

くらしの安全・安心をお届けします

No. 570

9

2024

JAあしかが

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



【特集】

お買い物で賢く防災 日常備蓄のすすめ



今月の そよ風さん

南地区

よこた りりこ
横田璃々子 さん(19)
(秀樹さん 次女)

尊敬する人は…
両親です。

- 職業…………… 大学生
- 趣味は…………… 音楽鑑賞、ギター
- 理想の男性…………… 感覚を言葉にして共有し合える人
- 今、一番の夢は…………… 音楽で自分を表現すること



▲当JAのホームページは
こちらから



▲JA足利Instagram
フォローしてね!



▲JA足利営農経済部
LINEはこちら

の準備が大切です！

「いつもよりちょっと多め」
がポイント

特集

① 食料品・飲料

食料・水の備蓄は、最低3日分を目安に食べ慣れたもの・好きなものを少し多めに買ってストック。賞味期限の近い順に食べていき、減った分はその都度補充します。最低3日分、さらに先も見越して備えましょう。

チェックリスト

☐ 持ち歩いてそのまま食べられるもの

あめ・チョコレート(リラックス効果大)／ナッツ(カロリー・栄養価が高い)／チーズ(栄養価・満足度が高い)／ドライフルーツ(ビタミン・ミネラルが豊富)

☐ 火や水を使わなくても食べられるもの

肉・魚加工品(おかずにも最適、パワーが付く)／缶詰(保存食の王様、家族の好みに合わせる)

☐ お湯を注ぐか、温めるだけで食べられるもの

レトルト・フリーズドライ食品(日持ちする上、バラエティーに富む)／細い麺(ゆで時間が短いそうめんや極細のパスタなど、麺つゆやパスタソースも一緒に)

☐ 食欲を促す菓子など

せんべい(香ばしさで食欲増進、個包装のものを)／ようかん(小腹が空いたときに一口タイプを)／野菜・果物チップス(ビタミン補給に)

☐ 栄養バランスを整えるもの

シリアル・バランス栄養食(手軽な栄養補給)／栄養機能食品(食事で取れない栄養をカバー)

☐ 災害時にもお薦めの飲み物

野菜ジュース(野菜不足を解消)／粉末スープ(みそ汁など、体が温まる)／機能性飲料(健康保持に)



家族の好物をストックしよう

お父さんはトマトジュース、お母さんは豆乳、娘はカフェオレ……など、家族が好きなものを箱買いしてはいかがでしょうか。好きな飲み物が箱買いされていたら、幸せな気分になりますよね。「次は何にしようかな!」なんて、日常備蓄が楽しみにになりますよ。



お買い物で賢く防災

日常 ローリングストック 備蓄

のすすめ

皆さん、災害への備えは万全ですか？ 大切なのは日頃の心構えです。いつもの買い物を少しだけ変えることが防災につながります。

日常備蓄とは？

「日常備蓄」とは、食料品や生活必需品など、普段から食べている・使っているものを少し多めに購入してストックしておくこと。災害時は、食料品や生活必需品が一時的に入手しにくくなることが考えられます。「買って・

ストックして・使う」

ため、**ローリング
ストック**とも呼ばれています。



目次 CONTENTS



【特集】お買い物で賢く防災 日常備蓄のすすめ 2

TOPICS 4 : 環境負荷低減のクロスコンプライアンスについて 12

くらしの活動NEWS 8 : 各種相談会のご案内 13

ベジタブルライフ 9 : パズル 14

INFORMATION 10 : 手軽に簡単 健康体操 16

備えあれば憂いなし。防災は日頃から

④ ベビー用品・介護用品

赤ちゃんのおむつや肌着、ベビーフードなどは、日頃利用しているものが安心です。介護用品も同様です。「これしか駄目」な製品は、多めにストックしておいた方が良いでしょう。



③ 衛生用品

トイレトーパーやティッシュペーパーは多めに買っておくようにしましょう。ウェットティッシュ、せっけん、消毒用アルコールも役立ちます。女性は生理用品やおりものシートも多めに備えましょう。



② 生活用品

ラップ、ポリ袋、ゴミ袋、ガムテープなどは、避難生活で何通りにも使えます。カセットボンベ、乾電池、軍手やビニール手袋なども多めに備えておきましょう。



災害が発生した瞬間に持ち出すものと、避難生活で必要なものを分けておきましょう

《 すぐに避難しなければならないとき 》

緊急避難時には、大きくて重いバッグは文字通り重荷になってしまいます。本当に必要なものだけを緊急避難リュックに入れて、すぐに持ち出せるように玄関などに準備しておきましょう。

《 避難生活であると便利なもの 》

在宅避難する場合や、避難所から一時帰宅する場合に備えることも大切です。避難生活用には、以下のリストにあるものを準備しておくといいでしょう。

チェックリスト

- ☐ 携帯トイレ
- ☐ ヘッドライト
- ☐ ヘルメット(折り畳み式が便利)
- ☐ レインコート
- ☐ 防災用ホイッスル
- ☐ タオル
- ☐ 水(500mlのペットボトルを1、2本)
- ☐ 掃除用具
- ☐ マスク
- ☐ ゼリー飲料など
- ☐ 応急手当用品
- ☐ モバイルバッテリー
- ☐ 給水器
- ☐ 乾電池



チェックリスト

- ☐ 携帯トイレ・簡易トイレ
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 液体歯磨き
- ☐ マスク
- ☐ 飲料(1週間分)
- ☐ 長期保存できる食べ物(1週間分)
- ☐ カセットコンロ・ボンベ
- ☐ 給水袋
- ☐ 掃除用具
- ☐ 水を運ぶ道具(ポリタンクなど)
- ☐ ランタン
- ☐ アイマスク・耳栓

「おうちキャンプ」のススメ

普段からキャンプを楽しんでいる人は、「おうちキャンプ」を試してみましょう。被災してライフラインが途絶えたとき、自宅ですぐ過すか。アウトドア感覚で実践してみると「あれも用意しておけば良かった」などと、気が付くことが多いものです。カセットコンロや備蓄品で食事タイムを楽しむ、簡易トイレを使ってみる、電源や明かりを確保するなど、被災生活を疑似体験してみましょう。



圃場で意見交換

～アスパラガス部会～

アスパラガス部会は7月23日、部会員の圃場を巡回し、夏芽アスパラガスの生育状況の確認と今後の栽培管理について意見交換しました。

中村誠寿部会長は「小まめな休息・水分補給を行い、熱中症に気を付けてほしい」とあいさつしました。

今作の夏芽アスパラガスは急激な高温で一部の圃場で生育が停滞気味。今後、猛烈な暑さやゲリラ豪雨が予想されることから、かん水・肥培・茎葉管理や病害虫の早期発見・早期防除などを指導しました。



▲圃場で意見交換を行う部会員ら



▲あいさつする大美賀部会長

通常総会を開催

～ゆず部会～

ゆず部会は7月23日、本店で2024年度通常総会を開き、部会員や関係者ら9人が参加しました。総会では、23年度事業報告や24年度事業計画などの議案が提出され、全議案承認されました。

同部会は6次産業化にも力を入れており、収穫したユズを搾汁し、搾汁液でオリジナルの加工品を開発・販売しています。

大美賀厚部会長は「一致団結し、部会の発展に向けて取り組んでいく」と呼びかけました。



家庭訪問で栽培指導

～あぐりキッズクラブ～

J Aが取り組む農業体験スクール「あぐりキッズクラブ」の参加児童宅を、J Aの担当職員が家庭訪問しました。

児童は同クラブの課外授業として、バケツを使って稲の栽培をしています。J A職員は生育状況を確認し、夏場の水管理や今後の栽培管理について指導しました。

児童は「秋にたくさんお米が取れるよう、枯らさないように頑張ってる」と力強く話しました。



▲一緒に生育状況を確認するJ A職員と児童



栽培管理ポイント学ば 米部会 水稻講習会

米部会は7月29日、南支店で水稻講習会を開き、部会員やJ A関係者ら約100人が参加しました。講習会では、安足農業振興事務所職員が現在の水稻生育状況や病害虫対策、今後の栽培管理について説明しました。

今年産は、高温で例年より生育が3～5日前倒しとなっていますが、おおむね順調に生育中です。部会員は高品質な米の収穫に向け、除草作業や病害虫対策を徹底するよう意志の統一を図りました。



▲今後の栽培管理を学ぶ参加者



▲種子をシートに広げて検査する部会員ら

小麦種子部会は7月30日、筑波倉庫で2024年産種子小麦の検査を行いました。

JAの農産物検査員が、持ち込まれた全ての種子袋を1袋ずつ穀刺し棒で刺し、カルトンに取って色や形質、被害粒などを確認。その後、部会員や検査員、関係者が種子をシートに広げて異物混入の有無を確かめました。

横田耕一部会長は「今後も部会員一丸となり、良質な足利産の種子小麦を生産したい」と意気込みを語りました。



良質な種子用 小麦出荷へ 小麦種子部会



栽培と実績を振り返る いちご部会 反省検討会



▲次年産に向け課題と対策を協議する部会員

いちご部会は7月30日、2024年産イチゴ栽培・販売反省検討会を開き、24年産の実績を振り返りました。

栽培反省検討会では、安足農業振興事務所の永嶋麻美主査が、24年産の栽培経過や次年産に向けた栽培の技術的な課題と対策を説明しました。

販売反省検討会では、JA全農とちぎ職員らが販売経過や実績を説明。部会員らは24年産の結果と市場からの要望を受け、課題や対策を協議しました。



ひと手間加えて 風味UP 女性会 JA自慢みそ

女性会（みどり会）は8月2日、御厨農産物加工施設で1月に仕込んだ「JA自慢みそ」の天地返しを行いました。



▲「天地返し」でみその上下を入れ替える会員

天地返しとは、みそ全体を均一に熟成させるため、仕込み後1度だけ樽を開封し、みその上下を入れ替える作業です。このひと手間で見そ全体が空気に触れ発酵が進み、より風味が増して味わい深く仕上がります。

柏瀬光子会長は「順調に熟成が進んでいる。完成を期待してほしい」と笑顔で話しました。



夜空彩る大輪の華 足利花火大会



▲夜空を彩ったJAの打ち上げ花火

JAは8月3日、渡良瀬川をまたぐ田中橋下流渡良瀬運動公園と河川敷で行われた「第108回足利花火大会」に参加し、スターマインを打ち上げました。

足利花火大会は、明治36年に創始。長年の伝統と歴史があり、関東地域でも屈指の花火大会として知られています。毎年40万人を超える観覧者が一堂に集い、最も活気に満ちた一日となります。

当日は天候にも恵まれ、夏の夜空に満開の華が咲き誇りました。



今後の管理 ポイント学ぶ いちご部会 講習会

いちご部会は8月6日、宮経プラザで2025年産イチゴの定植前栽培講習会を開きました。部会員や関係者ら28人が参加し、育苗後半から定植前後までの管理を学びました。

安足農業振興事務所の永嶋麻美主査が講師を務め、今後の管理ポイントを説明。今年は高温により根動きが悪く、肥料切れが懸念されることから「葉面散布で窒素を補い、遮光資材を活用して地温を下げ、根の伸長を図ってほしい」と呼びかけました。



▲定植後までの管理ポイントを確認する参加者



見直そう！ 自分のカラダ ～女性会みどり会～

女性会（みどり会）は8月9日、本店で班長研修会を行いました。会員ら34人が参加し、特定健診やがん検診の受診の必要性を学びました。

市健康増進課の保健師長らが生活習慣病や熱中症の注意喚起を行い、市が進める「高血圧ゼロのまちづくり」を解説。塩分チェックシートを使って、食習慣を振り返りました。

参加者は「自分や家族の生活を見直し、健康寿命を延ばしたい」と話しました。



▲健康診断や検診の大切さを学ぶ参加者



農機安全に使おう ～青壮年部 講習会～

青壮年部は8月9日、農機具安全講習会を開き、農機具を安全で効率的に使うための操作方法や意識の向上を図りました。

JA全農とちぎの職員が講師を務め、農作業中の死亡事故の発生状況や事故が起こりやすい機種、農作業事故を防ぐためのポイントを説明しました。

参加者は「安全に対する意識を高め、十分注意して作業に当たりたい」と話していました。



▲農機の安全な使い方を再確認する参加者



無人ヘリで 病害虫防除 ～水稻農薬空中散布～

JAは8月1日・19・20日の計3日、いもち病や紋枯（もんがれ）病予防、カメムシ類防除などのため、無人ヘリコプターによる農薬空中散布を行いました。

作業は早朝から始まり、栃木スカイテックのオペレーターとJA職員が4人1組で防除に当たりました。近隣への飛散防止に注意しながら、約236畝の水田へ散布しました。

大切な防除作業につき、皆さまにご理解・ご協力賜りましたことを御礼申し上げます。



▲早朝から行われた農薬散布風景



次年産に向け 部員一丸

～根菜部 販売反省会～

根菜部は8月20日、2024年産大根・人参販売反省会を開きました。

足利産は高品質で安定した出荷のため、安心して販売できると市場から高評価を得ています。25年産も高品質な大根・人参を出荷し、有利販売に向け部員一丸となって取り組むことを申し合わせました。清水茂部長は「近年、高温多雨が続いている。自分の圃場に合った栽培方法を模索し、高品質を維持しよう」と呼びかけました。



▲有利販売に向けて市場と意見交換を行いました



▲本店に設置した救助工具等

安心して暮らせる

地域社会へ

～JA共済地域貢献活動～

JAは、地域に密着した事業活動を展開し、地域に貢献する防災・防犯の活動に取り組んでいます。

7月上旬、JA共済地域貢献活動の一環で、救助工具一式を購入し、本店および全支店に備え付けました。災害時に地域住民の皆さまに有効活用いたします。

今後もJAは、組合員・地域住民の皆さまが豊かで安心して暮らせる地域社会づくりに向けて、地域貢献活動に取り組んでまいります。



日頃の感謝の気持ちを込めて

～各支店で感謝祭を開催～

JAは組合員や地域住民への日頃の感謝を込めて、各支店で感謝祭や各種キャンペーンを実施しました。

各支店では、輪投げやくじ引き、粗品のプレゼントなど、さまざまな催しを行い、多くの来場者で賑わいました。

皆さまのご来場、ありがとうございます。ございました。今後も各支店において、趣向を凝らしたイベントを開催する予定です。



▲南支店感謝祭で盛り上がった輪投げ



▲南支店では来場者にかき氷が振る舞われました



▲坂西支店感謝祭ではくじ引きも行われました



くらしの 活動NEWS

女性会(みどり会)山前支部

商品現地研修会を行いました



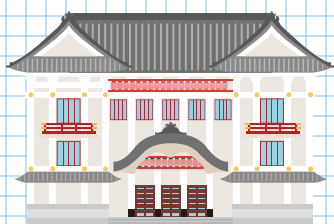
7月11日、JA足利女性会(みどり会)の山前支部が商品現地研修会を行いました。

会員21名が参加し、簡単手作りキットを販売する「さくらほりきり」浅草橋本店で手芸講習会を行いました。

会員らは、さくらほりきり職員の指導の下「ショルダーバッグ」作りに挑戦。花や動物をモチーフとした押絵を貼り付け、バッグを完成させました。

完成したバッグは、11月に行われる「JA足利まつり」の手芸展に出品する予定です。

講習会後は、築地本願寺や歌舞伎座タワーの見学も行い、充実の一日となりました。



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。

連日記録的な暑さに見舞われておりますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

らいでんでは、夏バテ防止にウナギを食べました。ウナギには炭水化物の代謝を助けるビタミンB1が含まれているため、米といっしょに食べることで速やかにエネルギーを補給できるそうです。

ウナギを丼物などで食べるのは、とても理に適った食べ方なんですね。



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 0970200754

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〉



イラスト：小林裕美子

ショウガ

～香りと辛味が薬効をもたらす香辛野菜～

ショウガのプロフィール

【分類】ショウガ目ショウガ科ショウガ属
【原産地】インド～マレー半島のアジア南部
【和名】生姜（ショウガ、ショウキョウ）
花縮紗（ハナシュクシャ）
【おいしい時期（旬）】5～9月ごろ
【主な栄養成分】マンガン、カリウム、
ジンゲロール、ショウガオール、ジンゲロン、
ジンゲベレン、シトロネラル

解説：KAORU

ショウガのチカラ



肉や魚など食
材の生臭みを消
す消臭作用や
抗菌・殺菌作
用がある

抗酸化作用
が高く、生活習
慣病予防に効
果があるといわ
れている

血行を促進する
働き、代謝を高
める作用があり、
風邪予防や冷
え症対策として
も役立つ

ジンゲロール

ショウガの辛味成分で最
も多く含まれる。最初に
感じるピリッとした辛さ



辛味の成分は3種類

ジンゲロン

ごく微量の成分で、ジンゲロールが分解し生
成される強い辛味がある

ショウガオール

ジンゲロールの脱
水反応によって生
成され保存中自然
に増加する他、加
熱によっても増加す
る強い辛味があ
る。口に残り、じわ
じわ感じる辛さ

見分け方

根ショウガ

全体がふっくらと張りがあり、
堅くて重みのあるものの皮に……
傷がないもの。切り口がみず
みずしく、乾燥していないもの



白い部分が多く、きれいな
色合いのものを選ぼう！

新ショウガ 葉ショウガ

良品は、茎の付け根がきれいな赤い
色で、白い部分との色合いがはっきり
している。全体がみずみずしくて張りがあり、
皮に傷やしわがないもの

保存方法

乾燥を防ぐために、ラップまたは水でぬら
した新聞紙、ペーパータオルに包んで冷蔵庫
の野菜室などで保存

千切りやすりおろしにして、ラップに小
分けに包んで冷凍しておけば必要な
分だけ解凍して使えるので便利！



楽しみ方・食べ方のコツ

根ショウガは、すりおろした
り薄切りにしたりして、薬味
や香辛料として利用

細かく刻んだり、
すりおろすと薬効
がいっそう高まるよ

細く千切りにして針しょうがに

皮に風味があるので薬
味にする場合は皮ごと
すりおろすのがおススメ



水で表面をぬらしス
ポンでこそげ落と
すようにすると皮が
簡単に薄くむけるよ！

香り成分は皮の
近くにあるので、
肉や魚の臭い消
しに使うときは皮
ごと使う

砂糖で煮たしょう
がシロップは風
邪予防や冷え症
対策に最適

ショウガのいろいろ

大きさによる分類

大ショウガ

晩生で茎や葉も大きく成育し、根茎は肥大して大きな
株になる。1株1kg前後まで生育することもある。貯蔵
され年間を通して生鮮用や漬物などに使用される

中ショウガ

中生～晩生で、大ショウガに比べて小さく、辛味が
強い品種。繊維質が早く形成されるため、貯蔵
せず主に漬物や加工品に使用されることが多い

小ショウガ

早生で、1株400g程度と小さめの比較的収穫が多く安定して
いる。辛味が強く、早掘りして葉ショウガやはいかみなどにされるの
が一般的。谷中ショウガなどはこの品種

日本で栽培されているの
は約90%が大ショウガ



栽培・収穫方法による分類

根ショウガ（ひねショウガ）

一般的に流通しているショウガを
ひねショウガとも呼ぶ。ふっくらと
丸く、皮がパープルから薄茶色の香りと辛味が
強く薬味としての利用がメイン。秋ごろに収穫
して貯蔵され、随時出荷して通年出回る

根ショウガ（新ショウガ）

初夏に収穫される根ショウガで、貯
蔵せずに繊維が柔らかくみずみずし
い状態で利用する。筋が少なく爽や
かな辛味が特徴



葉ショウガ

小さな根茎
に茎葉が付い
たもの。旬は5
月～9月ごろ
で、谷中ショウ
ガが有名



ショウガのじみツ

東南アジア、アフリカ、中米など、温
暖湿潤な地域での栽培が盛ん



アジアでは古くから
食用、薬用とされ、
中国では紀元前
から薬用に用いら
れていた記録もある

日本には3世紀ごろ中国から伝来
したといわれ、当初は薬用として栽
培されていたが、江戸時代以降
は一般的な食用として広まった



熱帯地方では秋
に花を咲かせるよ

国産品は4割以上
が高知県で収穫

同じショウガ目

仲間



ミョウガ ウゴン



JA足利年金友の会 会員限定企画



JA足利 年金友の会

交通安全講話・交通安全落語の会

JA足利年金友の会の会員および、他金融機関から指定替えいただく方を対象に、交通安全講話と、交通安全をテーマにした落語の会を開催します！会員の皆さまのご参加をお待ちしております。

開催日時 2024年11月9日(土) 午後2時～

開催場所 あしかがフラワーパークプラザ(足利市民プラザ)
小ホール(足利市朝倉町264)

参加資格 JA足利で年金をお受け取りされている方、
または、これからJA足利に指定替えをする方

申込方法 年金受取口座のある支店に電話でお申し込みください

先着
150
名様

**参加費
無料!**

年金
友の会だより

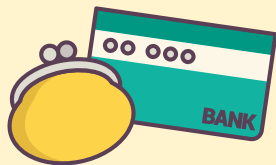
JAで年金をお受け取りになりませんか？

年金をこれからお受け取りになる方も、年金をすでにJAで
お受け取り中の方もうれしい特典をご用意しております。

**金利上乗せ
定期貯金**

年金いきいき定期貯金

年金予約定期貯金



コンビニやゆうちょ銀行の
ATMでの入出金手数料が

毎月3回まで
無料!



健康増進に向けた

**グラウンド・
ゴルフ大会**
の開催



詳しくは、

お近くのJA窓口までお気軽にお問い合わせ下さい。

男のいきいきセミナー

参加者募集のご案内

- 開催日時 2024年10月12日(土) 9:30~12:00
- 内 容 手打ちそば作り
- 会 場 JA足利 生活振興課2階(足利市山川町419)
- 募集人数 市内在住の男性10名
- 参加費 1,000円
- 募集期間 2024年9月9日(月)~9月20日(金)まで
※先着順、定員になり次第締め切りとさせていただきます



お申し込み・お問い合わせ JA足利 生活振興課 ☎0284-64-9920 【受付時間 9:00~17:00(平日)】

まだまだ暑いこの季節

飲料水のご注文、受付中です!

こまめな水分補給
で熱中症を予防
しましょう!



十六茶麦茶
(660ml)



24本入

2,400円

蜆
(620ml)



24本入

2,400円

スーパーH₂O
(600ml)



24本入

2,400円

ミツ矢サイダー
(500ml)



24本入

2,400円

カルピス
ウォーター
(500ml)



24本入

2,400円

PLUSカルピス
・免疫サポート
・睡眠・腸活ケア
・体脂肪ケア
(各200ml)



24本入

3,300円

※写真は一例です。詳しくは各支店までお問い合わせください。

JA足利限定
プレゼント企画実施中!!
9月は▶▶▶

先着
400名様
限定!

3ケースのご注文で「ウィルキンソン」または
「ウィルキンソン(レモン)」4本パック
をプレゼント!!



冷たい新茶を

※写真はイメージです

楽しみませんか?

おいしい
冷茶の
作り方

急冷法

- ① 6g(二人分)の茶葉を急須に入れ、約70℃に冷ました湯を入れます。
- ② グラスに多めの氷を入れ、濃く出るように最後まで注ぎます。氷が溶けるので濃い目に浸出させます。

氷温法

- ① 急須に入れた茶葉の上に氷を数個置き、少量の水を加えたら氷が溶けるのを待ちます。
- ② 氷が溶けたらグラスに注ぎます。上級煎茶がおすすめです。

3kg以上
お買い上げ
の方に

お好きな茶葉を簡単便利に淹れられる
「ティードリッパー」
プレゼント!



蠍座



10/24~11/22

全体運 状況が次第に整ってきます。今のペースで進めて。変化をうまく取り入れましょう。友人との外出にツキ

幸運の食べ物

ネギ

天秤座



9/23~10/23

全体運 多方面から頼りにされて大変そうですが、やればやっただけのかがあります。上昇運です。前向きに捉えて

幸運の食べ物

柿

9月

農林水産省の事業で「**環境負荷低減のクロスコンプライアンス**」が始まったけれど…

どうして農林水産業で環境負荷低減に取り組まなければならないの？



農林水産業には環境により多面的機能がある一方で、環境に負荷を与えている側面もあります

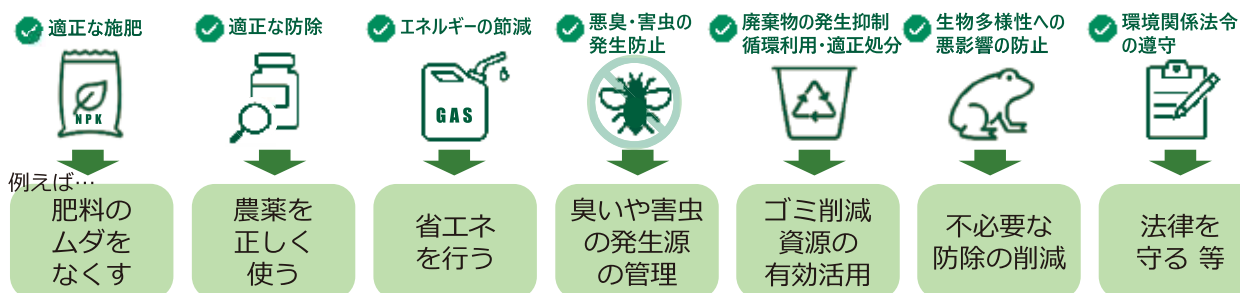
農林水産業は**環境の影響を受けやすい**ことに加え、**農林水産業自体が環境に負荷を与えている側面**もあります。

このため、日頃の事業活動の中で新たな**環境への負荷が生じないように、7つの基本的な取組を実践することが重要**です。

また、こうした取組を行うことが**消費者の理解**にもつながります。

クロスコンプライアンスは誰もが取り組める環境負荷低減への「初めの一步」です。

「環境負荷低減のクロスコンプライアンス」の7つの基本的な取組とポイント



クロスコンプライアンスの実実施手続き

令和6年度

農林水産省の補助事業等に申請する際に、「環境負荷低減のクロスコンプライアンス」チェックシートの各項目を読み、該当する全ての項目にチェックを付けて、事業申請時に提出の上、取組を実践してください。

チェックシートの例（抜粋）



申請時 (します)	(1) 適正な施肥
☒	① 肥料を適正に保管
☒	② 肥料の使用状況等の記録・保存に努める
☒	③ 作物特性やデータに基づく施肥設計を検討
☒	④ 有機物の適正な施用による土づくりを検討

令和7年度以降

取組を実践した上で、事業報告時にもチェックシートを提出してください。また、報告内容について、実施状況の確認を行います。

（実施方法などは検討中です。）

お問合せ先

関東農政局栃木県拠点

☎（直通）028-633-3313

農林水産省HP

「環境負荷低減のクロスコンプライアンス」
はこちらから！



12/22~1/19

全体運 運勢は活気づき想定外の動きがありそう。ドキッとしますが乗っているのも一興。長期計画のスタートが吉

幸運の食べ物
ダイコン



11/23~12/21

全体運 済んだと思っていたことがひっくり返されることがありそう。アフターフォローを心がけて。仕事優先が吉

幸運の食べ物
ニンジン

各施設農繁期営業のご案内

下記事業所において農繁期営業をいたします。

事業所	期 間	営 業 時 間
経済課 (店舗) ☎0284-70-3071	10月20日(日) ～11月24日(日)	8:30～17:00 (全日)
JA足利サービス(株) (農業機械のみ) ☎0284-71-1110	10月 1日(火) ～10月31日(木)	8:30～17:15 (全日)

※期間内の祝日・振替休日(経済課→11月4・23日、JA足利サービス→10月14日)も営業いたします。

(11月2・3日はJA足利まつりのため、経済課(店舗)は休業となります。)

※JA足利サービス(株)は天候等の状況により変動する場合があります。

農繁期も安心して
ご利用いただけます



農耕車を 運転される方へ

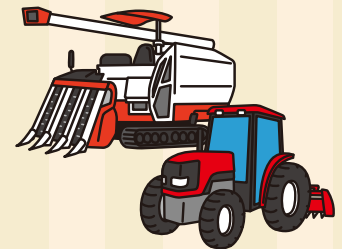


みんなで
気をつけよう!

田畑から出る際は、
コンバインやトラクター等に付着した
泥の塊を落とすようご協力お願いいたします。

歩道や車道に落ちた泥の塊は、歩行者の
通行や車の走行等の妨げになり危険です。
泥を落としてしまった場合は、スコップ等
で取り除くようお願いいたします。

ご理解・ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。



専門家による各種相談会のお知らせ

税務無料相談会

10月6日(日)

相続や税金に関係すること
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

法律無料相談会

10月8日(火)

金融や暮らしに関係すること
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

年金無料相談会

10月13日(日)

年金に関することなどお気軽に
どうぞ!

予約申込先は
各支店 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 いら立ちは抑えて。温和な態度
が周囲を和やかにし、あなた自身にもいい
流れが返ってきます。金運が良好

幸運の食べ物

ハクサイ

水瓶座



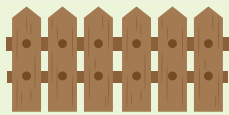
1/20～2/18

全体運 急がば回れ。結果だけを追い求
めず過程も大切に。信頼関係の構築を心
がければ今後の礎に。読書にツキあり

幸運の食べ物

栗

9月



TACの家庭菜園教室



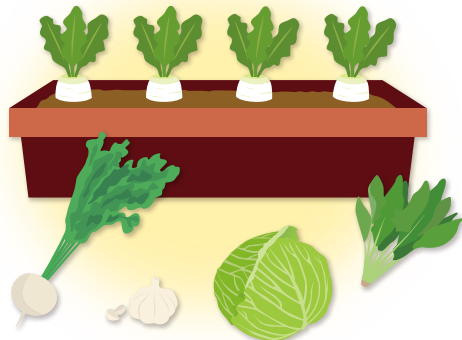
このコーナーでは、TAC(営農経済渉外)が家庭菜園を行う際のポイントや注意点などを解説いたします。

プランター栽培におすすめの秋冬野菜

ご自宅のベランダやお庭などの小さなスペースで気軽に家庭菜園にチャレンジできるプランター栽培。深めのプランターなら、人気のニンニクや大根、カブなどの根菜が栽培できます。あまり深さが浅いプランターでは、リーフレタスや小松菜、ホウレンソウや水菜などの葉物が栽培可能です。ニラやキャベツ、スナッパエンドウは秋からでも大きく育ちます。

栽培する際は日当たりを意識し、間引きや土寄せを行えば畑と同じように大きく育ちます。プランターはエアコンの室外機の上や周りに置くと、熱や風によって土が乾燥しやすくなるので避けて設置してください。雨が続く場合や厳寒期の霜や雪が降る時は、軒下などに避難させるなどの対策を行いましょう。

詳細版はJA足利のホームページ(営農情報)に掲載していますので、ぜひ併せてご覧ください！



お申込み・お問い合わせ

JA足利 営農振興課 ☎0284-22-4433(担当:TAC) または
経済課☎0284-70-3071、富田センター ☎0284-91-0003、北支店(経済)☎0284-43-8880、西支店(経済)☎0284-65-1139

耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

CROSSWORD PUZZLE

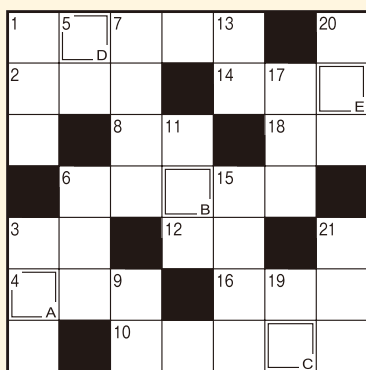
パズル? 頭の体操



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？



解答

A B C D E

タテのかぎ

- ① わらなどで編んで米や炭を詰めます
- ③ 「」や「」のこと
- ⑤ 長く連れ添った夫婦は似てくるとか
- ⑥ アキアカネ、オニヤンマといえば
- ⑦ からすみはボラなどの——を加工したものです
- ⑨ 食パンのふちの部分
- ⑪ 筒に強く息を送り込んで矢を飛ばします
- ⑬ 派手なところがありません
- ⑮ 明日の授業に備えて——をした
- ⑰ 房で売られる果物
- ⑲ 神の起こした洪水を箱舟で乗り越えました
- ⑳ 天竺牡丹(てんじくぼたん)とも呼ばれるキク科の花
- ㉑ 一時的に寝ること

ヨコのかぎ

- ① 9月2日は——の日。ハズレくじ対象の抽選もあります
- ② ドミノとかドファラとか
- ③ 握りずしを数えるときに使う言葉
- ④ ミョウガはこの部分や若い茎を食べます
- ⑥ 前身は江戸です
- ⑧ 敬老の日に——へ日本酒を贈った
- ⑩ 素晴らしい考えのこと
- ⑫ 南の島に似合う植物
- ⑭ ——手振りを交えて説明した
- ⑯ 急須のお茶を注ぎます
- ⑰ ノブを持ってあけます

正解は10月号で発表致します。

8月号の答え

(9+4=) 13

7	3	8	4	5	1	2	6	9
1	6	4	9	3	2	5	8	7
2	5	9	7	8	6	4	3	1
5	9	2	3	6	7	1	4	8
3	7	1	8	2	4	6	9	5
4	8	6	5	1	9	3	7	2
8	4	5	2	9	3	7	1	6
6	2	7	1	4	8	9	5	3
9	1	3	6	7	5	8	2	4

正解者の中から抽選で5名様にQUOカードをプレゼント！皆さま、ぜひチャレンジください！

応募方法 ①パズルの答え ②郵便番号と住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥JA足利や広報誌に関するご意見や感想などを書いて、下記の宛先までご応募ください。

あて先 〒326-0036 足利市弥生町20 JA足利 総務課 広報係

締め切り 9月25日(水) ※当日消印有効

★当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

★ご応募に関する個人の情報は、賞品の発送やJAからのご案内以外には使用いたしません。

入居キャンペーン 実施中

インターネット使用料
無料物件増えてます!

入居者特典

- ★家賃1カ月
または2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!!

追加特典!

- ★テレビドアホン
- ★シャワートイレ
- ★シーリングライト (全部屋に)

いずれか1つ設置します!

※対象物件はお問い合わせください。

単身の方からファミリーまで、
お客様一人ひとりに合ったお部屋をご紹介します!

お問い合わせ JA足利 開発課 ☎0284-41-7153
【営業時間】平日8:30～17:15 / 土・日9:00～16:00

開発課10月の休業日のお知らせ
5日(土)・14日(月/祝)

開発課のホームページをチェック!! /
JA足利 検索

レインボー足利人形供養祭 開催のご案内

大切にしてきた想いが宿と言われる人形。
可愛がってきた人形とのお別れを、僧侶の読経のもと丁寧にご供養いたします。ぜひこの機会にお持ちください。

日時 2024年10月20日(日) 【受付・持込】午前9時30分～11時30分まで
【供養祭】午後1時～

会場 レインボー足利 南ホール(足利市福居町1760-1)

※人形やぬいぐるみはダンボールなどの紙箱に入れ、箱を開けたままの状態を持ち込みください。
※供養料として1箱につき500円以上お預かりいたします。※ガラスケース、人形に付属する金属類(燃えないもの)は対象外となります。

お問い合わせ JA足利 総合葬祭 レインボー足利 ☎0120-028473

理事会報告

開催日: 2024年8月28日(水)

- 協議事項
 - 職制規程の一部改正について
 - 貸付金利率の改定および設定について

他2協議事項
- 報告事項
 - 令和6年7月末仮決算結果について
 - 令和6年産麦類集荷実績及び検査結果について
 - 令和6年度水稻育苗利用実績について
 - 令和6年産米検査計画について
 - 令和6年度『家の光』三誌普及活用運動について
 - 相続対策セミナー開催について

他11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。

もしもの備えと安心に… レインボー足利の 事前相談

わずかな時間で不安を解消!

いざという時の 対応	葬儀の形態や流れ (家族葬についてなど)	葬儀費用に 関する不安
---------------	-------------------------	----------------

葬儀にまつわることなら
何でもお応えいたします。
お気軽にご相談ください。

事前相談のご予約は JA足利 総合葬祭 レインボー足利
☎0120-028473

JA足利の すがた

2024年
7月31日現在

■組合員数	1万4,004人
■出資金	21億6,818万円
■貯金	1,603億3,401万円
■投資信託	4億7,210万円
■貸出金	237億6,088万円
■購買品取扱高	6億525万円
■販売品取扱高	15億8,063万円
■長期共済保有高	2,275億8,791万円

JA足利

住宅ローン特別金利キャンペーン

引下げ金利
適用期間

下記引下げ金利は、令和6年4月1日～令和6年9月30日までに申込受付され、かつ令和7年3月末日までにご融資が可能な方に適用します。

※借換につきましては、すでにJAで住宅ローンをご利用の方は、お取扱いできません。※申込金額が10億円に達した時点で取り扱いを終了します。



特別金利キャンペーン当初変動金利(一般団信付)

令和6年9月1日現在

当初
適用金利

年0.600%

※当初変動金利型については契約時標準金利の状況により、当初適用金利が変動する場合があります。
※引下げ金利適用期間中にご返済の滞りなどが発生した場合には、店頭表示金利に引き上げさせていただきます。

[店頭標準金利 年2.725%]

通期の引下げ幅

年2.125%

引下げ金利適用条件

※下記条件のうち2項目以上の条件を満たすことで、上記金利を適用します。

- 当JAで給与振込を指定されている方。
- 当JAでJAカードを契約されている方。
- 当JAでインターネットバンキング(またはアプリ)を登録されている方。
- 当JAでカードローンを契約されている方。
- 当JAに公共料金の口座振替を1つ以上されている方(新規可)。※公共料金については、電気・電話・水道・ガス・NHK等。

※いずれも新規の取扱いを可とします。※審査の結果、ローン利用のご希望に添えない場合もございますのでご了承ください。

団体信用生命
共済特約について
(サポートスリーを除く)

団体信用生命共済(以下「団信」という)への加入は、①一般団信 ②長期継続入院特約付団信 ③三大疾病保障特約付団信 ④9大疾病補償保険付団信の中から選択のご加入になりますが、②長期継続入院特約付団信は年0.15% ③三大疾病保障特約付団信は年0.10% ④9大疾病補償保険付団信は年0.30% ⑤一般団信連生タイプは年0.15% ⑥三大疾病保障特約付団信連生タイプは年0.30%を貸出金利に上乗せさせていただきます。

新築・リフォーム・借換

「JAのお取引はこれから」というお客様もお気軽にご相談ください。

お問い合わせ

●本店(融資推進課) 弥生町20
☎0284-41-7152●東支店 山川町419
☎0284-41-3678●南支店 上渋垂町745-3
☎0284-71-1106●西支店 鹿島町825
☎0284-22-3227

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)

※2024年9月22日は除く

●本店(融資推進課) 弥生町20
☎0284-41-7152

手軽に簡単

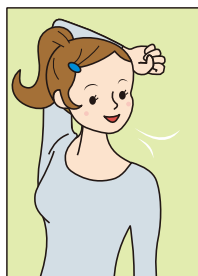
健康体操

首・肩・背中の柔軟性アップ

健康生活研究所所長●堤 喜久雄

腕と手を使い、首をひねったり腕を上げたりして、硬くなりがちな首や肩、背中の柔軟性を高める体操をご紹介します。勢いをつけてひねるとスジを傷めることがあるので、ゆっくりと呼吸に合わせて行います。握った指を一本一本広げるときは、親指から小指まで順番にゆっくりと伸ばしていくことで脳トレ効果も得られます。

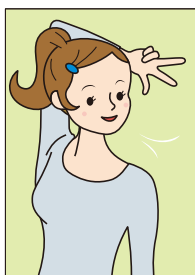
頭の後ろに伸ばした手指を動かす



(1)背筋を伸ばして姿勢を良くします。片手を頭の後ろに持っていく、指先を握ります。その手の方向に息を吐きながら首だけをゆっくりとひねります。

ポイント

体は前を向いたまま、首に釣られてひねらないように。



(2)呼吸は止めず、指を親指から順に1本ずつ伸ばしていきます。目の端に指先が見えますか? 何本見えたでしょうか。見えたら成功です。見えない場合は無理をせず、その状態のまま指を伸ばす体操を続けます。

ポイント

首は下に傾けないよう、なるべく真っすぐに保ちながら真横の方向に向けます。

(3)5本の指が開いたら、今度は小指から1本ずつ折り曲げて最初の状態に戻します。息を吐きながら腕を元に戻し、反対の手も同様に行います。