

# 夢ing

ドリーミング

JA 利根沼田 広報誌

2025

8

月号

No.400



## 「豆王」PR動画を撮影

JA利根沼田枝豆部会は6月27日、動画クリエイターのバヤシさんと協力し利根沼田ブランドエダマメ「豆王」のPR動画の撮影を行いました。大竹克巳部会長夫妻やバヤシさん、JA関係者等10人が参加しました。豆王は有機肥料を使ったミネラル栽培で育てられ、食味が良いことが特徴です。撮影では、バヤシさんが収穫から試食までを体験し豆王の魅力 PR しました。今回撮影された動画はバヤシさんのYouTubeチャンネルやTikTok、Instagramで絶賛配信中です。

## もくじ Contents

- 管内情報らいぶらり
  - 部員同士の親睦を深める ..... 2
  - 本格的な出荷へ規格の確認 ..... 3
- わが家の料理自慢 ..... 6
- おしゃべり通信
  - 「夏の楽しみ!」 ..... 6





## 女性部研修交流会

### 部員同士の親睦を深める

女性部は7月4日、ホテルペラヴィータで研修交流会を開き、部員やJA役職員、関係者ら合わせて161人が参加しました。「他支部の部員ともっと交流したい」という部員たちの声により昨年初めて開催し、今年は2回目。

研修会では、東洋羽毛北関東販売株式会社の星野知さんを講師に招き、睡眠セミナーを行いました。交流会は昨年同様、複数の支部が合同になるよう座席を割り振り、親睦を深めました。また各支部で景品を持ち寄った抽選会も行い、大変盛り上がりしました。

同部の星野ふじ子部長は「今年も多くの方に参加していただき、大変盛り上がった。今回の交流を機に、女性部活動を益々盛り上げていきたい」と話しました。



セミナーに耳を傾ける参加者たち

## 第56回 JAグループ群馬杯

### 熱戦の幕閉じる

JA利根沼田が協賛する少年野球大会「第56回 JAグループ群馬杯利根沼田支部予選会」の決勝戦が6月29日、オリエントスタジアムぬまたで開かれ、沼田リトルフェニックス合同が優勝しました。表彰式では優勝カップが手渡された他、副賞として利根沼田産コシヒカリが贈られました。

■大会結果は以下の通り

- 優勝 沼田リトルフェニックス合同
- 準優勝 みなかみドルフィンズ・月夜野イーグルス合同
- 3位 利根沼田イーストジュニア  
沼田ジュニアブレイブス



優勝した沼田リトルフェニックス合同

## 白沢・片品トマトセンター

### 出荷に向けトマトの規格確認

利根沼田農協トマト部会は6月30日と7月2日、今年度の出荷に向け目ぞろえ会を開き管内生産者や関係者合わせて約80人が参加しました。出荷規格や注意事項の確認、利根沼田農業事務所による高温・病害虫対策も行われ、生産者は最盛期に向けて備えました。

白沢トマトセンターからは「夏美人」、片品トマトセンターからは「尾瀬トマト」のブランドで流通。夏でも涼しく、日照時間が長い利根沼田産のトマトは、甘みと酸味のバランスが良く、ジューシーな味わいが特徴です。



規格を確認する生産者

今年度、白沢トマトセンターは7月3日、片品トマトセンターは7月2日から稼働しており、両センター合わせて約160万袋、25億円の販売金額を目指します。

## 利根沼田地域ナス目ぞろえ会

### 本格的な出荷へ規格の確認

7月3日、白沢町なす組合の主催により、利根沼田地域全体のナスの目ぞろえ会が営農経済総合センターで行われ、部会員やJ A、市場関係者ら約40人が参加しました。

目ぞろえでは、市場関係者が販売情勢や出荷規格について説明し、部会員は実際に収穫されたナスを手に取り形状や色合いなどを確認しました。

利根沼田管内ではナスの栽培が増加しています。管内の足並みをそろえるためナス組合の本部を発足するにあたり、今回の目ぞろえ会が開かれました。

出荷は6月中旬から始まり、お盆前後にピークを迎え、10月いっぱい続きます。



規格を確認する市場関係者と部会員

## ブルーベリー開園式

### ブルーベリーの季節到来

沼田市ブルーベリー組合は7月2日に薄根町で、利根果樹部会ブルーベリー部は7月10日に利根町で統一開園式を行い、園児たちが旬の甘酸っぱいブルーベリーを味わいました。



薄根町と利根町でブルーベリー狩りを楽しむ園児たち

## オートバル中部

### 最新の農機具や車両がズラリ

7月4・5日の2日間、オートバル中部で農機・自動車の展示会を開きました。農業機械と乗用車の展示・販売の他、セニアカーと衝突回避支援ブレーキ機能が搭載された軽トラックの試乗体験、スマートアシストの体験会が行われ多くの来場者で賑わいました。



来場者に説明する職員

## 第28回群馬県JA年金友の会短歌・俳句・川柳大会

### 白井さんが最優秀賞受賞

第28回J A群馬県年金友の会短歌・俳句・川柳大会において、俳句部門の応募者223人の中から沼田市の白井孝四郎さんが最優秀賞に選ばれました。

受賞作は

「石拾うことより老いの鋤始」

今回の受賞に白井さんは、「こんな大賞を受賞したのは初めてでとても嬉しい。今後も一生懸命頑張りたい」と笑顔で話しました。



最優秀賞を受賞した白井さん(写真中)

## JA利根沼田×利根実業高校

### 生徒らが企業実習

7月2日から4日にかけての3日間、企業実習の一環として利根実業高校の生徒6人を受け入れました。生徒らは各支店での窓口業務や管内農家の圃場(ほじょう)巡回を体験しました。9月には2回目の実習が行われ、生徒らはトマトセンターでの業務などを体験する予定です。



農家の圃場を巡回する生徒たち

# 熱中症対策で夏し元気に！



農学博士

群馬県利根沼田農業事務所

夏に向けて、農作業中に熱中症になる人が増えてきています。熱中症は正しい知識を身につけることで、適切に予防することが可能です。

暑さを避けて熱中症予防行動をとることを心がけましょう。

## ●農作業前の熱中症対策

### ①プレクーリング

体温が上がりすぎると、体温調節機能・心肺機能・中枢神経系の機能が悪くなり、熱中症になりやすくなってしまいます。

農作業中の体温上昇を抑制する対策として**作業を始める直前に身体を冷やす（プレクーリング）**と効果があるとされています。

液体に微細な水の粒が混じったシャーベット状の飲み物「アイススラリー」を作業前に飲むことで、作業中の深部体温の上昇を抑えることが出来ます。

## ●農作業中の熱中症対策

### ①高温時の作業は避けましょう。

一般的に70歳以上の方は、のどの渇きや気温の上昇を感じづらくなります。日中の気温の高い時間帯は外して作業しましょう。

高温下での長時間作業を避け、「こまめな休憩と・水分補給」を行い、「絶対に無理をしない、頑張りすぎない」ことが大切です。

### ②20分おきに休憩&水分・塩分補給

- 涼しい日陰などで作業着を脱ぎ、体温を下げましょう。
- のどが渇いていなくても、20分おきに毎回コップ1～2杯以上を目安に水分補給をしましょう。



- 電解質を含む飲み物や塩飴・タブレットから塩分補給をしましょう。

水分補給は、発汗によって失われた体内の水分を回復・維持し深部体温の上昇を抑えます。塩分（ナトリウム）などの電解質と糖質を含んだ飲料は、水分吸収を早めるため、意識的に摂取するよう心がけましょう。

### ③単独作業は避ける

熱中症になってしまった際、早期発見、対処が大切です。できるだけ単独での作業は避けましょう。

単独で作業する場合も家族や従業員等が定期的に巡回を行うなど**状況を確認できる環境**で作業しましょう。

### ④熱中症対策アイテムの活用

ファン付きウェア、冷却ベスト、ネッククーラーなど身体を冷やす服装を活用しましょう。

ヘルメットや帽子を着用する場合、通気性のあるものや熱を逃がしやすい素材のものをを選び、頭部に熱がこもらないようにしましょう。



## ●熱中症になったときの応急処置

立ちくらみや脱力感等の熱中症の症状を感じたら、すぐに「作業を中断」し、「応急処置」実施することが大切です。

### ①作業の中断

**体調不良の症状があれば**、すぐに作業を中断する

### ②応急処置

- 涼しい環境へ避難
- 衣服をゆるめ体を急速冷却  
脇の下、両側の首筋、足の付け根を冷やすと効果的です
- 水分・塩分を補給する



### ③病院へ

応急処置をしても症状が改善しない場合は医療機関で診察を受けましょう。

## ●熱中症特別警戒アラート

令和6年度からは新たに熱中症特別警戒アラート（熱中症特別警戒情報）は、広域的に過去に例のない危険な暑さで人の健康に係る重要な被害が生じる恐れがある場合に発表されます。

市町村や農業団体から「熱中症特別警戒アラート」の情報提供があった場合は、決して軽んじず、命を守るために日中における屋外や農業用ハウス内での作業は中止・延期することをご検討ください。

農畜産課農畜産係（清水）

やってみよう!! お庭でカンタン野菜づくり

# フェネル

## 個性的で爽やかな味と香り



園芸研究家●成松次郎

地中海沿岸が原産地で、肥大した茎は特徴のある香りがします。主に肉や魚料理に使われ、葉はハーブとして魚の臭い消しにも使われます。

「フェネル」は英語、イタリア語では「フィノッキオ」、和名は「イタリアウイキョウ(茴香)」です。

生育適温は10～20度で冷涼な気候を好み、耐寒性のある野菜です。栽培が容易な作型は、中間地では7月中下旬から8月下旬に種まきし、晩秋以降に収穫期を迎えます。春まきも可能ですが、種まきが遅くなると生育後半の高温長日で花芽が形成され開花します。

**【品種】** 株元が肥大するフェネルには「フロレンスフェネル」(各社)、または単に「フェネル」(各社)と呼ぶ品種があります。「ナポリ」(トキタ種苗)は日本で改良され、茎の肥大に優れ作りやすい品種です。スティックタイプの「スティッキオ」(トキタ種苗)は小指ほどの肥大した茎は歯切れの良い食感を楽しめます。

**【畑の準備】** 植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰200gをまいてよく耕します。1週間前に堆肥約2kg、化成肥料(NPK各成分10%)約200gを土とよく混合します(図1)。その後、ベッド幅70～80cmの平畝を作り平らにならしておきます。

**【種まき・苗作り】** 苗作りでは、25連結ポットなどのセルトレーに5、6粒まき、本葉3枚の頃に間引いて1本立ち

にし、本葉4、5枚までポットで育てます(図2)。じかまきではベッド幅70～80cmとし、条間を45cm2条として、株間約25cmで1カ所5、6粒まきます。じかまきの場合は、種まき後は不織布で覆い、強雨・強風対策をしておきます。**【植え付け】** ポットで育てた苗はベッドに条間45cm2条、株間25cmで植え付けます(図3)。徒長気味の苗はやや深植えにし、株元を土でしっかり押さえましょう。植え付け後は虫害や強風雨対策に透明寒冷しゃなどのトンネルがけをしておくとお安心です。

**【追肥・灌水(かんすい)】** 追肥は月に1回、化成肥料を1平方m当たり約50gを与え、土寄せします。畑の乾燥が続くときは、十分に灌水をします。

**【収穫】** 収穫は肥大した茎の太さが7、8cm(約300g)の頃が目安です。夏まき秋冬取りでは約500g(こぶし大)の大きさのものも収穫できますが、取り遅れて裂球しないように注意してください(図4)。

図1 畑の準備



図2 苗作り



図3 植え付け

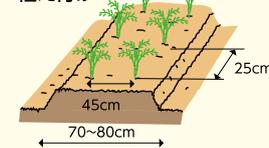


図4 収穫



栽培カレンダー(フェネル)

まきどき	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
冷涼地		●	▲	▲	▲	■						
中間地・暖地	●	▲	▲	▲	▲	■						
						●	▲	▲	▲	■	■	■

●種まき ●---●苗作り ▲植え付け ————生育 ■収穫

※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。

### 8月

- 17日(日) 無料年金相談会(本店)
- 19日(火) 無料税務相談会(本店)
- 24日(日) 休日ローン相談会(沼田支店)
- 30日(土) 棚卸に伴い休業
- 31日(日) 棚卸に伴い休業
- ※配送センター窓口・配送、支店(営農経済課)、あぐりショップ

#### ◆休日ローン相談会

住宅、自動車、教育など様々な資金のご相談をお受けいたします。  
日 時：毎月第4日曜日 9:00～16:00  
場 所：J A利根沼田 沼田支店  
連絡先：沼田支店 25-3338 (融資課)

### 9月

- 11日(木) 無料法律相談会(本店)
- 16日(火) 無料税務相談会(本店)
- 21日(日) 無料年金相談会(本店)
- 28日(日) 休日ローン相談会(沼田支店)

#### ◆休日年金相談会 ※要予約(4日前まで)

年金をはじめ雇用保険、健康保険についてもご相談をお受けいたします。  
日 時：毎月第3日曜日 9:00～11:30  
場 所：J A利根沼田 本店  
社会保険労務士 酒井和広氏  
連絡先：金融共済部 22-6638

## カレンダー

#### ◆無料法律相談会 ※要予約(前々日まで)

顧問弁護士が皆様のご相談をお受けいたします。  
日 時：毎月第2木曜日 14:00～16:00  
弁護士法人 高橋三兄弟法律事務所 所長 高橋伸二氏

#### ◆無料税務相談会 ※要予約(前々日まで)

相続税、贈与税、所得税などのご相談をお受けいたします。  
日 時：毎月第3火曜日 14:00～16:00  
税理士 干川会計事務所 干川 芳男氏

場 所：J A利根沼田本店  
連絡先：リスク管理室 25-5052  
※1件の相談時間は約30分です。

# なす入りおやきときゅうり漬け

わが家の料理自慢

糸之瀬支部  
横坂 初恵さん

## 【材 料】

- なす……………3本
- ピーマン ……2個
- 薄力粉 ……300g
- 卵 ……3個
- 本だし ……少々
- みりん ……少々
- 油 ……少々
- 味噌 ……少々
- 砂糖 ……少々
- 水 ……200cc

水の代わりに牛乳を使うと生地が柔らかくなり、少し甘みが加わります。また、辛いのが好きな方はピーマンの代わりに神楽南蛮などの唐辛子類を使ってもおいしいです。



## 【作り方】

- ①なすとピーマンを刻み、少しの油で炒め、本だし・みりん・砂糖・味噌で味を調える。
- ②ボールに薄力粉・卵・水を入れ混ぜる。
- ③フライパンに油をひき②で作った生地を入れ、その上に①のをせて広げ、さらにその上に②を流し入れる。
- ④フライパンに蓋をして、最初は中火で少し焼き、その後弱火で10分ほど焼いて出来上がり。

## 【材 料】

- きゅうり……………4本
- にんじん……………少し
- あっさり漬けの素 ……少々
- 塩昆布……………軽くひと掴み
- 味の素……………少々

## 【作り方】

- ①きゅうり・にんじんは適当な大きさに切る。
- ②①にあっさり漬けの素・塩昆布・味の素を入れて混ぜ、味が馴染めば出来上がり。

## おしやべり通信

### 今月のテーマ

「夏の楽しみ！」



沼田市久屋原町  
吉野 壮一郎(そういちろう)くん⑤  
竜平(りゅうへい)くん⑥

(壮一郎) 沼田まつりが楽しみです！1年生の頃からお囃子をやっていて、今年は4年生になったので太鼓だけじゃなくて鉦(かね)もやります。市民プールとお父さんのトマトの手伝いも楽しみ！(竜平) 沼田まつりで太鼓をたたくのが楽しみ！前でたたくのが楽しいよ。終わった後に食べられるアイスやお菓子も楽しみなんだ。



みなかみ町入須川  
有谷 耕治(こうじ)さん

夏は家族で海やお祭り巡りをしたり、母の家がある栃木へ出かけたりします。昨年行った際には那須ハイランドパークで遊んだり、川遊びをしました。子どもたちは南ヶ丘牧場で乗馬やウサギの散歩も体験し、楽しい時間を過ごしました。今年も家族で旅行に行きたいですね。



## みんなの フォトギャラリー



### 「田んぼの草とり」

新治小学校の生徒が5月に田植え体験をした田んぼで草とりを行いました。今後は稲刈りをする予定です。(組合員課)

●小学生の田植え楽しいでしょうね。きっと大事な経験であり、思い出になると思います。私が小学生時代は田植え機などありませんから、田んぼに生足を入れるのがイヤで靴下を履いて田んぼに入り、よく親から怒られた思い出

があります。でも、今思えばそれもいい思い出です。(みなかみ町/Yさん)

★温かいコメントをありがとうございます。取材した際にも、初めて触れる土の感触に声をあげながらも、生徒たちは楽しそうに田植えを行っていました。この体験が子供たちのいい思い出となってくればありがたいですね。

ほっとメールでは、皆さんから頂いたコメントに返信がお寄せします。夢ingの感想や地球農業の話題など、お気軽にお送りください。また、フォトギャラリーも募集しておりますので、たくさんのお写真をお待ちしております。



## あゆみ

(R7年6月末現在)

### 【事業】

貯金	863億2,063万円
貸出金	208億0,022万円
生産資材	19億5,822万円
生活資材	7億6,630万円
販売品販売高	35億3,645万円
長期共済保有高	2,424億4,436万円

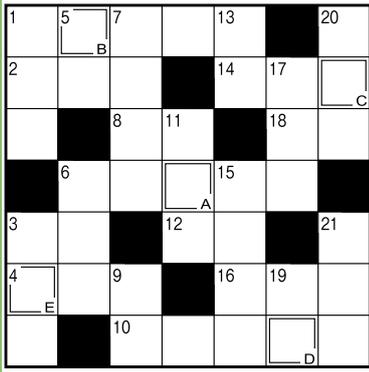
### 【組合員】

正組合員	6,193人 (前月比-19人)
准組合員	7,157人 (前月比+1人)

# クロスワードパズル

二重マスの文字をアルファベットの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

## 今月の出題



答え A B C D E

## 【応募方法】

<b>85</b> 378-0053 沼田市東原新町 1940-1 JA 利根沼田 組合員課行	1. 答え 2. 郵便番号 住所 氏名 年齢 3. ご意見 ご感想
---	--

ハガキ (85円) に上記を明記し、ご応募下さい。他にメール、FAX、ホームページからもご応募できます。

※ご応募はお一人様1通まで

◆ 締切り 9月10日 ◆

## ★ヨコのカギ

- ① ミーンミン、シャワシャワ、カナカナカナ……
- ② 物事にかかわりを持つこと
- ③ 代金は今度まとめて払うね
- ④ 西田佐知子のヒット曲、『コーヒー——』
- ⑥ さだまさしの名曲『——流し』で歌われているのは、長崎県などです  
お盆の行事
- ⑧ スイカに付ける人もいます
- ⑩ 2分の1がハーフなら4分の1は
- ⑫ チョウが吸うもの
- ⑭ 台木にくっつけたり挟んだりして育てます
- ⑯ もう一杯、お——!
- ⑰ 鼻の長い動物

## ★タテのカギ

- ① 国際博覧会 (万博) には——各国が出展します
- ③ 朝顔に——とられてもらひ水 (千代女)
- ⑤ 官の対義語
- ⑥ 合格を目指して受けることも
- ⑦ 二十四節気のひとつ。令和7年は8月23日です
- ⑨ 悪夢を食べるといわれる想像上の動物
- ⑪ 旧国名のひとつ。今の滋賀県あたり
- ⑬ 人が並んで作るもの
- ⑮ コイン——に荷物を入れた
- ⑰ 紙幣のすかしは——防止策のひとつです
- ⑲ 魚などの内臓のこと
- ⑳ あぶく。ソーダ水からたくさん出ます
- ㉑ 半透明でプルプルした洋菓子

## 7月号の答え

### ネガイゴト (願い事)



抽選で  
直売所商品券  
を  
プレゼント

## 6月号の当選者

おめでとうございます (敬称略)

中澤 喜則 (沼田市) 五十嵐ふじ子 (みなかみ町)  
新井 悦子 (沼田市) 須藤 重男 (片品村)  
金井 明美 (昭和村) 【応募総数 37通】

【パズル応募】 郵送 〒378-0053 沼田市東原新町1940-1  
【ほっとメール】 JA利根沼田 組合員課行  
メール kumiaiinka3@jatone.jagunma.net

FAX 0278 (22) 6666

H P <http://www.jatone.or.jp/>



【フォトギャラリー応募】 住所、氏名、写真のタイトル・コメント、ご意見・ご感想をご記入のうえ、郵送かEメールで上記へご応募下さい。

## 水稻現地講習会 (刈り取り調製講習)開催

日程 9月4日(木)

9:00 開始 開催場所:沼田水稻育苗センター

10:00 開始 開催場所:後閑集落センター

11:00 開始 開催場所:西部水稻育苗センター

### 【事務局】

利根沼田農業協同組合 営農企画課  
0278-50-6111

## 棚卸に伴う休業のご案内

配送センター(窓口・配送)  
支店(営農経済課)  
あぐりショップ

令和7年

8/30 土 31日

11/29 土 30日

令和8年

2/28 土



正確な決算棚卸を行うため、皆様方にはご不便をお掛けいたしますが、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

# 8月の人気車両のご案内



## SUZUKI ワゴンR

**69**  
万円(税込)

- 28年式
- 走行距離 5万km
- 車検整備付き(2年)



## SUZUKI CARRY

**130**  
万円(税込)

- 令和7年式
- 走行距離 10km
- 新車登録済み(車検令和9年6月まで)

■お問合せは オートパル中部 0278-24-2155

## 各社メーカーズラリと展示

# 秋の大展示会

来場者には  
粗品プレゼント!

9/4木・5金

9:00▶16:00

9:00▶15:30

■会場：オートパル南部

利根郡昭和村糸井5850 TEL.0278-24-7123

■お問合せ先

オートパル南部 0278-24-7123 オートパル東部 0278-58-2891

オートパル西部 0278-62-1800 オートパル中部 0278-24-2155

## オートパルの休日対応一覧表

	体制	9月			10月			11月	
		土曜日	日	祝日	土曜日	日	祝日	土曜日	日・祝日
オートパル中部	自動車	営業	休業	休業	営業	休業	休業	営業	休業
	農機	営業	休業	休業	営業	休業	休業	休業	休業
オートパル西部	農機	営業	営業 14日より営業	営業	休業	休業	休業	休業	休業
オートパル南部	農機	営業	休業	休業	営業	営業 26日より営業	休業	営業	営業
オートパル東部	自動車 農機	営業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業

