

グリーンひろば No.444

JA高知市

2026

2

GREEN HIROBA



特集

北見市未来の農業担い手育成事業
「インターンシップ」 高知市で開催

— 高校生が学ぶ“南と北”の農業のちがい —



©よい食プロジェクト

特集

「北見市未来の農業担い手 育成事業インターンシップ」 高知市で開催

— 高校生が学ぶ“南と北”の農業のちがいを —

1月7日・8日の2日間、北海道北見市の、星加月愛（ほしか・るな）さん（高校生）と高橋紅安（たかはし・くれあ）さん（高校生）が、高知市で農業研修を行いました。

北見市農業振興会議北見自治区部会が主催する「第2回北見市未来の農業担い手育成事業インターンシップ」の一環で、将来農業経営を志す若者の視野を広げ、持続可能な農業の担い手を育成することを



を目的としています。北見市と高知市は姉妹都市であり、平成10年から高知県事業「夏の北海道大規模農業体験学習」を通じて、これまでに400人以上の高知県の高校生が北見市で農業を体験するなど、長年にわたり交流を深めてきました。

7日は、桑名市長を表敬訪問し、高知市と北見市の交流の歴史や、高知の農業の特色について市長から説明を受けました。インターンシップに参加した理由について、星加さんは「実際に農家をするにあたって視野を広げたい」、高橋さんは「気候による作物の育て方の違いを見てみたい」と話しました。

～出荷場・ハウス見学～



■グロリオサハウスで収穫体験
グロリオサの生産量日本一を誇る三里地区。JA高知市三里園芸出荷場を見学し、グロリオサハウスを訪れました。

星加さんはハウスでグロリオサを見ると、「すごい！色が鮮やかでかわいい！北海道であまり見ることがないかも」と華やかな色の印象を話しました。グロリオサの葉先にあるツルがクルクルと巻いているのを見て、「どうして先が丸まっているんですか？」など生産者にも積極的に質問していました。収穫体験では生産者に丁寧に収穫の方法を教わり、おそろおそろといった様子でグロリオサの茎にハサミを入れました。



～収穫体験～



星加さんは「北海道でできるものは、下が多いので、それが違うかな。高知は木とか文旦とかも”上で…”。高橋さんは「北海道は腰が痛くなりやすいけど、高知は”上”なので首が痛くなりやすい」と、農作業の姿勢の違いにも気づき、気候や作物の違いが、作業姿勢にまで影響することを実感したようです。



グロリオサの花束を生産者から受け取りました

■ 田舎寿司づくりに挑戦

昼食は、JA高知市女性部直販部会「なるクラブ」濱渦祥子部長指導のもと、高知の伝統料理・田舎寿司づくりに挑戦。リュウキュウや、大菜などの聞き慣れない農産物の名前に??が浮かぶ2人も、濱渦さんの説明に、💡が。このほかにも県産食材の特徴や巻き寿司の作り方など、調理のコツを教わりながら、初めての作業に戸惑いつつも丁寧に仕上げていきました。

完成した田舎寿司を食べた2人の笑顔に、周りの大人もつられて笑顔になりました。



～完成した田舎寿司～
盛り付けも2人がしました



■ 牧野伝統野菜を見学

午後は植物分類学者である牧野富太郎博士の指示を受けて収集・保存されていた「牧野野菜」を中心に伝統野菜の復活に取り組む団体TeamMakinoの熊澤さんの圃場を見学。地域に根付く品種の歴史や、守り継ぐ生産者の思いに触れました。

「この伝統野菜はなぜこの名前がついているのか。名前に疑問を持ち、由来を考えると楽しい」という話題の中で、名前から原産国をたどったり、歴史を学ぶことができる”おもしろさ”も学び、「今まで何も知らずに農産物の名前を言っていたんだなって気づきました」と話しました。

この日の夕食はTeamMakinoが開いた食事会で、牧野野菜である山内家伝来ダイコンと潮江菜を食べ、地域の生産者やJA職員らと交流しました。

【参加した2人の声】

星加月愛さん

「生産者がひとつひとつ丁寧に、買った人が喜んでくれるように作業しているところは、北海道も高知も共通していると感じました」

高橋紅安さん

「食べたことのないものがいっぱいあって、すごくおいしかったです。高知のものをこれからもたくさん食べたいです」

7日の様子はテレビ高知の夕方のニュースでも放送されました。

8日は、ミカンやトマトの圃場を訪れ、収穫作業を体験。温暖な気候を生かした高知の園芸農業について学びました。午後には高知県立春野高校の生徒と交流。農業を学ぶ同世代との意見交換は、2人にとって大きな刺激となったようです。

北と南、気候も作物も異なる2つの地域をつなぐ今回のインターンシップ。若い世代が地域を超えて学び合うことで、未来の農業の可能性がさらに広がっていきます。高知市と北見市の交流は、これからも続いていきます。

宅老所「たんぽぽ」で看護実習

JA高知市が運営する宅老所「たんぽぽ」の大津・介良・朝倉は高知県立大学看護学科の「令和7年度ふれあい看護実習」に協力しました。

この実習は、地域で暮らす高齢者の方々と交流し、生活者としての姿を理解するとともに、世代の異なる人々の価値観や生き方を尊重しながらコミュニケーションをとる姿勢を身につけることを目的としています。

実習に訪れた学生たちは利用者と、成人式の着物の話題やよさこいのお話で会話が弾み、世代を超えた交流が広がりました。カラオケでは学生も歌を披露し、学生世代の曲に「リズム感がとても良いのね、楽しませてもらえる」と利用者は笑顔を見せました。

宅老所が閉まった後には、学生と所長が翌日のレクリエーションについて話し合いました。学生はアナグラムなどの脳トレを取り入れたレクリエーション案を提案し、所長のアドバイスに熱心に耳を傾けました。

実習を終えた学生からは、「宅老所という言葉から“介護”のイメージを持っていたが、実際は人が集まり活力を補い合うにぎやかな場所で、言葉の印象

学生が考えたレクリエーションで笑顔



▲カラオケ後に記念撮影

とのギャップを感じた」という気づきもあったようです。

宅老所「たんぽぽ」では毎年看護実習生を受け入れており、今回の実習も学生たちにとって“人と向き合う看護”の原点を体験的に学ぶ貴重な機会となりました。

大収穫!! 大きく育ったダイコンを収穫



▲児童の腕よりも太いダイコンばかり!



袋が破けるほどの“大物” 続出!

12月8日、江陽小学校2年生の児童が、地元生産者の協力のもと、9月に定植したダイコンの収穫作業を行いました。ダイコンの抜き方を教わり、児童たちは畑の中から大きく育ったダイコンを選んで力いっぱい引き抜きました。

収穫したダイコンは1人2本ずつ持ち帰りましたが、持参した袋が破けてしまう児童が続出するほどの大きなものが多く、まさに“大収穫”。袋の取っ手を持つと破れてしまうため、袋ごとしっかり抱えて帰りました。

作業の最後には、畑に散らばったダイコンの葉を拾い集め、圃場をきれいにして学校へ戻りました。

JA高知市
公式SNS
(Facebook・Instagram)

Facebook

Instagram

JA高知市女性部 年越し準備！お正月フラワーアレンジメント

<大津支部>

水引飾りを使った大きなアレンジメント

本部の講師も務める池上先生を招いてフラワーアレンジメント教室を開催しました。松・竹・梅をはじめ、葉牡丹やコニカなど華やかな花材に加えて水引飾りも用意され、部員は「花材を見るだけで正月を感じる」と話しました。長い竹を3本に切って挿すところから制作が始まり、背の高いアレンジメントに仕上げるため、部員たちは椅子から立ち上がって作業を進めました。最後に水引飾りを竹に固定し、縁起の良いお正月アレンジメントが見事に完成しました。



▲池上先生のアドバイスを受ける部員

<初月支部>

四方竹を使ったミニ門松

大崎和加副部長と大崎美由喜さんが講師を務め、「ミニ門松作り」を行いました。松や四方竹、葉牡丹、南天、梅といったお正月らしい花材をすべて大崎さんが提供し、竹を花器にして2つで1セットの門松を作りました。左右に並べて飾るため、花材を挿す位置や高さのバランスにも気を配りながら、「玄関に飾るなら…」と完成後の様子を思い描きながら作業を進め、華やかで存在感のあるミニ門松に仕上げました。



▲完成した門松とハイチーズ!!

ポリ袋で簡単防災料理

家の光12月号活用

12月5日、JA高知市女性部大津支部は『家の光』12月号に掲載されたレシピを活用し、「ポリ袋を使った防災料理教室」を開催しました。調理に入る前に、誌面10・11ページの特集「あると安心 防災」を参加者全員で声に出して読み上げ、防災への意識を高めました。

メニューは「梅ご飯」「キャベツのコールスロー風」「ガーリックチキン」。材料をポリ袋に入れてもみ込んだり、空気を抜いて袋ごと沸騰した鍋に入れるなど、災害時に役立つ方法で調理しました。

出来上がった料理はそのまま昼食として味わい、



▲材料をポリ袋に入れる部員

「これはおいしい」「簡単なのにしっかり味がついている」など、参加者同士で感想を交わしながら楽しい時間を過ごしました。

びっくり野菜!! 巨大サツマイモ 出現!!

朝倉地区の河瀬さんから「巨大なサツマイモが収穫できた」と連絡が。撮影に伺うと、ひときわ目を引く“巨大サツマイモ”が! 名刺と比べてみると、その大きさは一目瞭然です。

このサツマイモは、6月に日曜市で購入したサツマイモの苗130本を植えたもので、通常サイズのサツマイモに紛れて育ったもののようです。

河瀬さんは「色が赤く、おそらく人参芋という干し芋や焼き芋、スイーツに使われる品種ではないか」と話します。

この巨大サツマイモは、干し芋にして味わう予定とのこと。どんな風味に仕上がるのか、楽しみです。



オープンカンパニー実施

学生「終始楽しく」「有意義な時間」

12月12日、JA高知市は就活を始めている学生4人を迎え、オープンカンパニーを開催しました。はじめに組合の概要を説明した後、長浜地区の出荷場やピーマン・ユリのハウスを見学。現地では生産者が栽培の工夫や出荷までの流れなど、現場ならではの話を学生に伝えました。

また、入組8年以内の若手職員による座談会では、営農担当や共済担当など、部署の違う職員が参加し、学生からは「人によって作業服と制服があるのはなぜですか」「なぜJA高知市に就職したのですか」といった率直な質問が寄せられ、職員が自身の経験を交えながら丁寧に答えました。最後は職員とともに田舎寿司づくりに挑戦。完成した寿司は職員と一緒に味わいながら交流を深め、和やかな雰囲気の中で一日を締めくくりました。



▲ユリ生産者の永井洋一さんが説明しました

参加した学生からは、「緊張していたが、終始楽しく見学できた」「様々な体験ができて非常に有意義な時間だった」といった感想が寄せられ、JAの仕事や地域農業への理解を深める機会となりました。

アイシングクッキー・ケーキデコレーションに挑戦！

JAcademy (ジェイアカデミー)

JA高知市は、次世代に女性部の活動をつなげていくことを目的としたイベント「JAcademy」を昨年からは開催しています。12月20日、直販所「真心



▲ケーキに生クリームを塗る途中の参加者

ふぁーむらぶ」にスイーツを出品するパティスリーアンジュの小松さんを講師に迎え、クリスマスケーキデコレーション教室を行いました。会場にはツリーや小松さん手作りのガーランドが飾られ、クリスマス一色。アイシングクッキー作りでは、クリスマスにちなんだ形のクッキーに、色とりどりのアイシングで絵を描きました。ケーキ作りでは、三枚に切り分けた直径12センチのスポンジケーキに、小松さんがその場で泡立てた生クリームとカットしたフルーツを乗せ、仕上げにサンタやツリーの飾り、アイシングクッキー、イチゴをトッピングして、世界に一つだけのクリスマスケーキが完成！最後にロウソクを灯し、自分で作ったケーキを味わいながらプチクリスマス会を楽しみました。参加者は「また来年もぜひやってほしい」「素敵なクリスマスになりました」と話しました。

臼と杵を使った餅つき体験

元気な合いの手「よいしょー！」

12月5日、五台山小学校5・6年生が、地域の生産者で構成される「五台山緑の会」の協力を受け、9月に自分たちで収穫したお米を使った餅つき体験を行いました。昔ながらの臼と杵を使った本格的な餅つきで、児童たちは「よいしょー！」という元気な掛け声と手拍子に包まれながら、重たい杵を力いっぱい振り下ろしました。途中から五台山保育園の園児も訪れ、児童らの餅つきの様子に興味深そうに見守っていました。

JA高知市女性部五台山支部が、つき上がった餅をその場で手際よく丸め、あん餅に仕上げてふるまいました。さらに、高知市農協青壮年部東部支部がバットライスを作り、全学年の児童にプレゼントしたほか、当日は高知市役所の国際交流員も参加し、



▲思いきり杵を振り下ろしました

地域と学校が一体となって伝統文化を楽しむ、にぎやかで温かい交流の場となりました。

「五台山緑の会」は、市や学校と連携し、地域に根差した食農教育に力を入れています。



JA高知市

公式 SNS

(Facebook・Instagram)

Facebook



Instagram



宅老所お誕生日会 マジックに拍手！

スタッフのトナカイ姿にも笑顔

12月24日、JA高知市が運営する宅老所「たんぼ朝倉」は3カ月に1度のお誕生日会を開きました



▲ヒモを使ったマジックに拍手！

た。この日はクリスマスイブということもあり、スタッフがトナカイに扮して「赤鼻のトナカイ」を踊りました。利用者はいつもと違う姿に大喜びで、満面の笑みを見せました。続いて「高知奇術クラブ」の3人がお金やロープ、トランプを使った多彩な奇術で利用者を魅了しました。手が届くほどの距離で披露されるマジックに「こんな近くで見てもタネがわからん！」と驚きと歓声が上がリ、拍手が響く和やかな時間となりました。

宅老所「たんぼ」は大津・介良・朝倉の3カ所で運営しており、いつでも利用者を募集しています。興味のある方はぜひお気軽にお問い合わせください。(生活課：088-883-3120)

年越しの準備は「らぶ」で らぶ歳の市

12月28日・29日・30日の3日間、JA高知市女性部直販部会は、JA高知市本所敷地内の直販所「真心ふぁーむらぶ」で、「歳の市」を開催しました。年末年始に欠かせないしめ縄やお餅などの縁起物も並び、一年の締めくりにふさわしい特別販売として多くの来店者でにぎわいました。

開店前から長蛇の列ができていましたが、なかでも人気を集めたのは、お正月用に用意された華やかなフラワーアレンジメント。色とりどりの作品を前に、「どれが良いと思う？」と家族で相談しながら選ぶ姿があちこちで見られました。



▲「よいお年をお迎えくださいね」と声をかける部員

地域の皆さんの“年越し準備の場”として親しまれている毎年恒例の「らぶ歳の市」。笑顔あふれる年末の風物詩となっています。

食農教育で伝統野菜 山内家伝来ダイコン収穫

地域の伝統野菜を学ぶ食育活動

潮江東小学校5年生が16日、潮江地区で伝統野菜の栽培に取り組む「TeamMakino」や高知市農協青壮年部潮江支部の協力のもと、山内家伝来ダイコンの収穫を行いました。地域の農と歴史に触れる食育活動として毎年実施しているもので、児童たちは9月に自ら種まきや間引きを行い、成長を見守っ



▲大きな山内家伝来ダイコンを収穫して笑顔に

てきました。

収穫作業の前には、TeamMakino代表の熊澤さんが「葉っぱを持たず、根元をしっかりと持つように」と注意点を説明。「質問はないですか？」と声をかけると、児童たちは「ないです！！」と元気よく返事をし、やる気満々の様子を見せました。

児童は自分が種をまいた畝へ向かい、土の中で曲がって成長したダイコンに苦戦しながらも、力を込めて次々と引き抜きました。抜いたダイコンを手にした子どもたちの表情には、達成感と喜びがあふれていました。

山内家伝来ダイコンは、江戸時代に高知へ持ち込まれたとされる品種で、大きな葉や先端が曲がった独特の形、辛みの少ない味が特徴とのこと。植物学者・牧野富太郎博士が弟子に収集や保存を指示していた記録も残るなど、地域に受け継がれてきた貴重な在来野菜です。

収穫したダイコンは児童が各家庭に持ち帰り、また同学校の給食として提供されました。

マネロン・金融犯罪対策への取り組み強化について

令和8年1月
代表理事組合長 宮脇 眞道

最近、様々な金融犯罪が発生し、その手法や手口も巧妙かつ高度になってきています。新聞等での報道を見て心配に感じておられる組合員・利用者の方々も多いのではないかと思います。また、国際的にも金融機関が取り組まなければならない課題として、マネー・ローンダリングおよびテロ資金供与対策（以下「マネロン対策」）の重要性が益々高まっています。マネロン・金融犯罪対策に取り組むことは組合員・利用者の資産を守ることと同意であり、総合事業を営む当組合の責務でもあります。

当組合は、これまでも総合事業を営むJAとして金融窓口はもとより各事業でのマネロン・金融犯罪対策の取組みを通じて、被害発生リスク低下に努めてまいりました。しかしながら、最近の国内における金融犯罪の発生状況を鑑みると、未だにマネロン・金融犯罪のリスクは高いものと認識しています。

ここに、あらためて地域に根ざした金融機関としての信頼性を確保するとともに組合員・利用者の方々の大切な財産を金融犯罪からお守りするために、マネロン・金融犯罪対策の取組みを重要な経営課題と位置づけて、より一層力を入れて取り組むことといたします。

そうした思いから、このたび、当組合の金融・企画管理部の職員をマネロン・金融犯罪対策リーダー及びサブリーダーに任命し、組合全体としての取組みの定着化・高度化に向けて、職員の先頭に立って取組みを進めてもらう予定です。私を含め常勤役員もマネロン・金融犯罪対策が組合内で徹底されるよう指揮のうえ、組合員・利用者の方々に安心して当組合を利用いただけるよう取り組んでまいります。

つきましては、全事業においてマネロン・金融犯罪対策の取組みにより一層尽力して参りますので、組合員・利用者の方々には当組合へのご支援とご理解を引き続き賜りますようお願いいたします。

高知県警と県内10金融機関が特殊詐欺対策で協定

杉良太郎さんも立ち会い 官民一体の取り組みを強化

高知県で特殊詐欺の被害が急増する中、県警と県内に本店を置く10の金融機関が、不正利用口座の情報共有を柱とした協定を締結し、官民一体で詐欺被害の防止に取り組む体制を強化しています。協定は2025年5月以降、順次締結が進められてきたもので、12月19日には共同宣言式が行われ、警察庁特別防犯対策監を務める俳優・杉良太郎さんも臨席しました。

今回の協定では、県警が特殊詐欺に使用された不正口座の金融機関名や口座番号、名義人の氏名・住所・生年月日などの情報を金融機関に提供し、金融機関側は該当口座に振り込もうとする顧客がいないかを監視するとともに、名義人と同一人物が自金融機関に口座を持っていないかを確認し、不審な金銭の動きがあれば県警に通報する仕組みとなっています。すでにこの連携により、不正口座への入金歴がある顧客を発見し、被害拡大を未然に防いだ事例も報告されています。

共同宣言式には、当組合から宮脇組合長や四国銀行、高知銀行をはじめとする10金融機関のトップが出席し、「県民の大切な財産を守るため、関係機関と緊密に連携して対応する」と決意を示しました。宣言文では「詐欺被害を世界から根絶するため官民が一体となって取り組む」と明記され、地域全体での対策強化が打ち出されました。

式典に参加した杉特別防犯対策監は、長年の刑務所慰問や特殊詐欺防止活動の経験を踏まえ、「特殊



▲協定を締結した金融機関のトップら

詐欺は一筋縄ではいかない。海外に拠点をもち、訓練された“だますプロ”が仕掛けてくる」と警鐘を鳴らしました。また、「高知県民は今日をもって目覚めてほしい。自分たちは簡単には引っかけられないという意識を持ってほしい」と強く呼びかけました。

県内では特殊詐欺の被害が深刻化しており、2025年の特殊詐欺被害は108件、被害総額は約4億9800万円に達し、過去最悪を更新しました。さらに、SNSを通じて恋愛感情を装い投資を持ちかける「SNS型ロマンス投資詐欺」も急増しており、94件・約7億7000万円と被害額はさらに膨らんでいます。県警は「従来型の詐欺に加え、SNSを悪用した新たな手口が拡大している」として警戒を強めています。



JA高知市

公式 SNS
(Facebook・Instagram)

Facebook



Instagram



カメラと缶のイラスト

フォトレポート

12月5日 五台山小学校餅つき



周りの児童も応援！

12月5日 大津支部防災料理教室

とてもおいしい
昼食が完成しま
した！



12月15日
直販所「真心ふぁーむらぶ」
年間売上1億円突破！



お祝いにスタッフや職員でクラッカー
を鳴らしました🎉

12月20日 JAcademy



親子でクリスマスを楽しみました

12月22日

初月支部 ミニ門松作り



かわいらしく
も豪華なミニ
門松！

12月24日 宅老所たんぽぽ朝倉お誕生日会



スタッフの踊りに利用者さん大盛り上がりでした！



マジックを披露した3人の奇術師さん！

12月22日 大津支部
フラワーアレンジメント教室



背が高いアレンジメントが
完成しました！

2026年3月末まで

もっと写真を見たい方へ 公式 SNS のご案内



中央支所で、家の
光協会の「世界こ
ども図画コンテ
スト」の入賞作品
8点を2階入り
口に展示してい
ます。ぜひご覧
ください。





2月号のYOUTHレポートを担当させていただきました。東部支部の楠瀬秀樹です。

さて、毎年恒例のコスモス畑の耕耘・播種作業等を9月に行いました。天候もよく、概ね順調に行え、全体的に綺麗に咲いていました。

その他、東部支部では、食育活動として高須小学校1年生とコスモス播種、玉ねぎ定植、2年生と玉ねぎ収穫作業を行っています。5年生とは米作り体験として、もみまきから稲刈りまでほとんどの米作り作業を体験してもらい、収穫したお米でパットライスを作っています。



▲コスモス播種の様子

また11月には、大阪府へ東部露地野菜部と合同で視察研修に行き、サンアグロの肥料工場へ視察をしました。また、夜は大阪青果市場の担当者と懇親会も開くことができ、意見交換を行いました。

12月の高須支所祭ではパットライス・野菜・みかんの販売を行いました。地域の皆さん、高須・五台山女性部、高須支所職員の皆さんと協力のもと無事開催することができました。ありがとうございました。

新型コロナウイルス・インフルエンザ等の感染症等まだまだ気を付けなければなりません。今年も精力的に活動を行っていきたいと思います。来月号は介良支部です。よろしくお祈りします。



▲サンアグロ前での集合写真



こんにちは、女性部秦支部の支部長高橋英子です。

支部長になって3回目の青空祭りがやってきました。青空祭りに春は赤みそ、9月には白みそをつくります。11月に入ったら、餅つきの段取りや、もち米・あんこの注文のほかにも、寿司用の「玉子、カンピョウ、海苔巻き」などすぐには手に入らないものを早めに注文し、お寿司に使う野菜や調味料、寿司・みそ・餅のパック数などを確認し、注文して買い出しをしたら準備OKです。

餅つきを担当した男性方、生活課の東川さん、女性部の皆さんお疲れさまでした。

青空祭り当日。朝早くから、お寿司の米炊きから始まりました。あつと思つ間に9時〜10時でお祭りが始まり、お客さんがいっぱい！お寿司が売り切れ、お餅も完売しました。バンザイ！

餅つきを担当した男性方、生活課の東川さん、女性部の皆さんお疲れさまでした。

1月末には新年会とお疲れさま会を兼ねた食事をしました。来年も頑張りましょう。

次回は一宮支部さんです。



▲青空祭り当日、多くの来場者が訪れました



▲部員の皆で心をこめて作りました

特殊詐欺被害防止に向けた ATM 利用限度額の変更のお知らせ

お客さま各位

高知市農業協同組合

平素より当組合をご利用いただき、誠にありがとうございます。

当組合では、社会的に深刻な問題となっている特殊詐欺の発生状況を受け、お客さまが安心してキャッシュカードなどをご利用いただけるよう、被害の発生・拡大を防ぐ対策に取り組んでおります。

このたび、ATMにおいてお客さまの貯金が不正に払い出される特殊詐欺の犯罪が増加していることを受けて、2026年4月1日よりキャッシュカードなどによる取引時の1日あたりの利用限度額を以下のとおり引き下げいたします。

お客さまにはご不便をおかけいたしますが、警察庁からの要請も踏まえた対応であり、ご理解賜りたくお願いいたします。

媒体種別	対象取引 *1)	変更前	変更後
IC キャッシュカード	IC 取引	100万円	50万円 *2)
磁気ストライプ キャッシュカード、通帳	磁気取引	50万円	50万円

※ご利用限度額を超えるお引き出しの場合はお近くの J A 窓口までお越しください。

※ご利用限度額の変更をご希望される場合は、お取り引き店舗にお問い合わせください。

※70歳以上かつ3年以上、窓口またはATMでのお取り引きがないお客さまは、引き続きご利用限度額を10万円とさせていただきます。

*1) ATM および窓口（ピンパッド）でのお引き出し、振り込み等が対象となります。

*2) すでに利用限度額を個別に変更されている場合は変更対象外となります。

～ 予 定 表 ～

2月	3月
16日(月)	1日(日)
17日(火)	2日(月)
18日(水)	3日(火)
19日(木)	4日(水)
20日(金) 本所窓口業務終了 共済窓口業務終了(介良・三里・中央・長浜・初月)	5日(木)
21日(土)	6日(金)
22日(日)	7日(土)
23日(月) 天皇誕生日	8日(日)
24日(火)	9日(月)
25日(水) 女性部直販部会総会	10日(火)
26日(木) 確定申告相談会	11日(水)
27日(金) 定例理事会	12日(木)
28日(土)	13日(金)
	14日(土) 令和9年度職員採用試験
	15日(日)



★今月のテーマ…
『「2025年」を一言で』

■「あんぱん」ドフマをほとんど見ましたし、ちよっと意識してあんぱんをおやつにたくさん食べた時期もありました。また、あんぱん関連のイベントでやなせたかしさんが生まれた時からどういうふうに着てきたのかを記載したものがあつたので読ませていただきました。今までアンパンマンを作った方としか、イメージがなかったのが勉強になりました。 O.K

■「旅行」 今年は孫と大阪、福井、福岡といろんなところに行けてとても嬉しい1年でした！来年も行けるように体力つけるぞー！ K.M

■「忙しい！」65歳になり2回目の定年になり、職場で部署が変わったり、家の建て替えて引越して忙しい1年でした(汗) たのび

■「老化」記憶力も体力も無くなっていくことがくせんとしつつも付き合っていくしかないと思ってきました。 S.T

■「家族」娘が結婚して、家族が増えて嬉しい1年でした。 S.R

■「関西万博」高知からは遠いですが4回行って来ました。高知の友人は12回も思い出すだけで楽しさが蘇ってきます！ T.T

今回のテーマ「2025年を一言で」。
趣味や家族など、1年間の振り返りのテーマにしてみました。1年間のまとめは、人生のターニングポイントになるような出来事を教えてくださる方が多く、これからの応援したい気持ちが出てくるようなものばかりでした。

次回のテーマは…『学び』
日常生活の中で、人と話すことで自分とは違う視点に気づくことや、得るもの、思うことなど、お勉強に限らず、何歳になっても学ぶことばかりですね。皆さんの「なるほど、そうだったのか」「ためになるなあ」と「を教えてください。」

■「平凡」良くも悪くも平凡な1年でした。 プールの乙女

■「再出発」もう一度仕事したいと思いき始まりました。健康で元気なうちは頑張りたいですね。 S.K

■「虫」野菜を作っていますが消毒しても手でも今でも大変です。プロックリーがやっとなられました。花の苗をいっぱい買いました。楽しかった。 N.S

■「高い」物価すべてが高い。特に米の値上がりです。でもお米農家の皆様には感謝です。 みやま

■「万々歳!!」(息子が結婚) インディ jr.

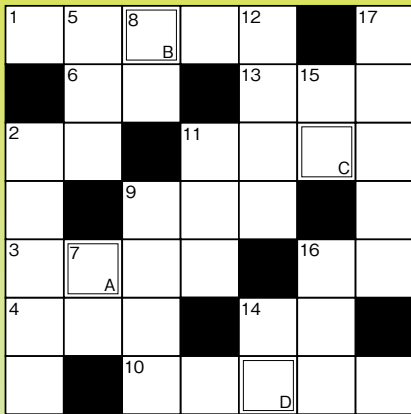
■「釣り三昧」 M.Y

クロスワードパズル

CROSSWORD PUZZLE

パズルを完成させて
プレゼントをGETしよう!!

何でしようか?
AからEを並べてできる言葉は
出題・ニコロ



ヨコのカギ➡

- ① 節分にまるかぶりします
- ② 働き者のイメージがある昆虫
- ③ 羽根つきに使う道具
- ④ 保育園の——に手編みの帽子を出品した
- ⑥ 張り上げたりひそめたり
- ⑨ 強い風に雪が舞います
- ⑩ 作業機をけん引してさまざまな農作業をこなします
- ⑪ 金太郎が担いでいるもの
- ⑮ ドアをコン、コン
- ⑭ 魚へんに付と書く魚
- ⑯ 寒いとこりやすくなる人もいます

タテのカギ↓

- ② 東京にある、昔は電気街、今はポップカルチャーの街
- ⑤ はたきで払うもの
- ⑦ い草などで編んだ敷物
- ⑧ 天井や空がある方向
- ⑨ 長さの単位のひとつ。記号はft
- ⑪ 眠くなると下がってきます
- ⑫ 外湯めぐりで知られる兵庫県北部の温泉地
- ⑭ 鬼は外、——は内
- ⑮ 日本刀の手で握る部分
- ⑯ すべては忘却の——だ
- ⑰ チョコレートケーキの——をスマホで調べた

12月号の答え
A B C D E
「ボタンナベ」



キリトリ

住所 (〒)

氏名

電話番号

年齢

職業

今月号で良かった記事

お便りのテーマ「学び」その他ご意見など

匿名希望の方はペンネームを ()

PRESENT!



正解者の中から抽選で5名の方に
「農協全国商品券(2,000円分)」をプレゼント
いたします。

(とさのさと、ギフトガーデンルピナス)
他で使えます。

※プレゼント当選者の発表は、商品の発送を
もってかえさせていただきます。

FAX・Eメール・ハガキでの応募はこちら

FAX (088) 883-6935

E-mail kouhou@kochishi.ja-kochi.or.jp

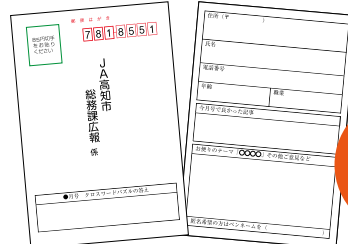
ケータイからも
簡単送信



スマホにも
対応しました

QRコード

ハガキ



締切
2/28
(当日消印有効)

【お客さまの個人情報について】

当組合の広報誌に関して、お客さまから個人情報をいただく場合は、①広報誌への掲載・編集、それらに関する確認 ②投稿者・当選者、入選者、入賞者の発表 ③プレゼントの発送 ④当組合の提供する商品・サービスに関する各種の情報のご提供等のためにのみ利用させていただきます。これらの利用目的以外にお客さまの個人情報を無断で使用することはありません。

高知税務署から確定申告についてのお知らせ

【確定申告書は、e-Tax で便利に作成できます】

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」は、スマホやパソコンから画面の案内に沿って金額等を入力するだけで、申告書や青色申告決算書・収支内訳書の作成 e-Tax による送信ができます。



確定申告書等作成コーナーはこちら！

【確定申告はマイナポータル連携で自動入力】

国税庁ホームページ「確定申告等作成コーナー」で所得税の確定申告をする際に、マイナポータル経由で控除証明書等のデータを一括で取得し、申告書の該当項目へ自動入力することができます。



マイナポータル連携についての詳細はこちら！

【確定申告の作成・提出方法やマイナポータル連携については動画でチェック】

確定申告等作成コーナーを利用した入力方法やマイナポータル連携については、動画でも紹介していますので、詳しくはYouTube「国税庁動画チャンネル」をご覧ください。



動画で説明！YouTube「国税庁動画チャンネル」

【国税の納付はキャッシュレス納付が便利です！】

確定申告に係る納付は、「振替納税」が大変便利です。振替納税をお申込みの場合は、「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」を令和8年3月16日（月）までに提出してください。なお、e-Tax でも提出できます。



キャッシュレス納付の詳細はこちら！

申告と納税は期限内に！

令和7年分の確定申告・納期限

所得税及び復興特別所得税・贈与税 **3月16日(月)**

消費税及び地方消費税(個人事業者) **3月31日(火)**

納税は便利な振替納税をご利用ください【振替日】

所得税及び復興特別所得税 **4月23日(木)**

消費税及び地方消費税(個人事業者) **4月30日(木)**

国税庁HP <https://www.nta.go.jp>

理事会だより 12月22日開催 定例理事会

出席理事 21名/22名

監事監査報告

●第38期事業年度 上期監事監査報告

報告事項

- 令和7年11月末事業進捗状況
- 役職員の業務災害補償に充当するための保険継続加入
- 理事との利益相反取引(融資) 1
- 理事との利益相反取引(融資) 2
- 購買事業のWeb(ウェブ)受発注システム導入中止
- 支所等再編方針「鴨田・朝倉支所統合計画」における候補地

議 事

第1号議案 出資の減口

協議事項

- 実務精通理事・高須地区理事の補欠選任スケジュール
- 広報誌の戸別配付の終了
- 役員等の選出体制の見直し

※慎重な審議の結果、全議案が可決しました。

キリトリ

郵便はがき

85円切手
をお貼り
ください

7 8 1 8 5 5 1

JA高知市
総務課広報係

2月号 クロスワードパズルの答え

RECRUIT

採用情報

JA高知市は令和9年度新採用職員募集中です。
 詳細はJA高知市HP「採用情報」ページをご確認ください。

勤務地 高知市内

諸手当 通勤手当・世帯手当・職位手当
 作業手当・技能手当 など



採用情報はこちら



「第34回嫁石梅まつり」開催！！

高知市土佐山中切嫁石地区の梅園で、「第34回嫁石梅まつり」が開かれます。1ヘクタールの敷地に「白加賀」「鶯宿」などの梅の木が広がり、訪れる人を魅了しています。会場では地元のグループによる「山菜の天ぷらうどん」やお寿司なども販売しており、梅の花を眺めながら食事を楽しむことができます。ぜひお越しください。



開園期間 令和8年2月下旬～3月中旬の間、9日間
 （開花状況に応じて、2月中旬ごろに
 決定いたします）

開園時間 9:00～15:00

維持管理費 1人500円(中学生以下は無料)
駐車場 有り(無料)

お問い合わせ先
 とんとのお店(088-895-2880)

「オーベルジュ土佐山」様から、車で約3km先
 “梅まつり”の案内板に沿ってお進みください。

*開催期間外は、個人の私有地につき、**立入禁止**となります。

*天候・気候により、開花が前後します。ご理解のほどよろしくお願いたします。(嫁石梅まつり実行委員会)

家の光
IE no HIKARI

見どころチェック！

3月号 定価900円(税込み)

特集

疲労回復のカギは休み方にあった
攻めの休養で、活力チャージ!

しっかり寝ているはずなのに疲れが取れない、休んだ感じがしない……

実は休むこと＝寝ることではありません。必要なのは、寝るだけではない「攻めの休養」。効果的に疲れを取って活力をチャージしましょう!

別冊付録

終活にも役立つ!
**お金&デジタル情報
 かんたん整理ノート**

農ライフのすすめ

最小限の手間で草だらけにしない!
ラクラク雑草対策



『家の光』に関するお問い合わせはJA高知市本所生活課 (088-883-3120) まで

第117回

いっしょに はちきん &



旭支所管内

伊藤 沙彩ちゃん(1)

今月の表紙モデルは、旭支所管内の鏡地区で梅80^ア、ユズ20^ア、水稲35^アを栽培する伊藤慎也さん・里紗さんの長女・沙彩ちゃんです。沙彩ちゃんは、好奇心旺盛で元気いっぱいのおてんば娘。水に濡れるのもへっちゃらで、夏に家族と訪れた川遊びでも怖がることなく思いきり楽しんでいました。また、興味の対象が次々と移り変わり、食事中もじっとしてられないという活発さもかわいらしい一面です。

1月8日に1歳の誕生日を迎えた沙彩ちゃん。年始めに梅の圃場で行った表紙撮影では、地面の枝や草に夢中になっていました。年末に靴デビューし、ファーストシューズで歩く練習をしているものの、まだ一歩は踏み出しておらず、両親に立たせてもらってはその場にちょこんと座り込む姿が、とても愛らしく映ります。

自宅では、テレビから流れる音楽に合わせて手をたたいたり体を揺らしたりするのがマイブームとのこと。また、年末には伊藤家総出で金比羅山に出掛け、金比羅本教の教祖・厳魂彦命（いつたまひこのみこと）を祀る奥社（厳魂神社）に参拝しました。抱っこひもを忘れるというハプニングがあったものの、家族で交代しながら沙彩ちゃんを抱っこして1368段の石段を登り切ったそうです。

「沙彩ちゃんと将来一緒にやりたいことを尋ねると、慎也さんと里紗さんは「一緒に居酒屋に行ってお酒を飲みたい」と、大人になった沙彩ちゃんとの未来を思い描き、笑顔を見せてくれました。祖母の百合恵さんは「一緒にユズや梅の手伝いをしてくれたら嬉しいねえ」と穏やかにほほ笑みました。

2025年の「今年の一文字」を慎也さんに尋ねると、迷わず「娘！」と即答。伊藤家の大きな愛に包まれ、沙彩ちゃんがすくすくと成長している様子が伝わってきます。



大地のめぐみ・人の知恵—未来へ

発行 / JA高知市 〒781-8551 高知市高須東町4番8号
TEL088-883-6800 FAX088-883-6935

ホームページ: <http://www.ja-kochishi.or.jp/>
メール: kouhou@kochishi.ja-kochi.or.jp

編集 / 総務部総務課 ・ 発行日 / 2026年2月1日 No.444 ・ 印刷 / 株式会社高知新聞総合印刷



21世紀を前進する高知市農協
のシンボルマークです。
KAはKochi-shi Agricultural
Cooperatives

〈KA〉はForwards'KAを表しています。