

寒い冬も残りわずか 春の陽気が待ち遠しいですね

JAしもつけ

2

2018

No.226



毎月18日は「3食ごはんの日」

おいしいお米をいっぱい食べて 明るい未来に羽ばたこう!!

第42回「ごはん・お米とわたし」 作文・図画コンクール 表彰式



第42回「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール 栃木県表彰式にて

特集

しもつけ



平成29年度「あぐり親子うきうきクラブ」を閉講・・・2

特集 納豆で毎日を元気に健やかに・・・4

<http://www.ja-shimotsuke.jp/>

農
体
験
食

「あぐり親子うきうきクラブ」を閉講

～今年度も親子で楽しく農業を学びました～



★みんなと農業をもっと身近に

「あぐり親子うきうきクラブ」とは、親子で食や地域農業について楽しく学んでもらうことを目的とした食農体験講座です。農家でない方はもちろん、農家の方も家族で楽しく参加しました。

★対象者

J Aしもつけ管内（西方町を除く栃木市・壬生町）在住の3歳以上の園児、小学生とその家族

★参加人数

親子30組79人

★講座回数

全4回



Contents

| | | | |
|-----|--------------------|-------|-------------------|
| 2～3 | あぐり親子うきうきクラブを振り返って | 10 | しもつけ文芸 |
| 4～5 | 特集 納豆で毎日を元気に健やかに | 11 | J A自己改革一口メモ |
| 6～7 | みんなのひろば | 12～15 | しもつけインフォメーション・レシピ |
| 8～9 | しもつけトピックス | 16 | 今月のお楽しみ |

J Aしもつけ 2月号 2018.2

226
No.

**8/2 カゴメ那須工場・
那須南ヶ丘牧場見学**



一生懸命混ぜて
おいしいアイス
を作りました



トマトの加工工
程を学びました



**5/13 サツマイモ・里芋定植
イチゴ収穫体験**

雨の中の作業。
大きなお芋にな
あれ



完熟イチゴをい
っぱい収穫しま
した

**12/16 クリスマスケーキ・
カップ寿司作り**



みんな思い
思いに飾り
付け、可愛
いケーキと
お寿司が完
成



10/28 お芋・落花生収穫体験



5月に植えたお芋や
落花生をたくさん収
穫しました



活動を終えて

- ・全講座とも、おいしく楽しく参加できてよかったです
- ・農業を通じて食育できる素晴らしいイベントでした
- ・いろいろな体験ができ、子どもも「いつも楽しかった」と言っていました
- ・ケーキやお寿司作りでは調理した材料を準備してくれており、小さな子でも楽しく作ることができました

取材協力：全国納豆協同組合連合会
http://www.natto.or.jp/

日本の伝統的食品として、健康増進に良い食品として、消費者に納豆の理解を深め、納豆の付加価値を高めるため情報発信を行っています。健康のための和食も提案しており、当会と米穀安定供給確保支援機構、海苔で健康推進委員会の3つの団体からなる“和”食文化推進協議会（※）でも活動しています。

※“和”食文化推進協議会
http://www.wa-shokubunka.com/

イラスト：MDRデザイン

納豆で毎日を

日本の
伝統食

元気に健やかに！

日本の発酵食の代表ともいえるのが納豆です。ご飯のお供として愛されてきただけでなく、近年ではその健康効果に注目が集まっています。おいしくて栄養価が高い納豆の魅力を探ってみましょう。

納豆が好まれる理由

現在の食は、簡便志向、経済志向、健康志向が3大志向といわれています。納豆は、その全てを満たしています。多くが小分けされていて調味料付きで混ぜるだけで出来上がりです。価格も手頃で、コンビニなどでも手に入ります。栄養が豊富で、昨今の発酵食品ブームもあり、その機能性はあらためて注目を浴びています。

整腸効果、美肌やダイエット、コレステロールの抑制、骨粗しょう症予防、免疫力アップ、血液サラサラなど、さまざまな効果が期待されているようです。

ご飯と納豆の関係

皆さんはどのように納豆を食べますか？

全国納豆協同組合連合会は一般消費者（男女各1000人、20～60代）を対象に定期的に納豆に関する調査を行っており、2017年の調査の結果、「納豆の食べ方」については、「ご飯にかけて食べるのがほとんど」が48.0%、次いで「ご飯にかけて食べることが多い」が15.2%、合計6割以上でした。その上20代から50代以上までどの世代も過半数を占めています。

抜群に優秀な納豆の栄養

納豆は良質なタンパク源であり、必須アミノ酸、脂質、ビタミン、ミネラル、食物繊維などさまざまな栄養素が豊富に含まれています。ビタミン類のなかでも豊富に含まれているビタミンB2は、体内にたまった脂肪を分解・燃焼させる働きがあるだけでなく、疲労回復や肝機能の向上にも効果があるといわれています。ビタミンK2は中高年の骨を丈夫にする上でその機能が期待されています。

納豆といえば、インフラボンやサポ

ました。ちなみに納豆の食頻度について最も高い回答は「2～3回/1回」でした。

納豆とご飯は相性が良いことがうかがえますが、その理由は粒の大きさにもありそうです。納豆用大豆には極大粒から極小粒まで粒の大きさが分かれています。同調査で「最も好きな豆の大きさ」については、小粒が36.8%、超小粒が13.1%でした。同会専務理事の松永進さんは、「小粒の納豆とご飯粒の大きさが同じくらいなので、互いによく絡んで食べやすくなる」と説明します。

納豆の魅力を再確認しよう

ニンもよく知られた成分です。これらは抗酸化作用があり、アンチエイジングや女性の更年期障害の改善に役立つことが知られています。

うまみが詰まっているネバネバ成分も特徴的。これはアミノ酸の一種で

健康・長寿をサポートする ポリアミン

納豆に含まれている成分にポリアミンという物質があります。動脈硬化を抑制する働きがあるとして、最近、注目を浴びています。動脈硬化の進行を食い止めれば、脳卒中や心臓病など重大な病気の予防にも役立ちます。体の中から老化防止、若返りを手助けしてくれるうれしい成分なのです。

グルタミン酸であり、ネバネバが胃壁を守ったり、腸管の老廃物の通りを良くしたり、毒素の排泄を促したりすると考えられています。

他にもまだまだ機能が期待できる成分が含まれ、一日一パックいただくのが理想といえるでしょう。

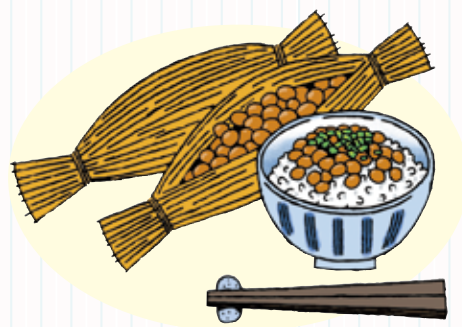
おいしく食べるコツ

アツアツ調理より、適温で

調味料との新しい組み合わせ

毎日でも食べたい納豆。そのネバネバ部分に含まれる成分のナットウキナーゼは熱に弱い性質を持っています。熱したり、熱いご飯の上にのせたりするとその機能が期待できなくなります。70度で酵素は分解するといわれています。50度より少し低めの温度で食べるのが良いとされます。子どもにも人気の納豆手巻きは手軽でお勧め。最近、ちよっとしたブームとなっている玄米のご飯粒とも絡みやすいです。

市販の納豆の多くは、たれとからしが付いています。各メーカー、ブランドごとにさまざまな研究と工夫を凝らし、納豆と合う調味料として開発したものです。そのまま使うのが定番ですが、たまには味に変化をつけるのも楽しいものです。



また、東北の郷土料理に納豆汁というものがあります。包丁でたたいて細かくした納豆を、出まじり汁の火を止め、最後に入れると良いでしょう。超小粒やひき割り納豆なら混ぜてそのまま入れても構わないでしょう。

納豆とオイル系の調味料は相性が良く、オリーブ油やごま油はおすすです。調査ではマヨネーズ、ラー油などを入れる声もあります。

一口メモ

ナットウキナーゼ
血栓を溶かすので、脳梗塞、脳卒中、心筋梗塞などの予防・治療などに期待できるといわれている酵素

予想以上においしいといわれるのは、砂糖を加えた納豆です。北海道や東北の一部には砂糖を入れるのが普通の地域もあり、砂糖を入れることで粘りが増し、口当たりもなめらかになります。納豆の臭いも和らぎ、試す価値はあるでしょう。

納豆レシピ

家族で納豆3種巻き

世代を超えて愛されるのり巻き。納豆を加えて納豆巻きはいかがでしょうか。
のりには納豆に含まれないビタミンAやC、ヨウ素やマンガンの成分が含まれ、栄養バランスが整いやすくなります。これにお好みの具を併せて、さらに栄養価もおいしくもアップ！



材料(各適量)

【イカ梅納豆巻き】
納豆、大葉、イカのお刺し身、かつお節、練り梅、蜂蜜

【アボカド納豆巻き】
納豆、アボカド、千切り野菜

【ツナマヨ納豆巻き】
納豆、ツナ缶、缶詰のコーン、マヨネーズ、千切りキュウリ

作り方

- ①ご飯を炊き、すし酢を振り混ぜすし飯を作る
- ②のり、すし飯の上に具材をのせて完成

部活動で交流試合！！

当JAでは部活動制度があります。現在は野球部・フットサル部・剣道部・テニス部の4つの部活が、部署を問わず職員同士の交流の場として活動しています。今回は野球部とフットサル部が、それぞれ交流試合を行い、親睦を深めました。



左がJAしもつけ野球部

野球部

開催日：平成29年12月16日(土)

場所：栃木県総合運動公園B球場



農林中央金庫宇都宮支店野球部と交流試合をしました。試合には敗れてしまいましたが、野球を通して親睦を深めることができました。

フットサル部

開催日：平成29年12月30日(土)

場所：パロンフットサルコート(大平西水代)



白熱の試合!!

JA全農とちぎフットサル部、大平町ぶどう組合青年部の3チームで交流試合を開きました。2017年内最後の活動となり、蹴り納めとしました。



全農とちぎ(左)とJAしもつけ(右)



✉ 栃木/S.Sさん/71歳/女

昔は節分の日に赤飯としもつかれを作ったのですが、我が家では材料の大根や人参、大豆があり、酒屋さんに酒粕をいただけるので毎日の食卓に並べています。

✉ 壬生/Y.Hさん/68歳/女

スーパーに行くと、野菜のお値段の高さに驚かされます。大根1本350円・白菜1玉600円・・・幸い、我が家では大根も白菜も栽培しているので、今年も無事にしもつかれを作れそうです。

コメント

今年は野菜価格が高くて、家計を圧迫しています。しもつかれを作るには大根4分の1では足りませんよね。S.SさんやY.Hさんのように自家栽培されている方は、節分にもバッチリ用意できますね！

✉ 大平/S.Kさん/60歳/女

昨年の夏に孫が生まれました。とってもかわいい女の子。最近はおりこうになって人見知りをするようになって困っています。・・・でも成長が楽しみです！！

コメント

お孫さんの誕生、おめでとうございます。人見知りて難しいお年頃かと思いますが、たくさんの人と出会って、たくさんのことを経験して素敵なおババになっていくでしょうね。

このコーナーでおしゃべりをしませんか。農作業のこと、子育てのこと、介護のこと、またJAについてのご意見など、今感じていることや思っていることをお便り下さい。(掲載できない場合もあります)

読者からのお便り

助け合い組織

ひまわり会

が

デイサービスセンター

ひだまりを訪問

みんなの

JAの助け合い組織「ひまわり会」が、1月15日、壬生町のJAデイサービスセンターひだまりを訪問。利用者14人とレクリエーションや童謡合唱を通じて交流し、楽しい時間を過ごしました。

同会は、地域高齢者のためのボランティア組織です。毎年同じ時期に施設を訪問し、利用者とは交流しています。

今回は、遠くからお手玉を投げ風船に当てて輪っかから出すミニゲームや、大きな風船を使ったバレーボールラリーに挑戦。お手玉が風船に当たると参加者は笑顔を見せ、拍手して盛り上がりました。また、童謡合唱では「ふるさと」や「春の小川」などを歌いました。



よく狙ってお手玉を当てます



風船を落とさないよう集中してラリーします



一緒に童謡を合唱

読者からのお便り

コメント大賞

岩舟/Y.Tさん/79歳/女

先日、遊びに来た孫が、私たちの会話を聞いていて不思議そうな顔をしていました。「だいじ」の語尾が上がると質問、下がると回答」で会話が成立していたことが不思議だったそうです。

コメント

…たしかにその通りですね！すごい発見です！！私たちにとっては日々の生活で自然になってしまったので、気づきませんでしたね。お孫さんの大発見に拍手です！！

だいじ



だいじ？

コメント

岩舟/S.Kさん/55歳/女

新しい年を迎えました。気持ち新たに願うことはやっぱり、健康でいられますように…。面倒に思ったり怖さを感じたりもしますが、今後も頑張って検診を受けようと思います。自分のためだけでなく、家族に迷惑をかけないためにも。

コメント

「病院に行くのは面倒だなあ、何か見つかってしまうのではないかと色々な気持ちが入り混じってしまいますよね。それでも家族のことを思って検診に行く決心をするのは素晴らしいです。S.Kさんや皆さんが健康に元気で過ごせますようにお祈りしています。

コメント

栃木/W.Tさん/55歳/男

初詣は正月三が日を選けての参拝がよいです。人混みもなく清々しい空気の中、自分と神様の御縁を感謝し、今年の目標と願をしっかりと伝えられると思います。

コメント

人混みの参拝もお正月の醍醐味ではありますが、W.Tさんのように静かな空間で参拝するのもとてもいいですね。かくいう私も、人が少ない夜の静かな場で参拝しました！



受賞した皆さん、おめでとうございます

◎作文・図画コンクールで表彰

第42回「ごほん・お米とわたし」作文・図画コンクールが行われ、県内の小・中学校から作文・図画部門で合計1万点を超える応募の中、しもつけから5人が金賞を受賞しました。

【全国コンクール】 作文の部・優秀賞

★松本悠花さん(寺尾中学校)

美しい田園風景が読み手に伝わるよう、細かく描写しました。全国

入賞はとても光栄。先生から受賞の報告を受けた時はとても驚きました。

【全国コンクール】 図画の部・優秀賞

★尾林美由さん(静和小学校)

給食を心待ちにする生徒の表情と、ふっくらとしたお米を表現するのが大変でした。来年も受賞できるように頑張ります。

【栃木県コンクール】 図画の部・金賞

★鍛冶勇羽くん(安塚小学校)

絵を見た人においしさが伝わるよう米粒や食べている人の表情にこだわりました。入賞を聞いたときは信じられなかったけど、とても嬉しいです。

★小原由莉さん(藤岡第一中学校)

家族のあたたかさを伝えられるよう丁寧に描きました。今回で2度目の入賞。受賞を聞いたときは思わずガッツポーズしました。

★関咲侑花さん(岩舟中学校)

友達と一緒に食べる給食の楽しさが伝わるよう想いを込めて描きました。時間をかけて描いたので嬉しいです。



【栃木県農業士】

今井 卓さん (大平地区) 経営類型：施設野菜 (トマト)

高軒高ハウスを利用したハイワイヤー誘引栽培による促成長期どり栽培を実践。雇用の積極的な活用や作業環境の整備・改善、GAPの実践等、先進的な農業経営に取り組んでいます。また、JAしもつけ栃木トマト部会副会長等を歴任。小学生の社会科見学の受け入れも実施し、農業への理解促進や関心を深めてもらう活動にも取り組んでいます。

◎栃木県農業士・名誉農業士認定式

1月9日、栃木県公館で「平成29年度栃木県農業士・女性農業士・名誉農業士認定式」が行われました。栃木県全体で農業士18人、女性農業士5人、名誉農業士22人が新たに認定され、福田富一知事から認定書が手渡されました。農業士は、模範的な農業経営・農家生活を実践するとともに、青年農業者の育成指導や男女共同参画に取り組み、農村地域の活性化と農業振興に尽力した農業者を認定する制度です。JAしもつけ管内で認定を受けた3人の皆さまをご紹介します。



【栃木県名誉農業士】

大山 寛さん (栃木地区) 経営類型：施設野菜 (トマト)

平成11年度に県農業士に認定されて以来、18年間にわたり農業振興の推進において指導的役割を果たしてきました。先端の栽培技術の導入や独自開発に取り組むほか、圃場での収穫体験や栄養士・学校関係者との意見交換会にも積極的に参加し、地域の子どもたちや消費者への農業・食に関する理解促進のために尽力しています。



【栃木県名誉農業士】

小島靖夫さん (大平地区) 経営類型：施設野菜 (トマト)

平成10年度に県農業士に認定されて以来、19年間にわたり、地域農業の振興と後継者育成に努めてきました。他に先がけ斜め誘引を導入するなど栽培技術向上に努める一方、研修生の受け入れなど地域の農業後継者育成にも尽力してきました。水代トマト出荷組合長をはじめ、長きに渡り、地域農業振興のリーダーとして指導的な役割も果たしてきました。



実際に剪定する参加者

◎剪定講習会で良質な梨へ

JAと岩舟町静和梨生産出荷組合は1月12日、平成30年産梨「こし」の栽培に向けて剪定講習会を開きました。組合員や下都賀農業振興事務所、JA担当者ら17人が参加しました。

講習会では、圃場で樹勢や花芽着生状況に応じて整枝・剪定を行い、側枝の更新や木1本当たりの花芽数、剪定後の誘引・棚付け法を確認しました。

振興事務所の柳澤佳奈技師が品種ごとの剪定のポイントを説明。病害虫の防除や凍霜害対策についても呼びかけました。

◎災害に備えて訓練

JAは1月12日、JAグループ栃木大規模災害統一訓練を実施しました。この訓練は「大規模災害への対策方針」による対応を行うため、事業継続計画（BCP）に基づいた統一訓練で、県内10JA、中央会、連合会が参加しました。JAでは、利用者をまじえて壬生支店・センターと、藤岡支店・センターで実施。

訓練では、災害発生時の窓口のお客様や職員の安否確認、被害状況の把握と各種業務の手順などを確認しました。

災害発生時も適切な対応が取れるよう、今後も訓練を続けます。



店舗外へ避難する利用者と職員

各直売所が年末セールで賑わいました

12/23 いなばの郷



新鮮な農産物を求める買い物客

12/29・30 よつこれ



お米「とちぎの星」を無料配布

12/23・24 生出宿里の駅



つきたてのお餅をふるまいました

12/23・24・30 愛菜果



入口からレジまでの長蛇の列です

しもつけ文芸

俳句

梅蕾寒中忍び春を待つ

石井信一(藤岡)
強寒や老た身にしむ早春待

大栗ミヤ(壬生)

【大宮支店句会】

歌合戦楽しくしめる年の夜 栃木タカ
高齢者話題広がる日向ぼこ 神永節子
志望校合格願う初詣 飯島初枝
生きようと三年日記買いにけり 内田道子
凍て星や靴音ひそめ帰路急ぐ 出井マキ
指折りて十五の春の祈りかな 小野口道子

【壬生俳句愛好会】

元朝や猫の欠伸で始まりぬ 渡辺八枝子
言ひ出せぬままに一年寒時雨 さとうひろみ
全身で息吐く子犬草青む 木村伝一
初風呂や六十路の臀部湯気のなか 山川 都
草紅葉続く昔の遠足地 けずかさちこ
空蟬の爪たて挑む大榉 金子 恵
吊り橋を揺らす女童空つ風 いとうたけし
戦中を語りし老女寒雀 伊沢克明

【渋柿栃木支部】

煤掃きの中に大黒筥まひをり 川俣ミチ子
大根引き跡に大穴小穴あり 栃木光歩
南富士東筑波や初御空 熊倉敬枝
卒寿尚嫁に気持のお年玉 関口了平

各草や耐へて陽光欲しいま、

下野の隅の一面鋏始
厄年の孫に届けと除夜の鐘
湯上りの気になる四肢や初鏡
永らへて命謝して初鏡
嶺の神の木霊のかへる鋏始

大橋正義
渡邊きよし
関塚トヨ子
大出義子
田村哲夫
岩瀬とき子

【大杉句会】

松七日窓より見ゆる遠筑波
故郷に帰りし人や冬苺
寺近く住み古りにけり初日の出
駅伝とサツカー漬り松の内
永らへて平和と下なし松の内
里帰り家が膨らむ松の内

栃木光歩
知久新一
岡田照子
鈴木俊男
福田千代
佐藤榮江

【岩舟町小檜吟社】

東ねたる賀状の多少競う夢
年老いて友の安否も賀状のみ
賀状書く今あることただ感謝
賀状書く文字の曲りにさみしさも

池田涼舟
池田恵琴
林 秀代
小倉芳子

【三杉句会】

糠雨に土の湿りや七日粥
三日程遠富士見えし松の内
三叉路の文字なき石や注連飾
快晴の三轟の里や松の内

栃木光歩
川島泰子
大橋正義
熊倉敬枝

川柳

北参加平昌(ビヨンチャン)五輪に和の光

粉雪の露天の湯気に揺れる妻

梅の香に炬燵抜け出す足と腰

短歌

たわわなる赤き南天庭先に元旦への願い手を
合わせ居り

亡き夫のつましく生き好物の白和え作りて
膳に供えり

元日の清き早朝初日の出迎えて今年の幸運
祈る

風車気早く回り新春五日通勤車両に町道活
気づく

待望の曾孫誕生亡き夫に此の子の加護宜し
くと頼む

箱根駅伝走る選手の背後には雪負ふ富士の
霊峰聳(そび)ゆ

うつむきて淡く黄色にろう梅の殺風景な庭に
咲き初む

半世紀契り結びて年始め子等のサブライズ金
婚式の宴

いやされる心の演歌深夜便ベギー葉山の名曲
に酔う

おでんだねどれも大味嫁の味すつかり母の味
を引き継ぐ

佐武 朗(岩舟)

上岡隆三(藤岡)

廣瀬進一(岩舟)

熊倉須美(栃木)

永田良子(大平)

金子喜枝(大平)

安生ひでお(都賀)

毛塚 雪(都賀)

田島昭治(栃木)

田島歌子(栃木)

泉 幸代(栃木)

石川トク(藤岡)

山川勝三(壬生)

短歌・俳句・川柳の投稿は各支店または本店総務課まで
締め切りは毎月8日。一人一首(句)でお願いします。
作品は楷書で丁寧に書いてください。

3 ライトアクション推進中! ~夕暮れ時からの夜間の交通事故防止~

ライト(前照灯)

早めのライト点灯、小まめな切替え

- 早め点灯により、歩行者や自転車の早期発見に努めましょう。
- 走行中は、小まめに「上向き」に切り替えて、視界の確保に努めましょう。

※前照灯の下向きは「すれ違い前照灯」、上向きが「走行用前照灯」です。

ライト(右)

右からの横断者にも注意

- 歩行者の死亡事故のうち、車から見て右側から横断する歩行者と衝突する事故が多発しています。進路の右側にも注意して走行しましょう。



ライトアップ(目立つ)

反射材、LEDライト等の活用

- 歩行者や自転車利用者は、反射材やLEDライト等を身につけ、目立つようにしましょう。



みんなで明るく交通安全 栃木県警察本部



笑味ちゃん

11 自己改革の取り組み(JAバンク)

JAバンク栃木では、①「農業所得増大・地域活性化応援プログラム」の運営、②JAが営農経済事業に全力投球できる環境整備、③農業と地域・利用者をつなぐ金融サービスの提供の3つを柱とする「JAバンク自己改革」を策定し、実践を進めています。

◎JAバンク栃木の取り組み

まず、JA店舗へのオンラインキャッシャ（窓口現金処理機）導入を行っています。29年9月末で県内の信用事業を営む114店舗全てへの導入が完了し、現金事務の堅確化や窓口事務の効率化とともに、利用者の利便性や信頼の向上に繋がっています。

また、農業と地域・利用者をつなぐ金融サービスの提供として、中山間地域への移動金融店舗の導入を進めています。金融サービスに加え、農産物・生活必需品の販売も行い、地域の生活インフラとして貢献しています。

JA直売所活性化の取組としては、対象の直売所で、JAカードを利用すると5%の割引を受けられる施策を実施しています。直売所利用者の拡大による直売所売上高の増加、生産者の所得向上に貢献できるよう取り組んでおります。JAのガソリンスタンドでもJAカード利用で値引きがあります。

このような様々な取り組みを通して、「農業者の所得増大」や「地域の活性化」を応援していきます。

(JA栃木中央会)

目印はメガぞう君



大規模水稻農家の皆様へお得なご提案

担い手直送規格

取り組みのご紹介

農薬のコスト低減を目指し、大型規格よりも更に大きな「担い手直送規格」を販売しています。「担い手直送規格」はスケールメリットに加えて、完全受注生産、メーカーからの直接配送など徹底した物流コストの削減により、価格引下げを可能にしました。通常規格（※）と比較し約10～20%のコスト低減効果が期待できます。

※通常規格：水稻除草剤1キログラム⇒1kg袋、水稻育苗箱処理剤⇒1kg袋

通常規格



大型規格



担い手直送規格



※メーカーにより荷姿や規格が異なります。

完全受注で、
農家の皆様へ直送!



商品は、専用注文書による完全受注生産品で、ご注文いただいた農家の皆さまには、ご指定の場所へ直接配送致します。

<注文受付・配送期間>

- ・3月20日までに予約頂いた場合
⇒4月13日以降配送
- ・5月10日までに予約頂いた場合
⇒6月1日以降配送

※受注生産のため、締切後の追加注文はできませんので、ご了承下さい。

取扱商品についてはお近くのJA店舗までお問い合わせください!

花と苺のフェスティバル

Flower Strawberry

入場無料

花フェスタが生まれ変わりました

とちぎ花センター
マスコットキャラクター
「とちはなちゃん」

栃木県
マスコットキャラクター
「とちまるくん」

笑顔咲かせるとちぎのHanaでフラワーバレンタイン

2018年
期間 2月10日(土)~11日(日)
10:00~16:00

会場 とちぎ花センター
栃木市岩舟町下津原1612
TEL.0282-55-5775

国内最大級の一棟建て温室
とちはなちゃんドーム



花と苺のフェスティバル 期間中は 入場無料

EVENT

その他多彩な催し物を用意

- 会場を彩るフラワーディスプレイ
- 栃木県花の展覧会(県内最大規模の花の品評会)
- 体験教室(寄せ植え)
- 新鮮な切り花、鉢物、いちごなどの販売
- スタンプラリー など

主催 花と苺のフェスティバル実行委員会
栃木県 / (公財) 栃木県農業振興公社 / 全国農業協同組合連合会栃木県本部 / (一社) とちぎ農産物マーケティング協会 / (一社) とちぎ農産物マーケティング協会花き部会 / 花咲くとちぎ推進協議会 / 栃木県卸売市場連絡協議会花き部会 / 栃木県花き振興協議会

お問い合わせ先 ●花と苺のフェスティバル実行委員会 栃木県農政部生産振興課内... ☎028-623-2329



JALしもつけからのご案内です。
栃木市(西方を除く)・壬生町にお住まいの方へ

住宅ローン借換の不安を一緒に解決しませんか?
住宅ローン借換試算実施中!!

お得なキャンペーン内容は...こちらです。

- ①現在お借入中の返済計画表をご呈示いただき
借換試算をしていただいた方に クオカード 1,000円分進呈!
- ②【ご紹介者・紹介された方へは】
○ご紹介を(業者様・親子間を除く)していただいた方に クオカード 1,000円分進呈!
○ご紹介された方で返済計画表をご呈示いただき
借換試算をしていただいた方に クオカード 2,000円分進呈!

※キャンペーン期間 平成28年3月1日(水)~平成30年2月28日(水)まで
対象となる方 上記の対象地区にお住まいの方で、他金融機関にローンをお借入してから

3年以上経過している方は...必見です。

- ご相談時に準備ください●
- 返済計画表 ・ 固定資産税評価明細(直近で!)
- 免許証および健康保険証・認印
- 源泉徴収票等の所得が確認できる書類(農業者および自営業者の方は、過去3カ年分確定申告書類)

『JAとのお取引はこれから』というお客様もお気軽にお問い合わせください。
※ご利用に関しては、当組合加入のため出資金が必要となります。

JAしもつけ休日ローン相談会

毎月第2・第4 日曜日 午前9時から午後4時まで
＜開催場所 NEWアプロニー2F ローン相談コーナー＞

新築 リフォーム お借換 自動車教育 etc

夢のマイホーム 欲しかった車
こどもの教育資金...
一緒に夢をかなえましょう!!

住宅ローンお借換ご紹介キャンペーン実施中!!
毎月の返済を減らしたい! 低金利の今がチャンスです!!
そんな方は是非現在ご返済の返済計画表をお持ちください。試算無料

【詳しくは融資資金課または最寄りの支店までお問い合わせください】

お問い合わせ先

| | | |
|--------------------------------|------------------------|-----------------------|
| 融資資金課(アプロニー2F) 0282(24)1084 | 栃木駅前支店 0282(20)8821 | 栃木東支店 0282(27)2525 |
| 栃木西支店 0282(31)1794 | 都賀支店 0282(27)5611 | 壬生支店 0282(82)1111 |
| 大平支店 0282(43)2344 | 藤岡支店 0282(62)4333 | 岩舟支店 0282(55)3333 |

2月のお客様感謝デー

JAしもつけ各支店において、日頃のお客様のご愛顧に感謝して「お客様感謝デー」を開催いたします。2月は右記の日程です。

皆さまのお越しを心よりお待ちしております。



日程

2月15日(木)
栃木駅前支店
栃木東支店・栃木西支店
都賀支店・大平支店
藤岡支店・岩舟支店
2月16日(金)
壬生支店

組合員の皆様へ



農業機械展示会 Spring Fair

スプリングフェア 2018

3月10日(土)・11日(日) AM9:30~PM3:00
会場 しもつけ広域農機センター

お買得商品コーナー

中古農機コーナー



あんしん・あんぜんのJAグループ
JA全農とちぎしもつけ広域農機センター

栃木市惣社町1485-12 惣社東産業団地内

TEL.0282-29-7033



労災保険特別加入のお知らせ

労災保険（労働者災害補償保険）とは、一般の会社や工場などに雇われている労働者が、仕事上の事故によるケガや病気をした場合に補償される制度ですが、加入義務のない農業者の方も、一定の要件のもとに特別加入という形で任意加入できます。療養・休業給付から遺族給付まで手厚い補償があります！

◎特別加入の範囲…当JAでは以下の2種類の作業に従事されている方を対象に加入事務を行っております。

指定農業機械作業従事者

自営農業者(兼業農家を含む)の方で、次に指定された機械を使用し農作業を行う方。

- ①動力耕耘機・その他の農業用トラクター
- ②動力溝掘機
- ③自走式田植機
- ④自走式防除用機
- ⑤自走式動力刈取機・自走式収穫用機械
- ⑥トラック・自走式運搬用機械
- ⑦動力脱穀機や動力草刈機などの定置式又は携帯式機械

特定農作業従事者

年間の農業生産物総販売額が300万円以上または、経営耕地面積2ヘクタール以上の規模の方で、次に示す農作業に従事している方。

- ①トラクター等の農業機械を使用する作業
- ②2メートル以上の高所での作業
- ③サイロ等の酸欠の危険がある作業
- ④農薬散布
- ⑤牛・馬・豚に接触する作業

◎加入申込…加入範囲の詳細、保険料、補償の内容等につきましては、お近くの営農センター営農課または本店営農部営農企画課(TEL:0282-20-8828)までお問い合わせください。

申込締切:3月16日(金)

求人情報

- 週休2日(シフト制) ●未経験者大歓迎
- 資格や年齢は問いません ●女性も活躍中です

| 勤務地 | 仕事 | 給与 | 時間 |
|--------------------|-----------------------|----------|------------|
| JAしもつけ栃木地区営農経済センター | ①トマト選果場(屋内)でのトマトの選別など | 時給 810円~ | 9:00~18:00 |
| | ②農産物直売所での商品の販売や陳列 | 時給 820円~ | 8:00~17:00 |
| JAしもつけ壬生地区営農経済センター | トマト選果場(屋内)でのトマトの選別など | 時給 810円~ | 8:30~17:00 |

ご応募・お問合せ

栃木地区センター→0282-27-6511(担当:営農2課 鈴木)

壬生地区センター→0282-82-1103(担当:営農課 小野口)

平成30年農業用免税軽油に係る一括交付期間後の申請について

農業用の軽油引取税免税証については、市町ごとに申請期間を設けて申請の受付をしております。今回、期間内に申請出来なかった方について、下記により申請を受け付けますので、交付を希望する方はご利用ください。なお、今回の申請期間を過ぎますと、1年分の全量交付ができないことがありますので、ご注意ください。

1 受付日、受付時間

平成30年3月6日(火)、3月7日(水)
各日とも午前9:00~11:30、午後1:00~4:00

2 会場

下都賀庁舎 第2福利厚生 棟 2階会議室 (栃木市神田町6-6)

3 対象地区

栃木県税管内全ての市町 (栃木市、小山市、下野市、壬生町、野木町)

4 申請の際に持参するもの

- (1) 免税軽油使用者証
- (2) 印鑑
- (3) 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。)
- (4) 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)
- (5) 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。

5. 問い合わせ先

栃木県税事務所 軽油引取税調査担当
☎0282-23-6882



注: ① 新規申請及び交付数量の見直しを希望される方は、免税証の交付は後日になります。
② 平成30年の一括交付では、地方税法の規定により、農業等に係る免税制度については現在平成30年3月31日までの経過措置となっています。現時点では制度延長が未定のため、今回の一括交付で交付となる数量は前年度交付した1年間分と同数量が限度となります。したがって交付数量が増となる方について、増分の免税証の交付は制度延長決定以降になります。
③ 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」をメモ等に控えてください。
④ 更新手数料420円は、つり銭の無いようご協力をお願いします。
⑤ 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。

チョロギ栽培をはじめませんか

J A しもつけでは、平成22年から地産地消・農商工連携の考え方から岩下食品(株)との連携によるチョロギの契約栽培に取り組んでいます。空いている土地を有効利用して、小さな面積で気軽に栽培できます。

チョロギって?

チョロギはシソ科の植物で、その根っこの部分(塊茎)が食されています。巻貝のような独特な形をしており、主に酢漬けや天ぷら、長寿の縁起物として、おせち料理に登場します。

栽培の特徴

- ① 栽培が簡単で、だれでも取り組みやすい
- ② 岩下食品(株)との契約栽培で販売価格が安定
- ③ 手掘りで収穫するので、小面積で栽培可能
- ④ 1aあたりの収量が約30kg 販売金額600円/kg
- ⑤ 湿田を除いて、ほとんどの田畑で栽培可能

チョロギの栽培暦

| 時期 作型 | 1月 | | | 2月 | | | 3月 | | | 4月 | | | 5月 | | | 6月 | | | 7月 | | | 8月 | | | 9月 | | | 10月 | | | 11月 | | | 12月 | | |
|---------------|----|---|---|----|---|---|----|---|---|--------|---|---|----|---|---|--------|---|---|--------|---|---|----|---|---|------|---|---|-----|---|---|-----|---|---|-----|---|---|
| | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | 上 | 中 | 下 | | | |
| 作付け期間 主な作業 | | | | | | | | | | ●●●●● | | | | | | (病害防除) | | | | | | | | | (追肥) | | | | | | | | | ■ | ■ | ■ |
| 地下茎発生期 | | | | | | | | | | ←————→ | | | | | | | | | ←————→ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 塊茎形成期 | | | | | | | | | | ←————→ | | | | | | | | | ←————→ | | | | | | | | | | | | | | | | | |

お問い合わせ J A しもつけ営農部 園芸振興課(担当:渡辺) TEL:0282-20-8828

2月 しもつけインフォメーション

第10回 理事会報告

《協議事項》平成29年12月27日(水)

- (1) 11月末実績検討について
- (2) 全国監査機構期中監査改善回答書について
- (3) 平成30年度事業計画の考え方について
- (4) 役員研修旅行の実施について
- (5) 役員改選までのスケジュール等について
- (6) その他



クミアイ

第3類医薬品

新ビタカプセルE300

100カプセル...4,800円(税抜価格) 200カプセル...8,500円(税抜価格)



体内での効力にすぐれたα型天然ビタミンEを配合した医薬品。過酸化脂質の増加を防止する働きのあるビタミンEが、更年期障害や生理不順、血行不良による肩こり、手足のしびれ、冷えなどに効果を発揮します。

お問合せ

クミアイ家庭薬配置員・最寄のJA、または協同薬品工業(株)栃木営業所
電話:028-657-7310まで
(医薬品は配置販売になります。)

料理楽しくステップアップ

「キッチン晴人」のオーナーシェフ 永井智一

ホウレンソウとジャガイモのチーズ焼き



作り方

- (1) フライパンにバターを入れ、ゆでて半分に切ったジャガイモ、ホウレンソウを入れ、塩・こしょうをして炒める。
- (2) グラタン皿にバターを塗り、(1)とカットしたトマトを並べ、生クリームとマヨネーズを合わせてソースを作り回し掛ける。
- (3) パルメザンチーズを振り、200度のオーブンで8分焼き、お好みでパセリ(材料外)を散らす。

POINT

ジャガイモはしっかり炒める。ホウレンソウは炒めた後、1束にまとめて載せる。マヨネーズの量はお好みでどうぞ。

材料 (2人分)

| | |
|----------|------|
| ジャガイモ | 2個 |
| ホウレンソウ | 1/2束 |
| トマト | 1/2個 |
| バター | 適宜 |
| 生クリーム | 3/4 |
| カップマヨネーズ | 大さじ2 |
| 塩・こしょう | 適宜 |
| パルメザンチーズ | 適宜 |

「キッチン晴人」のオーナーシェフ

永井智一(ながい ともかず) 1975年茨城県水戸市生まれ。高校卒業後、都内のすし店で修業後、帰郷し懐石料理を学ぶ。2013年12月に畑とつながるをコンセプトとした「キッチン晴人」をオープンし、地元農産物を生かした料理を提供中!

お知らせ

直売所が求める

春・夏播き野菜の栽培講習会を開催します

開催日時 平成30年3月13日(火)午後1時30分から

開催場所 ニューアプロニー5階 エメラルドホール

内容 トウモロコシやブロッコリー、レタス等といった春～夏播き野菜の栽培の特徴や育て方のコツ

家庭菜園や直売所の品ぞろえ充実に向けて、栽培に取り組んでみませんか

◎栽培講習会出席希望の方は、営農部 園芸振興課 までご連絡ください。(資料準備のため)

電話番号 0282-20-8828 担当: 渡辺

2月 今月の「おっ!楽しみ」

このコーナーでは、地域で活躍する皆さんの紹介や大好評「クイズコーナー」、広報誌の編集担当者がチラッと語らせてもらう編集後記をお送りいたします。

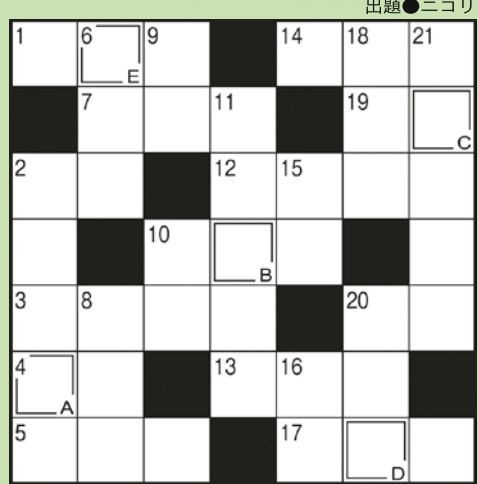


JAの若妻会「菜の花会」は1月12日、岩舟地区のとちぎ花センターで園芸教室を開きました。会員は同センター担当者の指導の下、メインとなる盆栽を3種類（三河黒松・実成クチナシ・ルコテー）から選び、その他に南天や葉ボタン、プリムラジュリアンなどを使って作ります。植物の他にコケや水をイメージした「寒水」という白い石を使って、思い思いに自分だけのミニ庭園を楽しく作りました。

自分だけのミニ庭園を

クロスワードパズル

三重マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?



- タテのカギ
 - 2 友人の結婚をみんなどーした
 - 6 魚の下こしらえの際に取ることも
 - 8 将棋に似た西洋のゲーム
 - 9 五輪で1位の選手がもらうメダルの色
 - 10 温めた豆乳から引き上げます
 - 11 アルバイトの面接を受ける際、書いて持っていくことも
 - 15 ドストエフスキーの著書『――と罰』
 - 16 寒い日にはポツと赤くなる人も
 - 18 ボルトと組み合わせ使います
 - 20 セーフの対義語
 - 21 模試では合格の――が80%だった
- ヨコのカギ
 - 1 2018年の――五輪は平昌で行われます
 - 2 カ士が踏むもの
 - 3 ツルものは長く、カモのものは平たい
 - 4 尺八やフルートはこの仲間
 - 5 医師に処方してもらうもの一つ
 - 7 ずいぶんと――が飛躍しているなあ
 - 10 銀世界を眺めて楽しむこと
 - 12 日本――が寒波に覆われた
 - 13 スマホで明日の天気――を調べた
 - 14 漢字で書くと最中。あんの入った和菓子です
 - 17 桃太郎の場合は犬・猿・キジ
 - 19 鬼の頭に生えています
 - 20 バレンタインの本命チョコに込めます

- 1月号 まちがい探しの答え
- ② 松の枝ぶりが違う
 - ④ 羽子板の羽根が引っ掛かっている
 - ⑥ 猫が目覚ましている
 - ⑦ 雪の量が違う
 - ⑨ 雪かきの長さが違う

「読者からのお便り」「まちがい探し(クロスワードパズル)」へのご参加お待ちしております

お便りをいただいた方に抽選でステキな商品を差し上げます。ハガキ・封書での郵送、ファックス、Eメール、あるいはJA職員にお渡しください。締切は毎月20日(20日が土・日・祝日の場合は、その次の営業日)必着。なお、感想やコメントは『読者からのお便り』に使用する場合がありますので、ご了承の上ご応募ください。

【あて先】
〒328-0053 栃木市片柳町2-1-44
JAしもつけ総務課 広報係
【FAX】0282(24)7882
【Eメール】hp-info@ja-shimotsuke.or.jp

1月号の当選者は次の3名様です。おめでとうございます。
 当選者 癸生川千枝さん(栃木)、山田清美さん(壬生)、石川庄一さん(藤岡)

- ①「おたのしみコーナー」の答え
- ②「読者のお便り」へのコメントや広報誌の感想、最近思う事
- ③郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号をお忘れなく

編集後記 始まりますね、冬季五輪。今年はどんな選手が活躍するのかワクワクします。何かに熱心に取り組む姿は人を引き込みますよね。スポーツでも仕事でも熱い気持ちで打ち込んで人を感動させるような…そんな人に、私はなりたいです。(編集担当F)