



水郷つくば 12

2025 December

Vol.83



日本一の金魚

農林水産大臣賞受賞



10月26日、愛知県弥富市にて開催された「第31回金魚日本一大会」で新治梨部会の萩原隆史さんが出品した金魚「東錦」が親魚の部で金魚日本一大賞（農林水産大臣賞）を受賞しました。



本大会では、26品種728点の金魚が出品され、親魚・当歳魚（今年生まれた金魚）の部に分かれ審査し、品種別の優勝、さらに品種別優勝の金魚26匹の中から日本一が決定しました。萩原さんの金魚は、審査基準である形・大きさ・色具合・泳ぎ方すべてにおいて申し分なく、見事日本一の称号を手に入れました。

萩原さんは「昨年は、同じ金魚で品種別2位に終わり悔しい思いをしました。この金魚で再挑戦し、日本一になったことはより一層うれしさが増します」と話しました。

宮城県仙台市にて
トップセールス

11月14日、宮城県仙台市でれんこんのトップセールスをおこない、宮嶋謙かずみがうら市長をはじめ市職員、全農いばらぎ、霞ヶ浦連根部会長、JA役職員らが参加しました。

宮城県で有名な生放送番組、東北放送の「ひるまでウオッチン」及び「OH! バンデス」に出演し、「れんこんの日」について宣伝PRをおこないました。

また、健康栄養学科がある仙台百合女子大学を訪問し、食育について今後も連携を図っていくとの考えを伝えました。

池田正組合長は「今年も徹底した管理のもと、品質良好なれんこんが収穫されており、皆さんに日本のれんこんを是非召し上がっていただきたい」と述べました。



北海道でトップセールス

沼田和利牛久市長と池田正組合長は10月下旬、北海道中標津町の超大型スーパー「東武サウスヒルズ」を訪れ、JA水郷つくば管内の農産物のトップセールスを行いました。

旬の牛久河童大根のPR、出荷最盛期を迎えるレンコンやマッシュルーム、ミツバの販路拡大について、スーパーの役員やバイヤーの方々と意見交換しました。

スーパー側から、当JAの農産物にご理解と好評価をいただき、12月上旬に消費宣伝とあわせて店内キッチンスペースを使った食育の企画「親子のれんこん料理教室（仮）」の開催が決定いたしました。

今後も積極的に北海道の販路拡大に取り組んでまいります。



かすみがうら市へ 蓮根を贈呈

11月10日、かすみがうら市役所にて学校給食用蓮根贈呈式がおこなわれ、宮嶋市長をはじめ、市役所職員、JA役職員が参加しました。
当日はれんこん約500キログラムを贈呈し、11月から12月にかけて、市内小中学校7校の給食で子供たちに振る舞われます。

池田正組合長は「当組合は、JA共済くらしの活動を中心に、地域に密着した貢献活動を行っている。今年も地元の小・中学校の子供たちに学校給食を通してかすみがうら市産蓮根を食し、旬の味覚を感じていただきたい。そして将来、地元の特産物愛を立派な社会人になっていただきたい」と述べました。



アトレ浦和店にて「JA水郷つくばフェア」開催

11月8日、埼玉県さいたま市浦和区にあるアトレ浦和にて「れんこんの日」に向けた管内特産物（れんこん・マッシュルーム・米）のPR活動をおこない、生産者をはじめJA職員らが参加しました。

食育の一環として、「れんこん教室」を開催し、れんこんがどのように育ち、収穫され、私たちの食卓に並ぶのか、都会に住む多くの親子連れにわかりやすく説明しました。また、ご来店されたお客様へ産地直送のれんこんやマッシュルームと新米パックごはんをプレゼントし大変好評をいただきました。

れんこん課小神野照章課長は、「ご来店されたお客様に好評いただき大変うれしく思います。授業に参加いただいた子供たちのうれしそうな笑顔も見られて本当によかったです。今後もこのようなイベントを継続していきたいです」と話しました。



イオンモールにて 朝採れレンコン即売会を 開催

11月15日、イオンモール与野店（埼玉県）にて朝採れレンコンの販売イベントを開催しました。

3年目の取り組みとなる今回は、阿見蓮根部会が朝5時から約300キログラムのレンコンを掘り、店舗搬入し、即売会をおこないました。ご来店されたお客様に大変好評で、夕方にはほぼ完売しました。

阿見営農経済課 遠藤史大係長は、「生産者が一生懸命育てたれんこんを手にとってもらい購入していただいた姿を見て非常にうれしくなりました。調理方法などについても多くご質問をいただき、これからも消費者の皆さんが満足するれんこんを出荷していきます」と話しました。



秋の収穫祭を開催

今年も各直売所で「秋の収穫祭」を開催しました。れんこんや大根などの旬な野菜の試食・販売、野菜・果物の詰め放題、れんこんの天ぷら・さんぴらや大学いもの手作り惣菜、各種キッチンカー、抽選会など、来店される方々に喜んでいただけるよう、生産者と担当職員が力を合わせてイベントを催しました。



土浦市産業祭・れんこんグランプリ

11月24日に「第49回土浦市産業祭」が開催され、青年部組織の「ばたく会」・女性部が参加し、消費宣伝PR・即売会を実施しました。

即売会では、れんこん、ネギ、人参、赤飯、豚汁、加工品等を販売し、多くの方々が訪れ大盛況でした。お客様は「手作り味噌の購入を楽しみに毎年来ております。来年も必ず購入します」と温かい言葉をいただきました。

産業祭は、多くのお客様と直接触れ合い、ご意見を頂戴できる大変貴重な場です。当組合は、そのような貴重な場を大切に、今後もPR活動を続けてまいります。

また、22日の「第22回土浦カレーフェスティバル」にて「れんこんグランプリ」が開催され、最優秀賞に羽成純さん、優秀賞に福田信一さん、優良賞に倉持亮太さんが受賞されました。おめでとうございます。



食と農の魅力を伝える

霞ヶ浦支店営農経済課は11月21日、千代田義務教育学校で小学4年生を対象とした食農出前授業をおこないました。本授業は、地域貢献活動の一環として、子供たちが食と農について学習し、学校給食で地元の農産物を食すことで、その重要性を伝えることを目的としています。



授業のテーマは「れんこんについて」で、穴が開いている理由、普段食べている部分が根ではなく茎であること、植え付けから掘り取りまでの栽培の流れなどわかりやすく説明し、子供たちも興味深く真剣に耳を傾けていました。給食の献立「コンコンごまマヨサラダ」には、10日にかすみぐら市へ贈呈したれんこんが使用され、子供たちは残さず完食し楽しい時間を過ごしました。





レンコンについて学ぶ

の搬入から洗い、選別、箱詰し出荷されるまでの作業の流れや施設周辺の見学、職員によるレンコンについての説明も行われました。児童は一生懸命耳を傾け、元気に手を挙げ質問しました。生徒からは「レンコンを機械ではなく手作業で切っていることが印象に残りました」、「私たちが食べているレンコンは、色々な人が関わっていることが分かりました」等、たくさんのメッセージをいただきました。



11月10日、れんこんセンターで土浦市立大津東小学校の児童(第3学年60名)が社会科校外学習をおこないました。

校外学習では、当日掘られたレンコン

第17回土浦オープン卓球大会「れんこん杯」

と選手たちを激励しました。大会には115チーム500人がエントリーし、熱い戦いが繰り広げられました。

開会式で、池田正組合長は「大会開催おめでとーございませう。JA水郷つくば管内はれんこんの生産量日本一です。日本一のれんこんをたくさん用意いたしました。怪我に気をつけ日頃の練習の成果を十分に発揮してください」と選手たちを激励しました。大会には115チーム500人がエントリーし、熱い戦いが繰り広げられました。

11月24日、霞ヶ浦文化体育館にて第17回土浦オープン卓球大会「れんこん杯」が開催され、土浦市や県南地域を中心に、県外からも多くの方々が参加されました。当組合は、JA共済の地域貢献活動の一環として毎年、大会に協賛しております。日本一のれんこん産地として、れんこんの魅力を伝えるため、れんこん40ケース(160キログラム)を寄贈いたしました。



胡瓜部会講習会

胡瓜部会は10月30日、霞ヶ浦支店で株式会社埼玉原種育成会の栗田講師を招き、講習会を開催しました。

講習会では、低温期に安定した生育と品質の良い総収量が上がる品種の選択、保温・地温・土壌環境の準備、肥大促進のための水分補給のタイミングと量の他、殺菌剤・殺虫剤散布の順番や量、組み合わせ等の病害虫対策について学びました。

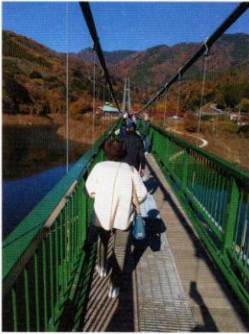
山本孝則部会長は「今日の講習会で学んだ内容を部内で再確認し、今後の栽培に活かしたい」と話しました。



活動報告

年金友の会、秋を楽しむ

年金友の会は11月、各支部ごとに旅行を開催しました。竜ヶ崎支部は長瀬渓谷と小江戸川越散策、土浦中央・南・西支部はもみじ谷大吊橋とホテルエビナール那須で和食ランチ、土浦北・千代田支部は母畑温泉八幡屋で温泉入浴と昼食、霞ヶ浦支部は国会議事堂と東京スカイツリー見学を楽しみました。当日は天候にも恵まれ、秋を感じる素晴らしい旅行となりました。



年金友の会 かすみ地区輪投げ大会開催

年金友の会かすみ地区は11月11日、阿見町の君原公民館で親睦輪投げ大会を開催しました。

参加した会員の方からは「初めてやっただけで難しい」、「とても楽しく来年もぜひ参加したい」との声を多数いただきました。盛況でした。

熱戦の末、個人の部は木村喜代江さん、団体の部は布佐シニアチームが第一位に輝きました。



個人の部
優勝：木村喜代江さん 準優勝：細谷たか子さん
3位：渡辺清隆さん



団体の部
優勝：布佐シニアチーム

相続セミナーを開催

資産管理運用部会は11月6日、本店にて清野宏之顧問税理士による相続セミナー「超高齢化社会の相続を考える」を開催し、部会員、JA役職員ら26人が参加しました。

セミナーでは、相続の現況と備え方、不動産の整理、名義預金・贈与の落とし穴等、事例を交えながら学習し、誰にでも起こり得る相続問題に対して基本に立ち返り、相続に備えるための生前対策の重要性を再認識しました。

資産管理課 阪場浩司課長は「相続に対する準備や家族で話し合いを進めることは非常に重要です。今回のセミナーをきっかけに、家族が集まる場を作り、しっかりと意見を交わしながら家族間の信頼関係を深めていただきたいと思います」と話しました。



夜を彩るイルミネーション

11月22日、霞ヶ浦総合公園にて開催された「水郷桜イルミネーション」点灯式に参加しました。このイベントは今年で14回目を迎えました。今年は新たに地域の企業・団体が自由な発想で制作したイルミネーションを会場内に展示し、PRを含め、地域への想いを発信するオリジナルイルミネーションが登場しました。当組合は、日本一の特産物であるレンコンをモチーフにした「レンコンツリー」を設置しました。オナメントには、土浦市の福祉施設「つくしの家」で制作されたレンコンコースターが飾り付けられ、手作りのぬくもりが感じられます。

また、当日会場でおこなわれた抽選会で土浦産レンコン20本をプレゼントいたしました。イルミネーションは1月12日まで開催されており、心温まる風景を堪能ください。



歯科健康教室を開催

11月18日、本店にて土浦市歯科医師会おきデンタルクリニックの大木勝生先生を講師に招き、「歯科健康教室」を開催しました。当日は「歯周病」をテーマに、日常生活で心掛けたい予防のポイントや早期発見の重要性について学びました。

参加された方々は熱心に耳を傾け、歯の健康に対する関心の高さがうかがえました。大木先生は「歯は一生の宝です。日頃のケアが大切です」と話されました。

当組合は、今後もこのような健康イベントを開催し、地域の健康増進に努めます。



菊で風景を再現する

組合員の中嶋昌夫さんは、創作菊の活動を2022年より開始しました。今年は、富士山・雲海・樹海をテーマに、色とりどりの菊で見事に再現しました。

現在、約60種類の菊を栽培しており、次回の構想は、富士山・筑波山・霞ヶ浦をイメージした創作菊に取り組む予定です。



「総合葬祭こすもす阿見」事務所が移転します

「JAセレモニー牛久阿見」

12月12日(金)
OPEN

牛久・阿見・美浦エリアの
葬祭窓口

「もしもの時」に備え
疑問や不安を解消

365日
24時間

葬儀に関する
事前相談

JAセレモニー牛久阿見
牛久市久野町 690

お問合せ・ご依頼・ご質問

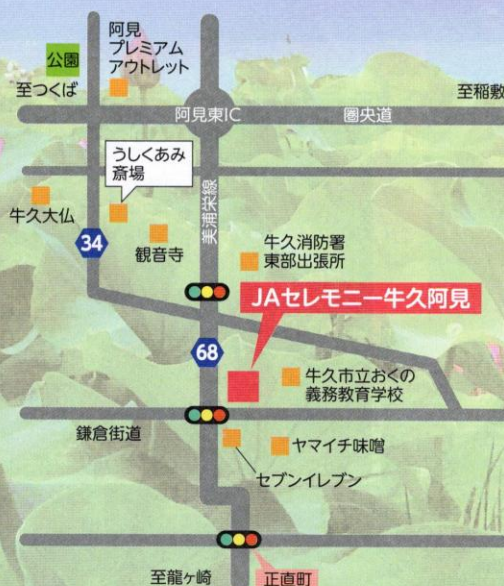
☎ 029-875-1112

些細なご質問もお気軽にお問合せください

※「総合葬祭こすもす阿見」事務所は、
令和7年12月11日をもって
閉所いたします。
長年のご愛顧を賜り、
誠にありがとうございました。
なお、電話番号は
上記の新番号へ変更となります。



阿見支店併設の「総合葬祭こすもす阿見」
は、旧・牛久東部支店跡地へ移転し、
「JAセレモニー牛久阿見」として
リニューアルオープンいたします。
今後は、牛久・阿見・美浦エリアの葬祭
窓口として、地域の皆様に広くご利用
頂けますようご案内申し上げます。



年末・年始営業時間のお知らせ

名 称	年 末	年 始
本店・支店・その他事業所	12/30まで	1/5から
サンフレッシュ土浦店	12/30(15:00)まで	1/5から
サンフレッシュ新治店	12/30(15:00)まで	1/5から
サンフレッシュ霞ヶ浦店	12/30(15:00)まで	1/5から
サンフレッシュはすの里店	12/30(15:00)まで	1/5から
サンフレッシュつくば店	12/31(18:00)まで	1/4から
サンフレッシュ花野果	12/30(15:00)まで	1/5から
下根下根農産物直売所	12/30(15:00)まで	1/8から
利根農産物直売所	12/31(15:00)まで	1/8から
農産物直売所愛菜園	12/30(15:00)まで	1/6から
グリーンショップ土浦中央店	12/28まで	1/5から
グリーンショップ土浦北店	12/28まで	1/5から
グリーンショップ霞ヶ浦店	12/28まで	1/5から
農機センター(霞ヶ浦・千代田・美浦)	12/26まで	1/8から
利根農機センター	12/26まで	1/5から
牛久農機整備場	12/26まで	1/5から
霞ヶ浦自動車センター	12/26まで	1/5から
JAエネルギー土浦LPG	12/26まで	1/5から
JASS-PORT霞ヶ浦	12/31日まで	1/3から
事故受付	12/31から1/4までの事故受付はTEL0120-258-931	
ローンセンター	12/26まで	1/5から

※セレモニーセンター、JAホール竜ヶ崎(竜ヶ崎葬祭センター)、JAセレモニー牛久阿見では、年末年始も24時間電話対応しております。

セレモニーセンター(土浦市並木) 029-821-0121

JAホール竜ヶ崎(竜ヶ崎葬祭センター) 0297-62-0052

JAセレモニー牛久阿見 029-875-1112

年末年始のATMご利用に関するご案内

— JAでのお手続きはお早めに —

年末年始は金融窓口が休業日となるほか、連休前後は窓口が混み合い、通常よりもお待たせしてしまうことが予想されますので、お早めにお手続きをお願いいたします。

例えばこんなご準備を！

12月30日(火) 8:45~19:00
(通常通り)

12月31日(水) }
1月 1日(木) } 8:45~17:00
1月 2日(金) }
1月 3日(土) }
1月 4日(日) }

・現金のご準備はお早めに！

連休中もATMはご利用いただけますが、設置場所によっては現金切れ等により入出金のお取引いただけない可能性があります。

・お振込みはお早めに！

連休前後は窓口の混雑が予想されます。お振込みは連休前、お早目にお手続きください。またATMやインターネットバンキングのご利用が便利です。

・税金・公共料金等の納付期限に気を付けて！

税金や公共料金には納付期限があります。連休前後は窓口の混雑も予想されますので連休前のお早目のお手続きをお願いいたします。



冬もおいしい野菜作りを楽しもう!

～トンネル栽培で冬も野菜を作ろう～

晩春から秋にはいろいろな野菜がとれるが、冬から早春にかけてとれる野菜は少なめになる。

冬から早春には、トマトやナス、キュウリなどの果菜類は高温が必要なので、ビニールハウスや暖房設備がないと作れない。しかし、ダイコンなどの根菜類やホウレンソウなどの葉菜類ならば、ビニールトンネルを使えば、比較的簡単に栽培できる。



【とう立ちする野菜】：野菜は、花芽ができてとう立ちすると、風味が落ちてその価値が著しく下がってしまう。

◆緑植物低温感応性（植物体バーナリゼーション）

▶とう立ちする野菜のうち、キャベツなどは、苗がある一定の大きさにまで生長しなければ、低温にあっても花芽ができない。この性質をいう。

◆種子低温感応性（種子バーナリゼーション）

▶一方で、ダイコンなどは発芽直後であっても、低温にあうとそれに反応して花芽ができる。

●野菜の花芽の分化の性質

緑植物低温感応性 (緑植物春化型)	カリフラワー、キャベツ、ゴボウ、セルリー タマネギ、ニンジン、ニンニク、ネギなど
種子低温感応性 (種子春化型)	ダイコン、漬け菜類、ハクサイなど

【早期とう立ち】：感応する低温の程度は種類によって、また、品種によっても違う。

▶ダイコン：花芽ができる温度は10℃以下。

・ダイコンを低温気にタネをまくと、タネが低温に感応する。

・そして、暖かくなって日が長くなる「温暖長日」の環境条件の下で花芽が大きくなり、収穫できる大きさになる前にとう立ちしてしまうことがある。このような条件を「早期とう立ち」という。

【脱春化（ディバーナリゼーション）】

・ビニールトンネルを設置して苗を保温すると、トンネル内は夜間10℃以下になり、花芽が分化する温度になった場合でも、昼間の温度が高くなり花芽ができない。このような現象を「脱春化」という。

▶ダイコンでは22～23℃が4時間以上続くことが脱春化の条件である。

【ダイコンのトンネル栽培を始める時期は1～2月頃である。挑戦してみてください】

季節を彩る手しごと（長いも）

～“やまのいも”として一番多く流通している栽培品種「長いも」～

生で食べられる唯一のいも“やまのいも（ヤマノイモ科ヤマノイモ属）”の一種類。ほかの種類に自然薯、いちよういも、つくねいもなどがある。



◆やまのいもは、生で食べることができる。その理由は、やまのいもに含まれている強力なアミラーゼのおかげ。

・アミラーゼはでんぷん分解酵素と呼ばれるもので、生で食べたほうがでんぷんの消化が良くなる。

▶アミラーゼの働きを充分利用するためには、すりおろして細胞を破壊することが必要です。

◆良好な環境で健康に育った長いもは、太さが均一で真っ直ぐ。手に持ってずっしりと重いのは、水分をたっぷり蓄えたみずみずしい長いもの証です。

長いもジュース

＜材料 4人分＞

- ・長いも……300g 牛乳……400cc
- ・さとう……大さじ4 氷……適宜

＜作り方＞

- ①長いもは皮をむき、適当な大きさに切る。
- ②材料を入れて、ミキサーにかけたら出来上がり。

もちもち焼き(もちり&海の風味でいそべ餅屋)

＜材料 (作りやすい分量)＞

- ・長いも……1本(500g) ・片栗粉……大さじ5
- ・塩……少々 ・サラダ油……大さじ1～2
- ・青のり……適量
- ・しょうゆ……適量 ・ワサビ(練りがらし)……少々

＜作り方＞

- ①長いもは皮をむいてすりおろす。
- ②①と片栗粉、塩をよく混ぜ合わせる。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、②をスプーンですくって“ひと口大”に丸く焼く。
- ④両面に焼き色がついたら取り出し、半分に折って切ったのりで巻くか、青のりをふる。
- ⑤器に盛り、しょうゆにワサビを添える。

◆栄養：ビタミンB群、C、カリウム等のミネラル、食物繊維がバランスよく含まれ健康食材

(執筆 茂垣)

農薬使用の際は、ラベルの記載内容を守り、周囲への飛散に注意して散布しましょう。

農業は“いのちを育む” 生命産業である

レンコン（レンコンパワーはすごい！1）

【レンコンを知ろう！その効果（1）】

◆**感染症予防**：レンコンは自然免疫細胞を元気にする免疫ビタミン「LPS」の含有量が根菜の中でトップクラス。生活習慣病の予防・改善効果が期待できる。また、豊富に含まれるビタミンCががん細胞を攻撃するNK細胞を活性化させるので、風邪や感染症予防の効果も期待できる。



◆**体を温める陽性食品**：人間の体質には「陰性」と「陽性」があり、冷えや低体温に悩んでいる方は体内の水分が多い「陰性体質」と考えられる。漢方医学の「陽性食品」であるレンコンには、体の中から温め血行を良くする働きがあるとされているため、積極的に摂るとよいでしょう。

◆**脂肪燃焼作用**：レンコンに含まれるタンニンには抗酸化作用があり、アンチエイジングに効果的とされている。血管を広げ、血液循環を促進させ、脂肪燃焼作用もあるとされ、ダイエットにもいい成分といえる。

【栄養バッチリ！レンコンのちから！】

▶腸を整える食物繊維が多いので、疲れた胃にやさしく、消化を助ける働きが期待できる。

▶ビタミンC、B₁、B₂、カリウム、カルシウム、鉄、銅が含まれており、ビタミンCの供給源として期待できる。

▶貧血予防に効果的なビタミンB₁・B₂多く含んでいる。

【保存法～またあとでたべよう！～】

◆**生のままどうぞ・その1**：一節丸ごと皮のついたレンコンは、水で湿らせた濡れ新聞などで包んで、ポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室へ（5～8℃が適温）

◆**生のままどうぞ・その2**：レンコンを節の途中でカットした場合は、皮をむかずに、ラップをピッタリくっつけて包み、断面が乾かないようにして、冷蔵庫の野菜室へ。

◆**冷凍させよう！**：冷凍保存する場合は、使いやすい厚さの輪切りや半月切り、いちょう切りにし、表面の水をふき取ってから、冷凍用保存袋に入れて冷蔵庫で保存する。厚さが薄い場合は、凍ったまま炒めてもおいしく調理できる。

（参考文献）『れんこん毎日おいしいレシピ』（株式会社KADOKAWA）『毎日続けるれんこんレシピ』（JA水郷つくば蓮根本部会）を参考にさせていただきました。

水稻（リン酸・ケイ酸施用で収量・品質向上）



リン酸が少ないと生育が劣り、穂数が少なくなって減少する。ケイ酸が少ない

と光合成能力が低下したり、水分不足になりやすく、高温年には乳白粒や黒点米などが多発する。また、病気や害虫に弱くなる。

【リン酸】：根張りや分けつを促進し、花や実のつきをよくする。基準値・乾土100g当たり10～30mg。

◆土づくりのためのリン酸肥料

▶各種リン酸肥料を土づくり肥料として利用する場合、リン酸吸収係数が大きく、土壌のリン酸固定力が強い火山灰土壌（黒ボク土）では、く溶性の熔成リン肥（熔リン）と水溶性の過リン酸石灰の1：1混合物が望ましい。

▶なお、過リン酸石灰などリン酸肥料を堆肥と併用すると、リン酸が土壌に固定されにくくなり肥効が高まる。

▶**苦土重焼燐**：作物に必須のリン酸のほか、苦土（マグネシウム）やケイ酸などを含み土壌のリン酸地力を高める効果と土壌改良効果を併せ持つ肥料である。

・生育初期を良くする水溶性リン酸と収穫期まで効き続けるく溶性リン酸をバランスよく含む。また、苦土は水稻のリン酸利用を助け、ケイ酸は土壌へのリン酸固定を抑制する働きがある。

【ケイ酸】：水稻の生育に重要な役割を果たす。

▶稲体の組織を強くし、倒伏を少なくする。また、「いもち病」や「ごま葉枯れ病」などの病気や害虫に強くなる。

▶葉が直立するので、光合成の効率が良くなり多収になる。そのことにより、夏季の高温による乳白粒など白未熟粒の発生を少なくする。

▶高温時に過剰な蒸散を抑制し、稲体の温度を調整することで、黒点米や乳白粒などの白未熟粒の発生を少なくする。

▶**県内水田のケイ酸含量**：適正值水田19%、適正值以下（不足）の水田67%
（全農いばらき令和6年度分析水田1,344点内訳から）。

▶**基準値・乾土100g当たり30～40mg**。低い場合は「シリカサポー1号」、「農力アップ」「ケイ酸カリウムプレミアム34」などを施用する。

【ぜひ一度、土壌診断をしてみてください】

特集情報

野菜作りと肥料(Ⅱ・肥料の基本)

代表的な有機質肥料と無機質肥料を紹介する。

【有機質肥料】：野菜の生育に必要な総合的な養分を含み、ゆっくりと効果が表れ長く続く。

さらに、土壌中の微生物の種類が増え、団粒構造を促進し、土の物理性を改善する。

・一方、肥料成分の量が無機質肥料（化成肥料）ほど明確でなく、土壌微生物に分解される過程でガスや熱が出るため、**施してから作付けまでに2週間ほどの期間をあける必要がある。**

◆**油粕**：ダイズやナタネの油を搾った残り粕からつくられたもので、**窒素成分を多く含む。微量元素も豊富**に含んでいる特徴がある。

・主に元肥として用いるが、追肥にも使える。土壌の微生物を増やし、**団粒構造の土を作る効果もあるため、土壌改良にも適している。**

◆**発酵鶏ふん**：鶏ふんを発酵させた肥料で3要素の中では**リン酸成分を多く含む。**

・効果が早く現れる点では、化学肥料にもひけをとらず、元肥、追肥として使える。

・元肥としては、1㎡当たり500gを限度とし、植付けの2～3週間前に施す。追肥で使う場合は、溝を掘って施し土をかける。

◆**魚粕**：魚を加工した際に出る魚粕から、水分や脂肪分などを取り除いて乾燥させ、粉碎したもの。**窒素成分とリン酸成分を多く含むほか、微量元素も豊富。**

・有機質肥料の中では速効性があるので、元肥のみならず、栽培期間の長い野菜なら追肥としても使用できる。動物や虫が寄ってきて食べてしまうので、施した後に土をかけておくと、土と混ぜて施すようにする。

◆**米ぬか**：精米した時に出る種皮や胚芽を粉状にしたもので、保存性を高めるために油を搾って作られる。

・リン酸成分を多めに含むほか、**糖分やタンパク質も豊富で、土の中の微生物の活動を活発にする。**

・元肥として使うほか、ボカシ肥や堆肥の発酵促進にも欠かせない。

◆ほかに、堆肥、牛ふん、豚ふん、骨粉など。

【無機質肥料】：肥料成分が明確なので、施肥量の調節が

しやすく、においが少なく使いやすい。施肥した後、すぐに効果が出るものから、ゆっくり効果が出るものまで種類が豊富。

・一方、少量で効くので、**与えすぎると肥やけを起こしやすく、土壌中の有機物や、有機物を餌とする土壌微生物が減ってしまう短所がある。**

◆**化成肥料**：窒素（N）、リン酸（P）、カリ（K）の3要素のうち2つ以上の成分を含み、肥料成分のバランスが良い。本来は肥効がすぐ現れる**速効性**だが、**元肥に向くゆっくり効く緩効性タイプもある。**

・3要素の成分量の合計が、15%以上30%未満のものを「**普通化成**」、30%以上のものを「**高度化成**」と呼ぶ。初心者でも扱いやすいのは、施し過ぎによる失敗が少ない「普通化成」。

◆**硫安**：窒素成分だけを含む単肥で「**硫酸アンモニウム**」ともいう。

窒素成分の含有量が若干少ないため、施し過ぎによる障害が出にくく扱いやすい。

・速効性があり、土に吸着されやすいので、**追肥だけでなく元肥にも使える。**ただ、副成分の硫酸により土壌が酸性化しやすいので、次の作付前には、酸度チェックをして調節することが必要。

◆**硫酸カリ**：カリの単肥で水に溶けやすい。**速効性があるので追肥向き。**土壌にある程度保持されるため元肥としても使える。

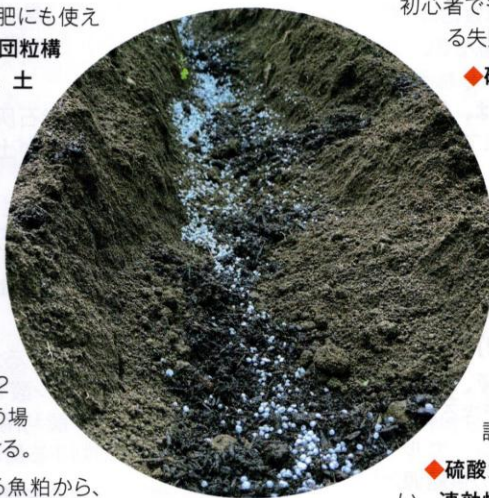
・カリ成分を多く含むため、必要量より若干多く施しただけでも肥やけを起こしたり、カルシウムやマグネシウムの吸収を阻害したりすることもある。土壌が酸性化しやすい点にも気をつけたい。

◆**熔成リン肥（ヨウリン）**：リン酸成分を含む単肥。水には溶けにくい、土の中でゆっくりとリン酸成分が溶け出すので過リン酸石灰のような吸着・固定（土に混ぜるとリン酸がアルミニウムにつかまって、根からの吸収が難しくなる）は起こりにくい。

・そのため、元肥として土壌改良にも使える。特に、火山灰土には有効で、深くまで丁寧に混ぜ込むのがポイント。

・アルカリ分が50%含まれるので、土のpH調節にも有効。

（執筆 茂垣）



野菜に最適な土づくりの講演会を開催

土浦市・石岡市・かすみがうら市（オーガニック推進協議会）の共催により、野菜に最適な土づくりの講演会を開催します。
どなたでも参加できますので、ぜひご応募ください。
参加希望の方は、右記の二次元バーコード（QRコード）または電話でお申し込みください。



講演内容

健康な土が健やかな作物を育てる

— 環境にやさしい野菜栽培の第一歩 —

講演会

参加無料

令和8年

2/5 木

午後2時から（午後1時30分開場）

クラフトシビックホール土浦（小ホール）

土浦市東真鍋町2-6

定員 ▶ 288名（先着順）

申込期限 ▶ 令和8年1月30日（金）

定員になり次第、受付を終了します。

近年、環境負荷の少ない持続可能な農業が求められる中で、化学肥料や化学農業に過度に依存しない栽培体系への転換が注目されています。その実現の鍵となるのが「健全な土づくり」です。

本講演会では、身近な家庭菜園も含め、野菜づくりにおける土壌の基本的な性質や肥沃な土を維持する仕組みを学びながら、緑肥や堆肥・有機資材を活用した実践的な改良方法を紹介します。

農家の皆さまが日々の圃場管理に生かせる知識と技術を習得し、品質・収量の安定と環境保全の両立を目指すことを目的としています。

講師 農学博士 木嶋 利男氏

■プロフィール

1948年 栃木県生まれ 1987年 農学博士（東京大学）
栃木県農業試験場生物工学部長、自然農法大学校長、世界永続協会日本本部・専務理事、（財）環境科学総合研究所・所長、（公財）農業・環境・健康研究所・代表理事などを歴任。

■著書

プロに教わる家庭菜園の裏ワザ（家の光）、コンテナでつくる家庭菜園（マイコミ）、伝承農法を活かす家庭菜園の科学（講談社）、コンパニオンプランツで野菜づくり（主婦と生活社）、有機・無農薬のおいしい野菜づくり（学研）など多数。



問い合わせ先 ▶ 土浦市農林水産課

石岡市農政課

かすみがうら市農林水産課

029-826-1111（内線2710）

0299-43-1111（内線1150）

029-897-1111（内線2503）

予約申込者 各位

「令和8年度春肥料・蓮根肥料」の予約申込みにつきましては、多数のご注文を賜り、厚く御礼申し上げます。この度の予約申込みにつきまして、一覧の通り予約価格が決定いたしましたのでお知らせいたします。一覧表にない商品につきましては、お手数ですが各支店または各グリーンショップ・営農センターまでご確認ください。なお、予約お申込み以外の取扱いにつきましては当用価格となりますので、予めご了承ください。

～令和7年12月1日から令和8年5月31日まで～

区分	品 名	規格	注文書 価格	予約価格 (円)	価格差
水稲増土	いばらき増土	20kg	960	900	▲ 60
	いばらき増土	1tフレ	45,330	42,790	▲ 2,540
	苗みどり	20kg	830	770	▲ 60
	苗みどり	1tフレ	38,240	36,080	▲ 2,160
	JA水稲専用増土	20kg	790	750	▲ 40
	JA水稲専用増土	1tフレ	36,170	34,130	▲ 2,040
元肥一発	コシ一発かんだ君	20kg	4,720	4,440	▲ 280
	みどり戦堆コシ一発500	20kg	3,840	3,630	▲ 210
	スーパーらくだ君	20kg	4,970	4,690	▲ 280
	どきどき有機一発	20kg	4,790	4,520	▲ 270
	究極の一発ズバット240	20kg	5,290	4,990	▲ 300
	二代目コシ一発かんだ君	20kg	3,840	3,620	▲ 220
	基肥一発かーるガル	15kg	3,440	3,250	▲ 190
	もっとらくしょう君	15kg	3,920	3,700	▲ 220
	スーパーらくだ君早生用	20kg	4,970	4,690	▲ 280
	ふくまる専用どっさり24	20kg	5,540	5,230	▲ 310
	にじかちゃん一発J	15kg	4,020	3,780	▲ 240
	クリーンメタップ	20kg	3,970	3,740	▲ 230
元肥	塩加機安1号	20kg	3,290	3,100	▲ 190
	コープベースト222	20kg	5,020	4,730	▲ 290
	コープベースト050	20kg	5,160	4,870	▲ 290
	飼料用米専用一発早生用	20kg	4,650	4,390	▲ 260
飼料用	飼料用米専用一発中生・晩生用	20kg	4,650	4,390	▲ 260
	良多くん一発	20kg	4,900	4,620	▲ 280
	BBファイト055	15kg	3,050	2,870	▲ 180
水稲追肥	BB NK505	20kg	2,260	2,120	▲ 140
	空散追肥306	20kg	3,720	3,510	▲ 210
	セントラル尿素	15kg	3,400	3,320	▲ 80
	機確安加里S646R	20kg	3,920	3,700	▲ 220
野菜元肥	サステナミライ	20kg	2,510	2,370	▲ 140
	アグリフラッシュ	20kg	2,460	2,330	▲ 130
	ベニフィット403	20kg	3,050	2,870	▲ 180
	エコマスター025	20kg	3,190	3,000	▲ 190
	くみあいエコ化成8号	20kg	2,280	2,150	▲ 130
	メロンスイカ専用608	20kg	3,780	3,560	▲ 220
	大豆専用高度500	20kg	3,600	3,390	▲ 210
	じゃがいも専用064	20kg	3,740	3,530	▲ 210
	石灰窒素（粒・電化）	20kg	4,880	4,770	▲ 110
	硫安（大粒）	20kg	1,640	1,610	▲ 30
窒素	尿素	20kg	2,860	2,810	▲ 50
	苦土重焼燐1号	20kg	4,630	4,520	▲ 110
	マグコープ	20kg	2,600	2,530	▲ 70
燐酸	過石（粒）	20kg	2,610	2,550	▲ 60
	けい酸加里プレミアム34	20kg	3,180	3,100	▲ 80
加里	塩加（粒）	20kg	2,260	2,210	▲ 50

区分	品 名	規格	注文書 価格	予約価格 (円)	価格差
れんこん元肥	IBレンコン1号	20kg	4,430	4,180	▲ 250
	IBレンコン042	20kg	4,060	3,840	▲ 220
	マトリックスレンコン	20kg	3,630	3,430	▲ 200
	レンコンキングII	20kg	5,130	4,840	▲ 290
	レンコン将軍	20kg	5,570	5,260	▲ 310
	レンコンアタックV	20kg	6,940	6,560	▲ 380
	えこはす	20kg	3,650	3,440	▲ 210
	蓮のきらめき	20kg	3,880	3,660	▲ 220
	エコマスターR	20kg	2,990	2,820	▲ 170
	レンコIB一番	20kg	3,250	3,210	▲ 40
堆肥	美駒グリーン1号	8kg	320	300	▲ 20
	団粒ベレット	15kg	550	520	▲ 30
	鶏ふんベレット（トマル）	15kg	220	210	▲ 10
	ソイールパワー	35ℓ	520	480	▲ 40
	レオグリーン特号	20kg	2,660	2,510	▲ 150
	鹿沼有機	20kg	1,800	1,710	▲ 90
	シリカサポート1号	20kg	2,240	2,120	▲ 120
	ケイカリンプラス	20kg	4,400	4,150	▲ 250
	畑のカルシウム	20kg	2,190	2,060	▲ 130
	アヅミン	20kg	4,510	4,260	▲ 250
土壌改良剤・他	もっとねばり君	15kg	3,450	3,270	▲ 180
	酵素でくさーる	15kg	2,220	2,090	▲ 130
	なたね油粕	20kg	1,770	1,630	▲ 140
	稲サボ	15kg	1,830	1,720	▲ 110
	菌サボ	20kg	1,940	1,830	▲ 110
	V Sこがね液	10ℓ	5,240	4,940	▲ 300
	V Sあかきん	10ℓ	2,640	2,500	▲ 140
	アクアマジシャン	400ml	3,110	2,940	▲ 170
	園芸培土げんきくん1号	20kg	1,650	1,550	▲ 100
	スーパーミックス	40ℓ	2,150	2,020	▲ 130
園培土	粒状消石灰K-72	20kg	1,010	950	▲ 60
	粒状苦土カルM-10	20kg	840	780	▲ 60
	農力アップ	20kg	1,470	1,400	▲ 70
	生石灰95%（粒）	20kg	1,110	1,050	▲ 60

「れんこん指定肥料一括自己引取り予約注文決定価格」

区分	品 名	規格	注文書 価格	予約価格 (円)	価格差
※	IBレンコン1号	20kg	4,430	4,180	▲ 250
※	レンコンキングII	20kg	5,130	4,840	▲ 290
※	マトリックスレンコン	20kg	3,630	3,430	▲ 200
※	えこはす	20kg	3,650	3,440	▲ 210
※	石灰窒素（粒・電化）	20kg	4,880	4,400	▲ 480
※	団粒ベレット	15kg	550	490	▲ 60

※印は、後戻し奨励金商品となります。

❀ ご案内 無料相談会 (誰でも申し込みいただけます) ❀

無 料 税金に
関すること
税 務 相 談 会

日時：令和8年1月15日(木) 14:00～

場所：清野宏之税理士事務所
(土浦市荒川沖東2-6-6)

担当：清野 宏之 税理士

申込締切日：1月13日(火)

無 料 相続・近隣との
トラブル解消等
法 律 相 談 会

日時：令和8年1月14日(水) 13:30～

場所：礎法律事務所
(土浦市大手町4-17)

担当：鈴木 実 弁護士

申込締切日：1月9日(金)

🏠 事前予約・不動産に関すること・リフォーム 🏠

水郷つくば農業協同組合 経済部 資産管理課 不動産管理センター

(TEL)029-824-8133 (FAX)029-823-2119

E-mail ja-sgt.fudosankc@ja-ibaraki.jp

リフォームをご検討の方必見!新築そっくりさん

リフォーム相談会

in サンプルフレッシュ土浦店

【土浦市小岩田西1-1-11】



1月18日 [日]

開催時間

9:00 ▶ 15:00

●お問い合わせ申し込みは

JA水郷つくば

経済部 資産管理課
不動産管理センター

☎029-824-8133

〒300-0833 茨城県土浦市小岩田西一丁目1番11号
営業時間/08:30～17:00 定休日/毎週土日、祝日、年末年始

●施主代行

JA全農いばらき

茨城施設農住事務所

●施工

住友不動産ハウジング株式会社
新築そっくりさん事業本部

お問い合わせHP



理事会報告

第10回 令和7年11月21日(金) 開催

協議事項

- (1) JAセレモニー牛久阿見開設に伴う阿見支店再整備について(案)
- (2) マネロン・テロ資金供与対策にかかる取組状況について(案)
- (3) ⑧出資金の口数変更について(案)
- (4) 「お客さま本位の業務運営に関する取組方針」の見直しについて(案)
- (5) その他

報告事項

- (1) 令和7年度内部監査業務活動報告(第2四半期)について
- (2) 事務ミス等の発生状況報告(第3四半期)について
- (3) 自主(自店)検査報告(第3四半期)について
- (4) 取引先等苦情等処理対応状況報告(第3四半期)について
- (5) 反社会的勢力等との取引排除にかかる対応状況(第3四半期)について

報告事項

- (6) ヘルプライン制度の運用に関する報告(第3四半期)について
- (7) 令和7年度コンプライアンス・プログラム兼個人情報保護計画及び内部統制整備基本計画の進捗状況報告について
- (8) 定期貯金ウインターキャンペーン2025の実施について
- (9) 令和7年度信用事業にかかるJA事務指導計画の見直しについて
- (10) ⑧大口与信先の報告について
- (11) 有価証券運用報告について
- (12) 令和7年度JA共済コンプライアンス点検結果および改善方針の概要について
- (13) 共済金支払実績について
- (14) 令和7年度米集荷実績について
- (15) その他

令和8年水稻苗の注文受付について

JA水郷つくばでは育苗センターで生産する苗の注文を受け付けています。詳細は下記のとおりとなります。ご利用の方は各支店まで申し込みをお願いいたします。

1. 取り扱い品種 コシヒカリ・あきたこまち・にじのきらめき・ふくまる 等
2. 苗代金 予約価格：880円(税込み) 当用価格：980円(税込み)
大口利用者価格：850円(税込み)
※大口利用者(500枚以上)の方には奨励価格となります。
3. 申込期限 令和7年12月19日(金)
4. 申込先 各支店
5. その他
 - ・苗は原則、受注生産となります。
 - ・令和8年3月1日以降の注文キャンセルについては、キャンセル料1枚450円(税込)をいただきます。
 - ・各育苗センターごとに取り扱い品種が異なります。詳細は各支店までお問い合わせください。

年末年始の燃料配送(竜ヶ崎地区)について

平素は、燃料事業に特段のご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

標記の件につきまして、千葉日石給油所の配送予定について下記のとおりお知らせいたします。

12月28日(日)	休業
12月29日(月)	重油のみ配送(注文締め 12/26)
12月30日(火)	重油のみ配送(注文締め 12/29)
12月31日(水)~1月4日(日)	休業
1月 5日(月)	時間短縮配送(14:00まで)(注文締め 12/30)
1月 6日(火)	通常通り

余裕をもったの発注をお願いいたします。

溢れる荷物と思い出の整理 JAの家財整理サービス



こんなお悩みはありませんか？

- ・おうちを売りたいけど・・・
- ・一人では片付けられない・・・

転居や粗大ごみ。どう片付ければいいのか？

- ・老人ホームに移ることになった
- ・生前整理をしておきたい!!・・・

私たちJAにお任せください

まずは**無料見積**からはじめてみませんか？

ご相談・お問合せは下記葬祭センターまでお願いいたします。

JA 水郷つくば
ホームページは
こちらから



《竜ヶ崎・利根地区》

JAホール竜ヶ崎

住所：龍ヶ崎市6007-2
TEL:0297-62-0052
FAX:0297-62-0288

《牛久・阿見・美浦地区》

JAセレモニー牛久阿見

住所：牛久市久野町690
TEL:029-875-1112
FAX:029-875-5335

《土浦・かすみがうら地区》

セレモニーセンター

住所：土浦市並木2-10-32
TEL:029-821-0121
FAX:029-823-5130

土浦 防犯ニュース



令和7年12月号
土浦警察署



犯人を自宅に侵入させないための対策を！

★鍵かけの徹底

短時間の外出（ゴミ捨てや農作業など）、在宅中（就寝時を含む）でも鍵かけの習慣を！
就寝前には必ず玄関ドアや全ての窓ガラスの施錠を確認しましょう。

★窓ガラスの強化

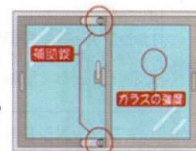
泥棒は住宅内に侵入するのに時間がかかると犯行を諦める傾向にあります。



補助錠や



防犯フィルム等、複数の防犯対策で窓ガラスの強化を！



★屋外の防犯環境の強化

泥棒は侵入するのに時間がかかることに加え、「監視の目、音、光」を嫌がります。



防犯カメラ



防犯砂利



センサーライト等を活用した
屋外への防犯対策も効果的！

※日中、家の様子を窺う不審者・不審車両を見かけた時は土浦警察署 ☎ 029-821-0110へ



JA水郷つくばパソコン研究会

日増しに寒さが身に染みる季節となりました。まもなく冬本番ですが、この時期は、やはりレンコンですね。田んぼから掘り出されるシャキシャキとしたレンコンのように、私たちパソコン研究会も、皆さまのデジタルライフをより豊かにする「知恵」を、日々掘り下げています。

さて、今回も皆さんの暮らしに役立つ最新のデジタル情報をご紹介します。どうぞ、温かいお茶のお供に、ゆっくりとお読みいただければ幸いです。定例会ではWindows11最新版へのアップグレード講習やスマホ・パソコンの全般の質問受付などを行っております。入会希望・定例会などのお問い合わせはメール等にてお願いします。写真は宮崎会長の紅葉です。

事務局：営農企画課 担当：折本 ☎029-823-7001

メール：dappepc@gmail.com 宮崎

※ホームページは「ばそこんだっぺ」で検索

定例会予定

- 12月** | 02、16日 WEB 09日 定例会
23日 定例会、PCフォーラム発行など 30日 休み
- 1月** | 06、20日 WEB 13日 定例会、講座
28日 定例会、PCフォーラム発行



今月の特集

農業簿記ソフトの比較(後編) デジタルで進化する青色申告

第2回：JA（農協）の取引も自動化! MoneyLinkとMoneytreeで実現するスマート経理

先月号では、ソリマチ『農業簿記』や弥生会計を使った青色申告のメリットをご紹介しました。今月は、簿記ソフトへの入力作業を劇的に短縮する、**「金融データ自動連携」**の具体的な方法に焦点を当てます。

特に、多くの農家の皆さまが利用されるJAバンクの取引を、手入力ゼロで帳簿に取り込むテクニックを解説します。

1. JA取引の自動入力が「青色申告」を劇的に変える

青色申告の記帳で最も手間がかかるのが、日々のJA口座の入出金やクレジット利用履歴を一つ一つ手で入力する作業です。しかし、現在主流の会計ソフトは、特定のアプリやサービスと連携することで、これらの取引データを自動で取得し、自動で仕訳の候補を作成してくれます。

この自動化により、**「入力ミスの削減」と「作業時間の大幅な短縮」**が実現し、正確かつ迅速な青色申告が可能になります。

2. 『農業簿記』で選べる2つの自動連携ツール

ソリマチの『農業簿記』では、主に2つの連携方法があります。皆さんの利用スタイルに合わせて選んでください。

連携ツール	MoneyLink (無料：農業簿記に付属)	Moneytree (有料プランあり)
提供元	ソリマチ(簿記ソフト開発元)	Moneytree株式会社
目的	農業簿記への仕訳変換に特化	家計・資産全体の一元管理が本業
連携範囲	銀行、JA口座、クレカ、電子マネーなど	銀行、JA口座、クレカ、電子マネー、ポイントなど広範囲
使い勝手	【シンプル・簿記完結型】簿記ソフトの機能として使いやすく、迷うことなく記帳作業に移れる。	【多機能・資産管理型】記帳だけでなく、自身の家計や資産全体をまとめてチェックしたい方に便利。

▲Google スプレッドシートにエクスポート

ポイント①：記帳に特化した『MoneyLink』

MoneyLinkは、**「JAの入出金明細を正確に簿記に反映させること」**に機能を絞ったソリマチの専用ツールです。

・**直感的な操作性**：簿記ソフトを立ち上げた流れで明細を取り込み、画面上で勘定科目を設定するだけで、すぐに仕訳データとして転送できます。

・**AI学習機能**：一度「JAからの肥料代の引き落としは消耗品費」と設定すれば、次回以降、AIが同じ取引を自動で判別し、仕訳の候補を提示してくれます。

ポイント②：広範囲のデータを連携できる『Moneytree』

Moneytreeは、JA口座だけでなく、農業経営で使うクレジットカードや電子マネー、個人の資産情報まで、ありとあらゆるお金の動きを一元管理できる外部サービスです。

・**広範囲な連携**：JA口座とクレジットカードの取引を両方使っている、Moneytree一つで全てのデータをまとめて『農業簿記』に取り込むため、データ管理が非常に楽になります。

・**可視化のメリット**：記帳作業だけでなく、毎月の収入と支出の傾向など、経営の「見える化」にも役立ちます。

3. 自動仕訳を実現するための最初の一步

どの連携ツールを使うにしても、最も重要なのは最初の設定です。

1. **連携設定**：『農業簿記』の画面からMoneyLinkまたはMoneytreeを選び、JAバンクのインターネットバンキングのIDやパスワードを使って連携を承認します。

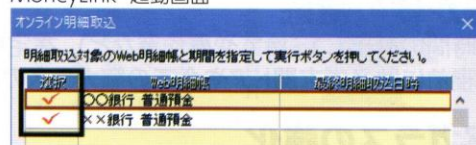
2. **仕訳ルールの作成**：取り込んだ取引データ（例：「JA水郷つくばから10,000円入金」）に対し、「これは農産物売上高である」と初めて手動で設定します。

3. **自動学習開始**：一度設定を終えれば、次回以降の同様の取引はソフトが自動で学習し、**9割以上の取引が自動で仕訳候補に変換**されるようになります。

※自動入力機能を使いこなし、貴重な時間と労力を、より実りのある作業に活かしましょう！それではみなさんよいお年を！

(文担当：小林)

MoneyLink 起動画面



オンライン明細取込 画面



Moneytree ホーム



紅葉
(写真：宮崎)



研究会HP



JA広報誌WEB版

ホームページもご覧ください。

1月のあなたの運勢

モナ・カサンドラ

プロフィール

占いを学術的に解析する「ルネ・ヴァン・ダール研究所」の研究生となり、占星学のロジックを徹底的に解説・探求。コンピュータによるホロスコープ作成の道を拓いた。現在は執筆活動を始め、さらなる占星の研究を重ねている。

牡羊座 3/21～4/19



全体運 緊張感を持って事に当たれば道が開けます。一つ一つ丁寧に前へ進めていきましょう。下旬に変化の兆しあり

健康運 疲れを感じたら無理をしないこと。休めば回復
幸運の食べ物 セリ

牡牛座 4/20～5/20



全体運 力になってくれる人は身近に。相談すれば役立つ話を聞けそうです。旅行、外出はいつもより遠出を。海外も◎

健康運 スポーツを楽しめる好調運。下旬は慎重に
幸運の食べ物 ナバナ

双子座 5/21～6/21



全体運 気になっていることがあっても様子を見て。時間があなたの味方をしてくれます。情報をよく集めましょう

健康運 気になるところは早めにケアを。健診もお勧め
幸運の食べ物 レモン

蟹座 6/22～7/22



全体運 ドキッとすることのある吉凶混合運。プラス面に目を向けて。ポジティブ思考がツキを引き寄せます。古物が吉

健康運 けがに気を付けて。動く前に準備運動を
幸運の食べ物 シュンギク

獅子座 7/23～8/22



全体運 周囲の世話を焼くのは◎。ただ見返りを求めるとギクシャクします。善意でできる範囲にとどめましょう

健康運 適度な運動が体調維持の鍵。ストレッチが吉
幸運の食べ物 セロリ

乙女座 8/23～9/22



全体運 勢いのある好調運。実力をアピールすれば念願がかないます。すぐには諦めず強気で。華やかな場所にツキあり

健康運 良好です。体を動かしてパワーアップ！
幸運の食べ物 長ネギ

天秤座 9/23～10/23



全体運 壁を越えるチャンスです。難しいと感じていることにこそ熱心に取り組んで。良い解決策が見つかります

健康運 ベース配分が大切。下旬は運動量を増やして◎
幸運の食べ物 小松菜

蠍座 10/24～11/22



全体運 コミュニケーションが活発化。たくさんの人と会うほど幸運に恵まれます。調べものや勉強にも良いときです

健康運 大きく深呼吸。腹式呼吸で酸素不足を解消して
幸運の食べ物 ユリ根

射手座 11/23～12/21



全体運 高い安定運。心配事が解消へと向かいます。おいしいものを食べて活力アップ！季節限定のメニューを楽しんで

健康運 喉をよくいたわって。カリンや蜂蜜が味方に
幸運の食べ物 伊予カン

山羊座 12/22～1/19



全体運 とてもパワフルな主役運。周囲への影響を意識して動きましょう。大きな成果を得られます。出会いを大切に

健康運 ヘッドマッサージで血行を促進。髪の手入れも◎
幸運の食べ物 芽キャベツ

水瓶座 1/20～2/18



全体運 上昇運です。順を追うように整っていくので流れに任せて。周囲の言葉に耳を傾けるとチャンスをつかめます

健康運 バランスの良い食事と運動で免疫力をアップ
幸運の食べ物 キンメダイ

魚座 2/19～3/20



全体運 望んでいた方向へと歩み出すことができる。決意を持って事に当たります。助けになってくれる人も近くに

健康運 肩甲骨のストレッチを。肩凝り解消にも効果あり
幸運の食べ物 ミズナ

クロスワードパズル

Q 二重マスの文字をアルファベット順に並べてできる言葉は何でしょうか？



ヨコのカギ

- 1 正月に食べる、モチ入り汁物といえば
- 2 どんぶり焼きに挟み込まれているもの
- 3 おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
- 4 交差——、及第——
- 5 右手が——、という人が多数派です
- 7 本を読み終えること
- 10 ガラガラとのどを洗います
- 12 旅立つ人の——に駅のホームまで行った
- 13 ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
- 14 漢字で書くと百足。足の多い生き物です
- 17 椅子のこと。ロッキング——
- 19 アルカリと混ぜると中和します
- 20 焚くとよいかがりが広がります

タテのカギ

- 2 メレンゲを作るときに使う道具
- 6 鍋料理の締めにも使う麺
- 8 晴れかなあ、雨かなあ
- 9 牛、豚、鶏のものがよく流通しています
- 10 令和8年の干支です
- 11 歯ブラシにつけます
- 15 自分の兄弟姉妹の息子
- 16 ダルメシアンは——模様の犬です
- 18 書初め大会で——に選ばれた
- 20 受験生が空欄に書き込んでいくもの
- 21 単位はアンペアです

住所・氏名・年齢・感想をそえて下記の宛先までお送りください。

抽選で5名様にクオカード500円分が当たります！

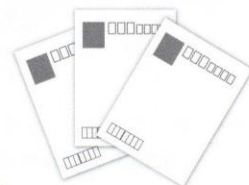
※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

12/26(金)メ切

〒300-0833 土浦市小岩田西1丁目1-11

JA通信水郷つくば編集係 FAX 029-824-4086

E-mail: jatuti.somu11@ja-ibaraki.jp



前号の答え「ボタンナベ」でした

新たな資金
限定

2025

定期貯金 ウィンターキャンペーン

※「新たな資金」とは「他の金融機関や現金で保有されている資金」をお預け替えいただいた資金や2025年11月1日以降に振り込まれた資金を指します。

取扱期間 2025年12月15日(月)～2026年1月30日(金)

※預入対象：個人のお客様

※募集総額：50億円

※組合員以外の方、農家以外の方もご利用いただけます。

※募集総額に達した時点でキャンペーン終了となります。

今だけの特別金利！

期間
3年もの

年 1.00%

(税引後年 0.796%)

お米も買える！レインボー商品券付き

期間
1年もの

年 0.60%

(税引後年 0.478%)

プラス

特典

ご新規50万円毎にレインボー商品券(500円相当)を進呈(上限なし)

※レインボー商品券はJA水郷つくばの直売所やグリーンショップなどで利用できる商品券のことで、お米や新鮮野菜、農業資材の購入にご利用できます！

JA水郷つくば

JA通信水郷つくば 発行/水郷つくば農業協同組合 〒300-0833 茨城県土浦市小岩田西1丁目1番11号/TEL 029-822-0534(代)

第83号・令和7年12月12日 発行人/池田 正 編集/総務企画部 総務課 印刷/朝日印刷株式会社

<https://ja-sgt.or.jp/>