

No. 523

2020 **10**

JAあしかが

<https://www.jaashikaga.or.jp/>



JA足利 自己改革 実施中!

JA足利イメージキャラクター
美人ちゃん



△当JAのホームページは
こちらから



△JA足利インスタグラム
フォローしてね!

好きな野菜は
レタスです

しの やま
篠山 美波さん(18) ㊞
(殿岡 軍司さん 孫)

- 職業..... 大学生
- 趣味は..... 絵を描くこと
- 理想の男性は..... 優しい人
- 今、一番の夢は.....
無事大学を卒業すること

今月の
そよ風さん

三 和 地 区

ふじ ぬま
藤 沼 楓さん(19) ㊞
(殿岡 軍司さん 孫)

好きな野菜は
イチゴです

- 職業..... 会社員
- 趣味は..... ドライブ
- 理想の男性は..... スポーツマン
- 今、一番の夢は..... 貯金を貯めること

秋真っ盛り!

あなたの秋は何の秋?

暑かった夏も終わりを告げ、季節は秋へと移り変わりました。晴れているときの風・陽光の心地よさは今の時季ならではのですね。秋は1年の中で一番多感な季節。「〇〇の秋」というフレーズを良く聞きます。秋真っ盛りの10月、思い思いの秋を楽しんでみませんか?

読書の秋

人が集中するのに最適な気温は18度前後で、秋頃の気温が読書に最適な環境といわれています。夜の時間が四季の中で一番長くなる秋。お気に入りの飲み物を飲みながらゆったり読書…なんていかがでしょうか。

オススメしたい!



暮らしのアイデアや新常識など、すぐに実践できる情報が満載の

JAグループのファミリー・マガジン

「家の光」

11月号は「特集：小麦粉も米粉も使わずに作る生米パン」をご紹介します! 生の米だけで生地を作るモチモチ食感の純米パン。ミキサーとオーブン、焼型があれば初めての人でも失敗せずに上手にできるポイントを伝授しちゃいます!

定価(税込)
●普通月号 629円
●付録月号(1・4・5・7・9月号) 922円
●家計簿付き12月号 1,027円

こんな雑誌もあります!

食農教育をすすめる
子ども雑誌
「ちゃぐりん」



定価(税込)
●普通月号 492円
●付録月号 576円
(1・4・8月号)

農業・地域・JAを
担うリーダーの雑誌
「地上」



定価(税込)
●普通月号 618円
●付録月号 680円
(4・11月号)

各雑誌のご購入お申込み・お問い合わせは、お近くのJA窓口まで

撮り方のコツ



SNSは手軽にスマホで楽しめるのが特徴。スマホのような小さい画面でも目立つ写真になるようにアップで撮影してみましょう!

そのまま撮影するのもいいですが、主役を目立たせるためお皿に乗せたり、小物を使って撮影するのもオススメです。



紅葉などで風景の色彩が豊かになると、絵や写真のモデルとなるスポットも全国各地で随所に見られます。自然の色が最も鮮やかに映えるこの季節に「感じたものを残したい」という創作意欲のおもむくまま、『映えスポット』に出かけてみませんか? 楽しい様子をSNSに投稿するのも最高です!

芸術の秋

目次

CONTENTS

【特集】秋真っ盛り! あなたの秋は何の秋?	2
水耕栽培に挑戦～食べておいしく 見て楽しい!～...	4
Information	12
TOPICS	6
各種相談会のご案内	13
ベジタブルライフ	8
パズル	14
旬のきのこで栄養チャージ!!	9
秋の入居キャンペーンのご案内	15



Q. なぜ秋になると食欲が増すのかなあ？

A. 「セロトニン」の分泌量が減るから

秋に食欲が増す要因は諸説ありますが、そのうちのひとつに「セロトニンの減少」があります。セロトニンは心身の安定につながる脳内ホルモンで、日照時間が短くなると少なくなり、糖質やたんぱく質を摂取する事によって分泌が増えます。そこで、食欲を増してセロトニンを増やし、体を安定させると言われています。



©よい食P



秋は旬の食材が多く、食欲がそそられます。秋に取れる食べ物は、夏の暑さを乗り越え旨味をたっぷりと蓄えています。旬のおいしい食べ物で食卓を囲みながら、楽しい「食欲の秋」を堪能してみてください。

「食欲の秋」が主人公！

市内に5店舗ある、JA足利の直売所「あんあん」では、種類豊富な秋の味覚を取り揃えています！
気軽に買える「食欲の秋」をぜひご賞味ください！



新鮮野菜直売所
あんあん 弥生店

住所：足利市弥生町25

☎ 0284-40-1141

営業時間：9:30～17:00

休業日：年始・お盆

(※臨時休業あり)



秋は運動するのにもってこいの気候です。夏のように暑すぎず、冬のように寒すぎもしません。春は気候としてはいいですが、進学や引っ越し、就職など新生活でバタバタしてしまいます。なので、ゆっくり落ち着き気持ちがいい気候の中でスポーツを行うには、秋が最適です！…食欲の秋でうっかり食べ過ぎても、運動でスッキリ解消しましょう！



今すぐ出来る簡単体操

「伸ばす動作」と「曲げる動作」を
組み合わせて気分をリフレッシュ！

脚、背腹、首、腕、胸に
対する体操です



1

背筋を伸ばして
両手を腰の後ろで
組みます。

2

両腕を上げながら
首を曲げ、上半身も
前に曲げます。

3

アドバイス

できるだけ、ゆっくりと
体を前後に曲げましょう。

ゆっくり体を起こします。
両腕を斜め下に引きながら、
首を後ろに曲げて胸を
反らせます。

秋は、お出かけするにも家で何かに取り組むのにも、とても最適な季節です。今回ご紹介したすべての秋を1日で満喫するのは難しいですが、余裕があるなら色々体験してみたいものです。
何をするかは「あなた次第の秋」、計画を立てて楽しく過ごしてくださいね！



講師

深町貴子 (ふかまちたかこ)

園芸家。植物を育てる楽しさや喜び、生態系の仕組みや不思議を独自の視点で語り、全国各地で園芸の楽しさを広めている。集合住宅におけるコミュニティガーデンの菜園指導や、オリジナルブランドの商品企画も行っている。

水耕栽培に挑戦

食べておいしく
見て楽しい！

作物を育て収穫する喜びは自宅でも楽しめます。

手軽に、そしておいしく楽しめる水耕栽培に挑戦してみませんか。



スポンジ苗を水槽や昆虫ケースに入れて、周りを発泡煉石(れんせき)で隠すと、楽しいミニチュアガーデンに



水耕栽培の魅力

おうちの中に小さな畑を作ろう！

水耕栽培とは、簡単にいえば養液(肥料を溶かした水)で作物を栽培する方法のことです。

水は交換できるので衛生管理がしやすく、土耕栽培と違い、野菜を同じ場所で何度作っても連作障害が起きないのは、大きなメリットといえます。

今回紹介するおうちで手軽に楽しむ水耕栽培は、台所スポンジを使って栽培を楽しむ方法です。わざと小さな容器を使って、小まめに水を交換します。何度も水を足したり、替えたりすることで水が流動するため、水の腐敗予防になり、根に酸素の供給もしやすいのです。

生活の中で植物を育てれば、目の前で成長の様子が観察でき、毎日が楽しいですよ。また、最初から大きく育てることを考えず、スプラウトからベビリーフまでと決めれば、早く収穫できます。ぜひ、おうちの中に小さな畑を作ってみてください。



容器をペットボトルに替えて、水耕栽培用の養液で栽培すれば、もっと長く大きく育てられます

水耕栽培の準備



ステップ①

容器に合わせて
スポンジをカット

ステップ②

水道水を
たっぷり入れる

ステップ③

何度も押して、
水を吸わせる

容器は水に強いふた付きの物。おかず入れや豆腐などの空き容器でもOK。ふたがない場合はラップで代用できます。台所スポンジは必ずソフトタイプで2層になっている物を。まく種は葉物野菜。カッターやはさみはスポンジ加工用。ようじは種まきのときに使います。

手順(バジルの場合)



不織布面に種をまき、水をやり、種が混み合っていたらようじで離し、ふたを載せます



直射日光がよく当たる窓辺に置きます(発芽したらふたは外す)



種まきから2〜3日で、発根する様子が見られます



毎日水を交換し、双葉が開いたら間引きをして、本葉が出たら収穫します

！ここがポイント

ふたをかぶせて湿度を高め、種が乾燥しないようにすると発芽しやすいでしょう。双葉が開くまではふたを取らず、種袋を見て発芽の適温をチェックします。

好光性種子の育て方

品 種

レタス類、シュンギク、ミツバ、パセリ、セロリ、バジル、シソ、ミントなど

光を受けると発芽しやすい性質の種。スポンジの不織布面に直接種を置くだけでOKです。



手順(芽ネギの場合)



スポンジの長辺と平行に約1cmの深さの切れ目を2〜3本入れ、容器に入れます



スポンジにたっぷり水を吸わせてから、ようじの先を水でぬらして種を付けます



切れ目に挟むように3〜5mm間隔で種をまきます



葉が折れ曲がった状態で発芽します。葉が真っすぐになったら、食べられます

！ここがポイント

発芽を促すにはしっかり遮光することが大切です。スポンジは切れ目の深さを一定にすると、発芽をそろえられます。

嫌光性種子の育て方

品 種

芽ネギ、ニラ、ネギ、葉ネギなど

遮光環境で発芽しやすくなる種。ポイントはスポンジ片面(どちら側でもよい)にカッターで切れ目を入れ、種を間に挟むこと。



さらなる飛躍を目指し、 議案を慎重に審議

各組織が総会開催

J Aの各組織が総会を開催し、今年度の事業報告や次年度の事業計画などについて慎重に審議し、全議案可決・承認されました。

20年産は、東日本台風による被害やコロナ禍での消費低迷などにより、販売金額が例年を下回りましたが、足利産の出荷物は品質も良く安定した出荷のため市場や仲卸業者から高い評価を得ました。

各組織とも、21年産では例年以上の販売金額となるよう、高品質を維持し一丸となって取り組んでいこうと意思を統一しました。

各組織新役員（敬称略）

●トマト部

部長 石川 丈晴
副部長 堀越 義雄
副部長 篠崎 晃
会計 井野口 貴之

●麦部会

部会長 古郡 長三郎
副部会長 前橋 清久
副部会長 井草 清
会計 赤坂 久男

●根菜部

部長 清水 利治
副部長 清水 茂
副部長兼会計 清水 茂

●花き部会

部会長 室田 憲一
副部会長 今泉 孝夫
副部会長 諸田 近司
会計 諸田 近司

●キュウリ部

部長兼会計 山田 則治



▲根菜部 清水部長



▲トマト部 石川部長



▲キュウリ部 山田部長



▲花き部会 室田部会長



▲麦部会 古郡部会長

各組織総会開催日程及び場所

日 程	組 織 名	場 所	日 程	組 織 名	場 所
8月27日(木)	トマト部	市民プラザ	9月17日(木)	花き部会	営経プラザ
9月10日(木)	根菜部	東支所	9月18日(金)	キュウリ部	営経プラザ
9月17日(木)	麦部会	営経プラザ			



▲圃場で意見交換を行う部会員ら

夏芽アスパラガス部会は8月21日、夏芽アスパラガスの現地検討会を開きました。部会員や関係者ら16人が参加し、出荷の最盛期を迎えた夏芽アスパラガスの圃場を巡回。生育状況を確認し、今後の栽培管理について意見交換を行いました。中村誠寿部会長は「作業を行う際は、熱中症に十分気を付けて取り組んでほしい」と部会員らに呼び掛けました。

夏芽アスパラ
生育状況を確認
アスパラガス部会現地検討会

販売実績向上へ

意思を統一

トマト部販売反省会

トマト部は8月27日、市民プラザで2020年産トマト販売反省会を開き、部員や関係者ら53人が出席しました。

反省会では、JA全農とちぎ職員らから20年産トマトの販売経過や販売実績の説明を受けた後、市場関係者からの要望について課題と対策を協議しました。

20年産の同部のトマトは、昨年より2週間程早い10月18日から出荷を開始し、出荷数量2906t、販売金額8億1426万円となりました。次年産は目標販売金額を9億円に設定し、部員一丸となって取り組むことを申し合わせました。



▲販売反省会の様子

定植後までの

管理ポイント学ば

いちご部会定植・天敵講習会

いちご部会は9月1日、宮経プラザで2021年産いちご定植講習会・天敵農業講習会を開きました。部会員や関係者ら42人が参加し、育苗後半から定植後までの管理や天敵の有効利用について学びました。

菊地俊一部長は「講習会で学んだことを生かし、例年以上の成績が上がるよう部会員一丸となって頑張ろう」とあいさつしました。参加者は、定植後までの管理ポイントや注意点、また、天敵農業の有効性についての説明を受け、今後の栽培について意見交換を行いました。



▲講習を受ける参加者

夏秋なす栽培管理を

個別指導

なす部現地検討会

なす部は9月8日、現地検討会を行い、なすの生育状況や今後の栽培管理を確認しました。

3密を避けるため、部員全員で圃場を巡回する形式をやめ、JA関係者らが部員の圃場を巡回。生育状況の確認と、状態に応じた今後の栽培管理について個別に指導しました。

7月の長雨と長期の日照不足で生育不良が懸念されましたが、8月に天候が回復し順調に推移。9月は日照量が減少するため、着色不良果が発生しないよう、ふところ部の整枝剪定を行うよう呼び掛けました。



▲生育状況から今後の栽培管理を確認する部員

共同播種でコスト削減

たまねぎ部

たまねぎ部は9月14日から、いちご集出荷所で2021年産たまねぎの共同播種作業を行いました。部員やJA職員8人で、およそ1200枚のトレーに「早生7号」や「甘70」「もみじ3号」などの品種の種を蒔きました。

JAで所有する播種機で共同作業を行うことにより、労力や資材費などのコスト削減につながります。

播種後は、各部員が必要枚数を持ち帰り、温度管理や水管理を行いながら育苗し、11月に各圃場へ定植する予定です。



▲共同播種作業を行う部員ら

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

シイタケ

～和食には欠かせない、うま味成分の宝庫～

シイタケのプロフィール

【分類】ハラタケ目キシメジ科（ホウライタケ科・ヒラタケ科など）シイタケ属
【原産地】日本、中国、アジアの熱帯高地
【おいしい時期（旬）】秋、春
（多く出回る時期：9～11月ころ、3～5月ころ）
【主な栄養成分】エルゴステロール、エリタデニン、β-グルカンなど

楽しみ方・食べ方のコツ



生シイタケは食感や風味を味わうのに適している。ソテーや揚げ物、炒め物などにして食感を楽しもう。乾燥しいたけは香りやうま味が凝縮されていて、水で戻すだけで調理できて大変便利。煮物やちんすく、汁物などに使うのがお薦め。

生シイタケ

原木栽培は、**キエック**（ひだの部分）にゴミが付いていることがあるよ。

戻した水は捨てずにだしとして料理に使う。

乾燥しいたけ



軽く洗ってから水に漬けて戻す。低温で時間をかけるとうま味成分が増加するので、時間に余裕を持って準備を。5～6度で8時間以上が理想。

水で洗うとうま味や風味が流れてしまうので、洗わないのが原則。汚れが気になる場合はふきんなどで軽く拭くか、湿らせたペーパータオルで拭くと良い。

天気のいい日に天日干し！



生シイタケも乾燥しいたけも、調理前に10時間ほど日光に当てるとビタミンDがアップ。うま味も増すといわれている。



軸も食べるのができるので、先端の石突きをカットして調理しよう。手で裂いて汁物や炒め物などに。

見分け方

かさが開き切ったり、ひだが茶色く変色しているのは鮮度が落ちているので避ける。



かやの開き具合が6～8割程度で肉厚なもの。かさが薄茶色でムラや染みがなく張りがある。

軸は短く、かやの裏側のひだがきれいな白色でしっかりと張っているものが良品。

同じ大きさなら重みがある方を選ぶ。



パック袋入り
水滴の付いていないものを選ぶ。

乾燥しいたけ

良品はしっかりと乾燥して表面が茶褐色でかやの裏のひだが淡黄色。

保存方法

生シイタケ

湿気があると傷みやすいので注意。



軸を上に向けた状態で、新聞紙やキッチンペーパーで包み、口を開けたポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室で保存する。

冷凍保存期間は約1カ月。すぐに使い切れない場合は、丸ごと、またはかかと軸を切り離し、使いやすい大きさに切り、保存袋に入れて冷凍。冷凍するとうま味成分が出やすくなり、味が良くなる。

乾燥しいたけ



吸湿しやすいので湿気が入るとカビが生えるため、乾燥剤の入った密閉容器に入れて冷蔵または冷凍庫に入れておくと良い。

シイタケのチカラ



エルゴステロール

光に当たるとビタミンDに変わりカルシウムの吸収を高める。

エリタデニン

生活習慣病予防。血圧を下げたり、コレステロールの代謝を促して体外に排出。

β-グルカン

免疫力を高める。

ビタミンD
カルシウムの吸収を助ける。

食物繊維が豊富
便秘改善・整腸作用。

シイタケのいろいろ

原木栽培シイタケ

コナラやクヌギなどの丸太を使って栽培したもの。肉質が締まっていて香りが良く、風味が強いのが特徴。菌切れの良さや風味を楽しめる。国産の乾燥しいたけのほとんどは原木栽培のシイタケ。



菌床栽培シイタケ

おがくずに米ぬかやふすまなどを加えて作った培地で栽培する。日持ちが良く安定して生産できるのが利点。栽培期間も短く、低価格で大量生産可能。



乾燥しいたけ（干しいたけ）

かやの開き具合によって二つに大別され、肉厚でれみのあるものを「どんこ（冬菇）」、かさが開いて薄いものを「香信（香信）」と呼ぶ。二つの大きな違いは食感。煮物や鍋物など菌触れを楽しみたいならどんこ、炒め物や揚げ物など風味がメインなら香信といった使い分けが一般的。



シイタケのじみツ

原木栽培

自然栽培で、主にクヌギやコナラなどの丸太に種菌を植える方法。春と秋に多く出回り、春は身が締まっていて凝縮したうま味を、秋は香り高い味わいが楽しめる。



菌床栽培

近年の主流で人工栽培のため通年収穫が可能。おがくずに米ぬかやふすまなどを混ぜて作った培地に植えて育てる方法。



牡牛座

の運勢

4/20～5/20

全体運 丁寧な作業が認められ、一目置かれるようになりそう。新しい技術を学ぶためセミナーなどに参加するのも吉。

幸運の食べ物
スルメイカ

牡羊座

3/21～4/19

全体運 ドキリとするような出来事の手ごたえ。深呼吸を。迷ったら人とのつながりを大事にする選択をしよう。

幸運の食べ物
柿

秋の味覚

旬のきのこで 栄養チャージ!!

“秋の味覚”として親しまれている「きのこ」。栽培されているものが多いため、1年中買うことができます。天然の「きのこ」は9月～11月頃に旬を迎えるものが多く、秋が旬の食べ物です。

今回はその中でも、1年を通して食べることができる「きのこ」を使ったレシピをご紹介します! 旬の食材を食べて体に栄養をチャージしましょう!!

★レシピ: 永井 智一 (ながい・ともかず) / 茨城県笠間市「キッチン晴人」オーナーシェフ



きのこたっぷり 和風ハンバーグ

材 料 (2人分)

- A** ハンバーグ
豚ひき肉…300g
タマネギみじん切り
…1と1/2個分
塩…5g
おろしショウガ…小さじ1
ナツメグ、こしょう…適宜
- B** きのこあん掛け
かつおだし…1と1/2カップ
しょうゆ・酒・みりん
…各大さじ2
きのこ (マイタケ・シメジ・
ナメコ・エノキタケなど)
…100g
水溶き片栗粉…大さじ2
ミツバ…1/2わ

作り方

- 1 フライパンでタマネギの
みじん切りを炒めて冷まし、
A の他の材料を全て
合わせてよくこね成形して
焼く。
- 2 **B** の材料を全て鍋に
入れて沸かし、水溶き
片栗粉でとろみをつける。
- 3 ①を器に盛り付け、
②を上から回し掛け、
刻んだミツバをあしらひ
出来上がり。

材 料 (2人分)

- シイタケ…2個
エリンギ…1パック
エノキタケ…1/2パック
シメジ…1パック
つぶしたニンニク…1片
たかの爪…1本
オリーブ油…大さじ2
酒…大さじ2
塩…小さじ1/2
しょうゆ…少々
パセリ…刻んだ物適宜
レモン…1切れ

作り方

- 1 フライパンにつぶしたニンニク、
たかの爪、オリーブ油を入れ、
弱火でニンニクの香りを移した後、
お好みに切ったきのこを全て
入れ、塩を振りさっと炒める。
- 2 ①に酒を入れ、ふたをして中火
で3～4分蒸し焼きにし、仕上げ
にしょうゆ少々を垂らす。
- 3 粗熱を取ってから保存容器に
移し、冷蔵庫で一晩なじませる。
- 4 器に盛り付けてパセリを振り、
レモンを添えて出来上がり。



蟹座

6/22～7/22

全体運 コミュニケーションの取りやすい環境づくりが大切です。プチ模様替えをするのもお勧め。下旬から好調運へ

幸運の食べ物
サトイモ

双子座

5/21～6/21

全体運 好調運に恵まれます。家族で過ごす楽しい予定を立てましょう。仕事面ではうまくいっているやり方をまねてみて

幸運の食べ物
ルッコラ

10月



薄暮・夜間はつけた光が命を守る!!



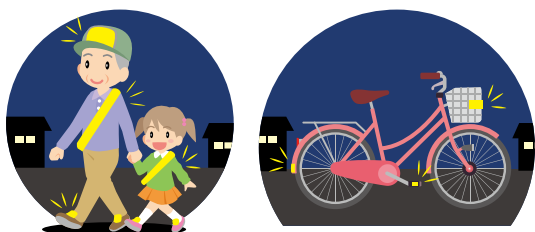
過去5年間で、薄暮時間帯・夜間における交通死亡事故は、自動車と歩行者が衝突する事故が半数を占め、10月から12月にかけて最も多く発生し、時間帯で見ると日没時刻と重なる17時台から19時台に最も多く発生しています。（警察庁調べ）

歩行者や自転車利用者が薄暮や夜間に交通事故に遭わないようにするためには、反射材用品やLEDライト等を活用することが効果的です。自動車運転手から見て「反射材等を

着用している人」は「着用していない人」より**2倍以上手前で発見できる**といわれています。夜間外出するときは、運転手から見えやすいように、明るい目立つ色の衣服を着用したり、靴や衣服、カバン、杖などに反射材用品等を付けたりするようにしましょう。



積極的に反射材等を活用しましょう!



※自転車は道路交通法で車両後部に反射材か尾灯を付けることが義務付けられています。定期的に車体を点検して、反射材が外れたり汚れたりしていないか、尾灯が点灯するかどうかを確認しましょう。

ハイビームの上手な活用で夜間の歩行者事故防止!

街灯が少ない暗い道などを自動車で走行する時は、前照灯を上向き（ハイビーム）にすることで歩行者などを遠くから発見することができます。夜間は速度を落とし、前照灯の上向き・下向きの切替えをこまめに行い、交通事故を回避しましょう。



栃木県警では、10月から「**ライト4(フォー)運動**」実施中!前照灯は16時に点灯しましょう!!



らいでん通信

「デイサービスセンターらいでん」では毎月楽しい催しをたくさん行っています。

例年、納涼祭を開催している8月ですが、今年は新型コロナウイルスの影響から規模を縮小して行いました。

ご利用者は射的で景品をもらったり、ボンボンを釣りあげたりして大変盛り上がっていました。

また、おやつの中では、職員が作ったチョコバナナに皆さん舌鼓を打っていました。



お問い合わせは

JA足利デイサービスセンターらいでん 事業者番号 0970200762

JA足利居宅介護支援サービス 事業者番号 0970200954

足利市下渋垂町751 ☎0284-70-6511

見学・お試し利用等

お気軽にご相談ください!



〈生活相談員・介護支援専門員(ケアマネージャー) 常駐〉

稲わらは有効利用して 煙害を避けましょう！

稲わらなどの野焼きは、**大気汚染物質PM2.5の濃度が上昇**する原因の一つとされます。
わらには有機物が豊富に含まれていることから、燃やさずにすき込むことで、

- ☑ 生産の安定や肥料の削減
- ☑ 土壌が軟らかくなる
- ☑ 耕うん作業が容易になる

などの効果が期待でき、地力向上につながります。

わらの腐熟を促進させるため、**水稻の収穫後、なるべく早くすき込みましょう。**
春にすき込む場合は、わらは長くカットしておく、代かき時に浮きにくくなります。

麦を 作付する 場合

- 腐熟を促進させるため、すき込む前に裁断した稲わらの上に、
- ・10アール当たり**石灰窒素を10～20キロ散布**し、
 - ・早めに**深さ5～10センチで浅耕**してから稲わらをすき込みましょう。

お問い合わせ 安足農業振興事務所 経営普及部 ☎0283-23-1431

年金 友の会だより

JAは、100歳まで農作業等ができる心と体の健康づくりをサポートする「JA健康寿命100歳プロジェクト」の一環として、高齢者に優しい組織づくりに取り組んでいます。

年金友の会は、9月に99歳の同会員を祝う「白寿祝い」を行いました。
今年は9人が対象で、敬老の日を間近に控えた9月18日、代表して御厨地区の小林千代さんに感謝状と記念品の贈呈を行いました。



▲御厨地区の小林さん

JAで年金をお受取りになりませんか？

年金のお受け取り口座をJAにご指定頂いた方には、色々な特典をご用意しております！

特典
1

ご契約プレゼント

お振込みをご指定いただいた方へ、毎年記念品をプレゼント！

特典
3

「年金友の会」のイベントに参加

JAで年金をお受取りになると、年金友の会の会員として各種イベント(グラウンドゴルフ大会や旅行など)にご参加いただけます！

特典
2

年金いきいき定期貯金

店頭表示金利 **プラス** 年 **0.10%**

●預入金額:10万円以上1,000万円まで ●預入期間:1年
(※上記の上乗せ金利率は、2020年9月～2021年2月末まで)

その他にも、コンビニや他金融機関ATMでの入出金手数料(毎月最大3回分)を翌月以降にキャッシュバック!!
詳しくは、お近くのJA窓口までお気軽にお問い合わせください。



10/24～11/22

全体運 上昇運です。結果は後から付いてくるので目の前のことをしっかりやっていきましょう。うれしい贈り物の予感も

幸運の食べ物
カズノコ



9/23～10/23

全体運 注目を浴びる好調運。頼まれ事はできる範囲で引き受けて。キャパオーバーにならないよう交通整理も大切です

幸運の食べ物
ショウガ

10月

令和2年度 米穀ライスセンター稼働方針

令和2年度産米穀ライスセンターの荷受期間・施設については下記のとおりです。

ライスセンター名	取扱品種	荷受予定期間	荷受地区
久 野 ☎0284-72-5803	とちぎの星（生・乾・玄）	10月 1日(木)～10月11日(日)	久野・筑波・梁田
	あさひの夢（生・乾・玄）	10月12日(月)～10月20日(火)	
	10月21日(水)は、飼料用米荷受け準備のため、荷受休止とします。		
	飼料用米（生・乾・玄）	10月22日(木)～10月31日(土)	
尾名川 ☎0284-91-3291	コシヒカリ（生・乾）	10月 1日(木)～10月 7日(水)	全 地 区
	とちぎの星（生・乾・玄）	10月 1日(木)～10月16日(金)	
	あさひの夢（生・乾・玄）	10月12日(月)～10月31日(土)	
	10月19日(月)は、飼料用米荷受け準備のため、荷受休止とします。		
	飼料用米（生・乾・玄）	10月22日(木)～11月 6日(金)	
御 厨 ☎0284-73-3308	とちぎの星（生・乾）	10月 1日(木)～10月11日(日)	筑波・矢場川・御厨地区
	あさひの夢（生・乾）	10月12日(月)～10月20日(火)	
	10月21日(水)は、飼料用米荷受け準備のため、荷受休止とします。		
	飼料用米（生・乾）	10月22日(木)～10月31日(土)	

◆荷受時間：原則として、午前8時30分～午後5時15分まで

※荷受休止日について

適正な荷受調整のため、荷受休止日を設けますので、ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。
また、荷受休止となる場合はライスセンター・支所等に掲示しますのでご確認ください。

令和2年度 ライスセンター利用料一覧表

ライスセンター運営委員会において、ライスセンター利用料・保有米製造代金他につきまして、下記のとおり決定しましたのでお知らせいたします。

■ライスセンター利用料(税別)

項目	荷受区分	水分値(%)	単価(円/kg)	項目	荷受区分	水分値(%)	単価(円/kg)
二条大麦	乾燥	本乾	～13.0	主食用米	乾燥	本乾	～15.0
		半乾	13.1～17.0			半乾	15.1～18.0
	生	～20.0	23		生	～20.0	18
		20.1～25.0	22			20.1～24.0	17
		25.1～	24			24.1～	19
小麦	乾燥	本乾	～13.0	飼料用米	玄米		14.5(目標水分)
		半乾	13.1～17.0		乾燥	本乾	～15.0
	生	～22.0	23			半乾	15.1～18.0
		22.1～28.0	22		生		
		28.1～	24			玄米	
はだか麦	本乾のみ		～12.0				14.5(目標水分)
			8				6

■保有米製造代金他(税別)

項目	区分	単位	料金(円)	項目	区分	単位	料金(円)
保有米製造代金	保有米(15kg)	2袋	150	搬入運賃	乾燥(麦・米)	kg	3
	保有米(30kg)	袋	75		生(麦・米)		
保有米配達運賃	保有米	袋	90		玄米		
色彩選別調整料	玄米・精米	30kg	500				

※色彩選別調整料については、紙袋の持込に限ります。
また、委託調整期間は11月上旬から12月中旬までとなります。

JA自動車共済 夜間休日現場急行サービス受付時間延長のお知らせ

令和2年10月1日(木)より交通事故による夜間休日現場急行サービス(ALSOK社員対応)の受付時間が延長となりました。

JA足利では、事故を起こされた組合員・利用者の不安を少しでも早く解消するため、専門職員による平日の日中現場急行サービスを実施しております。昨年度の日中現場急行実施率は、県内で第1位の成績を収め、総合満足度調査では組合員・利用者から96.2%の高評価をいただいております。わかりやすく寄り添った対応を心掛けており、ご年配の方でも安心です。

夜間休日現場急行サービス (JA共済事故受付センター ☎0120-258-931)

変更前		変更後	
平日	17時～23時	平日	0時～8時・17時～24時
土日・祝日	8時～23時	土日・祝日	終日

お問い合わせ JA足利 共済課 ☎0283-41-7152

今すぐ
金利をチェック!

JAネットローン

スマホからでも
パソコンからでも
仮申込OK!!



マイカー ローン	教育 ローン (一般型・極度型)
多目的 ローン	リフォーム ローン
フリー ローン	カード ローン

JAネットローンは **どなたでも**
365日24時間 仮申込受付中!

仮審査結果については、後日JAよりメール等で回答いたします。
なお、応諾の場合、正式申込および契約手続きが必要となります。
※端末によっては、動作や表示が正しく行われない場合がございます。

<https://ja-netloan.jp/>

JAネットローン

検索

お気軽に
ご相談
ください

日曜ローン相談会
毎週日曜日(9:00～16:00)
本所(融資推進課) 弥生町20
☎0284-41-7152

夜間ローン相談会
10月8日・22日【第2・4木曜日～20:00まで】
●東支所(山川町419) ☎0284-41-3678
●御厨支所(百頭町2100) ☎0284-71-1106
●西支所(鹿島町825) ☎0284-22-3227



専門家による各種相談会のお知らせ

法律 無料相談会
11月10日(火)

金融や暮らしに関すること
など何でもどうぞ!
予約申込先は
開発課 ☎0284-41-7153
担当 JA足利顧問弁護士

税務 無料相談会
11月1日(日)

税金に関することなど
お気軽にどうぞ!
予約申込先は
開発課 ☎0284-41-7153
担当 岡部光男税理士事務所

年金 無料相談会
10月24日(土)

年金に関することなどお気軽に
どうぞ!
予約申込先は
各支所 または 金融課 ☎0284-41-7153
担当 社会保険労務士

※各相談会とも事前の予約が必要です。担当の専門家の都合により日程を変更する場合がございます。人数に限りがございますので、ご了承ください。

魚座

2/19～3/20

全体運 そろそろそろ、腰を据えて考えたいとき。買い物は比較検討してから。旅行、年越しの準備を始めるのは吉

幸運の食べ物

サンマ

水瓶座

1/20～2/18

全体運 好調運に恵まれて足取りも軽やか。遊びに行く余裕も生まれます。仕事面では次に着手する計画を練って

幸運の食べ物

マツタケ

10月



新鮮野菜直売所 あんあんコーナー あんあん畑

お知らせ

令和2年7月豪雨災害義援金のご報告とお礼

この度の豪雨災害により被害を受けられた皆さまには、心よりお見舞い申し上げます。

JA足利農産物直売所「あんあん」では、7月に発生した豪雨災害により被害を受けられた方々を支援するため、募金活動を行って参りました。

店頭募金にて、総額21,785円となりましたことをご報告させていただきます。

お寄せいただいた義援金は、9月4日(金)、日本赤十字社を通じ、被災地へ寄付させていただきます。

皆さまの温かいご支援、ご協力に感謝申し上げますと共に、被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。



あんあん八栢店 閉店のお知らせ

いつもJA足利新鮮野菜直売所「あんあん」をご利用いただきありがとうございます。

この度、「あんあん八栢店」は

2020年12月29日(火)をもちまして

閉店

させていただきますこととなりました。

長きにわたりご愛顧頂きましたこと、厚くお礼を申し上げます。

なお、閉店後も近隣の直売所「あんあん」(弥生店・百頭店・五十部店・葉鹿店)を引き続きご利用いただけますよう、よろしくお願い申し上げます。

お問い合わせ

JA足利 販売戦略課 ☎0284-41-7183
または農産物直売所あんあん各店舗まで

耕そう、大地と地域の未来。 JAグループ

CROSSWORD PUZZLE

パズル? 頭の体操

出題●ニコリ

問題

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?

1	6			13	16	19
2		B		11		
3						A
		8				
		9		14		20
				C		
	7		12		17	
4		10			18	
5				15		E

タテのかぎ

- ① 本のこと。電子——
- ④ 釣った魚を入れておく籠
- ⑥ 今日の——ディッシュはステーキです
- ⑦ 漢字では秋刀魚と書く青魚
- ⑧ ここからぱた餅が落ちてきたらラッキー?
- ⑩ 牛の頭に生えています
- ⑪ この下駄箱は——だから動かさません
- ⑬ ドリルで開けるもの
- ⑭ 焼き肉を漬けたりかば焼きに塗ったり
- ⑯ うわさが広まるときに付きやすい
- ⑰ 10月10日は目の——デーです
- ⑲ やばではありません
- ⑳ 腰をひねるようにして踊るダンス

ヨコのかぎ

- ① 匂いマツタケ、味——。
- ② おいしいきのこです
- ③ 日が暮れてすぐの頃
- ④ 晴れた日にはかどりやすい家事
- ⑤ ——油を付けて日本髪を整えた
- ⑥ 世界遺産の一つ、——古道
- ⑦ 千葉県にある市。
- ⑧ 大きな国際空港があります
- ⑨ 運動会の競技の一つ
- ⑩ 配偶者のことです
- ⑪ 徳川家の家紋に使われている植物
- ⑫ 眠ったまま話します
- ⑬ ベンチもこれの一種

解答

A

B

C

D

E

ク	ツ	フ	ム	シ	ス
ガ	リ		キ	ソ	テ
ア	ル	バ	ム	メ	ン
キ		シ	ス	ウ	レ
ア	ゲ		コ	ス	モ
カ	ン	フ		カ	ケ
ネ		シ	ロ	ワ	イ

メ

イ

ゲ

ツ

正解は11月号で発表致します。



●9月号の答え

メ

イ

ゲ

ツ

秋の入居キャンペーン実施中



入居者特典

- 家賃1カ月無料
- 礼金なし
- JAへ直接ご来店の方限定!
- 仲介手数料無料!!**

プラス追加設備

テレビ
ドアホン

シャワー
トイレ

シーリング
ライト

JAでは、外壁やお部屋の
リノベーションを行い、
数多くのお客様を
お待ちしております!!



いずれか1つ設置いたします!

※対象物件はお問い合わせください。



開発課の
ホームページを
チェック!!

お問い合わせ JA足利 開発課 ☎0284-41-7153
土・日営業時間 9:00~16:00

開発課11月の
休業日のお知らせ

3日(火)・7日(土)・
23日(月)

JA足利

検索

理事会報告

日時: 2020年9月28日(月)

1. 協議事項 (全議案可決されました。)

- 本所運営諮問委員の変更について
- 貸付金利率の改定および設定について
- 令和2年産米の集荷・販売方針について

他4協議事項

2. 報告事項

- 自主点検集計結果報告について
- 令和2年8月末仮決算結果について
- 年金口座獲得キャンペーンについて
- 令和2年産米検査計画について

他18報告事項

広報担当からのお知らせ

紙面の都合上、取材させていただいた記事を掲載できない場合もございますので、ご了承ください。

クミアイ 葛根湯「顆粒」

第2類医薬品

体がゾクゾクして寒を感じる、熱はあるが汗はまだ出ていない・・・そんなかぜのひきははじめに効果を発揮する漢方薬。日本薬局方葛根湯エキスを最大量配合した満量処方の顆粒剤で、眠くなる成分を含んでいません。かぜの初期症状以外にも、鼻かぜ、かぜによる頭痛・肩こりにも効果的です。



6包...900円(税抜)

お問い合わせ

クミアイ家庭薬配置員・最寄のJA、または協同薬品工業(株) 栃木営業所 ☎028-657-7310まで

JA足利の すがた



2020年
8月31日現在

■組合員数	1万4,216人
■出資金	19億6,815万円
■貯金	1,662億559万円
■貸出金	236億3,687万円
■購買品供給高	5億9,566万円
■販売品販売高	14億7,239万円
■長期共済保有高	2,534億2,287万円

組合員・利用者の皆様へ

「JAあしかが11月号」は、一日訪問日 **11月7日(土)** に、職員がお届けにお伺いしますので、よろしくお願いします。

JA CARD

新会員さま応援します!



©よりぞう

JAカードのご入会とご利用で

最大 **10,000円**
相当のポイントプレゼント!

〈詳細〉<https://www.cr.mufig.jp/ja/10000/>

※各特典の詳細は三菱UFJニコス JAカードWEBサイトにてご確認ください。プレゼントポイントの加算時期は各特典によって異なります。

◎ポイントは「JAカード わいわいプレゼント」または「JAカード ゴールドポイントプログラム」でご利用いただけるポイントです。

◎特典の金額はポイント交換でキャッシュバックを選択いただいた場合の金額(1ポイントを4円換算で交換)を記載しています。

ご入会サックスプレゼント

【エントリー・対象期間】 入会日(カード発行日) から3ヵ月後末日まで

エントリー
必要

WEBサービスのID登録で

1,200円 相当のポイント
(300ポイント)

期間中のショッピングご利用金額に応じて

最大 **8,000円** 相当のポイント
(最大2,000ポイント)

ショッピング ご利用金額	2万円以上	5万円以上	10万円以上	20万円以上
プレゼント ポイント数	250 ポイント	1,000 ポイント	1,500 ポイント	2,000 ポイント

※ご入会日(カード発行日)が2020年4月以降の新規ご入会者さまが対象です。



携帯電話利用料金のお支払いで

800円 相当のポイント
(200ポイント)

エントリー
不要

◎au、NTTドコモ、ソフトバンク、ワイモバイルが対象

JAカードはおトクがいっぱい!

JA直売所・

ファーマーズマーケットでのご利用で

JA-SS・ホクレンSSでの給油で

(ハイオク・レギュラーガソリン、軽油)

ご請求時に

5%割引!



©よりぞう

ご請求時に

2円/ℓ 割引!
(1ℓ未満切り捨て)



*Apple Payでのお支払いは、割引対象外です。

※一部、対象外の店舗、商品・サービスがあります。

※本紙掲載の特典は2020年4月現在のものであり、予告なく内容を変更または終了する場合があります。

※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、JCBブランドのJAカードは、本紙掲載特典の対象外です。

お申込み・各種サービスについては、お近くのJA窓口、職員までお気軽にご相談ください

予告

「ウエルシア薬局 足利小俣店」に
JA足利ATMが登場!

JA足利のATMが11月19日(木)オープン予定の「ウエルシア薬局 足利小俣店」に設置され、稼働開始いたします。詳細につきましては、来月の広報誌「JAあしかが」11月号にて再度ご案内いたします。



稼働開始日

令和2年11月19日(木)

(予定)

設置場所

ウエルシア薬局 足利小俣店

(足利市小俣町515番地)