

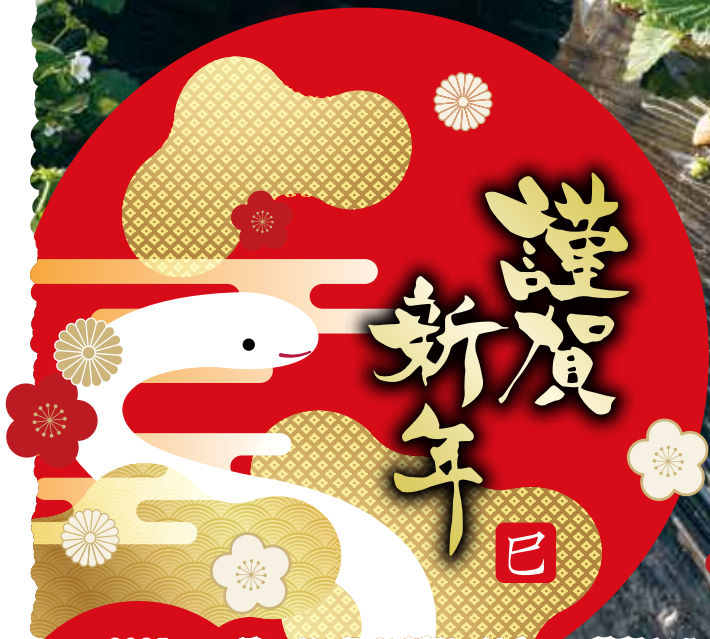
ぐりーんぴあ

Green Pia

人と自然の調和から新たな創造を

特集

新年スペシャル **お正月パズル**
お正月ぼけを吹き飛ばす**パズル**で**頭スツキリ**
気持ちを新たに**幸先の良い**
一年のスタートを切りましょう！



👑 1月の旬のレシピ

- ・柿のレモンマリネ
- ・海老すり身揚げ 点心仕立て

2025

1

vol.311



Instagram



X



Facebook



LINE

JAおやま
公式HP



公式YouTube
はじめました!



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

03 — TOP NEWS

04 - 07 — TOPICS
地域のニュースをお届け!

08 - 09 — 特集
新年スペシャル お正月パズル
お正月ほけを吹き飛ばすパズルで頭スッキリ。
気持ちを新たに幸先の良い年のスタートを切りましょう!

10 — 営農経済便り
花卉 オレガノ

11 — 農業浪漫
豊田地区 大山 晃行さん

12 — フルーツパラダイス
カリン
～冬の健康をサポートする
芳香豊かな果実～

13 — 食卓を彩る旬のレシピ

14 — 栃木県はイチゴの生産量全国1位!
JAおやまのいちごをご紹介します!!

15 — ・おいしく食べて美しく
・脳トレ! 手足の体操

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

役員コラム

理事(大谷北)
企画管理専門委員会
委員長
渡邊 稔



組合員の皆様には、肥料、農薬をはじめとする農業資材の高騰に加え、気候変動における育成環境の激変と大変ご苦労されていることと察します。農協として、資材の高騰に対処し、新たな環境に合う栽培方法の検討をすることは勿論ですが、組合の方々の生産品を幾らかでも高く販売すると共に需要の掘り起こしをするなどして、組合員の皆様の収入増加を実現できる様に、常勤理事と共に働いて参りたいと思います。

理事(小山)
企画管理専門委員会
副委員長
大塚 力



平成30年より理事に選任して頂き、3期目を勤めさせて頂きます。現在、金融情勢や農業経営を取り巻く環境は非常に厳しい状況にありますが、組合員の皆様の色々な角度からの声にも耳を傾け、意見を拝聴し、組合員の目線に立って、役職員と共に組合員の皆様に必要なとされるJAとなるため、JA運営に微力ながら協力させて頂き、職務を全うしていきます。参りますので、どうぞよろしくお願致します。

明けまして
おめでとう
ございます

代表理事組合長
渡邊 文雄



—令和7年新年の挨拶—
新年、明けましておめでとう
ございます。

組合員の皆さまには、新しい
年を穏やかに迎えのことに
心からお慶び申し上げます。

また、日頃より当JAの事
業全般にわたり格別なるご
支援、ご協力を賜り厚く御礼
申し上げます。

さて、昨年を振り返ります
と、記録的な猛暑や少雨に
よってコメをはじめ農作物全
般に影響を受けた年でもあ
りました。

農業者は猛暑に向き合い、
水管理や施肥など栽培技術
に心血を注ぎましたが想定
を上回る状況に悔しさを滲
ませる結果となりました。

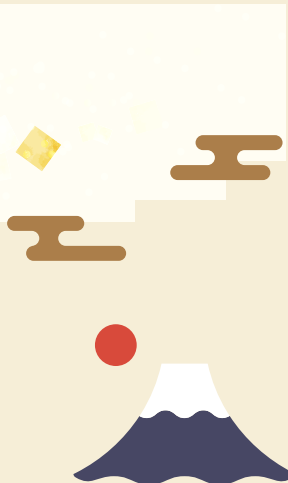
更に電気料、肥料、飼料を
はじめ生産資材の価格高騰
は、農業分野にも波及し農家
経営を圧迫しました。

こうした状況を踏まえ、
当JAでは、「持続可能な
農業・地域共生の未来づく
り3か年計画」の最終年度
として、3か年計画、重点事

項の「持続可能な食料・農業
基盤の確立」「持続可能な地
域・組織・事業基盤の確立」
「不断の自己改革の実践を支
える経営基盤の強化」の3つ
の基本目標を踏まえながら、
令和6年度事業計画を進め
てまいりました。

また、自己改革の最優先課
題として位置付けてきた支
店再編整備計画も組合員の
ご協力により、令和6年1月
の下野支店オープンをもって
無事完遂することが出来ま
した。

今後とも行政機関と連携
し、JAの総合事業により、農
家組合員の所得向上の提案
を行ってまいります。新しい
年が皆さまにとって、また地
域農業にとって実りの多い一
年となりますことをご祈念
いたしまして年頭のご挨拶と
させていただきます。



代表理事専務

杉山 清司

常務理事
中村 崇人

山口 武志

企画管理専門委員会
委員長 渡邊

副委員長 大塚

金融経済専門委員会
委員長 福田

副委員長 小川

委員 長 小川

副委員長 伊沢

委員 長 小林

副委員長 隆一

菅農経済専門委員会
委員長 小林

副委員長 小川

委員 長 小川

副委員長 小川

委員 長 小川

副委員長 小川

委員 長 小川

本年もよろしくお願ひ致します。

北野 道世
石嶋 豊仁
木村 次男
小林 正男
曾離 和男
上原 進
橋本 晃秀
大島 茂男
山中 弘道
秋元 和重
見目 悦也
長濱 悦也
渡邊 百合子
岩淵 実
代表監事
倉井 光三
監事
渡邊 宏文
横塚 清
添野 雅夫
高谷 博
館野 茂典
生澤 良一
東川 文一
白石 匡
高橋 修司
小林 樹
柿本 芳里
岡本 重明
神保 正一
濱野 一彦
海老沼 和彦
福田 真一
新井 雅大
田中 仁美

LIVE TOPICS

CHAPTER

1

地域のニュースをお届け!

JA Monthly News

11/1

桑集出荷所

秋冬ニンジン目ぞろえ会

にんじん

JAおやま人参部会は11月1日、桑青果物集出荷所で秋冬ニンジンの目ぞろえ会を開きました。等級ごとに並べたニンジンを参考に、長さや曲がり、傷に注意しながら選別することなどを申し合わせました。

春作とほ場環境が異なることから、水で洗う時間や傷の具合などについて、部会員同士で細かく意見を交わしました。市場担当者とも色味などの意識の統一を図りました。

赤荻稔部会長は「今一度しっかり目を合わせて、高品質なニンジン出荷に努めよう」と呼びかけました。

長さや曲がり、傷に注意しながら選別することなどを申し合わせた



11/1

西部農産物加工所

女性会加工グループ「フレッシュ」焼肉のたれ作り

JAおやま女性会加工グループ「フレッシュ」は11月1日、西部農産物加工所で焼肉のたれ作りをしました。

焼肉のたれは地元産の新鮮なタマネギと、国産のショウガ、ニンニクなどを使用。地元のタマネギを使うことで甘みが増し、より深い味わいになると好評です。焼肉のたれは1本(500ミリリットル)600円(税込)でJAの直売所で販売。

同グループの相川久子会長は「安心・安全をモットーに国産にこだわって作っている。さまざまな料理に使い、食を楽しむことができる。たくさんの人に焼肉のたれのおいしさを知ってほしい」と話しました。

地元産の新鮮なタマネギと、国産のショウガ、ニンニクなどを使用



11/8

バラ部会現地検討会

小山^{かき}花卉園芸組合バラ部会は11月8日、壬生町、下野市、小山市の4カ所のほ場で現地検討会を開きました。部会員、関係者ら12人が巡回し、生育や管理状況を確認し、今後の栽培について意見を交わしました。

冬に向けて外気の温度が下がり、ハウス内の温度調整や日照時間などに注意を払うとともに、病虫害対策や出荷時の切り前などを注意するよう促しました。

葛生繁部会長は「現地検討会での栽培管理などを参考にして、高品質なバラの出荷を目指そう」と呼びかけました。

病虫害対策や出荷時の切り前などを注意するよう促した



11/8

桑青果物集出荷所

キウイフルーツ目ぞろえ会

JAおやまキウイ部会は11月8日、桑青果物集出荷所で2024年産キウイフルーツ目ぞろえ会を開きました。市場関係者がキウイの販売・出荷情勢を報告し、JAの担当者が出荷要領・規格を説明しました。参加者は現物を手に取って形状や日焼けなどを確認し、出荷規格の統一を図りました。

神田賢二部会長は「高品質なキウイの出荷を目指そう」と呼びかけました。

部会員は出荷日の2日前までに数量を報告し、部会による調整で計画的・安定的な出荷を目指します。

高品質なキウイの出荷を目指そうと呼びかけた



11/8

西部集出荷所

イチゴ「とちあいか」「とちおとめ」目ぞろえ会

JAおやまいちご部会は11月8日、西部集出荷所で2025年産イチゴ「とちあいか」「とちおとめ」の目ぞろえ会を開きました。部会員、関係者ら74人が参加し、販売情勢や出荷要領や規格を確認しました。

年内は決められた各カラーチャートに合わせて熟度を統一することや、各規格とも満杯詰めを基本とすることを共有しました。未熟果、過熟果、傷み果などの異物混入の防止を徹底することなどを申し合わせました。

部会の担当者からは「消費者の立場に立って、商品作り・満杯詰めを意識して、選果・選別などの作業に取り組んでほしい」と呼びかけました。

商品作り・満杯詰めを意識して、選果・選別などの作業に取り組んでほしい



LIVE TOPICS

CHAPTER

2

地域のニュースをお届け!

JA Monthly News

11/6

大谷・間々田地区

11/12

豊田地区

担い手農家訪問

JAおやまは11月6日・12日、渡邊文雄組合長ら常勤役員と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しました。JA自己改革として生産者の意見や要望などを聞き、農業所得増大や農業生産拡大に向けて意見を交わしました。



小曾根さん

間々田地区のキュウリを主として栽培している小曾根進也さんは「病害虫が発生した場合、迅速に農薬指導など対応できるよう通信端末を導入して、体制を構築してもらいたい」と話しました。



横塚さん

大谷地区でトマトをはじめ、トウモロコシ、レタス、水稻を栽培している横塚大地さんは「最盛期に人手が足りないため、人手の確保を心配している。JAでパートの雇用募集を行ってほしい」と要望しました。



中田さん

水稻、飼料用米を約11ヘクタール栽培し、ビール大麦、ビール大麦の種子、ブロッコリー、ハウスナス、キュウリ、ハウスで栽培するレタスなど、多岐に渡り栽培している豊田地区の中田幸子さんは「担い手農家への研修や育成の支援をお願いしたい」と話しました。

担い手農家への研修や育成の支援をお願いしたい



11/19**豊田地区****豊田小の児童がイチゴハウスを見学**

地域の農家の仕事に関心を持ってもらいたいと管内の田波一雄さんは毎年、小学生を対象にイチゴハウスの見学会を実施しています。

小山市立豊田小学校の3年生41人は11月19日、田波さんのイチゴハウスで社会科見学を行いました。子どもたちに農業への理解を深めてもらい、食の大切さ、地域の農業に関心を持ち、生活との関わりを考えることなどを目的に10年以上続いています。

田波さんは、児童にイチゴの栽培工程やJAおやま管内のイチゴ生産者の人数、栽培する品種などについて説明しました。

小学生を対象にイチゴハウスの見学会を実施

**11/20****西部共乾センター****大豆目ぞろえ会**

JAおやまは11月20日、西部共乾センターで大豆「里のほほえみ」の目ぞろえ会を開きました。検査員やJA職員、関係者ら20人が参加し、検査基準の目を合わせました。

猛暑や局所的な豪雨など天候の変化が大きく、カメムシ類の発生も見られましたが、生産者は病害虫防除など栽培管理を徹底しました。

当日は、大豆の初検査も行いました。検査員らは約500袋を確認し、病気や虫害、しわなどを厳しく検査しました。

JA管内では90人の生産者が「里のほほえみ」を約270ヘクタールで栽培。検査は12月18日まで行いました。

大豆「里のほほえみ」の目ぞろえ会を開いた

**11/22****園地・東部選果場****東部トマト部会 現地検討会
抑制・越冬トマト目ぞろえ会**

JAおやま東部トマト部会は11月22日、小山市で2025年産トマトの現地検討会を開きました。部会員や栃木県下都賀振興事務所など約20人が、園地2ヵ所を巡回。生育状況や防除対策、品種に合わせた栽培管理などの情報を交換しました。

また、同日、東部選果場で抑制・越冬トマトの目ぞろえ会を開きました。

篠田安彦部会長は「高温障害などで病害虫や栽培管理に苦労していると思うが、こういう時こそ対策を徹底し、出荷量・収入が減ることがないようにより良い品質を目指して栽培していこう」と呼びかけました。

栽培管理などの情報を交換した



お正月パズル

お正月ぼけを吹き飛ばすパズルで頭スッキリ。
気持ちを新たに幸先の良い一年のスタートを切りましょう!

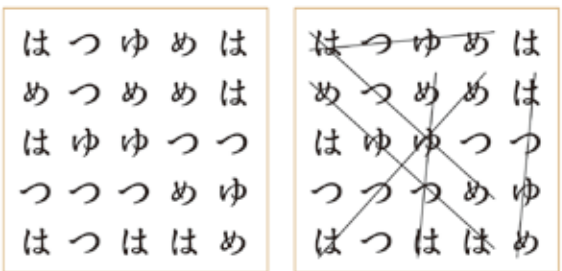
出題：ニコリ イラスト：信吉

シークワーズ

盤面に隠された言葉を見つけ出すパズルです。探すべき言葉は、タテ、ヨコ、ナメ45度で、一直線に読めるように入っています。途中で文字を飛び越えたり、折れ曲がって読んだりしてはいけません。同じ文字を何度か使うこともあります。

例題では「はつゆめ」だけを探しますが、右の問題では「おめでとう」「おとしだま」2種類の言葉を、それぞれいくつあるか探してください。どちらの言葉のほうがたくさん入っているでしょうか?

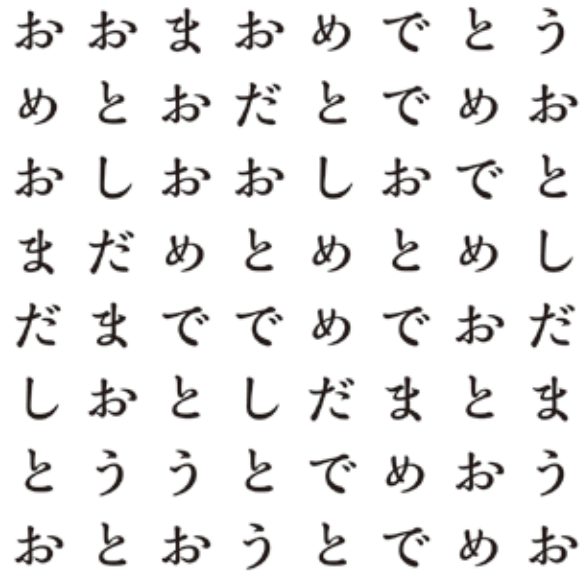
例題



例題の答え:6個

問題

「おめでとう」と「おとしだま」は、どちらが多いでしょうか?



漢字ミニクロス

カナではなく漢字を入れるクロスワードです。ヒントを頼りに、1マスに漢字を1文字ずつ入れましょう。

問題 二重ワク(2つあります)に入った漢字を、A・Bの順に並べると、ある言葉になります。その言葉は何でしょうか?

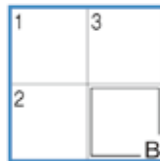


横の鍵

- 1 これから訪れます。近○○、○○予想図
- 2 夜空でまんまるに光るフルムーン

縦の鍵

- 1 18歳○○の人は、17歳以下です
- 3 30日ほどたつと訪れます



横の鍵

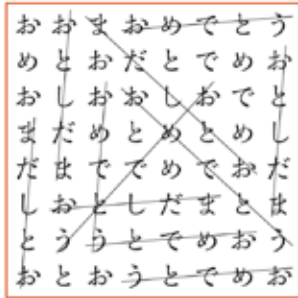
- 1 とってもでっかい、2025年の干支(えと)の生きもの
- 2 ○○を伸ばして、大の字になって寝る

縦の鍵

- 1 誰にはばかることもなく、○○を振ってまかり通る
- 3 あっても無駄な、よけいな付け足しをいう言葉

シークワーズ

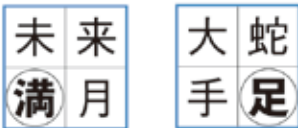
答え おめでとう



おめでとう=6個 おとしだま=5個

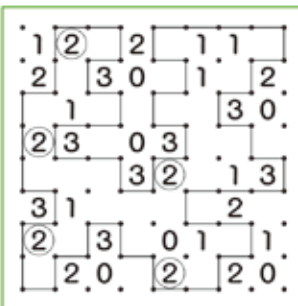
漢字ミクロス

答え 満足



スリザーリンク

答え 5個



スリザーリンク

点と点をタテヨコに線でつなげ、盤面全体で、交差や枝分かれのない1つのループ(線で作られた囲い)を作るパズルです。どの数字の周りにも、その数と同じ本数の線を引かねばなりません。線を引かないところには×などの印を付けると分かりやすいですよ。

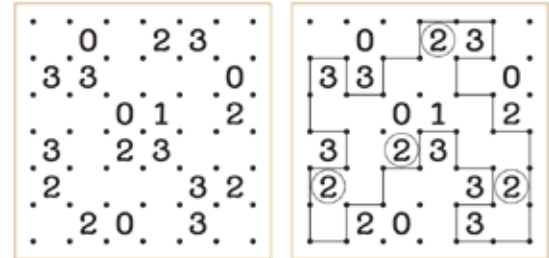
ルール

- 1 点と点の間をタテヨコの線で結び、全体で1つの輪っかを作りましょう。
- 2 4つの点で作る正方形に囲まれた数字は、その正方形の辺に引く線の数を表しています。数字のない正方形には、何本の線を引くか分かりません。
- 3 線を交差させたり、枝分かれさせたりしてはいけません。

例題で解き方を覚えましょう。左上に、0と3が縦に並ぶところがありますね。0の周りには線を引かないので、その下の3は0と接しない3辺に線を引くことが分かります。そうすると、その左にある3の線の引き方も決まりますね。数字のない正方形は何本の線を引くのか最初は分かりませんが、他の部分の線を伸ばしていくと、全体の線のつながりが見えてきて、引き方が決められますよ。どこにもつながらない線ができたり、輪っかが2つ以上になったりしないように、注意しながら解いてください。

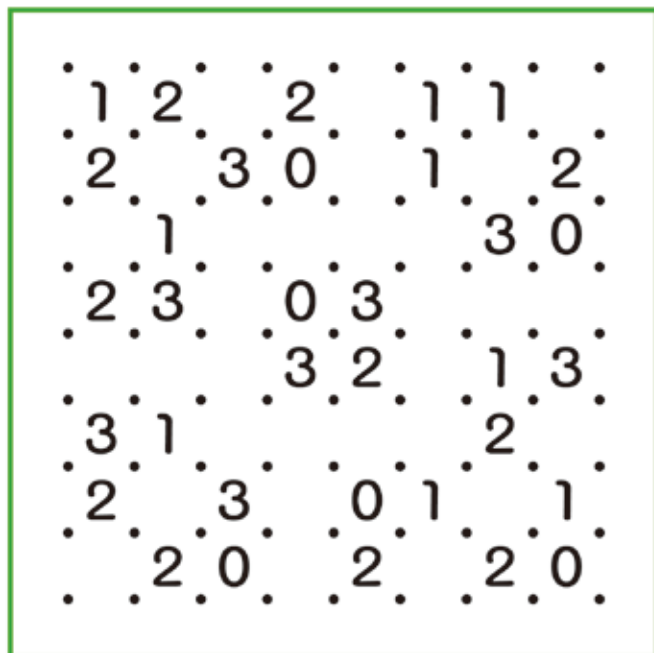
例題

出来上がった輪の中に、2は何個入ったでしょうか？



例題の答え:4個

問題 出来上がった輪の中に、2は何個入ったでしょうか？



かき
今月の農産物 「花卉 オレガノ(ハーブ)」

園芸振興課
舘野 陽一



OREGANO

オレガノ(ハーブ)

科名 シソ科

オレガノは仲間がとても多く、葉の様子も花の様子もずいぶん違います。また、マジョラムもこの仲間です。

大きく3つに分類され、「オリガナム類」のワイルドマジョラムが、一般にオレガノと呼ばれます。野性的な香りで料理に使うオレガノとしても、広く知られます。「マヨラナ類」のスイートマジョラムはやや甘い香り、グreekオレガノやシリアンオレガノは強い香りが特徴です。いずれのオレガノも、古代エジプトや古代ギリシャの時代から、料理や医療に広く活用されてきました。「アマラクス類」には花のきれいなオレガノが多く、花オレガノとも呼ばれます。

栽培カレンダー

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
苗の植え付け	室内ではいつでも											
タネまき												
花期												
収穫												

栽培メモ

適した場所

日がよくあたる、風通しの良い場所。



水やり

多湿を嫌い、やや乾かし気味を好むが、水切れすると回復に時間がかかる。土の表面が乾いたら、たっぷりと与えること。

病害虫

ハダニ類やコナジラミ類が発生するので、シャワーの水流でときどき株全体を洗い流すようにするとよい。

植え付け

春に出まわるポット苗は、根がまわっていたら軽くほぐして植え付ける。茎を切り戻しておくと、わき芽が伸びて早くこんもりする。

営農経済便り



農業浪漫

NOGYO ROMAN

中島さん



まさゆき
大山 晃征さん(41歳)
 豊田地区
 生産品目:イチゴ(とちあいか)

さらなる活躍に期待が高まる

栃木県生まれの農産物の代表格の一つであるイチゴ。1968年から連続生産量日本一の「いちご王国」栃木県の主力商品です。JAおやま管内では101人がイチゴ「とちあいか」「とちおとめ」「スカイベリー」を約26ヘクタールで栽培しています。

豊田地区の大山晃征さんは現在、新規就農塾推進協議会の2期生としてイチゴ栽培について一生懸命学んでいます。

新規就農塾推進協議会は、2022年4月に地域農業の発展や後継者の育成を目的に設立。就農者の募集や研修会の開催、1年間の研修を行い支援します。

晃征さんは食品の卸売会社に勤めていましたが、勤務時間が不規則なため3人の子宝に恵まれたもの子どもたちとの今しかない貴重な時間を過ごせませんでした。そのため、子どもたちと一番近くで過ごしながらできる仕事、体を動かす仕事、食品や物を作る仕事と考えた結果、「農業」が思い浮かびました。妻の実家では水稲などを栽培していたため、ほ場となる土地もあり、就農の決断をしました。

現在は、週2、3回、宇都宮市の県農業大学の就農準備校「とちぎ農業未来塾」に通い、知識や実技の習得に励み、実技はJAおやまいちご部会の中島英樹さんの下で研鑽しています。

中島さんは前JAおやまいちご部会の部長であり、イチゴ栽培約20年以上の大ベテラン。定植から収穫、日々の管理など1年間

を通して、イチゴ栽培の基礎から技術などさまざまなことを学んでいます。2026年産から晃征さんは「とちあいか」を約12アール作付けする予定です。「師匠である中島さんに褒めてもらえるイチゴ作りをしたい。しかし、来年同じ時期に中島さんから教えてもらっているように出来るか不安。頭で理解できているもの実際に一人で栽培するようになってみるとどうなるか」と不安もありますが意欲に満ちています。

中島さんのイチゴとの出会いは運命的であったと振り返ります。就農をまったく考えていなかった時に、中島さんが栽培したイチゴを子どもたちと食べたことがあり、「なんて美味しいイチゴだ!」と感銘を受けました。「その中島さんの下でイチゴ栽培を学び、就農しているとは思えない縁」と晃征さんは思い返します。

将来の目標として晃征さんは地域に恩返しするためにも社会貢献として農福連携を思い描きます。学生時代から小山市で過ごしていた晃征さんは、地域を活性化させ、周りの人々が笑顔で楽しく過ごせる地域・生活作りを望みます。ハンディキャップがある障害者を雇い、農業分野で活躍を通じて、自信や生きがいを創出して、社会参画を実現する取り組みの一端を担えるように展望を描きます。

これから晃征さんは担い手農家の一人として、今後さらなる活躍に期待が高まります。

チェック
ポイント



カリンのプロフィール
 【分類】バラ科ポケ属
 【原産地】中国
 【おいしい時期(旬)】10～12月ごろ
 【主な栄養成分】ポリフェノール、ビタミンC、
 カリウム、食物繊維など

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

カリン

冬の健康をサポートする芳香豊かな果実

選び方



食べ方・楽しみ方

果肉は食べず、加工してエキスと香りを楽しむ

蜂蜜漬け

カリン 適量
 蜂蜜 カリンが浸るくらい



1、2か月くらいで実を取り出す
 冷蔵庫、または冷暗所で保管
 時々瓶を揺すって全体にエキス
 が回るように



パンやヨーグルト、
 パンケーキ、クッキーに
 パイやクッキーなどお菓子作りに

カリン酒

カリン 500g
 氷砂糖 100g
 ホワイトリカー 900ml



半年～1年程度漬け込む
 半年ほどで飲める
 半年くらいで実を取り出し1年
 ほど置くとよりまろやかに



注意

種は毒性があるので食
 べないように!
 加熱・アルコール漬け・加
 糖加工などで毒性は分
 解される

保存方法

比較的地持ちする



黄色く熟し、少しべた
 つきを感じたら早め
 に使い切ろう

完熟

常温・冷蔵保存
 新聞紙で包みポリ袋に入
 れて冷蔵庫の野菜室や冷暗
 所で保存



長期保存

スライスして蜂蜜漬け、果実
 酒、シロップ漬けなどに



追熟(黄緑色が残っている)

常温保存

新聞紙などで包んで風
 通しの良い場所で常温保存
 数日～2週間ほどで黄色が濃くなる



カリンのチカラ

古くから健康に良い果実として
 親しまれてきた

ポリフェノール

細菌やウイルスに
 よる喉の炎症を
 鎮める働き



カリウム

高血圧予防や
 むくみ解消に



ビタミンC

免疫カマッ
 風邪予防や
 疲労回復に
 美肌効果にも期待



食物繊維

腸内の有害物質を
 体外へ排出する働き



カリンのじミツ

歴史

古くから薬用や観賞用などに
 平安時代
 日本に渡来



中国の書物

『本草綱目』
 生薬「栳椹(かりん)」
 酔いさましやたんの除去に効果
 があると記されている

花言葉

「豊麗」
 香に淡いピンク色の美しい花を
 豊かに咲かせることから

カリンのいろいろ

安心の国産

山形県、千葉県、神奈川県、山梨県、長野県、
 奈良県、和歌山県、香川県、愛媛県など

カリンによく似た果実「マルメロ」
 表面に産毛が生えている→マルメロ
 カリンは皮がつるつる

果肉を食べるジャムはマルメロで作ったもの



カリン



マルメロ



1 柿のレモンマリネ



【材料(2人分)】

柿(種なし) 2個
カブ 1個
リンゴ 1/2個
ミント 適宜

マリネ液

レモン汁 大さじ2
オリーブ油(エクストラバージン) 小さじ2
塩 小さじ1/2

【作り方】

- (1)種なし柿で釜を作る。柿をふたと器に切り分ける。器の中身は丸くくり抜いてから4等分に切る。
- (2)カブは皮をむき、厚さ5mmの半月切りにして塩水(分量外)に漬け1時間ほど置く。軟らかくなったら水気を切る。リンゴは厚さ5mmの半月切りにする。
- (3)ボウルでマリネ液の材料を混ぜ合わせ、(1)の柿の中身、(2)のカブとリンゴを入れて30分ほど味をなじませる。
- (4)(1)の柿の器を置き、(3)のマリネを盛り付ける。(1)の柿のふたとミントを飾り出来上がり。

2 海老すり身揚げ 点心仕立て

【材料(4人分)】

赤エビ 10本
水 400ml
生クリーム 100ml
片栗粉 大さじ1/2
塩 少々
こしょう 少々
タマネギ(みじん切り) 1/2個
春巻きの皮 4枚
揚げ油 適宜
ミニトマト 4個

【作り方】

- (1)赤エビは身と頭に分け、頭の部分を使ってだしを取る。頭と水を鍋に入れ、強火で沸かし半分煮詰め、生クリームと合わせてソースとする。身は殻をむき、背わたを取り包丁でたたく。
- (2)ボウルに(1)の赤エビの身、片栗粉、塩、こしょう、タマネギのみじん切りを入れ、粘りが出るまで混ぜ合わせる。4等分にして丸く形を整え、細切りにした春巻きの皮を付ける。
- (3)170度に熱した油で(2)をきつね色になるまで揚げる。
- (4)(1)のソースを塩、こしょうで味を調え、熱して器に流し、(3)とミニトマトをのせ出来上がり。



栃木県は
イチゴの生産量
全国1位!

JAおやまのイチゴをご紹介します!

歯ごたえがあり、
酸味が少なく甘み
が強いのが特徴。



とちあいか



とちおとめ

甘みと酸味の
バランスが良い
のが特徴。



イチゴをお求めなら! JAおやまの直売所へ!!

今回ご紹介したイチゴは、JAおやまが運営する5店舗の直売所でお買い求めいただけます。時期によって価格が変動いたしますがご了承ください。また、店舗によって取り扱いの品種が異なる場合がありますが、ご注文をお受けいたします。

ぜひ食べ比べて、お気に入りのイチゴを見つけてみてください♪♪



JAおやまいちご部会は101人の生産者が「とちあいか」「とちおとめ」「スカイベリー」の3品種を生産しています。安全・安心で高品質なイチゴ生産に励んでいます。

▼直売所の詳しい場所はJAおやまホームページへ

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

FMラジオ「JAおやまぐるーんたいむ」リスナーの皆さまに

☆☆☆新春プレゼント☆☆☆

下記の通り、JAおやまオリジナル番組「JAおやまぐるーんたいむ」が放送されます。

小山市コミュニティFMラジオ おーラジ FM77.5MHz

放送

【番組名】JAおやまオリジナル番組
『JAおやまぐるーんたいむ』

【日時】1月29日(水)14:00~14:30
出演者:いちご部会 関部会長 他

JAおやまいちご部会より

とちあいか(4パック入り)15名様にプレゼント!

下記の「JAおやまぐるーんたいむ」の放送を聴いて、
メッセージとキーワード「おやまくん」を下記までお送りください!!

①1月15日(水)14:00~14:30 ②1月29日(水)14:00~14:30

または… JAおやまのSNS(X(旧Twitter)・Instagram・Facebook)をフォローしていただき、
番組にメッセージ(me@o-radi775.jp)とキーワード「おやまくん」をお送りください。
(メッセージには必ずSNSのアカウント名も記載してください)

◆メッセージには必ず①氏名②住所③電話番号④メールアドレス⑤SNSのアカウント名⑥キーワード「おやまくん」⑦番組の感想/JAおやまへのコメント等を記載の上、おーラジまでメッセージをお送りください。メッセージはme@o-radi775.jp

応募条件

1月31日(金)9:00~17:00 2月1日(土)9:00~17:00までに、プレゼントを小山市乙女にある直売所『グリーンセンター』(小山市乙女3-7-36)まで取りに来られる方で直売所で何か1点以上お買い上げしていただいた方が応募条件となります。

※応募多数の場合は、抽選とさせていただきます。※当選者の方には、当選メールをおーラジよりお送り致します。

おーラジ
リスナー

新春
プレゼント

ご応募お待ちしております
おります!!

日に日に寒さが厳しくなってくるこの頃は、冷えに悩む方にとってはつらい時期ですね。今回は、冷え性対策にお薦めの食べ物を三つお伝えします。

■ ショウガ

ショウガの辛味成分ジンゲロールには、血管を拡張させて血行を良くする働きがあるため、冷え性対策にお薦めの食材です。ジンゲロールは、加熱するとショウガオールに変化します。ショウガオールは胃腸を刺激し、内臓の働きを活発にするため、生で食べるより加熱して食べると体の中から温まるでしょう。汁物、炒め物に加えるとおいしく食べながら冷え性対策ができます。

■ カボチャ

カボチャに含まれるビタミンEには、末梢(まっしょう)血管を拡張させて血行を良くする働きがあります。血行不良による冷え性や肩凝り、頭痛などの改善効果も期待できる栄養素です。ビタミンEは、強い抗酸化作用や抗炎症作用があるため、美しい肌をつくりたい人は積極的に食べると良いでしょう。料理が苦手な方は、冷凍カボチャを電子レンジで加熱し、マヨネーズや麺つゆであえると手軽に食べられます。

■ 長ネギ

長ネギの白い部分に多く含まれている硫化アリル(アリシン)は独特の香りや辛味のもととなる成分です。体温を高めて血行を促進させる働きがあります。体温が下がると免疫機能が低下し、風邪、インフルエンザなどの感染症にかかりやすくなるので、感染症対策にもお薦めです。斜めに薄切りにした長ネギを電子レンジで加熱し、ごま油、鶏がらスープのもとであえるとおいしく食べられます。

生活習慣の見直しとバランスの良い食生活で、冬の時期を乗り切りましょう。



脳トレ! 手足の体操

手のひら2回転で脳の血行促進

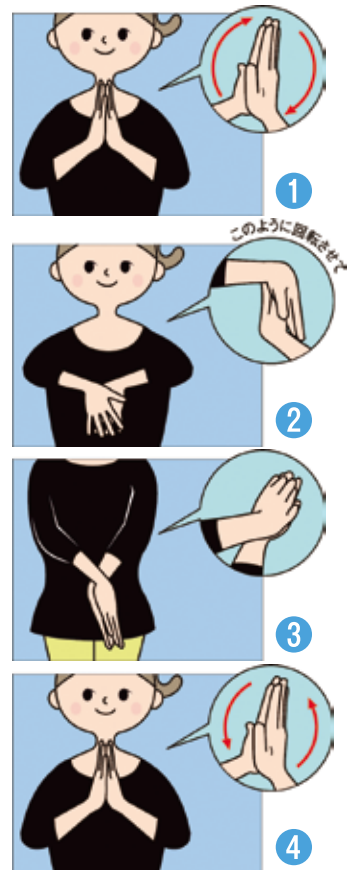
健康生活研究所所長●堤 喜久雄

手のひらにはたくさんのつぼがあります。今回は、手のひらを回転させ多くのつぼをこする体操を紹介します。皮膚に刺激が与えられ、血管が拡張して血行を促進させます。腕や肩の筋肉をひねるので、肩や首の凝りほぐしにも効果的です。

手のひらを回転させるときは鼻から息を吸い、腕の伸ばし始めとともに口から息を吐き、伸ばし切ったときには息も吐き切ります。ゆっくりでよいので丁寧に行いましょう。

手のひらをこすりながら動かす

- ①両手を合わせ、手のひらの中心を軸にして離れないようにしながらそれぞれ反対方向に回転させます。
 - ②両手首をそのまま回転させながら、腕を下に伸ばしていきます。
 - ③腕を下へ伸ばし切ったら、手のひらが離れないように①の位置に戻していきます。
 - ④同様に①の位置から、①とは反対方向へ回転させ、戻します。
- ①~④を5回繰り返します。



なくそう食品ロス

餅

食品ロス問題ジャーナリスト●井出留美

「餅」というとお正月のイメージですが、2014年4月ごろに岩手県一関市へ行ったとき、飲食店で何種類もの餅が出てきて驚きました。「餅膳」といって、あんこ餅やずんだ餅、くるみ餅、ごま餅、納豆餅など、9種類ぐらいの味付けの違う餅を楽しむことができます。

一関市では、農作業や季節の節目、入学式や卒業式、冠婚葬祭など、さまざまなときに餅つきをしてきました（一関市公式観光サイトより）。江戸時代、一関地方を治めていた伊達藩の命で、毎月1日と15日に餅つきをして神様にお供えする習慣がありました。神様には白い餅を供える一方、貧しい農民が食べるのは、くず米に雑穀を混ぜた「しいなもち」。これをなんとかしておいしく食べようと工夫したことが、独自の「餅」文化を広めたのだそうです。

昔は「鏡開き」といって、お供えした鏡餅を1月11日に下ろし、たたいて割って食べる習慣がありました。2段に重ねた餅の丸い形が昔の銅鏡に似ているから「鏡」だそうで、「割る」という言葉は縁起が悪いので「開く」という言葉を使ったとのこと（農林水産省公式サイトより）。

今ではパック入りの切り餅や丸餅をスーパーで買う人も多いかもしれませんね。サトウ食品株式会社は、それまで15カ月だった餅の賞味期限を2016年より24カ月まで延長し、食品ロスの削減に貢献しました。どのような工夫をすることで賞味期限を延ばしたのでしょうか？

小さな餅をくるむ包装材に、酸素を吸収して水分の蒸散を抑えるフィルムを使いました。それにより、外からの酸素の浸入を防ぎ、餅の水分を保てるようにしたのです。

以前は鮮度保持剤を入れていましたが、このフィルムを使うことで鮮度保持剤は不要となり、ごみも分別しやすくなりました。このような企業努力のおかげもあって、食品ロスも少しずつ減っているのですね。



〔お天気カレンダー〕

たこ揚げ

気象予報士●檜山靖洋

お正月にはたこ揚げで、こまを回して遊びましょう。

昔ながらのお正月遊びといえば、たこ揚げを思い浮かべる人も多いと思います。実は、昔の気象観測にはたこが使われていました。今では「高層気象観測」といって、観測器を付けた気球を飛ばして、上空1万mくらいまでの気温や気圧、風などを観測しています。この観測により、上空5000m付近に寒気が流れ込んだ、寒気が抜けた、ということがわかります。冬は雪の降り方が、夏なら雷雨の起こりやすさなどが判断できる、とても重要な観測になります。

1920年代から40年代までは、たこに観測器を付けて揚げて、上空の観測をしていたこともあります。最高3000mまで観測器を付けたたこが揚がったということです。すごいたこですね。天気を正確に予報するために、なんとかして上空の観測をしたいという努力がうかがえる歴史的な事実です。



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
せりふコーナー
数独
□に重枠に入った数字の
合計は「1111」。出題●1111

ルール

- 1 空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
- 2 タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入ります。

回答欄

先月号クイズの答え

セ	ク	リ	ス	マ	ス	イ	ブ
イ	カ	ケ	ソ	リ			
カ	ズ	ト	イ	キ	キ	ガ	
タ	リ	カ	カン	シ	タ	ハ	イ
イ	カ	セ	ツ	ト	テ	ブ	

1	2			8			
6						7	
					3	2	9
			3			4	
8							6
		2			9		
	4	7	6				
		3					9
				2			7 1

JAおやま公式チャンネル「おやまるグリーンタイム」



YouTube はじめました

JAおやまでは、動画投稿サイト『YouTube』を活用して動画での情報発信をはじめました。

多くの人にJAおやまを知ってもらえるよう、事業や農業、食、イベント、地域の情報などを発信していきます。

ぜひ、「いいね!」・「チャンネル登録」をよろしくお願いします。



編集後記

新年あけましておめでとうございます。今年も広報誌「ぐりんぴあ」をどうぞよろしくお願いいたします。

2025年は「乙巳(きのとみ)」。60年周期の干支の中で42番目「努力を重ね、物事を安定させていく」という意味合いを持つそうです。多くの人にとって成長と結実の時期となる可能性が高く、これまでの努力や準備が実を結びます。これからも皆さまに“ヘビー(蛇)”級に楽しんでもらえる広報誌作りに励みたいと思います♪(C・Y)

テーマ投稿・お便り募集中

「みんなの広場」では、クイズのほかに下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。

★次号のテーマ投稿

※テーマにまつわる話を募集します

- 2025年2月号
「バレンタインの思い出」
▶締切1月10日(金)
- 2025年3月号
「卒業・入学の思い出は」
▶締切2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。

掲載させていただいた方全員に
QUOカード
プレゼント!



- 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」編集部行
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えください。

令和7(2025)年農業用免税軽油に係る申請についてのお知らせ

《下野市にお住まいの方》

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、**下野市役所3階304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下都賀庁舎 第2福利厚生棟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(下野市役所:下野市笹原26番地)

受付日	受付時間・対象地区		受付会場
	午前(9:00~11:30)	午後(13:00~15:30)	
令和7(2025)年 1月21日(火)	石橋全地区	石橋全地区	下野市役所 3階304会議室
1月22日(水)	南河内①地区	南河内②地区	
1月23日(木)	国分寺全地区	国分寺全地区	
2月 6日(木)	9:00~11:30 共同・受委託	13:00~15:30 共同・受委託	栃木県庁下都賀庁舎 第2福利厚生棟会議室

※南河内地区については下記①,②の区割りとなります。

①下原・西区・薬師寺一丁目~六丁目・成田・町田上・町田下・谷地賀上・谷地賀下・下文狭・東田中・西田中・地久目喜・仁良川上・仁良川下・祇園町

②本吉田北・本吉田南・絹板・絹板台・台坪山・的場・上坪山・東根・塚越・磯部・川島・上吉田・鯉沼・三王山・西坪山・祇園・緑

※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。

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。

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
	下野市農業委員会事務局	TEL 0285-32-8915 (耕作証明書について)

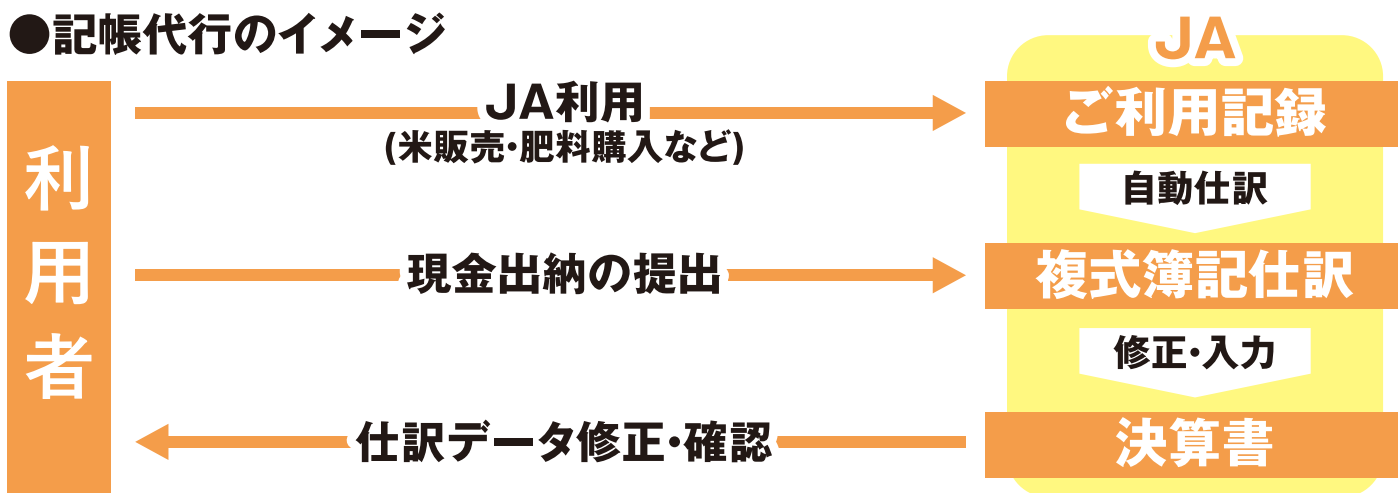


Information

農業簿記記帳代行利用者募集のお知らせ

当組合では、農家の記帳事務の軽減を図るとともに、農家の経営支援を目的とし、農業簿記の記帳代行を実施いたします。

●記帳代行のイメージ



利用手順

- 利用者は現金出納帳をJAに提出します。JAは出納帳の入力、JA取引の仕訳をします。
 - JAで入力した内容を利用者が確認します。
 - 最終的に、JAが決算書を作成します。利用料金:40,000円(年払い)
- 注)青色申告者(新規も可)のみの募集です。
また、令和7年分の申込期限は、令和7年4月末までと致します。

●申込・問い合わせ先 営農経済部営農企画課 ☎0285-33-4321または各営農支援センターへ

令和7年産水稻苗とりまとめについて

時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、標記の件につきまして、昨年水稻苗を購入された方には、申込み用紙が配達されますが新規で水稻苗を申し込む方については各営農支援センターで下記のとおり申込みをお願い致します。

品 種	コシヒカリ、あさひの夢、とちぎの星 あさひの夢につきましては、北部育苗センターでの扱いとなります。また、申込数量より引き受け出来ない場合がありますのでご了承ください。 ※上記以外の品種は、お受けできません。※北部育苗センターの稼働は、3月10日(月)からになります。		
価 格	苗880円/箱(税込価格) 乳苗495円/箱(税込価格)		
申 込 書	各営農支援センターにあります。	決済日	令和7年7月
受け渡し	原則として自己引取となります。苗箱は、個人で育苗センターへ返却して下さい。 但し返却箱数が不足の場合は、1箱300円頂きます。		
注 意	<ul style="list-style-type: none"> ・播種後の予約注文の変更、取り消しは、原則として認めません。 ・申込期限以降の注文及び変更は、お受け出来ない場合がありますので、お間違えお忘れ等のないようお願い致します。 ・電話での注文は、トラブルの原因になりますので、必ず申込書にてお申し込み下さい。 		
問い合わせ先	東部営農支援センター TEL 0285-41-0525 西部営農支援センター TEL 0285-33-1311 北部営農支援センター TEL 0285-40-0401		
申込期限	令和7年1月 末日厳守		

コミュニティFM「おーラジ」



オリジナル番組「おやまるぐりんたいむ」生放送されました!



11月6日 金融共済部



(上)パーソナリティ信田さん
(下)小野寺さん、茂田さん



11月20日 女性会 野木支部



(上)パーソナリティ信田さん
(下)針谷支部長、酒井副支部長

専門家による 個別無料相談会を開催します

〈税務相談〉

本店	2月14日(金)
野木支店	2月17日(月)
下野支店	2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。

〈相続相談会〉

本店	2月10日(月)
----	----------

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

お申込み・お問い合わせは、
ローンセンター(TEL:0285-25-3459)まで



オリジナル番組 /
『JAおやまるぐりんたいむ』



おーラジ 放送予定日

コミュニティFM「おーラジ」77.5MHz

1月15日(水) 14:00~14:30

1月29日(水) 14:00~14:30



「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10回理事会(11月21日)

- 令和6年度 JA経営情報の半期開示について
- 年末手当の支給について
- 個人情報保護法改正に伴う関係規程等の一部改正について
- 普通送金の取扱い廃止等を踏まえた信用事業方法書の一部改正について

JAの概況(2024年11月現在)

貯金	1,703億3,534万円
貸出金	289億5,248万円
購買品取扱高	29億4,139万円
販売品販売高	63億3,582万円
長期共済保有契約高	3,438億4,091万円