

自然のめぐみと、みんなの元気があふれる情報誌

# めぐみの

2025

12

NO.273



## JAめぐみの主催 秋のイベントレポート

- 家庭菜園旬辞典 家庭菜園のプランニング 連作回避とスペースの有効活用
- 恵のキッチン♪ サトイモ

JAめぐみの

LINE  
公式アカウント

友だち追加はコチラから



※ご登録にはLINEアプリのインストールが必要です。

# 農とわたし「藤村 和矢さん」

## 牛も人も健康管理が大事 日々変化を見逃さないように観察

肉牛の繁殖農家で、5棟の牛舎で子牛と親牛合わせて約160頭を、父と従業員を含めて3人で飼養しています。

実家が畜産農家なので、農業大学で畜産を学び約20年前に就農しました。祖父の代から続いており、3代目として経験を積み重ねながら知識や技術を学んでいます。飼養するうえで、牛が体調を崩すと発育に影響が及ぶこともあるので、日々牛の観察をして少しでも変化があれば体温を測り、早期治療などを心掛けています。牛の世話をするために人も健康でいることが大切なので、自分たちの健康管理も大事にしています。また、自分で種付けをする際に、牛の血統などを意識しながら行っているので、販売した子牛が市場で高く評価された時や、子牛を購入した肥育農家さんから牛の肉質が良かったと声を掛けられた時に喜びを感じ、励みにも繋がっています。年間約80頭を出荷しており、今後も飛騨牛のブランドにふさわしく、購入した肥育農家さんに喜んでもらえるような質の高い子牛を育てていきたいです。

また、現在「郡上和牛改良組合」の組合長を務めています。組合では、若手農家が増えてきたので若手を中心として、将来に向けてどのような牛に改良していくのかななどの話し合いを進めているほか、5年ごとに開催される「全国和牛能力共進会」に岐阜県代表として出品できるよう取り組んでいます。



表紙の写真

藤村 和矢さん  
〈郡上市八幡町〉

## とれっただひろば イベント情報

12月

- 17日～22日 冬至フェア(地元産ユズ・カボチャ販売)
- 20日、21日 冬の大収穫祭
- 24日～30日 年末大感謝祭
- 26日～28日 お米ポイント3倍デー

※30日(火)は臨時営業(15時までの営業となります)

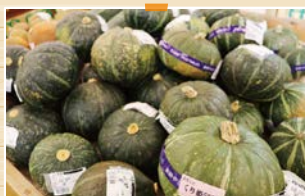
1月

- 6日 初売り(紅白もち無料配布)、春の七草販売
- 15日～18日 イチゴまつり(ポイント3倍!)
- 21日、22日 大寒たまごの販売
- 23日～25日 お米ポイント3倍デー

※6日(火)可児店・関店 臨時営業

※19日(月)可児店、26日(月)関店 臨時休業

※イベント情報は予定ですので、予告なしに変更する場合があります。



12月に入り、いよいよ年末が近づいてきました。この時期には、カボチャや葉物野菜、柑橘類などがシーズンを迎えます。年末にかけて様々なイベントも行いますので、ぜひお越しください。

とれっただひろば 可児店  
TEL 0574-62-6023



とれっただひろば 関店  
TEL 0575-27-1255



各店SNSで  
情報発信中!



# 親子 サツマイモ収穫 農業体験

株式会社紫屋の野村久良さんから、サツマイモの収穫方法や、芋焼酎の作り方などについて教えていただきました。



参加者と支店職員が  
収穫を楽しみました

食農教育活動を通じて、食と農、地域の農業への理解を深め、子育て世代と生産者や支店職員との交流を目的に、10月12日に株式会社紫屋の圃場で、サツマイモ収穫農業体験を開催しました。同社代表野村久良さんに協力いただき、JA管内の親子55人が参加し、サツマイモの収穫や焼き芋作り、同社の酒蔵見学を行いました。

焼き芋作りに挑戦！



水でぬらした新聞紙で包み、  
アルミホイルで巻いたサツマイモを、  
籾殻を使ってじっくり焼きました



野村さんがサツマイモの収穫方法についてレクチャー

美味しそうな  
サツマイモを収穫  
しました！

たくさん採れたよ！



野村さんから芋焼酎の  
作り方を学びました



大勢の方に参加いただき、  
ありがとうございました



アツアツの焼き芋だ！

## 参加者の声

保護者

- 子どもが泥だらけになりながら、一生懸命サツマイモを掘っている姿に感動した。
- サツマイモから焼酎ができる工程を学べてよかった。

お子様

- 大きなサツマイモが掘れたとき、うれしかった!!
- 折れてしまわないか、ドキドキした。

日頃のご愛顧に感謝を込めて



# 支店ふれあい感謝デー 開催

地域農業・地域の活性化のため各支店が取り組む「支店協同活動」の一環として「支店ふれあい感謝デー」を開催しています。「食」と「農」をテーマに、各支店が工夫を凝らした催しを実施し、地域の皆様へ日頃の感謝を伝えるイベントです。

多肉植物を  
プレゼント



10月15日 太田支店

たませんを  
お配りしました



10月25日 明宝支店

新規就農をされた  
板津早友理さん(写真左)  
が多肉植物をPR  
10ページ「スマイルプラザ」で  
板津さんを紹介しています。



射的を  
行いました



アンケートに  
答えて、お菓子の  
つかみ取りに  
挑戦!



11月8日 倉知支店

さといも田楽  
おいしかったよ♪



# 秋の農業イベントレポート

## 10月18日 おくみの農協祭



毎年恒例の飴投げ  
は大盛況でした！

たくさんのお子さんが、  
スーパーボール  
すくいを楽しみました



組合員・利用者への日頃の感謝と地域の皆様へ交流の場を提供することを目的に、10月から11月にかけて、イベントを開催しました。



ドローン操作の体験会を開催しました

## 11月15日 郡上秋穫祭

キウイフルーツの  
掘み取りを  
行いました



1袋に数種類の野菜が入った野菜釣りゲームを多くの方が楽しみました

## 11月16日 中濃農業祭



もち米売り場は賑わいを見せました



特産品「円空さといも」を販売しました



## 無病息災を願って 「春の七草」種子ご祈祷



▲無病息災を願う関係者

菱川農場（可児市）とJAは無病息災を願い、10月16日に関善光寺（関市）で「春の七草」の種子を祈祷しました。10月下旬に播種をするスズナ（カブ）とスズシロ（ダイコン）の種子を並べ、同寺住職の経読の中、関係者は焼香し手を合わせました。

同農場は販売目的では県内で唯一、春の七草全てを栽培しており、今年度は26万パックの出荷を見込んでいます。同農場の菱川幸夫社長は「良い物を消費者に届けるため、一生懸命栽培に励みたい」と話しました。

## みのかもファーマーズ倶楽部と 意見交換



▲意見交換を行う同倶楽部部員（右）

美濃加茂市を中心に活動する若手農業者グループ「みのかもファーマーズ倶楽部」の3人が10月6日、本店を訪れて渡邊健彦組合長と意見交換を行いました。

同倶楽部は、JAめぐみの青年部みのかも支部の一部のメンバーで構成され、地域の若手農業者が情報交換や勉強会を通じて、技術や経営力の向上を目指し活動しています。今年で設立15周年を迎え、記念式典の開催を企画するなど、今後も精神的な活動を通して地域農業の振興に取り組めます。

## さかほぎ軽トラ朝市を開催



▲賑わう「さかほぎ軽トラ朝市」

坂祝支店は10月16日と19日の2日間、支店敷地内などで軽トラックの荷台を活用したマルシェ「さかほぎ軽トラ朝市」を開催しました。朝市では、加茂郡坂祝町の素晴らしい農産物を地域のみなさんに知ってもらおうと、地元生産者が栽培した農産物などが並び、グリーンセンター1号館からも農産物を取り寄せ、地域の魅力をPRしました。同支店吉澤達哉支店長は「新鮮な農産物を手に取っていただき、多くの方に味わってもらいたい」と話しました。出店者も随時募集中で、次の開催は12月16日（火）を予定しています。

## 第22回JAめぐみの肉牛共進会を 開催



▲最高位を受賞した安江さんの去勢牛（左）と森さんの雌牛（右）

JAめぐみの管内肉用牛部会主催の「第22回JAめぐみの肉牛共進会」が10月7日、JA全農岐阜県本部関家畜流通センターで開かれ、去勢牛の部では、安江元希さん（東白川村）が、雌牛の部では、森富士夫さん（関市）がそれぞれ最高位を獲得しました。

安江さんは「素牛（肥育を始める前の子牛）がJA管内で育てられた牛で、飼養管理にも気持ちがいった。良い結果を残してくれた」と話し、森さんは「毛の手入れなど丁寧な飼養管理を心掛けた。受賞できて驚いている」と喜びを話しました。



## 規格外イチゴを美味しいジャムに



▲富加町産農産物を活用した加工品を開発した(株)FESTA社員

株式会社FESTA(加茂郡富加町)は、JAめぐみの富加町いちご生産部会が栽培する「濃姫」や「美濃娘」の規格外イチゴを活用して加工品を開発し、同町道の駅「半布里の郷」で販売しています。「たっぷりうれしいいちごジャム」は、イチゴの風味を存分に生かした深い味わいで、「いちごとミルクのコンフィチュール」は甘酸っぱいイチゴの風味とミルクのコクが調和した一品です(各800円(税込))。同社はJAと連携して、イチゴの他に同町産カボチャやサツマイモを使った加工品の開発・販売を検討し、地域農業の振興に取り組みます。

## 地元中学生が とれたひろばで職場体験



▲出荷された農産物を並べる生徒

とれたひろば関店・可児店は9月から11月にかけて、JA管内中学校4校11人の生徒の職場体験を受け入れました。10月15日には関店で緑ヶ丘中学校の2年生が参加し、同店岡田典之店長から、農産物の品種の特徴や調理方法などを学びながら、出荷された農産物の搬入や陳列、袋詰めに取り組みました。参加した生徒は「スタッフさんの大変さを実感した」「店長さんから教わったことに知らないことが多くあり、野菜の奥深さを学んだ」と話しました。

## 第37回全国健康福祉祭りふ大会で 特産品をPR



▲昼食会場で醤油フランクが振舞われる様子

みのかも営農経済センターは10月19日と20日に、美濃加茂市中央体育館プラザちゅうたいで開催された第37回全国健康福祉祭りふ大会(ねんりんピック岐阜2025)の将棋会場で、全国から集まった60歳以上の将棋愛好家約200人に、同市特産品「堂上蜂屋柿」や明方ハム、醤油フランクのPRを行いました。

昼食会場では、明方ハムや醤油フランクの試食が配られ、参加者からは「プリっとした食感で、美味しい」と好評で、全国のシニア世代に向けたPRの場となりました。

## 「FC岐阜パートナー企業展」で 農産物をPR



▲輪投げを楽しむ子ども

JAは10月25日、地域活性化を目的にサポートカンパニー契約を結ぶ株式会社岐阜フットボールクラブ(FC岐阜)主催の「FC岐阜パートナー企業展」に参加し、JA管内産などの秋の農産物をPRしました。

同イベントは岐阜メモリアルセンター(岐阜市)でFC岐阜ホームゲームのキックオフ前に開催され、14社の企業が出店し賑わいました。JAは管内の梨やサツマイモ、岐阜県産のお米などを景品にした輪投げを行い、多くの子どもたちが参加して好きな農産物を狙い、獲得して喜ぶ姿が見られました。



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

SDGsは、17の目標からなる「持続可能な開発目標」です。JAめぐみのはSDGsの達成に向けて取り組み、関連する記事にはSDGsのアイコンを付けて取り組みを「見える化」しています。



# 家庭菜園のプランニング 連作回避とスペースの有効活用

園芸研究家 成松次郎

日本では、四季それぞれで気温や日長、雨量などにはつきりした特徴があります。そのため野菜の種類に適した栽培時期を選び、季節の変化に対応した栽培管理をしなければいけません。狭い畑で多種類の野菜を作るには、菜園利用のプランが必要です。季節に応じた種類・品種を選び、菜園の利用ローテーションを考えましょう。

## 【野菜の選び方】

野菜の生育特徴から見ると、共通した栽培管理の方法があります。野菜の類縁関係を知ると、同じ仲間同士で肥料や病害虫が共通することが多いので、作付けプランを立てるのに役立ちます。野菜の種類と品種を選ぶポイント①利用・調理に適しているか②その土地の気候や栽培時期が合っているか③病気や害虫に強く作りやすいか、などをあらかじめ調べておきましょう。畑の大きさによって野菜の選び方は異なります。パセリやミツバ、バジルなどのハーブ類は料理の付け合わせに少しあれば良いので、庭の片隅で自給できます。畑が100㎡あると年間30品目以上を作ることができますが、スペースが広いほど栽培管理に手間がかかり、特に夏場の灌水や炎天下の草取りは、体の負担となることもあります。

## 【連作と輪作】

同じ畑に同じ野菜を連続して作

表 連作障害の出やすい野菜、出にくい野菜

連作障害の出やすい野菜	スイカ、キュウリ、メロン、トマト、ナス、ピーマン、エンドウ、ソラマメ、エダマメ、サトイモなど
連作障害の出にくい野菜	サツマイモ、カボチャ、タマネギ、小松菜など

図 作付けプラン例(4m×5mの20㎡の場合)

	春～夏		秋～冬	
1年目	A ナス科	B ウリ科	A 小型葉物類	B セリ科
	D マメ科・ スイートコーン	C イモ類・ ヒガンバナ科	D アブラナ科	C イモ類・ ヒガンバナ科
2年目	前年にナス科を育てた場所でマメ科・スイートコーンを育てることで、連作障害を回避する。		前年に小型葉物類を育てた場所でアブラナ科を育てることで連作障害を回避する。	
	A マメ科・ スイートコーン	B ナス科	A アブラナ科	B 小型葉物類
3年目	D イモ類・ ヒガンバナ科	C ウリ科	D イモ類・ ヒガンバナ科	C セリ科
	A イモ類・ ヒガンバナ科	B マメ科・ スイートコーン	A イモ類・ ヒガンバナ科	B アブラナ科
4年目	D ウリ科	C ナス科	D セリ科	C 小型葉物類
	A ウリ科	B イモ類・ ヒガンバナ科	A セリ科	B イモ類・ ヒガンバナ科
	D ナス科	C マメ科・ スイートコーン	D 小型葉物類	C アブラナ科

ナス科……トマト、ナス、ピーマンなど  
ウリ科……キュウリ、カボチャなど  
ヒガンバナ科……ネギ、タマネギなど  
マメ科……エダマメ、インゲンマメなど

セリ科……ニンジンなど  
アブラナ科……キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど  
イモ類……サツマイモ、ジャガイモ、サトイモなど  
小型葉物類……ホウレンソウ、小松菜など

ることを「連作」といいます。連作すると生長に障害が出る野菜があります。エンドウは一度作ると、4・5年は作れません。ナス、トマト、ソラマメ、サトイモなどは3・4年、レタス、ハクサイ、イチゴなどは2年、ホウレンソウ、コカブ、インゲンなどは1年です。サツマイモ、カボチャ、タマネギのように連作しても生長に障害が見られない野菜もあります(表)。

また、同じ科に属する近縁な野菜は似た性質を持っているため、病害虫と肥料の吸収が共通していることを「連作」といいます。連作すると土に生息する病害虫が増えたり、微量でも必要な肥料成分が不足して野菜の生長を妨げることがあります。このような連作障害を防ぎ、地力が衰えないようにするために性質の異なる野菜を計画的に順次作付けする「輪作」をします。

## 【作付けプラン】

例えば、4m×5mの20㎡の畑の場合は、家庭での消費量が多いダイコン、キャベツ、ジャガイモ、ネギなどを中心に4区画以上に分けて作付けプランを立てると良いで

しょう(図)。作付けプランは次の手順で作ります。

- 1 菜園を均等に4ブロックに分ける。
- 2 作りたい野菜を「ナス科」「ウリ科」「イモ類・ヒガンバナ科」「マメ科・スイートコーン」「小型葉物類」「セリ科」「アブラナ科」の7種類に分ける。
- 3 1年ごとにブロックのローテーションを行う。

このようなローテーションで、ナス科やエンドウなどの連作障害をおおむね避けることができます。

※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。

### 女性部視察研修に女性理事が初参加

#### JAめぐみの女性連絡協議会

女性連絡協議会視察研修を10月28日に開催し、同協議会役員やJA役職員のほか女性理事が初めて参加しました。同研修は、女性部活動の活性化に加え、今年度開催した通常総代会において初となる女性代表理事が選出されたことを受け、各地域の女性理事も含め同協議会役員と深耕を図り、女性部の意見などを今後のJA組織運営に反映させることを目的に実施しました。

参加者は愛知県西三河地域を訪れ、味噌作りに取り組む女性部員が多いことから、味噌蔵の見学や八丁味噌の伝統製法を学びました。また、同地域の特産品である「西尾の抹茶」の工場見学も行い、製造工程や茶葉の栽培方法などについて理解を深めたほか、JA西三河が運営する農産物直売所の視察も行いました。



地元食材などを使用した料理を楽しむ参加者



八丁味噌の史料館スタッフ（左）から製法を学ぶ参加者



味噌蔵見学の様子



抹茶の原料となる碾茶の栽培方法を学ぶ参加者



抹茶工場見学の様子



JA農産物直売所の視察の様子

### 日帰り旅行で部員同士の親睦を深める

#### 中濃・郡上・みのかも女性部

中濃女性部と郡上女性部、みのかも女性部は、7月から8月にかけて日帰り旅行を開催し、約130人が参加しました。

参加者は愛知県知多半島を訪れ、全国最大級の直売所を中心とした複合施設「JAあぐりタウン げんきの郷」や「めんたいパークとこなめ」、常滑焼の展示施設を見学したほか、「ディズニー・オン・アイス」を鑑賞し、部員同士の親睦を深めながら旅行を満喫しました。



旅行を楽しむ郡上女性部員

# 節約上手は、JA上手!!

しっかり貯めて × ムリなく借りて × かしこく守る!  
JAで素敵なカーライフを!



## マイカーローン



© よりぞう

POINT  
① お借り入れは  
**最大1,000万円、最長15年までOK**

POINT  
② 自動車等の購入、車検・修理、免許取得等、幅広い用途でご利用 **OK**

POINT  
③ 他社ローン・残価設定型ローンのお借り換えも **OK**

POINT  
④ **24時間365日対応!!**

インターネットで  
事前申込は

こちらから



### 必要書類

- ① ご本人さまが確認できるもの
- ② 年収の確認ができる書類
- ③ 注文書、見積書、契約書等
- ④ (車検、点検、修理費用の場合) 車検証
- ⑤ (借換の場合) 他社返済予定表および残高証明書

※保証機関により必要書類が異なる場合がございます。



「月々の返済はどれくらい?」  
などお調べいただけます。

マイカーローン  
返済シミュレーション



- ▶ 適用金利はお近くのJA窓口にお問い合わせください。
- ▶ ローン商品の詳しい内容については、店頭で説明書をご用意しています。
- ▶ 審査の結果、ローン利用のご希望に沿えない場合もございますので、ご了承ください。



## JAの自動車共済が選ばれている理由

- ① 充実した保障内容!
- ② 各種サービス・事故対応力の高さ!  
※サービスのご利用にあたっては一定の条件があります。
- ③ 共済掛金の安さ!

だから/  
選ばれています

岐阜県の  
約10台に1台が  
JAの自動車共済!



令和6年3月末時点 JA共済連調べ

キャンペーン実施中!!

△見積るだけで、△

**豪華賞品が当たる!!**



お申し込み・お問い合わせはお近くのJAめぐみの支店窓口または、担当者まで

JAめぐみの  
加工品詰合せ  
5名様

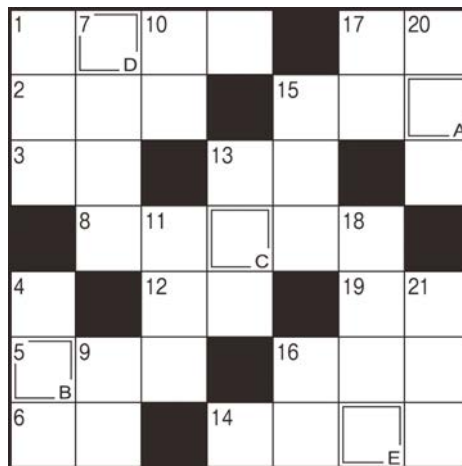
※賞品の内容は都合により変更となる場合がございます。



## Aコース

まちがいがし

下のイラスト(上下)の違う箇所5つを左のイラストにあてはめて、該当の数字をすべて答えましょう。



A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

## Bコース

クロスワード

二重マスに入る文字をA-Eの順に並べて言葉完成させてください。



明方ハムと醤油フランク3本セット 5名様

→ エンのカギ

- 1 サンタクロースが乗るソリを引きます
- 2 練り物や大根などを煮込みます
- 3 ごはんのこと。握り——
- 5 和服の袖の下、袋状の部分
- 6 ——を憎んで人を憎まず
- 8 南米の北端にある国。首都はボゴタ
- 12 漢字では独活と書く山菜
- 13 木を切り倒すときに使います
- 14 dBと表記される、音などの強さを示す単位
- 15 暮れのあいさつとして贈ります
- 16 人間は二足——をする生き物です
- 17 疲れたときには出して、おいしいときには落ちるもの
- 19 泣き顔になること。——をかく

↓ タテのカギ

- 1 夜目——笠の内
- 4 足を中に入れて暖を取ります
- 7 サッカー日本女子代表の愛称に使われている花
- 9 クリスマスツリーに使われる木
- 10 日本酒を温めること
- 11 じょうごとも呼ばれる道具
- 13 忘年会で乾杯の——を取った
- 15 高いところに載せたものを取るときの体勢
- 16 クリスマスツリーのてっぺんにも飾ります
- 17 青い染め物に使われる植物
- 18 物ごとの順序などがさかさまになっていること
- 20 ささがきにすることも多い根菜
- 21 韓国の首都



## 10月号の答え

(応募総数 474 通)  
(正解者数 463 通)

Aコース  
まちがいがし

1.2.7.10.12

Bコース  
クロスワード

タマイレ

応募要項

501-3802 関市若草通  
一丁目1番地  
JAめぐみの  
パズルの係

▼コース名と答え2コース  
の答えを書くことも可  
▼住所・氏名・年齢・電話番号  
▼本誌とJAめぐみのへの  
ご意見、ご要望等  
▼身近であった出来事  
をお聞かせください。

締切(当日消印有効)

12月31日水

発表

2月号

※応募はおひとり様一通までとさせていただきます。  
※記載された個人情報は、当選者の発表ならびに賞品の  
発送以外の目的では使用いたしません。  
※ご意見等は「読者のひろば」で紹介させていただく場合  
があるほか、担当部署に連絡する場合があります(匿名  
希望は、その旨を明記ください)。

当選者

Aコース	Bコース
井戸 雅規様(関市)	辻 秀臣様(美濃市)
和田 秀子様(郡上市)	尾藤 昭治様(郡上市)
渡邊智佐子様(坂祝町)	板津多津子様(美濃加茂市)
尾関 眞澄様(可児市)	奥村 則子様(可児市)
村瀬 孝彦様(可児市)	吉田 朱音様(可児市)

## 「投稿写真」の応募方法

住所、氏名、電話番号、写真の説明を記入のうえ、各支店または本店「投稿写真」係まで送付ください。

宛先

〒501-3802 関市若草通一丁目1番地 JAめぐみの 経営企画室 「投稿写真」係

※応募者の個人情報は、情報誌・ホームページ・LINE公式アカウントへの掲載以外での利用はいたしません。  
※人物や個人所有の建物等を写した場合は、必ず掲載の了解を得てください。主催者はその責を負いません。  
※写真は返却いたしません。  
※匿名希望は、その旨を明記ください。



## 投稿ハガキ

0100

◎食材を余すことなく  
いただきます。

サツマイモの葉があまり  
にも立派だったので、茎の  
部分をきんぴらにして食べ  
ました。おいしかったです。  
木村 富美子さん（七宗町）

◎ある若者の姿に感心

毎朝テレビ体操を10分間  
行っている間に、自宅前の  
国道でゴミを拾いながら歩  
く若者を、時折見かけるこ  
とがあります。誰かはわか  
りませんが、素晴らしい姿  
に感心です。

柳場 淑子さん（郡上市）

◎ど根性スイカになってほ  
しい

庭に捨てたスイカの種が  
芽を出し、夏の暑さが続い  
たせいなのか大きく成長し  
ています。寒くなるとどう  
なるのでしょうか？寒さに

負けず、ど根性スイカに  
なしてほしいです。

匿名希望

◎ホクホクな栗ご飯で幸せ  
気分に

先日4歳の子どもと地域  
で開催された収穫祭に出掛  
けました。一緒に栗のつかみ  
取りをやらせていただき、  
帰宅後は栗ご飯にして食べ  
ました。とっても大きな栗  
がたくさん入ったおいしい  
栗ご飯を食べることができ  
てとても幸せでした！

織部 理恵子さん（美濃加茂市）

◎とれたたひろばの野菜に  
感謝

小さく生まれた孫ですが、  
とれたたひろば可児店で購  
入した野菜を食べてすくす  
く元気に育ってくれていま  
す。ありがとうございます！

伊藤 茂康さん（八百津町）

## スマイルプラザ

## 多肉植物の魅力を発信

板津 早友理さん | 美濃加茂市加茂野町 |

「多肉植物の可愛さを多くの人に知ってほしい」と笑顔で語る板津さん。ハウス2棟で500種類を育て、各地で開かれる多肉植物や雑貨のマルシェへの出店や、喫茶店のほか日本ライン花木センター（可児市）では販売ブースが設けられており、多くの人に多肉植物を楽しんでもらっています。

板津さんは以前に、生命保険の営業をしており、コロナ禍で人と会うことが難しくなっていて、時間に余裕が出来たときに多肉植物に出会いました。元々植物を育てたりすることが好きだったことや、花などの植物と比べて育てやすいこともあり、多様な表情を見せる多肉植物に魅力を感じました。先輩生産者から育て方を教わったり、九州のセミナーに足を運んだりして学びを深めていく中で、多肉植物への愛着は増していきました。

「冬になると気温が下がって紅葉し、赤く変色する姿が特に愛おしい。皆さんも自分の好みのものを見つけてほしい」と話し、「自身でマルシェを主催したい」と意気込みを語りました。



## 投稿写真

※写真の説明文は投稿者からのコメントを掲載しております。

3年ぐらい作っていますが、初めてできました。大きさにびっくり!!  
佐藤 史好さん (美濃市)



題名「へび年」。今年も1年お疲れ様でした。  
尾藤 榮子さん (郡上市)



2本のニンジンがぐるぐる1つになつて収穫できました。  
大平 初男さん (可児市)



ミニトマトを収穫しました。何かのキャラクターに似ていると思いませんか。  
鈴木 禮子さん (東白川村)



カボチャからカボチャが出てきました! とてもびっくりです。  
大沢 俊之さん (白川町)

### 投稿写真を募集中

農産物と一緒に撮った写真や珍しい野菜・出来事の写真などを、各支店または編集部までお寄せください。なお、お送りいただいた写真等につきましては、誌面の都合上、掲載できない場合がございます。

## スキマ時間にLet's Try!! 脳と体の健康体操

日本体操協会公認  
体操プログラム  
「The Taiso (ザ・タイソウ)」  
20秒バージョン

号令あり



号令なし



早いもので今年も残り1カ月になりました。何かと忙しさを感じることはありませんか?  
前かがみ姿勢による農作業や、デスクワークなど、長時間にわたって同じ姿勢を取り続けていると、肩や腰、背中などに負担がかかります。血行を促し、疲労が蓄積しないよう、仕事の合間に少しでも体をほぐして気分転換を図りましょう。  
今回は、胸を伸ばす運動をご紹介します。胸を伸ばすときには腕を同時に動かし、大胸筋や肋間(ろっかん)筋を伸展させます。息を吐いたり吸ったりしながら、無理のない範囲で適宜繰り返しましょう。余裕がある方は、脚の開閉運動も組み合わせ実施してみてください。

ゆっくりと胸を伸ばしましょう!

### レッツ、トライ! 胸を伸ばす運動



(1) いすに座って準備をします。



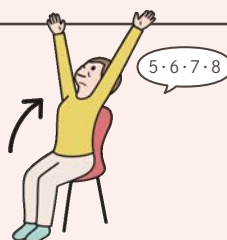
(2) 両腕を曲げて胸の前に持っていく、息を吐きながら背中を若干丸めましょう。



(3) 息を吸いながら、両腕を上げて胸を伸ばします。このとき、軽く上を見ましょう。



(4) 両腕を曲げて胸の前に持っていく、息を吐きながら背中を若干丸めます。同時に脚を大きく開きましょう。



(5) 脚を閉じると同時に、息を吸いながら両腕を上げて胸を伸ばします。このとき、軽く上を見ましょう。

※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。

日本体育大学准教授 ● 伊藤由美子



予告版

## 大自然を満喫する ニュージーランド7日間

※写真はイメージです

ニュージーランドの見どころを満喫いただける特別企画です。  
3,000m級の山々と氷河が織りなす  
世界遺産マウントクック国立公園のハイキングや大フィヨルド、  
世界遺産ミルフォードサウンドをクルーズ船で遊覧など、  
素晴らしい体験もご紹介します。  
心を満たす美しい大自然をご堪能ください。

日程

令和8年3月8日(日)  
～14日(土)

旅行代金

大人お一人様 **748,000円**(税込)

- 燃油サーチャージ込/2名様1室ご利用
- 空港税・国際観光旅客税等が別途必要となります

### 【その他のみどころ】

- 全行程添乗員が同行します
- 成田空港からニュージーランド：オークランドまでは直行便を利用します
- 全観光・全食事付きで安心です
- ニュージーランドの秋は一年でも好天に恵まれる時期で、のどかな明るい日が続きます

※掲載のツアーは、この広告でのお申し込みを受け付けておりません。資料(チラシ)を当社下記店舗までご請求ください。

資料(チラシ)請求先

観光庁長官登録旅行業 第939号  
**株式会社 農協観光**  
岐阜エリアセンター

☎(058) 276-5020

受付時間：月～金10:00～15:00(土・日・祝日休)  
所在地：〒500-8367 岐阜市宇佐南4丁目12番2号



旅行業公正取引  
協議会 会員  
一般社団法人日本旅行業協会 正会員



ボンド保証会員  
一般社団法人日本旅行業協会  
(JATA)の正会員です。

未経験者  
大歓迎!

## 農家で働きたい人募集!

めぐみの農業協同組合無料職業紹介所  
(厚生労働大臣許可 21特-000159)

※掲載内容は令和7年12月1日時点のものです。

空気がおいしい職場で働こう!  
地元の人も、都会の人も、大歓迎。



【仕事内容】農作業全般、直売所での販売、  
作業機オペレーター  
【時間】7:00～17:00(休憩60分)  
業務の都合上、変更する場合があります。  
【給与】月給210,000円  
【資格】普通自動車免許  
【勤務地】郡上市高鷲町

(株)エスタンシア

「人」と「牛」を大切にしている職場です。  
畜産業全般に関わるお仕事♪



【仕事内容】搾乳牛の飼育、飛騨牛の繁殖、  
牛舎の清掃、自給飼料の栽培、水稻栽培  
【時間】5:30～18:30(休憩180分)  
業務の都合上、就業時間・休憩時間を変更する場合があります  
【休日】月休7日間  
【給与】月給215,700円～  
【待遇】昇給(年1回)、賞与(年2回)、  
通勤手当、残業手当、社会保険、雇用保険  
【資格】普通自動車免許  
【勤務地】加茂郡坂祝町

白田牧舎(株)

イチゴに関わるお仕事  
一緒にしませんか?  
令和8年2月からのお仕事です。



【仕事内容】イチゴの収穫・  
パック詰めなど  
【時間】8:00～16:00  
【期間】令和8年2月～5月  
【給与】時給1,070円  
【勤務地】加茂郡川辺町

平岩いちご農園

アットホームな環境で  
働きませんか?



【仕事内容】野菜の収穫・  
選果・定植  
【時間】9:30～15:00  
【給与】時給1,065円  
(通勤手当 有)  
【勤務地】美濃市

美濃グリーン

無料職業紹介サイト

求人情報掲載中!!  
御覧ください。



お問い合わせ先

めぐみの農業協同組合  
無料職業紹介所窓口

☎090-7309-5803  
Email: eino@jamegumino.gjadc.jp

※担当者が不在の場合は、改めてご連絡させていただきます。

●人手不足でお困りのみなさま! 求人を募集して新しい仲間を見つけませんか? まずはお気軽にお問い合わせください。

## 第6回理事会報告(令和7年11月7日)

### 主要報告事項

1. 令和7年度決算報告について
2. 遊休資産について

### 協議事項

1. 集金等例外先にかかる報告・承認(9月)について
2. 組織的に影響のある不備事項について
3. 令和7年度冬季賞与の支給について
4. 農業生産関連施設整備事業「美濃加茂堂上蜂屋柿加工施設設置工事」仮称(案)について
5. 理事との利益相反契約の承認について
6. 組合員の出資口数減少の承認について

### 報告事項

1. 余裕金運用状況報告について
2. JAバンクにおけるフィッシング詐欺の発生状況と対応について
3. JAバンクSmile Naviのご紹介について
4. 組合員の加入脱退について
5. 令和7年度上期コンプライアンス・プログラムの進捗状況について
6. 組織的に影響のある不備事項に対する巡回結果報告について
7. 自主検査結果評価報告書(第Ⅱ四半期/7月)について
8. 苦情等対応・事務ミス報告(第Ⅱ四半期)について
9. 反社排除対応管理先対応状況(第Ⅱ四半期)について
10. 個人情報等漏えい等(第Ⅱ四半期)について
11. 大口貸出先の経営状況について
12. 理事との利益相反契約の状況報告について
13. 農業生産関連施設整備事業「美濃種子センター比重選別機更新工事」入札結果について
14. 農業生産関連施設整備事業「武芸川ライスセンター荷受システム及び乾燥機更新工事」入札結果について
15. 令和7年度主食用米概算金単価の改定について

## おすすめ不動産情報

## 売地

美濃加茂市  
下米田町

309万円(坪単価4.00万円)



所在地: 美濃加茂市下米田町/面積: 公簿256.00㎡/交通: 高山本線 古井 徒歩27分/土地権利: 所有権/地目: 田/都市計画: 非線引区域/建ぺい率: 60%/容積率: 200%/他の法令上の制限: 農業振興地域除外許可・農地法第5条許可必要/現況: その他/引渡し(可能時期・方法): 相談・現況渡し/接道状況(角地・間口): 南6.0m 公道/設備: プロパンガス、電気/備考: 下米田小学校・東中学校 美濃加茂市水路占用許可が必要です・上下水道管延長工事が必要です/取引態様: 媒介

上記物件のお問い合わせ、不動産の売却をお考えの方、売却物件をお探しの方、不動産の有効活用をお考えの方など、不動産のことなら下記までお気軽にご相談ください。

JAめぐみの不動産センター

TEL 0575-23-5234

不動産センターみのかも営業所

TEL 0574-28-1215

岐阜県知事免許(5)第4256号

## 法律相談会

無料

### 可児会場

1月16日(金)

🏠 可児JA会館2階

🕒 午後2時~午後4時まで

※相談時間は1人30分以内です。

※1月13日(火)までにお申し込みください。

☎(0574)62-5105(予約制)

※次回は3月13日(金)の予定です。

## 資産・相続相談

無料

ご相談の際は、事前の電話予約をおすすめいたします。

### 資産相談センター可児

🏠 可児市広見5-93(ローンプラザ可児内)

🕒 午前9時~午後6時まで

📅 水・土・日・祝日・年末年始

お問い合わせ

☎(0574)62-7731

### 資産相談センターみのかも

🏠 美濃加茂市太田町1891-1

🕒 午前9時~午後6時まで

📅 土・日・祝日・年末年始

お問い合わせ

☎(0574)28-1210

## 税務相談会

無料

### 郡上・おくみの会場

1月8日(木)

🏠 郡上支店 🕒 午前9時30分~正午まで

🏠 白鳥支店 🕒 午後1時30分~4時まで

※お問い合わせは

郡上支店 ☎(0575)66-0011

白鳥支店 ☎(0575)82-6300

※2月は4日(火)の予定です。

## ローン相談

無料

ご相談の際は、事前の電話予約をおすすめいたします。

本店ローンプラザ

☎(0575)23-6153

ローンプラザ可児

☎(0574)62-7878

🕒 午前9時~午後6時

📅 水曜日

土・日・祝日も営業しております。

(お盆、年末年始除く)



左記以外に各支店窓口でも相談を承っております。

《受付時間》

平日 午前9時~午後3時

## 年金相談会

完全予約制

無料

相談時間は1人55分以内です。最寄りの支店または本店金融共済推進部企画課 ☎(0575)23-5171までお申し込みください。

対象地域	日時	会場
中濃地域	1月31日(土) 午前9時15分~午後4時10分	せき金竜支店 ☎(0575)28-2029
みのかも地域	1月24日(土) 午前9時15分~午後4時10分	ひすい支店 ☎(0574)53-2641
可児地域	1月18日(日) 午前9時15分~午後4時10分	広見支店 ☎(0574)62-3101



めぐみ

恵のキッチン♪



## サトイモ

サトイモの歴史は古く、日本では稲作よりも前の縄文時代に伝わったとされているんだ。もともと山に自生する「山芋」とは異なり、里で栽培されることから「里芋」と呼ばれるようになったんだよ。親イモから子イモ、孫イモができるサトイモは、子孫繁栄の縁起物とされていて、お正月料理にも欠かせない食材として知られているよ。

JA管内で栽培されている「円空さといも」は、もっちりとした食感と粘り気があり、煮崩れしにくいのが特徴。旬の時期には、とれたひろばに並ぶことがあるので見つけてみてね♪

ウインボー



### お求めはこちらから(サトイモ)

とれたひろば可児店・関店、  
グリーンセンター1号館、里山公園青空市場、味菜館

### 販売期間

10月中旬～3月上旬

※気候等の影響により、出荷量が変動する場合があります。

### とっておき旬のレシピ

## サトイモと鶏肉のみそグラタン

### 材料 (2人分)

サトイモ	4個	塩	小さじ1/2
鶏もも肉	1枚	こしょう	少々
タマネギ	1/2個	小麦粉	大さじ2
バター	15g	みそ	大さじ1
牛乳	150ml	とろけるチーズ	70g
水	250ml		

### 作り方

- ①鶏もも肉を一口大に切り、塩、こしょう、小麦粉をもみ込んでおく。タマネギは5mmの薄切り、サトイモは皮をむいて1cmの厚さに切っておく。
- ②鍋にバターを入れ、鶏もも肉とタマネギ、サトイモを入れて炒める。鶏もも肉の色が変わったら水を加え、ふたをして中火で10分蒸し煮にする。サトイモに箸が通らなければさらに数分加熱する。
- ③牛乳とみそを加えて、軽くサトイモをつぶすようにしてさらに5分煮る。好みのとろみになるまで火を入れたらグラタン皿に移し、チーズをかけて200度のオーブンで10分焼く。焦げ目が付いたら出来上がり。

### ポイント

サトイモはとろみが強く焦げ付きやすいです。作り方②の途中で一度混ぜると焦げ付きにくくなります。

アレンジ ●ご飯の上にのせてドリアに ●牛乳を豆乳に変えてより軽い味に

レシピ提供:料理研究家 和田麻紀子



耕そう、大地と地域の未来。

2025

12  
NO.273

●発行 めぐみの農業協同組合 〒501-3802 岐阜県関市若草通一丁目1番地

[TEL] (0575) 23-5151 (代) [FAX] (0575) 23-5533

[ホームページ] <http://www.ja-megumino.or.jp>

●編集 経営企画室 広報・組合員組織

[TEL] (0575) 23-5162 [E-mail] [pr@jamegumino.gjadc.jp](mailto:pr@jamegumino.gjadc.jp)

●2025年12月号 令和7年12月1日発行



■JA各事業に関するお問い合わせ  
(お客様相談室)  
フリーダイヤル 0120-783-920  
受付時間: 平日 午前9時～午後4時

▲ホームページはこちらから

