

ながいき  なかま

ちょうせい

www.ja-chosei.or.jp/



お客様に喜ばれる
野菜づくりをめざして



新しい物事にチャレンジ

大昌アグリ株式会社の皆さん(長生村)



今回御紹介するのは、長生村で令和2年1月に設立したばかりの、大昌アグリ株式会社さんです。

大昌アグリさんは、「日本は昔農業国であったが、今現在農業は後継者不足等により、衰退の一途を歩んで来ています。農業の復活、諸外国に頼らない自国での自給自足が出来る農業を行いたいと思い、会社を設立しました。」と話してくれました。

現在、水稲20ha・施設園芸で葉物野菜等を0.1ha栽培しています。

水稲育苗には、従来栽培方法では無く「浮き楽栽培法」を採用する事により、育苗後にそのまま水耕栽培が可能となりました。

「今現在一番苦労しているのは、養液管理の難しさ!!…週1回養液分析を行い、不足分の肥料をそ



の都度補給し野菜の成長を観察しています。また、栽培期間中は農薬を使用していません。農業(水耕栽培)に関しては、初めての取組になるので、色々と問題点等は多々ある中で試行錯誤しながら、新しい物事にチャレンジして行きたいと思っています。将来的には遊休農耕地等を有効活用し、「水稲100ha・施設園芸1ha」に規模を拡大活動して行きたい」と岡本専務は語ってくれました。

そんな大昌アグリさんのレタス類は、ながいき市場のコーナーが設けられ、販売しております。是非お越しください。

目次

農業ばんざい ————— 2

ながいきキッズ ————— 3

ペット大好き! ————— 3

とれたてニュース ————— 4

みみよりあぐり情報 ————— 5

みんなの広場・なんでも掲示板 — 6

インフォメーション ————— 8

ながいき市場通信 ————— 16





仲良し兄弟♪

Q. 今、一番興味を示すもの・

夢中になっているものは何ですか？

凖太郎くん・レゴブロック

穂波くん・働く車

Q. 好きな食べ物は何ですか？

2人とも果物や自分で採った野菜が好きです。庭のいちごやみかん、畑のとうもろこし、競うようにして食べています。



長生村在住

さいとう 凖太郎くん(右)・穂波くん(左)

Q. 名づけ親はどなたですか？

両親で決めました。

凖太郎くん・凖らしい芯の強い子に育って欲しい

穂波くん・稲穂が波打つ様に、どんな風にも負けない実りある人生を送って欲しい
という願いを込めて名付けました。

Q. 最近のお子さんの状況は？

凖太郎くん・弟に色々なことを教えたり助けてあげたり、お母さんのお手伝い(料理等)をしてくれます。

穂波くん・「いやだー」を覚えて、何かにつけイヤイヤするようになりました。

Q. かわいいしぐさなど、何かおもしろいエピソードを教えてください。

お正月に凧揚げをしました。穂波がヒモを持ちたがるので持つてもらったものの、すぐに手を離して凧がフワッと飛んで行ってしまい、凖太郎が必死で走って助けに行く...ということは何度も繰り返していました。

Q. お父さん、お母さんから一言お願いします。

2人ともものびのびと元気に育ってくれてありがとう。毎日たくさん笑顔がありがとう。
たくさん食べて大きく育ってね。



かくれんぼ大好き！

Q. お名前の由来を教えてください。

孫と東京にいる三男が申し合わせたかのように同じ名前を言ったので「クロ」にしました。

Q. 好きな食べ物はなんですか？

ちゅーるとかつお節です。

Q. 好きな遊びやおもちゃを教えてください。

木のぼりやかくれんぼです。

Q. ご家族の中でペットと一番仲がいい人を教えてください。

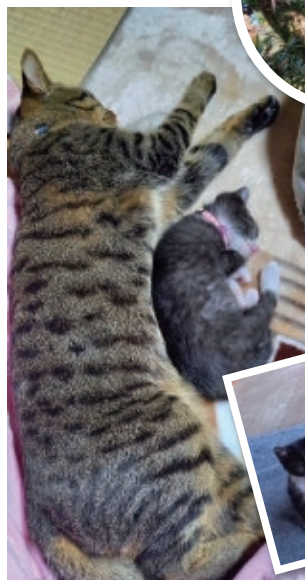
私だと思っています。ごはんやちゅーるをあげたり、かくれんぼして遊んだりしてあげるので。

Q. ペットとの思い出や面白いエピソードを教えてください。

我が家には13才の老犬がいるのですが、犬小屋の屋根から出て来るのを待つ、ちよっかいを出してみたり、犬小屋を占領したこともありました。

Q. ペットと話せたら、どんなことを聞いてみたいですか？

おだんご(生後3カ月位の子猫)の行方を聞きたいです。親子の様にしていたのですが、2カ月程前にいなくなりました。何か知っているのでは...と。



長南町 保川さん家 クロちゃん(2歳(雑種))

1月18日
女性部自家製キムチづくり

J A長生女性部一宮支部は、部員たちの親睦を深めようと一宮町のとま館において自家製キムチづくりを行いました。若手女性部メンバーのフレッシュミズ組織10名、女性部員30名での開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、女性部役員4名のみでの開催となりました。参加者は手際よく、野菜切りや調味料を混ぜ合わせ、白菜の葉1枚1枚の間に薬味を塗り込む作業などを行いました。

一宮支部では、ふれあい感謝祭など地域に根づく活動に積極的に取り組んでおりましたが2年間の活動自粛。吉野部長は「今後は新型コロナウィルスと共存していける活動に取り組んでいければ」と話しました。



キムチづくりの様子

1月29日
新・農業者フェア出展

長生農業独立支援センター協議会は、「農業に興味や関心がある」「農業を仕事にしようと考えている」という方々を支援する国内最大級の農業情報イベント「新・農業者フェア農業EXPO」にオンラインで出展しました。オンライン参加を含めて140団体が出展し、参加者は508名となりました。

今回支援センター協議会へ相談に訪れたのは、県外より11名、県内より6名、合計17名、そのうち女性の相談者が3名でした。支援センター協議会でいうことのできる具体的な就農支援相談を行い、研修を経て就農したい



オンライン面談を行う職員

という相談者が複数ありました。支援センター協議会では、今後も引き続き就農相談を行っていきます。



東京会場の様子

1月20日
葉玉ねぎ査定会
2月9日
葉玉ねぎ共進会

1月20日に、葉玉ねぎ査定会をWEBで開催しました。情勢報告や販売方針、今後の管理について協議しました。本年度は出荷量21,000ケースを目指すことを申し合わせました。

また2月9日に、白子選果場において、葉玉ねぎの共進会を開催しました。

審査員は、長生農業事務所、J A全農ちば、同J A職員ら4名で、葉の色や、荷姿の美しさなどを審査。出品された葉玉ねぎを厳正に審査した結果、最優秀賞に長島圭一さんが

選ばれました。

審査員からは「雨が少なく定植時には寒く乾燥し、栽培に苦労した年でしたが、どれも品質が良く栽培技術が高い」と講評がありました。



出荷規格を確認する様子



審査する様子



春作業を計画的に進めるために、各生育段階の温度管理を確認して、健苗育成に努めましょう。

●種子消毒の徹底

「ばか苗病」や「もみ枯細菌病」等の予防のために「ヘルシードTフロアブル」等を使用し、必ず種子消毒を行います。薬液の温度は10℃～15℃を保ちましょう。

●浸種のポイント

浸種水温は10℃～15℃とし、積算温度100℃が目安です。「ふさおとめ」「ふさこがね」は浸種期間を長く（10℃で10～14日間）してください。浸種水温が10℃未満だと、特に発芽率の低下が大きくなります。又、20℃以上になると細菌性病害の発生を助長するので注意してください。

●催芽のポイント

催芽はハト胸程度（幼芽長1mm以内）とし、育苗器や催芽器を用いて30℃で2日を目安に加温し、催芽率80

%以上としてみてください。
●播種後のポイント
播種後の温度管理は表を参考にしてください。

表：播種後の温度管理と日数の目安

日数の目安	出 芽		緑化(稚苗)	硬化(稚苗)
	加温出芽	無加温出芽		
2日	5日前後	2～4日	15～20日	
温度	30℃	20～30℃	20～25℃	5～25℃
		10～20℃	10～20℃	

●その他のポイント

①病気の予防のため、用土と育苗資材の消毒も必ず行ってください。
②温度を測定するときは、ハウス内の床土や育苗箱近くの温度を確認してください。細菌性病害の発生予防のためにも床土の温度は30℃より高くないように注意しましょう。

はたけの話

ジャガイモの植付準備



ジャガイモは煮物やカレーなど食卓でお馴染みの野菜です。栽培は簡単に家庭菜園でもチャレンジできます。春先からの植付で3ヶ月ほどの比較的短い期間で収穫ができます。

●品種

男爵、メークイン、キタアカリなど用途に応じて様々な品種があります。

●ほ場の選定と準備

そうか病、亀の甲症発生は、pH値が高いと発生しやすいため、pH5.5～6.0に調整し、連作を避け排水性の良いほ場を選びましょう。

施肥は全量基肥とし、全面散布後、耕うんします。基本的に追肥は行いません。

●施肥量の目安

10aあたり窒素成分で15kg程度、低度化成・有機配合で200kg

●種いもの準備

J Aや種苗店などでウイルス病など

に汚染されていない検査合格の種いものを使用しましょう。

入手後は早めに開封し、病害・腐敗いものを取り除いて、コンテナなどで保存します。

●種いもの消毒

黒あざ病やそうか病対策として芽が動き出す前に殺菌剤の浸漬や粉衣処理を行います。

●種いもの切断

種いものは植付ける4～5日前に3～4個の頂芽をつけて一片30g～40gを目安に縦に切ります。4～5日暖かい場所（陰干し）に置き、切り口を乾かしましょう。

●植付時期

・マルチ栽培 2月下旬～3月中旬
・露地栽培 3月～4月中旬
・生育適温 15℃～24℃

●栽植密度

・株間は25～30cm
・うね間は70～90cm
・10aあたり植付株数4000株程度

覆土は十分に行いましょう。

春のお彼岸前の植付や雑草対策としてマルチの利用も考えてみましょう。



出典：野菜ハンドブック（平成31年3月）
千葉県・千葉県農林水産技術会議発行

今月は茂原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。



二宮小学校 6年
松崎 温太さん



東郷小学校 6年
木村 颯汰さん



豊田小学校 5年
今村 智香さん

クラスメイト

●月×日(○)
はれ直ななちゃん

作品は3月1日(火)から31日(木)まで
茂原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547回

【俳句】

孫達や餅切り切りと福笑

茂原 高橋 良昌

八十路にてひ孫コイコイ恵比寿腹

長生 御園くに子

羽交締め吾子にセーター着せる朝

長南 吉野 正一

木枯らしのほどよくさらした千し大根

一宮 横山美恵子

蠟梅の庭の片すみ春を呼ぶ

長生 田辺 成子

落味噌に舌鼓打つ夕餉かな

長南 山形 文一

梅一輪受験に挑む古希超えて

長南 矢代 守仙

庭先にメジロ集ひて椿散る

茂原 中山 省吾

立春我家のねこよく眠るなり

長生 長谷川 弘

手作りのジャムのとろけて春立つ日

睦沢 葵 かける

【短歌】

初雪や我が庭園は見事なり
界限一の作りと思う

長南 三十尾光山

台畑のわずかに植ゑし大根の
首の元まで雪降り積る

長柄 三橋 博幸



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長生管理部企画課「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、意味や気持ち情景を添えて、毎月5日必着でお願いいたします。

※到着順に掲載しています。

進めよう! 国消国産

「国」民が必要とし「消」費する食料は、できるだけその「国」で生「産」



【今回のテーマ】

「国消国産」はSDGsと
どういう関係があるの?

「国消国産」をすすめることは、食料の安全
保障と持続可能な農業の促進を目標
とするSDGsの達成につながります。



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



「国」民が必要とし「消」費する食料
はできるだけその「国」で生「産」してい
く国消国産を進めることは、食料を輸入
に依存しないことにつながり、延いては、
輸送エネルギーや環境負荷を減らす
ことにもなります。

これは、SDGsのゴール2「飢餓をゼロ
に」、ゴール12「つくる責任つかう責
任」、ゴール13「気候変動に具体的な
対策を」に通じるものです。

国産農畜産物を食べて日本の農家
を応援し、国消国産を進めましょう。



精そう、大地と地域のまらい。

3月の運勢

モナ・カサンドラ



牡羊座

全体運 心の内で迷っていることの
仕分けを。延期、保留というくり
を付けるだけでも状況は改善へ。
行動力が高まります
健康運 楽しみながらできる運動が
お勧めです
幸運を呼ぶ食べ物 ミツバ

牡牛座

全体運 上旬はもたつき気味のコミュ
ニケーションも中旬には回復。手伝っ
てくれる人が現れて、遅れも取り戻せ
ます
健康運 頑張り過ぎはダウンの原
因に。休憩を挟んで
幸運を呼ぶ食べ物 イチゴ

双子座

全体運 切磋琢磨(せっさたくま)し
ながら前進するときです。対立した
ら何が最善かを考えて。上昇志向
が問題解決の鍵
健康運 ハードメニューもこなせます。
プロテインに吉
幸運を呼ぶ食べ物 春キャベツ

蟹座

全体運 渡りに船の話が舞い込み
そう。活動的なほどラッキーに巡り
合えます。セミナー参加や旅行の
計画を立てて吉
健康運 古傷が痛みやすいとき。冷
やささないよう大切に
幸運を呼ぶ食べ物 サントウサイ

獅子座

全体運 忙しくも楽しい月です。ハ
プニング要素が強く頼まれ事が増
えそう。できることは引き受けるの
が開運のコツ
健康運 肌荒れに気を付けて。クリ
ームなどでケアを
幸運を呼ぶ食べ物 ツクシ

乙女座

全体運 多忙な時期なので優先順
位を付けて動くことが大切です。
連絡は早めに。1人では難しそうな
ら助けを求めましょう
健康運 温かいハーブティーや漢方
茶でティータイムを
幸運を呼ぶ食べ物 サワラ

天秤座

全体運 上昇運です。さまざまなこ
とが明らかになってくるはず。心配
事は解消へ。悩んでいるより相談し
てみるのがベター
健康運 体力増進のチャンス。運
動量を増やして
幸運を呼ぶ食べ物 サヤエンドウ

蠍座

全体運 気後れてして活躍の機会を逃
してしまわないように。失敗は成功
の母。最初は駄目でも修正しつつ
進めれば成功へ
健康運 つまずいたりぶついたりし
ないように慎重に
幸運を呼ぶ食べ物 カラシナ

射手座

全体運 やることが山積みになりそ
う。大切なことや重要なことを意識
して。無理なことはすぐにお断り
を。下旬は運氣回復
健康運 耳寄りな情報が。新しい健
康法を試してみ
幸運を呼ぶ食べ物 ハマグリ

山羊座

全体運 交流が活発化。うれしい話
も聞けそうです。協力体制をつくる
チャンス。仲間を募って新しいこと
を始めましょう
健康運 何でもおいしい。腹八分目
を心掛けて
幸運を呼ぶ食べ物 イカナゴ

水瓶座

全体運 周囲の目を集めやすいと
き。見られているのを意識して行動
するとチャンスが倍増。かつこい
やり方を工夫して
健康運 パワフル。張り切り過ぎて
けがをしないように
幸運を呼ぶ食べ物 ルッコラ

魚座

全体運 太陽の祝福を受ける好調
運。新しいことに取り組むのが大
吉。難しい状況も強気でいけば前
進へ。勇気を出して
健康運 心配し過ぎは駄目。軽い運
動でリラックス
幸運を呼ぶ食べ物 ワカサギ

JA長生Winter Cup 長生都市ミニバスケットボール大会延期のお知らせ

広報誌1月号・2月号で、ミニバスケットボール大会（JA長生ウィンターカップ）の開催についてご案内いたしましたが、新型コロナウイルス感染拡大状況により、大会主催者である長生ミニバスケットボール連盟より、開催を下記日程へ延期する通知がありました。

【開催日】2022年3月5日（土）

【会場】茂原市民体育館

主催：長生ミニバスケットボール連盟 協賛：JA長生・JA共済連ちば

※観戦はチーム関係者のみとなりますので、ご了承ください。

法律・ローン・年金相談会のお知らせ

3月は、以下の日程で各相談会を開催いたします。お気軽にご相談ください。

	日 時	会 場	お問い合わせ
無料法律相談会	3月10日（木）13:30～16:00	JA長生本所	本所金融部融資課 TEL 24-5120
休日ローン相談会	3月13日（日）9:00～16:30		
休日年金相談会	3月13日（日）9:00～16:00	一宮支所	一宮支所 TEL42-3700
	3月27日（日）9:00～16:00	睦沢支所	睦沢支所 TEL44-1231

※法律相談をご希望の方は、事前に金融部融資課へご予約くださいますようお願いいたします。

北海道と九州からお届けするグルメ直行便頒布会お申込み受付中！

『北の旬・南の幸』 味の競演

大自然の環境に恵まれた北海道の食、歴史や伝統に培われた南国九州の味覚を2ヶ月に1度、ご自身で選んだお好きな商品が届きます。ぜひ、あなただけのオリジナルコースを設定し、お楽しみください。

受付締切日：2022年4月15日（金）

頒布期間：2022年6月～2023年4月（偶数月にお届け）

1商品あたり 3,888円

（スペシャルは1セットあたり7,776円）

お申込み・お問い合わせ：

各営農購買センター・各支所購買窓口まで



グルメカタログ詳細



営農販売部より お知らせ

米の売渡予定数量申込書の配布が2月10日より
始まっています。
全量農協出荷を
願っています。



春の農繁期、作業前にもう一度安全確認を！

1年間の中で最も農作業事故の発生が多いのは、春作業が行われる4～5月頃と収穫期の9月頃です。全国では、農作業事故によって毎年、300～350件の農作業による死亡事故が発生しており、県内でも10件程の死亡事故が起きている。

農作業事故をなくすために、**農業者一人一人が安全対策の意識を高めていく必要**があります。今すぐ自分で出来る有効な手段は、作業者自身の「注意」です！

また、作業に適した服や防護眼鏡の着用、緊急時の連絡手段の確保等、具体的な対策を一つ一つ実施して今の時期から家族や農作業に関わるみんなで農作業事故のポイントを確認し合い、事故の無い1年にしましょう！

環境を守りましょう

水稲用一発肥料には**プラスチック**が使われています

水田から**流出**させない**対策**をお願いします!

①材料を揃える

材料一覧例

100円ショップで入手可

①ネット

※ネットの網目は2ミリ以下

②BBQ用の網

③クリップ

④園芸用支柱



②水尻に設置

ネットのみ



園芸用の柵



◎二段構えで葉詰まりを防ぐ



被覆肥料の殻の
流出防止対策動画

YouTubeにて
対策動画を公開しています

〈製造メーカー・全農による共同研究・開発について〉

- ①環境にも配慮するため、光や微生物の働きにより土壤中に崩壊・分解しやすくなるように各メーカー工夫をしていますが、分解するまでかなりの時間がかかります。
- ②より速やかに分解させる技術の確立を目指し、メーカーと協力して研究開発に取り組んでいます。



新茶でほっとひと息お茶の時間にしませんか？

お茶カテキンには抗ウイルス作用、血液中のコレステロールを低下させるなど、様々な効果があります。

もうすぐ新茶の季節です。ただいま新茶の注文を承っておりますので、下記のお問い合わせまでご連絡ください。



エーコープ（締切：3月末）
15,000円（税込）以上
ご購入いただいた方の中から
抽選でプレゼント

お問い合わせ：各営農購買センター・各支所購買窓口

南部営農購買センター 42-4343（一宮・睦沢・長生地区）

北部営農購買センター 33-7007（白子・本納・東郷地区）

西部営農購買センター 35-3001（長柄・長南・茂原地区）



大井川（JA 長生・JA 大井川コラボ）
（締切：6月末）
10,000円（税込）以上
ご購入した方には製茶工場より送料
サービスで直送いたします。



春のオイルキャンペーン実施中



**SNスペシャル
5W-30**

品質とコストパフォーマンスを両立したエンジンオイル



4L	¥1,900
20L	¥9,000
200L	¥78,000

**ディーゼル
DH-2/CF-4
10W-30**

最新の排ガス規制対応車両にも適合のディーゼルオイル



4L	¥1,900
20L	¥9,000
200L	¥81,000

**ディーゼル
CF 10W-30**

トラクターをはじめとしたディーゼル用オイル



4L	¥1,600
20L	¥7,400
200L	¥65,000

**2サイクル
スーパーマルチ(FC)
(25倍・50倍希釈兼用)**

お持ちの機械に合わせて25倍・50倍いずれにも希釈可能



0.4L	¥320
------	------

☆0.4L缶から希釈もカンタン☆
50倍指定機械なら0.4L1本とガソリン20L
25倍指定機械なら0.4L2本とガソリン20L

4L	¥1,900
20L	¥9,000
200L	¥78,000

上記以外のギヤオイルやエンジンオイルのお取り扱いもございます。
詳しくは、お近くのJA長生各給油所または
農機センターにお問い合わせください。

組合員の皆様へ！SSキャンペーン最速情報！

ジャスポート睦沢&白子
セルフSSキャンペーン

3月12日(土)
3月21日(祝・月)

全員特典

キャンペーン期間中
右下バーコード利用で
ガソリン・軽油
3円引き！！

※一宮給油所は本キャンペーン対象外となります。

QR決済利用者特典

キャンペーン期間中
QR決済利用で
ガソリン・軽油20L以上
給油のお客様限定
給油時しシートをスタッフに提示で
**BOXティッシュ
5箱贈呈！！**

JA-SSセルフSSで使えるQR決済はこちら！
PayPay au PAY d払い LINE Pay Pay 微信支付 WeChat Pay 支付宝 ALIPAY

さらにさらに！ 3月1日～31日まで
PayPay利用でPayPayボーナス最大5%還元も！



詳しい情報はJA長生給油所
公式LINEの友達登録を



期間中何度でも利用OK！
ガソリン・軽油
3円/L引き



2101420077776

もっと便利。もっと安心。
給与受取



©2022 JA

給与のお受取はJAバンクで！キャンペーン実施中！

いま、JAで給与受取口座をご指定いただくと /

QUOカード **1,000円分プレゼント！**

キャンペーン期間 **2022年 3月1日火～5月31日火**

※キャンペーン期間中に新たにJAで給与受取口座を指定し、いずれかの月において5万円以上の給与のお受取りが確認できた方が対象となります。

詳しくは、お近くのJA窓口までお問い合わせください。



詳しい商品内容は店頭またはホームページの説明書をご覧ください。
詳しくは窓口にてお問い合わせください。

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
本 所 tel.0475-24-5112

「JAとのお取引はこれから」というお客さまもお気軽にご相談ください

JA長生セレモニーサービスセンターからのご案内

葬儀・葬祭のことならJA長生にお任せください。



やすらぎプラン

葬儀一式費用(モデルプラン)

■450,000円(税込)コース

附帯品 祭壇8尺、お棺(平棺セット)、骨壺(白(鳳凰・花柄))、遺影写真(白黒(大小))、お供物、後祭壇、蓮華花(1対)、白木位牌、ローソク・線香、受付記帳セット、果物供物、棺上花、御霊燈(提灯)、銘木看板、案内看板、司会進行、設営・立会、式場使用料

■550,000円(税込)コース

附帯品 祭壇13尺生花付、お棺(布棺セット)、骨壺(ルリ)、遺影写真(カラー大小)、お供物、後祭壇、蓮華花(1対)、白木位牌、ローソク・線香、受付記帳セット、銘木看板(電装)、案内看板、果物供物、棺上花、御霊燈(提灯)、司会進行、設営・立会、式場使用料

火葬のみご希望される方

■火葬プラン 詳細: 平棺、骨壺(白色)、仮位牌、お別れ花、ドライアイス10kg、立会

100,000円(税込)より

ホールやすらぎにてご遺体をお預かりいたします

■お別れプラン 詳細: 平棺、骨壺(白色)、仮位牌、お別れ花(切り花)、立会・設備、霊安室1日分

140,000円(税込)より

告別式のみご希望される方

■一日葬プラン

詳細: 平棺、骨壺(白色)、仮位牌、お別れ花(切り花)、式場使用(祭壇・線香等)、司会・立会、霊安室1日分

220,000円(税込)より



ご自宅・お寺での葬儀をご希望される方

■自宅葬・寺葬

平棺、骨壺(白色)、白木位牌、遺影写真、司会進行

253,570円(税込)より



※プラン価格以外にかかる費用 ◇搬送料金 ◇火葬代 ◇霊柩車 ◇湯灌/美粧 ◇霊安室/ドライアイス ◇御供物/御供花 ◇返礼品/礼状 ◇お料理/お飲物 ◇納骨堂開閉 ※写真はイメージです。

JA長生のお墓 ちょっただけリフォーム

お墓に関するすべてのご相談にJA長生は親身にお応えします。



塔婆立交換工事
工事費・廃材処分費含め総額
132,000円(税込)より



※現場の状況により、金額が異なります。



花立交換工事
ステンレス花筒・穴あけ加工費含め総額
30,800円(税込)より



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(JA長生ホール やすらぎ)
住所 長生郡長生村七井土1452

TEL 0475-32-2383

病院等から自宅までご遺体の搬送・霊柩寝台車の手配・葬儀一式・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。(詳細は、JA長生ホームページをご覧ください。)

※JA長生の斎場については、JA長生ホールやすらぎ・公営斎場(長南聖苑)を中心に葬儀施行しておりますが、下記民間斎場とも業務提携しております。

JA長生セレモニーサービスセンター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)プレア プレア茂原ホール

野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

ベジタブル ライフ

イラスト：小林裕美子

クレソン

～肉料理に適したアブラナ科のハーブ～

クレソンのプロフィール

【分類】アブラナ科オランダガラシ属

【原産地】欧州中部、中央アジア

【おいしい時期(旬)】春(4～6月)

【主な栄養成分】β-カロテン、カルシウム、カリウム、ビタミンC・E・K、葉酸、アミノイソチオシアネート

選び方

葉が濃緑色で密に生えていて、葉先までみずみずしく張りがある

茎は余分なひげ根がなく締まっている

茎はあまり太くない方が口当たりは良い

NG
切り口が黒ずんだものは鮮度が落ちている

よく枝分かれしている(節の間隔が狭い)

香りが強い

ひん!

クレソンのビミツ

ハウス栽培



露地物は3～5月が色鮮やかで柔らかい生でサラダや付け合わせに最適!

ハーブの仲間

ワサビの一種で特有の辛味とほろ苦さが特徴

欧州原産の水生生植物

非常に生命力、繁殖力が強く、水辺や湿地に群生



清流のある場所に自生することから欧州では「ウォーターグ्रेस」と呼ばれる

和名:オランダガラシ
オランダミズナ
西洋セリなど

欧州

古くから薬用として健康効果が期待されていた

日本

明治時代初期に信濃の当初は日本人向けの洋食文化の広がりとともに普及



若いうちに収穫した「サラダクレソン」茎が柔らかく辛味も少ないため、生で食べやすい



保存方法

冷蔵保存

グラスに水を少量入れて挿し、ポリ袋をかぶせて輪ゴムなどで留めて冷蔵庫の野菜室に保存

水辺育ちの野菜
水は毎日取り替えてね



時間とともに香りが失われるので、早めに召し上がれ

元気がないときは使う前に水に浸しておく

楽しみ方・食べ方のコツ

付け合わせ

定番
ステーキなど肉料理

レフォール(西洋ワサビ)のように、特有の臭いやかな風味と辛味がお肉と相性が良いの脂っぽさを緩和



魚料理の臭い消しにも!

サラダ

葉と柔らかい茎は生で「サラダ」に食べやすいように葉柄をばらして利用

他の野菜と組み合わせても彩り豊かに



オリーブ油やドレッシングと合わせると美味!

おひたし

さつゆでしておひたしやおえ芋に



炒め物

オリーブ油、ガーリックと炒めてソテーに



揚げ物

粉をまぶしてから衣を付けて天ぷらやフリッターに



スープ

ジャガイモやタマネギと煮て、ミキサーにかけてポタージュに刻んでスープの浮き実にも



ドレッシング・ソース

オリーブ油・酢(レモン汁)・塩・こしょうと一緒にミキサーにかけてドレッシングに



加熱すると特有の苦味や辛味が和らぎ、ためて強い茎も比較的食べやすくなるよ

クレソンのチカラ

ビタミンK

血液の凝固や骨の形成をサポート



ビタミンE

抗酸化作用で風邪予防、美肌に効果的(鉄の吸収を、Eは血行促進をサポート)



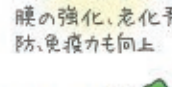
カルシウム

血圧上昇を抑え、高血圧予防やむくみ解消にも効果的



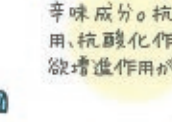
β-カロテン

体内でビタミンAとして働き、皮膚や粘膜の強化、老化予防、免疫力も向上



アミノイソチオシアネート

辛味成分。抗菌作用、抗酸化作用、食欲増進作用がある



カルシウム

骨の強化と健康維持に精神を安定させる効果も



葉酸

造血作用があり、貧血予防に期待



自分色のおみそ汁作り



寒い季節、子どもが大好きなのが
おみそ汁です。親としても、
苦手な野菜でもおみそ汁に入れ
ると食べてくれるので大助か
り。そんなおみそ汁、最近では
子どもたちが当番制で作って
くれています。おうちにある具材
なら何でも使ってよいという
ルールで、私が作っておいただ
しに、子どもたちが選り、切っ
た具を入れます。子どもたちの
発想は無限です。ソーセージに
豆腐を合わせたり、焼き芋にワ
カメと卵を入れていたり、私で
は思い付かない組み合わせが登
場します。そしてそれが意外と
おいしくて、感動があります。
みそも3種類ほど用意して選ん
でもらいます。1種類でも、好
きなようにブレンドしてもよ
いことになっ
ていて、子ど
もたちは自分
にしかできな
い味を求めて
楽しんでいま
す。

みそは、つぶした大豆にこう
じと食塩を混ぜ、発酵、熟成さ
せて造られます。米こうじを使
う米みそが一般的ですが、他
にも麦こうじを使う麦みそ、大豆
のみを使う豆みそ、これらをブ
レンドさせている調合みそがあ
ります。また、色で分けると、
赤みそと白みそがあり、赤みそ
は原料の大豆を蒸して造り、白
みそは煮て造ります。

みそは地方の特色がともに出
る調味料です。中京地方の色の
濃い豆みそは有名ですが、他
にも、同じ麦みそでも、九州地方
では甘味の強い物が多く、関東
では色の濃い辛味が強い物もあ
ります。このように種類の違
うみそを用意しておく、子ども
たちは選ぶのも真剣。最近では、
買いに行くところから楽しみに
しています。

みそは体に欠かせない必須ア
ミノ酸が多く含まれており栄養
価が高く、消化吸収率も高い、
体に優しい調味料です。これか
ら子どもたちと一緒に楽し
みながら、毎日のおみそ汁を続
けていきたいと思っています。

手首ブラブラ体操で肩スツキリ

パソコンやスマートフォン
の使い過ぎで、気付かないう
ちに手首の動きが悪くなっ
ていることがあります。原因は
手首のゆがみかもしれません
。手首と肩は筋膜でつな
がっているため、手首の動き
が悪くなると腕や肩の筋肉の
血行が悪くなり、つらい肩凝
りを引き起こすことも。

手首ブラブラ体操でゆがみ
を解消し、肩もスツキリさ
せましょう。

まだまだ寒さの残るこの時
期は、体が硬くなりがち。手
首を柔らかく動かすことで筋
肉のこわばりがほぐれ、血行
促進にも役立ちます。また、
高齢になると関節の可動域が
狭くなり、だんだん動きにく
くなってきます。座ったまま、
横になったままでもできる体
操なので、高齢の方にもお勧
めです。日頃から手首を動か
しておく、万が一転倒した
ときでも体を支えることがで
き、骨折予防にもなります。

上下、左右に手首を振る



【応用編】

(3)右手首を上下に、左手首を左右に
振ります。
頭も使うため、(1)(2)ほど簡単では
ありません。
ゆっくりでよいので挑戦して
みましょう。



(1)両肘を曲げて、手首を上下に
柔らかく振ります。
約10秒間行います。



(2)同じポーズのまま手首を
左右に振ります。
約10秒間行います。

ポイント

指先、手首、肩の力を抜いて、
リラックスして行いましょう。

第46回通常総代会開催について

日時:3月30日(水) 9:30より

会場:長生村文化会館

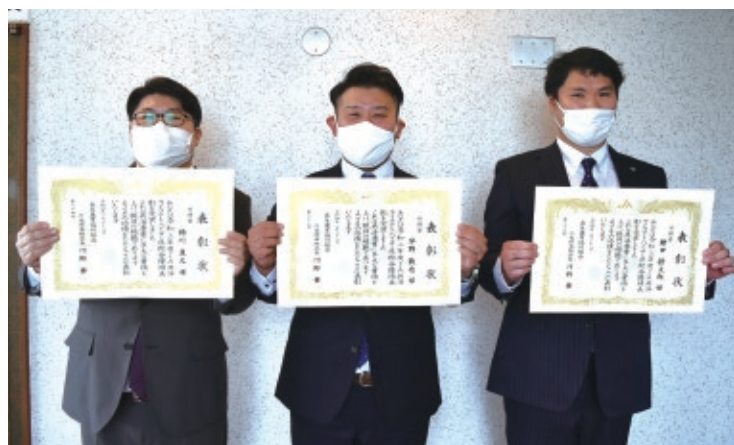
まん延防止等重点措置の動向、新型コロナウイルス感染症の状況を鑑み、通常開催または書面議決による開催とするか判断し、後日改めてご通知申し上げます。

職員表彰を行いました！

早野欽也係長(現:金融部融資課)、緑川良之係長(一宮支所)、鎗田皓太郎職員(白子支所)が、令和3年度に幅広くお客様のための保障を提供し、優秀な成績を収めたJA共済ライフアドバイザーとして、共済連ちばから総合優績表彰を受けました。

当JAにおいても、共済事業に多大な業績を上げ、他の職員の模範であるとして表彰を行い、理事会において河野代表理事組合長より功績賞が贈られました。

3人は「これからも皆さんのお役に立てるように頑張ります!」と笑顔で話しました。



■理事会だより

第1回理事会を令和4年1月28日、理事29人、監事6人の出席により開催し、次の案件を審議し、承認されました。

議題

- 1、第15次中期経営計画総合収支計画(案)について
 - 2、資産査定要領、資産査定事務要領及び資産の償却・引当基準の一部変更について
 - 3、余裕金運用規程の一部変更について
 - 4、安全衛生管理規程の一部変更について
 - 5、令和4年度貸出金利率の最高限度について
 - 6、令和4年度借入金の最高限度について
 - 7、令和4年度同一人に対する信用の供与当の最高限度について
 - 8、貸出金の査定について
 - 9、組合員の出資口数の減少について
- 報告事項
- 1、令和3年度決算報告(案)について

- 2、令和3年度剰余金処分(案)について
- 3、令和3年度出資金状況について
- 4、令和4年度監事監査計画について
- 5、令和3年度繰越購買品棚卸監事監査結果について
- 6、令和3年度第Ⅳ四半期内部監査報告について
- 7、令和3年度内部監査業務活動報告について
- 8、コンプライアンス委員会報告について
- 9、新たな不祥事未然防止策取組状況報告について
- 10、大口貸出金の定期報告について
- 11、部分直接償却実施債権の現状と今後の回収・処理方針について
- 12、12月有価証券取得状況について
- 13、令和3年度第Ⅳ四半期余裕金運用等状況報告について
- 14、総代協議会及び運営委員会の開催について
- 15、理事会の招集手続きについて
- 16、今後の予定

■協同のちから

令和4年1月31日現在

組 合 員 数	15,923名	購買品供給高	2億5千2百万円
正	9,661名	貯金	1,271億円
准	6,262名	貸出金	201億円
販売品販売高	1億9百万円	長期共済保障保有高	3,479億円

※出資金名義、組合員資格等の変更がある場合は、各支所へご連絡ください。

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しています

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

おかげさまで

3周年 祝

26日(土)・27日(日)は3周年記念祭と題して、皆様へ感謝の気持ちを伝えます！
これから皆様に愛される直売所として努力してまいりますので、ぜひお越しください♪

当日は、話題の
キッチンカーが
大集合します！



3月のカレンダー

毎月お得な特売日！

- 毎週月曜…JAお米10%オフ
- 毎週火曜…トマト10%オフ
- 毎週水曜…ポイント2倍
- 毎週木曜…お肉20%オフ
- 毎週金曜…たまご大特価



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

新鮮な野菜・切り花等を
取り揃えています！



Instagramやってます！

#ながいき市場で投稿中!!

新鮮なお野菜やイベント情報などが満載です！
ぜひ検索してみてくださいね。



ながいき市場 住所: 茂原市六ツ野3981-1
TEL: 44-6800 営業時間 9:00~18:00