

ゆいっと

-huit-

～目指すのは、地域社会に貢献し続けるJA～

2026

6

vol.62



特集

【草津】

苦勞の先に実る、 持続可能な農業をめざして

P4 ● 営農情報

P5 ● 教えて！JA

P6 ● 自己改革ニュース／TAC活動報告

P7 ● ゆいっとニュース

P10 ● レーク滋賀 直売所だより／
農産物直売所 Instagram

P11 ● 輝く！女性部だより／くらしの活動だより／
家の光のご案内

P12 ● 支店再編のお知らせ／
組合員大学「あすなろ」受講生募集

P13 ● レーク滋賀とつながるわキャンペーン

読者の
位置が選!?

誌面の中に鐘の国から来た
びわたんが1つ隠れているよ！
探してみてね！
答えは15ページにあるよ！



JALレーク滋賀のSNSで
情報をキャッチ!!



YouTube



友だち募集中
LINE 公式アカウント
@ja_lakeshiga



採用サイトはこちら

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

JALレーク滋賀

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

JALレーク滋賀 検索

Special feature

苦勞の先に実る、持続可能な農業をめざして



五条出荷組合

安藤 隆文さん (47歳)
あんどう たかふみ



今号の
注目野菜

夏野菜



就農からどのくらいですか。

草津市北山田町は、近畿最大級のビニールハウス群が広がる施設園芸団地で、野菜の主要産地として知られています。琵琶湖周辺の豊かな自然環境と農業が共存する地域景観も、この地域の大きな魅力です。今月は、そんな北山田町で農業を営む五条出荷組合の安藤隆文さんにお話を伺いました。

就農して約20年になります。現在は夫婦で農業を営んでおり、北山田町のハウス団地で約70aの農地を管理しています。ハウスは9棟あり、季節に応じてさまざまな野菜を栽培しています。

現在の農業経営について
教えてください。

今育てている夏野菜では、ズッキーニやキュウリ、トマト、メロンが中心です。中でもズッキーニは、5月中旬から6月末にかけて収穫時期を迎えます。収穫した野菜は、JAの直売所「草津あおばな館」へ出荷しています。冬場は、ダイコンや小カブ、シュンギクのほか、露地ではニンジンなども栽培しています。

おすすめの食べ方がありますか。

ズッキーニは、輪切りにして油で揚げて食べるのがおすすめです。歯応えが良く、クセのない味わいが特徴なので、いろいろな料理に使いやすい野菜です。

農業を続ける中で、苦勞されていることはありますか。

近年は猛暑の影響が大きく、作付けの時期や栽培する野菜を見直す必要が出てきました。気候に合わせた栽培管理が求められるため、毎年同じようにはいかない難しさがあります。

農業のやりがいを教えてください。

うまくいかなかった時に、自ら原因を考え、改善したことが結果として現れた時にやりがいを感ずります。もちろん、思うようにいかないこともあります。自分の工夫が作物の生育や収穫につながるところが農業のおもしろさです。

また、時間を有効に使いやすく、家族との時間を大切にできる点も、この仕事の魅力だと感じています。

今後の目標を教えてください。

地域農業を活性化していくことが必要だと感じています。特に、若い新規就農者を迎え入れやすい環境づくりに力を入れていきたいです。そのためには、農地の確保が欠かせません。自分自身も持続可能な農業を目指して、この産地をさらに盛り上げていきたいです。

収穫期を迎えたズッキーニ草津あおばな館で販売中!



順調に生育するキュウリ



丁寧に管理作業を進める安藤さん



まもなく色づき始めるトマト



営農情報



営農の公式LINE
お友達登録はこちら！

JALレーク滋賀 営農ライン情報



中干しと還元障害

4月下旬は曇天・雨天が続き、田植えの準備に苦労されたことと思います。今月は、これからの時期にお問い合わせの多い、中干しと還元障害について取り上げます。

水稻中干し

中干しは、分けつ期（田植え後30～40日頃）に田の水を抜いて土を乾燥させる重要な管理作業です。土壌に酸素を供給して根の活力を高め、根腐れを防ぐほか、過剰な分けつを抑えて登熟を促進する、土を硬くして収穫作業を効率化するなどの効果があります。中干し期間を約14日確保することで、田から発生する温室効果ガスを削減し、気温上昇の抑制にも効果があるとされています。

【管理方法】

- 目標茎数の8割が確保できれば、溝切り・中干しを行いましょ
- 中干しの際は強制落水を行わず、自然減水させます
- 中干しは土が軽くひび割れ、足跡が付く程度の固さが目安です
- 強い中干しは根を傷めるため、無降雨が続く場合は走り水を行います

中干し時の目安

(目標茎数の8割)

60株/坪植え ⇒ 17～18本
50株/坪植え ⇒ 20～21本

還元障害

5月下旬から6月ごろの高温時に、土中で未熟な稲わらなどが腐熟して有害ガスが発生し、根にダメージを与えることがあります。

- 田を歩くとブクブクと泡が湧く(ワキ)
- 温泉のような臭いがする
- 稲の下の方の葉が黄化する

などのサインが見られたら、中干しを積極的に行うとともに、炭素率(C/N比)の高い未熟な有機物の投入を控えましょう。



ご案内

キヌヒカリの後継品種として滋賀県が推奨している
「**滋賀82号**」の正式名称が決定しました!!



近江米新品種 『ことさんさん』

『ことさんさん(滋賀82号)』ってどんな品種？

- ・ **高温耐性品種** → 猛暑の影響を受けにくいので安定生産が可能！
- ・ **良食味で多収** → 食味は「コシヒカリ」と同等です！
- ・ **慣行栽培OK** → 環境こだわり等の制約がなく作りやすい！

※詳しくは、お近くの営農経済センターまでお問い合わせください

営農の公式LINE(当ページ上段)に登録しておくと「ことさんさん」の栽培研修会等の案内が届きます！ぜひ登録を！



教えて！JA

エンダイブ ほろ苦い風味を楽しむ

園芸研究家 ● 成松 次郎
イフスト…小林裕美子

エンダイブはレタスの仲間で、一般には葉が縮れ葉先には深い切れ込みのある結球しないタイプです。

苦さがある野菜のため、軟白といって、収穫前に外葉をまとめてひもなどで縛り、葉の内部を日光に当たらないようにして白く仕上げると、葉の苦さが和らぎ、ほろ苦さを残しながらも食べやすくなります。

【栽培時期】 15～20℃が生育適温です。レタスより比較的暑さと寒さに強いですが、酷暑期と厳寒期の生育は困難です。そのため、中間地暖地の種まき適期は3月と8、9月です。最も適しているのは、8月中下旬ごろポリポットに種まきし、9月中下旬に植え付け、11、12月に収穫する作型です。

【品種】 葉が細長く、切れ込みのある縮葉タイプと、切れ込みがなく幅広の広葉タイプがあります。国内で多く栽培・流通しているのは縮葉タイプで、商品名としては「エンダイブ」「グリーンカールド」などがあります。広葉タイプでは「スカロローラ」があります。

【畑の準備】 植え付け2週間前までに、1㎡当たり苦土石灰約100gをまき、土とよく混ぜておきます。

次に、植え付け1週間前に、1㎡当たり化成肥料（NPK各成分

図1 種まき

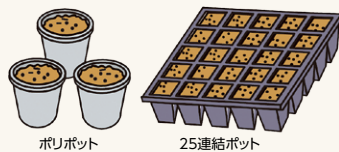


図2 植え付け

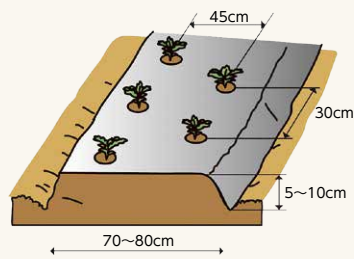


図3 軟白



図4 収穫



10%) 約200gと堆肥約2kgを施してよく耕し、幅70～80cm、高さ5～10cmの栽培床を作ります。

【種まき・間引き】 7.5～9cmのポリポットに4、5粒の種をまきます。発芽後に混み合っている所を間引き、本葉2枚頃に1本になるように間引いて、本葉4、5枚の苗に仕上げます。苗を多く作る時は、128穴セルトレーか25連結ポットを使いましょう(図1)。

【植え付け】 栽培床を平らにし、黒マルチを張ります。条間45cm、株間30cmに植え付けます(図2)。

【病害虫予防】 高温期にアブラムシなどが発生しますが、比較的病害虫は少ない野菜です。

【収穫】 葉の広がりが隣の株と触れ合うようになったら、外側の葉を持ち上げてまとめ、上の方をひもで縛ります(図3)。1、2週間縛ることによって、日の当たらない内部の葉が白っぽくなります(軟白)。このようにしてから収穫すると、葉の苦さが和らぎ食べやすくなります(図4)。

栽培カレンダー(エンダイブ)

| | | 3月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 |
|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|
| 冷涼地 | 春まき | | ● | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | | | |
| | 秋まき | | | | | | | | ● | ▲ | ▲ |
| 中間地 | 春まき | ● | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | | | | | |
| | 秋まき | | | | | | | | | | ● |

● 種まき ▲ 苗作り ▲ 植え付け ▲ 生育 ▲ 収穫

参考: JA広報通信2026年5月 あなたもチャレンジ! 家庭菜園

ワンポイント
アドバイス



追肥は植え付け後1カ月を目安にシートをめくって、1㎡当たり化成肥料約50gを施します。

農家組合員の所得増大・農業生産の拡大

直売所での直売米の販売強化

直売米販売強化の一環で、「直売米大感謝祭」を開催しています。

合併5周年の感謝を込め、記念価格にて販売中です。管内の直売所で実施していますので、ぜひこの機会にお買い求めください。

詳細はP10「直売所だより」をご覧ください。



記念価格にて販売中!



TAC活動報告



TACとは?... 地域農業の担い手に向くJA担当者 (Team for Agricultural Coordination)

Tとことん、A会って、Cコミュニケーション!!

TACは園芸振興の拡大に力をいれています!!

トレビスの生産拡大に向けた取組みが進んでいます

当JAは、高収益作物や園芸品目の生産振興を重点的に進めています。TAC推進課はその一環として、今年度もトレビスの生産拡大に取り組み、4月上旬から中旬にかけて春作トレビスを定植しました。

トレビスはキク科の野菜で、国内流通の多くを輸入に頼っていますが、近年は輸入量の減少や価格の上昇により、国産化への期待が高まっています。年2回収穫できることに加え、全農しがに全量販売が可能で、安定した出荷が見込めます。

皆さまも、トレビス栽培にチャレンジしてみませんか。栽培・販売方法などの詳細は、各地区のTACまでお問い合わせください。



職員を対象に、定植作業の研修を実施



管内全域でのマクワウリの振興に向けて栽培研修会を実施

盆前に最盛期を迎える高島市特産「マクワウリ」の生産振興に向け、3月下旬に栽培研修会を開催しました。昨年から、栗東市や大津市などでも生産に取り組む方が増えており、栽培知識や生産者交流を深めるため、他地域の生産者も対象とした合同研修会として実施しました。

次回の合同研修会は6月に開催を予定しています。栽培にご興味のある方は、TACまでお気軽にお声がけください。



栽培研修会の様子



旬の情報を
お届けします！

持続可能なJAへ 組合員とのつながりを深める一年に

本部



当JAは5月1日、大津市のピアザ淡海で2026年度役員大会を開催し、経営管理委員や役員など14人が出席しました。

開会にあたり、経営管理委員会の佐野会長は「持続可能なJAを目指し、組合員との接点活動を大切にしながら、絆を深めることが大切。そして、JAが地域に欠かせない存在であるために、職員一人ひとりが自信と誇りを持って業務に取り組んでほしい」とあいさつしました。

大会の第1部では勤続・優績表彰や新入職員紹介に続けて、特別企画として女性部高島支部の白坂登世美さんを講師に迎えて、講演を行っていただきました。



あいさつする佐野会長



事業目標達成に向けて

門の事業計画と年間目標について担当理事が説明。今年度から組織基盤と組合員との接点づくりの強化を目的に導入する体験型動画講座「JAサテライトプラス」のキックオフ宣言を木村理事長が行いました。

最後に、代表職員による力強い決意表明の後、ガンバロウ三唱を行い、事業目標達成に向けて気持ちをひとつにしました。

トレーニングハウス設置5年



栗東



田舎の元気に併設されているトレーニングハウスが、5年の節目を迎えました。

同ハウスは2021年に設置。新規就農者や新品目挑戦者向けの「チャレンジ農業塾」で、園芸品目の栽培技術を学ぶ場となっています。

中でも「栗東いちじく」は卒業生が生産に加わり栽培が活性化。昨年6月には地域団体商標を取得するなど、生産振興効果が大きくあらわれました。

ハウスの担当者は「農業塾や農業経営事業をはじめ、トレーニングハウスを最大限活用し、担い手の育成と栗東農産物のさらなる振興につなげたい」と話しました。

今年も6月12日までブドウ、イチゴ、ミニトマト、アスター、栗東いちじくの農業塾参加者を募集し、本格的な栽培技術を伝えていく予定です。

ご興味のある方は、栗東富農経済センターまでお問い合わせください。



栽培技術を丁寧に伝えていきます



旬の情報を
お届けします！

早場米産地に春の訪れ 収穫に期待込めて

県内でも有数の早場米産地として知られる高島市今津町で4月20日、極早生品種「ハナエチゼン」の田植えが始まりました。

当JAの子会社・アグリサポーター

高島では、3月下旬にJA育苗センターが播種し、丈夫に育てた硬化苗を定植。今津宮農経済センターの金澤センター長は「3月は寒暖差が大きく、苗の生育が心配されたが、職員の日々の管理と、その後の天候に恵まれ、順調に育った」と話します。

アグリサポーター高島の大森社長は「大地の恵みに感謝しながら、今年も一粒一粒を大切に育て、消費者においしい新米を届けたい」と意気込んでいます。

同市内での「ハナエチゼン」の作付面積は約56haで、作付農家は47戸。粒が大きく、しっかりとした食感が特徴で、例



順調に進む田植え

年お盆明けに収穫を迎えます。8月20日頃には新米としてJA直売所に並ぶほか、パールライス滋賀を通じて県内の量販店や京阪神に出荷される予定です。



高島

12 つくる責任
つかう責任



旬のハチミツ、いかが？ 旅するハチの甘〜い恵み

野山や畑の花々から集められたハチミツ。中でも一斉に花が咲き始める春のものは「味わいや香りがとても豊かだ」と、直売所でも好評です。

大津市の瀬尾養蜂園では季節の花々やハチの活動しやすい環境を追って、鹿児島県から北海道までミツバチとともに移動。

近年は酷暑がハチにも影響を与えており、北海道への移動を早めるなど対策が多様化。長時間の移動はハチにストレスを与えてしまう分、巣箱をこまめに調整するなど細やかにケアして、甘い蜜づくりに繋がっています。

また、ブランドフルーツ・草津メロンやモリヤマメロンの受粉にも同園のミツバチたちが活躍。小さな働き手として地域農業を支えています。



ハチミツをPRする生産者

瀬尾さんは「春の蜜はフルーティで、パンや紅茶、コーヒーなどに合わせても絶品。自然の甘みを味わってください」とPR。瀬尾養蜂園をはじめ、管内養蜂家の皆さん自慢のハチミツはぜひ、当JAの直売所で、お手に取ってみてください。



大津・草津

12 つくる責任
つかう責任



「苗まつり」盛況

大津

12 つくる責任
つかう責任



グリーンファーム堅田店は4月17日から3日間、晩春の恒例イベント「苗まつり」を開催しました。

イベントは約100種類の苗が並び品揃えやスタッフに相談して苗を選べる点が好評です。今回も、イベント初日は平日にもかかわらず開店前から行列が出来るなど、多くの方々に越しいただきました。

来場者はナス、キュウリ、トウガラシなど人気の夏野菜苗のほか、色とりどりの花苗を品定め。(株)中田園芸の丁寧なアドバイスを聞きながら、好みの苗を選んでおられました。

会場には他に、びわたんのおにぎり亭や北比良グループのサツマイモコロッケブースも出店。家族連れも楽しめる内容で来場者を迎えました。



思い思いの苗を選ぶ来場者

母の日にも 人気の早咲きユリ

守山野洲

15 種のをかさも
せろう



守山市・野洲市から選りすぐった花が並ぶおつまみち守山店で、5月は早咲きのユリが人気を集めました。

育てているのは、野洲市で花づくりに励む白井昌人さん。年末に収穫したユリを大切に越冬させることで、一般的なユリより1ヶ月ほど早く楽しめるよう工夫しています。

日持ちする花を育てることにこだわっており、このユリも丈夫に成長させ、多くのつぼみがついた状態で出荷。ファンの方から「次々と花が咲き、長く楽しめた」と喜びの声が多く届いたそうです。

母の日には、カーネーションと合わせた花束も好評でした。白井さんは「一年を通じて花を楽しんでいただけると、ユリの世話にも力を入れたい」と話しました。



たくさんのつぼみが次々花咲きます

田植え体験で 食と農の大切さを学ぶ

大津

4 質の高い教育を
みんなに



5月7日、大津市青年農業者クラブ「季楽里」は、大津市立木戸小学校の5年生児童を対象に田植え体験を実施しました。同クラブは食農教育の一環として、同校の米作り学習を継続的に支援しています。

体験には「季楽里」メンバーのほか、県や市、JAが協力。児童たちは学校に隣接する地域生産者のほ場で、約1時間にわたり田植えに挑戦。泥の感触に驚きながらも、丁寧に手で植え付けました。

同クラブの加地玄太(かじげんた)会長は「この体験が食べ物を作る大切にする気持ちにつながれば」と話します。



一列に並んで田植え体験

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

合併5周年記念



直売米

大感謝祭 開催中

お米がさらにお買い求めやすくなりました！

店頭販売価格

表示価格は30kg玄米の価格です
(税込み)

| | 30kg玄米 |
|-------|---------|
| コシヒカリ | 18,000円 |
| キヌヒカリ | 17,100円 |
| みずかがみ | 18,000円 |

30kg玄米以外にも豊富なラインナップで販売しております。
その他品種もお買い求めやすくなっております。ぜひ、直売所にお立ち寄りください。

※各店在庫には限りがあるため、販売状況は店舗へ直接お問い合わせください。

詳細はこちら▶



6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

その他のイベントや詳細は
SNSや店頭POPにて随時お知らせします！

グリーンファーム
堅田店

決まり次第、店頭またはホームページ、各種SNSでお知らせいたします

グリーンファーム
石山店

6月21日(日) **父の日企画**
1,000円以上お買い上げのお父さん30名様へ抽選でおつまみやお菓子プレゼント



草津あおばな館

6月3日(水)～7月6日(月) **♪七夕フェア開催♪**
みんなであおばな館の短冊に願い事をしよう



田舎の元気や

6月13日(土) **レシートで運試し!**
レシートに「当たり」が出れば粗品をプレゼント! ※粗品は無くなり次第終了
6月20日(土) **消防フェア(9:00~12:00)**
栗東市消防操法披露会や消防車の展示!! ※当日は駐車場が一部変更となります



おうみんち守山店

6月中旬～**モリヤマメロン販売開始!**



びわたんのおにぎり亭
出張販売のお知らせ

毎週火曜日: 守山支店
毎週水曜日: おうみんち守山店 ※第2水曜は休業
毎月第1土曜日: 打出浜支店
毎月第3土曜日: 草津あおばな館
毎月第4土曜日: グリーンファーム石山店

出店カレンダーはこちら▶
※毎月末に更新します



ご来店
お待ちしております!



Follow me! /

イベントやキャンペーンなど、様々な情報を発信中!

農産物直売所
Instagram



グリーンファーム堅田店



グリーンファーム石山店



草津あおばな館



田舎の元気や



おうみんち

輝く！女性部だより

JALレーク滋賀女性部は、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！

「紙袋リメイク」開催

栗東支部

4月21日、湖南地区統括本部で笑味ちゃんクラブ「紙袋リメイク」を開催し12人が参加しました。

持ち寄った紙袋と100円ショップの材料を使い制作しました。紙袋を開いて平らにし、柔らかいクリアケースに貼り付けて形を作り、底はアイロンで接着し、仕上げにドライヤーで温めてひっくり返すとバッグの形に。内側にはリメイク壁紙を貼って補強し、水にも強くなるよう工夫しました。参加者からは「家でも作ってみたい」と好評でした。



完成が楽しみです！

無添加で安心！手作りベーコン試作

大津支部

4月15日、大津支部のたすけあいメンバーは、今年秋に予定している「手作りベーコン教室」に向けて試作会を開きました。

部員から、無添加で安心して食べられるベーコンを作りたいという声が寄せられており、講師を招いて実施。豚肉に塩麹とスパイス、ハーブをすり込み、一週間漬け込んだ後、紅茶葉で燻製。燻製時間中などには、しっかりと火を通すため、電子レンジを使うお手軽テクニックなどを学びました。秋の教室は、ぜひご期待ください。



じっくり漬け込んだお肉を丁寧に仕上げます

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】 ……TEL.077-525-8547
 【草津支部】 ……TEL.077-562-2391

【栗東支部】 ……TEL.077-552-0531
 【守山・野洲支部】(VIVA!あけとみ) ……TEL.077-585-2345
 【高島支部】 ……TEL.0740-28-7755



くらしの活動だより

夏野菜の園芸教室

くらしの支援(草津)

4月27日、草津あおばな館で「夏野菜の園芸教室」を開催し、33人が参加しました。自宅で野菜づくりを始める方が年々増えており、基礎から学びたい方やさらに知識を深めたい方が学習する場となっています。

J A の営農指導員が、土づくりや肥料成分の見方、接ぎ木苗と実生苗の違いなどを解説。ナスやキュウリなどの植え付け実演では、土の深さや水やりの方法、芽かきや追肥のタイミングなど実践的な技術を紹介しました。

家庭菜園に役立つ情報が満載



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

8月号 定価900円(税込)

特集 ほどよいスマホライフ

今や生活に欠かせないスマートフォンですが、多すぎる機能や詐欺・トラブルに頭を悩ませている人も少なくありません。日々を快適にするために「これだけは知っておきたい」スマホの基本機能から、安心・安全に使うための設定や最近増えているスマホを介した詐欺・犯罪から身を守るポイントをわかりやすく紹介します。また、デジタルとの距離感を上手に保つための工夫や専門家が実践する「ほどよい使いこなし術」も取り上げます。

別冊付録 飽きずにおいしくキュウリとナスの食べつくしレシピ

かつて『家の光』で人気を博した「ばっかり食レシピ」をはじめ、過去に掲載したレシピを掘り起こし、ラクにおいしく大量消費できるレシピを紹介します。

購読のお申し込みはお近くの支店まで

支店再編のお知らせ

老上東支店の老上支店への統合について

このたび当JAでは、今後も地域農業の発展と地域社会への貢献を続けていくため、以下のとおり支店再編を実施いたします。

これに伴い、老上東支店は令和8年9月11日(金)をもちまして営業を終了し、令和8年9月14日(月)から老上支店へ統合いたします。

なお、老上東支店のATMに関しては存置いたしますので、引続きご利用くださいますよう、お願いいたします。ご利用者の皆さまにはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



支店再編の内容

| |
|-----------------------|
| 現行 (令和8年9月11日(金)まで) |
| 老上東支店 |
| 支店番号：139 |
| 〒525-0059 草津市野路7-19-2 |
| TEL 077-564-0336 |



| |
|-----------------------|
| 再編後 (令和8年9月14日(月)から) |
| 老上支店 |
| 支店番号：132 |
| 〒525-0055 草津市野路町514-1 |
| TEL 077-562-0255 |

最寄りのATMについてはこちらから



ご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

老上支店 ☎077-562-0255 窓口営業時間 (平日のみ) 午前9時～午後3時

第2期 組合員大学「あすなろ」

受講生募集

受講料無料

食農教育

食・農・地域を楽しく学ぶ

協同活動やJA事業に触れながら、「食」「農」「地域」について学べる講座です。

- 若い世代にもおすすめ
- はじめての方も参加しやすい

第1期の活動をまとめました



直売所視察



全7回 予定

※受講期間:令和8年7月～令和9年2月



締切

6/10(水)



募集20名程度 ※対象:おおむね30歳～65歳
(当JA組合員の方)

体験型動画講座

申込み・詳細はこちら▶



お問い合わせ:総務課 TEL.077-525-4343

または最寄りの支店・営農経済センターまで



JALレーク滋賀

びわたん

JAレーク滋賀5周年企画

【応募期間】

2026年 6/1月

7/31金

2つのアクションで 簡単応募!

第1弾

レーク滋賀とつながるネキャンペーン

JALレーク滋賀のYouTubeチャンネル登録と、JAグループのアプリダウンロードの2アクション!

抽選でオリジナルタンブラー30名様、マルシェバッグ120名様にプレゼント

STEP 1

JALレーク滋賀の
YouTubeチャンネルを登録



YouTube

JALレーク滋賀の魅力や
情報を動画で発信!
最新の情報やイベント、
レシピなど盛りだくさん!

公式YouTube
アカウントはこちら



@ja-lakeshiga

STEP 2

JAグループ滋賀公式スマホアプリ
「しがのわ」をダウンロード

無料で
利用できる
アプリです

よく使うJAに「JALレーク滋賀」を選択

New

JAグループ滋賀公式スマホアプリ

しがのわ
Shiga-no-WA

- 選択したJAの最新情報を
プッシュ通知やアプリ内で配信
- アプリでスタンプを貯めると
滋賀の特産品が当たるチャンス



しがのわ で検索

App Store
からダウンロード

Google Play
で手に入れよう



アプリ内の応募フォームから応募

30
名様

賞品

120
名様



オリジナル
タンブラー

ゴクッと飲んで、気分もアップ!
ちょうど良い330mlサイズ
サイズ/約φ83×H108mm



オリジナル
マルシェバッグ

日常使いに最適
大容量15L
サイズ/本体:約W360×H435mm

応募方法

STEP 1

YouTube
チャンネルを登録



STEP 2

アプリをダウンロード
(よく使うJAに
「JALレーク滋賀」を選択)



応募は
カンタン
2ステップ!

アプリ内の応募フォーム
「レーク滋賀とつながるわ
キャンペーン」から応募



※皆さまからいただいた個人情報は、プレゼント発送の目的以外では使用いたしません

*** みんな必要な人間なの(上) ***

「人間にとってもっとも悲しむべきことは、病気でも貧乏でもない。自分はこの世に不要な人間なのだと思いますことだ。そして、世界の最大の悪は、そういう人にたいする愛が足りないことだ」

この言葉は、マザーテレサの残した数多い言葉の中の一つの有名な節である。

自分はこの世に不要な人間とは、何と悲しい思いであろう。けれど世の中には、他人のなにげない言葉や中傷でそう思わされて生きていく子供の何と数多いこと。経済大国で、何不自由なく生きているように見える日本や米国でも、そういった心の飢えを持つ人が多いという現実をまさに感じさせられることがある。

私は高校時代アメリカやカナダに留学していた。留学前の私は愚かにも、人種差別など今の時代もうないと思いこんでいた。もちろん私の留学していた地域では、そういった差別が「暴力」となって表出していたわけではないが、ふとした話の中で、黒人蔑視、私達日本人を含む黄色人種蔑視を感じるこ

はあった。特にスラム街に住む子供に対しては、その子が何もしていなくても関係なく、まわりからけむたがられているように感じていた。

私は英語が流暢に話せなかったので、道端に座り込んでいる子供達によく英語を教えて貰っていた。彼等は様々な家庭の事情で複雑な問題を抱えていたりしていたが、人なつこくて、教科書を読むだけで恐ろしい程時間がかかる私に、身ぶり手ぶりを使って家庭教師のように教えてくれた。



「A 滋賀中央会の作文集『思わず心があつたまる話』より



- 「ゆいっと」 いつも楽しみにしています。今年も田植えの時期が近づいて来ましたが、雨の量や気温が上がりすぎないか心配です。(大津市 T.Hさん)
- 「びわたんの知恵袋」 役立ちそうです。新入職員さん頑張ってください。(栗東市 M.Nさん)
- 「人権コラム」 は毎号楽しみにしています。ややもすれば読書離れしそうな孫たちにも読ませたいものです。(守山市 K.Kさん)

皆さまからのご便り

たくさんのご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。

- ラッピングされた京阪電車を見つけます！
(草津市 K.Iさん)
- 「らくらく健康レシピ」 を楽しみにしています。ポテトサラダは大好きですが、マヨネーズたっぷりなのが気に入ってしまいました。プレーンヨーグルト200gにマヨネーズ大さじ1に粒マスタード小さじ1なら安心ですね！(野洲市 A.Yさん)
- お父さんが買ってきた、おにぎり亭の焼き鯖おにぎりがとっても美味しかったです。(守山市 M.Oさん)



ゆいっとプレゼント

前回応募総数 292通

クロスワードパズルに答えて景品をGetしよう!!

※商品はお選びいただけませんので
ご理解よろしくお願ひします

正解者の中から抽選で**10名様に当たります!**



5名様

農協全国商品券
(500円)

NEW!

「びわたん」
オリジナルグッズ
マルシェバッグ

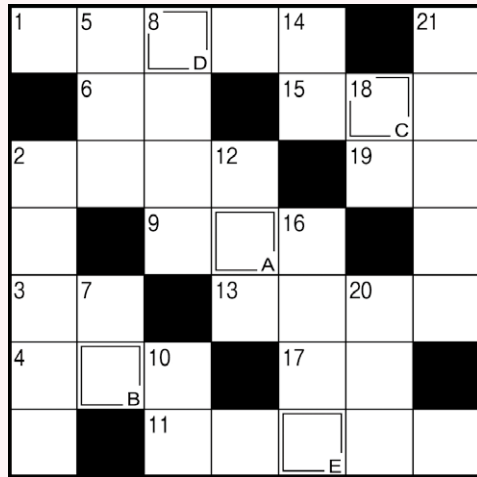
5名様



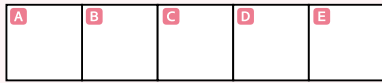
買い物をもっとエコに。
繰り返し使えるマルシェバッグで、
身近なところからSDGs。
廃棄物削減で持続可能な社会を
実現しよう



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



※答えは次号に掲載します

ヨコのカギ

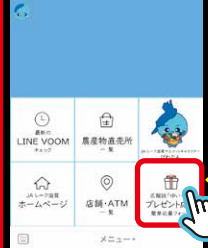
- 傘を忘れたときに軒先を借りてすることも
- 赤外線やX線もこれの一種
- 梅雨入りすると、梅雨——がいつ頃なのか気になります
- 簡単には意見を曲げません
- 損の反対語
- 親しいつきあいのこと。昔の——でなんとかしてよ
- アメリカ原産の大きなカエル
- 自宅を離れて観光などをします
- ウメやブルーベリーの食べる部分
- 合唱部が練習するもの
- 一年で一番昼が長い日

タテのカギ

- 完成しました!
- 成長した羊の肉です
- パンは——より強し
- 彼は大舞台で面目——を果した
- 手のひらや足の裏の反対側
- 旬よりも時期が早いもの
- この教科の時間にアサガオを育てた人も多いのでは
- 古くから、夏バテ防止にも食べられてきた野菜
- ウィッグや付け毛ではありません
- クイズを出されて考えるもの
- 中学校で教育——をおこなう大学生

LINEで簡単応募フォーム 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 / 6月12日(金) 《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 大津市打出浜14-1
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



二次元コード

※皆さまからいただいた個人情報は、プレゼント発送の目的以外では使用いたしません

前回答え: レンキョウ



4月10日開催

大津市Tさん/草津市Fさん
草津市Aさん/栗東市Kさん
栗東市Hさん/守山市Nさん
守山市Mさん/野洲市Iさん
高島市Uさん/高島市T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。



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。

| 開催場所 | 開催日 |
|----------------|----------------------------|
| 大津地区(総務本部) | 大津市打出浜14-1 6/11(木)、8/27(木) |
| 草津地区(金融本部) | 草津市上笠4-3-17 6/18(木) |
| 栗東地区(湖南地区統括本部) | 栗東市小野493-1 7/9(木) |
| 守山野洲地区(守山支店) | 守山市吉身3-7-6 7/16(木) |
| 高島地区(新旭支店) | 高島市新旭町旭1-10-5 8/20(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

無料

完全予約制



琵琶湖の位置が逆!?

鏡の国のびわたんを探せ!

ヒントは11ページ



びわたんの らくらく健康レシピ

vol.
62

調理時間 20分

recipe
1

ズッキーニのトルティージャ

材 料(3人分)

| | | |
|-------------|----------|--------------|
| ズッキーニ(1/2本) | 塩(少々) | グリーンオリーブ(適量) |
| じゃがいも(1個) | こしょう(少々) | 粉チーズ(適量) |
| 玉ねぎ(1/4個) | 生ハム(適量) | 粗びき黒こしょう(適量) |

① [にんにくのみじん切り(1/2片分)、オリーブオイル(大さじ2)]
 ② [溶き卵(4個分)、粉チーズ(大さじ2)]

作 り 方

- ズッキーニ、じゃがいもは薄い半月切りにする。玉ねぎは薄切りにする。
- 直径約19cmのフライパンに①を熱し、香りが出たらじゃがいも、玉ねぎを炒める。じゃがいもが透き通ったらズッキーニを加えて炒め合わせ、塩、こしょうで調味する。
- 混ぜ合わせた②を流し入れて大きくかき混ぜ、蓋をして弱火で焼く。焼き色がついたなら上下を返し、中まで火を通す。
- 食べやすく切って器に盛り、お好みで生ハム、半分に切ったグリーンオリーブと一緒にピックに刺す。粉チーズ、粗びき黒こしょうをふる。

Point

ズッキーニ、じゃがいも、玉ねぎを使ったスペイン風オムレツ「トルティージャ」。オリーブオイルとにんにくの香りが食欲をそそります。

recipe
2

そら豆とえびのペペロン炒め

調理時間 20分

材 料(2人分)

| | |
|---------------|----------|
| ブラックタイガー(8尾) | しめじ(80g) |
| そら豆(正味)(120g) | 塩(適量) |
| エリンギ(1本) | |

① [にんにくのみじん切り(1片分)、赤唐辛子の小口切り(1本分)、]
 オリーブオイル(大さじ2)
 ② [塩(小さじ1/3)、粗びき黒こしょう(少々)]

上手く仕上げるコツ

①を熱するときは弱火にし、焦がさないようにしましょう。

作 り 方

- えびは殻と尾を除く。そら豆は塩ゆでして薄皮をむき、エリンギは食べやすく切り、しめじはほぐす。
- フライパンに①を熱し、香りが出たらえび、エリンギ、しめじを炒める。火が通ったらそら豆を加えて炒め合わせ、②で調味する。

Point

そら豆のほくほく食感を楽しめます。えびと一緒にオリーブオイルで炒めることで、風味豊かな一品に仕上がります。

編集後記

皆さまいかがお過ごしでしょうか。
 最近JAのラッピング電車やバスも走り出し、街の景色にちょっとした彩りが加わりました。見かけるたびに気分が明るくなります。
 まもなく梅雨の季節がやってきます。湿気が多く、過ごしにくい日もありますが、

室内での時間を充実させるなど、この時期ならではの過ごし方を見つきたいですね。梅雨が明ければ夏がやってきます。気温が上がるこれからの時期は、こまめな休憩や水分補給など、体調管理を意識して過ごして、熱中症を予防しましょう。



ゆいっと 結っど
 フランス語で「8」を意味する「huit(ゆいっと)」から連想。「8」は末広がり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。



バイオマス
 使用部位：印刷インキ
 No.200166



ゆいっと

2026年6月号 vol.62
 【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
 【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。