

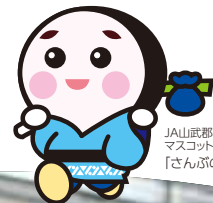
かがやき

2022

2月号

No.319

人・地域・くらしを農でむすぶ広報誌



JA山武郡市
マスコットキャラクター
「さんぶのさんちゃん」



特集

家族でリフレッシュ！
みんなの手指体操

 JA山武郡市

「かがやき」は
JA山武郡市の
ホームページでも
お読みいただけます



さんぶの

かがやき ファーマー



成東支所管内

かじ しげ き
梶 茂樹さん
(49)

楽しみながら
仕事がしたい



農業は毎々が1年生

2011年5月号の「かがやき」に登場してくれた梶茂樹さん。当時は大工から農家に転身したばかりでしたが、今では山武市成東観光苺組合の副組合長を務めたり、若手生産者にアドバイスをする立場になりました。それでも「毎年、1年生の気持ちだ」と気を引き締めます。自然相手の農業は、毎年同じ方法では通用しません。「就農して10年経ったが、イチゴ栽培は10回しか経験していない。まだまだ模索中だ」といいます。

コロナ禍を乗り切るため試行錯誤

観光イチゴ園を営む梶さんは、新型コロナウイルスの影響で経営に大きな打撃を受けました。来園者は例年の3分の1まで減り、当初は「先が見えなかった」といいます。新たに冷凍イチゴの販売を始めたリ、インターネット販売やSNSでの情報発信を強化。摘み取り場所と食べる場所を分けるため、大工の経験を生かして飲食スペースを自作するなど、コロナ禍を乗り切ろうと奮闘しています。

仕事を楽しまたい

義父から経営を受け継いで8年。昨年、「小手苺園」から「梶いちご園」と名称を変更し、新たなスタートを切りました。年間を通じて忙しく働く梶さんですが、そのような中でも「みんなで笑い合いながら、楽しく仕事

かがやき

2022
2月号
No.319

- さんぶのかがやきファーマー
成東支所管内
梶 茂樹さん(49) 2
- 表紙登場者紹介 3
- 特集
家族でリフレッシュ!
みんなの手指体操 4
- さんぶぐんし エリア Topics 6
- Information
 - ◆ 農業機械展示会の開催中止について
 - ◆ 定期貯金キャンペーン抽選結果発表
 - ◆ 農業塾を開講します など9
- 農作業 テクニカルダイアリー
ソラマメ・水稻 12
- みんなのひろば
 - ◆ クロスワードパズル
 - ◆ かがやき掲示版
 - ◆ 家族の健康
 - ◆ つぶやき@かがやき編集部14
- おうちで作ろう!らくうまレシピ
春菊とじゃこと油揚げのサラダ 16

今月の表紙を飾ってくれたのは…



東金支所管内
(東金地区)
きっかわ ひなこ
吉川 日向子ちゃん (10歳)
ちほろ
千晴くん (7歳)

最近…

バレエを習っている日向子ちゃんと、レゴで遊ぶのが大好きな千晴くん。一緒に仲良くスイミングスクールに通っています♪



★就農年
2011年1月

★主な栽培品目
イチゴ
〔「とちおとめ」、
「さちのか」など
全12品種〕

仲良し家族



コロナ禍以前は泊まり掛けでディズニーリゾートへ行ったり、国内の観光地へ出掛けるなど、旅行が好きな梶さん一家。「コロナが落ち着いたら、みんなで出掛けたい」と話しました。

人との出会いに感謝

栽培のノウハウを一から教えてくれた先輩、台風被害を受けたときやコロナ禍での経営に協力してくれた仲間など「多くの人に支えられて、これまで仕事を続けることができた」と梶さんは感謝します。「10年、20年先も、この地域が発展するよう、イチゴ農園を盛り上げていきたいな」と笑顔を見せました。

を「したい」と、場を和ませています。

家族で
リフレッシュ!

みんなの手指体操



指先体操案内人
堤 喜久雄さん

ウォルナッツ・健康生活研究所所長。指先健康法の創始者である父・堤芳郎氏に師事。数多くの講演会や教室での体験を基に日常生活に取り入れやすい体操プログラムを提案。『指さき頭脳体操』(東京書店)他、著書多数。
<http://www.yubisaki.com/>



イラスト：出口由加子

手指を動かすだけで頭スッキリ、リフレッシュ！
ストレス解消に役立つ手指を使った体操をご紹介します。
家族とのスキンシップ、小さな子どもたちとのコミュニケーションに最適です。

グーパーしながら 言葉遊び

難易度 ★★☆☆

まずは「あ」から始めよう！

人数に関係なく遊べます。グーとパーのシンプルな動きを繰り返すだけの初心者向けの体操ですが、テンポよく言葉を思い付くかどうかで脳トレに。人によって思い付く言葉がさまざまなので楽しみながらできるでしょう。



- 1 両手でグーパーの動きを続けながら、順番に声を出していきます。1人が「あいいうおの『あ』は、○○の『あ』と、「あ」から始まる言葉○○を言います。
- 2 次の人は「あいいうおの『い』は○○の『う』は○○の『う』というように、五十音順に言葉を言っていく、誰かが詰まってしまったら終了です。

ステップアップ

指の握り方は2通りあり、親指を手の内側に入れる方法と、外側に出す方法があります。親指を意識して、グーのときに交互にやってみましょう。

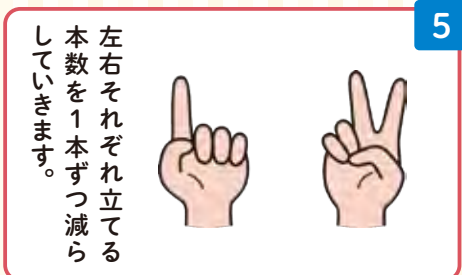
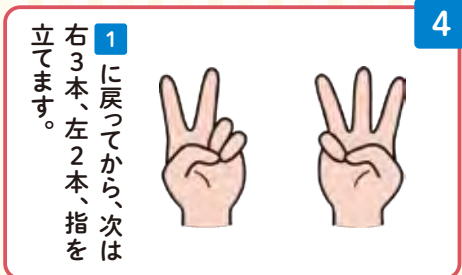
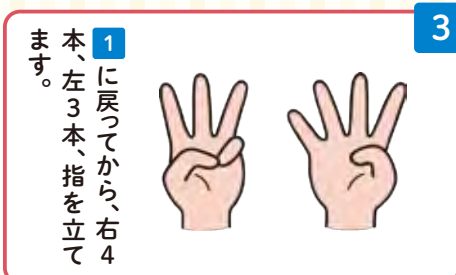
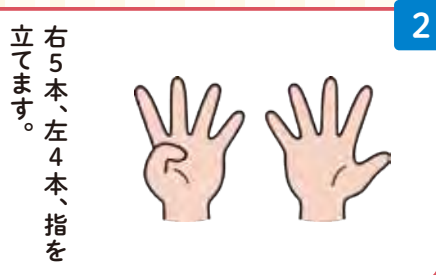
引き算指曲げ

難易度 ★★☆☆

頭も指も柔らかく！

左手の指の数を、右手の指の数から1引いた状態にする体操です。頭では簡単にできる数遊びですが、実際に指で表現するのは難しく、クリ

アしていく喜びがあります。右手の立てる本数を声に出しながらやってみましょう。ゆっくりでよいので確実に。1人でもできますが、2人で楽しむと盛り上がりやすい。



ステップアップ

最初は2人でそれぞれ練習します。慣れてきたら1人が体操を、もう1人が右手を立てる本数を決める指令係を務めます。最初は5、4、3、2、1と順番に、2回目からは1から5までをアトラダムに言います。数回で交代して行いましょう。

ペン送り

落とさないように慎重に

難易度 ★★

2人1組で遊びます。ペンのほか、割り箸やストローなど棒状の物を代用してもよいでしょう。ペンを落とさないように受け

渡しする共同作業で、集中力が鍛えられます。ペンを指先で受け渡すのが難しい場合は手のひらで受けてもOKです。

1



ペンを1本用意します。大人と子どもが向き合って座ります。

2



大人が指先をそろえてペンの両端を持ち、胸の前で構えます。

3



両手の人さし指の先でペンの両端を支え、両腕を伸ばしながら落とさないように子どもに渡します。

4



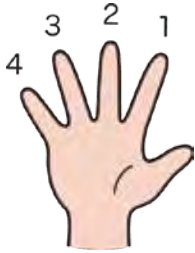
子どもは両手の人さし指でペンを両端で受け取り、腕を胸の前に引き寄せます。

5



3と同様に、子どもは両手の人さし指の先でペンの両端を支え、両腕を伸ばしながら大人に渡します。

6



大人は、指を中指に変えてペンを受け取り、腕を胸の前に引き寄せてから、中指の先でペンの両端を支えた状態で子どもに渡します。このように指を人さし指から中指、薬指、小指まで順番に変えながらペンを送り合います。

ステップアップ

慣れてきたら好きな音楽を流してリズムに合わせてやってみましょう。

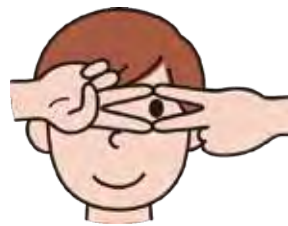
目鼻口体操

難易度 ★★

顔のパーツを使った、見て楽しい体操

指を使って目・鼻・口を作る体操です。2人で向かい合って1から4を繰り返すと楽しさ倍増です。子どもが声で指示を出すと盛り上がるでしょう。

1



両手のチョキでひし形を作り、左目に当てます。右手の甲を手前、左手の甲を正面に向けます。

2



左右の手の甲の向きを逆にして、右目に当てます。1とは目を意味します。

3



両手の親指と人さし指で三角を作り、鼻の前に。鼻ができました。

4



両手の親指と人さし指で四角を作り、口の前に。口ができました。

ステップアップ

慣れてきたら、1人が目・鼻・口の中から選んで指示を出し、もう1人が指示に応じて体操します。交代でやりましょう。



玉ねぎ部会

**早春限定！
葉玉ネギを味わって**

大網経済センター園芸部玉ねぎ部会では、葉玉ネギの出荷が本格化しています。今年産は部会員9人が栽培。天候に恵まれ、適度な雨もあり、生育は良好です。出荷は2月中旬にピークを迎え、3月上旬までに約5000ケース（1ケース7キロ）を見込んでいます。葉玉ネギは葉ごと食べられ、食感が柔らかいのが特長。酢みそ和えのほか、炒め物や煮物などさまざまな料



▲調製作業をする日暮部会長(右)

理に活用できます。同部会では包装資材にレシピを付けて出荷しています。日暮豊治部会長は「葉玉ネギのおいしさを、より多くの人に知ってもらいたい」と話しました。

さんぶ苺組合

**「さんぶのたちおとめ」
出荷最盛期！**

さんぶ苺組合では、1月下旬からイチゴの出荷が最盛期を迎えています。

同組合では「たちおとめ」を主に船橋市や東京都内の市場に出荷しています。今年度産は生産者10人が約2・3ヘクタールで栽培。5月下旬までに28万パック（1パック280グラム）の出荷を見込んでいます。

小柵定晴組合長は「今年度は原油価格の高騰により温室用の燃料代や生産資材が値上がりす

るなど、生産者は厳しい経営を強いられている。そのような中でも、消費者に美味しいイチゴを届けようと励んでいるので、ぜひ多くの人に味わってもらいたい」と話しました。



▲集出荷場にイチゴを搬入する小柵組合長

1/13

1/17

地域

**J Aのお仕事を
学んだよ**

大網白里市立増穂小学校の2年生11人が12月14日、町探検で大網支所を訪れました。児童たちは「どんなものを買っていますか」「1日に何人くらいお客さんが来ますか」など積極的に質問。今井康明支所長の説明に熱心に耳を傾け、J Aの仕事に理解を深めていました。また、米の倉庫も見学し、積み上げられた米の迫力に驚いていました。見学を終えた児童は「銀行みたいでビックリした」「J Aの名前の



▲米倉庫で今井支所長(左)から話を聞く児童たち

由来が分かって良かった」と感想を話しました。

12/14

女性部

**新年を彩るフラワー
アレンジメント作り**

女性部公平支部は12月24日、フラワーアレンジメント教室を東金市の公平公民館で開き、支部員12人が参加しました。

講師にフラワーデザイナーの笹原由里さんを迎え、支部員らはラン、菊、アンズリウム、松などを使ったアレンジを楽しみました。花材の挿し位置や角度、配色のバランスなどに悩みながらも、講師にアドバイスをもらい個性豊かな作品が完成しました。参加した支部員の一人は「華や



▲講師(左)にアドバイスをもらいアレンジメントを作る女性部員

12/24

かな作品を玄関に飾り、明るい気持ちで新年を過ごしたい」と話しました。

皆さまのライフスタイルに合った保障プランをご提案!

わたしたちがJAの「ライフアドバイザー」です

ライフアドバイザー (LA) は「ひと・いえ・くるま・農業」の総合保障で、皆さまの人生設計をサポートさせていただく職員です。訪問や対話を通じて、一人ひとりに寄り添った最適なプランのご提案や見直しを行っています。

★共済の保障や契約について気になること、心配事などございましたら、お近くの支所のライフアドバイザーへお気軽にお声掛けください!

※カッコ内は担当地区

成東支所



<上段左から> 鶴澤 利恵 (成東)、奈良 麻衣子 (日向・睦岡)、浅野 智哉 (南郷)

<右上別枠> 高橋 泰史 (鳴浜)

<下段左から> 伊藤 俊 (成東・日向)、河野 麻美 (睦岡)、小野 恵里加 (緑海)

やさいの里支所



<上段左から> 村井 勇紀 (蓮沼)、須磨 亮仁 (松尾・豊岡)、米山 征秀 (二川・豊岡)

<右上別枠> 菅井 知恵 (千代田・二川)

<下段左から> 湯浅 星南 (上堺・松尾)、杉浦 美枝 (大総・二川)、押尾 雅子 (大平・松尾)、小川 和也 (横芝)

東金支所



<上段左から> 重田 明日香 (東金)、古川 幸裕 (東金)、小川 友和 (東金)、大谷 景子 (片貝)、平泉 敦子 (片貝・豊海)

<下段左から> 三好 久美 (豊成)、野々宮 聖 (大和・丘山)、古関 義明 (福岡・大和)、大橋 康穂 (公平)、長谷川 和成 (正気・東金)

大網支所



<上段左から> 富永 明宏 (白里)、山田 陽子 (瑞穂)

<右上別枠> 板倉 野々子 (大網)

<下段左から> 船山 隆一 (大網・増穂)、内山 晃宏 (増穂)



千代田支所長
石渡 和好



白里支所長
石井 康弘



グリーンプラザ
第一集出荷センター所長
中村 克己

氏名	新任	旧任
加瀬 朋之	東金経済センター	やさいの里営農センター
高宮 秀隆	大網経済センター所長代理	東金経済センター係長
石橋 豊明	機械センター所長、サービス工場長	機械センター所長
齋藤 嘉徳	機械センター農業機械課長代理	機械センター農業機械課係長
行木 渥彦	監査部長、監査課長	リスク管理部長
勝山 達夫	総務部次長、総務課長	総務部総務課長
向後 英彦	総務部次長、電算課長	リスク管理部次長、コンプライアンス課長
嶋田 芳巳	総務部電算課長代理	総務部電算課係長
若菜 健一	リスク管理部長	総務部長代理、電算課長
行木 敦子	リスク管理部コンプライアンス課長	二川支所貯金共済課長、渉外課長
高石 詞文	金融部長	成東支所長、共済普及課長
野口 拓也	金融部運用課長代理	金融部金融推進課係長(投資信託担当)
土屋 建太	金融部金融推進課係長(投資信託担当)	東金支所共済普及課
石渡 幸太	金融部金融推進課係長	金融部
古川 英樹	金融部	東金支所共済普及課
古川 元基	共済部普及企画課長代理	共済部普及企画課係長
田邊 裕介	共済部普及企画課係長	成東支所共済普及課係長
小柳 哲義	営農部営農振興課長(営農指導員)	営農部営農振興課長代理(営農指導員)
秋葉 明子	営農部米穀課係長	営農部
佐久間一栄	経済部購買課長	経済部生活購買課長
小関 和彦	経済部購買課調査役(課長待遇)(営農指導員)(やさいの里営農センター駐在)	グリーンプラザ第一集出荷センター所長
篠崎 正次	経済部購買課調査役(課長待遇)(成東経済センター駐在)	機械センターサービス工場長
並木 佑輔	経済部購買課長代理(営農指導員)	経済部生産購買課係長(営農指導員)
大塚 美帆	経済部購買課係長	経済部生活購買課係長
鈴木 昭平	経済部購買課係長	経済部
石渡 祐太	経済部(芝山経済センター駐在)	成東経済センター

◇定年退職(2021年12月31日発令)

氏名	旧任
稗田 亘	やさいの里支所長、共済普及課長
堀越 敏幸	監査部長
鎗田 貞	総務部
山本 浩	金融部長

◇退職(2021年12月31日発令)

氏名	旧任
戸田 成哉	二川支所
渡邊 侑也	大網支所共済普及課
岩佐 茉緯	白里支所
服部 一也	成東経済センター
大森 秀樹	経済部係長(営農指導員)(芝山経済センター駐在)

職員人事異動のお知らせ

新支所長・所長のご紹介

1月1日付で、新支所長・
所長に着任しました。
組合員、利用者、地域の
皆さま、よろしくお願
いたします。



成東支所長
板倉 清



やさいの里支所長
佐瀬 光男

◇異動(2022年1月1日発令)

氏名	新任	旧任
里見 紀子	豊成支所長代理	さんぶ支所長代理
宮野 恵	豊成支所係長	豊成支所
山本 涼太	九十九里支所	金融部
板倉 清	成東支所長、共済普及課長	大網支所次長
石渡 幸子	成東支所貯金共済課長	中央支所貯金課長
高橋 泰史	成東支所共済普及課	やさいの里支所共済普及課
奈良麻衣子	成東支所共済普及課	中央支所
京相 秀明	中央支所貯金課長	監査部監査課長
滝口 卓也	中央支所共済課係長	やさいの里支所共済普及課
林 望美	中央支所	白里支所
土屋 理愛	さんぶ支所長代理	豊成支所長代理
佐瀬 光男	やさいの里支所長、共済普及課長	千代田支所長
臼井 明子	やさいの里支所貯金共済課長	金融部課長代理(やさいの里支所駐在)
古川 一征	やさいの里支所融資課調査役(課長待遇)	二川支所融資課長
小川 和也	やさいの里支所共済普及課長代理	やさいの里支所共済普及課係長
松井 千尋	やさいの里支所貯金共済課係長	やさいの里支所
須磨 亮仁	やさいの里支所共済普及課	東金支所
米山 征秀	やさいの里支所共済普及課	二川支所
中田 誠人	やさいの里支所	東金支所
伊藤由美子	松尾支所	中央支所
旭 奈緒美	二川支所貯金共済課長、渉外課長	成東支所貯金共済課長
石渡 和好	千代田支所長	やさいの里支所貯金共済課長
越川 政弘	東金支所次長	白里支所長
平泉 敦子	東金支所共済普及課係長	九十九里支所係長
小川 友和	東金支所共済普及課係長	東金支所共済普及課
長谷川和成	東金支所共済普及課	大網支所
小川 卓也	東金支所	やさいの里支所
金田 賢二	大網支所共済課係長	大網支所共済普及課係長
山田 陽子	大網支所共済普及課係長	大網支所共済課係長
内山 晃宏	大網支所共済普及課係長	大網経済センター係長(営農指導員)
石井 康弘	白里支所長	東金支所次長
山仲 英之	白里支所	松尾支所
鈴木 玲子	白里支所	東金支所
中村 克己	グリーンプラザ第一集出荷センター所長	経済部生産購買課長代理(営農指導員)(やさいの里営農センター駐在)



米の次期作支援金の振込について

令和3年産米は新型コロナウイルスの影響を受け、米価が大幅に下落しました。このような中、農業経営を維持するため、令和4年産米の生産に向けての支援金を以下のとおりお支払いしました。

- 対象米穀** 令和3年産 主食用うるち米(1等～3等)
- 対象数量** 18万7,794.5俵
- 支援額** 5,633万8,350円 **単価** 税込300円/俵
- 振込日** 2022年1月26日(水)

※支援金は標準税率10%が適用されます。

◎詳しくは、お近くの営農・経済センターまでお問い合わせください。

農業塾(ネギ栽培編)を開講します

「ネギ作りに挑戦したい!」「ネギ栽培の基本を学びたい!」という意欲のある生産者の方を、JA山武郡市がお手伝いします。ネギを作ったことがない方、農業経験がない方も大歓迎!専門の講師が分かりやすく教えます。



※2019年開講時の写真です。

【第1回】

- 日時** 3月1日(火)午後5:00～
- 場所** JA山武郡市本所 **受講料** 無料
- 内容** オリエンテーション、ネギ栽培と経営の概要
- 受講資格** JA管内にお住まいでネギ栽培に意欲的な方
- お申し込み・お問い合わせ**

受講を希望される方は、2月22日(火)までに、営農部 営農振興課(TEL.0475-82-3531)にご連絡ください。

農産物直売店

「山武緑の風」からのお知らせ

◆海っ子ねぎ販売中!

海水を散布して栽培したJA山武郡市のブランドネギ「九十九里海っ子ねぎ」が好評販売中です!

◆【緑の風部会】生産者を募集しています!

◎緑の風に出品いただける生産者を募集しています。緑の風の実産者の一員として、地元の生産者と一緒に活動したり、お客さまと交流したりしてみませんか。

◎加入要件: JA山武郡市の正・准組合員でJA管内にお住まいの方

当面の営業時間について

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、全店で時間を短縮して営業しております。ご理解いただきますよう、お願い申し上げます。

【営業時間】午前9:00～午後5:00 【定休日】毎週火曜日

※詳しくは、各店舗スタッフまでお問合せください。

機械センターからのお知らせ

◆軽油の推進運動を行います

期間中に軽油を200リットル以上ご予約いただくと、配達時の価格から1リットル当たり2円値引きします!

【受付期間】3月1日(火)～4月21日(木)

【お申し込み】予約専用ダイヤル(TEL.0475-84-3911)
または機械センター(TEL.0475-84-2255)

◆農機のオイル交換はJAへ

春の繁忙期前に、農業機械のオイル交換をおすすめしています。期間中は農業用オイルを特別価格にてご提供いたします!

【受付期間】2月1日(火)～4月30日(土)

◆重油の高騰に対する支援を行います

施設園芸農家が使用する暖房用燃料(重油)の価格高騰に対し、支援を行います。

【対象期間】4月28日(木)まで

【適用条件】期間内に販売価格が税込84円以上に上昇した日から適用

【支援内容】重油(暖房用)の1回の配達数量が500リットル以上の場合、1リットル当たり2円引きいたします。

◆農業機械展示会の開催中止について

毎年3月に開催しておりました「春の農業機械展示会」は、新型コロナウイルス感染拡大の状況に鑑み、参加者および関係者の健康を第一に考慮した結果、中止とさせていただきます。

楽しみにして下さっていた皆さまには誠に申し訳ございません。何とぞご理解くださいますようお願い申し上げます。

農業機械の購入のご相談は、機械センターまでご連絡ください。

◎詳しくは、機械センター(TEL.0475-84-2255)までお問い合わせください。

「ドキドキ定期貯金キャンペーン」 当選番号発表

【定期申込期間】2021年10月1日～12月30日

【賞品】シンビジウム

<各組共通 下2桁>

00 43



◎当選された方には、2月中旬に職員が賞品をお届けに伺う予定です。

◎詳しくは、お近くの支所窓口までお問合せください。

各種相談会

◎相談無料。定員となり次第、締め切らせていただきます。

年金相談会

日程／3月12日(土) 午前9:00～午後3:00
場所／やさいの里支所 TEL.0479-86-3314
東金支所 TEL.0475-54-0521

日程／3月26日(土) 午前9:00～午後3:00
場所／成東支所 TEL.0475-82-2711

ローン相談会

日程／3月12日(土) 午前9:00～午後3:00
場所／やさいの里支所 TEL.0479-86-3314

税務相談会

日程／3月3日(木) 午前・17日(木) 午前
場所／JA山武都市 本所
問い合わせ／TEL. 0475-82-3221 (総務部総務課)

法律相談会

日程／3月10日(木) 午後
場所／JA山武都市 本所
問い合わせ／TEL. 0475-82-3221 (総務部総務課)

※より多くの皆さまにご利用いただくため、2022年1月より同一案件でのご相談は、原則3回までとさせていただきます。(昨年までに同一案件でご利用いただいている方で引き続き同案件についてご相談いただく場合は、2回までとさせていただきます。)
※新型コロナウイルス感染拡大の状況に鑑み、当面の間は、本所にてWebでの相談となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

JAの健康診断

3月 1日(火)午前 白里支所 (男性が対象です)
TEL.0475-77-4101
3月 8日(火)午前 白里支所 (女性が対象です)
TEL.0475-77-4101
3月 9日(水)午前 横芝支所 TEL. 0479-82-1341

移動型金融店舗

「さんぶのさんちゃん号」運行予定

[3月]

運行場所	旧・福岡支所
営業日	3日(木)・17日(木)・31日(木)
運行場所	旧・豊海支所
営業日	1日(火)・8日(火)・22日(火)・29日(火)
運行場所	旧・豊岡支所出荷場
営業日	4日(金)・11日(金)・25日(金)
運行場所	旧・大総支所
営業日	9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)
運行場所	農産物直売店「山武緑の風」大網店
営業日	2日(水)・7日(月)・10日(木)・14日(月)・18日(金)・24日(木)・28日(月)

【営業時間】午前9:30～午後3:30

※土日祝日、3月15日(火)は休業いたします。

◆ご利用いただけるサービス

ATMでの入出金・振込・記帳、貯金・融資・共済等に関する相談
※ご利用の際は、キャッシュカードをお持ちください。

組合員の皆さまのほか、地域住民の方もご利用いただけます。お気軽にお越しください。

緊急時の連絡先

※支所の受付時間内(平日午前8:45～午後5:00)は、お取引先の店舗へご連絡ください。

※支所の受付時間外・休日は、以下へご連絡ください。

●自動車事故等

JA共済事故受付センター 24時間365日受付

☎ 0120-258-931

●自動車のレッカー移動や故障

JA共済サポートセンター 24時間365日受付

☎ 0120-063-931

●キャッシュカード・通帳・証書・印鑑の紛失や盗難

JAバンク キャッシュカード紛失共同受付センター

☎ 043-202-1171

●JAカードの紛失や盗難

NICOS盗難紛失受付センター 24時間365日受付

☎ 0120-159-674

※一体型カードの場合は、あわせて上記の「JAバンクキャッシュカード紛失共同受付センター」にもご連絡ください。

JA山武郡市のあゆみ

2021年12月31日現在(税抜表示)

出資金48億4千万円／販売品取扱高76億3千万円／直販高14億9千万円
購買高36億4千万円／貯金2,253億4千万円
貸出金271億8千万円／長期共済保障保有高6,298億2千万円
正組合員／11,959人 准組合員／9,654人

理事会だより

●12月28日に開かれた理事会に上程された主な議案は以下のとおりです。

- ・資産査定要領の一部変更に関する件
- ・機構改革および機構図の変更に関する件
- ・2022年度事業計画(総合収支・事業量)に関する件
- ・資産の償却・引当基準の一部変更に関する件
- ・組織規程の一部変更に関する件
- ・職務権限規程(職務権限表・専決基準表)の一部変更に関する件
- ・経理規程の一部変更に関する件
- ・令和4年度コンプライアンス・プログラムに関する件
- ・内部統制システム基本方針に関する件
- ・令和4年度クロスチェックの実施に関する件
- ・貸出金利率の最高限度並びに同一人に対する信用供与等の最高限度及び借入金最高限度に関する件
- ・令和4年度購買品手数料率に関する件

慎重審議の上、原案どおり決議されました。

ダイアリー



今後の管理

●トンネル換気

ソラマメは本葉5枚以上になると耐寒性・耐暑性ともに弱くなります。特に低温期に開花する低段の花を守るため、トンネル被覆と換気が重要です(生育適温16〜20℃)。

●整枝と土入れ

採光性を良くし、3粒莢を多くするために3月上・中旬頃から整枝を行いましょ。節間の詰まった太い側枝を1株当たり7本程度残します。主枝と芯止まりの側枝は株元から除去しましょう。草勢が弱く、側枝の少ない株は放任します。

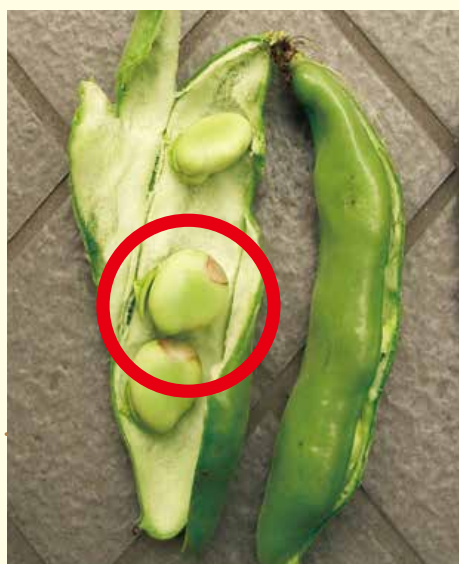
整枝後、株の中央部に置土をすることで、採光性の向上と新たな側枝の発生を防ぐことができます。近年は放任栽培も増えていますが、3粒莢を増やすため整枝管理を行うことで、収穫の労力軽減や収量増加につながります。

●追肥

追肥は、窒素・加里主体の高度化成S842を2〜3回に分けて

て(1回当たり20⁺施用)、畝の肩または通路へ行います。低温時は肥料分の吸収が緩慢になるため、メリット青(300〜500倍)などの葉面散布剤の施用もお勧めです。

石灰欠乏対策として、開花期からカルタス等のカルシウム液剤を1週間ごとに散布しましょう。石灰欠乏は、元肥に石灰質肥料を施用していても土壌が乾燥すると発生しやすく、不稔や実にしみ症(写真①)を生じます。



写真① ソラマメしみ症

●追肥のタイミング

◆1回目(3月上・中旬)

花の生育促進、光合成の葉の確保のため、整枝直後に行いま

す。

◆2回目(4月上旬)

安定した受精と欠粒防止のため、トンネル除去直後に行いませ。

◆3回目(4月下旬)

〔生育状況によって施用〕

莢の肥大を促進するため、莢が小指サイズの時期に行いませ。

●乾燥対策

昨年度は降水量が少なく乾燥気味で、砂地の圃場では初期生育の遅れが見られました。1

水対策をとりました。

定植後から開花期までは、圃場が乾燥しない程度に灌水し、根の活着を促します。開花期以

降は7〜10日おきに5〜7^リ程度、灌水してください。特に、開花期は水を欲する時期です。通路に水を流すなど行ってください。降雨がある場合は湿害の要因となるので、灌水は控えましょう。

●暴風対策

近年、強風による倒伏被害が発生しています。特に、トンネルを除去した圃場で被害が大きい傾向にあります。暴風対策として、ビニール被覆除去後のトンネル支柱を2〜3^リ間隔で残し、できれば2段誘引テープを張ることをお勧めします。被覆なしの場合は支柱を立てて、同様の対策を行いましょ。

「営農情報メール」配信中!

作柄情報、病害虫対策、青果物概況、イベント案内など、営農に役立つ最新情報をお届けします。

↓登録はこちらから(登録無料)



JA山武郡市の組合員ならどなたでも登録できます。

水 稲

営農部営農振興課 水稻専門指導員 石井 枝里奈

農 作 業

テクニカル



箱施用薬剤で
いもち病・紋枯病を防除

近年は6月中旬〜7月中旬に曇雨天が続くことが多くあります。そのため、病気の発生に適した気象条件かつ出穂期前の薬剤防除が適期に行えず、いもち病や紋枯病が多発する圃場が多く見受けられます。

いもち病は、葉いもち病から穂いもち病・穂首いもち病に伝染することで籾の稔実を阻害します。紋枯病は株元に現れた灰白色の病斑が進展すると葉身や



穂首いもち病

葉いもち病

写真②

いもち病に侵されて枯れた稲穂



写真④

エバーゴルフフォルテ箱粒剤



写真③

スタウトパディート箱粒剤

穂まで侵され、どちらも収量の減少につながります(写真②)。紋枯病が前年に発生した圃場では菌核が越冬して翌年の発生源となること、さらには出穂期前の薬剤防除が適期に行にくいことから、箱施用薬剤でこれらの病気を防除しておくことをお勧めします(表①参照)。

ジャンボタニシ対策は
薬剤防除だけじゃない!

近年発生数が増えてしまったジャンボタニシ(写真⑤)を薬剤防除だけで根絶することは、ほぼ不可能です。必ず耕種防除と組み合わせを行い、代かき・田

表① 殺菌剤を含む箱施用薬剤

薬剤名	対象病害虫
スタウトパディート箱粒剤 (写真③)	イネミズゾウムシ、イネドロオイムシ、 <u>いもち病</u>
ブイゲットプリンス粒剤10	
エバーゴルフフォルテ箱粒剤 (写真④)	イネミズゾウムシ、イネドロオイムシ、 <u>いもち病</u> 、 <u>紋枯病</u>



写真⑤

ジャンボタニシ

植え前から越冬数や水田内への侵入を抑えるようにしましょう。
耕種防除① 厳寒期の耕うん
物理的に貝を破壊し、さらに寒さに当って凍死させることで越冬数を減らします。耕うん時は時速1.4km以下、回転速度をPTO2にすることで殺貝率がアップします。
耕種防除② 水路の泥上げ
常に水や泥がある水路はジャンボタニシにとって越冬に最適な場所です。水路の泥を掘り上げ、薄く広げて貝を寒さに当てましょう。
耕種防除③ 圃場は均平に
ジャンボタニシ被害は水の深い箇所集中します。前年に水の深かった箇所は均平にならしておきましょう。圃場が均平であれば、田植え後の浅水管理も効果的に行うことができます。

12月の分析経過について 残留農薬分析点数・・・12月は実施なし 土壌診断点数 …… 合計56点



ヨコのカギ

- 1 節分の日に丸かじりする地方もあります
- 2 歯がある履き物
- 3 世界遺産には文化遺産や——遺産があります
- 4 ほっそりした指の例えに使われる魚
- 5 酸っぱいものを見ると湧きます
- 7 特定のヤギの毛を使った高級な毛織物
- 10 受験生が勝ち取りたいもの
- 12 江戸幕府の旗本、御家人の総称
- 14 ——頭をたたいてみれば文明開化の音がする
- 16 酒のお供です
- 17 年齢を尋ねられたので——を読んで答えちゃった
- 19 愛を英語でいうと

1	6		11		17	20
2			12	15		
	7	9				
3				16	18	
		10	13			
4	8				19	21
5			14			



2重枠に入る文字をA→Dの順に並べてできる言葉は何でしょう？
 答えと住所、氏名、年齢、電話番号をご記入の上、15ページのあて先へハガキでご応募ください。正解者の中から抽選で3名様に下記の「ちょきんぎょグッズ」をプレゼントいたします！

- 21 魚へんに師と書く出世魚
- 20 テレビ——の録画を予約した
- 18 鉄道のレールの下に並べます
- 17 ——かまぼこ、——団子、——笛
- 15 訴えや申請などが退けられること
- 13 水瓶座と牡羊座の間
- 11 宍道湖の名産である一枚貝
- 9 青→黄→赤と変わるものをよく見掛けます
- 8 父はロバ、母はウマ
- 6 南へと吹き抜けていきます
- 3 ベッドルームともいいます
- 1 カ士が頭のとっぺんに結います

タテのカギ

PRESENT

正解者の中から
抽選で
3名様

ちょきんぎょグッズ
レジャー&レジバッグ

ちょきんぎょイラスト入りのレジかごサイズのお買物バッグです。

※色の指定はできません。

(この賞品は支所では取り扱っておりません)

12月号の答え プレゼント

プ_A レ_B ゼ_C ン_D ト_E

1	ク	レ _B		11	ア	14	マ	18	ト _E	22	ウ
2	タ	イ	8	ヒ		15	ト		ナ	リ	
	ニ		9	バ	12	ネ		19	カ	ネ	
		7	ジ	チ	ン _D		16	サイ			
3	ナ	ヤ		13	ガ	ラ		23	ダ		
4	マ	ン	10	キ		17	ミ	20	カ	ン	
5	エ	プ _A						21	ゼ _C	ロ	

表紙を飾る子どもたちの笑顔が素晴らしくて、最高です！（東金市・石田さん）

⇒撮影時は緊張してなかなか笑ってもらえないことがありますが、笑顔を引き出すために一緒に遊んで和ませたり、ご家族に協力していただいています。かわいくて無邪気な笑顔を見ると私たちも元気になるます♪

(かがやき編集部S)

今年の元旦は、富士山をきれいにみる事ができました。良いことがあるといいなあ♪

(山武市・荒木さん)

⇒この地域から富士山を見られることを初めて知りました。縁起が良く、とてもうらやましいです。たまには立ち止まり、周りを眺めて素敵な風景を見つけたいですね！

(かがやき編集部N)



このコーナーでは、読者の皆さまからお寄せいただいた心温まるエピソードやおもしろ写真、絵手紙などを紹介していきます。

※ご応募いただいた作品(絵・写真など)は返却できませんのでご了承ください。

家族の健康



変形性膝関節症

健康科学アドバイザー 福田千晶

特に寒い季節の農作業では、中腰やしゃがんだ姿勢からの立ち上がりで膝が痛む人も多いでしょう。

膝関節は、大腿部と下腿部の骨との間に軟骨があり、さらに筋肉や腱や靭帯が働き、関節の負担を軽減しています。しかし、農作業のように中腰や立ち上がりの多い作業、重い物を持つ作業、加齢や体形などにより、膝関節に負担がかかり続けると、軟骨がすり減ったり、骨同士がこすれ合うなどで関節の変形が起こり、変形性膝関節症が生じます。60歳以上の約8割の人が、レントゲン検査をすれば膝関節になんらかの変形所見が認められるといわれています。

変形性膝関節症の自覚症状としては、歩行時や立ち上がるときの膝の痛み、膝が曲がりにくい、脚の重い感じ、悪天候時の痛みなどがあります。

変形性膝関節症で受診する場合は整形外科になり、治療法は変形の程度

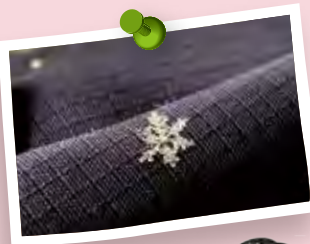
や自覚症状などにより異なります。保存的な治療法としては、薬物療法である消炎鎮痛剤（内服薬、外用薬、座薬）が使われます。膝関節への注射が効果的な患者もいます。生活上の注意では、脚を冷やさない、立ち上がり動作を減らす、階段昇降では手すりを使用するなど膝への負担を減らします。さらに、膝のサポーターや靴の中に入れる足底板の使用、大腿部の筋肉の訓練で症状が楽になることもあります。太っている人は膝の負担を減らすため減量することも大切です。

これらの保存療法で効果が不十分なときなどは、手術療法が検討されるので、主治医とよく相談しましょう。膝が痛い人は、早めに整形外科を受診することが望まれます。



つぶやき @ かがやき編集部

◎1月は久しぶりに警報が出るほどの積雪となりました。昼休みに雪の結晶の撮影に挑戦！マクロレンズを持っていなかったのがスマホで撮影を試みたところ、意外とキレイに写るんですね！100円ショップではスマホ用マクロレンズというものがあるらしく、さらに鮮明に写らしいので、次回チャレンジしたいと思います（とはいえ、もう大雪はこりこりです…）。



雪の結晶の撮影に成功！



〒289-1334

山武市和田375-2

J A 山武郡市企画部
「かがやき」編集部行

おたより・クロスワードパズルのご応募はこちら

おたより・クロスワードパズルのご応募は、住所・氏名（必要ならペンネーム）・年齢・電話番号を書いて左のあて先に、ハガキでお送りください（2/28消印有効）。

12月号プレゼント当選者（敬称略）

- 三木 年彦（大網白里市）
- 飯塚 よし子（東金市）
- 岩崎 すみ子（山武市）



おうちで作ろう! らくうまレシピ



女性部
イチオシ

JA女性部のメンバーが毎月、「楽に」「おいしく」作れるレシピを紹介します。
ぜひ、ご自宅で作ってみてください!



今月は

春菊とじゃこと 油揚げのサラダ

材料(5人分)

- 春菊 1束
- パプリカ 大1/2個
- 油揚げ 1枚
- しらす干し 30g
- ピーナッツ 10g
- A { 玉ネギ(すりおろし) 大さじ2
(大1/2個程度)
- A { エコープ「ほめられ酢」* 大さじ4
- A { エコープ「こめ油」* 大さじ2

作り方

- ① 春菊は葉を摘み、茎は3~4cmの長さに切ってから細切りにする。水にさらしてシャキッとさせたら、水気を切る。パプリカは細切りにする。
- ② 油揚げはフライパンでカリカリになるまで焼く。縦半分に切り、短冊切りにする。
- ③ しらすは、こめ油(分量外)でキツネ色になるまで炒める。
- ④ ピーナッツはポリ袋などに入れてめん棒で叩き、細かく砕く。
- ⑤ ボウルに材料Aを合わせてドレッシングを作る。
※それぞれの分量は、味見をしながらお好みで調整してください。酢の代わりにしょうゆ(大さじ3)で作ってもおいしく召し上がれます。
- ⑥ 器に①~④を盛り、⑤をかけてあえればできあがり♪

おすすめポイント

旬の春菊をおいしく味わえるお手軽レシピ! 春菊は生で食べると独特の苦みが少なく、サラダにピッタリです♪



今月の料理を作ってくれたのは...

公平支部の皆さん

(左から)小倉公子さん、遠山啓子さん、川島さだ子さん

*今回は、エコープマーク品
「ほめられ酢」「こめ油」
を使用しました!



〈1L〉 〈300ml〉

ほめられ酢は爽やかな風味で、和洋中さまざまな料理が簡単に作れる調味酢。ツンとした酸味を抑えているため、お子さまでも安心して食べられます。こめ油は、くせのないまろやかな風味が特長で、素材の味を引き立てます。

農産物直売店「山武緑の風」や、営農・経済センターで購入いただけます。一部取り扱いのない店舗もございますので、各店舗までお問い合わせください。

レシピはJA山武郡市のホームページでも公開しています♪

