

2025 SEPTEMBER Vol.330

ひがしみの



特集

じもとにエール

「地産地消の店」に行ってみよう!

農句情報

令和7年産米 JA概算金が決まりました!

期限切れ農薬・不用農薬・空容器の回収のご案内

彩・菜・栽

コリアンダー（パクチー） エスニックな香りと味を楽しむ

旬の
農畜産物の
話題♪

役立つ情報が
いっぱい!

JAひがしみの
公式LINE配信中!



令和7年6月1日から

熱中症予防対策が
農業者や農業法人を含む事業者
に義務付けられました。

熱中症予防対策
パンフレット
(厚生労働省)





ボランティア活動や料理、手芸などを一緒に楽しむ「たんぽぽの会」のみなさん



人の役に立つことをしながら、 老後を元気に過ごすための 勉強中！

助けあい組織(中津川地域)
たんぽぽの会

老人福祉施設への慰問活動を、多い年には年10回以上も行い、JAの親子食農体験サークルでは畑の草むしりを買って出て、縁の下で支えている「たんぽぽの会」のみなさん。

「人の役に立つことをしながら、自分たちが老後を元気に過ごすための勉強をしているところなの！」と笑顔が輝きます。現在、23人のメンバーがボランティア活動や自分たちの健康づくり、楽しみの活動に集まります。

JAが以前行っていた、助けあい組織の育成・支援

がこの会の活動につながっています。代表の木下みつ子さんは、「高齢者を支える活動から、若い子を手助けする活動に内容が変化してきたね」と振り返ります。

たんぽぽの会を含め、管内には4つの助けあい組織があります。例えば、JAの親子(未就学児)向け食農体験サークルでは、助けあい組織が体験用の畑の手入れをしたり、手作り弁当を提供して活動を支え、魅力を広げています。

また、たんぽぽの会メンバーの中から、「たんぽぽ劇団」を結成し、慰問に訪れた施設では即興を交え劇や歌を披露。場に応じた愉快な進行で笑いを誘いつつ、施設利用者との和やかな交流の輪が広がります。

メンバーの年齢は60～80歳代。「元気に年をとる勉強中」と話す通り、「若い世代と交流する場を作りたいね」「子ども食堂がやってみたい」とアイディアと笑顔がいっぱいです。

Contents

ふれっしゅニュースSDGs

03. 秋の味覚 栗の出荷はじまる ほか

特集

06. じもとにエール 「地産地消の店」に 行ってみよう！

農句情報

09. 令和7年産米 JA概算金が決まりました！

- ・期限切れ農薬・不用農薬・空容器の回収のご案内

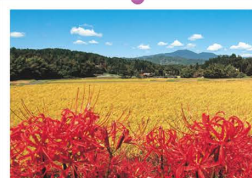
11. 彩・菜・栽 コリアンダー(パクチー) エスニックな香りと味を楽しむ

12. ひがしみの掲示板

14. 今日も二人三脚 キラキラ ひがしみのっ子

15. おはなし日和 頭の体操

16. Information



■表紙の写真

「収穫の秋」 撮影/石田 裕道さん

恵那市三郷町の風景。遠くに笠置山を望み、秋もたけなわ。同地区では、水稻の来年の種を採取する生産がさかんに行われています。



JAひがしみの

2025年9月

ふれっしゅ
ニュース2 新鮮を
ゼロに秋の味覚
栗の出荷はじまる

JAひがしみの管内で8月下旬から、栗の出荷がはじまりました。出荷量は平年並みの見込みで、10月下旬まで続く予定です。

8月27日・28日には本格的な出荷に向けた目揃え会も開かれ、高い品質の栗を出荷できるよう選果基準などを確認しました。



洗皮がぼろっと剥きやすい
「東美濃 ぼろたん」は
JAタウンで!

おいしい日本と暮らそう
JAタウン



JAひがしみの管内ではじまった栗の出荷

JA女性協の役員が講師を務め
多くの人が参加したソバ寿司作り

多肉植物の寄せ植え体験

JAひがしみの女性連絡協議会は7月26、27日に「家の光大会 あい♡あい会員作品展」をJA本店で開きました。

日頃の成果の発表と、会員の交流や仲間づくりを目的として毎年開かれています。

会場には講座やサークル活動で作られた作品が一堂に展示・販売され、350人の来場者で賑わいました。また、各種の体験コーナーには多くの人が参加しました。

3 すべての人に
健康と福祉を体験コーナーなど盛況
家の光大会 あい♡あい会員作品展体験コーナーには夏休みの子
どもたちの姿もアクセサリーなどの手芸品の
販売も盛況



農作業の安全確認を呼びかけた講習会

JAひがしみの7月31日、JAひがしみの本店で農作業安全講習会を開き、約140名が参加しました。今回は暑さ対策のため屋内で開催しました。農作業中の熱中症や、農機の大型化、作業者の高齢化などで農作業事故は全国的に増える傾向にあり、地域ぐるみで事故防止を図ろうというものです。



農作業事故防げ JAひがしみの安全講習会



魅力を伝える なす栽培見学ツアー

JAひがしみのと東美濃夏秋なす生産協議会は7月29日になす栽培見学ツアーを開催しました。

JA出荷に向けたなす栽培に興味のある人に、管内の栽培状況を知ってもらい、栽培の魅力を伝えることが目的です。



なすツアーで訪れた生産者の圃場



マジシャン・RYUHEI NAKAMURA氏によるマジックショー

JAひがしみの恵南地域女性部は8月22日、JA恵南ホールで「恵南地域あい♡あい会員のつどい」を開き、53人が参加しました。本格的なマジックショーを楽しんだあと、「第50回家の光記事活用発表」で優秀賞を受賞した三尾揚子さんの発表を聞きました。



恵南地域で あい♡あい会員のつどい

JAひがしみの恵那アグリセンターは8月2日にアグリスクールを開催しました。4組の親子が参加し、ライフファーム東野でなすの収穫と人参の種まきを行いました。



親子で食農体験 恵那アグリスクール



なすを収穫の様子



人参の種をまく親子



JAの乾燥調製施設では、**もみ殻を無料**でお譲りしています。

もみ殻の効果 畑の地表の保温・保湿効果 硬い土壌の通気性アップに! マルチの代わりに

JAひがしみの各カントリーエレベーター、
ライスセンターへお問い合わせください。





リンクも間近なSS席でディズニー・オン・アイスを鑑賞

JAひがしみの中津川地域女性部では、8月1日と4日に日帰り交流会を行いました。部員同士の親睦を深めるとともに、新たな会員加入のきっかけにしようというものです。両日合わせて90人が参加しました。

セントレアで昼食と買い物を楽しんだ後、愛知国際展示場の特設会場でディズニー・オン・アイスをSS席で鑑賞しました。ディズニーの名作に登場するキャラクターたちが次々と登場し名シーンを演じました。



ディズニー・オン・アイス 日帰り交流会



飛騨牛フェスタ開催 管内生産者が 上位入賞



左から丹羽貞蔵さん、(同)佐藤牧場さん

JA全農岐阜は8月1日、岐阜市食肉地方卸売市場で「2025飛騨牛フェスタ in 岐阜」を開催しました。和牛肥育生産技術の研鑽と夏季の消費拡大を図るものです。

美濃地域の各JAから80頭が出品され、JAひがしみの管内からは26頭を出品。入賞牛4頭のうち2頭がJAひがしみの管内生産者となる結果でした。(敬称略)

最優秀賞 丹羽貞蔵さん(加子母)
優良賞1席 (同)佐藤牧場(加子母)

「生活習慣病健診」を行います

～ぜひ受診してください～

【健診日・会場】

日付	健診場所
11月11日(火)	JA恵南アグリセンター
11月25日(火)	恵那支店

【受付時間】 午前8:30～11:00

■お申込み

恵那・恵南地域限定で**6月号の広報誌に申込書を折込みしました**。申込書は同地域の各支店窓口にも設置しています。お早めにお申し込みください。

■お問い合わせ先

JAひがしみの本店 組織広報課
TEL 0573-78-0124



げんこつ飴作りを体験する児童

放課後等デイサービス事業所「かがやきキッズ」は7月22日、JA本店でげんこつ飴作りを楽しみました。JA食農リーダーのサポートを受け、食の体験を広げようとするものです。



JAで食の体験 かがやきキッズがげんこつ飴作り

じもとに
エール
特集

「地産地消の店」に 行ってみよう!

JAひがしみのが認証している「地産地消の店」は、JAグリーンセンターなどのJAが関わる直売所やAコープ店を通して地元産食材を積極的に利用しているお店です。ぜひ皆さんも認証店をご利用いただき、地元産の農畜産物の美味しさを味わい、地元の農業を応援して下さい!

02 美濃いそむら

地元産米で
握るお寿司

カウンター席では日本庭園を眺めながら、気さくな大将が握る本格的なお寿司を楽しめる美濃いそむら。

昨年、美濃照寿庵を事業継承し、今年の6月に屋号を変えたばかりです。「自分のお店をもつのが夢だった」という大将の磯村さんは、「お客さんがおいしく喜んでくれる姿にやりがいを感じている」と語ります。

昨年よりJAからコメを仕入れるようになり、地元産のコメはおいしいと評判です。

お祝い事などの際にはぜひ特別なひとときを過ごしてみませんか?



- 住所/恵那市長島町中野40-1
- 電話/0573-25-1888
- 営業時間/11:00~14:00、17:00~21:30 (夜は予約制)
- 定休日/毎週木曜日、第2水曜日、1/1~3



01 愛夏 Aika

ボリューム満点のオムライスが自慢の喫茶店

ボリューム満点のオムライスや、ハンバーグと揚げ物がセットになった各種定食が人気の喫茶店「愛夏(Aika)」。

メニューには、JA中津川グリーンセンターで仕入れた新鮮野菜も使用しています。

店主の伊藤さんは「学生さんやサラリーマンの方にもたくさん来ていただいていますよ」とにっこり。

ランチは平日のみとなっています。



- 住所/中津川市駒場1480-12
- 電話/0573-66-7265
- 営業時間/7:30~17:15
オーダーストップ
- 定休日/金曜日



03 旅館いち川

近場で
ゆったり小旅行
気分を

約400年前に旅館「角屋」として始まった旅館いち川は、明治初年に屋号を改め現在に至ります。

地元愛あふれる16代目女将の市川さんは、訪れるお客さまの想いに寄り添い、地域のコンシェルジュ（案内人）としての役割も担っています。

JAから仕入れる栗旨豚のほか、旬の地元食材にこだわった料理を提供しています。おいしい食事と椅子の和個室でくつろげる閑静な空間で、日帰りでも家族や友だちとゆったり小旅行気分を味わってみませんか？

- 住 所／恵那市大井町95-1
- 電 話／0573-25-2191
- 営業時間／予約制
（お昼は11:30～12:30、
夜は17:30または18:00からの
ご予約がおすすめです）
- 定休日／不定休



04 上海飯店

おいしい
地元産米が
大好評

2003年にオープンし、今年で23目を迎えます。

「もっとおいしいおコメにしてほしい」というお客様の声をきっかけに、昨年より仕入れ先を「A」に変更。一層おいしくなったと評判です。

「（恵那は）米どころでおコメの味に敏感なお客様が多く、おいしい地元産米が皆さんの口に合うんだと思う」と店長さん。

上海出身の店長が日本人の口に合うよう絶妙な調整を加えた中華料理をご賞味あれ。

- 住 所／恵那市長島町中野2丁目1-20
- 電 話／0573-25-4076
- 営業時間／昼 11:00～14:00
夜 17:00～23:00
ラストオーダー
- 定休日／毎月第3水曜日のみ



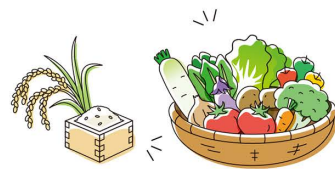
05 更科

地元食材の
価値を
高めたい

大正14年から「街の食堂」として愛され、観光客には「おいしい田舎」を提供してきたお店です。阿木産のそばをはじめ、栗、山菜、飛騨牛に松茸と、地元食材が活きています。「地元食材の価値を上げるために外から人を呼び込みたい。地元の人たちにとっても身近な食材への価値観を高めてもらえたら」と語る4代目ご主人。9月～11月には期間限定で、JAから仕入れたもち米で作る栗おこわが楽しめる「中山道御膳」が人気です。

- 住 所／中津川市太田町2-2-31
- 電 話／0573-65-2075
- 営業時間／11:30～
そばが無くなり次第、
夜は予約制（23時閉店）
- 定休日／不定休

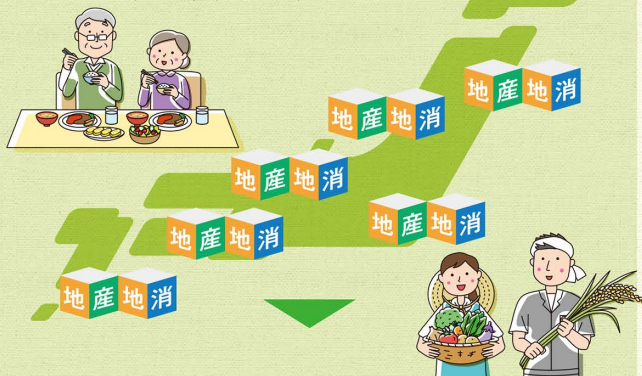




地産地消は、あなたにも、
地域にもいいこといっぱい。

ちさんちしょう
地産地消で、

地域の食と農業を元気に!



地域で生産したものを地域で消費するのが「地産地消」。
その積み重ねが「国消国産」になります。

私たちの国で消費する食べものは、
できるだけこの国で生産する

こくしょうこくさん
国消国産



耕そう、大地と地域の未来。 JAグループ

食卓に
いいこと

地域に
いいこと

地域でとれたもの
だから新鮮で美味しい。

地域の農業と
経済を元気にします。



ちさんちしょう
地産地消



子ども
たちに
いいこと



環境に
いいこと

地域の食・農業への
愛着や理解が深まります。

輸送で出るCO₂の排出を
抑え環境に優しい。

● 地域でとれたものを食べる

● JA直売所で買う

● 売り場で国産を選ぶ

● 外食の時にも国産食材を使っているお店を選ぶ

それが「国消国産」を進めるために私たちができること。
「地産地消」と「国消国産」が、日本の食と農業の持続に
つながっていきます。



認証店にお渡しする
JA特製の東濃ヒノキ製プレート

「地産地消の店」に登録しませんか?

JAひがしみのグリーンセンターやAコープ店で食材を購入している
恵那市、中津川市管内の飲食店の皆さん!

登録するとJA広報誌(22,000部配布)でお店のPRが無料でできます。
ぜひこの認証制度に登録して地産地消を一緒に盛り上げていきましょう!

登録の条件など詳しくは… JAひがしみの 経済部 電話 0573-78-0122

登録は
無料
です!

期限切れ農薬・不用農薬・空容器の回収のご案内

自宅の倉庫などに、不用になった農薬や空容器、ラベルがはがれて不明な農薬、期限切れ農薬などは
ありませんか? ありましたら、この機会に下記センターにて回収を実施しますので、ご利用ください。

場 所	日 付	時 間
恵那アグリセンター	令和7年10月21日(火)	10時~12時
中津川アグリセンター	令和7年10月22日(水)	
恵那北経済センター 加子母経済センター	令和7年10月23日(木)	
恵南アグリセンター	令和7年10月24日(金)	



過去の回収の様子



令和7年産米 JA概算金が決まりました!

令和7年産米概算金 単価表

単位:円(税込)/60kg紙袋

制度	品 種	年 産	特 等	1 等	2 等	3 等	年産差額
JA 米	コシヒカリ	R7年概算金	—	27,600	27,276	26,196	10,400
		R6年概算金	—	17,200	16,876	15,796	
	ひとめぼれ	R7年概算金	—	25,500	25,176	24,096	9,800
		R6年概算金	—	15,700	15,376	14,296	
	あきたこまち	R7年概算金	—	25,500	25,176	24,096	9,800
		R6年概算金	—	15,700	15,376	14,296	
	あさひの夢	R7年概算金	—	24,500	24,176	23,096	9,600
		R6年概算金	—	14,900	14,576	13,496	
	その他うるち (銘柄品種)	R7年概算金	—	23,500	23,176	22,096	8,900
		R6年概算金	—	14,600	14,276	13,196	
	ひだほまれ 五百万石	R7年概算金	23,500	22,852	21,016	19,936	7,000
		R6年概算金	16,500	15,852	14,016	12,936	
一般 米	コシヒカリ	R7年概算金	—	29,000	28,676	27,596	12,400
		R6年概算金	—	16,600	16,276	15,196	
	ひとめぼれ	R7年概算金	—	25,200	24,876	23,796	11,200
		R6年概算金	—	14,000	13,676	12,596	
	コシヒカリ	R7年概算金	—	26,952	26,628	25,548	10,400
		R6年概算金	—	16,552	16,228	15,148	
	ひとめぼれ	R7年概算金	—	24,852	24,528	23,448	9,800
		R6年概算金	—	15,052	14,728	13,648	
	あきたこまち	R7年概算金	—	24,852	24,528	23,448	9,800
		R6年概算金	—	15,052	14,728	13,648	
	あさひの夢	R7年概算金	—	23,852	23,528	22,448	9,600
		R6年概算金	—	14,252	13,928	12,848	
	その他うるち (銘柄品種)	R7年概算金	—	22,852	22,528	21,448	8,900
		R6年概算金	—	13,952	13,628	12,548	
	その他うるち (産地銘柄以外)	R7年概算金	—	22,852	22,528	21,448	8,900
		R6年概算金	—	13,952	13,628	12,548	
	ひだほまれ 五百万石	R7年概算金	22,852	22,204	20,368	19,288	7,000
		R6年概算金	15,852	15,204	13,368	12,288	
	たかやまもち	R7年概算金	—	28,352	28,028	26,948	12,400
		R6年概算金	—	15,952	15,628	14,548	
	コノエモチ その他もち	R7年概算金	—	24,552	24,228	23,148	11,200
		R6年概算金	—	13,352	13,028	11,948	



※JA米・一般米格差 △648円

※うるち・もち米

1・2等格差 △324円

2・3等格差 △1,080円

※酒造好適米

特・1等格差 △648円

1・2等格差 △1,836円

2・3等格差 △1,080円

※出来秋契約

△432円(当初契約なし)

※水分的格差

△432円(13.0%未満)

※包装格差 △200円

※集荷時期格差(うるち米)

1月以降 △1,080円

※集荷時期格差(酒造好適米・もち米)

1月以降 △1,080円

※カントリーエレベーターでの価格は

袋代がないので上記より200円

安くなります。(包装格差)

※その他銘柄品種

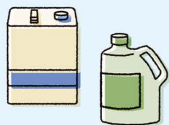
いのちのき・キヌヒカリ・はなの舞・

ミルキークイン・ミネアサヒ・

縁結び・清水1号

対象薬剤と利用料金例(税込)

- 一般農薬(粉・粒・液) 236円/kg
- 燻蒸剤・燻煙剤 1,100円/kg
- シアン化合物・クロールピクリン・硫黄類・塩素系・品名不明農薬 1,870円/kg
- ヒ素系 1,870円/kg
- スプレー缶農薬 550円/kg
- ダイオキシン類・BHC系・PCPs系 3,300円/kg
- PCP系 8,800円/kg
- 水銀系農薬・臭化メチル 11,000円/kg
- 空ポリ容器
 - 小(1ℓ以下) 55円/本
 - 中(5.5ℓ以下) 220円/本
 - 大(5.6ℓ超え) 550円/本
 - 特大(20.1ℓ超え) 1,430円/本
 - ドラム缶サイズ(200ℓ) 6,600円/本



※空容器は洗浄してキャップは外して持ち込んでください。

- 空ガラス瓶
 - 小(0.5ℓ以下) 55円/本
 - 中(0.5ℓ超え) 330円/本
- 空金属容器 330円/本
- 試験用薬品 5,940円/kg(品名確認後見積もりあり)



※別途、収集運搬費(最大660円/kg…数量により変動あり)がかかります。

- ・未洗浄の容器については農薬扱いとなりますのでご注意ください。
- ・ビン類は栓、袋類は密閉し、漏れ、飛散、悪臭漏れを防止してください。
- ・利用者自身で各収集場所へ時間内に持ち込んでください。

◎当日は印鑑が必要ですでお持ちください。

農業用使用済プラスチック資材(ハウスのビニールやマルチ、肥料袋など)の回収については12月上旬に行う予定で、広報誌11月号でご案内します。

水稻基肥一発肥料が 環境負荷を軽減する商品に切り替わります

従来品「エムコート822 20kg」

新商品 減プラスチック

「Jコート822 20kg」

※表面コーティングを変更し、プラスチック使用量を4割削減しました。使用方法に変更はありません。
※Jコートは最終的に炭酸ガスと水になり自然へ還ります。



配送価格 **5,280円(税込)**
※令和7年8月現在

新規取扱 脱プラスチック肥料

「清流の至豊2480 15kg」

※プラスチックを使用していません。
・省力化(15kg) ・コスト低減

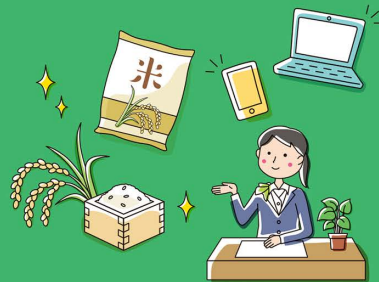


配送価格 **4,050円(税込)**
※令和7年8月現在

今年も「ひとなる」米を販売いたします。

お申し込みの受け付け開始は10月を予定しています。

※ダイレクトメール
昨年ご利用の方にはDMを郵送いたします。10月になりましたら、JAひがしみの各店舗またはインターネットにてお申し込みください。



テーマ 「未来につながる
東美濃の食と農」

日時 令和7年11月16日(日)
9時～14時

場所 東美濃ふれあいセンター
中津川市茄子川1683-797

出店募集目的

生産者等が安全・安心な農畜産物等を直接、消費者に販売することで相互理解を深める交流の場とします。

出店者条件

原則として、JAひがしみの管内に居住する農業者、農業者団体、または農業祭に協賛する組織に係るもの。

申込方法

出店申込関係書類をJA各支店・アグリセンターを通じて農業祭実行委員会(JA本店経済部事業所課)へ提出してください。出店申込関係書類は、JA各支店・アグリセンターの窓口に設置している

ものか、左記QRコードからダウンロードしたものを使用してください。

協賛金

出店者は、売り場1区画(テントの1/2、横幅約2.4m)当たり左記の協賛金を支払うものとします。

・農業者 2,000円

・農業者以外、および他地区の個人・団体 4,000円

・キッチンカー 3,000円

※場所割りは農業祭実行委員会に一任。

※コンパネ、机、電気、ガスについては必要に応じて出店者が各自で用意してください。

審査

出店申込に対し農業祭実行委員会が審査を行い、出店者を決定します。

募集出店種類

左記のいずれも販売予定物について種類や内容を事前に農業祭事務局へ報告してください。

・農畜産物販売

・飲食物即売 ※個々で保健所へ届け出てください。

搬入は前日の午後12時から17時または当日の午前8時までに行ってください。片付けは農業祭終了後の14時以降に行ってください。

お申し込み期限
令和7年10月3日(金)

お問い合わせ

ひがしみの農業祭実行委員会
事務局 JAひがしみの本店経済部事業所課
電話 0573-78-0122

出店について
詳しくはこちらを
ご参照ください。



健康や介護、育児のことで悩んでいませんか 気になることを看護師や介護支援専門員、医師(精神科・心療内科は除く)、栄養士に直接電話で相談してみませんか?

JA共済の健康・介護ほっとライン

これまでの相談実績
延べ12万人!

24時間 365日
匿名でご利用できます

TEL 0120-481-536

「コリアンダー（パクチー）エスニックな香りと味を楽しむ



コリアンダーは地中海原産のセリ科野菜。中国ではシャンツァイ（香菜）、タイではパクチーと呼ばれ、中華料理やエスニック料理に欠かせない食材です。セリに似た濃緑色の葉には独特の強い香りがあり、肉料理の添え物や炒め物に使用します。成熟した種子は芳香とスパイシーな風味があり、香味料になります。比較的冷涼な気候を好み、中間地などでは夏には高温を避けるため、遮光するとよく育ちます。

【品種】

「サワデイ」（トキタ種苗）、「ぱくぱくパクチー」（サカタのタネ）などがありますが、一般には「コリアンダー」や「パクチー」の名で販売されています。

【畑の準備】

事前に1平方m当たり苦土石灰200gを菜園全体に散布して耕しておきます（図1）。その後、堆肥2kgと化成肥料（NPK各成分10%程度）100gを施し、土とよく混合し、幅90cmのベッド（栽培床）を作ります。

【種まき】

ペンチなどを使い、種を軽く押して割れ目を入れ、一晩水に浸すと発芽が早ま

図1 畑の準備

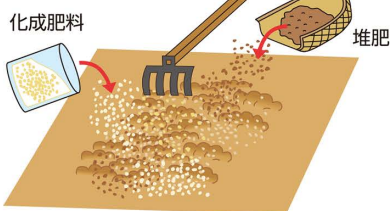


図2 苗作り

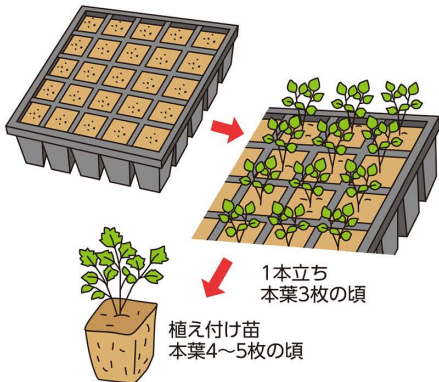


図3 植え付け

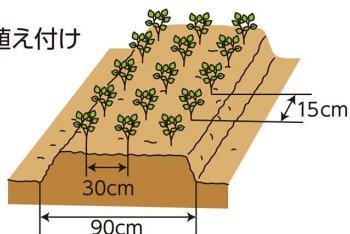


図4 暑さ対策

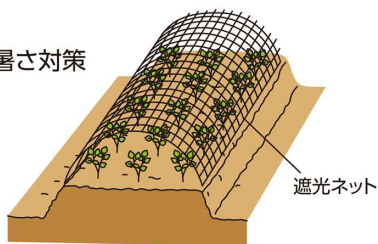
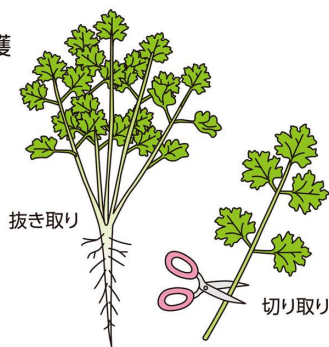


図5 収穫



栽培カレンダー（コリアンダー（パクチー））

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
冷涼地		●	▲	■				
中間地・暖地	●	▲	■					

● 種まき ▲ 苗作り ■ 植え付け ■ 生育 ■ 収穫

【植え付け】

幅90cmのベッドでは条間30cmの溝を3条に切り、苗を約15cm間隔で植え付けます（図3）。

【灌水】

水分を多く必要とするため、土が乾いたら少量を回数多く灌水します。夏の暑さ対策には50%程度の遮光ネットでトンネル被覆します（図4）。夜間や曇雨

【収穫】

草丈が30〜40cm、葉数が10〜15枚くらいになったら、抜き取って収穫ができますが、下葉を順次切り取るのも良いでしょう。春と秋では、1、2週間に1、2枚ずつ収穫できます（図5）。花茎が伸びてきたら、常に摘み取ってください。

【病害虫の防除】

アブラムシが付いたときは、見つけ次第、手でつぶしたり、登録農薬で駆除します。ハダニは主に葉裏に寄生し白い斑点やかすれた症状を示すので、登録農薬で防除します。農薬に頼らない防除法として防虫ネットのトンネル被覆がお勧めです。

ります。小型の連結ポットや7・5・9cmポットに4〜5粒まき、5mm程度に浅く覆土します。一つの殻に二つの種が入っているため、通常1粒から2株発芽しますが、その後間引いて本葉4〜5枚の1株立ちの苗に仕上げます（図2）。間引きの際に残す株を傷めないように根元をはさみで切り取ります。じかまきの場合は、条間30cm、約1cm間隔の筋まきをし、徐々に間引いて、最終株間を約15cmにします。

天時は取り除くのが良いでしょう。終日遮光をする場合は20%程度を使います。



組合員の皆様へ



大切な思い出の詰まった
愛用品をご供養いたします

想いで供養祭

開催日時

令和7年

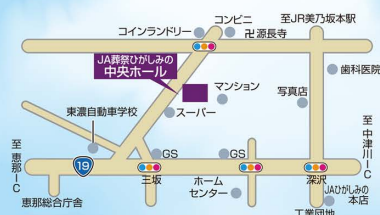
10月4日(土)

9:00~11:30

開催場所

**JA葬祭センター
中央ホール**

(中津川市茄子川堤下2040)



主催: JAひがしみの

供養
対象物
一例

写真、アルバム、日記、人形等、可燃物に限ります。



※ガラス・金具等、不燃物は取り除きご持参ください。
※品物によっては、受け付けをお断りする場合がございます。予めご了承ください。
※業者の方の持込みは禁止します。

供養物持込時間

9:00~11:00

(それ以降の受取りはできません)

※お気持ちにより、志をお受けいたします。

祭壇前に陳列しお参りしていただけます。

11:00~11:30に神事を執り行いますので、ご希望の方はご着席いただけます。

講演会

同時開催

10:00~10:50

参加料無料
予約不要!

演題 **「知らないと損する
相続・終活の落とし穴」**

講師 はなまるコンサルティング
司法書士 吉村 成貴氏



葬儀相談・会員特典いろいろ!
やすらぎ会員入会受付!!

9:00~11:30



お問い合わせ先 **JAひがしみの葬祭センター** ☎ 0120-098-382 (9:00~17:00)

2025年

8月・9月は

対象のJA直売所でJAカードをご利用いただくと

10%割引!

ご請求時
〈対象期間〉
2025年8月1日(金)~9月30日(火)

※一部対象外の店舗・施設や商品・サービスがございます。

まだJAカードを
お持ちでない方は
今すぐご入会!



JAバンク口座をお持ちの方は

WEBから



<https://www.jacard.cr.mufg.jp/ad/ls/t/>

JAバンク口座をお持ちでない方は

アプリから



<https://www.jabank.jp/ja/appplus/>

お近くのJA店舗で直接
お申し込みいただけます。

店舗で



JAカードはJAグループの特典がいっぱい!

JA直売所・ファーマーズマーケットで

JAカードを
ご利用
いただくと **5%割引!**

JA-SS・ホクレンSSで

1ご請求時に **2円割引**

JAグループの店舗で (直売所、給油所は除く)

に追加で **+2%ポイント還元**



さらに! **新規入会特典でおトク!**

JAカードご入会とご利用で **WEBエントリー
最大12,000円** 相当のポイントプレゼント!

各種特典・サービスの詳細はこちら
三菱UFJニコス JAカードWEBサイト
<https://www.cr.mufg.jp/ja>



※アプリでのお申し込みは一部お取扱いをしていないJAがございます。※JAカードのご入会には別途審査がございます。



JAひがしみの組合員カードをぜひご利用ください!

JAひがしみのでは、組合員(正組合員・准組合員)の皆さまに組合員カードを発行し、提示していただくことでさまざまな特典をご利用いただいています。あなたもJAひがしみの組合員になりませんか?
組合員資格には農業者である正組合員と農業者以外である准組合員の2つがあります。詳しくはお近くの支店でお尋ねください。

9月のお得な期間限定特典

- 1 グリーンセンターで農具(鍬、鎌、草かき等) 5%引
9/15(月)～9/27(土)
- 2 Aコープ店舗で
Aコープマーク商品 10%引
農協牛乳1ℓ 10円引 9/18(木)～9/20(土)
- 3 給油所でガソリン・軽油を各会員価格より
10円/ℓ引 9/9(火)～9/10(水)
9/23(火)～9/24(水)

10月のお得な期間限定特典

- 1 グリーンセンターでマルチ、シート 5%引
10/14(火)～10/30(木)
- 2 Aコープ店舗で豚肉全品 5%引
農協牛乳1ℓ 10円引
10/23(木)～10/25(土)



※商品の在庫には限りがありますのでご了承ください。※精算時にカードをご提示ください。



最新情報や利用規約はホームページをご覧ください。
<https://ja-higashimino.or.jp/kc/>

荏祭センターでの
荏儀セット価格割引も!

おトク!

利用して
みませんか?

くらしの 宅配便

くらしの宅配便は、食料品から日用品までが通販で購入できるJAのサービスです。カタログ通販とインターネットでのご注文どちらもできます。カタログは各支店窓口で、インターネットは右記QRコードからご覧ください。



今日の1品



エコープ
国産野菜をつかった
農協のとろあまソース
200ml



※写真はイメージです。

鶏むね肉のしそソース炒め

材料(2人分)

鶏むね肉 1枚(300g)
塩 少々
片栗粉 適量
ニンニク(みじん切り) 1かけ
大葉(みじん切り) 4枚
みりん 大さじ2
農協のとろあまソース 大さじ1
酒 大さじ1
サラダ油 適量

作り方

- 1 鶏むね肉は余分な皮と脂を取り除き、フォークで数カ所穴をあけ、塩を振ってもみ、ひと口大に切って、片栗粉をまんべんなくまぶす。
- 2 フライパンにサラダ油を熱し、中火で①を焼き、火が通ったら余分な油を拭き取り、合わせた[A]を加えて炒め合わせる。



JAと一緒に働きませんか!



◆正職員の募集(新卒)

JAひがしみのでは、正職員の新卒採用を募集します。
(募集対象は、2026年3月卒業見込みの方あるいは卒業後3年以内の就業経験のない方です。)

募集: 総合職コース

職種①: 営業担当 職種②: 窓口担当
職種③: 指導担当・施設担当 職種④: 事業所担当

採用に関する説明会を、右記のとおり開催いたします。ぜひ、ご参加ください。

◆正職員の募集(既卒)・臨時職員の募集(フルタイム・パートタイム)

随時、募集しております。JAひがしみのにある様々な仕事であなたの経験を活かしてみませんか?
詳細や不明な点については、総務部 人事課までお気軽にお問い合わせください。



JAひがしみのWEB説明会

※Zoomを利用します。

●開催日時

日 程	開催時間
9月18日(木)	10:00
9月25日(木)	10:00
10月3日(金)	15:00
10月7日(火)	10:00

※開催日時は変更になる場合があります。

●申込方法

下記の連絡先への申込またはリクナビ・マイナビにて希望日にご予約ください。



JAひがしみの
(総務部 人事課)

〒509-9132 岐阜県中津川市茄子川1646-19 TEL: 0573-78-0168 (直)
メールアドレス: jinji@ja-higashimino.gjadc.jp



中津川市福岡
吉村 重男さん(71)
穂津美さん(72)



風景になって 残っている思い出

「趣味はユンボ、ストレスなんてユンボに乗れば飛んでいく」と語る重男さんは33歳で独立し、今も仕事を極めることが楽しくてたまりません。

そんな重男さんを「本当に天職につけた幸せな人」と微笑む穂津美さんも、育児をしながら当時女性では少なかったユンボの資格を取り、二人一緒に仕事をして

きました。「男性ばかりの危険な現場で、日焼けで真っ黒になって奮闘した」と笑います。

今までに数えきれないほどの水田の圃場整備を手掛けてきたので、あたり一面に広がる仕上がった現場の風景の「感動、達成感」は忘れることのできない思い出となっています。

「70代になっても好きな仕事をさせてもらえるのは、たくさんの良き出会いに恵まれたおかげ。本当に感謝している」と二人は語ります。

「ユンボで生涯現役を貫き、次世代育成の手伝いをしたい」と言う重男さん。本来はインドア派な穂津美さんは「重男さんのサポートは一生の仕事だけど、好きな書や花を育て、高台の我が家から恵那山中央アルプスを眺めながらの二人のモーニングを、ずっとずっと楽しんでいた」と語ります。

キラキラ ひがしみのっ子

二人仲良く元気に

元気いっぱいな祐輝くん志織ちゃん兄妹。暑い日でも家の外で二人仲良く元気に遊びます。走る事が得意な二人は毎週陸上のクラブに通っていて、学校のリレーでも代表に選ばれるほどです。

お父さんの影響で卓球が好きな志織ちゃん。お兄ちゃんと一緒に家の中で卓球をし、夢中になると1時間以上も遊びます。

祐輝くんは車が大好きで、モデルカーのコレクションがお気に入りです。大きくなったらランボルギーニを運転してみたいんだとか。

そんな祐輝くんの将来の夢は車の整備士になることで、理由は大好きな車をずっと触っていたいから。志織ちゃんは大好きな卓球の選手になることが夢です。

ご家族は、「(二人とも) ケンカせず元気に、健康に育ってほしい」と見守っています。



恵那市岩村町
鍋島 祐輝くん(11)
志織ちゃん(8)



8月号の
募集テーマ

「夏バテ対策」に

たくさんのご意見ありがとうございました。

みなさんからのエピソード

スイカにきゅうりやトマトを食べること！旬の野菜や果物を食べるようにしています。



恵那市三郷町 Oさん

大好きな酸味と甘いトマトを食べて、早寝早起きをして、日中はあまり体力を使わないようにしています。

中津川市阿木 Yさん

筋トレと牛乳！

特に牛乳は効果テキメンですよ。

中津川市坂下 Kさん



とにかく水分補給と休養。

最近は早朝と夕方に農作業を行い、日中は昼寝をしています。農作業時には空調服と冷却ベストを使用しています。

恵那市三郷町 Aさん



適度に運動し、水分補給し、みんなとおしゃべりすること。

中津川市蛭川 Tさん



しっかり食べて寝る。
後は自分の好きなことを頑張る。リフレッシュする事。

恵那市長島町 Aさん

まだまだ
暑い日が続きます。
ひがしみのブランドのトマトや
夏野菜を食べて
乗り切りましょう！



23年間もなすを作っているけど、6本にもなったのは初めて！

中津川市坂下 Iさん

緑なすに鼻があつたので、かわいくしてみました。

中津川市坂下 Sさん



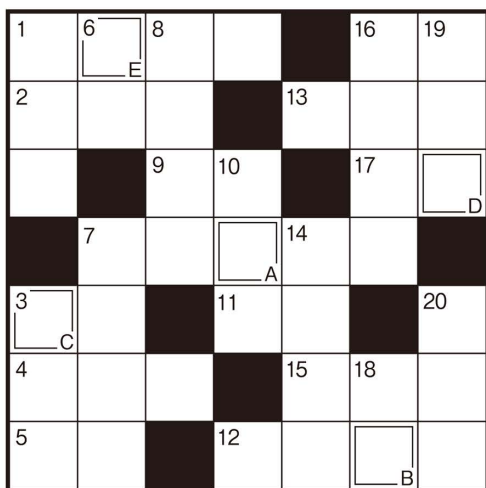
少しでも身体が
“いつもと違う”と思ったら、
無理せずすぐに体を冷やし
休むようにしましょう！



クイズ 頭の体操



【問題】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？



■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
- ⑫ 数え年99歳のお祝いです
- ⑬ ホッキョクグマの別名
- ⑮ 終わったら秋になります
- ⑰ 祭りの——で焼きそばを買った
- ⑳ 十五夜に供える月見——

■応募要領

ハガキまたは専用応募フォームに、①クイズの答え ②郵便番号・住所 ③氏名 ④年齢 ⑤職業 ⑥電話番号 ⑦今月号の感想 ⑧よく使うSNS ⑨ご意見などをご記入の上、下記までお寄せください。

※読者の皆様からいただいたお便りの個人情報は、当選者へのプレゼント発送等に利用させていただきます。また、お便りの内容を紙面に紹介する際は、地区とイニシャルを掲載させていただきます。

〒509-9132 中津川市茄子川1646-19
JAひがしみの 本店 総合企画部 組織広報課
〈E-mail〉koho@ja-higashimino.gjadc.jp



■応募締切日

令和7年9月30日(火)

■賞品

正解者の中から抽選で
5名様に「農協全国商品券
(1,000円分)」をプレゼント

専用応募フォームは
こちら！

■8月号の答え ウミホテル

■クイズ当選者

田口 道子さん
秋山 泰子さん
小栗 好乃さん
逸見 菊江さん
原 清吾さん
(応募総数62件)





理事会

第5回理事会

(令和7年8月28日)

次の事項が審議されました。

【附議事項】

- ① 中期経営計画(令和7年度～令和9年度)に係る支店及び営農・経済事業等体制再構築計画について



※理事会の詳細をお知りになりたい場合は、JAひがしみの各支店へお問い合わせください。

JAひがしみの概況

(令和7年7月31日現在)

組合員数	32,862人
出資金	26億9,035万円
貯金	2,491億8,760万円
貸出金	339億3,307万円
共済保有高	4,727億8,696万円
購買品取扱高	20億2,434万円
販売品取扱高	13億88万円

ここだけの話

■JAを通して地元産食材を仕入れる「地産地消の店」。ポリウムたつぷりの喫茶店から「ちよっといい日」に「予約して行きたいお店まで様々なお店に登録いただいている。取材すると、「地元食材の価値を高めたい」との熱い思いをもった店主さんのお話もあり、改めて東美濃の食材の魅力を感じた。

一方で、農家の高齢化や後継者不足はより深刻になっている。せめて日頃の買い物で、地元産を見かけたら買って応援していきたいですね！

(み)

無料相談日

専門家に無料で相談できます。
お気軽にご利用ください。
電話予約が必要です。

内容	月	日	場所
年金相談	9月	10日(水)	恵那支店
		〃	坂下支店
		17日(水)	福岡支店
		〃	加子母支店
	10月	〃	付知支店
		1日(水)	山岡支店
		〃	上村支店
		〃	明智支店
		8日(水)	恵那支店
		〃	坂下支店
		15日(水)	福岡支店
		〃	加子母支店
		〃	付知支店

内容	月	日	場所
ローンセンター 年金相談	9月	21日(日)	中津川店
	10月	5日(日)	恵那店
		19日(日)	中津川店

内容	月	日	場所
法律相談	9月	10日(水)	福岡支店
		11日(木)	本店
		16日(火)	恵那支店
		17日(水)	山岡支店
	10月	8日(水)	福岡支店
		9日(木)	本店
		14日(火)	恵那支店
		15日(水)	山岡支店

内容	月	日	場所
税務相談	9月	10日(水)	山岡支店
		22日(月)	本店
	10月	8日(水)	恵那支店
		22日(水)	福岡支店

無料相談日 開催場所 市外局番 ☎(0573)

- 本店 ☎78-0124
- 恵那支店 ☎25-5291
- 山岡支店 ☎56-2121
- 明智支店 ☎54-2171
- ローンセンター中津川 ☎65-3145
- ローンセンター恵那 ☎26-2999
- 上村支店 ☎47-2311
- 坂下支店 ☎75-4111
- 加子母支店 ☎79-2241
- 付知支店 ☎82-2121
- 福岡支店 ☎72-2121

葬儀相談会【9:00～12:00】

お問い合わせ ☎0120-098-382

- 9月11日(木) 中央ホール
- 9月17日(水) 〃
- 〃 恵那北ホール
- 9月22日(月) 中央ホール
- 9月28日(日) 〃
- 10月4日(土) 中央ホール
- 10月10日(金) 〃
- 10月16日(木) 〃
- 〃 アグリホールえな
- 10月26日(日) 中央ホール

- 中央ホール ※JA葬祭センター事務所にて受付 中津川市茄子川2040
- 恵那北ホール 中津川市下野285
- アグリホールえな 恵那市長島町永田577-1-1

緊急連絡先

- ▶ 事故をしてしまったら TEL 0120-25-8931
- ▶ 通帳・キャッシュカードを無くしてしまった TEL 0120-21-5522
- ▶ 葬儀に関するご相談は TEL 0120-098-382
- ▶ プロパンガス・ガス器具のお問い合わせは TEL 0573-68-7744

