

夢ある未来へ 人とともに、街とともに、大地とともに…

あつぎ

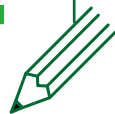
グリーンアート

JAあつぎ情報誌

<https://www.ja-atsugi.or.jp/>

DEC.
2025
vol.248

12



国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます

特集

～「薬食同源」で元気に～ 漢方で心の養生



カミヤト凸凹保育園で依知地区運営委員会が園児と一緒にビオラを定植



冬の風物詩「シクラメン」が最盛



各地区でサツマイモ収穫体験を実施



荻野・清川地区合同で「健康フェア」を開催



農業で地域を支える生産者を紹介

土とともに

先代からの農地を守る
向上心を持って
人に喜ばれる農産物を

厚木市小野
みつほ いさお
三橋 功さん (66)

玉川地区にある約50アールの圃場で露地野菜や果樹、水稲を栽培。収穫の喜びを楽しみながら、年間を通じて農業に勤しんでいます。



ショウガの収穫作業を行う三橋さん

土地柄、畑作における鳥獣被害も多く、定期的な見回りや電気柵の設置など、行政やJAと連携を図りながら対策を進めています。また、近年の猛暑などによる環境変化によって病害虫の発生も多く、効果的な対策を施しながら被害軽減に努めています。

収穫した農産物は、玉川農産物直売所に出荷。森の里地区で月2回行われる朝市「森もり市」では対面販売を行い、消費者との交流を通じて把握したニーズを作付けに生かしています。

米の収穫期には、家族や親戚と新米を楽しむのが恒例行事。今年は初孫が誕生したので、健やかな成長を食の面から支えていきたいと考えています。

三橋さんは「家族や消費者のいいという声や笑顔が活力につながっている。今後も健康第一に、先代から引き継いだ農地で末永く農業を続けていきたい」と話しました。

カボチャやトウガンは、空中栽培を導入しています。通常の栽培でついでに「グランドマーク」がつかないことに加え、均一に日光が当たることで、大きさの均等化や色付きなど、品質の向上につながっています。

工夫凝らして品質向上を

中学校の教員を定年退職後、先代からの農地を守るため、本格的に農業を始めた三橋さん。少量多品目で生産に取り組み、タマネギやハクサイ、ショウガなど約40種類の露地野菜のほか、ウメやカキ、栗などの果樹を栽培しています。現在も試行錯誤を重ねながら、JAの営農指導員の指導を参考に、本や動画も活用しながら知識・技術の習得を図っています。

多様な農産物を生産



JA あつぎ
マスコットキャラクター
ゆめみちゃん



目次

土とともに.....	2
特集.....	4
～「薬食同源」で元気に～ 漢方で心の養生	
グリーンニュース.....	7
葬儀サポートセミナー＆ミニコンサート キャベツ出荷組合 ほか	
あぐりスポット.....	10
夢未市・グリーンセンター かわら版.....	12
税のはなし／無料相談会のお知らせ.....	13
あつぎゆめ散歩／簡単！エクササイズ.....	14
スマイルステーション.....	16
インフォメーション.....	18
今月のレシピ／旬の農産物情報.....	20

JAあつぎ

<https://www.ja-atsugi.or.jp/>

JAあつぎ 検索



Instagram



▲JAあつぎ
公式



▲夢未市



▲グリーン
センター

YouTube



▲JAあつぎ公式
「ゆめみちゃんねる」



▲夢未市

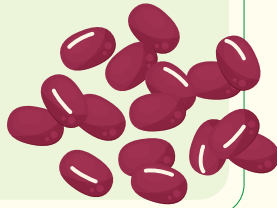
こんな不調があるときは、この食材で養生を

しつこいむくみ

小豆汁で 体内の水分調整

小豆は利尿作用と解毒作用が高く、水分代謝を促すと考えられているので、小豆50gを1Lの水で15分から20分ほど煮出した「小豆汁」を飲むといいでしょう。

また中国医学では、胃腸の働きを担う脾・胃が体内の水分代謝を行っていると考えられています。そのため、脾・胃を助ける食材である米、ナッツ、ヤマノイモ、カボチャ、キャベツなどもおすすめです。



風邪気味で下痢っぽい

しそ茶で 胃腸を活性化

漢方では、風邪のときに起こる下痢は、湿った風や湿気が「湿邪（しつじや）」となって体内に入ってくるのが原因と考えられています。対策は、体内の余分な水分を取り除きながら胃腸の調子を整えること。おすすめは、気の巡りを良くし、胃腸の調子を整える食材「しそ」です。赤しこの葉を細かく切つて、お湯に入れて煮出した「しそ茶」を飲むといいでしょう。発散作用のあるショウガを入れるのもおすすめです。



花粉症による目のかゆみ

きんぴらごぼうで 胃腸を整える

漢方では花粉症の主な原因は、外敵から身を守るエネルギーの不足であり、肺や胃腸が弱っている人は症状が出やすく悪化しやすいと考えられています。目のかゆみなどの炎症が起こっている場合は、胃腸を整えながら炎症を抑える力もあり、中国では古くから生薬として用いられている「ゴボウ」がおすすめです。きんぴらもいいですが、細く切つて天日干しにし、軽くいつて煮出した「ごぼう茶」もいいでしょう。



イライラする

グレープフルーツで 気の巡りを改善

怒っている人を絵で表現するのに、頭から湯気を出している様子を描きますよね。漢方でもイライラは「熱が火に変わった」状態とされ、気の不足や滞りが原因で起こると考えられています。気の巡りは肝によつてコントロールされているため、まずは肝の熱を冷ますことが必要。そこで、気の巡りを良くするグレープフルーツジュースがおすすめです。ジュースにしないですそのまま食べてもOKです。



頻尿・尿漏れに

むき栗で 腎を強くする

漢方では、腎は生命力の源と考えられており、加齢によつて腎が弱ると、尿を出して止める力が弱まるとされています。おすすめの食材は、腎を補養し、老人性の筋肉の衰えに効果があるとされているむき栗。ただし、栗そのものは薬になりますが、砂糖を加えて焼いた甘栗はNGです。最近は加糖されていないむき栗が売られていますが、栗のほかにココの実、クルミ、松の実もおすすめです。



乾燥しやすい

甘酸っぱい食品で 潤う

漢方では、潤いは「陰」によつて作られるとされており、「酸甘化陰（さんかんかいん）」といつて、甘い物＋酸っぱい物で「陰」を作ることとで、潤いが得られると考えられています。そこで、甘味と酸味がある梨、酢豚、おかゆに梅干し、蜂蜜にレモンなどがおすすめです。また、乾燥を気にして水分をたくさん取つてしまつてしまうと、胃腸が弱り、潤いを作り出す力も弱まってしまうため要注意。水分は食物から取るように心がけましょう。



特集 ～「薬食同源」で元気に～

漢方で心の養生

漢方には、人間本来の健康を体現するための知恵が詰まっています。「元気で長生き」のためには、精神（メンタル）と血の全身循環の両方の役割を担う「心」の養生が最も大切だとされています。漢方を意識した食生活で不調を改善し、心身を整えていきましょう。

病気になるってから薬を飲むよりも毎日の薬食で「未病」を改善

皆さんは、「未病」という言葉を耳にしたことはありませんか？「未病」とは、病気ではないけれども健康ともいえないという状態のこと。病気になる前から治療するのではなく、病気になる前の「未病」の状態を改善して、健康を維持しようというのが、漢方の考え方です。漢方では「薬食同源」といつて、私たちが普段食べている食品は全て、薬と同じように体を元気にする力があると考えられています。それぞれの食物の働きを知つて、毎日の食事に積極的に取り入れましょう。

食生活で養生
五色・五味を意識しよう

漢方では、生命活動に必要な働きや機能を、「肝」「心」「脾（ひ）」「肺」「腎」の五つに分類しています（単に内臓器官だけではなく、より広い機能や概念を表しています）。そして全ての食材は、五臓を養っていると考えられているのです。不調を感じたときは、弱っている五臓を養う食品を積極的に摂取しましょう。五臓を養う食品は、「味」で分類する考え方と「色」で分類する考え方があります。どちらも覚えておくと、買い物をするときの食品選びに便利です。下の表を参考に、それぞれの働きや特徴などを学んでみましょう。

弱っている「五臓」を元気にする「五色・五味」の食材

腎	肺	脾	心	肝	働き
人の成長や発育、生殖をコントロールし、ホルモンの分泌や、知能、知覚、運動系の発達と維持に働かけます。	新鮮な空気を取り入れて全身に送る呼吸に似た働きのほか、潤いや栄養分の運搬や分配も担っています。	胃と共に消化吸収を担い、エネルギーである「気」や「血」のもとや潤いを作って、全身に送り出します。	血を隅々まで巡らせるポンプとして働き、精神や意識を安定させる作用もあります。	血を貯蔵し、血流量をコントロールして、生理機能がスムーズに働くよう調節しています。	
塩味	辛味	甘味	苦味	酸味	味
昆布、エビ、豚肉など	しそ、ショウガ、ネギ、ニンニク、こしょうなど	小豆、米、芋、砂糖、蜂蜜、バナナなど	緑茶、ギンナン、ミョウガ、ゴーヤーなど	梨、グレープフルーツ、レモン、梅、酢、イチゴ、トマトなど	
黒	白	黄	赤	青	色
ゴボウ、ワカメ、ヒジキ、のり、シイタケ、黒米、こんにゃく、黒ごま、黒酢など	白身魚、レンコン、ダイコン、ハクサイ、カブ、ユリ根、白米、牛乳、豆腐、白ごまなど	梨、栗、卵、トウモロコシ、カボチャ、ジャガイモ、バナナ、ミカン、ユズなど	豚肉、レバー、マグロ、カツオ、サケ、トマト、赤ピーマン、ニンジン、イチゴなど	小豆、アスパラガス、レタス、キャベツ、小松菜、ホウレンソウ、ゴーヤー、ブロッコリーなど	

JAあつぎホームページでも
最新トピックスを紹介しています。

<https://www.ja-atsugi.or.jp/>



無水調理で素材の味を楽しむ フレッシュミズ「ストウブ料理講習会」

JAあつぎは10月2日、管内の概ね55歳までの女性が所属する「フレッシュミズ」を対象に「ストウブ料理講習会」を開きました。

当日は、ストウブビストロはるひごはんの大橋由香さんが講師を務め、無水調理できるストウブ鍋の特徴を説明。調理方法を学びながら、「ニンジンの洋風きんぴら」や「キャベツのオイル蒸し」など4品を調理しました。



ストウブ料理を楽しむ参加者



食伝承へ地域で活動 ふるさと先生・食とくらしのマイスター

JAあつぎは、地域の伝統的な生活文化や郷土料理の継承に向け、ふるさと先生・食とくらしのマイスター制度を設けています。令和7年度は、11人を「ふるさと先生」、7人と1団体を「食とくらしのマイスター」に委嘱。昨年度は、JAでの講習会や地域での活動など、35回の講師を務め、食と農の大切さや地産地消の推進へ存在感を発揮しています。

10月7日にはメンバーを集め、スキルアップや交流を目的とした講習会を開催。こうじや地場農産物の活用方法を学びながら、体験談などについて意見交換をしました。



支所長から出題されるクイズに挑戦する部員



皆で協力して稲刈りを実施



黄金色に輝く稲を協力して収穫 第16期親子夢未Kidsスクール

JAあつぎは、管内の小学1～6年生の親子を対象に、通年型食農教育事業「親子夢未Kidsスクール」を開校しています。9月27日には第3回目のカリキュラムを開き、「田んぼの生きもの調査」と「稲刈り」を行いました。

「田んぼの生きもの調査」では、田んぼや水路に生息する生き物を調査。トノサマバッタやスズエビなど約30種類を見つけ、農業・環境の関わりについて理解を深めました。「稲刈り」では、鎌を使って手刈り作業を丁寧に進めたほか、コンバインを使った刈り取りも見学するなど、収穫の喜びを皆で分かち合いました。このもち米は、11月29日に開く「第55回厚木市農業まつり畜産祭・収穫祭」で販売予定です。



「家の光」を活用した調理実習を実施



多様な種目で交流深める 荻野・清川地区女性部「健康フェア」

荻野・清川地区女性部は10月23日、健康意識の高揚を図り、地区を越えた交流を深めようと「健康フェア」を荻野運動公園の体育館で開き、84人が参加しました。

当日は、輪投げや大玉転がしなど、5カ所のスポットを回るスタンプラリーを実施。皆で輪を作り炭坑節を踊りながら交流を深めたほか、支所長おすすめの商品が当たるビンゴ大会などを楽しみました。

部員は「日ごろ顔を合わせない仲間とも親睦を深めながら、心地良い汗を流せた」と笑顔で話しました。

日常生活で養生 日々の変化を楽しむ

体は睡眠中にリセットされるため、寝ることも大事な養生です。睡眠の質が良いと自律神経やホルモンバランスが整い、肌の調子も良くなります。睡眠の質を高めるためには、時間に余裕を持つて食事をする必要があります。夕食後すぐに寝ると消化に負担がかかります。夜ぐっすり眠るためにも、昼はしっかり活動することが大切です。できるだけ昼寝はしないこと。眠り過ぎると生気がみなぎらなくなるからです。そもそも養生において、睡眠欲は抑えるべき要素の一つです。昼と夜のメリハリをつけて、質の良い睡眠を心がけましょう。そして、起床したらすぐに窓を開けて深呼吸し、一日のエネルギーを蓄えることをおすすめします。

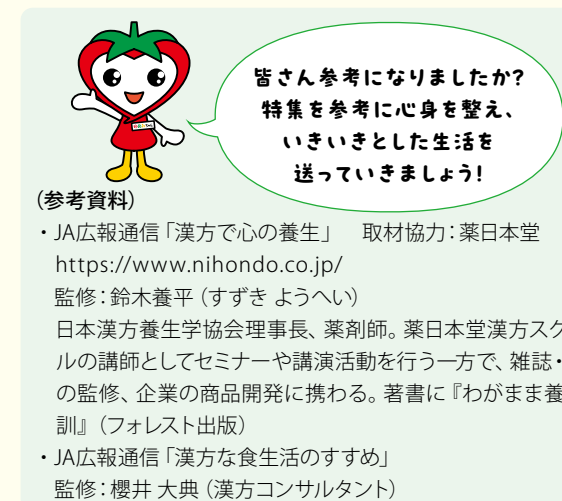
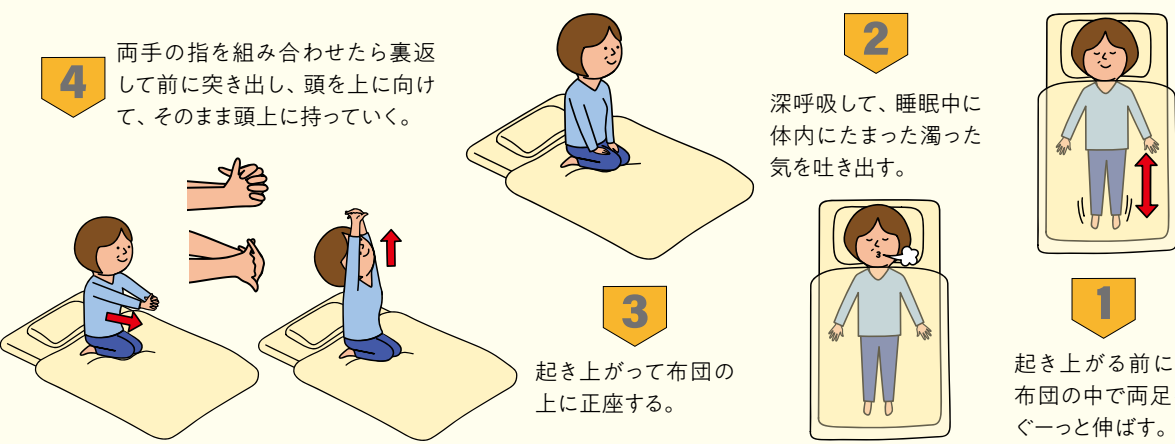
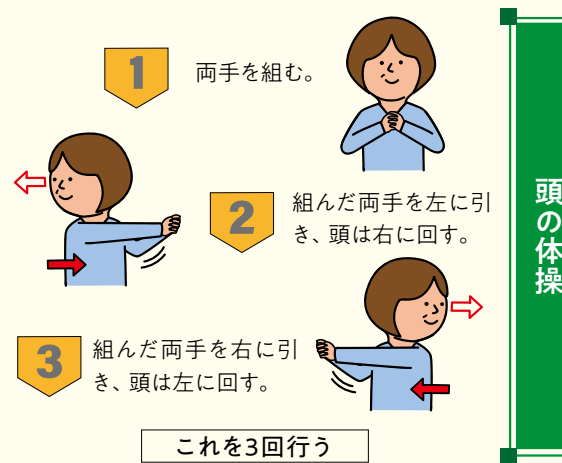
一方、心の養生には「人生を楽しむ」という行為や感情も挙げられます。これには特別なことは何もありません。本を読み、歌を歌い、香りを楽しみ、自然の景色を眺め、月や花を観賞し、植物を慈しみ、季節の移ろいを味わい、採れたての新鮮な野菜を食す。これらは全て心を楽しませ、養う助けになります。

私たちの国には、四季折々の楽しみや日々の変化があります。身の周りの小さなことにも興味を持って年を重ねていけば、楽しく長生きできるでしょう。

体を動かして養生 病の予防にも

運動は、生命に直結する食事よりも軽視されがちですが、有酸素運動を定期的に行うことで体重のコントロールやさまざまな病気の予防にもつながります。また、無酸素運動は、基礎代謝を増加させ、冷えにくく太りにくい体づくりに役立つなど、運動は元気な体を維持する上で欠かせないものです。

漢方の体操療法には「導引法」というものがあります。導引とは、深呼吸とセルフマッサージを組み合わせたもので、気の流れを活発にして健康的な体をつくる働きがあります。ここでは、基本の導引の中から全身・頭・足の動作を紹介します。





出荷前に生育状況を確認する組合員とJA職員ら

12 出荷先の信頼に応え安定供給を キャベツ出荷組合

キャベツ出荷組合は11月中旬より、キャベツの共同出荷を開始しました。今年は、新規就農者を中心とした3人の生産者が、約1.8ヘクタールで栽培。高温と定植後の降水量の少なさが長期間続いたことで、欠株や生育の停滞、オオタバコガなどの病害虫対策に苦労しましたが、生産者の細やかな管理により、順調な生育を見せています。

販路は、学校給食をはじめ、JA全農かながわ中央ベジフルセンターや市場、総菜業者など多岐にわたり、青果だけでなく加工用としても使われ、今年度は約30トンの出荷を見込んでいます。

穂坂紘志組合長は「今年は出荷時期を少し遅らせることで、生育の均一性や出荷量などの改善を図った。今後も、出荷先への信頼に応えられるよう、組合員一丸となって生産に励んでいく」と話しました。

3 身体機能の維持へ運動 介護予防運動教室

JAあつぎは10月16日から30日の3日間、健康寿命100歳プロジェクトの一環として、組合員・地域住民を対象とした「介護予防運動教室」を開きました。

同教室は、住み慣れた地域でいつまでも過ごせるよう、健康や身体機能を維持し、要介護・要支援の予防に役立てもらうおうと企画。年2回開催し、「誰もがムリなく楽しく」をテーマとした運動を参加者に共有しています。

当日は、JA職員が転倒予防と尿失禁予防を目的とした運動や長続きのコツなどを紹介しました。



稲刈り作業について説明するJA職員

4 米の大切さを理解を 依知地区「依知南ふれあい水田」

厚木市下依知にある「依知南ふれあい水田」では、組合員とJA、市立依知南小学校が連携し、水稻の栽培体験教室を開いています。

10月4日には、同校の5年生が稲刈り作業を見学。機械での作業や掛け干しの役割を学ぶなど、食を生み出す農業について理解を深めました。

生徒は「田植えした稲がしっかり育ってくれてうれしい。今年は雨で収穫作業を体験することができなかったので、来年はぜひしてみたい」と話しました。



自宅で簡単に実践できる運動を学ぶ参加者



犯人役に冷静に対応するJA職員

11 有事の際の対応を確認 小鮎支所で防犯訓練を実施

JAあつぎは10月20日、防犯意識の向上と自衛警戒心の喚起を図り、犯罪の未然防止につなげようと、小鮎支所で防犯訓練を行いました。

当日は、厚木警察署の職員が強盗犯役を務め、大声を上げながら刃物で窓口職員を脅迫。本番さながらの緊張感の中、逃走を図るまでを想定した訓練を行いました。役職員は、有事の際の対応方法や役割の共有、犯人の特徴・服装などを記録する重要性を再確認しました。

3 知識学んで今から実践 荻野地区「認知症予防セミナー」

荻野支所は10月25日、認知症への理解促進を図り、安心して暮らせる生活のサポートにつなげていこうと、准組合員を対象とした「認知症予防セミナー」を開きました。

当日は、医療法人社団やすらぎ会神奈川中央病院のスタッフを講師に招き、認知症の症状や予防方法などについて講義。令和7年1月より施行された認知症基本法を説明しながら、相互に尊重し合える共生社会の重要性を伝えました。併せて、2つのことを同時に行う「デュアルタスク」を取り入れた体操を紹介し、参加者と一緒に実践しました。

4 安心の葬儀へ学び深める 葬儀サポートセミナー&ミニコンサート

JAあつぎは10月26日、葬儀に対する疑問や不安の解消に向け、葬儀式場「グリーンホール」で「葬儀サポートセミナー&ミニコンサート」を開催しました。

当日は、JAの葬儀プランや特徴を説明したほか、納棺師による湯灌納棺の実演も実施。オリジナルのサービスとして取り入れるプロの奏者による生演奏も披露しました。併せて会場内には、厚木産蒸し大豆や足柄茶をはじめとした神奈川県産農産加工品を使った会葬品のほか、実際に使う棺や骨壺などの展示も行いました。



委員と一緒にビオラの定植を行う園児ら

15 花を育てる楽しさを知って 依知地区「花の植栽事業」

JAあつぎは、保育施設や幼稚園、小学校などへ地場産花きを提供する「花の植栽事業」に取り組んでいます。花に触れる機会を通じて、優しさや美しさ、思いやりの心を育むとともに、地域と一体となった活動で、世代間交流の促進につなげています。

10月28日には、依知地区運営委員会とJA職員が「カミヤト凸凹保育園」を訪問。地元で生産された彩り豊かなビオラ110鉢を寄贈しました。委員やJA職員は、花きの特徴や植え方、管理方法などを教えながら、園児と一緒にプランターへ植え付けを行いました。園児らは「水やりをしっかりと、元気な花をたくさん咲かせたい」と目を輝かせました。

4歳児担当の島倉鈴花先生は「土に触れながら、地域の方々との交流を楽しむ子どもたちの姿が印象的だった。花の成長過程や、育てる楽しさなどを実感してほしい」と話しました。



運動・認知の課題を同時に行う体操を実践



祭壇の特徴などを紹介するJA職員

Photoトピック

各地区で収穫体験を実施

収穫の秋を迎えた10月、組合員や地域住民を対象にサツマイモの収穫体験が行われました。

10月4日 相川地区 青空学校・あおぞらきょうしつ



10月18日 睦合地区 親子ふれあい農園



10月18日 小鮎地区 きずな農園



家庭菜園のプランニング 連作回避とスペースの有効活用

日本では、四季それぞれで気温や日長、雨量などにはっきりした特徴があります。そのため野菜の種類に適した栽培時期を選び、季節の変化に対応した栽培管理をしなければいけません。

狭い畑で多種類の野菜を作るには、菜園利用のプランが必要です。季節に応じた種類・品種を選び、菜園の利用ローテーションを考えましょう。

野菜の選び方

野菜の生育特徴から見ると、共通した栽培管理の方法があります。野菜の類縁関係を知ると、同じ仲間同士で肥料や病害虫が共通することが多いので、作付けプランを立てるのに役立ちます。野菜の種類と品種を選ぶポイントは、

- ①利用・調理に適しているか。
- ②その土地の気候や栽培時期が合っているか。
- ③病気や害虫に強く作りやすいか。

などをあらかじめ調べておきましょう。

畑の大きさによって野菜の選び方は異なります。パセリやミツバ、バジルなどのハーブ類は料理の付け合わせに少しあれば良いので、庭の片隅で自給できます。

畑が100平方mあると年間30品目以上を作ることができますが、スペースが広いほど栽培管理に手間がかかり、特に夏場のかん水や炎天下の草取りは、体の負担となることもあります。

連作と輪作

同じ畑に同じ野菜を連続して作ることを「連作」といいます。連作すると生長に障害が出る野菜があります。エンドウは一度作ると、4～5年は作れません。ナス、トマト、ソラマメ、サトイモなどは3～4年、レタス、ハクサイ、イチゴなどは2年、ホウレンソウ、コカブ、インゲ

ンなどは1年です。サツマイモ、カボチャ、タマネギのように連作しても生長に障害が見られない野菜もあります(表)。

また、同じ科に属する近縁な野菜は似た性質を持っているため、病害虫と肥料の吸収が共通しています。そのため、連作すると土に生息する病害虫が増えたり、微量でも必要な肥料成分が不足して野菜の生長を妨げることがあります。

このような連作障害を防ぎ、地力が衰えないようにするためには性質の異なる野菜を計画的に順次、作付けする「輪作」をします。

表:連作障害の出やすい野菜、出にくい野菜

連作障害の出やすい野菜	スイカ、キュウリ、メロン、トマト、ナス、ピーマン、エンドウ、ソラマメ、エダマメ、サトイモなど
連作障害の出にくい野菜	サツマイモ、カボチャ、タマネギ、小松菜など

作付けプラン

例えば、4m×5mの20平方mの畑の場合は、家庭での消費量が多いダイコン、キャベツ、ジャガイモ、ネギなどを中心に4区画以上に分けて作付けプランを立てると良いでしょう(図)。

作付けプランは次の手順で作ります。

- ①菜園を均等に4ブロックに分ける。
- ②作りたい野菜を「ナス科」「ウリ科」「イモ類・ヒガンバナ科」「マメ科・スイートコーン」「小型葉物類」「セリ科」「アブラナ科」の7種類に分ける。

- ③1年ごとにブロックのローテーションを行う。
- このようなローテーションで、ナス科やエンドウなどの連作障害をおおむね避けることができます。

図:作付けプラン例(4m×5mの20平方mの場合)

	春～夏		秋～冬	
1年目	A ナス科	B ウリ科	A 小型葉物類	B セリ科
	D マメ科・スイートコーン	C イモ類・ヒガンバナ科	D アブラナ科	C イモ類・ヒガンバナ科
2年目	A マメ科・スイートコーン	B ナス科	A アブラナ科	B 小型葉物類
	D イモ類・ヒガンバナ科	C ウリ科	D イモ類・ヒガンバナ科	C セリ科
3年目	A イモ類・ヒガンバナ科	B マメ科・スイートコーン	A イモ類・ヒガンバナ科	B アブラナ科
	D ウリ科	C ナス科	D セリ科	C 小型葉物類
4年目	A ウリ科	B イモ類・ヒガンバナ科	A セリ科	B イモ類・ヒガンバナ科
	D ナス科	C マメ科・スイートコーン	D 小型葉物類	C アブラナ科

ナス科…トマト、ナス、ピーマンなど
ウリ科…キュウリ、カボチャなど
ヒガンバナ科…ネギ、タマネギなど
マメ科…エダマメ、インゲンマメなど
セリ科…ニンジンなど
アブラナ科…キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど
イモ類…サツマイモ、ジャガイモ、サトイモなど
小型葉物類…ホウレンソウ、小松菜など

※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

園芸研究家 成松次郎

神奈川県農業技術センター等で野菜の研究と技術指導に従事後、(一社)日本施設園芸協会で施設園芸及び加工・業務用野菜の生産・流通振興に携わる。現在、園芸研究家。

あぐり スポット

農業のお役
立ち情報
をお 届け!



私が紹介します

営農指導員(本所)
こん なおき
今 直樹

リン酸肥料の特徴

- ・初期生育時の肥料吸収で根の発育を促進させます。根張りを良くすることで、水分と栄養素の吸収効率が高まり、草勢や耐乾性の向上につながります。
- ・果菜類や果樹の花芽分化、開花、着果を安定させます。リン酸が不足すると、開花の遅れや花が咲いても実が付かないなど、生育障害が起こりやすくなります。
- ・根菜類や果実類の肥大と形状の整いに効果があり、品質向上につながります。成熟を早め、色付きや糖度にも良い影響を与えます。
- ・リン酸は溶け方に種類があり、肥効の速度に影響します。水溶性リン酸は水に溶けやすく、作物が素早く栄養を吸収できます。可溶性リン酸は水と根から出る酸で溶け出します。く溶性リン酸は水に溶けにくく、根から出る酸でゆっくりと溶け出し、作物に少しずつ吸収されます。不溶性リン酸は水や酸で溶けることはなく、微生物によってゆっくりと分解されます。

使用時の注意点

リン酸肥料は必要以上に施すと、肥料成分の吸収障害や菌根菌の生育障害を引き起こす恐れがあります。使用前に土壌分析でリン酸の量を把握し、適切に与える必要があります。また、有機質肥料や堆肥を合わせて使うことで、肥効の持続が期待できます。

●詳しくは、各地区の営農指導員または指導販売部(担当:営農指導課) ☎221-2273までお問い合わせください

リン酸肥料の効果と 種類について

リン酸肥料は、作物の生育を促進し、収量や品質を向上させるために重要な役割を果たします。肥料の効果を引き出すためには、適切な施肥設計と栽培環境に応じた使い分けが必要です。今回は、リン酸肥料の効果と種類についてご紹介します。

主要なリン酸肥料

肥料名	肥 効	特 徴
過磷酸石灰	速効性	水溶性リン酸と可溶性リン酸が主成分です。火山灰土壌では土の中の金属と結び付きやすく、堆肥と石灰の同時使用が望ましいです。
トミーネックス(亜リン酸)	速効性	亜リン酸肥料は、溶解性と作物体内での移行性(移動のしやすさ)が高いです。また、根腐れ病など、病気の抑制効果が期待できます。
溶成燐肥	緩効性	く溶性リン酸とケイ酸が主成分です。アルカリ性のため酸性土壌の施用が望ましく、火山灰土壌で金属が多く含有していても効果を発揮します。
メリット赤(ポリリン酸)	緩効性	ポリリン酸は、作物に必要な栄養の保存と光合成を促進する作用があります。日照不足や低温時でも作物の生育を助けることができます。
リンスター	緩効性 速効性	水溶性リン酸とく溶性リン酸が主成分です。pHはほぼ中性でECも低く、土壌のpHとECを変えずにリン酸と苦土を補給できます。
腐植燐	緩効性 速効性	水溶性リン酸とく溶性リン酸、腐植酸が主成分です。土壌の改良や作物の生育を促進し、保肥力の向上や微生物の活性化に効果があります。
苦土重焼燐	緩効性 速効性	水溶性リン酸とく溶性リン酸が主成分です。また、配合されているマグネシウムがリン酸の吸収を助けるため、元肥に適しています。



そうじ 相次相続控除 について

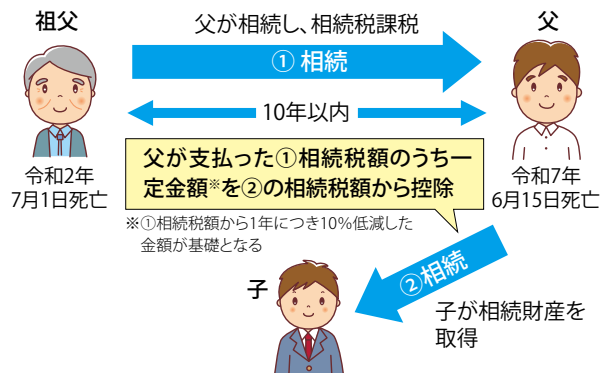


たかなみ ちとし
高浪 智敏税理士

Q1 相続税法の相次相続控除とはどのような制度ですか？

A1 相次相続控除とは、相続開始前10年以内に被相続人（亡くなった方）が相続、遺贈や相続時精算課税に係る贈与によって財産を取得した人の相続税額から一定の金額を控除できる制度です。短期間に相続が相次いで発生した場合、相続人の税負担が過重にならないようにするための仕組みです。相次相続控除は「税額控除」であることから、この控除の適用を受けるか否かは相続税の納付金額に大きな影響を与えます。

【相次相続控除のイメージ図】



Q2 相次相続控除の適用する要件は何ですか？

A2 次の3つの要件をすべて満たす必要があります。

- ①1回目の相続から10年以内に2回目の相続が発生していること。
- ②2回目の相続での被相続人が1回目の相続で財産を取得し、相続税を納税していること。
- ③被相続人の相続人であること。

Q3 相次相続控除の留意点について教えてください。

A3 次の4つが留意点となります。

- ①相続人以外が遺贈により財産を取得する場合、適用できません。
- ②1回目の相続や2回目の相続において相続人が相続放棄をしていた場合、適用できません。
- ③相次相続控除を適用して相続税額が0円となる場合は相続税の申告は不要となります。ただし、2回目の相続によって取得した相続財産（不動産）を相続開始から3年10カ月以内に売却する予定があるときは、「取得費加算の特例」が適用できる可能性があるため相続税の申告が必要です。
- ④相次相続控除額は所定の計算式に従い財産の取得割合によって按分されます。相続人が任意で決めることはできません。

Q4 相次相続控除の適用を失念していた場合に、控除適用する方法はありますか？

A4 相続税の申告期限から5年以内であれば更正の請求（納めすぎた税金の還付請求）をすることにより相次相続控除を受けることができます。

詳しくは、JAまでご相談ください

困りごとはJAへ 事前予約制

日時等は変更になる場合がありますので、詳細については、担当部署もしくは最寄りの支所店へお問い合わせください。

無料相談会のお知らせ

法務相談

各種法律に関する相談についてお受けしています。
会 場 JAあつぎ本所3階「相談室303」
相談員 高橋暁子顧問弁護士
日 程 12月 5日(金) 12月22日(月)
1月 8日(木) 1月20日(火)
※9時30分より(1人30分5人まで)受付順
お問い合わせ 各支所店または総合相談部(担当:総合相談課) ☎259-7776

税務相談

所得税・相続税など税に関する相談についてお受けしています。
会 場 JAあつぎ本所3階「相談室303」
相談員 JAあつぎ契約税理士
日 程 12月10日(水)
1月14日(水)
※13時30分より(1人1時間3人まで)受付順
※ご予約は相談日10営業日前の12時まで
※上記日程以外での予約をご希望の場合は、お問い合わせください
お問い合わせ 各支所店

くらしによりそう総合相談会

相続遺言・民事信託、資産形成、ローン、保障見直し、葬儀、不動産活用などに関する相談についてお受けしています。
会 場 JAあつぎ本所
相談員 JAあつぎ職員
日 程 1月17日(土)
※10時より(1人1時間5人まで)受付順
※各支所店でも開催しておりますので、詳しくはJAあつぎホームページをご確認ください
お問い合わせ 総合相談部(担当:総合相談課・推進課) ☎259-7776



詳しくはこちら

新鮮で安全・安心な
農畜産物を食卓へお届けし、
皆さまに食と農の大切さを
お伝えします。

夢未市・グリーンセンター Yumemiichi かわら版 Greencenter



▲直売所のイベント
カレンダーは、こちら
をご覧ください。

夢未市・グリーンセンターからのお知らせ

～冬の風物詩が出番～ 厚木産シクラメンの 特別販売を開催！

地元で生産される新鮮なシクラメンの特別販売を行います。当日は、サイズや色など、種類豊富なシクラメンが並びます。ご自宅用はもちろん、贈り物にもおすすめです。ぜひお買い求めください。

開催日

夢未市	グリーンセンター
12月6日(土) 7日(日)	12月13日(土) 14日(日)

※夢未市では、正午まで生産者が対面販売行い、管理方法などのアドバイスをいただけます



グリーンセンターのおすすめ

優れた浸透移行性の殺菌剤「リドミルゴールドMZ」

今回紹介する「リドミルゴールドMZ」は、浸透移行性でべと病と疫病に高い防除効果を発揮する殺菌剤です。散布後は、植物体のすみずみまで有効成分が浸透移行し、発病前の病原菌も殺菌します。これからの季節は、タマネギのべと病対策におすすめです。詳しくは店舗にてお気軽にお声がけください。

価格:500g 4,327円(税込)



夢未市宅配サービス

新鮮な農産物の詰め合わせを
ご自宅までお届け♪

ゆめみちゃんボックス
3,000円(税込)
ご注文受付中!

ご注文は指導販売部
(担当:総合販売課)
☎221-2273

※ご注文の詳細については、JAあつぎ
ホームページをご覧ください

休業日・営業日時のお知らせ

夢未市

厚木市温水255
☎290-0141
9時30分～17時
(ジェラートコーナーは10時～16時)

休業日

12月の休業日:無休
※31日(水)は15時までの営業
毎月第3水曜日
(3月・9月は第2水曜日、
1月・8月・12月は除く)
1月1日～4日

グリーンセンター

厚木市三田1827-1
☎241-6150
9時30分～17時
(精米機は9時30分～16時30分)

休業日

12月の休業日:10日(水)
毎月第2水曜日
(8月は第1水曜日、1月・5月は除く)
12月31日～1月4日
※巡回指導時を除き、
JA営農技術顧問が常駐

グリーンセンター講習会のご案内

1月13日(火) 初心者向け

春ジャガの植え付け準備

開催場所:グリーンセンター
開催時間:①10時～11時
②14時～15時
募集人員:各回15人(合計30人)先着順
参加費:無料
申込先:指導販売部(担当:総合販売課) ☎221-2273

① 田村自然菜園 直売所

地元の気候や土壌に合わせて栽培を工夫し、地域の農と食をつなぐ旬の農産物を直売しています。11月から12月にかけては、キウイフルーツやホウレンソウが並ぶ予定です。直売所では現金のほか、PayPayでの支払いが可能です。



※詳しくはInstagramをご確認ください

📍 厚木市愛甲西 3-6-22付近
🕒 早朝～売り切れまで
📞 不定休 (生産状況により)
※直売所ののぼりが目印

② ハイウェイパークあつぎ

東名高速道路を挟むように位置する公園。園内は細長く、遊歩道のように整備されているので、散歩や散策にも最適。子どもたちが遊べるすべり台やブランコなどの遊具のほか、バスケットゴールや健康遊具なども設置されています。また、園内には22種類の樹木や、ボランティアの方々による花壇も設置されるなど、季節ごとの風景を楽しむことができます。



📍 厚木市愛甲西1-1付近

③ メゾン ドゥ アズ

県産・地場産の食材を使った料理が楽しめる、今年10月にオープンしたビストロ。フランス料理の技法を用い、素材の味を最大限に生かしています。看板メニューは、かながわブランドに登録される「あつぎ豚」を使ったポークステーキと、「湘南伊勢原のさかもとのたまご」をオムレツにした牛タンシチューオムライス。夜は、酒類に合うメニューも豊富です。



📍 厚木市愛甲1-4-19 (1階) ☎ 046-281-8600
🕒 11時30分～15時 (🕒:14時30分) 📞 不定休
18時～翌1時 (料理 🕒:0時 ドリンク 🕒:0時30分) ※詳しくはInstagramをご確認ください



地域に愛され
親しまれる店を
目指します！

📍 住所 🕒 営業時間 🕒 ラストオーダー ☎ 電話番号 📅 定休日
※営業時間等は変更となる可能性があります

体側を曲げ伸ばす運動+脚を曲げ伸ばす運動



(1) 脚は肩幅よりも広く開いて立ち、両腕を上げます。



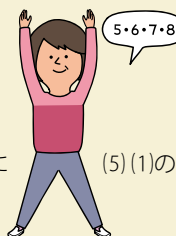
(2) 片脚を曲げながら、体側と首を同時にゆっくりと曲げ伸ばします。このとき、息を吐きながら行ってみましょう。



(3) (1)の姿勢に戻ります。



(4) 反対側も同様にいきます。



(5) (1)の姿勢に戻ります。

痛みが出る際は、無理せず中止しましょう。

今回で紹介するのは、体側と脚を曲げ伸ばす運動です。冷える季節は筋肉もこわばりがち。しなやかな動きでリフレッシュして、冬の不調を予防しましょう。短時間のちょっとした動きで体も心も温まります。



愛甲西・愛甲 地域の自然と食を楽しむ 南毛利地区

今回は、厚木市の南部に位置する愛甲西と愛甲を巡ります。国道246号線や東名高速道路、小田急小田原線が通るこの地域は、日々にぎわいを感じることができるほか、玉川沿いには豊かな田園風景が広がります。季節によって変わる景観を楽しみながら、地元の食材やグルメを楽しんでみてください。



PRESENT QUIZ クロスワード

パズルを解いて、キーワードをお答えください。

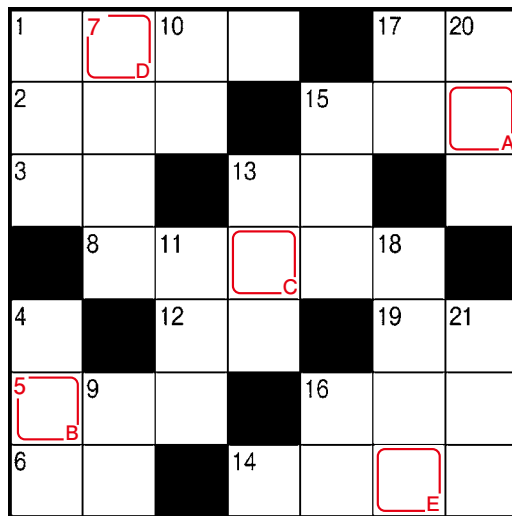
問題 二重マスの文字を A～E の順に並べてできる言葉は何でしょうか？

◆タテのカギ

- 1 夜目——笠の内
- 4 足を中に入れて暖を取ります
- 7 サッカー日本女子代表の愛称に使われている花
- 9 クリスマスツリーに使われる木
- 10 日本酒を温めること
- 11 じょうごとも呼ばれる道具
- 13 忘年会で乾杯の——を取った
- 15 高いところに載せたものを取りときの体勢
- 16 クリスマスツリーのてっぺんにも飾ります
- 17 青い染め物に使われる植物
- 18 物ごとの順序などがさかさまになっていること
- 20 ささがきにすることも多い根菜
- 21 韓国の首都

◆ヨコのカギ

- 1 サンタクロースが乗るソリを引きます
- 2 練り物や大根などを煮込みます
- 3 ごはんのこと。握り——
- 5 和服の袖の下、袋状の部分
- 6 ——を憎んで人を憎まず
- 8 南米の北端にある国。首都はボゴタ
- 12 漢字では独活と書く山菜
- 13 木を切り倒すときに使います
- 14 dBと表記される、音などの強さを示す単位
- 15 暮れのあいさつとして贈ります
- 16 人間は二足——をする生き物です
- 17 疲れたときには出して、おいしいときには落ちるもの
- 19 泣き顔になること。——をかく



答え A B C D E

■11月号クロスワードの答え:
「ブンカサイ」



二次元コードを読み取るとホームページの応募フォームが表示されます。

※お寄せいただいた個人情報は、広報事業、賞品発送に利用するほか、個人を特定できない統計情報とした上で、マーケティング等に利用させていただきます

宛先 〒243-0004 厚木市水引2-9-2
JAあつぎ総合企画部グリーンアートあつぎクロスワード・お便りコーナー係宛

応募方法 ハガキ・FAX・ホームページで①クイズの答え②郵便番号・住所③氏名④電話番号⑤年齢⑥組合員資格区分「正組合員(家族含む)」「准組合員(家族含む)」⑦身近な話題やJA・情報誌に関するご意見・ご要望を記載しご応募ください。

■FAX 046-223-8814

■<https://www.ja-atsugi.or.jp/form/greenart/> ■締め切り 12月12日(金)

お便りコーナー

読者の皆さまからいただいたお声をご紹介します。絵手紙や写真の応募も大歓迎です。たくさんのお便りをお待ちしています。

☑特集の「初めてのスマホセキュリティ講座」がとても参考になりました。家族と共有して、被害に遭わないように気を付けたいと思います。

(厚木市宮の里 Y さん)

年々詐欺の手口が巧妙化しており、特にフィッシング詐欺の報告件数が急増しています。できることから実践し、トラブルを防ぎましょう。

☑営農通信の「レモンの栽培方法について」がとても参考になりました。今まで何回か失敗をしているので、記事を参考に頑張ろうと思います。

(厚木市温水 N さん)

参考にしていただきありがとうございます。栽培する上でご不明な点などがございましたら、グリーンセンターの営農相談窓口でご相談ください。

☑編集後記を読みました。11月には本所と各地区で「農業まつり」が開催されるのですね。私はプレゼント企画が楽しみです。ぜひ参加してみたいです。

(厚木市上古沢 O さん)

11月の農業まつりには、多くの方々のご来場をいただきありがとうございます。ぜひご参加いただいた感想などを教えていただけたらうれしいです。

☑今月のレシピの「ハクサイとツナのガーリック焼き」を参考に、チーズ好きな私は2種類のチーズをかけて、おいしくいただきました。

(厚木市上荻野 H さん)

チーズを使ったアレンジ気になります。これから寒い季節、ハクサイは鍋などの家庭料理に欠かせない食材です。おすすめのレシピがありましたら、また教えてください。

他にもこんな
お便りをいただきました！

☑グリーンアートあつぎや支所だより、日本農業新聞を楽しみにしています。地域の事や知人が載っていると興味深く見ます。

(厚木市宮の里 O さん)

☑いつも夢末市で「はるみ」を購入しています。新鮮な野菜や果物がおいしく、よく夏にはトウモロコシを買います。

(厚木市温水西 I さん)

たくさんのお便り
ありがとうございます！



編集後記

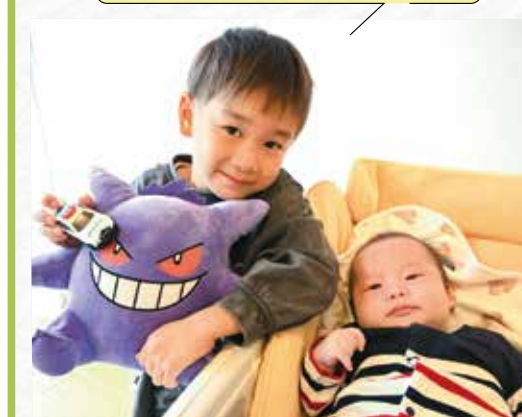
いよいよ今年も残す所1カ月ほどとなりました。今年は猛暑が長く続き、心身の疲れを感じている人も多いのではないのでしょうか。今回の特集では、「漢方で心の養生」と題し、心身の不調に合わせた食材や、簡単な体操などもご紹介しています。ぜひ参考にいただき、新しい年に向けて心身を整えていきましょう。そして、11月は各地区や本所で農業まつりを開催しました。皆さま、ご来場いただきありがとうございました。(吉川)

わが家
Photo

厚木市
下荻野

なんば せ お
難波 晟桜くん(4歳)
や え
柳永くん(3カ月)
父：けん た 賢太さん 母：みずき 瑞希さん

弟がもう少し大きくなったら
ミニカーと一緒に遊びたいです♪



素敵な笑顔を見せてくれた晟桜くんと柳永くん。最近、家族で鴨川シーワールドに出かけ、大迫力のシャチショーやさまざまな海の生き物を見るなど、思い出に残る楽しい時間を過ごしました。

幼稚園に通う晟桜くんは、秋に行われた運動会で鉄腕アトムの音楽に合わせた旗体操を披露。踊りやかけっこにも一生懸命取り組み、練習の成果を発揮しました。自宅ではミニカーで遊ぶのが好き。特にパトカーなどの働く車がお気に入りです。また、最近ではポケットモンスターがブームで、貯めたお小遣いで「ポケデルゼ」というおもちゃを買いました。弟の柳永くんは、少しずつ周りも見えるようになり、家族があやすとニコッとうれしそうな表情を浮かべるなど、すくすくと成長しています。

ご家族は「楽しい日々を過ごしなが、元気にあいさつができる子に育ってほしい」と話しました。これからも兄弟仲良く、たくさんの思い出を作ってね♪



組織ボイス



依知地区 山の根生産組合

景観を彩り
地域の発展へ

生産組合長 甘利 栄さん



Q1 組織や地域の特徴を教えてください。

依知地区の北部に位置し、昔は養蚕、現在は圏央道沿いに相模川を源とした水田が広がるなど、農業が盛んな地域です。組合員は44人が所属し、地域に根ざしたさまざまな活動を通じて交流を深めながら、地域農業の振興に努めています。

Q2 どのような活動をしていますか。

「地域にヒマワリを咲かせる活動」は、景観美化を通じた地域の活性化に向け、4年前から取り組んでいます。種まきからはじまり、開花まで協力しながら管理を行うなど、より多くの人に楽しんでもらえるよう一丸となって取り組んでいます。開花時期には、きれいに咲き誇ったヒマワリを鑑賞しながら、次年度の植え付けについて話し合いを行っています。

Q3 今後の目標を教えてください。

世代交代が進む中、この地や組織として取り組むことの魅力を継承していきたいと考えています。今後も、地域とのつながりを大切に、農を軸とした活動に励んでいきたいです。

JAあつぎ グリーンホール


大切な方のお別れを、心をこめてお手伝いします。

24
時間電話
対 応

・24時間病院等へのお迎えと霊安室でのお預かりも承ります
・霊安室にお預かりして、ホールで納棺できます


☎046-221-1800(直通)

夜間受付電話(17時～翌日8時30分)は、
「JAあつぎ夜間コールセンター」が対応いたします。



事前相談で後悔・不安のないお葬式を

ほとんどの人にとって初めての体験である「葬儀」は、分からないことばかり。どのような葬儀にしたいかや費用面を把握しておくことで、不安が解消されると思います。ご相談は随時承りますので、お気軽にご連絡ください。



～令和7年中に資産を売却または贈与を受けた組合員の皆さまへ～

JAあつぎ契約税理士による「譲渡所得・贈与税申告相談会」のご案内


令和7年中に資産の売却や資産の贈与を受けた方で、譲渡所得や贈与税の申告が必要な方は、**事前予約**にて相談をお受けいたします(申告が必要か不明な場合もお問い合わせください)。

管轄支所店	会 場	相談日
依知支所 北支店 依知南支店	依知支所	2月2日(月) 2月5日(木) 2月9日(月)
依知支所 北支店 依知南支店	依知南支店	2月3日(火)
荻野支所	荻野支所	1月30日(金) 2月9日(月)
睦合支所	睦合支所	1月30日(金) 2月5日(木)
小鮎支所 宮の里支店	小鮎支所	1月30日(金)
玉川支所 清川支所	玉川支所	2月3日(火)
南毛利支所 愛甲支店	南毛利支所	2月5日(木)
相川支所	相川支所	2月2日(月) 2月6日(金)
駅前支店 本所	本 所	2月26日(木) 3月5日(木)

※会場につきましては、合同店舗開催となる支所店もございますのでご注意ください

譲渡所得・贈与税の具体例

- ・土地や建物を売却した
- ・不動産の交換をした
- ・収用事業により土地や建物を売却した
- ・住宅資金の贈与を受け建築した
- ・金銭や不動産の贈与を受けた
- ・父母や祖父母から財産の贈与を受けた
- ・配偶者の居住用財産の贈与を受けた



お問い合わせ 各支所店または総合相談部(担当:総合相談課)
☎259-7776

JAグループ神奈川がお送りする新鮮情報番組		
毎週日曜日 9時～9時30分 (再放送)毎週月曜日 10時～10時30分		
12月 7日 (再放送)8日	大地のめぐみ・土のチカラ ～相模原～	JA相模原市
12月14日 (再放送)15日	農家を守れ！ はだのハンターズ	JAはだの
12月21日 (再放送)22日	三浦ダイコン物語	三浦市農協
12月28日 (再放送)29日	もっと² 知って！食べよう！ 地場野菜～平塚・伊勢原～	JA湘南

各種相談受付(お問い合わせ 平日 8時30分～17時)	
農業に関する相談(要予約)	交通事故受付
日 時：平日 8時30分～17時 相談員：厚木市都市農業支援センター職員 お問い合わせ：厚木市都市農業支援センター ☎221-5511	日 時：平日 8時30分～17時 相談員：査定課職員および全共連職員 お問い合わせ：共済部(担当:査定課) ☎221-2866
介護相談	結婚相談
日 時：平日 9時～17時 相談員：福祉課職員 お問い合わせ：組織文化部(担当:福祉課) ☎225-7716	日 時：第2・4土曜日 10時～15時 ※場所は本所相談室302 相談員：専任相談員 お問い合わせ：総務部(担当:庶務課) ☎221-1666

～厚木市農業委員会からのお知らせ～

農業委員・農地利用最適化推進委員のご紹介

令和7年10月17日に就任した農業委員および農地利用最適化推進委員をご紹介します。(任期:令和10年10月16日まで)

農業委員		農地利用最適化推進委員	
氏名		地区	氏名
市川秀夫	高澤友紀子	依知	梅澤公義・小林倫久
伊藤洋文	高瀬正美	荻野	小野晴巳・三平定邦
大塚孝雄	常盤悟	睦合	高井利之・石井照治
大貫昭司	三橋能弘	小鮎	馬場保雄・山本金五
神崎吉男	山川宏司	玉川	高橋浩幸・加藤勇
小池よし子	山口泉	南毛利	加藤克美・春山清泰
庄司隆行		厚木・相川	藍田金久・山口治久

お問い合わせ 厚木市農業委員会事務局 ☎225-2480

JAあつぎ本所クッキングスタジオ「DaidoCoひなた」講習会のご案内

① スパイスを楽しもう！～チャイ～

日 時 1月16日(金)10時～12時30分

参 加 費 組合員・組合員家族800円(税込)
一般1,100円(税込)

定 員 先着25人

② 旬の野菜料理講習会 ～葉ニンニクとブロッコリー～

日 時 1月28日(水)10時30分～13時

参 加 費 組合員・組合員家族1,100円(税込)
一般1,400円(税込)

定 員 先着25人

申込受付 12月5日(金) 8時30分より

お問い合わせ 組織文化部
(担当:生活ふれあい課)
☎221-6881

詳しくはJAあつぎホームページをご確認ください

年末年始の業務案内

	年 末	年 始
一般・金融・共済業務	12月30日(火)まで	1月5日(月)より
ATMの稼働時間	12月31日(水)～1月4日(日)の期間も通常通り(8時～21時)稼働いたします。	
交通事故の受付	休業時の交通事故連絡については、フリーダイヤルをご利用ください。 ☎0120-258-931	
夢未市	12月31日(水)15時まで	1月5日(月)より
グリーンセンター	12月30日(火)まで	1月5日(月)より
移動販売車「ゆめみちゃん号」	12月23日(火)まで	1月8日(木)より
Tomoni内「夢未市出張販売所」	12月24日(水)まで	1月7日(水)より
県域物流センター(生産資材・生活用品の注文・配送)	12月29日(月)まで 12月29日(月)注文分は最短で1月5日(月)以降の配送となります。	1月5日(月)より
灯油配送	注文受付は配送日の前営業日までとなります。配送当日の注文はお受けできない場合がございますのでご了承ください。	
依知・睦合地区	12月22日(月)まで	1月5日(月)より
荻野・小鮎・宮の里地区	12月23日(火)まで	1月6日(火)より
本所・駅前地区	12月24日(水)まで	1月7日(水)より
玉川・清川地区	12月25日(木)まで	1月8日(木)より
南毛利・相川地区	12月26日(金)まで	1月9日(金)より
プロパンガス	12月30日(火)まで 休業時のガス切れや修理、ガス漏れについてはJAあんしんセンターをご利用ください。 ☎0120-182-571	1月5日(月)より
農業機械レンタル事業	12月26日(金)まで	1月5日(月)より
JAあつぎすずしろ(訪問介護ヘルパー)	12月30日(火)まで すずしろの訪問介護ヘルパーについては年末12月29日(月)まで、年始は1月5日(月)より	1月5日(月)より
葬 祭	葬祭関係のお問い合わせは、葬祭課 ☎221-1800までご連絡ください。 時間外(17時～翌日8時30分)については、JAあつぎ夜間受付コールセンターでの対応とさせていただきます。	
厚農商事(株)	12月26日(金)まで	1月5日(月)より

お問い合わせ 総務部(担当:庶務課) ☎221-1666

理事会だより

令和7年10月29日に行われた理事会に上程された主な議案は、以下の通りです。

- ・令和7年度事業計画および自己改革の実践計画の検証結果について
- ・第17次協同活動強化運動JAあつぎ3か年プランおよび令和8年度事業計画について
- ・年末年始の業務について
- ・JAバンク健全化要綱に定める「JAの経営状況等に係る報告」について
- ・仮決算期監査意見書について
- ・令和7年度ウインターキャンペーン特別金利定期貯金について
- ・厚木市制70周年記念事業 第55回厚木市農業まつり畜産祭・収穫祭について

JAあつぎの概要(令和7年9月末日現在)

組合員数	18,888人
正組合員	4,072人
准組合員	14,816人
職員数(正職員)	344人
貯金	372,616百万円
貸出金	109,271百万円
共済保有高	572,682百万円
購買取扱高	3,212百万円
販売取扱高	825百万円
出資金	2,354百万円

19

18



今月のレシピ

ダイコンのゆかり揚げ

材料(2人分)

ダイコン	300g	酒	大さじ3
大葉	3枚	みりん	大さじ1
サラダ油	適量	ゆかり	大さじ1
A 片栗粉	大さじ2	ニンニク(すりおろし)	
ゆかり	小さじ2		小さじ1/2

作り方

- ①ダイコンは乱切り、大葉はみじん切りにしてボウルに入れる。Aは別皿で混ぜ合わせておく。
- ②①のボウルにBを加え、全体にからめる。30分ほど置き、味を染み込ませる。
- ③②をAにつけ、170℃のサラダ油で上下を返しながら2～3分ほど揚げたら完成。

旬の農産物情報

12月のおすすめ「ダイコン」

ダイコンには、ジアスターゼという消化酵素が含まれており、胃もたれや二日酔いを防ぐ効果が期待できます。ぜひ、新鮮な地場産のダイコンを味わってください。

厚木市小野でダイコンを育てています。消費者から人気の品種を選定し、味の良い「冬自慢」と紫色が鮮やかな「紅しぐれ」を栽培。11月下旬から1月下旬にかけて夢未市に出荷しています。

栽培では、米ぬかや堆肥、油かすを混ぜ込んだ有機肥料を施用し、軟らかく栄養豊富な土を作っています。また、根を真っすぐ伸ばすため、適切なタイミングで数回土寄せを行い、水分と栄養をたっぷり吸収させるなど、みずみずしく甘みのあるダイコンに仕上げています。

食味が良く火を通すとやわらかな食感の「冬自慢」は、おでんなどの煮物や炒め物に、色鮮やかな「紅しぐれ」は、見た目の良さを生かしたサラダや酢漬けなどがおすすめです。



私が生産する
ダイコンは夢未市で
販売しています！



みつはし てるお
三橋 光雄さん
(玉川地区)