

作る人・食べる人をつなぐ! JA兵庫南の元気生活応援マガジン

Farming

ふあ～みん

3

2025

No.312

p4

特集

2025年は国際協同組合年!
協同のチカラ

p15

シシト
今月の作物

p6

トビックス
他の協同組合と連携し「エシカルクイブラリー」を実施

p2

トマト
四季旬菜



旬の食材で多国籍な1皿を

3月の味旅 レシピ

旬の今こそ食べたい、JA兵庫南の農産物を毎月PICK UP!
食材に多国籍な風味を加えて、旅するような食卓を楽しみませんか。



教えるのは
松本 紗智先生

料理家。芦屋市を拠点に、ケータリング事業やイベント、教室等を運営。「日々の料理」を手軽に・見栄え良く作るコツやヒントを発信している。



日本風

こっくりとした醤油味にトマトの酸味をプラス
トマト肉豆腐

材 料/4人分

- トマト……………2 個
- 牛肉切り落とし…200 g
- 木綿豆腐…………450 g
- 長ネギ……………1 本

調味料(A)

- 水……………350 c c
- 酒……………100 c c
- 醤油……………大さじ5
- 砂糖……………大さじ4

作り方

- 1 木綿豆腐は、余分な水分をしっかりと拭き取ってから食べやすい大きさに切り、長ネギは1cm幅の斜め切りに、トマトは8等分のくし切りにしておく。
- 2 フライパンに(A)を入れ火にかけ、沸騰したら弱めの中火に落とす。牛肉を加え、アクを取り除きながら火を通し、一旦取り出す。
- 3 豆腐、長ネギ、トマトを10分程煮含める。そこに牛肉を戻して火を止め、冷まして味を染み込ませる。
- 4 再びさっと温めて、器に盛る。

こぼれ話!

豆腐の水分をきちんと切っておくと、味がぼやけません。お汁が余ったら、うどんと合わせても美味しいです。



モロッコ風

スパイスとハーブ香のトロみスープ
ハリラスープ

材 料/4人分

- トマト……………2 個(ざく切り)
- トマトペースト……………30 g
- ミックスビーンズ……………100 g
- タマネギ……………1/2 個(みじん切り)
- セロリ……………1/2 本(みじん切り)
- オリーブオイル……………大さじ2
- サラダパスタ(極細パスタ)……………30 g
- 水……………1 l
- 小麦粉……………大さじ2
- パクチー(あしらう用)……………適宜

調味料(A)

- ターメリック……………小さじ1/2
- ジンジャーパウダー……………小さじ2
- 塩……………小さじ1
- ブラックペッパー……………少々
- パクチー……………大さじ2(みじん切り)
- イタリアンパセリ……………大さじ2(みじん切り)

作り方

- 1 鍋にオリーブオイルを中火で熱し、タマネギ、セロリをしんなりするまで炒める。(A)を加えてさらに炒める。
- 2 水、トマトペースト、ミックスビーンズを入れ、沸騰したら弱火にして、20分ほど煮る。
- 3 トマトも加え、煮立ったらサラダパスタを3~4cmの長さに割り入れて、さらに10分程煮る。
- 4 小麦粉を水1/2カップ(分量外)で溶いたものを加え、煮立ててとろみがついたら塩こしょう(分量外)で味を調える。器に盛り、刻んだパクチーをあしらう。

こぼれ話!

モロッコでは断食明けに飲む、胃に優しく、滋養のあるスープです。

レモン汁をいぼって
味変して



JA兵庫南HP

JA兵庫南の総合情報や
各事業についてはこちらから!



LINE

JA兵庫南各直売所の
イベント情報などを配信!



Instagram

地元農産物やレシピなど
お役立ち情報を配信!





トマト

「経験せな」

まつお やすしげ
松尾 泰成さん

就農のきっかけ

JAで働きながら、兼業で水稲をしていました。農業を本格的にしたくて、早期退職制度を利用しました。ふぁ～みんSHOP八幡がオープンして3年目くらいの頃かな？地元・八幡産のトマトで出荷がなかったため、ハウスを建てて栽培を始め、今年で14年目になります。

JAでは、営農指導などとしていたので、栽培の基本はだいたい分かります。でも、経験せな。農業は天候にも左右されるし、1年1年が勉強です。

今はハウスでトマト200本、



キュウリ200本を栽培しています。露地では、キャベツ、ブロッコリー、ハクサイ、ダイコン、カボチャなどです。栽培品目は、家庭でよく使われるものを選んでいきます。

トマトの品種

トマトは生で食べるのが、一番！味がよく分かります。お客さんから「買っておいしかった」と言われると、嬉しいですね。出荷して全部売れた時も、「しとってよかったなあ」と思います。

品種は大玉の「TYみそら」と

中玉の「TYレッドオーレ」で、トマト本来の味というか、甘いだけでなく、酸味のある品種です。「桃太郎」系の甘いトマトも人気ですが、私はこっちの方が好み。同じ系統の品種ばかりがお店にあっても、面白くないでしょ？（笑）

また、この品種は黄化葉巻病に強いとも聞いています。タバココナジラミが媒介する病気で、葉が黄色くなって縮れ、着果がしづらくなります。トマトの生長点に白い虫が飛ぶのですが、私は粘着虫取りシートを設置して予防しています。

栽培のよみ

今年はハウスのビニールを張り替える作業をしたので、植え付けがいつもより遅く、10月になってしまいました。例年は、9月中旬から下旬くらいにしています。トマトのストレスがたまりづらいたと勤められたので、私は接ぎ木苗を定植しています。定植後は、樹が伸びて倒れだした

ら、ネット状に張ったビニール紐（Ⅱ支柱）へ誘引していきます。トマトは肥料も水もあまり要りません。ただ、水を切ると、量が採れなくなるので、調整をしています。収穫は12月から3月くらいまでかな？

私はハウスでトマトの2期作をしているので、3月の収穫が終わったら、次の定植に向けて、全部やり直します。鋤いて、畝立てして、元肥を入れて…ですね。4月中旬に定植して、収穫は6月中旬から8月くらいまでです。夏場は特に実が割れやすくなるので、収穫の際は注意しています。

出荷はふぁ～みんSHOP八幡・かんきと、にじいろふぁ～みんとしています。

これから

採算が取れたらええと思ってやっています。農業は、80歳まで出来たらええかなあ？あと10年！

取材 加古川市
2025年1月27日

地元のお米・野菜がそろふぁ～みんSHOP・にじいろふぁ～みん

ふぁ～みんSHOP魚住
住 明石市魚住町錦が丘4丁目11-5
電 (078)947-1515
営 午前9時～午後4時
休 日曜・祝日

ふぁ～みんSHOPかんき
住 加古川市東神吉町神吉1012-1
電 (079)434-2201
営 午前9時～午後5時
休 火曜

ふぁ～みんSHOP播磨
住 加古郡播磨町南野添3丁目6-6
電 (079)437-3835
営 午前9時～午後3時
休 日曜・祝日

ふぁ～みんSHOPいなみ
住 加古郡稲美町岡岡3丁目21-3
電 (079)497-0222
営 午前9時～午後5時
休 第1水曜

ふぁ～みんSHOP二見
住 明石市二見町東二見210-1
電 (078)942-1927
営 午前9時～午後4時
休 日曜・祝日

ふぁ～みんSHOP八幡
住 加古川市八幡町船町20
電 (079)438-9595
営 午前9時～午後5時
休 水曜

ふぁ～みんSHOP高砂
住 高砂市伊保1丁目4-1
電 (079)447-8877
営 午前9時～午後4時
休 日曜・祝日

にじいろふぁ～みん
住 加古郡稲美町六分一 1179-224
電 (079)495-7716
営 午前9時～午後6時
休 第1木曜

営業日・時間等は変更の場合があります。詳しくはJA兵庫南のホームページをご覧ください。また、LINEやInstagramでも情報を配信しています。
※本誌裏表紙に各二次元コード掲載中！



なぜIYC2025が定められた？

国連はこれまでも、国際協同組合連合（ICA）と連携を図り、ガイドラインの策定など、協同組合振興に努めてきました。協同組合が事業や活動を通じて、あらゆる人々の経済社会開発への参加を促し、雇用の創出、貧困と飢餓の解消などに貢献できる企業体・社会的事業体と評価されているからです。国連はIYC2025を通じて、次の①②の取り組みを講じるよう、各国政府や関係機関に要請しています。

- ①持続可能な開発目標（SDGs）の実現に向けた協同組合の実践、社会や経済の発展への協同組合の貢献に対する認知を高める。
- ②協同組合の発展を支援し、協同組合を振興する。

連携する協同組合

JA兵庫南



森林組合

丸太から木材、商品へ！林業の現場を見学



さまざまな協同組合組織の現場視察などを通じて、相互に理解し、交流・連携を促進することが目的の「2024年度兵庫JCC協同組合研究・交流会」に参加。主催の兵庫県協同組合連絡協議会（兵庫JCC）は、兵庫県生活協同組合連合会、兵庫県漁業協同組合連合会、

ひょうご森林林業協同組合連合会、JA兵庫中央会の4団体で構成されています。今年度のテーマは「林業」と「森林組合」で、立木が丸太、木材、商品になっていく過程を視察しました。



JA兵庫南



生活協同組合

イベントを通じてエシカル消費を推進

にじいろふぁ～みんで、「作り手の想い伝え隊」チームが、エシカル消費を理解してもらおうと、イベントを開きました。このチームは、県内の次世代を担う協同



組合職員の育成や、交流を通じた協同組合間の連携を推進す

ることが目的の「2024年 虹の仲間づくりカレッジ」で結成。JA兵庫南をはじめ、尼崎医療生活協同組合、生活協同組合コープこうべの職員らがメンバーです。協同組合が取り組むべき社会的問題解決に、SDGsの「つくる責任つかう責任」を挙げ、企画しました。



JA兵庫南



漁業協同組合

「キャベツウニ」で地域資源の循環を



明石浦漁業協同組合のムラサキウニ養殖研究で、JA兵庫南はふぁ～みんSHOPなどで発生する規格外野菜を餌として提供しています。7月には、畜養していたムラサキウニ50個を割り、重量や可食部の割合などを調査。環境として良好との結果が得られました。次年

度は畜養技術の確立に向けて、個体数を増やす予定です。今後、加工品の試作やレストランなどへの供給を視野に入れ、地域資源の循環による新たな特産品づくりを目指しています。



IYC2025をきっかけに、持続可能な開発目標に向け、一緒に取り組みましょう！

2025年は
国際協同組合年！

協同のチカラ

国連では、1年を通じて世界に共通する重要テーマを設定しています。

その一環として、2023年11月3日の国連総会では、

2025年を「国際協同組合年」（IYC2025）とすることを宣言しました。

協同組合って何？

協同組合とは、同じ目的をもった個人や事業者が集まり、お互いに助け合う組織のこと。JA（農業協同組合＝農協）もその一つで、他にも漁業協同組合（漁協）、森林組合（森組）、生活協同組合（生協）、中小企業等協同組合（中小企協）などがあります。JAでは農業者を中心とした「組合員」が、営農と生活を守り高め、よりよい社会を築くことを目的に、生産資材・生活資材の共同購入や生産物の共同販売、貯金の受け入れ・資金の貸付、共同利用施設の設置、共済などの事業を行っています。



JAの事業・活動

農作物生産者の経営と生活を守る

組合員に対し、農業経営・技術指導、低コスト資材の供給、共同販売、事業資金や生活資金の貸付などを実施。組合員の農業経営と生活を守るとともに、消費者へ安全で新鮮な農畜産物を供給しています。また、農地を通じた美しい国土の保全に寄与しています。



組合員の万が一を助け合う

組合員の誰かが困ったときに、他の組合員全体で助ける仕組みが共済です。私たちの生活を脅かすさまざまな危険（災害・交通事故など）に対し、組合員同士で助け合う相互扶助を具現化した保障事業です。また、交通安全教室などの地域貢献活動にも積極的に取り組んでいます。



農業経営の安定・改善を図る

出資者である組合員が預貯金合って、集まったお金を必要な時に審査の下、組合員に融資するのが協同組織金融機関です。農業経営の安定や改善、暮らしの向上など、さまざまな問題解決・価値創造を手伝い、地域経済の発展に貢献します。



安心して暮らせる地域づくり

組合員はもちろん地域住民の健康を守るため、各地で健康診断を実施するなど、地域に密着した保健・医療・高齢者福祉サービスを提供。安心して暮らせる豊かな地域づくりに取り組んでいます。



男ディカレッジでそば打ち体験

JA兵庫南は「第5回ふぁ～みん男ディカレッジ」を開催しました。今回のカリキュラムは、印南野そば倶楽部から講師を迎え、そば打ちを体験しました。打ちたてのそばは、皆で試食。参加したカレッジ生の一人は、「そば打ちは初めて。水まわし、こね、のぼし、切りと一連の作業を教わるのができた。大変だったが、私が打ったそばを持ち帰り、家族がどんな顔をするか楽しみ」と満足そうに話していました。

1月9日



相互に研鑽!営農渉外研究発表大会

JA兵庫南は営農渉外担当者の能力向上を図り、相互に研鑽することを目的とした「令和6年度(第20回)JA兵庫南営農渉外研究発表大会」を開催。予選を経た6人の営農渉外担当者が、日頃の活動に沿った研究の成果を発表しました。最優秀賞は、稲美営農経済センター・笹倉あかねさんが受賞。いなみ野メロン部会への新規会員獲得に向けた推進など、稲美町の特産品として長く栽培・販売をしていく取り組みを発表しました。

1月17日



他の協同組合と連携し「エシカルクイズラリー」を実施

にじいろふぁ～みんで、「作り手の想い伝え隊」チームが「エシカルクイズラリー」を開きました。JA兵庫南や尼崎医療生活協同組合、生活協同組合コープこうべの職員らで構成されたチームは、兵庫県内の次世代を担う協同組合職員の育成や、交流を通じた協同組合間の連携を推進することを目的とする「2024年 虹の仲間づくりカレッジ」(主催=兵庫県協同組合連絡協議会)で結成されました。

協同組合が取り組むべき社会的問題解決として、人や社会、地域、環境などに優しいモノを購入する消費行動や生活スタイルを指す「エシカル消費」を理解してもらいイベントを企画。生産者のモノづくりにも着目し、イベント前には出荷の様子などを見学し、農産物の多様さ、新鮮さ、生産にあたっての思いを確認しました。フェアトレードや地産地消などの紹介もあり、楽しそうにクイズに答える買い物客らの姿が見られました。

1月11日



お金のことをまるっと相談!「JAトータルサポートセンター加古川」竣工

JA兵庫南子会社の㈱加古川産業会館が、「JAトータルサポートセンター加古川」の竣工式を執り行いました。鉄骨3階建て、延床面積692.62㎡で、住宅ローンなどの業務を行っていたローンプラザオフィス加古川を改築。融資や相続などの相談に対応し、テナントには税理士、司法書士、土地家屋調査士などの専門家を設置した複合施設です。JA兵庫南では「JAトータルサポートセンター明石」に続く2施設目となり、管内西部地域の資産相談拠点としたい考え。融資や相続などの相談窓口を土・日曜日も営業しており、セミナールームやキッズルームを設置し、あらゆる世代に寄り添ったよりきめ細やかなサービスを提供していきます。野村隆幸組合長は「組合員からの多様な課題を、解決できる拠り所としたい。頼りにされる施設を目指す」と話していました。

1月17日



育てたお米をおはぎに!小学生の稲作体験

JA兵庫南青壮年部が学童農園の一環として、母里小学校でおはぎ作りをしました。おはぎに使われたもち米は、児童らが田植えをし、収穫・脱穀をしたもの。作り方を聞いた児童らは早速、蒸されたもち米をすりこ木でつぶし、丁寧に丸めていきました。好みであんこやきな粉をまぶして、イチゴをトッピング。おいしそうなおはぎが出来上がりました。試食した児童らは、「おいしい」「家でも作りたい」などと、笑顔で話していました。

1月22日



レディースカレッジで味噌づくりに挑戦

JA兵庫南のレディースカレッジは、第5回目の味噌づくりを開催しました。管内産のダイズと米を原料とする米麴を使った味噌づくりは、毎年好評のカリキュラム。容器に詰めるコツや保管方法などの説明を受けたカレッジ生らは、合計約135kgの味噌を仕込みました。カレッジ生の一人は「JAの手作り味噌がおいしいと聞いていたので、すごく楽しみ。出来上がるのが待ち遠しく、早く味わってみたい」と話していました。

1月15日



土づくりを学ぶ環境授業

JA兵庫南は、加古川市立氷丘南小学校(以下氷丘南小学校)の3年生に出前授業を行いました。氷丘南小学校では環境授業の取り組みで、調べ学習や畑での栽培活動などを積極的に行っています。今年、ダイズの栽培が不作だったことから、土づくりについて学びました。ふれあい広報課の西垣公治副課長は、児童らとともに畑の土を確認。有機肥料や落ち葉を利用した腐葉土づくりなど資源循環の説明をしました。

1月30日



新たな視点を得る利用者懇談会

JA兵庫南は、「第6回利用者懇談会」を開催しました。各支店の准組合員を委員として組織し、施設や事業所を見学するなどして、毎回意見交換を行っています。今回は、にじいろふぁ～みんを見学し、安積浩司店長が、施設や事業内容、イベントについて説明をしました。委員の1人は「JAのさまざまな施設などを見学した。事業内容について知らないこともたくさんあり、もっと多くの人に良さをPRしたい」と話していました。

1月16日



JA兵庫南職員が農業作業支援!ボランティア休暇設定

昨今、高齢化などによる担い手不足が、地域農業の大きな課題となっています。また、JAは総合事業を展開しており、部門によっては農業現場を実感することが少なく、ほとんどの職員が農家以外の出身です。こうした現状から、JA兵庫南では農業の労働力不足解消と地域活性化の一助となるよう、職員の農作業従事による副業を奨励、新たにボランティア休暇を設定しました。地域農業支援活動へ職員が積極的に参加できるよう推進していく考えです。

この日は、職員を対象に「JA兵庫南地域農業支援活動説明会」を開催。説明会では、活動にあたっての登録方法や作業内容、地域の草刈り支援組織である(一社)ため池みらい研究所の取り組みを紹介。野村隆幸組合長は「役職員行為基準の一つ、『私たちは、農業及び地域社会の発展のために積極的に行動します』を、今こそ実践する時。農業に関心を持ち、積極的に支援活動をして欲しい」と呼び掛けました。

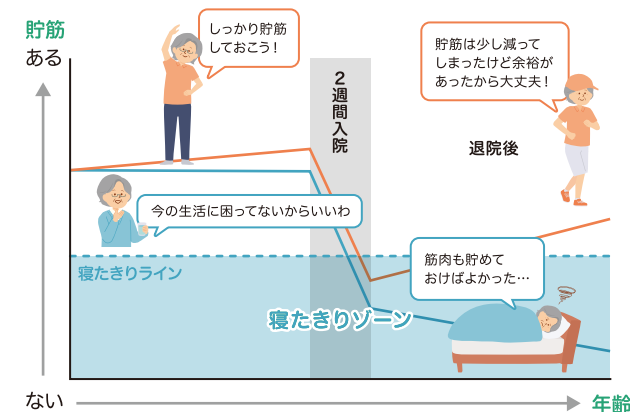
1月22日



備えあれば憂いなし！「筋肉貯金」を始めましょう

「前より疲れやすくなった」「最近、歩くのが遅くなった」……。それは、加齢と運動不足で筋肉が減っているせいかもしれません。よく体を動かしている人は、年をとっても身体能力を維持していますが、あまり体を動かさない生活を送っている人は、身体能力が低下していきます。万が一、病気になって入院しても、「筋肉貯金(貯筋)」にゆとりがある人は、退院後もスムーズに普通の生活に戻れます。日頃から筋力の維持に取り組む(貯筋する)ことが大切です。

貯筋のすすめ



歩く力・下半身の筋力が大切

立ったり、歩いたりといった体を支える日常動作の基盤となる動作は、主に下肢の筋肉によって行います。強い「足腰」は、活動的な日常生活を送る上で非常に重要となります。今回はそのトレーニング方法としてお勧めのものをいくつかご紹介します。筋肉は、しっかり使えば何歳からでも復活します。毎日10分、貯筋運動をしてみましょう。

貯筋トレーニング

椅子

- ①おしりを突き出すように、ゆっくり座ります
- ②椅子に触れたらゆっくり立ち上がります

つまさき

- ①椅子に深く座ります
- ②かかとを床につけたまま、つまさきを上下にうごかしましょう

アップ

- ①まっすぐな姿勢が崩れないよう片足で支えます
- ②片足の膝を持ち上げ下ろします

ポイント: ゆっくり上げて、ゆっくり下ろしましょう。

参考

公益財団法人 健康・体力づくり事業財団「貯筋運動による地域の介護予防事業に資する調査研究事業報告書」

厚生労働省 e-ヘルスネット 安全かつ効果的に「足腰」を鍛える方法

【JA兵庫厚生連】

栽培の
ゴッ

イチゴ

こまめな施肥と風通しを良く！

露地栽培は9月頃から、遅くとも11月上旬までに定植します。寒くなると、イチゴは休眠して根が伸びなくなります。それまでにしっかりと根を張らせることが大切。ハウス栽培であれば9月頃に定植し、12月頃から出荷できるように温度を調整して、休眠をさせません。イチゴは味に特化した改良がされているので、新品種だからといって病気に強いとは限りません。初心者でも育てやすい品種は、昔からある「宝交早生」かな。露地栽培ではアブラムシやナメクジなどの害虫も多く、防除は適切に。根が弱いので、薄めの肥料を与え、株元の葉っぱも風が良く通るように、こまめに取りましょう。

私の愛用品 パッケージシール

屋号シールは、知人のイラストレーターにデザインしてもらいました。かわいいでしょう？品種シールは自前です。イチゴパックの左上に屋号シール、その横に品種シールを貼って出荷しています。イチゴは品種で購入される方も多いので、分かりやすくしています。

DELICIOUS
LABORPLY
山口 堅司 さん

JA からのお知らせ

「かこがわ育農塾」
春夏作野菜入門コース募集

野菜づくりを学びたい方、農業に関心のある方、ぜひご応募ください。農業技術指導員による講座や、農地を使った栽培実習で、実践的なノウハウ習得を目指しましょう。

- 対象者** 加古川市内在住の満18歳以上の方、加古川市内に農地を所有の方
- 講習期間** 4月19日(土)～8月16日(土)(毎月2回、全10回予定)
- 募集定員** 20名(応募多数の場合、抽選)
- 募集開始** 3月18日(火)より
- 申込方法** 申込書にご記入のうえ、(株)ふぁーみんサポート東はりまへ郵送、FAXまたはご持参ください。

※申込書は加古川市内のJA兵庫南各支店・ふぁーみんSHOP、加古川市立の各公民館、(株)ふぁーみんサポート東はりまHPなどでご入手ください

※その他、受講料等が必要です



お問い合わせ

(株)ふぁーみんサポート東はりま
加古川市平荘町神木44

☎079-428-0450(平日午前9時～午後5時)FAX079-428-0443
https://f-support-hh.com

vol.11

知って役立つ
お金の話

分散投資と長期投資

投資は、預貯金と比べてリターンを期待できます。その一方で、「損をする可能性もあって、怖い」と思われている方も多いのではないのでしょうか？そこで、お金を育てていくための参考として、「投資対象」と「投資期間」についてお話します。

まず投資対象を、特定の資産1つだけにすると、投資成果はその資産の値動きのみに左右されます。値動きの変動幅は、異なる複数の資産を組み合わせることで抑えられることが、JA商品の実績からも確認できます。また、投資期間については、短期的な投資に比べ、長期的な投資の方が年間リターンの変動幅を抑えることができます。このように「分散×長期」の投資をすることで、リスクを抑えた運用が期待できると言えるでしょう。

JA兵庫南では、こうした投資信託や資産運用について、気になること・疑問など詳しく説明し、サポートしています。

相続・遺言・贈与などのお悩みをサポートします(休日:水曜・祝日)

資産相談プラザオフィス明石(トータルアドバイザー:西尾・松川)
明石市魚住町西岡500-2 ☎(078)948-3715

資産相談プラザオフィス加古川(トータルアドバイザー:高野・井ノ上)
加古川市加古川町北在家2695 ☎(079)451-1300

暮らしのアドバイス

LIFE

消費生活編

中古車の売却トラブルにご注意！

中古車の売却に関するトラブルが増加しています。

【事例】

数年前に新車で購入した車を売却するため、一括査定サイトに登録し、連絡があった3社に出張査定を依頼した。最初に来訪した業者に「他社の査定額を参考にしたい」と言うと、強引な態度で居座られたため、仕方なく契約した。しかし、その後来訪した業者の査定額の方が高く、翌日キャンセルを申し出ると、「規約に従い買い取り額の20%の解約料がかかる」と言われ、車を引き渡した。その後「オークションの検査で事故車であることが判明した。買い取り額を引き下げる」とさらに一方的な連絡があったが、事故を起こしたことはない。納得できない。

【解説】

半導体不足の影響で中古車の登録台数も減少傾向にあることから、業者は中古車の買い取りに力を入れています。一方、一般の消費者は中古車の売却額の相場や手続きに関す

る情報を十分に持っておらず、情報力・交渉力にたけた業者との間でトラブルが起きています。

業者が消費者の家を訪問して商品を購入する場合、原則クーリング・オフの適用がありますが、車は適用除外となっているため、慎重な判断が求められます。業者に契約をせかされたり、強引に迫られたりしても、「今日は査定を依頼しただけ」などときっぱり断りましょう。他の業者の査定が終了してから、買い取り額だけでなく、契約書の内容(特に契約の成立時期や解約規定など)を含めて比較検討して決めることが大切です。なお、契約後の修復歴などを理由とした減額に関しては、修復歴などの有無を適切に伝えていた場合、原則応じる必要はありません。トラブルに巻き込まれたら、消費生活センターに相談しましょう。

※事業者が、一般社団法人日本自動車購入協会(JPUC)の会員で、約款の監修を受けている場合には、最低でも車両引き渡しの翌日までは無条件で解約することが可能です。

(国民生活センター相談情報部 岡島睦美)



相談日のお知らせ

親身なアドバイザーがしっかりサポート！金融LINEはこちら▶



税務相談会

※要事前申し込み

魚住地区 4月16日(水)午前10時～午後4時 魚住支店 ☎(078)947-2323

二見地区 4月18日(金)午後1時～4時 二見支店 ☎(078)942-1924

播磨地区 4月15日(火)午前10時～正午 播磨支店 ☎(079)435-1591

稲美地区 4月1日(火)午後1時30分～4時30分 天満支店 ☎(079)492-0048

高砂地区 4月1日(火)午前9時～正午 高砂西支店 ☎(079)448-0001

年金相談会

(先着6名) ※要事前申し込み

4月12日(土) 午前9時～正午 魚住支店 ☎(078)947-2323

4月16日(水) 午後1時～4時 天満支店 ☎(079)492-0048

相続遺言個別相談会

(先着4名) ※要事前申し込み

4月8日(火) 午前10時～午後4時30分 加古川支店 ☎(079)422-3401

4月15日(火) 午前10時～午後4時30分 二見支店 ☎(078)942-1924

相続遺言セミナー

(先着10名) ※要事前申し込み

4月27日(日) 午前10時～11時30分 JAT-ータルサポートセンター 明石 ☎(078)948-3715

ローン相談会

4月12日(土) 午前9時～正午 神野支店、母里支店、加古支店、伊保支店

ローン・投信相談会

4月12日(土) 午前9時～正午 魚住支店、二見支店、播磨支店、かんき支店、加古川支店、加古川北支店、しかた支店、天満支店、荒井支店、高砂西支店、米田支店

介護相談

ケアマネージャーによる介護のご相談は随時行っております。
平日 午前9時～午後5時 ふぁ～みん介護センター ☎(079)447-0660

不動産相談

※要事前申し込み

専門スタッフによる不動産に関する無料個別相談を行っております。
平日 午前9時～午後5時 株加古川産業会館JA不動産情報センター加古川店 ☎(079)424-1387

終活相談会

※要事前申し込み

専門スタッフによる終活に関する無料個別相談を行っております。
4月15日(火) 午前10時～午後3時 株加古川産業会館JAやすらぎ会館加古川 ☎(079)424-0038

ふぁ～みんデータ

令和7年1月末現在の協同の成果です

組合員数 65,923人 貸出金残高 1,842億 4,002万円

うち正組合員 13,949人 長期共済保有高 7,640億 3,517万円

うち准組合員 51,974人 購買品供給高 14億 8,502万円

貯金残高 6,829億 6,120万円 販売品販売高 22億 6,412万円

理事会審議・報告事項

令和7年1月30日開催

●令和7年4月からの賃金改定及び給与規程の改正について(案)

●令和5年産米最終精算について(案)

●米田支店建設にかかる設計業者の選定について

●定期貯金キャンペーンについて

●令和6年度担い手農家訪問の取りまとめについて

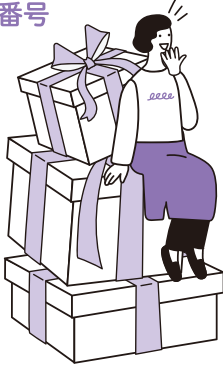
他20件

25周年記念 懸賞金付き定期貯金 当選番号の発表

下記の抽選番号の方が当選されました。おめでとうございます！
令和7年3月31日までに、定期貯金のご契約支店で当選金の受け取り
をお願いいたします。

【当選番号】下3ケタが下記の番号

020	109
145	317
333	469
627	812



お受け取り手続きに必要なもの

- ①当選した「定期証書」または「抽選番号のお知らせ」
- ②定期貯金のお届け印
- ③当JAのご本人さま名義の通帳
※当選者ご本人さまがお手続きくださいますよう、
お願い申し上げます。



JA兵庫南 2026年度 新卒職員募集

JAは私たちの生活に欠かせない食と農を中心とし、地域に根ざした
活動をする組織です。私たちと一緒に働きませんか！

募集人数	大(短)卒15名程度 ※2023年～2026年春卒業(見込み)の方
採用日	2026年4月1日
募集職種	総合職
応募方法	JA兵庫南ホームページの職員採用情報から「マイナビ 2026」「はりまち2026」を通じてエントリーのうえ、「マ イナビ My Career Box」にてエントリーシートをご提出く ださい。(4月28日迄)



お問い合わせ・お申し込み

〒675-0066 加古川市加古川町寺家町621
兵庫南農業協同組合
人事部人事課(担当:中村)
☎(079)424-8041(平日午前9時～午後5時)



奈良 平城宮跡歴史公園・春日大社と 豚鍋季節の奈良御膳の昼食日帰り旅行！

出発日	2025年7月11日(金)	旅行代金	お一人様 13,800円(税込)
募集人員	22名(最少催行人員15名)	添乗員	同行いたします。

お申し込みは3月21日(金)午前9時～受付開始です。定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。

ツアー内容	8:30 JR加古川駅北側	9:00 JA稲美経済センター	大久保IC	高速道路	—
	— 宝来IC —	11:20 平城宮跡歴史公園(見学)	12:20 なら和み館(昼食)	13:20 春日大社(参拝)	13:40 14:20
	14:40 柿の葉寿司ヤマト宝来店(買物)	15:10 宝来IC	高速道路	大久保IC	—
	17:30 JA稲美経済センター	18:00 JR加古川駅北側	— バス		

お問い合わせ：JA兵庫南旅行センター
☎(079)424-1510 Eメールアドレス／mailto:travel@ja-hyogominami.com
受付時間／月～金 午前9時～午後5時 土・日・祝日休み



料理教室に参加しませんか

にじいろふぁ～みんのキッチンスタジオで旬の農産物を使った料理教室を開催します。
ぜひお申し込みください。

※諸事情により中止する場合があります。

下記以外の教室を開催する場合も
あります。ホームページ、チラシをご
確認ください。LINEでも配信中。

〈場所〉にじいろふぁ～みんキッチンスタジオ(加古郡稲美町六分—1179-224) ●〈当日の持ち物〉●エプロン ●三角巾 ●スリッパ ●筆記用具 ●水分補給の飲み物

春のお祝いの食卓	体と心をととのえる『ご自愛レシビ』 ～発酵食品と健康サラダ～	旨味成分塩麴の10倍！『しょう油麴作り』 「醤油麴×A・醤油麴×B」で簡単メニュー
講師 クッキングアドバイザー 川越 淳子	講師 まみーくっくRIKA 料理研究家 明石 理香	講師 KOKAGE工房 予防栄養学アドバイザー 発酵料理研究家 宝示 悦子
日時 4月4日(金) 午前10時～午後1時30分	日時 4月8日(火) 午前10時～午後1時	日時 4月21日(月)午前10時～午後1時30分
定員 16名	定員 16名	定員 16名
参加費 3,600円(税込)	参加費 3,300円(税込)	参加費 3,800円(税込)
万博へようこそ～世界の料理～	子供クッキング教室 こいのぼりのハンバーグステーキ・ フライドポテト・柏餅	子供クッキング教室 おいしい料理を作って！食べて！海外旅行気分 ～もちもち♪ボンデケイジョ・旬の野菜をプラス 野菜と豆いろいろを食べるスープ～
講師 翻訳家・世界の料理研究家 田中 智美	講師 一般社団法人キッチン＊コミュニケーション協会会員 笠原 麻希	講師 料理家・栄養士・食育インストラクター 富川 美紀
日時 4月23日(水) 午前10時～午後1時30分	日時 4月12日(土)・4月13日(日) 午前10時～午後12時30分	日時 4月27日(日)午前10時～正午
定員 16名	定員 各12名(対象:小学1年生～中学3年生)	定員 12名(対象:小学1年生～6年生)
参加費 3,500円(税込)	参加費 2,000円(税込)	参加費 2,300円(税込)

4月の料理教室のお問い合わせ・お申し込みは3月10日(月)からです。
お問い合わせ・お申し込み JA兵庫南 にじいろふぁ～みん事務所 担当:平島
☎(079)495-7716 FAX(079)495-7733
※お電話での問い合わせ・お申し込みは平日(午前9時～午後5時)のみの対応となります。
※当日、参加者の定員(最少5名)が満たない場合は中止にします。

※料理教室の詳細は、にじいろふぁ～みん・各ふぁ～みんSHOPに備え付けのチラシをご覧ください。
また、JA兵庫南ホームページでもご案内しています。
JA兵庫南ホームページへは、https://www.ja-hyogominami.com/eino/nijiro_farming.
htmlまたは、右のコードからアクセスできます。
※FAXでのお申し込みの場合、折り返し確認のご連絡をさせていただきます。



♋ 蠍座 [10.24～11.22生まれ]
好調運。長年の苦勞が報われる出来事の
予感です。新しいことを始めるのも吉。お
花見に出かけましょう

♎ 天秤座 [9.23～10.23生まれ]
やる事が多く忙しくなりがち。スケジュー
ルの組み方で効率化を図れます。冷静に状
況を整理しましょう

♏ 乙女座 [8.23～9.22生まれ]
予想外の展開がありそう。かなりの追い風
です。反発するより流れに乗るのが正解。
臨機応変にチャンスを生かして

♌ 獅子座 [7.23～8.22生まれ]
面倒な相手ほど丁寧に接しましょう。経験
談には今のあなたに役立つ話が入ってい
るはず。旅行の計画にツキ

♋ 蟹座 [6.22～7.22生まれ]
周囲からの支援が心強いとき。口うるさい
と感じる助言にも聞いておくだけのメリッ
トがあります。仕事優先で

♊ 双子座 [5.21～6.21生まれ]
手詰まりを感じていたことに活路を見い
だせます。小まめに情報収集を。友人の
意見を参考にするのもお勧めです

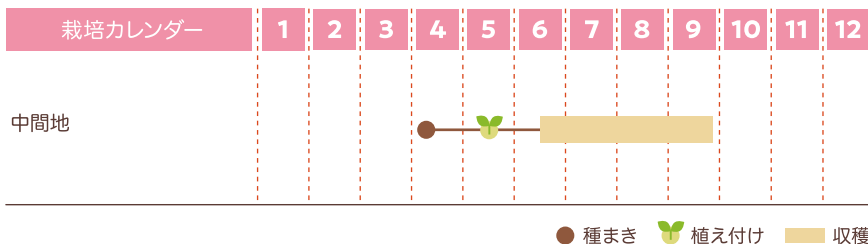
♉ 牡牛座 [4.20～5.20生まれ]
少しお人よしが過ぎてしまうようです。
できないことまで引き受けないように。
用事を整理し、予定を立てて

♈ 牡羊座 [3.21～4.19生まれ]
上昇運。迷っていたことに方向性を見い
だせそう。やりたいことをリストアップす
ると吉。外出を増やして



さまざまな用途を楽しむ

シソ



JA兵庫南では農産物直売所への出荷者を募集しています。また、家庭菜園など、園芸について分からないこと・困ったことの相談も承ります。お問い合わせは各営農経済センターへお寄せください。

- 明石播磨営農経済センター ☎(078)948-5380
- 加古川営農経済センター ☎(079)438-3930
- 稲美営農経済センター ☎(079)496-5135
- 高砂営農経済センター ☎(079)447-0881

※営業は月曜～金曜(午前9時～午後5時)、土曜・日曜・祝日は休み

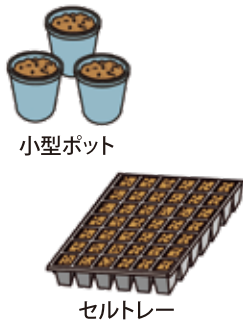
栽培特性

- 発芽適温は20～25度、生育適温は20～23度で、高温に強い野菜です。
- 短日性で花を付け、9月頃から穂が出ます。
- シソは生育に応じて収穫方法が変わり、子葉、若葉、花穂、未熟果は、それぞれ芽シソ、大葉、穂シソ、実シソと呼んでいます。これを、シソの七変化といいます。

栽培方法

① 苗作り

直径7.5～9cmの小型ポリポットに4、5粒の種をまきます。セルトレーでは72穴のトレーを使い、2、3粒まきます。発芽後2回に分けて間引き、1回目は本葉が開く頃に、成長の遅れた株、密になっている所の株を抜き取ります。2回目は本葉3枚の頃に1本にします。



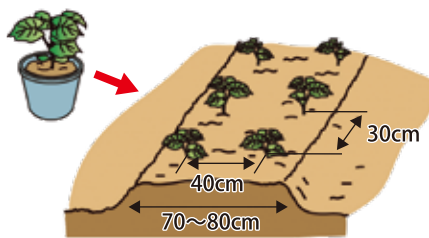
② 畑の準備

幅70～80cm幅のベッド(栽培床)で栽培する場合には、事前に1㎡当たり苦土石灰150gを全体に散布して耕しておきます。その後、堆肥2kgと化成肥料200gを施します。



③ 植え付け・追肥

本葉5、6枚になったら、条間40cm、株間30cmに植え付けます。その後2週間おきに1㎡当たり30g程度の化成肥料を条間にまき、根元に軽く土寄せします。



④ 病虫害の防除

病気はほとんどありませんが、害虫ではハダニ、ハスモンヨトウなどがあり、アフーム乳剤などの登録農薬で防除します。

⑤ 収穫

葉が10枚以上になってから、下の方の葉の付け根からもぎ取るように摘み取ります。収穫するとしおれが早いので、水に挿しておきましょう。穂シソの収穫期は先端の花穂が5、6輪開花している頃に穂先から15～20cmで切り取ります。赤シソは紫、青シソには白い花が付きます。



芽シソの育て方～つまや汁の薬に～

- ① 5～6mm間隔に種をばらまき(覆土はごく薄く)、新聞紙で覆う
- ② 発芽そろいしたら新聞紙を取り、日に当てる
- ③ 液肥を1回与える。はさみで収穫する
収穫時期
▶ 青芽…本葉が出ないうちに
▶ 赤芽(むらめ)…本葉が2枚出た頃に

1月号の答え

ゲ	イ	シ	ユ	ン		
ハ	ツ	ユ	メ		カ	キ
ガ	イ	キ		マ	ツ	ゲ
キ	ー		ブ	ジ		キ
	ド	ク	シ	ヨ	カ	
コ		カ	ユ		マ	フ
イ	ラ	ン		セ	ホ	ネ
モ	チ		レ	ン	コ	ン

応募総数300人 正解者数297人

正解者の中から10名の方に抽選で特産品等をプレゼントします。当選は商品の発送をもって発表に代えさせていただきます。

編集後記

兵庫県新品種米の名称が「コ・ノ・ホシ」に決まりました！倒れにくく育てやすい「キヌヒカリ」の特徴はそのまま、高温に強く、葉もち耐性や食味を強化したとのこと。ふあ～みんSHOPで買えるのは、令和8年からになりそうです。ちなみに品種登録上は「・」が使えないため、「コノホシ」となります。

の4文字を並べてできる言葉は何でしょうか？
ヒント：春を告げる鳥とされています

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

応募要項

①クイズの答え②氏名・年齢③住所(郵便番号含む)・電話番号④広報誌「ふあ～みん」誌面へのご感想を明記して、下記の宛先までおはがきでお送りいただくか、下記のメールアドレスまでメール送信ください。

締め切り日／(はがきの場合)3月末日必着
(メールの場合)3月末日受信のもの

【宛先】〒675-0066 加古川市加古川町寺家町621番地
JA兵庫南 ふあ～みんクロスワードパズル係

【メールアドレス】fureai@ja-hyogominami.com
(送信時、件名に「JA兵庫南ふあ～みんクロスワードパズル係」と記入ください)

夕デのカギ

- ① ——造って魂入れず
- ③ ニワトリの頭についています
- ⑥ エックスの次です
- ⑦ 赤の広場やクレムリンがあります
- ⑧ 卒業証書の——は筒よりファイルが主流になりました
- ⑩ 脚本に書かれているセリフ以外の文章
- ⑭ 地球を暖める天体
- ⑯ ひな祭りのお吸い物につきものの貝
- ⑱ ひな祭りに飾る花
- ⑲ 春の景色がぼんやりとして見える原因
- ⑳ 細川たかしのヒット曲「——の渡し」

ヨヨのカギ

- ① 3月14日は——デー。バレンタインデーのお返しを渡すのによい日です
- ② お手洗いともいいます
- ③ バレーボールのセッターが上げるもの
- ④ 梅は咲いたか、——はまだかいな
- ⑤ 日本一長いものは367kmあります
- ⑦ イソップ—— 源氏——
- ⑨ 失敗は成功の——
- ⑪ 水戸、尾張に並ぶ徳川御三家
- ⑫ 羽ばたいて飛べるほ乳類
- ⑬ 漢字では「梭子魚」などと書く魚
- ⑮ 草餅によく使われる植物
- ⑯ お彼岸に参る人も多いところ
- ⑰ 弾力がある、噛んで食べる菓子

みなみかせ

みなさまからのお便りをご紹介します

●「ふあ～みん」を毎月楽しみにしています。キャベツ作りは苦手な方ですが、「植物ってかしこいなぁ」の橋正剛さんの記事を読みながらと関心。またキャベツ作りに挑戦してみたく考えました。
(加古川市 浦山さん)

●私はベジタブルライフが好きです。今回は特に大根は余らせてしまつたことが多かったので、保存法(冷凍できる)がためになりました。大根おろしが冷凍できるのは、目から鱗でした。ありがたございました。世界情勢も不安なことが多く、日本の食料自給率をいつも心配しています。我が家も細々と家庭菜園を主人が続けてくれています。いつまで続けられるかですが、応援しています。主人は巻頭の農家さんのページを読んでいます。頑張つたらいい姿に、自分もやろうという気持ちになっています。この頃は若い方もいらつやるので、希望があります。ちなみに我が家のキャベツは巻かず、堅いままで泣きそうですが…(笑)。今後とも楽しい誌面をお願いします。
(播磨町 藤原さん)

●JA 今年は残暑が厳しく、秋冬野菜の定植が遅れる。定植しても雨が降らず枯れるなど、管内だけでなく各産地ともかなりの影響がありました。
●これからの農業のカチの記事を読んで、今後日本の農業が持続できるのか、今が分岐点だと思いました。農家だけでは解決できない状態になっており、すべての人が自分事として考えることが大切だと思えます。
(明石市 橋さん)

●JA 楽観できる未来ではないと、一番感じているのは農家さんかも知れません。

お知らせ

にじいろ農園(直売課)の電話番号が変わりました。ご連絡の際は左記からお願い致します。
☎(079)496-5158

同時に「出来ることをやる」という気概も伝わってきます。生産者、JA、消費者など、それぞれが考え行動することで、明るい未来に変えていかなければ…。

●シシトウ、鷹の爪の種を採取して育てて…。種の保存を父から教えてもらい続けています。野菜だけでなく花もですが、自分たちで採取した種から育てると喜びが増しますね！
(明石市 河合さん)

●JA 自家採種、面白いですよ！ある農家さんは、次世代の形質に統一性のないF1品種(雑種第一世代)のカボチャから採種し、栽培されていました。いろんな形や味になるのが楽しいですよ。

●今年から知合いの畑を借りて、家庭菜園を始めました。年末にお友達から親切に畑を耕してくださり、感謝しています。ふあ～みん誌の作ってみよう今月の作物などに栽培方法を載せていただいているのでありがたいです。今から楽しみにしています。
(加古川市 岡本さん)

●JA 農家さんは、「子どもが好きなから」「自分が食べたいから」などで、品目や品種を決められることも多いですよ。

●姫路から高砂へ引っ越してきて、JA兵庫南からJA兵庫南になつて、「ふあ～みん」が届くようになって、楽しみの一つになっています。
(高砂市 足立さん)

●JA あら、嬉しい！JA兵庫西さんの「にじいろ」は、読みやすい工夫がたっさんされていますよ。「ふあ～みん」も、よろしく願っています。

肥料・農薬 紹介コーナー

詳しくは各営農経済センターにお問い合わせください。



園芸有機入り化成A801

速攻性のアンモニア性窒素と遅効性の有機態窒素をバランスよく配合しています。生育初期から後期まで高い肥効を発揮します。



アフーム乳剤

シソのヨトウムシ、ハダニ類対策に。優れた速効性があり、害虫の発生に応じた使用が可能です。※使用前にラベルをよく読みいただき、記載以外には使用しないでください。

♈ 魚座 [2.19～3.20生まれ]

勢いがあります。ダメ元でやってみたこともなんとかなりそう。率先して動きましょ。行動的なほど開運

♊ 水瓶座 [1.20～2.18生まれ]

争いは避け調整を心がけて。平和的な手段を取ることであなたの株が上がります。近距離旅行にツキあり

♈ 山羊座 [12.22～1.19生まれ]

スリリングな運気です。危ない場所には近寄らないで。周回とコミュニケーションをよく取って誤解のないように

♏ 射手座 [11.23～12.21生まれ]

理不尽な状況に心を痛めることがあるかもしれません。運勢は下旬から上昇。様子を見て待つのも1つの手