

みずき

2025
5
vol.395



総代協議会連合会 Q & A・地区別総代協議会 Q & A
第33回通常総代会
組合員限定 定期積金・定期貯金のご案内



耕そう、大地と地域の未来。



ふるさと散歩道

ほっこり和む なつかしの場所



ジャガイモを
収穫してみよう！

ジャガイモの収穫体験が出来る袖ヶ浦市！
土にまみれて収穫したジャガイモは、ほくほくと
とても美味しいです！
ぜひ旬の味覚を味わってください♪

場所・連絡先:草けいばの丘収穫園

袖ヶ浦市川原井181-10

TEL:080-5016-7347

※東京ドイツ村の入園料が別途必要です。

【時期】5月下旬～6月中旬

(なくなり次第終了です。)



問い合わせ先:(一社)袖ヶ浦市観光協会

〒299-0292 袖ヶ浦市坂戸市場1番地1

☎0438-62-3436

【資料提供:(一社)袖ヶ浦市観光協会】

目次

- 2 我が家のアイドル・ふるさと散歩道・かずさの方言
- 3 みずき通信
- 4 総代協議会連合会Q&A
地区別総代協議会Q&A
- 6 第33回通常総代会
- 8 組合員限定 定期積金・定期貯金のご案内
組合員加入・増資運動 展開中
- 9 家庭菜園
直売所イベント
- 10 ミセスの色
- 11 これ食いたい・おいしく食べて美しく
- 12 みずきの絆・みずきの写真館・今月の風流人
- 13 謎解きクロスワード
- 14 Information
- 16 きらめく元気人



おめいなんかも
つかうかえ〜

著 藤倉 畠二夫

えだは

枝葉。物理的に末端で重要でないものの比喩。団体や組織内で重要性の低い位置づけ、またそのような立場にいる人のこと。あるいは、傍流のあまり頼りにならない重量感に欠ける親戚のこと。

こげっから

子飼から。子供の時から。幼時からその人に染み込んだ習性や癖、習慣や流儀などを裏付ける根拠として理由づけする場合に使う言葉。

だり

怠い。だるい。やや「だるい」というような感じの時には「だり」と短くいい、非常に「だるい」と感じる時には「だりー」と語尾を伸ばして強調する。

ぶっちな

ここ(縁台や腰掛の椅子など)にお掛けなさいという、ねぎらいの言葉。「こしょかえな」に同義。気のおけない不意の訪問者などに、くつろいで行きなさいよと、声をかける時のいわば接待の用語らしいが、この言葉を教えてくれた人以外にこれを使うという人にまだ出会ったことがない。



我が家の
アイドル



鈴木 貴生さん
千夏さん
尚登(なあと)くん (3歳)
惺奈(せな)ちゃん(1歳10カ月)

尚登は、この4月から幼稚園に通い始めました。レゴが好きで、城などを組み立てては自分で物語を作って遊んでいます。

惺奈は、白米が好きで、ベビースイミングを楽しんでいます。最近ではキッズバイクに乗れるようになり大好きなお兄ちゃんと遊んでいます。

おじいちゃんが作ってくれた砂場が、2人ともお気に入りです。

これからもふたり仲良く、明るく元気に育ってほしいです。



3月3日 令和6年産優良種子生産者表彰

令和6年産JAきみつ優良種子生産者表彰を本店で行いました。これは、管内で生産される水稲種子の品質や技術向上、生産者の意欲向上を図り、県内最大の種子産地の維持発展のために開いており今回で10回目。

管内で生産されている「ふさおとめ」「ふさこがね」「コシヒカリ」の水稲種子65点が出品され、種子の調整前に実施するDNA検査・ほ場審査など栽培にかかる全ての検査や審査に全量合格し、かつ最も製品歩留りが高かった生産者を表彰しました。

受賞者は次の通り(敬称略)(カッコ内は種子組名)

- ふさおとめの部=朝生健司(小系採種組合)
- ふさこがねの部=相川義弘(小櫃採種組合)
- コシヒカリの部=勝呂方美(小系採種組合)
- 優秀賞(コシヒカリの部)=黒川悟(小櫃採種組合)
- 優良賞(コシヒカリの部)=森英樹(小系採種組合)

3月7日 相続・遺言セミナー 初開催



金融部は「相続・遺言セミナー」を周南支店で開きました。相続税の税制度などの理解を深め、遺産相続に備えた事前準備の大切さを知ってもらうことを目的に初めて開いたもので、組合員・利用者ら20人が参加しました。

当日は、ランドマーク税理士法人の岡山敦税理士を講師に迎え、約2時間にわたり講演。参加者は熱心にメモを取りながら受講し、質問も多く飛び交いました。また、エンディングノートの配布や共済商品を活用した節税対策なども学びました。

同セミナーは、JAが自己改革に位置づけている「第九次経営刷新3カ年計画」の中で、組合員・利用者の豊かな暮らしづくりへ金融仲介機能の発揮を掲げており、今後も相続に関するセミナーを開く予定です。

JAでは2022年から遺言信託業務も行っています。

3月10日 生徒と職員と一緒に床を磨きあげる



千葉県立市原特別支援学校つるまい風の丘分校の校外学習を周南支店で受け入れました。

これは、同校が専門実習で培った知識や技能を校外で発揮し、地域の方と一緒に働く活動を通して自分らしく自立する力を育む「地域思いやりプロジェクト」のひとつ。同校の流通コースで清掃について学習している

生徒15人を、JA職員が出迎えました。当日は、組合員や職員が会議で利用する2階会議室の床清掃を実施。生徒が清掃の手順を職員に教えながら、ポリッシャーなどの学校から持ちこんだ専門機具を使って一緒に床を磨き上げました。

Mizuki

Communication

みずき通信

身近な話題などありましたらご連絡ください。
 総務部組織対策課 ☎ 0439 (70) 1831



3月9日 味楽圃さだもと店 13周年記念感謝祭

味楽圃さだもと店は13周年記念感謝祭を開きました。開店前に、年間を通してイベントに参加し集客に努めた功労者、2024年の新規出荷者で販売点数の多かった優績新人出荷者、精力的に出荷をしている元気な高齢者を表彰しました。

会場では、君津市産コシヒカリの特別価格販売、卵のつかみどりや、加工品などの対面販売など多くの来店者で賑わいました。江澤組合長らがレゾ通過者に先着で紅白餅を配布。2,000円以上お買い上げの来店者には、生産者が協賛した農産物や加工品を進呈し日頃のご愛顧に感謝しました。

江澤組合長は「精力的に出荷してくれる生産者、その新鮮な農畜産物を求めて足を運んでくれる消費者のおかげで13周年を迎えることができた。今後も皆さんの期待に応える直売所として運営していきたい」とあいさつしました。

受賞者は次の通り(敬称略)

- 優績生産者賞=平野忠幸
- 優績新人賞=鳥海阿生乃
- 元気な高齢者賞=石井絹代

3月1日 シイタケ植菌体験好評



椎茸部会は味楽圃さだもと店で、原木シイタケの植菌体験を行い、部会員4人が、9組の体験を指導しました。

部会員からドリルの使い方を教わった体験者は、約90cmの原木に位置を確認しなが

ら20個程度の穴をあけ、種駒を打ち込みました。同店で行う植菌体験は今年で11年目になります。

君津市内から来場した夫婦は「2年ぶりに参加した。以前に参加したほど木もシイタケが出て来て、とても美味しかったので、ほだ木を増やそうと参加した」と話しました。



小櫃地区



総代協議会連合会(各地区総代協議会会長・副会長)は、地区別総代協議会を前に、周南支店で会議を開きました。主なご意見を紹介します。

地区別総代協議会 Q & A

第33回通常総代会に先立ち、3月12日に君津地区、袖ヶ浦・平川地区、13日に小櫃地区、上総地区、14日に富津・大佐和・天羽地区、小糸・清和地区の6会場で「地区別総代協議会」を開きました。主なご意見を紹介します。

Q 総代の選出について。7月に説明会を行う予定だが、どのように決めるのでしょうか。

A 総代の選出については、選挙区毎に選出方法が異なります。支部長が総代を選ぶという地区

や、順番回りの地区もあります。説明会では、地区毎の該当支店長を含めて、選び方についてご提案させていただきます。予定です。字(あざ)ごとの選び方や、ご意見は頂戴いたします。が、支部長がいる地区では、その方を参集して、どう選ぶかを、協議してもらえ

A 店舗ではQR決済やクレジットカードの導入をしています。が、農業用、また暖房用の配達で

ばと考えております。

Q ガソリンスタンドのQR決済は、灯油、軽油の配達でも決済できるようになりますか。

A 店舗ではQR決済やクレジットカードの導入をしています。が、農業用、また暖房用の配達で

Q 総代定数の変更について。どの地区から減らす予定ですか。従来、地区毎の選出で総代を決めていました。今回、この総代定数で選出する会議の予定はありますか。また、定数をもっと減らすことはできますか。

A 正組合員世帯数を総代数の500で割った数字を基に各支店の総代数を算出しましたので、正組合員世帯の減少数に応じて支店間の減少数に差が出ています。会議は7月に従来通り各地区の支部長、実行組合長を対象に

Q 外部出資について。10億円程農林中央金庫へ増資を行っています。が、どのような手続きで実施されたのでしょうか。また、全ての単協が応じたわけではないという報道がされていますが、これは事実でしょうか。

A 昨年6月の第7回理事会にて農林中央金庫への増資について承認

をいただきました。元々農林中央金庫に10億3千200万円の劣後ローンという形で資金提供していたものを出資に変えるということで承認をされ、9月に実施しています。各単協が貸していた劣後ローンについては全額増資しています。その後の増資については各単協の判断となります。

Q 今年度の米の集荷目標が14万俵となっていますが、昨年は何万俵だったのでしょうか。また他の業者との価格差もあると思います。14万俵という数字についてはどのように

お考えでしょうか。昨年は13万3千俵程でした。昨年は集荷率が減っており、周りの集荷業者が買取価格を上げて回っていました。今年度は5月の予約の時点で価格を提示してその後、追加払いをしていきたいと考えています。JAきみつは県内でも一番早く価格を提示していますので、その上を行く価格を出してくるかと思っています。その後、追加払いを行う予定です。全量JAへの出荷をよろしくお願ひします。

お考えでしょうか。昨年は13万3千俵程でした。昨年は集荷率が減っており、周りの集荷業者が買取価格を上げて回っていました。今年度は5月の予約の時点で価格を提示してその後、追加払いをしていきたいと考えています。JAきみつは県内でも一番早く価格を提示していますので、その上を行く価格を出してくるかと思っています。その後、追加払いを行う予定です。全量JAへの出荷をよろしくお願ひします。

は今の段階では決済ができません。今後検討していきます。

Q 第九次経営刷新3

カ年計画の中で「地域の活性化」が大きな題材になっているが、どのような地域の活性化をするのか。どのように第七次農業・地域振興計画を作っていくのか。組合員の協力ですすめていきたいことがありますか。

A 育苗ハウスを使ったセロリの栽培や、有



富津・大佐和・天羽地区

害鳥獣の被害を受けにくい加工用シヨウガに取り組んでいます。加工用シヨウガは掘ったまま袋に入れて重量で買い上げをするものです。有害鳥獣の被害にあわないような作物をあらためて、提案をさせていただきます。また、ミモザも行政と連携しながら栽培講習会を行い、33人が苗の注文をしています。興味のある方はぜひお問い合わせください。

Q 水稲についてはどのように進めていくのですか。

当JAは米農協です。本来であれば田畑を休耕しないで、営農を続けてお米を作っていたきたい。高齢化が進み今後、機械が壊れたらどうするのか、地区に大きな担い手がいないなど問題もありませんので、いろいろと検討させていただきます。

A 当JAは米農協です。本来であれば田

畑を休耕しないで、営農を続けてお米を作っていたきたい。高齢化が進み今後、機械が壊れたらどうするのか、地区に大きな担い手がいないなど問題もありませんので、いろいろと検討させていただきます。

大口水稲出荷者との意見交換会を行ったとのことですが、小規模農家に対してはどのような考えか。機械が壊れ、毎年、農家を辞めたいという方が増えている。JAが生産法人のようなものを設立する予定はありますか。

Q 大口水稲出荷者との

意見交換会を行ったとのことですが、小規模農家に対してはどのような考えか。機械が壊れ、毎年、農家を辞めたいという方が増えている。JAが生産法人のようなものを設立する予定はありますか。

A 今後、いろいろな支

援ができればいいと思っていますが、JA自体で作業的な法人をつくることは今のところ考えていません。小糸、富津では、ライスセンターなどで刈り取り作業は行っていますが、田植えや代掻きは行っておりません。

できれば飼料米は続けていたいただきたい。しかし、価格差が広がりすぎています。判断は農家に委ねています。飼料米以外にも加工米というものがあり、今年の価格が1俵で1万8千円程度の価格で予定しており、国の補助金が加算されます。今年飼料米を辞めたいという方については加工米をご案内しています。

A できれば飼料米は続

けていたいただきたい。しかし、価格差が広がりすぎています。判断は農家に委ねています。飼料米以外にも加工米というものがあり、今年の価格が1俵で1万8千円程度の価格で予定しており、国の補助金が加算されます。今年飼料米を辞めたいという方については加工米をご案内しています。

要望 第八次経営刷新3カ年計画について。評価で、A・B・Cとあるが、Bの評価に相当バラツキがある。例えば80%でB、10%でもBであり、すぐくバラついている。見やすさとしては、例えばBプラスやBマイナスと表現して、一目で活動結果が見れるよう、今後検討していただきたい。

要望 第八次経営刷新3

カ年計画について。評価で、A・B・Cとあるが、Bの評価に相当バラツキがある。例えば80%でB、10%でもBであり、すぐくバラついている。見やすさとしては、例えばBプラスやBマイナスと表現して、一目で活動結果が見れるよう、今後検討していただきたい。



袖ヶ浦・平川地区



小糸・清和地区

JAきみつ 第33回通常総代会



あいさつをする
江澤 武夫 組合長



議長をつとめた
天羽地区総代協議会会長
牧野 静雄 様

第33回通常総代会提出議案

- 第1号議案 定款の一部変更について
- 第2号議案 定款附属書総代選挙規程の一部変更について
- 第3号議案 令和6年度事業報告及び剰余金処分案承認について
- 第4号議案 第九次経営刷新3力年計画の策定について
- 第5号議案 令和7年度事業計画設定について
- 第6号議案 令和7年度における理事及び監事の報酬について

附帯決議
報告事項



JAきみつは3月27日、君津市民文化ホールで「第33回通常総代会」を開きました。当日は、中野勝博総務部次長が司会をつとめ、開会にあたり全員で『JA綱領』を唱和しました。総代総数550人のうち、本人出席193人、代理人出席1人、議決権行使書による出席201人と宣言し、合計395人の総代により審議されました。

大古政昭常務による開会宣言に続き、江澤武夫組合長があいさつをしました。

来賓を代表して袖ヶ浦市長 粕谷智浩様、君津市議会議長 小倉靖幸様、千葉県君津農業事務所所長 吉村直美様、JA千葉中央会農業対策部部長 佐久間満様からご祝辞をいただきました（他の出席者は次ページのとおり）。

議長に天羽地区総代協議会会長の牧野静雄様が就任され、終始スムーズな議事進行を行い、上程されたすべての議案が可決承認されました。

第33回通常総代会

地域に愛される元気なJAづくりに邁進

— 食と農と組合員のくらしを支え、地域社会に貢献 —



JA綱領の唱和



挙手による採決を行いました



資料に目をやる総代のみなさん



特産花きで会場を飾りました

ご祝辞をいただいたご来賓のみなさま



袖ヶ浦市長
粕谷 智浩 様



君津市議会議長
小倉 靖幸 様



千葉県君津農業事務所
所長
吉村 直美 様



JA千葉中央会農業対策部
部長
佐久間 満 様

ご出席いただいたご来賓のみなさま(敬称略)

役職名	氏名
君津市長	石井 宏子
袖ヶ浦市長	粕谷 智浩
富津市長	高橋 恭市
君津市議会議長	小倉 靖幸
袖ヶ浦市議会議長	小国 勇
富津市議会議長	平野 英男
千葉県君津農業事務所 所長	吉村 直美
君津市農業委員会 会長	鮎川 正幸
袖ヶ浦市農業委員会 会長	注連野千佳代
富津市農業委員会 会長	平野 弁一
千葉県森林組合 南部支所長	相川 正和
JA千葉中央会 農業対策部 部長	佐久間 満
農林中央金庫千葉支店 副支店長	大井 浩司
JA全農ちば 生産資材物流部 部長	齋藤 宏紹
JA共済連千葉 推進部第一推進室 室長	鳥海 淳史
JA千葉厚生連 事業部長	蔵本 茂樹

お忙しい中ご出席いただきありがとうございました。

JAきみつ組合員限定 特別金利貯金のご案内

2025年5月1日より取扱い開始

組合員限定定期積金

はぐくみ

(証書式)

特別金利

0.5%

ひと月1万円以上の積立額で3年(36回)以上の契約が対象となります。
※前納・一括払い等は不可

組合員限定定期貯金

きずな

(通帳式)

預入期間1年

特別金利

年0.33%

預入期間3年

特別金利

年0.50%

50万円以上、1,000万円以内で期間1年または3年の元金継続の契約が対象となります。

※新規または既存定期貯金と同額の増額の預け入れに限ります。

お預入れ時に組合員にご加入いただいた方も組合員金利を適用させていただきます
※当JAに既にお預け入れいただいているご資金を出金し、再度ご入金いただいても対象となりませんのでご注意ください。

組合員加入・増資運動 展開中

JAは、農業を営む人たちと地域の人たちが出資して組合員となり、運営・利用する組織です。地域の人々が連帯して助け合う「相互扶助」の精神のもと、自分たちの農業や生活を守り、より良い地域社会を築くことを目指しています。

JAの組合員には「正組合員」と「准組合員」の2つがあります

正組合員

-農業を通じて地域を豊かにする主人公-

10a以上の土地を耕作している、または年間90日以上農業に携わり、住所または農地がJA管内にある方

准組合員

-地域農業やくらしを支える応援団-

JA管内に住所がある、またはJA管内に勤務地があり1年以上JAの事業を利用しており継続利用できる方

加入のメリット

組合員としての特典が受けられます

- JAきみつ管内の広報誌(みずき)の配布
- 各種優遇あり
- 住宅ローン、各種ローン金利引き下げ
- 信用手数料優遇
- オリジナルカレンダーの配布※1世帯に1本
- 有害鳥獣対策資材購入費 支援など

出資配当を受け取ることができます

- ※参考：平成26年度～令和6年度の出資配当率は、年1.0%でした。
- ※決算内容によって、出資配当金を受け取れない年度もあります。

各種相談が無料でご利用いただけます

- 法律相談(顧問弁護士対応)
- 税務相談(顧問税理士対応)など無料で利用できます。

出資1口金額は、1,000円です。出資限度口数は、3,000口(300万円)になります。
詳しくは、最寄りの支店またはJA職員におたずねください。

家庭菜園

サヤインゲン 連作障害に注意

●園芸研究家
成松次郎

インゲンは中南米原産のつる性の野菜で、日本には17世紀に隠元禅師によって伝えられました。ペーテクアロテン、カリウム、ビタミンB群が豊富で、食物繊維もバランス良く含んでいます。比較的冷涼な気候を好み、生育適温は15〜25度で、30度以上の高温と10度以下で生育が阻害されます。

「品種」つるあり種とつるなし種があり、つるあり種は「いちず」「カネコ種苗」「ケントッキーワンダー」(各社)など、つるなし種は「ベストクロープキセラ」「雪印種苗」「サクサク王子」(サカタのタネ)などがあります。

「畑の準備」連作障害が出やすい野菜のため、1度栽培した後は同じ畑で3、4年間、他の野菜を作ります。種まき(植え付け)2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gをまいて耕しておきます。

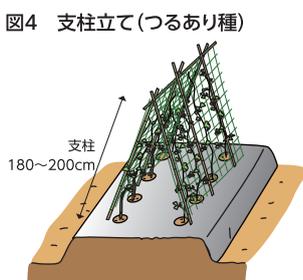
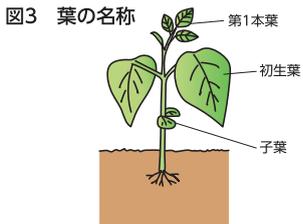
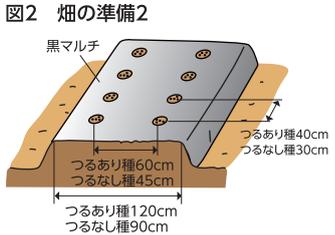
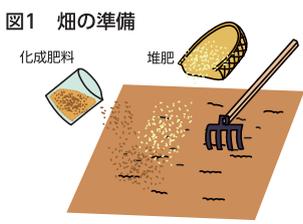
その後、つるあり種は畝幅120cm、つるなし種は90cmとし、3、4粒まいて本葉2、3枚の間40cm、つるなし種では条間45cm、株間30cmとし、3、4粒まいて本葉2、3枚の間引いて2本にします。発芽の頃の鳥害を避けるためにも不織布のべたがけをします。なお、育苗してから植え付けることもできます。この場合、9cmポットに4、5粒まいて初生葉(図3)が開いた頃に2本に間引き、本葉1、2枚のときに植え付けます。

「誘引」つるあり種では支柱やネットを使ってお互いが絡み合わないようつるを誘引します(図4)。親づるは支柱の高さに届いたら摘心し、子づるは混み具合を見て摘心します。つるなし種では1m程度の棒を立てて倒伏を防ぎます。

「追肥」草丈20cmの頃にマルチをめくって1平方m当たり化成肥料50gを施用し、株元に土寄せします。つるあり種では収穫始めにさらに同様に追肥をします。畑が乾燥すると花落ちや変形したさやが増えるため、灌水(かんすい)を行います。

「病害虫の防除」つるなし種では防虫ネットやトンネル被覆をして害虫を回避します。葉縁が巻いたように縮む症状はアブラムシによる被害、葉の葉緑素が抜けて白くなる症状はハダニの被害なので、マラソン乳剤などの登録農薬で防除します。

「収穫」開花後10〜15日くらいで、子実の膨らみが目立たないうちの若いさを気温の低い朝に収穫します。



栽培カレンダー(サヤインゲン)

		5月	6月	7月	8月	9月	10月
冷涼地	つるあり	●	●	●	●	●	
	つるなし	●	●	●	●	●	
中間地 暖地	つるあり	●	●	●	●	●	●
	つるなし	●	●	●	●	●	●

●種まき — 生育 ■収穫

直売所イベント 5月

※毎月第2水曜日は店舗休業日となります。(8月を除く)
5月14日・6月11日

営業時間

味楽園おびつ店 9:00~17:30
味楽園さだもと店・ゆりの里 9:30~18:00

味楽園おびつ店
☎0439 (35) 3144

25日(日) ミニイベント
野菜つめ放題



藤村店長



水野店長

味楽園さだもと店
☎0439 (52) 8311

18日(日) ミニイベント プリンスメロン PR
29日(木) ミニイベント 肉の日

袖ヶ浦市 農畜産物直売所 ゆりの里
☎0438 (60) 2550

24日(土) 新茶まつり
9のつく日 クレープの日



インスタ更新中!



インスタ更新中!



齊藤店長



味楽園おびつ店



味楽園さだもと店



ゆりの里

3/7

第18回通常総会 健康でより豊かなくらしと地域づくりの 実現を目指して



女性部は、君津市生涯学習交流センターで「第18回通常総会」を開きました。

会場は、君津市小糸地区の生産者から提供された地域特産花き「カラー」をはじめ、ミモザ・アネモネで彩りました。部員148人が出席し、提案された4議案すべてを可決承認され、任期満了による役員改選で新役員10人が選任されました。

総会終了後、手足の自由を失いながら、口に筆をくわえて創作活動を続けてきた詩人・画家 星野富弘さんの友人で富弘美術館を囲む会千葉県君津支部「菜の花」会長の渡邊護氏を講師に迎え「友 星野富弘を語る」と題し、記念講演を行いました。

最後に、生産者から提供された「カラー」を配布し総会の開催をお祝いしました。



あいさつをする
長谷川はる子部長
(小糸支部)
会場を特産花きで
彩りました



記念講演講師
渡邊 護氏



会場に星野富弘さんの作品を展示しました



役員らは「カラー」を配布し参加者を見送りました

ミセスの Color

女性部の活動を紹介します

新役員紹介 (敬称略)

- 部長 長谷川はる子 (小糸支部)
- 副部長 吉田あけみ (天羽支部)
- 副部長 関 律子 (袖ヶ浦支部)
- 理事 永島由美子 (上総支部)
- 理事 馬場由美子 (富津支部)
- 理事 金丸 文子 (小櫃支部)
- 理事 溝口美津江 (平岡支部)
- 監事 若林 利枝 (中川・富岡支部)
- 監事 齋藤はる系 (君津支部)
- 監事 山口 文枝 (大佐和支部)

3/24

公用車にふくろうのお守りを寄贈

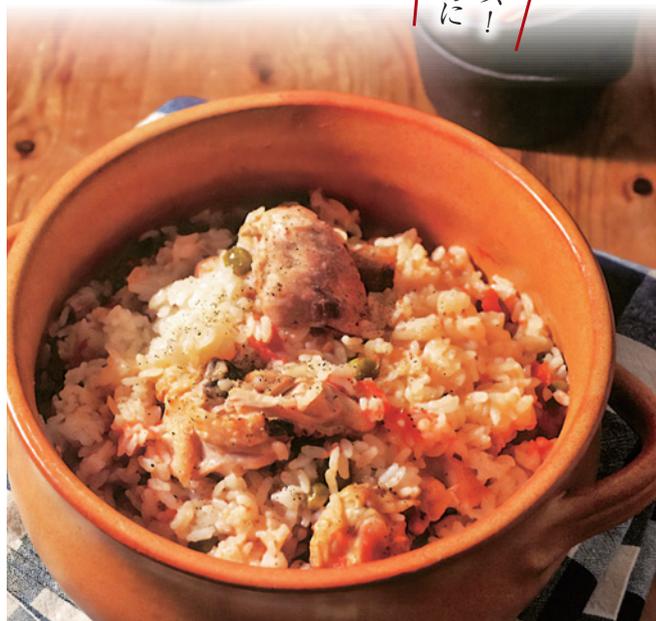


女性部が2015年から続けて行っている新小学1年生に贈る「ふくろうのお守り」づくり。小学生に贈る前の2012年に公用車を運転する職員の交通安全を願って始まりました。今回、2014年から11年ぶりに公用車用の「ふくろうのお守り」188個が江澤組合長ら常勤役員に贈られました。





骨つき肉を使って、バターをプラス！
これだけでうまみ十分に



鶏肉とトマトのバターご飯

○材料(4人分)

- ・米……………2合
- ・鶏もも骨つきぶつ切り肉……………400g
- ・トマト……………2個
- ・グリーンピース……………50g
- A {
 - ・水……………1と $\frac{3}{4}$ カップ
 - ・酒……………大さじ2
 - ・薄口しょうゆ……………大さじ1
 - ・塩……………少々
- ・塩 バター コショウ

○作り方

1. 米は洗ってざるに上げる。
2. 鶏肉は塩、コショウ各少々をふり、グリルで両面をこんがりと焼く。
3. トマトはへたを取ってざく切りにする。
4. 土鍋に米とAを入れて軽く混ぜ、鶏肉、トマト、グリーンピースをのせてふたをし、強火にかける。沸騰したら弱火で15分、火を止めて20分蒸らす。
5. 仕上げにバター大さじ1と1/2を加えてざっくりと混ぜ、コショウ少々をふる。

おいしく食べて美しく

しっかり食べて

春の睡眠トラブル対策

栄養士 吉田理江

春は環境の変化による緊張やストレス、また花粉、寒暖差の影響で睡眠の不調が起りやすい季節です。睡眠の不調が続くと集中力の低下、慢性疲労、高血圧、糖尿病など、生活習慣病のリスクが高まります。

今回は、春の睡眠トラブル対策にお薦めの食べ物と飲み物をご紹介します。

■米

米は睡眠の質を上げたい方にお薦めです。米、パン、麺類などの炭水化物を取ると体内で分解されて、脳のエネルギー源のブドウ糖になります。睡眠中も脳は働いているため、エネルギー不足にならないよう夜もしっかり炭水化物を取りましょう。

炭水化物を極端に減らしたり抜いたりすると、筋肉や水分が減り一時的に体重が減りますが、不調を招く恐れがあります。体重が気になる方

は炭水化物の中でも特に米がお薦めです。米はパンや麺に比べると砂糖、塩などが入っていないため、罪悪感なく食べられるでしょう。

睡眠を促すホルモンのメラトニンは肉、魚、卵、乳製品、大豆製品などのタンパク質に含まれるトリプトファンから作られます。米と一緒に焼き魚などタンパク質も取るようにしましょう。忙しくてコンビニエンスストアなどでお昼を買うときは、さけおにぎりを選ぶといいですね。

■緑茶

緑茶に含まれるテアニンには、睡眠の質を改善する効果も期待できます。またカテキンには強い抗酸化作用があるので、アンチエイジングにも効果が期待できます。肌年齢を若く保ちたい方にもお薦めです。しかし、緑茶にはカフェインが含まれているため、眠る前は控えると良いでしょう。お茶を入れた後の茶殻をレンコンと炒めたり、ざっくり刻んでワカメ、ご飯と混ぜておにぎりにしてもおいしく食べられます。

おいしく食べて睡眠の質を上げ、元気に美しく過ごしたいですね。



みずきの絆

読者からの
おたより募集中



● 3月号に載っていた令和6年度の「書写」コンクール、これはすごい！感動しました。

(Kさん 富津市)

● 編書写コンクールに感動したという感想をたくさんいただきました！力強く書かれていて、私もパワーをもらいました。

● ふるさと散歩道 ほつこりおむなつかしの場所 富津岬からの富士は本当にすてきです。いつもみずきは良い場所をさがしてくれませう。そして今後も楽しみにです。

(Nさん 袖ヶ浦市)

● 編身近な場所でも「ここから富士山が見えるんだ！」という発見があります。Nさんのお気に入りスポットをまた教えてください。

● 日に日に暖かくなり、春の訪れが感じられてきました。が、厄介なのは花粉です。農作業も本格的にスタート、でも花粉症の私にとつては地獄の毎日が続きます。家のまわりは杉だらけ、ヒノキや草類にも困っています。

(Sさん 袖ヶ浦市)

● 編私も重度の花粉症なので、この時期は気が重いです…。Sさんの花粉症対策を伺いたいです。過ごしやすい季節ではありますが、お体に気をつけて、農業頑張ってください！

(Sさん 袖ヶ浦市)

● ほいくえんでにわりのたまごをあたためた。(Mさん 君津市)

● 編Mさんのおたよりを読んで、私もとてもあたたかい気持ちになりました。またすてきな体験をしたら、教えてくださいね！

(Mさん 君津市)

● 家庭菜園は我が家も畑を作っていますので3月号に載っていたピーマンは昨年2本植付しましたがたくさん取り肉詰めを何度も作りました。

● 2本から、何度も肉詰めを作れるくらいピーマンが取れるのが羨ましいです。ピーマンの肉詰めが大好きなので、私にとっては夢のような光景です。

(Sさん 富津市)

● 我が家のアイドルが毎回楽しみです。我が家にも一人娘(孫)が居ますが成長が楽しみです。みんな元気に育って欲しいと思っています。

(Sさん 君津市)

● 編家族団らんの様子が目に浮かびます。SさんとSさんのご家族が健康で過ごせるよう、願っております。お孫さんの様子のおたよりをお待ちしております！

(Sさん 君津市)

● 「河津桜」に、メジロが蜜を求めて！
H・Tさん (君津市南子安)



空に咲き誇る、白木蓮
Y・Hさん (君津市貞元)

みずきの写真館
珍しい写真を募集しています。



水仙がこんなに長くなりました
在原ます子さん (富津市豊岡)

今月の風流人

ふうりゅうびと

俳句

作品は毎月1日までに○月号と記入して楷書で漢字にはふりがなをお願いします。尚、誌面の都合上掲載できない場合がありますのでご了承ください。

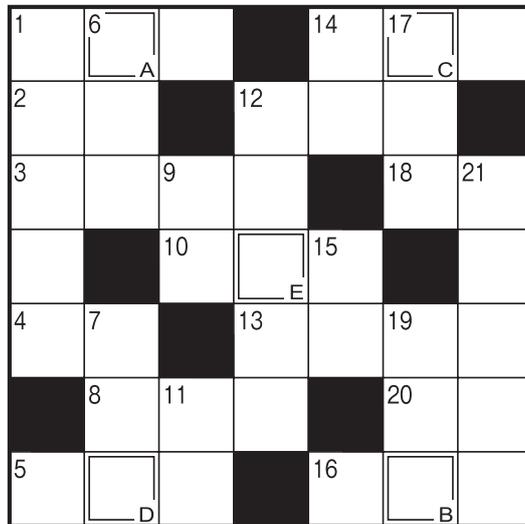
- | | |
|-----------------|--------|
| 五月の夜幸せ呼ぶこえケロケロと | 田島 博海 |
| 夏の草土傷むほど刈りにけり | 本吉 孝雄 |
| 咲きだしてこぼれ安くて花南天 | 道譯みどり |
| 学舎に満開桜声聞けず | 佐久間秀夫 |
| 通夜に行き笑顔写真徳ぶ春 | 佐久間文子 |
| 花終へて未練なきよう剪る小枝 | 相川 新一 |
| 紅梅に雀さえずり恋初め | 鈴木 毅 |
| 堂前の揺れる桜の名残かな | 伯ヶ部喜久男 |
| 春雨に屋久杉けむり苔生して | 榎本 幸子 |
| シルバークー上でかあーと墓参り | 栗原 隆夫 |
| 剪定の鉄の音のこだませり | 小田 慶喜 |

謎解き

直売所のお買い物券が
抽選で当たる

クロスワード

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？



3月号の 答え ウグイス



応募総数

182 通

正解者数

182 通

当選おめでとうございます。(敬称略)

- | | |
|--------------|--------------|
| 永嶋かづ子 (君津市) | 篠塚 裕 (君津市) |
| 池田 知美 (君津市) | 田中 恭菜 (君津市) |
| 小幡 定男 (富津市) | 鈴木 正子 (富津市) |
| 平野 秀樹 (富津市) | 松本利加子 (袖ヶ浦市) |
| 高橋 弘美 (袖ヶ浦市) | 星野 直次 (袖ヶ浦市) |

★応募方法

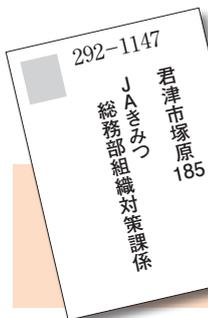
締切は 5/31(土)

正解の方の中から抽選で10名様に直売所「味楽園さだもと店」・「味楽園おびつ店」・「ゆりの里」どこでも使えるお買い物券をプレゼントします。

- ### タテのカギ
- ひげそり前に顔に押し当てる人もいます
 - その泉は——的な空気に包まれていた
 - 日本には謙譲の——の精神があります
 - 周囲より小高くなっている土地のこと
 - 大きなビルが——のタケノコのごとく増えてきた
 - ひじをグツと曲げて出します
 - 雑穀の一つ。アワやキビと並んで知られています
 - ちらしやにぎりがあります
 - 大勢の人が床のあちこちで眠ること
 - 結んでお吸い物に入れることもある葉野菜
 - 5月の空を泳ぎます

ヨコのカギ

- 端午の節句に——人形を飾った
- 鉛筆にもリングにもあるもの
- 2018年ごろに大流行した——ミルクティー
- 漢字などの読み方を示す小さな文字
- 小学校で一番授業が多い科目
- 福島県の——は浜通りと呼ばれます
- カァカァと鳴きます
- スロバキアと分離してできた国。首都はプラハ
- フラダンサーの腰で揺れるもの
- 初夏でも強く照りつけることがあります
- 漢字では雲雀、日晴鳥などと書く鳥
- 三毛、トラ、サバといえぱ
- ギュッと押すと気持ちいい



- ① 答え
- ② 住所 (郵便番号)
- ③ 氏名
- ④ 年齢
- ⑤ 電話番号
- ⑥ みずきの感想
・近況・ふだん考えていること

LINE公式アカウントから

応募ができる
ようになりま
した!



短歌

川柳

- | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|---|--|---|---------------------------------------|--|-------------------------|-------|--------------------------|-------------------------|-------------------------|
| 乾燥に山林原野鎮火せず
CO ₂ 削減むなく聞こゆ
宮川 智子 | 久々に庭先歩けば露の臺
嬉しくて家篋もりに終止符打つ
鳥飼 歌子 | 大輪の真白きカラーの花束に
秘めし想いを知る人も無く
山口 睦子 | 久びさに娘に手を引かれ九段坂
逢いに来ました桜舞うなか
和田みつ子 | 古入眠れる丘の木々ゆすり
吹きゆく風にただようロマン
横室 祥子 | 青空に元気におよぐ鯉のぼり
みあげる園児笑顔で手を振り
田島 博海 | 山肌を一気に駆けて火の海に
へりの散水追いつかぬほど
三上 芳 | 温暖化花も慌てる狂い咲き
陽炎に肩を揉まれている地球
小田 和子 | ポイ捨てをする人それを捨う人
藤倉富二夫 | 石井富美江 | 若者といてロックライブの拳上げ
森中 川門 | うちの孫孫の手使って背中かき
三澤 義郎 | 花見酒歌って踊って呑んだくれ
石井 敏雄 |
|--|--|--|---|--|---|---------------------------------------|--|-------------------------|-------|--------------------------|-------------------------|-------------------------|

小櫃支店・大佐和支店でも 投資信託の取扱いがはじまりました!

資産形成・お金の運用について身近な店舗でご相談できるよう、投資信託の取扱い店舗が2店舗増えました。投資信託、資産運用のことは、お気軽にご相談ください。

投資信託取扱店舗

周南支店	周西支店
小櫃支店	小糸支店
平川支店	袖ヶ浦支店
大佐和支店	富津支店
天羽支店	



©よりぞう

天羽給油所ゴールデンウィーク 営業のお知らせ

4月29日(火・祝)	営業
30日(水)	
5月1日(木)	
2日(金)	
3日(土・祝)	
4日(日・祝)	休み
5日(月・祝)	営業
6日(火・振替休日)	休み

組合員の
みなさまへ

令和6年度の出資配当金 振込日のご案内

組合員のみなさまに「出資配当金のお払のご案内」を郵送いたしましたので、ご確認ください。出資配当金の振込口座をご指定されていない場合は、出資配当金のお支払のご案内・ハンコ・ご本人を証明できる公的証明書(運転免許証、健康保険証など)をご持参のうえ、支店窓口へお申し出ください。

振込日：4月17日

JA健康診断実施のお知らせ

JAでは、組合員及び家族・地域住民の健康で豊かな生活の実現を目指し、集団健診・事後対策活動を毎年実施しています。

今年度も、下記の日程で健康診断を実施いたしますので、家族そろっての受診をお待ちしております。



健康診断日程

巡回人間ドック(午前のみ実施)

- 【袖ヶ浦地区】 7月 2日(水) AM袖ヶ浦市農業センター
- 【富津地区】 9月24日(水) AM富津研修センター(西川80)
9月25日(木) AM富津市民会館2F
- 【君津地区】 10月 6日(月) AM清和公民館(西粟倉36)
10月 8日(水) AM松丘コミュニティセンター
10月15日(水) AM周南公民館
10月17日(金) AM小櫃支店

集団健康診断(基本コース)

- 【袖ヶ浦地区】 7月 2日(水) PM袖ヶ浦市農業センター
7月 3日(木) AM平岡公民館
- 【富津地区】 9月24日(水) AM富津研修センター(西川80)
9月24日(水) PM大佐和支店
9月25日(木) PM富津市民会館2F
- 【君津地区】 10月 8日(水) PM松丘コミュニティセンター
10月15日(水) PM周南公民館
10月17日(金) PM小櫃支店

詳細・受診についてのお問い合わせ
経済部 生活課 ☎0439-32-2581

法律相談 実施します

5月15日(木) 13:00~15:00 周西支店
5月28日(水) 10:00~12:00 袖ヶ浦支店

税務相談 随時お受けします

※法律・税務相談は事前予約が必要です。

貸家・アパートの資料請求、土地の売買、法律・税務相談などのお問い合わせは

JAきみつ不動産センター
君津市久保1-4-1
☎0439-55-3201

千葉県知事(1)第17718号(一社)千葉県宅地建物取引業協会会員
(公社)全国宅地建物取引業保証協会会員
(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟店

貸家・アパート情報

空いている貸家・アパートご紹介ください。仲介いたします。お気軽にご相談ください。

一戸建て	君津市下湯江 2DK	敷金 2ヶ月 礼金 なし 共益費 なし 駐車2台可
家賃	35,000円	
一戸建て	富津市青木 2K	敷金 2ヶ月 礼金 なし 共益費 なし イオンモール富津近く
家賃	40,000円	
アパート	君津市東坂田 2K	敷金 2ヶ月 礼金 なし 共益費 1,000円 P代月3,000円、駅近
家賃	41,000円	
アパート	富津市青木 2DK	敷金 2ヶ月 礼金 なし 共益費 なし 駐車2台可
家賃	48,000円	

車のことならJAの 自動車整備工場へ

車検整備 新規入庫で車検工賃

普通車 ¥10,000円引き
軽自動車 ¥5,000円引き

車検時 ●代車
●無料 ●引取
サービス ●納車
●各種お見積り

君津自動車整備工場
(自動車統括センター)
☎0439-52-4941
富津自動車整備工場
☎0439-87-0306

新車販売 一般修理 钣金修理

4/1

2025年度 新採用職員入組式



2025年度新採用職員入組式を本店で行い、フレッシュな10人が仲間入りしました。江澤武夫組合長より歓迎と激励のあいさつのあと、一人ひとりに入組証書が手渡されました。また、新入職員を代表して森友美さんが入組への期待や決意を答辞として述べました。入組した10人は、新人研修受講後に配属されます。組合員のみなさま、どうぞよろしくお願いいたします。

職員の動き

令和7年3月31日付

氏名	所属	備考
小沢 明美	監査室 審議役	定年
市原 喜春	経済部 直売課 審議役	//
石川 あけみ	周南支店 審査役 金融共済係	//
秋元 和子	亀山支店 審査役 金融共済係	//
大塚 順子	大佐和支店 審査役 金融共済係	//
中山 美重	金融部 資金課 調査役 係	//
榎本 靖巳	小糸給油所 調査役 係	//
須藤 秀明	小櫃経済センター 係 (嘱託)	嘱託満了
関 隆久	貞元給油所 係長	
星野 麻依	金融部 金融課 係	
オノミチ 姪華樂	天羽支店 複合渉外係	
鎌田 徹	経済部 経済統括リーダー (臨時)	
林 美佐子	富津支店 金融共済係 (臨時)	
地曳 佳子	小櫃経済センター 係 (臨時)	

退職

令和7年4月1日付

氏名	所属
小沢 明美	監査室 係 (嘱託)
市原 喜春	経済部 直売課 係 (嘱託)
石川 あけみ	周南支店 金融共済係 (嘱託)
秋元 和子	亀山支店 金融共済係 (嘱託)
中山 美重	金融部 資金課 係 (嘱託)
榎本 靖巳	小糸給油所 係 (嘱託)
須藤 秀明	小櫃経済センター 係 (臨時)
石塚 美保	袖ヶ浦直売所 係 (臨時)

採用

令和7年4月1日付

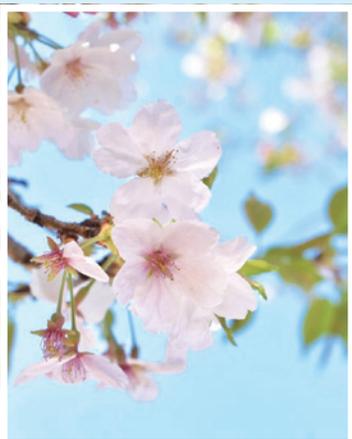
氏名	新任	旧任
内浜 琉貴	小糸経済センター 係	総務部 総務課付

異動



令和7年永年勤続表彰

年数	氏名	所属
40年	山口 政視	金融部 部長
	中野 勝博	総務部 次長
	森田 智勝	総務部 融資審査課 課長
	宮崎 哲夫	貞元給油所 所長
	中沢 孝夫	小櫃支店 係 (嘱託)
30年	齊藤 和弘	小櫃給油所 所長
	中西 宗周	総務部 総務課 課長
	相葉 和史	総務部 人事課 課長
	葛田 徳康	経済部 営農販売課 課長
	鶴岡 勝司	金融部 資金課 係長
	田村 宏幸	富津支店 副支店長
20年	明石 秀之	天羽支店 副支店長
	佐生由起夫	小櫃給油所 係 (嘱託)



- ▼就業規則関連規程の一部変更について
- ▼職員賃金規程の一部変更について
- ▼職員採用特別選考要領の一部変更について
- ▼信用事業方法書(金融機関等の業務代理又は媒介の一部改正)について
- ▼行政庁に提出する業務報告書の承認について
- ▼令和7年度不良債権の処理方針並びに処理計画について
- ▼令和6年度期末監事監査報告書に対する回答書について
- ▼理事との契約について
- ▼農林中央金庫への増資の延期について

第4回理事会 (3月24日開催)

JAきみつの組合員

(令和7年2月28日現在)

組合員数…21,848人
 正組合員…10,815人
 准組合員…11,033人
 組合員資格(出資金名義など)に変更があった場合は、お手続きが必要となります。

詳しくは最寄りの支店窓口にお問い合わせください。



上野 由樹さん 35歳
 -富津市西川-

研修中の2020年3月に「地域農業の担い手」で本誌の取材に応じてくれた上野さん。その後、富津市西川に農地を借りてトマトの栽培をはじめて3年目。富津トマト部会の会長も務めており、仲間と協力しながら地域農業を盛り上げている。昨年11月に子供が誕生して、現在は子育てにも奮闘中。

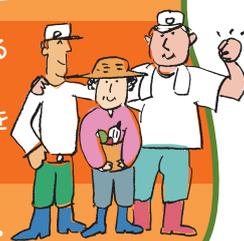


うえの農園 ホームページ

富津市篠部の林泰弘さんのもとで研修を行い、地面から完全に切り離す「隔離ベット」栽培について技術を習得していた由樹さん。2021年に農地を借りて、まずは除草作業から開始。なるべく自身の手でハウスを施行したいと、近隣農家や仲間にも協力してもらい、2棟の栽培ハウスと育苗ハウスを完成させた。22年には、隔離ベットも自ら設置した。ベットに入れる土にもこだわり、山土をベースにバーク堆肥など数種類を由樹



地域でがんばる
 農業者や
 直売所出荷者を
 紹介します。



隔離ベットでトマトを生産
 品種の特徴を活かすべく土や水やりにもこだわり栽培

さんが自分で配合している。水やりは、ベット内に設置したセンサーから施肥量を、衛星データから日射量を把握して、必要な水分量を計算するAIを導入。土壌の水分量がオンラインで確認でき、スマホなどから指示を出すことが可能なシステムを導入した。現在は、大玉トマト「カレン」など3品種、中玉トマト「マリオ」など3品種、ミニトマト「ちか」など2品種を約330坪2棟のハウスで生産。JA直売所味楽園さだもと店やインショップなどに出荷している。

直売所に出荷に行くと、消費者から「おいしいトマトはどれ？」と聞かれることがあるが、「おいしいと思う味覚は十人十色で人によって「おいしいトマト」が違う。消費者と交流する中で品種の特徴を

説明しているうちに、世代によって大きさや酸味、甘味の好み異なることに気づいた。

生産するトマトも品種の特徴を把握し、トマト好きが好みそうな酸味と甘みのバランスがよいものや、若い世代に人気の甘味が強い品種を選んで栽培。品種の特徴を活かすため少ない量の水を数回にわけ与えている。

今の悩みは大玉トマトの黄化葉巻ウイルスが心配だという。本来は全ての苗の植え替えを1回で行ったほうが作業しやすいが、全て新しくしてしまうと出荷がない期間が出てしまい、待っている消費者に申し訳ないと、現在は半分を植え替える予定で苗を準備している。

出荷する商品にはオリジナルのロゴシールを貼り付けている。四つ葉のクローバーをトマトの葉に見たてたデザインは夫婦で考案したものだ。消費者に「トマトと一緒に小さな幸せを届けたい」という思いをこめて栽培に励む上野由樹さんです。



トマトの生育状況を確認する上野さん



移動金融店舗 運行スケジュール

曜日	2025年 5月	午前 10:00 ~ 11:30	午後 13:00 ~ 14:30
火	13・20・27	旧清和支店 (君津市西粟倉 115)	自然休養村管理センター (君津市大岩 286)
水	7・14・21・28	旧富津支店 (富津市富津 1470)	
木	1・8・15・22・29	旧峰上支店 (富津市関尻 468)	関豊ふれあいシニア館 (富津市豊岡 1355-1)

※運行予定日が祝日の場合は休業となります。

※天候不良や車両整備で運行ができない場合や、災害などが発生し、被災地より派遣の要請があった場合は臨時休業となります。



撮影する時に、苦手な会議室がいくつかあります。その1つが周南支店の会議室。天気の良い日は逆光になり、被写体が暗くなってしまうのです。同会議室をつるまい風の丘分校の生徒さんと職員が清掃した数日後、撮影をしてみると…なんと!

床が明るくなり逆光が軽減されるではないですか! 撮りやすさに感動! つるまい風の丘分校の皆さんありがとうございました。



桐ヶ谷