



2026

3

No.328

# あさか野

## Contents

- |      |                       |       |                        |
|------|-----------------------|-------|------------------------|
| 2. 3 | 特集 簡単!ながらエクササイズ       | 11    | マネロン・金融犯罪対策への取組強化について  |
| 4. 5 | 話題あれこれ写真日記            | 12~15 | インフォメーション              |
| 6    | コンサルティング              | 16    | これから年金受給される方へ・FP 個別相談会 |
| 7    | 総合相談センターだより           | 17    | 家族で楽しむおいしい一皿・私の食育日記    |
| 8    | Happy smiles、イラスト紹介   | 18    | バズル・応募方法・当選者発表         |
|      | 難読漢字 これって読めますか?       | 19    | 店舗のご案内・モナカサンドラ占い・表紙紹介  |
| 9    | 読者からのお便り LETTERS      |       | 編集日記・理事会報告             |
| 10   | 読者からのお便り 俳句&短歌等・農と歳時記 | 20    | 農作業受委託事業のご案内           |



# 日常の中に「ながらエクササイズ」を積極的に取り入れましょう

「ながらエクササイズ」には大きく分けて三つの運動があり、それぞれを組み合わせることで、毎日の生活を健康的に送ることを目指しています。

## 1 有酸素運動

**POINT** いつもより少しだけ早く動いてみましょう

歩くことに代表される有酸素運動(エアロビック運動)で、エネルギーを消費して心肺機能を高め、疲れにくい体をつくります。運動不足や老化に関する病気の予防・改善にも効果が期待できます。

「大股早足歩き」で脂肪を燃焼。歩幅をいつもより10cmプラスして早足で歩きます。



## 2 筋トレ

**POINT** 力を込めてゆっくりと

筋肉に軽い刺激を与えることで、筋肉の質を高めて基礎代謝を上げて太りにくい体質にします。肥満、糖尿病、骨粗しょう症などの予防効果が期待できます。

いすに深く腰かけて、膝を伸ばして10秒間キープする「水平膝上げ運動」。デスクワークの合間などに取り入れましょう。



## 3 ストレッチ

**POINT** 気持ち良く大きく伸ばす

筋肉・腱を大きく伸ばすストレッチで血行を良くし、新陳代謝を高めて丈夫な筋肉や骨づくりをサポートします。腰痛、肩凝りなどの体調不良を改善し、免疫力を高める効果も期待できます。

「いす・パソコン上体ひねり」。デスクに対していすを90度回転させるだけで、腰をねじるストレッチになります。

痛みが出た場合は無理をせず休みましょう。疾患をお持ちの方や治療中の場合は医師と相談の上、行ってください。



監修  
日常ながら運動  
推進協会代表  
長野 茂

日常ながら運動の創始者。マスメディア、SNS、講演会などで普及活動を展開  
[www.nagara-exercise.net](http://www.nagara-exercise.net)

### 「ながらエクササイズ」の基本

#### まずは姿勢を正すことから!

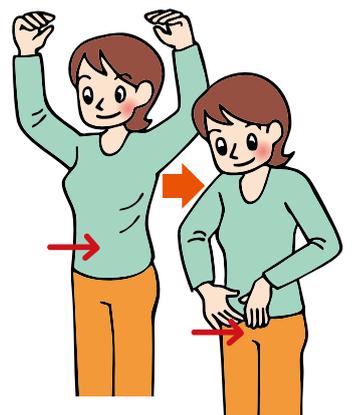
全ての運動に共通しているのは、座る・立つ・歩くときの姿勢です。気が付いたら背筋を伸ばし、おなかに力を込めてへこませることを心がけます。日常で運動を意識するきっかけになります。

●姿勢を正すとこんな健康効果が……

背中、おなか、首筋の引き締め運動になる  
余分なエネルギーを無理なく自然に消費する体質に  
姿勢が矯正され、前向きな気持ちになれる(かも)

#### 姿勢を正す運動

- 1 背筋を伸ばしてあごを軽く引き、両手を上げて大きく息を吸いながら、少しきつめのスカート、ズボンを履くイメージで、おなかをぐっとへこませる。
- 2 おなかをへこませたまま、息をゆっくり吐きながら肩の力を抜き、腕を自然にぶら下げる。自然呼吸で鼻からゆっくり息を吸って口から吐き、その姿勢を30秒維持します。



# 気付いたときにエクササイズスタート!

家事の時間は絶好のながらチャンス! 楽しく続けて毎日を元気に過ごしましょう。

エネルギー消費が増えて  
冷えにも効果的



右<sup>カ</sup>太もも運動  
左<sup>カ</sup>筋トレ  
脚の巻き上げ  
ウォーク

- ①足を肩幅に開き、背筋を伸ばし、おなかに力を入れてへこませる。かかとを尻に当てるように、1秒に1回のテンポで左右交互に、素早く脚を後ろに巻き上げる。
- ②余裕があれば足を肩幅より広く開き、右足を曲げるときは左足に、左足を曲げるときは右足に重心をかけて大きく動く。腰をそらさないように注意。

- 一度に行う目安 60秒
- 一日に行う目標 3セット

ここに効く

脂肪燃焼、太もも、尻、冷え・むくみ予防

ここがポイント

膝頭を前に出さずに、膝から下だけを後ろに巻き上げる。

背筋を伸ばして  
膝をゆっくり曲げる



右<sup>カ</sup>筋トレ  
洗濯物干し  
スクワット

- ①洗濯かごを下に置き、背筋を伸ばしたまま片足を半歩前に出し、ゆっくり2秒かけてしゃがみ、洗濯物を1枚取って、ゆっくり2秒かけて立ち上がる。
- ②前に出す足は適度に入れ替えて均等に行う。膝に痛みがあるときは無理をしない。

- 一度に行う目安 洗濯物10枚~20枚
- 一日に行う目標 1セット

ここに効く

基礎代謝アップ、太もも、尻

ここがポイント

背中を曲げずに、膝をしっかり曲げて洗濯物を取る。

太ももの前後、  
尻の筋肉を鍛える



右<sup>カ</sup>筋トレ  
左<sup>カ</sup>筋トレ  
掃除機で  
一歩踏み出し運動

- ①足を肩幅に開き、両手で掃除機を持ち、背筋を伸ばし、おなかを引き締める。左足を一歩踏み出し、バランスを取りながら両手を伸ばして前を掃除する。
- ②さらに上体をねじって左右に掃除機をかける。次に右足を踏み出し同様に行う。

- 一度に行う目安 左右各30秒×3回
- 一日に行う目標 1セット

ここに効く

基礎代謝アップ、太もも、尻、ふくらはぎ、脇腹

ここがポイント

踏み出しの膝は直角に曲げると効果的。後ろ足の膝はできるだけ伸ばす。

上半身を鍛える。  
買い物袋でも応用可能



右<sup>カ</sup>筋トレ  
左<sup>カ</sup>筋トレ  
ゴミ出しダンベル

- ①ゴミ袋を左右均等に分けて持つ。ゴミ袋をダンベルに見立てて、歩きながら両手をゆっくり胸まで引き上げ、ゆっくり下ろす。
- ②次に腕を伸ばし、真横にゆっくり上げる。

- 一度に行う目安 各10回
- 一日に行う目標 1セット

ここに効く

肩、腕、背中、胸

ここがポイント

買い物や荷物を持って移動するときも同様に行える。



## 志木支店オープン10周年を祝し、至福のひとときを ～感謝を込めた「ハプナ」ランチbuffetと浅草散策ツアーを開催～



JAあさか野志木支店は2月10日、オープン10周年謝恩企画「至福のランチbuffet『ハプナ』と優雅な浅草散策の旅」を開催しました。当日は、日頃から支店を支える組合員ら108名が参加し、大きな節目を祝いました。出発前に各号車にて高橋均組合長より、「皆様のおかげで無事に10周年を迎えることができました。本日は感謝の気持ちを込めた特別な一日です。心ゆくまで楽しみ、交流を深めてください」と感謝の言葉を述べました。一行は日本オリンピックミュージアムを見学、昼食は品川プリンスホテル内の「リュクス ダイニング ハプナ」にて、旬の食材を活かした豪華料理を満喫。午後はNHK放送博物館を見学し浅草散策を楽しみ、参加者からは「素晴らしいお祝いになった」と喜びの声が上がりました。浦部支店長は「この10周年を新たなスタートラインとし、これからも地域に寄り添い、皆様に愛される支店づくりに努めます」とさらなるサービス向上への意気込みを話してくれました。



1号車バスの皆様



2号車バスの皆様



3号車バスの皆様

## 朝霞産ミカンでクラフトビール 地域の女性有志が手搾り、農家の恵みを一杯に



朝霞市で、農家が自家用に栽培する「軒先のミカン」を活用したクラフトビールが誕生しました。3年目の冬を迎えた今回は、市内の女性有志が収穫した約270キロのミカンを手搾り。地元の魅力を詰め込んだ一杯が完成しました。

商品名は「あさかのきさきエール」。市の名称「朝霞」の妃（きさき）と、農家の「軒先」、応援を意味する「エール」を掛け合わせたものです。

製法にもこだわり、麦芽などの基本材料に加え、無農薬ミカンの皮を乾燥させて漬け込む手法を採用しました。これにより、香りが飛ぶのを防ぎ、ミカン本来の風味をしっかりと感じられる味わいに仕上げています。手搾りならではの風味が生きる、フレッシュでジューシーな飲み口が特徴です。

地域農産物を生かした魅力発信として期待が高まる中、JAあさか野は今後も商品づくりを支援し、農家と住民をつなぐ取り組みを拡大していく方針です。



笑顔とミカンがギュッとなる作業場の様子

# 女性部が「にんじん料理」で 小島よしおさんをおもてなし！



1月6日、小学生向け雑誌『ちゃぐりん』の取材で、人気お笑い芸人の小島よしおさんがJAあさか野を訪れました。今回の大きな見所の一つは、新座支店調理室で行われた女性部によるにんじんのレシピ紹介です。

女性部の部員有志14名は、にんじんが苦手な子どもでも手軽に美味しく食べられるよう工夫を凝らした「にんじんづくしのメニュー」を考え、料理を披露。実際に試食した小島さんは、その美味しさとアイデアを絶賛していました。

また、生産者の高橋松久さんの圃場も訪れ、収穫や選別の様子を熱心に取材。地域が一体となってにんじんの魅力を発信する素晴らしい一日となりました。

※取材の内容は『ちゃぐりん』2026年5月号に掲載されます。



取材の様子を見守る女性部部員達



調理を指導する女性部部員

## 第12回「よみうり楽々朝市with食いち」開催！ 野菜を求め多くの来場者で賑わう



1月19日、JAあさか野本店駐車場にて、読売センターとJAあさか野の連携による「第12回よみうり楽々朝市with食いち」が開催されました。新聞折込チラシやSNS等での告知により、会場は多くの来場者で賑わいました。12回目を迎えた今回は、販売開始前から新鮮な野菜を求め、長蛇の列を作り、JAあさか野職員らの活気ある掛け声が響き渡りました。

販売されたのは、管内の新鮮な野菜（ほうれん草、小松菜、かぶ、大根等）や旬の果物（いよかん等）に加え、ご当地弁当や飯綱町のりんごをはじめとする特産品も販売され、飛ぶように売られていました。

来場者からは「毎回、新鮮な野菜や各地の名物弁当の購入を楽しみに来場しています」という声が聞かれました。JAあさか野は今後も地域に根ざした活動を継続していきます。



新鮮な野菜を求め多くのお客様が来場しました

# 法律相談

J Aあさか野顧問弁護士  
 弁護士法人 長島法律事務所 長島 佑享

## QUESTION

車の事故で亡くなった息子の子ども（私の孫）が相続放棄しました。人身傷害保険の死亡保険金は、母親の私が受け取れるのでしょうか？

私には解体業の息子がいましたが、作業用の車を操縦しているとき、重機に挟まれて亡くなりました。息子はすでに離婚していましたが、子どもが1人います。ただ、事情があつてその子どもが相続放棄をしたため、私が息子の唯一の相続人となりました。

息子の車には人身傷害保険が掛けられていたので、私は、保険会社に、「息子の子どもの相続放棄してしまったので、母親の私が、息子の死亡保険金を1人で受け取ることはできませんか。」と聞いてみました。

ところが、保険会社の担当者からは、「この保険契約では、『保険金は、法定相続人に払う』と書いてあります。ここで法定相続人というのは、相続放棄をする、しないに関わらず、第1順位の法定相続人のことを言います。だから、お孫さんが相続放棄をしたとしても、お孫さんに保険金を受け取る権利があるので、お母さんには払え

ません。」と言われてしまいました。

保険会社の言うとおり、人身傷害保険の死亡保険金は、相続放棄をした孫が受け取るもので、私は受け取れないのでしょうか。

## ANSWER

**人身傷害保険の死亡保険金は相続財産であり、相続人であるあなたが受け取れます**

今回、息子さんの車に掛けられていた人身傷害保険というのは、交通事故などによって生じた損害を補うための保険です。被保険者が死亡した場合に、この保険で支払われる損害というのは、亡くならなければ被保険者が将来得られたはずの収入（逸失利益）、死亡による被保険者自身の精神的苦痛（慰謝料）、葬儀費用などです。

人身傷害保険では、「損害を被ったのは被保険者本人である」という考え方に基づく保険です。

保険会社の言い分を見ると、被保険者の損害を穴埋めするための保険金の請求権は、人身傷害保険契約という合意によって、あらかじめ請求できる

人（本件ではお孫さん）が決められているのであつて、お孫さんは、被保険者（本件では息子さん）が請求できる権利を、息子さんから相続により引き継ぐのではない、と言いたいのではないでしょうか。

この点、近時の判例では、人身傷害保険の死亡保険金を請求する権利というのは、亡くなった被保険者本人に生じた損害を穴埋めする権利、つまり、亡くなった被保険者自身の権利と判断し、死亡保険金の請求権は、亡くなった被保険者の相続財産に含まれると判断しています（最高裁令和7年10月30日判決）。

保険会社は、契約上、保険金請求者につき「被保険者が死亡した場合は、その法定相続人とする」と書かれているので、「そもそもこの保険金請求権は、息子さんの相続財産ではない。この規定に基づいて、第1順位の法定相続人であるお孫さんが保険金を受け取る権利を得た。相続放棄してもこれに変わりはない。」と言いたかったのでしょう。

しかし、先の判例は、この規定の意味について、被保険者である息子さん本人の保険金請求権が相続によって引き継がれ

ることを、はっきりと分かるように、念のために規定したものと判断しました。つまり、人身傷害保険の保険金の請求権は、相続財産であり、相続人が取得することを前提とした規定であるとしています。

そうすると、相続放棄をしたお孫さんは、法律上「初めから相続人とならなかったもの」（民法939条）と扱われますので、死亡保険金を請求することはできません。一方、相続放棄の結果として唯一の相続人となったあなたは、息子さんの相続財産として、死亡保険金請求権を取得することになります。

以上のとおり、本件では、死亡保険金は相続財産にあたり、相続人であるあなたが請求し、受け取ることができます。保険会社が、お孫さんの相続放棄を理由に支払いを拒否することは、最高裁判例に照らして認められません。

（参考）息子さんに掛けられていたのが、生命保険であれば、あらかじめ指定された受取人が、契約で決められた金額の保険金を受け取ることとなります。人身傷害保険とは異なり、生命保険は、被保険者の損害を埋める保険ではないからです。



# 総合相談センターだより

## (令和8年度税制改正)

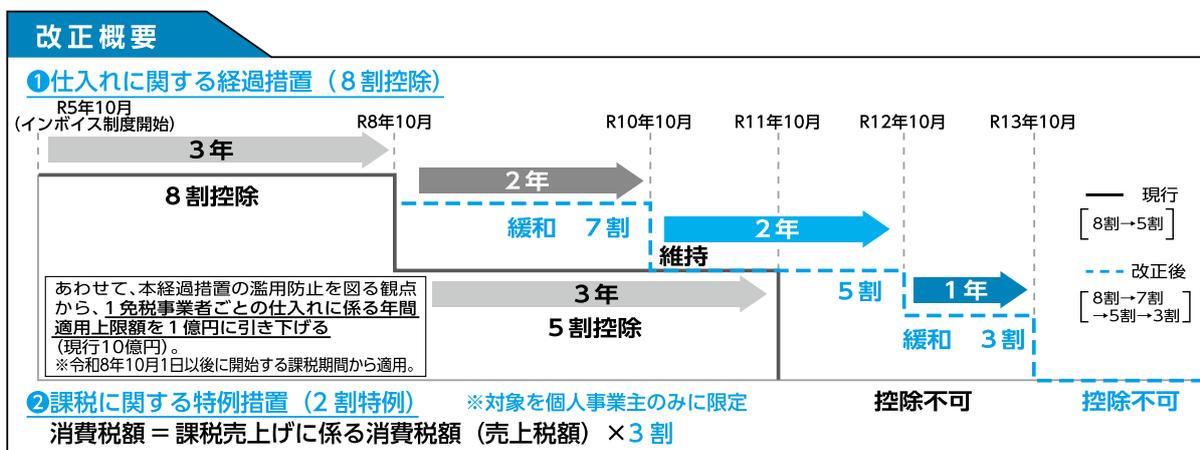
### 消費税インボイス制度導入に伴う経過措置が見直されます

2月号に続き、令和8年度税制改正について取り上げます。今回は、その中でも消費税インボイス制度について注目します。

#### 【消費税のインボイス制度とは】

令和5年10月に開始した消費税のインボイス制度では、買手（借主）が課税事業者の場合、原則として売手（貸主）の適格請求書（インボイス）がなければ仕入税額控除ができません。制度の円滑な定着のため、免税事業者との取引でも一定割合を控除できる経過措置が設けられてきましたが、令和8年10月から控除割合が段階的に縮小されます。

#### 【ポイント① 現行の経過措置と見直しの方向】



出典：経済産業省「令和8年度税制改正について(概要)」32頁 ([https://www.meti.go.jp/main/zeisei/zeisei\\_fy2026/zeisei\\_k/index.html](https://www.meti.go.jp/main/zeisei/zeisei_fy2026/zeisei_k/index.html))

#### 【ポイント② 不動産オーナーが注目すべき理由】

事業用賃貸（テナント・駐車場等）で、貸主が免税事業者、借主が課税事業者の取引は、借主側の控除縮小により実質負担が増加します。その結果、更新・改定時に「インボイス発行(登録)要請」「賃料条件の見直し」等の交渉が生じやすくなります。

また、課税事業者の方が大規模修繕や外注（清掃・広告等）で未登録業者を利用する場合は、控除縮小期ほどコスト増が顕在化するため、発注先の見直しや実施時期の調整を検討してください。

※住宅賃料は非課税のためインボイス発行の対象外です。本見直しの主な影響は事業用賃貸・駐車場などの課税取引に及びます。

#### 【まとめ】

事業用賃貸（テナント・駐車場等）では、インボイス制度開始後も免税事業者を継続している貸主が少なくありません。インボイス登録の必要性は、登録による消費税納付額の変動、申告事務負担の増加、物件の用途や入居者の属性により異なります。貸主側は「未登録の継続」または「登録してインボイスを発行」のいずれを選択するかについて、空室リスク、納税額、事務負担、修繕計画に伴う控除効果等を踏まえ、事前に比較検討しておくことが重要です。

当組合では、顧問税理士と連携して税務に関するご相談等を承っておりますので、お気軽に各支店または総合相談センターまでご相談ください。

— お気軽にお問い合わせください —

## JAあさか野 総合相談センター

〒352-0011 埼玉県新座市野火止5丁目7番22号 TEL.048-489-1200 FAX.048-489-1201

# イラスト紹介



朝霞市溝沼  
関口 よし江さん



朝霞市北原  
笹岡 蒼汰さん



新座市野火止  
高田 優代さん



新座市石神  
P・N 狐の嫁入りさん

## 「素敵な笑顔」「我が家のペット」 「不思議な野菜」など 色々な写真を募集しております

自慢の笑顔や何気ないしぐさの写真を、一言コメントと一緒に広報誌「あさか野」に掲載いたしますので、下記連絡先までご連絡ください。広報担当職員が対応いたします。

連絡先 JAあさか野 本店 生活広報課  
048-451-1122  
(平日 午前9:00～午後5:00)

# Happy Smiles



## 素敵な笑顔



(新座市野火止) お父さん 吉田 幸次 さん

右 吉田 ひまり ちゃん 女の子 4歳

左 吉田 すず ちゃん 女の子 0歳

今年の節分は、可愛い赤鬼さんが登場！お姉ちゃんのおかげで、素敵なツーショットが撮れました。

## 野菜・果物難読漢字 これって読めますか？

野菜・果物の難読漢字  
知っていますか？  
これはなんと読むでしょうか？

蔘

◀ 答えは  
17ページ

たくさんのご感想などをいただきありがとうございました。おハガキの一部をご紹介しますさせていただきます。

1月号広報誌の表紙面に世界へ羽ばたくJAあさか野「小峰拓真」職員が活躍する「ラクロス」のプレーは激しい接触を伴う競技スポーツであり、世界チャンピオンを目指す為に日々、競技レベルを向上させ事故を防ぐための体力づくりや重要な練習、さらにボディメンテナンスに精励した打ち込む姿を拝読して抜群の闘魂で心身逞しい職員を感じました。今後JAあさか野職員およびアスリートとして二刀流の活躍を祈ります。

志木市幸町 匿名さん

「身近にそんな凄い方がいたなんて！」と編集側でも話題になりました。仕事も競技も全力で打ち込む彼の情熱に負けぬよう、誌面も努力してまいります。

今年もよろしくお願ひします。早速ですが、広報1月号の表紙の笑顔のステキなお兄さん。我が家に来てくれる営業担当の方!!まさか!ラクロスの日本代表選手だとは思いませんでした。ラクロスと言えば、我が家のおいつ子も大学時代にラクロス部で活躍していました。それでも、日本代表選手として活躍出来るのはほんの一握りのアスリートだけ!!ケガなどには気を付けて、競技を続けて欲しいです。内間木から応援しています!!頑張れ!!

朝霞市上内間木 須崎 正彦さん

身近な担当者の意外な一面に驚かされたことでしょうか。甥御様との縁も感じます。本人がお伺いしましたら応援してください。

「四市農産物共進会、品評会」の入賞者に近所の知り合いの方の名前を見つけた時は、とても嬉しくなりました。「JAあさか野女性部日帰り研修旅行」楽しそうな見学内容でした。皆さんの元気で楽しそうな活動がうらやましいです。

新座市西堀 匿名さん

お知り合いの入賞は自分のことのように嬉しいものです。女性部の活動も、誌面から活気が伝わり何よりです。今後も地域の元気が届く誌面作りを続けてまいります。

四市農産物共進会・品評会で受賞した数々の農産物の逸品は誌面でも美しく、まるで宝石のようだと感じました。新年1月号を飾るのに正に相応しいですね!!受賞された生産者様、まことにおめでとうございます。

新座市西堀 ペンネーム あずきさん

「宝石のよう」とのお言葉、生産者様の情熱と素材の輝きが伝わり編集員に伝えます。

1月号 No.326の2026年新年度にふさわしい華やかな表紙ですね。本年も和光生産者様の旬の野菜を楽しみにいたしております。体調にご自愛下さりながらどうぞ宜しくお願いいたします。

朝霞市栄町 匿名さん

新年の幕開けにふさわしい表紙とお褒めいただき、被写体となった職員の励みになります。

2026年がスタートしました。私が40年前にこの家に嫁いだ時に、姑がよく言っていた言葉です。

「1月↓行く、2月↓逃げる、3月↓去る」

聞いた当時は何も思う事もなく聞き流していましたが、でも自分が歳を重ねて、月日の流れの速さにこの言葉が思い出されます。世界情勢、気候変動、いろいろ難しい時代です。穏やかでやさしい日が1日でも多くありますように……

志木市下宗岡 匿名さん

お姑様の言葉が、時を経て実感を伴い心に響く……そんな歳月の重みを感じました。

「私の食育日記」より、魚に含まれるDHAとは、の記事は大変参考になりました。つい、肉料理になりがちですが、「1日1食、主食を魚料理にする」私も心がけたいと思います。おさしみやサバ缶など、手軽なものを、意識してとり入れたいと思います。

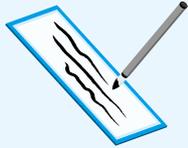
志木市上宗岡 匿名さん

健康への第一歩として魚料理に注目いただけただけで嬉しいです。無理なく「1日1食」を楽しみながら続けてくださーね!

難読漢字のコーナーを毎号楽しみにしています。今月号も、とてもおもしろかったです。

志木市柏町 匿名さん

読者の皆様に「絶妙な難しさ」を楽しんでいただけるよう、次号も厳選した難問を用意いたしますね。



# 読者からのお便り

## JA文芸ひろば

たくさんのお便りをいただきありがとうございます。  
みなさまからいただいた作品を一部ご紹介させてい  
たきます。18ページのクロスワードパズルとあわ  
せてご投稿ください。

## 俳句 & 短歌

<p>新座市あたご 金子 美代子さん</p> <p>ネギ坊主 少しすねたり 気取ったり</p>	<p>新座市東 栢尾 恵子さん</p> <p>香りする 三つ葉吸い物 花ご膳</p>	<p>新座市菅沢 高橋 悦子さん</p> <p>わずかでも みつ葉の存在 大なりに</p>	<p>新座市あたご 新井 京子さん</p> <p>寒さたえ シヤキシヤキ 三ツ葉の卵とじ</p>
<p>朝霞市宮戸 高橋 一枝さん</p> <p>母乗せて 桜のトレンネル ドライブに</p>	<p>新座市東 高橋 敏子さん</p> <p>卒業式 友とのわかれ なみだかな</p>	<p>志木市中宗岡 富岡 春江さん</p> <p>すすむ道 期待と不安 別れの日</p>	<p>朝霞市栄町 渡辺 良子さん</p> <p>待ち遠し 花の満開 楽しみに</p>

### 俳句&短歌 などを募集して おります

JAあさか野では、組合員や地域の方々からの俳句、短歌、川柳を募集しています。  
応募いただきました作品は、広報誌「あさか野」へ掲載してまいります。  
作品を通じて、地域のみなさまに「食と農」に興味を持っていただきたいと考えております。  
18ページに投稿先やお題をのせてありますので、お気軽に投稿してみてください。  
※応募頂いた俳句は、添削・削除を行う場合があります。ご了承ください。

### 農と歳時記

和文文化講師 ● 滝井ひかる

### 啓蟄・春分・社日

啓蟄 (けいちつ) 2026年は3月5日)

啓蟄は二十四節気の二つで、冬もりをしていた虫たちをはじめさまざまな生き物が地上にはい出てくる頃です。啓蟄の啓の字は「戸を開く」、蟄の字は「虫が土の中に潜って隠れる」という意味を持ちます。

啓蟄は春の季語。同じく春の季語に「春雷」「初雷」という言葉があります。昔から春雷は、豊作の兆しとして喜ばれてきました。

した。実際に、雷の放電によつて生じた窒素化合物が雨に溶けて、土壌に恵みをもたらすとされています。雷の落ちた土地にはよく稲が実るので「稲妻」と呼ばれるという説もあります。

社日・春分 (しゃにち・しゅんぶん) 2026年は3月15日・3月20日)



二十四節気の春分は、秋分と同じく昼と夜の長さがほぼ等しい日。太陽が真東から昇って真西に沈みます。そのため、西に極楽があるという西方浄土の考えから、仏教ではこの日を「彼岸」といって先祖のお墓参りをします。「暑さも寒さも彼岸まで」という通り、春分からは昼の時間が徐々に長くなります。

春分は春分の前夜で、最も近い戊(つち)のえの日が社日。暦の雑節の一つです。社日は土地の神様に豊作を祈願する日。山から田の神様が下りてくるので餅をついてお供えします。この日は神様の邪魔をしないよう、田畑に出歩いたり耕したりせず、土をいじらないようにします。



---

# マネロン・金融犯罪対策への 取組強化について

---

昨今、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おり、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信用事業を営む当組合の責務でもあり、当組合では金融機関としての信頼性を確保するため、そして、お客様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・金融犯罪対策の取り組みを重要な経営課題と位置づけて、一層力を入れて取り組むことといたします。

このたび、金融課及び企画課にマネロン・金融犯罪対策リーダーを設置し、組合全体としての取り組みの定着化・高度化に向けて、職員の先頭に立って取り組みを進めてまいります。私を含め常勤理事もマネロン・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。

あさか野農業協同組合

代表理事組合長 高橋 均

## 令和7年度フードドライブ活動のご報告

令和8年2月16日(月)～2月27日(金)の期間で開催しました第4回フードドライブ活動のご報告です。みなさまの寄付のおかげでたくさんの品物を集めることができました。ご協力いただきまして誠にありがとうございました。

寄付いただいた品物は特定非営利活動法人フードバンク埼玉を通じて福祉施設や支援団体等に寄付をさせていただきます。結果につきましては、改めて詳細をご報告させていただきます。

なお、令和8年度もフードドライブ活動を開催する予定です。詳しくは店頭でのご案内や広報誌などでお知らせいたします。みなさまのご協力をよろしくお願い申し上げます。



## 税務・法律相談会のご案内

～ お気軽にご相談ください～

※ご予約制になります。事前に最寄りの支店、もしくは総合相談センターへご連絡ください。

無  
料  
予  
約  
制

弁護士  
税理士が  
対応します



3月

16日(月) 法律相談会 (和光支店)	PM 1:30 ~ PM 4:30
17日(火) 税務相談会 (総合相談センター)	AM10:00 ~ PM 3:00
19日(木) 法律相談会 (総合相談センター)	PM 1:30 ~ PM 4:30
税務相談会 (和光支店)	AM10:00 ~ PM 3:00
31日(火) 法律相談会 (総合相談センター)	PM 1:30 ~ PM 4:30
税務相談会 (和光支店)	AM10:00 ~ PM 3:00

※ご利用は原則、組合員に限らせていただきます。

また、日程など変更になる可能性があります。予めご了承ください。

## 「組合員等からの情報提供窓口」のお知らせ

当組合の監事は、監事監査の実効性を高めるために、「組合員等からの情報提供窓口」を開設しております。

この受付窓口は、監事が当組合の監査を行うにあたりその一環として、理事の職務遂行にかかる情報を収集することを目的にしております。当組合の理事の組合経営に関する気になる行為について、見たり聞いたりした事柄があればご連絡ください。

情報提供の受付は下記の電話番号となりますので、受付窓口の設置の趣旨をご理解いただきご協力願います。

なお、ご厚意による情報であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承ください。



あさか野農業協同組合 監事会  
☎048(451)1122  
部署名 監査室

**受付時間** 毎週水曜日 午前9時～正午  
(常勤監事のご意見を承ります)

## JAあさか野 出張販売案内 一覧表

開催場所		開催日	開催時間
和光市駅南口軽トラ市	和光市駅南口駅前広場 ステージ	3月11日(水)	午後4時～午後6時
志木支店いろはやさい市	志木支店駐車場	3月12日(木)	午前10時～午後3時
		3月26日(木)	
あさか野ソライチ	JAあさか野本店駐車場	毎週水曜日	午前10時～午後1時
和光支店野菜市	和光支店店舗前	毎週木曜日	午前10時～午後1時
新座栄四丁目商店会	新座栄四丁目商店会内	毎週金曜日	午前10時～午後1時
新座支店野菜市	新座支店店舗前	毎週金曜日	午前10時～午後1時

※売り切れしだい終了となります。  
※天候等により、開催の中止または開催時間の変更があります、予めご了承ください。

## 皆様の声を、より良いJAづくりのために

日頃より JA あさか野をご利用いただき、誠にありがとうございます。当 JA では、組合員・利用者の皆様により一層ご満足いただけるサービスを提供できるよう、貯金やお借入れなどのお取引に関するご相談、および苦情等の受付窓口を設置しております。

「もっとこうしてほしい」「ここが分かりにくい」といったお気づきの点がございましたら、どうぞお気軽にお聞かせください。皆様の貴重なご意見を真摯に受け止め、サービスの向上に努めてまいります。

JAバンクでは、お客様の声を受け止めるため、各種の相談窓口をご用意しています。

### 1 まずはJAあさか野の窓口、または以下の担当部署へお申し出ください

#### JAあさか野 (あさか野農業協同組合) 金融共済部

住 所 〒351-0023 朝霞市大字溝沼466 番地

電話番号 048-451-1122 FAX 048-451-1121

受付時間 9:00~17:00(金融機関休業日を除きます)

受付方法 電話・FAX・手紙・面談

・当JAでは、お客様により一層ご満足いただけるサービスを提供できるよう、当JAとの貯金やお借入などのお取引に関するご相談および苦情等を受け付けておりますので、お気軽にお申し出ください。

### 2 もしくは外部機関である「JAバンク相談所」にご連絡ください

#### JAバンク相談所 [一般社団法人JAバンク・JF マリンバンク相談所内]

電話番号 03-6837-1359

受付時間 9:00~17:00(金融機関休業日を除きます)

※電話での問合せが難しい場合の問合せ方法は、JAバンクホームページ内の当相談所のページ (<https://www.jabank.org/support/soudan/>) をご確認ください。

- ・JAバンク相談所でも、当JAが行う貯金・貸出などの信用事業等に関する苦情等をお電話にて直接お受けしております。
- ・JAバンク相談所では、苦情についてはお申出者の了解を得たうえで当JAに速やかに取り次いで解決を促すこと、相談については適切な相談先へご案内することを実施しています。
- ・JAバンク相談所はJAとは別の独立した組織ですので、個別のお取引内容や手続、貯金・融資等の具体的な条件・商品内容・手数料等のお問合せにつきましては、JAバンク相談所ではお答えできかねるため、当JAの窓口にお問合せください。

※お客様の個人情報、苦情等の解決を図るため、またお客様とのお取引を適切かつ円滑に行うために利用いたします。

## 人事異動のご案内

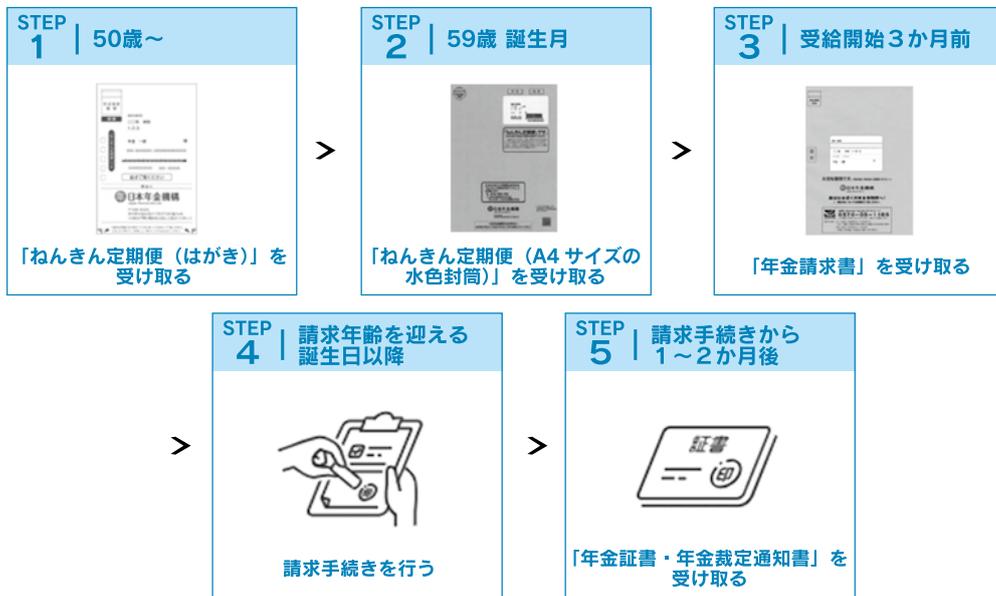
人事異動（令和8年3月1日付）

氏名	新所属・役職	旧所属・役職
並木 淳一	企画管理部 企画課 課長	企画管理部 審査課 課長
高橋 光	企画管理部 人事課 課長	金融共済部 融資課 課長
山崎 善成	指導経済部 経済課 課長	企画管理部 企画課 課長
岡本 篤	新座支店 支店長	新座支店 副支店長
渡邊 浩昭	金融共済部 融資課 課長	新座支店 支店長
小糸 隆也	企画管理部 管理課 課長	企画管理部 管理課 課長 企画管理部 人事課 課長（兼務）
大河原 勉	企画管理部 審査課 課長	指導経済部 経済課 課長
中居 健二	新座支店 副支店長	金融共済部 資金運用課 課長代理
森田 千尋	志木支店 支店次長	金融共済部 融資課 係
椎野 加奈子	和光支店 支店次長	野火止支店 支店次長
神田 裕己	野火止支店 支店次長	野火止支店 係
福原 充子	指導経済部 営農支援課 専門員	指導経済部 経済課 専門員 指導経済部 営農支援課 専門員（兼務）
大塚 淳史	企画管理部 企画課 係	金融共済部 金融課 係
榎本 充宏	金融共済部 資金運用課 係	金融共済部 融資課 係
榎本 直希	志木支店 係	朝霞支店 係
村上 千翔	和光支店 係	野火止支店 係
平野 峰子	金融共済部 融資課 係	新座支店 係
芝原 裕美	指導経済部 経済課 係	組合員相談部 ライフサービス 係
石川 博美	野火止支店 係	指導経済部 営農支援課 係
谷岡 裕貴	朝霞支店 係	企画管理部 人事課 係
稲垣 幸恵	金融共済部 共済課 係	朝霞支店 係
鈴木 智也	野火止支店 係	朝霞支店 係
野木 楓	指導経済部 経済課 係	指導経済部 経済配送センター 係
大溝 菜々香	和光支店 係	新座支店 係
吉永 桜夢	野火止支店 係	和光支店 係
佐藤 克	朝霞支店 係	指導経済部 営農支援課 係
田中 颯	指導経済部 営農支援課 係	指導経済部 経済配送センター 係
中村 まつり	新座支店 係	指導経済部 経済課 係
河合 良彦	朝霞支店 嘱託職員	志木支店 嘱託職員

## これから年金受給される方へ～年金の請求方法～

年金は、年金を受給できる資格を得ても自動的に支給が始まるものではありません。ご自身で年金を受給するための手続き(裁定請求)が必要です。

ゆとりあるセカンドライフの実現に向け、年金のお受取りに関することはJAにご相談ください。



<https://www.jabank.org/benri/nenkin/>  
これから年金受給される方へ JAバンクHPより抜粋

詳しくは最寄りのJAあさか野各支店までご相談ください

## ファイナンシャルプランナーによる

暮らしとお金 **個別**  
**無料相談** **相談会**



家計診断  
しませんか？

来場された方へ  
記念品贈呈

人生のマネープランがJAあさか野で相談できます

開催会場	開催日		開催会場	開催日	
志木支店	第1回	終了しました。	和光支店	第4回	終了しました。
新座支店	第2回	終了しました。	朝霞支店	第5回	令和8年 3月15日(日)
野火止支店	第3回	終了しました。	ご予約は開催日の2か月前より受け付けします。		

### 開催時間 (予約制)

9時00分～10時30分 10時50分～12時20分 13時30分～15時00分 15時20分～16時50分

お電話・窓口にてご予約受付中！  
下記最寄りの支店へお気軽にお問合わせください。

暮らしとお金個別相談会予約専用フォーム  
からのお申込みもできます。



野火止支店 048-478-5500 志木支店 048-471-0011  
新座支店 048-478-1017 和光支店 048-461-2113  
朝霞支店 048-461-0032

予約専用フォームからのお申込みの場合については、送信が完了時点でのご予約をお約束するものではありません。後日お申込みの結果についてお知らせいたします。

※上記開催日は都合により変更になる場合があります。予めご了承ください。

# 家族で楽しむおいしい一皿

目にも体にも優しい、野菜の彩りを楽しむ料理



## ブロッコリーのオイル蒸しと しらすの Pasta

ブロッコリーの栄養を  
逃さず食べる春色パスタ

### 材料(2人分)

ブロッコリー… 1株(200g) 塩 …… 大きじ1+2つまみ  
ニンニク …… 2片(10g) パスタ …… 200g  
唐辛子(お好みで) …… 少々 しらす …… 20g  
オリーブ油 …… 大きじ2 こしょう …… 少々  
水 …… 2L+300ml

### 作り方

- ①水(2L)に塩(大きじ1)を入れて沸かしておく。ブロッコリーは小房に分けて、軸は外側をむいて細かく切る。ニンニクはみじん切りにする。
- ②ニンニク、唐辛子、オリーブ油をフライパンに入れて弱火で加熱する。香りが出てきたらブロッコリー、水(300ml)、塩(2つまみ)を入れてふたをし、中火でオイル蒸しにする。10分たったらフライパンの中でブロッコリーをよくつぶし、しらすを混ぜ合わせておく。
- ③パスタを袋に表記された時間通りにゆで、ゆで上がったら②に絡める。仕上げにこしょうとオリーブ油(分量外)をかけて出来上がり。

### ポイント

ブロッコリーをくたくたになるまでゆでるのがポイントです。味見して塩味が足りなければパスタのゆで汁を少し加えましょう。

### アレンジ

- しらすの代わりにアンチョビやたらこを使う
- レモンを搾ったり、粉チーズをかける



## 私の食育日記

### 玄米を食べよう

食育インストラクター ● 岡村麻純

わが家の米は玄米を購入して、家にある精米機で分づき米(精米する際、ぬかや胚芽を一部残した米)にして食べています。真っ白な精白米はとてもおいしいですが、精米するときは取り除いてしまう部分、ぬかには栄養がたっぷり入っています。ぬかからは、ぬか漬けや米油が作られます。ぬかには、ミネラルやビタミンが多く含まれています。玄米と白米を比較すると、玄米の方が鉄やカリウムが3倍ほど、マグネシウムが5倍ほど、またビタミンB1やB6も4、5倍ほど多く含まれます。



その中で、チアミンと呼ばれるビタミンB1は、糖の代謝や神経の機能を正常に保つ働きをしており、特に大切な栄養素です。精米の技術が向上した明治時代以降、チアミン不足によって起こる病気、脚気(かっけ)がはやり問題となったほど、日本人は米ぬかからわが家の米は玄米を購入して、家にある精米機で分づき米(精米する際、ぬかや胚芽を一部残した米)にして食べています。真っ白な精白米はとてもおいしいですが、精米するときは取り除いてしまう部分、ぬかには栄養がたっぷり入っています。ぬかからは、ぬか漬けや米油が作られます。ぬかには、ミネラルやビタミンが多く含まれています。玄米と白米を比較すると、玄米の方が鉄やカリウムが3倍ほど、マグネシウムが5倍ほど、またビタミンB1やB6も4、5倍ほど多く含まれます。

その中で、チアミンと呼ばれるビタミンB1は、糖の代謝や神経の機能を正常に保つ働きをしており、特に大切な栄養素です。精米の技術が向上した明治時代以降、チアミン不足によって起こる病気、脚気(かっけ)がはやり問題となったほど、日本人は米ぬかからわが家の米は玄米を購入して、家にある精米機で分づき米(精米する際、ぬかや胚芽を一部残した米)にして食べています。真っ白な精白米はとてもおいしいですが、精米するときは取り除いてしまう部分、ぬかには栄養がたっぷり入っています。ぬかからは、ぬか漬けや米油が作られます。ぬかには、ミネラルやビタミンが多く含まれています。玄米と白米を比較すると、玄米の方が鉄やカリウムが3倍ほど、マグネシウムが5倍ほど、またビタミンB1やB6も4、5倍ほど多く含まれます。

その中で、チアミンと呼ばれるビタミンB1は、糖の代謝や神経の機能を正常に保つ働きをしており、特に大切な栄養素です。精米の技術が向上した明治時代以降、チアミン不足によって起こる病気、脚気(かっけ)がはやり問題となったほど、日本人は米ぬかからわが家の米は玄米を購入して、家にある精米機で分づき米(精米する際、ぬかや胚芽を一部残した米)にして食べています。真っ白な精白米はとてもおいしいですが、精米するときは取り除いてしまう部分、ぬかには栄養がたっぷり入っています。ぬかからは、ぬか漬けや米油が作られます。ぬかには、ミネラルやビタミンが多く含まれています。玄米と白米を比較すると、玄米の方が鉄やカリウムが3倍ほど、マグネシウムが5倍ほど、またビタミンB1やB6も4、5倍ほど多く含まれます。



タテのカギ

- ② 卒業生代表が壇上で卒業——を  
受け取った
- ⑥ チューナーで選局して聞きます
- ⑧ わんこそばやじゃじゃ麺で知られ  
る県
- ⑨ 精算するために並びます
- ⑩ アルファベットの7番目
- ⑪ 通知表ともいいます
- ⑮ 走ること。ウイニング——
- ⑯ 日本庭園の池に似合う魚
- ⑱ 熱波師が活躍しているところもあ  
ります
- ⑳ 糖度計の——を読み取った
- ㉑ 夫婦——で旅行に行った

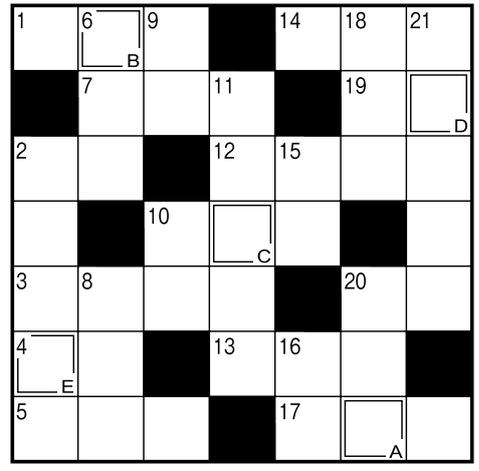
ヨコのカギ

- ① お雛様にひな——をお供えした
- ② 力士が土俵にまくもの
- ③ オーストリアの首都
- ④ 眉間に寄せるもの
- ⑤ スケジュール帳に書き込みます
- ⑦ ——は小説よりも奇なり
- ⑩ ——、雷、火事、親父
- ⑫ タロットカードや水晶玉などを使っておこないます
- ⑬ 出身校をこういうことも
- ⑭ パーが紙ならチョコは
- ⑰ ショートケーキの真っ赤な彩り果実
- ⑱ 鳴門海峡には大きなものが発生
- ⑳ 神社の参拝時に鳴らすこともあります

答え

- A
- B
- C
- D
- E

二重マスの文字をA～Eの順に並べて  
できる言葉は何でしょうか？



出題●ニコロ

ハガキの応募先

〒351-0023 朝霞市大字溝沼466  
JAあさか野 生活広報課 行

締 切 日

令和8年3月31日(火) 必着

正解と当選者の発表は5月号の紙面にて掲載

【個人情報の取り扱いについて】  
ご応募いただきましたハガキなどの個人情報について、原則JAあさか野広報誌「あさか野」以外には使用いたしません。

応募要項

お名前(フリガナ)・ご住所・電話番号・年齢と本誌へのご意見、ご要望、ご感想などをお書き添えのうえ、最寄りの店舗にお持ちいただくか、左の宛先までご応募ください。  
また、匿名やペンネームの場合であっても、ご意見・ご要望については、お名前などを掲載させていただきますので、予めご了承ください。

5月号お題

※お題以外の話題もお待ちしております。

- 筍(たけのこ)・新茶・鯉のぼり・兜(かぶと)
- 母の日・感謝・薫風(くんぷう)・新緑・
- 五月晴れ・衣替え

1月号の答え  
サンガニチ

1月号当選者 おめでとうございます

- ・朝霞市溝沼 石川 千加子 さん
- ・朝霞市宮戸 高橋 一枝 さん
- ・新座市東 栢尾 恵子 さん
- ・新座市あたご 金子 美代子 さん
- ・志木市上宗岡 匿 名 さん

ご応募！お便りおまちしております

おせんべいプレゼント

クロスワードパズル正解者、読者からのお便りにご記入をいただいた中から抽選で5名様におせんべい1箱をプレゼントいたします。



※年度の切りかえにあわせて変更となりました。予めご了承ください。



# 店舗のご案内

Access

**本店** 〒351-0023 埼玉県朝霞市大字溝沼466  
TEL.048-451-1122 FAX.048-451-1121  
営業時間 9:00~17:00

**総合相談センター** 〒352-0011 埼玉県新座市野火止5-7-22  
TEL.048-489-1200 FAX.048-489-1201  
営業時間 平日/9:00~17:00 土/9:00~17:00  
※毎週水曜日、日曜日、祝日、振替休日、年末12月31日、年始1月1日~3日はお休みとさせていただきます

**野火止支店** 〒352-0011 埼玉県新座市野火止5-7-22  
TEL.048-478-5500 FAX.048-478-5300

**新座支店** 〒352-0015 埼玉県新座市本多1-11-1  
TEL.048-478-1017 FAX.048-478-2120

**朝霞支店** 〒351-0023 埼玉県朝霞市大字溝沼466  
TEL.048-461-0032 FAX.048-466-5363

**志木支店** 〒353-0002 埼玉県志木市中宗岡1-4-41  
TEL.048-471-0011 FAX.048-475-0569

**和光支店** 〒351-0112 埼玉県和光市丸山台1-7-9  
TEL.048-461-2113 FAX.048-466-5642

**ライフサービス** 〒352-0011 埼玉県新座市野火止5-7-22 2階  
☎ 0120-24-4994 (24時間よく供養)  
TEL.048-450-5252 FAX.048-469-6638  
営業時間 平日/9:00~17:00

※フリーダイヤルは24時間365日対応可能です。なお、葬儀関連以外のご相談は受付できません

**経済配送センター** 〒351-0023 埼玉県朝霞市大字溝沼466  
TEL.048-451-1133 FAX.048-451-1131  
営業時間 平日/9:00~16:00  
土曜日/9:00~12:00

**新座農産物直売センター** 〒352-0011 埼玉県新座市野火止6-1-48  
(愛称 とれたて畑) TEL.048-483-7200 (ふるさと新座館1階)  
営業時間 平日/9:30~16:00  
土日祝/9:00~16:00  
営業日 月曜日、年末年始を除き毎日営業

**和光農産物直売センター** 〒351-0192 埼玉県和光市広沢1-5  
(愛称 ふれあい畑) TEL.048-461-0850 (和光市民文化センター展示棟地下1階)  
営業時間 平日/9:30~16:00  
土日祝/9:00~16:00  
営業日 水曜日、年末年始を除き毎日営業

◎各支店営業時間 平日/9:00~15:00  
ATM 平日・土日祝/8:00~21:00

- 詳しい取り扱い業務に関しましては、本店または最寄りの各店舗にお問い合わせください。
- 営業時間等は変更になる場合があります。変更時はHPでお知らせいたします。

## 3月 今月のあなたの運勢

占い師 モナ・カサンドラ

**♈ 牡羊座** 3/21~4/19  
〈全体運〉運勢は次第に上昇。ちょっとした気遣いが相手の心に響きま。1人で動くよりも協力者を募りましょう  
〈健康運〉冷え、むくみ対策を。足のストレッチがお勧め  
〈幸運の食べ物〉キュウリ

**♉ 牡牛座** 4/20~5/20  
〈全体運〉周りの好意に甘えてしまっ。持ちつ持たれつです。あなたも力を貸してあげましょう。旅行や花見の計画が吉  
〈健康運〉有酸素運動を増やして。体調に好影響あり  
〈幸運の食べ物〉ニラ

**♊ 双子座** 5/21~6/21  
〈全体運〉駄目なものに執着しないように。気持ちの切り替えが大切です。仕事は大きな計画変更を避けて取り組んで  
〈健康運〉ウォーキングなど骨を丈夫にする運動にツキ  
〈幸運の食べ物〉グリーンピース

**♋ 蟹座** 6/22~7/22  
〈全体運〉朗報の予感がしています。今の状態で難しいなら新しい情報を求めるのがお勧め。研修や施設の見学などにツキ  
〈健康運〉皆で楽しめるスポーツで体力もアップ!  
〈幸運の食べ物〉ツマミナ

**♌ 獅子座** 7/23~8/22  
〈全体運〉あれもこれもと思いがちですが時間は限られています。あらためて取捨選択を。下旬には勢いを取り戻し前進  
〈健康運〉油断大敵。いつもの健康習慣をしっかりと継続  
〈幸運の食べ物〉パセリ

**♍ 乙女座** 8/23~9/22  
〈全体運〉運勢は吉凶混合。良いも悪いも入り乱れ忙しくなりそう。臨機応変に対応していきましょう。良い方に目を向けて◎  
〈健康運〉無理は禁物。適度な運動と食事を心がけて  
〈幸運の食べ物〉タケノコ

**♎ 天秤座** 9/23~10/23  
〈全体運〉小さなことが気になって大局を見失いがち。ゆっくり深呼吸を。いつものバランス感覚を取り戻せば快方へ  
〈健康運〉発酵食品やたっぷりの野菜が健康の味方  
〈幸運の食べ物〉タマネギ

**♏ 蠍座** 10/24~11/22  
〈全体運〉好調運です。あなたの意見が通りますから丁寧に分かりやすく説明しましょう。味方を増やせませ。宴会にツキ  
〈健康運〉トレーニングの効果が出る。ハードに鍛えて◎  
〈幸運の食べ物〉シイタケ

**♐ 射手座** 11/23~12/21  
〈全体運〉決まっていたことがひっくり返りトラブルに見舞われがち。下旬からは挽回できるのでこじらせないように配慮を  
〈健康運〉体調がイマイチなときは休息を。受診は早めに  
〈幸運の食べ物〉キウイフルーツ

**♑ 山羊座** 12/22~1/19  
〈全体運〉楽しい話題が増え、心が弾みます。好奇心を発揮してあれこれやってみましょう。視野が広がりに招運!  
〈健康運〉手を使う運動を取り入れて。脳が活性化  
〈幸運の食べ物〉クレンソ

**♒ 水瓶座** 1/20~2/18  
〈全体運〉運勢は穏やか。美術展や演奏会に出かけるなど趣味の時間を多めに取って。季節限定のメニューを食べに行くのも◎  
〈健康運〉おいしく食べるのが健康に。旬の食材にこだわって  
〈幸運の食べ物〉ウド

**♓ 魚座** 2/19~3/20  
〈全体運〉運勢は好調。勢い良く動きましょう。細かいことは気にしないように。寛容さが開運の秘訣(ひけつ)  
〈健康運〉目の使い過ぎに気を付けて。適度に休憩を  
〈幸運の食べ物〉ソラマメ

**3月号 表紙紹介**  
和光市南 いちごファームミモザ 加藤 政利 さん 72歳 加藤 博明 さん 46歳  
2024年1月のオープン以来、和光市の新たな人気スポットとなっている「いちごファームミモザ」で撮影しました。加藤政利さんと博明さんから家族で切り盛りするこの農園では、現在6棟の施設でバラエティ豊かな7種類のいちごを栽培しています。加藤さん一押し品種は「べにたま」で果肉は適度な硬さがありつつも、中まで赤く、ジュシーで口当たりが良いのが特徴です。忙しい時も家族のチームワークを武器に、お客様に喜んでもらえる園づくりに励んでいます。「こだわりのいちごに出会える幸せをぜひ体感してください」と話してくれました。

## 3月号 編集日記 S職員

早いもので、今年度最後の発行となりました。取材先で出会った皆様の笑顔や、読者ハガキでいただいた温かいお言葉が、編集の大きな支えでした。1年間、本誌と一緒に歩んでくださり本当にありがとうございました。来年度も、地域の『今』をお届けしますね。

## 2月 理事会報告 令和8年2月26日(木)

- 内間木米麦倉庫エアコン等設置工事について
- 埼玉県農業共済組合総代候補者の推薦について
- 月次決算について
- その他

組合員の皆様へ

あさか野 3月号 2026年3月1日発行  
発行/あさか野農業協同組合  
発行人/代表理事組合長 高橋 均

T351-0023 埼玉県朝霞市大字溝沼466  
TEL 048-451-1122 FAX 048-451-1121

編集/組合員相談部生活広報課  
印刷所/たつみ印刷株式会社

# 農作業 受委託事業 実施中!

農業生産者の高齢化、後継者不足などが進んでいます。  
JAあさか野では、農地の適正な管理を支援するため「**農作業受委託事業**」を実施中です。  
田畑や果樹園で行う耕耘・草刈でお困りの際は、JAあさか野 本店 営農支援課へご相談ください!

こんな時は、  
ご相談ください!

忙しいのに  
人手が足りない…

農繁期の人材不足で  
耕耘・草刈作業ができず  
困っている方

家族の  
体調が悪い…

高齢・けが・病気などの  
理由で農作業ができず  
困っている方

農機具を  
使った事がない…

農地を相続したけど  
農作業が未経験で  
困っている方

作業内容 **耕耘・草刈**

## JAあさか野 農作業料金表 (標準農地における基本料金)

作業名	基準	料金(円)	備考
耕耘作業	10a未満	<b>22,000</b> (1回につき)	■トラクターでの作業 ※草刈を伴う作業は 別料金となります
	10aを超える 場合	<b>2,200</b> ずつ加算 (1aあたり)	
草刈作業	10a未満	<b>33,000</b> (1回につき)	■草刈機(ハンマーナイフ) での作業 ※草刈後の撤去作業 は行いません
	10aを超える 場合	<b>3,300</b> ずつ加算 (1aあたり)	

申込の流れ

申込 → 現地確認 → 見積り → 契約 → 日程調整 → 作業

※料金は税込表示です。  
※作業受託面積が10aに満たない場合は作業料金の基準を10a未満の料金とします。  
※作業場所が隣接していない場合、別途料金が発生する場合があります。  
※標準農地とは、平坦な農地で直接トラクターが入れ、耕耘が可能であることをいいます。トラクター耕耘については、草丈が30cm以下とします。  
※料金には、機械損料、燃料代、陸送費、人件費を含みます。  
※現場確認の上、圃場の状態によっては割増料金となります。  
※作業開始後にガラ等により、作業の継続が困難な場合、作業を終了し、作業面積に応じた料金を請求させていただきます。  
※その他、詳しくは本店 営農支援課にお問い合わせください。

お申込・お問い合わせは本店 営農支援課までお願いします。下記の電話番号にお問い合わせください。



JAあさか野 本店 営農支援課

TEL 048-451-1122(代)  
9:00~17:00 土日祝は除く

本店 / 〒351-0023 埼玉県朝霞市大字溝沼466 TEL.048-451-1122

JAあさか野総合相談センター 048-489-1200 / お客様のいろいろな要望に対して、安心できるご提案をいたします。  
JAあさか野ライフサービス 0120-24-4994 (24時間よく供養) / 葬儀専用フリーダイヤル…24時間365日対応可能

野火止支店 TEL.048-478-5500 和光支店 TEL.048-461-2113  
新座支店 TEL.048-478-1017 経済配送センター TEL.048-451-1133  
朝霞支店 TEL.048-461-0032 新座農産物直売センター TEL.048-483-7200  
志木支店 TEL.048-471-0011 和光農産物直売センター TEL.048-461-0850

■詳しくは、各店舗にお問い合わせください。

JAあさか野  
情報いっぱい!

JAあさか野  
LINEははじめました

公式HPは  
コチラから



公式  
LINEは  
コチラから

