

今月の特集

- 2 6次産業化商品第13弾
鈴鹿マロンかぼちゃスイーツ新登場!!

情報BOX

- 4 ●第65回 のうきょうまつりご案内
●JA鈴鹿女性部のつどいご案内 ほか

Monthly ニュース

- 6 ●インターンシップでJA事業と農業について理解深める
●社会貢献活動 献血に職員が協力 ほか

営農ガイド

- 8 ●来年に向けての土作り(米)
●野菜苗の特別注文受付中です!! ほか

ほっとNetwork

- 10 ●わがやのアイドル
●果菜彩おすすめレシピ ほか

す

の

ず

う

か

き

10

よ

2025
vol.438

う



“鈴鹿マロンかぼちゃ” スイーツ新登場！！

6次産業化商品
第13弾

当JAでは、地元農産物の付加価値を高め、農業所得の向上に寄与することを目的に
6次産業化商品の開発・販売に取り組んでいます。

今年度は、当JA加工野菜部会が生産する「鈴鹿マロンかぼちゃ」を使用したスイーツ
を新発売しました！ぜひご賞味ください！



「鈴鹿マロンかぼちゃ」を使用！



Suzuka Marron Pumpkin Sweets



- ◆鈴鹿マロン◆
- 1 かぼちゃ バームクーヘン **期間限定**
Pumpkin Baumkuchen 1ホール 650円(税込)
- 2 鈴鹿マロン かぼちゃプリン **期間限定**
1個 380円(税込)
- 3 鈴鹿マロン かぼ"ちゃ パウンドケーキ **期間限定**
1本 600円(税込)



「鈴鹿マロンかぼちゃ」 とは!



平成25年から加工・業務向けとして当JA加工野菜部会が生産に取り組んできた「かぼちゃ」は、当部会の生産技術の向上により近年では、品質の良さが評価され、スーパーや小売り向けとして需要を伸ばし、昨年、「鈴鹿マロンかぼちゃ」としてブランド化しました。栗のようなホクホク感と甘みが特徴です。



「鈴鹿マロンかぼちゃ」スイーツシリーズ 開発の想い



営農指導課 谷口昌志 営農指導員

「鈴鹿マロンかぼちゃ」の認知度向上を目指してスイーツでの商品化を進めてきました。多くの皆さまに楽しんでいただけるよう「プリン」「バームクーヘン」「パウンドケーキ」を開発しました。どれも「鈴鹿マロンかぼちゃ」のおいしさが伝わる自信作です。ぜひ、食べてみて下さい。

◀ケーブルテレビの取材を受ける谷口営農指導員(左)



6次産業化商品・新鮮野菜のお買い求めは

果菜彩へ!
ファーマーズマーケット



鈴鹿店
(JA鈴鹿本店敷地内)

鈴鹿市地子町1268

Tel059-381-0831

●営業時間/9:00~18:00

稲生店

鈴鹿市稲生2丁目17-17

Tel059-380-0831

●営業時間/9:00~18:00

亀山店

(JA鈴鹿亀山支店敷地内)

亀山市東御幸町78-4

Tel0595-83-1114

●営業時間/9:00~18:00

果菜彩では、地元で採れた旬の野菜や果物を中心に販売しています。果菜彩に並ぶ商品は全て鮮度抜群で、お値打ちな商品ばかりです。生産者と消費者の架け橋の場として、皆さんの食卓に新鮮で安全・安心な農畜産物をお届けします。



当JA公式LINEにて毎月1日に6次産業化商品が当たる抽選クーポンを配信しています。▶こちらから、LINE登録いただけます♪





第65回 のうきようまつり

令和7年 11月8日(土)・9日(日) 9:00~16:00

会場 ●西部営農・資材センター ●西部カントリーエレベーター

11月8日(土)

農産物・茶品評会

表彰式 10:45~
即売会 13:30~

農機コーナー

- トラクター
- コンバイン・田植機
- 管理機・草刈機
- キャンペーン商品
- その他小物

自動車コーナー

- 各種国産自動車の展示販売
- タイヤ特売
- 車検予約受付(特典あり)

生活用品コーナー

- 日用雑貨品の即売
- 仏壇・健康器具の展示販売
- シロアリ駆除相談
- 食料品コーナー

住宅関連コーナー

屋外収納をスッキリ解決!
●シャッター・ガレージ・カーポート・物置・農業用倉庫など
リフォームでお悩み解決!
●外壁の塗り直しや畳替えなど
リフォーム全般・ガス器具の販売
夢の新築住宅のお手伝い!
●一般住宅から小住宅まで

安心のJA鈴鹿指定業者が無料相談・無料見積り致します。

総合相談コーナー

金融・共済・営農・農機レンタル・葬儀等、専門の知識を持つ職員が、皆様の質問にお答えします。お気軽にお立ち寄りください。

植木オークション開催!

11月9日(日) 14:00~

ステージイベントスケジュール

11/8(土)

10:00~
●白鳥中学校 吹奏楽部

10:45~
●農産物品評会・茶品品評会表彰式

11:45~
●あべよしえ(サクセス&バルーンパフォーマンス)

12:30~
●ダンスショー
★peeps
★TYJD DANCE STUDIO

13:45~
●ふくしレ(ウクレレ演奏)

14:30~
●あべよしえ(サクセス&バルーンパフォーマンス)

11/9(日)

10:00~
●ダンスショー
★ACTY DANCE CREW & ACTY KIDS
★Sparkle☆Gem

11:15~
●マジシャンいっしん
★マジシャンいっしん

12:00~
●わくわくブーブ(大道芸人)

12:45~
●よさこい演舞
★わくわくブーブ

14:00~
●マジシャンいっしん

14:45~
●わくわくブーブ(大道芸人)

会場

鈴鹿市津賀町720

会場へのご案内

★ご来場の際には来場粗品引換券に必要事項をご記入のうえ、ご持参ください。

お問い合わせ JA鈴鹿本店 TEL 059-384-1111

点検整備のご案内

コンバイン

申込期日 令和7年11月末日

点検実施期間 令和7年11月上旬~令和8年6月下旬

①当該機種の点検整備を受けた方に基本点検料金の20%を助成いたします。
(助成金額には上限がありますので、多数の申請があった場合は、助成要件を満たしていても助成できないことがありますので、あらかじめご了承ください。)

②下記点検料には、簡単な調整・締め付けは含まれていますが、部品代・油脂代・交換修理工賃は含まれておりません。

●点検実施基本料金 ※表示価格は税込となります。

型式	仕様	点検料
乗用型	2条刈	55,000円
	3条刈	69,300円
	4条刈	88,600円
	5条刈	97,790円
	6条刈	113,080円
	7条刈	124,080円

備考(別途費用)

- キャビン付…… 11,000円
- デバイダー …… 4,400円/本
- グレンタンク付… 7,700円
- 工賃 …… 6,600円/時間

※引上納入料、洗浄料についても別途必要となります。

乾燥機

申込期日 令和7年11月末日

点検実施期間 令和8年1月上旬~令和8年3月下旬

点検に伴う修理整備について
部品代金および点検に際し修理の必要が生じた場合は別途工賃料金を請求させていただきます。

点検に際してのお願い

- 電源・コード・白灯油の準備をお願いします。
- ゴミ等の捨て場所の指示をお願いします。

●点検実施基本料金 ※表示価格は税込となります。

区分	基本料金
59石以上	別途ご相談
29石以上~58石以下	57,200円
23石以上~28石以下	49,500円
22石以下	36,300円

機種により点検が出来ない場合が有りますので、最寄りの支店または整備センターにご確認ください。

ご依頼・お問い合わせは整備センターまで TEL 059-379-5510





JA鈴鹿 つどいの女性部の

ごぼう先生の笑顔をつくる健康体操

記念講演 築瀬 寛さん
大人のための体操のおにいさん
座ったままでできる体操を指導

1985年7月23日生まれ。愛知県岡崎市出身。日本福祉大学卒業。大手鍼灸接骨院の勤務を経て、2014年に株式会社GOBOUを創業。喫茶店のようなサービス「リハビリカフェ倶楽部」を岡崎市内に開設。その一方で、全国各地の介護施設を中心に「大人のための体操のお兄さん」ごぼう先生として健康体操の普及に努める。これまで全国750ヶ所、シニアを中心とした10万人以上と一緒に座ったままでできる健康体操を行う。

とき 令和7年 13:00~16:00
開場時間 12:00
11/21(金)

ところ JA鈴鹿 本店5階 大会議室

オープニング 椅子に座って踊ってみよう！
女性部役員による「上を向いて歩こう」

活動発表 庄内支部 澤 三津子さん
庄内女性部活動を振り返って

家の光愛読者のつどい 加佐登支部 豊田 栄美子さん
(家の光記事活用発表)

家の光 創刊100周年を記念して
～加佐登女性部で出来た事～

記念講演 やなせ ひろし
13:45-15:15 築瀬 寛さん
ごぼう先生の笑顔をつくる健康体操

つどいの最後に
お楽しみ抽選会を行います！

…定員… 300名様 自由席
※定員になり次第締め切ります。
…参加料… 無料

参加資格
JA鈴鹿女性部会員・女性部活動に興味をお持ちの方(女性に限りです)

お問い合わせ先: JA鈴鹿生活福祉課 TEL 059-384-1123

JA鈴鹿に初めて年金振込指定の方限定！

JA鈴鹿 **純新規** 年金受給者向け金利上乘せ貯金シルバー定期貯金 **NC** (ニューカマー)

スーパー定期貯金1年もの(自動継続の取扱いはできません)

店頭表示金利 金利上乘せ**+ 年0.35%** **お預入金額 お一人様通算 500万円まで**

※新規年金請求書または年金受取機関変更届を受けつけた日から3ヶ月以内を対象とさせていただきます。

これから年金を受給される皆様や、
すでに他の金融機関で年金を受給されている皆様へ
JA鈴鹿に年金振込をご指定いただくと**定期貯金の金利** を当初1年間に限り**特別金利** でお預かりいたします！

シルバー定期貯金NC(ニューカマー)について

【ご利用いただける方】●当JAに初めて公的年金(国民年金、厚生年金、共済年金等(もしくはその他年金(年6回以上)ご指定の方。(新規年金請求書または年金受取機関変更届を受けつけた日から3ヶ月以内を対象とさせていただきます。))年金保険等、一部対象外となる年金がございます。JA鈴鹿の窓口にてご確認ください。●シルバー定期貯金NC(ニューカマー)をご契約中は継続して当JAで年金をお受け取りいただくことが条件となります。

【留意事項】●金利は年利率税引前で表示しています。●満期日前に解約される場合は、当JA所定の中途解約利率を適用いたします。●満期お受取時には、お利息がプラスされます。[お利息には20.315%(国税15.315%・地方税5%)の分離課税が適用されます。]●当JAが実施する他の定期貯金商品との併用はできません。●本商品は、金融情勢等の変化により予告なく「商品内容の変更」や「取扱いを中止」することがあります。●店頭に商品概要説明書をご用意しております。

詳しくはJA鈴鹿窓口へお問合せください

今年度より増刊号として
家計簿のみの販売をします※『家の光』12月号に
別冊付録としては
付きません。

申込期日：令和7年11月28日(金)

家の光

IE no HIKARI

『家の光』増刊号
2026年
家の光 家計簿
日記付き●定価660円(税込)
(11月1日発行)講習会
のご案内

地元産にこだわった手作りの麴！

健康
いきいき

味噌作り

地元のお米、大豆を使ったオリジナル味噌づくりです♪
ぜひご参加ください♪

男性の方も多数ご参加いただいております♪

開催日時 令和8年1月中旬～2月上旬まで**毎日開催**
午前9時～午後2時頃まで**場 所** 食彩工房味夢～みらい～**申込方法** 最寄りの各支店でお申込みください**申込期日** 令和7年11月7日(金)

詳しくは、お近くの支店または生活福祉課まで TEL 059-384-1123

ふたご座
5/21～6/21

II 全体運

かに座
6/22～7/22

26 全体運

勢いがあり多少の無理なら通ります。時には強気で押してみると好結果に。
レジャー運が良いのでお出かけをドキリとすることがあるものの結果としては良い方向に進みます。ピンチは
チャンス! 問題解決に向けて前進



組合員(右)に農業の魅力やJAについて伺う大学生

インターンシップでJA事業と農業について理解深める

8/7

8月7日、JA事業や農業の魅力について理解を深めてもらうことを目的に学生向けインターンシップを開き、大学生2名を受け入れました。

インターンシップでは、JAの理念や業務内容を学ぶとともに、運営する営農・資材センターや整備センター、鈴鹿さつき温泉などの施設を見学しJAへの理解を深めました。また、実際に組合員宅を訪れ、農業の魅力やJAとの関わりについて伺いました。

8月上旬~
9月中旬

令和7年産米 管内各地で収穫迎える

当JA管内では、8月上旬から9月中旬にかけて令和7年産米の収穫作業が行われました。

管内では主に、コシヒカリ、キヌヒカリ、あきたこまちの3品種が生産されています。収穫期に合わせて管内3カ所にある当JAのカントリーエレベーター、ライスセンターを稼働し、荷受け作業を行いました。荷受けした米は、適正な管理のもと、乾燥・調製作業を行いました。



管内各地で収穫作業が行われました



切花を選ぶ来店客

お盆用切花販売イベントを開催 多くの来店客で賑わう

8/11~
8/13

8月11日から13日の3日間、果菜彩全店舗でお盆用切花の特設販売を行いました。期間中は、売り場面積を拡大し、出荷者が早朝に摘み採った鮮度の高い菊やしきみ、ホオズキなど多種多彩な切り花を販売しました。長年続ける即売会は地域から広く認知され、開店直後から多くの来店客が訪れ、賑わいました。



8/13

鈴鹿産ブドウをPR 生産・販売体制を確立

8月13日、鈴鹿市でブドウ「クイーンニーナ」「シャインマスカット」を栽培する福光園 福田和央さんと鈴鹿の七樹 加藤諒さん、当JAなど6名は、鈴鹿市の末松則子市長を訪れ、ブドウの生産と販売体制の確立を報告し、鈴鹿産ブドウをPRしました。

ブドウは、灌水や施肥の効率的な管理ができる「盛土式根圏制御栽培法」を用いて栽培され、7月から9月にかけて収穫期を迎え、糖度ののった良質なブドウが県内量販店や果菜彩などへ出荷されました。



左から福光園 福田さん、末松市長、鈴鹿の七樹 加藤さん

し し 座
7/23~8/22おとめ座
8/23~9/22

コミュニケーション運が上昇。いろいろな話が入ってきますが、玉石混交なので価値あるものを見極めリスク管理を

順調運。秋の味覚を楽しむなど生活に彩りを添えて。レジャーもお薦めです。交渉は相手の出方を待つのが吉



Monthlyニュース

2025.10

6

3 すべての人に
健康と福祉を



献血に参加する当JA職員

社会貢献活動 献血に職員が協力

8/18

8月18日、当JA本店駐車場で三重県赤十字血液センターの献血バスによる献血が行われました。

当日は、本店に勤務する当JA職員や地域住民など合わせて23人が献血に協力しました。当JAでは、社会貢献活動の一環として献血への協力や献血場所の提供を毎年行っています。

8月下旬

利用者の工賃向上へ 梨園成園化で収量倍増

8月下旬、鈴鹿市の一般社団法人ひびきが運営する就労継続支援B型事業所「ともに」は、利用者の工賃向上を目的に4年前から梨「幸水」「豊水」の栽培に取り組んでいます。4年目となる今季は、梨園が本格的に成園化し、昨年の倍以上となる順調な収穫・出荷となりました。

事業所では、早期成園化を狙い盛土式根圏制御栽培法を用いて栽培に取り組んできました。当JAは、独自の営農振興基金を通じて生産資材の購入を支援したほか、営農指導を通じて継続的にサポートしてきました。



収穫を行う従業員

8 豊かな心も
経済成長も

12 つくる責任
つかう責任



4 豊かになり、豊かになる
みんなに

11 住み続けられる
まちづくりを

管内各地の児童が暑さに負けず稲刈りを体験

8月下旬から9月中旬にかけて、管内各地の小学校で稲刈り体験学習が行われました。厳しい暑さも残る中、地域住民や農家の協力のもと、児童は鎌を使って稲刈りを体験しました。収穫後はお世話になった方々に大きな声で感謝を伝えました。

8月下旬～
9月中旬

亀山市立井田川小学校



一生懸命稲刈りをしました



鈴鹿市立愛宕小学校

鈴鹿市立石薬師小学校



鈴鹿市立清和小学校



米

来年に向けての土作り

忙しい稲刈りの時期が終わったばかりですが、来年の作付に向けて土作りを行うことが大切です。最近の気象条件は、季節外れの台風の到来等を含め、異常気象が局地的に発生し農業には非常に厳しい条件です。

このような状況下においても安定した水稻栽培をする為には、基礎である土の状態を健全に保つ必要があります。

●pHの調整

水稻の適性pHは5.5～6.5です。土壌が酸性化するとアルミニウムが溶け出しやすくなり、リン酸を土中に固定し、吸収されにくくなるといった事象がおきます。土壌が酸性に傾いている場合はアルカリ資材をお使いください。

●堆肥等有機物の施用

土壌の物理性の改善、土壌への養分の供給には「牛ふん、けいふん」等の家畜ふん堆肥の施用をお試しください。



ルッコラ

（ロケット）ピリツとした辛さとゴマの風味がおいしい

ゴマの香りとフレゾンに似た辛さがあり、若く柔らかい葉はサラダや肉の付け合わせ、ピザのトッピングなどに使われます。茎の周辺に葉の直立する姿がロケットのように見えることから「ロケット」とも呼ばれています。

【栽培時期】発芽適温は20～25度、生育には15～25度が適し、低温期は生育が衰えます。冬を除き、ほぼ周年栽培ができますが、盛夏期は遮光ネット(20%)を使った暑さ対策が必要です。春～秋まきでは30～40日で収穫できますが、晩秋まきでは収穫まで60日以上となります。霜には強くないので、不織布でべたがけをして防寒します。

【品種】各社から「ルッコラ」または「ロケット」として販売されています。なお、ルッコラの野生種といわれるセルパチコには、葉が細くとがり香りが特に強い品種「ローマ」(トキタ種苗)もあります。

【畑の準備】種まきまたは植え付け2週間前までに、1平方m当たり苦土石灰100gを菜園全体に散布し耕しておきます。1週間前までに堆肥1kgと化成肥料(NPK各成分10%)100gを全面に施し、土とよく混ぜておきます(図1)。ルッコラは野生に近く肥料が多いと香りが弱くなりがちです。

【種まき】幅70～80cm、高さ5～10cmのベッドを作ります。次に、板切れなどで直角方向に幅20cm間隔の浅い種まき溝を作り、この溝に約1cm間隔に筋まきします(図2)。種は小さいので、種が隠れる程度(5、6mm)に薄く覆土します。不織布のべたがけで幼苗を保護しましょう(図3)。7～10日間隔にまき日をずらせば、長い間収穫を楽しめます。なお、苗作りをする場合は、128穴のセルトレーに1セル4、5粒を種まきし、発芽後は間引きして本葉約3枚の植え付け苗に仕上げます。苗は5、6cm間隔に植え付けます。

【間引き・灌水(かんすい)】1回目は発芽後、葉が重ならない程度に順次間引き、2回目は本葉約2枚のときに5、6cmくらいにします(図4)。畑が乾燥すると葉が堅くなりやすいので、適宜灌水します。

【病害虫の防除】周年にわたりキスジノミハムシ、コナガ、アオムシ、アブラムシの被害を受けやすいので、目の細かい防虫ネットを使用したトンネル栽培がおすすめです。

【収穫】葉が柔らかいうちの若取りが良く、葉の長さが20～25cmのときに収穫適期で、株ごと抜き取ります(図5)。なお、外葉から1枚ずつ摘み取れば、長い間収穫を楽しめます。

栽培カレンダー ルッコラ(ロケット)

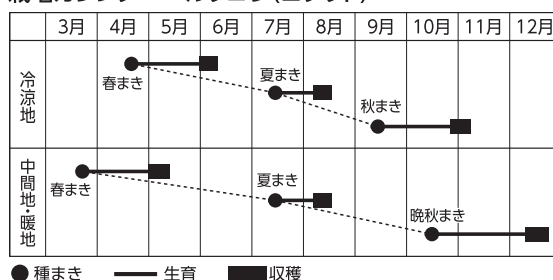


図1 畑の準備



図2 種まき

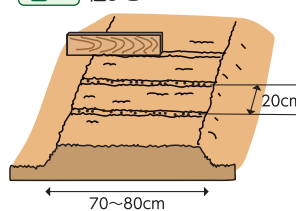


図3 ベタがけ

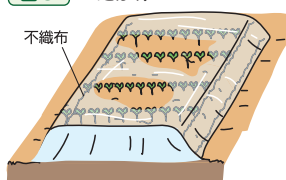


図4 間引き

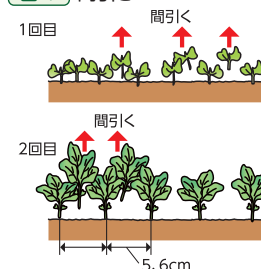


図5 収穫



今月の
幹旋商品

野菜苗の特別注文受付中です!!

今回ご案内する特別接木苗は、耐病性のある台木を使用した接木苗で、購入して頂いた皆様からは「病害が例年よりも少なかった、茎が太くしっかりしていた等」と好評を頂いております。そのほか実生苗等も良質な苗をご提供致しますので、ぜひこの機会にご注文ください! 又、生産都合により品種を変更する場合がございますので、ご了承ください。

 特別接木苗 桃太郎ピースPVP 青枯れ等の耐病性があり、実は固めでしっかり	 接木苗・実生苗 千果 鮮赤色の美しい光沢♪糖度8〜10度!	 実生苗 アイコ 甘味が強い卵型のミニトマト!	 実生苗 プチぶよ さくらんぼのような薄皮ミニトマト!	 特別接木苗 とろーり旨なす イチ押し!の白なす! 果肉が柔らかく、加熱するとねっとりした食感	 特別接木苗 ふわとろ長 とろけるほど柔らかく甘みに富み食味は最高!
 特別接木苗・接木苗・実生苗 千両二号 夏秋用の代表格♪ツヤよし!果ぞろいよし!	 特別接木苗 とんがりパワー 青臭さ・苦みなし♪青枯れに強い品種	 特別接木苗 京ひかり 青枯れに強く、夏過ぎまで収穫できる	 実生苗 えびす かぼちゃの代表格♪着果・肥大性よし!	 実生苗 坊ちゃん ミニかぼちゃ代表♪	★家庭菜園の方はもちろんベテランの方にもおすすめ出来る高品質な苗を多数取り揃えています。 ※写真で掲載している品種以外にも多数取り扱いがございます。

- 特別接木苗: ホーム桃太郎、筑陽 ●接木苗: ホーム桃太郎、スイカ夏武輝、スイカひとりじめ7
●実生苗: グリーン長れいし、マイルドターキー、京みどり、甘とう美人、鷹の爪、翠臣、瑞栄、ホーム桃太郎、はやと、金太郎



生姜種

〆切日
令和7年
10月末日



さつま芋つる

注文につきましては各支店へお問い合わせください。

秋冬野菜栽培応援セール!!

令和7年11月10日(月)〜11月16日(日)

農薬

- | | | |
|---------------------|-----------------|-------------------|
| ● グレーシア乳剤 100ml | 店頭価格 ¥2,650のところ | 2,549円(税込) |
| ● プレバソンフロアブル5 250ml | 店頭価格 ¥3,999のところ | 3,499円(税込) |
| ● スタークル顆粒水溶 100g | 店頭価格 ¥1,180のところ | 1,120円(税込) |
| ● ダコニール1000 250ml | 店頭価格 ¥1,370のところ | 1,220円(税込) |

上記以外にもお得な商品をご用意しております。

※セール期間の営業時間は各店舗営業時間に準じます。また肥料の掲載商品は引取価格ですので配達時は当用配達価格となります。

お問い合わせ: 西部営農・資材センター (TEL.059-375-6300) または各購買店舗



みずがめ座
1/20〜2/18

全体運

うお座
2/19〜3/20

全体運

味方もたくさんいますが敵も多い月。信頼できない人の話にうっかり乗らないで。厳しい助言に耳を傾ければ飛躍

あなたの力になってくれる人が現れます。感謝の気持ちを示して受け入れて。良いつながりができていきます

●出荷店舗●

鈴鹿店

生産者の顔が見える安心感!

果菜彩
ファーマーズマーケット

私が心を込めて作りました!!

鈴鹿市
早川雅也さん
(写真: 早川雅彦さん)

出荷しているもの

切花、イチジク、
ミウガ、かぼちゃ、
季節の旬野菜



新鮮野菜をお手頃価格で 提供します!

年間通して旬野菜の出荷に努めています。採れたての新鮮な旬野菜や切花をお手頃価格で出荷していますので店頭でチェックしてください。家族みんな協力し、毎日畑に出向いて真心こめて作った野菜をぜひ食べて下さい!

わがやの
アイドル

『たからもの』

お父さん
伊川智也さん
お母さん
伊川和子さん



長女 結杏(ゆあ)ちゃん(6歳)

長男 漣(れん)くん(1歳)

弟が大好きなアンパンマンの絵本を読み聞かせしてくれたり、一緒に遊んでくれたりと頼もしいお姉ちゃんです。

ご両親から一言

弟の面倒をよく見てくれる
優しいお姉ちゃん。
そんなお姉ちゃんが大好きな弟。
いつまでも仲良く笑い、
助け合って欲しいです。



クロスワードパズル CROSSWORD PUZZLE

タテのカギ、ヨコのカギをヒントにしてクロスワードパズルを解いてください。二重マスの文字をA↓Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか? 正解された方の中から5名様に粗品を差し上げます。

1	6		11		17	20
2			12	15		
	7	9				
3				16	18	
		10	13			
4	8				19	21
5			14			

8月号 CROSSWORD PUZZLE
答え・当選者

- 伊藤 久子さん (鈴鹿市若松西)
- 椿井 幸代さん (// 木田町)
- 米川きよ子さん (// 徳田町)
- 村山実枝子さん (龜山市太岡寺町)
- 渡辺 幸一さん (// みどり町)

★応募総数46名中上記の5名様が当選されました。おめでとうございます。

◆クロスワードパズル応募締切: 10月31日(金) 当日消印有効 ◆ご応募方法は、裏表紙をご覧ください。

- エロのカギ → → →
- ①10月の第2月曜日はスポーツの日。以前は〇〇〇〇の日でした
 - ②祭りのときに引く車
 - ③〇〇〇雨だよ、すぐに止むさ
 - ④塩分濃度は低め、麴の割合は高めな味噌
 - ⑤ドンブリになる木の一種
 - ⑦彼女は免許〇〇〇〇の腕前だ
 - ⑩悪臭を放つことで知られる動物
 - ⑫傘がたくさん重なった形の食用キノコ
 - ⑭ハワイアンの演奏にも使われる弦楽器
 - ⑯玄関の上がり〇〇〇〇に腰かけて話した
 - ⑰秋にもおいしい紫色の野菜
 - ⑱教育、勤労、納税は国民の三大〇〇です
- ↓ タテのカギ ↓ ↓ ↓
- ①お代はいただきません
 - ③転職をしたいが、いざとなると〇〇〇〇を踏んでしまう
 - ⑥金箔の生産量第1位の市がある都道府県
 - ⑧皿を数えるときに使う言葉
 - ⑨あえるとパスタが黒くなります
 - ⑪落ち葉をかき集める道具
 - ⑬ハロウィーンの日を楽しむ人もいます
 - ⑮役場で〇〇〇〇証明を取ってきた
 - ⑰新割りに使う刃物
 - ⑲事件はあつけない〇〇〇〇を迎えた
 - ⑳写生をこうもいいます
 - ㉑動物や鳥などの集団



材料

(4人分)

〔炊き込みごはん〕

- 鶏もも肉……………160g
- まいたけ……………50g
- しめじ……………50g
- しいたけ……………4枚
- 油揚げ……………50g
- 新米……………2カップ
- 水……………410ml
- 塩……………少々1/2
- 酒……………大さじ1
- 薄口しょうゆ 大さじ1
- 和風顆粒だし 小さじ2

※水の量は通常は米の容量の1.2倍ですが、新米は1.1倍で炊飯します。2カップ×1.1倍なので440mlとなりますが、酒大さじ1、薄口しょうゆ大さじ1を合わせての水分量とするため、水は410mlとしました。

〔飾りの具材〕

- にんじん……………1/2本
- 水……………200ml
- 和風顆粒だし 小さじ1/2
- 砂糖……………大さじ1
- さつまいも……………1/2本
- くちなしの実……………1個
- 水……………200ml
- 砂糖……………大さじ1
- 塩……………少々
- さけ……………2切れ
- 塩……………少々
- さやえんどう……………12個
- 塩……………少々

果菜彩
ファーマーズマーケット

おすすめ
レシピ

吹き寄せ

ごはん



- レシピ考案：学校法人大川学園 三重調理専門学校 大川 円先生
- 当レシピは、NHK津放送局制作の「旬食!みえ」(食材提供：JAグループ三重)で紹介したものです。
- レシピの内容や写真を無断で転載することを禁じます。

作り方

炊き込みごはん

- 1 鶏肉を食べやすい大きさに切る。
- 2 まいたけとしめじは手で小さく裂いて、しいたけは千切りにする。
- 3 油揚げは、お湯で油抜きしてから、3センチくらいの短冊切りにする。
- 4 炊飯器に、30分ほど水につけた新米、切った具を入れ、塩、酒、薄口しょうゆ、和風顆粒だしをかけてなじませ、通常モードで炊飯する。

飾りの具材

- 1 皮をむいたにんじんを5ミリほどの輪切りにして、もみじの型で抜く。
- 2 水に和風顆粒だし、砂糖を加え、にんじんを5分ほどゆでる。
- 3 さつまいもはいちよう切りにして、変色しないよう水にさらす。
- 4 さつまいもの色付け用に、くちなしの実を半分に切り、お茶用パックに入れる。
- 5 水の入った鍋にさつまいも、くちなしの実、砂糖、塩を加え、5分ほど火にかける。
- 6 さけを一口サイズに切り、塩をふる。
- 7 クッキングシートをしいたフライパンで、さけの両面を2、3分ずつ焼く。
- 8 筋を取ったさやえんどうを塩の入ったお湯で軽くゆでる。
- 9 30秒ほどで、さやえんどうをお湯から上げて、氷水で冷やす。
- 10 炊きあがったごはんの上に、飾りの具材をのせたら完成。



読者のギャラリー

READER'S GALLERY



〔夏の風物詩「花火」〕

地元の組合員さん

- 距離は離れていましたが白子のげんき花火を見ました。今年も夏を感じました！

読者の皆様が管内で撮影した人物、農産物、風景、ペットの写真などお気に入りの写真をご応募ください。
ご応募方法は、裏表紙をご覧ください。



短歌

満月の昇りはじめの赤き月
今も昔しも変らぬ月
田中 紀雄

特別なことなど何もないけれど
自分は今日も生かされている
渡邊 嘉孝

炎天下無事稲刈も終え感謝し
家族皆んなで焼肉パーティーす
七里 寿子

夕暮れに耳をすませば秋の声
暑さ残りつ季節は変わる
大平いほ子

何度目の赤トンボが草取る
吾をとり囲む様に乱舞しおり
みや子

秋風と共にスイスイ赤トンボ
澄みきる空を気持ち良さそうに
加藤多恵子

俳句

窓の下すず虫なきてねむりつく
川村 米子

その昔ゆかた姿で音のねと
佐野 笑子

やけ石に水を打ちたる暑さかな
堤 啓次

クラブ終へ制服のまま稲刈りぬ
松井 政典

六三〇歓声裂けて空揺らぐ
詠み人知らず

短歌・俳句コーナーの投稿方法は、
裏表紙をご覧ください。



EVENT CALENDAR

行事カレンダー



10月

8 水 家庭訪問日

9 木 //

10 金 //

無料税務相談会(白子支店)

11 土 果菜彩鈴鹿店感謝祭

12 日 //

植木市(秋季大市)

15 水 葬儀事前相談会(稲生支店)

18 土 果菜彩稲生店感謝祭

19 日 //

22 水 植木市

24 金 無料税務相談会(国府支店)

25 土 果菜彩亀山店感謝祭

26 日 //

11月

2 日 無料税務相談会(総合相談センター)

8 土 第65回のうきょうまつり

9 日 //

11 火 家庭訪問日

12 水 //

植木市

13 木 家庭訪問日

19 水 葬儀事前相談会(椿支店)

21 金 無料税務相談会(亀山支店)

22 土 植木市



JA 鈴鹿

友だち登録はこちら→

LINE 公式アカウント

今ならご登録いただいた方に
「鈴鹿茶ペットボトル1本」をプレゼント中です。



わたしたちの



組合員数 25,824人

正組合員 12,749人

准組合員 13,075人

貯金残高 4,594億4,353万円

貸出金残高 846億7,212万円

長期共済保有高 5,653億7,973万円

購買品取扱高 22億6,811万円

販売品取扱高 43億8,788万円

令和7年8月末現在

各コーナーへの応募方法

読者のギャラリー

撮影した写真を下記の宛先まで送付いただくか、最寄りの支店までお寄せください。

本文に ①氏名(ペンネーム) ②住所 ③電話番号 ④写真のタイトル ⑤写真の簡単な説明(50字以内)を明記してください。

※メールの場合、件名を「読者のギャラリー」として写真を添付し、送信してください。

●郵便: 〒513-8650 JA鈴鹿 のうきょうすずか係

●メール: soumu4@suzuka.jamie.or.jp

※携帯電話からも送れます。

★写真はお返しできません。予めご了承ください。

★誌面の都合上、掲載できない場合もございます。

短歌・俳句コーナー



●短歌・俳句コーナーの投稿は、①短歌・俳句②住所・氏名を明記のうえ、最寄りの支店窓口もしくは上記の「のうきょうすずか」係までご郵送ください。

※誌面の都合上、掲載できない場合もございます。

●クロスワードパズルご応募の方は、①クイズの答え ②住所・氏名・年齢③一番良かったコーナー④本誌へのご意見・ご感想を明記のうえ、上記の「のうきょうすずか」係までご郵送ください。

理事会だより

令和7年9月29日(月)開催の第472回理事会では、次の事項について協議・承認され、報告が行われました。(抜粋)

第472回 理事会

- 総代選挙について
- リスク評価書の定例改正について
- 令和7年産米集荷実績について

編集後記

本誌でもご紹介しました鈴鹿マロンかぼちゃのスイーツが新発売しました。どれも美味しくおすすめです。個人的にはバームクーヘンを気に入っています。

大きさも程よく、お昼のおやつにも最適です。ぜひ、食べて下さい。皆さまの感想をお待ちしております! (岸)

