

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

JA MEGUMINO

20<sup>th</sup>

おかげさまで20周年

2023

8

NO.245



## 第20回通常総代会

- 営農旬辞典 チンゲンサイ
- 農家の逸品 大葉

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。

## 安全第一を念頭に 石徹白地区でハウレンソウ栽培

標高700mに位置する郡上市石徹白地区で、夫婦でハウレンソウとトウモロコシを栽培しており、ハウレンソウは春から秋にかけて5品種を作っています。

以前は稲作を行っていましたが、圃場整備をして次はどの作物を作ろうか検討していた時に、農業普及員に他のハウレンソウ産地と気候が似ていることから栽培を勧められたので、試験栽培をして昭和60年から本格的に始めました。冬季はハウスが埋まるほど積雪が多い地域ですが、夏季は昼夜の温度差があり肉厚で甘みを感じられるハウレンソウが育ちます。栽培については、食べ物なので安全第一を心掛けているほか、土作りにこだわっています。土を柔らかくすることで酸素が入りやすく根が活性するので株を丈夫にしたり、保水力が上がるため堆肥を土に入れていきます。また、生産量が少ない産地なので、傷を付けにくくして品質の良いハウレンソウを出荷できるように、全て手作業で行っています。

同市内6戸の生産者で構成する奥美濃ほうれん草出荷組合に所属しており、JAを通じて県内市場に5月から10月下旬まで約1,500ケースの出荷を予定しています。



表紙の写真

よしお  
久保田 芳男さん (左)  
みちよ  
道代さん (右)  
〈郡上市白鳥町〉

## とれ、た、ひろば イベント情報



今年も梨の出荷が始まりました。  
19日～28日には、幸水梨まつりを開催します。  
みずみずしくてあま～い梨を味わってください。

8月

- 5日、6日 ハムの日(明方ハムPR販売)
- 9日～14日 お盆大市(季節の果物・切り花・仏花大量入荷)
- 19日～28日 幸水梨まつり
- 25日～27日 お米まつり(20%増量販売!!)
- 26日、27日 17周年大感謝祭(可児店)
- 31日 やさいの日(野菜全品目ポイント5倍!!)

9月

- 2日、3日 新米まつり(20%増量販売!!)
- 2日～10日 秋の味覚フェア  
(梨・リンゴ・ブドウ等旬の果物大集合!!)
- 16日～24日 秋のお彼岸フェア  
新米まつり(20%増量販売!!)

毎週金曜日は乳製品のお買い上げポイントが2倍に!

※お米まつり「20%増量」となる対象は、店内の玄米量り売り商品に限ります。  
※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。

可児店 TEL 0574-62-6023

関店 TEL 0575-27-1255

# 第20回 通常総代会



## 損益計算書

第20年度(令和4年4月1日から令和5年3月31日まで) 単位(千円)

科目	金額
1 事業総利益	9,046,848
信用事業総利益	4,210,965
共済事業総利益	2,382,257
購買事業総利益	801,406
販売事業総利益	291,684
保管事業総利益	10,891
加工事業総利益	253,226
利用事業総利益	287,892
葬祭事業総利益	345,757
宅地等供給事業総利益	18,681
農用地利用調整事業総利益	4,639
介護事業総利益	457,962
その他経済事業総利益	2,063
指導事業収支差額	▲ 20,580
2 事業管理費	8,869,715
事業利益	177,132
3 事業外収益	369,627
4 事業外費用	3,997
経常利益	542,763
5 特別利益	290,010
6 特別損失	622,498
税引前当期利益	210,274
法人税等合計	61,510
当期剰余金	148,764
当期首繰越剰余金	433,566
税効果調整積立金取崩額	8,219
施設整備積立金取崩額	320,686
加工事業積立金取崩額	5,294
農業振興・支援積立金取崩額	68,858
当期末処分剰余金	985,389

※記載金額は千円未満を切り捨てて表示しています。

## 剰余金処分

単位(円)

1 当期末処分剰余金	985,389,931
2 利益剰余金処分額	612,694,282
利益準備金	30,000,000
任意積立金	485,294,954
出資配当金	97,399,328
3 次期繰越剰余金	372,695,649



議長を務めた下有知支店管内総代の天野善一氏

第20回通常総代会を6月22日に関市文化会館で開催しました。  
全総代990人のうち、書面による議決権行使を含む973人が出席し、全5議案が原案通り可決、承認されました。

# 第20回通常総代会

## 第20回通常総代会提出議案

(報告事項) 第20年度(令和4年4月1日から令和5年3月31日まで)貸借対照表、損益計算書及び注記表の内容並びに会計監査人の監査報告及び監事の監査報告の件

第1号議案 第20年度(令和4年度)事業報告及び剰余金処分案の承認の件

第2号議案 第21年度(令和5年度)事業計画の設定の件

第3号議案 定款の一部変更の件

第4号議案 理事及び監事の報酬額に関する件

第5号議案 米(加工用米を含む)、麦、大豆等の販売等に関する政府諸支払金事務等の組合への委託の件

附帯決議案

(報告事項) JAバンク基本方針の変更の件

## 貸借対照表 第20年度(令和5年3月31日現在)

単位(千円)

(資産の部)		(負債の部)	
科目	金額	科目	金額
1 信用事業資産	645,541,330	1 信用事業負債	646,526,195
2 共済事業資産	6,846	2 共済事業負債	1,736,386
3 経済事業資産	3,246,958	3 経済事業負債	1,015,987
4 雑資産	1,130,741	4 雑負債	1,292,351
5 固定資産	10,819,106	5 諸引当金	2,798,355
6 外部出資	25,941,358	負債の部合計	653,369,276
7 繰延税金資産	798,450	1 組合員資本	35,527,433
資産の部合計	687,484,793	2 評価・換算差額等	▲1,411,915
		純資産の部合計	34,115,517
		負債及び純資産の部合計	687,484,793

※記載金額は千円未満を切り捨てて表示しています。

# 令和4年度事業報告

令和4年度は中期経営計画の初年度として、「対話を通じた農業・地域・JAの未来づくり」の基本方針のもと、3つの基本目標である「持続可能な農業の実現」「食」「農」「くらし」を通じた地域活性化への貢献、「自己改革を支える経営基盤の強化」に向けて取り組みました。

また、生産資材等高騰対策、米価下落緩和対策、飼料高騰等対策として6,885万円の農家支援を実施いたしました。

## 事業別実績

(令和5年3月31日現在)

単位(千円)

種類	実績
貯金	644,803,010
貸出金	148,092,505
共済	1,128,090,460
購買	7,549,625
販売	7,506,823
利付	681,964
加工	1,074,694
葬祭	1,007,729
介護	847,072

※共済は長期共済保有高の実績です。

※記載金額は千円未満を切り捨てて表示しています。

「持続可能な農業の実現」においては、産地・品目別に戦略を定

めて、めぐみの主要農畜産物の生産・販売強化に取り組むとともに、農業関連融資の提案・対応など、総合事業による担い手経営体への経営支援や就農研修による新規就農者の確保など、次世代の担い手育成支援に取り組みました。また、適正施肥に向けた土壌診断の実施や銘柄集約肥料の供給拡大などトータル生産コストの低減に取り組みました。



ひらがの高原だいこん共同洗場施設

「食」「農」「くらし」を通じて地域活性化への貢献」においては、地産地消を促進するため、地域の食と農をつなぐ直売店・Aコープの活性化に取り組むとともに、地元農産物のPRおよび情報発信

の充実、地域の企業や団体との連携による、販路開拓・商品開発・消費拡大に取り組みました。また、行政や教育機関等と連携した食と農を基軸とする活動や介護サービス事業における地域医療機関等との連携強化、環境の変化を見据えた葬祭事業を展開することで、地域とのつながり強化に取り組みました。



直売店魅力アッププロジェクト

「自己改革を支える経営基盤の強化」においては、相談業務を強化するため、相談相談、各種ローン、ニーズに応じた資産形成・資産運用の提案の強化に取り組むとともに、共済契約者に対する3Q・あんしんチェックにおける訪問活動を

通じた保障点検を行い、最適な保障プランの提案に努めました。経営管理面においては、全事業の収支改善と管理費の削減に取り組むとともに、支店の機能変更や営業所の廃止、移動金融店舗めぐライナー2号の導入など順次店舗再編を進めました。また、不祥事再発防止に向けた取り組みの実践と定着化を図るため、役員が一丸となり内部牽制体制の更なる強化に努めました。適切なりスク管理態勢を構築するため、内部監査体制の充実と強化、不祥事未然防止に向けた自主検査の実効性向上にかかる取り組みを強化しました。



移動金融店舗「めぐライナー 2号」の導入

## 令和5年度基本方針

令和5年度は、第7次中期経営計画（令和4年度～令和6年度）の2年目であり、基本方針「対話を通じた農業・地域・JAの未来づくり」、3つの基本目標「持続可能な農業の実現」・「食」・「農」・「暮らし」を通じた地域活性化への貢献」・「自己改革を支える経営基盤の強化」を、実践するため、令和4年度の事業活動と環境変化を踏まえた事業を展開します。

「持続可能な農業の実現」においては、めぐみの主要農畜産物（水稲・大根・トマト・なす・里芋・いちご）にかかる具体的な取り組みを継続して行っていきます。また、資材価格の高騰に対して早期仕入れや業務コストの削減など生産コストの低減に取り組むほか、創業70周年を迎える加工事業所は、創業以来の製法にこだわる明方ハムの消費拡大を図ります。

「食」・「農」・「暮らし」を通じた地域活性化への貢献」では、

組合員・利用者の皆様が参画する支店協同活動を展開し食と農に関する仲間づくりを進めます。また、事業活動における対話やアンケートを通して多くの意見を集約し、事業に反映させる仕組みを構築していきます。介護事業・葬祭事業では、安心して利用していただけるサービスを提供していきます。

「自己改革を支える経営基盤の強化」については、内部統制およびコンプライアンス態勢の確立を重要な課題と位置づけ、リスク管理態勢のさらなる強化に努めるとともに、経済事業の収支改善や要員の適正化など総合的な経営改革を進めます。

JAめぐみのは平成15年4月に誕生してから「地域」と「信頼」に基づくJA綱領の具体的実践を行う」を基本理念に掲げ、地域の皆様とともに歩みおかげさまで20年を迎えました。「これまでの20年」の感謝と「地域とつくる未来」を見据え、地域の農業・地域の活性化に貢献していきます。

### JAめぐみの合併20周年 「20年の感謝と地域とつくる未来」

#### 基本理念 「地域」と「信頼」に基づく JA綱領の具体的実践を行う

1. 地域に密着します。
2. 地域からの「信頼」確保に努めます。
3. JA綱領にもとづくJA運営をめざします。



### 重点実施項目

#### I 持続可能な農業の実現

- めぐみの主要農畜産物の生産・販売強化
- 総合事業による担い手経営体への経営支援
- 次世代の担い手育成支援
- トータル生産コストの低減

#### II 「食」・「農」・「暮らし」を通じた地域活性化への貢献

- 地域の食と農をつなぐ地産地消の促進
- 協同活動の実践による地域とのつながり強化
- 情報発信の充実による食と農への理解促進

#### III 自己改革を支える経営基盤の強化

- 総合的な経営改革の実践
- 経済事業の収支改善の実践
- 中期要員計画に基づく要員管理の実践

JAめぐみでは、次世代を担う子どもたちを応援することを目的としたスポーツ大会、健康増進や仲間との交流を目的とするシニア世代向けの軽スポーツ大会を開催するほか、教育文化活動への協賛を行っています。

## 第15回 JAめぐみの杯グラウンド・ゴルフ大会

令和5年6月15日(木)美濃市運動公園

年金友の会会員を対象に、会員相互の交流や健康増進を目的にグラウンド・ゴルフ大会を2009年より開催しています。管内各地より合計400人が参加し、8ホールを2ラウンド行う交歓大会と参加者の親睦を兼ねた交流大会を行い、競技を楽しみました。競技運営には美濃市グラウンド・ゴルフ協会の皆さまにご協力いただきました。



### 第15回 JAめぐみの杯グラウンド・ゴルフ大会 競技結果

グループ	黄	水	青	赤	緑	紫
優勝	古田 たず子 (美濃支店)	後藤 君子 (下牧支店)	川崎 浩三 (今渡支店)	渡邊 初昭 (みのかも東支店)	田口 見二 (大和支店)	高田 由美子 (今渡支店)
準優勝	林 昇 (加茂野支店)	長尾 光國 (富加支店)	鈴木 征治 (富加支店)	大矢 和夫 (美濃支店)	戸田 喜代男 (みのかも東支店)	安田 美雄 (田原支店)
第3位	山口 やすこ (下恵土支店)	矢野 正 (みのかも東支店)	中川 紀美子 (郡上支店)	三品 正子 (太田支店)	多賀 一馬 (太田支店)	山田 等 (下牧支店)



## 第28回 JAめぐみの旗争奪学童軟式野球大会

5月13日(土)~6月10日(土)サン・スポーツランド美濃加茂 他

美濃加茂市内の学童野球チームが参加する野球大会に協賛しています。大会には10チームが参加し、熱戦を繰り広げました。



### 第28回 JAめぐみの旗争奪学童軟式野球大会 大会結果



優勝 古井クラブ



準優勝 太田タイガース



3位 加茂野レッズ



3位 加茂野ファイターズ



大会に出場した皆さん  
(最優秀賞を受賞した土岐さんは前列右から4人目)

## 令和5年度 少年の主張美濃加茂大会

令和5年6月10日(土) 美濃加茂市文化会館 かも～

心豊かでたくましい青少年の育成を目的に美濃加茂市青少年育成市民会議が主催する「少年の主張美濃加茂大会」に協賛しています。

今年度は美濃加茂市と富加町の中学生8名が参加し、「幸せの形」と題して発表した双葉中学校2年生の土岐朔矢さんが最優秀賞に選ばれました。

# 小学生の農業体験

## 田植え

6/1



富加小学校 / 5年生

6/5



田原小学校 / 5年生

6/6



春里小学校 / 5年生

6/9



中有知小学校 / 5年生

## 大豆植え付け

6/13



藍見小学校 / 5年生

## サツマイモ苗植え

農家さんに  
教えてもらいながら  
植えたよ☆

6/20



明応こども園

6/23



桜ヶ丘小学校 / 3年生

## トウモロコシ収穫

7/3



中有知小学校 / 1年生

## 収穫体験

エダメや  
ジャガイモなどの  
収穫体験を  
しました♪

6/17



春里キッズ



夏秋トマト出荷開始に合わせ表敬訪問



▲山内組合長（中央）にトマトを贈呈する協議会の代表ら

JAめぐみの夏秋トマト生産協議会の会長ら代表4人は本店で7月7日、山内清久組合長を3年ぶりに表敬訪問し、今年度収穫したトマトを贈呈しました。

JA管内で夏秋トマトを栽培する郡上園芸特産振興会夏秋トマト部会と美濃白川夏秋トマト部会の栽培面積や販売高などの実績や、試験品種の栽培や消費宣伝などの取り組みを報告するとともに、意見交換を行いました。同協議会長の桂川公幸さんは「まもなくトマトの出荷最盛期を迎える。今年も部会全体で技術面を強化するとともに反収アップを目指したい」と話しました。

JAと地元園児で  
詐欺被害防止を呼びかけ



▲「二セ電話詐欺注意!!」の横断幕を掲げる園児ら

ひすい支店では6月15日、年金受給日に合わせて、二セ電話詐欺被害防止啓発活動を実施しました。今回の啓発活動には川辺第一こども園の年長児18人が参加しました。同支店入り口付近で園児たちが「二セ電話詐欺に注意!!」と書かれた横断幕を手に来店者が訪れるたびに、全員で「だまされないでね!」と大きな声で注意を呼びかけました。

同支店木下健太郎支店長は「今回は初めて園児たちが参加し、元気よく大きな声の呼びかけをしてくれたことで、これまでにない注意喚起ができた」と話しました。

農事組合法人「グリーンガイア」本格始動



今年4月1日に設立した「農事組合法人グリーンガイア」は6月下旬、郡上市高鷲町で栽培する「ひるがの高原だいこん」の収穫期を迎え、本格的な活動を開始しました。

同産地の夏季の涼やかな気象条件を活かし、栽培した良質な夏ダイコンは主に関西・中京・北陸市場に出荷し、ブランド野菜として販売されています。しかし、農業者の高齢化や後継者不足により栽培面積が減少傾向にあるため、課題解決を目指しJAなどのアドバイスを受け同法人を設立しました。

同法人は、ひるがの高原だいこん生産出荷組合に所属する30代から60代の組合員5戸で構成し、農地の集約や作業の共同化、担い手の育成などを進め、産地の維持発展に取り組んでいきます。代表理事の山根修さんは「この産地では初めての取り組み。生産組合をはじめ関係機関の力を借りて、様々な課題解決に取り組んでいきたい」と決意を話しました。

設立を支援したJA高鷲支店の山下亮支店長は「今後も経営や融資など総合的なサポートに努めたい」と意気込んでいます。



▲収穫期の畑に集まったグリーンガイアの皆さん



## 学生が直売店PRに向け動画制作



▲生産者のもとで取材や撮影をする学生

JAと中部学院大学はとれたっひろば関店の魅力をPRするため動画制作に取り組んでおり、6月21日に同大学短期大学部社会福祉学科21人が生産者のもとを訪れ取材や撮影を行いました。

夏秋トマトやナス、飛騨牛など同店で扱う商品など全10項目のテーマに沿って取り組みました。

今後は編集作業を進め、完成した動画は成果発表会を経て、店舗内のモニターで放映するほか同店のSNSでの投稿を行う予定です。

## 地元特産品の出荷作業を体験



▲洗い方を教わりながら熱心に取り組む後藤さん(右)

JAは6月19日から23日まで郡上特別支援学校と連携し、郡上市の特産品「ひるがの高原だいこん」の出荷作業実習を行いました。

卒業後の社会参加と自立を目指して「働く力」の育成に取り組み、卒業後の進路につなげる目的で、同校高等部2年生の後藤良汰さんが今年3月に完成した「ひるがの高原だいこん共同洗場施設」で、農家の指導を受けながらダイコンの洗浄作業や、圃場での間引きなどを行いました。

後藤さんは「ひげ根が残らないよう1本1本丁寧に洗うことを意識した。楽しく作業ができた」と話しました。

## JAめぐみの直売店舗に出荷される皆さまへ

### 直売店舗のバーコードラベルが変わります。

### 令和5年8月1日より

令和5年10月1日より始まるインボイス制度に対応したラベルになり、現行の白色からオレンジ色に変更になります。免税事業者の方のラベルには★マークが表示されます。

#### ●現行ラベルのイメージ



#### ●新ラベルのイメージ



#### 〈変更の理由〉

現行のラベルを令和5年10月以降も継続して使用すると、消費者との間でトラブルが発生する可能性があります。

そのため、出荷者が課税事業者であるか免税事業者であるかを消費者が区別できる仕様への変更となりますので、ご理解をお願いいたします。

※画像はイメージのため、実際のラベルとはデザインが多少異なります。

8月1日から9月30日までは切替期間となり、新旧のラベルが混在します。  
現行のラベル(白)は10月1日以降使用出来なくなりますのでご注意ください。



#### お問い合わせ先

とれたっひろば可見店 TEL.0574-62-6023 グリーンセンター1号館 TEL.0574-28-1223 味菜館 TEL.0574-63-5357  
とれたっひろば関店 TEL.0575-27-1255 里山公園青空市場 TEL.0574-27-2217 営農部直販課 TEL.0575-27-1260



# チンゲンサイの栽培

8月中旬以降は暑い中にも少しずつ秋の気配が感じられるようになる季節です。今月の下旬から9月にかけては秋冬野菜の種まきや苗の植えつけ時期になります。種苗の購入や前作の後片付けをして準備しましょう。今月は、比較的短期間で収穫できるチンゲンサイについて紹介します。



## 【チンゲンサイ】

チンゲンサイはアブラナ科に属する中国原産の野菜です。比較的冷涼な気候を好み、生育には15〜25℃が適しています。秋まき栽培が最適ですが、夏まき栽培に挑戦してみよう（最高生育限界温度35℃）。なお、青軸のものをチンゲンサイと呼ぶのに対して、白軸のものをパクチヨイと呼びます。いずれも生育の特徴や栽培方法はほとんど同じです。チンゲンサイはカルシウムやカロテン、ビタミンCが多く含まれ、油炒めや煮物にしても色が鮮やかで料理をしても形がくずれにくい特長があります。

## 【8月まき9〜10月どり栽培】

高温・乾燥対策が必要になります。暑さに耐える品種を選び、土壌を乾燥させないようにすれば35〜45日の短期間で収穫できます。また、ミニチンゲンサイは小型ですが早く収穫でき、プランター栽培にも適しています。

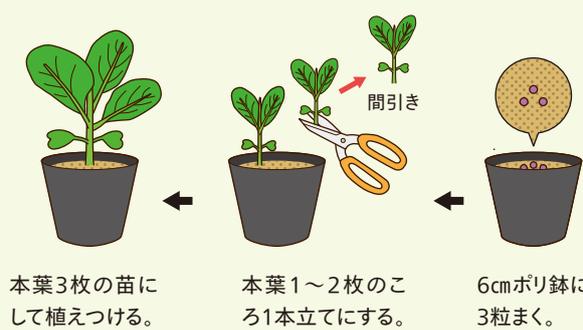
## 【苗の準備】

畑に直まきできますが、少面積ならばポリ鉢やセルトレーで育苗してから植え付けると畑を有効に利用できます。6鉢のポリ鉢に3粒種をまき、本葉1〜2枚のころ1本立てにして本葉3枚の苗に仕上げます（図1参照）。セルトレーは128穴の規格のものを使い、1穴1粒まきにします。播種後、不織布をべたがけすると発芽が揃います。ただし、徒長防止のため発芽後は直ちに不織布を除去します。

このコーナーのお問い合わせ

本店営農対策課 TEL 0575-23-5885まで

図1 種まきと苗姿

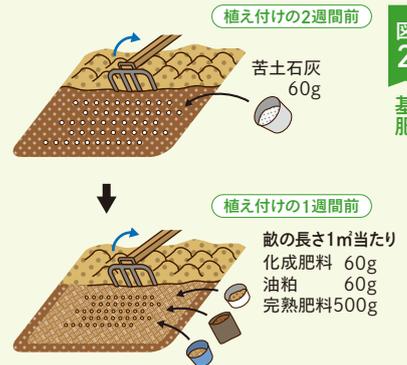


育苗する場所は涼しい場所を選び、苗床の上をよしずや寒冷紗で覆って日除けをします。かん水は徒長を防ぐため夕方はいりません。追肥は生育状況を見ながら液肥を施します。

## 【畑の準備】

アブラナ科の連作を避け、作付け予定の2週間前までに1平方メートルあたり苦土石灰60gを全面にまいて20cmの深さによく耕しておきます。植え付け1週間くらい前に堆肥、基肥を図2のように施します。肥料は短期間の栽培のため基肥中心で栽培します。畝幅を90cm、通路幅40cmにします。床が乾燥している場合は十分にかん水してからマルチがけします。

図2 基肥

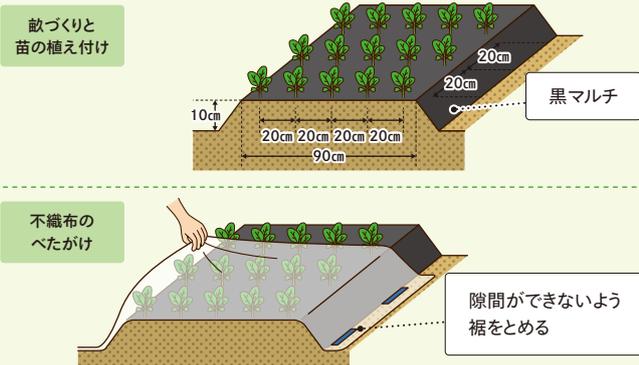


## 【植え付け】

本葉3枚になった苗は風通しを良くし徒長を防ぐため植え付け間隔をやや広くします。株間20cm、条間20cmで植えます（図3参照）。

図3

図4



## 【収穫】

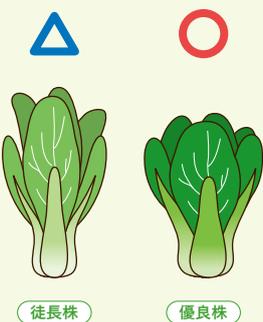
ミニチンゲンサイは株間を15cmにします。植え付け後に十分かん水して活着を促します。防虫、乾燥抑えのため不織布のべたがけまたは寒冷紗トンネルをかけます（図4参照）。

## 【注意する病害虫】

ヨトウムシ、コナガ、アオムシなどの幼虫（イモムシ）が葉を食べます。育苗床は1mm目の防虫ネットで覆ったトンネルで管理します。畑に植え付けてからは不織布のべたがけまたは防虫ネットおよび不織布のトンネル内で栽培すると虫害を抑えることができます。

夏まき栽培で形の良いものを作るには、不織布をかけて遮光するとともに、株間を広げて、かん水を入念に行い、大きな葉に早く育てることで形の良い物ができます（図5参照）。

## 図5 形の良さ



### 大坪里美さんが優秀賞を受賞

#### JA女性部活動体験発表会

岐阜県JA女性連絡協議会などが主催する「第48回JA女性部活動体験発表会」が、6月1日に羽島市の不二羽島文化センターで開催されました。県下6JAの女性部員が出場し、当JAからは郡上女性部の大坪里美さんが発表しました。

大坪さんは、「想いを胸に、17年。私とミニ



大坪さん（前列左から2人目）と応援に駆け付けた山内組合長（前列中央）やグループメンバーら



発表の様子

花ボランティア」と題して、所属するミニ花ボランティアグループへの加入のきっかけやメンバーの紹介、季節の花を使い制作したミニ花がJA介護サービスの利用者へ届けられていることなど活動への想いを発表し、優秀賞を受賞しました。

同発表会は、JA女性組織メンバーの創意工夫ある活動を学習し、組織活動の活性化などを目的に毎年開催されています。

### ガラスでアクセサリー作り

#### 可児女性部



可児JA会館で5月25日、ヴェネチアンガラスを使ったアクセサリー作りを行い、部員14人が参加しました。

可児市の体験型宿泊研修施設「わくわく体験館」の職員が講師を務め、参加者は「ミルフィオリ」と呼ばれる花などの模様のガラスパーツを組み合わせて型紙に並べ、「ガラスが綺麗で、どの柄を使おうか考えるのが楽しかった。出来上がりが楽しみ」と話しました。



ガラスパーツを並べる参加者

後日、窯で熱を加えてキーホルダーやカブトピンなどのアクセサリーやまめ皿に加工され、参加者に届けられました。

### 久しぶりの日帰り旅行

#### 中濃女性部

女性部員30人は6月5日、長野県の南信州地域でサクランボ狩りを楽しみました。

日帰り旅行は女性部員から人気の企画で、コロナ禍のため実施を見送っていましたが、今年度から企画を再開して3年ぶりの実施となりました。

参加者は、食べ頃を迎えたサクランボの品種「紅さやか」を味わったほか、道の駅の南信州とよ



サクランボ狩りを楽しむ参加者

おかマルシェでのショッピングや元善光寺を訪れて参拝するなど、旅行を満喫しました。



## 投稿ハガキ



## ◎夕食の話題になりました

静岡県に住んでいる孫たちが帰省。夕食に「明方ハム」を我が家で育ったサラダ菜と一緒に出したら、「このハム美味しい」と食べてくれて、夕食の話題になりました。

武藤孝恵さん（関市）

## ◎コロッケに入れても美味しい

明方ハムは厚切りにして焼くのが好きですが、コロッケの中へミンチ代わりに入れても美味しいです。

丸山邦子さん（可児市）

## ◎ハッピーな気分です

母の日のプレゼントカーネーションの中に、四つ葉のクローバーの種（球根）があり、さっそく植えてみたら、なんと四つ葉のクローバーの花が咲きました。ハッピーな気分です！

小森美智子さん（美濃加茂市）

## ◎秋が楽しみ

サツマイモの苗を植えました。秋の収穫が今から待ち遠しいですね。

奥村金子さん（可児市）

## ◎花が競うように咲きました

梅雨時も花はきれいに咲きました。今年も白のアヤメやアジサイが競うように咲き、純白のウエディングドレスのようでした。

井森京子さん（郡上市）

## ◎野菜作りを楽しんでいます

畑をお借りして野菜作りを楽しんでいます。今年も使用面積が増えたのでとりにあえずスイカとメロンに挑戦。今後何を育てるか検討中です。

井上恭子さん（美濃加茂市）

## スマイルプラザ

新グループ結成  
山七味ブランドを継承へ

「長年作り続けてきた漬物づくりを絶やすことなく、この先も守っていきたい」と話す山七味グループの皆さんは、今年度新たにグループを立ち上げ、JAめぐみの七宗育苗センターの一角で漬物づくりに励んでいます。

同町神淵地区では、約30年前から現グループの前身である女性農業者グループ「山七味」が赤カブ漬けやラッキョウ漬けを作っていましたが今年3月に会員の高齢化によって解散。漬物づくりの継承や、女性農業者の活躍の場を広げたいなど思いを寄せた地元住民が集まり、新グループとして再結成しました。来年の販売を目指し、これまでと変わらない味を確立するためのレシピ制作や、若者にも興味を持ってもらえるような漬物開発などに力を入れています。

会員の北倉登志子さんは「活動はまだ始まったばかりですが、和気あいあいとした雰囲気の中、楽しく漬物づくりをしています。地元産の素材にこだわった商品を今後も開発していきたいですね」と話します。

やまなみ山七味グループ | 加茂郡七宗町



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。



こんなにきれいな花が咲きました。  
栗本 八重子さん (東白川村)

今回初めて5寸人参の種をまいてみたら、根が枝分かれしたものができました。  
日比野 勝男子さん  
(美濃加茂市)



自宅の庭に3年前から生え始めたアミガサタケ。食べられるそうです。  
苅田 甲子郎さん  
(東白川村)



ハート型のサトイモが採れました。  
後藤 釣さん (関市)

珍しいアスパラガスができました。太くて大きい！  
(匿名希望)



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。

地産地消

管内産食材を使っている地元のお店

第16回 喫茶つみき (美濃加茂市)

ぼん菓子 (きび糖) 324円 (税込)



自家栽培したお米など三和町産のお米を使用し、きび糖の優しい味わいが楽しめます。また、生後7か月頃から食べることができる無糖の「あかちゃんのおやつ」や、期間限定で地元特産品などを使用した限定フレーバーも販売しています。

ワンプレート  
ランチ (ドリンク付)  
1,375円 (税込)

※無くなり次第終了  
※ランチタイムは電話予約  
がおすすめです。



メインの丹波あじわいどりのもも肉ソテー

メインの料理は2種類から選べ、ごはんとサラダ、スープ、おかずがワンプレートに盛り付けられたおすすめのメニュー。食後にピッタリなハーフサイズで、人気No.1デザート of 自家製アップルパイなどをセットで付けることができます。

美濃加茂市三和町に移住した夫婦が、空き家を改装し2018年9月に喫茶店をオープン。お店は落ち着いた時間を過ごせる居心地の良い雰囲気、地域の憩いの場となっています。また、子ども向けのランチメニューがあるほか駄菓子コーナーもあります。地域を盛り上げようとイベントを開催するなど活動も行っていきます。

SNSで  
情報を発信  
しています!



SHOP DATA

🏠 美濃加茂市三和町  
川浦1503-4  
☎ 0574-50-1330  
🕒 11:30~17:00  
📅 休 日曜日、祝日 (臨時休業あり)



# 地元の恵みでスイーツタイム♪

皆さんは「トミちゃんかぼちゃ」を知っていますか？JAめぐみの管内では、実はカボチャの生産も盛んにおこなわれており、JA直売店はもちろん、岐阜県内や愛知県に出荷しています。今回は、8月から出荷が本格化する「トミちゃんかぼちゃ」を使った甘くて濃厚なスイーツをご紹介します。

## 「トミちゃんかぼちゃ」とは？



JAめぐみのかぼちゃ生産協議会  
マスコットキャラクター  
“トミちゃん”

「トミちゃんかぼちゃ」は、富加町を中心にJAめぐみのかぼちゃ生産協議会が生産するブランドカボチャ。「くり将軍」という品種を育てていて、栗のような甘さとホクホクとした食感が特徴なんだ〜。煮物やスープはもちろん、スイーツにもよくあうよ♪

## 栄養価は野菜の中でもトップクラス

三大抗酸化ビタミンといわれる、β-カロテン、ビタミンE・Cが多く、これら3つの成分が相乗的に働き、免疫力を強化、細胞の老化を予防し、動脈硬化やガンなどの生活習慣病の発症や進行を抑制します。

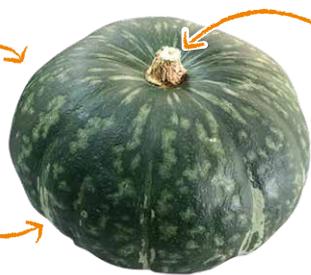
野菜類の中で、特に多く含まれるビタミンEは、血行を促進し、体を温めるので、冷え性の緩和に効果的です。糖質や脂質のエネルギー代謝を活発にするビタミンB1やB2もバランスよく含まれ、栄養価の高さは、野菜の中でもトップクラスです。皮には果肉以上にカロテンが豊富に含まれているのでできるだけ皮ごと調理するのがおすすめです。

出典:JAグループホームページ とれたて大百科

## カボチャの選び方

ずっしりと  
重みがある

濃い緑で  
色むらがない



コルクのように  
枯れて乾いている

## カットされているものは？

種がしっかり詰まっていて、果肉が鮮やかな色のものを選びましょう。



濃いオレンジ色



## カボチャと米粉のプリン

材料(2人分)

カボチャ	50g	牛乳	125ml
米粉	10g	粉寒天	1g
きび砂糖	15g	水	100ml
(もしくはグラニュー糖)			

- 沸騰した鍋にカボチャを入れて柔らかくなるまで煮込む。
- ①を取り出して、外皮を取り除いたらペースト状にする。
- 粉寒天と水を鍋に入れよくかき混ぜたあと、中火で沸騰させる。沸騰したらかき混ぜながらさらに1分煮溶かす。
- ボウルに米粉、牛乳を入れてよくかき混ぜ、③に移してきび砂糖を入れて中火でとろみが出るまでよく混ぜたら火を止める。
- ④に②を入れて均一になるように混ぜたら、温かいうちに容器に流し込み、冷蔵庫で冷やし固めたら完成。

# 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

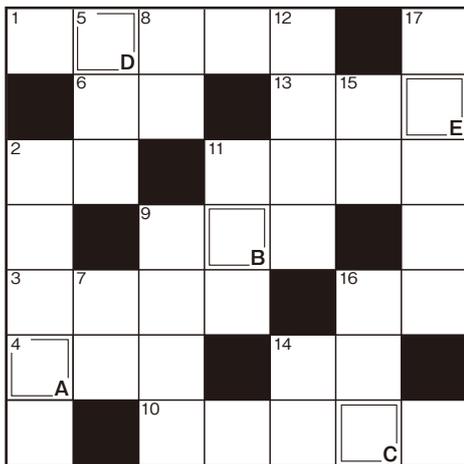
まちがいがし

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の順に並べて言葉完成させてください。



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

明方ハムと醤油フランク3本セット 5名様

→ヨコのカギ

- 1 京都の五山送り火で、最もよく知られた形の送り火
- 2 エビネもカトレアもこの花の仲間
- 3 肥料の3要素の1つ。元素記号はK
- 4 どのドレッシングで食べようかな
- 6 骨切りをする細長い魚
- 9 イタリアの現在の通貨単位
- 10 山の頂上と麓の間
- 11 一緒に暮らしています
- 13 突破して決勝に進みます
- 14 夕空に輝く——の明星
- 16 歌謡曲で一番盛り上がる部分のこと



↓タテのカギ

- 2 パラシュートともいいます
- 5 法やルールなどに背くこと
- 7 イタリアの1つ前の通貨単位
- 8 「あかつき」や「白鳳」などの品種があります
- 9 日暮れ頃にザーッと降ります
- 11 読売ジャイアンツの本拠地は東京——です
- 12 植物に水やりをするときに使う道具
- 14 陰の反対語
- 15 毎度、バカバカしいお笑いを——
- 16 紙幣や貨幣を入れます
- 17 カレンダーに「FRI」と書かれていることも

### 6月号の答え

(応募総数 538 通)  
(正解者数 522 通)

Aコース  
まちがいがし

2.4.5.6.11

Bコース  
クロスワード

ミススマシ

### 応募要項

501-3802  
関市若草通  
一丁目1番地  
JAめぐみの係

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

締切

8月31日\*

発表

10月号

※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

足立 行忠様(関市)  
伊積 初美様(富加町)  
伊藤 賀夫様(美濃市)  
松井百合子様(郡上市)  
山口久仁子様(可児市)

Bコース

河合智香子様(富加町)  
佐藤 久一様(御嵩町)  
高橋 二三様(美濃加茂市)  
柘植 洋治様(白川町)  
水野 明美様(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

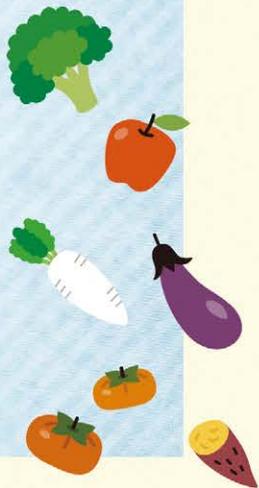
※応募者の個人情報は、情報誌・ホームページ・LINE公式アカウントへの掲載以外での利用はいたしません。  
※人物や個人所有の建物等を写した場合は、必ず掲載の了解を得てください。主催者はその責を負いません。  
※写真は返却いたしません。

JAカード  
限定!

2023年9月・10月は

JA直売所のご利用が

15% おトク!



JA直売所 (JAカード5%割引実施店舗) で、対象期間中にJAカードをご利用いただくと、ご利用金額合計の10%相当分\*をポイント還元!いつもの5%割引と合わせて、15%相当おトクにご利用いただけます!

\*還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

いつもおトクな  
JAカード特典!

JA直売所のご利用は  
請求時



5%  
割引!

※一部対象外の店舗がございます。

期間限定キャンペーン

JA直売所のご利用金額の

10%相当をポイント還元!

対象期間 2023年9月1日(金)～10月31日(火)

還元時期 2024年1月

対象期間のJA直売所でのご利用金額合計の10%相当分から還元ポイント(4円で1ポイント)を計算します(小数点以下は切り捨て)。還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

※ポイントは「JAカード わいわいプレゼント」または「JAカード ゴールドポイントプログラム」でご利用いただけるポイントです。※還元金額はポイント交換でキャッシュバックをご選択された場合の金額(1ポイントを4円換算で交換)を記載しています。

詳しくはこちら

<https://www.cr.mufg.jp/jafarmmarket2023/>

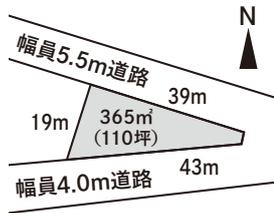


※本紙記載の情報は2023年4月時点の内容です。特典については予告なく終了や内容の変更を行う場合がございます。  
※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、JCBブランドのJAカードは本特典の対象外です。  
※JAカードでのお支払いが対象です。電子マネーやコード決済等でのお支払いは、JAカードを登録されている場合でも本特典は適用されません。

おすすめ不動産情報

売地

可児市 550万円(坪単価4.99万円)



所在地:可児市久々利/面積:公簿365㎡(110坪)/交通:名鉄広見線 新可児 距離5,700m/土地権利:所有権/地目:田/都市計画:非線引区域/用途地域:無指定/建ぺい率:60%/容積率:200%/他の法令上の制限:農地法第5条許可必要/地勢:平坦/現況:建物有/引渡し:現況渡し/接道状況(角地・間口):北5.5m 公道接面39m 南4m 公道接面43m/設備:プロパンガス、電気、上水道、側溝/備考:東明小学校・中部中学校 上水道分担金202,000円(13ミリの場合)が必要です。下水道接続の際は事前に岐阜県許可が必要です。/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めぐみの本店不動産センター  
TEL 0575-23-5234

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

JAめぐみの介護サービス  
シャワーチェア  
特価キャンペーン

JA MEGUMINO  
20th  
おかげさまで20周年

定価より  
45%  
引き!!

2023年9月30日まで

もっと、いい空間と快適を

コンパクトなのに「広く座れる」風呂用チェア。



肘掛あり 標準タイプ

定価 37,950円(税込)

キャンペーン価格 20,872円(税込)



肘掛あり コンパクトタイプ

定価 35,200円(税込)

キャンペーン価格 19,360円(税込)



肘掛なし コンパクトタイプ

定価 28,600円(税込)

キャンペーン価格 15,730円(税込)

JAめぐみの介護サービス中濃営業所 TEL 0575-23-8157  
可児営業所 TEL 0574-62-5330

合併20年、  
地域とつくる未来  
JAめぐみの

JA MEGUMINO  
20th  
おかげさまで20周年

セレモニーフェア

可児地域初の人形供養祭



6月17日に帷子支店でセレモニーフェアを実施しました。組合員や地域の利用者を対象に可児地域初の人形供養祭を行い、101世帯150人が約1,300体の人形を持ち込み、長年生活をともした思い入れのある人形やぬいぐるみを供養しました。

JAめぐみの本店(正面玄関) 同時開催 人形供養祭

大切な人形やぬいぐるみにお別れができる「人形供養」想い出の人形を感謝の心でご供養しませんか?



持込お参り時間

AM 9:00~AM 11:00の間

供養時間

AM 11:15~AM 11:30

注意 ●ガラスケースや雛壇・マネキン・業務用人形及び業者の方の持込は禁止します。

※受付をお済ませいただき、お参り後のご散会にご協力をお願い致します。

印鑑供養 印鑑のご供養は大切です

欠けた印鑑・使わない印鑑・亡くなった人の印鑑の供養を大切に!!

印鑑の処分は出来ませんので、お参り後お持ち帰りください。なお、処理方法は受付にてご説明致します。



■お問合せは「JAセレモニー 中濃営業所」まで

☎ 0120-887-125

※ご不明な点がございましたら、気軽にお電話にてお問い合わせください。

HPはこちら



朝どれ野菜 出張販売

どれ、たひろば 関店

展示相談会

※イラストは全てイメージです。

メガネ

・メガネ型直し  
・鼻パッド交換

無料

健康機器

・マッサージ  
・チェア体験

補聴器

・きこえの相談

印鑑・表札

・印鑑・表札・お守り札水晶(干支)

開催会場・日時

JAめぐみの本店 開市若草通 1丁目1番地



令和5年

9.10 日

AM 9:00~AM 11:30

20周年企画

ボールペン・メモ帳進呈

(20周年ロゴ入り)

※一着限につき1セット

※数量に限りがございます



人形をお持ち込みをされた方は、必ずご記憶ください

開催 10月9日(月・祝)  
予告 恵昇苑みのかも

※状況によって開催日が変更になる場合があります。

JAめぐみの20周年記念企画



LINE 公式アカウント  
毎月変わる  
特産品プレゼント!

抽選で  
毎月5名様

実施期間 2023年4月~12月

直売店店長が厳選する旬の野菜を8品目以上盛り込んだ「野菜ボックス」はJAのインターネットショッピングサイト「JAめぐみのマルシェ」で「新鮮で美味しい!」「何が入っているのか届くまでワクワクした」などと好評をいただき人気の商品! 厳選した野菜に合ったレシピもついているので、何を作ろうか迷う心配もありません。今回は9月の旬野菜を厳選した「夏野菜ボックス」をプレゼントいたします。

8月の  
特産品は  
コレ!!

夏  
野菜  
ボ  
ック  
ス



※写真はイメージです。

抽選期間 8月31日(木)まで

まだ友だち登録をされていない方も期間内に登録いただけますと抽選にご参加いただけます。この機会にぜひご登録ください。

JAめぐみの LINE 公式アカウント  
友だち登録はコチラのQRコードから→



岐阜県JAバンクの口座でATMをご利用のみなさまへ



令和6年5月20日月より

ATMでのご出金に  
キャッシュカードが  
必要となります



通帳のみでのご出金



キャッシュカードでのご出金



岐阜県JAバンクでは令和6年5月20日(月)より、ATMにおいて通帳のみでのご出金の取り扱いを停止いたします。

当日以降ATMでのご出金の際は、キャッシュカードが必要となります。利用者のみなさまには大変ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

- 通帳によるATMでの入金および記帳は、引き続きご利用いただけます。
- キャッシュカードでのご出金の際に、ATMへキャッシュカード挿入後に通帳を挿入いただくことで、記帳を同時に行うことができます。

キャッシュカードを紛失・破損された方

窓口にて、再発行のお手続きをお願いいたします。お手続き後、キャッシュカードがお手元に届くまで1週間程度かかりますので、お早めのお手続きをお願いいたします。

通帳でのご出金をご希望の方

窓口では、引き続き通帳およびお届け印による払戻しを受け付けておりますので、窓口の営業時間内にご来店いただけますようお願いいたします。

岐阜県JAバンク

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)

あなたに合った働き方で♪  
アットホームな環境で働きませんか?

【仕事内容】 ダイコン・イチゴ・花卉の栽培管理、出荷作業等  
【期間】 4月上旬~11月中旬  
【時間】 7:00~17:00 週2日~OK!  
(期間や勤務時間・休日は相談に応じます)  
【給与】 時給950円~ 【待遇】 交通費支給  
【資格】 普通自動車免許 【勤務地】 郡上市高鷲町  
たかす園芸生産協議会



美濃加茂地域で  
一緒に働いてみませんか?

【仕事内容】 お米の管理(各種事務作業)、電話対応等  
【時間】 8:00~17:00(勤務時間・休日は相談に応じます)  
【給与】 時給1,000円  
【資格】 普通自動車免許  
【勤務地】 美濃加茂市蜂屋町  
みのかもカントリーエレベーター



見学や体験もお気軽に!  
ひるがの高原で一緒に働きませんか?

【仕事内容】 農作業全般、作業機オペレーター等  
【時間】 8:00~17:00(勤務時間・休日は相談に応じます)  
【給与】 月給200,000円~  
【待遇】 昇給あり(年1回)、通勤手当あり(当社規程による)、  
残業手当あり、資格手当あり(要相談)、連休取得可能  
(農閑期の時、要相談)、資格取得支援可能、車貸与あり  
【資格】 普通自動車免許※各種支援あり  
【勤務地】 郡上市高鷲町  
(株)エスタシア



一緒にやりがいのある仕事を  
始めてみませんか?

【仕事内容】 収穫物の荷受・玄米のはい積み作業等  
【期間】 8月下旬~11月下旬  
【時間】 9:00~18:00(勤務時間・休日は相談に応じます)  
【給与】 時給1,200円 【待遇】 普通自動車免許  
【勤務地】 郡上市内(八幡町・美並町)  
郡上市内ライスセンター



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

## 第3回理事会報告(令和5年7月10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. 業務報告書・連結業務報告書及びディスクロージャー誌について
2. 中長期の収支シミュレーションを踏まえた経営基盤強化の取り組みについて
3. 不祥事再発防止策取組状況報告書(5月)について
4. 集金等例外先にかかる報告(5月)について
5. コンプライアンス・マニュアルの一部改正について
6. 役員報酬及び報酬の支払方法等について
7. 余裕金運用自主ルール等の一部変更について
8. 不良債権の処理方針について
9. 東白川トマト選果場選果機更新及び建屋改修工事について
10. 理事との利益相反契約の承認について
11. 組合員の出資口数減少の承認について

### 報告事項

1. JAバンク体制整備モニタリングの報告について
2. JAバンク財務モニタリングの報告について
3. 恵界苑郡上コンパクトホール設置工事の入札結果について
4. 農業生産関連施設整備事業「いちご栽培ハウス」入札結果について
5. 改正共済監督指針を踏まえたATM対応(案)について



## 詐欺被害を未然に防ぎ表彰



武芸川支店の岡田一浩支店長と河合望羽さんは6月1日、SNSによる特殊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。



感謝状を受け取った岡田支店長(中央)と河合さん(左)

窓口担当の河合さんに来店客から「SNSで知り合った人にお金を振り込むように言われた」と話しがあり、不信感を抱いた河合さんが野村美紀係長と足立あや係長に報告。係長2人が来店客に詳しく話を聞き、高額な金額を見知らぬ人物に振り込むことや、インターネットで知り合った人物の指示で動いていることなどから詐欺ではないかと疑い岡田支店長へ報告した後に警察へ通報した結果、SNSによる特殊詐欺だと発覚した事案です。

退職者(6月1日~30日) 内城 且裕(今渡自動車センター) 繁平 康太(洞戸支店) 門原 慶起(郡上支店) 小澤 陸人(人事部付)

### 法律相談会

無料

可児会場 8月18日(金)

🏠 可児JA会館2階

🕒 午前10時~正午まで

※相談時間は1人30分以内です。

※3営業日前までにお申し込みください。

☎(0574)62-5105(予約制)

※9月は15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 9月1日(金)

🏠 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

※10月は10日(火)の予定です。

可児会場 8月14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。

※3営業日前までにお申し込みください。

☎(0574)62-5105(予約制)

※9月は11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	9月 9日(土) 午前9時15分~午後4時10分	津保川支店 ☎(0575)49-2111
郡上地域	9月13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	9月 2日(土) 午前9時15分~午後4時10分	太田支店 ☎(0574)28-1200
可児地域	9月24日(日) 午前9時15分~午後4時10分	広見支店 ☎(0574)62-3101

## 大葉の さっぱり春巻き

### 🍷 材料(2人分)

大葉……………5枚	春巻きの皮……………5枚
梅肉……………大さじ1	水溶き片栗粉……………適量
鶏肉(ささみ)……100g	サラダ油……………大さじ2
塩コショウ……………少々	練りからし……………適量
料理酒……………大さじ1	ポン酢……………適量



### 🍳 手順

- ① ささみに塩コショウと料理酒を入れ、600Wのレンジで3分加熱したら、一口大に切る。
- ② 春巻きの皮に、大葉、梅肉、ささみの順に置いて、包んで水溶き片栗粉でとめる。
- ③ フライパンにサラダ油をひいて、中火で②を焼き、焦げ目がついたら完成。お好みで練りからしを添え、ポン酢をつけて召し上がれ。



水戸さんの大葉は、  
とれたっひろば可見店で販売しています。

## 大ぶりでやわらかい大葉

可見市下恵土で大葉やスイカ、ニンニクなど数品目を栽培し、夫婦で農業を営む水戸忠純さんと信子さん。中でも、葉が大きく厚みがあっても柔らかいものを作ることにこだわり栽培する大葉は、信子さんが約5年前から力を入れる自慢の品目です。

大葉は日本に古くから自生する「和風ハーブ」で、ビタミン類やミネラル類を多く含み、香り成分との相乗効果で食欲をそそります。香りには、殺菌や防腐効果があり、食中毒を予防するほか、消化酵素の分泌を促し、食欲を増進させて胃の調子を整える作用があるといわれています。

「大葉を刻んでお好み焼きの具にしたり卵とじにすると、大葉の独特な香りが苦手な人でも美味しく味わえます。キッチンペーパーを湿らして大葉と一緒に袋に入れて冷蔵庫の野菜室に入れておく」と長期間保存できますよ」と話します。

