

ゆいっと

- huit -

～目指すのは、地域社会に貢献し続けるJA～

2025

7

vol.51



【草津地区】

特集

持続可能な農業を 農産物の一大産地で未来を担う

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 ● 輝く！女性部だより／くらしの活動だより／ぬりえ紹介

P12 ● 組合員新規加入キャンペーン／NOSAI／家の方のご案内

P13 ● JAのがん共済／SDGs 身近なことからやってみよう Vol.3

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！
探してみよう！
ヒントは15ページにあるよ！



ゆいっと 結っ人

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

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。

JALレーク滋賀



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

JAレーク滋賀 検索



特集

メロン



写真手前:達矢さん 奥:寛貴さん

持続可能な農業を 農産物の一大産地で未来を担う



KUSATSU

よこ え たつ や
草津メロン部会 横江 達矢さん(38歳)

家族経営

草津市の特産「草津メロン」は全国でもトップレベルの糖度を誇り、リピーターが多く、お中元としても人気があります。また、草津市の公立小学校では学校給食にも提供され地域の子どもたちに親しまれています。

今月はそんな「草津メロン」の栽培に家族で取り組む、横江達矢さんにお話を伺いました。

農業を身近に感じながら育った達矢さんは、自然な流れで20代前半に就農しました。特にきっかけはなく「いずれば父の後を継ぐ」と幼い頃から心に決めていたそうです。弟の寛貴さん(33歳)も20代で就農し、現在は父の慶一さんと家族で農業を営んでいます。草津メロンはハウス9棟、約22aで栽培。赤肉ですっきりとした甘さが特徴のタカミレッドメロンや希少品種で糖度も高いホノカメロン、緑肉のアムスメロンやタカミメロン、アールスメロンを栽培しています。

農産物の一大産地であり近畿最大級のビニールハウス群で、メロンの他にネギやダイコン、ミズナ、愛彩菜などを栽培し、J Aや市場に出荷しています。

土壌改良と栽培技術向上

横江さん家族は、天候や病害虫に負け



草津メロンの1番人気「タカミメロン」

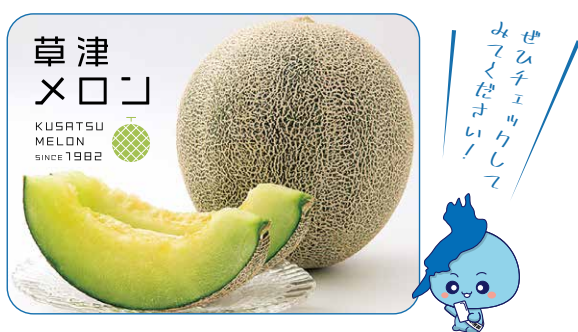
ないように、ハウス内の土づくりにも力を入れています。「ここ数年、天候に悩まされ、なかなか収量が安定しない」と言います。JAや県の普及員にも協力してもらいながら試行錯誤し、土壌改良に役立つ緑肥としてイネ科のソルゴーを活用し始めました。土壌の通気性の向上や水はけを良くする効果、病害虫の抑制にも期待できるそうです。また、トレーニングハウス

としてほ場を提供し、新しい技術の習得や実践的な研修を行い、地域全体の栽培技術向上にもつなげています。

やりがい

達矢さんに農家としてのやりがいを聞くと、自分たちが作ったメロンや野菜を「おいしい」と言ってもらえること。そして、何よりも純粋に農業が好きで日々楽しく続けられていると教えてくれました。

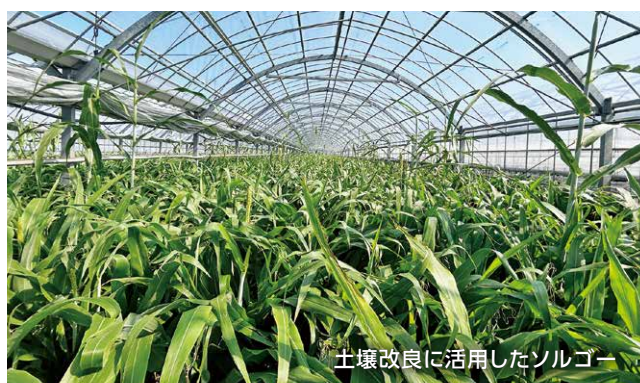
「草津メロン」は6月下旬から収穫のピークを迎え、草津メロン直売所に並びます。売り切れ次第終了となりますが7月中旬まで販売されます。ぜひ足を運んでみてください。



草津メロン
ホームページは
こちら



草津メロン
公式Instagramで情報発信中!
kusatsu_melon_jalakeshiga



土壌改良に活用したソルゴー



収穫間近のハウス内



豊富な果汁と濃厚な甘みが特徴「アムスメロン」



高糖度で希少品種「ホノカメロン」



営農情報



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



水稻の穂肥施用とカメムシ対策

水稻栽培もいよいよ後半に入り、重要な時期となります。今年の夏もうニーニャ現象などの影響で猛暑年になる模様です。これからの栽培管理がコメの収量・品質に大きく影響を与えることになります。ポイントをしっかり押さえて作業に取り組みましょう。

●水稻の穂肥施用

穂肥は適期施用が重要で、必ずほ場ごとに幼穂長と生育（草丈・葉色・茎数）を確認してから施用します。施用時期が早いと茎や止葉が伸びやすくなり、倒伏し易くなります。逆に遅れるともみ数の不足や未熟粒の増加、食味低下につながります。

なお、猛暑年には登熟期後半の栄養不足を回避するため以下の施肥体系を参考に取り組みましょう。

●通常分施栽培 (10a 当たり)

品 種	肥料名	穂肥 1 回目	穂肥 2 回目
コシヒカリ	化成肥料 201	10kg	10kg
キヌヒカリ		20kg	—
秋の詩		10kg	10kg
日本晴		20kg	—



猛暑年には

●通常分施栽培 (10a 当たり)

品 種	肥料名	穂肥 1 回目	穂肥 2 回目
コシヒカリ	化成肥料 201	5 kg	15kg
キヌヒカリ		20kg	※ 5 kg
秋の詩		5 kg	15kg
日本晴		20kg	※ 5 kg

※幼穂形成期～穂ばらみ期（キヌヒカリ 7 月中旬、日本晴 7 月下旬）の葉色が 4 以下の場合すぐ散布。

気象により元肥一発肥料は肥料切れする場合があるので、葉色や茎数に応じて追肥が必要です。

●通常緩効性肥料（元肥穂肥一発）栽培

品 種	施肥判断時期	確認内容	施肥時期・施肥量
コシヒカリ キヌヒカリ	7 月中旬 (出穂 11 日前まで)	茎数 25 本／株以上 または	施肥判断時期内に化成肥料 201 を 10kg／10a（2kgN／10a）
秋の詩 日本晴	7 月下旬 (出穂 11 日前まで)	葉色 4 以下の場合	



環境こだわり栽培については、JALレーク滋賀のホームページに掲載しておりますのでご参照ください。↑

カメムシ対策

ほ場に侵入する前に畦畔雑草の中に生息し増殖します。イネの出穂 3 週間前と出穂期の 2 回の草刈りを徹底し、出穂期にイネカメムシが確認できるほ場では、通常防除に加えて出穂期にも防除を行いましょう。



アカスジカスミカメ



ホソハリカメムシ



クモヘリカメムシ



イネカメムシ

TAC 活動報告

マクワの栽培面積拡大に向けた実地研修会を開催

以前から高島地区では、特産品として黄マクワの栽培が盛んです。お盆のお供えにも用いられ、主に京都や大津の市場に出荷されるほか、直売所でも販売しています。

今年度、新たに大津北・栗東地区で生産者がマクワ栽培にチャレンジされます。そこで、高島地区の生産者と今津営農経済センターの協力で、担当 TAC を対象とした実地研修会を開催しました。研修では、高島地区の生産者のほ場で、ほ場設計（畝立てやマルチ張り）や定植作業などを行い、知識を習得しました。



教えて！JA



コールラビ 肥大した茎を利用する野菜

園芸研究家 ● 成松次郎

コールラビは地中海沿岸原産のアブラナ科野菜で、茎の基部が球形に肥大するので、別名を球茎甘藍（キョウケイカンラン）とも呼ばれます。キャベツから分化した野菜のため似た性質を持ちますが、キャベツより暑さや寒さに強く、作りやすい野菜です。

中間地の秋まきは、7月下旬～9月上旬に種まきし、9～12月に収穫します。春まきは3、4月にまいて、6、7月に収穫します。

【品種】 球の色が緑白の「グランドデューク」（タキイ種苗）、紫の「パープルデューク」（タキイ種苗）などがあります。

【畑の準備】 あらかじめ畑1㎡あたりに苦土石灰100gを土とよく混ぜておき、植え付け（または種まき）1週間前に畝幅70～80cm、深さ15～20cmの溝を掘ります。次に、この溝1㎡あたり化成肥料（NPK各成分10%程度）100gと堆肥1kg程度を施し、土を戻して畝を立てます（図1）。

【種まき・苗作り】 苗作りをするには、7.5～9cmポリポットに種を4、5粒まき、発芽後に適宜密生部を間引き、1本立ちにして本葉4、5枚まで育てます（図2）。強健な野菜なので畑にじかまきしても良いでしょう。この場合は種を2、3cm間隔にまいて、間引きながら最終株間

図1 畑の準備

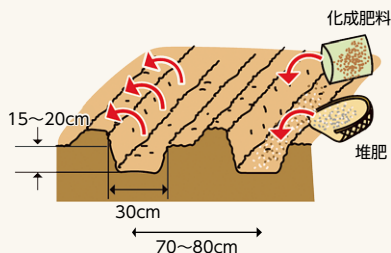


図2 種まき・苗作り

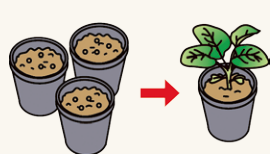


図3 植え付け

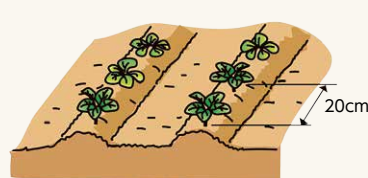


図4 追肥・土寄せ

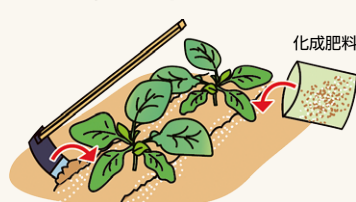
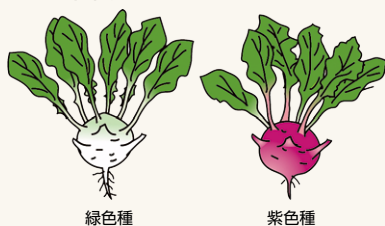


図5 収穫



ワンポイントアドバイス

生育初期は、寒しやなどの防虫ネットでトンネル被覆し、害虫の被害を防ぎましょう。



栗東営農経済センター 営農購買課 近藤さん

を約20cmにします。

【植え付け】 本葉4、5枚の頃、株間を約20cmに植え付けます（図3）。このとき植え穴に十分水を注ぎ、植え傷みの少ないようにします。

【追肥・土寄せ】 追肥は植え付け後20日ごろ、株元に化成肥料を1株約10g施用し、土寄せします（図4）。2回目は球が肥大する頃に施用します。生育が進み、下葉が傷んでいたら切り落としても良いでしょう。

【病害虫の防除】 ヨトウムシ、コナガなどが多いので、登録農薬で駆除します。

【収穫】 球の直径が5～10cmのときに、株元から刈り取って収穫します（図5）。球が大きくなると肉質が堅くなります。堅い皮はむいて薄くスライスし、サラダなどにします。また、さいころ状に刻んで、スープ、ポトフなどでいただきます。

栽培カレンダー（コールラビ）

	まきどき	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
冷涼地	春まき		●	▲	■	■	■						
	秋まき			●	▲	■	■	■	■				
中間地	春まき	●	▲	■	■	■							
	秋まき		●	▲	■	■	■	■	■	■			
暖地	春まき	●	▲	■	■								
	秋まき		●	▲	■	■	■	■	■	■	■		

● 種まき ---- 生育 ▲ 植え付け ■ 生育 ■ 収穫

参考：JA広報通信2025年6月号 あなたもチャレンジ！ 家庭菜園



未来のJAを築くため

本部

8 働きがいも
経済成長も



当JAは、役職員が共通の価値観を持ち、未来のJAを築くための行動指針「CHANGE^{チェンジ}レーク

▼感謝の心を持つGRATEFUL^{グラテフル}（感謝）で、それぞれの英単語の頭文字から「CHANGE」と名付けました。

組織全体の一体感を高め、役職員が共通の価値観を持つことで、意思決定の迅速化や円滑なコミュニケーションを実現し、組合員・利用者からより一層信頼されるJAを目指します。

5月に開催した役職員大会で共有し、行動指針が記されたカードを全役職員に配布。基本理念と合わせて朝礼で唱和し意思統一を図っています。

基本理念と経営基本方針のもと、役職員が共有するマインド（価値観）とミッション（行動）を項目ごとに設定。マインドは▼農業の振興に寄与するAGRICULTURE（農業）、▼協同の輪を広げるNETWORK（輪）、▼仲間と家族を大切にするHEARTFUL（思いやり）。ミッションは▼日々チャレンジするCHALLENGE（挑戦）、▼地域とJAに愛着を持つENGAGE（愛着）、



役職員大会で共有

生産ノウハウ学び農家を支援

高島

9 産業と技術革新の
基盤をつくろう



今津宮農経済センターは、地域の農業振興や農家所得の向上を目的に農業経営事業に取り組んでいます。

お盆や彼岸に仏花として切り花の需要が高まります。JA直売所などでも人気が出やすいため、販売先の確保にも期待できます。

同事業は、作物ごとの事業モデルの検証、収支モデルの作成の他、JA職員が生産のノウハウを学び、農家に生産のこつや留意点などアドバイスできる体制を整えることや、販売先を確保すること

当JAはこの他、新たに果樹や花卉についても生産振興を図っており、今年度はブロッコリーとブドウの試験栽培にも取り組む予定です。

5月16日、同センターは敷地に隣接するほ場へサツマイモ約2000本とアスター約3500本を定植しました。サツマイモは当JAの戦略品目で、高収益作物として管内で生産振興を図っています。また、アスターは



アスターを定植するJA職員

直売所に歓声 「アユのつかみどり」開催

栗東

11 住み続けられるまちづくりを



直売所「田舎の元気や」は5月24日、地域の子どもを対象としたお楽しみ企画「アユのつかみどり」を初開催し、先着順で36人が6グループに分かれ参加しました。

店舗前に8㎡の特設プールを準備し、深さ10cm程度の水の中に、県内業者から取り寄せたアユ10匹を放流しました。

午前10時、合図とともに子どもたちがプールに入りアユつかみがスタート。開始数秒で捕まえる子どもも現れ、会場となった店舗前は保護者の歓声でにぎわいました。「ぬるぬるしてつかめない」「逃げられた」と子どもたちはプールの中を走り回りアユつかみを楽しみました。



絶対捕まえるぞ

交通安全の 大切さ学ぶ



守山野洲

11 住み続けられるまちづくりを



当JAはJA共済連滋賀、滋賀県警察本部と連携した交通安全啓発に努めています。

5月下旬に野洲市立野洲北中学校で開いた自転車交通安全教室では、自転車同士の衝突事故や巻き込まれ事故などをスタントマンが実演。衝撃で吹き飛んだ自転車や人形を見て、生徒たちは交通安全への意識を新たにしました。



事故再現の大きな音に息をのむ生徒たち

園児から苗プレゼント 花咲く志津咲く笑顔咲く

草津

11 住み続けられるまちづくりを



当JA志津支店へ志津こども園の5歳児が訪れ、マリーゴールドの苗をプレゼントしてくれました。

同園は毎年夏と秋に、園児を見守るJAとまちづくりセンター、交番へメッセージボードを添えた季節の花を贈って、日頃の感謝を伝えています。同支店の岩井支店長は「園児の皆さんの声に応え、今後も地域に欠かせない支店づくりを続けます」と話しました。花の苗は園児たちの手でプランターへ移植され、来店者の皆さまを出迎えています。



「ありがとう」が伝わりますように



野洲市特産ニンニク収穫



守山野洲

12 つくる責任 つかう責任



5月下旬から6月中旬にかけて野洲市でニンニクの収穫が最盛期を迎えました。

今シーズンは、冬から春の乾燥した天候で春腐れ病やサビ病が抑えられて、質・量とも上々の出来に育ったそうです。

ここ数年、海外産ニンニクの品薄傾向が続いていることもあり今回収穫したニンニクは、市場で

高く評価。乾燥させずに販売する生ニンニクもJA直売所や量販店内のJA直売コーナーなどに並び、多くの方にお買い上げいただきました。

このほか、規格外品を活用したJAオリジナルの加工品「にんにくラー油」「にんにくみそ」も販売中です。ぜひ、お近くのJA直売所でお買い求めください。



ニンニク畑は食欲をそそる香りでいっぱいです

親子でサツマイモ植え



草津・栗東・守山野洲

4 質の高い教育をみんなに



当JAは5月から6月にかけて各地区で、サツマイモ植えの親子体験会を開きました。

子どもたちは、JA職員の説明を聞いて、それぞれ工夫を凝らしながら苗を定植。保護者の方々も「家でもプランターで色々な野菜を育てていますが、大きな畑でサツマイモを育てるのはワクワクします」と童心に返って楽しまれている姿もありました。

今回定植したサツマイモ苗は4〜5月ほどで収穫時期を迎えます。芋ほり体験時には、お芋をご飯づくりなど食の体験も企画中です。



この苗がいいかな？(守山野洲地区)



大きなお芋になってね(草津地区)



このあたりに植えよう！(栗東地区)

地域の小学生が JA施設見学



高島

4 質の高い教育を
みんなに



5月14日、高島カントリーエレベーターに高島市立高島小学校の3年生児童38人が社会科学習の一環として施設見学に訪れました。

JA職員が施設内を案内しながら、カントリーエレベーターと低温倉庫について説明。

見学中、児童はノートをとったり、タブレットで写真を撮ったりと熱心に勉強。JA職員に「お米はどうやってできるの」「どんな作業が必要なの」と質問する児童もいました。

担当したJA職員は「普段何気なく食べているお米が、さまざまな工程を経て作られていることを、実際に見たり聞いたりして学んでもらう良い機会になった」と振り返っています。



低温倉庫を見学中

3地区合同で ウォーキング

大津・草津・栗東地区は合同で5月9日、健康寿命100歳プロジェクトの一環として大津市で「堅田ぶらりウォーキング」を実施し、30人が参加しました。

11 住み続けられる
まちづくりを



堅田の魅力を再発見ということでボランティアガイドを依頼。浮御堂周辺の寺院を巡りながら堅田の歴史を学びました。

浮御堂をはじめ、松尾芭蕉や一休さんなど多くの歴史人物が訪れた港町堅田は見どころ満載で、参加者は多くの仲間と一緒にウォーキングを楽しみました。



浮御堂で記念撮影

JAリーグ滋賀杯 大津市小学生バレーボール春季大会

大津

16 平和と公正を
すべての人に



当JA大津地区統括本部と大津市バレーボール協会は5月11日、地域のスポーツ振興を応援することを目的に、大津市小学生バレーボール春季大会「JAリーグ滋賀杯」を開催しました。

会場となった市内小学校には24チームが集結。「男子の部」「女子の部」「混合の部」など5ブロックに分かれて、熱戦を繰り広げました。

試合会場では、活き活きとプレーする選手に熱い声援が送られ、全試合が目の離せない展開でした。

各ブロックの優勝チームには、優勝杯と副賞として、滋賀県産米「みずかがみ」10kgを贈呈しました。



白熱する試合

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



抽選会や女性部の
模擬店など盛りだくさんで
お出迎え



おかげさまで17周年
おうみんち守山店は5月24日と25日、
17周年の創業祭を開催しました。たくさ
んのご来店ありがとうございました。これ
からも皆さんに愛される直売所を
目指して頑張っていきます！

グリーンファーム石山店



旬の地元野菜を
PR

地産地消をPR
5月は、地域イベントなどに来店しま
した。大津サービスエリアや三井寺千団子
祭り、大石緑地スポーツ村で地元野菜
を販売。旬の野菜は人気で、たくさん
のお客様にお買い上げいただきました。

7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

7月12日(土) **お楽しみ抽選会**
7月18日(金) **北大津高等養護学校の農産物販売会** (9:30~11:00頃予定)
7月19日(土)~20日(日) **出張包丁研ぎ『スパッと』**

グリーンファーム
石山店

決まり次第、店頭またはホームページ、各種SNSにてお知らせします。
毎月第4土曜日は「びわたんのおにぎり亭」出張販売

草津あおばな館

7月19日(土) **夏の野菜品評会&抽選会開催♪**
7月20日(日) **夏の野菜品評会 結果発表&限定プレゼント♪**
7月21日(月・祝) **お楽しみイベント計画中♪**

田舎の元気や

7月7日(月) **おにぎり亭再開します!** (営業時間 9:00~14:00まで)
※令和7年7月7日より上記営業時間に変更となります。
〈定休日のお知らせ〉7/2・7/9・7/16・7/23・7/30の各水曜日

おうみんち守山店

7月7日(月)まで 七夕の短冊にお願い事を書いてくれたお子様にお菓子をプレゼント!!
その他、イベントは決まり次第、店頭またはホームページ、各種SNSにてお知らせします。

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!

輝く！女性部だより

J Aリーグ滋賀女性部は、日々、女性部活動を楽しんでいます。その活動の一部をご紹介します！



地元産ソラマメで豆板醬づくり 栗東支部

フレッシュミズサークルは5月21日、栗東地区統括本部で旬の地元産ソラマメを使った「豆板醬づくり」を開催し、部員7人が参加しました。

茹でたソラマメと唐辛子(粉)、乾燥麹、塩をジップロックに入れて混ぜ合わせ、1カ月ほど味噌のように発酵させれば調味料として使えます。1年以上熟成させればより旨みが増します。手づくりは保存料や添加物が入っていないので「安心して使える」と好評です。



新店舗でふれあいサロン 大津支部

たすけあい組織「げんきの会」は5月21日、今年2月に新店舗としてオープンした志賀町支店で「ふれあいサロン」を開催しました。

支店管内の地域住民14人とたすけあい組織メンバー7人が参加。手縫いで作る「かわいい鍋つかみ」や座ったままでできる体操、輪投げなどを楽しみました。ハンドベル演奏では参加者も一緒に歌い交流を深めました。

鍋つかみ作りに挑戦中



女性部員募集中 ～お気軽にお電話ください～

【本部】食育直売部 TEL. 077-582-8128
 【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

くらしの活動だより

健康教室で「やさしいヨガ」 高島地区

5月29日、今津支店で健康教室を開催しました。講師は女性部のヨガ教室で講師を務める八田友味子さん。

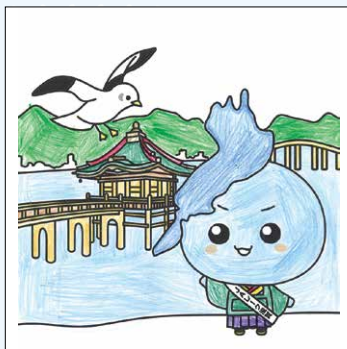
参加者は、講師の丁寧な指導のもと、ヨガの奥深さを味わいながら、心と体の調和をじっくりと楽しみました。「とても良かったので定期的で開催してほしい」と好評でした。



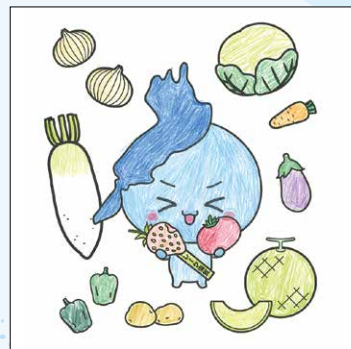
リーグ滋賀通信Vol.9でご応募いただいた「びわたん」のめりえをご紹介します



草津市 M.Hちゃん (7さい)



大津市 S.Yちゃん (8さい)



野洲市 M.Iちゃん (9さい)

たくさんのご応募ありがとうございました！
 少しずつですが「ゆいっと」で紹介していきます。



※ご応募多数のためすべて紹介できませんので、予めご了承くださいませようお願い申し上げます。

第2弾 JA レーク滋賀 限定！ 組合員新加入 キャンペーン

対象期間中、当JA組合員へ新規加入※いただいた方へ
もれなく、当JAの農産物直売所で使える
商品券1,000円分をプレゼント！

さらに今年は相続加入いただいた方も対象です！

※10口(10,000円)以上の出資が条件です ※譲受加入は対象外となります

お問い合わせ、お申し込みはお近くの支店・出張所まで

キャンペーン期間

令和7年 7月1日(火)～8月31日(日) 受付

前回キャンペーン大好評のため、
プレゼントを期間内対象者全員に
大幅拡大！ ぜひ、この機会に
JAの組合員になりませんか？



国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます

災害への備えには 園芸施設共済がおすすめ

●ハウスの再建築価額まで補償！

※付保割合追加特約を付加して補償割合を100%にした場合

●損害額1万円からお支払い！

※小損害不填補1万円特約を付加した場合

●収入保険とセット加入のすすめ！

※施設本体を園芸施設共済、農作物の販売収入を収入保険で
補償いたします

収入保険の加入は青色申告をされている方に限ります

詳しい補償内容はNOSAIまでお問い合わせください。

県内の
施設園芸農家の方
8割以上が
加入しています。



南部支所
高島出張所

☎0120-031-393
☎0120-133-951

家の光

□ IE no 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

9月号 新定価900円(税込)

特集 思い出を支えに今日も楽しもう つながって老いる

だれにでも訪れる「老い」。でも年をとることは決してマイナスなことばかりではありません。筋肉や脳が何歳からでも成長できるように、心にもまた、若々しさを保つ力があります。心が元気なら、毎日のもっと楽しくなるはず。たいせつなのは、人とつながることです。

心を老けさせないために今日からできること、そして、さまざまな世代とつながる場を設けているJAの取り組みを紹介します。

地域情報特集 スポーツ×農業 地域を支える仲間たち

地域を元気にする移住者と地元のつながり。農業とスポーツの融合で移住者が地域に貢献する事例を紹介します。

購読のお申し込みはお近くの支店まで

POINT
1最新のがん治療の
費用にも対応！POINT
2がんによる
収入減少などにも対応！POINT
3保障の
自在性向上！

ご契約中の がん共済	入院	在宅医療 ^{※2}	三大治療		
			手術	放射線治療	薬物治療 (抗がん剤・ホルモン剤)
旧がん共済 ^{※1}	○	×	○	○	×
NEW! 新がん共済	○	○	○	○	○

※1 旧がん共済は契約日が令和7年3月31日までの契約となります。

※2 在宅医療について、がん性疼痛等の緩和のための在宅医療を受けたときをいいます。

※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)」を必ずご確認ください。

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。

25250100133

お問い合わせはお近くのJA支店窓口まで

SDGs

Vol.3

身近なことからやってみよう

SDGs(エスディー・ジーズ)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り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～



水の出しっ放しをやめよう



水の出しっ放しをやめる、シャワーを浴びる時間を短くするなど、節水のアイデアを表にして取り組んでみましょう。

どれだけ節水できたかな？



去年の水道代と比べてみていいね

参考：JA 広報通信
SDGs はじめの一步毎日の生活に
役立つ
ライフハックを
ご紹介します！

びゅたんの知恵袋

vol.15

卵の殻に穴を開けてから茹でると剥きやすくなる



ゆで卵の殻を上手く剥けないイライラを解消するライフハック。卵の下側の丸みがある方に小さな穴を開けてから茹でると、熱によって膨張する二酸化炭素を逃がし、白身と薄皮の間に水が入って殻が剥きやすくなるのだとか。

100円ショップなどでは、便利グッズとして「卵の穴あけ器」も販売されています。

お婆ちゃんに 乾杯(下)

「気持ちいいよ。お婆ちゃん泳ぎなよ」

鮮やかに数メートル泳いでから顔をあげた彼女は、無邪気に祖母に呼びかけた。

足元もおぼつかないお婆ちゃんが、いきなりワンピースを脱いで水着姿に変身したのは驚きだった。監視員が慌てて静止したのと殆ど同時だった。

お婆ちゃんの痩せた体は海豚に似たしなやかさで跳躍し、水中深く弧を描いて消えていた。プール中央部で注目を浴びながら古式泳法の大抜き手で、悠々と優雅に泳ぐお婆ちゃんはまるで別人だった。手を交互にまっすぐ後方にかざす独特の泳法に好奇



の目を向けていた外国人達は、やがて感嘆の眼差しに変わり拍手が起こった。

気さくな外国人のひとりが教えを受けようと近づくと、お婆ちゃんは嬉しそうに手真似で説明を繰り返し手本を見せていた。

孫娘らしい女の子が誇らしげに水中から祖母の雄姿を見つめているのが印象的だった。孫娘と祖母がホテルを去っていった夜、私はホテルのラウンジでひとりでグラスを傾け心地よく酔った。「お婆ちゃんに乾杯」。そんな心境だった気がする。

月日が経過したが私は今も、あの日のお婆ちゃんの颯爽とした泳ぎっぷりを昨日のここのように思い起こすことができる。

そして目を輝かして祖母を見つめていた少女に、何故か会いたくなるのである。

今月の人権コラム「お婆ちゃんに 乾杯」の(上)は「ゆいっと」6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「思わず心があったまる話」より



皆さまからの便利

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。

- 「らくらく健康レシピ」は家にある食材で作ることができて、こんな組み合わせがあるんだというレシピが多くいつも楽しみにしています。(野洲市 M.Mさん)
- 田植えも終わり暑い季節になります。熱中症に気をつけて夏野菜の管理、草引きにと頑張りたいです。(大津市 K.Tさん)
- 小学生が田植えをしているニュースがあり微笑ましく思いました。私も祖父母と一緒に田植えをしました。もっと農業に興味を持つ方が増えることを祈ってます！(守山市 N.Hさん)

- 「直売所だより」が楽しみです。草津市在住なのであおばな館を利用しています。おもしろいイベントがあれば出かけています。(草津市 K.Bさん)
- 北川農園さんに毎年梨を買いに行っています。とてもおいしいです。「特集」に掲載されていてうれしかったです。(栗東市 K.Oさん)
- 毎月、どんな記事が載っているのか楽しみです。JAの活動や、農家さんの野菜作りの苦労話など、これからも楽しめる誌面づくり頑張ってください。(高島市 T.Fさん)



ゆいっとプレゼント

前回応募総数 254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)

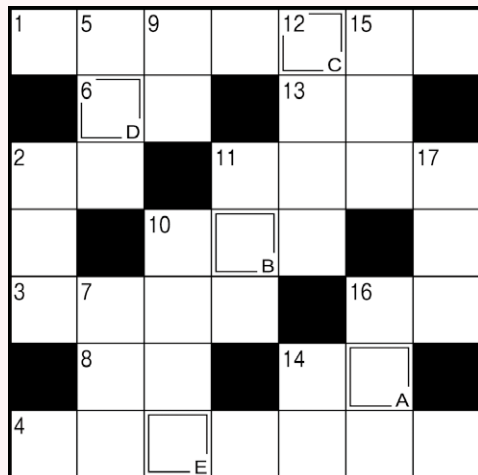
「びわたん」オリジナルグッズ
トートバック

2
名様

ハンドタオル

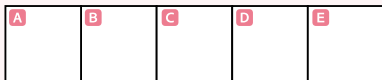
8
名様

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

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

タテのカギ

- 3人組のこと
- 閻魔大王がいるところ
- ハワイ州の州都、ホノルルがある島
- 浴衣を着て——を締めた
- ショッピングモールには多くの——が入っている
- 左右反対に映ります
- メロンの生産量が日本一である県
- 糸を通して布を縫います
- 1とその数自体しか約数を持ちません
- 俵万智の第一歌集『サラダ——日』
- 阿寒湖で育つものが有名な藻類

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
7月14日⑥
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
J A レイク滋賀
ゆいっとプレゼント係

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。

前回答え：ウメシユ



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

5月当選者名

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

開催場所		日程
大津地区統括本部	大津市打出浜14-1	8/21(木)
草津地区統括本部	草津市上笠4-3-17	8/28(木)
栗東地区統括本部	栗東市小野493-1	9/11(木)
守山野洲地区統括本部	守山市吉身3-7-6	7/10(木)、9/18(木)
高島地区統括本部	高島市新旭町旭1-10-5	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) 5ページ (4) 12ページ
(2) 8ページ (5) 13ページ
(3) 11ページ



びわたんの らくらく健康レシピ

vol.
51

調理時間 20分

recipe
1

鶏肉と夏野菜の揚げびたし

材 料 (2~3人分)

鶏もも肉 (1枚) オクラ (4本) 油 (適量)
なす (1本) ミニトマト (4個) 大葉のせん切り (適量)
かぼちゃ (80g) 片栗粉 (適量)

A [塩 (少々)、こしょう (少々)]

B [生姜のすりおろし (1片分)、めんつゆストレート (1/2カップ)、
酢 (大さじ2)]

作 り 方

- ① 鶏肉はひと口大に切り、Aで下味をつけて片栗粉をまぶす。
- ② なすは縦半分に切り、皮目に切り込みを入れて乱切り、かぼちゃはくし形切り、オクラはガクを削る。
- ③ ボウルにBを入れて混ぜ、ミニトマトを加える。
- ④ フライパンに多めの油を熱して①、②を揚げ焼きにし、③に漬ける。
- ⑤ 器に④を盛り、大葉をのせる。

Point

夏野菜を使った揚げびたしは、作り置きにおすすめ! かぼちゃ、オクラ、トマトなど緑黄色野菜にはカロテン、ビタミンC、ミネラルなどが多く含まれています。

recipe
2

すいかのジュレとココナッツプリン

調理時間 25分

※冷やし固める時間は除く。

材 料 (200mlのグラス6個分)

すいか (800g) 砂糖 (30g) チョコペン (適量)
生クリーム (100ml) 粉ゼラチン (20g)

A [ココナッツミルク (300ml)、牛乳 (50ml)、砂糖 (60g)]

作 り 方

- ① 水大さじ2にゼラチンの半量をふり入れてふやかす。鍋にAを入れて混ぜながら火にかけ、沸騰直前まで温める。火からおろし、ふやかしたゼラチンを加えてよく混ぜる。
- ② 生クリームを加えて混ぜ合わせ、グラスに等分に注ぎ、冷蔵庫で冷やし固める。完全に固まったら湯せんしたチョコペンでグラスの側面に種の模様を描き、冷蔵庫で冷やす。
- ③ 水大さじ2に残りのゼラチンをふり入れてふやかす。すいかは実を切り出して種を除き、すりおろして500mlの果汁をとる。
- ④ 鍋にすいかの果汁、砂糖を入れて火にかけ、沸騰直前まで温める。火からおろし、③のふやかしたゼラチンを加えて混ぜ、粗熱を取る。
- ⑤ ④を②に等分に注ぎ、冷蔵庫で冷やし固める。お好みで丸くくり抜いたすいかや皮付きのすいか(分量外)、ミントを飾る。

Point

夏にピッタリ! すいかジュレと、濃厚なココナッツプリンを合わせたスイーツ。チョコペンで描いたすいかの種がアクセントです。



JAレーク滋賀の公式

Instagram 開設

プレゼントキャンペーン

いいね&フォローで!

「びわたん」のオリジナルグッズをGETしよう!

抽選で
20名様に
当たる!



〈応募締切〉
2025年
7月9日(水)

YouTube
始めました!



チャンネル登録
よろしくお願いします!

編集
後記

7月に入り、これから暑い日が続きます。熱中症対策は万全に! 暑い時間帯の外出を避けたり、こまめな水分補給を心がけて、農作業も無理なく快適に行いましょう。今年の夏も、元気に楽しく乗り切りたいですね!

夏と言えばアイス! 直売所で販売している当JAオリジナルのアイス最中はボリューム満点でおすすめです。私のお勧めはマキノ茶アイス最中のほうじ茶です。小豆入りでほうじ茶の風味と相性抜群です。

JA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7月号 vol.51 【発行】JAレーク滋賀【編集】総合企画課/大津市打出浜14番1号
【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。