

アグリジャンプ 4

2026 April

no.337



- ② 農Like! 農Life!
- ③ HOTT NEWS! 南部地区ライスセンター完成
- ④ **特集 国消国産**
- ⑥ J A news & Topics ⑫ 営農情報
- ⑬ 女性組織 News ⑭ レンビ / 直売所情報
- ⑮ 健康白科 / 資産管理講座 ⑰ 事業所だより



Instagram



公式HP



JAうつのみやイメージキャラクター
ジャンプくん



耕そう、大地と地域の未来。

農

Like!

農

Life!

熱意ある農業者を紹介

家族で取り組む安定生産

Q 就農したのはいつですか？きっかけを教えてください。

A 本格的に就農したのは2019年です。その前年から父の春トマト栽培を少し手伝いながら農業に関わり始めました。ちょうどその頃、栃木県の「産地生産基盤パワーアップ事業（旧：産地パワーアップ事業）」を活用してハウスを建て替えることになり、新しいハウスで越冬トマト栽培をスタートしました。

Q もともと農家を継ぐ考えはあったのですか？

A 実家は専業農家で、中学生のころから将来の夢に「農家」と書くくらい、いずれ継ぐつもりでした。大学卒業後は父の勧めもあり、社会経験を積むため種苗会社に就職しましたが、30歳を目前に父が体調を崩したことをきっかけに家業に入りました。

Q トマトを選んだ理由を教えてください。

A 父の代から続く作物なので、技術を学びながら一緒に仕事ができる点が大きかったですね。他の品目も考えましたが、農業を始めるなら父の力を借りながら経験を積んだ方が良くと思い、トマトを選びました。

Q 栽培で特に気を付けていることはありますか？

A ハウス内の温度や湿度などの環境管理です。農業用ICT「アグリネット」を活用して、温度・湿度・日射量などのデータを確認しながら、遮光や換気のタイミングを調整しています。ただ、データだけに頼らず、実際には場を見て葉の色や生育状況を確認することも大切にしています。

Q 作業面での工夫はありますか？

A 父・母・私の3人で作業しているため、効率よく進められるよう工夫しています。ハイワイヤーによる誘引技術を取り入れながら、あえてトマトの高さを低く管理しています。誰が作業しても進めやすい形にすることで、少人数でも全体の作業が回るようにしています。

Q 今後の目標を教えてください。

A 病気の発生をできるだけ抑えることです。今年から「転炉スラグ」を使った土壌改良にも取り組み始めました。今後もほ場環境の改善を進めながら、作業効率の向上や人手の確保も検討し、多くの人においしいトマトを届けていきたいと思っています。

の さむ とし ひこ
野澤 俊彦さん(39歳)

南部支所管内

経営内容

トマト(越冬トマト)

HOT NEWS!



新施設の完成を記念して行われたテープカット



南部地区ライスセンター



竣工式の様子

地域農業の新たな拠点に 南部地区ライスセンター完成



JAうつのみやは2月11日、上三川町で「南部地区ライスセンター（共同乾燥調製施設）」の竣工式を開きました。当日は生産者や来賓、JA役員、施工業者らが出席し、新施設の完成を祝いました。新施設には高度な選別機器を導入し、消費者に高品質で安心・安全な米麦を供給する体制を整えました。

同JA管内には共同乾燥調製施設が13施設あり、本郷ライスセンターと南河内吉田ライスセンターを統廃合するため、新たに同施設を整備しました。国の2024年度強い農業づくり総合支援交付金を活用し、24年12月に着工。建築は芳賀屋建設株式会社、内部機械は米穀関連機器メーカーの株式会社サタケが担当しました。

JAうつのみやは2月11日、上三川町で「南部地区ライスセンター（共同乾燥調製施設）」の竣工式を開きました。当日は生産者や来賓、JA役員、施工業者らが出席し、新施設の完成を祝いました。新施設には高度な選別機器を導入し、消費者に高品質で安心・安全な米麦を供給する体制を整えました。

竣工式で佐藤俊伸組合長は、「担い手不足が深刻化する中、効率的な生産体制を確立することで、次世代へ持続可能な農業を継承したい。今後一層の農業振興に努める」とあいさつしました。



あいさつする佐藤組合長

地域農業を未来へつなぐ「国消国産」

JAグループは、地産地消や国産農畜産物の消費拡大を通じて「国消国産」の実践を進めています。

JAうつのみやでも地域農業を守り次世代につなぐため、さまざまな取り組みを行っています。

「国消国産」とは

「『国』民が必要とし『消』費する食料は、できるだけその『国』で生『産』する」という考え方です。地域農業と農家所得を守るためのJAグループの重要な取り組みです。

持続可能な開発目標(SDGs)

国消国産の取り組みはSDGsにも貢献

- ・目標2「飢餓をゼロに」
- ・目標12「つくる責任つかう責任」
- ・目標15「陸の豊かさを守ろう」



©よい食P

国消国産は「経営基盤強化」でもある

輸入依存度の高まりや国際情勢の不安定化により、国産農産物への期待は高まっています。地域で生産し、地域で消費される仕組みを強化することが、販売力の向上や価格形成力の確立につながります。

国消国産で実現すること



国消国産は地域農業を守る取り組みです

JAうつのみやの取り組み

体験・教育



小学校出張授業

JAの職員と生産者が地元小学校を訪問し、クイズなどを通して「国消国産」や地元農産物について分かりやすく説明しています。

また、学校給食への地元農産物の提供を通じて地産地消の推進にも取り組んでいます。



イチゴ苗植え・収穫体験

JR宇都宮駅ビル・パセオ内にある「えきの市場」を利用する3歳～小学生の児童がいる家庭を対象に開催。

食の大切さや農業への理解を深めてもらう体験型の食農教育です。



アグリスクール

農業体験や自然学習を通じて地域住民に農業の大切さを伝える取り組み。

生産者の話を直接聞くことで食と農への理解・関心を深めてもらっています。

PR・販売



青壮年部動画制作

青壮年部が制作した「消費者の皆様へ」と題したPR動画。農業への思いや消費者へのメッセージを発信し地域農業の魅力を伝えています。



ヨークベニマル インショップ

地元量販店と連携し農産物のインショップを展開。

地元農産物の販売拡大と地産地消の推進に取り組んでいます。



農業祭

各地域で開催される農業祭では、地元農産物の販売や交流を通じて生産者と消費者のつながりを深めています。

地域農業の未来のために

国消国産の実践は、JAだけでなく組合員一人ひとりの取り組みによって支えられています。ともに地域農業の未来を築いていきましょう。



周年出荷生かし産地力強化へ JAトマト専門部



目ぞろえをする参加者

JAトマト専門部は2月2日、宇都宮市内で2025年度通常総会と販売検討会を開きました。

25年産は、夏場の高温や生産者減少などの影響を受け、全作型を合わせた出荷数量は2792トン（前年比93%）、販売金額は9億9177万円（同98%）となりました。一方、1キロ当たりの販売単価は355円（同105%）と上昇しました。

26年度事業計画は、①周年出荷体制を生かした消費者や販売先から選ばれる産地づくり②多様なニーズに対応した出荷形態と選果の徹底による安定した品質確保③農薬使用や栽培環境の衛生管理を徹底した安全・安心な供給④勉強会や講習会を通じた技術向上による信頼される産地体制の強化——に取り組む方針を確認しました。

また専門部として、全作型を合わせて出荷数量2990トン、販売金額11億3621万円、1キロ当たりの平均単価380円を目標に掲げました。

目ぞろえでは、トマトの形状や着色の度合いなどを確認し、出荷規格を統一しました。

役員改選では、上三川支部の野口和宏さんを新専門部長に選任しました。

県内随一の継承産地へ JA梨専門部



26年に向けて計画を確認する参加者

JA梨専門部は2月25日、宇都宮市内で2025年度定期総会を開きました。25年度販売実績は、出荷数量3142トン（前年比103%）、販売金額12億9958万円（同104.6%）、1キロ当たり平均単価413円（同101.4%）でした。26年度事業計画は①安全・安心への取り組みを一番に掲げ、産地の発展を目指す②新技術の導入による改植を進め、気象条件に左右されない安定した生産を図る③当JA産梨売り場の確保やインターネット販売の拡大などによる品種リレーでの長期的な販売方法を検討する——としました。

県農業振興事務所の担当者が、同専門部の産地維持計画書を説明。産地の未来を見据え、家族での話し合いや計画的改植、園地継承、機材や選果スペースの整備などを通じ、専門部員の意識改革を促し、取組方針やスケジュールを定めました。今後は計画を基に、専門部の発展と規模拡大、園地継承に向けた体制を整備します。また、生産者・行政・JAが一体となり産地内外から担い手を確保・育成できる支援体制を構築し、県内随一の継承産地を目指します。

役員改選では、城山支部の阿部剛士さんを新専門部長に選任しました。



役員改選で新しく専門部長となった阿部さん（左）ら

営農相談員10人が活動を報告 JA



活動を報告する長棹相談員



喜びの言葉を述べる長棹相談員（左）ら

JAは3月4日、JA本所で営農相談員活動審査会を開きました。営農相談員10人が「農業所得の増大」と「農業生産の拡大」の視点から、年間で重点的に取り組んだ活動を報告しました。審査の結果、上三川営農経済センター（南河内営農課）の長棹旦氣相談員が最優秀賞に選ばれました。

審査会は2018年度から実施しており、営農相談員の活動を評価し、意識と意欲、資質の向上につなげることを目的としています。当日はJA役職員や関係機関など約30人が参加しました。

長棹相談員は、親元独立を目指す担い手への個別コンサルティングや第三者継承の支援事例を紹介。「組合員との信頼関係を築き、事業基盤の拡大と担い手の育成を通じて持続可能な産地づくりを進めたい」と話しました。

佐藤俊伸組合長は総評で「一人一人が課題を踏まえた上で組合員に寄り添い、課題解決のために工夫をしていることが分かった。頼もしい」と述べました。

その他の受賞者は次の通りです。

▷優秀賞＝田中碧相談員（南部営農経済センター）▷特別賞＝松原悠二営農相談員（同）、戸崎徹相談員（同）

イチゴ販売63億円へ対策共有 JA専門部



目ぞろえをする参加者

JA専門部は3月10日、宇都宮市内でイチゴの中間販売検討会を開きました。専門部の全品種を合わせた2月10日までの出荷実績は、出荷数量1389トン（前年比103%）、販売金額25億2987万円（同104%）、1キロ当たりの平均単価1820円（同101%）でした。

JAの販売担当者は今後の販売対策として、産地・市場・関係機関が一体となり、全品種を合わせた販売金額63億円の達成を目指す方針を説明。安全・安心対策や品質維持対策など、7項目について情報を共有しました。

上野好晴専門部長は「後半の暖候期に向けて出荷量が増え、各品種でさまざまな課題が出てくると思う。市場担当者や各関係機関と情報を

共有し、この先の販売強化に向けて協議していきたい」とあいさつしました。

出荷規格の確認では、JAの園芸担当者が各品種の出荷時の注意点を説明。選果・選別の徹底や満杯詰め、カラーチャートの厳守などを申し合わせました。目ぞろえも行い、市場担当者が現物を使って各品種の出荷規格を説明しました。

県警と「特殊詐欺等の被害防止にかかる協定」を締結



JAうつのみやは、近年全国的に増加している特殊詐欺等の被害拡大を防止するため、栃木県警察と「特殊詐欺等の被害防止にかかる協定」を締結し、「情報共有型連携」の運用を開始しました。協定により、①詐欺等の被害およびそのおそれがあると認められる口座名義人等に関する情報提供②詐欺等発生時における現金引出し場所等に関する情報提供③詐欺等の未然防止および被害拡大抑止に向けた各種広報啓発活動—の3項目で連携に取り組みます。

締結式は2月10日に農林中央金庫宇都宮支店で行われ、県内10JA組合長、県警、JAバンク栃木の関係者が出席。今後、連携を強化し、組合員・利用者の皆さまの大切な財産を守ってまいります。



協定を締結した県警とJAバンク栃木の関係者

市場ニーズ捉え販売強化 JAバラ専門部



品種の確認を行う参加者

JAバラ専門部は2月13日、宇都宮市内で情報交換会を開き、専門部員や市場、仲卸の関係者ら13人が参加しました。

市場担当者は、花き業界の取り組み「フラワーバレンタイン」で赤バラの需要が過去にないほど高まったと説明。クリスマスや成人式も堅調だったとし、動画投稿アプリ「TikTok（ティックトック）」など交流サイト（SNS）の影響を挙げ、「良い傾向だ」と話しました。

生産費の上昇や高温対策など栽培環境の厳しさも課題として共有。顧客との結び付きを強め、信頼関係の構築や品種構成の見直しを進めることで、安定販売につなげる方針を申し合わせました。翌14日には、JA管内の生産者2園地を巡回し、生育状況やハウス内の環境、栽培品種などを確認しました。

就農希望者にイチゴ実習会 宇都宮市農業公社



イチゴの葉かき作業を体験する参加者

宇都宮市農業公社は2月14、15日の2日間、宇都宮市で「第21回新規就農者等体験実習会INうつのみや」を開きました。同市での就農を希望する6人が参加し、ほ場見学や農業体験などを行いました。

初日は各関係機関の担当者が栃木県と同市の農業の概要、JAうつのみやと同公社の事業内容を説明。参加者は地域の状況や支援制度への理解を深めました。先輩農業者2戸のほ場も見学。設備の導入から出荷までの経緯や就農の要点、実体験に基づくアドバイスを受けました。2日目は先進農業者のイチゴほ場で農作業実習に臨みました。生産者から地域の農業情勢や栽培のノウハウなどを聞き、葉かきなどの作業に取り組みました。

春彼岸前にユリ品質確認

JA球根切花専門部



目ぞろえをする参加者

JA球根切花専門部は2月17日、JA東部選果場花き集荷場でユリの目ぞろえ会を開き、需要期となる春彼岸を前に生育状況や出荷規格を確認しました。須藤智司専門部長らが、梱包されたユリを1束ずつ掲げ、つぼみの大きさや締まり、色づき、切り前などを点検。市場評価を踏まえながら、品質の均一化と計画出荷に向けて意思統一を図りました。市場担当者は「現在の切り前を維持し、需要期に欠品が出ないよう出荷してほしい」と呼びかけました。目ぞろえ会後には、須藤専門部長の園地など5カ所で現地検討会を実施。ハウス内の温湿度管理や生育のばらつき、品種ごとの特性を確認し、課題を共有しました。

豊かな未来へ一歩

家族経営協定書調印式



家族経営協定の締結を推進する宇都宮市農業委員会、県河内農業振興事務所、宇都宮市、JAは2月25日、JA本所で「2025年度家族経営協定書調印式」を開きました。本年度に市内で協定を結んだ農家は新規で11家族、見直しで6家族の計17家族となりました。家族経営協定は、農業経営に携わる家族全員で経営方針や役割分担、働きやすい就業環境などについて話し合った上で取り決め、協定書にまとめます。



家族経営協定書の調印式に参加した家族ら

調印式は、家族以外の第三者が立ち会うことで家族がそれぞれ共同経営者としての意識を持ち、協定の実効性を高めることを目的に毎年開催しています。今回の調印式は市農業委員会、県振興事務所、市、JAが立会人を務め、協定書の調印と交付を行いました。

総会で計画承認と表彰

宇都宮農業協同組合和牛改良専門部会



部会を代表して認定証を受け取った福田部会長

宇都宮農業協同組合和牛改良専門部会は3月12日、JA本所で定期総会を開きました。総会では、2025年度の事業報告と収支決算、26年度の事業計画や収支予算を協議・承認しました。任期満了に伴う役員改選では、福田美幸さんを部会長に再任しました。

総会後には、県河内農業振興事務所経営普及部の阿久津充農畜産課長より、25年12月に取得した県のみどり認定（とちぎグリーン農業実施計画の認定）の認定証が授与されました。

また、JA組合長表彰では、去勢の部で吉田孝さん、雌牛の部で（株）佐伯牧場が受賞しました。その他の受賞者は次の通りです。（敬称略）◇部会長表彰▷去勢の部＝田崎昌男▷雌牛の部＝（株）K・Fフクダファーム◇基本登録最高得点表彰＝（株）鈴木農場◇特別表彰▷宇都宮肉用子牛最多購買者＝石戸榮

販売したお弁当



最優秀賞「タコライス風
つつまないとトマト餃子丼」



JA産トマトを提供しPR 市役所で特別なお弁当を販売 (2月4、6日)

障がい者支援施設「メトラボ」と宇都宮市、JAが連携し、市役所内でJA産トマトを使用したお弁当「タコライス風つつまないとトマト餃子丼」を販売しました。この料理は宇都宮市が市内の小中学生を対象に開いた「トマト料理コンクール」の最優秀賞作品です。



▲コンクールの詳細はこちら



「カップヌードルミュージアム 横浜」での記念撮影

年金受給者友の会 3支部合同旅行を実施 (2月6日)

JA年金受給者友の会 横川・雀宮・瑞穂野支部は、3支部合同旅行で豊洲・横浜方面を訪れました。



ゴルフ愛好会の皆さん



ゴルフ愛好会が毎年恒例の 旅行を楽しむ (2月17~20日)

JA中央支所ゴルフ愛好会は、沖縄でゴルフコンペを開催。暖かな気候の中トーナメントコースでプレーし、会員間の交流を深めました。



目ぞろえをする参加者



4JA合同アスパラガス 目ぞろえ会を開催 (2月17日)

JA全農とちぎは、県JAビルでJA全農とちぎ青果物広域集出荷センターを利用する4JAの生産者を対象にしたアスパラガスの目ぞろえ会を開きました。

あっさり漬の素



お客さまに手渡し直売所スタッフ



直売所宣伝活動で県産農畜産物をPR (2月18日)

JAグリーンインターパークとJAグリーンかみかわちで、「みんなのよい食プロジェクト2025直売所宣伝活動」を実施。「国消国産」を推進するため、チラシとウェットティッシュ、あっさり漬の素 (30グラム×1袋) を配布しました。



販売ブースの様子

かみマル収穫祭に出店 (2月22日)

ジョイフル本田 宇都宮店で開かれた「かみマル収穫祭2026早春」に上三川いきいきプラザ農産物直売所が出店しました。



講師から操作方法を学ぶ参加者

みどり会2支部合同でスマホ教室 (2月25日)

JA女性組織みどり会上河内支部と河内支部は、合同で「スマートフォン教室」を開きました。



説明を聞く参加者



タマネギの品種講習会を開催 (3月3、10日)

JA玉葱専門部は品種講習会を3カ所で開き、今後の栽培ポイント、バスアミド微粒剤による土壌消毒、新品種紹介を行いました。



説明を聞く参加者

加工用ニンジン出荷反省会を開催 (3月9日)

JAはカゴメ株式会社向け加工用ニンジンのお出荷反省会を開きました。参加者が2025年産の反省と課題を洗い出し、2026年産に向けた新たな取り組み方法を検討。新規栽培者獲得に向けて、推進を強化していくことも話し合いました。



あいさつする佐藤俊伸組合長



広報力強化! 報道記者懇談会を開催 (3月12日)

JAは、農業・農産物のPRや消費者への理解促進（適正な価格形成など）、JA事業の周知を図るため、報道記者懇談会を開催しました。当日は、下野新聞、読売新聞、とちぎテレビの参加のもとで、意見交換を行いました。

組合員の皆さまからの地域の話や活動報告をお待ちしております。写真を添えてお送りください。
※誌面の都合上、掲載されない場合もありますのでご了承ください。詳しくは総合企画課組合員広報係まで。
※最新のイベント情報などは、JAうつのみや公式インスタグラムに掲載しております。ぜひご覧ください。



水稲



令和7年産は栽培期間を通して高温が続いたため、乳白色や胴割れなどの被害が例年よりも多く確認され、カメムシによる被害も増加しました。

気象変動の影響を最小限に抑え、収量・品質を安定させるために適切な土づくり・水管理・適期防除を行うよう、計画的な準備をしていきましょう。

がっしりした苗を育てる温度管理

ビニールハウスで平置き出芽を行うときは、ハウス内温度が35℃以上にならないよう好天の日はハウス換気につけましょう。緑化後は左表の温度管理をして、いずれの時期も30℃を越えないようにし、苗が大きくなるに従い外気に慣らします。

育苗初期	昼間	18～25℃
	夜間	10℃(最低でも5℃以上)
育苗中期	昼間	18～25℃
	夜間	5～7℃
から後期		

水の管理

灌水は早朝から午前中を基本とし、夕方には灌水しないようにします。苗が小さい時期や低温・曇雨天の日は葉からの蒸散も少ないので必要以上に灌水しないようにしましょう。灌水過多は根が生育不良になり徒長します。また「ムレ苗」の発生原因に

もなりますので、灌水を控えめにし、夕方には地表が乾く程度にしましょう。緑化後に天気が悪く日中も葉先の水消えが悪いときは、灌水をやめ換気をお願いします。移植直前にはサイドビニールを開け、十分な換気をして外気に慣らします。

田植への準備 深く耕す

深く耕すと根張りが良くなり、登熟が向上します。また、白米熟粒や胴割れ米の発生を抑えられるとともに、食味の向上にもつながります。ロータリーで速度を落とすとして耕運すれば、通常のトラクターでも十分なので、15センチ以上の耕深を目標に丁寧に碎土しましょう。

除草剤の効きを良くするために

雑草を抑える除草剤は、省力と生産安定に大変な効果をもたらしますが、ときに期待した効果が得られないことがあります。

雑草の発生状況にあった除草剤を選び、袋や容器の「使用上の注意事項」に従って使用するのが確実に効かせる方法といえます。

大抵の除草剤は「4～6センチのやや深水として散布後1週間くらい落水・かけ流しをしない」として使います。これは除草剤が水に溶けて処理層ができるまでに必要な回数なので、実施したい事項です。そのために田植え前の作業で次のことに注意しましょう。

●畦塗りをを行いネズミの穴などをしっかりと塞ぎ、畦畔からの漏水を防

麦

●ぎましよう。
●深水は薬害に、土の露出は除草剤の低下につながります。代かきを丁寧に行い、高低差を少なくしましょう。



本年産麦の生育は平年並みで推移していますが、今後の気温により変化しますので、赤かび病防除や収穫時期について、麦の生育を見ながら計画的に行いましょう。

赤かび病防除

麦が凍霜害を受けた場合は、不稔粒の発生が心配されるので赤かび病防除をしっかりと行いましょう。

二条大麦は、穂揃期7～10日後が薬剤防除の適期です。使用する薬剤は、使用基準や使用期限を厳守し、適切に防除を行います。



図1 排水できないほ場

排水溝の補修

小麦は1回目の散布を開始に行い、2回目の散布を1回目の散布の20日後に行います。使用する薬剤は、使用基準や使用期限を厳守し、適切に防除を行います。

気象庁の予報で4月の降水量はほぼ平年並みですが、近年では季節外れの大雨が降ることがあります。また、田植への準備に伴い隣接ほ場からの浸水もあります。麦にとってほ場の滞水は収量・品質を落とす要因になるので、稲の作業が忙しくなる前に排水溝を補修し、速やかに排水ができるようにしましょう(図1)。

カラスムギの駆除

カラスムギの種子は大きく、麦に混入した場合、選別機で完全に除去することは不可能です。

カラスムギは脱粒しやすいので、放置するとほ場に種子が落ち、翌年には急増します。

除草剤で除去することができないので、見つけ次第株ごと抜き取りましょう(図2)。抜き取った株はほ場から確実に持ち出して処分しましょう。



図2 ほ場に発生したカラスムギ

地域とともに。女性の力で広がる笑顔 JAうつのみや女性組織



JAうつのみやの女性組織は、「みどり会」「あじさい会」「なの花会」の3組織で構成されています。地域活性化やSDGsへの貢献を目指し、幅広い活動を展開しています。

【2025年度 本部活動のご紹介】

①ペットボトルキャップ回収運動



5月回収活動の様子



8月回収活動の様子



11月回収活動の様子



2月回収活動の様子

②昭和こども食堂「調理ボランティア」



掲示板



調理する会員



今回のメニュー

①2025年度は4回実施。組合員・地域の皆さまのご協力により、**合計3.6トン**を回収!(ワクチン2,700本相当)

②2021年8月から毎月1~2回、調理ボランティアでの支援を続けています。2月9日は、みどり会豊郷支部が担当しました。

【2026年度 本部活動の予定】

■ みどり会

- ・5月 研修旅行
- ・6月または7月 レクリエーション大会
- ・1月 新春の集い

■ あじさい会

- ・9月 研修旅行
- なの花会
- ・10月 研修旅行

その他、支部(グループ)ごとに活動を行っています。

ペットボトルキャップ回収運動と昭和こども食堂の調理ボランティアは、引き続き実施します!

各女性組織 新規会員募集中

年会費1,000円。趣味や地域とのつながりを大切にしながら、一緒に活動しませんか?
詳しくは、お近くのJA窓口、またはお電話にてお気軽にお問い合わせください!

【お問い合わせ先】

JAうつのみや 企画管理部 総合企画課 TEL: 028-688-0029 (平日 8:30~17:00)

家族で楽しむおいしい一皿

春キャベツと新ジャガイモのごまサブジ(インド風蒸し炒め)



材料 (4人分)

- キャベツ……………300g
- 新ジャガイモ……………300g
- オリーブ油……………大さじ1
- ニンニク(みじん切り)……………1片(5g)
- カレー粉……………小さじ1
- チリパウダー……………適量
- 塩……………小さじ1/2
- 水……………大さじ1
- 白ゴマ……………大さじ1

作り方

- ①キャベツはざく切りにする。新ジャガイモは皮をむき1cm角に切り、水にさらして水気を切っておく。
- ②フライパンにオリーブ油とニンニクを入れて中火にかけ、香りが出たらキャベツと新ジャガイモ、カレー粉、チリパウダー、塩、水を入れて混ぜ、

ふたをして5分ほど加熱する。新ジャガイモに火が通ったら白ゴマを混ぜ入れて出来上がり。

ポイント

難しいコツなく作れるインドの家庭料理です。インドではクミンシードを使いますが、白ゴマで代用して和風にアレンジしています。

直売所情報

* **JAグリーンインターパーク** 春の感謝フェア 4月18日(土)開催

〈抽選会実施〉当日お買い上げ税込み1,000円以上のお客さまに抽選で賞品をプレゼント!(ハズレ無し)
 ※賞品がなくなり次第終了となります。あらかじめご了承ください。
 〈アスパラガス・イチゴの特売〉お買い得価格にて販売します。詳しくは店舗まで(TEL:028-656-1212)

夏野菜の苗、花の苗 好評販売中

育ちが良いと評判です。
 種類も豊富に取りそろえています。
 春まき苗はぜひJA直売所で!

【対象店舗】JAグリーンインターパーク、JAグリーンかみかわち

JAグリーン かみかわち 生産者さん募集中!

詳しくは直売所担当者まで
TEL:028-674-2711

JA直売所のご案内(4月)

店舗	電話	営業時間	定休日
「えきの市場」内JA農産物直売所	028-627-8438	10:00~20:00	なし
JAグリーンインターパーク	028-656-1212	8:30~17:00	なし
JAグリーンかみかわち	028-674-2711	9:00~17:00	第2火曜日(4/14)
上三川いきいきプラザ農産物直売所	0285-55-1515 <small>上三川健康福祉センター3階(上三川)</small>	9:00~13:00	第2火曜日(4/14)、いきいきプラザ閉館日(4/29、30)

知って納得!

資産管理講座



ウチノ税理士法人
税理士

こうち たかくに
河内 太邦

相続人のひとりが身体障害者のとき

Q 父が先般他界しました。相続人は私と兄と弟の3人です。四十九日の法要も済ませ、一段落したため、父の遺産について兄弟3人で分割協議を始めようと考えています。特に兄弟同士で仲が悪いということもなく、もめることもないと思いますが、弟は目が不自由であり、身体障害者手帳の交付を受けています。相続税には障害者控除という制度があると聞きましたが、詳しく教えてください。

A 相続税の障害者控除は、85歳未満の障害者である相続人が財産を取得した場合に、相続税額から一定額を直接差し引ける制度で、税負担を大きく軽減できる強力な特例です。

相続税の障害者控除を受けることができるのは、被相続人が亡くなった時点で85歳未満の法定相続人である障害者であり、かつ日本国内に居住していることが条件となります。

さらに、この規定を利用できるのは、実際に相続によって財産を取得した相続人に限られます。相続放棄したり、遺産分割で財産を全く相続しなかった場合にはこの障害者控除は利用できません。

障害者控除を適用すると、一般障害者の方は1年あたり10万円、特別障害者の方は1年あたり20万円、85歳の年齢に達するまでの年数分、相続税から差し引きできます。例えば被相続人死亡時に60歳の特別障害者である相続人については、 $(85歳 - 60歳) \times 20万円 = 500万円$ を相続税から差し引くことができます。仮に障害者である相続人の相続税から引ききれない場合には、他の相続人の相続税から差し引くことができますので、税負担軽減の効果は大きいです。この制度は上述のとおり、障害者である相続人さんが財産を取得しないと利用できませんので、遺産分割協議に際しては注意してください。

法律税務相談日

4月20日(月)

無料ですが予約が必要です。

最寄りの支所へお申し込みください。相談時間は午後1時から先着受付順です。資産管理や土地有効活用などお気軽にご相談ください。

けんこうひゃっか

健康百科



上都賀総合病院
健康管理センター 保健師

いしざわ みなこ
石澤 美奈子

高尿酸血症を予防しましょう

高 尿酸血症とは血液中の尿酸が高い状態のことで、血液検査で尿酸値が7.0mg/dL以上の場合に診断されます。尿酸とは細胞の材料となるプリン体という物質が分解されてきた老廃物です。尿酸は一定量体内に蓄積され、尿や便として体外に排泄されますが、何らかの原因で尿酸が多く作られたり、体外に排泄されなかったりすると、血液中の尿酸濃度が増加して高尿酸血症となります。

尿酸値が高いだけでは自覚症状はありませんが、進行すると尿酸は結晶となり、関節などに溜まると痛風発作、尿管や膀胱に溜まると尿路結石となり、激痛を引き起こします。また、高血圧・脂質異常症・心臓病・脳卒中も合併しやすくなります。

尿酸値の上昇は生活習慣が大きく関わっているため、次のことが有効です。できることから始めてみましょう。

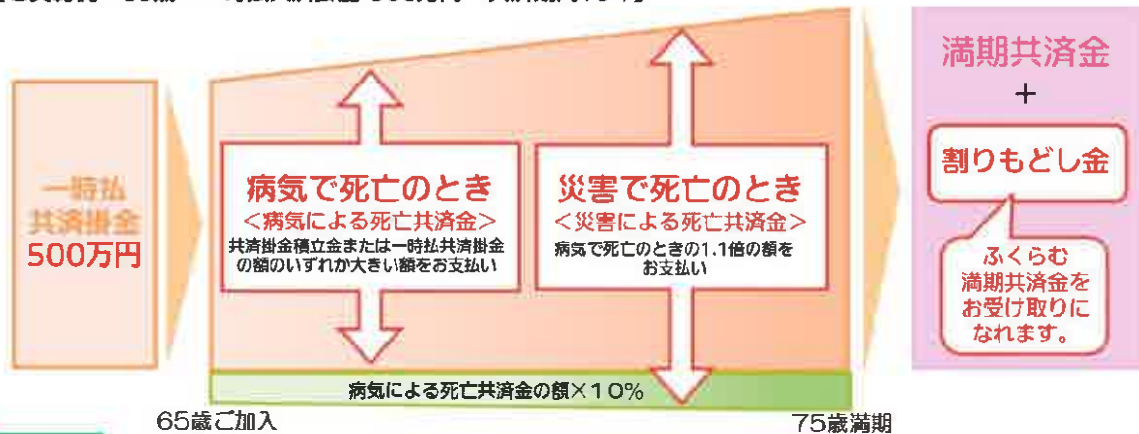
- **プリン体の摂取を控え、バランスのよい食事をとる**
プリン体は、白子類、レバー類、干物などに多く、肉・魚全般にもある程度含まれます。野菜、果物、豆類、海藻などを毎食取り入れる工夫が大切です。
- **甘い飲み物やジュースを控え、お茶や水などの水分を多くとる**
水分摂取量が少ないと、尿量が減り、尿酸濃度が上がりやすくなります。水分をたくさん摂ることで、尿酸の排泄が促されます。ジュースではなく、水やお茶などを1日2L、こまめに回数を分けて飲むようにしましょう。
- **すべての種類のアルコールの量を減らし、特にビールは控える**
ビールはアルコールの中でも特にプリン体を多く含みますが、どの種類のアルコールでも代謝される際に尿酸値は上昇します。
- **ウォーキング程度の軽い有酸素性運動を行う**
激しいスポーツやウェイトトレーニングなどの無酸素性運動を行うと、尿酸が産生されやすくなり、尿酸値が上昇しますので、軽めの有酸素運動がおすすめです。
- **肥満やストレスを解消する**
肥満やストレスも尿酸値上昇を招きます。軽い運動は減量やストレス解消に効果があります。

多くのご要望に応え令和8年4月より取扱い再開!!

一時払養老生命共済

資金を活かして、計画的な資産形成と確かな万一保障

【ご契約例 65歳 一時払共済掛金 500万円 共済期間10年】



ポイント

- 1 貯蓄性のある仕組みで、計画的な資金づくりが可能。
- 2 万が一のとき、すぐに共済金を受取ることが可能。
- 3 あらかじめ死亡共済金受取人を指定可能。
- 4 死亡共済金等の相続税の非課税枠を利用可能。
- 5 最高85歳の方までご加入いただけます。

このプランに加入いただける年齢【共済期間 5年の場合：0歳～85歳】
【共済期間 10年の場合：0歳～80歳】

- 6 簡単な告知でお申込みいただけます。

次の項目の両方が「いいえ」の場合にご加入いただけます。

Q1 現在、病気や外傷で、安静療養中ですか？

(安静療養中とは、病気や外傷により、仕事や家事ができない状態で、入院または家庭で療養していることをいいます。)

Q2 今後、入院または手術（レーザー・カテーテル・内視鏡・放射線によるものを含みます。）の予定がありますか？

(医師により入院または手術をすすめられている場合や、医師と相談している場合を含みます。)

※すべて「いいえ」の場合でもご職業、これまでの共済金の支払い請求内容などによって、ご加入いただけない場合があります。



- ご契約に際しては、「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。
- 被相続人の死亡によって取得した共済金等で、その共済金を被相続人が負担していたものが、相続税の課税対象になります。
- 死亡共済金受取人が、相続人の場合に限り、非課税枠の運用があります。
- 記載のお取扱いについては、令和8年3月末現在の法令等に基づくものです。
- 現在の満期共済金額等については、「掛金シミュレーション」にてご確認くださいか、お近くのJAにお問い合わせください。
- 早期にご解約される場合、お支払いする返れい金がお払込みいただいた共済掛金を下回ることがあります。
- 割りもどし金の額はお支払い前年度までの収支を反映して決定しますので、現時点では確定しておりません。また、収支状況によってはお支払いできない場合もあります。

詳細についてのお問合せは最寄りの支所までご連絡ください。なお、ご連絡先は裏表紙をご覧ください。

 **JA共済**
【26090010022】

令和9年度JAうつのみや職員募集

【募集対象者】短大(2年制以上の各種専門学校含む)・大学卒業見込者または卒業生・社会人経験者

【筆記試験】日時/令和8年6月18日(木)9:00~※合格者に対し二次面接試験有。

場所/JAうつのみや本所3階会議室

【願書締切日】令和8年6月11日(木)※当日消印有効

【お問い合わせ先】宇都宮農業協同組合 企画管理部 人事課 TEL:028-625-3382



JAうつのみや
採用情報



マイナビ2027
JAグループ栃木

※採用情報や就職説明会の詳細は、当JAホームページの「採用情報」ページ、または「マイナビ2027 JAグループ栃木」をご覧ください。

当組合ではタブレットでのお取引受付を開始します



タブレット導入により、面倒な書類記入が
簡単になりました。ぜひご利用ください。



JAバンク スマイルナビ

タブレットで便利で簡単に
JAバンクでのお取引をもっと便利に



※一部のJA・店舗ではご利用いただけません。

タブレット画面で
文字が見やすく、
簡単に操作ができて
とっても便利だぞう

ご利用
可能な
お取引



タッチで簡単
お取引！

JAバンクスマイルナビで、大変だった書類への記入が不要に。タブレットの画面に沿って必要事項を入力・選択するだけで、お取引の受付ができます。^{※1}



複数の書類
記入不要！

複数のお取引でもタブレットなら書名は一度きり。続けて入力する場合、2件目のお取引から同じ内容は自動表示されるため、入力不要です。^{※2}



カード持参で
自動入力！

キャッシュカードをご持参いただければ、住所等のお客様情報や口座情報が自動で表示され、簡単・便利にタブレット入力が行えます。^{※3}

※1 JAバンクスマイルナビは、お取引の受付に必要書類をタブレット上で入力するだけで済みます。従来のように書類を提出する必要はありません。また、お取引の受付に必要書類を提出する場合は、お取引の受付に必要書類を提出する必要があります。なお、お取引の受付に必要書類を提出する場合は、お取引の受付に必要書類を提出する必要があります。

※2 複数のお取引でもタブレットなら書名は一度きり。続けて入力する場合、2件目のお取引から同じ内容は自動表示されるため、入力不要です。

※3 JAバンクスマイルナビは、キャッシュカードの会員ご本人等のみご利用いただけます。お客様のカードがご登録がご利用することはできません。

※4 本組合では、お取引の受付に必要書類を提出する場合は、お取引の受付に必要書類を提出する必要があります。

林野火災注意報・警報の運用が始まっています！

令和7年2月の大船渡市林野火災を受けて、林野火災注意報・警報が創設され、栃木県内でも令和8年1月から運用が始まっています。

林野火災注意報発令時には、発令地域での屋外の火の使用を控えるよう努める必要があります。また、林野火災警報発令時には発令地域での屋外での火の使用が禁止され、違反すると罰則が科される場合があります。

森林の大切な機能を守るため、皆さまのご協力をお願いします。

- ✓ 枯れ草の近くや、乾燥・強風時に火を使わない！
- ✓ 火の使用中はその場を離れず、使用後は完全に消火する！
- ✓ たばこの吸い殻は必ず消し、適切に捨てる！

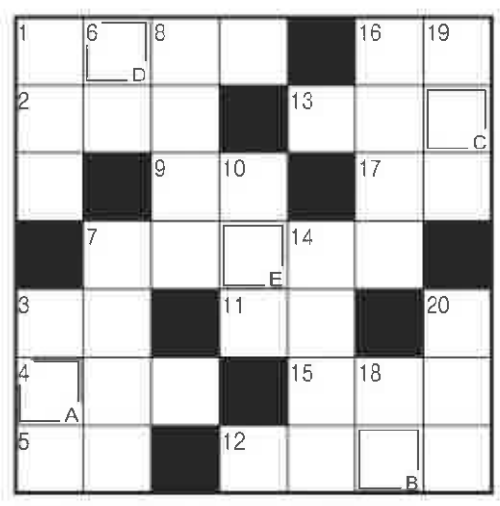


栃木県環境森林部森林整備課

クロスワードパズル

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？



出題●ニコリ カタカナで記入してくださいね！

ヨコのカギ

- 1 ナノハナと呼ばれることもあります
- 2 ーは流流仕上げを御覧じろ
- 3 若いメンドリが生んだものには二つ入っていることも
- 4 桜が咲く時期ならではのレジャー
- 5 竿や糸、針を使って楽しめます
- 7 津軽、関門、ドーバーといえは
- 9 セロリやミツバは 科の野菜です
- 11 うわ、服にコーヒーのーがついちやった
- 12 北口榛花選手の専門種目
- 13 お金を入れます。春に買うと「お金で張る」から縁起がいいそうです
- 15 ー転換しようと散歩に出た
- 16 田植えに向けて育てます
- 17 酔っぱらって巻く人もいます

正解者の中から抽選で5名の方に千円分のクオカードをプレゼント！なお、当選者はクオカードの発送をもって発表に代えさせていただきます。

- ## タテのカギ
- 1 潮干狩りでよくとれる一枚貝
 - 3 ガソリンはー性の高い液体です
 - 6 海に浮かべて目印にします
 - 7 「ロコロコ」ピカッ！
 - 8 工事が終わり建物が完成すること相撲を取る人のこと
 - 9 連載ではありません
 - 10 伊勢神宮はーと外宮に分かれています
 - 11 白神山地を象徴する木
 - 12 トランプの「Q、Kのこと
 - 13 唱歌「春の小川」に出てくる花

〒320-0031 宇都宮市戸祭元町3-10

JAつつのみや組合員広報係
おたより紹介行

切手

- ① パズルの答え
- ② あなたの郵便番号・住所・氏名・電話番号
- ③ 本誌に関するご感想・ご意見をお聞かせください。

※本誌に添付された書封でも応募可能です。

クロスワードパズル プレゼント応募方法

パズルの答えを、ハガキかホームページ内クイズ応募フォームからお寄せください。その他、写真やイラスト、詩・短歌・俳句など、おたよりもお待ちしております。

締切：4月24日(金) 必着

※ペンネーム希望の方は必ず書き添えてください。

※頂いた写真などはお返してできませんので、ご了承ください。

ホームページアドレス <https://www.jau.or.jp>

※皆さまから頂いた情報は、JAの事業および各種サービスの提供・案内・充実などの目的以外には利用いたしません。

おたより紹介

3月号の表紙を見て、作業に使う機械が進化している様子も写っていて驚きました。誌面にも各作業の様子やあまり見ることのない機械の紹介があると、面白く思いました。

(上三川町 国谷さん)

3月号の「農Life」記事に感銘を受けました。

(下野市 篠原さん)

3月号の特集「令和8年度事業計画(案)」の「食と農」の未来に、消費者の一人として貢献したいと思えます。

(上三川町 上三川の野いちごさん)

一人暮らしをしているので、実家に戻った際、広報誌に掲載されている野菜を使ったレシピを見て参考にしています。

(宇都宮市 小林さん)

他にもたくさんのおたよりを頂いております。ありがとうございます。

※お寄せいただいたおたよりは、内容の意味などを変更しない範囲で校正させていただきます。あらかじめご了承ください。

マイカーローンキャンペーン実施中

JAネットローン

(三菱UFJニコス保証型)

2027年2月26日(金)まで

スマホからでもパソコンからでも
仮申込OK!!

JAネットローン 検索

<https://ja-netloan.jp/>



「とちあいか」を使った「いちごのサンドイッチ」のレシピをホームページでご紹介しています。とっても簡単なのに、かわいくて絶品！クリームとの相性も抜群です。ぜひレシピをチェックしてみてくださいね。

(ひかり)

編集後記



3月のまちがいきがし 答え

- 1...梅の様様がない
- 4...おひなさまの髪形が違う
- 6...ストローが挿してある
- 7...口の形が違う
- 11...ひなあられが少ない



清原支所 **だより**

各支所の活動や地域の情報をお届けします！



年金受給者友の会 清原支部活動のご紹介

清原支部では、昨年11月に親睦旅行として茨城県と福島県を巡りました。

【1日目】

日本三名園のひとつ「偕楽園」で美しい紅葉を楽しんだ後、隣接する「千波湖」の景観も観賞。その後「大洗磯前神社」を参拝しました。



「徳川光圀公像」前で記念撮影

【2日目】

海岸沿いにある「いわき震災伝承みらい館」を訪れました。館内で震災の記憶や教訓に触れる、貴重な機会となりました。

旅行を通して各地の景観や旬の味覚を楽しむとともに、参加者同士の交流も深まり、心温まる充実したひとときを過ごすことができました。



「雲雀乃苑」にも行ってきました

同支部では、輪投げ大会や健康講話など、年間を通じてさまざまな活動を行っております。会員同士が楽しく交流できる場ですので、皆さまのご参加を心よりお待ちしております。



農業資金

お取扱期間

令和8年3月2日(月) ▶ 令和8年8月31日(月)

令和8年3月2日現在

固定金利型

融資期間 ▶ 20年以内

標準金利 年2.625% ~ 年3.400%

引下げ後適用金利

年 **1.90%**

JAバンク利子補給制度をご利用すると

最大で3年間 年 **0.90%** で利用が可能となります。
詳しくは窓口にご相談ください。

お申し込み・お取扱いの窓口

お問い合わせ先

中央支所 豊郷支所
宝木出張所 姿川支所
城山支所 上河内支所
北部支所 河内支所

資金運用課 本所駐在
〒320-0031 宇都宮市戸祭元町3-10
☎028-621-8798

お申し込み・お取扱いの窓口

お問い合わせ先

平石支所 南部支所
清原支所 南河内支所
上三川支所

資金運用課 南部支所駐在
〒321-0113 宇都宮市砂田町526
☎028-688-7768

※詳しくはJAの窓口、またはHPでご確認ください。※各種ローンも取り扱っておりますのでお気軽にご相談ください。

支所・センター電話番号

中央支所	028-633-3467	上河内支所	028-674-3333
宝木出張所	028-622-6111	河内支所	028-673-3135
平石支所	028-661-4311	南河内支所	0285-48-2211
南部支所	028-656-1020	上三川支所	0285-55-1510
城山支所	028-652-0711	宇都宮北部営農経済センター	028-665-0550
北部支所	028-665-0003	宇都宮南部営農経済センター	028-656-8484
豊郷支所	028-624-8011	上河内営農経済センター	028-674-2164
清原支所	028-667-0151	上三川営農経済センター	0285-55-1511
姿川支所	028-658-6881	住宅ローンセンター	028-622-7100

各種お問い合わせはこちらへ

- 📄 キャッシュカードの紛失・盗難
フリーダイヤル0120-08-2065
- 🚗 夜間・土・日・祝祭日の自動車事故(24時間受付)
事故受付センター フリーダイヤル0120-258-931
- 🏠 JA葬祭(24時間受付)
アトラス宇都宮ホール 028-660-5555
アトラスファミリーホール鶴田 028-633-9200
アトラス上三川ホール 0285-55-1555
- 🛢️ L.Pガス関係 灯油・軽油・A重油の配送
フリーコール 0800-700-0085(通話無料)
※緊急連絡先028-633-0085