



水郷つくば

1

2023 January

Vol.48



撮影：JA 水郷つくば写真倶楽部 篠原正視さん

明けまして
おめでとーございませす

本年も役職員一同 頑張つてまいります
何卒 宜しくお願い申し上げます

謹賀新年



- | | | | |
|---------|--------|------|--------|
| 代表理事組合長 | 池田 正 | 理事 | 高橋 弘一 |
| 代表理事専務 | 糸賀 一男 | 理事 | 土肥 成男 |
| 常務理事 | 油原 正明 | 理事 | 磯部 潤一 |
| 常務理事 | 石井 美晴 | 理事 | 萩島 一成 |
| 理事 | 飯田 敬市 | 理事 | 青山 和泉 |
| 理事 | 石引 英世 | 理事 | 横田 忠雄 |
| 理事 | 小林 芳行 | 理事 | 藤平 清子 |
| 理事 | 山本 衛 | 理事 | 矢口 幸一 |
| 理事 | 鴻巣 充克 | 理事 | 永井 通雄 |
| 理事 | 関口 勉 | 理事 | 真家 智 |
| 理事 | 大川 ちよの | 理事 | 宮本 輝男 |
| 理事 | 長沼 秀樹 | 理事 | 平岡 博 |
| 理事 | 稲田 英章 | 理事 | 富山 洋子 |
| 理事 | 小野 豊 | 理事 | 岩瀬 儀喜 |
| 理事 | 高野 恵一 | 理事 | 高谷 夕起子 |
| 理事 | 加固 豊治 | 理事 | 中山 敏之 |
| 理事 | 完賀 浩光 | 常勤監事 | 根食 勝雄 |
| 理事 | 中嶋 幹雄 | 監事 | 山崎 久司 |
| 理事 | 宮本 幸男 | 監事 | 杉野 壽一 |
| 理事 | 足立 富士夫 | 員外監事 | 藤田 雪絵 |
| 理事 | 井坂 孝雄 | 監事 | 飯村 文雄 |
| 理事 | 岡野 利通 | 監事 | 稲葉 雅一 |
| 理事 | 栗原 進一 | 員外監事 | 矢口 栄一 |
| 理事 | 久松 伸男 | | |

最高顧問

佐野 治
葉梨 衛



外職員一同



年頭所感

代表理事組合長
池田 正

新年あけましておめで
とうございます。

令和五年の新しい年を
組合員の皆様と共に迎え
られますこと、心からう
れしく思います。

昨年は、コロナ禍が長引く中、ロシアのウクライナ
侵攻など、予測困難な非連続・変化の時代でした。国
際秩序が大きく揺れて世界情勢が混乱し、物流も滞
り、円安も響いて燃油や化学肥料の高騰が続く、農業
においても大きな影響がありました。

このような中、総代の皆様はじめ多くの組合員・地
域の皆様にJAの各事業に対しまして、深いご理解と
ご支援を賜り心から感謝申し上げます。

さて、今年は卯年です。ウサギは耳が長く丸い体系
から、その姿がとても愛らしく、近年ではペットとし
ても人気があります。また、飛び跳ねる姿から、飛躍
の年、景気も好転、回復する年とも言われています。

また、昨年はお米、れんこん、栗なども輸出をしま
したが、残念ながら大型野菜の価格低迷が影響し、年
末のれんこんなど農産物の価格が下落しました。

我が国は、諸外国に食料を依存しすぎています。食
料安全保障の観点からも、農業の重要性、食料自給率
の向上の機運が高まっております。

これからの農業は、みどりの戦略を意識した輸入肥
料に依存過ぎない栽培方法、有機質を多く取り入れた
病害虫に強い栽培を目指して、農薬を極力抑えた栽培
を確立して、生産費の抑制と環境への配慮が重要で
す。

JAグループは、地産地消、国産国産を進め、当J
Aでも前年度から3年計画で農産品販売額100億円
の目標を掲げると共に、大規模化、複雑化する農業形
態・経営に積極的に対応するため、農林中央金庫はじ
めJAグループの協力を得て「営農経済事業成長効率
化プログラム」を展開しております。

また、健康美食アンバサダーによる女性部・地域住
民への健康教室の開催など自己改革を進めています。
農業を取り巻く環境がどんなに変化しようと、食べ
たものでしか人の身体はできません。

JAは食・農を通して、これからも持続可能な農業
と地域社会づくりに貢献できるよう取り組んでまいり
ます。本年も昨年同様のご支援を賜りますようお願い
申し上げます。

結びに、皆様にとりまして素晴らしい一年になりま
すよう、心よりご祈念申し上げます、新年の挨拶とさせて
いただきます。





土浦市長
安藤 真理子

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。皆様におかれましては、輝かしい新春を健やかに迎えのこと、心からお慶び申し上げます。

池田代表理事組合長をはじめ、水郷つくば農業協同組合の皆様には、日頃から地域農業の振興と、安心安全な食の提供にご尽力をいただき、心より感謝を申し上げます。

長期にわたるコロナ禍や課題がある中、本市では、担い手の育成支援や農地の集積・集約化など各施策・事業を推進しております。また、土浦ブランドや「日本一のれんこん」、さらには茨城県の銘柄産地の指定を受ける「花き」など、本市が誇る様々な農作物の付加価値化を図っております。

今後も、皆様と連携を図りながら、農業振興に取り組んでまいりますので、一層のご支援、ご協力をお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様にとりまして、健康で幸多き年となりますことを心からご祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。



龍ヶ崎市長
萩原 勇

新年あけましておめでとうございます。組合員の皆様におかれましては、お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より市政運営に対して、温かいご支援とご協力をいただき、深く感謝申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症による厳しい状況が緩和されつつあるものの、世界情勢により農業資材等の高騰が続くなど、農業を取り巻く環境は一層厳しさを増しており、当市におきましてもいち早く市独自の支援策を立ち上げるなど、皆様の支援に取り組んでまいりました。

こうした中、当市管内では竜ヶ崎施設園芸部会のトマトと花き園芸部会のコギクが茨城県銘柄産地指定の更新を受けられ、部会員の皆様の努力に感謝申し上げますとともに、今後も産地の更なる発展を期待しております。

本年も皆様の声を力に農業の発展に向けて挑戦し、地域ブランド力強化、担い手の育成・支援など持続可能で活気あふれる農業の促進に努めてまいりますので、ご理解・ご協力をお願い申し上げます。

本年が実り多き素晴らしい一年となりますことを心よりお祈り申し上げます。



牛久市長
根本 洋治

明けましておめでとうございます。水郷つくば農業協同組合の皆様におかれましては、健やかに新年を迎えられましたこと、心からお慶び申し上げます。また、皆様には日頃から地域農業の振興をはじめ、市政運営に多大なるご尽力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、農業を取り巻く環境においては、生産者の高齢化や後継者不足、耕作放棄地拡大など以前から抱えていた課題に加え、国内外の社会情勢や自然環境、食糧事情などの目まぐるしい変化への対応が求められています。

こうした中で、牛久市では意欲ある農業者を支援し、農地の集積・集約による作業効率の向上や、「うしく河童大根」をはじめとする地元農産物の更なる普及を進め、農業への理解の深化と担い手確保の促進に取り組んでいるところです。

今後も、農業の持続的な発展と活性化に向けて、皆様と連携を図りながら、各施策を推進してまいりますので、引き続きご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、皆様方のご健康とご多幸を心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



市長 宮嶋 謙
かすみ がうら

新年、明けましておめでとうございます。組合員の皆様方におかれましては、健やかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

旧年中は、農業振興をはじめとした市政活動に対し、深いご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、コロナ禍やウクライナ情勢に伴う農業資材等の急騰などを背景に、日本の農業や食料安全保障にも大きな影響が生まれました。こうした事態の収束と農産物需給の安定化を願うとともに、皆様のご健勝ご繁栄をお祈り申し上げます。

迎えました本年につきましても、農業者の減少や耕作放棄地の拡大が加速化する中、依然として物価高騰による農業経営への圧迫は続いております。市としても農業の成長産業化や所得の増大を更に進めていくために、農業の継続経営に向けた重層的な対応策を推進して参ります。

結びに、新年が皆様にとって、実り多き年でありますよう心よりお祈り申し上げます、挨拶と致します。



市長 美浦 栄
みうら とう

新年明けましておめでとうございます。JA水郷つくば組合員の皆様におかれましては、令和五年の新春をお健やかに迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

また、日頃から地域農業の振興と高品質な農産物の供給にご尽力いただくとともに村政各般にわたり格別なるご支援を賜り、厚くお礼申し上げます。

農業を取り巻く環境は、従事者の高齢化や後継者不足、耕作放棄地の荒廃など様々な課題が山積し、また、近年はコロナ禍やロシア情勢、円安に伴う物価高騰が追い打ちをかけております。このような中であつて、農業の諸課題解決に寄与され、今後益々発展されますことを心からご祈念申し上げます。

村といたしましても皆様方と連携し、地域農業の担い手の育成や地元農産物の地産地消を進め、意欲ある方々が、安定した農業経営を継続できるような各施策を推進してまいります。

結びに、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます、年頭のごあいさつとさせていただきます。



町長 阿見 繁
あらい けん

新年おめでとうございます。組合員、地域の皆様におかれましては新たな抱負と希望を抱き、新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、旧年中は、町政全般にわたり、格別なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、現在の地域農業を取り巻く環境は、就農人口の減少や耕作放棄地の増加などの課題に加え、未だ収束しない新型コロナウイルスの影響による米や野菜の需要減や価格低迷、更にはウクライナ情勢や世界経済等の影響による燃油や肥料、飼料の価格高騰など、農業者や農産物も甚大な影響を受けております。

このような中、町では、JA水郷つくば様と連携し、課題解決と持続的な農業の推進に向け取り組んでまいりますので、今後も尚一層のご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、組合員や地域の皆様のご多幸とご健勝、内外の平和と繁栄をお祈り申し上げます、新年のご挨拶といたします。



利根町長 佐々木 喜章

年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

をはじめ、町政各般にわたり格別のご支援とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、町の基幹産業である農業におきましては、農業従事者の高齢化や担い手不足に加え、肥料・燃油の高騰など、様々な問題に直面しております。このような中、当町では、担い手の育成や、基盤整備事業の推進など、魅力ある農業を目指した取り組みを行っております。

また、昨年11月には、地元農産物・特産品などを広く知っていただく「地場産業フェスティバル」を開催し、町内外から多くの皆さまにご来場いただきました。

今後、農業の持続的な発展のため、各施策を推進してまいりますので、今後とも変わらぬご支援とご協力をお願い申し上げます。

謹んで新春のおよろこびを申し上げます

土浦地区

- 蓮根本部会 久家 良夫
土浦れんこんセンター利用部会 市川 篤
上大津第一蓮根部会 小嶋 浩行
田村蓮根部会 石神 秀美
田村共撰部会 吉田日出男
都和蓮根部会 久家 良夫
東部蓮根部会 岡野 利夫
虫掛蓮根部会 田中 成実
真鍋蓮根部会 酒井 義雄
霞ヶ浦蓮根部会 中原 弘
千代田蓮根部会 小松崎一也
田村蓮根部会青年部 石神 薫
霞ヶ浦蓮根部会青年部 高田 健司
霞ヶ浦蓮根経営研究会 菊地 公
土浦市園芸組合連合会沖宿蓮根支部 土肥 操
稲作部会 宮下 茂司
栗部会 川井 宏明
千代田梅部会 岡野 逸雄
千代田柿部会 田崎 從子
千代田巨峰部会 安田 利徳
花き部会 目代 則明
花き部会青年部 星 史人
小菊統一出荷部会 飯田 政夫
蚕豆部会 高田 茂
土浦梨部会 小林 幸夫
霞ヶ浦梨部会 塚本 浩之
新治梨部会 高野 裕
まるふじ梨出荷組合 栗原 一弥
千代田梨選果場利用部会 川上 幸男
千代田梨研究部 宮本 純雄
千代田梨幸会 長谷川智子
千代田蔬菜部会 沼田 厚夫
真鍋葱部会 羽方 文彌
新治葱部会 岩瀬 和雄
新治葱出荷組合 杉田 喜一

- 東城寺菜花出荷組合 白井 孝一
坂田協業組合 栗原 宣夫
②蔬菜出荷組合 横田 栄
小山田出荷組合 山崎 進
クワイ部会 山口 行雄
志士庫部会 島田 栄一
千代田ハウス部会 松信 久
胡瓜部会 大橋 静夫
茨翔蔬菜組合 吉田 藤樹
霞ヶ浦蔬菜研究会 井坂 秀幸
さやいんげん部会 藤井 文夫
施設園芸水耕みつば部会 大関 智生
加工トマト組合 広瀬 俊一
サンフレッシュ土浦部会 大竹 克
サンフレッシュ新治部会 岡田 治
サンフレッシュ霞ヶ浦部会 坂本 陽子
サンフレッシュはすの里部会 飯田 公巳
サンフレッシュ千代田部会 高原 厚
女性部 松井みどり
女性部加工部会 大川ちよの
女性部フレッシュユミズ 渡井さち子
資産管理運用部会 渡邊 尚子
年金友の会土浦中央支部 長須 保教
年金友の会土浦南支部 山本 衛
年金友の会土浦西支部 永井 安雄
年金友の会霞ヶ浦支部 柴沼 文夫
年金友の会土浦北支部 山口 正男
年金友の会千代田支部 野口 敬一
目代 則明 安田 和夫
井沢 清
小林 芳行
萩原 巖
羽成 善哉
池田 正
桜井 浩一
戸井 克則
飯田せつ子
はすの実工房 飯田せつ子
土浦れんこん研究会 宮崎 一栄
外国人実習生受入農家協議会 大沼 清子
写真倶楽部 小松崎美代子
こぶし会 川俣三任子
農産加工部会ちよだ工房 栗原 広治
次世代農業プロジェクトワーキンググループ

- 東城寺菜花出荷組合 白井 孝一
坂田協業組合 栗原 宣夫
②蔬菜出荷組合 横田 栄
小山田出荷組合 山崎 進
クワイ部会 山口 行雄
志士庫部会 島田 栄一
千代田ハウス部会 松信 久
胡瓜部会 大橋 静夫
茨翔蔬菜組合 吉田 藤樹
霞ヶ浦蔬菜研究会 井坂 秀幸
さやいんげん部会 藤井 文夫
施設園芸水耕みつば部会 大関 智生
加工トマト組合 広瀬 俊一
サンフレッシュ土浦部会 大竹 克
サンフレッシュ新治部会 岡田 治
サンフレッシュ霞ヶ浦部会 坂本 陽子
サンフレッシュはすの里部会 飯田 公巳
サンフレッシュ千代田部会 高原 厚
女性部 松井みどり
女性部加工部会 大川ちよの
女性部フレッシュユミズ 渡井さち子
資産管理運用部会 渡邊 尚子
年金友の会土浦中央支部 長須 保教
年金友の会土浦南支部 山本 衛
年金友の会土浦西支部 永井 安雄
年金友の会霞ヶ浦支部 柴沼 文夫
年金友の会土浦北支部 山口 正男
年金友の会千代田支部 野口 敬一
目代 則明 安田 和夫
井沢 清
小林 芳行
萩原 巖
羽成 善哉
池田 正
桜井 浩一
戸井 克則
飯田せつ子
はすの実工房 飯田せつ子
土浦れんこん研究会 宮崎 一栄
外国人実習生受入農家協議会 大沼 清子
写真倶楽部 小松崎美代子
こぶし会 川俣三任子
農産加工部会ちよだ工房 栗原 広治
次世代農業プロジェクトワーキンググループ

阿見・美浦地区

- 美浦特別栽培米研究会 中嶋 幹雄
種子生産部会 塚本 長久
南高梅栽培研究会 寺田 昇
阿見ネギ部会 雨谷 るし
阿見スイカ部会 雨貝 忠義
阿見ナス部会 今井 利和
阿見レンコン部会 野口 好史
掛馬蓮根部会 小澤 晃試
そさい部会 渡辺 喜子
直販部会 吉田 壮史
馬鈴薯部会 浅野 敬司
なかよし蓮根部会 吉田 和嗣
阿見そば生産部会 阿見 正義
女性部美浦地区本部 増尾 安以
年金友の会かすみ支部 神田 勝

馴柴小学校2年生 「町探検」で来組 11/28

龍

ケ崎市立馴柴小学校の児童24名が竜ヶ崎西支店の精米センターへ見学のため、来組しました。これは、2年生の生活科が自分たちの町を探検し、様々な場所やもの、人に出会いながら町への愛着を深めるために行う「町探検」の一環です。

町探検では、当JAの玄米の低温倉庫や精米工場で実際に精米している様子を見学し、「お米がいっぱい」「玄米初めて触った」などの子どもらしい感想を話していました。



令和4年度 年末蓮根販売対策会議を開催 12/6

J A水郷つくば蓮根本部会は、土浦市城北町のホテルマロウド筑波で年末蓮根販売対策会議を行いました。対策会議は市場関係者、蓮根本部会に所属する11蓮根部会の代表者、JA役員ら86名が参加しました。コロナ禍により、昨年は規模を縮小して開催しましたが、今年は通常に近いかたちで開催しました。

会議に先立ち久家良夫本部長は、「生産者全員、令和4年度の年末販売が成功に終わり、良い新年を迎えたいと考えておりますので、改めてJA水郷つくばの蓮根の有利販売に対してご協力をよろしくお願いいたします。」と力を込めて挨拶しました。

対策会議では仙台あおば青果、東京新宿ベジフル、横浜丸中青果南部支社の担当者から、市場情勢と販売状況の報告があり、計画出荷と精度の高い情報交換を申し合われました。

本部会からは土浦・霞ヶ浦・阿見の各地区支部役員が作柄状況、掘取り状況等を報告しました。最後に、品質・規格を守った出荷を行う、市場の必要量に合わせた計画的な出荷を行う、適切な相場設定を行う等の年末販売対策方針を事務局から説明し、年末のれんこんを有利販売につなげるための協議を行いました。



有利販売に向けて意見交換が行われた会場

年末恒例ハム作り開始!

12/14

竜

ケ崎地区女性部が、竜ヶ崎西支店営農経済課で20年以上続く年末恒例のハム作りを行いました。全て手作りです。この日は仕込み工程で豚肉の塊（一塊約1キロ）にフォークで穴をあけたり、寸胴鍋で肉を漬け込むタレを作ったり、肉をタレに漬けてむ等の仕込み作業を2時間半かけて行いました。

仕込みが終わると冷蔵庫に入れて漬け込み、2週間後に燻製にして完成となります。女性部員は「3日に一度漬け込み位置を変えたり、燻製の温度管理等大変ですが、自分で作ったハムをお正月に食べられるのはうれしいです」と話していました。



下根直売所で 歳末感謝祭を開催!

12/17

牛

久市のJA水郷つくば下根農産物直売所で歳末感謝祭が開催されました。JA管内産コシヒカリ10キロ及び30キロを特価販売したほか、牛久産のさつまいもやみかんやりんご等、旬の果物を特価販売致しました。500円以上お買い上げでコシヒカリ（玄米）30キロや精米の「つくばのかおり」、うしく河童大根オリジナルバッグが当たるお楽しみ抽選会も開催され、大変多くのお客様にご来店いただきました。



お腹をすかしている 子供たちに笑顔を！

12/21

フ

ードバンク茨城「子供支援プロジェクト」及び「県内ひとりぐらし大学生 食の支援」への食の支援を行いました。これはNPO法人「フードバンク茨城」と協力し、栄養や食料の摂取を学校給食に頼っている子供たちに、学校給食のない休学期間に食の支援を行うとともに、孤独になりがちな世帯との心の交流を行うこと、また、県内一人暮らしの学生でアルバイトなどの収入が減り食費を切り詰めて生活している学生を対象に、大学生ボランティアと連携して食の支援をすることを目的としています。

今回のプロジェクト全体で支援対象となるのは就学支援を受けている小中学生のいる約370世帯と県内500人の大学生で、米・じゃがいも・玉ねぎなど貯蔵性のある農産物やシリアル・お菓子・缶詰・レトルト食品・飲料などが支援されます。JAからは箱詰め・梱包・発送の詰め込み作業等のボランティア活動と袋ラーメン2,250袋を提供しました。



理事会報告

第10回 令和4年11月21日(月) 開催

協議事項

- (1) 総代選挙区域別選挙管理者および選挙立会人の指名について (案)
- (2) 企業年金規約の変更について (案)
- (3) 「個人情報保護法等に基づく公表事項等」の改正について (案)
- (4) 「コンプライアンス・マニュアル」の一部変更について (案)
- (5) ⑥出資金の口数変更について (案)
- (6) ⑥理事に対する融資について (案)
- (7) その他

報告事項

- (1) 旧中村支店解体工事の指名業者の選定結果について
- (2) 令和4年度コンプライアンスプログラム兼個人情報保護計画及び内部統制整備基本計画(10月)報告について
- (3) JA水郷つくば不祥事再発防止策(10月)報告について

報告事項

- (4) 自主(自店)検査報告(第3四半期)について
- (5) 事務ミス等の発生状況報告(第3四半期)について
- (6) 相談・苦情等対応状況報告(第3四半期)について
- (7) 疑わしい取引の届出状況報告(第3四半期)について
- (8) ヘルプライン制度の運用に関する報告(第3四半期)について
- (9) ⑥大口与信先の報告について
- (10) 定期貯金プレミアムキャンペーン2022の実施について
- (11) 有価証券運用報告について
- (12) 令和4年度JA共済コンプライアンス点検結果および改善方針の概要について
- (13) 共済金支払い実績について
- (14) 令和4年産米集荷実績について(11月10日現在)
- (15) その他



旬な遠足

12/10

ユーカリリース編

一般から応募いただいた15名の方々が
ヨリアイ農場の体験イベント
「旬な遠足」ユーカリリース編」に参加されました。

今回はユーカリの葉をふんだんに使った
クリスマスリースを作りました。

出来上がりをイメージしながら
ユーカリの葉を土台に付けていく

作業が思い通りにできず

何度も差し替えたりと悪戦苦闘されていました。

飾り付けを終えると参加者の皆様、
達成感で笑顔になりました。



ヨリアイ農場では、季節に応じた
農業体験を開催しています。
フェイスブックやホームページから
申し込みます。ぜひ、ご参加
ください。

<http://yoriaifarm.org/>

ヨリアイ農場 で 検索

米の油分に含まれる「 γ -オリザノール」が動物性脂肪を食べたくなるような“脳内ストレス”を減らし、さらに“美味しさや幸福を感じる力”を高めることがわかってきました。動物性脂肪を求める欲求をダブルでブロックすることで、糖尿病や肥満症の予防や改善に役立つことが期待されています。

【出典：グリーンレポート590号 平成30年8月1日発行 JA全農耕種総合対策部】

1～2月に、は種・植付けする（できる） 野菜など

（露地野菜）：ジャガイモ、ニラ



（トンネル栽培）：ダイコン、カブ、ニンジン、ホウレンソウ、コマツナ、シュンギク、チンゲンサイ



（施設野菜）：トマト、ナス、ピーマン、パプリカ、キュウリ、スイカ、カボチャ、ブロッコリー、カリフラワー、レタス、リーフレタス



美味しい野菜の作り方

～野菜のちからを知ろう！～

私たちが健康的に生活を送るために欠かせない野菜を食べることは、からだの調子を整え、老化防止や発がんの抑制、免疫力の向上につながると期待されている。

【野菜摂取量の現状】

厚生労働省が推奨する国民の健康づくり運動『健康日本21』では1日の野菜の目標摂取量は**350g**である。

・現状は、成人の1日の摂取量の平均は280.5g（男性288.3g、女性273.6g）でこの10年間、ほぼ横ばい状態が続いている（令和元年『国民健康・栄養調査』）。

【野菜を食べるメリット】

◆ビタミン・ミネラルでからだを整える

・野菜に多く含まれるビタミンは β -カロテン、ビタミンB1、ビタミンC、ビタミンE、葉酸など。抗酸化作用、エネルギー代謝、免疫力の向上などのサポート役として働いている。

・特に、不足しがちなミネラルである骨を作るカルシウム、血を作る鉄は野菜からも補える。高血圧の予防に効果のあるカリウムも摂ることができる。

◆ファイトケミカルが豊富

ファイトケミカルは、植物由来の化学物質で野菜や果物の色素成分や辛味成分に代表される。その種類は数千から一万種以上あり。オレンジ、赤、黄、緑紫色の野菜・果物に多い。

・主なファイトケミカル

☆ビタミンC、B₁、B₂、B群、E

☆カロチノイド類（ β カロテン、リコピン、クリプトキサンチン、アスタキサンチン）

☆ポリフェノール類：フラボノイド類（カテキン、アントシアニン、タンニン、ルテインイソフラボン）

☆フェノール酸（コーヒーのクロロゲン酸）

☆セサミン（ゴマ）、☆エラグ酸（イチゴ）

☆クマリン（桜の葉）、☆セレン（ネギ）

・ファイトケミカルは人の体内で生理作用の調整を行う作用があるが通常代謝では特に必要なものではなく、摂取しなくても欠乏症にはならない。

・抗酸化作用、発ガン抑制、生活習慣病の予防、アンチエイジングや免疫機能調整に機能する新しい概念の栄養素である。

・低カロリーで脂肪分が少ないため、肥満予防や生活習慣病の予防にもつながる。

【野菜をバランスよく食べるコツ】

◆350gのうち、1/3量にあたる120gは色の濃い野菜として知られる緑黄色野菜から、残り230gは淡色野菜から摂ることで野菜に含まれる栄養素をまんべんなく補える。

*わかりやすい見分け方の目安：包丁で切った時に中まで色の濃いものが緑黄色野菜で中が白っぽいものは淡色野菜と考える。（『緑黄色野菜』とは原則として可食部100g中カロテンが600ug以上含まれている野菜である）

◆旬の野菜を食べる

（執筆 茂垣）

農薬使用の際は、ラベルの記載内容を守り、
周囲への飛散に注意して散布しましょう。

農業は“いのちを育む” 生命産業である

レンコン（レンコン田の土づくりの進め方）

レンコン田への堆肥など有機質資材の施用面積は、徐々に少なくなっており、3割減少しているとの報告がある。

【良品・多収のレンコン田】

- ①耕土が深く柔らかく、根が深く広く張れる。
- ②水分を保持できるが排水もよい。
- ③土壌酸度が適正<PH(kcl): 6.0>。
- ④レンコンに必要な養分が適度に含まれる。
- ⑤腐植が多い：土壌診断を行い、**土壌有機物含有量8%以上**を確保する。
- ⑥病害虫が少ない。

【腐植の効果】

- ①レンコン田の土の団粒化が進みふかふかする。
- ②肥料成分の吸着保持力を高める（保肥力、緩衝能の向上）。
- ③リン酸の吸収を高める。
- ④微生物の活性化。
- ⑤根張りをよくする植物生長ホルモン（オーキシンやサイトカイニン等）様作用。

【レンコン田の土づくり：腐植を増やし収量アップ】

- ①レンコン田の土壌の炭素量（≒有機物）は10a当たり、年間40kg消費する。
 - ②土づくりの効果の高い有機物や改良資材を施用する。
 - ③10aの土の量は100tといわれており、腐植量を増やすには、有機物を一度に多量投入ではなく、継続的に施用する。
- ◆植付け60日位前までに、完熟堆肥を施用し、腐熟促進剤とともに耕耘し、土に十分なじませる。
 - ◆一般的な堆肥（牛ふん、豚ふん、鶏ふん）を施用する場合の目安（10a当たり）。
- *慣行的な施用（補給型）：～200kg
*積極的な施用（改良型）：300～400kg
*新床における土づくり：1t
*できるだけ落水条件で施用し、混和後に灌水条件とする。未熟堆肥は使わない。



- ④土壌改良資材であるアズミンや“もっとねばり君”、ネバリン等の施用で、腐植を増やし微生物の働きを高める。
- ⑤収穫時の土壌流出を防ぐ：粘土など、粒子が細かく保肥力の高い土壌の流失を防ぐ。

【定期的に土壌診断をしてレンコン田の状態を確認する】

水稻（米の消費拡大）

～機能性に着目し、“はたらくお米”を知ろう～

お米の機能性に着目した、大学などの最新の研究を紐解くと、米は美味しいだけではなく、健やかに生きていくためのカギが隠されていることがわかってきました。その内容を紹介します。



【脳にはたらく米】 [東北大学・川島隆太教授]

脳の栄養となる糖質を米が効果的に供給し、神経細胞「ニューロン」を活性化させることがわかってきました。米食はパン食よりもグリセミック・インデックス（食後の血糖値の上昇を示す指標）、脂質ともに低く、脳細胞の成長を助けます。米食中心の子どもは脳細胞の量が多く、IQ（知能指数）も高いという結果も出ています。

【腎臓にはたらく米】 [新潟工科大学・門脇基二教授]

米に含まれるタンパク質が小腸でつくられるインクレチン（ホルモン）を活性化させて、すい臓に指令を送り、インスリンの分泌を促進することがわかってきました。そうしてつくられたインスリンが血糖値の上昇を抑えて腎臓の負担が減り、糖尿病をはじめとした腎疾患の予防に役立つことが期待されています。

【肝臓にはたらく米】 [東京農業大学・山本祐司教授]

米に含まれる成分が肝臓の遺伝子を活性化し、コレステロールから胆汁酸への代謝を促すことが明らかになってきました。さらに、胆汁酸がコレステロールとして再吸収されることを抑制し、肝臓及び血液中のコレステロール値を下げる機能を持つ可能性がわかってきました。

米食はメタボリックシンドロームを予防し、動脈硬化症などのリスクを減らすことが期待されています。

【腸にはたらく米】 [岐阜大学・早川享志教授]

小腸での消化・吸収に耐えた米のデンプン「レジスタントスターチ」が、大腸の隅々まで届くことがわかってきました。レジスタントスターチが大腸内で醗酵し、有益な短鎖脂肪酸をつくったり、乳酸菌をアシストしたりすることで、腸内環境を整えることが期待されています。

【欲にはたらく米】 [琉球大学・益崎裕章教授]

- ◆**べた掛け栽培**：野菜の上から直接、被覆資材を掛ける方法。不織布、防虫ネット、寒冷紗などが用いられる。



3. 初夏・夏どり“ニンジン”栽培に挑戦!

～マルチ＋二重べた掛けの活用～



- ◆**品種**：とう立ちしにくい晩抽性の品種

◆栽培暦

- *¹ は種：1月下旬～3月中旬
- *² 収穫：6月中旬～7月中旬
- *³ 2月下旬～3月中旬の種まきは一重のべた掛けでも良い。収穫は7月上旬～中旬となる。
- ◆**畑の準備**（100㎡あたり）：苦土石灰を10kg、完熟堆肥を50～100kg（前作で使用していれば不要）。元肥（8・8・8の化成肥料）を20kg。畝幅

75cm。

◆用意する資材

- 透明または黒マルチ（穴あきマルチが便利、幅95cm、5条、条間・株間とも15cm）
- 不織布（幅135cm）

◆栽培の手順

- *¹ 播種の1～2週間前に、元肥を施用して良く耕し、畝を立てたらマルチを張る。
- *² 1穴に、3～4粒ずつ種をまく。
- *³ 種をまいたら、すぐに不織布を二重にべた掛けする。（不織布はたるませずに、ピンと張る。）
- *⁴ 本葉が4～5枚になったら1穴1本に間引く。
- *⁵ 5月上旬に不織布を取り除く。除去が遅くなると花芽分化していた場合、とう立ちしやすくなるので要注意。

◆不織布はピンと張る! その理由は、

- 野菜は環境に順応しながら少しずつ大きくなっていき、ゆっくりと力強く不織布を押し上げながら、横に横に広がって生長していく。
- 不織布がたるんでいると、強い風が吹いたときに不織布がばたつき、茎葉を傷つける。（べた掛けの上からトンネル掛けする場合はこの限りではない）
- 不織布を緩めるタイミングは、種をまいた場合は間引きの時。保温の必要がなくなったら、不織布を取り外す。



野菜を障害から守る被覆資材と使い方(Ⅰ)

～マルチ、トンネル、べた掛けを使いこなす!～

1. 野菜の生育障害と被覆資材

【寒さ：高温を好む夏野菜（トマト、キュウリなど）の植付け時に、寒さから守ると活着が良くなり、その後の生育も順調になる。秋冬野菜の栽培時期を遅らせたり、春夏野菜の栽培時期を早めたりすることもできる。】

◆用いる資材

- マルチフィルム（農ポリ：ポリエチレンフィルム）
- 透明フィルム（農ビ：ビニールフィルム、農PO：ポリオレフィン系特殊フィルム、農ポリ）
- 不織布

【暑さ：日差しを遮ることで、猛暑から夏野菜を守ることができる。暑い時期に作付けする秋冬野菜の発芽や初期生育、活着が良くなる。】

◆用いる資材：寒冷紗、わら

【雨：スイカやメロンの炭疽病、つる枯病などの病気が予防できる。雨にあたらなければ、花粉の受粉能力も衰えず、スイカなどの受精も安定する。】

◆用いる資材：透明フィルム（農ビ、農PO、農ポリ）

【風：植付け直後は風でぐらつかなければ、早く活着する。台風などの強風が防げれば、根菜類の胚軸が折れたり、他の野菜の茎葉が痛んだりしない。】

◆用いる資材：透明フィルム（農ビ、農PO、農ポリ）、寒冷紗、不織布。

【土の乾燥：土壤水分の蒸発が抑えられれば、雨が降らなくても、発芽や活着が良くなり野菜の生育が安定する。】

◆用いる資材：マルチフィルム（農ポリ）、不織布、わら

【病虫害：害虫の侵入を物理的に防げば、農薬等の

使用は最小限にできる可能性がある。マルチフィルムで泥はねを防げば、病気が予防できる。】

◆用いる資材：防虫ネット、寒冷紗、マルチフィルム（農ポリ）、透明フィルム（農ビ、農PO、農ポリ）、不織布。

【雑草：雑草が生えると、雑草に肥料分が吸収されたり、日当たりや風通しが悪くなったり野菜の生育が阻害される。】

◆用いる資材：マルチフィルム（農ポリ）

2. 被覆資材の使い方

◆マルチ栽培：畝の表面を被覆資材で覆う方法。マルチフィルム（農ポリ）やわらなどが用いられる。



◆トンネル栽培：畝の上にトンネル状に支柱を立て、上から被覆資材で覆う方法。透明フィルムや防虫ネット、寒冷紗、不織布などが用いられる。



資産管理運用部会からのご案内

無料セミナー開催

日時：令和5年 2月22日(水) 15:00～

場所：JA水郷つくば 本店 2階会議室 (土浦市小岩田西1-1-11)

講師：NPO法人賃貸経営110番 森 政行氏

申込締切日：2月20日(月) どなたでも参加できます。

参加申込先：不動産管理センター (電話 029-824-8133)

築年数の古い賃貸住宅物件の入居率を高める為、効率の良いリフォームはどのようにすればよいのか。
また、新規賃貸物件建築の際のメリット・注意点について詳しくお聞きいただけます。

事前予約・不動産に関すること・リフォーム

水郷つくば農業協同組合 経済部 資産管理課 不動産管理センター

TEL 029-824-8133 FAX 029-823-2119

E-mail ja-sgt.fudosankc@ja-ibaraki.jp



建て替えに代わる新システム 新築そっくりさん

JA水郷つくばのリフォーム提案



お悩み・ご不安・ご不満

ご相談ください!!



お問い合わせ

 JA水郷つくば
経済部 資産管理課 不動産管理センター
☎ 029-824-8133

施主代行

 JA全農いばらき
生産資材部 施設農住課
☎ 029-219-1118

施工

住友不動産
新築そっくりさん
茨城エリア

知りタイガーのJA虎の巻

第29回
JA全国大会決議
JAグループの実践

【今回のテーマ】

JAグループでは、『国消国産』をどのように実践しているの？

実践の1つが、輸入に大きく頼る作物の国内での生産振興です。例えば、家畜のエサとして不可欠な飼料用トウモロコシや、今後さらに需要の拡大が見込まれる豆乳用大豆の契約栽培など、さまざまな取り組みに力を注いでいます。

あわせて、国内自給率はほぼ100%のお米を粉末にした「米粉」の利用拡大もすすめています。「米粉」は、お米を粉末にしたもので、パンにした場合のもちもち触感や、グルテンフリーという特長などがあることから、米粉の強みを生かした商品開発や学校給食での活用など、官民とも連携した取り組みが全国で広がってきています。

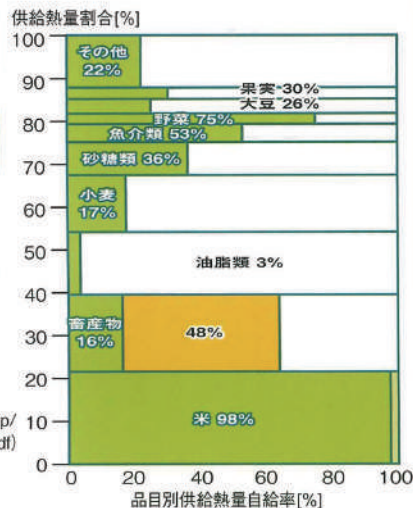
図：品目別の食料自給率
(令和3年度)

令和3年度
食料自給率 **38%**
(カロリーベース)

凡例

輸入部分	※ラウンドの関係で合計と内訳が一致しない場合があります。
輸入飼料部分 (自給としてカウントせず)	
自給部分	

※農林水産省の資料(https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/zikyu_ritu/attach/pdf/012-4.pdf)を基に作成



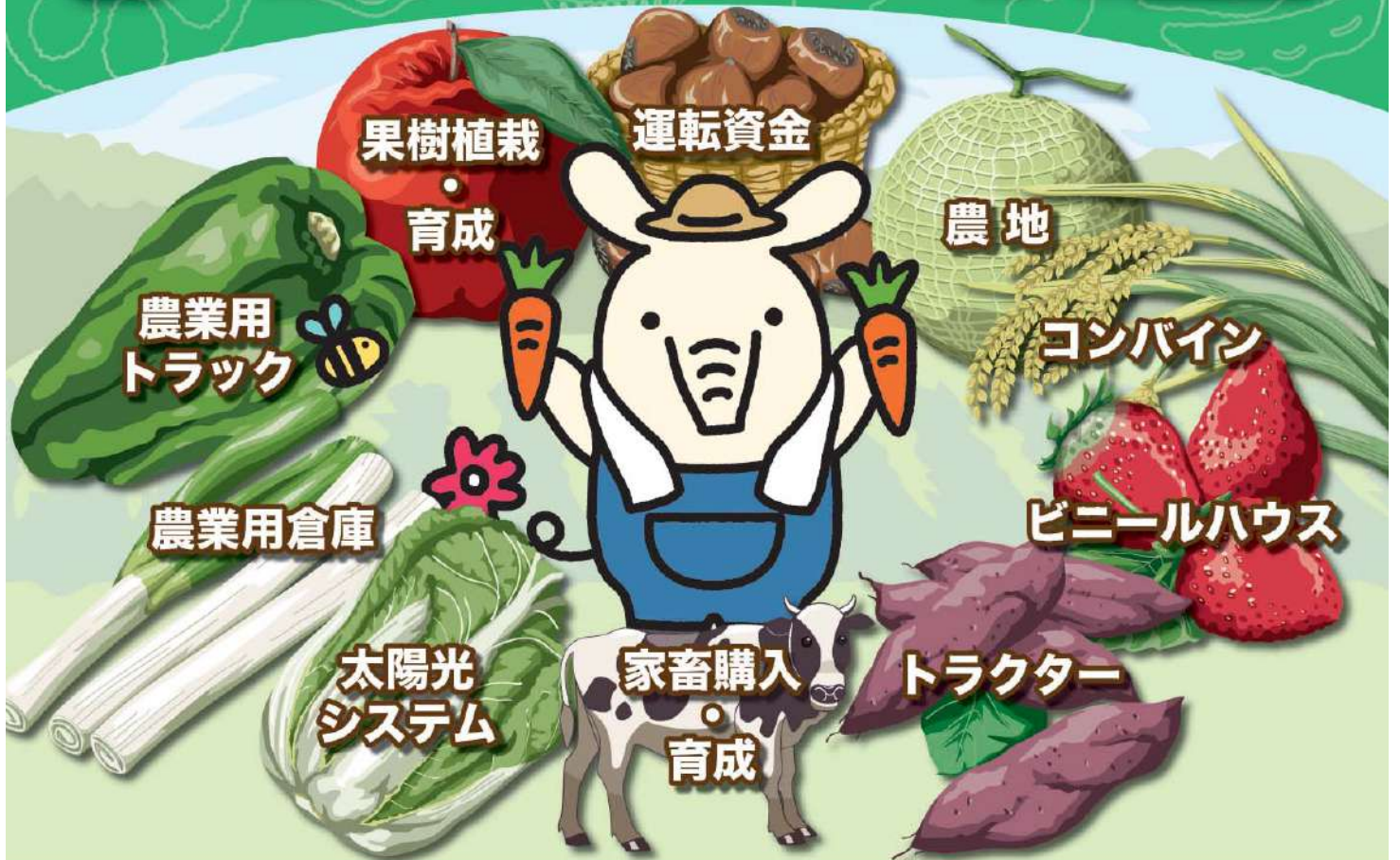
耕そう、大地と地域の未来。

2023年度 JA年金無料相談会日程表

【JA水郷つくば】

開催日	開催場所	担当社会保険労務士	開催時間
4月15日(土)	霞ヶ浦支店	大内 利雄 先生	9:00 ~ 15:00
5月13日(土)	土浦北支店	江尻 寿憲 先生	9:00 ~ 15:00
6月3日(土)	土浦南支店	朝日 祐彰 先生	9:00 ~ 15:00
6月24日(土)	牛久支店	大内 利雄 先生	9:00 ~ 15:00
8月5日(土)	美浦支店	朝日 祐彰 先生	9:00 ~ 15:00
9月2日(土)	土浦西支店	池田 綾夫 先生	9:00 ~ 15:00
9月9日(土)	竜ヶ崎西支店	池田 綾夫 先生	9:00 ~ 15:00
10月14日(土)	土浦中央支店	朝日 祐彰 先生	9:00 ~ 15:00
11月4日(土)	わかくさ支店	大内 利雄 先生	9:00 ~ 15:00
11月11日(土)	千代田支店	大内 利雄 先生	9:00 ~ 15:00
11月18日(土)	阿見支店	池田 綾夫 先生	9:00 ~ 15:00
12月2日(土)	竜ヶ崎中央支店	池田 綾夫 先生	9:00 ~ 15:00

アグリファイヤー資金



農業融資のこと、農業経営のことは、JAにご相談ください！！

金利

農業生産に直結する設備資金・運転資金の場合、JAバンク利子補給（最大1.0%）の適用により、最長3年間、引き下げ後の金利でご利用いただけます。
※JAバンク利子補給は、当初借入金額が1百万円以上の場合に限ります。利子補給後の金利はJAにご確認ください。

幅広い資金使途

農業生産や加工・流通・販売に関わる様々な資金、再生可能エネルギー利用に関わる資金など、ご要望に合わせて幅広くご利用いただけます。
※農機具（中古）、ハウスのビニール張替え費用にもご利用可能です。

スピーディーな実行

JAバンク茨城がご融資させていただく資金のため、スピーディーな対応が可能です。

*詳しくは、お近くのJAバンク窓口へ

 **JAバンク茨城**
https://www.jabank-ibaraki.or.jp

自分たちが食べる食料は、できるだけ自分たちの国でつくる
こく しょう こく さん

国消国産

推します、国消国産。



日本の未来を支える農業。乃木坂46は、JAグループの「国消国産」を応援します。



メンバーが生産現場で奮闘する動画を公開中!
楽しんで学べるコンテンツがたくさん! ぜひアクセスしてください!

乃木坂46 国消国産



JAグループ
耕そう、大地と地域のみらい。

46
乃木坂

土浦 防犯ニュース



令和5年1月号
土浦警察署



会社の事務所・店舗を狙った窃盗に注意!

会社の事務所とは?

工事現場の仮設事務所、土地改良事務所
自動車販売・整備工場の事務所 等々

店舗とは?

飲食店 (ラーメン店・レストラン・居酒屋など)
美容室、リサイクルショップ 等々



侵入されないための対策をお願いします!!

対策例

●防犯カメラ・センサーライト・警報器の設置

犯人は、証拠が残ること、見られる事を嫌います。

防犯カメラ

⇒犯行を断念させたり、被害に遭ったときに犯人検挙に
結びつく可能性がありますので設置に御協力をお願いします。



●窓ガラスなど建物部品の進化

「ガラスをバール、ドライバーなどで破壊する」

「窓ガラスを焼いて破壊する (焼き破り)」などの手口も見られます。

破壊に強いガラスにグレードアップすることも効果的です。



●事務所や店舗に現金、貴重品を保管しない

万が一、被害に遭ったとしても、被害を最小限に抑えるため、
多額の現金や貴重品を保管しないようにしましょう。





JA水郷つくばパソコン研究会

明けましておめでとうございます。新型コロナウイルスの感染拡大で第8波が吹き荒れてこのJA広報紙が発行される頃はどうな状況になっているか予測するすべもありません。研究会の活動は当面隔週で定例会を行いそのほかはWEB開催としています。

定例会予定
web予定となっております。

1月 10日 定例会、17、24日 WEB
31日 PCフォーラム発行、講座など

2月 7日 WEB、14日 定例会、21日 WEB
28日 PCフォーラム発行など

研究会についてのお問い合わせは、営農部営農企画課
電話：029-823-7001 千野田
メール：japc2@dappe.com 小林

研究会の活動

- ◎毎月発行のPCフォーラムはWEBサイトで閲覧することのできない会員さん向けに発行しています。同時にPDF版をホームページに公開しています。
- ◎2007年より始めた「研究会ブログ」と2010年より始めた「ミュージックプロムナード」2つのブログを、サーバーのサポート終了により正常に表示できない問題がありましたので、新ブログに移行しました。ホームページ上では新しいほうのリンクを貼っています。

今の特集

SIMフリースマホの話

◎皆さんはスマホというと、DoCoMoやAU、Softbankといった大手キャリアで通話SIMと同時に端末を購入しそのキャリアにSIMロックされた端末を渡されているという方が多いかと思えます。ロック解除したい方はその後手続きをして解除していただきたいと思います。(2021年10月からはSIMロックして売らないこととなりました) 筆者は、数年前よりSIMロックしてないSIMフリースマホ端末をネット上で購入し、格安SIM会社のSIMを購入して使っています。iPhoneはApplestoreで、AndoroidスマホはAmazonや家電量販店のWEBサイトで購入します。

◎今回はAndoroid スマホのデュアルSIMの話です。SIMカードが2枚入るようになってきているものが多いです。そこで、格安SIMを1枚は通話もできるメインとして使います。2枚目は同じ格安SIMでも通話の方はDoCoMoとしたらこちらはAUとかSoftbankのSIMを使います。これは2022年にAUの大規模通信障害があったことを覚えていらっしゃると思いますが、片方にそのようなことがあっても別な方が使えると考えてということです。

◎今、お話ししている格安SIMの会社はDoCoMoなどの大手キャリアの回線を借りてそれぞれの会社で販売しているので回線自体はほぼ変わらないと考えて大丈夫でしょう。

◎スマホのデュアルSIMといっても以下の種類があります。

- <DSSS (デュアルSIMシングルスタンバイ)>
2つのSIMを挿入できますが、どちらか片方のSIMだけを有効にすることができ、有効にしているSIMに紐づいた電話番号でのみ電話を受けられます。
- <DSDS (デュアルSIMデュアルスタンバイ)>
片方のSIMで通信を行っている間、もう片方のSIMで電話の着信を受けることができますが、通話が始まると通信はできなくなります。また、2つのSIMで同時に通話することはできません。

- <DSDV (デュアルSIMデュアルVoLTE)>
DSDSより高性能として登場したのが、DSDV方式です。SIMを切り替えずに、どちらのSIMでも紐づく電話番号への着信を受けることができます。
- <DSDA (デュアルSIMデュアルアクティブ)>
現在のデュアルSIMの方式では高性能なのがDSDAです。2枚のSIMが常時使えるので同時に電話の待ち受けができたり、同時にデータ通信ができたりするので、通話をしながら別のSIMでデータ通信が行えます。
※紙面の都合でそれぞれに対応している機種名までは掲載できませんので次の機会とします。

	LINEMO	楽天モバイル	ahamo	mineo	UQモバイル	IIJmio	Y!mobile	OCNモバイルONE
月額料金	今なら実質0円〜	1,078円(税込)〜	2,970円(税込)	660円(税込)〜	990円(税込)〜	440円(税込)〜	980円(税込)〜	550円(税込)〜
月額データ容量	3GB〜	1GB〜	20GB	1GB〜	3GB〜	2GB〜	3GB〜	500MB〜
最大通信速度	非公開	非公開	非公開	下り172Mbps ※Sプランの場合	下り150Mbps ※端末によっては 225Mbps	下り1288Mbps	下り428〜 838Mbps ※全国主要都市の一部エリア	非公開
使用回線	ソフトバンク	楽天、au	ドコモ	ドコモ、au、 ソフトバンク	au	ドコモ、au	ソフトバンク	ドコモ
キャンペーン	12/4まで! 他社から乗り換え 13,000円相当プレゼント	申し込みで 最大24,000 ポイント還元中!	データ容量 プラス80GBが 12月まで実質0円	通話かけ放題が 1年間割引	SIMのみ契約& オプション加入で最大 13,000円相当還元	通話オプションが 3ヶ月間 月90円(税込)〜	SIMカード契約で PayPayポイント最大 13,000円 相当プレゼント	iPhoneセットが 110円(税込)〜
口座振替	◎	◎	◎	×	◎	×	◎	×
チャージング	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎

(参考サイト：mobalife)



研究会HP



JA広報紙web版



2月のあなたの運勢

モナ・カサンドラ

プロフィール

占いを学術的に解析する「ルネ・ヴァン・ダール研究所」の研究生となり、占星学のロジックを徹底的に解読・探求。コンピュータによるホロスコープ作成の道を拓いた。現在は執筆活動を始め、さらなる占星の研究を重ねている。

牡羊座 3/21～4/19



全体運 コミュニケーション運が回復。話し合う姿勢は幸運も呼び込みます。頼み事もすんなり引き受けてもらえそう
健康運 テレビを見ながらストレッチが吉
幸運の食べ物 キャベツ

牡牛座 4/20～5/20



全体運 当てが外れる危険が。人に頼らず自己完結できるプランを組みましょう。下旬は好情報入手できる予感あり
健康運 おいしいものが癒やしに。美食を楽しんで
幸運の食べ物 フキのとう

双子座 5/21～6/21



全体運 勢い余ってミスしても許してもらえそう。ポジティブなあなたの周りには味方が集まってきます。目標を伝えて
健康運 良い汗をかくて体力アップ。体調も改善
幸運の食べ物 小松菜

蟹座 6/22～7/22



全体運 上昇運です。1つ1つ丁寧に進めていきましょう。足りないところは補ってもらえるはず。旅行計画にツキ
健康運 ふくらはぎをモミモミしてむくみを解消
幸運の食べ物 ワラビ

獅子座 7/23～8/22



全体運 注目されやすいので身を律していきましょう。公平公正を心がけると良い方向へ。頼まれ事は引き受けて吉
健康運 健康セミナーに参加すると得るものが大
幸運の食べ物 コリ根

乙女座 8/23～9/22



全体運 うまくいかないことは時間と距離を置いて。今はこじらせないのが最善の方法です。経験者の話は参考にして◎
健康運 頑張り過ぎは禁物。適宜休憩を入れて
幸運の食べ物 ゴボウ

天秤座 9/23～10/23



全体運 ゆっくりにこやかに話すのが成功の秘訣(ひけつ)。交渉事は反対意見を言わない方がうまくいきます
健康運 人と一緒に運動するとレベルアップできます
幸運の食べ物 セロリ

蠍座 10/24～11/22



全体運 部屋の中を整理整頓。居心地の良い空間をつくらすと滞っていたことが動きだします。家族で過ごす時間も大切に
健康運 好きなスポーツを楽しんで。継続が大事
幸運の食べ物 ダイコン

射手座 11/23～12/21



全体運 その場しのぎの発言は首を絞めそう。言い訳よりおわびと改善案が大事。冷静に対処すればピンチがチャンスに
健康運 準備運動は急入りに。テーピングも◎
幸運の食べ物 カラシナ

山羊座 12/22～1/19



全体運 有言実行。口にしたことは実行する必要があります。慎重に発言しましょう。やったことへの評価は高めです
健康運 早寝早起きで病知らず。朝食も大切に
幸運の食べ物 セリ

水瓶座 1/20～2/18



全体運 非常にパワフル。リーダーシップを発揮して称賛を浴びます。遅れが出そうな部分へのフォローはきめ細かに
健康運 元気がいっぱい。ハードなスポーツを楽しんで
幸運の食べ物 キウイ

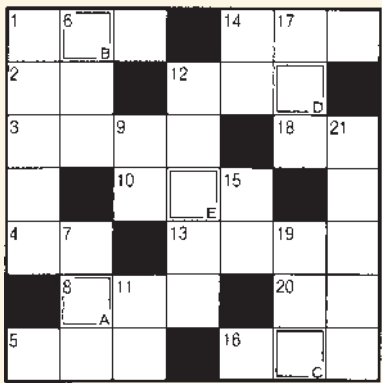
魚座 2/19～3/20



全体運 困り事は改善の兆し。周囲を巻き込んで皆で取り組みましょう。ギブ・アンド・テイクが成功のこつ
健康運 保温効果の高い下着で寒さ対策を万全に
幸運の食べ物 カリフラワー

クロスワードパズル

Q 二重マスの文字をアルファベット順に並べてできる言葉は何でしょうか?



ヨコのカギ

- 1 ウインタースポーツの代表格
- 2 旧国名の1つ。現在の三重県の大部分
- 3 お吸い物などを入れる器
- 4 鬼は外、福は――
- 5 掃除道具の1つ。魔女がまたがれば飛べるかも?
- 6 車のフロントガラスに付くとキラキラして厄介です
- 7 旅先で眺めることもあります
- 8 もむと温くなるタイプもあります
- 9 遅い時間まで寝ずにいること
- 10 仁徳天皇陵もこの1つ
- 11 水分補給に役立つ――飲料は、電解質を加えています
- 12 働き者だといわれる昆虫
- 13 天ぶらを天――に漬けて食べた

タテのカギ

- 1 2月の誕生石・アメジストは紫色の――です
- 2 刻みたばこを詰めて吸う道具
- 3 Lが大ならMは
- 4 こうなった――を知りたいなあ
- 5 暖炉にくべます
- 6 3度の食卓以外に食べるもの
- 7 バレンタインデーに実らせる人もいます
- 8 囲碁や将棋の指し手の記録
- 9 百貨店の――ガイドで目当ての売り場を探した
- 10 昆布と――節でだしを取った
- 11 例年2月4日ごろ。暦の上ではこの日から春です

住所・氏名・年齢・感想をそえて下記の宛先までお送りください。抽選で5名様にJAでご使用いただけるレインボー商品券500円分が当たります! ※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

1/31(火)メ切

〒300-0833 土浦市小岩田西1丁目1-11
JA通信水郷つくば編集係 FAX 029-824-4086
E-mail:jatuti.somu11@ja-ibaraki.jp



前号の答え「ユキアソビ」でした

定期貯金プレミアムキャンペーン 2022

実施期間

令和4年12月1日(木)～令和5年1月31日(火)

特典 1

年 0.10%

(税引後 0.079%)

特典 2

- JAカード（クレジットカード）
- 年金振込指定（予約可*57歳以上）
- 給与振込指定
- JAバンクアプリ+JAネットバンクの新規申込（※）
いずれかの新規申込で500円の
レインボー商品券を1枚進呈します。
期間中お一人様1枚限り

※「JAバンクアプリ」「JAネットバンク」は
同時申込・契約に限り商品券1枚を贈呈します。



レインボー商品券は、一部を除くJA店舗
およびJA直売所等でご利用できます

預入対象	個人の方
預入金額	10万円以上(1円単位)
預入期間	1年
特別金利	年0.10%(税引き後0.079%) ※初回満期日まで適用 (店頭金利0.002% 令和4年10月1日現在)
取扱媒体	通帳式(総合口座通帳または定期貯金通帳) ※複数店舗での開設は不可
留意事項	<ul style="list-style-type: none">*すでに当JAにお預けいただいている定期貯金の満期金、または、中途解約資金による振替(当該資金の現金による払戻後の預け入れおよび預入支店を変更しての預け入れを含む)は、本キャンペーンの対象外となります。*増額書替は本キャンペーンの対象外となります。*ATMでの預け入れは対象外となります。*特別金利は初回満期日までの適用となります。満期日に当初預入時と同じ期間で自動継続し、その時点での店頭表示金利が適用されます。*この貯金は、相続や差押など当JAがやむを得ないと認める場合を除き中途解約することはできません。中途解約される場合、本商品の金利は適用されず、中途解約日における中途解約利率が適用されます。*本商品は、元本保証商品で、貯金保険制度の対象となっています。*当JAで実施する他の商品との併用はできません。*本キャンペーンでの粗品の提供はありません。*金利環境等の変化により、取扱いを中止させていただく場合があります。*合計販売額70億円に達した時点で販売終了となります。

詳しくはJA水郷つくば各支店まで