

くらしと大地の
応援マガジン

JAN!!

8

じゃん!
August
2026 VOL.325

薬味などで活躍する
香り高い
グリーンねぎだべい!



特集

第27回通常総代会

広報誌「じゃん!」は、JANishiminoの
頭文字から名付けました。

ご家族みなで読んでください

JAの使命は、組合員の営農と生活を守ること。
そのため、農業や生活に役立つ必要な情報の提供、
そしてみなさんとのコミュニケーションを図る
「くらしと大地の応援マガジン」として発行する
「JAにしみの」広報誌です。

CONTENTS

- 02 → 特集
第27回通常総代会
- 08 → 令和7年度功労者表彰
- 10 → JANニュース&トピックス
- 12 → レディース活動通信
- 14 → アグリ情報室
- 15 → 家庭菜園相談室
- 20 → 地産地消レシピ

公式Instagram
最新ニュースをお届け
Instagram内で [JAにしみの](#) で検索
フォローやいいね!もよろしくお願いします。

公式YouTube動画配信中!
YouTube内で [JAにしみの公式](#) で検索
ぜひ、チャンネル登録を!!

／ お友だち募集中 ／
JAのお得な情報や最新情報は
JAにしみの
公式LINEをチェック



特集

第27回

通常総代会

6月24日、本店ふれあいホールで第27回通常総代会を行いました。当日は133名の
本人出席があり、書面出席とあわせて837名の総代が出席されました。
議事では、令和7年度の事業報告や令和8年度の事業計画策定など6議案および附
帯決議が上程され、いずれも原案通り可決されました。



組合長あいさつ

代表理事組合長 玉井 寛之

組合員の皆さまには、日頃よりJA事業に格別のご理
解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さてわが国の経済は国際情勢の緊迫化や資源価格変
動など外部環境の不確実性が高まっており、農業分野で
も資材価格の高騰など経営を圧迫する厳しい状況が続い
ております。

こうした中、令和7年度は第10次中期経営計画の初年
度として、「次世代につなぐ持続可能な農業の実現」「食
と農を支える仲間づくりによる地域活性化への貢献」「持
続可能な総合事業経営のための経営基盤強化」の各取り
組みに対して、概ね計画通りに進めることができました。

令和8年度は第10次中



期経営計画の中間年度と
なりますが、岐阜県JAグ
ループの共通方針を基本
に、食と農を基軸として地
域に根差した「なくてはな
らない農協」として、地域
農業を守るとともに地域
社会の活性化に貢献して
まいります。

役員の 選任について



山田 敏治氏
(大垣市南市橋町)

役員1名の辞任に
伴い、山田 敏治 氏が
令和8年6月24日付
で理事に選任されまし
た。任期は現役員の任
期満了の日までとなり
ます。

提出議案

第1号議案

令和7年度事業報告、
剰余金処分案の承認の件

第2号議案

宅地等供給事業実施規程の一部変更の件

第3号議案

令和8年度事業計画の策定の件

第4号議案

役員の補欠選任の件

第5号議案

退任理事に対する退職慰労金支給の件

第6号議案

役員の報酬に関する件

附帯決議

本総代会の決議事項中、権利義務に関しな
い軽微な事項の修正、違算及び誤字の修正
並びに法令その他行政庁の処分またはこれ
に基づく指示による必要な修正は、理事会に
一任する。



議長に選出された
田中 政治氏
(輪之内町藻池新田)



令和7年度事業報告

第10次中期経営計画の初年度として、「次世代につなぐ持続可能な農業の実現」「食と農を支える仲間づくりによる地域活性化への貢献」「持続可能な総合事業経営のための経営基盤強化」の基本方針のもと、総合事業経営を展開してまいりました。各事業の成果を報告いたします。

指導事業

担い手に対して、出向く専任担当者TACを中心に訪問活動を行い、作付け提案や情報提供、経営リスクに対する保障提案など持続的な農業経営に向けた総合事業提案を行いました。女性部活動では、食と農の仲間づくりを進める「あぐりん活動」、地域のよりどころを目指した「にしみのカフェ〜ひだまり〜」などを行いました。広報では、広報誌「JAN!」の発行とともに、SNSや新聞などの各種媒体を通じて管内農業の旬な情報等の発信を行いました。



利用事業

育苗センター、カントリーエレベーター、ビーンセンタ―などの施設で、能力に応じた効率的な稼働を行いました。また、米・麦・大豆の施設利用の担い手支援として、利用量に応じた助成を行いました。



販売事業

農業者の所得増大に向け、主食用・業務用米について実需者ニーズに沿った直接販売を行いました。直接販売の推進により、令和6年産米では1俵当たり744円、1474円の最終追加精算をお支払いすることができました。園芸品目については、部会単位で契約栽培の拡大に取り組むとともに、市場関係者、実需者との情報共有、協議・検討を行いました。

購買事業

令和8年肥料・農薬予約注文書において、重点普及品目を設定し特別価格対応を行ったことや、新規ハウス資材の受注、ハウスビニールの更新による保温資材の需要増加などにより生産資材の取扱高は前年実績を上回る結果となりました。また、大口奨励金について、肥料・農薬の年間購入金額に応じて奨励金の支払いを行い、農業者の負担軽減につなげました。



信用事業

定年退職者向けの特別優遇金利定期貯金「第二の人生応援プラン2025」の発売や、夏冬の特別金利キャンペーンなどを活用し、貯金の獲得に努めました。貸出金では、支店担当者、TAC等が連携し担い手、農業法人等への農業融資の積極的なアプローチを行い、アグリサポート資金のPRを実施しました。

共済事業

組合員・利用者との関係性の強化と保障充足を実現するため、満足度向上につながる「感謝の気持ち」「3つの質問」「あんしんチェック」による3Q訪問活動を行い、加入内容説明や保障点検をより一層丁寧に行いました。また、次世代、子育て世代とのつながりを意識した訪問活動から多様なニーズを把握し、安心・満足の提供に努めました。

剰余金処分

I 当期末処分剰余金	1,963,263,500円
II 剰余金処分額	
1 任意積立金	1,364,431,121円
(うち経営安定積立金	1,268,411,881円)
(うち施設整備積立金	96,019,240円)
2 出資配当金(2.0%)	83,707,306円
III 次期繰越剰余金	515,125,073円

損益計算書(令和7年4月1日～令和8年3月31日)

(単位:千円)

科目	金額
事業総利益	6,671,654
信用事業総利益	3,472,112
共済事業総利益	1,394,168
購買事業総利益	359,119
販売事業総利益	391,804
利用事業総利益	1,080,015
その他事業総利益	66,247
指導事業収支差額	△ 91,812

科目	金額
事業管理費	6,102,813
事業利益	568,840
経常利益	1,020,692
税引前当期利益	906,008
当期剰余金	695,850
当期末処分剰余金	1,963,263

(注)表示している数値は、単位未満を切り捨てていますので合計が内訳数値の合計と一致しない場合があります。
科目の内訳は、主要科目を抜粋しています。

貸借対照表(令和8年3月31日現在)

(単位:千円)

資産の部		負債及び純資産の部	
科目	金額	科目	金額
信用事業資産	572,515,992	信用事業負債	577,593,041
共済事業資産	3,414	共済事業負債	1,220,583
経済事業資産	5,305,276	経済事業負債	1,133,193
雑資産	765,567	雑負債	933,997
固定資産	8,835,671	諸引当金	908,248
外部出資	29,098,991	負債の部合計	581,789,065
繰延税金資産	258,509	組合員資本	39,540,216
前払年金費用	107,151	評価・換算差額等	△ 4,438,706
		純資産の部合計	35,101,509
資産の部合計	616,890,574	負債及び純資産の部合計	616,890,574

令和8年度事業計画

経営理念

未来を見つめ 西美濃の大地に根ざして

さまざまな人々に豊かな恵みとつるおいを与えるJA

ビジョン

職員自ら考え行動し、組合員・利用者と共に

新しい価値を創造できる、魅力あるJAを目指します。

基本方針

I 次世代につなぐ持続可能な農業の実現

担い手経営体への経営支援や、次世代総点検運動の実践を通じた次世代の担い手経営体等の確保・支援とともに、安全・安心で環境に配慮した農業の推進に取り組みます。また、農業者の所得増大を図り、次世代につなぐ持続可能な農業を実現します。

II 食と農を支える仲間づくりによる地域活性化への貢献

食と農を支える仲間づくりを進めることで組合員・地域住民とJAとの関係強化を図り、活動や事業を通じた組合員の豊かなくらしの実現と地域社会の活性化に貢献します。また、適切な情報発信により、食農・JAにかかる理解醸成を図ります。

III 持続可能な総合事業経営のための経営基盤強化

JAの総合事業経営にかかるサービスを提供できるよう、成長・効率化に向けた取り組みを実践し、持続可能な収益性及び将来にわたる健全性を確保します。また、適切な内部統制を構築・運用することにより、持続可能な総合事業経営のための経営基盤強化を図ります。さらに、組合員と地域を支える人材の育成に取り組みます。

令和8年度は、第10次中期経営計画（令和7年度～9年度の2年目として、引き続き営農販売事業を中心に信用・共済・購買事業等を含めた総合事業経営を展開し、持続可能な地域農業や地域社会づくりに取り組むとともに、農業者や利用者の営農・生活を総合的に支えてまいります。

主要事業量計画

▶販売事業

米 26万俵
麦 11万5,000俵
大豆 3万俵
販売品取扱高 105億円

▶購買事業

購買品取扱高 55億円

▶利用事業

米（荷受重量） 2万4,800ト
麦（荷受重量） 9,000ト
大豆（出来高重量） 2,100ト
水稻苗 48万5,000箱

▶共済事業

長期共済保有高 8,482億円

▶信用事業

貯金 5,790億円
預金 4,217億5,200万円
有価証券 662億7,600万円
貸出金 880億2,900万円

Q

4年連続で貯金残高が減少傾向ですが、今後、貯金残高を増加させていくことは厳しくないですか。

A

貯金残高の減少要因としては、人口の減少、他金融機関への預け替え、相続時の流出、投資や保険商品への資金移行などがあげられます。また、コロナ禍以降、組合員・利用者の皆さまとの関係性が希薄になってきているのも一因として考えますので、日頃から会って話すことで関係性を強化し、役立つ情報提供を行うことで組合員・利用者の皆さまに喜んでいただけるような活動を展開します。若年層との繋がりを強化としてネットバンクやNISAを活用し、家計のメイン化においては給与や年金振込の獲得により貯金残高の伸張に取り組んでいきます。

第27回通常総代会 提出議案に対する 主なご意見・回答

Q & A

通常総代会議案説明会を6月8日から16日にかけて各区域で行いました。総代の方々からは、貴重なご意見をいただきありがとうございました。議案説明会においていただいた主なご意見と回答を紹介させていただきます。

Q

集落営農組織の高齢化により、営農継続に不安があります。(有)JAにしみの興農社の規模拡大を望んでいます。が、どのようにお考えでしょうか。

A

(有)JAにしみの興農社は、農地の条件にもよりますが、担い手がいない地域の農地を受託し、耕作を行っております。また、大豆の収穫作業など、担い手の部分作業も受託するなど、地域に寄り添って、担い手支援を行いながら営農活動を行ってまいりました。多くの地域で、担い手の高齢化により後継者不足が顕著になっており、営農組織の継続の課題があります。そのため、まずは地域の個人の担い手や営農法人の皆さまと話し合いを進めた上で、地域での個人の担い手や営農法人の再編を行い、担い手確保を優先し支援してまいります。なお、再編などにより担い手確保が困難な場合は、(有)JAにしみの興農社による受託を含めて検討してまいります。

Q

「第4次JAにしみの農業振興ビジョン」とは具体的にどのようなものでしょうか。

A

担い手や多様な農業者の確保、気候変動に対した農業生産技術の確立・需要に応じた販売等の実現を目指すため、岐阜県が策定した「ぎふ農業活性化基本計画」と整合性を図りながら、令和8年度から令和12年度の5力年を実施期間として策定したものです。基本理念を「次世代につなぐ持続可能な農業の実現」とし、基本方針に基づいた具体的取組内容と主要品目別・区域別重点取組を掲げ、JAの役割を明確にしており、今後、正組合員の皆さまには改良組合長会など各種会合等にて周知する計画を進めてまいります。



功労者表彰

特別功労者30名、一般功労者79名・3団体を表彰しました。

特別功労者

農事改良組合長（10年以上在任）

五島 貞次（中部） 金森 秀栄（中部）
古橋 芳郎（宇留生） 山田 一好（大垣西）
日比野達美（南杭瀬） 藤井 富雄（多芸島）
多和田幸造（浅草） 北島 聖司（名森）
米山 要（名森） 白井 敬二（名森）
伊藤 清司（海津中） 加藤 雅基（海津中）
脇田 幸三（養老北） 佐藤 由治（養老北）
細川 剛（養老中） 西脇 武敏（養老南）
小谷 松久（牧田） 三輪 哲也（牧田）

営農組合・生産者組織の長（10年以上在任）

清水 勝行 農事組合法人西保ファーム（神戸）
戸川 一美 株式会社アグリ・F・神戸（下宮）
小川志須我 農事組合法人むすぶ営農（名森）
大橋 功 農事組合法人平田ファーム（海津北）
杉野 史和 株式会社今尾営農（海津北）

一般功労者

総代（3期・9年以上在任）

多和田幸造（浅草）

農事改良組合長（5年以上在任）

酒井 孝美（安井） 三浦 清隆（安井）
山中 秀夫（宇留生） 早野 豪（多芸島）
澤藤 直人（浅草） 林 義和（中川）
森 繁幸（中川） 吉川 秀峯（青墓）
長澤 武夫（青墓） 今津 昭雄（神戸）
藤井 昭雄（神戸） 松永 治己（神戸）
古澤 悟（名森） 森 弘（名森）
坂 学（名森） 大江 知（名森）
米山 薫（名森） 岩田 信一（名森）
志村 実（海津中） 折戸 浩治（海津中）
牧野 友彦（海津中） 安立 裕（海津中）
水谷 宗仁（石津） 古久保貴浩（養老中）
堀江 剛（養老中） 伊藤 春二（養老中）

年金友の会の会長・支部長（5年以上在任）

岡田 利春（三城） 高橋 和久（神戸）

組合の発展・地域農業の振興に功労があった者 又は団体・支部

J Aにしみの女性部

〔長年にわたって、次世代を対象にした食農教育活動や、フレイル予防・健康体操などの健康増進活動に取り組んでおり、これらの取り組みが地域の保健・健康に貢献されたとして、日本農村医学会から金井賞が授与されました。〕

吉田 和郎（大垣西）

〔大垣市農業委員会副会長、大垣市農業再生協議会会長として地域農業の発展に貢献され、大垣市功労賞を受賞されました。〕

徳川将軍家御膳米生産組合（輪之内）

〔輪之内町産米「ハッシモ」のブランド確立に向け、徳川将軍家台所に米を納めてきた史実をもとに、環境に配慮し、栽培方法にこだわった「徳川将軍家御膳米」を全国へ発信。また、地域の米作りの伝統の継承や学校給食への米の提供など食農教育にも取り組んだことなどが評価され、東海農政局から「デイスカパー農山漁村

職員永年勤続者（勤続20年）

小山真一郎	吉田 耕太	衣斐 哲哉
今井 茂理	牧野 智仁	杉野 仁美
山北 豊	高木 龍洋	加藤 里秋
青山 健	梅村 彩	白井 將道
古山 真未	岡島 竜彦	野村 ゆい
山田 泰弘	横幕 唯	味田 忍
三宅 智子		

※敬称略、（ ）は支店名

〔むら〕の宝〕選定証が授与されました。〕

農事組合法人 平田ファーム（海津北）

〔排水対策の徹底、作業の機械化などを進め、小麦の品質・収量の大きな向上と作業の効率化に取り組んだことが評価され、東海・近畿ブロック麦作共励会で東海農政局長賞を受賞されました。〕



神戸町のブランド野菜「グリーンねぎ」 需要ピークを迎え出荷を強化

県内の小ネギ生産の約9割を占める産地、神戸町で同町のブランド野菜「グリーンねぎ」が需要のピークを迎え、生産者が出荷を強化しています。同町では、JAにしみの下宮青果部会協議会グリーンねぎ部会の5人と1法人が約7割のハウスで年間を通して栽培。7月下旬現在の日量は300ケース（1ケース＝3[㍴]）で、令和8年産は約5万4,000ケースを岐阜や名古屋、北陸などの市場に出荷する計画です。

「グリーンねぎ」は水質の良い地下水で栽培されており、えぐみが少なくくせが無いため、そうめんやざるそばなどの薬味として人気が高い野菜。夏場は特に需要が増加し、7月中旬から9月下旬にピークを迎えます。

6月までは気温が比較的安定していたことで順調に生育しましたが、今後は猛暑の影響による発芽不良や生育の遅れが懸念されるため、遮光ネットによる高温対策などに力を入れ、安定出荷を目指します。同部会の高田和裕部会長は「消費者の需要に応えることは生産者の使命だと考えている。異常気象や資材の高騰など課題も多いが、皆さんに喜んでもらえるよう工夫を凝らしながら安定出荷に努めていきたい」と話しました。



グリーンねぎを収穫する高田部会長

令和8年産大豆を播種 徹底した栽培管理で高品質・高収量目指す

県内の大豆生産量の7割以上を占めるJAにしみの管内で、7月上旬から下旬にかけて令和8年産大豆の播種が行われました。同JA管内では営農組織を中心に約1500[㍴]で「フクユタカ」を栽培。収穫は11月下旬から12月下旬を予定しています。

同JA管内では、米・麦・大豆による2年3作のブロックローテーションを行う営農組織が多く、大豆は重要な転作作物のひとつとなっています。

7月15日、大垣市平町の農事組合法人平営農の約12[㍴]のほ場で、組合員4人が大豆播種機を装着したトラクターで種子を播種しました。

同法人の川合義晴代表理事は「単収向上を目的に、令和8年産は株間を60[㍴]から40[㍴]に狭め、株数を増やした。今後は排水対策を徹底し、高品質・高収量の大豆の生産を目指したい」と話しました。

大垣営農経済センターの石原将輝TACは「同法人と連携し、こまめにほ場に足を運び、病害虫や排水対策など栽培管理のサポートを行い、農家の所得向上につなげたい」と意気込みを話しました。



トラクターで種子をまく（農）平営農

年金友の会 第29回じゃんシルバーカップ 会員162人が熱戦繰り広げる

JAにしみの7月7日、関ヶ原カントリークラブで同JA年金友の会によるゴルフ大会「第29回じゃんシルバーカップ」を開きました。今大会には会員162人が参加。参加者は2～4人のグループ48組に分かれ、OUTスタートは吉田幹夫さん（青墓支店）、INスタートは山口哲司さん（垂井支店）の始打式が行われた後、18ホール（Wベリア方式）で順位を競いました。

結果、川瀬敏明さん（養老中支店）が優勝、2位は蛸原眞澄さん（青墓支店）、3位は丹治政紀さん（神戸支店）となりました。

優勝した川瀬さんは「出だしに不調があったものの、その後は気持ちを切り替えて安定したプレーをできたことが、良い結果につながったと思う」と話しました。

今大会と前回大会の上位入賞者10人には、10月30日に岐阜関カントリー倶楽部で行われる「第13回岐阜県JA年金友の会ゴルフ大会」への出場権が与えられます。



始打式を行う吉田さん

農業参入への関心高めて 地域住民向け農業研修「わくわく農業チャレンジ」

JAにしみの「食」と「農」に関心のある地域住民に、農産物の栽培を通して農業の楽しさを体験してもらい、農業参入への関心を高めてもらうことを目的に、「わくわく農業チャレンジ」と題した農業研修を令和8年度から行っています。岐阜県が掲げる「アグリパーク構想」の重点推進モデル事業に参加し、同チャレンジを企画。7月15日現在で16人の地域住民が参加し、大垣市と安八町の研修ほ場で野菜の定植や栽培管理などを実践しています。参加者は同チャレンジを通して農業の知識、技術を学ぶほか、ファーマーズマーケットの出荷体験もできます。また、道具の貸し出しもあり、気軽に農業に取り組める環境が整っています。

2カ所の会場では、5～6月に研修の進め方などの説明会を実施。その後、定植や栽培管理などの作業を進めています。

安八会場で参加する、川島貞明さんは「気軽に農業体験ができることや、失敗を恐れず色々試せることが魅力に感じる」と話しました。

同JAの吉田智宏常務は「農業体験を通して地域の参加者が農業の楽しさを感じ、関心を高めていただくことで、本格的な農業参入のきっかけとなることを期待している」と話しました。



わくわく農業チャレンジの説明を聞く参加者（大垣会場）

白いトウモロコシの収穫最盛期 抜群の甘さで人気上々

大垣市の小林農園で、県内でも珍しい白いトウモロコシ「ピュアホワイト」の収穫が最盛期を迎えています。同農園では休耕田などを活用した約80[㍴]のほ場で栽培しており、令和8年産は約6万本の収量となる見通しです。収穫は8月下旬まで続き、JAにしみのファーマーズマーケット中川店と同農園の直売所で販売されます。

ピュアホワイトは一般的なトウモロコシの糖度が16～18度とされている中、平均18～20度とメロンを上回る甘さを持ち、実が柔らかく生でも食べられることが特徴。同農園の小林薫農園長は、JAの担当者から紹介されたピュアホワイトの味に魅力を感じ、4年前から栽培をスタートしました。

小林農園長は「ピュアホワイトは白く輝く見た目と、甘くみずみずしい食味が持ち味。多くの人に味わってもらえるよう栽培管理に努力を重ね、普及に取り組んでいきたい」と話しました。



ピュアホワイトの出来栄を確認する小林農園長

夏野菜の定番「夏秋ナス」出荷最盛期 皮の柔らかさと甘みが特徴

海津市で「夏秋ナス」の出荷が最盛期を迎えています。令和8年産は、JAにしみの海津茄子部会の3人がハウスと露地合わせて約60[㍴]で「筑陽」を栽培。春の好天などで品質・収量ともに良好です。7月下旬現在の日量は約400[㍴]で、収穫は10月下旬頃まで続き、岐阜の市場へ約15[㍴]の出荷を目指します。

ナスは水分量90%以上と高くカリウムも多く含むため、体にこもった熱を逃がしほてりを鎮める作用があると言われています。また、栄養素には目の疲労回復や紫外線から肌を守る効果もあり、この時期に需要が高い夏野菜の定番です。

同部会の伊藤宗人部会長は「部会が出荷するナスは子どもでも食べることができる柔らかさと甘みが特徴。おすすめは素材の旨さを味わう素焼き。自慢の夏秋ナスで夏の暑さを乗り切ってほしい」と話しました。



夏秋ナスを収穫する伊藤部会長

先日、知人から「わが子の体調が良くないので病院へ行ったら亜鉛不足ではと言われました。亜鉛って何ですか？」と相談を受けました。

亜鉛は金属類の元素で、鉄と同じように必須微量元素と呼ばれています。私たちの生命維持に必要な働きをしています。体内で生成することはできず、食事からの摂取が必要です。この必須微量元素の中では日本人が不足しがちな鉄が注目されていますが、近年はインスタント食品や加工食品の活用により、亜鉛不足も増えているそうです。

亜鉛不足は大人だけでなく、子どもにも見られます。亜鉛不足になると、下痢や貧血、味覚障害、爪に白い斑点ができるなどの症状が出るといわれています。このような体調不良だけでなく、亜鉛は細胞の生まれ変わりやDNAの合成などに関わっており、子どもが背を伸ばす、体重を増やすなど、体の成長に欠かせない栄養素でもあります。

厚生労働省「日本人の食事摂取基準」を見ると、亜鉛は8歳から9歳では推奨量が男女共に1日に5.5mgな

のに対して、10歳から11歳は1日7.5〜8.0mg、12歳から14歳になると8.5mgと、一気に体が大きくなる時期に摂取推奨量が多くなります。体の成長に欠かせない存在であることが分かります。

亜鉛を多く含む食品には、牡蠣や煮干し、牛肉、卵、チーズ、納豆などの大豆製品があります。日々の生活に取り入れやすい食品も多く、またビタミンCが多く含まれる食材と一緒に食べると亜鉛の吸収率が上がるとされています。

一方、インスタント食品や加工食品は亜鉛が少なく、亜鉛の吸収を妨げる成分が入っているといわれることもあります。忙しい日々において加工食品は救世主ですが、朝食にチーズを加えてみる、肉を焼く、納豆ご飯や目玉焼きを煮るなど、手間暇かけない簡単なメニューでも亜鉛不足を防ぐことができ、子どもの成長の力になります。時々加工食品から簡単調理に置き換えてみませんか。

食育インストラクター
岡村麻純

私の食育日記

子どもの亜鉛不足を防ごう

なくそう食品ロス

キュウリから考える食品ロス

8月31日は「野菜の日」。

家庭で最も捨てられやすい食材は野菜です。中でも、キュウリは最も捨てられている食品第1位になったことがありました(※)。

実家で母がキュウリを使い切るために作っていたのが、ちくわの穴に細長く切ったキュウリを詰めたおつまみでした。夜遅く帰宅した父に「ちくわキュウリ」をつまようじに刺して出していたのを思い出します。

以前読んだ、料理研究家の有元葉子さんの著書「使いきる」レシピ。有元葉子の「しまつな台所術」講談社では、キュウリをカレーに入れて消費する方法や、生のキュウリを大量に刻んでサンドイッチにするレシピが紹介されていました。

また、この本でキュウリを半干しすることを知ってから、夏にキュウリが大量に手に入ったときには干しています。キュウリを斜め輪切りにして竹ざるに並べ、太陽の光に当てて干し、程よく水分が抜けたところで引き上げます。少し塩をかけて塩揉みすると、かみ応えのある干しキュウリができて大満足。かさが減

るので「使い切れないかも……」と思っていた量でも、すっかり小さくなります。私は干しキュウリはごま油としょうゆ、砂糖、酢とあえ、少し漬けておいたものを食べるのが好きです。また、きんぴらのように炒めてもいいです。

宮崎県の郷土料理として知られる「冷や汁」は、農民が麦飯に生みそをのせ、水をかけて食べていたのが発祥だそうです。すり鉢に、身をほぐした魚と白ごまを入れてすりつぶし、さらにみそを加えて混ぜ、冷たいだし汁に溶き、ちぎった木綿豆腐を入れます。キュウリや大葉、ミョウガなども入れ、ご飯にかけて出来上がり。暑い夏にはぴったりの一品ですね。

野菜をおいしく食べることで食品ロスを減らしていきましょう。

※ハウス食品グループ本社株式会社「第四回食品ロスに関するアンケート調査(2021年9月)」より

食品ロス問題
ジャーナリスト
井出留美

食育インストラクター
岡村麻純

Ladies

にしみの地域で元気にイキイキと活動する「JAにしみの女性部」。毎月支部オリジナル活動や区域の専門コース活動など6区域27支部がさまざまな活動に取り組んでいます。そんな女性部活動の魅力について、お伝えします!

安八区域 統一活動 「ふれあいの旅」 ～渥美半島メロン狩り～



おいしそうに実ったメロンを発見!

楽しく話しながらお土産のメロンを箱に詰めました



あまーいメロンをみんなで試食しました



安八区域女性部は6月29日、女性部会員同士の親睦を深めることを目的に日帰り旅行「ふれあいの旅」を開き、会員34人が参加しました。

今回の旅のメイン、メロン狩りでは愛知県の渥美半島にある「ニュー渥美観光(株)」を訪れ、和気あいあいとした雰囲気の中、大きなメロンがたくさん実ったハウスでメロン狩りを行い、試食を楽しみました。参加者は「おいしいメロンが食べられて幸せ」「立派なメロンばかりで、どれをお土産にしようか目移りしてしまった」などと笑顔で話しました。

メロン狩りの後には、道の駅「田原めつくんはうす」や「ヤマサ ちくわの里」に立ち寄り、食事や買い物を楽しみました。

趣味の合う5人以上が集まって楽しく活動 JA女性部ミニグループ

活動を一部ご紹介

JAにしみの女性部では、同じ支部で気の合う仲間が5人以上集まり、好きなテーマを決めて活動を行う「ミニグループ」を展開しています。「ミニグループ」では多様な活動を行っており、メンバーの親交を深めながら、楽しく、元気に活動することで日々の生活を充実させるきっかけにもなっています。女性部会員であれば誰でも気軽に参加できますので、興味のある方は最寄りの支店までお問い合わせください。



書道を楽しむミニグループ「書道教室」(大垣区域大垣西支部)



家の光の記事を使った調理や読書会を楽しむミニグループ「たんぽぽ」(養老区域養老北支部)

女性部からのお知らせ

家庭菜園相談室

今月の
テーマ

「栄養豊富な家庭の万能野菜!!」 ～キャベツ～

キャベツはサラダや炒め物、煮物などさまざまな料理に使える万能野菜です。
ビタミンやカリウム、カルシウムを豊富に含み、栄養価にも優れた野菜です。

図1 作型目安

野菜名	作型	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
キャベツ	早生品種	▲	●			■ ■ ■ ■ ■ ■ ■				
	中晩生		▲	●				■ ■ ■ ■ ■		

▲ 種まき ● 植え付け ■ 収穫 ※同じ作型（早生・中晩生など）でも品種により収穫時期などが異なります。

栽培の ポイント

- 夏の育苗には、ある程度の経験が必要なため、JAの直売所やホームセンターなどで苗を購入するのがおすすめです。
- 水はけの悪い畑では根腐れや病気の原因になるため、高畝にするなど排水対策を徹底しましょう。中晩性品種は耐寒性がある一方で耐湿性は弱く、特に結球期以降は湿害を受けやすいため注意が必要です。
- キャベツは、生育初期に虫に芯を食害されると結球できなくなるため、防虫ネットなど適切な防除をしましょう。
- 株間を広く取って外葉を大きく育てると大玉になり、狭くすると小玉になります。結球開始期までに充実した外葉を形成させることが大切です。

種まき・育苗	3号ポット（直径9㍑）に種まき用培養土を入れ、5～6粒ずつ種をまきます。 発芽が揃ったら間引きし、3本程度にします。 本葉2～3枚で1本に間引きし、本葉5～6枚まで育苗します。また最近では、セルトレー（128穴）で種まき・育苗することも増えています。
畑の準備	植え付けの2週間前に苦土石灰100㍑/㎡と完熟たい肥1㍑/㎡をまき、深さ30㍑位までよく耕します。植え付けの1週間前には化成肥料（畑作名人）120㍑/㎡を施し全体によく混和しましょう。
連作	アブラナ科（ハクサイ・ブロッコリーなど）は連作をすると根こぶ病が発生しやすくなるため、連作は避けましょう。2年以上の輪作を推奨します。
栽植密度	畝幅60～70㍑、株間は、早生系で35～40㍑程度、中晩生系は外葉が大きくなるので40～45㍑、畝高10～20㍑の畝を立てます。（水はけの悪い畑では高畝にします） マルチを敷く場合は、シルバーまたは銀線入りのフィルムを使用するとアブラムシ除けに効果があります。
植え付け	葉数が5～6枚の苗を植え付けます。植え付けの際に根鉢を崩さないよう注意し、高温期の植え付けとなるため、植え付け後のかん水は十分に行いましょう。
病虫害	定植後は、ハイマダラノメイガなどによる芯の食害、その後は結球期まで外葉がハスモンヨトウなど夜蛾の幼虫による食害を受けやすくなりますので、防虫ネットなどで対策をしましょう。病害については、近年の高温傾向で、黒腐病（葉の縁にV字型の病斑ができる）が増えてきています。また、大雨や台風の後には葉や茎が痛み、病害が発生しやすくなるため、予防として殺菌剤の散布を推奨します。
追肥・土寄せ	追肥（畑作名人40㍑/㎡）は中耕と土寄せを兼ねて、植え付けから30～40日後頃（本葉15～20枚頃）に行います。苗が小さいうちは株の周囲に施し、大きくなってからは畝の肩に肥料をまき、土を削りながら株元へ土寄せします。
収穫	球が十分に肥大し、手で押さえて、硬く締まっていれば収穫適期です。 早生品種は、収穫が遅れると裂球しやすいため、適期収穫を心がけましょう。

その他、家庭菜園に関する相談は、JAの支店または営農経済センターまでご連絡ください。

Agricultural Information

知って得する
農業専門知識

アグリ情報室

水稻

ハツシモの栽培管理のポイント

西濃農林事務所農業普及課【係長】 小島 康平さん

8月に入るとハツシモの穂肥時期となります。ハツシモの収量、品質の向上に向け、穂肥の適期施用といもち病やカメムシ類、ウンカ類の防除を徹底しましょう。

<穂 肥>

ハツシモは8月に入ると幼穂形成期を迎えます。穂肥は粒数の確保が目的ですが、下位節間が伸びる時期と重なるため、早い穂肥は倒伏のリスクが高まります。施用時期は幼穂長で、施用量は葉色で判断します。

【施用時期】：幼穂長が約5㍑（出穂18日前）の時
※6月10日田植えの場合、穂肥時期の目安は8月12日（出穂日：8月30日）

【施用量】：水稻用葉色板で3.5程度⇒NK化成404（14-O-14）20㍑/10㍑

※葉色が濃い場合は、葉色が落ちてから施用量を減らして施用します。基肥一発肥料を使用している場合は、原則、穂肥の必要はありません。水稻用葉色板は、JAにしみのが令和7年12月に配布した「肥料農薬種子予約注文書」の裏表紙に掲載されています。

<病虫害対策>

カメムシ類が籾を吸汁すると、不稔籾や斑点米となり、収量、品質の低下に繋がります。

【雑草管理】：カメムシ類の住みかとなる畦畔や水田周辺部の雑草は、出穂10日前までに除去します。

※地域ぐるみで実施すると効果的です。

【薬剤防除】：いもち病、カメムシ類、ウンカ類の防除を兼ねて出穂10～15日前に粒剤散布を行います。

※カメムシ類の多発時は出穂7日後頃に粒剤の追加散布を行います。

◎カメムシ類（ウンカ類）対策の目安

品種名	移植期	出穂期	雑草管理	出穂前の防除	出穂後の追加防除
ハツシモ	6月上旬	8月末	8月中旬	8月中旬	9月上旬

※紋枯病の発生が見られるときは、出穂2～3週間前に紋枯病用の粒剤散布を行います。

【水稻に被害を与える主なカメムシ類】



イネカメムシ ホソハリカメムシ ミナミアオカメムシ クモヘリカメムシ アカヒゲホソミドリカスミカメ

イチゴ

炭疽病の危険な季節が今年もやってきます

西濃農林事務所農業普及課【技術主査】 小川 幹夫さん

昨年、一昨年の夏は、非常に高温が続きましたが、今年も同様に非常に高温の夏が予想されています。このような高温下では、イチゴにとって大敵である炭疽病菌の生育に適した時期が長くなります。すなわち、発病による苗不足や、本圃での発生による減収の危険があります。

発生後の抑制は極度に難しいため、耕種的な防除を徹底し、発生自体を防いでいく必要があります。

1. 炭疽病とは？

病原菌は、Glomerella cingulata（グロメレラ・シングラータ）および Colletotrichum acutatum（コレトリクム・アクタートウム）の2種類で、イチゴのあらゆる部位に感染します。病徴としてはランナーの黒く窪む病斑や、葉の黒色汚斑状の病斑が知られています。多湿下では銹病色の胞子の塊も見られます。菌糸は、15～38℃の温度範囲で生育が可能で、生育適温は28～30℃前後と、高温を好みます。このため夏期に発病が多く、この季節に危険な病害です。

2. 過去の発生状況

月別の発生件数を見ると6月から発生し、8月に最も発生が多くなります。雨よけなし、頭上かん水の育苗で発生が多くなります。茎葉が濡れると胞子が一気に広がるためです。

3. 防除

週1回は予防的な薬剤防除がまず必要ですが、その前に育苗施設を雨よけにする、苗のかん水を底面給水（写真1）にするなど、植物体に水がかからない管理が有効です。（炭疽病菌は植物が濡れることで胞子が飛び散り、広がります）。とはいえコストがかかるので、比較的实施しやすいのは以下の取り組みとなります。

①風通しを良くする

炭疽病菌は高湿や濡れている状態を好みます。密植すると風通しが悪くなり感染リスクが高まります。ゆったりとした間隔で子苗を管理しましょう。スペースが十分でない場合は、お互いに葉が触れない程度に葉かきを行うだけでも効果があります。

②雑草の除去

イチゴ炭疽病菌は、雑草に感染した場合、潜在的に感染したまま発病しないことがよくあります。雑草が生きている間は胞子をほとんど出ませんが、雑草が枯れると大量の胞子を出します。このため雑草を除草剤で枯らすと胞子を出して危険なので、直接刈り取る、防草シートの設置といった方法が適切です。

③早期発見・早期除去

苗の段階で早期に発見し、処分することは非常に重要です。ただし、判別迷った場合は（写真2）、周辺の株も含めて隔離し、しばらく観察を続けてから処分するか判断してください。また本圃で発病のあった場所では、土壌中に炭疽病菌が残存するため、収穫後の太陽熱消毒などで、菌を残さないようにします。



写真1 底面給水できるベンチ



写真2 炭疽病と他病害を識別しにくいランナーの症状

ファーマーズマーケット情報

限定4,000冊

ファーマーズマーケット
プレミアム商品券

販売予定

4,900円で5,500円分のお買い物ができる商品券!

※肥料・農薬を除き使用できます。お一人様5冊まで購入できます。

販売期間 令和8年9月1日(火)～令和8年10月31日(土)

販売場所 JAにしみの各支店窓口(営業時間内)
ファーマーズマーケット各店舗(営業時間内)

有効期間 令和8年10月1日(木)～令和9年1月31日(日)

※本商品券はなくなり次第終了となりますのでご了承ください。

LINE登録者限定

毎月8日は「はつべいの日」
今月の抽選対象商品は

「JAにしみの加工品
白い玉ねぎドレッシング」

抽選で計35名様に
プレゼントします。
※抽選・お渡し期間
8月8日(土)～
8月31日(月)

にしみの産の
玉ねぎをふんだんに
使ったやさしい味の
ドレッシング
だべい

LINEの登録は
こちらから

JAにしみの公式LINE登録者限定のサービスです。
ぜひ友だち登録お願いいたします。
※商品に変更となる場合があります。

F M全店お盆セール開催

令和8年8月11日(火・祝)～令和8年8月16日(日)

ホオズキ、仏花をはじめ、地元生産者の野菜、果物を取りそろえてお待ちしております。

※8月12日(水)は特別営業いたします。

理事会だより

令和8年度 第3回 開催日 令和8年6月22日(月)出席率94.87%(37名/39名)	令和8年度 第4回 開催日 令和8年6月24日(水)出席率97.5%(39名/40名)
第1号議案 コンプライアンス・マニュアルの見直しについて コンプライアンス・マニュアルの見直しについて承認されました。	第1号議案 組合長が事故または欠員のときの理事会を招集する理事の順位について 組合長が事故または欠員のときの理事会を招集する理事の順位について承認されました。
第2号議案 第27回通常総代会の議案等に関する質疑及び回答について 第27回通常総代会の議案等に関する質疑の回答及び広報誌への掲載について承認されました。	第2号議案 行政庁に提出する業務報告書について 行政庁に提出する業務報告書について承認されました。
第3号議案 総代選挙スケジュール及び選挙管理者・立会人の指名について 総代選挙スケジュール及び選挙管理者・立会人の指名について承認されました。	第3号議案 退任理事に対する退職慰労金支給について 退任理事に対する退職慰労金の支払い方法が決定されました。
第4号議案 理事会の承認を必要とする契約(購買取引)について 理事会の承認を必要とする契約(購買取引)について承認されました。	第4号議案 理事報酬額について 理事の報酬額及び支払い方法が決定されました。
第5号議案 理事会の承認を必要とする契約(購買取引)について 理事会の承認を必要とする契約(購買取引)について承認されました。	第5号議案 委員会の設置について 各委員会の構成と正・副委員長が決定されました。
第6号議案 出資口数の減少について 1件の減口について承認されました。	第6号議案 役員賠償責任保険の加入について 役員賠償責任保険の加入について承認されました。

JAデータ			令和8年6月末
貯金	5,796億249万円	購買品取扱高	14億8,757万円
貸出金	879億8,235万円	販売品取扱高	27億5,837万円
長期共済保有契約高	8,599億405万円	組合員数	39,221人

葬儀事前相談日	9:00～12:00
中川斎場 8月3日(月)、8月20日(木)	もしものときは、 葬儀専用フリーダイヤルへ ☎0120-68-2430 病院・施設からのお迎えの手配、葬儀の 初動受付をさせていただきます。
安井斎場 8月9日(日)、8月26日(水)	

※上記以外の日程においてもご相談を承ります。(その際はフリーダイヤルへご連絡ください)

ローン相談会		※表記の時間は現在の短縮営業時間です。※12月31日～1月3日は休業。
■ローンセンター洲本店 ☎0120-84-2430 【平日】(休業日を除く)9:00～18:00【土・日曜・祝日】10:00～15:00 【平日水曜日】9:00～17:30	■ローンセンター長沢店 ☎0120-06-2430 【平日】9:00～18:00【土・日曜・祝日】10:00～15:00 【休日】水曜日(祝日の場合は営業)	

無料相談日 ※予約がない場合は開催しませんのでご注意ください。			
税 税務相談	年 年金相談	9:30～12:00 ※要予約	
中川支店 ☎81-2453	税 中川支店 8月5日(水)、19日(水)、9月2日(水) 年 中川支店 8月6日(木)、9月3日(木)		
神戸支店 ☎27-4101	税 神戸支店 8月12日(水)、9月9日(水) 年 神戸支店 8月7日(金)、9月4日(金)		
名森支店 ☎64-3311	税 名森支店 8月26日(水) 年 名森支店 8月21日(金)		
海津中支店 ☎53-1133	税 海津北支店 8月4日(火) 南濃支店 9月1日(火) 年 海津北支店 8月20日(木) 南濃支店 9月10日(木)		
養老中支店 ☎32-0528	税 養老中支店 8月18日(火) 年 養老中支店 8月18日(火)、9月15日(火)		
垂井支店 ☎22-1006	税 垂井支店 8月12日(水)、25日(火)、9月8日(火) 年 垂井支店 8月4日(火)、9月1日(火)		
ローンセンター洲本店 ☎0120-84-2430	年 ローンセンター洲本店 8月23日(日) 10:00～12:00		

※中川支店、神戸支店、名森支店の税務相談は9:00からとなります。

NISHIMINO INFORMATION

貯めてわくわく!ジャンボ定期貯金

J Aにしみのでは8月31日(月)まで「貯めてわくわく!ジャンボ定期貯金」を実施しています。期間中は、以下の定期貯金商品について特別利率でお預け入れできますので、ぜひご利用ください。

対象商品	
①種類	スーパー定期貯金 ※店頭窓口での契約のみ
②預入期間	定型方式 1年(自動継続・単利型)
③特別金利	1年:1.20%(税引後 年0.956%)
④預入金額	1契約100万円以上(新規お預け入れに限りです。※他金融機関からのお預け入れも可) 総額100億円 期間限定販売 ※販売額に達した場合、取扱期間中でも販売を終了させていただきます。
さらに	
J Aにしみのファーマーズマーケットプレミアム商品券を抽選でプレゼント!	
1等:22,000円分(30名) 2等:11,000円分(50名) 3等:5,500円分(200名)	

※個人(総合口座・定期貯金通帳)、農業法人(定期貯金証書・定期貯金通帳)のお客様に限りです。お利息には20.315%(国税15.315%、地方税5%)の税金がかかります(個人:源泉分離課税、法人:総合課税)。また、預入については条件等がございますので、詳しくは最寄りの支店までお問い合わせください。

ぎふの農業って楽しいやん!
にしみのの農家で働きませんか

J Aにしみの管内の農家で働きたい方を大募集!農業未経験でも大丈夫です。農業の求人に興味のある方は、ぜひ下段の農業求人サイトをチェックしてみてください。

例えばこんな仕事があります

●トマトの栽培管理や収穫作業
●小松菜や水菜の収穫作業
●米作りなどを主とした農作業 など

●時給の例
1,065円～1,500円

勤務先、作業内容などにより異なります。
月給制の求人もあります。詳しくは農業求人サイトをご確認ください。

こちらからサイトをチェック!

求人情報は「岐阜県JAグループ農業求人サイト」にて掲載中
さらに求人サイトindeedやDOMO NET にも求人情報が同時掲載中!
https://wagasyade-saiyo.jp/ja-nougyou-gifu/

「いえの保障」確認してみませんか?
総点検運動実施中!

近年、線状降水帯による豪雨や台風・落雷といった自然災害が多発しています。いざという時は身を守ることが最優先ですので、ハザードマップの確認や非常用持ち出しバッグなどを準備しておきましょう。

同時に、大切な住宅・建物や家財に対する「いえ保障」を確認しておくことも大切です。J Aでは台風や火災だけでなく、地震やケガにもしっかり備えられる「建物更生共済むてきプラス」をご用意しています。台風をはじめとした自然災害が増えるこれからの時期、万一の時に備えて「いえ保障」の点検をしてみませんか?

- 「いえ保障」の内容が、ご加入当時のままになっていませんか?
- 家族が増えた、家を増改築したなどの変化はありませんか?
- 保障内容を十分把握できていますか?

万一の時、十分な保障が受けられるよう、ご要望に合わせて最適な保障も提案させていただきます。詳しくは、最寄りの支店までお問い合わせください。

17 じゃん! 2026.8

16

じゃん! 写真館



ツバサの生えたトラクター

高木 和恵さん

垂井町大石

保育園帰りの
田んぼで見かけました!



キュウリから芽が出た

H. Kさん

大垣市高瀬

長年農業をやっていますが
初めて見ました!



トマト畑で産卵するカメ

佐藤 由紀子さん

大垣市浅草

安心できる場所
だったのでしょうか?

あなたはどっち派?

夏の楽しみは

「開放感バツグンの海派」or「マイナスイオンたっぷりの川派」

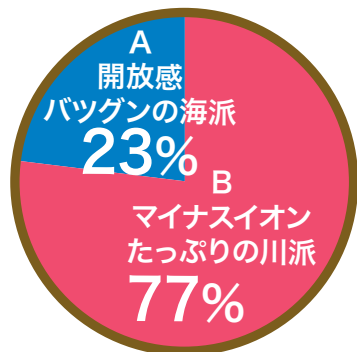
梅雨の時期が終わり、本格的な夏が到来!! 今年の夏はどこで涼みたいですか?

そこで今回のどっち派は、夏の楽しみは「開放感バツグンの海派」or「マイナスイオンたっぷりの川派」です。

A、開放感バツグンの海派

- 海のない岐阜県民なので、海に憧れます。波の音が気分をリラックスさせてくれます。
安八町／H・M／男性64歳
- 海近くで食べるおいしい海産物が魅力的です。新鮮な魚を食べると幸せな気持ちになります。
大垣市／Y・I／女性58歳
- 大海原の雄大さが好きです。海を見ていると小さな悩みも飛んでいってしまいます。
海津市／N・N／男性72歳
- 子どもと浜辺で海の生き物を観察するのが楽しいです。
(まぐ)

結果発表



B、マイナスイオンたっぷりの川派

- 海水のべたつきが苦手なので、川の方が楽しめます。きれいな水は気分をシャキッとさせてくれます。
垂井町／T・T／男性60歳
- 小さい頃から、夏になると近所で川遊びをしていました。今も楽しい思い出です。
大垣市／H・S／女性82歳
- 山の中の涼しげなせせらぎが好きです。心がスッと軽くなる気がします。
神戸町／I・S／女性52歳
- 滝と川の絶景にとっても癒されます。
(るー)

➡今回は「マイナスイオンたっぷりの川派」が多数派でした。川のせせらぎの音を聴きながら緑に囲まれていると、日頃の疲れも癒されますよね。今年の夏の避暑地は、川で決まりですね!!

岐阜県のお土産ランキング常連の「栗きんとん」。9月から栗のシーズンがスタートです。そこで募集するお題は、**お気に入りの栗料理は「甘いモンブラン派」or「ほくほく栗ごはん派」**です。

(詳しくは下記の応募要項をご覧ください)

クロスワードパズル

二重マスの文字をA～Eの順に
並べてできる言葉は何でしょうか?



答え A B C D E

ふたりの寝言

今月のどっち派は「川派」が大多数でした。わたしも去年から岐阜県の川巡りにはまっており、山梨市の川で水まんじゅうを冷やして食べて楽しみました。今年も穴場の清流スポットを発見して、冷たい川で夏の暑さを乗り切りたいと思います!!
(るー)

日本代表が躍動した、先般のワールドカップ。世界の強豪国に果敢に立ち向かう姿は、たくさんの人の心に残ったことでしょう。主力の選手がケガで出場できない中、チームとして最大限のパフォーマンスを出せたことは、素人ながらとても素晴らしいことだと思います。選手を始め、関係者の皆さま大変お疲れさまでした。
(まぐ)

8月のあなたの運勢

♈ 牡羊座 3/21~4/19

全体運 夏ならではのレジャーを楽しむと運氣がアップ。人の和を大切に。出会いが日々を豊かにします。旅行が吉
健康運 体調の変化に敏感に对应して。外出時には帽子を幸運を呼ぶ食べ物 エダマメ

♋ 蟹座 6/22~7/22

全体運 ハブニング要素もありますが冷静に対処すればOK。困ったときは周囲の意見も参考に。おいしいものにツキあり
健康運 日差しへの対策は急な。UVカットのアイテムが◎幸運を呼ぶ食べ物 大葉

♎ 天秤座 9/23~10/23

全体運 コミュニケーション運が活発に。うれしい申し出も多そうです。誘いはできるだけ参加を。触れ合いの中で得る物も
健康運 体調を崩しがちかも。無理せず休憩を入れて幸運を呼ぶ食べ物 オクラ

♏ 山羊座 12/22~1/19

全体運 運勢は山あり谷あり。順調に進んでいたことに問題が出そうですが、解決方法も見つかります。落ち着いて対処を
健康運 汗はしっかり拭き取って。あせもやかぶれに注意幸運を呼ぶ食べ物 ツルムラサキ

♉ 牡牛座 4/20~5/20

全体運 スムーズに物事が進まないとき。あえてペースダウンをしてゆっくり進めればミスを減らせます。下旬は上昇運
健康運 喉に痛みを感じたら早めにケアを。喉あめが◎幸運を呼ぶ食べ物 葉ショウガ

♌ 獅子座 7/23~8/22

全体運 好調運に恵まれバワフル。周囲への気遣いが称赞的に。新しいことを始めてみると周囲の協力も得られます
健康運 夜は早めに就寝を。良く眠れる枕を探してみよう幸運を呼ぶ食べ物 イチジク

♊ 双子座 5/21~6/21

全体運 安定運ですが悪い悩むことが多そう。気分転換は大切。外出や趣味の時間を多めに取ってリフレッシュを
健康運 不調は解消へ。考え過ぎないのが良いようです幸運を呼ぶ食べ物 レタス

♊ 双子座 5/21~6/21

全体運 情報是最新かどうかをよく確認。勘違いに気付くことがありそう。無理せず様子を見るという選択肢を忘れず
健康運 良い治療法が見つかりやすいと。小まめに受診を幸運を呼ぶ食べ物 ブドウ

♊ 双子座 5/21~6/21

全体運 良い話が聞けるなど幸運が続くとき。いいことがあったら周囲にもお裾分けを。皆で楽しめばより運氣アップ
健康運 疲れを感じたら療養が必要なサイン。ゆっくり休んで幸運を呼ぶ食べ物 モモ

♊ 双子座 5/21~6/21

全体運 安定運ですが悪い悩むことが多そう。気分転換は大切。外出や趣味の時間を多めに取ってリフレッシュを
健康運 不調は解消へ。考え過ぎないのが良いようです幸運を呼ぶ食べ物 レタス

♊ 双子座 5/21~6/21

全体運 上昇運。困難な状況を成功に導くチャンスですから果敢にチャレンジを。過程で得る物も多いはず。下旬は慎重に
健康運 不注意によるけがにご用心。疲れたら適宜休憩を幸運を呼ぶ食べ物 トウガン

♊ 双子座 5/21~6/21

全体運 情報是最新かどうかをよく確認。勘違いに気付くことがありそう。無理せず様子を見るという選択肢を忘れず
健康運 良い治療法が見つかりやすいと。小まめに受診を幸運を呼ぶ食べ物 ブドウ

■応募締切日(当日消印有効)

令和8年8月31日(月)

■賞品

正解者の中から抽選で20名様に、農協全国商品券(1,000円分)をプレゼントします。なお、当選者発表は商品券の発送をもってかえさせていただきます。

■6月号の答え

シンジャガ



- ➡ **ヒントのカギ**
- 令和8年は8月7日。暦の上ではもう秋です
 - 髪に結わえるもの
 - ダンスや机などのこと
 - ギターは電気信号で音を奏でます
 - 8月15日は... 記念日。平和を祈念します
 - 初対面の人に... 紹介をした
 - ハンパクに入れるタマネギの切り方
 - 多くは殻を持つ生き物。実はワミウモこの仲間
 - 炒った大豆をひいたもの
 - 分度器で測ります
 - 納豆が引くもの

- ↓ **タテのカギ**
- 飛行機が飛び立つこと
 - 田んぼでケロケロ鳴きます
 - 土地の広さをあらわす単位のひとつ
 - シャワシヤワと蟬... が降り注ぐ
 - バルともいいます
 - ヒヨコのための栄養が豊富な部分
 - 小銭入れに入れます
 - ブイもこの仲間
 - 北海道と青森を結ぶ... トンネル
 - 野球の出場メンバーのこと
 - 金つちで打ち込みます
 - 嘘から出た...
 - 盆...、阿波...

応募要項

アンケートにご協力ください。**A.面白かった、興味深かったと思う記事とその理由。B.JAへのご意見。C.「甘いモンブラン派」or「ほくほく栗ごはん派」の回答とその理由。**①クロスワードパズルの答え②郵便番号、住所③氏名(フリガナ)④年齢⑤電話番号⑥上記のアンケート回答を記入の上、ハガキかEメールでご応募ください。※①～⑤の項目は必ずご記入ください。

●宛先

ハガキ：〒503-0849 大垣市東前町955-1
JAにしみの本店 広報担当係

Eメール：nishimino@jan.or.jp
(件名:クロスワードパズル)





ネギの風味がやさしく広がる グリーンねぎたっぷりオムレツ



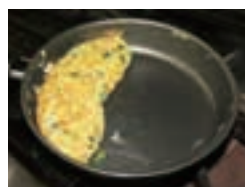
材料 (1個分)

グリーンねぎ	30 ㍓ (1/4 束)	粉チーズ	小さじ1
ベーコン	20 ㍓	ブラックペッパー	少々
卵	2個	バター	10 ㍓
白だし	小さじ1/2		

にしみの産の
グリーンねぎを
使ったレシピを
紹介します。



作り方 COOKING

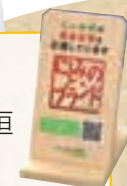


- ①グリーンねぎを小口切り、ベーコンを1㍓角に切る。
- ②ボウルに卵を割ってかきまぜ、白だし・粉チーズ・ブラックペッパーを加えて軽く混ぜる。
- ③熱したフライパンにバターをひき、①を炒める。
- ④弱火にして、②を③に流し入れ、半熟状になったら形を整える。
- ⑤器に盛りつけて完成。

ワンポイント アドバイス

手前から奥にフライパンを傾けて巻くと、形を整えやすいです。お好みでケチャップや大根おろしを添えるのもおすすめです。

大垣市宮町1-13
クインテッサホテル大垣
TEL 84-3730
シェフ 後藤 優花さん



にしみのブランド
応援店



表紙の『にしみのブランド』

グリーンねぎ

<主産地：神戸市>

