

きらめき

11

2025 November
No.419

家族で楽しむおいしい一皿

レシピ提供・
料理研究家 和田麻紀子

薄切り豚バラ大根

ダイコンが主役の
ボリュームおかず

材料 (2人分)

ダイコン …………… 1/2 本
豚バラ肉 (薄切り) …… 200g
ショウガ (薄切り) …… 1 片
ごま油 …………… 大さじ 1/2
だし汁 (かつおだし) …… 350ml
砂糖 …………… 大さじ 1
しょうゆ …………… 大さじ 2
酒 …………… 大さじ 2

作り方のアイデア

落としぶたはクッキングシートで代用できます。だし汁はだしパックを使い、だしを取りながら煮るとお手軽です。③でだしパックと水を入れて煮込み、最後に取り出します。

作り方

- ①ダイコンは皮をむき、5mm幅の半月切りにする。豚バラ肉は2cm幅に切っておく。
- ②深めのフライパンまたは鍋にショウガとごま油を入れて火にかけ、豚バラ肉を入れて炒める。豚バラ肉の色が変わったらダイコンを入れて2分炒める。
- ③だし汁と砂糖を入れ、落としぶたをして弱火で10分煮る。ダイコンにすつと箸が刺さるようになったらしょうゆと酒を入れ、時々かき混ぜながら10分煮て出来上がり。

アレンジ

ショウガを千切りにして辛味を引き立たせ大人向けに

材料 (2人分)

大根おろし …………… 100g
小ネギ …………… 2 本
白玉粉 …………… 50g
サクラエビ …………… 3g
塩 …………… 1 つまみ
こしょう …………… 少々
ごま油 …………… 大さじ 1
酢じょうゆ …………… 適量

ポイント

ダイコンの水分量は季節や品種で差があるため、程よくまとまるように調整してください。白玉粉がなくても、片栗粉と小麦粉を半分ずつ使うなどで代用できます。

作り方

- ①大根おろしは茶こしなど目の細かいもので水気を切る。小ネギは小口切りにしておく。
- ②ごま油と酢じょうゆ以外の材料をボウルに入れ、よく混ぜてから一つにまとめる。4等分にして平たく成形する。水気が足りない場合は大根おろしの水分を入れ、まとまりづらい場合は白玉粉 (分量外) を加える。
- ③フライパンにごま油をひき、並べて中火で焼く。3分焼いて焦げ目が付いたらひっくり返して同様に焼く。カリッとするまで何度かひっくり返す。
- ④皿に盛り、酢じょうゆを付けていただく。

アレンジ

- 溶けるチーズを入れる
- 酢じょうゆに砂糖を入れる

台湾では朝ご飯で食べることも。
子どももパクパク食べられます

大根餅



JA 広報通信 2025 年 10 月号より

11月号の
読みどころ

家の光

IE no HIKARI

特集

家計管理が苦手な人でもだいじょうぶ!
お金の不安を手放そう大のご飯好き料理家5人に聞く
日本のお米、こう食べるのが好き農ライフの
すすめ「すてき!」といわれる
パンジー&ビオラの寄せ植え

秋に植えて、春先まで楽しめる

別冊付録

冬の気になる不調を防ぐ からだにいい鍋



表紙の人 市原 隼人さん

俳優の市原 隼人 (いちばら はやと) さん。2001年に映画「リリイ・シュシュのすべて」で主演デビュー。NHK大河ドラマ「鎌倉殿の13人」「べらぼう〜篤重栄華乃夢断〜」ほか多数の作品に出演。

11月号定価 900円 (税込) ※企画・タイトルは変更することがあります

お申込は JA 窓口へお越し下さい。

(有)アグリ蒲生へ 八日市南高校生がインターンシップ



(有)アグリ蒲生に、八日市南高校農業科の生徒2名がインターンシップに来られ、9月5日から11日までの平日5日間、蒲生寺町のアグリ蒲生農場にて仕事を体験されました。

取材をした9月10日は、販売用の苗を育てる準備をしていました。ブロッコリーやカリフラワー、芽キャベツの苗を育てるために、ポットに土を入れる作業でした。

参加した生徒の一人は、「事前にアグリ蒲生のことを調べて、野菜苗や花苗の生産・販売をしていることはわかっていただけ、米(水稻)もやっていることは現場に行って初めて知りました。」と話されました。

今回の体験を通じて、農業への道に進んでもらえることを期待しています。



(有)アグリ蒲生スタッフ募集中

(有)アグリ蒲生では、苗の生産や販売部門で一緒に働くスタッフを募集中です！
お問い合わせ【0748-55-8250 担当：森】
※農繁期は電話が繋がりにくい場合があります。

JA 直売所
旬菜館 さくら

野菜生産・出荷者大募集

～ JA 滋賀蒲生町直売所「旬菜館さくら」では、野菜の生産・出荷者を募集しています～

旬菜館さくらには、お客様から直接「おいしい！」と言っていただきやる気を感じている方、出荷を通じて生きがいできたという方など、野菜づくりや出荷を楽しんでいる会員が大勢います。あなたも出荷会員になって、楽しい毎日を送りませんか？興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

JA 直売所 旬菜館さくら 概要

【施設】
所在地 東近江市市子殿町 364-1 番地
野菜・果物・切花
野菜苗・花苗
加工品等の委託販売

【営業日】
月～土曜日
※日曜、祝日は休業日
【営業時間】
9時30分～13時まで

【出荷資格】

「旬菜館さくら農産物出荷協議会」の会員資格が必要です。

【会費】

個人会員	1,000 円/年間
団体会員	3,000 円/年間
地区外会員	1,500 円/年間

【野菜生産・出荷募集に関するお問い合わせ】

旬菜館さくら事務局
(JA 滋賀蒲生町 営農販売課内)
[担当：河合・川西]

TEL 0748-55-1317
FAX 0748-55-8410

隔月刊 家庭菜園雑誌

やさい畑

定価:922円(税別)
[A4変形版]
年間6回発行

すぐに役立つ 栽培の実用情報を とんとお届けします

お申し込みはお近くのJAへ

定期購読がおすすめ!

まず育てる 栽培の基本

野菜づくりがはじめての方にもよくわかるよう、野菜ごとに畑の準備から収穫まで

もっと育てる 栽培の応用

野菜ごとの性質に着目し、常識を超えた栽培方法の数々を提案。収量が増える、長くとれる。

知る・楽しむ

土づくりや病害虫対策、とれたて野菜のとおきの食べ方や植物のしくみ、家庭菜園を楽しくしてくれる道具の紹介…ほか

人気連載

- ダンドリ達人の有機菜園講座
- 循環菜園 野菜づくりの新常識
- めざせ大発見 畑の探究者
- イガさんの菜園実験室 ほか

[発行] JAグループ 家の光協会

国産消費国

「食」の未来を守る 合言葉。

新鮮で安全なもの食べられる

日本の農業を食べて応援できる

自給力アップでCO2削減に貢献できる

「国産消費国」それは、「私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産する」という考え方です。食料の多くを輸入に頼る日本。必要な食料が不足しても、すぐに生産を拡大することはできません。だから普段から「国産消費国」を進めることが大事。新鮮で安全・安心な国産農畜産物を食べることは、日本の農業を応援することになります。自給力アップだけでなく、輸入によるCO2の排出を抑えることにもつながります。子どもたちの世代に「食」の安心をつなげていくために、私たちJAグループは、皆さんといっしょに「国産消費国」を進めてまいります。

JAグループ 耕そう、大地と地域の未来を。 JAグループ

今月の表紙

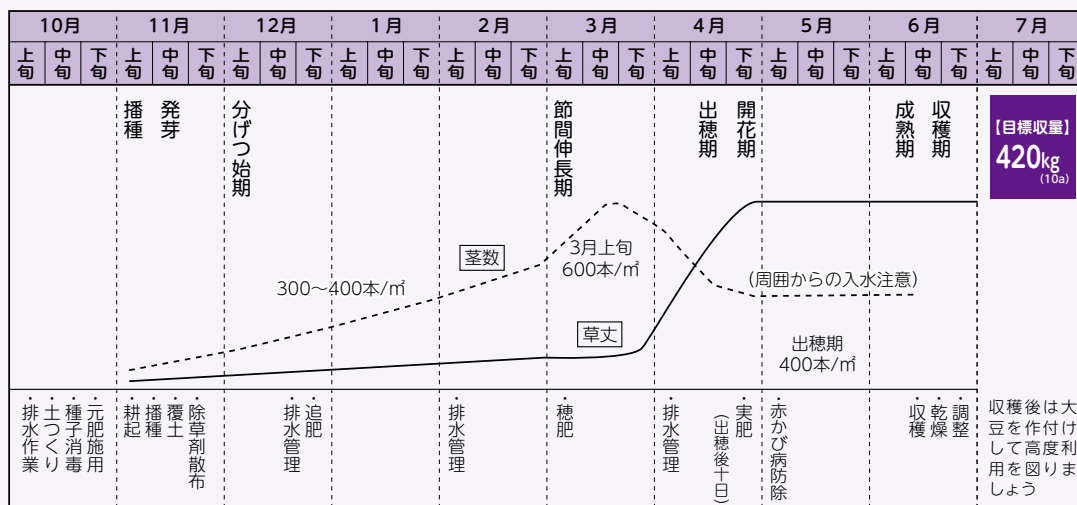
Contents

11 2025 November No.419

もくじ

- 2 旬菜館さくら野菜出荷者大募集
- 3 アグリ蒲生にインターンシップ
- 4 スマホ教室
- 5 営農情報
- 6 私の食育日記
- 8 脳トレ手足の体操
- 10 あなたの運勢
- 11 皆様からのたより
- 13 JAの概要
- 14 JAマイカーローン
- 16 国産消費国キャンペーン

生育過程と主な作業



■適期播種

早播きは、初期の生育が軟弱徒長となり、寒害や雪害を受けやすく、黒節病や萎縮病の発生を助長しやすくなります。一方、遅播きでは、低温による分けつ抑制や凍上害による穂数不足になる危険性が高く、収穫が梅雨期となるので作業の悪化や品質低下を招く恐れがあるので、適期播種に努めましょう。

■覆土・除草

発芽の揃いを良くするとともに、除草剤の薬害をふせぎ、農薬の効果を安定させるには、しっかりと覆土することが大事です。多湿条件では浅めにして下さい。なお、除草剤は播種後、土が乾ききらないうちにすみやかに散布しないと効果が少なくなりますので注意して下さい。

■病害虫・雑草防除

	適 応	薬剤名	散布時期	散布量	散布方法
病害虫	なまぐさ黒穂病	ベンレートT水和剤	播種前	乾種子重0.5%	乾燥種子に粉衣する
	赤かび病	トップジンM粉剤DL	開花期	3~4kg/10a	収穫14日前まで散布可能。出穂期以降2回以内
除草	雑 草	クリアターナー細粒剤F	播種直後	4~5kg/10a	全面土壌散布
	雑 草	ハーモニー細粒剤F	播種後~麦3葉期まで	4~5kg/10a	全面土壌散布



麦

ふくさやか

11月上旬はふくさやかの播種時期になります。ステップアップ目標に取り組み、求められる麦づくりに励みましょう。また、種子更新も必ず行いましょう。

令和7年産 特産大豆・小豆出荷日程表

出荷場所:低温倉庫

搬入日・集荷品目	11/7(金)	11/14(金)	11/21(金)	11/28(金)	12/5(金)	12/12(金)
搬入時間	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00
丹波黒	×	×	○	○	○	○
錦大豆	○	○	○	○	○	○
大納言小豆	○	○	○	○	○	○

搬入日・集荷品目	12/19(金)	12/26(金)	1/9(金)	1/16(金)	1/23(金)	1/30(金)
搬入時間	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00
丹波黒	○	○	○	○	○	○
錦大豆	○	○	○	○	○	○
大納言小豆	○	○	○	○	○	○

11月上旬 刈取期 成熟期
11月中旬 刈取期 成熟期
11月下旬 刈取期 成熟期
12月上旬 刈取期 成熟期
12月中旬 刈取期 成熟期
12月下旬 刈取期 成熟期
1月上旬 刈取期 成熟期
1月中旬 刈取期 成熟期
1月下旬 刈取期 成熟期

※錦大豆、丹波黒をJA選別、調整作業をご希望の方は旧西支所倉庫にお持ち下さい。
(錦大豆は11月10日以降、丹波黒は11月25日以降から持込可)
・全品種、1月30日(金)までに出荷して頂くようお願い致します。
・第1回目の出荷時に、大豆・小豆の栽培日誌(トレーサビリティ)を提出して下さい。
※出荷が、1月30日(金)以降になる方は営農販売課(55-1317)に連絡をしてから出荷くださいますようお願い致します。

大豆・小豆

先月から引き続き、11月は丹波黒大豆の刈取りになります。品質向上のため、適期刈取りを行って下さい。また、11月上旬より錦大豆の出荷時期となります。

スマホ教室

参加者募集!



参加費
無料!

会場:JA滋賀蒲生町本店
2階大ホール

①11月21日(金) 講座の内容

入門編

9:00~
文字入力を
マスターしよう!

基本編

10:15~
インターネットを
使おう!

応用編

11:30~
動画配信
サービスを使おう!

③11月28日(金) 講座の内容

入門編

9:00~
カメラを
使おう!

基本編

10:15~
アプリを
楽しもう!

応用編

11:30~
天気アプリを
便利に使おう!

②12月5日(金) 講座の内容

応用編

9:00~
LINEをは
じめよう!
(ステップ1)

応用編

10:15~
LINEを
楽しもう!
(ステップ2)

応用編

11:30~
LINEを
使いこなそう!
(ステップ3)

④12月12日(金) 講座の内容

入門編

9:00~
あんしん・
安全に
利用するために

応用編

10:15~
知っておきたい
シニアの
健康管理

応用編

11:30~
災害に
備えよう!

※各日先着15名です。

※1日3講座ずつ開催!

※1講座から参加OK!

スマートフォンをお持ちでない方も
ご参加いただけます!



ご 留 意 点

- 開催日当日の持ち物は現在お持ちのスマートフォンのみです。
- スマートフォンをお持ちでない方には、デモ機の貸出をいたします。
- 契約行為・営業行為は行いません。
- キャンセルの場合は必ずご連絡ください。

申込方法 参加者氏名・住所・日中連絡のとれる電話番号・希望日・スマートフォンの有無をお電話にてお知らせください。

申込期限 令和7年11月10日(月)
(定員に達し次第申込を締め切らせていただきます。)

お問い合わせ先 信用課 ☎0748-55-2858
(受付時間:平日8:45~17:00)

あなたもチャレンジ! 家庭菜園を 楽しもう

KITCHEN GARDEN

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いやや劣るものの、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リ（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。

マルチフィルム（以下、マルチ）は地温を上げて、生育促進効果を高めます。地温上昇効果の高い「透明」や、雑草防止効果の高い「黒」などがあり、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にしてください。

【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

図 トンネルの作り方

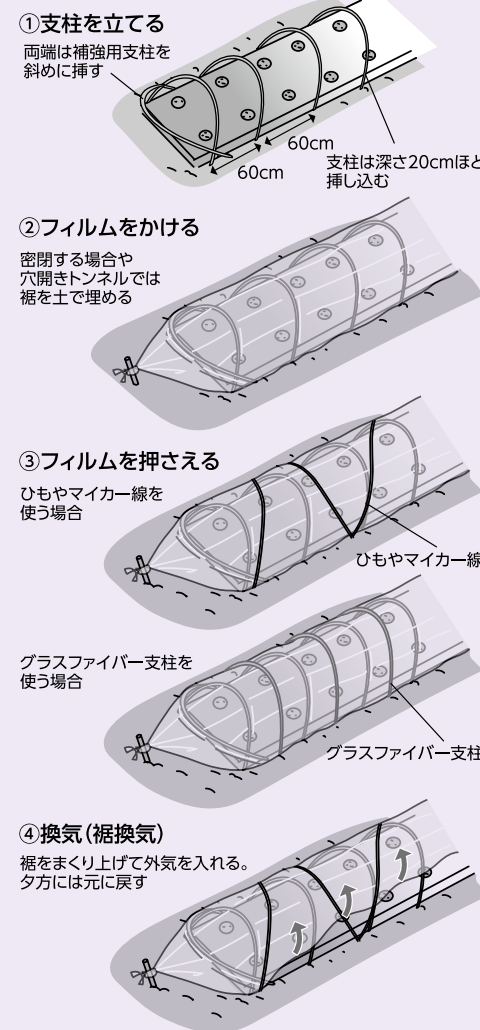


表 冬の栽培に必要な防寒資材など

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
		不織布	保温効果
べたがけ	保温 土壌水分保持	寒冷しゃ	通気性と透光性
		透明	地温上昇効果大
マルチ	地温の上昇 土壌水分保持 防草	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、株間が通る
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	マイカー線	強度、耐候性がある
		木杭、固定ピン	引き抜き抵抗がある

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）に少しでも長く保てるものの、夜間の保温には十分ではありません。そのため、氷点下の時間が長いと凍害を被ることがあるため、不織布によるべたがけも必要です。

春に向かって光が強くなったら、トンネル内は30度を超えるため、温度が上がリ過ぎないように換気をします。フィルムの裾を開閉する「裾換気」と、フィルムに直径10cm程度の穴を開ける「穴開け換気」があります。資材の再利用や換気の手間を考え、種まき時期にかかわらず穴開き率（フィルム表面積に対する穴開き面積の割合）1、2％程度の資材を選択すると換気の手間を省けます。

※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 10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

旬の根菜を食べて 元気に過ごそう

子どもたちとは1食のうち必ず何か野菜を食べる約束をしています。

野菜には体の調子を整えるビタミンやミネラル、食物繊維が豊富で、元気に過ごすために必要な栄養素が含まれています。そんな大切な野菜ですが、忙しい毎日の中で必ず取り入れようとすると、調理しやすいトマトやレタスなどの生野菜が中心になってしまいます。しかし、健康を考えればいろいろな種類の野菜を食べるのが理想的です。中でも意識して取りたいのが根菜類です。

土の中で育つ根や茎の部分を食べる根菜。根菜というと、ダイコンやゴボウ、レンコンなど冬が旬の野菜が思い浮かびます。根菜は、野菜の中では水分が少ないため体を冷やしくく、血行促進効果のあるビタミンEを含むものが多く、また、加熱調理に向いていることから体を芯から温めてくれます。

根菜を一年中意識して取ることで、強い体づくりにつながっていきます。例えば、春には胃の粘膜を保護する効果があるナガイモ、消化を助ける力があるカブが旬を迎えます。新しい生活が始まり、心身共に疲れやすい春にぴったりです。また、水分が



食育インストラクター／岡村 麻純

多く、体を冷やす力を持つキュウリやトマトなどの野菜が旬の夏。そんな夏でも旬となる根菜類が、新ショウガや新ゴボウです。夏野菜に加えて根菜を食べれば、クーラーなどで冷え過ぎてしまった体を温めてくれます。さらにショウガには、消化を助け免疫力を高めるなどの力もあります。

そして実りの秋になると多くの根菜が旬を迎えます。少しずつ寒い日も増えるこの時期に、体の抵抗力を高めてくれるビタミンAが豊富なニンジン、ビタミンCが豊富なサツマイモ、整腸作用のあるサトイモなどを意識して献立に加えましょう。

子どもたちと、今日は野菜あるかな、根菜入っているかな、と意識しながら、いろいろな種類の旬の野菜を食べ、その季節を元気に乗り切る力を付けてもらいたいと思います。

JA 広報通信 2025年10月号より



手足の体操

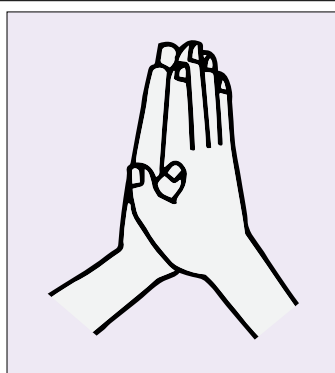
朝から頭がさえる 指の曲げ伸ばし体操

指を曲げ伸ばす体操です。朝、この体操をしながら1日のスケジュールを考えてみましょう。イメージが膨らみスムーズに計画を立てられる

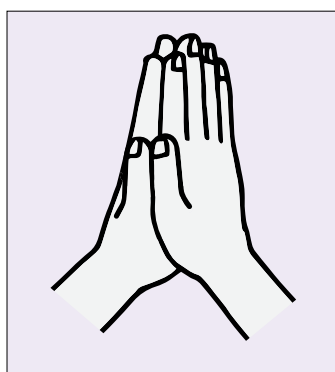
だけでなく、忘れてしまいがちな細かい予定を記憶するのも効果的です。この体操を行い、1日をすっきりと過ごしましょう。

健康生活研究所所長／堤 喜久雄

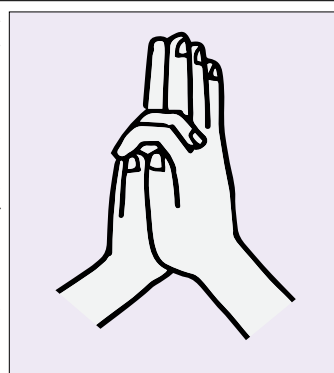
指の曲げ伸ばし体操



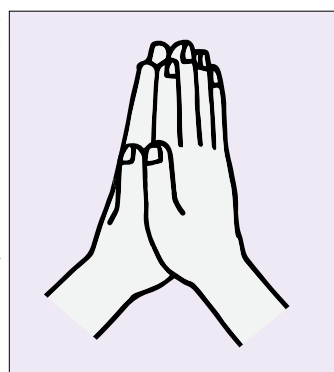
①胸の前で手を合わせ、右手の親指が手前に来るように、両手の親指を曲げます。



②両手の親指を伸ばします。左右を変えて同様に行います。



③右手の人さし指が手前に来るように、両手の人さし指を曲げます。



④両手の人さし指を伸ばします。左右を変えて同様に行います。

※余裕のある方は中指、薬指、小指でも同様に行いましょう。
※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。

JA 広報通信 2025年10月号より



旬菜館さくら お彼岸フェア開催！

JA直売所「旬菜館さくら」では、9月20日に「お彼岸フェア」を開催し、約180名の方にお越しいただきました。

フェアではお彼岸の御供花を買い求めに、開店と同時にたくさんのお客様が来られました。また、地元の新鮮野菜やお弁当・お惣菜のほか、くらしの会が手づ

くりの「おはぎ」を販売されました。屋外では、たこ焼きやメダカの販売がされました。

今回もお買い上げいただいた方には、レジにてボックスティッシュをプレゼントさせていただきました。

11月16日（日）は、東近江市蒲生支所の駐車場で開催の「蒲生いきいきあかねフェア」に旬菜館さくらが出店予定です。お越しの際はぜひお立ち寄りください。



お彼岸といえば
「おはぎ！」



終活セミナー「今日から始められる相続対策 & エンディングノートの活用方法」を開催

令和7年9月11日 JA 滋賀蒲生町本店2階理事会室にて、終活セミナー「今日から始められる相続対策 & エンディングノートの活用方法」を開催しました。管内の組合員・利用者9名の方にご参加いただきました。

中央総研 村上正芳氏を講師にお迎えし、相続税対策やエンディングノートの書き方について、身近な事例を交えて解りやすく解説いただきました。

講演の中では、エンディングノートを書くポイントとして、「自分の財産や介護・医療について、誰にどのようにして欲しいのかを記録し家族に伝えておくことの大切さ」を強調され、参加者の皆さんも熱心に耳を傾けておられました。



参加者に「キューブ米」と
「エンディングノート」を
プレゼント



また、ご参加いただいた皆さまには、JA 滋賀蒲生町管内でとれたお米「キューブ米」と「エンディングノート」をプレゼントいたしました。

今後も信用課では相続に関するイベントを開催してまいります。ぜひご参加ください。

蒲生西・蒲生北・蒲生東小学校 「田んぼの学校」稲刈り体験

JA 管内の蒲生北小学校、蒲生西小学校、蒲生東小学校の5年生児童が、9月下旬に稲刈り体験をされました。5月に児童らが植えた「日本晴」を鎌で刈取り、わらなどで束ねる作業などを行いました。また、手刈り後はコンバインによる機械刈りを見学されました。

蒲生東小学校では、刈取り前に地元のボランティアの方が稲刈りの手順や稲穂の構造を模造紙に書いて児童たちに授業をされました。児童らはボランティアやJA職員の指導を受けながら実際に刈取りを行い、最後は全員で協力して「はさかけ（稲を棒にかけて天日干しすること）」を行いました。

蒲生北小学校では、地元の生産者さんがコンバインの実演をし、見学した児童からは「コンバインやってみたい！」と声が上がっていました。

蒲生西小学校では、一緒に参加していたJAの若手職員が児童から刈取った稲を受け取り、コンバインで脱穀をする様子を見せていました。

一生懸命稲刈りをしてくれた児童の皆さん、学校関係者の方々、ご協力いただいたボランティアの方々、暑い中ありがとうございました。

2025年10月
かわらばん
滋賀蒲生町

9月17日



蒲生北
小学校



9月25日



蒲生東
小学校



9月26日

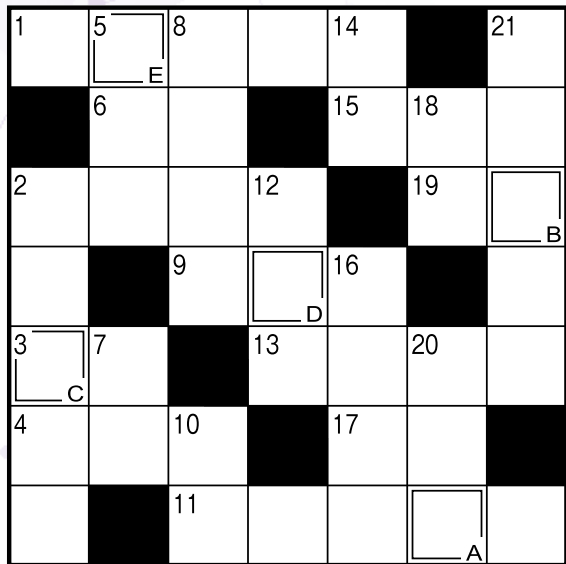


蒲生西
小学校



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

あたま、体操

1 ヨコのカギ

- 育つこと。七五三は子どもの——を祝う行事です
- 果敢に若武者が戦う
- 江戸時代のタクシーです
- 秋の山を彩ります
- 「豚」の音読み。——カツ
- 金属の輪を長くつないで作ります
- 旅先の体験を書き綴ったもの
- 平安貴族の乗り物。モーと鳴く動物が引きます
- よく晴れた日の、夕日の色といえは
- 佐渡島にはこの鳥の保護センターがあります
- ギターに張ります

1 タテのカギ

- 川辺や海岸で見られる冬鳥。東京都民の鳥です
- 熱海と並んで有名な、伊豆半島東部の温泉地
- 分別して出します
- 雄弁は銀、——は金
- 陶器よりも高い温度で焼きます
- 耳の長い動物
- 天高く——肥ゆる秋
- 暦の上ではこの日から冬
- 櫛（くし）の材料によいとされる木
- 『源氏物語』の作者は紫——です
- SLとも呼ばれる蒸気——

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

応募方法は下をご覧ください。

Present 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。

10 月号 パズル・頭の体操答え

Q1. クロスワード



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	クイズの答え おたより
JA 滋賀蒲生町 広報誌きらめき 係	・お名前 ・お住まい ・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・お住まいを必ずお書き添えください

F A X / 0748 (55) 2869
メー ル / message@gamou.jas.or.jp
H P / http://ja-shigagamou.jp/

今月号の
応募締切は 11月5日※必着

人権について
考えてみましょう

「それもいいね」と言える社会



NHKEテレで2025年3月から始まった「The Wakey Show (ザ・ウェイク・ショウ)」という番組をご存じでしょうか。平日の朝7時から放送されていて、子どもたちが元気に一日をスタートできるようにと工夫された教育番組です。キャラクターが登場し、科学・自然・芸術・歴史など、いろいろな「知るきっかけ」がちりばめられています。朝の短い時間ですが、大人も思わず見入ってしまうような楽しい番組です。

この番組のエンディングテーマ「それもいいね」を手がけたのは、シンガーソングライターのこっちのけんとさんです。親しみやすい言葉とメロディで、多くの人の共感を集めているアーティストなので、名前を耳にしたことがあるという方も多いかもしれません。

「それもいいね」という歌には、人はそれぞれ違っていい、というあたたかな受け止め方が込められています。自分らしさも相手の違いも否定しない。その背景には、多様性を認め合う視点があり、人権を考えるうえで欠かせない大切な姿勢です。

ところで、人権と聞くと、難しい法律や制度を思い浮かべる人も多いと思います。でも実際には、もっと身近なところに存在します。たとえば、自分とは異なる誰かの考えや行動に出会ったときに、「それはちがう」と突き放すのか、「そういう考

え方もあるね」と受けとめるのか。その小さなやりとりが積み重なって、人間関係をあたたかいいものにし、ひいては人権を大切にできる社会へとつながっていくのです。

私たちはみんなそれぞれちがう背景や価値観をもっています。服の好みや食べ物の好き嫌い、勉強の仕方や働き方、生き方の選択も違います。つい「正しい」「間違っている」で線を引きたくなることもありますが、こっちのけんとさんの歌が伝える「違っていてもいい」と多様性を受け入れる姿勢は、私たちの暮らしをより豊かなものにしていくのではないのでしょうか。

また、「それもいいね」という言葉は、相手を認めるだけでなく、自分を認めることにもつながります。自分を大切に思える人は、相手の違いもおおらかに受けとめることができます。逆に、自分に自信がないときは、他の人の存在が脅威に見えて排除の気持ちにつながってしまうこともあります。だからこそ、お互いの自己肯定感を支え合える社会が、人権を守る土台になるのです。

そして、家庭や学校、職場や地域社会など、いろいろな場面で「それもいいね」という言葉が交わられるようになれば、たとえば子どもの個性を認める言葉は何かに挑戦する勇氣になったり、あるいは職場で多様な意見を尊重すれば新しい発想や働きやすさにつながったりと、誰かを大切にできる社会に確実に変化していきます。

違いに出会ったとき、「それもいいね」と言える社会——そうした社会こそ、互いの人権を尊重し合える社会ではないでしょうか。

JA 滋賀中央会 JA 滋賀同和対策本部「みのり No.359」より

11月のあなたの運勢

占い師：モナ・カサンドラ / JA広報通信 2025年10月号より

♈ 牡羊座 3/21～4/19 全体運 スタートは多少もたつきますが徐々にスピードアップ。自然のリズムを大切に。大きな買い物は慎重に下調べを 健康運 しっかり準備運動すればハードなスポーツもOK 幸運を呼ぶ食べ物 シュンギク	♉ 牡牛座 4/20～5/20 全体運 勢い余ったのミスに気を付けて。結論を急ぎたいときほど丁寧に検討を。うまい話は特によく調べましょう 健康運 痛みのケアにはつぼ押しやマッサージが有効 幸運を呼ぶ食べ物 セロリ	♊ 双子座 5/21～6/21 全体運 イラッとするが増えそう。思い通りにならなくてもいつものペースを崩さないように。平常心が成功の鍵 健康運 張り切り過ぎてダウンしないようペース配分を 幸運を呼ぶ食べ物 小松菜
♋ 蟹 座 6/22～7/22 全体運 運勢は好調。大きな進展が期待できます。自分の意見をはっきり伝えましょう。意志を示すと開運につながります 健康運 ヨーグルトや納豆で腸活。野菜もたくさん食べて 幸運を呼ぶ食べ物 ナガイモ	♌ 獅子座 7/23～8/22 全体運 一度ストップがかかっても再挑戦の機会に恵まれます。諦めずに続けることが大事。味方は意外と近くにいます 健康運 スポーツを楽しむ好機。新しい方法を試すのも吉 幸運を呼ぶ食べ物 カレイ	♍ 乙女座 8/23～9/22 全体運 あれこれ考え過ぎない方がいいようです。シンプルにいきましょう。玄関の掃除は念入りに。よく眠れる枕が◎ 健康運 油断は大敵。早寝早起き朝ご飯で健康維持を 幸運を呼ぶ食べ物 サトイモ
♎ 天秤座 9/23～10/23 全体運 おいしいものを食べて元気を回復。紅葉狩りやコンサートに行くのもお勧めです。少し遠くまで足を延ばすのも◎ 健康運 友人とのおしゃべりでストレス発散。散歩も吉 幸運を呼ぶ食べ物 干し大根	♏ 蠍 座 10/24～11/22 全体運 勢いがあります。逆転運があるので状況を変えたいなら大きく打って出しましょう。変えたくないならガードを固めて 健康運 腹も身の内。バランス良く食べ、食べ過ぎには注意 幸運を呼ぶ食べ物 食用菊	♐ 射手座 11/23～12/21 全体運 思うようにならない事態に変化が訪れます。主導権を握れますが反動もあります。マイナス面も覚悟してGO! 健康運 目の疲れを甘く見ないで。頭痛、歯痛は早めに対処を 幸運を呼ぶ食べ物 ナメコ
♏ 山羊座 12/22～1/19 全体運 運勢は順調。困っていたことが動き始めます。若い人の意見は聞いてみる価値あります。斬新な発想が前進の秘訣(ひけつ) 健康運 足湯や入浴で血行を促進。爪のケアも丁寧に 幸運を呼ぶ食べ物 西洋梨	♑ 水瓶座 1/20～2/18 全体運 壁を感じやすいときです。ただ、その壁は越えるためにあります。一度立ち止まって状況を精査し再考しましょう 健康運 血液がサラサラになる食材をたくさん食べると◎ 幸運を呼ぶ食べ物 カツオ	♒ 魚 座 2/19～3/20 全体運 運勢は好調。追い風に恵まれ多くのことはなんとかなります。強気でいきましょう。下旬からは慎重にペース調整を 健康運 カルシウムをしっかり取って。筋力トレーニングが吉 幸運を呼ぶ食べ物 ネギ

JAマイカーローン

お取引により金利を引き下げ！
最長10年まで年1.30%
※適用金利は金利情勢の変化により変更する場合があります。(2025年5月1日現在)

募集期間 令和7年5月1日(木)～令和7年12月31日(水)

NEW 環境に配慮したマイカー(ＥＶ車等)をご購入の方に対する助成金交付制度を開始しました。
くわしくはお近くのJAにお問い合わせください。

クルマやバイクの購入・ローンの借り換えはJAで

適用金利の要件 下記の①～④の要件のうち、2項目以上満たす方

- ①当JAで給与振込みをご指定中、または新たにご指定いただける方(本人に限る)
- ②当JAで年金振込をご指定中、または新たにご指定いただける方(本人に限る)
- ③当JAでJAネットバンクをご契約中、または新たにご契約いただける方(本人に限る)
- ④当JAでJAカードをご契約中、または新たにご契約いただける方(本人に限る)

JAマイカーローンならインターネットで簡単審査！

審査のお申込みは「JAネットローン」で検索！

JAネットローン | 検索

※審査結果については、後日JAよりEメールでご回答いたします。

ご融資金額	1,000万円以内(1万円単位)
ご融資期間	10年以内
借入資格	利用に関しては、組合員加入のための出資が必要となる場合があります。
資金使途	クルマやバイクの購入資金(中古車も含む)、他社自動車ローンの借換資金、免許取得、車検・定期点検などに必要な資金、カーナビ等のカー用品の購入資金、除雪機、車庫建設費(100万円以内)。※ただし、営業用車両は除く。
担保設定	不要です。
保証料	JA指定の保証機関(滋賀県農業信用基金協会、または三菱UFJニコス株式会社)の保証が必要です。 (保証料例)5年間お借入いただいた場合の概算保証料(滋賀県農業信用基金協会の保証の場合)
手数料	融資取扱に関する事務取扱手数料は原則いたしません。 全額繰上返済、一部繰上返済、その他返済条件の変更により手数料がかかる場合があります。 ※三菱UFJニコス株式会社保証の場合、年0.79%または年1.35%の保証率がお借入いただく金利に上乗せされますので、保証料をお借入時にお支払いいただく必要はありません。
留意事項	金利などのご融資条件は各JAによって異なりますので、詳しくはお近くのJAにお問い合わせください。ご返済の滞りなどが発生した場合には、金利軽減を中止させていただくことがあります。金利情勢等の変化により、期間中であっても金利を変更する場合があります。

くわしくは、お近くのJA窓口にお気軽にお問い合わせください。
JA 滋賀蒲生町 本店 TEL: 0748-55-2858

皆様からの
おたより

毎月きらめきを届けて下さるのを楽しみにしております。
(桜川西町 Nさん)

いつもきらめきを楽しみにしていただきありがとうございます。次回の12月号は、早いもので2025年最後のきらめきになります。引き続き組合員の皆様を楽しんでいただける広報誌をお届けできるよう努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いたします。

ようやく朝夕が涼しくなってきましたね。年金友の会のお花楽しみにしています。
(匿名希望)

やっと季節が秋めいてきましたね。これくらいの気温がもう少し続けばいいのですが……。さて、このきらめきが届く頃には年金友の会の花苗は受け取っていただいていると思います。今回の「ピオラ」の花は冬から春にかけて咲き続けるそうなので、長く楽しんでいただければと思います。

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！

JAの概要

11月 2025 November

1日(土) 年金相談会
1日(土) 金融相談会
14日(金) ゴルフ友の会
15日(土) 金融相談会
25日(火) 組合員訪問日
26日(水) 組合員訪問日

■給油所キャンペーン!!
・SSセール 11月28日(金)
電話 0748-55-1170

■JAホールがもう
電話 0748-55-5969

■旬菜館さくらだより
・蒲生いきいきあかねフェア出店予定 11月16日(日)
電話 0748-55-8317

■理事会だより

と き/令和7年9月29日(月) 14時00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7年度 第1四半期監事監査結果について
第2号議案 令和7年度 仮決算処理方針について
第3号議案 コンプライアンス・マニュアルの一部変更について
第4号議案 リスク評価書の定期更新について
第5号議案 就業規則の一部変更について
第6号議案 育児休業等規程の一部変更について
第7号議案 固定資産の取得・リース契約について
第8号議案 出資金の減口について

【報告事項】
(1) 令和7年産米 カントリーエレベーター荷受要領(主食用米)について
(2) 令和7年産米 カントリーエレベーター荷受要領(麦あと輸出用)について
(3) 令和7年産米 集荷要領について
(4) 令和7年産 米・麦 概算金および概算金金利について
(5) 令和7年産 米集荷状況について
(6) 各種ローン金利変更について
(7) 組合員の異動について

■監事会だより

と き/令和7年9月29日(月) 13時00分より
ところ/ JA 滋賀蒲生町 本店2階 監査室

【協議事項】
第1号議案 令和7年度第1四半期監事監査の結果について
第2号議案 令和7年度上半期監事監査の実施について
第3号議案 代表理事等との協議の実施について
第4号議案 みのり監査法人とのディスカッション結果について

【報告事項】
・内部監査の実施状況について
・県庁検査の状況について
・当面の日程について

みのり監査法人と監事のディスカッションを9月12日に実施しました。

年金のお受取りはJAにおまかせ!!

すでに年金をお受取りの方、または年金お受取り予約された方限定
おトクな定期貯金をご案内!

すでに年金をお受取りの方にはお友達をご紹介いただくと
薬用ハンドソープをプレゼント!

年に2回花苗をプレゼント!

年金友の会お誕生日プレゼントあります!

JAホールがもう50,000円割引させていただきます!
※ホール券利用時の割引になります。

JAを新たに指定いただいた方にはカタログギフトをプレゼント!

年金の受取口座指定替えは手続き簡単!
用紙は1枚! 5分で終わります!

電話1本でご説明にお伺いします。
年金専用ダイヤル 0120-86-2858

JA 滋賀蒲生町 JA滋賀蒲生町 | 検索

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。

11月の金融相談会

1(土)・15(土)

【時間】9時00分～12時00分

年金・ローン 相続・共済 など
完全予約 電話予約制
お金に関すること
どなた様でもお気軽にご相談ください。

JA 滋賀蒲生町 信用課
☎0748-55-2858

令和7年9月30日現在			
正組合員	745人	貸出金高	4,887,062千円
准組合員	1,947人	購買品供給高	273,057千円
貯金高	39,254,855千円	販売品販売高	312,187千円

乃木坂46のメンバーが好きな食材で!

国消国産 × レシピ

前菜編 メイン編 スイーツ編

乃木坂46メンバーのオススメ国産食材「お肉」「お米」を使ったオムライスのレシピをご紹介します。オムライスは五百城さんがチャレンジしたかった料理! 見た目が可愛く、お弁当にピッタリです!

ロールオムライス

■材料(2人分)
鶏もも肉(一口大に切る) 60g
【A】塩 小さじ1/4
【A】コショウ 適量
サラダ油 小さじ1
玉ねぎ(みじん切り) 1/4個
ピーマン(みじん切り) 1/2個
国産スイートコーン 30g
ご飯 120g
トマトケチャップ 大さじ2
卵 2個
バター 5g



詳しい調理の
ショート動画は
こちらから



【作り方】

- 1 フライパンにサラダ油を引いて中火で熱し、【A】をもみ込んだ鶏もも肉を入れて焼く。火が通ったらみじん切りにした玉ねぎと、ピーマン、国産スイートコーンを加えて炒める。
- 2 しんなりしたら、ご飯、トマトケチャップを加えて炒め合わせ、粗熱を取る。
- 3 卵焼き器にラップを敷き、2をのせて丸く成形する。
- 4 卵焼き器にバターを引いて中火で熱し、溶いた卵を流し入れる。
- 5 手前に3をのせ、奥に向かってくるくる巻く。
- 6 切り分けたら、完成! ※お好みでミニトマト、ブロッコリーを添えてお召し上がりください。

賀喜遥香

五百城菜央

動画では私が
チャレンジしました!
おいしかったので
みんなも作ってみてね!

見た目も色鮮やかで
おいしそう!

JA直売所に行こう!

地域のおいしい農畜産物を見つけよう!

いつもとれたての農畜産物が並ぶJA直売所が今とても人気。毎日にぎわっています。その地域ならではの旬の野菜や果物、魅力的な加工品に、きっと出会えます。ぜひお出かけください。



JA直売所を
さがしてみよう!



お近くのJA直売所をはじめ、全国約1,400店舗のJA直売所は上の二次元コードから探せます。

皆さんの地元や
旅先にある直売所を
訪れてみてください!

遠藤さくら

メンバーが調理を楽しむ動画等を公開中!
ぜひアクセスしてください!



乃木坂46 国消国産



JAグループ

耕そう、大地と地域の未来。

乃木坂46

国消国産が、

日本の食の

未来をつくります。



乃木坂46は、国消国産を応援しています。

日本は今、食料の約6割を海外に頼っています。いざという時の食料に困らないために、私たちには何ができるのでしょうか?

それは、私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産していくことです。その考え方を「国消国産」といいます。

国消国産

私たちの国で

消費する食べものは、



できるだけこの国で
生産する

「国消国産」をすすめると、いいことがたくさんあります。



農業を応援し、「食」の安心を未来につなげていくために。
「国消国産」をいっしょに進めていきましょう!

「国産」を食べて、農業を応援しよう!

国消国産 月間キャンペーン。

今年もうれしい
キャンペーンを開催。
ふるってご参加
ください!

1 JA直売所キャンペーン2025

JA直売所に1回ご来店ごとにスタンプ1つをゲット。
2つで1口・3つでもう1口応募できます。

47都道府県とっておきの
3000円相当の農畜産物・加工品が
合計14,100名様に当たります!

期間
2025年
10月1日~
11月末日

地域の新鮮でおいしい野菜や果物、
加工品が並ぶ全国約1400店舗の
JA直売所に行こう!

賞品については特設サイトをご覧ください。
JA直売所の検索もできます。

※9月16日からご覧いただけます。



2 日本の味覚を、楽しもう。

今がチャンス!
送料はJAグループが負担します。
お客様送料負担なし

期間
2025年
10月1日~
11月末日

JAタウンには、おいしい「国産」がいっぱい



おいしい日本と暮らそう
JAタウン

ご注文はこちらから

※10月1日からご覧いただけます。



メンバーが調理を楽しむ動画等を公開中!
ぜひアクセスしてください!

乃木坂46 国消国産



JAグループ

耕そう、大地と地域の未来。

乃木坂46