



JAグループ栃木

耕そう、大地と地域の未来。

明日を拓く…地域と共に

JAなす南



2025

3

No.312



柔道ってたのしい!

特集 認知症サポーター新たに27人

【目次 ~CONTENTS~】

- ・認知症サポーター新たに27人 …………… 3
- ・トピックス (JA活動報告) …… 4~5
- ・連載コーナー『4つ葉通信』 …………… 9
- ・お知らせ (月の予定) …………… 12

JAなす南HPは
こちら



JAなす南Facebookは
こちら



JAなす南LINEは
こちら



那須南農業協同組合

認知症サポーター新たに27人

認知症サポーター養成講座

JANAなす南は豊かでくらしやすい地域社会の実現を目指し、2月6日に認知症サポーター養成講座を開きました。コロナ禍を経て6年ぶりの開催で、その間に入組した職員を対象に実施しました。



▲認知症について学ぶ参加者ら

講座は、那珂川町地域包括支援センター職員のみなさんを講師に行いました。JA管内の半分は那珂川町が占めていますが、同町の高齢化率は約43%。超高齢社会に分類し、全世帯の32%（1,899世帯）が、高齢者のみで居住しています。

講座では、認知症を学ぶ必要性や症状、原因、対応の工夫、予防方法など、寸劇も交えて学びました。センター職員は始めに「当事者は何もかも分からなくなってしまう訳ではない。本人にも自覚がある」と指摘しました。センター職員は認知症の疑いがある人との接し方として、「複数人で囲むことはせず一人で声をかける」「背後から声をかけない」「会話は本人のペースに合わせる」などポイントを説明し、「みんな認知症の人を支え、誰もが安心して暮らせる地域にしよう」と参加者らに呼びかけました。

参加したJA職員は「来店する利用者も訪問先の組合員も高齢者が多い。万が一の際は適切な対応を心がけたい」と話しました。

受講後には証として、認知症サポーター全国キャラバン・メイトのラバーバンドとカードが配られました。

●コラム●

認知症にならないという予防方法はありますが、ライフスタイルの改善によって認知症発症のリスクを減らすことは可能です。認知症の予防のためには、「何をするか」ではなく、どう刺激ある日常を送るかが重要です。

【脳活性化の4原則】

1. 快刺激で笑顔に

心地よい刺激や、笑うことにより、意欲をもたらす脳内物質（ドーパミン）がたくさん放出されます。

2. コミュニケーションで安心

社会との接触が失われると、認

知機能の低下を促進させます。友人や家族などと楽しい時間をもつことが大切です。

3. 役割・日課をもつ

人の役に立つことを日課に取り入れることが、生活を充実させ、認知機能の維持に役立ちます。

4. ほめる・ほめられる

ほめても、ほめられてもドーパミンがたくさん放出され、活動意欲が高まります。

（参考）

認知症サポーター養成講座標準教材「認知症を学びみんなで考える」



▶教材と修了した証のラバーバンドとカード

▶ほ場で栽培管理について学ぶ参加者



春菊農家から 管理ポイント学ぶ ほ場見学会

令和6年度最後のほ場見学会は春菊で、2月4日に行いました。JA

春菊・きゅうり部会の孫毅さんのほ場で、ハウス内の温度管理や換気、かん水、施肥など栽培方法について学びました。

孫さんは参加者に、1日の作業手順や出荷数量の目安などを説明し、「3、4カ月は継続して収穫できる。特に温度管理とアブラムシ防除に気を付けている」と話しました。参加者は、春菊栽培のきっかけや毎日刈り取れないときの対処方法、かん水の回数など積極的に質問し、「春菊の栽培経験はあるが、うまくいかなかった。とても勉強になった。参考にしたい」と話しました。



▲作品のポイント説明する会員ら

記事活用作品をお披露目

JAなす南女性会第22回家の光大会

JA女性会では2月1日に、那珂川町小川総合福祉センター「あじさいホール」で第22回家の光大会を開きました。女性会員ら108人が参加して、雑誌「家の光」の記事活用作品を紹介し、家の光協会の巨海裕司局長から脳活について講話をいただきました。

記事活用では、ブローチや米袋で作ったバックなどさまざまな作品が集められました。会員らは地区ごとに壇上に上がり、苦労した点や工夫した点など制作秘話を発表しました。講話では巨海局長から「子どもから大人まで何歳からでも成長できる脳活のすすめ」と題して、脳活の大切さを学びました。



▲地元の農産物と加工品10品を発送

市外に住む学生に食の支援 那須烏山市学生応援ふるさと便

那須烏山市は市外に住む同市出身の学生に、市特産の食料品を送り、学生生活を支援しています。JAや市内の福祉施設が協力して品物を選定し、1月、2月合わせて122便を発送しました。

今回は、お米やイチゴなど地元の農産物と福祉施設で作った手作りジャムに加え、パックご飯やレトルト食品10品を詰めました。また、市長からのメッセージや市内にある企業のパンフレットなどを同封。市の担当者は「受け取った学生からは喜びの声をいただいている。愛郷心を醸成する一助として取り組みを続けたい」と話しました。



▶市場関係者と意見を交わす部会員ら

冬ニラ出荷に向け目合わせ JAにら部会

JAにら部会は2月4日に那須烏山市で、令和7年産ニラの出荷目ぞろえ会を開きました。生育は概ね順調で、品質も良好。部会員、関係者ら13人が参加して、出荷規格の統一を図りました。

同部会薄井勇男部会長は「2月に入り出荷量も増えてきた。高値で販売してもらえるように、目をそろえて統一した品質のニラを出荷しよう」とあいさつしました。参加者らは現物を手に取り、葉の長さや幅、色、茎の太さなど品質を確かめました。7年産は出荷者が2人増え11人で2.1畝を作付けします。



▲耐熱性ポリ袋にお米を量って入れるモニターら



▲磯部会長(右)に収穫適期の見分け方を教わる参加者

モニターら防災食学ば 准組合員モニター

J Aでは准組合員との継続的な意見交換を通して、J A理解の促進やサービス向上に役立てる目的で准組合員モニター制度を導入しています。任期2年間、計6回の活動が終了しました。

最後の活動は2月15日に、防災食について学びました。J Aでは、女性組織や職員を対象に防災食について学ぶ機会を設けています。J A担当者が、自然災害の多い昨今、防災意識を高める活動の必要性を説明し、その後、耐熱性ポリ袋と鍋で作るご飯やおかず作りに挑戦しました。

イチゴ収穫・調整作業体験 農作業体験会

J Aは2月8日に令和6年度最後の農作業体験会を開きました。今回はJ Aいちご部会の磯部美部会長のほ場で、イチゴの収穫と出荷調整作業を体験しました。

磯部会長は収穫適期の果実の見分け方や収穫方法を丁寧に指導しました。また、ハウス一棟分の収穫にかかる時間やこれまでの栽培管理、品種の特性など、参加者からの質問に熱心に答えました。定住を視野に入れ就農を志す参加者は「農業に興味を持ち、きっかけ作りに参加した。イチゴに限らず今後検討していきたい」と話しました。



▲住職の読経のもとで故人をしのぶ参加者ら



▲すしざんまいで昼食を楽しむ参加者ら

故人をしのぶ遺品供養 遺品供養式典

J Aは2月23日にセレモニーホールで、第9回遺品供養式典を開きました。今回は布団や洋服など、生前故人が使用していた愛用品を入れた「お別れ袋」35個が寄せられ、那須烏山市上境の宝幢院ご住職桑久保氏による読経のもとで供養しました。

式典後には、ご住職による心のこもった法話をいただき、参加者一人ひとりが耳を傾けていました。参加者からは「供養できてよかった。法話では故人をしのびながら胸が熱くなった」などの声が寄せられました。J Aでは今後も供養の大切さを伝えて参ります。

劇団四季の観劇ツアー楽しむ レディースサークル笑夢

J Aレディースサークル笑夢旅行を2月16日に行いました。J Aの定期積立や投資信託を利用する女性が対象で、今回は56人が参加しました。築地でお寿司を堪能し、劇団四季「アラジン」で観劇を楽しみました。

当日は天候にも恵まれ、築地市場では食事とお買い物を楽しみました。劇団四季「アラジン」では、時に笑いもあり、その世界観に魅了されました。参加者からは「新しい友達ができた。息抜きになった」や「笑夢旅行を知らない友人に勧めたい」といった声が寄せられました。

ベランダでも育てられる

みんなのコンテナ菜園

写真・文：園芸研究家 淡野一郎

国
消
国
産

サイインゲン(つるなし)

種まき後50~60日で収穫できる
採れたての味いは格別

原産地の気候から比較的涼しい気温を好みます。霜の心配がなくなれば種まきや植え付けができます。

生育適温は高めの方が、枝数が増え、花芽も早くでき、花数は多くなります。枝数は本葉2枚の頃の栄養でも増えるので、この時期の苗を、肥料を施した土へ植え付けます。32度以上では受精不良になり花を落とすことから、温暖地以西の春まきはこの頃収穫が終わりです。秋は7月下旬~8月中旬に種まきすれば、残暑が落ち着いた9月中旬から開花し、下旬から収穫できます。

品種は、つるのあるなし、さやの形でさまざまあります。草丈が低いつるなし品種は長い支柱は不要で、小ぶりのコンテナで栽培でき、直径24cmの鉢で2株、長さ60cm程度のプランターなら6株ほど育てられます。



さやが柔らかく、硬くなりにくい、筋なしの平さや品種「つるなしジャンピーノ」

【基本情報】

- 分類：マメ科インゲンマメ属
- 原産地：北米メキシコ南部~
南米アルゼンチン北部の高地
- 発芽適温(地温)：22~28度
- 生育適温(気温)：15~25度
- 日当たり：日なた
- 好適pH：6.0~6.5

【病害虫情報】

ハダニ類：軒のあるベランダは乾燥しやすく発生しやすい。葉裏などに発生したら殺ダニ剤で防除する。
アザミウマ類：高温・乾燥下で発生して葉全体に白っぽい細かな筋が出て株が弱る。防除は早めに。

サイインゲン(つるなし)の栽培方法

写真©ICHIRO AWANO

1 種まき

市販の野菜用培養土を入れた直径9cmのポリ鉢に、深さ約2cmの穴を4つ開け、種のへそ(写真1)を下にして1粒ずつまき(写真2)。土をかけ、たっぷり水をやる。発芽適温なら3、4日で芽が出てくる。



ポイント 出芽適温を保つ。気温の低い時期は出芽までは日当たりの良い室内や戸外は不織布をかけて保温する。

2 間引きと植え付け

出芽後7日ほどして最初の本葉(初生葉)2枚が開いたら、はさみを使って2株にする(写真3)。続けて、1カ所2株分の元肥(IB化成38g)を混ぜた培養土を直径24cmの鉢へ入れ、苗を植え付ける(写真4)。植え付け前には苗に水やりしておき、土が崩れて根を傷めないように注意する。土を寄せ、最後に水をやっておく。



ポイント 枝数を増やすため、本葉2枚の時期を逃さず植え付けをする。

3 支柱立て・誘引

植え付けから10日ほどで、倒れないように長さ約90cmの支柱を立て(写真5)、ひもで縛っておく(写真6)。



ポイント 梅雨時は雨が当たらない場所で、梅雨明け後は風通しの良いできるだけ涼しい所で栽培する。開花後はさやを大きくするため土の乾きに注意する。

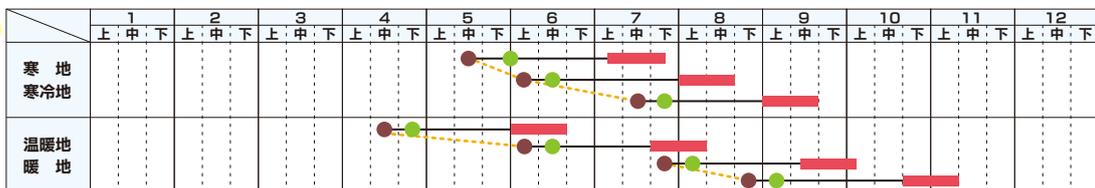
4 収穫

種まきから50~60日、開花後(写真7)2週間ほどして、さやが長さ12~14cmの頃、中の種の膨らみが見え分かったら、なるべく気温の低い朝に収穫する(写真8)。収穫が遅くなると筋っぽくなるだけでなく、さやの成長ばかりに栄養が取られて、開花が止まってしまうので早めに収穫する。



ポイント インゲン本来の格別な味は、採れたてを1、2分ゆでればOK。

栽培カレンダー



● 種まき
● 植え付け
--- 保温
■ 収穫



とりたて野菜直売所

今月のオススメ!!

「イチゴ」

4月頃まで、イチゴ「とちおとめ」「スイカベリー」を販売しています。ぜひご賞味ください。



那須烏山市初音7番地5(烏山支店構内) TEL:84-0731
【営業時間】月~金 8時30分~13時 土 8時30分~12時30分

ほ場見学会のお知らせ

令和7年度

品目	実施時期	内容
みなみちゃん南瓜	5月下旬	栽培管理を見学
中山かぼちゃ	5月下旬	栽培管理を見学
きゅうり(夏)	5月下旬	栽培管理を見学
みょうが	6月上旬	栽培管理を見学
にら	6月上旬	栽培管理、収穫、出荷調整を見学
なす(夏秋)	6月中旬	栽培管理、収穫、出荷調整を見学
さといも	6月中旬	栽培管理を見学
ねぎ(夏)	7月中旬	栽培管理、収穫、出荷調整を見学
アスパラガス	7月下旬	栽培管理、収穫、出荷調整を見学
みなみちゃん南瓜	7月中旬	栽培管理を見学
なす(夏秋)	9月上旬	栽培管理、収穫、出荷調整を見学
きゅうり(秋)	10月中旬	収穫、出荷調整を見学
ねぎ(冬)	11月下旬	収穫、出荷調整を見学
さといも	11月中旬	収穫、出荷調整を見学
しゅんぎく(育苗ハウス利用)	12月上旬	栽培管理、収穫、出荷調整を見学
にら	12月上旬	栽培管理、収穫、出荷調整を見学



お問合せ先:営農部 園芸販売課 TEL96-6170



	3月中旬	3月下旬	4月上旬	4月中旬
ニラ				
菌床しいたけ				
春菊				
イチゴ (とちおとめ、スイカベリー、とちあいか)				
トマト				
ふきのとう				

JAなす南 女性会 活動報告

2025/Feb.



女性会烏山地区は2月8日に烏山支店構内で、春の寄せ植え講習会を開きました。那珂川町のフラワーガーデン星の星義行さんを講師に迎え、会員27名が参加しました。数多く並ぶ春の花苗の中から、好みの花を5種類選び、鉢にバランスよく植え込みました。会員の希望で毎年実施しており、毎回多くの会員が参加しています。

会員募集



JAなす南女性会では、一緒に活動する仲間を募集しています！年間を通して様々な活動に取り組んでおり、「フレッシュミズ」と呼ばれる20代から40代の若手会員も元気に活動中です。まずはお気軽にお問い合わせください！

問い合わせ先
経済部生活福祉課 96-6176



JAなす南 青壮年部 活動報告

ACTIVITY REPORT

青壮年部は2月17日に役員会を行いました。令和6年度の活動を振り返り、次年度の活動について話し合いました。



青壮年部は2月20日に部長事務局合同臨時会議に参加して、令和7年度の県下の活動内容について話し合いました。



青壮年部は2月4日に、第5回部長事務局合同会議及び自民党県議会議員との意見交換会に参加しました。合同会議では、3月に行われる全国大会に出場するJAが、それぞれ意気込みを語りました。意見交換会では、ポリシーブックに基づく要望を行い、議員の皆さんと意見を交わしました。



青壮年部は2月25日に、那須烏山市のリハビリテーション歩で、予約いただいたサツマイモの販売を行いました。





令和7年度

休日年金・ローン相談会開催予定について

投資信託・NISAの相談もお受けします

●南那須支店

令和7年 6月22日(日) 令和7年 10月 5日(日) 令和8年 **2月15日(日)**

●烏山支店

令和7年 4月13日(日) 令和7年 **8月17日(日)** 令和7年 12月 7日(日)

●馬頭支店

令和7年 **5月18日(日)** 令和7年 9月21日(日) 令和8年 1月25日(日)

●小川支店

令和7年 3月30日(日) 令和7年 7月 6日(日) 令和7年 **11月 9日(日)**

●開催時間

休日年金相談会・休日ローン相談会
午前9時～午後3時

●お問い合わせ先

本店金融課	0287-96-6160
南那須支店	0287-88-7121
烏山支店	0287-83-2111
馬頭支店	0287-92-2711
小川支店	0287-96-2131

※太字の日は休日ローン相談会を同日開催いたします。

今月のおすすめ商品！

期間 令和7年3月19日(水)～令和7年3月31日(月)



植物性石けん 米ぬか(1個 80g)

泡立てネット付き

米ぬかから抽出した天然成分を使用。低刺激で無香料、無着色のお肌に優しい石けんです！お肌の自然なうるおいを守りながら、しっとりつつややかに洗いあげます。お顔はもちろん、全身・髪にもお使いいただけます。

<通常価格>

505円(税込)

<特別価格>

490円(税込)

※商品は、南部経済店舗・北部経済店舗でお買い求めいただけます。
お問合せは、お近くの店舗または本店経済課(☎96-6175)まで。

「家の光」5月号の主な内容

『家の光』100周年特別企画

わたしと家族の台所物語

大正、昭和、平成、令和…、台所は畑と食卓をつなぐものであり、日々の生活に直結し、家族の記憶に残る場所でもありました。台所をとおして「家の光」が伝えてきた日本の食の100年の変遷、農家の台所、暮らしを振り返りながら、現在の食卓の風景やライフスタイルを見つめ、食と農の未来を考えます。

【特別企画】 クイズで学ぶ いまさら聞けない「食料」のこと

【特別企画】 スペシャルインタビュー 美輪明宏さん

○豪華賞品が当たる！ 創刊100周年愛読者謝恩プレゼント企画

【別冊付録】 創刊100周年記念企画 いま、よみがえる

『家の光』台所の知恵ベストセレクション～料理・健康・手芸～

5月号(4月1日発売) 定価/922円(税込)

※付録月号(1・4・5・7・9月号 定価/922円 12月号 定価/1,027円)

※企画・タイトルは変更する場合がございます。

お問合せ先 経済部経済課(TEL96-6175)

編集後記

JAでは3月1日から新年度となり、10日から新体制での業務がスタートしました。広報担当も新しい仲間が加わり、しばらくの間は2人一緒に取材に伺います。広報誌には来月から登場です。お楽しみに！ (もり)

理事会報告

令和7年2月28日 本店大会議室にて

決議事項

- ◎ 令和7年度内部監査計画について
- ◎ 令和7年度コンプライアンス・プログラムの策定について
- ◎ 固定資産の減損処理について
- ◎ 次期3か年計画および令和7年度事業計画の策定について
- ◎ 出資金減口について
- ◎ 職員給与規程の改正について
- ◎ 令和8年度職員募集および採用スケジュールについて
- ◎ 借入金の最高限度について
- ◎ 令和7年度余裕金運用について
- ◎ 令和7年度上期ロスカット対応について

協議事項

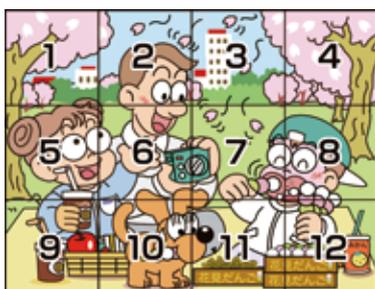
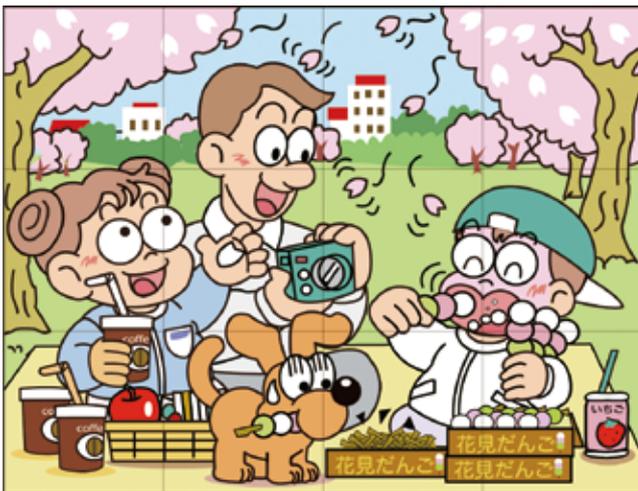
- ◎ 第26回通常総代会提出議案について
- ◎ 1月末総合財務並びに総合収支について



まちがいさがし

間違いは5つ！

左下の枠内の数字で答えましょう



正解者の中から抽選で5名様にエコープ商品が当たります♪

応募方法 | ①クイズの答え ②郵便番号と住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号
⑥JAへの意見・本誌に対する感想などを書いて、下記の宛先までご応募ください。

送り先 | 〒324-0513 那珂川町白久10 JAなす南 総務人事課広報係

締め切りは4月10日(木)の消印有効です。

●当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。●個人の情報については、賞品の発送以外には使用しません。

《2月号まちがいさがしの答え 2・5・7・8・10》



JAからのお知らせ



熊田ATM移設のお知らせ

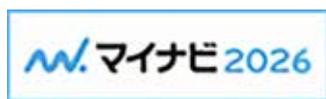
年金支給日等における南那須支店のATM混雑緩和の観点から、デイサービスセンターひまわり(旧下江川支店)に設置しているATMを令和7年5月17日(土)に南那須支店へ移設いたします。近隣住民の皆様には、ご不便ご面倒をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

令和8年度職員採用試験(短大・大卒)について

- ◆採用予定者数 5人程度
 - ◆受験資格
短大・大学卒業(見込みを含む)以上で、令和8年4月2日時点において39歳以下であり令和8年4月1日以降、那須烏山市、那珂川町またはその近郊に居住する方。
 - ◆筆記試験日：令和7年4月17日(木)
午前9時30分～
 - ◆願書締切日：令和7年4月10日(木)必着
 - ◆お問合わせ先：総務部 総務人事課
(TEL96-6150)
- 給与待遇など詳しくはJAのHPをご覧ください。

就職説明会・職場見学会開催について

- 令和8年度採用をお考えの方(令和8年4月2日時点で39歳以下の方)を対象に、就職説明会・職場見学会を開催します。お気軽にご参加ください。
- ◆日時：令和7年4月18日(金)
9時30分～11時30分
 - ◆場所：JAなす南本店(那珂川町白久10)
 - ◆内容：・事業内容説明
・職場見学 他
 - ◆申込方法：必要事項を記入し、メールもしくはマイナビからご応募ください。
 - ①氏名②学校名・学部等③住所④連絡先
 - ◆応募先アドレス：jinji@ja-nasuminami.or.jp



葬儀事前相談会の開催について

- ◆日時：令和7年4月15日(火)
午前9時～正午
- ◆場所：JA北部セレモニーホール
(那珂川町小口181-2)
- ◆お問合わせ先：JA北部セレモニーホール
(TEL92-8855)

JAバンクローン特別金利のお知らせ



JA住宅ローン～マイホーム計画をサポート～

選択期間	店頭(標準)金利	引下げ後適用金利	当初期間以降の引下げ幅
当初10年	年3.95%	年1.30%	年1.70%
当初5年	年3.55%	年1.05%	
当初3年	年3.30%	年0.90%	

※当初期間以降は3年・5年・10年・変動を選択できますが、その時の店頭(標準)金利から年1.70%引下げいたします。 ※ご融資期間を超える選択期間はお選びいただけませんのでご注意ください。 ※一般の団体信用生命共済付き ※令和7年3月31日までのお申し込みで令和7年9月30日までに借り入れの方に限ります。

選択期間	店頭(標準)金利	引下げ後適用金利	当初期間以降の引下げ幅
当初変動	年2.725%	年0.625%	年2.10%

※お客様の申し出により、ご返済の途中でも3年・5年・10年の固定金利型に切替えることができます。 ※固定金利型に切替える場合、その時の店頭(標準)金利から年2.10%引下げいたします。なお、固定金利選択期間終了後、変動金利を再選択した場合も同様です。 ※一般の団体信用生命共済付 ※令和7年3月31日までのお申し込みで令和7年9月30日までに借り入れの方に限ります。

JAリフォームローン

～住み慣れた我が家をリノベーション～

10年 固定	最大引下げ後金利 1.900%	最大引下げ後金利 1.225%	変動 金利
	〈標準金利：年4.550%〉保証料別途 《基金協会保証型》	〈標準金利：年3.725%〉保証料別途 《基金協会保証型》	

※令和7年3月31日までのお申し込みで令和7年9月30日までに借り入れの方に限ります。



JAマイカーローン

～快適なカーライフを応援～

変動金利 15年以内	固定金利 10年以内
最大引下げ後金利(保証料込) 年 0.90% ～ 1.40%	最大引下げ後金利(保証料込) 年 1.40% ～ 1.90%
〈店頭基準変動金利：年2.40%〉 保証料別途 《基金協会保証型》	〈店頭基準固定金利：年2.90%〉 保証料別途 《基金協会保証型》

※令和7年3月31日までのお申し込みで令和7年6月30日までに借り入れの方。
※1 お借入れ金額800万円以上の場合 ※2 お借入れ金額500万円以下の場合
※3 最大引下金利を適用するには、JAとのお取引に条件があります。
各支店窓口において返済額の試算を行っております。お気軽にご相談ください。

JAネットマイカーローン

(三菱UFJニコス保証)

～今すぐ、ネットでも仮申込できます!!～

変動金利 15年以内	固定金利 10年以内
最大引下げ後金利(保証料込) 年 1.70% ～ 2.20%	最大引下げ後金利(保証料込) 年 2.20% ～ 2.70%
〈基準：年3.20%〉	〈基準：年3.70%〉

※令和7年3月31日までのお申し込みの方。
※1 お借入れ金額800万円超の場合
※2 お借入れ金額500万円以下の場合
※3 最大引下金利を適用するには、JAとのお取引に条件があります。



JA教育ローン～お子様の未来のために～

変動金利型 **年1.75%**
固定金利もあります。

※令和7年3月31日までのお申し込みで令和7年6月30日までに借り入れの方に限ります。