

EverGreen

エバーグリーン

JA 推薦
確かな情報でレベルアップ!



自由にできることが

楽しいんだよな

あんず・ぶどう生産者 田中 豊さん



「あんずとぶどうの作業が重なって大変だよ」と汗を流す田中豊さんは67歳。定年を機に60歳で兼業農家となり、昨年10月には、40年以上勤めた会社を辞め、専業農家となりました。

夫は農業を営んでいましたが、「親父が生きている間は、田の仕事など人手のいる作業以外はほとんど手伝ったことはなくて…親と一緒に農業をやるうと考えたことなんか、なかったな」と振り返ります。

父の逝去後、しばらく荒地地となっていた畑でしたが、定年を前に、せっかくなある畑を生かそうと、「第二の人生、農業をやるぞ」と一念発起。「決断したら早かった」と、あんずやぶどうの新植作業、トラクターやスピードスプレーヤーなどの農業機械の導入・更新、倉庫の再建など、着々と準備します。本人曰く、「後戻りができないようにしたんだ」と笑いますが、「やるなら本気になって、力いっぱいやりたいんだ」と、情熱が垣間見えます。

農作業は、JA営農技術員のアドバイス通りに作業をすすめますが、分からないことも多く、「最初のうちはとにかく作るのに必死だった」といいます。追いうちをかけるように常に天気には左右され、山際の畑では野生動物による若木への被害も発生し、「思い通りにいかない」ことも多々。心配で寝ていられないことや、細かい作業にため息が深くなることもありましたが、それでも「自分の自由にできることが楽しいんだよな」と笑顔。好きな作業であり大変な作業でもある「収穫」は、「一年間苦労してきたものが、

しっかりとモノになっていて本当に嬉しくて、楽しいんだ」と、やりがいを感じる瞬間です。

3年、5年と経験を重ね、だんだんと「考える余裕が出てきた」という昨今。意味を理解した上で作業を行うために、常に「探究心」を持ち、「品質の良いものを作る」ことを目標に掲げるようになりました。

また、部会の役員も務めるようになり、より良い生産・販売につなげるために、会議において、「自分の意見を表明すること」を心掛けています。「毎回意見して、煙たがられてしまいかもしれないけど…」と苦笑いしますが、「農家も、営農技術員も、JAも、本気になってやっているからこそ」必要なこととして、また、「人付き合いも大切にしたい」意味でも、発言の機会を大切にします。

太陽の光を浴びたあんずがオレンジ色に輝く6月中旬、「今年はとて大きく、たくさん(夫が)なって、他の人が見たら付けすぎだって言われちゃうかな」と喜びをにじませながら、待望の収穫作業に励む田中さんです。



「もう収穫していいかな」と見極める田中さん

氏名(年齢) 田中豊さん(67歳)
営農地域 松代町東条
栽培品目 あんず(30アール)、ぶどう(30アール)、米(30アール)、自家用野菜
主な出荷先 JA流通センター
農作業従事者 本人、妻

色で判断 “トマト” 出荷最盛期

野菜部会施設果菜専門部で6月、「トマト」の出荷が本格化しました。加温栽培品は4月30日から出荷が始まり、5月下旬から7月にかけて最盛期を迎えます。

専門部は6月3日に松代町の道島集荷所で「出荷講習会」を開き、生産者11人が出席。大きさのほか、気温に応じて「色」を基準に収穫することを申し合わせました。関川晃専門部長は、「今日の講習会で品質を統一し、出荷量を増やして市場に高く買ってもらえるようにしていきたい」と呼びかけました。専門部のトマトは、作型を変えながら12月頃まで出荷し、11,000ケースの出荷を見込みます。



色見本と実物を見比べて確認

“あんず” 出荷開始
収穫のタイミングに注意

特産果樹部会杏梅桜桃専門部で6月中旬、「うめ」、「あんず」の出荷が本格化しました。あんずは6月14日に松代農業総合センターで出荷講習会を開催し、生産者53人が出席しました。

生育状況では、昨年より7日遅れることを見込んでいましたが、収穫直前が高温傾向であったために生育が早まったことを営農技術員が説明。「ロスの削減による生産者手取りの向上」を掲げ、タイミングを逃さず収穫作業を進めることを伝えました。専門部では、あんず14万パック(1パック=500g)の出荷をめざしています。



キズや色の基準を確認する生産者と営農技術員

品質そろえて
“トルコギキョウ” 出荷開始

花き部会トルコギキョウ専門部は6月19日、「トルコギキョウ」の目揃会を開きました。8日から出荷が始まるなか、多くの専門部員の出荷が始まるタイミングで目揃会を開き、品質をそろえて出荷に取り組んでいく方針です。専門部員11人と検品を担当する職員が出席し、出荷された品物を見本に荷づくりの注意点を確認しました。

武田佳信専門部長は、「東京の市場では高単価で取引されているので、できるだけ切り残しのないように出荷しよう」と話しました。



出荷物を見ながら荷づくりの注意点を確認

目次

Green Spot	2
Green Topics	3
Special Issue 特集	6
Member's Power	10
農力アップ塾	12
今月のオススメ!	14
健康長寿学	16
JAポスト	17
Green Information	18

今月の写真



第12回フォトコンテスト「田守りの休息」

表賞 広報紙エバーグリーン採用賞

撮影者 m*

撮影地 川中島町

撮影月 6月

講評 (フォトコンテスト審査員)

群のカモの並びが売れ行き、小ガモの表情がなんともいえない愛らしい作品です。機械化が当たり前の現在、伝統的な農法を見つめ直す機会になるでしょう。

※撮影者の希望により、フォトネームでご紹介いたします

マスメディアを通じて“あんず”消費拡大めざす

JA自己改革

JAは、松代農業総合センターで6月17日、あんずの出荷本格化にあわせて「マスメディアへのあんず出荷報告会」を開きました。第三者報道を通じてあんずの出荷本格化をPRし、消費者への周知と消費の拡大をめざしたものです。

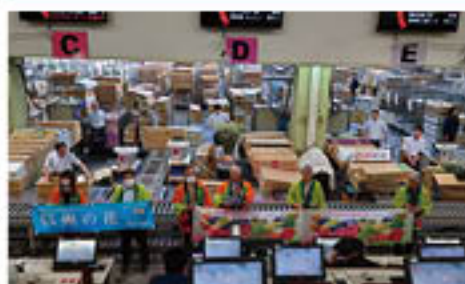
会場にはテレビ局5社と新聞社4社が来場するなか、安藤常務が来場への御礼とPRへの協力を要請。青木邦一特産果樹部会杏梅桜桃専門部長は、「品質の良いあんずをたくさん出荷できるので、ぜひ多くの方にお召し上がりいただきたい」とカメラに向かってアピールしました。



多数のマスメディアが集まった会場

東京一の市場で“花”PR

JA自己改革



花きのセリ場で部会役員らがPR

花き部会は6月4日・5日、県外市場の視察と、「トップセールス」を行いました。部会役員4人とJA職員が「東京一」の市場である東京都中央卸売市場大田市場を訪ね、花きのセリ場前を会場に、仲卸業者など市場関係者に向けて、花きの取扱拡大を要請しました。

相沢耕市花き部会長は、取引の感謝と品目ごとの特徴を伝えながら、「風光明媚な環境のなかで生産されたグリーン長野の“花き”の取扱をよろしくお願ひしたい」とあいさつしました。

出荷形態の選択で “タマネギ”出荷量維持へ



野菜部会タマネギ専門部では、6月中旬から「タマネギ」の出荷が本格化しました。タマネギは、生産者の高齢化や減少による出荷量の減少を危惧し、JAでは、荷づくり負担の軽減につながる出荷形態を設定。個々の労力にあわせて選択してもらいながら、出荷量22トンの維持をめざしています。

専門部では6月7日に出荷講習会を開き、生産者11人が出席。手間をかけ単価をとる「生食用」と、労力を省く「加工用コンテナ」の出荷形態を営農技術員が説明し、労力にあわせながら手取りの確保につなげるよう、呼びかけました。



サイズにあわせた選別基準を確認

健康食品に活用 “ケール”出荷開始



野菜部会葉洋菜専門部では、6月12日から「ケール」の出荷が始まりました。ケールは、業務加工用として加工業者に出荷し、青汁などの健康食品に活用されます。今年は、法人など3組が6・7月をピークに11月頃にかけて、72トンの出荷をめざしています。

初日の出荷にはJA担当者が立ち合い、出荷物の品質や量を確認。あわせて生産者に今後の出荷予定を聞き取り、加工業者への情報提供と契約量の安定供給により、信頼を得た販売と、今後の契約量拡大につなげる考えです。



ケールを運搬用の鉄コンテナに移す

生産者・JA・重点取引市場の“連携強化”を確認

JA 自己改革

りんご部会・もも部会・ぶどう部会・特産果樹部会から成る「果実専門委員会」は、篠ノ井のグリーンパレスで6月4日、市場関係者を招いて「果実販売推進会議」を開きました。41人の生産者代表が重点取引市場13社に取引拡大を直接要請。あわせて、生産者・JA・市場の連携により「生産資材価格高騰分の価格転嫁」をめざす方針を共有しました。橋田龍一果実専門委員長は、「産地側は安定した数量の出荷をし、市場側はそれを価格に十分反映していただき、消費者に買っていただけることを大切にしたい」と意気込みました。



連携へ意思結集した会場

環境に配慮した“長芋ネット”を試験



綿100%の試験ネットを張っていく生産者

野菜部会根菜専門部では、長野県野菜・花き試験場などが試験する「生分解性ナガイモネット」の活用を検討しています。現行品のプラスチック製のネットから、綿100%の試験ネットに変更することで、畑に残存してしまった場合にも環境負荷を軽減できるものとして期待を寄せています。今年は部員2戸が試験的に導入し、効果のほか作業性なども検証しながら、今後のさらなる普及が可能かなどを検討し、生産者に推進していく考えです。

楽しい！
田植えに挑戦

小学生とその保護者を対象にした「親子ふれあい農業塾」は、川中島町の水田で6月8日、「田植え」に挑戦しました。青壮年部川中島支部の生産者とJA職員を講師に、モリモリモチの苗を手植えしました。

参加者は群に整列して田に入り、目印のロープに沿って苗を植えていきました。田に入りたがらなかった子も、恐る恐る入ると、「ちょっと怖かったけど、入ったら楽しかった」と笑顔を見せました。保護者は、「田植えは人生で初めての体験。屈む姿勢もキツく、改めて農業の苦勞がわかり、楽しさも感じた」と感想を寄せました。



真剣に苗を植えていく参加者

キャンディで
“川中島白桃”広めるJA
自己改革

もも部会役員は6月4日、篠ノ井のグリーンパレスで開いた「果実販売推進会議」の分科会において、「川中島白桃キャンディ」を試食しました。これは、須坂市のアトリオン製菓(株)が、当JAのもも「川中島白桃」を原料に作った商品。パッケージにはJAのロゴと管内の紹介が載っています。生産者は、商品化を喜ぶとともに「香りも味もとても良い」「一年中川中島白桃を楽しんでもらえる」と話し、これによる産地のPRと消費の拡大に期待を寄せました。メーカーによると、商品は、A・コープファーマーズ(篠ノ井・南長野)やスーパーマーケットで販売されています。

「おいしくてビックリしたよ」と喜ぶ生産者
商品パッケージ

JA 推薦

確かな情報でレベルアップ!

スマートフォンやパソコンの普及で、誰でも容易にインターネットから農業知識・技術情報が手に入るようになりました。しかし、その反面、信頼性の高い情報を自分で見抜き、正しく理解し活用することがより重要になってきています。

今回は、信頼性の高い「確かな農業情報」をお届けしているJAオススメの農業情報源を生産者さまのお声とともにご紹介します。

生産者
組織活動JA営農
支援活動

JA講習会

まずJAがご紹介したい農業情報源は、「講習会」です。講習会は、生産部会員など販売農家を対象にしたものをはじめ、初心者・初級者向けの農業講座、品目別セミナー(講習会)など、生産者の経験や品目に応じて参加できます。JA営農技術員などを講師に、生育状況に応じた栽培技術や知識、その時々々の販売情勢など、農業に関する様々な情報を伝えています。参加する生産者同士の情報交換・共有の場にもなり、インターネットとは違い、実際に見て聞くことによる、実態に即した情報を手に入れることができます。



▲ピーマン栽培初心者向けセミナー(実習あり)

野菜生産者
富澤繁男さん

基礎的なことはもちろん、資料には載っていない応用まで、営農技術員が説明してくれますよ。

生産者
組織活動JA営農
支援活動

営農情報

営農情報は、生産部会を対象に、生育状況や作業に合わせて発行している情報媒体(紙面)です。品目ごと、生育に応じた作業方法など最新の情報や、生産資材(肥料・農薬等)の使用時期・方法、部会活動に関する情報(講習会・研修の日程)などを掲載しています。

同じ作業を行う家族・従業員(仲間)などとみんなで確認することも紙の利点であり、読み合わせるなどして、ご活用ください。

ぶどう生産者
池田昌子さん

これを見て作業の役取りをしていますので、来るのが待もどかしいです。

JA営農
支援活動

アグリネット(AGRINET)

アグリネット(JA長野県農業情報サービス)は、JA長野県グループによる農家支援をめざした組合員対象のWebサービスです。

JAに出荷した農産物の「販売取引状況」やJAで生産資材を購入された「購買お取引状況」をスマートフォンやパソコンでご確認いただけます。

さらに、当JAオリジナルコンテンツ、「栽培アシスト情報 管内の気象観測情報」では、管内10地点に設置した温度計・湿度計と3地点の土壌水分計の結果について、10分ごとの変化をリアルタイムで確認することができます。

もも生産者
田中豊太さん

真夜中でも畑に行かずに気温を知ることができ、凍霜害対策をあわてずに行うことができました!

【アグリネットのお申込み】 JAグリーン長野ホームページよりお申込みください。※ご利用は組合員に限ります。

生産者
組織活動

J A 営農
支援活動

生産部会

生産部会は、生産者が組織した品目別の生産者団体です。講習会や営農情報、研修会等を通じて様々な農業情報を共有し、栽培技術の向上につなげます。また、販売面での連携を目的に、共同選果(選別)・共同販売に取り組み、出荷規格の設定や品質統一による市場等への有利販売に取り組み、生産者手取りの向上をめざします。生産部会へのご加入と活動へのご参加で、ご自身の農業経営に役立つ情報が手に入ること、間違いなしです。



▲ 土質に合わせて畑で講習

あんず・花・
野菜生産者
相沢耕市さん



防雨期の作業の情報も手に入り、技術を高め合っています。

生産者
組織活動

青壮年部

青壮年部は、農業の「担い手」である青年・壮年の生産者が所属しています。

農業技術の検討・研修やJAへの施策提言、子どもたちへの食農教育などに率先して取り組み、自らの営農経営のレベルアップの一助となるほか、地域の農業振興・活性化にも貢献しています。



▲ 経営に関する研修会を開催

青壮年部
清滝真彦さん



地域をこえて横のつながりができ、情報共有や助け合いもできています。

【講習会・営農情報・生産部会・青壮年部に関するお問い合わせ】
営農販売部(またはお近くの営農技術員) TEL:292-0930

連携団体

長野農業農村支援センター 発信情報

長野農業農村支援センターでは、当年の生育に即した栽培技術をはじめ、県内農業に関する様々な情報、また、栽培にかかる最新の研究結果等をJA営農技術員と共有するとともに、講習会等で生産者に指導しています。

また、同センターのホームページでは動画などで栽培技術に関する発信も行い、生産者はもちろん、農業初心者、また、農作業をお手伝いする方、家庭菜園(果樹園)に取り組む方も、手軽にプロの情報を手に入れることができます。



長野農業農村支援センター
発信の動画はコチラ

長野農業農村
支援センターとは
どんな組織?

長野県の農業支援を行う機関です。令和2年4月に農業改良普及センターと地域振興局農政課が統合し、現センターとなりました。
JAの講習会では同センター技術経営普及課の担当者が講師となり、JA営農技術員と技術に関する情報を共有しながら、生産者の支援に努めています。



連携団体

JA全農長野 信州のそ菜、信州の果実

信州のそ菜・信州の果実は、JA全農長野が毎月発行する「プロ農家のための園芸情報誌」です。充実した誌面に農作業や農業経営に役立つ情報を掲載しています。



野菜・花き・きのこの栽培
や販売などに関する情報を
分かりやすく紹介!

りんご・ぶどう・なし・もも
などの果実の栽培や販
売などに必要な知識が
満載!



いずれの誌面も農業の専門家が詳しく解説しています!

主な執筆者:長野県農業試験場研究員、各農業農村支援センター普及指導員
編集指導:長野県農政部農業技術課、関係試験場

【長野県内JA組合員価格(各誌・紙版)】
年間(12冊):4,995円(送料・消費税込み)

信州のそ菜・信州の果実 電子版2024年7月スタート!!

「信州のそ菜」と「信州の果実」の「電子版」
の配信をスタートいたしました!

【電子版の特徴】

- ① より深く、実践的で実用的な情報がいつでもどこでも読み放題!
- ② 最新版から過去5年間分のバックナンバーも読める!カラー写真で読みやすい!
- ③ 気になる情報がすぐ見つかる。キーワード検索機能付き。
- ④ お気に入りの記事は保存可能。



電子版のお申込みはWEBからの受付となります。上記のQRコードよりお申込みください。

【長野県内JA組合員価格(各誌・電子版)】
年間(12冊):4,400円(消費税込み)

【信州のそ菜、信州の果実に関するお問い合わせ】 JA全農長野 生産振興部生産振興課(受付時間:平日9:00~17:00)
TEL:219-3811 (紙版はJA営農販売部 TEL:292-0930 にてお申込みいただけます。)

連携団体



昔からとって、果樹の
新技術や産地の情報
など切り抜いてファイル
にまとめていたこともあ
つて。役に立っているよ。

果樹生産者
久保田敏夫さん

日本農業新聞

日本農業新聞は、日本で唯一の日刊農業
専門紙です。現場で使える営農技術、農
畜産物のトレンド、農業経営の支援策、地
域の話題など、実利実益につながる情報
をお届けしています。



役に立つ農業記事、企画が満載!



農業技術のアイデアや、菜園ノウハウ記事、著名人の食や農業へのインタビューなども載ります。

総合面



農政、営農、経済など、全国各地の農業
を中心としたニュースが掲載されてい
ます。論説記事も読み応えがあります。



市況面



全国主要市場の青果物、畜産、
花きなどを網羅する市況面は、
日本農業新聞ならではのです!

電子(デジタル)版

日本農業新聞には電子
版もあります!
電子版なら、いつでも、
どこでも最新の食農情
報が手に入ります。

紙面と同じ情報を紙面
と同じ表示で見ることが
できます。また、記事を
過去30日分検索できる
機能や、気になった記事
を最大200件まで保存
できる機能があります。



1つのIDでパソコンやタブレット、スマートフォ
ンからもご覧いただけます。



信越版・信州版

信越版は、月曜日を除き、日々、長野県と新潟県の「JAグループ」などの情報が掲載されます。当JA管内の話題もたくさん取り上げられています。信州版は水曜日と土曜日に、より身近な長野県JAの情報が掲載されます。

グリーン長野の
情報も多数載っ
ています!

日本農業新聞よりご案内

日本農業新聞 購読料改定について

日本農業新聞では、令和6年8月より、購読料を次の料金へ改定させていただきます。これまで全国日刊紙として過去30年間本体価格を維持し、安定した新聞発行に努めてまいりましたが、過去に例を見ない紙類の大幅値上げ、印刷・輸送・配達に係る費用高騰により、経費削減等による自社努力だけで対応することが困難な状況となりました。昨今の各種値上げの状況下、誠に心苦しいところではございますが、今後の新聞発行と戸別配達を維持するため、何卒ご理解をお願い申し上げます。

【紙版】

月額:2,623円(消費税込み) ▶ 月額:3,100円(消費税込み)

【併読(紙版とデジタルを併用される方)】

月額:3,723円(消費税込み) ▶ 月額:4,200円(消費税込み)

【電子版】月額:2,403円(消費税込み) 電子版につきましては、価格改定はございません。

連携団体

家の光・地上・やさい畑

JA推薦図書「家の光」「やさい畑」「地上」は、家の光協会が発行し、家庭菜園技術から、日本の食料・農業・農村をめぐる情勢など、農業に関する多彩な情報を取り上げています。

野菜生産者
西澤靖子さん



新しい品種を知れたり、おいしい料理が載っていて「家の光」があって良かったと思うわ。

家の光

家の光は、「食と農」「くらし」「協同」「家族」という4つの柱を大切にし、JA組合員をはじめ、地域の人々のくらしに役立つ情報が載っています。女性部の方を中心に、農業(家庭菜園)や料理(レシピ)の活用事例がとでも多く寄せられています。



【価格】(消費税込み)

普通月号……………629円 付録付号(1・4・5・7・9月号)…922円
付録付号(12月号)…1,027円 年間購読(12冊)…8,782円

家の光書籍も
オススメ!

家庭菜園、料理、医学など、テーマを掘り下げた「家の光書籍」も人気です!



やさい畑

やさい畑は、日本で初めての「家庭菜園雑誌」です。家庭菜園で即活用できる野菜づくりの実用情報が満載です。

【価格】(消費税込み) 922円

春号…3月3日刊 初夏号…5月3日刊
夏号…7月3日刊 秋号…9月3日刊
冬号…11月3日刊 春準備号…1月3日刊



地上

「地上」は、地域農業の担い手やJA青壮年部員にオススメの図書。日本の食料・農業・農村をめぐる情勢や、社会・経済の動向を反映した企画で、農協運動に参加・参画する仲間づくり、豊かな地域づくりに役に立つ記事が掲載されています。



【価格】(消費税込み) 付録付号(4・11月号)…680円
普通月号……………618円 年間購読(12冊)…6,922円

【ご購入・購入のお申込み・お問い合わせ】 各支所・よりそい店、または経済部生活課 TEL:293-2061

ほかにも

ルーラル電子図書館

ルーラル電子図書館は、病害虫の診断から登録農業の情報、栽培・飼育の技術、加工・販売のノウハウまで、さまざまな角度から農業に関する情報を検索・閲覧することができるサービスです。JAファーム店や営農資材センターに設置するモニターにて【無料】でご利用いただけます。



【設置店舗】

JAファーム篠ノ井店、JAファーム松代店、更北営農資材センター、若穂営農資材センター

電子メールでお届け!

チェック!ながの県農業サポートメール

長野県では農業被害の未然防止と被害軽減を図るため、災害発生の際がある場合、農業者のみなさまに技術対策を直接お届けしています。より迅速に、かつ確実に情報をお届けするため、民間の「メールマガジン」を活用した情報配信をしています。

登録無料!

【メールマガジンについて】

- 配信会社: 株式会社 湘まぐまぐ
- 配信時期: 月1回程度配信、災害の発生が予測される場合は、その都度配信します
- 利用料: 無料(なお、湘まぐまぐからのお知らせが追加して掲載されます)
- 受信: スマートフォン(携帯)・パソコンでも受信可能

登録はコチラのQRコードよりアクセスしてご登録ください。



信頼のある情報源から選んで農業に生かそう!

数ある情報に迷う時や、より当産地に適した確実な情報をお求めの方は、ぜひ今回の特集でご紹介した信頼のある情報源をご活用ください。JAは生産者・組合員のみなさまの営農を支援しております!

小学生の田植え作業を支援



青壮年部と女性部はそれぞれに6月中、地域の小学校5年生の「田植え」作業に参加しました。両部では食育に加え農業について関心を寄せてもらう「食農教育」や、地域貢献を目的に小学校の要請に基づいて教育現場を支援しています。

このうち、青壮年部松代支部は6月5日・6日、松代町内2小学校の田植えに参加。生産者が苗の持ち方や植え方を指導したのち、参加者全員で苗を手で植えていきました。児童は、「すごく楽しい」「農家さんの大変さが分かった」などと話し、笑顔を見せました。青壮年部員は、「真剣に取り組んでくれて嬉しい」と話し、児童を労いました。両部では引き続き、食農教育活動に取り組む考えです。



青壮年部松代支部

植え方を教える青壮年部員(左)とJA職員(右)
(東桑小学校)



青壮年部松代支部

児童の間に入って手植え作業(豊栄小学校)



女性部川中島町総支部

苗を渡して作業をサポートする女性部員
(昭和小学校)

初夏の花を楽しもう 寄せ植えに挑戦



女性部篠ノ井総支部と更北総支部では、5月下旬から6月にかけて、JAファーム店で「寄せ植え」を行いました。家庭で楽しめる初夏の寄せ植えづくりが目的です。

部員は、花の種類や色、草丈、管理のコツなどを踏まえて組み合わせを選び、オリジナル作品を完成させていました。



篠ノ井総支部

選んだ花を定位置に植える(5月27日)



更北総支部

講師者にアドバイスをもらう部員(6月11日)



グリーンコネクト先のJA情報をお届けします

近江 合宿児童に贈る「みずかがみ」バックご飯

グリーン近江は6月6日、管内の公民館を訪れ、滋賀県産「みずかがみ」バックご飯2ケース(合計72食)を通学合宿に参加する桜谷小学校児童に寄贈しました。この合宿は、同小学校に通う児童が、6月20日から22日まで同公民館に宿泊しながら通学するというもの。生活体験と防災体験(学習)を中心にプログラムを構成し、活動のなかで協力・感謝・我慢することの大切さを学び、人間力を育てることが目標です。

1日目は集団生活に慣れることから始め、2日目は避難所へ避難してきたという設定の下、火おこし、レトルトバックを湯煎したカレーライス作り、個々で1人用防災テントを張るといった能動的な学びを得られます。



通学合宿中、「みずかがみ」バックご飯をお盆にのせ、トッピングを選ぶ生徒



女性部と夏の思い出作り!“お米”を使った“ごパン”を焼こう!

女性部では、地域のおいしいお米を多くの子どもたちに食べてもらいたいと考え、小学生を対象に、ご飯を使ってつくる“ごパン”教室を開きます。夏休みの思い出づくりにもオススメです!ぜひご参加ください。



教室は2回に分けて開催予定です。
ご都合の良い日程にぜひご参加ください!

- ①日 時 8月1日(木)AM9:30~(3時間程度)
②日 時 8月7日(水)AM9:30~(3時間程度)
対 象 小学生児童とその保護者(各回限定6組)
会 場 若穂農産物加工所(若穂川田3285-1)
内 容 ご飯を使ったパン(全3種類)づくり、試食付き
参 加 費 1組1,000円(パンのお土産付き)
持 ち 物 エプロン、三角巾、ふきん、ハンドタオル、
うち履き(子ども用)、持ち帰り用の箱(袋)
申込方法 右の連絡先にお電話ください

ごパンってなあに?

「ごパン」とは、「炊いたご飯(白米)」を小麦粉とともに練って作るパンです。惣菜パンはもちろん、甘いパンもビックリ!お米の消費拡大につながります。

パパ・ママはもちろん、おじいちゃん、おばあちゃんとのご参加も大歓迎です!

作ったごパンは、その場で試食するほか、お持ち帰りいただき、ご家族でお楽しみいただけます!

申込み・お問い合わせ
経済部生活課 Tel.293-2061



家庭でも作ってみてね! 料理教室の講師を務める



女性部3総支部では、地域の小学校の依頼のもと、料理クラブ(クッキングクラブ)の講師を務めます。地域の子どもたちへの「食育」と、学校教育現場の支援を通じた地域貢献が目的です。

川中島町総支部

川中島町総支部では6月18日・25日、部員が川中島小学校を訪問し、26人のクラブ員に「牛乳もち」「こねせんべい」の作り方を教えました。

牛乳もちづくりは、部員が料理の行程やポイントを指導したのち、児童が7班に分かれて調理を開始。もちを固める作業では、急激に熱が入ることでもちがダメにならないよう、火加減に注意しながら生地を混ぜました。児童は、「火ともちを両方見るのが大変だった」と話しながら、出来立ての逸品に舌鼓を打っていました。部員は「楽しそうにやってくれて嬉しかった。家庭でも作ってみてほしい」と声をかけていました。



仕上げの行程を見守る部員

更北総支部



「うまく混ぜられるかな」とサポートする部員

更北総支部では6月24日、部員4人が真島小学校を訪問し、9人のクラブ員に「こねつけ」を指導しました。こねつけは児童の好みにあわせて「コーン」「ハム」が入ったオリジナル品。児童は5班に分かれ、混ぜる・焼くなどの調理行程に挑戦し、女性部員が安全に注意しながらサポートしました。児童の一人は、「家ではあんまり料理を作ったことがなかったけど、楽しくできた」と喜んでいました。

女性部員は、「私たちも楽しめた。これを機に料理を好きになってもらえればうれしい」と願いを込めました。

若穂総支部

若穂総支部では6月25日、部員3人が川田小学校を訪問。15人のクラブ員に「こねせんべい」と、児童から事前に要望が挙がった「黒ゴマバナナきなこスムージー」の作り方を指導しました。こねせんべいづくりでは、児童がこねを切ったり、生地をまとめたり、焼いたりと全行程の作業に挑戦。女性部員が「料理に慣れていない子が多い」と話す通り、児童はぎこちなさもありつつ、自分たちの手で作業をすすめていました。児童は、「初めて作ったけどうまくできた」と喜んでいました。



焼き方を教える部員

野菜塾 2024

ピーマン(露地) 定植後の管理

管理作業は順調にすすんでいますか？

いよいよ収穫を迎える時期になりました。少しでも長い期間収穫できるよう、引き続き管理しましょう！

収穫作業

- ①収穫は、開花後15～20日で収穫ができる。
- ②1番成りや多く着果した時は、「若採り」して、株への負担を軽くすると、その後の株の生長や着果が良くなる。
- ③ピーマンの枝は折れやすいので、収穫は必ずハサミで行う。
- ④収穫が遅れて赤色になるまで着果させたままにしていると、株が弱くなりやすいので、適期に収穫する。



収穫中の作業管理のポイント

追肥

生育期間が長いので、肥料切れに注意が必要。「追肥」は、収穫が始まったら2週間ほどを目安に行う。草勢が落ちて花数(着果)が増えてくると、株に負担がかかるため、草勢に応じて追肥の間隔を調整する。追肥が遅れてしまうと、草勢が低下し、側枝の伸びや果実の肥大が鈍くなり収量が低下するため、追肥のタイミングに注意する。なお、過度の追肥は根を傷めるほか、生理障害を助長するので注意する。

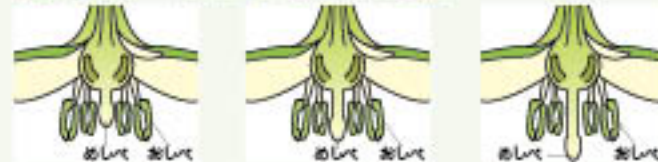
草勢の判断方法

生長点付近で判断する方法



生長点の近くで開花・・・
草勢低下→**追肥する**
生長点のかなり下で開花・・・
徒長気味

花器(めしべの長さ)で判断する方法



短花柱花
めしべがおしべより短く、受粉が正常にできない。

中花柱花
やや草勢が低下している。

長花柱花
めしべがおしべより長いと正常。

短花柱花は**草勢が低下**しているため、すぐに追肥を行う。
中花柱花は、即効性の肥料を追肥すると良い。

葉色で判断する方法 葉色が薄くなり、下葉が黄変してきたら肥料切れを起こしているため、追肥する。

かん水・敷きワラ

かん水

土壌水分が不足すると草勢が低下し、収量の低下にもつながる。また、尻腐れ果や日焼け果の発生にもつながり、収量が低下する。かん水は一度に大量にやるのではなく、こまめに行う。

敷きワラ

梅雨明け後の高温による土壌水分の蒸発を防ぐため、畝間に敷きワラをする(防草シートでも可)。敷きワラには雑草防止(抑止)の効果も期待できるため、遅れずに行う。マルチの上にも敷きワラをすると、地温上昇も抑えられるので、より効果的。

整枝

収穫が始まって、枝の伸長に合わせて樹の管理作業(整枝)を行う。収穫しながら整枝を行うことで、収穫期間を延ばすことにつながる。

整枝をする場合には全部を一度には取らず、少なくとも2回に分けて行う。

ハサミで切って取ると軸が残り、曇天時に灰色カビ病が出るので、手で折る。内側に折ると簡単に折れるが、折れないときは反対側に折ると良い。

垂れ枝ができてしまう整枝は、収量の減少につながるだけでなく、病気にもなりやすいため注意する。

お問い合わせ

若穂営農資材センター(大田) Ta. 282-2047
営農販売部(久保田・堀野) Ta. 292-0930

J Aファーム松代店(柴田・大日方) Ta. 290-6363

病害	うどんこ病(りんご)		
病徴	りんごの「うどんこ病」は、栽培地域全域で見られる病気。葉や新梢、花や幼果に感染、発病し、樹体生育や果実品質に影響を与える。なかでも「紅玉」「つがる」が発病しやすく、さび果の発生が問題となる。病原菌は被害枝の芽、特に頂芽で潜伏越冬する。感染芽は健全芽から10日程度遅れて発芽し、花葉その全体に白色粉状の分生子を大量に形成して二次伝染源となる。葉で発病すると病斑部が波打って奇形となり、病斑上に分生子を大量に形成する。		
伝染経路	越冬した病原菌が、早春芽の開花と同時に活動を始め、花や葉を菌糸や胞子で覆って、第一次発病そうを形成する。第一次発病そう上に形成された分生子が飛散し、健全な新葉に伝播まん延して、第二次発病(夏期発病)を繰り返す。特に、春期が高温・乾燥傾向の年は多発しやすい。また、りんごのうどんこ病は「もも」にも感染するので注意が必要。		
防除対策①	耕種的防除として、伝染源となる感染(被害)枝のせん除を行うことが重要。感染(被害)枝の「先端の3分の1程度(感染していない部分まで)」をせん除(先刈り)する。		
防除対策②	薬剤による重要防除時期は発芽の10日後から落花10日後頃までで、特に開花直前と落花後にうどんこ病や春の主要病害に対して効果のある薬剤を散布する。		
病害	灰星病(はいほしびょう)・・・ブルー		
病徴	花、枝、果実に発病する。開花時から発病する。花器全体が褐変し腐敗して花腐れとなり、その後ミイラ状になって枝に残る。ここに形成された子のう胞子や分生子から幼果が感染する。多発すると互いに融合してかさぶた状のさび病斑になる。果実の発病は熟果に起こり、収穫前に発症するほか、収穫後の輸送期間中に発病することもある。果面に小さな褐色斑点が生じ、それが急速に拡大するとともに腐敗状になり、病斑の表面が粉状の灰褐色の分生子塊で覆われる。		
伝染経路	病原菌は落果した発病果と発病枝で越冬する。そこで形成された子のう胞子や分生子が伝染源となる。これらは開花時の風や降雨により分散し花に感染後、発病する。発病果が見られると、急速に二次感染が進む。早生種で発生すると、晩生種になるほど発病が多くなる。		
発生条件	花腐れの発生が多いと果実でも多発しやすい。花腐れの発生は、開花期間中の降雨に影響される。病原菌の生育適温は20～25℃で、降水量、降雨日数が多いと多発する。		
防除対策①	その年最初の伝染源を少なくするための対策・・・病原菌の密度を低下させる ・前年の発病果を園内に放置せず、必ず焼却または埋没する。 ・前年収穫中に発病果が着果していた枝を元からせん除処分する。その上で成熟期に殺菌剤を散布して発生を予防する。		
防除対策②	収穫期近くになってからの二次感染を増やさないための対策 ・病果を見つけたら直ちに処分する。 ・病果を触った手のまま、発病していない果実を触らない。		
防除対策③	開花期と5月中旬～6月中旬にかけ、定期的な薬剤防除を徹底する ブルー果実は薬液をはじきやすいため、散布を行う際に「展着剤」を用い、付着性を高める。 また、雨よけを行うと感染が軽減でき、果実の裂果も防ぐことができる。		

生活

JAに集まって“楽しみ”を増やそう! JA女性カレッジ 受講生募集

JAでは、管内にお住まいの女性を対象にした「JA女性カレッジ」の受講生を募集いたします。JA女性カレッジは、女性のみなさまが「やってみたいこと」を叶える講座です。ぜひお気軽にご応募ください。

対象 当JA管内にお住まいの女性で、応募条件を満たす方
受講期間 令和6年9月～令和7年8月
開講日 月1回、原則第3週水曜日 AM10:00～12:00頃
※会場の都合や内容により変更となる場合があります
初回 9月19日(木)AM10:00(会場の都合により木曜開催)
入会金・会費 無料
※ただし、講座の内容により別途材料費がかかることがあります
定員 80名(リピーター含む)
応募締切 8月9日(金)
申込み 下記にお電話をいただくか、各支所・よりそい店舗備え付けの
 応募用紙に必要事項を記入し、ご提出ください
応募条件 ●「家の光」を年間購読している・される方
 ●JAにお口座をお持ちの方・お作りになれる方
(講座で必要となる材料費等の決済に使用)
 ●EメールまたはLINEにてやり取りできる方
(FAXも可能ですが、原則電子的なやり取りをお願いいたします)

カリキュラム(予定)

月	内容
9月	オリエンテーション&お楽しみ講座 (秋野菜づくり、アイディア加工、フラワーショー見学)
10月	松代城下町を歩こう!～ランチ付き～
11月	ハンドメイド講座
12月	手作りおせちに挑戦してみませんか

※1月以降の内容は、募集チラシをご覧ください。問い合わせ先にご連絡ください。

家の光 年間購読がオススメ!

本誌9ページでもご紹介している「家の光」には料理や家庭菜園、手芸など、日々のくらしで役に立つ・楽しい情報が満載!購読料をまとめてお支払いいただく「年間購読」は、普通月号1冊分(629円)オトクです。



家の光年間購読料 8,782円(消費税込み)

お問い合わせ・お申込み 経済部生活課 TEL293-2061

農業機械

農業機械センター JA農機&資材フェスタ2024の開催と土・日・祝日(振替休日)の営業日程について

JA農機&資材フェスタ2024

当JAも加盟する長野県農協生産資材事業推進協議会は、7月19日(金)・20日(土)の両日、長野市エムウェーブで「JA農機&資材フェスタ2024」を開催します。出展数は、農業機械メーカー、生産資材メーカーなど50社以上です。農業機械の展示即売をはじめ、普段は見る機会が少ない大型農機の展示、また、最新・省力化機械、最新の営農支援システムのアモンストレーションなどあります。キッズコーナー、農産物直売コーナー、キッチンカーなどもあり、大人の方はもちろん、ご家族みなさまで楽しみいただけます。ぜひお越しください。



日時 7月19日(金)AM9:00～PM4:00
 20日(土)AM8:30～PM2:30

会場 長野市オリンピック記念アリーナ エムウェーブ(長野市北長泡195)
入場料 無料

ご来場
プレゼントも
あります!

本誌折込チラシも
ご覧ください!

土・日・祝日(振替休日) 営業日程

農業機械センターの土・日・祝日(振替休日)の営業につきましては次のとおりです。お近くのセンターが休みの場合には、他のセンターにお問い合わせください。

	7月								8月							
	6	7	13	14	15	20	21	27	28	3	4	10	11	12	13~16	
	土	日	土	日	月・祝	土	日	土	日	土	日	土	日・祝	月・祝	盆期間	
篠ノ井	-	-	-	-	△	全センター休業	-	-	-	-	△	-	-	-	全センター休業	
川中島	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	△	-	-		-
松代	△	-	-	-	-		△	-	-	-	-	-	△	-		-
更北	-	△	-	-	-		-	△	-	-	-	-	-	△		-
若穂	-	-	△	-	-		-	-	△	-	-	-	-	-		-
信田	-	-	-	△	-		-	-	-	△	-	-	-	-		-

△…午前営業 AM8:30～AM12:00
 …休業

お問い合わせ
 篠ノ井 TEL292-1369
 信田 TEL299-2225
 松代 TEL278-8601
 川中島 TEL284-1671
 更北 TEL283-5043
 若穂 TEL282-6025

●7月20日(土)は、「JA農機&資材フェスタ2024」対応のため、全センターで休業をいただきます。
 ●8月13日(火)～16日(金)は、盆休業をいただきます。

JAでは、設立30周年を記念して、「新NISA制度」を活用した「資産形成・運用セミナー」を開催いたします。「お金のことを学びたい」「資産運用について聞いてみたい」など、興味をお持ちの方、投資初心者・未経験者の方も大歓迎です！ぜひお気軽にご参加ください。



人生100年時代を豊かに！ 資産形成・運用セミナー 新NISA制度スタートで聞いておきたい資産運用の話



今回の特別講師は、日本有数の著名なファンドマネージャーであり、各種メディアで活躍されている奥野一成さんです。
講師の熱い思いを直接お聞きできる貴重な機会です！

特別講師

NVIC最高投資責任者
奥野 一成 氏 (おののかずしげ)

- 農林中金バリューインベストメンツ株式会社(NVIC)常務取締役兼最高投資責任者
- 投資信託おおぶねシリーズ ファンドマネージャー
- 長期厳選投資のバイオニア
- 高校家庭科での金融教育必修化にあわせ、金融教育授業教材の開発を監修、全国の高校を対象に無償で提供
- テレビ東京「モーニングサテライト」等メディアにも多数出演
- 著書に「ビジネスエリートになるための投資家の思考法」、「ビジネスエリートになるための教養としての投資」「先生、お金持ちになるにはどうしたらいいですか?」など

グリーン長野農業協同組合 登録金融機関 関東財務局長(登金)第487号

日時

7月20日(土)
AM10:00~12:00

会場

グリーンホールミナミ(稲里町下水鉾417)

申込方法

事前に予約が必要です。
お近くの金融営業担当者、支所・よりそい店までお申込みください。

定員 100名 ※申込み先着順

参加費
無料



昨年開催の様子

お問い合わせ・申込み
金融営業担当者、支所、または、よりそい店

自動車共済・保険の見直しで家計の負担を軽く

自動車保険は、「内容を定期的に見直したほうがいい」と言われています。しかし、実際には「更新のお知らせがきたらそのまま更新している」という方も少なくないのではないでしょうか？そこで、「こんなときこそ、見直しすべきタイミング」をご紹介します。ひとつでも当てはまる方や、月々の固定費を見直したい方は、ぜひお手持ちのスマホでお見積りください！

Case 1

1 契約更新のお知らせがきたとき

一般的に自動車保険は、1年から3年の期間で契約します。代理店型の保険会社なら担当者から、インターネットでの通販型ならメールなどで更新案内が届くはずですので、特約の見直しなどを行う良いタイミングになります。

Case 2

2 21歳、26歳、35歳になるとき

自動車保険には、「年齢条件」という契約条件があります。一般的には、「全年齢対象」「21歳以上補償」「26歳以上補償」「35歳以上補償」の4区分。年齢によって補償する方の範囲を変えることで保険料を安くできます。*保険会社によっては30歳以上補償なども設定。

Case 3

3 家族構成に変化があったとき

自動車保険には、「運転者限定特約」という特約があります。補償対象の運転者を限定して、保険料を安くする特約です。たとえば、子どもが結婚して家を出て、運転者が自分だけになった場合、「本人限定」に変更すると保険料を抑えられます。

Case 4

4 クルマを買い替えるとき

自動車保険は、「クルマにかかる保険」という性質もあるため、クルマを買い替えたときには必ず、車両情報の変更が必要となります。その際は、車両情報の変更だけでなく、特約などを見直すこともオススメです。

月々の固定費を見直したい方は、JAの自動車共済がオススメ！
見積りだけで¥14,000に豪華賞品が当たる！

A賞	B賞	C賞	D賞	Wチャンス賞

※賞品はイメージです。

見直しはコチラから。
自動車保険証券を
撮るとかんたんです。



共済普及センター 共和センター
場内担当

[24481020477]



食事を楽しむために ～食中毒予防～

JA 長野厚生連

南長野医療センター篠ノ井総合病院

栄養科

食中毒は、何らかの有毒・有害物質が食品(飲食物)の中に入っていて、それを飲食し、胃腸炎などの急性障害を引き起こす疾患です。有毒・有害物質には細菌やウイルスなどの微生物、寄生虫、キノコやフグなどの自然毒、化学物質があります。夏は高温環境により、原因となる細菌が増殖しやすく、細菌性の食中毒の発生が懸念されます。今回は、主な食中毒の種類とその予防方法をお伝えします。

カンピロバクター

- 鶏や牛の体内に常在する。鶏肉は高い確率で保有している。
- 熱に弱く、通常の加熱調理で死滅する。
- 低温では増殖しないが、常温よりも生き残りやすく、冷蔵庫温度の1～10℃で生存期間が延長するため、注意が必要。
- ほかの細菌性食中毒に比べ、比較的少ない菌数でも発症する。

感染原因となる主な食品	主な症状	発症までの時間
・生の食肉(特に鶏肉) ・鳥刺しなど加熱不十分な肉	・下痢(水様) ・発熱(高熱) ・吐き気 ・腹痛	1～7日 (平均2～3日)

- 予防
- 食肉は十分に加熱する(中心部を75℃で1分以上)
 - 食肉を扱った器具は、洗浄・消毒する

サルモネラ属菌

- 鶏やアヒル、牛や豚などの家畜、猫や犬などのペットまで、様々な動物の体内に生息している。
- 高温下や水分活性が高い状況、35℃～43℃の温度帯で活発に増殖する。
- 7℃未満の条件下など、低温では発育できない(ただし、死滅するわけではない)。
- 乾燥条件下には強いが、加熱には弱い。よく加熱する。

感染原因となる主な食品	主な症状	発症までの時間
・卵かけご飯 ・親子丼 ・生の食肉 ・洋菓子(ケーキ等)	・下痢 ・腹痛 ・発熱(高熱)	6～72時間 (平均12時間)

- 予防
- 卵は冷蔵庫で保管する
 - 卵は割り置きせず、すぐに調理する
 - 食肉は十分に加熱する

黄色ブドウ球菌

- 牛や豚等の家畜、人の体内にも生息している。
- 顕微鏡で見ると、「ぶどう」の房のように連なった球菌である。
- 増殖する際に産生する毒素(エンテロトキシン)が食中毒の原因となる。
- 耐熱性が高く、一旦産生されると通常の加熱では失活しない。
- 比較的高い食塩濃度でも増殖し、毒素を産生するため、夏おにぎりや自家製の漬物などでも注意が必要。

感染原因となる主な食品	主な症状	発症までの時間
・おにぎり ・サンドイッチ ・和生菓子	・吐き気 ・嘔吐 ・腹痛	1～5時間 (平均3時間)

- 予防
- 調理前に正しい方法で手を洗う
 - 手指に傷がある場合は食品に直接触れることはやめる

腸管出血性大腸菌

- 人や動物の腸管に存在する。
- 病原大腸菌と呼ばれる一部の菌は少量でも食品などを介して摂取されると、時に重篤な症状を伴う。
- 腸管出血性大腸菌は、人の腸管内でベロ毒素と呼ばれる毒素を産生し、その毒素が出血性の大腸炎を引き起こすため「出血性」大腸菌と呼ばれる。
- 代表的なものにO157がある。

感染原因となる主な食品	主な症状	発症までの時間
・生の食肉(特に牛肉) ・加熱不十分な肉	・下痢 ・腹痛	4～8日

- 予防
- 生野菜などはよく洗う
 - 食肉を扱った器具は洗浄・消毒する
 - 食肉は十分に加熱する(中心部を85～90℃で90秒以上)

食中毒の予防 「付けない」「増やさない」「やっつける」

付けない
細菌を食べ物に付けない

- こまめに手を洗う。
- ゴミはこまめに捨てる。
- 生の肉や魚等の汁が、果物や野菜など生で食べるものや調理済みの食品にかからないようにする。
- 冷蔵や冷凍庫の詰め過ぎに注意する。目安は7割程度。
- 要冷蔵・冷凍品は、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる。
- 加熱して調理する食品は十分に加熱する。目安は75℃で1分以上。温め直しも十分に加熱する。
- 残った食品は、早く冷えるように浅い容器に小分けして保存する。
- 時間が経ちすぎたら、思い切って捨てる。ちょっとでも怪しいと思ったら、食べずに捨てる。

増やさない
食べ物に付着した細菌を増やさない

- タオルや布巾は清潔なものとの交換する。
- 生の肉や魚を切った包丁やまな板は洗ってから熱湯をかけたり、消毒した後に使う。

やっつける
食べ物や調理器具に付着した細菌をやっつける

- 清潔な調理器具・食器を使う。

まとめ
食中毒を予防し、
食事を
楽しみましょう！

グリーンカフェ川中島 ぜひご参加ください！

JAでは、65歳以上の組合員・地域のみみなさまの介護予防、健康長寿をめざし、「グリーンカフェ」を川中島地区で開催しております。内容は、JA長野厚生連病院担当者さまによる講演など介護予防につながるお話を活動を行っております。また、お茶会も行い、参加者間で会話を楽しんでいます。川中島地区以外の方のご参加も可能です。ぜひお問い合わせください。

申込み・お問い合わせ 経済部生活課 TEL293-2061

【7月・8月の講演予定】

開催日時 ①7月16日(火) AM10:00～
②8月20日(火) AM10:00～
会場 JA 川中島支所併設 コミュニティプラザ川中島
内容 ①認知症と暮らしについて
②質の高い暮らしのために
講師 ①長野松代総合病院
②南長野医療センター篠ノ井総合病院
参加費 100円
申込み 開催日前日までに申込み先までお電話ください

ぶんげい

出来が良い何年振りかりんごも収穫までは油断大敵
一面に青田となりてわが歩く畦もすがしも六月の風
生かされて昭和・平成・令和へと喜怒哀楽の日々よめぐりて
おしゃべりに味は千載り多添えて打つゲートボールの在りし日の里
お田植も田圃代かきトラクター農業公社指定日合せ
腰曲がり目に入りは草ばかり行き交う蟻も数球となり
カエル鳴く田圃えし前に夕日映え日々の見回り有り難き水
いい湯だなどつぶりつかり見る景色波おだやかな三河の内海
水がめに植えし藤葉葉で眠り居に決めたらしカエル変らし
しやくやくの大きな花は重かりし支柱立てしもバランスできず

篠ノ井 藤沢 昌子
更北 斎藤 由明
篠ノ井 関 博英
松代 中村 博子
篠ノ井 長澤 保
更北 松井 信子
松代 山崎 節子
篠ノ井 飯島 敦史
篠ノ井 久保田 本子
信更 番場 晴嘉

八十路通好きなこととして日々過ごす
兜虫仰向けに巻き添えの聲
父の目に涙も一献子に感謝
むずかしい会話を嫌う冷やっこ
猛毒毒草のびて追いつかず
鼻水の出方が判る花粉か
行楽に打てどひびかずかんと鳥
節くれた十指大事な伴奏者
皆元氣それが一番ありがたい
初飛燕我身掠れし歩道橋
戦争の犠牲性沖縄余額基地

篠ノ井 野口 弘夫
更北 宮林 雄一
松代 石坂 昭江
篠ノ井 内山 克子
篠ノ井 阿部 千賀子
川中島 大日方正二郎
川中島 桑原 千加
篠ノ井 桑原 千加
川中島 小林 伸江
更北 塚田 敬明
篠ノ井 酒井 てるい
川中島 中島 謙治

おたより

～読者のみなさまからいただきましたお声を紹介します～

だんだんと暑くなってきましたね。畑に7種類の野菜を植えました。収穫が今から楽しみです!!(川中島 えりさん)
●本誌が届く頃には待望の初収穫を迎えていらっしゃるでしょうか。豊作を祈っております。

新タマネギが出てきました。私は、タマネギをスライスし、一日一回は酢の物で食べています。体の中がフレッシュになるようです。(松代 八町さん)
●「血液サラサラ」といえばタマネギの印象もありますので、「フレッシュ」になる効果、実際にある気がします!

カワイイ長靴が増えてきてうれしいです。雨の日は、今年から始めた畑日記をつけています。(川中島 マサラさん)
●好きな柄の履や手ぬぐい、タオル、長靴などを身に着けると気分があがりますね♪

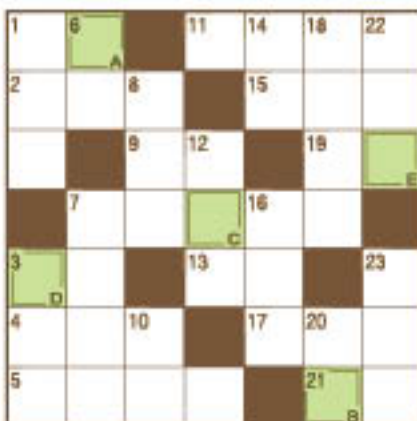
野菜のお手軽オープン焼き(5月号掲載)に挑戦してみました。子どもたちが「うまい」と喜んでくれています。私も嬉しくて毎週作ってやっています。ありがとうございました。(松代 Aさん)
●レパートリーに加えていただけて嬉しいです。応用もききますので、旬の野菜でも作ってみてください。

庭の隅に植えた数本のキュウリナストマトピーマンも水やり効果か、順調に成長しており嬉しいです。農家の人は多くの野菜づくりに汗を流し本当にありがとうございます。農業の大切さは生命維持の原点です。(川中島 中島さん)
●雨が少なく、水やりに余計に手間がかかっているかと思いますが、苦勞が成果につながればやりがいになりますね。「生命維持の原点」、必要不可欠な産業である農業を、みなで支え応援していきましょう。

【5月号の当選者/6月24日当選通知】(応募総数45通)
○富尾尚美さん ○平野すみ子さん ○大日方正二郎さん ○小沼洋子さん ○井上節子さん

\\脳力アップ\\
クロスワード

クロスワードの正解者のうち5名様にJAまごころ商品券をプレゼント!!



ココのカギ

- ① セタの紐帯を付ける植物
- ② 鳥が羽ばたかせるもの
- ③ 東北地方で牛のこと
- ④ だしじやことも呼ばれます
- ⑤ ひ孫の子もです
- ⑥ ロンドンの○○○○空港は英国最大の国際空港です
- ⑦ ポンポンと地面で突いて遊びます
- ⑧ 高校球児が試合をするときに履きます
- ⑨ ピサにあるものは傾いていることで有名です
- ⑩ シャンプーの後で使う人もいます
- ⑪ 侍が腰に差していたもの
- ⑫ ○○ふり積むすがもしやらに取り組んだ
- ⑬ 漢字などに付ける小さな文字

タテのカギ

- ① 小説を書く人をこう呼ぶことも
- ② 貼り合わせて台紙を作ります
- ③ アジヤイワシと並んでよく食べられる青魚
- ④ 天の川を渡って織り姫に会いに行きます
- ⑤ 春がスプリングなら夏は
- ⑥ 目で見える範囲のこと
- ⑦ 手首のこと。○○○バンド
- ⑧ 2024年の夏季五輪が行われる都市
- ⑨ 渡り○○○を渡って隣の校舎へ行ったら
- ⑩ アウターの反対語
- ⑪ ウィスキーはこの中で熟成します
- ⑫ 病気の治療や予防に使われます
- ⑬ 打ち上げ○○○、観音○○○



【ぶんげい投稿について】

- テーマは自由です。定型詩(5・7・5または、5・7・5・7・7)で表現してください。
- 投稿の際には著書でお書名ください。必ず内容を正確の上、投稿ください。
- ①住所 ②氏名(ご本名) ※称号不可 ③電話番号を記入し、右記に送付してください。
- クロスワードの答えに合わせて投稿頂くことも可能です。その際、内容がぶんげいへの投稿であることを明記してください。

ぶんげい締切 7月8日(月)～7月19日(金)
※ぶんげいへの投稿は、上記期間の消印有効といたします。

【クロスワード(おたより)について】

- おハガキに次の事項をご記入ください。
- ①クロスワードの答え ②氏名(ペンネーム) ③住所 ④電話番号 ⑤おたより(任意) ※おたよりご紹介時に掲載いたします

クロスワード締切 7月31日(水)

【あて先 ※ぶんげい・おたより共通】
〒389-8007 長野市飯ノ井町吉田961-2 JAグリーン長野 エアグリーン館
※ぶんげい投稿の場合には郵の後にぶんげい宛と明記してください。



長野市単独事業(果樹)のご案内

果樹園の改植および新植に活用できる「長野市単独事業」の申込みが始まっております。詳しくは果樹生産部会員を対象に配布した「令和6年度 果樹園の補助事業の紹介(長野市単独事業)」(令和6年5月発行)をご覧ください。また、果樹営農技術員・流通センター・共選所までお問い合わせください。

① 振興果樹等苗木導入事業

対象 りんご・もも・ネクタリン・ぶどう・特産果樹の苗木(秋果樹苗木注文書を提出期限までに注文した分で、令和7年1月の通常購買品取引となった苗木 ※令和6年4～5月の通常購買品取引となった苗木も対象となる場合あり)

対象品種 部会振興品種

採択基準 部会振興品種(苗木の注文書にある品種が基本)

対象外の基準 推定面積が品目毎に3戸以上、推定面積が30a未満の場合

補助率 事業費の30%以内

※果樹各部会で配布される果樹苗木注文書を提出いただければ、個別の申請手続きは必要ありません。

② りんごわい化栽培導入事業

対象 りんごわい化苗木、支柱等施設設置

補助率 事業費の30%以内

④ 果実品質向上対策推進事業

対象 雨よけハウス、または、加温施設の事業

補助率 事業費の30%以内

申込方法 ②～⑤の事業をご希望の方は、果樹営農技術員や流通センター・共選所にお問い合わせください。申請書等をお渡しいたします。

申請期限 7月31日(水)

③ ぶどう新品種推進事業

対象 苗木、抜根整地および圃地整備、支柱等施設、かん水施設整備 ※苗木のみの申込みは対象外

対象品種 ナガノパープル・シャインマスカット・クイーンルージュ*

採択基準 1戸2アール以上のほ場の改植に限る

補助率 シャインマスカット30%以内
他対象品種60%以内

令和6年度分は申請件数(額)に達したため、令和7年度分以降の仮申込となります。なお、仮申込となりましても、行政の予算編成の都合により、内容が変更される場合や、事業が終了となる場合があることをご承知おきください。

⑤ りんご新しい化栽培推進事業

対象 りんご新しい化苗木、抜根整地および圃地整備、支柱等施設設置

補助率 事業費の50%以内(限度額50万円)

新しい化の苗木については、確保が難しく、苗木配布の1年前より予約をいただいている状況です。今年ご注文分は、令和8年3月下旬頃を予定し、本年度事業の申請対象外となります。

共和園協の組合員で本事業の申請を希望される方は、まずは共和園協までご相談をお願いいたします。

お問い合わせ・申込み
営農技術員または、各流通センター・共選所



出資配当金に関するお知らせと振替増資のお願いについて

去る5月28日開催の「第31回通常総代会」にて決議された「出資配当金」につきまして、年1.0%(所得税源泉徴収税率20.420%が控除されます)の割合で配当いたします。なお、令和5年度内の増資および新規加入については日割り計算です。配当金の入金については、ご本人のJA口座に8月19日にお振込みを予定しております。

また、配当金額が出資金1口(1,000円)以上となる方に対し、本誌7月号とともに、「振替増資のお願い」をお配りしております。出資金は、組合員のみなさまが出資し、みなさまのためのJA事業をすすめるための資金となります。今後も「組合員のためのJA」として盤石な経営基盤の確保と、さらなる発展に向けて取り組んでまいりますので、振替増資につきまして、ご協力をお願い申し上げます。

出資金振替承諾書の提出先 お近くの支所・よりそい店
出資金振替承諾書の提出期限 7月26日(金)

お問い合わせ
各支所・よりそい店



JAファーム店 盆期間の時間短縮営業について

JAファーム店は、8月13日(火)～16日(金)の盆期間中は、時間短縮営業をさせていただきます。

なにとぞご理解をお願い申し上げます。

対象店舗 JAファーム篠ノ井店・JAファーム松代店
時間短縮期間 8月13日(火)～16日(金)
期間中の営業時間 AM8:30～PM5:00(通常はPM7:00まで)

お問い合わせ

JAファーム篠ノ井店 TEL 299-3311
JAファーム松代店 TEL 290-6363



ご利用ください JAセルフ給油所

JAのセルフ給油所4施設にて7月末日までご利用いただける「燃料の割引QRコード」をお届けいたします。ぜひ、本誌をセルフ給油所にお持ちいただき、機械にかざしてご利用ください。



▲7月末日まで有効

利用可能店舗
アグリしののいセルフ給油所 TEL293-5660
長野インター松代セルフ給油所 TEL290-6122
川中島セルフ今井給油所 TEL285-7770
南長野公園前セルフ給油所 TEL293-4831



流通センター・共選所 短期アルバイト募集

各流通センター・共選所では、もも・りんごなどの選果・荷づくりに携わる一般アルバイトを募集しています。高校生・大学生・専門学生も大歓迎！簡単な作業が多く、未経験の方でもすぐに働けます。ぜひお気軽に、お電話、または直接ご希望先へおかけください。

仕事内容 もも・りんご等の選果・荷造り業務
資格 一般・学生(高校生以上)
勤務地 1～5参照
勤務時間 8:30～17:00(休憩1時間/実働8時間)
 ※作業開始・終了時刻は日により変動有
給与 時給
 【高校生】950円～980円
 【大学生】1,050円～1,150円
 【一般】950円～1,050円
休日 週1回
 ※ほか、休日のご相談にのります
応募方法 勤務を希望する1～5のセンターにご連絡ください

	勤務地	勤務期間	住所	電話	担当
1	西部青果物流通センター	7月上旬～	篠ノ井石川428	293-4668	松坂
2	東部青果物流通センター	7月中旬～	篠ノ井東福寺1940	292-0082	和田
3	川中島共選所	7月中旬～	川中島町御厨909-1	284-4475	高橋
4	若穂果実流通センター	7月上旬～	若穂川田240-1	282-2002	大日方
5	信更果実流通センター	8月上旬～	信更町赤田681-1	299-2617	宮田中澤

お問い合わせ・申込み
各流通センター・共選所



支所金融取扱窓口再編成について(ご案内)

「支所金融取扱窓口再編成」につきまして、7月中の対応をご案内いたします。

なお、7月をもちまして、予定した移行が完了いたします。業務の移行により、ご不便をおかけする点もございますが、引き続きJAをご利用いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

7月の移行

次の1拠点の金融窓口業務を7月16日(火)に移行いたします。

金融業務の移行対象支所	金融業務の移行先
綿内支所	若穂支所

通帳等のお取り扱いについて

金融窓口業務の移行は、「ランチインランチ」という、複数の支所が一つの支所内で営業を行う方式にて移行することから、お持ちの通帳・証書・キャッシュカード等の支所名・店舗番号・口座番号は変更なく、これまで通りにご利用いただけます。

JAグリーン長野は持続可能な開発目標(SDGs)の達成に貢献します！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



SDGsの達成に向けて取り組んでいるよ

*みんなのよい食プロジェクト

JAのうごき

理事会(第4回) 6月25日(火)

協議事項

- (1)役員報酬の決定について
- (2)アিসクロージャー誌の決定について
- (3)コンプライアンス・マニュアルの改訂について
- (4)農業開発事業について

監事会(第3回) 6月20日(木)

協議事項

- (1)令和5年度末基準 財務モニタリング報告および監事意見について
- (2)令和6年度 期中決算監事監査実施要領について

協同の成果(令和6年5月末/6月経営会議報告)

農産物販売高	3億6,804万円
購買品供給高	17億7,247万円
貸出金	531億3,105万円
貯金	2,134億3,629万円
長期共済保有高	5,322億6,825万円

組合員数(6月末)	20,175名
正組合員	9,005名
准組合員	11,170名

コンプライアンス(法令等遵守)への取り組み

コンプライアンス委員会幹事会 6月17日(月)

- コンプライアンス・マニュアルの改訂について
- マネロン等の防止にかかる対応状況の報告について
- コンプライアンスの実践状況について(5月)
- 自主検査の実施状況について(5月)
- 課内会議の意見集約について(5月)

経営会議 6月18日(火)

- コンプライアンスの実践状況について(5月)
- 自主検査の実施状況について(5月)
- 課内会議の意見集約について(5月)
- コンプライアンス研修
事業継続計画書(BCP)の確認について

一般職コンプライアンス研修会

6月19日(水)・20日(木)・28日(金)

- 不祥事の未然防止について
- 個人情報漏えい等防止に向けた留意事項について

コンプライアンス委員会 6月25日(火)

- コンプライアンス・マニュアルの改訂について
- マネロン等の防止にかかる対応状況の報告について

JAグリーン長野
ホームページ
(<https://www.ja-gm.ijm.or.jp>)



JAグリーン長野
公式Facebook
(<https://www.facebook.com/jagrmnagano>)



オクラ三種にぎり

地元のおいしい食材を食べよう!

地産地消

vol.182

【材料】

●にぎり寿司

オクラ…………… 8本
 ご飯…………… 1合
 若菜まぜご飯の素(ふりかけ)…………… 大さじ1
 エコープ「ほめられ酢」…………… 大さじ3

●オクラいなり(シーチキン)

オクラ…………… 8本
 ご飯…………… 1合
 シーチキン缶…………… 1缶
 エコープ「ほめられ酢」…………… 大さじ4
 味付けいなり(炊いた油揚げ)…………… 6枚

●オクラいなり(さけふりかけ)

オクラ…………… 8本
 ご飯…………… 1合
 さけふりかけ(さけフレーク)…………… 大さじ1
 エコープ「ほめられ酢」…………… 大さじ4
 味付けいなり(炊いた油揚げ)…………… 6枚



【作り方】

●共通

- 1 沸騰した湯に塩大さじ1(分量外)を入れ、丸ごとオクラを入れて2分程硬めにゆで、水にとって冷ます。
- 2 オクラのガクを落とし、半量を縦半分に切り、半量を輪切りにする。

●にぎり寿司

- 3 炊いたご飯をボウルに移し、ほめられ酢を加えて混ぜながら粗熱をとる。そこに輪切りにしたオクラと若菜まぜご飯の素を加えて混ぜる。
- 4 ③を約80gずつ握り、上に縦半分に切ったオクラをのせて完成。

●オクラいなり(シーチキン・さけふりかけ)

- 3 炊いたご飯をボウルに移し、ほめられ酢を加えて混ぜながら粗熱をとる。そこに輪切りにしたオクラとシーチキン(またはさけふりかけ)を加えて、混ぜる。
- 4 ③を60~70g程度の俵型にまとめ、味付けいなりに入れる。口の開いたほうに縦半分に切ったオクラをのせて完成。

オクラをお寿司の具にする変わり種レシピです。このレシピを「オクラ(煎)入り」にしないでくださいね!



女性部 井総支部のみなさん



1 オクラは2分程硬めにゆでる。



4 にぎり寿司俵型を少し平たくした形に握るとオクラを飾りやすい。



4 いなり味付けいなりに米を入れすぎないように注意する。



今月の主役



JA長野厚生連
 南長野医療センター 篠ノ井総合病院
 栄養科

オクラ

オクラは野菜の中でもカルシウムを多く含んでいることが特徴です。カルシウムは体内に最も多く存在するミネラルで、大部分が骨や歯に含まれています。不足すると足りない分は骨を溶かして補うため、骨がもろくなります。骨粗しょう症や骨折予防のためにも、不足することなく摂りたい栄養素です。また、特徴的なぬめり

成分のひとつにペクチンと呼ばれる水溶性の食物繊維があります。ペクチンは高い粘性によって、糖質を包み込みながら腸内をゆっくり移動するため、糖質の吸収スピードが遅くなり、食後の急激な血糖上昇を防ぎます。さらに腸内に生息する善玉菌の繁殖を助ける働きもあるため、腸内環境の改善が期待できます。

EverGreen 2024 Vol.365

発行所 グリーン長野県産物協賛会
 長野市篠ノ井本郷通1-2 TEL.026(293)2000(代) 日誌/PO印刷(別)

定70 古紙割合率70%以上の再生紙を使用しています

休日・夜間
 緊急連絡
 診療時間外の連絡
 にご利用ください。

■キャッシュカード・通帳・印鑑の紛失
 ☎0120-02-4040
 ※受付:月曜~金曜/17時~翌朝8時
 土・日・祝/24時間

■休日夜間の自動車事故
 ☎0120-258-931
 ※受付:24時間365日

■押帳(JA缸のホール)
 ☎026-283-3450
 ※受付:24時間365日

■LPGガス(全農LPGガス監視センター)
 ☎0120-787-780
 ※受付:月曜~金曜/17時~翌朝8時半