

ACT

Aichi Chook Tenshin

アクト



8

2026
vol.365

いい「土」いい「笑顔」
JAあいち中央
<https://www.jaac.or.jp/>

my スタイル Style

次代の担い手



み やけ いち え
三宅一絵さん

刈谷市東境町(35歳)

●栽培作物：規模
ブドウ：約40アール



雨や害虫、鳥から実を守るために、一房ずつ袋をかけます。



袋の上にさらに傘をつけ、日焼けを防ぎます。



趣味はノッティング織りで、椅子敷きを作ることです。時間を忘れて夢中になってしまいます。

就農のきっかけ

8年前に母がブドウの栽培を始めましたが、当時は理学療法士として働いていました。母の手伝いや、知り合いの農園でアルバイトをするうちに、やってみたいという気持ちが芽生え、楽しそうに栽培する母の姿に憧れ、就農を決意しました。愛知県立農業大学校の就農プログラムで1年勉強し、3年前に就農しました。

大切にしていること

私たち自身が楽しい！面白い！とワクワクしながら栽培をしているため、お客さまにも、感動や期待で笑顔になってもらえるブドウを育てることを1番大切にしています。大切な人への贈りものにも選んでいただけたらうれしいです。

今後の目標

「ブドウ好き」を増やしていくことが目標です。誰かに紹介したくなるような見た目とおいしきのブドウをお届けし、SNSでも魅力を発信していきたいです。また最近、土づくりにも力を入れようと講習会に参加しています。これからも一房一房にしっかりと向き合える規模で、責任をもって作り続けていきます。

ブドウ

三宅さんは約15品種のブドウを作っています。その中でもお気に入りには「シャインマスカット」「マスカサード」「クイーンセブン」です。三宅さんの直売所では、全国配送も行っています。



シャインマスカット



マスカサード



クイーンセブン

特集

旬がやってきた！ 地元のイチジクを味わって

皆さまの“いいね！”と登録をお待ちしています



ブドウの粒抜きをする三宅さん 生産者の紹介はこちら

いい「土」いい「笑顔」
JAあいち中央

〒446-8601 安城市御幸本町501番地1

ACT 2026.8
365

あいち中央通信／アクト

編集／総合企画部 企画課 広報室
TEL 73-5504 FAX 73-5513
<https://www.jaac.or.jp/> E-mail info@jaac.or.jp
発行日／2026年8月6日



旬がやってきた！ 地元のイチジクを味わって

愛知県は全国有数のイチジク産地です。温暖な気候と明治用水がもたらす豊かな水利に加え、平地が多く、栽培に適していたことから産地となりました。また、当ＪＡ管内は、県内一の生産量を誇っています。

愛知県産のイチジクが出回る７月から１０月の１９日は「愛知のいちじくの日」と定められており、お盆シーズンはまさに旬です。

今回は、地元のイチジクをみなさまが味わいたくなるような魅力や情報をお届けします！

主力品種 柘井ドーフィン、サマーレッド

栽培体系 ＪＡあいち中央いちじく部会員が管内の２０．４ヘクタールでイチジクを栽培しています。ハウス栽培と露地栽培で出荷時期が異なり、長期にわたりイチジクを楽しむことができます。暑い時期は、品質を保つため、収穫後すぐに冷却施設で管理し、保冷車で出荷しています。



Alchi Chush Tsushin
ACT

365.8

目次

特集

2

碧海のいぶき

8

やまけんの日本の佳い食を考える

10

green plaza

12

旬をいただきます

14

年金友の会 短歌・俳句

みんなのひろば

16

イキイキレディース活動ルポ

17

安城更生病院だより

警察署だより

18

information

PRESENT QUIZ

19

次代の担い手 myスタイル

20

旬をいただきます



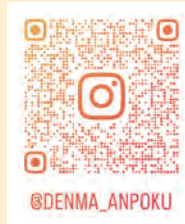
かさ増し・リング型ピーマンの肉詰め
(P.14)

イチジクメニューが登場予定！

※詳しい情報は店頭やSNSでご確認ください。

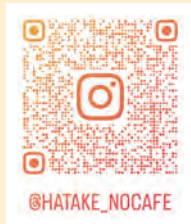
甘くてみずみずしいイチジクと
ヨーグルトソフトクリームを
合わせました。

ファーマーズマーケット
でんまあと安城北部
旬果旬菜カウンター
いちじくスムージー



Instagram
でんまあと安城北部

ファーマーズマーケット
でんまあと安城中部
はたけのカフェ
いちじくクレープ



Instagram
はたけのカフェ

いちじく
シフォンケーキ

生地には
へきなん美人
プレミアム100も
使用しています。

プチプチとした
食感を楽しめるイチジクと
やさしい甘さのクリームを
使用しています。

どこで購入できる？

●産直店舗



●JAあいち中央 農産物ネット販売サイト

碧海そだち
～オンラインショップ～



●イベント

8/29(土)、30(日)
おいしいあんじょう特産品フェア2026
inららぽーと安城
安城市の特産物イチジク、梨を販売します。
あおみっ子ファミリーのアイシングクッキーも新発売！

イチジクの豆知識



イチジクは漢字で「無花果」と書きますが、花がないわけではなく、実の中に無数の小さな花（小花）がついています。半分に切ってみると、赤いツブツブがたくさん詰まっており、この小花が食べたときに楽しめるプチプチとした食感を生み出します！



●保存方法●

乾燥に弱いため、ラップや袋で包み、
冷蔵庫に保管しましょう

●おいしいイチジクの見極め方●

- ①果形がふっくらしてハトメ（果頂）が少し割れているもの
- ②鮮やかな赤紫色で果皮に張りのあるもの



JAあいち中央いちじく部会

こうの かずゆき
河野和之部会長

JAあいち中央いちじく部会は、安全・安心で高品質なイチジクをお届けできるよう、毎日の管理を徹底しています。収穫はおいしいタイミングを見極め、一つ一つ丁寧に行っています。その努力で生産量、品質ともに高い評価をいただけており、私たちも自信と誇りをもって出荷しています。またイチジクは栄養価がとても高いため、健康にも美容にも良いことが魅力です。甘く食べやすいので、そのまま食べても、アレンジをしてもおいしく食べられます。地元で大切に育てた自慢のイチジクをぜひ味わっていただきたいです！



部会長 おすすめの食べ方

甘みを活かしてジャムにしたり、
凍らせてシャーベットにしたりして
食べるのがおすすめです。
これからの暑い時期には、
ぜひ冷やして味わってください！

修了生

いちじくスクール7期生
かじかわ よしはる
梶川 吉治さん
(碧南市天王町)



スクールのおかげで
今があります！

○入校したきっかけを教えてください。

親が元々兼業農家でしたが継ぐことはせず、40年間会社員でした。しかし定年後はやりたことをして過ごしたいと思っていたので、イチジク栽培を生きがいにしようと決心し、入校しました。

○参加してみてどうでしたか？

イチジク栽培の作業全てをできているのは、紛れもなくスクールのおかげです。農家の方との関わりもでき、スクール修了後でも相談できるのは本当にありがたいです。

○今後の目標を教えてください！

あと20年、元気にイチジク栽培を続けていきたいです。栽培を始めて3年経ちますが、上手くいかないことも含めて楽しみ、立派なイチジクを収穫できるように頑張ります！

現役生

いちじくスクール10期生
はっとり やすえ
服部 安江さん
(刈谷市小垣江町)



すぐに聞ける環境が
とても心強いです！

○入校したきっかけを教えてください。

父が管理していた田畑で、何か栽培したいなと思っており、昔から庭先で育てていたイチジクに挑戦することを決めました。体験会から参加し、入校しました。

○参加してみてどうですか？

売り物として出荷するためには、細やかな管理と技術が必要だと知りました。作業の判断に迷ったときは、先生にすぐ相談できるので、とても心強いです。イチジク農家さんのお話を聞けるのも嬉しいです。

○今後の目標を教えてください！

スクール修了後は、いちじく部会に入って、おいしいイチジクを出荷することが目標です。気になることがあれば自分から動き、解決する意識を大切にしていきたいです！

「イチジク作業体験者」も現在募集中！

スクールに入校する前に、一部作業の体験ができます。

■申込期限 令和8年9月30日(水) まで

詳しくはこちら



■お申し込み・お問い合わせ

〒446-0046 安城市赤松町浄善50
営農部園芸課産地対策室(担当:井上 剛)
☎0566-73-4403(平日9:00~17:00)
Email: 00871@jaac.or.jp

イチジク農家になりませんか？

いちじくスクール11期生募集中

いちじくスクールとは？

イチジク産地である当JA管内で、新たにイチジク農家になりたい方を支援するために、月2~3回程度の講義や実習を行っています。研修期間は1年間で、イチジクの栽培技術の基礎を学びます。

愛知県認定の研修機関にもなっています



基本は講義→実習の流れで行います。



接ぎ木…穂木と台木を接着させます。



芽かき…不要な芽を取り、栄養の分散を防ぎます。



誘引…伸びてきた枝を成長させたい方向に紐で調整します。



収穫



選別

応募資格 以下の①~④を全て満たす方

- ①当JA管内(碧南市、刈谷市、安城市、高浜市、知立市)にお住まいの方
- ②いちじく生産者になる意思が明確な方
- ③通年でいちじくスクールに通える方
- ※独立自営就農希望者(国の支援制度を希望する方等)については別途ご相談ください。
- ④スクール修了後、いちじく部会に加入し、販売・出荷する意思がある方

研修期間 令和9年3月下旬~令和10年3月(1年間)

受講料 14,000円(税込) ※変更となる場合があります

「いちじくスクール」説明会

日時 令和8年9月16日(水) 16:00~

場所 JAあいち中央安城西支店2階大会議室

申込期限 令和8年9月4日(金) まで

※原則、説明会に参加いただいた方のみスクールへお申し込みができます。
※募集人数は最大10名程度を予定しています。



事前にお申し込みが必要です

Aichu

碧海のぶどう

多彩な品種を楽しみながら
好みのブドウを見つけてほしい

加藤正義さん



作物紹介—ブドウ—

JAあいち中央ぶどう部会では、「安城ぶどう」として「デラウェア」や「巨峰」などを栽培している。「デラウェア」は7月上旬から7月下旬、「巨峰」は7月下旬から8月中旬に出荷される。

ブドウ栽培の勉強グループで
日々学びに励んでいる

「就農したての頃、ブドウの栽培について専門的に学ぼうと、地域の勉強グループに入った。大府市の生産者を中心に、周辺地域の生産者が集まり、互いに情報共有したり、収穫期が終わると全国の産地を視察したりして、日々、栽培知識・技術、希少な品種などについて学んでいる」と話すのは、ブドウを栽培する碧南市坂口町の加藤正義さん。

ブドウ農家に生まれ、農業は身近な存在だったが、当初は農家になることは考えていなかった。高校卒業後は地元企業に就職し、繁忙期に家業を手伝う程度だったという。転職となったのは父親の他界だった。後を継ぐか悩んだ末、会社を退職し、31歳で就農。専門的な知識はなく、まずは栽培を学べる場を探すところから始めた。現在は、母親とパート9人とともに同市桃山町の約1ヘクタールのほ場でブドウを栽培している。

ブドウは収穫期が終わるとすぐに次作の準備が始まる。10月頃から肥料をまき、枝を剪定。冬場には枝を伸ばす方向を見極めながら固定していく。2、3月には発芽を促すため芽傷処理を行い、4月から6月にかけては芽かき、摘蕾、誘引、摘粒、袋かけと作業が続く。7月上旬に収穫期を迎えると、朝6時半から夕方まで収穫や房の形を整える作業、袋詰めにつながる。収穫したブドウは、ほ場に併設する直売所で販売するほか、JAあいち中央の産直店舗にも出荷する。

「5、6月が特に忙しく、休んでいる暇がない。常に腕を

挙げて作業するため、首や肩への負担が大きく、凝りが取れないので辛い。朝早くから、遅いと夜の7時頃まで作業するため大変だが、おいしいブドウを届けるために頑張っている」と話す。

全国の産地の希少な品種を
取り入れて出荷を目指している

「全国の産地で作られている希少な品種を取り入れて育てることが好きで、おもしろい品種を見つけては、苗を手に入れて育てている。今、育てているものが2、3年後には産直店舗へ出荷できると思うので、ぜひたくさんの方に買って食べてもらいたい」と話す加藤さん。

加藤さんは、この地域のブドウ栽培について情報を得たいと、就農当初から同JAぶどう部会に所属している。同部会では、32人が約5.6ヘクタールで「デラウェア」や「巨峰」などを栽培。「安城ぶどう」として、約8.3トン（2025年度実績）を出荷する。

加藤さんは「栽培しているブドウは約30品種。定番のものでも好みが分かれるため、皆さまに喜んでもらえるよう、たくさんの方の品種を取りそろえている。品種の多さを楽しみながら、好みのブドウを見つけてほしい」とPRした。

■生産者プロフィール

加藤正義さん（37歳）

碧南市坂口町

子どもの頃から野球観戦が好きで、地元のチームを応援している。多いときは年に30回現地で観戦するほどの大ファン。最近は、もう少し頑張っ

のり弁を巡る最新事情

みんなが大好きな
のり弁のルーツ

のり弁といえば、いまや日本人であれば誰もがどんなものかを思い浮かべることができる、お弁当の代表格です。ご飯に醤油おかかをまぶして海苔をひく。その上に、白身魚のフライとちくわの磯辺揚げ、そしてきんぴらゴボウを載せて、漬物やポテトサラダなどを添えたもの。これが、一般的なのり弁です。こののり弁、大昔からあったと思ってしまうかもしれませんが、のり弁として商品化されたのは1976年です。それからちょうど50年前ですね！当時開業した、温かい持ち帰り弁当の専門チェーンが、家庭で食べられていた「のりおかか弁当」をアレンジして商品化したものだと言われています。

1971年生まれの私も子どもの頃、住んでいた町にそのお弁当チェーンの店舗ができました。当時の弁当といえば駅弁などで、ご飯もおかずも冷えたものが普通でしたが、そのお弁当屋はホカホカと温かいご飯におかずを詰め

やまけんの

のり弁の

佳い息を

考える

文と写真…山本謙治



山本 謙治（やまもとけんじ）
農畜産物流通コンサルタント&
農と食のジャーナリスト
農業・畜産分野での商品開発
やマーケティングに携わる傍
ら、日本全国の佳い食を伝える
活動をしている。



（上右）某お弁当チェーンののり弁。海苔おかかに白身魚フライとちくわの磯辺揚げは必ず入っている、不動の人気商品です。（上左）これが私が夢中になった「スゴおに」シリーズの「のり弁握りました」。（下）のり弁おにぎりを開くと、のり弁具材がミッチリ。発売当初からだいふ具材が小さくなりましたが、それでも健闘していると思います。



た弁当だったので、美味しいなあと思つてよく食べていたのを思い出します。もちろんのり弁は、ラインナップの中で最も安く買ったこともあつて、よく食べていましたが、「なぜこのおかずの取り合わせなんだろう？」と思つていました。

この記事を書くためにお弁当専門店でのり弁を買いましたが、タルタルソースが付いて白身魚フライが2枚のつて、350円（税抜）！相変わらず安い…というより、なぜこの価格でできるのか不思議です。醤油がついてきましたが、私はフライ類にはソース派なので、自宅でソースをかけていただきました。安定のおいしさでしたね。

もはやお弁当の域を
超えてしまった
のり弁という存在

ここ数年で、のり弁をのり弁以外の食べ方で提供する魅力的な商品が出てきています。意味が分かりにくいかも知れませんが、のり弁なのに、のり弁そのものではないんです！！

数年前からわたしが「とうとうこんなものが出たか！」と気に入っている商品ですが、それこそ、のり弁の具材

やおかかご飯が1つにまとまったおにぎり商品です。写真をご覧ください。ポリュームのあるおにぎりに、白身魚フライやちくわの磯辺揚げ、きんぴらゴボウがはみ出ています。そして全体が海苔で覆われていて、その下には醤油おかかが隠れています。ちょっと普通ではあり得ないポリュームのおにぎり。これはまさにのり弁！超絶に満足感と背徳感のあるおにぎりなのです！

このおにぎり、オリジナルはJR東日本の駅やホームなどに展開されているコンビニの商品なのですが、これが大ヒットしたことで他のコンビニ各社も追随して、同じようなコンセプトのおにぎりを出しているんです。でも、私のお薦めはやはりJR東日本のもの。傑作なので、ぜひ上京する機会があればNEWDAYSでお買い求めください。そしてもう1つが、モスバーガーが通販でのみ販売する、のり弁バーガー！ご飯でできたパンズで、白身魚フライときんぴらゴボウをはさみ、海苔で巻いているのです。ご飯で挟んでいるバーガーなので、つまりのり弁そのものといった問題無い商品です。冷凍で届いたものをレンジでチンしていただくのですが、パンだとレンジで加熱する



（上）こちらの中身もりのり弁具材。オリジナルののり弁が生み出したフォーマットは強い！
（下）モスバーガーが通販でのみ販売する、ライスバーガー「のり弁」。

未来を拓く！ 愛知農大

毎日食べても食べ飽きない、
おいしいトマトを
作っています

農大の2年間は
貴重な助走期間となった

「いいものを作って、いい値段で
売って、家族でいい生活をしたい」
と話すのは、大玉トマト、ミニト
マトを軸に、ブロッコリー、オク
ラ、エダマメを家族4人とパート
従業員で栽培している、碧南市の
三島昂大さん。

就農して4年目、今年から販売
はすべて個人出荷となり、出荷先
の振り分けや値付けなども担当し
ている。

「いいものをつくるには土が一番」、
祖父の代から54年間、土耕にこだ
わってきた。土づくりのための堆
肥のほか、肥料も有機質など8種
類をブレンドしている。「糖度と
酸度のバランスのとれたおいしい
トマト、毎日食べても食べ飽きな
いおいしいトマトを目指している。
そういうトマトだからこそリピー
ターがついている」という。

安城学園高校の3年間はサッカ
ーに打ち込んでいて、将来の志望
も理学療法士だった。農業に進む
きっかけとなったのは、2020
年から始まったコロナ禍。身体を
動かすことは好きだったし、アル
バイト感覚で家の手伝いをするう
ちに、お客さんから直接「おしい
い」「ありがとう」の声を聞いて、
いい仕事だし稼げそうだと思った。
農大の施設野菜専攻で2年間学び、
農業に関する基礎知識を身につけ
た。実践は就農してから積み上げ
た。

農大時代で、今につながる大き
な財産となったのは、SNSやE
C販売を始めて、試行錯誤を積み
上げられたこと。農大では寮生活
なので、自宅に帰る週末限定の対
応から始めた。最初はあまり売れ
ない、フォローも伸びない、も
うやめようかなと思うこともあつ
たが、地道に取り組むうちに軌道
に乗り、これまでの3年でフォロ
ワー1000人、売上げも150
万円まで伸びた。学生の立場で、
時間をかけて試行錯誤できた。人
のつながりを得たことも大きい。
「加えて、我が家には、祖父母の
代からの新しいことへチャレンジ
する風土がある。まずはやってみ
る、積極的に取り組む、それが
できる環境にあることも感謝し
ている」と話す。

いちばん若い日は今日、
いちばん無理が利くのも今日

これから農大を志す若い人に
伝えたいのは、日々チャレンジ
ということ。一時就職もいいが、
自分も親も若いときに、1日で
も早く就農した方が、基盤を築
いていくにはいいと感じている。
今年から、農業の枠を超えた
仲間と、作業場でマルシェを始
めた。「集客は順調に伸びてい
る。薄利多売でなく、いいもの
を出して、ちゃんとした値段で

評価してもらって、リピートして
もらう、マルシェがそういう方向に
向かうといいと思っている」と話
した。

令和9年度入学者選抜試験日程

下記の日程で入学試験を実施します。

特別推薦入学試験	一般推薦入学試験	一般入学一次試験
令和8年9月8日(火)	令和8年9月29日(火)	令和8年11月10日(火)
出願期間 令和8年9月11日(金)	令和8年10月15日(木)	令和8年11月25日(水)
試験日 令和8年9月29日(火)	令和8年10月30日(金)	令和8年12月8日(火)
合格発表 令和8年10月8日(木)	令和8年11月11日(水)	令和8年12月17日(木)
試験科目 面接試験	小論文(800文字以内) 面接試験	数学I 小論文(800文字以内) 面接試験
募集人員 20名程度 (ただし、各専攻5名程度)	定員100名のうち、 3分の2程度 (特別推薦入学合格者を除く) 人数	定員100名のうち 推薦入学合格者を除く 人数

詳細は
本校ホームページを
ご覧ください。



本校は農業の農業後継者や農業の担い手を育成する2年間の専修学校であり、
全寮制による実践的なカリキュラムで農業を学ぶことができます。
興味のある方の挑戦をお待ちしています！

生産者プロフィール

三島昂大さん

23歳 碧南市

趣味はサッカー。SNSで
全国に農業の「かっこよさ」
を発信して交流すること。



@TOMATYAMISHIMA



叩ききゅうりとウインター・ニンニク炒め

ウインターの代わりに豚肉、鶏肉を使うのもおすすめです。
時短で簡単に作れて、おつまみにもピッタリです。



YouTube
で公開中！

旬
を
い
ただ
さ
ま
す

料理研究家・栄養士
小瀧由美子先生

Recipe 141.1kcal

キュウリ	4本
青ジソ	10枚
ウインターソーセージ	5本
エダマメ(サヤ付き)	100g
ニンニク(微塵)	1片
サラダ油	大さじ1
鶏ガラスープのもと	小さじ1
酒	大さじ1
塩	少々
胡椒	少々

Cooking

①キュウリはヘタを取ってナイロン袋に入れ、すりこ木で叩いて割る。一口サイズにするために手でちぎる。

Point ▶ 叩いて割ることで、表面積が大きくなり、味がよく染み込みます。

Photo02：参照

②青ジソは千切りにして、ざるに入れて水にサッとさらし、水気を切る。

③ウインターソーセージは斜め切りにする。

④エダマメをサヤ付きのまま水で濡らし、アルミホイルで包み、グリルで10分加熱する。

⑤フライパンに油を引き、ニンニクを入れ、弱火で加熱する。香りが立ったら中火にして、③、①を加えて炒める。⑥を加えて味を調え、④のサヤから出した豆を加える。

⑥⑤を器に盛り、②を添える。



Photo02

産直店舗では旬の「碧海そだち」を使った簡単手料理の試食も行っています。ぜひお立ち寄りいただき、旬の野菜本来の味をお楽しみください。

●材料は4人分・表示kcalは1人当りのエネルギー

へきかい
碧海そだち
/好きを大切に

今月の「碧海そだち」

【ピーマン】
βカロテン、ビタミンCが豊富です。
炒めものや、茹でてツナ和えに。

【青ジソ】
βカロテン、カルシウムが豊富です。
春巻きにもいいですね。

【キュウリ】
カリウム、ビタミンC、食物繊維を含みます。サラダや漬け物で活躍します。

【エダマメ】
良質なタンパク質が摂取できます。サヤ付きのままスパイス炒めにしても楽しめます。



かさ増し・リング型ピーマンの肉詰め

ご飯を少し潰して混ぜると、つながになり、かさ増しにもなります。
一口サイズでお弁当にも。

Recipe 238.5kcal

ピーマン	6個
ショウガ	20g
炊いたご飯	90g
豚挽き肉	180g
塩	少々
胡椒	少々
溶き卵	卵1個分
片栗粉	大さじ1
砂糖	大さじ1
しょうゆ	大さじ1と1/2
酢	大さじ1
みりん	大さじ1/2
サラダ油	大さじ1
煎りゴマ	大さじ1 (半量ずつ使用)

Cooking

①ピーマンは上下を切り落とし、輪になるように横2～3等分に切り、タネだけ取る。切り落とした上下の部分の部分は除き、みじん切りにする。

②ショウガは皮つきのままみじん切りにする。

③炊いたご飯(冷めていれば温める)をボウルに入れ、すりこ木で潰す。粗熱がとれたら、豚挽き肉を入れて混ぜ、塩と胡椒を入れる。

④③に溶き卵を2、3回に分けて入れ、②、①のみじん切りにしたピーマンの順に入れる。

Point ▶ ピーマンは水気がでないように、最後に入れる。 Photo01：参照

⑤①の輪に切ったピーマンと片栗粉をナイロン袋に入れてまぶす。全体に片栗粉が付いたら、④を詰める。

⑥④をボウルに入れて混ぜ合わせる。

⑦フライパンにサラダ油を引き、火にかける。⑤の広い輪の方を下にしてフライパンに並べ、焼き目が付くまで中弱火で約2分加熱する。その後、蓋をして両面をそれぞれ約2分ずつ加熱する。

⑧弱火にし、フライパン内の余分な油をキッチンペーパーで吸い取り、⑥を入れて絡める。全体的に絡まったら、煎りゴマの半量を手で潰しながら入れる。

⑨⑧を器に盛り、残りの煎りゴマを振る。



Photo01

女性学校

「食・農・くらし(健康)」を考える講座

しあわせになる♡

2回コース受講のご案内

第1回「食」・「農」

開催日 令和8年10月2日(金) 午後1時30分～3時00分

野菜をつかった調理デモンストレーションと講演

「旬の野菜を味わう」

講師 料理研究家

きじま りゅうた氏



きじま りゅうた氏

第2回「くらし(健康)」

開催日 令和8年12月3日(木) 午後1時30分～3時00分

「心もからだもすっきり! 快適睡眠術」

講師 快眠セラピスト/睡眠環境プランナー

三橋 美穂氏



三橋 美穂氏

会場 総合センター内 生活館

安城市赤松町浄善50

定員 250名(定員になり次第締切ります)

参加費 1,000円(全2回を含む) ※参加費は第1回目講座受付時に現金でお支払いください。

受付 令和8年8月3日(月)9:00より LINE「くみポケ」から受付開始

※LINEお友達登録後のくみポケの登録が必要となります。未登録の方は二次元コードより登録をお願いします。登録不可能の場合は支店窓口へお尋ねください。

お問い合わせ: 各支店または組織生活課 ☎73-4450



くみポケ登録用



6月エコキャップ回収結果

回収個数 79,206個

ワクチン 92人分

ご協力ありがとうございます。
※エコキャップは各支店で回収しています。

年金友の会

短歌

俳句

【年金友の会賞】

墨絵にもなる梅雨入りの

田風景光を返す青田のちから

青木 啓三(刈谷市)

【選者】「沃野」同人
遠山 敬子 選

評

自然の光景と心が重なったとき歌は生まれる。薄墨色の梅雨入りの田園風景を眺める作者の姿が見えてくる。青々と稲がたくましく育っている光景に作者の心が動いた。作者はこの光景を見ずばすことなく「光を返す青田のちから」と瑞瑞しい感覚で捉えた。結句の「青田のちから」によって単なる風景描写以上のものを感じさせる作者の精神性が見えてくる。

【佳作】
春告鳥の声で目覚めた山里は

甘き思い出遙か昔の
渡 愛子(安城市)

【年金友の会賞】

田を植えり妣の声する畦に立ち

佐野ふさ(刈谷市)

【選者】中部日本俳句作家会会員 海原 同人
選井 上 俊 一 選

評

「妣」なきは(亡母)のこと。俳句は難しい字や単語が出て来るからと、敬遠する人が多い。しかしそれがいい勉強になる。国語辞典や漢和辞典を開いて日本語の豊かさを味わってみるのは楽しい事だ。この句の味わいは、この「妣」の一字で決まった。忙しい田植えが今年も終わってやれやれ。「今年も田植えがすんだね」畦に立つと亡き母の声がかかる。今まで農家を支えて来た両親の苦労が、しみじみと感じられる。安心感と共に田んぼを毎年維持する苦労は、稲刈りの収穫のよるこびに、災害無く繋がってゆくことを祈りたい。

【佳作】

冷房のミストにあふる笑顔かな 齋藤 績(安城市)
ミニバスを日傘くるくる待ちきれず 伊藤美代子(知立市)
酷暑日や朝餉の前の畑仕事 金原とみ江(碧南市)
まぶしさにサングラスして畑仕事 坂田 豊(刈谷市)
手作りの春菊くきも天ぷらに 松原 愛子(碧南市)

「年金友の会 短歌・俳句」では、
JAあいち中央年金友の会会員からの
短歌・俳句の投稿をお待ちしております。

住所・氏名・電話番号・最寄りの支店名を明記のうえ、以下の宛先・Eメールアドレスまでご応募ください。締め切りは毎月20日、応募数はお一人3首、5句までとさせていただきます。採用させていただいた方には、ふれあい商品券を進呈します。

みんなのひろば

“お便り
いつも
ありがとう”

「みんなのひろば」では、みなさんからの笑える話、写真、絵手紙、短歌、俳句などの投稿を募集しています。住所・氏名・電話番号・最寄りの支店名を明記のうえ、以下宛先までご応募ください。締め切りは毎月20日です。作品を採用させていただいた方には、ふれあい商品券を進呈します。応募作品は返却いたしませんのでご了承ください。なお、写真応募は郵送の場合、写真のサイズはL～2Lサイズまで。Eメールの場合、データ容量は2MB以下を目安とします。写真応募の際は、①タイトル②コメント③撮影日④撮影場所(なるべく詳しく)を記入してください。

■宛先 〒446-8601
JAあいち中央 総合企画部企画課広報室
■Eメールでも受け付けています。
Eメールアドレス: info@jaac.or.jp



絵手紙
江坂千秋さん
安城市桜井町

あらら、胡瓜から葉
初生り胡瓜から葉が出て
てびっくりしました。
撮影場所 碧南市日進町
金原とみ江さん
碧南市日進町

PRESENT QUIZ

Q ○に当てはまる文字は何でしょう？
愛知県産のイチジクが出回る7月から10月の
19日は何の日と定められているでしょう？

「愛知の○○○○○の日」
○の中に文字を当てはめてね！

クイズ正解者の中から抽選で8名様に

当JA管内産のブドウ2房
をプレゼント！



※イメージです。
※品種はお選びいただけません。

応募方法

①「くみボケ」のイベント予約から応募

手順1：LINE公式アカウント「JAあいち中央
いい「土」いい「笑顔」」を友だち追加し、
「くみボケ会員証」から「くみボケ」登録
する。

手順2：「イベント予約」から「ACT8月号
PRESENT QUIZ」を選び、必要事項を
入力して応募する。



「くみボケ」の
登録は
こちらから

②ホームページから応募

当JAホームページの「イベント・活動報告」から
プレゼント&クイズに進みます。「プレゼント
クイズに応募する」から、必要事項を入力してご
応募ください。右記二次元コードから直接アクセ
スすることもできます。



③ACT同封の「みんなのこえ」で応募

ACT同封の「みんなのこえ」に、クイズの答・住所・氏名・年
齢・職業・電話番号・最寄りの支店名・「ACT」を読んだ感想
を明記のうえ、最寄りの支店へお持ちください。

※当選者の発表は、商品引換券の発送をもってかえさせていただきます。
※商品は下記の引換場所、引換日時での受け渡しとなります。ご了承のうえ、
ご応募ください。

●引換場所 JAあいち中央本店
(安城市御幸本町501番地1)

●引換日時 2026年8月27日(木)／10:00～16:00

●締切 2026年8月20日必着

■先月号の答え 青切符

編集後記

今回はイチジクやブドウなど旬の果物が登場し、夏を感じる誌面と
なりました。私は果物ならお菓子よりもヘルシーだから大丈夫だと思
っているのですが、ついたくさん食べてしまいます。ご飯を食べた後
でお腹がいっぱいでも別腹です。また、頑張った日のご褒美にも良
いですね。毎年お盆に親戚から果物を貰うことが多いのですが、今
年は自分で買いに行きたいと思います。皆さんもこの夏、旬の果物
を味わって、楽しんでください！

(梨)

information

お・知・ら・せ



組合員・利用者の皆さまへ

写真・絵手紙コンテスト 締め切り迫る！

当JAでは「写真・絵手紙コンテスト」の作品を募集しています。受
賞作品(写真・絵手紙各6点)は、2027年版JAあいち中央オリジ
ナルカレンダーに掲載いたしますので、奮ってご応募ください。
詳細や応募用紙については、当JAホームページまたは各支店・
産直店舗に備え置いてありますチラシをご覧ください。

■応募資格 当JA管内(碧南市、刈谷市、安城市、高浜市、知立市)
に在住または在勤の方

■応募方法 応募用紙を記入のうえ作品の裏面に貼り付けて、
下記の応募先まで郵送または直接持参してくださ
い。写真はEメール(ファイルサイズは2MB以上5
MB以下)でも応募できます。なお、Eメールで応募
される方は、応募用紙に記入いただく事項を本文
に入力ください。詳しくはチラシ裏面の応募要項
をご確認ください。

■応募先 〒446-8601 安城市御幸本町501番地1
あいち中央農業協同組合
総合企画部企画課内「カレンダー作成」係
Eメール:kouhou@jaac.or.jp

■締め切り 2026年8月31日(月)※当日消印有効

■お問い合わせ 総合企画部企画課内「カレンダー作成」係
☎0566-73-5504



年金普及センターからお知らせ

2026年度下期年金相談会開催

下期年金相談会を以下の通り開催しますので、ぜひご利用くだ
さい。なお、ご利用の際は事前予約が必要です。

ご予約は本・支店窓口、渉外担当者にお問い合わせください。

2026年度(下期)年金相談会 日程表

地区	安 城		刈 谷		知 立	高 浜	碧 南	
会場	本店	新安城支店	桜井支店	刈谷中支店	刈谷北部支店	知立支店	高浜支店	碧南中支店
曜日	第1土曜日 第3土曜日	第4水曜日	第4土曜日	第4土曜日	第2土曜日	第2土曜日	第3水曜日	第1土曜日
時間	9:00～16:00	9:00～12:00	9:00～16:00	9:00～16:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～16:00
10月	3日 17日	28日	24日	24日	14日	10日	21日	3日
11月	7日 21日	25日	28日	28日	11日	14日	18日	7日
12月	5日 19日	23日	26日	26日	9日	12日	16日	5日
2027年 1月	休業 16日	27日	23日	23日	13日	9日	20日	休業 1日
2月	6日 20日	24日	27日	27日	10日	13日	17日	6日
3月	6日 20日	24日	27日	27日	10日	13日	17日	6日

※1 1月の第1土曜日(本店、碧南中支店)は休業いたします。

■お問い合わせ

金融推進部年金普及センター ☎0566-73-5698

安城更生病院だより

安城更生病院 医療福祉相談室
医療ソーシャルワーカー
西 川 彩 乃



『介護保険』について知っていますか？

介護保険は支えあいの制度です

介護保険制度は市町村が運営してい
り、40歳以上の方は保険料を納めてい
ます。必要時は要介護認定を受け、少
ない自己負担で様々なサービスを利用
できます。

65歳以上の人は「第1号被保険者」
となり、原因を問わずにサービスが利
用できますが、40～64歳の人は「第2
号被保険者」となり、老化が原因とさ
れる16種類の特定疾病(がん、脳血管
疾患、糖尿病関連疾患など)に該当す
る場合に、サービスを利用できます。

介護保険で利用できるサービス

訪問型サービスでは訪問介護、訪問
看護、訪問入浴、訪問リハビリ。通所
型サービスではデイサービス、デイケ
ア、短期間の入所(ショートステイ)、
電動ベッドや歩行器などの福祉用具の
貸与・販売、住宅改修など、種類は多
岐にわたります。

サービス利用までの流れ

介護や支援が必要になったと思つた
ら、役所にある介護保険の担当窓口や
地域包括支援センター、医療機関など
にご相談ください。なお、申請窓口は
役所となり、65歳になると送付される
「介護保険被保険者証」が必要です。
申請後は訪問調査や主治医意見書など
をもとに審査が行われ、「非該当」「要
支援1・2」「要介護1～5」のいずれ
かに認定されます。結果は原則申請か
ら30日以内に通知され、通知前でも暫
定でサービスの利用が可能です。

まずは専門機関へご相談ください

生活や介護に関する相談やサービス
に関するお問い合わせは、お住まいの
地区の地域包括支援センターへご連絡
ください。また、当院の1階にありま
す医療福祉相談室でも介護保険をはじ
め様々な相談に応じていますので、
お気軽にご利用ください。

警察署だより

タイヤ泥棒に注意!!

春の異動で、鉄道警察隊から碧南
警察署に赴任しました地域課長の杉
浦です。20年ぶりに生まれ育った西
三河での勤務となり非常に嬉しく思
っております。管内の犯罪の検挙や
抑止に、積極的に取り組んで参りま
すので、宜しく願います。

今回は、「タイヤの盗難被害」に
ついてお話しします。

碧南市及び高浜市のみなならず西三
河及び近隣の警察署管内においても
ご自宅の車庫や敷地内に置かれたタ
イヤの盗難被害が連続発生していま
す。

皆さんのご家庭でもそのような状
況がありませんか？
防犯対策として、
○タイヤを人目につかない場所に保
管する
○置き場所に人感センサーライト、
防犯ブザーを設置する
○頑丈なチェーン錠などで固定する
などが有効です。

碧南警察署では、皆さんの身近で
発生する犯罪を一件でも多く防ぐた
めに重点的なパトロールを強化して
「安心」して暮
らせる「安全」
な街を目指して
いきます。



碧南警察署
地域課長
杉 浦 豪

もし、不審な人物を発見された際
は、ためらわずに110番通報をお
願います。

110番通報のポイントとして
①何があったのか
②いつのことなのか
③場所はどこののか
④犯人の特徴・車のナンバーなど
について担当者が順におたずねしま
すので慌てず、落ち着いてお話しし
てください。