への訪問活動を行いました。
石橋地区で北部キュウリ部会副部会長を務める毛塚申策さんは「フリーマーケットのアプリなどを利用して農家に眠る農機

担い手農家訪問

日光特別栽培米研究会が 生井っ子プロジェクトを視察



J A おやま生井っ子プロジェクトは1月24日、旧生井支店でJ A かみつがの日光特別栽培米研究会の視察受け入れを行いました。

同研究会より地域に根差した特別栽培米の運営の仕方などを知りたいと要請があり受け入れました。

池貝孝雄会長は「農薬使用・化学肥料（窒素成分）5割減で栽培している生井っ子の品質を高水準に維持して栽培することは難しいがメンバーで食味を重視して試行錯誤しながら認定などを受け、消費者の方にも好評を得ていることがうれしく、励みになる」と話しました。

1月24日 旧生井支店



日光特別栽培米研究会による
生井っ子プロジェクト視察



下野支店 起工式



J A おやまは2023年12月の完成を目指し、下野支店新築工事の地鎮祭（起工式）を1月26日、下野市内の建設予定地で行いました。

地鎮祭には、J A 役員や工事関係者ら約30人が参加しました。くわ入れの儀をJ A の渡邊文雄組合長が行い、関係者が玉串をささげ、これから始まる工事の安全を祈願しました。

第2期再編の最終店舗となる下野支店は、下野市の笹原に国分寺支店・石橋支店が統合します。

1月26日 下野市



下野支店新築工事の地鎮祭

渡邊組合長は「組合員をはじめ、地域の皆さまに喜んでもらえる店舗になるよう期待する」とあいさつしました。

小中学校へ管内産イチゴを贈呈

J A おやまは小山市、下野市、野木町と県立国分寺特別支援学校の児童・生徒約2万1100人に学校給食用に、地元産のイチゴ「とちあいか」を贈呈しました。

J A 共済地域貢献活動の一環。J A が地元産の特産品を学校給食として児童・生徒に提供することで、食への関心、食を支える農業の役割を感じてもらえることが目的です。

渡邊組合長は「地元でおいしいイチゴが取れることを知り、将来、農業関係の仕事に就いてもらえればと思う」と期待を寄せました。

1月17日 下野市



1月17日 栃木県立
国分寺特別支援学校



1月30日 小山市



1月27日 野木町



知って
おきたい!



消費税インボイス制度

2023(令和5)年10月1日からインボイス制度(適格請求書等保存方式)がスタートします。

「インボイス? 聞いたことはあるけど、中身はよく知らない……」という方もいらっしゃるかもしれません。インボイス制度の仕組みや農家への影響、さらには備えるべきポイントなどを紹介します。

監修: JA全中・JAまちづくり情報センター 顧問税理士 ● 柴原 一 イラスト: 出口由加子

インボイス制度のポイント

- 1 インボイスとは、適用税率や消費税率などの正確な情報を記載した書類やデータのこと。
- 2 2023年10月から原則課税方式により消費税を申告している事業者が仕入税額控除(売り上げにかかった消費税額から仕入れにかかった消費税額を差し引いて納税すること)を行うためには、原則として仕入れ先からインボイス(適格請求書)を発行してもらい、保存しておく必要がある。
- 3 インボイスは税務署長の登録を受けた課税事業者へのみ発行が可能。
- 4 今回の制度変更によって生じる免税事業者への影響を考慮して、経過措置が設けられている。

インボイス制度とは?

インボイス制度では、原則課税方式により消費税を申告している課税事業者はインボイス(適格請求書)を用いて、仕入れ時にかかった消費税額を差し引いて消費税を申告・納税することになります。

これまで売り上げ1000万円以下で消費税を申告する必要がなかった免税事業者も取引先からの求めがあれば、税務署に申請して適格請求書発行事業者(課税事業者)となることを検討する必要があります。

インボイス制度の農家への影響とは?

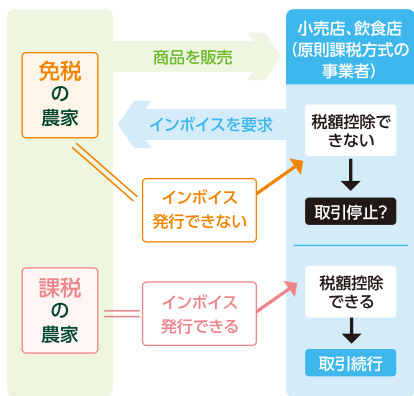
売り上げ1000万円以下の免税事業者は課税事業者となり、税務署に登録申請書を出して適格請求書発行事業者になるか、現状の免税事業者を維持するかを選択しなければなりません。双方のケースの留意点について紹介しましょう。

① 適格請求書発行事業者になる場合

これまで税務申告は所得税のみで済んでいましたが、適格請求書発行事業者になると、消費税申告も必要となるため実質的に収入が減少します。また、原則課税の場合には、免税事業者である他の農家に作業委託したり、免税事業者である業者から仕入れたりした場合は、原則としてその請求額から消費税を控除できない(経過措置あり)ため、その自己負担分をどうするか検討する必要があります。

② 免税事業者を維持する場合

消費税の申告が不要なので事務負担を軽減できます。その一方で、販売先の小売店・飲食店(課税事業者)からインボイスを求められても発行できないので、今後の取引に影響が出る可能性があります。



インボイスの発行について

インボイスとは、消費税の税率が複数存在する中、売り手から買い手に対する適用税率や消費税額などの正確な情報を記載した書類やデータのことです。適格請求書発行事業者にならないと発行できません。ただし、次のような場合は発行不要です。

- 買い手が事業者以外の個人の場合
 - 買い手が免税事業者である場合
 - 買い手が簡易課税事業者であっても、インボイスの発行を求めている場合
- もちろんこれらは販売時には判別できません。そこで、できるだけインボイスを発行できる体制を整えておくことが必要でしょう。インボイスの発行に際しては、従来の請求書に次の2点の事項を追加しなくてはなりません。
- 適格請求書発行事業者の登録番号
 - 商品ごとの適用税率と消費税額

【従来の区分記載請求書】

請求書	
◆様	○年○月○日
●●農園	
化粧箱 1個	550円
果物(※) 1袋	3,240円
	3,790円
	(10%対象 550円)
	(8%対象 3,240円)
※印は軽減税率対象品目	

【インボイス】

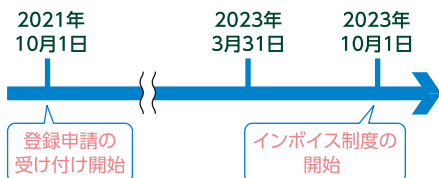
請求書	
◆様	○年○月○日
●●農園	
登録番号△△△△	
化粧箱 1個	550円
果物(※) 1袋	3,240円
	3,790円
	(10%対象 550円 内消費税50円)
	(8%対象 3,240円 内消費税240円)
※印は軽減税率対象品目	

税率ごとの消費税額

適格請求書発行事業者の登録番号

《登録申請のスケジュール》

2023(令和5)年10月1日から登録を受けるためには、原則として**2023(令和5)年3月31日**までに登録申請手続きを行う必要がありました、4月以降も受け付けられます。



※免税事業者の方は経過措置により、2029(令和11)年9月30日までの間は、年の途中からでも適格請求書発行事業者になることができます。

《消費税の納税額》

例えば… 年間売り上げ 600万円

仕入れなどで年間30万円の消費税を払っていると… $600万円 - 30万円 = 30万円$ (納税額)

緩和措置 売り上げにかかる消費税のうち一律2割納めればよい $600万円 \times 20\% = 120万円$ (納税額)

当面の措置として負担緩和策が導入されます

インボイス制度の導入に際して、円滑な制度の実施や小規模事業者の負担軽減のために緩和措置が設けられることになりました。具体的には、売り上げ1000万円以下の事業者が「適格請求書発行事業者」になった場合、制度実施後の3年間は仕入れなどで払った消費税額がいくらであらうと、売り上げにかかると、消費税額のうち、一律で2割だけを納めればよいことになりました。また、年間売り上げ1億円以下の事業者への負担緩和措置も導入。2023年10月から6年間は1万円未満の仕入れについてはインボイスがなくても仕入税額控除が可能となりました。

インボイス制度で変わること(販売時・仕入れ時)

【販売時】農作物を販売する場合



■買い手から直接インボイスを求められるケースが増加

原則課税による課税事業者である小売店や飲食店などに直接販売している場合には、先方からインボイスの発行を求められることになります。ただし、免税事業者の場合はインボイスを発行できないため、今後の取引が不利になることに留意する必要があります。

※令和5年度税制改正大綱によると、基準期間における課税売上高が1億円以下である事業者は、インボイス制度の施行から6年間、1万円未満の課税仕入について、インボイスの保存がなくとも帳簿のみで、仕入税額控除が可能になる予定です。

【購入時】農業用資材や農業機械などを購入する場合

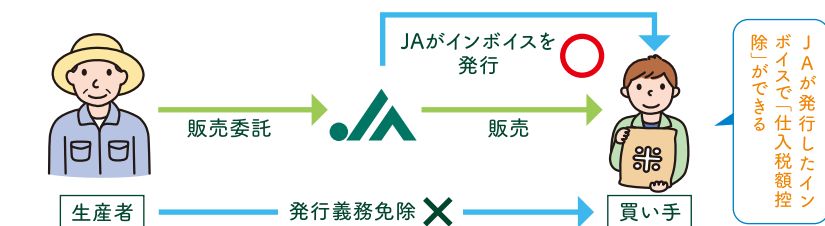


■生産者(原則課税による課税事業者)は仕入れ時にインボイス発行を依頼します

原則課税による課税事業者になった生産者が農業用資材や農業機械などを購入し、それらを仕入税額控除の対象とするには、仕入れ先にインボイスの発行を求めるようにしてください。

インボイス交付が免除される特例があります!

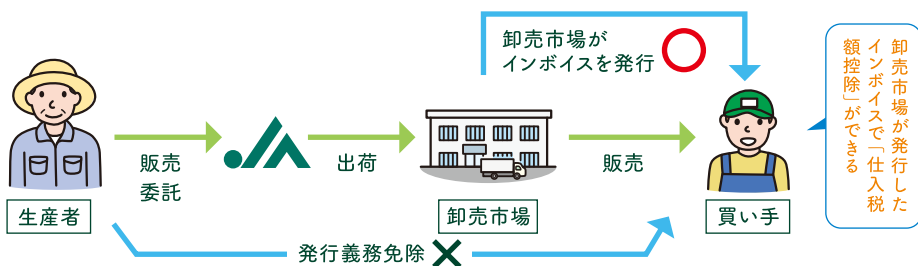
【農協特例】JAに販売委託する場合



組合員である生産者の農産物をJAが無条件委託方式で販売し、その代金を共同計算方式により精算する場合には、生産者はインボイス発行義務が免除されます。この場合、買い手である小売店や飲食店などはJAが発行する書類により仕入税額控除が可能になるため、生産者が適格請求書発行事業者か否かは関係ありません。

※JA直売所で販売委託する場合は、生産者が適格請求書発行事業者ならJAが生産者に代わりインボイスを発行し、買い手である小売店や飲食店などに交付することができます(媒介者交付特例)。

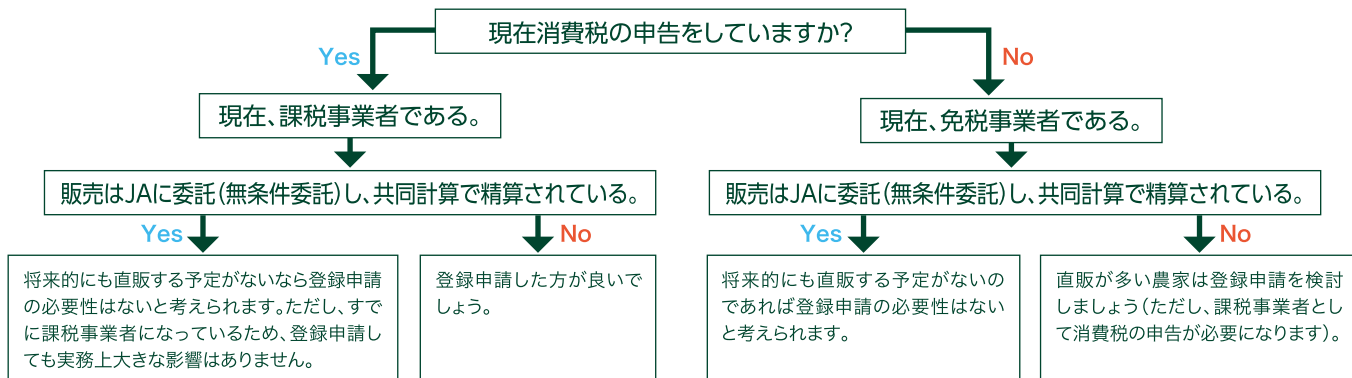
【卸売市場特例】JAに販売委託した農産物を卸売市場に出荷する場合



生産者がJAに販売委託した野菜などの農産物を卸売市場に出荷して販売する場合も、生産者はインボイスの交付義務が免除されます。卸売業者などの買い手は卸売市場が発行する適格請求書で仕入税額控除を行うため、生産者が適格請求書発行事業者か否かは関係ありません。

インボイスフローチャート

今後の登録申請に当たり、以下を検討しましょう





営農経済便り

たまねぎの栽培管理

たまねぎは、冬越しさせて育てる野菜です。良い苗作りが基本。
大苗で越冬すると春にとう立ちするため、適正な苗を育てて晩秋に定植をすれば寒さ対策も必要なく、育てやすい野菜です。

西部集出荷所
福田 英喜



2月からの管理



1 追肥

- ・過剰施肥に注意し、天候やほ場の状態、生育状況を見ながら追肥する。
- ・追肥する場合、肥料の効果を出すには適度な水分が必要。降雨前後が効果的。

早晚性	時 期	追 肥 量
早生種	2月中旬	1回に窒素成分で 4～5kg/10aが目安
中晩生種	2月上旬、3月上旬	



2 除草

- ・雑草の生育が緩慢な厳寒期は手取り除草が基本。ほ場の見回りは重要！
- ・2月中旬から、茎葉処理型除草剤を散布する。高温に注意する。
例) アクチノール乳剤、ナブ乳剤
- ・除草剤を使用する場合は、適期(雑草が大きくなる前)に散布する。
- ・3月、気温が上昇し、雑草の伸びが早くなるころは、ほ場をよく見回る。



3 病虫害対策

- ・これから春先にかけて、べと病、白色疫病、灰色腐敗病等の発生が懸念されるので適宜防除を実施する。追肥と防除はセットで実施！
- ・発病株は春先の感染を防ぐため、発見次第抜き取りほ場外へ持ち出し、適正に処分する。

べと病対策

3月中旬～下旬頃、予防・治療効果のある薬剤を2回散布する。



〈リドミルゴールドMZ〉
希釈倍率 500～1,000 倍



〈ナレート水和剤〉
希釈倍率 800 倍

アザミウマ類対策

春先(平均気温 10℃頃)から活動を始めるので注意。発生初期の防除に努め、ローテーション散布を心がける。



〈ファインセーブフロアブル〉
希釈倍率 1,000～2,000 倍



〈モスピラン顆粒水溶剤〉
希釈倍率 2,000 倍

農業浪漫

N O G Y O R O M A N



前田幸秀さん (59歳)

大谷南地区

生産品目: レタス・ナス・水稲

みずみずしいレタスに育つように

JAおやま管内でもレタスの栽培が盛んになり、今の時期はほ場で収穫されたばかりのみずみずしいレタスがコンテナに詰め込まれる光景が目に入ります。当JAは、レタス部会の部会員86人が年間約100畝で栽培し、3,000トンのレタスを出荷する県内一のレタス産地です。出荷時期は春(2~5月)と秋(10~12月)。「トリガー」「クールガイ」「春P」などの品種を栽培しています。レタス栽培は、昭和34年ごろ、間々田地区で始まり、全面マルチ、移植機、包装機械などが普及すると共に作付けが拡大、消費者や市場から高い評価を得ています。

大谷南地区の前田幸秀さんは、サラリーマンを経て23歳の時に就農しました。レタス作りを始めて約36年になります。現在、春レタス・ナス・秋レタス・水稲などを奥さんと2人で生産しています。

春レタスは寒暖差が大きい時期でトンネル栽培が7割を占めます。トンネル内の温度差が小さくなるように開閉のタイミングや時間などに気を配り、歯ざわりの良さ、味にこ



だわり、品質の良い物をコンスタントに2月から5月いっぱいまで県内や京浜方面に出荷されます。

幸秀さんはレタス作りの中で「苗作り」が要と話します。病気が出ないように農薬散布を行い、光合成能力を高くして、水管理などを徹底し、みずみずしくツヤと張りのあるレタスに育つようにします。また、土作りも大切だと。肥沃な土地にし、水はけも良く、水持ちも良いバランスが取れた土がレタス栽培には適しています。

幸秀さんは2023年度からレタス部会の部会長を務めています。「肥料や資材高騰の中、経営状況は厳しく、高齢化も進んでいるが部会員を増やし、作付面積を増やしてレタス部会を活発にしていきたい」と話します。

農業の魅力を「いいものが出来ればうれしく、自然と共存していくことがおもしろい」と話します。「農業は自然が相手。あまり深く考え過ぎず、周りの仲間や先輩方と話をし、情報交換し、自分が求めている、食味が良く、おいしい農産物を栽培することが楽しい」と笑顔で語ります。

今後、幸秀さんは「共に農業を盛り立ててくれる仲間が一人でも増えてくれればうれしい」と目標を語ります。



チェック
ポイント



キウイフルーツのプロフィール
【分類】マタタビ科マタタビ属
【原産地】中国南部
【おいしい時期(旬)】12～4月ごろ(国産)
【主な栄養成分】ビタミンC、食物繊維、
カリウム、アクチニジンなど

イラスト：KAORU

野菜ソムリエ 上級プロKAORUの

フルーツ パラダイス

イラスト：小林裕美子

キウイフルーツ

～1個で1日分のビタミンC～

選び方

傷やしわがない
産毛が均一で
密に付いている

丸みを帯びた
楕円(だえん)形で
ずっしりとした重さ

食べ頃

軸の部分(頭とお尻)
を指で押したとき
弾力を感じ、指が少し
沈むくらい

変色
部分的に柔らかいと
傷んでいるかも……

NG

キウイフルーツのチカラ

ビタミンC

美肌づくりや老化予
防、生活習慣病予防、
風邪予防に



アクチニジン

胃もたれ予防に肉を
柔らかくする作用があ
り、肉・魚料理と一緒
に取ると消化を促進



食物繊維

便秘解消や
肥満予防に



カリウム

高血圧予防や
むくみ改善に



キウイフルーツのいろいろ

ヘイワード

グリーンキウイの主流品種。甘味と酸味のバラン
スが良く、爽やかな味わい。国内産は11～5月ごろに
出回る



ゼスプリゴールド

愛媛県や佐賀県などで栽培のゴールドキウイ
ともいわれる。酸味が穏やかで甘味が強く、滑
らかな舌触り



レインボーレッド

黄緑色の果肉の中央に赤い色素が入るのが
特徴。酸味が穏やかで甘味が強い



香緑(こうりょく)

「ヘイワード」の自然交雑から誕生の香川県、山梨県、
静岡県などで栽培の酸味が少なく、糖度が高い



さぬきゴールド

香川県で誕生の生産量が少ない希少品種。
濃厚な甘さで風味も豊か



アップルキウイ

静岡県などで栽培の品種名は「魁蜜(か
いみつ)」のジューシーで甘味が強く酸味は
少なめの産毛がなく果皮がむきやすい



ベビーキウイ

学校給食などで人気のミニキウイの香川県産
「香輝(こうすい)」も注目のミニキウイ品種



楽しみ方・食べ方のコツ

軸の取り方

端にナイフを入ると堅い軸で止まる。
そのまま一回り切り込みを入れ、へたをく
るっと回すと簡単に取り除けるよ



いろいろな食べ方

スライスしてサラダに

つぶしてソースや
ドレッシングに

そのまま生で



栄養を無駄なく
摂取できおなかめ!



スムージーに

保存方法

冷蔵保存

キウイフルーツから出る
エチレンガスが他の食
材に影響するかも……
新聞紙やキッチンペーパーで1つずつ包み、
まとめてポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室へ



ポリ袋の口はしっ
かり縛ってね

冷凍保存

重ならない
ようにね



食べやすい大きさにカットしてラップ
で包み、保存袋に入れて冷凍庫へ

追熟

でんぷんが糖化し
甘さが増すよ

風通しが良く、直射
日光の当たらない
場所で常温保存



キウイフルーツのヒミツ

歴史

原産
中国南部



別名「チャイニーズ・グーズベリー」
ニュージーランドに持ち込まれ、
品種改良

日本への伝来

1960年代
栽培しやすく、
国内生産が広まる

名の由来

ニュージーランドの国鳥
「kiwi」(キウイ)に似ている
から



3月のおすすめレシピ

洋風天ぷら
ウルのサラダ



洋風天ぷら

材料（4人分）



材料（4人分）

干し芋	60g
ソラマメ	12粒
干し柿	1個
揚げ衣	
天ぷら粉	80g
パルメザンチーズ	10g
炭酸水	140ml
サラダ油	適宜
薄力粉	適宜
ハーブソルト（市販品）	適宜

作り方

- (1) 干し芋は縦に4等分にする。ソラマメは皮をむき、干し柿は4等分にする。
- (2) 揚げ衣の材料を、ボウルで滑らかになるまで混ぜ合わせる。
- (3) (1) に薄力粉を薄くまぶし、(2) の揚げ衣を付ける。
- (4) サラダ油を180度に熱し、(3) の材料を順に揚げていく。
- (5) 器に彩り良く盛り付けてハーブソルトを振り、チャービル（材料外）を飾り出来上がり。



ウルのサラダ

材料（2人前）



材料（2人分）

ウルイ	120g
ミニトマト	2個
漬けだし汁	
かつおだし	150ml
薄口しょうゆ	10ml
みりん	10ml
塩	少々
オリーブ油（エクストラバージン）	適宜
ミモレット	適宜

作り方

- (1) ウルイは元、中、先で3等分にする。ミニトマトは湯むきをしておく。
- (2) 漬けだし汁の材料を鍋で沸かし、冷ましておく。
- (3) 鍋に湯を沸かし(1) のウルイをゆで※、冷水に落とし、水気を切っておく。
※ウルイは元、中、先でゆでる時間を変える。
- (4) (3) と湯むきした(1) のミニトマトを、(2) に2時間ほど漬けておく。
- (5) 器に(4) を盛り付け、漬けだし汁を流し、上からオリーブ油、すりおろしたミモレットを順にかけて出来上がり。



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



美味しく手軽に栄養満点



エーコープの



『さば缶』を召し上がれ

★★★
さば缶
レシピ

栄養が豊富で健康に良く、いつでも手軽に食べられるさば缶！
エーコープのさば缶は国産のサバを使用。健康のために必要なDHAやEPA、ビタミンDなどの栄養素がさば缶で摂取できます。
緑黄色野菜や海藻類、豆類などをさば缶と組み合わせてアレンジをして、美味しく栄養を摂り入れましょう♪

さば水煮缶の 炊き込みご飯

材料 (2合分)

「A コープさば水煮」缶 …… 1 缶
「めんつゆ (3倍濃縮)」 …… 50 ml
米 …… 2 合
油揚げ (千切り) …… 1/2 枚
ごぼう (ささがき) …… 1/2 本
にんじん (千切り) …… 1/2 本
しめじ (ほぐす) …… 1/2 株
大豆 (水煮) 缶 …… 1/2 缶
サラダ油 …… 大さじ 1
砂糖 …… 大さじ 1
小ねぎ …… 適量
ごま …… 適量

作り方



調理例

- ① 米を研ぎ、吸水させる。
- ② ①の水気を切り、お釜に入れ「めんつゆ 3 倍濃縮」、サラダ油、砂糖、「A コープさば水煮」缶の汁を入れ、2 合の目盛りに合わせるように水を加え、ひと混ぜする。
- ③ ②の上に油揚げ、ごぼう、にんじん、しめじ、大豆、「A コープさば水煮」缶の身をのせる。
- ④ 炊き込み、または普通モードで炊く。
- ⑤ 炊き上がったら、さばの身をほぐすように混ぜ、最後に小ねぎ、ごまをちらす。
- ⑥ お好みで生姜の千切りを加えると、よりさっぱりと召し上がれます。

調理時間
15 分

※吸水・炊き込み時間は除く

好評
発売中



さば水煮 (190 g)

200 円 (税込)



さばみそ煮 (190 g)

200 円 (税込)

※ J A おやまの直売所 (グリーンセンター・のぎ松原大橋・よらっせ桑・国分寺・四季彩) で取り扱いしています。数量には限りがございますのでご了承ください。

身長が縮み、背中も丸くなる骨粗しょう症

健康科学アドバイザー●福田千晶

骨粗しょう症は更年期以降の女性に多く見られ、全身の骨がもろくなり、骨折しやすくなる病気です。転倒時に骨折するだけでなく、重い物を持ち上げる、尻もちをつく、寝ている姿勢から起き上がるなどの動作で背骨を圧迫骨折したり、激しいせきやくしゃみで肋骨（ろっこつ）骨折をすることもあります。

骨粗しょう症になると、骨に微細な骨折が生じ背中や腰などに痛みが現れる人もいます。さらに、骨粗しょう症が原因の腰痛や骨折の治療のため、長期間寝ているうちに全身の機能が低下して、寝たきりになることもあり得ます。

その上、骨粗しょう症になると徐々に身長が縮んだり、背中が丸くなり、外見的な姿勢やスタイルへの影響も気になるでしょう。

骨密度の測定方法にはいろいろありますので、50歳くらいからは骨密度の検査を受けて、自分の骨の状態を知っておくことをお勧めします。もし、骨粗しょう症と診断されたら、いろいろな効果的な治療法があります。

骨粗しょう症の予防のためには、食事と運動が大切です。食事はカルシウムが不足しないように心がけます。牛乳など乳製品には吸収されやすいカルシウムが豊富に含まれています。農作物でも小松菜や水菜、シュンギクなどの緑黄色野菜や豆腐などの大豆製品からもカルシウムを摂取できます。カルシウムの吸収を良くするビタミンD、骨へのカルシウムの取り入れを助けるビタミンKも不足しないように摂取しましょう。バランスの良い食生活を継続することが予防につながります。



運動は、骨に着地の刺激が伝わるウォーキングやジョギング、縄跳びなどがお勧めです。腕に刺激が加わるダンベル使用の運動や筋力トレーニングも効果的です。加齢も原因になる骨粗しょう症ですが、他の病気と同様に予防、早期発見、早期治療が大切なのです。

知っておきたいマナー集

卒業式のマナー

和文化講師●滝井ひかる

日本では卒業式シーズン。3月は街中で袴（はかま）姿の学生をちらほら見かけます。

明治時代、袴は女子学生の制服だったため、今でもその名残で卒業式にはよく着られます。成人式の振り袖に袴を合わせる方も多いのではないのでしょうか。

振り袖は未婚女性の第1礼装。袴を合わせずに、振り袖のみで卒業式に出ても構いません。椅子に座るときは、袖を膝に重ねて折り畳むようにして、袖が床に付かないようにしましょう。階段の上り下り、トイレなどでも同じです。一時的に折り畳んで留めておける着物クリップがあると便利です。なければ洗濯挟みや文具のダブルクリップで代用しましょう。

また、手を挙げたときなどに袖口から肘や二の腕がのぞかないよう、もう片方の手で袖口を押さえます。

袴の足元が草履なら、足袋と足の境目が見えないようにくるぶしの長さで袴を着付けます。フォーマルでは5cm前後の高さがある草履を履きます。ブーツの場合は少し短めに袴を着付けます。

参列する保護者の方が和装の場合は、訪問着、付け下げ、紋付きの色無地といった準礼装・略礼装を着ます。あくまで主役は学生本人ですので、保護者は落ち着いた色合いや意匠を選びましょう。



ちなみに保護者の方が洋装の場合は、フォーマルスーツ、ワンピース、最近ではパンツスーツでも良いとされています。卒業式には黒、グレー、ネイビーなど控えめな色がお勧めです。一方で入学式は少し明るい色を取り入れてもいいでしょう。卒業式は別れと門出の大切な節目。身だしなみを整えて先生や友人への感謝の気持ちを表しましょう。

知りタイガーの JA 虎の巻

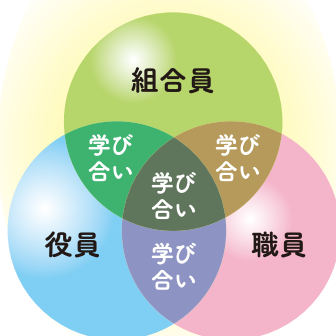
第29回
JA全国大会決議
JAグループの実践

【今回のテーマ】



JAグループで進めている「協同組合としての役割発揮を支える人づくり」ってどういった取り組みなの？

組合員と役職員の学びあい (イメージ)



学びと実践のPDCA (イメージ)



地域の少子・高齢化やJA組合員の世代交代など、組合員や地域住民の営農・くらしを取り巻く課題に対し、組合員と役職員が共に学びあい、実践を通じて解決していくことができる力を身につけていく取り組みです。



組合員教育に関しては、次世代組合員リーダーの育成にむけた組合員大学の全国普及を重点に取り組みます。職員教育に関しては、JAで働くうえでの基盤となる協同組合精神、すなわち助け合いの心を養成したうえで、組合員組織の活性化に不可欠なコミュニケーション能力の向上をはかります。役員教育であっても学び続けることが必要であり、新たにJA経営ビジョンセミナーをスタートします。県域・全国連は、JAの取り組みを効果的・効率的にするための機会づくりや、実効性ある組合員・役職員教育をすすめるための体制整備の支援などに取り組みます。



耕そう、大地と地域の未来。

【お天気カレンダー】

ライオンの季節

気象予報士 ● 檜山 靖洋

子どもの頃の学校の帰り道、道端の綿毛をふーっと飛ばして、よく遊びました。早春から咲きだすタンポポの話です。タンポポの花や綿毛の様子を思い出すことは簡単だと思いますが、葉の形は思い出せますか？ギザギザしていると答えられれば大正解です。この葉の形がライオンの歯に似ていることから、タンポポの英語名は、ライオンの歯を意味する「ダンデライオン」といいます。

英国の天気のことわざで、「3月はライオンのようにやって来て、子羊のように去る」というものがあります。低気圧が発達し、風が強まり荒れた天気となることが多い時期ですが、嵐が過ぎ去った後は、穏やかな春の日差しが降り注ぎます。

3月はライオンの季節です。何かと忙しい年度末ですが、「獅子奮迅」の働きで頑張りましょう。



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。



みんなの広場



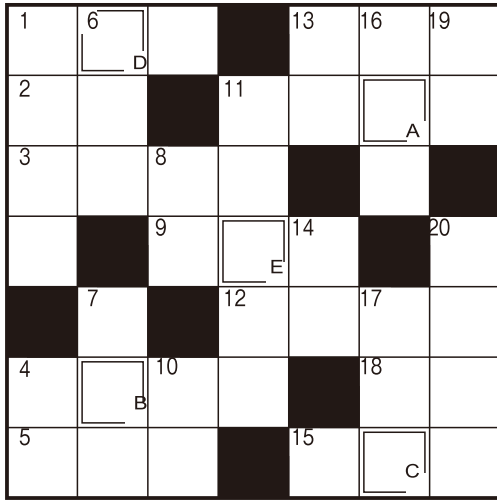
お便りコーナー

パズル頭の体操

Q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？ 出題ニッポリ

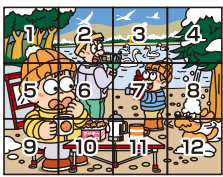
ココのカギ

- 1 暑さ寒さも——まで
- 2 佐渡、淡路、隠岐といえは
- 3 多くの受験生が解くもの
- 4 数学ではxやyで表すことが多い
- 5 ツクシはこの植物の胞子茎です
- 9 飛行機が飛び立つこと
- 11 薄く切ったもの。——チーズ
- 12 山下公園や中華街があります
- 13 卒業式で『——の光』を歌った
- 15 イルカのヒット曲『——雪』
- 18 衣服に付いている、洗濯表示などが載っている部分



回答欄	A	B	C	D	E

先月号クイズの答え



- 1 帽子のポンポンの大きさが違う
- 3 煙突から煙が出ている
- 5 テントの窓の形が違う
- 8 犬の頭の上に乘った
- 9 雪の量が違う
- 10 カップの絵が変わっている

タテのカギ

- 1 ひな人形に供える餅入試のときはケアレスーに
- 4 ぐっと辛抱すること
- 6 ウドの生産量が日本一の、北関東にある県
- 7 跳ね上げたひげが特徴的なス
- 8 ペインの画家
- 10 石が細かく砕けたもの
- 11 雪解けで川の——が増えた
- 13 つくのはうそ、吹くのは
- 14 中華がゆなどにのせる赤い実
- 16 スタッドレスからノーマルに
- 17 替えようかな
- 2019 宿屋のこと。漢字では旅籠と

お便りコーナー

●農業関連の情報収集の一つとして読ませていただいています。
(浩トマトさん・61歳)

●フルーツパラダイスは凄く参考になる。おいしそうでかわいいイラストも見やすいし楽しい。良い情報です。
(T・Hさん・69歳)

●毎号楽しみにしているのが「おすすめレシピ」永井先生のおしゃれな一品料理です。身近な食材なのに、カフェの前菜になるのが感動物です。レシピ集を作って大事にしています。
(ヌマちゃんさん・67歳)

●今回は大好きな数独のクイズ。楽しみのひとつです。
(いちご大好きさん・43歳)

●まちがいさがし毎回楽しみにしています。
(キンタさん・70歳)



●編みたくさんのお便りありがとうございます。多くの方から楽しみにしていただいているとお声をいただけてうれしく思っております。今後も皆さまに楽しんでいただき、ためになるような情報をお届けできるようにしたいと思っております。お便りも楽しみにお待ちしております。

テーマ投稿 お便り募集中

「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。

掲載させていただいた方全員に Q&Q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

2023年4月号「お花見のお供は」

締切 3月10日(金)

2023年5月号「ストレス解消法」

締切 4月10日(月)

★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「お便り」

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

送付先

〒323-0034 小山市神鳥谷1-111-32

JAおやま「ぐりんぴあ」編集部

FAX 0285-2513159

Eメール pia@jaoyama.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。

編集後記

「三寒四温(さんかんしおん)」の言葉の通り、温かさと寒さが繰り返される日々が続いておりますが、少しずつ春を感じる日も多くなってきました。3月21日は、昼と夜の長さが同じになる春分の日です。これから一段と日が長くなり、本格的な春になりますね。🌸🌸(C.Y.)

令和6年度採用(大学・短大)第1回 JA おやま説明会の開催について

- ①日 時 令和5年3月11日(土) 午前10時～正午
- ②場 所 小山農業協同組合 本店3階 鳳凰の間
〒323-0034 小山市神鳥谷 1-11-32
- ③申込方法 マイナビ 2024「JAグループ栃木」から事前に申し込みしてください。
または電話、Eメールでも受付しています。
企画管理部 人事課 ☎0285-25-3072 Eメール jinji@ja-oyama.or.jp
※質問等がある場合は、ご記入(お伝え)下さい。
- ④必要事項 氏名・住所・学校名・連絡先電話番号
- ⑤受付時間 令和5年3月1日(水)～3月10日(金)
- ⑥持 ち 物 筆記用具、応募票(当組合ホームページよりダウンロードして下さい。)

※その他ご不明の点につきましては、人事課までお問い合わせ下さい。

令和6年度小山農業協同組合職員募集のご案内

- 採用予定者 金融・共済・購買・販売・営農指導 等 20名
- 応募資格 総合職
 - ・原則、令和6年3月に大学、短大(2年生以上の各種専門学校を含む、以下同じ)、高校卒業見込みの者
 - ・その他 普通自動車運転免許取得者(取得見込含む)
- 出願手続 提出書類

▶大卒・短大卒・専門卒	▶高校卒
・履歴書(写真貼付) 1通	・履歴書(写真貼付) 1通
・卒業見込証明書または卒業証明書 1通	・調査書 1通
・成績証明書 1通	・受験票用写真(縦4cm×横3cm) 1枚
・エントリーシート 1通	
(当JAホームページよりダウンロードして下さい。)	
・受験票用写真(縦4cm×横3cm) 1枚	

※写真は、直近3カ月以内に撮影したもので、裏面には必ず撮影年月日、氏名を記入してください。
 ※現住所と帰省先が異なる場合は、電話番号を含め両方を記入し、受験票等送付先住所を指定してください。
 ※申込受付後に受験票と採用試験開催案内を送付致します。

- 応募受付期間 ▶大卒・短大卒・専門卒 令和5年3月13日(月)～3月22日(水) 必着
▶高校卒 令和5年9月4日(月)～9月11日(月) 必着
- 書類提出先 小山農業協同組合 本店 企画管理部 人事課 〒323-0034 小山市神鳥谷 1-11-32
- 応募方法 郵送または持参してください。
- 採用試験
 - ・筆記試験
 - ▶大卒・短大卒・専門卒 令和5年3月30日(木)
 - ▶高校卒 令和5年9月21日(木)
 - ・面接試験
筆記試験合格者に対して、後日面接試験を実施する

お問い合わせ先

企画管理部人事課
☎0285-25-3072

ホームページ

<https://www.ja-oyama.or.jp/>

令和5年度 大口利用農家対策の実施について

今年度も地域農業の担い手となる専業的大型農家の育成とニーズに応えるため、下記の通り実施いたします。

1. 対象基準

- ①前年の肥料年間購入金額が 20 万円以上を対象とする。
- ②前年の農薬年間購入金額が 20 万円以上を対象とする。

2. 対象期間

令和5年3月1日～令和6年2月29日までの1年間

3. 奨励措置

供給時に都度引き

ランク別	供給金額	奨励基準
ランク 1	20 万円以上 40 万円未満	2.0%
ランク 2	40 万円以上 60 万円未満	2.5%
ランク 3	60 万円以上 80 万円未満	3.0%
ランク 4	80 万円以上100万円未満	3.5%
ランク 5	100 万円以上 200 万円未満	4.0%
ランク 6	200 万円以上 300 万円未満	4.5%
ランク 7	300 万円以上	5.0%

ただし、入札による価格対応の場合については対象外とする。

JAマイカーローンキャンペーン実施中!!

インターネットから簡単事前審査申込!

JAネットマイカーローン



適用期間 2023年1月1日 ▶ 2023年3月31日

変動金利型
(保証料込み)

年 **1.650%** ~ 年 **2.950%**

固定金利型
(保証料込み)

年 **2.290%** ~ 年 **3.290%**

※上記の利率には、年 0.79%の保証料を含みます。

※上記の下限金利は、お借入れ金額 500 万円以上・保証料 0.79%かつ最大金利引下げ幅適用後の利率となります。

金利引下げ条件と金利引下げ幅 (下記 5 項目の中から最大年 1%金利引下げ)

給与振込または
農産物代金振込
年 **1.0%**

JA カード
年 **0.5%**

JA バンクローン
ご利用の方
年 **0.5%**

ネット
バンキング
年 **0.5%**

組合員加入
年 **0.5%**

「JAとのお取引はこれから」というお客様もお気軽にどうぞ。詳しくはお近くのJAにお問い合わせください。

支店再編状況

◆下野支店◆ 令和5年12月完成予定



— 無料相談会を開催します —



税務関係

本店 4月14日(金)

野木支店 4月17日(月)

国分寺支店 4月25日(火)

・税金の様々なお悩みをお気軽にお問合せ下さい。



相続関係

本店
4月10日(月)

・相続(税)の事前相談からお葬式後のお手続きまでお困りのことがあればご相談下さい。

ご予約の申し込みはお近くの支店窓口へ



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>

3月1日(水)
14:00~14:30

3月15日(水)
14:00~14:30

3月29日(水)
14:00~14:30



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!!

理事会だより

第12回理事会(1月23日)

- 3か年計画「初年度の実績と今後の取り組み」について
- 機構の一部改正について
- 取引のリスク評価書の一部改正について
- 理事と組合間の利益相反取引について

ほか

JAの概況(2023年1月末現在)

貯金 1,705億3,090万円
貸出金 304億9,966万円
購買品供給高 39億8,132万円
販売品販売高 75億 985万円
長期共済保有契約高 3,705億8,790万円