

おいしいをつくりましょ。



# ときめき ネットワーク

「農と食」で地域を元気に!

2025年  
10・11  
月号  
vol. 330



国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます

協同の力

特集

農で輝く人  
食のありがたみ肌で感じる  
農業は素晴らしい職業



- 2 ふるさと瞬景
- 4 特集 協同の力
- 10 この人に聞く
- 12 農で輝く人
- 13 わッ！女性部
- 14 楽しい家庭菜園  
どっさりキッチン
- 16 ときめきトピックス
- 18 インフォメーション
- 20 投げもち・のしもち等販売終了のお知らせ  
いきいき健康クリニック
- 21 JAの落語で学ぶ相続セミナー  
JAバンクを装ったフィッシングメールにご注意ください！
- 22 おたより掲示板  
まちがい探し
- 23 ときめきすまいる  
編集後記



JA 豊田北支店の一角  
薪を背負い本を読む少年  
江戸末期、農村復興に尽力した  
二宮尊徳(金次郎)の幼き姿  
台座の銘板には  
昭和8年8月 富岡村産業組合員一同ノ  
喜捨ニヨリ之ヲ建設スルと刻まれている  
「勤勉」「孝行」の象徴として  
戦前・戦後の小学校などに  
全国で設置・寄贈された像  
電線もまだ普及していなかった時代  
物心ともに豊かな社会を願い  
荒れた農村の復興を導いた  
二宮尊徳の志を今に伝える  
時は流れ、今この銅像の周囲には  
地域農業を静かに見守る



ふるさと  
瞬景

## Q そもそも協同組合ってなに？

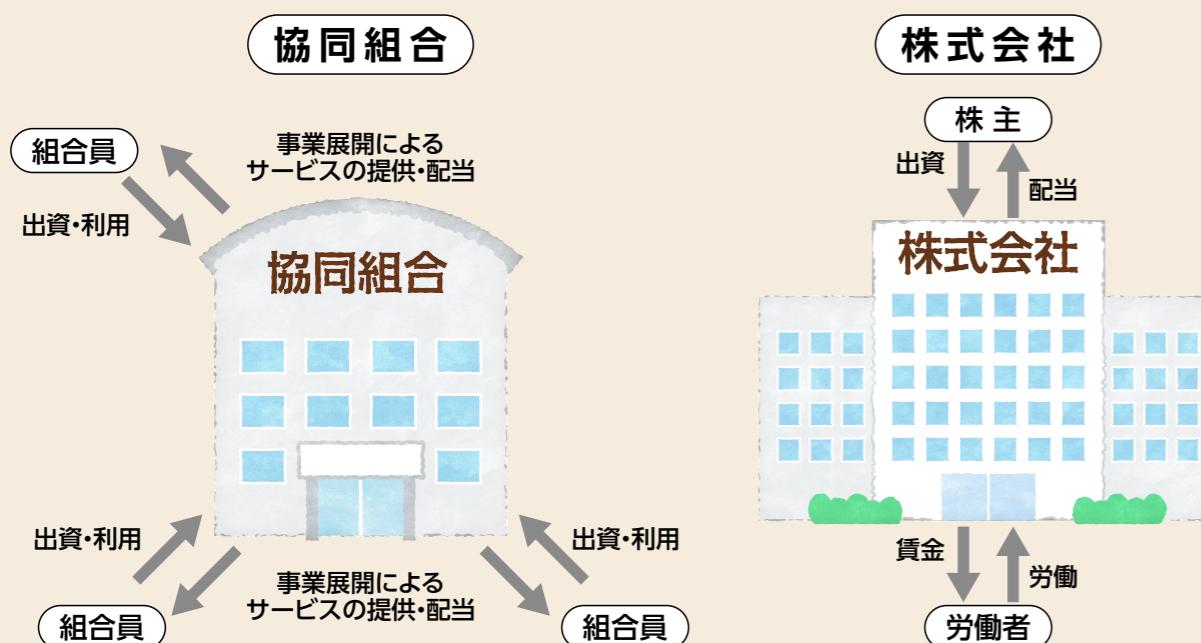
### 同じ目的を持った人たちが集まり、助け合う組織

「こういうサービスがあれば、もっと暮らし豊かになるのに」、「こういうサポートがあれば、もっと生産性を上げられるのに」といった共通のニーズや願いを持つ人（=組合員）が自主的に集まる組織です。“万人は一人のために、一人は万人のために”という相互扶助の精神の下に集まり、協同でさまざまな事業や活動に取り組んでいます。

### 協同組合と株式会社の違い

#### 目的

協同組合は組合員のニーズや願いを実現させ、組合員の利益を守り、向上させることを目的としています。  
利益を追求し、株主に配当することを主目的とする株式会社と大きな違いがあります。



#### 運営方法

株式会社は「1株1票制」と呼ばれ、多くの株式を持つ人が大きな影響力を持っています。それに対し、協同組合は組合員が出资し、組合の利用者と同時に運営者になります。組合員全員が参加し方針を決める「1人1票制」を採用しています。

	協同組合	株式会社
目的	組合員のニーズや願いの実現	利潤の追求
出資者	組合員	株主 (投資家・法人)
利用者	組合員	不特定多数の顧客
運営者	組合員 (その代表者)	株主代理人としての専門経営者
運営方法	1人1票制	1株1票制

協同組合は、組合員の、組合員による、組合員のための組織なのです！

# 協同の力

## ～2025年は「国際協同組合年」です～

「相互扶助」の精神で人々が助け合う組織として誕生した「協同組合」。国内に4万716組織※あり、人々の暮らしのさまざまな場面に関わっています。

国連は2023年11月3日の国連総会で2025年を「国際協同組合年」とすることを宣言しました。これは、2012年に続いて2回目となります。

私たちJAは農業や暮らしを支え合う協同組合として、地域に根差し、ともに歩んできました。

国際協同組合年に際し、協同組合の歴史や種類、そして私たちJAが担う役割を紹介します。

※単位組合数、協同組合の連合会数の総数(出典：2022年事業年度版「協同組合統計表」)

### なぜ国連は2025年国際協同組合年を設定したの？

国連は国際協同組合同盟と連携を図り、国際協同組合デーの開催、国連総会における協同組合振興決議、協同組合振興のための国連ガイドラインの策定など協同組合振興に努めてきました。

国連が協同組合を重視するのは、協同組合がその事業や活動を通じて、女性・若者・高齢者・障がい者を含むあらゆる人々の経済社会開発への参加を促し、貧困の根絶、雇用の創出、社会とのつながりの強化に貢献するとともに、持続可能な開発などに貢献できる企業体・社会的事業体であると評価しているからです。

#### 国際協同組合年

(IYC : International Year of Cooperatives)

##### 2025年テーマ

【協同組合はよりよい世界を築きます】

Cooperatives Build a Better World

シンボルマークは人々の団結を表現します



国際協同組合年  
協同組合はよりよい世界を築きます

より良い世界を築くために、世界中の人々が互いに結びつく様子を表しています。赤は社会、青は経済、緑は環境を表し、これらを合わせると、持続可能な開発に向けた協同組合の貢献を表します。

## Q 日本には協同組合の組合員がどのくらいいるの？

協同組合の組合員数は延べ1億835万人（複数加入者は重複して計上）

出典：2022年事業年度版 協同組合統計表

同年の日本の総人口は約1億2494万人ですから、じつに約86%に相当する人がなんらかの協同組合の組合員になっている計算です。

ひとくちに「協同組合」といっても、農業や漁業などの1次産業の従事者によって組織されるもの、消費者によって組織されるもの、労働者によって組織されるものなど、その種類はさまざまです。

種類	組合員になる人	行なっている事業
農業協同組合（JA）	農業者	農産物の共同販売、ファーマーズマーケットの運営、資材供給、技術指導、貯金・融資・共済など組合員の営農と生活を支える多様な事業を展開 【管内のJA】遠州中央協同組合
漁業協同組合（JF）	漁業者	水産資源等の管理及び増殖、水産経営に関する指導、資材の供給、漁獲物等の販売、資金貸付、貯金、共同利用施設の設置、遭難防止・救済など 【管内のJF】遠州漁業協同組合
森林組合（JForest）	林業者	森林の管理や木材の共同販売、森林資源の保護など 【管内のJForest】森町森林組合、水窪町森林組合、春野森林組合、佐久間森林組合、龍山森林組合、天竜森林組合
生活協同組合（コープ）	消費者	よりよい暮らしの実現のために、宅配・店舗などの購買事業、共済事業、福祉事業など誰もが安心して暮らせる地域社会を支援
労働者協同組合（ワーカーズコープ）	労働者	起業による雇用の創出、地域課題の解決、地域活性化など
中小企業組合	中小企業	経営資源の共有や共同購入、共同生産、共同販売、販路の拡大、福利厚生など
協同組織金融機関（信用組合・信用金庫・労働金庫など）	地域住民や企業など	預貯金、融資、為替、投資信託、金融サービスなどを通じて住民の暮らしや働く人を金銭面からサポート
農協厚生事業・医療福祉生協	農業者・消費者	病院や診療所、介護老人保健施設、訪問看護ステーションの運営など

また、JAやJFのように正組合員だけでなく「准組合員」という制度を設け、地域住民の加入を認めている協同組合もあります。

JAの場合、運営には参画できないものの、共済や信用などの事業やJA施設の利用などのJAサービスを受けることが可能になります。

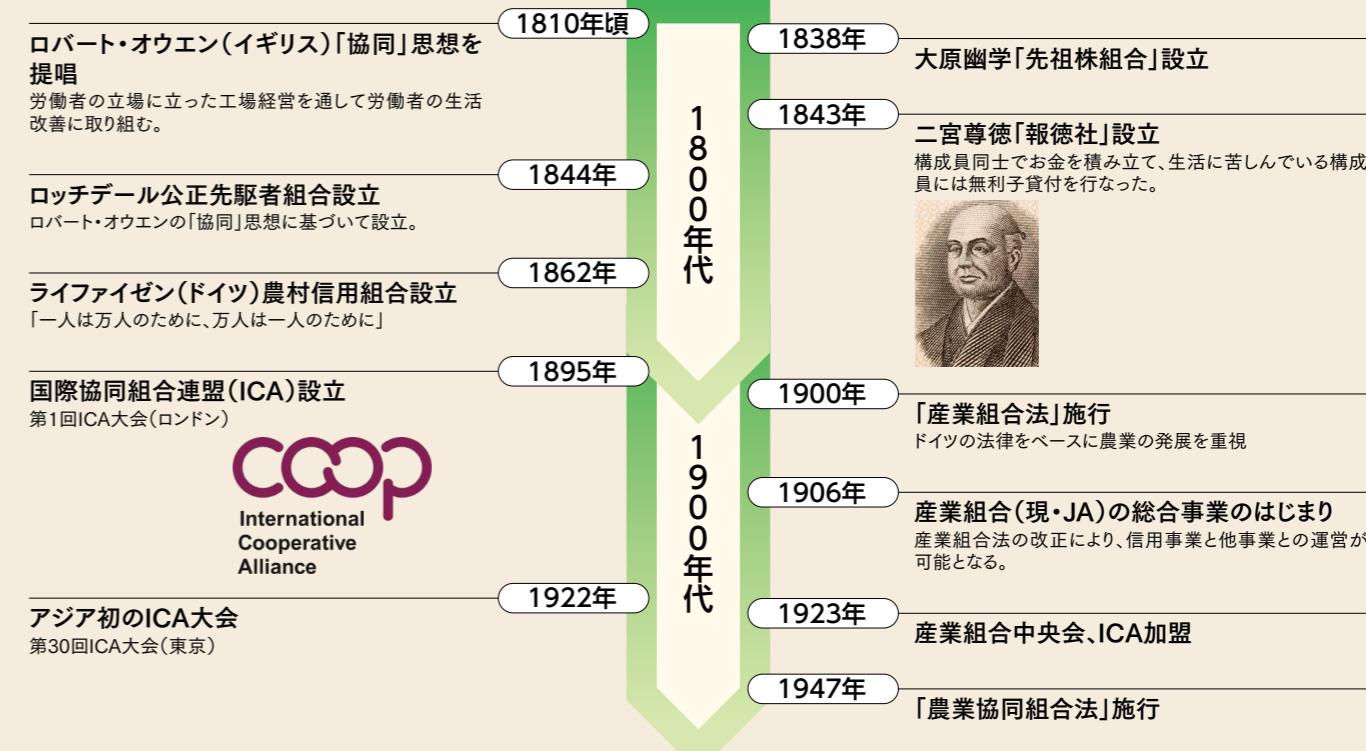
	対象	事業の利用	配当金の受け取り	JA施設の利用	総会での議決権	役員の選挙権
正組合員	農家・農業法人	○	○	○	○	○
准組合員	農業をしていない地域住民で、JAに出資をした人	○	○	○	△ 一部のJAでは議決権あり	×

## Q 協同組合はいつ、どこで誕生したの？

世界初の協同組合は1844年にイギリスにあるロッヂデールという工業都市で誕生した「ロッヂデール公正先駆者組合（公正開拓者組合）」です。

やがてイギリス各地に協同組合が組織され、1800年代後半からヨーロッパ各国で、1900年代以降はアメリカやアジア、オセアニアなどでも組織されました。

### 協同組合とJAの歴史



日本での協同組合の思想は江戸時代末期に芽生え、農村協同組織が各地で設立されました。主に、二宮尊徳が中心となって設立した「報徳社」や大原幽学が立ち上げた「先祖株組合」があります。明治維新を迎えると、品川弥二郎と平田東助がドイツで学んだライファイゼンの農村信用組合に倣った産業組合法案を議会に提出し、成立したことにより日本の本格的な協同組合の幕開けとなりました。大正時代になると産業組合や農家が助け合う農家組合といった集まりが日本全国に作られたことをきっかけに、昭和になって「農業協同組合」が誕生しました。

ここで  
ちょっと！

### 遠州地方の歴史をのぞいてみよう！

- 1847年（弘化4年）——下石田報徳社創立……浜名郡長上村
- 1848年（嘉永元年）——牛岡組報徳社創立……佐野郡倉真村（小笠郡倉真村）
- 1874年（明治7年）——勸業資金積立組合創立……小笠郡掛川町
- 1875年（明治8年）——遠江国報徳社創立  
遠州地方の報徳社を連合
- 1892年（明治25年）——掛川信用組合創立……小笠郡掛川町  
見付報徳社連合信用組合創立……磐田郡見付町

二宮尊徳の高弟\*である岡田良一郎は、解散した勸業資金積立組合の資金を元に「掛川信用組合」を創立し、磐田郡見付町においては伊藤七郎平が報徳の同志と「見付報徳社連合信用組合」を創立しました。  
※高弟…弟子の中でも特に優れた者



明治25年に創立された2つの組合は、日本で最初の信用組合とされています。これにより、静岡県が全国における組合運動の発祥の地であると考えられています。

（参考文献：静岡県信連50年史（S38刊））

**JA遠州中央は、  
地域に根ざした協同組合として、  
相互扶助の精神の下に、  
持続可能な農業と豊かで  
暮らしやすい地域社会を  
実現します。**



### ファーマーズマーケット(FM) & 農産物直売所

JA遠州中央のFM&農産物直売所は、一般的なスーパーに負けない価格で農畜産物を提供しています。季節ごとの新鮮な農産物を楽しめるイベントや、生産者部会による試食販売会などを開催して、農畜産物の消費拡大と農業所得の向上に取り組んでいます。



### 販売・購買

生産者が生産した農産物を集荷し、品質・規格を選別して安定的に一括出荷することで、有利販売に結びつけています。また農業生産に必要な資材を、計画的な大量購入によって安い価格で仕入れ安定的に供給しています。

生産者個人では難しい、スケールメリットを発揮できる「共同販売」「共同購買」を行なっています。



### 組織活動

生産者部会では、生産者同士がつながりを強め、安定した生産や品質の向上を目指しています。青年部は食農活動を通じて社会に貢献とともに、農業者同士の交流やスキルアップを図っています。女性部は食農体験活動などを通じ地域社会に貢献し、共通の趣味を持つ仲間づくりを行なっています。

農業者がそれぞれの立場で絆を深め、協同する場(各種組織活動)で支え合い、地域社会づくりに貢献しています。



さまざまな協同組合が、地域で助け合いの輪を広げ、持続可能な開発目標に貢献しています！

### 第1次産業生産者の協同組合 (農協、漁協、森林組合)

第1次産業(農業・林業・漁業)に携わる地域の組合員のニーズに対応し、経営・技術指導、低コスト資材の供給、共同販売、事業資金や生活資金の貸付けなどにより組合員の農林水産業経営と生活を守ることを通じ、消費者への安全で新鮮な農林水産物の生産・販売と農地、山林、海など美しい国土の保全に寄与しています。農・林・漁業別に協同組合が組織されています。

### 消費者の協同組合 (生協)

地域や職域の消費者が組合員となり、よりよい暮らしの実現を目指し、店舗事業や宅配事業を通じて、安全・安心な商品(消費財)を共同購入しています。組合員同士の助け合いや子育て支援などの組合員活動を通じ、安心して暮らせる地域づくりを推進しています。

### 協同労働で仕事をおこす協同組合 (労働者協同組合)

人々が自ら出資して起業し、自ら労働者として共に働き、民主的に経営する「協同労働の協同組合」です。

起業を通じて地域に働く場をつくり、社会の課題解決やニーズに応え、持続可能で活力ある地域社会づくりに貢献します。

### 中小企業の協同組合 (事業協同組合、企業組合など)

経営資源の限られた中小企業は個々の企業努力だけでは、経営の近代化・合理化など、多くの課題を解決することは困難です。中小企業組合制度の活用によって企業同士が連携し、それぞれが保有するノウハウや経営資源を補完し合い、さまざまな取り組みを通じて経営基盤の強化を図っています。

### 協同組織金融機関 (信用組合、信用金庫、労働金庫、農協、漁協)

出資者でもある組合員(会員)が預貯金し合い、集まったお金を必要な時に適切な審査のもとに組合員(会員)に融資する協同組合組織の金融機関です。地域に根差し、農業者、漁業者、労働者、中小企業などの経営安定や改善、住民の暮らしの向上など、さまざまな問題解決をお手伝いし、地域経済の発展に貢献します。

### 医療・福祉の協同組合 (農協厚生事業、医療福祉生協)

病院・診療所、介護老人保健施設、訪問看護ステーションなどの幅広い事業を展開しています。地域に密着した医療・福祉サービスの提供を通じ、安心して暮らし続けられる地域づくりに取り組んでいます。

# 日常に小さいhappyを

## 「ラーメン」と「造園」の二刀流



# KINJIRO RAMEN



テラス・庭園へとつながる民家を改築した店内



## 来店者を迎える二宮尊徳(金次郎)像



## 『ラーメン屋 金次郎』の インスタグラム



## 『(株)OUTDOOR FREE MAKE』のホームページ

り、子どもの頃、休日に家族で出かけた思い出はあまりありません。今多くのご家族連れが店を訪れてくれます。自身の幼少期の経験から家族との時間を大切にしてほしいとう想いもあり、テラス席は犬連れもOKにしています。犬も大切な家族と考へていてるからです。

芝生の庭ではサッカーもできて、石のステージやブランコなど、造園師としてのこだわりも詰め込んでいます。

に行つて食材を決め、器も食材の大  
切な要素と捉え、岐阜県の職人に会  
いに行つたりもしました。ラーメン  
を提供する仕事を単なる作業にした  
くはありません。命を削つて働いて  
いるからこそ惰性で働きたくなりま  
せん。生産者たちの顔を思い浮かべ、  
そのこだわりや想いを1杯の丼ぶり  
に詰め込み、食べた人に笑顔になつ  
てもらいたいです。

## 今後の目標

なりました。オープン当初から来て  
いたカップルが結婚し、店で2次会  
を開いてくれたり、子どもが生まれ、  
お子さま連れで来店された際に、座  
敷に幼児用の椅子をプレゼントして  
くれるなど、人と人とのつながりを  
実感しています。

コミュニケーションは会話だけ  
でなく、アイコンタクトも大切にし、  
お客様に寄り添った接客を心掛け  
ています。お帰りの際には「いって  
らっしゃい」とお声掛けし、元気に次  
の場所に向かってほしいという想い  
を込めています。

む父から面白い社長がいると聞き、22歳の時に社長が経営する浜松市の造園会社(株)OUTDOOR FREEE MAKE』に就職しました。

『ラーメン屋 金次郎』  
オープン

入社後、造園の仕事に熱中してい

メンを作っていました。おすすめは志那そば、KINJIRO RAMENです。麺は自家製で北海道産小麦を2種類使用し、しょう油は知多半島のたまりしよう油を1ヶ月寝かせていました。チャーシューは県西部の厳選した食材、米は森町産を使っています。実際に生産者に会い

のラーメン屋で働き、多国籍の人たちと接する中、日本語が通じない環境で自らコミュニケーションをとることの大切さを実感しました。4年間働く予定でしたが、オーストラリアに行つて約1年後にコロナ禍となり、21歳で帰国しました。その後は、北海道ニセコ町でホテルマンとして働きましたが、仕事量が安定せず、半年ほど店のオープニング当初は、ラーメン職

ら読書をする金次郎と造園業に従事しながらラーメンを作る自分の姿を重ね合わせました。歩きながら読書をするのは危険という理由で金次郎像が撤去されることもあると聞きましたが、時代が変わつても勤勉さや学ぶ姿勢の大切さは常に心に刻んでいたいです。



ラーメン屋 金次郎 店長／造園師  
とよ だ ゆう た ろう  
豊田 祐太朗さん

27歳 浜松市中央区  
1998(平成10)年、浜松市生まれ。  
趣味はサッカーと読書。好きな料理のジャンルは和食。

人とのつながりを大切に  
店は5年目を迎え、今では県内外  
からお客さまが訪れてくるように

う一心で空間をつくり、料理を提供しています。

族との時間を大切にしてほしいといふ想いもあり、テラス席は犬連れもOKにしています。犬も大切な家族と考えて いるからです。

芝生の庭ではサッカーもできて、石のステージやブランコなど、造園師としてのこだわりも詰め込んでいます。

# 農輝人

高橋 明仁 さん

栽培品目  
——イチゴ

【PROFILE】 44歳 袋井市浅羽

1981年、宮城県生まれ。妻・娘3人と5人暮らす。2014年に都内の旅行会社から転職。早朝、遠州灘で行なう釣りが楽しみとなっている。



## 食のありがたみ肌で感じる 農業は素晴らしい職業

### 地域と農業に感謝

就農して12年目となり、この地域にも農業という仕事にもだんだん慣れ親しんできました。袋井市浅羽のきれいな地下水と砂地という最高の環境で土耕栽培するイチゴは、栄養をたっぷり吸つて甘く大粒に仕上がっています。肥料は地元の畜産農家からいただいた堆肥を使っていて、有機肥料にこだわっています。

農業は大変だというイメージがある人が多いでしょうが、私はとても素晴らしい職業だと思っています。自分で栽培して食べるイチゴはもちろん、交流のある農家さんからいただく旬の野菜はとても新鮮でおいしく、食のありがたみを肌で感じることができます。最近は、仕事というより日常の中に農業が溶け込んでいるような感覚です。イチゴは365日、目を離すことができないので、常に農業のことを考えています。

### 新たな挑戦

近頃は狩猟免許を取得し、新たなことへも挑戦しています。きっかけは、鳥獣被害を軽減したいという想いからでしたが、ジビエにも興味を持ついたため取り組んでみて楽しんでいます。現在は罠での狩猟だけですが、来年は猟銃にも挑戦してみたいと思っています。

今年度は青年部員として、こども食堂利用者を対象とした農業体験にも参加しています。私の娘も参加して、農業に関心が深まつたようですね。農業に関心が深まつたようですが、農業に対する理解が深まつたようですね。このような地域貢献活動も積極的に行なつていただきたいです。

JJA職員や部会員の先輩にもお世話になり、いつも感謝しています。今後もさまざまなことに挑戦しながら、新規就農者の目標となるような生産者となれるよう頑張っていきたいです。

## 女性大学「さぶりスクール」 が今年もスタート！

今年も女性大学「さぶりスクール」が始まりました。

2025年度の受講生は11人です！

第1回目の8月5日は、JA本店の会議室で入学式とシャボンインテリアフラワーを実施しました。

今後は、みそ作りや豆腐作り、おいしいお茶の入れ方教室などを行なう予定です。

JAならではの学びの場でたくさんのことを見学していきます♪



入学式に出席した受講生と講師

支部活動  
天竜支部

## 親子クッキングスクール 元気いっぱい夏野菜カレー！

8月18日、天竜支部のフレッシュミズグループ・サプスクッキングの部員たちを含む親子6組が集まって、春野ふれあい生活工房で親子クッキングスクールを開きました。

「タマネギはどうやって切るの…？」

子どもたちの素朴な疑問に答えながら、みんなで楽しく料理をしました。

トマトとオクラのチキンカレーにフルーツゼリーを添えて、栄養たっぷりのおいしいご飯が作されました。

楽しい親子時間が作れてみんな大満足でした！



料理をする参加者ら

このページや女性部に関するお問い合わせ  
営農企画課 ☎0538-36-7014

## 私の女性部エピソード！

2008年からなずな工房として活動し、今年で18年目を迎えます。普段はイベントへの出店や、JA天竜山の市やときめきマルシェなどで総菜や弁当の提供を行なっていますが、依頼があれば仕出し弁当の注文も承っています。

化学調味料は入れず、地元産の農産物を使ったこだわりのお弁当は大人気です。特にコロッケやきんぴらは評判が良く、午前中には売り切れてしまします。地域の方が「たくさん採れたから使つて！」と、野菜を届けてくれることもあり、とても助かっています。

食べた人が笑顔で「おいしい」と言ってくれるのがとてもうれしいです。これからも栄養満点のおいしいお弁当を作っています。

2008年からなずな工房として活動し、今年で18年目を迎えます。普段はイベントへの出店や、JA天竜山の市やときめきマルシェなどで総菜や弁当の提供を行なっていますが、依頼があれば仕出し弁当の注文も承っています。

化学調味料は入れず、地元産の農産物を使ったこだわりのお弁当は大人気です。特にコロッケやきんぴらは評判が良く、午前中には売り切れてしまします。地域の方が「たくさん採れたから使つて！」と、野菜を届けてくれることもあり、とても助かっています。

食べた人が笑顔で「おいしい」と言ってくれるのがとてもうれしいです。これからも栄養満点のおいしいお弁当を作っています。

「おいしい」が原動力



天竜支部  
松本 光枝さん

## SDGsと女性部



### すてきに変身！リメイク手芸

磐田支部の大藤地区では、部員の稻垣さんが講師となり、6月30日にJA磐田北支店でリメイク手芸教室を行ないました。

茶工場で廃棄になる茶缶は小物入れに、古い着物のはぎれは袱紗に変身しました。

布の柄を選びながら作るのが楽しかったです♪

来年1月には、豊田ゆうあいの里のデイサービス利用者と一緒に茶缶の小物入れを作る予定です。



袱紗を作る部員ら



完成した茶缶の小物入れ

## 楽しい家庭菜園

## トンネル栽培に挑戦 冬も菜園を有効活用

トンネル栽培は野菜を寒さから守り、生育を促進させることで露地栽培よりも早い収穫ができます。また、トンネルがけをすれば霜に当たりにくいため、野菜が長持ちし長期間収穫できるメリットもあります。

【野菜の種類と品種を選ぶ】寒さに強い根菜類やホウレンソウ、小松菜などの葉菜類は、中間地（温暖地）では本格的に寒くなる11月下旬ごろからトンネルがけをすれば、冬から春の端境期に収穫できます。品種選びでは耐寒性があり、寒さに当たってもとう立ち（つぼみができ、花茎が伸びる）が起こりにくい品種を選ぶと良いでしょう。

【被覆資材の選び方】保温用フィルムは、「農ビ」「農PO」などがありますが、軽くて、べたつかない「農PO」が多く使われています。穴開きタイプは保温効果がやや劣るものの、換気作業が省力化でき、穴から雨水が入るため使い勝手が良いでしょう。

不織布は保温や霜よけ効果があり、軽くて透光性も高いので野菜に直接かけたり（べたがけ）、トンネル内の野菜の上に敷いて保温効果を高めます。

【資材活用のポイント】晴天日にはトンネル内の気温は外気より高くなり、夜間は外気に近い温度になります。トンネル栽培は日中の気温を生育に適切な温度（15～25度）に少しでも長く保

栽植様式に合わせた幅や穴開きの有無などのさまざまなタイプがあります。

支柱の長さは、ベッド幅、トンネルの高さ、地中に挿し込む長さから算出します。例えば、ベッド幅80cm、トンネルの高さ40cm、地中に挿し込む長さ約20cm（両側で約40cm）では180cm程度の長さが必要です。

防寒資材の特徴などについてまとめた表を参考してください。

【資材活用のポイント】晴天日にはトンネル内の気温は外気より高くなり、夜間は外気に近い温度になります。トンネル栽培は日中の気温を生育に適切な温度（15～25度）に少しでも長く保

園芸研究家・成松次郎

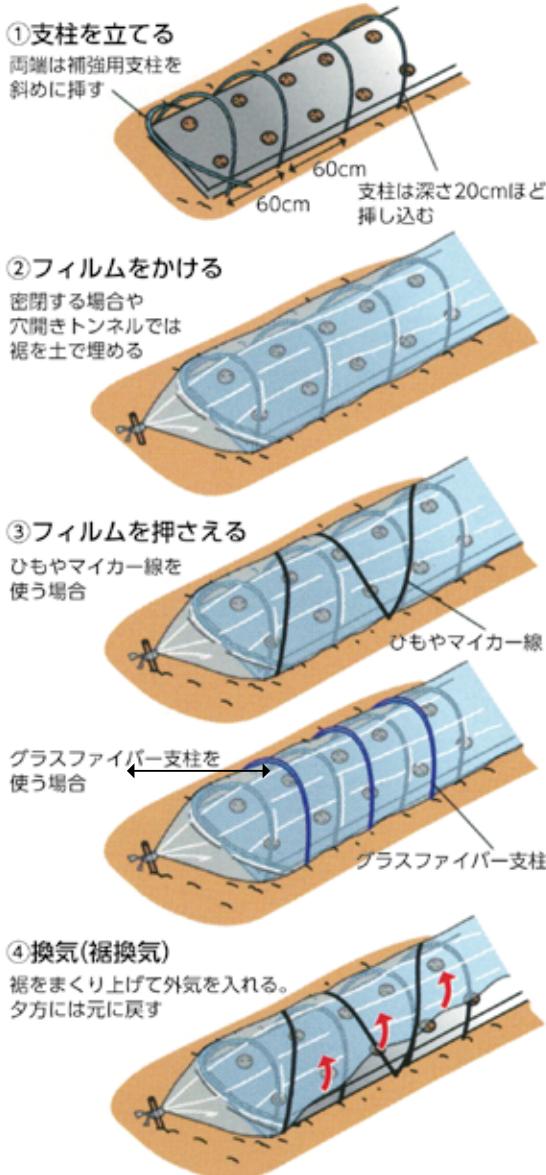


表 冬の栽培に必要な防寒資材など

資材名	目的	種類	主な特徴
トンネル	保温	農ビ(農業用塩化ビニール)	保温性大、高価格
		農PO(農業用ポリオレフィン系)	保温性中、べたつかない
		農ポリ(農業用ポリエチレン)	保温性やや小、低価格
		有孔(農PO、農ポリ)	換気作業の省力化
べたがけ	保温 土壌水分保持	不織布	保温効果
		寒冷しゃ	通気性と透光性
マルチ	地温の上昇 土壌水分保持 防草	透明	地温上昇効果大
		黒色	防草効果大
		緑色	地温上昇と防草は透明と黒色の中間
		有孔	条間、株間が選べる
支柱	トンネル資材をかけるための骨組み	グラスファイバー製	軽量で曲がりやすく、復元力が高い
		被覆鋼管製	強度があり、風雪に強い
その他	トンネルを固定	マイカーライン	強度、耐候性がある
		木杭、固定ピン	引き抜き抵抗がある

※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。

# どぎり キッチン

## ホクホク！秋の味覚♪ 和風カボチャサラダ

### 材 料 (4人前)

- カボチャ ..... 400g
- シメジ ..... 100g
- タマネギ ..... 80g
- ウインナー ..... 4本
- 米油 ..... 大さじ1
- ④ マヨネーズ ..... 大さじ2
- ④ しょう油 ..... 小さじ1
- ④ かつお節 ..... 4g



### 作 り 方

- 1 カボチャは包丁で皮をそぎ落とし、5cm角に切る。耐熱容器に入れ、ラップをして電子レンジ(600w)で5分加熱する。
- 2 シメジはほぐしておく。タマネギは5mmほどにスライスして、ウインナーは1cmの輪切りにする。
- 3 フライパンに米油を入れて熱し、②を入れて炒める。
- 4 ボウルに①と③、④を加えて和える。
- 5 器に盛り付けて、出来上がり。

JAのホームページ内  
「Let's Cooking」にも  
多数のレシピ掲載中!



電子レンジを使って  
簡単に調理できます。  
子どもも  
食べやすいですよ！



女性部(竜洋支部)

左 市川 直子 さん

中 鵜藤 美保子 さん

右 鈴木 厚子 さん

## 旬 の 農 産 物 カボチャ

カボチャに多く含まれるビタミンは強い抗酸化作用をもたらし、風邪にかかりにくくなるといわれています。「冬至」にカボチャを吃るのは、寒さが厳しくなる時期を迎えるにあたり、病気にからないように健康に過ごすという意味が込められています。

そのほかにも、食物繊維やカリウムが豊富に含まれていて、腸内環境を整えたりむくみ防止に役立つといわれています。





セミナーで講演する林修氏



講演に耳を傾ける組合員

J Aは9月17日、「林先生による今でしょ!『国消国産講座』と題して、「変化する世界の食糧事情。大切な日本の食を未来へ」をテーマに、磐田市民文化会館かたりあ大ホールで、JA組合員らを対象に第2回組合員セミナーを開き、正・准組合員806人が参加しました。

同セミナーは、「農と食」に関する学びの機会を提供し、地域で生産された作物を地域内において消費するこの重要性や、食を支える農業の大重要な役割を発信することを目的に、JAグループオフィシャルサポートの林修氏(東進ハイスクール進衛星予備校 現代文講師)が講師を務めました。

参加者たちは、講師の話に熱心に耳を傾け、笑いも交えた講演を通じて、農業と食の大切さについて理解を深める貴重な学びの機会となりました。

## 第2回組合員セミナー開催



# 地域の話題満載!! ときめきトピックス

8・9月



「森町究極のコシヒカリ」を購入する来店客

### 究極のコシヒカリ収穫祭



J A森の市は、栽培方法にこだわった地域ブランド米「森町究極のコシヒカリ」をPRしようと究極のコシヒカリ収穫祭を8月23日、24日の両日で開きました。

みずみずしく、甘みや香りがよく、冷めてもおいしいのが特徴で、有機肥料のみを使用して栽培し、収穫前にJAで審査を行ないます。

たんぱく質の量が7%以下のものだけが「究極のコシヒカリ」を名乗ることができます。

AUGUST - SEPTEMBER



茶の香りを審査する参加者

### 闘茶会体験イベントを開催



J Aは8月26日、袋井市の香りの丘茶ピアで、准組合員モニター14人を対象に闘茶会体験イベントを行ないました。

このイベントは、茶生産者らが茶の生産技術向上と連帯意識の高揚を図ることを目的として、毎年行なっている闘茶会を模擬体験したものです。

参加者は、同JA管内(袋井、森、磐田、天竜、春野)の5つの産地の荒茶を審査しました。



施設利用者に新米を贈呈する山田理事長㊂

## 福祉施設へ新米贈呈



J Aは、福祉施設の利用者に毎年、地元産の新米を贈っています。

2025年も、管内の福祉施設35カ所に、計350kgの新米を順次届けました。

9月11日には、浜松市天竜区の社会福祉法人天竜厚生会に、同J A管内産の新米「遠州中央コシヒカリ」40kgを贈り、J Aの山田耕司理事長が、施設利用者の代表らに手渡しました。



市場関係者に説明する生産者

## ライオンメロン 産地見学会



J A遠州中央ライオンメロン部会は8月25日、地元産のブランドメロン「ライオンメロン」の産地力をPRしようと、ライオンメロン産地見学会を開きました。東京や大阪などの市場関係者4人と部会員やJ A職員の計12人が参加しました。

見学会では圃場見学のほか、生産者の日頃の栽培苦労を理解促進するため、市場担当者が磐田市北島のガラス温室で定植準備を体験しました。



海老芋を選果する作業員

## 生産量日本一の 海老芋初出荷



磐田市の特産で、日本一の生産量を誇る海老芋の出荷が、9月21日から始まりました。

同市のJ A園芸流通センターでは、ニーズに合わせ、28もの等階級に分けて箱詰めし、出荷しています。

19日には、約400kgの子芋と孫芋が搬入され、出荷に向けて機械と手作業による選別を行ないました。

消費需要が高まる年末に向かって、ピークを迎えます。



意見交換を行なう女性部の部員たち

## J A遠州中央女性部と 生活協同組合が意見交換会



J A遠州中央と生活協同組合(ユーコープ)は、2025国際協同組合年を契機に、さまざまな分野で連携体制の構築を検討しています。

同J A女性部委員会は9月12日、活動内容を相互理解し、連携を強化していくことを目的に、袋井市のユーコープ袋井町店で意見交換会を行ないました。同女性部員のほか、ユーコープの組合員活動委員、J A職員など12人が参加しました。

## info

## 各警察署へ交通安全宣言書を提出

当JAの役職員とその家族、計938世帯2,611人が署名した交通安全宣言書を、9月22～29日にかけて管内の袋井・磐田・天竜の各警察署に提出しました。JAの常勤役員が各署へ出向き、それぞれの署長に宣言書を手渡しました。

役職員とその家族は交通安全を誓い、交通ルールとマナーを守ります。



袋井警察署長へ提出する山田耕司理事長④



磐田警察署長へ提出する安田博俊会長④



天竜警察署長へ提出する鈴木均専務④

## 募集

## 白ネギの選果作業員募集中！

JA園芸流通センターでは、特産の白ネギの選果作業を行なう従業員を募集しています。2日働いて2日休みの仕事で、70代前半までの皆さんのが活躍中です。お気軽にご相談ください。

**仕事内容** 白ネギの葉切り、根切り、皮むき作業、結束、箱詰め、梱包作業

**期間** 11月～4月  
※土曜日完全休・日曜日繁忙期に出勤の場合あり、天候により休みあり

**勤務時間** 8:00～16:00(休憩:昼60分・10時と15時に各15分)

**時給** 1,097円

**資格** なし(未経験者歓迎)

**勤務地** 園芸流通センター(磐田市加茂628-1)



応募・お問い合わせ 営農企画課 担当／桝田 ☎ 0538-36-7014

## info

## 若い農業者の皆さん！農業者年金に加入しませんか？

農業者の老後の備えは国民年金プラス農業者年金が基本です。

## 農業者年金の6つのポイント

1 農業者なら広く加入できる

2 少子高齢時代に強い  
積立方式・確定拠出型の年金

3 保険料は月額2万円(35歳未満で政策支援加入の対象とならない方は1万円)から6万7,000円の間で自由に決められる

4 終身年金  
(80歳前に亡くなられた場合は死亡一時金が遺族へ)

5 保険料は全額社会保険料控除の対象

6 一定の要件を満たす農業者には  
保険料の国庫補助がある

※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。①「年間60日以上農業に従事」②「20歳以上60歳未満の国民年金第1号被保険者(国民年金保険料納付免除者を除く)」または「60歳以上65歳未満の国民年金任意加入被保険者」

## お問い合わせ

袋井営農センター ☎ 0538-48-6636 磐田営農センター ☎ 0538-36-7204  
森営農センター ☎ 0538-85-0003 天竜営農センター ☎ 053-925-4182  
または 営農企画課 ☎ 0538-36-7014

WEBページ  
はこちら▶



## 経営管理委員会だより

2025年度8月期・9月期経営管理委員会を、それぞれ本店役員会議室で開催しました。

### ●8月期

日 時 令和7年8月28日(木)

決議事項 3議案

●令和8年度経営管理委員の選任方針について

令和8年度は任期満了に伴い役員改選となります。当組合の経営管理委員の選任にあたっては、経営者ならびに協同組合運動推進者としての適任性を前提としつつ、農協法の構成要件等に沿って行なうことを決議しました。また、女性登用を推進していきます。

報告事項 15項目

【主な報告事項】

●東部店の移転および運用について

東部支店の新築移転に伴い、東部店も新店舗内へ移転します。  
現在地最終営業日：令和8年2月20日(金)  
新店舗営業開始日：令和8年2月24日(火)  
※営業開始日は東部支店の移転後と同日となります。  
今後は、店頭掲示や外務員による案内配布、地域の回覧板、各種媒体への掲載を通じて、新店舗の情報を幅広くご案内いたします。

### ●9月期

日 時 令和7年9月29日(月)

決議事項 なし

報告事項 8項目

【主な報告事項】

●令和7年度 農協祭・その他各地のイベント開催について

農協祭等開催日は、同ページ右上をご覧ください。  
その他、行政との共同開催日程は、以下の通りです。

日 程	行 事 名
11月 2日(日)	みさくぼ夢街道
11月 3日(月・祝)	天竜産業観光まつり
11月 9日(日)	浅羽ふれあい夢市場 ほっこりあたつやま産業祭 フェスタさくま
11月15日(土)～ 11月16日(日)	はるの産業まつり
11月16日(日)	ふるさとまつり2025 たつかわ山の幸物産展
令和8年 1月24日(土)～ 25日(日) または 1月31日(土)～ 2月1日(日)	佐久間新そばまつり

## 告知

## 2025年度 農協祭等イベントスケジュール

開催日	イ べ ント 名	時 間	会 場
11月3日 (月・祝)	天竜地区農協祭	9:00～ 14:30	JA天竜支店 浜松市天竜区二俣町二俣199-1
11月15日 (土)	袋井農協祭	9:00～ 14:00	JA香りの丘 茶ピア 袋井市岡崎7157-1
11月16日 (日)	森町産業祭 もりもり2万人まつり &農協祭	9:00～ 15:30	森町文化会館ミキホール 周智郡森町森1485
12月6日 (土)	いわた農業まつり	9:00～ 13:00	JA本店 磐田市見付3599-1

○上記のスケジュールは10月16日現在のため、変更になる場合があります。

○JAのホームページでも、開催情報をお知らせしていく予定です。

○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。

## 告知

## 税務相談会のお知らせ

### 〈2025年12月〉

開催日	開催場所	開催時間	電話番号
12月 4日(木)	見付支店	13:00～16:00	0538-32-7251
12月9日(火)・23日(火)	森支店	9:00～15:00	0538-85-3030
12月10日(水)	福田支店	9:00～12:00	0538-55-3141
12月10日(水)・24日(水)	袋井支店内開発センター	9:00～12:00 13:00～16:00	0538-42-4122
12月11日(木)	園芸流通センター	9:00～15:00	0538-36-7204

### 〈2026年1月〉

開催日	開催場所	開催時間	電話番号
1月 8日(木)	見付支店	13:00～16:00	0538-32-7251
1月13日(火)・27日(火)	森支店	9:00～15:00	0538-85-3030
1月14日(水)・28日(水)	袋井支店内開発センター	9:00～12:00 13:00～16:00	0538-42-4122

※税理士の都合により開催日、場所、時間が変更となる場合があります。ご希望の方は、必ず事前に開催場所までご連絡をお願いいたします。

## info

## ヌートリアにご注意ください

隣接する町で南米原産の特定外来生物ヌートリアの目撃や被害の報告が増えています。体長50～70センチほどで、ネズミに似ていて、オレンジ色の前歯が特徴です。農作物を食べたり、水路に穴を開けてしまうなど、農業への影響が懸念されています。



現時点では大きな被害は報告されていませんが、今後流入する恐れがありますので、ご注意ください。

ヌートリアを見かけた場合は下記まで連絡ください。

営農企画課 ☎0538-36-7014

# 投げもち・のしもち等 販売終了のお知らせ

この度、JA遠州中央は令和8年3月末日をもちまして、投げもち・のしもち・赤飯等の販売を終了させていただくことになりました。

平成16年のもち加工事業開始以来、長きにわたり格別のご愛顧を賜ってまいりました。これもひとえに、お客様一人一人の温かいご支援の賜物と深く感謝しています。



注文は**令和8年3月9日(月)までの受付**とさせていただきます。

**[3月22日(日)納品分まで]**

お問合わせ先は、お近くの各営農センター・店までお願いします。

## いきき 健康クリニック

カルテ No.242

### 脂質異常症に注意!

脂質異常症という言葉を聞いたことがありますか。脂質異常症とは、LDLコレステロール、HDLコレステロール、中性脂肪、non-HDLコレステロールの数値に異常があることを言います。その中でも偏った食事や運動不足、体質的素因などでLDLコレステロールが増えすぎると、動脈硬化の促進につながります。動脈硬化が起こると、血管の内側が狭くなってしまって血流が妨げられ、全身に十分な血液が送られなくなったり、血液の塊(血栓)ができ、血管が詰まるリスクが高まります。血管が詰まることで、心筋梗塞や脳梗塞の発生にもつながります。

これらを予防するために、LDLコレステロール値を減らすには、脂身の多い肉や加工肉、マーガリンを多く使用したお菓子、コレステロールを多く含む食品を避けましょう。大豆や海藻、きのこ類などに多く含まれる食物繊維はコレステロールの吸収を抑えるため、積極的に摂取することをおすすめします。また、HDL



JA静岡厚生連  
遠州病院

健康管理センター 保健師  
宮本 亜紗美さん

お問合わせ  
遠州病院 ☎053-453-1111(代)

コレステロール値を増やす中性脂肪を減らすには、有酸素運動(ウォーキング等)を行ないましょう。1日30分以上、週3回以上が目標です。運動を習慣化することが難しい方は、バスや電車を最寄り駅から一駅前で降りる、エレベーターではなく階段を使用するなど、継続出来る運動を日々の生活に組み込んでみてください。

食事や運動などの生活習慣の改善を始めると、個人差もありますが、LDLコレステロール値、中性脂肪が1ヶ月くらいで低下し始めます。しかし、生活習慣を改善しても毎年の健康診断や人間ドックの結果で数値が改善しない場合は家族性高コレステロール血症の可能性もあるため、必ず医療機関へ受診し、医師へ相談しましょう。

参考文献  
きょうの健康 2023.8 2025.5

health

care

ときめき

ネットワーク

2025年 10・11月号

# JAの落語で学ぶ相続セミナー

2026年1月23日(金) 開場 9:30 開演 10:00 (終了予定 11:30)

参加費 無料 定員300人 (応募多数の場合、抽選)  
JA組合員であることを問わず一般の方も応募可能です。

会場 アミューズ豊田 ゆやホール  
静岡県豊田市上新屋304  
(会場駐車場はございません。近くで料金は2時間までです。)

申込受付 お申込みは 参加される方ごとにお願いします。  
(ご自身の名前で会員登録しておいてください。)

締切 2025年12月7日(日)  
申込締切後、参加対象者の方へは、年内を当選にご案内をお送りします。  
(ご自身の会員登録登録ください。)

行政書士・FP 木崎 海洋

相続・終活 共済 税金 認知症対策

こころ亭 久茶

笑える!泣ける!  
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?

JA静岡中央 (担当:端倉企画課) [KIKAKU@enchi.ja-shizuoka.or.jp](http://KIKAKU@enchi.ja-shizuoka.or.jp)

・会場都合または出演者の事情等により中止となる場合があります。最新情報はJA静岡中央公式HPをご確認ください。  
・ご提供いただいた個人情報は、本セミナーのご案内および当組合の販売する商品、サービス等に関する情報提供のために利用します。

## JAバンクを装ったフィッシングメールにご注意ください!

**⚠️ 偽メールに気を付けてください**

- JAバンクを装ったメールがくる
- IDとパスワードを伺うメールが届く
- IDとパスワードを返信してしまい知らない人に情報を盗まれてしまう
- 盗まれたIDとパスワードを悪用されてしまう

※不特定多数の方へ複数回送られていることが確認されています。

メールの件名や内容で慌てずに、まずは公式サイトからログインし、あわせて身に覚えのない取引がないか確認しましょう。

**<メールの件名>** ※実際に確認されたもの

- 【緊急情報】お客様情報・取引目的等のご確認
- 【JAネットバンク】利用停止のお知らせ
- 【JAネットバンク】緊急停止のご案内
- 【JAネットバンク】お客様情報等の確認について

JAネットバンク、JAバンクアプリから送付するメールのドメインは以下のものですので、不審なメールにはご注意ください。

「@webcenter.anser.or.jp」 「@otp-auth.net」  
「@janetbank.jp」 「info@mailer.ja-apis.org」

**⚠️ 偽サイトに気を付けてください**

- JAバンクを装ったメールがくる
- 偽サイトにアクセスを促すメールが届く
- 偽サイトにアクセスし重要な情報を入力してしまう
- 知らない人に入力した情報が送られ、情報を悪用される

偽サイトにはID・口座番号・パスワード等は絶対に入力しないでください。

**<要注意>**

特にワンタイムパスワードを漏洩すると、犯人側で送金が可能となり、貯金残高の全額を不正送金されるリスクがあります。

JAネットバンクに定期的にログインし、身に覚えのない取引がないかをご確認ください。

被害に遭ったと思ったら…  
**JAネットバンクの緊急停止を実施してください。**

# おたより掲示板

## ミョウガ料理

浜松市 大隅 志穂さん

今年はミョウガがたくさん採れました。天ぷらや、キュウリとミョウガの甘酢漬けなどを作つて食べました。他に何かおいしく食べられるレシピがあったらぜひ教えてください。

## 農業体験

森町 中村 ちえさん

地域の子どもたちの茶摘みや田植え、トウモロコシの苗植えなどとても楽しそうな写真で、見ていて笑顔になられました。これからも地域の農業体験と食育活動をよろしくお願いします。

## 夏野菜で熱中症対策

袋井市 増井 健二さん

夏野菜は大好物ばかりです。体温を下してくれる夏野菜をたくさん食べて、脱水症や熱中症に気を付けたいと思います。

JA◆今年の夏は特に暑かったですね。モリモリ食べて健康に過ごしてくださいね！

おたよりありがとうございました。

## いつもありがとう

袋井市 成田 きみ子さん

いつも金融店舗に行くと高齢者にも分かりやすく親切に対応してくれます。親しみやすくてとても気持ちが良いです。月見の里にもよく行きます。いつも対応してくれてありがとうございます。

## ふるさと瞬景

浜松市 北野 志保子さん

世界的に有名な機関車転車台。浜松市天竜区に住んでいながら、なかなか見に行く機会がありませんでした。これを機に見に行ってみたいと思います。

## 夏の暑さ対策

磐田市 布尾 洋子さん

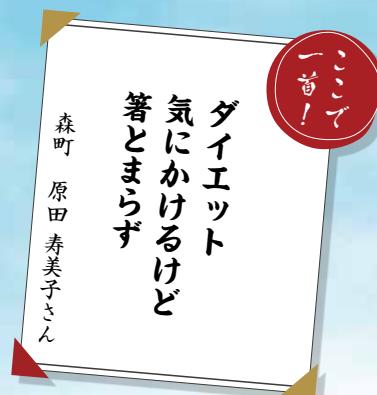
特集で熱中症について紹介されていて、勉強になりました。思い込みで間違っていた情報もあり、夏に向けて正しい準備ができてとても良かったです。

## さわやかウォーキング

磐田市 平野 さわよさん

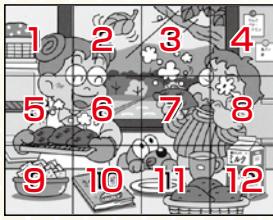
さわやかウォーキングに参加して、茶ピアのお茶をもらいました。ほんのり甘み、深みがあってとてもおいしいです。

JA◆暑いときは冷茶でさっぱりできて、寒いときは温かくしてほっこりできますよね。これからもたくさん飲んでください。



## まちがい探し

5つの間違いを探そう！



出題・イラスト・酒井栄子

ご応募は、ハガキまたはeメールにて①まちがい部分の数字、②郵便番号・住所、③氏名(フリガナ)、④年齢、⑤電話番号、⑥JAへのご意見・おたよりを書いて送つてね！

●応募先／ハガキ ▶▶〒438-0086 磐田市見付3599-1 JA遠州中央 広報課  
eメール ▶▶KOHO@enchu.ja-shizuoka.or.jp  
件名：広報誌プレゼント応募

●〆切／2025年11月末(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。

※おたよりの内容は、広報誌およびホームページ掲載のほか、JA遠州中央の広報活動以外には使用しません。

※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。



今回のプレゼントはコレ!!

農産物詰め合わせ  
10名様



※写真はイメージです。

メールは  
こちらから▼



# TOKIMEKI SMILE

地域の笑顔

# ときすま



(浜松市天竜区二俣町二俣)

こばやし みふゆ  
小林 美冬さん(女の子)  
(令和4年12月22日生まれ)

こばやし こなつ  
小林 瑶捺さん(女の子)  
(令和6年11月19日生まれ)

これからも健康に大きくなってね!  
(父) 広昌さん (母) 春菜さん



(袋井市堀越)

ひろせ かえで  
廣瀬 楓さん(男の子)  
(令和4年10月29日生まれ)

たくさん笑って、すくすく育ってね!  
(父) 委久さん (母) 梨沙さん



(森町草ヶ谷)

あらい のあ  
新井 乃碧さん(男の子)  
(令和7年1月15日生まれ)

じいじとばあばが作ったお米を  
たくさん食べてね!  
(父) 隆太さん (母) 優希さん

## ステキな笑顔募集中!

お子さま以外も  
OKです!

JA 遠州中央管内(袋井市・磐田市・浜松市天竜区・森町)在住で、日中の撮影が可能な方。下記の内容を記載の上、メールまたはお取引先の支店窓口までご応募ください。掲載者の年齢は問いません。お子さま以外のご応募もお待ちしています。

応募者 ①氏名 ②生年月日 ③住所 ④電話番号  
※未成年の場合は、保護者の方からお申みください。

応募先 KOHO@enchu.ja-shizuoka.or.jp

※広報課の職員が撮影にお邪魔します。  
※2年内にご家族が掲載されている場合は、応募をご遠慮いただいています。

◎土日の2日間、娘のビーチバレー大会の観戦に行ってきました。両日とも天気が良く、サングラスにタンクトップ、海パンとビーチサンダル姿で過ごしたら、全身がこんがりと日焼けしました。近頃は日差しが弱まり、秋の訪れを感じます。今年の夏の終わりには、少し寂しさを感じます。(M)

◎今号の特集「協同の力」で自分の生活を振り返ってみました。食事の片付けや掃除、子どもの送り迎え。これも小さな「協同」の形。お互いを思いやり、支え合う姿こそ協同の原点だと思います。誰かと力を合わせることを仕事でも暮らしでも大切にしていきたいと改めて感じました。(S)

◎最近、大学時代の友人がノルマンに移住しました。現地での様子をSNSに投稿していて、フランスと日本の文化の違いを、きれいな街並みやおいしそうな食べ物の写真を交えながら紹介してくれています。フランス旅行をしている気分になれるので、いつも投稿を心待ちにしています。(M)

## ● 編集後記 ●



おいしいをつくりましょ。



ときめき  
ネットワーク  
2025年 10・11月号  
vol. 330

[発行] 遠州中央農業協同組合  
〒438-0086 磐田市見付3599-1  
TEL0538-36-7002 FAX0538-36-7101

[編集] 広報課  
TEL0538-36-7001 FAX0538-36-7101

[印刷] 株式会社アプライズ

環境に優しい大豆油インキを使用しています。 PRINTED WITH SOY INK™



JA遠州中央

検索



JAネットローンの  
情報・仮申込はこちら▶



～SNSで情報発信中～



JA遠州中央 Instagram  
@enchu\_gram



JA遠州中央 YouTube



JA遠州中央  
LINE公式アカウント

