

おいしいをつくりましょ。



「農と食」で地域を元気に!

とくめき ネットワーク

2026年

2・3
月号

vol. 332

農で輝く人
受け継いだ農業を
次の世代へ受け渡す

特集
この地から
次の“特産”を



2	ふるさと瞬景
4	特集 この地から 次の“特産”を
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	「共済人間ドック」の制度廃止および新制度のご案内 いきいき健康クリニック
21	JAバンク スマイルナビ
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



- 所在地／浜松市天竜区大谷
- 交通／遠鉄西鹿島駅から遠鉄バス二俣山東行き乗車約15分、「天竜区役所」下車徒歩約10分、または天竜浜名湖鉄道二俣本町駅下車徒歩約30分



内山真龍資料館(浜松市天竜区大谷)

遠江国豊田郡大谷村(浜松市天竜区大谷)に
生まれた内山真龍は
病身の父親に代わり、
21歳から大谷村の名主を勤めた
学問が好きだった真龍は、
本を読んで研究するだけでなく
実際に現地調査を行ない
多くの本を書いた
真龍の82歳の生涯は
名主として大谷村の発展に尽くすとともに
国学の研究、弟子の育成に努めた
今もその生涯が書物によって
語り継がれている



「レモン」産地化に挑戦 第2章

農家の農業所得向上と新たな産地づくりを目指し、取り組みを始めた「レモン」。

2024年4月から講習会の実施や苗木の配布などを進めてきました。

本誌2024年10・11月号(vol.324)で紹介した内容を振り返りながら、現在の様子をお伝えします。



新規作物の挑戦

高齢化や担い手不足、資材価格の高騰、そして気候変動による栽培環境の変化など、農業を取り巻く環境は年々厳しさを増しています。

JA遠州中央では、離農などで増加する耕作放棄地の問題解決に向けて新たな可能性を切り開くため、新規作物の導入に挑戦しています。

このことは、農家の安定した経営や農業所得向上はもちろん、変化する時代に対応しながら次の世代へと地域農業をつないでいくための挑戦でもあります。

今号では私たちが取り組んでいる新規作物について紹介します。

JA遠州中央の主な品目

JA遠州中央管内では、温暖な気候と豊かな自然環境を生かし、さまざまな作物を生産しています。生産者一人一人の努力によって、品質の高いさまざまな農畜産物が消費者に届けられています。

 茶	 米	 イチゴ
 白ネギ	 海老芋	 キャベツ
 トマト	 レタス	 メロン
 エンサイ	 チンゲンサイ	 シャンサイ
		 イチジク

なぜレモン?

- 気候が適している
- 複合作物として
- 高まる国産レモン需要

連携協定を結ぶ

2024年7月 JA遠州中央と磐田市、ポッカサッポロフード&ビバレッジ株式会社の3者でレモン産地化に向けた連携協定締結。

レモンには

クエン酸やビタミンC、ポリフェノールなどの健康に関わる成分が含まれています。疲労感軽減や美容効果にも期待され、近年注目されています。



講習会や広島県圃場視察

生産者向けの定植・栽培講習会を開催し、定植時の調整方法や根の乾燥を防ぐコツを説明。先進地となる広島県の圃場を視察したJA担当者が、栽培のノウハウを伝授。

定植本数

管内延べ75人がレモンの栽培に取り組んでいます。
～2024年度まで…1,840本
2025年度………1,150本(予定)

和栗産地化 を支える連携の輪

「和栗を世界に」というビジョンのもと発足した和栗協議会。遠州地区一体となった産地づくりが進む中、当組合もその役割を担い、情報共有・連携の立場から支えています。和栗の価値を高める挑戦が、今始まっています。



なぜ栗?

- 気候が適している
- 複合作物として
- 遠州の和栗を世界へ

一般社団法人 和栗協議会

遠州地域から栗を世界へ発信する。和栗の生産拡大に向けた生産部会の会員に当組合も加入。



和栗には

ビタミンB₁やB₂、ビタミンCといったビタミン類、カリウムやマグネシウムなどのミネラルも含まれ、疲労回復の効果が期待されています。食物繊維も豊富で腸内環境も整えてくれます。

栽培に適した環境

- 日当たりが良好
- 耕土が深く、排水性がある
- 凍霜害が少ない

3年かかる栗づくり。その手間にびっくり!

「桃栗三年柿八年」…物事が成就するには相応の時間が必要である。という教訓を伝えることわざです。

このことわざが示すように、栗は植えてから実を結ぶまでにおよそ3年の年月を要します。剪定や施肥、病害虫対策など、実をつけるまで手入れは欠かせません!



レモンの産地化に向けた取り組みは、着実に歩みを進めています!

2025年1月3月6月12月



広島県の先進的な園地や施設の視察を繰り返し、栽培技術や管理方法の習得を進めています。

2025年1月



磐田市主催で、市民向けレモン産地化説明会を開催しました。連携協定を結んでいるポッカサッポロフード&ビバレッジ株式会社とJAがレモンについて説明しました。

現在

管内で苗木を植えて約2年を迎えたレモンの木。実が付き始めました!

品質や大きさの面から出荷まではいきませんが、確かな成長の証です。



一つ一つの積み重ねが、地域に根付くレモン産地の実現へとつながっていきます!

2027年の収穫を目指しレモン産地化の挑戦は続く…

磐田市、JA遠州中央とポッカサッポロは、レモン産地の形成による地域活性化を図ることを目的に協定を締結しました。これまでJA遠州中央、地域の皆さまのご協力をいただきながら磐田の食農環境の視察、調査を進めてきました。そして今春、昨年設立した農業法人 株式会社LEMONITY(レモニティ)によるレモンの定植を開始します。

磐田での新たな取り組みは、全国の食品事業者や農業関係者からも注目されており、その関心の高さがうかがえます。また、レモン市場は健康増進ニーズを背景に引き続き好調で、これからも“レモンカンパニー”として、その市場の成長、国産レモンの可能性を磐田の皆さまと共に広げていきます。

レモンの栽培や生産・販売に携わる方、これからチャレンジしようとする方、事業者、地域一体となって一緒にレモンの生産振興を盛り上げていきましょう。



ポッカサッポロフード&ビバレッジ株式会社 原料ビジネス推進部 部長
つちや じゅんいち
土屋 淳一さん



JA営農事業部 部長
すずき ともひさ
鈴木 智久

レモンの試験栽培開始から約3年が経過し、現在60人の生産者がレモンを栽培しています。2026年3月には新たに15人が栽培を計画していて、総面積は760aとなる予定です。また、2024年度にポッカサッポロフード&ビバレッジ株式会社および磐田市との3者協定を締結し、双方との連携を強化しながら面積拡大に取り組んでいます。

今後は、職員のレモン栽培スキル向上を図り、栽培指導ができる体制を構築していきます。順調に生育すれば、2027年度にはJA遠州中央産レモンの出荷が始まる見込みです。引き続き、関係機関と連携し、生産振興を図るとともに、ブランド作物となるよう取り組んでまいります。



新規作物だけじゃない！ 新品種に期待



気候変動による高温化などの栽培環境変化が進む中、求められているのは“今の時代に合った品種”です。新規作物の導入だけでなく、既存作物の新品種にも大きな可能性が広がっています。

イチゴ 新品種「静岡16号」

静岡県（県農林技術研究所）が、イチゴの新品種を開発しました。主力品種の「紅ほっぺ」「きらび香」に続き、12年ぶりの新品種です。

主な形質 まとめ			
	紅ほっぺ	きらび香	静岡16号
①早生性	早生	早生、連続出蕾	極早生、連続出蕾
②収量性	多収	多収	超多収
③大果性	大果	大果	大果



令和7年度 静岡いちご娘
さわだ りおん
澤田 莉音 (JA園芸課)

令和7年度、静岡のイチゴの魅力をお伝えする「静岡いちご娘」として活動しています。静岡県は「紅ほっぺ」や「きらび香」など、全国的にも高い評価を受けるイチゴ品種を数多く育成してきました。しかし近年、地球温暖化の影響により、秋口の気温が高い年が増え、イチゴの生育遅れや収量の不安定さが課題となっています。そこで、本県の研究機関で「高温条件下でも安定して育ち、年内から出荷できる品種」の開発に取り組み、誕生したのが「静岡16号」です！「静岡16号」はつやがあり、ふわっとした甘い香りがします。みずみずしくて酸味が少なく、すっきりとした甘みで食べやすいのが特長です。また、高温環境に強く、秋口の気温が高い時期でも花芽分化が安定し、早い時期から収穫が可能になります。これによりクリスマスシーズンなど需要が高まる時期に、安定した供給ができると期待されています。

静岡16号は、現在主力品種である「紅ほっぺ」や「きらび香」と比べて早生であり、収穫のスタートが早い点が大きな魅力です。昨今の猛暑の影響でイチゴの季節感がずれてきている中、年内の収量が上がり、高い需要がある時期に市場へ出荷できることは大きな強みです。

シーズン初期から安定した収穫が見込めるうえに、収穫の連続性も高く、全体の収量も期待できる品種だと感じています。

また、静岡16号は葉かきや摘花の作業が不要で栽培ができます。栽培の仕方はこれまでとは異なる方法で大変ですが、この方法が確立できれば、作業負担が大きく軽減される可能性があります。

生産者にとっては、品質と作業効率の両立が期待できる、夢のある品種です。

果実は大果形で見た目のインパクトがあり、色づきや形も良く、存在感も十分です。香りが良く、みずみずしくすっきりとした甘みもあり、多くの方に喜んでいただけるイチゴになると感じています。

まだ試験栽培の段階ですが、この品種の持つ可能性は非常に大きく、将来的には静岡を代表する新たなブランドとして育っていくことを期待しています。



静岡16号
試験栽培生産者

現在「静岡16号」は、公募による名称決定を控え、品種登録に向けた準備が進められています。順調にいけば2~3年後には本格的なデビューを迎える予定です。どんな名前になるのか今から楽しみです！

和栗産地化に向けた地域連携

当組合を含む関係機関が連携し、遠州地域全体で進められている和栗産地化の取り組みを紹介します。



一般社団法人 和栗協議会 (遠州・和栗プロジェクト)

掛川栗をはじめとした和栗の魅力を発信し「WAGURI」ブランドの創設を目指す“遠州・和栗プロジェクト”が2022年に発足。

2025年2月、さらなる発展と持続可能な産地づくりを目的に“一般社団法人 和栗協議会”としてスタートしました。遠州8市1町の行政や地元企業など52の団体・企業が力を合わせ、5つの専門部会で活動しています。

- ①生産部会 生産拡大と農地の見える化(地域交流) JA静岡経済連を含むJAを中心とする部会 JAの栽培方針づくり 勉強会・産地交流 など
- ②研究部会 付加価値の研究(おいしさ数値化・糖度分析)
- ③技術部会 選果・作業支援の自動化研究(効率改善)
- ④イベント・商品部会 消費出口戦略と文化価値の醸成
- ⑤広報・人事部会 ブランディング・人材づくり

小さな苗木に、大きな期待を込めて



管内の畑に栗の苗木が並びました。ここから栽培が始まります！

和栗の輪は広がっていく...

こんにちわぐり 🍂

一般社団法人 和栗協議会の生産部会は、生産者が安心して栗栽培に取り組み、安定した出荷につなげていくことを大切に、栽培管理の徹底や講習会の開催、出荷に向けた支援などを行なっています。今後は新たな栗生産者の確保と、既存生産者が魅力を感じて出荷したくなる体制づくりを進めるとともに、JA遠州中央には栗栽培の取り組みを管内に広く発信し、技術や方針面の助言をもらいながら、連携して取り組みを進めていくことを期待しています。

将来的には出荷量を安定させ、この活動が農地の有効活用や複合栽培のモデルケースになることを目指しています。



JA静岡経済連 西部支所 西部みかん園芸課
一般社団法人 和栗協議会 生産部会会長
なかむら ゆうき
中村 勇喜さん



有限会社春華堂 部長
一般社団法人 和栗協議会 事務局次長
はやし しんじ
林 慎司さん

はじめマロン 🍂

当協議会の生産部会では、2025年度に掲げた「定植900本~1,000本」という目標を、JA関係者の皆さまの多大なるご尽力により、達成することができました。各地で開催している定植講習会や剪定講習会には想定を上回る参加者が集まり、現場でも「耕作放棄地の活用として栗を検討したい」という声が増えています。実際に畑を回る中で、当会の活動が地域へ着実に広がり、生産者の選択肢を広げていることを強く実感しています。

新たな取り組みとして「WAGURI農地マップ」の整備を開始し、春華堂が運営するnicoeで実施する「nicoイチ農家」の情報とも連携し、地域の一次産業を“見える化”することで、和栗が地域の新たな資源となる未来を創り出していきます。

今後も関係者の皆さまと共に、和栗の発展に向け挑戦を続けてまいります。

全力のその先へ

イチゴ「きらぴ香」で農林水産大臣賞受賞



息子も背中を追ってくるかな



家族で袋井市長を表敬訪問



12月に行なわれた品評会の様子



受賞の報告をしました



農林水産大臣賞を受賞した山田さんのイチゴ



品評会とは、農産物を一堂に集め専門家がその品質を審査し、優劣や等級を決めることです。これにより、生産者が日頃の成果を競い合い、栽培技術の向上を目指します。

今回は、2025年12月に開催された「第36回静岡県いちご果実品評会」で最高位の農林水産大臣賞を受賞した、袋井市のイチゴ農家の山田賢司さんに話を聞きました。

イチゴ農家
やま だ けん じ
山田 賢司さん

43歳 袋井市見取
1982(昭和57)年、袋井市生まれ。妻と4歳の息子と3人暮らし。リフレッシュ方法は息子と遊ぶこと。休日には、息子が好きなラグビーの静岡ブルーレヴズの観戦に出掛ける。

常に身近にあった農業

私は、祖父の代から続くイチゴ農家の三代目です。常に忙しく農業と向き合っていた祖父の傍らで、幼い頃から田んぼやハウスを遊び場に育ったため、農業は身近に感じていました。子どもの頃は、まさか将来自分が農家になるなんてことは思ってもみませんでした。中学卒業後はお小遣い稼ぎと称して家の手伝いをするようになり、自然と農業に携わるようになっていきました。10代の時に父がサラリーマンを辞めて農家に転身したこともきっかけのひとつだったかもしれません。農家になったのは、憧れというよりは自然な流れだったように思います。

失敗は買ってでもしろ

初めは農家としての覚悟が持てず、仕事への向き合い方も中途半端でしたが、地元農家の先輩がそんな私を見かねて熱心に指導してくれました。特に印象に残っているのが、私が苗の管理が上手にできずに育苗を失敗してしまったことです。就農して苗作りを任せられて間もない頃だった

たため、失敗することが多くあまりハウスにも寄り付かなくなりました

たため、失敗することが多くあまりハウスにも寄り付かなくなりました。そんな時に先輩は「逃げていないで、とにかくハウスに足を運んで苗と向き合え」と愛のある言葉をかけてくれました。そして、藤枝市のイチゴ農家に話をつけてくれて一緒に苗をもらいに行ってくれました。その農家の方もとても親切で、「たくさん余っているから無償でいいよ」と快く譲ってくれました。ミスをしてしまったのは私なのに、そんな私を見捨てずに声をかけてくれた優しさ、そして農業と真剣に向き合えていなかった自分の不甲斐なさから、帰りの車中では悔し涙を流しました。それから、もう二度とこんなミスはしないと心に決めて、農業に本腰を入れて取り組み始めました。あの時の失敗と周囲の方のおかげで、今は失敗も前向きに捉えることができています。

また、青年部活動を通して妻に出会うことができたのも大きなきっかけです。妻は、いつも前向きに私の仕事の応援をしてくれて、何事も一緒に楽しんでくれます。結婚前に仕事で忙しくなかなか会えない時もあ

トップを狙え!

2025年12月に行なわれた「第36回静岡県いちご果実品評会」で最優秀の農林水産大臣賞を獲得することができました。それまで、他の賞をもらうことはありましたが、こんなに名誉ある賞をいただけたのは初めてで、頑張ってきたよかったですという思いです。

イチゴの未来を明るく

賞をいただけたことは、私にとってもうれしいことではありますが、同時に「農林水産大臣賞のイチゴ」という看板を背負うことに責任も感じています。偉大な先輩方や代々続いてきたイチゴ農家として、高品質でおいしいものを届け続けなければならぬと身が引き締まる思いです。今回の賞も、私自身の努力だけではなく家族や先輩方、JAの皆さんの支えがあったからだと思います。これからも「JA遠州中央の山田賢司」としてレベルの高いイチゴを部会みんなと協力して作ってまいります。

「が重要だったように感じています。一週間前にイチゴの様子を見て、大臣賞を狙えるかもしれないという希望が見えて、自分の中で「絶対に獲る」と決めてイチゴに向き合いました。これまでも妥協してきたことはなく、毎回自分のベストを尽くしてきました。全力でやってもその場で結果が伴わなかったとしても、必ずそこから

最新設備ではなくてもきちんと向き合えば、おいしいイチゴが作れるということが今回の大臣賞受賞で証明できたと思います。今後は、新規就農者がこの土地で農家をやりたいと思ってもらえるように頑張りたいです。遠州中央のイチゴの未来を明るく照らしていけるよう責任をもって向き合っていきます。

農輝人

伊澤 光興 さん

栽培目
茶

「PROFILE」 42歳 浜松市天竜区春野町
1983年、浜松市天竜区生まれ。妻・息子・父・母と5人暮らし。友人たちとマージャンを楽しむ時間が、リフレッシュのひとつとなっている。



受け継いだ農業を 次の世代へ受け渡す

春野町への想いと決意

私は春野町が大好きで、子どもの頃からいつかこの町の役に立ちたいと考えていました。高校までは野球に打ち込み、その後の進路を考えた時、父が茶業を営んでいたことから茶の販売に興味を持ちました。しかし、地元の茶生産者が年々減少している現状に危機感を覚え、「自分が作る側にならないければ」と強く思い、静岡県立農林大学校（現静岡県立農林環境専門職大学）へ進学しました。

就農した当時、春野町ではJA青年部の活動が途絶えていましたが、天竜区の若手農家たちと協力し、天竜支部の再興に携わりました。また、2014年には地元農家3人を中心に「春野耕作隊」を立ち上げ、地域農業の活性化に取り組んできました。こうした活動を通じて、地域の先輩方からの大きな期待を感じており、それが私の活動の原動力となっています。

伝統と未来をつなぐ農業

春野町で仕事があるからこそ、この大好きな地元に住み続けられると実感しています。移住者の方々と話す中で、改めて春野の素晴らしさに気付かされることも多く、伝統を大切にしながらも、時代のニーズに応じた茶づくりを目指しています。大学時代の卒業旅行で訪れた台湾で飲んだ烏龍茶の風味と香りには大きな衝撃を受け、今もその体験が新しい茶づくりへの挑戦心につながっています。

また、わが家では茶だけでなく、シイタケやキウイフルーツ、サンショウなどの栽培も行なっています。いずれは、これらの作物も含めて継承し、将来、もし息子が農業を継ぐことを望んだ場合には、安心して託せるよう、今後も引き続き地域の方々と力を合わせて、農業を続けられる環境を整えていきたいと考えています。

全地区合同 家の光クッキングフェスタ

11月27日、JA本店で「家の光クッキングフェスタ」を管内の女性部全地区合同で開催し、参加した約90人が出品された全9品の料理を試食しました。

今回は家の光100周年をテーマに、総合家庭雑誌「家の光」に掲載されたレシピを参考に地元の農畜産物を使用した料理を女性部員が考案し、それぞれの支部から持ち寄りました。

地産地消の大切さを実感するとともに、地域を超えた部員間の交流ができました。



出品された料理



支部活動
浅羽支部

減塩って どうすればいいの？

11月29日、袋井市のメロプラザに遠州病院の管理栄養士を招き、健康料理教室を開催しました。

減塩をテーマにみんなで意見交換をした後、味付けを工夫してテーマに沿った料理を作りました。

おしゃべりしながら楽しい時間を過ごし、減塩についてもプロの方から学べる貴重な機会となりました。



当日の調理の様子

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

SDGsと女性部



森町農業小学校

森町女性部は、青年部と女性部合同で地元小学生を対象とした『森町農業小学校』を2025年5月に開校しました。

今回は、エダマメとスイカ、サツマイモの種まきと収穫に挑戦しました。子どもたちは、最初から最後まで責任をもって作物を育てることの大変さだけでなく、野菜の形の良し悪しに関わらず、すべての野菜はおいしく食べられる『食の大切さ』を学びました。



サツマイモの収穫の様子

私の女性部エピソード！

絵手紙は、目で見たり触ったりしながら、五感を働かせて描き、子どもからお年寄りまで気軽に楽しむことができます。少しくらい線が曲がっても大丈夫。心を込めて描くことが大切です。描いた絵に合わせて言葉を添えれば、より温かみを感じることができます。

自分で描いた絵手紙を誰かに送ることで、人と人の心をつなぐことができます。日常の生活に楽しみを増やしてみませんか。

心をつなぐ絵手紙

4年ほど前から女性部で絵手紙教室の講師として活動しています。絵手紙を始めたのは約18年前、ケアマネージャーとして働いていた時に利用者さんに教えてもらったことがきっかけです。



福田支部
しましずこ
嶋 静子さん

ゴボウ 畑を深く耕し長い根を作る

ゴボウは食物繊維が豊富でカリウムも多い健康野菜です。

高温性で、発芽適温は20〜25度、生育適温は20〜30度ですが、生長したゴボウは寒さにも強いです。長く真っすぐな根を作るためには、下層まで土粒の細かい畑が適しています。春まき冬取りと秋まき夏取りができますが、春まきの方が栽培しやすいです。

〔品種〕根長が70〜80cmになる長根種の「山田早生」(各社)、「柳川理想」(柳川採種研究会)などが一般的ですが、家庭菜園には30〜50cmの短根種がお薦めです。短根種の「サラダむすめ」(タキイ種苗)、「ダイエット」(サカタのタネ)はサラダにも向いています。〔畑の準備〕ゴボウは根が深いので、畑をあらかじめ50〜70cmほど深く耕しておきます。種まきの1カ月前に、

1平方m当たり堆肥1kgと苦土石灰100g、1週間前に化成肥料(NPK各成分10%)100gを施し、深さ30cm程度まで耕します。次にベッド幅を30cm程度取り、高さ10cm程度の畝(耕土の浅い畑では高さ20〜30cmの高畝)を作り、中央に園芸用支柱などを押し付け、深さ1cm程度のまき溝を作ります(図1)。

〔種まき〕種皮が発芽抑制物質があるため、水に一晩浸しておきます。まき溝に約2cm間隔で種をまきます。好光性種子のため土は薄くかけ、鎮圧します。発芽まで約2週間かかるため、その間土を乾かさないことが大切です。発芽促進と幼苗の保護のため、不織布によるべたがけが有効です。〔間引き〕本葉1枚で株間が約4cm間隔になるように間引き、2回目は本

葉3、4枚で株間が約8cm間隔になるように間引きします(図2)。〔追肥〕1回目は株定め後、化成肥料を畝の両側に合計で1m当たり20〜30g、2回目は本葉8、9枚の頃に50g施します。いずれも、追肥後は除草を兼ねて中耕・土寄せしておきます(図3)。

〔病害虫防除〕病害虫を出さないようにするには、連作をしない、未熟な堆肥を使わない、周辺を除草することが基本です。なお、ゴボウはセンチュウ被害を受けやすいので、前作のキュウリやニンジンなどにセンチュウ被害があった畑では栽培を避けましょう。〔収穫〕春まきの若ゴボウは、直径が約1cmになる頃から掘り取ります。普通のコボウは直径約2cmが目安で、発芽から収穫までは短根種で3カ

月、長根種で4、5カ月程度です。収穫は、まず葉柄を5〜10cm残して茎葉を刈り取り、スコップで株の片側を深く掘って、根を露出させてから引き抜きます(図4)。冬には霜で茎葉は枯れますが、長根種は越冬し2月ごろまで収穫できます。

図1 種まき

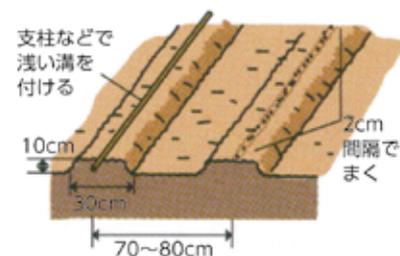


図2 間引き

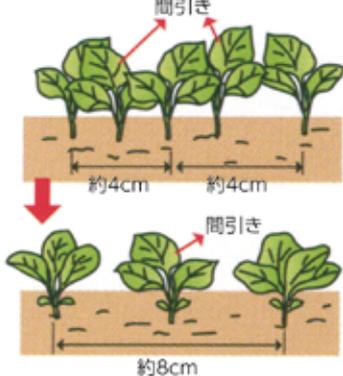
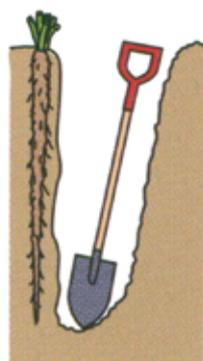


図3 追肥



図4 収穫



栽培カレンダー(ゴボウ)

		3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
冷涼地	春まき			●	■	■	■	■	■	■			
	秋まき												
中間地	春まき		●	■	■	■	■	■	■	■			
	秋まき												
暖地	春まき	●	■	■	■	■	■	■	■	■			
	秋まき												

● 種まき ■ 生育 ■ 収穫(短根種) ■ 収穫(長根種)

※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。

園芸研究家 ● 成松次郎

どきりキッチン



パリパリ食感！

切り干しダイコンのハリハリ漬け

材 料 (4人前)

- 切り干し大根…………… 200g
- ニンジン…………… 50g
- ショウガ…………… 10g
- トウガラシ…………… 2本
- 昆布…………… 少々
- ① { 砂糖…………… 250g
- 酢…………… 200ml
- しょう油…………… 200ml



作 り 方

- 1 切り干し大根をボウルに入れ、水を注ぎ10分ほど浸す。
- 2 ①をザルに上げ、よく絞って水けを切る。
- 3 ニンジン、ショウガは千切りにして、昆布はハサミで細切り、トウガラシは輪切りにする。
- 4 鍋に①を入れて沸騰したら火を止め、粗熱を取る。
- 5 密閉袋に②と③、④を入れて空気を抜いて閉める。
- 6 冷蔵庫で2～3日冷やして出来上がり。

JAのホームページ内「Let's Cooking」にも多数のレシピ掲載中!



ピリ辛でご飯によく合います。お酒のおつまみにも最適ですよ!



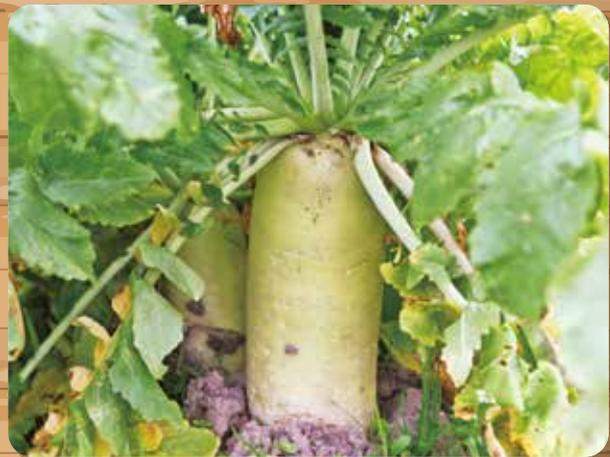
女性部(豊田支部)

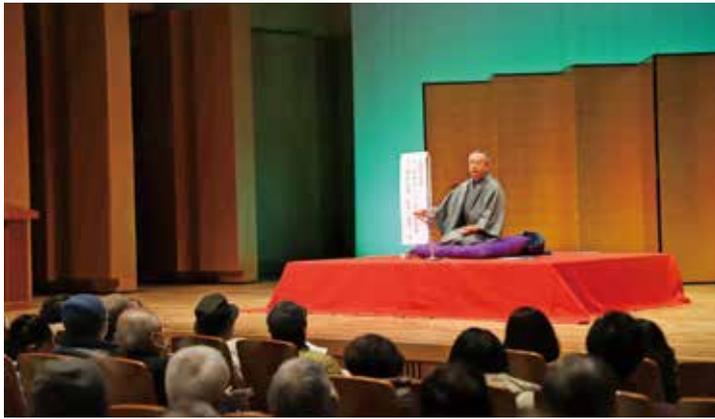
みやじま きみこ
宮島 公子 さん

旬の農産物 ダイコン

ダイコンには強い抗酸化作用があるとされるビタミンCが豊富に含まれています。コラーゲンの生成に深く関わり、風邪予防だけでなく美容にも役立つ栄養素です。

また、干したダイコンは水分が抜けることにより甘みが凝縮され、生では食べられないうま味成分が生成されていきます。ダイコンを大量消費したいときは、細切りにしたダイコンを2日以上天日干しにして作る「自家製切り干しダイコン」がおすすめです。





落語を交えてテーマを語る講師

落語で学ぶ相続セミナー

J Aは1月23日、組合員や地域住民を対象に「落語で学ぶ相続セミナー」をアミューズ豊田ゆやホールで開催しました。

同イベントでは、講師に行政書士やファイナンシャルプランナーの資格を持ち、相続や不動産、企業コンサルタントとして活動している木崎海洋さんを招き、落語形式の講義を行いました。

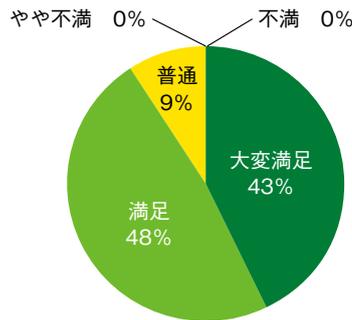
定員300人に対し、386人の応募をいただきました。当日の参加者は、講義テーマ①「落語だからおもしろい！相続・終活のあれこれ」②「ドラマよりも修羅場だったお通夜の席」③「J A共済の隠れた機能」に沿った話を聞き、笑いながらもメモを取り、興味深く聞いている様子が見られました。

参加者からは、「楽しく学ぶことができ、勉強になった」という声が多く聞かれました。



参加者アンケート集計結果

満足度	人数
大変満足	107
満足	120
普通	23
やや不満	0
不満	0
計	250



地域の話満載!!

ときめきトピックス

12 - 1月

DECEMBER - JANUARY



柑橘を収穫する参加者

柑橘オーナーが収穫体験



J Aは、管内に在住する准組合員とその家族を対象にした農産物オーナー制度を2021年から始めています。

広報誌などで柑橘(ポンカン)オーナーを1口5,000円で募集したところ、11口の応募があり、28日に磐田市で6家族、18名が収穫を体験しました。

当日は親子連れや三世代で参加する家族が複数みられました。



出荷基準を確認する部会員

いちご部会目ぞろえ会

J Aいちご部会は、6月中旬までに130万パック、約350トンの出荷を目指します。

12月2日、J A園芸流通センターで目ぞろえ会を開き、部会員と取引市場の担当者合わせて約50人が参加しました。販売情勢や出荷規格について申し合わせた他、サンプルのイチゴをテーブル上に並べ、参加者が手に取って確認しました。



こくりと呼ばれる作業をする会員

新春初揉み会 茶の手揉み技術を伝承

袋井市茶手揉保存会は1月5日、同市のJA香りの丘茶ピアで手揉み茶の初揉み会を開き、新春を祝いました。

会員数25人の同会が、茶の手揉み技術の伝承や、手揉み茶を知ってもらおうと毎年1月に行なっている恒例行事です。

集まった12人の会員が、葉振るいや回転揉みなどの工程を進め、約5時間かけて製茶しました。



最大60秒間の強力噴射が可能なスプレー

外務員へ 熊撃退スプレーを配布

JAは12月、山間部を担当する外務員に熊撃退スプレー44本を配布しました。

同JA管内では山林が多い地区があり、熊の目撃情報も確認されています。外務員は日常的に農地や集落を訪問するため、熊と遭遇するリスクが懸念されていました。熊が出没すると予想される地域での業務にあたる職員の安全確保を目的とした取り組みです。



白ネギの外観を見比べる審査員

白葱品評会で 星野さんが3年連続で最高位



JAは1月15日、磐田市の園芸流通センターで、第34回JA白葱品評会を開きました。

全29点の中から、JA白葱部会磐田支部の星野みつ代さんが3年連続で最高位の優秀賞に輝きました。

同部会員が通常出荷した中からJAが無作為に抜き取って審査。日頃の生産技術が優れているものに栄誉が与えられる仕組みです。



茶の外観審査をする参加者

袋井地区闘茶会 竹原さんと南自園に栄冠

袋井地区農協茶業委員会は1月15日、袋井市のJA袋井南部店で、第18回袋井地区闘茶会を開きました。

同市の若手からベテランの茶業関係者26人が一堂に会し、引き締まった空気の中、茶の審査技術を競い合いました。

個人の部は竹原秀哉さん、団体の部は南自園(丸尾晃生さん、竹原秀哉さん、丸尾友基さん)が1位に輝きました。

info

新規農業後継者をサポート！

2023年から次代を担う農業後継者や農業経営者、中核的組合員を養成するためのサポート制度を実施しています。

JAが組合員農家の子弟、または新規就農を目指す方をJA職員として受け入れ、就農するまでの間(最長7年)、JAでの仕事を通じてさまざまな経験をしてもらうものです。

JAでは人脈を広げる機会も提供し、将来の地域農業のリーダーを育成していきます。

応募・お問い合わせ 人事課 ☎0538-36-7004

募集

【若干名募集】
中途採用職員を募集しています！

JA遠州中央では、地域の未来をともに創る職員を募集しています。

地域農業に興味がある方、地元で働きたい方、営農や金融の仕事に興味のある方など大歓迎！これまでのご経験や情熱を、ぜひ私たちと一緒に生かしてみませんか？

「地域のために何かしたい」「新しい環境でチャレンジしたい」そんなあなたのご応募を心よりお待ちしております。

応募・お問い合わせ 人事課 ☎0538-36-7004

募集

「海老芋 新規担い手栽培講習会」で学びませんか

JA海老芋部会では、産地の維持・拡大を目指し、新たな生産者の育成と栽培技術の伝承を進めています。講習会で栽培管理や販売状況などを紹介する他、ベテラン生産者の指導の下、畑で実際に海老芋を栽培していきます。

苗作りから出荷調製までの技術を取得し、2027年度以降の本格的な海老芋の生産を目指しませんか？

受講
対象者

- 会社を退職された方、農業に従事したい若者など
 - JAの部会に加入し、本格的な海老芋生産を目指す方
- ☆以前、受講した方の再受講も可能です。

おおまかな
スケジュール

4月上～中旬／オリエンテーション
5～8月／作業のポイントごとに実地研修(圃場場所：磐田市)
11月下旬／収穫作業
※講座は全7回ほどの予定

参加費

無料

申込み期日

2026年3月19日(木)

お問い合わせ

園芸課 ☎ 0538-36-7018
磐田営農センター ☎ 0538-36-7204
受付時間：平日8：30～17：00(土・日・祝日休み)



info

出資に関する
変更手続きはお済みですか？

組合員加入時と状況が変わっていませんか？

- 引っ越しをした
- 農業をやめた
- 組合員(出資者)が亡くなった など

組合員資格に変動が生じた場合や住所変更・名義変更などは「出資に関する変更手続き」が必要です。

詳しくは各支店にお問い合わせください。

※組合員の方に本誌「ときめきネットワーク」を郵送にてお届けしています。ご不要な場合は、同様に各支店へお申し出ください



info

JAの移動販売車
「ときめきマルシェ」運行中！

JAでは移動販売車「ときめきマルシェ」を運行しています。

野菜、精肉、鮮魚などの生鮮品から、冷蔵・冷凍食品、菓子類まで、さまざまな食料品や日用品を積み込み、地域の皆さまにお買い物を楽しんでいただく機会を提供しています。

「ときめきマルシェ」の
運行スケジュールはこちら▶



経営管理委員会だより

2025年度12月期・1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。

●12月期

日時 令和7年12月26日(金)

決議事項 なし

報告事項 4項目

【主な報告事項】

- (株)ジェイエー遠中サービス農機センターの営業体制見直しについて

営業日を下記の通り変更いたします。

- 変更内容
 - ・通年：日曜日を定休日とします。
※農繁期(4月～6月・8月～10月)は日曜日も営業します。
 - ・12月～3月は、土曜日・日曜日を定休日とします。

- 開始時期 令和8年1月10日(土)より

現状

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
営業								日曜定休	営業		

変更後

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
営業	日曜定休	営業	日曜定休	土日定休							

※令和7年度は令和8年1月10日(土)から開始

●1月期

日時 令和8年1月28日(水)

決議事項 5項目

【主な報告事項】

- 店舗統廃合に伴う定款および諸規程等の一部変更について
- 理事推薦委員会への推薦依頼について
- 目的積立金基準の一部変更について
- 子会社管理規程の一部変更について

他1

報告事項 12項目

【主な報告事項】

- 共済相談プラザ磐田駅前店の管轄支店変更のお知らせ

見付支店および西貝支店の統廃合に伴い、管轄エリアや営業体制を見直し、より一層きめ細やかなサービス提供を目指します。今後も皆さまのニーズに迅速に対応できる体制強化に努めてまいります。

共済相談プラザ磐田駅前店配置体制
(中泉支店・於保天竜支店・磐田南支店・見付支店)

管轄支店名	現状	新配置
中泉支店	○	○
於保天竜支店	○	○
磐田南支店	○	○
見付支店	—	○

変更日：令和8年4月1日

info

農家で働きたい人をJAが橋渡し

「JA遠州中央ときめきアグリワーク無料職業紹介所」では、働き手を募集する農家や農業法人と、職を探している地域の皆さまとの橋渡しを無料で行なっています。

静岡県のJAグループでは、地域の皆さまが農業への関心を持っていただけるよう、静岡県下JAグループ求人サイト「しずおかの農業で働こう！」を開設しています。さまざまな角度から農業を紹介している他、多様な雇用先からの求人情報を閲覧できます。



静岡県下JAグループ求人サイト
「しずおかの農業で働こう！」
はこちら



当JA管内
(袋井市・磐田市・浜松市天竜区・森町)
の求人情報はこちら



お問い合わせ

JA営農企画課 ☎ 0538-36-7014
受付時間：平日8:30～17:00(土・日・祝日休み)

info

JA遠州中央のデータ

	2026年1月31日現在
・組合員数総合計	43,791人
・正組合員	14,515人
・准組合員	29,276人
・出資金	31億682万円
・貯金	5,817億5,950万円
・貸付	1,074億7,819万円
・共済保有高	1兆4,297億8,926万円
・販売品販売高	111億7,799万円
・購買品供給高	31億7,369万円

「共済人間ドック」の制度廃止 および **新制度** のご案内

当組合ではJA共済の生命共済加入者を中心に健康管理・福祉サービスの一環として「共済人間ドック」をすすめてまいりました。

しかしながら、近年の法令および関連指針の改正に伴い、すべての組合員の皆さまに対して、より一層の公平性および公正性を確保したサービスの提供が求められています。このような状況を踏まえ、誠に勝手ながら「共済人間ドック」制度は、2026年3月末をもちまして廃止させていただくこととなりました。これまで本制度をご利用いただいております皆さまには、長年にわたるご愛顧に心より感謝申し上げます。

なお、2026年4月よりJA静岡厚生連遠州病院におきまして、**すべての組合員の皆さまを対象とした新たな健康管理・福祉サービス制度を開始する予定でございます。**

共済人間ドック廃止日／2026年3月31日(火)

JA組合員ドック開始日／2026年4月1日(水)

JA組合員ドック料金／24,200円(税込)

対象者／組合員及び組合員と同居の親族

本件にかかるお問合わせ先

共済部 共済推進課 ☎ 0538-36-7011
またはお近くの各支店・共済相談プラザまで

新制度にかかるお問合わせ先

JA静岡厚生連遠州病院健康管理センター
☎ 053-415-9969

いきいき 健康クリニック

カルテ No.244

乳がん検診を受けていますか？

乳がんは、母乳を作る乳腺の細胞が性質を変え、異常に増えることで起こります。乳がんの7～8割には、エストロゲンという女性ホルモンが関係しているとされ、エストロゲンの分泌に関係する月経の回数が多い、初経年齢が早い、閉経年齢が遅い、出産経験がない、授乳期間が短いなどの場合は、発症リスクが高くなると考えられています。さらに、飲酒や喫煙、閉経後の肥満、また家族歴なども発症リスクを高めます。

乳がんは、日本人の女性に最も多いがんで年間9万人以上が新たに発症しており、9人に1人の割合で起こるとされており、今後も増加傾向が続くとみられます。年代別にみると30代後半から増え始め、40歳代後半から70歳代にピークを迎えます。しかし、早期に発見できれば9割が治せるとされています。そのため



JA静岡厚生連
遠州病院
健康管理課 保健師
山根 久恵さん

お問合わせ
遠州病院 ☎053-453-1111(代)

には、「日頃から自分の乳房の状態に関心を持ち、乳房を意識する生活習慣」すなわち、「プレスト・アウェアネス」が大切です。具体的には、乳房の状態を知り、乳房の変化に気をつけ、変化に気づいたら医療機関に相談することです。もう一つが、がん検診を受けることです。がん検診は40歳以上の女性が対象で、各自治体で2年に1回、マンモグラフィー検査受けられます。

遠州病院の健康管理センターでは、乳がん検診のマンモグラフィーの他に、乳房超音波検査や新たに乳房MRI検査を実施しておりますので、興味のある方は、お問い合わせください。

※乳房MRI検査の予約は、遠州病院ホームページ「MRI乳がんドック」からお願い致します。

参考文献
きょうの健康 2025年10月号、2022年10月号

JAの金融店舗でJAバンク スマイルナビ(タブレット)でのお取引受付ができるようになりました。
 大変な伝票・書類記入が不要となり、簡単操作で便利にお取引いただけます。
 支店職員もサポートいたしますので、ぜひお気軽にご利用ください。

タブレットで
簡単・便利に

JAバンクでの
お取引を
もっと便利に

JAバンク スマイルナビ

郵便番号
検索すると住所が
自動で表示されるし、
金融機関も検索できて
とっても楽ね!
伝票よりも便利で
入力しやすいわ!



タッチで簡単
お取引!

JAバンクスマイルナビで、大変
だった書類への記入が不要に。
タブレットの画面に沿って必要
事項を入力・選択するだけで、
お取引の受付ができます。^{※1}

1回



複数の書類
記入不要!

複数のお取引でもタブレットなら
署名は一度きり。
続けて入力する場合、2件目のお
取引から同じ内容は自動表示
されるため、入力不要です。^{※2}

JA CASH
CARD

カード持参で
自動入力!

キャッシュカードをご持参いただ
ければ、住所等のお客様情報や口座
情報が自動で表示され、簡単・便利
にタブレット入力が行えます。^{※3}



タブレット画面で
文字が見やすく、
簡単に操作ができて
とっても
便利だぞう

ご利用いただけるお取引

お預入れ ↓ ¥	お引出し ↑ ¥	お振込み ¥
お届け内容の 変更 ↻	定期貯金 JA BANK	定期積金 JA BANK
普通貯金等 口座開設 ※原則ご新規の お客様向け	普通貯金等 の解約 ↵	キャッシュカードの 発行・再発行等 JA CASH CARD

※1：キャッシュカードと暗証番号による認証成立を条件に、同一名義で当組合に開設された当座性口座・定期
性口座の情報および届出事項の一部がタブレットに表示されることがあります(JAごとに表示される内
容は異なります)。詳しくは窓口までお問合せください。
 ※2：金額等の必要事項の入力等は必要となります。
 タブレットは一度に最大10件のお取引の入力を続けて行うことができますが、署名は一度きりとなりま
 す。また、続けてお取引の入力を行う場合は、一度入力した住所・電話番号などの再入力は不要です。
 ※3：キャッシュカードはカード表面記載の会員ご本人様のみご利用いただけます。お客さまのカードをご家族等が
 ご利用することはできません。また、暗証番号についてもご家族を含めた第三者に開示されることも禁止され
 ています。ご家族名義のキャッシュカードをご希望のお客さまは窓口までご相談ください。

詳しくはお取引のあるJA金融窓口にお問合わせください。

おたより掲示板



2025年10・11月号に寄せられた一部を紹介します。

農家さんに感謝

磐田市 中村 しのぶさん

庭の手を広げるほどの畑で毎日虫と闘いながら作物を作っていると、農業はととても大変だということがよく分かります。若い方が日本の農業を支えてくれてこそ郷土ここにあり。感謝したいですね。

参考になります

浜松市 小泉 陽子さん

ときめきを読んでいつも農業についての知識や知らなかった情報を得ています。料理も参考になっていて、毎日の食卓のレパートリーに加えています。

楽しみです

森町 高野 尊子さん

女性部の皆さんが楽しく活動していたり、畑の作物の収穫を募ったりとさまざまな面で活躍されている人が多いことを知り、私もいつか仕事や介護の時間に手が空いたら、女性部活動に参加してみたいと思います。今からとても楽しみです。

応援しています

森町 内藤 松枝さん

農業はこれからの日本にとってとても大切なものだとことを実感しています。農家の皆さんにはこれからも頑張ってもらいたいです。

JA◆ファーマーズマーケット・農産物直売所で農産物を購入して、地元の農家さんを応援しましょう！

ヌートリア出没!?

磐田市 橋本 洋子さん

隣接する市町でヌートリア目撃・被害があるということを目にして、身近にいるんだということに驚いています。

JA◆なかなか珍しい動物ですが、オレンジ色の歯が特徴的です。もし見かけたらJAに教えてくださいね！

海老芋大好き!

磐田市 栗田 めぐみさん

いよいよ海老芋の出荷が本格的になってきましたね！おいしく料理したいです。先日はシチューに入れてみたら、煮崩れせずおいしくできました♪

一粒残らず食べよう

袋井市 佐々木 睦子さん

子どもの頃祖母の家に泊まった時に釜についた米粒を祖母が一粒残らずきれいに食べていたのを思い出しました。昨年の米価格高騰を受けて、米一粒粗末にせずに食べたいと思いました。



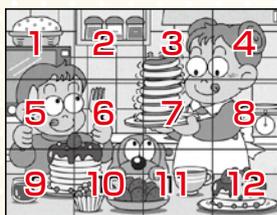
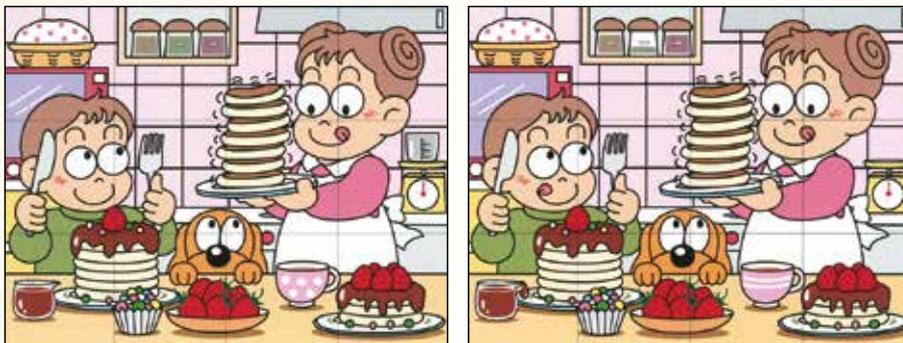
窪野 清美さん (袋井市)

おたよりありがとうございました。

まちがい探し

5つの間違いを探そう!

2つのイラストにまちがいが5カ所あります。まちがいのある部分を枠内の数字で答えてください。抽選でプレゼントが当たります。



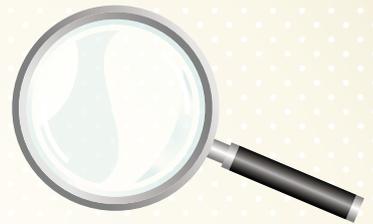
出題・イラスト・酒井栄子

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ってね!

●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

●ペ切／2026年3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!!

静岡茶うどん1箱 (6袋・12人前) 10名様



※写真はイメージです。

メールはこちらから▼



10・11月号の解答 ②…枯れ葉が欠けていない ④…買い物メモの枚数が多い ⑥…家がない ⑨…お菓子が増えている ⑩…焼き芋が皿にのっていない

TOKIMEKI SMILE

地域の笑顔

ときすま



(磐田市敷地)

まつの はな
松野 葉夏さん(女の子)

(令和4年4月5日生まれ)

元気にすくすく育ってね!

(父) 元樹さん (母) 汐里さん



(磐田市見付)

よしだ こうき
吉田 光稀さん(男の子)

(令和7年9月3日生まれ)

大きいくすくすく育ってね!

(父) 尚史さん (母) 咲緒里さん

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、日中の撮影が可能の方。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おります。

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込みください。

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年以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。

● 編集後記 ●

◎少し前から「スボラ日記」を始めました。日常で感じたことや、言われなかった言葉などをノートに書いています。名前の通りスボラなので、毎日ではなく好きなきに筆を執ります。書いてみると頭と心が整理されて、読み返すと幸せな気持ちになります。無理なく続けていきたいです。(M)



◎最近わが家では、ミュージックパニングマシーンが大活躍。娘の推しの音楽が流れると、家族が集まり、気付けばみんなでエクササイズをしています。笑い声と音楽に包まれながら体を動かす時間は、運動不足解消以上に、いいリフレッシュになっています。推しの力、恐るべしです。(S)



◎年齢を重ねることに、体が思うように動かなくなってきたのを最近特に実感しています。冬の寒い時期はさらに運動するのが億劫になりがちなので、先日思い切ってヨガマットを購入しました。しかし、今のところ部屋の片隅で静かにただのオブジェと化しています。(M)



おいしいをつくりましょ。



2026年 2・3月号

vol. 332

[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

環境に優しいベジタブルインキを使用しています。



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

