

自然のめぐみと、みんなの元気があふれる情報誌

2025

4

NO.265

# めぐみの



## JAめぐみの 新春アンケート実施結果

- 家庭菜園旬辞典 サトイモ
- 恵のキッチン♪ ナバナ

 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「神田 政美さん」

## 50年以上農業に向き合う 丹精込めて野菜などを栽培

パプリカやキュウリ、冬春トマトなどを栽培しており、パプリカは「フルーピーレッド」と「フルーピーイエロー」をハウスで7.5a作っています。

父が農家で、水稻やキュウリなどを作っていました。そのため就農する環境が整っていたこともあり、自然と農業を19歳で始め、徐々に面積を拡大していきました。そして、11年前にキュウリ栽培の合間に作れる新しい品目にチャレンジしようと考えて妻と相談した結果、彩りも良く他に生産者が少ないパプリカを栽培し始めました。栽培技術や知識は独学で、最初は自分で接ぎ木をして育てていましたが、なかなか上手く出来なかったので苗を購入するようになりました。また、最近は暑い年が続いているので、パプリカが日焼けしないように葉の量を調整しているほか、実が乾燥しないように毎日欠かさず水やりをしています。元肥は有機肥料にして、農薬は効果がしっかりと出るよう考えて使うことで、なるべく使用量を減らすなど、安全安心なものを提供できるように丹精込めて栽培しています。出荷先のJA直売店でパプリカの詰め放題をする時がありますが、お客さんから色々な食べ方を教えてもらって、良い機会になっていると感じています。就農してから55年にわたり農業をやってきましたが、少しでも長く続けていきたいです。

2月上旬から6月下旬までとれたひろば両店やグリーンセンター1号館、里山公園青空市場、味菜館に出荷しています。



表紙の写真

神田 政美さん(右)  
敦子さん(左)  
〈美濃加茂市下米田町〉

## とれたひろば イベント情報

**4月**

- 3日～8日 いちごまつり(イチゴお買い上げポイント5倍デー!!)
- 16日～5月中旬 野菜苗まつり(可児店)
- 19日、20日 とれたひろば関店14周年大感謝祭
- 25日～27日 お米お買い上げポイント3倍デー!!
- 26日～5月5日 GWフェア(4月29日火曜日は定休日です)

**5月**

- 23日～25日 お米まつり  
(特別価格でさらにお買い上げポイント3倍!!)

※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。

4月に入り、春本番! 暖かくなってくると、ワラビやゼンマイなどの山菜が店頭に並び始め、春を感じさせてくれます。お気に入りの山菜をぜひ見つけてみてください♪

とれたひろば 可児店 TEL 0574-62-6023

とれたひろば 関店 TEL 0575-27-1255

各店SNSで情報発信中!

特集 /

「めぐみのパーク新年号」



# JAめぐみの新春アンケート 実施結果



令和7年元旦発行のコミュニティ紙「めぐみのパーク新年号」において、さらなるサービス向上と活動内容の充実を図るため、地域の皆様にアンケート調査を実施いたしました。

ご協力いただきました皆様には貴重なご意見ご要望をいただき、ありがとうございました。  
今回の特集では実施結果をお伝えします。

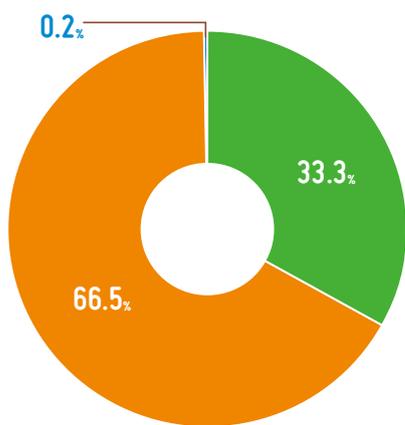


対象者等

対 象	JAめぐみの管内の皆様（組合員含む）	期 間	令和7年1月1日～10日
調査方法	Googleフォームを活用したインターネット形式	回答総数	445人

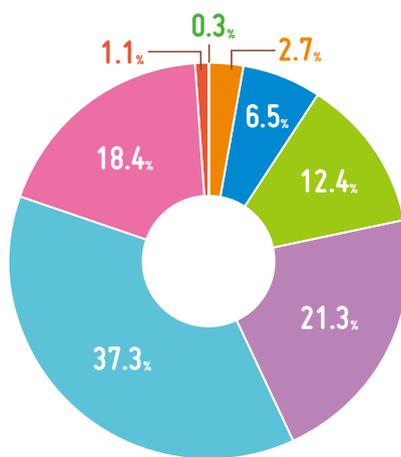
## みなさまからのご回答

Q1 あなたの性別をお答えください



- 男性 (33.3%)
- 女性 (66.5%)
- 未回答 (0.2%)

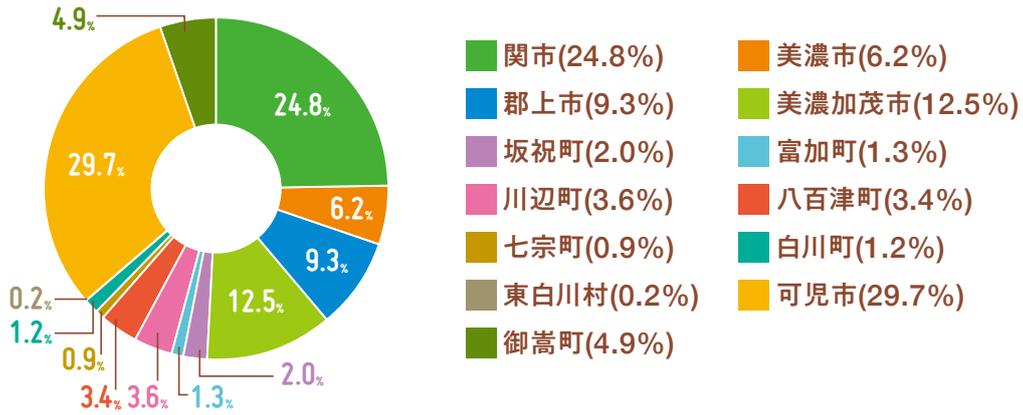
Q2 あなたの年代をお答えください



- 10代以下(0.3%)
- 20代(2.7%)
- 30代(6.5%)
- 40代(12.4%)
- 50代(21.3%)
- 60代(37.3%)
- 70代(18.4%)
- 80代以上(1.1%)

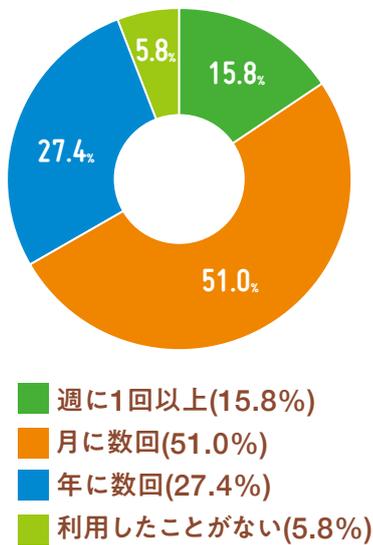
Q3

あなたのお住まいの地域をお答えください



Q4

JAめぐみののサービス（事業）をどれくらいの頻度で利用していますか？



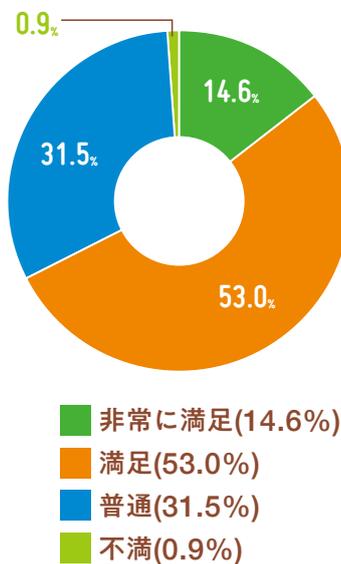
Q5

どのサービス（事業）を最も利用していますか？※複数回答可



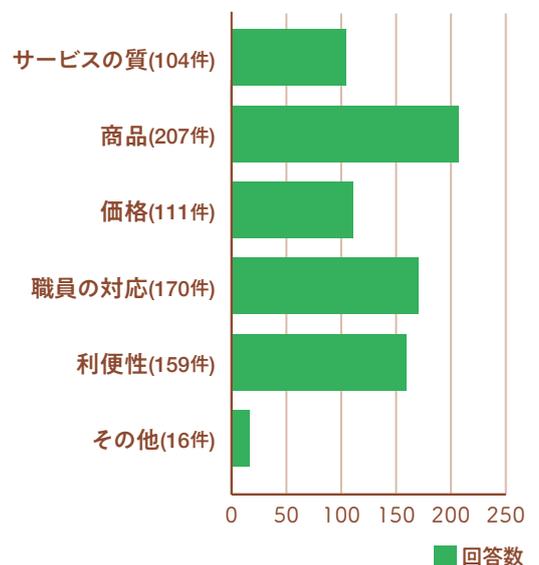
Q6

JAめぐみに対する満足度をお答えください



Q7

どの点に最も満足していますか？※複数回答可



Q8

JAめぐみのサービス（事業）で改善してほしい点がありますか？（自由回答）

- 農業に関する情報発信を積極的に行ってほしいです。また、農業初心者にもわかりやすい情報を提供してください。
- 直売店のレジでの待ち時間が長いので、並びが多いときはレジサポートに入ってほしいです。また、決済方法（キャッシュレス対応）も充実してほしいです。
- 支店統廃合で最寄りの支店が遠くなりましたが、地域に身近なJAとして、こまめな訪問活動をお願いします。
- SNSなどの情報発信頻度を上げてほしいです。
- 全ての事業においてDX化を進めて手続きを簡略化してほしいです。 など

Q9

新たに提供してほしいサービス（事業）はありますか？（自由回答）

- 畑を借りて農業に挑戦したいので、家庭菜園の支援や貸農園の斡旋など、借りるための情報発信をお願いします。
- とれたひろばなど直売店の広い駐車場を活用したイベントを開催してほしいです。
- 投資信託の種類を増やしてほしいです。
- 支店ふれあい感謝デーは、地域のコミュニティになります。これからも新しいイベントに期待しています！
- 若年層を対象としたサービスが増えると利用しやすくなると思います。 など

Q10

JAめぐみに対するご意見やご要望があればお聞かせください（自由回答）

- JAの直売店はいつも新鮮な野菜や果物が買えるのでうれしいです。イベント等のさらなる充実も期待しています。
- 今年も農業祭などのイベント企画をお願いします。
- 支店で開催されている農産物販売に毎回行くのが楽しみです！これからも継続してください。
- 職員の方がとても親切で対応がとても良いです。
- コロナ禍以前にあったような旅行を計画してほしいです。 など

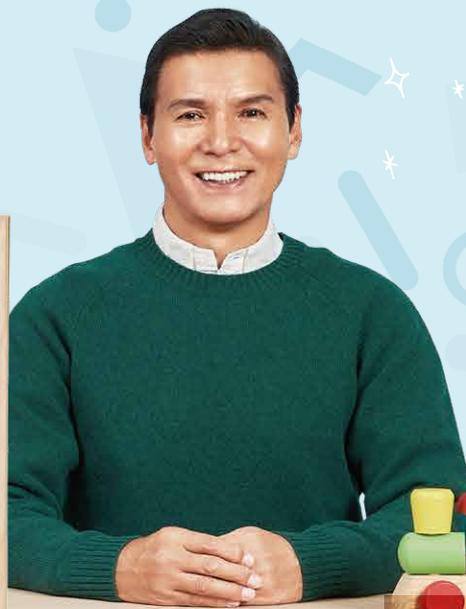
## まとめ

今回いただいた回答の中で、営農指導や直売店についてのご意見・ご要望が多く寄せられました。特に「農業にチャレンジしたい!」という声が多く寄せられ、「地産地消」の促進に取り組むJAとしても、心強い地域の皆様の声を聴くことができました。今回いただいたその他のご意見等を踏まえて、JAめぐみのはこれからも地域の皆様の声に耳を傾け、対話の中でご意見・ご要望をお聞きし、期待に応えられるよう役職員一丸となって取り組んでまいります。

アンケートに回答いただいた方の中から、厳正なる抽選の結果、当選された方には賞品を発送させていただいております。

私たちが寄り添えることを、もっと。

JA共済 × 全農 × JAバンク



ナビゲーター  
阿部 祐二さん

今回のテーマ

# 子育て

“未来を応援する3つのサポート”

サポート  
1

## 未来を切り開く力になる！ 子どもの成長に合わせて 家庭でできるモンテッソーリ教育

近年再注目されている「モンテッソーリ教育」。

子どもに「こうするべき」と大人の意見を押し付けず、興味を持ったことを自ら学び、成長する力を尊重する教育法です。大人は直接的な手助けをせず、「扱いやすいハサミを用意する」「集中できるようにテレビを消す」など、子どもの挑戦を陰からサポートすることが基本です。子どもが主体となって「自分でできた！」を経験することで、自己肯定感や向上心、責任感など、生きていく上で大切な心が育まれます。

モンテッソーリ教育は専門のスクールや教具もありますが、家庭でも簡単に取り組むことができます。どの年齢にもおすすめのものが、「手を使う機会を多くつくる」こと。手を自在に使えるようになると、ボタンを留める、靴紐を結ぶ、歯を磨く、お箸を使うなど、様々なシーンで「自分でできた！」を増やすことができます。さらに、文字を書きたくなった時も自然に鉛筆を持てるようになり、「上手に文字が書けるようになった」という成功体験にもつながります。

記事下では、手をスムーズに動かす練習になる

「線のお絵描き」をご紹介します。特別な準備を

しなくても遊びの中に取り入れられるので、お手

本を見せて興味を引き出してから、お子さまと一

緒に取り組んでみましょう。

靴紐を結ぶなど、様々なシーンで役立つ

### 手を動かす練習に

### 線のお絵描き

手を自由に使えるようになると様々なシーンで自分でできるが増えます。  
目安は3歳～、鉛筆を持てるようになったら子どもと一緒に挑戦！



STEP 1

#### 大きいマル



まずは、線の始めと終わりをくっつけることから。慣れてきたら小さいマルやうずまきも描いてみましょう。

STEP 2

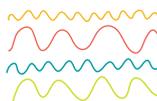
#### いろいろな線

ひらがなを書く力につながります！



#### らせん

ひらがなの「の」「よ」など



#### 波線

ひらがなの「ん」「え」など



#### ギザギザ

ひらがなの「れ」「そ」など

私の子育てのモットーは「娘の意思」を尊重すること。知らず知らずのうちにモンテッソーリ教育を実践していたかもしれません！

【監修】  
合同会社ソナダチ 代表  
モンテッソーリ教育者  
北川 真理子さん

キャンペーンQRコードは令和7年4月1日からご回答いただけます。

もっと

安心と満足をお届けするため…

ライフイベントなど  
皆さまの暮らしのことお聞かせください！

聞かせて!!  
**暮らしのこと**  
アンケートキャンペーン

アンケートの  
回答はコチラから!



簡単なアンケートに答えると  
抽選で合計**600名**様に  
**豪華賞品**が当たる**チャンス!**

さらに/  
W  
チャンス! その場で当たる**デジタルクーポン**  
合計**100,000**名様

〔大学までの教育費\*〕

(幼稚園~大学)

すべて  
国立の場合  
約**1,055**万円

すべて私立で  
文系大学の場合  
約**2,510**万円

子どもの教育費は  
すべて  
国立(幼稚園~大学)でも  
**1,000**万円以上

さらに、下宿の場合  
約**300**万円以上  
も追加で負担が…

すべて私立で  
理系大学の場合  
約**2,645**万円

習い事にもお金がかかるので  
子どもの選択肢を  
増やしてあげるためにも、  
備えは大切ですね。

そこで!

JAのごども共済  
**学資応援隊**

お子さま・お孫さまの  
ために75歳まで  
ご契約いただけます。

\*文部科学省「令和3年度子供の学習費調査」、(株)セールス手帖社保険FPS研究所「ライフプランデータ集2024年版(大学生の教育費総額)」をもとにJA共済連作成

25481050196

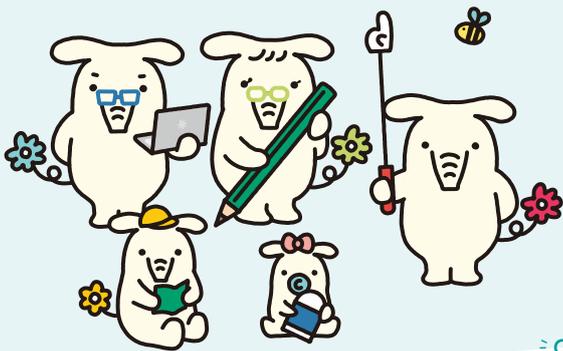
サポート

2

教育費の“いま”を“ご存じですか?”

お子さまの未来を守るために…

教育ローンのご案内



お子さまの大切な未来のために。

JAの教育ローン

≧CHECK!≦  
-JAバンクの教育ローンが**選ばれる理由**-

©よりぞう

教育資金を  
幅広くサポート



お子さまの入学金や授業料だけでなく、ひとり暮らし費用等、教育に関わる様々な資金をサポートします。

卒業後からの  
返済も可能



毎月の元利均等返済や賞与時の増額返済で無理なく返済いただけます。据置期間を利用すれば卒業後の返済も可能です。

ネットでいつでも  
事前申込み



「JAネットローン 教育ローン」はインターネットで24時間365日、気軽に事前申込みができます。\*

\*「JAネットローン 教育ローン」は、地域によってお取扱いてきない場合もございます。

サポート

3

必要な時に必要なだけ準備を

未来のために“いま”考える教育ローン

私たちが寄り添えることを、もっと。- JA共済×全農×JAバンク -

# 支店ふれあい感謝デー

JAでは、日頃の皆様のご愛顧に感謝の気持ちを込め、各支店が主体となって「支店ふれあい感謝デー」を行っています。地域農業と地域の活性化に向けた「支店協同活動」の一環で、地元の農畜産物のPRのほか『食』や『農』に興味を持ってもらうイベントです。2025年1月から3月にかけて20の支店や営業所でふれあい感謝デーを開催しました。

1月16日  
瀬田支店



管内特産品が当たるクジを実施しました

1月17日  
広見支店



お楽しみ抽選会の様子

1月21日  
加茂野支店



管内産の新鮮な卵です

1月22日  
美濃白川支店



美濃酪連の乳製品をどうぞ

1月22日  
佐見営業所



温かい豚汁はいかがですか

1月27日  
八百津支店



管内の農産物を販売しました

2月14日  
郡上支店



特賞の当たりが出ました!

2月14日  
白鳥支店



いつもご利用ありがとうございます

2月14日  
今渡支店



お楽しみ抽選会を実施しました

2月14日  
下恵土支店



管内産イチゴが当たりました!

2月14日  
土田支店



味菜の家特製の豚汁をどうぞ

2月14日  
帷子支店



ご来店ありがとうございます😊

2月14日  
蜂屋支店



明方ハムが当たりました!

2月14日  
黒川支店



皆さんで楽しく談笑中

2月14日  
関支店



女性部特製の円空汁をどうぞ

2月15日  
田原支店



よく狙ってね😊

2月15日  
武芸川支店



手作りのぜんざいを振舞いました

2月21日  
みたけ支店



管内産農産物を販売しました

2月28日  
富加支店



富加町産イチゴをプレゼントしました

3月14日  
中支店



的当てゲームを実施しました



## 津保川支店が詐欺被害を未然防止



▲感謝状を受け取った（左から）黒川支店長、野村支店次長、後藤さん

津保川支店は2月26日、ニセ電話詐欺被害を未然に防いだとして関警察署長から感謝状を授与されました。

1月下旬、高額のお金を引き出そうとした来店客に同支店の後藤伶菜さんが理由を聞いたところ、詐欺の疑いがあるとして野村智貴支店次長に相談。詳しく話を聞き詐欺だと確信したため関警察署に通報しました。

後藤さんは「自分だけで判断せず上司に相談したことで防げた」と話し、黒川和之支店長は「すぐに相談してくれたことで、お客様の大切な資産を守ることが出来た。引き続き特殊詐欺には警戒したい」と話しました。

## 優良出荷者として表彰を受ける



▲同市場の福本寿一さん（左）から感謝状を受け取る山内清久組合長

JAは2月10日、大阪市中央卸売市場東部市場へ永年にわたって出荷し、市場の発展や市民の食生活の安定と向上に寄与したとして、大阪市から「優良出荷者」として表彰を受けました。

同市場には、郡上市特産のひるがの高原だいこんやミニトマト、夏イチゴを出荷しており、年間平均出荷額は1億円を超えます。JAでは引き続き、高品質な農作物を安定出荷できるよう生産者へのサポート等を行っていきます。

## 水田農業担い手協議会研修会を開催



▲高温障害対策について研修を受ける担い手ら

JAは3月3日、本店で持続可能な水田農業実現のため、水田農業の担い手経営体を対象に「水田農業担い手協議会研修会」を開催し、担い手や同JA役職員ら133人が参加しました。

研修会では、東海農政局が農業施策について、同JAやJA全農岐阜が資材価格・米穀情勢や水田土壌診断について報告し、昨今課題となっている水稲栽培における高温障害対策について講師を招き研修を行いました。

JAは、今後も定期的に研修会を開催し、担い手の安定した農業経営実現を支援します。

## 「円空さといも」の消費を呼びかけ



▲来店客で賑わう特設コーナー

JAと関高校は3月8日、とれたっひろば関店で中濃地域特産「円空さといも」の普及や消費拡大を図るため「Osora(まるそら)フェスタ」を共同開催しました。

イベントでは、円空さといもの継続的な消費に繋がるよう同店のテナント「Blueberry garden紫屋」と「お惣菜の店もっちゃんず」に協力を依頼し、同校の探究活動グループ「Osoraドーナツ」のメンバーが考案した円空さといもを使ったメニューを同テナントが商品化。メンバー4人が焼きドーナツなど自分たちが考案した商品をPRしました。



## ドコモショップスタッフによる スマホ教室を開催



▲スタッフから操作方法を学ぶ参加者

東明支店など計5支店で、1月中旬から3月中旬にかけて、スマホ教室を開き合計58人の方が参加しました。

ドコモショップスタッフを講師に迎え、スマートフォンを安心して楽しく使うために必要なセキュリティー対策や、アプリのダウンロード方法など、基本的な操作を学びました。講座の終わりにはJA担当者からJAが取り扱うデジタルコンテンツを案内し、操作方法や機能について説明しました。

※スマホ教室は東明、八百津、広見、みのかも東、赤河の計5支店で実施しました。

## 地元園児とともに 特殊詐欺防止啓発活動を実施



▲啓発を呼びかける園児ら

坂祝支店は2月14日、年金受給日に合わせて加茂警察署や坂祝町と協力して特殊詐欺防止啓発活動を行いました。坂祝幼稚園年長児30人も参加し、「特殊詐欺に注意!!」と書かれた横断幕を掲げ、「だまされないでね」と元気よく呼びかけました。同支店職員も啓発チラシを配布したほか、来店者に同町産の野菜を使った豚汁を振る舞いました。吉澤達哉支店長は、「特殊詐欺の手口が巧妙化している。地域金融機関として、さらに気を引き締め被害防止に努めていきたい」と話しました。

## 持続可能な農業の 実現に向けた取り組みを発表



▲最優秀賞の柘田所次長（右から2人目）と優良賞の吉野さん（中央）

JAは2月6日、本店で「持続可能な農業の実現に係る実践発表会」を開き、MAP及び営農指導員の代表者6人が1年間の取り組みの課題や成果を発表しました。

審査の結果、郡上営農経済センター白鳥営業所の柘田雄介所次長の「みどり戦略に向けたおくみの堆肥の販売強化」が最優秀賞を、みのかも営農経済センターの吉野宇音さんの「堂上蜂屋柿品質向上に向けて」「nimaruJAを活用したDX化の取り組み」が優良賞に選ばれました。柘田所次長は「地域の有機資源を活用し、農業振興に取り組みたい」と話しました。

## イチゴ新規就農者が関市長へ表敬訪問



▲山下市長（左から1人目）にイチゴを贈る佐藤さん（右から2人目）と井藤さん（左から2人目）

関市でイチゴ農家を営む佐藤厚司さんと井藤洋継さんは2月18日、同市役所を訪れ、山下清司市長へ就農後の取り組みなどを報告しました。

佐藤さんは令和5年にイチゴ農家として、井藤さんは令和6年にイチゴ・夏秋ナス農家として就農した若手農業者。報告は就農するにあたり、市から助成金などのサポートを受けたことに対し、感謝の意を伝える目的で行われ、岐阜県オリジナル品種の「濃姫」と「美濃娘」を山下市長へ手渡しました。



# サトイモの栽培

かんすい  
土寄せと灌水で芋を大きく

園芸研究家 成松次郎

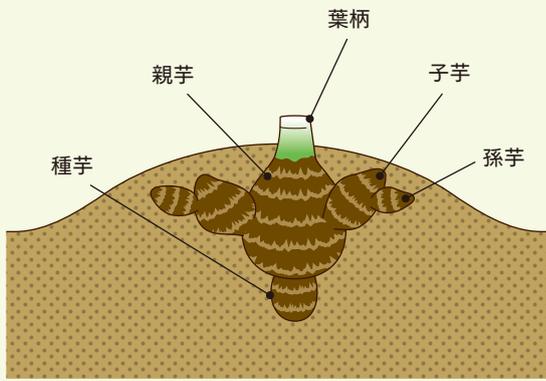


図1 サトイモの付き方

種芋から出た葉は、数枚重なつて太い葉の束(葉柄・すいき)を成し、この元が膨らんで親芋となります。親芋用の品種である「赤芽」「八ツ頭」は主にこの親芋を食べます。親芋の脇に側芽が発達して、肥大して子芋が付きます(図1参照)。子芋用品種には「石川早生」「土垂」などがあります。「八ツ頭」の葉柄はえぐみが少ないので、食用になります。

## 【品種】

生育適温は25〜30度と高く、一方で低温に弱いいため、霜で葉がすぐに傷んでしまいます。畑の乾燥に極めて弱く、一度しおれると回復が遅く、また芋の肥大中に乾燥すると、芋にひび割れが生じます。畑は耕土が深く、適度に水持ちし、かつ水はけが大切です。

**【植え付け】**  
中間地では地温が上がってくる4月中旬ごろから植え付けができます。地上に芽を出すまでに1カ月かかるので、暖かい場所でコンテナに仮植えし、芽出してから菜園に植え込むと良いでしょう。種芋は芽を上に向け、株間30〜40cmとし、土を10cm程度かけます(図3参照)。  
**【追肥・土寄せ】**  
土寄せは芋の肥大に関係し、一度に多くの土寄せをすると子芋の

## 【追肥・土寄せ】

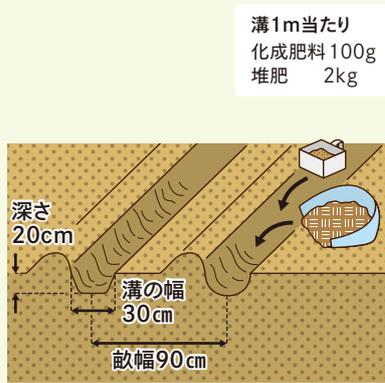


図2 畑の準備

連作を嫌うため、同じ畑で3、4年は作らないようにします。1平方メートルあたり苦土石灰100gを早めに全面に散布し、畝幅90cm程度とし、深さ20cmの溝を掘ります。元肥は、溝1畝あたり化成肥料(NPK各成分10%)100g、堆肥2銖を施します(図2参照)。肥料をまいた後、5cm程度に土をかけておきます。

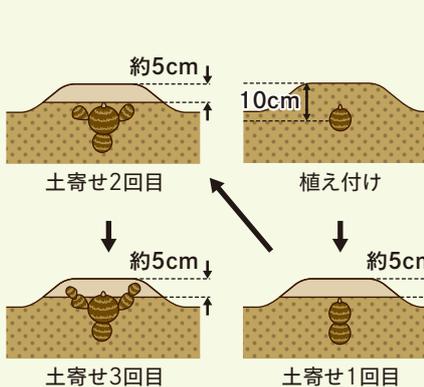


図4 土寄せ

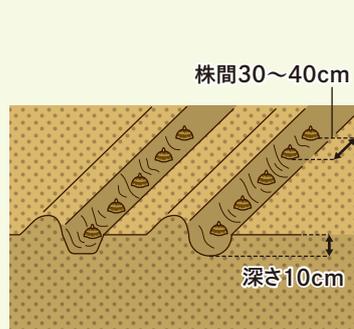
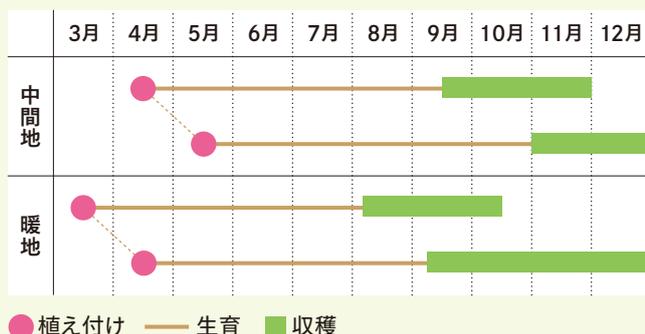


図3 植え付け

数が少なく、かぎ形の芋になりやすくなります。土寄せが少ないと子芋の肥大が悪くなり、子芋が地上に顔を出し、芋が緑化してしまいます。1回目は5、6葉のときに、株の周りに1株あたり化成肥料10gくらいを追肥し、高さ5cm程度土寄せします。2回目は半月後、さらに3回目はその半月後に同様に追肥し、高さ5cm程度土寄せします(図4参照)。

## 栽培カレンダー(サトイモ)



**【灌水】**  
野菜の中で最も乾燥に弱いので、真夏の干ばつには毎日たっぷりと与えます。時には畝間の両端をせき止めて、水がたまるように灌水できると良いでしょう。また、敷きわらなどで土の乾燥を防ぎましょう。  
**【収穫】**  
「石川早生」のような早生品種では、早掘りしてお盆のときのお供え物や「衣かつぎ」として小さい芋を楽しむことができます。「土垂」や「八ツ頭」などの中晩生品種は10月ごろから収穫できますが、霜の降るまで芋は肥大します。  
※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。

### 食農リーダーが小学校で豆腐作りなどを指導

#### 食農教育活動「まめなかな運動」

JA女性部では、食農教育活動の一環として「まめなかな運動」に取り組んでおり、食農リーダーやJA職員が小学校に出向いて大豆の栽培や加工品作りの指導を毎年行っています。

今年度は、同運動に参加した小学校33校に大豆を配付しました。その中の15校634人の児童に昨年12月から2月にかけて、豆腐作りやきな粉飴作りを指導しました。



豆腐作り（上之郷小）



豆腐作り（下米田小）



豆腐作り（美濃小）



豆腐作り（御嵩小）



豆腐作り・きな粉飴作り（口明方小）

### 来年度のセミナーなどを協議

#### JAめぐみの女性連絡協議会

第3回女性連絡協議会を本店で1月24日に開催し、同協議会役員など15人が出席しました。会議では、昨年11月に実施した視察研修を振り返ったほか、令和5年度に行った女性部アンケートの結果を基に、令和7年度のセミナーにどのような企画を盛り込むかなどを協議しました。



会議の様子

## ◎鍋を食べて心までポカポカ

2月号の特集「冬の野菜を味わう」で、紹介されていた鍋のレシピを見ながら全部作ってみました。お手軽に作れて野菜をたくさん食べるのができ、とても参考になりました。寒い冬でしたが、鍋を食べて心まで温まりました。

高井 由美子さん(関市)

## ◎ハクサイの栽培に成功しました

昨年の秋にハクサイづくりの講習を受けて、本当に良かったと思っています。毎年、病気でうまくハクサイを収穫することが出来ませんでした。地域の皆さんに褒めていただけるくらい良いハクサイが採れてうれしかったです。

古川 幸子さん(関市)

## ◎家庭菜園旬辞典を参考に野菜栽培に挑戦

昨今の野菜価格高騰に驚いています。家庭菜園旬辞典を参考にしているいろいろな野菜づくりに挑戦してみたいです。

岸みどりさん(美濃加茂市)

## ◎近年見ない風景

寒い日が連日続き、軒先のつららが1m10cmほどに伸びました。これが何本もできていてここ数年で見たことない景色でした。早く春が来てほしいです。

匿名希望

## ◎知人に贈った明方ハム

県外の知人に明方ハムの詰め合わせをお歳暮で贈ったところ、「とても美味しかった」と喜んでいただけました。岐阜の特産品をお伝え出来て良かったです。

匿名希望

## スマイルプラザ

## 買い物支援に尽力

岩瀬 美佳子さん | 白鳥町

「石徹白地域のことが大好き。だから、地域の皆さんが永く安心して暮らせるように様々な提案をしています」と話す岩瀬さんは、同地域で買い物支援などの活動に力を入れています。

同地域は、白鳥町の市街地から車で約30分の場所に位置し、冬は積雪が約2メートル近くにまでなる豪雪地帯。そこで、小水力発電を行う石徹白農業用水農業協同組合が地域住民へ「地域の重要な課題は何か」とアンケートを取ったところ、「日用品、食料品の購入場所」と答えた方が多数いました。この課題を解決するため買い物支援活動を開始し、昨年4月から岩瀬さんを筆頭に移動スーパーの誘致や、JAめぐみの石徹白営業所と連携した販売所の設置を進めています。住民の方からも「バスでスーパーに行くと時間もお金もかかるので大変助かる」などと評価を得ています。

岩瀬さんは「地域の皆さんの話を伺いながら、必要なものを取り入れていき、住みやすい石徹白を目指していきたいです」と話します。



## 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。

パイヤの実が生りました。食べるのが楽しみです！  
奥村高子さん(御嵩町)



まるで、ブドウのようにミカンが生りました。  
後藤明美さん(関市)



サトイモの一種「京芋(タケノコ芋)」を収穫しました。本当にタケノコそっくりです。  
植村司朗さん(関市)



赤く咲いた紅葉。おもわずシャッターを押ししました。  
山本幸枝さん(御嵩町)



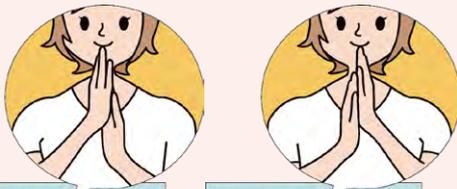
### 投稿写真を募集中

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、各支店又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。

### 新連載!

## スキマ時間にLet's Try!! 脳と体の健康体操

### 指先包みと足指体操



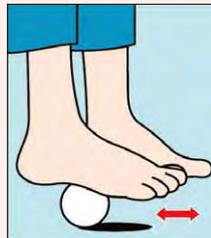
(1) 手のひらを合わせて上下にこすります。右手を上にならしたところで、右手の指先を曲げて、左手の指先を包み込むように握ります。同時に、右足の指を曲げます。



(2) 右手の指先を伸ばし、手のひらをこすっていき、左手を上にならします。このとき、左手の指先を曲げ、右手の指先を包み込むように握ります。同時に、右足の指を伸ばし左足の指を曲げます。

知らず知らずのうちにたまっていくのが疲れです。頑張り屋さんほど心身をいたわる時間を取ることが忘れがち。今回は、その日の疲れはその日のうちに取り、良質な睡眠へと導く体操をご紹介します。

寝付きが悪いときは、就寝前に手足の血行を促進して温めると安眠を誘うようです。指先包みの体操に足指の動きを加えて、全身の



(応用) ゴルフボールやクルミを用意し、足を動かしながら、足の裏で転がせばつぼ押し効果も期待できます。

## 疲れを取る体操で熟睡へ

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

血行を促進させます。これにつぼ刺激を組み合わせて疲れをさらに癒やします。手足が温まり、気持ち良いと思う程度に繰り返しましょう。

# 「窓口昼時間休業」の実施について



平素は当組合をご利用いただき誠にありがとうございます。  
 この度、当組合はお客様サービスを維持しながら働き方改革を推進していくため、14支店にて「昼休業」を導入し、下記のとおり窓口の営業時間を変更させていただくこととなりました。  
 窓口営業時間に店舗職員全員でお客様をお迎えする体制を整えることで、ご来店いただいたお客様に一層心のこもったサービスを提供できるよう努めてまいります。お客様には大変ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

**開始日** 令和7年6月2日(月)より

**対象店舗** 中濃地域：田原支店、倉知支店、鮎之瀬支店、  
 下有知支店、下牧支店、上之保支店  
 郡上地域：明宝支店  
 みのかも地域：加茂野支店、久田見支店、神淵支店、  
 赤河支店、黒川支店  
 可児地域：春里支店、瀬田支店

**休業時間** 店舗によって休業時間が異なりますので、詳しくは右記をご覧ください。  
 また、各対象店舗にて店頭掲示等でもご案内させていただきます。

**その他** 対象店舗等の  
 問い合わせ先は  
 こちらから



## 窓口営業時間のお知らせ

令和7年6月2日(月)より、  
 以下のとおりとさせていただきます。

**対象店舗** 下牧支店、明宝支店、久田見支店、赤河支店、黒川支店

**平日** 9:00～11:30 / 12:30～15:00  
**※昼休業11:30～12:30**

**対象店舗** 田原支店、倉知支店、鮎之瀬支店、下有知支店、  
 上之保支店、神淵支店

**平日** 9:00～12:30 / 13:30～15:00  
**※昼休業12:30～13:30**

**対象店舗** 加茂野支店、春里支店、瀬田支店

**平日** 9:00～12:00 / 13:00～15:00  
**※昼休業12:00～13:00**

※休業時間中もATMは通常通り営業しております。

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4月1日時点のものです。

水稻に関する作業全般  
 わきあいあいとした職場です。

**【仕事内容】** 除草作業、田植への応援作業等  
**【給与】** 時給1,400円  
**【期間】** 4月～11月  
**【勤務地】** 可児郡御高町  
**【その他】** 草刈り機をご持参ください。



ふしみ営農

たくさんのイチゴに囲まれて、  
 一緒に仕事しませんか?

**【仕事内容】** イチゴの収穫、バック詰め  
**【時間】** 8:00～12:00(農繁期変動あり)  
 水曜、日曜に勤務できる方  
 (勤務時間についてはご相談ください)  
**【給与】** 時給1,010円  
**【期間】** 5月末まで  
**【勤務地】** 川辺町、美濃加茂市  
**【その他】** 細かい作業が好きな方、大歓迎!



ひびの農園

イチゴを身近に感じてみませんか?  
 イチゴが好きな方、興味がある方、大募集!

**【仕事内容】** イチゴの収穫、バック詰め、株管理(葉かきなど)  
**【時間】** 7:00～16:00の間で4時間以上(休憩あり)  
 週2～3日からでもOK  
 (勤務時間についてはご相談ください)  
 水曜、日曜に出勤可能な方大歓迎!  
**【給与】** 時給1,001円  
**【期間】** 12月～6月  
**【勤務地】** 可児市



くくり恋ベリーズ

期間限定!初心者も大歓迎  
 フルーツに囲まれて一緒に作業してみませんか?

**【仕事内容】** 果樹の芽かき、受粉、畑での作業  
**【時間】** 8:00～12:00  
 週3～5日からでもOK  
**【給与】** 時給1,020円  
**【期間】** 3月上旬～4月末  
**【勤務地】** 美濃加茂市



福果園

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

# パズル

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。

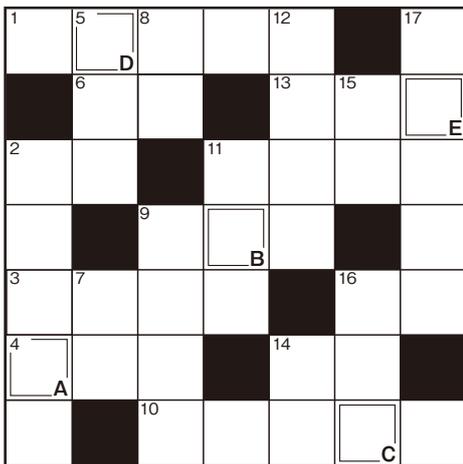
## Bコース

クロスワード

二重マスに入る文字をA~Eの順に並べて言葉を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



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

→ エロのカギ

- 富山湾でとれるものが有名な春の味覚。青く光ります
- 茶わんのセットや重箱を数えるときに使う言葉
- 手品、マジックともいいます
- 来週の火曜日——にもう一度来てください
- 祝い事につきものの魚
- 麻雀であがる前にかけることも
- これが終わると新学期。入学式もあります
- インクを付けて押します
- テニスの試合で——の応酬が続いた
- 鬼さんこちら、手の鳴る——へ
- よく×(バツ)と対比されます

↓ タテのカギ

- 自転車の空気が少ないときに使うもの
- 柔道場に敷かれているもの
- 新しいクラスで——紹介をした
- は友を呼ぶ
- 茶道では表千家、裏千家など
- 真新しい——を着て入社式に臨んだ
- 漢字で書くと枸橘、枳殻。春に白い花を咲かせます
- 海のパイナップルと呼ばれる海産物
- 肥料の三要素は窒素、——酸、カリウム
- パソコンの入力装置のひとつ
- 4月のこと。——・フール



### 2月号の答え

(応募総数 544 通)  
(正解者数 539 通)

### Aコース

まちがいがし

2.5.7.11.12

### Bコース

クロスワード

リュウヒョウ

応募要項

501-3802  
JAめぐみのパズル係  
関市若草通一丁目1番地

▼コース名と答えの2コースの答えを書くことも可  
▼住所・氏名・年齢・電話番号  
▼本誌や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

4月30日水

発表

6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」で紹介させて頂く場合があります。匿名希望は、その旨を明記ください。

当選者

Aコース

井上 光彦様(美濃加茂市)  
後藤 宜子様(関市)  
長尾 正男様(白川町)  
長谷部 邦子様(可児市)  
吉村 淳子様(坂祝町)

Bコース

上野 豊様(御嵩町)  
河野 浜子様(美濃市)  
熊崎美智子様(郡上市)  
篠田美智代様(関市)  
渡辺 邦子様(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。

## おすすめ不動産情報

## 売戸建住宅

美濃加茂市古井町下古井

1,530万円



所在地：美濃加茂市古井町下古井／交通：高山本線 美濃太田 徒歩9分／土地面積：公簿219.01㎡／建物：（構造・規模）木造2階建（面積）132.30㎡（間取内訳）和8・洋6・6／土地権利：所有権／地目：宅地／都市計画：非線引区域／用途地域：商業地域／建ぺい率：80％／容積率：400％／築年月：2003年8月／現況：空家／引渡可能時期：相談／接道状況（角地・間口）：東4.7m 公道 接面10m／設備：トイレ2カ所、電気、上水道、下水道、側溝／備考：山手小学校・東中学校／地勢：平坦／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

みのかも不動産センター  
TEL 0574-28-1215  
岐阜県知事(5)第4256号

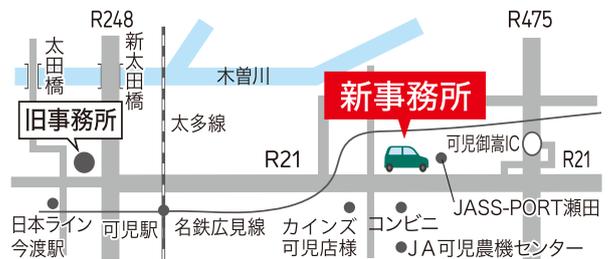
## 自動車センター 一体営業開始のご案内

「今渡自動車センター」につきまして、この度組合員様・利用者様の利便性とサービス向上を目的に、可児自動車センターへ機能を移行し「車両販売」「自動車整備」を一体化して営業することといたしました。

今後とも変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

〈新所在地〉〒509-0213  
岐阜県可児市瀬田1703-1  
可児自動車センター  
TEL(0574)62-0622  
FAX(0574)63-4155

〈一体営業開始日〉令和7年4月1日(火)より

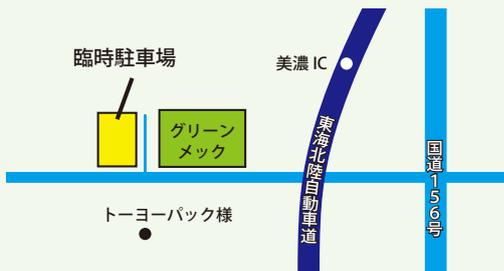


## グリーンメック野菜苗まつり

トマトやナス、キュウリ、ゴーヤ、カボチャ、ズッキーニなど定番の夏野菜苗が充実!! 会場では、苗の生産農家やJA担当者が栽培のポイントなどもお教えします。お気軽にお尋ねください。

● 日時 4月19日(土)～5月11日(日)  
9:00～16:00  
※期間中は無休で営業いたします。

● 場所 美濃市生櫛1632-10  
※期間中は、下記地図の臨時駐車場もご利用いただけます。



● お問い合わせ ☎0575-33-1186

## 「菌床シイタケ栽培初心者研修会」のお知らせ

菌床シイタケ栽培に興味を持たれている方や、栽培をご検討されている方を対象に、下記日程におきまして初心者研修会を開催いたします。

ぜひこの機会に菌床シイタケ栽培を始めてみませんか。



日 時 令和7年5月14日(水) 13時30分より

会 場 郡上市白鳥町為真445-1  
JAめぐみの おくみの会館 2F大会議室

対象者 JAめぐみの管内にお住みの方で栽培に関心のある方

参加費 無料

申込方法 下記事務局(JAめぐみの)へ5月2日(金)までにお電話またはFAXにてお申込みください。

主催:おくみの菌床椎茸生産組合

事務局:JAめぐみの郡上営農経済センター白鳥営業所  
TEL : 0575-82-6305 FAX : 0575-82-6323

## 第8回理事会報告(令和7年2月28日)

### 主要報告事項

1. 主要事業実績概況・組合員の加入脱退について

### 協議事項

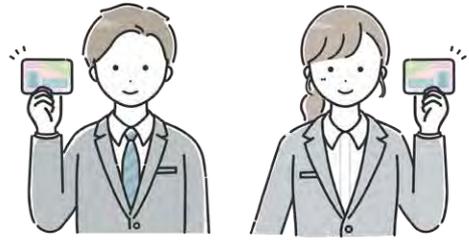
1. 2者要請検査の回答について
2. キャッシュカード暗証番号届等の廃棄処分について
3. 役員選任の手続き・スケジュールについて
4. 令和7年度組織機構の変更について
5. 集金等例外先にかかる報告・承認(1月)について
6. 「組織的に影響のある不備事項」抽出基準の変更について
7. 理事の貯金・共済担保貸付に係る包括承認について
8. 理事会承認貸付金の承認について
9. 大和南精米所廃止について

### 報告事項

1. JAめぐみの物流改革中間報告について
2. JAめぐみの農業振興・支援規程による雪害対応について

## JAからのお知らせ

2025年4月1日(火)より、マイナンバー制度に関する法律(口座登録法、口座管理法)に基づくお手続き(公金受取口座登録、付番、相続時口座照会、災害時口座照会)が開始となります。詳しくは、お近くの支店へお問い合わせください。



退職者(2月1日~28日) 眞鍋 梨沙(金融業務課) 上村 晋介(郡上営農経済センター白鳥営業所)

### 法律相談会

無料

可児会場 5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。  
※5月13日(木)までにお申し込みください。  
☎(0574)62-5105(予約制)  
※次回は7月18日(金)に開催予定です。

### 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 5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  
※6月は4日(木)の予定です。

可児会場 5月12日(月)

🏠 可児JA会館2階  
🕒 午前9時30分~正午まで  
※相談時間は1人30分以内です。  
※5月7日(木)までにお申し込みください。  
☎(0574)62-5105(予約制)  
※6月は9日(月)の予定です。



### ローン相談

無料

ご来店の際は、事前のご予約をおすすめします。

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までお問い合わせください。

対象地域	日時	会場
中濃地域	5月17日(土) 午前9時15分~午後4時10分	関支店 ☎(0575)23-6122
郡上地域	5月14日(水) 午前9時15分~午後0時10分	白鳥支店 ☎(0575)82-6300
みのかも地域	5月24日(土) 午前9時15分~午後4時10分	八百津支店 ☎(0574)43-1201
可児地域	5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♪



# ナバナ

春の訪れを告げる野菜。独特のほろ苦さをいかして、生やおひたしでも美味しく味わえるけれど、豚肉やベーコン、ゴマなど油脂分があって香りの強いものとの相性も抜群だよ。

ビタミンCの含有量は野菜の中でトップクラス！白血球の働きを強めることで、風邪などの病気に対する免疫力を高め、貧血予防やコラーゲンの育成を促進するなどの美肌効果もあるといわれているから、是非味わってみてね♪

## お求めはこちらから

とれたっぴろば可児店、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

2月～4月

※気候等の影響により、変動する場合があります。

ウインボー



## とれたっぴろばおすすめレシピ

# ナバナとイカの 酢みそ和え

## 材料 (2人分)

ナバナ……………1束  
イカ(冷凍も可)…200g

A	白みそ…大さじ2
	酢……………大さじ1
	砂糖……………大さじ1

## 作り方

- ①Aを混ぜ合わせて酢みそを作る。
- ②ナバナは軸の硬い部分を切り取り、熱湯で1分ほど茹でる。茹で上がったたら冷まして2cmの長さに切る。
- ③イカを熱湯でさっと茹でて一口サイズに切ったら、ボウルに移し①と②をあわせて完成。



耕そう、大地と地域の未来。

2025

4

NO.265

●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4月号 令和7年4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

