

JJAと地域の人々をむすぶ広報誌

東まの里

TOMINOSATO

2026

1

月号

No.554

特集：一年の始まりに整う 春の七草でわたしリセット



今月の農ライフ



おのさわたかひろ
小野沢 隆寛さん

詳細は P11へ

CONTENTS

新年のごあいさつ他	P 2・3
宮農情報	P 4
特集	P 6・7
富里俳壇	P 9
家族で楽しむおいしい一皿	P 12



新年のごあいさつ



代表理事組合長

実

これらは、従来の経験則だけでは対応しきれない状況となつております。

また、生産資材価格の高止まりや食料自給率の低迷、農業者の減少など課題は山積しており、農業を取り巻く環境は一層厳しさを増しています。

「食料を守ること、すなわち国内農業を守

ることは、まさに国防である」との思いを胸に、皆さまとともに取り組んでまいります。

新年にあたり、謹んで新春のごあいさつを申し上げます。

組合員並びに地域の皆さんには、新しい年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

旧年中は、JA富里市の各事業運営に格別のご支援とご協力を賜り、厚くお礼申しあげます。

昨年を振り返りますと、国際紛争や地政学的リスクの増大は、食料や生産資材の安定供給に大きな影響を及ぼしました。

特に肥料・飼料・燃料など生産資材の価格高騰は農業経営を大きく圧迫しました。8月には九州や北陸地方を襲つた大雨など、各地で自然災害が相次ぎました。改めて、被災された皆さま並びに被災地に所縁の深い皆さまにお見舞い申し上げるとともに、一日も早い復旧・復興をお祈りいたします。

農業情勢に目を向けてみると、集中豪雨や雪害、猛暑など気象変動による自然災害が多発し、農畜産物の生産にも甚大な影響が生じました。

一 食と農を基軸とした地域に根差した協同組合」であり続けるため、外部環境に左右されない強固な経営基盤を構築し、事業展開を深化させてまいります。

「振興3カ年計画」（令和7年～令和9年）の2年目として、着実な取り組みにより安定した生産基盤の確立を図ります。

生産の拡大、農畜産物の安定供給、地域の活性化という創造的自己改革の実践を通じた貢献活動、さらには地域に欠かせない信頼されるJAとなるべく、「第四次地域農業

「食料を守ること」すなれば、國內農業を守ることは、まさに国防である」との思いを胸に、皆さまとともに取り組んでまいります。JA富里市は、農業者の所得向上、農業

また、生産資材価格の高止まりや食料自給率の低迷、農業者の減少など課題は山積しており、農業を取り巻く環境は一層厳しさを増しています。

謹賀新年

令和八年
元日





4
質の高い教育を
みんなに

児童が人参収穫に挑戦！



富里市は12月3日(火)、富里市農林業センターで「富里ニンジンの食農学習会」を開催しました。

富里南小学校3年生61人が参加し、特産であるニンジンについて学びました。

児童は、生産者や栄養士から栽培方法や栄養について学んだ後、収穫を体験しました。「大きいニンジンがとれた！」と笑顔を見せるなど、楽しみながらも農作業の大変さを実感していました。

授業を担当したJA人参部の柳田秀一部長は「子どもたちに良い経験になった」と話しています。



児童たちに収穫のコツを教える柳田部長



意見交換を行う生産者

ハツ頭の査定会を開催

JAは12月9日(火)、会議室でハツ頭の査定会を開き、生産者や市場関係者など約20人が出荷基準の確認や現品査定を行いました。

今年は干ばつの影響で小ぶりなものが多く、暑さによる被害も見られましたが、形の良いものも多く、出荷に向けた品質確保の努力がうかがえました。

生産者からは、ハツ頭の魅力をもっと知ってもらいたいとの声も聞かれました。



表彰された石井さん㊨

鳥獣被害対策実施隊が表彰

富里市は11月19日(火)、令和7年度富里市表彰を中心公民館で行い、鳥獣被害対策実施隊が表彰され、表彰式に石井和昭隊長が出席しました。

実施隊は、地域の農業者や関係者により結成され、イノシシなどの鳥獣被害防止のため、駆除や捕獲、被害防除、生息環境管理などに取り組んでいます。その成果として被害額の大幅な減少や迅速な情報発信に貢献し、顕著な功績が評価されました。



1つずつ丁寧に植えました

女性部 寄せ植え教室

JA女性部は12月9日(火)、JA会議室にてお正月用の寄せ植え教室を開催し、部員20人が参加しました。

講師にSNS等でご活躍している小寺和代氏を招き、葉牡丹をはじめとした12鉢を使った豪華な寄せ植えを作りました。

完成後は水引をあしらい、華やかな仕上がりとなりました。「花はよく植えるが、こんなふうに土を崩して寄せ植えできるんだと勉強になった」などと話し、部員はお互いの作品を見せ合いながら話に花が咲いていました。

● 主な土壤消毒剤の種類と適正な使用について ●

春作の圃場準備を行なう時期になりました。土壤消毒における効果的な防除だけではなく、周囲に配慮し、適正に使用するように心がけましょう。各土壤消毒剤の適正な効果と注意が必要なクロルピクリンの正しい使い方についてご紹介します。

【各土壤消毒剤の特徴】

薬剤名	ガスの種類	センチュウ	病害	雑草種子	備考
D-D DC油剤 テロン	D-D	○	×	×	
ドロクロール クロールピクリン	クロルピクリン	△	○	×	被覆必須
ソイリーン	D-D クロルピクリン	○	○	×	被覆必須
バスアミド微粒剤	MITC	△	○	○	
ディ・トラペックス	D-D MITC	○	○	○	

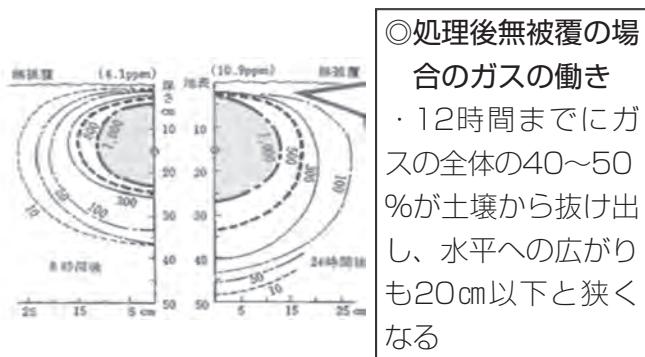
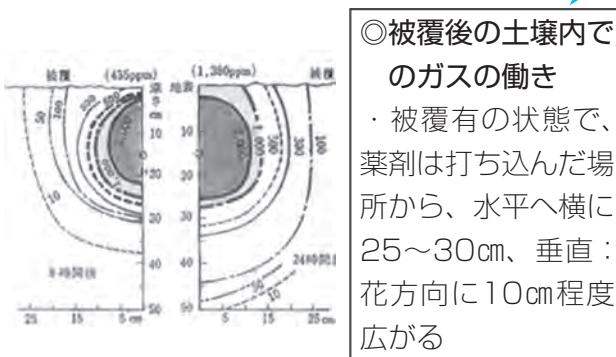
※消毒期間終了後、ガス検知の検査を行い、ガスが残っていないか確認しましょう
(クロピク・DD・MITC 等)

～使用のポイント～

- 被害残渣はできるだけ圃場外へ持ち出す
- 土壤水分が適度にある状態で薬剤処理を行なう
- ビニール被覆をする
(クロルピクリン含有剤は被覆必須)
- ガス抜き前に機械の土を落とし、未消毒土の混入を防止

【クロルピクリンの正しい使い方】

被覆を行い適正な消毒を行うことで本来の効果が発揮される!



- 使用前にガスが土中で十分拡散するように耕運し粉碎を十分に行い、丁寧に整地してから使用することで、均等に土壤消毒剤を処理できます。
- 地温が15°C以上 の時は使用後14日位、地温が低い時は処理後20~30日でガスが抜ける目安となります。
- 消石灰などのアルカリ性肥料の施用直後や他剤と混用は注意してください。

【クロルピクリン含有剤を使用する際の法律的な側面について】

全国的にクロルピクリン剤(ドロクロ)を使用したほ場に隣接する住民が目やノドの痛みを訴える事例が数多く発生しています。特に千葉県内では最近同じような事例も発生していることから、改めて注意しましょう。

農水省・環境省令では、「被覆を要する農薬の使用」の中にクロルピクリンを含む薬剤が示されており、使用後の被覆実施が法律に記されています。「使用後にかん水したから大丈夫」「土を鎮圧したから大丈夫」という認識で、誤った使用をした際に法律違反で罰せられる可能性があるので、改めて周囲に配慮し、正しい効果が得られるように適正に使用しましょう。

お問合せ先：営農指導課 TEL：0476-93-5652





J A バンクを装った

フィッシングメールに ご注意ください!

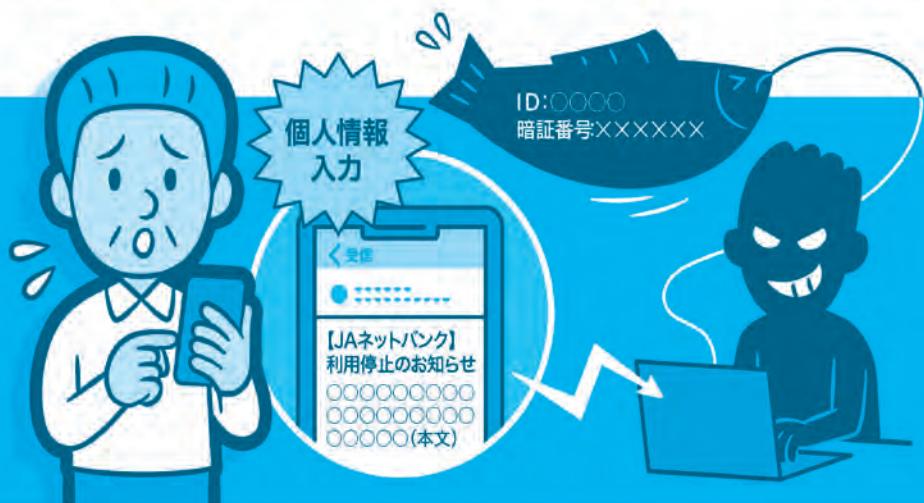
お客さま情報や利用目的の確認を求めるメールやSMSはすべて詐欺です!!

このようなメールやSMSを受信した場合には、

本文内に記載しているリンク先へのアクセス・個人情報の

入力は絶対に行わないでください。

JAバンクでは、「お客さま情報の確認」「取引目的の確認」「口座確認」等と称してメールやSMSでJAネットバンクへのログインを誘導することは行っておりません。



☑ 実際に確認されたフィッシングメールの件名の例

- お客さま情報等の確認について
- お取引目的等確認のお願い
- お客さまの口座が凍結されました
- 利用停止のお知らせ

*上記のほか、「重要」「緊急」といった不安をあおる表現など、様々な件名が確認されていますのでご注意ください。



このような件名のメールや
SMSはすべて詐欺です!
本文内に記載している
リンク先には絶対に
アクセスしないでください。

⚠ だまされないためには

- 身に覚えのないメールや、本人確認を装った不審なメール、SMSは開封しない
- メールやSMSに記載されたリンク先には安易にアクセスしない
- メールやSMSのリンク先からは、IDやパスワード等の個人情報を入力しない
- JAバンクからの正規のメールか判断に悩む場合、だまされてしまった場合には、すぐに口座をお持ちのJA店舗へ連絡し、必要に応じ最寄りの警察署へもご相談ください。

JAバンクでは被害拡大防止に向けて、警察と連携し、店舗やお電話等での「声掛けの徹底」に取り組んでいます。

何卒ご理解とご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。



セリ

競り合うように生える様子が名の由来で、春に香りを増します。根にも栄養と香りがあり、東北地方では鍋の具の定番になっています。



ゴキョウ (ハハコグサ)

小さく黄色い球が集まったような花が特徴です。中国では香りが邪気を払うとされていて、かつては草餅に使われていました。

春の七草図鑑

一般的に「春の七草」と呼ばれている七つの植物をご紹介します。これらはビタミンやミネラル類、食物繊維、香りなどの有効成分を豊富に含む「和ハーブ」(日本古来の有用植物)であり、私たちの足元の宝ものです。



ナズナ

果実の形が三味線のバチに似ているため「ペンペングサ」とも呼ばれます。ワサビと似た芳香を持ち、程よい辛さやうま味があります。



ホトケノザ (コオニタビラコ)

紫色の花を咲かせるホトケノザとは別種で、タンポポに似た黄色い花が特徴です。葉は天ぷらなどにもおすすめです。



ハコベラ

名前の由来は「はびこる・栄える」から。ハコベラの生薬は古くから利尿・催乳作用があり、歯槽膿漏(しそうのうろう)も防ぐとされています。



スズシロ (ダイコン)

ダイコンの若葉です。有機硫黄化合物を多く含み、体のエネルギー代謝を活発にするといわれています。



スズナ (カブ)

カブのことです。胚軸が鈴の形に似ているため、この名前が付けられたともいわれています。葉にはベータカルテンやビタミンCが豊富です。

お正月のにぎやかさが落ち着いたら、ほっとひと息。春の七草で、体も気持ちも整えてみませんか？

日本に受け継がれてきた草木活用の知恵にならいつつ、七草を使った新しいセルフケア方法をご紹介します。

春の七草でわたりセツト

監修：平川美鶴（一般社団法人 和ハーブ協会）

イラスト：小林裕美子



※春の七草を取るときは、私有地や保護区域に入らず、似た植物と間違えないように注意し、必要な分だけを清潔な場所で取りましょう。



七草がゆだけじゃない!

年末年始の疲れを癒やす

七草を使ったセルフケア新提案



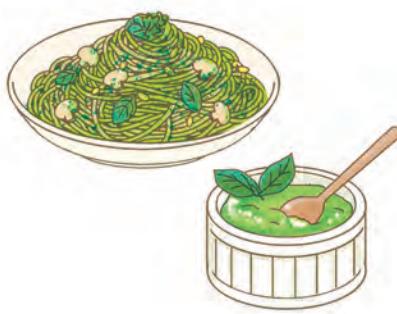
春の七草は、七草がゆ以外にも楽しみ方がたくさん！

JAの直売所やスーパーなどで簡単に入手できる、七草セットを使ったセルフケア方法をご紹介します。



ふりかけや調味料

七草セットの余りで食欲アップ



和風ジエノベーゼ

疲れた胃腸を労フソース

乾燥させた七草を使います。七草と千切ったのり、塩をお好みの量混ぜてふりかけに。七草と乾燥させたユズやミカンの皮をミル(粉碎器)にかけ塩を混ぜれば、天ぷらや刺し身の付け塩に。七草とすりごまや唐辛子粉、粉ざんしようと混ぜれば料理の味を引き立てる十味唐辛子になります。

七草に含まれるビタミンやミネラルで体調を整える効果が期待できます。パスタに絡めたり、バゲットに塗っておつまみにも。七草(葉の部分のみ)、大葉(10~15枚)、マツの実(10粒)、ニンニク(2片)、塩(小さじ1)、オリーブ油(30ml)を全てフードプロセッサーにかけ、ペースト状にします。



七草バススピネガーエ

手軽に作れるさっぱり入浴剤



七草温湿布

優しい香りと温かさに癒される

- 肌触りが柔らかく、さっぱりとした気分になれる入浴剤です。
 ①洗って水気を拭いた七草を保存用瓶に入れ、酢をひたひたに加えてふたをする。ときどき瓶を振って、2週間置く。
 ②家庭用バスタブにお湯をためて①の液を200ml入れ、よくかき混ぜて入浴する。

※けがや皮膚疾患のある方は使用する前に医師などに相談してください。

草の上に寝転んだような懐かしい香りがする温湿布です。花粉症や風邪で鼻水がつらいときにおすすめです。
 ①七草を乾燥させ、袋(市販のお茶パックなど)に詰める。
 ②鍋に500mlほどの水を入れて沸かし、①を入れて10分ほど煮出す。タオルを浸し、やけに注意して絞る。
 ③鼻腔の周りや後頭部などにタオルを当てて温める。

※タオルの色移りにご注意ください。

日本と中国の風習が融合し、七草を食べる文化に

もともと日本には新しい年の初めに若菜を摘み、野菜や肉を煮込んで作る汁物「羹(あつもの)」にして食べる風習がありました。江戸時代になると、五節句の一つ、1月7日の「人日(じんじつ)」の日に7種類の草が入ったかゆを食べる中国の風習と融合し、現在の形になったようです。

七草は冬場に不足しがちな青菜類を摂取する貴重な行事でした。温かく優しい味わいで消化もしやすいため、現代でも冬の体調を整えるのにぴったりです。生命力あふれる七草の芽吹きに感謝しながら、一年の無病息災を願って七草を活用しましょう。

NOUNEN

若い農業者の皆さん! 自分の老後自分で守れますか?

若い農業者の方は、
国民年金の上乗せの公的な年金「農業者年金」
に加入して安心で豊かな老後を!

若いこそ
年金
アクション!

35歳未満で
一定の要件を満たせば
**1 1万円からでも
加入可能**

認定農業者で
青色申告者には
**2 国庫補助で
手厚い支援**

税制面で
**3 大きな
優遇措置**

農業者年金へは、次の要件を満たす方ならどなたでも加入できます。

年間60日以上
農業に従事

国民年金第1号
被保険者
国民年金保険料納付免除者を除く。

65歳未満
60歳以上は、国民年金の
任意加入被保険者

詳しくは… 農業者年金 [検索](https://www.nounen.go.jp) <https://www.nounen.go.jp>

J A バンク千葉

2025年
11月18日
～
2026年
4月30日

ローン キャンペーン

**マイカー
ローン**
新車購入の資金や
バイク購入の資金に。
または他行からの借り換えなど
新車金利(年)(既定金利)
(2025年11月1日現在)
既定金利(年)(既定金利)
(2025年11月1日現在)

**教育
ローン**
入学金・学費の資金や
留学費用に。
または他行からの借り換えなど
新車金利(年)(既定金利)
(2025年11月1日現在)

**多目的
ローン**
結婚式費用、引っ越し費用、
購入の買い物替えなど。
または他行からの借り換えなど
新車金利(年)(既定金利)
(2025年11月1日現在)

2.90%
キャンペーン
最大引下げ後金利
年 1.40%
保証料別

2.90%
キャンペーン
最大引下げ後金利
年 1.90%
保証料別

2.90%
キャンペーン
最大引下げ後金利
年 1.90%
保証料別

本店 TEL 0476-93-2112



土地利用について お困りではないですか？

税務・不動産に詳しい者があ話を伺います。

《無料相談会》

日 時：1月13日(火)
9時から12時

場 所：JA富里市本店
1階特設会場

※正面玄関からお入りください。
職員がご案内します。

<予約は不要です。直接お越し下さい。>

お問合せ先
JA富里市購買生活課
0476-93-5651

JA/バンク

ATMなどのサービスを 一時休止させていただきます。

いつもJA/バンクをご利用いただきありがとうございます。
このたびJA/バンクはお客様へのサービスや利便性の向上を目的とした
システム更改に伴い、誠に勝手ながらATM・JAネットバンクなどの
サービスを一時休止させていただきます。
ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

休止日／時間				休止するサービス	
	月	日	月	JA/バンクのATM	JA/ネットバンク
2025年 10.18	休	休	休	×	×
2025年 10.25	休	休	休	×	×
2025年 11.8	休	休	休	×	×
2025年 11.11	休	休	休	×	×
2025年 11.17	休	休	休	×	×
2025年 12.15	休	休	休	×	×
2026年 1.18	休	休	休	×	×
2026年 2.15	休	休	休	×	×
2026年 3.12	休	休	休	×	×
2026年 4.30	休	休	休	×	×

右記の点に
ご留意ください
※振込については営業日扱いとなります。
※ページの取引(公共料金などの収納サービス)についてはご利用いただけません。

現金のお引き出しはお早めに。お客様にはご不便をおかけし誠に申し訳ございませんが、あらかじめ
現金をお引き出しあげただくなどのご準備をお願い申し上げます。

※JA(店舗・ATM)、他金融機関・コンビニなどの通常ATMについては、ご利用可能な「時間・サービス」が異なる
場合がございます。詳しくは、JA富里ホームページなどでご確認ください。最新情報は2025年1月23日の情報を
基に作成しております。変更が生じた場合は速やかにJA/バンクホームページへ変更内容を掲載いたします。

JA/バンクのホームページ
<https://www.jabank.or.jp>

URL:www.ja-tomisato.or.jp

富里俳壇

掃き清む社殿に落葉きりもなく	迎田
黄葉が光をまとふ大銀杏	
百億の星クリスマス奏でをり	
蜘蛛の巣の艶めき失せし冬始め	
ケーキ食むにわか信者のクリスマス	
雪便り生命貪る赤とんぼ	
秋夕焼母亡き世生く半世紀	
木枯らしに葉の芽花の芽身を縮め	高橋
根深汁隣に妻のいた座椅子	鈴木
数へ日や軒に灯に入る縄暖簾	稻毛
冬に入りはやひとつを無駄にせる小林	清水
野良猫の餌食うを見るシリウスと	友光
力抜くことを覚えて木の葉散る	寒郡
戸締りや二度見三度見日短し	昭治
古川	水野
樋口	俊徳
寧子	政雄
一歩	勝

南陽俳句会

JA富里市直通電話番号一覧表

営農部（販売・指導・電算）	TEL	0476-93-5652	FAX	0476-92-0225
購買生活課（購買店舗）	TEL	0476-93-1911	FAX	0476-92-4832
購買生活課（生活事業）	TEL	0476-93-5651	FAX	0476-92-0225
金融部（金融・共済）	TEL	0476-93-2112	FAX	0476-92-5819
機械センター	TEL	0476-93-8683	FAX	0476-93-8481
産直センター1号店	TEL	0476-91-0520	FAX	0476-91-0521
産直センター2号店	TEL	0476-90-3331	FAX	0476-90-3332
総務部	TEL	0476-93-2111	FAX	0476-92-5819

※緊急事故連絡先（夜間・休日）TEL 0120-258-931・葬祭等TEL 0476-92-0983

◎間違い電話により、ご迷惑を被っている方がいらっしゃいます。番号をよくお確かめの上、おかげ下さい。

★★★★★★ 2月のあなたの運勢 ★★★★★★★

山羊座	【全体運】美術展やコンサートへ。動画で鑑賞するのもお勧めです。入浴剤や柔軟剤は香りにこだわっています。心豊かに過ごせます 12 【健康運】健康は食事から。バラ 122 シンの良いメニューを 19 【幸運の食べ物】グワイ	天秤座	【全体運】好調運。困り事は少しそのままに。状況が好転する兆しです。目標は大きく、心意気を示すと協力者が集まります 9 【健康運】ダンスやラジオ体操などの全身運動をお勧め 1023 【幸運の食べ物】ホウレンソウ	蟹座	【全体運】外野がうるさそうですが、それもあなたを思ってのこと。広い気持ちで受け止めて。運勢は下旬から大きくなり昇 6 【健康運】無理はしないで体力を温存して。しょうが湯も吉 722 【幸運の食べ物】レンコン	牡羊座	【全体運】気を引き締めて。途中で中断することになってしまって慌てないように。落ち着いて対処すれば切り抜けられます 3 【健康運】血行を良くする運動を。 421 ふくらはぎをもむのも◎ 20 【幸運の食べ物】カリフラワー
水瓶座	【全体運】勢いのあるとき。悩んでいたことにも挑戦してみましょう。ただし自分の意見を通してからも忘れないでください。 1 【健康運】元気いっぱいに過ごせ 20 ますが、安全対策は念入りに 18 【幸運の食べ物】ハッサク	蠍座	【全体運】ゆっくり丁寧に進めていきましょう。運勢は下旬に入り好転。それまでの苦労が報われます。外出は慎重に 10 【健康運】寝る前にリラックスタ 1124 イムを。良い睡眠が大切 22 【幸運の食べ物】ワラビ	獅子座	【全体運】自分一人でやらなければと思わないように。SOSを出すことも大事です。少しペースダウンして様子を見 7 【健康運】適度に休憩を入れて正解。温かいお茶が味方 823 【幸運の食べ物】ダイコン	牡牛座	【全体運】無理は禁物。できることをきちんと続けることが大事です。友人のアドバイスに耳を傾けて。下旬の交流にツキ 4 【健康運】冷えは大敵。暖かい衣類やカイロを身に着けて 521 【幸運の食べ物】ゴボウ
魚座	【全体運】上昇運です。最初は問題があつても徐々に解決の糸口が見えてきます。小まめなコミュニケーションを心がけて 2 【健康運】歩きやすい靴が味方で 319 す。夜間の外出は慎重に 20 【幸運の食べ物】キャベツ	射手座	【全体運】吉報が舞い込んできます。あなたにとって良い話になるまで待ってみるといいでしょう。集まりへの参加が吉 11 【健康運】体操教室など、皆で一緒に取り組む運動をお勧め 1223 【幸運の食べ物】カラシナ	乙女座	【全体運】ツコツと頑張れば成果が上がります。後半に向けてスピードを上げていって。書類の整理など細かい作業が吉 8 【健康運】腸活を心がけて。納豆 923 やぬか漬けで元気回復 22 【幸運の食べ物】ブロッコリー	双子座	【全体運】流れが変わります。長い目で見て判断していくましょう。最初は大変でも目的にかなったものを選択して開運 5 【健康運】ウインターボールを楽しんで。筋トレも吉 622 【幸運の食べ物】フキのとう



私たちが皆さまのお宅を訪問します！

金融営業課の私たちは、「ひと・いえ・くるま」の総合保障や、貯金・融資・農業についてのご相談をお受けし、JAと皆様のつながりを大切に訪問活動を行います！

地区担当をご紹介します。どうぞお気軽にお声かけ下さい！



いいだ いさむ
飯田 勇

組合員の皆さまのお役に立てるよう頑張ります。

【担当地区】

七栄第三・四区・宮内・旭
大和台・獅子穴



はぎわら たかし
萩原 隆

組合員の皆さまに安心・満足をお届けすべく情報をご案内いたします。

お気軽にご相談ください。

【担当地区】

中沢西部・末広・実の口
根木名・根木名新田・高松



ただ つよし
田代 勉

皆地域の皆さまにお役に立てるよう頑張ります。
いつでもお気軽にお声がけください。

【担当地区】

立沢・高松入・中沢東部・
七栄中央・二区・大和



みやうち ひろし
宮内 宏

組合員の皆さまに安心をお届けし、お役に立てるよう努めて参ります。

【担当地区】

三区・吉川・二重堀・旧平
太木



なみき つばさ
並木 翼

地域の皆さまに安心・満足を提供できるように頑張ります。

【担当地区】

金堀・葉山・十倉・新橋
双葉・両国



はらだ たけし
原田 賀毅

組合員・地域の皆さまに安心をご提供できるように努めて参ります。

宜しくお願い申し上げます。

【担当地区】

七栄第一・七栄第二・日吉倉
二区・高野



はしもと たくや
橋本 拓也

地域の皆さまのお役に立てる様、加入内容のお知らせをお届けいたします。
お気軽にお声掛け下さい。

【担当地区】

武州・大堀・日吉倉新田・
木戸前・久能新田・久能



おおの たかゆき
黄野 貴之

組合員・利用者の皆さまに安心とお役立ち情報をお届けするため、金融営業課一丸となり訪問活動を行います。

【統括】



今月の生産者さん

おのざわ たかひろ
小野沢 隆寛さん
(二区地区)

PROFILE

小野沢さんは就農24年目。父親、妻と共に約4haの農地でニンジン、レタス、ブロッコリーなどを少量多品目で栽培している。「ちばアグリネットワーク」「尊農ジョーイ」の初代代表。趣味はバイクと、モトクロスのイベント主催。

富里は豊かな恵みに富み、その恵みの数だけ生産者の想いがあります。農業にこだわり、農業に懸けるみなさんをこのコーナーでご紹介していきます。

農 ラ イ フ

農に生きる

少量多品目で地域の売り場へ

小野沢さんは、季節の野菜を少量多品目で栽培し、JA産直センターやスーパーなど複数の販路へ出荷しています。規格外品の販売にも積極的に取り組み、食品ロス削減と収益確保の両立を図っています。近年は品目の絞り込みや農地の集約化を進め、経営の効率化にも力を入れています。



旬をむかえた大蔵大根

仲間づくりと地域へのまなざし

若手農家の交流にも早くから力を注ぎ、2009年に県域組織「ちばアグリネットワーク」、2010年には印旛地域の「尊農ジョーイ」を立ち上げました。「損得ではなく、悩みを共有できる仲間が農業を続ける力になる」と話し、情報交換や勉強会を通じて多くの農家を支えてきました。異なる品目を栽培する農家との交流から得た学びを、食農教育や地域活動にも生かしています。

挑戦を支える父として

長男の颯太さん(10)は、幼稚園の年長からモトクロスに取り組んでいます。小野沢さん自身もバイクが好きで、子どもが生まれてからも趣味を続けたいと考え、息子を誘ったことが競技を始めたきっかけでした。

現在は小野沢さん自身が競技に出場するよりも、子どもたちが活躍できるモトクロスイベントの主催に力を入れています。イベントでは富里スイカや地元野菜を景品として提供し、農業のPRにも取り組んでいます。 「モトクロスも農業も、どちらも後進育成が大切」。そう語る小野沢さんは、挑戦できる環境を整えることで、地域や農業の未来を育んでいます。



苗について説明する小野沢さん



モトクロスレースで2025年度チャンピオン

レシピ提供●料理研究家 和田麻紀子

家族で楽しむおいしい一皿

1月号

No.554

 ホウシノハウとニラ、寒い季節に取いたい栄養が豊富な野菜の出番です 

キンパ(韓国風太巻き)



◆作り方

- ①ご飯にごま油と塩を入れて混ぜ、冷ましておく。牛肉に A をもみ込み下味を付け、フライパンで軽く炒めて冷ましておく。ホウレンソウは塩少々（分量外）を入れた湯でさっとゆでて水気を絞り、食べやすい長さに切つてしまふゆとごま油をもみ込み下味を付けておく。
- ②スライスしたたくあんを5mmの細切りにしてフライパンに入れ、ごま油・酒を加えて軽く炒めて冷ましておく。
- ③のり1枚を巻きすの上に置き、ご飯の1/2量をごく薄く延ばす。奥側は2cmほど空けておく。真ん中よりも少し手前に具材を並べ、具材を押さえながら巻く。巻き終わりを下にして置き、なじませる。これを2本作る。
- ④ぬれた布巾で包丁を拭きながら好みの大きさに切つて出来上がり。

11月末の事業実績

貯金残高	25,028,345千円
貸出金残高	7,739,083千円
長期共済保有高	93,930,760千円
販売品販売高	6,986,373千円
直売所売上高	826,992千円
購買品供給高	1,939,397千円
出資金	571,878千円
組合員数	2,839人 (正組合員: 1,619人/ 准組合員: 1,220人)

出資金名義、組合員資格等の変更が生じた場合、総務課までご連絡ください。

11月30日現在
ここには藤田です。
明けましておめでとうございます。今
も頑張りますのでよろしくお願いいたしま
す。東美の里に関するご意見・ご感想などが
ございましたら、ぜひお聞かせください。

編集後記

9. 8. 7. 6. 5. 4. 3. 2. 1. 次の事項が審議されました。
議案
令和7年12月26日に理事会が開催され、
令和8年度事業計画策定について
令和8年度コンプライアンス・プログ
ラムの制定について
令和8年度コントロールシステム基
本方針の見直しの
内規制度について
令和7年度決算方針の制定について
令和8年度貸出金利率の最高限度につ
いて
令和8年度同一人に対する信用の供与
等の最高限度について
令和8年度借入金の最高限度について
令和8年度の余裕金運用及び令和8年
度第1四半期(1~3月)の余裕金運
用方針について
内規制度について
内部者取引管理規則の制定について
令和8年度同一人に対する信用の供与
等の最高限度について
令和8年度借入金の最高限度について
令和8年度の余裕金運用及び令和8年
度第1四半期(1~3月)の余裕金運
用方針について
内規制度について
内部者取引管理規則の制定について

理事会メモ

ポイント

ホウレンソウにはビタミンAや冬に不足しがちなビタミンDが含まれ、油で調理すると吸収率が上がります。牛肉にはしっかりと下味を付けてましょう。

アレンジ

- ニンジンのナムルや卵焼きなどを入れて彩りや食感をアップ
- 牛肉やナムルを多めに作ってビビンパに

