

いすみ

2026

2

VOL.304



地域の営農と生活を結ぶ広報誌



シェフも注目 地元の味

特集

被災しても自宅で過ごすために……

安心安全 おうち防災

表紙の内容は4、5ページへ

 JAIすみ

目次

3. ベランダでも育てられる
みんなのコンテナ菜園
数独
4. 農ある暮らし
6. 特集 被災しても自宅で過ごすために：
安心安全 おうち防災
8. TOPICS in いすみ
10. 家庭菜園
12. ぼくの夢、わたしの夢
愛デアキッチン
かわいいかぞく
作品コーナー
13. みんなのひろば
14. JAINフォメーション
理事会報告
15. グリーンスパ便り

※「羽ばたけ いすみキッズ!」は休載します。

第6回 南総スプリングフェア

2月6日(金) 9:00~15:00
7日(土) 9:00~14:30

JA全農ちば南総センター
(長南町本台628)

農機メーカーなど
17社が協賛

お買い得品あり

来場記念品あり

お買い得品 在庫限り

やまびこ

刈払機SRE2431UT
メーカー希望小売価格
72,600円

↓
40,000円(税込)



丸山

背負人力防除機
MHD10P-2
メーカー希望小売価格
23,210円

↓
15,400円(税込)

クボタ

ミニ耕運機
TRS6000-JU
価格は当日発表
メーカー希望小売価格
342,100円



やまびこ

36Vバッテリー
ハンディーソー
BGHS310/S
バッテリー充電機
ガイドバー10cm
メーカー希望小売価格
35,200円

↓
24,800円(税込)

水稻育苗管理講習会 開催!

各日 ①10:00~10:30
②12:00~12:30

共同購入コンバイン
YH448AEJU

機能を厳選し低価格を実現した
コンバインを特別展示します!

JA&ヤンマー
関東6県スペシャル機
関東6県JAのみの特別キャンペーン
お求めやすい価格でご提供します!



●特設コーナー●

中古農業機械
管理機実演
ドローン
自動車
肥料・農薬相談
農作業事故VR体験



お問い合わせ 勝浦市・大多喜町の方→第一農機整備工場 ☎70-6121
いすみ市・御宿町の方→第二農機整備工場 ☎86-6200

ベランダでも育てられる おんなのコンテオ菜園

写真・文：園芸研究家 淡野一郎

ピーマン

植え付けは地温15度以上で
霜が降りる頃まで長く収穫できる

ピーマンの栽培方法

① 種まき

128穴サイズセルトレーに、育苗用の土を入れて深さ10mmのまき穴を開け、2、3粒ずつ種をまく。覆土し(写真1)、表面をならしたら、しっかり水やりする。出芽までは地温30度を維持する。10日ほどで出芽がそろったら地温は25度にして、日中は30度を超えないようにする。本葉1、2枚の頃に1穴1株になるように間引く。



② 植え替え

本葉2枚(種まき後約30日)で直径9cmのポリ鉢へ植え替える。このとき、1鉢に肥料(ⅠB化成)1粒を苗に触れないところに施す。さらに20日ほどで直径12cmのポリ鉢へ植え替え(写真2)、ⅠB化成2粒を同様に施す。



③ 植え付け

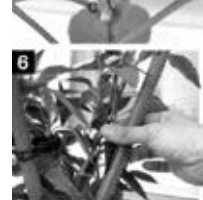
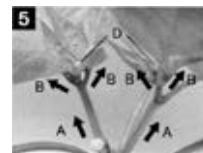
つぼみが膨らみ始めたら風のない晴れた日に植え付ける。直径39cmのポリ鉢に培養土を入れ、中心に深さ15cmの植穴を開ける。穴へⅠB化成約163gを施し、根と肥料が触れないように土を少し入れ、苗を植える。仮支柱を挿してひもで誘引し(写真3)、水やりする。



ポイント 5月中は保温と防風のために苗の周囲に支柱を4本立て、底を切り抜いたビニール袋で囲み、洗濯ばさみでとめて「あんどん」を作ると効果的(写真4)。

④ 支柱立て・枝整理・摘花

トウガラシの仲間は最初の花芽(C)が付くと、そこで2、3本に枝分かれして(A)、次の葉のところでも花芽が付いて同じように枝分かれする(写真5)。2番花(D)の咲く頃、長さ150cmの支柱をななめに2、3本立てて枝を誘引する(写真6)。誘引する茎以外の枝は放任するか、2、3果つけて摘芯する。



ポイント 1番花(果)やその下のわき芽は早めに摘み取り草勢を高める。わき芽は通気や採光を確保し、病害虫の発生を抑えるため早めに取り除く(写真6)。

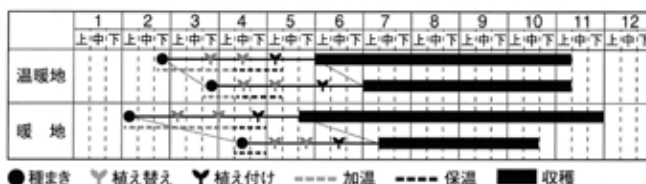
⑤ 収穫

開花後15～25日で収穫する。はさみを使ってへた部分を切り取る(写真7)。



ポイント 植え付け後60日ほどで化成肥料(NPK各成分8-8-8)約20gを施し、水やりする。以後は2週間おきに同量を施す。

栽培カレンダー



数独

出題：ニコリ

Q 二重枠に入った数字の合計はいくつ？

ルール

- 空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
- タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロックのいずれにも、1から9までの数字が1つずつ入ります。

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

1月号の答え 14

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

◆問題の答えは来月号で

3



おひつじ座
3/21～4/19

全体運
健康運

気を引き締めて。途中で中断することになっても慌てないように。落ち着いて対処すれば切り抜けられます。

健康運 血行を良くする運動を。ふくらはぎをもむのも◎

幸運の食べ物 カリフラワー



シェフお墨付き 甘味あるナバナ



ある暮らし



いすみ市神置
みねやの里の皆さん

週3日間、10人前後の人数で食用ナバナを収穫する皆さん。農事組合法人みねやの里（代表…矢澤喜久雄さん）に加入する農家で、3月下旬まで、ナバナの収穫・出荷をしています。

1・1ヘクタールの広いナバナ畑を管理する同組合。出荷先は主にJAで、最盛期の1〜2月頃は、1日当たり約30ケース（1ケース4キ



うし座
4/20~5/20



無理は禁物。できることをきちんと続けることが大事です。友人のアドバイスに耳を傾けて。下旬の交流にツキ。
冷えは大敵。暖かい衣類やカイロを身に着けて。

幸運の食べ物 ナバナ



みねやの里で代表を務める矢澤さん。「ナバナ担当の組合員がしっかりと栽培してくれたおかげで、とても良質で美味しいナバナを出荷できている」と、感謝の気持ちを話します。



収穫したナバナはすぐに箱詰め。新鮮なうちにJAに出荷し、その後各地のスーパーや八百屋に並びます。



みねやの里のナバナ畑で収穫をする平山さん。JA組合員組織の「JAいすみナバナ出荷組合」では、今年度から組合長を務めています。

口)を出荷します。他にも直売所や、地元のレストランにも直販しています。

「『このナバナは甘味があるから良い』と、地元レストランのシェフが買いに来てくれるんだ」と嬉しそうに話すのは、組合員の一人の平山勲さん。ナバナの栽培は、平山さんを含めた3人の組合員がメインで担当しています。食材のプロも絶賛する美味しさは、平山さんたちの努力の賜物です。

美味しさの秘密は、有機肥料とたい肥を重視した栽培法です。平山さんは「10アル当たり、牛ふんたい肥を4トン入れている」と話します。シェフお墨付きの味を引き出すためにも、肥料の管理には一層気合いが入るそうです。

また、ナバナは適期の収穫も味を決めるうえで重要です。平山さんは「花が咲くと苦味が強くなってしまう。つぼみの状態で遅れずに収穫することが大事なんだ」と話します。そのため収穫期はできるだけ多い人数で、スピード勝負で臨みます。適期の収穫ができるのは組合員みんなの力があってこそで、その結束の力がナバナの美味しさに表れています。

収穫期にはナバナの摘み取りイベントを受け入れることもある同組合。平山さんは「ナバナをどうやって食べるのか知らない消費者も多い。摘み取りなどを通じて、家庭でも積極的に使ってもらえるようにアピールしたい」と力を込めます。家庭でも作りやすい料理は、おひたしやからし和えとのこと。「すぐに火が通るので調理は簡単。ゆですぎに気を付けて色々使ってみてほしい」と笑顔で話していました。

たくさんの方にナバナを美味しく食べてほしいと、思いを一つに取り組みむみねやの里の皆さんです。

被災しても自宅で過ごすために……

安心
安全

おうち防災

災害はいつ起きるか分かりません。もしものとき、自宅で安全に過ごせたら……。

いつもの暮らしをほんの少し見直すだけで大丈夫。

家族みんなが安心して過ごせる住まいを目指しましょう。

**自宅が安全なら
日常に近い環境で
過ごせます**



プライバシーが守られる

着替えや授乳、就寝など、
周囲を気にせずリラックスできます。



ペットと一緒に過ごせる

避難所での生活でストレスが
たまるのはペットも同じです。



**好みにあった
備蓄品で生活できる**

料理の好みやアレルギーなど、
家族に合わせた食事を提供できます。

突っ張り棒

家具と天井の隙間に設置します。
※天井に強度が必要です。

飛び出し防止器具

留め具を付けて戸棚の扉が
開かないようにします。

L字金具

家具と壁をボルトなどで
固定します。
※壁に強度が必要です。

感電ブレーカー

揺れを感知すると自動的
に電気の供給を遮断し、
電気火災を防ぎます。

ガラス飛散防止フィルム

窓ガラスや扉のある家具に
張り、割れたガラスが飛び
散らないようにします。

粘着マット

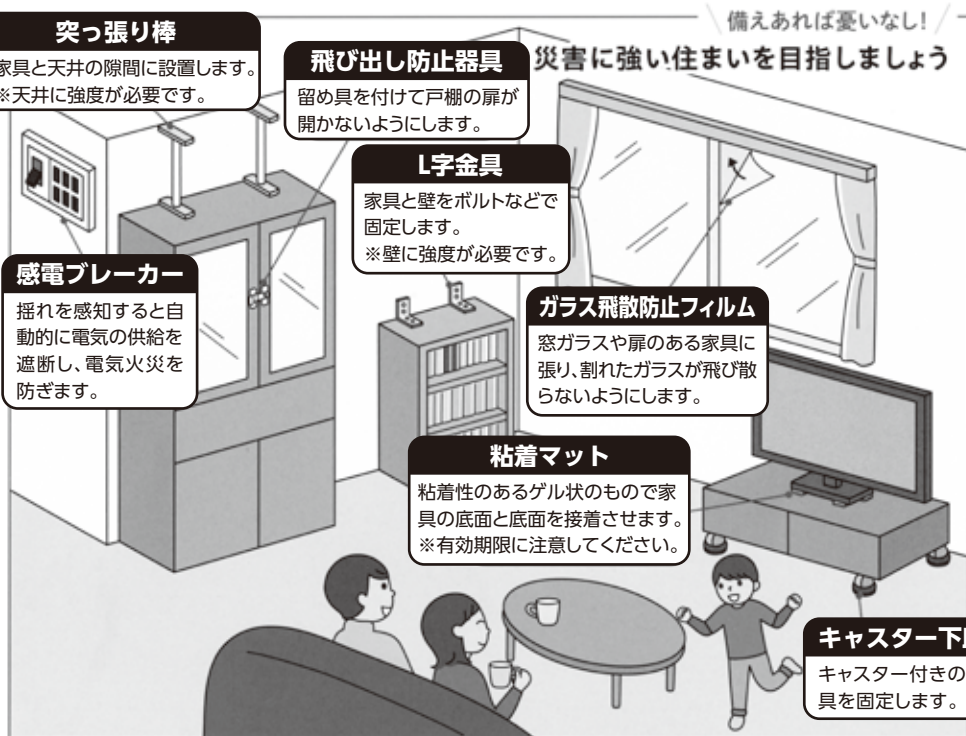
粘着性のあるゲル状のもので家
具の底面と底面を接着させます。
※有効期限に注意してください。

キャスター下皿

キャスター付きの家
具を固定します。

備えあれば憂いなし!

災害に強い住まいを目指しましょう

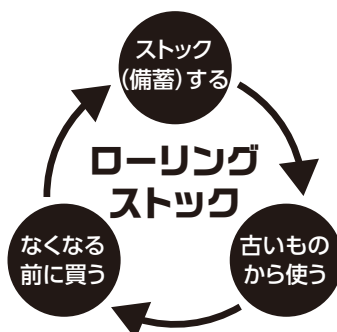


なくなる前に買うのがポイント

食料品・生活必需品の日常備蓄

日常備蓄はローリングストックで

普段から食べている・使っている食料品や生活必需品は、少し多めに買ってストックしておく「日常備蓄」をおすすめします。「買って・ストックして・使う」ことを繰り返すローリングストックなら、賞味期限切れの心配もありません。



伝統食品をローリングストックに取り入れよう

冷蔵庫のなかった時代は、常温で保存の効く食品は日常生活の必需品でした。昔ながらの伝統食品は災害時にも大活躍してくれます。

高野豆腐



災害時に不足しがちなタンパク質やカルシウムなどの良質な栄養素もたっぷり含まれています。

煮干し



水を入れたポリ袋で戻せばいつでも食べられます。缶詰のホタテやツナを入れるといいかもアップ。

切り干し大根



ポン酢をかけるだけでおいしいおかずの出来上がり。おやつ代わりにそのままバリバリ食べてもおいしいです。



かに座
6/22~7/22

全体運
健康運

外野がうるさそうですが、それもあなたを思っていること。広い気持ちで受け止めて。運勢は下旬から大きく上昇。無理はしないで体力を温存して。しょうが湯も吉。

幸運の食べ物 レンコン

日常備蓄は最低3日分、できれば1週間分の備えを

いざというときに慌てないために
チェックリストを作っておきましょう

家族の年齢やライフスタイル、住宅環境によって必要なものや優先順位は異なります。特に医療品は命に関わる場合もあるので日頃から準備しておきましょう。地域の防災計画、気象・地形条件など、リスクに応じて項目を追加・修正してご活用ください。

チェックリスト(一例)

太字=重要備蓄品

飲料水・食料品

- ☐ 飲料水 **1日1人3L×家族の人数 (3日~1週間)**
- ☐ 食料品缶詰・レトルト食品・フリーズドライ食品など

日用品

- ☐ トイレトペーパー ☐ ウェットティッシュ ☐ **非常用トイレ**
- ☐ ポリ袋 ☐ 水のいらないシャンプー ☐ 歯磨き粉
- ☐ 生理用品 ☐ 救急セット・常備薬 ☐ カイロ ☐ ラップ
- ☐ **カセットコンロ・ボンベ** ☐ **モバイルバッテリー**

乳幼児のいる家庭

- ☐ 紙おむつ ☐ お尻ふき ☐ おやつ ☐ 哺乳瓶
- ☐ 哺乳瓶消毒グッズ ☐ 粉ミルク・液体ミルク ☐ 離乳食

要介護者のいる家庭

- ☐ 介護食 ☐ 大人用紙おむつ ☐ 補助具など

ペットのいる家庭

- ☐ ペットフード ☐ ペット用トイレシート ☐ ゲージ

特に重要な4アイテム



飲料水

飲用だけでなく調理などにも利用できます。



カセットコンロ

停電やガスが止まっても温かい料理を食べられます。



モバイルバッテリー

災害時に停電が起きてスマホ・スマートフォンなどを充電できます。

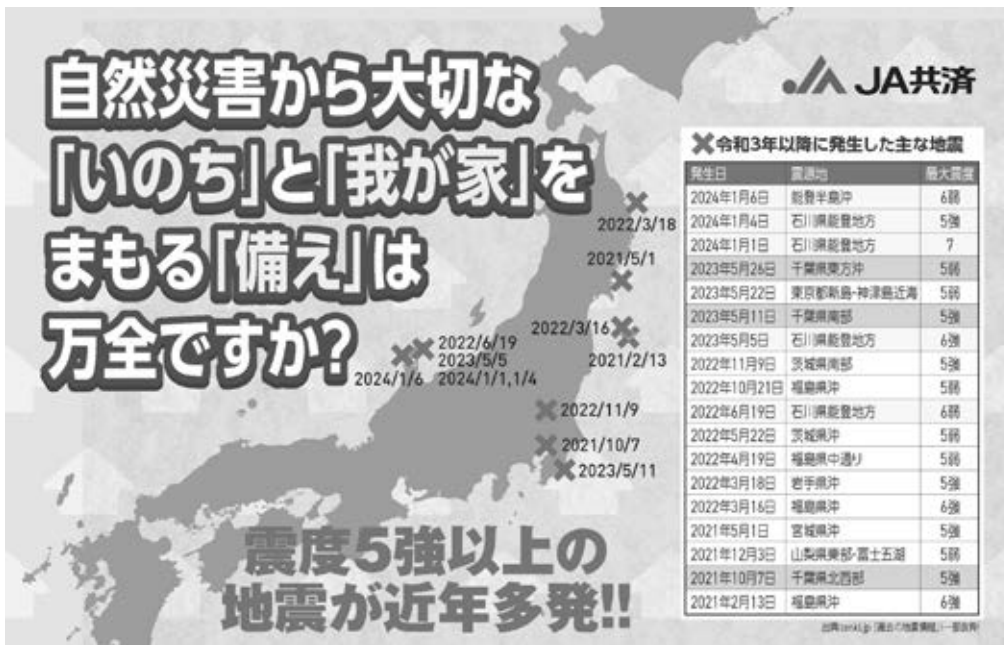


非常用トイレ

1人1日5回×3日分を用意しておきましょう。

POINT 家族の好物をストック「幸せ備蓄」

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なりますよ。



全国の震災で「JA共済」がお役に立っています。

建物更生共済の共済金支出状況

東日本大震災 (2011年3月)

全国合計	千葉県
684,882件	29,818件
9,377億円	268億円

能登半島地震 (2024年1月)

全国合計
122,674件
約1,513億円

福島県沖地震 (2022年3月)

全国合計
188,011件
約1,558億円

建物更生共済

むてきプラス

住宅以外にも

敷地内の建築物や家財を守る準備はできていますか?



NEW!

保障もれを防止

平成29年4月以降のご契約

カーポート・塀・フェンス・物置など、
もれなく自動保障します!

※初年度、新築または新築に伴う場合は、新築工事完了後に確認する必要があります。※新築工事については、別途特約の加入または、新築特約の加入が必要です。

※詳細は最寄りの支所またはライフアドバイザーにお問い合わせください。

12月18日

厳しく規格を守って出荷

ＪＡいすみ花き出荷組合は、夷隅選果場でスプレーストックの目ざろえ会を開き、生産者とＪＡ担当者の10人が参加しました。

生産者は当日に出荷された箱を開け、「秀」「優」「良」の等級ごとに区分の基準を話し合いました。さらに、丈の長さを測ったり、花びらの状態を見たりして念入りに確認。「花びらにボリュームがあり、状態は良好だ」と手ごたえを掴んでいました。

同組合のスプレーストックは規格厳守の徹底により、市場から「どの箱を開けても確かな品質」と好評の品です。毎年1月上旬から3月中旬にかけて出荷します。



花の
ボリュームを
確認

出荷箱を開けてチェック



長さをしっかり
測ります

12月9日

24期生が卒業

卒業おめでとう
ございます



卒業証書を受け取る卒業生



記念品を手渡す坂間部長（左）

最後の講座は
テーブルマナー



乾杯!



卒業式の前は、第12回講座「テーブルマナー」を行い、フランス式のテーブルマナーを実践しました

女性部は東急ハーヴェストクラブ勝浦で短期大学の卒業式を開き、全12回の講座を終えた24期生を送り出しました。

24期生は見事11人全員が卒業し、そのうち6人は皆勤賞を受賞しました。卒業生は料理や手芸などの講座を振り返り「学んだことを胸に、地域で活躍していきたい」と笑顔で話していました。

女性部の坂間範子部長は「この経験を活かし、地元で女性部の輪を広げてほしい」とエールを送りました。

卒業生は1期から24期生で合わせて393人となりました。

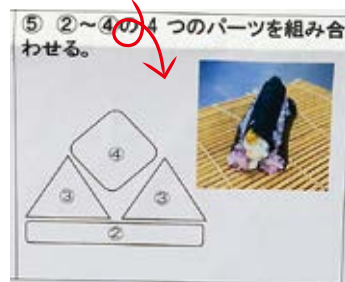
みんなで収穫した米を 太巻き寿司に



今回は、児童の一人が考えたタケノコの絵柄の太巻き寿司を作りました。上手に仕上げるポイントとは、四角形の細巻きをき

れいに作ることです。児童は「意外と難しいな」と苦戦していましたが、何度も繰り返すうちにみるみる上達。最後に太巻きの断面を見ると「きれいにできた」と喜びいっぱいでした。使った米は稲作体験で収穫した「コシヒカリ」で、児童はその美味しさにニコニコ顔。「実際に稲作をして、身をもって農家の苦労を感じた」「給食のご飯を一粒残らずようようになった」と話していました。

中の細巻きを
きれいに作るのがコツ!



12月12日

収穫の喜び、 太巻きに



目標達成を誓う



今年度の目標を紙に書きました

LAは「全てのご契約者様に役立つ情報を提供するとともに、子世代・孫世代への接点強化にも取り組んでいく」と決意表明。高地孝夫組合長は「近年は大きな地震・津波の被害が各地で発生している。お客様の安心を守るためにも尽力してほしい」と呼び掛けていました。

JAは、本所でLA（ライフアドバイザー）の進発式を行い、LA13人が目標の達成を誓いました。LAはJA共済による「ひと・いえ・くるま・農業」の総合保障を地域に広めることで、お客様の安全・安心な生活をサポートしています。進発式では、今年度もさらに保障を拡充していくために、お客様一人ひとりに合わせた保障を提案していくことを申し合わせました。

だるまに入瞳



1月8日

総合保障の拡充へ

農地の貸借方法が変わりました

法律の改正により、市町村では地域の話し合いにより地域計画を作成しています。地域計画は、将来、どの担い手がどの農地を耕作するか定めており、農地中間管理機構を経由した農地の貸借については、令和7年4月以降、この地域計画に基づき行われることになりました。

なお、従来の農地法第3条による農地の貸借はできますが、市町村が作成する農用地利用集積計画による農地の貸借はできなくなりました。

地域計画の有無に関わらず、まずは農地のある市町村にご相談ください。機構が市町村と協力して貸借手続きを行います。また、賃料の徴収、支払いは原則機構が行います。

一定の要件を満たした地域に協力金が支払われます

地域の農地の一定割合を機構に貸す場合は地域集積協力金が、機構からの農地の貸し付け等により、農地の集約化に取り組む場合は集約化奨励金が、市町村を通じて地域に対して交付されます。

農地中間管理事業の制度に関することは、千葉県園芸協会農地部（☎043-223-3011）までお問い合わせください。

ゴボウは食物繊維が豊富でカリウムも多い健康野菜です。高温性で、発芽適温は20〜25度、生育適温は20〜30度ですが、生長したゴボウは寒さにも強いですが、長く真つすな根を作るためには、下層まで土粒の細かい畑が適しています。春まき冬取りと秋まき夏取りができますが、春まきの方が栽培しやすいです。

【品種】根長が70〜80cmになる長根種の「山田早生」（各社）、「柳川理想」（柳川採種研究会）などが一般的ですが、家庭菜園には30〜50cmの短根種がおすすです。短根種の「サラダむすめ」（タキイ種苗）、「ダイエット」（サカタのタネ）はサラダにも向いています。

【畑の準備】ゴボウは根が深いので、畑をあらかじめ50〜70cmほど深く耕しておきます。種まきの1カ月前に、1平方m当たりたい肥1kgと苦土石灰100g、1週間前に化成肥料（NPK各成分10%）100gを施し、深さ30cm程度まで耕します。次にベツド幅を30cm程度取り、高さ10cm程度の畝（耕土の浅い畑では高さ20〜30cmの高畝）を作り、中央に園芸用支柱などを押し付け、深さ1cm程度のまき溝を作ります（図1）。

【種まき】種皮に発芽抑制物質があるため、水に一晚浸しておきます。まき溝に約2cm間隔で種をまきます。好光性種子のため土は薄くかけ、鎮圧します。発芽まで約2週間かかるため、その間土を乾かさなことが大切です。発芽促

図1 種まき

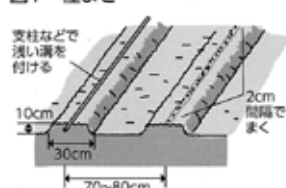


図2 間引き

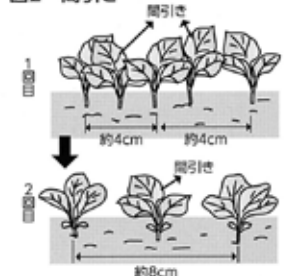
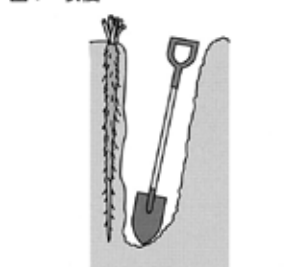


図3 追肥



図4 収穫



【収穫】春まきの若ゴボウは、直径が約1cmになる頃から掘り取ります。普通のゴボウは直径約2cmが目安で、発芽から収穫までは短根種で3カ月、長根種で4、5カ月程度です。収穫は、まず葉柄を5〜10cm残して茎葉を刈り取り、スコップで株の片側を深く掘って、根を露出させてから引き抜きます（図4）。冬には霜で茎葉は枯れますが、長根種は越冬し2月ごろまで収穫できます。

【間引き】本葉1枚で株間が約4cm間隔になるように間引き、2回目は本葉3、4枚で株間が約8cm間隔になるように間引きします（図2）。

【追肥】1回目は株定後、化成肥料を畝の両側に合計で1m当たり20〜30g、2回目は本葉8、9枚の頃に50g施します。いずれも、追肥後は除草を兼ねて中耕・土寄せしておきます（図3）。

【病害虫防除】病害虫を出さないようにするには、連作をしない、未熟な肥料を使わない、周辺を除草することが基本です。なお、ゴボウはセンチュウ被害を受けやすいので、前作のキュウリやニンジンなどにセンチュウ被害があった畑では栽培を避けましょう。

ゴボウ 畑を深く耕し長い根を作る



園芸研究家 ■成松次郎

委託販売数量（俵） もち米（A） 611.0

単位：円（税込）

収入項目	適用	金額	俵単価/60kg
販売代金	米穀の販売代金	10,984,056	17,977
その他	前年繰越金等		0
収入計（B）		10,984,056	

支出項目	適用	金額	俵単価/60kg
概算金	支払概算金	10,073,669	16,487
流通・保管等に係る経費			
出庫料		24,440	40
保管料		264,754	433
概算金金利等	概算金の金利（非課税）	48,728	80
運賃	販売に伴う輸送料金	0	
その他		0	
事故処理経費	事故処理に関する経費	0	
手数料			
JA手数料		537,680	880
生産・集荷・販売等に係る経費			
広告宣伝費	千葉県産米広告・宣伝対策費	4,315	7
担い手対策費	大口奨励金	0	
その他		0	
総支出計（C）		10,953,586	17,927
7年産繰越金（D）=（B）-（C）		30,470	

委託販売数量（俵） うるち米（A） 55,136.5

収入項目	適用	金額	俵単価/60kg
販売代金	米穀の販売代金	1,288,839,817	23,375
その他	前年繰越金等	0	0
収入計（B）		1,288,839,817	

支出項目	適用	金額	俵単価/60kg
概算金	支払概算金	1,200,390,274	21,771
流通・保管等に係る経費			
出庫料		2,205,460	40
保管料		25,640,736	465
概算金金利等	概算金の金利（非課税）	7,283,301	132
運賃	販売に伴う輸送料金	255,042	5
その他		0	
事故処理経費	事故処理に関する経費	0	
手数料			
JA手数料		48,520,120	880
生産・集荷・販売等に係る経費			
広告宣伝費	千葉県産米広告・宣伝対策費	389,358	7
担い手対策費	大口奨励金	3,790,175	69
その他		0	
総支出計（C）		1,288,474,466	23,369
7年産繰越金（D）=（B）-（C）		365,351	

令和6年産米にかかる販売代金・経費等の結果を左記の通りお知らせします。

令和6年産米 共同計算結果

JAいすみ 稲作講習会

日時 2月4日(水) 18:00~19:30
会場 夷隅文化会館（いすみ市深谷1968-1）

気候変動に負けない稲作を！

予約不要

①令和7年産米の作柄について

昨年の課題を再確認し、今年への対応策につなげましょう。

②品種切替の注意点

作付け品種を変更した場合、こぼれたもみからの混種防止対策

③育苗時の保温資材を見直してみましょう

【お問い合わせ】JAいすみ営農指導販売課 ☎86-3715

講師

夷隅農業事務所
全農ちば
岩谷マテリアル株式会社



お子様の写真を募集中

広報「いすみ」の裏面に思い出の1枚を載せませんか？

掲載対象はいすみ市、勝浦市、大多喜町、御宿町に住む0～12歳頃のお子様です。

写真の応募方法

①お子様の氏名(ふりがな)②性別③生年月日④ご両親の氏名⑤住所⑥電話番号⑦お子様の好きな遊びや頑張っていることなどをご記入のうえ、写真(1年以内に撮影した写真。郵送の場合は現像したもの)を添えて下記までご応募ください。

郵送の場合

〒298-0112

いすみ市国府台1515-1

J A いすみ 総務部企画管理課

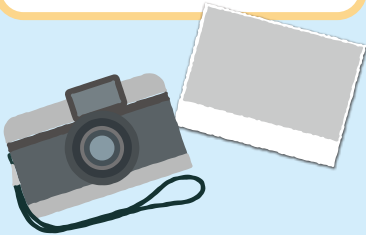
※写真は広報誌への掲載後にお返しします。

Eメールの場合

アドレス：kouhou@jaisumi.or.jp

広報担当による撮影をご希望の場合

企画管理課 広報担当(☎86-3713)までお電話ください。



勝浦小学校 6年

ひら まつ

平松

はる ね

遙音さん

私の夢は、看護師になることです。辛いときに寄り添ってくれたことがあるからです。
看護を通して苦しんでいる人を笑顔にしたいです。

ぼくの夢、
わたしの夢



愛デアキッチン

材料(作りやすい分量)

豚バラ薄切り肉……10枚 片栗粉……適量

A { 酒、みりん、砂糖……各大さじ1
しょうゆ……大さじ2 おろしにんにく……小さじ1/2
水……100～150ml程度 白ごま……少々

作り方

- ①豚バラ肉を縦長に1枚ずつ広げ、片栗粉を薄く振りかけます。空気が入らないように端から巻き、軽く手で握ります。
- ②油を熱したフライパンに、巻き終わりを下にして①を置き、焼きます。
- ③色が付いたらAを入れ、落としぶたをして7、8分煮たら完成です。



豚バラチャーシュー



女性部浪花支部
石井 順子さん

調味料はすき焼きのたれで代用してもOK。
簡単なうえ、
美味しいです。



やぎ座

12/22～1/19

全体運

美術展やコンサートへ。動画で鑑賞するのもおすすめです。入浴剤や柔軟剤は香りにこだわって。心豊かに過ごせます。

健康運

健康は食事から。バランスの良いメニューを。

幸運の食べ物 クワイ

作品 コーナー

大迫力!



「鬼、現る」
大多喜町小沢又 米本 陽子さん

グリーンスパいすみの照明が 新しくなりました!



Before

店内が
明るく
なりました



After

照明をLEDに変えたことで店内が明るくなり、より
親しみやすく、買い物しやすい直売所になりました。
ぜひ買い物にお越しください!

グリーンスパいすみについては裏表紙をご覧ください。

作品コーナーに載せる 「身近な写真」「絵(絵はがきなど)」を 募集しています

①お名前②ご住所③ご連絡先を明記の上、作
品を添えて毎月10日(土日祝の場合は前営業
日)までに郵送またはEメールでご応募くだ
さい。

※作品にタイトルがある場合は併せてご記入ください。

郵送の場合

〒298-0112

いすみ市国府台1515-1

J A いすみ 総務部企画管理課

「作品コーナー」係

Eメールの場合

アドレス: kouhou@jaisumi.or.jp

※メールに「作品コーナー応募」と記載し、
画像データを添付してください。

●ご応募いただいた作品はお返しできません。●1回の
応募につき、おひとり様1作品でお願いいたします。●
応募多数の場合は抽選となり、掲載できない作品がござ
います。●印刷の都合上、掲載時は色合いが実物と異な
る可能性があります。予めご了承ください。

かわいいかぞく

お庭で過ごす
のが好きなの

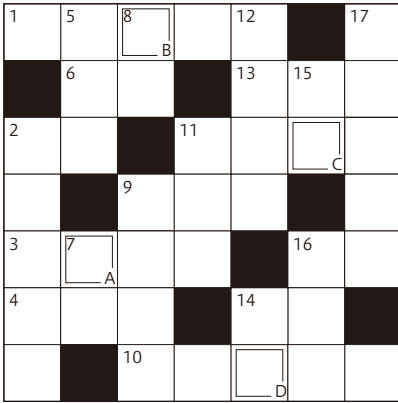
ひめちゃん

飼い主: 仲佐 眞理子さん
(いすみ市大原)



ぽかぽかとした日差しが当たる庭で、のんびり日向ぼっこをす
る柴犬のひめちゃん。いつもお気に入りの犬小屋に寄りかかり、
昼寝をしています。夜には家の中に入れてもらい、毛布にくるまっ
て眠ります。朝にご主人が起きこしても、眠そうな顔をしてなか
なか毛布から出てきません。大好物は犬用おやつ全般。散歩の時間
は、可愛がってくれるご近所さんからおやつをもらうのを楽しみ
にしています。散歩が大好きなひめちゃんだけど、ご主
人が「そろそろ帰ろう」と言うと、素直に家に向かうお利口さん。みんなに愛されるひめち
ゃんです。

Q 二重マスの文字をA～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



ヨコのカギ

- 1 節分にまるかぶりします
- 2 働き者のイメージがある昆虫
- 3 羽根つきに使う道具
- 4 保育園の——に手編みの帽子を出品した
- 6 張り上げたりひそめたり
- 9 強い風に雪が舞います
- 10 作業機をけん引してさまざまな農作業をこなします
- 11 金太郎が担いでいるもの
- 13 ドアをコン、コン
- 14 魚へんに付と書く魚
- 16 寒いところやすくなる人もいます

タテのカギ

2 東京にある、昔は電気街、今はポップカルチャーの街

5 はたきで払うもの

7 い草などで編んだ敷物

8 天井や空がある方向

9 長さの単位のひとつ。記号はft

11 眠くなると下がってきます

12 外湯めぐりで知られる兵庫県北部の温泉地

14 鬼は外、——は内

16 日本刀の手で握る部分

17 すべての忘却の——だ

チヨコレートケーキの——をスマホで調べた

★応募方法★

クロスワードパズルを解き、このページ右下の必要事項をご記入の上、応募締切日までにハガキ、FAX、Eメールのいずれかでお送りください（ハガキやFAXの場合は、右下の応募用紙を利用すると便利です）。正解者の中から抽選で5人の方に「変身！2スタイル収納ホルダー」をプレゼントいたします。

※本誌への投稿・応募に際して取得した個人情報（「個人情報保護法」に基づき、掲載目的（プレゼントの当選等）以外には、無許可では一切掲載いたしません）

●ハガキ（当日消印有効）
〒298-0112
いすみ市国府台1515-1
JAいすみ総務部企画管理課 宛

●FAX 0470-86-3204

●Eメール kouhou@jaisumi.or.jp

【当選者プレゼント】

変身！2スタイル収納ホルダー



応募締切 2月10日(火)

1月号の答え

ABCDE
サンガニチ

ソ	ウ	ニ	ム	カ	デ
ド	ク	ハ	サ	ン	
ア	ン	ミ	オ	ク	リ
ワ	ウ	ガ	イ	ユ	ウ
ダ	テ	マ	キ	コ	ウ
テ	ン	コ	フ	タ	
キ	キ	テ	エ	ア	

当選後、各支所職員から景品をお届けします。

1月号当選者

（順不同・敬称略）

吉田 清子
（いすみ市）

関 幸子
（いすみ市）

鈴木 さえ子
（いすみ市）

畔田 優
（勝浦市）

野村 嬌子
（大多喜町）

メールボックス



表紙のお馬さんが可愛くて、会に行ってみたんです。

勝浦市 A・Mさん

牛はよく見かけますが、岬町に馬がいるとは驚きです。白馬の王子様ならぬお姫様。一度お目にかかりたいものです。

いすみ市 Y・Eさん

表紙のお馬さんに癒やされました。きつとウマくいきます。

いすみ市 K・Tさん

ハルウララの記事、楽しかったです！

いすみ市 S・Sさん

いつも悩める食事の献立。「愛・アキッチン」で変化を楽しめます。

いすみ市 K・Yさん

トマトの栽培法が良かったです。今年は挑戦します。

大多喜町 K・Nさん

※コメントは、先月号に対して寄せられたご感想・ご意見などです。

●クロスワードパズルの答え

●ご住所 〒

●お名前（ふりがな）

（ 歳）

（男・女）

●電話番号

●JAや広報誌に対するご意見、ご要望、ご感想など（必ずお書きください）

JAいすみ旅行センター

金額は、おとな1名さま代金です。

おすすめ個人旅行

《2/1～出発（除外日あり）》

※こちらに掲載の施設以外にもございます。
詳しくはお問合せください。

ひとり旅 応援商品

＜各商品、特典付き＞パンフレットをご用意してます

★露天風呂付客室で、心ほどける ～箱根の名湯ひとり占め～

小涌谷温泉

【宿泊施設】水の音（みずのと）

【旅行代金】40,000円～42,000円（1泊朝食付）

★自分にご褒美！旬の会席と名湯に癒されるひとときを

鬼怒川温泉

【宿泊施設】鬼怒川温泉 山楽（さんらく）

【旅行代金】50,200円～63,900円（1泊朝食付）

★貸切露天風呂をご堪能！ひとり旅にやさしい宿

下呂温泉

【宿泊施設】紗々羅（ささら）

【旅行代金】40,800円（1泊朝食付）

お祝い旅

特別な
おもてなし付！・長寿祝いのちゃんちゃんこをご用意
・ラウンジサービスご利用OK

★大切な記念を大切な人と過ごす

全室オーシャンビュー！贅沢な伊豆時間

【宿泊施設】稲取銀水荘

【旅行代金】28,200円～40,200円（2～5名1室/1泊朝食付）

JAいすみ旅行センター ☎86-3211

令和8年度

定期人事異動【1月1日付】

（順不同）

氏 名	新 任	旧 任
齋藤 華代	総務部 次長（総務課長兼務・部長待遇）（嘱託職員）	総務部 次長（総務課長兼務・部長待遇）
大鐘 茂明	審査部 部長（審査課長兼務）（嘱託職員）	審査部 部長（審査課長兼務）
佐藤 遥菜	共済部 普及課 ライフアドバイザー	大多喜基幹支所（金融担当）
山内 竜也	共済部 普及課 ライフアドバイザー	大原基幹支所（金融担当）
宮崎 亜美	共済部 保全課	共済部普及課 ライフアドバイザー
中村 悦子	経済部 生産生活購買課 第二課長（嘱託職員）	経済部 生産生活購買課 第二課長
石井つぐみ	経済部 燃料センター 黒原ガス事業所（見習い）	経済部 生産生活購買課（見習い）
丸 孝子	勝浦基幹支所 支所長代理（金融担当）（嘱託職員）	夷隅基幹支所 支所長代理
須金 昭夫	大多喜基幹支所 支所長（部長待遇）（嘱託職員）	夷隅基幹支所 支所長（部長待遇）
前田由紀子	大多喜基幹支所 支所長代理（金融担当）	勝浦基幹支所 支所長代理（金融担当）
箱守ともみ	大多喜基幹支所（金融担当）	経済部 福祉センター
草間 華花	大原基幹支所（金融担当）	共済部 保全課
枝川万利子	夷隅基幹支所 支所長（部長待遇）	大多喜基幹支所 支所長（部長待遇）
江本 昇	夷隅基幹支所 支所長代理（金融担当）	大多喜基幹支所 支所長代理（金融担当）
大竹 智裕	夷隅基幹支所（金融担当）	岬基幹支所（金融担当）
天羽萬寿雄	岬基幹支所 支所長（部長待遇）（嘱託職員）	岬基幹支所 支所長（部長待遇）
田村 彰規	岬基幹支所（金融担当）	共済部普及課 ライフアドバイザー

JA集団健診・巡回人間ドックを実施します

健診日	会 場		受 付 時 間
	午前	午後	
3月18日（水）	大多喜町農村コミュニティセンター （大多喜町三条440-1）		午前の受付 9:00～11:00（人間ドックのみ） 午後の受付 13:00～14:30
3月19日（木）	勝浦地区購買店舗 （勝浦市植野489-1）		午前 9:00～11:00

基本検査料金（集団健診は本来11,500円、人間ドックは本来30,000円ですが、JAが助成しています）

集団健診 9,400円

巡回人間ドック 23,500円⇒生命共済（3,000万円以上）加入者で35歳以上の方

27,900円⇒生命共済未加入者または35歳未満の方

希望検査料金（別料金） 骨粗しょう症検査 2,100円 動脈硬化度検査 2,700円

喀痰細胞診検査 2,100円 ABC（胃がんリスク）検査 3,200円

前立腺特異抗原検査 1,600円 甲状腺機能検査 3,200円

抗CCP抗体検査 2,300円 心不全リスク検査 2,100円

骨粗しょう症＋ビタミンD 3,600円 アレルギー 39項目検査 8,800円

新型コロナウイルス抗体検査 5,000円 ROMA値（卵巣がん検査） 4,400円

集団健診のみ B型肝炎検査 1,000円 C型肝炎検査 2,000円

2月10日（火）までに

下記までお申し込みください。

生産生活購買課 ☎86-6566

勝浦支所 ☎77-0111

勝浦地区購買店舗 ☎76-0831

大多喜支所 ☎82-2421

大多喜地区購買店舗 ☎84-0648

理事会報告

- ◇12月の定例理事会が、25日に本所で開かれ、次の13議案を審議し、全案可決・承認されました。
- ① 令和7年度決算方針の承認について
- ② 固定資産の減損処理について
- ③ 内部統制システム基本方針の見直しの要否について
- ④ 情報セキュリティ基本規程の改定について
- ⑤ 子会社管理規程の一部変更について
- ⑥ 農林中央金庫への増資について
- ⑦ 令和8年度余裕金運用方針・方法及び運用限度額の設定について
- ⑧ 出資口数の減少について
- ⑨ 令和8年度内部監査計画の承認について
- ⑩ 子会社の令和8年度事業計画について
- ⑪ 理事に対する信用供与について
- ⑫ 令和7年度産米概算金の変更にらびに追加払いについて
- ⑬ 勝浦ライスセンター乾燥機の更新について



縄を編み、ウラジロ、ユズリハ、ダイダイを付けます

大多喜町立西小学校の5年生6人は12月19日、稲作体験で収穫した稲のわらを使って正月飾りの制作に挑戦しました。

先生を務めたのは、地元の「地域ぐるみ老川地区社会福祉協議会」です。児童は、複雑なわらの編み方に最初は慣れない様子でしたが、教わりながら一生懸命に取り組み、作業の速さはだんだん速くなっていきました。1個作り終える頃にはすっかりコツを覚え、その上達ぶりに先生も「とても上手!」と驚きの表情。1時間30分ほどで正月飾りを2個作り上げました。

同会の黒川政治会長は「これを機に、正月飾りを次世代につなげてもらえたら嬉しい」とニコリ。児童は「最初は編むのが難しいと感じたけれど、素敵な正月飾りができて良かった。家族に見せて飾ろうと思う」と嬉しそうに話していました。

この行事は、同校の合併前から数えると50年以上にわたり続いています。



正月飾りを作って地域と交流

いこいの直売所

グリーンスパ便り

毎日
9:00~17:00
営業

12月21日 1年間の感謝を込めて

年末大感謝祭

グリーンスパいすみは年末大感謝祭を行いました。あいにくの雨でしたが500人以上のお客様でにぎわい、活気にあふれたイベントとなりました。特に人気だったのは、農家がわらで手作りした正月飾りや、もち米など旬の商品です。お客様は「正月飾りが一つひとつ凝っていてすごい」と、楽しそうに商品を見ていました。



嬉しい詰め放題



サンタさんを作ろう



にぎわう店内



揚げたてです! かりんとう饅頭



こだわりの逸品! 手作りの正月飾り



2月のミニ感謝祭は

8日(日)
22日(日)

毎月開催

グリーンスパいすみの出荷者募集中 詳しくは最寄りの支所まで

JAいすみ大原農産物直売所「グリーンスパいすみ」 いすみ市若山411 ☎60-9820