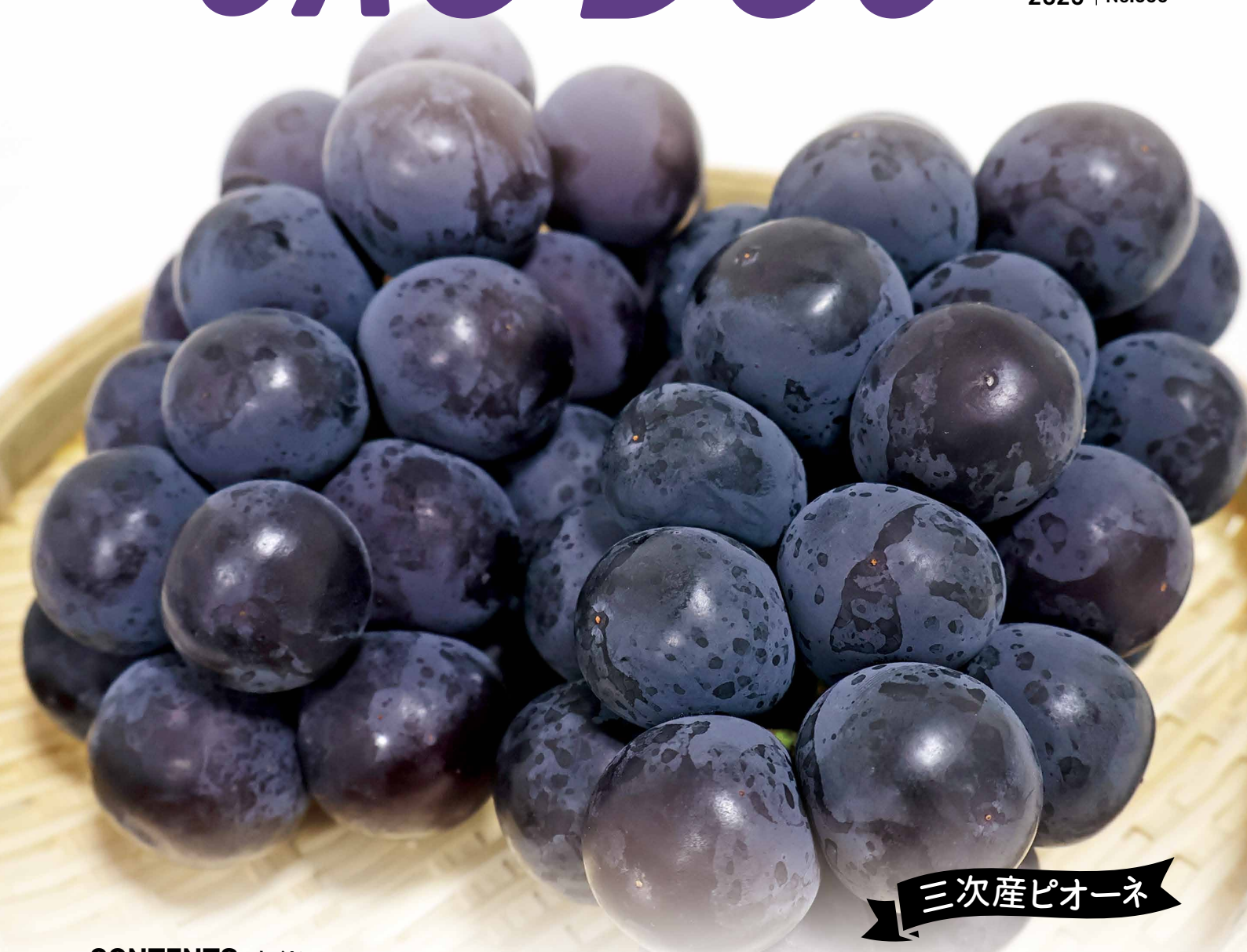
もっと! JAひろしま

Motto! JA Hiroshima

9

2025 | No.030



三次産ピオーネ

CONTENTS・もくじ

2 特集 | ここ行ってみて！秋冬イベントマップ
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・役員コラム・理事会報告
9 Oh! 農 Our High School
10 つなげよう私たちの輪
みんなのフォトギャラリー
11 これつくってみんさい! ぶちうまレシピ
私たちが生産しています
12 Information JAひろしまからのお知らせ
暮らしのヒント
13 健康ひろば
14 みなさまからのお便り BOX
クロスワードパズル
16 ここまる産直さんぽ

JAひろしま

はぐくもう、真心をこめて あなたとの未来

ここ行ってみて！
Check this place out!

秋冬イベントマップ

いつもＪＡをご利用いただいている皆さまへ、日ごろの感謝を込めて、今年も各地域でイベントを開催します！❤
新鮮な農畜産物の販売やふれあい企画を通して、ＪＡと地域のつながりを感じていただける機会となれば幸いです🍀
ご家族やご友人とぜひ、お越しください♪

Autumn & Winter Event Map

庄原地域 A
庄原「みのりの祭典'21」

開催日時
10/5(日)
EVENT DAY

管内の特産品、農産加工品などの展示･販売や、サークル活動の発表、歌謡ショーなどを行なう予定です。

国営備北丘陵公園北入口エリア 里山の駅 庄原 ふらり
庄原市三日市町４-10

問 JA庄原地域営農経済センター
TEL：0824-72-5654

三次地域 C
ふるさと祭 グリーンフェスタ2025

開催日時
11/8(土)
EVENT DAY

飲食ブースの出店や三次市産の農畜産物を使った加工品の販売、神楽やダンスなどのステージイベントを行なう予定です。

JA三次中央支店裏駐車場
三次市十日市東三丁目１－１

問 JA三次地域　総務管理課
TEL：0824-63-9913

広島中央地域 B
酒まつり JAふれあい広場

開催日時
10/11(土)
12(日)
10:00～16:00
EVENT DAY

飲食ブースの出店やステージイベントなどを行なう予定です。

JA西条支店駐車場
東広島市西条栄町10-35

問 JA西条支店
TEL：082-422-8687

サテライト会場として、「とれたて元気市となりの農家店」（東広島市西条町寺家7957-1）でも、農産物の特別販売や飲食ブースを出店する予定です。

広島北部地域

ふれあい感謝祭 E

開催日時
11/15(土)
9:00~16:00
EVENT DAY

ステージイベントや農産物品評会、生活・生産購買品や農機具の展示販売会、ＪＡ女性部のバザー、キッチンカーによる飲食物の販売などを行なう予定です。

JA広島北部地域営農経済センター
安芸高田市美土里町横田4227-9

問 JA広島北部地域営農経済センター
TEL：0826-54-0814

安芸地域

熊野にきてみん祭2025 D

開催日時
11/14(金)
15(土)
EVENT DAY

生活・生産購買品の展示販売や新米のすくいどり、ミカンの詰め放題を行なうほか、飲食ブースの出店、防災知識を楽しく学ぶ防災クイズラリーや水消火器体験など防災・防犯に関するイベントを行なう予定です。

JA熊野支店
安芸郡熊野町出来庭5-1-1

※飲食ブースの出店と防災・防犯のイベントは15日(土)のみとなります。

問 JA熊野支店
TEL：082-854-1131

佐伯中央地域

農協感謝祭 G

開催日時
11/16(日)
EVENT DAY

JA職員、女性部、青壮年連盟による飲食やゲームの出店、農産物品評会を行ないます。

JA産直ふれあい市場「よりん菜」
廿日市市地御前1丁目22-30

問 JA佐伯中央地域　総務管理課
TEL0829-39-3232

三原地域

三原ふれあいまつり F

開催日時
11/15(土)
EVENT DAY

飲食ブースの出店やミカンの詰め放題、暮らしの相談会、交通安全イベントなどを行なう予定です。

JA三原支店駐車場
三原市皆実4丁目7−28

問 JA三原地域営農経済センター
TEL：0848-63-3438

芸南地域

芸南ふれあい祭り I

開催日時
12/6(土)
7(日)
EVENT DAY

柑橘、㊗馬鈴薯のほか、色んな農畜産物や魚介類を直売します！キッチンカーなどの飲食ブースも設置します。

JAふれあい市安芸津店
東広島市安芸津町風早６４７−８

問 JA芸南地域営農経済センター
TEL：0846-45-3360

呉地域

ふれあい感謝祭2025 H

開催日時
11/22(土)
EVENT DAY

飲食ブースやゲームの模擬店などの出店、ステージイベントを行なう予定です。

JA呉地域　農協会館
呉市西中央1丁目2-25

問 JA呉地域営農経済センター
TEL：0823-22-5176

※内容は変更する場合があります。詳細は決まり次第、ホームページ・インスタグラムでお知らせします。

輝く農業人

第29回

広島市東区
「㊦馬鈴薯」

ひらもと　ゆうじ
平元　雄志さん(38歳)

ほっとTime

・食べ歩き
・スイーツ店巡り

ぐっとWord

・やったらやった分だけ残る
・結果は自分に返ってくる

おいしくて綺麗な㊦馬鈴薯の知名度を一層高めていきたい

㊦馬鈴薯の出荷調製作業

ジャガイモ専用の収穫機

広島市東区の平元雄志さん(38)は、祖母のミツコさん(94)の暮らす東広島市安芸津町に通い、特産「㊦馬鈴薯」の栽培に奮闘しています。農地中間管理機構を通じて農地約1haを預かり、秀品率を高める工夫を重ねながら二期作。収穫後の貯蔵方法を確立したことで、年間約10カ月にわたりJAひろしまの産直市に出荷を続けます。

幼い頃から祖父母の作業を手伝っていた平元さんは、2019年に10年ほど勤めた大手スーパーを退職して県外からUターンしました。同町での就農を決めて、JA芸南地域営農経済センターに相談。JAと県西部農業技術指導所などが開く研修会に参加して、栽培技術や知識を習得しました。

温度と湿度を調整して保管

土づくりは、動植物加工残さを発酵した固形堆肥を10a当たり100kg、速効性の苦土肥料30kg、カルシウム60kgを投入します。元肥は、春作で10a当たり80kg、秋作で100kgを施用。秋作は、1週間に1度のペースで活性剤を葉面散布して、リン酸やカリなどを補います。

品質向上と増収に向けて、植物由来のバイオスティミュラント資材も活用します。500倍の希釈液を、着蕾期や開花期などに使い光合成を促進。一部圃場では、気温が下がる冬季に天然の糖質を散布して、萎れの軽減や食味向上につなげています。

市場出荷のほか、産直市への通年販売に貯蔵施設を整備しています。収穫したジャガイモは、選別が終わるまで室温18度で保管。選別後は、温度と湿度を小まめに調整しながら、4、11月を除いて東広島市のJAふれあい市安芸津店、とれたて元気市となりの農家店などに出荷しています。

耕作放棄地などを再生して、2haを目標に面積拡大を進める平元さん。「効率化を進め、規模拡大で農地を守る。おいしくて綺麗な㊦馬鈴薯の知名度を一層高めていきたい」と先を見据えます。

「㊦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食感が良く、煮崩れしにくいのが特徴です。

オリジナルのラベルを貼って出荷

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
JAひろしまはSDGs達成に向け取り組みを進めています。

金融犯罪防止へ連携強化

県内５ＪＡとＪＡ広島信連は7月10日、広島県警と「金融犯罪に係る情報提供に関する協定」を締結しました。締結式にはJAひろしまの佐伯隆弘専務らが出席。特殊詐欺やSNS型投資詐欺、ロマンス詐欺など巧妙化する金融犯罪への対策を強化するため、警察との連携を図ります。

県警によると、県内の特殊詐欺などの被害は、2025年６月末時点で345件、被害総額は21億4700万円に上り、県内でも被害が高止まりしています。不審な取引を検知した場合には、警察と口座情報などを共有し、被害拡大防止と犯人検挙に向けて連携します。

ＪＡは今後も、利用者・組合員の大切な金融資産を守り、地域住民が安心して暮らせる街づくりに努めるため、県警と連携して迅速な情報共有を進めます。

▲金融犯罪防止へ広島県警察と協定を締結

減らそう食品ロス 意識共有

ＪＡ女性部佐伯中央地区本部玖島支部は7月11日、廿日市市の玖島市民センターで「食品ロスの取り組みと食中毒」について学習会を行ない13人が参加しました。食品ロスを個々に意識付ける目的で、各自が家庭で実践する取り組みなど全員で意見を出し合いました。

消費期限と賞味期限の違いやローリングストックと、旬にたくさん採れた野菜を使った食べ方を共有。ゴミ捨て日の前日に冷蔵庫を整理することやフードバンクの活用、夏の食中毒の注意について呼びかけました。

森本廣子支部長は「みんなの目線で共有することができた。この問題は今日だけで終わりの話ではない。これから勉強し、一人一人が意識していこう」と呼びかけました。

▲意見を伝える森本支部長

体操で健康促進

ＪＡ西条支店、向陽支店、黒瀬支店のふれあい委員会は7月16日、東広島市の三ッ城地域センターでふれあい健康促進体操を合同で開きました。組合員やＪＡ女性部員、地域住民48人が参加。日本ケアビクス連盟の倉西龍子さんが椅子に座ってできる有酸素運動を指導しました。

参加者は音楽に合わせて肩や股関節、腹筋、背筋などを動かしました。倉西さんは、身体機能の維持と介護予防に向け食事・睡眠・運動の重要性を周知し、認知症予防として参加者同士の会話の活発化も呼びかけました。

参加した細田幸子さんは「久しぶりの参加だったが、みんな楽しく笑いながら運動できた。椅子に座ったままでも全身の筋肉がほぐれた」と話しました。

▲ふれあい健康促進体操をする参加者

県産じゃがいもの振興へ　広島馬鈴しょ産地協議会総会

広島県とＪＡ全農ひろしま、東広島、三原、竹原の3市、ＪＡひろしまなどで構成する広島馬鈴しょ産地協議会は7月14日、ＪＡ安芸津支店で令和7年度通常総会を開きました。関係者16人が出席し、令和６年度事業報告や令和7年度事業計画など３議案を承認しました。

総会では、県産の安定供給、ブランド力向上と産地の振興に向けて一丸で取り組むことを確認しました。種芋と食用の産地・販売状況やじゃがいもの増収に向けた高温対策資材の実証試験の結果も共有。引き続き、種芋や食用の良質生産に土壌分析や病害虫の適期防除を推奨していくことを決めました。

▲３議案を承認しました

女性部大会を開催
～JA女性部千代田支部～

ＪＡ女性部広島北部地区本部では安心して暮らせる地域づくり運動に取り組んでいます。千代田支部では7月29日にJA千代田支店で女性部大会を開催し、部員56人が参加しました。

大会では昨年度の千代田支部の活動および今年度の活動計画を報告し、その後に行なわれた講演会では広島県山県警察署千代田交番所長の堀江主磨さんを招いて『高齢者に伝えたい交通安全について』と題して歩行中や車の運転での注意点などを学びました。質問の時間では参加者からは管内の危険カ所についても意見があがり、「地域の安全のために考える有意義な時間を過ごせた」と好評でした。

▲地域の安全にみんなで取り組みます

水稲品種「にじのきらめき」
試験圃場見学会

ＪＡ三原地域営農経済センターは7月下旬、三原市内の3カ所で高温耐性と多収性に優れる水稲品種「にじのきらめき」の試験圃場見学会を開きました。生産者33人が参加し、品種特性や草姿、葉色などの生育状況を確認しました。

同センターは、管内の南部地域で、「キヌヒカリ」や「コシヒカリ」などの早生品種における高温障害を受け、複数品種の試験栽培を重ねてきました。品質や収量などについて調査を進める中、「にじのきらめき」を有望視し、試験面積とエリアを拡大。現在は同市の4カ所計220aで試験栽培に取り組んでいます。

同センターの林康輝センター長は「種子の確保が課題だが、導入に向けて前向きに取り組んでいく」と話しました。

▲水稲品種「にじのきらめき」の生育状況を見学する生産者

書道パフォーマンスで
高校生と利用者交流
三次デイサービスセンターやすらぎ館

7月21日、広島県立日彰館高校の書道部がＪＡ三次デイサービスセンターやすらぎ館を訪れ、書道パフォーマンスを通して利用者と交流しました。

書道パフォーマンスは縦3m、横5mほどの用紙を使い、書道部の生徒は音楽に合わせ、迫力ある筆さばきで同施設の名称「やすらぎ」にちなんだメッセージを、一文字一文字想いを込めてしたためました。パフォーマンス中にはメッセージカードを利用者に手渡し、一緒に楽しく交流しました。

利用者は「とても迫力があり元気をもらえた」と笑顔で話し、書道部の生徒は「私たちのパフォーマンスで利用者の方を笑顔にすることができよかった。私達にとっても貴重な経験になった」と話しました。

▲利用者へ完成した作品を披露する生徒

高野ダイコン出荷本番
高野町野菜組合だいこん部会

県内最大のダイコン産地の庄原市高野町で、夏秋ダイコンの出荷が本格化しています。同町のダイコンは、冷涼な気候と火山灰土が堆積した黒ボク土と呼ばれる肥沃な土壌で栽培し、みずみずしく、真っ白できめ細かな肌が特徴。同町野菜組合だいこん部会は20戸が延べ26haで栽培し、11月下旬まで出荷を計画しています。

7月7日には、高野農畜産物集出荷貯蔵施設で目合わせ会と出荷協議会を開き、生産者ら12人が参加しました。市場担当者とＪＡ職員を交え、出荷ケースからＡ品を中心に、長さや太さ、品質などの規格を確認。他産地のダイコンの品質なども共有しました。

◀ダイコンの出荷規格を確認する生産者ら

イチオシ！トピックス

ＪＡ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」「ＪＡ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、ＪＡが実践している事業や取り組みから「イチオシ！」を紹介します。

農業振興へ連携強化
管内首長と初懇談会

ＪＡは、地域農業の振興に向けて市町との連携を深めています。７月14日には、東広島市の県立総合技術研究所農業技術センターで、初めて管内首長との懇談会を開き13市町が参加。行政と手を携えることで、２０２５年度から取り組む「第２次営農振興計画」の歩みを着実に進め、農業者の所得増大と農業生産の拡大を目指します。

広域合併したＪＡは、17市町が管内になります。農業の共通課題の解決、行政との新たな連携体制の構築などに向けて企画。ＪＡ全中によると、複数市町と合同の懇談会や協議会は全国的にも稀です。

懇談会には、同市や三原市、安芸高田市、三次市などの市町長やＪＡの田中義彦組合長、佐伯隆弘専務ら約60人が出席しました。ＪＡが同計画の概要や重点実施事項を説明。①担い手の育成・確保②農業関係人口の拡大③有害鳥獣への対応などで意見を交わしました。

田中組合長は「地域農業の振興には、行政との連携による圏域的な取り組みが必要不可欠。意見や要望を事業などに生かしたい」と話しました。ＪＡと管内市町は、県や国への提案活動なども視野に協議を続ける予定です。

初めて開いたＪＡとＪＡ管内首長との懇談会

理事会報告

令和７年度 第５回　　開催日時：７月31日13:00から

議　案

第１号議案　決算監事監査回答書について　【承認】
第２号議案　令和７年度第１四半期仮決算について　【承認】
第３号議案　ディスクロージャー誌の発行について　【承認】
第４号議案　コンプライアンス・マニュアルの一部変更について　【承認】
第５号議案　大口融資について　【承認】
第６号議案　令和７年産米の概算金について　【承認】

報告事項

1　関連法人等の令和６年度決算概況について
2　令和7年度「JAひろしまコンプライアンス・プログラム」の進捗状況について
3　苦情等の受付・対応状況について
4　反社会的勢力にかかる対応状況について
5　リスク情報について
6　個人情報漏えい事故の発生について
7　令和７年度第２四半期余裕金運用方針について
8　理事会の決議事項の処理状況について（大口融資）
9　JAひろしまポイントサービス加入状況報告について
10　組合員の加入及び脱退の状況報告について
11　事業実績報告について

役員コラム

年金のお受け取りはＪＡで

常務理事（金融推進担当）
上田　芳久

今年は梅雨の期間が18日と非常に短く、まとまった雨も降らないまま明けてしまいました。梅雨明け後も高温の日が続き、農作業や日常生活に影響が出た地域も多かったように感じます。自然の厳しさを改めて思い知らされる夏となりました。

私ごとで恐縮ですが、今年、年金受給資格を得ました。まだ実際の受給には至っておりませんが、年金世代が身近なものとなり、時の流れを実感しております。

ＪＡでは年金をお受け取りの方に向けたお誕生日プレゼントや記念品の贈呈など8つの特典をご用意しております。

また、貯金や共済、将来の備えに関することも、どうぞお気軽にご相談ください。ＪＡはこれからも、農業と暮らしの両面から組合員・地域を支える存在として、法令遵守の徹底と誠実な対応を基本にしながら、組合員・地域の皆さまの信頼にお応えしてまいります。

COLUMN

Oh! 農! Our 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。

県産レモンと梨で 西条農高生ら飲料開発
全国高校総体 選手へ広島の魅力PR

県立西条農業高校食品科学科3年生の高田心波さん(17)、黒野武之さん(17)、岡田琥太郎さん(17)は県立広島商業高校の生徒と共同で、スポーツドリンク「Portal(ポータル)」を開発しました。県産レモンと世羅産梨を使用し、県産農産物の魅力を発信。7月23日に中国地方で開幕した全国高等学校総合体育大会で販売し、選手や来場者の健康を支え、大会を応援しました。

2024年4月から企画し、製造・開発は㈱アシードビバレッジプラスが協力。果汁は疲労回復が期待できるビタミンCが豊富なレモンと、カリウムを多く含む梨を選びました。配合率を1%ずつ変えて試作を繰り返し、イベントなどで試飲やアンケート調査を実施。時間と温度を調整した加速度テストで品質の安全性も検証しました。

広島商業高校は商品名やデザインを担当。商品名には試合前に気持ちを高める入り口という意味を込め、パッケージはスポーツを通じた人々のつながりや一体感を表現しました。

黒野さんは、「全国の来場者に県産農産物や農業高校の魅力を伝えたい。スポーツに関わる多くの人に手に取ってほしい」と話しました。両校は7月25日から5日間、同大会の陸上競技大会が行なわれる広島市のホットスタッフフィールド広島で販売しました。

【 広島県立西条農業高等学校 】

輝く農高生

農業高校のここが好き

専門性の高い実験機器など、設備が充実しているところです。初めて高性能な装置で滅菌処理をしたときはワクワクしました。菌が増えたり減ったりする様子を観察するのが楽しいです。

頑張っていること

地元の酒蔵から提供された酒かすを肥料として有効活用し、酒米を育てる研究をしています。酒かすに含まれるエタノールで、イネの高温耐性が向上するか調べています。資源循環型の理想的な農業に貢献したいです。

夢や目標を教えてください

進学して農業に関する研究を続けたいです。地元の未利用資源を活用して、温暖化による作物の品質低下や収量減の解決に尽力するのが夢です。

農業高校を選んだ理由は？

子どもの頃、顕微鏡で川に生息する微生物を観察するのが好きでした。オープンスクールでブロッコリーのDNA抽出を体験し、動植物についてもっと専門的に学びたいと思いました。

授業で印象に残っていること

野菜の切れ端に含まれる酵素と過酸化水素水を反応させて、ペットボトルロケットを飛ばしたことです。3mぐらい飛んでびっくりしました。

頑張っていること

エサの違いによるメダカの腸内細菌の種類の変化を研究しています。魚粉の価格が高騰しているので、コオロギの粉末をエサにしたとき、メダカにどんな影響が出るか調べています。将来も水生生物の探求を続けたいです。

生物工学科　3年
元島（もとしま）　康介（こうすけ）さん
好きな農産物
トマト

生物工学科　3年
木村（きむら）　美月（みつき）さん
好きな農産物
米

ＪＡ女性部 三次地区本部　作木支部

部員数 39名

無理せず楽しく活動！

作木支部の皆さん

私たち作木支部は、家庭菜園や地域の食文化を伝える料理教室などで、部員同士のつながりを深めながら活動の活性化に取り組んでいます。JA作木支店の入り口では「女性部無人市」を開き、部員が育てた農産物や手作りの手芸品などを販売。支店利用者などから好評です。

女性部無人市

みそづくり

フリーザーバッグを使った味噌づくりは人気の取り組みの一つで、今後も多くの方に参加してもらえるよう、活動の輪を広げていきたいです。

つなげよう 私たちの輪

ＪＡ女性部 広島北部地区本部　八千代支部

部員数 46名

防災と農業に楽しく取り組む

私たち八千代支部は、近年多発している自然災害への備えとして、火災や豪雨災害訓練、地震体験などの防災活動に力を入れています。「もしもの時」に自分や家族の命を守るため、日ごろから意識を高めることを大切にしています。

ぼかし肥料づくり

寄せ植え講習会

また、ぼかしを使った安全安心な野菜作りにも取り組み、循環型農業の実現に向けて楽しく活動しています。今年度は新たに、葉牡丹、竹や南天などの自然素材を使った生け花講座も開く予定です。

八千代支部の皆さん

みんなのフォトギャラリー

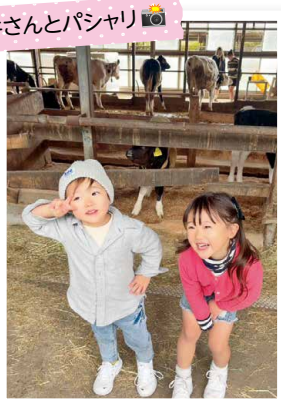
農業のために 地域のために 明日のために
JA共済の地域貢献活動

©2017 JA-KYOSAI

「もっと!JAひろしま」にInstagramと連動した新コーナーが登場!
皆さまがInstagramに投稿した笑顔の写真をご紹介します!

応募方法
❶ JAひろしまのInstagram jahiroshima_official をフォロー
❷ DM(ダイレクトメッセージ)で写真とタイトルを送付!

牛さんとパシャリ📷



何だ?このイボイボ!
初めての感触!

美味しそうなトマトをゲットしたよ!

JAひろしま Instagram

採用された方には素敵なここまるグッズをプレゼント!
皆さまの素敵なお写真をお待ちしております!
詳しくはHPをご覧ください。

©ここまる

これつくって みんさい！

ぶちうま レシピ

RECIPE

ピオーネのパンプディング

メープルシロップが香る優しい味わいのバゲットと、
ピオーネの相性抜群！
少ない材料で簡単に作れるので、お子さまとご一緒にぜひ♪

材料（2人分）

- フランスパン …… 100g
- ピオーネ …… 8粒
- 粉糖 …… 適量
- A
  - 牛乳 …… 200mℓ
  - メープルシロップ …… 50mℓ
  - 砂糖 …… 大さじ1
  - 卵 …… 2個

作り方

1. オーブンを180℃に予熱しておく。
2. フランスパンを一口大に切る。
3. ボウルにAを入れ、混ぜ合わせる。
4. 耐熱皿に❷を並べ、❸を流し入れてしっかりと染み込ませる。ピオーネを並べ、180℃のオーブンで20分ほど焼く。
5. 焼き色がついたら、粉糖をふるいかけて完成。

今月の表紙

三次産ピオーネ

生産者

三次市

すぎもと　けいた
杉本　圭太さん

「私たちが生産しています」

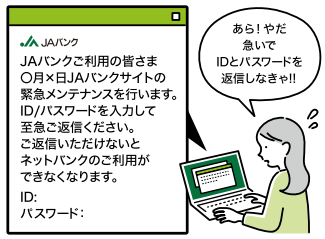
三次市は、県内有数のブドウ産地。中国山地と世羅台地に挟まれた盆地に位置し、昼夜の寒暖差や寒冷な気候を活かした風土で、色づき・甘みが良くなり、ブドウ栽培に適しています。三次市ぶどう部会では、26戸が約12haでピオーネやニューベリーAなどを栽培。今年も異常な高温や降雨量が少ない厳しい状況の中で、こまめな潅水や適期管理に努め、良質なブドウ栽培に取り組んでいます。

杉本さんは、㈱JAアグリ三次の研修生として2年間ブドウ栽培を学び、今年で就農6年目。食味にこだわり、基準糖度以上での収穫を徹底し、濃厚な甘みのブドウを栽培しています。8月末から出荷を始め、9月末まで主にJAの産直市や直売所などで販売します。

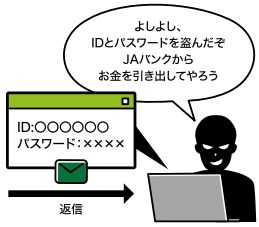
⚠ JAバンクを装ったフィッシングメールにご注意ください! ⚠

1 JAバンクを装ったメールがくる

2 IDとパスワードを伺うメールが届く



3 IDとパスワードを返信してしまい知らない人に情報を盗まれてしまう



4 盗まれたIDとパスワードを悪用されてしまう

ポイント

- **ID・口座番号・パスワード等は絶対に入力しない!**
- **フィッシングメールなどに記載されているURLにはアクセスしない!**

《要注意》 特にワンタイムパスワードを漏洩すると、犯人側で送金が可能となり、貯金残高の全額を不正送金されるリスクがあります。

フィッシングメールの被害に遭われたと思ったら…
緊急停止を実施してください。

JAネットバンク ヘルプデスク
0120-058-098

JAバンクからSMSや電子メールを通じて、JAネットバンクの入力画面をご案内することはありません。

振込訂正手数料の新設について

令和７年10月１日(水)より、振込を訂正する場合、１件につき660円(税込)の手数料を頂戴いたします。

今後とも、より一層のサービスに努めてまいりますので、何卒ご理解と変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

● 金融管理部　事務集中課　TEL082-422-2176

暮らしのヒント

今から考えておきたい「デジタル終活」

国民生活センター相談情報部　岡島　睦美

「デジタル終活」の必要性が高まっています。

【事例】

夫が亡くなり携帯電話を解約したが、スマートフォン(以下、スマホ)のセキュリティーサービスのサブスク(サブスクリプションの略＝定額制の継続サービス)の契約が残っていたことに気が付いた。サービス提供会社に問い合わせると、「すぐに解約するにはID・パスワードが必要だ」と言われた。ID・パスワードは夫本人が管理していたので分からない。どうすれば良いか。

【解説】

スマホの普及に伴い、インターネット上で契約を結ぶ機会が増えています。ネット上の契約や資産は、現代ならではの「デジタル遺品」として、遺族にとって深刻な問題になることがあります。

ネット上で結んだ契約は安全性を担保するため、登録時に設定したID・パスワードを契約者本人が厳重に管理することを求められ、家族であっても安易に共有できなくなっています。契約者が突然亡くなるなどした場合には、そもそもどのような契約を結んでいたのか把握すること自体が困難な場合が多く、契約が特定できたとしても、ID・パスワードが分からないと、解約などの手続きが容易にできず、本人の死亡や遺族であることを証明する書類などを提示する必要があったり、契約先によっては連絡が取りづらかったりして、サブスクが解約できない状態が続く場合があります。

トラブルを避けるためには、万が一のときにスマホのロックが解除できるようにしておくこと、契約ごとにID・パスワードを整理して家族と共有しておくこと、AppleやGoogleなどが提供する故人のアカウントにアクセスできる人を設定するサービスを利用することなど、具体的な対策をしておくことが大事です。

スマホの中の見えない契約で残された家族が困らないよう、「デジタル終活」を自身の問題として考え、エンディングノートの作成を今から始めておきましょう。

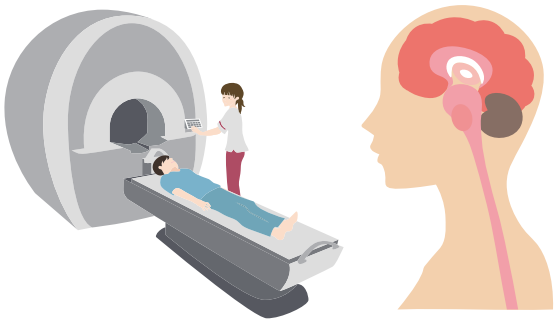
健康ひろば

脳神経内科を開設しました！

JA広島総合病院
脳神経内科　青木　志郎

皆様はじめまして。JA広島総合病院脳神経内科の青木です。2025年4月よりJA広島総合病院に新たな診療科として脳神経内科を開設しました。脳神経内科は、脳、脊髄、末梢神経、筋肉に関連するあらゆる疾患を扱います。実際の診察では、詳細な問診、神経診察を行なったうえで、画像検査（CT、MRIなど）、電気生理学的検査（神経伝導検査、脳波検査など）、超音波検査、血液検査、髄液検査などにて診断を行ない、各疾患に応じた治療を行ないます。発症後迅速な対応が必要な脳卒中やてんかんなどから、進行が何十年にもわたり長期的な管理やサポートが重要である神経変性疾患まで、様々な時間軸の疾患を治療することが大きな特徴です。症状や合併症も多彩であり、患者さんの社会的背景や家族背景も治療に大きく関わってくることから、他の診療科（脳神経外科、循環器内科、膠原病内科、整形外科、精神科、リハビリ科など）や多職種（看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士、薬剤師、ソーシャルワーカーなど）、かかりつけ医、歯科医、ケアマネージャーなどとの連携を重要視しております。

近年、脳神経内科における治療法は目覚ましい進歩を遂げています。以前は治療が難しいとされていた多くの神経疾患に対して新たな治療法が開発され、患者さんの生活の質（QOL）を向上させることが可能になっています。しびれやめまい、うまく力がはいらない、歩きにくい、ふらつく、つっぱる、ひきつける、むせる、しゃべりにくい、物が二重にみえる、頭痛、勝手に手足や体が動いてしまう、物忘れなどの症状がある場合は、かかりつけ医を通してお気軽にご相談ください。



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いただけます。

みなさまからのお便りBOX

7月号の応募いただきましたお便りの総数は261件でした。
たくさんのお便りありがとうございました。

◇いつも、ドライブをかねて呉市から90歳と88歳の両親と一緒に東広島の元気市へ行きます。両親が自分の足で歩ける間は一緒に行ける喜びを持ちながら買い物を楽しんでます。今回も美味しいトウモロコシやお寿司、お刺身も買ってきました。元気市で楽しそうに2人が色々な食材を選ぶ姿を後ろから見ている私は幸せです。これからも楽しみにしてます。ありがとうございます。
（呉市　M・Mさん）

●とれたて元気市となりの農家店のご利用、ありがとうございます🥰年齢を重ねても仲睦まじいご両親の姿は、ほのぼのしますね💕

◇私の様に高齢になると、今年の早い猛暑日続き本当に体にこたえています。家族の者に水分をしっかりとるように云われるが、水分もほしくない。でも自分のためとがんばって一日一日暑さ対策に努めている今頃です。
（山県郡　T・Hさん）

●夏場は喉が渇く前にこまめに水分を摂るのが大事と聞きますよね‼作業をしているとうっかり忘れがちですが、用心深く対策していきましょう💪🔥

◇48歳、介護福祉士です。梅雨明けが早く、毎日暑くて、特に入浴介助は、ヘトヘトのバテバテです。ご利用者様の「ありがとう。やっぱりお風呂は気持ちがいいね。」の一言が活力！ネッククーラーで体を冷やしながら頑張っています。
（府中市　H・Mさん）

●日々のお仕事、本当にお疲れ様です🍀ご利用者様も、汗をたくさんかいた日のお風呂は、気分爽快ですね✨「ありがとう」という言葉のあたたかさは心と体に沁みますね🥰

◇娘は夏野菜が大好きで、特にきゅうりが好きです。調理中には「味見したげる」としっかり食べられてしまいます。おやつがきゅうり…なんてことも。
（安芸高田市　くりきんとんさん）

●ヘルシーなおやつですね！🥒💕「味見したげる」、絶妙なセリフですね🥰娘さんに言われると断れませんね💦

◇ピーマンがたくさんできました。いつも炒めるか肉づめして食べてたけど、今月ピーマンピザの作り方が出てたのでさっそく挑戦しました。簡単でおいしかったで～す。
（呉市　K・Kさん）

●ピーマンピザは斬新で簡単なレシピとして、反響がありました★人気コーナー「ぶちうまレシピ」、今後も乞うご期待です❣️💪

◇アサガオの花が次々に咲いて、朝の楽しみが増えてきました。暑さにも負けず、頑張っているアサガオに負けず、今日も頑張るぞ、という気持ちになれます。
（東広島市　K・Hさん）

●アサガオは涼しげで癒されますよね😊毎朝次々と新しい花を咲かせてくれるので、早起きして見に行きたくなりますね🌻💕

◇七月号楽しく拝読致しました。JAおすすめのギフトで遠方に住んでいる友人に故郷の味覚を味わって貰いたくなり配送対応の商品をチョイスしました。安芸の蜂蜜、比婆牛など我が家にもと家族で悩んでます。これからも産直商品を特集して下さい。近くのJAファムズキッチンには週2回は行っています。
（大竹市　M・Jさん）

●商品のご注文ありがとうございます💖七月号の特集では地域色豊かなギフトをご紹介し、好評でした✨地元の味覚をぜひ楽しんでみてください🎵

◇草刈りが日課になってます。刈っても刈ってもふりかえればもう伸びています。本当に草はすごいです。完全においこせません。
（尾道市　O・Hさん）

●草の伸びる勢いと刈る苦労が伝わってきます…😳あの生命力を見習いたいですね🍀

◇夜、洗濯物を干したりするためにベランダに行こうとすると、必ずカエルが部屋に入ってこようとします。待機するのやめて～
（東広島市　M・Mさん）

●張り込みをするカエル、ちょっと困ったお客さんですね😳熱帯夜に辛抱強く待ち構えて、カエルなりに何か目的があるのでしょうか…？🐸

◇子どもが生まれて、記念樹を植えました。子どもも樹も大きくなるのが楽しみです。
（庄原市　S・Yさん）

●成長を見守る楽しみが増えますね💕お子様も樹もすくすく育ちますように★

あつまれ！みんなのページ

畑でゴーヤが採れはじめました。
今年も佃煮をじぃじと
たくさん作ってご近所さんに
配りまわりまーす！
東広島市　O・Mさん

こんな大きいきゅうりが
たくさんできたよー！
廿日市市　H・Yさん

14センチの
じゃがいもが
とれました！
三原市　中間清巳さん

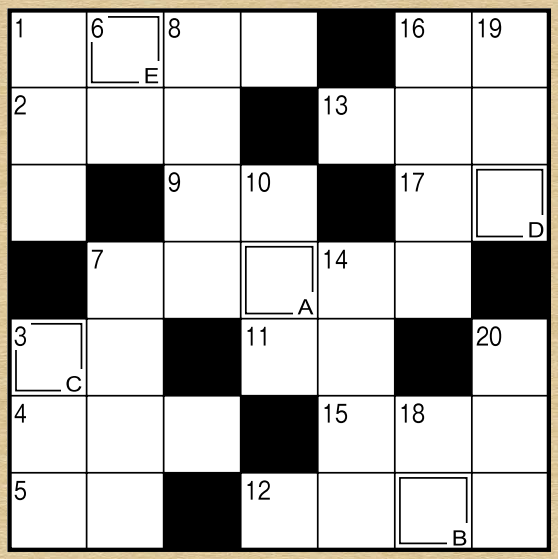
先月に続き、またもや
きゅうりから葉っぱが
のぞいていました。
広島市　T・Kさん

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？



解答メモ	A	B	C	D	E

※答えは10月号に掲載します。

ヨコのカギ

1. 9月の第3月曜日は――の日。国民の祝日です
2. 敷布団にかけます
3. ツナやビールを詰めます
4. 仕入価格のこと
5. 空振りしたらバットが切るもの
7. 高知市の景勝地。坂本龍馬像があります
9. 重い――を上げて出かけた
11. ダリアやコスモスはこの植物の仲間
12. 文は主語、――、目的語などからできています
13. 鶏卵の重量の60%を占めます
15. 兄が一人いる男性
16. しめ縄から下げる白い紙。「垂」「四手」と書きます
17. なくて七――

タテのカギ

1. 車窓を流れていきます
3. おしゃべりではありません
6. アルファベットの5番目
7. 9月1日は――大震災の起きた日。現在は防災の日になっています
8. あばら骨ともいいます
10. 塗装していない、――のカウンター
14. 数え年99歳のお祝いです
16. ホッキョクグマの別名
18. 終わったら秋になります
19. 祭りの――で焼きそばを買った
20. 十五夜に供える月見――

今月のプレゼント

正解者の中から抽選で20名様に

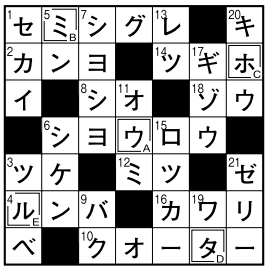
スポーツドリンク「Portal」をプレゼント!!

県立西条農業高校と県立広島商業高校の生徒が共同で開発しました。
県産レモンと世羅産梨の甘酸っぱい風味が口の中に広がります。
ビタミンCやカリウムが配合されており、水分補給にピッタリです。

応募締切

9月25日(木)

※当日消印有効



8月号の答え
「ウミホタル」

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、広報誌の感想、JAへのご意見、身近で起きた出来事などを添えてご応募ください。

いただいたお便りは11月号に掲載します

©ここまる

〒739-0015　東広島市西条栄町10-35
JAひろしま　総務部ふれあい広報課「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せページよりご応募ください。

インターネットからのご応募はこちらから

※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。

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

編集後記　「ここまる産直さんぽ」の取材でマロンの里に行ってきました🌰和栗のテリーヌ絶品でした♪大自然の中にあるマロンの里は周囲の施設も充実しておススメです！なにより従業員さんの笑顔と丁寧な接客に魅了されました😄　（ゆきやす）

ここまる 産直さんぽ

JAひろしま公式キャラクターの「ここまる」が
管内の産直市をおさんぽ♪
魅力や今月のおすすめ商品をご紹介します。

いらっしゃい マロンの里 交流館へ!

おすすめは なあに?

田中さん

「マロンの里交流館」の9月のオススメは、「**和栗のテリーヌ**」。地元産の大粒和栗を使ってＪＡ女性部佐伯中央地区本部栗谷支部「くり魔女グループ」が手作りした渋皮煮と、濃厚な和栗ペーストで仕立てた贅沢な一品です。素材の甘みを生かして砂糖は控えめ。卵と和栗の豊潤な風味をぜひお楽しみください♪

※お買い求めは時期により御予約が必要な場合がございます。

オススメの食べ方は…

地元産番茶を 淹れて午後の ティータイムに。

KOKOMARU SANPO

マロンの里 交流館

所在地	大竹市栗谷町大栗林195-12
TEL	0827-55-0055
営業時間	9:00～17:00
定休日	毎週月曜日・12/28～1/5

※月曜日が祝日等の場合は翌営業日

大竹市北部の栗谷町にある産直市です。自然豊かなこの地域では古くから栗の栽培が盛んで、施設の名前の由来にもなっています。レストラン、芝生広場、川遊びスポットなどがあり、家族連れにも人気。春と秋にはステージを特設して祭りも開いています。

©ここまる

もっと! JAひろしま

編集／JAひろしま　総務部ふれあい広報課
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

VEGETABLE OIL INK 「地産地消」と「環境」に配慮したベジタブルインキを使っています。