

「JAきみつ」がお届けするコミュニケーション情報誌

みづき

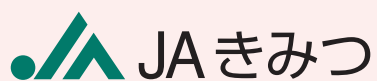
2025

8

vol.398



令和7年産「JA きみつ米」食味コンクール出品募集



耕そう、大地と地域の未来い。



ふるさと散歩道

ほっこり和む なつかしの場所



房総では珍しい、
いちじく狩りが出来る
袖ヶ浦市！

プチプチとした食感と優しい甘さが魅力のいちじく。ハウスの中に一歩足を踏み入ると、ふわっと広がるいちじくの香りに癒されます。

自家製のいちじくジャムやワイン煮も販売しているのでお土産にぴったり！

ぜひ新鮮な旬の果実を味わってみてください！

場所・連絡先:グリーンファーム三基
袖ヶ浦市三箇1627 ☎0438-75-3050

料 金:1人 1,100円(税込) ※要予約

開園時期:8月下旬~10月下旬

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】

か
ず
さ
の
方
言

おめいなんかも
つかうかえ〜

著 藤倉 畠二夫

いーんしとく

良いにしておく。良いことにしておく。作業の結果や出来に満足はしていないが、明らかな「不可」ではないので、まあとりあえずのところ「可」ということにしておく。作業が終了、あるいは完成とまではいかないものの、ほぼ形はできあがったので、とりあえず「できた」ということにしておく。

ふたご

双子。みかんなど柑橘類をむいたとき、二つの実の袋の一部がくっついて、つながっている状態のもの。

らが

ら家。～の家の意。「おらが」⇔「私の家(私の家庭)」、「おめらが」⇔「あなたの家(あなたの家庭)」、「わんらが」⇔「おまえの家(おまえの家庭)」、「のび太らが」⇔「のび太の家(のび太の家庭)」。

当地で「おらが」という場合、その発言者の一個人云々ということでは決してなく、その人(と家族)が住んでいる物理的な家、あるいは家庭全体のことを指す。

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 令和7年産「JAきみつ米」食味コンクール出品募集
直売所イベント
- 4 みずき通信
- 6 営農かわら版
- 7 家庭菜園
- 8 農作業安全NEWS
- 9 知人囲会の会員を募集しています!!
年金友の会 親睦旅行
- 10 ミセスの色・おいしく食べて美しく
- 11 これ食べたい
- 12 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



我が家の
アイドル



富津市
篠部

白石 浩基(ひろき)くん (4歳)

この4月から幼稚園に通いはじめました。友達もできて、バスに乗って行くのを楽しんでいます。

最近はお父さんとマリオカートで遊ぶのにまっています。

お外では、おじいちゃんを買ってくれた子供用の電動自動車に乗るのがお気に入り。虫にも興味があって、ダンゴムシを見つけては捕まえています。

ひいおばあちゃんやおばあちゃんと畑に行くのも好きで、収穫を手伝っています。獲った野菜は、お母さんと一緒に調理をしていて、食べれる野菜が増えました。

これからも健やかに、人に好かれる優しい子に育てほしいです。

(お父さん・・・将基さん・お母さん・・・加菜さん)

令和7年産「JAきみつ米」食味コンクール 出品募集

募集期間:令和7年8月12日(火)～9月26日(金)まで

出品料無料

JA管内各地で栽培されたお米の品質や、美味しさを追求するため、食味コンクールを開催します。

参加資格:JAに出荷契約した生産者及びJA直売所出荷生産者

対象銘柄:JA管内で栽培されたコシヒカリ・ふさおとめ・ふさこがね・粒すけ

出品方法:一銘柄1世帯1点とし、各経済センター・購買店、味楽園おびつ店・さだもと店、ゆりの里に置いてある申込書をご記入のうえ、供試品玄米500gをご提出ください。

※出品された供試品玄米の返却はできませんのでご了承ください。

審査表彰
各銘柄を表彰し、
賞状・記念品を
贈呈します。

出品者には
参加賞を
さしあげます。

【お問い合わせ】 経済部営農販売課 ☎ 0439-32-2581

直売所 イベント

8月

※毎月第2水曜日は店舗休業日となります。
(8月を除く)
9月10日・10月8日

営業時間

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

味楽園おびつ店

☎0439 (35) 3144

7月19日(土)

リニューアル!



インスタ
更新中!



藤村店長

袖ヶ浦市 農畜産物直売所 ゆりの里

☎0438 (60) 2550

9日のつく日

クレープの日



インスタ
更新中!



齊藤店長

味楽園さだもと店 精肉コーナー 全農のお肉工房 8周年記念フェア開催

8/2土・3日

インスタ
更新中!



フェア期間中はこだわりの
房総ポーク、若潮牛、
千葉牛を3割引で販売。
そのほか、お買い得な
加工品セットなども
ご用意しています!



水野店長

味楽園さだもと店 ☎0439-52-8311

JAカード
限定

2025年
8月・9月は

対象のJA直売所でJAカードをご利用いただくと

10%
ご請求時
割引!

〈対象期間〉
2025年8月1日(金)～9月30日(火)

※一部対象外の店舗・施設や商品・サービスがございます。

まだJAカードをお持ちでない方は今すぐご入会!

JAバンク口座をお持ちの方は

WEBから

<https://www.jacard.cr.mufig.jp/ad/lst/>

お近くのJA店舗で直接
お申し込みいただけます。

店舗で
JA

※JAカードのご入会には別途審査がございます。

JA直売所(JAカード5%割引実施店舗)でJAカードをご利用いただくと、
通常5%割引が、対象期間中はご請求時に**10%割引**となります。

■特典の詳細はこちら

<https://www.cr.mufig.jp/jafarmmarket2025/>



facebook も
更新してます!



味楽園おびつ店



味楽園さだもと店



ゆりの里

6月13日 袖ヶ浦市園芸組合 通常総会



袖ヶ浦市園芸組合は、袖ヶ浦市農業センターで「第51回通常総会」を開き、5議案を承認。功労者表彰を行いました。また、同園芸組合の宮嶋恒久組合長は、後継者対策支援として後継者対策費を2人に手渡しました。

〈功労者表彰〉(敬称略)

千葉県君津農業事務所 所長賞

農業法人 桐谷農園株式会社

袖ヶ浦市長賞 宮嶋 恒久

君津市農業協同組合長賞 伊藤 智也

〈後継者対策支援〉(敬称略)

長 嵩 順一 平安山貴英

6月21日 富津特産タカミメロンを直売所でPR



富津メロン部会は、「味楽園さだもと店」でタカミメロンの店頭販売を行いました。部会員、富津経済センターの職員が「富津特産のタカミメロンはいかがですか」などと来店者に試食を呼びかけ、食べ頃などを説明しました。来店者は味を確認して、次々とタカミメロンへ手を伸ばしていき、準備した60ケースは完売しました。

6月9日 きみつ農林漁業団体退職者の会 通常総会



きみつ農林漁業団体退職者の会は、「第21回通常総会」を開きました。当日は、昨年度の事業報告、本年度の計画など3議案が承認されました。

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) 1331

6月10・11日 農作業事故防止へ講習会



6月10日～11日の2日間、経済センターや購買店など4か所で「農作業安全対策講習会」を開き、114人が参加しました。JAやJA全農ちば、千葉県農業者総合支援センター、各メーカーの職員が講師となり、農作業事故の現状や農作業の安全対策を説明。参加者は、農作業事故をVRゴーグルで疑似体験し、農作業に潜む危険性を確認しました。

JAは、農作業安全啓発としてポスターやのぼりの設置、農業機械の点検、JA共済や労災加入の促進、地域による安全作業の声掛け運動など「組合員の生命と生活を守る運動」として、積極的に取り組んでまいります。

6月4日 児童が小系支店でJA事業を学ぶ



小系支店は君津市立小系小学校2年生の「町探検」を受け入れました。職員がクイズを交えながらJA事業について説明。児童らは、支店内も見学して、端末や設備について説明を受け理解を深めました。

6月25日 新店舗「上総小櫃支店」地鎮祭



小櫃・久留里・亀山支店の店舗再編に伴い、君津市俵田に建設する新店舗「上総小櫃支店」の地鎮祭を行いました。当日は地元の久留里神社の小林孝彰宮司のもと、施主のJAから江澤武夫組合長をはじめ役職員、設計・監理のJA全農ちば、建設工事の㈱新昭和など25人が参加し、工事の安全と完成を祈願しました。新店舗は、今年度中の完成を目途にすすめてまいります。

鉄入りの儀を行う江澤組合長▶



6月25日 君津稲作部会 学校給食米現地検討会



君津稲作部会は、令和7年産「学校給食米圃場現地検討会」を開き、部会員、同市の環境経済部・学校給食担当職員・栄養士、君津農業事務所、農薬メーカー、JA職員が参加しました。当日は、君津市内の学校給食米栽培ほ場3か所を巡回し、稲の生育状況や今後の栽培管理などについて検討しました。

6月22日 水神まつり 水の恵みに感謝

「味楽田おびつ店」は水神まつりを開きました。開店前、江澤組合長、味楽田直売部会の齊藤好洋おびつ支部長らは、水天宮がまつられる敷地内の井戸にお神酒をささげ、生活に欠かせない水をつかさどる神々に感謝するとともに、店舗の繁栄も祈願しました。

開店後は、生産者による対面販売のほか、店内のトウモロコシやナスなど新鮮な農畜産物を求める来店者で賑わいました。また、千葉県立袖ヶ浦高等学校吹奏楽部「Shamrock29」による記念演奏が行われました。



あぐりスクール

直売所を拠点に情報発信地元の「農業」や「食」について理解を深めよう!!
～小糸在来®は種体験～



6月25日

君津市立南子安小学校3年生 78人



6月27日

君津市立小糸小小学校4年生 56人

6月24日 原木シイタケ活着指導巡回

椎茸部会は、原木シイタケの活着指導巡回を行い、石川和利部会長をはじめ部会員、中部林業事務所、種菌メーカー4社、JA職員など17人が参加しました。

JA管内のほだ場5か所を巡回し、今年の春に植菌したほだ木の活着状況やほだ場環境などを確認しました。中部林業事務所の普及指導員や種菌メーカーの職員は「活着状況は、おおむね良好」と話し、今後の栽培管理について指導しました。

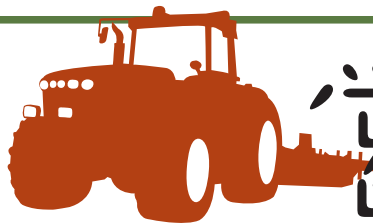


6月26日 サトイモ圃場巡回

JAは君津農業事務所と、JA管内のサトイモほ場3箇所を巡回し、生育状況や病害虫の発生の有無を確認しました。今後の栽培について指導を行ったほか、生産者同士で情報を共有しました。

巡回は収穫前にも行い、出荷前には目ざろえ会を開く予定です。





水稲仕上げ管理のポイント！

1 登熟期の水管理

登熟期は、稲作期間を通じて最も高気温となり、根の活力が低下しやすい時期です。出穂3週間前から出穂2週間後までは、自然由来のカドミウムの吸収を抑えるため、湛水管理（ひたひた程度）とします。その後は、根の活力を維持するため、出穂期25日後まで間断かんがい（2日湛水、5日落水程度）を行います。落水は出穂後25日以降としましょう。

2 収穫適期の判断方法

(1) 出穂期からの日数

出穂期とは、出穂すると思われる穂のうち、半分程度の穂が出穂した日のことです（穂先の籾が葉鞘の先端から現れたものを出穂したものと数えます）。出穂期を知ると収穫期の目安をつけられます。

表1の日数は、あくまで目安であり、天候や生育状況等によって、変動するため、(2)の帯緑色籾歩合も併せて確認した上で判断してください。

(2) 帯緑色籾歩合

収穫適期の正確な判定は、帯緑色籾歩合で行います（図1）。具体的には、ほ場内で、平均的な生育をしている場所から平均的な大きさの株を5株選び、それぞれの株の中で、最も大きい穂を抜き取りまします。不稔籾を除いて、少しでも緑色が残っている籾（帯緑色籾）の割合が15%の時を収穫期の目安にしましょう。

表1. 品種ごとの収穫まで日数の目安

品種	出穂期から収穫期までの目安の日数
ふさおとめ	33 日前後
ふさこがね	37 日前後
コシヒカリ	38 日前後
粒すけ	38 日前後

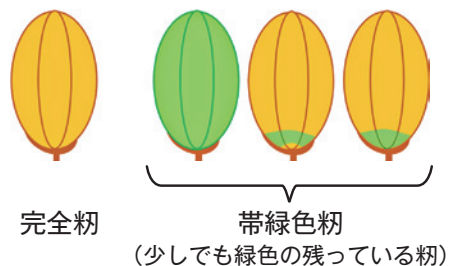


図1. 帯緑色籾の見分け方

3 乾燥時の注意点

高温による急速な乾燥や過乾燥は、胴割米を発生させ、品質・食味を低下させます。乾燥は、平均每時乾減率0.7～0.8%で行い、仕上がり玄米水分は14.5～15.0%としましょう。また、籾の温度が高い状態で籾すりを行うと、肌すれ米や胴割米が生じるので、十分に放冷し温度を下げてから行いましょう。

4 斑点米対策

畦畔雑草は、斑点米カメムシ類の生息場所であり、出穂期前後の草刈りは、斑点米カメムシをほ場の中へ追い込んでしまい、斑点米の発生につながります。畦畔の草刈りは、出穂2週間前までに済ませましょう。

農薬空中散布が実施されたほ場でも、出穂期1～2週間後の乳熟期に斑点米の原因となるカメムシ類が多く見られる場合は、追加防除を行いましょう。

その際は、農薬の使用時期と使用回数に十分注意してください。また、周囲と比べて出穂の早いほ場や、遅いほ場は集中的に加害されるため、個別防除を行いましょう。

家庭菜園

フェンネル 個性的で爽やかな味と香り

●園芸研究家 成松次郎

地中海沿岸が原産地で、肥大した茎は特徴のある香りがします。主に肉や魚料理に使われ、葉はハーブとして魚の臭い消しにも使われます。

「フェンネル」は英語、イタリア語では「フィノッキオ」、和名は「イタリアウイキョウ（茴香）」です。

生育適温は10～20度で冷涼な気候を好み、耐寒性のある野菜です。栽培が容易な作型は、中間地では7月中下旬から8月下旬に種まきし、晩秋以降に収穫期を迎えます。春まきも可能ですが、種まきが遅くなると生育後半の高温長日で花芽が形成され開花します。

「品種」株元が肥大するフェ

ンネルには「フロレンスフェンネル」(各社)、または単に「フェンネル」(各社)と呼ぶ品種があります。

「ナポリ」(トキタ種苗)は日本で改良され、茎の肥大に優れ作りやすい品種です。スティックタイプの「スティッキオ」(トキタ種苗)は小指ほどの肥大した茎は歯切れの良い食感を楽しめます。

「畑の準備」植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰200gをまいてよく耕します。1週間前に堆肥約2kg、化成肥料(NPK各成分10%)約200gを土とよく混合します(図1)。その後、ベッド幅70～80cmの平畝を作り平らにならしておきます。

セルトレイに5、6粒まき、本葉3枚の頃に間引いて1本立ちにし、本葉4、5枚までポットで育てます(図2)。じかまきではベッド幅70～80cmとし、条間を45cm2条として、株間約25cmで1カ所5、6粒まきます。じかまきの場合は、種まき後は不織布で覆い、強雨・強風対策をしておきます。

「植え付け」ポットで育てた苗はベッドに条間45cm2条、株間25cmで植え付けます(図3)。徒長気味の苗はやや深植えにし、株元を土でしっかり押さえましょう。植え付け後は虫害や強風雨対策に透明寒冷しゃなどのトンネルがけをしておくと安心です。

「追肥・灌水(かんすい)」追肥は月に1回、化成肥料を1平方m当たり約50gを与え、土寄せします。畑の乾燥が続くときは、十分に灌水をします。

「収穫」収穫は肥大した茎の太さが7、8cm約300gの頃が目安です。夏まき秋冬取りでは約500g(こぶし大)の大ききものも収穫できますが、取り遅れて裂球しないように注意してください(図4)。

図1 畑の準備



図2 苗作り

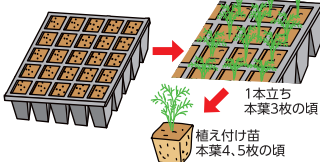


図3 植え付け

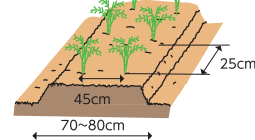
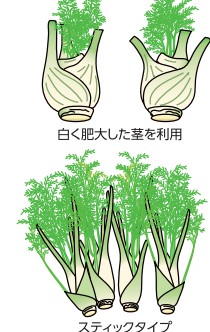


図4 収穫



栽培カレンダー(フェンネル)

まきどき	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
冷涼地		●	▲	■	■	■	■					
中間地	●	▲	■	■	■	■	■					
暖地								●	▲	■	■	■

● 種まき ▲ 苗作り ▲ 植え付け ■ 生育 ■ 収穫

知ることは、未来を切り拓く。



日本農業新聞 電子版 キャンペーン実施中

キャンペーンサイトはこちら

知ることは未来を切り拓く



【お問い合わせ先】株式会社日本農業新聞 電子版事務局 dkanri@agrnews.co.jp

気づかないことを 気づかせる指導

経験の浅い従事者が
果樹の剪定中に……

家族経営のナシ農家で、**剪定枝の陰になつていた左手の小指を剪定バサミで部分切断する事故**が発生しました。別の法人では、経営者の妻が自分の身長よりも高い位置にある枝を剪定していた際、**剪定枝が頭部に落下して額に軽傷を負いました**。同園では剪定バサミによる切創事故も起きており、いずれもエア式から**電動式の充電型剪定バサミに変更**するとともに、経験の浅い従事者には作業時に見回り注意点を指導。「剪定中は左手を出さない」といった**基礎的な安全指導も徹底し**、再発防止に努めているとのこと。

経験の浅い従事者が
危険に気づくために

経験値が低い従事者は気づかないうちに危険に接近しがち。 経験値が高い作業員も「安全にできるだろう」と思い込みがち。
自分目線ではなく作業員の目線まで下げて指導。
作業現場を巡回し、よく観察して注意点をしっかり理解してもらう。

対策のポイント

- ①剪定バサミをエア式から電動の充電式に変更。
- ②剪定作業時は厚手のゴム手袋、防寒長靴、ゴーグルを着用し、首からはホイッスルぶら下げ。
- ③草刈り作業時はヘルメット、耳カバー、マスクを着用。
- ④外部の人や地域住民も含めた安全講習会を実施。



安全にできるだろうⅡ×
危険かもしれないⅡ○

「経験の浅い従事者は、ベテランから見ると危ないことを平気で行う」と果樹園経営者。作業現場を巡回してよく観察し、注意点を理解させることが重要だと思います。専門家が「**経験値の大小により危険への接近度が変わる**」と指摘。

特に様々な場面で見られる刈払機などは身近な機械でもあるため安易に使用してしまい、ベテラン作業員も「安全にできるだろう」と注意をスルーしがち。**自分基準ではなく従事者基準まで目線を下げる、年に一度は農業機械の安全講習会を行う**などして事故を防ぎましょう。草刈りを地域住民や法人外の人々が担っている場合は、**地域の人も含めた講習会を開催**することも重要です。



安全管理と事故防止対策

- ・滑りやすく長い法面は途中で足場や小段を設ける。
- ・作業開始前に作業場所を確認し、構造物や切り株、針金、石、空き缶などがないことを点検。
- ・刈払機に定められた作業方向に従い、逆方向や往復刈り、不安定な状態などで作業を行わない。
- ・飛散物防護カバーなどを装備し、ゴーグルやフェイスガードを着用。
- ・チップソーの刃はJISマークが刻印してある商品を使う。
- ・朝露や雨などで作業面が濡れているときは作業を行わない。
- ・作業初心者には危険認識の教育と実地指導を徹底。
- ・ヘルメット、ゴーグル・フェイスガード、耳栓、防振手袋、腕抜き、すね当て、スパイク靴などの防護具を着用する。



水田の土手を草刈り中……

急な勾配の法面で刈払機を使用中、傾斜で足を滑らせ転倒、右肩と背中を強打。

作業場所の事前確認をしないまま……

刈払機で草刈りをしていたところ、地面から跳ね飛んできた鋼線が右下腿のすねに刺さり貫通。

刈り刃がキックバックを起し自分の方向へ……

背負い式刈払機で水田畔の草刈り中、進入路脇の盛り土に刈り刃が当たった瞬間、自分の方向に跳ね返ってキックバックを起し、左足を切る。

慣れた場所なので、安全装置・ゴーグルなしで……

刈り残した道路わきの草を短時間で刈り終えようと、安全装置・ゴーグルをせずに草刈り作業を行ったところ、右目にチップソーのチップが2個飛び込み失明。

回転している刃の上に足が落ち……

竿部分が長い刈払機で雨上がりの法面を草刈り中、法面を滑り落ちて回転刃の上に足が落下。小指部分を切創。

経験の浅い従事者が法面で草刈り中……

刈払機の回転刃が土のかたまりで跳ね、左足の中指を切る。

チップが右手首に刺さり……

排水路の法面を草刈り中、隠れていた異物に刃が当たり、欠け散ったチップが右手首に貫入。

サークルなどのお仲間と
グルメや観劇を楽しみませんか!!

ちといかい 知人囲会 の会員を募集しています!!



6/18

「東京下町・柴又と
島津亜矢コンサート」
に行ってきました

知人囲会は、東京下町・柴又の散策と島津亜矢歌怪獣襲来ツアーの松戸講演の鑑賞を行い、会員32人が参加しました。会員相互の親睦を深め楽しい1日を過ごしました。

知人囲会Q&A

Q1.知人囲会(グルメ・観劇コース)って何?

A.地域のお仲間同士が年に一度は一緒にグルメや観劇を楽しむ中で会員相互の親睦を図っていただくとするものです。もちろんお1人でもご加入大歓迎です。

Q2.どんな行事を行っているの?

A.会員のお仲間と一緒に楽しいグルメや観劇の旅を満喫していただけます。当日、都合がつかず不参加の会員様にはもちろん積立金全額お返しいたします。

Q3.どうしたら会員になれるの?

A.①定期積金のご契約をお願いしています。

期間3年以上、48万円以上の満期ご契約者の皆様で構成されています。

(ご加入例：定期積金10,000円の掛金積立期間4年で会員資格を得られます。)

※定期積金は車の買い替え、家の増改築などの資金づくりに最適です。掛金、積立期間は使途によってお選びください。自動振替契約にすれば知らず知らずのうちにまとまった資金が得られます。

②年一回のグルメツアー会費として毎月2,000円の積立金をお願いしています。



詳しくは、お近くの支店窓口へお問い合わせください

小糸・清和支部



6/9

茨城旬のメロン試食と
水戸紫陽花鑑賞

会員41人が参加しました。

6/8・9

上総支部(亀山地区)



伊豆長岡温泉
(1泊2日)

※撮影場所…
会員25人が参加しました。
国指定史跡葦山反射炉

年金友の会親睦旅行

各地区の様子を紹介します

6/11~13

本部役員視察研修



本部役員9人は北海道美幌町の「JAびほろ女性部」を視察しました。2023年6月にJAきみつ女性部がJAびほろ女性部の視察を受入れたことがきっかけで交流が始まり、今回の視察研修が実現しました。当日は、伊藤みゆき部長をはじめ部員らと意見交換を行ったあと、直売所やほ場視察などを行いました。

6/17

袖ヶ浦3支部 手芸教室



袖ヶ浦3支部は袖ヶ浦農村地域食品振興センターで手芸教室を開き、部員20人が参加しました。当日は、関律子支部長が講師を務め、滑り止めシートと毛糸を使用したキャップオープンナー作りに挑戦しました。

参加者は滑り止めシートを好きな大きさや形に切り取り、カラフルな毛糸と組み合わせて完成させました。部員らは「自宅でも作りたい」と話しました。

ミセスのカラー

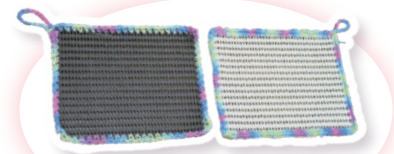
女性部の活動を紹介します

6/24

上総支部 健康講座



上総支部は松丘コミュニティセンターで健康講座を開き、部員17人が参加しました。君津市福祉部高齢者支援課の職員が講師となり、低栄養予防を学びました。また、部員の平野好子さんが講師となり、健康体操を行いました。



素敵な作品に仕上がりました

おいしく食べて

美しく

夏の食欲不振対策で

元気に美しく

栄養士 吉田理江

夏は暑さや湿度で食欲が落ちやすい季節です。暑くなると食欲不振になり、アイス、ゼリーなど冷たくて喉越しが良いものばかり食べていませんか？しかし、しっかりと食べないと体力が落ちて、夏バテや体調不良の原因になります。今回は、夏の食欲不振対策にお薦めの栄養素などを三つご紹介します。

■クルクミン

クルクミンは、ウコン（ターメリック）に含まれる黄色の色素成分です。胆汁の分泌を促し、消化機能をサポートする働きもあるため、胃腸が弱いやすい夏場の食欲不振に対して効果が期待できます。また、抗酸化作用もあり、美肌づくりにもお薦めです。ターメリックライスや夏野菜のカレーなど、食欲をそそるメニューでクルクミンを取り入れてみましょう。

■カリウム

カリウムには、体内の余分な塩分を排出



オクラのだし漬け

○材料(作りやすい分量)

- ・オクラ 20本
- A {
 - ・だし汁 300ml
 - ・赤トウガラシ 1本
 - ・塩 小さじ1
- ・塩

○作り方

1. オクラはへたのまわりを面取りして、塩適量をすり込む。かためにゆでてざるにあげ、水けを切る。鍋にAを合わせ、ひと煮たちさせ、冷ましておく。
2. 保存容器に1を入れ、冷蔵庫に保存する。ひと晩で食べごろ。

memo

- つけ合わせにもなり、食べやすく切っておかかじょうゆをまぶせばさっと一品できあがりです

アレジ 焼きささ身とオクラの冷やし煮びたし

○材料(4人分)

- ・オクラのだし漬け 12本
- ・鶏ささ身 4本
- ・長ネギ 1本
- ・塩蔵ワカメ 20g
- ・ショウガ(千切り) 10g
- A {
 - ・だし漬けの汁 1½カップ
 - ・酒 大さじ1
 - ・薄口しょうゆ 大さじ2
 - ・みりん 小さじ2

○作り方

1. 鶏ささ身は筋を取り除く。長ネギは表面に細かい切り目を入れて4cm長さの筒切りにする。ワカメは水でもどしてひと口大に切り、さっとゆでる。
2. 鍋にショウガとAを合わせ、ひと煮たちさせておく。
3. 鶏ささ身と長ネギは焼き網やグリルでこんがりと焼きつ



け、熱いうちに2に漬けこむ。あら熱が取れたら、オクラとワカメを加え、1時間ほど冷蔵庫で冷やす。

4. 冷えたら鶏ささ身はひと口大に裂き、オクラは縦半分に分けて、ワカメ、長ネギとともに器に盛り、漬け汁をかける。

■亜鉛

水分バランスを整える働きがあります。汗とともに失われやすく、不足すると血流量や代謝が滞り、むくみや倦怠(けんたい)感を感じたり、食欲が落ちやすくなったりするため、夏は積極的に取りましょう。キュウリ、トマト、スイカなどの水分が多い夏野菜や果物に多く含まれているため、摂取しやすいのが特長です。トマトとキュウリの塩もみサラダなどにとすると、食欲がないときでもカリウムが取れます。

亜鉛は、味覚を正常に保つために欠かせない栄養素です。不足すると味を感じにくくなり、食欲が湧かない原因になります。また、肌や髪 の健康維持にも深く関わっており、美しい肌や髪を保ちたい方にもお勧めです。カキ、牛肉、納豆、卵などに多く含まれており、納豆卵かけご飯なら料理が苦手な人でも手軽に亜鉛が取れます。

夏の食欲不振は、栄養を少し意識するだけで軽減できることもあります。

おいしく食べて、元気に美しく夏を過ごしたいですね。





数日後...



猿害

M.Tさん(君津市折木沢)



人見神社 夏越の大祓

鳥居 正寛さん(君津市人見)



三つ子のナス

近藤 政司さん(君津市長谷川)



ニッコウキスゲと
オルレアの花の競演!

H.Tさん(君津市南子安)

みずきの 写真館



珍しい写真を募集しています。



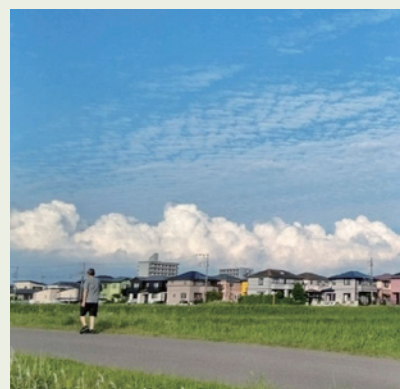
珍しい葉のついたキュウリ

江野澤 昇さん(袖ヶ浦市横田)



あじさい たまるか〜

skさん(君津市)



雲の峰、ウォーキング人、
照らされて

Y.Hさん(君津市貞元)

亡き彼女と共にした夜のほたるみた田島 博海
幾度も巢を出入りする親つばめ 榎本 幸子
面影は煙の向こう庭花火 本吉 孝雄
墓掃除汗と涙で霞む文字 佐久間 秀夫
梅干しや家族健康守りゆく 佐久間 文子
長嶋の輝いていた夏の空 伯ヶ部 喜久男
地下足袋に水気の沁みや草を刈る 相川 新一
ゆるやかに崩れて寄する卵波かな 道譯 みどり
先代の使いし鎌の切れの良さ 栗原 隆夫
母強し一才児抱つこで潮干狩 鈴木 毅

俳句

今月の
風流人

ふうりゅうびと



作品は毎月1日までに〇月号と記入して
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も
ありますのでご了承ください。

みずきの絆

(おたより・写真館・風流人)

投稿募集中です!

住所・氏名・電話番号を明記の上、「JAき
みつ組織対策課係」までお寄せください。

① 郵送

〒292-1147 君津市塚原185

② メール

mizuki@ja-kimitu.or.jp



③ FAX

0439 (32) 5671

※写真館は、郵送か
メールでお寄せください。

※ご応募いただいた作品(文芸・写真など)は返却できません。

※投稿は毎月1日に締め切らせていただきます。

※誌面の都合上、掲載できない場合もございます。予めご了承ください。

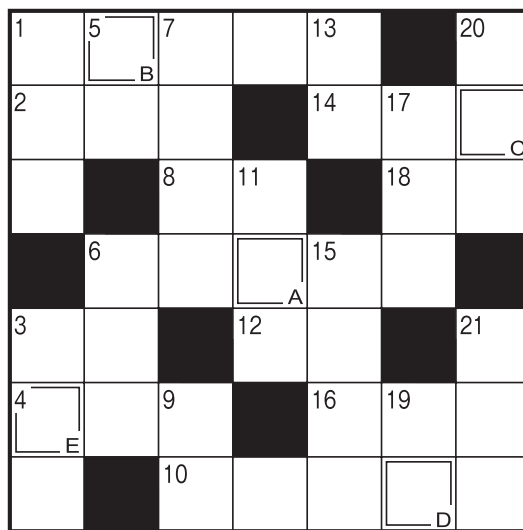
※風流人の投稿もあわせてご確認ください。

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？



6月号の
答え ウ メ シ ユ



応募総数

137 通

正解者数

135 通

当選おめでとうございます。(敬称略)

石井富美江 (君津市)	我妻美智恵 (君津市)
尾形伊佐夫 (君津市)	田中ちどり (君津市)
佐々木ミサ (富津市)	松上 碧 (富津市)
八馬 春江 (富津市)	千葉みゆき (袖ケ浦市)
吉田 杏莉 (袖ケ浦市)	高橋 慶紘 (袖ケ浦市)

★応募方法

締切は 8/31(日)

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。

川柳

短歌

紫陽花や菩薩観音京の旅 苔寺すず虫寺渡月橋	定番のおやつは棒のアイスなり 並びて友と半分こする	雨もようアジサイ輝き雨粒も コロコロ踊る梅雨どきの歌	なやみ事うちあけられる友のいて 八十路すぎても昔のまま	終戦今も心は戦地にあり 未だ戻らぬ戦友想い	良き友と出合えて義母は幸有りし 手品や便り励みとなりて	トランクにチアガールの服つめこんで 吾子に行きたり夏甲子園	備蓄米放出でもまだ減反 一発で目薬うまくさせますか
豊蔵えみ子	宮川 智子	鳥飼 歌子	和田みつ子	田島 博海	三上 芳	横室 祥子	石井 敏雄
							藤倉富二夫
							森中 川門
							三澤 義郎
							石井富美江

タテのカギ

1 国際博覧会(万博)には—— 各国が
出展します

3 朝顔に——とられてもらひ水(千代
女)

5 官の対義語

6 合格を目指して受けることも

7 二十四節気のひとつ。令和7年は
8月23日です

9 悪夢を食べるといわれる想像上の
動物

11 旧国名のひとつ。今の滋賀県あたり
人が並んで作るもの

13 コイン——に荷物を入れた

15 紙幣のすかしは—— 防止策のひとつ
です

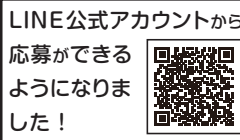
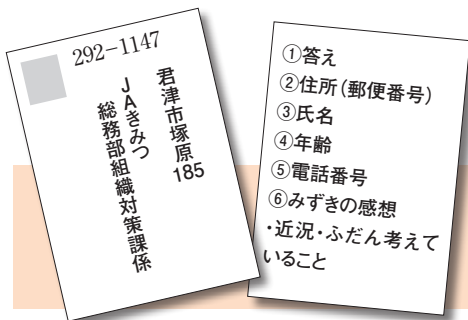
17 魚などの内臓のこと

19 あぶく。ソーダ水からたくさん出
ます

21 半透明でプルプルした洋菓子

ヨコのカギ

- 1 ミーンミン、シャワシャワ、カナカナカナ……
- 2 物事にかかわりを持つこと
- 3 代金は今度まとめて払うね
- 4 西田佐知子のヒット曲、『コーヒー——』
- 6 さだまさしの名曲『——流し』で歌われているのは、長崎
県などですお盆の行事
- 8 スイカにかける人もいます
- 10 2 分の 1 がハーフなら 4 分の 1 は
- 12 チョウが吸うもの
- 14 台木にくっつけたり挟んだりして育てます
- 16 もう一杯、お——!
- 18 鼻の長い動物





移動金融店舗 運行スケジュール

曜日	2025 年 8 月	午前 10:00～11:30	午後 13:00～14:30
火	5・12・19・26	旧清和支店 (君津市西栗倉 115)	8月より 運行場所が 変わります 房総クロスヴィレッジ (君津市正木 149-1) ※旧三島小学校
水	6・13・20・27	旧富津支店 (富津市富津 1470)	
木	7・14・21・28	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時は臨時休業となります。

地域貢献活動 子どもの交通安全を願って

6/17 自転車交通安全教室



富津警察署とJA共済千葉、JAきみつは、富津市立天羽中学校で自転車交通安全教室を開き、全校生徒ら110人が参加しました。日常生活で自転車に乗る機会の多い生徒らに交通事故防止を訴えました。

JAきみつの三木伸夫共済部長は「近年、自転車と自動車の接触事故が増えている。今日学ぶ事を家族にも話して、事故防止に努めてほしい」と呼びかけました。

生徒は「貴重な体験だった。今日学んだことを活かして、事故防止を意識して生活していきたい」と話しました。

6/2~4

令和7年度 コンプライアンス研修会 ～全役職員に周知徹底を～



全役職員を対象とした「コンプライアンス研修会」を木更津市のかずさアカデミアホールで開きました。第1部は、コンプライアンスについて各部より説明。第2部では、「労働環境の改善について」講義を受けました。

全役職員がコンプライアンスについて意識を持って行動し、日々の業務に取り組んでまいります。

法律相談 実施します

8月 5日(火) 15:00～17:00 大佐和支店
8月19日(火) 13:00～15:00 周西支店

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	君津市大和田 3DK	敷金 2ヶ月 礼金 なし 共益費 なし 大規模リフォーム済 駐車2台可
家賃	56,000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 駐車場代月3,000円 駅・スーパー近し
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	42,000円	

訂正とお詫び

7月号の掲載内容に下記の通り誤植がございました。訂正するとともに、謹んでお詫び申し上げます。

5 ページ

第21回年金友の会
総会・支部事務局合同会議
新役員紹介(敬称略)

【誤】支部長 佐生 隆
【正】支部長 佐宗 隆

地区別総代協議会開催のお知らせ

総代のみなさまには、万障差し繰りご出席いただきますようお願いいたします。

地区	開催日	時間	場所
君津	8月6日(水)	9:30～	周南支店 2階会議室
平川・袖ヶ浦		14:00～	袖ヶ浦市農業センター講習室
小櫃	8月7日(木)	9:30～	小櫃支店 2階会議室
上総		14:00～	松丘コミュニティセンター大会議室
小糸・清和	8月8日(金)	9:30～	小糸公民館 講堂
富津・大佐和・天羽		14:00～	富津公民館 大ホール

総代選挙の通知及び公告

令和7年10月19日をもって、現総代の任期満了となります。つきましては、定款附属書総代選挙規定第4条により総代選挙の通知及び公告を行います。

総代の推薦については、各地区の会議などを通じてご配慮いただくところではありますが、この通知は当規定による手続きとして実施するものです。

選挙期日	令和7年10月6日
投票時間	午前9時より午後3時まで
投票所	選挙区管轄支店
開票所	君津市農業協同組合本店
投票用紙に記載すべき総代の数 1名	

※定数を超えないときは、選挙は実施しません。

職員の動き

退職	氏名	所属	備考
	黒川 和慶	農機統括センター 係	令和7年6月30日付

令和7年7月1日付

異動	氏名	新任	旧任
	唐 鎌 利光	農機統括センター 係長	農機整備工場 工場長代理
	勝 香 乃	農機整備工場 工場長代理	農機統括センター 係長
	明 石 和也	農機統括センター 係	農機整備工場 係
	相 川 大夢	小櫃支店 複合渉外係	金融部 推進課 係
	大 塚 琉生	平川支店 複合渉外係	金融部 推進課 係

採用	氏名	所属・職名	備考
	堀 越 翔太	農機整備工場 係	令和7年7月1日付

農機統括センター・農機整備工場

秋農繁期休日営業のお知らせ



農機統括センター

8月2日(土)～8月31日(日)

☎0439-35-3167

君津市末吉971-1 (旧：小櫃農機センター)

農機整備工場

8月16日(土)～9月15日(月・祝)

☎0439-32-5081

君津市糠田169 (旧：総合機械センター)

※各事業所で、休日営業の開始日が異なりますのでご注意ください。なお、天候や作業状況などにより休日営業日を変更する場合もございます。



理事会表彰
令和6年度JA共済自動車指定工場協力会 千葉県本部協力会 車両搬入優待表彰 敢闘賞
飛澤 新一(共済部 自動車査定課)



6/21

役員による花いっぱい運動

役員互助会は本店の花壇にニチニチソウの花植えを行い、各事業所にも配りました。今年もきれいな花で皆さまをお迎えいたします。

理事会報告
第7回理事会(6月26日開催)
令和7年7月～9月資金調達・余裕金運用について
自然休養村ATMの移転及び名称変更と移動店舗稼働場所の変更について
地方公共団体に対する貸付について
理事との取引報告について

JAきみつの組合員

(令和7年5月31日現在)

組合員数…21,792人

正組合員…10,757人

准組合員…11,035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。



鈴木 健夫さん 82歳
—君津市糠田—

ブドウ栽培をはじめて20年。ブドウを生産している温室ハウスはバラの栽培をしていたものを活用している。現在は家族と水稲100アール、カラー「ウエディングマーチ」を約23アール、ブドウを約26アール生産している。ブドウはJA直売所などに出荷しているほか、前日までの電話予約で庭先でも販売している。

☎ 0439-32-2127 (ひるだ農園)

「藤稟」の収穫がはじまりそう。品種を変えながら9月下旬まで収穫が続く。丹精込めたブドウはJA直売所などに出荷。今年も娘の富美子さんが直売所「味楽園」なども店」などで対面販売を予定している。

手頃な価格で消費者に楽しんでもらいたいと、実がついたときに行う袋掛けの作業などは省き、その分ひと房ずつ丁寧に摘果している。今後も「君津産の品質のよいブドウを消費者に届けた」と栽培に励む鈴木健夫さんです。

バラの栽培を30年以上続けていた鈴木さん。2000年に入り、バラの需要や生産に欠かせない燃料の高騰などにより、違う作物への転換を考え始めた。

今まで使っていたバラの温室ハウスを活用したものはないかと夫婦で色々な場所を見に行ったという。農業事務所やJAにも相談し、ブルーベリーやイチジクなども検討したが、米やカ

ラーなど、他の作物の作業時期と被りにくいブドウに決めた。

まわりに栽培している人がほとんどいなかったため、本を参考にほぼ独学で知識を習得していった。気にしていた水やりもバラ栽培時の保水性の高い地力でカバーできたという。試行錯誤をしながら、なんとか実がつきはじめた1年目。木に水泡のようなものが出てきた。病気ではないかと不安になり農業事務所に相談したところ、ブドウのうまみが木に現れたもので、順調に成長している証拠だとわかりほっとしたという。他の産地に比べて暖かく、昼夜の寒暖差が少ないので、色づく時期が本で学んだものと異なることもあったが、対応しながら、この地にあった



君津でブドウをつくって20年—。
これからも消費者に喜んでもらえるものを届けたい



ブドウを丁寧に管理する健夫さん

栽培方法を身につけていった。



クロスワードの答え「ウメシュ」と共に、梅仕事が一段落したと応募者が教えてくださいました。中には100キロ近く収穫した方も！我が家は親戚から梅をもらい、Aコープのらっきょう酢に漬けてみました。完成まで楽しみです。今年3月に入組した石渡が今月号より編集室の声デビューをしました！組合員・利用者の皆さま、どうぞよろしくお願いいたします。



桐ヶ谷

はじめまして、石渡と申します。3月に入組し、現在は取材や写真撮影の方法を勉強しながら、様々な現場に同行しています。たくさんことを学び、吸収していきたいと思いますので、皆さまご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします！

私のイラストを、みずきの発行でお世話になっているワタナベメディアプロダクツさんに作っていただきました。ありがとうございます！！



石 渡

2025年は「国際協同組合同年」

国連は、国際社会の関心を喚起し、取り組みを促すために、平和と安全、開発、人権・人道の問題など、ひとつの特定のテーマを設定し1年ごとに「国際年」を制定しています。国連は、持続可能な開発目標(SDGs)に貢献している協同組合を評価。その認知度向上のために、今年を2012年に続く2回目の国際協同組合同年に決めました。