

きらめき

10

2026 October
No.430

きらめき

10

2026 October
No.430

家族で楽しむおいしい一皿

レシピ提供・
料理研究家 和田麻紀子サツマイモの
韓国風肉じゃが定番の肉じゃがの
雰囲気を変えて

材料 (4人分)

サツマイモ 50g
 牛肉 (小間切れ) 150g
 ゴボウ 1/2 本 (100g)
 ネギ 1/2 本 (50g)
 ニンニク 1 片 (5g)
 ごま油 大さじ 1
 A かつおだし 300ml
 しょうゆ 大さじ 2
 酒 大さじ 2
 みりん 大さじ 1
 コチュジャン 小さじ 2
 砂糖 大さじ 1/2
 白ゴマ、糸唐辛子 適宜

アレンジ

- 糸こんにゃくを加えてボリュームアップ
- 溶けるチーズをかけてマイルドな味に

作り方

- ①サツマイモは食べやすい大きさに切って、水にさらして水気を切っておく。ゴボウとネギは斜め薄切りに、牛肉は食べやすい大きさに切り、ニンニクはつぶしておく。
- ②鍋にごま油をひいてニンニクを熱し、香りが出たら①の野菜を入れて軽く炒め、牛肉を入れてさらに炒める。
- ③②にAを加えて沸騰したらあくを取り、落としづたをして中火で15分間煮る。サツマイモに串が通るようになったら落としづたを取って、煮汁がほんの少なくなるまで煮る。火を止めて冷ますと味が染み込む。好みで白ゴマや糸唐辛子を添えて出来上がり。

ポイント

サツマイモは多少煮崩れてもOKです！
 おおらかな気持ちで調理しましょう。

おやつにも朝にも！
ふんわり蒸しパンカボチャの
マーラーカオ

JA 広報通信 2026 年 9 月号より

10月号の
読みどころ

家の光

IE no HIKARI

特集

住まいと体に安心を
もう、転ばない！

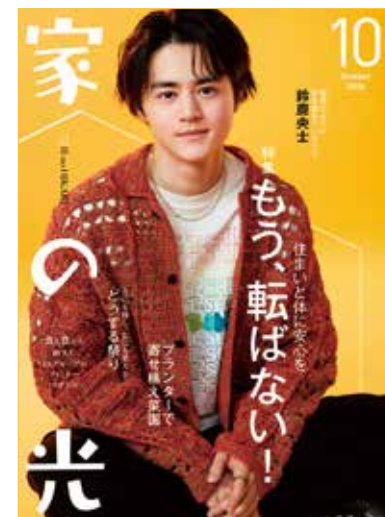
転倒による骨折を経験した、小堺一機さんと松本明子さんの対談を入口に、転ばないための住まいづくりと体づくりのヒントを探ります。

定番おかずがもっとおいしくなる！
ヘルシー酒粕レシピ別冊
付録

解いて認知症予防！ 脳トレパズル36

10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。



表紙の人 鈴鹿 央士さん

俳優、モデルの鈴鹿 央士(すずか おうじ)さん。18年、「MEN'S NON-NO」の専属モデルオーディションでグランプリを獲得。映画『蜂蜜と遠雷』(19年)で第43回日本アカデミー賞新人俳優賞を受賞。テレビドラマ『リーガルビート〜逆転の法廷〜』(テレビ東京系、金曜21時〜)に出演中。



大豆は適期刈取、麦は排水対策が品質向上・増収のポイント

大豆

錦大豆

10月中旬に成熟期を迎え、下旬に刈取になります。品質向上のため、適期に刈取を行って下さい。

▼早刈はシワ粒・汚粒のもと

白大豆では、雑草や青立ちした大豆が残っているままでコンバイン収穫をすると、せっかく収穫した大豆が汚れてしまいます。特にブドウのような青い実のなる雑草や、茎の高い雑草が生えている圃場では、コンバイン収穫時に雑草の実や茎の汁が大豆についてしまう事があります。圃場内の雑草は収穫前には必ず取り除いてから作業を進めましょう。

適期収穫

※ 大部分の葉が落ちれば刈取る。
※ 刈取後脱粒までの期間をできるだけ長くし、品質向上につとめる。(手刈り)

脱粒

※ 莢の中で十分乾燥させて脱粒する。

乾燥

※ 自然乾燥を原則とする。
※ 子実水分15%以下に仕上げる。

麦

ふくややか

麦類の品質向上と増収対策の決め手は排水対策。圃場周辺には排水溝をつけ、表面水を排除するとともに、弾丸暗きよを施し、表面水が地下浸透しやすいようにして下さい。

▼上旬 圃場排水管理

▼中旬 種子消毒

▼増収のポイント

①排水をよくする

・弾丸暗きよで、簡易排水をする。
・稲刈り後、すみやかに周囲に排水溝を作る。
・排水溝は、圃場の乾湿に応じて3〜4m毎に設ける。
・雨のあとは溝をさらえ(とくに畔頭)排水につとめる。

②適期播種の励行

・11月上旬

③降雨が予想される場合は播種しない。

④耕起播種覆土は1日で仕上げをする。

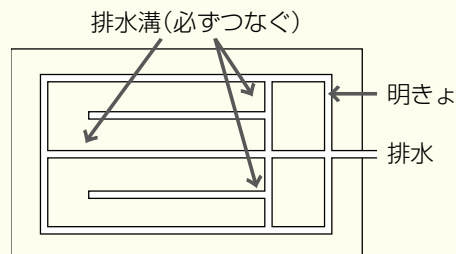
⑤除草剤の散布は必ず行う。

⑥病害防除の徹底

・種子消毒の実施
・赤カビ病の適期防除(1〜2回)

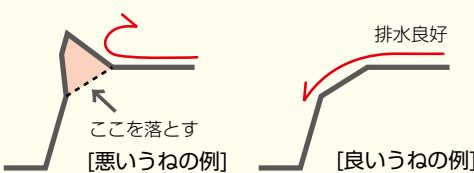
▼小麦は、凍害のおそれがありますので、極端な早播はひかえて下さい。

排水溝の設置例 うね幅約3m〜4m



うねの立て方

培土板では、図のような悪いうねになると水が溜まり過湿となります



施肥設計

タイプ別	土改資材	元 肥	追 肥	穂 肥	実 肥
従来タイプ	粒状 苦土石灰 100	化成肥料 444 35	化成肥料 201 10〜15	化成肥料 201 20	尿 素 10
省力タイプ①	粒状 苦土石灰 100	麦 パンチ 40	—	化成肥料 201 生育に応じて	尿 素 10
	粒状 苦土石灰 100	麦用セラコート R2500 30	—	麦用セラコート R2500 30	—
	粒状 苦土石灰 100	麦用セラコート R2500 30	—	セラコート RSカイ44 15	—
省力タイプ② 【穂肥ドローン施肥】	粒状 苦土石灰 100	麦用セラコート R2500 30	—	—	—

種子消毒

薬剤名	ベンレートT 水和剤
播種量	種子量の0.5%を、 乾燥種子に粉衣
時期	播種前
病名	なまぐさ 黒穂病

赤かび防除

薬剤名	トップジンM
散布量	4Kg/10a
時期	開花期
散布方法	収穫14日前まで 散布可能。 出穂期以降2回

信用手数料改定のお知らせ

お客様へのお知らせ

平素はJAをご利用いただき、誠にありがとうございます。
このたび、信用手数料を下記のとおり改定いたします。

令和8年10月1日より実施

※一部手数料は令和9年4月1日より

↑ 値上げとなる手数料

項 目	現 行	改定後	適用日
通帳・証書再発行手数料	550円	⇒ 1,100円	R8.10.1
残高証明書等各証明書 発行手数料(1枚あたり) [住宅ローン以外]	330円	⇒ 定 例 330円 都 度 1,100円	R8.10.1
貸出金全額繰上償還手数料 (残元金50万円以上 1件につき)	5,500円	⇒ 11,000円	R8.10.1
貸出金一部繰上償還手数料 (残元金50万円以上 1件につき) ※ネットバンクによる 住宅ローン一部繰上手数料	3,300円 ※ 無料	⇒ 5,500円 ※5,500円	R8.10.1
振込手数料(窓口) 他行宛 文書 3万円未満 他行宛 文書 3万円以上	440円 660円	⇒ 550円 770円	R8.10.1
定時自動送金手数料 他行宛 文書為替 3万円未満 他行宛 文書為替 3万円以上	440円 660円	⇒ 550円 770円	R8.10.1
取引履歴発行手数料	無 料	⇒ 1,100円	R8.10.1
夜間金庫使用料(年額)	無 料	⇒ 24,000円	R8.10.1
媒体持込手数料 ※1 依頼あたりの持込手数料として、 扱い件数は問いません。 口座振替手数料は別途徴収いたします。	無 料	⇒ 5,500円	R9.4.1

↓ 値下げとなる手数料

項 目	現 行	改定後	適用日
JAネットバンク振込手数料・利用料(個人・法人)			
他行宛 1万円未満	330円	⇒ 220円	R8.10.1
他行宛 1万円以上 3万円未満	330円	⇒ 220円	R8.10.1
他行宛 3万円以上	550円	⇒ 330円	R8.10.1
法人JAネットバンク 月額利用料			
(照会・振込サービス)	1,100円	⇒ 550円	R8.10.1
(データ伝送・ファイル伝送・ 照会・振込サービス)	3,300円	⇒ 1,100円	R8.10.1
振込手数料(ATM)			
他行宛 電信 3万円未満	440円	⇒ 330円	R8.10.1
他行宛 電信 3万円以上	660円	⇒ 440円	R8.10.1

ご確認ください

- 上記以外の手数料は現行どおりです。
- 詳しくは窓口職員までお問い合わせください。

※一部手数料は、令和9年4月1日から適用いたします。

(媒体持込手数料) ※1 依頼あたりの持込手数料として、
扱い件数は問いません。口座振替手数料は別途徴収いたします。

JA滋賀蒲生町 お問い合わせ先 信用課 ☎0748-55-2858



今月の表紙

12 おいづーIII

11 組合員資格の確認のお願い・
家の光購読キャンペーン・
家計簿別売のお知らせ

10 皆様からのおたより

9 あたまの体操等

8 あなたの運勢

6 かわらばん

5 私の食育日記

4 家庭菜園

3 営農情報

2 信用手数料改定のお知らせ

もくじ

10 2026 October
No.430

Contents

あなたもチャレンジ! 家庭菜園を 楽しもう

KITCHEN GARDEN

冬にやっておきたい 土作り

最初は軟らかい土も、野菜を作り続けると次第に硬くなり、水はけが悪くなると病害虫が出やすくなります。菜園に野菜が少ない冬の時期に、春に備えて土作りを始めましょう。

「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するので、水と空気が土粒の隙間を動きやすい土の構造（団粒構造）が大切です（図1）。水はけを良くするには土を深くまで耕し、下層の硬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わせて粗大な有機物（バーク堆肥、家畜ふん堆肥、落ち葉堆肥など）を混入しておきます。

「落ち葉堆肥とは」

落ち葉堆肥は、落ち葉に米ぬかや油かす、骨粉などの有機質肥料を加えて発酵させたもので、肥料分を含んでいます。ケヤキ、クヌギなどの広葉樹は葉が柔らかく微生物により分解（発酵）されやすいため堆肥に適しています。

図1 良い土の組成

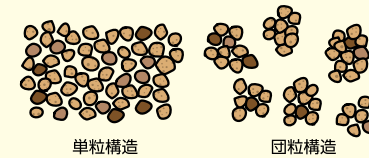


図2 落ち葉堆肥の作り方

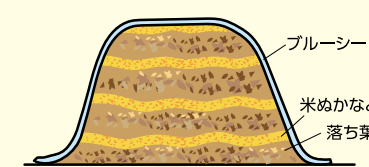


図3 寒起こし

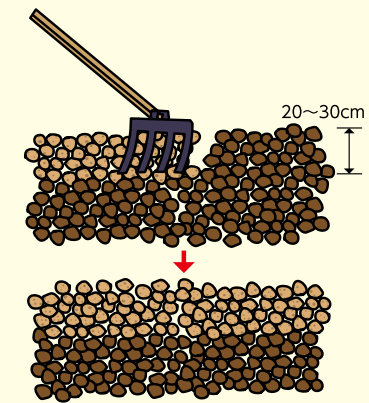
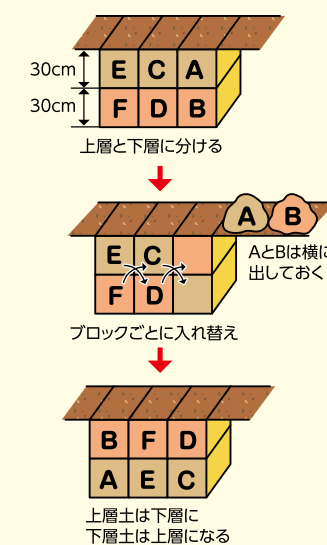


図4 天地返しの方法



「落ち葉堆肥作りの手順」
①落ち葉を20cm程度の厚さに積みみます。米ぬかや油かすなど（落ち葉の重さの1〜2%程度）をサンドイッチ状に積み重ね、水をたっぷりまいて踏み固めます。
②これを繰り返し返して1mくらいに積み上げます（図2）。③1カ月に1回程度切り返し、半年から1年程度たって落ち葉がボロボロに崩れてきたら完成です。コンクリートパネルなどで囲う、壁を利用するなどして堆肥場を作っても良いでしょう。

「寒起こし」

同じ場所ですべて野菜を長く栽培していると、上層土には肥料などの養分が蓄積し、下層土は根が入りにくく硬くなってきます。また、上層土には土壌病原菌や有害センチュウが増えています。このような畑では連作障害が発生し、野菜の生育が悪くなります。

寒起こしは、厳寒期に菜園を表面から20〜30cm荒く掘り起こし、土の塊を寒気にさらす作業です（図3）。このとき、大きな雑草などは取り除いておきましょう。

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。この繰り返しで土塊が次第に崩れて、通気性・排水性が良く、農作物の根が張りやすいふかふかの土になります。害虫が寒さで死滅する効果も期待できます。

「天地返し」

普段耕す土層は軟らかくても、その下に硬い「耕盤」がある場合があります。特に、長い間トラクターのロータリーで耕していると、表層は耕せても、その下にはトラクターの重さで耕盤ができてしまいます。天地返しで、この耕盤を崩すことができます。

天地返しは、表面から30cm程度の上層土と、その下60cm程度までの土を入れ替える土壌改良法です（図4）。

これらの作業はきつい仕事なので、冬に行うと良いでしょう。また、連作が心配な菜園では、障害を避ける対策として考えてみましょう。
※関東南部以西の平坦な地を基準に記事を作成しています。

私の 食育日記

キノコを食べよう

キノコを食べていますか？ シイタケにマイタケ、シメジなど、一年中さまざまな種類を見かけることができる身近な食材ですが、実は子どもの苦手な食べ物としてよく挙げられる食材の一つでもあります。しかし、キノコには今注目されている栄養素が豊富なのです。

日本人が健康に生活するために必要な栄養の摂取目標を『日本人の食事摂取基準』として厚生労働省が発表しています。この食事摂取基準は5年に一度更新されており、2025年に推奨摂取量の目安量と目標量が引き上げられたのが、キノコ類に多く含まれるビタミンDと食物繊維です。

ビタミンDは骨や歯を強くする働きがあるカルシウムの吸収を助けます。筋肉の発達にも関わっているため、成長期の子どもの必要不可欠です。骨粗しょう症の予防や免疫機能にも関わっているとされ、子どもだけでなく大人にとっても重要です。ビタミンDは日光を浴びることで生成されますが、食事からも摂取することが推奨されています。食物繊維は胃腸の調子を整え、生活習慣病の予防になるという研究もあります。炭水化物の食事（麺類や



食育イラストレーター/岡村 麻純

パンなど）に偏りがちな子どもが不足しやすい栄養でもあります。

そんな注目のキノコですが、長男は苦手なようです。そこでキノコを細かく刻んで調理に使うのがわが家の定番です。みじん切りにしてタマネギと一緒に炒め、ミートソースやトマトソースなどに加えると、キノコ類のうま味成分で、より味に深みが出ます。また、炒める際に少し片栗粉をまぶしてこんがり焦げ目を付けると、子どもも食べやすくなるようです。

キノコのぬるっとした食感がどうしても苦手な子どもにはクラゲもおすすめです。炒め物やサラダ、スープなど、意外と何と組み合わせても相性の良いクラゲなら食べられるという子も多いです。いつもと違った使い方で、ぜひキノコを楽しんでもらえたらと思います。

JA 広報通信 2026 年 9 月号より

ピント合わせ体操

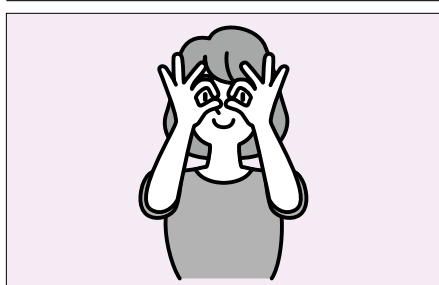
脳トレ! 手足の体操

ピント合わせ体操で 脳を鍛える

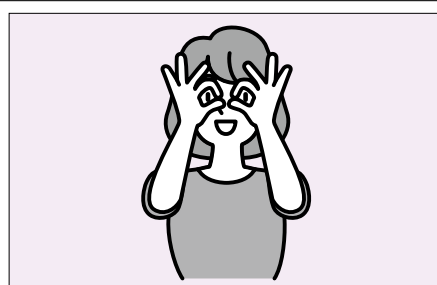
脳をしっかり使う体操です。指の形を素早く切り替えるときに、脳から指への指令が活発になるため、頭がスッキリとさえます。会議前などにもお薦めです。

メリハリをつけて指を動かすことが大切です。(2) (4) でフレームを作るときは、親指と人さし指を真つすぐ伸ばし、中指・薬指・小指の3本はしっかりと握りましょう。

健康生活研究所所長/堤 喜久雄



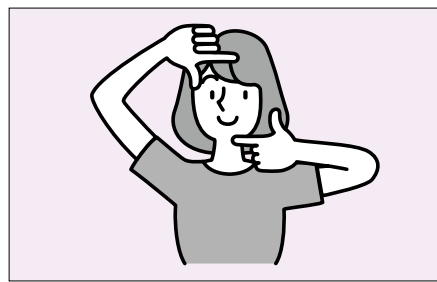
(3) (1)の状態に戻ります。



(1)親指と人さし指で眼鏡の形を作り、穴から両目でのぞきます。



(4)左手を上にして、顔の前でフレームの形を作ります。このとき、人さし指が横になります。親指と人さし指は伸ばし、他の3本の指はしっかりと握りましょう。



(2)右手を上にして、顔の前でフレームの形を作ります。このとき、人さし指が横になります。親指と人さし指は伸ばし、他の3本の指はしっかりと握りましょう。

※(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 9 月号より

出典：「JA 広報通信 9 月号「あなたもチャレンジ! 家庭菜園」(成松次郎 著)より



旬菜館さくら お盆フェア開催

JA直売所「旬菜館さくら」では、8月7日、8日の2日間にわたって「お盆フェア」を開催し、両日合わせて約300名の方にご来店いただきました。

フェアの目玉である「お盆用の切花・仏花」を、今年も生産者さんにはたくさん出荷していただき、仏花

コーナーは2日間とも開店と同時に大賑わいの様子でした。

また、地元の新鮮野菜やお弁当・お惣菜のほか、7日にはとろろ昆布の店頭販売や購買課のゼリー試食販売、メダカの販売やキッチンカーなどが出店されました。

8日には、蒲生赤十字奉仕団による「令和8年熊本地震義援金」の呼びかけが行われ、来店者の皆様より多くの温かいご協力をいただきました。

今回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。

10月のフェアは、10月23日（金）に「秋の収穫フェア」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。



入り口前で義援金の呼びかけ

第4回園芸スクール 秋野菜の播種

8月22日、JA直売所「旬菜館さくら」の集荷場スペースで、第4回園芸スクールを開催しました。今回はキャベツやブロッコリー、カリフラワー、ハクサイ、葉ボタンなどの秋野菜の播種を行い、さらに今年は初めてレタスの播種にも挑戦しました。

講師の松原 治夫先生^{まつばら はるお}の指導のもと、猛暑が続く時期の種まき後の管理方法を丁寧に指導していただきました。特に重要なポイントとして学んだのは、「種をまく前に土へしっかり水を含ませる」という事前の水管理です。発芽までの水分調整や暑さから苗を守る工夫など、秋野菜を上手に育てるためのコツを学ぶ貴重な機会となりました。

受講者の皆様には、今回学んだことをぜひご自宅で活かしていただき、これからの秋野菜栽培を楽しんでいただけたらと思います。

なお、今回播種した秋野菜は、収穫期を迎える11月頃～12月中旬頃に、JA直売所「旬菜館さくら」に出荷いただく予定です。

栽培について、ご興味がある方・栽培方法等についてお聞きしたい方、また園芸スクールについては、営農販売課（TEL：0748-55-1317 担当：川村）までお気軽にお問い合わせ下さい。



相続の悩みを税理士に相談！ 相続個別相談会を実施

8月7日、JA 滋賀蒲生町本店にて相続個別相談会を実施し、3組の方にご参加いただきました。

当日は税理士法人中央総研の村上 正芳氏^{むらかみ まさよし}が、相続に関する不安や悩みについて、一組一組の状況に応じた丁寧なアドバイスをしました。

専門的な立場からの具体的なアドバイスを受けた参加者の方からは、「気になっていたことを直接相談でき、とても安心した」といったお声が寄せられました。

また、ご参加いただいた皆様には、万一の際にご自身の想いや財産情報などを大切なご家族へ残すための「エンディングノート（いまから帳）」をプレゼントいたしました。

大切な資産を次の世代へ円滑につなぐためにも、早めの相続対策が重要です。信用課では今後も相続に関する相談会などを継続して開催してまいりますので、ぜひお気軽にご参加ください。



エンディングノートを
プレゼント



税理士が個別に面談して
アドバイス

滋賀県農政連盟蒲生支部の 通常総会を開催

8月7日、JA 滋賀蒲生町本店で、滋賀県農政連盟蒲生支部及び蒲生農政推進協議会の令和8年度通常総会を開催しました。総会には25名が出席し、令和7年度活動報告や令和8年度活動計画など全4議案を原案通り可決・承認しました。

また、来賓として県選出議員の小鍵 隆史^{こぎ たくし}参院議員と宮本 和宏^{みやもと かずひろ}参院議員が出席し、それぞれ国政報告をされました。

小鍵氏は「持続可能な農政を目指し、短期的には令和8年産米の適正な価格設定や流通販売に取り組むとともに、長期的には米政策をはじめとする新たな農政への転換を働きかけていく」と、今後の農政の方向性について語られました。



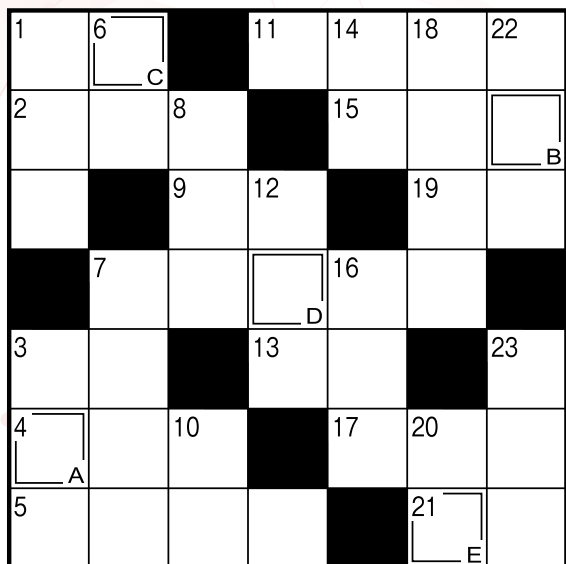
小鍵氏と宮本氏に要望書を提出



総会の最後には、蒲生支部長中本 嘉津由氏^{なかもと かづよし}が両議員に対し「備蓄米の買い取りなどによる需要緩和対策」と「水田活用直接支払い交付金による農業者への支援」に関する要望書を提出しました。

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 ――食えば鐘が鳴るなり法隆寺（子規）
2 ヒトコブだったリフタコブだったリ
3 味噌煮にしてもおいしい魚
4 元のものから分かれ出ること。新たな問題が――する
5 橋につけられた柵
7 油絵を描くのに使う布。画布ともいいます
9 ――の上にも三年
11 転居、屋移りともいいます
13 漢字から作られました
15 歯を抜くときにかけるもの
17 付けている人は誰なのかが書いてあります
19 寺院に入るときくぐることも
21 彼はクラスで――を抜いて足が速い

タテのカギ

- 23 22 20 18 16 14 12 10 8 7 6 3 1
おでんにつける黄色い薬味
アフリカ大陸北部に広がる―― 砂漠
仏花によく使われます
運動会の競技のひとつ
小豆は昔、赤い――と呼ばれました
えんぺらがある魚介類
ダーウィンが提唱した―― 論
夫の配偶者です
皮がむきやすい黄色い果物
秋桜ともいわれる花
いざというとき、体を膨らませる魚
酒などを買う前に、味や香りを確認
「考える人」で知られる彫刻家

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 1 名様にプレゼントいたします。どしどしご応募下さい。

毎月抽選で
ステキな
プレゼント！

9 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 23 通・正解 23 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	係
広報誌きらめき	係

クイズの答え おたより
・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

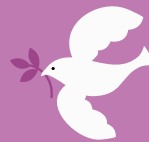
※お名前・お住いを必ずお書き添えください

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 10月5日(月)必着

人権について 考えてみましょう

非常時だからこそ、 守りたいもの



7 月 28 日、熊本県熊本地方を震源とする地震が発生し、熊本県宇城市と氷川町で震度 7 を観測しました。被災された方々に心よりお見舞い申しあげるとともに、被災地の一日も早い復旧と、平穏な暮らしが戻ることを心よりお祈りいたします。

報道に触れながら、以前に研修会でとりあげた「避難所で生じる人権上の困りごと」を考えるワークショップを思い出しました。大きな災害が起きると、避難所には行政職員が配置され、運営を主導してくれると思うがちです。しかし、被害が広い範囲に及べば、行政職員自身も被災者となります。すべての避難所に十分な人数を配置できず、避難所に集まった方々が協力して運営せざるを得ない場合もあります。

研修では、避難所で実際に起こり得る場面について話し合いました。人前では着替えにくい、授乳する場所がない、下着を干せない、生理用品を男性の担当者から受け取りにくい、夜に一人でトイレへ行くのが怖い。どれも一見すると命に直接かかわらないように見えるかもしれませんが、しかし、安心して眠れない、トイレを我慢して水分を控える、必要な物を受け取れないといった状態が続けば、心身の健康を損ないます。「非常時だから仕方ない」の一言で済ませてよいことはありません。

避難している人の事情は一人ひとり違います。高齢者、障がいのある人

乳幼児を連れた人、妊産婦、外国人、持病やアレルギーのある人もいます。配偶者等の暴力（DV）から逃れているため、名簿の扱いに特別な配慮が必要な人がいるかもしれません。全員に同じ対応をすることが一見「平等」に見えても、それだけで誰もが安心できるとは限りません。その人が何に困り、どのような支援を必要としているのかを確かめ、個別の状況に応じて必要な支援を行う「公平」の視点が求められます。

一方で、困っている人ほど声を上げにくいものです。「自分だけお願いするのは申し訳ない」「皆が大変な時に、わがままだと思われるくない」と我慢してしまっています。たとえば、運営に当たる人が特定の性別や年代の人だけであれば、気づけない困りごともあります。性別、年代、立場の異なる人が運営に関わり、配慮が必要な方にこちらから声をかけることが必要です。

避難所で守らなければならないのは、雨風をしのぐ場所や食料だけではありません。着替えや授乳ができる場所、性別に配慮された男女別のトイレや更衣室、安心して休める環境も、人が尊厳を保って生活するために欠かせないものです。人権への配慮は、余裕ができてから考えるものでも、特別な要望に応えるものでもありません。災害から助かった命を、その後の避難生活でも守るための基本的な備えです。

災害は、いつ、どこで起きるか分かりません。自分が避難所を運営する側になることもあります。その時、声の大きい人の意見だけで決めず、声に出せない困りごとを寄せられるか。今回の地震を機に、職場や家庭、地域で一度話し合ってみてはいかがでしょうか。

JA 滋賀中央会 JA 滋賀同和対策本部「みのり No.370」より

10 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 9 月号より

♈ 牡羊座 3/21～4/19 全体運 非常に勢いがあり大きな推進力に恵まれます。力不足を感じていたことにチャレンジを。今月なら希望が見えます 健康運 スポーツを楽しんで。動くほどエネルギーが好循環 幸運を呼ぶ食べ物 カブ	♉ 牡牛座 4/20～5/20 全体運 あれもこれもしなければと焦らずに。状況を整理してできるものから行いましょう。延期やお断りも視野に入れて 健康運 無理は禁物。7 割程度の力で動けば安泰です 幸運を呼ぶ食べ物 エノキタケ	♊ 双子座 5/21～6/21 全体運 好調運に後押しされて活躍が期待できます。レジャーを楽しむ余裕も生まれそう。友人に積極的に連絡を取ってみて 健康運 話題の健康法を試して。楽しく元気に過ごせます 幸運を呼ぶ食べ物 ジャガイモ
♋ 蟹 座 6/22～7/22 全体運 丁寧な作業が好結果につながります。イメージを負わないよう準備を入念に。問題は話し合いで解決の兆しが 健康運 よくかむことが大切。バランス良く食べましょう 幸運を呼ぶ食べ物 エリンギ	♌ 獅子座 7/23～8/22 全体運 スピーディーに動けます。ただ頭に血が上りやすい傾向が。怒りっぽくならないかセルフチェックを忘れずに 健康運 とてもパワフル。短い休憩を入れて元気を維持して 幸運を呼ぶ食べ物 ギンナン	♍ 乙女座 8/23～9/22 全体運 買い物を楽しめします。ショッピングモールなどへの外出は視野が広がるきっかけに。珍しいものにツキがあります 健康運 度忘れが気になりそう。脳トレで頭を活性化して 幸運を呼ぶ食べ物 チンゲンサイ
♎ 天秤座 9/23～10/23 全体運 伸びやかな好調運。温めてきた計画を実行するのも良いです。思い付きでやったこともうまくいきます。挑戦を！ 健康運 おしゃべりでストレス発散。友人とのスポーツも◎ 幸運を呼ぶ食べ物 さんしょう	♏ 蠍 座 10/24～11/22 全体運 難しい対応を迫られそう。あなたのせいではないので気に病まないで。助けてくれる人が現れて状況は好転へ 健康運 考え過ぎないように。体に良い食材を取りましょう 幸運を呼ぶ食べ物 ナメコ	♐ 射手座 11/23～12/21 全体運 良好運です。旅行やおけいこなど、やりたかったことをする時間を多めに取みましょう。語学の勉強で運を招いて 健康運 大勢でワイワイ楽しめる運動がお勧め。大会参加も吉 幸運を呼ぶ食べ物 ニンジン
♑ 山羊座 12/22～1/19 全体運 辛口の運氣。気持ちを引き締めて。課題をクリアすれば大きなご褒美が待っています。周囲からの助言には耳を傾けて 健康運 運動不足に注意。お風呂は湯船にゆっくりつかって 幸運を呼ぶ食べ物 柿	♒ 水瓶座 1/20～2/18 全体運 驚くことが起こりそう。ただしハプニングは味方です。より良い方法を模索すれば前より良い結果を生むでしょう 健康運 スキンケアは丁寧に。小さい傷もきちんと消毒を 幸運を呼ぶ食べ物 ルッコラ	♓ 魚 座 2/19～3/20 全体運 いつものペースで進めましょう。運勢は次第に上昇し、状況が好転します。リサイクルやリメイクにツキあり 健康運 発酵食品など腸に優しい食べ物で元気をキープ 幸運を呼ぶ食べ物 マッシュルーム

組合員資格の確認のお願い

組合員の皆様の組合員資格（氏名、住所、組合員たる資格の別等）に変動が生じた場合には、定款第14条の定めるところにより、書面にて当JAにお届けいただくことになっています。組合員資格に変動があった場合はお手数ですが、当JA窓口で組合員資格変更手続きを行われますようお願い申し上げます。組合員資格区分は農業者の正組合員と農業者以外の准組合員があります。正組合員は、1年の内30日以上農業に従事する人等が該当します。

なお、正組合員の方には、一戸につき400円を賦課金として徴収させて頂くこととなります。賦課金は、営農指導の他、広報活動等の経費の一部に充てております。何卒、ご理解下さいますようお願い申し上げます。

①正組合員→准組合員へ

- ・1年のうち農業に従事する日数が30日未満になった方

②准組合員→正組合員へ

- ・1年のうち農業に従事する日数が30日以上になる方
- ・農事組合法人の構成員の方（反対申出のない限り、正組合員へ資格変更をさせていただきます。）

③組合員本人が亡くなられている場合

- ・相続による名義変更、または、脱退手続きが必要になります。（その他当JAでご利用頂いている、貯金・共済・購買などの名義変更も必要になります。）

《組合員資格変更のために必要なもの》

- 認印 ○ご本人様の確認ができるもの（運転免許証、マイナンバーカード 等）
- 届出事項変更届（所定の様式）

【お問い合わせ】滋賀蒲生町農業協同組合 企画審査室 TEL: 0748-55-1171

炊き出しのノウハウ

つながりは最強の備え
知る、備える、助け合う

みんなの防災 みんなで防災

防災ウォーキング

防災レシピ

家の光 12月号 購読申込受付中!

お申し込みはお近くのJAへ ●定価 900円(税込)

JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11 TEL 03-3266-9040 <https://www.ienohikari.net/>

2027年 家の光 家計簿 日記付き

『家の光』増刊号

家の光

●定価(税込) 660円 (11月1日発売)

お申し込みはお近くのJAへ

JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11 TEL 03-3266-9040 <https://www.ienohikari.net/>

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。



ご覧いただきありがとうございます。私たちが日常にある、見過ごしてしまいがちな小さなことにも目を向けて感謝しようという内容でしたが、改めて日々を大切に過ごしていくことの大事さを感じましたね。

「人権について考えてみました。う(当)たり前の中にある、たからもの(※先月号8ページ)が心にしみました。毎日ありがたく生活していきたいです。」
(川合町 Fさん)

今年の夏は大雨や洪水、地震などの自然災害が各地で頻発しましたね。災害は突然やってくるので、日頃からの「備え」が重要ですし、「共済の見直し」もその一つですね。これからの秋になる点などがございましたら、いつでもお気軽にJAへご相談ください。

あちらこちらで災害が起きていますが、JAの職員さんから共済の見直しを勧めていただいたので、ほっと安心しました。
(木村町 Nさん)

皆様からの
おたより

JAの概要

10

2026 October

- 3日(土) 金融相談会
- 15日(木) おにぎりでお客様感謝祭
- 17日(土) グラウンドゴルフ大会
- 19日(月) ハッピーシニアのつどい(健康教室)
- 23日(金) 組合員訪問日
- 26日(月) 組合員訪問日



■給油所キャンペーン!!

SSセール 10月23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

秋の収穫フェア 10月23日(金)
電話 0748-55-8317

※8月の理事会・監事会の開催はありません。

令和8年8月31日現在

正組合員.....	743人	貸出金高.....	4,800,682千円
准組合員.....	1,995人	購買品供給高...	266,513千円
貯金高.....	36,266,479千円	販売品販売高...	460,939千円

蒲生産 おにぎりでお客様感謝祭

お米応援!

おにぎり1個プレゼント

令和8年 10月15日(木) 9:00~

JA 本店正面玄関前

JA 利用者さま向け

人気のおにぎりキッチンカーが特別に「蒲生産のお米」を使っておにぎりを作ってくださいます!

JA 滋賀蒲生町 管理課 Tel:0748-55-1171

※写真はイメージです。



※写真はイメージです。