

# かがやき

2024

1月号  
No.341

人・地域・暮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②

「第4回 准組合員アンケート」集計結果のご報告

特集①

JA山長東地区広報協議会合同企画  
お正月だけじゃもったいない！簡単お餅の活用術

 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





# かがやき フアーマー



白里支所管内

くわ た けん じ  
**桑田 健二**さん  
(41)



## 農業を通じて 地域に貢献したい

### 親元から独立して経営者に

桑田健二さんは、ネギと水稲合わせて36ヘクタールを栽培しています。もともとはサラリーマンでしたが、実家が米農家で2012年に就農。親元で営農のノウハウを学び、翌年には独立して新たにネギの生産を始めました。

### 経営の難しさを実感

最初は一人で秋冬ネギの栽培からスタートしましたが、なかなか出荷規格に沿ったネギができず、失敗が続いたといいます。セミナーに通ったり先輩農家に学んで勉強しながら、徐々に栽培面積や人手を増やし、夏ネギ・春ネギの栽培にも着手。現在は周年で栽培しています。外国人技能実習生も受け入れていて、労務管理なども行っており、「経営の難しさを実感している」と話します。

### 明るい地域にしたい

「農業を通じて、地域に貢献したい」と熱意を持つ桑田さん。JAの青年部をはじめ、市の農業研究会や商工会の青年部など地元の組織に加入し、精力的に活動しています。昨年は市内の子ども向けの職業体験イベントで、ネギの皮むき体験を実施。総勢300人を超える親子が訪れ、大盛況でした。「子どもたち



# かがやき

2024  
1月号  
No. 341

- さんぶのかがやきファーマー  
白里支所管内  
桑田 健二さん(41) 2
- 表紙登場者紹介 3
- 新年のごあいさつ 4
- さんぶぐんし エリア Topics 5
- 特集①  
お正月だけじゃもったいない！  
簡単お餅の活用術 8
- 特集②  
「第4回准組合員アンケート」  
集計結果のご報告 10
- プチ特集 作品を飾って年末年始を華やかに 14
- Information 15
  - ◆新採用職員のお知らせ など
- 農作業 テクニカルダイアリー  
秋冬ネギ・バレイショ 16
- みんなのひろば 18
  - ◆クロスワードパズル
  - ◆かがやき掲示板
  - ◆健康LIFE
  - ◆つぶやき@かがやき編集部
- おうちで作ろう！らくうまレシピ  
太巻き寿司 ～バラ～ 20

## 今月の表紙を飾ってくれたのは…



東金支所管内(大和地区)

こせき 小関 みのりちゃん(6歳)  
ゆうと 悠豊くん(3歳)

最近は…

近所の公園で元気いっぱい遊んでいます！みのりちゃんは「すみっこぐらし」、悠豊くんは「こびとづかん」のキャラクターが大好きです♪



### ★就農年

2012年4月

### ★主な栽培品目

- ネギ
- 水稻

## ネギ部会長として活躍



園芸部ネギ部会の部会長を務めている桑田さん。販売査定会や販売促進イベントなどでは、部会員の先頭に立って活躍しています。「さらなる有利販売と部会員の所得向上に繋がるよう頑張りたい」と意気込みます。

## 栽培技術の向上へ

の笑顔を見られるのがうれしい。農業で地域を明るくしたい」と話します。

今後はネギ栽培をさらに究めようと、「もっと多くの人に学んで栽培技術を向上させ、収量を増やしたい」と目標を掲げる桑田さん。「ゆくゆくは農産物の加工など、6次産業化にも取り組みたい」と目を輝かせます。

新年のごあいさつ

# 目標に向かって、 しっかりと努力を積み重ね、 成果が期待できる年に



代表理事組合長

土屋 秀雄

新年、明けましておめでとうございます。皆さまには健やかに新春をお迎えのことと、心よりお慶びを申し上げます。

旧年中は、JA運営に深いご理解とご協力を賜りましたこと、役職員を代表いたしまして、厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、新型コロナがインフルエンザと同等の「5類」に引き下げられ、制限されていた経済活動が動き始めました。しかし、ロシアのウクライナ侵攻は依然として続き、さらにハマスとイスラエルの戦争も勃発し、お互いを支援する国々と自国の思惑が相まって、世界は二極化されつつあり、対峙する側の輸出入規制等、対立の構図が鮮明化されました。

国内においては不確実性が高まる世界情勢により、原材料価格やエネルギー資源価格が高騰し、食料品をはじめとする各種の値上げラッシュに見舞われました。

JA山武郡市では秋肥に引き続き、昨年度は春肥に対して国・県が行う販売農家への肥料価格高騰対策の申請手続を支援。さらに、国・県に合わせてJA独自の追加支援を行いました。

物価高騰の状況下において、生産コストの増加を反映した農産物の適正な価格形成が、もっとも大切な課題だと認識しています。JA山武郡市では市場巡回を行い関係者へ要請を行ったほか、JAグループが一丸となって政府に対しても要請を行っており、今年度も引き続き取り組んでまいります。

政府が掲げる経済の好循環は、農業分野抜きではありえません。また、食料安全保障を重要課題とし、カロリーベースの食料自給率を現在の38%から令和12年に45%にする目標を掲げているのであれば、なおさらです。

JA山武郡市では、皆さまにお示した「持続可能な農業を実現し、地域と共生する健全なJA」をめざす姿とした第9次中期経営計画、そして「5年後、10年後、生産者が農業に誇りを持ち、元気で、笑顔で、農業を続けている地域」を創造する農業振興計画2016を着実に実践するとともに、自己改革をさらに進めてまいります。

本年、辰の年は「成功につながるための努力が、種子の内側でどんどん育っていくような年」と言われています。コツコツ努力を積み重ねることができれば、きっと大きな成果が期待できると考えます。掲げた施策の一つ一つが、目に見える成果としてお示しできるよう役職員一同、皆さまと対話を重ね、ともに歩んでまいりますので、より一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

結びに、令和6年が皆さまにとって、輝かしい年になりますよう、心からお祈り申し上げます。

令和6年 元旦





12/8

JA

## JAフルーツ山梨と友好協定

JA山武郡市は12月8日、山梨県のJAフルーツ山梨と「友好JA協定」を結びました。協定は、組合同士の人的交流や情報交換、災害時の支援、特産品の産地間連携を中心に、組合員の営農・生活の向上、地域の発展などに貢献していくことを目的としています。

当JAがこのような協定を結ぶのは今回が初めてです。会計システムや会計監査人が同一で、以前から情報交換していたことをきっかけに協定締結に至りました。

今後は非常勤役員による視察や直売店で互いの特産品を販売するほか、加工品の共同開発なども構想しています。



▲調印式で握手を交わす土屋秀雄組合長（左）とJAフルーツ山梨の西島隆組合長

8 働きがいも経済成長も	9 農業と技術革新の未来をつつや	17 パートナリングで目標を達成しよう
--------------	------------------	---------------------

ネギ部会

## 「海っ子ねぎ」の魅力を発信

園芸部ネギ部会は11月25・26日の両日、埼玉県深谷市で開かれた「全国ねぎサミット2023 in 農業王国ふかや」に参加しました。同サミットは全国のネギ産地が集まり、ご当地ネギを紹介するイベントです。

当日は部会役員とJA職員が参加し、「九十九里海っ子ねぎ」をPR。会場では、ネギと「海っ子ねぎドレッシング」の試食販売などを行いました。

来場者の一人は「試食をしてとても甘くておいしかったので、自宅でも食べたい」と笑顔で買い求めていました。



▲特設ブースでネギをPRする部会役員

2 食料をゼロに	8 働きがいも経済成長も
----------	--------------

青年部

## JA役職員と活発に意見交換

青年部は12月4日、JA役職員と互いの理解を深めようと懇話会を本所で開きました。

当日は同部役員や支部長、JA役職員15人が参加。各支部で話し合った意見をもとに4つの要望を出し、役職員と意見を交わしました。

土屋秀雄組合長は「将来の農業をけん引する若い世代が声を上げ、自分たちの農業を守っていくことに対し、JAは協力を惜しまない。青年部の皆さんには地域のリーダーとして、積極的に意見を出してほしい」と話しました。



▲意見を交わす青年部員とJA役職員

8 働きがいも経済成長も	11 住み続けられるまちづくりを
--------------	------------------

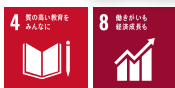




JA

11/22

## ネギ農業塾の最終講座



▲ネギの箱詰め方法を解説する営農指導員

JA山武郡市は11月22日、「ネギ農業塾」の最終講座を本所で開きました。受講生たちは収穫後に行う調整・選別・箱詰め作業やJAの出荷規格について学びました。

受講生の一人は「時期に合わせた栽培管理のポイントや新しい知識を得ることができてよかった」と話しました。

JAは今年も新たな受講生を募り、農業塾を開く予定です。

緑の風部会

11/27, 12/1

## 農薬を正しく使おう



▲営農指導員から説明を聞く生産者

緑の風部会は農薬研修会を11月27日に本所で、12月1日に東金支所で開き、部会員・インショップ販売の生産者合わせて約30人が受講しました。

農薬工業会の職員とJAの営農指導員が講師を務め、農薬に関する法律や使用時期・使用回数、散布時の注意点などを解説しました。

また、生産者自身が栽培する農作物が農薬登録上において、どの作物分類に該当するのかを再確認しました。

地域

11/16・17

## 緑の風で 社会体験！



▲野菜を丁寧に袋詰め



▲駅弁フェアのお手伝い

東金市立東金中学校の2年生3人は11月16・17日の両日、社会体験学習を農産物直売店「山武緑の風」東金店で行いました。

園芸部

青年部



11/19・23

## 産業祭で農産物をPR



▲上堺園芸部



▲大総園芸部



▲青年部やさいの里支部

11月19日に「横芝光町産業まつり」が行われ、上堺園芸部がネギやブロッコリー、トマトなど旬の野菜を、大総園芸部が焼き芋を販売しました。

11月23日の「山武市産業まつり」には、青年部やさいの里支部の部員が参加。焼き芋の販売を行い、多くの人買い求めていました。



JA

12/6・7

## 高校生に向けて金融教室



▲高校生の前で授業を行う職員

JA山武郡市は12月6・7日の両日、県立松尾高校で金融教室を行いました。2022年から高校の授業で金融教育が必修化されたことを受け、地域貢献活動の一環として実施しました。

金融部の職員が講師を務め、2年生の生徒たちに向けて、お金を取り巻く環境や資産形成の方法、新しいNISA制度などを解説しました。

JAでは東金商業高校、九十九里高校、成東高校などでも同様の教室を行う予定です。

※2023年12月18日現在の情報です。

12/4

さんぶ苺組合

## 本格出荷を前に査定会



▲出荷規格を入念に確認する組合員ら

さんぶ苺組合は12月4日、イチゴの本格出荷を前に販売査定会を開きました。組合員、市場担当者、農業事務所職員、JA職員ら20人が参加し、出荷時の注意点などを共有しました。

同組合では「とちおとめ」を出荷していて、今年度は10人の組合員が約2.2ヘクタールで栽培しています。5月までに30万パック(1パック260グラム)の出荷を見込んでいます。

青年部

11/20

## ゴルフを通じて親睦深める



▲参加した青年部員たち

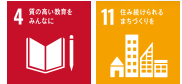
青年部は11月20日、部員の健康増進や部員間の親睦・交流を図ろうと、ゴルフ大会を市原市内で開きました。

当日は9人が参加。真剣な表情でプレーしながらも、時折「ナイスショット」と声を掛け合い、和気あいあいとした雰囲気の中で楽しみました。

青年部

11/13

## 園児の芋掘り体験をサポート



青年部さんむ中央支部は11月13日、食育活動の一環として、山武市のなんごうこども園、しらはたこども園の園児たちの芋掘り体験を支援しました。大きなサツマイモがたくさん収穫でき、子どもたちは笑顔を見せていました。





JA山武郡市  
さんぶのさんちゃん

特集①

JA山長夷地区広報協議会 合同企画

お正月だけじゃもったいない!

# 簡単お餅の活用術

「お餅」は日本のお正月には欠かせないものです。  
保存しておいたらカビが生えてしまった、  
いつも同じ食べ方になってしまうなどといったお悩みはありませんか。  
せつかくならおいしく最後まで食べ切りたいですね。  
今回の特集では、「お餅」の歴史を振り返りながら、  
おすすめの食べ方やアレンジレシピなどを  
JA山武郡市、長生、いすみの「JA山長夷地区広報協議会」がご紹介します。

## 餅の歴史

餅には、神様が宿っているとの考え方から、お正月や節句などハシの日の行事には欠かせない縁起物となっています。

餅の日本での歴史は古く、縄文時代後期に稲作の伝来とともに伝わったとされ、当時は今のよう白い米ではなく、赤米であったと言われています。赤米は粘りが強く、炊くと簡単にまとめることができ、神への供え物として発展してきたと考えられ、特に「鏡餅」が誕生した平安時代から、大切な存在となってきました。鏡は靈力を備えたものと考えられており、天皇の三種の神器の一つである銅鏡の形に似ていることから、鏡餅と言われるようになったと一説にあります。

雑煮に使われる餅は、東日本では四角い角餅を、西日本では丸い小餅を食べることが多く、雑煮の発祥の地である京都では、一つ一つ手で丸めて作る丸餅が主流です。これは神聖な食べ物である餅を刃物で切るのをタブーとされ、切らなくても食べやすいように丸い小餅にしたと言われています。一方、人口の多い江戸では、かまどが一つしかない長屋住まい

の人も多く、餅をついて丸める余裕がありませんでした。そのため、のし餅を切つて手早く大量に作れ、隙間なく詰めて保存・運搬しやすい角餅が広まりました。こうして地域や文化によって発展し、現在では無くてはならないものとなりました。

## お勧めの食べ方

餅は糖質を多く含むので、糖の吸収を緩やかにする働きのある食物繊維と一緒に食べるとよいでしょう。ダイコンには食物繊維だけでなく、消化を促進するアミラーゼも多く含まれているので、からみ餅がお勧めです。

たんぱく質は血糖値の急上昇を防ぐので、きなこ餅や納豆餅も良いでしょう。お雑煮に野菜やきのこをたっぷり入れると繊維質も多くとれ、たんぱく質を含む鶏肉をプラスすることで満腹感も増し、餅の食べ過ぎを防いでくれます。

## 保存テクニク

個包装になっている未開封の切り餅は常温保存ができますが、手作り餅や、のし餅、封を開けた餅は、菌やウイルスが付きやすくカ

ビが発生しやすいので、保存には注意が必要です。

一個ずつラップでしっかりと包み、チャック付きの保存袋で密封して、冷蔵保存がお勧めです。数日間ならば冷蔵、より長く保存する場合は冷凍がよいでしょう。調理には凍ったまま使うことができますが、自然解凍する場合は冷蔵庫で数時間置きます。

また、アルコール度数が35度以上の酒をキッチンペーパー等に含ませ、餅の表面を拭くとかびにくくなります。そのほか、抗菌作用があるワサビやカラシを餅と一緒に密閉容器に入れて冷蔵保存する方法や、密閉容器に餅が完全につかるまで水を入れて冷蔵保存する方法もあります。

保存するときはできるだけ餅を素手で触らないよう、ビニール手袋などをして行いましょう。







JAいすみ  
いすみの米太郎

# お餅アレンジレシピ



JA長生  
ながいきななちゃん

## おもちおこゆ

### 材 料

- 米(うるち米).....1.5合
- 切り餅.....1個
- 具
  - ニンジン.....1/3本
  - 油揚げ.....1/2枚
  - 豚こま切れ肉.....50g
- 調味料
  - しょうゆ.....大さじ1
  - みりん.....小さじ1
  - 塩.....少々



### 作り方

- ①切り餅は適当な大きさにカットします。
- ②炊飯釜に浸漬した米、調味料、規定量までの水を入れて混ぜ、切り餅、具をのせて炊飯します。
- ③炊けたら、全体を混ぜて完成です。

### 補 足

- 米1.5~2合に切り餅1個が目安です。
- 炊飯後の餅は溶けている状態なので、混ぜることで全体がもちもちになります。

※出典：JA全農

## チョコもち

### 材料(3~4個分)

- ミルクチョコレート.....50g
- 切り餅.....2個
- 牛乳.....50cc
- 砂糖.....大さじ3
- ココアパウダー.....適量



### 作り方

- ①チョコレートを一口大に割って耐熱容器に入れ、切り餅、牛乳、砂糖を加えて、電子レンジ(500W)で2分加熱します。
- ②電子レンジから取り出し、餅を押し伸ばすように泡立て器で混ぜてから、再び電子レンジで1分30秒加熱します。
- ③なめらかになるまで泡立て器でよく混ぜ、3~4等分にします。
- ④ラップを広げてココアパウダーを敷き、その上に③をのせて丸めたら完成です。



# 「第4回 准組合員アンケート」 集計結果のご報告

第9次中期経営計画の基本理念にうたう、組合員との対話を通じた「不断の自己改革」の一歩として、准組合員モニターへアンケートを実施しました。准組合員の意見をJAの事業運営に取り入れ、地域の活性化や利用しやすい店舗づくりに努めてまいります。

調査期間 2023年10～11月

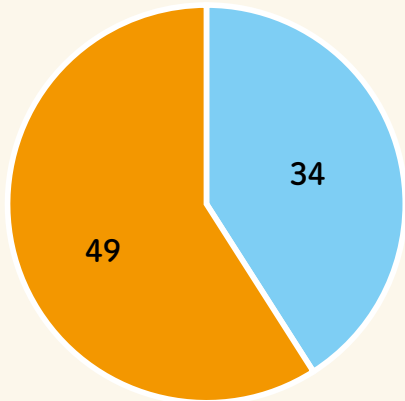
モニター数 99人 (支所ごとの人数は13ページに記載)  
※モニターは支所ごとに任意で選出しています。

回答者数 84人 (回答率84.8%)

※グラフ内の数字は人数です。人数の合計は回答者数とは一致しません。  
※いただいたご意見はページの都合上、抜粋して掲載しています。

Q.1

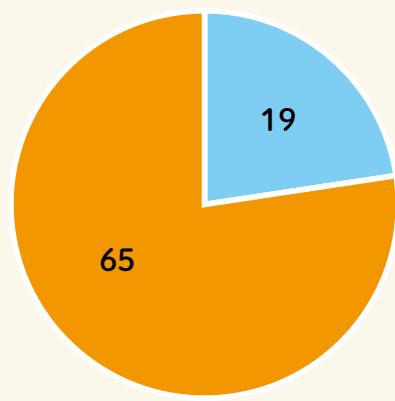
JAバンクアプリで投資信託の口座開設や買付ができることをご存じですか？



■ ①知っている ■ ②知らない

Q.2

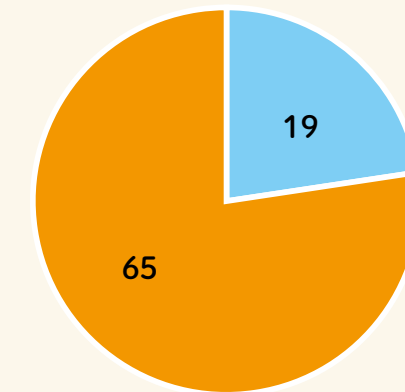
iDeCo(イデコ・個人型確定拠出年金)をJAでお申し込みできることをご存じですか？



■ ①知っている ■ ②知らない

Q.3

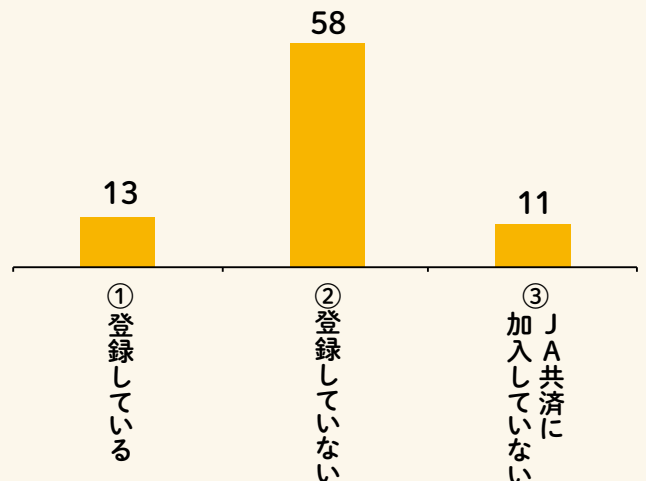
成東支所に貸金庫の取り扱いがあるのはご存じですか？



■ ①知っている ■ ②知らない

Q.4

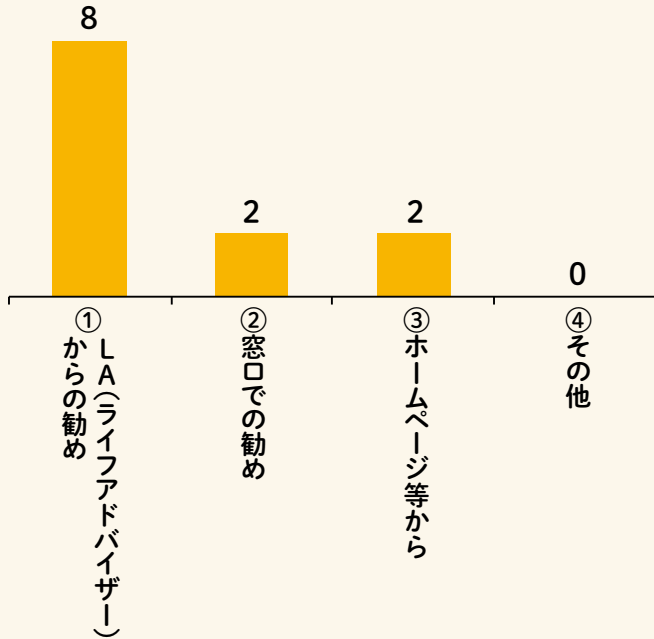
JA共済に加入されている方にお聞きます。Webマイページの登録はお済みですか？





Q.5

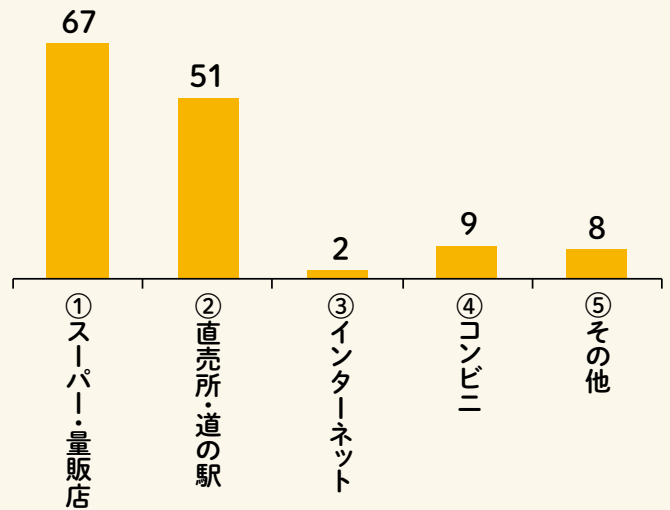
Q4で「①登録している」と回答された方にお聞きします。登録されたきっかけは何ですか？



Q.6

野菜はどこで購入していますか？

(複数回答可)

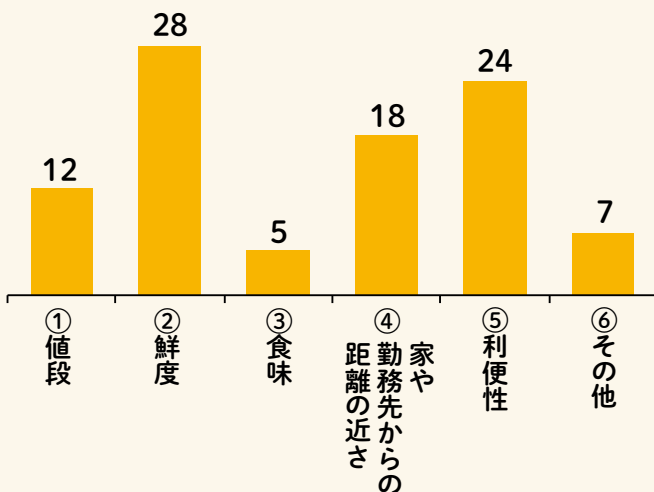


⑤その他を選んだ回答の詳細

● 緑の風、宅配業者(生協など)

Q.7

Q6でご回答いただいた場所を利用する理由を1つ教えてください。



※Q7.に関しては複数いただいたご回答も含めております。

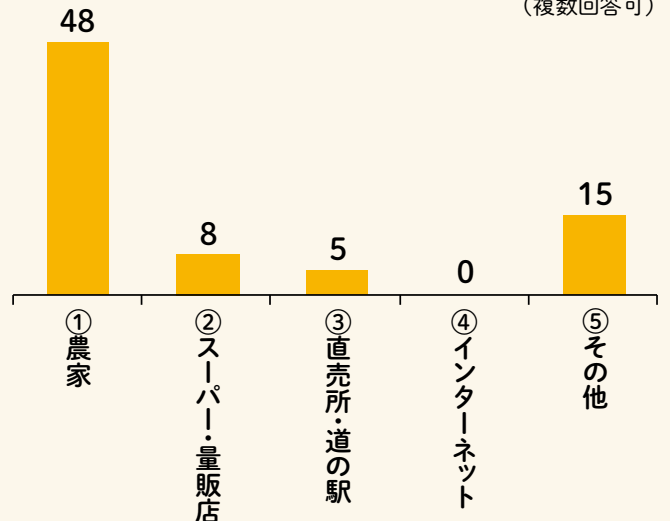
⑥その他を選んだ回答の詳細

● 地元で収穫された野菜だから、産地応援、安全性、買い物をする時間が遅いため

Q.8

お米はどこで購入していますか？

(複数回答可)

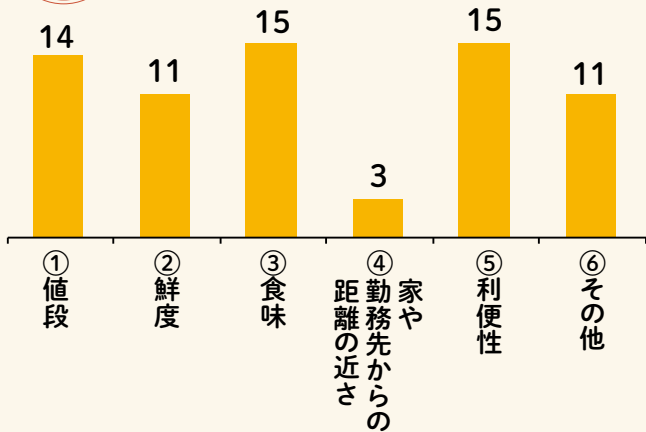


⑤その他を選んだ回答の詳細

● 実家、親戚の農家、生協、自家米(年貢米)、知人

Q.9

Q8でご回答いただいた場所を利用する理由を1つ教えてください。

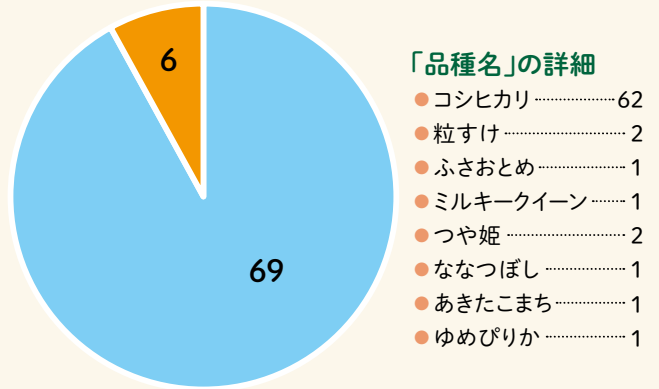


⑥その他を選んだ回答の詳細

- 自家米、親戚が米農家、母の友人が農家

Q.10

普段、食べているお米の品種を教えてください。

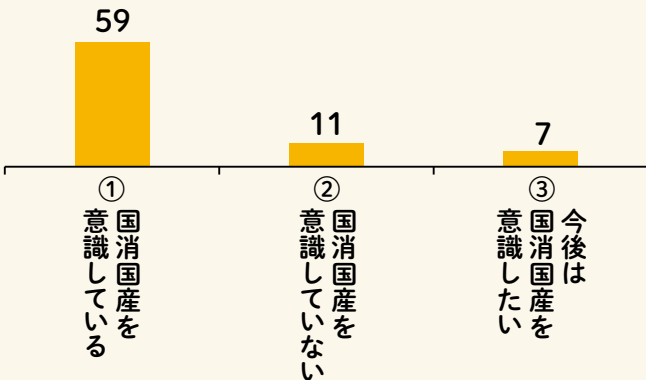


※「品種名」の詳細については複数いただいた回答も含めております。

- ①品種名
- ②特にこだわりなし

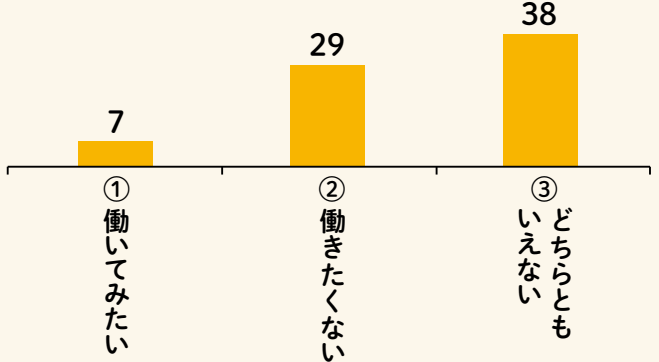
Q.11

日本の食料自給率はカロリーベースで38%(千葉県24%)、生産額ベースで58%(千葉県46%)と先進国中ほぼ最下位ですが、普段購入される食料品は国産等を意識して購入していますか？



Q.12

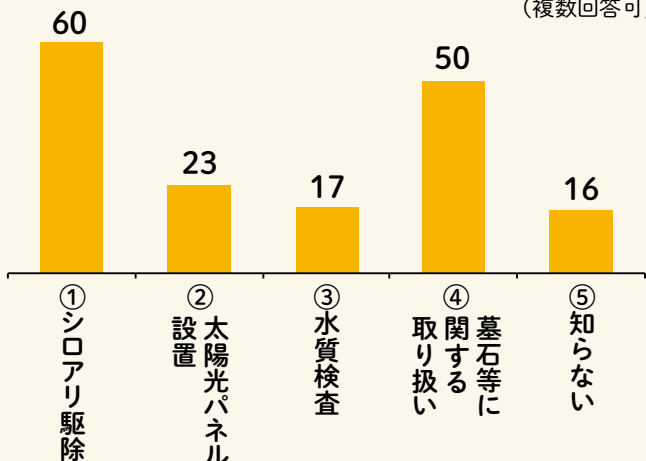
農業の生産現場では労働力不足が問題となっております。千葉県では農業求人サイト「ちばの農業で働こう」を開設し、農業現場で働く方を募集していますが、農家で働いてみたいと思いますか？



Q.13

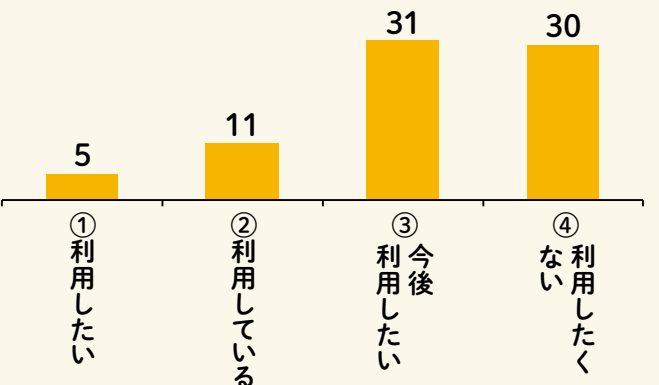
JAでは皆様の暮らしに関わるサービスを提供しています。ご存じのものに○を付けて下さい。

(複数回答可)



Q.14

JAでは日本全国の各産地から、旬の食材(果物や野菜、総菜やスイーツなどの名産品)を宅配便で定期的(毎月)にご家庭へお届けするサービスを行っておりますが、利用したいと思いますか？



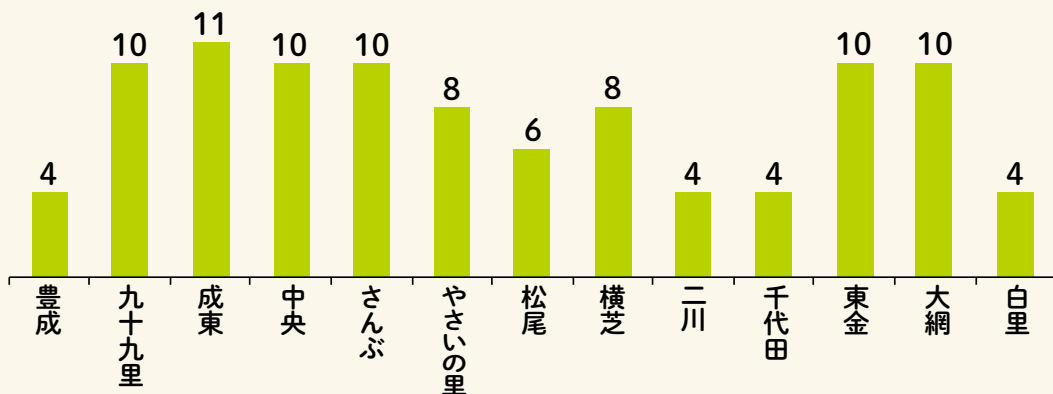


Q.15

JAに対してご意見・ご要望がございましたら、ご記入ください。

- 緑の風をもっといろいろな面で工夫し、活気のある直売所にしてほしいです。店舗によって活気や買いやすさに温度差があります。
- JA職員とあまり話をしたことがないので、新しい事業はほとんど知りません。以前の農協より関わりが少なくなったようです。
- JA山武郡市の活動を市民にわかりやすくPRしてください。
- 地産地消の料理イベント等、季節ごとの料理方法が知りたい。
- 主に農業で収入を得る農業従事者がこの20年間で半減し、年齢も70歳以上が大半で高齢化が進んでいることを危惧しています。多様な農業人材の確保、子どもたちへの食育活動等、JAを通して持続可能(SDGs)な農業のあり方を地域で考えてみませんか？
- 近くにあっても知らないことが多く、驚きました。
- 近いので便利に利用しています。
- 現状で特に不便、不満はありません。
- いつもお世話になっております。親切丁寧な対応をさせていただいて、感謝しております。何も言うことはありませんので今後の活躍を期待しております。
- 農家の人はJAに行くことが多いが、その他の人が行く機会を作るためイベントなどをしたらどうでしょうか？
- 多少の稲作をしています。肥料と販売をお願いしていますが不満はありません。共済も多少は入っていますが現状のままで良いです。
- 経済事業に期待しています。
- 今後も今まで通り、地域に密着したあたたかいサービスをよろしくお願いします。
- JA職員の異動が頻繁で、顔なじみになったら異動になってしまう。どうしてなのかと疑問に思っている。
- アンケートなどをやって改善された事項を知りたい。
- インターネット、アプリなどに弱く、使いこなすことができません。残念です。
- 農家での収穫体験が出来たら嬉しいです。ぜひ実現を！
- 知らなかったサービスが多く、意外でした。広報にもっと力を入れたらと思います。
- 買い物をしたらポイントが付与されるカードを導入したらどうか。リピーターも増えると思います。
- 食料、エネルギー(特に電気)の地産地消に向けたJAの取り組みに期待する。
- 接客が良くない。いろいろな商品の紹介等、何も無い。事務処理のみの窓口対応です。
- 年金、公共料金引き落とし等利用しています。我が家のメインバンクです。
- 山武郡市の野菜ブランドにタマネギや葉タマネギ等はいかがでしょうか。とてもおいしいです。
- 若者世代とシニア世代が、もっと交流できる場をどんどん作ったらどうか。
- 数年前に保険の見直しをお願いし、少しずつ内容が分かりかけてきました。担当の方が良くやってくださいますのでおんぶに抱っこです。大助かりです。引き続きよろしく願いいたします。

准組合員モニター数(総数99)



アンケートにご協力いただき、ありがとうございました！





# 作品を飾って年末年始を華やかに



女性部ではコロナ禍が明け、支部活動が活発化しています。

11～12月はクリスマスやお正月に向けて、手芸教室や寄せ植え体験などが行われました。

このページでは、その活動の一部をご紹介します。

## リースづくり



豊成支部



発泡スチロールの土台に、小さくカットした布を埋め込んで作りました。さまざまな絵柄のカラフルなリースができてあがりました！



## 寄せ植え体験



鳴浜支部



ビオラ、ハボタンなど季節の植物を使って、寄せ植えを作りました。同じ花を使っても配置などによって個性の出る作品になりました♪



## 干支の押し絵づくり

和紙や布などを使って、2024年の干支「辰」を作成。台紙に貼り付けて、立体的な作品に仕上がりました！



蓮沼・横芝・大総・上堺支部は八角形の作品を、正気支部では短冊型の作品を作りました。



蓮沼支部



横芝・大総・上堺支部



正気支部





# インフォメーション i n f o r m a t i o n

## 理事会だより

11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。

- ・令和5年度決算総合収支見直し及び臨時給与の支給に関する件
- ・二川・千代田支所再編および店舗名に関する件

慎重審議の上、原案どおり決議されました。

## 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。

**税務相談会**  
日程／2月1日(木)午前、15日(木)午前  
場所／JA山武郡市 本所  
問い合わせ／TEL. 0475-82-3221(総務部総務課)

**法律相談会**  
日程／2月8日(木)午後  
場所／JA山武郡市 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、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。

## 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・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・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ネットバンク 緊急時のサービス利用停止

JAネットバンクヘルプデスク 24時間365日受付

☎ 0120-058-098

## JA山武郡市のあゆみ

2023年11月30日現在

出資金49億2千万円／販売品取扱高59億8千万円／直販高14億0千万円

購買高33億7千万円／貯金2,274億5千万円

貸出金325億2千万円／長期共済保有高6,020億6千万円

正組合員／1万1,502人 准組合員／9,684人

## 移動型金融店舗「さんぶのさんちゃん号」運行予定

2月	月 火		水		木	金
			午前	午後		
旧・増穂支所	○				○	
旧・豊海支所		○				
旧・豊岡支所			○			
旧・大総支所				○		
旧・福岡支所						○

【営業時間】午前9:30～午後3:00

※旧・豊岡支所は午前9:30～12:00

※旧・大総支所は午後1:00～3:00

※土日祝日、2月8日(木)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

●お買得購買品のご案内

※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。

## 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ねぎ「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、お客さまと交流してみませんか。

◎加入要件：JA山武郡市の正・准組合員

※新たに組合員になることも可能です。

詳しくは各店舗までお問い合わせください。

【営業時間】午前9:00～午後5:00 【定休日】毎週火曜日

## 職員人事異動のお知らせ

### ◆新採用職員のご紹介(12月1日付)



なかむら まあ  
中村 麻央  
大網支所



すずき かつひさ  
鈴木 勝久  
営農部

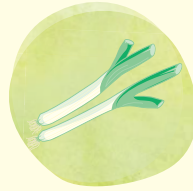
### ◆異動(12月1日発令)

米山 征秀 営農部(旧任：やさいの里支所共済普及課)  
小池 武昭 経済部次長(旧任：福祉ふれあいセンター所長)  
安田 聡子 共済部(旧任：福祉ふれあいセンター)  
福原 直生 経済部(旧任：福祉ふれあいセンター)  
佐久間恵美子 経済部(旧任：福祉ふれあいセンター)  
遠山 和子 経済部(旧任：福祉ふれあいセンター)

### ◆退職(11月30日発令)

横田 美代子(福祉ふれあいセンター)

# ダイアリー



写真② シロイチモジヨトウの卵



写真① シロイチモジヨトウ

次作に向けての  
シロイチモジヨトウの防除

今夏は、県内の秋冬ネギ圃場にてヨトウムシ類、特にシロイチモジヨトウ(写真①②)の被害が多発しました。高温・少雨で発生が増加します。

若齢幼虫は集団で生息しますが、中齢以降は葉の中に食入するため、薬剤が届きにくくなります。薬剤抵抗性が発達していて有効薬剤が少なく、一部のジアミド系薬剤では、殺虫効果が低下しています。そのため、

圃場での発生をよく観察し、幼虫のふ化に合わせて薬剤を散布しなければなりません。若齢幼虫での防除が最も効果的で、老齢幼虫は急速に効果が劣る傾向があります。

多発生時は、圃場内にさまざまに生育ステージのシロイチモジヨトウが混在し、一度の防除では被害を止められないため、こまめなローテーション散布が必要(表①参照)。

黒斑病・葉枯病  
(黄色斑紋病斑)

黒斑病、葉枯病ともに15〜25℃で発病しやすく、春から秋まで発生が長く続きます。葉枯病は、主に外葉で葉先枯れや葉枯症状が発生します。さらに冷え込むと黄色斑紋病斑も発生し、出荷物の品質に影響を及ぼす恐れがあります。まずは、葉枯病のまん延を防ぐために早めの防除を心掛けましょう。

テーク水和剤、ポリベリン水和剤は、黄色斑紋病斑に効果があることが確認されています。耕種的・物理的防除として、多肥栽培を避け適切な肥培管理

を行うこと、土壌pHを下げないように管理することが大切です。アミスター20フロアブルやメジャーフロアブルを散布する場合は、葉害(葉のよじれ等)防止のため、展着剤との混用は避けましょう(表②参照)。

表① ネギのシロイチモジヨトウに登録のある薬剤一覧

薬剤名	系統名	希釈倍率	使用時期	使用回数
ディアナSC	スピノシン系	2500～5000倍	収穫前日まで	2回以内
グレーシア乳剤	メタジアミド系	2000～3000倍	収穫7日前まで	2回以内
プロフレアSC		2000～4000倍	収穫前日まで	3回以内
ベネビアOD	ジアミド系	2000倍	収穫前日まで	3回以内
ヨーバルフロアブル		2500～5000倍	収穫3日前まで	3回以内
アグロスリン乳剤	合成ピレスロイド系	1000倍	収穫7日前まで	5回以内
アフーム乳剤	マクロライド系	1000～2000倍	収穫7日前まで	3回以内
プレオフロアブル	その他	1000倍	収穫3日前まで	4回以内

表② ネギの黒斑病、葉枯病(黄色斑紋病斑)に登録のある薬剤一覧

薬剤名	適用病害		希釈倍率	使用時期	使用回数	特性		
	黒斑病	葉枯病 (黄色斑紋病斑)				予防	治療	浸透移行
アミスター20フロアブル	●	●	2000倍	収穫3日前まで	4回以内	○	○	○
メジャーフロアブル	●	●	2000倍	収穫前日まで	3回以内	○	○	○
テーク水和剤	●	●	600倍	収穫14日前まで	3回以内	○	○	○
ポリベリン水和剤	●	●	1500倍	収穫14日前まで	3回以内	○	×	×
ダコニール1000	●	●	1000倍	収穫14日前まで	3回以内	○	×	×

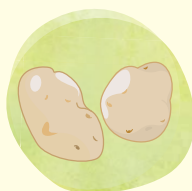


# バレイショ

芝山経済センター 営農指導員 福岡 龍也

農作業

# テクニカル



## 植え付け準備

種芋が届いたら、ムレや腐敗を防ぐため、できるだけ速やかに開封しましょう。種芋は必ず風通しの良い所で保管し、痛みや変色、腐敗等を発見したら、すぐに取り除いてください。1片の大きさは40〜60gで2〜3個の芽がつくように切断し、切り分けた芋は風通しの良い日陰で乾かしましょう。また、病害予防のために種芋の粉衣処理や浸漬処理をし、消毒を行いましょ(表③参照)。

## 圃場の準備と植え付け

適切な土壌pH(5.5〜6.0)を維持し、pHが高い圃場(6.5以上)での作付けは極力避けましょう。また、pHが基準より高めの圃場で作付けを行う場合には、石灰質肥料を控えましょう。施肥は表④を参考にしてください。

植え付け前には、ネキリムシ類の防除にダイアジノン粒剤5を10ア当たり4〜6g、ネコブ

センチュウの防除には、ネマキック粒剤やネマトリンエース粒剤を10ア当たり20g施用してください。

植え付けは畝幅90cm、株間25〜30cm、深さ10cm程度としましよう。なお、出芽が遅れてしまうので、覆土のかけすぎには注意してください。雑草の発生が多い圃場には、植え付け後にゴーソーサン乳剤等の除草剤を散布します。抑えきれなかった雑草はプリグロックスLを散布しましょう。

## 病害対策

### ●そうか病(写真③)

放線菌による被害で、中心がくぼんだカサブタ状の病斑が発生します。高温、乾燥条件下で発生しやすく、特にpHが6.5以上のアルカリ性土壌で多発します。石灰質肥料を使用する場合には、施肥前に土壌診断を行い、pHが5.5〜6の弱酸性になるよう、施肥量に注意しましょう。そうか病の発生が多い場合には、植え付け時にネビジン粉剤(10ア当たり30g)の作

条土壌混和を行います。

### ●粉状そうか病

糸状菌による被害で、見た目はそうか病と類似していますが、乾燥の後の多雨や排水不良、過湿条件下で発生しやすく、そうか病とは発生条件が異なる病気です。進行すると、皮が破れて被害部(カサブタ)の周囲へひだ状に残ります。

### ●疫病

病原菌による被害で、葉などの裏側から侵入することで感染します。湿度が高い長雨の時期や、排水の悪い場所などに発生しやすいのが特徴です。発生するとあつという間に広がるほど感染力が強いため、レーバスフロアブルやプロポーズ顆粒水和剤などで早期に防除を行います。



写真③ そうか病

表③ バレイショの種芋消毒農薬

薬剤名	適用病害	希釈倍率	使用量	使用時期	使用回数	使用方法
アタッキン水和剤	黒あざ病 黒あし病 そうか病	40倍	—	植付前	1回	5〜10秒間種芋浸漬
バリダシン粉剤DL	黒あざ病	—	種芋重量の0.3%	植付前	1回	種芋粉衣※

※種芋切断後、切り口が乾いてから粉衣する。

表④ バレイショの施肥例

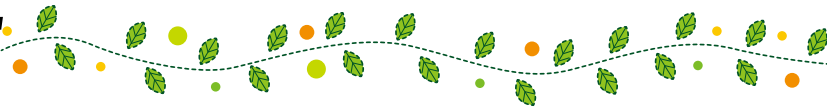
肥料名	成分	施肥量(10a当たり)
畑のカルシウム	カルシウム28.5%	100kg
苦土重焼燐	0-35-0	40kg
さんぶジシアン有機特806	8-10-6	200kg

## 営農なんでも相談室

皆さまの営農に関するお悩みを、JAの総合事業の力で解決！栽培管理、コスト削減、規模拡大、求人・雇用のことなど、お気軽にご相談ください。

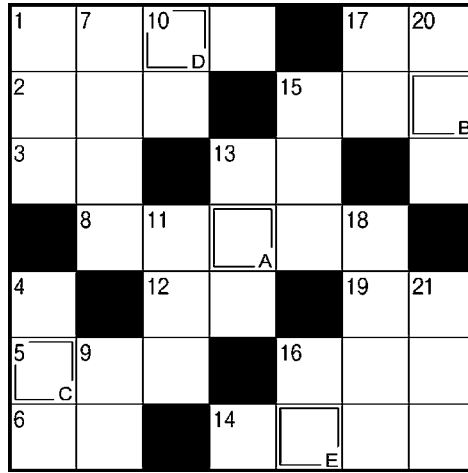
JA山武郡市  
営農なんでも相談室  
(本所 営農部内)

☎0120-972-860



## ヨコのカギ

- 1 おせち料理にも使うニシンの卵巣の加工品
- 2 旅行前に——ブックを買った
- 3 俳人が名作を生み出した地に建てられていることも
- 5 北を向いたとき西になる方向
- 6 丁寧ないうとご飯です
- 8 横綱を先導して土俵に上がります
- 12 セイウチの口からよっきり
- 13 農地——、道路交通——
- 14 DNAが含まれる体の設計図。——操作
- 15 猫が中で丸くなっているかも
- 16 不要物を可燃、——、資源ごみに分別した
- 17 彼女は——を言わず彼を外に連れ出した
- 19 エレベーターの表示では「B」



2重枠に入る文字をA→E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、19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5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 旧暦1月の異称
- 20 見張ること。——カメラ
- 18 計は元日にあり
- 17 カラオケで楽しむもの
- 16 碗を用意して書き初めをした
- 15 カメやカップの背に付いています
- 13 大股の人は広めです
- 11 ゆでた麺をざるにあげて行きます
- 10 ガラガラとうがいをして洗うもの
- 9 かつお節や昆布で取ります
- 7 エッセーともいいます
- 4 キウイやポンカンの生産量が日本一の県
- 1 大学入学共通テストの理科の科目の一つ

## タテのカギ

PRESENT

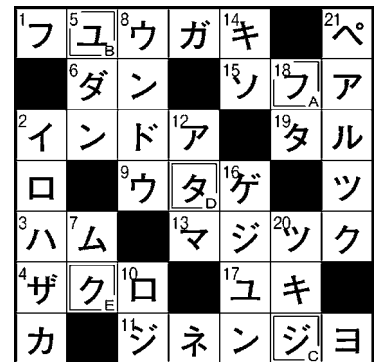
正解者の中から  
抽選で  
5名様

**ちょきんぎょグッズ  
楽々ビックエコバック**

ちょきんぎょイラスト入りのレジかごサイズのエコバックです。  
 ※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)

## 11月号の答え フユジタク

フ<sub>A</sub> ユ<sub>B</sub> ジ<sub>C</sub> タ<sub>D</sub> ケ<sub>E</sub>



本所では季節に合わせ、ちょっとした装飾をしています。写真は監査部のクリスマスツリーと、総務部のお正月飾りです！  
 (本所職員より) (かがやき編集部 S撮影)

ねぎサミットでは全国のネギ産地のキャラクターのみんなと仲良くなって、深谷市の「ふっかちゃん」と一緒に写真を撮ってもらったよ！JAフルーツ山梨さんとの調印式では「もも音」ちゃん、「ぶどう丸」くんとお友達になったよ♪これからもたくさんお友達ができるといいなあ♪  
 (さんぶのさんちゃんより)



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。





# 健康LIFE



## しっかり食べて冬の健康な体づくり

栄養士 吉田 理江

■カリウム  
正月太りで体重が戻らないという悩みを抱える方も少なくありません。焦って食事を抜いてしまうと、基礎代謝が低下して痩せにくくなります。体調不良を招く恐れがあるため、食事を抜くのは危険です。今回は、「食べながら」健康な体づくりに役立つ栄養素を二つお伝えします。

■炭水化物  
体内の余分な塩分を排出する働きがあるカリウムは、むくみ解消効果が期待できます。おせち料理など、塩分の取り過ぎが原因で体がむくみ、体重が増えた方にはお薦めの栄養素です。かんきつ類の果物、ジャガイモ、切り干し大根、アボカド、ホウレンソウなどに多く含まれているカリウムは、水に溶け出しやすい性質があるため、野菜からカリウムを取る場合は、生野菜、汁物などにして汁ごと取るのがお勧めです。おせち料理を食べた後のデザートにミカンを食べたり、サラダにアボカドをのせて食べるのも良いでしょう。

■炭水化物  
体や脳を動かすエネルギー源となる炭

水化物は、健康な体づくりに必要な栄養素です。米、パン、麺類などの炭水化物は太るというイメージがあるかもしれませんが、炭水化物は、糖質+食物繊維の総称です。炭水化物を抜くと食物繊維の摂取量が減り、便秘を招いてしまう恐れがあります。便秘は、直接的には体重増加につながりませんが、便秘で老廃物が腸内にたまる、有害物質が発生しドロドロの血液が体内を巡ります。質の悪い血液には脂肪が蓄積されやすくなるため、3食で炭水化物を取りましょう。そして、便秘になると吹き出物ができやすくなります。美しい肌を保つためにも炭水化物は必要な栄養素です。忙しいときは、レトルトのご飯を活用すると良いでしょう。

栄養素はチームで働きます。野菜、米だけを食べるのは控えましょう。肉、魚などのタンパク質、油などの脂質も取り、健康な体づくりをしましょう。



### つぶやき @ かがやき編集部

◎先日、大好きな京都に行ってきました。歴史ある寺社を巡って御朱印をいただいたり、紅葉狩りを楽しんだり、名産品を食べ歩いたり、充実した旅行でした。上賀茂神社では「賀茂なす」の形をしたおみくじで大吉を引き、帰りの新幹線ではきれいな富士山を見ることができました。2024年も良い一年になるといいなあ。今年も「かがやき」をよろしくお願いたします。



縁起物です

〒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(1/31消印有効)。

### 11月号プレゼント当選者(敬称略)

- ペンネーム「エッチャン」(大網白里市)
- 村井 寛子 (東金市)
- 今井 富士男 (山武市)
- 齊藤 京子 (九十九里町)
- 堀越 文子 (芝山町)



# おうちで作ろう! らくうまレシピ

特別編

女性部  
イチオシ

今回は特別編! 千葉県の郷土料理「太巻き寿司」の巻き方をご紹介します。

今月は

## 太巻き寿司 ~バラ~



外側にすし飯(ピンク)と卵焼きをプラスして巻くと、より華やかになるよ!



### 材料(1本分)

- すし飯(白)..... 300g
- すし飯(ピンク)..... 100g
- 焼きのり(全型)..... 2枚  
(うち1枚を1/3と1/6の2サイズに切り分ける)
- 薄焼き卵..... 1枚(卵1と1/2個分)
- かんぴょうの煮物(ピンク・茶)..... 適量
- 紅しょうが..... 適量
- ゆでた青菜..... 適量

◎材料の下準備について当JAのホームページに掲載しています。

### 作り方

① 巻きすに薄焼き卵をのせ、写真のようにすし飯(ピンク)、かんぴょう(ピンク)、紅しょうがを置く。手前から紅しょうがを芯にしてくると巻き、バラの花の部分を作る。



② 焼きのりの上にすし飯(白)を広げ、1/3サイズと1/6サイズののりをのせ、菜箸で3カ所へこみをつけ、青菜とかんぴょう(茶)を置く。



③ ②の上に①をのせて巻き上げ、包丁で切り分けたらできあがり!



### 今月の料理を作ってくれたのは...

公平支部の皆さん

【上段左から】

鈴田世津子さん、今関とし子さん、宇津木順子さん、小倉公子さん

【下段左から】

戸田乃里子さん、鈴木隆子さん、平山光子さん

公平支部では毎月、太巻き寿司づくりの講習会を開いています。第1火曜日の午前中に東金市の公平公民館で開催しますので、お気軽に見学に来てください♪  
(日程は変更になる場合もあります。1月は16日に開催予定です。)



いろいろな絵柄があります!

