

農をはぐくみ地域をつなぐ

みらいろ

5月号 2026
vol.123

未来への心をつなぐパートナー

特集

- 1 農産物直売所を紹介
- 2 令和8年度入組式
- 3 農畜産物PR隊J・F・A・P 第6期始動



02 若い力—表紙の人—
04 特集

- ①農産物直売所を紹介
 - ②令和8年度 入組式
 - ③農畜産物PR隊J-FAP 第6期始動
- 08 J-FAP水稲の育苗管理を初めてやってみました
09 食農教育って？
10 みらいのトピックス
14 あぐりすまいる
15 栽培講座
16 私の自慢の一品／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 みらいのエル／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

一言では表せないほど、 難しく面白い

■遊び心も大切に
会社員を経て、実家の農業を継いで就農し、スナップエンドウを栽培しています。両親が前もって設備投資を進めてくれていたおかげもあり、スムーズにこの道へ入ることができました。現在は父と母、私の3人で農業を営んでいます。幼い頃から土いじりが好きで、自然と触れ合ってきたことが今の仕事の原点です。父から受け継いだ農地や技術、データを照らし合わせながら、「あたりまえをあたりまえに行う」ことを心掛け、日々の作業と向き合っています。農業は天候に大きく左右されるため、思い通りにいかないことも少なくありません。経営や機械、資材の管理など幅広い知識が求められ、常に学びの連続です。それでも、

自ら選んだこの仕事にやりがいを感じています。収益はもちろん大切ですが、一番は「楽しんで取り組むこと」。そのためにも、日々の仕事の中に遊び心を持つことを大切にしています。

■データと経験を力に
栽培した農産物は、すべてJAに出荷しています。毎年の作業データは、必ず携帯電話の日記に記録しています。前年度の同じ時期に何をしていたのか、気温や天気も含めて細かく振り返り、作業のタイミングを常に確認しています。しかし近年は気候変動の影響もあり、「あたりまえ」をあたりまえにできないことが多くなって

きました。農作物の栽培においては、特に気温・天気・肥料のタイミングが重要だと感じています。そのため、地域の先輩やJA職員、業者の方々に相談しながら、情報収集を欠かさないようにしています。今後は現状を維持しつつ、誰一人欠けることなく作業を続けられる体制を大切にしながら、将来的には規模拡大も目指していきたいと考えています。



ここまでの成長が楽しみです



好きを仕事に



さやの状態を確認する大河内さん



咲いた花を愛でる大河内さん

若い力

わか い ちカラ

表紙の人

安達地区／大玉村
オオコウチ カツマサ
大河内 計全 さん (49)
就農歴：8年
品目・面積：スナップエンドウ3a、
キュウリ30a、米1ha
おすすめの：さっと茹でマヨネーズで
食べ方 食べる！



新鮮



生産者が朝収穫した野菜や果物が直売所に並びます！

6次化商品の紹介！



セミドライフルーツ

果物の水分量を35%以上残し、ドライフルーツとは一味違うふっくらとした果物本来の食感と風味を味わうことができます。

※一部お取り扱いのない店舗もございます



桃の恵み

桃のうま味をそのまま閉じ込めた100%の桃ジュース

※商品が品切れの際はご了承ください

LINE公式アプリ

LINE公式アカウントを登録しよう！

登録方法 すでにLINEを利用されている方

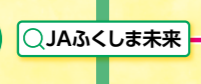
下記のいずれかで **追加** してください。

QRコードをカメラで読み込んで

アカウント名で検索して



または



追加

追加

まだLINEを利用されていない方

LINEアプリのダウンロードが必要です

iPhone・iPadをお持ちの方は[App Store]から、Android端末をお持ちの方は[Google play]からダウンロードが可能です。下記のQRコードを読み取ってアプリをダウンロードしてください。

iPhoneの方



Androidの方



インストールが完了すると、スマートフォンのホーム画面にLINEアプリのアイコンが表示されます。

ポイントカードについて

「みらいろポイントカード」会員募集中!!

JAふくしま未来管内の農産物直売所**全10店舗**にて、オトクにお買い物ができる「みらいろポイントカード」をご存知でしょうか？
現在**82,500人以上**の会員の皆様にご利用いただいております。

大好評



「みらいろポイントカード」とは？

平成30年3月よりJAふくしま未来管内の直売所で利用が開始され、お買い物の際に提示していただきますと**200円(税別)ご利用ごとに1ポイント**が貯まります。**200ポイント貯まる毎に200円分のお買物券**が発行されます。

「みらいろポイントカード」協力店について

JAふくしま未来では地域の活性化を図るため、JAの趣旨に賛同いただいた地元企業や店舗等に「地産地消サポーター」になっていただいております。
「地産地消サポーター」企業や店舗で「みらいろポイントカード」を提示することで様々なサービスを受けることができます。

協力店一覧はコチラ



協力店の目印は右のステッカーとスイングPOPです。



ポイントカード窓口

JAふくしま未来 営農経済部 産直課

TEL024-554-5507

JAふくしま未来管内の農産物直売所を紹介します！

地元で採れた新鮮な農産物が並び農産物直売所。朝採れ野菜や果物、手作り加工品など、生産者の想いが詰まった品々が並びます。今号では、地域に根ざした直売所の魅力や楽しみ方をご紹介します。



農産物直売所

JAふくしま未来農産物直売所 10店舗

- ころら6店舗 営業時間 / 9:00 ~ 17:00 (第一・第三水曜日定休日 ※ 5月 ~ 11月は無休)
- みらい百彩館んめ〜べ 営業時間 / 9:00 ~ 17:00 (第一水曜日定休日 ※ 1月・5月・8月・9月は無休)
- ころんしよ市二本松 営業時間 / 9:00 ~ 17:00 (第一水曜日定休日 ※ 8月・9月は無休)
- 旬のひろば / ふれあい旬のひろば 営業時間 / 9:00 ~ 18:00 (年中無休)

<p>1</p> <p>ころら矢野目店 福島市北矢野目字原田東1-1 TEL: 024-552-5881</p>	<p>2</p> <p>ころら吾妻店 福島市在庭坂字薬師田1-1 TEL: 024-592-1088</p>	<p>3</p> <p>ころら西店 福島市さくら三丁目1-6 TEL: 024-593-1422</p>	<p>4</p> <p>ころら黒岩店 福島市黒岩字北井14-1 TEL: 024-544-0860</p>	<p>5</p> <p>ころら清水店 福島市南沢又字前田7-3 TEL: 024-555-6641</p>
<p>6</p> <p>ころら川俣店 伊達郡川俣町大字鶴沢字東13-1 TEL: 024-566-2670</p>	<p>7</p> <p>みらい百彩館んめ〜べ 伊達市雪車町19 TEL: 024-551-2223</p>	<p>8</p> <p>ころんしよ市二本松店 二本松市杉駄子内6-1 TEL: 0243-62-4218</p>	<p>9</p> <p>旬のひろば 南相馬市原町区錦町1-13 TEL: 0244-22-2860</p>	<p>10</p> <p>ふれあい旬のひろば 相馬市尾浜字細田241-1 TEL: 0244-38-6311</p>

※年末年始・臨時休業有

農畜産物 PR 隊

J-FAP 第6期 始動

JA Fukushima mirai Agricultural products Public relations

若手職員が福島の農畜産物の魅力を発信します！

農畜産物 PR チーム「J-FAP (ジェイ ファップ)」は JA 福島未来の農畜産物を PR する中で、生産者と消費者の架け橋となり、良い関係づくりを行うメンバーです。広報誌や YouTube など PR していきます！



夏美



真依子



真歩



咲也香



礼空



柚美



姫嘉



瑞己



美奈



優依



綾乃



來愛



福島で活動中！ 私たちにおまかせください！

動画の視聴は
こちらから



令和8年度 JA福島未来入組式



新採用職員 31人が入組しました!!

4月1日福島市の本店で令和8年度入組式を開き、新たに新採用職員31人の仲間を迎えました。新採用職員を代表して北信支店金融課の浅倉優樹さんが三津間一八組合長から辞令を受け取りました。三津間組合長は「ワークライフバランスを大切にしながら、悩みは一人で抱えることなく上司や先輩、仲間と相談してほしい」と激励しました。新入職員を代表して北信支店共済課の向山紗愛さんが「一日も早く地域に貢献し、頼りにされる職員となれるよう努力していく」と決意表明しました。



YouTube「みらいチャンネル」では、新採用職員の紹介動画を公開中です♪

- ① 推しの農畜産物
- ② 仕事・プライベートでチャレンジしたいこと
- ③ アピールポイント



動画の視聴は
こちらから



世代を超えた交流を 子どもによるこども食堂



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。

伊達地区



みんなで協力して作った料理はおいしいね♪

料理の配膳も自分たちで行います

米粉パンのサンドイッチ作りに挑戦しました



伊達地区本部は夏休みと冬休みの年2回、管内の小中学生を対象とした特別企画「子どもによるこども食堂」を行っています。昨年のクリスマスに開催した「子どもによるこども食堂」では、小学1〜6年生までの児童17人が参加し、招待した直売所の生産者や児童の家族、JA役員に料理を提供しました。

地元産の農産物をふんだんに使用し、米粉のシチューやサンドイッチ、伊達市産のイチゴや特産品のあんぼ柿にチョコレートをかいたスイーツ作りに挑戦しました。低学年の児童はテーブルセッティング、受付や席までの案内を担当。高学年の児童は、メイン料理の調理や配膳を行いました。

来場者は「子どもたちが一生懸命作ってくれた料理はとてもおいしい。地域のつながりを深めてくれる貴重な機会だと思つ」と話しました。今後も地域の農業の理解促進を図る食育活動や世代を超えた交流機会の確保に力を入れていきます。

イベント名 子どもによるこども食堂
開催日 2025年12月25日
開催場所 みらいホール
やながわ



初めて J・FAP 水稲の育苗管理をやってみました。

J・FAPメンバーが「色々なことに挑戦します」

vol. 26



ゆみ 柚美

J・FAPの柚美が初めて水稲の育苗管理を学びました。育苗センターでは、生産者に良質な水稲苗を届けるため、種から苗が育つまでの管理を行っています。今年は、約8万2000枚の播種（種まき）を行います。今回は、吾妻育苗センターの七田誠さんと吉野たみ子さんに教えていただきました。

まずは播種作業。60℃で10分間湯消毒した種もみを6日間浸水し、播種機でまきます。播種したトレーは出芽室に運び、3日ほどで芽が出ます。

発芽した苗はハウスに運んで育てます。ハウス内の温度を適切に保ち、しっかりと水がまわります。ポタンひとつで自動的にかん水できることがわかり、とても驚きました！水が届きにくい部分には、じょうろで丁寧に水をまきます。約30日で生産者に出荷できる苗に育つそうです。田植えの前にも、良い苗を育てるためのたくさんの工程があることがわかりました。

福島のおいしいお米食べてね〜♪



七田 誠さん

吉野 たみ子さん



左：発芽室に播種したトレーを運びます
右：水の管理は良い苗のために大切です



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「みらいるチャンネル」
詳しいチャレンジ動画を公開中！





▲活動報告をする大橋営農指導員



▲事例報告を聞く参加者

デジタル技術で地域農業発展へ



データ駆動型スマート農業事例報告会

3月27日

伊達市は、「データ駆動型スマート農業事例報告会」を市役所で開きました。市とJAなどが進める取り組みの実績と課題を共有し、科学的なデータ活用による次世代の農業モデルを提示しました。会場には生産者や関係者ら約100人が集まりました。

高知大学の岡林俊宏特任准教授は、データに基づく丁寧な環境管理の重要性や課題解決に向けたデータ活用について説明。現場の実践報告では、イチゴ生産者組織がデータを活用し、地域全体の栽培技術の向上に寄与した例が紹介されました。JAの大橋一斗営農指導員は、データを使ってより具体的で専門的な助言が可能となった事例を報告しました。

市とJAは、今後も環境測定装置の普及をさらに進める方針です。

販売実績好調

3月27日



安達地区やさい部通常総会

二本松市で2025年度通常総会を開き、会員や行政関係者ら約60人が出席しました。25年度の販売実績は、総販売数量が4,786t(前年比109%)と前年を上回り、安定した出荷量を確保しました。前部長の星光さんは「今後も部会が中心となり、つながりを大切にしながら取り組んでいきたい」と話しました。



▲あいさつする星光さん

子どもたちに食農教育を



教材本贈呈式

3月18日

JAバンク福島は、福島県教育庁へ食農教育の補助教材「農業とわたしたちの暮らし」を贈呈しました。県内の小学校など378校へ約1万8200冊を配布します。県教育庁で行われた贈呈式には、福島県JAバンク運営協議会専門委員会の佐藤忠夫委員長（JAふくしま未来常務）や、農林中央金庫福島支店の加藤弘節支店長らが出席し、鈴木竜次教育長へ目録を手渡しました。



▲鈴木教育長㊦へ目録を手渡す佐藤委員長㊧



▲一日組合長に就任した上重アナ

JAや農業の魅力伝える



上重聡アナウンサー一日組合長に就任

4月3日

フリーアナウンサーの上重聡さんが一日組合長を務めました。JAの存在意義や農業の魅力幅広い世代に発信しようと、伝える能力に優れた上重アナを任命しました。

組合長に就任した上重アナは、伊達市梁川町のイチゴ農家を訪ね、収穫やパック詰め作業を体験。農産物直売所「みらい百彩館 めもべ」では、イチゴやあんぼ柿を試食し、そのおいしさを発信しました。新採用職員研修の講師も務め、自身のアナウンサー経験を踏まえながら、新社会人としての心構えを伝えました。



▲イチゴ農家を訪ねた上重アナ

一日組合長を終えた上重アナは「農家の大変さやJAの役割を勉強できた。福島にはたくさん良いものがあるので、今後も魅力を発信していきたい」と振り返りました。

国外への販路拡大目指して



山本啓介農水政務官 あんぼ工房を視察

4月9日

伊達市のあんぼ柿加工施設「あんぼ工房みらい」で山本啓介農水政務官らの視察を受け入れました。山本政務官ら一行は、あんぼ柿の加工工程や稼働時期などの説明を受けながら施設を見学。須田博行伊達市長やJAの西幸夫常務、あんぼ柿振興センターの徳江真彦センター長らと震災からの復興状況や輸出の展望について意見交換を行いました。

西常務は「担い手の高齢化や減少が著しく、産地の維持や継承が急務」と説明。さらに、できるだけ早い全量検査の解除や国外への輸出のサポートを求めました。

山本政務官は「国内の良質なものを国外へ届けるため、政府を挙げて販路拡大に取り組んでいる。あんぼ柿の輸出についても、様々な課題を取り除けるよう全力でサポートしていく」と話しました。



▲施設を見学する山本政務官ら一行



▲意見交換を行う関係者



▲決意表明を行う丹治さん

ワンチームで目標達成へ

営農経済事業出発式

4月3日



福島市の北信支店など4会場をオンラインでつなぎ、営農経済事業出発式を開きました。役職員ら約200人が出席しました。本年度は、販売品販売高394億円、購買品供給高98億円、1営農センター1億円販売高アップを目指します。本宮営農センターの丹治玲太さんは「組合員のニーズに応え、信頼される指導員になれるよう全力で取り組んでいく」と意気込みを語りました。三津間一八組合長は「ワンチームになって農業生産の維持拡大に取り組んでいこう」と話しました。

栽培管理の注意点を確認

カンパニユラ目ぞろえ会

4月1日



カンパニユラの出荷がピークを迎えます。本年度は約35万本の出荷を見込んでいます。入学式や母の日などの需要期に合わせて出荷を行い、4月中旬から5月中旬にピークを迎えます。二本松市で開かれた目ぞろえ会に生産者や職員7人が参加し、出荷規格や収穫、出荷時の注意点を確認しました。



▲カンパニユラの日ぞろえを行う参加者



桃の花開花早まる

産地を守り高品質な桃を届ける

4月11日



管内では、春先の気温上昇により桃の開花が例年より早まっており、生産者は大玉で高品質な果実を目指して管理作業を行いました。

伊達地区モモ生産部会の大橋克之部会長は「開花は前倒しだが生育は順調。昨年は中生種で天候の影響を受けたため、今年は気を抜かず管理を徹底したい」と話します。また、風評被害への懸念には「先輩方が築いた技術を継承し、皆で産地を守っていききたい。品質・収量ともに期待できる」と意欲を語りました。



▲作業する大橋部会長

丁寧な作業心がけて

梨の開薬始まる

4月13日



そうま地区で梨の花粉採取が始まりました。本年度は、「長十郎」や「二十世紀」などの約80^{kg}の花蕾から3~4^{kg}の花粉を採取します。そうまなし部会の約半数の部会員が開薬場を利用し、作業の分散と花粉の安定供給につながっています。花粉採取に励む職員は「良質な花粉を生産者に届けるために、丁寧に作業を行っていききたい」と話しました。



▲選別した花粉を開薬室に入れる準備をする職員



▲野菜を販売する部員ら



▲平田支部部員ら

女性部平田支部

第17回ひらた花咲まつり

4月11日



福島地区女性部平田支部は、福島市で第17回ひらた花咲まつりを開催しました。

同まつりは、花木農家の女性部員が地元の花木の良さを広めたいと提案したことをきっかけに始まりました。企画から運営まで部員が中心となる手作りのイベントとして、今年で17回目を迎えます。

斎藤すみ子支部長は「ひらた花咲まつりを通して春を感じてもらえたらうれしい。これからも多くの人に足を運んでもらえるようにしていこう」と話しました。



福島東部野菜集出荷施設

キュウリ共選始まる

4月9日



福島市のキュウリ機械共選場「福島東部野菜集出荷施設」が稼働しました。初日は、促成キュウリ84箱(1箱5^{kg})を共選し、製品171箱を県内や関東方面に出荷しました。開所式には従業員や関係者約40人が出席し、福島地区の末永喜広役員代表は「ケガや事故に十分注意し、落ち着いて作業にあたってほしい」とあいさつしました。施設は11月まで稼働する予定です。



▲キュウリを選果する作業員

産地復活を目指して

ワサビ栽培管理指導会

3月25日



伊達地区わさび生産部会は、伊達市の月館営農センターで畑ワサビの栽培管理指導会と出荷に向けた目ぞろえ会を開きました。畑ワサビ栽培は、東日本大震災に伴う原発事故の影響で出荷制限が続いていますが、生産者は諦めずに産地の復活を目指しています。参加者は、出荷基準を守った丁寧な選別を行い、市場からの信頼を強固にすることを改めて確認しました。



▲畑ワサビの規格を確認する部会員ら

今月の
栽培講座

小 菊

健全な生育をするのに十分な水分を必要とする時期のため、乾燥及び降雨が少ない場合はかん水を徹底することで長さを確保することができます。

しかし、長雨や梅雨時期になると湿害による生育不良や高湿度の影響で病害虫の発生が多くなって来るので、排水管理と適期防除を徹底しましょう。

病害虫対策

- ・草丈50cm程度になったら下葉を15cm程度葉かきして風通しを良くする。
 - ・低温、降雨、曇天が続く場合には通常より1～2回多く防除を実施する。但し、同系統薬剤の使用、汚れ等には注意する。
- 当面は、特に白サビ病とハモグリバエ、アザミウマに気を付ける。

①白サビ病



病状：葉に白色(クリーム色)または、褐色の直径1～3mmの斑点が発生。わずかな風やかん水の飛沫で伝染。

未発生ほ場：白サビ病予防剤+殺虫剤

定期的な予防散布は欠かさず行う。発病(ボツボツ)が見られなくても、感染が疑われる場合は(降雨後等)は治療剤を使用する。散布は散布ムラのない様、まんべんに行う。

発生ほ場：白サビ病治療剤+殺虫剤

発病が見られる場合は、早急に浸透性のある治療剤を使用する。同じ系統の薬剤は連用し

ない。完全にサビが止まったと判断することが難しく、発病後は通常の予防ローテーションに適宜治療剤を追加することが望ましい。

②ハモグリバエ類

症状：幼虫は主に下葉を食害し、成虫は葉を吸汁し、葉に長い蛇行線状の食害痕がのこる。防除は粒剤の使用および浸透移行性の高い剤で防除すると効果が高くなる。ただし、葉の中にあるサナギには薬剤の効果は低い。食害を受けた葉は取り除き、ほ場の外へ処分する。

③アザミウマ類

症状：新芽、葉、花に寄生し食害する。新葉、葉への被害は葉の表面が光って見えるシルバリングと呼ばれる症状(下写真)が現れ、被害が進むと葉が委縮したり芯止まりを起こす。

花卉の食害ではカスリ状に退色する。被害により商品価値が著しく低下する。

防除は粒剤の使用及び農薬散布とあわせて、ほ場周囲の除草をしっかりと行い、害虫の発生源をつくらないように気をつける。



農業に携わる女性を紹介!

あぐり
すまいる

-vol.28-



福島の
イチゴを
広めたい

Profile

伊達地区/伊達市霊山町

大橋 由貴子さん(40)

- イチゴ: ゆうやけベリー、とちおとめ、やよいひめ、ベリーポップすず、ベリーポップはるひなど 合計90a



▲イチゴのパック詰めをする大橋さん



▲松葉園で販売するイチゴの加工品

松葉園のイチゴを広めたい

お客様の笑顔がやりがい

農作物は気候により毎年出来が異なりますが、どんな時でも一番おいしいイチゴを届けたいと工夫を重ねています。物価高で燃料費がかさむ中、ハウスのカーテンを二重にするなど対策も実施しています。今後は品質向上とともに、福島のイチゴ、松葉園のイチゴの魅力を広く発信していきたいです。

第3子の出産を機に、夫の家業であるイチゴ栽培を手伝い始めました。株式会社松葉園としてJA出荷に加え直売や加工品販売にも取り組んでいます。直売ではお客様と直接触れ合えることがやりがい、美味しかったのでまた来ました」との声が何よりの励みになっています。

「効率化」から始まった変化の流れ

こんにちは。DX推進課の佐藤です。今回は、「なぜ効率化や省力化といった取り組みが進められてきたのか」という背景についてお伝えします。

これまで、業務の見直しというと「効率化」や「省力化」という言葉が使われてきました。その背景には、仕事の内容が増える一方で、人手の確保が難しくなっているという社会全体の変化があります。こうした中で、手間のかかる作業を減らしたり、同じことを繰り返さない工夫をしたりと、やり方の見直しが進められてきました。

しかし、業務の量や情報のやり取りが増えるにつれ、従来の工夫だけでは対応が難しくなりました。こうした流れの中で、効率化の手段として、デジタルを活用したやり方が広く取り入れられるようになっていきます。

JAにおいても、この流れを踏まえながら、無理のない形でやり方の見直しを進めています。

今回は、「DX」という言葉が使われるようになった背景についてお伝えします。

デジタルトランスフォーメーション

DX通信

まずはできるところから

vol. 2

DX推進課(佐藤)



●お問い合わせは お近くの営農センターまで

Cows' Profile

名前

いと

生年月日

2024年7月18日

畜種

黒毛和種

性別

メス

畜産農家

安達地区/二本松市休石原

(有)加藤牧場 代表

かとう ひでき

加藤 英貴さん(52歳)

自慢ポイント

宮城県から導入した福島県内では珍しい血統です。人懐っこく、おだやかなところが魅力です。5月にお産を予定しているので、無事に産まれるのを心待ちにしています。

My finest

私の自慢の頭

NO. 03

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



第1回メンター研修会を開催

JAでは先輩職員が新人職員を対象に日常業務や職場でのメンタル面を支援する「メンター制度」を2018年度から導入しています。今回、2026年度新採用職員のメンターとなる先輩職員を対象に福島市のJA本店と管内2地区をウェブ会議でつなぎ「メンター研修会」を開催しました。

約20人の参加があり、職員の資質向上を目指して昨年まで使用していた「研修ノート」を「バディノート」にブラッシュアップすることで、ノートの活用による新採用職員と先輩職員が十分にコミュニケーションを取る環境作りを改善しました。その結果、新人職員とメンター双方の業務に対するスキルやモチベーションの向上を図る取り組みになります。

研修では、新採用職員にとって良き理解者、心の支えとなるための心構えや、メンター自身の責任ある言動の大切さについて学びました。

須田淳一常務は「メンターの経験は自己成長になる。自分が新人のときに先輩にお世話になったように頑張してほしい」と激励しました。



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/4月6日・7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	57	793,582	872,300	524,700	303	2,619	292	746,186	47,396
去	79	920,310	1,031,800	671,000	336	2,739	283	883,401	36,909
計	136	867,196	1,031,800	524,700	322	2,693	287	829,087	38,109

福島県家畜市場 (開催日/4月6日・7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	272	271	776,730	933,900	500,500	300	2,593	290	735,863	40,867
去	385	385	895,940	1,047,200	366,300	332	2,699	286	872,841	23,099
計	657	656	846,693	1,047,200	366,300	319	2,658	288	812,996	33,697

乳和牛
せり情報



今日も現場で。



FIELD VOICE [39]



原町支店ライフアドバイザー (LA) 但野 雄哉 さん(33歳)
 ただの ゆうや
 渉外担当者歴8年目。
 趣味：サウナ
 好きな食べ物：ラーメン

組合員からのコメント
 いつも明るく話やすく、気軽に相談できる存在です。訪問してくれるのが楽しみです。とても頼りになります。電話にもすぐ対応してくれて安心でき、これからもお世話になりたいと思っています。

積極的に
 推進訪問時はもちろん、窓口での組合員さんとのコミュニケーションも大切に、常に積極的な対応を心がけています。これからも前向きな姿勢で活動を続けていきたいと考えています。

STOP! 熱中症 キャンペーン

職場での熱中症により近年は、一年間で約30人が亡くなり、約1,000人以上が4日以上仕事を休んでいます。

熱中症対策情報はこちら

キャンペーン期間 5月 6月 7月 8月 9月 重点取組

STEP 1 暑さ指数の把握と評価
 JIS規格に適合した暑さ指数計で暑さ指数を随時把握
 地域を代表する一般的な暑さ指数(環境省)を参考とすることも有効

STEP 2 測定した暑さ指数に応じて以下の対策を徹底

- 暑さ指数の低減 準備期間に検討した設備対策を実施
- 休憩場所の整備 準備期間に検討した休憩場所を設置
- 日常の健康管理 当日の朝食の未摂取、睡眠不足、前日の多量の飲酒が熱中症の発症に影響を与えることを指導し、作業開始前に確認
- 服装 準備期間に検討した服装を着用
- 作業時間の短縮 作業計画に基づき、暑さ指数に応じた休憩、作業中止
- 作業中の作業者の健康状態の確認 巡視を頻繁に行い声をかける、「バディ」を組ませる等作業者にお互いの健康状態を留意するよう指導
- ブレイキング 作業開始前や休憩時間中に深部体温を下げる
- 水分・塩分の摂取 水分と塩分を定期的に摂取(水分等を携行させる等を考慮)
- 異常時の対応 あらかじめ作成した連絡体制や対応手順等の周知徹底 少しでも本人や周りが異常を感じたら、あらかじめ作成した連絡体制や対応手順等に基づき適切に対応 ※必ず一旦作業を離れ、**全身を濡らして送風**することなどにより身体を冷却 ※症状が回復しない場合は躊躇なく病院に搬送する(症状に応じて救急隊を要請)
- 暑熱順化への対応 熱に慣らすため、7日以上かけて作業時間の調整 ※新規入職者や休み明け作業者は別途注意すること
- 健康診断結果に基づく対応 次の疾病を持った方には医師等の意見を踏まえ配慮 ①糖尿病 ②高血圧症 ③心疾患 ④腎不全 ⑤精神・神経関係の疾患 ⑥広範囲の皮膚疾患 ⑦感冒 ⑧下痢

重点取組期間 7月 にすべきこと

- 暑さ指数の低減効果を再確認し、必要に応じ対策を追加
- 暑さ指数に応じた作業の中断等を徹底
- 水分、塩分を積極的に取らせ、その確認を徹底
- 作業開始前の健康状態の確認を徹底、巡視頻度を増加
- 熱中症のリスクが高まっていることを含め教育を実施
- 熱中症のおそれがある者を発見したときは、躊躇することなく救急隊を要請

厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署より一部抜粋

イベント情報 2026.5月

こころ

月曜日・火曜日 ジュース特売日
 火曜日 仕入れ品特売日
 火曜日～木曜日 たまごの日
 水曜日・木曜日 乳製品特売日
 金曜日～日曜日 肉の日

みらい百彩館 んめ～べ

母の日イベント 5月9日(土)～10日(日)
 世界高血圧デー 5月17日(日)
 菌活の日 5月24日(日)
 お客様感謝日 5月31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

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 月曜日 農協乳製品の日

そうま地区限定 LINE 友だち割引
 開催日は毎週 LINE にて配信中!!

税理士による「税務研修会」を開催いたします。

昨今の米価高騰・青果物単価上昇に伴い、税負担軽減・消費税についての関心が高まり、相談が増えております。参加を希望される方は各地区営農企画課へ申込のうえご参加ください。

- 開催日時 令和8年5月28日(木) 午後1時30分～(2時間程度)
- 開催場所

福島地区	北信支店	2階	大会議室	※メイン会場
伊達地区	伊達地区本部	3階	大会議室	
安達地区	安達地区本部	3階	大会議室	
そうま地区	そうま地区本部	3階	大会議室	

 ※配信形式により実施致します
- 募集定員 各会場 30名程度 (参加費：無料)
 申込締切 令和8年5月26日(火) ※定員になり次第終了となります
- 研修内容 税務上の優遇制度を活用した農業経営
- 講師 栗山税理士(全国農業協同組合中央会所属、栗山賢陽税理士事務所)

お問い合わせ

福島地区営農企画課：024-554-5545	そうま地区営農企画課：0244-67-2702
伊達地区営農企画課：024-575-0114	営農経済企画課：024-573-1303
安達地区営農企画課：0243-33-2739	

営農指導員が教える!!

おいしい

「スナップエンドウ」の選び方

監修：本宮営農センター 根本翔太



今月の
農畜産物

スナップエンドウ

福島県のスナップエンドウは、キュウリやトマトの前作・後作として施設・露地で広く栽培されています。春の農家収入を支える作物としても有望です。地元のおいしいスナップエンドウを食べて、生産者を応援してください。

旬の時期

3月～6月頃に旬を迎えます。シャキシャキとした食感と甘みを楽しむことができます。

保存方法

スナップエンドウは乾燥に弱い野菜です。冷蔵庫で保存する際はペーパータオルに包み、ポリ袋に入れて野菜室に入れると良いでしょう。4～5日程度保存可能です。



選び方

さやがふっくらとしてハリがあるものを選びましょう。さやのハリは実が詰まっている証拠です。実が詰まっているスナップエンドウは、豆の甘みをより感じられます。がくの部分がいきいきとしていて、鮮やかな緑色のものが新鮮です。

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

ふくしまの
「おいしい」「楽しい」
届けます!

女性部
クッキング
NOKYO JOSEI-BU
COOKING

「ぎんなんご飯」と「かぼちゃ入りカレーすいとん」

三瓶民子さんと上泉さつきさんが、ぎんなんご飯とかぼちゃ入りカレーすいとんを紹介します。ぎんなんは本宮市白沢地区の特産品で、今回は贅沢にたっぷり使ってご飯と炊き上げました。女性部白沢総合支部では、毎年苗を配りかぼちゃを育てています。かぼちゃをカレーに入れると、甘みとホクホク感が増してとても美味しくなります。とっても簡単につぐれっから皆さんもぜひつぐってみせ。うまいから!!

ぎんなんご飯

材料 (4~5人分)

- ・ぎんなん(殻付き) … 200g
- ・あずき(水煮缶) … 225g
- ・米 … 3合

作り方

- ①ぎんなんは殻を割り、レンジで3~5分様子を見ながら加熱して薄皮を剥きます。
- ②米を研いだら、水・ぎんなん・あずき(汁ごと)を入れ、炊きます。

かぼちゃ入りカレーすいとん

材料 (4~5人分)

- ・かぼちゃ … 1/2個
- ・じゃがいも … 2個
- ・人参 … 1本
- ・ごぼう … 1本
- ・玉ねぎ … 1個
- ・長ネギ … 1本
- ・豚バラ肉 … 150g
- ・水 … 1.5ℓ
- ・みそ … 大さじ2
- ・だし … 8g
- ・カレールー … 115g
- ・油 … 適量
- ・すいとん粉 … 200g
- ・水 … 200cc

作り方

- ①具材は食べやすい大きさに切ります。
- ②鍋にサラダ油を熱し、じゃがいも・人参・ごぼう・玉ねぎ・豚バラ肉を入れ炒めます。
- ③水を入れ煮込みます。
- ④すいとん粉を柔らかかめに練ります。
- ⑤じゃがいもが少し柔らかくなったら、かぼちゃを入れます。
- ⑥かぼちゃが少し柔らかくなったら、長ネギ・だし・みそを入れ、すいとんを入れます。
- ⑦カレールーを入れ煮込みます。

POINT

- ・かぼちゃは大きめにきること煮ても形が残りやすくなります。
- ・ぎんなんを割るときは力をいれすぎないように注意します。



安達地区 白沢総合支部
三瓶 民子さん 上泉 さつきさん



ぎんなんを割るときは力をいれすぎないように注意します。

動画公開中

YouTube
「みいろいろチャンネル」

詳しい調理動画を公開中!



女性部に関するお問い合わせは、総務部地域支援課 TEL 024-573-1004 安達地区地域支援課 TEL0243-24-1369 まで



鈴木 恵美子さん(伊達市保原町)



太田 雄子さん(相馬市)



浅野 不二男さん(桑折町)



野田 好子さん(伊達市保原町)



鈴木 キミエさん(伊達市梁川町)



清野 八智子さん(伊達市保原町)



穴戸 眞理子さん(福島市)



山田 ひで子さん(伊達市保原町)



紺野 幸子さん(南相馬市小高区)



志賀 美津子さん(南相馬市原町区)



佐藤 ヒサ子さん(伊達市保原町)



今村 久子さん(伊達市保原町)



国見町 夜ふかしさん(国見町)



荒 操さん(南相馬市鹿島区)



岡本 家子さん(南相馬市鹿島区)



橋 美知子さん(伊達市梁川町)



ナデシコさん(福島市)



YKさん(桑折町)



加藤 洋子さん(二本松市)



穴戸 フミさん(桑折町)

短歌・俳句・川柳

短歌

嬉しいは春の青空畑仕事
花冷や夜桜散りて破片かな
加藤よし子さん(伊達市霊山町)

離農して農事暦は空欄で
毎日ゴロ寝余生気楽に
穴戸マリ子さん(福島市)

冬季パラレレの前で応援を
選手たちから元気をもらおう
高橋 己知子さん(二本松市)

蛇行する無数の管が我肌に
青い網目の紅い激流
森谷 悦子さん(福島市)

サクラ咲くトーンの高いケイタイに
歓喜に跳ねる子眼に浮ぶ
菅野 久勝さん(二本松市)

朝露に振り上げの音カツカツと
今年も来たぞ春の準備が
佐久間 喜夫さん(二本松市)

おたがいが自己中だから合わないの
わかりましたよ負けが勝ちね
中島 ヒロ子さん(相馬市)

鈴鹿越え舟に乘れない馬戻り
旗色悪い知らせを乗せて
清水 義宏さん(相馬市)

国民の期待背負いし外交の
笑顔迎える次世代桜
大内 由美子さん(南相馬市鹿島区)

俳句

春めくや桃農園で鳥騒ぐ
深澤 隆利さん(桑折町)

暗闇に白梅瓜と灯しけり
坂本 ti tu te toさん(相馬市)

庭園に咲いてうれい水仙花
須賀 深子さん(伊達市保原町)

学び終え社会人の仲間入り
阿部 勝香さん(福島市)

やわらかな日射しうれしや春日和
夏山 繁樹さん(福島市)

春休み孫の手土産ぶきのとう
鈴木 光子さん(伊達市保原町)

生活に苦しく父母大ゲンカ
安彦 松江さん(桑折町)

人生に似てをり里の遅桜
小田 和子さん(明石市)

春の雲追ひかけていた若き日々
小田 慶喜さん(明石市)

川柳

風薫るおにぎりおいしハイキング
佐野 敏雄さん(伊達市梁川町)

米価格持続可能を糧として
草野 育雄さん(南相馬市鹿島区)

流れ雲乗つてみたいなどこまでも
市山 カツエさん(国見町)

手のひらの天秤選ぶ春キヤベツ
遠藤 ゆうこさん(二本松市)

引き継がれ武士になる祭場地
平間 勝成さん(南相馬市原町区)

いつの世もころゆるせる友がいる
今野 純子さん(新地町)

夢あまた色とりどりのランドセル
豆仁丹さん(南相馬市鹿島区)

義母に似てぞうきんしぼり母しらず
妙々さん(伊達市梁川町)

宝くじ今年こそはと夢を見る
倉島 キヨ子さん(福島市)

今日もまたたんぼウォークで長話
梅津 和子さん(福島市)

孫自慢また始まるよ皆ソツポ
梅津 朝雄さん(福島市)

上手い句を吟じる人の脳見たい
加藤 正敏さん(福島市)

この匂いカーテンたどればカメムシが
廣田 ミサ子さん(福島市)

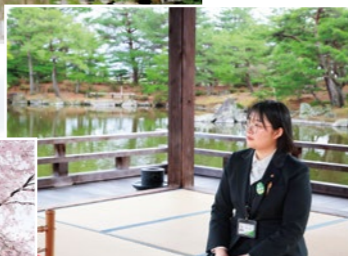
心地よく小川流れる水の音
渡邊 等さん(国見町)

捏造も改ざんもある中部電
山本 松太郎さん(本宮市)

入院三日菜も草さえも伸びました
安齋 健壽さん(福島市)



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5月21日(木)必着です。応募多数の場合や編集の都合により、すべての作品を掲載できない場合がございます。あらかじめご了承ください。
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



2

浄楽園

室町時代の趣を備えた池泉廻遊式庭園。約25,000㎡の広大な敷地に赤松、五葉松、石を主体に十余年の歳月をかけ完成させており、四季折々の花と景観を觀賞できます。

施設情報 住所 ▶ 福島市桜本字荒神38
 開園時間 ▶ 9:00~17:00
 開園時期 ▶ 4月1日~11月30日
 TEL ▶ 024-591-1304



3

ワイナリー吾妻山麓

2023年にオープンした福島市唯一のワイナリー。市中心部を一望できるテラスでは醸造所で製造したワインや軽食を楽しめます。

施設情報 住所 ▶ 福島市桜本字 梨子沢4-2
 営業時間 ▶ 10:00~16:00
 定休日 ▶ 水曜日・木曜日
 TEL ▶ 024-563-5057



4

萱場梨百年祭記念碑

福島市の西北部に位置する萱場(かやば)地区。明治時代に栽培が始まった「萱場梨」は、この地区の名物です。

施設情報 住所 ▶ 福島市笹木野新林2



1

岩代屋敷 大王

福島銘菓「いもくり佐太郎」敷地内にあるお土産処桃里庵では、福島を代表する銘菓いもくり佐太郎のほか、福島土産を販売しています。

大王名物「薬師そば」などの和食から、お子様向けの「大王ハンバーグ」まで地元ファミリーに根強い人気があるお店です。

施設情報 住所 ▶ 福島市下野寺薬師堂後4
 営業時間 ▶ 店舗 9:00~17:00
 レストラン 11:00~15:00(宴会受付可)
 定休日 ▶ 月2回月曜日休み
 TEL ▶ 024-535-3311

特大なエビ天で
大満足!



福島地区
野田地域

みらい マップ

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。今回は野田支店の職員が管内を散策しました!

おでかけエリア





JA ぶくしま未来青果物 GAP 部会
 取得品目 サクランボ、ブドウ、すもも、リンゴ、モモ、日本ナシ、アスパラガス、
 ミントマト、イチゴ、ニラ、キュウリ、ネギ、ブロッコリー
 令和7年12月現在

みらい子 mirairo yell

- 食べて応援! 作って応援! -

フルーツ	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
サクランボ												
モモ												
ブドウ												
日本ナシ												
リンゴ												
あんぽ柿												
ベジタブル	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ニラ												
ジュンギク												
アスパラガス												
キュウリ												
トマト												
ピーマン												
ナス												
イチゴ												
フラワー	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
小菊												
スプレーマム												
リンドウ												
トルコキキョウ												

※天候や気温などにより時期が前後する場合があります

JAぶくしま未来管内の収穫カレンダー
 管内では、これからの季節農産物の流通時期を迎えます。
 「果物」、「野菜」、「花」の収穫時期をご紹介します。



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



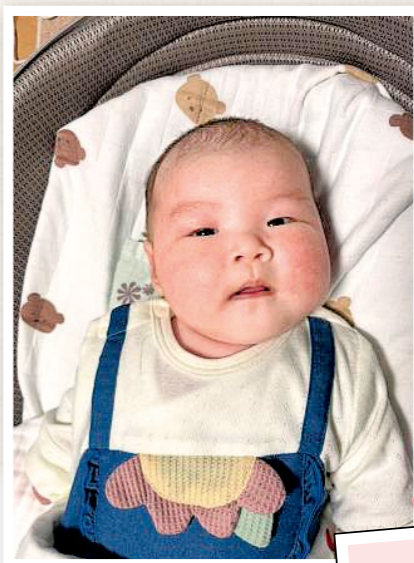
福島地区



家庭を明るくしてくれてありがとう。
元気に育ってね。

福島東部支店
 相楽 英斗さん、
 あずさんのお子さん
 みおり
 澤凜ちゃん(2ヶ月)

安達地区



明るく元気に育ってね!

大玉支店
 遠藤 翼さん、
 百華さんのお子さん
 まつり
 茉莉ちゃん(3ヶ月)

そうま地区



これからも元気に育ってね!

原町西支店
 堀川 了平さん、
 史恵さんのお子さん
 あこ
 葵瑚ちゃん(1歳)

伊達地区



たくさん食べて元気に育ってね

桑折支店
 蓬田 裕一さん、
 あゆ美さんのお子さん
 しの
 詩乃ちゃん(3歳)

私の食育日記



おやつに大活躍の干し芋

食育インストラクター 岡村麻純

一番下の息子は、間もなく2歳になります。体力も付いてきて、その分食事量も増えてきました。

まだ胃も小さく一度にたくさん量を食へることはできないこの時期には、10時と15時におやつが必要。食事だけでは賄えない栄養の補助的役割のため、お菓子よりは、パンやバナナなど、エネルギー補給になり、かつ子どもが喜ぶものを選んでいきます。その中で一番人気なのは干し芋です。

干し芋は、干す前に比べて水分量が減っているため、水溶性のビタミンCなどは減少してしましますが、脂溶性であるビタミンEや食物繊維、鉄分などはより凝縮されて栄養豊富になります。ビタミンEは抗酸化作用があり、成長期の子どもの必要栄養素ですが、野菜嫌いの子どもの場合は不足しがちなビタミンの一つです。

また、便秘を防ぐ食物繊維や、子どもの脳の成長に欠かせない鉄分も大切な栄養素です。干し芋は干す前に比べて水分量が減った分だけ甘さが増し、かみ応えもあるためかむ癖が付き、たくさんかむことで少しの量でも満足感が得られるため食べ過ぎを防ぐこともできます。

このように干し芋を頻りに買っている、干し芋にもいろいろ種類がある、干し芋が使われていることが分かります。子どもたちに人気なのが「べにはるか」です。きれいな黄色で甘さも強くおやつにぴったりの干し芋です。また、干し芋専用とされる品種の「いずみ」の干し芋は、かめばかむほど甘くなるおいしさです。また「シルクスイート」のねっとり感はスライトポテトのようです。上の子どもたち2人も一緒に干し芋の味比べを楽しんでいます。

干し芋は水分が少ないため、一緒に水やお茶をしっかりと取ることも必要です。子どもたち3人が干し芋をトースターに並べてほんのり焼いてわくわくしながら食べている姿は、見てのこちらまで幸せになれる大切なおやつ時間です。



イラスト：宮下めい子

塩ノ崎の大桜



ドローンで見る
ふくしま未来

63

〈安達地区（本宮市白岩）〉

推定樹齢600年のエドヒガンザクラ。高さは約18メートル、幹囲約7メートルの大桜。毎年4月上旬から下旬には、淡紅色の花が満開となり、見る人の目を楽ませています。

<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。



JA共済
アンパンマン交通安全キャラバン

アンパンマンと交通安全ルールを学ぼう!

それいけ! アンパンマン

©やなせたかし/フレール館-TMS・NTV

日時
2026年6月28日(日)
開演 10:30～(開場 10:00)

場所
二本松市民会館
福島県二本松市榎戸1丁目92番地
主催: JAふくしま未来
お問い合わせ先: 024-563-7096 (共済部 普及企画課)
応募期間: 2026年4月24日(金)～5月31日(日)

参加無料
チケット制

応募方法
参加ご希望の方は、右記の2次元コードよりお申し込みください。
応募多数の場合は抽選となりますのであらかじめご了承ください。

応募はこちら

※ご提供いただいた個人情報は、JAおよびJA共済連の事業および各種サービスの提供・ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。また、JAおよびJA共済連は「個人情報保護方針」を定め、個人情報の保護に努めております。※状況により開催内容が変更または中止となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。その場合はJAホームページにてお知らせいたしますのでご確認ください。※カメラやビデオカメラでショー内容を撮影するのはご遠慮願います。※個人によるトラブルや事故については、主催者は責任を負いかねます。

JA ふくしま未来女性部伊達地区本部 **フレッシュミズ部会限定特別企画** 新規加入大歓迎

地産地消
いちご収穫体験&さつまいもの定植体験

部会員 参加費無料

開催日時 令和8年6月6日(土) 午前9時30分～

開催場所 保原町管内ほ場
※詳細はお申し込みいただいた方へお知らせいたします

対象者 JAふくしま未来女性部伊達地区本部フレッシュミズ部会員(50歳以下の方)
※未加入の方は年会費として1,100円頂戴いたします(救援基金カンパ金含む)
※旦那様やお子様も一緒に参加可能です

申込方法 右記のQRコードよりお申込みください

定員 **50名** ※定員になり次第受付終了
※お申込みいただいた方へ最終ご案内をお送りいたします

フレッシュミズ部会

フレッシュミズは、仕事や子育てなど忙しい毎日過ごす若い女性が集まって「自分磨きをしたい!」「新たな趣味を発見したい!」「同世代の仲間を作りたい!」など、年齢、職業、地域に関係なくあなたのやりたいこと、興味のあることを楽しく学び、活動するグループです。

お知らせ

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3回は、「エンダイブ〜ほろ苦い風味を楽しむ〜」です。

レタスの仲間で、一般には葉が縮れ葉先には深い切れ込みのある結球しないタイプです。苦さがある野菜のため、軟白といって、収穫前に外葉をまとめてひもなどで縛り、葉の内部を日光に当てないようにして白く仕上げると、葉の苦さが和らぎ、ほろ苦さを残しながらも食べやすくなります。

step 01 栽培時期

15～20℃が生育適温です。レタスより比較的暑さ・寒さに強いですが、酷暑期と厳寒期の生育は困難です。そのため、中間地・暖地の種まき適期は3月と8、9月です。最も適しているのは、8月中下旬ごろポリポットに種まきし、9月中下旬に植え付け、11、12月に収穫する作型です。

step 02 品種

葉が細長く、切れ込みのある縮葉タイプと、切れ込みがなく幅広の広葉タイプがあります。国内で多く栽培・流通しているのは縮葉タイプで、商品名としては「エンダイブ」「グリーンカールド」などがあります。広葉タイプでは「スカローラ」があります。

step 03 畑の準備

植え付け2週間前までに、1㎡当たり苦土石灰約100gをまき、土とよく混ぜておきます。次に、植え付け1週間前に、1㎡当たり化成肥料(NPK各成分10%)約200gと堆肥約2kgを施してよく耕し、幅70～80cm、高さ5～10cmの栽培床を作ります。

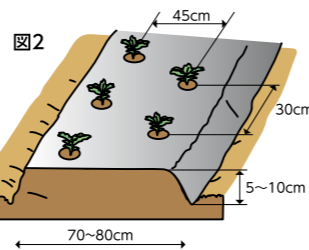
step 04 種まき・間引き

7.5～9cmのポリポットに4、5粒の種をまきます。発芽後に混み合っている所を間引き、本葉2枚頃に1本になるように間引いて、本葉4、5枚の苗に仕上げます。苗を多く作る時は、128穴セルトレーか25連結ポットを使いましょう(図1)。



step 05 植え付け・追肥

栽培床を平らにし、黒マルチを張ります。条間45cm、株間30cmに植え付けます(図2)。追肥は植え付け後1カ月を目安にシートをめくって、1㎡当たり化成肥料約50gを施します。



step 06 病害虫防除

高温期にアブラムシなどが発生しますが、比較的病害虫は少ない野菜です。

step 07 収穫

葉の広がりが隣の株と触れ合うようになったら、外側の葉を持ち上げてまとめ、上の方をひもで縛ります(図3)。1、2週間縛ることによって、日の当たらない内部の葉が白っぽくなってきます(軟白)。このようにしてから収穫すると、葉の苦さが和らぎ食べやすくなります(図4)。



栽培カレンダー(エンダイブ)

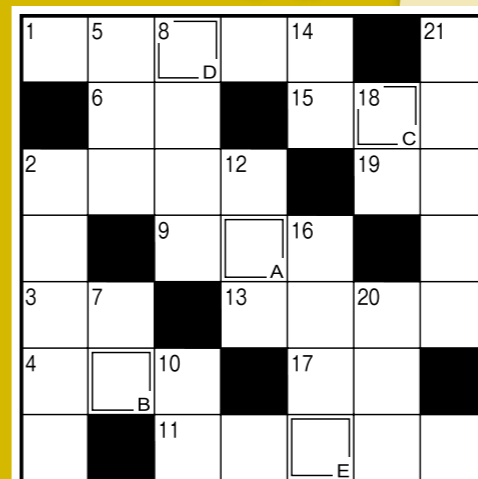
	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
冷涼地	春まき									
中間地		春まき								
暖地			秋まき							

● 種まき ○ 苗作り ▲ 植え付け — 生育 ■ 収穫

※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

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

- 傘を忘れたときに軒先を借りてすること
- 赤外線やX線もこれの一種
- 梅雨入りすると、梅雨——がいつ頃なのか気になります
- 簡単には意見を曲げません
- 損の反対語
- 親しいつきあいのこと。昔の——でなんとかしてよ
- アメリカ原産の大きなカエル
- 自宅を離れて観光などをします
- ウメやブルーベリーの食べる部分
- 合唱部が練習するもの
- 一年で一番昼が長い日

↓タテのカギ

- 完成しました!
- 成長した羊の肉です
- ペンは——より強い
- 彼は大舞台で面目——を果たした
- 手のひらや足の裏の反対側
- 旬よりも時期が早いもの
- この教科の時間にアサガオを育てた人も多いのでは
- 古くから、夏バテ防止にも食べられてきた野菜
- ウィッグや付け毛ではありません
- クイズを出されて考えるもの
- 中学校で教育——をおこなう大学生

〒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
5月28日(必着)

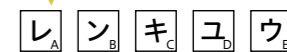
応募方法 官製ハガキに、①パズルの答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥職業 ⑦電話番号 ⑧JAや広報誌に関するご意見、ご要望、地域の話などを記入の上、上記の宛先までご応募ください。

記載された個人情報、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「みらいるオリジナルグッズ」を10名様にお送りさせていただきます。

先月号の答え



JAふくしま未来の概要

		令和8年3月末現在
組合員数(正)		45,239人
〃(准)		48,662人
役員数	理事	52人
〃	監事	8人
職員数		956人
准職員数		203人
出資金		16,589百万円

事業実績

購買品供給高	1,431百万円
販売品販売高	2,632百万円
貯金高	755,111百万円
貸付金高	256,739百万円
長期共済保有高	2,295,742百万円

編集後記

ゴールデンウィーク皆さまいかがお過ごしでしょうか。今年度から広報課のイラストが新しくなりましたが、お気づきいただきましたか?とてもかわいく仕上がっていただきました。いつも編集後記まで読んでいただきありがとうございます。そろそろ暑さを感じる日が多く私は日傘が手ばなせなくなります!(若月)



理事会報告

第1回理事会

日時/令和8年3月31日(火) 場所/JA福島ビル10階1001会議室

協議事項

- | | |
|---------------------------------------|---|
| 議案第1号 令和8年度産米の取扱方針及び出荷契約約款について | 議案第13号 令和7年度決算及び剰余金処分(案)並びに繰越税金資産の計上について |
| 議案第2号 令和8年度各利用事業の利用料設定について | 議案第14号 令和8年度事業計画【文言編・数値編】(案)について |
| 議案第3号 令和8年度指導事業(土壌分析センター)の利用料設定について | 議案第15号 JAふくしま未来自己改革工程表(案)について |
| 議案第4号 福島地区きゅうり共選施設利用料の設定について | 議案第16号 重要な運用方針の設定について |
| 議案第5号 JAふくしま未来農産物直売所設置運営規程の改正について | 議案第17号 第11回通常総代会の開催について |
| 議案第6号 原町CE自主検査装置更新工事の実施について | 議案第18号 第11回通常総代会参考書類の記載事項及び書面による議決権行使の取扱いについて |
| 議案第7号 国債・投資信託窓版にかかる規程の制定及び規程の一部改正について | 議案第19号 令和8年度における理事及び監事の報酬について |
| 議案第8号 理事会承認貸付について | 議案第20号 規約付属書役員候補者推薦会議運営規程の一部変更について |
| 議案第9号 令和7年度事業実績(速報)について | 議案第21号 宅地等供給事業実施規程の一部変更について |
| 議案第10号 一般貸倒引当金の取扱いと令和7年度資産自己査定について | 議案第22号 理事との利益相反取引について |
| 議案第11号 令和7年度減損会計グループینگ及び損失額の計上について | 議案第23号 反社・マネロン等関連規程の改正について |
| 議案第12号 令和7年度目的積立金の取崩し(案)について | |

もふもふ日和

犬・猫だけでなくペットの写真を集めています。



ぴとっ

二本松市油井 すみもあさん
いつも寄り添う仲良し姉妹のスミとモア



ダンディなラテちゃん

伊達市一本木 るっちゃん
凛々しいけど、まだ3歳の女の子です♪



リン

南相馬市鹿島区 ツルツルモンジャラケさん
いい天気ニコニコ、美味しいおやつください!!



はみ出てるよ?

二本松市杉田 げんちゃんさん
リラックスモードで可愛い尻尾がはみ出ましたw
くろみちゃんは夢の中zzz



お花見

伊達市保原町
ルルさん
天気も良くてお花見
お散歩日和♪



ユキ & ヨウ & ハラ なかよしー

本宮市荒井
もーちゃんさん
仲良く日向ぼっこ 暖かさ3倍

掲載された方には、
粗品を
プレゼントします♪

締切

2026年
5月21日(木)



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がご了承ください。
●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

