

# アンサンブル

JA-ISE public relations magazine "Ensemble"

特集

うま味・栄養価が増す  
干し野菜を作ってみよう

曲  
のうのかぜ  
海

牧谷 拓さん

志摩市

牧谷拓さん(35)

志摩市にある約11アールのハウスでミニトマトを栽培する牧谷さん。地元商業施設内にある直売コーナーや鳥羽市にある鳥羽マルシェなど、直売所を中心に5カ所へ出荷しています。

誰が食べても

「おいしい」と言っ

てもらえるような

ミニトマトを

今年で就農15年目を迎える牧谷さん。「もともとミニトマトは両親が栽培していました。当初は他にアルバイトなどもしていましたが、平成23年にハウスを自分の名前で借り入れて移転新築したときに覚悟が決まりました」と当初を思い出しながら笑顔を見せます。

栽培について「7月中旬から2回に分けて播種をします。その後9月頃まで移植、定植と作業が続く、10月下旬から収穫が始まります。順調にいけば6月まで収穫が続きますが、息つく暇もなく、すぐに翌シーズンの播種を迎えます。この間、ハウス周辺の除草などを徹底して病害虫

対策をしています。また、温度管理にも気を遣っています。特に冬の急激な温度上昇は裂果につながるため、日の出前から温度調節をしたり、温風ダクトの配置を工夫したりしています」と話します。

さらに「冬場にハウスを閉め切ると二酸化炭素が減ってしまうので、光合成を補うために炭酸ガス発生装置も連動させています。そうすることで収量アップや品質向上にもつながります。直売所を中心に出荷しているため、お客さまから直接「美味しかった」と声をかけていただくことや、SNSなどで問い合わせのメッセージをもらったりすることもよくありモチベーションが上がります。お客さまの声に答えられるよう、これからも良い品質のミニトマトをお届けしたいと思います」と話す牧谷さん。

最後に「誰が食べてもおいしいと思ってもらえるようなミニトマトを作っていきたいですね。特に娘2人にもおいしいと言ってもらえたら」と話してくれました。

Contents

農の風	2
特集	4
いせちゃんトピックス	6
旬を味わう	8
みらい活動だより	9
家庭菜園	10
JAの保健室	11
あんさんぶるひろば	
我が家の人気者／	
元気はつつシニアだより	12
お便りのコーナー／おもしろ川柳／	
わくわくプレゼント	13
インフォメーション	14
JA伊勢カレンダー	16

うま味・栄養価が増す

# 干し野菜 も作ってみよう

監修：KAORU



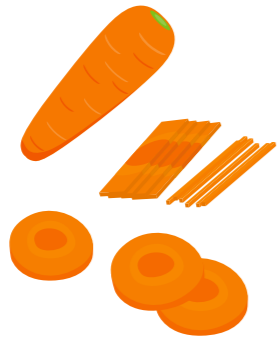
## 基本の干し野菜の作り方

- 1 野菜を洗って水気を拭き、用途や好みに合わせて切る。
- 2 表面の水分をペーパータオルで拭き取り、ざるなどに重ならないように並べる。
- 3 天気が良い日に風通しの良い場所で干す。好みの状態まで乾燥したら取り込む。
- 4 そのまま調理に利用、または保存して活用する。

干し野菜とは、野菜を切って天日干しまたは陰干ししたものを「干す」という一手間を加えた野菜は、うま味や甘味が凝縮され歯ごたえがアップします。残り野菜も無駄なく利用できる、時短料理が可能になる、栄養価が増すなど生の野菜とは違う魅力が生まれます。ぜひ、作ってみませんか。

ニンジン  
嫌いも克服

## ニンジン



### 作り方

#### 下処理

皮はそのままか薄くむき（皮部分が黒っぽくなるため）、1cm程度の輪切り、いちょう切り、棒状の細切りなどにする。

#### 干す時間、完成の目安

半日～1日程度干す。表面が乾いて白っぽくなり、しんなりしたら取り込む。



おすすめ料理

ソテー、ピクルス、炒め物、あえ物、漬物、煮物など

油でさっと炒め、ツナ缶と醤油で調味。干すことで炒め時間が短縮し、甘味がアップします。

かさが減り  
うま味が凝縮

## キノコ



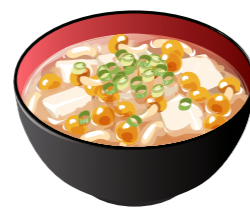
### 作り方

#### 下処理

シイタケは軸を取り、かさを下にして半日～1日ほど干す。シメジは石づきを取り小房に分け、エリンギは縦切りにして半日程度干す。

#### 干す時間、完成の目安

表面が乾いて、程よく縮んだら取り込む。



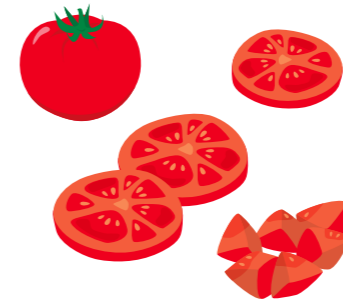
おすすめ料理

出汁、スープ、マリネ、炒め物、煮物など

キノコ、ホタテ缶、水を鍋で煮立たせ、みそを溶かせば、出汁いらずの即席みそ汁に。

濃厚な甘味・  
うま味に感動

## トマト



### 作り方

#### 下処理

ヘタを取って、皮付きのまま横半分に切り、種を取り除く。

#### 干す時間、完成の目安

皮を下にして、半日～2日程度干す。全体的にしわが寄り、クタツとなったら取り込む。



おすすめ料理

サラダ、マリネ、スープ、揚げ物、炒め物、煮物など

ニンニクやハーブの風味を加えたオイルマリネは、バケットやサラダに。

特有の香りが  
優しく穏やかに

## ピーマン パプリカ



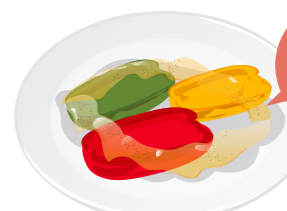
### 作り方

#### 下処理

ヘタと種を取り除き、縦半割り、四つ割りにする。

#### 干す時間、完成の目安

皮を下にして半日～1日程度干す。表面にしわが寄り、全体的にしんなりしたら完成。



おすすめ料理

マリネ、ピクルス、あえ物、炒め物、漬物など

皮目をあぶり、オリーブオイル、塩、コショウで味をなじませれば、華やかな一品に。

料理の幅が  
グンと広がる

## キャベツ ハクサイ



### 作り方

#### 下処理

葉を1枚ずつ剥がすか、根元を付けた串切りにする。

#### 干す時間、完成の目安

葉を広げて半日～1日程度干す。葉がしんなりしてきたら取り込む。



おすすめ料理

ソテー、グリル、煮込み(ロールキャベツ・ハクサイ)、あえ物、漬物など

葉でウインナーを巻き、トマト入りコンソメスープで煮る。下茹でせずに巻くことができます。

生とは違う  
触感に驚き

## キュウリ



### 作り方

#### 下処理

皮付きのまま、斜め切り、輪切り、棒状などに切る。

#### 干す時間、完成の目安

半日～1日程度干す。表面が乾いて、全体的にしんなりしてきたら取り込む。



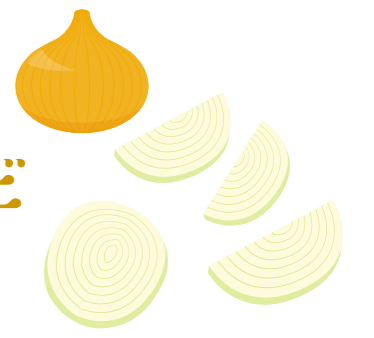
おすすめ料理

マリネ、ピクルス、あえ物、炒め物、漬物など

干しキュウリのめんたいバター炒め。加熱しても水っぽくならず、癖になる歯応えです。

辛味が和らぎ  
うま味アップ

## タマネギ



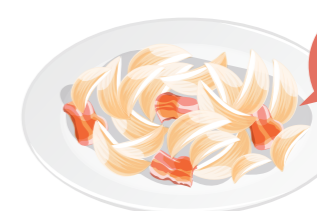
### 作り方

#### 下処理

皮をむいて根を取り、串切りや輪切りなどにする。

#### 干す時間、完成の目安

半日～1日程度干す。表面にしわが寄り、全体的にしんなりしたら完成。



おすすめ料理

サラダ、マリネ、あえ物、炒め物、揚げ物、煮物など

甘みが増したタマネギと豚肉をごま油で炒めるだけ。調味料も少なめで味が整います。



葉付タマネギの検品を行うJA伊勢の職員

## 産地化目指し 鳥羽志摩地区で葉付タマネギの出荷始まる



2月5日から葉付タマネギの出荷が始まり、出荷初日のこの日は157袋が出荷されました。

鳥羽志摩地区では、温暖な気候を生かした極早生タマネギの栽培が盛んに行われていましたが、高齢化により出荷数も減少。JA伊勢ではもう一度産地として復活させよう取り組みを始めました。品種は超極早生種の「<sup>はまみ</sup>浜笑」や極早生種の「<sup>たかにしき</sup>貴錦」で、生のままスライスしても甘味が強く、辛味が少ないのが特徴です。

## おかげ横丁で 観光客らにイチゴ「かおり野」PR



2月17日と18日、伊勢市の「おかげ横丁」で、伊勢市で栽培されている農産物のPRと観光案内をかねたイベントが開催され、JA伊勢からもブースを出店しました。

当日は、JA伊勢や伊勢市の職員らがイチゴ「かおり野」のPR・販売のほか、同品種を使用した「かおり野ジャム」や「かおり野パウムクーヘン」などの加工品も販売し、ブースは訪れた観光客で賑わいました。



イチゴをPRするJA伊勢の職員



即売会前から多くの来場者で賑わいました

## 4年ぶり花き品評会を開催



2月17日、伊勢市のイオンタウン伊勢ララパークにて花き品評会が開催されました。品評会後には展示会、即売会も行われ、来場者に管内産の切り花をPRしました。

品評会の主な受賞者は以下の通りです。(総出品点数59点)

三重県知事賞	ふじわら かずき 藤原 和輝さん(バラ)
伊勢市長賞	つじもと としかず 辻元 敏一さん(ガーベラ)
三重県伊勢農林水産事務所農政室長賞	きたがわ りんいち 北河 林市さん(カーネーション)
伊勢農業協同組合長賞	おおにし かずまさ 大西 一政さん(トルコギキョウ)

## 三重南紀産「せとか」「不知火」 タイ王国へ輸出



2月17日と18日に、統一選果場でタイ王国へ輸出する中晩かん「せとか」「不知火」の殺菌処理や箱詰めなどの事前作業を行いました。

20日には三重県職員やJA伊勢の担当者らの立会いのもと、日本の植物防疫検査官が、御浜町や紀宝町で収穫された「せとか」「不知火」の果実の表面に病害虫や小さなキズがないかを入念に検査しました。検査に合格した中晩かん約6.5トンはタイ王国へ輸出され、現地検疫のチェックを受けた後、高級百貨店や量販店などで販売されます。



輸出検査に向けた事前作業の様子

## JA伊勢管内の さまざまな情報をお届け！ いせちゃんトピックス

Ise-chan Topics



受賞作品「家族で刈ったお米は世界ー！！」

## 「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール 農林水産大臣賞に輝く 東彩葉さん



JAグループが主催する「第48回『ごはん・お米とわたし』作文・図画コンクール」の図画部門において、尾鷲市立宮之上小学校6年生の東彩葉さんが農林水産大臣賞を受賞しました。

作品は、家族で稲刈り体験をした思い出を描いたもので、収穫の苦労や喜びを表現しているそうです。東さんは「1年生のときから絵画教室で絵を習っており、今回の作品は自信作だったので受賞できて嬉しい」と話していました。



受賞した東さん



草刈機のメンテナンス方法について説明する様子

## 草刈機の安全講習会も実施 新春農機・自動車大展示会を開催



1月26日と27日の2日間にわたり、伊勢農機整備センターと(株)ジェイエイサービス伊勢カーセンターで「新春農機・自動車大展示会」を開催し、303名のお客さまにお越しいただきました。

当日は農機具や自動車の展示・説明のほか、草刈機の安全講習会を開催しました。メーカー担当者より正しい使い方やメンテナンスの方法、安全装備について説明があり、参加者らは熱心に耳を傾けていました。

## 専門技術の習得を 「みかんの学校」剪定講習会開催



2月4日、南伊勢町で「みかんの学校」の剪定講習会が開かれ、4名の受講生が参加しました。

これは、JA伊勢マルゴ柑橘部員らで作る「南勢産地でみかん農家をワイワイ育てる会」が主催したもので、南伊勢町と生産者、JA伊勢、三重県農業改良普及センターの担当者らで作る「南勢産地協議会」の協力のもと実施しています。

当日、受講生らはJA伊勢の職員から剪定のポイントなどの説明を受けた後ミカン園地に移動し、地元生産者らの指導のもと剪定の実習を行いました。



地元生産者から剪定方法を教わる受講生

令和6年度も「みかんの学校」の開催を予定しています。  
受講お申し込み・詳細は…南伊勢町水産農林課 ☎0596-77-0007まで

### 社協就労体験利用者が農作業体験 農福連携の取組み

くらしの活動推進課は12月から、伊勢市社会福祉協議会(生活サポートセンターあゆみ)が伊勢市と協同で推進している「働きづらさを抱えた人への就労支援」の一環として、就労体験の受け入れを始めています。

1月29日には、伊勢市にあるイチゴハウスや小俣支店でイチゴの収穫作業やパック詰め作業を行いました。参加者は「自分ではなかなかできない体験ができるので、こうした機会を設けてもらえるのは嬉しい」と話しました。



イチゴのパック詰めを行う利用者

### キャプテンハウス 天然石アクセサリー作り

2月3日、熊野市の有馬第二公民館で手芸グループ「キャプテンハウス」の活動が行われ、8名が参加しました。

当日はLocoHouseの中美恵先生を講師に迎え、天然石を使ったアクセサリー作り挑戦。それぞれの天然石が持つ神秘的な意味などの説明を受けた後、好みのものを組み合わせたブレスレットやミサンガを作りました。



ミサンガを編んでいく参加者



完成した作品

### バレンタインイベント 「ケーキポップ作り」を開催

2月10日、伊勢中央支店で「ケーキポップ作り」を開催し、管内の親子17組47名が参加しました。ケーキポップは一口サイズのケーキを棒にさしたものです。

当日、参加親子らは、棒にさした生地にチョコレートをコーティングし、チョコスプレーなどで飾り付けした後、思い思いにラッピングを施しました。



完成したケーキポップ



ケーキポップを作る児童ら

#### お問い合わせ

くらしの活動推進課  
☎ 0596-62-1125 まで

#### LINE



#### SNS



Facebook

Instagram

#### ホームページ



## 旬を味わう Cooking

# ミニトマトの ケーキサレ

調理時間  
60分



#### 材料(17cmパウンドケーキ型1台分)

ミニトマト	7個
ブロッコリー	80g
タマネギ	1/2個
ベーコン	60g
薄力粉	125g
ベーキングパウダー	5g
卵	2個
牛乳	70g
オリーブオイル	70g
塩	小さじ1/4
コショウ	適量
ピザ用チーズ	40g

#### 作り方

- ミニトマトを1/4の大きさに切る(酸味が気になる方は種を取ってください)。ブロッコリーはゆでて、1cm角に切る。
- タマネギを粗みじん切り、ベーコンを1cm角に切って、タマネギが透明になるまでフライパンで炒める。
- 薄力粉、ベーキングパウダーを量ってふるっておく。オーブンを200℃に予熱しておく。
- ボウルに卵、牛乳、オリーブオイル、塩、コショウを入れて混ぜる。3の粉類を加え、ヘラなどで混ぜる。
- 1と2の材料とピザ用チーズを加えて混ぜる。
- 型に流し入れ200℃のオーブんで約40分焼く。
- 火が通ったら取り出し、粗熱をとって完成。



料理の動画は  
こちら▲

#### 今月の食材

## ミニトマト



#### 栄養

赤い色はリコピンという色素成分によるもの。リコピンはカロテノイドという色素成分の一種で、がんや老化を予防する抗酸化作用があります。リコピンの吸収率は、生よりもペーストのように物理的処理や加熱調理された加工品のほうが高いことが知られています。また、油脂と合わせると、吸収率が上がるので、オリーブオイルなどと一緒に摂るとよいでしょう。通常のトマトに比べ、ビタミンCやカリウムが豊富です。疲労回復効果が期

待されるクエン酸や便秘改善に役立つペクチンも含まれています。

#### 選び方

ヘタが新鮮で、皮にハリがあり、裂果のないものを選びましょう。

#### 保存方法

緑の部分がまだあるものは、常温で保存しましょう。冷やしすぎると風味が落ちるので注意。丸ごと冷凍保存もできます。流水で洗い流すと、簡単に皮がむけ、湯むきいらず。



# シニアこそ注意!! 生活改善で痛風予防



「風が吹いても痛い」などと言われる痛風。

痛風とは、血液中の【尿酸】が、自然に排泄が間に合わず増えすぎて結晶となり関節内にたまり、何らかの原因で剥がれ炎症が生じる病気です。足の親指や足の甲、足首、手などの関節に起こりやすく、激痛を伴います。

痛風の原因になる高尿酸血症の患者は年々増加し60歳代が最も多いとされています。痛風の発症や発作を繰り返さないように対策が必要です。今回は、簡単な対策をご紹介します。

痛風は、肥満の増加や食生活の欧米化の影響があると考えられ、尿酸値が高いまま放っておくことは危険です。高尿酸血症のある人は、高血圧や糖尿病の生活習慣病を患っている方が多く、動脈硬化の引き金になり脳卒中や心筋梗塞などの原因にもなります。



## こんな暮らしをしていませんか？

### 1. お菓子や甘いものが好き

果物やジュースなどに含まれる果糖は尿酸値を上げやすい。

### 2. 運動不足、肥満になりやすい生活

家で過ごす時間が長いと運動不足から肥満になりやすく、尿酸値を上げやすいです。

### 3. 早食いで、沢山食べてしまう

早食いは、満腹になる前に口に入れてしまうため、摂取量が増えて肥満になりやすい。食べ過ぎは、尿酸値を上げる行動そのものです。



### 4. レバーや白子などのプリン体の多い食品を食べる

レバーなどの内臓類、肉類、魚類、干物など水分が抜けて成分が凝縮された食品などは、尿酸値が急激に上がります。

### 5. 毎日のお酒をのんでいる

どんな種類でも、尿酸の排泄を妨げる作用と尿酸を作る作用を体内で生じさせるため尿酸値が上がります。



### 6. ストレスを感じ、眠れない日がある

眠れない日があると、早食いや暴飲暴食をしてしまう傾向にあり、ストレスは、自律神経に影響し、尿酸を排泄する腎機能に悪影響があります。

## 尿酸値を下げる生活改善

### 1. 食事の量を少し減らす

3食の量を腹八分目にし、間食を減らす。良く噛んで、ゆっくり食べる。



### 3. 水分は多め、お酒は少なめに

尿量を増やして尿酸の排泄を増やすと、尿酸値が下がりやすいです。

### 2. プリン体の多い食品は3日に1回までに

レバー、白子、イカ、エビ、肉や魚の干物などは、プリン体が多い。一方、めかぶ、タマネギ、キャベツ、豆腐、ヨーグルト等は尿酸値を下げるため積極的に食べてください。

### 4. 1回10分の運動を

ストレス解消と肥満予防に積極的に運動をお勧めします。ウォーキングや階段登りなどできる運動から始めてみてください。

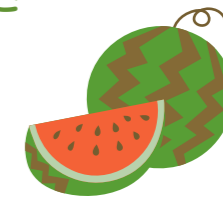


あなたもチャレンジ!

# 家庭菜園

甘みが強く手頃な大きさ

## 小玉スイカ



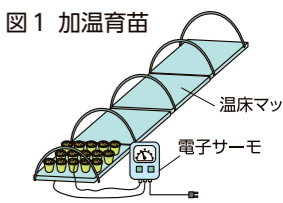
スイカはアフリカ南部カラハリ砂漠が原産のため、高温、強い光と乾燥でおいしいものが取れます。

中間地では温床内で3、4月に種をまき、7、8月に収穫します。生育と病気に強い接ぎ木苗が市販されており、利用すると便利です。

### 種まき

温床マットなどで25～30度に加温したトンネル内(図1)で培養土を詰めた9cmポリポットに3粒ずつ種をまきます。本葉が出始めたころには夜温15～20度に下げます。その後、良い苗を残し間引いて1本にし、本葉4、5枚の苗にまで育てます。

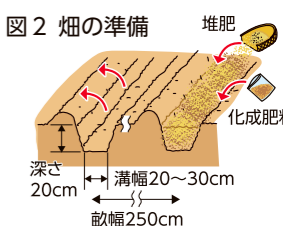
図1 加温育苗



### 畑の準備

植え付け2週間前までに1㎡あたり100g程度の苦土石灰を散布し、土とよく混ぜておきます。次に、畝幅250cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1㎡あたり化成肥料100gと堆肥2kgを施します。この溝を中心に土を戻して幅90cm、高さ10cm程度のベッド(栽培床)を作り(図2)、黒マルチを張ります。

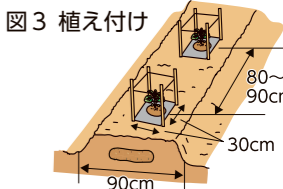
図2 畑の準備



### 植え付けと温床

風のない暖かい日に、深植えにならないよう株間80～90cmに植え付けます。植え付け後は保温と風よけのために、ビニールで30cm角の「あんどん」やドーム状のホットキャップをかぶせます(図3)。あんどんの中が茎葉でいっぱいになったら取り外します。

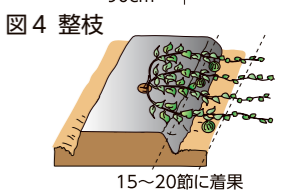
図3 植え付け



### 整枝・敷きわら・追肥

本葉5、6枚で摘心し、強い子づる4本を伸ばします。つるが伸びていく場所にわらやつるが絡むシートを敷き、つるを片方に振り向けて重ならないように配置します(図4)。つるの長さが50cm程度と果実が卵大程度するとき、1株あたり化成肥料50gをつる先に散布します。

図4 整枝



### 人工交配・摘果

強い子づる3本に着果させるため、親づるから数えて15～20節目の雌花全てに交配します。早朝(9時ごろまで)に雄花を切り取り、花粉を雌花の柱頭になすり付けます。このとき、交配した雌花の近くに交配日を記したラベルを付け、収穫適期の目印にします。果実がこぶし大のときに変形果を摘果し、各つる1果(計3果)取りを原則とします。

図5 収穫



### 病害虫の防除

茎葉が日中しおれ、茎が割れるつる割れ病には、接ぎ木苗を使います。うどんこ病、アブラムシ、ハダニなどが発生したら登録農薬で防除します。

### 収穫

小玉スイカは開花後(交配後)35～40日で熟してきます。収穫適期は、①巻きひげが枯れている ②果実の肩が張り光沢が出ている ③果実の尻の部分へこみ、指で押すと弾力を感じる ④地面に付く果皮が濃黄色となるなどでも判断できます(図5)。

栽培カレンダー (小玉スイカ)

	3	4	5	6	7	8
冷涼地		●	●	▲	■	■
中間地		●	●	▲	■	■
暖地		●	●	▲	■	■

●種まき ●●苗作り ▲植え付け ■生育 ■■収穫

あそびぶろ  
ひろば

我が家の人気者

何事にもチャレンジして、  
楽しく元気に過ごしてね

来末ちゃんは、真面目で思いやりのある性格で、テニスや縄跳びなどスポーツが得意だそうです。将来は看護師になりたいと教えてくれました。妹の心春ちゃんは、まわりをよく見ているしっかり者ですが、お家では面白く甘えん坊の一面もあるそうです。2人はテニスを習っていて、心春ちゃんはダンスやピアノなどたくさんの習い事にも挑戦しています。将来の夢は美容師だと話してくれました。

ご両親は「習い事で忙しくても、楽しく頑張っていてほしいなと思っています。これからも何事にもチャレンジする気持ちを大切に、元気に楽しく過ごしてほしいです」と話してくれました。



紀宝町  
谷口 くるみ 来末ちゃん(10)⑥  
こはる 心春ちゃん(7)⑥

いつまでも健康に

私たちは昭和48年に結婚し、今年で51周年を迎えます。

現役の農家として「尾鷲甘夏」など柑橘類を育てているのですが、出会ったきっかけは妻がミカン収穫のアルバイトに来ていたことです。今では子ども3人と孫5人に恵まれました。

妻は茶道が趣味で、20年続けています。毎月7回の活動があり、先生の所へ習いに行ったり地域の子どもたちに教えたりしています。

最近の楽しみは子どもや孫に会うことです。今年の正月にはみんなで集まって団らんを楽しみ、幸せなひと時を過ごしました。遠方に住む娘たちがよく家に招いてくれるのも楽しみです。また、孫の写真を子どもたちが送ってくれるので、いつでも見られるよう家中に貼っています。

夫婦円満の秘訣は喧嘩をしないことでしょうか。昔はよく喧嘩をしましたが、歳を重ねるにつれてお互い寛容になってきました。

いつまでも2人一緒に健康に過ごしたいですね。

元気はつらっ  
シニアだより



尾鷲市  
吉澤 よしざわ 紀三郎さん(80)  
ときさん(70)

お便りのコーナー

先日、車検が近づいてきたので自動車共済と自賠責のセット割の手続きなどを相談しに伺ったところ、とても親切に教えていただいたので大変嬉しかったです。本当にありがとうございました。

(60代 女性)

子ども連れで来店するとイスを勧めてくださるため助かります。妊娠中にはアンパンマングッズをいただき嬉しかったです。また、トイレに行く間、息子を見てもらえたのが助かりました。

(30代 女性)

気軽に野菜のことなどを質問していた城田のグリーンコープがなくなりりましたが、玉城グリーンコープの職員の方々も親切に教えてくれるので安心していきます。

(60代 男性)

「JA伊勢ファンクラブみらい」の公式LINEを友だち登録して活用しています。イベント情報を知らせてくれるので、それを見て参加しています。

(60代 女性)

ミニ耕運機が動かなかったので電話したら、すぐ修理に駆けつけてくれました。その後、使い方や注意点をわかりやすく教えてもらいました。

(60代 女性)

おもしろ川柳

亭主より

いい服着てるよ

(志摩市) 愛犬は

PNチビママ

明日出張

そつと微笑む

(伊勢市) 妻の顔

PNねこくん

何度目か

初めて聞くふり

(玉城町) 聞き上手

PNハナちゃん

バーゲンで

両手いっぱい

(大紀町) もうちゃんのジイジ

PN

羨ましい

アレが通じる

(志摩市) プロ野球

PNギヤー

募集中 日頃の出来事を川柳にしませんか？採用者(5名)には粗品をプレゼントさせていただきます。

- とじ込みハガキ(切手不要)にて、JA伊勢経営企画部企画広報課「おもしろ川柳」係までお送りいただくか、下の二次元コードまたはURLから応募フォームにアクセスし応募ください(お一人さま3句まで)。
  - 文字は楷書ではっきりと書き、読みづらい漢字には読み仮名をつけてください。
  - ペンネームでの掲載をご希望の方も、本名は必ずご記入ください。
  - 採用の決定については、職員の投票にて行っています。
- ※川柳の掲載にあたり、明らかな誤字・脱字は訂正し、句読点や仮名遣いについて加除する場合がございます。ご了承ください。  
※応募作品は本人が制作した未発表のものに限ります。

スマートフォン・パソコンからの応募はこちら！  
<https://jaise-online.form.kintoneapp.com/public/omoshiro-senryu>



わくわくプレゼント

問題 ○の中に文字を入れてください。  
4月30日まで開催されているお得な定期貯金キャンペーンです。(P.14参照)

JA伊勢合併○周年直前 定期貯金キャンペーン

応募方法  
とじ込みハガキに必要事項をご記入の上、郵送(切手不要)または、本支店へお持ちいただくか、右の二次元コードまたはURLから応募フォームにアクセスし応募してください。  
・JA伊勢管内産「伊勢茶(新茶)」をクイズ正解者の中から20名様にプレゼント。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。  
※ハガキと応募フォームのどちらからも応募いただいた場合は、後に受け付けたものは無効とさせていただきます。

締切日  
令和6年  
3月29日(金)

JA伊勢管内産「伊勢茶(新茶)」  
※令和6年6月頃のお届けとなります。

1月号の解答は「マイヤーレモン」でした  
たくさんのご応募ありがとうございました。応募総数 573通

スマートフォン・パソコンからの応募はこちら！  
<https://jaise-online.form.kintoneapp.com/public/w-present>



水稲生産者の皆さまへ「ジャンボタニシ捕獲器」を無料配布します

ジャンボタニシ(スクミリンゴガイ)による水稲の食害が全国的に拡大し、JA伊勢管内の一部地域でも被害が発生しています。

そこで、これまでの農薬や石灰窒素による防除に加え、より効果的に防除を行っていただけるよう「ジャンボタニシ捕獲器」を水稲生産者に無料で配布いたします。

- 配布期間 令和6年3月11日(月)～令和6年4月30日(火)
- 配布場所
  - 伊勢北部グリーンコープ(花横町) (伊勢市植山町北の沢194-53)
  - 伊勢グリーンコープ (伊勢市御園町長屋462)
  - 小俣グリーンコープ (伊勢市小俣町相合634)
  - 玉城グリーンコープ (度会郡玉城町佐田130)
  - 度会グリーンコープ (度会郡度会町大野木1858)
  - 三重南紀経済センター (南牟婁郡御浜町阿田和4135)

※当JA管内でも特に被害報告が多かった地区を配布場所に設定しています。

■お問い合わせ 営農部 米穀・企画課 担当：松月 ☎0596-67-2033まで



▲ジャンボタニシ



▲ジャンボタニシ捕獲器(イメージ)

ATM等サービスの一時休止のお知らせ

この度、お客さまへのサービスや利便性の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ネットバンク等のサービスを以下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いたします。

(休止日時)

(サービス)

休止日/時間	休止するサービス			
	JAバンクのATM 県内 県外	コンビニ など提携 ATM	JAネット バンク サービス	ジェイ デビット
3月10日(日) 6:30→9:00	休	休	休	休
4月29日(月祝) 0:00→24:00	休	休	休	休
5月18日(土)、19日(日) 21:00→8:00	利用可*	休	利用可*	休
5月26日(日) 0:00→24:00	休	休	休	休

※ATM……………県内JA間での振込については翌営業日扱いとなります。  
JAネットバンク…ペイジーの取引(公共料金等の収納サービス)および振込時の口座確認機能はご利用いただけません。

■お問い合わせ 金融共済部 金融事務審査課 ☎0596-62-1123まで

ホームページ  
はこちら



「こんなときは？」の連絡先

- 交通事故に遭われた場合 ☎0120-258-931 (ジコはクミアイ)
- 通帳・キャッシュカードの紛失・盗難 ☎059-231-2523 (JA三重キャッシュサービスセンター) ※営業時間内は、最寄りの支店にご連絡ください
- JAカードの紛失・盗難 ☎0120-159-674 (NICOS盗難紛失受付センター) キャッシュカード一体型をお持ちの方は最寄りの支店にも併せてご連絡ください
- 自宅葬・葬祭ホールの葬儀受付・相談窓口
  - 伊勢地区 生活サービス課 葬祭グループ ☎0120-009-836 (24時間受付)
  - 鳥羽志摩地区 生活サービス課 葬祭グループ 鳥羽志摩葬祭センター ☎0120-057-756 (24時間受付)

令和7年度4月採用の正職員募集のお知らせ

募集要項

- 募集人員 大学、短大、高専卒業および卒業見込者(若干名)  
※高校卒業見込者の募集は8月頃に行う予定です。
- 募集職種 金融、共済、営農、経済、管理の一般事務および外務員
- 勤務地 本店または支店・事業所
- 応募資格 平成6年4月2日以降出生の方
- 応募書類 履歴書(写真貼付)、卒業証明書または卒業見込書、成績証明書
- 締切日 令和6年4月17日(水)

●選考フロー

- 【一次試験】令和6年4月下旬(自宅でのWEB試験) 適性検査(SPI)・作文提出
- 【二次試験】令和6年4～5月 人事部長面接(自宅でのWEB受験)
- 【最終試験】令和6年5月 役員面接(対面)

●令和6年就職説明会

- 【対面開催】 ①3月13日(水) 15:00～17:00 ②3月28日(木) 15:00～17:00
  - 【オンライン開催】 ①3月11日(月) 10:00～12:00 ②3月11日(月) 15:00～17:00
  - 【場所】 JA伊勢本店 (度会町大野木1858) ③4月9日(火) 10:00～12:00 ④4月9日(火) 15:00～17:00
- リクナビ2025またはマイナビ2025から、いずれかの日程をお申し込みください。

■お問い合わせ

人事部 人事教育課 採用担当 ☎0596-62-1125まで  
【E-mail】 jinji@ise.jamie.or.jp



JA伊勢 定期貯金キャンペーン開催!

JA伊勢では2つのお得な定期貯金キャンペーンを開催中です。ぜひ、この機会にお預け入れください。

合併5周年直前 定期貯金キャンペーン

期間 令和6年4月30日(火)まで

- スーパー定期貯金 複利型
  - 期間3年 年0.100% (税引後年0.079%)
  - 期間5年 年0.150% (税引後年0.119%)

受入条件 純新規

申込金額 30万円以上

取扱対象 窓口またはネットバンク ※ATMは対象外です。

詳しくは  
こちら



■お問い合わせ JA伊勢本・支店窓口または外務担当者まで

金利上乗せ定期貯金

期間 令和6年3月1日(金)～3月29日(金)

商品 スーパー定期(期間：1年自動継続) 20万円以上1,000万円未満

詳しくは  
こちら



店頭取扱金利

正・准組合員ご本人さま および同居のご家族の方  
年0.05% (税引後0.039%)  
※期間中に組合員にご加入された場合も対象となります。

組合員以外の皆さま方

年0.03% (税引後0.023%)  
○対象○  
・他金融機関よりお預け替えのお客さま ※年金振込、給与振込、農畜産物販売代金を入金されている方は除く  
・当JAで満期が到来する定期貯金を10万円以上増額書替のお客さま

ネットバンク・ATM定期貯金

ATM定期貯金  
年0.06% (税引後0.047%)  
○対象○  
当JA発行の「総合口座通帳」または「定期貯金通帳」で三重県下JAバンクATMにて新規にお預け入れいただける方

ネットバンク定期貯金

年0.07% (税引後0.055%)  
○対象○  
JAネットバンクをご契約の方で、スマートフォン・パソコンで新規にお預け入れいただける方



# 3月 JA伊勢カレンダー

March 2024

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	3/1 ジェイエイサービス伊勢灯油感謝祭	2
3 ジェイエイサービス伊勢灯油感謝祭	4	5	6 休館日	7	8 特売日	9 住宅・各種 ローン相談会 (ローンセンター)
10	11	12	13 休館日	14	15	16 ジェイエイサービス 伊勢洗車プリカ キャンペーン
17	18	19 休館日	20 春分の日	21	22 特売日	23 ジェイエイサービス伊勢洗車プリカ キャンペーン
24	25	26	27 休館日 相続・遺言 個別相談会 (伊勢北部支店)	28	29	30
31	4/1	2	3 休館日	4	5	6

## お問い合わせ先

住宅・各種ローン相談会

ローンセンター  
☎0596-22-3446

相続・遺言個別相談会

伊勢北部支店  
☎0596-37-2311



鳥羽マルシェ

☎0599-21-1080



ほほえみかん

☎0597-85-2169

### 編集後記

気がつけば、ぽかぽかと暖かい陽が差し込む気候となりました。昨年4月に社会人となってから一年。もうこの季節が巡ってきたのかと驚きます。春といえば出会いの季節。新たな出会いに胸を躍らせながら、一日一日を大切に過ごしていきたいですね。

ところで、わくわくプレゼントやおもしろ川柳の応募がスマートフォン・パソコンでできるようになったのはご存知ですか。わざわざ郵便ポストや窓口まで行かなくても、お家にいながら気軽に応募ができます。たくさんのご応募お待ちしております。(A)

### JA伊勢の公式SNSで情報発信中!

最新情報やキャンペーン情報などを  
発信していきます!



フェイス  
ブック



エックス  
(旧ツイッター)



インスタ  
グラム



ホームページ

