

ぐりーんぴあ Green Pia

12

vol. 298

人と自然の調和から新たな創造を



特集

ずっと元気であるために、今日から始めよう
健康長寿のための「食・10カ条」

12月のおすすめレシピ

- ・レンコンと豚バラ肉のオイスターソース炒め
- ・鶏モモ肉と柿、ロメインレタスのサラダ



おやまもん



Instagram



Facebook



X



LINE

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



JAおやまいメージキャラクター
おやまるくん



「キウイフルーツ」

＜分類＞マタタビ科マタタビ属

＜原産地＞中国南部

＜おいしい期間(旬)＞12月～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

＜効能＞美肌づくり、老化予防、生活
習慣病予防、風邪予防、高血圧予防、
むくみ改善など

＜ワンポイント＞キウイフルーツの名前の
由来は、ニュージーランドの国鳥「KIWI
(キウイ)」に似ているから。

食べ頃は、軸の部分(頭とお尻)を指で
押して、弾力を感じ、指が沈むくらいが
GOOD!

13

おすすめレシピ

14

年末大売出し

15

・永山久夫の健康万歳!
・おいしく食べて美しく

16

・なくそう食品ロス
・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

ずっと元気であるために、
今日から始めよう
健康長寿のための「食・10カ条」

10

営農経済便り
ゴボウ

11

農業浪漫

キウイ部会 部会長 神田 賢二さん

12

フルーツパラダイス
ユズ

～日本料理の名脇役～

役員コラム



理事 (区域全域)
営農経済専門委員会

近藤 洋子

理事として選任されまして
3年目を迎えた近藤です。まだ
まだコロナウイルスの影響も終息
していない中、今年の夏は特に猛暑
でした。令和5年産の米の品質
低下や収量の減少など懸念されて
います。農家経営も圧迫されて
した。
支店の再編計画は1月に下野
支店もブランドオーブンとなります。
また、女性理事の2人から3人にと
言う議論も重要な所と思われます。
今後とも、組合員の皆様の御協力と
御理解の程よろしくお願い致します。



理事 (野木)
営農経済専門委員会

小林 剛

野木地区から選出され、2期目と
なる小林です。
地域とJAとのパイプ役として
尽力させて頂いております。
今後ともよろしくお願い致します。
さて、今年の夏はとても厳しい
暑さとなり、作業する私や妻、
そして米も悲鳴をあげていました。
気候にはなかなか頭が上がり
ません(笑)
今年の夏は忙しくさせて頂き、
趣味のキャンプに行けなかったので
冬の仕事の落ちつく頃にスキーに
行きたいと思っています。



TOP NEWS

小山市・野木町・下野市に農業予算要請書提出/ 管内小中学校に新米「とちぎの星」寄贈



10月18日 小山市



11月2日小山市議会

農業予算要請書提出



10月6日 下野市



10月30日 野木町

JAおやまは10月6日下野市役所、10月18日小山市役所、10月30日野木町役場、11月2日小山市議会議長に「農業予算に関する要請書」を提出しました。

要請では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新規就農塾推進協議会の運営費負担
⑤生産資材・燃油・飼料の価格高騰対策
⑥その他農業予算の確保——を呼びかけました。

渡邊文雄組合長は「地域の農業を守るためにも行政と共に生産者の負担を少しでも減らし、将来ある農業へつながるように支援、協力願いたい」と述べました。

管内小中学校に新米「とちぎの星」寄贈



10月30日 野木町



10月18日 小山市



10月12日 下野市

JAおやまは小山市、下野市、野木町の小・中学校49校に、「とちぎの星」の新米約1.8トンを寄贈しました。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、今年で7回目になります。

渡邊文雄組合長が10月18日に小山市役所を訪れ、浅野正富市長に目録を手渡しました。

渡邊組合長は「地元で取れたおいしいお米を食べて、勉強・運動など学校生活を楽しくしてもらいたい。学校給食とともに家庭でもたくさんお米を食べて大きく育ってほしい」と話しました。

LIVE Topics

CHAPTER①

地域のニュースをお届け! JA monthly news

10/3 トルコギキョウ部会 現地検討会

かき

小山花卉園芸組合トルコギキョウ部会は10月3日、小山市、栃木市のほ場4カ所で現地検討会を開きました。猛暑の影響でシロイチモジヨトウが多発していることを受け、生産者は適切な薬剤防除をするなど注意点を共有しました。

今年度初の検討会には、部会員や関係者ら7人が参加しました。猛暑で生育が早いため、収穫時期や病害虫防除の要点などを確認しました。

篠原雅紀部会長の園地では本年度、土壌還元消毒用の資材「エコロジアル」の試験をしました。栃木県下都賀農業振興事務所の寺内信秀係長が、土壌菌密度分析結果を報告しました。

生産者は適切な薬剤防除をするなど注意点を共有した。



東部集出荷所

10/3 秋レタス・サニーレタス 目ぞろえ会

JAおやまレタス部会は10月3日、東部集出荷所で秋レタス、サニーレタス目ぞろえ会を開きました。部会員ら約60人が参加し、販売情勢や出荷規格を確認しました。

レタスは根本を持ち、下に垂れ下がった外葉は全て除去。土、砂、汚れなどをきれいに拭き取ることなどを申し合わせました。

栃木県下都賀農業振興事務所は「害虫は早期発見・早期防除を心がけること。生育ステージに合わせて対策をしてほしい」と呼びかけました。

前田幸秀部会長は「猛暑により害虫が多発している。今後も防虫防除を徹底して、高品質なレタスを出荷しよう」と話しました。

土、砂、汚れなどをきれいに拭き取ることなどを申し合わせた。



10/5 キク部会 現地検討会

かき

小山花卉園芸組合キク部会は10月5日、小山市、下野市、栃木市の4カ所で現地検討会を行いました。生産者、関係者ら8人が参加。各ハウスを回り、菊の生育状況や栽培管理、出荷時期などを確認しました。

小まめに薬剤散布するほか、防虫ネットの設置などの対策が重要となり、また、焼け対策として遮光や換気などの対策を講じる必要があるなど部会員同士、情報交換を行いました。

高山仁部会長は「各部会員のほ場を参考にして、管理・技術向上に生かし、更なる高品質出荷を目指そう」と呼びかけました。

「管理・技術向上に生かし、更なる高品質出荷を目指そう」と呼びかけた。



10/10 ~13 栃木農業高校 インターンシップ受け入れ

栃木県立栃木農業高校2年生の山中悠斗さんが10月10日から13日の4日間、JAおやまでインターンシップ(就業体験)を行いました。

山中さんは、東部集出荷所で青果物の荷受けを体験。東部営農支援センターでは購買店舗で購買業務を、農産物直売所「グリーンセンター」では商品の品出しや清掃、レジ打ちなどの体験を行いました。

山中さんは「荷受けは入荷量が多く大変だが、大切に育てられた農産物であるため、丁寧に作業することを心がけた。将来は農業に関係する仕事に就きたいと思う」と話しました。

「将来は農業に関係する仕事に就きたいと思う」と話した。



10/13 北部集出荷所 ホウレンソウ目ぞろえ会

JAおやまほうれん草部会は10月13日、北部集出荷所で2023年産ホウレンソウの目ぞろえ会を開きました。部会員、市場関係者ら約40人が参加。現物を使って選別基準を確認しました。

市場関係者は「8・9月の猛暑により、野菜全般数量が少ない。その中でスタートするホウレンソウの出荷に向けて有利販売に努めるので高品質なホウレンソウの出荷をお願いしたい」と話しました。

有野一良部会長は「今年は猛暑の影響などで虫の発生が多い。栽培管理に苦労していると思うが有利販売につながるよう高品質出荷を目指そう」と呼びかけました。

「有利販売に努めるので高品質なホウレンソウの出荷をお願いしたい」と話した。



LIVE Topics

CHAPTER②

地域のニュースをお届け! JA monthly news

豊田地区

10/16 とちぎの農産物 イメージアップ研修会

県外ホテル、レストランなどのシェフ・料理人が10月16日、JAおやま肥育牛部会の松本一男部会長の農場を視察しました。とちぎ農産物マーケティング協会が主催。肥育管理の方法や飼料、設備を見て、意見を交わしました。

栃木県産農産物の利用促進及びイメージアップで、消費拡大につなげることを目的に視察しました。

松本部会長は、父が始めた肥育牛（ホルスタイン種・去勢）を引き継ぎ、現在は黒毛和牛去勢200頭の肥育をしています。

松本部会長は「実際に飼育現場を見て、とちぎ和牛の魅力を知ってもらえたらうれしい」と話しました。

肥育管理の方法や飼料、設備を見て、意見を交わした。



東部選果場・北部集出荷所

10/17 秋冬ブロッコリー目ざろえ会

JAおやまブロッコリー部会は10月17日、東部選果場と北部集出荷所で、秋冬ブロッコリーの目ざろえ会を開きました。東部会場は37人、北部会場は20人の部会員、市場関係者らが参加しました。等級ごとにブロッコリーを並べて、販売情勢や出荷規格、要領を検討しました。

舘野延男部会長は「定植時に猛暑と干ばつなどで苦労した年であったが、皆の技術で無事に出荷を迎えた。規格・要領をしっかり守り、高品質なブロッコリーを出荷しよう」と呼びかけました。

市場関係者は「品質を維持したブロッコリーを1個でも多く出荷してほしい」と話しました。

ブロッコリーを並べて、販売情勢や出荷規格、要領を検討した。



本店

10/19 年金受給者友の会 輪投げ大会

JAおやま年金受給者友の会連絡協議会は10月19日、本店で親睦輪投げ大会を開きました。

荒川勇一郎会長は「4年ぶりに開催することができ、感謝する。相互の親睦を深め、健康増進のために楽しみましょう」とあいさつしました。

競技は、5メートル先の競技台に向かって1人9本の輪を1ゲーム3セット投げ、3ゲームの合計点数を競いました。結果は次の通り。

◇団体の部

優勝＝横倉新田(大谷)

準優勝＝小山(小山)

第3位＝石橋(石橋)

努力賞＝中福良(桑絹)

◇個人の部

最優秀賞＝橋本好永(小山)

優秀賞＝伊藤フヂヨ(横倉新田)

第3位＝橋本佐代子(寒川)

小山市の本店で親睦輪投げ大会を開いた。



10/20・21 小山花卉園芸組合 産地見学会・流通懇談会

JAおやまの小山^{かき}花卉園芸組合は10月20日、21日の両日、地元や東京都内の市場担当者や販売職員を招いて、産地見学会と流通懇談会を開きました。生産者、市場・販売店の関係者ら約100人が参加。直接交流し、情報交換することで連携強化につなげています。

同園芸組合の岸秀紀組合長は「4年ぶりに現場を直接見てもらえる機会を設けることができうれしい。実際にハウスや収穫作業を行っていただき、仕入れ等の参考にしてもらい、多くの人に小山花卉園芸組合の花卉が届くようにしていきたい」と力を込めました。

多くの人に小山花卉園芸組合の花卉が届くようにしていきたい。



北部営農支援センター

10/31 かんぴょう入札会

JAおやまは10月31日、北部営農支援センターで2023年産かんぴょうの入札会を行いました。生産者や栃木県干瓢商業協同組合の関係者ら15人が参加しました。最高値は1キロ3870円でした。

入札会には、生産者5人が約3.8トンを出荷。入札希望業者12社が参加し①種などの混入がない②真っ白であるなどの観点から出荷品を点検し、入札価格を検討しました。

かんぴょう部会の近藤隆部会長は「かんぴょうの文化・振興のためにも高値で販売されることを期待する。多くの人に地元産の味を味わってほしい」と話しました。

「多くの人に地元産の味を味わってほしい」と話した。



ずっと元気であるために、
今日から始めよう

「食・10力条」

これから迎えるシニアライフを、健康で元気なまま過ごしたい。
そのために食生活で今気を付けるべきことは？
アクティブシニア「食と栄養」研究会・運営委員長
(女子栄養大学栄養学部地域保健・老年学研究室教授)の
新開省二先生にお聞きしました。

「高齢者の低栄養」が問題視されています

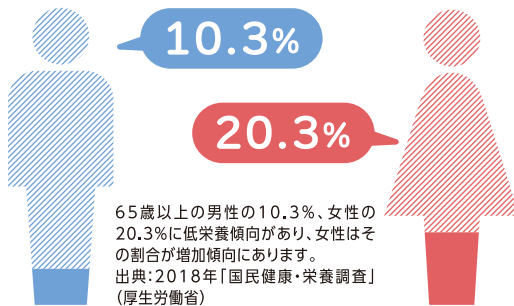
平均寿命の伸長に伴い、問題視されているのが、要介護状態や寝たきりになる75歳以上のお年寄りの増加。その大きな原因と考えられているのが「高齢者の低栄養」問題です。

年齢を重ねるとともに自然と食が細くなり、食事への関心も薄れて、簡単な献立で済ませがちに……。基本的な栄養が不足する低栄養状態が続くと血管がもろくなり、脳の細い血管が詰まってしまう「ラクナ梗塞」を起こし



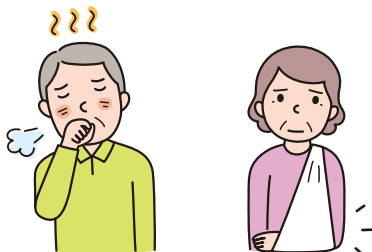
やすくなります。その結果、脳出血や脳梗塞、心不全などを起こして寝たきりになる人が多いのです。また、ただでさえ筋肉や骨が弱りやすい高齢者に低栄養状態が続くと、筋肉や骨の衰えが進行します。そのため、ちょっとした転倒から寝たきりになる人も少なくありません。さらに認知機能が衰える認知症も、低栄養状態が続くと進行しやすくなります。

低栄養傾向の65歳以上の高齢者の割合



低栄養のときによく見られる変化

- 軽 ☐ 体重が減少気味
- 度 ☐ 風邪をひきやすく治りにくい
- 中 ☐ 転びやすく、骨折しやすい
- 度 ☐ 集中力や記憶力が低下している
- 重 ☐ 腹部や下半身にむくみがある
- 度 ☐ 皮膚炎や床ずれをしやすい



イラスト：出口由加子

「高齢期には、ある程度「脂肪の蓄え」があった方がいいのです」

日本では低栄養状態になる65歳以上の女性は男性の2倍近く、しかも増加傾向にあります(左上図参照)。これは若い頃からの「痩せ願望」を、高齢期になっても持ち続ける人が多いためと考えられています。肥満の目安となるのが、身長と体重から肥満度を算出する体格指数「BMI」(体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出)。厚生労働省が推奨する目標数

値は65歳以上で21・5〜24・9ですが、最近の疫学研究では、糖尿病などの持病がなければBMI値27くらいまでは特に問題ないと緩やかに考えられています。高齢期の女性は脂肪が少なくなると生存率が低くなります。逆に(少しくらいであれば)、肥満気味の方が健康で長生きすることが疫学上の調査でも分かっています。高齢期には脂肪を減らすより、むしろ蓄えることを心がけましょう。

低栄養を防ぐための10カ条

1 主食・主菜・副菜をそろえる

食欲が衰えると食事の支度も面倒に感じられ、つい井物や麺類、パンなどの単品で食事を済ませてしまいがち。1日3食のうち2食は主食、主菜、副菜を組み合わせる食事するように心がけると、三大栄養素のタンパク質、脂肪、炭水化物をはじめ、必要な栄養素をバランス良く摂取することができます。

2 1回の食事を分けて食べる

年を重ねると一度にたくさんの量を食べられなくなり、1回分の食事を食べ切るのが難しい状態になることもあります。その場合は「1日単位で必要な栄養が取れればいい」と考え方を切り替え、1食分を2回に分けて食事の回数を増やしましょう。乳製品や果物を、間食として食べるのもいい方法です。

3 動物性タンパク質を十分に

100歳以上の高齢者のタンパク質の摂取量を調べると、平均的な日本人よりも多く、さらに動物性のタンパク質の割合が高いというデータがあります。これは、動物性タンパク質などで効率的に取れるタンパク質・アルブミンの血中濃度が高いと免疫力が高くなり、病気のリスクが低くなるためと考えられています。

4 魚と肉は1日に2食で交互に

青魚などにはDHA(ドコサヘキサエン酸)やEPA(エイコサペンタエン酸)など、老化を防ぐ栄養素が豊富に含まれていますが、タンパク質量は、やはり肉にはかないません。魚と肉を1対1でバランス良く食べるために、昼は魚、夜は肉というように、1日に2食で交互に食べるのがお勧めです。

5 油脂類の摂取を心がける

高齢になると油を使った料理を苦手を感じる人が増えますが、「東京都老人総合研究所」(現・東京都健康長寿医療センター研究所)が高齢者を10年間追跡調査したところ、天ぷらや炒め物など油脂をしっかり摂取している高齢者は、摂取しない人より生存率が高いという報告があったそうです。

6 牛乳を毎日飲む

タンパク質、脂肪、炭水化物の三大栄養素とミネラルを豊富に含み、飲むだけでこれらを簡単に取れる牛乳は、高齢者にとって理想的な食品です。乳糖不耐症でおなかが続く人は、料理に使ったりして取り続けると次第に乳糖に慣れてきます。ヨーグルトなど乳糖が分解されている乳製品もいいでしょう。

7 野菜は火を通してたっぷり

「日本人の食事摂取基準」(厚生労働省)では、生野菜なら両手に載る量(350g)、火を通した野菜なら片手に載る量が1日の摂取の目標とされています。生野菜からしか取れない栄養もありますが、かむ力や消化機能が低下しがちな高齢者は、火を通して軟らかくして、かさを減らした方が食べやすいでしょう。

8 食欲がないときはおかずを先に

お米に含まれる糖質は消化吸収されやすく、食べた直後から血糖値を急上昇させます。そのため、食が細い高齢者が白いご飯から食べ始めると、タンパク質が豊富な肉や魚に行き着く前に満腹感が生じて、箸が進まなくなってしまうのです。食欲がないときは、まず肉や魚などのおかずを先に食べましょう。

9 歯のメンテナンスを小まめに

加齢に伴い歯周病や虫歯などで歯が失われると、かめるものが減ってきて、食事を楽しめなくなります。低栄養を防止するためには歯を失ったらそのまま放置せず、入れ歯で調整して、しっかりかめる力を確保することが大切です。かかりつけ歯科医を持ち、日頃から小まめに歯のメンテナンスをするようにしましょう。

10 「共食」の勧め

食欲がないときも、よく食べる人と一緒だと釣られて食べてしまうことがありますよね。また人と一緒に食べると食品の摂取品目が多くなりやすいので、バランスの取れた食事になり満足度も高くなります。1人暮らしでもできるだけ「人と食事を共にすること」を心がけましょう。



桑集出荷所
鶴見 昌英

今月の農産物「ごぼう」

ごぼう

JAおやま管内では、北部地区で栽培しております。
3月頃、播種を行い、9月頃から収穫が始まります。年をまたぎ2月頃まで出荷が行われます。

主な管理作業

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
主な栽培管理		深耕	播種			間引き・追肥・中耕			収穫			

収穫について

収穫までの日数は、播種日から130～150日程度です。
適期を過ぎると、ス入り(根の内部細胞がスポンジ状の空洞になる現象)、空洞が発生し繊維が固くなってしまいます。試し堀りを行い確認し、適期収穫が大切です。

ヤケ症

ヤケ症とは、菌やネコブセンチュウによって根部が黒褐変する症状です。さらにそこから、黒あざ病、根腐病、萎凋病(いちようびょう)の発生に繋がる恐れがあります。連作や、菌密度の高さにより、発生が助長されてしまいますので、輪作や土壌消毒等の対策が必要です。

病虫害予防



・黒あざ病 (病害)

リゾレックス粉剤
40kg/10a 全面土壌混和
播種前1回
当用価格
20kg 10,430円(税込)



・ネコブセンチュウ (害虫)

ネマトリンエース粒剤
20kg/10a 播種溝土壌混和
播種前1回
当用価格
10kg 7,060円(税込)



栄養

ごぼうには、ビタミンB群、ビタミンEなど含まれていて、食物繊維、ミネラルも豊富に含まれています。
効能としては、糖尿病予防、動脈硬化予防、ガン予防、便秘解消と様々な予防する栄養成分が含まれています。
最近では、ポリフェノールも多く含まれていることが注目されていまして、老化や生活習慣病予防も期待されています。
是非、ご賞味ください。

農業浪漫

N O G Y O R O M A N



神田 賢二さん (59歳)

キウイ部会 部会長

生産品目:キウイフルーツ・ネギ・ニンジン・水稻

さまざまな農作物栽培に挑戦

キウイフルーツというイメージを持つ人も、ジューランドとイメージを持つ人も、多いかもしれませんが、国産・JAのおやま産のキウイフルーツも出荷されています。国産のキウイフルーツは晩秋から冬にかけて出荷されます。キウイフルーツは、毎日とりたいたい栄養素がたっぷりです。

JA おやまキウイ部会は18人の生産者が7.3ヘクタールで栽培しており、定期的に活動しています。特に年2回の現地検討会では、部会員すべてのほ場を確認して、着果肥大状況等を見て回ります。

今年度キウイ部会の部会長になった神田賢二さんは約7年前に就農。以前は、北軽井沢で4人の子宝に恵まれ、仕事と子育てに奮闘していました。が子育てもひと段落し、農家である実家を継ぐ上で早めに関心から教えるをうため、今までの仕事とは全く異なる農業に就きました。

キウイの品種「ヘイワード」を奥さんと二人で13㍓栽培しています。キウイ栽培は1〜2月に剪定し、3月に元肥。5月上旬に人工授粉を行い、実が着いたら摘果。初夏から秋にかけて、除草



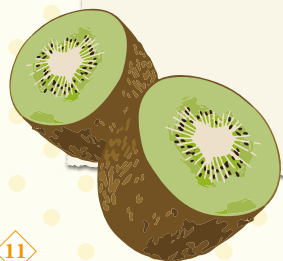
作業や農薬散布をします。11月上旬から中旬までに収穫をし、約2か月間、予冷库で保管。その後、海外からの輸入品が少なくなる1月から3月くらいまで出荷します。年間を通してさまざまな作業を行います。キウイフルーツは強い衝撃に弱いので、収穫時には丁寧に扱わなくてはなりません。

また、今年度より賢二さんは園地を増やしました。キウイフルーツは、ツル性果樹のため、棚の上にツルを生やし、枝をはって栽培。木を植えてから約4〜5年経たないと収穫することができません。そのため、木が育つまで園地に様々な作物を栽培し、出荷しています。今年はホウレンソウ栽培にも挑戦。しかし、「猛暑や干ばつ、害虫の影響で思うように栽培できなかった」と振り返ります。

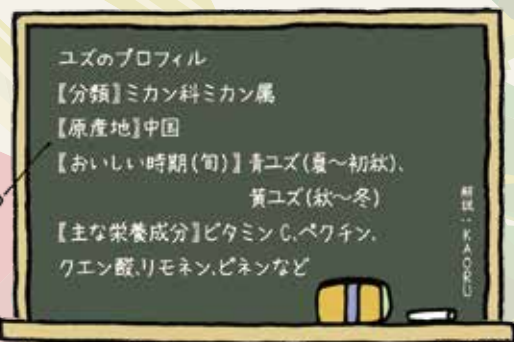
賢二さんは、近隣の直売所にも農産物を出荷しています。毎日取れたてを直売所に出荷する際、市場調査も行います。地域によつて生産物の売れ筋や規格の好みなど異なるため、それに合わせた栽培に挑戦しています。

さまざまな農作物や栽培方法に挑戦することで学びも多く、視野を広げていくことが賢二さんの楽しみになっています。

今後もキウイフルーツ栽培を軸に、さまざまな農産物栽培に挑戦していきます。



チェック
ポイント



野菜ソムリエ 上級プロKAORU

フルーツ パラダイス

イラスト：小林裕美子

ユズ

〜日本料理の名脇役〜

選び方



NG



しなびている
黒ずみや傷がある
へたの切り口が茶色く乾燥している

ユズのいろいろ

本ユズ

木頭系



徳島県那賀郡木頭村
(現・那賀町)で選抜の
果汁も多く皮が厚い



山根系

徳島県阿南市の山根氏
によって選抜された早期
結実品種



多田錦

種なしでとげも少なく
扱いやすい人気品種

柚柑(ゆかん)

ユズの近縁種で「柚香」と
も酸味が強くて香りが良く、
ポン酢などに利用される



花柚(はなゆ)



ユズの近縁種の「花柚子」
「オウゆず」「常柚(とこゆ)」と
も皮は薄めで、本ユズに比
べて香りが穏やかな花もお
吸い物や料理の香り付け
などに利用される

鬼柚子 (獅子柚子)

ザンタンの仲間のおつぎつ
とした皮が特徴のジャムや
砂糖漬けなどに利用され
る



ユズのナカラ

ビタミンC
皮に豊富の風邪予防、
美肌効果、疲労回復に



クエン酸
疲労回復や食欲増進に
カリシウム
の吸収を助ける働きも



ペクチン
食物繊維の一種
便秘改善や
生活習慣病予防に

リモネン、ビネン
皮に含まれる香り成分
精神をリラックスさせる
効果が期待



保存方法

冷蔵保存

乾燥しないようポリ袋な
どに入れるかラップに包
み、冷蔵庫の野菜室へ

気温が低い時期は
冷暗所でもOK
冷暗所で1週間、冷
蔵では1、2週間程
度保存できる

香りが命!
鮮度が良いうちに
利用してね



冷凍保存

皮
幅を広めにむき、ひた
たりとラップに包んで
保存の凍ったまま細
く刻んで利用



白い部分はある
程度残すと香
りが良いよ!

長期保存



薄くむいて細かくカットして天日干し
乾燥したら密閉容器に入れ保存の
粉末状にしておくと便利だよ!

浅漬け、お吸い物、
ゆずこしょうなどに利用



食べ方・楽しみ方

日本料理ではおなじみの調味食材
熱を加えても香りが消えないのが魅力

細く刻んで漬け物、
雑煮、あえ物などに



柚香蒸し



柚子釜



風味付け

刺し身や焼き魚、
煮物に



ゆずこしょうなどの調味料や
ゆず茶、ジュース、
シャーベット、ゼリーにも



海外でも人気

日本産は海外産に比べて香り高く
高評価のフランス料理やスイーツにも
使われている



レシピ

1



レンコンと豚バラ肉のオイスターソース炒め



[材料 (4人分)]

豚バラ肉スライス	200g
レンコン	8枚
タマネギ	1個
ニンジン	1/2本
合わせだれ	
水	100ml
ガラスープ	小さじ1/2
料理酒	大さじ2
砂糖	大さじ1
しょうゆ	小さじ2
オイスターソース	大さじ1と1/2
サラダ油	大さじ2
ニンニク、ショウガみじん切り	各小さじ1/2
ごま油	小さじ1
水溶き片栗粉	大さじ3

[作り方]

- (1) 豚バラ肉スライスは3等分に切る。レンコンは下ゆでし、5mmの厚さ8枚に切る。タマネギは半分に切り1cm厚にカットし、ニンジンは短冊切りにしておく。
- (2) フライパンにサラダ油を熱し、(1)の豚バラ肉スライスをしっかりと炒め取り出す。
- (3) 同じフライパンにニンニク、ショウガ、レンコン、タマネギ、ニンジンを入れ中火で4〜5分ほど炒め、(2)を戻し、合わせだれの材料を入れ、強火にしてさらに3、4分炒める。
- (4) 水溶き片栗粉でとろみをつけ、ごま油を鍋肌から回し出来上がり。

レシピ

2



鶏モモ肉と柿、ロメインレタスのサラダ



[材料 (4人分)]

鶏モモ肉	200g
柿	1個
ロメインレタス	1/2わ
レモンスライス	4枚
クルミ	20g
パルメザンチーズ	適宜
オリーブ油	大さじ1
料理酒	大さじ1
塩	小さじ1/2
ドレッシング	
レモン汁	大さじ3
オリーブ油(エクストラバージン)	大さじ3
マヨネーズ	大さじ3
ブラックペッパー	少々

[作り方]

- (1) 鶏モモ肉を一口大に切り、料理酒、塩をもみ込んでおく。ロメインレタスは5cmほどに切り、水洗いしてざるにあげておく。柿は8等分にして皮をむく。
- (2) フライパンにオリーブ油を熱し、(1)の鶏モモ肉を焼き上げる。
- (3) 皿にロメインレタス、グリルした鶏モモ肉、柿、レモンスライスを盛り付け、(2)のフライパンに残った肉汁を回しかける。
- (4) ドレッシングの材料を合わせて、サラダにかけ、クルミ、パルメザンチーズをかけ出来上がり。

当組合が運営する 5 店舗の直売所で、年末大売出しを開催します！

年末大売出し

12月28日(木)~31日(日)(31日は12:00まで)
新年は1月5日(金)(予定)より通常営業いたします。

良い
お年を
お迎え
くださいませ!



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】 第2火曜日、盆、正月
【営業時間】 9:00~17:00



のし餅、正月飾りの花、旬の新鮮野菜、お米、果物、Aコープ商品が盛りだくさん!
年末年始の商材は、JA農産物直売所で!

※A コープ商品 (エーコープマーク品)...国産原料へのこだわりと安全・安心をお届けする JA グループのプライベートブランドです。

入会費
年会費
無料!

＼ ポイントを貯めてお得にお買い物! /

JAおやま農産物直売所ポイントカード

会員募集中

愛称: おやまのグリーンカード

おやまのグリーンカード



JA おやま 5 カ所の直売所で使用できます! お買い物の際にご提示するだけでポイント貯まる♪

永山久夫の健康万歳!

恋する湯豆腐

食文化史研究家・日本の長寿食研究家●永山久夫

恋を接近させる湯豆腐

朝夕の寒さが増してくると、無性に恋しくなるのが鍋料理。体ばかりか、心の中まで温かくなります。

シンプルで、植物性のタンパク質がたっぷり取れるのが湯豆腐です。ヘルシーで長寿効果も高いため特に秋から冬にかけて効果があります。

江戸時代には、若い男女の仲を近づける料理として湯豆腐が好まれました。

男が女性を湯豆腐屋に誘って一緒にのれんをくぐれば、その恋は成就したも同然といわれてきたのです。

鍋を挟んで向かい合い、顔が触れそうになるくらい超接近して食べるからで、よほど好きでもなければ、そこまで相手に顔を近づけることはできません。

気付いたらいつの間にか男が女性のそばに密着して一緒に豆腐をすくい上げていたりします。

湯豆腐のこつ

豆腐を湯煎しながら、漬けじょうゆで食べるのがこの料理の特徴で、昆布でだしを取った汁を用い、薬味にかつお節や大根おろし、ネギなどを添えます。煮過ぎると豆腐が硬くなりますので見極めがこつ。そこへ行くと、次の川柳のように江戸っ子は洗練されていました。

湯豆腐は 波打ち際で すくい上げ

波打ち際は鍋のへりのことです。

すくい上げた湯豆腐にさっとかつお節をかけ、漬けじょうゆで口に運びます。だしが効いていて、とっても美味。

豆腐で注目されるのはイソフラボンです。女性ホルモンと似た働きがあり、女性の若返り作用で脚光を浴び、最近では「美人ホルモン」などと呼ばれたりしています。もちろん、男性の老化防止にも役に立つといわれています。

かつお節をたっぷりかけると、豆腐とかつお節のタンパク質が一緒になって長寿効果がいっそう高くなります。そのタンパク質には、セロトニンという幸せホルモンの原料になるアミノ酸が多く、心が楽しくなってしまうのです。



おいしく食べて美しく

乾燥肌にお薦めの食べ物

栄養士●吉田理江

冬になると乾燥肌の悩みを抱える方も多いのではないのでしょうか。冬は気温が低く、空気が乾燥しているため、肌も乾燥しやすくなります。スキンケアに力を入れていても肌の乾燥が気になる方は、体の内側からのケアがお勧めです。今回は、乾燥肌の改善効果が期待できる食べ物を三つご紹介します。

ひじき

ひじきに含まれるセラミドは、乾燥肌対策には欠かせない保湿成分です。セラミドには、皮膚を外部の刺激から守り、肌表面の角質層の水分を保つ働きがあります。定番の煮物も良いですし、水で戻したひじきを豆腐ハンバーグに入れてもおいしく食べられます。

大豆製品

納豆、豆腐、豆乳などの大豆製品に含まれる大豆イソフラボンには、細胞の新陳代謝を高め、肌の潤いを保つ働きがあります。大豆製品に含まれるタンパク質は、皮膚の材料になる栄養素です。しかし、大豆イソフラボンは、過剰に取り続けるとホルモンバランスが乱れる恐れがあるため、3食とも納豆だけ食べるなどの極端な食べ方は控えるようにしましょう。忙しい朝、豆乳を飲むと手軽に大豆製品が取れます。シチューを作る際に牛乳の代わりに豆乳を活用するのもお勧めです。

手羽先

手羽先や鶏肉の皮、骨の周りに多く含まれるコラーゲンには、肌の張りや弾力を高める働きがあります。コラーゲンは、消化の過程で一度分解され、再合成されます。再合成をサポートする栄養素、ビタミンCと一緒に取るとより美肌効果が期待できるでしょう。トースターで焼いた手羽先にレモン汁をかけると、手軽にビタミンCも一緒に取れるのでお勧めです。

体の内側からのケアで、乾燥肌を予防し、美しい肌を保ちたいですね。



なくそう食品ロス

余った野菜の使い道

食品ロス問題ジャーナリスト●井出留美

カレー、ギョーザ、みそ汁、スムージー……。これらに共通することって、何か思い浮かびますか？
実はこれ、「野菜が半端に余ったらどうしますか」と聞いたときの答えの献立なのです。例えば、野菜が半端に余ったら「みそ汁に入れちゃいます」という人がいました。「カレーに入れます」という人や、ギョーザの具に刻んで混ぜるという人も。

私の場合は、前日に作った夕飯でキャベツやレタスなどの野菜が半端に余ったら、毎朝作っている野菜と果物のスムージーに入れてしています。

野菜じゃないけれど、豆腐が半端に余ったときも入れてしまいます。

「え、豆腐？」って思うかもしれませんね。豆腐スムージー、意外とおいしいんですよ。高校時代の文化祭でクラスの出し物として提案し、採用されたこともありました。当時はスムージーがはやっていたわけではないので時代を先取りしたかもしれません。

毎朝スムージーを作るときの材料は、チンゲンサイなどの青菜や青ジソ、レモン、熟して凍らせたバナナ、黒ごまきな粉、おからパウダー、100%果汁のジュースなどです。

バナナは、シュガースポットが出ている割引の物を買ってきて、家でつるして熟させた後、皮をむいて凍らせておきます。

バナナも廃棄が多い食品です。バナナの加工食品を製造・販売するバーナナ社の共同創業者マット・クリフォード氏は「毎年1500億本のバナナが輸出用として生産され、その半分の750億本が廃棄されている」と話しています。

家庭で最も捨てられるのは野菜です。「これに入れればOK」というレパートリーがあると、たとえ食材が余っても心強いですね。

他にも、野菜炒めやオムレツの具、野菜のキッシュ(パイ生地やタルト生地に、卵液と野菜を入れて焼いた料理)、ミネストローネなど、工夫して使うことはできるはず。野菜が余ったら試してみませんか。



[お天気カレンダー]

師走 足早に通り過ぎる

気象予報士●檜山靖洋

12月は、クリスマスの準備をしたり、大掃除をしたりしているうちに、あっという間に年末を迎えそうです。「師走」の名の通り、忙しく走り回るうちに時が過ぎていきます。

寒い冬のときの天気図は、日本の西に高気圧、東に低気圧という、冬型の気圧配置になります。同じような気圧配置が長く続き、寒さも続きます。一方、暖冬のときは冬型が長続きしません。低気圧、高気圧も、「師走」の名の通り急ぎ足で通っていきます。これは、上空を西から東へ流れる偏西風が速いためです。

偏西風が遅くなり南北に蛇行すると、暖気が入る所と寒気が入る所に分かれます。寒気が入る所は寒波となります。北半球をぐるりと回る偏西風が蛇行すると、寒気が入る地域が3、4カ所できることが多いです。米国や欧州で寒波というニュースが出たら、日本でも寒波になる可能性があります。



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



みんなの
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？

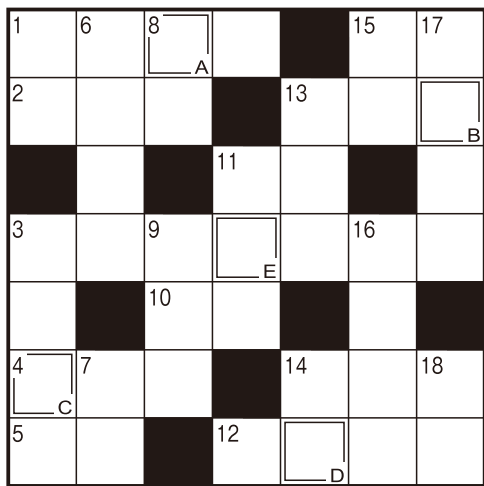
出題：ニコリ

ヨコのカギ

- 1 サンタがプレゼントを入れます
- 2 パパー、ママー、どこ？
- 3 欧米のクリスマスには、この鳥の丸焼きがよく食べられます
- 4 大好きな歌手の——を見に行った
- 5 レンコンは根のように見えますが、実はこれ「海のミルク」と呼ばれる貝
- 6 除夜の鐘を突けるところもあります
- 7 水や砂と混ぜコンクリートを作ります
- 8 サハラ、タクラマカンといえは
- 9 刃物で紙を加工して描きます
- 10 冬の京都市は——冷えるといわれます

タテのカギ

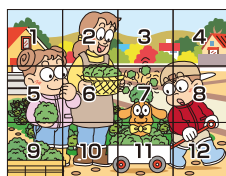
- 1 冬眠するものも多い大型の哺乳類
- 2 謎の多い浮世絵師、東洲斎——
- 3 その月の一番最初の日
- 4 寒い日に吐くと白く見えることも
- 5 授業中は慎んでください
- 6 ワカメの根元に近い部分
- 7 ——予報によると来週は寒いらしい
- 8 建物を立てていない宅地
- 9 の細かい滑らかな肌
- 10 年越しに付きものの麺類
- 11 チン！と鳴らすと人が来ます
- 12 1号は東京と大阪を、2号は大阪と福岡を結びます
- 13 年賀状のイラストによく使われます
- 14 令和6年は「辰」です



回答欄

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

先月号クイズの答え



- 1 お母さんの髪形が違う
- 2 屋根の上に木が見える
- 3 犬の耳が下がっている
- 4 野菜（ブロッコリー）の数が違う
- 5 長靴が違う

お便りコーナー

●「ぐりんぴあ」は単に「A」の広報だけでなく、内容が充実しています。たつた数ページですが「家の光」にもヒケをとらないと思います。毎号楽しみにして見ております。益々盛り沢山の記事を期待しています。

(T・Wさん)

●数独は楽しく頭の体操になります。

(K・Kさん・67歳)

●今回のナンバープレスはやや難問ですね。

(Y・Nさん・73歳)

●下野新聞の毎週土曜日の数独がなくなってしまう、残念に思っていたので、ぐりんぴあで出会えて楽しめました。ありがとうございます。(近くが見えないさん・59歳)

●お便りありがとうございます。広報誌「ぐりんぴあ」を楽しみにしていただき、うれしく思います。今後もより良い広報誌作りに努めてまいりますのでお便りお送りください！お待ちしております。

●木更津の中の島大橋で夕日を見てきました。その日はあまり天気が良くなかったのですが、夕方には晴れて、写真右には富士山も見えています。絶景でした。(きやみさん・51歳)



編集後記

12月号の表紙・農業浪漫で取材させていただきましたキウイフルーツですが、P.2のワンポイントで紹介させていただきましたように名前の由来はニュージーランドの国鳥「KIWI(キウイ)」に似ているから。そのKIWIが日本では大阪「天王寺動物園」で見られるそうです。動画サイトYouTubeでもKIWIの様子が見れます。ぜひ、愛らしいKIWIを見ながら、栄養満点の「JAおやま産」のキウイフルーツをご賞味あれ！(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

●2024年1月号

「今年の目標は」

▶締切12月11日(月)

●2024年2月号

「バレンタインの思い出」

▶締切1月10日(水)

★お便りコーナー

身近な話題、最近夢になっていること、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
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。



農業用免税軽油に係る申請について（野木町）

《野木町にお住まいの方》

令和6(2024)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。

今年度も、**野木町役場（新館2階大会議室）**で申請を受け付けます。

※共同・受委託の方は栃木県庁小山庁舎本館4階会議室で受け付けます。

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、対象地区および受付会場（野木町役場：野木町丸林571）

受付日	受付時間、対象地区		受付会場
令和6(2024)年 1月15日（月）	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 本館4階会議室
1月29日（月）	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
1月30日（火）	9:30～11:30 野木学区 佐川野学区		

※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。

※マスクの着用等、感染症予防策については個人の主体的な選択を尊重し個人の判断に委ねますが、発熱や風邪の症状等がある方は、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

(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、写しでも可。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。

※受委託の方で新規申請及び耕作面積が変更になった場合は、「野木町農業再生協議会の受付印が押印された全員分の農作業等受委託契約書の写し」が必要です。

なお、その際は野木町農業再生協議会に農作業等受委託契約書の写しを持参いただくか、原本を持参いただき役場内コピー機にて印刷をお願いいたします。（コピー代：10円／枚）

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。

④農業等に係る免税制度については、地方税法の規定により、現在令和6(2024)年3月31日までの経過措置となっています。令和6(2024)年の交付時点では制度延長が未定のため、耕作面積の増加等により増加した分の免税証は、制度延長決定以降の交付となります。

問い合わせ先	栃木県税事務所 軽油引取税調査担当	TEL 0282-23-6882
	野木町農業委員会事務局	TEL 0280-57-4109（耕作証明書）
	野木町農業再生協議会	TEL 0280-57-1202 （農作業等受委託契約書の写しについて）

インボイス登録番号に関するお願い

農協事業につきましては、日頃より特段のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、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）が始まりました。つきましては、当組合出荷者の状況把握のため、(JA施設利用者・直売所・インショップ出荷者)の**適格請求書発行事業者の登録申請済みの組合員の方はインボイス登録番号が記載されています**税務署長から送付された通知書の写しの提出をお願い致します。

【提出先】	東部営農支援センター	西部営農支援センター	北部営農支援センター
	☎：0285-41-0525	☎：0285-33-1311	☎：0285-40-0401

【お問い合わせ先】

営農企画課

☎：0285-33-4321

年末年始業務のご案内

	2023			2024				
	12/29 (金)	12/30 (土)	12/31 (日)	1/1 (月)	1/2 (火)	1/3 (水)	1/4 (木)	1/5 (金)
一般業務	通常業務	休業						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~ 21:00	7:00~ 19:00	休業		8:00~ 18:00	7:00~ 20:00	通常業務
思川SS								

のぞみ館日曜休業のお知らせ

農協事業につきましては、日頃より特段のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。
さて、JAおやまでは、下記の期日について、のぞみ館を農閑期のため休業とさせていただきます。
何かとご不便をお掛けいたしますが、ご理解ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和5年12月

3・10・17・24日

令和6年1月

7・14・21・28日

令和6年2月

4・11・18・25日

〈各日曜日〉

春肥料予約申し込みについて

令和6年産春肥料・水稻農薬予約申込みは、お済みですか？

日頃、当JAの事業につきましては、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、この機会にお申込みくださいますよう、お願い申し上げます。

また、毎年暮れにお配りしている帽子につきましては、今後も購買品全般において、価格対策を実施してまいりますので、今年も見送らせていただきます。

ご理解・ご了承くださいます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	令和6年10月21日
肥料配送期間	【1期配送：12月～1月】	【2期配送：2月～3月】	農薬配送期間 【3月から】

お問い合わせはこちらまで

東部営農支援センター	☎0285-41-0525	豊田購買	☎0285-37-0003
西部営農支援センター	☎0285-33-1311	絹購買	☎0285-49-1213
北部営農支援センター	☎0285-40-0401	桑絹支店購買	☎0285-25-1223
のぞみ館野木	☎0280-54-1655	石橋支店購買	☎0285-53-0042

JAおやまウィンターキャンペーン特別金利定期貯金のご案内

キャンペーン期間 令和5年11月1日(水) ▶▶▶ 令和6年1月31日(水)

募集
総額

30億円

新規のご資金で20万円以上お預入れいただき、下記のサービス等のご利用状況によりそれぞれのキャンペーン金利を適用いたします。(同時に手続きいただいたお客様もキャンペーン金利を適用いたします。)

1 組合員 (同居家族含む)	2 JAカード 保有者	3 農産物代金振込 給与振込契約者	4 公的年金 受給者	5 JAネット バンク	6 各種ローン 契約者	7 各種公共料金 契約者
----------------------	-------------------	-------------------------	------------------	-------------------	-------------------	--------------------

サービスのいずれか2つ以上 年0.20% 税引後 年0.1593%

サービスのいずれか1つ 年0.05% 税引後 年0.0398%

- 商 品 名:スーパー定期貯金<単利型>、大口定期貯金
○預入期間:1年(自動継続のみ)
○預入金額:20万円以上(新規資金)
○対 象 者:個人のお客様

注意
事項

- ①原則として中途解約はできません。やむを得ず満期日前に中途解約した場合は、上乗せ金利ではなく、預入時の店頭金利に戻した当JA所定の中途解約利率が適用されます。
②お利息に20.315%(国税15.315%、地方税5%)の分離課税となります。(※2037年12月31日までの適用となります。)
③募集総額に達し次第、お取扱いを終了させていただきます。

お問い合わせ・ご相談は、お近くのJA窓口までお気軽にお尋ね下さい。

支店再編状況



東部営農支援センター購買担当の古市です。作物や農薬の知識など、未だ勉強中の身ではありますが、お力になれるよう一層励んでまいります。農薬の散布ローテーションや肥料相談、資材のご要望など疑問や困りごとがあればお気軽にお問い合わせください。宜しくお願い致します。

専門家による 個別無料相談会を開催します



〈税務関係〉

本店	1月15日(月)
野木支店	1月17日(水)
石橋支店	1月25日(木)

・税金の様々な悩みをお気軽にお問合せ下さい。



〈相続関係〉

本店	1月10日(水)
----	----------

・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。



オリジナル番組 /
『JAおやまぐるーんたいむ』



おーラジ 放送予定日

コミュニティFM「おーラジ」77.5Mhz

12月 6日(水) 14:00~14:30
12月20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9回理事会 (10月23日)

- 支店ふれあい感謝祭 実施内容について
- 内部統制システム基本方針の一部改正について
- 不良債権の処理方針について
- 理事と組合間の利益相反取引について

JAの概況 (2023年10月末現在)

貯金 1,709億8,620万円
貸出金 317億4,723万円
購買品取扱高 27億9,063万円
販売品販売高 58億7,026万円
長期共済保有契約高 3,603億4,861万円