

農をはぐくみ地域をつなぐ

みらいろ

3月号 2026
vol.121

未来への心をつなぐパートナー

特集

- 1 広報誌がリニューアルします!!
- 2 春のクマ対策、出役に備える



- 02 若い力ー表紙の人ー
- 04 特集
 - ①広報誌がリニューアルします!!
 - ②春のクマ対策～出没に備える～
- 08 J-FAP
- 09 食農教育って？
- 10 みらいろトピックス
- 14 あぐりすまいる
- 15 栽培講座
- 16 私の自慢のー頭/セリ情報
- 17 DX通信/自己改革
- 18 営農情報

- 19 今日も現場で/イベント情報
- 20 女性部のかあちゃん直伝料理
- 20 営農指導員が教える！農畜産物紹介
- 22 みらいろ作品展
- 24 みらいマップ
- 26 元気にすくすく「みらいっ子」
- 27 みらいろエール/私の食育日記
- 28 ドローンで見るふくしま未来
- 30 クロスワード
- 31 あなたもチャレンジ家庭菜園
- 32 もふもふ日和

目指して 自分のイチゴづくりを

若い力 わかいチカラ



■ **分からないからこそ素直に**
父からの勧めで、12年間勤めた建設業を退職し、イチゴ栽培を始めました。農業の知識も経験もない状態からの挑戦で、父の紹介をきっかけに、師匠となった岡崎さんからビニールハウスを受け継ぎ、両親や叔母たちに手伝ってもらいながら、出荷へのスタートを切ることができました。定植作業を終えビニールハウスに立ったとき改めて、目の前に広がる9,600株というイチゴ苗の数に驚き、「こんなに多くの苗を、本当に管理できるのだろうか」と、不安を感じたことを今でも覚えています。分からないことばかりの中、作業の一つ一つを岡崎さんに一から教わり、指導されたことを素直に受

■ **これから先も**
現在はイチゴをJAや近くの道の駅へ出荷しています。高品質なイチゴ栽培には苗づくりが重要なため、苗に直接水がかからないかん水方法で育苗し、炭疽病の発生を防いでいます。また、安心・安全なイチゴを届けるため、毎日ビニールハウス内の状況を確認し、水管理を徹底するとともに、害虫避けのハープをビニールハウス内

け止めながら、20年にわたる栽培の知識と技術を間近で学んできました。失敗を重ねながらも経験を積み、少しずつ自信を持って栽培に向き合えるようになり、現在はイチゴ栽培4年目を迎えています。



表紙の人
伊達地区/伊達郡桑折町
熊谷 佳之 さん (39)
就農歴：4年目
品目・面積：イチゴ ちちおとめ15a
おすすめの食べ方：先端の部分ではなくへたから食べると甘い！

に設置するなど農業の使用回数を抑える工夫を行っています。苗が育ち、いよいよ収穫を迎えたビニールハウスに入り、赤く実ったイチゴを目にした瞬間に大きなやりがいを感じています。岡崎さんから「今後は本当の意味で自分のイチゴを作ってほしい」と応援の言葉をいただき、その言葉を胸に、今後は品種をバランスよく増やし、栽培面積の拡大を目指していきます。



Best Shot
おいしいイチゴを届けます



岡崎さんからの学びを大切に



収穫をする熊谷さん

NEW ④ 私の自慢の1頭 畜産農家の育てる自慢の牛を紹介!



NEW ③ 管内の食農事業を紹介



広報誌がリニューアルします!!

いつも広報誌「みらいろ」をご愛読いただきありがとうございます。JAは3月に新年度を迎え、広報誌の企画やデザインをリニューアル! 農家組合員の皆さまに、より新鮮に楽しんで読んでいただけるように工夫しました。今回の特集では、新企画や注目コーナーをご紹介します。



NEW ⑥ 管内の渉外担当を紹介!



NEW ⑤ DX通信 DXの活動を紹介し、JAコネクTの利用促進を図ります!



NEW ① "スタイリッシュ"をテーマに文字や写真を配置



NEW ⑧ もふもふ日和 犬・猫だけでなくペットの写真を集めます!



NEW ② 家族農業者から「若手農業者」へ

持続可能な農業発展に向けて、次世代を担う若手農業者にスポットを当て、旬の農畜産物や担い手育成事業など取り組みを紹介し魅力を発信します!



鳥獣被害対策研修会の開催

JAでは、組合員の皆さまの農作物や安全を守るため、鳥獣被害対策に取り組んでいます。営農経済職員を対象に研修会を実施し、クマの行動特性や被害防止柵の管理方法、遭遇時の対処法など、実践的な知識を学びました。今後も職員の知識向上と情報共有を進め、地域に合った対策を強化してまいります。



指導会の様子は
こちらから



望月翔太先生から学ぶ

春のクマの行動特性と注意点について

春のクマは冬眠明けで極度の空腹状態にあります。体力を戻すため食欲が旺盛で、エサとなる山菜やタケノコを求めて活発に動き回ります。人間が山菜採りで入山する時期と重なるため遭遇しやすく、特に子連れの母グマは防衛本能が働き非常に攻撃的なので、最大限の警戒が必要です。

入山時は必ず鈴やラジオで音を出し、こちらの存在を常に知らせましょう。視界の悪い場所や早朝・夕暮れの行動は避け、新しいフンや足跡を見つけたらすぐに引き返してください。もし遭遇しても、大声を出さず、背中を見せずにゆっくり後退します。走って逃げるのはクマの追跡本能を刺激するため厳禁です。万が一に備え、クマ撃退スプレーをすぐに使える状態で携行することを強く推奨します。

福島大学 食農学類 望月翔太博士



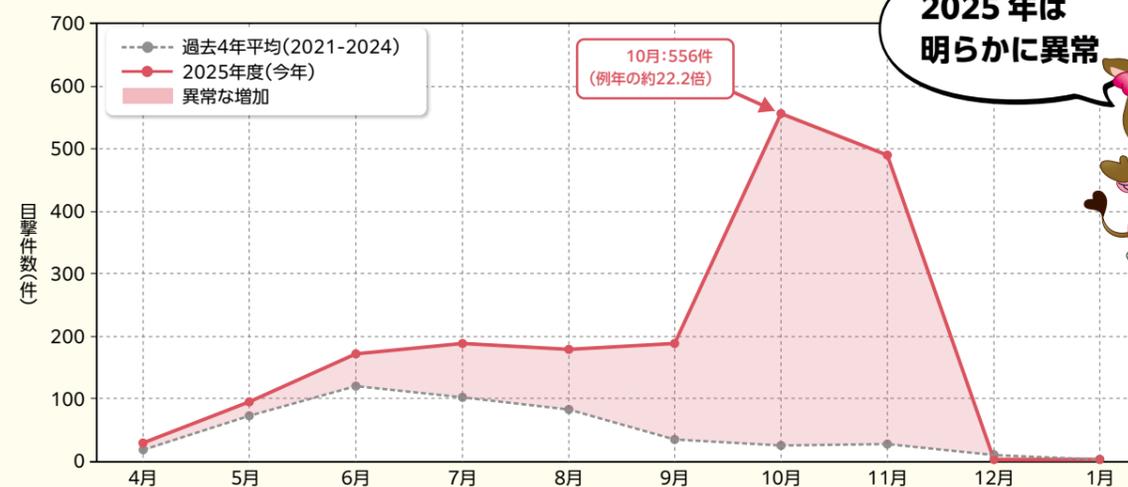
春のクマ対策～出沒に備える～



春は冬眠明けのクマが行動を活発化させ、人里や農地周辺での目撃が増える時期です。近年は被害対策が進み、農作物被害は抑えられている一方で、目撃件数は増加傾向にあります。

出沒=被害ではありませんが、万が一に備え、正しい知識と冷静な行動が欠かせません。そこで、春に注意したいクマの行動特性などポイントを紹介します。

福島県クマ目撃件数の月別推移



2025年は
明らかに異常



※全国の捕獲頭数は10,000頭を超え、福島県でも1,000頭を超えた



クマの出沒は、特別な年だけの出来事ではなく、毎年繰り返されています。大切なのは、目撃情報に過度に不安を感じるのではなく、正しい知識を身につけ、落ち着いて行動することです。

JAでは、職員研修や専門家の知見を生かし、組合員とともに安全確保に取り組んでいます。

今日から対策 チェックリスト

畑・農地

- 収穫残さや農作物を畑に放置していない
- 電気柵・ネットに破損がないか確認した
- 朝夕の作業時は、周囲を確認してから入っている
- ラジオや鈴で人の気配を伝えている
- 単独作業を避け、複数人で作業している

もしもの備え

- クマの出沒情報を定期的に確認している
- 危険を感じたら、無理をせず作業を中止する
- 家族や仲間と、緊急時の連絡方法を共有している



クマ対策を支援

JAでは、クマをはじめ有害鳥獣の被害対策として、電気柵や忌避剤などを各資材店舗・購買店舗で販売しています。

また、各市町村の取り組みに応じて、被害の情報提供、圃場の現地確認、追い払い花火の配付や事業申請の支援など行っています。

なお、福島県や農林事務所より案内いただいたクマなどの有害鳥獣被害対策情報について、コミュニケーションアプリ「JAコネクト」をはじめ各種SNSを通じて組合員の皆さまへ発信しています。



炊いて、食べて、わかるかな？ お米クイズに挑戦！



食農教育って？

「食」の大切さを伝える「食育」をパワーアップして、「食」を支える根本である農業に関する知識や経験を伝えるのが「食農教育」です。一般的な食育活動に加え、様々な農業活動を知って、体験して、これらが担う価値を学んでもらいます。

そうま地区



何の種類のお米が当ててみよう！



火を止めるタイミングをじっと見極めます



ダイコンの皮むきに挑戦中



そうま地区本部は、南相馬市立石神第二小学校で米の炊飯と味噌汁づくりを行いました。5年生の児童約30人が参加し、地域支援課の職員が講師を務めました。児童たちは2025年度、バケツ稲で「天のつぶ」を育て、米の生育について学んできました。授業では、「コシヒカリ」「天のつぶ」「福、笑い」「ひとめぼれ」「つや姫」「だて正夢」の6種類の米を班に分かれて炊きました。炊き加減を真剣な表情で観察し、火を止めるタイミングを見極めました。ぶくぶくと沸騰し、香ばしい匂いがしてきたら火を止めるサインです。炊いた米は、色味や粘り気、甘みなどの特徴を参考にしながら試食し、どのグループが何の種類のお米を炊いたかクイズを行い盛り上がりました。児童は自分たちで炊いたご飯と味噌汁を頬張り、「上手くできたと思う」と笑顔を見せました。

イベント名 米炊飯と味噌汁づくり
開催日 2026年2月13日
開催場所 南相馬市立石神第二小学校



J-FAPサクラの出荷を初めてやってみました。

J-FAPメンバーが「色々なことに挑戦します」

vol. 25



まいこ 真依子

J-FAPの真依子が初めてサクラの出荷を体験しました。生産者の菅野隆一さんに教えていただきました。菅野さんは福島市でボケやロウバイ、サクラなどさまざまな花木を栽培しています。まずはサクラの木から出荷する枝を切り落とします。ノコギリで切るには少し力が必要です。切った枝は作業場で長さをそろえます。1mの棒を使って電動のはさみで切り揃えていきます。水に浸かる根元の部分はきれいに芽を取り除きます。機械で5本ずつ結束し、温室へ移動。温室の中にはたくさんの種類の花木がありました。花の色を鮮やかにするためにしっかりと温度を管理し、出荷するまで20日程度保存するそうです。高品質の花木を出荷するためにきめ細やかな作業や管理がされていることが初めてわかり、とても驚きました。福島市のサクラをたくさんの人に楽しんでもらえたら嬉しいです！



生産者：菅野隆一さん(福島地区)



左：電動のはさみでサクラの枝を切り落とします
右：出荷できる状態になるまで温室で管理します



JAふくしま未来の農畜産物PR隊「J-FAP」が生産者の方々に教えてもらい、初めて色々なことに挑戦します！



誌面では見られない撮影風景はこちらから！

YouTube「みらいろチャンネル」
詳しいチャレンジ動画を公開中！





▲あいさつする馬場福島市長



▲意見交換を行う市町村長とJA役職員

福島地区とそうま地区の首長が集う

市町村長意見交換会

1月29日・2月10日

福島地区管内市町村との意見交換会を開き、福島市の馬場雄基市長や川俣町の藤原一二町長、JA役職員ら17人が参加しました。地区の農業生産振興支援事業やJAの子ども向け食農教育事業などの取り組みが報告されました。また、クマによる農作物被害や高温渇水への対策についても活発な意見を交わしました。

そうま地区管内2市1町1村の首長と意見交換会を開きました。門馬和夫南相馬市長や阿部勝弘相馬市長、大堀武新地町長、杉岡誠飯館村長、JA役職員ら19人が出席し、地域農業振興や担い手支援について意見を交わしました。市町村長は、園芸品目の振興や生産者の農業所得向上における支援を求めました。



活動の促進と交流を図る

1月24日

そうま地区女性部組織活動体験発表・生活文化活動発表体験

そうま地区本部と女性部そうま地区本部は、相馬市の相馬中村総合研修センターで第10回女性部組織活動体験発表・生活文化活動発表大会を開き 部員221人が参加しました。

大会では、生活文化活動発表では大正琴発表4組と、全14演目のダンスや民謡歌などを披露しました。大正琴の息を合わせた音色は会場を魅了し、この日の為に練習したダンスや民謡は大いに会場を盛り上げ、活動の促進と交流を図りました。



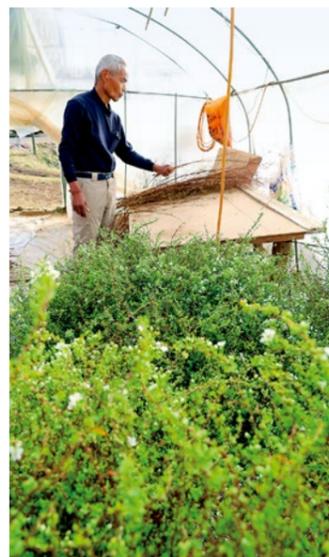
▲会場を盛り上げる部員

出会いと別れに花を添える

ユキヤナギ「雪うさぎ」出荷始まる

1月30日

ユキヤナギ「雪うさぎ」の出荷が始まりました。ユキヤナギは枝垂れた枝にたくさんの白い花を咲かせます。控えめですが個性を出せるため、卒業式や入学式の時期に需要がある花です。福島市で20年以上ユキヤナギを栽培する高橋守保さんは「ユキヤナギは可愛らしく、名脇役になる花。多くの人に魅力を知ってほしい」とPRしました。



▲ユキヤナギの出荷作業を行う高橋さん



▲ゆうやけベリーをPRする三津間組合長④



▲三津間組合長④からイチゴを受け取る来店者

農産物をPR

初場所優勝力士へあんぼ柿贈呈

2月12日

JAグループ福島は、大相撲初場所ので優勝した大関、安青錦関に県知事賞の副賞の県オリジナル米やあんぼ柿など県産農産物を贈りました。安青錦関は感謝の言葉を述べ「たくさん食べて、また皆さんに会えるように1つ上を目指して頑張ります」と力強く語りました。JA福島五連の原喜代志会長とJA三津間一八組合長らが東京都江東区の安治川部屋を訪ね、米俵のレプリカなどを手渡しました。



▲あんぼ柿を手渡す三津間組合長（左から2番目）

みらい百彩館んめ〜べ

「ゆうやけベリー」トップセールス

1月24日

農産物直売所「みらい百彩館んめ〜べ」で県オリジナル品種イチゴ「ゆうやけベリー」のトップセールスを実施しました。

福島県の佐藤宏隆副知事、三津間一八組合長、そしてゲストとしてミスピーチキャンペーンクルーの櫻井恵理さんが出席し、イベントを盛り上げました。三津間組合長は「生産者や生産面積も拡大してきており、これからより多くの消費者の皆様手に取っていただきたい」とPRしました。

また、来場者の先着50人には、「ゆうやけベリー」と県産イチゴの食べ比べセットが手渡され、参加者はその味の違いや魅力を楽しみました。



今夏から稼働

国見共選場引渡式

2月5日

国見共選場に新たな桃の共選設備が完成しました。新たな設備は4レーンから3レーンになりましたが、スピードが上がったことに加え、長いレーンに人員を多く配置でき、選果の効率化を実現しました。引渡式には、三津間一八組合長や阿部亭建設委員長ら約20人が出席。新設備を見学しながら意見を交わしました。



▲新たな共選設備を見学する出席者

猛暑乗り越え販売額28億円維持

2025年度伊達地区きゅうり生産部会栽培出荷反省会

2月10日



伊達地区きゅうり生産部会は、2025年度のキュウリ販売額が約28億6,000万円となり、記録的な高温や水不足に悩まされながらも、前年度と並ぶ好成績を収めました。福島市で開かれた反省会で報告され、出荷数量は6,884トン、販売単価は417円と、いずれも前年度比100%でした。猛暑の影響で草勢維持が課題となりましたが、適切なかん水や追肥などで生育を確保。来年度に向けては、土壌分析やかん水設備の導入、病虫害対策の徹底などが提案されました。



▲あいさつする佐藤清和部会長



▲千本杵でもちをつく生徒

高校生と女性部員が交流

あだち支援学校もちつき交流会

1月23日



福島県立あだち支援学校高等部と安達地区本部は、もちつき交流会を開きました。高等部の1～3年生31人と女性部員、教員やJA職員が参加しました。伝統的な手法である千本杵を使ってもちをつき、出来上がったもちは好きな形に丸め、きなこやあんこをかけて女性部員と一緒に味わいました。参加した生徒は「自分たちでついたからとてもおいしい」と笑顔で話しました。

二本松市の布沢集落

豊かなむらづくり 顕彰を受賞

2月5日



二本松市にある布沢集落が、福島県と福島民友新聞社が主催する2025年度「豊かなむらづくり顕彰」に選ばれました。布沢集落は、「東和の布沢棚田」を舞台に、コメの生産や芸術祭の開催などに取り組み、地域の活性化に寄与しています。JAと協力して小学生に食農教育も実施しています。集落の菅野正寿代表は「活動を長く続けていくために集落を応援してくれる人を増やしたい」と話しました。



▲布沢集落の菅野代表ら

福島市立庭坂小学校

育てたお米を子ども 食堂へ寄贈

1月28日



福島市立庭坂小学校は、児童や地域住民とともに育てた米を、地元の子どもの食堂2カ所に寄贈しました。

活動は今年で6年目となり、地元生産者でJAの組合員6人も協力しています。

贈呈式には、子ども食堂「ゆきうさぎ広場」を運営する特定非営利活動法人シェア・ラブ・チャリティの会の菅野良二理事長と、「みんなの孫子老（まごころ）食堂」を運営するNPO法人まごころサービス福島センターの須田弘子理事長が出席し、児童から目録を受け取りました。



▲寄贈する児童



▲あだち地域農業振興大会

地域農業の未来を学ぶ

あだち地域農業振興大会・ そうま地区稲作振興大会

2月7日・2月10日



あだち地域農業振興協議会は、本宮市のサンライズもとみやで第26回あだち地域農業振興大会を開きました。生産者や行政関係者、JA役員など181人が出席し、気候変動への対応や持続可能な農業について理解を深めました。

講演では、福島地方気象台調査官の桜井美菜子さんと、公益社団法人流通経済研究所の常務理事・主席研究員である折笠俊輔さんが講演し、環境配慮と経営の両立、流通を含めた持続可能な農業の考え方を示しました。

そうま地区稲作部会は、南相馬市の鹿島農村環境改善センターで稲作振興大会を開きました。大会には福島県相双農林事務所や管内の市町村、JA全農福島、東北税理士会、県立相馬農業高等学校の生徒、生産者約150人が参加しました。2025年度産米は高温・多照で収量が増え、品質への影響も少なかったと報告されました。2026年度産米については、持続可能な価格での取引や複数年契約による加算金の検討も進められます。また、土壌分析や高校生による高温対策資材の研究発表も行われました。



▲そうま地区稲作振興大会

春の味覚

「タラの芽」出荷開始

2月5日



安達地区やさい部岩代支部タラの芽生産部会では春の味覚「タラの芽」の出荷が始まりました。タラの芽の栽培を始めて18年目を迎えた山崎清典部会長のハウスでは、1月下旬から収穫が始まりました。約50aの圃場でタラの芽を栽培している山崎部会長は「ほろ苦さが特徴のタラの芽を食べて、冬場にたまった毒素を流し、春をいち早く感じてほしい」と話しました。タラの芽の出荷は3月下旬にピークを迎え、4月下旬まで続く見込みです。



▲タラの芽の収穫をする山崎部会長

SDGsにつながるアイデアを

もったいないコンテスト

2月6日



女性部伊達地区本部が開いた作品展「私たちの作品見に来てくだ祭」で第3回もったいないコンテストが行われました。手芸部門と今年初めてとなる料理部門でSDGsや地域貢献につながる作品やレシピを募集し、25点の応募がありました。大賞には、保原地区の畑英子さんがヘコ帯を使って制作したブラウスが選ばれました。



▲もったいないコンテストで入賞した畑さん（右から3人目）ら

今月の
栽培講座
水稲の育苗管理

高品質・良食味の米づくりは健全な苗づくりから

播種前の準備

1. 塩水選 (購入種子でも塩水選を実施する)

- ① 「塩水濃度の目安」で塩水選を実施し、もみの粒揃いを良くする。(充実種子の確保)
- ② 塩水選中の種子は、強くかき混ぜず、静かにていねいに扱う。

塩水濃度の目安 (水10リットル当りの量)

区分	比重	食塩 (99%以上)	硫酸 (21%)
うるち	1.13	2.1kg	2.7kg
もち	1.10	1.6kg	2.0kg

2. 水洗

- ① 水洗は数回すすぐ程度とし、薬剤を流さない。

3. 種子消毒

- ① 未消毒種子は、もみ枯れやばか苗対策のため農薬消毒を実施する。
※消毒済種子は、モミガードC・DF (もみ枯細菌病対策) を使用しています

【使用上の注意事項】

- ※浸漬に使用した水は、河川・湖沼・溜池には絶対に流さないでください
- ※特別栽培等を目的とする購入未消毒種子は、温湯種子消毒又はタフブロック等で処理する (地区毎に処理方法を確認)

4. 浸種

- ① 水量は種子量の2倍以上とする。
- ② 水温13℃で10日間を目標に積算温度で130℃まで浸種する。(日向の温かいところ)
- ③ 最初の3日間程度は水を換えず、その後は1～2日おき、後半は毎日水を換える。「水換え」は酸欠を防ぎ、発芽抑制物質を流し出す。
- ④ 吸水ムラがないよう1袋4kg程度の小袋にし、袋の位置交換をまめに実施する。水温が高いと吸水ムラ、発芽ムラにつながり、苗揃いが悪くなる。また、水温10℃未満と低い場合は、十分な吸水が行われないので浸種環境に注意する。

5. 催芽

- ① もみ枯細菌病、ばか苗病予防のため温度は28℃以下とし、芽の伸ばし過ぎに注意する。
- ② 芽を少し (ハト胸状態) 出させ、発芽を揃える。

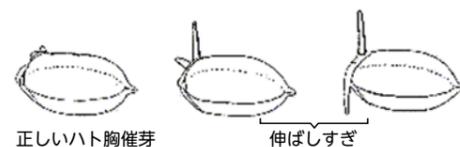


図1 正しいハト胸催芽

※発芽・生育・収量・品質を安定させるために、種子更新は毎年行いましょう!

◎令和8年産についても、JAへの出荷をお願い致します。

※天候により生育状況が変わる場合がございます

農業に携わる女性を紹介!

あぐり
すまいる

-vol.26-



大変より
楽しいが
勝つ

Profile

安達地区/本宮市荒井

菊地 美穂さん(39)

●キュウリ、春菊 ※就農予定



▲春菊を収穫する菊地さん



▲後藤さんと楽しく農作業

農作業が楽しい

以前は会社員でしたが、その時と比べてとても楽しいです。強いて言えばキュウリの誘引作業は苦手ですが、とにかく農作業全部が楽しい。
農業を生業とするには体力とやる気が何よりも必要ですが、就農してからは安定した出荷を目指していきたいです。

研修で栽培技術磨く

「土地を余すのがもったいない!」という気持ちから農業の道を選びました。祖父が米農家ということもあり、抵抗なく始めることができました。現在は同じ地元の先輩農家である後藤清太郎さんのもとで研修をして栽培技術を学んでいます。

DXって何？JAがまず大切にしたいこと

こんにちは。DX推進課の佐藤です。今回から隔月で、DX推進課の取り組みや考え方をお伝えします。

最近、「DX」という言葉を耳にする機会が増えました。「難しそう」「自分には関係ないのでは」と感じる方もいらっしゃるかもしれません。

まずお伝えしたいのは、DX推進課は何かを一方的に変えたり、出来る人を前提に物事を進めることを考えていないということです。DXとは、農業や日々の手続きが少しでも楽に分かりやすくなるよう、やり方を見直していく考え方だと私たちは捉えています。

従来の方法を大切にしながらも、より良い形を探していく。そのために、新しい取り組みにも少しずつ挑戦しています。その一例が、組合員向けアプリ「JAコネクト」です。情報共有をよりスムーズにすることを目的に、順次導入を進めています。

今後も、こうした取り組みの背景や考え方をお伝えしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。



導入を進める「JAコネクト」アプリ

DX通信



DX推進課（佐藤）

まずはできるところから

vol. 1

デジタルトランスフォーメーション

●お問い合わせは お近くの営農センターまで

Cows' Profile

名前

ありす号

生年月日

2020年9月16日

畜種

黒毛和種

性別

メス

畜産農家

安達地区／二本松市岳温泉
さとう しろう
佐藤 四郎さん(43歳)

自慢ポイント

共進会で名誉賞を受賞した牛です。
穏やかな性格と幅、深み、伸びを兼ね備えた充実した体つきが自慢のポイントです。

自己改革

～次代につなぐ日本一の産地づくりと仕組みづくり～

地域と共に“一歩先へ”
食と農のユートピア創造



vol.96 只今、実践中!!

土壤医検定試験の準会場を設置し資格取得に挑戦

「土壤医」とは、土壌の養分バランスやpH、物理性などを診断し、作物に適した施肥や土づくりについて助言する『土壌の医者』と言える資格で、一般財団法人日本土壤協会が主催する専門資格です。当JAでは職員の資質向上を目的に資格取得を奨励し、土壤医検定試験の準会場を設置しました。

当JAでは、肥料コストの低減や環境に配慮した農業の推進のため、2025年2月に土壤分析センターを設置しました。農家組合員から土壤分析結果について詳しい説明を求める声が高まっていることを機に、今年度は土壤医検定2級を13人、3級を48人の計61人が資格取得に挑戦しました。

また、受験する職員を対象に土壤医検定3級の既出問題を中心に試験の要点を分かりやすく解説した勉強用動画をYouTubeで限定公開し、学習をフォローしました。

担当者は「生産現場で土壤分析がもっと盛り上がるよう、積極的に活動していきたい」と話しています。



未来への心をつなぐパートナー“農をはぐくみ 地域をつなぐ”みなさまの評価・応援が私たちの力になります！

■JAふくしま未来実績（開催日／2月4日・5日）

単位:円(税込)

性	成立	平均価格	最高価格	最低価格	体重	kg単価	平均日令	前月価格	前月比
雌	78	744,418	1,007,600	561,000	295	2,523	290	721,974	22,444
去	68	893,556	1,039,500	694,100	333	2,683	285	845,795	47,761
計	146	813,879	1,039,500	561,000	313	2,600	288	793,711	20,168

■福島県家畜市場（開催日／2月4日・5日）

単位:円(税込)

性	入場	成立	平均価格	最高価格	最低価格	体重	kg単価	平均日令	前月価格	前月比
雌	285	285	728,875	1,007,600	282,700	294	2,475	291	715,158	13,717
去	319	319	875,000	1,073,600	492,800	329	2,661	286	827,423	47,577
計	604	604	806,050	1,073,600	282,700	313	2,578	288	776,782	29,268

■乳牛せり市場（開催日／2月18日）

単位:円(税込)

	成立	平均価格	最高価格	最低価格	体重	kg単価	前月価格	前月比
登録牛	2	231,000	232,100	229,900	0	0	237,600	-6,600
E T 和 雌	4	414,425	455,400	320,100	100	4,134	445,500	-31,075
E T 和 雄	5	462,880	495,000	448,800	107	4,342	516,588	-53,708
乳 雌 牛	1	28,600	28,600	28,600	58	493	0	28,600
乳 雄 牛	7	78,728	127,600	3,300	78	1,013	21,022	57,706
F 1 雌 (スモール)	45	181,916	237,600	110,000	78	2,342	151,835	30,081
F 1 雄 (スモール)	39	187,310	248,600	37,400	75	2,509	197,571	-10,261

乳和牛

せり情報





今日も
現場で。

FIELD
VOICE
[37]



飯坂支店ライフアドバイザー (LA)
さいとう あおい
齋藤 葵 さん(22歳)

渉外担当者歴2年目。
趣味：体を動かすこと、野球
好きな食べ物：肉

組合員からのコメント

葵君の組合員に寄り添った対応は最高です。熱意を持って仕事をしているのを感じるので、付いていきたいと思います。



常に前向きに

常にポジティブな考え方をしていると、自然と自分が目指しているところへ身体が勝手に動いてくる気がします。今年度も少しでも多くの方の役に立てるように頑張ります！目指せ2年連続全国表彰!!



イベント情報
2026.3月

ここら

北海道フェア
3月7日(土)～31日(火)
春彼岸フェア
3月17日(火)～22日(日)

月曜日・火曜日 ジュース特売日
火曜日 仕入れ品特売日
水曜日・木曜日 乳製品特売日
金曜日～日曜日 肉の日・米特売日
7がつく日 納豆の日

みらい百彩館 んめ〜べ

ギノー味噌試食販売
3月14日(土)～15日(日)
春彼岸花市
3月16日(月)～22日(日)
お客様感謝日
3月29日(日)

月曜日 んめ〜べの日
火曜日 牛乳の日
水曜日 たまごの日
木曜日 お米の日
金曜日 お肉の日
土曜日 お魚の日
0のつく日 納豆の日
8のつく日 パンの日



こらんしょ市

花市
3月15日(日)～22日(日)
焼いもまつり
3月28日(土)～29日(日)

月曜日 こらんしょ市惣菜の日
火曜日 牛乳の日
水曜日 A-coop商品の日
木曜日 お肉の日
金曜日 飲料水の日
土曜日 麺の日
日曜日 餅の日
10日 納豆の日

旬のひろば

春彼岸セール
3月17日(火)～20日(金)

月曜日 農協乳製品の日
土曜日・日曜日 土日セール



令和8年
春の農作業安全重点推進期間！
重点推進期間 令和8年3月1日～5月31日

農作業安全十訓

- 自分だけは大丈夫、そんなわけはあり得ない
- 何か起こればまずもって、エンジン停止と心得る
- 服装・保護具は全ての基本、何気ないひらひらタオルが大ごとに
- トラクター、シートベルトは命綱
- 夜道では、ないと追突反射材
- 通りみち、傾斜路・雑草・曲がり角
- 組での作業は合図を決めろ
- 暑いとき、水分・塩分・木かげで休憩
- ケイタイ携帯、居場所も言って
- 安全ルールはみんなで議論、黙って分かるは夫婦もない

農業で働いてみませんか

JAの福島地区、伊達地区では、労働力が必要な農家(求人者)と農業で働きたい方(求職者)をつなぐ「職業紹介事業」を行っております。労働力が必要な農家、農業で働きたい方、農業に興味のある方、みなさまからのご連絡をお待ちしております。

お問い合わせ 福島地区 JAふくしま未来 職業紹介所 TEL 024-554-5545
伊達地区 みらいアグリサービス(株) TEL 024-575-0148

営農指導員が教える!!

おいしい「イチゴ」の選び方

監修：伊達地区営農経済課 遠藤正崇



今月の農畜産物 イチゴ

全国のさまざまな産地でオリジナル品種の開発が進む「イチゴ」。JAふくしま未来の主力品種はイチゴの王様「とちおとめ」。福島県のオリジナル品種「ゆうやけベリー」も年々生産量が増えてきています。

旬の時期

1月～2月頃：寒い時期はじっくりと時間をかけて生育するため、甘味が強く濃厚な味わいが楽しめます。
3月～4月頃：甘味と酸味の両方を楽しめる味わいへと変化します。

保存方法

洗わずに保存しましょう。キッチンペーパーを敷いた容器にヘタを下にしたイチゴを重ねないように並べ、密閉せずに軽くラップをかけて野菜室で保存してください。食べきれない場合は冷凍保存も可能です。

選び方

果実全体が赤いものを選びましょう。果皮に張りやツヤがあり、ヘタは鮮やかな緑色で反り返っているのが鮮度の良い証拠です。糖度の低いヘタの部分から糖度の高い先端の部分に向かって食べていくと、最後までしっかりと甘みを感じ、よりおいしく食べることができます。

お知らせ

JAふくしま未来では農畜産物に加え、さまざまな情報をInstagramで毎日発信中♪ぜひフォローとイイねをお願いします!

ふくしま未来農業協同組合 @ja_fukushimamirai



女性部の かあちゃん 直伝料理

女性部
クッキング
NOKYO JOSEI-BU
COOKING

ふくしまの
「おいしい」「楽しい」
届けます!

「いか人参」と「いちご大福」

今回は八巻美穂子さんと毛利幸子さんが「いか人参」と「いちご大福」を紹介します。福島県の郷土料理のいか人参。年末年始の定番としても人気です。柚子やマヨネーズの味変やチヂミにするなどアレンジ様々です。いちご大福は家族のイベントなどに楽しく作ることができます!とっても簡単につくれっから皆さんも作ってみらんしょな〜い。

いか人参

材料 (4人分)

- ・人参 …… 300g (1・1/2本)
- ・スルメ …… 1枚
- ・酒 …… 100cc
- ・みりん …… 50cc
- ・醤油 …… 100cc
- ・砂糖 …… 大さじ1

作り方

- ①酒とみりんを合わせたものにスルメを刻んで一晩漬けます。
- ②①をザルに上げる。つけ汁は鍋に移します。
- ③つけ汁に醤油と砂糖を入れてひと煮たちさせます。
- ④③を冷まします。
- ⑤人参を短冊切りにします。
- ⑥④が冷めたら、スルメと人参を合わせて漬けます。

POINT

- スルメイカの硬さが均等になるように細くハサミで切ります。
- 人参はスルメと同じ太さに短冊切りにします。

いちご大福 (いちご姫)

材料 (8個分)

- ・白玉粉 …… 小さじ4
- ・砂糖 …… 小さじ4
- ・薄力粉 …… 80g
- ・食紅 …… 少々
- ・白あん …… 160g
- ・イチゴ …… 小8粒
- ・水 …… 180ml
- ・サラダ油 …… 少量

作り方

- ①食紅は少量の水で溶かします。
- ②ボウルに白玉粉に分量の水を少量入れて溶かします。
- ③砂糖、薄力粉、残りの水を入れて混ぜます。
- ④①を少しずつ加えて色づけをします。
- ⑤フライパンにサラダ油を薄くひき140度に熱します。
- ⑥④生地を大さじ1すくって直径7～8cmの円にひろげ両面を焼きます。
- ⑦白あんは8等分にして丸め、イチゴはへたを取らずに洗い水分をとります。
- ⑧焼いた生地が乾燥しないうちに中央に白あんといちごをおき、ひだを寄せるように包みます。



伊達地区 梁川総合支部
八巻 美穂子さん 毛利 幸子さん



人参はスルメと同じ太さに短冊切りにします。

動画公開中

YouTube 「みらいチャンネル」

詳しい調理動画を公開中!

mirairo art exhibition
みらいろ
 作品展
 (順不同)



今村 久子さん (伊達市保原町)



ナデシコさん (福島市)



橋 美知子さん (伊達市梁川町)



今野 廣子さん (南相馬市鹿島区)



浅野 不二男さん (桑折町)



YKさん (桑折町)



岡本 家子さん (南相馬市鹿島区)



加藤 洋子さん (二本松市)



佐藤 ヒサ子さん (伊達市保原町)



荒 操さん (南相馬市鹿島区)



紺野 幸子さん (南相馬市小高区)



山田 ひで子さん (伊達市保原町)



志賀 美津子さん (南相馬市原町区)



太田 雄子さん (相馬市)



大町 久子さん (伊達市保原町)



野田 好子さん (伊達市保原町)



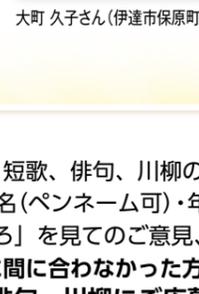
鈴木 恵美子さん (伊達市保原町)



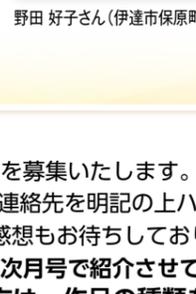
夜ふかしさん (国見町)



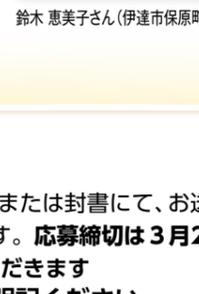
木谷 美喜子さん (伊達市保原町)



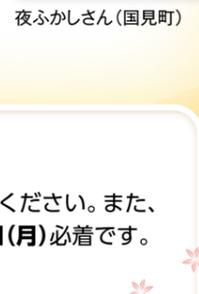
大町 久子さん (伊達市保原町)



野田 好子さん (伊達市保原町)



鈴木 恵美子さん (伊達市保原町)



夜ふかしさん (国見町)



絵手紙、短歌、俳句、川柳の作品を募集いたします。
 住所・氏名(ペンネーム可)・年齢・連絡先を明記の上ハガキまたは封書にて、お送りください。また、「みらいろ」を見てのご意見、ご感想もお待ちしております。**応募締切は3月23日(月)必着です。**
 ※締切に間に合わなかった方は、次月号で紹介させていただきます
短歌、俳句、川柳にご応募の方は、作品の種類をご明記ください。
 〒960-0185 福島県福島市北矢野目字原田東1-1 JAふくしま未来「みらいろ作品展」係

ご応募いただいた作品は、JAの農産物直売所で掲示させていただきますので、あらかじめご了承ください。

短歌・俳句・川柳

短歌

野鳥さん我家の野菜丸坊主
 ともうまいか真の花
 阿部京子さん (福島市)

朝寒や白鳥の群れ行く先に
 餌はあるのか声の消え入る
 大内由美子さん (南相馬市鹿島区)

この時期の解散なのか万歳を
 叫ぶ議員も空々しい
 佐久間 喜夫さん (二本松市)

春彼岸色とりどりの花々が
 泉下の吾子を癒しておりぬ
 空戸マリ子さん (福島市)

新年の祈りをのせて登りゆく
 一筋の煙春日の森に
 森谷悦子さん (福島市)

庭隅に今年も芽を出す福寿草に
 そとささやくお札の言葉
 斎藤ミエ子さん (二本松市)

家の前通る車が遠のいて
 これから私は眠りにつける
 高橋 己知子さん (二本松市)

雪道もデイサービスを送迎車
 安全運転感謝あるのみ
 二瓶 久子さん (福島市)

旅立つ子ホームで見送る親の目に
 一すじの光朝日差す
 菅野 久勝さん (二本松市)

凍てつ日タミラノに咲いた五輪花
 金銀銅のメダル輝く
 渡辺 絹子さん (福島市)

生きてると孫の手の中ねこやなき
 春の訪つれ気つかされる日
 西戸 妙子さん (伊達市)

グラントで友の漬け物美味しくて
 真似て見たけど今一の味
 池田トキノさん (南相馬市小高区)

一番首洗って染めたこの池に
 紺の制服浮草揺れて
 清水 義宏さん (相馬市)

息子の帰り待つ風の音が
 車の音に誤差
 佐久間 恵美子さん (二本松市)

猿たちの餌になるなり柿の木も
 これからタメと枝を切りサル
 佐藤 久吉さん (川俣町)

陽当りに福寿草咲きふくらと
 ふきのとうの芽染しみの春
 佐藤 恵子さん (川俣町)

湯の町に傘にはぼぼそ雲かな
 深澤 隆利さん (桑折町)

初夢や大吉の夢夢にみて
 夏山 繁樹さん (福島市)

犬連れて人とふれあい冬日和
 鈴木 光子さん (伊達市保原町)

北の空半田おろしにけむる雪
 佐藤 文子さん (伊達市保原町)

西の窓映る夕陽や日脚伸ぶ
 志賀 方次さん (南相馬市原町区)

四季の里無風の空に冬花火
 阿部 勝香さん (福島市)

淡雪のふはり留まる老いの肩
 小田 慶喜さん (明石市)

川柳

孫たちと飛び跳ねながら春祭り
 小田 和子さん (明石市)

気がつけば石の隙間に福寿草
 野地 美和男さん (二本松市)

赤梅の枝に小鳥が集り平和を願っている
 佐久間 恵美子さん (二本松市)

冬コタツ膝のいたみをやはらげる
 須賀 深子さん (伊達市保原町)

寒いけど水がほしいと冬野菜
 梅村 チヨ子さん (南相馬市小高区)

腰まげてグラントゴルフ八十路坂
 安部 雅子さん (二本松市)

弥生月梅の花咲き鳥が来る
 松坂 義秀さん (南相馬市原町区)

野も我も待に待たし雨水かな
 斎藤 宏二さん (福島市)

春の風ウキウキ旅の空
 平間 勝成さん (南相馬市原町区)

又来いよ白鳥さんに御守りを
 佐野 敏雄さん (伊達市梁川町)

旦那より姿勢がよくなるコルセット
 市山 カツエさん (国見町)

卒業式恩師と友となみだ雨
 今野 純子さん (新地町)

十五年原発見えず明日の風
 志賀 美恵子さん (郡山市)

ガツポーズ散声とどろく銀世界
 鴨原 美智子さん (二本松市)

食べたいが引いても裂けぬ菓子袋
 遠藤 ゆうこさん (二本松市)

親子熊行き場失しない牙をむく
 南エツ子さん (桑折町)

ヤバすぎる雪も選挙も想定外
 豆仁丹さん (南相馬市鹿島区)

物価高暮らすしわよせこかしこ
 藤原 ゴムまりさん (南相馬市原町区)

ひい孫の呼び声高く畑まで
 安齋 健壽さん (福島市)

福寿草ひと芽ふやして春を待つ
 阿部 カツ子さん (福島市)

何よりも政治の安定望むなり
 渡邊 等さん (国見町)

前むきにやるしか無いよひのえうま
 佐藤 良子さん (本宮市)

りくりゆうヘア逆転劇に涙あり
 山本 松太郎さん (本宮市)

いつ来ても同じ話をしてく老友
 梅津 朝雄さん (福島市)

厚化粧カメラ正直しわ無数
 廣田 ミサ子さん (福島市)

だめだよと分かっても飲む薬
 倉島 キヨ子さん (福島市)

伸びすぎたスモウトリ草と相撲とる
 梅津 和子さん (福島市)

スパーも値上げ値上げで忙しい
 加藤 正敏さん (福島市)



2

Simple Cake こいずみ

人気のシフォンケーキのほか、クッキー、プリン、ケーキなど甘い香り漂う多種多様な洋菓子を取り揃えています。

施設情報 住所 ▶ 南相馬市原町区 本町2-58
 営業時間 ▶ 10:00~18:00
 定休日 ▶ 日曜日・月曜日
 TEL ▶ 0244-23-3955



外観もシンプルで整っているお店!



1

お酒とごはん はなぞの

魚料理が際立つ和風居酒屋と定食屋の二面性を持つお店。厚切り刺身や香ばしく焼き上げた焼き魚が自慢で、どの料理も丁寧に仕上げられています。和の温かさを感じられる空間に包まれます。

施設情報 住所 ▶ 南相馬市原町区 国見町3-18-25
 営業時間 ▶ 昼11:00~14:00 (L.O.13:30) 夜18:00~22:00
 定休日 ▶ 日曜日・祝日
 TEL ▶ 0244-32-1553



おでかけエリア



当JAの支店職員が地元のおすすめスポットやお店などを紹介します。今回は原町支店の職員が管内を散策しました!

みらいマップ

そうま地区
原町地域

3

南相馬市博物館

広大な東ヶ丘公園の中にあり、相馬野馬追祭場の東側に位置しています。相馬地方の伝統である国指定重要無形文化財「相馬野馬追」をはじめ、南相馬を中心に自然・歴史・民俗をテーマとした展示を行っています。

施設情報 住所 ▶ 南相馬市原町区 牛来字出口194
 開館時間 ▶ 9:00~16:45
 休館日 ▶ 毎週月曜日 (月曜日が休日の場合は翌平日)・12月29日~1月3日
 TEL ▶ 0244-23-6421



組合員・地域住民との
接点強化対策として、「支店協同活動」の
実践に積極的に取り組んでいます！



- 食べて応援! 作って応援! -



▲原町西支店お客様感謝デー

お客様感謝デー
来店者に日頃の感謝を込めて、管内の旬の農産物や日用品などをプレゼントしています。
※開催日、内容は支店により異なります

支店だより
各支店や地区ごとの情報を職員による手書きの紙面で、広報紙「みらいろ」と共に配布しています。より地域に密着した内容で、ご好評いただいております。

JAふくしま未来の支店協同活動
・毎月発行の、地域に密着した「支店だより」
・お客様感謝デーの開催
・農業応援団づくり「組合員のつどい」
・JA閉鎖施設「未来館」を活用した地域貢献活動



▲吾妻地区「組合員のつどい」手作り味噌

組合員のつどい
組合員を対象に、JAや農業をより身近に感じてもらおう交流の場です。特に、「体験型食農教育」へ力を入れ、全支店での開催を目指し取り組んでいます。

「未来館」活用
拠点再編で閉店した空き店舗を未来館として活用し、女性部の健康教室、「子ども食堂（みんなの食堂）」などを開き地域の居場所づくりを行っています。



「みらいっ子」では、希望者の方を対象に公式YouTube「みらいチャンネル」への投稿および公式「Instagram」に掲載いたします。



📷 福島地区



📍 飯坂支店

木村 壮宏さん、美季さんのお子さん

ずっと1番の味方だよ!

📍 宏弥くん(4歳)

📍 季弥くん(7ヶ月)

📷 そうま地区



📍 飯館支店

大和田 諒さん、裕日子さんのお子さん

📍 律くん(5ヶ月)

これからも元気にすくすく育ってね!

元気にすくすく!



📷 安達地区



📍 本宮支店

矢吹 市郎さんのひ孫さん

幸せいっぱいの日をありがとう!!

📍 ともひさ 横田 智久くん(3歳)

📍 まさ たか 横田 正敬くん(1歳)

📷 伊達地区



📍 梁川支店

佐藤 穂高さん、恵さんのお子さん

📍 たいら 平くん(1歳)

📍 ひじり 聖ちゃん(5歳)

ずっと仲良く笑顔でいてね

私の食育日記



塩こうじを活用しよう

食育インストラクター 岡村麻純

2歳になる息子の塩分摂取量の目安は3g未満で、成人男性の7.5g未満、成人女性の6.5g未満と比べると少ないです(厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2020年)」より)。食事を大人と同じ味付けにしてしまうと塩分が多過ぎるので別に用意しています。しかし、あまり手間はかけられないこともあり、そんなときに大活躍してくれるのが塩こうじです。

塩こうじとは、米こうじという菌と塩を混ぜて発酵させた調味料です。肉や魚にほんの少し塩こうじを塗ってしばらく置き、さっと拭いて焼くだけで簡単に子ども向けの一品ができます。また、塩こうじには肉を軟らかくする力があるため、歯が未熟な子どもの食事にはありがたい存在です。

こうじ菌が出す酵素であるアミラーゼには、でんぷんをグルコース



入などに分解する力、プロテアーゼにはタンパク質をアミノ酸に分解する力があります。この力によって肉が軟らかくなり、さらに分解されたアミノ酸がうま味へと変化しおいしさが増します。こうじ菌は日本人に好まれ、古くから利用されてきました。ちなみに、塩こうじと同じくこうじ菌によって発酵させているものに、みそやしょうゆ、日本酒などがあります。こうじ菌を使った調味料には同じように肉を軟らかくする力があるため、みそやしょうゆなども漬け込み料理で簡単に一品ができます。

塩分は大人が考えるより少量でも、子どもにとっては十分おいしく感じます。塩こうじの量を調節すれば、薄味で塩分控えめに、しかし、塩だけで調理するよりも味に深みが出ます。大人向けにも塩こうじでローストポークや鶏ハムを作ったり、野菜スープに加えたり、パンを焼く際に塩の代わりに使うなど、さまざまなレシピに活用できます。

今は市販の塩こうじで調理していますが、いつかは子どもと一緒に塩こうじそのものを作ってみたいと思っています。

梨の剪定と

福島市庭坂の風景



ドローンで見る
ふくしま未来

61

〈福島地区（福島市庭坂）〉

福島市の特産品である「梨」。その中でもV字ジョイント栽培という栽培方法での剪定作業です。奥に見える吾妻小富士の山肌には雪がうさぎの形に見える「雪うさぎ」が確認できます。

<https://www.ja-f-mirai.or.jp/link/drone>
JAふくしま未来ドローン動画集 検索

ホームページで動画もご覧いただけます。



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6日 ふくしま未来農業協同組合
代表理事組合長 三津間 一八

最近、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・利用者の方々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ない課題として、マネー・ローンダリングおよびテロ資金供与対策（以下「マネロン対策」）の重要性が益々高まっています。マネロン対策並びに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もあります。

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、お客様の大切な財産を金融犯罪からお守りするために、マネロン対策並びに金融犯罪対策の取組みを重要な経営課題と位置づけて、一層力を入れて取り組むことといたします。

このたび、当組合金融部にマネロン・金融犯罪対策リーダーを設置し、組合全体として更なる取組みの定着化・高度化を図ってまいります。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のうえ、組合員・利用者の方に安心して当組合を利用いただけるよう取り組んでまいります。

組合員のみなさまへ

組合員資格確認のお願い

JA定款規定により、組合員加入申込時の提出書類記載事項に変更があった場合や、組合員資格に変動等があった場合は、その旨を届けていただくことになっています。つきましては、組合員資格・氏名・住所・電話番号等の届出事項に変更・修正があった場合は、支店へお申し出いただけますようお願いいたします。

当組合の組合員資格

●正組合員資格

- (1) 農業を営む個人であって、その住所又はその経営に係る土地又は施設が当組合の地区内にあるもの
- (2) 1年のうち30日以上農業に従事する個人であって、その住所又はその従事する農業に係る土地又は施設が当組合の地区内にあるもの
- (3) 農業を営む法人（その常時使用する従業員の数が300人を超え、かつ、その資本の額又は出資の総額が3億円を超える法人を除く）その事務所又は、その経営に係る土地がこの組合の地区内にあるもの

●准組合員資格

- (1) 当組合の地区内に住所を有する個人で、当組合の事業を利用することが適当と認められるもの
- (2) 当組合から事業に係る物資の供給又は役務の提供を1年以上継続して受けている当組合の地区内に勤務地を有する個人であって、引き続き当組合の事業を利用することが適当であると認められるもの
- (3) 当組合から事業に係る物資の供給又は役務の提供を1年以上継続して受けている当組合の地区外に住所を有する個人であって、引き続き当組合の事業を利用することが適当であると認められるもの

家庭菜園

あなたも
チャレンジ

JAの営農担当者監修のもと、「これから野菜をつくってみたい!」と考えているみなさんに役立つ情報をお届けします!

第1回は、「オクラ~密植栽培で生長を抑えて柔らかい実を楽しむ~」です。

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。

step 01 品種

「アーリーファイブ」、「ピークファイブ」、「ブルースカイ」などの五角種や、大きく育っても堅くなりにくい丸さや種の「ヘルシエ」、「みどり丸ノ助」などがあります。

step 02 畑の準備

植え付け2週間前に1㎡当たり苦土石灰100g程度を散布して耕耘(こうん)しておきます。次に、1週間前に化成肥料(NPK各成分10%)200g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。

step 03 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います。地温が15℃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、1cmほど覆土して軽く鎮圧します。種は堅く吸水しにくいので、一晩水に漬けてからまくと良いでしょう。



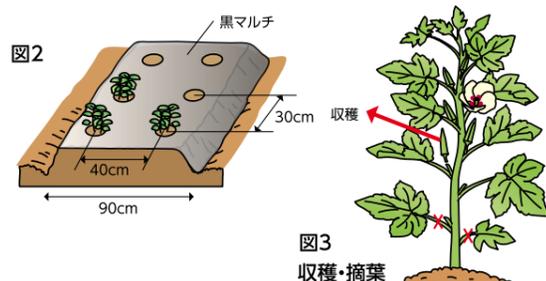
栽培カレンダー(オクラ)

	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

step 04 管理

2条植え(またはじかまき)では条間約40cm、株間約30cmとし、本葉2、3枚の間引きをしていない苗を植え付けます(図2)。じかまきでは本葉2、3枚のときに間引いて4本残します。追肥は、1回目の収穫の開始時期に1㎡当たり化成肥料30g、それ以降は月2回、1回当たり1㎡当たり50gを与えます。マルチ栽培では、マルチをめくって畝の両側に化成肥料を散布します。収穫ごとに着果した節の下の葉1、2枚を残し、その下の葉を取り除きます(図3)。摘葉は通風、採光が良くなり側枝の発生と着果を促します。

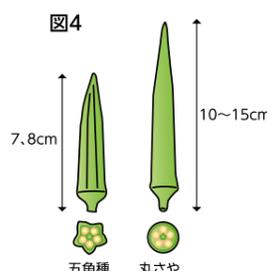


step 05 病害虫防除

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。

step 06 収穫

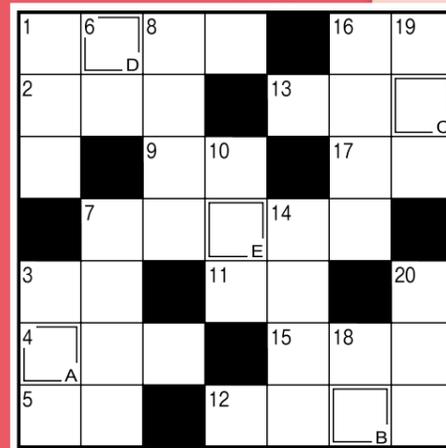
開花後7~10日の若いさやを、五角種は長さ7、8cm、丸さや種は長さ10~15cmで収穫します(図4)。日照不足や低温が原因で、実に米粒大の突起物ができる「いぼ果」となる場合がありますが、食べても差し支えありません。



※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

クロスワード パズル

並べてできる言葉は何でしょうか?
二重マスの文字をA~Eの順に



→ヨコのカギ

- 1 ナノハナと呼ばれることもあります
- 2 ——は清流仕上げを御覧じろ
- 3 若いメンドリが生んだものには二つ入っていることも
- 4 桜が咲く時期ならではのレジャー
- 5 竿や糸、針を使って楽しめます
- 7 津軽、関門、ドーバーといえば
- 9 セロリやミツバは——科の野菜です
- 11 うわ、服にコーヒーの——がついちやった
- 12 北口榛花選手の専門種目
- 13 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
- 15 ——転換しようとして散歩に出た
- 16 田植えに向けて育てます
- 17 酔っぱらって巻く人もいます

↓タテのカギ

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

〒960-0185 福島県福島市北矢野目字原田東1-1
JAふくしま未来「広報誌クロスワードパズル」係

応募締切
3月23日(必着)

宛先 官製ハガキに、①パズルの答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥職業 ⑦電話番号 ⑧JAや広報誌に関するご意見、ご要望、地域の話題等を記入の上、上記の宛先までご応募ください。

記載された個人情報は、賞品の発送以外の目的には使用いたしません。当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。



正解者の中から抽選で「みらいろオリジナルグッズ」を10名様にお送りさせていただきます。

先月号の答え

チ ラ シ ズ シ

JAふくしま未来の概要

	令和8年1月末現在
組合員数(正)	45,493人
〃(准)	48,737人
役員数	52人
〃監事	8人
職員数	980人
准職員数	202人
出資金	17,103百万円

事業実績

購買品供給高	8,995百万円
販売品販売高	30,352百万円
貯金高	761,779百万円
貸付金高	255,701百万円
長期共済保有高	2,309,056百万円

編集後記

3月1日より新年度が始まり、広報誌「みらいろ」はデザインを一新して、よりスタイリッシュに生まれ変わりました。新企画「食農教育って!」や「営農指導員が教えるおいしい「農畜産物」の選び方」など、役立って楽しく、読みごたえのある情報を多数掲載しています。皆さんにもっと楽しく読んでいただける広報誌を目指し、今年度も内容を充実させてお届けしてまいります。広報課一同よろしくお願いたします。(中野)



理事会報告

第12回理事会

日時 / 令和8年1月30日(金)
場所 / JA福島ビル10階 1001会議室

協議事項

- 議案第1号 農畜産物損害賠償請求における長期振込不能事務処理要領(案)について
- 議案第2号 令和8年度事業計画(案)について
- 議案第3号 野田支店・吾妻営農センター(野田資材店)の建設計画並びに建設委員会設置について
- 議案第4号 情報セキュリティ規程等の廃止および新設について
- 議案第5号 令和8年度内部監査計画について

もふもふ日和

犬・猫だけでなくペットの写真を募集しています。



こうめちゃん ガロくん
二本松市上川崎 うめちゃんさん
毎日 お家の中で ひなたぼっこ



おやつちょうだい！
南相馬市原町区 みよちゃんさん
散歩の途中で用を足すと、『おやつくれ』と顔で訴えてくる、愛犬なつです。



チョコとモナカ
福島市庄野 ゆきえさん
初めての冬、もふもふでよかったね。だんだん暖かくなるよ。



大きなネコにびっくり
南相馬市原町区 ムラさん
テレビに動物が写ると気になっていつもすぐ台の上に行くので…バチリ



クロとネック
伊達市梁川町
おくちゃんの嫁さん
最近寒くなってきたて仲良く2匹でぬくぬくおねね中。



お前は菜々緒かっ。笑。
福島市飯坂町 こうくんさん
ビーンと綺麗に伸びたV字のおみ足。



掲載された方には、粗品をプレゼントします♪

締切

2026年
3月23日月



投稿方法

読者の皆様から、愛するペットの写真を募集しています。郵送または 応募フォームのいずれかの方法で撮影した写真をお送りください。

便せん、または応募フォームに

- ①氏名 ②ペンネーム ③住所
- ④電話番号 ⑤ペットの種類
- ⑥ペットの名前 または 写真のタイトル
- ⑦写真の簡単な説明 (30字程度) を明記してください。

※一人1枚のみ
※写真は、概ね3ヶ月以内に撮影したものを
ご応募ください

●紙面の都合上、掲載枚数には限りがございます
ご了承ください。
●投稿の際の個人情報は、広報誌への掲載並びに
広報に関する以外には使用いたしません。

投稿
大募集中♪



「JAふくしま未来ホームページ」へアクセスし、応募フォームへ必要事項を入力の上、写真を1枚添付しご応募ください。



郵送する際の宛先はコチラ▼

〒960-0185 福島県福島市北矢野目字原田東1-1
JAふくしま未来 広報課「もふもふ日和」係

