

—あなたの暮らしの応援団—

JA佐波伊勢崎

飛翔

JA さわいせさき

2 ページ

年頭のご挨拶

3 ページ

JA佐波伊勢崎 2025年の主なできごと

2026

1

Vol.395



後列右から 阿佐見 勝さん・母のはつ子さん
前列右から 長男の英謙さん・次男の天紳さん
(表紙の紹介は裏表紙)



年頭のご挨拶

代表理事組合長

重田 茂



新年あけまして
おめでとうございます。

本年の干支は「丙午（ひのえ・うま）」です。丙は生命のエネルギーを表し、午は駿足であり、人々を助ける存在であることから、丙午の年は「勢いがあり、エネルギーに満ちて活動的になる年」とされています。皆様におかれましても、輝かしい新年をお迎えのことと、お慶び申し上げます。

組合員の皆様には、平素よりJA事業に深いご理解とご協力を賜り、感謝いたします。

さて、昨年不安定な世界情勢でありましたが、ロシアのウ

クライナ侵攻や中東での戦闘が続くと思われ「和平」は先が見えません。また、トランプ関税は世界経済を大きく揺るがす事案であり、日本国も影響を受けています。我が国では初の女性首相が誕生し、経済の安定を「高市政権」に期待するところです。

我々を取り巻く農業情勢は、相変わらず生産資材価格等の高止まりが続ぎ、農家経済を圧迫した年でもありました。また、伊勢崎市では8月5日に国内最高気温41・8℃を記録、その後も猛暑日が続ぎ、農畜産物の生産に大きな影響を与え、苦労の連続であったと思います。地球温暖化が進むなか、本年も起こり得る問題と認識するところで。稲作においても猛暑のなかでの栽培でありましたが、その「米」は一昨年に続いて高値で取引され、唯一明るい出来事となりました。本年は民間在庫・作

付面積等の不安要素はありますが、情勢を注視しつつ、米を含む農畜産物の生産費を考慮した適正価格の構築を関係業界に要望し、また、消費者の理解を求め続けていきたいと思っています。

年末に発表された農林業センサスによると、基幹的農業従事者は102万人で、5年前と比べ25%減の34万人減りました。食料安全保障が叫ばれるなか憂慮すべき事態にあります。当JAにおいても同様の傾向にあ

りますが「持続可能な農業・地域共生社会の実現・農業者の所得増大」を目標に、組合員の期待に添えるよう事業間の連携を強化し、事業に取り組みます。そして、組合員・地域の皆様から信頼され、必要とされるJAを目指し、役職員全員で60年に一度の「丙午」の年を乗り越えていきたいと思っています。

今年一年が皆様にとって、より良い年でありますようご祈念申し上げます。年頭のご挨拶といたします。

本年もよろしく
お願い致します。



代表理事副組合長
統括常務理事
常務理事（金融担当）
理事

代表理事	松浦 好一	川端 芳明	大和 孝史	岩佐 泰伸	菊池 聡志	井田 幸一	渡辺 範雄	森村 聡	岩崎 伊八男	桑原 秋雄	長沼 芳憲	服部 康弘	田部 井嘉久	小島 睦美	南部 誠治	渡邊 義明	中島 克枝	原 きよみ	大沢 登美枝	羽鳥 誠	伊藤 浩	宮田 晃一	平野 友則	桜井 守政	小見 耕一	星野 明美	森村 祐子
常務理事																											
監事																											
外部監事																											



JA佐波伊勢崎の 主なできごと

2月15日	からか〜ぜで「やっちゃんべー！」を開催	
4月21日～28日	各地区でふれあい座談会を開催	
5月17日	東京都中央卸売市場豊洲市場でトップセールス	
5月28日	第32回通常総代会	
7月5日	第12回JA佐波伊勢崎ファミリー収穫祭を開催	
7月7日	伊勢崎市へ高温対策資材などの費用助成を要望	
7月20日	咲き誇れ伊勢崎ひまわり組が開催した 「さかいひまわりフェスタ in 伊与久2025」に協力	
7月29日	玉村町へ高温対策資材などの費用助成を要望	
10月23日～30日	地区別JA運営委員会を開催	
10月25日	伊勢崎市農業まつり ショッピングモール「スマーク伊勢崎」で初めて開催	
11月2日～16日	各地区の産業祭に参加	

女性組織 協議会

2月 JA常勤役員と
意見交換会

7月 管内小学校5校の5年生全員に
食農教育雑誌「ちゃぐりん」を寄贈

10月 群馬県警察本部による交通安全教室



青年部

2月 農業情報活用
セミナーを開催

10月 各地区の産業祭や農業まつりに参加し、のぼり
旗やポスター、アンケートなどを実施して農業
の厳しい現状をアピール



全戸訪問の取り組みを実施

11月17日から12月12日にかけて、常勤役員と全職員が正組合員宅を全戸訪問する取り組みを行いました。組合員の皆様から直接ご意見・ご要望をいただくとともに、日頃のご愛顧のお礼としてカレンダーを手渡しました。



今年もJA佐波伊勢崎は組合員・地域の皆様にご満足いただけるよう「地域に根差し広い世代の方に利用・必要とされるJA」を目指して事業運営に取り組んでまいります。



契約ブロッコリー出荷会議及び目揃え会

11月10日、ブロッコリーでJGAPの団体認証を取得したJA佐波伊勢崎園芸協議会の生産者は、本店で出荷会議及び目揃え会を開き、関係者を含め10人が参加しました。

会議では市場情勢や契約販売計画、今後の栽培管理などを共有しました。また、例年に比べて高温が続く、チョウ目害虫による被害の長期化が懸念されるため、定期的な防除を呼びかけました。

目揃え会では現物と出荷規格表を見ながら、出荷基準について、花蕾(からい)の大きさや色などの統一を図りました。

アレッタ出荷目揃え会

11月7日、JA佐波伊勢崎園芸協議会さかい支部一般野菜部会アレッタ部は、とれび庵で出荷目揃え会を開き、生産者18人が参加しました。

目揃え会では、現物を見ながら改めて出荷規格を確認しました。また、葉の長さや花蕾(からい)の大きさなど、調整方法について生産者同士で意見交換を行いました。

今年度は記録的な高温に加え、少雨により作業の遅れやチョウ目害虫の発生が見られましたが、管理を徹底し安定した出荷を目指します。



▲規格を説明する手嶋裕一代表(右)

ちぢみほうれんそうほ場巡回・目揃え会

11月12日、JA佐波伊勢崎園芸協議会さかい支部は、同地区のちぢみほうれんそう生産者60人、合計約21ヘクタールのほ場巡回を行いました。

JAの園芸販売担当者や種苗会社など12人が4班に分かれて巡回し、生育調査や今後の栽培指導などを行いました。

今年度は高温・乾燥が長引くなど複合的な要因により、発芽や生育に影響が見られました。また、年明けの出荷に備えるため、早めに被覆を徹底するよう呼びかけました。



11月27日、JA佐波伊勢崎園芸協議会ちぢみほうれんそう部会はJAセンターさかいでちぢみほうれんそう目揃え会を開き、生産者52人が参加しました。

目揃え会ではサンプルと規格表を比較し、品質・色沢などの選別基準を共有しました。また、出荷前に必ず糖度検査を行い年内は8度以上、年明けからは10度以上を維持して出荷するよう申し合わせました。

今後の栽培管理を中部農業事務所伊勢崎地域農業課の担当者が説明しました。霜による葉の傷みを防ぐために被覆管理をする際は、事前の病害虫防除を徹底するよう呼びかけました。



野菜モリモリ感謝デーで 地元野菜を販売

11月17日、スマーク伊勢崎で野菜モリモリ感謝デーが開催され、当JAが地産地消マルシェに出店しました。

野菜の高騰が続く中、地元の新鮮野菜をお買い得な価格で販売し、農産物の消費拡大につなげました。マルシェでは長ねぎやほうれんそう、キャベツなどを販売し、多くの来場者で賑わいました。



雨除けほうれんそう出荷目揃え会

11月14日、JA佐波伊勢崎園芸協議会さかい支部ほうれんそう部会雨除けほうれんそう専門部は、JAセンターさかいで出荷目揃え会を開き、生産者19人が参加しました。

市場情勢では、市場担当者が価格相場や他産地の傾向などについて説明し、有利販売に繋げるため規格表に沿った出荷をするよう呼びかけました。

目揃え会では、現物を見ながら茎葉の長さや1袋の株数など、出荷規格を改めて確認しました。また、市場の意見や生産者からの質問などを共有しました。

トマトセンター全体会議

11月20日、JA佐波伊勢崎トマトセンター利用組合は、トマトセンターで全体会議（目揃え会）を開き、生産者15人が参加しました。

会議では、JAの青果物担当者が市場情勢と販売経過を報告しました。11月下旬から他産地の出荷が本格的になるため、高品質な出荷に努めてほしいと呼びかけました。

目揃え会では、出荷基準表と現物で確認をしながら、意見交換を行いました。気温が低い時期でも規格を統一するため、同組合が作成したカラーチャートと見比べて出荷するよう申し合わせました。



第29回群馬県畜産共進会（乳牛の部）

11月17日、公益社団法人群馬県畜産協会は群馬県畜産試験場で、第29回群馬県畜産共進会（乳牛の部）を開きました。

佐波伊勢崎乳牛共進会からは根岸貴明さんと新井克弥さんが参加しました。

根岸さんは第2部未經産（12ヵ月以上15ヵ月未満）に「ハーレム レッドホット チリペッパー RED」を出品し2等賞を、新井さんは第7部経産（30ヵ月以上36ヵ月未満）に「イーストアップ ロケットファイアー タロ」を出品し優等賞を受賞しました。



▲根岸さんとハーレムレッド
ホットチリペッパーRED



▲新井さんとイーストアップ
ロケットファイアータロ



春菊出荷目揃え会

11月25日、JA佐波伊勢崎園芸協議会たまむら支部の春菊生産者は、たまむら営農センターで出荷目揃え会を開き、生産者19人が参加しました。

目揃え会では、JA全農ぐんまや中部農業事務所伊勢崎地域農業課の担当者が市場情勢や今後の管理などを説明しました。ハウス内の湿度が上がってしまうと葉枯病などの病害が発生しやすくなるため、短時間の換気を行って除湿をするよう呼びかけました。

また、現物を見ながら改めて出荷規格を確認し、茎葉の長さを基準に選別することなどを申し合わせました。

えだまめ出荷反省会及び栽培講習会

11月20日、JA佐波伊勢崎園芸協議会えだまめ専門部会はJAセンターさかいでえだまめ出荷反省会及び栽培講習会を開き、生産者31人が参加しました。

販売情勢をJA全農ぐんまの販売担当者が説明し、7・8月の出荷量が昨年と比べて1～3割ほど上回ったと説明しました。

栽培管理のポイントを中部農業事務所伊勢崎地域農業課の担当者が説明し、忌避剤などを活用した鳥害対策を紹介しました。また、作型別の品種を種苗会社の担当者が紹介し、耐暑性などの品種特性や栽培ポイントを紹介しました。



▲JA職員が説明

交流型地産地消費の食談会

11月27日、特定非営利活動法人群馬県スローフード協会がマック・スクエアスワンで開催した、地産地消費談会に当JAが食材を提供・PRしました。

食談会では、当JAから管内の新鮮なしいたけを提供。「赤城の恵」うどん、きのこの熱々汁など和食になって登場しました。

また、当JA職員が壇上で、管内農産物のきゅうりやなす、ミニトマトなどの紹介や、JAオリジナル商品の説明をしました。

ブロッコリー出荷規格目揃え会

11月27日、JA佐波伊勢崎園芸協議会いせさき支部とたまむら支部のブロッコリー生産者は、本店で出荷規格目揃え会を開き、生産者25人が参加しました。

市場情勢では、JA全農ぐんまの担当者が販売経過や今後の見通しについて報告しました。また、中部農業事務所伊勢崎地域農業課の担当者が今後の栽培管理について説明し、花蕾(からい)の内部に病気の原因となる菌が入りこまないよう、防除の徹底をするよう呼びかけました。

目揃え会では、出荷規格表と現物で確認をしながら、品質や形状などについて意見交換をしました。





紅茶豚

材料 [3～4人分]

- 豚肩ロース……………500g
- ティーパック紅茶(市販のもの) ……1つ
- 醤油……………100cc
- 酒……………50cc
- みりん……………50cc
- 酢……………50cc

作り方

- ①豚肩ロースを塊のまま鍋に入れ、お湯で20～30分茹でて脂分を煮こぼす。
- ②鍋の水を新しくし、豚肩ロースが浸かるくらい入れる。
- ③ティーパック紅茶を②に入れて、灰汁(あく)をすくい取りながら、中火で1時間30分煮る。
- ④別の鍋でAをひと煮たちさせる。
- ⑤④と豚肩ロースをチャック付きビニール袋に入れる。
- ⑥粗熱を取り、冷蔵庫に一晚おく。
- ⑦必要分を切って、お皿にわけたらできあがり。

★ワンポイント アドバイス★

- ・冷蔵庫で7日くらい保存できます。
- ・長期保存をする場合は、切り分けて冷凍庫に入れてください。
- ・サラダやプチトマト、ブロッコリー、ゆで卵と一緒に盛りつけると彩りが良くなります。

わたしの おすすめ料理

玉村地区

原 昌江さん

Let's enjoy cooking!!



女性部員募集!

女性組織協議会とは、各地区の女性部からなり、JAをよりどころにして「食・農・くらし」に関心のある女性が集まって、JA運動やJA女性組織綱領を実践する組織です。

といっても、難しいことはありません! 「みんなで、ふれあい・たすけあいのある、みんなが自分らしくいきいきと暮らせる地域社会をつくろう」という活動です。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佐波伊勢崎女性組織協議会

ママさん大学

11月19日・20日、JA佐波伊勢崎女性組織協議会の会員15人は「JAぐんま女性組織協議会ママさん大学」に参加しました。

ママさん大学は県内のJA女性組織が同じ行程で取り組む研修旅行です。1期4年で企画され、今年度は第VI期の3学年が開かれています。

今回は「伊豆白浜温泉に泊まる伊豆半島を満喫」と題し、鈴廣かまぼこの里や来宮神社、徳造丸のおさかなパークなど観光や海産物の買い物などを楽しみました。また、JA赤城たちばなの女性部員も参加し、それぞれの活動などについて話し合いながら交流を深めました。



JA佐波伊勢崎女性組織協議会

寄せ植え講習会

12月3日から11日にかけて、各地区で寄せ植え講習会を開きました。

前橋市の花木流通センターから講師を招き、お正月にあわせた季節の寄せ植えを作りました。ガーデンシクラメン・パンジー・葉ボタンなど寒さに強い様々な花を用いて、素敵なお寄せ植えができました。

部員だけでなく地域の方々も参加し、交流を深めました。



▲12月5日 玉村地区



▲できあがった寄せ植え

本店

営農販売事業部

園芸販売課

かねこ
金子

ちか
千佳 (29歳)



【仕事内容】各営農センターから出荷された野菜のデータと市場からの販売データのチェックなどをしています。

【仕事でうれしかったこと】野菜に対する知識が増えたことです。

【仕事で心がけていること】慣れている業務でも確認作業を怠らないように心がけています。

【今後の目標】経理の知識を増やし、組合員の方や職員から信頼されるよう頑張りたいです。



園芸販売課の金子千佳です。入職して9年目になります。好きな野菜はトマトと大根。趣味は美味しいものを食べることです。

園芸販売課からのお知らせ

1月4日(日)に開いた初出荷祝い抽選会では、各地区とも多くのご参加ありがとうございました。本年もよろしくお願いいたします。

所属長より

金子担当は、青果物精算に関する経理を担当し、市場や関係機関と適宜連絡を取り、精算業務を効率的に行っています。今後は、野菜システムのDX化に伴い、青果物の市場情報など生産者とのコミュニケーションツールを活用できるよう期待しています。



さかい支店の多賀谷友貴です。入職して7年目になります。好きな野菜はきゅうりとモロヘイヤ。趣味は格闘技とドライブです。

境地区

さかい支店

たがや
多賀谷

ゆうき
友貴 (28歳)

【仕事内容】信用渉外として定期貯金・投資信託・年金など、金融商品全般の推進を行っています。

【仕事でうれしかったこと】共済など金融以外のことについて相談を受けたときに「信頼されている」と思い、やりがいを感じます。

【仕事で心がけていること】金融商品の説明は難しい単語が多いため、言葉選びや使用する資料を慎重に選び、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】会いに行けることが信用渉外の強みだと思うため、こまめに動いて地域の方々に顔を覚えてもらえるよう頑張りたいです。



所属長より

多賀谷担当は、真面目で意外にシャイな性格の持ち主です。資産運用や資産形成の説明は非常に丁寧で、お客様に寄り添った提案を行い、強い信頼関係を築いています。今後も支店のみんなと連携して「お客様ファースト」の活動を続け、喜んでいただけるよう期待しています。

さかい支店からのお知らせ

昨年12月より、お米定期貯金キャンペーンが行われています。組合員に加入する方・組合員の方を対象に、他行よりJAに新規預入いただいた資金を定期貯金にすることでお米をプレゼントしています。本年2月まで実施予定ですので、この機会にぜひご利用ください。



新年のごあいさつ



中部農業事務所

伊勢崎地域農業課

課長 新部 環



新年あけましておめでとう
ございます。本年もどうぞ
よろしくお願いいたします。

令和八年は干支でいうと
丙午（ひのえうま）です。丙
は、「陽の火」、午も「陽の火」
を意味し、どちらも火の性
質を持ったため、「火の勢い
が非常に強い」と言われ
ています。古来より「火の
勢いが強く、物事を大きく
動かす力強い年」とされて
きました。この力強さを農
業にも生かし、前向きなエ
ネルギに変えて、地域の
発展につなげていければと

思っています。

昨年を振り返りますと、
記録的な猛暑が続き、八月
五日には、伊勢崎市で、
41・8℃という国内最高気
温を記録するなど、暑い夏
でした。また、梅雨明けも
過去最速で、夏は雨が少な
く、農業には厳しい気象条
件でした。

このような猛暑・少雨の
影響で、農作物の品質の低
下や収量減、病害虫の増加
など、どの品目も大変な状
況でした。組合員の皆様に
は、作物の栽培や家畜の管
理など、本当にご苦労いた
だいたと思います。そんな
中でも、佐波伊勢崎地域の
農業は着実に前進できまし
た。これは皆様一人ひとり
の努力の賜物ではなかった
かと思います。

伊勢崎地域農業課では、
「群馬県農業農村振興計画
2021・2025」や「群
馬県みどりの食料システム

基本計画」に沿って、JA、

伊勢崎市、玉村町、農業委
員会、担い手育成総合支援
協議会などと連携し、地域
農業の振興に取り組んでい
ます。現在、県では新しい
「群馬県農業農村振興計画」
を策定中であり、スマート
農業の導入や環境に配慮し
た生産体制の強化など、未
来志向の取り組みを推進し
ていきます。これからも佐
波伊勢崎地域の農業がさら
に発展するよう、関係機関
と力を合わせて取り組んで
まいります。

この地域は、選果施設を
核としたスケールメリット
を生かした販売力を強みに、
安心・安全な野菜産地
として成長してきました。
また、米麦の産地としても
県内有数ですが、米政策の
抜本的な見直しを検討され
ており、その対応について
も関係機関と一緒に進めて
いきます。さらに、農業の

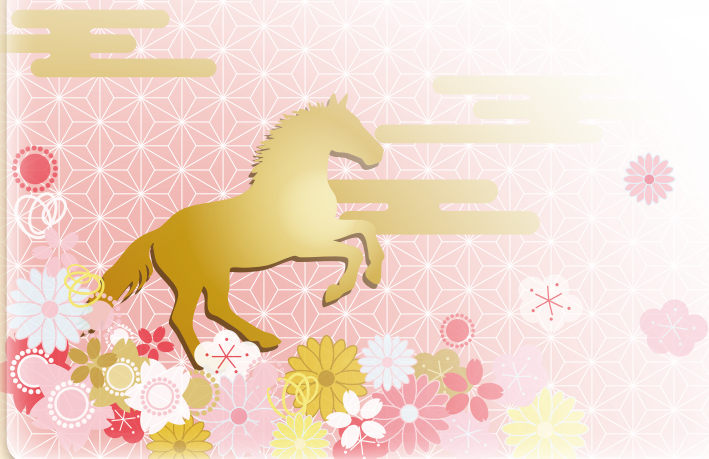
担い手不足が深刻な中、新
規就農者等の育成や農地の
有効活用にも力を入れてい
きます。

最後に、皆様のご健勝と
地域のさらなる発展を心か
らお祈りし、年頭のご挨拶
とさせていただきます。

令和八年 元旦

伊勢崎地域農業課

（旧伊勢崎地区農業指導センター）



俳句

小春日や庭の踏石あたたかや
いただし柚子を浮かべて冬至風呂

伊勢崎市戸谷塚町 樋口 幸子
木枯らしや更け行く宿の明け早し
葉ぼつち旅の玄閑客迎え

伊勢崎市境下武士 遠藤 勝治
七種の香れる粥を至福とす
かつて国支えし里や蒨の玉

伊勢崎市境下武士 中島 薫
降るのかな思った時に冬備え
玉村町飯倉 阿部 文代

厳冬やささらに縮まる老ゆる影
遠き通る空仰ぐ道星牙ゆる
兵庫県明石市 小田 慶喜

寒空の大きく覆ひ被さる日
凍星や蜘蛛を留めるやうきらり
兵庫県明石市 小田 和子

川柳

万博の空飛ぶ車夢の月

心地よい日本の四季や処へ行く
伊勢崎市境下武士 遠藤 勝治
体当たりしてくるような空つ風
焼き芋をしいと思うあの焚き火

兵庫県明石市 小田 慶喜
極月に背中押される焦る日々
冬帽子マスク着ぶくれ誰ですか

兵庫県明石市 小田 和子

短歌

君子ラン今年も部屋の陽だまりに
鮮やかに楽しみ待つよ

日だまりにカマキリ居つく落ち葉盛り
元気でいてね又よい年に
伊勢崎市境下武士 遠藤 勝治

白き息吐きてゴジラのやう歩く
校長先生やさしかつたな
日向ぼこしながら妻と若き日を

語れば心までほかほかに
兵庫県明石市 小田 慶喜
雪のこゑ聞こえる翻訳機があれば
楽しいよつて孫のひと言

冬木立縫ふやう風は吹き続け
時々道の空缶を蹴る
兵庫県明石市 小田 和子

白内障の検査

伊勢崎市戸谷塚町 飯島美枝子

わが顔と保険証を見比べて

息子呼び送り来しと返答に
受け付け嬢はにっこり領く
小暗き室に視力検査の目薬ささる

白濁のかすみ足おぼつか
額を乗せ額も付けて指図をされ
突如驚く閃光ひらめく

読者の声

飛翔が発行されるま
で、多くの方々の苦勞と
情熱で成り立っている
んだなと実感しました。

(Hさん)
飛翔が発行されるま
で、読んで、職員の方々の惜
しみない努力が感じら
れ、チームみんなで作り上
げていると思いました。

(Mさん)
11月号の特集について
のお便りありがとうございました。
昨年、4月に広報担当
になり、作成から発行まで
驚いたことがたくさんあつ
たため、それを伝えたく記
事を作成いたしました。こ
れからも読者の皆様全員が
楽しく、読み応えある誌面
づくりに取り組んでいきま
すので、よろしく願いま
します。

飛翔11月号に寄せられたおたよりを紹介します。

編集後記

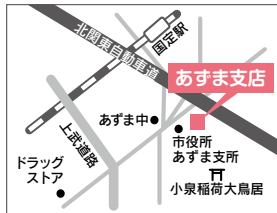
新年あけましておめでとう
ございます。夏を過ぎたあた
りから、あつという間に年末
年始になつてしまったという印
象があり、時の流れがとて
早く、驚きが隠せません。昨
年は広報担当として異動し、
沢山の方と交流することがで
きました。2026年は丙午
(ひのえ・うま)で、物事を大
きく動かす力強い年になると
言われています。今年も精一
杯頑張りますので、よろしく
お願いいたします。

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。
※詳しくは貯金為替課 (TEL.20-1234) または
各支店窓口までお問い合わせください。

あずま支店 TEL.62-0011

2/7
午前9:00～
午前11:30
対象地区
あずま



あかぼり支店 TEL.62-0012

2/7
午後1:30～
午後4:00
対象地区
あかぼり



南支店 TEL.32-2582

2/8
午前9:00～
午前11:30
対象地区
とよけ
なわ
さんのうどう



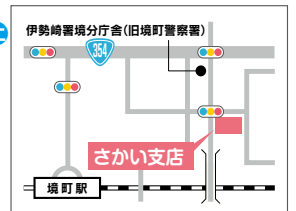
たまむら支店 TEL.65-2911

2/8
午後1:30～
午後4:00
対象地区
しばね
たまむら
じょうよう



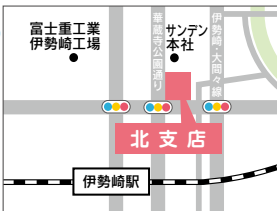
さかい支店 TEL.74-1223

2/14
午前9:00～
午前11:30
対象地区
うねめ
ごうし
さかい
しまむら



北支店 TEL.25-5741

2/14
午後1:30～
午後4:00
対象地区
みさと
いせさき
うえはす



みやごう支店 TEL.25-4431

2/15
午前9:00～
午前11:30
対象地区
みやごう



中央支店 TEL.25-0477

2/15
午後1:30～
午後4:00
対象地区
もろ





しっかり食べて冬の健康な体づくり

お正月のごちそうを楽しんだ後、体重計の数字に驚いた方も多いのではないのでしょうか。

つい食べ過ぎてしまったときも、極端な食事制限や単品ダイエットは逆効果です。必要な栄養が不足すると代謝が下がり、かえって体重が戻らなくなります。大切なのは、しっかり食べながら体を整えること。今回はお正月太りを解消するためにお薦めの栄養素を三つご紹介します。

■ 食物繊維

野菜、キノコ、海藻、玄米に多く含まれる食物繊維は、お正月太り解消には欠かせない栄養素です。水溶性食物繊維は胃の中で膨らんで満腹感を与え、糖質の吸収を緩やかにして血糖値の急上昇を抑える働きがあります。不溶性食物繊維は腸の動きを促進し、便秘の改善に役立ちます。ワカメとダイコンのみそ汁や、キノコを使った炊き込み玄米ご飯などで取り入れてみましょう。

■ タンパク質

肉、魚、卵、大豆製品、乳製品に含まれるタンパク質は、筋肉の材料となり基礎代謝を高めます。筋肉量

を維持すると消費カロリーが増え、太りにくい体になるため毎食意識して取りましょう。また、消化に多くのエネルギーを必要とするため、食事による消費エネルギーも上がるのが特徴です。みそ汁にさば缶や豆腐を入れると手軽にタンパク質が取れます。1食当たりおわん1杯分を目安にすると良いでしょう。

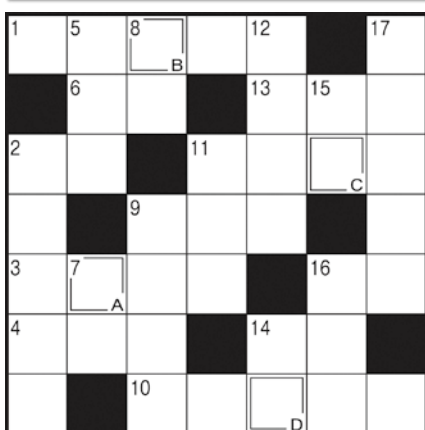
■ ビタミンB群

豚肉、ウナギ、玄米、納豆などに含まれるビタミンB群は、糖質や脂質の代謝を助ける働きがあります。特にビタミンB1は糖質代謝、ビタミンB2は脂質代謝に関与するため、不足すると疲労感が出やすくなるので意識して取りましょう。豚肉とキノコ、野菜と一緒に炒めると食物繊維も一緒に取れます。

お正月太り解消のポイントは、食事制限ではなく、バランスの良い食事と適度な運動です。食べ物を味方に付け、無理なく健康的に体を整えていきましょう。



クロスワード



■ 11月号の答え

ボ タ ン ナ ベ

■ ヨコのカギ

- ① 節分にまるかぶりします
- ② 働き者のイメージがある昆虫
- ③ 羽根つきに使う道具
- ④ 保育園の——に手編みの帽子を出品した
- ⑥ 張り上げたりひそめたり
- ⑨ 強い風に雪が舞います
- ⑩ 作業機をけん引してさまざまな農作業をこなします
- ⑪ 金太郎が担いでいるもの
- ⑬ ドアをコン、コン
- ⑭ 魚へんに付と書く魚
- ⑯ 寒いとこりやすくなる人もいます

■ タテのカギ

- ② 東京にある、昔は電気街、今はポップカルチャーの街
- ⑤ はたきで払うもの
- ⑦ い草などで編んだ敷物
- ⑧ 天井や空がある方向
- ⑨ 長さの単位のひとつ。記号はft
- ⑪ 眠くなると下がってきます
- ⑫ 外湯めぐりで知られる兵庫県北部の温泉地
- ⑭ 鬼は外、——は内
- ⑮ 日本刀の手で握る部分
- ⑯ すべては忘却の——だ
- ⑰ チョコレートケーキの——をスマホで調べた

ご応募方法

- クロスワードを解き、A～D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2月10日(火) (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
できるように
なりました!!

当選者発表

11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33通】()は町名、敬称略
米山 ふみ (伊勢崎市柴町)
卯野 悦子 (伊勢崎市西小保方町)
田代 いつみ (伊勢崎市境上矢島)
三世川裕洋 (玉村町下新田)
千吉良 怜志 (伊勢崎市赤堀今井町)

飛翔 12月号に関するお詫びと訂正のご報告

飛翔 12月号につきまして、2～3ページの「各地区の産業祭&共進会結果」でお名前の記載に誤りがございました。

櫛祭あかぼり 2025 共進会入賞者 【正】阿佐見温雄さま 【誤】阿左見温雄さま

訂正してお詫び申し上げます。

事業の概要

令和7年11月末日現在

項 目	金 額	前年対比
貯 金 高(実 残)	1,810億8,328万円	99%
貸 付 金 高(実 残)	551億1,852万円	109%
長期 共 済 保 有 高	3,609億5,338万円	97%
購 買 品 供 給 高	37億7,026万円	104%
販 売 品 販 売 高	80億1,693万円	97%
項 目	員 数・金 額	前月対比
正 組 合 員	5,823人	-7人
准 組 合 員	14,050人	33人
総 組 合 員	19,873人	26人
出 資 金	24億398万円	-248万円

理事会

11月28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7年度 冬季手当について
- お客様本位の業務運営に関する取組方針の変更について(案)

【報告連絡事項】

- 令和7年度仮決算監事監査現地指摘に対する回答書について
- 10月末組合員数及び出資金額一覧表について
- 10月末金融事業部実績について
- 10月末共済推進実績について
- 10月末営農販売事業部実績について
- 10月末生活事業部実績について
- 10月末資産運用事業部実績について

【その他報告連絡事項 25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。

退職者

お世話になりました。(12月31日付)

▷越川 大輔《農機センター》

税務無料相談 《開催場所：JAラ♡ラ♡タウン》

予約制

税理士法人いずみ	2月 5日(木)	3月 5日(木)	午後2時～
干川会計事務所	2月19日(木)	3月19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	2月 4日(水)	3月11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**！◆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！

※詳しくは、お近くの農業委員会、またはJAへ



直 売 所 通 信

Vol. 58

今回は
直売所
あかぼり店

苺
フェア
開催

今年も地元のイチゴが並び始めました🍓
毎年お客様に大好評をいただいているイチゴ。
例年1月より行っている**イチゴフェア**を今年も開催いたします！
毎週土曜日に行っておりますので、ぜひご来店ください。



ご存じですか？ 農業用免税軽油

軽油引取税は、農業に使用する軽油について、一定の手続きを行うと免除されます。

対象 農業を営む人が、農作業において農業用機械に使用する軽油

手続き ① あらかじめ県知事に「免税軽油使用者証」と「免税証」の交付申請を行う

※申請には「耕作証明書」や申請する機械の確認書類などの添付が必要

② 「免税証」の交付を受け、給油の際に軽油販売業者に「免税証」を提出し、免税軽油を購入・使用する

③ 使用後、数量などを報告する

申請期間 2月には下記の日程で臨時窓口を開設します。詳しくはお問い合わせください。



● J A 佐波伊勢崎 本店

日時：令和8年2月12日(木) 9時30分～11時30分

会場：2階 研修室

● J A 佐波伊勢崎 あかぼり営農センター

日時：令和8年2月12日(木) 13時30分～15時30分

会場：会議室

● J A 佐波伊勢崎 あずま営農センター

日時：令和8年2月16日(月) 9時30分～11時30分

会場：会議室

● J A 佐波伊勢崎 さかい営農センター

日時：令和8年2月16日(月) 13時30分～15時30分

会場：J A センターさかい研修室

● 群馬県伊勢崎合同庁舎

日時：令和8年2月9日(月) 9時30分～15時30分

令和8年2月10日(火) 9時30分～11時30分

会場：第一会議室

※なお、前橋行政県税事務所では、平日8時30分から17時15分まで随時、申請を受け付けています。

お問い合わせ先

前橋行政県税事務所県税課軽油引取税係 (TEL：027-234-1800)

中部農業事務所農畜産課企画調整係 (TEL：027-233-2011)

自動車税(種別割)の口座振替ははじめませんか

自動車税(種別割)の納税は、**口座振替**が安全・便利・確実です。

電気料金や水道料金などと同じように、自動車税(種別割)の納税には口座振替がご利用になれます。納期限(毎年5月末)に口座から引き落としされるもので、一度お申し込みいただくと、翌年度以降も継続して振替を行いますので、納め忘れがなく窓口などに出向く必要がありませんので、とても便利です。

お申し込みは、J A の本支店等にある「**申込はがき**」に必要事項を記入し、**郵便ポストに投函するだけ**で完了します。この機会に「安全・便利・確実」な口座振替制度を検討してみませんか？

申込方法

J A の本支店等にある申込はがきに必要事項をご記入いただき、郵便ポストに投函してください。

申込期限

令和8年2月28日(土)

振替日

令和8年6月1日(月)

令和8年度自動車税(種別割)分から適用になります。振替日は納期限です。

複数所有の車も、一括振替します！

自動車を複数台お持ちの場合、1回のお手続きで同一名義の自動車すべてを口座振替にできます。

自動車買換でも振替は継続します！

所有者の住所・氏名に変更がなければ、自動車を買い換えても、そのまま口座振替が継続されます。

納税証明について

車検証の電子化に伴い、特殊な場合を除き、継続車検時の納税確認に書面は不要となりました。

● 個人の事業税(不動産貸付など)についても、口座振替ができます。併せてご検討ください。

● 軽自動車税のお申し込みはできません。お住まいの市町村にお問い合わせください。



お問い合わせ先

伊勢崎行政県税事務所
群馬県自動車税事務所

TEL. 0270-24-4350
TEL. 027-263-4343

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

知っておきたい

がん治療

“気になるがん”に2つのチェック”

ナビゲーター
田中 律子さん

医療技術が発展し、回復が望める病気となった『がん』。しかし、その治療法はさまざまで、診断を受けた際に「どの治療法が一番効果的なのかかわらない」と悩む方も少なくありません。そこで注目したいのが、保険適用の治療法「標準治療」。専門家による研究や臨床試験で効果を徹底的に調べ抜き、科学的根拠が示された「国のお墨付き」の治療法です。標準治療として認められるのは、数多くあるがん治療法の中でもごくわずか。記事の下で、その厳しい審査過程をご紹介しますので、ぜひチェックしてみてください。

日本で認定されている標準治療は、大きく分けると「手術」「放射線治療」「薬物療法（抗がん剤治療）」の3種類。基本的にはがんの種類や場所に合わせて組み合わせて治療を行います。各治療は日々研究開発が進められ、切除する範囲を極力減らして体のダメージを抑える縮小手術、病巣部にピンポイントで照射して副作用を減らす放射線治療、抗がん剤の副作用を抑える新薬など、標準治療の選択肢もアップデートされています。

2人に1人ががんの診断を受ける時代。もしもの時により良い治療を受けるためには、正しい知識を持つことが何よりも大切です。知っておけばきっと役立つ「がん治療」の情報。今からアンテナを張っておきましょう。

チェック
1

もしもの時、より良い治療を受けるために！
効果と安全性が認められた
がんの標準治療を知ろう

合格率0.01%の狭き門！

抗がん剤「標準治療」認定までの道のり

新たに開発された抗がん剤は、効果や安全性を検証する
4段階の厳しいチェックを受けます。全てをクリアし、
「標準治療」の新薬として認められるのは1万個のうち1個です。

1万個の
新薬候補を
検証！

CHECK 1
基礎研究

マウスなどに試して、
少しでも可能性があるか調べる。
残る候補は29個だけ

CHECK 2
臨床試験
フェーズⅠ

人間に毒性が
無いか調べる。
残る候補は14個だけ

CHECK 3
臨床試験
フェーズⅡ

少人数で試して、
効果があるか調べる。
残る候補は3個だけ

CHECK 4
臨床試験
フェーズⅢ

現時点で一番有効な
治療薬と比較して、
優れているか調べる。

＜CHECK＞

確かながんの情報をもっと知りたい方は
がん情報サービス 検索

残った1個だけが
「標準治療」として
認められる

「標準治療」は
厳しい基準をクリアした
エリートってことですね！

【監修】
日本医科大学
武蔵小杉病院
腫瘍内科医
勝俣 範之さん

出典：『世界中の医学研究を徹底的に比較してわかった最高のがん治療』（ダイヤモンド社）

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！

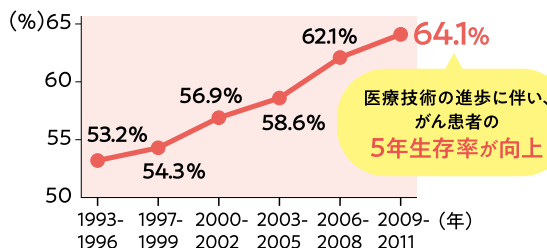
さらに/
W
チャンス！

その場で当たるデジタルクーポン
合計100,000名様

「がん治療の傾向」

がんと診断されてから
5年後も生存されている方が増えています

1993年～2011年診断例の5年相対生存率

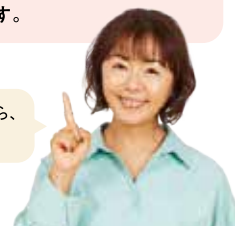


一方で治療と生活の両立が負担に…

悪性新生物の治療のため、
仕事をしながら通院している人は
女性30.7万人 男女で約49.9万人 男性19.2万人

乳がんでは5年以上ホルモン療法を
続けることがあります。

治療が長引くケースもあるみたいだから、
きちんと備えておくと安心ですね。



ポイント
2

医療技術の進歩に伴い、患者の生存率が向上
がん治療に不足のない備えを

※出典:公益財団法人 がん研究振興財団、厚生労働省、一般社団法人日本乳癌学会が公表しているデータをもとにJA共済連作成

そこで！

がん共済

上皮内がんを含むさまざまな
“がん”や脳腫瘍を保障します。

Q.1

入院や
手術以外にも
保障してくれるの？



安心1

入院・手術・放射線治療だけでなく、抗がん剤治療やホルモン剤治療、がん性疼痛等の緩和のための在宅医療まで保障します。

Q.2

治療が
長期化しても
大丈夫？



安心2

通算の支払限度なく、所定の治療を受けた月ごとに共済金を受け取れます。

Q.3

自分に合った
保障があるの？



安心3

まとまった一時金の保障(がん診断共済金^{※1}／がん治療一時金^{※1})や、がん診断以降の共済掛金の払込みを免除する保障^{※2}、先進医療保障^{※3}まで、さまざまなニーズに対応しています。

※1:がん診断ありの場合 ※2:がん診断時共済掛金払込免除特則を付加した場合 ※3:先進医療保障ありの場合 *この共済には、解約時の返戻金、死亡時における保障はありません。 *がんに関する責任(保障)の開始は、ご契約日からその日を含めて91日目からとなります。これより前に被共済者ががんと診断確定された場合には、共済金はお支払いいたしません。また、がん診断時共済掛金払込免除特則が付加されている場合におけるがん診断による共済掛金の払込免除はありません。 *所定の後遺障害等の状態による共済掛金の払込免除についてはご契約日から保障いたします。 *お支払いには所定の条件があります。 ●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。

グラウンドゴルフ

農業高校卒業と同時に就農した石原誠一さん(79歳)は、ごぼうやねぎ、ほうれんそうなどを栽培していました。約20年前、健康増進のため自分に合ったスポーツを始めたいと考えた石原さんは、自宅の近くにある広瀬川河川敷のグラウンドゴルフ場を見つけ「これをやってみよう」と思い、奥様と仲の良い2組の夫婦を誘い、グラウンドゴルフを始めました。

「グラウンドゴルフを通じてたくさんの仲間ができた」と話す石原さん。63歳の時には「あすなる会」というグラウンドゴルフの会を立ち上げまし

た。今でも会長を務め、週3回練習をしています。また月に1回、大会を開催しており、石原さんが考えた準備体操を参加者全員で行ってから競技を始めるといいます。「みんなが怪我をしないで、楽しくプレーできるようにすることを心がけている」と話してくれました。

石原さんは、規模を問わず多くの大会に参加していますが、優勝や上位入賞した時の喜びは格別だといいます。「今年度の園芸協議会さかい支部のグラウンドゴルフ大会で、夫婦で優勝できたことは忘れられない良い思い出に

なった」と笑顔で話してくれました。

「これからも練習し、色々な大会に参加したい」と目標を語る石原さん。これからも多くの仲間と触れ合い、元気に楽しくグラウンドゴルフを続けていきます。



▲使い慣れているクラブと7年前の大会で優勝した時の盾

JA佐波伊勢崎園芸協議会さかい支部

第21回グラウンドゴルフ大会



▲今年度の大会で優勝したときの石原さん(右から3番目)

役員のとびら

JA佐波伊勢崎
年金友の会

金融担当常務理事
大和 孝史

～人生100年時代、仲間とともに楽しく、健康で、充実した毎日を～

JA佐波伊勢崎年金友の会は、年金を受給されている方や、これから年金を受給される方を対象に、会員相互の親睦、そして地域社会とのつながりを大切に活動を行っています。

「退職して時間ができたけれど、何か新しいことを始めたい」「同世代の仲間と楽しい時間を過ごしたい」——そんな皆様の声にお応えするのが、JA佐波伊勢崎年金友の会です。

主な活動内容ですが、会員様同士の親睦旅行、グラウンドゴルフ大会、ゴルフ大会、短歌・俳句・川柳大会など毎年お誕生日にはお祝いの品をプレゼントさせていただいております。

その他、割引特典や相談・サービスが受けられる会員システムであり、会員でない方もJA佐波伊勢崎で年金を受け取るだけで会員になれますので、ぜひお気軽にJA佐波伊勢崎各支店にお問い合わせください。スタッフ一同皆様のご参加を心よりお待ちしております。

表紙
紹介

▲ほうれんそうの袋詰めをする勝さん

表紙の写真は赤堀地区で露地なすやとうもろこし、昨年からブロッコリー栽培にも挑戦している阿佐見さんご家族です。

勝さんは就農して3年目。農業をしていた母のはつ子さんが体調を崩したのをきっかけに就農しました。「病害虫防除や栽培管理など試行錯誤の日々で大変だが、高い品質で出荷できた時にやりがいを感じる」といいます。はつ子さんは「労力を惜しまずに頑張っていて頼もしい」と話してくれました。

週1・2回のペースで子どもたちと10年以上ジムに通う勝さん。「身体作りのトレーニングがリフレッシュにもなる」といいます。

今年は、本格的にブロッコリー栽培を行い、反収・秀品率の向上を目指していきたいと意気込みます。