

EverGreen

エバーグリーン

特集 農業に関するご相談
お気軽にJAへ！



細く、長く続けることを

めざして

ぶどう生産者 村田 淳之助さん



徳ノ井でぶどうを栽培する村田さんは48歳。農業未経験から就農し、今年で5年目を迎えました。

製造業や介護職など経験し、「次は自分で事業を起こしたい」と目標を立てた村田さん。母方の親戚が「ぶどう」を作り、自身も手伝った経験から農業に目を付け、「1から10まで自分ででき、自己完結できること」に魅力を感じて就農の道を選びました。

就農準備のため、各所に相談に行きましたが、「未経験だったし、本気で相手にしてくれなかった」と、壁が立ちばかりでした。紆余曲折を経てぶどう畑を借りることができましたが、「周囲の人も知らないし、周囲の人だって、自分の人となりも知らない…」と真つ新たな状態。自ら先輩生産者のもとへ飛び込み、打ち解けるところから始め、周囲の先輩や、県の研修所などに通いながら栽培技術を磨きます。

栽培では「自己完結」のため、一人で作業をこなし、生活の基盤となる収入確保をめざしています。シャインマスカットを主に10種類以上の品種を作り、摘粒や収穫などの忙しい作業の時期をずらせるように工夫。特に好きだという「摘粒」では、「形を作っていく行程が良く、管理したなりの成果が見えるところがおもしろい」と目を輝かせます。

仕事へのこだわりは、「良い仕事をするためにオン・オフのメリハリをつける」こと。本場に忙しい時以外は、会社員時代の平日出

勤・土日休み、朝8時半から暗くなるまでの就業、かつ、休憩時間も取ることをめざします。その理由には、「ダラダラ長く働いていても良い仕事はできないし、良い品質のものではない」という前職で学んだ経験。「農業を大きくして、すこく働きたいわけじゃなくて、お金のある良い生活をするということよりも、子供が小さいうちは家族と一緒に晩御飯を食べて…人間らしい生活ができるだけの稼ぎがあれば良いかなって思っていて…。まあ稼いでいる農家からは「甘い」なんて言われちゃうけどね」と笑います。

これからの目標は、「細く、長く、ずっとぶどう栽培を続けていくこと」。「今まで就いてきた仕事は、定年まで勤めようにも、どこかで、先が見えてしまつて…でも、ぶどう栽培は定年もないし、全く、先が見えないね」と話しながら、ぶどうの仕上がりに顔をほころばせる村田さんです。



シャインマスカットの仕上がりを確認

氏名(年齢)：村田淳之助さん(48)
 営農地域：徳ノ井石川
 栽培品種：ぶどう(45アール)
 主な出荷先：JA流通センター、個人(Web)販売
 農作業担当者：本人

グリーン長野産“ぶどう” 取扱拡大を要請 地元市場でトップセールス JA自己改革

JAは9月13日、長野市市場の(株)R&Cながの青果で、「ぶどうのトップセールス」を開きました。荻原健司長野市長も同行し、栗林組合長、安藤常務、岡部可孝ぶどう部会長が、出荷最盛期を迎えたぶどうの取扱拡大を市場関係者に直接要請しました。



「農家が真心込めて作ったぶどうを広めて
いただきたい」と話す栗林組合長



マスメディアや市場関係者にアピール



試食で味を確認する
市場関係者

種類豊富な「花き」をPR フラワーショー開催



花き部会は、営農センター会議室で9月19日、「フラワーショー」を開きました。種類豊富な花き品目のPRと、品評会の開催による生産者の栽培意欲と技術の向上につなげることが目的。多数の来場者が「とてもたくさんの種類があって驚いた」「素晴らしい」と口々に感想を寄せ、花々に癒やされていました。



基準に基づき厳正に審査する審査員



多くの来場客が見学

品評会審査結果(上位4位)
出品数 106点

長野市長賞	品目	トルコギキョウ
	氏名	曾川とし子
長野県農林村支 センター長賞	品目	トルコギキョウ
	氏名	大久保哲信
JA 全農長野	品目	ユーカリ
北信事業所長賞	氏名	宮沢政幸
	品目	輪菊
	氏名	青木三枝

※氏名敬称略

なしの品評会 意欲の向上と初競りをめざして



特産果樹部会なし専門部は9月24日、「なし一箱コンクール」を開きました。生産者の栽培意欲・技術の向上につなげることを目的としたもの。9点が出品され、審査基準に基づく厳正な審査の結果、最上位のグリーン長野組合長賞に、高橋正治さんが選ばれました。出品されたものは、東京都の中央卸売市場東京青果(株)の初競りにかけられ、JAのなしの品質と栽培技術の高さのPRと、取引価格の向上に勢いをつけました。

品評会 審査結果(上位3位)
出品点数9点

グリーン長野組合長賞	高橋正治
特産果樹部会長賞	松橋渉一
なし専門部長賞	利根川けさ志

※氏名敬称略



品評会作品を見て情報共有

目次

Green Spot	2
Green Topics	3
Special Issue 特集	6
Member's Power	10
健康長寿学	11
農力アップ塾	12
今月のオススメ!	14
JAポスト	16
Green Information	18

今年の特集

第12回フォトコンテスト「朝日差し込むキャベツ畑」



賞 賞 広報紙エバーグリーン採用賞

撮影者 竹内 申利

撮影地 松代

撮影月 10月

講評 (フォトコンテスト審査員)

マルチシートの上で十分に育ったキャベツが葉脈までくっきりと写り、生き生きと輝く力強い作品です。

品質そろえて出荷を ぶどうの出荷最盛期



ぶどう部会では9月上旬に「ナガノパープル」「種なし巨峰」が、中旬にかけて「シャインマスカット」「クイーンルージュ®」「クイーンニーナ」が出荷の最盛期を迎えました。このうち、シャインマスカットについて9月12日、講習会と選果目合わせ会を開催。1箱の中で品質をそろえ荷造りし、出荷していくことを共有しました。

生産者は、「苦労に見合う価格で販売し、価格に見合った味でお客さんに喜んでもらえたら良い」と話しました。

ぶどうはシャインマスカットの冷蔵販売も含め12月まで出荷が続きます。



選果目合わせ会で点数の基準を確認



検品作業がすすむセンター

花木の出荷始まる



花き部会花木専門部で「ロシアンオリーブ」「テマリシモツケ」が出荷を迎えました。9月9日に目揃会を開き、品質をそろえ、安定した出荷量を確保することを確認しました。



「ロシアンオリーブ」の品質を確認する生産者

ブライダル需要へトルコギキョウ始まる



花き部会トルコギキョウ専門部は篠ノ井の東部青果物流通センターで9月23日、「抑制トルコギキョウ」の目揃会を開きました。生産者と営農技術員が改めて出荷規格を確認。9月後半から10月のブライダルなどで需要が高まる時期に出荷し、安定高単価取引につなげます。生産者は、「体調に留意して、良いものを出荷していきたい」と話しました。



荷造りの注意点を確認

秋りんご 品種リレー



りんご部会は9月9日・12日、「シナノドルチェ」「紅玉」の出荷講習会を開きました。シナノドルチェは、8月の夏りんごとりんご三兄弟の間を中継する長野県オリジナル品種のりんご。生育期の高温で着色不足が懸念されましたが、仕上がりがりも上々。熟度を見ながら収穫・出荷し、ロスを削減することを確認しました。



見本果で選果基準を教え合う生産者

9月25日から27日には、「りんご三兄弟」のうち、「秋映」「シナノスイート」の出荷講習会を開きました。りんご三兄弟は9月下旬から10月に最盛期を迎える長野県オリジナル品種。いずれの品種も食味を優先に、適期収穫と一次選果を徹底するよう呼びかけました。



秋映の選果基準を説明

購入・整備はおまかせ！ 農業機械展示相談会開催

農業機械センターは9月6日・7日、真島町の真島臨時駐車場で「秋の農業機械展示相談会」を開きました。毎年恒例のJA独自の展示会。農業機械メーカーなど11社が特別価格の機械や需要の高い機種など約200台を並べ、来場者を迎えました。機械に触れて操作性を確かめていた生産者は、「いろんなメーカーの機械を見比べられて楽しい」と話し、農業機械センター職員に価格などを相談していました。



機械の特徴を農業機械センター職員が紹介



トラクターの整備方法を学ぶ

また、会場では6種類の機械の「メンテナンス講習会」も開きました。機械をより長く愛用してもらおうと企画したもの。トラクターの整備について説明を聞いた来場者は、「整備方法を教わる機会がなかなか無かったので、勉強になった」と喜びました。

新米 品質検査で安定供給へ



JAは9月17日、篠ノ井の東部ライスセンターで新米の初検査を行いました。農産物検査員が新米の数量確保と仕上がりを確認。検査基準をそろえ、需要に即し、米の安定供給につなげていくことを申し合わせました。



品質を検査するJA農産物検査員

“自己引取”でコスト低減



JAは9月中、「年間特別予約」をいただいた「秋肥料」の自己引取を行いました。これは配送料などを抑え、生産コストの低減につなげる取り組み。引き取りに来た生産者の車に、JA職員が多数の肥料を積み込みました。



生産者の車に肥料を積み込む職員

炎天下に負けず 秋野菜を作ろう



JAが更級農業高校と連携して開く「親子ふれあい農業塾」は9月14日、篠ノ井のほ場で秋野菜の準備を行いました。受講生児童とその保護者7組が参加。高校生を講師に、畝立てとマルチ張りをを行い、「ダイコン」「カブ」の種をまきました。

この日は作業開始から30℃を超える気温と強い日差しが降りそそぐ環境。参加者はこまめに水分を取りながら、集中して手早く作業をすすめました。

児童は「たくさんダイコンができたなら嬉しい」と笑顔。保護者は、「この暑いなかで農家さんが作業していると思うと、本当に感謝しかない」と話しました。



種をまく「穴」を開ける児童

安全・安心へ施設を点検



ぶなしめじ部会は9月10日・11日、部会員5人の「生産工場巡回」を行いました。本格需要期を前に施設設備の点検を行い、異物混入や労働災害を防止し、安全・安心な生産活動と安定出荷につなげるのが目的。JA職員とJA全農長野職員が検査員を務め、評価項目に基づいて施設内を検査しました。

各工場とも、「具体的な対策が講じられている」と評価。他産地において発生した異物混入事例とその対策も共有し、都度点検を行いながら、必要に応じて各自で対策を講じていくことを確認しました。



生育室内を点検・評価

農業に関するご相談 お気軽にJAへ!

JAグリーン長野は、この地域で農業を営む方の「最初」の相談窓口として、みなさまの営農のサポートに取り組んでおります。このなか、「農業を始めるにあたり、相談窓口が困った」「いろいろな機関があってもよくわからない」といったお声が寄せられることもあります。

そこで今回は、当JAの相談窓口と農業について相談ができる機関を改めてご紹介いたします。ご自身で相談事をお持ちの方、また、周囲で困りの方は、まずはJAまでどうぞ！

こんなお悩みをお持ちではありませんか？

周囲の方からこんな疑問を耳にいませんか？



親父の畑を継ごうか迷っているけれど、親父にはいろいろ聞きにくい…

定年後に農業を始めてみようと思うけど、どこに相談すれば…？



農業の相談窓口ってどこ？行政？JA？わからない…

農業で生計を立てていくためには、どんな準備をすれば良い？



まずは

JAグリーン長野

にご相談ください。

へのご相談をオススメしてあげてください。



JAグリーン長野は、篠ノ井・信更・大岡・松代・川中島・更北・若穂の地域で、農業を営む方、この地域で農業を始めたい方、継承されたい方などのご相談に応じ、みなさまをサポートしています。

JAの相談・サポートのねらい

農業
振興

- この地域で農業を営む人や出荷・販売に取り組む人を増やす！
- この地域の農地を守る

JAには管轄する地域(事業範囲)があります

長野県には、14のJAがあり、各地域の農業を支えています。グリーン長野の地域に接してはいるものの管轄外の地域の場合には、当JAとして対応できず、近隣のJAをご紹介することもありますことを予めご理解ください。

組合員じゃないけれど相談は可能？

- 組合員の方でなくても、まずはお気軽にご相談ください。
- ご相談内容などに応じ、組合員加入をオススメすることがありますので、ご検討ください。



具体的に



JAグリーン長野

の、どこに相談に行けばいいの？

営農センター ● 営農センターはJAの農業部門(営農販売部)の事務所です。まずはこちらにお問い合わせください。

住所 篠ノ井布施高田944-1 電話 292-0930

受付時間 平日AM8:30~PM5:00

担当 ● 営農技術員(果樹・野菜・花き・米穀) ● 農業振興担当(各種補助制度・税制等)
● 販売担当(市場流通販売・直接販売) ● (一社)長野市農業公社南部分室(農作業お手伝い、農地)
留意事項:業務のため不在にしている場合があります。事前にご連絡をいただき、お約束いただけずとスムーズです。

営農技術員 ● 営農技術員は、栽培指導の担当職員です。営農センターや各地域のJA施設に駐在しています。

受付時間 平日AM8:30~PM5:00

上記時間内にご連絡ください。時間外は対応し兼ねますこと、ご理解をお願いいたします。

営農技術員へのお問い合わせは、各駐在先、または、携帯電話にご連絡ください。なお、業務(会議や講習会等)の都合により、お電話が繋がらないことがあります。折り返しもさせていただきますが、時間を空けてお電話をいただく等、ご理解をお願いいたします。

営農技術員個別連絡先

	営農技術員	品目	携帯番号	駐在先	電話番号
全域	神戸 秀夫	米 穀	080-2194-9444	営農センター	TEL:292-0930
	塩野 宏昭	花 菜	080-1193-0575		
	吉澤 周治	果 樹	090-2543-0365		
	寺澤 勤	果 樹	080-1188-5229		
	久保田圭哉	野菜・米 穀	080-1188-3677		
	笠井 理乃	花 菜	070-1000-2307		
	湯本 翔大	野菜	080-9563-0548		
篠ノ井	富田 典正	米 穀・野菜	090-5587-2413	JAファーム篠ノ井店	TEL:299-3311
	徳武 拓海	果 樹	080-1202-0260	西部青果物流通センター	TEL:293-4668
	外谷 瑞希	果 樹	080-8048-6602	東部青果物流通センター	TEL:292-0082
信更・大岡	佐藤 徹	果 樹	090-7179-9866	信更果実流通センター	TEL:299-2617
	後藤 智	野菜・米 穀	090-2620-4430	信田支所	TEL:299-2211
松代	大矢 則夫	野菜・米穀・花き	080-1186-6064	大岡店	TEL:266-2231
	伊藤 哲也	果 樹	080-2239-6816	松代農業総合センター	TEL:278-9595
	柴田 勇二	野菜・米 穀	090-2522-2779	JAファーム松代店	TEL:290-6363
川中島	松橋 宏和	果 樹	090-4816-6297	川中島共選所	TEL:284-4475
	中村 碧志	米 穀・野菜	080-1204-1857		
更北	根津 隼人	果 樹	080-1203-8576	真島フルーツセンター	TEL:285-3240
	大日方大樹	野菜・米穀・花き	090-2647-1410	更北営農資材センター	TEL:284-1660
若穂	松沢 一彦	果 樹	080-1191-5166	若穂果実流通センター	TEL:282-2002
	大田 亮介	野菜・米穀・花き	080-9563-0550	若穂営農資材センター	TEL:282-2047
全歳	田中富士男	菌 茸	080-1198-4434	種菌センター	TEL:292-8191
	倉田 朋和		090-2527-9043		

例えばこんなお悩みに対応します



悩 農業散布時期を迷っているんだけど…

営 その時の状況を踏まえてアドバイスします！

要 ほ場の様子を見ながら個別指導してほしい

営 ほ場にうかがいます！



質 どんな品目をもっと作っていいかな？

営 経営の状況を踏まえてアドバイスします！

質 規模拡大したいけど、農地の情報はいいかな？

営 地域の情報をお持ちの生産者(営農相談員)などと連携してアドバイスします。

必見!! 新設!! JAグリーン長野 グリーン営農相談センター

● 就農準備の段階から相談したい方 ● どこに相談していいかわからない方 ● 農業のよるず相談をしたい方 向け
グリーン営農相談センター を開所します!!

グリーン営農相談センターとは

グリーン営農相談センターは、新規・担い手の生産者をはじめ、農産物の出荷・販売を目的に農業を営む方のご相談に応じます。JA担当者や行政等の農業関連機関が、就農や経営に関する課題の解決に向け、総合的にサポートしてまいります。

どんな相談に対応してくれるの?

農業への補助金はないの?	新規就農の手続きを教えて!	認定農業者になるには?
農業施設を建築・整備したい	農業資材を取り寄せたい	出荷販売に挑戦したい
農業機械がほしい	農機の整備方法を知りたい	農業機械を譲渡したい
農業機械購入費用を借りたい	設備を立てる資金が必要!	運転資金の相談がしたい
農業車両万一の保障を考えたい	農産物や農業機械の盗難に備えたい	従業員を労働災害から守りたい
この地域に農地を借りたい	農地をもっと増やしたい	遊休農地を有効活用したい
労働力を確保する対策は?	農業の里親制度はある?	どんな品目を作れば良い?

- 出荷販売を目的に農業を始めたい方
- 効率良く就農準備していききたい方
- 就農・営農支援などについて知りたい方
- 農地を借りたい方
- 農業を継ぎたいが、家族には聞きにくいと考える方 …など

農業で生計を立てるみなさまの
よるず相談にお答えします!

※グリーン営農相談センターは、家庭菜園などの出荷販売目的以外のご相談はお受けいたしかねます。

今までと何が違う?

JA内部でもさまざまな事業部署があるため、ご予約いただいた日にご相談内容に応じたそれぞれの担当者が同席し、ご相談に応じます。また、JAだけでは対応が難しいご相談は、それぞれの専門家である農業関連機関の担当者も同席し、みなさまがより前向きに農業に携わっていただけるよう、サポートいたします。



グリーン営農相談センターの体制

JA営農販売部 グリーン営農相談センター総合受付です

JA経済部農業資材課 ビニールハウス等の施設の建築や支柱・かん水施設の設置など、安全・信頼の資材をご提供!	JA農業機械センター 農業機械の購入・整備・修理・中古農業機械のご相談や、機械の買取査定までおまかせ!
JAバンク(JA金融部) 農業を始める・続けるための資金支援はJAバンク!	JA共済(JA共済部) 農業者・農業にかかる車両など、万一保障はJA共済!

JA労働保険事務組合

農業者(本人・家族・従業員)のための労働保険もJAへ!

長野農業農村支援センター(県)

認定農業者 新規就農者	総合支援	農作物災害にかかる支援
遊休農地の有効活用		スマート農業化支援
里親制度	農福連携	労働力確保相談

長野市農業政策課(市)

担い手・農業制度資金	農地の有効活用
農業機械化支援	農産物の生産振興

NOSA | 長野

自然災害等による農作物の損失補償等

(一社)長野市農業公社

農地中間管理事業(農地貸借等)

内容に応じ、JA長野県グループ、JAの営農相談員(優れた技術を持つ生産者・農業経営者)や長野市農業委員会なども連携してご相談に応じます!

グリーン営農相談センター 営農相談会

グリーン営農相談センターは、特定の場所を持たず、支所・よりそい店などJAの施設を会場に、相談会を開催いたします。ご相談は、事前にご予約をいただき個別にお受けいたしますので、ぜひこの機会にご相談ください。

営農相談会開催日程

開催日	開催時間	開催場所(住所)	お申込み期限
11月29日(金)	PM1:00~4:00	塩崎店(篠ノ井塩崎角間3371)	11月15日(金)
1月21日(火)	AM9:00~正午	松代東店(松代町東条3420-2)	1月7日(火)
1月29日(水)	PM1:00~4:00	御厨店(川中島町御厨1200)	1月15日(水)

※関連機関と連携し相談に応じるため、お申込み期限までにご予約ください。

お申込み方法

- ご相談内容に対し、より具体的に対応するため、原則、事前のお申込み(予約)が必要です。
- お申込み(予約)は、開催日の2週間前までとなります。

お申込みは、次の①~③の方法によりお申込みください。

- ①WEB申込み ②メール申込み ③「個別営農相談申込書」の提出(支所・よりそい店ほか)



①WEBでの申込み

JAのホームページ、または、下記QRコードより専用申込みフォームにアクセスし、必要事項を入力の上、送信してください。

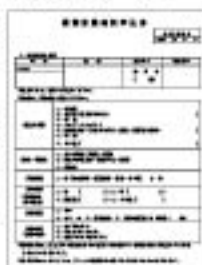


②メールでの申込み

- ①次の申込先に必要事項を入力し、送信してください。
 <申込先アドレス>
 einousoudan@grn.nn-ja.or.jp
 <必要入力事項>
題名 営農相談会申込み
本文 ●希望会場・希望時間 ●申込者氏名
 ●連絡先(TEL)
 ②JAからの返信にて「事前調査事項」をお送りいたします。
 ご回答いただき、メールにて送付いただきますよう、お願いします。

③「個別営農相談申込書」の提出(支所・よりそい店ほか)

- ①支所・よりそい店、流通センター・共選所、営農資材店舗に備え付けの書面に必要事項を記入してください。
 ②ご記入いただいた書面をご提出ください。



営農相談会に関するお願い事項

相談日に都合がつかないという方は個別にご相談ください。

- 営農相談会は「事前申込み(予約制)」です。より具体的にご相談に応じるために、事前申込みにご協力ください。ご予約がない場合には、開催しないことがあります。
- 事前予約のないご相談は待ち時間が発生することがあるほか、ご相談内容によっては、後日改めての対応をご案内させていただくことがあります。
- お申込みが集中した場合には、別日程をご案内させていただく場合があります。
- 相談内容を確認するため、事前にご連絡をさせていただく場合があります。
- 農業やJA事業に関すること以外の内容や、販売目的以外(家庭菜園等)のご相談、関連機関でも対応しかねる内容につきましては、ご相談をお断りさせていただく場合があります。

近くに悩んでいらっしゃる方がいらっしゃいましたら、ぜひグリーン営農相談センターをご紹介ください



ぜひ農業相談の入口、そしてパートナーとして、JAグリーン長野をご利用ください

【お問い合わせ】 営農販売部 TEL:292-0930

“顔の見える”信頼販売を



青壮年部は9月21日から25日にかけて、富山県富山市の百貨店で行われた販売会に、JA営農販売部営業課と共に参加しました。生産者を代表して青壮年部員が参加し、消費者に対して「作り手の顔が見える販売(対面販売)」を行うことで、信頼のおける販売やJA農産物のPRにつなげることが目的です。期間中、部員4人とJA職員が交代で現地に赴き、ぶどう「シャインマスカット」「ナガノパール」「クイーンルージュ®」「クイーンニーナ」を販売。来場者が次々と足を止めました。来場客の一人は、「クイーンルージュ®という品種を初めて知った」と購入。青壮年部員は、ぶどうへの注目度や人気を改めて感じ得るとともに、対面販売の手ごたえをつかみました。



ぶどうを販売した青壮年部員ら

女性のやりたいことを叶える! JA女性カレッジ開講



講師の話をじっくり聞く受講生



JAでは、JA管内に住む女性を対象に「令和6年度JA女性カレッジ」を9月19日に開講しました。これは、家の光の年間講読をしている女性のうち希望者を対象に、JAを拠点に、「女性がやってみたいこと」を叶える企画。新規受講生2人を含む80人が受講し、9月から来年8月まで、月に1回の活動を通じて、くらしの充実や会員間の交流などにつなげます。

初回は28人が参加。農山漁村文化協会(農文協)職員を講師に「野菜づくりのコツと裏ワザ」について学んだほか、同日開催の「JAグリーン長野フラワーショー」を見学し、野菜や花きの知識を高めました。受講生は「これからさまざまな活動に参加できるのを楽しみにしている」と話しました。

トレッキングで健康増進!



JAでは、組合員の健康維持・増進をめざし、健康につながる講話や軽運動などを行う「組合員健康企画」を6月から月に1回開催しています。9月13日には、「若穂太郎山をトレッキングで巡ろう!」を企画し、組合員7人が参加。鳥の声を聞きながら緑豊かな歩道や、時に高低差のある険しい道を登り下りしながら、往復2時間半の距離を歩き切りました。

参加者の女性からは「結構急な坂もあり大変だったけど、素晴らしい景色が見れて良かった」「たくさん汗をかき、良い運動にもなった」と感想が寄せられました。



自然の険しい道を歩く参加者



グリーンコネクト先のJA情報をお届けします

大阪 第4期女性大学第2回講座で生春巻き作り!

グリーン大阪では、8月26日、「第4期女性大学ワタシカレッジ」第2回講座を開講しました。今回は、「玲子さんちの一品十杯百笑出張授業」。料理研究家であり、近鉄奈良線河内小阪駅前で、季節のスープとお惣菜のお店「Ryoko's kitchen」を営む、オーナーの森上玲子先生を講師に招き、料理教室を開講しました。

受講生は、国産野菜やエディブルフラワーを使った生春巻き等、華やかな料理づくりを楽しみ、「自宅ではここまでたくさんの材料をそろえて作る事はなかなかないので、色とりどりでとても楽しくできました。素敵な料理を教えて頂きうれしいです」と、笑顔で話していました。「ワタシカレッジ」は、今後4回の講座を予定しています。



完成した生春巻きやカオマンガイ等



生春巻き作りに挑戦する受講生

シン・長野市はつらつ体操

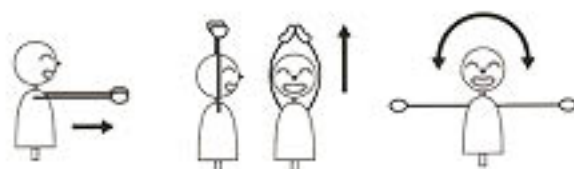
JA 長野厚生連 長野松代総合病院
リハビリテーション部 理学療法士

高齢者にとって「動かないこと(生活不活発)」は、健康に悪影響を及ぼすと危惧されています。「生活不活発」により、フレイル(虚弱)が進み、心身や脳の機能が低下していきます。この動かない時間を減らしフレイルの予防を図れるよう、長野市医師会と長野市では「シン・長野市はつらつ体操」を制作し、健康維持・増進を図っています。今回はこの「シン・長野市はつらつ体操」のうち、毎日行うことをオススメしている「はつらつストレッチ」をご紹介します。

はじめに

かかりつけ医をお持ちの方は、相談してから始めましょう。痛みのある方は、痛みのない範囲でゆっくり丁寧に動かしましょう。力んで息を止めないようにしましょう。

1 背筋を伸ばす <2回>



手を組んで
ぐんと前を出す。

手を返して伸び
をする。

大きく外から腕
を下ろす。

2 横に曲げる <左右交互 2回>



しっかり上に
伸びる。

片手で引っ張っ
て背中を曲げる。

さらに深く曲げ
る。

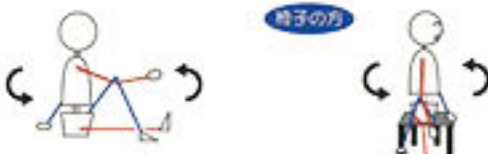
3 太ももの裏を伸ばす <1回>



息を吐きながら少し前屈をし、
4数える間保つ。
もう少し前へかがみ4つ数え
さらに深くかがみ4つ数える。

最後は、つま先までめいっばい
曲げ4つ数える。

4 体をひねる <左右 各1回>



片膝を立てて、足を組む。立
てた膝を反対の肘で押し、8
つ数える。
反対の足も同じように行う。

足を組む。
組んだ足と反対の肘で押す。

5 ふくらはぎを伸ばす <左右 各1回>



片足のつま先を椅子の脚に
あてる。
膝を伸ばして体を前に倒し、
8つ数える。
反対の足も同じように行う。

深く腰掛けて片足を伸ばす。
反対の足のかかとで、つま先
を手前に引く。
反対の足も同じように行う。

6 開眼片足立ち <左右 各1回>



椅子の横に立つ(手はつかない)。
椅子側と反対の脚を前後に4回振る。
腕は横に広げて開いて、バランス
が崩れそうになったら椅子に手をつか
か足をつく。

深く腰掛ける。
腕は横に広げて開く。
バタ足をするように脚を
上げ下げする。

まごの

今回の「シン・長野市はつらつ体操」の「はつらつストレッチ」は、動画でもご覧いただけます。また、他の体操も動画でご覧いただけますので、ぜひ日々の生活に取り入れて、フレイル予防につなげましょう！

動画はこちら ▶
(長野市公式
YouTubeチャンネル)



出典：「シン・長野市はつらつ体操」はつらつストレッチ

グリーンカフェ川中島 ぜひお越しください！

JAでは、65歳以上の組合員・地域の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「介護予防」につながる健康講話です。また、お茶会も行い、参加者間の交流もできます。川中島地区以外の方も大歓迎です。ぜひお誘いあわせてご参加ください。

申込み・お問い合わせ 経済部生活課 ☎293-2061

【10月・11月の開講予定】

開催日時 ①10月15日(火) AM10:00～
②11月19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脳卒中の予防
②がん予防と人生会議
講師 ①長野松代総合病院
②南長野医療センター 藤ノ井総合病院
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

果樹塾
2024

ハダニ類

今回は、果樹栽培で、防除の対象となるハダニ類の防除対策についてご紹介します。ハダニ類は、「薬剤抵抗性」がつきやすく、殺ダニ剤と薬剤抵抗性の繰り返しが課題ですが、薬剤防除に頼らない総合的な防除を行いましょう。

お問い合わせ 営業販売部 tel.292-0930

虫害 ハダニ類

ハダニは、ダニ科に属するクモの仲間。日本中に約70種類存在する。果実類全般に発生するが、特に「リンゴハダニ(りんご)」「ナミハダニ(りんご・もも)」「モモサビダニ(もも)」「ハモグリダニ(ぶどう)」の発生が目立つ。

リンゴハダニ		ナミハダニ	
加害生態	リンゴハダニは、成虫の体長が約0.3ミリ～0.5ミリ程度。暗い赤色で、背面の生え際に白いコブがある。	加害生態	ナミハダニは、成虫の体長が約0.4ミリ～0.6ミリで、黄緑型と赤色型がいる。
発生時期・発生環境	卵で越冬し、展葉期から開花期にふ化。6月頃から樹全体に分散。25℃以上になる高温条件下で7月から8月に爆発的に増大する。水に弱いため、管内で発生が目立つのは梅雨明け後の降雨が少ない時期。	発生時期・発生環境	ナミハダニは、幹や枝の粗皮下、雑草などで越冬し、春になると、「越冬ダニ」として活動を再開する。新葉に移動し、そこで増殖する。また、下草で増殖した個体が、草刈りなどでエサがなくなると樹上に来る。
被害	葉の養液を吸汁し、小さな白斑ができ、かすり状になる。また、果実のがくあぶらなどに産卵すると、見栄えが悪化する。被害が拡大すると、樹の勢いが衰え、果実の肥大や糖度に影響が出る。	被害	初期症状は左記のリンゴハダニと同じだが、被害がすすむと、早期に落葉する。
モモサビダニ		ブドウハモグリダニ	
加害生態	モモサビダニは、成虫の体長が0.2ミリ程度で、肉眼では見えない。	加害生態	ブドウハモグリダニは、成虫の体長が0.2ミリ程度で、肉眼では見えない。
発生時期・発生環境	芽の鱗片で越冬した成虫が、4月中旬の展葉時期に葉に移動し、増殖を始める。6月中旬に密度が高まり、7月下旬から8月上旬に増大する。	発生時期・発生環境	芽の鱗片で越冬した成虫が4月中旬の展葉時期に葉に移動し、吸汁を始める。また歩行により新梢へ移動、加害する。1～5葉時と、6月頃に新梢で毛せんが発生する。基葉で密度が高いと副梢でも毛せんがみられる。
被害	葉の表面を加害し、葉の表面がぼんやり白くなり、被害が広がると表面全体の葉緑素が抜け、銀白色に輝いて見える。被害ははじめ樹の一部で見られ、短期間で樹全体に広がる。強く加害された樹では光合成が阻害され、当年の果実の糖度が減少するほか、落葉が起こりやすくなる。	被害	葉への吸汁で葉表が凸状に変形する。葉裏は凹状にくぼむ。葉への被害はそれほど大きくないが「ブドウえも果病ウイルス」を媒介する。ブドウえも果病はいったん発症すると治療は困難であるため、ブドウハモグリダニの防除を徹底する。

重要

- ハダニ類は、世代交代が早く、殺ダニ剤に対する抵抗性を獲得するサイクルが早い。抵抗性を獲得してしまうと、同じ系統の殺ダニ剤が効かなくなる。このため、同一系統の殺ダニ剤の使用は『年1回』としている。
- 複数の系統の殺ダニ剤をローテーションで使用し、抵抗性の発達をできるだけ遅らせる。現在、殺ダニ剤は世界的には需要が少なく、新規系統が開発されなくなっているため、現在あるものを長く使用できるよう配慮が必要になっている。
- 春の増殖を抑制することでハダニ類の発生を遅らせ、殺ダニ剤を削減することができる。

防除対策

リンゴハダニ 春、卵にマシン油などを散布する。	ナミハダニ 下草管理を徹底する。下草で発生が見られた場合、ナミハダニにも効果のある除草剤を使う。	ブドウハモグリダニ 休眠期の石灰硫黄合剤防除を行う。
----------------------------	---	-------------------------------

●散布方法の工夫

ハダニ類は葉裏に寄生しているため、上から散布しただけでは効果が十分に発揮されない。中途半端に防除すると生き残ったハダニ類が薬剤抵抗性を持ちやすく、ますます農薬が効きづらくなる。効果的な防除につなげるため、葉の表だけでなく裏、また、葉が混みあって重なっている部分などにもしっかりと薬剤がかかるように、まんべんなく丁寧に散布する。

※選用作物や選用できるハダニの種類、ローテーション散布にあたっては、JAの防除層を参考にさせていただき、JA果樹営農技術員にお問い合わせください。

今月号では、量販店向けコギクの「定植方法」について、ご紹介いたします。

量販店向けコギクの定植は9月～10月が定植時期となります。興味をお持ちの方で次年度からの出荷・販売をめざしたいという方は、お早めにJAまでお問い合わせください！

苗の準備 作業時期：9月～10月

定植する苗は、毎年、「株分け」という方法で準備します。

株分けの方法

コギクは、挿し穂で増やすことはできるが、簡単で確実に根が活着する「株分け」を推進している。

株分けは、収穫後の株を母株として新しい芽を出す方法。収穫後、株の周囲から土を掘り起こし、根を傷めないように注意しながら、芽が多い株を分割する。この時、「冬至芽(うど芽)」という白い芽が付いているものを選んで定植苗とするが、株の横から出た冬至芽だけでは利用しない。



あまり大株にしない
(目安は枝が2本程度)



「冬至芽」という芽が付いているものを選ぶ

定植 作業時期：9月～10月

定植はなるべく早めに行いましょう。

定植方法は「一条植え」「千鳥植え」があり、畑の環境(広さ等)の要件もあるが、初めて栽培する場合は、一般的で省力的な植え方である「一条植え」で定植する。定植時期はなるべく早めに行うことで、根の活着や生育が良くなる。

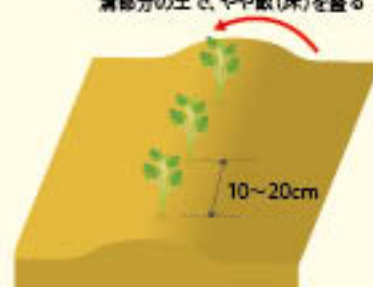
定植作業の流れ

- ①水はけの良い畑では、畝を立てずに定植が可能。水はけの悪い畑は、畝を立てて植え、湿害を避ける。
- ②定植する畝(床)は、畝(床)幅が60cm、間隔は90cm間隔を目安にする。畝(床)は南北に向かって立てると、日が長く当たるため生育に良い。
- ③畝(床)用に目印のロープを張り、ロープに沿ってクワで定植用の溝を掘って少し土を盛る。
- ④10～20cmの間隔(株間)で、盛った土に苗を寄り掛からせるよう、根を溝に置く。
- ⑤溝から少し離れた位置の土を葉の付け根までかぶせる。この時、葉の付け根に土がかぶらないと発根しないことに注意するとともに、葉の先まで土に埋まらないようにする。(図1)
- ⑥土をかぶせたら鎮圧する。しっかり鎮圧することで「毛細管現象」が起こりやすくなり、根が水をしっかり吸い上げるようになる。
- ⑦定植後から根が活着するまでたっぷりと水をやる。

図1 横から見た植え方



図2 上から見た株間等
溝部分の土で、やや畝(床)を盛る



株間の目安

品種	株間	
	1条植え	千鳥植え [※]
金元宝(黄)	20cm	30～40cm
さざ波(白)	20cm	30～40cm
赤魚(赤)	15cm	30～40cm

※千鳥植の株間は片側

●株落ちしやすい場合や、芽の数が少ない苗は株間を狭くする。

(苗の選び方) ●冬至芽が少なく、葉があまり伸びていない質弱な苗を定植すると越冬前の芽吹きの状態が悪いので、健全で勢いの良い苗を植える。

(株落ち対策) ●秋定植による株落ちがある場合には、春まで母株をとっておき、3月に株分けをして植え直す。

冬越し 作業時期：12月～4月

秋定植のコギクは、冬と春先の凍み上がり対策が必要です。

12月頃と春先の3～4月頃、凍み上がり防止のため、根元付近を足で踏みつける。雪解けなどによって耐水しやすい畑では、排水対策が必要。

会館

さまざまな会議・講演会・懇親会に! JAの会館をご利用ください

講演会(セミナー)や大規模な会議、宴会もおまかせください!

くわしくは
お問い合わせ
ください!



グリーンパレス(3階ホール・会議形式)



サンホールマツシロ(大ホール・宴会形式)



グリーンホールミナミ(千曲)

人数によって会場の大きさが選べます

和室もご利用いただけます



グリーンパレス(4階ホール)



サンホールマツシロ(中ホール・講演形式)



グリーンホールミナミ(和室)

貸室・基本料金

グリーンパレス Ta292-9229

貸室	基本料金
4階ホール (100名程度)	4時間29,700円 1日44,000円
3階ホール (120名程度)	4時間33,000円 1日49,500円
3階中会議室 (30名程度)	4時間16,500円 1日22,000円

サンホールマツシロ Ta278-8622

貸室	基本料金
大ホール (120名位程度)	半日33,000円
中ホール (40名程度)	半日22,000円
和室 (10名程度)	半日11,000円

グリーンホールミナミ Ta 285-6400

貸室	基本料金
大ホール(千曲) (130名程度)	午前 33,000円
	午後 38,500円
	終日 66,000円
中ホール(作新) (40名程度)	午前 16,500円
	午後 22,000円 終日 38,500円
和室(2間続き) (18名程度)	午前 22,000円
	午後 22,000円 終日 44,000円

- 各会場の収容数は、会議形式における人数です。レイアウトや宴会の有無により収容人数は変わりますので、ご相談ください。
- 記載の基本料金はいずれも税込みです。なお夜間は割増料金(別料金)となります。
- グリーンパレスとサンホールマツシロは、土・日・祝日もご利用いただけます。
- お問い合わせ受付は、各施設とも平日昼間(AM9時~PM4時)です。

ぜひ企業や地域・団体の会合にも
JA運営の会館をご利用ください。

お問い合わせ 各会館

農業
機械

土・日・祝日の営業について

農業機械センター
営業日程について

農業機械センターの土・日・祝日の営業日程については次の通りです。お近くのセンターが休みの場合は、営業するセンターにお問い合わせください。

- ...全日営業(AM8:30~PM5:00)
- △...午前営業(AM8:30~12:00)
- ...休み

センター名(Ta)	10月						
	12	13	14	19	20	26	27
	土	日	月祝	土	日	土	日
篠ノ井 (Ta292-1369)	○	○	△	-	-	-	-
川中島 (Ta284-1671)	△	△	-	△	-	-	-
松代 (Ta278-8601)	-	-	-	-	△	-	-
更北 (Ta283-5043)	△	△	-	-	-	△	-
若穂 (Ta282-6025)	○	○	△	-	-	-	△
信田 (Ta299-2225)	△	△	-	-	-	-	-

冬期(農閑期)の
対応について

農業機械センターでは、11月より2月末までの間の土・日・祝日は休業となります。平日のご利用をお願いいたします。

金融

JAバンク アプリプラス登場

「JAバンクアプリプラス」は、スマートフォンのアプリでいつでも口座残高のチェックができることに加え、「JA ネットバンク」の機能が追加された「いつでも・どこでも・手軽で便利なサービス」です。

JAバンクアプリ

アプリでいつでも口座残高のチェックや
投資信託取引ができます。

- 投資信託
- 入出金明細
- 定期預入明細照会
- 税金・各種料金の払込み(PayB)
- 投資信託取引
- 通帳レス口座切替



ダウンロードはこちら

JAバンクアプリプラス

アプリで振込や口座開設など、
さまざまな取引ができます。

- 口座開設
- 振込・振替
- 税金・各種料金の払込み(ペイジー)
- 定期貯金
- 積立変更
- 各種ローン関連取引



ダウンロードはこちら

JAネットバンクの機能を搭載!

それぞれのアプリのできること

カテゴリ	詳細	JAバンクアプリ	JAバンクアプリ プラス (JA ネットバンクの機能を搭載)
各種ご確認 (口座残高・入出金明細)	普通貯金	○ 入出金明細25か月分 (通帳レス化で最大10年)	○ 入出金明細3か月分
	定期貯金	○	○
	定期積金・積立式定期	○	-
各種お手続き	税金・各種料金支払い	○(PayB)	○(ペイジー)
	振込・振替	-	○
	口座開設	-	○
	積立変更	-	○
	定期貯金取組・解約	-	○
	各種ローン関連取引	-	○
	投資信託残高確認・口座開設・購入・売却	○	-

※「口座開設」「積立変更」サービスは、JAバンクアプリプラスのみ利用可能です。JA ネットバンクではご利用いただけません。

「JAバンクアプリプラス」では「振込のお取引」もできます！ぜひご利用ください。



夏北支所 小林担当

共済

Webマイページで、みなさまの暮らしに「安心」と「便利」!

「Webマイページ」とは、これまでJAの窓口に出向かなければできなかったお手続きや、紙の帳票による契約内容の確認等をご自身のスマートフォンやパソコンで完結することができるJA共済のご契約者向けインターネットサービスです。登録は5分前後で、どなたでも簡単に登録・利用いただけます。

Webマイページでできること



1 契約内容の確認

いつでもどこでも
契約内容や各種ご案内を
確認できます。



2 各種Web手続き

住所や電話番号、
振替口座の変更が
Web上で完結できます。



3 自動車共済の継続

窓口へ行く時間がなくても、
自動車共済の継続手続きが
Web上で完結できます。



4 払込証明書のデータ発行

年末調整・確定申告に
利用できる控除証明
データを取得できます。



Webマイページ 新規登録キャンペーン

Webマイページに登録するなら今!
先着70万名様に500円相当の
デジタルギフトをプレゼント!

※JA共通IDメールアドレスで登録することが必須。

(登録・操作方法の案内はこちら)

JA共済者受付センター ☎0120-536-093 ご高齢者専用ダイヤル ☎0120-167-100

受付時間: 9:00~18:00(月~金曜日)、9:00~17:00(土曜日) ※日曜日、祝日および12月29日から1月3日を除きます。
オンラインサービスなどにより、予告なく変更する場合があります。○電話サービスは高機能機器の無いようご注意ください。
※このデジタルギフトは、登録者へのサービスとして提供されるもので、お申し込みの時点で、ご契約の完了はございません。

詳細はこちら



(応募期間)

※2023年4月1日~
※2023年3月31日



共済普及センター 青木島センター 榎井担当

ぶんげい

ファーマーズ直売コーナーの品買手を想い野菜を並べ、手を挙げて園に行く未読りしも心に響く言葉すくなく、孫達が敬老の日にサブライズステキな花のケーキがありがと、言葉に響きイナビカリ落ちやしなしか、又止まらず、彼岸まで基まいりごと歩を止めてしんみり話すマングジュジャ、名月、風葉カーテン見えかくれ虫の輪囷牛由をかざる、ずく出した茄子のおやきを皆で食べ飛び出た味噌も、ハバの味付、葉大根時決める農作業、今日か明日か天候次第、農業の後継者なく、河川敷荒地には困惑したり、秋彼岸墓前に香るお線香煙に浮かぶ父母のほほえみ

篠ノ井 長澤 保
更北 松井 信子
篠ノ井 宮下 徳子
松代 山崎 節子
篠ノ井 飯島 教史
大岡 市河 麗子
篠ノ井 久保田 本子
篠ノ井 藤沢 昌子
更北 斎藤 由明
篠ノ井 関 博英

スノボーで高飛び成功孫大喜
幼子のこむさ知らずの夢無敵
秋の暮れれ古利の大扉
ピタゴラス定理原典中編む
まだまだとプラス思考でネジを巻く
本心を晴し肩の荷軽くする
二月まで取って置きたいこの暮さ
時忘れ集うおしゃべり日が暮れる
秋澄むや子供囃子を風が連れ
人たかり値引きシールを貼っている
百までも生きたくなくなった好奇心

篠ノ井 阿部 千賀子
更北 桑原 千加
更北 塚田 敏明
川中島 中島 捷治
川中島 野口 弘夫
篠ノ井 小林 伸江
川中島 権田 直子
更北 酒井 てるい
更北 宮林 雄一
篠ノ井 榎沢 清子
内山 克子

おたより

一本しかつかなかったスイカを、風で夏が舞わないように棒で固定したり、肥料を上げたり、それはそれは丹精込めて育て、8月になったら一番大きくなったのを食べてみようと思っておりました。が〜ん、朝見に行くと大きいのがグチャグチャに、イノシシの足跡です。どうしようと思っているうちに、成ったばかりの小さいので…今置き土産から芽が出て、食べられそうです。もう来ないで!
(松代 仏になれないさん)
●文面に加えペンネームからもお気持ちが届きます。"もう来ないで!"一語に願います。

携帯で(クロスワード)を送れるのは楽ですが、味気なさも感じます。夏のように暑くても虫の声は秋の声です。また月明りなども良いですね。農作業も程切りももうすぐです。季節は、自然界は、秋になるうとしています。(篠ノ井 駒村さん)
●手書きのおたよりは、書いてくださった方のお気持ちがより伝わってくるように感じます。が、方法は何でもあれ、ご投稿が何よりありがたいです。組合員・読者のみなさまの応募しやすい方法を選択していただき、今後とも応募いただければ幸いです。

嫁ぎ先の80歳を過ぎた父母が畑でとれたキュウリをおすも分けしてくれま。からし漬、佃煮、牛肉の炒め物、生での酢の物、ポン酢和えなど、手かえ品かえ食べていますが、今は二つに切ったもののみそマヨネーズをつけて食べるのがお気に入りです。
(川中島 ウータンさん)
●いろんなレパートリーで楽しんでいらっしゃる、うらやましい限りです!

まだまだ暑い日が続きそう。我慢比べは強くないのですが、耐える毎日です。このまま「秋ははずこ」とならないことを祈っております。
(篠ノ井 たきさん)
●気候変動は途中経過に過ぎないことを思うと、先が思いやられず…。熱中症をはじめ自律神経の不調を訴える方も増えていると聞きます。くれぐれも我慢せず、適宜冷房などもお使いください。

\\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!!

ヨコのカギ

- ① 香り高い高級キノコ
- ② 環境問題に世界〇〇で取り組む
- ③ のどの〇〇〇を覚えて水分を取った
- ④ 財布やスマホを入れます
- ⑤ 表ではありません
- ⑥ レインボートラウトとも呼ばれる魚
- ⑦ 古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました
- ⑧ 命を持つものごと
- ⑨ バンガローやロッジより設備が充実しています
- ⑩ 港を示す地図記号はこの形
- ⑪ 富有、次郎、市田といえは
- ⑫ 地震のときに感じるもの

タテのカギ

- ① たき火やかまどにくべるもの
- ② 暮秋酒(かっこんどう)は〇〇〇〇菓の一つです
- ③ 建物や壁に囲まれた小さな庭
- ④ 土の中で「ジューツ」と鳴く虫
- ⑤ 印刷ではなく〇〇〇〇のサイン
- ⑥ 将棋の駒で、表側に動物を表す漢字が入っているもの
- ⑦ 〇〇〇心と秋の空? それとも女心?
- ⑧ 海水と淡水が混じり合っている湖
- ⑨ アヒルの原産地です
- ⑩ 勾玉(まがたま)のような形をした〇〇〇〇ナッツ
- ⑪ パンダの好きな遊びの一つ。落ちないか心配
- ⑫ 近頃はセルフで済ませられるスーパーも増えました



QRコードによるご応募受付について
10月1日の郵送料改定に伴い、当JAでは、JAポスト(クロスワードパズル)へのご応募につきまして、従来の郵送によるご応募に加え、QRコードを通じ、インターネットでのご応募を受け付けております。本誌のご感想やJA事業へのご意見、また、日々の出来事など、ぜひおたよりと一緒にご応募ください!

[8月号の当選者/9月24日当選通知発送] (応募総数47通)
○宮本恵子さん ○近藤美幸さん ○渡辺直康さん ○酒井きのいさん ○山崎あけみさん

ぶんげい投稿について
■テーマは自由ですが、定型詩(5・7・5、5・7・5・7・7)で表現してください。
■投稿の際には差書でお書ください。
■投稿者の①住所 ②氏名※姓号不可 ③電話番号を記入してください。

ぶんげい受付期間(消印有効)
10月8日(火)~10月21日(月)

クロスワード(おたより)へのご応募に関する記載事項について
■ご応募の際は次の事項をご記入(入力)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)
※ペンネームはおたよりを採用させていただく際に掲載いたします。

クロスワード締め 10月31日(木)※消印有効

郵送によるクロスワード(おたより)・ぶんげいへのご応募はコチラ
〒384-8007
長野市篠ノ井布地庵田961-2
JAグリーン長野 エバーグリーン係
※ぶんげい投稿の場合には「稿」の後にぶんげい宛と明記してください。

QRコードからのクロスワードへのご応募はこちら

食の安心を
未来につなぐ



国消国産は、
知って行動する
あなたが主役です！



私たちの国で消費する食べものは、...この考え方を国消国産といいます。
できるだけこの国で生産する。

質問 国消国産、知っていますか？

知っている

118人

知らない

133人

JAグリーン長野Presents AC長野パルセイロ戦
来場者への調査(令和6年8月24日)

まずは「知っている」方を8割以上に！
そして行動に移す方を増やしていきます。

わたしたちに
できること

国産・地元産を選んで食べよう！

日本は今、食料の約6割を輸入に頼っています。
もしも輸入が難しくなって、必要な食べものが足りなくなったら...
農畜産物は、足りなくなったからといって、すぐに生産を拡大する
ことはできません。

だからこそ、国消国産！消費者が安心な国産・地元産の農畜産物を
選ぶことで、「国産の農畜産物の需要が増える」、「農畜産物の価格が
安定する」、「農家が增收農畜産物を産む」、そして、食の安心をみんな
で守ることにつながる...！国消国産の良い循環は、あなたから生まれ
れます。

わたしたちに
できること

直売所キャンペーン
JAタウンキャンペーンに参加しよう！

- JAグループでは、「JA直売所キャンペーン」を10月1日
から11月末日まで開催しています。
47都道府県のおききの農畜産物・加工品(3,000円相
当)が合計14,000名様に当たります！くわしくは対象直
売所のポスターまたは下記QRコードをご確認ください。

当JA管内対象直売所

A・コープ3店舗直売所
松代農業総合センター農産物直売所
道の駅 長野市大岡特産センター

直売所
キャンペーン
コチラ▶



- インターネットショッピングサイ
ト「JAタウン」では、10月1日から
11月末日をキャンペーン期間に、
期間中のご購入で、送料をJAグ
ループが負担いたします！

JAタウン
ご利用は
コチラ▶



10月16日は国消国産の日

毎年10月16日は「国消国産」の日です。この日は、
「世界の食料問題を考える日」として国連食糧農
業機関(FAO)が制定した「世界食料デー」です。こ
れにあわせ、消費者一人ひとりが食料や農業に関
する様々な実態や課題への理解を深め、食料を生
み出す農業を応援したいと思っていただけよう、
同日が「国消国産の日」として制定されました。
ぜひこの日は「国消国産」を意識し、地元の食材を
選んで食べる・買うなど、行動に移してみましょう！



地元の食材を
メニューに
入れてみよう！

みんなのよい食プロジェクト

わたしたちに
できること

JAグリーン長野のイベントに参加しよう！

JAでは、組合員・地域のみなさまに向け、日頃のJAのご
利用に感謝を伝えるべく、各地域にて、10月から11月
にかけて、JA祭や農産物販売イベントを行います。
イベント会場では、JAグリーン長野管内の生産者が丹精
込めて栽培した農産物を販売いたします。
イベントに参加し、地元の農産物をご購入いただくことで
「国消国産」につなげていただくとともに、JAと一緒に地
元の農業の活性化を応援しませんか？

みなさんもできることをぜひ考えてみてください！

◆10月から11月のJA祭日程

日にち	時間	会場
10月26日(土)	AM9:00~PM4:00	アグリしなのい (JAファーム篠ノ井店)
10月27日(日)	AM9:00~PM3:00	
10月26日(土)	AM9:00~PM3:00	大岡店
11月16日(土)	AM9:00~PM4:00	アグリまつしる (JAファーム松代店)
11月17日(日)	AM9:00~PM2:00	

※毎年恒例の「ふじまつり(ふじ販売会)」の日程は、本誌11月号
にて改めてご案内いたします。



組合員健康企画 秋の若穂保科寺巡りウォーキング

組合員みなさまの健康維持・増進をめざした組合員健康企画！

今回は「秋の若穂保科寺巡りウォーキング」です。若穂郷土史研究会会員の案内で、清水寺や広徳寺など、地域に深く根付いた寺の歴史を学びながら、自然豊かな風景を楽しみましょう。



日 時 11月20日(水)AM9:30～(2時間程度)
 集合場所 保科温泉(若穂保科1185)
 参加料 組合員500円、組合員以外700円
 (拝観料、傷害保険料等)
 申込方法 お電話にてお申込みください。
 申込締切 11月1日(金)
 留意事項 ●ノルディックポールの貸出はありません。
 必要な方はご持参ください。
 ●参加者には後日案内通知をお送りします。

申込み・お問い合わせ 経済部生活課 TEL293-2061



大切にしてきたお人形にありがとうの想いを JA虹のホール松代 人形供養祭 開催

JA虹のホール松代では、「人形供養祭」を開催します。

大切にしてきたお人形に「ありがとう」の想いを込めて供養いたします。どうぞご利用ください。



日 時 11月17日(日)
 受付 AM 9:30～11:00
 法要 AM 11:15～
 会場 JA虹のホール松代(松代町百寺尾1356)
 供養料 1,000円(何体でも)
 留意事項
 陶器製人形やガラスケースなど不燃物は受付できません。
 ご持参の袋・ケース類はお持ち帰りいただけます。

お問い合わせ
 JA虹のホール松代 TEL278-8644

33

組合員記念品のご案内

当JAでは、組合員みなさまのご愛顧に感謝を込め、ささやかながら「組合員記念品」をご用意いたしました。本誌とともに記念品引換券をお届けいたします。引換期間内にお引換えをいただきますよう、お願い申し上げます。



▲A4サイズが入る
 オリジナルバッグ

お問い合わせ
 各支所・よりそい店



AC長野パルセイロレディースを JAと一緒に応援しよう！

当JAでは、AC長野パルセイロレディースのスポンサーを務め、チームの応援を通じた農産物・JA事業のPRに努めております。

いよいよ2024-25WEリーグが開幕しました。JAでは、次の日程で冠スポンサーを務めます。ぜひJAと一緒に、会場でAC長野パルセイロレディースを応援しましょう！

2024-25 WEリーグ第8節
 AC長野パルセイロレディース対ノジマステラ相模原
 日 時 11月10日(日) 開 場 PM0:00
 キックオフ PM2:00
 会 場 長野Uスタジアム(篠ノ井東福寺320)

お問い合わせ 総合企画部 TEL293-2000



タイヤ交換のご予約はJAへお早めに！

JA給油所やオートパル篠ノ井センターでは、冬に向け、愛車の「タイヤ交換」のご予約を承っております。早期のご予約・交換で、安心のカーライフをお過ごしください！

タイヤ交換 受付先(お電話にてご予約ください)

- 中央給油所 (定休日/水・日・祝日) TEL292-0635
- 西部給油所 (定休日/水・祝日) TEL292-8866
- 小島田給油所 (定休日/日・祝日) TEL284-5695
- アグリしなのいセルフ給油所 TEL293-5660
- 南長野公園前セルフ給油所 TEL293-4831
- オートパル篠ノ井センター(定休日/日・祝日) TEL292-1654

※交換にかかる料金は、各受付先までお問い合わせください。

お問い合わせ 各受付先



オートパル篠ノ井センター秋の商談会開催

オートパル篠ノ井センターでは、「AAAキャンペーン」にあわせ、「秋の商談会」を開催いたします。ぜひお気軽にご相談ください。

オートパル篠ノ井センター秋の商談会
 期 間 10月15日(火)～26日(土)
 営業時間 AM9:00～PM4:00
 ※10月20日(日)は店休日です

お問い合わせ
 オートパル篠ノ井センター TEL292-1654



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10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、ご利用ください。



10月末日まで有効

ご利用いただけるJAセルフ給油所
 アグリしなのいセルフ給油所 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

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

JA *みんなのよい食プロジェクト



2024年産米の共同計算と概算金単価について

2024年産米の共同計算にかかる実施単位と概算金の単価は次のとおりです。表以外の銘柄等につきましては、お問い合わせください。

(1) 共同計算の実施単位

銘柄	共計単位	精算方法
主食うるち米(全銘柄) 【一般米・JA米】 もち米【一般米】	JA販売および 県域販売共計	概算金および 最終精算

(2) 米の共同計算の収支項目

項目	共計単位	精算方法
収入	販売代金	JA 直接販売・全農販売代金
	その他	受入金利・前年度産共計繰越金 他
支出	概算金	支払概算金
	概算金支払時控除金額	検査料・袋代・施設雑費等
	流通保管等にかかる経費	概算金利息等・保管料・運賃・残留 農薬検査費用 他
	手数料	JA 手数料・全農手数料
	生産・集荷・販売等に係る 経費	広告費・県産米推進協議会費・仮配 分金 他

お問い合わせ 営農販売部 TEL292-0930

●JA米とは

JA米とは、「JA長野県安心基準米」で、JAと出荷契約を締結した生産者が、次の要件のもとで生産し、JA全農長野に販売されるものです。

- ①毎年種子更新を行い、品種名が確認できた種子で生産されたもの
- ②JAの防除基準に基づいて農薬を使用し生産されたもの
- ③栽培記録簿およびJA長野県安心基準米チェックシートを記載し確認されたもの
- ④登録検査機関で農産物検査を受検したもの

(3) 概算金(一般米・30kg/税込)

銘柄	等級	単価(円)
コシヒカリA (整粒歩合75%以上)	1等	7,995
コシヒカリ(マルB) (整粒歩合70%以上75%未満)	1等	7,725
コシヒカリA	2等	7,485
	3等	6,975
あきたこまち	1等	7,785
	2等	7,275
風さやか	1等	7,725
	2等	7,215
もち	1等	7,755
	2等	7,245



オールリスクに対応・農業者のための収入保険「収入保険説明会」にご参加ください

農業経営のリスクに対応した農業者のための「収入保険」はご加入済みですか？まだご加入されていない方向けに、「収入保険説明会」を開催いたします。

収入保険説明会

日時 11月7日(木) ①AM11:00~ ②PM2:00~
会場 営農販売部2階会議室

長野県農業共済組合(NOSAI長野)はJAとは別事業体となります。収入保険に関するお問い合わせは下記までお願いいたします。

加入者の約93%が収入保険は必要だと感じています！

ご予約不要です！
ご都合の良いお時間にご参加ください。

お気軽にご相談ください！



お問い合わせ 長野県農業共済組合(NOSAI長野) TEL219-2893

JAのうごき

理事会(第7回) 9月27日(金)

- (1) 令和6年度期中決算の概要について
- (2) 令和6年下期重点取組事項について
- (3) ㈱ジェイエグリーン令和6年度第2四半期決算状況と令和6年度下期事業計画について
- (4) 議決権等の変更について
- (5) JA長野県「2025~2027 3カ年計画重点事項」について
- (6) 「米穀等共同計算委員会」委員の変更について
- (7) 令和6年度の米穀等共同計算にかかる委託販売方針について
- (8) 農業開発事業について

監事会(第5回) 9月24日(火)

- (1) 期中決算監事監査(帳簿監査)について
- (2) 監査の着眼点(チェックリスト)について

協同の成果(令和6年8月末/9月経営会議報告)

農産物販売額	25億9,641万円
購買品供給額	30億9,139万円
貸出金	553億1,375万円
貯金	2,104億713万円
長期共済保有高	5,259億5,819万円

組合員数(9月末)	20,264名
正組合員	8,968名
准組合員	11,298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 9月17日(火)
コンプライアンス委員会 9月27日(金)
- コンプライアンス・プログラム実践状況について(上期)
 - 事務ミス等対応状況について(同)
 - 相談・苦情等対応状況について(同)
 - 自主検査結果報告について(同)
 - 連続農場圃場実効報告について(同)

経営会議 9月18日(水)

- コンプライアンス・プログラム実践状況について(上期)
- 事務ミス等対応状況について(同)
- 相談・苦情等対応状況について(同)
- 自主検査結果報告について(同)
- 連続農場圃場実効報告について(同)
- コンプライアンス・プログラムの実践状況について(9月)
- 自主検査の実践状況について(同)
- 課内会議の意見集約について(同)
- コンプライアンス新修「個人情報取扱に関する事実と再発防止について」

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



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



ぶどうの肉巻きフライ

地元のおいしい食材を食べよう!

地産地消

vol.185

【材料】4人分(8個)

ぶどう(品種は何でも可)	16粒
豚薄切り肉	16枚
ニンジン	1本
エコープ「あげらく天」 (てんぷら粉)	30g程度
水	適量
パン粉	適量
塩・こしょう	適量
揚げ油	適量



【作り方】

- 1 ニンジンは皮付きのまま短めに千切りし、電子レンジ(600w)で3分ほど加熱して粗熱をとる。
- 2 豚肉2枚を長辺が少し重なるように並べて広げ、塩・こしょうを振る。

今回は
シャインマスカットを
使いましたが、品種は何
でもOKです。火が通ると
ぶどうがより甘く感じ
ますよ!

- 3 2の肉の端に、1のニンジンをひとつかみ乗せ、その上にぶどうを2粒乗せる。これを芯にして、肉を端からくるくると巻く。
- 4 「あげらく天」を水でゆるめに溶く。これに3をひたし、さらにパン粉をまんべんなくつける。
- 5 揚げ油を170℃程度に熱し、4をきつね色になるまで揚げてできあがり。



女性部若穂総支部のみなさん



豚肉2枚を長辺が少し重なるように並べて広げる。



ぶどうとニンジンを乗せた側からくるくると巻く。



あげらく天は、卵不要で、カラッと揚がる。肉に絡むようゆるめに溶く。



今月の主役



ぶどう

ぶどうから発見された栄養素であるブドウ糖は有名ですが、ぶどうには糖質以外にも、葉酸、銅、カリウム、ビタミンなどの栄養素も含まれています。栄養素は、実より皮に多く含まれているため、シャインマスカットのように、皮ごと食べられるぶどうの場合、葉酸や食物繊維、ビタミンA、カリウムの摂取量は2倍に増えます。

ぶどうの皮についている白い粉は、「ブルーム」と言われる脂肪酸などでできた天然のものであり、新鮮な証拠といわれます。ブルームには、雨などをはじいて、水分の蒸発を防いだり、病気を予防する効果があります。



JA長野厚生連
南長野医療センター兼ノ井総合病院
栄養科

EverGreen 2024 Vol.368

発行所: グリーン農業振興センター 長野市西郷/井本地区 026-283-2000(代) 日誌印刷/PO印刷(別)

270 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
管轄時間外の連絡
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

■神倉 (JA虹のホール)
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