

きらめき

4
2026 April
No.424

JA滋賀蒲生町

きらめき

4
No.424
2026 April

編集・発行/滋賀蒲生町農業協同組合
〒529-1537 滋賀県東近江市子殿町 240 番地

TEL.0748-55-1171 FAX.0748-55-2869

http://ja-shigagomou.jp

印刷・近江印刷株式会社



https://ja-shigagomou.jp/

JA滋賀蒲生町 LINE



JA滋賀蒲生町 Instagram



営農情報 LINE



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

タケノコ入り鶏つくね



シャキシャキ食感が楽しい！冷めてもおいしいのでお弁当にも

- 材料 (4人分)**
- タケノコ (ゆでたもの) 100g
 - 鶏ひき肉 400g
 - 小ネギ 4本 (40g)
 - 卵 1個
 - A 片栗粉 大さじ2
 - おろししょうが 10g
 - 塩 小さじ2/3
 - こしょう 少々
 - 油 適量
 - しょうゆ 大さじ2
 - B 酒 大さじ2
 - みりん 大さじ2

アレンジ
●タケノコをレンコンやキノコなど季節の野菜に替える
●さんしょうをひと振りして大人向けに

- 作り方**
- 1 タケノコは大きめのみじん切りにする。小ネギは飾り用に3、4cm幅に切って少し取っておき、残りを小口切りにしておく。Aをボウルに入れてよくこね、食べやすい大きさに丸めてつくねを作る。
 - 2 フライパンを温めて油をひき、つくねを並べる。中火でこんがり色がつくまで焼き、ひっくり返してふたをして5分ほど蒸し焼きにする。ふたを取ってひっくり返しながら焼き上げる。串を刺して透明の肉汁が出るようになったらBを混ぜ合わせて入れ、少しとろみがつくまで火を入れて、つくねに絡める。
 - 3 皿に盛り、①で取っておいた小ネギを散らして出来上がり。

ポイント
形崩れを防ぎ、食感を良くするためよくこねましよう。丸めづらい場合は手に油(分量外)を塗るととまりやすくなります。

スパイスの香りが食欲そそる

- 材料 (4人分)**
- キャベツ 300g
 - 新ジャガイモ 300g
 - オリーブ油 大さじ1
 - ニンニク (みじん切り) 1片 (5g)
 - カレー粉 小さじ1
 - チリパウダー 適量
 - 塩 小さじ1/2
 - 水 大さじ1
 - 白ゴマ 大さじ1

- 作り方**
- 1 キャベツはざく切りにする。新ジャガイモは皮をむき1cm角に切り、水にさらして水気を切っておく。
 - 2 フライパンにオリーブ油とニンニクを入れて中火にかけ、香りが出たらキャベツと新ジャガイモ、カレー粉、チリパウダー、塩、水を入れて混ぜ、ふたをして5分ほど加熱する。新ジャガイモに火が通ったら白ゴマを混ぜ入れて出来上がり。

アレンジ
●キャベツや新ジャガイモを冷蔵庫に残った野菜に替える
●春巻きの皮で巻いて揚げる

ポイント
難しいコツなく作れるインドの家庭料理です。インドではクミンシードを使いますが、白ゴマで代用して和風にアレンジしています。

春キャベツと新ジャガイモのごまサブジ (インド風蒸し炒め)



JA広報通信 2026年3月号より

4月号の読みどころ

家の光

IE no HIKARI

特集 アイテムひとつで魔法のスタイルアップ術

ほんとうに効果のあるウォーキング

農ライフのすすめ 野菜がよく育つ 花の植え合わせ

別冊付録 ひと目でわかる 家庭菜園カレンダー2026
定番野菜26種類の月別栽培カレンダーや二十四節気の紹介、各月にすべき農作業のチェックリストなど、役立つ情報が盛りだくさんです！



表紙の人 工藤 阿須加さん
俳優、タレントの工藤 阿須加(くどう あすか)さん。2012年俳優デビュー後、数々のドラマや映画で活躍。近年の主な出演作に「てっぺんの向こうにあなたがいる」、「劇場版「緊急取調室 THE FINAL」」などがある。

4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。

赤カビ病防除

播種時期	出穂期予想	防除時期	防除剤
11月5日の場合	4月10日頃～	出穂期から7～14日後頃 【目安：4月17日～4月24日頃】	トップジンM粉剤DL 【10aあたり4kg】

※トップジンM粉剤DLは収穫前14日まで使用可能。使用回数は3回以内（出穂以降は2回以内）

実肥

出穂期予想	施肥時期	資材
4月10日頃～	出穂10日後頃 【目安：4月20日頃】	尿素【10aあたり10kg】

※「出穂期」は圃場の半分が出穂したところを指します
 ※今後の気温によって出穂や開花の時期は変動するため、出穂期、開花期の確認を早めに行い、実肥施用や赤かび病防除が適期に行えるように注意してください。
 ※穂肥で麦用セラコートR 2500を施肥している場合は、実肥の必要はありません。
 ※実肥資材の「尿素」は朝露などの水分で肥焼けを起こしますので、水気が引いた時間帯に散布するようお願いいたします。
 ご不明な点につきましては、営農販売課までお問合せください。（TEL：0748-55-1317）

小麦

令和8年産
ふくさやか

4月は小麦の出穂期になります。出穂後10日ごろに実肥を与え、また赤カビ病の早期予防も行いましょう。

水稻

育苗の季節がやってきました。ハウス内の温度は大丈夫ですか？？
苗の焼けに注意!! 昼間は換気を行いましょ!!

近年の4月の日差しは強く、好天の日はハウス内や苗代のトンネル内の温度が急激に上昇します。温度が32℃を超えると、高温によって苗が徒長し、最悪の場合は「枯死」する恐れがあります。
 なお、白色保温シートを被覆している場合でも、換気が遅れると、高温障害が発生する危険度が高くなりますので注意して下さい。
 また、育苗時の水やりの基本は「1日1回10時頃にたっぷり」とですが、育苗期間の後半で苗が大きくなるほど水分を必要とします。高温が続くようであれば、こまめに苗を観察し必要に応じて水やりを行って下さい。（天候や生育状況により水やりは調節して下さい）



■育苗期間の適温（ビニールハウス）

	出芽期間 2日～3日	緑化期間 2日～3日	硬化期間 4日～16日
昼間	30～32℃	22～25℃	18～20℃
夜間	30～32℃	15～18℃	12～15℃

※稚苗期間は20～22日間。

令和8年度

年金相談会のご案内

場所 JA 滋賀蒲生町 本店1階 相談室

時間 9時00分～12時00分

年金について、どのようなご相談でも結構です
お気軽にご相談ください

開催日		開催日	
5/23	(土)	7/11	(土)
11/28	(土)	1/30	(土)

必ずお持ち下さい 年金定期便 基礎年金番号 印鑑

年金専用フリーダイヤル

0120-86-2858

★人数に限りがありますので、お早めにご連絡下さい。
 ※お時間が取れない方、相談日以外にもご自宅にお伺いします。
 お気軽にご連絡下さい。

JA 滋賀蒲生町 信用課 ☎0748-55-2858

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!

JAを新たに
ご指定いただいた方には
カタログギフト
をプレゼント!

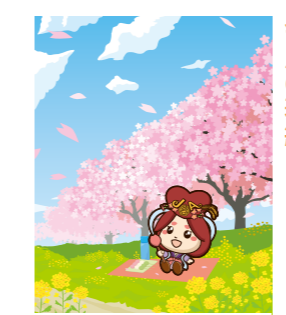
年金の受取口座指定替えは手続き**簡単!**
用紙は**1枚! 5分**で終わります!
電話1本でご説明にお伺いします。
年金専用ダイヤル **0120-86-2858**
JA 滋賀蒲生町

4 2026 April No.424

CONTENTS

もくじ

- 年金相談会のご案内
- 営農情報
- 家庭菜園
- 私の食育日記
- 脳トし手足の体操
- かわらばん
- あなたの運勢
- あたまの体操等
- 皆様からのおたより
- JAの概要
- 令和8年度カルチャースクールの紹介
- おごっこ一冊



今月の表紙

あなたもチャレンジ!
家庭菜園を
楽しもう

KITCHEN GARDEN

オクラ

密植栽培で生長を抑えて 柔らかい実を楽しむ

アフリカ原産のオクラは暑さに強く、真夏に美しい黄色の花が次々に咲いて、実になります。一方で寒さには弱く、10度以下の低温になると生育が停止してしまいます。

【品種】「アーリーファイブ」(タキイ種苗)、「ピークファイブ」(サカタのタネ)、「ブルースカイ」(ヴィルモランみかど)などの五角種や、大きく育っても堅くなるにくい丸さや種の「ヘルシエ」(タキイ種苗)、「みどり丸ノ助」(サカタのタネ)などがあります。

【畑の準備】植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰100g程度を散布して耕耘(こつうん)しておきます。次に、1週間前に化成肥料(NPK各成分10%)200gと堆肥2kgを施して土とよく混ぜておきます。元肥の窒素量が多いと実の付きが悪くなるので注意が必要です。2条植えではベッド幅は約90cmにし、地温を確保するため黒マルチを張ります。

【種まき】高温性のため、まだ地温が低い時期に早まきしても発芽しにくく育ち

図1 苗作り

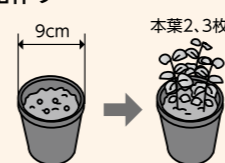


図2 植え付け

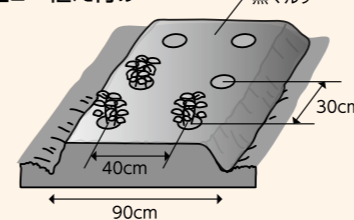


図3 収穫・摘葉

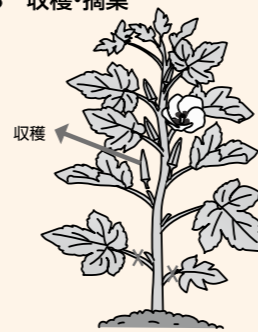
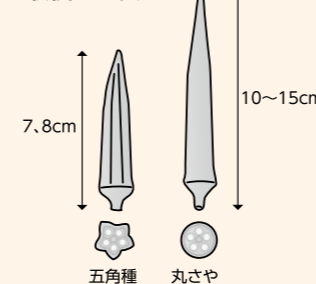


図4 収穫の目安



も悪くなってしまいます。地温が15度以上になってから種まきします。

ポットで栽培して植え替える場合は、9cmポリポットに4、5粒まき、発芽後の間引きはしません(図1)。間引かず栽培することで生長を抑制し、実が堅くなることを抑えます。じかまきでは株間30cm間隔に5、6粒の種をまき、1cmほど覆土して軽く鎮圧します。種は強く吸水しにくいので、一晩水に漬けてからまくと良いでしょう。

【管理】2条植え(またはじかまき)では条間約40cm、株間約30cmとし、本葉2、3枚の間引きをしない苗を植え付けます(図2)。じかまきでは本葉2、3枚のときに間引いて4本残します。

追肥は、1回目の収穫の開始時期に1平方m当たり化成肥料30g、それ以降は月2回、1回当たり1平方m当たり50gを与えます。マルチ栽培では、マルチをめぐって畝の両側に化成肥料を散布します。

収穫ごとに着果した節の下の葉1、2枚

を残し、その下の葉を取り除きます(図3)。摘葉は通風、採光が良くなり側枝の発生と着果を促します。

【病害虫防除】アブラムシ、カメムシ、ハスモンヨトウは登録農薬で早めに防除します。なお、ネコブセンチュウが根に付くと生育が悪くなるので、前年作の野菜に被害があれば、他の畑または別の畝を選びましょう。

【収穫】開花後7、10日の若いさやを、五角種は長さ7、8cm、丸さや種は長さ10、15cmで収穫します(図4)。日照不足や低温が原因で、実に米粒大の突起物ができる「いぼ果」となる場合がありますが、食べても差し支えありません。

※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。

栽培カレンダー(オクラ)

	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
冷涼地			●	▲	○	■	■	■
中間地		●	▲	○	■	■	■	■
暖地	●	▲	○	■	■	■	■	■

● 種まき ▲ 苗作り ○ 植え付け ○ トンネル ■ 生育 ■ 収穫

出典:「JA 広報通信 3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

塩こうじを活用しよう

食育インストラクター/岡村 麻純

2歳になる息子の塩分摂取量の目安は3g未満で、成人男性の7.5g未満、成人女性の6.5g未満と比べると少ないです(厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2020年)」より)。食事を大人と同じ味付けにしてしまうと塩分が多過ぎるので別に用意しています。しかし、あまり手間はかけられないこともあり、そんなときに大活躍してくれるのが塩こうじです。

塩こうじとは、米こうじという菌と塩を混ぜて発酵させた調味料です。肉や魚にほんの少し塩こうじを塗ってしばらく置き、さっと拭いて焼くだけで簡単に子ども向けの一品ができます。また、塩こうじには肉を軟らかくする力があるため、歯が未熟な子どもの食事にはありがたい存在です。



塩こうじと同じくこうじ菌によって発酵させているものに、みそやしょうゆ、日本酒などがあります。こうじ菌を使った調味料には同じように肉を軟らかくする力があるため、みそやしょうゆなども漬け込み料理で簡単に一品ができます。

塩分は大人が考えるより少量でも、子どもにとっては十分おいしく感じます。塩こうじの量を調節すれば、薄味で塩分控えめに、しかし、塩だけで調理するよりも味に深みが出ます。大人向けにも塩こうじでローストポークや鶏ハムを作ったり、野菜スープに加えたり、パンを焼く際に塩の代わりに使うなど、さまざまなレシピに活用できます。

こうじ菌が出す酵素であるアミラーゼには、でんぷんをグルコースなどに分解する力、プロテアーゼにはタンパク質をアミノ酸に分解する力があります。この力によって肉が軟らかくなり、さらに分解されたアミノ酸がうま味へと変化しおいしさが増します。

こうじ菌は日本人に生まれ、古くから利用されてきました。ちなみに、

今は市販の塩こうじで調理していますが、いつかは子どもと一緒に塩こうじそのものを作ってみたいと思っています。

JA 広報通信 2026年3月号より

脳トレ!
手足の体操

指出し体操で右脳を鍛える

健康生活研究所長/堤 喜久雄

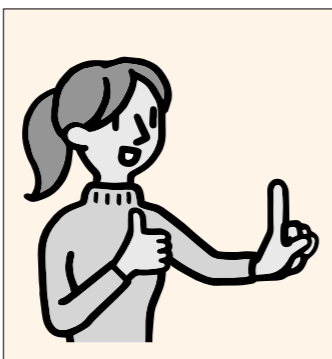
両手のリズミカルな動きで右脳を鍛える体操です。右脳は想像力などを受け持つとされていますので、頭がぼんやりするときやアイデアがう

まく出ず、煮詰まったときなどに試してみましょ。大人数での集まりなどで、皆で挑戦すると盛り上がりやすいです。

指出し体操



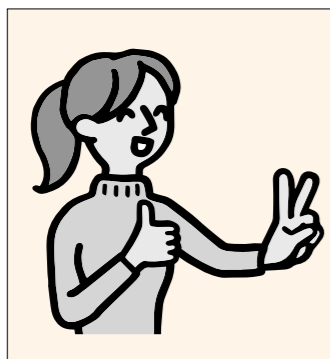
(1) 右手は人さし指を立てて前方に出します。左手は親指を立てて胸の前に持っています。立った状態でも座った状態でもOKです。



(2) 左右の手の動きを逆にします。右手は親指を立てて胸の前に持っています。左手は人さし指を立てて前方に出します。



(3) 右手は人さし指と中指を立てて前方に出します。左手は親指を立てて胸の前に持っています。胸の前の手は必ず親指を立てることになります。



(4) 左右の手の動きを逆にします。左手は人さし指と中指を立てて前方に出します。右手は親指を立てて胸の前に持っています。

※(1)~(4)を10回繰り返しましょう。

※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 2026年3月号より



集落営農法人連絡協議会 定期総会

集落営農法人連絡協議会では、2月27日、八日市ロイヤルホテル会議室にて定期総会を開催しました。会員やJA役職員、行政関係機関より43名が出席されました。

総会では、令和7年事業報告、令和8年事業計画等5つの議案について承認されました。

事業計画では各法人における課題解決のため、関係機関と連携し、農業・農村の持続的な発展に向けて、農業経営の資質向上、次世代リーダーの育成や法人間および青壮年農業者との連携強化に向けた取り組みを進めていくことを決めました。

JAでは、情報提供や意見交換会の場を設け、集落営農法人の様々な課題解決に向け、支援して参ります。



「持続可能な農業に向けての集い」を開催

2月27日、集落営農法人連絡協議会と青壮年農業者の皆様にお集まりいただき「持続可能な農業に向けての集い」を八日市ロイヤルホテルで開催しました。基調講演では、第1部で株式会社あきんどスシローの斎藤毅様による「実需者から求められる農産物について」、第2部で東京大学大学院特任教授、鈴木宣弘様による「農業情勢について」の講演をしていただき貴重なお話を聞くことが出来ました。また、講演終了後には次年度の取り組みとして、高温耐性品種や胡麻の栽培について紹介させていただきました。

集落営農法人連絡協議会の活動・JAの活動として、農業従事者や構成員の高齢化が進むなか、法人間での連携、法人と青壮年農業者との連携が重要と位置づけています。蒲生地区の農業を将来に向かってどのように維持、発展させていくか、今後も話し合いの場を作っていきたいと考えています。



年金受給者友の会 「親睦旅行」

2月9日～2月10日に年金受給者友の会「親睦旅行」を1泊2日にて開催いたしました。

最初の観光地、「可睡齋」では天井まで届きそうな日本最大級32段1,200体のお雛様を観覧しました。

2日目は「三嶋大社」を参拝したあと「日本平夢テラス」を観光、お天気も良く富士山がとても綺麗で参加者の皆様も記念撮影をされていました。

皆様から旅行の楽しい思い出ができたこと、大変お喜びのお声を沢山いただきました。

今回の親睦旅行を通じて添乗させていただきました職員も、いつも以上に年金受給者友の会会員の皆様とのつながりを感じることが出来ました。

現在、当JAでは年金ご紹介キャンペーンを実施しております。ご家族やご友人の方などをご紹介いただけますとJA直売所「旬菜館さくら」のお買物券や3,000円分のクオカード等をご用意させていただいております。

今後も皆様に喜んでいただけるイベントを心掛けて参りますので、より多くのご参加をお待ちしております。



2026年4月 かわらばん



旬菜館さくら ひな祭りフェア開催

JA直売所「旬菜館さくら」では、3月3日に「ひな祭りフェア」を開催しました。この日はあいにくの雨模様でしたが、約150人の方にお越しいただきました。

フェアでは旬の苺や地元の新鮮野菜のほか、お惣菜、柿の葉寿司などが店頭並びました。

屋外では購買課の試食販売、焼き立てパン、たこ焼き、揚げドーナツやワッフルのキッチンカーが出店されました。

また、ひな祭りにちなんで、レジにて商品をご購入の方に数量限定で「ひなあられ」をプレゼントいたしました。

今回は、4月17日(金)に「春のさくらフェア」を開催予定です。皆様のご来店を心よりお待ちしております。



JA直売所活性化イベント みたらしだんごプレゼント!

2月27日、JA直売所「旬菜館さくら」にて、「直売所活性化イベント」として直売所でお買物された方を対象にみたらしだんごのプレゼント企画を行いました。

太郎坊宮で人気の団子を取り寄せ、JA職員が店頭で焼いてたれ付けしたみたらしだんごは大変人気で、プレゼントに加えお買い求めいただく方もたくさんおられました。

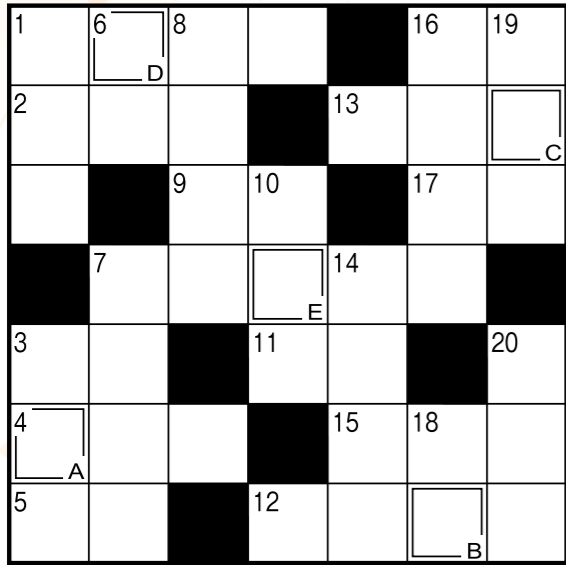
来店者から「焼きたてのみたらしだんごは美味しいね!」や「LINEの告知でイベントを開催するのを見て来た」などの感想が聞かれました。

旬菜館さくらでは、今後もご来店いただいた方にお買物を楽しんでいただけるよう様々な企画を計画して参ります。皆様のご来店お待ちしております。



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

ヨコのカギ

- 1 ナノハナと呼ばれることもあります
- 2 ーは流流仕上げを御覧じろ
- 3 若いメンドリが生んだものには二つ入っていることも
- 4 桜が咲く時期ならではのレジャー
- 5 竿や糸、針を使って楽しみます
- 7 津軽、関門、ドーバーといえは
- 9 セロリやミツバはー科の野菜です
- 11 うわ、服にコーヒーのーがついちゃった
- 12 北口榛花選手の専門種目
- 13 お金を入れます。春に買うと「お金で張る」から縁起がいいそうです
- 15 ー転換しようと散歩に出た
- 16 田植えに向けて育てます
- 17 酔っぱらって巻く人もいます

タテのカギ

- 1 潮干狩りでよくとれる二枚貝
- 3 ガソリンはー性の高い液体です
- 6 海に浮かべて目印にします
- 7 ゴロゴロゴロゴロ…ピカッ!
- 8 工事が終わり建物が完成すること
- 9 相撲を取る人のこと
- 10 連載ではありません
- 11 伊勢神宮はーと外宮に分かれています
- 12 白神山を象徴する木
- 13 トランプの J、Q、K のこと
- 14 唱歌「春の小川」に出てくる花

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。

3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33通・正解33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
JA 滋賀蒲生町
広報誌きらめき係

クイズの答え
おたより

・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 **4月6日(日)必着**

人権について
考えてみましょう

「化けていく」 人権のまなざし



令和7年度後期のNHK連続テレビ小説「ばけけ」は、明治の松江を舞台に、怪談を愛した文豪・小泉八雲（ラファエル・オ・ハーン）と妻・セツをモデルに描かれた物語です。八雲が遺した「耳なし芳一」や「雪女」は、単なる怖い話ではなく、人の弱さや孤独、やさしさを描いた作品として、今も多くの人に読み継がれています。

たとえば、「耳なし芳一」では、目の見えない琵琶法師・芳一が亡霊たちの前で平家物語を語る場面があります。芳一は墓地の冷たい空気の中にいながら、心に広がる宮廷の情景を思い描き、語り続けます。八雲自身も事故で片目の視力を失い、不安と向き合いながら生きてきました。だからこそ、芳一をその境遇だけで語るのではなく、その内面にある豊かな世界に寄り添い、「音」や「気配」といった目に見えない価値を描いたのでしょう。

また、「雪女」は、雪の夜に出会った不思議な女性・お雪の物語です。若い木こりの命を助けたお雪は、「このことを誰にも話さない」と約束させます。数年後、木こりは美しい女性と結婚しますが、ある夜ふと昔の出来事を語ってしまいます。そのとき妻は、自分こそがあの雪女であったと明かし、幼い子どもたちのために夫を許しながら静かに姿を消します。正体を隠して生き、約束を破られても怒りなくあきらめる姿には、深い哀しみと優し

さがにじみます。八雲に多くの物語を語り聞かせた妻・セツも、時代の荒波の中で武家の没落を経験し、平坦ではない人生を歩んだ一人でした。八雲が再構成した怪談に漂う「うらみ」や「かなしみ」が、単なる幽霊の叫びを超えて響くのは、語り手であるセツ自身の心の痛みがにじんでいるからかもしれません。

こうした背景をもつ八雲自身もまた、当時は外国人として「分らない存在」と距離を置かれることがありました。それでも肩書きや出自で人を判断せず、日本の暮らしの中に身を置き、違いを受け止めようとした。

私たちは、相手をカテゴリーに当てはめることで理解したつもりになりがちです。しかし、相手が抱える背景や言葉にできない思いに想像力を巡らせるだけで、見える景色は変わります。一人ひとりの個性を尊重し、誠実に向き合うこと。その積み重ねが、誰もが安心して過ごせる職場や地域をつくる原動力になります。

「ばけけ」という題名には、人の関わりによって世界がよりよいものへと「化けていく」という願いが込められているといえます。世界を変えるのは特別な力ではなく、私たちのまなざしの変化です。違いに線を引いて遠ざけるのではなく、まずは目の前の一人をありのままに見ることから始めませんか。

（注）怪談のあらすじは小泉八雲の著書、作品背景及びドラマに関する記述はNHK政策発表資料等を参考にしています。

JA 滋賀中央会 JA 滋賀同和対策本部「みのり No.364」より

4月のあなたの運勢

占い師：モナ・カサンドラ / JA広報通信 2026年3月号より

♈ 牡羊座	♉ 牡牛座	♊ 双子座
3/21~4/19	4/20~5/20	5/21~6/21
全体運 春風に乗り運勢は軽やか。思い切りの良さがツキにつながります。ささっと動きましょう。身近なことを大切に	全体運 人気に恵まれる順調運。あなたを構いたい人が多くて困ってしまうかも。皆で楽しめるプランを提案して	全体運 失敗しても挽回できます。慌てずに対処しましょう。友人は良いアドバイスをくれるので話に耳を傾けて
健康運 吹き出物に注意。生活のリズムを整えて	健康運 アロママッサージでリラックス。つぼ押しも◎	健康運 肩凝りは早めにケアを。スマホの見過ぎに注意
幸運を呼ぶ食べ物 タラの芽	幸運を呼ぶ食べ物 アシタバ	幸運を呼ぶ食べ物 根ミツバ
♋ 蟹座	♌ 獅子座	♍ 乙女座
6/22~7/22	7/23~8/22	8/23~9/22
全体運 頭の痛いことが多いとき。全体的に縮小の方向で考えてみましょう。手を広げないのが収拾のコツ。買い物は早めに	全体運 勢いがあります。思うままにやってみましょう。足りない部分は後付けでOK。丁寧なフォローで丸く収まるはず	全体運 運勢は緩やかに上昇。外出するのに良いときです。時間を潰して出かけてみましょう。気分転換で作業効率もアップ!
健康運 無理は禁物。軽いストレッチで柔軟性を保って	健康運 不調は自然と回復。運動量を増やしてGO!	健康運 サポーターを使うなど予防策を講じて安泰
幸運を呼ぶ食べ物 ナバナ	幸運を呼ぶ食べ物 アスパラガス	幸運を呼ぶ食べ物 サヤエンドウ
♎ 天秤座	♏ 蠍座	♐ 射手座
9/23~10/23	10/24~11/22	11/23~12/21
全体運 次第に動きが激しくなっていきます。気持ちの切り替えが大事。駄目なものは横に置き一点集中で突破を	全体運 自分のための時間を取りにくいときです。優先順位を整理して動きましょう。掃除がお勧め。不用品は処分して	全体運 上昇運です。最初はスムーズさを欠いても挽回できます。説明書はきちんと読んで。非常持ち出し袋は中身を点検
健康運 トイレは早めに。疲れためないように	健康運 生活リズムを守って。発酵食品で腸をきれいに	健康運 好転の兆し。体を動かせばさらに元気に
幸運を呼ぶ食べ物 ブロッコリー	幸運を呼ぶ食べ物 ホウレンソウ	幸運を呼ぶ食べ物 カブ
♑ 山羊座	♒ 水瓶座	♓ 魚座
12/22~1/19	1/20~2/18	2/19~3/20
全体運 困り事はあるものの助けてくれる人もいます。相談するなら早めに。家族とはよく会話を。すれ違いを防げます	全体運 効率が良くても人間関係でつまづいてしまうとかえって時間がかかることも。ルールを守って進め方がスムーズ	全体運 順調運ですが予想外のことも。予定には余裕を持たせて。臨機応変に動けば楽しいことが増えていきそうです
健康運 けがややけどに気を付けて。毎日の散歩が◎	健康運 口コミで人気の健康法を試してみてください	健康運 喉をよくケアして大切に。カリンや蜂蜜が味方
幸運を呼ぶ食べ物 イチゴ	幸運を呼ぶ食べ物 ラディッシュ	幸運を呼ぶ食べ物 レタス

令和8年度 カルチャースクールのご紹介

ヨガ教室 火曜日(月2回)
18時～19時

★初心者の方にもやさしいヨガなので無理なく続けられます。必要なのはヨガマットだけ！
(バスタオルでもOK！)
日頃の運動不足の解消や、健康づくりにいかがですか？



生花教室 第3木曜日(月1回)
18時半～20時

★お盆やお正月などの季節に合わせた四季折々のお花を生けます。夜の開催なので、お仕事終わりの参加も出来ます。



パッチワーク教室 第3火曜日(月1回)
9時半～12時

★JA 滋賀蒲生町の旧西支所(鋳物師町)で開催しています。
カバンやラグなど、思い思いの作品を作られています。



園芸スクール 土曜日(月1回)
9時半～11時半

★家庭菜園のイロハを楽しくお教えします。「これから畑を始めるぞ！」という方やベテラン農家さんまで、今更聞けない疑問や基本的のことも実践形式で学べます。



令和8年度開催予定のカルチャースクールは4講座です。
受講者募集は4月1日(水)から！

詳しくは
きらめき4月号に折込の **カルチャースクール 受講申込書** をご覧ください！



皆様からの
おたより

アンパンマン交通安全キャラバンに参加させていただきました。孫が初めて出会うアンパンマンに大はしゃぎで楽しい時間でした。
(蒲生岡本町 Tさん)

お孫さんと一緒に参加いただきありがとうございました。楽しい時間を過ごしていただけたようで、職員一同とても嬉しく思っています。これからもお孫さまが楽しんでいただけるイベントを企画していきますので、ぜひまた遊びにいらしてください。

「家族で楽しむおいらいー」で紹介された「プロッコリーのオイル蒸しとらすのパスター」を孫と一緒に作りました。アレンジに他の食材をかけ、オリジナルパスターが出来上がりました。
(木村町 Nさん)

お孫さんと一緒に作られて、さらにアレンジもされるとは本当にすごいですね！これからも気軽に楽しめるレシピを紹介していきますので、またぜひ一緒に作ってみてください。



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。

JAの概要

4 2026 April

- 4日(土) 金融相談会
- 14日(火) ハッピーシニアのつどい
- 18日(土) 金融相談会
- 23日(木) 組合員訪問日
- 24日(金) 組合員訪問日

■給油所キャンペーン!!
SSセール 4月24日(金)
農業用軽油割引セール 4月1日～5月30日まで
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
春のさくらフェア 4月17日(金)
電話 0748-55-8317



令和8年2月28日現在

正組合員..... 748人	貸出金高..... 4,789,411千円
准組合員..... 1,993人	購買品供給高 518,572千円
貯金高..... 38,150,553千円	販売品販売高 796,329千円

■理事会だより

と き/令和8年2月20日(金) 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3四半期監事監査結果について
第2号議案 事故防止等にかかる人事ローテーションについて
第3号議案 団体貸付の承認について

- 【報告事項】
(1) 令和8年度 事業計画(案)について
(2) 組合員の異動について
(3) 固定資産の取得、リース契約について
(4) 固定資産の除却について

■監事会だより

と き/令和8年2月20日(金) 12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3四半期監事監査の結果について
第2号議案 みのり監査法人の再任について
第3号議案 令和8年度監事監査計画について
第4号議案 みのり監査法人との協議結果について

- 【報告事項】
・内部監査の実施状況について
・当面の日程について

お知らせ 給油所 GW期間中の特別営業について

(令和8年4月29日～5月10日)

営業時間	特別営業対象日		
	8:00～12:00	4/29(水・祝)	5/3(日・祝)
5/5(火・祝)		5/6(水・振休)	5/10(日)

- 1) 令和8年4月29日～5月10日の期間中の日曜日・祝日は上記の日程で特別営業を行います。
- 2) 平日・土曜日は通常営業となります。(平日: 7:30～18:30 / 土曜日: 8:00～17:00)
- 3) ガソリンスタンド営業時間内は、肥料・農業に関しては引取のみ対応させていただきます。

JA 滋賀蒲生町 購買課