



—地域と共に未来へつなぐ—

ごほうがる

6

June 2025
vol.192



Contents

令和7年産	部会紹介	8	理事会だより	15
りんご出荷契約受付 ...	JAからのお知らせ	9	5月の記録	15
今後の予定	健康食材活用レシピ集 ...	12	新採用職員募集	16
営農情報	パズル? 頭の体操	13	7月のあなたの運勢 ...	16
フォトニュース	おたより掲示板	14		

★今後の予定

イベント

まるっとの日

(まるっと新鮮館) 7月10日(木)



お知らせ

メロン・すいか直売所 オープン!

(くらしのコーナー) 7月18日(金)



イベント

第3回 ノウフクマルシェ ごしょつがる

(ごしょつがるグローバルライス) 8月30日(土)



予定納税制度に関するお知らせ

予定納税制度とは、**予定納税基準額**（一般的に前年分の**所得税の申告納税額**）が**15万円以上**となる方について、本年分の所得税の一部を事前に納付する制度です。原則、予定納税基準額の3分の1の金額を、第1期分および第2期分として2回に分けて納付します。

該当者には、**6月中を目途に税務署から予定納税額の通知書が発送されます。**

＊納付期限＊

納期等の区分	納付期限(法定納期限)	振替日
第1期	令和7年7月31日(木)	令和7年7月31日(木)
第2期	令和7年12月1日(月)	令和7年12月1日(月)

※ 納付期限に遅れた場合、または振替日に残高不足等により引き落とされなかった場合は、期限の翌日から納付される日まで延滞税がかかることにご注意ください。

↓ 詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください ↓
(<https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/taxanswer/shotoku/2040.htm>)

国税庁 予定納税



りんご出荷者大募集!!!

りんご入庫説明会 6月23日(月) 15:00～
in JAごしょつがる 本店

りんご市場
情勢について

精算方法や
販売実績について

入庫について

高値販売に努めて参ります！ 令和7年産出荷契約をお願いします。

令和7年6月24日(火)～30日(月)

本店 りんご課 Tel. 27-3304 / 中央りんごセンター Tel. 29-3450

木製パレットを譲渡いたします

使用済み（廃棄予定）の木製パレットを欲しい方へお譲りします。
ご希望の方は、譲渡日時にお引き取りをお願いいたします。

- 日時：令和7年7月3日(木) 10時～12時
※無くなり次第、終了となります。
- 場所：ごしょがわらカントリーエレベーター
(五所川原市大字沖飯詰字帯刀366番地7)
旧梅沢ライスセンター
(五所川原市大字梅田字燕口152番地2)

当日はJA職員が立ち会い、一部積み込み作業のお手伝いをいたします。

問合せ：米穀課 Tel. 0173-27-3305



積載車の売却について

JAごしょつがるでは、積載車の売却を検討しております。
現車確認をご希望の方は、担当部署までお問い合わせください。

《現車確認》

- 日時：令和7年7月4日(金) 10時～12時
- 場所：南セルフスタンド
(五所川原市大字広田字榊森10番地3)

問合せ：企画管理課 Tel. 0173-27-3300



りんご



摘果は品質を見極め、良品質生産を目指しましょう。

ナシマル（サンホーゼ）カイガラムシ対策

発生が見られる園地は、基準薬剤に防除剤を加えるか、手散布でムラなく散布する。

散布時期	薬剤名	適用病害虫	倍 数	散 布 量	年間使用回数
ふじの落花 30日後頃	コルト顆粒 水 和 剤	アブラムシ類 カイガラムシ類 リンゴワタムシ	3,000倍	200～700ℓ ／10a	3回以内

薬剤散布（7回目） 6月22日～23日頃

天候などの影響で、落花30日後の散布が後ろにずれた場合は落花40日後の散布を省略することも可能。

散布時期	薬 剤 名	倍 数	散 布 量
ふじの落花 40日後頃	1. 展着剤 2. パスポート顆粒水和剤 3. モスピラン顆粒水溶剤 4. ダニオーテフロアブル 5. クレミクス 又はバイカルティ	1,000倍 4,000倍 2,000倍 333倍 1,000倍	500ℓ／10a

注）※1 ダニオーテは銅剤（有機銅剤及びオキシラン）と混用しない。銅剤を散布した後はダニオーテを使用しない。
ダニオーテ散布後に銅剤を使用する場合は10日以上散布間隔をあける。

薬剤散布（8回目） 7月2日～3日頃

散布時期	薬 剤 名	倍 数	散 布 量
7月初め	1. 展着剤 2. オキシンドー水和剤(60) 又はキノンドー顆粒水和剤(60) 3. アーデントフロアブル	1,200倍 1,000倍 2,000倍	500ℓ／10a

薬剤散布（9回目） 7月16日～17日頃

散布時期	薬 剤 名	倍 数	散 布 量
7月半ば	1. 展着剤 2. オキシンドー水和剤(60) 又はキノンドー顆粒水和剤(60) 3. オンリーワンフロアブル 4. フェニックスフロアブル 又はサムコルフロアブル	1,200倍 1,000倍 2,000倍 4,000倍 5,000倍	500ℓ／10a

アブラムシの発生に応じてウララDF、クラップフロアブル、トランスフォームフロアブル、コルト顆粒水和剤のいずれかを使用する。

水 稲



カメムシ被害を防ぐため、草刈をしっかりと行いましょう!!

＊水管理

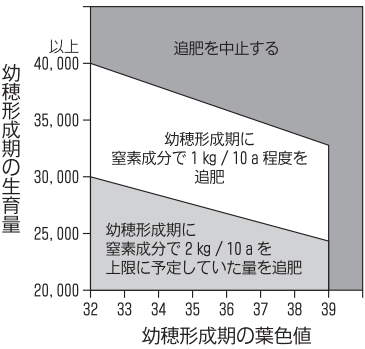
生育時期	寒い日	暖かい日 (暑い)	備 考
分 げ つ 期	5 ～ 6 cm	3 cm	分げつは平均水温19℃以上
茎数確保後	5 ～ 6 cm	中干し	中干しは幼穂形成期前に終える
幼穂形成期	10cm程度で10日間		障害不稔の発生は平均気温20℃以下、最低気温17℃以下

「青天の霹靂」追肥のポイント

- 「青天の霹靂」の幼穂形成期は「まっしぐら」並みです。
- 幼穂形成期以降の追肥は、玄米タンパク質含有率が高くなるので、行わないこと。
- 生育後半に土壌窒素発現量が多い水田は「**無追肥**」とする。
- 追肥量は栄養診断基準を参考に決める。

【栄養診断基準】

生育指標 (幼形期の草丈 ×㎡当たり茎 数×葉色値)	10a当たりの追肥 対応(窒素成分量)
95万未満	幼穂形成期に窒素成分で2 kg / 10 a を上限に予定していた量を追肥
95万以上 129万未満	幼穂形成期に窒素成分で1 kg / 10 a 程度を追肥
129万以上	追肥を中止する



注：生育量は草丈×㎡当たり茎数で算出し、葉色値は葉緑素計で測定する。

＊追 肥

追肥の判定は幼穂形成期（幼穂長2mm）を確認するとともに、葉色が各品種の追肥可能な状態まで低下したことを確認して行う。葉色は葉緑素計を用いると正確に確認できる。幼穂形成期後7～10日頃の時点でも葉色が濃い場合には、追肥を中止する。

各品種の追肥可能な葉色値（SPAD-502）

品種名	葉色値
はれわたり	37～39
まっしぐら	34～36
青天の霹靂	39以下



5月1日

中学校で 交通安全教室

J AごしょつがるとJ A共済連は、つがる市立木造中学校で交通安全教室を開きました。全校生徒273人が見守る中、車と自転車がぶつかる事故をスタントマンが再現。生徒は正しい自転車の乗り方を学びました。

J A共済連は全国で交通事故未然防止活動を展開。県内では1年間に4校で交通安全教室を開いています。

この日、自転車に乗ったスタントマンが車にはねられると、その迫力に生徒から声が上がりました。生徒の代表が正しい自転車走行を実演し、安全な乗り方を確認しました。生徒は「危険を再確認できた。事故に遭わないように気をつけたい」と感想を述べました。



横断歩道前で自転車の一時停止を実演する中学生⑥

5月10日

苗の植え付け 楽しく体験

まるっと新鮮館での野菜苗大特売会に合わせて、プランター体験イベントを開催しました。家族連れ5組13人が、ミニトマトやピーマン苗の植え付け体験を楽しみました。イベントは、地域住民との交流や農業理解促進を目的としており、今年で3回目になります。参加者のほとんどが家庭菜園初心者で、北斗種苗園の菅原光春さんから、苗の植え方やプランターでの栽培ポイントの説明を受け、作業を進めていきました。



▶菅原さんから指導を受けて、脇芽を摘む親子



▶優しく苗を植え付ける子どもたち

5月12日

女性部員と 小学生が田植え

つがる市立瑞穂小学校では、毎年5年生が学校田で米作りを体験しています。今年はJ Aの女性部員が収穫、調理実習までをサポートします。

5年生33人が行う田植えに、女性部員6人が参加しました。木村幸子女性部長は、作業の前に「秋にはおいしいお米が食べられるように、一株ずつ願いを込めて植えていきましょう」とあいさつ。

児童らは裸足になって田んぼに入ると、水の冷たさや泥の感触に驚きの声を上げながらも、女性部員のサポートを受け、まっしぐらの苗を丁寧に植え付けていきました。

今後児童らと女性部員は、秋にかけてイネの成長の観察や収穫作業、調理実習までの一連の作業を共に取り組む予定です。



あいさつをする木村部長



児童らと田植えを楽しむ女性部員

5月23日

リンゴ作業 ポイント確認

五所川原市内の園地2カ所でありんご現地講習会を開きました。午前の講習会には生産者35人が参加し、生育状況や摘果のポイント、コンフューザーの設置方法を確認しました。

西北農林水産事務所農業普及振興室の担当者が講師を務め、「結実量が多く摘果作業が遅れそうな園地では、摘果剤使用も検討するように」と助言しました。その後、摘果の仕方とコンフューザーの取り付け方法について実演指導し、生産者は講師の実演を熱心に見つめていました。



コンフューザーの取り付け方法を
確認する生産者

5月28日

常勤監事に 神氏

本店で臨時総会を開きました。正組合員3263人のうち、2455人（本人出席38人、委任状0人、議決権行使書2417人）が出席し、員外監事の補欠選任について承認しました。総会終了後に行われた監事会で、員外監事の神康仁氏を常勤監事に選任しました。神常勤監事は「農協の相互扶助の精神を認識し、誠心誠意職責を果たしていきたい」と抱負を述べました。



員外監事の選任投票を行う組合員

5月28日

協会長 表彰授賞！

青森県エルピーガス協会通常総会が行われ、当J A南セルフスタンドの山田友美さんが優良従業員として「協会長表彰」を授賞しました。液化石油ガス販売事業所の従業員として、永年業務に精励し、保安の確保に努めた功績が認められての授賞となりました。後日、本店において改めて山本康樹組合長から賞状が手渡され、授賞の喜びを分かち合いました。



山本組合長から賞状を受け取る
山田さん

5月31日

田植え体験楽しむ

五所川原市で「米づくり体験イベント」を開きました。管内に住む9組31人の家族連れが参加し、田植えに挑戦。J A職員から指導を受けながら「まっしぐら」の苗を植えました。

この日は気温が低く肌寒い中、参加者は体を震わせながらも1株ずつ丁寧に手植えしました。参加した親子は「寒かったけど楽しかった。またやりたい」と笑顔で話しました。

J Aでは農業や食に興味を持ってもらい、J Aの役割を知ってもらおうと、年間を通した米づくりイベントを企画しています。9月に収穫体験、3月にはライスセンターや精米施設などの施設見学を予定しています。



田植えを楽しむ親子

個人・企業の方も大歓迎

JAでしよつがる

お取扱期間

6月29日

夏の貯金キャンペーン

適用金利 1年のスーパー定期貯金

ご契約期間 1年

0.275%

(6月2日現在の店頭表示金利に+0.05%上乗せ)

大口定期貯金 1,000万円以上

スーパー定期貯金 50万円以上

租品をプレゼント!

お楽しみ!

数に限りがございますので、お早めにお申込みください。

貯金の種類

この貯金は、預入期間1年のスーパー定期貯金、大口定期貯金の自動継続型でお預けします。

預入金額・預入単位

スーパー定期貯金は1口50万円以上1,000万円未満、大口定期貯金は1口1,000万円以上、1万円単位とします。

利率

預入時の1年のスーパー定期貯金店頭表示金利に0.05%上乗せとします。(同期書替による預け入れは対象となりません。)

増額書替

期間中に満期が到来した定期貯金を預入期間1年のスーパー定期貯金、大口定期貯金の自動継続型に増額書替する場合(10万円以上の純増契約)も、1年のスーパー定期貯金店頭表示金利に0.05%上乗せとします。(増額後の残高が50万円以上を対象とさせていただきます。)

～詳しくは、JA窓口へおたずねください～

ご不明な点がございましたら、お近くのJA窓口までお問い合わせください。

JAでしよつがる

〒037-0814 五所川原市大字野里字奥野100番地

●本店 金融課 TEL. 0173-27-3301

●北支店 TEL. 0173-39-5500

●木造総合支店 TEL. 0173-42-9115

JAでしよつがる 検索

JAバンク青森

農業近代化資金

※保証料助成の対象となるには、所定の条件がございます。

実質 当初5年間 保証料負担 0円!

期間中に農業近代化資金をお借入いただくと、青森県農業信用基金協会の保証料を全額助成します!

対象期間

2025年4月1日(火)～2026年3月31日(火)

例えば、500万円を7年間お借入れいただいた場合・・・

基準金利(※3)		行政補給後		更にJAバンクなら!	
金利	全期間 年2.95%	全期間 年1.25%	JAバンク 利子補給(※2)	当初5年間 年0.55%	6年間以降 年1.25%
負担額	545,140円	230,990円		89,848円	26,785円
保証料	全期間 年0.138～0.372%	全期間 年0.138～0.372%	対象期間中 のお借入れで	最終2年間分	年0.138～0.372%
負担額	74,376円	74,376円		21,256円	
借入期間中の総負担額	619,516円	305,366円		137,889円	

負担額試算条件: 借入金額500万円、借入期間7年、元金均等・年1回返済、保証料率0.372%

約16万円お得!

(2025年4月1日現在)

※1 行政補給には上限があります。予算に達し次第終了しますので、補給が受けられない場合があります。

※2 JAバンク利子補給の対象となるには、所定の条件がございます。詳しくは、最寄りのJAまでお問い合わせください。

※3 金利については、窓口でお問い合わせください。

©よりぞう

JAの元気印「青年部」

工藤部長を中心に活動活発に

青年部は、部員相互の連帯協調をはかり、積極的な農協運動を推進し、住み心地よい地域社会の創造と農協の健全なる発展に寄与することを目的に、現在部員数約30人で活動しています。

2024年12月から部長に就任した工藤孝志さんは「部員数を増やして青年部活動を盛り上げたい」と意欲を示しています。

工藤さんは30歳で就農。それまで自動車関係の仕事をしていましたが、水稲とリンゴを栽培する両親から「就農するなら面積拡大を考えている」と告げられ、就農を決意。2019年には合同会社高栄農産を設立、2024年からは工藤さんが代表を務めています。

現在は、水稲46畝、大豆6畝、リンゴ601を栽培。工藤さんは「自分がやった分結果が出る農業はやりがいがある。休みは少ないが自由度が高いところも自分に合っている」と話します。今後は雇用を確保し、面積拡大できるように力をつけることを目標に、毎日の農作業に汗を流しています。

田植え作業に精を出す工藤さん

不定期で組合員組織を紹介していきます。

今月号では、青年部をご紹介します。

青年部 ◆役員紹介◆

部長	副部長	理事	監事
工藤 孝志	新岡 元	金谷 広	高橋 佑
藤岡 孝志	岐元 文	田藤 涼	本橋 大
小野 哲	野本 紀	藤本 義	小野 紀

一緒に楽しく活動しませんか?

部員大募集!!

【青年部の主な活動】

- JA敷地草刈り
- 手作り看板作成
- イベントでの農産物販売
- 新春餅つき
- 飲みニケーション!?

青年部が作成する看板を、毎年楽しみにしている地域住民もいます。

もっと地域の農業を盛り上げたい…同じ世代の農業者とつながりたい…そんな思いをお持ちの方に、JA青年部はピッタリです！一緒にこれからの農業を考え、活動していきましょう!!

おじいちゃん、 おばあちゃん、 お父さん、お母さん。 ありがとう。



こども共済お見積り・新規ご成約 キャンペーン

「お見積りキャンペーン」進呈条件

県内在中でJAのごとも共済に加入していな
いお子さまのこども共済のお見積りをご依頼
いただいた方

先着 **200** 名様

ぬりえ・シール・
ばんそうこうセット
プレゼント!

さらに!

ご契約いただいた方には抽選で
**JA共済オリジナルマルチケース
プレゼント!!**

(各期10名 合計30名様)

ご契約いただいた方には
Wチャンス!
**JA共済オリジナル抱き枕
プレゼント!!**

(各期3名 合計9名様)

【応募期間】

- 第1期
令和7年4月1日(火)～令和7年7月31日(木)
- 第2期
令和7年8月1日(金)～令和7年11月30日(日)
- 第3期
令和7年12月1日(月)～令和8年3月31日(火)

※ご提供いただいた個人情報、JAおよびJA共済連の事業ならびに各種サービスのご提供・ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。
また、JA共済は「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。
※キャンペーンは賞品がなくなり次第終了となります。
※進呈品の交換、換金、返品はできません。

実施期間 ▶ **令和7年4月1日(火)～令和8年3月31日(火)**

POINT 01

学資金のお受け取りは、
進学時期に合わせた
中学・高校・大学プランから
お選びいただけます。

POINT 02

高い貯蓄性と保障が
バランスよく備わっていて
効率的に資金準備できます。

POINT 03

ご契約者(親族)が**もしものとき**は、
その後の共済掛金は
いただきません。

※ 共済掛金免除不担保特例を付加する場合を除きます。

POINT 04

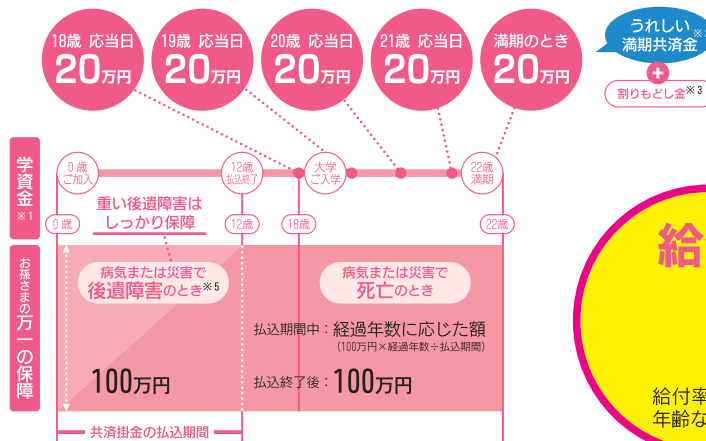
お子さま・お孫さまのために
75歳までご契約いただけます。

※ ご契約者の年齢や健康状態にかかわらずご契約いただける
プランもございます。(共済掛金払込免除不担保特例を付
加する場合に限ります。)

ご契約例

学資金型(大学プラン)、共済掛金払込免除不担保特例あり、
0歳加入、22歳満期、12歳共済掛金払込終了、18歳学資金
支払開始、タイプ:基本型、全期前納(年払い)、口座振替
扱い、主契約:共済金額100万円、特約:指定代理請求特約

【仕組図】



- ※1 学資金は18歳、19歳、20歳、21歳の誕生日以降初めて到来する
契約応当日にお子さま・お孫さまが生存されているときにお受け
取りになれます。(お受け取りの時期は、お子さま・お孫さまの
誕生日ではありません。)
- ※2 満期共済金は、22歳の誕生日の前日に属する共済年度の末日に
お子さま・お孫さまが生存されているときにお受け取りになれま
す。(お受け取りの時期は、お子さま・お孫さまの誕生日ではあ
りません。)
- ※3 割りもどし金は、ご契約後3年目から発生し、ご契約中いつで
もお引き出しになれます。ただし、割りもどし金の額は年度ごと
に変動し、経済情勢などによって0となる年度もあります。
- ※4 給付率は、お子さま・お孫さまの契約日時時点の年齢、学資金支
払い開始年齢など契約内容によって異なります。
- ※5 「後遺障害のとき」とは、所定の第1級後遺障害の状態・所定
の重度要介護状態のいずれかに該当する場合のことです。
- ※6 「もしものとき」とは、死亡・所定の第1級後遺障害の状態、
所定の重度要介護状態または、災害による所定の第2級～第4級
の後遺障害の状態になられたときをいいます。
- ※7 上記契約例で口座振替扱いの場合です。

【お問い合わせ先】JAごしょつがる

本 店 共 済 課 ☎0173-27-3302
北 支 店 ☎0173-39-5500
木造総合支店 金融共済課 ☎0173-42-9117

全期前納掛金

払込共済掛金総額 18歳からの給付金
859,890円 給付総額100万円

給付率 ※4 (給付総額÷払込共済掛金)

約116.2%

給付率は、ご契約者、お子さまの契約日の年齢、学資金支払開始
年齢など契約内容によって異なります。(令和7年4月1日現在)

キャンペーン期間中に「こども共済」の資料をご請求いただいた方に/

**Web限定
先着75,000名様**

**JA共済オリジナル
マルチポーチ
プレゼント!!**

応募期間 2025年4月1日(火)～2026年3月27日(金)
※数に限りがございますので、なくなり次第終了とさせていただきます。

応募資格 キャンペーン期間中に「JAのはじめて共済」サ
イトからこども共済の資料をご請求いただいた方



資料請求は
こちらから または、「JAのごとも共済」
で検索!

※賞品はご請求いただいた資料に同封して発送させていただきます。 ※賞品の仕様・デ
ザインが変更となる場合があります。 ※当キャンペーンの賞品は、1家族につき1点と
なりますので予めご了承ください。 ※発送は諸事情により遅れる場合がございます。
※賞品受取りの権利を他人に譲渡したり、金品に変更したりすることはできません。
※通信料はご利用者さまのご負担となります。 ※当キャンペーンは予告なくサービス内
容を変更あるいはサービスを停止・終了する場合がございます。 ※ご登録いただいた個
人情報は、JAおよびJA共済連の事業ならびに各種サービスのご提供・ご案内・充実等
の目的以外には利用いたしません。 ※当キャンペーンやご加入に関するご不明点があり
ましたら、お近くのJAへお問い合わせください。

※この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」
を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起等)」および
「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。【25021620050】





パズル？ 頭の体操

出題●ニコリ

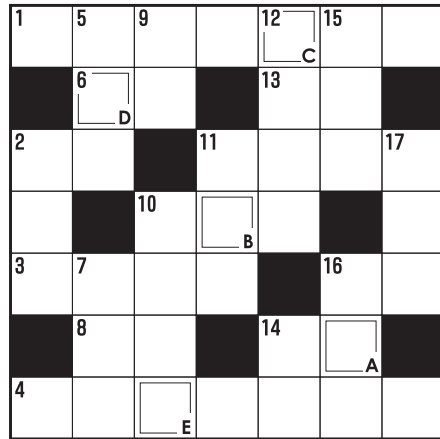
タテのカギ

- 2 3人組のこと
- 5 閻魔大王がいるところ
- 7 ハワイ州の州都、ホノルルがある島
- 9 浴衣を着て——を締めた
- 10 ショッピングモールには多くの——が入っている
- 11 左右反対に映ります
- 12 メロンの生産量が日本一である県
- 14 糸を通して布を縫います
- 15 1とその数自体しか約数を持ちません
- 16 俵万智の第一歌集『サラダ——日』
- 17 阿寒湖で育つものが有名な藻類

ヨコのカギ

- 1 夏休みの朝に通ってスタンプをもらいます
- 2 早起きは三文の——
- 3 サーファーが乗ろうとするもの
- 4 アルコール分が含まれていない飲み物
- 6 疑問文では上げることが多い
- 8 葛まんじゅうの中に包み込まれているもの
- 10 デジタル時代になり——の文字を見る機会が減りました
- 11 騎手が乗っていません
- 13 観光、スクール、二階建てといえば
- 14 鳥の体に生えるもの
- 16 うな重と一緒に——吸いを注文した

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？



応募締切

当日消印有効

6月25日(水)

◎正解者の中から抽選で、

3名につがる市産タカミメロン1個 または、
3名にQuoカード(1,000円分)をプレゼント！

*メロンお届け時期は、天候や収穫状況により、当選発表から時間を要する場合があります。
*景品のコース選択がない場合は、Quoカードコースでの抽選とさせていただきますのでご了承ください。

引き続きメールでのご応募もお待ちしております。
kanri@ja-goshotsugaru.or.jp

先月号のこたえ【田】

コモリウター→子守歌
口ウタイカ→老大家
モクンイト→木綿糸
ガクヤウラ→楽屋裏
エノキタケ→榎茸

先月号の当選者

渋谷 シンさん(本店)
竹谷 眞理子さん(北支店)
川浪 一雄さん(北支店)
鳴海 小百合さん(北支店)
佐藤 由佳さん(木造総合支店)
応募：42通／正解者：37通

健康食材活用
レシピ集

日本の伝統食材 みそ(1) /

みそそぼろご飯



みそにはどんな栄養素があるの？

みその原料である大豆はタンパク質をはじめ、脂質、糖質、ビタミンB1、ビタミンE、カリウム、マグネシウム、カルシウム、食物繊維など、多彩な栄養素を含んでいます。その一方で、コレステロールをまったく含まないという特徴も持っています。

こうじて発酵させるとアミノ酸やビタミン類を多く生成するため、みそは大豆のときよりも栄養価がさらに優れています。みそ汁1杯には多くの栄養素が含まれ、さまざまな健康効果をもたらしてくれます。

(参考：みそ健康づくり委員会ウェブサイト)

作り方

- ①ニンジンは2cmの長さの千切りにする。エノキタケは1.5～2cm長さに切ってほぐす。サツマイモは1cm角に切ってゆでる。エダマメはゆでてさやから出す。Aを合わせておく。
- ②鍋に鶏ひき肉とBを入れ、中火でほぐしながら炒める。半分程度火が通ったら、ニンジン、エノキタケを加え、全体に火が通るまで炒める。さらにサツマイモ、エダマメ、Aを加え全体を炒める。
- ③茶わんにご飯を盛り、②をのせる。

材料 4人分

ニンジン …… 約1/6本(32g)
エノキタケ …… 小1/2束
サツマイモ …… 40g
鶏ひき肉 …… 100g
エダマメ(さや付き) …… 70g
みそ …… 大さじ1強
A 砂糖 …… 小さじ1弱
しょうゆ …… 小さじ1
酒 …… 小さじ1
B ショウガ …… 小1/2片
ご飯 …… 茶わん4杯分

郵便はがき

037-0690

料金受取人払郵便

五所川原局
承認

112

差出有効期限
令和7年
12月27日まで

切手不要

(受取人)

五所川原市大字
野里字奥野100番地

JAごしょつがる
企画管理課広報係



〒	市	
ご住所		
ふりがな		年齢
お名前		
お近くの店舗名	本店 ・ 木造総合支店 ・ 北支店	

×(キリトリ)

若手農家
秋田 紗矢香さん

応援

若手農家さん！

本店敷地内にあるJA所有のビニールハウスは、毎年若手農家さんへ貸与し、栽培技術の指導や経営支援を行っています。

今年の借主は秋田さん！キュウリの栽培に挑戦中です。

JA公式Instagramでは、秋田さんのキュウリ栽培記録をシェアしています。

↓CHECK↓

応援よろしくお願いします！

JAGOSHOTSUGARU

シソ 元気をよみがえらせる和ハーブ

「和ハーブと聞いて思い浮かべるものは何ですか？」と尋ねると、よく返ってくる回答がシソです。大葉とも呼ばれ、ごく身近な薬味ですが、シソと日本人のつながりは長く、縄文遺跡からも種子が見つかったいます。シソの最大の特徴といえば香り。主な芳香成分・ペリラルデヒドには防腐・殺菌作用があるとされ食品の保存に、食べることで消化促進・健胃作用が期待できます。ちなみに香りがする部位は主に葉の裏側にあります。いったん香りが立つと揮発しやすいため、食べる直前に細かく刻むのがポイントです。料理では前菜からメイン、デザートまで幅広くアレンジができるので、庭やプランターで育てておけば大活躍です。育てる際は日なたから半日陰の肥沃(ひよく)な土壌がおすすめです。表土が乾いたらたっぷりと水やりし、高さ15cmほどに成長したら株の頂点を摘むことで葉の収量が増やせます。旺盛に育った葉を収穫して泥などを洗い流したら、水気を拭いて酢や焼酎に漬けておくのも良いでしょう。また、赤シソはシロップに



赤じそジュース

- して、夏場の疲れた体に元気をよみがえらせてくれるドリンク「赤じそジュース」にしてみましよう。
- 赤じそジュースの作り方
- ①赤シソ100gを水でよく洗い、水気を切っておく。
 - ②鍋に水1Lを沸かし、①を入れて葉の赤色が抜けて緑色になるまで5～10分ほど煮出す。
 - ③②に砂糖300gを加えて煮詰める。
 - ④火を止めて、仕上げにリンゴ酢200mlを加え混ぜる。
 - ⑤粗熱が取れたら煮沸消毒した保存瓶などに移し替え、冷蔵庫で保管する。
- 水や炭酸水で割ってハッカの葉などを浮かべるのも良いですね。ビールで割ればほんのり甘く爽やかで色鮮やかなビアカクテルになります。



身近な草木 和ハーブ入門

植物民俗研究家／和ハーブ協会副理事長 ● 平川美鶴



臨時理事会

案件

議案第1号
員外監事候補者の
補欠選任について
(令和7年5月8日開催)

臨時理事会

案件

議案第1号
臨時総会の開催に
ついて
(令和7年5月13日開催)



審議案件

- 議案第1号 第3・四半期事業実績及び
年度末見込みについて
議案第2号 理事に対する利益相反取引
について
議案第3号 夏の貯金キャンペーン実施
について
議案第4号 コンプライアンス・マニ
ュアルの改訂について
議案第5号 規程類の一部変更について
議案第6号 令和6年度りんご仮渡金残
額の取扱いについて
議案第7号 令和7年度りんごの出荷契
約金について
議案第8号 固定資産（LPガス設備機
器）取得及び除却について

- 議案第9号 固定資産（フォーク
リフト）取得及び除
却について
議案第10号 大口貸付の承認につ
いて

報告事項

- ① 地方公共団体等資金貸付要項
の一部変更について
- ② マネロン等の防止にかかる対
応状況について
- ③ 高瀬15号倉庫屋根改修工事入
札結果について
- ④ その他

(令和7年5月28日開催)



皆さんの身近であったことや昔の思い出話、
みんなに教えるたいこと、JAAへの意見など
お待ちしております！

新任の職員の方が名刺を置いて
いきました。フレッシュでいいで
すね。頑張ってください。
(北支店 Iさん60代)

りんごの花も散り始め、これか
ら忙しくなります。5月中旬に25℃
以上の気温になったりで、今年の
夏も暑くなるのかな...？
(本店 Sさん40代)

めこのコーナー、気持ちがあなご
みます。孫が8人いるので、元氣
に育ってくれればと思っていま
す。
(木造総合支店 Kさん70代)

TAG発足!!期待しておりま
す。頑張ってください。
(本店 Fさん70代)

料理コーナーを楽しみにして切
り抜いて使用しています。
(木造総合支店 Eさん70代)

仕事の休みを利用して、少しば
かり野菜を植えました。薬剤と
か、また農協の方に教えてもら
い、野菜作りが楽しみです。
(本店 Yさん70代)

「こめ油」料理情報、続けてほ
しいです。
(木造総合支店 Mさん60代)

パズル？ 頭の体操のこたえ

※どちらかのプレゼントコースをお選びください。
メロンコース ・ Quoカードコース

- 興味を持った記事はありましたか ● (2つまで)
- | | |
|-------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ 営農情報 | ☐ フォトニュース |
| ☐ 健康食材活用レシピ集 | ☐ パズル？ 頭の体操 |
| ☐ その他 () | |

● おたより掲示板へのコメントなど ●

退任 ご挨拶

去る4月28日をもってごしょつ
がる農業協同組合の常勤監事を退任い
たしました。在任中は公私にわたり格
別なご指導ご支援を賜り厚くお礼申
し上げます。

前常勤監事 (員外監事) 三浦 勝裕

就任 ご挨拶

この度5月28日付でごしょつがる農
業協同組合の常勤監事に就任いたしま
した。農協事業の発展のため一層の努
力をいたす所存でございますので何卒
ご指導ご支援賜りますようお願い申し
上げます。

常勤監事 (員外監事) 神 康仁

5月の記録

- 1日 野菜苗大特売会 (～18日)
内部監査
8日 監事会
臨時理事会
初級職員研修会 (～9日)
9日 りんご部会役員会
10日 まるっとの日
12日 役員推薦会議
13日 臨時理事会

- 13日 内部監査 (～15日)
14日 りんご共防連薬剤散布検討会
15日 中堅職員研修会 (～16日)
16日 きゅうり現地栽培講習会
19日 内部監査 (～23日)
22日 りんご高密度植わい化栽培研修会
23日 りんご現地講習会
企画会議、衛生委員会
27日 女性部役員会
28日 臨時総会、監事会、理事会
30日 次世代リーダー育成研修会オリエン
テーション

パート職員 採用

(5月1日付)

氏 名	所 属
渋谷 怜央菜	野菜振興課 (まるっと新鮮館)

農協の概況

(6月1日現在)

組合員数：5,893名
役員数：19名
職員数：156名
(正129名・臨9名・パ11名・嘱7名)
出資金：22億1,167万円



令和8年 新採用職員募集

私たちと一緒に働きませんか？



※高等学校新卒者の公募は7月から開始し、願書受付は、解禁月の9月からとなります。
応募方法、採用試験および選考方法など詳しい募集事項は、当JAホームページをご覧ください。

◎採用人数◎

正職員 5人程度

◎募集職種◎

総合職（信用、共済、購買、販売業務）

◎応募資格◎

- (1) 高等学校卒業以上の学歴を有する方（令和8年3月卒業する見込みの方含む）
- (2) 原則として令和8年3月までに普通自動車運転免許を取得する見込みの方



*おいのめご募集中!!

ペットもOK!

広報に「おいのめご」を掲載したい方は、お気軽にご連絡ください。

お問い合わせ先：☎27-3300 または、kanri@ja-goshotsugaru.or.jpまで。

タイトルに「おいのめご」とご記載ください!

7月のあなたの運勢

♈
牡羊座
3.21▶4.19

全体運▶厳しい状況ですが改善の兆しも見えています。もう一度情報収集を見直せば良い案が浮かぶはず。連絡は早めに
健康運▶適度な運動を心がけて。やり過ぎは禁物。健診は◎
幸運の食べ物▶ラッキョウ

♉
牡牛座
4.20▶5.20

全体運▶良好なスタートを切れます。計画は早めに進めて。丁寧なコミュニケーションを心がけると好結果に。下旬は慎重に
健康運▶体調を整えるのに良いとき。ハードな運動もOK
幸運の食べ物▶青トウガラシ

♊
双子座
5.21▶6.21

全体運▶好きなものに目がなくなりそう。羽目を外しやすいので、やり過ぎには気を付けて。友人とのレジャーは楽しめます
健康運▶危ない所には近寄らない。いつも通りが◎
幸運の食べ物▶カボチャ

♋
蟹座
6.22▶7.22

全体運▶勢いのある好調運。新たな計画は幸運に恵まれます。迷ったらまずは試してみよう。方向修正も大胆に行いましょう
健康運▶ストレッチで柔軟性をアップ。肩回りを重点的に
幸運の食べ物▶シシトウ

♌
獅子座
7.23▶8.22

全体運▶上昇運です。スローモードで入って徐々にスピードアップしていきましょう。足元を踏み固めながら着実に進めて
健康運▶よくかんでゆっくり食べて。喉あめを携帯すると◎
幸運の食べ物▶ツルムラサキ

♍
乙女座
8.23▶9.22

全体運▶空回りに気を付けましょう。思い込みで行動せず状況確認をしっかりと。観察、分析に力を入れれば良い方向へ
健康運▶スマホやテレビの見過ぎに注意。目をいたわって
幸運の食べ物▶スイカ

♎
天秤座
9.23▶10.23

全体運▶勘違いから問題を起こさないよう留意して。悪意あるうわさには耳を貸さないようにしましょう。下旬から運氣回復
健康運▶香りの良いお茶と音楽が味方。ゆったり過ごして
幸運の食べ物▶ピーマン

♏
蠍座
10.24▶11.22

全体運▶追い風に恵まれます。細かいことを気にし過ぎないように。おおらかな態度が良好な人間関係に直結。旅行にツキ
健康運▶友人たちとのスポーツで元気がアップ。水分補給を
幸運の食べ物▶ミョウガ

♐
射手座
11.23▶12.21

全体運▶思い通りにならないことが多くイライラしがち。やり方を変えてみるのも選択の一つ。こだわりはほどほどで
健康運▶無理はしないように。休養を取ることで回復
幸運の食べ物▶モロヘイヤ

♑
山羊座
12.22▶1.19

全体運▶運勢は活性化。考えているより、取りあえずやってみましょう。動きの中で勝機をつかめます。対話を大切に
健康運▶好調です。頑張りが利き、記録もアップ!
幸運の食べ物▶トウモロコシ

♒
水瓶座
1.20▶2.18

全体運▶不安定運ながら味方を得ることができる月。大変なときに力になってくれる人を大切に。ライバルのやり方にも注目
健康運▶弱い部分をしっかりケア。予防に力を入れて
幸運の食べ物▶サクランボ

♓
魚座
2.19▶3.20

全体運▶運勢は吉凶混合。変わっていくことも多いので臨機応変に。早めの行動が吉と出ます。先手必勝の心持で臨んで
健康運▶うっかりのけがに気を付けて。飛び出しに注意
幸運の食べ物▶ナス

編集室



いろんな形で地域貢献

先日、当JA本店にドクターヘリが発着し、緊急医療を要する患者の搬送が行われました。本店の立地を活かし駐車場をドクターヘリ離着陸場所として提供し、迅速な救命活動に貢献。地域の農業だけでなく住民の命と健康を守る役割も果たしています。引き続き、地域にあってはならないJAであり続けるため、さまざまな形で地域貢献活動を続けてまいります!



ホームページ



Instagram



JAGOSHOTSUGARU

◎ 広報誌等の作成にご協力をお願いします

企画管理課では、広報誌等に使用するため、各行事で写真撮影を行っております。お見かけした際にはご協力をお願いいたします。