

グリーンひろば No.450

JA高知市

2026

8

GREEN HIROBA



特集

第38回 通常総代会



©よい食プロジェクト

通常総代会



組合長挨拶

宮畠組合長は冒頭のあいさつで、令和6年度に長期国債売却損により内部留保を取り崩し無配当となったことで組合員に迷惑をかけたことについて改めて陳謝し、令和7年度は経営の安定と健全化に取り組み、事業利益5,800万円、経常利益1億6,300万円、税引前当期利益2億4,900万円と計画を大きく上回る成果を挙げ、安定経営に向けて確かな一歩を踏み出したと説明しました。しかし、農協法の定めにより、今回の決算状況では出資配当が認められず、7年度も無配当とせざるを得ないことを報告しました。

また、生産資材価格の高騰や米の過剰在庫となる見通しによる価格下落の懸念など農業経営を取り巻く厳しい環境に触れつつ、2026年4月に施行された「食料システム法」により生産者所得の向上が期待されると述べました。さらに、令和8年9月の支所統合に際して、不便をかけるものの、組合員・利用者の皆様の営農と生活の安定に貢献できるよう役職員一同取り組みとし、引き続きの理解と協力を呼びかけました。



第38回 通常総代会 提出議案と報告事項

第1号議案	第38期事業報告・事業報告の附属明細書および剰余金処分案の承認について
報告事項	第38期貸借対照表・損益計算書・注記表・計算書類の附属明細書・独立監査人の監査報告書ならびに監事監査報告書について
報告事項	第38期部門別損益計算書および事業別の明細について
第2号議案	第39期事業計画書（案）の承認について
第3号議案	理事報酬の決定について
第4号議案	監事報酬の決定について
第5号議案	宅地等供給事業実施規程の一部変更について
報告事項	「JAバンク基本方針」の一部変更について
報告事項	「自己改革の取り組み状況」について
その他	
参考資料	子会社の財産等の状況

全5議案が可決承認



▲森田浩明さん（長浜）



▲弘瀬譲さん（旭）

総代500人のうち、457人（議決権行使書による出席者287人を含む）が出席しました。議事では、議長に森田浩明さん（長浜）と、弘瀬譲さん（旭）を選任。第38期の事業実績を報告するとともに、第39期の事業計画などを提案し、全5議案が原案通り可決承認されました。

令和7年度決算報告

損益計算書

令和7年4月1日から令和8年3月31日まで
(単位:千円)

科 目	金 額
1. 事業総利益	2,304,056
信用事業総利益	1,061,158
共済事業総利益	767,739
購買事業総利益	285,973
販売事業総利益	125,501
保管事業総利益	946
利用事業総利益	59,008
宅地等供給事業総利益	22,227
その他事業総利益	3,176
指導事業収支差額	△ 21,674
2. 事業管理費	2,245,299
事業利益	58,757
3. 事業外収益	108,978
4. 事業外費用	4,422
経常利益	163,313
5. 特別利益	101,641
6. 特別損失	15,574
税引前当期利益	249,380
法人税等合計	30,905
当期剰余金	218,475
当期未処分剰余金	218,475

貸借対照表

令和8年3月31日現在
(単位:千円)

科 目	金 額
資 産 の 部	
1. 信用事業資産	154,668,328
2. 共済事業資産	4,745
3. 経済事業資産	1,325,092
4. 雑資産	452,212
5. 固定資産	1,753,700
6. 外部出資	4,832,191
7. 繰延税金資産	55,293
資産の部合計	163,091,565
負 債 の 部	
1. 信用事業負債	155,602,685
2. 共済事業負債	488,787
3. 経済事業負債	735,972
4. 雑負債	270,109
5. 諸引当金	462,640
負債の部合計	157,560,195
純 資 産 の 部	
1. 組合員資本	5,542,328
うち出資金	4,481,342
2. 評価・換算差額等	△10,959
純資産の部合計	5,531,369
負債及び純資産の部合計	163,091,565

令和8年度 損益計画

令和8年4月1日から令和9年3月31日まで
(単位:千円)

科 目	金 額
1. 事業総利益	2,306,300
信用事業総利益	1,119,500
共済事業総利益	739,800
購買事業総利益	260,600
販売事業総利益	133,000
保管事業総利益	900
利用事業総利益	47,000
宅地等供給事業総利益	25,000
その他事業総利益	2,800
指導事業収支差額	△22,300
2. 事業管理費	2,293,700
事業利益	12,600
3. 事業外収益	96,000
4. 事業外費用	4,500
経常利益	104,100
5. 特別利益	25,000
6. 特別損失	25,000
税引前当期利益	104,100
法人税等合計	4,400
当期剰余金	99,700
当期首繰越剰余金	74,000
当期未処分剰余金	173,700

令和7年度 剰余金処分案

(単位:円)

科 目	金 額
1. 当期未処分剰余金	218,475,722
2. 剰余金処分額	144,453,518
(1) 利益準備金	44,000,000
(2) 任意積立金	100,453,518
施設等整備積立金	25,000,000
営農振興積立金	44,000,000
肥料協同購入積立金	1,453,518
経営安定対策積立金	30,000,000
3. 次期繰越剰余金	74,022,204

(注) 出資配当金はありません

決算結果の詳細は、当組合ホームページに「総代会資料」を掲載しておりますので、ご参照ください。

「総代会資料」冊子をご希望の方は各支所窓口でお渡ししますのでお申し付けください。



組合員の皆さまからのご意見・ご質問

Q.1 出資金が任意脱退によって減少しているのは、配当金がないことだけが主な要因なのでしょうか。

A.1 配当金を出せなかったことで出資金が大きく減少していますが、これに加え金利の上昇に伴い、利用者の関心が投資や投機へ向いており、NISAやiDeCo、株式などへ資金が流出したと思われます。また、相続をきっかけに県外へ資産が移ってしまうケースもあります。

Q.2 支所の統合について教えてください。9月以降、まだ新しい施設は、具体的にどのような用途で活用される予定でしょうか。

A.2 令和8年9月11日をもって5支所が閉店しますが、ATMは引き続き設置いたします。介良は大津へ、初月は秦へ、中央は一宮へ、三里は高須へ、長浜は潮江へそれぞれ統合し、9月12日以降は全8店舗体制で営業を行う予定です。

閉店後は、中央は融資担当者を集約したローンセンター、三里、長浜は取次事務所として活用し、初月は賃貸する予定です。介良については検討中です。閉店後も当面の間は全店地区の会議などに使っていただくことができます。

Q.3 理事と運営委員の人数を削減することはできないのでしょうか。

A.3 運営委員の定数については、現在本所の運営委員会で検討を進めているところです。各地区から寄せられたご意見と、それを踏まえた組合側からの提案を基に、改めて各地区の運営委員会でご検討いただき、9月の本所運営委員会で協議する予定です。あわせて、運営委員の報酬についても見直しを協議しています。

理事の定数につきましては、総代会での定款変更が必要となるため、来年の総代会へ諮った上で、10年度の役員改選時にどのように対応するかという流れになります。ただ、地区によって事情が異なり難しい面もありますので、最適な形を十分に協議した上で変更していく必要があると考えています。

Q.4 今後、県JAとの合併についてはどのようにお考えでしょうか。

A.4 現段階では合併を検討しているわけではありません。まずは、いかにして経営を立て直していくかが最優先事項です。あらゆる手を尽くしてもなお打開策が見つからない場合は、合併も検討対象となります。その際には対等な立場で合併できる状況を整えておくことが必要であると考えております。

Q.5 損益計算書における当期繰越損失金42億円について、なぜ計上されていないのですか。また、どのような処理を行ったのか教えてください。

A.5 令和6年度に発生した42億円の損失は、令和7年6月の総代会で承認された損失処理案に基づき、過去の利益から積み立ててきた「積立金」を充てることで、全額を精算いたしました。この結果、損失は解消され、令和7年度へ持ち越すことはなくなりました。そのため、損益計算書には損失の項目は表示されておりません。なお、処理の詳細は総代会資料48頁の「組合員資本の明細」に記載しており、貸借対照表にもその結果が反映されております。本件は、会計基準に則り適切に処理いたしました。

Q.6 支所統合により口座番号が変更されたことを理由に、振り込まれてきた資金が受け取れなかった場合はどうなりますか。

A.6 振込が不能となった場合は、仕向店へ資金が返却され、依頼人へ連絡が入る仕組みとなっています。口座番号が重複しているケースについては、当組合で状況を把握しておりますので、受取人に対してこちらから連絡を差し上げます。その際、振込ができなかった旨をお伝えするとともに、依頼人の方へ正しい口座番号を伝えていただくようお願いする対応をとらせていただきます。

Q.7 有価証券の運用および管理体制について教えてください。

A.7 有価証券については、令和6年度末の25億円から、令和7年度末には91億円まで運用額を増やしました。利益を確保するためには、資金の貸し出し、預け入れ、または有価証券の運用のいずれかを選択する必要がありますが、株式運用は行えないため、国債をはじめとした安全性の高い資産で運用しています。

以前は「その他有価証券」として超長期国債を購入していましたが、今回は14年以内のラダー型（満期分散型）かつ「満期保有目的」の債券を購入し、リスクの軽減を図っています。また、ALM委員会を開催して十分な検討を重ねた上で購入を進めており、令和7年4月および5月には利益確保を目的として満期保有目的の債券を取得しました。この委員会には信連にも参加してもらい、今後の情勢を見据えた上で慎重に検討を行っています。

Q.8 ライスセンターの集約計画について、現状の利用状況や利用料金の見直し、また農協として今後どのように考えているのか教えてください。農協の利用者としては、ライスセンターがなくなると非常に困ります。

A.8 3つのライスセンターは赤字の状態が続いており、利用料については毎年見直しを行っています。また、施設全体の老朽化が進んでおり、毎年多額の修繕費用が発生しているのも事実です。

今後の存続については、ライスセンター説明会で現状をご報告し、利用者の皆様のご意見を伺っています。

Q.9 私はこれまでJAの営農指導員の方々から技術を学び、現在も果物を生産して「真心ふぁーむらぶ」で販売を行っております。指導の内容が非常に良かったので、引き続き生産者にしっかりと寄り添った指導ができるよう、指導員の育成に力を入れていただきたいです。

A.9 若手の営農指導員が増えており、まだ知識が不十分な面もございますが、営農アドバイザーからの指導や協力を仰ぎながら、組合全体として取り組んでまいります。

Q.10 正組合員がどんどん減っていますが、正組合員が増えるような対策を考えていますか。

A.10 まずは農家の所得を向上させ、農業を志す後継者を育成することが何よりも必要であると考えております。現在、品目ごとの営農アドバイザーを配置し、行政とも連携しながら販売先の拡大や売上向上に注力しております。あわせて、営農指導員の育成にも力を入れ、安定的な資材の供給など、農協として次世代の後継者育成に直結する取り組みをしています。



農薬散布用ドローン寄贈式

エアーサービス高知が活用

全国共済農業協同組合連合会高知県本部（ＪＡ共済連）は、「ＪＡ共済の地域貢献活動」の一環として水稻防除を行う受託組合「エアーサービス高知」で使用する農薬散布用ドローンをＪＡ高知市へ寄贈しました。寄贈された機体は、XAG社製の農薬散布ドローン「V40」。2枚羽で航行し、専用スマートフォンアプリに圃場データを登録することで、離陸から散布、着陸までの一連の作業を自動で行うことができます。

7月6日に開かれた寄贈式で、エアーサービス高知の横田代表は、「当組合が保有する3台と同型の機体を寄贈いただいた。既に取得している免許のまま運用でき、部品の互換性もあるため管理しやすい。令和7年度は約700haの水田を防除しており、今年度はさらに増加する見込み。4台体制となり、万全を期して安心して取り組むことができます」と感謝を話しました。

同組合はＪＡ高知市からの委託を受けて水稻防除を行う受託組合で、2023年まで無人ヘリコプターによる防除を行っていましたが、近隣住民からの騒音に関する苦情や機体の老朽化に伴う機体転換の必



▲寄贈式の後、デモ飛行した農薬散布ドローン「V40」
要性からドローンへの移行を決め、2024年から本格運用を開始しています。

ＪＡ共済の地域貢献活動は、地域の農業振興をはじめとした豊かで安心して暮らせる地域社会の実現を目指し、小・中学生による書道・交通安全ポスターコンクールの開催や介護・医療機器の寄贈など、幅広く地域支援に取り組んでいます。



JA高知市

公式SNS
(Facebook・Instagram)

Facebook



Instagram



紫蘇シロップ完成 「おまたせしました」

チームかがみ 搾汁機導入で効率よく



▲導入した搾汁機を使ってエキスを搾る部員

6月8日、ＪＡ高知市女性部鏡支部のメンバーで構成される「チームかがみ」が、今年も紫蘇シロップ作りを行いました。高知市鏡産の紫蘇をちぎり、しっかり沸騰させた湯に入れて煮出します。湯が沸騰していないと色がくすんでしまうため、温度管理が大切なポイントです。煮出した後の葉からエキスを搾る作業では、今年から導入した搾汁機が活躍しています。手作業で搾っていた頃と比べて一度で大量に搾汁できるため効率が上がり、2人1組で力を合わせながら「最後の一搾りまで」とハンドルを回します。

抽出したエキスを再び火にかけ、砂糖とクエン酸を加えてアクを取り除くと、シロップが完成！鮮やかな赤紫色で、口当たりはさっぱりとして後味も軽く、暑い夏にぴったりの爽やかな味わいです。

加工部長の今井愛佳さんは、「炭酸で割っても氷水で割ってもおいしいし、ヨーグルトにかけてもよく合う。売り切れてから待ち続けてくださったお客様もいて、『お待たせしました、今年もできました』という気持ち。すべて手作りなので大量生産はできませんが、これからも続けていきたい」と語りました。

販売されるシロップは原液タイプで、300ml入り。お好みの濃さに薄めて楽しめます。鏡むらの店（万々店・RIO店）、とさのさと、ＪＡ高知市本所敷地内の直販所「真心ふぁーむ らぶ」、土佐せれくとしよっぶ てんこす で販売しています。

小さな農家さん誕生？ 園児が田植えに挑戦

田植え後の肥料まきも体験

6月15日、高須幼稚園の園児が、高知市農協青壮年部東部支部協力のもと、田植えに挑戦しました。

園児たちは苗の入ったバケツを手に持ち、水路から身を乗り出して遠くまで植えようと手を伸ばしました。また、苗がなくなると「おかわり！」と元気に部員から苗の追加を受け取りました。田植えの後



▲精いっぱい手を伸ばして苗を植える園児

には、「おおきなあれ！」と声を揃えておまじないをかけながら、肥料を田んぼにまきました。園児の保護者も見学を訪れ、子どもたちが泥に触れながら一生懸命作業する様子を温かく見守りました。作業を終えた園児たちは、田植え機に一人ずつ乗って記念撮影も行い、思い出に残る一日となりました。



▲肥料を田んぼにまく園児「大きくなあれ！」

高知 FD も応援！

投手のパス（苗）を見事キャッチ

6月12日、介良小学校5年生が介良沖の丸環境保全の会と高知市農協青壮年部介良支部協力のもと田植えに挑戦しました。高知ファイティングドッグスの渡邊都斗投手、秋本璃空投手が応援に駆け付け、児童とともに汗を流しました。品種は「にじのきらめき」。大きめの粒で、コシヒカリに近い甘みとすっきりした味わいが特徴です。

持っている苗がなくなった児童が投手らに声を掛けると、投手は苗を優しく投げ、児童は見事ナイスキャッチ。児童も投手も笑顔を見せました。

9月中旬に行う稲刈りにも高知ファイティングドッグスの選手が応援にくる予定です。



▲投手からのパスをナイスキャッチしました！

地域とともに梅干しづくり

白梅に香りと色付け作業

鏡中学校は、J A高知市女性部鏡支部協力のもと、梅干しづくりに取り組んでいます。この取り組みは2年目で、6月17日に紫蘇をもんで梅と合わせて漬け込む作業を行いました。

紫蘇をもむ作業は、枝からちぎった紫蘇に塩を振ってもみ、アクを捨て、再びもむことで、ようやく紫蘇エキスが完成する力仕事です。梅を漬けて出てきた液と紫蘇エキスを合わせると、黒っぽい赤色から鮮やかな赤色に一気に変化し、生徒らは思わず「わっ！」と声を上げました。最後に、6月8日に塩もみをした白梅と優しく混ぜ合わせて漬け込みました。

鎌倉さんは「この梅はすごくきれいに漬かるといいます。私たちが普段作る梅干しよりも良いものができるかも」と生徒らに声をかけ、期待が高まりました。梅は9月下旬ごろに干す作業を行い、その後パック詰めをする予定です。

鏡中学校では、この梅干しづくりを「総合的な学習の時間」の一環として位置付け、地域と連携しながら学びを深めています。



▲力いっぱい紫蘇をもむ生徒

自動車共済損害調査で表彰 全国で高評価を獲得

事故受付満足度 全国100位以内

J A高知市は、全国共済農業協同組合連合会からJ A自動車共済の損害調査サービスにおける功績を称えられ、7月6日に感謝状を授与されました。

この表彰は、自動車共済の契約者に対し、迅速かつ丁寧な損害調査サービスを提供することで顧客満足度の向上に大きく貢献したJ Aを対象に実施されるものです。全国のJ Aを対象とした「J A自動車共済利用者満足度調査」において、2025年4月から2026年3月までの1年間で、事故受付時のJ A対応において特に高い評価を得た組合が選定されました。

表彰の基準として、事故受付満足度が95%以上であることや、一定数以上のアンケート回答が得られていることなど、厳しい条件が設けられています。今回の授与は、J A高知市が日常業務において、契約者の立場に立った誠実な事故対応を継続し、高いサービス水準を維持してきた努力が評価された結果と言えます。



▲感謝状を受け取った役員ら

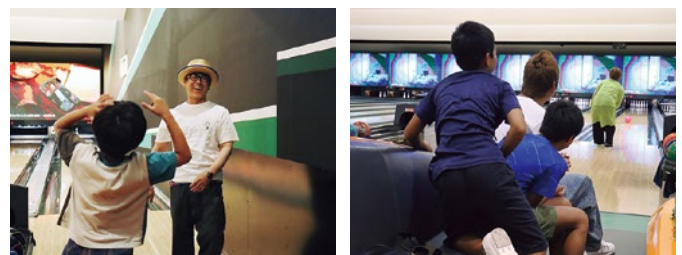
宮畠組合長は「今後も組合員や地域の利用者が安心して共済を利用できるよう、損害調査サービスのさらなる品質向上と、迅速で丁寧な対応を通じた満足度の維持に努めていきます」と語りました。

青壮年部 ボウリング大会を開催！

朝倉支部

普段あまりボウリングをしない職員や、親子で参加する部員も交流を深めました。

中でも2ゲーム目の10フレームで、野村佳亮さんが見事ターキーを達成し、この日の“ヒーロー”となりました！



本部

特に盛り上がっていたのは旭支部と長浜支部！

個人優勝は神崎将さん、準優勝は山本晴一さん、チーム優勝は長浜支部、準優勝は一宮支部でした！



JA高知市

公式SNS
(Facebook・Instagram)

Facebook



Instagram



焼き肉のタレづくり

2か月寝かせてさらに味わい深く

6月30日、J A高知市女性部初月支部が毎年恒例となっている焼き肉のタレづくりを行いました。完成品のほとんどは事前予約で完売するほど人気で、“知る人ぞ知る逸品”として親しまれています。材料に同支部手作りのみそを使い、リングは昨年よりも皮を控えめにし、よりまろやかな口当たりになるよう工夫。材料を刻んでミキサーにかけた後は、部員が交代しながら焦げ付かないように1時間以上混ぜ続け、じっくりと煮込みました。部員は「そのまますぐ食べてもおいしいですが、さらに2か月ほど寝かせることで風味がまろやかになります」と話しました。



豪華なブレックファースト

『家の光』記事活用



7月7日、J A高知市女性部潮江支部は、『家の光』に掲載された「アスパラの肉巻き」と「キュウリとナスの梅酢漬け」づくりに取り組みました。このほかにも、トウモロコシの炊き込みご飯、コーヒーゼリー、そうめん、スイカやメロンなど多彩なメニューが並び、食卓は一気に華やかに。11人の部員が役割を分担し、調理が進むそばから片付けも同時に行うことで、調理場は常に整った状態をキープ。テキパキと手際よく作業を進めたおかげで、見た目も味も量も大満足の豪華なブレックファーストが完成しました。

七夕に向けて 支所入り口に設置

部員や職員の願いを込めて

7月3日、J A高知市女性部秦支部が毎年恒例の七夕飾りを秦支所の入り口に飾りました。折り紙で作った手作りの飾りなどを笹に結び、短冊には部員や職員が「健康第一」「家族仲良く」など思いの願いを書きました。「高いところにもっと付けよう」という声も上がり、椅子に乗って高い位置へ飾りを付ける姿も見られました。また、笹2本を向かい合わせるように



立て、その間に縄を渡し、夏に収穫するトマト・ナス・きゅうりなどの野菜や、タイモの葉で包んだ水を吊るして、季節の恵みへの感謝と無病息災の願いを込めました。この七夕飾りは、7月8日まで飾られました。

手芸で迷子続出？ ポットマット作り

『家の光』記事活用

7月7日、J A高知市女性部中央支部は『家の光』4月号で紹介された「ポットマット作り」に挑戦しました。誌面では材料としてリネンコードが紹介されていましたが、今回は田内由美さんが太めで色鮮やかなカラフル紐を準備。部員らは思い思いの色を選び、制作をスタートしました。作り始めると、紐の向きがねじれたり絡まったりして「編む順番が分からなくなった」と迷子になる人が続出。紐を全てほどき、最初からやり直す部員もいましたが、要領をつかむと作業は一気にスムーズに。はじめの工程で苦戦した部員は「脳トレになった!」と笑顔で話しました。





青壮年部 長浜支部 神崎将

こんにちは、長浜支部の神崎将です。本年度も始まって早数か月が過ぎ、部会活動も計画通り進んでおります。

さて、長浜支部では5月に若宮八幡宮の鎮守の森公園で開催されました恒例の地元イベント「長宗我部祭り」へ出店し、「ながはま焼きそば」の販売を行いました。そして少し時期をさかのぼりますが、2月には同会場で開催された「こじゃんと！ゆり海道2026」で、ユリを栽培している盟友が集まり、切り花販売も行いました。両イベントとも多くの来客者に来ていただいて、盛況の中、長浜産生産物である、ユリ・新ショウガ・ピーマンのPRを行うことができました。

また私事になりますが、以前、土佐花き園芸市場で開催されました、「花いけバトル」の練習会に講師として参加しました。ユリ生産者として栽培の楽しさ、良品質の作物を作る難しさ、また長浜産ユリの旬（花のボリユームなど）の時期などについてお話しさせていただき、



▲こじゃんと！ゆり海道でのユリ販売

若い世代にも花の魅力を伝えることができたのではないかと感じています。今後もこのような機会がありましたら、ぜひ参加していきたいと思っています。

依然不安定な農業情勢が続いており、これから暑い時季となつてきますが、皆さま体調に気を付けて頑張っていきましょう。次回は潮江支部です。よろしくお祈ります。



▲八重咲きの品種「フロアライト」

主催：JA高知市女性部・青壮年部
後援：家の光協会

2026 ちゃぐりんフェスタ

参加費
300円/1人
当日受付にて
頂戴します

8月22日(土)
9:30~12:30
受付9:00~

親子15組
小学生対象
JA高知市管内在住、
又は勤務の方

【持参品】
筆記用具・はさみ・定規
【申込締切】
令和8年8月12日(水)
※定員になり次第〆切
【問合せ】
JA高知市 生活課
☎(088)883-3120
9:00~17:00
(土日祝日除く)

場所
JA高知市本所
2階会議室
高知市高須東町4-8



工作タイムは米袋でつくるエコバッグとかわいい野菜と果物のクリップ
そのあとは、お楽しみタイム♪ 新米わかるかな？クイズや
ヨーヨー釣りに輪投げなど景品をGET！参加者には新米2合プレゼント♪(1家族1袋)

家族で楽しむおいしい一皿

常備菜にも使える夏野菜活用レシピ



ナスの揚げ浸しそうめん

材料(2人分)

ナス …………… 2本(160g)
油 …………… 適量
だし汁(かつおだし) …………… 200ml
しょうゆ …… 大さじ2
みりん …… 大さじ2
砂糖 …… 大さじ1/2

とろとろでジューシーな揚げナスは夏のごちそう

作り方

- ① ナスはへたを取り、半分の長さに切ってから縦4等分にする。皮には斜めに隠し包丁を入れる
- ② フライパンや揚げ鍋に油を深さ3cmほど入れて170度に熱し、①のナスを入れてひっくり返しながら両面にほんのり焼き色が付くまで3、4分揚げる。揚げ上がったらずよく油を切っておく。
- ③ Aを鍋に入れて火にかけ、②のナスを入れてひと煮立ちしたら火を止め、冷ます。
- ④ そうめんを袋の表示時間通りにゆでて冷水(材料外)で締める。よく水気を切って、一人分ずつ器に盛りつける。
- ⑤ ④に③をかける。上から好みの薬味をのせて出来上がり。

ポイント

ナスに隠し包丁を入れると皮の食感が良くなり、味が染みておいしくなります。Aの代わりに、かけつゆの濃度に希釈しためんつゆ(250ml)を活用するとお手軽です。

アレンジ

- ナスの揚げ浸し(作り方①～③)を多めに作って常備菜に
- カボチャやシシトウ、オクラなど好みの野菜を加える
- ラー油や梅干しを加える

家の光

HE no HIKARI

見どころチェック!
9月号 定価900円(税込み)

特集

これからの夫婦のかたち
つかず離れず、ちょうどよく

2026年4月号の読者アンケートによると、配偶者がいる読者のうち、夫婦関係が「うまくいっている」「まあまあ」と答えた人が9割を超えました。一方で、離婚する夫婦のうち、「熟年離婚」する割合が23.5%と、年々増えているのも事実です。そうした結末を迎えないために、夫婦二人が適切だと感じる「距離」を見つけるための方策を、さまざまな角度から紹介します。



別冊付録

畑の「困った」を解決!
家庭菜園お助けBOOK

農ライフのすすめ

潤して不調を遠ざける
ナシで食養生



『家の光』に関するお問い合わせは

J A 高知市本所生活課 (088-883-3120) まで

暑さで
食欲がない
日にもおすすめ

ミニトマトとタコと

大葉のマリネ

作り方

- ① ミニトマトは半分に、タコは一口大にカットする。大葉は適当な大きさにちぎる。
- ② 全ての材料をあえて皿に盛り付け出来上がり。

材料(2人分)

ミニトマト …………… 100g
タコ(ゆでたもの) …… 100g
大葉 …………… 5枚
オリーブ油 …… 大さじ1
しょうゆ …… 小さじ1
砂糖 …………… 小さじ1/2
レモン汁 …… 小さじ1
塩・こしょう …… 少々

アレンジ

- 乱切りにしたキュウリに塩少々をまぶして加える
- 大葉をバジルに替え、モッツアレラチーズを加えてイタリア風に
- 冷製パスタにあえる

～ 予 定 表 ～

8月	9月
16日(日)	1日(火)
17日(月)	2日(水)
18日(火)	3日(木)
19日(水) 3 daysお仕事体験(21日まで)	4日(金)
20日(木)	5日(土) 共同購入見本市(AM:旭支所、PM:本所)
21日(金)	6日(日)
22日(土) ちゃぐりんフェスタ	7日(月) 3 daysお仕事体験(9日まで)
23日(日)	8日(火)
24日(月)	9日(水) 本所運営委員会
25日(火)	10日(木)
26日(水)	11日(金) 介良・初月・中央・三里・長浜支所最終日(11:30終了)
27日(木)	12日(土)
28日(金) 定例理事会	13日(日)
29日(土)	14日(月)
30日(日)	15日(火)
31日(月)	



★今月のテーマ…

『水遊び』

■小さい頃、川で遊んだ水切り。最近やりましたが、下手になってました。
たっちゃん

■昔は介良川がきれいによく泳ぎました。懐かしい。
けらいちこ

■幼い頃の数十年前は、家の横を流れている谷川で遊んでいました。量2枚分くらいの平らな岩の上で4〜5人で遊んでいました。我が子の時はよくホースで水を飛ばしてました。孫になると空気をいれたプールで水遊び。時代の変化ですね。
ヒメシヤラ・小町

■孫とちんまいプールで楽しんでいました。
しばてん

■小学校の時、学校から帰るとすぐにビニールプールに飛び込んで兄弟とよく遊んでいました。
エナ

■孫と犬が庭で水遊びする姿を見るのが楽しかったです。
マッチン

■友人が持っていた滑り台付きビニールプール。子どもたちは休みのたびに遊ばせてもらってました。見るだけの私たちも、大人用が欲しいと思っていました。
ファミ吉

■ジジが庭に散水している時水輪を作ってくれるので孫と一緒にその水のトンネルをキャーキャー言いながらくぐるのが超楽しくて大好きでした。孫はすっかり大きくなりましたが、バアバは今で

もキャーキャー言いながらくぐって楽しんでます。
朝倉のあば

■学校には、3×10メートルのプールが一つあるだけでした。夏休みの最初は、地域の小学生で土のうを15袋くらい作って川をせき止め、川にプールを作り遊びました。腹が川底に付いて、うまく泳げなかったですが、水を掛け合ったり、手の水鉄砲で遊んだりして楽しかったです。
こだぬき

■幼少の頃は、保育園小中高には、プールがなく、近所の川へ両親と一緒に泳ぎに行って初めて「犬力キ」を覚えてもらい、得意になり家族で犬力キの競争をしたことを懐かしく子どもに話して教えます。
Y・Y

■竹で水鉄砲を作り遊んだことを思い出します。
プールの乙女

■今から50年余り前の私が小学生の頃は近くの川で水遊びをしました。まっ黒になるまで泳いでいた記憶があります。懐かしい思い出です。
ピーターラビット

川や海、プール、お庭など、いろんな場所でも夏を楽しむ水遊び。この特有の楽しさは何物にも代えがたいなあと思います。遊んだ後の疲れも心地が良いですね。危険も伴いますので、十分に気を付けながら、全力で今年も水遊びを楽しみましょう。
次回のテーマは…

『さっぱり!』

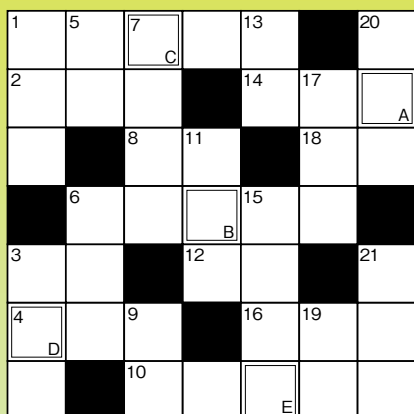
灼熱の夏が始まっていますね。暑い時期はさっぱりとしたものが飲みたくなりますね。私は、鏡支部さんの「紫蘇シロップ」を炭酸で割って飲んでいました。レモン味や梅味の飲み物も大好きになる夏です。みなさんのさっぱり!はどんなことがありますか?ぜひ教えてください。

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!!

何でしょうか?
AからEを並べてできる言葉は
出題・ニホン



ヨコのカギ➡

- 令和8年は8月7日。暦の上ではもう秋です
- 髪に結わえるもの
- ダンスや机などのこと
- ギターは電気信号で音を奏でます
- 8月15日は——記念日。平和を祈念します
- 初対面の人に——紹介をした切り方
- 多くは殻を持つ生き物。実はウミウシもこの仲間
- 炒った大豆をひいたもの
- 分度器で測ります
- 納豆が引くもの

タテのカギ↓

- 飛行機が飛び立つこと
- 田んぼでゲロゲロ鳴きます
- 土地の広さをあらわす単位のひとつ
- シャワシャワと蟬——が降り注ぐ
- パールともいいます
- ヒヨコのための栄養が豊富な部分
- 小銭入れに入れます
- ブイもこの仲間
- 北海道と青森を結ぶ——トンネル
- 野球の出場メンバーのこと
- 金づちで打ち込みます
- 嘘から出た——
- 盆——、阿波——

6月号の答え

A B C D E
「シンジャガ」



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「さっぱり!」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



(088) 883-6935



kouhou@kochishi.ja-kochi.or.jp



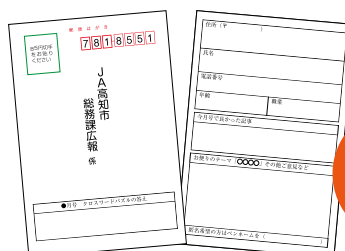
応募フォームから

<http://www.ja-kochishi.or.jp/magazine.html>

「クロスワードパズル応募はこちらから」 ボタンから



ハガキ



締切
8/31
(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。



こく しょう こく さん

国消国産で いいこといっぱい!

農業や国産農畜産物の魅力を伝える
特設サイトを公開中!




国消国産
こくしょうこくさん

JAグループ

美味ちゃん × HELLO KITTY © みんなのよい食プロジェクト © 2026 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. L663809

理事会だより

6月3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 決算監事監査報告書

報告事項

- J A 高知市集出荷場版G A P の実施状況

議 事

- 第1号議案 中央会・行政庁提出用「業務報告書」および「連結業務報告書」の承認
- 第2号議案 令和7年度決算および剰余金処分案
- 第3号議案 常勤理事の他の団体役員への就任の承諾
- 第4号議案 夏季賞与の支給
- 第6号議案 第38回通常総代会への提出議案(5月理事会承認事項を除く)

※慎重な審議の結果、全議案が可決しました。なお、第5号議案は取り下げとなりました。

キリトリ

郵便はがき

85円切手
をお貼り
ください

781-8551

J A 高知市
総務課広報係

8月号 クロスワードパズルの答え

JAバンク高知をご利用の方も、
初めての方もお気軽に。

夏が
てんこ盛り♪

JAバンク高知

夏の
貯めどき
キャンペーン

—対象資金—
定期貯金

窓口限定 ●1年もの
●3年もの

お預入れ額
新規資金10万円以上

※新規資金とは「当日ご持参いただいた現金」または
「他金融機関からの振込等による資金」などです。

キャンペーン金利
1年もの

キャンペーン金利
3年もの

年0.90% 年1.30%

※税引後0.717% 2026年6月22日現在

※税引後1.035% 2026年6月22日現在

【お預入れ条件】
新規資金でのお預入れの場合のみとし、
貯金からの預替えおよび定期貯金・定期積金の満期金の再預入れは、
当キャンペーン金利の対象外とさせていただきます。

【上乗せ条件】
右記の条件のいずれかに
該当される方
※上乗せ条件は下記を
ご覧ください

①当JAの組合員の方、または組合員にご加入いただける方（その同居家族を含む）
②当JAへの公的年金のお受け取りをご指定いただいている方、または新たにご指定された方
③JAカード（クレジットカード）をお持ちの方、または新たにJAカードをお申込みいただいた方
※ご本人様名義、および家族カードも含み、カードのご提示で確認させていただきます。※上乗せ条件に該当しない方は、キャンペーン金利が6.05%引きさせていただきます。

※「個人」に限定させていただきます。※このキャンペーンの対象となる定期貯金は原則として中途解約できません。なお、中途解約する場合は、預入期間に応じた所定の利率が適用されます。※新規資金でのお預入れの場合のみとし、貯金からの預替えおよび定期貯金・定期積金の満期金再預入れは、キャンペーンの対象外とさせていただきます。※窓口でのお預入れ額として、ATM・ネットバンキングでのお預入れは対象外。※金利の適用は、切戻満期日までとなり、自動継続後は、満期日における改定表示金利が適用されます。※2027年12月31日までの間にお受取りになる利息には「復興特別所得税」が課税され、20.315%（国税15.315%・地方税5%）の税率となります。※マル優法は、貸付税となります。※定期貯金は貯金保険の対象です。当JAにお預入れの貯金について、1貯金あたり元本合計1,000万円までその利息が保護されます。※諸情勢の変化により、金利を調整させていただく場合があります。※詳しくは、JAの貯金窓口までお問い合わせください。店舗にて商品販賣促進費をご用立てしております。



第123回

いじつぞう
&
はちぎん

三里支所管内

山崎

紗衣ちゃん (14)

笑嘉ちゃん (9)

春守くん (6)



今月の表紙モデルは、三里地区で新生姜とグロリオサを栽培する西森義介さん・千恵さん夫婦のお孫さん、山崎紗衣ちゃん、笑嘉ちゃん、春守くんの3人です。山崎家と西森家は近所に住んでおり、毎週のように祖父母宅に遊びに行ったり、夕飯を一緒に食べたりするなど、とても仲の良い関係を築いています。撮影でも、子どもたちを見守るお母さんの和枝さんと千恵さんの笑顔が印象的でした。

長女の紗衣ちゃんは面倒見が良く、妹や弟をそっとフォローする優しいお姉ちゃん。グロリオサの球根掘りをするなど、農作業も手伝う頼もしい存在です。和枝さんは「妹弟の面倒もよく見てくれて、頼りにしています」と笑顔で話しました。また、部長を務める中学校の美術部では、毎年12月に巨大な絵馬を制作し、仁井田神社に奉納しています。2026年は、千恵である午を描き、高さ1・4m、幅2mの大作を完成させました。テレビ取材にも「この午のように前向きに努力する姿勢を感じてほしい」と応えていました。

次女の笑嘉ちゃんは水泳や学習塾など複数の習い事をこなしながら、さらにダンスや陸上も習いたいという、とてもエネルギーが豊富な女の子。現在は5月から始めたばかりのローラースケートに「ドハマリ中」で、お友達とも頻りに遊んでいるそうです。撮影中には、緩やかな坂でゆっくりと下がっていく、紗衣ちゃんや千恵さんに抱きとめられて笑顔がこぼれていました。長男の春守くんは甘え上手な末っ子で、保育園の夏祭りでは大太鼓の担当に抜擢されるなど、大活躍しています。クラスで1・2位を争うほど背が高く、これからの成長が楽しみです。姉2人が水泳を習っていたこともあり、春守くんも習う予定ですが、今はまだ水の中で目を開けることが怖くて苦戦中だそうです。

毎年夏に、東洋町の白浜海水浴場へ出かけるのが恒例となっている山崎家。今年の夏休みも海へ行く計画を立てており、心待ちにしているそうです。



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

《KAF》はForwards'KAを表しています。

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8月1日 No.450 ・ 印刷／株式会社高知新聞総合印刷