

JAだより たかさぎ

9

vol. 391

2025.9 — SEPTEMBER



Contents

●トピックス	2～5
●特集	6～7
●西部農業事務所よりお知らせ	8
●あなたもチャレンジ！ 家庭菜園／お天気カレンダー	9
●知って納得！ 税金講座／おいしく食べて美しく	10
●法律相談	11
●支店からあれこれ	12
●お知らせ	13～14
●JAだより頭の体操	15
●人と人／料理	16

高崎東支店・東部アグリセンターの
新店舗オープニングセレモニー



JAたかさぎのキャラクター「高子さん・令ちゃん・和くん」



JAたかさき
ホームページ



JAたかさき
LINE公式アカウント



JAたかさき
X(エックス)公式アカウント

高崎東支店・東部アグリセンター

新店舗のセレモニー&竣工式

高崎東支店・東部アグリセンターのオープニングセレモニーと竣工式が7月28日、島野町の新店舗で行われました。

支店等再編計画により大類、岩鼻、京ヶ島、滝川4支店を統合した高崎東支店は、京目町の旧京ヶ島支店を仮店舗として営業していました。

旧支店は、昭和57年に建築された古い建物で新店舗を建築するにあたり、移転先の敷地にある東部アグリセンターと併設した店舗となりました。

式典は、地元組合員、工事関係者、JA役職員ら47名が出席して行われました。

オープニングセレモニーは、出席者に見守られながら常勤役員、建設委員長、支店長によりテープカットを行い、新店舗の開店を祝いました。

竣工式は、支店会議室で執り行われ、五十嵐組合長は挨拶で建物が完成するまでの感謝を述べた後「新店舗は、金融共済の



感謝状を贈呈します

支店と営農のアグリセンターを揃えることで、利用する皆様の利便性を高めました。今まで以上のサービス向上を図り、皆様に寄り添う店舗にしたい」と今後の抱負を語りました。

地権者・建築の設計・管理者と施工した建設会社へ感謝状を贈り謝意を伝えました。続いて、設計者と施工者から竣工の挨拶を受けた後、参加者による乾杯で、新店舗を祝いました。

会議室は、農事支部等の各種会議にご利用頂きますので、お気軽に申し出ください。

OPEN記念!!わくわくフェア

JAたかさきは8月1日、島野町の東部アグリセンターで新規オープニング記念「わくわくフェア」を開催して、たくさんの方で賑わいました。

会場内の園芸資材コーナーでは、堆肥、培土、収穫コンテナ、除草剤、殺虫剤等の農業資材を大特価で販売しました。特に一家族10袋まで限定の堆肥は、人が途切れない程の人気で、職員が軽トラックに次々と積み込んでいました。

生活関連コーナーでは、住宅リフォーム時にお薦めする断熱窓ガラス、太陽光発電、エコキュート等の紹介の他、お馴染みのシロアリ駆除から墓石・墓じまい等のあらゆる相談に対応



堆肥を10袋お買い上げ

しました。

JAが取り扱う新電力「JAでんき」のPRでは、切替えキャンペーンとして、現在お使いの電力会社との料金シミュレーションを無料で提案しました。

支店会議室では、先着200名限定の空クジなし抽選会と直売所から高崎産野菜・高崎うどんの出張販売、美味しい緑茶の試飲会を行いました。

五十嵐組合長は参加した職員への開会挨拶で「東部アグリセンターは、新しい綺麗な店舗になりました。次は働く職員が今まで以上に組合員・利用者へ寄り添って、仕事に取り組んで、良い店舗に育てて欲しい」と話しました。



あらゆる相談に応じます

女性会「親子の集い」

交通安全や食と農を学ぶ

JAたかさき女性会は7月23日、本店で「親子の集い」を開催しました。小学生の親子ら42人が参加して、夏休みの楽しい時間を過ごしました。

このイベントは、小学生の親子に農業やJAに対し理解を深めて頂くとともに「親と子のふれあいの場」を作ることを目的に、夏休みに開催しています。交通安全や食育を親子で学び、クイズやゲームなどのレクリエーションを楽しみました。

交通安全を学ぶコーナーでは、パペット（人形）を使用した腹話術による交通安全講話を行い



腹話術で交通マナーを学ぶ

ました。腹話術師「じゅじゅ」さんが、かたつむりを模したパペットを操りながら、わかりやすく楽しく交通マナーの基本を子供達に伝えました。

クイズコーナーでは、家の光協会の子ども向け雑誌「ちゃぐりん」を全員に配布して、女性会員の読み聞かせにより、農業の大切さを伝えました。

クイズ問題は、子供達に野菜に興味を持って欲しいと職員が考案した2問「野菜を食べると、どんな良いことがあるか?」「つるが伸びる夏野菜はどれか?」を問いかけると、元気な声で解



クイズの正解はどれだ?

答していました。

おにぎり作り体験コーナーでは、女性会役員と協力して高崎産米「ゆめまつり」を使用した「おにぎり」作りに挑戦しました。初めて自分で作る児童も多



おにぎり作りに挑戦



ちゃぐりん手に記念撮影

く「上手に三角に握れない」「早く食べたい」など楽しく嬉しそうに話していました。

最後のレクリエーションでは、女性会役員と「じゃんけんゲーム」をして楽しい時間を過ごしました。

女性会が主催する「親子の集い」は、夏休み恒例の人気イベントでしたが、コロナ禍により休止して6年振りの開催となりました。



丸くなっちゃった



持ち帰り用にバック詰め

水田中期栽培講習会

高温時の管理と病害虫防除を学ぶ

JAたかさきは7月30日、本店多目的研修室にて、水稲中期栽培講習会を開催しました。午前と午後の2部制で、生産者103名の参加により、良質米の生産に向けて厳しい暑さが予想される夏場の栽培管理を学びました。

西部農業事務所農畜産課佐藤謙一主幹が講師となり、病害虫防除、水管理について詳しく説明しました。

高崎地区でイネカメムシが発生していないが、発生すると斑点米と不稔粒の原因となり品質が低下して等級が下がるので、薬剤防除が必要となる。

薬剤を散布するタイミングとして、液剤は、出穂期とその7〜10日後に散布する。豆つぶ剤は、出穂7〜4日前と出穂5〜8日後に散布が効果的とアドバイスしました。

高温・多湿の年に多発する紋枯病は、白未熟粒の発生を助長するため、出穂期までに適用す



イネカメムシ対策を話す農業事務所佐藤謙一主幹

る薬剤を散布して防除をおこなうことが重要と説明しました。中干し後の水管理は「2日程でなくなる水を溜め、水がなくなったら、また水を入れる間断灌水を繰返し、根の活力を維持する」と呼びかけました。全農ぐんま肥料農薬課佐藤綾音さんは、水田初期の散布後に使用する薬剤の特徴を説明して、対象雑草に効果のある薬剤の使用をアドバイスしました。

水田の水管理については、8ページに詳しく掲載してありますので、参考にしてください。

秋冬ブロッコリー

栽培講習会

JAたかさき野菜部会は7月31日、秋冬ブロッコリー栽培講習会を本店農業情報室で開催しました。生産者、関係者29名参加により、秋冬ブロッコリーの品種特性や栽培管理、病害虫防除を学びました。

サカタのタネ勝又憲一主任が早生と中早生ブロッコリーの品種特性と栽培するポイントを説明しました。

温暖化の対応として「最近の気候では、早生品種が早く育ち過ぎる傾向にある。定植時期を少し遅らせて、計画的に収穫するような工夫も必要」「中早生の品種は収穫期間が長いので、追肥を行い終盤の肥切れに注意して持続的に肥料を効かせる」とアドバイスしました。

西部農業事務所中坪知史さんは育苗管理として「暑い気候への対策として、播種後は白カシルバーの遮光資材を使用して直射日光を避ける。発芽後のかん水は午前中に行い、夕方表面が



栽培管理を説明する西部農業事務所中坪知史さん

白く乾く程度にする。夕方のかん水は徒長の原因となるので避ける」「定植前には、土壌診断を行い診断結果に基づいて元肥を施肥する」と伝えました。病害虫の防除として「以前は、育苗期から11月頃までの発生が多く、寒くなると減っていた。近年は温暖化傾向で、年が明けた1月末頃まで防除対策することが大切」と指導しました。ブロッコリーは、群馬県から地域の特徴を生かして生産する地域推進品目として選定されていて、JAでも重点品目として積極的に振興しています。

秋播き野菜

栽培講習会

秋播き野菜栽培講習会を7月25日、本店で生産者73名参加により開催して、秋播き野菜の病害虫防除、品種選び等の栽培管理を学びました。

西部農業事務所中坪知史さんは、農薬の基本的な使用方法を解説した後、夏から秋に多い病害虫防除のアドバイスと農薬の適正使用を呼び掛けました。

ヒザワ種苗(株)田島部長は、ホウレンソウと小松菜の種を配布、それぞれの品種特性と播種・収穫時期を説明しました。野菜栽培では、播種・定植のタイミングと時期に合った品種を選ぶことが大切と話しました。



栽培講習会の様子

お盆用に

切り花を出荷

佐野花き研究会は、需要時期に合わせて栽培した「アスター」と「ケイトウ」を8月11～15日、JA直売所等へ出荷しました。

同研究会は、地域農家の交流と活性化を目的に2019年に発足、9名の会員が、切り花をお盆時期に向け栽培しています。播種時期や防除などの栽培管理は、3月に全員の相談により決定し、規格や品質の統一化を図り、良い花の栽培に励んでいます。会長の木村重成さんは「最近暑いので、播種時期を10日程遅らせた。高温が続く乾燥して、葉が枯れることもあり管理に苦労した」と話しました。



出荷作業をする木村さん

肥料農薬予約注文書

説明会

JAたかさきは7月15日、秋期野菜・一般用肥料・農薬注文書説明会を本店多目的研修室で開催しました。

この説明会は、農事支部を通じて行っている肥料・農薬の予約注文で、生産者が資材を選ぶ際の補助を目的に開催して、今回が2回目となりました。

注文書の肥料・農薬の特性や使用方法をメーカー社員から詳しい説明を受ける事で、品質・収量の向上と病害虫防除に役立つことを目的としています。

JAは、土壌診断による圃場に合わせた施肥も推奨していますので、お問い合わせください。



除草剤を説明するメーカー担当者

種子小麦検査

全量合格

JAたかさきは7月22日、東部カントリーエレベーターで、種子用小麦「ゆめかおり」の検査を行いました。

種子小麦は生産者の羽鳥治彦さんが25鈔作付け。圃場検査2回と発芽試験に合格して、今回の検査に向け調製しました。

検査は農産物検査員が、開封した全ての種子袋から、穀刺し棒で種子粉をカルトンに取り、形質や色、整粒歩合や被害などを確認し1袋ごとに厳正に検査しました。

出荷された250袋(1袋30キ)は、全量が合格して買い上げとなりました。



入念に検査する検査員



子どもから大人まで健康に！

パワーアップ食材8

イラスト：藤田倫央

お子さんからシニア世代まで、

アスリートのように強く元気に過ごすために

お薦めの食材8つとその食材を使った

料理をご紹介します。

1 米

効率の良いエネルギーの源

ご飯は脂質が少なく消化吸収が速いため、効率の良いエネルギー源です。またタンパク質も含まれていて、体をつくる材料としても役立ちます。ご飯をよくかんで食べると脳の血流が増えてよく働くようになり、唾液の量も増えて、虫歯予防も期待できます。

この料理でパワーアップ!

おむすび

おすすめ具材は運動前なら塩おむすび(具なし)、梅干し、ゆかりなど、消化に時間がかかる脂質を含まない具材を選びます。

運動後はサケ、ちりめん、炒り卵、肉みそ、白すりごまなど、ご飯と一緒に食べることで疲労感軽減に役立つタンパク質やミネラル摂取を意識しましょう。



3 卵

さまざまな栄養素が含まれる「完全栄養食」

良質なタンパク源で、体をつくる材料になります。また皮膚や粘膜を健康に保ち、免疫や体の成長に関わるビタミンA、骨をつくったり再石灰化を助けるビタミンD、貧血予防の働きをするビタミンB12など、多くの栄養が含まれています。

この料理でパワーアップ!

たっぷり野菜のかき玉スーププリン

ガッツリメニューから食べやすいおやつまで、卵は手軽に栄養アップしやすい食材です。野菜や牛乳などと組み合わせることで、不足した栄養を補うことができます。



栄養士・料理家
堀口 泰子

健康食育事業やアスリートサポートに従事し、離乳食から介護予防まで、健康的でおいしく食べる食事術を伝える。スポーツの現場ではジュニア育成と競技力向上のための心と体の成長に注力している。

2 豚肉

成長期の体をつくる良質なタンパク源

体をつくるために必要なタンパク源として代表的な食品の一つです。疲労感軽減に関係するビタミンB1、タンパク質の代謝を助け、正常な赤血球の生成に欠かせないビタミンB6、葉酸と協力して赤血球をつくるビタミンB12などが含まれています。

この料理でパワーアップ!

ニラとタマネギとのスタミナ炒め

豚汁

ニンニク、ニラ、タマネギに含まれるアリシンがビタミンB1の吸収率を高めてくれます。ビタミンB1は水溶性なので、豚肉はゆでるよりも炒めたり汁ごと食べられる豚汁などがおすすめです。





粘膜を健康に保ち免疫力を強くするビタミンA、血液中で酸素を運んで貧血を予防する鉄分、骨や歯をつくり、また筋肉の収縮をスムーズにするカルシウムなどが含まれています。カルシウムは汗をかくと失われるため、運動をするときは多く取りたい食材です。

この料理でパワーアップ!

小松菜と豆腐のみそ汁

サケと小松菜のクリーム煮

汁ごと飲むみそ汁は水に溶けやすいビタミンCを無駄なく取ることができます。サケとキノコ類と組み合わせると、カルシウムの吸収を助けるタンパク質やビタミンDと一緒に取れます。血液や骨の材料となるタンパク質(豆腐や魚)と組み合わせる料理もお勧めです。



汗をかくと失われる栄養素を補給

5 小松菜

骨や歯を強くするミネラルのカルシウムとその吸収を助けるビタミンD、細胞を再生するビタミンB2、血液や脳神経と組織の発達を正常に維持するビタミンB12などが含まれています。運動で消費したエネルギーの回復や筋肉の修復も期待できます。

この料理でパワーアップ!

キノコとジャガイモのクラムチャウダー

サケとアスパラガスのクリームパスタ

キノコやサケはビタミンDが含まれるので、牛乳と組み合わせることでパワーアップ! アサリには血液をつくるために必要な鉄分やビタミンB12、アスパラガスには疲労感軽減に役立つアスパラギン酸が含まれています。

運動後のエネルギー補給に

8 牛乳

タンパク質には肉などの動物由来と納豆などの植物由来のものが、両方をバランス良く食べることが大切です。

納豆には骨の成長を助けるビタミンK2、発育に関わる葉酸、腸内環境を整えて免疫力アップを期待できる食物繊維も豊富です。

この料理でパワーアップ!

小松菜としらすの納豆あえ

納豆チャーハン

小松菜などの緑黄色野菜は粘膜の健康を保つことで免疫力の働きを活発にします。しらすにもタンパク質やカルシウムが含まれるので納豆の力をパワーアップしてくれます。納豆とご飯の組み合わせはアミノ酸バランスを補うことでタンパク質を効率良く取ることができます。

免疫機能を助けるビタミンC、骨の成長に関わるビタミンK、細胞の酸化を抑えるビタミンE、貧血を予防して発育を助ける葉酸などが多く含まれています。野菜の中ではタンパク質や健康な腸内環境をつくる食物繊維が豊富です。

この料理でパワーアップ!

ブロッコリーと卵の中華炒め

豚肉とブロッコリーのレンジ蒸し

ビタミンCは水に溶けやすいため、レンジ蒸しにすれば栄養を比較的逃さず取ることができます。ベータカロテンやビタミンEは脂溶性ビタミンのため油で炒めると吸収率が高まります。

タンパク質の量を補い筋肉量を維持したいときにお勧めの食材です。骨の強度を保ち骨粗しょう症予防につながるカルシウム、動脈の石灰化を防ぎ血管の健康を維持するビタミンKなど、シニア世代にうれしい栄養素が多く含まれています。

この料理でパワーアップ!

厚揚げとえのきの肉巻き炒め

厚揚げと野菜のうどんすき

厚揚げと肉を組み合わせることで、動物性と植物性両方のタンパク質を取ることができます。野菜やキノコ類には食物繊維が多く含まれ、腸内環境を整えることで生活習慣病の予防にも期待ができます。

免疫力アップに関わる発酵食品

4 納豆

運動後の細胞の酸化を抑える

6 ブロッコリー

筋肉量の維持にぴったり

7 厚揚げ



水稻栽培後期の管理と適期収穫

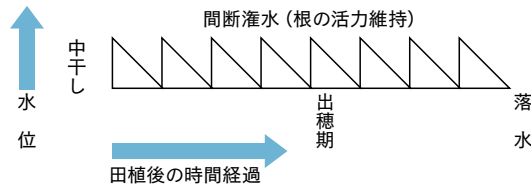


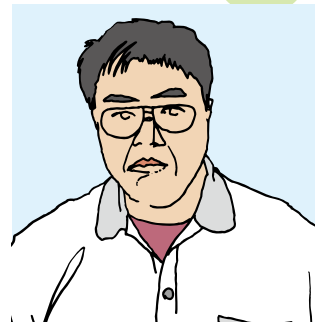
図1 中干し以降の水管理のイメージ

中干し以降の水管理は、間断灌水（Ⅱ飽水管理）を行いましょう（図1）。間断灌水は、水田に水を入れ、田面の所々にある窪みや足跡に水が溜まっていく程度に水が減ったら、また水を入れます。水田によって水がいつまでも溜まって抜けない場所があります。差し支えありません。一回に入れる水の量は、水を入れてから2、3日程度で大

体無くなるくらいが理想です（図2）。
出穂後における高温強風（フェーン）時の水管理
出穂後一か月間は白未熟粒の一種である乳白粒の発生にも備える必要があります。台風が去った後の晴天時などのように、高温の強風（フェーン）が予想されるときには、風がやむまで深めに水を張っておきましょう。

令和6年は、出穂後の高温により背白粒・基白粒を中心とした白未熟粒が多発し、玄米の品質が大幅に低下しました。出穂後の水管理を適切に行い、白未熟の発生を軽減させましょう。

1. 出穂後の水管理



西部農業事務所
農畜産課
農畜産係 佐藤 謙一

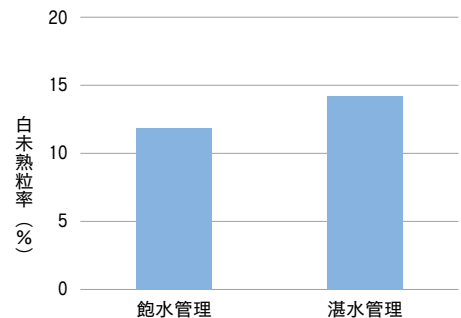


図2 飽水管理による白未熟粒率への影響
※出典：兵庫県立農林水産技術センター

2. 適期収穫による品質確保を
品質確保のためには、適期収穫が重要です。収穫時期が早すぎると、未熟粒（青米等）の発生が多くなり、遅すぎると胴割米や着色粒（茶米等）が発生しやすくなります。

出穂後一か月たったら落水しましょう。落水時期が早すぎると、収量・品質を低下させる原因になります（図3）。
落水時期
出穂後一か月たったら落水しましょう。落水時期が早すぎると、収量・品質を低下させる原因になります（図3）。

体無くなるくらいが理想です（図2）。

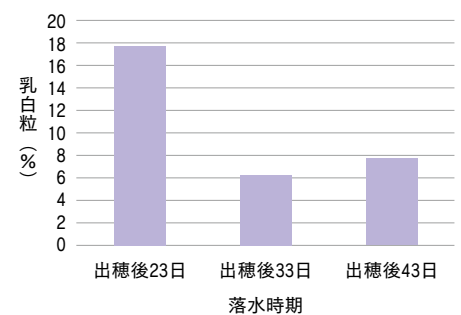


図3 落水時期と乳白粒の発生率

【例】ひとめぼれの場合
出穂後の積算気温（日平均気温を積算した数値）で950℃に達したら、1株の中で生育中庸な穂をほ場内の数か所から採取します。緑色がわずかでも残っている籾の

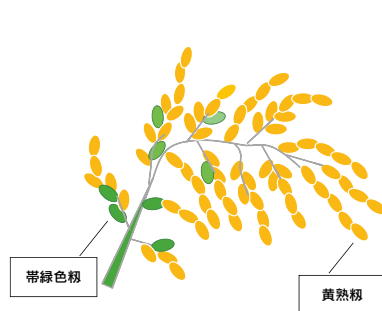


図4 帯緑色籾歩合

ます。
収穫適期は、出穂（ほ場における全穂数の4～5割が出穂した日）後の積算気温や帯緑色籾歩合（図4）、籾水分等により総合的に判断します（表1）。

ます。

収穫適期は、出穂（ほ場における全穂数の4～5割が出穂した日）後の積算気温や帯緑色籾歩合（図4）、籾水分等により総合的に判断します（表1）。

表1 主な品種の収穫適期の目安

品種名	出穂後の積算日平均気温	帯緑色籾歩合	籾の水分
ひとめぼれ コシヒカリ	950℃	10%	25%以下
あさひの夢	1,000～ 1,100℃	15%	
ゆめまつり	1,000～ 1,150℃	15%	

乾燥・調製
自脱型コンバインによる収穫作業は、籾の損傷軽減や作業能率向上のため、朝露が消えてから開始します。脱穀籾は変質しやすいため、収穫後は速やかに乾燥を行います。籾の仕上がり水分は14・0～14・5%が目安です。
なお、架干し（はぎかけ）する場合、乾燥中の気候条件によって穂発芽や胴割粒が発生することがあるため、籾水分が14・0～14・5%に低下したら速やかに脱穀してください。

割合（帯緑色籾歩合）が10%程度になっていたら、水分計で籾水分を測定し、25%以下であれば収穫適期です。
倒伏した場合は、速やかに排水し、穂発芽等が認められる部分は可能な限り別収穫とし、品質低下を防止します。



コリアンダー (パクチー) エスニックな香りと味を楽しむ

園芸研究家 ● 成松 次郎

図1 畑の準備



図2 苗作り

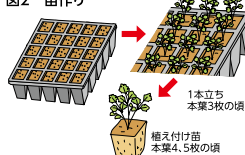


図3 植え付け

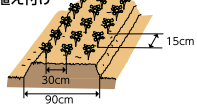


図4 暑さ対策

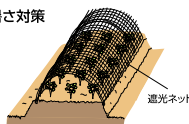
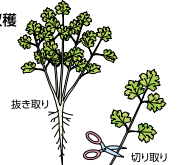
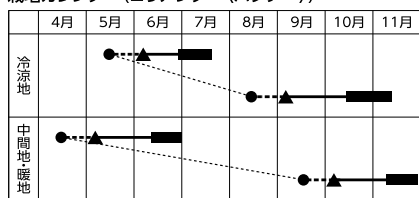


図5 収穫



イラスト：小林裕美子

栽培カレンダー(コリアンダー(パクチー))



※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。

コリアンダーは地中海原産のセリ科野菜。中国ではシャンツァイ(香菜)、タイではパクチーと呼ばれ、中華料理やエスニック料理に欠かせない食材です。セリに似た濃緑色の葉には独特の強い香りがあり、肉料理の添え物や炒め物に使います。成熟した種子は芳香とスパイシーな風味があり、香味料になります。比較的に冷涼な気候を好み、中間地などでは夏には高温を避けるため、遮光するとよく育ちます。

中間地では冬を除いて周年栽培できますが、種まきに適しているのは春(4月)と秋(9月)です。収穫は種まき後約2カ月で始められます。

【品種】「サワディ」(トキタ種苗)、「ぱくぱくパクチー」(サカタのタネ)などがありますが、一般には「コリアンダー」や「パクチー」の名で販売されています。

【畑の準備】事前に1平方m当たり苦土石灰200gを菜園全体に散布して耕しておきます(図1)。その後、堆肥2kgと化成肥料(NPK各成分10%程度)100gを施し、土とよく混合し、幅90cmのベッド(栽培床)を作ります。

【種まき】ペンチなどを使い、種を軽く押して割れ目を入れ、一晩水に浸すと発芽が早まります。小型の連結ポットや7・5×9cmポットに4、5粒まき、5mm程度に浅く覆土します。一つの殻に二つの種が入っているため、通常1粒から2株発芽しますが、その後間引いて本葉4、5枚の1株立ちの苗に仕上げます(図2)。間引きの際は残す株を傷めないように根元をはさみで切り取ります。じかまきの場合は、条間30cm、約1cm間隔の筋まきをし、徐々に間引いて、最終株間を約15cmにします。

【植え付け】幅90cmのベッドでは条間30cmの溝を3条に切り、苗を約15cm間隔で植え付けます(図3)。

【灌水(かんすい)】水分を多く必要とするため、土が乾いたら少量を回数多く灌水します(図4)。

水します。夏の暑さ対策には50%程度の遮光ネットでトンネル被覆します(図4)。夜間や曇雨天時は取り除くのが良いでしょう。終日遮光をする場合は20%程度を使います。

【病害虫の防除】アブラムシが付いたときは、見つけ次第、手でつぶしたり、登録農薬で駆除します。ハダニは主に葉裏に寄生し白い斑点やかすれた症状を示すので、登録農薬で防除します。農薬に頼らない防除法として防虫ネットのトンネル被覆がおすすめです。

【収穫】草丈が30~40cm、葉数が10~15枚くらいになったら、抜き取って収穫ができますが、下葉を順次切り取るのも良いでしょう。春と秋では、1、2週間に1、2枚ずつ収穫できます(図5)。花茎が伸びてきたら、常に摘み取ってください。



お天気カレンダー

気象予報士 ● 檜山 靖洋

暑さは彼岸までに収まるか

「暑さ寒さも彼岸まで」という言葉があります。2025年は9月20日が彼岸入りで、9月26日が彼岸明けとなります。気象情報の中でも、この言葉を使って季節の解説をよくします。実際の季節の移り変わりに、よく当てはまる言葉だなど思っています。秋の彼岸の時期を過ぎると厳しい暑さが収まる人が多いです。

ところが、近年はどうでしょう。9月の彼岸を過ぎた後の10月に、最高気温25度以上の夏日がどれだけあるかを調べました。東京では、10月の1カ月間での夏日日数は、1975年から2004年までの30年間で平均して4・7日でした。それが1995年から2024年までの30年間で平均7・2日と増えていきます。2000年代以降は、10月に10日以上、夏日になる年も増えてきているのです。

気候が変わってきて、季節の言葉が当てはまらなくなっています。彼岸を過ぎても、まだまだ半袖の服の出番は多そうです。



イラスト：服部新一郎



コロナ禍を経て故人を見送る葬儀の形は多様化しています。相続税の計算では、葬儀費用は相続財産から控除できますが、どこまでを葬儀費用として計上すべきかは「相続税法基本通達」（国税庁ウェブサイトに掲載）が指針となります。

具体的には、通夜・告別式のために葬儀会社に支払った費用や通夜・告別式に係る飲食費用、葬儀を手伝ってくれた人などへの心付け（社会通念上相当と認められる金額）、寺・神社・教会などへ支払ったお布施、戒名料・読経料など、通夜や告別式当日に参列者に渡す会葬御礼の品代、火葬・埋葬・納骨にかかった費用などが計上できます。

さらに、例えば山や川や海で遭難した場合などに民間（例…地元の山岳愛好家や猟友会、漁師など）に捜索を依頼した際の実費負担や、自宅から離れた所で亡くなったときに、陸路や空路で遺体を運ぶための費用も葬儀費用に含まれます。

知って納得！税金講座

JA全中・JA全国相続相談・資産支援チーム

顧問税理士●柴原 一



相続税申告時の葬儀費用の控除

葬儀費用の控除



イラスト：服部新一郎

反対に葬儀費用として計上できないものもあります。解剖をした場合の費用は葬儀費用として計上できません。また、香典返礼費用は、そもそも香典が相続財産に含まれないため、その返礼費用も控除しないという考え方になります。なお、会葬御礼の品代との区別は、葬儀費用の領収書や明細書の内訳や相続人への聞き取りにより判断します。

お墓にまつわる費用も、葬儀後のことであるため計上できません。被相続人が生存中に墓碑を買い、その代金が未払いの場合も、未払い代金を債務として計上できません。また初七日、二七日、四十九日などの法会費用も計上できません。

ただし、近年、初七日を告別式と同じに行うことが増えていきます。その際に葬儀会社からの請求で内訳が区分されていない場合は、葬儀費用に含めるという考え方もあります。四十九日法要に合わせて行う納骨の費用は、葬儀費用に該当します。いずれの場合も、領収書やレシートを保管しておくこと、それらが無いものは必ずメモを残すことの2点がポイントです。

おいしく食べて美しく 栄養士●吉田 理江

秋の味覚で不眠症対策



秋になり、不眠に悩まされる人が増えています。原因は、日照時間の減少や朝晩の気温差などによって自律神経が乱れやすくなるためです。寝付きが悪い、夜中に目が覚める、朝スッパリ起きられないなどの症状が続くと、美容にも心身のパフォーマンスにも影響を及ぼします。そこで今回は、秋の不眠対策として、お薦めの食材を三つご紹介します。

■ サツマイモ

秋の定番食材のサツマイモは、炭水化物を多く含み、脳内で幸せホルモンと呼ばれるセロトニンの生成をサポートします。炭水化物を取ることでセロトニンの材料となるトリプトファンというアミノ酸が脳に運ばれやすくなり、心の安定につながります。夕食やおやつに蒸したサツマイモを取り入れると、心も体もリラックスしやすくなるでしょう。

■ サケ

サケはセロトニンの材料であるトリプトファンを多く含む食品です。加えて、気分を安定させる神経伝達物質の働きをサポートするDHAやEPAといったオメガ3脂肪酸も豊富に含まれます。焼きざけやホイル焼きを食事に取り入れることで、睡眠の質を

サポートするトリプトファンをしっかりと取れるでしょう。

■ 栗

栗には、筋肉の緊張を緩めて心身をリラックス状態へ導く働きがあるマグネシウムが豊富に含まれているため、不眠の方にはお薦めの食材です。また、栗の渋皮に多く含まれるタンニンには、強い抗酸化作用があるため肌の老化予防にも役立ちます。おやつにゆで栗を食べたり、夕食に栗ご飯を取り入れると良いでしょう。

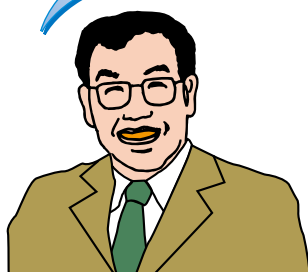
旬の食材を上手に取り入れて食事を楽しみ、秋の夜長にぐっすり眠れる体づくりを始めませんか。食事に加えて、ぬるめのお風呂や軽いストレッチなどを習慣にすると、よりリラックスして質の良い睡眠を促すことができますよ。



イラスト：宮下めい子



お答えします



小林先生

Question

隣家は、数年前から誰も住んでおらず、庭の樹木も荒れ放題で、隣家の樹木の枝が、境界を超えて繁茂し、困っております。越境した枝を勝手に切除することはできないのですか？

従前の民法の規定では、越境した根については、切除が認められておりましたが、越境した枝については、隣家に切除をお願いし、隣家がこれに応じない場合には、裁判を起し、その判決を得て初めて、強制執行として、枝の切除を行わなければなりません。これでは、

問題解決に手間暇がかかり、泣き寝入りせざるを得ないこともあります。そこで、民法の相關関係の規定が、令和三年に改正され、令和五年四月一日から施行されました。越境した樹木の根については従前どおりで変更ありません。越境した樹木の枝の取り扱いについては、改正され簡易に切除ができるようになりました。隣家の樹木の枝が、境界を超えている場合には、まず、隣家の樹木所有者に対して相当の期間を定めて、越境した枝の切除を求めます。この場合、後日要求したことを明確にするため、文書で行うことが良いと思います。相当の期間は、隣家の方が要求を受けてから切除するまでの通常必要な期間が考えられます。切除を求める枝の繁茂状況によって相当期間は変わると思いますが、立法過程の審議では、概ね二週間程度と説明されております。もし隣家の方

が、相当期間内に枝の切除を行わない場合には、枝の切除を要求した人が自ら隣家の越境した枝の切除を行うことができます。また、隣家の方が死亡し、具体的な相続人が不明の場合も起こります。相続人について、戸籍や住民票を調べるなど、一定の調査をしても相続人が判明しない場合もあります。このような場合、予め枝の切除を求めることは困難です。そこで、一定の調査をしても相続人が判明しない場合には、枝の切除を隣家に求めなくても、自ら越境した隣家の樹木の枝を切除することが認められております。さらに窮迫の必要がある場合、例えば地震などで、自己の家屋が損壊し、復旧作業を行うために、隣家の越境した枝を取り除くような場合にも、予め枝の切除を求めなくても、越境した枝の切除を行うことが認められております。また、隣地の越境した枝

を切除するため、隣地に立ち入ることも認められております。この場合には、予め隣地に立ち入る目的、日時、場所、方法について、隣地の所有者、及び隣地を現に使用している者に通知したうえで、隣地に立ち入ることができます。前記のとおり隣地の所有者の相続人が不明の場合には、立ち入りについて、事前に通知することを要せず、隣地に立ち入り、越境した枝部分の切除を行うことも認められております。

国債のご案内

- 中期利付国債（5年）
入札日 令和7年9月10日(水)
- 中期利付国債（2年）
入札日 令和7年9月30日(火)
- 長期利付国債（10年）
入札日 令和7年10月2日(木)

利率、募集期間、その他詳しくは
本支店窓口にお問い合わせ下さい。



— 京ヶ島地区 —

将軍塚古墳



今回は、元島名町にある「将軍塚古墳」をご紹介します。将軍塚古墳は、井野川の左岸台地上に位置する前方後円墳で、前方部頂上には、島名神社が鎮座しています。

古墳の規模は、全長96m、後方部幅51m、後方部高さ8.6m、前方部幅40m、前方部幅40m、前方部高さ4.7m。周囲の堀を含めた主軸の全長は、150mあり墳丘に葺石は認められていないです。

明治44年の島名神社の社殿建築工事の際に、前方部が一部掘削され埋葬施設が発見されました。墳頂下約2mにあり、大きさは全長1.8m、幅0.6mほどありました。中からは人骨のほか、獸形鏡、石釧、腕輪、太刀、鉾などの副葬品が出土しました。出土した、鏡と石釧は東京国立博物館に所蔵されています。

昭和55年に行われた発掘調査では、墳丘から転落したと思われる、底部孔壺型土器・S字状口縁台付甕形土器などが、周囲の堀から多量に発見されました。

この古墳は、墳丘の構造・副葬品・出土された土器類などから、4世紀後半に築造されたと推定されており、井野川流域で初めて作られた大型の前方後円墳とされています。

上毛地区の豪族がいかにも、大和国家の礎を築いてきたか、古墳を見れば権力が分かると思います。春は周囲に桜が咲き乱れとても綺麗です。興味のある方は来観してみてもいかがでしょうか。

(京ヶ島地区通信員)

資産に関するご相談は開発相談課へ

不動産仲介、売買、賃貸

土地の有効活用

新築、増改築

リフォーム・リノベーション

その他にも、資産に関することで何かお困りのこと
お悩みのことがございましたら、なんでもお気軽にご相談ください！
ご相談や見積りは無料です！

JAたかさき 開発相談課

〒370-0018 群馬県高崎市新保町1482番地
TEL027-352-5292 FAX027-352-7104



金融共済部 資金課から

まだJAカードをお持ちでない方は
今すぐご入会！

JAバンク口座をお持ちの方は

WEBから



<https://www.jacard.cr.mufig.jp/ad/tslt/>

JAバンク口座をお持ちでない方は

アプリから



口座開設と同時に
カンタン手続き

<https://www.jabank.jp/ja/appplus/>

お近くのJA店舗で直接
お申し込みいただけます。

店舗で



2025年

8月・9月は

JAカード
限定



対象のJA直売所でJAカードをご利用いただくと

10%
ご請求時
割引!

〈対象期間〉

2025年8月1日(金)～9月30日(火)

※一部対象外の店舗・施設や商品・サービスがございます。

JA直売所 (JAカード5%割引実施店舗) でJAカードをご利用いただくと、
通常5%割引が、対象期間中はご請求時に**10%割引**となります。

金融共済部 資金課から

マイナポータルへ公金受取口座をご登録いただいているお客様へ

令和5年12月以降の支店統廃合により、名称変更・廃止となった店舗にてマイナポータルへ公金受取口座をご登録いただいていた場合、再登録が必要になります。

大変お手数をおかけしますが、マイナポータルによる再登録をいただくようお願い申し上げます。詳しくはデジタル庁またはマイナポータルのホームページをご確認ください。

なお、ご不明な点等ございましたら、本店金融共済部資金課または各支店までお問い合わせください。

対象店舗

旧支店 (統廃合前)	旧店舗コード	支店統廃合に伴う異動内容	継承支店 (統廃合後)	新店舗コード
佐野支店	003	名称変更	高崎南支店	003
六郷支店	004	名称変更	高崎北支店	004
新高尾支店	005	名称変更	高崎中央支店	005
長野支店	007	廃止	高崎北支店	004
八幡支店	009	廃止	高崎南支店	003
岩鼻支店	011	廃止	高崎東支店	013
倉賀野支店	012	廃止	高崎南支店	003
京ヶ島支店	013	名称変更	高崎東支店	013
滝川支店	014	廃止	高崎東支店	013
塚沢支店	019	廃止	高崎中央支店	005

金融機関コード【4563】の変更はありません。



オートパル高崎から



バッテリーは
夏バテしていませんか？

バッテリー交換キャンペーン実施中!!
キャンペーン期間(9月・10月)

国産バッテリー 40B19L(R)

通常 6,600円 ➡ 特別価格 5,500円

国産バッテリー M42(R)

通常 14,300円 ➡ 特別価格 13,200円

※表示価格は税込み価格となります。
他サイズに関してはスタッフにお問い合わせください。

オートパル高崎
027-344-3148

経済部 開発相談課から

《日 時》	《場 所》	《弁 護 士》
● 9月12日(金)	● 10月24日(金)	● ゆうあい総合法律事務所
● 9月26日(金)	● 10月10日(金)	● 弁護士 小林 優 公
● 9月12日(金)	● 10月24日(金)	● 弁護士 青木悠一郎
午後1時30分	午後1時30分	
午後1時30分	午後1時30分	
午後1時30分	午後1時30分	

無料法律相談日

《日 時》	《場 所》	《予 約・問 合 せ》
● 9月19日(金)	● 10月17日(金)	● 千川会計事務所
● 9月19日(金)	● 10月17日(金)	● 税理士 千川 芳 男
午後2時	午後2時	
午後2時	午後2時	
午後2時	午後2時	

無料税務相談日

金融共済部 推進課から

年金無料相談会

「年金」について、疑問はありませんか？

年金の専門家(社会保険労務士)を招いて個別に相談を承ります。

9月20日(土)

開催店舗

高崎東支店

高崎市島野町196番地1 ☎027-352-3111

開催時間 岩 鼻地区 9:00~12:00

京ヶ島地区 13:30~16:30

経済部 開発相談課から

相続・事業継承・資産に関する相談会

J Aの開発相談課職員がご相談を承ります

9月20日(土)

開催店舗

高崎東支店

高崎市島野町196番地1 完全予約制☎027-352-3111

岩鼻・京ヶ島地区 受付時間9:00~11:00



組合員みなさま、全員が応募出来ます。

今月の問題

出題●ニコリ

■二重枠に入った数字の合計はいくつ？

				5	7			
		2	1					
	1			3				5
	2		4					1
		3			8			
5					7		9	
7				6			8	
					2	3		
		8	9					

ルール

- (1) 空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
- (2) タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つつ入ります。

応募のお知らせ

◆応募方法

E-MAIL・FAX・郵便ハガキのいずれかの方法でご応募下さい。

必要事項(答え、住所、氏名、電話番号)を記入の上、下記あて先までお送り下さい。正解者の中から抽選で5名のみなさんに、**JAオリジナル「高崎うどん」**をプレゼントします。JAや本誌に対するご意見・ご感想をお待ちしております。

◆あて先

(E-MAIL) homepage@takasaki.jagunma.net
(FAX) 027-352-7104
(ハガキ) 〒370-0018 高崎市新保町1482
JAたかさき「JAだより頭の体操」係

◆締め切りと正解者発表

9月16日の消印まで有効とし、正解者発表は10月号に掲載予定です。

【個人情報取扱】

ご応募戴いたE-MAIL・FAX・ハガキは、抽選と商品発送以外の目的には使用いたしません。

8月号の当選者 おめでとうございます

石原町 下大類町
宮崎 直人 様 信澤 康一 様
町屋町 日高町
石倉 和子 様 湯浅 直美 様
寺尾町
佐藤 喜重 様 (今月の応募数17通)

先月号の答え ABCDE ウミホタル

1	セ	5	ミ	7	シ	グ	レ	20	キ
2	カ	ン	ヨ		14	ツ	ギ	ホ	C
	イ			8	シ	オ		18	ウ
		6	シ	ヨ	ウ	A	ロ	ウ	
3	ツ	ケ		12	ミ	ツ		21	ゼ
4	ル	ン	9	バ		16	カ	19	ワ
	ベ		10	ク	オ	ー	タ	D	ー

毎回多数の応募を頂いております

「JAだより頭の体操」の賞品は、JAオリジナル商品「高崎うどん」を毎回抽選で5名の皆様にお贈りします。高崎産小麦100%のこだわりのうどんを是非御賞味下さい。(尚、当選者には引換券をお送りしますので、お近くの「グル米四季菜館」でお取換え願います。)



理事会だより

8月26日(火)開催

議事

- 第1号議案 規約の一部変更について
- 第2号議案 大口貸出金について
- 第3号議案 信用評定委員会設置要領の改訂について
- 第4号議案 経営実績の月例検討について



気象庁の9月からの3ヶ月予報では「平年より気温が高い」「残暑が長引く見通しで、秋の訪れが遅い」との見込み。

9月でも真夏日や猛暑日があり、10月も気温が高くて残暑?が長引くらしいです。秋冬野菜や稲刈り準備など昼間の農作業の際には、真夏と同様な熱中症対策を心掛けて、お過ごしください。地球温暖化なのか、春秋が短くなり四季を感じにくくなっています。夜長に涼しさを感じて秋の味覚と食欲を楽しみたいですね。



人と人



—木部町 萩原康司さん—

まだまだ研究心は失わない

今回は、木部町にお住まいの萩原康司さんを紹介いたします。

萩原さんは、ご家族の関係で十五歳の時に就農し、翌年から露地でトマトを中心とした野菜や米麦・養蚕の出荷をして、休む間もなく農業を営んでこられました。

その中で出荷の中心となっていたトマトの露地栽培は、ビニールハウスを経たのち、ガラスハウスで一棟二反の施設栽培へと変わっていきました。トマト選果場が創設されて、萩原さんは選果場への出荷するかたわら栽培の研究に関しても力を入れて、農業用不織布や扇風機などの資材を導入して、適切な温度管理による育苗の品質向上を実現しました。その功績は新聞などにも取り上げられましたが、それは自らの為だけではなく、一緒に出荷をしている生産者仲間たちのレベルアップも図りたいという一心からであったとのこと。

萩原さんは現在、春菊・キュウリ・ズッキーニ・ブロッコリー・スナップエンドウなど、多品種少量出荷へと出荷方針を切り替えて、野菜センター、選果場、グルメ四季彩館、地元のスーパーなどに出荷しています。

現在も研究心が消えることはなく、田植の終わった稲に関して試験的に行っていることがあるとのこと。果たして、結果はいかに？

(八幡地区通信員)

レシピ提供●料理研究家
和田麻紀子

残夏の時期
カレー粉を使った
料理で野菜を
おいしく食べよう

カレー粉の風味が
食欲そそる
栄養レシピ

カボチャの
カレー風味
サラダ

【作り方】①カボチャは種を取り、所々皮をむき、3cm角くらいの大きさに切つてすつと串が通るまで蒸し(電子レンジを使う場合は水にくぐらせてラップをかけ600Wで5分程度加熱、軽くふいておく。
②ベーコンは1cm幅に切つてカリッとするまで炒め、ナッツは粗く刻んでおく。
③粗熱が取れた①と②をボウルに移し、Aとあえて出来上がり。

【ポイント】ご飯にもパンにもお酒にも合う便利な副菜です。カボチャは皮にも栄養が多いため、むき過ぎないようにするのがお勧めです。

家族で楽しむおいしい一品



材料(4人分)

カボチャ… 1/4個(350g)
ミックスナッツ…………… 20g
ベーコン…………… 2枚
クリームチーズ… 30g
マヨネーズ… 大さじ2
しょうゆ…………… 小さじ1
カレー粉…………… 1つまみ
塩…………… 小さじ1/2

A