

女性部フレッシュミズ体験教室

募集

「冬のお菓子教室」参加者募集!

●対象者

者／袋井市・磐田市・浜松市天竜区・森町在住またはお勤めの女性

●募集期間

／12月5日(金)まで ※定員に達し次第締め切り

内容	開催日時	場所	参加費	定員
第1回 クリスマスケーキ作り	2025年 12月23日(火) 13:30～15:30	袋井ふれあい生活工房 (袋井市久能1385) ※JA袋井支店敷地内	ケーキ代2,000円 参加費 一人あたり 300円	15名程度 ／各回
第2回 お菓子作り	2026年 1月27日(火)		1,000円ほど	

お申込み先

JA営農企画課 (担当: 大檀)

☎0538-36-7014

✉ESINKO@enchu.ja-shizuoka.or.jp

詳しくはこちら▶

はじめてみよう!!

募集

女性部体験教室

JA女性部では、管内各地でさまざまな体験教室を開いています。お試し感覚で参加してみませんか?

●参加条件／JA遠州中央管内(袋井市・磐田市・浜松市天竜区・森町)在住の方

●募集期間／定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

●お申込み・お問合わせ先／下記の各地区女性部担当まで、お電話ください。
※ご予約いただいた方には後日、女性部担当から連絡いたします。

内容	日程	場所	会費	連絡先	定員
① 蒸しパンミックスで作るケーキ2種	10/23(木) 9:30～	見付ふれあい生活工房 (JA本店敷地内)	600円		8名
② 布で作るクリスマスリース	11/18(火) 9:30～ 11/18(火) 13:30～	園芸流通センター 2階会議室 ／於保天竜支店 2階会議室	600円 600円	磐田営農センター ☎0538-36-7204	10名 10名
③ 金山寺作り	11/19(水) 13:30～		材料代		10名
④ 漬物講習会	12/5(金) 13:30～	広瀬支店 2階調理室	材料代	豊岡店 ☎0539-62-4446	10名
⑤ こんにゃく作り	12/9(火) 13:00～		材料代		10名
⑥ 餅つき機を使って お正月のお餅を作ろう	12/26(金) 10:00～	袋井ふれあい生活工房会議室 (JA袋井支店敷地内)	1000円 ほど	袋井支店 ☎0538-42-4121	16名

※日程、内容等は都合により変更する場合があります。

JA

落語

で学ぶ

相続

セミナー

参加者募集

笑える!泣ける!
難しい相続の諸問題を落語でおもしろく解説します!

開催日時

2026年1月23日(金)10:00～11:30(開場9:30)

セミナー内容

落語だからおもしろい!相続・終活のあれこれ
落語家は見た!ドラマより修羅場だったお通夜の席
相続争い防止!?JA共済の隠れた機能とは? など

会場

アミューズ豊田 ゆやホール(〒438-0831 磐田市上新屋304)

募集人数

300人 ※応募者多数の場合抽選 ※15歳未満の方の応募はできません

参加費

無料

募集締切

2025年12月7日(日)

お申込み方法

参加される方ごと右記二次元コードからお申込みください

お問合わせ先

JA総合企画課

✉ KIKAKU@enchu.ja-shizuoka.or.jp

▲Google
フォームからの
ご応募はこちら

▲メールからの
ご応募はこちら

JA遠州中央総合ポイントサービス利用者さまへ

総合ポイントサービス

終了のお知らせ

2025(令和7)年12月31日に
全ての保有ポイントが失効となります。
ポイントのご利用(還元)はお早めをお願いします。

2025(令和7)年

12/31

ポイント還元終了

ファーマーズマーケット等でのお買い物時の値引き
またはキャッシュバックでのポイントのご利用(還元)
は、2025年12月31日までとなります。

※キャッシュバックのご利用には、申請が必要です。お近くのJA支店窓
口でポイント利用申請書に必要事項を記入の上、ご提出ください。

今年も開催!

みんなで農協祭・農業まつりに出かけよう

11～12月にかけて、JAが主催または共催する4つのイベントを紹介します!
実りの秋、各地の農協祭・農業まつりに出かけて地域農業の魅力を感じてみませんか?
※写真は、昨年行なわれた際に撮影したものです。

2025年度 農協祭等イベント開催スケジュール

11月3日(月・祝)
9:00～14:30

天竜地区農協祭

JA天竜支店

浜松市天竜区二俣町二俣199-1

11月15日(土)
9:00～14:00

袋井農協祭

JA香りの丘 茶ビア

袋井市岡崎7157-1

11月16日(日)
9:00～15:30

森町産業祭
もりもり2万人まつり&農協祭

森町文化会館ミキホール

周智郡森町森1485

12月6日(土)
9:00～13:00

いわた農業まつり

JA本店

磐田市見付3599-1

※上記のスケジュールは9月22日現在のため、変更になる場合があります。※イベントの詳細は、開催地区のJA支店等にお尋ねください。

プレゼントコーナー

「静岡茶うどん1箱(6袋・12人前)」プレゼント!

読者の中から抽選で「静岡茶うどん1箱(6袋・12人前)」を5名様にプレゼントします。
ご希望の方は、eメールからの応募、またはハガキに①郵便番号②住所③氏名(フリガナ)
④電話番号⑤年齢⑥JAへのご意見をご記入の上、下記宛先までふってご応募ください。

ハガキ ▶ 〒438-0086 磐田市見付3599-1
JA遠州中央 広報課「コミュニティ誌 プレゼント」係

eメール ▶ KOHO@enchu.ja-shizuoka.or.jp
件名: コミュニティ誌 プレゼント応募

応募〆切 / 2025年10月20日(月) (当日消印有効)

※当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。※ご提供いただいた個人情報、JA遠州中央の広報活動以外に使用いたしません。
※右記を読み取ってもメール送信画面が起動しない場合は、メールアドレスをコピーしてお使いください。

メールはこちら▶

ときめきネットワーク
JA遠州中央

SNSで
情報
発信中!

Instagramでも
JAの各種情報を
発信しています!

【発行】 遠州中央農業協同組合
〒438-0086 磐田市見付3599-1

【編集】 広報課
☎0538-36-7001 FAX.0538-36-7101

【印刷】 株式会社アブライズ

JA遠州中央

検索

●次号は2月1日(日)発行予定です。

フォローは
こちらから!

いいね!
してね!

「農と食」で地域を元気に!

Tokimeki

Network

ときめきネットワーク

秋号

2025.10

Vol.85

おいしいものを届けたい

生産者の努力と想い

おいしい食づくりましょ。

ときめきネットワーク
JA遠州中央

2025

国際協同組合年

～おいしい農産物の秘密教えちゃいます～

地域農業の裏側大公開！

海老芋



おいしいの秘密

生産量日本一を誇る磐田市の海老芋は、天竜川左岸の肥沃な土地で生産されています。海老芋の生産には欠かせない土づくりでは、肥料をうまく配合しながら徹底した土台作りをしています。栄養満点で持続力のある畑を作ってから苗を植えることで、おいしい海老芋が安定的に生産できるようになります。

こんなところが大変

土に十分な水分を含ませることで、土の養分をたっぷり吸って大きな海老芋が育つため、定期的な水やりは欠かせません。また、6～7月の蒸し暑い時期には不要な芽や葉を取り除く「芽かき」「葉かき」という作業を、機械は使わず1株ずつすべて人の手で行ないます。熱中症対策をしていますが、海老芋の大きな葉の中は涼しそうに見えて、実は天然のサウナのように暑いのです。パラソルを立てて作業する生産者もいますが、私は20分～30分に一度は休憩を取るようになっています。



おすすめ料理

孫芋という小さな海老芋は、素揚げして甘辛くしたタレで食べたり、塩ゆでしてショウガとしょう油で食べるのがおいしいです。小さいので子どもでも一口でパクパク食べられます。

子芋は、孫芋よりも大きくて食べ応えがあるので、おでんやカレー、みそ汁に入れるとホクホクしておいしいです。煮崩れしないので調理もしやすいです。

消費者へメッセージ

地元でも有名な海老芋ですが、磐田市以外の特に若い人の中にはあまり食べたことがないという人もいます。ファーマーズマーケットや農産物直売所に出荷しているので、ぜひ食べてもらいたいです。一度食べれば、とりこになっちゃうと思いますよ！



海老芋生産者
秋山 玉光さん

イチゴ



おいしいの秘密

袋井市は、日照時間が長く晴天率が高い温暖な気候なため、大きくて甘いイチゴの生産にとっても適した栽培環境です。

私はハウス栽培をしていて、ハウス内の温度調節や植物の生育には欠かせない液肥*の濃度や量の調整に細心の注意を払っています。

※液体状の肥料のこと。粉末や粒状の固形肥料を水に溶かしたものも含まれる。

こんなところが大変

やはり、水やりと液肥濃度の調整はとても難しいです。肥料濃度を管理している機械があるので、その数字を見ながら判断していますが、気温や気候の変化に左右されて思うようにいかないこともあります。小まめな管理がイチゴの仕上がりに大きく影響するため、一番神経を使うところです。

ただマニュアル通りに栽培していてもおいしいイチゴはできないため、毎日赤ちゃんを育てるように大切にイチゴと向き合っています。

おすすめ料理

もちろん新鮮なイチゴを生でかぶりつくのが一番！少し熟れすぎたものは、冷凍してスムージーにしたり、ジャムやアイスなどさまざまなものに加工できるのがイチゴの魅力ですね。

クリスマスの時期は、ケーキに乗せると華やかになるため、特に需要が高まります。

消費者へメッセージ

イチゴはたくさん品種があるため、ぜひいろいろな種類を食べ比べてほしいです。食べながら「こっちがおいしいね」「こっちのほうが甘いね」と言いながら家族団らんのきっかけになるとうれいしですね。

私が生産している「きらび香」は、香りが強く味が濃いのが特徴です。酸味が少ないため、子どもも食べやすいですよ！ぜひ味わってみてください。



イチゴ生産者
原崎 あきさん

治郎柿



おいしいの秘密

「治郎柿」は、江戸時代後期に周智郡森町の松本治郎さんが太田川に流れてきた一本の柿木を持ち帰り、庭に植えたのが始まりです。とても歴史が深く、天皇献上柿としても有名です。

太田川の豊かな地下水と温暖な気候は、柿の栽培にとっても適しています。特に夏場は熱中症に気を付けながら防除を行なっています。機械化している農家もありますが、私はすべて手作業のため、なかなか大変な作業です。

こんなところが大変

近年では温暖化の影響でカメシガ大量発生していて、防除対策にはとても苦労しています。特に夏場は熱中症に気を付けながら防除を行なっています。機械化している農家もありますが、私はすべて手作業のため、なかなか大変な作業です。

また、柿が日焼けして黒くなってしまうように向きに気を付けながら、不要な実を一つずつ摘果します。もったいないですが、おいしい柿を作るためには必要な作業です。

おすすめ料理

生で食べるのが一番ですが、やわらかくなってしまった柿も工夫すればおいしく食べられますよ。

私はミキサーにかけてヨーグルトや牛乳と混ぜるのをおすすめしたいです。砂糖と混ぜてゆっくり火にかけて、レモン汁を加えれば甘い柿ジャムにもなります。オリーブオイルや塩と一緒に混ぜればドレッシングになって、とてもおいしいですよ。

消費者へメッセージ

柿は「医者いらず」といわれて、ビタミンC・カロテン・食物繊維・カリウム・ペクチンなどが含まれている栄養価の高い果物です。サクサクとした食感を楽しむためにもぜひ生で食べてもらいたいですね。

JAのオーナー制度で収穫体験も行なっています。おいしい柿を自分で見極めながら収穫するのもなかなか楽しいですよ。安全安心を基本に愛情を込めて一つずつ丁寧に栽培しています。ぜひ食べてみてください！



治郎柿生産者
小澤 芳巳さん

シイタケ



おいしいの秘密

シイタケ栽培には適度な水分と光が必要です。森林が多い浜松市天竜区は栽培に適した環境で、山間地ならではの寒暖差と林の中の木漏れ日がおいしいシイタケを育ててくれます。

また、シイタケは鮮度が命といわれていて、加工する場合でも新鮮さはとても大切にしています。乾燥シイタケは収穫してすぐに乾燥機にかけすることで、うまみをぎゅっと閉じ込めます。

こんなところが大変

シイタケは、クヌギ・コナラの原木に種菌を植え付ける作業をしてから収穫まで最短でも14カ月、最長だと20カ月かかるため、栽培にとっても時間がかかります。

また、雑菌がついてしまった原木が他の原木に接触すると、感染して病気になってしまうため、小まめな管理が必要です。シイタケは雑菌との闘いなんです。近年は鳥獣被害も多く、特に鹿には悩まされています。時間をかけて育てたシイタケが被害に遭うと、とても悲しい気持ちになります。シイタケを守るために鹿除けネットを被せて対策しています。

おすすめ料理

生のまま焼いて食べるのが一般的だと思いますが、私はみそ汁がおいしいと思います。シイタケの出汁がみそ汁にじわっと染みて、ほっとする味です。

ポイントは、生のシイタケを食べやすい大きさにカットして冷凍保存すること。そうすればうま味が凝縮されますし、少しずつ長く楽しむことができます。

消費者へメッセージ

天竜シイタケは原木から栽培し、風味豊かで食べ応えがあり、肉厚でジューシーなのが特徴です。また、ビタミンや食物繊維などの栄養価がとても高く、ヘルシーで健康的な農産物です。秋～冬のシイタケがおいしいと言われていますが、夏のシイタケも冷凍して食べればうま味が増えてとてもおいしいですよ。贈答用はもちろん、ご家庭でも気軽に食べてもらいたいです。



シイタケ生産者
栗田 孝康さん



JA遠州中央
公式Instagramで
レシピ公開中！



レンコンとベーコンのペペロンチーノ

作り方

- ① レンコンは3mm幅のイチョウ切りにし、ベーコンは5mm幅に切る。
- ② ニンニクはみじん切りにする。
- ③ フライパンにサラダ油、唐辛子（輪切り）と②を入れて熱し、香りがたったら①を加えて炒める。
- ④ 少し焼き色がついたら、③を加えて水分がなくなるまで炒める。
- ⑤ 器に盛り付けて、黒コショウを振ったら出来上がり。

材料 (2人分)

- レンコン …………… 200g
- ベーコン …………… 40g
- ニンニク …………… 5g
- サラダ油 …………… 小じ1
- 唐辛子（輪切り） …… 適量
- 水 …………… 50ml
- コーンメ顆粒 …… 小じ1/2
- 黒コショウ …………… 適量

コシを使いました！ Aコープ 豊田中央店

新鮮市

ここに
ありますヨ！

磐田市森下127-5
☎0538-32-7350
■営業時間／9:30～19:30
■休業日／年始

レンコン
レンコンがシャキシャキで
やみつき間違いなし！
ピリッとしていて
おつまみにも
最適ですよ！

サツマイモと鶏肉の炒め煮

作り方

- ① サツマイモは洗って皮付きのまま乱切りにする。5分ほど水にさらしたら、キッチンペーパーで水気を拭き取る。
- ② 鶏もも肉は食べやすい大きさに切り、ニンニクは薄切りにする。
- ③ サラダ油をフライパンに入れて熱し、①と②を入れて炒める。
- ④ 全体に油が回ったら④入れ、ふたをして5分ほど煮る。
- ⑤ サツマイモがやわらかくなったら、火を強めて煮汁を絡める。
- ⑥ 器に盛り付けて刻みネギを散らしたら出来上がり。

材料 (2人分)

- サツマイモ …………… 300g
- 鶏もも肉 …………… 100g
- ニンニク …………… 5g
- サラダ油 …………… 適量
- しょう油 …………… 100ml
- 砂糖 …………… 大さじ2
- みりん …………… 大さじ1
- 酒 …………… 大さじ1
- 刻みネギ …………… 適量

農産物直売所 あさば新鮮市

ここに
ありますヨ！

袋井市浅名1053
☎0538-23-7877
■営業時間／9:00～15:00
■休業日／日曜日、年末年始、盆

サツマイモ
サツマイモの
ホクホク感がおいしい！
ボリューム満点で
ご飯にもぴったり！