



Y u m e M i n a m i 夢みなみ

2026

1

No. 118



01 新年のごあいさつ

02 午年生まれ集合!



“地域の懸け橋”それが私たちJAです



JAグループ

耕そう、大地と地域の未来。



東支店

えんどう 遠藤 だいすけ 大輔さん

主な経営内容 リンゴ、梨、ブドウ、桃、トウモロコシ



理想とする農業を追い求め、 挑戦あるのみ

東支店管内で果樹栽培に取り組む遠藤大輔さんは、就農して丸6年。果樹農家の3代目として、ご両親や妻の晴美さん、妹さんとともに祖父の代から続く果樹園を切り盛りしています。

農業で育む 家族との時間

以前は会社勤めをしており、自分が農業の道に進むことなど考えてもいなかったという大輔さん。しかし、父親の満二さんが体調を崩したのを機に家業を手伝う時間が増え、農業と向き合い始めます。その後、長男が誕生したことで「家族との時間

をもっと大切にしたい」との思いも強まり、就農へと舵を切りました。

周年出荷実現へ

就農して2年くらいは何のビジョンもなく目の前の作業をこなす日々でしたが、両親の下で果樹栽培のいろはを学び、少しずつ自分が思い描く農業の形も

見えてきました。今年1月には父親から経営を引き継ぎ、理想とする農業の実現に向けてますます力が入ります。

果樹の周年出荷を目指し、一昨年からブドウを、そして今年からは桃の栽培に着手。桃栽培の導入により、これまで販売するものがなかった7月中旬からお盆前の時期を補います。また、3月頃で終了してしまいうりんごの出荷を5月頃まで引き延ばしたいと、日持ちする品種の検討や、栽培、鮮度保持技術の情報収集にも余念がありません。

果樹は植えてすぐに結果が見えるものではないため、新品種やおいしいと評判の品種があると聞けばすぐに取り入れて栽培してみる、というのが大輔さんのモットー。時には思いどおり

にいかないこともある

そうですが、「お客様においしい果物を届けたい」という一心でトライあるのみです。

地域の仲間とともに

会社勤めの頃とは違って自然が相手の今、台風などの自然災害や病害虫、近年の高温化と対策を講じなければいけない課題は尽きません。「6年経ってもまだまだ知らないことばかり。わからないことは知ってほしいような人を見つけて聞けばいい」と大輔さん。近所には先輩果樹農家も多く、JAが開く栽培講習会等にも積極的に顔を出して情報収集とコミュニケーションを図っています。

「地域の仲間と切磋琢磨しながら果樹産地を盛り上げていきたい」という思いを胸に、大輔さんの挑戦は続きます。



令和8年
新年の
ごあいさつ



夢みなみ農業協同組合
代表理事組合長

丸山 重一

新年あけましておめでとうござ
います。

組合員、地域の皆さまにおかれましては、気持ちも新たに健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、3月に強風により農業用施設等に被害が発生いたしました。また、その後は大きな自然災害もなく安堵いたしました。しかし、6月から8月にかけての国内平均気温はこれまでの最高を記録し、今年の夏は観測史上最も暑い夏とな

りました。この記録的な暑さは、当

地方の基幹作物にも大きな影響を及ぼし、農作物の肥培管理に大変苦勞した一年となりました。

また、一昨年から続く米の価格高騰は、昨年も継続し大きな社会問題となりました。小売り価格の上昇を受けて、新規参入の集荷業者も現れ米の集荷競争が激化し、当JAでも米集荷に大変苦慮いたしました。このまま米の小売り価格高騰が続けば、米離れを引き起こす懸念もあり、消費者および生産者が納得できる適正な価格が求められております。

令和8年は午年です。「午（こ）」という漢字は、太陽が真南に位置する正午を表し、「頂点」「成熟」「繁栄」の意味を持ちます。物事が最高潮に達し、エネルギーが満ち溢れ

る様子を象徴しています。

J A夢みなみは、「第4次中期3
か年経営計画」の2年目となりま
す。引き続き「農業販売高拡大・所
得向上」と「農業生産基盤の拡充」
を最重点事項として、組合員との
対話をより一層活性化させ、組合
員のニーズに寄り添った事業運営
を行ってまいります。

さらに、地域農業の振興と次世代を担う若い農業者の支援、地域社会に根ざした暮らしづくりへの貢献を通じて皆さまと共に未来へ向かうJ Aを築いて参る所存ですので、皆さま方のご理解とご協力を宜しくお願いいたします。

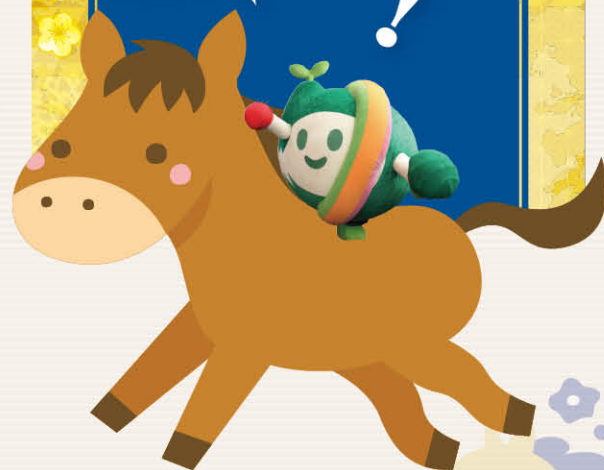
結びに、本年が組合員、地域の皆さまにとつて、「災害のない実り豊かな年」となりますようご祈念申し上げます。

新春特集
2

午年生まれ集合！

年男・年女を迎えた皆さんに
「新年の抱負・目標」を
聞いてみました！

すべてウマく
いく年に!



須賀川支店(西袋地区)
和田 一郎さん



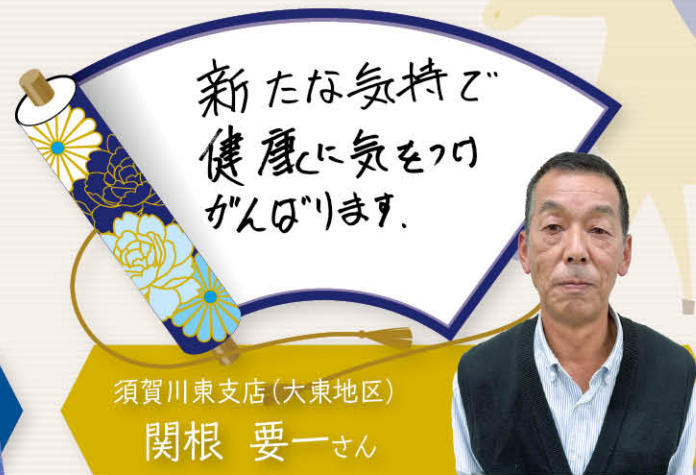
須賀川支店(仁井田地区)
松本 素さん



須賀川支店(稲田地区)
粕壁 健一さん



須賀川東支店(東部地区)
熊田 結菜さん



須賀川東支店(大東地区)
関根 要一さん

[illegible]

家族が健やかに駆け
3道は楽しみながら
馬くいく年に

三神支店
三島木文子さん

一に健康 二に健康
三、四がなくて
五に健康

中島支店
瀬谷 忠弘さん

来年は6年生になるから
勉強をがんばりたいです。

鏡石支店
和田 彩花さん

今年も健康に気をつけて
美味しいお料理を頑張る

長沼支店
小林 広夫さん

仕事と推し活の充実
のために1年間、元気
に過ごしたいです。

石川支店
円谷ひとみさん

農業を今後につづけて
1年ごとの目標を立てかまける

大信支店
岩谷 健司さん

ピアノを
がんばりたい

天栄支店
熊谷 梨那さん

本年も健康で
ケガをしないように
過ごしたい。

岩瀬支店
青木 幸太さん

デジタルイラストを
上手に描けるよう
になりたいです。

平田支店
熊谷心乃華さん

毎日楽しく元気に
勉強やスポーツを
頑張る。

玉川支店
鈴木稟汰郎さん

大きな声をだしてトスをキレイにあげる
バレーボール
全国大会出場

西郷支店
森 叶羽さん

実年齢より
10歳若い気持ちで
満足のいく農業を

白河支店
伊藤 栄二さん

2歳から22歳6人の子供に
沢山の愛をもらいます
今年も元気で仕事ができ
健康に過ごしたいです

古殿支店
常盤 節子さん

今年は、6年生なので野球も、
学校生活も悔いのないように
がんばりたいです。

浅川支店
八旗 蒼将さん

現 状 維 持
このまゝでいい!

泉崎支店
穂積 貞子さん

何事にも向心に心をもち
チャレンジし、飛躍の年に

東支店
白岩 拓也さん

いしかわ

各町村のまつりに出店！ 地元野菜などを販売

10/26 ひらた産業まつり



常に人だかりができ、
人気を集めた「みそすくい」コーナー

11/3 いしかわオータムフェスタ2025



安心館の新鮮な野菜や果物を直売

11/3 花火の里あさかわさんぎょうまつり



いしかわ牛関連商品も大人気で
牛串は午前中のうちに完売！



子どもたちに大人気の
「それいけ！アンパンマンショー」も開催



お目当ての品を買い求めるお客様で
活気にあふれていました



どの販売ブースも
多くの来場者でにぎわっていました



目揃えをする生産者ら

すかがわ

秋深まり「サンふじ」生育順調 今年も「丸特」設定

すかがわ岩瀬地区果樹協議会リンゴ専門部会は11月7日、あぐりフルーツ館でリンゴ「サンふじ」の目揃会を行いました。

令和7年産は昨年よりやや小ぶりですが、目立った病虫害被害はなく、順調に生育しました。

目揃会には同部会の会員やJA全農福島、JA職員約30人が参加。主産県の販売情勢や出荷要領などについて説明がありました。また、昨年度に引き続き「丸特等級」を設け、荷受け可能な被害果の選果基準の確認を行いました。



蜜の入った甘いリンゴの見分け方を伝える岡部さん

いしかわ

蜜の入った甘いリンゴを消費者へ

11月20日に玉川支店管内のリンゴ農家、岡部英栄さんが福島放送のシェア！「ふっくん&しまちゃん天気予報」の取材を受けました。

手入れの様子を撮影した他、蜜の入ったリンゴの見分け方を説明しました。

今年は酷暑による日焼け果があったものの春先の好天で実の付きがよく、夏の日照時間も確保され、甘いリンゴに仕上がったことが紹介されました。岡部さんは「蜜の入った甘いリンゴをぜひ食べてほしい」と消費者へ呼び掛けました。

しらかわ

2万人超の来場者が秋を満喫！ JAまつり盛況

11月1日、白河営農経済本店で「JA夢みなみ合併10周年記念しらかわ地区JAまつり」を開催し、約2万1000人の来場者でにぎわいました。

開会セレモニーで丸山組合長は「組合員や地域住民の皆さんと収穫の喜びを分かち合い、交流を図る大切な一日。ゆっくり楽しんでいただきたい」と挨拶。10周年を記念した歌謡ショーをはじめ、広い会場の至るところで多彩な催し物が繰り広げられ、大盛況のうちに幕を閉じました。



川神あい&美川憲太郎歌謡ショー

パワフルな歌声と楽しいトークで
10周年を盛り上げていただきました



いしかわ



秋の農産物
即売コーナー



青年連盟・女性部飲食コーナー

各支部自慢の味に
行列絶えず！



ロマンアロハズ
フラダンスショー



よこさい踊り



それいけ！アンパンマンショー



大抽選会



書写図画展覧会&
フォトコンテスト



キッズコーナー



新米すくいどりチャレンジ



子どもたちの笑顔でいっぱい
の1日になりました



地鎮の儀を行う丸山組合長

全 域

ブロッコリー産地強化へ 予冷・製氷整備の増強工事始まる

中島集荷場で11月から、大型予冷库と製氷機設備の増強工事がスタートしました。より高性能な設備の導入により、JAの基幹品目であるブロッコリーの高鮮度保持出荷体制を強化。市場評価を高め、生産者の所得増大と生産性の向上、作付面積の維持・拡大を目指します。

同月6日に安全祈願祭を行い、施工業者やJA役職員ら18人が出席。丸山組合長ら代表者が地鎮の儀や玉串の奉奠を行い、工事の安全を祈願しました。

工事は来年2月に完了し、春ブロッコリーの出荷が始まる同年5月から稼働する予定です。

自己改革

大きく育ったサツマイモに笑顔 児童が収穫体験

釜子小学校の1年生25人が10月29日、東支店と青年連盟東支部の協力でサツマイモの収穫体験を行いました。

JA職員や盟友のサポートの下、児童たちは畑一面に生い茂った葉やつると格闘しながら夢中になって土をかき分け、6月に自分たちの手で植えた「ベニアズマ」を収穫。土の中からサツマイモが顔を出すたびに「やったー。これは大きい」「こっちは小さくてかわいい」などと歓声を上げ、収穫の喜びを分かち合いました。



大きなサツマイモを掘り当て、
笑顔を見せる児童

毎年恒例の「親子ふれあいのつどい」 今年は合併10周年記念企画として開催

JA夢みなみいしかわ地区女性部は11月8日、地場産農産物への関心やJA事業への理解を深めてもらおうと、いしかわ営農センターで「JA夢みなみ合併10周年企画 親子ふれあいのつどい」を開きました。女性部員とその家族ら約150人が参加し、リンゴの収穫体験とウォーキング、特別企画の「アンパンマンミニショー&握手会」を楽しみました。

穂積シゲ子女性部長は「天候にも恵まれ最高の一日。今日は最後まで元気に楽しみましょう」と挨拶。参加者は、いしかわ営農センターからリンゴ園までの往復2.6kmを徒歩で移動し、リンゴ園では大きく実ったリンゴをもぎ取って収穫の喜びを味わいました。

その後は沢田自治センターに移動し、みんな大好きなアンパンマンと交流。一緒に体操をしたり、握手をして楽しい時間を過ごしました。



アンパンマンと一緒に楽しく体を動かしました



リンゴの収穫を楽しむ参加者

全 域

塚目さんら8人金賞 須賀川で「うまい米」決定戦

令和8年12月に須賀川市で開催される国内最大級の米の品評会「米・食味分析鑑定コンクール国際大会 in 須賀川岩瀬」に向けたプレ大会が11月16日、市民交流センターtetteで開かれ、塚目剛さん（天栄村）ら8人が金賞に輝きました。

実行委員長の大寺正晃市長は「本大会に向け、県産米のブランド力と品質の向上に努め、おいしさをPRしていきたい」と挨拶しました。

県内から寄せられた279点から食味値・味度値を機械で測定し、好成績の20点を選抜しました。最終審査では、食味鑑定士協会の会員ら18人が食感や香り、大きさなどを評価し、得票数で金賞8点と優秀賞12点を決めました。

会場には農産物や特産品の販売コーナーやノミネート米試食コーナーを設置。当JAは「コシヒカリ」玄米の等級当てと品種鑑定のクイズを用意し、挑戦者が次々と訪れてにぎわっていました。



金賞、優秀賞に輝いた出品者ら



米の品種クイズに挑む参加者



刺し具で慎重に突き刺す児童（写真は須釜小）

いしかわ

小学生が米倉庫を見学 品質の保持や流通学ぶ

いしかわ地区では10月下旬から11月下旬にかけて、小学校5年生を対象とした米倉庫の見学学習を行いました。JA職員が、収穫されたお米の保管から流通までのプロセスを丁寧に説明しました。

児童たちは刺し具で米袋を突き刺し、米を採取する作業を体験。そしてJA職員が米の等級や品質を検査する様子を熱心に見学しました。

また、天高く積み上げられた倉庫内に児童たちは、「すごい」と驚きの声を上げていました。

しらかわ

農業への理解を深めて 中学生がリンゴ収穫体験

11月12日、白河市東果樹生産組合の協力で、東中学校の1年生23人はリンゴの収穫体験を行いました。同校の生徒たちは5月に摘花作業を体験しています。

生産組合の鈴木恒光組合長は「生産者の話を聞きながら怪我のないように作業してほしい」と呼び掛けました。

生徒たちは5班に分かれて生産者の園地で収穫作業を体験。生産者から熟したリンゴの見分け方などを聞きながら収穫していき、約1時間の作業に汗を流しました。



リンゴを収穫する生徒



健康寿命 100 歳を目指す検診



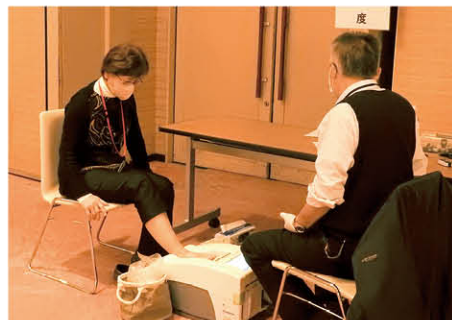
「健康寿命 100 歳プロジェクト」の一環として、しらかわ地区といしかわ地区で健康増進活動を行いました。

しらかわ地区

白河営農経済本店で 11 月 14 日に開催し、28 人が参加しました。

リピーターも多いこの企画は、日帰りコースで血圧測定、採血、心電図検査、胸部・胃部の X 線検査、骨密度測定、毛細血管観察などを受診することができます。

当日中に検診結果と看護師による個別指導や健康講話を聞くことができるので、生活習慣改善の動機付けになると好評でした。



骨密度を測定する参加者

いしかわ地区

11 月 28 日から 29 日にかけて、同地区女性部を対象に摺上亭大鳥で宿泊コースの健康診断を行いました。

参加した部員 19 人は、初日に健康診断を受診した後、検診結果や医師による総合診断や健康講話を受けました。

そして翌朝には、全員で健康体操をし、すっきりと心地よい朝を迎えました。



健康体操をする参加者



枯れ木や落ち葉を拾う職員 (写真は須賀川本店)



より良い暮らしづくりへ 地域美化統一運動



当 J A では、毎月第 2 金曜日に美化運動として、事務所周辺の草むしりやゴミ拾いなど環境整備を行っています。

11 月 14 日、県内各 J A で一斉に実施された「J A グループ福島地域美化統一運動」に伴い、各支店、各部署、子会社において、毎月の美化運動よりも範囲を広げて草むしりやゴミ拾いなどを行いました。

今後も地域貢献につながる活動を通して、地域のより良い暮らしづくりに努めてまいります。



日々の業務で培った力を発揮

11 月 21 日、須賀川本店で第 10 回 MA・信用窓口ロールプレイング大会を開催し、管内の支店から 12 人が出場しました。

出場者は取引履歴や会話から引き出した顧客のニーズに寄り添った提案を行いました。

優勝した 2 人は 12 月 10 日に行われた J A バンク福島ロールプレイング大会へ出場しました。

■ MA の部結果

- ▷ 優 勝 添田由香理 (石 川)
- ▷ 準優勝 宗形 恵美 (長 沼)
- ▷ 第 3 位 大森 規子 (白 河)

■ 窓口の部結果

- ▷ 優 勝 佐久間晴那 (中 島)
- ▷ 準優勝 岩崎ひより (大 信)
- ▷ 第 3 位 阿部莉々花 (須賀川東)



入賞した MA、窓口担当職員



連携策について意見を交わす
市町村長と JA 役職員



地域農業発展へ 市町村長と会議

須賀川本店で 11 月 6 日、顧問会議を開きました。毎年、管内の市町村長を招き、地域農業の持続的発展に向けた市町村との連携を話し合っています。

市町村長や J A 役職員ら 29 人が出席し、丸山組合長が各市町村長に推戴状を交付しました。J A は第 4 次中期 3 カ年経営計画と第 4 次地域農業振興計画の進捗状況と令和 7 年度仮決算実績を報告。地域農業の振興に向けた方針などが示され、意見交換を行いました。



書道・交通安全ポスターに絵画 各コンクールで受賞者を表彰

J A 共済連福島の県小・中学生書道・交通安全ポスターコンクール表彰式が 11 月 8 日、福島市で開かれました。

今年は書道コンクールに 4136 点、交通安全ポスターコンクールに 1382 点の応募がありました。

当 J A 管内からは、条幅の部で室井柊伍さん(白河第二小学校)と、ポスターの部で高萩菜々夏さん(同)がそれぞれ金賞を受賞しました。

金賞を受賞した作品は、11 月下旬に全国コンクールへ出品されました。



金賞を受賞した
高萩さんのポスター作品と室井さんの「食を育む」



また、J A バンク福島主催の「家族を描こう」絵画コンクールの表彰式が 11 月 20 日、J A 福島ビルで開催されました。

同コンクールは、園児たちの生き生きとした絵を通して家族の絆を深めてもらおうと毎年開かれています。今回、県内 59 の幼稚園・認定こども園から 1817 点の絵の具やクレヨンで描かれた愛情溢れるあたたかい作品が寄せられ、佐藤陽太さん(大東こども園)が優秀賞の J A 夢みなみ組合長賞を受賞しました。



佐藤さんの「かぞくでうみあそびしているところ」



思い思いの作品を いつでも飾れるリース作り



いしかわ地区は 11 月 1 日、石川支店で女性大学第 4 回講座「いつでも飾れるリース作り教室」を開きました。フラワーアレンジメント講師の円谷しのぶさんを招き、受講生 19 人が参加しました。

ユニファブルーアイス、リモニウム、シルバーブルーニア、バラの実、ユーカリなどを適当な長さに切り、ワイヤーで束ねて作ったパーツをリースベースに巻き付けていきます。

受講生は爽やかな香りが漂う中個性あふれる作品を完成させました。



思い思いの作品を完成させた受講生

わが家のアイドル

岩瀬支店



二瓶 莉灯ちゃん

チャームポイント えくぼのある可愛い笑顔

たからもの ぬいぐるみ



ご両親からメッセージ たくさん笑ってたくさん泣いて、元気に大きく育ってね。

取材者：高坂 俊輝

三神支店



関根 章仁くん・千夏ちゃん

チャームポイント 章仁くん笑うと見えるすきっ歯
千夏ちゃんぷっくりほっぺ

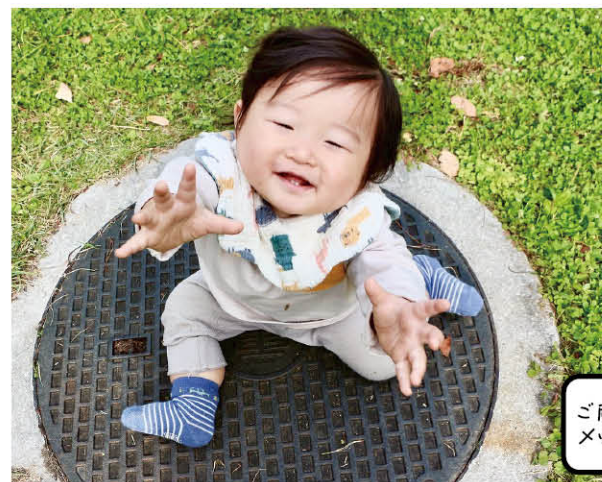
たからもの 章仁くんタウンマップシート
千夏ちゃんねこの手ライト



ご両親からメッセージ 仲良く元気に大きなあれ

取材者：関根 愛香

平田支店



加藤 稜也くん

チャームポイント くるくるの天然パーマと大きなタレ目

たからもの にいにのサッカーボール



ご両親からメッセージ たくさん愛されてすくすく大きくなってね！

取材者：有賀 のり子

キラッ★アクティブ／女性部 & 青年連盟

女性部

生涯現役で活躍するために しらかわ女性部

11月10日、白河営農経済本店でJA共済あわせ健康教室を開催し、女性部員ら約60人が参加しました。

折笠多美子女性部長が、「今回の健康教室を通して、明るく楽しい女性部活動を送りましょう」と挨拶。講師に農協共済中伊豆リハビリテーションセンター地域貢献室の宮島嘉津雄室長を招き、フレイル（虚弱）の基礎知識について学習し、その場でできる簡単な予防体操も紹介しながら、にぎやかなひと時を過ごしました。



予防体操をする部員ら

女性の声をJA運営に 常勤役員と意見交換 JA夢みなみ女性部組織連絡協議会

須賀川本店で11月18日、常勤役員との意見交換会を開催しました。女性部からは各支部の代表30人が出席し、丸山組合長をはじめとする常勤役員4人と意見を交わしました。

女性の声をJA運営に反映させるとともに女性部活動への理解を深めてもらうことを目的に毎年開催しており、部員からはJA施設に関する要望やJA事業運営に対する意見などが出されました。

常勤役員からは、現在の状況や今後の運営方針、要望に対する対応策について丁寧な説明があり、直接意見を交わす貴重な機会となりました。



組織活動の充実を目指し意見を交わす女性部員と常勤役員

青年連盟

ともに地域を盛り上げる活動を 青年連盟しらかわ地区

青年連盟しらかわ地区は11月16日、白河駅前道路で開催された自転車ロードレースイベント「ジロ・デ・白河」で、イベント参加者に豚汁300食分を無料で振る舞いました。

後援の白河商工会青年部とのつながりがあり、毎年協力し大会を盛り上げています。同商工会青年部とは、5月に神奈川県茅ヶ崎市で開催された湘南祭への共同出店をはじめ、11月1日のしらかわ地区JAまつりでは、屋台ブースを出店いただき祭典を盛り上げていただきました。

塩田陵委員長は「今後も良好な関係を築き、ともに地域を盛り上げる活動をしていきたい」と語りました。



参加者に豚汁を振る舞った盟友

野立て看板コンクール 三神支部が最優秀賞 青年連盟しらかわ地区

「農業のある地域づくりを地域住民へアピールする」をテーマに、しらかわ地区恒例の青年連盟7支部による野立て看板をJAまつり開催に合わせて白河営農経済本店に展示しました。まつり当日には常勤役員らが審査を行い、最優秀賞に三神支部、優秀賞に泉崎支部が選ばれました。



看板を審査する常勤役員ら

現代農業風刺画



JA夢みなみ農青連三神支部

最優秀賞 三神支部

現在、気候変動による米の不作や消費者の需要と生産される供給量による価格変動などがみられている状況です。農業継続における課題と世の中の厳しい状況を表現しました。



JA夢みなみ青年連盟泉崎支部

優秀賞 泉崎支部

米価の高騰で消費者の米離れが懸念される時代になりました。日本の主食である米がどこの食卓でも欠かせない存在であり続けてほしいという願いを込めて作成しました。



はたけんぼイベント情報



- 12月20日(土)～30日(火)／みかん詰め放題
- 12月22日(月)／お魚市
- 12月27日(土)・28日(日)／干しいも&レンコン特売
- 12月27日(土)～30日(火)／歳末大売出し
- 1月6日(火)／初売り
(甘酒ふるまい・みかん詰め放題・新春福袋(※限定100袋))
- 1月10日(土)～12日(月・祝)／きのこ祭り&
炭火焼フランク販売
- 1月16日(金)～18日(日)／いも・芋・IMO祭

- ★毎月1日、12日、第4土曜日は豆腐の日「豆腐特売」
- ★毎週水曜日は当たりレシートの日!
当たりが出たら粗品をプレゼントします。



り菜あんイベント情報

- 12月20日(土)／お魚市
- 12月27日(土)～30日(火)／歳末大売出し
- 1月6日(火)／初売り(甘酒ふるまいなど)
- 1月10日(土)・11日(日)／たまご輪投げ
- 1月10日(土)～12日(月・祝)／お米まつり
- 1月17日(土)／お魚市
- 1月18日(日)／里芋コロッケ販売

- ★毎週水曜日は当たりレシートの日!
当たりが出たら粗品をプレゼントします。

安心館イベント情報



- 12月22日(月)／油揚げの日(特売)
- 12月27日(土)／にわとりの日(卵特売)
- 1月6日(火)／初売り(甘酒ふるまい)
- 1月16日(金)／お魚市

- ★毎月12日は豆腐の日「豆腐特売」



電話／0248-73-5261
営業時間／9:00～18:00 定休日／第1水曜日
【おやつ工房】
営業時間／10:00～16:30 定休日／毎週水曜日
ブログ／<https://ameblo.jp/hatakenbo5261/>



電話／0248-23-2500
営業時間／9:00～18:00 定休日／第1水曜日
【ジェラート工房】
営業時間／10:00～16:00 定休日／毎週水曜日
ブログ／<https://ameblo.jp/risaian2500/>



電話／0247-26-6264
営業時間／9:30～17:30
定休日／毎週日・水曜日
ブログ／<https://ameblo.jp/anshinkan6264/>

り菜あん 歳末大感謝祭の お知らせ

【日時】令和7年12月21日(日) 9時～
【場所】り菜あん店内

今年最後の運試し!!

『お楽しみ
抽選会』



直売所ならではの景品を
たくさん準備してお待ちしています♪

年末年始の営業について

令和7年12月31日(水)～令和8年1月5日(月)まで
休業とさせていただきます。

翌日1月6日(火)より営業いたします。

※1月7日(水)は通常営業

はたけんぼ

り菜あん

安心館

営業時間／9:00～18:00

営業時間／9:00～18:00

営業時間／9:30～17:30

3店舗共通イベント情報

毎月8日はお米の日
「お米ポイント2倍」



※イベント内容は変更になる場合がありますので、店舗チラシをご覧ください。

イベントの様子

すかがわ はたけんぼ

料理コンテストで優秀賞受賞

『第23回ザ・地産地消 家の光料理コンテスト』に地元農畜産物と乳製品を使用した料理部門へ応募し、応募数208点の中からチーム「ピーチーズ」の「桃のミルクリゾット」が優秀賞を受賞。地元のお米、桃、ジャージー牛乳を使用し、口の中に広がる「桃の香り」「牛乳のまろやかさ」「お米のやさしい甘さ」が調和する一品に仕上げました。審査結果は、家の光協会ウェブサイトと『家の光』2026年2月号に掲載予定です。



収穫祭を開催

10月25日(土)、26日(日)の2日間、周年祭に次ぐ大きなイベントとして「収穫祭」を初開催。県内外の提携直売所7店舗の他、模擬店、ステージイベントなど様々な企画で盛り上げました。

もみ殻かまどで新米の「コシヒカリ」を炊き、おひねりの試食を提供したり、抽選会の景品に新米や収穫セット(福袋)を準備したりと、秋の味覚を楽しめる内容も。あいにくの天候ではありましたが、皆さん心ゆくまで満喫している様子でした。



しらかわ り菜あん

新米まつり盛況

10月11日(土)～13日(月・祝)の3日間、「新米フェア」を開催。「ご飯のおとも」特設コーナーや炊き立て新米「コシヒカリ」の試食、ポン菓子無料配布を行いました。炊き立てのミニおにぎりには生産者手作りの「にんにく味噌」がぬられており、追加搬入をお願いするほど大好評。ポン菓子もお米の甘い香りとともにあつという間に長蛇の列ができました。



営農情報



TOPICS

冬季における
土壌準備
—キュウリのホモプシス
根腐病について—



天栄サブ営農センター
小針 義仁

みんなのネットリテラシー講座 「SIM」とはどんなもの？



成蹊大学客員教授／ITジャーナリスト 高橋 暁子

iPhone17から物理SIMが廃止され、eSIM専用となったという報道を聞いた方もいるでしょう。そもそも「SIM」とは何かと、eSIMとの違いを解説します。

■SIMとは、携帯電話会社の通信・通話に必要なICカード

SIMとは、契約者情報（識別番号、電話番号、メールアドレスなど）が記録されているICカードのこと。契約した携帯電話会社の回線での音声通話・SMS（ショートメッセージサービス）・データ通信を利用するために必要なもので、スマートフォン（以下、スマホ）本体に差し込んで利用します。なお、SIMカードがなくても、WiFiに接続すればWiFi通信は利用できます。他社への乗り換えやスマホの機種変更などの際には、SIMカードの入れ替えが必要です。

■SIMカードとeSIMの違い
SIMの種類は、大きく「SIM



カード」と「eSIM」に分けられます。SIMカードは、3種類のサイズがあり、手持ちのスマホによって選ぶ必要があります。eSIMは、スマホに内蔵された一体型のSIMのこと。eSIMの「e」は、embeddedの頭文字で、「埋め込まれた」という意味です。

SIMカードの場合は、他社への乗り換えやスマホの機種変更などの際にはカードの入れ替えが必要です。一方、eSIMの場合は入れ替えの必要がなく、オンライン上の手続きのみで開通できるというメリットがあります。その他、SIMカードのように紛失・破損の心配がないこと、海外旅行や出張などの際にも海外の回線をオンラインで契約・購入して設定するだけで使えることなどもメリットです。

一方デメリットは、eSIMに対応する携帯電話会社やスマホが限られていること、ユーザーが自力で手続きや設定などをしなければならぬこと、スマホが故障したり機種変更の際に再発行の手間がかかることなどがあります。開通設定には店頭でサポートが受けられる場合もありますが、基本的に有償となります。

1.ホモプシス根腐病について

ホモプシス根腐病は、収穫期以降に発生する土壌伝染性病害で、病原はホモプシスという糸状菌により引き起こされます。症状として初期は葉が萎れ、進行すると下位部から黄化し枯れます。根部では細根が褐変腐敗して脱落し、主根は部分的に褐色に変わり、進行すると根全体部で暗褐色に変化します。また、細根や支根の付け根に不整形で中心部が灰白色の黒色帯状の病斑が見られます。



2.ホモプシス根腐病の防除について

リン酸の過剰により発生するため土壌診断を行い、リスクを防ぎましょう。同病害は汚染土壌や罹病根で伝染するため、発生圃場で使用した農作業機械や靴、資材などに付着した土はきれいに洗浄して乾燥させてください。また、防除方法は転炉石灰による土壌のpH調整と、土壌消毒剤による防除があります。収穫終了後、根の状態を確認し、被害状況から使い分けましょう。

(1)土壌のpH調整について

- ・根の発病が見られ、収穫期に上部の萎れが10%以下の場合、転炉石灰による土壌改良が必要になります。散布前に土壌診断を行い、数値を基に酸性土壌から中性土壌(pH7.5が望ましい)を散布します。注意点として転炉石灰の施用により、土壌がpH8.0以上になると微量要素欠乏になりやすくなるため、pHが上がりすぎないようにします。
- ・収穫期に上部の萎れが10%以上の場合、クロルピクリン剤を用いた土壌消毒が必要になります。

(2)土壌消毒剤について

▼表1 クロルピクリン錠剤の使用ポイント

適用病害	使用量	使用方法	回数
ホモプシス 根腐病	1m ² あたり 10錠	「1m ² 当たり10錠処理」地表面に 所定量を散布処理する。 ポリエチレンシート被覆による土壌燻蒸。	2回以内 (ただし、床土と圃場 ともに1回以内)

・使用方法について

- 1.前作の残渣を取り除き、土壌をよく耕し整地しておきます。
- 2.ハウスの場合は、ハウスを開放し、錠剤を1錠ずつばら撒き散布します。
- 3.散布した錠剤を混和処理し、その後シートで被覆し処理後、ハウスを密閉して人が入らないようにします。
- 4.地温に応じて燻蒸期間を設けた後、ガスが残っていないか確認します。

▼表2 【参考】燻蒸期間について

平均地温	燻蒸期間
25～30℃	約10日間
15～25℃	10～15日間
10～15℃	15～20日間
7～10℃	20～30日間

※土壌消毒剤(クロルピクリン錠剤)の注意事項及び規格について

- ・クロルピクリン錠剤は劇物であるため、作業を行う際には吸収缶付き防護マスク、不浸透性手袋、保護メガネ、長袖長ズボンの作業着を着用。
- ・外包装を開封した際には、必ず全量使い切る。
- ・地温が低いとガス化が悪く、十分な効果が得られないこともあるので、原則として地温7度以上のときに使用。
- ・住宅周辺で使用する場合は、ガスによる危険被害の発生防止に配慮する。

クロルピクリン剤の規格は、今回ご紹介した錠剤のほかにクロピクテープ・クロピクフローがございますので、詳しくは各営農センター、各支店購買窓口にご確認ください。

次作に向けてしっかり準備していきましょう！

体を動かすためのヒント 手軽に体操 腰をねじってリフレッシュしませんか？



日本体育大学准教授 伊藤由美子

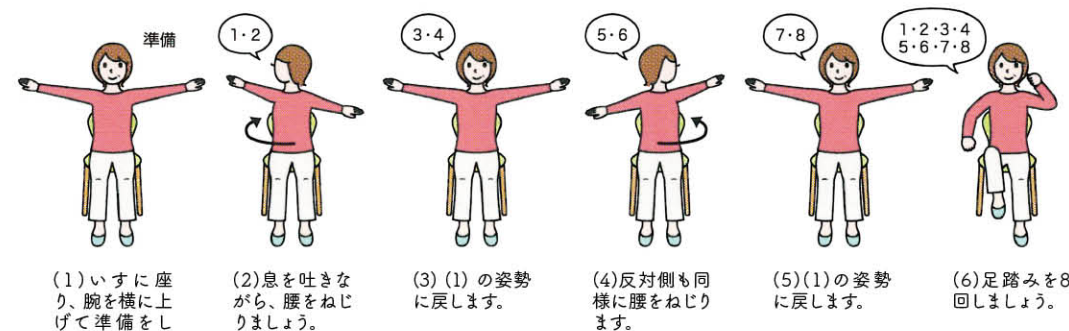
自治体や福祉・介護の各種機関では高齢者の健康づくりを支援するためにさまざまな取り組みが行われています。皆さんがお住まいの地域では、どのような取り組みが行われていますか？健康にまつわる教養講座や運動教室、文化的なプログラムもあるかもしれません。広報紙などを手がかりに情報を手に入れ、健康寿命の延伸を目指しましょう。

さて今回は、腰をねじる運動と足踏みを紹介します。長時間座って作業をした後などに、腰周りの筋肉をほぐしたり、気分転換をしてみませんか。腰をねじるときは息を吐きながら、無理のない範囲で取り組みましょう。体に気を付けてお過ごしください。

日本体操協会公認体操プログラム
「The Taiso (ザ・タイソウ)」
20秒バージョン



レッツ、トライ！腰をねじる運動＋足踏み



※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。



皆様からの作品やお便りの紹介等、読者の皆様が参加するコーナーです。

●「おばけきゅうりのおかか煮」はびっくりしました。いつも捨てていました。これからは大事にします。
(須賀川市／水野公子さん)

↓大きくなり過ぎたキュウリをおいしく食べるためのレシピ。育ち過ぎたキュウリを煮て冷ましてさっぱり食べられます。今まで活用してこなかった規格外の野菜も調理の方法を工夫するだけでおいしく食べられますね。皆様もぜひお試しください！

●秋になると、栗の皮むき、干柿にする柿の皮むき、里芋の皮むき、手の皮がすりへるほど、たくさんさんの皮剥きをして冷蔵庫にしまっていました。まるで冬支度のようなのです。
(矢吹町／関根裕子さん)

↓実ったものを食べたり、冬に向けての準備をしたりと忙しい季節です。お疲れさまでした。秋の味覚を楽しみながら、風邪に気を付け、冬を迎えたいですね。

●今年は色々な友達又同級生から、ハヤトウリを頂き、甘酢漬け、サラダ、炒めたりおいしく頂きました。
(西郷村／森サクさん)

↓ハヤトウリにも甘酢漬け、炒め、サラダまで、たくさん食べ方がありますね。おいしく食べることが一番ですね。

●「わが家のアイドル」いつも子どもたちのかわいい写真が癒されます。遠くにいる孫たちを重ねて見ていて微笑ましいです。
(石川町／矢吹栄子さん)

↓お子さんたち、とても可愛らしいですね。

●今年は猛暑で大変でしたが家のビワの実、ポポの実、柿の実、ナス、ピーマンなどたくさんとれて友人近所の人にもあげました。
(白河市／鈴木敏子さん)

↓実りの秋ですね！猛暑の中でも立派に育ってくれた果実、野菜に感謝です。しっかりと栄養をつけてこの季節に流行するインフルエンザなどにかからないようにしていきたいでしょう！

●紅葉も終わり冬間近、寒い日が続きます。コロナ・インフルエンザ流行しています。気を付けましょう。
(平田村／大沼秀男さん)

【俳句・川柳】

芦ノ牧さくらの駅長お出迎え

天栄村／小針恵美子さん

また減反圃場再生考えた

泉崎村／鈴木盛利さん

わら鉄砲たたく庭先子らの声

中島村／加藤敏男さん

娘と孫と金木犀の風を行く

白河市／小林富子さん

冬めくも霞に映える羽山かな

須賀川市／間弓松芳さん

十五夜のやさしい光ほのぼのと

白河市／室ヒロ子さん

米寿すぎ心の繕いおわらない

須賀川市／佐藤テエ子さん

暑さすぎ紅葉待つ間に山に雪

中島村／宮本馨さん

物価高熊も工面か銀行に

平田村／矢吹正一さん

秋空の紅葉浸かる露天風呂

石川町／矢吹多代子さん

人里へあしがら山も過疎地域

須賀川市／深谷正孝さん

↓今年はインフルエンザの流行が早期化していたようです。栄養バランスのとれた食事と適度な運動、十分な休息で体調を崩さずに冬を乗り切りたいですね。

●暑い日が続く秋が来るのかと思っていたのですが田んぼの稲もすっかりなくなり、新米のおいしさに作って下さった方々へ感謝しております。
(須賀川市／松本ハツエさん)

↓新米の季節になりましたね。農家の方々への感謝を忘れず、お米をたくさん食べてパワーをつけましょう。

絵ハガキコーナー



白河市／鈴木恵子さん

絵ハガキを拝見して焼き芋が真っ先に思い浮かびました。しっとり系とホクホク系どちらがお好みですか？



西郷村／鈴木貞子さん

冬のホウレンソウ甘みが増しておいしいですね。栄養豊富な野菜で元気をつけましょう！

ウオーキング

紅葉・イチョウにいやされて

浅川町／小室幸子さん

【短歌】

言霊や時空を越えて諸人の心に響く万葉の歌

須賀川市／橋本節子さん

短か田に秋の七草フジバカマ畑のすみで見上げる背丈

須賀川市／安藤ウメノさん

芋づるを手繰れば親指ほどの芋葉っぱの茂りにため息を吐く

白河市／猪俣文江さん

米騒動コロナ騒動熊までも歴史に残る令和の騒動

平田村／熊谷武男さん

冬木立縫ふやうに風通り過ぎ残る葉たちを空へと誘ふ

兵庫県／小田和子さん

日帰りで行って見たいな天国へ無理とは知りつ戻る道なし

須賀川市／深澤ヒサ子さん

✉ メールでも作品を応募いただけます！

作品募集中

JA夢みなみでは、皆様からの便りや写真、絵手紙、川柳、俳句、短歌などの作品をお待ちしております。
住所・氏名・年齢を明記の上、下記の宛て先までハガキか封書、メールでお送りください。
また、作品に込めた思いを作品と一緒に記入ください。
応募された作品の返却はできません。また、掲載本数には限りがあるため、応募多数により全ての作品をご紹介できない場合もございますので、ご了承いただけますようお願いいたします。
※ご記入いただいた情報は本誌への掲載以外には使用いたしません。

JA夢みなみ 広報誌編集係

締切り

住所 〒962-0839 福島県須賀川市大町85
メールアドレス kikaku@ja-yumeminami.or.jp

12月24日(水)必着

作品紹介

皆様から送りいただいた素晴らしい作品をご紹介します！

お便り紹介

ご紹介しきれないお便りも、大切に読ませていただいております。心温まるお便りやご意見ありがとうございます！



白河厚生総合病院
NST 専門療法士
看護副師長
郷田 佳代

私は院内で栄養サポートチームの一員として活動しています。今回はフレイルとサルコペニアについてお話ししたいと思います。

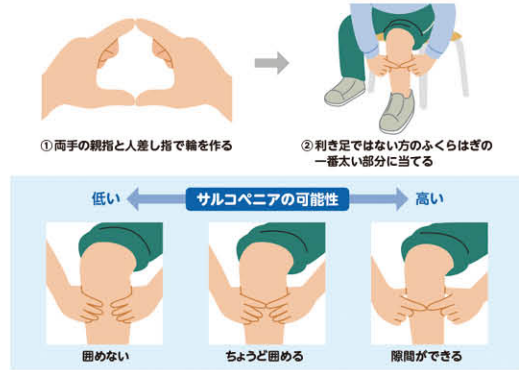
フレイル(虚弱)とは、老化に伴い筋力や活動が低下している状態を言います。健康と要介護の中間的な状態で、要介護に移行するリスクが高い一方、適切なケアによって健康な状態へと戻ることが可能だと言われています。身体機能の低下だけではなく、家族役割の変化や閉じこもりがちになる社会的要因や、気力の低下や認知機能の低下、疲れを感じやすくなる精神的な原因など、フレイルは多面的な要素が含まれています。

サルコペニア(筋肉減少症)とは加齢に伴う筋肉量、筋力、身体機能の低下を言います。原因としては、加齢以外にもエネルギーやたんぱく質などの摂取不足、身体活動量の減少、疾患などがあげられます。サルコペニアになると、転倒や骨折が起こりやすく、日常生活が困難になります。また、介護が必要になった原因の大半は脳卒中、高齢による衰弱(フレイル)、転倒骨折、認知症などです。

フレイル・サルコペニアを予防して、健康長寿をめざしましょう

白河厚生総合病院だより

「指輪っかテスト」でサルコペニアを確認することができます。



Tanaka T et al. Geriatr Gerontol Int 2018; 18(2): 224-232より作成

画像引用：エーザイ | サルコペニアは自分でチェックできますか？

フレイル予防の3つのポイントは「栄養」「運動」「社会参加」です。人は口から食べた物で体は作られています。3食バランスよく摂取し、良質なたんぱく質をしっかりと取りましょう。毎食主菜(肉、魚、卵、大豆製品)をかかさず、たんぱく質を含む食品をるように意識しましょう。筋肉量を維持するためには体重1kgあたり、たんぱく質1gの摂取が必要です。合わせて、ビタミンD(鮭、さんま、卵など)の摂取も筋肉を強くする役割があります。食事

フレイルのセルフチェック方法を紹介します。

フレイルの評価基準の5項目のうち、1～2項目該当した場合はプレフレイル(フレイル予備軍)。3項目以上該当した場合はフレイルの疑いがあります。

評価基準	
6か月で2～3Kg以上の(意図しない)体重減少があった	
ペットボトルの蓋が開けにくくなった(握力: 男性<28Kg 女性<18Kg)	
(ここ2週間)わけもなく疲れた様な感じがする	
横断歩道を青信号の間にわたりきることが難しくなった	
外出が減った・人と話すことが減った	

以外にも日光浴(紫外線によって皮膚でも作られます。また、食べるためには、お口の健康(口腔ケア)にも気を配るようにしましょう。義歯が合わなくて食事が取れない方もいます。定期的な歯科受診をしましょう。筋肉トレーニング(レジスタンス運動)やストレッチと有酸素運動を組み合わせてみましょう。スクワット(椅子につかまりながらでも可能)や片足立ち(左右1分間ずつ)でバランス能力を鍛えましょう。また、1日5000歩以上を目安に歩くのもよいです。

外出の機会を増やし、人とのつながりを持ち、地域のサロンや趣味の活動に参加することも大切です。家族や友人と交流する機会を作ようにしましょう。

心身ともに良い状態を保つために、フレイルやサルコペニアを予防し、元気で長生きできる期間(健康寿命)を伸ばしていくことが大切です。



PROJECT

岩瀬農業高校 プロジェクト岩

G



01 令和7年度2学年修学旅行

11月3日から6日の4日間、関西方面への修学旅行が行われました。1日目は世界遺産に登録されている金閣寺のある京都へ向かい、市内を観光。2日目は公共交通機関を利用して大阪府の宿舎へ向かう、班別自主研修を行いました。見知らぬ土地でのバスや電車の利用は戸惑いもありましたが、その中でも大阪の素晴らしい食文化や歴史を肌で感じることができました。

3日目はユニバーサルスタジオジャパンで一日を過ごし、映画の世界に入り込んだようなアトラクションやショーを楽しみ、仲間とともに笑顔あふれる時間を共有しました。最終日は歴史ある大阪城を見学。壮大な天守閣や城郭を前に、日本の歴史と文化に触れる貴重な時間となりました。

修学旅行期間中、京都・大阪の歴史や文化に触れ、仲間たちと貴重な時間を過ごすことができ、とても良い思い出を作ることができました。



エナ・カサンドラが占う

今月のあなたの運勢 1月

おひつじ 牡羊座
3/21~4/19

【全体運】緊張感を持って事に当たれば道が開けます。一つ一つ丁寧に前へ進めていきましょう。下旬に変化の兆しあり
【健康運】疲れを感じたら無理をしないこと。休めば回復
【幸運の食べ物】セリ

ふたご 双子座
5/21~6/21

【全体運】気になっていることがあっても様子を見て。時間があなたの味方をしてくれます。情報をよく集めましょう
【健康運】気になるところは早めにケアを。健診もお勧め
【幸運の食べ物】レモン

しし 獅子座
7/23~8/22

【全体運】周囲の世話を焼くのは◎。ただ見返りを求めるとギクシャクします。善意でできる範囲にとどめましょう
【健康運】適度な運動が体調維持の鍵。ストレッチが吉
【幸運の食べ物】セロリ

てんびん 天秤座
9/23~10/23

【全体運】壁を越えるチャンスです。難しと感じていることにこそ熱心に取り組んで。良い解決策が見つかります
【健康運】ペース配分が大切。下旬は運動量を増やして◎
【幸運の食べ物】小松菜

いて 射手座
11/23~12/21

【全体運】高め安定運。心配事が解消へと向かいます。おもしろいものを食べて活力アップ！季節限定のメニューを楽しんで
【健康運】喉をよくいたわって。カリンや蜂蜜が味方に
【幸運の食べ物】伊予カン

みずがめ 水瓶座
1/20~2/18

【全体運】上昇運です。順を追うように整っていくので流れに任せて。周囲の言葉に耳を傾けるとチャンスをつかめます
【健康運】バランスの良い食事と運動で免疫力をアップ
【幸運の食べ物】キンメダイ

おうし 牡牛座
4/20~5/20

【全体運】力になってくれる人は身近に。相談すれば役立つ話を聞けそうです。旅行、外出はいつもより遠出を。海外も◎
【健康運】スポーツを楽しめる好調運。下旬は慎重に
【幸運の食べ物】ナバナ

かに 蟹座
6/22~7/22

【全体運】ドキッとするものがある吉凶混合運。プラス面に目を向けて。ポジティブ思考がツキを引き寄せます。古物が吉
【健康運】けがに気を付けて。動く前に準備運動を
【幸運の食べ物】シュンギク

おとめ 乙女座
8/23~9/22

【全体運】勢いのある好調運。実力をアピールすれば念願がかないます。すぐには諦めず強気で。華やかな場所にツキあり
【健康運】良好です。体を動かしてパワーアップ！
【幸運の食べ物】長ネギ

さそり 蠍座
10/24~11/22

【全体運】コミュニケーションが活発化。たくさんの人と会うほど幸運に恵まれます。調べものや勉強にも良いときです
【健康運】大きく深呼吸。腹式呼吸で酸素不足を解消して
【幸運の食べ物】ユリ根

やぎ 山羊座
12/22~1/19

【全体運】とてもパワフルな主役運。周囲への影響を意識して動きましょう。大きな成果を得られます。出会いを大切に
【健康運】ヘッドマッサージで血行を促進。髪ケアも◎
【幸運の食べ物】芽キャベツ

うお 魚座
2/19~3/20

【全体運】望んでいた方向へと歩み出すことができる。決意を持って事に当たります。助けになってくれる人も近くに
【健康運】肩甲骨のストレッチを。肩凝り解消にも効果あり
【幸運の食べ物】ミズナ

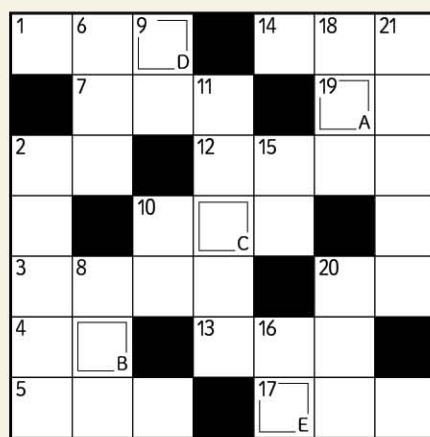
頭の体操 / クロスワードパズル

→ ヨコのカギ

- ①正月に食べる、モチ入り汁物といえば
- ②どら焼きに挟み込まれているもの
- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
- ④交差——、及第——
- ⑤右手が——、という人が多数派です
- ⑦本を読み終えること
- ⑩ガラガラとのを洗います
- ⑫旅立つ人の——に駅のホームまで行った
- ⑬ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
- ⑭漢字で書くとお足。足の多い生き物です
- ⑰椅子のこと。ロッキング——
- ⑲アルカリと混ぜると中和します
- ⑳焚くといかおりが広がります

↓ タテのカギ

- ②メレンゲを作るときに使う道具
- ⑥鍋料理の締めにも使う麺
- ⑧晴れかなあ、雨かなあ
- ⑨牛、豚、鶏のものがよく流通しています
- ⑩令和8年の干支です
- ⑪歯ブラシにつけます
- ⑮自分の兄弟姉妹の息子
- ⑯ダルメシアンは——模様の犬です
- ⑰書初め大会で——に選ばれた
- ⑲受験生が空欄に書き込んでいくもの
- ㉑単位はアンペアです



答え A B C D E

正解者の中から
抽選で5名の方に
全農商品券500円分を
プレゼント!

【先月号の答え】 ボタンナベ



夢みなみのロゴマークを探せ!

広報誌1月号のどこかに、ウイंक
している夢みなみのロゴマークが
2ヶ所に隠れているよ。探してね!

12月号
の答え



夢みなみのロゴマークを見つけ、ご応募いただいた方の中から抽選で、5名様にジェラート券をプレゼント!

P11・
P23

クロスワードパズル・ロゴマークを探せ!の応募方法

クイズの答えと必要事項を記入の上、広報誌への感想などを添えてハガキがメールでお送りください。たくさんのご応募お待ちしております。

■応募締切/1月14日(水) 必着

宛て先 広報誌編集係 住所 〒962-0839 福島県須賀川市大町85
メールアドレス kikaku@ja-yumeminami.or.jp

11月号クロスワードパズルの当選者【5人】

- 鏡石町/伊藤 修さん
- 浅川町/小室 勇さん
- 平田村/遠藤 教子さん
- 白河市/鈴木 敏子さん
- 平田村/大沼 秀男さん

※当選者様へお送りする
全農商品券は11月下旬に
郵送いたしました。



アイデアレシピ

さっぱり 彩り生春巻き

・ひとこと・
食物繊維とビタミンが
たっぷりのレシピです。
ぜひ作って食べて
寒い冬を乗り切りましょう!

・ひとこと・
ライスペーパーは
「少し硬い」と思った
タイミングで
水から引き上げると、
具材を巻く時にちょうどいい
柔らかさになりますよ♪
シーザーサラダドレッシングを
かけてもおいしいです。

サツマイモの 稲荷サラダ

・ひとこと・
サツマイモは
「少し硬い」と思った
タイミングで
水から引き上げると、
具材を巻く時にちょうどいい
柔らかさになりますよ♪
シーザーサラダドレッシングを
かけてもおいしいです。

材料

- たねなし柿 ……1個
- 生ハム ……8枚
- 大葉 ……4枚
- ライスペーパー ……8枚

作り方

- ①柿は皮を剥き、縦半分に切り、薄くスライスする。
- ②大きいボウルに水を入れ、ライスペーパーをぐらさせ、濡らしてかたく絞ったキッチンペーパーの上に置く。
- ③ライスペーパーの手前に大葉、柿、生ハムを載せて巻いていく。
- ④食べやすい大きさに切り分け、お皿に盛り付けたら完成。

材料

- サツマイモ ……1本(中)
- リンゴ ……1/4個
- 大根の葉 ……適量
- 油揚げ ……2枚
- マヨネーズ ……適量
- 醤油 ……適量
- みりん ……適量
- お酒 ……適量

作り方

- ①蒸したサツマイモをマッシャーで潰し、リンゴはいちよう切りに、大根の葉は塩茹でし2~3cm幅に切っておく。
- ②油揚げは必要に応じて油抜きし、★でサッと下味を付ける。
- ③ボウルに①を入れ、マヨネーズを加えて混ぜ合わせる。
- ④油揚げを横半分に切り、③を入れたら出来上がり。

今月の家の光

1月号の読みどころ

毎月、生活のお役立ち情報満載!その他、地上・ちゃぐりんなど購読のお申し込みは最寄りの各支店まで!



特集

笑いがあればだいじょうぶ
人生はワッハッハ

「笑う門には福来る」というように、心と体にプラスに働き、幸せまで運んでくる「笑い」。実際に、体によいという研究結果もあり、「笑い」はおトクな健康法とも言えそうです。おもしろく話したり、笑顔を作って気分を上げたり、笑顔を書いて贈ったり……。うま〜く笑って1年を元気に駆け抜けましょう!

別冊 付録

今日もあしたもおかげさんで
2026年 四季折々カレンダー



年末年始営業についてのお知らせ

業務・事業所別		28日	29日	30日	31日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	
		日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	
本店・各営農センター・ 各支店一般業務/ ローンセンター ※1		休日	通常営業		年末年始休業				休日	通常営業		
給油所	長沼給油所	通常営業			営業 8:00~18:00	年末年始休業		営業 8:00~18:00		通常営業		
	仲の町給油所	営業 8:00~18:00				年末年始休業		営業 8:00~18:00		通常営業		
	西袋給油所 岩瀬給油所	通常営業		営業 8:00~17:00		年末年始休業			営業 8:00~17:00	通常営業		
	天栄給油所	通常営業			営業 7:00~17:00	年末年始休業			営業 8:00~17:00	通常営業		
	湯本給油所	定休日	通常営業	営業 8:30~17:00	年末年始休業			通常営業	定休日	通常営業		
	西郷給油所	通常営業 7:30~17:30	営業 7:00~18:00		営業 7:00~17:00	年末年始休業		通常営業 7:30~17:30		通常営業		
	泉崎給油所	通常営業 7:00~18:00			営業 7:00~17:00	年末年始休業			通常営業 7:00~18:00		通常営業	
	石田給油所	定休日	通常営業		営業 8:00~17:00	年末年始休業			定休日	通常営業		
	玉川・平田・浅川 セルフ給油所	通常営業			営業 7:00~19:00	年末年始休業		営業 8:00~17:00		通常営業		
直売所	はたけんぼ・り菜あん	通常営業			年末年始休業						通常営業	
	安心館	定休日	通常営業		年末年始休業						通常営業	
各地区葬祭センター		年 中 無 休 24時間受付			《すかがわ地区》(株)JAサービス夢みなみ総合葬祭部：0248-63-1121 《しらかわ地区》典礼センター：0248-24-5850 《いしかわ地区》葬祭センター：0247-36-1301							
ATM（現金自動預払機） ※2		土・日・祝日 稼働	平日稼働		土・日・祝日稼働					平日稼働		
JAバンク・ キャッシュカード紛失 共同受付センター ※3		年 中 無 休 24時間受付			フリーダイヤル：0120-555-793							
JA共済事故受付センター		年 中 無 休 24時間受付			【事 故 受 付】JA共済事故受付センター：0120-258-931 【レッカー移動や故障時】JA共済サポートセンター：0120-063-931							

※1 年末年始の蔬菜荷受・出荷業務、支店購買業務について、各支店・各施設で対応が異なります。

※2 12/31~1/4のATMは終了時間が19:00となります。白河厚生病院ATMは12/30~1/3は休業いたします。

※3 キャッシュカード、通帳、証書、ご印鑑の盗難・紛失をした場合にご連絡ください。

JA夢みなみ総合ポイントには有効期限があります！

当該ポイント付与の翌年度を1年目とし3年目の年度末(2月末日)まで有効です。

① レシートでポイント残高を確認する

(各購買店舗や直売所のお買い物後のレシート)

***** ポイント 印字開始 *****
 前回ポイント 768点
 今回取引ポイント 2点
 総ポイント 770点

現在のポイント残高のみ表示されます。

② 失効ポイントのご案内はがきの送付

当JA事業年度末(2月末日)に失効するポイントがあるポイント会員の方には、12月に残高通知はがきを郵送いたします。

基準日 令和 8 年 2 月 28 日 現在	
交換可能ポイント	うち失効予定ポイント
770	600

令和 8 年 2 月 28 日で失効するポイント(上記「うち失効予定ポイント」)をお持ちのお客様は、お早めに交換されますよう、お願いいたします。

貯まったポイントはJA夢みなみ各購買店舗、直売所でご利用ください！

理事会だより

第9回理事会 令和7年10月31日(金)

〔議案〕

議案第 1号 令和7年度上期ディスクロージャー誌について

議案第 2号 合併10周年記念式典の開催日程変更について

議案第 3号 組織規程の一部変更について



わたしたちのJA

令和7年10月末現在

- 正組合員数 17,902人
(正組合員戸数) 15,847戸
- 准組合員数 14,689人
(准組合員戸数) 11,273戸
- 出資金残高 51億0,568万円
- 貯金残高 2,308億1,079万円
- 貸出金残高 714億3,194万円
- 長期共済保有高...6,837億9,460万円
- 購買品供給高 34億4,930万円
- 販売品販売高 ... 130億4,527万円

自己改革の取り組み

当JAの各事業で行っている自己改革の取り組みについてご紹介いたします。

農家所得増大と経営の安定のために 令和8年度用肥料農薬注文相談会・栽培講習会開催

11月上旬から中旬にかけて、白河営農経済本店、いしかわ資材センター、きゅうりん館の3会場で令和8年度用肥料農薬注文相談会・栽培講習会を開きました。今回は、肥料農薬注文相談会と栽培講習会の同時開催ということで、栽培講習会では近年、注目度の高い水稻品種「にじのきらめき」と「つくばSD2号」について触れられました。

このうち5日に白河営農経済本店で行われた「にじのきらめき」栽培講習会には生産者15人にご参加いただきました。同品種は高温耐性と収量性が特に優れており、短稈で耐倒伏性にも優れ、栽培しやすい品種です。講習会では(株)舞台ファームの担当者が、栽培を検討する生産者に施肥量や収量、刈り取り時期などの栽培技術と食味について説明しました。

また、肥料農薬注文相談会では肥料・農薬などのメーカーが一堂に会し、担当者が作業効率向上のため、スマート農業技術や肥料、農薬について生産者の方々の相談に応じました。

これからも生産者の方々の農家所得増大と経営の安定化を図るため、肥料・農薬相談会や栽培講習会などを積極的に開催してまいります。



メーカーが一堂に会した相談会



「にじのきらめき」の資料を見ながら話を聞く生産者

ふれあい
カレンダー

1月

ふれあい週間は15日~21日

1日:元日 12日:成人の日						
日	月	火	水	木	金	土
				1 元日	2	3
4	5 小寒	6	7	8	9	10
11	12 成人の日	13	14	15	16	17 冬土用入
18	19	20 大寒	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

JAの主な行事

- 5日(月) 仕事始め式
- 10日(土) 第6回いしかわ地区女性大学
仏事事前相談会(3地区)
- 18日(日) 夢みなみ女性部生活文化活動発表交流会
- 19日(月) JA夢みなみ合併10周年
- 21日(水) 企画旅行
- 24日(土) 准組合員のつどい
- 30日(金) 理事会

※各日程については予定であり、変更になる場合もございますのでご了承ください。



JAの
自動車共済

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。

JA共済が選ばれている理由

1 共済掛金の安さ!

2 各種サービス・事故対応力の高さ!

3 充実した保障内容!

だから選ばれています。/ 福島県の約7台に1台がJAの自動車共済!

2024年3月末時点 JA共済連福島調べ

※この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。
また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

25072520206

令和最新トレンド!

巧妙な詐欺の見分け方



大切な資産が奪われないように、詐欺に注意しましょう。

JAバンクでは警察と連携し、金融犯罪撲滅に向けて取り組んでいます



©よりそう

「准組合員のつどい」 開催のご案内

～准組合員の意思を反映させた事業運営に向けて～

JA夢みなみでは、准組合員を「地域農業の応援団」と位置づけて、組合員の皆様との接点強化を図り、皆様の意思を事業運営に反映させる取り組みを進めています。

このたび、JAをより身近に感じてもらい、農業への関心を深めてもらう取り組みとして、「准組合員のつどい」を開催いたします。

開催日時 令和8年1月24日(土) 8:30～13:00

集合場所 白河営農経済本店(白河市弥次郎窪29-1)

実施内容

- 菌床シイタケ栽培農園の見学&収穫体験(白河市大信地区)
- JAオリジナル純米酒「しらかわ七酒」も手掛ける酒蔵の見学(白河市千駒酒造)

地産地消のお弁当ランチや、農産物直売所「り菜あん」でのお買い物もお楽しみいただけます♪

詳しくは、JA夢みなみホームページをご覧ください。

お問い合わせ 企画部 組織広報課 TEL.0248-94-2312

春肥料 価格改定のお知らせ

令和7年11月～令和8年5月までの肥料価格については、中国の輸出規制や製造コストのほか、物流費の大幅な上昇により全品目で値上げとなっております。様々な予約値引きがございますので、予約注文をお願いいたします。

当JAで扱う主要品目の価格は以下の通りです。

商品名	改定後価格	改定前価格	価格差
てまいらず505 20kg	5,291円	5,093円	+198円
ハイセラN25 20kg	5,214円	5,104円	+110円
基肥一発コシヒカリネオ 15kg	4,323円	4,191円	+132円

(税込)

お問い合わせ先 最寄りの各購買店舗窓口まで
お問い合わせください。

JA夢みなみ職員(社会人経験者)募集のお知らせ

1.採用方針

柔軟的な採用活動により、多様な経験をもって培った知識や技能を最大限に発揮し即戦力として活躍しうる人材の確保を目的として、採用計画に基づき募集活動に取り組みます。

2.採用職種

正職員(総合職:金融業務・共済業務・購買業務・販売業務・営農指導業務)

3.応募資格

次の業務における正社員、正職員経験1年以上の者

- ・金融機関、証券会社等への在職者
- ・生命保険会社、損害保険会社への在職者
- ・ホームセンター、スーパー等これらに付随する業務への在職者
- ・公務員在職者
- ・その他組合業務に関連する企業への在職者
- ・その他組合長が認める者

4.応募書類

- (1)履歴書(写真貼付)
- (2)卒業証明書(筆記試験合格者のみ)
- (3)学業成績証明書(筆記試験合格者のみ)

5.応募方法

履歴書(写真貼付)を持参もしくは郵送

6.応募先

〒962-0839 福島県須賀川市大町 85 番地
夢みなみ農業協同組合 総務部 人事教育課(採用担当)

7.応募期間

随時応募可能とする。

8.選考方法

(1)書類選考 (2)適性検査(マークシート式) (3)面接選考
※日程は都度決定する。

9.採用日

4月1日、8月1日、12月1日の年3回(応募時期によって変動)
※本採用日まで臨時職員として勤務可能

10.勤務条件

- (1)勤務地:JA夢みなみ各支店・センター
- (2)基本給:職員給与規程による
- (3)就業・休日等:就業規則による

お問い合わせ先 総務部 人事教育課(TEL:0248-72-5211)

JA夢みなみ 大祭り

ふりそで

JAきもの

本場・京都直入荷だからできる！
最新柄から定番振袖まで
幅広いラインナップと圧倒的な品揃え！

2026年(令和8年) 2月6日(金)・7日(土)・8日(日)
16:00～19:00 10:00～18:00 10:00～16:00

JA夢みなみ本店 特設会場 福島県須賀川市大町85
地図はこちら

お問い合わせ先 最寄りの支店までお願い致します。

成人式をお迎えの貴女へ。

新作振袖コレクション

振袖を着るのに必要なアイテムがすべて揃った安心のフルセットです！

先着5名様限定 振袖フルセットレンタル 98,000円

税込価格107,800円

ご購入もおトク! レンタル価格+150,000円～で 振袖購入 出来ます!!

※別途お仕立て代が必要。振袖/帯/長襦袢/草履/バッグ/ショール/帯締め/帯揚げ/重紗/足袋/前板/肌着/腰紐3本/帯枕/コリンベルト/袴/伊達締め ※なくなり次第終了となります。

無料 ママ振り 無料相談会

ママの思い出が詰まった振袖・帯・小物の状態、サイズ等をプロのスタッフが念入りに点検させていただきます。

ママ振りリメイクプラン

小物レンタル・購入 5,500円～ (税込6,050円)

帯レンタル・購入 20,000円～ (税込22,000円)

ママ振り前撮り写真プラン 30,000円～ (税込33,000円)

※詳しくは担当者までお問い合わせください。

振袖コーナー 来場事前予約の方限定

2027年・2028年・2029年成人式をお迎えになる親娘来場ご予約の方に

人気韓国コスメ ロムアンドベターザンアイズ プレゼント!

振袖コーナー ご成約特典

クリスチャンディオール ChristianDior リップグロス プレゼント!

※親娘様ご来場予約特典に関しては2027年～2029年成人式を迎える親娘様の事前予約によるご試着・ご見学に限ります。振袖ご成約特典に関しては、成人式振袖フルセットレンタルご購入の方に限ります。※お色はランダムとなります。※特典はなくなり次第終了となります。※別キャンペーンとの併用はできません。

JAオリジナル企画 振袖前撮り撮影会

先着10名様限定 予約受付中!

※掲載写真はイメージです。

10周年記念新春号

今月の表紙



今月は、合併10周年を夢みなみらしく表現した新春号表紙になります。朝、多くのお客さままでにぎわう「はたけんぼ」でキュウリ、ブロッコリー、トマト、レタス、ニンジン、カボチャ、ブドウ、ル・レクチェを購入。新鮮でみずみずしい管内産の農作物を用いての撮影となりました。

今年度10周年を迎えることができたのも組合員、地域の皆さまのご支援、ご尽力の賜物と心から感謝申し上げます。これからも「地域の懸け橋」としての役割を果たせるよう日々業務に取り組んでまいりますので、これからもJA夢みなみをよろしくお願いいたします。



今月の一枚 & 編集後記

今月の担当
五十嵐



広報担当者が取材先で見つけたもの・印象に残ったことなどを写真とともに紹介します！

取材途中、空に虹が架かっているところを写真に収めました。写真では全体像を写すことが出来ませんでしたが、端から端まできれいに虹が架かっており、「何か良いことがあるかも」と嬉しい気持ちになりました。普段集中すると下ばかり向いてしまいがちですが、時折上を向いて大きく深呼吸し、季節の変化や移ろいを感じたいものです。



寒さが身に染みる季節となりました。この時期になると空気が乾燥し流行するインフルエンザ。皆さま体調には十分気を付けてお過ごしください。

さて、あっという間に12月も半ばとなり、あと半月で1年が終わろうとしています。今月号では年男・年女を迎える皆さまに新年の抱負を書いていただきました。広報誌をお読みの皆さまも来年の目標を掲げられていることと思います。来年も皆さまの抱負や目標が達成できるような素敵な一年になりますようお祈り申し上げます。良いお年をお迎えください。

JA夢みなみローンセンター営業時間のご案内
毎週日曜日も営業しています！

平日 9:00～17:00
日曜 9:00～15:00

※ただし、年末・年始、大型連休、盆休、及びその他の祝日は休業日となります。



各種ローンのご相談お気軽にご来店ください！

■須賀川ローンセンター
〒962-0839 須賀川市大町85

TEL:0248-72-5206

■白河ローンセンター
〒961-8585 白河市弥次郎窪29-1

TEL:0248-22-5158

緊急時の各種
お問合わせ先

夜間・休日の事故の連絡は…

→ JA 共済事故受付センター
《受付時間：24時間(年中無休)》

TEL:0120-258-931
じこはくみあい

レッカー移動等、
応急対応が必要な場合には…

→ JA 共済サポートセンター
《受付時間：24時間(年中無休)》

TEL:0120-063-931

JAカードの紛失・盗難などは…

→ NICOS盗難紛失受付センター
《受付時間：24時間(年中無休)》

TEL:0120-15-9674
いごくろうなし

キャッシュカード・
通帳の紛失などは…

■平日9:00～17:00は
→ お取引のJA店舗にご連絡願います。

■平日(上記以外の時間)および、
土曜・日曜・祝祭日は

→ JAバンク・キャッシュカード
紛失共同受付センター

TEL:0120-555-793

