



ハートフル Heart Full

2024
冬号

2024.1.28発行 発行部数 50,550 配布エリア JA茨城みなみ管内(つくばみらい市・取手市・守谷市)
発行 JA茨城みなみ 〒300-1537 茨城県取手市毛有111 TEL 0297-63-2211 FAX 0297-63-2210 発行人 齊藤 繁 編集 企画総務部 総務課
URL <http://www.ja-ibami.or.jp/> e-mail jaibam@ja-ibami.or.jp

JA LETTERS vol.46

ハートで結ぶコミュニケーション



次回のあさのいちの予定

日時 2024年2月3日 9:00-11:00
会場 みらい平どんぐり公園

荒天やその他の都合で、中止の場合もございます。詳細は、下記、QRコードをご確認ください。

X (Twitter)

Instagram

●生産者紹介

つくばみらい4Hクラブは、つくばみらい市内の若手の農業後継者と新規就農者を中心に構成する農業青年クラブです。日本全体で農業離れが深刻さを増す中、農業を元気にしたいという想いから、日々それぞれの圃場で農業に取り組んでいます。現在、正会員が12人で活動しています。会員のほとんどが新規就農者ということから、互いに情報を共有しながら助け合い、切磋琢磨して活動しています。

同クラブは、毎月第1土曜日に、つくばみらい市紫峰ヶ丘にある、みらい平どんぐり公園で、つくばみらい市の協力のもと、「あさのい

つくばみらい4Hクラブ

ち」を開催しています。会員の畑や田んぼで収穫した新鮮な野菜やお米を持ち寄り、直接販売する他、市内企業やキッチンカーの出店、親子で楽しめるイベントやフリーマーケットを開催し、来場者に楽しんでもらえる場を提供しています。

クラブ代表の黒澤貴也さんは、「あさのいち」を通じて、新鮮で安心な野菜やお米を直接届けるだけでなく、「また来たよ 私たちが つながる朝」を合言葉に、地域の皆さんとの交流を大切にしていきたい」と話します。

4Hクラブの4つのHは、HEAD（頭脳）、HAND（技術）、HEART（心）、HEALTH（健康）の意味があります。日々、4つのHを互いに高めあいながら農業経営に取り組み、様々な交流や地域ボランティア活動を行っています。



● 農のよろこびを伝えたい ● 豊かな自然を残したい ● 心豊かな社会を育みたい

JAは、「1人が皆のために・皆が1人のために」という助け合いの精神を柱に、営農指導・販売・生活福祉・購買・信用・共済・生活事業など、地域に密着した事業を展開しています。そしてJAは、どなたでもご利用いただけます。



みんな応援!

日本の食卓を守る

国消国産



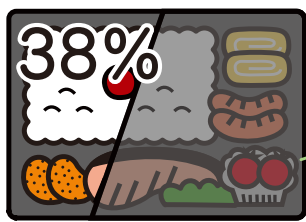
皆さんが毎日食べている「飯やおかず」が
半以下になってしまったらどうでしょう?

そう
ならない
ために

日本の中で食料を生み出す農家と、それを食べる皆さん
が力を合わせて目指すのが「国消国産」です。日本の食
卓を守るため、みんなで「国消国産」に挑戦しましょう。

監修: 東京大学大学院教授
鈴木宣弘

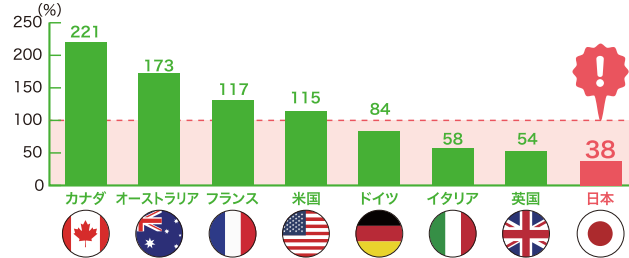
イラスト: ゆきたけし



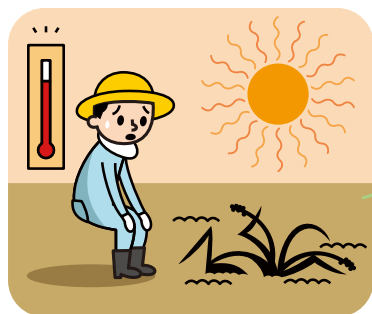
国の面積が広大なカナダや
オーストラリアでは国民が食
べる以上の食料を作ってい
ます。それに比べて日本は必
要な食料の38%しか作るこ
とができていません。

日本は食料の多くを外国に頼っている

食料自給率(カロリーベース)の比較

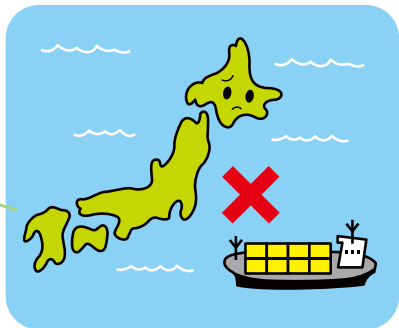


出典: 農林水産省(諸外国は2020年、日本は2022年度)



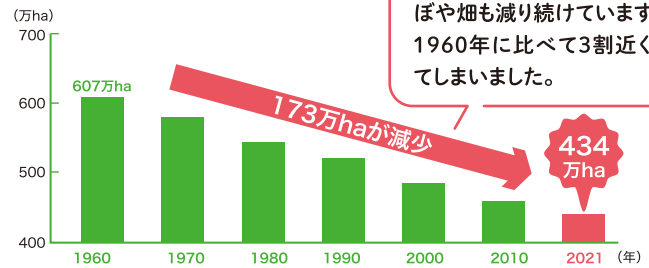
異常気象で気温がどん
どん上がり、世界中で農作
物に被害が出ています。

これからは、海外から食
料を買い求める必要があ
るかもしれません。



田んぼや畑が減って大ピンチ!

農地面積の推移



出典: 農林水産省「耕地及び作付面積統計」

農業で働く人だけでなく、田
んぼや畑も減り続けていま
す。1960年に比べて3割近く減
ってしまいました。

「国消国産」ってなに?
日本の中で食料を生み出す農家と、それを食べる皆さん
が力を合わせて目指すのが「国消国産」です。日本の食
卓を守るため、みんなで「国消国産」に挑戦しましょう。

「なぜ「国消国産」が必要なの?
「国消国産」が必要な理由を3つ紹介します。
(1) 日本では農業で生活してい
る人が毎年5万人以上減ってい
ます。しかも、農家の約70%が
65歳以上のお年寄りです。また、
この60年間で約173万haの田
んぼや畑が減っています。

(2) 世界的な異常気象で台風や
大雨、地震、津波などによる被
害が増えています。日本が多く
の食料を買っている米国、中国、
豪州、タイ、カナダなどでも、
自然が引き起こすさまざまな問
題によって農業にたくさんの被
害が出ています。そのため、外
国で作られた食べ物にばかり頼
ることはできなくなっています。

(3) 現在の世界の人口は約80億
人(2023年)ですが、20
30年までに約85億人になると
予想されています。でも今のと
ころ、その人たちが食べるのに
十分な農作物を作るのは難しい
とされています。日本がこのま
ま外国で作られた食料に頼り続
けていると、世界中の人たちが
食べる分を奪うことになってし
まうかもしれません。

こうした理由から、私たち日
本人が必要とする食料は、でき
るだけ国内で作ろうとする「国
消国産」の必要が高まっている
のです。

「国消国産」の考え方は、世界
の問題を話し合う国連(国際連
合)が発表した「持続可能な開
発目標SDGs(エスディージ
ー)」を成功させることにもつな
がります。これからも、この日
本という国がもたらす豊かな実
りが増えることのないように、
おいしい食事とその食卓を囲む
笑顔がいつまでも続くように、
国内で消費する食料はできるだ
けその国で生産する「国消国産」
について、ぜひ皆さんも家族や
友達と話し合ってみてください。

今、私たちにできることは?

JA茨城みなみ
大地の香り、食べる喜び届けます
農産物直売所

つくばみらい市上小目 223-2
TEL.0297-52-2020
*ご来店の際はエコバックをお持ちください

営業 9:30 ~ 17:00 定休日 毎週水曜

旬の野菜
などが
勢揃い!!

人気の加工品も
あります!

毎週月曜日は
ポイント2倍!

ポイントカード好評発行中!
ご希望の方はお近くのスタッフまで! 申し込み用紙に記入後、その場で発行します。入会費、年会費は無料。100円を1ポイントとして加算し、ポイントの有効期限は最終購入日から1年間。毎週月曜日はポイント2倍。500ポイント貯まると「みらいっ娘」と「夢とりで」で利用できる500円の商品券をプレゼント。お気軽にお申し込みください。

JA直売所
5%割引実施中
JA直売所等でJAカードを
ご利用いただくと、
ご請求時に5%割引に!
※一部店舗は
対象外。

JA茨城みなみ
農産物直売所 夢とりで

東漸寺
坂道を上る
取手中央病院
JAとりで総合
医療センター
(ATM・売店・食堂)
・取手支店(ATM)
・グリーンショップ
とりで
至 国道6号

取手市薬原 242-1
TEL.0297-84-6661
*ご来店の際はエコバックをお持ちください



海外から研修員を受け入れました！

JA茨城みなみは9月5日と11月2日の2日間、JICA筑波センターの依頼で、海外視察の研修員を受け入れました。訪れたのは、アフリカを中心とした開発途上国12カ国の17人。自国の稲作技術の向上を目的に、当JAの主に米にまつわる施設を見学しました。

初回は、カントリーエレベーターを見学し、年間を通じた業務内容、利用

費用、貯蔵量等を学びました。次に、谷井田米穀低温倉庫を見学。米の等級検査の現場を見学し、米の低温貯蔵の設定温度や湿度等の管理状況などを学びました。2日目は、視察を振り返り、意見交換会を開きました。

研修員は、自国の農村地域の発展に向けて、JA職員の説明に熱心に耳を傾け、通訳を介して、たくさんの質問が寄せられました。



- 作り方**
- 1 ハクサイを芯と葉の部分に分けて、芯は千切り、葉はざく切りにする。
 - 2 塩ザケは湯にくぐらせ、氷水にサッと漬けて引き上げておく。漬けだれの材料を混ぜ合わせておく。
 - 3 (1)と(2)の塩ザケ、5cmの長さに切ったニラを土鍋に入れて、牛乳と昆布だしを加える。火を通しながら、漬けだれに付けて食べる。

旬の食材のおいしさを 牛乳が引き立てます ハクサイと サケのミルク鍋

材料(作りやすい量)		
ハクサイ(上部)	3/4個	
塩ザケ(切り身・甘口)	3切れ(240g)	
ニラ	1わ	
牛乳	600ml	
昆布だし	200ml	
漬 け だ れ	ポン酢しょうゆ	80ml
	卵黄	2個分
	細ネギ	適宜
	青のり	適宜
	七味唐辛子	適宜

牛乳は冬が旬！

寒さが続く時期に家族でおいしく楽しめる
ミルク鍋レシピをご紹介します。

出典
「ミルクWEBサイト
「ミルクレシピ」

家族でおいしく楽しもう
冬のあったかミルク鍋

今年度の対話活動から 当組合に寄せられた皆さまからのご意見・ご要望について

当 JA で今年度実施した以下のアンケートや、組合員・地域の皆さまとの対話活動を通して、特に多くいただいたご意見・ご要望等の結果をとりまとめましたので、お知らせします。

- 直売所の店舗数を増やしたり、農家レストランを作ってほしい。
- 直売所を年中無休にしてほしい。
- 若年層へ農業を積極的に勧めてほしい。
- 休日のATM利用が便利になったが、硬貨の入出金も可能にしてほしい。
- 駅の近くにATMを設置してほしい。
- 支店に来店した際、支店長をはじめ、職員の対応が良かった。
- ホームページが見やすくなった。
- もっと積極的な広報活動をしてほしい。
- スポーツ振興活動を取り入れてほしい。
- イベントを多く開催してほしい。
- 員外への組合員加入のPRをもっと行うべき

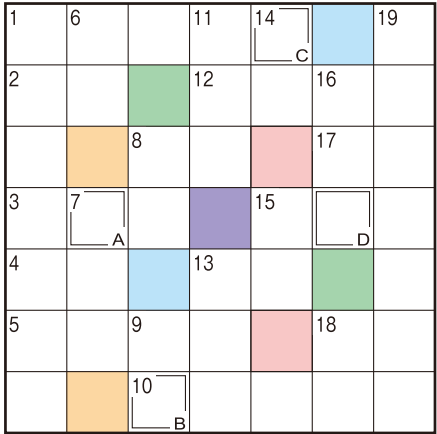
コミュニティ誌「ハートフル」・広報誌「ワンダフル」で今後、取り上げてほしいこと

- 料理のレシピ紹介（季節の野菜を使ったレシピ、女性部直伝レシピなど）
- JAの事業内容、事業所の紹介
- 初心者向け家庭菜園
- 健康対策（ストレッチ、花粉症対策など）
- 生産者の紹介
- JA管内の名産品の紹介

ご紹介した以外にもたくさんのご意見・ご要望をお寄せいただきました。ありがとうございます。
皆さまの貴重なご意見・ご要望は、今後の事業運営・サービスの向上等に役立てていきます。

CROSS WORD PUZZLE

パズルと簡単なアンケートに答えて
お米をGET！



抽選で30人に当たります!!

JA茨城みなみ自慢のお米 コシヒカリ5kg精米

タテのカギ

- ①「生麦生米生卵」とか「東京特許許可局」とか
- ⑥ 夫の配偶者です
- ⑦ 生まれたばかりの赤ん坊のこと
- ⑧ ゆっくりつかつて「極楽、極楽～」
- ⑨ 剣や弓矢、大砲などのこと
- ⑪ 首の後ろ側の部分
- ⑬ ——をのんでなりゆきを見守った
- ⑭ 刑事を意味する俗語
- ⑮ お酒は飲めない体質です
- ⑯ こたつに似合う果物
- ⑰ めの記号で表すことも
- ⑲ だて巻き、数の子、黒豆などを重箱に詰めて用います

ヨコのカギ

- ① 元日の寺社が混雑する理由
- ② 霊峰も銀峰もこれです
- ③ バイオリンやビオラより大きな弦楽器
- ④ 魚偏に里と書く魚
- ⑤ 破(わ)れ鍋にお似合いです
- ⑧ ———ニタカミナスビ
- ⑩ 擦りむいた膝やあかぎれに塗ります
- ⑫ 浅草寺の表参道にある——商店街
- ⑬ 今より前の時点
- ⑮ てこの——を利用して重い物を動かした
- ⑰ グーとパーではパーの方
- ⑲ 英語ではkingと言います

ハガキまたはeメールでお寄せください

- ❶ 2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？
- ❷ JAに対するイメージは？
- ❸ ハートフル次号で取り上げてほしいことは？
- ❹ JAへのご意見など
- ❺ 応募方法
郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号
応募者区分(正組員・准組員・員外)を明記
(注) 寄せられたご意見は、今後の運営等の参考にさせていただきます。
(注) アンケートの集計結果やご意見等に関しては、次号及び当JAの広報関係に使用させていただく場合があります。
(注) 企画終了後は厳重管理し、法的義務による情報開示以外は使用しません。

- ❻ 締め切り 令和6年2月9日(金)
当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。3月上旬までの発送を予定しております。

応募先

【ハガキ】〒300-1537 茨城県取手市毛有111
JA茨城みなみ 本店「ハートフル」プレゼント係

【Eメール】jaibam@ja-ibami.or.jp
(注) 件名には必ず、ハートフルパズル応募係と記してください。

JA 共済の地域貢献活動
受けよう!
人間ドック

JA共済連とJA厚生連による
健康推進プロジェクト

助成対象!
人間ドック、脳ドック、肺ドック
が対象です。

JA 共済の
地域貢献活動

未来に向けて「協同の輪」を広げ、豊かでくらしやすい地域や農業の大きな力となるよう、食育・健康・文化・スポーツ等々の活動に取り組んでいます。

助成期間
2024年3月31日まで

JA共済の地域貢献活動による助成金を受けて、県内6カ所のJA茨城県厚生連病院健診施設で人間ドックを受診することが出来ます。

助成金額

①人間ドック助成額	最大 7,000円
②脳ドック助成額	最大 4,000円
③肺ドック助成額	最大 4,000円

※期間中、各1回までの助成となります。

生活習慣に合わせたドックを選択できます。
3つのドックを併診で最大1万5千円の助成を受けられます。
単独での受診もお受けいたします。
より多くの方に利用していただくため料金を変更しました。

人間ドック
生活習慣病、がんなどの早期発見や予防が目的です。
料金 41,800円(税込)

脳ドック
脳腫瘍、脳梗塞など脳疾患の危険因子の早期発見や予防が目的です。
病院により料金が異なります。詳しくは各病院にお問い合わせ下さい。

肺ドック
肺がん、肺炎腫、肺炎、結核などの呼吸器疾患の早期発見や予防が目的です。
病院により料金が異なります。詳しくは各病院にお問い合わせ下さい。

ご好評につき、2023年度も人間ドックに対する助成制度を継続いたします。

ドック基本料金から助成金額を差し引いた金額が窓口負担となります。
各自ご加入の健康保険組合等の助成制度との併用が可能なものもあります。
※ご加入の健康保険組合等によって実施期間や助成金額、対象人数等が異なります。
事前にご加入の健康保険組合等にご確認ください。

事前予約が必要になります。
ご予約の際に助成制度利用の旨をお申しつけください。
※農協健康保険組合の被保険者(本人)のご利用は除きます。被扶養者(家族)は利用可能です。
※受診後の助成はできません。

・入学児童への交通安全帽子(黄色い帽子)の寄贈
・中高生向け自転車交通安全教室等
・高齢者向け交通安全啓蒙活動
・小学生学年別サッカー大会
・小・中学校書道コンクール
・農業体験等の食育活動

JA葬祭のホームページがリニューアルしました



葬儀に関することは全てJAグループにお任せください。

お住まいの地域を選択していただき、対象JAの詳しい情報を確認することができます。
ご不明点がありましたらお近くのJAまでお問い合わせください。

このたび、JA 葬祭のホームページがリニューアルしました。
より身近にお近くのJA 葬祭窓口や知っておきたい各種情報などをご覧いただくことができます。
スマートフォンにも対応していますので「JA 葬祭 茨城」と検索し、ご活用ください。

ホームページはこちら



JA 茨城みなみのホームページ

昨年、ホームページをリニューアルしました。これまで以上に、皆さまに様々な情報をお伝えできるようにしていきます。
デザインや構成等を見直し、利便性も高めました。ぜひご活用ください。
また、スマートフォンやタブレットなど、デバイスを問わず、いつでもご覧いただけます。

組合員用ページ
こちら



URL <https://www.ja-ibami.or.jp/>



本・支店のご案内

ATM
当JA管内6カ所



藤代支店 取手市毛有111
② 0297-83-0001

取手支店 取手市桑原300
③ 0297-74-7733



本店 取手市毛有111
★ 0297-63-2211



伊奈支店 つくばみらい市谷井田1609
① 0297-58-0007



守谷支店 守谷市立沢237-1
④ 0297-48-0005



谷和原支店 つくばみらい市加藤250-1
⑤ 0297-52-3030