

いつまでも地域と共に歩みたい

JA長生

ながいき  なかま

ちょうせい

www.ja-chosei.or.jp/



ネギが
大好きだ！

高木美保氏講演
JA長生教育文化セミナー

29年産米を振り返る
米集荷実績





平成25年に就農した古川友紀さん。家は水稲を栽培する兼業農家でしたが、農業経営の道を選びネギ栽培を始めました。現在はネギ50a、水稲2.5haを作付けしています。

探求心があり、ネギの新しい品種は出来る限り導入するようにしています。普段一人での作業が多いことから、自分の圃場に適し、効率的に管理できる品種を模索中です。



農業 ばんざい

自分が支えてもらったように
新規就農者をサポート
できるようになりたい



茂原市在住 古川 友紀さん
ふるかわ ともり

自然環境によって生育が左右されてしまう農業の大変さも痛感しており、ベテラン農家の方など多くの意見をもらいながら、農業所得の安定を図るためにネギの規模拡大、米の収量増に向けて取り組んでいます。

古川さんは作業のなかでスマートフォンを活用し、教わった知識を書きとめたり、ネギの写真を撮り溜め

たりするなど、いつでも見返すことができるようにしています。「自分がたくさんの方たちに支えてもらっているように、将来的に新規就農者をサポートできるようにしたい」と語ってくれました。『長生ねぎ』の知名度向上に貢献するため、知識・技術の向上を図り、活気があり将来性の見える農業を目指して日々奮闘しています。

目次

農業ばんざい	2
ながいきキッズ	3
あくていぶエイジ	3
とれたてニュース	4
みみよりあぐり情報	6
みんなの広場・なんでも掲示板	8
インフォメーション	12
編集部Diary	15
おいしく食べよう！ ながいきレシピ（サトイモ）	16





茂原市在住 齋藤 陽人くん(5歳7か月)・美海ちゃん(1歳3か月)



頑張り屋さんの陽人くんと 食いしん坊の美海ちゃん

今回は茂原市にお住まいの、齋藤さんのお宅から陽人くん、美海ちゃんの仲良し兄弟を紹介します。

お兄ちゃんの陽人くん、太陽のようにみんなを明るく照らす子になってほしいとお母さんが名付けてくれました

た。そして妹の美海ちゃんは、海のように美しく育ってほしいとお祖母ちゃんが名付けてくれました。

二人とも好きな食べ物はいちごで、ケーキの中のいちごをいつも取り合っでしてしまうほど大好きです。美海ちゃんはお飯もたくさん食べる食いしん坊で、食べても食べても欲しがる女の子。上手に歩けるようになったので、これからはもういっぱい食べていっぱい動いて元気に遊んでほしいです。

そして陽人くんは、普段はちよっぴり怖がりです。泣き虫だけど、いっぱい練習をして運動会の組体操で一番上になりました。とっても頑張り屋さんな陽人くん、将来は大好きな仮面ライダービルドになるのが夢だと教えてくれました。

そんな二人にお父さんとお母さんは「いつまでも元気で健康でいてほしい」と話してくれました。今日も齋藤さんのお宅からは、陽人くん、美海ちゃんの元気な笑い声が聞こえてきます。



長南町在住 石井 壽人さん(76歳)
智恵子さん(70歳)

お互いを思いやり、 互いに感謝すること

Q. お二人のなれそめは？

夫：友人の紹介で付き合い始めました。

Q. 夫婦円満の秘訣は？

夫・妻：お互いを思いやり、互いに感謝すること

Q. 生活信条をお聞かせください

夫：仕事を娛(たの)しみ家族の和樂を計ること。

妻：自分もうれしく他の人にも気持ちよくすること。

Q. 今、興味を持っておられることを教えてください

夫：家庭菜園での野菜づくり。
妻：日常生活を楽しく豊かに過ごすこと。

Q. 一番思い出に残る旅行を教えてください

夫・妻：子供たち4家族が揃い、総勢14人で行った房州旅行。

9月18日
スプレーストック
八重鑑別

スプレーストックを育てるながいき花倶楽部は、J A長生野菜育苗センターで八重鑑別を行い、生産者、J A担当者など8人が参加しました。

この日は約1万4千株を鑑別。出荷物の高品質化を図るため、二重咲きの苗や生育の遅い苗を、1本1本ピンセットで間引きました。

八重鑑別は、播種後7日頃と15日頃の2回に分けて行い、苗を3本から2本、1本へと間引きます。早いもので12月から出荷が始まる予定です。



慎重に苗を見定める生産者

9月19日
共済コンクール開催

提案力の強化やお客様満足度の向上を目的に、J A長生共済部は「スマイルサポーター・L Aコンクール」を本所で開催し、各支所担当者17人が出場しました。

スマイルサポーター部門、L A（ライフアドバイザー）部門に分かれ、共済の仕組み・契約内容の熟知度や説明力などをロールプレイング形式で競った結果、スマイルサポーター部門では最優秀賞に夕部和貴（陸沢支所）、優秀賞に吉



丁寧な説明を心掛ける職員

9月20日
抑制期トマト立毛共進会

生産者の生産意欲高揚、地域農業の発展に寄与することを目的に、J A長生はグリーンウェーブ長生で、抑制期トマトの立毛共進会を開催しました。

県農林総合研究センター、長生農業事務所、行政、J A全農ちばなど9人の審査員が3圃場を審査。トマトの生育状況や食味などの7項目を審査し、最優秀賞に長島定雄さん（白子町）が輝きました。

本年は7月の猛暑、8月以降の曇雨天の影響が心配されましたが、審査員は「どの圃場もよく管理されており、生産者の技術の高さを再確認した」と講評しました。



1圃場ずつ厳正に審査

9月26日
抑制キュウリ立毛共進会

J A長生は、抑制キュウリの立毛共進会をグリーンウェーブ長生で開催しました。県農林総合研究センター、長生農業事務所、行政、J A全農ちばなど7名の審査員が、5圃場を審査しました。

生育、着果、果形などの5項目を審査し、最優秀賞に吉野主税さん（二宮町）が輝きました。審査員は「定植後の天候不順から病害虫の発生が心配されたが、管理が徹底されており甲乙つけがたい審査となった。現在の管理を継続し、最後までしっかりと収穫できるよう頑張ってください」と講評しました。



甲乙つけがたく審査は難航しました

9月
26日

JICA研修員来所

「2017年JICA農業普及企画管理者研修」として、13名の研修員がグリーンウェブ長生に訪れました。

途上国の多くは農業が基幹産業であり、農業普及の役割は極めて大きいものです。普及体制の整備などが求められる中で、日本の農業協同組合や各地域の事情に応じた取り組みを学ぶことで、自国農業者の抱える問題を的確に把握し有益かつ実用的な農業改良普及サービスを提供できる普及員の育成を目的に、研修が開催されました。JA職員からJAの概要や業務内容などの説明があり、研修員たちは熱心にメモを取っていました。



あいさつする河野豊代表理事組合長

9月
29日

豊田小児童が脱穀を体験

茂原市立豊田小学校の5年生42人が、昔の農具を使った脱穀を体験しました。「チャレンジ稲作」と題した授業の一環で、地元農家の「田んぼの先生」協力のもと田植えから体験しています。

今回使用した農具は、千歯扱き、足踏式脱穀機、唐箕の3つです。現在のように機械化が進んでいなかった頃の農業を体験し、その大変さ、当時の知恵を学ぶことができました。

11月には収穫祭として、田んぼの先生を招いて試食会を開くとともに、これまで米作りについて学んできたことをみんなで発表します。



千歯扱きでの脱穀の様子

9月
29日

訪問介護員が 救急講習を受講

JA長生福祉センターの訪問介護員は、茂原市中央消防署の指導のもと、1時間の救急講習を行いました。

私達が生活する中で、病気やケガ等不慮の事故は、時間や場所に関係なく突然起こります。そんなとき、救急車が到着するまでの間に胸骨圧迫や人工呼吸等の適切な処置をすることが出来れば、尊い命を救うことにつながります。

救急講習では3班に分かれ、マネキンを使用して人工呼吸やAEDなどの一次救命処置の手順を、一人一人実践しながら学びました。



胸骨圧迫を実践する訪問介護員

10月
6日

水稻種子粉の下見会

長南町種子生産組合は、生産者、長生農業事務所、JA長生農産物検査員など約20人出席のもと、長南支所で水稻種子粉の下見会を開催しました。

下見会は種子粉の発芽試験前の検査で、検査員は「コシヒカリ」「ふさおとめ」「ふさのもち」の3品種を検査しました。生産者が見守るなか、サンプルの病気や汚れ、形質などを確認しA～Cのランクをつけていきました。

検査員は「病気が少なく、品質の良いものができている」と講評しました。



入念な検査が行われました

米集荷実績

9月15日現在の千葉県の10a当たり予想収量は544kgで、前年に比べて5kgの減少が見込まれます。また、作柄表示地帯別の10a当たり予想収量は、京葉で524kg、九十九里で561kg、南房総で528kgが見込まれ、作況指数は、京葉で100、九十九里で100、南房総で102の見込みです。

JA長生管内の状況としては、本年産は8月上旬の日照不足の影響から「コシヒカリ」に不稔が散見され、くず米の発生が見られました。9月28日現在の集荷実績は、155,234俵(契約数量対比96.2%)の集荷数で、等級別内訳は1等97.3%、2等2.7%です。2等以下の格付け理由としては、着色粒(カメ虫等による被害粒)が目立ちました。新規需要米につきましては、米粉用米765俵、政府備蓄米11,091俵、飼料用米1,876tを集荷しました。

平成29年産米集荷状況(9月28日現在)

うるち米 (単位:俵)

地区	契約数量	集荷実績	率(%)
一宮	10,061	11,368	112.9
睦沢	13,919	12,623	90.6
高根	28,039	25,748	91.8
白子	24,160	22,906	94.8
日吉	11,213	10,221	91.1
長南	21,227	21,660	102.0
本納	21,886	19,809	90.5
東郷	10,265	9,758	95.0
茂原	20,538	21,139	102.9
合計	161,309	155,234	96.2

〈過去九十九里地区作況指数〉

	全国 作況指数	九十九里 作況指数	10a収量
平成24年	102	104	573kg
平成25年	102	104	573kg
平成26年	101	104	576kg
平成27年	100	101	554kg
平成28年	103	103	569kg
平成29年	100	100	561kg見込

※参考「平成29年産水稻の作付面積及び9月15日現在における作柄概況(関東農政局管内)」9月29日公表の補足資料

いつでもどこでも、みんなのJA

知って納得JA —協同組合の力—

Q JAはなぜ銀行や保険会社のような事業をしているの?

A 信用・共済事業を通じて、組合員の営農とくらしを守り、より豊かにするためです。

協同組合のルーツの一つは信用・共済事業です。特に農村では、地域の人々がお金や米を出し合って積み立て、そこから困った人がお金を借りたり、災害に遭われた人にお金や米を援助したりするなどの仕組みが、草の根的につくられてきました。こうした地域の「相互扶助」の仕組みが、信用・共済事業として発展してきました。

JAの信用事業は、組合員間で資金を積み立てて融通し合うので「相互金融」と呼ばれ、組合員の営農やくらしに役立てられています。

JAの共済事業は、互いを信じ救い合う「相互扶助」の精神の下で行う非営利事業です。組合員のくらしを守るため、「ひと」「いえ」「くるま」などの保障を充実させています。

(監修=広島大学 助教 小林元)

「協同の精神」に基づいて行われる JAの信用・共済事業



耕そう、大地と地域のまらい。

はたけの話

肥料の基礎



おいしい野菜、美しい花を育てるためには、優れた性質を持つ土が必要不可欠です。肥料を上手に組み合わせることで、栄養バランスを改善できます。

そこで今回は、肥料の基礎についてお話しします。

■肥料に含まれる要素

植物に必要な養分のうち最も重要なのが、チッソ・リン酸・カリの三要素です。これに加え、カルシウム（石灰）、マグネシウム（苦土）の五要素は特に植物の要求量が多い「必須元素」であるため、肥料で補う必要があります。あらかじめ土壌診断をして、足りない分だけ補えば、肥料に無駄がありません。

■肥料の特性に基づく分類

①速効性肥料

効果がすぐに現れる肥料で、水溶性の化成肥料や液肥が該当します。元肥よりも追肥に向いています。

②緩効性肥料

有効成分が徐々に溶け出し、効果が

が長期間続く化成肥料です。元肥に使われています。

③有機質肥料

魚かす、油かす等、動植物質を原料とする肥料です。少しずつ分解されて有効成分が溶け出すため、効果がゆっくり現れます。

■施肥方法

①表面施肥

作土の表面に肥料を散布する方法です。追肥で使われます。肥料成分を根に確実に届けるために、かん水が必要です。

②全層施肥

作土層全体に肥料を混和する方法で、元肥で使われます。

③作条施肥

畝に沿って肥料をまく方法です。根から距離をとることで、肥料を効かせるタイミングを調節することができま

す。肥料はいわば「作物の主食」です。作物の生育状態に合ったものを、適切に使いましょ



お米で健康

便秘解消にヨーグルトよりご飯食

管理栄養士・雑穀料理家・柴田真希

寒くなってくると、冷えが原因の便秘が増えるといわれています。便秘予防にヨーグルトを食べるという方法もありますが、朝から冷えた体に冷たいヨーグルトを食べると余計に体を冷やして改善につながらないこともあります。ヨーグルトには乳酸菌が含まれていてこれが腸内環境を整えてくれるのですが、乳酸菌はヨーグルトだけに含まれているものではありません。

例えば、調味料のみそ。みそ汁の他、さまざまな料理に利用されますが、みそは大豆を米や麦などのこうじを使い、発酵させて造るので、乳酸菌が含まれています。ダイコンやキュウリなどをぬか床に入れて発酵させて作るぬか漬けなどのお漬物にも含まれています。

ヨーグルトのような動物性乳酸菌に比べ、みそや納豆、ぬか漬けのような植物性乳酸菌は酸に強く生きたまま腸に届くのが特徴です。腸内の生存率も植物性乳酸菌は動物性乳酸菌の10倍ともいわれています。効果としては、便秘の改善だけでなく、免疫活性作用、発がん性物質の排出・分解、病原菌感染の予防などが挙げられます。

そしてこの効果を上げてくれるのが、ご飯や野菜などに含まれるオリゴ糖。乳酸菌の餌となり、腸内フローラ構成を健康的なバランスに改善し維持する効果が期待できます。

納豆も納豆菌で作られる発酵食品で便秘などの改善に役立ちます。まさに朝食でご飯、野菜たっぷりのみそ汁、納豆、ぬか漬けといったシンブルな和食はおなかの調子を整えてくれるのです。

そして、パンに牛乳、ヨーグルト、サラダのような洋食よりも和食の朝ご飯の方が食べた後、体が温まりそうですよね。朝は和食にすることで便秘と冷えを改善し、この冬を乗り切りましょ



クラスメイト

●月×日○
れ直 なちゃん
は日

今月は長生地区の小学生の皆さんに作品を作成していただきました。
今回ご紹介するのは、その中から選考した優秀作品です。

栗田実風
火風
山林

高根小学校6年 栗田 実風さん

六年
橋本環
の
実秋

八積小学校6年 橋本 環さん

六年
平川翔
若葉

一松小学校6年 平川 翔さん

作品は11月30日(木)まで高根支所に展示しておりますので、
皆さんぜひご覧ください。

農村の文芸

第496回

【俳句】

西空より投網撃ったか鱗雲

睦沢 中村 正芳

かまきりの子払へば小さな鎌を上げ

睦沢 加藤 秀子

綾取や童心に返るは手の運動

長南 曾根 久子

小春日和夕日に映える山並みが

茂原 今田 秀子

木賊増え庭のかた隅賑々し

茂原 高橋 良昌

青空に紅葉輝く行楽日

茂原 大塚 典枝

謳歌して夜毎競いし虫時雨

長生 斎木ひろみ

メールだけ孫との会話今はなき

長南 中村 久

絵葉書の余白に秋の旅便り

長南 吉野 正一

木屋の匂ひ届けや梵天に

長南 山形 文一

今年も赤い羽付けてボランティア

長生 長谷川 弘

庭端に野菜を植えて秋畑

長南 矢代 宇仙

【短歌】

人生の生味期限は切れたけど

余生かみしめ静かに渡る

一宮 横山美恵子

ひと夏にアメリカ芙蓉二度咲きて

庭から見える地球温暖化

茂原 山田 信子

今年こそカナリアナスを飾ろうと

手間隙かけて今花盛り

白子 萬崎智津子

百歳のオリンピック迄がんばると

姉の云葉に生きる力を

白子 川村 節子



生活のひとこまや農業にまつわる情景などで一句詠んでみませんか？

※ハガキに住所・氏名・電話番号を明記の上、

〒297-8577 茂原市高師1153

JA長生企画部企画課「農村の文芸係」

までお寄せください。

※作品には必ず仮名をふり、毎月10日必着

でお願いいたします。

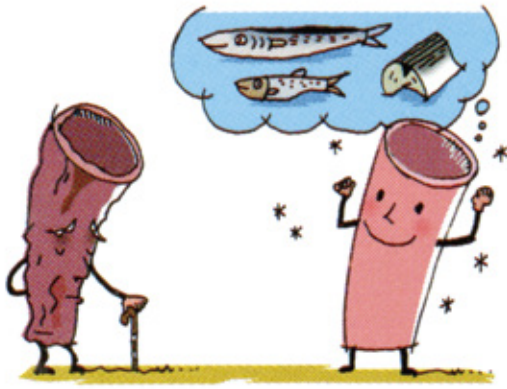
※到着順に掲載しています。
※スペースの関係上、掲載されない場合がございます。
※あらかじめご了承ください。

血管の老化とその予防

血管の老化というのは、主に動脈硬化のことをいいます。誰でも年を取ると動脈硬化が進んでいきますが、ただ加齢だけでなく、生活習慣や病気が深く関係しています。

動脈硬化が起きた場所では、血管の内膜が傷つきやすくなり、傷が付くと、その傷をふさぐために血栓（血液の塊）ができやすくなります。この血栓が血管に詰まったり、剥がれて血流に乗って別の場所の血管に詰まったりすると、深刻な病気を引き起こします。

例えば、心臓の血管（冠動脈）で詰まれば心筋梗塞を、脳の血管で詰



まれば脳梗塞を発症するのです。

動脈硬化を起こしやすい人は、脂質異常症（血清コレステロールが高い人）、高血圧、糖尿病、内臓脂肪型肥満、喫煙している人などが代表的です。

血管の老化を予防するには、具体的にいうと脂質を取るときに、牛ばら肉や鶏皮、ベーコン、バターなどに多く含まれている飽和脂肪酸、悪玉（LDL）コレステロールの取り過ぎに注意することです。

一方、積極的に取りたい脂質は、魚の脂に含まれている不飽和脂肪酸です。不飽和脂肪酸は血栓の出来にくくしたり、中性脂肪を減らしたり、血圧を下げる効果があります。

魚の中でも特にサンマやイワシ、サバなどの青背の魚には、血栓の出来にくくする不飽和脂肪酸が多く含まれているといわれています。

その他、大事なこととしては、食べ過ぎによる肥満にも注意が必要です。内臓脂肪型肥満の人は、そうでない人に比べて、脳梗塞を起こす確率は1.6倍、心筋梗塞を起こす確率は2倍に増えたという実例があります。食生活の見直しが重要です。

11月の運勢

モナ・カサンドラ



牡羊座

全体運 素直になれず、つまらない意地を張りがち。言い過ぎた場合、すぐに謝って。水音を聴くとリラックスできそう
健康運 過激なダイエットは厳禁。無理は避けて
幸運を呼ぶ食べ物 エリンギ

獅子座

全体運 他人に干渉してもめやすい月。親切のつもりで、おせっかいを焼かないよう。ご用心。開運には趣味を満喫して
健康運 軽く体を動かせば、体調に好影響あり
幸運を呼ぶ食べ物 シシャモ

射手座

全体運 優しさをアピールすれば自然と人気運が上向く気配。持ち前の面倒見の良さを前面に出して。掃除もお勧め
健康運 比較的穏やか。適度な体操を忘れずに
幸運を呼ぶ食べ物 フグ

牡牛座

全体運 優柔不断になりやすい傾向が。迷ったときは信頼できる人に助言を求めてみて。気力上昇にはアートに触れると◎
健康運 胃腸が弱く気味。暴飲暴食は控えること
幸運を呼ぶ食べ物 ギンナン

乙女座

全体運 コミュニケーション運が華やぐ兆し。新しいタイプの友人ができるはず。新装開店ショップにも幸運がある予感
健康運 体重増が気になる時期。自己節制が必須
幸運を呼ぶ食べ物 カブ

山羊座

全体運 1人でのいるより、気の合う仲間たちと行動した方がつきに恵まれそう。旅行や飲み会の誘いには気軽に応じて
健康運 ストレスを感じやすいかも。気分転換を
幸運を呼ぶ食べ物 ニンジン

双子座

全体運 神経質になり、周囲の悪い部分ばかり目に付く暗示。文句は控え、見守る気持ちを大切に。薬草茶がラッキー
健康運 おおむね順調。運動に励み、リフレッシュを
幸運を呼ぶ食べ物 サンショウ

天秤座

全体運 興味のあることに意識を向けると、うれしい発見があるかも。気になっていた趣味や習い事を始めるのも大賛成
健康運 疲れを感じやすいよう。しっかり休息を
幸運を呼ぶ食べ物 シイタケ

水瓶座

全体運 できる人と比べ、何かと落ち込みやすいかもしれません。「人は人」と割り切って。柔軟な発想が好運の鍵に
健康運 動くことで体力上昇。元気に過ごせます
幸運を呼ぶ食べ物 ハクサイ

蟹座

全体運 積極性が高まり、リーダー役を任される機会が増えるかも。意欲的に引き受けて。面倒見の良さを発揮すると吉
健康運 健康への過信は禁物。さちんとケアして
幸運を呼ぶ食べ物 ゴボウ

蠍座

全体運 末体験ジャンルに挑戦するのに向いています。知らない世界でも果敢にぶつかってみて。リベンジも成功しそう
健康運 食事リズムが乱れがち。調整を心掛けて
幸運を呼ぶ食べ物 カリン

魚座

全体運 アクティブに活動できる好調期。守りより、攻めの姿勢でガンガン動いてみて。思い切った行動にチャンスあり
健康運 運動不足になりやすい。歩くと好変化大
幸運を呼ぶ食べ物 柿

女性部NOW

手帳カバー作りに参加して

稲刈りも終わりさわやかな小春日和のなか、9月15日に行われたJA長生女性部短期大学校第6回講座は、パンチング生地を使用したJA女性手帳カバー作りです。

赤・茶・ブルー・ピンク・ベージュ、色とりどりの生地と刺繍（ししゅう）糸。やはり胸ときめき学生時代に限り、賑やかにそして思っていたより作るのは易しく、ステキなカバーができました。余った生地でペン

入れを作ったり、クロスステッチでインシヤルを入れたり、皆さんそれぞれ

楽しんでいました。

私は目下の愛読書、曾野綾子さんの「老いの才覚」のブックカバーを作りました。真紅の生地で心も明るく読書が楽しめそうです。

ご指導くださいました女性部員の皆さま、ありがとうございました。本当に楽しいひと時でした。

長柄支部



JA長生女性部短期大学校OB会視察研修

10月12日に開かれた視察研修に、81名が参加しました。

最初に到着したのは、JAよこすか葉山農産物直売所「すかなごっこ」です。こちらの農産物直売所は、明るい店内に、品種と数量も豊富に取り揃えられており、大変賑わっていました。

次に「YOKOSUKA軍港めぐり」に乗船しました。天気も良く参加者全員で乗船を楽しみました。

昼食はメルキュールホテル横須賀まで移動し、美味しい料理を堪能し帰路につきました。参加者の親睦も深まり楽しい1日を過ごしました。





地域の皆さんに感謝を込めて



ふれあい感謝祭

長柄地区、白子地区、睦沢地区

10月1日(日)

長柄地区



地元の農産物の販売



大盛況の秋田県民会館



秋田県民会館の皆さん



ヨーヨーやかくしで夢中な子供たち

10月7日(土)

白子地区



創作和太鼓集団 太鼓隊「楽」の皆さん



河野豊代表理事組合長(左)と
河野一地区運営委員長(右)の
鳥の合つて踊つき



あまーい綿あめも大人気



雨の中はさんの方にあつたにきました

10月8日(日)

睦沢地区



上之郷子集の太鼓演奏

浦歌歌手さんみささんの歌声にうっとり



行きのでまふまふコーナー



女性部は手作り成るばななど販売

11月開催 ふれあい感謝祭のご案内

豊田・茂原地区 日時:11月12日(日) 9:00~14:00
会場:JA長生 本所 ※11日出より変更となりました
長南地区 日時:11月18日(土) 9:30~14:00
会場:JA長生 長南支所



皆さまのご来場を心よりお待ちしております。

※詳細は折込チラシ、JA長生ホームページ(<http://www.ja-chosei.or.jp/>)等でお知らせいたします。

法律・ローン・年金相談会のお知らせ

11月は、下記の日程で各相談会を開催いたします。

	日 時	会 場	お問い合わせ
法律相談会	11月 9日(木)14:00～16:00	JA長生本所	本所金融部融資課 TEL:24-5120
ローン相談会	11月12日(日) 9:00～16:00		
年金相談会	11月12日(日) 9:00～16:00	JA長生 日吉支所	日吉支所 TEL:35-2005
	11月26日(日) 9:00～16:00	JA長生 長南支所	長南支所 TEL:46-1223

大型直売所オープンに向けた生産者募集のお知らせ

JA長生では現在、大型直売所のオープンに向けて協議を重ねています。それに伴い、丹精込めて育てた野菜や果物を出荷していただける方を募集しています。今後、出荷方法に関する説明会等開催予定ですので、決定次第ご案内いたします。お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ:農産園芸部 TEL:24-5114

ホームページ:<https://www.ja-chosei.or.jp/inquiry/> (JA長生お問い合わせページ)

※ホームページからお問い合わせの場合「直売所生産者募集係まで」と記入してください。

千葉県最低賃金改正のお知らせ

「千葉県最低賃金」が平成29年10月1日から時間額868円(従来の842円から26円引き上げ)に改正されました。

詳しくは、千葉労働局労働基準部賃金室(Tel 043-221-2328)、または最寄りの労働基準監督署へお問い合わせください。

24時間テレフォンサービス TEL:043-221-4700

千葉労働局ホームページ <http://chiba-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/>

人事異動のお知らせ(平成29年10月1日発令)

- 組織改善推進室室長 花崎正美(本納支所支所長)
- 金融部部长兼資金運用課長事務取扱 日吉正基(金融部次長兼資金運用課長事務取扱)
- 共済部部长兼普及一課長事務取扱兼普及二課長事務取扱 白井浩哉(共済部部长兼普及一課長事務取扱)
- 高根支所審査役(部長待遇)兼指導経済課長事務取扱 鶴岡喜美雄(長南支所支所長)
- 白子支所支所長 永野善昭(長南支所指導経済課長)
- 白子支所審査役(部長待遇)兼金融共済課事務取扱 田中和弘(白子支所支所長)
- 長南支所支所長 斉藤貞幸(金融部部长)
- 本納支所支所長 佐久間繁英(茂原支所支所長)
- 茂原支所支所長 米倉修(金融部次長兼金融課長事務取扱)

今シーズンのおすすめ商品



エコープ 米こうじの甘酒

お米と米こうじから作った甘酒には、お米の糖が含まれるほか、ビタミン類やアミノ酸類が含まれており、栄養補給に適しています。寒い時期は体調を崩しやすく、食欲が減退することもあります。そんなときにはあたたかい甘酒を飲んで、体に活力をつけましょう!

- ◆特徴・100%国産の米を使用しています。・アルコール分は入っておりません。
・お米の甘みで、砂糖は使用しておりません。

簡単甘酒レシピ

きな粉と黒糖 de 甘酒

材料 A米こうじの甘酒…1缶(125ml)

黒糖…1片 きな粉…適量 水(お湯)…大さじ1杯

①黒糖を細かく砕いて、水に溶かし、甘酒とよく混ぜます。

②きな粉をお好みの量をかけてできあがりです。



お問い合わせは各支所指導経済課まで

第8回

JA長生教育文化セミナー

日 時:平成29年11月25日(土) 13:00~16:30(受付12:00~)

会 場:長生村文化会館(長生郡長生村岩沼2119)



写真(右) 鶴島穂希

JA長生は、事業の総合力・人・組織・地域づくり機能を発揮し、次世代とのつながりと地域の皆さまとの結集により、地域の活性化に向けて取り組んでいることから、教育文化セミナーは欠かすことのできない活動であり、地域の皆さまとJA役職員が一堂に会し研修することで、今日的意義と役割について認識を統一し、深めることを目的に本セミナーを開催します。

高木 美保 氏が語る 「命を感じる暮らし」

講演 15:00~

■プロフィール

1962年7月29日東京都葛飾区生まれ。
1984年映画「Wの悲劇」でデビュー後、ドラマ「華の嵐」の主役をはじめ、NHK大河ドラマ等に出演。
またバラエティー番組にも挑戦し、お茶の間の人気者となる。
1998年11月、自然と共にある生活を求めて、栃木県那須高原に住まいを移し農業に取り組む。
現在は芸能活動のみならず、講演や執筆業など幅広い活動を展開。
テレビ朝日「羽鳥慎一モーニングショー」(木曜日)ほか出演中。

田宮 和史郎 氏(日本農業新聞論説委員室長) 講演 「グローバル化への備え」~農業とJAが輝くためにやるべきこと~ 13:30~
(情勢により演題が変更となります)

参加費:無料 応募締切:定員になり次第締切とさせていただきます。

お問い合わせ・お申し込み

一宮支所 tel.0475-42-3700 高根支所 tel.0475-32-2216 日吉支所 tel.0475-35-2005 本納支所 tel.0475-34-2233 茂原支所 tel.0475-24-5118
睦沢支所 tel.0475-44-1231 白子支所 tel.0475-33-2141 長南支所 tel.0475-46-1223 東郷支所 tel.0475-23-8181 本所 企画部 tel.0475-24-5111

冬得キャンペーン 2017 平成29年11/1^水~12/29^金

キャンペーン 定期貯金

新たなご資金で
キャンペーン定期を30万円以上
お預入れいただいた方



期間1年・3年以上

組合員の方
店頭表示
金利の

10倍

組合員以外の方は

期間1年・3年以上:店頭表示金利の5倍

組合員加入については出資が必要となります。
詳しくは窓口までお問い合わせください。

農家の方でなくても組合員になります。

なお、金利情勢によって金利は変更となる場合があります。



期間中、
キャンペーン定期貯金を
ご契約いただいたお客さま、
先着1,000名様に

JAバンクオリジナル



レジかご用バッグ
をプレゼント!

＜商品概要＞ ◆貯金の種類:預入期間1年・3年以上の定期貯金 ◆お預入金額:30万円以上 ◆適用金利:1年定期貯金の店頭表示金利×10倍(組合員以外の方は5倍)・3年以上定期貯金の店頭表示金利×10倍(組合員以外の方は5倍)(いずれも初回満期日以降は店頭表示金利が適用されます。) ◆お取扱対象:個人の方に限ります。 ◆対象資金:新たなご資金に限り、期間中に現金(小切手)・振込み等によりお預入れされたご資金です(既に当JAにお預入れの定期貯金等の満期資金、ご解約資金等によるお預替金は対象外)。 ◆中途解約:期限前の解約はできません。やむを得ず解約された場合は所定の中途解約利率が適用されます。 ◆上記内容は取扱いJAによって異なる場合があります。

平成28年10月1日より、マネー・ローンダリング対策強化のため金融機関の窓口などでの取引時の確認方法が変更されました。顔写真の無い本人確認書類(健康保険証、年金手帳等)を金融機関に提示する場合、次の確認が必要となります。【健康保険証等の提示+別の本人確認書類(住民票の写し等)の提示、または現住所の記載がある公共料金の領収書等の提示など】

JA長生ホール やすらぎ 安心と信頼 JAの葬祭

葬儀・葬祭のことならJA長生にお任せください。



受付できるもの

ひな人形・五月人形・市松人形・
フランス人形 など
人形全般
ぬいぐるみ・こけしなど顔の
あるもの
※ガラス・アクリルケース・飾り棚などは
お預かりできません。
あらかじめガラスケースなどから出して
ご持参ください。

大切に生きてきたお人形に、
感謝の気持ちを込めて
大切にしていって真心がこもった
人形には魂が宿ると昔から
言われております。
物言わぬお人形たちですが、
家族の一員として共に寄り添い、
様々な場面で子供の成長を
見守ってくれました。

人形供養

思い出のある人形・ぬいぐるみ・こけしにお経を唱えご供養いたします。

ご供養料
1体 200円

平成29年 11月12日(日) 午後2時
受付時間 午前9時30分～午後1時

会場

JA長生ホール やすらぎ
千葉県長生郡長生村七井土1452

まかせて安心 JAの葬祭

真心込めて、お手伝いさせていただきます。
ご一報いただければ、係りの者をご自宅まで
お伺いいたします。

24時間
年中無休
受付

JA長生セレモニーサービスセンター

TEL0475-32-2383

住所 長生郡長生村七井土1452

JAの葬祭業務のご案内

病院から自宅までご遺体の搬送・霊柩寝台車の手配・葬儀一式・花環・生花・盛籠・仕出し料理・斎場、会場の手配・ギフト・法事等のご相談もお受けいたします。

JA長生では、下記民間斎場とも業務提携しており、当JAセレモニーサービスセンター、または最寄りの各支所指導経済課へご連絡いただければ、安心のJAプラン価格でご利用いただけます。

ご利用いただける斎場 (株)アスカ 茂原法輪閣 長生法輪閣 メモリアルホール六ツ野 本納法輪閣 白子法輪閣
(株)プレア プレア茂原ホール

一宮支所 tel.0475-42-3700

睦沢支所 tel.0475-44-1231

高根支所 tel.0475-32-2216

白子支所 tel.0475-33-2141

日吉支所 tel.0475-35-2005

長南支所 tel.0475-46-1223

本納支所 tel.0475-34-2233

東郷支所 tel.0475-23-8181

茂原支所 tel.0475-24-5118

一宮支所指導経済課 tel.0475-42-4343

茂原支所指導経済課 tel.0475-24-5170

10月から11月にかけて、各支所でふれあい感謝祭が開催されています。ななちゃんもたくさんの人とふれあって、友達が増えました〜♪（ふれあい感謝祭の内容は11ページをご覧ください。）



福祉センター通信

インフルエンザに注意!!

季節も変わり、だんだんと肌寒くなってきました。毎年、季節が変わる頃にインフルエンザに感染する方も多いと思います。インフルエンザの感染には気をつけましょう。

インフルエンザの予防に最も有効な対策はワクチンの接種です。インフルエンザが流行してからではワクチンの製造、検定に時間がかかるので間に合いません。その年の冬にどんなタイプのインフルエンザが流行するかは家畜のウイルスを調べて推測し、流行期に間に合うようにワクチンの製造をします。しかし、推定したウイルスが必ず流行するとは限らず、予想が外れる事もあります。その為、せっかく接種したワクチンが無駄になることもありますし、効果のないワクチンを注射して副作用がでることもあります。

最近、副作用を恐れるあまりワクチン接種を避ける傾向もみられ、その結果、老人ホームや保育園、学校などで大流行が発生し、命に関わるケースもあります。今までにインフルエンザに感染したことがある方やご自宅に赤ちゃん、おじい

ちゃん、おばあちゃんがいる方は万が一を考え、必ずワクチン接種をするように心がけましょう。

インフルエンザは空気が乾燥した冬季に流行します。一般のウイルスは生きた細胞の中でしか生存できませんが、インフルエンザウイルスは温度・湿度が低い程長時間生存し、感染する力を維持しています。インフルエンザ流行期は高温多湿を維持するとよいことになりますが、外との温度差があまり大きいのはよくありません。むしろ湿度を高く保つ方がよいといえます。家庭では洗濯物を室内で乾かしたり、加湿器を使ったりすると効果的です。しかし、加湿器の手入れが悪いとカビが発生するので、蒸したタオルを使うと同じ効果が得られます。喉が弱い方はマスク着用がおすすめです。

予防方法はいろいろありますが、ご自分の体調管理が一番大切です。十分な睡眠、休養、規則正しい生活、食事などにも心がければインフルエンザの流行期を乗り切ることができるでしょう。

■理事会だより

第2回臨時理事会を9月22日、理事27人、監事4人の出席により開催し、主に次の案件を審議し、承認されました。

- 1、不祥事再発防止策の策定について
- 2、組織規程及び同規程別表「機構図」並びに「職務権限表」の

一部変更について

- 3、平成29年度内部監査計画の変更について
報告事項
- 1、コンプライアンス委員会報告について

第9回理事会を10月11日、理事24人、監事5人の出席により開催し、主に次の案件を審議し、承認されました。

- 1、経理規程の一部変更について
- 2、出資証券のペーパーレス化について
- 3、全国監査機構千葉県監査部財務諸表等監査期中監査Ⅰ「期中改善指示書」について
- 4、貸出金の査定について
- 5、組合員の出資口数の減少について

報告事項

- 1、9月末実績報告について
- 2、第Ⅲ四半期内部監査報告について
- 3、コンプライアンス委員会報告について
- 4、平成29年度JA共済コンプライアンス点検結果について
- 5、有価証券の取得状況（9月）について
- 6、平成29年度米集荷状況について

■協同のちから

平成29年9月30日現在
（金額：消費税込み）

組 合 員 数15,655名
正10,145名
准 5,510名
販売品販売高 34億8千万円

購買品供給高30億円
貯金1,277億円
貸出金150億円
長期共済保障保有高3,636億円

休日・夜間の緊急連絡先

葬祭 葬儀の場合

JA長生セレモニーサービスセンター

0475-32-2383

病院からご自宅までご遺体を搬送、その他すべて

自動車事故 自動車事故の場合

JA共済事故受付センター

0120-258-931

24時間・365日、事故受付とアドバイスをいたします

キャッシュカード 紛失・盗難の場合

JAバンク千葉

カード紛失・盗難受付センター

043-202-1171

クミアイプロパンガス

JAあんしんセンター

0120-18-2571

高い薬効。別名「いも薬」？
この時期積極的に食べたい野菜。

サトイモ

品種によって旬が変わる里芋ですが、「土垂(どだれ)」や「えび芋」と呼ばれるものは11月～1月にかけてもっとも美味しい時期を迎えます。また縁起物として扱われる「八頭」「殿芋」といった品種は12月から1月が旬とされています。煮ころがしやみそ汁の具など、日本の食卓には昔から馴染みの深い野菜ですが、実は世界中で食べられているメジャーな食べ物です。

さて、里芋といえば独特なのがその粘り気。実はこの粘り成分は慢性気管支炎にとってもよく効くそうです。この粘り気の正体は里芋の中の炭水化物とタンパク質が結合した「ガラクトタン」というもので、それが身体の粘膜を保護することからアレルギー性の気管支炎にも有効なのだとか。さらには摩り下ろした里芋を身体に塗ると、打ち身や捻挫、神経痛を和らげる効果があるそうです。食べて効果があるだけでなく、外傷も治すなんて、素晴らしい効果を持った野菜ですね。

クリーム煮は
子供に喜ばれそう。
これからの季節にぴったり。
墨田 房江さん

普段家にある材料で
手軽に作れました。
牧野 一子さん



調理 (JA長生女性部長南支部の方々)



ゆずの香りでさっぱり

サトイモと厚揚げの田楽

材料(4人分) サトイモ…6～7個(400g)、厚揚げ…1枚、A(白みそ… $\frac{1}{2}$ カップ、ユズの搾り汁…小さじ2、ユズの皮(みじん切り)…小さじ1、だし汁…少々)

作り方

- ①サトイモは洗って耐熱皿に並べ、ラップをかける。途中で裏返し、電子レンジで計8分加熱し、皮をむいて食べやすい大きさに切る。
- ②厚揚げはペーパータオルに包んで耐熱皿にのせ、電子レンジで1分30秒加熱し、一口大に切る。
- ③Aを混ぜてユズみそを作り、だし汁でかたさを調節する。器に①と②を盛り、ユズみそをかける。

※『家の光』2006年7月号別冊付録「5・10・15分のおかず&ご飯」から 調理指導：河野雅子



冬の寒い日に
ぴったり

サトイモと 豚ヒレ肉のクリーム煮

材料(4人分) サトイモ…350g(正味)、タマネギ…1個、ニンジン…1本、豚ヒレ塊肉…300g、バター…大さじ2、コムギ粉…大さじ2、固形スープの素(チキン味)…1個、牛乳…1 $\frac{1}{2}$ カップ、塩・コショウ・薄口しょうゆ

作り方

- ①サトイモは皮をむき、1cm厚さの輪切りにし、鍋にかぶるくらいの水とともに入れ、火にかける。煮たったら弱火で5分ゆでて冷水で洗い、水けを切る。
- ②タマネギは縦4つ割りにし、横1cm幅に切り、ニンジンは7mm幅の輪切りにする。
- ③豚肉は1cm厚さに切り、塩小さじ $\frac{1}{2}$ とコショウ少々をふる。
- ④フライパンにバターを溶かし、タマネギ、豚肉、ニンジン、サトイモの順にいため、コムギ粉を加えてさらにいため、水2カップとスープの素を加えてよく混ぜて煮たてる。
- ⑤あくを取り、ふたをして10分～15分、途中混ぜながら煮て、サトイモがやわらかくなったら牛乳を加える。煮たったら塩約小さじ $\frac{1}{3}$ 、コショウ、薄口しょうゆ各少々で調味し、器に盛る。

※『家の光』2008年1月号別冊付録「お料理カレンダー-366日」から 調理指導：今泉久美