



特集

JA県下統一誌面
農業女子たちに“ゆる～い”
質問してみました！

J Aいわて中央

新春のごあいさつ

令和八年の輝かしい新春を迎え、謹んでお祝いを申し上げます。

明けましておめでとうございます。昨年中は組合員の皆様をはじめ、地域の皆様そして関係機関・団体の皆様から当JA並びに(株)JAシンセラに対し、多大なご支援・ご協力を賜り、衷心より深く感謝申し上げます。

今年の干支は内午ひのえうであります。「午」は太陽が最も高く昇る時刻を表す文字であり、活力・情熱・行動力の象徴とされております。昨年の秋には日本で初めて女性の総理大臣が誕生しました。今年は、社会のあらゆる分野で女性のリーダーシップが注目される年になることでしょう。さて、昨年を顧みますと、大船渡市で発生した平成以降で国内最大規模の山林火災をはじめ、全国各地で発生した豪雨災害や夏の猛暑、農業用水不足など、自然災害や気候変動の影響が大きい年がありました。国外では、ロシア・ウクライナ戦争をはじめとする国際紛争の長期化に伴い、国際情勢は不安定さを増しています。物資の流通にも影響が及び、農業分野において

は、飼料・肥料・農薬・燃油などの生産資材価格の高止まりが続き、経営環境の悪化を招いています。

一方で、一昨年の夏から続いている「令和の米騒動」の原因は、農林水産省の統計の誤りによるコメ不足であったことが明らかになり、結果として令和7年産米価の概算金は令和6年産米と比較して、うるち米で30kgあたり5700円→6200円と大幅に引き上げられました。我々生産者としては、やっと生産コスト上昇分を補える状況になり、一息つくことができたとは、大臣が変わるたびに方針が変わり、今後を感じております。しかしながら、政府においては、大臣が変わるたびに方針が変わったとしている状況であります。また、最近では、備蓄米の放出の影響と7年産米の供給量増加による米余りの現状が報じられています。依然としてコメの価格高騰の報道ばかりが続き、生産現場の実態が消費者に理解されているとはい

がたい状況にあると感じています。引き続き、JAグループの総力を挙げ、国民理解の醸成と生産環境の安定化に向けて農政運動を展開してまいります。

今年は、当JAの課題の一つである、共同利用施設の老朽化対策として、盛岡ライスセンターの建設に取り組んでまいります。また、深刻化する担い手不足に対応するため、行政との連携を強化し、営農経営支援や労働力確保に向けた対策を進めてまいります。

依然として、農業・JAを取り巻く環境は厳しい中ではありますが、協同組合の理念のもと、農地を守る組合員を支える活動を継続し、日本の食と農を守り続ける産地づくりに向け、役職員一丸となつて総合力を發揮してまいる所存であります。

結びに、令和7年の組合員や組合員組織の素晴らしい活躍についてご紹介いたします。

○第69回岩手県畜産共進会「肉牛の部」で株畠山畜産（紫波町）が最高位の名誉賞を受賞しました。

岩手中央農業協同組合

令和八年 元旦

代表理事組合長 佐々木 雅博
岩手中央農業協同組合
山畜産（紫波町）が最高位の名誉賞を受賞しました。

外 役職員一同



本年も
よろしくお願ひします

代表理事組合長
佐々木 雅博

常務理事
菅原 弘範

代表理事専務
佐々木 正春

常勤監事
阿部 康博

外 役職員一同
小岩 裕基

○JA岩手県女性組織協議会主催「令和7年度JA女性組織活動体験発表会」で戸塚美世子さん（紫波地域女性部日詰支部）が優秀賞を受賞しました。

○JA岩手県中央会主催「令和7年度岩手県家の光大会」で、記事活用グループ・南煙山なかよしごループ（矢巾町）が家の光記事活用優良グループを受賞しました。

○JA岩手県中央会主催「令和7年度岩手県家の光大会」で、当JAが「家の光」普及・文化活動優良組合表彰、JA青年部とJA女性部が「家の光三誌」普及・文化活動優良団体表彰を受けました。

年齢 ▶ 43歳 生産品目 ▶ 黒毛和牛繁殖、水稻
居住地 ▶ 雪石町 就農年数 ▶ 15年

JJA新潟

大崎さわみさこ
滝澤 美紗子さん

Q1 気付いていることや
こだわっていることはありますか？

良い子牛を産んでもらうためにも、
健康で丈夫な親牛づくりを心がけています。

Q2 おすすめの食べ方はなんですか？

「すき焼き」です。
お祝いなど特別なときは、ぜひ黒毛和牛を！

Q3 仕事終わりや休日、
どんな方法でリフレッシュしていますか？

ライブやフェスに行くことです！
今年も予定があるので楽しみですね。

Q4 お気に入りの作業着やアイテムはありますか？

バンドやフェスのTシャツです。お気に入り
のTシャツを着て作業しています。



JJAいわて花巻 藤田 知恵子さん

年齢 ▶ 47歳 生産品目 ▶ 和牛(黒毛和種、交雑種)
居住地 ▶ 遠野市 就農年数 ▶ 11年

Q1 仕事終わりや休日、
どんな方法でリフレッシュをしていますか？

休日はカフェ巡りを楽しんでいます。インスタグラムでお店を見つけて、おいしいパンケーキやパスタを食べるのが最高のリフレッシュです！

Q2 この仕事をしていて、うれしかったことはなんですか？

お産から1人で世話をしているので、無事に子牛が生まれたとき、丹精込めて育てた牛が市場で売れたときはとてもうれしいです。

Q3 「初めて出荷(上場)したときの気持ち」覚えていますか？

初めて牛が売れたときは、空に舞い上がるような気持ちでした。自分へのご褒美にケーキ屋さんで端から端まで大人買いしたことを覚えています。

Q4 10年後の理想像を教えてください。

さらに飼育頭数を増やして規模を広げ、家畜車を新しくできればいいな～と考えています。



特集

JJA県下統一誌面

いわて・いわて中央
いわて花巻・岩手ふるさと
江刺・おおふなと
いわて平泉

農業女子たちに

“ゆる～い”

質問してみました！

田んぼやハウス、果樹園、牛舎—— 多彩な現場で活躍する農業女子の皆さん。

今回は、そんな彼女たちに「ゆる～い」4つの質問をしてみました。

ちょっとした楽しみや思わず笑顔になるエピソードも。

普段はなかなか見えない、彼女たちの素顔やこだわり、
そして農業の現場ならではのエピソードをお届けします！

JJAいわて中央

かわむらあきこ
川村 亜希子さん

年齢 ▶ 49歳 生産品目 ▶ 水稻、キュウリ
居住地 ▶ 矢巾町 就農年数 ▶ 6年

Q1 仕事終わりや休日、どんな方法で
リフレッシュしていますか？

配達の合間にお気に入りのカフェで
コーヒーをテイクアウトして、一人で
ゆっくりひと息つく時間が樂しみです。

Q2 この仕事をしていて、
うれしかったことはなんですか？

前職の経験をいかし、わが家で育てた
「コシヒカリ」の米粉で作った焼き菓子を、
イベントなどで販売しています。人とのつながりが広がり、喜んでもらえる
ことがうれしいです。

Q3 自分だけの「ルール」や「こわがり」は
ありますか？

私が作る焼き菓子には白砂糖や添加物
を使わず、できるだけ自家栽培の農産物
を使うことにこだわっています。

Q4 2026年の目標をどうぞ！

農業の様子や日常の出来事をインスタグラムで発信中！フォロワー1万人を目標に、楽しく投稿を続けていきたいです。



JALいわて平泉 おいかわ かよ
及川 華代さん



年齢 ▶ 39歳 生産品目 ▶ ピーマン
居住地 ▶ 一関市 就農年数 ▶ 7年

- Q1** 今、あなたのおすすめは誰ですか？
俳優の里見浩太郎です。時代劇に出てる姿を見てかっこいいと思い、注目するようになりました。
- Q2**得意料理、よく作る料理はなんですか？
「麻婆豆腐」と「シチュー」です。市販のもとを使わずに作っています。
- Q3**この仕事をしていて、うれしかったことはなんですか？
自分が作ったピーマンを「おいしい」と言ってもらえたことです。
- Q4**2026年の目標をどうぞ！
ピーマンの生産にあたって自家育苗をしていますが、今までより品質の高い苗を育てられるようになりたいです。

JAL岩手ふるさと おやま さおり
小山 沙織さん



年齢 ▶ 41歳 生産品目 ▶ ピーマン・小松菜
居住地 ▶ 奥州市胆沢 就農年数 ▶ 3年

- Q1** この仕事をしていて、うれしかったことはなんですか？
自分が育てたピーマンや小松菜を食べた方から「おいしかった」と言ってもらえたとき、苦労が報われたと感じました。
- Q2**自分だけの「ルール」や「こだわり」はありますか？
できるだけ化学肥料を使わず、環境にも人にも優しい減農薬栽培を心がけています。安心して食べてもらうことが一番です。
- Q3**自分が「成長した」と感じるときはどんなときですか？
1年を通して一連の作業を自分でこなせるようになったときや、トラクターなどの機械を扱えるようになったときに成長を感じます。
- Q4**10年後の理想像を教えてください。
体を大切にしながら10年後も農業を続け、女性農家同士のつながりを広げたいです。冬場には小さなお店も開いてみたいです。

年齢 ▶ 41歳 生産品目 ▶ 生花
居住地 ▶ 大船渡市 就農年数 ▶ 21年

JALおおふなと ひろさわ えみ
廣澤 恵美さん



- Q1** 今、あなたのおすすめは誰ですか？
家で飼っている3匹のネコです。作業を終えて帰ると、よく癒されています。
- Q2**お気に入りの作業着やアイテムはありますか？
母が作った帽子を作業中に被っています。私も手芸に挑戦してみたいと思ってはいるんですが、なかなか時間が取れなくて…
- Q3**自分だけの「ルール」や「こだわり」はありますか？
時間の制約がある中で、「品質を維持すること」にこだわっています。
- Q4**2026年の目標をどうぞ！
自分の健康に気を使いながら、日々の仕事を頑張りたいです。

年齢 ▶ 37歳 生産品目 ▶ リンゴ
居住地 ▶ 奥州市江刺 就農年数 ▶ 7年

JAL江刺 わがわ まりこ
和川 茉理子さん



- Q1** 「初めて収穫したときの気持ち」、覚えてていますか？
同じ樹のリンゴでも収穫適期が違って、タイミングを見極めるのが難しかったです。収穫作業が一番楽しいと思っていたので衝撃を受けました。
- Q2**この仕事をしていて、うれしかったことは何ですか？
リンゴがきっかけで人との交流が増えました。毎年買いに来てくれる人や働きに来てくれる人などつながりが広がってうれしいです。
- Q3**自分だけの「ルール」や「こだわり」はありますか？
頼まれ事は断らないことです。何事も経験になるので、気軽に声を掛けてもらえるような人になりたいと思っています。
- Q4**10年後の理想像を教えてください。
今よりも栽培技術を身につけて、加工品の販売やイベントに参加したいです。



来店者にリンゴをPRする佐々木組合長（左）ら



管内産のリンゴが大好評！ 沖縄県でトップセールス

J Aは12月13日・14日の2日間、沖縄県北中城村のイオンモール沖縄ライカムで、トップセールスを行いました。店頭では、サンふじや純情はるかを中心とした旬のリンゴや、ラ・フランスなどを販売し、佐々木雅博組合長や菅原弘範常務、いわて純情むすめ、J A担当者らが来店者にリンゴの試食を振る舞いながらPRしました。

佐々木組合長は「来店者から岩手のリンゴが高く評価され、手ごたえを感じた。今後も生産者の声や産地の情報なども届けていきたい」と話しました。

・NEWS FILE・



YouTube



新年の幸せを願って ミニ門松づくり講習会

J A都南地域農家組合生活部は12月中旬、全6会場でミニ門松づくり講習会を開き、総勢約70人が参加しました。同講習会は、同部が30年以上行っている伝統行事です。

12月23日、下湯沢公民館で行われた講習会には部員ら7人が参加。粉ミルクの空き缶にわらを編んだこもを巻き、縄を使って飾り結びをした後、松や梅、南天などをバランスよく飾りつけ、思い思いに華やかな門松を完成させました。参加者は「毎年、玄関に飾るとみんなに褒められる。今回も良い作品ができた」と笑顔を見せました。



門松に飾りつけをする参加者

常勤役員と活発に意見交換 JA女性部

J A女性部は12月11日、J A常勤役員との懇談会を紫波支所で開きました。女性部役員とJ A役職員ら28人が出席し、調理器具の更新やグリーンセンターの利用、共同購入に関する質問や意見、要望が出され、J A役員は現状報告と今後の対応について説明しました。

開会にあたり、鎌田都美子部長は「日頃の気づきを声に出し、行動に移すことで、活動に進歩が得られる。J A事業の発展のためにも、皆さんの意見をぜひお聞かせいただきたい」とあいさつしました。



活発な意見交換を呼びかける鎌田部長

担い手確保や営農課題を協議 JA青年部

J A青年部は12月17日、矢巾町内でJ A常勤役員との懇談会を開きました。青年部役員とJ A役職員ら17人が出席し、地域ごとに寄せられた質問や要望などについて意見を交わしました。

開会にあたり、山口勝也委員長は「盟友数の減少により青年部組織の存続も課題となっている。活発な議論を交わし、有意義な会にしたい」とあいさつ。懇談会では、集落営農組織などの担い手対策や水稻栽培への高温障害軽減資材の推進活用などについて意見・要望が出されました。



活動内容や農畜産物の販売実績の報告も行われました



菊池さん(左奥)に教わりながら調理をする参加者ら



お父さんの本格料理でクリスマス イケパパセミナー

J Aは12月13日、イケパパセミナー「Christmas Party」を紫波支所調理室で開き、小学生以下の子どもを持つ家族5組21人が参加しました。

盛岡市内でフレンチレストラン「ビール&フレンチ モンマルトル」を経営する菊池真也さんを講師に迎え、お父さんたちは「チーズ入りもちもち牛のハンバーグ」と「クレープロールケーキ」を調理し、家族に振る舞いました。参加者は「子どもと一緒に参加できて楽しかった」「他の企画にも参加してみたい」と感想を寄せました。



部会員や市場関係者、J A役職員ら約130人が出席しました



野菜販売高2%増（10月末時点） 野菜合同生産者交流会

J Aは12月11日、令和7年度野菜合同生産者交流会を盛岡市内で開きました。第一部では、野菜生産部会を構成する7つの専門委員会ごとに分科会が行われ、第二部の全体会議では、今年度の取り組みの振り返りと来年度に向けた事業方針を確認しました。

吉田公純野菜生産部会長は「天候の影響で出荷量は減少したが、単価高で推移し、販売額は昨年や一昨年を上回る実績となった。交流会を通じ、仲間と共に力をねぎらい、明日からの力を養ってほしい」と呼びかけました。

「よりよい営農活動」スタート！

JAグループは、農業生産の各工程を継続的に管理・改善する「よりよい営農活動」を展開しています。国が令和12年（2030年）までに、ほぼ全ての产地で国際水準GAPの5分野（食品安全・環境保全・労働安全・人権保護・農場経営管理）の実施を目指す方針に基づくもので、「GAP認証取得」という従来のイメージ

に捉われず、GAPの手法を活用した営農の実践を「よりよい営農活動」と位置づけています。これを受けて、今年度、当JAの水稻生産部会とともにJAの水稻生産部会では、部員2200名を対象に「よりよい営農活動チェックシート」を配布・回収し、国際水準GAPの5分野の中から食品安全や環境保全、農作業安全を実現するための取り組みについて評価を行っています。

JAは、今後も「よりよい営農活動」を推進し、販売先である日本生活協同組合連合会により、生産者代表1名に対する「農場評価」や、JA施設での「施設評価」が行われ、持続可能な農業経営がどの程度実践されているかについて評価が行われました。また、今年度の「よりよい営農活動チェックシート」の集計結果

全の取り組みについて自己点検を行いました。また、11月には「よりよい営農活動の一環として、JAの担当者の立ち会いのもと、栽培管理に加え、衛生管理や労働安全、環境保全などの実践状況を点検しました。

JAでは、今後も「よりよい営農活動」を推進し、生産体制の強化と販売力の向上に向けて取り組んでまいります。

の確認も行われ、今後の取り組みに向けた課題を整理しました。

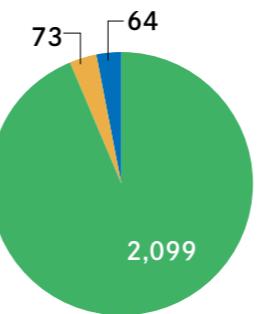


JAの水稻生産部会とともにJAの水稻生産部会では、部員2200名を対象に「よりよい営農活動チェックシート」を配布・回収し、国際水準GAPの5分野の中から食品安全や環境保全、農作業安全を実現するための取り組みについて評価を行っています。

令和7年度 「よりよい営農活動」 チェックシート

農業生産の工程について、10項目のチェック項目に基づき回答・集計した結果の一部を抜粋してご紹介します。

栽培管理記録簿を提出していますか



- 提出している
- 栽培管理記録簿に記録しているが、JAに提出していない
- 自家消費等のため、栽培管理記録簿を記録していない



令和7年産 米検査買入状況並びに等級比率 (12月22日現在)

地域	うるち					
	1等	2等	3等	規格外	集荷量計	計画数量
紫波	150,248	4,605	91	—	154,944	143,530
	97.0	3.0	0.1	—		108.0
矢巾	143,677	685	175	—	144,537	145,685
	99.4	0.5	0.1	—		99.2
都南	102,027	2,646	—	—	104,673	102,064
	97.5	2.5	—	—		102.6
盛岡	77,947	—	—	—	77,947	76,824
	100.0	—	—	—		101.5
JA計	473,899	7,936	266	—	482,101	468,103
	98.3	1.6	0.1	—		103.0
もち						
地域	1等	2等	3等	規格外	集荷量計	計画数量
紫波	147,652	20,367	3,256	84	171,359	167,044
	86.2	11.9	1.9	0.0		102.6
矢巾	24,635	1,715	91	—	26,441	25,840
	93.2	6.5	0.3	—		102.3
都南	168	—	—	—	168	80
	100.0	—	—	—		210.0
盛岡	13	—	—	—	13	—
	100.0	—	—	—		—
JA計	172,468	22,082	3,347	84	197,981	192,964
	87.1	11.2	1.7	0.0		102.6

牛子牛市場情報 (令和7年12月18日・中央家畜市場)

地区	頭数	最高価格	最低価格	平均価格	平均体重	前月比	地区	頭数	最高価格	最低価格	平均価格	平均体重	前月比		
雌	紫波	10	710,000	583,000	665,900	317	24,371	去勢	紫波	19	839,000	508,000	738,579	323	14,899
	矢巾	2	713,000	452,000	582,500	300	-41,591		矢巾	8	800,000	746,000	772,375	330	20,375
	盛岡	6	717,000	510,000	664,167	269	12,000		盛岡	11	843,000	741,000	795,727	320	52,394
	J A 計	18	717,000	452,000	656,056	308	18,291		J A 計	38	843,000	508,000	762,237	324	33,174
	市場計	95	796,000	452,000	665,495	291	46,965		市場計	152	963,000	443,000	758,697	318	25,239

まちのスマイル



盛岡市・大館町
工藤浩市さん・千佳さんのお宅

くどう こうた
工藤 淳大くん(8)
かえ さや
佳恵ちゃん(6) 咲弥ちゃん(4)

地元の体育クラブに通い、縄跳びやマット運動などで体を動かすことが大好きな3兄妹。農繁期には野菜の袋詰め作業など、役割を分担して家のお手伝いも頑張っています。淳大くんは「将来は家の農業のお手伝いがしたい」と話す頼もしいお兄ちゃん。自分で髪を結ぶのが好きだという佳恵ちゃんは美容師になるのが夢で、おしゃれが好きな末っ子の咲弥ちゃんは元気な笑顔がチャームポイントです。

ご両親は「3人とも素直で優しく元気に成長してほしい。大人になっても仲良く過ごしてくれたら嬉しいです」と兄妹を見守っています。



「協同組合」を考える

協同組合の運営原則

第5原則 教育、研修および広報

協同組合原則の第5原則は「協同組合は、組合員や役員、管理者、従業員に教育や研修を実施し、組合の発展に有効に貢献できるようにすること、さらに、一般の人々、特に若者やオピニオンリーダーに対して、協同活動の本質と意義を広める」と定めています。

【ともに学び合う】

協同組合は、組合員が共通のニーズを実現するために協力して事業運営を行う組織です。組合員は事業の必要性を感じて出資し、運営に参画していますが、協同組合の本質や重要性を忘れてしまうと、協同組合は成り立ちません。だからこそ、教育・研修は組織の運営において大切な要素です。

さらに、協同組合の発展には、組合員や役職員への教育・研修に加え、協同組合に参加していない一般の人々に対する広報活動も重要です。特に、将来を担う若者やオピニオンリーダー層に対するアプローチが、協同活動の価値を広めるために重要です。



2025年国際協同組合年(IYC2025)に関する情報はこちらから▲

**サン・フレッシュ都南さ
おでってくなんせ!**

今月の店長のおすすめ!
高橋店長

干し芋

サン・フレッシュ都南の冬の人気商品は「干し芋」です。トースターや電子レンジで軽く温めるだけで、しつとりとした食感と自然な甘さが引き立ち、おいしさがアップ!温かい干し芋は、寒い季節のおやつにおすすめです。今年も皆さまのご来店を心よりお待ちしております!

イベント情報

- 最新情報は
ホームページやSNSをご覧ください



サン・フレッシュ都南
盛岡市下飯岡21-180 TEL 637-6801 営業時間9:00~18:00

**青年部レポート
JA Mens
Youth Department Report**

心をこめて笑顔の接客
盛岡市立土淵小学校お米販売会

盛岡市立土淵小学校の5年生53人は12月2日、イオンモール盛岡で米の販売会を行いました。販売した米は、児童らがJA盛岡地域青年部厨川支部の盟友らの指導を受け、田植えや稻刈り、脱穀までを体験しながら育てたもの。「真珠のように輝いているお米」という意味を込めて「田んぼの真珠」と名付けられた米は53袋(1袋3kg)が用意され、販売開始からわずか20分ほどで完売しました。

参加した児童は「自分の声かけでお客様がお米を購入してくれたので、思いが届いてうれしい。みんなで頑張って育てたお米なので、大事に食べてもらいたい」と笑顔を見せました。

◀同支部による支援は、約20年にわたって続いており、地域農業や米づくりを学ぶ貴重な機会となっています

盟友募集中!

【青年部加入のご相談・お問い合わせ】
紫波地域 ☎672-1582 矢巾地域 ☎697-6211
都南地域 ☎638-0011 盛岡地域 ☎656-3700

おすすめ

広島お好み焼き

普通サイズ
1枚990円(税込)

ショッピングモールアルコ内「CAFÉ Ojacco」は、極厚鉄板で焼き上げる本場の広島お好み焼きが味わえるお店です。柔らかく甘みのあるキャベツは矢巾町産を中心とした厳選し、盛岡市産の九条ネギ、広島県から取り寄せたこだわりの麺やお好み焼き粉を使用。味の決め手となる出汁粉には、さば節などが入った削り粉と昆布粉をブレンドし、出汁粉の豊かな香りを楽しめます。また、カキやチーズ、肉増しなどの種類豊富なトッピングで、自分好みの一枚にカスタマイズも可能。カウンター席では、極厚鉄板で焼く迫力の調理シーンを目の前で楽しめるのも魅力です。本場仕込みの味を気軽に楽しめる「CAFÉ Ojacco」で、焼きたての広島お好み焼きをぜひ堪能してください。

**食べてみて!
おらほのイチオシ**

矢巾町・南矢幅

CAFÉ Ojacco
カフェ オジャッコ

〒028-3615
矢巾町南矢幅7-425-3
ショッピングモールアルコ内
TEL 697-0485
【営業時間】10:30~19:00(L.O.)
【定休日】水曜日

Instagram

INFORMATION

マネロン・金融犯罪対策への取組強化について

令和8年1月7日

岩手中央農業協同組合 代表理事組合長 佐々木 雅博



近年、様々な金融犯罪が発生し、その手法や手口も巧妙かつ高度になってきています。新聞等での報道を見て、心配に感じておられる組合員・利用者の皆さまも多いのではないかと思います。また、国際的に金融機関が取り組まなければならぬ課題として、マネー・ローンダリングおよびテロ資金供与対策の重要性が高まっています。マネロン・金融犯罪対策に取り組むことは、信用事業を営む当組合の責務であります。

当組合では、金融機関としての信頼性を確保するため、そして、組合員・利用者の皆さまの大切な財産を金融犯罪からお守りするために、マネロン・金融犯罪対策を重要な経営課題と位置付けて、一層力を入れて取り組むことといたします。

このたび、当組合の金融部門とリスク管理部門に「マネロン・金融犯罪対策リーダー」となる職員を任命し、組合全体としての取り組みの定着化・高度化に向けて、職員の先頭に立って取り組みを進めております。また、私を含め常勤理事も、マネロン・金融犯罪対策が組合内で徹底されるよう指揮をとり、組合員・利用者の皆さんに安心して当組合をご利用いただけるよう取り組んでまいります。

参加者募集中 イケパパセミナー 「恵方巻づくり」



日 時 令和8年1月31日(土)
10時~12時

会 場 JAいわて中央紫波支所
調理室・和室
(紫波町桜町字上野沢38-1)

対 象 者 小学生以下の子を持つお父さんとその家族

参 加 費 一家族1,000円

※JAいわて中央組合員家族は半額

定 員 先着8組

※定員に達し次第、募集を締め切ります

参加をご希望の方は

JAいわて中央ホームページの
申込専用フォームから
お申し込みください

お問い合わせ

生活推進部生活推進課
☎673-7468



今月の表紙

餅つきやいちご大福作りに挑戦! 親子おもちつき体験会



JAのフレッシュ部と女性部は12月6日、紫波支所パーフルパレスで「親子おもちつき体験会」を開催しました。12組39人が参加し、特別ゲストとしてJA共済アンバサダーを務める俳優・タレントの渡辺裕太さんを迎えるました。参加者は、JAもち米生産部会やJA青年部の協力のもと、臼と杵を使った本格的な餅つきに挑戦。その後、JAフレッシュ部やJA女性部の部員の皆さんの指導のもと、いちご大福と大きなこ餅を作りました。

JAフレッシュ部の畠山泉穂部長は「参加者の皆さんのが楽しんでいたので嬉しかった。餅つきだけではなく、親子で参加できる企画を考えていきたい」と振り返りました。



① 渡辺さん(中央)と参加者の皆さん ② 「よいしょ!」のかけ声に合わせてお餅つきに挑戦 ③ 参加者と交流した渡辺さんは「岩手にはおいしい食材が豊富にある。魅力を多くの人に知ってもらい、一緒に岩手のおいしいものを楽しみたい」と話しました ④ JA女性部の皆さんに作り方を教わりました

CROSSWORD クロスワード

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?

12月号の答え
「ボタンナベ」



応募方法
郵便はがきにクロスワードの答え・郵便番号・住所・氏名・年齢、
今月のテーマにまつわる話・誌面の感想をご記入の上、下記宛に
お送りください。正解者の中から抽選でJAやサン・フレッシュ都
南で使える「農協全国商品券500円分」を5名様にプレゼント!

今月のテーマ 自分へのご褒美 応募締切 1月28日 必着

送り先 〒028-3453 紫波町土館字沖田98-20
JAいわて中央
「JAふんく1月号お楽しみクイズ」係

ホームページ 広報誌プレゼント応募フォーム▶

E-mail kouhou3244@ja-iwatechuo.jp



※ご記入いただいた個人情報は、おたよりコーナーへの掲載、並びにプレゼントの発送にのみ使用いたします。
当選の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

- ①正月に食べる、モチ入り汁物といえば
②どら焼きに挟み込まれているもの
③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
④交差——、及第一——
⑤右手が——、という人が多数派です
⑥本を読み終えること
⑦ガラガラとのどを洗います
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ②メレンゲを作るときに使う道具
④鍋料理の締めにも使う麺
⑧晴れかなあ、雨かなあ
⑨牛、豚、鶏のものがよく流通しています
⑩令和8年の干支です
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った
⑩ガラガラとのどを洗います
⑪歯ブラシにつけます
⑭自分の兄弟姉妹の息子
⑮ダルメシアンは——模様の犬です
⑯書初め大会で——に選ばれた
⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
⑲単位はアンペアです

- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
⑤右手が——、という人が多数派です
⑦本を読み終えること
⑨ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
⑩漢字で書くと百足。足の多い生き物です
⑪椅子のこと。ロッキング——
⑫アルカリと混ぜると中和します
⑬焚くとよいかおりが広がります

- ④交差——、及第一——
⑥本を読み終えること
⑧旅立つ人の——に駅のホームまで行った

• This month's recipe •

新鮮食材で
楽しく
クッキング
今月のレシピ
176杯目



ピエンロー (ハクサイと豚肉、鶏肉、春雨の中国風鍋)

・ 材料(4人分) ・

ハクサイ	1/2玉
豚ばら薄切り肉	300g
鶏もも肉	1枚
春雨	50g
干ししいたけ	25g
ごま油	大さじ2
塩	大さじ1

・ 作り方 ・

- 干ししいたけは軽く洗い、浸るくらいの水に入れ、ラップをして電子レンジ(600W)で2分半加熱する。石突きを切り落とし、食べやすい大きさに切る。戻した水は取っておく。ハクサイは5cm幅のざく切りにしておく
- 土鍋に①と干ししいたけの戻し汁、水1.2ℓ(材料外)を入れて火にかける。沸騰してたら、食べやすい大きさにカットした豚ばら、鶏もも肉をほぐしながら入れる。ごま油を入れ、ふたをして30分煮る
- 別鍋で沸かした湯で戻した春雨と塩を鍋に入れ、一煮立ちさせる。味見して少し薄いくらいの塩味で仕上げる



ミックス
指 定責任ある森林
管理を行っています
この冊子は地球にやさしい
ペーパーバルオイルペーパーを使用しています。



・ 佐々木 ・

「親子おもちつき体験会」で、JA共済アンバサダーの渡辺裕太さんと一緒に行った餅つき。渡辺さんは昔ながらの豊作(たてぎね)を見るのは初めてだったそうです。参加者の中には「きな粉を初めて食べた」というお子さんもいらっしゃいました。今年は午年。皆さんにとって、新しいことやご縁が“ウマれる”素敵な一年になりますように。



・ 小野寺 ・

新年、明けましておめでとうございます!今月のおたよりテーマは「自分へのご褒美」です。私にとっては、外食でおいしい料理を楽しむことや旅行でリフレッシュする時間が最高の“ご褒美”。何かと理由をつけてご褒美が増えがちですが、日々自分を甘やかしつつ、充実した1年を過ごしたいと思っています。皆さんの“ご褒美”もぜひお聞かせください!

