

かがやき

2025
11月号
No.363

人・地域・くらしを農でむすぶ広報誌



特集

JA自己改革・農業振興計画 実践状況のご報告



 JA山武郡市

「かがやき」はホームページでも
お読みいただけます

JA山武郡市HP



Instagram



かがやき ファーマー



さんぶ支所管内
(睦岡地区)

つづき だに たか ゆき
続谷 隆幸さん
(60)

消費者が安心して
食べられる野菜作りを



モノ作りがしたい！

「自分で一からモノ作りをしたい」。続谷隆幸さんは、昨年3月に長年勤めていた会社を退職して農業の世界に飛び込みました。建築会社の施工管理部門にいた続谷さんは「オフィス街から離れ、自然の中で仕事をしたという願望と、食料自給率など食料問題に関心があったので、農業を選んだ」といいます。

農業経験ゼロからのスタート

農業大学校に1年間通い、生産者のもとで実習も重ねながら、栽培技術を実践的に学びました。近隣の農地を借りて今年4月に就農。春トマト、ピーマン、秋冬・春ネギなど多品目を栽培しています。「簡単な仕事ではないと分かっていたが、想像以上に大変だった。しかし、自分の裁量で進められるので、やりがいがあつて楽しい」と話します。

地元に密着した仕事

30年前に山武市へ移住しましたが、会社員時代は千葉市内で朝早くから夜遅くまで働いていたため「農業を始めたことで地元との関わりが増え、『この地で暮らしている』と実感できるようになった」と話します。JAの生産部会にも加入し、相談できる先輩やJA職員が身近にすることが支えになっているといいます。

かがやき

2025
11月号
No.363

●さんぶのかがやきファーマー

さんぶ支所管内(睦岡地区)

続谷 隆幸さん(60)

2

●表紙登場者紹介

3

●さんぶぐんし エリア Topics

4

●特集

JA自己改革・農業振興計画
実践状況のご報告

7

●Information

- ◆ 令和8年産 水稻緑化苗の注文を承ります
- ◆ 灯油の予約注文はJAへ など

10

●農作業 テクニカルダイアリー

春ニンジン

12

●「春肥・水稻農薬・園芸農薬 予約運動資料」のご紹介

13

●みんなのひろば

- ◆ クロスワードパズル
- ◆ かがやき掲示板
- ◆ 健康LIFE
- ◆ つぶやき@かがやき編集部

14

●食育ソムリエが作る「満福」レシピ

根菜たっぷり！秋の五目ご飯

16

● 今月の表紙を飾ってくれたのは…

11月1日で
6歳に
なったよ！



東金支所管内(公平地区)

ひえだ まな
稗田 茉菜ちゃん(6歳)

最近…

「アナと雪の女王」のエルサが大好き！ドレスを着たりステッキを使って、エルサになりきって遊んでいます♪



★就農年

2025年4月

★主な栽培品目

- トマト(春)
- ピーマン
- ネギ(秋冬・春)

趣味を楽しむ



農繁期の合間を縫って、登山や釣りに出掛けている続谷さん。どちらも夫婦共通の趣味であり、一緒に楽しんでいます。登山は関東近郊の低山を中心に、釣りは外房エリアでルアーを使って大物狙いに挑戦しています！

責任を持って

現在は市場出荷が中心ですが、今後は「山武緑の風」への出荷も視野に入れています。今年はトマトの収穫が遅れるなど反省も多く、「まずはしっかりと作物を育て、消費者が安心して食べられるものを責任を持って作りたい」と話す続谷さん。「多くの作物は年に一度しか作れないため、限られた機会を大切にしたい。ゆくゆくは栽培面積を広げ、より多くの作物に挑戦したい」と夢を描いています。



緑の風部会

10/8

農業への理解深めて



緑の風部会「食育ソムリエ倶楽部」は10月8日、地元の消費者に農業への理解を深めてもらおうと、落花生の収穫体験・調理イベントを山武市内で開きました。

当日は農産物直売店「山武緑の風」の利用者17人が参加し、同部会副部会長の綿貫直樹さんの圃場で「おおまさり」「おおまさりネオ」「Qなっつ」の3品種の収穫を体験。参加者は栽培方法や品種の特徴、おいしい落花生の見分け方などを質問していました。

その後は食育ソムリエの指導のもと「ゆで落花生のパンケーキ」作りに挑戦。また、品種の食べ比べをしたり、落花生ご飯などを味わい、笑顔を見せていました。



▲落花生の収穫作業を体験



▲ソムリエの指導のもとパンケーキ作りに挑戦

青壮年部

9/19

除草作業で地域をサポート



青壮年部やさいの里支部は9月19日、山武市立望洋中学校で除草作業を行い、部員9人が参加しました。同支部は地域に貢献しようと、地元の清掃活動やこども園での食農教育活動などにも取り組んでおり、同校での除草作業は2年前から継続して行っています。

当日は持ち寄った草刈り機を使って、部員同士で協力し合いながら、校庭や外周の斜面などの除草が難しい箇所を中心に、約1時間かけて作業にあたりました。

参加した部員の一人は「暑い中での作業だったが、できる限りきれいにしようと思った。地元の学校に少しでも貢献できればうれしい」と話しました。



▲草刈り機で除草作業をする部員

JA

10/14~16

「国消国産の日」をPR



JA山武郡市は、10月16日の「国消国産の日」をPRするため、10月14日から16日の3日間、管内6市町の各庁舎に新米、トマト、サツマイモなど山武郡市管内で収穫された農産物を展示しました。多くの来庁者が足を止め、展示に見入っていました。

農産物直売店「山武緑の風」では16日、国消国産をPRする啓発資材として、購入客にJAグループのキャラクター「笑味ちゃん」とハローキティがプリントされたふりかけを合計320セット配布しました。



▲庁舎に展示した農産物



▲緑の風でふりかけをプレゼント

インショップ販売拡大へ 向けて商談会

2 生産者
と
ゼミに8 生産者が
いる
販売店も11 生産者が
いる
販売店も

JA山武郡市は10月15日、インショップ販売の拡大を図ろうと、取引先企業のバイヤーらを招いて秋冬野菜の商談会を本所で開きました。

当日は生産者7人と取引先3社が参加。生産者たちは小松菜、里芋、春菊など各自が栽培した農産物を持ち込み、商品の特徴を記載した資料を活用して担当者と商談を行いました。また、今後の販売方策について意見を交換しました。

参加した生産者の一人は「バイヤーと直接話す機会は少ないので、有意義な時間だった。消費者や量販店が生産者に対して求めていることや、売れ筋商品などの情報を得られたので、今後の栽培に生かしたい」と話しました。



▲バイヤーらに里芋をPRする生産者(右)

グラウンドゴルフで健康増進

女性部は10月2日、部員の健康増進とJA役職員との交流を図ろうと、成東総合運動公園でグラウンドゴルフ大会を開きました。

部員・JA役職員合わせて77人が参加し、混合チームを編成。2コース16ホールを回り、スコアを競いました。結果は以下のとおりです(敬称略、カッコ内は支部名)。

<個人の部>

- 1位=山田しま子(大網白里)※写真中央
2位=若菜千栄子(大和)※写真左
3位=佐藤ふみ(公平)※写真右

<団体の部>

- 優勝=青8班
写真左から森田みつ子(大網白里)、佐藤ふみ(公平)、川島初江(松尾)、村山洋子(公平)、若菜千栄子(大和)



個人の部



団体の部

スポーツで地域を超えて交流深める

青壮年部は10月10日、新潟県長岡市で開かれたJA関東甲信越地区青年部親善球技大会「ソフトボールの部」に千葉県代表として出場しました。

当日は6JAが参加。当JAは部員12人が出場し、初戦でJA水戸(茨城県)と対戦。惜しくも上位進出は逃しましたが、さわやかな秋空の下、プレーを楽しみながら地域を超えて部員たちとの交流を深めました。



▲打席に立つ部員



▲出場した青壮年部員



JA

10/3

お客さま満足度向上へ コンクールで最優秀賞決定



▲スマイルサポーター
部門の篠崎あかねさん



▲LA部門の伊藤佑さん

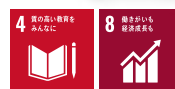
共済部は10月3日、職員の提案力強化とお客さま満足度向上のためのコンクールを本所で開きました。

審査の結果、スマイルサポーター(共済窓口担当者)部門は成東支所の篠崎あかねさんが、LA(ライフアドバイザー)部門は大網支所の伊藤佑さんが最優秀賞に選ばれました。

JA

9/24

農業塾で 秋の栽培管理を学ぶ



▲土寄せ作業に挑戦する受講者

JA山武郡市は9月24日、「ネギ農業塾」を成田市 of JA全農ちば営農技術センターで開催しました。

当日は生産者7人が受講し、秋口の栽培管理で重要となる追肥・土寄せの作業、台風に備えた暴風対策を学びました。

また、同センター内の圃場で管理機を使って株元に周囲の土を盛る土寄せ作業を体験。受講者は講師に機械の具体的な操作やメンテナンス方法、作業効率を質問していました。



©よい食P

子どもたちの農業学習をレポート



9/22

山武市立鳴浜小学校

3年生

社会科の一環でネギ生産者の橋本幹夫さんの圃場を訪れました。農家の仕事や栽培方法を教えてもらったり、機械を使った土寄せ作業を見学しました！

初めてネギの
皮むきを
体験したよ！



土寄せはネギの周りに土をかぶせて、
白い部分を増やすための作業だよ。



10/6

東金市立福岡小学校

5・6年生

地元生産者の渡辺博之さんの田んぼで稲刈りをしました♪渡辺さんと石井茂さんに鎌の使い方を教えてもらいながら、一生懸命頑張りました！



真剣な表情で、
ひと株ひと株
丁寧に刈り取り
ました！

たくさん
収穫したよ～



刈り取った稲はコンバインで脱穀
したよ！



JA自己改革・農業振興計画 実践状況のご報告

JA山武郡市は、「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」を基本目標とする自己改革を実践しています。今回の特集では、その中での「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」に関する取り組みの現状と、農業振興計画の実践状況をご紹介します。

JA自己改革「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」に向けた4つの重点目標への取り組み

1 新規作物「ピーマン」の 普及拡大



生産者の圃場を巡回して栽培指導

作付面積
〈本年度目標〉
0.6ヘクタール
〈9月末実績〉
4.5ヘクタール

夏場の高温による栽培リスクの高まりを受け、JAはピーマンを新たな振興品目として提案しています。今年は7人が作付けを始め、計17人が栽培しており、JAは講習会や圃場巡回を定期的に行っています。また、選別を簡素化した契約取引の提案や統一段ボールの導入など、営農・販売・購買の部門が連携して生産者を支援しています。

2 青果物の契約取引拡大



サラダ菜を栽培する生産者

契約販売高
〈本年度目標〉
6.3億円
〈9月末実績〉
5.2億円

契約取引とは、産地と実需者（量販店、学校給食、加工業者など）を直接結び付け、双方で数量・期間・品質基準を取り決めた上で販売する仕組みです。生産者は安定した収入が見込め、実需者側も必要量を確保できる利点があります。今年はニンジン、ピーマン、イチゴ、ズッキーニ、サラダ菜の5品目で新たに取引を始めました。

3 堆肥含有肥料の普及拡大を 通じたコスト低減



JAで取り扱う
堆肥含有
肥料の一つ

取扱量
〈本年度目標〉
68.6トン
〈9月末実績〉
89.9トン

肥料の原料価格が高止まりし、農業経営を圧迫しています。JAは肥料原料の一部を堆肥などの国内肥料資源に置き換えることで生産コストの低減を図ろうと、堆肥含有肥料の普及拡大に取り組んでいます。肥料の注文書への掲載やチラシの配布を通じて生産者に情報を提供しています。

4 水稻除草剤の銘柄集約を 通じたコスト低減



JAで取り扱う水稻除草剤の一部

取扱金額
〈本年度目標〉
1.5億円
〈9月末実績〉
1.4億円

水稻除草剤（一発除草剤）において、多数ある商品の中からJAが厳選して銘柄の集約を行い、組合員に提供しています。集約することで1銘柄に対する取扱数量が増え、価格を抑えることができ、生産者のコスト低減につながっています。複数ある銘柄の中から今年度までに7種類へと集約しました。

農業振興計画への取り組み

本計画では、これまでに農家台帳システムを活用した経営改善の提案、無料職業紹介所、外国人技能実習生の受入支援、農業塾などを展開しています。今年度は既存施策を継続しつつ、環境変化に対応した新たな取り組みを実践しています。ここでは本年度、重点的に取り組んでいる項目の一部を紹介します。

環境配慮型農業の推進

1

SDGsや脱炭素など環境を重視する国内外の動きが加速する中、当JAは持続可能な農業の実現に向け、「環境面」での取り組みと、農業所得の向上を目指した「経営面」の双方を重視し、「農業経営に貢献する環境配慮型農業」を推進しています。

「秋耕」の推進

秋耕とは、稲刈り後に耕うんによって稲わらなどの有機物を土中にすき込むことをいいます。秋耕を行うことで、有機物が腐熟する際に発生する温室効果ガスの排出削減に貢献でき、土壌中の酸素不足による根腐れや活着遅れの防止、害虫の抑制、収量や品質の向上にもつながります。



秋耕を推進するチラシ

土壌診断の推奨

JAでは生産者に対し、定期的な土壌診断を推奨しています(本年9月末時点での土壌診断点数は474点)。診断結果をもとに、過剰な施肥を抑制したり、堆肥・有機質肥料へ切り替えることで、肥料コスト低減に加え、水質汚濁や土壌劣化の予防といった環境負荷の低減も目指しています。



JA全農で実施している土壌分析 (写真提供:JA全農ちば)

2

新規就農者への支援

就農者の募集活動として、昨年から各種就農イベントに参加し、JA職員が来場者へさんぶ地域の特徴や管内の農業経営について紹介しています。また、当JAは新規就農者の研修受入機関として県の認定を受けており、行政機関と連携して情報の共有や就農希望者からの相談対応を行っています。さらに、ネギ栽培を目指す人を支援するための「農業塾」も継続して毎年行っています。営農部門だけでなく他部門の職員と連携して新規就農者の支援、営農継続のサポートを行っています。



イベントで就農希望者に職員がアドバイス

農業DX

3

農業DX(デジタルトランスフォーメーション)とは、農業分野においてデジタル技術やITを活用し、生産性の向上や効率化を目指す取り組みのことです。農業者が減少する中、産地を維持していくため農業DX導入による農業の「効率化」を推進しています。

農業用ドローンによる農薬散布請負事業

生産者の労働力支援に向け、今年度から農業用ドローンによる農薬散布請負事業を開始しました。7月に大網白里市内の15軒の水稻生産者の圃場約25ヘクタールで、斑点米カメムシ防除のための農薬散布を実施。また、施設栽培における高温対策として、ハウスの遮光剤散布も試験的に行いました。今後、露地野菜での活用も検討しています。



ドローンによる農薬散布 (写真提供:JA全農ちば)

栽培記録のデジタル化

栽培記録簿をPCやスマホでデジタル管理できるサービス「あい作」を6月に導入しました。従来の紙による記録・確認・提出が不要となるため、生産者・JA双方の作業負担の軽減につながります。また、過去の栽培記録の確認やJAとの情報共有がリアルタイムで行え、よりの確に営農指導を行うことができます。9月末時点で75人の生産者が利用しています。



「あい作」をスマホで操作する生産者

4

その他の取り組み

販売窓口の一元化

販売力の強化と優良取引先の確保に向け、品目別の販売窓口の一元化を目標に掲げています。これにより出荷ロットが大きくなり、市場との価格交渉が有利に進められるというメリットがあります。秋冬ニンジン、スイカ、トウモロコシ等で実施しているほか、夏ネギは本年産からさんむ中央集出荷センターを本所共計とし、全体の出荷量の9割を一元的に集約して出荷する体制へと移行しました。



夏ネギの販売査定会

出荷段ボールの押印改革

出荷段ボールは従来、生産者ごとに個別印刷を行っていましたが、昨年から共通仕様の段ボールへ切り替え、生産者番号を印刷からスタンプ方式に変更。1枚当たり最大6円のコスト削減を実現しました。



旧段ボール(左)と新段ボール(右)

この取り組みに当たり、JA共済の地域・農業活性化積立金を活用しています。



令和8年産 水稻緑化苗の注文を承ります

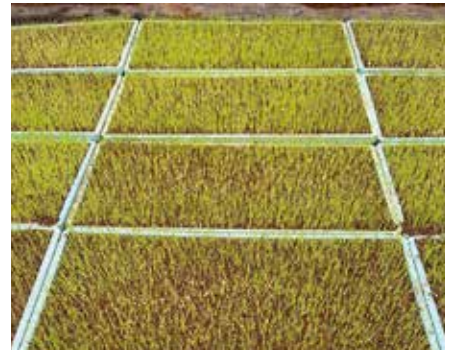
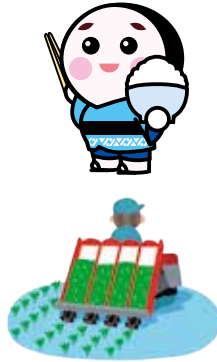
JA山武都市では管内4カ所の育苗センターで、水稻緑化苗の生産を行っています。

種もみの準備から播種作業をJAへ委託することで、育苗作業にかかる労力の負担軽減につながります。管内で水稻を作付けしている方ならどなたでもご利用いただけますので、下記の営農・経済センターまでお問い合わせください。

【供給苗】緑化苗（播種後5～6日経過した苗）

【期 間】3月中旬～4月中旬に引き渡し

【取扱品種】コシヒカリ、ふさこがね、ふさおとめ、粒すけ
※センターにより一部取り扱いのない品種がありますので、事前にお問い合わせください。



お問い合わせ

成東経済センター	TEL.0475-80-3700
やさいの里営農センター	TEL.0479-80-7780
芝山経済センター	TEL.0479-77-0767
大網経済センター	TEL.0475-78-6333

職員のご紹介 (キャリア採用)

(10月1日発令)

い のう たか ひろ
伊能 孝裕

山武経済センター



◎組合員、利用者、地域の皆さま、よろしくお願いいたします。

職員人事異動のお知らせ

◆異動(10月1日発令)

鳩川 紘祥 やさいの里支所渉外課長代理
(旧任:成東経済センター所長代理)
長谷川和成 成東経済センター係長
(旧任:やさいの里支所渉外課係長)

◆退職(9月30日発令)

小山 沙織 (さんぶ支所係長)
渡辺 舞香 (大網支所)

理事会だより

9月29日に開かれた理事会に上程された主な議案は以下のとおりです。

- ・組織規程の一部変更について
- ・役員選任に伴う主な日程について
- ・リスク評価書の定例改正について

—— 慎重審議の上、原案どおり決議されました。 ——

千葉県最低賃金が改正されました

千葉県内の事業場で働くすべての労働者(パート、アルバイト等を含む)とその使用者に適用される地域別最低賃金「千葉県最低賃金」が2025年10月3日から時間額**1,140円**に改正されました(64円引き上げ)。

詳しくは、千葉労働局またはお近くの労働基準監督署までお問い合わせください。

◆千葉労働局 労働基準部賃金室(TEL.043-221-2328)

◆千葉労働局ホームページ

<https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/>

灯油の予約注文はJAへ

下記の期間中に灯油を200L以上ご予約いただくと、**配達時の価格から1L当たり2円値引き**いたします。
お得なこの機会にぜひご利用ください！



【受付期間】

11月4日(火)～2026年2月13日(金)

※配達は原則、注文日の翌日以降となりますのでご注意ください。

【ご注文・お問い合わせ】

注文専用ダイヤル (TEL.0475-84-3911)

または機械センター (TEL.0475-84-2255)

お詫び：10月号の10ページ「秋の農業機械大展示会・農業資材フェアを開催します」の記事で、機械センターの電話番号に誤りがございました。ご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。

各種相談会

◎相談無料。定員となり次第、締め切らせていただきます。

税務 相談会

日程／12月4日(木)午前、18日(木)午前
場所／JA山武郡市 本所
問い合わせ／TEL. 0475-82-3221 (総務部総務課)

法律 相談会

日程／12月11日(木)午後
場所／JA山武郡市 本所
問い合わせ／TEL. 0475-82-3221 (総務部総務課)

※より多くの皆さまにご利用いただくため、同一案件でのご相談は、原則3回までとさせていただきます。

緊急時の連絡先

※支所の受付時間内(平日午前8:45～午後5:00)は、お取引先の店舗へご連絡ください。

※支所の受付時間外・休日は、以下へご連絡ください。

●自動車事故等

JA共済事故受付センター 24時間365日受付

☎ 0120-258-931

●自動車のレッカー移動や故障

JA共済サポートセンター 24時間365日受付

☎ 0120-063-931

●キャッシュカード・通帳・証書・印鑑の紛失・盗難

JAバンク キャッシュカード紛失共同受付センター

☎ 043-202-1171

●JAカードの紛失・盗難

NICOS盗難紛失受付センター 24時間365日受付

☎ 0120-159-674

※一体型カードの場合は、あわせて上記の「JAバンクキャッシュカード紛失共同受付センター」にもご連絡ください。

●JAネットバンク 緊急時のサービス利用停止

JAネットバンクヘルプデスク 24時間365日受付

☎ 0120-058-098

JA山武郡市のあゆみ

2025年9月30日現在

出資金48億4千万円／販売品取扱高99億6千万円／直販高12億3千万円

購買高28億1千万円／貯金2,280億2千万円

貸出金374億8千万円／長期共済保有高5,812億2千万円

正組合員／1万1,093人 准組合員／9,604人

移動型金融店舗「さんぶのさんちゃん号」 12月の運行予定

12月	月	火	水	木	金
			午前 午後		
旧 増穂支所	○				
A 旧 増穂支所			○		
旧 福岡支所			○		
B 旧 豊岡支所			○		
旧 大総支所			○		
「山武緑の風」大網店				○	
旧 千代田支所		○			○

水曜日はAルート(増穂・福岡)とBルート(豊岡・大総)を隔週で運行します。

★12月10日・24日はAルートで運行します。

★12月3日・17日はBルートで運行します。

【営業時間】

◆月・火・木・金曜日…午前9:30～午後3:00

◆水曜日……………午前9:30～12:00、午後1:00～3:00

※土日祝日、12月11日(木)、31日(水)は休業いたします。

◆ご利用いただけるサービス

●ATMでの入出金・振込・記帳 ●貯金・融資・共済等に関する相談

●お買得購買品のご案内

※ご利用の際は、キャッシュカードをお持ちください。

農産物直売店「山武緑の風」 12月のイベント情報

全店共通

◆12月11日(木) たまごの日

数量限定で通常価格から50円引きで販売します。

◆お正月用品を販売します

◎切り餅、お飾り、しめ縄等、多数ご用意します。

◆年末年始の営業について

◎12月30日(火)は営業します。

◎12月31日(水)～1月4日(日)は休業させていただきます。

最新の情報はSNSで！

LINE、Instagram、Facebookで農産物の入荷情報やおすすめ商品、イベント情報など随時更新しています。ぜひ友達追加・フォローしてください♪



LINE 友だち募集中!

追加はこちらから ▶



【営業時間】 午前9:00～午後5:00 【定休日】 毎週火曜日

◎詳しくは各店舗スタッフまでお問い合わせください。

テクニカル ダイアリー



春ニンジン

山武経済センター 営農指導員 古川 聡

令和7年産の振り返り

年明け以降の低温や干ばつの影響で、発芽不良や生育の遅れが見られましたが、3月以降は降水量が増え、遅れ気味だったニンジンの生育は徐々に回復しました。

しかし、降雨の多い期間が続いたことにより「しみ症」が発生しました。また、急激な気温上昇に伴い、トロケなどの品質不良が散見され、廃棄等の影響から、出荷量は例年を下回る結果となりました。

今回は、しみ症等による品質不良への対策をご紹介します。

しみ症対策

しみ症の原因となる代表的な病気には、しみ腐病(写真①)(ピシウム属菌)と乾腐病(フザリウム属菌)があります。これらは病徴のみでの判断が困難なため、バスアミド微粒剤やユニフォーム粒剤などの薬剤防除に加えて(表①参照)、次の5つの対策を取り入れることで、し

み症の軽減を図りましょう。

①連作を避ける

連作を避けて、3〜4年輪作を行う。

②排水性を改善する

明渠による表面排水の改善、硬盤・心土破砕による地下排水の改善。

③窒素過剰を避ける

土壌診断を行い、適正量を施肥する(施肥量の目安…10^{kg}当たり窒素10^g)。

④発病株を持ち出す

次作以降の伝染源となるため、発病株は圃場外に持ち出し処分する。

⑤適期収穫

収穫が遅れると被害が拡大するため、収穫適期を逃さない。



写真① しみ腐病

黒すす病対策

黒すす病(写真②)は、ニンジンの洗浄時に生じた傷から発生することが多いため、洗浄機による強いブラッシングや洗浄時間を見直し、甘皮が残る程度を目安に洗浄してください。また、洗浄機のブラシの衛生管理を徹底し、常に清潔な状態を保ちましょう。

気温が高い日が続く場合は、箱詰め作業の前に適度にニンジンを乾かしましょう。併せて、洗浄後のニンジンの保管場所についても衛生状態を再確認し、清潔に保つよう心掛けてください。



写真② 黒すす病

表① しみ腐病に登録のある薬剤

薬剤名	使用量	使用方法	使用時期	使用回数
バスアミド微粒剤	20〜30kg/10a	均一に散布して土壌と混和する	播種または定植21日前まで	1回
ユニフォーム粒剤	9〜18kg/10a	全面土壌混和	播種前	1回

営農なんでも相談室

皆さまの営農に関するお悩みを、JAの総合事業の力で解決！
栽培管理、コスト削減、規模拡大、求人・雇用のことなど、お気軽にご相談ください。



JA山武郡市 営農なんでも相談室
(本所 営農部内)

☎ 0120-972-860

「春肥・水稲農薬・園芸農薬 予約運動資料」のご紹介

JAが毎年10月に水稲生産者を中心にお配りしている「予約運動資料」をご存知でしょうか。この資料には水稲に限らず、園芸品目の栽培に役立つ情報も多く掲載されています。

本ページでは、その一部をご紹介しますので、実物をご覧ください。際の参考資料としてご活用ください。

※「予約運動資料」をご要望の方は、お近くの営農・経済センターまでお問い合わせください。



①水稲特集 (資料19～31ページ)

「育苗時の管理と病害対策」「ジャンボタニシ対策」「カメムシ対策」「水田雑草の見分け方と対策」など、水稲栽培で注意すべきポイントをカラー写真付きで掲載しています。

おすすめの農薬も紹介しているので、農薬を注文する際の参考にしてください。



②作物別栽培暦 (資料32～79ページ)

JA山武郡市管内で栽培されている園芸作物のうち、ネギ・ニンジン・トマトなど22品目について、「栽培暦」「施肥例」「防除暦」を掲載しています。

「施肥例」には標準的な施肥量を示していますが、圃場ごとに残っている肥料成分の量は異なるため、作付前に土壌診断を受け、ご自身の圃場に適した施肥量を決めるようにしましょう。

「防除暦」では、時期に合わせたおすすめの農薬を紹介しています。対象となる病害虫も併せて掲載していますので、薬剤防除する際の参考にしてください。

表1 栽培暦		表2 施肥例	
品目	栽培時期	品目	施肥量
ネギ	10月～11月	ネギ	10月～11月
ニンジン	10月～11月	ニンジン	10月～11月
トマト	10月～11月	トマト	10月～11月
...	...	...	...

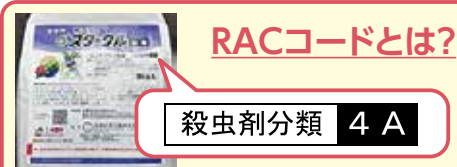
③主な園芸殺菌剤・殺虫剤の分類 (資料84～86ページ)

園芸作物でよく使用される殺菌剤・殺虫剤の特徴(予防効果・治療効果・浸透移行性など)を系統別に掲載しています。

RACコードも記載していますので、お手持ちの農薬ラベルに記載された分類コードと照らし合わせることで、該当農薬の効果を把握でき、農薬選択の参考になります。

同じコードの農薬を連用すると、対象病害虫の抵抗性が発達して農薬が効きづらくなってしまうため、コードの異なる農薬をローテーション散布するように心掛けましょう。

品目	殺菌剤	殺虫剤	殺線虫剤	殺ダニ剤	殺アザミウマ剤	殺シロアリ剤	殺クダモノクサ剤	殺イモムシ剤	殺アザミウマ剤	殺シロアリ剤	殺クダモノクサ剤	殺イモムシ剤
ネギ	FRAC 1	IRAC 1	IRAC 1	IRAC 1	IRAC 1	IRAC 1	IRAC 1	IRAC 1	IRAC 1	IRAC 1	IRAC 1	IRAC 1
...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...



RACコードとは?

殺虫剤分類 **4 A**

農薬の有効成分をグループ分けして記号で表したものです。殺虫剤はIRAC、殺菌剤はFRACと呼ばれています。この分類コードは農薬ラベルにも記載されています(左写真の例では、「4A」がRACコードです)。

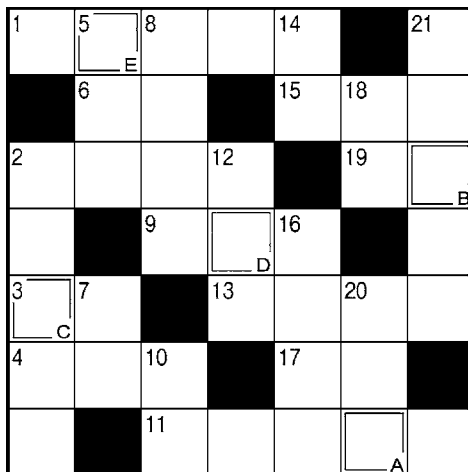


ヨコのカギ

- 1 育つこと。七五三は子どもの——を祝う行事です
- 2 ——果敢に若武者が戦う
- 3 江戸時代のタクシーです
- 4 秋の山を彩ります
- 6 「豚」の音読み。——カツ
- 9 金属の輪を長くつないで作ります
- 11 旅先の体験を書き綴ったもの
- 13 平安貴族の乗り物。モーと鳴く動物が引きます
- 15 よく晴れた日の、夕日の色といえば
- 17 佐渡島にはこの鳥の保護センターがあります
- 19 ギターに張ります

- 21 20 18 16 14 12 10 8 7 5 2
- 『源氏物語』の作者は紫——です
Sとも呼ばれる蒸気——
- 櫛の材料によいとされる木
- 暦の上ではこの日から冬
- 天高く——肥ゆる秋
- 耳の長い動物
- 陶器よりも高い温度で焼きます
- 雄弁は銀、——は金
- 分別して出します
- 5 熱海と並んで有名な、伊豆半島東部の温泉地です
- 2 川辺や海岸で見られる冬鳥。東京都民の鳥

タテのカギ



2重枠に入る文字をA⇒Eの順に並べてできる言葉は何でしょう？
答えと住所、氏名、年齢、電話番号をご記入の上、15ページのあて先へハガキでご応募ください。正解者の中から抽選で5名様に下記のグッズをプレゼントいたします！

PRESENT

正解者の中から
抽選で
5名様

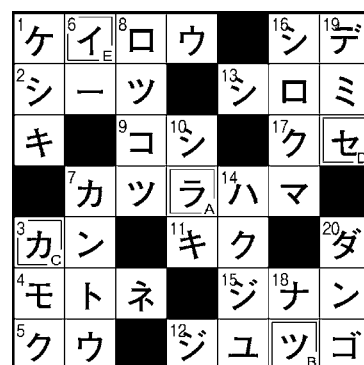
2026年
2月号までの
期間限定！

文房具セット

クリアファイル(2枚)、3色ボールペン、ふせんのセットです。クリアファイルはJAグループのキャラクター笑味ちゃんとハローキティのコラボデザインです！

9月号の答え ラツカセイ (ラツカセイ)

ラ ツ カ セ イ



農産物直売店「山武緑の風」東金店は、10月11日に開店23周年を記念したイベントを行いました。生産者による対面販売のほか、柿やミカンの詰め放題も実施。当日はあいにくの雨模様となりましたが、多くのお客様ににぎわいました。

(「山武緑の風」東金店職員より)

「かがやき」の表紙がいつもアットホームでかわいい♪

(東金市・豊田さん)

⇒ありがとうございます♪表紙の雰囲気も楽しんでもらえてうれしいです。これからもアットホームでほっこりする表紙をお届けできるよう頑張ります！

(かがやき編集部 N)



このコーナーでは、読者の皆さまからお寄せいただいた心温まるエピソードやおもしろ写真、絵手紙などを紹介していきます。

※ご応募いただいた作品(絵・写真など)は返却できませんのでご了承ください。



食べ物で冬の「ゆらぎ肌」対策

栄養士 吉田 理江

冬になると、乾燥や寒暖差により、かさつき、赤み、かゆみなどの不調を感じる「ゆらぎ肌」に悩む方も多いのではないのでしょうか。

今回は、冬の「ゆらぎ肌」対策にお薦めの食材を三つご紹介します。

■ハクサイ

ハクサイには、ビタミンCが豊富に含まれています。ビタミンCはコラーゲンの生成に欠かせない栄養素です。また、ハクサイに含まれる豊富な水分は、肌の潤いを体の内側からサポートし、乾燥による肌荒れを防ぐ効果が期待できます。

ハクサイは加熱すると甘さが増すとともに、たくさん量を食べられるのも魅力です。ハクサイと豚肉の重ね煮や、ハクサイたっぷりの鍋料理がお薦めです。

■リンゴ

リンゴには、ポリフェノールや食物繊維が豊富に含まれています。リンゴに含まれるポリフェノールには強い抗酸化作用があるため、アンチエイジング効果が期待できます。また、食物繊維は腸内環境を整え

る働きがあります。腸内環境が整うと肌荒れや吹き出物など、肌の不調を防ぐ効果も期待できます。

皮にはポリフェノールやビタミンCが多く含まれるため、皮ごと食べると良いでしょう。焼きリンゴにすると体も温まります。

■ブリ

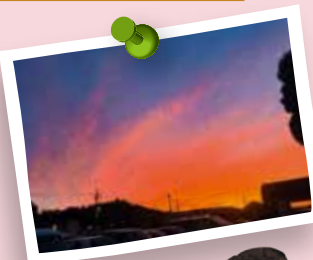
ブリには、オメガ3脂肪酸やビタミンD、ビタミンB群が豊富に含まれています。オメガ3脂肪酸は肌の細胞膜を強化し、水分の蒸発を防ぐバリア機能を高める働きがあるので美肌になりたい人にお薦めです。また、ビタミンDは肌の新陳代謝を促進し、冷えによる肌のくすみや乾燥を改善する働きもあります。照り焼きやしゃぶしゃぶ、鍋料理などさまざまな調理法で楽しめます。

これらの栄養豊富な旬の食材を積極的に取り入れて、体の内側から肌をケアしていきましょう。



つぶやき @ かがやき編集部

こんにちは！編集部Nです♪先日、本所の外に出ると、街が一面ピンク色に染まっていました。ちょうど夕暮れ時で、夜に向かう時間帯。時間が経つにつれて、空は赤く燃えるような色へと変わっていききました。あまりに美しくて、職場のみんなと夢中になって写真を撮りました♪鈴虫の音が聞こえ始めたり、日が短くなったりと、秋を感じる瞬間が増えてきましたね！



きれいな夕焼け😊



〒289-1334

山武市和田375-2

JA山武郡市企画部
「かがやき」編集部行

おたより・クロスワードパズルのご応募はこちら

おたより・クロスワードパズルのご応募は、住所・氏名（必要ならペンネーム）・年齢・電話番号を書いて左のあて先に、ハガキでお送りください（11/30消印有効）。

9月号プレゼント当選者（敬称略）

- 中村 和子（大網白里市）
- 米澤 國雄（大網白里市）
- 丸山 隆子（東金市）
- 竹之内 幸子（山武市）
- 行木 かおり（横芝光町）

まんぷく 食育ソムリエが作る 満福レシピ

「農と食のプロ」である食育ソムリエが、地元食材のおいしさを引き出す調理方法を伝授！
お腹も心も満たされて幸せな「満福レシピ」をご紹介します。



根菜たっぷり！秋の五目ご飯

具だくさんの炊き込みご飯！
根菜から出たうま味がご飯
に染み込んでいて、思わず
おかゆりしたくなるおいし
さだよ！



食育ソムリエ
ワンポイントアドバイス

具材を油で炒めて
から炊くとコクが出
ておいしいですよ！

材料(4人分)

- 米 2合
- ダイコン、ニンジン、ゴボウ 各50g
- 油揚げ 1枚
- 生シイタケ 3枚
- 材料A
 - だし汁 300mL
※水300mLに昆布(5cm角1枚)を浸し、
だしを取る。
 - 料理酒 大さじ2
 - しょうゆ 大さじ2
- トッピング... スナッPEndウ、三つ葉など



作り方

- ① 米は炊く2時間前に研ぎ、たっぷりの水に浸しておく。炊飯する前にザルに上げて、しっかりと水気を切る。
- ② 皮をむいたダイコン、ニンジン、油揚げは5cm長さの短冊切りにする。ゴボウは皮をこそいで同様に切ったら、水にさらして水気を切る。シイタケは薄切りにする。
- ③ 炊飯器に①、②、材料Aを入れて軽く混ぜたら炊く。
- ④ 炊き上がったたら、さっくりと混ぜて器に盛る。トッピングをのせたらできあがり♪



「食育ソムリエ」は、野菜や果物の選び方やおいしい調理方法などを消費者にアドバイスすることができる、日本協同組合連携機構が認証する資格です。「生産者と消費者の懸け橋」として、「山武緑の風」に出荷する生産者6人が活躍しています。

レシピはJA山武郡市のホームページでも公開しています♪



食育ソムリエ考案のレシピ集が、
「山武緑の風」で好評販売中！



編集・発行／山武郡市農業協同組合

〒289-1334 千葉県山武市和田375-2 TEL 0475-82-3221 FAX 0475-82-6787
発行責任者／鈴木俊幸 編集事務局／企画部 印刷所／株式会社弘報社

