

ベリーネット♡ はが野

2026
5
No.350

あなたとJAはが野を結ぶ
コミュニケーション誌



特集

新入職員の
研修に密着!

令和8年度
「組合員と語る夕べ」
意見・要望報告書

農業者のみなさん
労災保険の特別加入を
ご存知ですか!!

P6
HAGANO
PEOPLE
芳賀地区
水沼さん

P7
フレッシュはが野
井頭フレッシュ
直売所

P13
北陵ごはん
春キャベツと
ベーコンの
スパゲッティ

P15
ベジタブルライフ
シソ

P20
発見!まんぷく
はが野ごはん
茂木町
そば処おうめ

新入職員の研修に密着!

新入職員は4/1～10の2週間、JA職員の基礎を学びました!
研修の様子を写真とともに紹介します♪

4/1

新入職員辞令交付式

9人の新入職員は緊張した面持ちで渡辺組合長から辞令を受け取り、JA職員としての一步を踏み出しました。



4/2

ビジネスマナー研修

(株)エルシーアールの先生を講師に招き、ビジネスマナーについて勉強しました。



4/2

認知症サポーター研修

生活福祉部の職員を講師に招き、認知症に対する正しい知識と理解を深めました。認知症高齢者等にやさしい地域づくりに取り組みます。



4/3 パソコン研修

業務で使用するイントラネット端末やグループウェアの使い方を学びました。



4/3 コンプラ研修

コンプライアンスの定義や個人情報の取り扱い方など、業務上のルールを学びました。



4/3 知って得する ライフプランニング

給与明細の内容や資産運用について、理解を深めました。



4/6 管内施設巡回

管内施設の巡回、あいさつをしました。



これから、組合員・利用者の皆様のお力になれるよう、精一杯頑張っています！
よろしくお願いいたします！！

4/7~10

業務別研修会 (JAビル)



令和8年度「組合員と語る夕べ」

意見・要望報告書

開催日:令和8年3月13日(金)・16日(月)・17日(火)・19日(木)
24日(火)・25日(水)

「組合員と語る夕べ」開催にあたり、多数のご参加をいただきましてありがとうございます。多くのご意見・ご要望がございましたので、回答を添えてご報告致します。誌面に限りがございますので、一部の掲載とさせていただきます。

営農部門

Q J Aの米概算金は、どのよう
に決まっているのか教えてほ
しい。また、令和8年産米の価
格が下がることも危惧されて
いるが、概算金の見通しにつ
いて伺いたい。

A 例年、8月末に開催されるJ
A全農とちぎの県本部運営委
員会において、米の販売状況や
在庫量等を基に協議を行い、概
算金を決定しております。

令和7年産米の在庫見通し
や、令和8年産米の作付計画
を考慮致しますと、供給が需
要を上回ることが想定されて
おり、令和8年産の米概算金
は下落することが懸念されて
おります。

J Aグループと致しまして
は、引き続き、主食用米の需要
に応じた生産を推進するとと
もに、最大限の販売努力を通
じて、生産者の所得向上に努
めてまいります。

Q 高齢化や担い手不足で農家
が減少している。小規模農家
の救済措置はないか。組合員
に農業を続けてもらう方法を
示していただきたい。

A 担い手不足は深刻な課題で
あると認識しております。県
市町J Aが一体となり、新たな
担い手確保に向けた取り組み
を進めてまいります。また、営
農指導アクシユグループによ
る巡回のほか、補助事業をは
じめとする情報提供等、農家
の皆様のお役に立てる取り組
みを継続してまいります。

Q 米のGAP提出率はどれく
らいか。

A 毎年、米の出荷前には生産
履歴とともに100%ご提出
いただいております。
今年度につきましても、ご
協力をお願い致します。

経済部門

Q アグリセンターの統廃合につ
いて、具体的な計画はあるの
か。

A 二宮地区における、アグリ
センター二宮とアグリセン
ター長沼の店舗を統合する検
討を進めております。

金融・共済部門

Q 支店窓口における、昼休憩の
導入に至った経過が知りたい。

A 防犯対策とともに、職員の勤
務管理を適正化するためです。

はが野の職員数につきましては、
令和7年度から令和8
年度にかけて、全体で30名程
減少しており、やむを得ずお昼
の時間帯で1時間の休業をさ
せていただく運びとなりました。
11:30までにご来店し受
付された方につきましては、休
業時間となりましてもお手続
できますのでご安心下さい。
また、お昼の休業時間帯に
しかご来店できないなどの要
望がございましたら、事前に
ご相談いただければ対応させ
ていただきます。

金融部門

Q ATMでの取引限度額はいく
らか。

A 50万円です。ATMでの取
引限度額を引き上げたい場合
は、窓口での手続きが必要と
なります。

必見! 農業者のみなさん 労災保険の特別加入をご存知ですか!!

労災保険は、本来、労働者の負傷、疾病、障害、死亡などに対して保険給付を行う制度ですが、加入義務のない農業者の方も、一定の要件のもとに特別加入という形で任意加入できます。



ここに注目!

療養・休業給付から遺族給付まで手厚い補償があります!

平成30年度から、農産物を市場等まで運ぶ**出荷作業**、出荷作業後に行われる**販売作業**も対象になりました!

こんな方が対象になります!

特別加入制度は、以下のいずれかに該当する方が対象となります。

A 特定農作業従事者の方 一定の経営規模以上の方が加入できます!

特定農作業従事者とは

自営農業者(兼業農家を含む)の方で、年間の農業生産物総販売額が**300万円以上**または、経営耕地面積**2ヘクタール以上**の規模であり、次に示す農作業に従事している方。

- ① トラクター等の農業機械を使用する作業
- ② 2メートル以上の高所での作業
- ③ サイロ、むろ等の酸欠危険のある作業
- ④ 農薬散布
- ⑤ 牛・馬・豚に接触する作業

B 指定農業機械作業従事者の方 機械の指定はありますが、経営規模にかかわらず加入できます!

指定農業機械作業従事者とは

自営農業者(兼業農家を含む)の方で、次に指定された機械を使用し農作業を行う方。

- ① 動力耕耘機その他の農業用トラクター
- ② 動力溝掘機
- ③ 自走式田植機
- ④ 自走式防除用機
- ⑤ 自走式動力刈取機、自走式収穫用機械
- ⑥ トラック、自走式運搬用機械
- ⑦ 動力脱穀機や動力草刈機などの定置式又は携帯式機械
- ⑧ 無人航空機

加入申込期間 2月~3月中旬

問い合わせ先

営農部 営農企画 TEL0285-83-7623

真岡地区営農センター TEL0285-83-8700

益子地区営農センター TEL0285-72-1171

市貝地区営農センター TEL0285-68-1314

二宮地区営農センター TEL0285-74-4115

茂木地区営農センター TEL0285-63-1249

芳賀地区営農センター TEL028-677-0711

HAGANO PEOPLE



芳賀地区

水沼 みずぬま

英一さん えいいち

J Aはが野青壮年部で部長を務めている、水沼英一さんをご紹介します。

青壮年部ではどのような活動を展開しているのでしょうか

青壮年部では交流活動に力を入れています。昨年度は8月に全体のボウリング大会を開催しました。各支部から37人に参加いただき、支部の枠を越えて交流を深めました。また、支部ごとも活動を展開しており、J Aまつりへの出店なども行っています。

青壮年部活動を行う上で心がけていることは何ですか

昨年度の9月から部長代理として青壮年部に携わっていますが、やはり盟友同士の交流が深められるように図ってきましたし、これからもうしていきたいと考えています。先ほどのボウリング大会も継続していき、別の交流の場を設けられたら良いとも考えています。

青壮年部の活動について読者の皆さんに伝えたいことがあります

青壮年部の盟友も減少傾向にあります。若い方々にも入っていただいて、活気のある活動を展開できればと思います。加入などについては各地区の営農センターへご連絡ください。

水沼さんは芳賀地区で養鶏を営んでいます

祖父の代から養鶏を営んでおり、現在では約1万8000羽の鶏を飼育、鶏卵を販売出荷しています。はが野の友遊直売所(道の駅はが内)や井頭直売所などでも販売しています。

養鶏を営む上で気を付けていることは何ですか

一番は防疫面です。特に鳥インフルエンザが流行る時期は毎年とても気を使っています。

青壮年部★女性会 女性大学男前クラブ

Check!

活動日記

★JAはが野青壮年部新部長に、

水沼英一さんが就任★

4月8日(水)、真岡市のフォーシーズン静風で第30回はが野農業協同組合青壮年部総会を開催しました。

総会では、令和7年度に実施した活動の報告並びに収支決算や、令和8年度の活動計画などを決議した他、役員みずぬまえいいちの改選が承認され、新部長に芳賀支部の水沼英一さんが就任しました。

新たな部長のもと、青壮年部の盟友が一丸となって楽しく活動してまいります。ごついで宜しくお願ひします!!

青壮年部では随時盟友を募集中です。詳しくは各地区営農センターまで♪



新部長に就任した水沼英一さん



30回目の総会となりました

Fresh HAGANO

井頭フレッシュ直売所



5月になり、井頭フレッシュ直売所(あぐりっ娘)では、皆様お待ちかねの「メロン」が店頭に並び始めます。直売所のメロンは出荷前に糖度検査を行い、15度以上のメロンを販売しております。種類は青肉でさらばりとした甘みの「タカミメロン」と、芳醇な甘みで女性やお子様でも食べやすい赤肉の「クインシーメロン」です。また、両方を食べ比べできる、ミックスマグもご用意しております。

他にも、直売所では初夏の陽気にふさわしい、旬でバラエティに富んだ野菜や果物を取りそろえております。たくさんのお客様に足を運んでいただけますよう、スタッフ一同、心よりご来店をお待ちしております。

春芽目ぞろえ会・栽培講習会 アスパラガス部会

アスパラガス部会は3月17日、芳賀支店で春芽の目ぞろえ会と栽培講習会を開きました。目ぞろえでは、穂先の曲がりや開き、1本当たりの重量など選別基準を申し合わせました。また、高品質なアスパラガスを出荷するため、収穫後に予冷を行うよう呼びかけました。芳賀農業振興事務所の担当者は、立茎のポイントとして、太さ10～12mmの茎を1株当たり3～5本で、穂先のしまった歪みのない素性のよいものを選ぶよう指導しました。また、農薬の予防散布・初期防除を徹底し、秋期以降の病害発生を抑制するよう促しました。



選別基準を確認しました!



暖候期も品質の維持に努めます!

ハウスなす中間目ぞろえ会・暖候期対策検討会 なす部会ハウスなす専門部

なす部会ハウスなす専門部は3月18日、農業振興センターで中間目ぞろえ会及び暖候期対策検討会を開きました。統一規格について全農とちぎの担当者が説明し、特に配慮すべき点として、曲がりや首細といった形状や着色、鮮度、果面のツヤなどを挙げました。現物を使った目ぞろえでは、品質や形状、詰め方を確認しました。市場関係者は「暖候期を迎え、これから各産地の無加温なすの出荷が多くなってきます。選ばれる産地であり続けるために今回の目ぞろえで出た内容を順守した出荷をいただきたいです」と訴えました。

越冬・冬春トマトの第3回統一目ぞろえ会 トマト部会

トマト部会は3月26日、農業振興センターで第3回統一目ぞろえ会を開きました。全農とちぎの担当者が統一規格について、花落ちやキズ、黄変果などについてA～D品まで基準を確認しました。申し合わせ事項では、選果場着カラーチャートを5番に設定し、順守して出荷するよう求めました。現物目ぞろえでは、キズや褐変、尻ぐされなどの基準に加え、気温上昇に伴い増加する黄変果について目をそろえました。市場関係者は「生産者からの情報や関係機関の協力を得るとともに、ニーズをつかんだ販売を行うことで、栃木産の売り場を広げていきます。」と話しました。



高品質なトマトを出荷します!



最盛期を前に情報共有

ハウスなす養液栽培現地検討会

なす部会ハウスなす専門部は3月31日、生産者圃場でシーズン最後の現地検討会を開きました。栽培管理のポイントとして、ハウス内の高温と急激な温度変化に注意し、こまめな管理を徹底するよう指導しました。また、日射も強くなることから、給液不足にならないよう注意を促しました。病害虫防除について、湿度が高まると病害発生を助長するため、換気や循環扇、暖房機等を利用し除湿を行うよう話しました。



暖候期も品質を維持して出荷します

今年度も開いています!

未来ちゃん貸農園開園式

はが野では、地域住民を対象に未来ちゃん貸農園を整備・貸し出しています。4月4日に真岡市の未来ちゃん貸農園で開園式を開きました。総合企画部地域支援の担当者が利用上の注意点を、営農部アクシュの担当者が病害虫対策などを説明しました。また、はが野広域農機センターと農機具メーカーの担当者が農園で貸し出している管理機の操作方法を実機で講義しました。



無事故で美味しい野菜を育ててください!

世話係を中心に全体でフォローします

世話係 任命式

はが野は4月6日、本店で新入職員世話係の任命式を開きました。新入職員の配属先から選ばれた先輩職員7人は、金田常務から任命書を受け取りました。世話係は、新入職員が配属部署になるべく早く適応し、業務能力を高め、組合員やはが野に無くてはならない職員に成長するよう、職場生活や業務に関する事柄についてフォローや指導を行っています。世話係を中心に配属先の職場全体で新入職員の育成にあたります。



新入職員とともに成長します

優績担当者・支店を表彰!!

共済部門 表彰式

はが野は4月13日、フォーシーズン静風で2025年度共済事業表彰式を開き、ライフアドバイザー(LA)とスマイルサポーター(SS)の19人の表彰を行いました。25年度は全国表彰において県内全体で11人の内、7人をはが野から輩出しました。また、県表彰においても優績支店では2支店が該当しており、充実した保障を組合員・利用者の皆さんに提供しました。はが野では昨年に引き続き、育成・支援体制を整え、共済担当職員の育成に力を注いでいきます。



受賞おめでとうございます!



今年度もガンバロー!

目標達成に向けて意思統一

信用事業進発大会

はが野は4月15日、フォーシーズン静風で信用事業進発大会を開きました。2025年度JAバンク栃木表彰、JAはが野信用部門表彰では優績店舗や優績担当者に賞状を贈りました。また、26年度の信用事業目標を確かめ、必達に向けて決意を固めました。昨年度に引き続き、店舗内での信用・共済間の連携、部署を横断した事業間連携を図り、職員間のやり取りを活発にすることで目標の達成を狙います。全支店長の決意表明とガンバロー三唱を行い、目標達成に向けて一致団結しました。

栽培管理の意見を交わしました

アスパラガス部会現地検討会

アスパラガス部会は4月17日、芳賀支店と市貝町の生産者圃場で栽培講習会と現地検討会を開きました。生産者やJA担当者らが参加し、実際に圃場の様子を確認しながら、生育状況や栽培管理について意見を交わしました。芳賀農業振興事務所の担当者が立茎期の栽培管理について、標準的な立茎本数などの目安を共有し、晴天時の日中には20~25℃で温度管理を行うよう勧めました。また、病害虫対策では予防的散布と早期発見・早期防除が重要だと話しました。



暑い時期の管理に要注意です!



出荷に向け生育を確認

第2回メロン部会現地検討会

メロン部会は4月21日、真岡市の生産者圃場で第2回メロン部会現地検討会を開き、栽培管理について学ぶとともに、部会活動について申し合わせました。芳賀農業振興事務所の担当者は仕上げ期の管理について、外観の仕上がりをよくするため、交配後35～40日頃から徐々に温度と湿度を下げるとともに、土壌水分も少なくするよう促しました。また、病害防除について、ポイントを押さえた防除を徹底するよう求めました。はが野産メロンは、随時管内の直売所へ並ぶ予定です。



おいしいメロンをご賞味ください!

無人ヘリ協議会 通常総会

無人ヘリ協議会は3月23日、フォーシーズン静風で通常総会を開きました。任期満了に伴う役員改選では、会長に芳賀地区の豊田一樹さん、副会長に市貝地区の高徳稔さんが就任しました。



生産者の労力軽減を図ります!

ブロッコリー部会 反省検討会・総会

ブロッコリー部会は3月24日、芳賀支店で反省検討会・総会を開きました。2026年産に向けて、生産計画と販売計画を定め、部会員一丸となって取り組みます。



目標に向けてがんばります

女性会 通常総会

女性会は3月28日、本店で通常総会を開き、各倶楽部の活動やSDGsの取り組みを確認しました。小林慶子会長は「楽しく生き生きと地域のために活躍してほしいです」と会員に呼び掛けました。



魅力ある組織づくりを目指します♡

にら部会 反省検討会・総会

にら部会は4月3日、フォーシーズン静風で反省検討会・総会を開きました。2025年産の実績などを確認し、2026年産に向けた取り組みなどを承認しました。



新体制で部会活動を盛り上げます!

生き生き健康通信

季節の野菜レシピ
ブロッコリー、トマト

ブロッコリーとトマトのマスタードサラダ

材料(2人分)

ブロッコリー・・・1/3株(約80g)
トマト・・・小1個(100g)
ロースハム・・・2枚(25g)

オリーブオイル・・・大さじ2/3
酢・・・小さじ1と1/3
醤油・・・小さじ2/3
粒マスタード・・・小さじ2/3
黒こしょう(粗挽き)・・・少々



栄養量(1人分)
エネルギー・・・94kcal
たんぱく質・・・5.2g
食塩相当量・・・0.7g
野菜の量・・・90g

作り方

- ①ブロッコリーは、小房に分け、更に2～3等分に切り、ゆでる
- ②トマトは、くし型に切り、更に一口大に切る
- ③ハムは、8等分に切る
- ④ボウルにAを混ぜ合わせ、ブロッコリー、トマト、ハムを加え、さっと和える

もう1品欲しい時にお勧めの簡単にできるサラダです。ブロッコリーを少し普段と違う味に仕上げました。粒マスタードは、お好みで量を加減してください。ブロッコリーはレンジで加熱すると時短になります。

コーン(缶)などを加えると更に彩りがよくなります。

この内容についてのお問い合わせは、
栃木県東健康福祉センター健康対策課
(TEL.0285-82-3323)まで

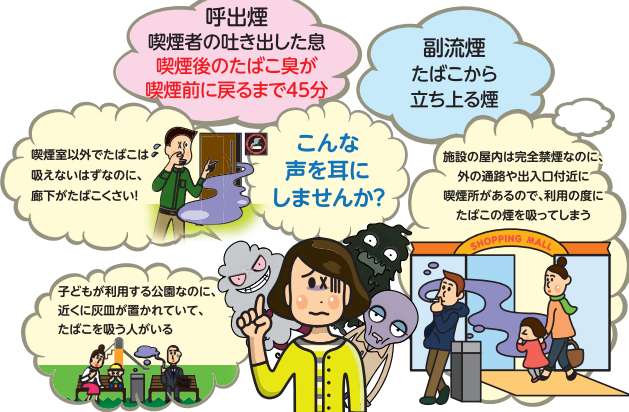
5月31日は、
世界禁煙デー

禁煙週間 5月31日～6月6日



禁煙は未来の身体と周囲の人のために

喫煙者が直接吸い込む主流煙より、副流煙の方に発がん性物質などの有害成分を多く含まれるものがあり、マナーという考え方だけでは解決できない健康問題です。



【ちよこっとコラム】

加熱式たばこ(電子たばこ)は違う?

加熱式たばこは、機械による加熱温度帯(240～350℃)で喫煙するため有害物質の発生をある程度抑制しますが、**発がん性物質の種類は変わらず含有されています。**

加熱式たばこの副流煙は、紙巻きたばこの1/100ですが、**呼出煙には有害物質が含まれます。**

芳賀農振だより

最近被害が拡大している水稲「イネカメムシ」について

イネカメムシは、斑点米カメムシ類の一種で、稲の出穂期頃の加害で不稔を、乳熟期頃の加害で斑点米を生じさせる被害の大きな害虫です。今後の発生を予測するために行った越冬調査(R8年2月)では、**芳賀郡全市町**で発見されており、被害が懸念されます。

【対策】斑点米を防止するだけであれば、従来の斑点米カメムシ類と同じ対策ですが、籾の吸汁による不稔を防止するには、別に防除が必要となります。

- (1) **不稔防止**のためには、**出穂期に液剤を散布**します。
- (2) **斑点米防止**のためには、**乳熟期(出穂期7～10日後頃)に液剤を散布**します。
その後も発生が認められる場合には、追加防除を実施します。



イネカメムシ(成虫)

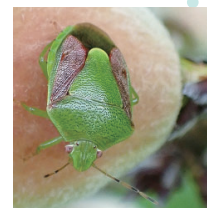
カメムシ類の飛来に御注意を!

チャバネアオカメムシやクサギカメムシ、ツヤアオカメムシ等、いわゆる「果樹カメムシ」は、芳賀管内では例年5月上旬から飛来が始まり、7～8月にピークが来ます。今年も「果樹カメムシ」が飛来を始める時期になりますので、**こまめな見回りで早期発見!直ちに防除!**を行い、被害拡大を抑えてください。

栃木県ではカメムシの情報を一元的に発信する情報サイトを開設しています。今後、防除対策や発生予察情報などを、随時更新しますので、ご確認ください。

◆栃木県/カメムシ防除作戦 (生産振興課内HP)

<https://www.pref.tochigi.lg.jp/g05/kamemushi.html>



チャバネアオカメムシ

真岡北陵高校生が旬の野菜・果物を使ったレシピを紹介!!

北陵ごはん



春キャベツとベーコンのスパゲッティ

材料(1人分)

材 料 名	分 量	
スパゲッティ (乾麺・1.6mm)	100g	
春キャベツ	80g	
ハーフベーコン	6枚	
サラダ油	小さじ2	
A	和風顆粒だし	小さじ1
	濃口しょうゆ	小さじ1
	めんつゆ	小さじ1
	塩・こしょう	小さじ1

どのくらい野菜を摂っている?

約80g/350g

1日に摂ることが良いとされている野菜の量は350gです。この料理では約80gの野菜を摂ることができます!

調理手順

- ①キャベツは一口大に切り、ハーフベーコンは5mm幅に切る
- ②お湯を沸かし、スパゲッティをパッケージの表記通りに茹で、お湯を切る(減塩のため、茹で湯に塩は入れない)
- ③フライパンにサラダ油をひいて、中火で熱し、ベーコンを入れて炒める
- ④脂が出てきたら、キャベツとスパゲッティを入れ中火で炒める
- ⑤Aを加え、弱火で炒め合わせ、全体に味がなじんだら完成

料理紹介

春キャベツの甘味とベーコンのうま味を活かしたごはんです。キャベツに含まれる“キャベジン”は胃粘膜の保護を、ビタミンCには免疫力をアップする効果が期待できます。ベーコンに含まれるビタミンB1がスパゲッティの糖質を効率よく代謝してエネルギーに変換します。

栄養表示

熱量(カロリー) 394kcal タンパク質14.6g 脂質21.8g
炭水化物39g 食塩相当量6.3g

食品科学科3年生3名で考えました。



福祉部通信

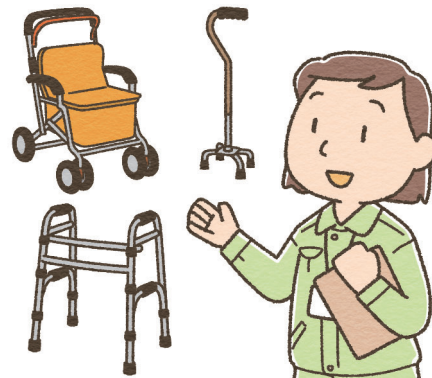


～福祉用具専門相談員の仕事について～

福祉用具専門相談員は、ご本人やご家族の「できる」を大切にしながら、生活にあった福祉用具選びをお手伝いする専門職です。

高齢者や障がいを持った方の、歩行や排泄、入浴など日常の困りごとに寄り添い、安心して過ごせる環境づくりを一緒に考えます。自力では困難な動作も、身体の状態にあった用具を活用することで、「できる」ことが増え、ご本人の自信にも繋がりがご家族の負担も軽減できるようになります。選び方の不安や使い方の疑問にも丁寧に対応し、その人らしい生活が続けられるように、最適な提案で日々

の生活を支えます。また、シャワーチェアやポータブルトイレ、オムツの販売も行っていますのでお気軽にお問い合わせください。



介護のご相談は 0285-83-8941
生活福祉部までお気軽にご連絡下さい

あおぞら文芸

俳句

選 津田 和夫

呷々と語りかけくる野梅かな

市川しず子(益子)

立ち位置のテープの剥がれ卒業す

佐藤 恵子(益子)

観梅や孫の手やさし車椅子

永嶋 静江(市貝)

選者評

市川さんおうちさん||桜花爛漫おうちさんに対し、梅には清楚でどこか朴訥とした感じがある。「呷々と」とは、口ごもりながらつかえつかえ話すようすで、いかにも野梅のもつ素朴さを表わすのにふさわしい。

佐藤さん||「立ち位置のテープ」とは、生徒が整列のときに目印として貼られるテープのことか。卒業までの重ねられた年月が剥がれたテープの跡にみることができると。

永嶋さん||「観梅」とは梅見のこと。早春に百花に先がけて咲く花を愛するため名所に赴く。足の不自由な祖母のために車椅子を押してくれるお孫さん。花の香薫る光景である。

川柳

選 市村 キヨ

いちご狩り孫の分までよくばって

松山むつ子(茂木)

母の日に肩たたき券三姉妹

堤 満枝(真岡)

病んで聞く。ピーポアの音胸痛む

永嶋 静江(市貝)

筍の子感竹やぶそつと踏み

水沼 直人(芳賀)

山暮らし器用貧乏苦にならず

大町 昌司(茂木)

選者評

松山さん||いつまでも欲はることは、いいことだと思います。

堤さん||いいですね。うらやましい、「肩たたき券」いただきたいものです。

永嶋さん||ピーポアの音いやですね。もし関係があったら本当ほんとうに困ります。

水沼さん||昔ためしました。「多分この辺りは」そつと踏みしめた気お。

大町さん||考えることがいっぱい、楽しい暮らし全々苦になりません。

※5月号掲載句はほしい句がたくさんあり楽しかったです。

短歌

選 松山 宏意

干し竿に夫と私のセーターが袖をふりつつ春風に乗る

佐藤 敏江(真岡)

ブロッコリーを茹でれば夫の心添えガリツと噛める程度がよいと

鈴木 みき(芳賀)

選者評

佐藤さん||冬から春への衣更えの季節にぴったり題材を生かして見事。更に、普断のご夫婦仲の睦まじさも感じさせてくれる。下句の「袖をふりつつ春風に乗る」が抜群。原作「干し竿に夫と吾のセーターが袖振りあいて春風にのる」。

鈴木さん||なかなか味わい深い作品です。ブロッコリーの茹で加減をめぐる攻防?(笑)。原作の儘でいいかなと思いましたが、作品発表後のお二人を気遣い、敢えて手を加えました。原作「ブロッコリーを茹でれば夫の小言ありガリツと噛める程度にせよ」。

○益子の岩淵章子さんの作品にも惹かれた。

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

シソ

～すがすがしい香り。和のハーブ～

楽しみ方・食べ方のコツ

日本の代表的なハーブ

香り成分による防腐・殺菌作用を生かし、刺し身のつまをはじめ、いろいろな料理に風味をプラス



お肉や魚に巻いて焼き物や揚げ物、蒸し物に使う場合は葉をそのまま生かして、天ぷらは切らずに片面だけ木を絡めてサクッと揚げると良い

千切りやみじん切りなど細かく刻むと、より風味が広がる!



サラダ
あえ物



冷ややっこ



特有の香りが持ち味

切った青シソは水にさらすと、色が良くなり、あくが抜けるの水から引き上げた後はペーパータオルで水分を拭き取る

葉に元気がなくなったら、葉全体を氷水に10分程度ひたす。水分が葉先まで行きあたり、ピンとしたみずみずしい状態に

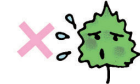
加熱すると香りが飛び、色が悪くなるので、温かい料理に合わせる場合は最後に加える



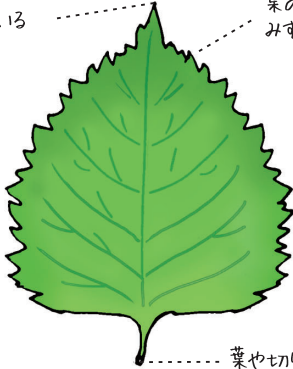
見分け方

葉先までピンとしている

葉の緑色が濃くみずみずしく張りがある



鮮度が落ちると葉の表面に黒い斑点が出やすい!



香りが良い



葉や切り口に変色がない

保存方法

少量の水を注いだ瓶に、軸を下にして葉を挿し、ふたからラップをして冷蔵庫へ0℃～2℃ほどに水を入れ替える



乾燥しないように湿らせたペーパータオルで1枚ずつ挟み、保存袋や密閉容器に入れる

冷凍保存

ざく切りまたは粗いみじん切りにして、冷凍用保存袋に入れる。凍ったままパスタに入れたりドレッシングに加えたりと、さまざまな料理に利用できる



シソの子カラ



β-カロテンが豊富

活性酸素を抑え老化や生活習慣病から守る働き。皮膚や粘膜の細胞を正常に保つ作用もあるよ

香りは主にペリラルデヒドという成分によるもの。強い防腐・殺菌作用を持つため、生魚を食べる刺し身のつまに用いることは理にかなっている

ビタミンCやビタミンB群・E・Kなども他の野菜に比べて多く含まれる

鉄分をはじめ、カルシウムなど体に必要なミネラルもバランス良く含んでいる

特有の香りには、食欲増進効果や健胃作用もあるといわれているよ

爽やかですがすがしい香り



赤シソ

蘇葉(そよう)と呼ばれる漢方薬の気が停滞している状態を改善し、精神を安定させる作用



シソのいろいろ

青シソ

「大葉」とも呼ばれる。葉が緑色で、爽やかな香りが特徴。葉味、刺し身のつま、天ぷら、パスタの他、独特の香りや色を生かしてソースやドレッシングにも利用される



花穂シソ・穂シソ

花穂の部分で、つぼみが開花した状態が「花穂シソ」。香りが豊かで、見た目にも華やかな葉味や刺し身のつま、天ぷらに花穂シソの花が落ち、未熟な実が付いたまま収穫したものが「穂シソ」



赤シソ

葉が赤紫色。主に梅干しや漬物の色付け用として利用される。ふりかけの「ゆかり」も赤シソが原料。旬は6～8月で、通年出回る青シソとは違い、出回るのは毎年2つの時期限定



芽シソ

若い芽の葉味や刺し身のつま、料理のあしらいに利用される。青シソの芽は青芽(あおめ)、赤シソの芽は紫芽(むらめ)と呼ばれる



シソのヒミツ



名の由来

紫の葉で命をよみがえらせる「紫蘇(シソ)」



日本

中国でカニを食べた後、食中毒を起こした少年に紫色の葉草を煎じて飲ませたところ、回復したという伝説がある

縄文時代に伝えられ、奈良時代頃から栽培もともと葉草として利用されていた

第29回通常総代会のご案内

第29回通常総代会を下記の通り開催いたします。
 総代の皆さまにおかれましては、ご出席くださいますようお願い申し上げます。
令和8年5月27日(水) 午前8時50分受付開始
 場所:真岡市民会館(KOBELCO 真岡いちごホール) 真岡市荒町1201
 お問い合わせ JAはが野総合企画部 総務・企画 TEL:0285-83-7701

アグリセンター休業のお知らせ

**5月30日(土)は、
 棚卸のため休業いたします。**

ご利用の皆様にはご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご了承をお願いいたします。

春菊を栽培してみませんか!

～新規栽培者大募集!!～

部会理念である『作る楽しみ・売る喜び』を念頭に、安全・安心で高品質な春菊栽培をしています。目標販売金額9千万円達成に向け、シーズンを通し安定して供給できるように部会員一丸となって生産に取り組んでいます。

新規者を対象とした各種講習会も開催しており、初めての方でも安心して取り組みます。

また、夏秋なす+春菊の周年栽培もお勧めです。



10a当たりの経営試算

収量(kg)	単価(円/kg)	粗収益(千円)	経営費(千円)	所得(千円)	所得率(%)
3,600	700	2,520	1,500	1,020	40

春菊栽培体系

月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
冬春 どり	〇〇 は種	— × × 定植	—	収穫期間					

お問合せは 営農部 営農指導G TEL0285-80-1919 FAX0285-85-0700 まで

今年もメロンの季節がやってきました! はが野のメロンで初夏の訪れを感じましょう

さわやかな清涼感、みずみずしい果肉、深みのある甘さを持つメロンが下記直売所の店頭に並びます。生産者が丹精込めて作ったメロンを、ぜひご堪能ください。

○真岡フレッシュ直売所

真岡市田町1364-1

☎0285-84-2933

○井頭フレッシュ直売所

真岡市上大田和3006

☎0285-81-1141

○益子フレッシュ直売所

益子町塙527-6

☎0285-72-8768

○友遊直売所

芳賀町祖母井842-1

☎028-677-6466



JAhが野における農業融資にかかる取組のご案内

JAhが野は、地域に必要とされる存在であり続けるため、「自己改革」の実現に向け、持続可能な経営基盤の確立・強化とともに、組合員の皆様との対話を通じ、魅力ある総合事業を展開してまいります。

①総合事業における連携体制

支店と営農・経済の各センターが一体となり、担い手の皆様に訪問し、農業経営や生産資材等の購買品に関することや農業融資に関する事など、様々な分野についてご相談いただけるよう出向く活動の強化を図って参ります。また、農業融資専任担当者と支店融資担当者と連携した出向く活動を行い農業融資に関する相談の他、営農・経済、各部署と連携し有益な情報を組合員の皆様に提供してまいります。

②農業融資に関する商品の充実

生産者の皆様の多様なニーズにお応えできるよう、農業融資に関する商品を各種ご用意しております。資金のお使い道や所要額、納品の時期などについてお聴き取りし、融資担当者がより適切な資金の提案を行っております。また、お借入れに関する煩雑な書類作成などのお手伝いもさせていただきますので、お気軽にご相談ください。

今後も、組合員の皆様に寄り添ったJAを目指してまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

もう、あなたはもらった? 対象期間 ~ 2027年3月31日



ご利用中の方も
お取引がない方も



詳しくはこちら!



新しいお取引で、もらえる。 JAバンク

プラス、つづく♪

お手数ですが
切手を
お貼りください

3 2 1 4 3 0 3

栃木県真岡市八条95

JAはが野
総合企画部 総務・企画 行

フリガナ		年齢		男・女
お名前		歳		
〒				
ご住所				
電話番号	()	—		
職業 <small>※いずれかに○</small>	・専業農家・兼業農家 () ・その他 ()			
趣味				
最近気になる ニュース				

(2026.5)

キリトリ線

私たちの
JA

はが野のすがた

(令和8年3月末現在)

組合員数(正・准)	1万9,427人
出資金	37億8,502万円
貯金残高	1,978億2,830万円
貸出金残高	446億1,313万円
購買品供給高	9億4,149万円
販売品取扱高	29億2,402万円
長期共済保有高	4,604億8,234万円

※購買品供給高および販売品取扱高は進捗状況

矢板家畜市場情報

令和8年4月期

和牛子牛

上場頭数 718頭 成立頭数 713頭

	雌	去勢
最高価格	976,800円	1,207,800円
最低価格	496,100円	610,500円
平均価格	764,294円	922,285円
平均体重	299kg	331kg
キロ単価	2,553円	2,782円

はが野スタッフ

JAはが野管内の職員を紹介します！

芳賀支店
共済



せきもと
関本 出身 芳賀町
入組 7ヶ月



ことはもちろん、おすすめの本や面白いスポットがあれば、ぜひ教えていただけると嬉しいです。これからどうぞよろしくお願いたします。

芳賀支店共済に配属となりました関本です。

生まれも育ちも芳賀町下高根沢です。

休日は趣味の読書やドライブでリフレッシュしています。特に、カーナビの地図を眺めながら周辺検索をして、面白そうな観光スポットや神社仏閣にふらりと立ち寄るのがマイブームです。意外な場所で素敵な景色を見つけると、とても得をした気分になります。

至らぬ点もあるかと思いますが、精一杯頑張ります。仕事の

今月の紙

写真左 さくらちゃん(7歳)
写真中央 そろ 創くん(1歳)
写真右 めいちゃん(5歳)



優しいお姉さんのさくらちゃんは、工作がマイブームで、自転車もたくさん乗れるようになりました。おてんばで元気なめいちゃんは、家事をよく手伝ってくれて、文字が読めるようになってきました。末っ子の創くんは甘え上手で、伝い歩きを頑張っています。毎日賑やかに、3人仲良く過ごしています。
家族より一言:これから仲良く元気に育てね
真岡市西田井
藤島 幸平さん(お父さん) 千夏さん(お母さん)

今月のクイズの答え

【感想・意見・要望】必ずご記入ください。
【あおぞら文芸(俳句・川柳・短歌)】※該当に○

キリトリ線

このハガキは7月号掲載用です
読者の皆さまへ、よりよい広報誌作りにご意見受付中
※クイズの答えのみの投稿は、プレゼントの対象外とさせていただきますので、ご注意ください。
※応募に関する個人情報については厳重に管理し、賞品の発送やJAからのご案内以外では使用しません。

キリトリ線

発見「まんぷく」はが野ごはん!

一から作り上げるこだわりの手打ちそば

「茂木町 そば処おうめさん」

創業20年以上となる、そば処おうめさん。地産地消を心がけており、お店で提供されている食材のほとんどは地元茂木町で育てた食材です。こだわりのそばは、自ら栽培したものを含めて、100%茂木町産のそばの実を製粉して提供されています。
一押しメニューは、「青梅そばセット」です。打ちたてのそばと揚げたての大きな天ぷらたちが絶品のセット!ほかにも、季節のおすすめとして「けんちんそば」「山菜そば」等様々なメニューがあります。ぜひお立ち寄りください。



・青梅そばセット ¥1,300円(税込)



・天もりそば ¥1,100円(税込)



ぜひおうめのそばを食べてください



そば処おうめ 茂木町青梅367
TEL 0285-63-4641
営業時間 平日11:00~14:00 土日11:00~15:00
駐車場 あり 定休日 火曜日