

**JA広報** 4m **生きるよろこびあなたとともに**

# あわじ島

今月の特集

**販売事業** ..... 2~4

**輸入野菜の動向と  
国内農産物の  
販売強化に向けて**

JA AWAJISHIMA

2025(令和7年)

**11**

No.428

光防除を活用したレタス圃場  
(阿万)



販売事業

# 輸入野菜の動向と 国内農産物の販売強化に向けて

## 令和7年度上半期の 販売経過

本年産の春野菜については、全国的な出荷量の増加と、特にキャベツについては前年の高値に加え、冬季の価格高騰や輸入野菜の増加等の影響から、昨年の好環境から一転して販売苦戦を強いられる結果となりました。

たまねぎについても、春先から堅調な相場で推移したものの、あわじ島産の出荷本番を迎える6月下旬からは、他産地の出荷量も増大したことからにより相場も軟化傾向となりました。作柄および品質面では、収穫時期における降雨の影響もあったものの、全体的には良好な状態での収穫となりましたが、例年に比べ梅雨明

けも早く、各地で記録的な高温が観測されるなど気候変動が続いたことにより、7月末には品質低下が顕著となりました。

上半期（9月末）の特産品販売高については、49億4,300万円（計画比88・4%）、農産品販売高については1億8,800万円（進捗率28・0%）の実績となりました。





## 令和7年度 秋冬作野菜出荷予約集計表（10月～3月）

（単位：ケース、％）

| 品 名     | 出荷 予約   |           |        | 出荷 実績   |        |
|---------|---------|-----------|--------|---------|--------|
|         | 令和7年    | 令和6年      | 前年対比   | 令和6年    | 前年対比   |
| レタス     | 887,559 | 1,022,222 | 86.8%  | 874,063 | 101.5% |
| 非結球レタス  | 136,046 | 157,145   | 86.6%  | 129,173 | 105.3% |
| はくさい    | 714,750 | 706,046   | 101.2% | 604,405 | 118.3% |
| キャベツ    | 257,269 | 289,591   | 88.8%  | 252,739 | 101.8% |
| グリーンボール | 53,190  | 57,603    | 92.3%  | 41,289  | 128.8% |
| ブロッコリー  | 58,940  | 61,253    | 96.2%  | 55,985  | 105.3% |

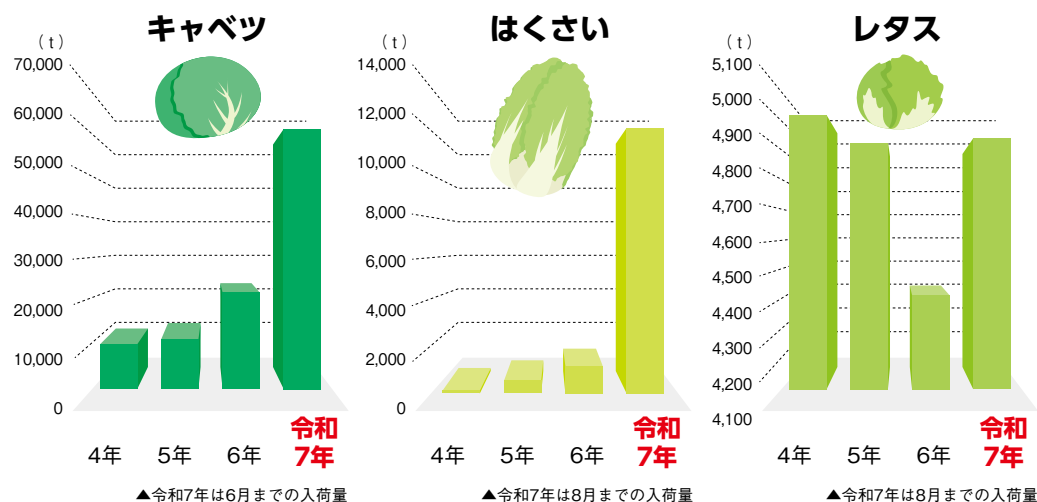
## 秋冬作野菜 出荷スタート

本年も世界的な気候変動の影響により、全国的に観測史上最高気温を更新するなど、厳しい暑さが続きました。9月に入っても猛暑日が続く中、レタスをはじめ各種秋冬野菜の定植作業が本格的に開始されました。野菜の生産管理については、台風等の被害は見られないものの、連日の高温により育苗管理や定植後の灌水、病害虫対策に追われる日々となりました。

これから出荷本番を迎える秋冬作野菜の販売においては、生産・物流コストの上昇など、物価高の影響により例年にも増して厳しい販売環境が予想されます。また、昨年の高値を受け、本年の**輸入野菜についても増加**が見込まれることから、「国産野菜の安全性・品質の高さ」を積極的に訴えていくことが重要となります。今後の販売についても輸入動向や消費動向を注視しながら、あわじ島野菜の有利販売と農業振興に向けて尽力してまいります。



## 品目別・年度別輸入動向



## 共撰レタス出荷の流れ



簡単

外葉を2～3枚残した状態でJAコンテナに2段詰で出荷  
(何玉でもOK！)



時短

- ・圃場で収穫後、そのまま出荷できます！
- ・2L～M玉の秀・優混合で出荷出来るので、選別作業の軽減に繋がります！



鮮度

- ・荷受後は冷蔵庫管理し、JAで包装・撰果を行い出荷します！
- ・精算は市場価格連動で1週間のプール計算

※荷造り・出荷方法等の詳細は各経済センター販売窓口までお問合せください

令和5年度から導入している共撰レタス出荷について、本年度も取り組みを継続して実施いたします。レタスの新規作付けに意欲的な方、包装機の更新など出荷作業の労力負担となっている方へ負担軽減策として、ぜひご活用ください。また、本年度は件数、面積ともに増加しています。取り組みに関するご意見を掲載いたしましたので、ぜひご覧ください。



### 【生産者の声】

- 夜の作業がなくなり、体への負担が大きく減少。その分栽培面積を増やした。
- 体調が悪くなったときは助かった。安心して作付けできるので、継続して取り組んでほしい。
- 包装作業もあり、植え付けを分散していたが、集中して植え付けできるようになった。
- 経費面は気になるが、忙しい時期に利用したい。
- 包装機が壊れた時の選択肢として考える。

### 共撰レタス利用状況

|    | 令和7年度 予約申込               | 令和6年度 利用実績              |
|----|--------------------------|-------------------------|
| 件数 | 33件                      | 23件                     |
| 数量 | 約80,000ケース<br>(1ケース10kg) | 41,599ケース<br>(1ケース10kg) |

10月20日、令和7年度秋冬レタス販売対策会議が開催されました。JA職員・市場関係者（京阪神市場）ら20名が出席し、本年度の出荷計画や販売方針を確認するとともに、産地と消費地の情勢報告を行いました。当JA担当者からは、「レタスの作付けも減少傾向で推移しているが、産地として生産量維持拡大に向けて共撰レタスにも取り組んでおり、販売に尽力していただきたい」と話し、市場関係者に売り場の拡大及び流通コストを意識した有利販売の要請を行いました。

会議前には、市場関係者がレタスの圃場を巡回し生育状況を確認しました。視察した関係者からは、「高温による干ばつを心配していたが、順調に定植されており、今後の生育に期待する」と秋冬レタスの販売に向け意欲的なご意見をいただきました。



圃場巡回する市場関係者

令和7年度秋冬レタス  
販売対策会議開催

## ～農協、地域農業をもっと知って欲しい～

日本各地でクマの被害が相次いでいる。管内でいえばシカやイノシシ。それだけではなく、昨年大発生した害虫（ヤガ類）である。苗床や本田定植圃場で発生が多く見られ、今年も同じ状況が続いている。表紙には『黄色高圧ナトリウム灯』を一面に押し出し、防除の啓蒙を含めて掲載した。この技術を導入出来るのも地域の方々が農業に対して理解があるからである。

その地域の方々により理解を深めていただくためにも、今年も『農協まつり』を開催します。組合員の皆さまは勿論のこと、お子さまを始め地域住民の方々に気軽に参加していただきたい。小さい頃から農協、農業が生活の一部となるような理解の醸成を促していくのも組合の使命であります。

話は変わりますが、『あわじ島農協に野菜を出荷するメリットは？』という会話になります。大前提は先駆者が築き上げてきた『あわじ島農協野菜の信頼信用』。そして、『農協の総合力』。生産者は販売面単体でのメリットだけを考えるのではなく、営農・購買・信用・共済すべてにおいて日々の生活で総合的に考えていただきたい。総合的に相談・利用できるのは農協の強みであると自負している。実際、信用部門の『近代化資金』を始めとする農業融資は利子補給に加え、保証料を助成することで、借入者の負担が少しでも軽くなるよう、農機具を購入いただき、作業軽減、面積維持に繋がるように努めているところです。

## ＜農協出荷に対しての『自負』＞

### ①『生産者の声』と『現地試験』に基づき作成した『野菜栽培カレンダー』を軸とした営農指導が優先的に受けられる

管内にも農業関係の業者が色々と増えてきているが、農協にしかできない一番のサービスであると自負している。

### ②あわじ島農協という『信頼信用』がある

青果市場においては、今まであわじ島農協が築き上げてきた歴史が『担保』となり、あわじ島農協の商品はしっかりと現場で指導され、栽培された商品という『ブランドイメージ』が根付いていると自負している。

### ③『価格安定事業』で保証されている

50年以上の歴史のある『野菜価格安定保証制度』。収入保険の掛金は積立金と掛け捨て部分があり個人で申請する必要がある。一方、価格安定保証制度はすべて積立金であり、農協が事務を行う。今年の春は価格安から出荷を断られ、廃棄した方もいたと聞くと、農協では全量荷受けし、補給金により価格保証が出来たと自負している。

＜参考＞令和6年度青果物価格安定資金交付額⇒レタスは1億6千万円。  
レタス出荷者約726名、一人当たりの単純平均、約22万円。

### ④『販売事業分量配当』がある

青果業者との買取相場と比較されがちだが、農協をしっかりと利用していただいた方には、利用配当や経営安定支援金といった形で還元出来ると自負している。

色々と言いましたが、これだけでは十分な回答とは言えない。あとは、生産者、組合員の元に足を運び、対話の中でしっかりと伝えていかなくてはならない。役職員が同じ方向に向かって、総合力を発揮しなくては意味がない。これまで以上に地域の方々と農業という財産を守る責任は求められます。目まぐるしく変わる現状に対して、柔軟に適応し、農業を守る責務を全うし、地域一丸となり、この現状を守り、伝えていく必要があると改めて思った次第です。



令和  
7年度

# JAあわじ島 農協まつり

日時 12月13日(土)・14日(日) 9:00～16:30

場所 JAあわじ島 本所構内  
(南あわじ市市青木18-1)



13日(土)

- ★吹奏楽コンサート(市内中学校)
- ★淡路三原高校ダンス部
- ★『志童』和太鼓演奏
- ★ダンスパフォーマンス  
(地方創生エンターティナー)
- ★FREE STYLE Basketball  
(Awaji Art Circus Kirill Fire)

両日

- ★ガラガラ大抽選会
- ★シン・抽選大会※
- ★野菜、果物、淡路ビーフ特売
- ★家電展示販売コーナー
- ★農機具、自動車展示販売
- ★キッチンカー、露店大集合
- ★地震体験車



14日(日)

JA共済プレゼンツ

## それいけ! アンパンマン ショー

日時

12/14(日)

1回目 10:00～

2回目 13:00～

場所

イベント会場

観覧無料



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

※諸般の事情によりショー  
内容を変更・中止する場  
合がございます。

- ★山田雅人 かたりの世界
- ★歌謡ショー/葵かを里
- ★お笑いショー



AMEMIYA



マギー司郎

※シン・抽選大会はイベント会場でご参加いただけます。詳しくは後日お配りしますチラシをご確認ください。

### 農協まつりに伴う臨時休業のお知らせ

JAあわじ島農協まつり開催にあたり、右記業務を臨時休業させていただきます。ご理解、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

※広田・榎列・賀集経済センター購買店舗は12月13日(土)営業しております。

|             | 12月12日(金) | 12月13日(土) | 12月14日(日) |
|-------------|-----------|-----------|-----------|
| 本所 購買店舗     |           | 休業※       |           |
| 本所SS 洗車場    | 休業        | 休業        | 休業        |
| 本所 休日ローン相談会 |           |           | 休業        |



# 2026 新春川柳募集

～笑う門には福来たる～

『農業』にまつわる「クスッと笑える」「心あたたまる」一句を「五・七・五」のリズムに乗せてお寄せください。

募集テーマ **農業**

JAあわじ島広報元旦号企画

■募集締切：令和7年12月1日⑧ 応募資格：南あわじ市にお住まいの方

■応募条件：◎作品は応募者の自作で未発表のものに限ります。

◎お一人様一句のご応募とします。

■応募方法：JAあわじ島ホームページ

応募はコチラの二次元バーコードから➡  
応募チラシ（各支所、出張所、経済センターに設置）に、  
川柳と必要事項をご記入のうえ各所長にご提出ください。



※広報誌裏面の付属ハガキでは応募できません。

※お名前の掲載を希望されない方は、ペンネームをご記入ください。

■授賞作品：最優秀賞・優秀賞・初夢賞・サンちゃんサラちゃん賞・入賞作品は、令和8年1月1日発行の広報誌（元旦号）で発表いたします。

■賞品：各賞に応じて入賞者全員に美菜恋来屋の商品券を進呈いたします。

お問い合わせ…総務部総務課 ☎42-5200

|          |         |
|----------|---------|
| 正組合員     | 5,277人  |
| 准組合員     | 3,948人  |
| (単位：百万円) |         |
| 貯金       | 207,886 |
| 貸出金      | 24,454  |
| 長期共済保有高  | 327,717 |
| 購買品供給高   | 3,322   |
| 特産品販売高   | 5,214   |
| 農産品販売高   | 202     |
| 畜産販売高    | 769     |

JA活動の成果  
(10月末)



○農協まつりについて

○共済端末機及びLA渉外  
Label, sリース契約  
について

議題  
○令和7年度第2四半期末仮決算並びに年度末見通しについて

理事会だより  
(10月30日開催)

美菜恋来屋



いい肉の日 11月29日⑧

◆法律相談／12月3日⑧10:00～12:00（本所）※予約制  
◆年金相談／11月23日⑧9:00～12:00（本所）※予約制  
◆相続相談／11月28日⑧10:00～16:00（本所）※予約制

◆休日ローン相談／  
毎週日曜日 10:00～16:00（本所）  
※当日電話予約可



## 来年の干支 丙午「馬」をテーマに イラスト大募集!

小さなお子さまから大人の  
方まで、皆さんのイラストを、  
お待ちしております!

**応募方法** 通常ハガキの裏面に「馬」をテーマにしたイラストを描き、表面（宛名面）に必要事項をご記入のうえご応募ください。  
※広報誌裏面の付属ハガキでは応募できません。※展示の都合上、必要事項は必ず表面（宛名面）にご記入ください。

**必要事項** 氏名・年齢・  
郵便番号・住所・電話番号

※広報誌掲載の際に名前を載せたくない  
方は、ペンネームもご記入ください。

**賞の種類** ◎大賞（1名） ◎努力賞（2名）  
◎なかよし賞（2名） ◎サンちゃんサラちゃん賞（1名）  
◎特別賞（1名）

**応募先** 〒656-0462 南あわじ市市青木18-1  
「JAあわじ島 イラスト募集係」

**締め切り** 12月1日(月)必着

入賞作品、応募いただいた全作品を「農協まつり」で展示し、入賞作品は来年1月の広報（元旦号）でも発表します。

**受賞者には  
図書カードをプレゼント!**



## 購買職員 オススメ商品

### あじさい 収穫包丁 味菜

- 角度が変わる収穫野菜切包丁!
- 収穫した野菜の切り口が新鮮に保たれます!
- 押切り用・引切り用で角度が変えられ、使い分けができます

お問い合わせ 各経済センター購買まで

キャベツや  
ブロッコリーの  
収穫に特にオススメ!!  
替え刃もあります!



本所SS

広田SS

## 洗車機全コース割引イベント開催!

期間：令和7年11月17日(月)～28日(金)

LINE® 会員様募集中!



おトクなキャンペーン情報や  
価格改定のお知らせなどを配信

今すぐ登録

JAあわじ島給油所公式アカウント @660vwlxm

最大

半額



(オプションは対象外です)

LINE®はLINE株式会社の登録商標です。

- ◆マネープラン相談／11月23日(土)10:00～16:00（本所）※当日電話予約可
- ◆ひと、いえ、くるま保障相談／11月30日(土)・12月7日(土) ※当日電話予約可
- ◆生花教室／11月27日(土)・12月11日(土)19:00～



種牛の部審査



## 兵庫県畜産共進会

### 各地予選を勝ち抜いた牛集う

10月26日、兵庫県内で生産された但馬牛の頂点を決める「第107回兵庫県畜産共進会」が加東市「兵庫県立播磨中央公園」で開催されました。

県内各地から予選を勝ち抜いた種牛45頭、肉牛50頭が出品され、当JA管内からは種牛6頭と肉牛3頭が出品されました。

同会場内では、山野富靖さん（倭文）が地域の畜産振興に大きく貢献されたとして功労者表彰を受賞されました。

審査後には、肉牛の部、出品牛がセリにかけられ、最高落札価格は名誉賞に輝いた肉牛22,001,100円（税込）、平均落札価格3,641,660円となり、活気あふれる共進会となりました。

#### 種牛の部

|       |           |
|-------|-----------|
| 優秀賞3席 | 山野 富靖（倭文） |
| 優秀賞7席 | 仲岡 建太郎（市） |
| 優良賞   | 前川 卓也（松帆） |
| 優良賞   | 沖 功（松帆）   |
| 優良賞   | 福原 繁明（津井） |
| 優良賞   | 出口 佳宏（志知） |
|       | （敬称略）     |

#### 肉牛の部

|         |           |
|---------|-----------|
| 優良賞（雌）  | 垣 幸司（湊）   |
| 優良賞（去勢） | 垣 幸司（湊）   |
| 優良賞（去勢） | 近藤 智之（榎列） |
|         | （敬称略）     |

#### 各種表彰

|         |           |
|---------|-----------|
| 畜産功労者表彰 | 山野 富靖（倭文） |
|         | （敬称略）     |

## 年金友の会親睦旅行

### 「四国カルスト散策・四万十川遊覧」の旅

10月16日、17日にかけて、年金友の会会員の皆さんが「四国カルスト天狗高原 星ふるヴィレッジ TENGU」に泊まる 姫鶴平・五段高原・天狗高原散策と四万十川を屋形船で遊覧の旅」に出かけました。

初日は、四国カルストに向け、休憩を挟みながらバスに揺られ、辿り着いたカルスト地帯は曇り空ではありませんでしたが、美しい景色が見られました。2日目は綺麗に晴れ渡り、高原の景色が昨日よりも一層美しく、皆さん感嘆されていました。一路四万十川へ向かい、屋形船に揺られ、日本最後の清流の景色を眺めながら昼食を楽しみました。参加者の皆さんは、最良のひと時を過ごし、心身ともにリフレッシュされたようでした。

四国カルストの絶景を背景に記念撮影



## 兵庫県との意見交換会

10月10日、本所にて「兵庫県農業担当部局と農業施策についての意見交換会」を開催しました。JAからは、管内の現状と課題、共同利用施設の再編集約など説明し、県の協力や支援について要望をいたしました。南あわじ農業が抱える課題や将来像を共有することにより、地域農業の展開、生産振興を図ることを目的としています。



## 残留農薬検査

10月20日から、秋冬作野菜の出荷分を対象に残留農薬の自主検査を開始しました。対象はレタス、非結球レタス、キャベツ、はくさい、ブロッコリー、カリフラワーで、翌年5月まで随時実施します。平成15年度から継続する取り組みで、消費者へ野菜の安全性を伝えるのが目的です。イムノアッセイ法で農薬成分を抽出・分析し、主要品目は外部検査も行っています。検査結果はホームページで随時公開し、栽培管理日誌の記載や栽培カレンダーに基づく生産を進め、安全・安心な野菜づくりに努めています。



レタスと栽培日誌を営農相談員に渡す生産者

## 秋冬作野菜の検査統一会議

秋冬作野菜の本格出荷を迎えるにあたり、10月24日に農産物検査員と販売職員による合同目慣らし会を開催しました。

本年産の生育状況の情報共有を図り、検査基準の統一を行うことを目的に、定期的の実施しています。出荷品質の統一により、消費地からの信頼に応えることで、JAあわじ島野菜のブランド維持・拡大に繋がっていきます。



## 水稻栽培基準作成会

10月14日、本所にて水稻栽培基準作成会を開催し、令和8年産米の施肥防除基準について協議しました。

営農部では試験展示圃の試験結果をもとに検討を重ね、淡路農業技術センター・南淡路農業改良普及センター監修のもと生産現場に沿った栽培基準を作成しています。

令和8年産水稻栽培基準は11月に配布を予定しています。



協議を行う農業改良普及員と営農指導員

## JA南さつま農業祭

10月27日、JAあわじ島と交流協定を締結しているJA南さつま管内（鹿児島県南九州市）で開催された、「第30回小京都ふるさと祭」に淡路島たまねぎの販売ブースを出店しました。

農業と観光をテーマに開催されるこの秋祭には、2015年から毎年参加しており、楽しみに買いに来てくださる方もいるなど、恒例の出店となっています。

当日は多くの来場者でにぎわい、「淡路島のたまねぎは甘くておいしい」「直接買えて嬉しい」といった声も聞かれました。淡路島に興味を持たれる方も多く、島の魅力を広く発信する良い機会となっています。





# 食|農|教|育 実りの秋! 稲刈り 体験を実施

10月1日、神代小学校3年生による稲刈り体験が行われました。神代地区老人クラブ連合会の協力のもと、稲刈りと「馬掛け」を行いました。今回は、丸太と紐で馬を組みあげる作業にも挑戦し、秋晴れの空の下、児童たちは汗を流しながら一生懸命収穫に励んでいました。



馬を  
作ってみよう!



稲を干すことで  
甘味が増すよ



伊加利地区「はなみずき」の  
防犯教室をパシャリ!!

管内

b u r a r i t a b i



海外からの詐欺を防ぐため  
国際電話利用休止申請を書く参加者



今回は伊加利地区「はなみずき」の防犯教室にお邪魔しました。メンバーに不審な電話やフィッシングメールが届いたことをきっかけに開催され、南あわじ警察署員から特殊詐欺やフィッシング詐欺など、身近で起こりうる犯罪の手口や対策を学びました。

参加者の皆さんの真剣な表情から、地域ぐるみで「だまされない」「支え合う」思いが感じられ、安心して暮らせる地域づくりにつながる教室でした。

一人で悩まず  
家族や警察に  
相談を!

なんて悪質!  
みんなお互いに  
相談しましょう!

JAから金融商品の紹介 & 相談会も開催



今まで自分の仕事だけで、田んぼのことは興味がなく、手伝いもほとんどしてなかったのですが、父が亡くなり田んぼをする機会も増え、少しずつ田んぼの仕事を覚えてがんばりたいです。

八木 O・Mさん (40代 女性)

地産地消、いい言葉ですね。我が家も少しの百姓ですが、旬の野菜を作り食べられるのが最高に嬉しいんです。他にも周りの人から作っていない野菜をお裾分けしていただいたり、人のつながりを感じます。今の世の中では、とても大切なことだと、ひしひしと感じています。

広田 K・Rさん (70代 女性)

地元の旬の味と、人とのつながりを大切にしている気持ちが伝わり、温かい気持ちになりました。地域の皆さまと一緒に、これからも地元の恵みを大切にしていきたいと思っています。

暑い夏も終わり三原平野も黄金色から緑に衣替えですね。どちらも大切な食べ物です。

福良 H・Rさん (70代 女性)

紛らわしい詐欺の電話がかかってきたり、警察官を名乗る人が家に来たこともあり。そんな情報も今後ともよろしく願います。

津井 M・Tさん (80代 女性)

次々と新たな手口の詐欺も増えていきますね。被害を防ぎ、安心して暮らせるよう、これからも役立つ情報を発信していきたいと思っています。

いつも家庭菜園を楽しむに読ませてもらっています。ちょうどブロッコリーを植えているのですが、バッタに葉を食べられて困っていました。今回トンネル栽培の記事が載っていたので、さっそく試してみたいと思います。

福良 F・Mさん (40代 女性)



園芸研究家 成松 次郎

## 家庭菜園のプランニング 連作回避と スペースの有効活用

日本では、四季それぞれで気温や日長、雨量などにはっきりとした特徴があります。そのため野菜の種類に適した栽培時期を選び、季節の変化に対応した栽培管理をしなければいけません。狭い畑で多種類の野菜を作るには、菜園利用のプランが必要で、季節に応じた種類・品種を選び、菜園の利用ローテーションを考えましょう。

「野菜の選び方」野菜の生育特徴から見ると、共通した栽培管理の方法があります。野菜の類縁関係を知ると、同じ仲間同士で肥料や病害虫が共通することが多いので、作付けプランを立てるのに役立ちます。野菜の種類と品種を選ぶポイントは、①利用・調理に適しているか

②「連作と輪作」同じ畑に同じ野菜を連続して作ると生長期に障害が出る野菜があります。エンドウは一度作ると、4、5年は作れません。ナス、トマト、ソラマメ、サトイモなどは3、4年、レタス、ホウレンソウ、コカブ、インゲンなどは1年です。サツマイモ、カボチャ、タマネギのように連作しても生長期に障害が見られない野菜もあります(表)。

また、同じ科に属する近縁な野菜は似た性質を持っているため、病害虫と肥料の吸収が共通しています。そのため、連作す

表 連作障害の出やすい野菜、出にくい野菜

|             |                                                |
|-------------|------------------------------------------------|
| 連作障害の出やすい野菜 | スイカ、キュウリ、メロン、トマト、ナス、ピーマン、エンドウ、ソラマメ、エダマメ、サトイモなど |
| 連作障害の出にくい野菜 | サツマイモ、カボチャ、タマネギ、小松菜など                          |

図 作付けプラン例(4m×5mの20平方mの場合)

|     | 春～夏                           | 秋～冬                   |
|-----|-------------------------------|-----------------------|
| 1年目 | A ナス科<br>D マメ科・スイートコーン        | A 小型葉物類<br>D アブラナ科    |
| 2年目 | B ウリ科<br>C イモ類・ヒガンバナ科         | B セリ科<br>C イモ類・ヒガンバナ科 |
| 3年目 | A マメ科・スイートコーン<br>D イモ類・ヒガンバナ科 | A アブラナ科<br>D セリ科      |
| 4年目 | B ナス科<br>C ウリ科                | B 小型葉物類<br>C セリ科      |

ナス科…トマト、ナス、ピーマンなど  
ウリ科…キュウリ、カボチャなど  
ヒガンバナ科…ネギ、タマネギなど  
マメ科…エダマメ、インゲンマメなど  
セリ科…ニンジンなど  
アブラナ科…キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど  
イモ類…サツマイモ、ジャガイモ、サトイモなど  
小型葉物類…ホウレンソウ、小松菜など

J A広報通信より

※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。

毎月の  
お楽しみ♪

## 年金わくわく365 抽選結果

今月のご当選者は **3月25日** 生まれの方です

ご当選者全員にプレゼントとして、JCBギフト券5,000円分を11月末までに渉外担当者がお届けいたします。来月以降も毎月抽選を行いますので、お楽しみにしてください！

※2025年10月末時点で年金(公的年金・企業年金・農業者年金等)をJAあわじ島でお受け取りいただいている方が対象です。  
※年金を2種類以上お受け取りの方のご当選は1口とさせていただきます。



榎列・中央支所 前川支所長による抽選

TOURの

国内宿泊予約サイト「e-たび日和」

こちらの二次元バーコードから  
行先を検索してください

農協観光Nツアーコールセンター  
【お問い合わせ先】 ☎086-206-1333  
(営業時間 平日9:30～17:30)  
(土・日・祝日・年末年始休み)



この記事はWEBではご覧いただけません。

JAあわじ島



いっただよ

皆さん、こんにちは！気付けば今年もあとわずか。年末に向けて、心も体もなんだかバタバタしますね。そんな時についてしまう「ため息」。よくイメージが悪く我慢したり「幸せが逃げる」と悪者にされがちですが、実は体と心を整える「深い呼吸」なのです。

忙しくなると考えごとが増え、呼吸が浅くなりがち。周りにため息をついている人がいても、「今、呼吸を整えてるんだな」と思えば、少し優しい気持ちになれるかもしれません。

それでもため息は気になりますよね、ゆっくり長くを意識して、『ハア——』ではなく『フウ——』と吐くのも良いかもしれません。

(綾子)