

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

6

NO.267



暑い夏に備え、熱中症対策を学ぼう！

●家庭菜園旬辞典 キュウリ

●恵のキッチン♪ ウメ

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「大竹 士郎さん」

定年退職後にウメ農家として就農 試行錯誤しながら愛情を込めて栽培

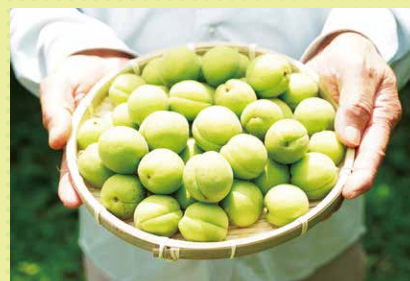
ウメを約1haの圃場で「南高」や「白加賀」、「豊後」など10種類を栽培しています。

元々ウメ農家だった親が育てていたウメの木を活かして、10年ほど前に定年退職し時間に余裕が出来たので、就農しようと決めました。そして栽培のノウハウなどを学ぶため、ウメの産地として有名な和歌山県の農家さんのところへ出向き、指導を受けて知識や技術を身に付けました。また、長くウメ農家を続けるために栽培品種を見直し、親の代とは違う品種への切り替えにも取り組みました。

ウメの実を大きく育てるには、夏の暑い時期に木に日光を当てることが大事なので枝を剪定したり、実が密集していると成長の妨げとなるので、実の付き方を確認しながら摘果も行っています。愛情を込めて作っていると作物もそれに応えてくれるので、常に試行錯誤しながら、消費者の方に喜んでいただけるものを出荷できるよう心掛け栽培しています。

また、県外の方から購入を求める声も多くなり、JA直売店などのスタッフの方から「地元の方も県外の方も大竹さんのウメを待ってるよ」などの声を聴くと、さらに良いものを作ろうと励みになっています。

5月下旬から7月上旬にかけて、年間約8tをJA直売店などに出荷しています。



表紙の写真

大竹 士郎さん
〈美濃加茂市蜂屋町〉

とれっただひろば イベント情報

6月

全営業日 牛乳月間(乳製品ポイント2倍)
5月31日～6月15日 梅まつり
14日～30日 初夏の夏野菜フェア
 (指定の夏野菜ポイント3倍!)
27日～29日 お米ポイント3倍デー
28日～7月6日 トウモロコシまつり

7月

6月28日～7月6日 トウモロコシまつり
12日～14日 お盆フェア(可児店)
 (季節の果物・切り花・仏花大量入荷)
中旬 夏の果物フェア
 (全国から旬の果物大集合!!)
26日～28日 お米ポイント3倍デー

※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。



6月は牛乳月間です。期間中は乳製品に限りトレミちゃんポイントが2倍になります。ぜひお買い求めください!

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!






特集

暑い夏に備え、 熱中症対策を学ぼう!




近年、夏の気温が上昇し、熱中症にかかる方が増えています。農林水産省の統計では、農作業中の熱中症による死亡者数は、平成24年から令和3年の10年間で259人とされ、7月と8月に発生が多いというデータ^(※)が発表されています。

激しい運動と考えられている農作業中は、熱中症にかかりやすく対策が必要です。熱中症対策について学び、ご自身の健康を守りましょう。

※出典:熱中症関係情報集(農林水産省)

https://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen/attach/pdf/nechu-26.pdf

● なぜ熱中症になるのか

- 熱中症とは、体温調節機能がうまく働かなくなり、**体内に熱がこもった状態**を指します。
- ヒトは暑い環境下や運動時に体温が上がる際、「皮膚血流量の増加」と「**発汗量の増加**」によりその上昇を防ごうとします。
- 発汗量の増加により、汗をかきすぎると体液を失い続け、体内の水分不足による「**脱水状態**」となり**熱中症になる危険性が増加**します。



● 熱中症の病態・症状

 熱失神 「夏の暑い環境下で起こる立ちくらみ」 夏の暑い環境で立ちっぱなしの時や、運動のし始め等によく起こる。	 熱けいれん 「痛みを伴う痙攣」 暑い環境で長時間もしくはキツイ運動をした時に起こり、主な原因は運動による疲労、水分と電解質の不足。	 熱疲労 「脱力感」「疲労感、めまい」「頭痛」「吐き気」等 暑い環境での作業により、深部体温が上昇するのが主な原因。	 熱射病 熱中症のうち「最も深刻で重度なもの」 意識障害に陥り、進行すると昏睡状態にある可能性もある。	
低	危険度			高

● 熱中症の対策 ～ 日常的な対策 ～

暑さを避ける

- 気温が高いときに激しい作業をすると、熱中症リスクはとて高くなります。
- どうしても作業を行う場合は、気温が高くなっている状況での作業は極力避け、**日陰や風通しの良い場所、エアコンの効いた部屋**で行えるものに行きましょう。



こまめな水分・塩分補給

- 発汗で失った水分の回復のため、**のどの渇きを感じる前に**、こまめに**水分の補給**を行いましょう。
- 汗は体内の塩分も一緒に排出します。そのため、**水だけではなく塩分の補給**も心がけましょう。
(スポーツドリンクや漬物がおすすめです。)



● 熱中症の対策 ～ 農作業中の対策 ～

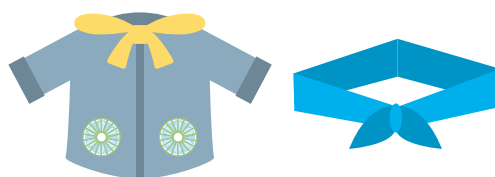
単独作業は避ける

- 熱中症になってしまった際、**早期発見、対処**が大切です。
- なるべく2人以上で作業し、お互いが視界に入るように作業したり、時間を決めて声をかけあう等、作業者に異常がないか、**定期的に確認できる環境**で作業しましょう。



熱中症対策アイテムの活用

- 農業は暑い環境で作業することが多く、**熱中症リスクの高い業種**です。
- 熱中症対策として、**アイテムを活用**することでリスクを下げることができます。

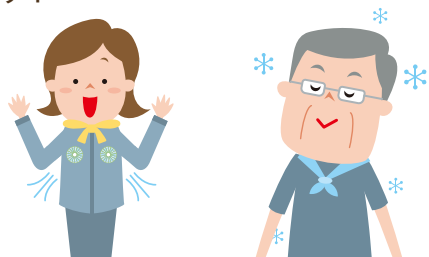


● 熱中症対策アイテムと活用方法

着用系冷却アイテム

(ファン付きウェア、ネッククーラー等)

- **作業中の身体を冷やす効果**があります。例えば、ファン付きウェアやネッククーラー等があり、どちらも**ホームセンター等で購入**できます。
- 体温の上昇を抑制できますので、**暑い時間帯の作業**が避けられないタイミングで活用しましょう！



飲料系アイテム

(アイスラリー、スポーツドリンク、経口補水液)

- 作業前、作業中に摂取することで**深部体温の低下**や**水分・塩分の補給**の効果があります。
- アイスラリーは「飲む氷」です。**作業前に飲む**ことで、作業中の**深部体温の上昇を抑制**しましょう！
- 汗で出ていってしまった**水分と塩分を同時に補給**するために、**作業中にスポーツドリンク**や、より補給効果の高い**経口補水液**を飲みましょう！



● 熱中症の疑いがあったら…

- 熱失神のような軽度の熱中症であっても、周りの環境や状況によって、応急処置等をしないと重症化する可能性があります。
- 立ちくらみや脱力感等の熱中症の症状を感じたら、すぐに「作業を中断」し、「応急処置」を実施することが大切です。
- 早い対処は快復への近道、疑いを感じたらすぐに対処しましょう。

① 作業を中断

(代表的な症状)

- 汗をかかない、体が熱い
- 立ちくらみ、吐き気、頭痛
- 脱力感、判断力低下



② 応急処置

- 涼しい環境へ避難
- 衣服をゆるめ体を冷やす
- 水分・塩分を補給



③ 病院へ

応急処置をしても症状が改善しない場合は医療機関で診療を受けましょう!!



出典:農林水産省ウェブサイト https://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen/nechu.html

熱中症対策研修テキスト(農林水産省) https://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen/attach/pdf/kenshu-20.pdfをもとにJAめぐみのが作成

事前に実施できる熱中症対策をご紹介します。事前に準備して、対策を強化しましょう

気温が高くなる前に、暑さに体を慣れさせ、対策しましょう

暑熱順化

- 暑熱順化とは、体が暑さになれることです。暑い日が続くと、体は次第に暑さに慣れ、熱中症に強くなります。
- 気温が高くなる前の時期から余裕をもって暑熱順化のための活動を始め、暑さに備えましょう。

ストレッチやウォーキングお風呂などで少しずつ暑さに慣れよう



農作業の前に体を冷やし、対策しましょう

プレクーリング

- 体温が上がりすぎると、体温調節機能・心肺機能・中枢神経系の機能が悪くなり、熱中症になりやすくなってしまいます。
- 農作業中の体温上昇を抑制する対策として作業を始める直前に身体を冷やすと効果があるといわれています。

冷たい飲み物や冷やしたタオルで体温を低下させよう



※厚生労働省「働く人の今すぐ使える熱中症ガイド」より

出典:熱中症対策研修テキスト(農林水産省) https://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen/attach/pdf/nechu-83.pdfをもとにJAめぐみのが作成

1日の天気や気温、熱中症警戒アラート情報を収集しよう

気象庁が天気や気温について、また、環境省が熱中症警戒アラート(危険な暑さが予想される場合に、暑さへの「気付き」を促し熱中症への警戒を呼び掛けるもの)について、情報を発信していますので、確認して1日の作業内容を考えましょう。

天気や気温はこちらから
気象庁:最新の気象データ



熱中症警戒アラートは
こちらから
環境省:熱中症予防情報サイト



今回の特集では熱中症の基礎知識から具体的な予防方法、そして発症の疑いがあった場合の対処法などについて紹介しました。厳しい暑さはこれからが本番です。無理せず体調に異変を感じた場合は、医療機関を受診することも大切です。皆様が安全で快適な夏を過ごせるよう、熱中症予防を心掛けてください。

私たちが寄り添えることを、もっと。

JA共済 × 全農 × JAバンク

今回のテーマ

防災

“自然災害に2つの備え”



ナビゲーター
田中 律子さん



備え
1

知恵・工夫・練習で備える
日常防災を、家族と一緒に楽しもう

いざという時も、日常に近い生活を続けるために

日本各地で甚大な被害をもたらしている自然災害。「ライフラインの復旧が遅れる」「復興半ばに再び被災し、再建の目途が立たない」など、避難生活が長期化するケースも発生しています。これからの「防災」は、長引く避難生活のストレスを減らすために「被災時に、いかに普段と変わらない生活を送るか」という視点が大切です。

例えば食事。「アルファ化米などの備蓄食を買ってある」という方も多いかもしれませんが、いざ食べてみると、子どもやシニアが「食べ慣れないから嫌だ」と受け付けないことも。「アルファ化米を食べてみて、味に慣れておく」「食べ慣れたお米も備蓄する」など、日常生活と避難生活のギャップを減らしましょう。また、「防災グッズ」は使い慣れない専用品を買わなくても、家にある物で代用できます。記事下では、災害時に役立つおすすめアイテムを紹介しています。自作して試してみてください。ほかにも、避難所に入れない・たどり着けないといったケースも。「避難所を3箇所は想定しておく」「避難所までの経路を複数考えておく」など、臨機応変に行動できるように考えておくほか、普段から防災について家族で話し合うことも大切です。

被災時は想定外のことが多く発生し、様々なストレスがかかります。「防災リュックを用意したから大丈夫」と油断せず、家族で、日常防災に取り組みしましょう。（国際災害レスキューナース 辻直美）

家にある物を活用！

災害時に役立つ

P・P・G・S

P ペットシート

※紙おむつ・ぼろ布でも代用可

ゴミ袋の中に新聞紙と一緒にに入れて「災害用トイレ」に。



P ペットボトル

懐中電灯の上に置くと「ランタン」になり、室内灯の代わりに。



G ゴミ袋

リュックサックの中に二重に被せて「給水タンク」に。

※運ぶ際はゴミ袋の口を縛ってください



S 新聞紙

くしゃくしゃにして首や手首、足首などに巻き、「防寒グッズ」に。



CHECK

日常防災にJA共済アプリを！

避難場所やハザードマップなど
防災対策に役立つ情報が満載！

JA共済アプリ

検索



私が拠点置く沖縄は台風が多いので、日常的に防災用品を使っています。皆さんもぜひ、日常防災を実践してみてください！

【監修】
一般社団法人育母塾
代表理事
国際災害レスキューナース
辻直美さん

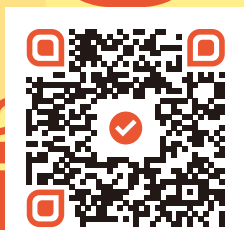
めぐみの2025.6 6

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

【災害による損害の自己負担】

火災や風水災等で

建物が全損した場合



保障が不十分だと建替えや修理費用が重くのしかかってきます…

建物の再建築に必要な
再取得価額に合わせた保障を！

さらに、見落としがちなコト



家財・家具の保障

家財・家具の総額(例)

1,270万円※



※実際の総額は異なる場合があります。大人2人、子供2人の4人家族
住宅面積(延べ面積)66㎡以上 132㎡未満の場合 JA共済「家財簡易評価基準」

もし被災してしまっても、保障が十分で
あれば新しい一歩も踏み出しやすいですね。



そこで！

建物・家財を幅広く保障

建物更生共済

むてきプラス

建物更生共済

My家財プラス

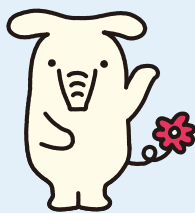
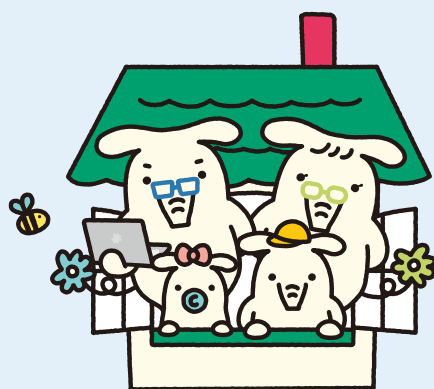
備え

2

激甚化が進む自然災害。高まる災害リスク
保障内容に不足はありませんか？

25481050193

コラム



あなたの夢を、確かなカタチに。

JAの住宅ローン

＞CHECK！＜

JAバンクの住宅ローンが選ばれる理由

©よりぞう

様々な住宅プラン
にフィット



新築・増改築、建売住宅やマンションの
購入など、お客さまの様々なマイホーム
プランにお役立ていただけます。

ゆとりある計画で
無理なく返済



返済方法・融資額・融資期間等、お客さま
のライフプランにあわせて、無理のない
返済計画をご提案いたします。

リフォームも
おまかせください



増改築や間取りの変更から、インテリアや
外装の工事などリフォームにも幅広くご利
用いただけます。



スマート農業を活用し、 麦の共同防除を実施



▲農業用ドローンを用いた共同防除の様子

JAは4月22日、IT企業と連携して農業用ドローンとデジタル地図を活用し、JA管内の麦圃場約50haの共同防除を行いました。適期を逃さず防除を行うことや、ラジコンヘリコプターに比べて静音で周辺環境に配慮した防除作業に取り組んでいます。

営農対策課の吉村圭太課長は「スマート農業導入で業務を効率化し、生産者を訪問して対話の機会を増やすことで、営農指導など生産者のニーズに応えたい」と話しました。

地域の皆さんとともに 「GREEN DAY」開催1周年



▲「GREEN DAY」での女性部による販売ブースの様子

みのかも東支店は4月15日、偶数月恒例の「GREEN DAY」を開催しました。特設ブースでは地域住民が売り手となり、女性部の作品や地元生産者の新鮮な野菜、花木、ハチミツなどを販売し、同支店とともにイベントを盛り上げました。

イベントは同支店の支店協同活動の一環で、昨年5月から行われ今回で7回目。地域住民が支店の活動に参画してもらうことを目的に、同支店で協議して発案しました。次回は6月13日（金）を予定しています。

とれったひろば関店が14周年祭を開催



▲来店客で賑わうタケノココーナー

とれったひろば関店が14周年を迎え、4月19日、20日に「14周年大感謝祭」を開催しました。

店内には、旬のタケノコや山菜、イチゴ、春ダイコン、ほうれん草など管内産の農産物が多く並びました。また、屋外のイベント広場では、JA特産品の炭火で焼いた醤油フランクの販売や、提携するJAファーマーズマーケットによる不知火などの柑橘類や新タマネギ、ナスなどの詰め放題も行われ、両日合わせ約1万人の来店客で賑わいました。

地元園児がサロン利用者に歌を披露



▲サロン利用者に歌を披露する地元園児ら

山之上まちづくり協議会とみのかも女性部山之上支部が、遊休施設となっている旧山之上営業所を活用して、毎月第3水曜日に「山之上ふれあいサロン」を開いています。

4月16日には、地域住民が育てた農産物などを使い女性部員らが作った竹の子ごはんやサラダ、漬物、わらび餅などが提供されたほか、山之上こども園の園児13人が同サロンを訪れ、童謡「犬のおまわりさん」と「むすんでひらいて」を手の動きを交えながら利用者に向けて披露し、会場は笑顔で溢れました。



接ぎ木苗作りで 夏秋トマトの安定生産を目指す



▲接ぎ木をするJA職員

白川営農経済センターは、美濃白川夏秋トマト生産部会が栽培する夏秋トマトの接ぎ木苗作りに30年以上前から取り組んでおり、4月上旬から下旬にかけて約10万本を生産しました。

接ぎ木は、2つの異なる品種の苗を切り取り、切断面で繋げることで、病気に強い苗作りを目的としており、同センターでは台木（苗の下部）に青枯れ病に強い耐性を持つ「キングバリア」を使用し、穂木（苗の上部）として食味の良い「桃太郎」を接ぐことで、安定生産に取り組んでいます。

堂上蜂屋柿振興会 大玉生産に向けて摘蕾講習会を開催



▲摘蕾講習会の様子

みのかも営農経済センターは4月28日、美濃加茂市堂上蜂屋柿振興会会員を対象に、美濃加茂市蜂屋町内の圃場で摘蕾講習会を開催し、27人が参加しました。

同会員は、講師の岐阜県普及員から、大玉の生産の妨げとなる生理落果や隔年結果を防ぐため、奇形や傷のある蕾などの適切な取り除き方を学びました。会長の酒向邦彦さんは、「昨年の夏の暑さや降水量の少なさの影響で、今年は例年よりも蕾が少ない。丁寧な摘蕾をして、大玉生産を目指したい」と話しました。

「郡上トマトの学校」研修生新規就農への一歩を進める



JAでは、郡上市、郡上農林事務所、郡上夏秋トマト部会と連携し、同市内での新規就農や移住・定住を促進し、産地の維持・発展のため「郡上トマトの学校」を10年前から運営しており、4月8日に本店で令和6年度修了式と令和7年度入所式を開催しました。

修了式では、2年間の研修を終えた大林孝彰さんがこれまで取り組みについて発表し、山内清久組合長から修了証を授与されました。大林さんは「研修での学びを活かして、1年目は反収10tを目指したい」と話しました。

入所式では、4月から新しく入所した古田賢次さんが「技術と知識を身に付け、長く農業を続けていきたい」と意気込みを語りました。古田さんは、4月中旬より栽培研修を開始しており、10月下旬頃まで夏秋トマトの栽培から市場への出荷を通して、農業者としての心構えと農業経営を学び、2年後には同市内での新規就農を目指します。



▲修了した大林さん（右から2人目）と入所した古田さん（右から3人目）



▲仮植えをする古田さん（前列左）



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。



小学生の農業体験

管内の一部小学校では「総合的な学習」の時間などを利用して 米づくりや農産物について学んでいます。

JAは地元農家と協力し、体験を通じて、子どもたちに農業や食の持つ役割、大切さを伝えています。

4/10



円空さといもの植え付け

瀬尻小学校 / 3年生

4/11



トウモロコシの定植

中有知小学校 / 1年生

4/24



もみまき

武儀小学校 / 5年生

5/8



夏野菜苗の定植

坂祝小学校 / 5年生

4/24



夏野菜栽培 土作り

坂祝小学校 / 5年生

令和7年度 MAP及び営農指導担当者任命式



▲代表して任命書を受け取る小林係長



▲決意表明をする安江主任

JAは4月28日、関市の本店で令和7年度MAPおよび営農指導担当者の任命式を行い、JA役職員、関係者ら54人が参加しました。

大規模経営体や集落営農組織などの地域農業の担い手に農業の総合的支援を行うMAPに8人を、共販及びJA直売所などに出荷する多様な担い手に総合的支援を行う営農指導担当者に20人を任命し、山内組合長が代表のみのかも営農経済センター小林雅典係長に任命書を授与しました。また、白川営農経済センター安江俊人主任が「組合員、地域とともに食と農を支える協同の力を発揮し、豊かな暮らしと地域社会の活性化に向けて積極的に活動する」と決意を表明しました。

MAP及び営農指導担当者を中心に、めぐみの主要農畜産物の生産・販売強化や担い手経営体への総合事業提案と経営支援、地域を支える多様な担い手の育成支援に取り組み、「持続可能な農業の実現」を目指します。

MAP (担い手専任担当者)

安田 正也	中濃営農経済センター
井藤 敬生	中濃営農経済センター
木田 治樹	郡上営農経済センター
栢田 雄介	〃 白鳥営業所
小林 雅典	みのかも営農経済センター
安江 俊人	白川営農経済センター
小栗 淳	可児営農経済センター

直売MAP

藤吉 達也 営農部直販課

営農指導担当者

大澤 幸司	中濃営農経済センター	加藤 嘉文	みのかも営農経済センター
長尾 文明	中濃営農経済センター	渡辺 隼人	みのかも営農経済センター
多田 好秀	中濃営農経済センター	吉野 宇音	みのかも営農経済センター
河村 圭昭	中濃営農経済センター	本川 亜依	みのかも営農経済センター
柴田 猛	〃 武芸川営業所	宮嶋 秀樹	みのかも営農経済センター
永井 勇樹	郡上営農経済センター	福井 太	みのかも営農経済センター
三輪 雅昭	〃 白鳥営業所	加納 恵介	白川営農経済センター
地搦 鉄也	〃 白鳥営業所	大岩 敏嗣	白川営農経済センター
高田 太豊	〃 白鳥営業所	渡邊 幸治	可児営農経済センター
和田 将平	〃 白鳥営業所	杉山 僚	可児営農経済センター

キュウリの抑制栽培

順々に種まきして、長い間収穫を楽しむ

園芸研究家 成松次郎

露地栽培のキュウリは春に種まき（晩春に植え付け）、夏に収穫するのが一般的ですが、家庭菜園でも6、7月に種まきすれば、春まきの収穫が終わる頃から新鮮なキュウリがなり始めます。ただし、盛夏期に種まき（または植え付け）するため、高温・乾燥で発芽や活着が不良になりやすく、病害虫の発生が多い時期であること、台風や干ばつなどの気象障害を受けやすいことなどに注意が必要です。

【品種】耐暑性があり、ウイルス病などの病気に強い品種を選びましょう。「VR夏すずみ」（タキイ種苗）、「ときわ光明」（ときわ研究場）などが良いでしょう。

【畑の準備】種まき2週間前までに1平方メートルあたり苦土石灰200gをまき、土と混ぜておきます。次に、1週間前に化成肥料（NPK各成分10%程度）200g、堆肥2、3銖を散布し、よく耕しておきます。幅約120cm、高さ約10cmの畝を作り、土壌水分が適度るときに白マルチを張って乾燥と地温の上昇を防ぎます。前作が果菜類のときは元肥をセロでスタートし、収穫が始まった頃から追肥を開始します。

【種まき】栽植方法は2条植えでは、条間80～90cm、株間60～70cm間隔にまき穴を作り、1カ所3、4粒をまきます（図1参照）。育苗する場合は9cmポリポットに2、3粒の種をまき、子葉が出た頃間引きし本葉2枚程度で植え付けます。

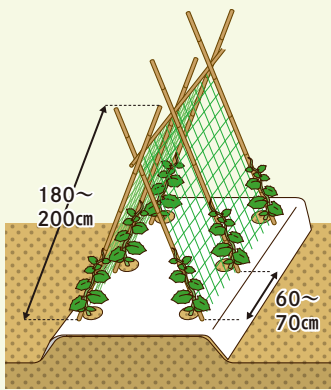


図2 支柱立て

【誘引・整枝】つるが伸び出す前に長さ2m以上の支柱にキュウリネットを張り、つるをネットに誘引します（図2参照）。下から5、6節までの子づると雌花は、全て早めに摘み取ります。6、7節以上の子づるとは本葉2枚の上で摘みし、親づるとは支柱の高さで摘みします（図3参照）。

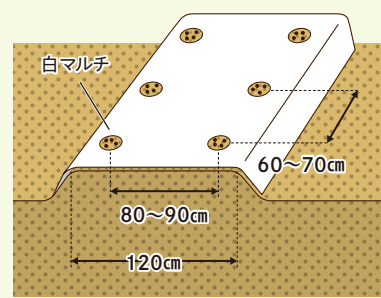


図1 種まき

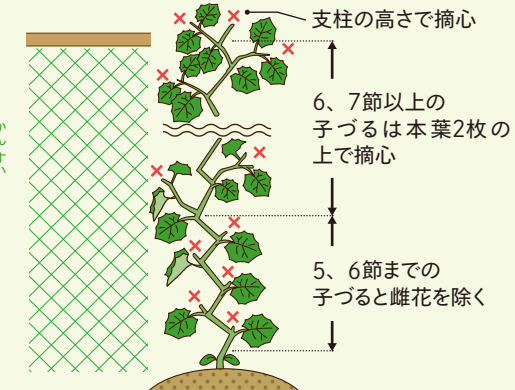
【追肥・灌水】肥切れさせないよう2週間ごとに収穫終了前まで追肥を続けま

【病害虫の防除】べと病やうどんこ病は登録農薬で防除します。アブラムシには、粘着くん液剤などを散布します。

【収穫】長さ21～22cm、重さ100～120gが収穫適期ですが、小さくても「もろキュウ」として楽しめます。最盛期は朝夕2回の収穫を心がけ、また草勢が弱ったときに灌水します。

図3 整枝方法

【追肥・灌水】肥切れさせないよう2週間ごとに収穫終了前まで追肥を続けま



栽培カレンダー（キュウリの抑制栽培）

	6月	7月	8月	9月	10月	11月
冷涼地	●	—	■	■		
中間地	●	—	■	■	■	
暖地	●	—	■	■	■	■

● 種まき — 生育 ■ 収穫

は若取りして株の負担を減らし回復を早めましょう。
※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。

第1回理事会報告 令和7年5月2日(金)

主要報告事項

1. 令和6年度決算結果について
2. 令和7年度事業計画(確定)について
3. 組合員の加入脱退について
4. 余裕金運用状況報告について

協議事項

1. 第22回通常総代会について
2. 集金等例外先にかかる報告・承認(3月)について
3. 令和7年度コンプライアンス・プログラムについて
4. 組織的に影響のある不備事項について
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. 令和6年度内部監査業務活動について
2. 令和6年度内部監査の品質に関する内部評価について
3. 可茂中央市場の決算報告について
4. 令和6年度コンプライアンス・プログラム進捗状況報告について
5. 自主検査結果評価報告書(第Ⅳ四半期)について
6. 苦情等対応・事務ミス報告(第Ⅳ四半期)について
7. 疑わしい取引の届出状況(第Ⅳ四半期)について
8. 令和6年度内部統制システム運用状況確認表について
9. 反社排除対応管理先対応状況(第Ⅳ四半期)について
10. 農業生産関連施設整備事業「東白川トマト選果場選果機更新及び建屋改修工事」完成報告について
11. 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
12. JA出資農業生産法人の経営状況報告について
13. 恵昇苑みのかも改築工事の入札結果について
14. 今渡・下恵土・土田統合支店建設工事の入札結果について
15. 理事との利益相反取引の状況報告について
16. 令和6年度決算における債権の償却処理について

購買請求書の電子化について

JAめぐみでは、お客さまサービスの向上と環境保全を目的として、令和7年10月取引分より紙媒体による購買請求書の発行を停止し、WEB閲覧サービスへ移行いたします。

自治会等の団体や、スマートフォン・パソコン等をお持ちでない場合は引き続き紙媒体の請求書を発行いたします。

当サービスでは、専用ページより「購買請求書」及び1年間のお取引内容をまとめた「購買品お買上明細書」を閲覧・印刷することが可能です。電子化の申込、紙媒体での継続発行には手続きが必要となります。手続き方法については、7月号の情報誌折込チラシをご確認ください。

今後もお客さまへの一層のサービス向上に取り組んでまいりますので、何卒ご理解いただき、変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

購買品の注文・配達に関するお知らせ

購買品の注文方法が

令和7年10月1日(水)より変更になります。

現在

各支店(営業所)
営農経済センター
配送センター

変更後

各支店(営業所)
営農経済センター
~~配送センター~~

※10月1日より配送センターでの受注業務は停止となります

配達については、営業日の午後2時までのご注文分は翌営業日、午後2時以降の注文は翌々営業日の配達となります。

お問い合わせ 本店 経済部 購買課 0575-23-5881

JAの自動車共済

えっ!?

こんなに安くなるの!?

自信を持ってオススメ!

この機会にぜひ **お見積り** を!

車の購入を検討されている方や、他社にご加入されている方はぜひお見積りください。

① 共済掛金の安さ!

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 充実した保障内容!

JA共済が選ばれている理由

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



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・注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

詳しくはお近くのJAめぐみの各支店までお問い合わせください

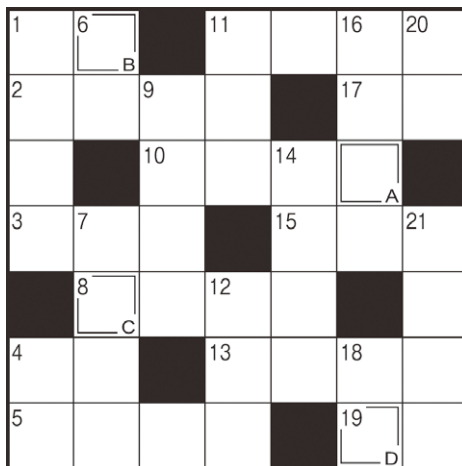
JAめぐみの
加工品詰合せ
5名様

※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

まちがいさがし
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

明方ハムと醤油フランク3本セット 5名様

Bコース

クロスワード
二重マスに入る文字をA~Dの順に並べて言葉完成させてください。



- ヨコのカギ
- 6～7月はしとしとと降る日が多い
 - あの部長は——掌握術に優れている
 - 化学式ではH+やOH-などと表します
 - 「桃太郎」でおじいさんが刈りにいったもの
 - 旧暦6月の異称
 - 赤、青、黄、鮮やかな——の花々が咲いている
 - 渋谷駅前の待ち合わせ場所として有名な忠犬——像
 - 長女から見た次女や三女
 - 父の日に——をこめてプレゼントを送った
 - 生の魚貝などを薄く切った料理
 - 木の根と枝のあいだ
 - オニ、テッポウなどの種類がある花

- ↓ タテのカギ
- 漢字では紫陽花と書く花
 - 肌ができないように日焼け止めを塗りました
 - 剣道の試合のとき頭につけます
 - 植物を分厚い本にはさんで作ることも
 - 1年を基準としたときの3カ月
 - inと表記する長さの単位
 - 神棚に供える植物
 - サイン、——、タンジェント
 - 海の宝石とも呼ばれる生き物
 - に交われば赤くなる
 - 6月10日は——の記念日です
 - じょうろやホースでおこないます



4月号の答え

(応募総数 393 通)
(正解者数 361 通)

Aコース
まちがいさがし

2.3.6.9.12

Bコース
クロスワード

イースター

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(当日消印有効)

6月30日

発表

8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

山口 陽子様(関市)
清水 美鶴様(郡上市)
岩谷久美子様(郡上市)
渡辺 夏美様(坂祝町)
渡辺 正三様(可児市)

Bコース

大森 勝様(関市)
河合 義隆様(郡上市)
柘植 友子様(八百津町)
奥村 純子様(可児市)
今井 英子様(御嵩町)

「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。

◎山菜の季節になりました！

情報誌に毎月掲載されている珍しい形をした野菜の写真やおすすめレシピなどを読むのも楽しみにしています。春になると、フキノトウやタラの芽、イタドリ、ツクシ、ワラビなどの山菜を食べることができて嬉しいです。

山田 美津子さん（可児市）

◎家庭菜園でびっくり

最近は家庭菜園に力を入れています。バジルを育てていたら、白い花が咲きました。バジルが花を咲かすとは知らず驚きましたが、育てる楽しさを感じることができました。

桂川 香澄さん（可児市）

◎頭も体も動かしたい

情報誌に掲載されている脳と体の健康体操をやってみ

みました。手と足を同時に曲げることは難しく、はじめは思うように動かすことができませんでしたが、今ではバッチリできるようになりました！

矢嶋 良晴さん（川辺町）

◎大きなお守り

4月に末の娘が小学校に入学しました。姉が6年間使ったランドセルを背負い、笑顔で登校しています。姉からの大きな大きなお守りです。

嶋田 久美子さん（郡上市）

◎笑顔でありますように

春になり暖かくなってきたので、農業が忙しくなる頃かと思えます。表紙の農家の方々のように、皆さんが素敵な笑顔で過ごせる年になることを願っています。

佐合 ちかさん（八百津町）

スマイルプラザ

見る人の目を楽しませたい

奥村 ^{つよし} 強さん・^{よりこ} 頼子さん | 可児市塩河 |

「とにかく花が好き」と話す奥村さん夫妻。趣味で自宅庭に数えきれない程の花を育て写真に収めていましたが、「写真だけではもったいない」と、4年程前から春里支店にネコヤナギなどのドライフラワーを持参し、来店する方の目を楽しませてくれています。

強さんが手に持っているわたぼうし状のドライフラワーは、ケセランパサランと言うそうです。3年程前に自宅で咲いた黄色の花がわたぼうし状になっていたのを見つけドライフラワーにしたところ、きれいな姿が長く保つため、「自宅で飾っておくだけではもったいない」と、以来時期になると毎年支店に持ち込んでくれています。「いつまでも長持ちする所が良い。風さえ無ければ1年以上この姿が見られる」とドライフラワーの良さを話す強さん。「いろいろな花木をドライフラワーに試しているが、ネコヤナギとケセランパサランが私は一番のお気に入り。多くの人に喜んでもらえると嬉しい」と話し、頼子さんは「健康で来られる間は毎年支店に飾りたい」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。



米茄子にアートのような模様が！誰の作品でしょうね。

尾藤 榮子さん(郡上市)

4年程前に食べたパイナップルの頭を土に押ししておいたら、昨年8月からピンクの花が咲いて、食べ頃のパイナップルになりました。

小島 廣子さん(八百津町)



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。

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 Tai so(ザ・タイソウ)」
20秒バージョン(号令付き)



農作業による前かがみ姿勢や長時間にわたるデスクワークなど、背中が丸まった状態で作業が続くことはありませんか？同一姿勢を取り続けていると、体が凝り固まったり、さらには思考力や集中力の低下につながる可能性もあります。仕事の合間を利用して、時折、体をほぐすとともに気分転換を図りましょう。

さて、日本体操協会では、心身の健康増進と明るい社会づくりに寄与するために、体操プログラム「The Tai so(ザ・タイソウ)」を国内外で紹介しています。「The Tai so」には三つのパターン(①ノーマルバージョン②ショートバージョン③20秒バージョン)があります。今回は③の20秒バージョンを取り上げます。イラストを参考に、20秒バージョンに含まれている運動の一部を体験し、運動に慣れてきたら動画を見ながら体を動かしてみましよう。

20秒で気分転換してみませんか？

レッツ、トライ！ 足踏み+腕を振る+胸を伸ばす運動



(1) いすに座って準備をします。



(2) 腕を振りながら足踏みを4回します。



(3) 胸の前で腕を交差します。



(4) 胸を伸ばすと同時に両肩をタッチします。



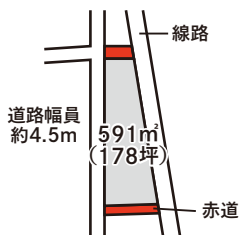
(5) 手拍子を2回します。

日本体育大学准教授・伊藤由美子

おすすめ不動産情報

売地

可児市下恵土 **700万円**(坪単価3.92万円)



所在地:可児市下恵土/面積:公簿591m²(178坪)/交通:
名鉄広見線 新可児 徒歩12分/土地権利:所有権/地目:畑/
都市計画:非線引区域/用途地域:1種住居/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:更地/引渡し(時期・方法):相
談・相談/接道状況(角地・間口):西4.2m 接面60.7m/設
備:電気、上水道、下水道、側溝/備考:今渡南小学校、蘇南
中学校、一部農地の為、農地法第5条許可が必要です。上下水道
の引込の際は負担金が発生します。/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

大切なお人形やぬいぐるみに
お別れができる「人形供養」

人形供養祭

2025

持込お参り時間
AM 9:00
AM 11:00の間
供養時間
AM 11:15~

同時開催
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・くなくなった人の
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します。

開催日時
令和7年
7.27日
AM 9:00~

人形供養祭会場
JAめぐみの帷子支店

来場粗品
人形供養祭にご来場の方に
素敵な粗品プレゼント!

JAめぐみの JAセレモニー
恵昇苑 みのかも 美濃加茂市蜂屋町中蜂屋3073-1
TEL:0574-28-3570

HPは
こちらから
ご覧いただけます

0120-542-061

365日24時間受付

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6月1日時点のものです。

動物好きの人、元気に働ける人、大歓迎!

【仕事内容】 搾乳、餌やり、除糞、
牛舎内の掃除、作業のサポート
【時間】 6:30~20:00
(休憩11:30~15:00)
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
【給与】 月給200,000円
【待遇】 昇給、賞与、退職金、
労災保険、雇用保険
【資格】 普通自動車免許
【勤務地】 関市東田原

小塩牧場



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、
田植えの応援作業等
【給与】 時給1,400円
【期間】 4月~11月
【勤務地】 可児郡御嵩町
【その他】 草刈り機をご持参ください

ふしみ営農



短期のお仕事です。 果樹園で一緒に作業しませんか?

【仕事内容】 摘果、袋掛け、草刈り、その他作業
【時間】 9:00~17:00
勤務時間についてはご相談
下さい
【給与】 時給1,100円
【期間】 5月中旬~7月末
【勤務地】 美濃加茂市山之上町

ありた農園



無料職業紹介サイト

求人情報掲載中!!

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。



おすすめツアー情報



県営名古屋空港から稚内までひとつ飛び！
FDAチャーター便で行く！
利尻・礼文・稚内 3日間



- 出発日／令和7年7月13日(日)～15日(火)
- 旅行代金／大人お1人様 **218,000円**(税込)(2～3名様で1部屋ご利用)
1名様1室ご利用の場合、別途60,000円を申し受けます。
※1名様1室をご希望の場合は、部屋数に限りがありますので、ご希望に添えない場合がございます。
- 募集人員／76名 ●最少催行人員／50名
- 申込金／50,000円(旅行代金に充当します)
- 申込締切日／2025年6月13日(金)※但し定員になり次第締切となります。
- 添乗員／同行し旅程管理業務を行います
- 利用航空会社／フジドリームエアライン ●食事条件／朝2回・昼3回・夕2回
- 利用予定バス会社／宗谷バス又は同等クラス
- 利用予定ホテル／下記または同等クラス
1泊目:ホテル礼文(礼文島) 2泊目:サフィールホテル稚内(稚内)
※1日目(礼文島)と2日目(稚内)のご宿泊の順番が入れ替わる場合がございます。
その場合、2日目のご昼食は利尻島内でお願いいたします。
※サフィールホテル稚内は、3名様1室の場合1名様はエキストラベッドをご利用いただけます。

日程	行程	食事	宿泊地
7/13 (日)	(FDAチャーター便) 県営名古屋空港 → 稚内空港 = !!昼食 宗谷岬など = 稚内市内 = (フェリー1等席) 稚内港 → 香深港(礼文島) ... 礼文島【宿泊】	×	ホテル礼文 TEL: 0163-86-1990 北海道 礼文郡 礼文町香深港字ワウシ 958-25
7/14 (月)	!!昼食 ホテル = 礼文島内観光 = (フェリー2等客室) 香深港(礼文島) → 香深港(利尻島) = 利尻島内観光 = (フェリー1等席) 鷺泊港(利尻島) → 稚内港 = 稚内市内【宿泊】	朝 昼 夕	サフィールホテル稚内 TEL: 0162-23-8111 北海道稚内市開道 1丁目2-2
7/15 (火)	ホテル = サロベツ原野など = !!昼食 (FDAチャーター便) 稚内市内 = 稚内空港 → 県営名古屋空港	朝 昼 ×	

航空 → 船舶 → バス = 徒歩 ...

※掲載のツアーは、この広告でのお申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。

■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

所在地: 岐阜市宇佐南4-12-2
FAX: 058-276-5024

旅行業公正取引
協議会 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。

退職者(4月1日～30日) 安藤 優花(みのかも東支店) 松山 和信(ひすい支店) 野村 和宏(黒川支店)

法律相談会

無料

可児会場 7月18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。
- ※7月15日(金)までにお申し込みください。
- ☎(0574) 62-5105(予約制)
- ※次回は9月19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 7月3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
- ※8月は1日(金)の予定です。

可児会場 7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。
- ※7月9日(金)までにお申し込みください。
- ☎(0574) 62-5105(予約制)
- ※8月は12日(金)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までお問い合わせください。

対象地域	日時	会場
中濃地域	7月12日(土) 午前9時15分～午後4時10分	美濃支店 ☎(0575) 33-1185
郡上地域	7月16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	7月26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	7月20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♪



ウメ

お求めはこちらから

とれたたひろば可児店・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（青梅）

5月中旬～6月上旬まで

※完熟梅は6月末ごろまで販売しています。
※ただし、気候等の影響により変動する場合があります。

梅干しの酸っぱさはクエン酸で、疲労回復効果があるといわれているよ。「梅は三毒を断つ」ということわざがあるほど、腐敗防止や食中毒の予防にも役立つんだ。

梅酒には若くてかたい青梅を、梅干しやジャムにすることは黄色く完熟したものを使うよ！完熟梅を梅酒にすると芳醇でまろやかな味わいになるから、好みで使い分けのもいいね！

ただし、青梅には中毒を起こす可能性がある物質が含まれているから、生食は控えてね。



ゲーリン

とっておき旬のレシピ 豚肉の梅干し煮

材料（4人分）

豚肉（肩ロースまたはヒレ）…400g
卵……………1個
塩・こしょう……………各少々
片栗粉……………65g
揚げ油……………適宜
梅干し（種を除く）……………40g

砂糖……………50g
酒……………大さじ2
トマトケチャップ…大さじ2
しょうゆ……………大さじ3
水……………100ml
鶏ガラスープの素…小さじ2
スタチ（輪切り） 4枚

作り方

- ① 豚肉は一口大に切り、卵・塩・こしょうを加えて混ぜ、さらに片栗粉も混ぜる。
- ② 揚げ油を中温に熱し、①を入れて表面がカリッとするまで揚げる。
- ③ ボウルにたたいた梅干し、砂糖を合わせ、よく混ぜる。
- ④ 鍋にAを入れて煮立て、③を加え弱火で煮る。
- ⑤ ④に②を加え、汁気がなくなるまで煮て、器に盛りスタチを添える。

ポイント

豚肉と梅干しの組み合わせで疲労を回復。冷めてもおいしいスタミナメニューです。
梅干しのソースは魚にも合います。



赤堀料理学園校長 赤堀 博美 東京都文京区小石川生まれ。管理栄養士。日本女子大学大学院食物栄養学専攻修了。
日本女子大学非常勤講師、十文字学園女子大学非常勤講師、日本フードコーディネーター協会常任理事。



耕そう、大地と地域の未来。

2025

6

NO.267

●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

●2025年6月号 令和7年6月1日発行



▲ホームページはこちらから

■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

