

ー あなたの暮らしの応援団 ー

飛翔

J A s a w a i s e s a k i

JA 佐波伊勢崎

2~3ページ

令和7年度 青果物品目担当職員紹介

10ページ

年金無料相談会のお知らせ

13ページ

さかいひまわりフェスタ in 伊与久2025
のお知らせ

14ページ

ファーマーズマーケット「からか~ぜ」
臨時休業のお知らせ

2025

6

Vol.388



瀧上 莊平さん・早苗さんご夫婦
(表紙の紹介は裏表紙)



職員紹介

本年度もブロック制による応援体制と品目担当制を継続し、青果物の集荷拡充に取り組みます。
よろしくお願ひいたします。

園芸振興係(TAC)



武井
悠磨



調査役
新井
優一

- 販売業務(青果全般)

- 販売業務(青果全般)
- 園芸協議会事務局

全体統括



審査役課長
関沼
剛



部長
大石
正明

- 園芸販売課統括

- 事業部統括

いせさき・たまむら地区担当／トマトセンター



坂輪
知哉

- トマトセンター業務
- ほうれん草(全般)
- ねぎ(コンテナ・泥ねぎ含む)
- こねぎ(葉ねぎ)
- ブロックリー



新井
啓介

- 白菜
- オクラ
- レイシ
- 春菊
- なす(ハウス・露地)
- ズッキーニ
- とうもろこし
- 辛味大根



西村
右統

- トマトセンター業務
(トマトセンター利用組合事務局)
- 選果トマト
- ミニトマト
- トマト
- きゅうり
- 辛味大根



係長
門倉
佑輔

- 販売業務統括
- 小松菜
- にら(加工含)
- セルリー
- アレッタ
- きゅうり
- たまねぎ
- ゆず
- 枝豆
- いちご

あづま地区担当／なす・きゅうり選果場



江原
克法

- なす・きゅうり選果場業務
(きゅうり選果場利用組合事務局)
- きゅうり
- ミニトマト
- ルージュ



渋谷
篤志

- あづま野菜集送センター業務
- 春菊
- プロックリー
- オクラ
- レイシ
- しいたけ



なす・きゅうり選果場長
柴崎
草太

- なす・きゅうり選果場／
あづま営農センター販売業務統括
- 選果なす
- 選果きゅうり
- ねぎ(コンテナ・泥ねぎ含む)
- にら



大和
喜好

- あづま野菜集送センター業務
- なす・きゅうり選果場業務



岡田
皓太朗

- あづま野菜集送センター業務
- 辛味大根
- 白菜
- とうもろこし
- キヤペツ(加工東地区)
- かぼちゃ
- すいか



星野
拓夢

- なす・きゅうり選果場業務
(なす選果場利用組合事務局)
- なす
- ほうれん草(全般)
- いちご



あかぼり地区担当

岩崎
達也係長
川島
善之

- 青首大根
- ほうれん草(全般)
- きゅうり
- トマト
- しいたけ
- 春菊
- ズッキーニ
- レイシ
- 赤しそ
- 干し大根

- なす(全般)
- ミニトマト
- オクラ
- 販売業務統括

新野見
昂祐新井
隼人

- 白菜
- キャベツ
- とうもろこし
- たまねぎ

- ねぎ(コンテナ・泥ねぎ含む)
- ブロッコリー
- アレッタ
- すいか
- いちご

さかい地区担当

内山
哲次郎係長
大山
祥平

- 販売業務

- 小松菜
- ほうれん草(全般)
- 春菊
- とうもろこし
- オクラ
- 枝豆

阿久津
哲士和田
弘樹

- ごぼう
- 辛味大根
- にら
- アレッタ
- やまと芋
- プロッコリー
- 赤しそ
- 干し大根

- ねぎ(コンテナ・泥ねぎ含む)
- キャベツ(加工境地区)
- きゅうり
- なす(全般)
- たまねぎ
- ズッキーニ
- ミニトマト
- いちご

各営農センター長の紹介

小林
順一中島
喜義細谷
高弘後閑
弘行中島
聰

あかぼり営農センター長

たまむら営農センター長

さかい営農センター長

あづま営農センター長

いせさき営農センター長

◆農機に関するお問い合わせは
農機センター(TEL 0270(32)3458)または
担当者の携帯までご連絡ください。

倉沢 学
090-5392-1767越川 大輔
080-2550-0074富田 真弘
080-1388-8969副センター長 加藤 陽一
080-1388-8968センター長 川田 博樹
080-1388-8966

久保田 真夫



月田 英樹

石井 正美
080-1388-8970蝶川 純
080-1388-8972中島 康平
080-1388-8971

◆農機センター職員紹介



境地区年金友の会 家庭菜園講習会

4月18日、JA佐波伊勢崎境地区年金友の会は、JAセンターさかいで家庭菜園講習会を開き、会員52人が参加しました。

家庭菜園講習会は年金友の会の行事として今回で7回目。会員からも好評で、恒例行事となっています。

講師に種苗会社の担当者を招き、これから季節野菜の基礎知識や栽培方法などについて学びました。また、さかい営農センターが肥料や農薬の相談は、資材館で対応できるので利用してほしいと呼びかけました。

抑制きゅうり栽培講習会

4月24日から25日にかけて、JA佐波伊勢崎きゅうり選果場利用組合は、なす・きゅうり選果場とたまむら営農センターで抑制きゅうり栽培講習会を開き、85人が参加しました。

講習会では、これから厳しくなる暑さの中、より良い生産を行っていただくため、ハウスの高温対策資材の紹介や生育初期の病害虫防除の徹底を呼びかけました。



第1回露地ナス新規講座

4月15日、佐波伊勢崎地域担い手育成総合支援協議会は、中部農業事務所伊勢崎地域農業課で第1回露地ナス新規講座を開き、生産者7人が参加しました。

新規講座では新規栽培者や栽培歴1～2年目の生産者を対象としています。講座では露地ナスの生理生態や経営の目安、定植をするのに適した苗の状態などを学びました。

また、同課の担当者は強風対策として防風ネットの設置やソルゴーなどの作付けを呼びかけました。



▲伊勢崎地区

令和7年度水稻育苗講習会

4月21日から5月8日にかけて、各地区の米麦部会は令和7年度水稻育苗講習会を開きました。

中部農業事務所伊勢崎地域農業課の担当者が講師となり、育苗中の温度管理や肥培管理について学びました。

育苗時には、もみ枯細菌病や斑点米カメムシ類などの病害が発生しやすいため、防除を呼びかけました。また、JA全農ぐんまの担当者が病害虫や雑草防除に有効な農薬について説明をしました。

ふれあい座談会

4月21日から28日にかけて、JA運営に関する意見交換会として、各地区(全12会場)でふれあい座談会を開き、多くの皆様にご参加いただきました。

座談会では「令和6年度事業実績について」「第11次中期3か年計画及び令和7年度事業計画(案)について」などが協議されました。

令和7年度も地域農業の振興と組合員の農業生産の拡大を目指します。(※次号にQ&Aを掲載します)



▲北支店(4月22日)



(株)国太郎が農産局長賞を受賞

5月8日、農林水産省は東京都霞が関で「未来につながる持続可能な農業推進コンクール」の表彰式を開き、管内の株国太郎が農産局長賞を受賞しました。

同法人は、平成29年度に「経営改善部門」で、農林水産省及び全国担い手育成総合支援協議会から「全国優良経営体表彰」を受賞しています。

今回は、「GAP(農業生産工程管理)部門」で2度目の全国表彰となります。同法人が独自に開発・作成した栽培から労務までを一括して管理するオリジナルソフトやパート従業員の週休二日制の導入など、ワーク・ライフ・バランスの実現が高い評価を受けました。おめでとうございます。

辛味だいこん出荷目揃え会

5月8日、JA佐波伊勢崎園芸協議会辛味だいこん専門部会は、JAセンターさかいで辛味だいこん出荷目揃え会を開き、生産者17人が参加しました。

市場情勢では、量販店などへ有利販売を行うために品種の切り替え時期にも安定した出荷を呼びかけました。目揃え会では、サンプルを見ながら長さ、太さを揃えるなど規格の統一を図りました。

中部農業事務所伊勢崎地域農業課の担当者からは、高温乾燥の気候が続くと害虫が発生しやすいため、観察を続けて定期的な防除が重要と説明しました。



令和7年度被覆材張替補助事業 申請受付

5月1日から2日にかけて、当JAは伊勢崎市が行う園芸施設の被覆材張替補助事業の申請受付を行いました。

被覆材が高騰する中、営農継続を支援するため園芸施設の被覆材に係る費用の一部を補助します。

受付では被覆材の見積書や園芸に使用しているハウスの写真などを基に手続きを行いました。



LA強化プログラム

5月14日、共済事業部は、本店で第1回LA強化プログラムを開き、LA18名が参加しました。

講師に株式会社ビジネスコンサルタントの石井裕也さんを招き、LA担当者としてあるべき姿などについて学びました。また、LA同士の意見交換や討議も行われ、個々の知恵や工夫を共有しました。

11月には第2回の開催が決まっており、今回学習したことの振り返りを行います。

管内小学校へ「ちゃぐりん」を寄贈

5月12日に伊勢崎市役所、15日に玉村町役場で食農教育雑誌「ちゃぐりん」の贈呈式が行われました。

この取り組みは2010年から行っています。管内28校の小学校と6か所の図書館に毎月5冊ずつ配布しており、幅広い層に食と農の大切さを伝えていきます。



◆ 各組織で通常総会を開きました ◆

5月13日(火)

集落営農法人連絡協議会

会員73人が参加



▲あいさつをする大沢会長

令和6年度事業報告並びに収支決算報告承認の件、令和7年度事業計画並びに収支予算設定の件(案)などすべての議案が承認されました。令和6年度は主食用米の需要が高まり、米価が上がりました。令和7年度は組織運営の強化、経営発展に向けた支援を行い、担い手を育成して生産量の確保に努めます。

4月23日(水)

年金友の会連絡協議会

役員24人が参加



▲新役員の皆さん

令和6年度活動報告について、令和7年度活動計画(案)についてなどが承認されました。令和6年度は、各地区においてグラウンドゴルフ大会や短歌・俳句・川柳大会などを行いました。令和7年度も会員の親睦を図り積極的にイベントを行うほか、会員拡大に向けて紹介運動やPR活動を行います。

4月18日(金)

農業法人協議会

会員7人が参加



▲新役員の皆さん

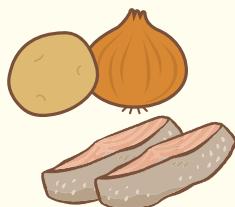
令和6年度事業報告並びに収支決算承認の件、役員承認の件(案)などすべての議案が承認されました。令和7年度は、事業運営や経営課題に対応する研修会の開催、視察研修会などを行い、農業法人間の情報交換や交流を行っていきます。



サケと玉ねぎ、じゃがいものホイル蒸し

材料 [2人分]

- 玉ねぎ 1/2個
- にんにく 1片
- じゃがいも 1個
- サケ 2切れ
- バター 8g~10g
- 塩コショウ 少々



作り方

- ①玉ねぎを大きめに4等分に切り、にんにくを半分に切る。
- ②じゃがいもを2~3mmのうす切りにする。
- ③ホイルの上に玉ねぎ、じゃがいも、サケの切身、にんにくの順に乗せ、塩コショウを振り、バターを乗せて、ホイルで包む。
- ④③をフライパンに入れて、蓋をする。
- ⑤弱火で20分~30分蒸し焼きにし、お皿に盛りつけたらできあがり。

わたしの おすすめ料理

伊勢崎地区

須田 光代さん

Let's enjoy cooking!!



★ワンポイント アドバイス★

お好みでレモンや醤油、ぽん酢をかけても美味しいです。

6月

うたの ひろば

玉村地区女性部短歌会

葉桜の

冬の間

下に集いし
容赦なく降る
花見会

芝生したる
芝生さやかに
グランドの

原
藤枝
原
静子

赤堀地区女性部 たけのこ掘り

4月17日、赤堀地区女性部は、赤堀地区の竹林（私有地）でたけのこ掘りを行い部員6人が参加しました。

今年で21回目になるたけのこ掘りは、春の味覚を楽しめる人気の行事です。

部員は毎年この行事を楽しみにしており、笑顔でたけのこ掘りを楽しみました。



伊勢崎・東・赤堀地区女性部 クリーンウォーキング

5月1日から5月22日にかけて、各地区でクリーンウォーキングを行いました。

この活動は、部員の日頃の健康づくりと地域貢献活動を組み合わせたものです。地域の公園や河川敷の景色を楽しみながら清掃活動を行い、部員間の交流も深めました。



▲東地区



女性部員募集!

農家の女性も、農家でない女性も、大歓迎です。
JA佐波伊勢崎企画課 0270-27-3033 までお問い合わせください。





JA佐波伊勢崎

元気印

地区ごとに若手職員を紹介します！

東地区

あずま支店 たなか
田中みさき
美咲 (33歳)

【仕事内容】共済窓口で主に自動車共済のご契約・保障内容の変更お手続きの対応を行っています。

【仕事でうれしかったこと】お客様に保障内容をご案内した際「丁寧で分かりやすかった」と言っていただけた時は嬉しかったです。



【仕事で心がけていること】共済の保障内容については、難しく感じる方も多いので、なるべく分かりやすい説明をするように心がけています。

【今後の目標】共済業務についての知識を深め、組合員・利用者のニーズにスムーズに応えることのできる職員になりたいです。



あずま支店の田中美咲です。入職して12年目になります。好きな野菜はトマト・キュウリ。趣味は旅行です。

あ|ず|ま|支|店|か|ら|の|お|知|らせ

これからの時期は落雷、突風、雪などが心配な時期となります。家や車はもちろんのこと、ご自身の保障などでも不安なことがあります。JAにて「シン・3Q活動」を行っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

所属長より

共済窓口にて自動車共済を中心とした短期共済を担当しています。保障内容を分かりやすく説明し、何かあった際にはお役に立てるよう、日々グレードアップに取り組んでくれています。

これからも、ご契約者の方から「ありがとう」と言っていただける、窓口対応をお願いします。



す わ こ う す け
あずま営農センター 諏訪 康介 (32歳)

あずま営農センターの諏訪康介です。入職して10年目になります。好きな野菜はトマト・ネギ・ホウレンソウ。趣味は読書と飲食店の開拓です。

【仕事内容】米麦の収穫時期にはあずまライスセンターにて荷受・乾燥調製・製品づくりを行っており、収穫時期以外では製品の出荷作業や資材館で農業資材の販売や組合員・利用者の皆様の接客を行っています。



【仕事でうれしかったこと】巡回や推進などで、今までにお付き合いのなかった組合員の方から質問や注文などをいただき、頼りにしてもらえたときです。



【仕事で心がけていること】品質の向上や収量の低下を防ぐために、組合員の方々に栽培に関する注意喚起の情報を素早く適切に伝えることです。

【今後の目標】あずまライスセンターの担当となって2年目のため、まだ分からない点もありますが、機械類の特徴などをよく理解し、不具合箇所への対応をスムーズに行えるようにし、遅れることなく業務を取り行えるようになります。

所属長より

入職10年目に入り中堅職員として後輩からも親しまれ、現在は青色申告・ライスセンター担当として日々頑張っています。

また、昨年度には農産物検査員の資格も取得したので、今後のJA佐波伊勢崎若手検査員として活躍してもらいたいです。

あ|ず|ま|営|農|セ|ン|タ|ー|か|ら|の|お|知|らせ

農繁期に入り、資材館では水稻除草剤を中心に各種品揃えしています。ご来店お待ちしております。

中国大陸原産のカミキリムシ科の昆虫で、その名の通り、首（正確には胸部）が赤く体はつやつやした黒色で

クビアカツヤカミキリの特徴

平成30年1月に環境省の特定外来生物に指定され、販売等が禁止されています。生きたまま持ち運ぶことは違法となります。

群馬県内では平成27年に館林市のサクラで、平成29年に県内東部地域のモモ、スマモ、ウメ、令和2年には県内中西部地域でも新たに確認されています。その後も発生地域の拡大が見られており、周辺地域へ広がることが懸念されています。被害状況調査では、24市町で10,508本の樹木被害が確認されています。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	
1年目	卵 → 幼虫 (休止)												
2年目	(休止)		幼虫			前蛹							
3年目	前蛹			蛹			成虫						

図1 クビアカツヤカミキリの生態

幼虫は樹体内で2~3年かけて成長し、蛹になります。成虫は6~8月頃に発生し、樹に産卵します。（図1）。



写真1 クビアカツヤカミキリの成虫

す。体長は20~40mmくらいの大型の昆虫です（写真1）。

- ① 成虫を発見した場合
 - ・被害の拡大を防ぐため、その場で捕殺してください。
- ② フラスを発見した場合
 - ・対象樹種に登録のある農薬を使用して防除を行ってください。また、令和6年新

防除対策



写真2 幼虫の食害で排出されたフラス

被害の様子

孵化した幼虫は、樹に食入し、2年目の幼虫は驚くほど大量のフラス（木くずと糞が混ざったもの）を排出します（写真2）。フラスは、かりんとう状のものからおがくず状のものなどいろいろなタイプがあり、幼虫の被害が進行すると、その木は枯死します。

たに「アクセルフロアブル」がモモ類・スマモで登録拡大となりました。（表1）フラスが出ている樹には、ネット（目合4mm以下の防風ネットなど）をかけて成虫の拡散を防ぎ、成虫を捕殺することが重要です。

表1 対象樹種に使用できる農薬の一例

薬剤名	使用方法	対象果樹		
		もも	うめ	小粒核果類 あんず、すもも等
スミチオン乳剤	散布	○	○	
オリオン水和剤40		○	○	○
アクタラ顆粒水溶剤		○	○	○
ダントツ水溶剤		○	○	○すもも
モスピラン顆粒水溶剤		○	○	○
ハチハチフロアブル		○		
テッパン液剤		○		○
アクセルフロアブル	樹幹散布	○	○	○すもも
ロビンフッド	樹幹・樹枝の食入孔にノズルを差し込み噴射	○	○	○すもも

※使用方法が「散布」のものは成虫が対象。「樹幹・樹枝の食入孔にノズルを差し込み噴射」「樹幹散布」のものは、幼虫が対象です。

（令和7年4月現在）

●農薬使用の際は、最新の登録内容を確認して適正に使いましょう。

文艺

BUN
GEI



轟るや裏の竹やぶさわがしく
あたたかや猫のあくびがうつり来て
伊勢崎市戸谷塚町 横口 幸子
サクラ見はいつまで行ける四世代
伊勢崎市境下渕名 光山きみ子
昨日より今朝の鮮やか一人静
風光る空見上れば朝燕

伊勢崎市境下武士 遠藤 勝治
縁を切る寺の坂道四葩咲く
伊勢崎市境下武士 中島 薫
話好き人皆元気明易し

伊勢崎市境下武士 小田 薫
般雨ありゆつたり醉える唄も出で
玉村町上新田 新井 和夫
鉄を打つ手に力入れ夏はじめ
老ゆる身に刺激与ふる夏山時
指差して名前出来ぬ夏の星
代田へと命感ずる里暮らし

兵庫県明石市 小田 康喜
兵庫県明石市 小田 和子
手作りで心こめたし送り物
伊勢崎市今泉町 松島 敦美
あの事件埋没させぬ地下鉄や
りくりゅうの多彩な舞に感動す
玉村町上新田 新井 和夫
豆飯のおにぎり頬張る幸福感
あんな鯉いたら困るなこいのぼり
兵庫県明石市 小田 康喜
孫の日も欲しいと思ふことの日
メーデーははてさて何の日だったか
兵庫県明石市 小田 和子
河津桜に負けじ笑顔の爺と姫
記念写真よ撮つたら帰えろー
老体を労わる人の配慮に感謝
園子と酒の待つセンターへ

川柳

縁を切る寺の坂道四葩咲く
伊勢崎市境下武士 遠藤 勝治
般雨ありゆつたり醉える唄も出で
玉村町上新田 新井 和夫
鉄を打つ手に力入れ夏はじめ
老ゆる身に刺激与ふる夏山時
指差して名前出来ぬ夏の星
代田へと命感ずる里暮らし

兵庫県明石市 小田 康喜
兵庫県明石市 小田 和子
手作りで心こめたし送り物
伊勢崎市今泉町 松島 敦美
あの事件埋没させぬ地下鉄や
りくりゅうの多彩な舞に感動す
玉村町上新田 新井 和夫
豆飯のおにぎり頬張る幸福感
あんな鯉いたら困るなこいのぼり
兵庫県明石市 小田 康喜
孫の日も欲しいと思ふことの日
メーデーははてさて何の日だったか
兵庫県明石市 小田 和子
河津桜に負けじ笑顔の爺と姫
記念写真よ撮つたら帰えろー
老体を労わる人の配慮に感謝
園子と酒の待つセンターへ

俳句

轟るや裏の竹やぶさわがしく
あたたかや猫のあくびがうつり来て
伊勢崎市戸谷塚町 横口 幸子
サクラ見はいつまで行ける四世代
伊勢崎市境下渕名 光山きみ子
昨日より今朝の鮮やか一人静
風光る空見上れば朝燕

伊勢崎市境下武士 遠藤 勝治
縁を切る寺の坂道四葩咲く
伊勢崎市境下武士 中島 薫
話好き人皆元気明易し

伊勢崎市境下武士 小田 薫
般雨ありゆつたり醉える唄も出で
玉村町上新田 新井 和夫
鉄を打つ手に力入れ夏はじめ
老ゆる身に刺激与ふる夏山時
指差して名前出来ぬ夏の星
代田へと命感ずる里暮らし

短歌

水仙の白と黄色が競い咲く
優しき白は終いの色かと
日の暮れるまでの時間を使ね居る
花がら摘めば庭は明るむ

伊勢崎市波志江町 小倉ギヌ子
満開の桜咲く道青空に
映えるそよ風人の多さや

伊勢崎市今泉町 松島 敦美
朝の膳渋味甘味の新茶飲む
八十八夜の紅だすき女
駅弁を窓から貰つたあの頃の

伊勢崎市境下武士 遠藤 勝治
浪人で一年遅れチャンス待つ
ピンチを変える人生もある
玉村町上新田 新井 和夫
ゴールデンウイーク孫に逢いたいが
ある人混みじや疲れるだけか
雨蛙けろけろけろと雨を呼ぶ
適度な量で頼むぞ空よ
兵庫県明石市 小田 康喜
まああんな小さな筈掘り出すの
も少し待てば大きくなるのに
キヤベツの値やつと下ってきたけれど
まだまだ高いお米の値段
兵庫県明石市 小田 和子

読者の声

編集後記

広報担当になつて一ヶ月が経ちました。外に出てカメラ撮影をしたり、研修会などの取材に行く日々を過ごしています。半日以上外に出ているからか、体が軽くなつた気がします。今までデスクワーク中心ということもあり、肩や腰、背中が痛かったのですが、最近は痛みを感じません。今までの不健康具合に反省し、軽い運動をしていきたいです。でも

飛翔4月号に寄せられたおたよりを紹介します。

いつも拝見している表紙並びにわたしの生きがいが生きてござります！皆さん農業や趣味に対する熱意は持たれている方々ばかりです。その思ひが伝わる写真が撮れました！広報担当として、とても嬉しいです。これらも思いが伝わるような写真を取りれるよう頑張ります！！

いつも拝見している表紙並びにわたしの生きがいが生きてござります！皆さん農業や趣味に対する熱意は持たれている方々ばかりです。その思ひが伝わる写真が撮れました！広報担当として、とても嬉しいです。これらも思いが伝わるような写真を取りれるよう頑張ります！！

年金無料相談会 予約受付中

お客様のご都合で、どの開催場所でもご相談いただけます。

*詳しくは総合相談センター（TEL.61-6750）
または各支店窓口までお問い合わせください。

あかぼり支店 TEL.62-0012

7/6(日)
午前9:00～
午前11:30

対象地区
あかぼり



たまむら支店 TEL.65-2911

7/5(土)
午前9:00～
午前11:30

対象地区
しばね
たまむら
じょうよう



南支店

TEL.32-2582

7/5(土)
午後1:30～
午後4:00

対象地区
とようけ
なわ
さんのうどう



あずま支店 TEL.62-0011

7/6(日)
午後1:30～
午後4:00

対象地区
あずま



中央支店 TEL.25-0477

7/12(土)
午前9:00～
午前11:30

対象地区
もろ



みやごう支店 TEL.25-4431

7/12(土)
午後1:30～
午後4:00

対象地区
みやごう



北支店 TEL.25-5741

7/13(日)
午前9:00～
午前11:30

対象地区
みさと
いせさき
うえはす



さかい支店 TEL.74-1223

7/13(日)
午後1:30～
午後4:00

対象地区
うねめ
ごうし
さかい
しまむら





おいしく食べて梅雨うつ対策

梅雨の時期は、気温や気圧の変化で自律神経が乱れやすくなります。結果、体調だけではなく、メンタルの不調を感じる方もいるのではないかでしょうか。自律神経が乱れると「梅雨うつ」になりやすくなります。

今回は梅雨うつ対策にお薦めの栄養素などを二つ紹介します。

■炭水化物

肉、魚、卵、乳製品、大豆製品などのタンパク質に含まれるアミノ酸の一一種トリプトファンは、幸せホルモンと呼ばれる神経伝達物質のセロトニンの原料となります。米、パン、麺類などの炭水化物と一緒に取ると良いでしょう。脳内でのトリプトファンの合成が促進され、メンタルが安定する効果が期待できます。また、炭水化物はエネルギー源になる栄養素です。極端に抜いたり減らしたりすると疲れやすくなるため、毎食しっかり取るようにしましょう。お薦めの食べ合わせは、ご飯と納豆、パンとチーズ

です。炭水化物とタンパク質が一緒に取れて、忙しい朝も手軽に食べられます。

■オメガ3脂肪酸

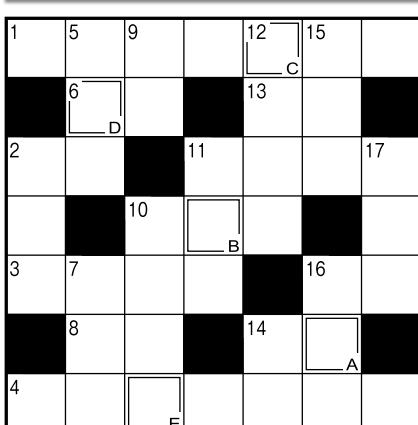
青魚、あまに油、クルミなどに含まれるオメガ3脂肪酸(EPA・DHA・α-リノレン酸)は脳の働きをサポートしセロトニンの分泌を助けるため、梅雨うつ対策にお薦めです。普段魚を取っていない方は、意識して取ると良いでしょう。

オメガ3脂肪酸は、細胞膜を強化し肌のバリア機能を向上させる働きがあるので美肌づくりには欠かせません。サラダにクルミをトッピングしたり、缶詰の魚を活用すると手軽にオメガ3脂肪酸が取れます。

梅雨うつ対策には、食事も大切ですが、規則正しい生活、睡眠をしっかりと取る、好きなことをしてストレスを解消することも大切です。



クロスワード



■4月号の答え

シバザクラ

ヨコのカギ

- ①夏休みの朝に通ってスタンプをもらいます
- ②早起きは三文の——
- ③サーファーが乗ろうとするもの
- ④アルコール分が含まれていない飲み物
- ⑥疑問文では上げることが多い
- ⑧葛まんじゅうの中に包み込まれているもの
- ⑩デジタル時代になり——の文字を見る機会が減りました
- ⑪騎手が乗っていません
- ⑬観光、スクール、二階建てといえば
- ⑭鳥の体に生えるもの
- ⑯うな重と一緒に——吸いを注文した

タテのカギ

- ②3人組のこと
- ⑤閻魔大王がいるところ
- ⑦ハワイ州の州都、ホノルルがある島
- ⑨浴衣を着て——を締めた
- ⑩ショッピングモールには多くの——が入っている
- ⑪左右反対に映ります
- ⑫メロンの生産量が日本一である県
- ⑭糸を通して布を縫います
- ⑮1とその数自体しか約数を持ちません
- ⑯俵万智の第一歌集『サラダ——日』
- ⑰阿寒湖で育つものが有名な藻類

ご応募方法

- クロスワードを解き、A～Eの順に文字を並べてください。
- ハガキに ①答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤職業 ⑥電話番号 ⑦本誌の感想やイラストなどをご記入のうえ、〒372-0812 伊勢崎市連取町3096-1 J A佐波伊勢崎広報係宛にお送りください。
- ※投稿・応募いただいた方の個人情報はプレゼントの発送、紙面での紹介に使用させていただきますのでご了承ください。前記の目的以外には使用いたしません。
- 締め切りは7月10日(木) (当日消印有効)
- クイズ当選者には、抽選で5名の方に直売所利用券をプレゼント。



こちらからも
ご応募
できるよう
なりました!!

当選者発表

4月号クイズ当選者は次の方々です。
おめでとうございます。

[応募総数28通]()は町名、敬称略

- 坂庭 伸二 (伊勢崎市上諏訪町)
 須藤 直江 (伊勢崎市東小保方町)
 高橋 あや子 (伊勢崎市境東新井)
 嶋田 貞子 (玉村町川井)
 大澤 克巳 (伊勢崎市下触町)

事業の概要		
令和7年4月末日現在		
項目	金額	前年対比
貯金高(実残)	1,823億9,683万円	99%
貸付金高(実残)	522億1,410万円	103%
長期共済保有高	3,678億3,155万円	97%
購買品供給高	7億9,510万円	104%
販売品販売高	17億5,033万円	100%
項目	員数・金額	前月対比
正組合員	5,889人	-16人
准組合員	13,773人	45人
総組合員	19,662人	29人
出資金	24億3,165万円	-550万円

理事会 4月30日、本店で理事会が開催され、次の事項が協議されました。

【協議事項】

- 令和6年度第4・四半期場所別部門別損益計算書について(案)
- 令和6年度剰余金処分案について
- 事業分量配当支払い(対象者)基準について(案)
- 第32回通常総代会提出議案について(案)
- 職制規程(本店の業務分掌・職務権限表)の一部変更について(案)
- 規程類管理規程の変更について(案)
- 第11次中期3か年計画書(案)について
- カスタマーハラスメント対応方針制定について(案)
- 人事労務関係諸規程の一部変更について

【報告連絡事項】

- 令和6年度決算監査監査報告書について
- 令和6年度末単体自己資本比率の概況について
- 3月末金融事業部実績について
- 3月末共済推進実績について
- 3月末営農販売事業部実績について
- 3月末生活事業部実績について
- 3月末資産運用事業部実績について

【その他報告連絡事項 22件】

※理事会の議事録は支店で閲覧できます。
支店長にお問い合わせください。

直売所通信

Vol. 51

今回は
直売所
あかぼり店

今年も スイカが並び始めました!!

毎年お客様に大変ご好評をいただいているスイカ。
県内だけでなく、県外からもお買い求めになる
リピーターの方がたくさんいらっしゃいます♪
お手に取って、
旬の味覚をぜひ味わってください。



小玉スイカ



大玉スイカ

他にも



とうもろこし

など、直売所ならではの新鮮な
野菜を、お求めやすい価格で
販売しています♪
自宅で食べるのはもちろん、
贈り物のお買い物にも
是非ご来店ください。



お買い求めは
あかぼり店で!!
お待ちしてます!





写真:2024年フォトコンテスト
グランプリ作品
「夏の思い出に、ありがとうを込めて」
@ntm316さん



地域の方々に元気を届けるため、中堅農業者が中心となり
「景観美化」と「土づくりの一環」としてひまわりを栽培しています。
イベント当日以外も一面に広がるひまわり畑を開放していますので
ご自由にお楽しみください。

日時
令和7年 7月20日(日) 9:00~15:00

会場 境采女公民館西側の畑
(境采女小学校)

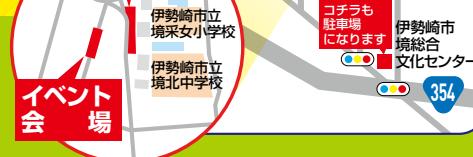
イベント紹介

- ・見晴らし台設置
- ・農畜産物の直売
- ・スタンプラリー
- ・ひまわり摘み
- ・インスタフォトコンテスト
- ・ひまわり畑で宝探し
- ・キッチンカー

スタンプラリー参加者とフォトコンテスト参加者には抽選で
「ひまわり畑で育てた秋冬野菜詰め合わせ」をプレゼント！

●天候状況により中止となる場合があります。詳しくはJA佐波伊勢崎のInstagramでお知らせします。

主催:咲き誇れ伊勢崎ひまわり組/JA佐波伊勢崎 後援:伊勢崎市
お問い合わせ先:さかい営農センター TEL.0270-74-7471

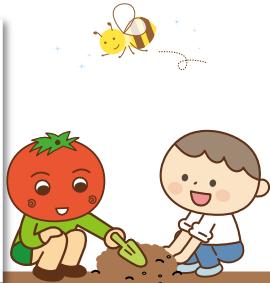


5/16
(金)

園児が種まき

地域貢献活動の一環として、境いよく保育所の園児たち34人がほ場の一角で行いました。園児たちは「大きくなるのがたのしみ」「来年も種まきしたい」とひまわりの成長に期待を込めながら種まきを楽しみました。

園児たちに種まきを教える
咲き誇れ伊勢崎ひまわり組の
塩谷剛久代表



**休日総合相談会が
5月10日に
リニューアル
しました!**

ローン・年金・資産形成・共済に関する手続きが、みやごう支店でできるようになりました。

- 毎週土曜日、日曜日 9:00~16:00
- 住所:伊勢崎市宮子町3615-2

※予約状況等によっては、お待ちいただく場合もございます。
ご了承のほどお願いいたします。

皆様のご来店、心よりお待ちしております。

お知らせ

ファーマーズマーケット「からか～ぜ」 臨時休業のお知らせ

ファーマーズマーケット「からか～ぜ」において機器入替工事のため、**令和7年7月8日(火)および7月9日(水)の2日間は臨時休業となります。**

ご不便をおかけし申し訳ございませんが、何卒ご理解いただきますとともに今後のご利用を宜しくお願いいたします。

臨時休業日

令和7年7月8日(火) および 7月9日(水)

7月10日(木)からは通常営業となります。
皆様のご来店をお待ちしております！

JA全農ぐんま JA農業機械プロジェクト

農業所得の増大と農業生産の拡大を通じて地域の活性化に寄与する。

AGRI MACHINE FAIR 2025

アグリマシンフェア2025

第47回農業機械大展示即売会
2025 雨天決行 AM9:00~PM3:00
7.19 SAT. 20 SUN

Kitchen Car food shop

キッチンカー大集合!!

最新情報はコチラ

お問い合わせ JA全農ぐんま 農業機械課 TEL.027(220)2312

主催 JA・JA全農ぐんま

QRコード

お知らせ

組合員資格の変動の届出についてのお願い

日頃より、JA事業に多大なご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、皆様の組合員資格につきましては、変動が生じた場合、定款の定めるところにより速やかに届出いただくこととなっております。

以下のような変動があった場合は、お手数ですがご加入の担当支店にお知らせくださいますようお願い申し上げます。ご理解・ご協力のほど重ねてお願い申し上げます。

【主な変動理由】

- ①当JAに届け出ている基本情報(氏名、住所、電話番号、決済口座等)が変更になる場合
- ②当JAの管内(伊勢崎市及び玉村町)以外に転出する場合
- ③職業として新たに農業に就農した場合、もしくは離農した場合(※組合員資格変動届)
- ④組合員が死亡した場合

※上記のほか、当JAに届け出た情報に変動がありましたらご加入の支店の窓口までご相談ください。

税務無料相談 《開催場所：JAラ♡ラ♡タウン》

予約制

税理士法人いづみ	7月 3日(木)	8月 7日(木)	午後2時～
千川会計事務所	7月17日(木)	8月21日(木)	午後2時～

法律無料相談 《開催場所：本店》

予約制

田中・二階堂法律事務所	7月 9日(水)	8月 6日(水)	午後1時～
-------------	----------	----------	-------

各支店窓口へお気軽にご相談ください。
(※当日3日前までにお申込みください。)

農業者年金 老後生活への備えは十分ですか？

老後の備えは 国民年金 + 農業者年金！

- ◆ 支払った保険料は 全額社会保険料控除の対象！
 - ◆ 運用益は非課税！
- そのほか生涯を通じて様々な税制面での優遇措置がある！
- ◆ 農業経営の状況に応じて
保険料を増額し節税額をアップ！

※農業者年金に加入できる方の要件は以下の通りです。

- ・ 年間60日以上農業に従事している方で、
- ・ 国民年金第1号被保険者(60歳未満)又は、
国民年金の任意加入者(60歳以上65歳未満)

※詳しくは、お近くの農業委員会、またはJAへ



令和7年度 新盆用品展示会開催のご案内

平素より農協事業に対し多大なるご支援とご利用を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、初めてお盆をお迎えになられる皆様へ盆棚用品展示会のご案内をさせていただきます。



場所 JAメモリアルホールたまむら

日時 6月21日土・22日日 9:30～14:30

場所 JAセレモニーホールいせさき

日時 6月28日土・29日日 9:30～14:30

※盆提灯・新盆ギフト等のご注文も承ります。

お問い合わせ先

JAセレモニーホールいせさき TEL0270-40-5600

JAメモリアルホールたまむら TEL0270-65-4436

JAセレモニーホールあかぼり TEL0270-62-6262

家

渡辺謙

このままだと空き家になります？

7

IE no HIKAKU

家と國から始まる。JAグループのファミリー・マガジン

光

エントリー・カル・ザンツ

トナチユラブル

トライフル

テインメント

お申し込み 総務部 企画課 ☎27-3033 またはお近くの支店窓口へ

役員のとびら

玉村を
田園風景「にしきの」に
変化を遂げた全長23km
天狗岩用水・滝川用水



代表理事副組合長
松浦 好一

歴史は今から400年以上前の江戸時代に遡ります。天狗岩用水は、関ヶ原の戦いで功績が認められ、上野国総社六千石を与えられた秋元長朝公が、領内の新田開発を目的に開削した農業用用水路です。慶長7年(1602年)より3年間で免租を条件に、農民総出勤により開削が始まり、慶長9年(1604年)に天狗岩用水(植野堰)が完成しました。

また、慶長10年(1605年)に関東郡代の伊奈忠次が玉村地方の新田開発を目的に天狗岩用水路の延長工事を開始し、慶長15年(1610年)に「代官掘(備前掘)」現在の滝川用水が完成しました。秋元長朝による開削から10年の時を経て、自然河川を含む約23kmの農業用用水路が完成し、前橋市、高崎市、玉村町は穀倉地帯へと変化を遂げました。

古くより群馬の農業に大きく貢献してきた天狗岩用水は、非常に高い歴史的価値と当時の卓越した開削技術が評価され、令和2年12月8日に、国際かんがい排水委員会(ICID)より「世界かんがい施設遺産」に認定登録されました。



表紙紹介



▲辛味大根を箱詰めする庄平さんと早苗さん

表紙の写真は境地区で辛味大根やごぼう、露地なすなどを栽培する瀧上庄平さんと早苗さん夫婦です。

庄平さんは就農して15年目。早苗さんとお義父さん、お義母さんの4人で協力しながら農業に励んでいます。日々の天候や害獣に臨機応変な対応をしているため「苦労した分、良い作物ができた時はやりがいを感じる」といいます。早苗さんは「どんなことにも手を抜かず、頑張っている」と話してくれました。

月に一度は夫婦で北アルプスなど登山に行き、山頂の景色を楽しんでいます。

今後は新しい農業技術や農業設備を取り入れて、協力し合いながら、農業に取り組んでいきたいと目標を語りました。

狩猟・ホタルイカ捕り・山菜採り

年間を通して狩猟やホタルイカ捕り、山菜採りなどの趣味を持つ菊地久雄さん(69歳)。米麦農家で、地元の小学生に向けて田植えや稲刈りなどの食農教育に取り組んでいます。昔から野外活動が好きで、狩猟は友人から誘われたのをきっかけに始めました。

3月～5月は富山県へ日帰りでホタルイカ捕りに行き、並行して4月から湯沢などへ山菜のタラの芽やコシアブラなどの採取に向かっています。そして、11月～翌年2月にかけて県内外の山中で熊や猪などを狩りに行きます。

自然を相手にした趣味のため、ホタルイカを捕る際には新月や風向きなど天候条件が揃

う日を狙うのが難しいと話します。また体重120kgものツキノワグマを狩った時には友人と車まで運ぶのに3時間もかかる大変だつたといいます。「自然にあるものを獲れることができます。楽しく、大きいものを獲って食べる人が醍醐味」と魅力を話してくれました。

「人生、悔いの無いようにしている。そのためやりたいことを年間通して取り組んでいる」と話す菊地さん。身体を使う趣味のため、健康に気を付けていきたいと笑顔で話してくれました。これからも楽しく趣味を続けていきます。

わたしの生やがい

伊勢崎市田中島町

菊地 ひさお 久雄さん

