

ゆいっと - huit -

～目指すのは、地域社会に貢献し続けるJA～

2025

5

vol.49



【大津地区】

特集

「医療」×「農業」 農福連携で広げる可能性

P4 ● 営農情報

P5 ● 教えて！JA

P6 ● ゆいっとニュース

P10 ● レーク滋賀 直売所だより

JAレーク滋賀のSNS

P11 ● JALレーク滋賀 女性部員募集中！／くらしの活動だより

P12 ● JALレーク滋賀の特産品 お茶セレクション／家の光のご案内

P13 ● 第2弾 スプリングキャンペーン

SDGs 身近なことからやってみよう Vol.2／びわたんの知恵袋

紙面の中にマークが5つ隠れているよ！探してみてね！ヒントは15ページにあるよ！



ゆいっと ゆい と 結 っ と

フランス語で「8」を意味する「huit（ゆいっと）」から連想。「8」は末広りのイメージもあることから、8つのJAが合併することで人と人、地域のつながりをより広く結びつけることをイメージ。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

JALレーク滋賀



<https://ja-lakeshiga.or.jp/>

JAレーク滋賀 検索



特集

ネギ



「医療」×「農業」 農福連携で広げる可能性



株式会社ぐるぐるファーム おおいし りゅう 大石 龍さん(40歳)

今月は「医療」×「農業」をコンセプトに、大津市南部の自然豊かな大戸川流域で市内の学校給食へ安全・安心な大津市産「九条ネギ」を出荷している株式会社ぐるぐるファームの大石龍さんにお話を伺いました。

就農のきっかけ

13年間、看護師として病院で勤務していた大石さん。高齢患者が増加する中、医療や介護の現場で「農業」が必要ではないかと感じます。農作業で自然と触れ合うことが医療・介護施設で生活している方の健康の維持、向上につながるの思いから、京都の農業関連会社で2年半の研修を経て、2023年に株式会社ぐるぐるファームを設立しました。そんな大石さんは、現在も週2日は病院に勤務しています。

学校給食へ

約2haのは場では学校給食向けに「九条ネギ」を路地で毎年栽培しています。就農当初はうまく苗が育たず、地域の方や県の農産普及課、JAからアドバイスをもらいながら試行錯誤したと言います。年々生産量も増え、現在は年間約6.5tを生産し、約9割を学校給食に出荷しています。葉や皮を取り除く調整作業は、医療・介護施設の入居者の方と共に行う

など農福連携の取組みにも力を入れています。

医療・介護の現場で

医療・介護施設のベランダで入居者と一緒にプランター栽培をする大石さん。5月はその準備に大忙しですが、作物の成長を楽しみにする入居者の笑顔が励みだと言います。

今年は大石さんも加入する大津地域



青年農業者クラブ「季^き楽^ら里^り」のメンバーが取組みに賛同し「イチジク」の苗木約30本を提供。準備を進める大石さんは「イチジクは初めて挑戦するので自分自身も楽しみ」と笑顔を見せていました。

これから

「行政やNPOなどと連携して、作業場の設置や農業を通じたリハビリなど農福連携の取組みをしていきたい。また、学校給食向けの出荷など地域とのつながりも大事にしながら取り組んでいきたい」と大石さんは教えてくれました。

ぐるぐるファーム
ホームページは
こちら



収穫したての「九条ネギ」



育苗ハウスで順調に成長する苗



芽吹いたイチジク



まもなく収穫を迎えるほ場

営農情報



水稲除草剤の施用方法にみる水管理

近年、水稲用除草剤は1kg粒剤に加えて、ジャンボ剤、フロアブル剤、少量拡散型粒剤など多くの省力散布剤が開発されています。薬剤の特長や散布方法を十分に把握し、効率よく利用したいところです。特に散布時や散布後の水管理には十分注意を払いましょう。水口や水尻の止水をきちんと行うことは安定した除草効果が得られるばかりか、水田水系外への除草剤成分の流出を防止します。

1. 水田に投げ入れる（ジャンボ剤）

散布時の湛水深を5cm程度とし、踏み跡など田面が露出しないようにします。散布量の目安は水田面積が30a以下の場合水田の周囲（畦畔など）から水田内に投げ入れます。なお、薬剤が届きにくい場合には畦畔からの散布に加え中央に1条入って左右両側に投げ入れます。浅い部分があると投げ入れた薬剤が土壌表面に乗り上げ、有効成分の分散に影響することがあります。

また、散布時に藻類や表層はく離の発生が多いと拡散が妨げられます。特に藻類の発生が多い水田では早めの散布を心がけ、多発している場合は散布を見直しましょう。

2. 湛水散布

1kg粒剤では田面が露出しないよう3〜5cm程度に湛水し、本田内全面へ均一に散布します。機器を用いて散布する場合は、あらかじめ吐出量などを調整しましょう。顆粒水和剤は専用ボトルを用い「10a当り希釈液量」に記載されている水量で希釈し、本田内全面に散布します。

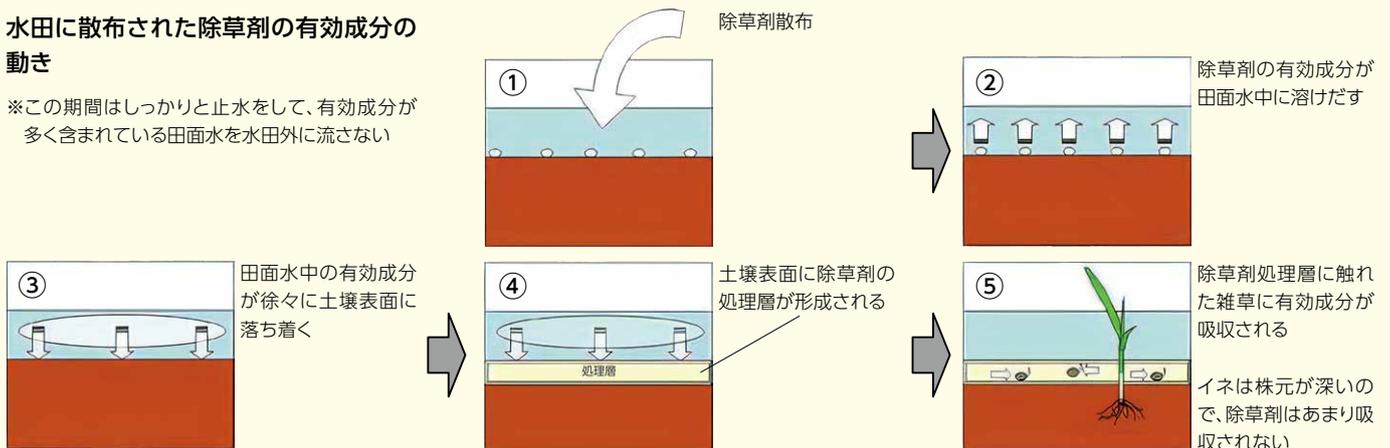
3. 原液湛水散布

フロアブル剤や一部乳剤を原液のまま湛水散布する方法です。田面が露出しないよう5cm程度に水深を確保し、容器から直接散布します。なお、フロアブル剤や乳剤の希釈散布は、拡散性能低下による除草効果不足や薬液が水稲茎葉部に付着して薬害が発生する危険があるため絶対に行なわないでください。

4. 水田除草剤散布後の管理

水田に散布された除草剤の有効成分の動き

※この期間はしっかりと止水をして、有効成分が多く含まれている田面水を水田外に流さない



★高温対策について（基本技術の励行）

登熟後半まで稲体の活力を維持し健全化を図るため、生育時期に合わせた水管理を行いましょう。

移植後の水管理のポイント

- ・活着後には浅水管理とし、分けつ促進と還元障害の回避を図りましょう。
- ・適期の中干しで無効分けつを抑えましょう。過度な中干しは、根を傷めます。

営農の公式LINEアカウントができました！



JALレーク滋賀 営農ライン情報

5月中旬頃から水稲・麦・大豆の営農情報を発信します。ぜひご登録をお願いします。



教えて！JA



サヤインゲン 連作障害に注意

園芸研究家 ● 成松次郎

インゲンは中南米原産のつる性の野菜で、日本には17世紀に隠元禪師によって伝えられました。ベータカロテン、カリウム、ビタミンB群が豊富で、食物繊維もバリエーション良く含んでいます。比較的涼やかな気候を好み、生育適温は15～25℃で、30℃以上の高温と10℃以下で生育が阻害されます。

【品種】 つるあり種とつるなし種があり、つるあり種は「いちず」（カネコ種苗）、「ケンタッキーワンダー」（各社）など、つるなし種は「ベストクロープキセラ」（雪印種苗）、「サクサク王子」（サカタのタネ）などがあります。

【畑の準備】 種まき（植え付け）2週間前に1㎡当たり苦土石灰100gをまいて耕しておきます。その後、つるあり種は畝幅120cm、つるなし種は90cmとし、施肥は1㎡当たり化成肥料（NPK各成分10%程度）200g、堆肥2kgを施用し、黒マルチを張ります（図1、2）。

【種まき】 つるあり種では条間60cm、株間40cm、つるなし種では条間45cm、株間30cmとし、3、4粒まいて本葉2、3枚で間引いて2本にします。発芽の頃の鳥害を避けるためにも不織布のべたがけをします。なお、育苗してから植え付けることもできます。この場合、9cmポリポットに4、5粒まいて初生葉（図3）が開いた頃に2本に間引き、本葉1、

図1 畑の準備

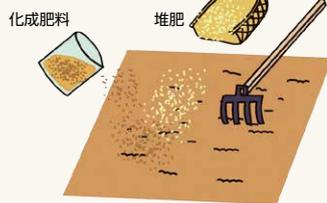


図2 畑の準備2

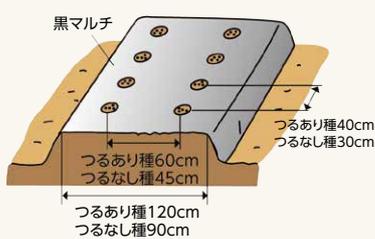


図3 葉の名称

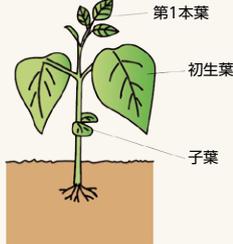
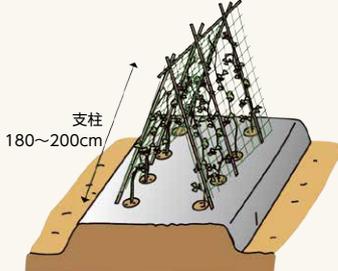


図4 支柱立て（つるあり種）



ワンポイントアドバイス

連作障害が出やすい野菜のため、1度栽培した後は同じ畑で3、4年間、他の野菜を作りましょう。



大津南宮農経センター 施設販売課 柏原さん

2枚のときに植え付けます。

【誘引】 つるあり種では支柱やネットを使ってお互いが絡み合わないようつるを誘引します（図4）。親づるは支柱の高さに届いたら摘心し、子づるは混み具合を見て摘心します。つるなし種では1m程度の棒を立てて倒伏を防ぎます。

【追肥】 草丈20cmの頃にマルチをめぐって1㎡当たり化成肥料50gを施用し、株元に土寄せします。つるあり種では収穫始めにさらに同様に追肥をします。畑が乾燥すると花落ちやさやの変形が増えるため、灌水を行いますよ。

【病害虫の防除】 つるなし種では防虫ネットでトンネル被覆をして害虫を回避します。葉縁が巻いたように縮む症状はアブラムシによる被害、葉の葉緑素が抜けて白くなる症状はハダニの被害なので、マラソン乳剤などの登録農薬で防除します。

【収穫】 開花後10～15日くらいで、子実の膨らみが目立たないうちの若いさやを気温の低い朝に収穫します。

栽培カレンダー（サヤインゲン）

| | | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 |
|-----------|------|----|----|----|----|----|-----|
| 冷涼地 | つるあり | ● | ■ | ■ | ■ | | |
| | つるなし | ● | ■ | ■ | ■ | | |
| 中間地 暖地 | つるあり | ● | ■ | ■ | ■ | ■ | |
| | つるなし | ● | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |

● 種まき — 生育 ■ 収穫



旬の情報を
お届けします！

新たな一歩 新入職員20人が入組

当JAは4月1日、令和7年度入組式を総務本部で開き、新入職員20人を迎えました。

開式にあたり、経営管理委員会の佐野会長は「これからJA職員として壁にぶつかることもあるかもしれませんが、皆さんを支えてくれる上司や先輩、同僚がいます。そのことを忘れず日々の研鑽と努力を積み重ねてほしい」と激励。

辞令交付の後、金勝支店へ配属される竹村さんが新入職員を代表し「地域農業を盛り上げるため、日々の勉強を欠かさず、仲間と協力し、何事にも全力で取り組みます」と力強く決意表明しました。

新入職員は、総務本部での6日間の研修の後、それぞれの配属先に着任しました。

どうぞよろしくお願います。



20人の新入職員と役員

本部

8 働きがいを
経済成長も



モリヤマメロン栽培スタート 県外からの研修生も汗

今年も「モリヤマメロン」栽培が始まりました。昨夏は実の成熟に適した、昼夜で寒暖差の大きな日が続いたこともあって、糖度が十分に乗り、大きさ・形とも高い水準でした。生産者の方々は昨年以上の出来をめざして、芽かきや施肥といった作業に力を入れています。

モリヤマメロンは1977年にブランド化。流通を予約発送と直売に限り、栽培基準から外れたメロンの出荷を許さないなど厳しい管理で品質を維持してきました。こうして育てた高品質のメロンは県外にも多くのファンを持つ特産品となりました。

近年は、高齢化などで作付けが減少傾向でしたが、栽培希望者が実際にメロンを育てながら技術を学ぶ取組みで、歯止めがかかっています。学びの場となる「メロントレーニングハウス」からは直近5年で、6戸が参入。県外出身の

方も多く、今後も幅広い地域から参入が期待できそうです。

モリヤマメロンの収穫・直売は、主力の品種で果皮の近くまで甘い「アムス」種が6月上旬から7月初めまでの予定。ネットの盛り上がったメロンらしい外観で独特の香りが特徴的な「アールス」種は6月下旬から7月上旬までと7月下旬から8月上旬の2期を予定しています。ぜひ、おうみんち守山店でお買い求めください。



メロン栽培を学ぶ研修生



守山野洲

12 つくる責任
つかう責任



病害虫に強いイチジク栽培に向けて

栗東

9 産業と技術革新の基盤をつくろう



栗東市では、植栽から年数が経過したイチジクを中心に、土に潜むネコブセンチュウによる樹勢低下が問題となっていることから、生産組合が接ぎ木の研修会を開きました。参加者は、樹勢の強い品種「ジディー」を台木にした接ぎ木を講師から学び、その後の管理方法についても熱心に質問しました。生産組合の中井栄緒会長は「研修を通して栽培技術向上を図り、品質の良い栗東いちじくを出荷していきたい」と話しています。



県職員④から接ぎ木方法を学ぶ生産者

カルチャースクールの魅力発信

大津

11 住み続けられるまちづくりを



大津地区はカルチャースクールのPRを目的に3月13日と14日、瀬田支店で作品展示会を開催しました。

会場には「手編み」や「書道」などの作品を展示。「着付け師養成講座」と「手編み」の講師を務める内田和代先生が来場者をもてなしました。

来場者は、内田先生から説明を聞いたり、友人と作品を鑑賞したりし「素敵な作品に感動した」と笑顔を見せていました。



色とりどりの手編みの作品を鑑賞

充実した農業振興を新市長に要望

高島

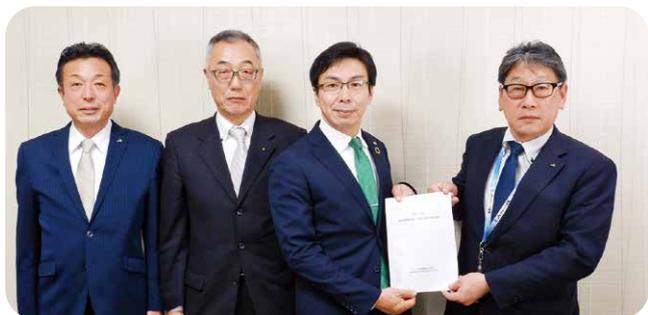
9 産業と技術革新の基盤をつくろう



3月17日、当JJAの大津高島地区を担当する早川常務は滋賀県農政連盟の大森副会長、同連盟湖西連合支部の竹谷支部長と高島市役所を訪れ、今年2月に就任した今城啓市長へ令和7年度の農業施策や予算に係る要望書を提出しました。

早川常務が市内の農業の現状を報告した後、竹谷支部長から農業者が意欲と将来展望を持って取り組めるよう、農業分野予算の拡大や農業振興に関する施策の充実など、9項目にまとめた要望書の内容を説明。

要望書を受け取った今城市長は「若者の新規就農を促進するため、高島市の魅力を市内外に発信し農業振興を図っていきたい」と力強く答えました。



今城市長(右から2人目)に要望書を手渡す早川常務④



協同組合で学ぶSDGs 「あすなろ」第2回講座



本部

4 質の高い教育を
みんなに



ランナーにエールと特産品PR

本部

11 住み続けられる
まちづくりを



3月6日、当JAは組合員大学「あすなろ」の第2回目の講座を開き、受講生11人が参加しました。今回の講座は（一社）日本協同組合連携機構の阿高あやや主任研究員を講師に招き「SDGsと協同組合」をテーマに講義とグループワークを実施。

講義では、SDGsの基礎や協同組合との関わり、国際連合から期待されていること、日本の達成状況（ジェンダー、環境変動）について学習。グループワークではSDGs達成に貢献できそうなことについて意見を出し合い、グループで発表しました。

事務局のJA職員は「受講生同士がコミュニケーションを取り合う和やかな雰囲気の中で積極的に学ぶ姿勢を育んでいただいています。次回も充実した学びの場となるよう、取り組んでいきたい」と話し



意見を出し合う受講生

ました。

次回は、5月に「JAを通じて農産物マーケティングを展開」をテーマとした講座を予定しています。



ランナーにエールを送る職員

3月9日に「びわ湖マラソン2025」が開催され、当JAの役員有志17人がボランティアとして参加しました。

21.5km地点の第6給水ポイントを担当し、あおばなを使用した緑茶とせんべい、モリヤマメロンジュース、みおしずくの苺グミを用意。走り抜けるランナーにこれらの品々とエールを送りました。

当JAは、2023年の第1回大会から3年連続で協賛し、大会ボランティアとしても参加。ボランティアの企画を担当している総合企画部の職員は「活動を通じて、多くの人との交流が生まれ、素晴らしい時間を共有できた。そして今年もランナーの真剣な姿から感動と元気をもらうことができました」と笑顔で話しています。

用意した特産加工品は、JA共済連の地域・農業活性化積立金を活用し調達しました。

寒暖差に負けず 春ダイコン安定出荷

草津

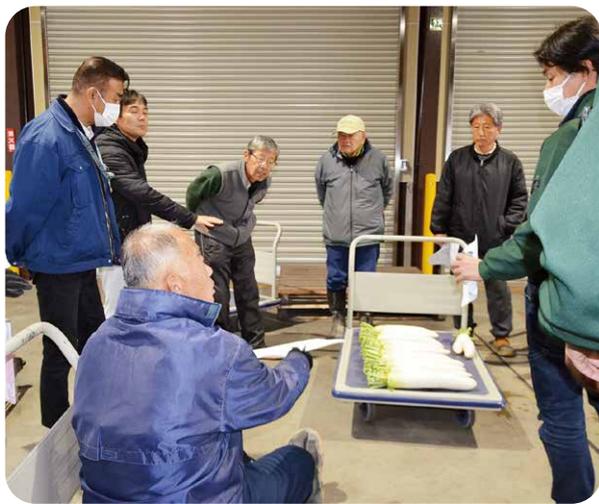
12 つくる責任
つかり責任



草津市特産の春ダイコンが、草津野菜センターから各地の市場へ出荷されました。

出荷に先立つ目合わせ会では、出荷の際の注意点や規格を再確認したほか、他産地での猛暑や寒波の影響について学習。収穫期間中も激しい寒暖差が続く中、生産者の皆さんが学んだ知識を活かして対策し、順調に出荷を続けました。

同センターの中島所長は「不安定な天候にも関わらず、生産者の努力で質・量とも安定した出荷ができました」と振り返っています。



出荷に向けて目合わせをする生産者

市・JAと農業問題解決へ 青壮年会が意見交換会

守山野洲

9 産業と技術革新の
基盤をつくらう



守山市・野洲市の若手農業者団体「おつみ富士青壮年会 絆の会」が、両市の市長やJA役員を招いて意見交換会を開きました。

物価高騰をはじめとする諸課題へ、行政の「公助」、JAの「共助」、農業者「自助」の3視点で議論。問題点を共有し、3者が協力して解決していくことを確認しました。



課題を話し合う絆の会・岩崎会長と行政・JAのトップ

きこえと補聴器の セミナー開催

栗東

11 住み続けられる
まちづくりを



栗東宮農経済センターは3月11日、栗東地区統括本部で「きこえと補聴器のセミナー会」を開催し、15人が参加しました。

聴力の衰えは日常生活に影響し、「コミュニケーションの取りづらさから、うつ病や認知症に繋がる恐れもあります。今回のセミナー会は、簡易なテストをもとに自分の「きこえ」について把握することと耳の仕組みについて知識を深めてもらうため実施したものです。

セミナーでは、補聴器メーカーの補聴器認定技能者が難聴や補聴器について説明した他、個別の相談会も実施。

参加者は「今回のセミナーで自分の聴力を把握できた。きこえの問題は自覚しにくいので相談できて良かった」と話しました。



セミナーの様子

直売所の
イベントなどの
情報をお届けします！



レーク滋賀 直売所だより

おうみんち守山店



にぎわう
マルシェ



カゴいっぱい
地元野菜

マルシェ開催

3月15日、Oh! Me 大津テラスで地元野菜や果実、加工品の販売を行いました。最近、ちらし寿司や湖魚の佃煮、和菓子などの加工品も人気で、オープンと同時に多くのお客様でにぎわいました。

グリーンファーム石山店



即売の
トマト

ズラリと並ぶ
地元野菜

出張販売

3月上旬、大津市のピアザ淡海で開催された農業者と消費者をつなぐイベント「大津地域農業振興大会」で、地元野菜の紹介と販売を行いました。パネルディスカッションで講演した生産者のトマトが即売するなど、販売ブースは大変ににぎわいました。

5月の イベント予定

※イベント名、内容は変更になる
場合があります

イベントの詳細は
SNSや店頭POPをご覧ください！



グリーンファーム
堅田店

5月10日(土) **お楽しみ抽選会** ご来店お待ちしております！



グリーンファーム
石山店

5月11日(日) **母の日イベント** 1,000円以上お買い求めの女性の方 先着30名に花苗プレゼント
5月24日(土) ・地元やさい・くだもの3品よりどり200円詰合せ!! 20名様限定販売!!
・グリーンファーム堅田店からびわたんのおにぎり亭がやって来るよ 🏠 10:00~14:00(完売次第終了)
・市場からのお魚販売 9:30~12:00



草津あおばな館

5月3日(土・祝)~ 5月6日(火・振) **GWフェア開催** (詳細が決まり次第、店頭またはSNSでお知らせします)

田舎の元気や

5月17日(土) **魚市** 9:00~12:00
5月24日(土) **ちびっこ集まれ! [お楽しみ企画]** 10:00~15:00 (詳細が決まり次第、店頭またはSNSでお知らせします)
〈定休日のお知らせ〉5/14・5/21・5/28 ※5/7(水)は休まず営業いたします

おうみんち守山店

5月3日(土・祝)~ 5月6日(火・振) **GWイベント開催** イベント内容は、店内POPにて掲載します!
5月24日(土)・25日(日) **おうみんち守山店17周年創業祭**

おうみんち野洲店

5月26日(月) **おうみんち野洲店15周年創業祭**



Follow
me!

JALレーク滋賀のSNSで 情報をキャッチ!!

イベントやキャンペーンなど、様々な情報を発信中!



グリーンファーム石山



グリーンファーム堅田



草津あおばな館



田舎の元気や



おうみんち



JALレーク滋賀

LINE 公式アカウント

@ja_lakeshiga

友だち
募集中



うれしい情報をLINEでお届け!



JAレーク滋賀 女性部員募集中!

JAレーク滋賀女性部は協同組合の理念に基づき、明るく豊かな地域社会を作るため、積極的に活動しています。たくさんの女性仲間と一緒に自分磨きをしませんか。

今年度も様々な活動を計画しています。ご参加ぜひお待ちしております!

活動内容

清掃活動



料理教室



サロンで交流



視察研修



みそ作り



親睦旅行



etc...

年会費 500円

対象者 JAレーク滋賀管内在住またはお勤めの方

お申込み・お問い合わせ先

【大津支部】 大津地区統括本部 TEL. 077-525-8547

【草津支部】 草津地区統括本部 TEL. 077-562-2391

【栗東支部】 栗東地区統括本部 TEL. 077-552-0531

【守山・野洲支部】

守山野洲地区統括本部 (VIVA! あけとみ)

TEL. 077-585-2345

【高島支部】 高島地区統括本部 TEL. 0740-28-7755



腸活で健康的な体に

3月27日、栗東地区統括本部で「腸活講座&セルフ腸もみレッスン」を開き、14人が参加しました。

腸免疫リンパセラピストとして活躍している山本文子さんが講師を務め、腸の年齢チェックや腸もみをレッスン。講師おすすめの腸に良いデザートも試食しました。



腸活で健康促進!

栗東地区

プチ教室で「寿司ケーキ」に挑戦

3月下旬、守山野洲地区の3会場でプチ教室を開き、のべ60人が参加しました。

今回は「寿司ケーキ」作りに挑戦。参加者は、作り方や飾りつけのポイントの説明を聞き、桜でんぶや卵、エビなどの具材で思い思いに飾り付け、彩り鮮やかな「寿司ケーキ」を作りました。

守山野洲地区



完成!



完成が楽しみです

くらしの活動だより

JAレーク滋賀の特産品

お茶セレクション

9月30日(火)まで「キャンペーン価格」で販売中!

JAレーク滋賀管内の

特産品を使用したお茶3選をご紹介します!

自宅用はもちろん、
お中元やお歳暮の
贈り物にも最適です。



あお
ばな

健やか習慣を応援!

草津 あおばな 緑茶

500ml×24本
キャンペーン価格 3,600円(税込)



草津市の花
「あおばな」を使用

青色の花を咲かせる「あおばな」はツクサの変種であり、近江草津の歴史とともに400年もの間、育てられてきました。現在は滋賀県草津市の市花の指定を受け、繁栄と健康のシンボルとして市民に根づいています。



1200年の歴史を誇る
信楽朝宮茶をブレンド

日本五大銘茶の一つである信楽朝宮茶は、上質な香りとまろやかな旨味が特長です。草津あおばな緑茶は「あおばな」エキスと信楽朝宮茶をブレンドし、和歌山県高野山麓伏流水を使用することで、独自の上質な香りとすっきりした後味を実現しました。



もち
麦

「もち麦」をお手軽に!

もちむぎ茶

500ml×24本
キャンペーン価格 3,120円(税込)



健康食品として
注目されている「もち麦」

もち麦は大麦の一種で、水溶性の食物繊維「β-グルカン」が玄米や白米に比べ豊富で、健康食品として注目を集めています。スッキリ飲みやすく、ほんのり甘みを感じられる味わいです。



お手軽に飲める
「もち麦」ペットボトル飲料

もち麦茶のパック入りの煮出しタイプの商品はありますが、もち麦を焙煎(ばいせん)し、成分を抽出したペットボトル飲料は全国的にも珍しい商品です。健康食品として注目されているもち麦をペットボトルでお手軽にお楽しみください。



六条
大麦

滋賀県産六条大麦
100%の麦茶の王様!

麦王

500ml×24本
キャンペーン価格 3,120円(税込)



滋賀県産
六条大麦を100%使用

湖都大津で生産された六条大麦を100%使用したオリジナル麦茶です。麦本来の風味豊かな味と香ばしい香りが特徴です。



大麦の力強さをイメージ
した麦茶の王様

商品名の「麦王」は、大津の大地の恵みです。大きく育った大麦の力強さをイメージし、麦茶の中の王様(ナンバーワン)になってほしいという願いを込めています。



ご購入・お問い合わせはお近くの営農経済センターおよび直売所まで

家の光

□ IEno HIKARI

発行 一般社団法人 家の光協会



※表紙画像はイメージです

7月号 定価922円(税込)

特集 あなたはどうする? うちの空き家問題

農村部は高齢世帯が多く、空き家が目立つ集落も増え、地域の問題と なっています。我が家を空き家にしないため、今のうちから家族などと話し合い、なにをすべきか、決めておくことが大切です。空き家に関する問題点を整理し、その解決策を考えます。

別冊 旬の農産物を無駄なく活用 少量で手間なくできる!
付録 野菜と果物の作り置きレシピ

購読のお申し込みはお近くの支店まで

第2弾

春だ!貯金だ!JAだ! スプリングキャンペーン

金利優遇定期貯金

他金融機関からの
預け替え資金による定期貯金を
10万円以上(期間3ヵ月)
お預け入れいただいた方は
特別金利でお預かりします!

募集期間 令和7年4月15日(火)
~5月30日(金)

期間
3ヵ月

(税引後
年1.195%)

募集総額が50億円に達した場合は
取扱いを終了いたします



年 1.50%

JALレーク滋賀 LINE友だち募集中
@ja_lakeshiga



JALレーク滋賀

くわしくは、お近くのJA窓口にお気軽にお問い合わせください。

JALレーク滋賀 検索



SDGs



Vol.2

身近なことからやってみよう

SDGs(エスディーゼーズ)と聞くと難しそうなイメージですが、生活の中で自然とSDGsにつながっていることもあります。親子で今日からできる取組みをご紹介します。

身近にできるSDGsアクション ~楽しみながら続けよう~

2 頻度を
ゼロに



簡単な野菜を育ててみよう



ベビーリーフや豆苗、葉ネギなど、簡単な野菜を育ててみましょう。慣れてきたら、他の野菜にも挑戦してみましょう。



自給自足の
第一歩だね



自分が育てた
野菜って
おいしいね



参考: JA 広報通信
SDGs はじめの一歩

毎日の生活に
役立つ
ライフハックを
ご紹介します!



びわたんの知恵袋

vol.14

固まった砂糖を電子レンジにかけるとサラサラになる



固まってしまった砂糖をすぐにサラサラの状態に戻したいときは、電子レンジで加熱するのが便利です。砂糖を耐熱容器に移して、ラップをせずに500~600Wで30秒~1分ほど加熱。スプーンでほぐすとサラサラの状態になります。加熱しすぎると液状になってしまうので、様子を見ながら温めましょう。

サラサラになった砂糖は、高温多湿を避けて常温で保存しましょう。

あっこちゃんの花束(下)

保育園でのお散歩のとき、私は園児たちに言ったことがあります。「先生は、お花屋さんのお花より野原に咲いているお花が大好きなの」。「世の中に雑草なんてないんだよ。道端の草だって、人間が勝手に雑草って決め付けたんだから」。どんな雑草でも、季節がくれば可憐な花を咲かせます。それが雑草に見えるか、素敵なお花に見えるかはその人のこころ次第です。野に咲く花が好きと言った私の言葉をあっこちゃんは覚えていてくれたのです。彼女のやさしさに胸が熱くなり、涙があふれました。お金なんかでは買えない、こころのこもった、世界中で一番きれいな花束でした。

残念ながら、今の世の中では、母子家庭と言うだけで偏見を持ったり、白い目で見たりする人たちも少なくありません。けれど、両親が揃っていないにもかかわらず、子供達は親をはじめ、いろいろな人の思いやりや優しさに接するなかで、それを学び、身につけてゆくのです。あっこちゃんも優しい母親の思いやりに育まれ、情緒豊かな子に育ったのだと

思います。

あっこちゃんの花束はしばらくの間、我が家の家族の目を楽しませてくれました。春の香りがいっぱいでした。花はしおれてしまったけれど、彼女のこころの花束は、今も私のこころに咲き続けています。



あっこちゃん、四月から小学生だね。野に咲く花をきれいだと思う、あっこちゃんが先生は大好きです。これからも人の気持ちを大切に、そんなやさしいあっこちゃんいてね。そして、こころの中にきれいな花をいっぱい咲かせてください。

あっこちゃん、すてきな花束をありがとう。楽しかった思い出をありがとう。

今月の人権コラム「あっこちゃんの花束」の(上)は「ゆいっと」4月号14ページをご覧ください。

WEB版はこちら→



J A 滋賀中央会の作文集「思わず心があつたまる話」より



皆さまからのお便り

たくさんのお便りありがとうございました。
一部ですが掲載させていただきます。
皆さまのご意見・ご要望につきましては、
今後の事業や広報活動に活かしてまいります。

- 「教えて！JA」のサトイモの作り方を読んで今年挑戦してみたくなりました。(大津市 Y.Hさん)
- 「人権コラム」を読んで誰しもが持っている思いやりの優しい心は、もっと生きやすい世界にしてくれると思いました。
ゆいっとプレゼントに農協全国商品券が復活！ドンドン応募してGET！しなければ笑(草津市 S.Nさん)
- 「みんなのひろば」に掲載していただけるようなコメントが書けるように、よく読み込みます！(栗東市 S.Fさん)
- 各地区の情報、色々楽しみながら読ませていただいています。毎月クロスワードにも挑戦しています。脳トレと思って楽しんでいます！(野洲市 A.Iさん)
- 「SDGs身近なことからやってみよう」で自分にもできることがあるかなと考えるきっかけになりました！(栗東市 H.Oさん)
- そら豆の調理方法がわからなかったので「らくらく健康レシピ」のそら豆のポテトサラダは参考になりました。(草津市 M.Tさん)



ゆいっとプレゼント

前回応募総数 184通

クロスワードパズルに答えて景品をGetしよう!!

※商品やカラー、デザインはお選びいただけませんのでご理解よろしくをお願いします。

正解者の中から
抽選で**15名**様に
当たります!



5名様

農協全国商品券
(500円)

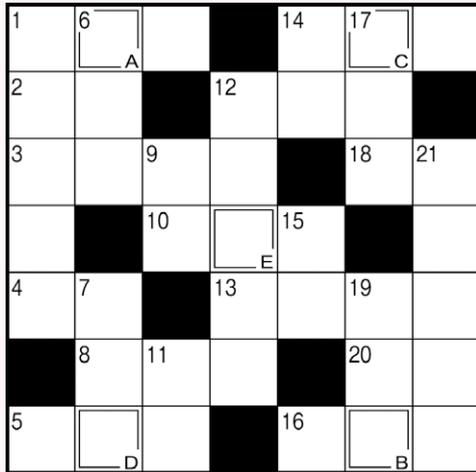
「びわたん」オリジナルグッズ
トートバック

2名様

ハンドタオル

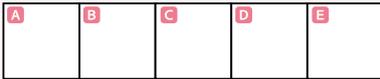
8名様

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?



※答えは次号に掲載します。

答え



ヨコのカギ

- 端午の節句に——人形を飾った
- 鉛筆にもリングにもあるもの
- 2018年ごろに大流行した——ミルクティー
- 漢字などの読み方を示す小さな文字
- 小学校で一番授業が多い科目
- 福島県の——は浜通りと呼ばれます
- カァカァと鳴きます
- スロバキアと分離してできた国。首都はプラハ
- フラダンスの腰で揺れるもの
- 初夏でも強く照りつけることがあります
- 漢字では雲雀、日晴鳥など書く鳥
- 三毛、トラ、サバといえ
- ギュッと押しと気持ちいい

タテのカギ

- ひげそり前に顔に押し当てる人もいます
- その泉は——的な空気に包まれていた
- 日本には謙譲の——の精神があります
- 周囲より小高くなっている土地のこと
- 大きなビルが——のタケノコのごとく増えてきた
- ひじをグッと曲げて出します
- 雑穀の一つ。アワやキビと並んで知られています
- ちらしやにざりがあります
- 大勢の人が床のあちこちで眠ること
- 結んでお吸い物に入れることもある葉野菜
- 5月の空を泳ぎます

LINEで簡単応募フォーム

LINEで
当選確率UP!



公式LINEアカウント
に登録 →



画面右下の
プレゼント応募を
タップ!
簡単応募フォーム
から応募できます!

応募締切
5月14日水
消印有効

はがきに下記を記入いただき、ご応募ください。

下記二次元コードからも応募いただけます。

520-0806
JA레이크滋賀
ゆいっとプレゼント係

〒大津市打出浜14-1

- 郵便番号・住所
- 氏名・年齢
- 電話番号
- パズルの答え
- よかったコーナー
- その他ご感想



2024年10月1日から郵便料金が改定され、はがき1通85円になっています。

※皆さまからいただいた個人情報は、クイズ当選者発送の目的以外では使用いたしません。 ※当選者の皆さまには、すでにプレゼントを発送させていただいております。

前回答え：イースター



応募先住所

大津市Tさん/高島市Nさん
栗東市Hさん/高島市Yさん
守山市Mさん/大津市Nさん
野洲市Oさん/草津市Mさん
守山市Yさん/高島市Hさん
草津市Iさん/栗東市Yさん

毎月の経営管理委員会・理事会の協議事項は、当JAホームページ(ja-lakeshiga.or.jp/)をご覧ください。

無料

完全
予約制



弁護士による

法律相談

当JAの法律顧問である弁護士法人 淀屋橋法律事務所による組合員向けの無料法律相談会を実施します。

法律問題であれば、相談内容は相続(税務相談除く)・離婚・債務整理・交通事故など種類は問いません。秘密は厳守されます。完全予約制のため、相談希望の方は事前に電話予約をお願いします。

開催日

| 開催日 | 開催場所 | 日程 |
|-----|------------|---------------------------------|
| | 大津地区統括本部 | 大津市打出浜14-1 5/15(木) |
| | 草津地区統括本部 | 草津市上笠4-3-17 6/12(木) |
| | 栗東地区統括本部 | 栗東市小野493-1 6/19(木) |
| | 守山野洲地区統括本部 | 守山市吉身3-7-6 7/10(木) |
| | 高島地区統括本部 | 高島市新旭町旭1-10-5 5/8(木)、7/17(木) |

連絡先

総務部 077-525-4343

開催時間

15時~17時

受付人数

各会場4名



「びわたん」シルエットを探そう!

ヒントはこちら

- (1) 2ページ (4) 11ページ
- (2) 6ページ (5) 12ページ
- (3) 8ページ



びわたんの らくらく健康レシピ

vol.
49

調理時間 25分

recipe
1

鶏肉と春野菜のうま煮

材 料 (2人分)

鶏もも肉 (200g) スナップえんどう (8本)
人参 (1/2本) 木の芽 (適量)
玉ねぎ (1/4個)

① [だし汁 (3/4カップ)、みりん (大さじ2)、酒 (大さじ2)、
うす口しょうゆ (大さじ1/2)、塩 (小さじ1/3)]

作 り 方

- ① 鶏肉はひと口大に切る。人参は1cm厚さの輪切り、玉ねぎはくし形切り、スナップえんどうは筋を取る。
- ② 鍋に①を煮立て、鶏肉と人参を入れて煮る。鶏肉の色が変わったら玉ねぎを加えてひと煮する。フッキングシートで作った落し蓋をして約10分煮、スナップえんどうを加えて火を通す。
- ③ 器に盛って木の芽をのせる。

Point

落し蓋で煮物を早くおいしく！
やわらかい春野菜と鶏の出汁のやさしい味わいです。

recipe
2

エッグタルト

材 料 (直径6cmのマフィン型8個分)

冷凍パイシート (1枚) 砂糖 (50g)
牛乳 (100ml) 小麦粉 (20g)
生クリーム (50ml) 卵黄 (2個分)

作 り 方

- ① 冷凍パイシートは半解凍し、めん棒で薄く伸ばす。8等分に切り、型より少し大きめに伸ばす。
- ② パイシートを型に敷き詰め、アルミケース (8号)、タルトストーンに順にのせ、180℃に予熱したオーブンで約7分焼く。
- ③ 小鍋に牛乳、生クリーム、砂糖を入れて中火にかける。ふつと煮立ってきたらふるった小麦粉を加えて弱火にし、泡立て器で絶えず混ぜながら煮詰める。クリーム状になったら火からおろし、卵黄を加えて混ぜ合わせる。
- ④ ②に③を流し入れ、180℃のオーブンで約20分焼く。

調理時間 約1時間



Point

冷凍パイシートで簡単エッグタルト♪ お子様のおやつや、女子会などのパーティーのデザートにもぴったりです！

編集後記

皆さまいかがお過ごしでしょうか？
5月といえば、ゴールデンウィーク。今年にはキャンプで自然と触れ合いながら、のんびりと過ごしたいと思います。特に楽しみなのは、自然の中で楽しむキャンプ飯。野菜たっぷりの料理は色ど

りも鮮やかで、心も体もリフレッシュできますね。
これから農作業も本格的なシーズンに入ります。こまめに水分を補給し熱中症予防に努めましょう。また、農作業中の事故にも十分注意しましょう。

JALレーク滋賀
LINE友だち募集中!
@ja_lakeshiga



バイオマス
使用部位：印刷インキ
No. 200166



ゆいっと

2025年5月号 発行 JALレーク滋賀【編集】総合企画課/大津市打出浜14番1号
vol.49 【TEL】077-525-4346 【HP】https://ja-lakeshiga.or.jp/

●用紙：この製品は、FSC®認証材および管理原材料から作られています。
●インキ：バイオマスインキ。植物由来の資源を原料の一部に使用して製造したインキです。