

ながいき  なかま

ちょうせい

www.ja-chosei.or.jp/



農業との出会いが
人生を変えた。

ばんざい

美味しいと言ってもらえるものを作りた



長生村就農 日下部 祐介さん

今回の表紙を飾っていたのは、長生村でトマトを栽培している日下部祐介さんです。

化学肥料を使用した農業について調べたことをきっかけに、野菜の栽培方法に興味を持ったこと、そして農業の技術はどんどん進化していることを知り、自分でもそれに触れて作物を作ってみたいと思いつくことを決意。長生農業独立支援センターの実践研修を経て令和6年に就農し、現在2年目となります。トマトを330坪、その他400坪で季節ごとの露地野菜を育てており、美味しく作って販売することを目指して日々奮闘されています。

取材に伺った2月初旬は、春トマトの葉かきや芽かき、摘果などを行い、収穫に向けた準備の最中です。就農

直後のトマト栽培では、慣れない点も多く、病害虫の発生で発見が遅れ、被害が大きくなってしまったこと、予防の対策を忘れてしまい予定した数量に届かなかったことなど昨年のご苦労を教えてくださいました。

日下部さんは「自分の手で耕した土地から丹精込めて育てた野菜を収穫して出荷、そしてそれをどなたかが食べてくれることに生産者としてのやりがいを感じます。また、全く知らない土地で新しい生活を生産者として始められたことに人生のやりがいを感じます」と笑顔でお話してくれました。

「もっと広い土地でトマトの作付面積を増やしたい。ただ面積を増やすのではなく、買ってもらえる方に美味しいと言ってもらえる作物を作りたいです。また長生地域の気候を活かして農家として様々な野菜作りに挑戦していきたいです」と今後の夢を力強く語ってくれました。



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	6
みんなの広場・なんでも掲示板	8
編集部 Diary	15
ながいき市場通信	16





白子町在住
きただ うるあ
 北田 麗空ちゃん(4歳)
れいき
 滯生くん(2歳)
 ※2025年2月1日現在

ここにこ笑顔♪

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？
 麗空ちゃん：プリンセスのシン
 デレラになりたい。
 滯生くん：ユニボやトラクター
 の乗り物。
 Q. 好きな食べ物は何ですか？
 麗空ちゃん：お寿司・イチゴ・パイナップル
 滯生くん：白ご飯・ゼリー・お豆腐



Q. 名づけ親はどなたですか？

名前の由来とともに
 教えてください。
 両親でつけました。
 麗空ちゃん：綺麗な空のような澄
 んだ心をもつてくれるように。
 滯生くん：川の流れるのように、どん
 な困難があっても進み続け、人を
 助けられるように。

Q. 最近のお子さんの状況は？

麗空ちゃん：自分の名前を練習
 している。
 滯生くん：三輪車が少しこげる
 ようになった。

Q. お子さんの可愛いしぐさなど、
 教えてください。

麗空ちゃん：色々なものまねの変顔が
 得意。
 滯生くん：毎日、何十回も、大好き
 と言ってぎゅつとしてくるところ。

Q. お子さんの将来の
 夢は何ですか？

麗空ちゃん：シンデ
 レラになりたい。

Q. お父さん、お母さん
 から一言
 お願いします。

健康で元気に過ご
 してほしい。
 人を笑顔にできるよ
 うに育ってほしい。



仲良し親子♪

茂原市 島田さん家 ずんだ(右：1歳・まめ(左：3歳)
 (ミニチュアシュナウザー)

Q. 名前の由来を教えてください。

私は枝豆農家なのですが、枝豆の
 収穫期に我が家で生まれた子たち
 で、枝豆にちなんだ名前だまめちや
 んとずんだちゃんにしました！

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。

二人は親子なのでずっと一緒に仲良し
 なのですが、お互いに顔がベチャベチャ
 になるくらい舐めて愛しんでいます♡

Q. 好きな食べ物はなんですか？

茹でたブロッコリーです。

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。

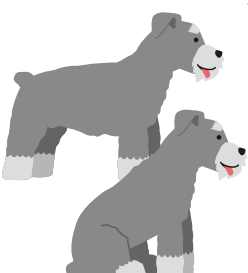
お父さんです。お散歩とご飯、お世話
 と遊ぶすべての担当なので。

Q. 好きな遊びやおもちゃを
 教えてください。

お散歩は大好きですが、お気に入りのお
 もちの取り合いも好きです。

Q. ペットと話したら、どんなことを
 聞いてみたいですか？

二人はいつも仲良しなの
 に、お父さんの取り合い
 の時だけは文句を言い
 ながらケンカしています。
 何を言い合っている
 のかな？



とれたて ニュース

1月16日 第6回長生農業塾 ネギコース

長生(ながいき)農業塾ネギコースの第6回講座を開催し、塾生8人、長生農業事務所、JA職員らが参加しました。

今回は最後の講座となる、ネギの収穫と出荷調整作業を行いました。はじめに実習圃場にて実際に収穫体験をし、その後作業場で機械を使った根切りと皮むき、等級別に分ける選別作業を実施しました。箱詰め作業についてもコツとポイントを丁寧に学びました。

1年間播種から収穫を学べる長生(ながいき)農業塾は、来年度も開講予定です。



収穫作業を行う塾生

2月10日 長生農業塾閉講式

担い手支援課は、長生農業塾ネギコース閉講式を本所にて開催し、昨年3月の播種からネギの栽培を学んできた令和6年度塾生11人が、全7回の講座を修了し卒業しました。

閉講式には、塾生、長生農業事務所、JA職員らが参加しました。

塾生一人一人へ修了書の授与を行い、最後に塾生から1年間の感想が述べられ「たくさんのご指導がありがたかったです」「講座でやったことが予習や復習になってよかった」など感謝の言葉が溢れました。今後も支援や指導を続け、新規就農者の拡大と産地の活性化に向けた取り組みを強化してまいります。



卒業した塾生ら

1月16日 葉玉ねぎ査定会

白子町玉葱出荷組合と長生村露地野菜出荷組合玉葱部会は、白子支所にて葉玉ねぎ査定会を開催し、生産者、JA全農ちば、長生農業事務所、市場関係者ら約20人が参加しました。

査定会では、情勢報告や販売方針、出荷時の留意点について協議しました。その後の現品査定では、市場関係者らと出荷規格について再確認を行いました。

引き続き積極的なPR活動と販促活動の実施、料理法紹介などに取り組みことを申し合わせました。

本年は、3月までに1万4,500ケース(1ケース6キロ)の出荷を計画しています。



規格を確認する生産者

1月23日 一宮・岬梨組合 第20回通常総会

JA長生管内一宮町とJAいすみ管内いすみ市岬町の生産者で構成する一宮・岬梨組合は、JAグリーンウェーブ長生にて第20回通常総会を開催しました。

生産者、農業事務所、行政、農業共済組合、JA役員ら約60人が参加しました。総会では、組合員表彰が行われたほか、事業報告など3つの議案について協議し、全て承認されました。

第3号議案の役員改選では、新組合長に安藤忠彦さん、副組合長に高師秀一さんが選出されました。



総会の様子

1月 24日
本納小・豊岡小
「金融教室」

金融部は、茂原市立本納小学校の5年生、茂原市立豊岡小学校の6年生と保護者、教職員約80人を対象にお金の基本を学ぶ「金融教室」を開催しました。今回は金融部職員が講師となり、「野菜の値段と金融機関のひみつ」を主な題材にクイズ形式を取り入れながら、約1時間の授業を行い、わかりやすく楽しく「お金のキホン」について学びました。児童たちは熱心に聞き入り、講師からの問いかけに対して手を上げて元気に発表する様子が見られました。



授業を受ける生徒たち

2月 5日
第1回ながいき市場
栽培講習会

本所にて、ながいき市場生産者を対象に本年度第1回目となる栽培講習会を開催し、生産者14人が参加しました。JA全農ちばの根本氏を講師に「食の安全・安心について」、「殺虫剤の効き方・チョウ目害虫について」と題して講義を行いました。

農業に係る法律や農薬使用から出荷までの対策、事故の原因、不適正使用による事故を防ぐことを改めて確認しました。また、殺虫剤の種類と特性などが紹介され、生産者は熱心に聞き入っていました。

講習会は今後も定期的に開催し、直売出荷物のさらなる品質向上を目指します。



講習をうける生産者

2月 6日
抑制期トマト・キュウリ
合同反省会

JA長生施設野菜部会抑制トマト部会抑制キュウリ部は、JAグリーンウエーブ長生にて令和6年産抑制期トマト・キュウリ合同反省会を開催し、生産者、JA全農ちば、長生農業事務所、市場関係者ら約40人が参加しました。

反省会では、販売経過報告や販売面・栽培面の反省点、次年度の対策などについて協議しました。

夏場の高温など異常気象が常態化し厳しい栽培環境が続く中で、安定した品質の確保と数量の確保を目指し、有販売に向けて組織一丸となって取り組むことを申し合わせました。



議事進行のようす

2月 7日・8日
第5回南総農業機械
スプリングフェア

JA長生・いすみ・市原市とJA全農ちばは、JA全農南総センターにて3JA合同での農機・自動車展示会を開催しました。会場には2日間で約500人の来場がありました。

展示会場には、トラクターやコンバインなどの大型機械や草刈り機などの小型機械、また乗用車や軽トラックが多数展示され、来場者はメーカーや職員から性能や操作方法などを熱心に聞いていました。

今後も生産者のニーズにあった機械を集め、安全な農作業のために正しい使い方や管理方法を伝えていきます。



職員からの説明を受ける来場者



長生農業事務所
改良普及課
インフォメーション

お米の話

育苗について

今年も稲作の季節が始まります。ポイントに注意して、丈夫な苗を作りましょう。

● 種子・用土消毒の徹底

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

用土と育苗資材の消毒も行ってください。

● 浸種のポイント

浸種水温は10～15℃、積算温度は1000℃が目安です。

浸種水温が10℃未満だと発芽率が大きく低下します。また、20℃以上になると細菌性病害の発生を助長します。

● 催芽のポイント

催芽は催芽機や育苗器等を用い

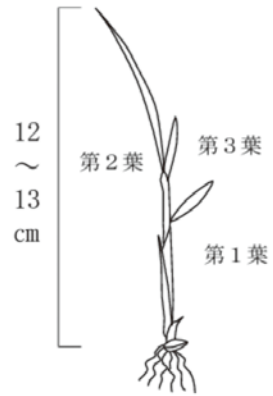


図1 目指すべき苗の姿(稚苗)

て30℃に加熱します。16～20時間を目安にハト胸状態(幼芽長1mm以内)になるまで行います。32℃以上の高温は細菌病の発生リスクが高まります。

● 出芽のポイント

育苗ハウスは、地面を均平にして凹凸を減らし、水が溜まる場所がないようにしましょう。

無加温の場合は保温シート等

を利用して出芽を揃えます。ただし高温が予想される場合は温度上昇を抑える性質を持つシート(太陽シート等)の利用を検討しましょう。細菌性病害の発生予防のために床土の温度は30℃より高くないように注意しましょう。

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。

はたけの話

鳥獣害への対策



● 鳥獣害対策の基本

鳥獣害対策を実行する際には、捕獲に目が行きがちですが、地域の害獣を全て捕獲することは現実的ではありません。防護(有害鳥獣を近づけない)、環境整備(有害鳥獣が棲みにくい環境をつくる)を総合的に行いましょう。

	電気	金網	ネット	複合
イノシシ	○	○	×	○
ニホンジカ	○	○	○	○
キョン	△ ^{*1}	△ ^{*2}	○	△ ^{*2}
ニホンザル	△ ^{*1}	×	△ ^{*3}	○
アライグマ・ハクビシン	△ ^{*1}	×	×	○

*1: 電線の電圧が電線から5cm以下で効果を得るため、電線の近くに人が立ち回らないように注意
*2: 目の高さが10cm以下で効果を得る
*3: 天吊まで張ることによって効果を得る

図1 防護柵の選定
出典:現場指導者のための獣害対策マニュアル

■ 防護

防護柵の種類によって効果のある獣種が限られるので、図1を参考に防護柵を選びましょう。

また、電気柵を設置する場合は、防草シートなどで草の発生を抑え、草が電線に触れないようにしましょう。また、図2のように被害を与えている獣種に合わせて鼻の高さに電線を張りましょう。

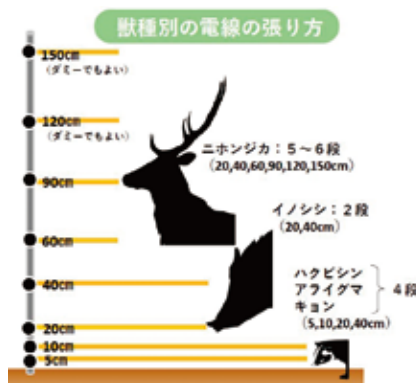


図2 獣種別の電線の張り方
出典:現場指導者のための獣害対策マニュアル

● 捕獲

特に被害を与えている個体を駆除することを目的とします。

※罠の設置や止めさしは狩猟免許が必要ですが、

● 環境整備

二番穂、収穫残さ等の餌となるものを処分し、圃場へ来る有害鳥獣や越冬する個体数を減らしましょう。また、圃場周辺の草木の伐採によって有害鳥獣が棲みにくい、近寄りにくい環境を作りましょう。

春の農繁期、作業前にもう一度安全確認を!

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っています。

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。今すぐ自分でできる有効な手段は、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!

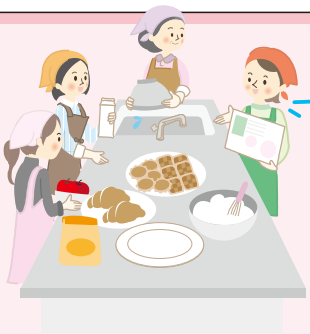
営農販売部よりお知らせ

米の売渡予定数量申込書の配布が2月中旬より始まっています。

出荷奨励金も設けてございますので、

全量農協出荷をお願いいたします。

お問い合わせは、各営農購買センターまでお願いいたします。



JA長生女性部短期大学校第42期生募集!

毎月1回、全10回の講座を開催します。講座での学習を通じて自分を磨き、楽しく学びながら仲間の輪を広げてみませんか?

興味のある方はぜひ最寄りの各営農購買センターまたは経済部生活燃料課(☎24-5115)までお願いいたします。

※定員になり次第締め切りとさせていただきます。



開校式



米粉講習会



太巻き寿司



ランプシェードづくり



フレッシュミズキムチ作り
JA長生フレッシュミズは、1月21・23日で毎年恒例のキムチ作りを今回は新たに加入した5名も参加し、行いました。
刻む、播る、混ぜるの工程で作れるため、初めてでも簡単に楽しみながら作ることができました。協力しながら作業を進め、約1時間で終了しました。

農村の文芸 第583回

【俳句】

春着着て茶筌持つ手のもどかしく
長生 斎木ひろみ

啓蟄や蛇も脱皮で顔を出し
長南 山形 文一

貸畑はだれに貸したべ鬼に聞く
睦沢 伊東 茂樹

幼き手引くより引かれ冬田道
長南 吉野 正一

新春に心静かに初祈禱
長南 川野 文雄

初場所てっぺんになり綱取りなる
長生 長谷川 弘



【短歌】

如月の澄みわたる宙蜘蛛の
馥郁たる香庭に漂ふ

台畑に陰をつくりし杉山の
陽差し届かず土は凍てつく

人日の節句に食べる七草粥
無病息災胃をいたわりて

年問えば二十五歳と百寿女子
乙女心は永遠に変わらじ

長柄 三橋 博幸

長南 矢代 守仙



俳句・短歌
大募集！
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1-153 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。
※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。

3月の運勢

モナ・カサンドラ



牡羊座 3/21~4/19

全体運 上昇運。迷っていたことに方向性を見いだせそう。やりたいことをリストアップすると吉。外出を増やして
健康運 部屋の中でする運動にツキ。ストレッチを
幸運を呼ぶ食べ物 ウド

牡牛座 4/20~5/20

全体運 少しお人よしが過ぎてしまうようです。できないことまで引き受けないように。用事を整理し、予定を立てて
健康運 肩を回して肩凝りを予防。日頃の心がけが大事
幸運を呼ぶ食べ物 キウイフルーツ

双子座 5/21~6/21

全体運 手詰まりを感じていたことに活路を見いだせます。小まめに情報収集を。友人の意見を参考にするのもお勧めです
健康運 食欲が増加。ローカロリーの食材に注目を
幸運を呼ぶ食べ物 春キャベツ

蟹座 6/22~7/22

全体運 周囲からの支援が心強いとき。口うるさいと感じる助言にも聞いておくだけのメリットがあります。仕事優先で
健康運 クイズで頭の体操を。ヘッドマッサージも◎
幸運を呼ぶ食べ物 ウルイ

獅子座 7/23~8/22

全体運 面倒な相手ほど丁寧に接しましょう。経験談には今のあなたに役立つ話が入っているはず。旅行の計画にツキ
健康運 生活の中に香りを取り入れてリラックス
幸運を呼ぶ食べ物 キュウリ

乙女座 8/23~9/22

全体運 予想外の展開がありそう。かなりの追い風です。反発するより流れに乗るのが正解。臨機応変にチャンスを生かして
健康運 羽織るものを用意。気温変化に合わせて脱ぎ着を
幸運を呼ぶ食べ物 つまみ菜

天秤座 9/23~10/23

全体運 やることが多く忙しくなりがち。スケジュールの組み方で効率化を図れます。冷静に状況を整理しましょう
健康運 血行促進を心がけて。お風呂はぬるめで長めに
幸運を呼ぶ食べ物 グリーンピース

蠍座 10/24~11/22

全体運 好調運。長年の苦勞が報われる出来事の予感です。新しいことを始めるのも吉。お花見に出かけましょう
健康運 筋トレが吉。ハードなスポーツも楽しめます
幸運を呼ぶ食べ物 サヤエンドウ

射手座 11/23~12/21

全体運 理不尽な状況に心を痛めることがあるかもしれませんが。運勢は下旬から上昇。様子を見て待つのも1つの手
健康運 無理はしないで。古傷や持病はしっかりケア
幸運を呼ぶ食べ物 ジャガイモ

山羊座 12/22~1/19

全体運 スリリングな運氣です。危ない場所には近寄らないで。周囲とコミュニケーションをよく取って誤解のないように
健康運 自分に合ったストレッチを選んで。無理は禁物
幸運を呼ぶ食べ物 ソラマメ

水瓶座 1/20~2/18

全体運 争いは避け調整を心がけて。平和的な手段を取ることでああなたの株が上がります。近距離旅行にツキあり
健康運 食事、運動、睡眠、生活習慣をチェックして
幸運を呼ぶ食べ物 タケノコ

魚座 2/19~3/20

全体運 勢いがあります。ダメ元でやってみたこともなんとかなりそう。率先して動きましょう。行動的なほど開運
健康運 運動で良い汗をかきましょう。体力もアップ
幸運を呼ぶ食べ物 ニラ

大自然に育まれた北海道と
歴史と伝統の技が光る九州のグルメをお届け

J A が贈る

北海道九州

特選グルメ

頒布会のお知らせ

2味選べる楽しい美味しさか

2カ月に
1度お届け



厳選素材の旬を選ぶか



セレクト便

全66品！
月に2品選べるセレクト便
3,888円×2品=7,776円

スペシャル便

北海道・九州の旬をお届け
月に1品選べるスペシャル便
1品=7,776円

前年度より
お安くご提供！

年会費
46,656円 (送料・税込)

カタログのご希望、お申し込みはお近くの各営農購買センターへお問い合わせください。
お申込締切日:2025年4月11日(金)



建物更生共済お見積りキャンペーン実施中!!

能登半島
地震から
1年...

いへの保障について準備は万全ですか?
南海トラフ、首都直下地震も懸念されています。
この機会にご自身の建物・家財の保障について
考えてみましょう。

お見積り
いただいた方に!
今ならもれなく
防災グッズ
プレゼント!

SOS
タオル

SOS
たすけてください



全国の震災でJA共済がお役に立っています。

主な地震での建物更生共済の共済金支払状況 (2024年12月現在)

東日本大震災 (2011年3月)		福島県沖地震 (2022年3月)	能登半島地震 (2024年1月)
全国合計	千葉県	全国合計	全国合計
685,650件	29,790件	183,926件	120,177件
9,382億円	268億円	1,528億円	1,496億円



ご存知
でしたか?

「地震保障にかかる保険料」は、都道府県によって異なります。
千葉県の地震保険料は東京、神奈川、静岡等と同じで、
全国で1番高い県に分類されました。

つまり! 千葉県にお住まいの方、築20年以上のお宅を
お持ちの方は、JA共済がオススメです!

※出典:損害保険料率算出機構「地震保険基準率のあらまし」

共済期間は5年~最長30年で長期的な保障を受けることができます。
満期共済金があるので、修繕費にも活用できます。
個人だけでなく、法人やマンション管理組合などでもご加入いただけます。

ぜひこの機会にお見積りを!



の保障確認シート

ご加入状況を確認してみましょう!



保険証券等をご用意ください!

加入先:() 加入している建物:()

現在の保障内容

火災 (火事・落雷・盗難等)	加入状況	万円
	<input type="checkbox"/>	
	備考	
風・ひょう・雪災 (台風・ひょう・雪害等)	加入状況	万円
	<input type="checkbox"/>	
	備考	
水災 (洪水・土砂崩れ等)	加入状況	万円
	<input type="checkbox"/>	
	備考	
地震等 (地震・津波・噴火等)	加入状況	万円
	<input type="checkbox"/>	
	備考	
保険期間()年 保険料 <input type="checkbox"/> 月間()円 <input type="checkbox"/> 年間()円		

JAの保障内容



JA共済の強み

火災 (火事・落雷・盗難等)	保障内容	●満期共済金や傷害共済金もあり安心 ●共済期間は最長30年
風・ひょう・雪災 (台風・ひょう・雪害等)	保障内容	●損害割合3%or5万円以上でお支払い
水災 (洪水・土砂崩れ等)	保障内容	●損害割合3%以上(床下浸水5%以上)でお支払い
地震等 (地震・津波・噴火等)	保障内容	●地震保障はもれなくセット ●建物内部も含めたキメ細やかな支払査定

JAの建物更生活費「むてき」なら自然災害に強く、さまざまなリスクを自動保障!!

*損害割合とは…共済価額に対する損害額の割合

ご自宅 ()

家財 ()

物置 ()

離れ ()
農作業場・納屋など

カーポート ()

塀 ()

門 ()

その他 付属建物 ()
倉庫・埋込倉庫・納倉など

その他 工作物 ()

確認して
みましょう!

お困りごと

※各共済金のお支払いには、所定の条件があります。この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご確認ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり(約款)」を必ずご確認ください。

JA共済
24129990468

もっと身近に。JAバンクアプリ。



アプリの4つの特徴

1	カンタン登録!	2	口座残高をチェック!	3	明細の照会がらくらく	4	ネットバンクへ手軽にアクセス
	キャッシュカードがあればすぐに利用開始可能。郵送や店舗への来店は必要なし!		口座残高を好きな時にアプリでチェックできる!		アプリをひらけば入出金の明細がすぐに確認できる!		アプリのサービス画面から、ネットバンクにアクセス! * 別途、JAネットバンクの契約が必要です。

JAバンク

利用方法など、くわしくはJAバンクホームページへ
<https://www.jabank.org/app/>





シェフ永井のおすすめ



「アジのマリネ」

作り方

- (1)アジを3枚におろし、塩を強めに振り5分置き、水洗いして水気を拭き取り、酢洗いにする。甘長トウガラシは種を抜き、輪切りにする。たくあんは細切りにする。
- (2)白キムチは汁ごとミキサーにかけ、ピューレ状にする。
- (3)皿に(2)の白キムチを敷き、(1)のアジを切って盛り付け、甘長トウガラシ、たくあんをのせ、白キムチの残り汁を上からかけ、ディルを飾り出来上がり。

材料(4人分)

- アジ(刺し身用) …………… 1尾
- 酢 …………… 適宜
- 甘長トウガラシ(赤・青) …… 各1本
- たくあん(しょうゆ漬) …… 適宜
- 白キムチ …………… 100g
- 塩 …………… 適宜
- ディル …………… 適宜

豆腐の冷製スープ



材料(2人分)

- ホタテ貝柱 …………… 2個
- マイタケ …………… 1/2パック
- 塩 …………… 少々
- 木綿豆腐 …………… 1丁
- 昆布だし …………… 100ml
- リンゴ(さいの目切り) …… 1/4個
- 松の実(素揚げ) …………… 適宜
- パクチー(みじん切り) …… 適宜
- 麻辣油(マーラーユ) …… 少々

作り方

- (1)ホタテ貝柱とマイタケは塩を振り、焼き網で両面を焼いて半分に切る。
- (2)木綿豆腐と昆布だしをミキサーにかけ、ピューレ状にして塩で味を調える。
- (3)皿に(2)のピューレを流し入れ、(1)のホタテ貝柱を中心に置き、上にマイタケをのせ、リンゴ、松の実、パクチーを散らし、麻辣油をかけ出来上がり。

永井智一 (ながいともかず)
茨城県笠間市にある
「天晴(旧キッチン晴人)オーナーシェフ」



野菜ソムリエ
KAORUの
**フルーツ
パラダイス**



イラスト：小林裕美子

夏ミカン

初夏に楽しむ日本原産のかんきつ

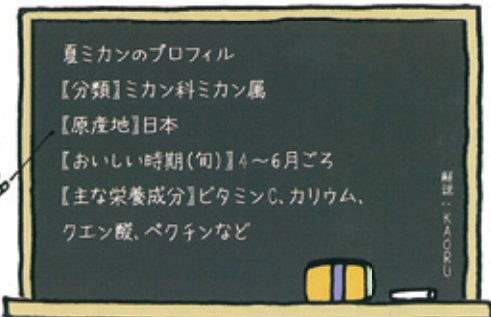
夏ミカンのプロフィール

【分類】ミカン科ミカン属

【原産地】日本

【おいしい時期(旬)】4~6月ごろ

【主な栄養成分】ビタミンC、カリウム、クエン酸、ペクチンなど



選び方



夏ミカンのチカラ

ビタミンC

美肌効果や免疫力向上、
ストレス緩和、疲労回復に



ペクチン

食物繊維の一種。じょうのう膜(白い薄皮)に多く含まれる。便秘解消やコレステロール値の改善、糖尿病予防に



カリウム

高血圧予防やむくみの改善に

クエン酸

疲労回復・殺菌効果や食欲増進効果が



夏ミカンのいろいろ

甘夏

夏ミカンの枝変わり品種は「田野なつだいだい」の夏ミカンに比べて酸味が少なく、優しい甘みと豊かな香りの1935年ごろに大分県の田野氏の農園で発見された



新甘夏

「甘夏」の枝変わりで「甘みが強い」「サンフルーツ」「ニューセブン」「田の浦オレンジ」などの別名も



紅甘夏

「甘夏」の枝わりの甘みも風味も豊かな「甘夏」に比べ果皮や果肉の色が濃く赤みを帯びている。甘く酸味がまろやかで果汁がたっぷり



保存方法

常温保存

直射日光が当たらない
冷暗所で保存する



1、2週間が目安

なるべく早めに食べ切るう

冷蔵保存

乾燥を防ぐためにラップに包むか、ビニール袋に入れて野菜室へ



注意

冷やし過ぎると低温障害を起こす



酸味が強い場合は、数日置いておくと食べやすくなる

食べ方・楽しみ方

皮のむき方

ナイフで少し切り込みを入るとむきやすい



じょうのう膜も苦みがあるので取り除く

ゼリー、ムース、シャーベットなど

色合いや甘酸っぱい風味で食欲増進



そのまま生で

爽やかな酸味と香り、プチプチ食感を楽しむ。ビタミンCをより効果的に摂取できる。蜂蜜などをかけても◎



夏ミカンのヒミツ

歴史

原産地：日本

海岸に漂着した種子をまいて育てたのが起源といわれている。山口県長門市には推定樹齢300年の夏ミカンの原樹が存在している



天然記念物



名の由来

英名: summer orange
和名: ナツダイダイ(夏橙、夏バタ)
前年の果実と今年の果実が同じ木で一緒に実ることから「バタ」と呼ばれる



ジャムやシロップ漬け

皮も果肉も全て利用できる。ヨーグルトやパン、ケーキにかける



酸味とほろ苦さがアグセントに

ドレッシングやソース

酸味が酢の代わりに。モテラザや肉・魚料理に



ななちゃん
だより

少しずつですが暖かい日があり、春の気配を感じる頃となりました。今年の桜はいつ咲くかなあと考えています。
花粉症の方はつらい時期になってきますね…季節の変わり目でもあるので無理せず、ゆったりとした春を過ごしましょう♪



第49回通常総代会開催のご案内

日時:3月27日(木) 9:30より

会場:長生村文化会館

総代の皆さまには、お忙しいところ誠に恐縮ではございますがご出席をお願いいたします。

年金相談会・ローン相談会のお知らせ

3月は、以下の日程で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
休日ローン相談会	3月9日(日) 9:00~16:30	JA長生本所	金融部融資課 TEL24-5120
休日年金相談会	3月9日(日) 9:00~16:00	一宮支所	TEL:0475-42-3700

■理事会だより

第1回理事会を令和7年1月30日、理事22人、監事5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。

議案

- 第16次中期経営計画総合収支計画(案)について
- 令和7年度貸出金利の最高限度について
- 令和7年度借入金の最高限度について
- 令和7年度同一人に対する信用供与等の最高限度について

報告事項

- 令和6年度決算報告(案)について
- 令和6年度剰余金処分(案)について
- 令和6年度出資金状況について
- 令和6年度下期監事監査結果について
- 令和7年度監事監査計画について
- 令和6年度繰越購買品棚卸監事監査結果について
- 令和6年度下期内部監査報告について

- 令和6年度内部監査業務活動報告について
- コンプライアンス委員会報告について
- 不祥事未然防止策結果報告会報告について
- 貯金金利の変更について
- 大口貸出金の定期報告について
- 12月有価証券の取得状況について
- 令和6年度第Ⅳ四半期余裕運用等状況報告について
- 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
- 地区総代協議会及び本所・地区運営委員会の開催について
- 全体推薦会議の報告について
- 令和6年度役員研修旅行会計報告及び役員研修旅行積立金精算について
- 長生村トラクター火災における訴訟告知に対する状況について
- 高病原性鳥インフルエンザ発生時の防疫措置支援について
- 経済部からのお知らせ
- 今後の予定

■協同のちから

組合員数	15,997名	購買品供給高	2億5,601万円
正	9,299名	貯金	1,287億円
令和7年1月31日現在	准 6,698名	貸出金	251億円
	販売品販売高 2億9,740万円	長期共済保障保有高	3,253億円

*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

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...お肉特売

日	月	火	水	木	金	土
いちご絶賛販売中!						1 ●山菜祭り
2 ●山菜祭り	3 ●お米の日	4 ●トマトの日	5 ●ポイント2倍DAY	6 ●肉の日	7	8 ●春キャベツ祭り
9 ●春キャベツ祭り	10 ●お米の日	11 ●トマトの日	12 ●ポイント2倍DAY	13 ●肉の日	14	15 ●お彼岸・切花大集合
16 ●お彼岸・切花大集合	17 ●お彼岸・切花大集合	18 ●お彼岸・切花大集合	19 ●お彼岸・切花大集合	20 ●お彼岸・切花大集合	21	22 ●春のトマトフェア
23 ●春のトマトフェア	24	25 ●お彼岸・切花大集合	26	27 ●肉の日	28	29 ●6周年記念祭
30 ●6周年記念祭	31	いちご絶賛販売中!				

日頃のご愛顧に感謝を込めて

6周年記念祭

3/29(土)・30(日)に皆さまに感謝の気持ちを込めて6周年記念祭を開催します!
これからも皆さま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。



春野菜続々入荷中!

春の美味しい地元野菜の入荷が始まっています。

3/22(土)・23日(日)には春トマトフェアを開催します(^^)

詳しいイベント情報については、Instagramでお知らせします。



いちご絶賛販売中です!
パック・箱での販売、
発送も承ります♪



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