

みづき

2024
6
vol.384



2024 年度 新採用職員紹介
農作業安全対策研修会 開催のお知らせ
とことん会ってコミュニケーション!!TAC 紹介



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



三舟山

君津市の貞元地区と富津市の吉野地区にまたがる三舟山は、標高138.7mの丘陵となっており、ゆるやかな山道は軽めのハイキングに最適です。三舟の里案内所近くの入口から山頂の展望台を巡る散策路は、一周約45分(1700m)です。

山頂からは君津市街や東京湾の眺望をご覧いただけるほか、桜、新緑、紅葉など四季折々の景色も楽しむことができます。



住 所: 君津市小香359番1

問合せ: 三舟の里案内所

☎0439-54-8988

H P: <https://www.city.kimitsu.lg.jp/site/kanko/2218.html>

【資料提供: 君津市経済振興課観光振興係 / 写真提供: 君津市】



おめいなんかも
つかうかえ〜

著 藤倉 富二夫

かつてもん …… 勝手者。自分の都合しか考えない人。ひとりよがり、共同作業などに非協力的な人のこと。誰しもこの言葉を思う時、きっと幾人かの具体的映像が頭に浮かぶに違いない。

つるんこんつるんこん …… 雨上がりの坂道などがしきりに滑る状態。地面が特に粒子の細かい土で、ところどころ水溜りもあったりして、しかも斜面だったりすると、いくら気をつけていても、普通には歩けない。「…アッ!」「…えっ!?!」「…ハッ!」というような思いを何度もしながら、そんな状態のところを通り過すことになる。「つるつる」よりもそのあらゆる状態が強く、概念は狭い。「つるつる」は、なめらかにすべる状態を表わし、麺類を食べるような場合にも使うが「つるんこんつるんこん」をそのような場合に使うことはない。

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 2024年度 新採用職員紹介
- 4 不要農薬を回収します
- 5 農薬を安全に使用するためのお願いです
- 6 農作業安全対策研修会 開催のお知らせ
水稲本田防除薬剤特別対応について
- 7 新盆用品展示のご案内・家庭菜園
- 8 とことん会ってコミュニケーション!!TAC紹介
- 9 営農かわら版
- 10 みずき通信
- 11 これ食べたい・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

4月10日 管内で田植えはじまる



我が家の
アイドル

袖ヶ浦市
蔵波台

刈上 翔平さん
麻水さん
生翔(いくと)くん (6歳)
里桜(りお)ちゃん (3歳)

生翔の将来の夢はサッカー選手。保育園の年長になってパパがコーチをしているサッカーチームに入りました。試合に出てシュートを決めたいと練習を頑張っています。

里桜は、おしゃれに興味を持ち、ママのメイク道具をそっと借りてお化粧を試みたり、可愛い洋服が好きで、コーディネートを楽しんでいます。

2人とも好き嫌いがなく、食べることが好きです。「爆上戦隊ブンブンジャー」にはまっていて、動画をみては仲良くダンスを踊っています。

元気で夢中になれるものを見つけてチャレンジしてほしいです。

2024年度

新採用職員紹介

13人の新採用職員が入組しました。

4月1日から17日まで本店や各事業所で座学、組合員のほ場で研修を経て、
18日から職員見習いとして配属になりました。

組合員・利用者みなさま、よろしくお願いいたします。



共済部 普及企画課 係
古茶 龍汰



共済部 普及企画課 係
内浜 琉貴



共済部 普及企画課 係
オノミチ 娃華樂



経済部 農業振興課 係
関 健太



経済部 生活課 係
柴崎 祐花



周南支店 金融共済係
オカンポス ジョハナ マリエトリオ



周西支店 金融共済係
岡本 亘佑



久留里支店 金融共済係
森谷 妃茉莉



袖ヶ浦支店 金融共済係
江寺 克礎



天羽支店 金融共済係
野崎 悠



小櫃経済センター 係
大野 隼



平川経済センター 係
伊藤 拓海



袖ヶ浦直売所 係
垣上 美奈

2025年春新卒者 正職員募集のお知らせ

募集対象者 大学・短大・専門学校卒業見込み者(既卒者・卒業後概ね3年以内応募、可)

求人数 10名程度

職種 総合職

必要な資格 普通自動車運転免許

※職場説明会は、別途、希望者に案内します。

※詳しくは、JAきみつホームページをご覧ください。総務部人事課までお問い合わせください。

お問い合わせ先 総務部 人事課 ☎0439-70-1331

マイナビで
エントリー
受付中



不要農薬を回収します

JA きみつでは、農薬の適正な管理と安全使用を目的として、組合員が保有する不要になった農薬(残量も含む)と空容器を回収し、処理をいたします。

つきましては、下記の通り取り扱いますので、ご希望の方は最寄りの経済センター・購買店まで申込みください。

★不要農薬の種類と回収料金

種 類	形 状	単位	料金(税込)	備 考
一般農薬	粒剤・粉剤・水和剤	kg	550円	※重量は、同一農薬ごと kg単位で計算します。なお、容器の重量も含まれます(皆掛重量)。
	乳剤・液剤・フロアブル剤			
特殊農薬 (ヒ素・ネオアソジン・クロレート等)	クロールピクリン	kg	2,500円	
	殺鼠剤			
	くん蒸剤			
	危険物4類以外、硫黄、塩素系			
特殊農薬	臭化メチル剤	kg	別途相談	
不明農薬	全形状	kg	2,500円	
特殊農薬(pops) ダイオキシン系	全形状 (PCP・パムコン粒剤、PCNB、MO粒剤等)	kg	7,850円	
空容器	全形状	kg	550円	容器のみ

※水銀剤は回収ができませんので、ご注意ください。

★申し込みについて 【申込締切日：令和6年6月14日(金)】

不要農薬の委任状兼同意書、申込書は各経済センター・購買店に備え付けてあります。申込みを希望される方は、窓口におこしてください。書類には、JA口座のお届け印が必要となります。

※締切日までに申込書類を提出されないと不要農薬の回収は申し受けできません。

★回収期間・場所について

期 間：6月24日(月)～ 7月5日(金) ※土・日の回収はできません

時 間：9:00 ～ 15:00

場 所：申込みをされた各経済センター・購買店(直接お持ち込みください)

ご注意事項

1. 農薬以外のものは回収いたしません。(動物医薬、防疫用殺虫剤、液肥等)農薬には、農林水産省の登録番号が記載されています。
2. お申込みの際に、現物は持込まないでください。
3. 不明な点については、経済センター・購買店にお問い合わせください。

お問い合わせ先

小櫃経済センター	0439(35)2911	上総購買店	0439(27)3861
小糸経済センター	0439(32)2588	平川経済センター	0438(75)2001
富津経済センター	0439(80)5081	天羽購買店	0439(67)2001

農薬を安全に使用するためのお願いです JAグループ 使用前・使用中・使用後の確認が大切です

✓ 農薬使用のチェックリストで確認してみましょう!



農薬の使用前に確認する事は何ですか?

- ☐ 農薬登録番号のある農薬を選びましょう
- ☐ 農薬ラベルをよく読みましょう
作物名、使用量・希釈倍数、使用時期・収穫前日数、
総使用回数、注意事項、最終有効年月を確認しましょう
- ☐ 散布器具の点検を行い、前回使用時の薬液が残っていないか等確認し、**使用前に通水し洗浄**しましょう
- ☐ 生産者同士、住民、他業者と連携をとり、作業スケジュールなど連絡を密に行いましょう



農薬登録番号のある農薬を使います

殺虫剤
〇〇〇〇〇〇水和剤

成分:△△△△△〇〇%
適用害虫と使用方法

作物名	適用害虫	希釈倍数	使用時期	使用回数	使用日数
キャベツ	ハスモンヨトウ アオムシ	1000 ~ 2000倍	収穫14日 前迄	3回以内	散布
オオアザミ	アオムシ	1000倍			
トマト	アブラムシ類 オオアザミ	2000倍	収穫前日迄	2回以内	散布
...	...	...	...	...	...

使用してよい作物を確認します

効果・薬害等の注意
安全使用上の注意

効果的な使い方、薬害回避のための注意などを確認します

安全に使用するための注意事項を守ります



農薬の使用時に確認する事は何ですか?

- ☐ カップ天国エースなどの防除衣や農業用マスク、ゴーグル・メガネ、手袋などの**保護具を着用**しましょう
- ☐ 散布ほ場面積にあわせ、**散布液は残らないよう調製**しましょう
- ☐ 農薬飛散防止のための**基本的な施用法を実践**しましょう
 - 風向きに注意し、風の強い時は散布しないようにしましょう
 - 作物の近くから散布し、ほ場の縁近くは内側に向けて散布しましょう
- ☐ 育苗箱やセルトレイなどに農薬を使用する際は、**農薬がこぼれないよう注意**し、後作への影響を防止しましょう
- ☐ 土壌くん蒸は**かならず被覆**しましょう



農薬の使用後に確認する事は何ですか?

- ☐ 散布器具のタンクやホースに農薬が残らないようによく洗浄しましょう
- ☐ 廃液は河川等の水系に流れないように注意しましょう
- ☐ 水田の農薬使用後、**7日間は止水管理**を徹底しましょう
- ☐ 農薬は鍵のかかる**専用保管庫に入れ管理**することを徹底しましょう
- ☐ ペットボトル等の移し替えは誤飲の原因になるのでやめましょう
- ☐ ほ場、作物ごとに**農薬の使用履歴を都度記録**しましょう
散布日、農薬名(剤型)、散布した量(使用量・希釈倍数)は必ず記載しましょう



7日間
落水なし!

水管理の徹底



農作業事故ゼロ推進・組合員の命と生活を守る運動

～農作業安全対策～



令和4年の農作業事故死亡者数は238人、就業者10万人当たりの死亡事故者数は11.1人と増加傾向で、他産業に比べて高い状態です。千葉県でも年間10件程度発生しています。

当JAでは、毎年「組合員の命と生活を守る運動」として農作業事故ゼロを目指し、農作業中の安全対策研修会を実施しています。高齢者の事故割合は年々増え、近年では熱中症による死亡事故も多数発生。トラクターなどによる死亡事故件数を越えている状況です。熱中症予防対策を行い、十分注意して作業しましょう。

今年も、JAグループ、農機メーカーと連携し「農作業安全対策研修会」を開催いたしますので、ぜひご参加ください。

農作業安全対策研修会日程表

トラクター・草刈機を中心とした「農業機械安全研修会」を下記の日程で開催します。
そのほか、JA共済VR体験を行います。

女性の方も
ご参加
ください

富津管内

日 時 令和6年6月27日(木) 9:30～
研修場所 旧：天羽経済センター 2階会議室

君津・小糸・清和管内

日 時 令和6年6月27日(木) 14:00～
研修場所 小糸経済センター 集荷場会議室

小櫃・上総管内

日 時 令和6年6月28日(金) 9:30～
研修場所 上総購買店 2階会議室

袖ヶ浦管内

日 時 令和6年6月28日(金) 14:00～
研修場所 旧平川農機整備工場

研修会に関するお問い合わせ
農機統括センター ☎0439-35-3167

水稻本田防除薬剤特別対応について

米品質低下の大きな要因となる斑点米カメムシ・いもち・紋枯れ防除、稲こうじ病などの対策には、発生状況に応じた防除が必要です。

下記の期間中、防除薬剤を特別価格にて対応いたします。ぜひ、この機会にご利用ください。

- | | |
|------------|------------------------|
| 1.特別対応期間 | 令和6年6月1日(土)～7月31日(水)まで |
| 2.取扱品目及び価格 | 下記をご参照ください |
| 3.精算方法 | 商品引渡し後に精算いたします |
| 4.その他 | 引取の場合は22円引きになります |

品 名	規 格	特別価格(税込)	対象病害虫	使用時期
キラップ粒剤	3kg	3,442 円	カメムシ類	収穫14日前まで
アルバリン粒剤	3kg	3,650 円	カメムシ類	収穫 7日前まで
スタークル豆つぶ	250g	3,252 円	カメムシ類	収穫 7日前まで
ダントツ粉剤 DL	3kg	838 円	カメムシ類	収穫 7日前まで
トレボン粉剤 DL	3kg	1,352 円	カメムシ類	収穫 7日前まで
ノンブラストレボン粉剤 DL	3kg	2,484 円	いもち病・カメムシ類	収穫 7日前まで
モンガリット粒剤	3kg	3,415 円	紋枯れ病・稲こうじ病	収穫45日前まで
ブラシンフロアブル	500cc	2,657 円	いもち病・稲こうじ病	収穫 7日前まで
アミスタートレボン SE	1L	11,984 円	いもち病・紋枯れ病・カメムシ類	収穫14日前まで

新盆用品展示のご案内

新盆棚をはじめとする提灯・返礼品などの展示販売を、各経済センター・購買店で行っておりますので、ご利用ください。

盆棚1号



盆棚2号



※盆棚2号は小櫃経済センター・上総購買店・平川経済センターのみ展示

開催期間 6月12日(水)～7月12日(金)

富津経済センター(大佐和支店内) ☎0439-80-5081

※土・日・祝日は休業となります。

※天羽購買店は展示を行いません。受付のみ対応

開催期間 6月24日(月)～7月31日(水)

平川経済センター ☎0438-75-2001

開催期間 7月1日(月)～7月31日(水)

小櫃経済センター ☎0439-35-2911

上総購買店 ☎0439-27-3861

小糸経済センター(君津・小糸・清和) ☎0439-32-2588

JA虹の友 会員募集
入会金 3,000 円のみ

新盆棚セット商品は販売価格から
10%割引 ※新盆棚の単品購入は割引対象外です。

虹の友は様々な特典をご用意。
詳しくは HP をご確認ください。



芽キャベツ

追肥と摘葉で大球を作る

●園芸研究家

成松次郎

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

図1 畑の準備

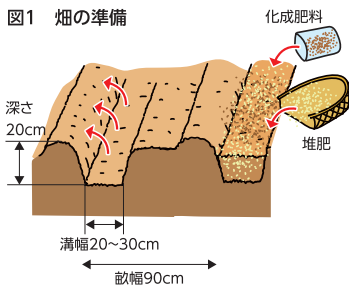


図2 植え付け

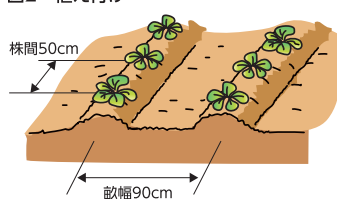


図3 摘葉・収穫



です。「品種」「早生子持」(タキイ種苗)、「ファミリースーブン」(サカタのタネ)などがあります。なお、球状の芽球を作らない「プチヴェール」(増田採種場)は、家庭菜園向きの品種です。

「追肥・摘葉」追肥は植え付け後、月に1回、畝の肩に1株当たり化成肥料100gを土とよく混ぜておき、その後、畝幅90cmを取り、中央に幅20～30cmの溝を掘り、溝1m当たり化成肥料100gと堆肥2kgを施し、畝を立てます(図1)。

「育苗」少ない本数の苗では、直径9cmのポリポットに種を直接まき、間引いて1本にするのが便利です。多くの苗を作るときは、セルトレーを使用し、発芽後に密生部を間引き、本葉2、3枚で9cmのポットに鉢上げします。育苗の期間は、防虫ネットで被覆します。

「畑の準備」畑1平方m当たり苦土石灰100gを土とよく混ぜておき、その後、畝幅90cmを取り、中央に幅20～30cmの溝を掘り、溝1m当たり化成肥料100gと堆肥2kgを施し、畝を立てます(図1)。

「育苗」少ない本数の苗では、直径9cmのポリポットに種を直接まき、間引いて1本にするのが便利です。多くの苗を作るときは、セルトレーを使用し、発芽後に密生部を間引き、本葉2、3枚で9cmのポットに鉢上げします。育苗の期間は、防虫ネットで被覆します。

「畑の準備」畑1平方m当たり苦土石灰100gを土とよく混ぜておき、その後、畝幅90cmを取り、中央に幅20～30cmの溝を掘り、溝1m当たり化成肥料100gと堆肥2kgを施し、畝を立てます(図1)。

「育苗」少ない本数の苗では、直径9cmのポリポットに種を直接まき、間引いて1本にするのが便利です。多くの苗を作るときは、セルトレーを使用し、発芽後に密生部を間引き、本葉2、3枚で9cmのポットに鉢上げします。育苗の期間は、防虫ネットで被覆します。

「畑の準備」畑1平方m当たり苦土石灰100gを土とよく混ぜておき、その後、畝幅90cmを取り、中央に幅20～30cmの溝を掘り、溝1m当たり化成肥料100gと堆肥2kgを施し、畝を立てます(図1)。

品です。3cmの直径の芽球が良きです。

栽培カレンダー (芽キャベツ)

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

● 種まき ●● 育苗 ▲ 植え付け ■ 生育 ■ 収穫

栽培し、害虫の被害を防ぎます。「収穫」固く締まった芽球を摘み取ります。球の直径が3cmの良品です。

「害虫の防除」ヨトウムシ、コナガなどは、比較的安全なBT剤で駆除します。アブラムシには粘着くん液剤などを散布します。なお、株の小さいうちは、防虫ネットで

Tとことん、A会って、Cコミュニケーション!!

地域農業を未来につなぐ!TAC!

各経済センターに所属されているTAC (Team for Agricultural Coordination) は「地域農業の担い手に出向くJA担当者」の愛称です。この地域の農業振興には、現在、5年後、10年後と地域農業を担っていく農業経営者を様々な面からサポートすることが重要です。

TACは、担い手農家への訪問活動を通じて、ご意見・ご要望をうかがい、農家の視点に立った事業提案を行うとともに、農業経営に役立つ情報をJAの総合事業を活かしてお届けしていきます。

また、農家との信頼関係を築くとともに、第六次農業・地域振興計画を確実に実践して地域農業の充実に貢献していきます。

農業のことなら、わたしたち TAC にご相談ください。

小櫃経済センター



センター長代理 高橋 勇太
(TACリーダー)



保坂 和彦



嘉茂 勇樹



永島 昂弥

☎ 0439-35-2911

小糸経済センター



センター長代理 鳥飼 克成
(TACリーダー)



係長 鈴木 秀生



地引 智宏



石井 尚人

☎ 0439-32-2588

富津経済センター



センター長代理 山野井 弘
(TACリーダー)



係長 綾部 克己



大野 雄也



小幡 浩輝

☎ 0439-80-5081

平川経済センター



センター長代理 鈴木 達朗
(TACリーダー)



横倉 美里

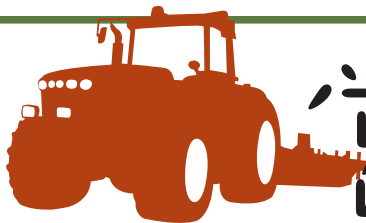


小泉 美里



小原 空

☎ 0438-75-2001



営農がわら版

君津農業事務所
改良普及課
普及技術員
富澤 和紀です。



君津農業事務所 改良普及課 ☎ 0438-23-0299

水稻中期管理のポイント

- ・イネの茎数を数えて、適期に中干しを開始しましょう
- ・幼穂形成期以降は、時期に応じた水管理を励行しましょう

●中干しの開始時期

- ・茎数が下の表の目安に達したら中干しを開始しましょう
- ・中干しは2週間程度が目安ですが、途中で乾きすぎる場合は、ほ場全体に行き渡る程度に入水しましょう
- ・中干し終了後は幼穂形成期まで間断かんがいを行い、幼穂を確認したら入水を開始しましょう



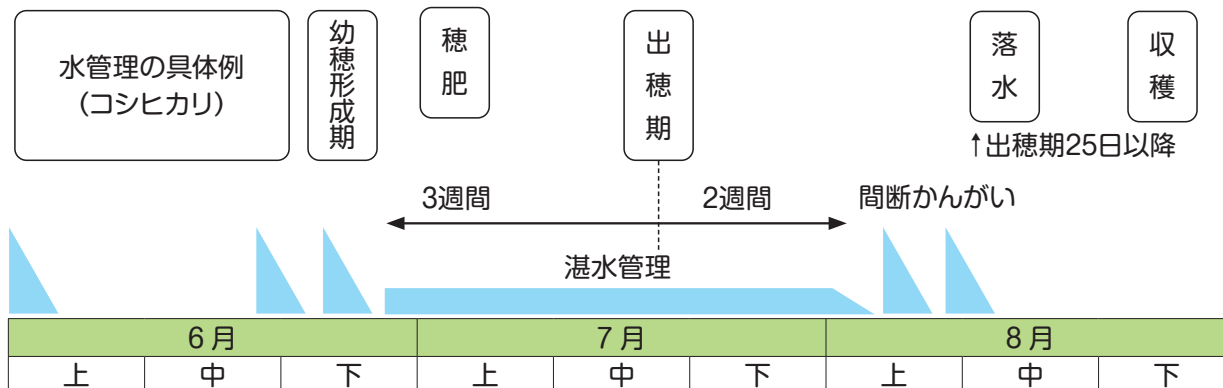
図 中干しの程度
田面に亀裂が入り、長靴が沈まず、靴跡が浅く残るくらいまで乾かす
(画像提供：千葉県農林総合研究センター)

表 品種別の中干し開始の目安の茎数

品種	砂質土	壤質土	粘質土
ふさおとめ (坪 60 株植えの場合) (坪 50 株植えの場合)	480 本 / m ² (27 本 / 株) (32 本 / 株)	480 本 / m ² (27 本 / 株) (32 本 / 株)	440 本 / m ² (24 本 / 株) (29 本 / 株)
ふさこがね (坪 60 株植えの場合) (坪 50 株植えの場合)	360 本 / m ² (20 本 / 株) (24 本 / 株)	360 本 / m ² (20 本 / 株) (24 本 / 株)	360 本 / m ² (20 本 / 株) (24 本 / 株)
コシヒカリ (坪 60 株植えの場合) (坪 50 株植えの場合)	320 本 / m ² (18 本 / 株) (21 本 / 株)	310 本 / m ² (17 本 / 株) (20 本 / 株)	300 本 / m ² (16 本 / 株) (20 本 / 株)
粒すけ (坪 60 株植えの場合) (坪 50 株植えの場合)	460 本 / m ² (25 本 / 株) (30 本 / 株)	420 本 / m ² (23 本 / 株) (28 本 / 株)	

※茎数を数えるときは水口や水尻、枕地の株を避け、平均的な生育の株を数えましょう

●幼穂形成期以降の水管理



- ・出穂3週間前～出穂2週間後は湛水管理とし、その後は間断かんがいを行います。
※幼穂形成期10～15日後に日平均気温が20℃以下の低温が予想されるときは、深水管理で幼穂を保温しましょう
- ・早期落水は玄米品質の低下につながるので、落水は出穂期後25日以降にしましょう



4月23日 サインゲン出荷はじまる

小櫃園芸部会洋菜部は、小櫃支店で出荷査定会を開き、生産者、市場関係者、君津農業事務所、JA全農ちば、JA職員などが参加しました。本格的な出荷を前に現品を査定しながら、長さや太さなどの出荷規格や選果基準を市場関係者らと申し合わせました。JA全農ちばから販売情勢について、君津農業事務所から生育状況や今後の管理について、事務局から出荷時の注意点などを説明しました。サインゲンは7月上旬まで千葉や東京方面の市場に出荷します。

4月18日 カキツバタ目合わせ会



君津市小系花卉園芸組合カキツバタ部は、小系経済センターで「カキツバタ目合わせ会」を開き、部会員5人と君津農業事務所、JA職員らが参加しました。部員たちは規格や束の作り方、荷姿について確認しました。カキツバタは5月下旬まで出荷する予定です。

4月25日 君津市立小櫃小学校 田植え体験



小櫃小学校5～6年生49人は、マンゲツモチの田植え体験を行いました。当日は、地元農家・小櫃経済センターが協力して児童に田植えを指導し、田んぼに稲を植えていきました。児童たちはアイガモ農法で稲刈りまで栽培を観察し、籾摺りや脱穀にも挑戦。年末には味楽園おびつ店で対面販売を行う予定です。



4月24日 君津商工会議所で新NISAセミナー

金融部は、君津商工会議所と君津金融懇談会共催の「新NISAセミナー」を開催しました。

当日は、推進課の大野龍也係長が講師を務め、新NISA制度や資産形成について説明しました。

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



4月13日 旬のタケノコをどうぞ

味楽園さだもと店は、旬のタケノコを消費者にPRするため出荷者の対面販売を行いました。

来店者は出荷者に「下処理の仕方」「ゆで時間の目安」「おすすめの調理方法」などを質問。出荷者との会話を楽しみながら、好みの大きさのタケノコを次々と手に取り購入していきました。また、タケノコご飯や味噌汁も販売し好評でした。



4月15日 次世代を担う子どもたちに食農教育本を贈呈

富津市役所で食農教育本「農業とわたしたちの暮らし」の贈呈式を行いました。当日は、富津市教育委員会の岡根茂教育長を訪ね、江澤武夫組合長、佐久間宏行常務が参加し380冊を贈りました。この冊子は、「食農・環境・金融経済教育」を基本テーマにしたもので、全国のJAバンクが小学校5年生を中心とする高学年の補助教材として寄贈しています。



あつさり親子丼風のおかずです



鶏ささ身と サヤインゲンの卵とじ

◎材料(4人分)

卵	2個
鶏ささ身	2本(120g)
サヤインゲン	10~12本(100g)
A { 酒	大さじ1
水	大さじ1
(しょうゆ	大さじ1
B { 砂糖	大さじ1
酒	大さじ1
だし汁	200ml
塩	適量

◎作り方

1. 鶏ささ身は塩小さじ1をすりこみ、3分おく。小さめの鍋に入れ、Aをかけてふたをし、弱火で2分蒸し煮にする。火が通ったら、汁ごと別の器に移してあら熱を取り、手で食べやすく裂いて汁につけ、ラップをかけておく。
2. サヤインゲンは塩ゆでにしてざるに上げ、3cm長さに切る。卵は溶きほぐす。
3. 鍋にBを合わせてひと煮たちさせ、2のサヤインゲンを入れて弱めの中火で3分煮る。1を汁ごと加え、ふたたび沸騰したら、溶きほぐした卵を回し入れて火を止める。ふたをして1分蒸らし、器に盛る。

memo

- ご飯にのせてもおいしい。

おいしく食べて美しく

食べ物で新生活のストレス対策

栄養士 吉田理江

連休が過ぎた頃に体調の異変を感じたり、無気力になったりする人がいるかもしれません。転勤など環境の変化を経験した人に起こりやすく、ストレスが大きな要因だと考えられます。今回はお薦めの栄養素を三つご紹介します。

■ ビタミンB6

魚・肉などのタンパク質に多く含まれるビタミンB6は、幸せホルモンと呼ばれているセロトニンの合成に必要な栄養素です。セロトニンが不足すると不安などを感じやすくなります。料理が苦手な方は魚の缶詰を利用すると手軽に取れます。

■ カルシウム

大豆製品・牛乳などの乳製品に含まれるカルシウムには、神経の興奮を抑制させる働きがあります。ストレスがたまりやすい人にもお薦めの栄養素です。カルシウムの吸収を促

進させる働きがあるビタミンDと一緒に取るとさらに良いでしょう。ビタミンDはキノコ、サケなどに含まれています。サケにチーズをのせてトースターで焼くと手軽に美味しく食べられます。

■ 食物繊維

野菜などに含まれる食物繊維には、血糖値の急上昇を抑える働きがあるため、毎食取るようにしましょう。うどんなどの炭水化物だけでは、食後に血糖値が急上昇し、その後急降下するなど血糖値の乱高下を招きます。血糖値の乱高下は、イライラや気持ちの落ち込みにつながる事が分かっています。野菜から食べる「ベジタブルファースト」を実践すると血糖値の急上昇を防ぎ、気持ちも安定しやすくなるでしょう。

野菜をたくさん入れたみそ汁がお薦めです。食物繊維をしっかり取ることができ、体が温まることで気持ちが落ち着き、リラックス効果も期待できます。

おいしく食べて心も体も健康で過ごせる体づくりをしたいですね。



みずきの絆

読者からの
おたより募集中



● 4月号「ごほん・お米とわたし」作文・図画コンクール
の作文。中学生がこんな思いでご飯やお米のことを思って手伝い食べていると知り、日本はまだまだ「大丈夫」と感じさせられる昨今です。

(Oさん 君津市)

● 作文がすばらしいという感想をたくさんいただきました。美しい田園風景が守られるよう米の消費拡大に努めていきたいと思います！

● 味楽園でおしゃれなミモザを見つけ即購入しました。4月号の「きらめく元氣人」を読んで君津で盛んに栽培されていることを知り納得しました。

(Oさん 富津市)

● テレビやSNSでミモザを見つけては、当地域のものではないか？と気に

なっています。これから生産を拡大していく品目を誌面でご紹介していきたいと思っています。

● タケノコのタイ飯。我が家でも時期になるとタケノコご飯をよく作りますが、具がアサリや山菜たつぷりの炊き込みご飯です。タイの切り身を入れて挑戦してみようと思っています。ちなみにタケノコがたくさんある時は炊き込み用に味付けしていつでも使えるよう冷凍庫で保存しています。

(Tさん 袖ヶ浦市)

● タケノコの出荷者に聞いてみたところ今年は、桜と同様2週間ほど遅かったようです。たくさんタケノコがある時にぜひタイ飯もお試しくたさい！

みずきの写真館



珍しい写真を募集しています。



太い栗の切り株に
椎茸3個

洋子さん (君津市貞元)



春を告げる
「ハナカイドウ」が満開に！

H・Tさん (君津市南子安)



エクステベッドDIYしました。
合法です！

鳶野さん (君津市上湯江)

俳句

今月の風流人

ふうりゅうびと

さくらんぼ泣く児笑顔にこども園

音たてて水飲む犬や夏きたる

春嵐宅配倒れ若者は

よもぎ餅祖父から孫へ伝承味

青梅や落ち着く先は用水路

寄り添へば花粉まみれの襟の芽

橋のうえ水バイクの春の音

「親」つばめホーリングで餌あたえ

ホーホケキヨキヨがいは何処歌合戦

半分こ妻と分け合ふ柏餅

田島 博海

道譯 みどり

佐久間 秀夫

佐久間 文子

本吉 孝雄

相川 新一

玉村 美代

栗原 隆夫

鈴木 毅

小田 慶喜

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。



コレクションのバナナがなりました
いつ食べられるかな

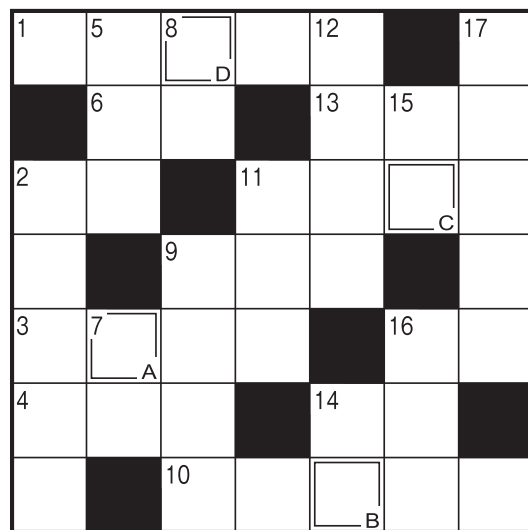
阿津 米彦さん (袖ヶ浦市蔵波)

謎解き

直売所のお買い物券が
抽選で当たる

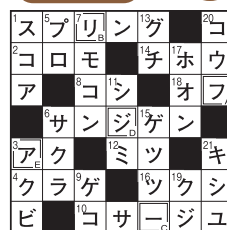
クロスワード

二重マスの文字をA～Dの順に
並べてできる言葉は何でしょうか？



4月号の
答え

フリージア



応募総数

187 通

正解者数

187 通

当選おめでとうございます。(敬称略)

永井 正江 (君津市)	緒形佳代子 (君津市)
清瀧 雅子 (君津市)	足城 修 (君津市)
大田けい子 (富津市)	田中 房子 (富津市)
伊藤 光子 (富津市)	遠藤 絢子 (袖ヶ浦市)
田村 静子 (袖ヶ浦市)	佐久間祐志 (袖ヶ浦市)

★応募方法

締切は6/28(金)

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。

LINE公式アカウントから

応募ができる
ようになりま
した！



- 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

292-1147

君津市塚原185
JAきみつ
総務部組織対策課係

タテのカギ

- 2 うちの——は稲、裏作はキャベツです
- 5 時には相手の——になって考えることも大切だ
- 7 シカと大仏が有名な県
- 8 耕したり肥やしたりします
- 9 カウボーイが首に巻きます
- 11 スポーツ紙では打棒と書かれることも
- 12 LDKのLです
- 14 たる、おけにはめられています
- 15 部屋の模様替えのときに動かすこともあります
- 16 もち米に具材を入れて炊いたもの
- 17 昭和の名曲『青い——』。同名映画の主題歌としても知られています

ヨコのカギ

- 1 アジサイに似合いそうな生き物。文部省唱歌の曲名にもなっています
- 2 いとこのお母さんです
- 3 空き店舗に——募集の看板が付いた
- 4 野菜とハムやゆで卵などを盛り合わせて作ります
- 6 6月の第3日曜日は——の日です
- 9 ポシェットやリュックもこの一種
- 10 梅雨時に洗濯物を干すとバリッと乾かずこうなることも
- 11 テレビ・ラジオ欄にたくさん載っています
- 13 倉敷市の——地区を歩いて回った
- 14 足が8本あります
- 16 手前の反対側

短歌

川柳

いにしへの道は猪鹿の道

森中川門

断捨離後必要となる邪魔なモノ

藤倉富二夫

上総井戸噴き出す水に父母思う

三澤 義郎

誰だっけ似てるあの人武者人形

小田 和子

笑みの義母見舞に感謝甥夫婦

昔の記憶思いを馳せる

三上 芳

さくらんぼ園児喜び手のひらに

瞳に映る可愛いひとつ

田島 博海

孫達の手伝い当てにし種を蒔く

変わる作業にも自信顔かな

前橋 勇

防空壕おなか空いたと妹泣けば

わがおにぎりをもそつと渡しき

横室 祥子

願わくば元気で米寿を迎えたいし

欲を張るなど閻魔が笑う

和田みつ子

うぐいすに合いの手入れるは不如帰

いずこの藪で一声高く

山口 睦子

娘との歩行練習きびしくも

はげます娘に返すほほえみ

北岡恵美子

木いちごの濃き緑葉に白き花

森の小道をスキップしたし

宮川 智子

気がつけば桜開花に癒やされて

次から次へと花が移ろう花絵巻

鳥飼 歌子

吹き満ちてこぼるるばかり石楠の

夫あらば其に見るべしと思ひ

小平 光子

一面の白詰草の白の上

紋白蝶の白が乱舞す

豊蔵えみ子

小糸在来®
こいとざいらい

枝豆大豆のオーナー募集

小糸在来®は、千葉県君津市の小糸川流域で守り育てられてきた在来大豆です。
その「芳醇な香りと豊かなうまみ」を多くの方々に直接お届けしたいと考え、「オーナー制」に取り組んでいます。

小糸在来®は10月中旬頃に枝豆として、その後、大豆（乾豆）としても収穫できます。
枝豆の収穫時期に区画を"お引き渡し"いたします。

オーナーの皆様は、収穫終了日まで自由に収穫を楽しむことができます。

ぜひ、この機会に幻の大豆「小糸在来®」をご賞味ください。

（小糸在来®はJAきみつの登録商標です）

申込フォームは
こちら



- 1区画（約20m） 6,000円
- 場所 君津市上湯江 小糸在来®栽培ほ場
- 引渡し開始日 令和6年10月11日（金）頃から
- 地図・代金支払い 後日、お送りする案内状に記載（9月中旬頃）
- 収穫終了日 令和6年11月30日（土）
- 申込締切日 令和6年 6月21日（金）

お申し込み先

上湯江地区小糸在来®オーナー制実行委員会
（JAきみつ 経済部 営農販売課内）

〒292-1147 君津市塚原185
TEL 0439-32-2581
FAX 0439-32-4469

直売所イベント 6月

※毎月第2水曜日は店舗休業日となります。（8月を除く）
6月12日・7月10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

みらい
味楽園おびつ店
☎0439 (35) 3144
16日（日）水神まつり
土日祝祭日 ワンコインセール開催中

X
（旧：Twitter）
更新中！



藤村店長

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



栗原店長

みらい
味楽園さだもと店
☎0439 (52) 8311



インスタ更新中！

15日（土）ミニイベント タカミメロンPR※
22日（土）ミニイベント 焼き焼きまつり

袖ヶ浦市
農畜産物直売所

ゆりの里
☎0438 (60) 2550

インスタ
更新中！



齊藤店長

9日（日）クレープの日
22日（土）ミニイベント 菖蒲まつり

※タカミメロン PR は生育状況により変更になる可能性があります。その場合は、店頭・SNS でお知らせいたします。

募集

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。

法律相談 実施します

6月11日（火）15:00～17:00 大佐和支店
6月17日（月）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

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	
	富津市台原 2DK	敷金 2ヶ月 礼金 なし 共益費 なし 築8年
アパート	家賃 45,000円	
	君津市南子安 3DK	敷金 2ヶ月 礼金 なし 共益費 なし 駐車3台可
アパート	家賃 53,000円	
	富津市大堀 1K	敷金 2ヶ月 礼金 なし 共益費 3,000円
アパート	家賃 30,000円	

新車販売 一般修理 钣金修理

車検整備
さらに

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

車のことなら

JAきみつの

自動車整備工場へ

4つの

無料

サービス

●代車
●引取
●納車
●各種お見積り

入庫
特典

JAきみつ給油所で

ご利用いただける

洗車無料券 を進呈



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

令和6年
6月開始

出資証券 ペーパーレス化のご案内

組合員の皆様からお預かりした出資金につきましては、これまで出資証券を発行してきましたが、全国的な出資証券のペーパーレス化の流れから当JAにおきましても、令和6年6月より出資証券を不発行とし電子的に一元管理いたします。組合員としての権利などに何ら変わりはなく出資口数・出資金額も変更ございませんのでご安心ください。

今後、出資金の口数・残高につきましては、「出資配当金お支払のご案内」を今まで通り毎年4月にご郵送してお知らせいたします。

また、組合員の皆様からのご請求時には「出資金残高証明書」を随時発行させていただきます。なお、出資証券のペーパーレス化に伴い、出資証券のご返却など特にお手続きの必要はございません。

ご不明な点がございましたら、最寄りの支店または本店総務課(TEL 0439-70-1331)までお問い合わせください。

出資証券
ペーパーレス化
に関する

Q & A

Q どうしてペーパーレス化するのですか？

A 出資証券は、貯金の通帳や証書と違って、常日頃出し入れすることがないため、しまい忘れることもあり、また、長期にわたって保管しなければなりません。相続、譲渡、脱退などの手続きの際、出資証券を紛失されている場合は、紛失届などが必要となり、組合員の皆様にご負担をおかけすることとなります。出資証券をペーパーレスとすることで、その際の手続きが簡素化され、組合員の皆様のご負担を減らすこととなります。また、出資証券の紛失や、盗難被害に遭われたりするリスクが無くなります。



その他の Q&A はコチラ▶

職員の動き

令和6年4月15日付

氏名	新 任	旧 任
石井 賢一	経済部 自動車・燃料課 課長 兼君津自動車整備工場	経済部 自動車・燃料課 課長
中山 美重	金融部 金融課 係長	金融部 推進課 係長
鈴木 秀生	小糸経済センター 係長	小糸経済センター 係
矢野 進	君津自動車整備工場 係	小櫃給油所 係
神谷 行長	小櫃給油所 係	富津経済センター 係
鎌田 晴好	小櫃支店 複合渉外係(嘱託)	久留里支店 複合渉外係(嘱託)
鈴木 正充	久留里支店 金融共済係(嘱託)	亀山支店 金融共済係(嘱託)
田丸 靖子	亀山支店 金融共済係(嘱託)	久留里支店 金融共済係(嘱託)

令和6年4月25日付

氏名	新 任	旧 任
金子 紗登美	小櫃支店 金融共済係	総務部 総務課付

令和6年5月1日付

氏名	新 任	旧 任
小野 道代	共済部 保全課 審査役 係	総務部 総務課付

袖ヶ浦市廃プラスチック対策協議会よりお知らせ！

■農業用廃プラスチックを回収します。

と き 令和6年6月11日(火)午前9時～12時まで

※小雨決行
暴風雨
中止

と ころ 平川経済センター(農家個人持ち込み)

※袖ヶ浦市在住の方に限ります。20円/1kg当たりの負担金を徴収します(現金)。

◎搬入対象品目規格

対象品目規格(重さ15kg程度まで)	結束その他
つづら折り 塩化ビニールフィルム 50cm 80cm	ビニールはビニール、マルチはマルチで梱包、マイカー線での梱包は禁止。
ポリエチレンフィルム 農ビ、農PO(軟質系) 80cm 同上又は杭を利用した グルグル巻き 50cm	同上

※肥料袋・培土袋回収荷姿1梱包1束ね10kg程度で二つ折り・ニヶ所縛り
荷崩れしないように



◎詳しくは平川経済センターまで ☎0438-75-2001

クールビズの実施について

当JAでは、地球温暖化対策および節電対応の重要性を考慮し、環境省より提唱された「クールビズ(COOL BIZ)」を実施いたします。期間中は、軽装にて失礼いたしますが、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

1.実施期間

5月1日(水)～10月31日(木)まで

2.取組内容

- ・服装の簡略化
(ノーネクタイ・ノーリボン・ノー上着)
- ・事務所のエアコン設定温度の変更

▼ 理事 会 報 告
第5回理事会(4月26日開催)
共済規程の一部変更について
業務及び財産の状況に関する説明書類
(ディスクロージャー誌)作成について
理事の報酬について
千葉県常例検査指摘事項に対する
回答について
▼ JAきみつ20周年記念ロゴマークの決定について

JAきみつの組合員

(令和6年3月31日現在)

組 合 員 数…22,109人
正組合員…11,037人
准組合員…11,072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。

山口 絵美さん 40歳
—富津市相川—

就農して10年。露地1.1ヘクタールでレタスとキャベツ、施設230坪でレタスとスナップエンドウを生産。JA出荷のほか、インショップやSNSなどで販売している。また、部会組織にも積極的に参加。天羽園芸部会の役員を務めている。水稻が忙しい時期は、父・博さんの手伝いもしている。

昨年の収入は回復したものの、気候の関係で他の産地と収穫時期が被り、良い品物を作っても単価がさがらず、自然には逆らえないと感じた。今は、5月下旬から6月に出荷予定の春夏キャベツが気がかりだという。「天候に左右されて失敗、納得のいかないこともあるが、続けることに意味がある。納得がいかなければ、納得いくまで農業を続けられる」と笑顔で話す山口絵美さんです。

就農して3年目までは収入もあがっていたが、新型コロナウイルスの影響で需要が減り、良い品物を作っても収入が増えない大変な時期を過ごした。コロナが始まった頃、農家同士のふとした会話の中で専門用語がわからず、調べないと話についていけない、父の博さんに聞かないと仕事が進められないことがあり「農業を自分のものに出来ない」と思い自ら学び、動くように意識を変えた。

工夫をしている絵美さん。一昨年は1つのハウスに3畝栽培していたスナップエンドウは4畝に増やした。ブロッコリーを生産していたが生活スタイルにあわず、冬キャベツに変更した。自分が消費者に届けるものに責任を持ちたいとキャベツの育苗にも挑戦。苗を育てることで、自分の土壌にあうものを作ることができ、虫がつきにくい苗ができた。また、収穫する楽しさに加えて育てる楽しさも加わったという。レタスの品質にもこだわりの持つて出荷。織細で品質がすぐにあらわれる作物。3年前まで段ボールに裸で入れて出荷していたが、ラップ包装に変更。この2年でキレイに巻いて出荷できるようになり、等級分けもスムーズにできるようになった。今年3月に新たにハウス1棟を建てた。どのように活用しようか考えることが楽し



父・博さんと一緒に作業する絵美さん

今年は新たにハウス1棟増やし生産を拡大
創意工夫で農業に邁進



移動金融店舗 運行スケジュール

曜日	2024 年 6 月	午前	午後
		10:00～11:30	13:00～14:30
火	4・11・18・25	旧清和支店 (君津市西栗倉 115)	自然休養村管理センター (君津市大岩 286)
水	5・12・19・26	旧富津支店 (富津市富津 1470)	
木	6・13・20・27	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。



編集室の声

最近のヒヤリ・ハット。カメラを持って田んぼの畦を歩いていたら、足をとられてカメラを田んぼに植えるところでした…。この硬さなら大丈夫だろうという思い込みが原因です。農業も慣れているからこそ、確認を怠ってはいませんか？農業事故ゼロを目指して、安全対策講習会を開催します。ぜひご参加ください。また、農業を安全に使用するためのチェックリストを紹介しました。日頃の農業使用の見直しにご活用ください！



桐ヶ谷