

JA安房広報誌
No.325

JAあわ

2023

4

APR

早く大きくなあ〜れ!

ななか 菜々日ちゃん わかな 和日菜ちゃん さりな 彩里奈ちゃん (紹介は16ページ)

 JA安房

CONTENTS

野菜ソムリエ上級プロKAORUの

- フルーツパラダイス…………… 2
- トピックス…………… 3
 - 旬な果実・野菜などを店頭販売
 - JAくらしの活動
 - 館山地区4支店
 - 「かんべレタス」収穫
 - 生産者が指導
 - 節句を前に菜の花出荷査定会
 - JA安房菜の花部会
 - 第29回JA安房組合長杯
 - ゲートボール親善大会開催 4
 - ストック中間検討会を開催
 - 千葉テレビ
 - 旬の野菜「食用菜の花」を紹介

- 「組合員・利用者に安心と満足を提供する」
- LA進発式 目標必達誓う
- インフォメーション①…………… 5
 - 「年金受給者来店感謝デー」
 - 変更について
 - JA安房職員募集
- インボイス制度…………… 6
- LIFE・おいしく食べて美しく… 10
 - 第27回JA安房女性部総代会開催
 - JA健康診断実施のお知らせ
- シェフ永井のおすすめレシピ
- 手軽に体操…………… 11
- 4月の農作業…………… 12
 - 関東東海 花の展覧会

- インフォメーション②…………… 14
 - 年金無料相談会のご案内
 - 各種ローンのご案内
 - 理事会報告
- みんなの広場…………… 15
 - 頭の体操クロスワードパズル
 - まちがいさがし
- 早く大きくなあれ! …… 16
 - JAグリーンのお知らせ
 - 第40回「JA安房農業元気塾」講習会開催



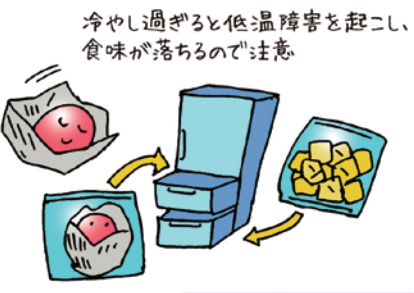
マンゴー

～栄養価の高い世界三大美果の一つ～

保存方法

追熟

完熟前の堅い状態のものは追熟
新聞紙などに包み、高温多湿や直射日光が当たる場所を避け涼しい場所で追熟させる



冷やし過ぎると低温障害を起こし、食味が落ちるので注意

完熟したものは冷蔵保存

新聞紙などに包んでポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室へ

長期保存に冷凍保存

皮をむいて使いやすいサイズにカットし、保存用袋に入れて冷凍庫へ
食べる時は自然解凍でOK

マンゴーのいろいろ

アップルマンゴー(アーウィン種)

国産の主流品種の甘さが強く濃厚でジューシーの完熟マンゴーは高級な贈答品として人気の宮崎県産「太陽のタマゴ」、鹿児島県産「夏姫」など



グリーンマンゴー(キーツ種、ケイト種)

生産量は少なめの大玉品種で、深みがある甘さ



ペリカンマンゴー(カラバオ種)

フィリピン産の名はペリカンのくちばしに似ていることから比較的あっさりした味わいで、甘味と酸味のバランスが良い



ピーチマンゴー(ケンジントンプライド種)

オーストラリア産の優しい甘さで滑らかな舌触り



タイマンゴー(ナンドクマイ種、マハチャノ種)

タイ産のこくがあるがさっぱりした甘さと程よい酸味で、滑らかな舌触り

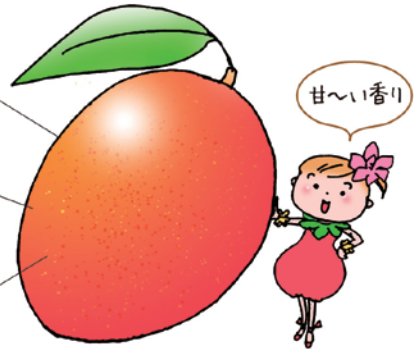


選び方

ふっくらとしてずっしりとした重さ!

果皮が赤く色かいていて張りがある

果皮に付いているブルーム(白い粉)が落ちつやがある



NG

果皮に黒い斑点がある
果皮がしおれおどと熟し過ぎかも……

楽しみ方・食べ方のコツ

種の取り方

真ん中に楕円(だえん)形の平らな種がある。種に沿ってへた側から横にナイフを入れ、3枚におろすように切り離す



きれいな切り方(花切り)
皮を下にして縦横に何本か切れ目を入れ、皮を裏から押し上げると、果肉が花のようにきれいに浮き出る

いろいろな食べ方



マンゴープリン シャーベット スムージー アイスクリーム ソース

マンゴーのヒミツ

歴史

インド、東南アジア 約4000年前から栽培
日本への伝来 明治時代
1970年ごろ 本格的な栽培が始まる



世界三大美果
チェリモヤ、マンゴスチン、マンゴー
世界で愛される代表的な果物の1つ



店頭に並んだ新鮮なレモンや旬の野菜

旬な果実・野菜などを 店頭販売

J A安房は、環境保全と食の安心・安全に配慮したレモンや、レモンを使ったワイン、食用菜の花、いちごなどをJ A千葉みらい農産物直売所しよいかくご習志野店においてP R販売しました。

お客様より「レモンや野菜なども新鮮で価格も求めやすい」とご好評をいただき、大盛況で終えることが出来ました。

J A安房は、今後も多くの皆様へ、新鮮な地場農産物を知ってもらえるようP R活動に取り組みしていきます。

J Aくらしの活動 館山地区4支店

館山市、同市教育委員会等が主催する「若潮マラソン」が行われ、館山地区4支店（北条・神戸・豊房・館野）の役員ら約30人が、スタート・ゴール地点で「J A安房たてやま旬の農産物祭り」を開催しました。

地元農産物の「かんべレタス」や「食用菜の花」、房州いちご、切り花などを販売し大盛況でした。

J A安房では農業者の所得増大と農業生産の拡大、地域の活性化に取り組み、地域の農業とくらしになくはならない組織となる自己改革に取り組んでいます。当組合は自己改革取組宣言にあるよう、これからも、地域に密着したJ Aを目指します。



大盛況だった農産物祭り

「かんべレタス」収穫 生産者が指導

レタス栽培が盛んな館山市神戸地区で2月14日、館山市立房南学園の5年生21人が特産の「かんべレタス」の収穫を体験しました。

社会科の農業を学ぶ学習の一環として同市佐野のレタス農家、出口晃司さんの圃場を借り、児童らが生産者の指導を受けて昨年11月に植え付けたものを、収穫しました。

収穫後児童らは「レタスの美味しい食べ方を教えてください」となどの質問をしました。生産者からは「採れたてのレタスは甘くみずみずしいのでそのまま食べてほしい」と答えました。

かんべレタス育成会やJ A職員の手ほどきを受け、包丁で一個ずつ、丁寧に収穫したレタスを各自持ち帰りました。



レタスの収穫をした児童

節句を前に菜の花出荷査定会 J A安房菜の花部会

J A安房菜の花部会は2月14日、節句を前に販売強化を図るため、千歳花卉集出荷場で菜の花の出荷査定会を開きました。部会員、県安房農業事務所、全農ちば、J A担当者ら15人が参加し、桃の節句の需要期前に販売を強化するため、販売情勢や出荷規格、管理の注意事項を確認しました。

担当者は、「切り前の徹底と節句に向けた販売に力を入れ、少しでも高く売れるよう規格を守り出荷してほしい」と話しました。



出荷規格を確認する生産者

第29回 J A安房組合長杯
ゲートボール親善大会開催

J A安房 G B 部会は2月16日、三芳ゲートボール場で第29回 J A安房組合長杯ゲートボール親善大会を開催しました。

全員がマスク着用など新型コロナウイルス感染症対策を徹底し、2コートを使用し6チームがリーグ戦で熱戦を繰り広げました。大会結果は次のとおりです。

- ▽優勝 〓 鋸南 A チーム
- ▽準優勝 〓 鋸南 B チーム
- ▽3位 〓 鴨川 チーム
- ▽敢闘賞 〓 三芳 C チーム



優勝した鋸南 A チーム

ストック中間検討会を開催

J A安房ストック部会は千歳花卉集出荷場で2月20日、ストックの中間検討会を開催しました。

生産者と県安房農業事務所、全農ちば、J A担当者ら17人が参加し、出荷規格と品質管理の徹底を確認しました。

今年は年明けから続いた厳しい寒さの影響で生育が遅れていたが、ここにかけて陽気も緩み生育も良好。生産者は彼岸出荷に向けて、出荷規格を遵守し安定出荷に取り組むことを確認しました。部会ではD2出荷（2日前出荷）に取り組んでいます。



出荷規格を確認する生産者

千葉テレビ
旬の野菜「食用菜の花」を紹介

J A安房管内の主用農産物、旬の野菜「食用菜の花」を紹介するテレビ番組の収録が2月2日に行われ、千葉テレビ放送の「モーニングこんぱす」の「早起きは3チャンネルがお得！」のコーナーで紹介されました。

南房総市の藍場八千代さんが摘み取り作業の様子や今年度の食用菜の花の出来具合について話しました。

また、自宅からは菜の花を束ねる作業や箱詰めにする作業など、生産者が丹精込めて作業する姿が



食用菜の花の収穫・箱詰め方法などを教える藍場さん

放映されました。番組内でお楽しみの中の今回の視聴者プレゼントとして、J A安房の「なばなど安房の野菜詰め合わせ」を抽選で10名様にお届けしました。



「組合員利用者に安心と満足を提供する」
「A進発式 目標必達宣言」

全 L A（ライフアドバイザー）が年間目標の早期必達に向け集結し、進発式を開催しました。進発式には L A、J A 役員、J A 共済連千葉役員29人が出席しました。

3 Q 訪問活動、バランスの取れた総合保障の提供、次世代・次世代層との接点強化などの具体的実践を確認しました。出席者は「組合員・利用者への3 Q 訪問活動を実践し、年間目標達成に向け、推

進活動を展開します」と決意表明しました。

松元善一組合長は、「組合員・利用者」に愛され、必要とされる J A 職員を目指し、日々取り組んでもらいたい」と激励しました。



目標達成を誓う職員



牡牛座
(4・20～5・20)

【全体運】 不安な状況も次第に解消へ。あまり思い悩まず「何とかなる」と、ドンと構えて。朗報がもたらされ好転します
【健康運】 旬の食材を使ったメニューで元気を補充して【幸運の食べ物】 キクラゲ



牡羊座
(3・21～4・19)

【全体運】 パワフルに過ごせます。志を高く持ち妥協しない姿勢で運が開けます。遊び心を忘れず楽しんで進めて
【健康運】 検診で健康チェックを。早期発見で大病を回避
【幸運の食べ物】 アスパラガス

4月の運勢
モナ・カサンドラ

Information①

「年金受給者来店感謝デー」 変更について



組合員・利用者さま各位

平素は格別のお引き立てを賜り厚く御礼申し上げます。

当組合では、年金振込口座をご指定いただいているお客様へ、奇数月の15日にご来店いただきますとプレゼントをお渡ししておりましたが、誠に勝手ながら、令和5年3月より下記日程にて開催することとなりましたのでお知らせいたします。

楽しみにされていたお客さまにおかれましては、深くお詫び申し上げますとともに、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

記

開催年月日

令和5年 3月15日(水)

令和5年 5月15日(月)

令和5年 11月15日(水)

今後もお客さまにご満足いただけるサービスの充実に努めてまいりますので、何卒ご愛顧賜りますようお願い申し上げます。

令和5年3月吉日
安房農業協同組合

JA安房 職員募集 ～募集要項～

令和6年3月に
大学・短期大学
専門学校を
卒業見込みの方

募集人員 10名

応募資格

令和6年3月に大学・短期大学・専門学校を卒業見込みの方
要普通自動車免許（採用まで取得見込み可）

提出書類

履歴書・卒業見込証明書・学校成績証明書

受付期間

令和5年6月1日(木)～令和5年6月9日(金)まで

<受付時間> 午前9時～午後4時まで（月曜日から金曜日まで）

<郵送による受付> 令和5年6月9日(金)到着分まで

試験方法 (筆記試験) 国語・一般常識・作文
(面接試験)

試験日 令和5年6月下旬予定

試験場所 安房農業協同組合本店2階会議室
(JR九重駅より徒歩10分)

採用時期 令和6年4月1日より

待遇・その他

・業務内容 一般事務・窓口業務・営業推進
店舗接客・農機具修理販売等
※部署により異なります。

・契約期間 雇用期間の定めなし

・試用期間 あり 初回の雇用期間3カ月が試用期間

・就業場所 JA安房管内 本店又は支店・事業所

・就業時間 平日8:30～17:00

隔週土曜8:30～12:00

部署により7:00～20:00の交代制勤務有

・休憩時間 12:00～13:00

・時間外労働 あり(月平均11時間)

・休日 隔週土曜・日曜・祝日

夏期休暇(3日間)・年末年始(12/31～1/3)

部署により交代制有

・賃金 月給制 初任基本給 短大卒16万9千円

大卒18万円 通勤手当・各種手当他有

昇給年1回

賞与(前年度実績:年3回、2.8カ月)

・加入保険 雇用・労災・厚生年金・健康保険

※個人情報の取り扱いについて 履歴書等の個人情報につきましては、採用関係以外の目的では利用いたしません。

応募先およびお問合せ先

総務部人事課

〒294-0005 千葉県館山市安東72番地 TEL 0470-24-9111



蟹座
(6・22～7・22)

【全体運】せいでは事を仕損じます。力をためてチャンス待ちましょう。耳に痛いアドバイスこそあなたの役に立つはず
【健康運】目や歯に違和感を感じたら早めに病院へ
【幸運の食べ物】レタス



双子座
(5・21～6・21)

【全体運】人との交流が現状を大きく変えていきます。今まで関わってこなかったことにも耳を傾けて。うれしいお誘いも
【健康運】喉のケアが大切。外出後は必ずうがい
【幸運の食べ物】タラの芽

はじまります!

インボイス制度



1 課税事業者と免税事業者

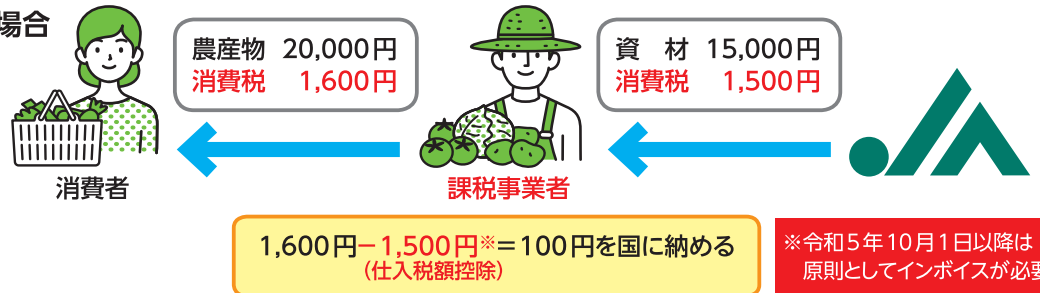
課税事業者とは、前々年の課税売上高^{※1}が1,000万円を超える事業者をいいます。免税事業者とは、前々年の課税売上高^{※2}が1,000万円以下の事業者です。

※1 農業では主に農畜産物の販売高、作業受託料、使用していた農機等の売却代金が該当します

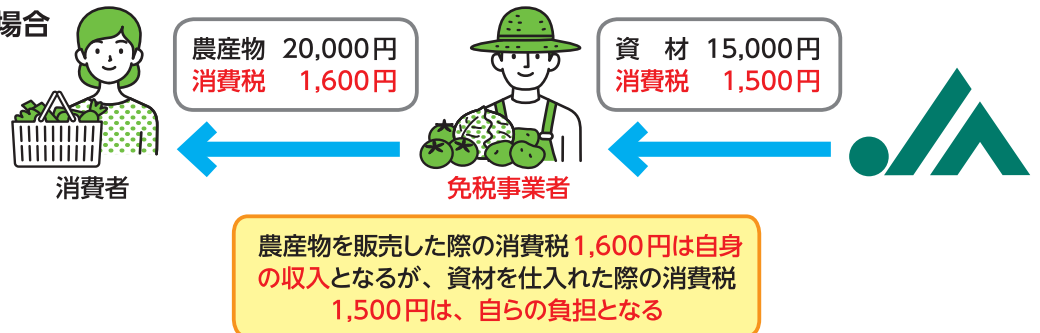
※2 前々年の課税売上高が1,000万円以下の事業者も、届出書の提出により課税事業者になることができます

課税事業者と免税事業者では、消費税の取り扱いに違いがあります。

■ 農家が課税事業者の場合



■ 農家が免税事業者の場合



2 インボイス制度とは

令和5年10月1日より、現行の区分記載請求書等保存方式に代えて導入される制度です。正式名称は、適格請求書等保存方式といいます。インボイス制度のもとでは、事業者は以下の対応が求められます。

■ 販売時・仕入時の対応

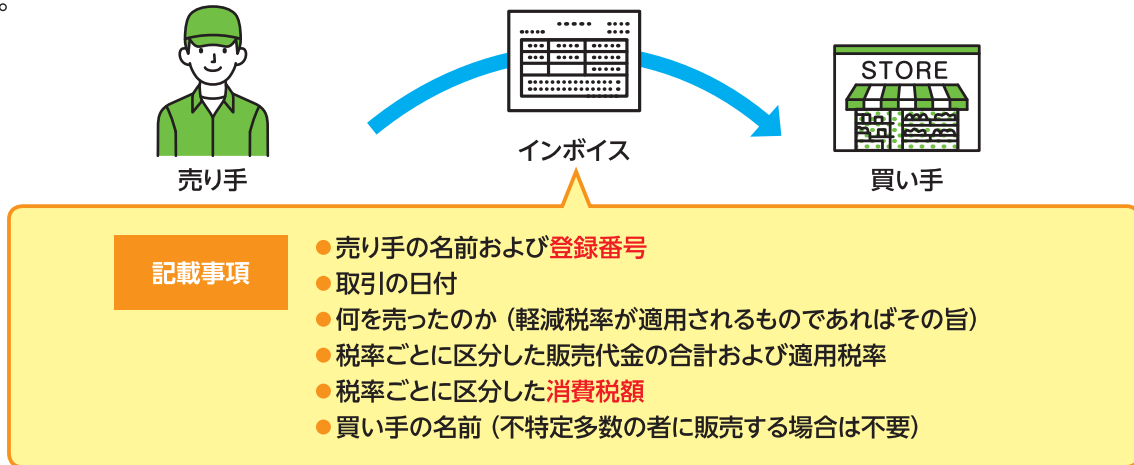
事業者区分	販売時の対応 (証憑の発行)	仕入時の対応 (仕入税額控除)	
		本則課税	簡易課税
適格請求書 発行事業者	課税事業者である買い手からの求めに応じインボイスの発行が義務化 [※]	売り手から発行されたインボイスを基に計算 [※]	現行通り (インボイス不要)
課税事業者 免税事業者	現行通り (インボイスの発行不可)		

※農協特例 (3ページ①を参照) の適用を受ける場合を除く

インボイスがない取引は仕入税額控除ができなくなります

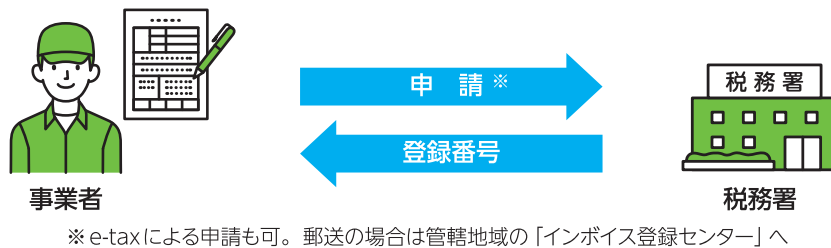
3 インボイス(適格請求書)とは

消費税の税率が複数存在する中、売り手から買い手に対して適用税率や消費税額等を正確に伝えるための書類のことをいいます。



4 適格請求書発行事業者とは

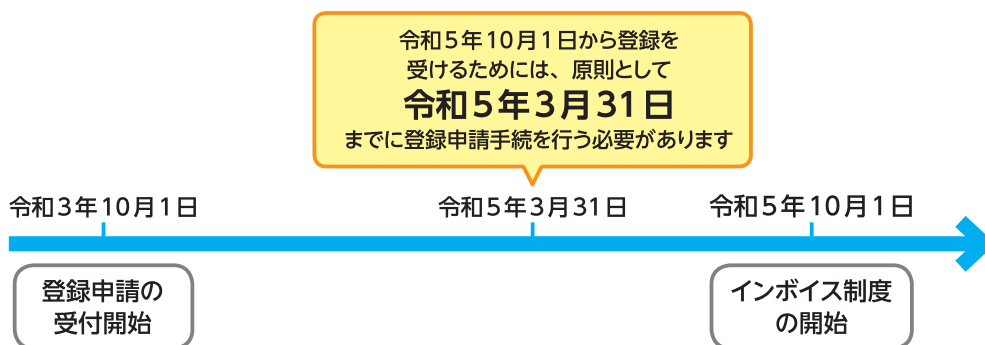
納税地の所轄税務署から事業者登録番号の交付を受けた事業者のことを、適格請求書発行事業者とといいます。インボイスは、適格請求書発行事業者でないと発行をすることができません。



5 適格請求書発行事業者になるためには

令和5年10月1日のインボイス制度の開始と同時に適格請求書発行事業者となり、インボイスの発行ができるようになるためには、原則として令和5年3月31日までの間に申請をする必要があります。

■ 登録申請のスケジュール 国税庁リーフレット「適格請求書等保存方式の概要 —インボイス制度の理解のために—」を基に作成



※免税事業者の方は経過措置により、令和11年9月30日までの間は、年の中途からでも適格請求書発行事業者になることができます

なお、登録申請はあくまで任意です。特に消費税の免税事業者である方は、適格請求書発行事業者として登録されると課税事業者として消費税の申告が必要になりますので、申請の前に慎重な検討が必要です(9ページ『【参考】登録申請の検討にあたり考慮すべきこと』を参照)。



農作物を販売する場合

① JA等に販売を委託する場合(農協特例)

組合員である生産者の農産物をJA等が①無条件委託方式による販売をし、その代金を②共同計算方式により精算する場合には、生産者は適格請求書発行事業者であってもインボイスの交付義務が免除されます。この場合、購入者はJA等が発行する書類により仕入税額控除が可能となりますので、生産者が適格請求書発行事業者であるかないかは関係ありません。

■ 農協特例が適用される取引の例



② JAファーマーズマーケットで委託販売する場合(媒介者交付特例)

ファーマーズマーケットでの委託販売は無条件委託方式および共同計算ではないため農協特例は適用されませんが、出荷者が適格請求書発行事業者の場合はJAが出荷者に代わりインボイスを発行し、購入者へ交付することができます。

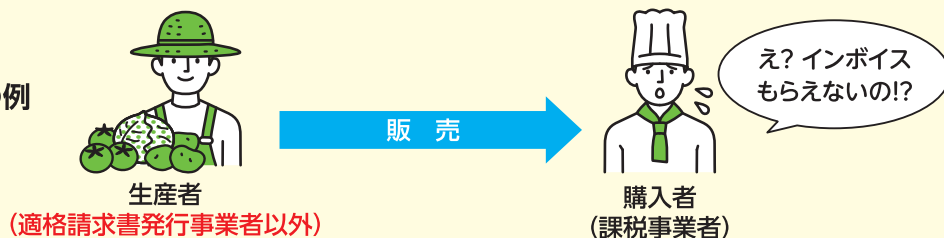
■ 媒介者交付特例が適用される取引の例



③ 業者等に直接販売をする場合

JA等を通じた委託販売ではなく、業者の方に直接販売している場合には、先方よりインボイスの発行を求められる可能性があります。適格請求書発行事業者でない場合はインボイスを発行することができませんので、難色を示される可能性があります。

■ 直接販売先である業者からインボイスを求められる取引の例

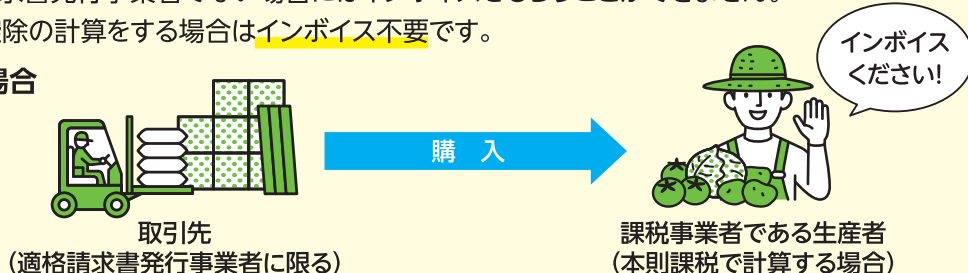


農業用資材や農機等を購入する場合

課税事業者である生産者の方が農業に関するさまざまな支出をし、それらを消費税の計算で仕入税額控除の対象とするためには、取引先が発行したインボイスを受領する必要があります。必ず先方にインボイスの発行を求めてください。ただし、その相手が適格請求書発行事業者でない場合にはインボイスをもらうことができません。

なお、簡易課税で仕入税額控除の計算をする場合はインボイス不要です。

■ 生産者が仕入れる立場の場合



よくある質問

Q1 令和5年10月1日の段階で課税事業者であれば自動的に適格請求書発行事業者になるのでしょうか。

A1 課税事業者であっても、事業者登録番号の交付申請手続きが必要です。

Q2 適格請求書発行事業者になった場合、販売時には必ずインボイスを発行しなければいけないのでしょうか。

A2 適格請求書発行事業者は、課税事業者である購入者から要求された場合のみ、インボイスの発行が義務になります。なお、以下の場合にはインボイスの発行は不要です。

- 購入者が業者でない場合
- 購入者が免税事業者である場合
- 購入者が課税事業者であるがインボイスの発行を求めてこない場合

ただし、これらは販売時には判別できないため、適格請求書発行事業者はインボイスの発行ができる体制を整えておく必要があります。

Q3 簡易課税で仕入税額控除の計算をする場合も、インボイスが必要なのでしょうか。

A3 仕入税額控除をする際にインボイスが必要となるのは本則課税で計算する場合のみです。簡易課税で計算する場合にはインボイスは不要です。

Q4 適格請求書発行事業者は簡易課税を選択すると、インボイスを発行できなくなるのでしょうか。

A4 簡易課税を選択しても、適格請求書発行事業者はインボイスを発行することができます。

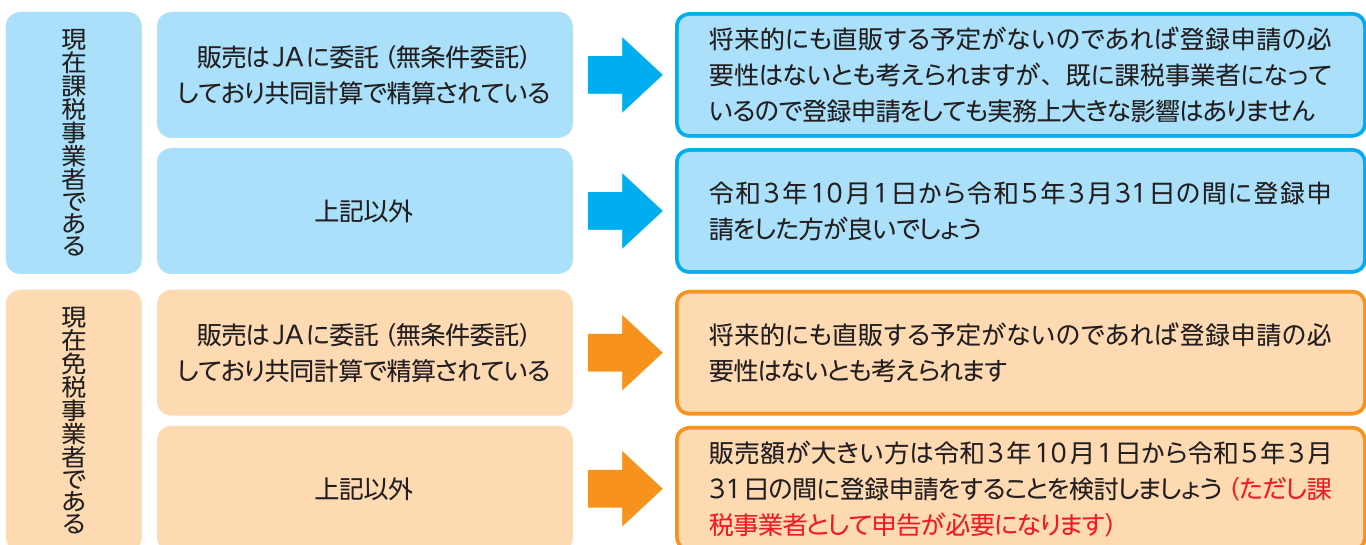
Q5 免税事業者で適格請求書発行事業者になることは考えていませんが、何か不利益はあるのでしょうか。

A5 インボイス制度のもとでは、買い手は適格請求書発行事業者以外の事業者との取引について仕入税額控除ができなくなりますので、免税事業者のままだと取引を敬遠されたり、価格等の条件面で不利になる可能性があります。ただし、販売先が消費者のみの場合やJAの委託販売を利用して農協特例の適用を受ける場合等はインボイス不要となりますので、将来的にどのような販路で農産物を販売したいのかよく検討したうえで、適格請求書発行事業者になるかどうかの判断が必要になります（下記『【参考】登録申請の検討にあたり考慮すべきこと』を参照）。

Q6 農事組合法人にはどのような影響があるのでしょうか。

A6 農事組合法人は、免税事業者である組員・取引先との間で、従事分量配当、作業委託、種苗等の購入、農機の借り入れ等のさまざまな取引がありますが、免税事業者はインボイスを発行できないため、農事組合法人側において仕入税額控除ができなくなります。農事組合法人の財務への影響を試算し、法人の運営について検討することが必要です。

【参考】登録申請の検討にあたり考慮すべきこと



※ JAへの販売委託とそれ以外が混在する場合はJAにご相談ください

※ ファーマーズマーケットに出荷されている方および繁殖農家の方に対しては別途整理をしています。詳細はJAへお問い合わせください

第27回JA安房女性部総代会 開催 ～書面開催～

JA 安房女性部は2月24日（金）書面議決書を活用し、第27回総代会をJA 安房別棟第一会議室で開催しました。全総代数36名出席総代数36名（うち議決権行使者36名）開票の結果、総代数36名の賛成票により提出された全4議案が可決されました。

総会終了後に行われた、新理事による話合いで令和5年度新役員が次の通り決定されました。

新役員は次のとおりです。（敬称略）

部長 = 羽田百合子（三芳支部）
 副部長 = 川崎 幸子（鴨川支部）
 会計 = 山口千枝子（館山支部）
 理事 = 小澤かほる（富山支部）
 理事 = 木下千鶴子（和田支部）

監事 = 森 八重子（和田支部）
 監事 = 高梨 洋子（鴨川支部）



JA健康診断実施のお知らせ

下記の日程で実施いたします（4・5月分）

内房地区	4月17日(月)	富山支店	9:00～11:00
		富浦支店	13:00～14:30
	5月19日(金)	鋸南支店	9:00～11:30
南房地区	4月24日(月)	丸山支店	9:00～11:00
		白浜支店	13:30～14:30

JA健康診断では・・・

糖尿病対策に有用なHbA1c検査、動脈硬化症を引き起こすLDL（悪玉）コレステロール検査、腎機能障害を調べるクレアチニン検査、大腸がんの発見に有用な便潜血検査など、数多くの検査が基本健診に含まれています。

また、オプション検査には、「ABC検査」（胃がんリスクを調べます）や、「心不全リスク検査」（血液検査で心臓のストレスを知る事ができます）等があります。

新たに「新型コロナウイルス抗体検査」をオプション検査に追加しました。

お申込みは最寄りの支店までお願いします。

詳細のお問い合わせは営農販売部 担い手指導課 0470-24-9114

おらしく食べて美しく

春の体調不良の予防と対策

栄養士 ● 吉田理江

春は穏やかで過ごしやすいため、だるさ、不眠、頭痛、疲労感などの不調を感じることも多い季節です。その原因の一つとして、気温の寒暖差、環境の変化による自律神経の乱れがあります。これは、日中活動しているときに優位に働く交感神経と、心身がリラックスしているときなどに優位に働く副交感神経のバランスが乱れることにより引き起こされます。今回は、自律神経を整える効果が期待できる食事方法とお薦めの栄養素について、三つのポイントをお伝えします。

①よくかんで食べましょう

よくかんで食事をすることで副交感神経が活発に働き、消化を促すだけではなく、体がリラックスモードになります。よくかまないで食事をすることが習慣になってしまっている方は、一口で入れる量を少なくしたり、食感のあるものを取り入れたりしてみると良いでしょう。

②3食食べましょう

欠食をすると交感神経が優位に働いたままになり自律神経が乱れる原因に。3食食べることで自律神経が整いやすくなります。

③お薦めの栄養素

春の体調不良に負けない体をつくるためにお薦めの栄養素は、タンパク質、ビタミンB群、ビタミンCです。

肉、魚、卵、乳製品、大豆製品などのタンパク質に含まれる「トリプトファン」は、精神を安定させる働きがある神経伝達物質「セロトニン」の原料となります。

豚肉、バナナなどに含まれるビタミンB群は、ストレスから体を守るホルモンの合成に必要な栄養素です。朝、忙しいときはバナナだけでも食べるようにしましょう。

野菜や果物に含まれるビタミンCは、ストレスへの抵抗力を高める働きがあります。余剰分は尿と一緒に排出されるため、毎食摂取するのが好ましいです。

今回ご紹介した三つのポイントを取り入れつつ、睡眠などの生活習慣も見直して春の体調不良に負けない体づくりをしましょう。



洋風タケノコご飯

永井智一
(なかい・ともかず)
茨城県笠間市にある
「天晴 (旧キッチン暗人)」
オーナーシェフ



シェフ永井の
おすすめ
レシピ



材料 (4人分)

- 米…………… 300g
- 水…………… 300g
- ブイヨンキューブ… 1個
- しょうゆ………… 小さじ 1
- タケノコ水煮………… 1/2 本
- トマト…………… 小 1 個
- 冷凍ムール貝………… 200g
- 新タマネギ………… 1/2 個



作り方

- ① Aのうち、タケノコ水煮は縦にスライスしてさっとゆがき、トマトは1cm角に切る。新タマネギは粗みじん切りにする。
- ② 米を研ぎ、ざるにあげて20分置く。炊飯器に水を入れ、米とAを全て入れて20分浸水し炊飯する。
- ③ 炊き上がった(2)を彩り良く器に盛り付け出来上がり。

7つの部位を使った
体操プログラム
「The Taiso
(ザ・タイソウ)」は
こちら



日々の疲れが少しでも軽減できるように、まずは睡眠時間を確保しましょう。枕の高さや素材(硬さ)など、お好みに応じた寝具を選び、より良質な睡眠が取れると良いですね。ご自身の生活スタイルに見合った疲労回復・解消方法を見つけて、心身共にリフレッシュしましょう。

春の到来。柔らかな日差しが差し込み始め、日増しに過ごしやすい季節となりました。さて、春は新生活が始まるとともに、農作業では種まきのシーズンになりますね。中腰姿勢や前かがみ姿勢など、長時間にわたり同じ姿勢を取り続けると腰や背中に負担がかかります。疲労の蓄積は体に負担がかかるだけでなく、作業中に事故を引き起こす可能性も考えられます。

日本体育大学准教授 ● 伊藤由美子
疲労回復・解消方法はありますか？

体を動かすためのヒント
手軽に体操

レッツ、トライ! 腰をねじる運動+その場足踏み



蠍座
(10・24 ~ 11・22)

【全体運】周到な準備が好結果を招きます。丁寧な作業を心がけて。また、不足がある場合は無理せず延期にするのが正解です
【健康運】楽しみながらできる運動で筋力アップ
【幸運の食べ物】ノビル

天秤座
(9・23 ~ 10・23)

【全体運】吉凶混合運です。その場だけで一喜一憂しない。前向きな姿勢が吉運を引き寄せます。うれしい贈り物の予感も
【健康運】血圧は小まめにチェック。軽い散歩が◎
【幸運の食べ物】ソラマメ

4月の天気

天気は数日の周期で変わり、平年と同様に晴れの日が多いでしょう。気温は、平年並ともに高い確率40%です。降水量は、平年並40%です。

令和5年2月21日、気象庁発表の「関東甲信越地方3か月予報」

4月の農作業

水稲

育苗期の管理

(1) 緑化期

初期に強い光をあてると白化現象（葉緑素が形成されない障害）や日焼けを起こすので半日〜1日、寒冷紗で覆い徐々に緑化させます。ハウス内の温度は日中20〜25℃、夜間10〜20℃が目安です。

(2) 硬化期

必要な草丈や葉齢を確保し、移植後の過酷な条件に耐えられる丈夫な苗を作る時期です。高温条件下で育った苗をいきなり外気にさらすと、病原菌による苗立枯病やムレ苗が発生しやすくなるので、ハウス内の温度をゆっくり下げ、徐々に外気に慣らします。温度は日中25℃を超えないように管理します。夜間は5℃以下に下がらないように管理します。

日中の温度が高すぎると葉が伸びやすく軟弱な苗になってしまいますので、換気を十分行ってください。また、水のかけすぎも軟弱苗の原因となります。灌水は1日1回、朝に行います。2回灌水が必要な時もあります。

が、午後3時以降は床土の温度を下げる原因となるので避けましょう。

花卉

ヒマワリ

圃場準備

○夏季（5〜9月）は露地でも栽培が可能です。台風などの気象条件、病害虫の発生や切花品質を考慮すると施設栽培がおすすめです。

○一般の粘土質圃場では無肥料ですが、砂地では少量の施肥を行います。ただし、前作が多施肥性作物だった場合は不要です。

○近年、地温の低い時期の栽培では、栽培初期に原因不明の枯れ症状を引き起こすことがあります。ホウ素を元肥に入れると改善できたという事例があります。

○土壌水分が多いと草丈が極端に伸びます。地下水位の高い圃場では高畝にしたり、ハウス周辺に明渠を掘ったり、草丈が短い品種を選ぶ等の工夫が必要です。

播種

○種子が大きいので直播が一般的です。品種によって種子の大きさが異なりますが、10mlで約70〜100粒有ります。

○10×10cm、または12×12cm間隔とします。間隔が空きすぎると茎が太くなりやすくなります。

その後の管理

○本葉が出るまではしっかりと灌水を行います。その後はぎりぎりまで控えめに管理します。

○基本的に必要ありませんが、栽培初期に葉が薄い時などは、液肥で追肥を行います。

○（施設の場合）日中はできるだけ天窓やサイドを開けて換気を行います。

○栽培適温は20〜30℃（夜温は13℃以上）。低温でも生育しますが、出来るかぎり適温に近い環境にします。

野菜

ソラマメ

○収穫時期が近くなりました。摘芯は下位節の花から数えて、7〜10節目が開花した時点で、その上を10cm残して切除します。

（草丈110cm程度）。

○収穫適期は、莢がやや下を向き光沢が見られ、豆のへそがやや黄色になった頃となります。また、下位節の莢と上位節の莢で熟し方が異なるので、熟度に応じて数回に分けて収穫します。

シシトウ

定植

○ハウスで3月下旬〜4月上旬、トンネルでは4月上旬から下旬、露地は5月下旬を目安に、好天が4〜5日続きそうな日の午前中に定植します。

○定植方法は深植えを避け、苗の向きを一定方向に揃えます。

○活着を促進するため定植前の苗鉢に液肥500倍を灌注するかドブ付けしてから定植します。

○定植は風害を防ぐため、直ちに支柱を立て固定します。

○アブラムシ、アザミウマ類の防除のため、植え穴にアドマイヤー粒剤か、スタークル粒剤を1穴当たり1g植穴処理します。

※土壌分析は定期的に行うことをおすすめします。



山羊座
(12・22〜1・19)

【全体運】 頑張っているのうまいかずらい立つことが。そもそのやり方が間違っているのかも。状況を分析し直せば好転します
【健康運】 うっかり、ぼんやりでけがないように
【幸運の食べ物】 ゼンマイ



射手座
(11・23〜12・21)

【全体運】 運勢は盛り上がり大きな進展が見られます。あなたらしく未来志向でいきましょう。過去の問題には触れないで
【健康運】 痛みなどの再発に注意。ケアに力を入れて
【幸運の食べ物】 さんしょう

4月の切花出荷日

※印の日は出荷できません

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 30	24	25	26	27	28	29 昭和の日

4月の野菜出荷日

※印の日は出荷できません

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 30	24	25	26	27	28	29 昭和の日

※右記カレンダーとは、一部異なる場合がございます。ご不明の点は、各事務局までお問い合わせください。

農林水産大臣賞を南房総市富浦町の柴山明彦氏が受賞

関東東海 花の展覧会

「第71回関東東海花の展覧会」が、池袋サンシャインシティで開催されました。この展覧会は国内最大規模の花のイベント。品評会には、切花や鉢物、枝物など全10部門で約1,439点が出品され、品質や商品性を競いました。

南房総市富浦町の柴山明彦氏は、今年度LAユリで農林水産大臣賞を受賞しました。

JA安房管内からは、次の方々が特別賞を受賞されました。

(敬称略)

- ◇農林水産省関東農政局長賞 = 田村貞夫 (鋸南町・スターチス)
- ◇各都県知事賞 = 玉丸雅晴 (鋸南町・カーネーション)
- ◇日本花き卸売市場協会首都圏支所長賞 = (株)金井園芸 (南房総市・スカビオサ) = 海老原務 (館山市・ストック) = 安田仁 (南房総市・キンセンカ)
- ◇東京花き共同荷受株式会社社長賞 = (株)金井園芸 (南房総市・ホワイトレースフラワー)
- ◇園芸文化協会会長賞 = 石井孝 (鋸南町・ブーゲンビリア)
- ◇日本種苗協会会長賞 = 間宮達也 (南房総市・ストック)
- ◇J F T D 会長賞 = 精華園 (南房総市・カーネーション)
- ◇日本洋蘭農業協同組合長賞 = 早川光樹 (南房総市・洋ラン)



○部門：球根切花
○種類・品種：LA ユリ
「サンダーランド」

○受賞者：柴山明彦 (千葉県)
○受賞のポイント
最も出品数の多いLA ユリの中で、蕾の揃いがよく、数も多く、花色、葉色、茎葉のバランスに優れていました。
生け込みも良好であり、生産者の意欲を感じられました。



魚座
(2・19 ~ 3・20)

【全体運】困っていた問題は解決に向かい、のんびり過ごせそう。迷ったときは利益優先を控えて成り行きに任せると吉
【健康運】体力アップのチャンス。新メニューも試して
【幸運の食べ物】グリーンピース



水瓶座
(1・20 ~ 2・18)

【全体運】交友関係が活発化。うわさ話は控えて。正確な情報発信があなたの信頼を高めます。家族優先が◎
【健康運】生活リズムの維持を心がけて。発酵食品にツキ
【幸運の食べ物】タケノコ

Information ②



年金無料相談会のご案内

年金についての疑問・質問に専門の社会保険労務士が無料でご相談をお受けいたします。
 ご来店の際、①年金手帳 ②年金証書 ③ねんきん定期便 ④認印 ⑤雇用保険被保険者証をご持参ください。(書類が無い方、JAとお取引がない方でも気軽にご相談ください)

●相談会日程●

5月10日(水)北条支店 9:00 ~ 15:00 5月23日(火)鋸南支店 9:00 ~ 15:00
 5月17日(水)江見支店 9:00 ~ 15:00 5月25日(木)白浜支店 9:00 ~ 15:00
 5月19日(金)豊房支店 9:00 ~ 15:00 6月14日(水)三芳支店 9:00 ~ 15:00

ご相談のご予約は、最寄りの支店までお問い合わせください。

JA住宅ローン

My Home [Go Go!!] キャンペーン

変動金利 (保証料別) **年0.550%**
(2022年2月1日現在) [店頭標準金利2.475%から最大年1.925%引下げ]

団体信用生命共済への
加入料0円

三大疾病保証も
ご用意しております
ご利用にあたってはお借入利率に
年0.10%を加算させていただきます。

ローンキャンペーン

2023
4.30 SUN
日まで



マイカーローン

新車購入の資金に / バイク購入の資金に
他行からの借換え など

基準金利(年) [固定金利] (2022年10月1日現在)

5.930%

キャンペーン最大
引下げ後金利

年1.00% 保証料別



教育ローン

入学金・学費の資金に / 留学費用に
他行からの借換え など

基準金利(年) [固定金利] (2022年10月1日現在)

4.060%

キャンペーン最大
引下げ後金利

年1.00% 保証料別



多目的ローン

結婚式費用に / 引越し費用に /
家電の買い替えに インプラント費用 など

基準金利(年) [固定金利] (2022年10月1日現在)

6.430%

キャンペーン最大
引下げ後金利

年2.60% 保証料別

※詳しくは最寄りの支店までお問い合わせください。

安心の

"JA葬祭"



<http://jalife.co.jp>

JA 葬祭の詳細内容は右のQRコードをお読みいただくか、ホームページをご覧ください。

- 病院からでも、ご自宅からでも24時間ご対応いたします。
- JA 虹のホールにて故人様をお預かりすることも可能です。
- ご自宅・寺院での葬儀もお手伝いします。

ご葬儀・ご法事
事前相談は…

JA葬祭

0120-015-983 年中無休
24時間受付

理事会報告

○令和5年第2回定例理事会
 と き 令和5年2月28日
 と ころ 本店会議室
 主な議案 令和4年度事業報告・貸借対照表・損益計算書・注記表・附属明細書及び剰余金処分案並びに部門別損益計算書等の承認について / 第27回通常総代会開催について / 第27回通常総代会提出議案について / 自己改革工程表について / 大口信用供与(5,000万円超)の承認について / 時間外労働・休日労働に関する協定の締結について / 令和6年度新規職員の採用方針について
 ◎業務報告

みんなの広場

頭の体操 クロスワードパズル

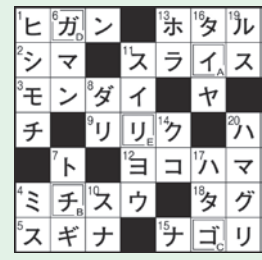
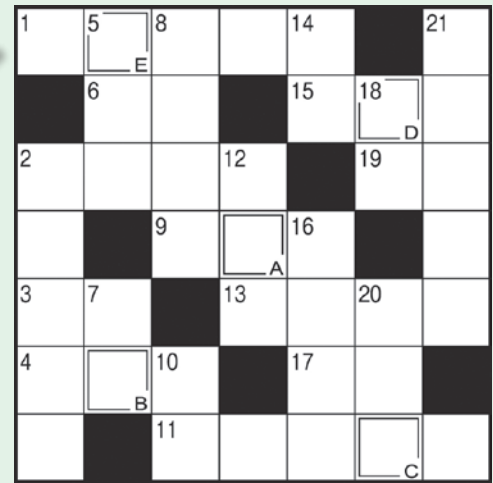
二重マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?
出題・ニコリ

タテのカギ

- ②野球のBSOのS
- ⑤敵ではありません
- ⑦正しい答えに付けるマーク
- ⑧遠くて近きは——の仲
- ⑩シオマネキもこの仲間です
- ⑫得意なもの。漢字で書くと十八番
- ⑭体温計を挟みます
- ⑯空弁(そらべん)が売られている所
- ⑰田畑を耕す道具の1つ
- ⑲ギリシャ文字の最後の字。Ω、ωと書きます
- ㉑選抜高等学校野球大会の会場です

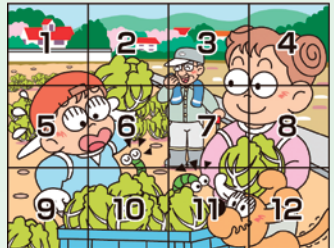
ヨコのカギ

- ①唱歌『花』に歌われている川
- ②写真などを撮影するための施設
- ③ラクダやアルパカに似たアンデス地方の動物
- ④クジラより小さめです
- ⑥4月なのに冷えるなあ、——の戻りかな
- ⑨書類の何も書かれていない部分
- ⑪新1年生の皆さん、ご——おめでとう!
- ⑬爬虫(はちゅう)類は変温動物、哺乳類は——動物
- ⑮1、3、5、7、9……
- ⑰日本人の主食です
- ⑲船を着けます



■ 324号
クロスワード
パズル正解
イチゴガリ

まちがいさがし



右のイラストには左のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。
出題・イラスト:酒井栄子



- 答え
- 1…ひなあられのひもの長さが違う
 - 2…桃の木の幹の太さが違う
 - 6…犬の鼻の上のあんこの高さが違う
 - 11…桜餅の数が減っている
 - 12…塩の容器が違う

■ 324号
まちがいさがし正解
1 2 6 11 12

クロスワードパズル・まちがいさがし 応募要項

はがきに必要事項を明記してお送り下さい。クロスワードパズル・まちがいさがしの両方を正解された方の中から、抽選で10人の方に500円分の図書カードをプレゼントいたします。

送り先 〒294-0005 館山市安東7-2 JA安房広報担当宛
締め切り 令和5年4月7日(金) 消印有効

- ①クロスワードパズル答え
- ②まちがいさがし答え
- ③〒・住所
- ④氏名・年齢
- ⑤電話番号
- ⑥広報誌の感想

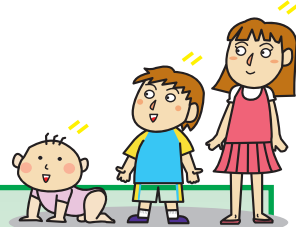
クイズ当選者(敬称略)

- 近藤美津子(南房総市)
- 保田 美之(南房総市)
- 林 正美(鋸南町)
- 山口 栄一(館山市)
- 川名 栄子(南房総市)
- 釘持 良雄(鴨川市)
- 池田 節子(南房総市)
- 佐久間裕美(館山市)
- 石井 絵美(南房総市)
- 山根 秀人(館山市)

ひとりごと

あつという間に3月も終わりです。春は行事が沢山あり毎日があつという間に過ぎて行きます。気温はなかなか落ち着きませんが、暖かい春のような日も増えてきて、桜の開花が楽しみになってきました。5/8から新型コロナの感染症も「5類」に移行します。花粉が飛散している時期でもありなかなかマスクは手放せそうにありませんね。しかし、少し明るい年度の始まりを期待して少しづつ前に進んでいきましょう。

早く大きくなあれ!



鴨川市 横渚
 ななか 菜々日ちゃん(5歳) わかな 和日菜ちゃん(3歳) さりな 彩里奈ちゃん(2歳)
 原田 幹士さん 菜穂子さん

ディズニーのオーロラ姫が好きな菜々日ちゃんは真面目で頑張り屋さん。幼稚園のマラソン大会では1番でした。クレヨンしんちゃんが好きでお母さんのお手伝いをしてくれる和日菜ちゃんは4月から幼稚園へ通います。お姉ちゃんのお似をして行くのを楽しみにしています。彩里奈ちゃんはお姉ちゃん達が面倒を見て遊んでくれるので甘え上手です。おしゃべりも上手になってきました。3人は外遊びが好きで公園に行きブランコ、すべり台などで元気に遊びます。

ご両親からひとこと

「子供達は三者三様です。みんなが自分らしく輝いていけるように応援しているね!」

農産物直売所

JAグリーン

移動販売 4月の予定表

	日	曜	時間 場所	
第2週	6	木	10:00 西川名公民館	11:00 豊房支店 11:45 白浜支店
	7	金	10:30 富浦支店 11:00 三芳支店	11:30 JA安房本店
第3週	12	水	10:00 北条支店	11:00 大賀区民館
	13	木	11:00 小湊支店	12:30 鴨川支店
	14	金	10:30 江見支店	11:30 長狭支店
第4週	18	火	10:30 千倉支店	11:10 丸山支店 11:45 和田支店
	20	木	10:00 西川名公民館	11:00 豊房支店 11:45 白浜支店
	21	金	10:30 鋸南支店	11:40 JA安房本店
			11:00 富山支店	
第5週	26	水	10:00 北条支店	11:00 大賀区民館
	27	木	11:00 小湊支店	12:30 江見支店



おこめ券 取扱店

JA安房 各支店

JAグリーン 館山店・鴨川店



※その他順次運行予定です。時間は目安となります。状況により前後する場合がございますので予めご了承承願します。諸事情により日程の変更等がある場合はJA各支店に掲示致します。

※JAグリーンでは農産物等の出荷者を随時募集しています。(産直友の会)

館山店

鳥獣対策コーナー
設置店舗

〒294-0043
千葉県館山市安布里448-1
TEL.0470-30-9211

鴨川店

〒296-0033
千葉県鴨川市八色557-1
TEL.04-7093-3406

第40回「JA安房農業元気塾」 講習会開催

JAでは直売等出荷へ向け多様な担い手を育成し、農業活力を盛り上げることを目的に第40回『JA安房農業元気塾』を開催します。お気軽にご参加ください。
参加費無料

日時 令和5年4月8日(土)
午前9時30分～11時

場所 本店2階大会議室

講師 元千葉県農業改良普及員 山口 勇氏

テーマ 野菜の栽培について

JA各支店に4月3日(月)迄お申込みください。

◎お問い合わせは

営農販売部 担い手指導課 ☎0470-24-9114