

丹波ひかみ

2
2024

希望とうるおいのあるまちづくり



活用しよう! JA丹波ひかみ 公式LINE

「いちご狩り」について 詳しく知りたい方はコチラ!!

| | | |
|--|---|--|
|  JA丹波ひかみ ホームページ |  友だち紹介 QRコード |  丹波ひかみ かわら版 |
|  営農 直売所 JAタウン |  金融情報 |  共済情報 |

—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



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



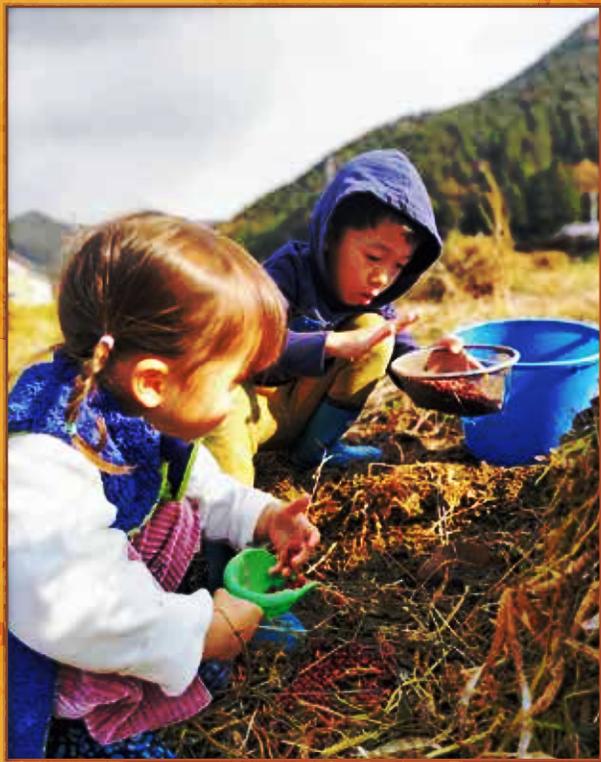
JA丹波ひかみ賞

LINEで応募!

農業のええとこ 再発見!

フォトコンテスト 結果発表

テーマ 丹波市の特産物に関する、農風景や
農作業・味わっている様子など



足立 佳代さん



小豆の選別は大変だけど自分たち
で採った農産物の味は格別だね!



西村 学さん

特別賞

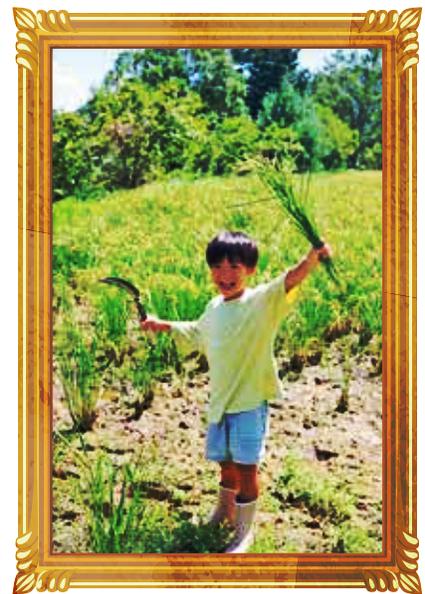


山本 直輝さん

たくさんのご応募
誠にありがとうございました。



小西 和明さん



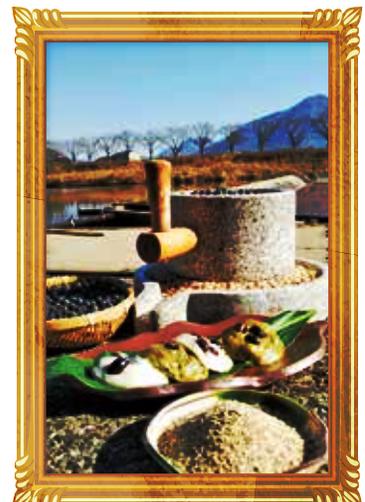
荻野 恵美さん

優秀賞

今年もたくさんの農産物が採れました



三原 慎二さん



田中 昭子さん

ふれあい活動賞



双子座
5/21~6/21

全体運 予定は早め早めに進めると上昇運に乗れます。旅行やレジャーは中旬までが吉。下旬は仕事に力を入れて◎
健康運 不調を甘く見ないで。後半は回復、精力的に動けます
幸運を呼ぶ食べ物 水菜



牡牛座
4/20~5/20

全体運 困ったときこそ冷静に。状況を整理すれば打開策が見えてきます。下旬には力を貸してくれる人が出てくる予感
健康運 前半は良好。後半は疲れをためないよう心がけて
幸運を呼ぶ食べ物 カラシナ



牡羊座
3/21~4/19

全体運 友人や知人とのおしゃべりが楽しいとき。誘われたら戸惑うことでも一緒にやってみて。新しい発見にワクワク
健康運 温熱グッズを使って体を温めて。温泉も◎
幸運を呼ぶ食べ物 長ネギ



山南町
村上 芳功さん
農業人
こだわり

丹波栗
古くから有名な「丹波栗」は、丹波の気候風土にあった果樹です。丹精を込めて生産された品質の良い大粒の栗は、食卓に旬を届ける贈答品としても根強い人気があります。

楽しみながら農業を
「何も考えずに農業はできない」と話される村上さん。どうすれば作業の効率化や合理化が図れるかを常に考えておられます。



獣害対策はしっかりと

農業は身近にあった
農家育ちの村上さん。小さい頃から農業の手伝いをされており、農業は身近にあったと話されます。
退職後、本格的に農業に取り組まれ、今では丹波栗、コシヒカリ、丹波大納言小豆、丹波黒大豆など多品目の農産物を手塩にかけて栽培されています。

農産物を守るため
年金暮らしでも収入は欲しいとの思いで退職後から、丹波栗などの特産物栽培にも力を入れ始めた村上さん。知人からの指導や独学で、栽培方法を学ばれてきました。

獣害対策として猪垣や電気柵の効果的な設置を考え、実行されており、大切に育てた農産物を守るため、労力は惜しまれません。



栽培されている栗のほ場

「普段はのんびりとケガの無いように農作業をしている。多い少ないに限らず収穫できると、とても嬉しい」と明るく話されます。
農閑期には、キャンピングカーで日本各地に旅行に行くなど、楽しみながら農業をされる村上さんでした。



丁寧な剪定作業

畜産

2月期丹波市和子牛品評会
杉本さん・足立さんが一席に！



雌牛の部、一席に選ばれた 杉本政雄さん



去勢牛の部、一席に選ばれた 足立和人さん

畜産センターにて、2月期丹波市和子牛品評会を開催しました。2月市に出品される雌牛10頭、去勢牛13頭について、特徴検査および品評会が行われ、審査の結果、杉本政雄さん出品のはるこ号（雌牛の部）と、足立和人さん出品の小浜1号（去勢牛の部）が一席に選ばれました。

- 【雌牛の部】 一席 是るこ号 杉本 政雄さん(春日町)
- 【去勢牛の部】 一席 小浜1号 足立 和人さん(氷上町)
二等二席 御福7号 上田 真吾さん(柏原町)

1月の子牛市況

| | | 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 | 16 | 1,314,500 | 762,575 | 851,243 |
| | 去勢子牛 | 19 | 1,061,500 | 925,911 | |
| 市場合計 | 雌子牛 | 134 | 1,925,000 | 781,057 | 841,934 |
| | 去勢子牛 | 165 | 1,212,200 | 891,373 | |

令和6年1月10日但馬家畜市場にて開催(販売価格は消費税込み)



乙女座

8/23~9/22

全体運 丁寧な仕事で好感度が大幅アップ。あなたを気にかけてくれる人を大切に。下旬に出てくる問題は慎重に対応を

健康運 ハードな作業は前半のうちに。消化の良い食べ物が吉

幸運を呼ぶ食べ物 ナバナ



獅子座

7/23~8/22

全体運 予想外の中に今後の糧につながるがありそう。様子を見ていて。人と一緒に行動するのが開運の秘訣(ひけつ)

健康運 疲れが残りにやすいので無理は駄目。食もバランス良く

幸運を呼ぶ食べ物 キウイフルーツ



蟹座

6/22~7/22

全体運 刺激的な状況に少し慌てるかも。臨機応変に考えればイレギュラーな事態でも得ることが。下旬は幸運に恵まれます

健康運 腰回りのストレッチは入念に。あったか下着も◎

幸運を呼ぶ食べ物 ブロッコリー

営農掲示板



丹波大納言小豆・丹波黒大豆



栽培初心者セミナー開催のご案内

小豆・黒大豆の栽培に興味・関心のある方を対象に、栽培基礎の講習会を開催します!!
大型機械を所有していない方でも栽培できるよう、作業委託についてもご案内いたします。

開催場所

JA丹波ひかみ 本店3階大ホール

開催日時

3月9日(土)午後1時30分～

自分で特産物を作ってみようかな?

もっと収量アップを目指したい!!

どうやったら上手く作れるんだろう?

でも、何から手を付ければいいかわからない...

丹波市特産物の作り手を探しています。

JA丹波ひかみでは、特産物の新しい作り手、面積拡大を目指している方をお待ちしております。



各区域の営農経済センターでは、図説で分かり易い栽培手引書を品目ごとに備えております。営農経済センターには「営農相談員」が配置されており、きめ細やかな栽培指導により特産物栽培を全面的にバックアップいたします。

農業経営全般についてお困りの方も、是非お近くの営農経済センターへお立ち寄りください。

丹波大納言小豆栽培モデル事例

作付年度 : 令和3年
栽培面積 : 30a
実作業時間 : 2名で延べ216時間

(単位:円)

| 支 出 | | 収 入 | |
|--------------|---------|---------|---------|
| 資材代 | 75,402 | 販売金額 | 549,126 |
| 委託作業費等 | 48,600 | 産地交付金等 | 196,860 |
| JA機械利用料 | 50,776 | | |
| 支出計 | 174,778 | 収入計 | 745,986 |
| 経費を差し引いた所得金額 | | 571,208 | |

216時間を時給換算すれば約2,600円となりました。

※これは実際に管内で栽培された事例です。



とれたて野菜直売所

営業時間/9:00~17:00 TEL.0795-82-5130



2月12日 丹波のいちご祭り 特売イベント

- (株)アグリサポートたんばによる地元産いちごの試食販売開催
- 当日、いちごを含む3,000円(税込み)以上お買い上げの方にクーポンプレゼント!
- バレイショと玉ねぎのつかみ取り開催!

2月23日 大売出しイベント

- 数量限定お楽しみ100円袋販売!
- コシヒカリ玄米30kg、夢たんば玄米30kgお買い上げの方に好評Aコープ商品プレゼント!
- 当日、ポイント10倍キャンペーン開催!



射手座

11/23~12/21

全体運 行動範囲を広げましょう。好奇心を発揮すると楽しいことに出会えます。おけいこやサークルへの参加も◎

健康運 腹八分目が健康維持のこつ。いろんなものを少しずつ

幸運を呼ぶ食べ物 ワラビ



蠍座

10/24~11/22

全体運 気になることに1つずつ取り組んでいきましょう。腰を据えて動くと良い月。下旬は好情報が入ってきます

健康運 ウォーキングやストレッチで体をほぐして

幸運を呼ぶ食べ物 ホウレンソウ



天秤座

9/23~10/23

全体運 おしゃれをして外出を。以前からやってみたかったことに挑戦してみるのもいいでしょう。行動的なほどツキがアップ

健康運 納豆やヨーグルトなどの発酵食品を取るよう心がけて

幸運を呼ぶ食べ物 セリ

MACHIKADO NEWS

まちかど ニュース

1/7 20歳の門出を祝う

令和6年 丹波市二十歳のつどい

丹波の森公苑で、令和6年の丹波市二十歳のつどいが開催され、今年度20歳になる489名の方が参加されました。スーツや振袖に身を包んだ参加者が友人や知人との会話に花を咲かせ、記念撮影などを楽しみながら再会を喜んでいました。受付では、丹波市からのパンフレットと共に、当JAからの記念品を手渡しました。



パンフレットと記念品を受け取った参加者

1/17 丹波栗の品質向上と収量アップに向けて

丹波栗栽培技術向上研修会

加西市にある兵庫県立農林水産技術総合センターで、丹波栗栽培技術向上研修会が開催されました。



研修会の様子

この研修会は、丹波栗の栽培技術の向上や生産者同士の交流を図ることを目的に開催され、当JAの担当者や丹波栗生産組合・他地域の生産者なども含め100名程が参加しました。

当JAの担当者は「今回学んだことを丹波栗の品質向上や収量アップに活かしていきたい」と話しました。

1/25 山の芋栽培の技術の向上に向けて

山の芋栽培講習会・座談会

山の芋栽培を始めたい方や、栽培技術を向上させたい方などに向けて山の芋栽培講習会・座談会が開催されました。



熱心に話を聞く参加者の皆さま

この講習会・座談会では、42名の方が来場され、生産者の方々の栽培に関する話を、熱心に聞いておられました。

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！



全区域でご来店いただいた方に粗品をプレゼントしました。

フルーツ & ベジタブル

アボカド

希少な国産にも注目！栄養たっぷり「森のバター」

- 【原産地】 中南米地方
- 【おいしい時期(旬)】 周年、11～2月ごろ(国産)
- 【主な栄養成分】 ビタミンE・C・K・B群、カリウム、葉酸、食物繊維、不飽和脂肪酸など

保存方法

未熟な場合
15～20度程度の風通しが良い場所で追熟



注意
冷やしすぎると低温障害で熟さない……夏場など高温下では傷みやすい

熟している場合
1つずつラップに包み冷蔵庫の野菜室へ

カットした場合

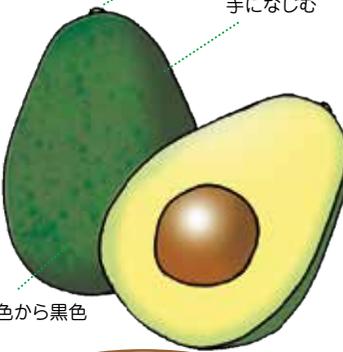
ラップで包み、ポリ袋か保存袋に入れ野菜室へ。レモン汁や酢、オリーブ油を塗ると変色しにくい。すぐに使わない場合は冷凍庫に入れ、自然解凍して使う

果肉のみ
レモン汁などを絡め保存袋に入れ、軽くつぶして空気を抜き冷凍庫へ。自然解凍してディップやソースに

選び方

へたが果実から浮き簡単に取れる

皮が柔らかく手になじむ



深緑色から黒色

過熟かも……
柔らか過ぎてへこむ。皮全体がポコポコと浮いている



未熟かも……
鮮やかな緑色。堅く弾力を感じない。へたがしっかりと付いている

すぐ食べる
黒っぽく完熟したもの

数日後に食べる
少し緑がかったもの

アボカドのチカラ

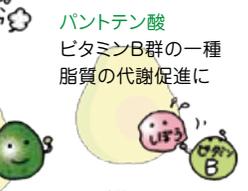
「森のバター」
脂肪分たっぷり。不飽和脂肪酸が多く、健康や美容に。『ギネスブック』でも生食の果実の中で最も栄養価が高いと認定

不飽和脂肪酸
(リノール酸、オレイン酸など)
コレステロールや中性脂肪の低下
血液をサラサラにする効果に期待

ビタミンE
血行促進
生活習慣病予防
冷え性改善に



ビタミンC
風邪予防
美肌効果
疲労回復に



ビタミンK
骨粗しょう症予防
歯の強化に



参考：KAORUのフルーツパラダイス イラスト：小林裕美子



魚座
2/19～3/20

全体運 だんだん調子が出てきます。様子を見ながら下旬にラストスパートをかけましょう。予想以上の好結果に！
健康運 良い姿勢を心がけて。肩凝りは早めにケアを
幸運を呼ぶ食べ物 フキのとう



水瓶座
1/20～2/18

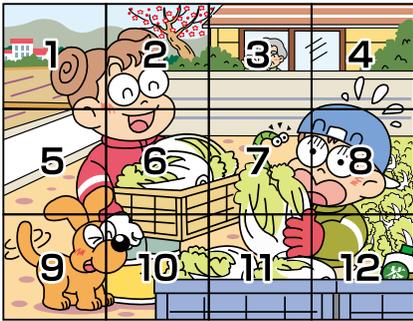
全体運 とても勢いがあります。多少の無理なら通るので早めに行動を起こして。下旬はのんびりモードにチェンジを
健康運 あったかい靴下や手袋で手足の冷えをカバーして
幸運を呼ぶ食べ物 ユリ根



山羊座
12/22～1/19

全体運 マイペースでOK。やりたいことリストを作って順にやっていくのもお勧めです。お取り寄せグルメにもツギがあります
健康運 頑張り過ぎず適度に休憩を入れて。お茶が吉
幸運を呼ぶ食べ物 セロリ

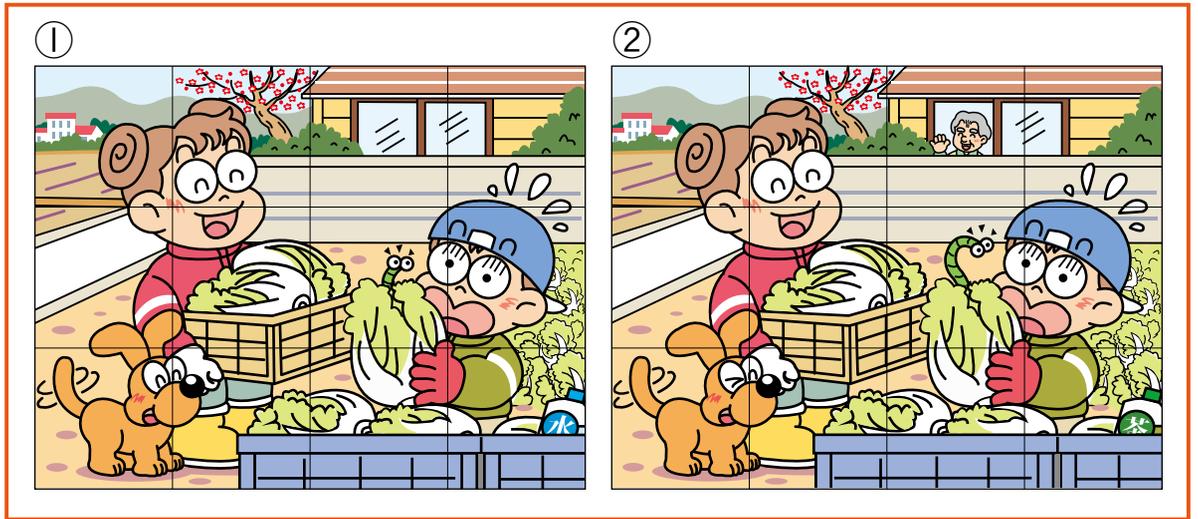
みんなの広場



出題・イラスト:酒井栄子

Quiz 1 | 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。下のイラストの枠内の数字から一緒に探してみよう。



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

答え

タテのカギ

- 1 フキの花茎のこと
- 6 銀世界を眺めて楽しみます
- 7 ガイド——を片手に観光地を巡った
- 9 安倍川にして食べようかな、磯辺巻きもいいな
- 11 日没のことを日の——ともいいます
- 12 雪だるまを英語(片仮名語)でいうと
- 14 佐渡島にはこの鳥の保護施設があります
- 15 漢字には音読みと——読みがあります
- 17 平方根を表す記号
- 19 魚偏に「弱」と書きます
- 21 中国や台湾の旧暦の正月

ヨコのカギ

- 1 最低気温が0度より低い日
- 2 現代人は電子——に囲まれて暮らしています
- 3 水筒に入れます
- 4 ヒーン!といななく動物
- 5 スマホに入れたり消したりします
- 8 ベッドが2つある部屋
- 10 頬のこと。——ダンス
- 12 スラロームやモーグルなどの種目があります
- 13 人がいっぱいに入っている状態
- 14 西アジアの国の1つ。首都はアンカラ
- 16 空気が乾燥しているので——器をつけた
- 18 節分の豆を——の数だけ食べた
- 20 実がなるまでの期間が短めの品種のこと

Quiz 3 | プラスワンクイズ

下の笑味ちゃんがどこかのページにかくれているよ。探してみてね。

答えは今月の
広報誌の中にあるよ



答え ページ

2024年新春 お楽しみクイズ

正解と当選者発表! 応募総数 457通 正解率 95.6%

アグリ賞 (1名様)
家庭菜園セット
青垣町 芦田 一代さん

辰年賞 (1名様)
TIGER 通電自動オフ電気ケトル(0.8L)
柏原町 小松美津代さん

キッズ賞 (1名様)
ドラえもん人生ゲーム ひみつ道具で大冒険!
氷上町 塩見 菜月さん

福袋 (32名様)

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 柏原町 兼古 桃花さん | 山南町 村岡 玲子さん | 市島町 永井 舞子さん |
| 柏原町 高木 晴功さん | 山南町 藤原さゆりさん | 市島町 谷垣 淳子さん |
| 柏原町 常岡 富代さん | 氷上町 足立 雪恵さん | 市島町 青木 浩三さん |
| 柏原町 吉見 義一さん | 氷上町 本田 結愛さん | 市島町 澤田 和弘さん |
| 柏原町 松田 真澄さん | 氷上町 杉上 朝香さん | 市島町 高橋恵美子さん |
| 山南町 深田 千尋さん | 氷上町 小西 美樹さん | 春日町 今安 湊海さん |
| 山南町 荻野千代子さん | 氷上町 炭野ひろみさん | 春日町 秋山 香季さん |
| 山南町 中野 和代さん | 青垣町 足立 慧さん | 春日町 山本 佳美さん |
| 山南町 藤本あかりさん | 青垣町 廣瀬 道代さん | 春日町 荻野 和子さん |
| | 青垣町 足立 莉采さん | 春日町 谷垣恵美子さん |
| | 青垣町 八尾 恵一さん | 春日町 青木ゆかりさん |
| | 市島町 森田 奏真さん | |

応募要項

ぶるぶるの温泉たまごが誰でも手軽にお家で作れる



*写真はイメージです ※色の指定はできません

2月号の記念品はコレ!

おうちでおんたま! 温泉たまごメーカー 10名様

ハガキにクイズ1・2・3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10名の方に記念品をプレゼントいたします。おたより・イラスト・俳句などを添えていただいた方は、おたよりコーナーで採用させていただきます。

069-3461

J A 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

E-mailでのご応募

左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@jamail.hyogo.jp

送信時、件名に「広報誌丹波ひかみクイズ係」とご入力ください

締め切りは 2月22日(木)

〈当日消印有効〉発表は3月号

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

Quiz 1 | まちがいさがし

先月号の答え [1・7・9・10・12]



1:ミカンの数が違う 7:屋根のデザインが違う
9:ミカンの皮がむけていない 10:カップの形が違う
12:ミカんに葉が付いていない

Quiz 2 | クロスワード

先月号の答え

| | | | | | |
|---|---|----|----|----|---|
| カ | ズ | ソ | コ | ウ | ム |
| 2 | ガ | イ | ド | コ | タ |
| 3 | ク | ヒ | ホ | ウ | キ |
| | 7 | ツ | ユ | ハ | ラ |
| 5 | エ | 12 | キ | バ | チ |
| 6 | ヒ | ダ | リ | 16 | フ |
| | メ | シ | 14 | イ | デ |

答え ハツヒノデ

Quiz 3 | プラスワンクイズ

先月号の答え

下の笑味ちゃんはどこかのページにかくれているよ。探してみてね。



答え 3、7 ページ





笑顔に フォーカス



市島町

今月の
表紙

ふじばやし なぎ
藤林 栞ちゃん
がく
岳玖くん

(藤林太一さん・凜花さんの長女・長男)

毎日癒される

優しくて明るい栞ちゃんは、歌うことやお話することが大好き。気分に合わせて歌を歌ったり、通っている園での出来事を楽しそうに話したりと毎日を笑顔で過ごしています。

また、面倒見も良く、弟の岳玖くんが泣いているとあやしてくれたり、お着替えなどを手伝ったりしてくれるのでご両親は大助かりです。

昨年生まれた岳玖くんは、人懐っこくとてもチャームング。よく笑ってくれるので、皆んなから可愛がられています。

最近、寝返りができるようになったり、離乳食をしっかり食べたりとすくすく成長し、どんどん可愛さが増しています。

ご両親は「2人のおかげで毎日が楽しく、癒されて笑顔になれる。これらも仲良く、明るく優しく、元気に大きくなってね」と笑顔で話されます。



チーム
紹介



柏原町

ゆめいろ ゆめいろ
夢彩クラブ・夢彩ジュニア

夢彩
クラブ



夢彩
ジュニア



みんなで楽しく

夢彩クラブは、富山県発祥のビーチボールバレーという、男女とも幅広い年齢層で楽しめる競技を通して、身体を動かし健康維持等を目的として活動されています。

また、夢彩ジュニアは昨年に結成され、バレーボールを通して、子供たちに礼儀や挨拶の大切さ、そしてプレーをする楽しさを知ってもらうために活動されています。

そんな両チームの代表を務める^{みき とむろ}婦木智弘さんは「ビーチボールバレーはいつでもどこでも誰でも気軽にできるスポーツ。ボールが軽く滞空時間も長いのでしっかりと走れる。筋力強化や健康維持、ダイエット等にピッタリ。ぜひ多くの方にその魅力を知ってもらいたい。また、夢彩ジュニアは、できたばかりのチーム。まずは試合に出場して、勝つことが目標。その中でバレーボールの楽しさや魅力を知り、親子で笑いあえるチームにしたい」と明るく話されます。

大人も子供も明るく楽しく活動し、アットホームな雰囲気が印象的。体育館で、充実した時間を過ごしている夢彩クラブ・夢彩ジュニアでした。



営農経済部からのお知らせ

第17回JA丹波ひかみ農業振興大会
開催要領

日時 令和6年2月23日(金・祝)
午後1時～午後4時

場所 JA丹波ひかみ 本店3階大ホール
(丹波市氷上町市辺440)

主催 丹波ひかみ農業協同組合

内容 **1.表彰式**
(1)第19回夢たんばコンクール
(2)第24回丹波大納言小豆品評会
(3)第7回丹波黒大豆品評会
(4)令和5年度山の芋品評会

2.基調講演

JA給油所ジョイナスからのお知らせ

令和6年2月16日(金)～25日(日)

ガソリン・軽油20L以上給油の方に

**トイレットロール
4ロール**



※写真はイメージです
※色の指定はできません

プレゼント!

右下のプレゼント券
を切り取り、当日の
給油レシートと一緒に
スタッフにお渡し
ください。

[お問い合わせ先]

ジョイナス山南 TEL.(0795)77-1122
ジョイナス氷上 TEL.(0795)82-4635
ジョイナス春日 TEL.(0795)74-0520

**理事会
報告**

12月28日
開催

- 令和5年度全般統制評価の実施結果について
- 令和5年産小豆の集荷状況と仮渡金について
- 令和5年産黒大豆の集荷状況について 他17件

相談会のご案内

**年金無料
相談会**

3月開催

とき 令和6年3月7日(木) 午後1時～午後4時
ところ 氷上支店 TEL.(0795)82-1320
市島支店 TEL.(0795)85-0530

※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

**田んぼの
学校**

JA丹波ひかみでは、食農教育活動実践プログラム『田んぼの学校』に取り組んでいます。丹波市内の小学生を対象に、安全・安心で美味しい農作物がどのようにつくられるのか、農業の役割や重要性を理解し、食と農のつながりを学んでもらう場として実施しています。

お米編



田んぼの学校の振り返りを行いました



収穫したお米でおいぎりを作りました



お世話になった生産者の方々と一緒にいただきました

1/15 小川小学校
3年生 15人



ガソリン・軽油20L以上の給油で
トイレットロール(1ロール)プレゼント
1回の給油につき1枚使用できます
2月16日(金)～25日(日)
JA SS
※コピー不可

編集後記

あっという間に2月に入り、寒さの厳しい日が続きますね。体調は大丈夫でしょうか。世間ではインフルエンザやコロナウイルス・腸風邪などが流行っているそうです。どうかお気を付けてお過ごしください。☺