

# あぐり

## トピックス

2

月号

AGRI TOPICS 2017 No.132

佐野みのり幼稚園  
つばめ組・ひばり組・はと組



新年のごあいさつ



佐野

[HP] <http://www.jasano.jp>

ホームページ



友だち  
登録  
してね



# 行事予定

2月

- 11日土** JA佐野・JA足利合同家の光大会
- 18日土** JA佐野食育プロジェクト  
クッキングショー&トークショー
- 25日土** リンク栃木ブレックス贈呈式
- 28日火** 理事会



ご葬儀の流れ・費用のことなど何でもお気軽に  
ご相談ください。

## 葬儀事前相談会開催

**2月26日(日)**

**9:30~12:00** セレモニーホール田沼  
栃木県佐野市吉水町1172-1

事前相談会のお問い合わせ・ご予約は

**0120-24-2960** \*事前予約をおすすめします。

## 法律無料相談会

**2月22日(水)**

**16:00~18:00**

相談内容 不動産問題・相続問題・損害賠償・多重債務・

金銭問題・家庭問題など

対象 JA佐野の組合員、利用者(原則)

要付窓口 金融・業務課(24-3712)

詳しくは、お近くの支店  
窓口へお問い合わせください。事前のご予約が  
必要です。

## 第32回理事会報告

日時 平成28年12月26日(月) 午後2時30分

場所 JA佐野 本店 第1会議室

### 1. 検査報告等

(1) 栃木県常例検査指示書について

### 2. 審議事項(全議案可決されました)

(1)規程等の改正について

①育児・介護休業規程及び臨時職員就業規則等の一部改正について

(2)大口貸出先の割引枠の設定について

(3)役員改選の日程について

(4)出資金減口について

### 3. 報告事項

(1)鳥獣害対策委員会の報告について

(2)11月末主要勘定実績報告について

(3)第3四半期の余裕金運用実績報告について

(4)大口信用供与等先の経営状況報告について

(5)JA共済コンプライアンス点検結果について

(6)リスク管理報告について

(7)3か年計画進捗状況について

(8)反社会的勢力等への対応状況の報告について

(9)28年産米の追加払いについて

(10)その他

①コミュニティ誌第11号発刊について

# あぐりトピックス

2月号  
2017 NO.132

- \* 02 インフォメーション  
理事会報告

- \* 03 新年のごあいさつ

- \* 04 トピックス

- \* 07 シニア野菜ソムリエ KAORU の  
ベジタブルライフ

- \* 08 いつでもどこでも、みんなのJA

## 遊you素敵



## 安足だより



## 入居者募集ご案内

インフォメーション

### 14 健康百科

## 頭の体操 CROSSWORD

## 文芸ひろば

### 各種ご案内

# 新年のごあいさつ



佐野農業協同組合  
代表理事組合長  
**大芦 宏**

新年明けましておめでとうございます。

組合員の皆様には、ご家族  
おそろいで輝かしい新春を  
お迎えのこととお喜び申し  
上げます。

日本列島を揺さぶり、北海道  
や岩手県の農業地帯には台風  
による深刻な被害が発生する  
など、災害等に翻弄された年  
でもありました。県内や  
管内の農業の現場には大きな  
被害もなく、平穏とも言える  
一年であつたかと思います。

J A の運営においては、  
昨年、「農業所得の増大」  
「農業生産の拡大」「地域の  
活性化」を重点分野として、

日頃は、当 J A の事業運営  
に対しまして、暖かいご理解  
とご協力を賜り誠にありがとうございます。

一方、J A 組織においては、  
TPP 参加 12か国の正式合意  
となり、国内においても国会  
承認がされ、関連対策として  
の改正農協法の成立等、J A  
を取りまく環境が大きく変革  
した年でもありました。

そのような中、今月 20 日、  
TPP からの脱退を宣言して

いる、アメリカのトランプ新

大統領の内外に発する言動に  
注目が集まつており、オランダ、  
フランス、イタリア、ドイツ  
といつた欧州主要国での重要  
選挙の年でもあることから、

結果によつては金融市場の  
波乱要因としても心配がされ、  
今年は何かと余談を許さない  
年となるようです。

自己改革の具体的実践に  
向けた 3か年計画をスタート  
致しまして、今年はそれらの  
中間年であります。

計画をより掘り下げて、  
具体的に誰からも見えるよう  
に、J A が本気で変わつて  
きたと感じられるよう、役職員  
一体で取り組みます。

年頭に当たり、皆様の一層  
のご活躍とご健勝、ご多幸を  
ご祈念いたしまして、新年の  
挨拶とさせていただきます。



## 食農教育の学校 あぐりスクール「夢」 閉講



12月17日、食農教育の学校「第7期あぐりスクール「夢」」の閉校式を開きました。5月に開校してからこれまで、田植えから稻刈り、野菜の苗植えから収穫などの農作業や収穫野菜を使ったピザ、郷土食の耳うどん作りなどの調理実習の他、田んぼの生き物観察や梨狩り、農業まつりで野菜の販売体験など計7回のカリキュラムを行ってきました。

最終日となるこの日は餅つきとケーキ作りを行いました。餅つきは青壮年部と女性会が協力し、子どもたちもかけ声に合わせ交代で餅つきを体験。つきあがった餅は、きな粉とあんこに



閉校式では、スクール校長の大芦宏組合長が「あぐりスクールをきっかけに農に興味を持つてもらい、将来農業に関係する仕事に就いてもらいたい」とあります。スクール生全員に修了証書が手渡され、33人が卒業しました。

からめて仕上げました。ケーキ作りでは佐野産のイチゴ「とちおとめ」を豊富に使い、デコレーションのバランスに苦労しながら親子でクリスマスケーキを完成させました。



ついた餅はあんころ餅やきなこ餅、雑煮にして振る舞われ、一足早いお正月の雰囲気を楽しみました。

高橋俊博部長は「施設利用者の笑顔に元気をもらっている。今後も継続して行っていきたい」と話しました。

青壮年部員は12月9日、佐野市の社会福祉法人「どちのみ学園」を訪れ、恒例の餅つきを行いました。

施設への訪問は社会福祉活動の一環で、平成2年から始まり今年で27年目です。餅つきには、部員が生産したもち米30kgを使用。施設利用者の「よいしょ、よいしょ」のかけ声と手拍子に合わせて勢いよく餅をつき、施設利用者と職員も餅つきを体験しました。

## 青壮年部が 福祉施設で餅つき



J A 佐野では毎年、市内小学生の社会科見学を受け入れています。11月には、城北小学校と界小学校の3年生が青果センターと(有)佐野観光農園を訪れ、イチゴについて学びました。初めにイチゴハウスを見学し、J A組合長がイチゴの生育や栽培方法について説明。その後、同センターで収穫されたイチゴが出荷されるまでの流れを学び、イチゴがレーンの上を流れながら機械で梱包される様子を見学しました。

## 小学生が社会科見学で イチゴ栽培学ぶ



犬伏支店は12月16日、日ごろの利用に対する感謝と地域住民との交流を目的に支店感謝祭を開きました。

会場では地元産米やうどんなどが当たる抽選会や焼きいもの販売、地元商店などが出店し、多くの来場者でぎわいました。

また、アグリタウン直売所が出張販売し、ダイコンやネギ、ハクサイなど新鮮野菜を手ごろな価格で販売。玉ねぎの詰め放題が人気で、多くの人が買い求めていました。

## 犬伏支店で感謝祭にぎわう



常盤支店は12月29日、仙波町の農林漁家高齢者センターで耳うどん作り教室を開きました。常盤小学校の児童と保護者11人が参加しました。講師を務めたのは、高齢者センターでそばや耳うどんを提供している野部利司さん。児童たちは野部さんの手ほどきを受けながら、小麦粉からうどん生地を作り、長方形に切った生地を耳の形に仕上げました。

完成した耳うどんは参加者全員で味わった他、自宅へ持ち帰りました。

## 郷土料理耳うどん作りに挑戦



12月26日、田沼中央公民館で趣味講座「そば打ち講習会」を開き、20人が参加しました。講師を務めたのは、市内でそば店を営む山本茂さん。初めに山本さんが打ち方を実演し、その後4人1組になってそば打ちに挑戦しました。そば打ちは初めてという参加者も多く、そば粉のこね方や切る作業に苦戦しながらも、楽しみながら作業しました。

昼食には、打ち立てのそばを全員で味わい、楽しいひと時を過ごしました。

## 趣味講座でそば打ちに挑戦



12月19日、農業講座「農夢塾」の閉講式を行いました。農夢塾は野菜作りを通して農業への理解を促す目的で毎年開校しています。今年は女性11人を含む18人が参加。全20回の実習で約40種類の野菜を育て、野菜作りの基礎知識や技術を学びました。式の前には、市内でそば店を営む山本茂さんを講師に迎え、そば打ち講習会を行いました。最後に自分たちで打ったそばを全員で味わい、1年間の活動を振り返りました。

平成29年度は2月に参加者の募集を開始し、3月から新たな顔ぶれで講座をスタートする予定です。

## 農業講座「農夢塾」閉校迎える

## 特殊詐欺を防止し感謝状贈られる



佐野南支店と常盤支店の金融担当職員は12月27日、特殊詐欺被害を防止したことにより佐野警察署長から感謝状を贈られました。

今回、「還付金詐欺」や「オレオレ詐欺」といった振り込め詐欺に遭遇した高齢者に対し、注意喚起することで被害を防止しました。

常盤支店の岩上一浩支店長は「犯罪抑止の重要性を改めて痛感しました。これからも特殊詐欺等を意識して、業務に取り組みます」と話しました。

## I-Hで簡単おせち作り



女性会野上支部と三好支部は12月17日、会員15人が参加し昭和電機工コ電化地域センターで合同の料理教室を開催しました。

講師の指導のもと4班に分かれ、きんとん・八幡巻き・海老の煮物などのおせち料理を作りました。互いの班の作り方や、味付けなどを参考にしながら会話も弾み、楽しい料理の時間を過ごしました。

## 田沼経済セミナー 鮭取り杯開催



神山秀男さん、川田健二さん、浅野文行さん

結果は次の通りです。  
優勝 川田健二さん  
準優勝 神山秀男さん  
第3位 浅野文行さん  
(田沼町)  
(栃木町)

田沼経済セミナーは12月8日、唐澤ゴルフ三好コースで12月の例会「鮭取り杯」を開催しました。会員20人が参加し、熱戦の結果、優勝に川田健二さんが輝きました。

同セミナーは田沼地区のゴルフ愛好者の集まりで、現在の会員数は26人。年4回の例会を行つており、今回で237回目となります。随時会員を募集しています。

## 桃梨の里でクリスマス会楽しむ



クリスマス会が始まると、サンタクロースやトナカイなど様々な衣装に身を包んだスタッフが登場。風船やステッキなどを使い、この日のために練習したマジックを披露しました。利用者も手拍子や鈴を鳴らして一緒に盛り上げました。

デイサービスセンター「桃梨の里」は12月12日から3日間、クリスマス会を開き、施設利用者など69人が参加しました。

出し物の最後にはサンタクロースから一人一人にプレゼントが贈られ、おやつにはケーキを味わい、クリスマスの雰囲気を楽しみました。

# ベジタブル ライフ

イラスト：小林緑美子

## ブロッコリー

～機能性の高さで注目を浴びる緑黄色野菜のエース格～

### 見分け方

全体的にこんもりとしていて、先が盛り上がっているもの  
青(つぼみ)の粒が小さく、花蕾(からい)が密に詰まっていて、締まりがあるもの

緑色で色あらがないもの

黄色っぽいものは花が咲きかけているのでNG

冬場の寒さで紫色がかかったものはより甘さが強い

外葉がピンとしてしおれていらない新鮮なもの

切り口が500円大くらいで、みずみずしく、軸にス(空洞)がないもの

### 保存方法

#### 急いで食べて!

鮮度劣化が激しく蕾が開いてしまうため、ポリ袋などに入れ冷蔵庫で保存し、早めに食べること



2~3日で食べ切れない場合は、硬めにゆでて水気をよく切り、冷凍保存



### 楽しみ方



軟らかく煮込んで…



ポタージュ



ジェノバーゼ風のパスタソース



水っぽくならないようによく水気を切る



スライスして炒め物に



細かくしてスープに

### ブロッコリーのチカラ

#### Crown of Jewel Nutrition

- ビタミンC
- カロテン
- ビタミンK
- カリシウム
- 鉄



欧米では栄養宝石の冠と呼ばれるほど、ビタミンやミネラル、食物繊維をはじめ、今注目の機能性成分も豊富に含む緑黄色野菜

### ブロッコリーのいろいろ



茎ブロッコリー  
アスピラガスに似た甘味と食感



紫ブロッコリー  
抗酸化作用のあるアントシアニンを含む



ブルーブロッコリー  
がん予防に効果があるとされるスレフォラファンが多い

### ブロッコリーのピミツ



寒い環境が大好き  
ブロッコリーを入れた発泡スチロール箱に氷を詰めて低温で流通のエネルギーの消費を少なくし、鮮度をキープ!



ブロッコリーはキャベツの仲間で、花芽の部分が大きくなる系統が改良されたもの



地中海沿岸が原産。古代ローマ人が食用していたといわれる歴史の古い野菜だよ



日本では栄養価の高さが評価され、カリフラワーを一気に追い抜き、一躍人気者に!

花蕾部分に包丁を入れるとボロボロと崩れるので、茎の方から切れ目を入れ、花蕾の一塊ごとに手で割いて分ける



## 老後も安心して暮らせる地域を目指して

JAでは、地域の元気な暮らしを支える「JA助けあい活動」を進めています。高齢者が安心して暮らせるように、JA女性組織を中心にミニデイサービスの開設や訪問活動をしたり、JA職員が声掛けで安否確認をするなど、地域に密着したJAならではの活動を行っています。



耕そう、大地と地域のみらい。

Q. ご趣味はなんですか？

書道・編み物・切り絵です。

Q. いつ頃から始めましたか？

また、始めたきっかけは何ですか？

書道は15年前、勤めを退職してから始めました。

編み物は中学生のころから自己流で始め、今は商工会議所で開催している「まちの学校」の時の先生に教えてもらっています。

切り絵は3年前、友人に誘われて始めました。

Q. どういったところが魅力ですか？

書道は静かに書くので心が休み、作品が完成するとやっていて良かったと思います。

編み物は出来上がったものを自分で着る楽しみがあります。

切り絵は完成した作品を見て楽しむことができます。

Q. 今後の目標などを教えて下さい。

指先を使いますので、体調が良ければいつまでも続けたいです。

## 遊you素敵



佐野市戸奈良町 石井 幸子さん(77歳)

# My Dream

目指せ、未来のステキな自分!

佐野市高萩町  
界小学校

6年 出居 幸丸くん

お父さん 勝さん  
お母さん 正美さん

ぼくは4年生から  
サッカーを習っています。  
最初は下手だったけれど、監督が  
上手に教えてくれました。最近では、  
チームのみんながぼくを頼ってくれる  
ような気がします。将来の夢は、  
内马尔のような強いサッカー  
選手になりたいです。そのために、  
日々練習を頑張ります。



## おJAじゃまします!!

金融・業務課



金融・業務課は、金融商品  
推進業務及び貯金事務統括  
を行い、皆様により良い  
金融商品を提供し、明るく  
親しみのある地域金融機関  
を目指しております。また、  
本店にて金融窓口業務も  
行っておりますのでお気軽に  
お立ち寄り下さい。皆様の  
ご来店を職員一同心より  
お待ちしております。

前列左から:佐藤和則(推進係長)、小野哲也(推進係長)、押山恵佐美(金融共済部長)、  
石川房代(課長)、落合徹(係長)  
後列左から:大山一江、嶋田恵、半田美由紀、松本悠里

# 農業経営の発展に向けて ～労務管理のポイント～

農業経営の発展のためには、家族労働力以外の労働力の活用も必要です。外部の人の力を借りることで、より安定した経営や、新たな取り組み、休日制の導入なども可能になります。

人を雇用する時のポイントは「ある程度の知識と日頃のコミュニケーション」です。

## ■ 知っておく必要のあること

雇用には責任が伴います。雇用者の生活もかかっていますので、労働基準法や最低賃金法などの法令は遵守する必要があります。気象・天候に左右される農業は、労働時間や休憩・休日など労働基準法が適用除外される項目もありますが、安全と健康への配慮は忘れないようにしてください。

また、経営者のためにも、万が一に備えて労災保険には加入しておきましょう。

## ■ コミュニケーションのポイント

相手も「人」です。働きやすい環境(明確な就業条件・明確な作業指示・良好な人間関係など)で、やる気・生きがい(仕事の達成感・責任を与えられるなど)を持って働くことを望んでいます。雇用パターンも、正社員・パート従業員・季節的従業員・日雇い的従業員などいろいろあります。日頃の会話の中で個々の多様な働き方のニーズを聞き取って、できる範囲で対応してみましょう。ただし無理は禁物です。

雇用の基本的な姿勢は『人を育てる』です。従業員の成長があって経営も成長します。子育てで親も一緒に育つように、雇用によって経営者も一緒に育っていきましょう。



安足農業振興事務所

# 「農薬は責任を持って正しく使いましょう!」

農薬を使うときの5つのポイント

農薬による事故や誤使用はゼロが目標だよ!

農薬を使うときはこんなことに注意しましょう!

1.ラベルをよく読む!

2.事故を防ぐため保護具を着用する!

3.飛散を防止する!

4.後片づけはきちんと!

5.使用記録をつける!

農薬は責任を持って正しく使いましょう!

農薬工業会  
TEL:03-5269-2512 FAX:03-5269-2513  
ホームページ: <http://www.pca.or.jp>

設立の安全推進協会  
TEL:03-5269-2512 FAX:03-5269-2513  
ホームページ: <http://www.safety.or.jp>

農薬工業会リーフレット「農薬は責任を持って正しく使いましょう!」より引用

お問合せ先：安足農業振興事務所 経営普及部 TEL:0283-23-1431



# カードを見せてサービス満足 JA佐野協力店のご紹介



この協力店証が目印です!!▶



今月の  
おすすめ  
店舗

## 菊乃家

佐野市田沼町562  
TEL:62-6023

創作日本料理のお店です。



### そば処 なのはな

佐野市植下町789-1 TEL:20-1188

天ぷらサービス

針谷ラーメン

佐野市堀米町1092-5 TEL:23-7531

缶入りお茶飲料プレゼント

北むら食堂

佐野市田沼町703 TEL:62-1722

ウーロン茶サービス

須花そば 憐い館

佐野市下藤間町1575-1 TEL:65-0153

天ぷらサービス  
(一家族様一枚とさせていただきます)

麺処 はつがい

佐野市高岡町1528 TEL:22-3070

味付け玉子サービス(人数分OKです)

そば処 松

佐野市戸室町555 TEL:62-2810

缶コーヒー1本サービス

むろあか化粧品店

佐野市田沼町634-2 TEL:62-0401

・最新機器での肌チェック(無料)  
・当店オリジナルメンバーズカードのお買上げ  
ポイントを通常の2倍プレゼント

こすもすJA仮店センター

佐野市高萩町1220-3 TEL:20-5622

お買上げ頂いた方に粗品サービス

唐沢ゴルフ倶楽部

佐野市岩崎町1975 TEL:62-4111

練習場コイン1枚サービス  
(当日プレーされる方に限ります)

### 手打ちめん 亀嵩

佐野市高岡町372-5 TEL:24-8775

ウーロン茶を1杯無料でサービス

千石鮓

佐野市出荒原町29-3 TEL:25-0480

・デザートサービス(1組につき一品)  
・15名様より焼酎ボトル1本サービス  
(お1人様5,000円以上のご利用限定) \*他特典との併用は不可。

神田餃子屋

佐野市吉水町1198-1 TEL:62-5120

前菜1品サービス

さかいや食堂

佐野市関原町347 TEL:65-1603

春巻き1本サービス

### 和食屋 善が岡

佐野市麻門町1925-10 TEL:23-8080

10名様以上の宴会で、お1人様3,500円以上の料理をご注文されたお客様1組につき2,000円引き  
(予約時にポイント会員であることをお申し出下さい)

割烹 紅葉

佐野市栃木町2182 TEL:62-0501

10名様以上のご予約で焼酎1本サービス

栗屋食堂

佐野市田沼町577 TEL:62-1283

ウーロン茶1杯サービス  
(3月は除外日があります)

そば処 御所ノ入

佐野市山形町1073 TEL:65-1551

ソフトドリンク1本サービス

季節料理 竹姫

佐野市免磨町772-4 TEL:23-2135

グラスビールまたはソフトドリンク1杯サービス

青竹手打麺 ゆたかや

佐野市田高町161-1 TEL:23-1702

ウーロン茶または緑茶1杯サービス

トルテ洋菓子店

佐野市大伏新町816 TEL:22-5535

全商品10%割引  
(商品券、お買物券などの併用不可。12月は除外。  
HP <http://torte-sano.jp>)

お茶の高砂園

佐野市高砂町2856 TEL:22-1751

お買上げ金額から5%OFF。または、「どこでも  
カード」ポイント3倍プレゼント。  
ただし特売日には使用できません。

アグリタウン直売所

佐野市植下町802-4 TEL:20-5215

500円以上お買上げのお客様に生ジェラート50円  
引換券プレゼント

株式会社佐野スレート工業所

佐野市高萩町1223-7 TEL:22-1731

ご成約時、お見積金額から3%値引

109シネマズ佐野

佐野市高萩町1340 TEL:20-0109

試写会へご招待(不定期)

\*日程決まり次第JA佐野フェイスブック内にて募集受付

当JAサービス会員向けに、値引き・無料サービス等の特典を提供いただける「協力店」を募集中です。詳しくは、お近くのJA窓口または本店総務課(TEL:24-3711)までお問い合わせ下さい。

双子座

5/21~6/21

アクティブになり、未体験ジャンルにも前向き  
になれそうです。考えるより、試すのが正解  
です。ウインタースポーツ◎です。

蟹座

6/22~7/22

ネガティブな発想をしやすい月です。暗い顔を  
していると、ますます運気ダウンを招くので、  
注意しあしょう。喜劇鑑賞が吉です。



#### \*作り方\*

- ① エビは殻としっぽを取り、背わたはようじなどで取る。
- ② マッシュルームは食べやすい大きさに切る。ニンニクは芯を取りざく切り、唐辛子は種を取り輪切りにする。
- ③ 小さめの鍋にオリーブ油・ニンニク・唐辛子を入れ、弱火でじっくりと香りを出し、塩を加える。
- ④ ③にエビとマッシュルームを加え、鍋を揺すりながら全体に油を絡ませる。
- ⑤ エビに火が通ったら器に盛り、イタリアンパセリを添えて熱々をいただく。

簡単  
クッキング

## エビとマッシュルームのアヒージョ

(1食当たり約306kcal)

#### \*材料(2人分)\*

エビ	8尾
マッシュルーム	6個
ニンニク	1片
唐辛子	1本
オリーブ油	大さじ4程度
塩	適量
イタリアンパセリ	2本

### 旅のご案内

憧れのシベリア鉄道に乗る 日本から一番近いヨーロッパ  
**ウラジオストク&ハバロフスク4日間**

シベリア鉄道「オケアン号」(ローテン)

ウラジオストク駅(ループ)

日次	時 間	観光	食事
6月17日(土)	午後 夜	成田空港発 (15:40) ウラジオストク空港着 (19:10) 専用車にて市内へ 市内レストランにて夕食(豚焼き、ボルシチ、ピロシキ) 夕食後、港町の夜景を車窓観光	【ウラジオストク泊】
6月18日(日)	午前 午後 夜	港町・ウラジオストク市内観光 ○中央広場(土産物店へご案内) ○築ノ端展望台、 ○C-56萬水候博物館、○アルセーニエフ爵士候博物館 昼食(魚と野菜のスープ「ウバー」と海藻サラダ) ゴールデンブリッジとルースキーブリッジを越えてルースキー島へ 夕食(ビーフストロガノフ) 夕食後、ウラジオストク駅へ シベリア鉄道に乗車 【シベリア鉄道(2等寝台列車)・車中泊】	【観光】 【食事】
6月19日(月)	朝 午前 午後	ハバロフスク駅に到着 市内レストランの朝食の後、スマーハウス「ダーチャ」へ 昼食(グレジア料理) ホテルにチェックイン ハバロフスク市内観光 ○アムール川展望台、○レーニン広場、○コムソモール広場、 ○スバツ・フレオブラジエンスキーハウス、夕食(魚料理)	【観光】 【食事】
6月20日(火)	朝 午前 午後	ホテルにて朝食後、空港へ○日本人墓地 ハバロフスク空港発 (11:55) 成田空港着 (13:35)	【観光】 【食事】

旅行出発日 2017年6月17日(土)

旅行代金 2名1室利用 168,000円 一人部屋追加代金:40,000円  
(大人お一人様)  
別途、成田空港施設使用料・旅客保安サービス料(2,610円)、海外空港税、燃油サーチャージが必要です。(2016年11月1日現在)  
※2016年11月1日現在、海外空港税、燃油サーチャージは0円ですが、ツアーヒートによる変更になる場合があります。

1人部屋追加代金 40,000円(ホテル2泊、寝台車1泊)

募集人員 40名様(最少催行人員20名)

渡航手続手数料 4,320円 ロシア査証(ビザ代行手数料) 6,480円+ロシア査証(ビザ)代実費  
(査証は新規発行をお問い合わせください)

募集締め切り日 5月12日(金) お定員になり次第締め切ります。

申込金 30,000円(旅行代金に充当します)

国際線利用航空会社 S7航空(エコノミークラス)

宿泊予定ホテル ウラジオストク:ホテル ヒュンダイ/シベリア鉄道:オケアン号(2等寝台列車)  
ハバロフスク:アムール ホテル(ホテル、または同等グレードとなります)

食事条件 朝食3回、昼食2回、夕食3回(機内食は回数に含みません)

添乗員 同行し、旅程管理業務を行います

旅券の残存期間 ロシア出国時6ヶ月以上必要/査証必要

お問合せは、JA各支店またはJA旅行センター(農協観光栃木支店) TEL: 028-616-8988 FAX: 028-616-8980 担当: 和氣(わせ)・新(あたらし)・本橋

# 入居者募集ご案内

Lease information



場所	アパート名	間取り	場所	アパート名	間取り	場所	アパート名	間取り
赤坂町	茂呂アパート	戸建	北茂呂町	ファミールゴールド	2DK	富岡町	ファミール輝	2DK
植上町	メゾン千花	2LDK	犬伏新町	ファミール川島	2LDK	米山南町	高橋コーポ	3DK
植上町	ファミール植野	2LDK	犬伏新町	グランシード・ルクブル	2LDK	大橋町	シャーメゾン大橋	2LDK
植上町	ファミール篠崎	2DK	犬伏新町	ファミール田名網	3DK	大橋町	ファミール高橋	3DK
植下町	ファミール田口	2LDK他	犬伏下町	ファミール雅	3DK	大橋町	慶高アパート	戸建
植下町	茂呂ニュータウン	戸建	奈良沢町	パークヒル若田部	3DK	<b>詳細は下記JA佐野 開発課までお問い合わせください。</b> ※積和不動産(MAST)物件取扱っております。		
高萩町	ファミール三枝	3DK	奈良沢町	ファミール唐沢	2DK			
高萩町	メルベーエ高萩	1LDK他	堀米町	パークサイド安藤	3DK			
若宮上町	茂呂アパート	戸建	堀米町	ベルドミール安藤	2LDK			
若宮下町	ガーデンテラス若宮	3DK	富岡町	ファミール富岡	3DK他			

**相続対策 土地活用 のお問い合わせ・ご相談は...**

JA佐野 開発課

栃木県知事(4)第4251号  
TEL 24-3715

お気軽に  
ご相談下さい。

担当: 峯岸・須藤・島田・小山  
URL <http://jasano-kaihatsu.com/>

営業日: 月~金・日曜日  
(土曜・祝日・年末年始は休業)

営業時間: 8:30~17:00



日曜日も営業しています!! お気軽にご相談下さい。

## 佐野厚生総合病院 看護部紹介ビデオシリーズ完成!

JA佐野厚生連佐野厚生総合病院では、「当院で働いてみたい」と感じるきっかけにしてほしいと考え、看護部紹介ビデオシリーズを作成し、ホームページで公開しています。

作成にあたっては、院長自ら中心となり撮影し、看護部長がナレーションを担当しました。看護師を含めた職員が、やりがいを持って働くことができる職場環境の実現が理想です。地域の皆様にとってなくてはならない「佐野厚生総合病院」であり続けるために、1人でも多くの看護師さんたちに、私たち職員の「一緒に働きませんか」という力強いメッセージが届くことを期待しております。

ぜひ一度、佐野厚生総合病院ホームページ内「当院看護部のことなら何でも分かる総合サイト」よりご覧下さい。

当院の看護部紹介ビデオシリーズ No.1

地域医療を支える  
素晴らしい看護師たち

(所要時間12分)



声: 松島看護部長  
佐野厚生総合病院 広報部

佐野厚生総合病院 地域医療連携室 広報担当  
TEL 0283-22-5222 HP <http://jasanoko.or.jp>



## 使っていない農機はJAへ!!



使っていない  
農機が  
あるんだけどなあ



J Aが農機の買い手を探します。



中古で良い  
農機が  
ないかなあ

査定実施中

対象は再販可能な農業機械です。機種、年式、状態によっては受付できない場合もあります。  
早めにご連絡下さい。農業機械は使用年数に応じて、年々価値が落ちていきます。

お問い合わせ

農機保全課 24-4334

北部農機 61-0222

# 腰痛とストレッチ

同じ姿勢を取り続けたり、運動不足で筋肉を動かさずにいると、「腰痛」「肩凝り」「疲労」「頭痛」などが生じます。こうした痛みを予防したり、凝りをほぐすためには、筋肉や関節を伸ばすストレッチが有効です。

ストレッチとは「伸ばす」という意味ですが、筋肉や関節に強い痛みがある場合、最近手術を受けたとか、脳出血や脳梗塞などの脳血管障害を起こしたことがある場合には、まず主治医に相談してください。

腰痛の場合、どんなストレッチ体操が良いかというと、一つは股関節や腰、背中を伸ばすストレッチで、「足裏で合掌ストレッチ」というのがあります。

これは、床に座って膝を曲げ、体の前で足の裏を合わせるようにし、両手で足先を持ちます。背筋を伸ばしたまま、右膝の方にゆっくりと前屈し、10秒間静止してから元に戻ります。同様に左側でも行います。膝や関節が痛い場合には

佐久総合病院名誉院長 ●松島松翠

無理に行いません。

もう一つ、腸腰筋や太ももの裏側の筋肉を伸ばす「膝抱えストレッチ」というのがあります。

あおむけになり、左の膝頭を両手でゆっくりと胸に引き寄せます。10秒間静止してから、ゆっくりと元に戻します。右脚でも同様に行います。

腰痛のある人には、腰の骨と太ももの骨をつなぐ「腸腰筋」が常に緊張状態にあり、背骨の腰の部分が反り過ぎている人がいます。ストレッチで腸腰筋をほぐすと、背骨の反りがやわらぎ、腰痛の改善に効果があります。

分からない

点は、整形外科を受診し、専門医から指導を受けてください。



※今月の健康コラムはお休みします。

## 頭の体操

CROSS WORD



### ◆ タテのカギ

- 1 うそから出た——
- 4 1歳違いの兄弟姉妹のこと
- 7 顔の整った人が好みなの
- 9 矢をつがえます
- 10 暖炉にくべる物
- 11 無理をじっくり煮込むときの火加減
- 13 会社の運転——を調達した
- 15 ワカサギ釣りの際に穴を開けることも
- 16 酔っぱらいが巻きます
- 17 長寿を象徴する鳥
- 18 駅の——で新聞を買った
- 20 ニコリと笑うとペコリとへこむ
- 21 役者が観客に見せるもの

### ◆ ヨコのカギ

- |                   |                      |                         |
|-------------------|----------------------|-------------------------|
| 1 「福は内」と言いつつ行います  | 8 人間の犬歯の別名           | 16 文末に付ける「。」のこと         |
| 2 こつこつと——よく作業を続けた | 12 進化——。感情——         | 17 仙人はこれを手にした姿で描かれことが多い |
| 3 早起きは三文の——       | 13 海水から作れる調味料        | 19 生涯で一番高い買い物だとよくいわれます  |
| 5 攻撃の反対語          | 14 よそ行きではない服装        |                         |
| 6 分別して回収に出します     | 15 ワインボトルの栓によく使われる素材 |                         |

### 応募方法

ハガキに、住所・氏名・年齢・電話番号・答えを記入し、平成29年2月20日までに下記宛先へ郵送してください。  
〒327-0007 佐野市金吹町2351番地 佐野農業協同組合あぐりトピックス「クロスワード」保正解者の中から抽選で5名の方に野菜と食べる味噌ラーメンをプレゼントいたします。  
※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。



先月号の答え

A B C D E  
「デゾメシキ」

応募総数  
118通

# 文芸ひろば

Bunsei HITOBA



## 短歌

選者 .. 内藤 チイ

評

冬仕事大根洗いに精をだし沢庵漬けてひと休みする

評

秋野菜鹿に食べられ一度時きて食べられるかな?雪降りて駄目

評

栗林駐車場にの話あり亡夫なき後の栗の木悲し

評

霜枯れの裸木多きわが庭に眞赤な山茶花人の目を引く

評

役終えし柿の葉北風に急かされてヒラヒラと木下に集う

評

温暖化秋の長雨わが畠の野菜いづれも成長ならず

評

この一年無事に過ぎ来がありがたく酒っこ飲むなら田島の開華

評

年末の歌番組は多くして妻の好みにチャンネル替えり

想い出は懐しき人枕辺に耳そばだてて除夜の鐘聞く

沈黙と静寂がどみにからみ合いどこかわからぬ境界線は

(堀米町) 西村 久子

子と孫に恵まれ今年も初日の出身心共に思いのままに

(大橋町) 永藤 嘉子

万葉の短歌で有名な三毳山麓に嫁ぎて七十になり

(西浦町) 小曾根富子

終りなき初春の空窓辺には寒椿咲くもの言わざして

(白岩町) 安部 末子

腰痛で動けぬ我にあれこれと息子夫婦のやさしさやかな喜びのあり大根汁

(飯田町) 小林カツ代

忘年会歌は駄目よと飲み一丁

(小中町) 治田 平人

散歩道見渡す限り紅葉の葉紅色絨越敷きつめ

(梅園町) 矢島 幸子

木枯しに凍える手と手握りしめ師走の夕陽に

(飛駒町) 関谷マチ子

頼つひと言

(田沼町) 谷 正三郎

好きだなあ津軽海峡冬景色と言ひたる友の逝

(梅園町) 矢島 幸子

灰をまき春に備えて土づくり

(堀米町) 大島 浩

古枯しとたかいながらの帰り道

(堀米町) 西村 久子

木枯しに凍える手と手握りしめ師走の夕陽に

(梅園町) 矢島 幸子

頼つひと言

(岩崎町) 小野カツエ

役終えし柿の葉北風に急かされてヒラヒラと木下に集う

(村上町) 内藤 十三

温暖化秋の長雨わが畠の野菜いづれも成長ならず

(村上町) 内藤 幸子

一筋に稻作り來し我は老い止めると決めたら田を見て泣ける

(飯田町) 小林カツ代

暮返り大雨地震と苦労の年来る酉年は平和で

(小中町) 治田 平人

年末の歌番組は多くして妻の好みにチャンネ

(石塚町) 池田 正雄

想い出は懐しき人枕辺に耳そばだてて除夜の鐘聞く

(堀米町) 大島 浩

沈黙と静寂がどみにからみ合いどこかわからぬ境

(仙波町) 新里 育代

想い出は懐しき人枕辺に耳そばだてて除夜の

(仙波町) 高橋 靖子

青空に映える紅葉の色模様友と楽しむ花の江の郷

(水木町) 広瀬ノブ子

クリスマスふれあいサロンでかくし芸笑いこ

(豊代町) 加藤 キク

お上げて時刻忘れけり

(福富町) 早瀬 幸枝

## 俳句・川柳

評 内藤チイ

晴天に恵まれ初春の酉の越え

(若宮下町) 須賀 アサ

ささやかな喜びのあり大根汁

(飯田町) 小林カツ代

忘年会歌は駄目よと飲み一丁

(小中町) 治田 平人

寒風に優しき水仙凜と立つ

(堀米町) 大島 浩

古枯しとたかいながらの帰り道

(堀米町) 西村 久子

灰をまき春に備えて土づくり

(梅園町) 佐瀬 栄助

平し柿を今年も取られサルの群

(梅園町) 岩崎 安部

平し柿を今年も取られサルの群

(梅園町) 岩崎 安部

色の良い紅葉背にして立話

(梅園町) 矢島 幸子

幸せとテーブル囲む三人で

(梅園町) 矢島 幸子

白菜のおもとを量る右手かな

(田沼町) 谷 正三郎

かえり道夕日は赤く目をとじる

(田沼町) 牛久 典子

裸木の根本に春告ぐ福寿草

(田沼町) 牛久 典子

昔もの大きい方に手をのばす

(田沼町) 牛久 典子

落葉散り風に飛びゆく蝶のごと

(水木町) 広瀬ノブ子

葉のおちてただ枯色の冬の山

(豊代町) 加藤 キク

雀二羽枯葉散り數く庭走る

(豊代町) 戸叶ツルキ

山里の軒下一面柿のれん

(仙波町) 高橋 靖子

ゆず風呂に心いやされほほ笑めり

(牧町) 築和田泰子

お知らせ  
お頼い

作品は楷書でわかりやすく書いて  
お送り下さい。締切は毎月末日です。  
＊ベンネームを希望する際にはフル  
ネームを添えて「投稿下さい」

掲載は町内別となっておりません。

# JAポイントサービス会員の皆様へ キャッシュバックされます!

貯まった  
ポイントが  
還元時期  
平成29年3月上旬

1 ポイント 1 円として換算し、  
当JAのご本人口座に入金されます。  
ポイントは500ポイント単位での還元となります。  
(ニコスポイント交換コースを選択された方を除きます。)

お得に♪

肥料・農薬のご購入や定期貯金のお預入など、JAの様々な事業をご利用頂くたびにポイントが貯まります!  
加入方法やポイントの付与基準など詳しくはお近くの支店窓口へお問い合わせ下さい。

## JAグループ栃木合同就職説明会 平成30年度採用

JAグループ栃木では、平成30年4月就職希望者を対象に、合同就職説明会を開催します。当日は、栃木県内のJA・中央会・連合会・関連会社などが参加します。県内のJA等が一堂に参加しますので、各団体の特徴や採用情報等を一度に知ることができるチャンスです!

今回は、下野新聞社が主催する「しちつけ就職ガイダンス」と同日・同会場での開催となり、県内の企業も多数参加します。

**開催日** 平成29年3月1日 (水)

**時間** 受付 11:00~

(1)就職セミナー・JA組織の特徴 11:30~12:50  
(2)参加団体によるブース説明 13:00~17:00

**会場** 「マロニエプラザ」大展示場 宇都宮市元今泉6-1-37  
【アクセス】JR宇都宮駅から徒歩約15分 <公共交通機関をご利用下さい>

**お問い合わせ** JA佐野 人事課 TEL: 0283-20-2362



**事前予約不要**

当日会場にお越し下さい

## 収入保険制度の導入に関するお知らせ

政府の農林水産業・地域の活力創造本部において、青色申告を行っている農業者を対象とした収入保険制度の導入が決定されました。

収入保険制度は、品目の枠にとらわれず、自然災害による収量減少だけでなく、価格低下なども含めた収入減少を補填する仕組みです。

新たに29年分の所得から青色申告を始めるためには、個人の場合、平成29年3月15日までに、最寄りの税務署に「青色申告承認申請書」を提出する必要があります。

**(お問い合わせ先)**

関東農政局栃木県拠点地方参事官室 028-633-3312

収入保険制度については、農林水産省ホームページでご覧になれます。

**緊急時の  
ご連絡先**

通帳・キャッシュ  
カード等の紛失・盗難  
☎0120-082-065

JAクレジット  
カードの紛失・盗難  
☎0120-159-674

JA自動車共済加入  
車両の交通事故  
☎0120-258-931

ご葬儀の  
ご相談  
☎0120-242-960