

Ever Green

7

2018
Vol.293

|特集| みんなの社会科見学
流通センター・共選所を見に行こう!





好きな“農業”をして 毎日を楽しんでいるんだ

水稲・花き生産者 渡邊 修雄さん

今月の
巻頭



第6回フォトコンテスト入選作品

「雨上がりの農道」 山口 主法

賞 賞 優良賞

撮影場所 信濃町

評 評 もやがかかった雨上がりの背景と、一匹の猫の存在に喜意を感じる作品です。

目次

Green Spot 人	2
Green Topics JA 果実販売高35億円へ ～果実販売推進大会を開催～	4
Special Issue 特集 みんなの社会科見学 流通センター・共選所を見に行こう!	8
Member's Power	12
健康長寿学	14
農力アップ塾	16
Green Information	18



コギクの様子を確認する渡邊さん



梅雨の晴れ間の光をうけて成長する「コギク」

全てが楽しい“農業”

代掻き、田植えがようやく一段落した6月初旬に70歳を迎えた川中島町御厨の渡邊修雄さん。営業職として会社勤めをする傍らで米・もも・花をつくり、定年・嘱託期間を経て、64歳で本格就農しました。

就農後は、妻と作業を分担し、米と花の作業全般、機械によるもの消毒作業を担当し、近所からの水田の受託作業も始めた渡邊さん。66歳の時には「認定農業者」となり、補助を受けてトラクターを更新し、さらに効率的な作業をすすめ、現在では就農時の約5倍、2.5ヘクタールまで耕作面積を拡大しました。また、地域の仲間に誘われたことをきっかけに、川中島受託者組合にも加入し、活躍の幅を広げています。

多忙を極めるなかで原動力となっているのは、「農業の全てが楽しい」という想い。兼業時代は、「(農業は)汚れるし、苦勞で、楽しくなくて、どちらかといえば嫌い」との印象でしたが、「人につかわれていない」ということ、また、稼ぎにつなげるために自分で計画を立てて、「自由」に作業をできることが自身の性格に合い、いつしか「楽しみ」に変わってきたのだといいます。心境の変化とともに、畑に行くときは服装にも気をつかうようになったという渡邊さん。「百姓だからって汚れているなんてことないし、いくらでも“咲く”んだよ」と、ニヤリと笑います。

花に癒されて

渡邊さんが特に力を入れる品目の一つが「コギク」。「仏さんに上げる花をつくりたい」と考えていた8年ほど前、盆出荷をめざしてつくる「コギク」の栽培希望者向け講習会に参加したことを機に、導入しました。自然相手のなかで盆需要のある期間に出荷できるよう、咲かせるタイミングを調整し、見極めて出荷する技術に、「難しく、毎年1年生」だと苦笑い。営農技術員の指導を基本に、他の生産者も参考にしながら、簡単に作業をすすめられるように自らの創意工夫を加えて、作業に取り組んでいます。「毎年違う環境だけど、今年は土寄せもうまくいった気がして、ちょっと楽しみなんだよ」と期待を込め、今作の出荷目標は3万5千本。「周りからは、花をつくるガラじゃないなんて言われるけど、(コギクづくり)ハマってさ。小さな花に癒されているんだ…」と、どことなく照れたような表情を見せます。

楽しく生きて目標達成を

今年、認定農業者の更新に向けて、5年後の経営目標を長野市へと示した渡邊さん。水田の耕作面積の拡大、機械を導入した効率的な作業で認定農業者としてレベルアップしようと意欲を見せています。「目標を持って毎日続けていけば、日に日に成長して、いずれは達成するんだらうなと思っているよ」と自信をのぞかせますが、その自信は、「好きな農業をして、楽しく毎日を生きている」からこそくるもの。就農してから大病も経験し、年々歳を重ねるなか、「ラクして金儲けなんてありえないし、苦勞もいっぱいあるけど…だからこそ“楽しい”。そう悟ったんだよ」と目を輝かせながら、梅雨の晴れ間、貴重な青空の下で、渡邊さんは計画と目標達成へ、農作業に精を出しています。

プロフィール

名前	……渡邊 修雄(のぶお)さん
年齢	……70歳
営農地域	……川中島町御厨
栽培品目 (経営規模)	……水田1.5ヘクタール、 花き(コギク・バイナップルリリー)30アール、 もも40アール
農業従事者	……本人、妻

果実販売高35億円へ～果実販売推進大会を開催～

JA果実専門委員会(りんご・もも・ぶどう・新興果樹部会)は、果実の本格的な出荷スタートを前に、市場取引の拡大、生産者・JA・市場の連携強化による果実販売の拡大をめざし、梅ノ井のグリーンパレスで6月8日、「平成30年度果実販売推進大会」を開催しました。



果実の販売拡大へ意欲を高めた会場

大会には、果実専門委員や生産者代表、JA役職員のほか、主要取引先のJA全農長野や県内外の重点市場ら14社など、総勢90人が出席。「生産者・JA・市場の連携」による「JA産果実の販売」で「農家手取りの向上」につなげることを目標に掲げ、生産者とJAは市場に対して、「果実品質の向上」と「市場への適期・的確な情報提供」を、市場は両者に対して「高値安定販売」を約束。また、販売情報や方策を改めて確認し、大会スローガンの「果実販売高35億円必達」への想いを共有しました。

このなか、「グリーン長野ブランド」の販売促進を掲げるJAは、①天候・生育状況にあわせた栽培指導、これによる品質・ブランド力の維持・向上、②市場への正確・こまめな産地情報の提供と計画的な出荷、③トップセールス・消費宣伝活動などの出向く販売活動を積極的にすすめる方針を説明。改めて生産者と市場に対して、協力を求めました。

全体を通じ、小山英壽果実専門委員長は、「高齢化・慢性的な労力不足によって生産の大幅な拡大は難しい。また、生産拡大をはかる若手農業者の労力不足も深刻で、早急な対応も求められるなかだが、各品目とも栽培者の生産意欲は非常に高い。市場・JAには、生産者の期待をふまえ、再生産可能な販売単価をめざしてもらいたい」と強く要請。塚田専務は、「生産拡大も大切だが、産地として品質の維持をはかることが大切。生産者・JA・市場、互いの信頼関係を大切にし、生産販売力を高めたい」と意気込みました。



市場への要請を強める小山委員長

永年の功績に感謝を

果実販売推進大会にあわせ、果実専門委員会の前委員長である宮澤雄彦さんの表彰式を行いました。宮澤さんは、6期12年に渡り同専門委員長を歴任。JAから感謝状を贈呈するとともに、永年交流を深めた市場からは花束が贈られました。宮澤さんは、「生産者を代表してJAとともに市場や行政と関わりを持つなかで、本当に勉強をさせてもらった。これを生かし、今年80歳を迎えるが、夢とロマンを持って農業に取り組む、生涯現役で頑張りたい」との意欲と、JAへの協力の継続を表明すると、会場からは大きな拍手が贈られました。



市場から花束を受け取る宮澤さん(右)

安全・安心・高品質をめざす グリーン長野農産物の出荷最盛期

果実出荷の皮切りへ

新興果樹部会杏梅桜桃専門部で6月11日、J A産果実出荷の皮切りとなる「あんず」の出荷が始まりました。同日、松代農業総合センターで出荷講習会を開催し、生産者50人が出席。適正な着色・熟期で収穫するために、出荷物を見本に目合わせを行いました。相澤敏正専門部長は、「胸を張って販売するために、品質向上への努力をしてほしい」と生産者に要請するとともに、「産地を守るために、新たに樹を植え、生産量の維持拡大をはかる」と呼びかけました。



出荷の目安となる果実の外観を確認



出荷規格に沿う大きさを確認する生産者

簡素化規格で生産維持へ

野菜部会タマネギ専門部で6月15日、タマネギ出荷が始まりました。玉の肥大期の水分不足によって小ぶりにはなりましたが、値決め販売で手取りの維持・向上につなげます。

11日に松代町2会場で開催した出荷前講習会には総勢30人が出席。高齢化による戸当たり面積の減少防止へ、生産者の荷づくり負担の軽減が可能となる簡素化した出荷規格や従来規格のポイントを確認し、出荷量の増加と生産者数・生産量維持へ意欲を高めました。

“色”を意識し単価確保を

野菜部会施設果菜専門部のトマトの出荷が6月上旬、最盛期を迎えています。「地元産や「鮮度」を強みに、地元市場を出荷先にして、単価向上につなげます。

松代町の道島集荷所で4日に開いた講習会には、生産者17人が出席。各産地で出荷量が増えたことにより、単価が1割安となる厳しい販売環境のなか、「色」一つで単価が変わる」とや「市場到着時の色」を意識して収穫し、箱ごとに色をそろえて荷づくりするよう、再確認しました。



出荷時の色について確認する生産者と市場

ポリariumのある花出荷を

花き部会トルコギキョウ専門部は6月12日、篠ノ井の東部青果物流通センターでトルコギキョウの出荷講習会を開き、生産者13人が出席しました。ベテランの栽培者が多いなか、販売情勢と出荷規格、注意点を改めて確認。草丈、枝数、花数を総合評価して選別し、「ポリarium」のある花を出荷することを申し合わせました。島田武専門部長は、「グリーン長野の花規格に沿ったものをしっかり出して、いけば単価もとれる。今日確認したことをしっかり守ってほしい」と呼びかけました。



出荷物を前に情報交換する生産者ら

若穂地区合併20周年を祝して



受賞者のみなさん



20年の歩みに思いを馳せる会場

若穂地区合併20周年記念大会実行委員会は、稲里町のグリーンホールミナミで6月23日、「若穂地区合併20周年記念大会」を開きました。JA地区組合員やJA役員120人が出席。永年に渡りJA事業に貢献した組合員個人やJA元役員あわせて7人を表彰するとともに、地区の農業発展に寄与した組合員ら12人に感謝状を贈呈しました。

冒頭であいさつした神農組合長は、合併当時の経緯を振り返り、組合員の理解と協力に感謝を述べるとともに、「農家がそこに一人でもいるのであればその地区で事業を展開する気概を持つことがJAの存在意義。これからも、責任を持って運営を続けていく」と表明しました。「特別功労者表彰」を受けた前組合長の竹内守雄さんは、受賞者を代表し、謝意とともに「今日の表彰を心に刻み、若穂の農業と地域の発展に最善の努力をしたい」とJAへの結集を誓いました。

夏野菜栽培成功めざそう

農業に関心を寄せる地域住民に向けた「グリーン農業講座」を、篠ノ井の西部青果物流通センターで6月9日に開きました。午前・午後の2回に分かれ、受講生46人が参加。夏野菜の管理法をテーマに、トマトやナス、ピーマン等の作業を営農技術員が指導しました。また、ほ場に移動し、摘芯や摘果の方法を実演しながら今年の生育状況も説明。受講生は、「本で読んでいても分からないことが多く、実際に専門家に質問できて勉強になった」と感想を話しました。



ナスの管理作業について説明する営農技術員

農業への理解深める

JAの新人職員26人は、5月30日から6月23日の間、3グループに分かれて3日間ずつ、「農家実習」を行いました。非農家の職員も増えるなか、実際に農作業を経験し、農業の苦労ややりがいを肌で感じるとともに、組合員との関係づくり、JA職員としての使命や役割の認識することを目的としています。



袋かけ作業に励む職員

このうち、11日から13日まで、ももの袋かけ作業に携わった篠ノ井支所の込山担当は、「組合員さんが気軽に話をしてくれて嬉しい。この経験を生かし、コミュニケーション力を高め、ご要望にお応えできる職員になりたい」と話しました。組合員の女性は、「農家の想いを理解して頑張っていってほしい」と激励しました。

田植え・種まき頑張ったよ



手植えに挑戦する参加者

9日には、塾生と高校生ら総勢35人が参加して、川中島町の水田で「田植え」に挑戦しました。高校生手製の紙芝居で苗の植え方などを学んだ後、さっそく水田に入り作業をスタート。子どもたちは泥に足をとられて転ばないよう高校生に助けってもらいながら、もち米「モリモリモチ」苗を倒れないようにしっかりと植えていきました。

J Aと更級農業高校が、地域の小学生とその保護者を対象に開く「親子ふれあい農業塾」を6月中、2回に渡って行いました。



「ここにまくんだよ」と説明する高校生

23日には大豆の種まきと畑の管理作業を行いました。高校生がクイズや紙芝居で大豆の特徴や栽培管理法を紹介した後、参加者全員が協力し、2列の畝をつくって植え床を準備。参加者は高校生の手ほどきで、大豆を1穴に2粒ずつ丁寧にまいていきました。大豆は、冬の講座で行った「豆腐づくり」の原料になることから、子どもたちは、「ちゃんと言ができれば良いな」と願いを込め、優しく土をかけていました。



「いくつだろうか?」と風間選手と相談する子ども

J Aは、A C長野パルセイロと連携して開く「パルセイロ農園」を6月24日、篠ノ井のほ場で開き、10組33人が参加しました。農作業体験による共感の醸成や地元農産物の消費拡大につなげることで、また、J Aとともに同チームを応援するファンづくりを目的に開催。パルセイロレディース所属の風間優華選手らと一緒に、J A子会社が栽培したタマネギの収穫作業の体験を行いました。参加者は、営農技術員からタマネギの栽培過程を聞いて理解を深めた後、収穫の楽しさを感じながら作業をしていました。

選手とタマネギ収穫だ



感謝を込めキュウリをプレゼント
(川中島)



「サマーキャンペーン」もオススメ
(松代東)

支所利用に感謝を込めて

20支所では、2カ月に1度の年金支給日に合わせ、ご来店感謝デーを開いています。支所利用への感謝を伝え、さらなる利用の促進が目的。J A自慢の農産物を全支所合わせて先着1,000人に贈呈しています。6月15日には、キュウリやトマト等を準備し、来店客へ感謝を伝えました。

流通センター・共選所を見に行こう!

JAでは、生産者から出荷いただいた農産物を選別・選果・検品・荷づくりし、市場へと出荷する施設「流通センター・共選所」を運営しています。農産物最盛期とともに、施設もフル稼働し、生産者が栽培した“おいしい農産物”を消費者みなさまにお届けするお手伝いをしています。今回の特集は、そんな流通センター・共選所!! 童心に戻って“社会科見学”してみましよう!

流通センター・共選所とは

つなぐ

流通センター・共選所は、農産物の集出荷施設・共同選果施設です。生産者から出荷いただいた農産物を、人や機械が仕分け、県内外の市場やその先の消費者へと届ける、いわば「生産者と消費者をつなぐ」役割を担っています。

品質向上 負担軽減

流通センター・共選所には、農産物を大きさや色、形などの品質を正確に計測して仕分けるための機器や、大量の農産物を保管できる予冷庫など、個人所有が難しい大型の機械があります。なかでも果実の選果用には、高機能の「光センサー選果機」を設備。この選果機で農産物を共同選果(共選)することで、品質がそろい、産地として安定した物量を確認することができ、鮮度を保った状態で市場へと出荷することにつながります。

また、流通センター・共選所が生産者に代わって、「荷づくり」作業をすることから、作業委託料はかかるものの、生産者の作業負担の軽減につながり、その分、生産者は作付面積・生産量アップをはかることも可能となります。

共同選果品以外にも、流通センター・共選所には個別選果(個選)品が出荷されます。JA・生産部会の指導・出荷統一規格にあわせて、生産者が荷づくりしたものを、流通センター・共選所でしっかり検品し、品質を確認したうえで、市場へと出荷しています。

相談 寄合所

流通センター・共選所には、生産者への営農指導を担当する営農技術員が駐在し、生産者の営農相談にのっています。また、営農技術員が不在の場合や駐在していない流通センター・共選所でも、営農技術員を経験したり、生産販売現場に携わってきたセンター長・所長が対応することができます。

さらに、センター・共選所には、出荷の際に多くの生産者が訪れるほか、部会講習会の会場にもなることから、JAと生産者、また生産者間の情報交換・共有もできる寄合所としての機能も持っています。



ココにあるよ! 流通センター・共選所

当JAには11の流通センター・共選所があり
 通年または農産物の出荷時期に合わせて稼働しています。

期間限定 西部青果物流通センター

DATA
 長野市篠ノ井石川428
 TEL (026) 293-4668
 ★営業技術員駐在
 ★贈答(もも・りんご・ブルー・ネクタリン) 受付あり

●期間限定直売所
 営業期間/7月中旬～12月上旬
 休 業 日/センター休業日に準じる

主な取扱品目

 ネクタリン もも ブルー りんご

期間限定 東部青果物流通センター

DATA
 長野市篠ノ井東横寺1940
 TEL (026) 292-0082
 ★営業技術員駐在
 ★贈答(もも・なし)受付あり

●期間限定直売所
 営業期間/7月(ももの出荷開始)～8月末
 休 業 日/センター休業日に準じる

主な取扱品目

 もも なし なし

期間限定 信更果実流通センター

DATA
 長野市信更町赤田681-1
 TEL (026) 299-2617
 ★営業技術員駐在
 (除熟期外は信田文所駐在)
 ★贈答(りんご) 受付あり

●期間限定直売所
 営業期間/8月下旬～12月中旬
 休 業 日/センター休業日に準じる

主な取扱品目

 りんご

通年 松代農業総合センター

DATA
 長野市松代町東寺尾3588
 TEL (026) 278-9595
 ★営業技術員駐在
 ★贈答(あんず・ぶどう・長芋) 受付あり

●直売所
 営業時間/平日9:00～16:00
 土・日・祝日9:00～14:00
 休 業 日/農楽期(6～12月)翌・年末のみ
 その他(1～5月)不定休

主な取扱品目

 あんず なし ぶどう 長芋
 きゅうり トマト とうもろこし アスパラ

期間限定 川中島共選所

DATA
 長野市川中島町御厨995-3
 TEL (026) 284-4475
 ★営業技術員駐在
 ★営業資材センター併設
 ★贈答(もも) 受付あり

●期間限定直売所
 営業期間:7月(もも出荷開始)～8月末
 休 業 日:センター休業日に準じる

主な取扱品目

 もも なし

Close Up 地場産揃う 通年営業 農産物直売所

松代農業総合センターは、JA 独自・通年営業の農産物直売所を運営しています。共選格外品のほか、生産者が持ち込む直売品がお買い得価格で購入いただけます。



通年 真島フルーツセンター

DATA
 長野市真島町真島1451-1
 TEL (026) 285-3240
 ★営業技術員駐在
 ★贈答(もも・りんご) 受付あり

●期間限定直売所
 営業期間:7月中旬～12月中旬頃
 休 業 日:センター休業日に準じる

主な取扱品目

 もも りんご

期間限定 若穂果実流通センター・若穂野菜集荷所 **通年**

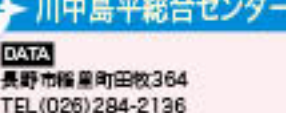
DATA
 長野市若穂川田240-1
 TEL (026) 282-2002
 ★営業技術員駐在
 ★贈答(もも・りんご) 受付あり

主な取扱品目

 もも りんご ブルー なし レタス きゅうり

通年 川中島平総合センター

DATA
 長野市稲原町田牧364
 TEL (026) 284-2136

主な取扱品目

 のこ エノキタケ フナシジ ナメコ

Close Up 中央施設園芸流通センター内 パッケージセンター

中央流通センターは、「パッケージセンター」という機能を持ち、特殊企画品(例:ぶどう・りんごを詰め合わせた贈答など)や、JAオリジナル頒布会の品物の荷づくりなども行っています。



期間限定 大岡新田集荷所

DATA 長野市大岡大字中牧455

主な取扱品目

 なし インゲン 梨

次ページで
 社会科見学に行ってみよう

選果場内を社会科見学!

今回は、これから旬まっさかりの果実「もも」の選果場内を見学してみましょう!

※実際の見学は受け付けておりません。誌面で楽しみください!

なかなか見る機会がないね

どんなところだろう?



見学コース【主な作業工程】

集荷

生産者が収穫した農産物が、集荷受付時間内にセンターに届けられる。それを受け取る工程。

一次保管

必要に応じて、鮮度保持のために、冷蔵庫に入庫する工程。

選果

選果機を使用し、大きさや形、色、味別に仕分ける工程。

箱づくり

箱詰め

選果品を箱に詰める工程。

運搬

出荷

大型のトラックに乗せて市場へと出荷する工程。品目によっては冷蔵保管し、翌日出荷の場合も。

結果の配信

生産者に選果結果を通知する工程。

見学

START

Close-Up もも! もも! もも!

集荷



▲軽トラックに乗せられ運ばれてきたたくさんのコンテナを、生産者と従業員が力を合わせておろします。



集荷数(コンテナ枚数)
9,200枚

一次保管



▲ももは、即日選果するため、冷蔵庫保管はしませんが、りんごなど比較的日持ちする他品目は、集荷・選果のタイミングによって冷蔵保管することがあります。

選果



◀各センター・共選所に2~3台ある選果機で、選果を担当する従業員が、果実の傷や形からA品(特秀・秀)候補、B品(赤秀)候補、規格外品かを判断し、それに合わせた場所に果実を置きます。

ちなみにりんごの場合は、外観から、特秀(S)・秀(A)・赤秀(B)・格外候補を判断しています。

Close-Up レーンはこんなかんじ!!



ここがA品(特秀・秀)候補

ここがB品(赤秀)候補

ここが規格外レーン

1日の選果個数(出荷最盛期)

200,000個



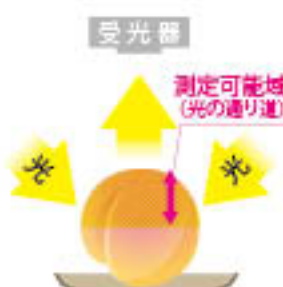
Check

光センサー選果機



選果機には二つのトンネルがあり、一つ目のトンネルでは果実の表面に光を当て、光の透過によって、糖度を計測しています。二つ目は果実の大きさ・色を測っています。

光センサーを横から見たイメージ



果実の上部2ヵ所から光を当て、光が果実の上部半分通り(透過して)受光器に届きます。これにより果肉の情報(果肉の変色や腐入り)を判定でき品質を保證した販売につなげることができます。

箱づくり



◀果実を詰める「ダンボール」は機械で組み立てます。

Close Up

1分間で組み立てる数
20箱(最新式)

箱詰め



Close Up



▲青壮年部も参加

最盛期には生産者をはじめ
支所・事業所職員も応援
最盛期には生産部会・青
壮年部ら生産者をはじめ、
JAの各支所・事業所の職
員も「労務応援」として、選
果場の仕事に携わります。

贈答発送用

贈答用は、専用の化粧箱等に詰めていきます。また、「リバック」といって、出荷先の要望に合わせて2玉のバック詰めをつくって出荷することもあります。



▲光センサーで分けられたももを、箱詰め担当の従業員が丁寧に箱に詰めていきます。等級によって、果物ネットをかぶせたり、縫合線の向きをそろえながら、見栄えを大切に、丁寧かつ迅速に詰めていきます。

運搬



▲果実入りのダンボールを、品種・出荷先ごとに分けて、パレットに積みみます。



▲パレットに積まれた状態のまま、フォークリフトでトラックに積み込まれ、市場へと旅立ちます。

出荷



結果の確認・配信

▲選果機による結果(色・大きさ・糖度・熟度)を生産者にお知らせするために、結果送付登録をした生産者には即日FAXで報告しています。

Close Up

1日の出荷数(箱)
7,000箱

いろんな工程があったね



たくさんの人や機械が関わっていたね

見学 GOAL



社会科見学
まとめ

流通センター・共選所では、このような流れで、生産者からお預かりした大切な農作物を、機械や人の手で仕上げ、出荷しています。生産者のもとを出発し、流通センター・共選所従業員、市場・量販店を含め、多くの人に関わるなかでみなさまに届くグリーン長野産農産物をぜひ今年もいっぱい召し上がってくださいね。

求人! 一般・短期 アルバイト・パート大募集

果実品目を取り扱う流通センター・共選所では、もも・りんごなどの選果・荷づくりに関わっていただく一般アルバイトを募集しています。未経験の方をはじめ、夏休み中の高校生・大学生・専門学生も大歓迎です。ご希望の方は、お電話、または、直接ご希望先へおでかけください。

募集中の流通センター・共選所

西部青果物流通センター/ 東部青果物流通センター/ 川中島共選所/ 松代農業総合センター/ 真島フルーツセンター/ 若穂果実流通センター/ 信更果実流通センター

仕事内容: もも・りんご等の選果・荷づくり業務

資格: 一般・学生(高校生以上)

勤務時間: 8:00~17:00(休憩1時間/実労働8時間)

※勤務終了時刻は日により変動有

給与: 時給

【高校生】830円 【大学生】1,050円 【一般】810~850円

休日: 週1回

※ほか、休日のご相談に乗ります

※土・日・祝日勤務可能な方大歓迎!

贈答の受付、
アルバイト・パートへの応募
各流通センター・共選所まで

料理教室で地産地消と健康増進を

女性部



「包み方のコツ、教えますね」と熱心に指導

女性部若穂総支部は、長野市立川田小学校と保科小学校のクラブ活動で、料理講師を務めています。学校の要請で、月に1回、部員2人が学校を訪れ、「地産地消」「郷土食」に関するオリジナル料理を児童と一緒に作ります。

このうち川田小学校で6月12日、饒家時江総支部長ら2人が参加して、郷土料理クラブ16人の児童に「麦入り餃子」のつくり方を教えました。饒家総支部長は、「麦には、みなさんの体を元気にする良い成分がたくさん含まれている」と、麦の見本を示しながら、健康効果などを説明すると、児童は関心を寄せていました。

力を合わせ“ほかし”づくり

女性部



女性部更北総支部は、真鳥フルーツセンターで5月29日、「ほかし肥料づくり」を行いました。総支部員14人が参加。予め準備した米ぬかに、糖蜜などを混合。力の要る作業のため励まし合いながらすすめるとともに、「昨年つくったほかしでスイカを育てたら味が良かった」「気温によって発酵の期間を長めにした方がいい」など情報を共有し、350kg以上の肥料をつくりあげました。相澤良子総支部長は、「多すぎるぐらいにできあがった“ほかし”で、ぜひ立派な農作物を育てて買えば嬉しい」と笑顔を見せました。



「重くて大変」と汗かきながら作業

小学生の田植えをサポート

青壮年部



児童に苗を渡す青壮年部員



作業の説明をする立山支部長

青壮年部塩崎支部は、篠ノ井塩崎の水田で6月21日、長野市立塩崎小学校5年生の児童に「田植え」を指導しました。部員とJA職員ら10人が講師として参加。青壮年部員が作業上の注意点を伝えたのち、作業にうつりました。目印のロープに沿って風さやかなの苗を手植えしていく児童に、青壮年部員が適宜のアドバイスや、苗を配るなどサポート。立山英俊支部長は、「作業のペースもあがり、素晴らしい田植えができた」と児童を称賛するとともに、「自分たちで大切に植えたことを思い返して、お米を一粒も残さずおいしいご飯を食べてほしい」と呼びかけました。



雨にも負けず健康増進

JA女性カレッジは、プチ旅行を兼ね、北安曇郡白馬村でノルディックウォーキングを行いました。あいにくの降雨でしたが、参加者は雨具に身を包み、姿勢の良い歩き方などを学び、健康への意識を高めました。



講師から説明を受ける参加者
(6月20日、北安曇郡白馬村)



森林に癒やされ歩く

女性部大岡支部は、大岡公民館共催のノルディックウォーキングに参加しました。大町市の鷹狩山を会場に、山頂までトレッキング。好天に恵まれ、森林浴や、参加者間の交流を楽しみながら元気よく歩き切りました。



ポールをつかって「スイスイ」歩く
(6月19日、大町市)



サッカー通じて交流深めて

青壮年部は、南長野運動公園で開かれた「かいぶつたねカップ」に参加し、食材の提供や運営協力を通じて農業と食のPRを行いました。また、特別企画として「同部と」JA職員がチームを組み、JA信州うえだ青壮年部とサッカー対決をしながら、交流を深めました。



かいぶつ食堂で農産物を配る青壮年部員
(6月16日、篠ノ井)

GreenConnect

グリーンコネクト協定先3JAからキラリと光る話題をお届けします！

近江 親子で苗植えと収穫を楽しむ メルマガ会員と青年部が交流



ポップコーンの苗を植える親子

グリーン近江青年部と同JA農産物直売所「きてか〜な」は5月27日、メルマガ登録会員を対象にした農業体験イベントを近江八幡市内のほ場で行い、23人の親子が参加しました。青年部と同店との協同開催は今回が初めてです。

参加者は、蒲生聡青年部長のほ場で、ポップコーンとカボチャの苗植えに挑戦。青年部員と同JA職員のアドバイスを受けながら丁寧に苗を植えた後、たっぷり水やりをしました。

昼食は、3年連続食味ランキング特Aの「みずかがみ」と豚汁を食べながら、収穫までの手入れなどについて歓談し、午後は、伝統野菜「日野菜」とタマネギの収穫を楽しみました。

大阪 東大阪市長を招き、 オカワカメの報告会



野田農和東大阪市長(左から2人目)と副市長(2名)が、フレッシュ・クラブを訪問

グリーン大阪は6月11日、農産物直売所「フレッシュ・クラブ」で、野田東大阪市長をはじめ市関係者を招き、オカワカメについての報告会を開催しました。

小林組合長が、昨年度の販売実績を報告するとともに、今年度は、「海のない東大阪でワカメがとれる！」をキャッチフレーズにさらに販売実績を増やそうと、約130軒の生産者に400本の苗を提供したことや、農地で期間に生育し、フレッシュ・クラブや支店の朝市で販売を開始していることを伝えました。

また、報告会では、オカワカメの試食のほか、オカワカメのキャラクターの披露もありました。

鹿児島 みらい アグリスクール開校 田んぼで“運動会”



田んぼの中でボール運びゲームを楽しむ子どもたち

鹿児島みらいのアグリスクールが6月16日に開校しました。JAのほか、鹿児島大学等と連携し開催。今年度は、田植えや稲刈り、マイ箸作り、桜島小みかん収穫など1月まで年5回実施します。

開校式には、親子連れや鹿児島大学の学生、JA職員80人が参加。村山組合長のあいさつを聞いたのち、田植えや田んぼ運動会の体験や、生ごみから堆肥を作るダンボールコンポスターについて学びました。

このうち水田では、長谷宮農指導員から苗「ひのひかり」の特徴や植え方等の説明を聞き、さっそく5アールの田んぼに9千本の苗を手植えしました。また、「田んぼ運動会」として、水田の中でボール拾いやかけっこ、ボール運びゲームにも挑戦。参加者は「泥だらけ」になりながら、楽しんでいました。

★80
★70

予防医療の薦め 南長野医療センター篠ノ井総合病院救急看護認定看護師



予防医療といえば、「予防接種」、「がん検診」等が挙げられますが、日常からの「禁煙」「節酒」「食生活改善」「運動」「適正体重の維持」が予防医療となり、「がんになるリスクを減らすこと」につながります。

ポイント ① 禁煙・節酒を

- ・喫煙者は非喫煙者に比べ、がんになるリスクが約1.5倍！
- ☆ひとりでやろうとせず、専門医に相談することも大切
- ・飲酒量の目安は、1日あたり純エタノール量換算で23g程度
- ☆日本酒…1合、ビール大瓶…1本、焼酎・泡盛なら原液で…1合の2/3量
- ウイスキー・ブランデー…ダブル1杯、ワイン…ボトル1/3程度



ポイント ② 食生活を見直す

- ・減塩する(1日の塩分量=男性8g、女性7g)
- ・野菜(摂取目標量=1日350g)と、くだものを摂る
- ☆一食あたりの野菜の量は100~150g(生野菜で両手1杯、加熱した野菜で片手1杯)程度を目安にする
- ・熱い飲食物は冷ましてから食べる

ポイント ③ 身体を動かす

- ・18歳から64歳までの人は、「歩行、またはそれと同等以上の強度の身体活動を毎日60分行う」こと、また、加えて「息がはずみ、汗をかく程度の運動を毎週60分程度行う」こと
- ・65歳以上の人は、「強度を問わず、身体活動を毎日40分行う」こと

ポイント ④ 適正体重を維持する

- ・健康全体のことを考えると、適正なBMIの範囲は男性21~27、女性21~25になるよう体重管理をする
- ☆BMIの計算の仕方: 体重(kg) ÷ (身長(m) × 身長(m))
- (例) 身長165cm・体重60kgの場合…60(kg) ÷ (1.65(m) × 1.65(m))

ま と め

ポイントを実践することで、病気のリスクを減らすことはもちろん、健康に毎日を通し、「健康寿命」をのびすことにつながります。



グリーンカフェ 川中島

開催	毎週火曜日 10時~12時
場所	コミュニティプラザ川中島(JA川中島支所)
7月10日	読み聞かせ~川中島の昔の話~
17日	薬について知っていますか
24日	楽しい音道
31日	とうろくカフェ
8月7日	雷雨りを覚えよう
14日	お休み

グリーンカフェ 若穂

開催日時	8月24日(金) 10時~12時
場所	若穂ふれあいセンター(JA若穂支所向かい)
内容	折り紙で指先トレーニング

両会場ともお申込み不要!参加費は100円です。

グリーンカフェに関するお問い合わせ
生活部生活福祉課 tel293-2061

JA女性カレッジ 受講生 大募集!

女性
必見!!

JAでは、地域にお住まいの女性のみなさま向けに「平成30年度JA女性カレッジ」を開講します!
「女性なら誰もがやってみたいこと♥」をテーマに、受講生の要望に合わせて、春夏秋冬さまざまな講座を月に1回開きます。子育てママからセカンドライフを楽しむみなさままで、年齢制限はありません。ぜひお申込みください!

対象 JA地域内にお住まいの女性(年齢制限なし)

活動日 月1回/原則第3水曜日の10時00分~12時00分
(活動内容によって日程が変更になる場合あり)

活動内容 入会者へのアンケートによって決定!
☆昨年の活動内容…フラワーアレンジ・おせちづくり・
ノルディックウォーキング など

入会条件 次の①~④を満たす方

入会金・年会費 無料
※講座内容によっては別途費用がかかる場合があります

初回 平成30年9月19日(水) ☆ハンドメイド ほか

会場 グリーンパルス(篠ノ井市高田961-2)
およびJA管内施設

応募締切 平成30年8月3日(金)

- ①入会者ご本人がJA組合員、もしくは組合員加入をご検討される方
☆組合員になるためには、JAへのご出資(100~1万円~)をお願いしています
- ②入会者本人がJAにお口座をお持ちの方、もしくは入会時に口座を開設していただける方
☆講座で発生した費用等をJA口座でお取り引きさせていただきます
- ③「家の光」(総合家庭情報誌)を年間購読している方、もしくは年間購読を始めていただける方
☆年間購読料8,623円/月1回お届け/料理レシピ・園芸情報など盛りだくさん
- ④電子メール(携帯可)による連絡を送受信できる方
☆講座の情報は電子メールによるご連絡となります



お問い合わせ・申込み
生活部生活福祉課 TEL 293-2061

ぶんげいらん

何回も重機の入りし畑耕し一つまみの塩を撒き苗間をつくる
立ち姿美香りやさしさささゆりよ心も揺らし別世界招かれ
思い出し六月の節句ショウブを家にブルサゲ風呂にも入る
仕事終えて戻れば咲き初めし我が家のバラにしばし憩いぬ
終の芽吹く若葉に朝日射しさらさら揺れて光を返す
T P P 発効止めよ凍結の中味解除で輸入が増える
はじらうや下向きに咲くおだまきの碧紫のすがたゆかしかりける
梅雨入りに水面にひびく蛙の声聞いは常に雑音おとし

小島田 松井 信子
大 岡 市河 麗子
大 岡 久保田けさみ
小島田 高藤 由明
小島田 清水 威子
西寺尾 長澤 保
下 平 番場 道仁
上布施 穂苅 勲子

あらあなた私のことも忘れたの
人生で鬼になる事二度三度
揃えたと靴は働く貌になる
笥の十二単はもどかしい
露天風呂真下に光る岳の景色
浮き沈みもあって当然ですと風
脇役もいるから世間回ってる
麦の秋園児の囁き見え隠れ
築立ち行く軒端の燕無事折る

塩崎 飯島 教史
唐 白 五十嵐 立男
内 堀 内山 克子
今 里 岡田 久枝
大 岡 久保田 立枯
原 岡 小林 伸江
今 井 高橋 清人
青木 島 高橋 清人
西 条 塚田 智教

■投稿者の個人情報は適正に管理し、JA だよりの
文芸雑誌に利用させていただきます。
■作品はご本名にて掲載いたします。
■宛先 〒289-8511 長野市篠ノ井市能高田961-2
JAグリーン長野 ぶんげいらん係
●応募締切:7月20日(金)

おたよりらん

～読者のみなさまからいただきましたお声を紹介します～

今年も畑3年生始まりました。雨がほしいし、降れば草は伸びるし、畑仕事も収穫時は嬉しいですが、草取りが大変です。でも孫が「パパごはんがおいしい」と楽しみにしてくれると、頑張ろうという気になります。(？ 風鈴さん)
●お孫さんの笑顔が直れを吹き飛ばしてくれてるでしょうか？暑い中で大変だと思いますが、お孫さんのためにも頑張って下さいね!

梅雨入りし、「少し雨がほしいな」とっていた野菜、花も元気を取り戻して生き生きとしてきました。大雨になりませんように。
(大岡 トマトさん)
●雨が多すぎても田りませし、少なくても田りませし…天候が生産者さんの味方になってくれればいいのに…神のみです。

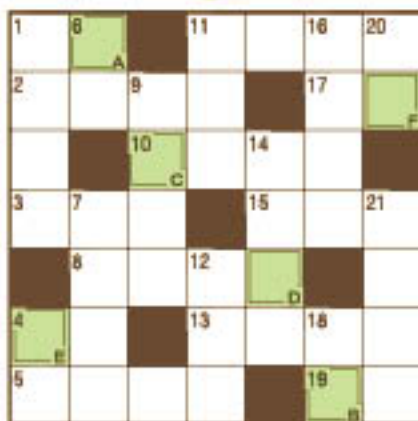
徐々に集荷センターに人や車が集まってきたような気がします。やっぱりにぎやかな方が楽しいですね。おいしい季節になってきました。
(篠ノ井 カカシさん)
●まさに「おいしい季節」がきましたね。同時に暑さもやってきました…おいしい農産物をたくさん食べて、元気に夏を乗り切りましょう!

待ちに待ったあんずのシーズンがやってきました。毎年この時を楽しみに待っています。年に一回なので、ジャムをたくさん作り、冷凍保存して楽しんでます。甘酸っぱくておいしいですよ!!(篠ノ井 伊藤さん)
●楽しみにしていただいている方がいることや、お客様の喜びの声を、広報紙を通じて生産者さんにお届けしたい思っておりますので、JA産の農産物を楽しみ、お声をお寄せください!

あんずのシーズンになりましたね。去年は不作でしたが、今年は少し収穫できそうなので、大好きなあんずジャムを作りたいと思います。あの甘酸っぱさがたまりません。
(松代 たまちゃんさん)
●おいしいジャムはできあがりですか?加工の手間はかかりますが、大好きなモノであれば、その手間も楽しく感じますね。

脳カアップ クロスワード

クロスワードの正解者の中から55名の方にJAまごころ感謝状をプレゼント!



- ヨコのカギ
- 七夕の飾りに似る植物
 - 歌うことを楽しみに行きます
 - シイタケ、シメジ、エリンギなど
 - お酒が飲めません
 - ピカッ、ゴロゴロゴロ
 - 音を遮断したいときにはめます
 - 社会の〇〇〇〇として地域に貢献する
 - カタツムリが似合いそうな花。鎌倉の明月院は〇〇〇寺と呼ばれます
 - 輪島市や加賀市や金沢市はこの県の市
 - 園田中にも貿易が行われた場所
 - 春闘や伝票につきます
 - 俳優が演じた入り込んだり

- タテのカギ
- 酒を飲むための小さな器
 - 整形〇〇で膝の関節を診てもらった
 - 料理をのせます
 - 今度来た新人は仕事の〇〇〇〇が早いね
 - ラストパートです
 - 本能寺の宴を記した〇〇〇光秀
 - 乱れたものをきちんと直すこと
 - 襦から子へ受け継がれます
 - こういうことはここじゃあ日常〇〇〇〇だよ
 - 虫をよけるため市団の周りにつきます
 - アウトの反対語
 - サッシと呼ばれることも

388-8511

62

JAグリーン長野
クロスワード係
宛先

〒住所
年齢
性別
電話番号

①クイズの答え
②氏名(ペンネーム)

③JA・応募誌へのご意見・ご感想
日頃のでもことなど、ご自由に
ご記入ください!
(※たよのコーナーに掲載されて
いただく場合があります)

※レイアウトの都合上、回答欄が小さく、ご不便をおかけしております。何とぞ御容赦いただきますようお願い申し上げます。

応募ハガキの記入方法

※応募に際して記入いただいた個人情報は、本誌編集および当選品発送以外には使用しません。●応募締切:7月31日(火)

5月号の当選者(応募総数53通)
○川村永子さん ○牛沢清子さん ○小田切ゆかりさん ○小出純子さん ○古原貞子さん

もも塾

いよいよネクタリンやももの極早生種は収穫が始まる時期となりました。収穫の前に、最後の仕上げとして、適正な着色管理作業をすませましょう。



除袋(袋はずし)

【除袋の時期】

ももの生育は、高温干ばつ下では遅れ、曇天多雨では生育がすすむため、下記の除袋時期の目安表と、地色の抜け具合を観察しながら、適期に除袋作業をする。

【除袋時期の目安表 ～中生・晩生～】

品 種	目安の指標
白鳳	収穫7～10日前頃
あかつき	収穫7～10日前頃
川中島白鳳 ☆	収穫4～7日前頃
なつっこ ☆	収穫4～7日前頃
川中島白桃	収穫7～10日前頃
黄金桃 ☆	収穫4～7日前頃

備 考

老木や樹勢の弱い樹は、数日早く除袋する。
樹勢の強い樹は、除袋を遅らせる。
二重袋は、数日早めに除袋する。
また着色しやすい品種(☆)ほど除袋は遅く、着色しにくい品種ほど早めに行う。

【除袋時の注意点】

- ①除袋が早すぎると、着色が遅れ無袋栽培のような果実になり、遅すぎると着色せず、軟化するので注意が必要。濃い緑色から白っぽく淡い緑色になる頃に収穫をする。果実全体から地色が抜けた状態では遅い。
- ②大きい果実から除袋を始め、小玉や下枝・樹冠内部のものは上枝の除袋から4～5日後に2～3回に分けて行う。上枝と下枝では生育差があるので、最低でも2回程度に分ける。
- ③二重袋を使用したものは、3日ほど早めに外袋のみを除袋する。
- ④果実に直接光が当たらないと着色しない。

支柱立て、誘引、葉摘み(果実に直接くっついてる葉を摘む程度)、反射シート敷きを行い、樹全体および果実に日を当てる。

- ⑤除袋時に、曇雨天が続くような場合は、除袋時期の目安より、2日程度早めに始める。

果実の除袋目安



着色管理

- ①着色ムラをなくすため、果実を覆う葉を1果当たり5枚を限度に摘む。摘み過ぎは、着色・糖度等に影響する。
- ②反射シートは、除袋直後から使用する。あかつき等の無袋品種は、収穫予定日の10～14日前程度から使用する。
- ③ももは全般的に着色が先行するため、早採りしやすい。「熟度」を判断材料に収穫すること。

コギク(9月定植・来夏出荷向け) 栽培者募集!

2019年8月盆出荷をめざした「コギク」の新規栽培者を募集しています。

コギクは、花き栽培初心者の方も取り組みやすい品目です。量販店の需要向けをねらった栽培で、需要に対する供給量が少なく、これからさらに需要が伸びる品目として大注目です!

栽培の特徴、方法を個別に説明いたします。ぜひお気軽にご連絡ください。

オススメ

【コギク栽培の特徴】

- ・売り先(加工業者)を確保した値決め販売
- ・初期投資が少ない露地栽培
- ・初心者でも取り組みやすい
- ・目標:10アールあたり30,000本×30円(1本)
- ・定植が9～10月(秋定植)のため、忙しい春時期の苗づくりが省力化できる

お問い合わせ

営農部営農指導課 tel.292-0930
全 域 担 当:堀野 tel.080-1193-0575
川中島担当:柴田 tel.090-2522-2779
信更・大岡担当:太田 tel.090-2332-2601

農業機械センター 土・日・祝日の営業日程について

農業機械センターの8月中旬までの土・日・祝日の営業日程は次のとおりです。

	7月							8月			
	14	15	16	21	22	28	29	4	5	11	12
	土	日	月	土	日	土	日	土	日	土	日
篠ノ井		△		△		△		△		△	
川中島	△		△		△		△		△		△
松代			△			△			△		
更北	△			△			△			△	
若穂		△			△			△			△
信田	△			△		△		△		△	

※8月13日～16日は夏季休業となります。

△……午前営業(8:30～12:00)

斜線…休 み

お問い合わせ

篠ノ井農業機械センター tel.292-1369
川中島農業機械センター tel.284-1671
松代農業機械センター tel.278-8601
更北農業機械センター tel.283-5043
若穂農業機械センター tel.282-6025
信田農業機械センター tel.299-2225

ナスの種類
長ナス…千両2号 収量 800kg / 1アール
丸ナス…早生大丸 収穫期 7~9月



1 仕立て方

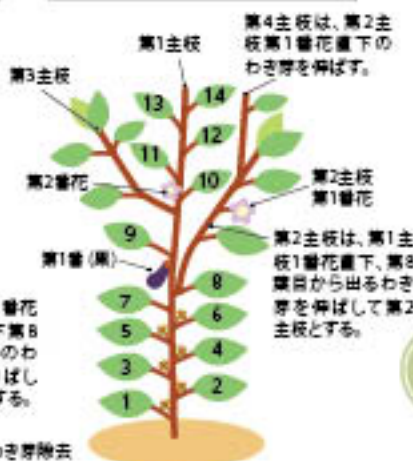
3本仕立て

第1番花(果)の下、2本のわき芽を伸ばして、第2および第3主枝とし、主枝を3本とする。



V字仕立て

第1主枝のわき芽2本と第2主枝のわき芽1本を伸ばして主枝とし、計4本の主枝とする。



3 秋ナスの更新せん定



真夏の頃(8月上旬)に混み合った葉茎を取り除き、病気や害虫の発生を抑えんとともに、古葉や茎を切り落とすことで、株の若返りを促す。

ポイント

枝が混み合うと、実への日当たりが悪くなるため、全体の3分の1から半分ほどを切り落とし、わき芽も全て摘む。更新せん定後は追肥すること。

2 追肥

花を見て、15~20日に1回追肥する。

(めしべが長い場合) 受粉しやすい (めしべが短い場合) 受粉しにくい



追肥のタイミング

ナスは肥料を多く必要とするため、肥料切れを起こさないよう注意する。花を見て、おしべよりめしべが短くなると、栄養不足。早めに追肥を!

4 収穫・切り戻しせん定

開花後、20~25日で収穫できる。日中の高温を避け、気温があがる前(早朝)に行う。また、株が弱らないよう、早めの収穫を。

切り戻しせん定で樹勢維持へ



農力UPポイント

収穫時には、切り戻しせん定の位置を意識してみましょう!

お問い合わせ 営農部 tel.292-0930

行こう!買おう!
JAファーム店

7月のオススメの資材

JAファームオススメの農業資材を紹介します!

反射シート「タイベック400WP」
(1.5m x 100m)

ももやさくらんぼの着色に欠かせない&便利な反射シートです。アルミマルチに比べ、光の乱反射率が高いため、果実に光が当たりやすい!また、蒸発性や透気性もあるため、果実の熟成に効果をもたらしつつ、収穫時期前の落下が少なくなり、正品出荷率の向上につながります。

まぶしさ、暑さも軽減され、非常に軽いので作業性も向上しますよ!

価格(税込)
15,800円(1本)

お問い合わせ
JAファーム藤ノ井店 ☎299-3311
JAファーム松代店 ☎290-6363



JAグリーン長野冠試合決定!!

7月22日はJAと一緒に長野スタジアムでAC長野パルセイロを応援しましょう!

JAグリーン長野は、AC長野パルセイロを応援しています。

JAグリーン長野と共に
AC長野パルセイロを
応援しよう!

南長野で開催のホームゲームでは
スタジアム内に「JAグリーン長野ブース」を出店!
旬の農産物を使った「スタジアムグルメ」を満喫しよう!



JAグリーン長野は、7月22日に長野スタジアムで開催される、2018明治安田生命J3リーグ第19節「AC長野パルセイロ vs. ブラウブリッツ秋田」に冠スポンサーとして協賛します。JAグリーン長野産「旬の農産物セット」のプレゼントやJAグリーン長野の農産物のPRを行います。サッカーの白熱したゲームと地元の新鮮な農産物をぜひこの機会にお楽しみください。

一体感
Get Up.

長野市ホームタウンデー 1万人チャレンジデー～PRIDE OF 長野～

JAグリーン長野 Presents
2018明治安田生命J3リーグ[第19節]

AC長野パルセイロ vs.



ブラウブリッツ秋田

7/22日 17:00 KICK OFF

長野スタジアム 長野市篠ノ井東町320

AC長野パルセイロをスタジアムで応援して

JAグリーン長野産の「旬の農産物セット」をゲットしよう!

7/22日のホームゲームを観戦いただいた方の中から抽選でJAグリーン長野産農産物詰め合わせ200名様にプレゼント!

7/22日の「AC長野パルセイロ vs. ブラウブリッツ秋田」の試合当日、このキリトリ線以下をスタジアム券売所横のJAグリーン長野特設ブースまでお持ちください。

7/22日
限定

前売券価格の半額でチケットをご購入いただけます。

[受付時間] 14:00～18:00

ホーム
自由席前売2,000円のところ
(一般) **1,000円**メインスタンド
自由席前売2,500円
のところ (一般) **1,250円**

※1席につき何名様でもご利用いただけます。
※コトコト不可、物販上の販売不可。
※当日、会場内混雑がひどい場合は、公共交通機関等をご利用ください。
※小中学生は、チームより学校を通じて自身の「小中学生ホーム自由席(引換券)」をご利用ください。

お問い合わせ 総合企画部 企画広報課 tel.293-2000

組合員健康企画 第2弾 自然を楽しもう! ～霊仙寺ノルディック～

長野市飯綱町霊仙寺湖畔に広がる芝緑地、桂山の林道、遊歩道など美しく雄大な自然を満喫しながらノルディックウォーキングを楽しみませんか? 汗を流した後は、温泉施設で疲れを癒やしましょう!

開催日時: 8月24日(金) 9:00～15:00頃まで
コース: 霊仙寺湖周辺(2時間程度のコース)
休憩会場: むれ温泉天狗の館
集合場所: A・コープファーマーズ南長野店駐車場
(集合場所からバスで移動)
定員: 20名(先着順、定員になり次第締切)
参加料: 3,000円(温泉施設料、傷害保険料等込)
※組合員以外の方は3,500円となります。
昼食: 無し
(各自でご用意ください。温泉施設の食事処も各自払いにてご利用可能です。)
持ち物: ノルディックポール(貸出可能)、
昼食、飲み物など。
申込み: お電話にてお申し込みください。
申込締切: 8月1日(水)

お問い合わせ・申込み
生活部生活福祉課 tel.293-2061

夏はJAで“ちょリスグッズ”をもらおう!

JAでは「サマーキャンペーン」を実施しています。期間中、定期貯金等を新規でご契約の方に、“ちょリスグッズ”をプレゼント。この機会にぜひご利用ください。

■サマーキャンペーン 8月31日(金)まで!
対象/次のうちいずれかを新規ご契約の方
①定期貯金(期間一年以上、10万円以上)
②定期積金(満期額12万円以上)
③JAカード・JAネットバンク
④各種ローン
選べるグッズ/1契約につきおひとつ贈呈
①保冷トートバッグ
②フードコンテナセット
③食器用洗剤 Magica
※景品はなくなり次第終了となります。



■イチオシ情報
「組合員様ご利用感謝貯金グリーンのきずな2018」のお取り扱いが始まりました! くわしくは本誌折り込みチラシ、または

グリーンのきずな2018

お問い合わせ 各支所窓口

年間購読は1冊分オトク! 家の光

「家の光」は、料理、家庭菜園、手芸、健康づくり、お金のことなど女性や家族に嬉しい内容盛りだくさんの総合家庭雑誌です。月1回のお届けで、みなさまのステキな暮らしをご提案します!



定価(税込): 普通月号…617円
付録月号(1・4・5・7・9月号)…906円
家計簿付き12月号…1,008円

■イチオシ情報
年間購読(9月～翌8月号)は617円(1冊分)オトク!
年間購読の受付は7月中旬となります。
購読料(税込): 8,623円

お問い合わせ 各支所窓口

JAグリーン長野 オリジナル頒布会2018

当「JA」のおいしい農産物が毎月届くオリジナル頒布会を企画しました。旬のくだものや食卓の定番の野菜、きのこ、米など、お好みに合わせてお選びいただけます。くわしくは、本誌とお届けする「オリジナル頒布会カタログ」をご覧ください。



お届け内容: もも、りんご、米、野菜など(選択)
お届け期間: 8～12月(月1回)の5回コース
(コース) または12月のみの一括まとめコース
価 格: 17,400円(配送料・消費税込み)
申 込 み: 各支所窓口へ
申 込 締 切: 7月31日(火)

お問い合わせ
生産販売部 tel.292-2383
生活部生活営業課 tel.293-1849

JAの動き

理事会

6月27日開催の理事会において次の事項を協議しました。
(1)役員報酬の決定について
(2)ディスクロージャー誌の決定について
(3)役員賠償責任保険の加入について
(4)議規案の変更について
(5)固定資産の取得について
(6)農協関係事業について

監事会

6月22日開催の監事会において次の事項を協議しました。
(1)監事の報酬決定について
(2)平成29年度未基準財務モニタリング報告及び監事意見について
(3)平成29年度未基準体制整備モニタリング報告及び監事意見について
(4)平成30年度監事監査計画書(確定版)について

コンプライアンス(法令等遵守)への取り組み

第3回リスク対応会議 5月21日

(1)コンプライアンス(4月)の実施状況について
(2)自主検査結果H30.4月の実施状況について
(3)管内会議H30.4月の実施状況について

管理職コンプライアンス研修会 5月22日・23日

(1)H30年度「JA長野県内営農別立委員会事業計画」及び「JA長野県不平等ゼロ達成計画」について
(2)相談・苦情対応について
(3)事務ミス等対応要領に基づく報告について
(4)DVD 初級研修(不当要求・権力的攻撃メール)

経営会議 6月19日

(1)コンプライアンス(5月)の実施状況について
(2)自主検査結果H30.5月の実施状況について
(3)管内会議H30.5月の実施状況について

キュウリと豚肉のさくらえびいため



【材料】4人分

キュウリ	2本
豚こま切れ肉	100g
さくらえび	大さじ5
ニンニク	2片
塩	適量
こしょう	適量
サラダ油	大さじ1強
ごま油	大さじ2分の1

【作り方】

- 1 キュウリは縦半分に切り、スプーンで種の部分をこそげ取り、幅1cmほどの斜め切りにする。豚肉は食べやすい大きさに切り、塩・こしょうで、下味を付ける。ニンニクはみじん切りにする。
- 2 フライパンにサラダ油を熱し、豚肉を炒め、色が変わったらキュウリを加え、キュウリの表面に照りが出る(透き通る)まで炒める。
- 3 2にさくらえび・ニンニクを加えて炒め合わせ、塩・こしょうで味を付ける。最後にごま油を回し入れ、香りが出たらできあがり。



女性部
松代総支部の
みなさん



【お料理メモ】

- 🍴 さくらえび、ニンニク、ごま油の香りが食欲をそそります。
- 🍴 キュウリの水分が出ないように、水分を多く含む種の部分をとることがポイントです。
- 🍴 キュウリの皮が固い場合には、ところどころ皮をむくと食べやすくなりますよ。