

JAだより たかさぎ

3

vol. 373

2024.3 — MARCH



Contents

●トピックス	2～4
●お知らせ①	5
●広報通信から①	6～7
●西部農業事務所よりお知らせ	8
●広報通信から②	9～10
●法律相談	11
●支店からあれこれ	12
●お知らせ②	13～14
●JAだより頭の体操	15
●人と人／料理	16

長ネギ出荷・社会福祉法人ゆずりは会
「かたばみ」(京目町)



JAたかさぎのキャラクター「高子さん・令ちゃん・和くん」



JAたかさき
ホームページ



JAたかさき
LINE公式アカウント



JAたかさき
X(エックス)公式アカウント

特別栽培米の基準を確認

J A たかさきは1月12日、J A 本店で2024年産特別栽培米栽培講習会を開きました。生産者22人が参加し、特別栽培米「ゆめまつり」の元肥や追肥などの施肥、病害虫や雑草の標準防除について確認しました。

高崎市特別栽培米の栽培基準は、農薬の使用成分回数が6回以内、化成肥料の窒素成分量が10g当たり4g以下と慣行栽培の50%以下と定められています。

講習会では、県西部農業事務所の北爪主幹が、栽培管理を説明。北爪主幹は「できるだけの病害虫・雑草発生の少ない圃場を選ぶことがポイント。化学肥料の窒素成分量と農薬の使用成分回数を超えないよう十分注意し、必ず基準を守ること」と指導しました。また、化学肥料含有量の少ない天然由来の元肥や基準以内の農薬使用例も紹介

しました。

2023年は、生産者51人が61・1鈴で取り組みました。2024年の作付け予定者は、高崎市特別栽培農産物認証審査委員会へ栽培計画を提出し、審査・承認を得て作付けが可能となります。

J A は、2002年から特別栽培米の生産に取り組み、市内の学校給食に提供しています。



熱心に講義を聴く生産者

長ネギ栽培講習会・栽培要点を学ぶ

J A たかさき野菜部会は2月1日、J A 本店で長ネギ栽培講習会を開きました。生産者と関係者34人が参加し、品種特性や栽培の要点を学びました。

カネコ種苗の牧村係長が作型ごとに耐暑性や肥大性、晩抽性など品種の特性を説明。「発芽適温は20℃前後で、発芽を揃えることが重要。高温期の播種は遮光資材を、低温期の播種は保温資材を利用すること」と助言しました。

ネギの軟白部分を確保する土寄せは、1回のかさ上げ量は5〜7センチとし、計画的に土寄せをすることで、太さを確保し、軟白部を伸ばすと解説しました。

県西部農業事務所の大塚主任が、秋冬ネギ栽培の注意として「高温期の土寄せは軟腐病になりやすい。また、

多肥は軟腐病の発生を助長する。高温時期に土寄せを行う場合は薬剤散布も合わせておこなうこと」と指導しました。

2023年の管内の長ネギ生産は、24人の生産者が103トアウトしました。J A では、周年栽培が可能なネギを振興作物とし、作付面積の拡大を図っています。



栽培の要点を学ぶ生産者

高崎北支店が

営業開始

JAたかさきでは1月29日、高崎北支店（筑縄町）が業務開始となりました。

JAたかさきが進める支店等再編計画の一環で、六郷地区・長野地区・西部地区・中川地区の一部機能を移行した店舗としてスタートしました。西部支店、中川支店は業務特化支店として営業します。

ご利用、ご来店をお待ちしております。



営業を開始した高崎北支店

納付期限を前に

JAたかさきは1月9日に中川支店、12日八幡支店、15日に本店にて、青色申告専従者給与の源泉徴収事務相談会を開催しました。52人の青色申告会会員が事務相談に訪れました。

相談会は、青色申告書で専従者給与を支払う農業者が源泉徴収義務者となるため、税務署への納付期限を前に毎年開催しています。



熱心に対応する職員

梨防除暦と病害虫防除を学ぶ

JAたかさき梨生産部会は1月19日、JA西部支店で梨防除暦講習会を開きました。生産者と関係者11人が参加し、適切な病害虫防除を目的に、防除暦や防除対策について学びました。

防除暦の変更点をJA全農ぐんま肥料農薬課の佐藤さんが説明しました。適用内容の変更になる場合があるので農薬散布前には必ずラベルを読み、記載の通りに使用するよう呼びかけました。参加者は防除の徹底と良質な梨の生産に向け、熱心に耳を傾けました。

同農業事務所の狩野補佐がカイガラムシ防除を説明。「剪定などの作業もあるが、早めに農薬散布することが大切」と話し、効果の高い農薬の混用方法を伝えました。また、病害虫防除の効果を高める対策として、越冬病害虫の防除は必ず実施すること。病害虫の発生状況を把握し、適切な時期に散布するよう注意を促しました。

同農業事務所の狩野補佐がカイガラムシ防除を説明。「剪定などの作業もあるが、早めに農薬散布することが大切」と話し、効果の高い農薬の混用方法を伝えました。また、病害虫防除の効果を高める対策として、越冬病害虫の防除は必ず実施すること。病害虫の発生状況を把握し、適切な時期に散布するよう注意を促しました。



防除の要点を学ぶ参加者

1等Aランク麦目指し

麦中期の栽培管理を学ぶ

JAたかさきは1月18日、JA本店で麦中期栽培講習会を開き、生産者53人が参加しました。西部農業事務所普及指導課の北爪主幹が、1等Aランク麦の生産に向けた栽培管理を説明。排水対策、適期の麦踏み、雑草防除、適期の追肥、赤かび病防除、適期収穫のポイントを解説しました。

要と指摘。必ず薬剤を散布することや、小麦と大麦では防除適期が異なることに注意を促しました。管内の2023年産麦は17人の認定農業者と5法人が525畝を作付けしました。JAでは、1等Aランク麦の生産を目指し、播種前と生育中期に栽培講習会を実施しています。

北爪主幹は「暖冬で麦の生育が早まっている。徒長を抑えるために例年より1〜2回多く麦踏みをする。麦踏みは生育をコントロールし、耐寒性や耐倒伏性を高める。生育状況を見ながら適期に行うことが重要」と強調しました。

赤かび病については、かび毒の検出が暫定基準値を超えた場合、自主的な出荷停止となるため、厳重な注意が必



麦の栽培管理を学ぶ生産者

(株)キノコ・輪大が知事賞受賞

群馬県、JA全農群馬県本部、群馬県きのこ振興協議会は1月23、24の両日、県庁1階県民ホールで、「第27回群馬県きのこ品評会」を開催しました。

マイタケ部門で(株)キノコ・輪大（わーど）が最高賞の知事賞、生シイタケの部で今井隆さんが品評会長賞を受賞しました。

この品評会は、県産きのこの栽培技術や品質の一層の向上、きのこ産業の振興、きのこの消費拡大を目的に毎年開催されています。

県内の生産者が丹精込めて作った生シイタケ106点やマイタケ47点、ナメコ9点など6部門に174点が出品されました。審査員が、それぞれ形状や色合い、鮮度、水分の含有量などを基準に審査を行いました。

24日には、表彰式と出品されたきのこの即売が行われました。



県内のキノコ174点が出品



知事賞を受賞した(株)キノコ・輪大のマイタケ



開発相談課から

JAたかさきの安心・満足リフォーム

外 構

- ブロック・フェンス
- インターロッキング
- 土間コンクリート他

造 園

- 植木の手入れ
- 庭造り他

エクステリア

- カーポート
- 物置・サンルーム他

防 犯

- センサーカメラ・防犯灯
- ID電気錠他

床下工事

- ソーラー床下換気扇
- 床下調整・活性炭木炭工事他

玄 関

- 玄関
- 玄関手洗い場

防 水

- ベランダ
- FRP
- ウレタン防水他

サッシ

- 交換工事
- アミ戸
- ガラス交換他

板 金

- 樋
- 破風板鉄板巻き
- 流し前ステンレス他

外 壁

- サイディング
- モルタル・塗装他

JAだから
安心ね♪



設 置

- 太陽光発電
- 住宅用エレベーター他

電気工事

- テレビ・アンテナ
- 照明器具
- コンセント・スイッチの増設他

屋根工事

- 瓦
- 雪止メ
- コロニアル
- 板金他

塗 装

- 屋根
- 外壁
- 家具他

住 設

- FF・石油・ガスヒーター
- 床暖房工事
- ユニットバス
- 洗面化粧台
- 台所・システムキッチン
- 便器・蛇口交換工事他

内 装

- クロス貼り替え
- 障子・襖貼り替え
- タタミ表替え
- カーテンレール・カーテン
- 和室左官壁塗り替え
- 床クッションフロアー他

木 工 事

- 床フローアー張り替え
- バリアフリー
- 階段手すり取り付け
- 和室→洋室
- 平屋→2階 ●2階→平屋
- 増築
- 介護工事他



日々の暮らしで未来をチェンジ！ エシカル消費

「エシカル消費」とは、人や社会、環境、地域などのことを考えた倫理的（エシカル）な消費行動のこと。
私たちの身近なところから良い未来をつくる取り組みが始まっています。

イラスト：小林裕美子

エシカル消費って何だろう

私たちは暮らしの中で、ものを買ったり、食べたり、使ったり、何かを消費しながら生活しています。さて、買い物で何をかうか迷ったとき、価格、品質、安全性の他に、それがどのようにして作られたかといった背景や、買い物をすることで世の中にどんな影響を与えるか、考えたことはありませんか。

エシカルとは「倫理的」という意味で、「人や社会、環境に配慮した消費行動」をエシカル消費といいます。ちよつと難しく思えるかもしれませんが、自分のことだけでなく、自分以外の人や社会、環境のことを、少しでも考えて暮らすことがエシカル消費につながります。「この商品はどこで誰がどのようにして作ったのかな」「地産地消を心がけた方が、地元の活性化や雇用創出につながるんじゃないかな」など、普段の買い物で手軽に取り組めるエシカル消費はいろいろあります。

エシカル消費が目指す未来

「買い物は未来への投票」といわれます。エシカル消費を意識することは、環境保全や社会的弱者を支援するなどの取り組みに賛成するという意識表示にもなります。一人一人の力は小さいかもしれませんが、それらが積み重なっていくことで世の中を良い方向に変えていくことを目指しています。

エシカルという考え方は、安心・安全、品質、価格に次ぐ消費の新たな物差しといわれています。環境破壊や貧富の格差など、多くの問題を引き起こしてきたといわれている経済最優先の消費行動ではなく、「途上国の生産者につらい思いをさせていないかな」「環境破壊につながっていないかな」などと考えることが、その第一歩です。持続可能な社会の実現に向けて、できることから無理のない範囲でエシカル消費を取り入れてみてはいかがでしょうか。

エシカル消費に関連したSDGsゴール

■ 飢餓をゼロに

飢えをなくし、だれもが栄養のある食料を十分に手に入れられるよう、地球の環境を守り続けながら農業を進めよう

■ 質の高い教育をみんなに

だれもが公平に、良い教育を受けられるように、また一生に渡って学習できる機会を広めよう

■ 働きがいも経済成長も

みんなの生活を良くする安定した経済成長を進め、だれもが人間らしく生産的な仕事ができる社会をつくらう

■ つくる責任 つかう責任

生産者も消費者も、地球の環境と人々の健康を守るよう、責任ある行動をとらう

■ 海の豊かさを守ろう

海の資源を守り、大切に使う

■ 平和と公正をすべての人に

平和でだれもが受け入れられ、すべての人が法や制度で守られる社会をつくらう

■ すべての人に健康と福祉を

だれもが健康で幸せな生活を送れるようにしよう

■ 安全な水とトイレを世界中に

だれもが安全な水とトイレを利用できるようにし、自分たちでずっと管理していけるようにしよう

■ 人や国の不平等をなくそう

世界中から不平等を減らそう

■ 気候変動に具体的な対策を

気候変動から地球を守るために、今すぐ行動を起こそう

■ 陸の豊かさを守ろう

陸の豊かさを守り、砂漠化を防いで、多様な生物が生きられるように大切に使う

■ パートナリシップで目標を達成しよう

世界のすべての人がみんなで協力しあい、これらの目標を達成しよう

エシカル消費とSDGs

SDGsは2015年に国連サミットで採択された、世界共通の持続可能な開発目標で、30年を目標に17のゴール、169のターゲットが定められています。エシカル消費は、その多くの目標達成に深く関わっています。

エシカル消費に取り組むことで、SDGsが定めている「人・社会」「環境」「地域」の3分野の目標達成に貢献するといわれています。

【人・社会】社会的に立場の弱い人々を低賃金で働かせないことや、児童労働などを助長させないこと。助けが必要な人を支援すること。

【環境】水質汚染や天然資源の使い過ぎなど、自然環境を損なわないこと。自然環境を良くすること。

【地域】地産地消や応援消費などで、地域社会や地域経済を損なわず、地域社会や地域経済を応援すること。

一人一人がエシカル消費を意識することが大切です。

公益財団法人 日本ユニセフ協会ホームページ「SDGs CLUB」より



やってみよう!

今からでもすぐにできる エシカル消費

買い物でできること

- ▶ **リサイクル素材の商品を購入する**
廃棄物を減らせるので環境負荷や CO₂ 排出量を削減できます。
- ▶ **地元や被災地の産品を購入する**
生産者や被災地支援になる上、輸送に伴う CO₂ 排出量を減らせます。
- ▶ **商品棚の手前取りをする**
消費期限が近づいた商品を選ぶと、食品ロスを削減できます。
- ▶ **福祉作業所で作られた製品を購入する**
障がいのある人への支援と自立への後押しになります。
- ▶ **フェアトレード商品*を購入する**
貧困のない公正な社会をつくるための助けになります。
*開発途上国の製品を適正な価格で継続的に購入することにより、現地の人々の生活を支援すること。
- ▶ **寄付付き商品を選ぶ**
支払う代金の一部が寄付に回るため、手軽に社会貢献ができます。
- ▶ **再生エネルギー比率の高い電力プランに切り替える**
エネルギー自給率を高め、CO₂ 排出量削減に貢献できます。



買い物以外でできること



- ▶ **食べ残しを減らす**
食品ロスを削減し、廃棄に伴う環境負荷を軽減できます。
飲食店での食べ残しは持ち帰るか頼んでみましょう。
- ▶ **マイバッグ、マイボトル持参**
海洋汚染問題につながるプラスチックごみを削減できます。
- ▶ **3R(リユース、リデュース、リサイクル)を心がける**
ごみ焼却や埋め立てに伴う環境負荷やエネルギー消費を減らせます。
- ▶ **省エネや節電を心がける**
無駄なエネルギー消費を抑えられるので、CO₂ 排出量も削減できます。

認証ラベルを探してみよう!

買い物をするときは、以下のようなラベルが商品に付いているかを
目安にすると、エシカル消費につながります。

エコマーク

生産から廃棄にわたって環境への負荷が少ない商品やサービスに付けられています。



MSC「海のエコラベル」

水産資源や環境に配慮した、持続可能な漁業で獲られた水産物の証。鮮魚や水産加工品に付けられています。

有機JASマーク

化学肥料・農薬などに頼らずに生産された農産物、加工食品に付けられています。



国際フェアトレード認証ラベル

生産者への適正な価格の支払い、労働環境保護、農薬使用規制などの基準をクリアした商品に付けられています。

参考資料 消費者庁ホームページ「エシカル消費とは」

『身近でできるSDGs エシカル消費①エシカル消費ってなに?』三輪昭子著・山本良一監修(さ・え・ら書房)、『エシカル革命〜新しい幸せのものをたずさえて〜』末吉里花著(山川出版社)



農作業事故防止のポイント

全国で発生する農作業による死亡事故件数は、年間300件程度発生しています。10万人当たり死亡事故件数でみると、全産業平均の13倍と言われている。(図1)

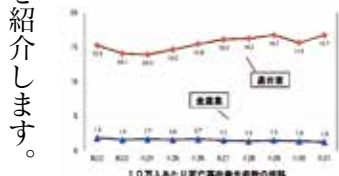
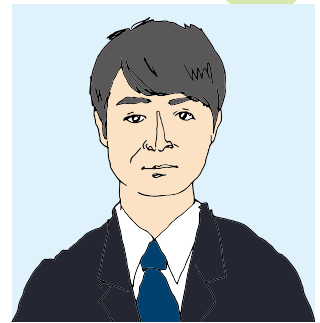


図1：10万人あたりの死亡事故推移
出典：農研機構ホームページより



西部農業事務所
普及指導課

農畜産指導係 横堀 卓人

◆危険箇所の確認と対応策

①堀、側溝、土手、草の茂った場所、路肩の軟弱箇所など、転落・転倒の可能性がある危険箇所は事前に確認してください。その後、具体的な対応策（修繕や補強等）を検討し、対策が出来る場合は、草刈りの実施や目印の設置など、危険箇所を一目で分かるようにしましょう。

◆移動や坂道等での事故防止

①移動や道路走行時には、必ず左右のブレーキペダルを連結しましょう(図2)。片ブレーキでは、急旋回による転倒や交通事故を起こす恐れがあります。また、前輪倍速装置やデフロック、4輪駆動なども解除しましょう。

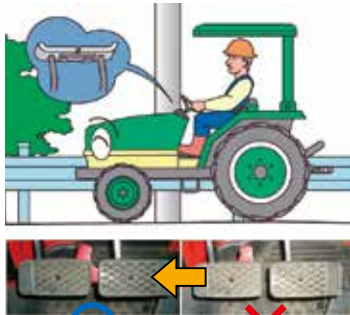


図2：道路走行時の左右ブレーキ連結
出典：農研機構ホームページより

②は場への出入り、畦畔越えの時は速度を落とし、溝や畦に対して直角に走行しましょう。斜めに渡ると転倒する危険があります。

③坂道や傾斜地での急旋回は、大変危険です。必ず、旋回する前に速度を落としましょう。

◆安全フレーム・安全キャブが装着されたものを使用し、シートベルト・ヘルメットを装着

乗用型トラクターによる死亡事故の主な原因は、トラクターの転落・転倒に伴う下敷きによるものです。万が一に備え、身を守る手段として、現時点では安全フレーム・安全キャブの装着が最も有効です。

安全フレーム・安全キャブの装着で、死亡事故割合が8分の1以下になったという報告もあります。加えて、安全域に留まるためにもシートベルト、ヘルメットの装着を徹底しましょう。



●転落・転倒時に、安全キャブ・フレームは安全域を確保してくれます。
●安全域にとどまるためには、シートベルトの着用が必要です。
出典：農林水産省ホームページより

◆作業内容の共有と連絡手段の準備

農作業事故では、単独で作業を行っていたため、事故の発見

が遅れるケースが発生しています。やむを得ず一人で作業に出かける場合は、行き先や作業内容、帰宅時間を家族に伝えるとともに、携帯電話などの連絡手段を準備しましょう。

農作業事故は、油断や焦りが背景となつて発生するケースが多いです。日頃から危険箇所を認識し、対策を実施するとともに、焦らずに落ち着いて農作業を行うよう意識しましょう。

◆トピックス◆

「作業機を装着したトラクターの公道走行について」

トラクターに作業機を装着した状態で公道を走るためには、次のチェックポイントを確認しましょう。

- ①灯火器類（灯火器類が見えていなければならない）
- ②車両幅（1・7m超は標識や反射機の設置義務、2・5m超は特殊車両通行の許可が必要）
- ③運行速度（トラクターと作業機の組合せによる安定性確認が必要）
- ④運転免許（車両幅が1・7m超の場合や、最高速度が15kmを超える場合は「大型特殊免許」が必要）

※詳細は農林水産省ホームページ等で確認ください。

あなたもチャレンジ！
家庭菜園

小玉スイカ 甘みが強く手頃な大きさ

園芸研究家 ● 成松 次郎

図1 加温育苗

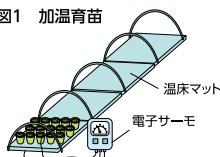


図2 畑の準備

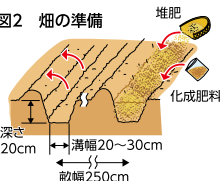


図3 植え付け

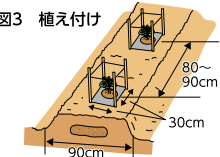


図4 整枝

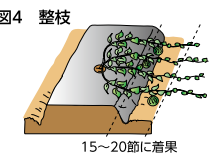


図5 収穫



イラスト：小川裕美子

栽培カレンダー (小玉スイカ)

	3	4	5	6	7	8
冷涼地						
中間地						
暖地						

● 種まき ● 育苗 ● 植え付け ▲ 生育 ■ 収穫

「畑の準備」植え付け2週間前までに1平方m当たり100g程度の苦土石灰を散布し、土とよく混ぜておきます。次に、畝幅250cm、

「種まき」温床マットなどで25℃30度に加温したトンネル内(図1)で培養土を詰めた9cmポリポットに3粒ずつ種をまきます。本葉が出始めた頃には夜温15℃20度に下げます。その後、良い苗を残し間引いて1本にし、本葉4、5枚の苗にまで育てます。

「整枝・敷きわら・追肥」本葉5、6枚で摘心し、強い子づる4本を伸ばします。つるが伸びていく場所にわらやつるが絡むシートを敷き、つるを片方に振り向けて重ならないように配置します(図4)。つるの長さが50cm程度と果実が卵大程度

のとき、1株当たり化成肥料50g程度をつる先に散布します。

「人工交配・摘果」強い子づる3本に着果させるため、

「植え付けと保温」風の強い暖かい日に、深植えにならないよう株間80×90cmに植え付けます。植え付け後は保温と風よけのために、ビニールで30cm角の「あんどん」やドーム状のホットキャップをかぶせます(図3)。あんどんの中が茎葉でいっぱいになったら取り外します。

「病害虫の防除」茎葉が日中しおれ、茎が割れるつる割れ病には、接ぎ木苗を使います。うどんこ病、アブラムシ、ハダニなどが発生したら登録農薬で防除します。

「収穫」小玉スイカは開花後(交配後)35〜40日で熟してきます。収穫適期は、①巻きひげが枯れている②果実の尻が張り光沢が出ている③果実の尻の部分がへこみ、指で押すと弾力を感じる④地面に付く果皮が濃黄色となるなどでも判断できます(図5)。

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

親づるから数えて15〜20節目の雌花全てに交配します。早朝(9時ごろまで)に雄花を切り取り、花粉を雌花の柱頭になすり付けます。このとき、交配した雌花の近くに交配日を記したラベルを付け、収穫適期の目印にします。果実がこぶし大のときに変形果を摘果し、各つる1果(計3果)取りを原則とします。

「病害虫の防除」茎葉が日中しおれ、茎が割れるつる割れ病には、接ぎ木苗を使います。うどんこ病、アブラムシ、ハダニなどが発生したら登録農薬で防除します。

「収穫」小玉スイカは開花後(交配後)35〜40日で熟してきます。収穫適期は、①巻きひげが枯れている②果実の尻が張り光沢が出ている③果実の尻の部分がへこみ、指で押すと弾力を感じる④地面に付く果皮が濃黄色となるなどでも判断できます(図5)。

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

親づるから数えて15〜20節目の雌花全てに交配します。早朝(9時ごろまで)に雄花を切り取り、花粉を雌花の柱頭になすり付けます。このとき、交配した雌花の近くに交配日を記したラベルを付け、収穫適期の目印にします。果実がこぶし大のときに変形果を摘果し、各つる1果(計3果)取りを原則とします。



お天気カレンダー

気象予報士 ● 檜山 靖洋

五感で春を

日本は季節の変化が豊かな国です。季節の移り変わりを体全体で楽しむことができます。

春になると、昼間は太陽の光が強くなってくるのを感じます。朝、明るくなる時間もどんどん早くなり、夕暮れの時間も遅くなります。耳に届くのは、ウグイスやヒバリなどの鳥のさえずりです。おひたしや天ぷらにしたナバナのかすかな苦みは春の味覚です。窓を開けて手を伸ばせば、ピーンと張り詰めた冷たい冬の空気が緩んだような感触があります。次々と花が咲きだし、どこからともなく花の香りが漂います。五感で春を堪能したいですね。

でも、花粉症の方は、視覚、聴覚、味覚くらいにしておきたいところです。外で大きく空気を吸い込むと、花粉症の症状がひどくなってしまうので気を付けましょう。服に付いた花粉もよく払い落としましょう。花粉症の症状も、五感で感じる春の一つでしょうか。



イラスト：服部新一郎





食べ物で紫外線対策

紫外線量が増え始める春からしっかりと対策を行うことが美しい肌への近道です。日焼け止めクリームなどの紫外線対策は必須ですが、普段の食事を意識し内側からケアをするとさらに美しい肌になれるでしょう。今回は、春の紫外線対策にお薦めの栄養素を三つお伝えします。

■ ビタミンA

ニンジンなどの緑黄色野菜、レバーなどに含まれるビタミンAには、紫外線でダメージを受けた肌を修復する働きがあります。ビタミンAは、抗酸化作用があるため美肌づくりには欠かせない栄養素です。緑黄色野菜に含まれるベータカロテンは、体内で必要に応じてビタミンAに変わります。油と一緒に取ると吸収がされやすくなるため、炒め物にしたり、ドレッシングをかけると良いでしょう。今が旬の、甘くてジューシーな春ニンジンにマヨネーズを付けて食べるのもお勧めです。

■ ビタミンC

野菜、イチゴなどの果物に含まれるビタミンCには、染みのもとになるメラニンの生成を抑える働きがあります。染みを防ぐには、食事からビタミンC

を取り、メラニンが過剰に作られないことが重要ですが、ビタミンCは、体内に蓄えられないため、小まめに取りるようにしましょう。しかし、余剰分は尿中に排出されるため、一度に過剰に取るのは控えてください。間食や食後のおやつに果物を食べると手軽にビタミンCが取れます。

■ ビタミンE

ゴマ、ナッツなどに含まれるビタミンEには、血行を促進し、肌の代謝を高める働きがあります。肌の代謝が高まると染みのもとになるメラニンの排出が促されるため、紫外線対策には、ビタミンEは欠かせない栄養素です。ビタミンCと一緒に取ると抗酸化作用が高まるのでサラダにナッツをトッピングして食べると良いでしょう。

食べ物で紫外線から肌を守り、美しい肌を保ちたいですね。



イラスト：宮下めい子

野菜もの知り百科

土壤医●藤巻 久志

ハウレンソウ (ヒユ科ハウレンソウ属)

国内で栽培されているハウレンソウは、1970年代初頭まで固定種のとげが付いた針種の東洋種でした。とげが指に刺さるととても痛く、種まきには苦労しました。今はほとんどが西洋種と東洋種を掛け合わせた丸種のF1（交配種）です。

ハウレンソウの原産地は中央アジアで、初めて栽培されたのはペルシャ（現イラン）といわれています。ハウレンソウは漢字で「菠薐草」と書き、「菠薐」は中国語でベルシャのことです。日本へは17世紀にシルクロード経由で、葉に切れ込みのある剣葉の東洋種が伝わりました。

西洋種はオランダで改良が進み、主に丸葉でとげのない丸種の品種になり、19世紀には米国に伝わりました。日本には明治時代に導入されましたが、土臭いためおひたしやみそ汁の具には向かず、バター炒めなどに利用されました。

ハウレンソウは風媒花の雌雄異株植物で、雌花しか咲かない雌株と、

雄花しか咲かない雄株が出現します。F1は、とう立ちが遅く病気に強い西洋種を雌親に、品質の良い東洋種を雄親にします。雌親品種に出る雄株は花が咲く前に抜き取ります。F1は両親の良いところ取りで、病気に強く品質の良い、種まきしやすい丸種になります。

ハウレンソウは冷涼な気候を好み、長日になるととう立ちするので、夏の栽培はとて難しい野菜でした。しかし、80年代になると品種改良とコールドチェーン（低温流通）の発達により、周年店頭に並ぶようになりました。生育が早く年に10回以上も収穫できる水耕栽培や、寒さに合わせて葉を肉厚にして甘くする寒締め栽培も増えていきます。

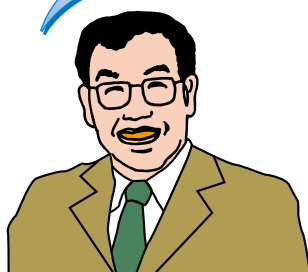
ハウレンソウは草丈25cm前後で流通していますが、実際には35cm以上になったものの方がおいしいです。根は1m以上にも伸び、葉は成熟すると各種の栄養成分が濃くなります。外食産業では大きいハウレンソウをソテーなどにしています。



イラスト：吉田静佳



お答えします



小林先生

Question

女性は婚姻解消後100日経過しないと再婚できないとされていましたが、この規定が4月から廃止されるとのことです。4月以降は、父子関係の規律はどうなるのですか？

令和四年一二月に民法の一部が改正され、女性の再婚禁止期間が撤廃されることになり、令和六年四月一日から施行されます。戦後の民法改正時点では、女性の再婚禁止期間は六か月とされていました。平成二十七年二月六日の最高裁判決により、百日を超える部分は、合理的な

理由がなく、憲法に違反するとされました。この判決を受け、再婚禁止期間は、翌年六か月から百日に短縮されました。「女が婚姻中に懐胎した子は、夫の子と推定し、婚姻後二百日経過後、婚姻解消から三百日以内に生まれた子は、婚姻中に懐胎したものと推定する」規定があります（従前推定規定）。そこで、嫡出推定が重複することを避けるため女性については、再婚まで百日待つことが必要であるというものです。離婚紛争が長引き、離婚が成立する以前に、新たな男性と巡りあい、その男性との間で、子供が生まれることも起こりえます。この場合でも、従前推定規定のままでは、離婚を争っている夫の子としてしか、出生届けが受理されず、これを嫌って出生届けをせず、その結果、戸籍のない子の出現という問題が生じました。近時医学は発達しており、親子関係の判定はDNA鑑定等の手法によ

り判別が十分に可能となっており、女性のみに再婚禁止期間を設ける理由がありません。そこで、従前推定規定に加え、「女が懐胎したときから二以上の婚姻をしていたときは、その子は、その出生の直近の婚姻による夫の子と推定する」規定を新たに設けました。また、従前は、夫だけから嫡出を否認できる仕組みになっており、子や母親から、嫡出を否認することはできませんでした。戦前では、妻が他の男性と性交渉をもつことは姦通罪として刑事上の犯罪とされており、妻から姦通罪を自白することはもとより、子から母親の姦通罪を暴くこともはばかれるという考えもあったと思われます。姦通罪は廃止されましたが、家父長制度を反映し父親の意思により父子関係が規律されていました。今回の法改正では、子や母親からも嫡出を否認することができるようになりました。嫡出否認の訴えを提起で

きる期間も三年間に延長されました。また、従前推定規定で嫡出推定が及ぶ前夫からも、子と父親とされた者を相手として、嫡出否認の訴えを提起することができますようになっております。さらに経過措置として、改正法施行前に生まれた子供についても、子や母親から法施行後一年間に限り、嫡出否認の訴えを提起して、血縁上の父親でない者が子の父親と推定されている状態を解消することが可能とされています。

国債のご案内

- 中期利付国債（5年）
入札日 令和6年3月12日(火)
- 中期利付国債（2年）
入札日 令和6年3月29日(金)
- 長期利付国債（10年）
入札日 令和6年4月2日(火)

利率、募集期間、その他詳しくは
本支店窓口にお問い合わせ下さい。



—西部地区—

いにしえの時代を伝える観音塚古墳



群馬八幡駅から徒歩約25分ほどのところに、いにしえの歴史が息づく八幡古墳

群があります。その中でも、観音塚古墳は6世紀末に造られたとされている

前方後円墳であり、「群馬の石舞台」として知られる巨大な石室が特徴です。

その規模は日本を代表する巨大石室の一つであり、注目されるのは使用されている自然石の巨大さで、最大重量55tにも及びます。

昭和20年3月10日、戦火が激しさを増す中、近隣住民が防空壕を掘っていた際に副葬品が発見されました。銅製容器、鏡、馬具、装身具など30種の副葬品は、当時の人々を驚かせました。

戦後の昭和23年に史跡「観音塚古墳」として国指定され、その後、昭和36年に出土品も国の重要文化財に指定されました。

昭和63年、高崎市観音塚考古資料館が開設され貴重な副葬品を鑑賞することができます。近隣にお越しの際はぜひ訪れてみてはいかがでしょうか。

(西部支店通信員)

営農部からお知らせ

春まき野菜栽培講習会の開催

日時 3月18日(月) 午後1時30分

場所 J A たかさき本店2階 多目的研修室



経済部 から

新茶ご予約 受付承ります

組合員・利用者みなさまへ

アンケート回答で豪華景品が当たる!!
どなたでも応募可能です

応募方法
左記二次元コードから、エーコープマーク商品コミュニティ「Aむすび」へアクセスし、会員登録の上、アンケートの回答をもって応募完了となります。

抽選について
当選発表は抽選の結果をもってさせていただきます。
賞品の発送は2024年3月半を予定しています。

抽選景品の概要について
お問合わせ先は、景品の抽選・発送の担当、記入事項のない宛先宛の専用メールボックスです。

景品内容

A	旅行券10万円相当 3名
B	JAタウンギフト券1万円相当 GIFT CARD ¥10,000 30名
C	農協全国商品券5,000円相当 140名
D	エーコープ銘茶宝茶 7g×3割 1000名

新茶 70周年 エーコープ銘茶 プレゼントキャンペーン

応募期間 令和6年6月30日まで

ご存知ですか? /

お茶の味は
お湯の温度で
変わります

暑いお茶が苦手な方 冷ましたお湯で

緑茶の渋み成分であるカテキンは80℃以上で、旨み成分のアミノ酸は50℃以上で溶け出しやすくなるという性質があります。暑いお茶が好みの方やお茶の渋みをしっかり取りたいという方は、80℃以上の熱いお湯で淹れるのがおすすめです。一方、渋みを抑えたいお茶には、熱湯を茶葉に直接注ぎ、お湯を落しきり冷ましてから淹れるのがオススメです。また、氷出しや氷出しでも美味しく召し上がれます。

エーコープ銘茶って、どんなお茶?

JAグループが長年にわたって育んできた「美味・安心・お買い得」自慢の緑茶ブランドです

美味の理由 - 成分充実した生葉 - 伝統と熟練の技術 - 新鮮な真空パック 高く乾かした生葉を使い、まろやかな風味を引き出す蒸気乾燥の工程と、さわやかな香りを出す焙煎製造のお茶を精選した茶でブレンドしています。真空・高圧ガス殺菌処理により、組合員・利用者の皆様へ購入後に開封されるまで、新鮮さを保ちます。	安心の理由 - 残留農薬定期検査 - 国際品質保証モデル - トレーサビリティ - GAPへの取組 安全性の確保と自然な風味の保持のため定期検査を行い、全工場での厳格な品質管理を徹底してISO9001の認証を取得しています。安全な農作物の栽培を行うためGAP認証取得を推進し、トレーサビリティにより茶葉から仕上げ茶までの生産履歴の追跡が可能です。	お買い得の理由 - 結集メリット発揮 - 製造コストの削減 - 流通コストの削減 組合員・利用者の皆様の結果により、多くの節約・製造が可能となり、良質な原料を安定して購入できます。最先端のコンピューターシステムや高性能ロボットを導入し、大規模な生産力によるコスト削減を実現しました。また、物流と製造の連携を強化し、流通コストを大幅に削減しました。
--	---	--

全 国 JA | JA全農グループ 100% ハラダ製茶株式会社



ご注文は 各支店窓口 まで

〈お問合せ先〉
JAたかさき経済企画課
TEL027-352-1159



経済部 から

J A たかさき農産物直売所
春の ギル米四季菜館にて
お彼岸セール！開催！
期間：3月14日（木）～16日（土）

お彼岸用
切り花、おはぎ、果物
 豊富に取り揃えて
おります！！

直売所にて
J Aカード利用で
5%おトク！

十文字ミート お肉各種
2 割引き

うれっ娘トマト
 各種取り揃えております！

経済部 開発相談課から

無料法律相談日

《日 時》
 ● 3月8日（金） 午後1時30分
 ● 3月22日（金） 午後1時30分
 ● 4月12日（金） 午後1時30分
 ● 4月26日（金） 午後1時30分

《場 所》
 本店相談室

《弁護士》
 ● ゆうあい総合法律事務所
 ・ 弁護士 小林 優 公

無料税務相談日

《日 時》
 ● 3月22日（金） 午後2時
 ● 4月19日（金） 午後2時

《場 所》
 本店相談室

《税理士》
 ● 千川会計事務所
 ・ 税理士 千川 芳 男

《予約・問合せ》
 経済部 開発相談課
 ※どちらのご相談に関しても予め
 電話予約をお願いいたします。
 TEL 352-5292

金融共済部 推進課から

年金無料相談会

「年金」について、疑問はありませんか？

年金の専門家（社会保険労務士）を招いて
個別に相談を承ります。

開催店舗

3月16日（土） 滝川支店

☎027-352-4433

開催時間 9：00～12：00

開催店舗

4月20日（土） 高崎北支店

☎027-361-2913

六郷地区 開催時間 9：00～12：00

長野地区 開催時間 13：30～16：30



組合員みなさま、全員が応募出来ます。

今月の問題

出題●ニコリ

■二重枠に入った数字の合計はいくつ？

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

ルール

- (1) 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。
- (2) タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つつ入ります。

応募のお知らせ

◆応募方法

E-MAIL・FAX・郵便ハガキのいずれかの方法でご応募下さい。

必要事項(答え、住所、氏名、電話番号)を記入の上、下記あて先までお送り下さい。正解者の中から抽選で5名のみさんに、**JAオリジナル「高崎うどん」**をプレゼントします。JAや本誌に対するご意見・ご感想をお待ちしております。

◆あて先

(E-MAIL) homepage@takasaki.jagunma.net
(FAX) 027-352-7104
(ハガキ) 〒370-0018 高崎市新保町1482
JAたかさき「JAだより頭の体操」係

◆締め切りと正解者発表

3月15日の消印まで有効とし、正解者発表は4月号に掲載予定です。

【個人情報取扱】

ご応募戴いたE-MAIL・FAX・ハガキは、抽選と商品発送以外の目的には使用いたしません。

◆ 2月号の当選者 おめでとうございます ◆

南新波町 阿久津町
紋谷 直美 様 川鍋 和代 様
日高町 木部町
湯浅 直美 様 森井 玲子 様
南大類町
新井 正一 様 (今月の応募数25通)

先月号の答え ABCDE シユプール

1	フ	ユ	ビ	14	ト	ル	コ
2	キ	キ	ス	キ	ー		
3	ノ	ミ	モ	ノ	ト	シ	
4	ウ	マ	チ	ク	ユ		
5	ツ	イ	ン	ワ	セ		
6	ア	フ	リ	カ	シ	ツ	

毎回多数の応募を頂いております

「JAだより頭の体操」の賞品は、JAオリジナル商品「高崎うどん」を毎回抽選で5名の皆様にお贈りします。高崎産小麦100%のこだわりのうどんを是非御賞味下さい。(尚、当選者には引換券をお送りしますので、お近くの「グル米四季菜館」でお取換え願います。)



理事会だより

2月27日(火)開催
議事

- 第1号議案 令和6年度内部監査計画について
- 第2号議案 令和5年度1月末決算結果について
- 第3号議案 令和6年度総合損益計画・修正5ヶ年計画について
- 第4号議案 令和5年度決算方針について
- 第5号議案 人事規程及び職制規程の一部変更について
- 第6号議案 資産査定の結果及び個別引当金の繰入れについて
- 第7号議案 ログラムについて
- 第8号議案 令和6年度利用者保護等管理計画について
- 第9号議案 令和6年度余剰金運用について
- 第10号議案 令和6年度第1四半期余剰金運用計画残高及び運用方針について
- 第11号議案 令和6年度信用供与の限度(自己資本確定前)について
- 第12号議案 令和6年度貸付金利率の最高限度について
- 第13号議案 令和6年度借入金の最高限度額について
- 第14号議案 給与規程の一部変更について
- 第15号議案 (株)JAファームたかさき令和6年度計画について
- 第16号議案 経営実績の月例検討について



寒さの中にも、少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになりました。3月といえば新たな出会いと別れの季節でもあります。新生活に向けて期待と不安の中、準備を進めている人も多いのではないのでしょうか。JAも3月より新年度を迎えました。組合員・地域の利用者さまから信頼され、満足していただけるJAを目指し、役員一丸となって取り組んで参ります。

不動産経営と趣味を両立

孫の笑顔が元気の源

—中尾町 金井敏美さん・宏子さんご夫妻—



今回は、中尾町にお住まいの金井敏美さん・宏子さんご夫婦をご紹介します。

金井さんは土地の有効活用としてアパートや店舗などの不動産経営をされており、現在、JAたかさき高崎中央支店 新高尾支部 資産部会の支部長としてもご活躍されています。

また、ご夫婦で自宅の庭や近くの畑で、たくさん季節の野菜を育てており、その収穫した野菜をお子さんと知人、アパートの方に配り喜ばれているそうです。

そんなお二人の趣味は、登山やウォーキングであり、登山に関しては昔から数多くの山々を登り足腰を鍛えてきたそうです。

他にも敏美さんは、お寺の要職を長年にわたり務め、広報誌の作成もしておられます。また、奥様の宏子さんは書道にコーラス、お花と沢山の趣味を嗜んでおられます。

お二人はこれからも、温泉や旅行、登山を楽しんでいきたいとのことでした。

また現在、小学生のお孫さんの成長も楽しみだと笑顔で話して下さいました。

これからも健康に留意され、益々の活躍を期待しております。

(高崎中央支店通信員)



永井 智一
(ながい・ともかず)
茨城県笠間市にある「天晴（旧キッチン晴人）」オーナーシェフ

スペアリブと新ジャガのカレー煮

シェフ永井のおすすめ



作り方
① 鍋にたっぷりの水とシヨウガ、ネギを入れ、スペアリブを軟らかくなるまで下ゆをする。新ジャガは皮をむきラップにくるんで電子レンジ（600W）で竹串が通るくらいまで3分程度加熱し、8等分に切る。スナップエンドウはゆで、ニンニクはつぶしておく。
② フライパンにサラダ油を熱し、ニンニクとスペアリブを入れる。①のシヨウガ、ネギは香り付けのため使わない。両面に焼き色を付け、新ジャガを入れる。
③ Aを②に入れ強火にかける。たれを絡めながらとろみが付くまで煮込む。
④ 器にスペアリブと新ジャガを取り出して盛り付け、スナップエンドウを飾り、残りのたれをかけて出来上がり。

材料 3人分

スペアリブ	300g
シヨウガ	適宜
ネギ（青い部分）	適宜
新ジャガ	2個
スナップエンドウ	適宜
ニンニク	1片
サラダ油	大さじ1
カレー粉	小さじ1
水	200ml
料理酒	200ml
みりん	100ml
しょうゆ	100ml
砂糖	大さじ1
ローズマリー	1本

A たれ