

JA izumino

vol.174

2026 3

今だからこそ考えたいお米の未来！

特集

広報誌を隔月で組合員世帯に郵送しています。またホームページでの閲覧（一部を除く）も可能です。
今後、送付がご不要の方は、お取引先店舗、または企画課（裏表紙に記載）までご連絡ください。

目次

未来を創るこの人 ②

Newsピックアップ ⑥

Active Membership ⑧

愛彩のすゝめ ⑩

"旬"のおすすめ

出荷者紹介 ⑪

カンタンおいしい！

加代子先生のCooking ⑪

あなたもチャレンジ！家庭菜園 ⑫

いきいきライフ ⑬

みんなあつまれ！いずみの広場 ⑭

インフォメーション ⑮

JAいずみのカレンダー ⑯

JAいずみの カレンダー

※各無料相談をご希望の方は、各支店の窓口にお申し込みください。

3月

愛彩ランド

1	日		
2	月		
3	火	税務 岸和田資産管理センター ●第11期女性大学(卒業式)	
4	水	不動産 岸和田資産管理センター	定休日
5	木	法律 岸和田資産管理センター	
6	金	■青壮年会支店マルシェ(いずみおおつ支店)	
7	土		
8	日	◆令和8年度前期・農業基礎講習会参加者募集 詳細はp.18参照	
9	月		出荷登録
10	火	税務 いずみおおつ資産管理センター	
11	水	年金 北池田支店	定休日
12	木	■年金友の会『笑いと健康のステージ』	
13	金		
14	土		
15	日		
16	月		
17	火	税務 岸和田資産管理センター	
18	水	いずみおおつ資産管理センター ●女性会連絡協議会役員会・第7回連絡協議会	定休日
19	木	法律 いずみおおつ資産管理センター	
20	金		
21	土		
22	日		
23	月		
24	火	税務 北池田支店 ■青壮年会支店マルシェ(あびこ支店)	
25	水		定休日
26	木	法律 北池田支店	
27	金	●活動 JAで実施している活動を掲載。これはイベント応募者や組合員組織役員等が参加するものです。フレッシュミズについては随時会員を募集しています。応募のお問い合わせはお取引先店舗か総務課(072(439)2381)まで。	
28	土		
29	日		
30	月		
31	火		

4月

愛彩ランド

1	水	不動産 岸和田資産管理センター	定休日
2	木	法律 岸和田資産管理センター	
3	金	■青壮年会支店マルシェ(いずみおおつ支店)	
4	土		
5	日		周年祭
6	月		
7	火	税務 岸和田資産管理センター	
8	水		定休日
9	木		
10	金	◆春の農業機械 無料点検整備会 (いずみおおつ購買店舗のみ予約制) 詳細はp.17参照	
11	土		
12	日		
13	月		出荷登録
14	火	税務 いずみおおつ資産管理センター ●第12期女性大学(入学式)	
15	水	いずみおおつ資産管理センター ■青壮年会支店マルシェ(いずみおおつ・あびこ支店)	定休日
16	木	法律 いずみおおつ資産管理センター	
17	金	◆春の農業機械 無料点検整備会 (営農総合センター購買店舗)	
18	土		
19	日	◆春の野菜苗即売会 (Pro店舗) 詳細はp.17参照	
20	月		
21	火	税務 岸和田資産管理センター	
22	水	年金 高石支店	定休日
23	木	法律 北池田支店 ◆春の野菜苗即売会 (Life店舗) 詳細はp.17参照	
24	金		
25	土	◆春の農業機械 無料点検整備会(横山購買店舗)	
26	日		
27	月		
28	火	税務 北池田支店 ●第12期女性大学(プランター菜園)	
29	水	■青壮年会支店マルシェ(あびこ支店)	臨時営業
30	木		

いずみの連絡帳

愛彩ランド 岸和田市岸の丘3-6-18(定休日/水曜日)

●農産物直売所 ●泉州やさいのビュッフェ&カフェ
TEL.072(444)8002 TEL.072(444)8003
(10:00~17:00) (11:00~15:00)
※受付最終14:00

●愛彩ランド出荷登録 受付には必ずご本人がお越しください
●対象/JAいずみの組合員
●開始時間/14時 ※受付後、説明会が2時間程度あります。
●場所/愛彩ランド農産物直売所バックヤード
●持参するもの/お持ちの当JAの通帳とお届け印、現金2,000円(登録管理費、出荷協力会年会費の合計)

購買店舗

●営農総合センター TEL.072(444)8006
●横山 TEL.0725(92)3900
営業時間/9:00~17:00
定休日/●Pro店舗 月曜日・祝日 ●Life店舗 月・火曜日・祝日

住宅ローンセンター

泉大津市寿町6-33(いずみおおつ支店内)
営業時間/平日9:00~17:00、日曜日10:00~17:00
(定休日/水、土曜日・祝日・年末年始)
TEL.0725(21)5333 FAX.0725(21)5336

キャッシュカードの盗難・紛失は…

24時間365日受付 ☎(0120)212217

JAカードの盗難・紛失は…

24時間365日受付 ☎(0120)159674

自動車事故についてのご相談は…

JA共済事故受付センター 24時間365日受付 ☎(0120)258931 (平日9:00~17:00はお近くの支店までご連絡ください) ジョコはクミアイ

提携葬儀会社 下記企業と葬祭に関する業務提携をしています。

●葬儀会館ティア ☎(0120)242139 ●株式会社セルビス ☎(0120)306066
●ベルコ阪南 ☎(0120)434304 ●株式会社花藤 ☎(0120)411087

※特典内容は提携各社で異なります。特典の詳細や葬祭のご相談は、各提携社へ直接ご連絡ください。



JAいずみのと組合員家庭を結ぶ情報誌

JA izumino



website



Instagram



LINE



facebook



体にやさしい野菜づくり 夫婦で力を合わせて頑張ります



カフェの駐車場は、かわいい看板が目印

HATAKE CAFE
EMIMARU

野菜を食べてくれる人の
顔が直接見えると
原動力へつながるね



カフェの営業時間や旬の採れたて野菜のランチなどの情報はInstagram (@emimaru_hatakecafe) をチェック！



(上) カフェでも収穫した野菜を販売
(下) 害虫駆除や除草はすべて手作業で行う

定期的に友人の子どもたちを招いて行うイモ堀り体験。子どもたちの喜ぶ顔が見れて、農業を身近に感じてもらえることがうれしい



がんばる若手農業者!!

い け べ せ い じ ろ う ま い こ
池 辺 誠 治 郎 さん 麻 衣 子 さん

栽培品目
ジャガイモ、ハクサイ、ブロッコリー、ナスなど

元々、仲の良い同級生の農家の畑仕事を手伝っていて、農業に興味を持っていました。4年前、妻が会社の同僚とカフェをオープン。自分たちで育てた野菜を提供したいと、お店近くの農地を活用して夫婦で農業を始めました。

妻がメインで、私は会社勤めをしながらの週末農業。始めた頃は、雑草が野菜の葉なのか、見分けがつかないほどの状態でした。同級生からノウハウを学び、試行錯誤を繰り返しながら、ジャガイモなどの季節野菜を栽培。食べるものは安全・安心なものをと、農薬は使わずにオーガニックで栽培しています。土壌は耕運機で土を柔らかくし、牛フン堆肥を活用して苗が育ちやすい環境へと整えています。収穫した野菜はカフェのメニューで提供する他、この夏はJAFファーマーズ忠岡に出荷しました。

以前は家で過ごすことの多かった妻が、カフェや畑を始めてから表情も生活もより生き生きとしてきました。大変なことがあっても、「おいしい」と喜んでくれる人がいて、夫婦一緒に農業に取り組んでいることがうれしいです。

春先には、葉タマネギをカフェで提供する予定。今後、農地を少しずつ広げ収穫量を増やしていきたいです。夫婦で丹精して作っているの、応援よろしくお願いします。

地域の米づくりを支える取り組み！

お米の集荷・検査

収穫したもみの、乾燥・もみすり・選別を行うライスセンターを所有。生産者の作業負担の軽減と品質向上につなげる役割を持っています。

生産者より買い上げた玄米は、資格を有した職員がお米の色や形などの状態を細かくチェック。等級格付け検査を行ったあと、低温倉庫で保管することで鮮度を保っています。お米を集荷し販売するだけでなく、保管温度や衛生面での管理を徹底することで、安全・安心なお米の確保に努めています。



玄米を丁寧に検査していく



ライスセンター

暑さに負けない！「にこまる」のご紹介

お米はここ数年、猛暑などの気候変動で多くの米農家が高温障害などの影響を受けました。そこで、高温によるリスク低減を目的に「にこまる」の生産を推奨しています。

「にこまる」は、「ヒノヒカリ」に変わる品種として開発された今注目のお米です。夏の猛暑にも負けず品質の良いお米に育ちます。粒が大きく、炊きたてはふっくらもちもちの食感。ぜひ、味わってみてください。



食べたらにこにこ笑顔になることから「にこまる」と名付けられた

当JAでは、地域農業の振興方策の羅針盤として「地域営農ビジョン」を策定し、地域農業の持続的発展と生産者の所得向上に向けて取り組んでいます。その一部をご紹介します。

生産者の支援

農業基礎講習会や土壌分析、農作業受託など、生産者が安心してお米づくりを続けられる環境づくりに取り組んでいます。また、営農指導員が生産者のもとへ出向き、農業の技術・経営や販売について生産者の相談相手となり指導を行っています。

担い手確保に向けては、就農相談窓口の常設や、新規就農者向け講習会を実施。就農前から就農後のタイミングに合わせて、継続的に農業を行えるよう体制を整えています。



大阪市で新規就農者説明会を開催



組合員を対象に土壌分析を実施

地球環境を考えた米づくりへ

人にも地球にもやさしい、安全・安心なお米づくりを目指して大阪エコ農産物（エコ米）（※）の生産拡大に向けて取り組んでいます。米の買い上げ申込者を対象に、「大阪エコ農産物認証制度」に関する研修会を実施。大阪府から認証を受けた地元産のエコ米は、当JAのプライベートブランド「ECO米いずみの恵み」として取り扱いしています。（令和7年産は好評につき完売しました）

※大阪エコ農産物とは、農薬の使用回数・化学肥料（チッソ）の使用量が大阪府の標準的な使用回数・量の半分以上で栽培されたお米で、大阪府が認証したものです。



特集

今だからこそ考えたいお米の未来！

私たちの食卓に欠かせないお米。近年、お米の高騰が続く「令和の米騒動」として大きな関心を集めました。また、資材価格の高騰や担い手不足、気候変動への対応など農業を取り巻く環境は大きく変化しています。これからも安心してお米を食べるために、私たちにできることは何でしょうか？ 米づくりにとって、消費者の皆さんがお米を選んで食べることが何よりも生産者の応援につながります。今の暮らしを未来につなげていくためにも、日本のお米について考えてみましょう。

お米の今を知ろう

皆さんは、毎日お米を食べていますか？ お米は昔からなじみ深く、栄養バランスに優れ、日本の食や文化に欠かせない食べ物です。しかし、近年では日本の人口の減少や食生活の変化で「お米離れ」が話題になることも多くなりました。農林水産省によると、お米一人当たりの消費量は昭和37年度の118キロをピークに年々減少し、令和6年度は約53キロと、ピーク時から半分以上になりました。その上、生産者の高齢化などで担い手も不足しています。このままお米の消費が減り続ければ、それほど遠くないうちにお米のない未来がやってくるかもしれません。

当JAでは、組合員の皆さまにお米を安定的に供給するため、持続可能なお米の生産に取り組んでいます。お米は、日本で最も広い面積で作付けされている農産物で、当JA管内においても同様です。今後、生産者とともに安全・安心なお米の生産に取り組むとともに、収穫し

たお米はできる限り、管内の学校給食や地域の消費者の方へお届けできるように地産地消に努めます。組合員の皆さまにおかれましては、引き続き地元産のお米をご購入いただき、当JAの取り組みにより一層のご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

いずみの農業協同組合
代表理事組合長
谷口 敏信



お米の価格が高騰したのはなぜ？

お米の価格高騰の原因は一つではありません。猛暑による収穫量の減少や、農業機械の燃料費や農薬・肥料など資材費の高騰、高齢化で生産者が減少し生産力が低下したことが挙げられます。また、国による需要と供給の見通しが実際とズレたことを背景に、お米の不足感が強まり、お米を確保する競争が激しくなったことなども考えられます。安定した農業経営が厳しい状況の中、生産者が安心して農業を続けられる環境づくりと、需要に応じた生産や適正な価格の形成が重要になっています。

国産のお米を食べることは未来につながる

お米を守るためには、「お米を食べること」が一番です。皆さんがお米を買うときに、この記事を読んでいただき、地元産のお米を選ぶことで、地域農業の応援になるだけでなく、輸送時のCO2削減にもつながります。みんなでごはんをしっかりと食べて、日本が誇るおいしいお米を守っていきましょう。



お米を買うなら

「JAいずみの恵み」

■購買店舗

管内にある5つの購買店舗では、JA推奨の銘柄米をご用意しています。ぜひ、各購買店舗にお越しください。山直下支店でもお米が購入できます。

店舗地図はこちら



■お米の定期便 お米サポーター(KOMESAPO)

配達エリア内（※）ならご自宅以外へのお届けもできるため、離れて暮らすご家族や親族にもお薦めです。JAいずみの安全・安心なお米はいかがですか？

詳しくはこちら



※岸和田市・泉大津市・和泉市・高石市・泉北郡志保町

NEWSトピックス

J Aいずみのは地域農業の振興と、健康で豊かな地域社会の実現に向けて、さまざまな事業・活動を展開しています。
地域に根ざしたJ Aの活動は、国連で採択されたSDGs（持続可能な開発目標）の達成にも通じるものです。

食と農を身近に感じよう

地元の食材を使って 体験料理教室

1月15日、農産物直売所「愛彩ランド」の楽しい学びの体験交流館で和泉市立北松尾小学校の6年生24名が体験料理教室に参加しました。地元産の米粉を使ったシュンギクとハムのロールパンとピザパン作りに挑戦。生地がね方や成形のこつなどを講師に教わりながら焼き上げました。

体験料理教室は、地元産農産物や食の大切さについて考えるきっかけづくりとして、昨年の8月から今年2月にかけて管内の23校に実施しました。



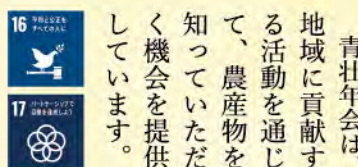
直売所で食材を選んだ
地元の農家の食育グループ
から調理を教わる児童ら



彩り豊かな料理が完成

青壮年会が地域に貢献！

1月22日、小西庸晴会長、中島光博副会長、松本明子会計、納家正弥会計監査が、岸和田市にある児童養護施設を訪れ、青壮年会の会員が作るブロッコリーやミカン、シイタケ、ハクサイなど11品目の農産物を手渡しました。



新鮮な農産物を提供

地元農産物を知ろう！

11月4日、泉大津市立戎小の6年生51名に向けて、食農教育出張授業を行いました。



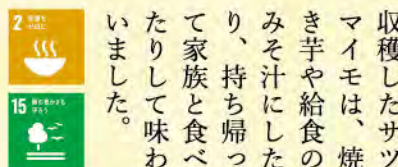
野菜クイズに挑戦する児童

これはJ Aバンク大阪農業振興事業の一環で毎年行っています。指導販売課の職員が講師となり、地産地消や食料自給率について説明し、野菜クイズを出題。児童は積極的に手を挙げ答えてくれました。



園児が収穫体験に参加！

11月10日、営農総合センターで双合幼稚園の園児60名が、サツマイモの収穫体験に参加。



大きなサツマイモを掘り進めていく園児

12月9日、ザ・プラン9のヤナギブソンさんと小嶋花梨さんが愛彩ランドに来店。出荷者の廣瀬裕さんのハクサイが取り上げられました。



1月11日に放送された

愛彩ランドがテレビで放送

スカイA「登山で頂きメシ！」

11月6日、俳優の平山祐介さんが愛彩ランドに来店しました。大阪府唯一のブランド豚「犬鳴ポーク」や地元産農産物を購入し、葛城山の山頂でお好み焼きを調理する様子が、1月18日に放送されました。



「犬鳴ポーク」の説明を受ける平山さん（左）
葛城山の山頂で
お好み焼きを調理する様子が、
1月18日に放送
されました。

テレビ大阪「発見!! 食遺産」

税務知識について学ぶ！

12月15日、ダブルアートさんが愛彩ランドに来店しました。地元産農産物を購入した後、泉州やさいのビュッフェ&カフェに移動。旬の食材を使ったランチビュッフェを楽しむ様子が1月18日に放送されました。



おめでとうございます！

J A共済連は11月21日、第69回J A共済全国小・中学生書道コンクールを実施。今年度は全国の小・中学生から93万2800点の応募があり、各都道府県書道コンクールで選ばれた各学年の優秀作品841点が審査されました。



3年 約
想
良
さん
(和泉市立
光明台北小3年)

全国共済農業協同組合連合会会長賞
佳作(条幅)

特殊詐欺にご注意！

12月15日、いずみおおつ支店で年金支給日に合わせ、泉大津警察署が来店客に特殊詐欺の注意喚起を行いました。詐欺電話のうち発信元の約6割が国際電話番号で、携帯電話にかかってくるケースが増えています。警察官は、国際電話不取扱受付センターへの申し込みを案内しました。



特殊詐欺対策を教わる

今後も地元警察と連携し、特殊詐欺の未然防止に努めていきます。



支店マルシェが大盛況！

12月15日、いずみおおつ支店で青壮年会による支店マルシェを開催。会員が栽培した旬の農産物を目当てに、大勢の方でにぎわいました。地域の人々に旬の味を届け、地元産農産物の魅力を知っていただく良い機会となりました。



旬の地元産農産物を販売



コンプラ意識を高める

1月5日、農産物直売所「愛彩ランド」のスタッフを対象に、コンプライアンス研修会を開催。これはスタッフの法令遵守の意識を高め、不祥事発生の未然防止につなげるため、毎年実施しています。



コンプライアンスの重要性を再確認した

愛彩ランド新年初売り

1月6日、農産物直売所「愛彩ランド」は初売りを実施。日頃の感謝を込めて、搬入に訪れた出荷者や来店客に「米こうじの甘酒」をプレゼントしました。開店前から地元産農産物を買求める来店客で長い列ができました。



愛彩ランドは今年4月で15周年です。今後もよろしくお願いします。



農作業を快適に！

1月24、25日、愛彩ランドで「ウィンターワークフェア」を開きました。防寒性に優れた作業着やリカバリウェア（疲労軽減シャツ）、省力化農機を展示即売。期間中、出荷を終えた出荷者が約100名訪れ、気に入ったウェアを手に取り買物を楽しみました。次回は夏向けのワークフェアを予定しています。



おしゃれな作業着も販売



子育て世代を応援！

11月30日、本店で（一社）ボディセンス・インスティテュート主催の「第4回企業主導型両親学級」を開催。前半は妊娠中・産後の養生法などを学び、後半は「赤ちゃんの『心』を感じる子育て」と題した講義がありました。当日は17組の夫婦が参加し、産前・産後について学べる貴重な時間となりました。



おむつ替えの説明を聞く参加者



西野恵美さんが、令和7年度フレミズ活動「私の一歩」作文コンクール優良賞作品を発表

1月26日、営業総合センターで、JA北河内女性会役員と交流会を開きました。当JAからはフレミズ役員2名、女性会役員3名が参加。互いの活動報告と、女性部の活性化について意見交換を行いました。この他、愛彩ランドを視察するなど、交流を深めました。

女性組織

12月2日、本店で22名が参加して、「ブライアドフラワー」教室を開催。「&ティアラ」から講師を招き、お正月用のフラワーアレンジメントを作りました。受講生は、水引きの形づくりなどに苦戦しながらも、新年を華やかに迎える作品を完成。「家に飾るのが楽しみ」と笑顔で講座を終えました。



講師よりコツを教わる

女性大学

12月2日、本店で22名が参加して、「ブライアドフラワー」教室を開催。「&ティアラ」から講師を招き、お正月用のフラワーアレンジメントを作りました。受講生は、水引きの形づくりなどに苦戦しながらも、新年を華やかに迎える作品を完成。「家に飾るのが楽しみ」と笑顔で講座を終えました。

女性会のお知らせ

- 有真香支部
 - ▼3月24日、食事を開きます。
 - ▼3月6日、和歌山県九度山方面へ日帰り旅行に出かけます。
- 東葛城支部
 - ▼3月6日、和歌山県九度山方面へ日帰り旅行に出かけます。
- 山滝支部
 - ▼4月、総会を開きます。
- 山直上支部
 - ▼4月14日、総会を開きます。



- ふれあい活動のお知らせ
 - 土生郷・有真香・東葛城支部
 - ▼3月、3支店合同で第2回ゴルフの会コンペを開きます。
 - 有真香支部
 - ▼3月、津田川清掃に参加します。
 - 東葛城支部
 - ▼3月、第4回グラウンド・ゴルフ大会を開きます。
 - 山滝支部
 - ▼3月中旬、山滝小学校の卒業生にお花をプレゼントします。



- ▼4月15日、福祉・介護相談所を開きます。
- 南掃守支部
 - ▼3月、支店マルシェを開催。
 - ▼3月、防犯セミナーを開きます。
- 城北支部
 - ▼3月11日、浜地区ゴルフ友の会コンペを開催。
 - ▼4月15日、支店マルシェを開きます。
- いずみおおつ支部
 - ▼3月6日、4月3日・15日、支店マルシェを実施します。



- あびこ支部
 - ▼3月24日、4月15日・28日、支店マルシェを実施します。
- 取石支部
 - ▼3月6日、支店マルシェでイチゴを販売します。
- 南池田支部
 - ▼3月13日、健康セミナーを開きます。



※写真はイメージです。

JAファーマーズ忠岡よりマルシェのお知らせ

朝市マルシェ

毎月第2・第4土曜日 午前9時～

旬の味覚がてんこ盛り！ぜひ、お越しください。



1月21日、41名が参加して、4月から「交通反則通告制度」が適用されることを受け講習会を開催。講習会後は、新年会で食事を楽しみました。



12月6日、「ふれあい感謝祭」を開催。ゲームや食べ物の出店のほか、お米の食べ比べといった催しで、来場客は大いに盛り上がりしました。



11月28日、来店客にお正月用の葉ボタンを配布しました。同時開催の支店マルシェではミカン販売。開始前から来店客でにぎわいました。



12月3日、26名が参加して、クリスマスリースづくりを開催。思い思いに飾り付け、会話をしみながら作品を仕上げました。



12月6日、「ふれあい広場」を開きました。旬の地元産農産物や米の販売の他、スーパーボールすくいなどで、子どもたちも大喜びでした。



12月6日、職員とともに色とりどりの花を植えて、支店に飾りました。花壇には球根を植え、花が咲くのが待ち遠しいです。



1月14日、20名が参加して、かつらぎ温泉八風の湯で新年会を開きました。おいしい食事をいただき、楽しいひとときを過ごしました。



1月23日、支店マルシェを開き、イチゴとミカン販売しました。地域の皆さまに喜んでいただき、大盛況のうちに終了しました。



11月27日、43名が参加して、愛彩ランドお買い物バスツアーを開催。旬の農産物の買い物をした後、レストランで食事を楽しみました。



1月20日、35名が参加して、交通安全講習会を開催。自転車反則金や、高齢者ドライバーの注意点について教わり、安全意識を高めました。



12月26日、8名が参加して、お正月用のフラワーアレンジメントを作りました。新年を彩る、オリジナリティに溢れた作品が仕上がりました。



12月下旬、クリスマス企画「みんなで飾ろうクリスマスツリー」を実施。飾り付けしてくれた組合員に、プチギフトを贈呈しました。

Vol. 162

カンタンおいしい!

加代子先生のCooking

具だくさんで
栄養満点!

野菜たっぷりオープンオムレツ

J A いずみのホームページにも加代子先生の料理レシピを掲載しています。右記QRコードからぜひご覧ください!



プロフィール
藤村料理教室主宰
藤村 加代子先生

大阪の食文化研究会幹事
公民館講師
岸和田市観光振興協会副会長

材料(4人分)

ジャガイモ	200g	トマトケチャップ	適量
タマネギ	300g	油	大さじ2
トマト	200g	バター	15g
ウィンナーソーセージ	4本	牛乳	大さじ3
卵	5個	塩	少々
ナバナ (またはパセリ)	少々	こしょう	少々
		ナチュラルチーズ	40g

作り方

- ① ジャガイモはよく洗い、皮付きのまま5mm厚の半月切り(またはいちょう切り)にする。耐熱皿に並べてふんわりとラップをかけ、電子レンジで2~3分加熱する。
- ② タマネギは薄切りに、トマトは1cm角に切る。
- ③ ウィンナーソーセージは斜め切りにしておく。
- ④ フライパンに大さじ1の油を入れて①②を炒める。
- ⑤ ボウルに卵を溶き、(A)と④を入れてよく混ぜておく。
- ⑥ フライパンに残りの油とバターを入れ熱し、⑤を流し込む。箸で外側から中心に向かって1~2回ほぐし混ぜ、③を散らしてふたをし、弱火で4~5分蒸し焼きにする。
- ⑦ 皿に取り出して中央にナバナを飾り、トマトケチャップを添える。



農産物直売所 愛彩ランド

岸和田市岸の丘町3-6-18
TEL.072(444)8002
営業時間/10:00~17:00
定休日/毎週水曜日、年末年始

* イベント等はp.20に掲載しています



おすすめは

真っ赤な甘い一粒イチゴです!

かわいらしい見た目、ビタミンCが豊富に含まれる果物。風邪予防や美肌づくりに効果が期待できます。品種によって異なる食感や甘酸っぱさを楽しんでみてください。

愛彩ランド
“旬”のおすすめ

3月



おすすめは

生で楽しむ春キャベツです!

年中栽培され、さまざまな料理に活躍するキャベツ。特に春キャベツは巻きがゆるく、葉が柔らかいので、サラダなどの生食で食べるのがお薦めです。

4月



愛彩ランドの出荷者紹介

一粒一粒に愛情を注いだ
真っ赤なイチゴを皆さまへ!出荷
品目 イチゴ、軟弱野菜など

辻本 宏樹さん

以前は会社に勤めながら、休日に家族のレタス栽培を手伝っていました。農作業が楽しく、頑張った分、自分の身に付くことにやりがいを感じ「農業一本で生計を立てていこう」と9年前に就農。イチゴ栽培を始めました。

毎年さまざまな品種に挑戦していますが、今シーズンの出荷は「ベリーポップすず」「ベリーポップはるひ」「よつぼし」の3品種。どれも糖度が高く、実がしっかりしているのが特徴です。愛彩ランドやJ Aファーマーズ忠岡をはじめ、地元直売所に出荷しています。

イチゴは追熟しないので、おいしく食べてもらえるタイミングを見極めています。傷付きやすいため、栽培はもちろん、収穫、梱包、陳列と最後まで気が抜けません。その分、愛情は格別。価格にも納得していただけるよう品質向上に努めています。「また食べたい」と思っただけのものが何よりのやりがいですね。今後は規模を少しずつ広げ、おいしいイチゴをたくさんの人に届けていきたいです。手間暇かけた自慢のイチゴをぜひご賞味ください。



このシールが目印です!

色ツヤの良いイチゴが
おいしいサインです!(右)丁寧にイチゴを確認していく
真っ赤に育った完熟イチゴ

万代農産物直売所店長

愛彩ランドからのお知らせ

J A いずみの

ファミリー野菜レシピコンクール

愛彩ランドレストランで受賞作品を期間限定で提供します!

昨年9月に小学生を対象とした「令和7年度ファミリー野菜レシピコンクール」を開催。応募作品882点の中から、レストランスタッフが選んだ「まるごとあやほまれピラフ」を令和8年3月13日(金)~31日(火)、愛彩ランドレストラン「泉州やさいのピュッフェ&カフェ」で提供します。小学生が考えたアイデアレシピをぜひ、ご賞味ください。

岸和田市立大宮小学校(5・4年生) 泉佳帆さん・瑛太さんの作品
まるごとあやほまれピラフアピールポイント!
あやほまれの甘さを
生かすために、丸ごと炊飯器で炊き上げました。



毎日のお弁当など、手軽に作れるおむすびですが、おいしく作るのにはなかなか難しいものです。今回はおむすび作りのコツをご紹介します。

まずはもちりとしたおむすびにしたい、ご飯粒の輪郭をしっかりと感知されるおむすびにしたいなど、目指すイメージに合わせてお米の種類を選びます。同じ品種でも地域によって味わいが異なることもあるため、食べ比べてみるのもお勧めです。

炊飯前にはしっかりと水に吸水させることが大切です。吸水が足りないまま炊飯してしまうと、冷めてから硬くなりがちです。冷水を使って冷蔵庫の中で6時間以上かけて吸水させることで、芯からふっくらと炊き上げることができ、冷めてもおいしく食べられます。

炊き上がったご飯は1個分ずつラップを敷いた茶碗の中に入れ、もう一つの茶碗をひっくり返してふたのように重ね、左右に軽く振るようにならね、左右に軽く振るようにならねと結びやすくなります。手水をぬらしてから、指3本でつまむ程度の塩を手のひらにまぶし、具を入れて包むよう

ご飯をおいしく楽しむ

おいしいおむすび作りのコツ

米・食味鑑定士／お米ライター ● 柏木智帆

結びます。

このときに、形を整えようとするあまり、ぎゅっと結んでしまう

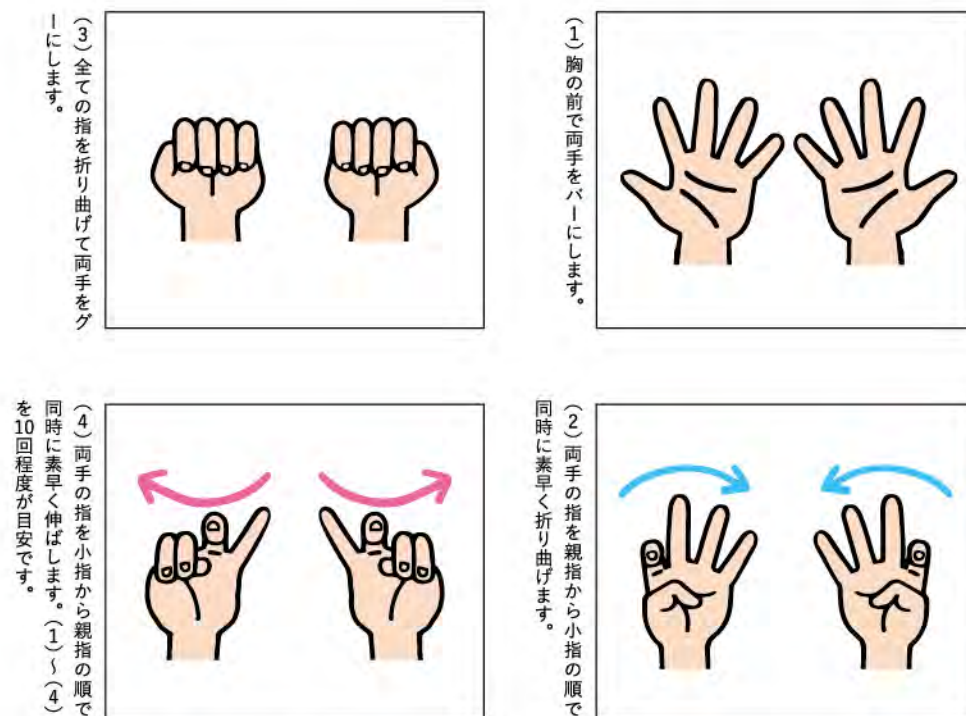
と食感を損なってしまう。ご飯の一粒一粒が呼吸できるように、ご飯の粒と粒の隙間の空気を一緒に結ぶような感覚で結んでいきます。ご飯粒の周りは、炊飯水に溶け出たでんぷんが膜状になって再付着した「おねば」と呼ばれるみずみずしい粘りに覆われています。このおねばとおねばをしっかりと合わせるような感覚で結びます。熱々のうちに結ぶことで余計な力を加えることなく、おむすびの形状を保ちながらも口の中でご飯粒がほぐれていく食感を生み出すことができます。

温かいうちは塩味を感じやすく、冷めると塩味が感じにくくなりますので、冷めた状態で食べる場合は、具材の塩味とのバランスも見ながら塩をしつかりと利かせましょう。



一粒一粒が呼吸できるように感じよう

指のウェーブ体操



※余裕のある方は、小指から親指の順で曲げ、親指から小指の順で伸ばしてみましょう。
※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。

指を素早く滑らかに折ったり伸ばしたりする体操です。右脳と左脳のやりとりが多いほど、また両方をバランス良く使うほど脳は活性化し、豊かな言語表現ができるようになります。

性化し、豊かな言語表現ができるようになります。手軽に行えるので自己紹介や打ち合わせ前にもお勧めです。

脳トレ！手足の体操

右脳も左脳も鍛える指のウェーブ体操

健康生活研究所所長 ● 堤喜久雄

ミツバ 香りが良く、お吸い物に重宝

ミツバは日本原産のセリ科野菜で、半日陰でもよく育ち、乾燥に弱いので、他の野菜の陰になる所に適します。種まきの適期は4～5月と9月です。

※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。

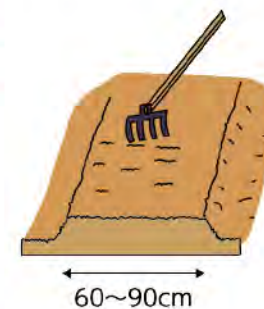
ミツバの発芽適温は20度前後で、10度以下の低温や30度以上の高温では発芽が困難です。発芽後は10～20度でよく成長します。なお、低温により花芽分化し、その後の高温・長日でとう立ちするため、温暖地では4月中旬以降、寒冷地では5月上旬以降に種まきします。

ミツバは、青ミツバ(または糸ミツバ)、切りミツバ、根ミツバの3タイプがあります。青ミツバは青々とした葉を楽しむ品種で、店頭と並ぶのはほとんどが水耕栽培です。切りミツバは冬に根株を掘り上げ、これを室という暗室に持ち込んで軟白させた物で、根を切って収穫されます。根ミツバは春から育てた根株に畑のままで土を掛け、早春に伸びてきたところを掘り取ります。ここでは青ミツバの作り方を紹介します。

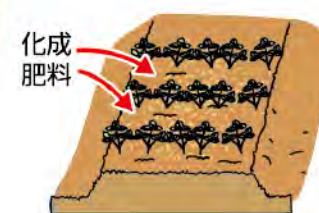
【品種】「白茎ミツバ(関西系)」(タキイ種苗)、「白茎みつば」(サカタのタネ)など。

【畑の準備】種まきの2週間前までに1㎡当たり苦土石灰100gを施し、よく耕しておきます。その

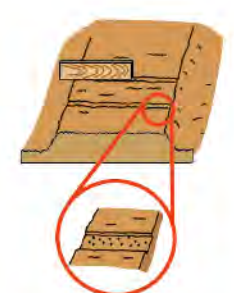
① 畑の準備



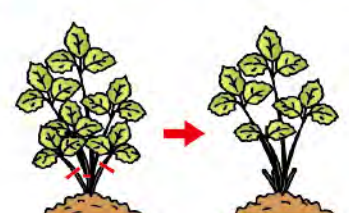
③ 追肥



② 種まき



④ 収穫



後、化成肥料(NPK各成分で10%) 100g程度と堆肥2kgを混ぜ、幅60～90cmのベッドを作ります(①)。

【種まき】ベッドと直角に、20cm間隔の細いまき溝を作ります。まき溝に1cm間隔に種をまきます。種は好光性なので、隠れる程度(5mm)に土を薄く掛けます。発芽まで、十分灌水します(②)。

【管理】早まきでは、ビニールフィルムでトンネルを作り、発芽を促します。不織布のべた掛けは、安定した発芽に役立ちます。

追肥は2～3週間ごとに、1㎡当たり30g程度を与えます(③)。また、乾燥に弱いため畑が乾いたら灌水し、真夏の高温・強光下では黒寒冷しゃなどで日よけします。

【収穫】草丈20～25cmになったら、地際より少し上で刈り取ります。刈り取った後から、新しい葉が伸び出てきます(④)。なお、冬には寒さで茎葉が枯れますが、春には越冬した根株から新たな茎葉が伸びてきます。

※月別の栽培情報「営農インフォ」はJ Aいずみのホームページで毎月更新しています。



QRコード



春の野菜苗即売会

下記のとおり春植えの野菜苗を即売します。

■場所・日時

- 営農総合センター購買店舗 (Pro店舗)
4月17日(金)～19日(日) 8:00～15:00
- 横山購買店舗 (Pro店舗)
4月18日(土)～19日(日) 8:00～15:00
- 南掃守・いずみおおつ・北池田購買店舗 (Life店舗)
4月22日(水)～26日(日) 9:00～17:00

■品目

- ・水ナス ・中長ナス ・キュウリ ・トマト
- ・ミニトマト ・スイカ各種 ・マクワウリ
- ・カボチャ ・ピーマン ・トウモロコシ
- ・サトイモ ・オクラ ・ズッキーニ
- ・シシトウ ・花類 など

※持ち帰り用ダンボールは、ご自身でご用意ください。

※苗がなくなり次第終了。

※購買店舗の営業は9:00～17:00。

詳細は、各購買店舗 (p.20参照) へお問い合わせください。



春の農業機械 無料点検整備会

農繁期を前に、春の農業機械無料点検整備会を開きます。

■場所・日時

- いずみおおつ購買店舗 (Life店舗)
4月10日(金) 10:00～12:00
- 営農総合センター購買店舗 (Pro店舗)
4月17日(金) 9:00～15:00
- 横山購買店舗 (Pro店舗)
4月25日(土) 9:00～15:00

※いずみおおつ購買店舗については予約制となっています。
営農総合センター購買店舗または、いずみおおつ購買店舗までお申し込みください。

※別途、部品・オイル代が必要です。

※当日にできない整備は、見積もりをさせていただいてからの整備となります。

詳細は、各購買店舗
(p.20参照) へお問い合わせください。



愛彩ランド

特製
おみそ汁
振る舞い※

限定500食

ご愛顧に感謝して15th
愛彩ランド
周年祭

令和8年 4月5日(日)
10:00～14:00

ガラガラ
抽選会

お買い物レシート
2,000円(税込)
以上で抽選1回

スーパー
ボール
すくい※
100円(税込)

消防車がやってくる!



※なくなり次第終了。
・写真はイメージです。
・内容は予定です。天候などにより予告なく変更・中止となる場合があります。



お問い合わせ 072 (444) 8002 営業時間: 10時～17時 水曜定休

ちょきんぎょ
グッズが
もらえる!

JAバンク大阪

なつかしの

ちょきんぎょキャンペーン

JAいずみの

ちょきんぎょ
グッズで幸運を
もたらそう!

キャンペーン
期間

令和8年2月2日(月)
3月31日(火)

幸運と富を招く「金魚」

古来、金魚は「幸運と富を招く」象徴とされてきました。風水では災厄を払い、運気を高める力があるとされ、商人は厄除けとして悪運の方角に金魚鉢を置くこともあります。

ご対象者

組合員(家族含む)または組合員にご加入いただいた方

貯金の種類

スーパー定期貯金

ご契約金額

個人限定/新規預入
20万円以上1,000万円未満

預入期間
1年
年

0.50%

税引後
年0.398%

●預入期間: 1年 ●預入金額: 20万円以上1,000万円未満 ●適用条件: 組合員個人で新規お預入に限りします。
●募集金額: 募集総額は20億円とさせていただきます。(募集期間中に募集金額に到達した場合は、当キャンペーンを終了させていただきます。)
●適用金利: 上記特別金利は初回満期日まで適用となります。自動継続時にはその時点のスーパー定期貯金店頭表示金利を適用いたします。
●税金: 税率20.315%(国税15.315%、地方税5%)の源泉課税となります。
●中途解約: この定期貯金は原則として満期日まで解約できません。やむを得ず中途解約される場合は、当組合所定の中途解約利率を適用いたします。
◆商品概要説明書は店頭または当JAホームページ(<https://www.ja-izumino.or.jp>)をご覧ください。
◆表示有効期限: 令和8年3月31日(火)

さらに!

期間中、定期貯金を新規で
お預入れいただいたお客様に

ちょきんぎょグッズプレゼント!

20万円コース

ちょきんぎょ
あったかひざかけ



ちょきんぎょ
もちもちクッション



または

50万円コース

ちょきんぎょ
おっきなブランケット



ちょきんぎょ
なかよしペアマグカップ



または

※プレゼントはご契約につき各1個ずつ限りさせていただきます。※画像はイメージです。実際のグッズとはデザイン・仕様が一部異なる場合があります。※グッズの数には限りがあります。

理事会だより

<令和7年12月24日>

提出議案

1. 役員報酬審議会設置の件
2. 貸出金の承認の件

報告事項

1. 事業の概況の件
2. 令和8年1月実施の共済仕組改訂の件
3. 令和7年度ライセンスセンター利用状況の件

<令和8年1月29日>

提出議案

1. 職員賃金規程一部変更の件

報告事項

1. 事業の概況の件
2. 令和7年度決算結果の件
3. A L M委員会協議結果の件
4. 相談・苦情等対応の件 (定期報告)
5. 反社会的勢力等との取引排除にかかる対応状況の件 (定期報告)
6. 農業委員会委員 (岸和田市・和泉市) の推薦の件

4. 令和7年産米の買上げ及び検査結果の件
5. 税務研修会開催の件
6. 取石・高石支店再構築の件
7. 大阪府内4 J A合併構想の件
8. その他

7. J Aいずみの農業まつり「アグリWeekいずみ」開催結果報告の件
8. 令和8年春季予約購入申込の件
9. 令和8年度「作業受託」および「米の買上げ」の件
10. 令和8年度農地保全管理作業受託申込の件
11. 農業関連講習会実施の件
12. J Aいずみのなつかしのちょきんぎょキャンペーン実施の件
13. その他

無料職業紹介所を開設しています

農業者の高齢化や農繁期の働き手不足を解消するため、無料職業紹介所を開いています。

農業の仕事をしてみたい方はJ Aグループ大阪求人特設サイト「大阪で農業っておもしろいよん!」で検索してみてください。



詐欺にご注意!!

J Aいずみの管内で、特殊詐欺の被害が増えています。特に金融機関の職員や警備員のいない無人ATMへ誘導する事案も発生しているため、そういう指示をされた場合は詐欺を疑ってください。

「暗証番号は教えない!」「キャッシュカードは渡さない!」「一度電話を切って家族や警察に相談を!」

被害に遭わないように気を付けましょう。

不審な電話があれば警察に通報してください!

なくそう、部落差別調査 私たちみんなの力で

大阪府部落差別事象に係る調査等の規制等の条例

フレッシュミズ「いずみん」 会員を募集!

フレッシュミズでは、地域で暮らす女性たちが生活や文化、趣味や教養、福祉などにかかる活動を行うことを通じて、明るく住み良い地域づくりと、地域の女性同士の交流を深めることを目的に活動しています。

農業をしていない方も大歓迎! 仕事や家事から離れて、日頃の悩みを会員と共有したり、健康体操や調理体験などに参加したりして、楽しいひと時を仲間とともに過ごしませんか。

見学は随時受け付けています。

■会員資格

原則として、J Aいずみの管内に居住する20歳以上55歳までの組合員の女性の方

■活動期間

令和8年4月～令和9年3月までの1年間

■年間費

年間 1,000円(税込)

※イベントごとに別途参加費が必要となる場合があります

■お問い合わせ先

総務課 072 (439) 2381



クリスマス飾りづくり

土地所有者の皆さんへ 廃棄物の不適正処理にご注意ください

資材置場や作業場の名目で貸した土地に産業廃棄物が山積みになっていたり、自分の土地に産業廃棄物が気づかれないうちに不法投棄されたりして、土地所有者が多額の費用を負担して撤去を余儀なくされるケースが後を絶ちません。

このような事態を防ぐために

- ・土地を貸す際には、相手が十分に信用できる人物かを確認する
- ・契約書に土地の使用条件を明記する
- ・定期的な見回りや防犯カメラを設置して監視を徹底
- ・廃棄物が搬入された場合に賃借人に対して速やかに撤去を求める
- ・又貸しをさせない
- ・行政への通報を行う

廃棄物が山積みになると原状回復は極めて困難で、多くの場合で土地所有者が多額の費用を負担しています。廃棄物が搬入された場合には賃借人に対し速やかに撤去を求めましょう。

■お問い合わせ先

大阪府泉州農と緑の総合事務所
環境指導課 072 (439) 3810 (直通)

転居・名義変更があった場合は J Aへ届出を!

転居や婚姻などで、J Aにご登録いただいている氏名や住所、電話番号に変更があった場合は、必ず変更のお手続きをお願いします。

なお、変更内容により必要な書類などが異なります。ご用意いただく書類については、事前にお取り引きのある支店窓口までお問い合わせください。

※市町村の区間整理などによる住居表示変更も対象となります。

J A共済の健康・介護ほっとライン

J A共済の健康・介護ほっとラインは、健康や介護、育児についての悩みごと、気になることに医師(精神科・心療内科を除く)や看護師、介護支援専門員(ケアマネージャー)、栄養士などが直接電話でお答えする電話相談サービスです。

こんな相談をお受けします

- ・気になる症状の相談、医療機関などの情報提供
- ・生活習慣病や肥満の予防など、生活全般の健康相談
- ・育児に関する相談、妊娠中の気になる事項の相談
- ・介護に関する相談、介護サービス情報の提供 など

※本サービスの回答は、診療行為を伴わずに行う一般的な助言の範囲内のものであり、診断・治療を行うものではありません。ご相談の内容・性質、その他の事情により回答できない場合があります。

シアワセナビ コンサルタント
(0120) 4 8 1 5 3 6

利用時間: 24時間・365日・無料

※お名前は伺いませので安心してご利用いただけます。

※個別のJ A共済のご契約に関するお問い合わせは、ご加入先または近隣の支店へお問い合わせください。



出資に関する変更手続きはお済みですか?

組合員加入時の登録内容に変更はありませんか? 以下のいずれかに該当する場合、変更手続きが必要です。手続きがお済みでない方は、最寄りの支店または渉外担当者までご連絡ください。

- ・行政による住居表示変更があった方
- ・引っ越し等で住所を変更された方
- ・相続手続きが完了の方
- ・農業を辞められた方、または、始められた方
- ・その他、変更手続きが必要な方

当J A職員が訪問させていただく場合は職員証の呈示をお求めください。



令和8年度 前期・農業基礎講習会 参加者募集

栽培技術向上により、安全・安心な農産物を栽培する生産者育成を目的に、栽培の基礎に関する講習会を開きます。積極的なご参加をお待ちしています。

■開催日・講習内容

座学中心に基礎的な知識・技術を学んでいただきます(入門レベルの内容です。詳細は、お問い合わせください)。

- 4月 4日(土) 果樹栽培基礎①
施肥、防除、袋掛け等の春・夏栽培管理
- 4月11日(土) 水稲栽培基礎①
育苗・元肥・田植え等の初期栽培管理
- 4月18日(土) 野菜栽培基礎①
春夏野菜の栽培管理
- 4月25日(土) 農業基礎
農業の基礎知識
- 5月 9日(土) 農業機械基礎 ※農機操作未経験者も受講可能
座学と実機(トラクター、管理機、刈払機)を用いた初心者向け農機演習

■場所・時間

営農総合センター2階研修室 10:00~12:00

■定員

各回90名(定員になり次第締め切り)

■受講資格

J Aいずみの組合員および組合員家族で農業技術の基礎を学習したい方 ※農作業経験・知識の有無は問いません

■申込方法

受講申込書に必要事項を記入の上、指導販売課または各支店窓口・各購買店舗へご提出ください(受講申込書は、営農総合センターおよび各支店窓口・各購買店舗に設置しています)。

■申込期間

3月9日(月)~3月30日(月)

■その他 受講料/無料

■お問い合わせ先

指導販売課 072 (444) 8001

新入職員ご紹介

コメントは、下記の内容です。
①趣味
②自分の性格を一言で表すと?
③J A職員としてこれからの抱負



間城 悠
ましろ ゆう
1月1日付

- ①映画鑑賞
- ②素直
- ③地域の皆さまのお役に立てよう尽力します



どうぞよろしくお願いいたします!