

広報

# JA おおふなと

vol.698

FEBRUARY.2026

2

SINCE 1966 - 60th anniversary -

特集

- ① 支店運営委員会開催
- ② JA おおふなと 組合長旗争奪  
第36回 気仙地区小学生  
新人バレーボール交流大会



地域とともに明日を耕す  
Growing Tomorrow Together.

# 今月の表紙



撮影時の様子



表紙の写真

いぶき 颯くん(5歳) ・ じん 迅くん(4歳)

### 今好きな遊び

颯くん…… 走ること、公園で遊ぶこと  
迅くん…… 本を読むこと、ブロック遊び

### 将来の夢

颯くん…… 大工さん…?  
迅くん…… 正義のヒーロー

### 親御さんから一言

兄弟ふたりでなかよく育ってください!

二人なかよく、アバッセたかたの公園で遊んでいました。  
寒さに負けず、元気! 元気!

## 表紙のKIDS&BABY大募集!!

「お子さん・お孫さんを表紙に載せてみたい」という方は、**JAおおふなと企画課(広報係)**、もしくは**最寄りの支店窓口**までご連絡をお願いします(P16に掲載しています)。

日程を調整した上で、撮影に伺わせていただきます。



● 今月の表紙	
● JA共済 代理店紹介	P2
● 建友会 会員紹介	
● 支店運営委員会の開催 「自己改革」の実践	P3
● JAおおふなと組合長旗争奪 第36回気仙地区小学生 新人バレーボール交流大会	P4-P5
● タウンピックス	P6
● INFORMATION	P7
● この時期に行う 気仙小枝柿剪定について	P8-P9
● 令和8年度 水稲用農薬 予約価格について	P10
● 第36回全国椿サミット 大船渡大会 開催!	P11
● 営農部からのお知らせ	P12
● 家庭菜園	P13
● 読者の掲示板	
● 頭の体操クロスワード	P14
● JAの家庭雑誌のご紹介	
● 家族で楽しむおいしい一皿	P15
● 金融移動店舗車運行スケジュール	
● 理事会報告	P16

### JA共済 | 代理店紹介 |

**(有)タカタジハン** 代表 佐々木正樹

住所 大船渡市立根町字桑原26-2 ☎ 27-2771



JA自賠償共済のセット加入で  
JA自動車共済がおトクに割引!

お気軽にお問い合わせください!

### 建友会 | 会員業者紹介 |

**(株)アースデザインコンサルタンツ** 代表 菊池 透

住所 大船渡市赤崎町字石橋前6-8 ☎ 27-0835



住宅建築・各種工事等は、  
建友会会員業者へ!

ご相談お待ちしております!



支店運営委員会に参加する運営委員の様子



運営委員と対話する猪股組合長

# 支店運営委員会の開催

## 「自己改革」の実践

J Aの「自己改革実践サイクル」の構築のため、J Aが実施した取り組みに対する組合員の評価や更なるニーズの把握を行うことを目的に、1月20・21日に支店運営委員会を管内5会場で開催しました。

支店運営委員会では、令和7年度の11月末時点での事業報告や自己改革にかかる取り組みの報告と、令和8年度の方針についての説明を行い、運営委員からは左記のような意見・要望が寄せられました。

### ／ 主なご意見・ご要望 ／

- ここ数年イノシシ被害が増加している。イノシシ被害を受けた水田は、半径2m以内の米を出荷停止とするルールがあるが、生産者に対して周知が徹底されていないと感じる。改めて周知をしていただきたい。
- 最終・生前相続については、地域住民が大きく関心を寄せる話題である。支店窓口などで相談対応ができる体制を要望する。
- 米の販売価格について。10kgに対して1万円超の価格では
- クマの出没リスクを低減するため、放置果樹の伐採・整備に向けた予算（費用計画）の検討をお願いしたい。
- 大規模林野火災に関連した、建物共済・火災共済の共済金支払い件数・金額を教えてください。
- 米離れが懸念される、安価で販売はできないか。
- 水稻苗の引渡し時間を延長していただきたい。
- ……など

各支店運営委員の皆様、ご出席いただきありがとうございました。今後も、組合員や利用者との対話を通じた自己改革に取り組んでまいります。



事業報告や次年度方針に対し意見を述べる運営委員の様子

JA  
おおふなと  
組合長旗  
争奪

# 第36回 気仙地区小学生 新人バレーボール交流大会

1月11日、住田町下有住の住田町生涯スポーツセンターで「JAおおふなと組合長旗争奪第36回気仙地区小学生新人バレーボール交流大会」が開かれました。男子・女子・混合あわせて6チームが参加し、元気いっぱいのプレーを繰り広げました。

本大会は、小学5年生以下で構成されるチームに実戦の機会を与え、競技力の向上やスポーツマンシップの向上などを図り、世代を超えた地域住民の交流に繋げようと開催しているものです。

JAおおふなとでは、自己改革における地域との結びつき強化の観点から、第28回大会から特別協賛しており、今大会で9回目の協賛となりました。



Sun Dream jr バレーボールクラブ  
瀧本主将による選手宣誓



組合長挨拶

## 競技結果

優勝 Sun Dream Jr バレーボールクラブ  
準優勝 おきらい・下矢作横田・高田東 jr バレーボールスポーツ少年団  
第3位 高田バレーボールクラブ

## 優秀選手賞

猪股 梨花 選手 (おきらい・下矢作横田・高田東 Jr)      木川田 詢 選手 (Sun Dream Jr)  
吉田 真渚 選手 (高田バレーボールクラブ)                      鈴木 真生 選手 (陸前高田 MB)



おめでとう  
ございます

優勝

Sun Dream Jr  
バレーボール  
クラブ



1月1日にシェアされたリール動画  
作成者: JORRKO

当日の様子をまとめた動画を  
Instagramに掲載中★





12 つくる責任  
つかう責任



### 冬の風物詩の販売開始を祝って ～気仙小枝柿販売開始式～

12月25日、JAおおふなと本店にて「気仙小枝柿販売開始式」を開催し、生産者や関係機関、JA職員など15人が出席しました。

また、小枝柿生産部会の千葉喜美夫部会長は「猛暑やクマ被害により、目標を下回る収量となったが、出荷をすることができた。多くの皆さまに味わっていただきたい」と話しました。

販売開始を祝い、関係者の方々と記念撮影



### 来年度のさらなる向上に向けて ～ピーマン生産部会躍進大会～

JAおおふなとは1月16日、「ピーマン生産部会躍進大会」を開きました。

令和7年度は、作付面積が前年度比19.6%増、販売数量は同比2.5%増となり、平成22年の部会設立以降、過去最高を更新する成果を上げました。

大会では令和7年度の事業報告に加え、次年度の販売目標を確認し、部会全体で目標に向かう姿勢が示されました。



躍進大会の様子



米麴をつくるため、米を蒸す利用者



### こだわりの“味”、めざして ～みその自己加工はじまる～

1月19日、今年度のみその自己加工が日頃市みそ加工場で始まりました。初日は、JAおおふなと女性部の8人が加工場を利用しました。

みその自己加工は、初日に米麴を作り、2日目は麴のほぐし、3日目には出来た麴と煮大豆などを混ぜ合わせて仕込みます。その後、それぞれの家庭で半年から1年程寝かせて完成となります。みその自己加工は、3月下旬まで続く予定です。



### 春を待つ花の祭典 ～「三陸・大船渡 第29回つばきまつり」～

1月25日、大船渡市末崎町の世界の椿館・碁石で「三陸・大船渡 第29回つばきまつり」が開幕し、初日は多くの家族連れや団体客で賑わいました。

つばきまつりは3月22日まで開催され、会期中は多彩な催しが予定されています。



開催セレモニーの様子(25日)



JAからのお知らせ

## 無料年金相談会開催のご案内

年金に関するご相談であれば、どなたでも参加可能です。お気軽にご相談ください。

※当日の混乱を避けるため、予めご連絡の上、来店日時等のご予約をお願いします。

お問合せ先 開催支店 (P16に記載) または 信用部 貯金課 ☎26-5215

開催日	時間	開催支店
2月15日(日)	9時～15時	大船渡支店



信用部からのお知らせ

## 相続セミナーを開催します！

辻・本郷税理士法人による無料の相続セミナーを開催します。

お問合せ先 信用部 貯金課 ☎26-5215

※詳細については、広報3月号でお知らせします。

開催日	時間	会場
4月17日(金)	14時～15時40分	本店 3階 会議室

## JAバンクをご利用の皆さまへ ATM・JAネットバンクなどのサービスを一時休止します

このたびJAバンクでは、お客様へのサービス・利便性向上を目的としたシステム更改に伴い、誠に勝手ながらATM・JAネットバンクなどのサービスを、下記の通り一時休止させていただきます。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。

**現金のお引き出しはお早めに** 休止期間中は現金のお引き出しができませんので、あらかじめ現金をお引き出しいただく等のご準備をお願い申し上げます。

休止日・時間 2月15日(日) 6時30分～12時

休止するサービス ○JAバンクATM ○他金融機関・コンビニ等の提携ATM  
○JAネットバンクサービス ○ジェイデビット

お問合せ先 各支店 (P16に掲載) または 信用部 貯金課 ☎26-5215



経済部からのお知らせ

## 令和8年度 一日人間ドックのご案内

一日人間ドックの受診日は以下の通りとなっておりますので、お知らせいたします。(土曜・日曜・祝日を除く)

	県南センター(金ケ崎)	人間ドックセンター(盛岡)
大船渡市	5月11日(月)～20日(水)	5月21日(木)・22日(金) 10月1日(木)～6日(火) 11月2日(月)
陸前高田市	10月15日(木)～21日(水)	10月23日(金)～29日(木)
住田町	4月8日(水)～24日(金)	4月27日(月)～30日(木)

### 【受診料について】

- 基本料金(10%税込)  
..... 51,150円
- JA取扱料金(10%税込)  
男性 ..... 45,100円  
女性 ..... 45,650円

【募集について】 \*大船渡市・陸前高田市...上記日程の概ね1カ月前頃に市の広報に募集記事を掲載いたします。また、JA広報誌等に募集チラシ(申込書)を折り込むほか、支店窓口にも備えおきます。  
\*住田町...行政より各家庭に検診の通知が配布されます。

【助成金について】 お住まいの行政により助成額及びその条件が異なり、受診時期・保険種別・年齢等の制限があります。助成対象の場合には、上記JA取扱料金から減額されます。

お問合せ先 経済部 生活経済課 ☎26-4044

この時期に行う

気仙小枝柿

剪定



当JAが特産品として栽培、加工を進めている「気仙小枝柿」の剪定についてお知らせいたします。

剪定のポイント

- ◎ 樹にまんべんなく光が当たるように側枝を配置しましょう！
- ◎ 結果母枝の状態を良く見て、こまめにハサミを入れましょう！
- ◎ 夏（新梢伸長後）の状態をイメージしながら、作業を進めましょう！

図1 柿の結果習性

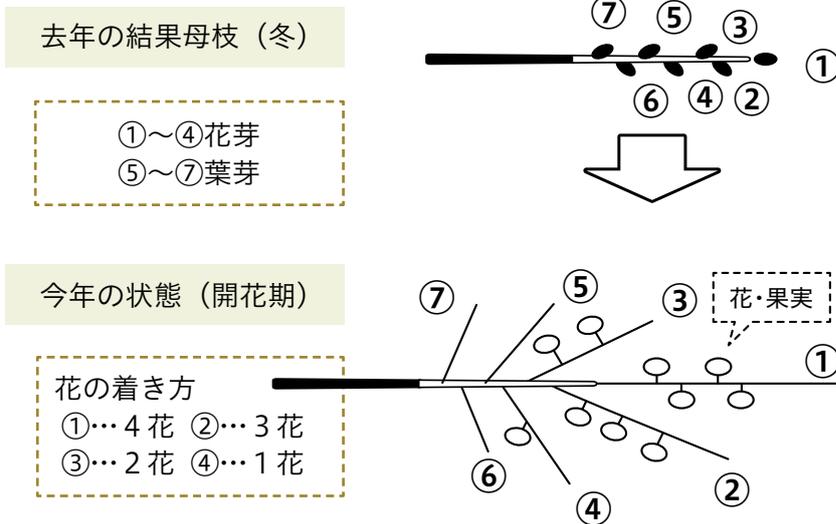
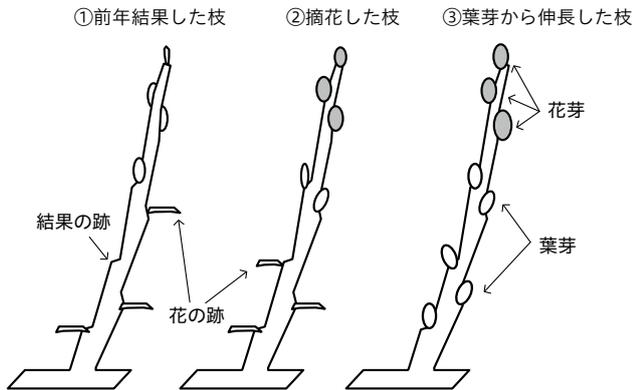


図2 結果枝の状況

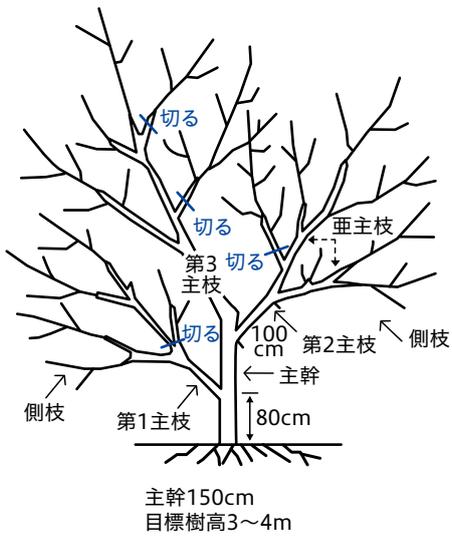


- ①前年結実した枝は、花芽を作らず葉芽だけになります。
- ②花摘みを実施すると花芽を着けます。
- ③葉芽から伸びた枝は花芽を着けます。

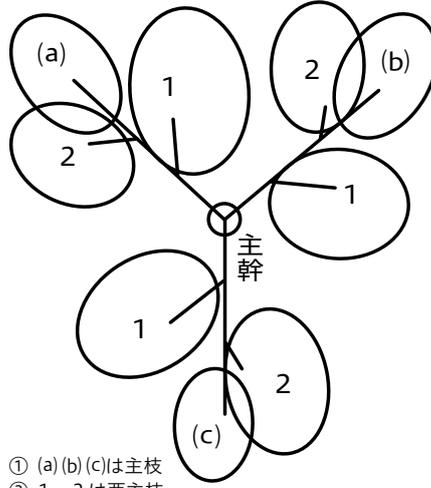
柿の結果習性

柿は、芽の中に花と葉の両方を持つ混合花芽を作ります。また、前年伸長した枝（2年生枝）の先端や先端から2〜3芽が花を持つ花芽になります。他は、花を着けない葉芽になります。

しかし、前年結実した枝は、葉芽だけとなり開花しません。このため、結実の多かった樹は、翌年結実しないという状態になります。安定した結実を確保するためには、今年結実させる枝と翌年のために育成する枝とをバランス良く配置することが大事です。



目標樹形  
(変則主幹形または開心自然形)

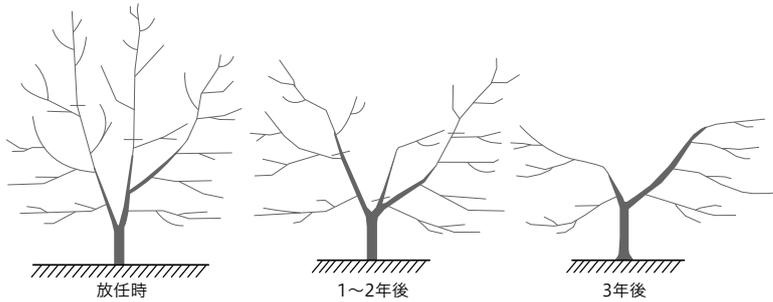


- ① (a)(b)(c)は主枝
- ② 1、2は垂主枝
- ③ 垂主枝内に結果枝を作る
- ④ 結実は垂主枝を主力とする
- ⑤ 重なり枝は作らない
- ⑥ 太枝の基部まで結実させる

上から見た成木の配置

8～10年目

変則主幹仕立てでは心抜きの時期となるので、それぞれの主枝には2～3本の垂主枝を交互に作り、これらには混み合わない程度に数本の側枝を配置します。



目標とする樹形(低樹高化)の事例

側枝の更新

枝が垂れ下がったり、結果部が先へ逃げた側枝は、結果母枝が弱く小玉になってしまうので、長く垂れ下がった側枝は基部まで切り戻し側枝の更新を図ります。

〈 令和7年度 気仙小枝柿剪定講習会のご案内 〉

気仙小枝柿の剪定方法を学ぶ講習会を、下記日程で開催いたします。どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

日時 ▶ 2月19日(木) 10時

場所 ▶ J A おおふなと柿園 (日頃市町)

内容 ▶ ①剪定方法について ②病害虫防除について ③実技

講師 ▶ 大船渡農業改良普及センター、J A おおふなと小枝柿生産部会

ご来場の際は、可能であれば「剪定ばさみ」「のこぎり」などをご持参くださいますよう、お願いいたします。 お問合せ先 営農部 営農振興課 ☎ 22-7520

会場の詳細

下記QRコードをスマートフォン等で読み込むと、位置情報が表示されます。



# 令和8年度 水稲用農薬 予約価格について

令和8年水稲農薬予約申込書に記載の価格につきまして、注文書上では参考価格として記載しておりましたが、今般正式な価格が確定いたしましたので、お知らせします。

なお、低コスト規格（大型・担い手直送規格価格）につきましては、後日予約申込者に対し郵送にてお知らせします。



適用病害虫	品名	規格	形状	令和8年予約価格 (税抜・円)	
種子消毒剤	エコホープ DJ	100g	顆粒	1,070	
	テクリードCフロアブル	100mℓ	液	740	
苗立枯ムレ苗予防剤	タチガレエースM粉剤	1kg	粉	1,000	
	タチガレエースM液剤	100mℓ	液	1,650	
	ダコニール 1000	250mℓ	液	1,340	
	ナエファインフロアブル	100mℓ	液	1,720	
箱施用剤	ブーンレパード箱粒剤	1kg	粒	5,010	
	ツインターボ箱粒剤 08	1kg	粒	3,590	
除草剤	初期	先陣ジャンボ	200g	袋	2,300
		クラール1キロ粒剤	1kg	粒	1,460
		クラール EW	500mℓ	液	1,690
	初中期一発剤	アットウZ1キロ粒剤	1kg	粒	4,150
		アットウZフロアブル	500mℓ	液	4,090
		アットウ Z ジャンボ	400g	袋	4,590
		アカツキ1キロ粒剤	1kg	粒	4,310
		アカツキ豆つぶ 250	250g	豆	4,350
		アカツキジャンボ	250g	袋	4,470
		アカツキフロアブル	500mℓ	液	4,340
		ゼータジャガー1キロ粒剤	1kg	粒	4,150
		ゼータジャガーフロアブル	500mℓ	液	4,080
		ゼータジャガージャンボ	200g	袋	4,330
		サラレット GO 1キロ粒剤	1kg	粒	3,090
		サラレット GO フロアブル	500mℓ	液	3,110
		サラレット GO ジャンボ	400g	袋	3,440
	中期シズイ対策	アトリ1キロ粒剤	1kg	粒	3,220
		アトリ豆つぶ 250	250g	豆	3,320
		レプラス1キロ粒剤	1kg	粒	4,340
		レプラスジャンボ	40g×10	袋	4,510
	多年生・広葉雑草	バサグラン粒剤	3kg	粒	4,220
		バサグラン液剤	500mℓ	液	2,470
	ヒエ剤	クリンチャー1キロ粒剤	1kg	粒	2,340
		クリンチャージャンボ	50g×20	袋	2,950
		クリンチャー EW	100mℓ	液	2,430
	藻類	モゲトン粒剤	3kg	粒	3,320
	穂いもち予防剤	オリブライト 250G	250g	豆	3,410
		ゴウケツ1キロ粒剤	1kg	粒	2,660
ゴウケツ粒剤		3kg	粒	3,100	
ゴウケツパック		450g	パック	3,550	
紋枯病	バリダシン粉剤 DL	3kg	紛	1,140	
カメムシ防除剤	スタークル粒剤	3kg	粒	3,960	
	スタークル粉剤 DL	3kg	粉	1,700	
	スタークル液剤 10	500mℓ	液	3,100	
稲こうじ病	Zボルドー粉剤 DL	3kg	粉	1,300	

お問合せ先 経済部 ☎ 26-4044

# 第36回 全国椿サミット大船渡大会 開催!

全国の椿関係者が一堂に会する「第36回全国椿サミット大船渡大会」を開催します。椿の魅力や研究、産業化の取り組み、復興への想いを発信します。皆様の御来場をお待ちしています。

日時 3月14日(土) 10時~17時  
3月15日(日) 10時~14時

会場 大船渡市民文化会館  
リアスホール

## 3月14日(土)

▽ 特産品販売等 [会場: 市民文化会館 マルチスペース等]

時間	イベント内容
10:00~17:00	各種展示・特産品の販売

▽ 市の紹介及び復興支援への御礼 [会場: 市民文化会館 大ホール]

時間	イベント内容
13:10~13:30	① 市の紹介動画の上映
13:30~13:40	② 大船渡市長による復興の経過報告及び御礼

▽ 第36回 全国椿サミット大船渡大会 [会場: 市民文化会館 大ホール]

時間	イベント内容
13:45~14:00	① オープニングセレモニー「大船渡東高校太鼓演奏」 岩手県立大船渡東高等学校 太鼓部
14:00~14:15	② 開会行事
14:15~14:35	③ 活動発表(A)「椿と歩んだ58年~椿の里・可能性への挑戦~」 岩手県立大船渡東高等学校 農芸科学科
14:35~14:55	④ 研究発表「せっかく植えたのに成長が悪い!? その原因を探る!」 岩手大学大学院 総合科学研究科 相川ゆきえ氏
14:55~15:10	⑤ ステージ「camellia ~椿のうた~」(市民合唱団との合唱) ほかさんりく・大船渡ふるさと大使 XUXU
15:10~15:30	⑥ こども郷土芸能「平こども七福神」 平七福神保存会
15:30~15:40	休憩
15:40~16:20	⑦ 活動発表(B)「椿の産業化について」 (株)バンザイ・ファクトリー 代表取締役 高橋和良氏
16:20~16:50	⑧ 記念ステージ「ふるさと大船渡の復興への想い」を込めた歌 新沼謙治氏
16:50~17:00	⑨ 閉会行事

## 3月15日(日)

▽ 作品展示 [会場: 市民文化会館 マルチスペース等]

時間	イベント内容
10:00~14:00	作品展示

お問合せ先 全国椿サミット大船渡大会実行委員会事務局 大船渡市役所 農林課 ☎27-3111 (内線347・348)



## 「家庭菜園講習会」を開催します!

2月26日  
(木)

本店 3階 第2会議室 陸前高田市総合営農指導センター 2階 研修室 (2会場同時開催となります)	10時
世田米支店 2階 会議室	14時

土づくりの基礎を学んで、  
安心・安全な野菜の  
収穫をめざしましょう!

ご自宅などで家庭菜園を  
営まれている方を対象に  
開催いたします。

内容

- (1) 夏秋野菜の圃場準備から収穫までの管理
- (2) 家庭菜園における肥料について など

講師

株渡辺採取場、くみあい肥料  
くみあい化学、全農いわて資材部

参加  
方法

前日までに予約の連絡をお願いいたします。  
営農部 営農振興課 ☎ 22-7520

## 令和8年度 陸前高田市果樹病虫害防除暦説明会

日時	2月17日(火) 15時
場所	陸前高田市総合営農指導センター 研修室
内容	りんご・日本なし・生食ももの防除暦について
主催	陸前高田市果樹防除連絡協議会



税込み/単位:頭、円、kg

市場名	性別	頭数	平均価格	最高価格	平均体重
県南	雌	179	685,220	826,100	288
	去	202	819,348	1,045,000	326
	計	381	756,332		308
大船渡	雌	1	750,200	608,300	289
	去	3	784,667	811,800	313
	計	4	776,050		307
高田	雌	1	608,300	608,300	238
	去	2	792,000	818,400	304
	計	3	730,767		282
住田	雌	1	611,600	611,600	250
	去	3	837,833	869,000	325
	計	4	781,275		306



お問合せ先 営農部 営農振興課 ☎ 22-7520

あなたもチャレンジ!

# 家庭園 家菜

## シロウリ適切な整枝で着果を増やす

園芸研究家 ● 成松次郎

シロウリ（白瓜）は「越瓜（えつうり）」とも呼ばれ、インドから東南アジアにかけてが原産で、暑さに耐え強光を好みます。カリウムが比較的多く含まれ、余分なナトリウムを体外に排出する作用があり、高血圧の予防に有効です。

「栽培時期」発芽適温は28〜30度、生育適温25〜30度と高温が適するため、主に初夏に種をまき、夏に収穫します。

「品種」地方品種として各地で固有の品種があります。いずれの品種も200〜300gほどで若取りすれば浅漬け用、1kg程度に大きくすればかす漬け用になります。家庭菜園では比較的手ししやすい「沼目白瓜」（タキイ種苗など）、「白はぐらうり」（サカタのタネなど）、「青はぐら」（トキタ種苗など）などがお薦めです。その他、東京の「東京早生白瓜」、京都の「桂白瓜」、香川の「讃岐白瓜」などが伝統野菜として受け継がれています。

「苗作り」苗作りをする場合は、培

### Point

図1 畑の準備

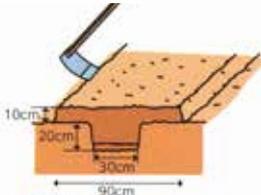


図2 整枝1

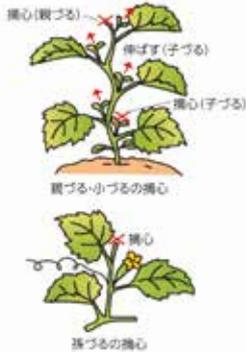


図3 整枝2 (4本整枝)

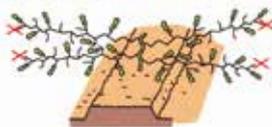
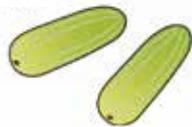


図4 収穫



栽培カレンダー

	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
冷涼地	トンネル	●	●	▲	○	■	
	キャップ		●	●	▲	○	■
	じかまき			●	●	▲	○
中間地	トンネル	●	●	▲	○	■	
	キャップ		●	●	▲	○	■
	じかまき			●	●	▲	○
暖地	トンネル	●	●	▲	○	■	
	キャップ		●	●	▲	○	■
	じかまき			●	●	▲	○

● 種まき    ●● 苗作り    ▲ 植え付け    ○ トンネル  
— 生育    ▲ キャップ    ■ 収穫

「畑の準備」植え付け2週間前までに1平方m当たり100g程度の苦土石灰を散布し、土とよく混ぜておきます。1週間前に幅30cm、深さ20cm程度の溝を掘り、溝1m当たり化成肥料（NPK各成分10%）100gと堆肥2kgを施し、土を戻してこの溝を中心に幅90cm、高さ10cm程度の栽培床を作ります（図1）。

「植え付け」風のない暖かい日に、深植えにならないよう、株間を約1mにして植え付けます。「保温」低温に弱いため、トンネル栽培やキャップ栽培を行います。トンネルは夜間の保温と日中の換気のため裾の開閉で温度調節を行います。キャップ栽培は、ビニールで約30cm角のあんどんやドーム状のキャップをかぶせます。トンネルやキャップの中が茎葉でいっぱいになるくらいまで育ったら取り外します。

「整枝」シロウリは孫づるに着果する性質があるため、摘心して孫づるを多く出させます。まず、親づるは本葉5、6枚でつる先を摘み、上の節から出る子づるを4本伸ばします。その後、子づるを8〜10節で摘み、それぞれの孫づるは2葉を残して摘心します（図2）。つるは左右に振り分けて重ならないように配置します（図3）。つるが伸びていく場所に、つるが絡むためのわらを敷きます。

「追肥」子づるが盛んに伸びだしてくる頃、1株当たり化成肥料50g程度を畝の両側に散布して土寄せします。さらに、孫づるが伸びだす頃に、同様に追肥・土寄せをします。

「収穫」若取りは200〜300g（開花後20〜25日）で収穫します。かす漬けなどの加工用は1kg程度（開花後4日程度）で収穫します（図4）。

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

# 読者の掲示板

読者の皆様からお寄せいただいた  
お便りをご紹介します。

農業女子たちに～、拝見。若い女性  
たちが結構農業に従事していること  
に驚きと感動を覚えました。私も動  
けるかぎり自給自足の精神で、今年  
も「家庭菜園」欄を参考に野菜作り  
をしてまいります。(高田町)

いま、葉ものを収穫し食べていま  
すが、ほうれん草もキャベツも甘くて、  
おいしいです。味噌汁や肉炒めなど  
を引き立ててくれて、噛みしめるた  
びおいしいと感じています。  
(竹駒町)

広報新年号に相応しい特集「農業女  
子」、とてもよかったです。みなさ  
ん、農業に誇りを持ち笑顔で頑張っ  
ている姿に感動を覚えました。わた  
しも大先輩として負けてはおられま  
せん。ことしもわずかばかりの農業  
に勤しみたいものです。(日頃市町)

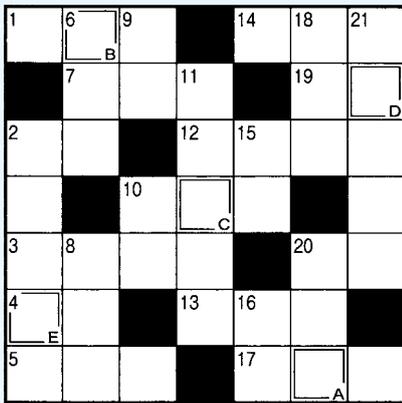
先日、夫婦の足となって大きな事故  
もなく18年間走り続けた車を廃車。  
「ありがとうね」の感謝の言葉で手  
放しました。ちょっと寂しかったで  
す。(住田町世田米)

「農業女子たちのゆる～い質問」、ゆ  
る～く読めました。お写真、皆さん  
素敵な表情で元気をいただきました  
(^^) (盛町)

## 頭の 体操

# 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？



### ヨコのカギ

- 01.お雛様にひな——をお供えた
- 02.力士が土俵にまくもの
- 03.オーストリアの首都
- 04.眉間に寄せるもの
- 05.スケジュール帳に書き込みます
- 07.——は小説よりも奇なり
- 10.——、雷、火事、親父
- 12.タロットカードや水晶玉などを使って  
おこないます
- 13.出身校をこういうことも
- 14.パーが紙ならチョコは
- 17.ショートケーキの真っ赤な彩り果実
- 19.鳴門海峡には大きなものが発生
- 20.神社の参拝時に鳴らすこともあります

### タテのカギ

- 02.卒業生代表が壇上で卒業——を受け取った
- 06.チューナーで選局して聞きます
- 08.わんこそばやじゃじゃ麺で知られる県
- 09.精算するために並びます
- 10.アルファベットの7番目
- 11.通知表ともいいます
- 15.走ること。ウイニング——
- 16.日本庭園の池に似合う魚
- 18.熱波師が活躍しているところもあります
- 20.糖度計の——を読み取った
- 21.夫婦で——で旅行に行った

ご応募は  
こちらから

正解者の中から抽選で6名様に景品プレゼント

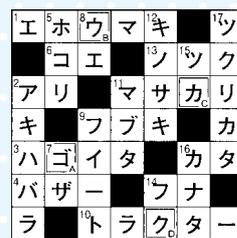
前回の解答「ゴウカク」



応募は郵便はがき、または応募フォームからお申込みいただけま  
す。郵便はがきの場合は、クロスワードの解答、住所、氏名、年齢、  
職業、広報誌に対するご意見・ご感想を記入し、下記の住所までお  
送りください。応募フォームの場合は左の二次元コードを読み取り、  
必須項目を入力の上送信してください。

〒022-8507 大船渡市大船渡町字茶屋前 167-4 J A おおふなと広報係

【応募締切】令和8年2月20日(金)必着



※お客さまにご提供いた  
だく個人情報は抽選お  
よび景品の発送にのみ  
利用するものとし、目  
的以外の使用はいたし  
ません。  
※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。

## J A の家庭雑誌3月号のご紹介



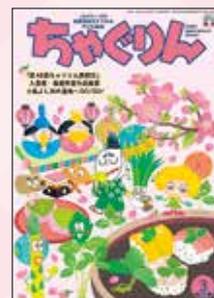
家の光  
900円  
(税込)

特集 攻めの休養で  
活力チャージ  
別冊付録  
お金&デジタル情報  
かんたん整理ノート



地上  
750円  
(税込)

特集  
待ったなしの現実  
どうする？  
わが家の事業承継



ちぐりん  
600円  
(税込)

特集  
・「第48回ちぐりん感想文」  
入賞者・最優秀作品発表  
・小島よしおの産地へGO! GO!

\*お申し込みは最寄りの J A 各支店 (P16記載) または経済部 (☎26-4044) まで  
お問合せください。

\*年間購読も受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。

# 家族で楽しむおいしい一皿

目にも体にも優しい、野菜の彩りを楽しむ料理



## ブロッコリーのオイル蒸しと しらすの Pasta

ブロッコリーの栄養を  
逃さず食べる春色パスタ

### 材料(2人分)

ブロッコリー… 1株(200g) 塩 …… 大さじ1+2つまみ  
ニンニク …… 2片(10g) パスタ …… 200g  
唐辛子(お好みで) …… 少々 しらす …… 20g  
オリーブ油 …… 大さじ2 こしょう …… 少々  
水 …… 2L+300ml

### 作り方

- ①水(2L)に塩(大さじ1)を入れて沸かしておく。ブロッコリーは小房に分けて、軸は外側をむいて細かく切る。ニンニクはみじん切りにする。
- ②ニンニク、唐辛子、オリーブ油をフライパンに入れて弱火で加熱する。香りが出てきたらブロッコリー、水(300ml)、塩(2つまみ)を入れてふたをし、中火でオイル蒸しにする。10分たったらフライパンの中でブロッコリーをよくつぶし、しらすを混ぜ合わせておく。
- ③パスタを袋に表記された時間通りにゆで、ゆで上がったら②に絡める。仕上げにこしょうとオリーブ油(分量外)をかけて出来上がり。

### ポイント

ブロッコリーをくたくたになるまでゆでるのがポイントです。味見して塩味が足りなければパスタのゆで汁を少し加えましょう。

### アレンジ

- しらすの代わりにアンチョビやたらこを使う
- レモンを搾ったり、粉チーズをかける

## スパイス

春ニンジンの甘さと  
スパイスを生かした  
養生デザート

## キャロットケーキ

### 作り方

- ①オーブンは180度に予熱しておく。バターとクリームチーズを常温に出して軟らかくしておく。ニンジンはずりおろしておく。薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておく。ミックスナッツは粗く刻んでおく。
- ②ボウルに卵と砂糖を入れて泡立て器でよく混ぜる。サラダ油を少しずつ入れながら混ぜ合わせたらニンジン、レーズン、ミックスナッツを入れてさらに混ぜる。ゴムべらに持ち替えて①でふるった薄力粉とベーキングパウダー、シナモンパウダー、ナツメグを入れて切り混ぜる。
- ③クッキングシートを敷いたパウンドケーキ型に流し込み、オーブンで35分程度焼く。竹串を刺して生地が付いてこなければ焼き上がり。網の上で冷ます。
- ④チーズクリームの材料をよく混ぜ合わせて、冷めたケーキの上に塗り、冷蔵庫で30分ほど冷やして出来上がり。

### ポイント

混ぜるだけでコツなく作れる簡単レシピです。春のニンジンは甘くてみずみずしく、スイーツにもぴったりです。



### 材料(長さ18×幅8×高さ6cmのパウンドケーキ型1台分)

ニンジン …… 150g ミックスナッツ …… 30g  
卵 …… 2個 ナツメグ …… 少々  
砂糖 …… 90g レーズン …… 30g  
サラダ油 …… 100ml  
薄力粉 …… 120g  
ベーキングパウダー… 小さじ1  
シナモンパウダー… 小さじ1/2

クリームチーズ	40g
砂糖	10g
バター	10g

### アレンジ

- ショウガやカルダモンなどお好みのスパイスを加える
- チーズクリームの代わりに、水切りヨーグルトに砂糖を入れて添える



金融移動  
店舗車

# “ふれ愛・きずな号” 運行スケジュール

下記のとおり金融移動店舗車を運行いたしますので、ご利用を賜りますようお願い申し上げます。

開設曜日	開設場所	開設時間	開設日	
			2月	3月
水	広田地区 コミュニティセンター	9時～11時	18日・25日	4日・11日・18日・25日
	旧JA末崎支店前	13時～15時		
木	旧JA有住支店前	9時～11時	12日・19日・26日	5日・12日・19日・26日
	旧JA日頃市支店前	13時～15時		
金	旧JA綾里支店前	9時～11時	13日・20日・27日	6日・13日・27日
	吉浜地域振興出張所前	13時～15時		

## 取扱業務

- ①貯金の入出金(現金払い戻し限度額30万円まで) ②定期貯金記帳・繰越・定期積金の掛込等  
③振込(14時受付分まで) ④購買未収金、県税・市税(町税)・水道料・電話料金等の収納 ⑤年金・融資相談

※予告なしに運行予定の変更、または中止となる場合がございます。

## J A各支店お問合せ先

- 大船渡支店 ☎ 26-4121  
猪川支店 ☎ 26-2138  
三陸支店 ☎ 44-2131  
高田支店 ☎ 54-3290  
(共済担当直通) ☎ 54-4210  
世田米支店 ☎ 46-2155

## 訂正とお詫び

広報「JAおおふなと」1月号P3「年頭のご挨拶」におきまして、標記の誤りがありました。正しくは以下の通りです。訂正してお詫びいたします。

(訂正内容)  
銀河のしずく栽培研究会 会長  
船田 秋美津

- 理事会報告  
第11回 理事会次第  
開催日 令和8年1月29日(休)  
決議事項  
第1号議案  
第60回通常総代会開催日程等について  
第2号議案  
再雇用規程の一部改正について  
第3号議案  
大船渡市大規模林野火災被災施設支援事業実施要領の制定について

JAおおふなとでは  
様々な形で情報を  
発信しています!



## 広報 JA おおふなと 令和8年2月10日発行

編集・発行 大船渡市農業協同組合 総務部企画課  
〒022-8507 大船渡市大船渡町字茶屋前 167-4  
☎ 0192-26-5211(代表) <https://www.jaiwate.or.jp/ofunato/>

ホームページ



Instagram



Facebook

