

広報 JA おおふなと

vol.699

MARCH.2026

3

SINCE 1966 - 60th anniversary -



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



特集

祝・JAおおふなと60周年！

今月の表紙



撮影時の様子



表紙の写真

もものすけ
桃乃介くん(9歳)・**福丸くん(8歳)**
さんた
三太くん(4歳)

今好きな遊び

桃乃介くん……すのこ遊び
福丸くん……ドッジボール
三太くん……すべり台

将来の夢

桃乃介くん……水泳選手
福丸くん……自衛隊員
三太くん……考え中…?

親御さんから一言

兄弟仲良く、元気に育ててください◎

三兄弟なかよくボール遊び。
笑顔でご自宅の庭を駆け回っていました！

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。



JAおおふなと

2026.3
Vol.699

● 今月の表紙	
● JA共済 代理店紹介	P2
● 建友会 会員紹介	
● 令和8年度 JAおおふなと組織体制	P3
● 祝・JAおおふなと60周年!	P4-P5
● タウントピックス	P6
● INFORMATION	P7-P8
● ATM 利用限度額引き下げのお知らせ	P9
● 営農部からのお知らせ	P10
● 家庭菜園	P11
● 防災“自然災害に2つの備え”	P12-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	P16
● 理事会報告	

JA共済 | 代理店紹介 |

村上モータース

代表 村上 哲雄

住所 大船渡市日頃市町字川内130-8 ☎ 28-2431



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)佐賀組

代表 高橋 賢

住所 大船渡市盛町字田中島27-1 ☎ 27-7331

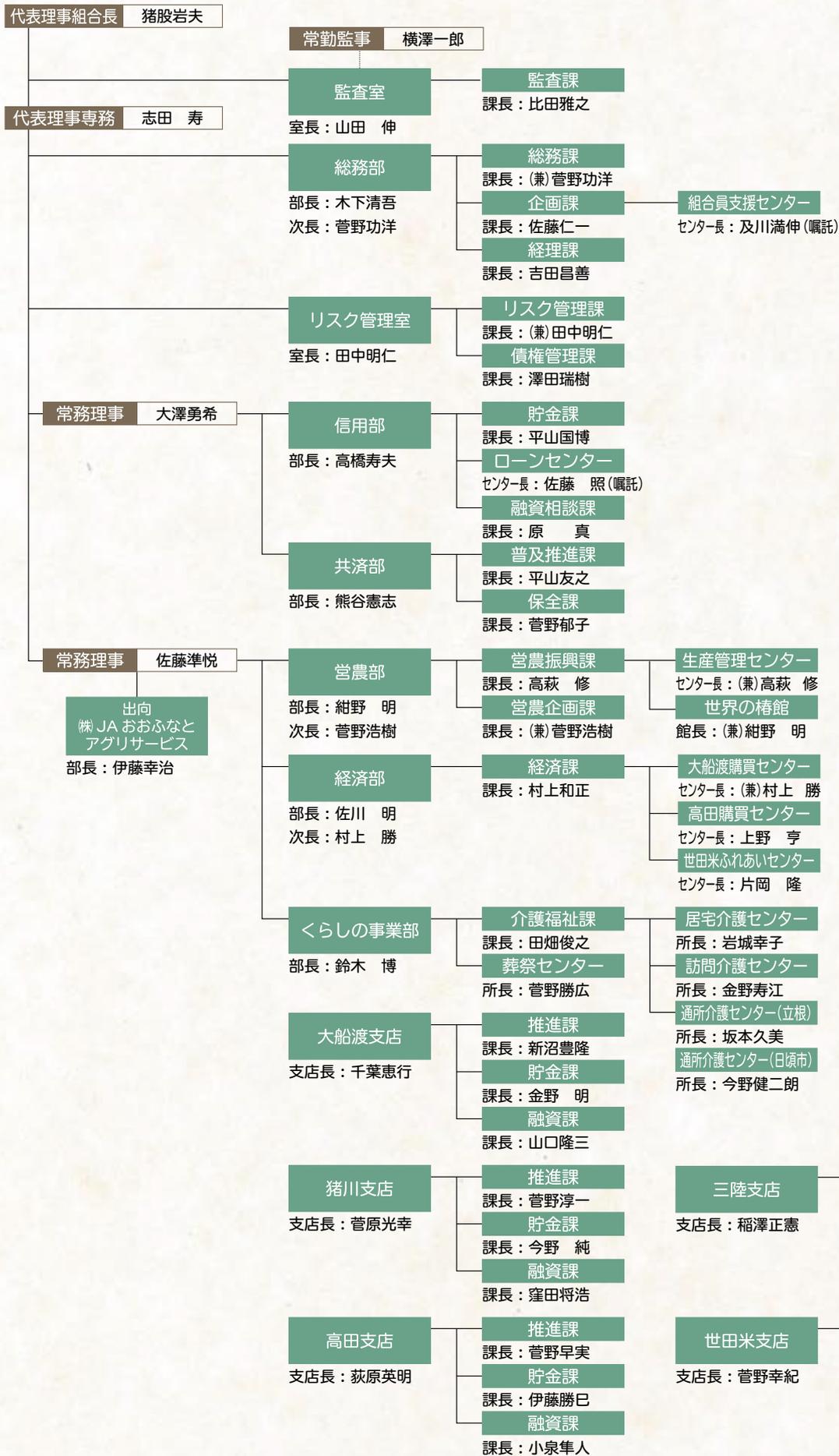


住宅建築・各種工事等は、
建友会会員業者へ!

ご相談お待ちしております!

令和8年度 JAおおふなと組織体制

当組合では、令和8年度定期人事異動ならびに組織の一部改変を実施しました。3月1日からの組織体制は右の通りです。



定年退職された職員のみなさん

2月28日付けで次の職員の方々が定年退職されました。 ※カッコ内は前部署

- ・ 佐藤 照 さん (信用部 ローンセンター長 審議役)
- ・ 細谷 君江 さん (經濟部 生活経済課 監理役)

長年のご尽力に心より感謝申し上げますとともに、今後のご健勝とご活躍をお祈り申し上げます。

JAおおふなと 創立60周年

地域とともに60年。これからも、ともに。

JAおおふなとが昭和41年3月1日に発足し、60周年を迎えました。人生に例えると還暦となる節目の年にあたり、長きにわたりご支援くださいました組合員の皆さま、今日の組合発展にご尽力くださいました諸先輩方や関係機関の皆さまに衷心より感謝を申し上げます。

この60年の歩みは、地域農業の発展とともに、金融・経済の面でも地域を支える使命を果たしてきた歴史でもあります。農業情勢の変化や度重なる災害、物価や金利の動きなど、私たちを取り巻く環境は大きく揺れ動いてきましたが、その都度、組合員の皆さまと力を合わせ、地域の暮らしと農業を守るための取り組みを続けてまいりました。

60周年は通過点ではありません。今ここを新たな出発点とし、組合員の皆さまの期待に応えられるJAであり続けるよう、役職員一同、誠心誠意努めてまいります。今後とも変わらぬご支援をお願い申し上げます。



代表理事組合長
猪股岩夫

これからも、JAおおふなとは
皆さまと共に歩み続けます



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



赤崎町長崎 玉ねぎ出荷(平成初期)



総代会(平成4年)



冷害視察(平成5年)



五葉牧野(平成12年)



合併契約調印式(平成20年)



姉妹農協締結式(昭和62年)



養蚕 出荷(昭和55年ごろ)

令和8年3月1日	令和元年9月9日	平成23年3月11日	平成20年5月1日	平成14年3月1日	平成4年3月1日	昭和62年11月19日	昭和47年3月30日	昭和41年3月1日
創立60周年を迎える	現在の本店建屋が大船渡市茶屋前に完成・移転	東日本大震災	陸前高田市農業協同組合(当時)と合併 現在の事業エリアとなる	三陸町農業協同組合(当時)と合併	農業協同組合の新愛称「JA」使用開始	山形県の寒河江市農業協同組合(現…さがえ西村山農業協同組合)と姉妹農協提携を開始	大船渡市農協会館(旧…本店)が盛町下館下に完成	大船渡市内7つの農協が合併し、大船渡市農業協同組合が発足

◆大船渡市農業協同組合「60年のあゆみ」



東日本大震災(平成23年)



大規模林野火災(令和7年)



さらなる実績増へ結束 ～生産委員会総会～

各生産部会で構成する生産委員会は1月30日、JAおおふなと本店で総会を開催しました。管内の農畜産物の計画的な販売促進・生産部会育成強化を目的に、各部会の代表者やJA役職員ら30人が出席しました。

議事では、令和7年度の事業報告・令和8年度の事業計画などの3議案を審議し、いずれも原案通り承認・可決されました。

議事後は、県農業普及センター職員による土壌診断に関する研修会を実施し、参加者らは質問を交えながら講師の説明を聞きました。



生産委員会総会の様子



果樹を病害虫から守る ～果樹病害虫防除暦説明会～



説明会の様子

2月17日、陸前高田市果樹防除連絡協議会は、「令和8年果樹病害虫防除暦説明会」を陸前高田市総合営農指導センターで開催しました。市内のリンゴ・ナシ生産者ら約30人が参加し、今年の生産にかかる注意点などを学びました。

大船渡農業改良普及センターの千田普及員からは、「今年も平年より気温が高い予報が出ている。りんごの生育が早まることで凍霜害の危険が高まる」と説明があり、参加者に管理の徹底を呼びかけました。



最新情勢を学び、次期作へ意欲 ～野菜部会合同研修会～

JAおおふなとは2月12日、花巻市で「野菜生産部会合同研修会」を開催し、生産者や関係者15人が出席しました。

研修では、JA全農いわての職員から昨今の農業情勢について報告を受けたほか、種苗業者の担当者が野菜苗の供給見通しなどを詳しく解説。参加者は最新の情報に熱心に耳を傾け、次期作に向けた営農計画を確認しました。生産者同士の交流も深まり、有意義な時間を共有しました。



研修会の様子

信用部・くらしの事業部 からのお知らせ

生前相続セミナー&終活相談会 を開催します！

いつか訪れる“その時”のために、今できる準備を始めませんか？
JAおおふなどでは、専門家が解説する
「生前相続セミナー&終活相談会」を開催します。

開催日 4月17日（金）

会場 JAおおふなと本店3階 会議室

生前相続セミナー
個別相談会ともに
事前予約制となります



生前相続セミナー

時間 14時～15時40分

講師 辻・本郷税理士法人 スタッフ

（定員
35名）

終活相談会

生前相続セミナー終了後に開催します。

- ・相続に関する相談（担当…辻・本郷税理士法人スタッフ／各回3名が定員となります）
①15時50分～16時20分 ②16時30分～17時
- ・終活に関する相談（担当…JA葬祭センター・JA介護センター職員）

お申込先 最寄りの支店（P16参照）または 本店信用部 ☎26-5215 まで



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。

開催日	時間	開催支店
4月19日（日）	9時～15時	大船渡支店

※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 大船渡支店 ☎26-4121 または 信用部 貯金課 ☎26-5215



経済部からのお知らせ

「オーダーカーテン・カーペット・ブラインド」キャンペーン



**最大
50%
OFF**

お見積り・ご依頼は無料となります。この機会にぜひご検討ください。
※工事費が発生する場合は、別途お見積りさせていただきます

気仙地方
令和7年産

ひとめぼれ 玄米
たかたのゆめ 玄米

30kg 慣行一等米 **21,600円(税込)**

*ご注文受付後、1週間を目安にお届けいたします。
*精米についてはお受けできません。ご了承ください。



お問合せ先 大船渡購買センター | 高田購買センター | 世田米ふれあいセンター
☎26-4044 | ☎54-4148 | ☎46-3664

将来にわたり食料を生産していくための

取り組みが進んでいます。

生産資材の高騰が生産者を直撃

農業に必要な肥料や家畜のエサ、燃料の価格が高止まりしています。これらのコストが農畜産物の価格に反映されない状況が続けば、農業が続けられず、消費者の皆さんに安定して食料を届けることができなくなってしまいます。



農業と食の安心を、未来へ

生産から消費に至るまで、どこかに過度な負担が生じることなく、再生産可能な農畜産物の価格を実現することは、私たちが安全・安心な国産農畜産物を食べ続けられることにもつながります。コストを考慮した適正な価格の形成は、農業と食の安心を、未来につなげていく取り組みといえるでしょう。

コストを考慮した価格で農畜産物が販売されると・・・



持続可能な農業と食の実現に向けた環境づくり

消費者の理解のもと、生産から消費までの各段階の関係者が協調し、持続可能な食料システムの実現を目指す法律が、国会会で成立しました。令和8年4月の全面施行を予定しています。



耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

ATM利用限度額引き下げのお知らせ

このたび、ATMにおいてお客様の貯金が不正に払い出される特殊詐欺の犯罪が増加していることを受けて、令和8年5月11日より、キャッシュカードなどによる取引時の1日あたりの利用限度額を以下の通り引き下げいたします。

媒体種別	対象取引(※1)	変更前	変更後
キャッシュカード(IC) 	出金 振込	100万円	50万円 (※3)
キャッシュカード(磁気ストライプ) 	マルチペイメント取引(※2) 等	50万円	50万円

※1 ATMでのお取引が対象となります。

※2 ペイジーマークのある払込書や請求書などの各種料金支払いサービスを指します。

※3 あらかじめ設定されている利用限度額から変更されている場合は、変更対象外となります。

ご利用されているお客さまにはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

お問合せ先 最寄りの支店窓口 (P16掲載) または 信用部貯金課 ☎26-5215

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	177	736,447	998,800	300
	去	200	820,105	1,106,600	332
	計	377	780,828		317
大船渡	雌	1	734,800	734,800	330
	去	4	769,725	848,100	345
	計	5	762,740		342
高田	雌	3	746,167	773,300	295
	去	1	815,100	815,100	358
	計	4	763,400		311
住田	雌	2	724,350	771,100	292
	去	2	881,100	914,100	342
	計	4	802,725		317

お問合せ先 営農部 営農振興課 ☎ 22-7520

訂正と
お詫び

「広報」Aおふなと」2月号P12「和牛子牛家畜市場情報1月」において、数値に誤りがありました。正しくは右記の通りとなります。

(訂正内容)

市場名	性別	頭数	平均価格	最高価格	平均体重
大船渡	雌	1	750,200	750,200	289
	去	3	784,667	811,800	313
	計	4	776,050		307



令和8年度 年間営農指導計画

開催日	指導内容
3月	中旬ころ ズッキーニ施肥設計及び栽培指導会 ハウスきゅうり全戸巡回 乾椎茸研修会
	下旬ころ 気仙地域畜産研修会 かぼちゃ、スナップエンドウ指導会
4月	中旬ころ 小菊栽培指導会 りんご栽培勉強会（授粉） トンネル・路地ピーマン定植指導会 いんげん栽培指導会 花き農家巡回 和牛登録審査・勉強会
	下旬ころ 乾椎茸巡回指導 小菊定植指導会 ズッキーニ新規向け栽培現地指導会
	上旬ころ ピーマンハウス・トンネル生産者巡回 りんご栽培勉強会（摘果）
	中旬ころ きゅうり栽培指導会 トマト第1回全戸巡回 酪農研修会・勉強会 花き農家巡回
	下旬ころ ピーマン生産者巡回 バルク乳検査・チェックシート巡回 ズッキーニ第1回全戸巡回 ピーマン出荷指導会 缶桃栽培管理勉強会（摘果）
	上旬ころ きゅうり出荷指導会 小菊栽培指導会 ズッキーニ出荷及び現地指導会
6月	中旬ころ 小枝柿摘蓄・摘果指導会 トマト第2回全戸巡回 ピーマン第1回全戸巡回
	下旬ころ ズッキーニ先進地視察研修 トマト出荷指導会及び現地指導会 ズッキーニ新規向け栽培現地指導会 菌床椎茸栽培管理指導会 ピーマン第2回全戸巡回 ピーマン視察研修 きゅうり現地指導会・県内視察研修
	上旬ころ ズッキーニ第2回全戸巡回 ピーマン目揃え会
	中旬ころ きゅうり夏秋野菜出発式及び目揃え会 きゅうり夏秋野菜市場視察 ズッキーニ抑制栽培の現地指導会 トマト第3回全戸巡回 いんげん・かぼちゃ出荷指導会 ピーマン第3回全戸巡回 ピーマン基礎講座（新規対象） 稲作受託業務研修会 稲作受託協議会 県内圃場視察研修会 銀河のしずく現地研修会

開催日	指導内容
7月	下旬ころ きゅうり夏秋野菜販売促進会 トマト先進地視察研修（山形県：予定） きゅうり夏秋野菜販売促進会 ズッキーニ新規向け栽培現地指導会 缶桃栽培管理勉強会（出荷）
	上旬ころ きゅうり栽培管理指導会 ピーマン目揃え会及び現地栽培指導会 ズッキーニ第3回全戸巡回 銀河のしずく現地研修会 トマト現地栽培指導会
8月	下旬ころ ズッキーニ新規向け栽培現地指導会 ピーマン第4回全戸巡回 ピーマン基礎講座（新規対象） 小枝柿落果調査 きゅうり圃場コンクール予選会 きゅうり圃場コンクール本審査会 りんご視察研修会（山形県：予定）
	上旬ころ 銀河のしずく現地研修会 トマト第4回全戸巡回 きゅうり全戸巡回指導 ピーマン圃場コンクール 稲作受託協議会 刈取・乾燥・調整に係る研修会 ズッキーニ第4回全戸巡回
9月	中旬ころ 気仙管内ピーマン優良圃場研修会 バルク乳検査・チェックシート巡回 気仙地域畜産研修会
	下旬ころ トマト第5回全戸巡回 ピーマン第5回全戸巡回
10月	上旬ころ りんご栽培勉強会（ジョナゴールド目揃え会） 土壌診断研修会 小菊伏せ込み指導会 トマト第6回全戸巡回 小枝柿加工指導会 花き農家巡回
	下旬ころ 缶桃栽培管理勉強会（収穫後管理） 菌床椎茸目揃え会 稲作協議会 みちのく純情会
11月	中旬ころ ミルキングシステム診断・チェックシート巡回 ピーマン第6回全戸巡回 酪農研修会・勉強会
	下旬ころ ピーマン第7回全戸巡回 和牛登録審査・勉強会
12月	上旬ころ 銀河のしずく実績検討会 トマト・ピーマン・ズッキーニ実績検討会 稲作協議会 担い手生産者との意見交換会 小枝柿出荷指導会
	下旬ころ ピーマン基礎講座（新規対象） 夏秋野菜栽培相談会

※日程は変更される場合がございますので、あらかじめご了承ください。開催については随時ご案内いたします。

お問合せ先 営農部 営農振興課 ☎ 22-7520

あなたもチャレンジ!

家庭菜園

オクラ

密植栽培で生長を抑えて柔らかい実を楽しむ

園芸研究家 ● 成松次郎

アフリカ原産のオクラは暑さに強く、真夏に美しい黄色の花が次々に咲いて、実になります。一方で寒さには弱く、10度以下の低温になると生育が停止してしまいます。

と堆肥2kgを施して土とよく混ぜておきます。元肥の窒素量が多いと実の付きが悪くなるので注意が必要です。2条植えではベッド幅は約90cmにし、地温を確保するため黒マルチを張ります。

「種まき」高温性のため、まだ地温が低い時期に早まきしても発芽しにくく育ちも悪くなってしまうため、地温が15度以上になってから種まきします。

ポットで栽培して植え替える場合は、9cmポリポットに4、5粒まき、発芽後の間引きはしません(図1)。間引かずに栽培することで生長を抑制し、実が堅くなることを抑えます。じかまきでは株間30cm間隔に5、6粒の種をまき、

Point

図1 苗作り

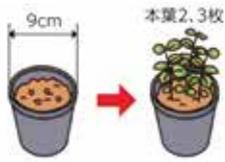


図2 植え付け

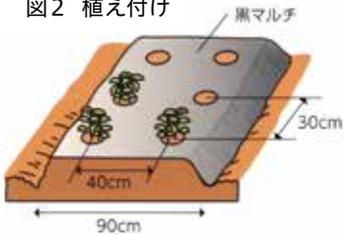


図3 収穫・摘葉

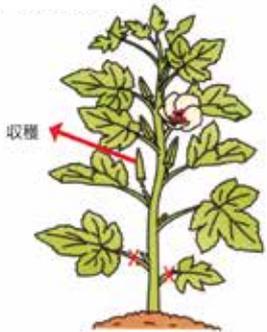


図4 収穫の目安



栽培カレンダー

	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
冷涼地			●	▲	○	—	■	
中間地		●	▲	○	—	■		
暖地	●	▲	○	—	■			

● 種まき --- 苗作り ▲ 植え付け ○ トンネル — 生育 ■ 収穫

採光が良くなり側枝の発生と着果を促します。
「病害虫防除」アブラムシ、カメムシ、ハスモンヨトウは登録農薬で早めに防除します。なお、ネコブセンチュウが根に付くと生育が悪くなるので、前年作の野菜に被害があれば、他の畑または別の畝を選びましょう。
「収穫」開花後7〜10日の若いさやを、五角種は長さ7、8cm、丸さや種は長さ10〜15cmで収穫します(図4)。日照不足や低温が原因で、実に米粒大の突起物ができる「いぼ果」となる場合がありますが、食べても差し支えありません。

※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。

私たちが寄り添えることを、もっと。

JA共済 × 全農 × JABANK

今回のテーマ

防災

“自然災害に2つの備え”



ナビゲーター
田中 律子さん



備え
1

いざという時も、日常に近い生活を続けるために
知恵・工夫・練習で備える
日常防災を、家族と一緒に楽しもう

日本各地で甚大な被害をもたらしている自然災害。「ライフラインの復旧が遅れる」「復興半ばに再び被災し、再建の目途が立たない」など、避難生活が長期化するケースも発生しています。これからの「防災」は、長引く避難生活のストレスを減らすために「被災時に、いかに、普段と変わらない生活を送るか」という視点が大切です。

例えば食事。「アルファ化米などの備蓄食を買ってある」という方も多いかもしれませんが、いざ食べてみると、子どもやシニアが「食べ慣れないから嫌だ」と受け付けないことも。「アルファ化米を食べてみて、味に慣れておく」「食べ慣れたお米も備蓄する」など、日常生活と避難生活のギャップを減らしましょう。また、「防災グッズ」は、使い慣れない専用品を買わなくても、家にある物で代用できます。記事下では、災害時に役立つおすすめアイテムを紹介しています。自作して試してみてください。ほかにも、避難所に入れない・たどり着けないといったケースも。「避難所を3箇所は想定しておく」「避難所までの経路を複数考えておく」など、臨機応変に行動できるように考えておくほか、普段から防災について家族で話し合うことも大切です。

被災時は想定外のことが多く発生し、様々なストレスがかかります。「防災リュックを用意したから大丈夫」と油断せず、家族で「日常防災」に取り組みしましょう。
(国際災害レスキューナース 辻直美)

ニ家にある物を活用!

災害時に役立つ

P・P・G・S

P ペットシート

※紙おむつ・ぼろ布でも代用可

ゴミ袋の中に新聞紙と一緒に入れて「災害用トイレ」に。



P ペットボトル

懐中電灯の上に置くと「ランタン」になり、室内灯の代わりに。



G ゴミ袋

リュックサックの中に二重に被せて「給水タンク」に。

※運ぶ際はゴミ袋の口を縛ってください



S 新聞紙

くしゃくしゃにして首や手首、足首などに巻き、「防寒グッズ」に。



ニCHECK

日常防災にJA共済アプリを!

避難場所やハザードマップなど
防災対策に役立つ情報が満載!



JA共済アプリ

検索



私が拠点を置く沖縄は台風が多いので、日常的に防災用品を使っています。皆さんもぜひ、日常防災を実践してみてください!



[監修]
一般社団法人育母塾
代表理事
国際災害レスキューナース
辻直美さん

激甚化が進む自然災害。高まる災害リスク
保障内容に不足はありませんか？

災害による損害の自己負担

火災や風水災等で
建物が全損した場合

保障が不十分だと建替えや修理費用が重くのしかかってきます…。

建物の再建築に必要な
再取得価額に合わせた保障を！

さらに、見落としがちなコト

家財・家具の保障

家財・家具の総額(例)

1,270万円*

*実際の総額は異なる場合があります。大人2人、子供2人の4人家族
住宅面積(延べ面積)66㎡以上132㎡未満の場合 JA共済「家財簡易評価基準」

もし被災してしまっても、保障が十分であれば新しい一歩も踏み出しやすいですね。



そこで！

建物・家財を幅広く保障

建物更生共済

建物更生共済



25481050193

もっと

安心と満足をお届けするため…

ライフイベントなど
皆さまの暮らしのことお聞かせください！

聞かせて？！
暮らしのこと
アンケートキャンペーン



アンケートの
回答はコチラから！

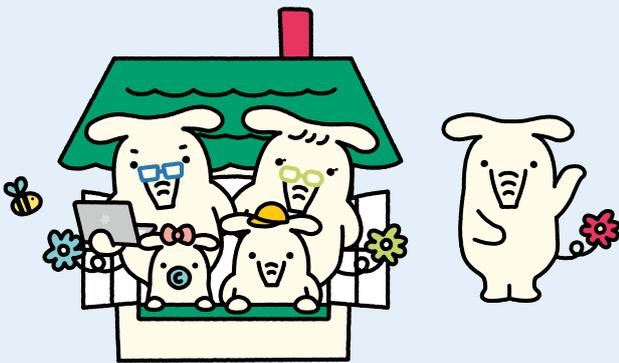
簡単なアンケートに答えると
抽選で合計600名様に

豪華賞品が当たるチャンス！

さらに/
W
チャンス！

その場で当たるデジタルクーポン
合計100,000名様

コラム



JAバンク

あなたの夢を、確かなカタチに。

JAの住宅ローン

CHECK/

JAバンクの住宅ローンが選ばれる理由

様々な住宅プラン
にフィット



新築・増改築、建売住宅やマンションの
購入など、お客さまの様々なマイホーム
プランにお役立ていただけます。

ゆとりある計画で
無理なく返済



返済方法・融資額・融資期間等、お客さま
のライフプランにあわせて、無理のない
返済計画をご提案いたします。

リフォームも
おまかせください



増改築や間取りの変更から、インテリアや
外装の工事などリフォームにも幅広くご利
用いただけます。

©よりぞう

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。

第36回気仙地区小学校新人バレー
ボール交流大会の記事はとても写真
も上手く撮れていました。爺さん婆
さんは孫の活躍を見てとても感激
されたと思います。(末崎町)

小枝柿剪定講習会が開催されるよう
ですが、ここ数年、夫が参加してい
ます。ですが、剪定する様子は全く
ありません。頭の中の空想で満足
しているようです。参加することに意
義がありでは困りものです。いつに
なったら実践することやら、歳を
取ってしまうぞ…(笑)(日頃市町)

農業も一生勉強と思っております。
講習会に参加し、ひとつでも覚えて
こられたら良しとし、参加申込いた
します。(高田町)

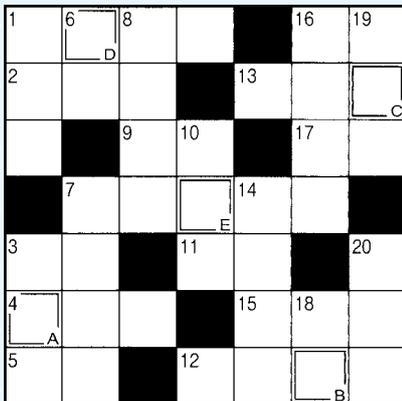
暖かい日が続き、もうそこまで春が
来ているよう。今年もできることか
らコツコツとをモットーに、地元の
新鮮な野菜を食べ運動も取り入れて
いこうと思います。(高田町)

毎回楽しみに待ち、そして拝見して
います。もうすぐ暖かい春ですね。
広報にも春を感じます。いろいろ参
考にしながら、庭の手入れや家庭菜
園を楽しみます。表紙の可愛い子供
たちにほっこり！本当にかわいい
ですね。(猪川町)

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

- ナノハナと呼ばれることもあります
- は清流仕上げを御覧じろ
- 若いメンドリが生んだものには二つ入っていることも
- 桜が咲く時期ならではのレジャー
- 竿や糸、針を使って楽しみます
- 津軽、関門、ドーバーといえぱ
- セロリやミツパは—科の野菜です
- うわ、服にコーヒーの—がついちゃった
- 北口榛花選手の専門種目
- お金を入れます。春に買うと「お金で張る」から縁起がいいそうです
- 転換しようとして散歩に出た
- 田植えに向けて育てます
- 酔っぱらって巻く人もいます

タテのカギ

- 潮干狩りでよくとれる二枚貝
- ガソリンは—性に高い液体です
- 海に浮かべて目印にします
- ゴロゴロゴロ…ピカッ！
- 工事が終わり建物が完成すること
- 相撲を取る人のこと
- 連載ではありません
- 伊勢神宮は—と外宮に分かれています
- 白神山地を象徴する木
- トランプのJ、Q、Kのこと
- 唱歌「春の小川」に出てくる花

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

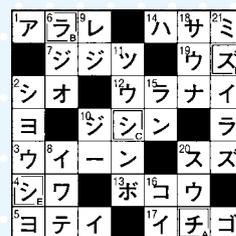
前回の解答「チラシズシ」



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 JAおおふなと広報係

【応募締切】令和8年3月25日(水)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。

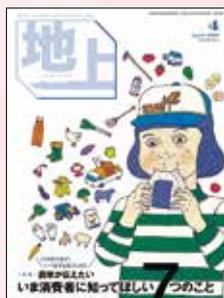
JAの家庭雑誌4月号のご紹介



家の光
900円
(税込)

特集
アイデアひとつで
魔法の
スタイルアップ術

別冊付録
2026
ひと目でわかる
家庭菜園カレンダー



地上
750円
(税込)

特集
農家が伝えたい
いま消費者に知って
ほしい7つのこと

*お申し込みは最寄りのJA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。



ちやぐりん
600円
(税込)

特集
・ふんわり卵の絶品オムレツ
・小島よしおの産地へGO!GO!
・田んぼと畑のヒーロー



家族で楽しむおいしい一皿

簡単レシピで春野菜を楽しもう!



タケノコ入り鶏つくね

材料(4人分)

タケノコ (ゆでたもの) …… 100g	
鶏ひき肉 …… 400g	
小ネギ …… 4本(40g)	
A 卵 …… 1個	
片栗粉 …… 大さじ2	油 …… 適量
おろししょうが …… 10g	B しょうゆ …… 大さじ2
塩 …… 小さじ2/3	酒 …… 大さじ2
こしょう …… 少々	みりん …… 大さじ2

シャキシャキ
食感が楽しい!
冷めてもおいしいので
お弁当にも

作り方

※写真は2人分

- ① タケノコは大きめのみじん切りにする。小ネギは飾り用に3、4cm幅に切って少し取っておき、残りを小口切りにしておく。Aをボウルに入れてよくこね、食べやすい大きさに丸めてつくねを作る。
- ② フライパンを温めて油をひき、つくねを並べる。中火でこんがり色がつくまで焼き、ひっくり返してふたをして5分ほど蒸し焼きにする。ふたを取ってひっくり返しながらかき上げる。串を刺して透明の肉汁が出るようになったらBを混ぜ合わせて入れ、少しとろみがつくまで火を入れて、つくねに絡める。
- ③ 皿に盛り、①で取っておいた小ネギを散らして出来上がり。

ポイント

形崩れを防ぎ、食感を良くするためよくこねましょう。丸めづらい場合は手に油(分量外)を塗るとまとまりやすくなります。

アレンジ

- タケノコをレンコンやキノコなど季節の野菜に替える
- さんしょうをひと振りして大人向けに

スパイスの香りが食欲そそる

春キャベツと新ジャガイモの ごまサブジ(インド風蒸し炒め)

材料(4人分)

キャベツ …… 300g	チリパウダー …… 適量
新ジャガイモ …… 300g	塩 …… 小さじ1/2
オリーブ油 …… 大さじ1	水 …… 大さじ1
ニンニク(みじん切り) 1片(5g)	白ゴマ …… 大さじ1
カレー粉 …… 小さじ1	

作り方

- ① キャベツはざく切りにする。新ジャガイモは皮をむき1cm角に切り、水にさらして水気を切っておく。
- ② フライパンにオリーブ油とニンニクを入れて中火にかけ、香りが出たらキャベツと新ジャガイモ、カレー粉、チリパウダー、塩、水を入れて混ぜ、ふたをして5分ほど加熱する。新ジャガイモに火が通ったら白ゴマを混ぜ入れて出来上がり。

ポイント

難しいコツなく作れるインドの家庭料理です。インドではクミンシードを使いますが、白ゴマで代用して和風にアレンジしています。

アレンジ

- キャベツや新ジャガイモを冷蔵庫に残った野菜に替える
- 春巻きの皮で巻いて揚げる



“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	
			3月	4月
水	広田地区 コミュニティセンター	9時～11時	11日・18日・25日	1日・8日・15日・22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	2日・9日・16日・23日・30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・27日	3日・10日・17日・24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。

理事会報告

臨時 理事会次第 開催日 令和8年2月10日(火)

決議事項

第1号議案 令和8年度理事及び監事の報酬の額について

第2号議案 令和8年度事業計画について

第3号議案 令和7年度決算に係る債権償却について

第4号議案 実務精通役員を選任に関する要領の一部改正について

第5号議案 役員の内定制・任期制(重任制限)に関する内規の一部改正について

第12回 理事会次第 開催日 令和8年2月20日(金)
 決議事項

第1号議案 職制規程の一部改正について

第2号議案 職能資格規程の一部改正について

第3号議案 職員給与規程の一部改正について

第4号議案 役員賠償責任保険の更新について

第5号議案 基幹システム更新について

第6号議案 令和8年度内部監査計画について

第7号議案 宅地等供給事業実施規程及び要領の改正について

第8号議案 令和8年度貸付利率の最高限度及び信用の供与等の最高限度額の決定について

第9号議案 令和8年度借入金金の最高限度額の決定について

第10号議案 令和8年度余剰金の運用の決定について

第11号議案

令和8年度購買事業・販売事業手数料率の決定について

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

広報 JA おおふなと 令和8年3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

