

希望と  
うるおいのある  
まちづくり

# 丹波ひかみ

TANBA HIKAMI

1 2023  
月号  
Vol.386

丹波ひかみ  
TANBA HIKAMI

1月号  
Vol.386  
2023.1.1

編集・発行 / 丹波ひかみ農業協同組合  
〒669-3461 兵庫県丹波市氷上町市辺 440

TEL.(0795)82-0170(代) FAX.(0795)82-3658  
https://ja-tanbahikami.or.jp/ E-mail thkinfo@jamailhyogo.jp

特集

## 組合長 新年のごあいさつ

—希望とうるおいのあるまちづくり—  
JA丹波ひかみ



JA 丹波ひかみ  
公式LINE



JA 丹波ひかみ  
ホームページ



### 島田洋七 講演会

# 笑って生き抜く

「ハッピーライフ」  
人生百年を



## J A 丹波ひかみ 年金友の会 謝恩企画

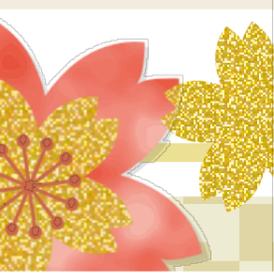
氷上・青垣区域の方対象  
開催日 令和5年4月19日(木)  
開演 14:00(開場 13:30)  
会場 青垣住民センター(丹波市青垣町佐治114)

柏原・山南区域の方対象  
開催日 令和5年4月20日(木)  
開演 14:00(開場 13:30)  
会場 やまなみホール(丹波市山南町谷川1110)

市島・春日区域の方対象  
開催日 令和5年4月20日(木)  
開演 10:30(開場 10:00)  
会場 ライフピアいちじま(丹波市市島町土田814)

- お申込資格: JA丹波ひかみで年金受給をされている会員様  
(今回新しくJAで受給手続きをされた方もお申込みできます。)
- ご負担金: 無料
- お申込期間: 令和5年2月6日(月)~2月17日(金)
- お申込方法: 令和5年1月末頃にご案内します。

# 新年のごあいさつ



新年あけましておめでとうございます。  
 皆さまにおかれましては、健やかに新春をお迎えのことと謹んでお慶び申し上げます。  
 また、旧年中はJAの各事業・活動に深いご理解とご支援を賜りましたこと、厚く御礼申し上げます。

さて、昨年を振り返ってみますと、新型コロナウイルスの感染再拡大、および先行きが不透明なウクライナ情勢により、食料・資材ともに輸入依存度の高いわが国の安定供給のリスクはより顕在化したものとなり、今後においても、これらは決して一過性のものではないと考えられます。さらに、あらゆる分野のデジタル化が加速しそれらのニーズへの対応や、食料・環境問題の観点からSDGsの目標に対しては、今後も取り組むべき課題であると認識しております。

このような情勢のなか、持続可能な農業と豊かな地域づくりをめざして、当組合では「第11次JA運動3カ年計画」を着実に実践していかねばならないと考えております。今後とも、組合員・利用者の皆さまの声をJA運営に反映し、地域農業の振興につとめるとともに、将来にわたって持続可能な経営基盤を確立・強化していくため、地域に根ざしたJAをめざして役員一丸となって取り組んでまいりますので、何卒ご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

後になりましたが、本年も皆さまにとりまして幸多き、そして、穏やかな1年になりますようご祈念申し上げます、新年のごあいさつとさせていただきます。

代表理事組合長 藤原 昌和



本年もよろしく  
 お願い申し上げます。

代表理事組合長 藤原 昌和  
 専務理事 森島 斉  
 常務理事 片山 哲郎  
 常務理事 大地 博之  
 理事 竹安 收三  
 足立 義郎  
 永井 直樹  
 三原 健  
 酒井 義夫  
 須原 芳夫  
 細見 実千代  
 蘆田 玉代  
 高見 康彦  
 西田 政介  
 田村 宗治  
 芦田 昭也  
 古倉 一郎  
 小森 保彦  
 中原 成和  
 西垣 昌代  
 足立 巧  
 足立 浩  
 西垣 孝司  
 竹村 耕二  
 平尾 泰広



代表 藤原 昌和  
 常勤 森島 斉  
 監事 片山 哲郎

代表 藤原 昌和  
 専務 森島 斉  
 常務 片山 哲郎  
 常務 大地 博之  
 理事 竹安 收三  
 足立 義郎  
 永井 直樹  
 三原 健  
 酒井 義夫  
 須原 芳夫  
 細見 実千代  
 蘆田 玉代  
 高見 康彦  
 西田 政介  
 田村 宗治  
 芦田 昭也  
 古倉 一郎  
 小森 保彦  
 中原 成和  
 西垣 昌代  
 足立 巧  
 足立 浩  
 西垣 孝司  
 竹村 耕二  
 平尾 泰広

# 新年号特別企画

# 卯年大集合!!!



## 楽しい思い出を

昨年は英語を習い始めるなど、やりたいことにチャレンジできたと話される大石さん。

ピアノの練習や友だちと鬼ごっこをすることが大好きだそう、今年も英語の取得やピアノの発表会で難しい曲に挑戦してみたいとチャレンジ精神旺盛です。

「小学校生活最後の年になるので、もつと色々なことにチャレンジしたい。クラスのみんなと仲良く遊んで、楽しい思い出をたくさん増やしたい」と明るく話される大石さんでした。

今年の抱負

楽しんで

大石 心愛



氷上町  
おおいし ここあ  
大石 心愛さん

## 野球も勉強も頑張る

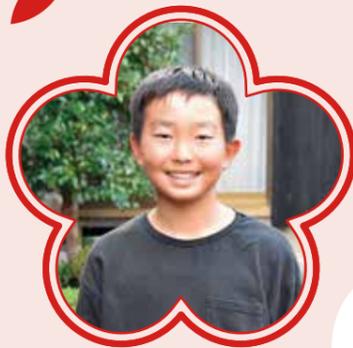
野球が大好きで、小さい時から遊びでバットを振っていたという吉竹さん。昨年は野球でエラーをして声を出せなくなってしまうたり、勉強で理解できていたところの回答を慌てて間違えてしまったりと失敗もあった年と話されます。

「今年も、野球は精一杯努力してチームに貢献したい。勉強もしっかり理解できるように学校の予習を頑張りたい。野球も勉強も努力すれば報われるから」と力強く話される吉竹さんでした。

今年の抱負

奴力

吉竹 佑真



柏原町  
よしただけ ゆうま  
吉竹 佑真さん

## 体調管理をしっかり

昨年はお子様の受験などがあり、気を揉むことが多かったと話される深田さん。無事合格が決まり安堵されているそうです。

「忙しい日々が続いたので、今年はおんびりする時間を設けたい。自然豊かな場所でキャンプをして、コーヒーなどを飲んでみたいですね」と朗らかに話されます。

「これからも元気で働くために健康には気を付けていきたい。空いた時間でウォーキングなどの運動を行い、体調管理をしていければ」と笑顔で話される深田さんでした。

今年の抱負

健康

深田 修正



山南町  
ふかた のぶまさ  
深田 修正さん

## 自分に素直に

野菜を作ったり、鶏を飼ったりと自給自足の生活を楽しんでおられる藤本さん。

昨年は次男の妊娠・出産、そして育児と慌ただしく過ぎ去った年だったと振り返られます。

今後は「子供と一緒に楽しめるイベントや、ママサークルみたいなお母さんとの繋がりを企画してみたい」と笑顔で話され「好きなこと・やりたいことをしていくのは難しい。自分に素直に生きてやりたいことに挑戦し、人生を楽しんでいきたい」と晴れやかな表情で話されました。

今年の抱負

人生を楽しんで

藤本 理恵



春日町  
ふじもと りえ  
藤本 理恵さん

## いつも笑顔で

コロナ禍が落ち着いたら、習い事を活かしたボランティア活動を行い、施設の方々に楽しませたい」と話される市島さん。いつも笑顔でいることを心掛けていられると何事にも前向きな吉積さんでした。

「コロナ禍が落ち着いたら、習い事を活かしたボランティア活動を行い、施設の方々に楽しませたい」と話される市島さん。いつも笑顔でいることを心掛けていられると何事にも前向きな吉積さんでした。

「コロナ禍が落ち着いたら、習い事を活かしたボランティア活動を行い、施設の方々に楽しませたい」と話される市島さん。いつも笑顔でいることを心掛けていられると何事にも前向きな吉積さんでした。

今年の抱負

健康オ-

吉積 洋子



市島町  
よしづみ ようこ  
吉積 洋子さん

## 行動をして挑戦

家族旅行に行つて、その土地の風景を見るのが好きと話される下垣さん。「今年もやりたいことを見つけた。そのために色々行動して挑戦していきたい」と意欲的です。

「今までは、何かしたいと考えながらも仕事優先で後回しになってしまっていた。今年もやりたいことを探し、そのための行動をする。そして挑戦していきたい」と話され「まずはツアーリングで日本全国を回ることにチャレンジしたいかな」と楽しそうに話されました。

今年の抱負

行動

下垣 勝利



青垣町  
しもがき かつとし  
下垣 勝利さん



蟹座 6/22~7/22

全体運 あれこれ言われてキャパオーバーになりがち。全部やろうと思わないで。状況整理から入ると良い案が浮かびます

健康運 血行促進を心がけて。頭の体操も大切です

幸運を呼ぶ食べ物 芽キャベツ



双子座 5/21~6/21

全体運 礼儀正しい態度で好感度が上昇。やりたいことがあるときほど周囲の話をよく聞いて。協力者が現れる予感です

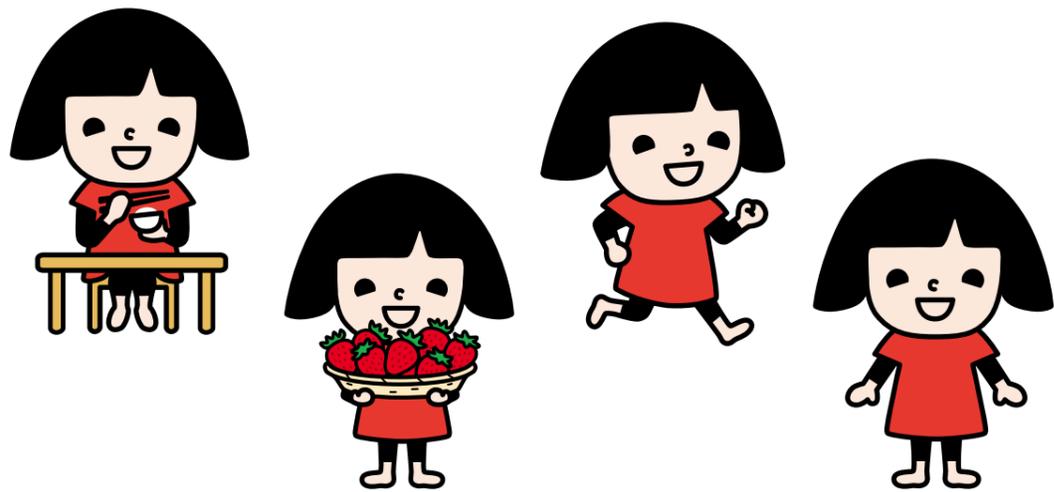
健康運 頑張り過ぎてバテないようペース配分を重視して

幸運を呼ぶ食べ物 ブロッコリー



# Quiz3 「プラスワンクイズ」

Q.下の4人の笑味ちゃんたちが今月の広報誌の中にかくれているよ。それぞれかくれているページを答えてね。



答え 、、、 ページ

## 応募要項

ハガキにクイズ①②③の答えを下記の要領でご記入の上、ご応募ください。全問正解者の中から抽選で賞品をプレゼントいたします。

### アグリ賞(1名様)



家庭菜園セット

### 卯年賞(1名様)



THERMOS 取っ手のとれるフライパンセット

### キッズ賞(2名様)



CRUSH ICE GAME (クラッシュアイスゲーム)

### 福袋(24名様)



\*写真はすべてイメージです

**E-mailでのご応募** 右記の要領をご記入の上、下記アドレスまでご応募ください!!

[thk.kikaku@jamaill.hyogo.jp](mailto:thk.kikaku@jamaill.hyogo.jp)

(送信時、件名に「広報誌丹波ひかみクイズ係」とご記入ください)

締め切りは **1月24日(火)** <当日消印有効> 発表は2月号

- 660-0461  
JA丹波ひかみ  
本店企画課
- 1.クイズ①②③の答え  
2.住所  
3.氏名(ふりがな)  
4.年齢  
5.電話番号  
6.面白かった・興味深かったページ  
7.おたより・ご意見

ご応募に際して取得した個人情報は、プレゼントの抽選・発送以外の目的には一切使用いたしません

2023年

# 新春

# 豪華賞品が当たる お楽しみクイズ



## Quiz1 「まちがいさがし」

イラスト①②を見比べてみよう。  
間違っている箇所が5箇所あるよ。  
右のイラストの枠内の数字から一緒に探してみよう。

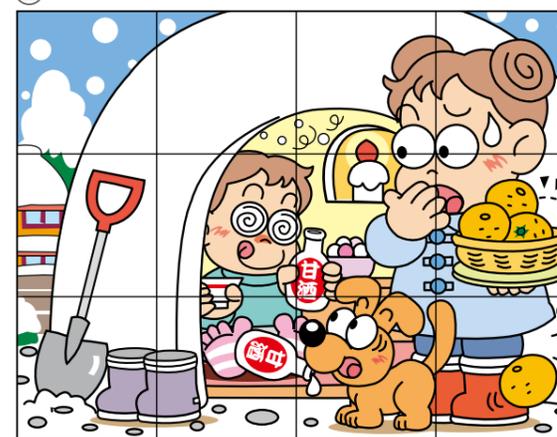
出題・イラスト:酒井栄子



①



②



## Quiz2 「クロスワード」

タテとヨコのカギを全部解いて、二重マスに入る文字を並び替えてできる言葉は何か考えてみよう。

1	7		12	14	17	21
2				15		
3			13			
	8	10			18	
4		11			19	22
5	9			16		
6					20	

### タテのカギ

- 初詣で、受験を控える子の難関——を祈願した
- 2つで1組の——茶わん
- 客のためにワインを選びます
- 師匠の下で学びます
- 親から子へ受け継がれます
- ・中期・末期
- 年賀状によく書かれる2文字の熟語
- 湖に張った氷に穴を開けて楽しむこともあります
- 登山やキャンプで使う寝袋
- コンコンと鳴く動物
- 警察は原則として——不介入です

### ヨコのカギ

- 正月に飲む薬酒。  
お——気分がなかなか抜けない
- 髪の毛の渦巻き
- エッフェル塔がある都市
- 練り物やダイコンを煮込んで作ります
- 自分より後に生まれた人はみんなこれ
- 食事の管理や指導を行います
- 去年はナスの——がとても良かった
- 太鼓や木琴やトライアングルなどのこと
- 毛筆でしたためることも
- 大学入学共通テストは国立大学だけではなく——大学も利用しています
- 計画のこと。お得な宿泊——
- 京都・三十三間堂の通し矢で新成人が引きます
- 、ニタカ、ミナスビ

答え



乙女座 8/23~9/22



全体運 初心に振り返り謙虚に、着実に動いていきましょう。大きな実りが期待できます。うれしいニュースを届けてくれる人も  
健康運 食事は彩りが大切。おいしく食べて元気倍増

幸運を呼ぶ食べ物 ハクサイ



獅子座 7/23~8/22



全体運 運勢は活気づき活躍の場が増えていきます。フットワーク良く動けるよう身軽な状態にしておきましょう  
健康運 食物繊維が多めの食事を心がけて。腸活にツキ  
幸運を呼ぶ食べ物 カレイ

選別する黒大豆の状況により課題が見える

12/2

## 丹波黒大豆現地研修会

当JAの丹波市黒大豆生産組合は丹波黒大豆の現地研修会を実施し、生産者28名が参加されました。

研修会では、収穫前の丹波黒大豆のほ場を前に、丹波農業改良普及センターの担当者による生育状況と、栽培手引書を参考にした収穫から選別までの説明が行われました。

同センターの担当者は「選別する黒大豆の状況により、今年の出来と来年に向けての課題が見えてくるので、しっかりと確認しながら選別してほしい」と話されました。

生産者の皆さまは、メモを取るなど、真剣な表情で説明に耳を傾けていました。



研修会の様子

確定申告に向けて

12/18

## 住宅ローン控除(確定申告)説明会の開催

当JAの住宅ローン利用者を対象に、柏原税務署による住宅ローン控除(確定申告)の説明会が本店大ホールで行われました。

住宅ローン控除とは、住宅ローンを利用して住まいを新築、リフォーム等をした際、一定の要件を満たせば所得税額の控除を受けられる制度です。

57名の方が参加され真剣な表情で説明を聞かれました。



会場の様子

JA女性会の社会貢献活動

12/5

## 丹波ひかみJA女性会「田舎みそ」を寄贈

丹波ひかみJA女性会は、丹波市社会福祉協議会を訪問し、JA丹波ひかみ加工施設で製造された「田舎みそ」70kgを寄贈しました。

同会では、発足当時から社会貢献活動の一環として行っており、同会の宮崎久子会長と中山ひろ副会長が、同協議会に1kg入り「田舎みそ」70袋を手渡しました。

寄贈した「田舎みそ」は同協議会を通じて、丹波市内の福祉施設に届けられます。



「田舎みそ」を手渡す宮崎会長(中央)と中山副会長(左)

廃棄物の適正処理

11/19-26

## 農業用廃プラスチック及び不要農薬の回収



回収作業を行う担当者

# まちかど



各営農経済センター等で、農業用廃プラスチック及び不要農薬の回収を行いました。当JAは野外焼却や不法投棄を防止し、環境保全につとめるため、年2回の回収活動を行っています。

今回、JA全体で廃プラスチック類27.6t、不要農薬0.9tが集められ、回収された廃棄物は、JAが廃棄物処理業者に委託し、適正に処理されました。

令和5年度の生産目安を協議

11/24

## 丹波市地域農業再生協議会総会

当JAや市、農業委員会等で構成される丹波市地域農業再生協議会の総会が氷上住民センターで開かれました。令和5年度の生産目安などについて協議され、全ての議案が承認されました。

水稲については、生産目安を丹波市全体で2,680ヘクタールと決定されました。また、協議された内容は農会長を通じて生産者へ周知されました。



総会の様子

凍害から丹波栗を守る

11/24

## 丹波栗凍害対策実演会

丹波農業改良普及センターが中心となり、本格的な冬場を前に凍害の被害を少しでも減らしてもらおうと、凍害対策実演会が開催されました。

実演会は、市島町の今中営農組合栗部会の栗園で行われ、21名の生産者が参加されました。

凍害を受けると不発芽や発芽遅延などが発生し、胴枯病に侵されやすくなるので、丹波農業改良普及センターの担当者は「樹の細根を切断し吸水を抑え、樹の枝水分を低く保ち耐凍性を高める“株ゆるめ(断根)処理”を行ってほしい」と説明されました。



説明を聞く生産者の皆さま

**ふれあい活動**

皆さまへ、日頃の感謝の気持ちを込めて様々なイベントや活動を実施しました!



青垣区域 窓口感謝デー 12/15  
ご来店いただいた方にたまごをプレゼントしました。



市島区域 窓口感謝デー 12/15  
ご来店いただいた方にお菓子の詰め合わせをプレゼントしました。



山南区域 窓ロビー展 11/28~1/27  
山南文化協会・山南松風句会の俳句作品を展示しました。



春日区域 美化活動 12/15  
船城ATM周辺の清掃活動を実施しました。



蠍座

全体運 情報収集に力を入れて。問題解決に近づきます。いつもの作業にも新たな気付きがありそう。清掃や洗濯にツキ

健康運 デトックス効果のある食材で元気を回復

幸運を呼ぶ食べ物 野沢菜



天秤座

全体運 時間調整の難しいとき。1人で動いた方がストレスは少なそう。共同作業が必要なことは丁寧に説明を

健康運 乾燥を防いで風邪を予防。スキンケアにも効果あり

幸運を呼ぶ食べ物 山芋

# とれたて野菜直売所

営業時間/9:00~17:00 TEL.0795-82-5130

本年もどうぞよろしくお願いいたします。  
これからも安全・安心で新鮮な農産物をご提供してまいります。  
皆さまのご来店を心よりお待ちしております。

## いちご

～いちごのシーズンが到来～

12月中旬からいちごのおいしい時期を迎えています。当直売所にも、丹波市内の生産者が栽培されたおいしいいちごが並び始めました。皆さまお好みのいちごを見つけてみてはいかがでしょうか？

### 見分け方

色鮮やかで、へたの付近まで真っ赤  
いちご特有の甘い香り  
粒々が赤色のものは完熟して甘い  
粒々を覆うように赤色の果肉部分が盛り上がっている  
へたが濃い緑色でピンと反り返っている  
表面に細かい産毛が立っていると新鮮  
光沢と張りがある

参考:KAORUのフルーツパラダイス イラスト:小林裕美子



精肉の販売も始めました。  
ぜひお立ち寄りください。

## 昨年1月の 売上げ上位青果物

(参考)



### 1 いちご



### 2 菌床椎茸



### 3 ミニトマト



### 4 ねぎ



### 5 白菜

## 畜産

### 1月期丹波市和子牛品評会 上田さん・足立さんが 一等一席に!

畜産センターにて、1月期丹波市和子牛品評会を開催しました。1月市に出品される雌牛13頭、去勢牛16頭について、特徴検査および品評会が行われ、審査の結果、上田真吾さん出品のしげこ1号(雌牛の部)と、足立尚之さん出品の千代伸1号(去勢牛の部)が一等一席に選ばれました。



雌牛の部、一等一席に選ばれた  
上田真吾さん



去勢牛の部、一等一席に選ばれた  
足立尚之さん

- 【雌牛の部】一等一席 しげこ1号 上田 真吾さん(柏原町)  
一等二席 ふみわか号 田川 良一さん(春日町)
- 【去勢牛の部】一等一席 千代伸1号 足立 尚之さん(青垣町)  
一等二席 幸長号 上田 真吾さん(柏原町)

(単位:頭、円)

	出荷頭数	最高販売価格	平均販売価格	総平均価格	
丹波ひかみ	雌子牛	13	895,400	724,138	769,581
	去勢子牛	29	990,000	789,952	
市場合計	雌子牛	159	1,699,500	765,614	798,200
	去勢子牛	218	1,039,500	821,967	

令和4年12月14日但馬家畜市場にて開催(販売価格は消費税込み)



## 冬の味覚 ふるさと丹波の特産品

### 特産物について

丹波市は盆地特有の気候を有し昼夜の寒暖差が大きく、特に晩秋の早朝、濃い霧が発生し「丹波霧」とも呼ばれています。  
また、粘土質の土壌は耕作に適し、こうした気候風土の中で育てられた丹波の特産物は、風味が豊かで多方面から高い評価をいただいています。  
今回は冬の味覚である丹波の特産物を紹介します。

### 丹波大納言小豆



丹波市が発祥の地とされる丹波大納言小豆は、約400年の歴史を持つ地域を代表する特産物です。

丹波大納言小豆の特徴は①表皮が薄い②大粒である③煮ても崩れにくい④光沢が美しい⑤糖分を含み味がよいなどです。栽培は7月中旬から下旬に播種を行い、8月下旬から9月下旬にかけて涼しくなると順に花が咲き莢をつけます。10月以降冷え込んでくると莢が色づき実が熟します。

### 丹波黒大豆

正月のおせち料理に欠かせない食材として、抜群の知名度を誇る丹波黒大豆。その特徴はまずその大きさで、一般の大豆が百粒重30g程度であるのに比べ、丹波黒大豆は80~90gと世界でも類を見ない大粒です。

煮ても皮が破れにくく、良く膨らみ、芳醇な香りともちもちした食感から、洋菓子など様々な用途に広がっています。

莢が若い時期に収穫する枝豆も、近年非常に人気が高まっています。



### 丹波山の芋



江戸時代初期より丹波地方で栽培が始まったとされる丹波山の芋。丹波特有の気候風土が、粘り気の強い上質の山の芋を育てます。深い朝霧が発生する晩秋に収穫が始まるため、霧芋とも呼ばれます。

山かけご飯やとろろ汁など、様々な料理で楽しまれています。

栽培は4月の播種に始まり、11月上旬の収穫まで約半年間にわたり行われ、風味がよい山の芋に育ちます。

### 丹波の特産物をつくろう

特産物栽培と聞いて栽培方法が難しいと思われていませんか。JA丹波ひかみでは栽培講習会の開催や営農渉外による訪問活動など、丁寧な指導を行う体制を整えています。丹波の特産物を栽培してみませんか。詳しくは、各営農経済センターまでお問い合わせください。



山羊座

12/22~1/19

全体運 勢いのある好調運ですが独り善がりにならないように。周りの人のことを思って行動すると好結果に。金運も良好  
健康運 ゆったりティータイムで心の疲労も改善

幸運を呼ぶ食べ物 ホウレンソウ



射手座

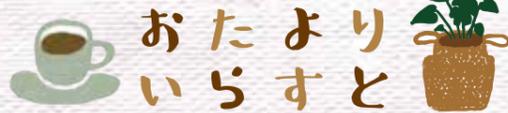
11/23~12/21

全体運 ピンチをチャンスに変える力強さがあります。状況は厳しくても諦めないで。反対意見に耳を傾けると逆転へ  
健康運 適度な運動が大切。何事もやり過ぎないで

幸運を呼ぶ食べ物 ミカン

11

みなさまから届いたお手紙を紹介します



おたより  
いらすと

108ツ  
余額残して  
年新た

俳句 (山南町 神崎みぎやさん)

おうち菜園でハクサイの保存方法・見分け方等参考になります。一品料理も毎月楽しみにしております。  
(山南町 小林 ひろ子さん)

参考にしていただきありがとうございます。料理のレシピも参考に美味しい料理を作ってくださいね。

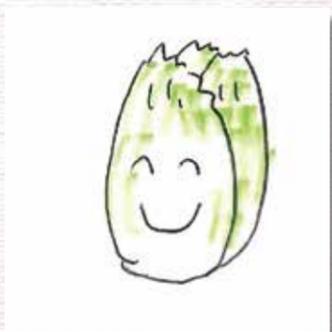


イラスト (山南町 清水 てる美さん)



イラスト (春日町 上山 さえさん)



イラスト (氷上町 十倉 悠人さん)

# おうち菜園

旬の野菜紹介

## ネギ 体を温め、疲労回復を促す薬用野菜

クロンキスト体系ではユリ科とされていたが、APG植物分類体系ではヒガンバナ科ネギ亜科ネギ属に分類される

### ネギのプロフィール

- 【分類】ヒガンバナ科
- 【原産地】中国西部、中央アジア北部
- 【和名】葱(ねぎ)
- 【おいしい時期(旬)】11~3月
- 【主な栄養成分】βカロテン、ビタミンC、ビタミンK、葉酸、カルシウム、カリウム、硫化アリル など

### 見分け方

根ネギは全体にみずみずしく、白い部分が長く光沢があるもの。白い部分と緑の部分の境目がはっきりしている。白い部分は巻きがしっかりと硬い

根ネギも葉ネギも、葉先までピンと真っすくなもの。生育状況が良く鮮度の良いネギは、緑色の部分が白い粉で覆われている

葉ネギは、葉先に枯れがなく、根元から葉先まで真っすくで色合いが美しく、根が新鮮でしっかりしているもの

### 楽しみ方



ネギと肉や魚は相性抜群! 臭みを和らげるよ

薬味として 白髪ねぎ

麺類やお鍋の付けだれに、みじん切り、小口切りなどが一般的。白髪ねぎは煮物や焼き物のあしらいに



根ネギの緑色の部分は硬くて捨ててしまいがちだけど、ビタミンやミネラルが豊富なので活用しよう

参考:KAORUのベジタブルライフ イラスト:小林裕美子

### 保存方法



根ネギは新聞紙で包み、冷暗所で立てて保存  
葉ネギは、湿らせた新聞紙に包んで冷蔵庫の野菜室で保存



どちらもみじん切りや小口切りで冷凍しておく、薬味などに便利

## Recipe マイタケのマリネ



### 材料(4人分)

- |        |              |                  |
|--------|--------------|------------------|
| マイタケ   | 300g         | マリネ液             |
| 白髪ネギ   | 1本分(水にさらさない) | オリーブ油            |
| 料理酒    | 適宜           | (エクストラバージン) 大さじ2 |
| 塩      | 適宜           | レモン汁 大さじ2        |
| カットレモン | 1切           | 白ワインビネガー 大さじ1    |
| パセリ    | 適宜           | 塩 少々             |

### 作り方

- ①オーブンを200度に熱し(トースターでも可)、アルミホイルを敷き、マイタケをのせ料理酒を振りかけ、塩を振りマイタケを焼き上げる。
- ②①のマイタケを冷まし、房を細かくほぐし、マリネ液の材料と白髪ネギを入れ混ぜ合わせる。
- ③②を器に盛り付けカットレモンを添え、パセリを振りかけ出来上がり。



ながい ともかず  
永井智一  
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



## 12月号のクイズの正解と当選者発表!

おめでとうございます!  
応募総数 196通 正解率 84.6%

記念品 グランゴールド  
大判ソフトブランケット 10名様

- |     |          |     |         |
|-----|----------|-----|---------|
| 柏原町 | 田原 裕子さん  | 青垣町 | 足立 志穂さん |
| 山南町 | 宇治本たみ子さん | 青垣町 | 笹倉 香さん  |
| 山南町 | 村上 公一さん  | 市島町 | 高見 順子さん |
| 氷上町 | 勢志 淳子さん  | 市島町 | 吉見紀久子さん |
| 氷上町 | 梅垣 輝子さん  | 春日町 | 江田 浩章さん |

### Quiz 1 「まちがいさがし」

先月号の答え [3・6・8・9・11]



3:ツリーの大きさが違う 6:きねに付いている餅の量が少ない 8:落ち葉の向きが違う 9:エプロンのポケットがない 11:目の取っ手の位置が違う

### Quiz 2 「クロスワード」

先月号の答え



答え **ユキアソビ**

### Quiz 3 「プラスワンクイズ」

先月号の答え

右の美味ちゃんがどこのページに描かれているよ。探してみよう。

答え **13** ページ



魚座

2/19~3/20

全体運

自分の意見を少し譲ると思っていた以上にスムーズに進みます。予定や計画も実行しやすい手を加えてみて

健康運

ホットミルクでカルシウムを補給して

幸運を呼ぶ食べ物 イカ



水瓶座

1/20~2/18

全体運

上昇運です。周囲が協力してくれ良い方向に進みます。1人で悩まずに相談を。良い知恵も貸してもらえは

健康運

手足を冷やさないよう、しっかり保温を

幸運を呼ぶ食べ物 レンコン

理事会報告 11月30日開催

- 令和4年度上半期末自己資本比率の算出結果について
- 令和4年度産米の集荷状況について
- 冬季定期キャンペーンについて
- 令和4年度JA共済コンプライアンス点検結果報告
- 令和4年度上期監事監査実施報告について

他15件

相談会のご案内

年金無料相談会 2月開催

とき 令和5年2月3日(金)  
午後1時～午後4時

ところ 山南支店  
TEL.(0795)77-0009  
春日支店  
TEL.(0795)74-0501

※お一人おひとりの個別相談ですので、相談希望の方は事前にご希望時間を最寄りの支店・店へご連絡ください  
※相談会当日は、年金手帳、年金証書など資料となるものをご持参ください

いつでも、どこでも、手軽で便利!

JAネットバンク



特産営農情報をLINEで配信中!  
ご登録はこちらから



JA共済Webマイページご登録  
キャンペーンのご案内はこちらから

Webマイページ  
ご登録キャンペーン



共済部からのお知らせ

城崎温泉 あさぎり荘 冬限定カニ会席  
令和4年11月7日～令和5年3月31日迄



JA組合員割引  
2,000円適用後

平日お一人様1室4名様以上  
¥27,000～

空室状況・ご予約は  
あさぎり荘へお気軽にお問い合わせください TEL.0796-32-2921

あさぎり荘ではお客様に安心してご利用いただけるよう  
コロナウイルス対策に取り組んでいます。

ご予約は  
こちら



総務部からのお知らせ

組合員の皆さまへ

現在JAでは、出資していただいている組合員の皆さまのお届け内容(氏名・住所・耕作状況等)に変更がないかの確認を行っております。JAへお届けいただいた内容に変更がございましたら、最寄りの支店・店にて速やかにお手続きいただきますようお願い申し上げます。

たとえば…



最寄りの支店・店にて  
お手続きをお願いします

詳しくは、最寄りの支店・店へご連絡ください。

編集後記

新年明けましておめでとうございます。昨年は多くの方のご協力のおかげで、広報誌「丹波ひかみ」をお届けすることができました。本当にありがとうございました。今年も多くの方楽しんでいただける広報誌をお届けできるよう頑張りますので、どうぞよろしく願いいたします。

営農経済部からのお知らせ

肥料価格高騰対策のご案内

肥料価格の高騰による農業経営への影響緩和のため、化学肥料の低減に向けて取り組む農業者(農産物等の販売実績がある農業者)の皆さまの肥料費を支援します。

支援の対象となる肥料

令和4年6月から10月に注文・購入した肥料  
(令和4年度の秋肥として使用する肥料)が対象です。

※春肥(令和4年11月～令和5年5月に注文・購入)については、後日ご案内します。

支援の内容

化学肥料低減の取り組みを行った上で前年度から増加した肥料費について、  
差額の7割を支援金として交付します。

$$\text{支援金} = \left( \text{当年の肥料費} - \left( \frac{\text{当年の肥料費}}{\text{農林水産省が設定秋肥は1.4倍}} \div \frac{\text{価格上昇率}}{0.9} \div \text{使用量低減率} \right) \right) \times 0.7$$

申請に必要なもの

- ① 令和4年度秋肥(令和4年6月～10月に注文・購入)を注文・購入した日および購入価格がわかるもの(注文票)と領収書または請求書が必要です。
- ② 化学肥料低減計画書(化学肥料低減に向けた取り組みを2つ以上分かるよう記載願います。)

事業の申請手続き等

- 本事業の化学肥料低減計画書の提出先は取組実施者(JA、肥料販売店等)になります。
- 化学肥料低減計画書の記載方法等については、下記にお問い合わせください。

〈お問い合わせ先〉

柏原営農経済センター TEL.0795-72-0131 山南営農経済センター TEL.0795-77-0024  
氷上営農経済センター TEL.0795-82-8820 青垣営農経済センター TEL.0795-87-0010  
市島営農経済センター TEL.0795-85-0020 春日営農経済センター TEL.0795-74-3190