

農業者インタビュー

- ・年末年始の営業時間について
- ・農業用使用済み廃プラスチック・廃農薬回収
- ・家庭菜園を楽しもう
- ・私の食育日記等
- ・米粉でクリスマススイーツ
- ・かわらばん
- ・あたまの体操等
- ・各種お知らせ
- ・1日農業バイト
- ・シェフ永井のおすすめ



シェフ永井のおすすめ

永井 智一
茨城県笠間市にある「天晴(旧キッチン晴人)」オーナーシェフ



レンコンと豚バラ肉のオイスターソース炒め

材料 (4人分)

- 豚バラ肉スライス 200g
- レンコン 8枚
- タマネギ 1個
- ニンジン 1/2本
- 水 100ml
- ガラスープ 小さじ1/2
- 料理酒 大さじ2
- 砂糖 大さじ1
- しょうゆ 小さじ2
- オイスターソース 大さじ1と1/2
- サラダ油 大さじ2
- ニンニク、ショウガみじん切り 各小さじ1/2
- ごま油 小さじ1
- 水溶性片栗粉 大さじ3

作り方

- 豚バラ肉スライスは3等分に切る。レンコンは下ゆでし、5mmの厚さ8枚に切る。タマネギは半分に切り1cm厚にカットし、ニンジンは短冊切りにしておく。
- フライパンにサラダ油を熱し、①の豚バラ肉スライスをしっかりと炒め取り出す。
- 同じフライパンにニンニク、ショウガ、レンコン、タマネギ、ニンジンを入れ中火で4~5分ほど炒め、②を戻し、合わせだれの材料を入れ、強火にしてさらに3、4分炒める。
- 水溶性片栗粉でとろみをつけ、ごま油を鍋肌から回し出来上がり。

JA広報通信 2023年11月号より



鶏モモ肉と柿、ロメインレタスのサラダ

材料 (4人分)

- 鶏モモ肉 200g
- 柿 1個
- ロメインレタス 1/2わ
- レモンスライス 4枚
- クルミ 20g
- バルメザンチーズ 適宜
- オリーブ油 大さじ1
- 料理酒 大さじ1
- 塩 小さじ1/2
- ドレッシング
レモン汁 大さじ3
オリーブ油(エクストラバージン) 大さじ3
マヨネーズ 大さじ3
ブラックペッパー 少々

作り方

- 鶏モモ肉を一口大に切り、料理酒、塩をもみ込んでおく。ロメインレタスは5cmほどに切り、水洗いしてざるにあげておく。柿は8等分にして皮をむく。
- フライパンにオリーブ油を熱し、①の鶏モモ肉を焼き上げる。
- 皿にロメインレタス、グリルした鶏モモ肉、柿、レモンスライスを盛り付け、②のフライパンに残った肉汁を回しかける。
- ドレッシングの材料を合わせて、サラダにかけ、クルミ、バルメザンチーズをかけ出来上がり。

12月号の
読みどころ

家の光

12月号定価
1,027円(税込)
お申込はJA窓口へ
お越し下さい。



表紙の人 純烈さん

日本の4人組男性歌謡コーラスグループ、純烈(じゅんれつ)さん。2007年結成。元戦隊ヒーロー俳優を中心としたコーラスグループ。「夢は紅白親孝行」を目標に掲げ全国の温泉施設を中心に活動、「スーパー銭湯アイドル」として人気に。18年から「NHK紅白歌合戦」に5年連続出場。23年1月に、元仮面ライダー俳優の岩永洋昭が加入、新生・純烈として活動している。

特集1 若返りの近道は生活習慣から 血管ピチピチ大作戦

加齢とともに血管は老化し、命に関わる病気を発症することも。食生活や生活習慣を見直し、血管のアンチエイジング!

第1別冊付録
2024家の光家計簿 日記付き
インフレ対策に、家計簿記帳で支出の見直しを!

特集2 福を呼び込む 開運おせち

願いを込めて、縁起のよい食材をプラスした「開運おせち」を作ってみませんか?

第2別冊付録
得するお金10の習慣
日々の生活の中ですぐ実践できるお金の「お徳な習慣」を提案します。

12月号定価 1,027円(税込) ※企画・タイトルは変更することがあります



年末年始の営業時間

【本店】 12月29日(金)まで平常営業 12月30日(土)～1月3日(水)まで休業 1月4日(木)より平常営業 【JA自動車共済事故受付】 年中無休24時間受付 JA共済事故受付センター(事故等の場合) 電話:0120-258-931 JA共済サポートセンター (レッカー移動や故障時の応急対応が必要な場合) 電話:0120-063-931 【購買】 ガスの充填 ……12月20日(水)まで ※再検査が必要な方は、充填後のガスのお渡しが必要になる場合がございます。 一般配達 ……12月28日(木)まで	【給油所】 12月29日(金)午後6時まで営業 12月30日(土)～1月3日(水)まで休業 1月4日(木)より平常営業 灯油配達 ……12月28日(木)まで 【JAホールがもう】 年中無休24時間受付 電話:0748-55-5969 【直売所 旬菜館さくら】 12月29日(金)～1月8日(月)まで休業 【カントリーエレベーター】 12月29日(金)まで平常営業 【子会社 アグリ蒲生】 12月30日(土)まで平常営業 12月31日(日)～1月3日(水)まで休業 1月4日(木)より平常営業
---	--

【ATM】

日時	12/30(土)	12/31(日)	1/1(月)	1/2(火)	1/3(水)	1/4(木)
本店	○ 9:00～17:00	○ 9:00～17:00	○ 9:00～17:00	○ 9:00～17:00	○ 9:00～17:00	○ 8:45～20:00

※上記以外の日は平常通りの稼働となります。

JA全農しが東近江農機センターから休業日のお知らせ

年末年始の休業日

令和5年12月28日(木)～令和6年1月4日(木)

令和6年1月5日(金)より営業いたします。

お急ぎの際の連絡先

JA全農しが 農業機械課
 野洲市小篠原大岩山5-2 TEL 077-586-7014

農業者インタビュー

蒲生岡本町 堀井 千代美さん



ほりい ちよみ
堀井 千代美 さん

「キャベツを作る元バスガイドさん」

蒲生岡本町の堀井千代美さんは、農業を始めて8年の女性農業者さんです。農業を始めたのは50歳代になってからで、それまではなんとバスガイドさんでした。

当初堀井さんは、田んぼや畑をするつもりはなかったそうです。しかし徐々に、家の田んぼを人に貸すだけでなく、自分で農業をやりたいという思いが芽生えました。そこで仕事の合間に野菜を作るようになり、それをバスのお客さんにあげて評判になりました。バスの中でも「キャベツ作ってます！」と話し、わざわざ畑を見に来られた方、欲しいと買いに来られた方がおられ、「キャベツを作るバスガイドさん」と呼ばれたそうです。

負けず嫌いな性格を武器に

バスガイドを辞めて本格的に農業を始めた堀井さん。しかし、農業を始めてすぐの頃は「何もしたことない人が百姓なんかできるか」と言われたそうです。しかし、「そう言われると余計根性が出る。負けず嫌いな性格やし、「見てろよ絶対作ってやる」と思った。」と力強くおっしゃられました。



田んぼに入ったときは「しんどいなあ」と思うけどやっぱり楽しい。野菜には「大きくなりや」と話し、子どものように愛情をかけています。(堀井さん)

女性のパワーで

堀井さんは10月中旬から11月中旬頃までブロッコリー、11月初旬頃からはキャベツの収穫をしておられます。現在収穫作業をしておられるのは堀井さんを含め女性4名、皆さんベテランなのでとても手が早いとのこと。

収穫したブロッコリーやキャベツはJAや旬菜館さくらへ卸しておられます。また、B級品は知り合いの複数の料理屋さんへ持っていかれます。このような販路はバスガイド時代のつながりが役に立っているそうです。

もうひとつの顔が・・・

堀井さんのもうひとつの顔は「カフェの経営者」です。蒲生岡本町の「ガリ版ホール」にて「憩いの場ちひろ」を妹さんと営業しておられ、名前のとおり地元の人々の憩いの場となっています。ガリ版伝承館の横ということもあり、「今後は観光客の方や若い人にも来てほしい」「他所にはない値打ちのものを出したい！」とおっしゃられていました。



谷口組合長より

食料・農業・農村基本法の見直しで、多様な人材の役割が明記されています。堀井さんがその先駆けとしてご活躍されることを期待しております。



憩いの場ちひろ
 東近江市蒲生岡本町 663
 (ガリ版伝承館敷地内)
 ガリ版ホール
 ランチ営業: 日曜日
 10:00～15:00
 (なくなり次第終了)

2023

ウィンターキャンペーン

JA 滋賀蒲生町
イメージキャラクター
あかねっ娘



JA
ネットバンク
でお預け入れ
の方には

期間
1年

年 **0.07%**
(税引後 年 0.055%)

ATMで
お預け入れの
方には

期間
1年

年 **0.06%**
(税引後 年 0.047%)

窓口で
お預け入れの
方には

期間
1年

年 **0.05%**
(税引後 年 0.039%)

新規のご資金で定期貯金を **10万円** 以上(期間1年)
お預け入れいただいた方に、キャンペーン金利でお預かりします!

募集期間 **令和5年11月1日(水) ~ 令和6年1月31日(水)**

※お取扱いは個人の方のみとさせていただきます。 ※キャンペーン金利の適用は初回満期日までとし、満期日以後は継続日における店頭金利を適用いたします。
※期限前解約をされる場合は、当JA所定の中途解約利率を適用いたします。 ※お利息に20.315%(国税15.315%・地方税5%)の分離課税がかかります。
※本商品は、金利情勢等の変化により、期間中であっても金利を変更または取扱いを中止する場合があります。
※店頭に説明書をご用意しています。 ※金利は令和5年11月1日現在

信用課 (TEL: 0748-55-2858) ◎くわしくは本店窓口、または渉外担当者へお気軽にお問い合わせください。



「集まる」小さな拠点 整備記念 定期貯金

新規のご資金で定期貯金を **10万円** 以上(期間3年)
お預入れいただいた方に、キャンペーン金利でお預かりします!

募集期間 **令和5年11月2日(木) ~ 令和6年3月29日(金)**

JAカードを
お持ちの方
または
新規ご契約
の方

期間
3年

年 **0.15%**
(税引後 年 0.119%)

JAカードを
お持ちでない
方

期間
3年

年 **0.08%**
(税引後 年 0.063%)

対象商品 **スーパー定期貯金(複利型)**
ご利用いただける方 **個人の方**
預入期間 **3年 / 自動継続(元金継続または元利金継続)**
預入方法 **窓口のみの取扱いになります。**
預入金額 **10万円以上(新規お預入れに限ります。)**
募集金額 **10億円**

JA ホール
旬菜館さくら JA-SS
ウエルシア

※取扱期間内であっても募集金額10億円に達し次第、販売を終了させていただきます。
※JAカードと貯金名義が同一の場合に限り、キャンペーン金利を適用させていただきます。
※キャンペーン金利の適用は初回満期日までとし、満期日以後は継続日における店頭金利を適用いたします。
※期限前解約をされる場合は、当JA所定の中途解約利率を適用いたします。
※初回満期日までにJAカードを解約された場合金利は、店頭金利に変更させていただきます場合があります。
※お利息に20.315%(国税15.315%・地方税5%)の分離課税がかかります。
※本商品は、金利情勢等の変化により、期間中であっても金利を変更または取扱いを中止する場合があります。
※店頭に説明書をご用意しています。
※金利は令和5年11月2日現在

信用課 (TEL: 0748-55-2858)

◎くわしくは本店窓口、または渉外担当者へお気軽にお問い合わせください。



JA 滋賀蒲生町
イメージキャラクター
あかねっ娘



お知らせ

農業用使用済み廃プラスチック・廃農薬回収

日程 / 令和5年12月9日(土)

時間 / 午前9時00分 ~ 11時00分

場所 / JA滋賀蒲生町カントリーエレベーター前
処理費用 / すべての重量にて算出し、90円/kg(税込)とします。

※必ず種類ごとに分別してお持込頂きますようご協力をよろしくお願い致します。

※一般ゴミ、廃タイヤ、農業のガラス瓶、中身が残っている肥料袋は回収できませんので、ご注意ください。

※回収した廃プラスチックはリサイクル処理いたしますので、土や石・砂などの汚れは落とさせていただきますようお願い致します。

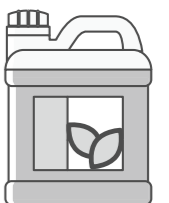
※分別の判断が難しい物につきましては、前もってご連絡頂か、回収日にお持込ください。

【回収対象となるプラスチック類】

農業用ビニール、農業用ポリ(PO系フィルム含む)、育苗箱、畦畔シート、肥料袋など農業からでるプラスチック類。

廃農薬回収に際しての注意点

- ①産業廃棄物処理法・農薬取締法の規制があるため、集落を巡回しての回収は出来かねます。
- ②処理する農薬の種類を回収業者が確認するため、必ず持込時の立会いが必要です。立会いができない事前の持込はお断りしております。
- ③回収会場において、簡単な仕分け作業にご協力をお願いいたします。
- ④回収される農薬については、しっかりしたダンボール箱に入れてください。開封済み農薬や液状の農薬は、漏れたり飛散したりしないようご注意ください。



廃農薬処分費一覧	1kg又は1ℓ (税込)
一般農薬(粉剤・粒剤・乳剤・液剤・水和剤)	319円
水銀含有剤(粉剤・粒剤・液剤)	7,700円
特殊農薬(シアン化合物・ヒ素等)	1,650円
燻煙剤(クロピク等)	2,640円
POPs等(PCP・PCNB・BHC・ケルセン等)	3,300円
空ビン	792円
不明農薬(開封品含まれる。)	3,300円



【お問い合わせ】JA滋賀蒲生町 営農販売課 TEL:0748-55-1317

家庭菜園を楽しもう

寒起こしと天地返し 農閑期に行う土づくり

最初は軟らかかった土は野菜を作り続けると次第に硬くなり、水はけが悪くなつて病害虫が出やすくなります。春に備えて、菜園に野菜が少ないこの時期に土づくりをしましょう。

「水はけと通気の良い土」

根は水に溶けた酸素を吸って生長します。水と空気が土粒の隙間を動きや

図1 良い土の組成と団粒構造

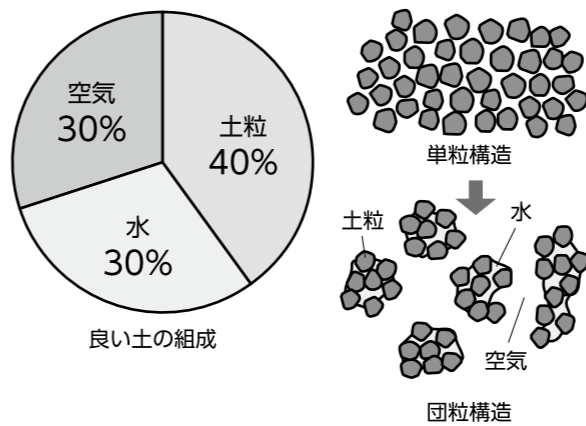


図2 寒起こし

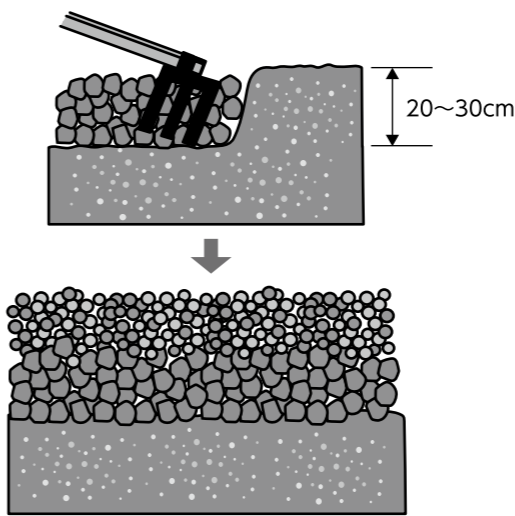
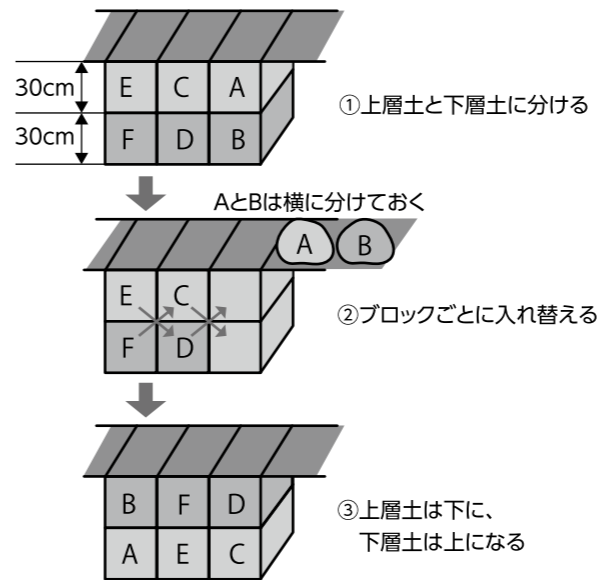


図3 天地返しの方法



すいような土の構造が大切です(図1)。水はけを良くするには土を深く耕し、下層の固くて水の抜けにくい土層を壊します。団粒を作るのは砂や粘土をくつつける役割をする堆肥などの有機物です。寒起こしや天地返しに合せてバーク堆肥、家畜ふん堆肥などの有機物を混入します。

【寒起こし】
厳寒期の1、2月に菜園を20〜30cm 深く掘り起こし、土の塊を寒気にさらす作業です。土塊に含まれる水が夜間には寒さで凍結し、日中には溶けて乾燥します。この繰り返りで土塊が次第に崩れて、ふかふかの土になります(図2)。土中の害虫が寒さで死滅する効果も期待できます。

天地返しは、表面から30cm程度の上層土とその下60cm程度までの下層土を入れ替える土壌改良法です(図3)。普段耕す土層は軟らかくても、その下に固い土層があることがあります。これを耕盤といいます。長い間、トラクターのロータリーで耕耘(まこうん)を続けていると耕盤ができてしまいます。天地返しで、耕盤を崩すことができます。これらにはきつい仕事なので、作業の少ない冬のうちに行っておくと良いでしょう。連作が心配な菜園では、障害を避ける対策としても考えてみましょう。

※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。

出典:「JA広報通信」11月号「あなたもチャレンジ! 家庭菜園」(成松次郎 著)より

私の食育日記

子どもの料理のお手伝い

食育インストラクター
岡村麻純

親子で料理をする……。食育という観点で見ても、とてもすてきなことです。しかし、実際子どもに手伝ってもらうと、大量にこぼしたり、「これやりたい」とこねられたり、1人で料理をするより何倍も手間や時間がかかってしまいます。

「手伝おうか?」というわが子の優しい言葉も、余裕のある昼下がりにはうれしさいっぱいですが、夕方など時間に追われているときは「うっ、今来たか」と、身構えてしまう私がいいます。そこで、「お箸並べてくれる?」「なんて無難なお手伝いを頼むと、「えー、もつとお料理っぽいことしたい」とこちらの意図を読まれてしまいます。そんなわけで、子どものお手伝いは必ずしも助っ人になるとは限らないもので、「よくお料理のお手伝いをします」と聞くと、お子さまだけでなく、親御

さまも素晴らしいと心の中で思っています。

私の娘も料理に興味があるようで、時間やこちらの焦りには構わず「手伝うよ」と声をかけてくれます。そこで最近では、一品丸々子どもに任せるという作戦を取っています。親が作りたい物の途中の手伝いだと、こぼす、違うことをされる——と、つい気になってしまうもの。でも、一品お任せしてしまえば、こちらは自分のペースで進めつつ、子どもも自由に料理ができます。

「サラダをお願いしようかな」と言うと、大喜びで野菜を選び、ドレッシングまで自己流で作っています。スープをお願いした日には、ウインナーに卵など自分の好きな物だけで作って満足していました。もちろんドレッシングが辛くて食べられなかった、なんてこともあります。一品お任せスタイルにしておけば、失敗で食べる物がなくなることもなく、こちらも穏やかにいられます。子どもとしても、材料決めから下ごしらえ、調理まで体験できるので、切る担当などと割り振られる手伝いよりも楽しいそうです。

親も子も、楽しく一緒に台所に立つ時間を増やせるよう工夫していきたいと思っています。

脳トレ! 手足の体操

早口言葉で「らへん手へん手」

健康生活研究所所長
堤 喜久雄

何かと慌ただしい年末年始は、生活リズムを崩さないことが健康のポイントです。今回は声を使ったリズムミカルで軽快な体操をご紹介します。発声しながら体を動かすと腹式呼吸につながり、体のリズムを整えることができます。体操の一つ一つの動きはシンプルですが、手足に肘と膝、さらに舌と口を動かすことで脳もフル回転します! 集中して行いましょう。終わった後は、ゆっくり深呼吸をしてリラクセスしてください。このめりはりが大切です。

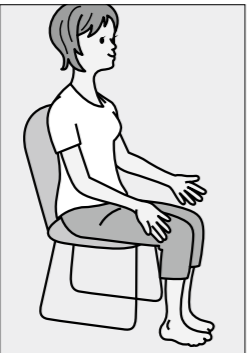
声に合わせてリズムカルに「生麦、生米、生卵」の早口言葉に合わせて行います。



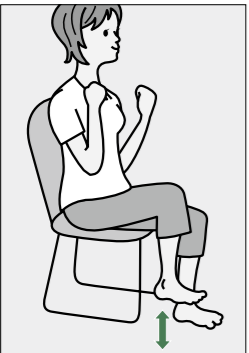
(1) いすに座ります。「生麦」と言うと同時に両手を握り、右膝を上げます。



(2) 「生米」で両手を開き、右膝を下ろします。



(3) 「なまたま」で両手を握り、左膝を上げます。



(4) 「ご」で両手を開き、左膝を下ろします。(1)~(4)を5回繰り返します。

ポイント
他にも「東京、特許、許可局」など語呂のいい早口言葉でもやってみましょう。

JA広報通信 2023年11月号より

JA広報通信 2023年11月号より



米粉で クリスマススイーツ

監修：陣田靖子（粋-Sui-キッチンスタジオ&カフェ オーナー）
https://yasming.net

今年のクリスマスは米粉を使ってスイーツを作ってみませんか。米粉ならではの食感はスイーツとも好相性。グルテンフリーだからアレルギーを持つ人にも安心です。

クリスマスムード満点の人形お菓子

ジンジャーマンクッキー



材料 45枚(クッキー型3.8cm×4.8cm)

米粉	150g
きな粉	20g
ベーキングパウダー	小さじ1/4
シナモンパウダー	小さじ1
菜種油	大さじ3
メープルシロップ	60ml
成分無調整豆乳または成分無調整牛乳	40ml
ショウガのすりおろし汁	大さじ1
自然塩	小さじ1/8

作り方

- 米粉、きな粉、ベーキングパウダー、シナモンパウダーをボウルに入れて混ぜる。
- ①に菜種油を入れて手でこすり合わせながら、粉全体に行き渡るようになじませる。
- 液体類(メープルシロップ、豆乳または牛乳、しょうが汁)と塩を混ぜて②に加え、生地をまとめる。粉っぽさが残ったら豆乳(分量外)で調整する。
- 厚さ2、3mmに麺棒で伸ばし、型抜きして、オーブンペーパーを敷いた天板に並べる。
- 160度に温めたオーブンで25分焼き、天板の上でそのまま冷ます。
- お好みで冷めたクッキーにチョコペン(材料外)で顔を描く。

POINT

米粉にはグルテンが含まれていないので生地が割れやすい。慎重に扱うこと。



彩りと味わいのアンサンブル

イチゴのトライフル



材料 4人分

生おから	200g	寒天パウダー	2g
菜種油	大さじ2	てんさい糖	60g
りんごジュース	200ml	成分無調整豆乳または成分無調整牛乳	400ml
レーズン(粗みじんに切っておく)20g		レモン汁	大さじ1
自然塩 1つまみ+1つまみ		イチゴ	18粒
ラム酒(りんごジュースで代用可) 大さじ2		ミント(葉)	適量
米粉	20g		

作り方

- 生おからはフライパンで乾いりし、パラパラになったら菜種油を加え、全体になじませる。
- ①にりんごジュース、レーズン、塩1つまみを加え、しっとりする状態になるまで水分を飛ばす。
- ②にラム酒を加えていき、火から下ろす。
- 米粉と寒天パウダー、てんさい糖、塩1つまみをボウルに入れて混ぜる。
- クリームを作る。豆乳または牛乳、レモン汁を④に加えてよく混ぜ、こし器に通してから鍋に入れる。
- 鍋を火にかけ、へらでかき混ぜながら沸騰させる。
- 火を弱めてクツクツと1分ほどかき混ぜながら煮て、火を止める。
- ③と⑦のクリーム、イチゴを交互に200mlの器に入れ、最後にイチゴとミントの葉を盛り付けて出来上がり。

POINT

作り方③の火から下ろすタイミングは、写真のようにおから煮のような状態がベスト。



芳醇(ほうじゅん)な香りを楽しむ大人のスイーツ

クリスマスグリーンマフィン



材料 6個(マフィンカップ直径6cm×高さ4.5cm)

米粉	300g
ベーキングパウダー(アルミニウムフリー)	大さじ1
抹茶パウダー	2g
成分無調整豆乳または成分無調整牛乳	230ml
菜種油	大さじ6
てんさい糖	50g
メープルシロップ	大さじ2
ラム酒(豆乳または牛乳で代用可)	大さじ1
自然塩	小さじ1/3
ドライフルーツ(ラム酒漬け)	大さじ3+飾り用適量
ナッツ類(お好みの2種)	各大さじ2+飾り用適量

作り方

- 米粉、ベーキングパウダー、抹茶パウダーをボウルで混ぜておく。
- ドライフルーツとナッツ以外の残りの材料を全て混ぜ合わせ、①を加えて混ぜる。
- ドライフルーツとナッツを加えてさらに混ぜ、マフィンカップに入れて飾り用ドライフルーツとナッツを散らす。
- 170度に温めたオーブンで約25分焼く(竹串を刺して生焼けの生地が付かなければOK)。

POINT

写真は右上から時計回りにカボチャの種、レーズン、クランベリー、マンゴー、ヒマワリの種。ドライフルーツは、1カ月~1週間前までにラム酒に漬けておく(りんごジュースでもOK。長く漬けると発酵するので前日からがよい)。



フルーツの風味と生おからが好相性

米粉とおからのヘルシーケーキ



材料 直径15cm×高さ6cmのケーキ型1台分

米粉	100g	塩こうじ	大さじ1
生おから	100g	白みそ	大さじ1
ベーキングパウダー(アルミニウムフリー) 小さじ2		レモンの皮	1/2個分
成分無調整豆乳または成分無調整牛乳 80ml		あんずジャム	大さじ2~3
菜種油	大さじ4	ココナツパウダー	大さじ2~3
てんさい糖	50g	飾り	
メープルシロップ	大さじ1	リンゴ(蒸し煮用)	1個
レモン汁	大さじ1	ミント(葉)	適量

作り方

- よく搾った生おからと米粉をブレンダーにかけ、よく混ぜたらベーキングパウダーを加えてさらに混ぜる。
- Aの材料を全てボウルでよく混ぜ、①を加えてさらに混ぜる。生地はボテッとした感じになるように豆乳または牛乳(分量外)で調整する。
- オーブンペーパーを敷いた焼き型に入れ、表面を平らに整える。
- 180度に温めたオーブンで30~35分焼く(竹串を刺して生焼けの生地が付かなければOK)。
- 表面にあんずジャムを塗り、再度オーブンで2分焼き、取り出してからココナツパウダーを振る。
- 焼き型に入れたまま、網(ケーキクーラー)の上のせて冷ます。
- ⑥を焼き型から抜き、リンゴの蒸し煮3切れでバラの花の形を作っのせ、ミントの葉を飾る。

POINT

リンゴの蒸し煮

- リンゴをよく洗ってから8等分し、芯の部分を取る。
- 塩水にくぐらせてから、厚さ2mmぐらいにスライスして鍋に平らになるように入れ、弱火で約18分蒸し煮する。



かたはらぼん

滋賀蒲生町

年金受給者友の会 花苗プレゼント

10月20日、21日の2日間、年金受給者友の会の皆様にお花の苗（ビオラ）3株をプレゼントさせていただきました。会員の皆様と言葉を交わしながらの花苗プレゼントは、当JAへの

日頃のご愛顧に対する感謝を直接お伝えできる大切なイベントです。年々お越しいただく会員の皆様も増えており、職員一同大変うれしく感じております。当JAはこういった取り組みを通じて、皆様に信頼していただける身近な金融機関であり続けたいと考えております。

今後皆様喜んでいただけるイベントづくりを心掛けてまいりますので、より一層のご参加をお待ちしております。

年金に関するお問い合わせは、信用課（TEL：0748-5512858）までお願い致します。



朝桜中学校 職場体験

朝桜中学校の生徒2名が、10月25日から10月27日までの3日間、当JA直売所「旬菜館さくら」と給油所へ職場体験に訪れました。午前中は直売所でレジ打ちや接客、商品の袋詰めなどを行い、午後は昨年12月より新装された給油所で給油作業を体験しました。直売所では、店長から店頭に並ぶ蒲生産の地元野菜の説明を受けました。またレジでの接客では、来店者に「頑張って」と声をかけ

られる様子もあり、地域の方々や生徒らの温かい交流が見られました。生徒らは「レジ打ちや給油作業など普段できないことが体験でき、難しかったが楽しかった。」と笑顔で話しました。3日間と短い期間ではありましたが、この体験を通じて将来立派な社会人として活躍してくれるよう期待しています。



給油所で初めての給油体験



旬菜館さくらのレジで接客

第19回 JA杯グラウンドゴルフ大会



第19回JA杯グラウンドゴルフ大会を、10月28日に朝桜中学校横河川敷グラウンドで開催させて頂きました。前大会から4年ぶりの開催となりましたが、早朝より82名の方々に参加していただき、日ごろの練習の成果を存分に発揮していただきました。試合中は少し雨も降りましたが、みなさん楽しんでプレーしておられました。

今大会で優秀な成績を残された上位4名の方々は、11月28日(火)に開催予定の滋賀県JAグラウンドゴルフ大会に出場いただきます。その結果は広報誌で報告させて頂く予定です。

また当JAでは年金受給者友の会など各種イベントにも力を入れております。組合員・利用者の方々のご協力をより一層お願いいたします。

最後に、今大会の開催に際し蒲生支部グラウンドゴルフ協会の皆様には大変お世話になり、ありがとうございました。



優勝(中) 木村 雅裕さん
準優勝(右) 辻 洋子さん
第三位(左) 大林 弘子さん

旬菜館さくら 秋の収穫フェア開催

10月20日、JA直売所「旬菜館さくら」では「秋の収穫フェア」を開催し、約250人のおお客様にご来店いただきました。

イベント当日は、地元産の新鮮野菜やおいしいお弁当、お惣菜、おはぎなどが販売されました。また屋外でもローストビーフ丼やサンドウィッチ、たこ焼きなどが並び、大変賑わいました。

今回のフェアでは旬菜館さくらで500円以上ご購入いただいた方に、200名限定でナデシコの花苗をプレゼントさせていただきました。

12月は、12月27日(水)、28日(木)に「年末感謝祭」を開催予定です。今年最後のフェアですので、是非お越しください！



ナデシコの花苗をプレゼント！

旬菜館さくらミニイベント 「枝豆もぎとり体験」



枝豆もぎとり機

10月13日、JA直売所「旬菜館さくら」にて、「枝豆イベント」を行いました。枝付きの枝豆を、枝豆もぎとり機「まめ太郎」を使って枝葉を取る体験や、

枝豆の袋詰め放題などを行い、ご来店者の皆さんに楽しんでいただきました。

また、枝豆を使った「枝豆パン」もお隣で販売いたしました。

今後の旬菜館さくらミニイベントは、12月22日(金)にリユースバザーを開催予定です。

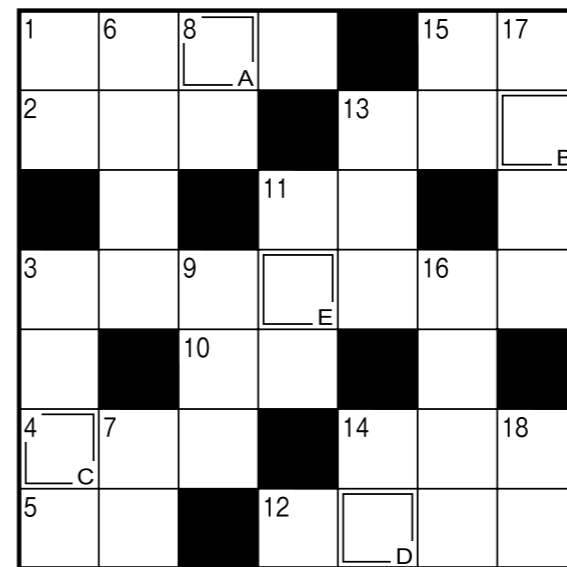


200円で枝豆詰め放題♪

あたまの体操

クロスワード

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？



出題●ニコリ

夕テのカギ

- 1 冬眠するものも多い大型の哺乳類
- 3 謎の多い浮世絵師、東洲斎
- 6 その月の一番最初の日
- 7 寒い日に吐くと白く見えることも
- 8 授業中は慎んでください
- 9 ワカメの根元に近い部分
- 11 予報によると来週は寒いらしい
- 13 建物が生立っていない宅地
- 14 の細かい滑らかな肌
- 15 年越しに付きものの種類
- 16 チン！と鳴らすと人が来ます
- 17 1号は東京と大阪を、2号は大阪と福岡を結びます
- 18 年賀状のイラストによく使われます。令和6年は「辰」です

ヨコのカギ

- 1 サンタがプレゼントを入れます
- 2 パパー、ママー、どこー？
- 3 欧米のクリスマスには、この鳥の丸焼きがよく食べられます
- 4 大好きな歌手の——を見に行った
- 5 レンコンは根のように見えますが、実はこれ
- 10 「海のミルク」と呼ばれる貝
- 11 除夜の鐘を突けるところもあります
- 12 水や砂と混ぜコンクリートを作ります
- 13 サハラ、タクラマカンといえば
- 14 刃物で紙を加工して描きます
- 15 冬の京都市は——冷えるといわれます

答えが解ったら
ご応募ください！

毎月抽選で
ステキなプレゼント

応募方法は14ページを
ご覧ください。

JA広報通信 2023年11月号より

人権について
考えてみましょう

問題の外在化

滋賀県教育委員会から、10月13日に『令和4年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果等の概要について』が公表されました。

その中で、児童生徒（公立小中学校、高等学校）の長期欠席者数および不登校生徒数が、過去最悪となっていることが分かりました。そして、その一番の原因は、「いじめ」ではなく、本人にかかる状況で、「無気力、不安」となっています。これは、しんどいと思うことがあっても具体的に「こういうことで困っている」と言えない人が多く含まれているのではないのでしょうか。

このような気持ちをネガティブ（嫌な気持ち）として、その気持ちとの向き合い方を探ってみたいと思います。『嫌な気持ちになつたら、どうする？』（注）では、著者は、ネガティブとは一種の「妖怪」であるとし、「人びとは、ネガティブ＝妖怪に取りつかれ、憂鬱になり、自分を否定していく。しかもそれは他人に感染し、伝播する。ただし、ネガティブはとても大事な感情であり、なくてはならない感覚でもある。だから

ら、抑え込めばいいとか、見て見ぬふりをすればいいとか、そういう単純な話ではないわけです。」と言います。そして、その対処方法として、あげられているものの一つが「問題の外在化」という技法です。問題の外在化とは、何らかの心身の「生きづらさ」や症状が出たときに、問題の原因をひとまず自分から切り離し、客観化し、ある程度の距離と余裕をもって事態を眺められるようにすることです。

例として「勉強しなくちゃいけないのに、やる気がしない」という場合ですが、これを個人の問題としてみると、「私はやる気が出ない」となります。そこで、問題を個人の外側に置く、つまり外在化させます。すると、「そのやる気のなさは、私にどのような影響を与えているだろうか？」と問うことになり、さらに、「そのやる気のなさに対して、私はどのように対抗していくだろうか？」という問いが設定できます。

すると、やる気のない自分を責めるのではなく、いろいろな対抗策を考えられるようになります。図書館や学校

で勉強する、好きな飲み物を飲みながら勉強する、といった方法を試してみることになります。行動や感情を「意志の力」によってコントロールすべきだ、それこそが自律的な人間だ、それができない私なダメな人間だという自己責任化から離れてみるのが、大事なことです。

職場や地域においても多かれ少なかれ嫌な気持ちになることがあるかと思いますが、その向き合い方の一つとして「問題の外在化」という対処方法を試みてはいかがでしょうか。

（注）『嫌な気持ちになつたら、どうする？』（著：中村英代、出版：ちくまプリマー新書）

JA滋賀中央会 JA滋賀同和対策本部「みのり No.306」より



今月のあなたの運勢

12月 December

牡羊座 3/21~4/19
全体運 視野が広がり「なんだ、そういうことか」という気付きがありそう。早めに修正を。臨機応変な行動にツキ
健康運 とてもパワフル。力仕事も積極的に引き受けて
幸運を呼ぶ食べ物 カボチャ

牡牛座 4/20~5/20
全体運 予定を詰め込み過ぎないように。できることから一つ一つ。下旬からは運気が上昇。良い年越しになりそう
健康運 食べ過ぎに気を付けて。よくかんで食べると◎
幸運を呼ぶ食べ物 野沢菜

双子座 5/21~6/21
全体運 対人運が活発化。急に忙しくなり右往左往することが。優先順位を考慮して予定を調整。体調とも相談して無理なく
健康運 慌ててけがをしないように。呼吸を整えて
幸運を呼ぶ食べ物 キャベツ

蟹座 6/22~7/22
全体運 少し神経質になりがち。あまり重要でないことは相手に合わせる。優先順位を調整。体調とも相談して無理なく
健康運 ミネラルたっぷりな食事で元気を回復
幸運を呼ぶ食べ物 クワイ

獅子座 7/23~8/22
全体運 勢いのある好調運。強気で押せばなんとかなる。非常時こそ冷静に。下旬には状況が改善へ。焦って答えを出さないで
健康運 スポーツを楽しんで。夜は早めに就寝を
幸運を呼ぶ食べ物 水菜

乙女座 8/23~9/22
全体運 イレギュラーな対応が必要になり戸惑いがち。非常時こそ冷静に。下旬には状況が改善へ。焦って答えを出さないで
健康運 発酵食品が多めのメニューで腸内環境を改善
幸運を呼ぶ食べ物 ナガイモ

天秤座 9/23~10/23
全体運 楽しい時間を持ってま。金運も好調で、いつもより良いメニューを選ぶと◎。連絡は早めに。素早く動く＆開運に
健康運 人と会う予定を。笑顔での会話でストレス解消
幸運を呼ぶ食べ物 小松菜

蠍座 10/24~11/22
全体運 運勢は穏やか。人に助けられながらうまくいきます。あなたもできるだけの力になってあげて。おしゃれにツキあり
健康運 食事は量より質が大切。バランス良く食べて
幸運を呼ぶ食べ物 セリ

射手座 11/23~12/21
全体運 勢いがあります。強行突破で勝利を収められますが、人を振り回してしまうことも。周囲への配慮も忘れないで
健康運 フェースケアに力を入れて。髪トリートメントを
幸運を呼ぶ食べ物 ブロccoli

山羊座 12/22~1/19
全体運 上昇運。足の引っ張り合いがありそうですが、不毛なので関わらないように。独自路線で行くのが成功の秘訣（ひけつ）
健康運 心と音楽と香りの良いお茶でリラックス
幸運を呼ぶ食べ物 ミカン

水瓶座 1/20~2/18
全体運 良い話が舞い込みますが、勘違いからおかしな雰囲気になることも。相手の話をよく聞き、落ち着いて動いて（ひけつ）
健康運 友人たちのおしゃべりでお茶でリラックス
幸運を呼ぶ食べ物 長ネギ

魚座 2/19~3/20
全体運 問題が山積みで頭の痛いときですが、有益な助言をくれる人も。信頼できる人を見極めましょう。運勢は下旬に回復
健康運 カルシウム補給と関節のストレッチで骨を大切に
幸運を呼ぶ食べ物 セロリ

JA広報通信 2023年11月号より

*朝晩すくく寒くなりやよつと秋が来たと思っていたのですが、日中の暑さが体にこたえます。話は変わりませんが、今年さつまいもを掘ったのですが、虫に食われていて残念でした。気候のせいにはないかな(笑)

(宮川町 Mさん)

*きらめき毎回来しみにしております。家庭菜園、旬菜館へくら等の記事も待ち遠しく思っています。

(川合町 Oさん)

きらめきを楽しくしていました。ありがとうございます。これからも家庭菜園や旬菜情報、かわらばんにてJAの行事をお伝えしていきますので、今後ともお楽しみください。

おたよりをお寄せ下さいました皆様、ありがとうございます。メッセージやご意見、お待ちしております！



Information JAの概要

12 2023.December

4日(月)	外務日
5日(火)	外務日
6日(水)	外務日
11日(月)	外務日
25日(月)	組合員訪問日
26日(火)	組合員訪問日

給油所キャンペーン!!

SSセール 12月22日(金) 灯油セール 12月~3月 毎週水金曜日開催

JAホールがもう

旬菜館さくらだより

リユースバザー 12月22日(金)開催 年末感謝祭 12月27日(水)・28日(木) 電話 0748-551-8317



理事会だより

とき 令和5年10月27日(金) 13時30分より

ところ JA滋賀蒲生町本店2階 理事会室

協議事項

- 第1号議案 令和5年度 決算案について
- 第2号議案 不祥事未然防止行動計画の実施状況について
- 第3号議案 コンプライアンスモニタリングの一部変更について
- 第4号議案 資産の貸与(定期借地権設定契約)について
- 第5号議案 株式会社滋賀県農協協賛センター株式譲渡について
- 第6号議案 次期情報システム開発負担金について
- 第7号議案 固定資産の取得について

報告事項

- (1)令和5年度 第2四半期余剰金運用結果及び第3四半期余剰金運用計画について
- (2)信用事業におけるリスク管理について
- (3)JA共済コンプライアンス点検結果について
- (4)令和5年度米 集荷状況について
- (5)内部監査 中間報告について
- (6)資産目録査定結果総括表について
- (7)組合員の異動について
- (8)コンプライアンス委員会の報告について
- (9)有限会社アグリ蒲生 中間決算について

監事会だより

とき 令和5年10月27日(金) 10時00分より

ところ JA滋賀蒲生町本店2階 監事会室

協議事項

- 第1号議案 令和5年度上半期監事監査の重点について
- 第2号議案 代表理事等との協議の内容について
- 第3号議案 みのり監査法人との意見交換の内容について

報告事項

- 内部監査の中間報告について(上半期実施結果)
- 内部監査の実施状況について
- 内部の目標について

みのり監査法人監査を10月30日から11月2日に受検しました。監事監査を11月2日に実施しました。

11月号 パズル・頭の体操答え

●Q1.クロスワード

フユシタク

プレゼント応募者数!

・応募20通 ・正解20通

※賞品の当選は発送をもってかえさせていただきます。

←たくさんのご応募ありがとうございました。→

宛先

529-1537	東近江市市子殿町240番地	クイズの答え おたより
JA滋賀蒲生町 広報誌きらめき 係	240	
		・お名前 ・お住い ・お電話

〒529-1537東近江市市子殿町240番地 JA滋賀蒲生町 広報誌きらめき係

※お名前・お住いを必ずお書き添えください

FAX 0748(55)2869

Eメール message@gamou.jas.or.jp

H P http://ja-shigagamou.jp/

PRESENT 毎月抽選でステキなプレゼント!

500円分の
ふれあい商品券
プレゼント

全国のJA、給油所でお使いいただけるふれあい商品券500円分を、パズル正解者の中から抽選でプレゼントいたします。どしどしご応募下さい。

今月号の応募締切は 12月6日(水) 必着

1日農業バイト利用者に話を伺いました!

1日バイトアプリ「デイワーク」の「1日農業バイト」は、生産者と求職者を1日単位で結びつけるスマホアプリサービスです。生産者がデイワークを利用すると、その近隣地域に住む方々が自分の休日を利用して手伝ってくれる仕組みです。

「農業バイト」に興味がある方は、営農販売課(TEL:55-1317)までお問い合わせください!



10月中旬、石塔町の杉本さんの募集で1日農業バイトに参加された方にお話を伺いました。参加されたのは湖南市在住の40歳男性。普段はサラリーマンで、仕事が休みの日を利用してデイワークをしておられます。「1日農業バイト」に出会ったきっかけは、奥さんが「こんなのあるよ」と教えてくれたことだそうです。「体を動かすことが好きなので、デイワークでは農作業などを積極的に選んでいます。今後募集があったらやりたいです。」と話されました。

一方、募集をした杉本さん。「これから田んぼの耕作面積を増やす予定なので、将来的に一人では限界になると思い、草刈りなど軽作業から試験的に始めました。1人で作業するより、2人の方が単純に2倍速くできるので良いです。」と話されました。



1日農業バイトを募集した杉本さん

滋賀蒲生町農業協同組合 令和5年度 新卒予定者及び中途採用職員募集要項

- 応募資格 大学卒 令和6年3月に卒業見込みの者 短大卒(農業大学校含) 令和6年3月に卒業見込みの者 35歳未満の方(長期勤続によるキャリア形成を目的とするため)
- 採用予定数 若干名
- 職種 農協業務の事務および現業(総合職)
- 応募方法 応募書類を添えて当組合管理課まで提出してください。
- 受付期限 令和6年1月12日(金)午後5時までに(本店必着) ※但し、採用予定人数に達した場合は終了
- 応募書類 履歴書(JIS規程を使用)



- 試験内容
 - 試験内容 筆記試験・作文試験・面接試験
 - 試験日時 応募書類到着後、電話等で試験日についてお知らせします。
 - 試験会場 滋賀県東近江市市子殿町240番地 本店2階大ホール
 - 採用内定通知 採用試験実施後、1週間以内に通知します。

その他詳細は、JA 滋賀蒲生町 HP (https://ja-shigagamou.jp) に掲載しております。

【問い合わせ先】

滋賀県東近江市市子殿町240番地 滋賀蒲生町農業協同組合 管理課 担当:森田・古株 (TEL:0748-55-1171)

令和5年 10月31日現在

- 正組員 / 768人
- 准組員 / 1,840人
- 貯金高 / 39,808,324千円
- 貸出金高 / 4,139,665千円
- 購買品供給高 / 294,562千円
- 販売品販売高 / 372,831千円