

もっと!

Motto! JA Hiroshima

JAひろしま

2025

1

No.022

特集
新年のごあいさつ

CONTENTS もくじ

2 **特集** 新年のごあいさつ

4 輝く農業人

6 JAひろしまトピックス

8 イチオシ!トピックス
第30回JA広島県大会 開催

9 Oh! 農 Our High School
-広島県立吉田高等学校-

10 ここまるが行く!

-東海田支店・高屋支店・ふれあい市呉グリーンセンター-

12 健康ひろば

13 Information JAひろしまからのお知らせ

14 みなさまからのお便り BOX
・クロスワードパズル

16 今月のイ・チ・オ・シレシピ

謹賀新年



代表理事組合長
田中 義彦

年頭にあたり、謹んで新春のお慶びを申し上げます。
旧年中は、組合員・地域の皆さまや関係機関の方々に格別のご高配を賜り、心より御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、気候変動の影響や、国際的な食料需給の不安定化、生産資材やエネルギー価格の高騰、さらには担い手不足など、厳しい状況が続いた年となりました。こうした中、JAひろしまは、「地域とともに歩む農業協同組合」として、各事業を通じて、地域の暮らしを守り、支える役割を果たすべく努力を続けてまいりました。これもひとえに、皆さまの温かいご理解とご協力のおかげでございます。改めて深く感謝申し上げます。

さて、JAが目指す未来像を具現化するため、3年に1度行なう第30回JA広島県大会を令和6年11月に開催し、「5つの取組戦略」を採択いたしました。この戦略では、農業と食料の持続的発展を目指す「食料・農業戦略」をはじめ、地域の暮らしや活性化を促進する「くらし・地域活性化戦略」、JA組織をより強固なものにするための「組織基盤強化戦略」、経営の安定と強化を

目指す「経営基盤強化戦略」、そしてJAの役割を広く発信する「広報戦略」を掲げております。この5つの柱を軸に、地域農業の発展と地域社会の活性化に向けた取り組みを本格化させる年になりたいと考えております。

また、原材料価格の高騰が続く生産資材は、スケールメリットを活かし、価格低減を進めます。実証や品種試験、資材の仕様の見直しなどを通じてコストを低減し、農業所得の向上を目指してまいります。

本年は、地域農業のさらなる発展を目指すとともに、次世代を担う若い農業者の育成、環境に配慮した農業技術の推進に力を注いでいきたいと思います。さらに、農業所得の増大、一層の販売力や支援体制の強化、安定供給と収益向上に取り組みます。

JAひろしま全体が一丸となり、これからも「協同の精神」を基盤に、地域の皆さまに寄り添った活動を展開してまいります。

結びに、皆さまにとりまして本年が健やかで明るい一年となりますことを心よりお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



女性部 部長
沖野 由香

あけましておめでとうございます。
部員の皆さま、地域の皆さまにおかれましては、幸多き新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、旧年中は、女性部活動に対しまして多大なるご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

JA女性部は、設立して今年で3年目を迎えます。昨年は、地区本部間の交流や青壮年連盟との連携を図り、各地で積極的にイベントや交流会を開催しました。また、光年部会は4月、フレッシュミズ部会は8月に初めて交流会を開催し、地域を越えた親睦を図り、仲間と活動の輪を広

げることができました。
これからも、部員同士の交流や互いの活動について理解を深め、活動の活性化に繋げてまいります。部員と地域が輝く組織を目指して、これからもJAを抛りどころに地域や仲間と繋がりを、関わることで食・農・地域の活性化と、仲間づくりやJA事業への積極的な運営参画を進めてまいります。

結びに、JAならびにJA女性部の益々のご発展と、皆さまのご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。



青壮年連盟 委員長
山根 匡彦

あけましておめでとうございます。
盟友の皆さま、地域の皆さまにおかれましては、お健やかに新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。旧年中はJAひろしま青壮年連盟の活動に対しまして、深いご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

JA青壮年連盟では、消費者への農業理解の促進、次世代層に向けた食農教育、特産品や加工品の開発、農業技術向上のための研修会、各種組織・関係機関との意見交換会など、様々な活動を実践しています。また昨年は、初めての試みとして、広域となった管内の農産物を集めて販売イ

ベントを開催し、消費者へのPRにも取り組みました。

今後も活動を通じて食と農の価値を高めていくとともに、JA青壮年連盟の魅力を広く発信し、盟友の増員、組織力強化に取り組んでまいります。そして、様々な個性を持った多くの盟友との絆のもと、知恵と力を出し合い、地域の農業と暮らしを守っていくJA運動の先駆者としての歩みを着実に進めてまいります。

本年も引き続き、ご指導ご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆さま方のご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。

謹んで新年のご挨拶を申し上げます

代表理事組合長	田中 義彦
代表理事専務	佐伯 隆弘
常務理事(営農販売担当)	佐々木 祥文
常務理事(購買生活担当)	名越 千晴
常務理事(金融管理・信用事業担当)	田中 栄三
常務理事(金融推進・信用事業担当)	上田 芳久
理事(営農経済委員会委員長)	山本 一守
理事(信用共済委員会委員長)	増本 英隆
理事(総務管理委員会委員長)	小田原 勝好
理事(営農経済委員会副委員長)	宮本 悟郎
理事(信用共済委員会副委員長)	田村 俊雄
理事(総務管理委員会副委員長)	藤原 信孝
理事	小次 啓二
理事	友重 一麻呂
理事	岩本 智建
理事	富野 井利弘
理事	藤本 宏良
理事	小田 藤夫
理事	矢野 義美
理事	横山 信明
理事	富田 隆司
理事	山崎 拓人
理事	谷崎 勝則
理事	三戸 正宏
理事	藤田 正廣
理事	新宮 弘久
理事	西本 雄二
理事	村上 基治
理事	三田 栄造
理事	佛圓 文子
理事	西田 瑞恵
理事	石田 佳都美
理事	下久保 幸子
理事	沖野 由香
理事	渡邊 美恵
理事	青山 博信
代表監事	井田 豊隆
常勤監事	加藤 あけみ
監事	和泉 秀明
監事	平田 真司
員外監事	森川 清司
員外監事	藤田 敏典
職員一同	

輝く 農業人

第21回

呉市阿賀北
「赤馬鈴薯」

おおやま みか
大山 美香さん(42歳)

ほっとTime

・レーザーグラフト

ぐっとWord

・人とのつながりを大切に
・やってみないと分からない



規模を拡大しながら、
ブランド「赤馬鈴薯」と
農地を守っていききたい



研修先やJAの紹介で借りた農地



ミネラル豊富な赤土で栽培する赤馬鈴薯

呉市阿賀北の大山美香さん(42)は、東広島市安芸津町に片道1時間以上をかけて通い農業をしています。約40aで特産「赤馬鈴薯」を栽培しながら、取得したドローン操縦免許を生かして防除や施肥などの作業を受託。JA女性部フレッシュミズ部会にも参加して、先輩農家や地域との関わりを深めながら、かんきつとの複合経営を目指します。

非農家だった大山さんは、自宅の家庭菜園でナスやキュウリなどを栽培し、野菜作りに魅了されました。特に興味を持ったのが、土の中で育つジャガイモです。インターネットなどで「赤馬鈴薯」を知り、2022年に行政やJA芸南地域営農経済センターに相談しました。

2023年に先輩農家で研修し、ジャガイモとかんきつを学びました。JAの研修会や講習会にも参加して、栽培技術や知識を習得。2024年1月に認定新規就農者となり、「はやて農園」を立ち上げました。

研修先やJAの紹介で安芸津町に4カ所の農地を借りました。耕作放棄地は、背丈より高く育ったカヤなどで荒れ放題でしたが、ハンマーモアや刈払機、トラクターなどで整備。夫の義友さん(51)も手伝い、2月下旬からの定植に間に合わせました。

初めての栽培と異常気象に試行錯誤しながら、草取りや中耕などの作業に汗を流しました。春作は6月に、自走式収穫機で10a当たり約3tを収穫。同JAのふれあい市呉グリーンセンターなどに出荷しました。

防除や追肥などの省力化に向けて、ドローン操縦免許を取得しました。産地は動力噴霧器での作業が主流ですが、現在は4件、2.5haほどを請け負います。ジャガイモの生育と依頼する農家の要望に寄り添った作業で信頼関係を築きます。



赤馬鈴薯の出荷調製作業

先輩農家の勧めで、JA女性部芸南地区本部フレッシュミズ部会に加入しました。スワッグ作りや地場産野菜を使った料理教室などに参加して、活動の輪を広げます。園地でかんきつの改植を進める美香さんは「就農できたの

は先輩農家や地域の方のおかげ。規模を拡大しながら、ブランド「赤馬鈴薯」と農地を守っていききたい」と先を見据えます。



ドローンを使っでの追肥作業



「赤馬鈴薯」

東広島市安芸津町は県内最大のジャガイモの産地です。春作は5、6月、秋作は11、12月に市場に出荷されます。ホクホクもっちりとした食感が良く、煮崩れしにくいのが特徴です。



甘みまろやか 玉太り上々 石地温州出荷はじまる



▲海を臨む園地で収穫する落海さん

JAくれ選果場で11月29日、石地温州の選果・出荷が始まりました。選果作業員が目視で傷果などを取り除いた後、光センサー選果機を使って糖度と酸度を計測。大きさやキズ・着色などの外観品位を画像処理で計測したのち、指定の等級・階級に仕分けて箱詰めし、1月中旬まで約200tの出荷を見込みます。

呉市倉橋町で1967年に見つかった「石地温州」。糖組成の内、フラクトース（果糖）の含有率が高く、一般的な温州ミカンに比べ強い甘みを感じる事が最大の特徴です。

同町で栽培する落海政博さんは「苦労が実った。手塩にかけて育てた石地温州を家庭で楽しんでほしい」と色づきを確認しながら丁寧に収穫していました。

JAくれ柑橘事務所の今田隆司所長は「夏の猛暑の影響が心配されたが、秋の適度な降雨で糖酸のバランスが良く、玉太りも上々。農業経営の柱となる品目として、最大限の有利販売に尽力したい」と話しました。

地場産農産物・特産品をPR JA青壮年連盟が初のイベント



JA青壮年連盟は11月9日、初めてとなる農産物のPRイベントを、東広島市のとれたて元気市となりの農家店で開きました。部員やJA職員ら19人が参加。訪れた消費者に連盟の活動や取り組み、地場産農産物と特産品をPRしました。

イベントは、地産地消と県産品の消費拡大、農業や連盟への理解促進を図ろうと企画しました。JAが振興する白ネギ、ナス、レモン、キュウリや「馬鈴薯」、レンコン、サトイモなど約30品目を販売し、食べ方や特徴などを紹介しました。参加した神信桂副委員長は「青壮年連盟と特産品を多くの方にアピールできた。イベントや出店などで、地産地消や県産品の消費拡大を訴えていきたい」と話しました。



▲農産物の特徴や食べ方を紹介

安芸津町で特産ジャガイモの収穫体験! グリーンツーリズム



JA青壮年連盟芸南地区本部は11月23日、東広島市安芸津町の圃場で農業体験「グリーンツーリズム2024 in 安芸津」を開催しました。昨年は秋の干ばつでジャガイモが生育不良だったため、ミカンの収穫体験となりましたが、今年は適度な降雨で順調に育ち、特産ジャガイモの収穫体験に4世帯16人が参加しました。

手で掘ったり、スコップを使ったり、参加された皆さんが思い思いの掘り方で収穫体験をしました。収穫後には蒸した掘りたてのジャガイモを試食し、ホクホクで美味しいなどの声があがりました。

来年は、11月中旬頃に開催する予定です。



▲収穫を楽しむ参加者

北広島町で日本一のお米決定戦!



北広島町づくりセンターで12月1日、「第3回全日本お米グランプリ in 北広島町」の最終審査会が行なわれました。出品点数298点（機械審査部門178点、食味審査部門120点）から最終選考に残った30点に、ゲスト審査員を含む食味に関する専門家など11人により食味官能審査を行ない、株式会社うおぬま小岩農園（新潟県）の「ゆうだい21」がグランプリに、桑原農産 桑原真吾さん（新潟県）の「新之助」と会津猪苗代カンダファーム 神田忍さん（福島県）の「ゆうだい21」が準グランプリに輝きました。

北広島町のお米のPRを目的に同時開催された米フェスでは新米の食べ比べコーナーやバザー出店が行なわれ、屋外ステージで壬生の花田植や神楽などが上演されるなど多くの来場者で賑わいました。



▲最終審査を行なう審査員ら

冬ブドウ「紫苑」 贈答用に人気



東広島市のすざわ果樹園は11月下旬から12月中旬、冬ブドウ「紫苑」を出荷しました。県内では珍しい品種で、希少なブドウとして歳暮など贈答用に人気が高いです。今年は、猛暑対策にかん水を徹底し、仕上がりは上々でした。

「紫苑」は果皮が紅紫色で柔らかく、糖度18～20と強い甘味が特徴。秀と特秀、1房800g以上の最高級クラス「極」の3規格で出荷しています。

同園は、1.7haで20品種のブドウ約400本を栽培。「紫苑」は52本を露地栽培しています。全国発送の他、JA全農の通販サイト「JAタウン」、東広島市の産直市などで販売しました。



▲冬ブドウ「紫苑」を収穫するすざわ果樹園のスタッフ

「せとだエコレモン」使用のパン 全国で販売!



パン製造・販売会社のメゾンカイザーは11月11日、JAのブランドレモン「せとだエコレモン」を使ったパン「瀬戸田レモンのエクメック」を発売しました。JAや地元菓子メーカー島ごころが協力。蜂蜜とオリーブオイルを使用したパン生地にレモンコンフィを練り込み、ほんのり甘くむっちりとした歯切れの良い食感とふわっと広がる甘酸っぱいレモンの風味が楽しめます。1つ430円、1月中旬まで全国の店舗で販売します。

JAせとだ柑橘事務所の片山武志副所長は「『せとだエコレモン』は皮まで食べられる安全・安心なレモン。パンの発売を通して、ブランドレモンのPRにつなげたい」と話しました。



「せとだエコレモン」を使ったパン

熱戦繰り広げるバレー大会



JA佐伯中央地域が後援する第4回JAひろしま女性親善バレーボール大会が、11月10日廿日市市の大野東小学校体育館で行なわれました。

計6チームが、2グループに分かれて3チーム総当たりで1次リーグを戦い、それぞれ1位のチームが決勝戦を行いました。熱戦の結果、廿日市市の「CANCER」が優勝し、「AMIE」が準優勝となりました。

同大会は、1984年に佐伯中央女性親善バレー大会として始まり、40年以上の歴史ある大会。JAの合併で大会名は変更になりましたが、バレーボールを通じ、健康維持・増進を図り親善の輪を広げ、地域のスポーツ活動の発展に協力しています。



▲強烈なスパイクを放つ選手

4銀行と初の防犯訓練 利用者・組合員の資産を守る



庄原市の東城町金融懇談会に加盟する広島銀行、しまなみ信用金庫、中国銀行、広島みどり信用金庫、JAは11月20日、初めて合同防犯訓練を行ないました。金融機関、警察署と連携して、防犯対策の意識と知識を高め、利用者・組合員の資産を守ります。

広島銀行東城支店での訓練には、約20人が参加しました。拳銃を持った男1人が行員を脅し、現金を奪って逃走する強盗事件を想定。参加者は、行員と犯人の動きを注意深く観察し、調査表に人相や特徴、着衣などを書き込みました。

訓練後は、特殊詐欺被害未然防止に向けた研修も行ないました。JA東城支店の板倉恭子支店長は「警察や他金融機関と一体となった取り組みで、組合員の大切な資産を守りたい」と話しました。



▲防犯対策や特殊詐欺未然防止に向けた研修会

J Aは、「持続可能な農業の実現」「豊かで暮らしやすい地域社会の実現」「J A組織の基盤強化」に向けて、取り組みを進めています。このコーナーでは、J Aが実践している事業や取り組みから「イチオシ」を紹介いたします。

お金の役割を学ぼう

出前授業でシミュレーションゲーム

金融教育の重要性が高まる中、J AとJ A広島信連は11月8日、広島市立中野小学校でお金について学ぶ出前授業を行いました。3年生59人が農家経営のシミュレーションゲームで、お金の役割や上手な使い方などに理解を深めました。J A信連が進める地域金融教育事業の企画で、県内では初めての取り組みです。

J A職員や友達、保護者にも相談しながらお金の大切さや経済の仕組みを学びました。参加した児童は「農業のゲームで楽しく学べた。家族に相談して考えながら大切なお金を使いたい」と笑顔を見せました。金融教育は、経済や社会環境の変化を踏まえて学習指導要領が拡充されるなど、重要性が高まっています。J Aは今後も金融教育の出前授業を積極的に展開していく予定です。

お金の使い方によって野菜の売り上げが変わる仕組みで、生産資材の種類や金融機関から運転資金の借入れなどを判断



農家経営シミュレーションゲームでお金の使い方を考える児童

第30回J A広島県大会 開催

組合員・地域とともに食と農を支える協同の力
協同活動と総合事業の好循環

J Aグループ広島は11月21日、広島市で第30回J A広島県大会を開きました。オンラインを併用し、J A関係者など約450人が参加。協同活動と総合事業で食と農を支え、豊かな暮らしと活力ある地域共生社会の実現に向けて、今後3年間の事業・運動の基本方針を決議しました。

大会では、J A広島中央会の吉川清二会長が「J Aグループ広島の全ての役員が、組合員・地域住民と共に全力を尽くすことが重要。『地域になくてはならないJ A』として、信頼と共感を得られるよう一丸で取り組んでいこう」とあいさつしました。当J Aの田中義彦組合長が、「食料・農業」をくらし・地域活性化「組織基盤強化」「経営基盤強化」「広報」の5つの取り組み戦略を中心とした大会決議を提案。2030年のJ Aグループ広島の「めざす姿」の実現に向け、「農業所得の増大」をくらしに寄り添う接点創出など5つの重点目標を設定し、全力で取り組むことが決議されました。



また、平時からの食料安全保障の確立と、持続可能な地域振興に向けた総合的・地域政策を実現するため、政府への働きかけの強化や関係機関との対話を徹底する「平時からの食料安全保障の確立に向けた特別決議」を採択しました。広島県大会をふまえ、J Aは中期計画・事業計画の策定を進めます。

Oh! 農 High School

日本学校農業クラブ連盟に加入する、西条農業高校、吉田高校、庄原実業高校では、将来プロフェッショナルとして活躍する人材育成を目指し、特色ある高校として専門教育に力を入れています。農業に関わる幅広い産業に対する知識や技術の習得に努めている高校の特色ある取り組みについて紹介します。

「探究サロン」で住民と交流し、自分再発見

県立吉田高等学校は11月8日、同校で地域の人々などと協力して自身の価値観を共有し合う「探究サロン」を初めて開きました。生徒の他、地元農家や県内の大学生などのゲストら約350人が参加。普段の生活では接点のない人々と様々なテーマで議論を重ねることで、主体的・対話的な学びの基礎的な資質や能力を向上させます。

の考えや生きがい、価値観などを知ることができて勉強になった」と話しました。

1班に6〜7人が集まり、生徒の進行でワークシートを基に自分の頑張ってきたことや趣味、人生の転機などを共有。互いに質問し合い、さまざまな日常の「コマ」将来の夢や展望など様々なテーマで、自身の価値観について意見を交わしました。

ゲストで参加した安芸高田市在住の福嶋堅吾さん(55)は「地域の良さや大切さを伝えたい」と思い参加した。人に左右されず、自分自身の決断で今後の人生を歩んでほしい」と思いを語りました。同校アグリビジネス科3年の正田聖人さん(17)は「初対面の人



輝く農高生

【広島県立吉田高等学校】

農業高校を選んだきっかけは？

より専門的な知識を学びたいと思い、入学しました。両親が兼業農家で、幼いころから農作業が日常でした。将来は実家の農業を継ぐことを目標に、米の収穫や、精米作業などを手伝っています。

印象に残った授業は？

初めて体験した農産物の加工授業です。収穫したものをジャムやパンなどに加工することで付加価値を付け、より農産物の魅力や可能性を引き出せることに感動しました。

今後の夢や目標を教えてください

大学でスマート農業や土壌分析などを学ぶことです。地域の高齢化や担い手不足が深刻化するなか、自分が出来る範囲で栽培方法などを改善し、地域の農業を担っていける存在になりたいです。



アグリビジネス科 3年
まるおか たくみ
丸岡 拓実さん
好きな農産物
米・トウモロコシ

農業高校の好きなところは？

家族に自分が育てた野菜や果物を成果として見せられることです。家族が喜んでくれると達成感を感じます。また、様々な品種のブドウを食べ比べできることも魅力です。

印象に残った授業は？

ナスの栽培で、夏場の生育が進み収穫作業が追い付かず、クラスメイトのナスが傷んでしまったことです。日頃のコまめな管理と、農作業の大変さを身に染みて感じました。

授業で頑張ったことは？

課題研究でのブドウの栽培管理です。天候に左右されて作業が追い付かず、授業以外でも管理を頑張りました。先生に「作業が早くて正確だから助かる」と褒められて嬉しかったです。



アグリビジネス科 3年
はやし ひろと
林 寛人さん
好きな農産物
ブドウ

ここまるが管内をめぐって集めた話題をお届けします。

産直Watch

今月は
ふれあい市
呉グリーンセンター

にやってきましたよ



こだわりを教えてください!

定年を機に、農業を始め、年間を通して出荷しています。皆さんに喜んでもらえるよう、作って終わりではなく、手に取りたくなるようなパッケージや量など見栄えにもこだわっています!

生産者さん



今日は何を買ったの?

かんぎつの時期によく来ています。今日のお目当てはミカンです!店頭と並んでいる野菜もお手頃で、つい一緒に買ってしまいます♪農産物が新鮮で、いつもおいしくいただいていますよ!

利用者さん



何を出荷しているの?

20年以上、花や野菜の苗を出荷しています。お客様から苗のご要望を伺いながら需要に合わせてくれるよう、今では品数が数十種類になりました。時期に合わせた苗をたくさん出しているのので、皆さんに喜んでいただければ嬉しいです!

生産者さん



オススメ!

「かんぎつ」

管内の呉市蒲刈町、倉橋町、江田島市ではかんぎつの栽培が盛んです。1月からはネーブル、ボンカン、しらぬいなど、中晩柑類を中心に豊富な品種が並んでいます。ぜひ来てみてくださいね!

ふれあい市
呉グリーンセンター
久保田政博
センター長



広島県呉市西中央1-2-25
TEL.0823-22-5176
【営業時間】9:00~17:00
(土は9:00~16:00)
【休業日】日・祝・年末年始

呉市、江田島市を中心に新鮮な野菜や果物、切り花などが出荷されているよ!管内の島しょ部沿岸で採れたわかめやひじきなどの加工品も販売しているんだって!週に2回の江田島市から届く農産物は毎回大盛況だよ!

支店で心がけていることは?

職員同士のコミュニケーションを積極的に行ない、若手職員を中心に、明るく元気のいい接客を心がけています。また、鮮やかで楽しい雰囲気の店内を意識し、近隣の幼稚園児の皆さまの作品を展示するなど、利用者の方々に身近に感じてもらえる店舗づくりを目指しています。



支店協同活動で取り組んでいることは?

11月に開いた「ふれあい農業祭」では、農林産物品評会を行ない、営農指導員が集まった農林産物190点を審査決定・表彰しました。女性部の方々による飲食ブースの出店や園児の皆さまの作品展示などを行ない、多くの来場者で賑わいました。今後も、組合員・地域の皆さまと協力し、地域の活性化につながる活動に取り組んでいきます。



たまい ひろゆき
玉井 博幸 支店長

魅力発見 支店 interview



東海田支店

安芸郡海田町浜角2-1
TEL:082-822-2742
FAX:082-822-5301

地域の魅力は?

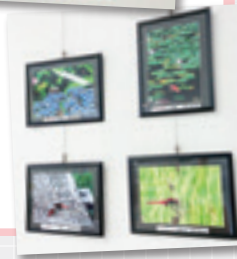
東広島市高屋町と河内町入野地区を管轄する高屋支店は、住宅地と農地が混在する田園住居地域です。水稻の栽培が盛んで、高屋町は日本酒の原材料である酒米「山田錦」の産地としても有名です。また、近くには日本初の庭石登録博物館である「仙石庭園」があり、四季折々の花や風景が楽しめますのでぜひお立ち寄りください。



さがら よしまさ
相良 純昌 支店長

店舗で取り組んでいることは?

支店内に地域の方々の作品を展示する「ふれあいギャラリーコーナー」を設けています。地元小学生の書道や地域の方々が撮影した写真など、たくさんの作品を展示し、出展者や来店したお客さまから大変好評です。また、支店広報紙『月刊たかや』を毎月発行し、組合員・利用者の皆さまが身近に感じられるような店舗を目指して取り組んでいます。



高屋支店

東広島市高屋町杵原1264-1
TEL:082-434-2111
FAX:082-434-2115

ここまるとパンチャリ



佐伯中央地域 農協感謝祭

交流会を開催し、親睦を深めました!



JA女性部安芸・佐伯中央地区本部交流会

ここまるが取材中に会った『推し』な人や物を紹介します!
ここまるの推しフォト!



みんな
いい笑顔!

女性部の皆さんと「牛おこわ」と「だんご汁」づくりに挑戦!! とっても美味しく出来上がりました。



庄原市立比和小学校5・6年生
JA女性部庄原地区本部比和支部

児童が考案したホウレンソウを使ったレシピを、 高校生が商品化!総合技術高校の 「華KIN(きん)イベント」で一緒に販売しました。



三原市立大和小学校5年生 総合技術高校食デザイン科

大杉忠雄さんの 自慢のキャベツです!



産直市ベジパーク
あきたかた

JA共済 自動車共済

広島県限定

12カ月(1年)契約より断然お得!!

24か月契約 キャンペーン

キャンペーン期間 令和6年4月1日(月)～令和7年3月31日(月)

お得な自動車共済24か月契約

	令和6年①	令和7年②	合計掛金(①+②)
12か月契約	58,800円	58,190円	116,990円
24か月契約	108,020円	—	108,020円

2年分共済掛金が8,970円もお得!!

◆契約内容によっては例外がございますが、12か月契約を契約して2年分お支払いいただくよりも24か月でのご契約でお支払いいただく共済掛金の方がお得になります。

【応募資格】被共済者年齢35歳、車両共済金額295万円(1年目)、265万円(2年目)、型式VW52(アウディ)、初年度登録令和2年1月、自家用普通乗用車、1年目・2年目とも20等級、事故有期間0年、年齢条件35歳以上限定、一時払契約(ゴールド免許以外)、対人対物無制限(対物超過修理保障特約有、免責0円)、人身傷害5,000万円、傷害定額給付(標準型)1,000万円、車両家損(全損番担保、免責5万円)、弁護士費用保障特約有、日間生活賠償責任特約有 令和6年6月1日現在

応募資格を満たす方が、自動で当キャンペーンに応募されます。

応募資格 キャンペーン期間中を約期日とするJAの自動車共済に新規・継続でご加入いただいた方で、なおかつ24か月以上契約を結ばれた方。※ただし、特別割増・割引適用契約を除きます。

抽選及び発表 厳正なる抽選の上、当選者の決定を致します。なお、当選者の発表はJAからの連絡をもって代えてさせていただきます。

応募方法 ご契約いただいた時点で自動応募となります。

※ご提供いただいたお客様の情報は、JA共済連の事業および各種サービスのご提供・ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。また、JA共済は「個人情報保護方針」を定め、お客様に関する情報の保護に努めております。

期間中に JAの自動車共済に、新規・継続でご加入いただいた方で、24か月(2年)以上契約を結ばれた方に

抽選で 合計120名様 毎月10名様

ステキな賞品をプレゼント!!

ドライブレコーダープレゼント!

さらに無料で取り付けをいたします。

車のことならJA共済自動車指定工場へ!

取り付けについて

当選されたお客様へご契約されたJA支店から連絡

お客様と指定工場でお客様の日程を調整

当選有効期間内^{※1}に指定工場にお客様のお車へドライブレコーダーを設置。取り付け費用はJAにて負担^{※3}

※1 JA共済自動車指定工場での取り付けに限ります。 ※2 当選有効期間は、原則、当選月の2ヶ月後の末日までとし、その期間内に取り付けが不可能な場合は当選無効となりますので、ご了承ください。 ※3 車種によっては別途お客様負担費用が発生する可能性があります。 ※4 賞品の保証期間は、メーカーが定める有効期限とします。

Wチャンス賞 上記「ドライブレコーダー」の抽選で外れた方の中からWチャンスとして

抽選で 合計240名様 毎月20名様

フルーツ(3,000円相当) ギフトカタログプレゼント!!

※画像はイメージのため、実際の賞品と異なる場合があります。

この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書(契約概要・注意事項等)」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。ご加入にあたりましては、お近くのJAへお問い合わせください。 [24349990121]

JAの産直市に農産物を出荷してみませんか?

あなたが大切に育てた農産物を1袋から出荷いただけます!

- JAひろしま産直市での生産者登録を行ない、生産者番号の交付を受けます。
- 出荷前に生産履歴(栽培管理日誌等)の提出を行ないます。
- バーコードを発行し、出荷物に貼り付けた後、店内へ陳列して出荷完了です。

出荷までの流れ

【興味のある方は…】お近くのJA産直市、アグリセンター、または地域の営農販売課へお問い合わせください。

理事会報告

令和6年度第9回 開催日時:11月29日15:00から

協議事項	報告事項
第1号議案 令和6年度上半期決算について 【承認】	1 子会社の令和6年度半期決算概況について
第2号議案 令和6年度上半期場所別部門別損益計算書について 【承認】	2 個人情報漏えい事故の発生について
第3号議案 冬期賞与の支給について 【承認】	3 令和7年1月実施予定の自動車共済の仕組改訂・共済掛金率変更について
第4号議案 大口融資について 【承認】	4 令和6年度JA共済コンプライアンス点検結果について
第5号議案 不適切な共済契約の事案にかかる「報告徴求命令」の取り扱いについて 【承認】	5 理事会の決議事項の処理状況について(大口融資)
第6号議案 広島県への報告事項について 【承認】	6 米共同乾燥調製施設の利用料金について
	7 組合員の加入及び脱退の状況報告について
	8 事業実績報告について

ひろしま農業協同組合 本店 TEL.082-422-9595	休日・夜間に自動車事故が発生した場合 JA共済事故受け付けセンター ☎ 0120-258-931	キャッシュカード・通帳の紛失・盗難の場合 JAバンク広島ATMお客様センター ☎ 0120-577-931	相談、苦情等の窓口 本店リスク管理部 TEL.082-422-6168
---	---	--	--

組合員資格の変更等について 相続の発生や、転居等により組合員資格に変更があった場合は、JAへの届出をお願いいたします。

健康ひろば

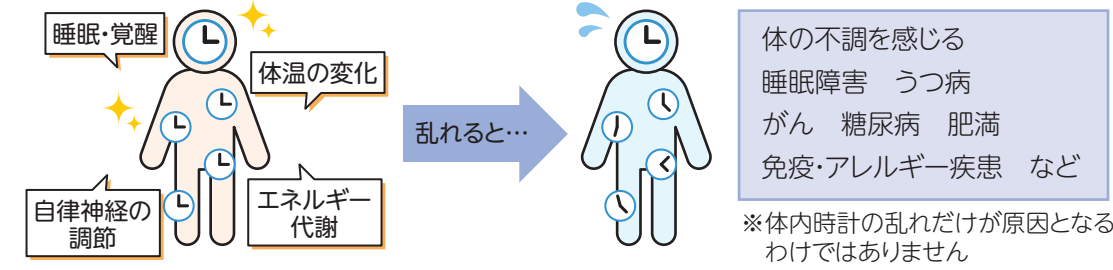
体内時計を整えて健康に

JA尾道総合病院 健康管理センター
保健師 渡辺倫世

体には時計のように1日のリズムを刻むシステム(体内時計)が備わっています。「体のリズムは24時間より長いので、放っておくとズレてしまう」と聞いたことがある方も多いかと思いますが、脳だけがコントロールしていると考えられてきた体内時計は、実は全身に存在することがわかり、体内時計に関する研究が2017年にノーベル賞を受賞するなど、体内時計の仕組みを活用した健康づくりが注目されています。

体内時計のはたらき

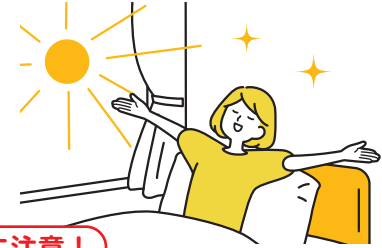
体内時計は、体の様々なところで日内リズムを作っています。外の環境(実際の時間)や、脳と体の時計がズレてしまうことが、いろいろな病気に関係していると言われています。



体内時計をリセットするには…光と食事

毎朝決まった時刻に起床し、光を浴びる

朝に光が目から入ることにより、脳の体内時計がリセットされます。(直接、太陽などの光を見ることがないようにしましょう) また、休日でも平日の起床時間となるべく同じになるようにしましょう。



!ここに注意!

夜の光は体内時計を遅らせる働きがあり、実際の時間とのズレが大きくなってしまいます。寝る前は照明を落とし、テレビやスマートフォンなどの画面を見ることを避けましょう。

朝日を浴びたら、朝食を摂る

炭水化物とたんぱく質を摂ることで、全身にある体内時計がリセットされます。また、朝の光と朝食の時間がズレないことで、脳と体の時計を合わせることができます。遅くとも、起床から2時間以内に朝食を摂るようにしましょう。

- 炭水化物: 白米、パン、麺類など
たんぱく質: 肉、魚介類、卵、大豆製品、乳製品など

※栄養の観点から、適量を心がけ、野菜・海藻類なども揃えましょう

!ここに注意!

夜遅くの食事は体内時計が乱れる原因になります。1日のうち、食べない時間が一番長かった次の食事を「朝」と体は考えます。夜の食事から朝の食事までなるべく10時間以上空けるようにしましょう(朝食が7時なら、夜は21時までには食事を終わらせましょう)

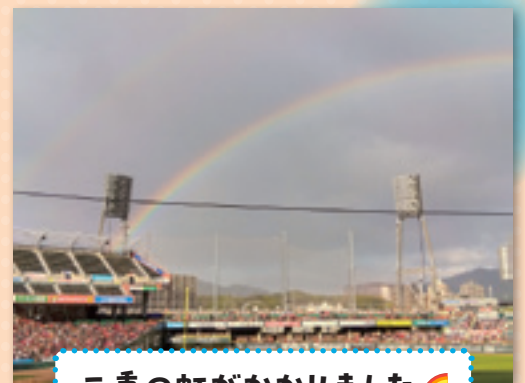
JA尾道総合病院 尾道市平原一丁目10-23 TEL.0848-22-8111	JA吉田総合病院 安芸高田市吉田町吉田3666 TEL.0826-42-0636	JA広島総合病院 廿日市市地御前一丁目3-3 TEL.0829-36-3111
--	---	--

各病院の外来診療予定は二次元コードよりご確認くださいませ。





今年巳年
へびのサツマイモができました
安芸高田市 K・Hさん



二重の虹がかかりました
呉市 I・Hさん



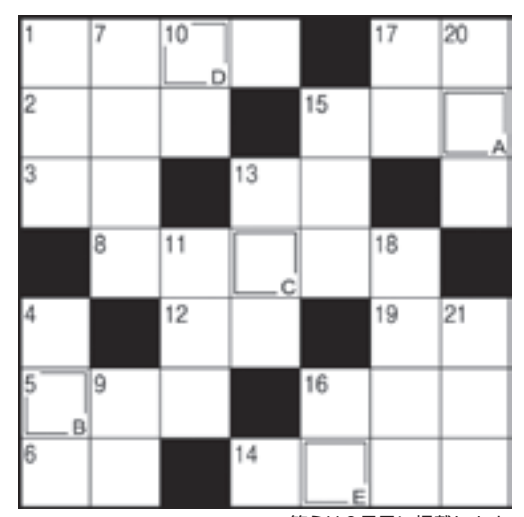
坪庭を造りました！
安芸高田市 H・Kさん

今年豊作だ！
東広島市
造賀のおばあちゃんさん

クロスワードパズル

(出題/ニコリ)

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？



※答えは2月号に掲載します。

今月のプレゼント 正解者の中から抽選で20名様に
三矢そばをプレゼント!!
毛利元就のお膝元、安芸高田市のそば粉を使用。石臼挽きで風味が良く、丹精込めて作った三矢そばです。

- ヨコのコナギ
- 宝船の絵を枕の下に入れておくとよいものが見られるとか
 - 窓を開けて取り込みます
 - カード式のホテルもあります
 - 中東の国のひとつ。首都はテヘラン
 - きねと臼でつくもの
 - 「本の虫」と呼ばれることも
 - 七草を入れて炊くことも
 - 初詣で一年の——を祈った
 - 「見通しがきく」ことを願っておせち料理に入れます
 - マスカラを付けるところ
 - 脊椎動物にはあります
 - 「Rがつかない月には食べるな」といわれる貝
 - 耳が冷えないようにイヤ——をつけた
- ヨコのナギ
- 年賀状をコレからSNSなどに切り替える人も増えました
 - サトイモの親芋のまわりにできます
 - コートなどに用いる毛織物
 - ここで話していても——があかないから見に行こう
 - しんしんと降り積もるもの
 - 箱根駅伝は10——、計217.1kmで競います
 - さんずい、うかんむりなど
 - ほうきに乗って飛べるとか
 - 10を3回かけ合わせると
 - 縁起をかついで食べる受験生もいます
 - おせち料理に入れる紅白の食材といえは
 - チャールズ・チャップリンは——の王様です
 - 可燃ではありません

応募締切 **2月5日(水)**
※当日消印有効

応募方法
はがきまたはインターネットより、パズルの答え、住所、氏名(ペンネームも可)、年齢、電話番号と写真やイラスト、テーマに沿った話題や、身近で起きた出来事などを添えてご応募ください。

今年テーマ **今年チャレンジしたいこと**

いただいたお便りは3月号に掲載します

〒739-0015 東広島市西条栄町10-35
JAひろしま 総務部広報課「クロスワードパズル」係
<https://jahiroshima.or.jp/8-contact>
JAひろしまホームページのお問い合わせページよりご応募ください。

12月号の答え
「セイカタイ」

※投稿に際して取得した個人情報は承諾なく第三者に提供しません。※投稿は紙面の都合上、すべて掲載できません。ご了承ください。※プレゼントの当選者発表は発送をもってかえさせていただきます。

みなさまからの
お便りBOX

11月号の応募いただきましたお便りの総数は228件でした。たくさんのお便りありがとうございました。

◆テーマ「オススめの冬ごもり」

◆私の冬ごもりは、休日の前日から大好きな焼き菓子店に行き、日頃は買えない少しお高い焼き菓子を何個か購入しておきます。休日朝から家事をさっさと終えて、図書館で借りた本、紅茶、焼き菓子を頂きながら冬ごもりをします。(大竹市 M・Jさん)

◆ステキな休日の過ごし方ですね。自分だけのちよとした贅沢が幸せですよ。(山原市 Y・Kさん)

◆オススめの冬ごもりは、長風呂です。お風呂にお水とタオルと携帯を持ち込み、入浴剤を入れ、音楽を聴きながらリラックス。冬は特に、これが好きです。(廿日市市 M・Rさん)

◆長風呂でのリラックスタイム、とても魅力的ですね。自分だけのリラックス方法があると、一段と冬が楽しくなりますね。(山原市 Y・Kさん)

◆ぼくは雪が降るとうれしいです！なので冬ごもりはしません。妹達と雪ダルマを作りたいです。(三原市 Y・Nさん)

◆12月に入り、県北部では天気予報に「マーク」がちらほら…。私も雪が積もってあたり一面真っ白になった風景がとても好きです。(山原市 Y・Kさん)

◆猪鍋、水炊き、豚汁、スキヤキと温まる鍋で寒い冬を乗り切っています。今年も頑張ってお作りしましょう！(山原市 Y・Kさん)

◆冬はやっぱり温かい鍋ですよ。日本食研が販売する「JAひろしまのブランドレモンを使った」瀬戸内レモン鍋「ゆ」もおススメです。(山原市 Y・Kさん)

◆なんと書いてもお日様に干したお布団の中で丸まって寝るとです。(東広島市 O・Cさん)

◆お日様の匂いに包まれて、布団の中でホカホカ気分。いつもより素敵な夢を見られそうです。(山原市 Y・Kさん)

◆冬ならではの、ゆっくりにびり。なごころ。春に向かっでエネルギーチャージしていきましょう！(廿日市市 O・Tさん)

◆オススめの冬ごもりは何と書いてもコタツですね。暖かいコタツの中で読書したり針仕事、絵を描いたりとても楽しいです。今からワクワクしています。(安芸高田市 T・Aさん)

◆楽しいことが沢山待っていますね。寒い冬もコタツの中なら無敵★好きなことを楽しんでいきましょう。(山原市 Y・Kさん)

◆冬の寒さは嫌いではないですが、体の芯まで冷える日はとにかくあたたまる温泉が一番です。家のお風呂に良い入浴剤を入れてしっかり温まりすぐに寝る。これが一番です！(廿日市市 なつちゃんさん)

◆温泉もいけれど、なかなか…。という時は、私も伝家の宝刀「入浴剤」です。体が温かいまま布団に入ると寝つきもよい気がします。(廿日市市 なつちゃんさん)

◆秋も終わりコタツでゆっくりにするのが楽しみです。毛糸で小物を編むのが私の冬ごもりです。(三原市 Y・Nさん)

◆冬はやっぱりコタツですよ。最近はどうも小物を編みましたか？ぜひお便りで教えてください。(山原市 Y・Kさん)

◆「コタツ」で冬ごもりライフ満喫しましょう。(山原市 Y・Kさん)

◆「コタツ」で冬ごもりの季節ですね。わたしは、今年は何と書いても…息子のおさがりの「一人コタツ」です。読み書きしながら楽しみたいと思っています。(大竹市 N・Eさん)

◆1人用のコタツ、自分だけのものという特別感がありますよ。今年「コタツ」で冬ごもりライフ満喫しましょう。(山原市 Y・Kさん)

◆広報紙「もつと」JAひろしま」を毎月届けてくれる若い職員さん。猛暑の夏も、冬へ向かう今日のような雨風の冷たいときも明るく元気です。私達も元気になります!!(庄原市 まんぼう母さん)

◆温かい言葉をいただきありがとうございます。職員も大変喜ぶと思います。これからは皆さまに元気をお届けできるように努めてまいります。(山原市 Y・Kさん)

◆今年は一気に紅葉が色づいたように思います。散るのも早かったような…。心地良い季節がもう少し長く続いてほしいですね。(山原市 Y・Kさん)

◆知り合いから松茸を頂いて、松茸汁や松茸ご飯にして食べました。とても香り高く最高に美味しかったです。(大竹市 Y・Kさん)

◆松茸づくし、羨ましいです。松茸汁やご飯、想像するだけで幸せな気持ちになります。(山原市 Y・Kさん)

◆近くにあった簡保センターがなくなっているから温泉に行くことがなくなりました。遠出もできないからどこかの企業が再開してくれたらと願っています。(山原市 Y・Kさん)

◆私もよく通っていてとても残念でした。あの施設がなんと、リニューアルオープンするそうですよ!!どんなリニューアルになるかとても楽しみです。(山原市 Y・Kさん)

◆ブロッコリーとカリフラワーではどちらが好きですか。9歳と6歳の孫達がカリフラワーを見たことがなかったよと名前を言えませんでした。収穫して持って行った私はびっくり。(山原市 Y・Kさん)

◆私も小さい頃カリフラワーは「白い特別なブロッコリー」だと思っていました。お恥ずかしい…。笑。S・Tさんさだかにお孫さんたちがカリフラワー大好きになるかもしれませんよ。(山原市 Y・Kさん)

◆孫が保育園で芋掘り体験をし、お土産に小さいサツマイモ一個不作だったよと頂いて帰りました。みんな食べようねと可愛い一言。しかし小さかったこともありました。お芋美味いねと感謝。ニコニコ可愛い姿で帰りました。(東広島市 M・Sさん)

◆とっても可愛いエピソードはありますか。お孫さんの優しさにもさよならしますね。(山原市 Y・Kさん)



今月の
イ・チ・オ・シ
レシピ

ジャーマンハッセルバックポテト



ジャガイモのホクホク食感が
引き立つ一品！
ベーコンの塩気とも
相性抜群です♪

材料(2人分)

ジャガイモ(小さめ)…… 2個 塩… 2つまみ
水(さらす用)…………… 適量 パセリ… 適量
薄切りハーフベーコン… 4枚
溶かしバター(有塩)…… 20g
粉チーズ…………… 大さじ2

作り方

- ① ジャガイモはよく洗い、芽を取り除いておく。
- ② 薄切りハーフベーコンを1cm幅に切る。
- ③ ①の水気をキッチンペーパーで拭き取り、スキレットに並べ、切れ目に②を挟む。上から溶かしバターと粉チーズ、塩をまんべんなくかける。
- ④ アルミホイルをかぶせ、オーブントースターで15分焼いたらアルミホイルを取り、更に5分焼く。ジャガイモに火が通ったらお好みでパセリを振りかけて完成。

表紙写真 柑橘(芸南)

もっと!
JAひろしま

2025
1月号
No.022

編集/ JAひろしま 総務部広報課 発行/ JAひろしま
〒739-0015 広島県東広島市西条栄町10-35 TEL.082-424-1798



ホームページ



Instagram



「地産地消」と「環境」に
配慮したベジタブルイ
ンクを使っています。