

EverGreen

エバーグリーン

特集 お役に立ちますワ!





想い受け継ぎ“毎年1年生”の農業を

果樹生産者 小林美知世さん

半信半疑の「1年生」デビュー

若穂村内の小林美知世さんは、本格就職から5年目。平日は兼父母と、土日は会社勤めの夫と畑に出て「フルーン」や「ヨシゴ」も「りんご」などを栽培し、兼父母の指導のもと、栽培技術の向上に励んでいます。

就職のきっかけは、5年ほど前、主として農業に携わる兼父母の高齢化に伴い、「栽培面積を減らす」話が持ち上がったこと。当時、パート勤め・子育て・家事をこなしていた美知世さんは、「せっかくなある畑を減らすのはもったいない」と、自分が専業となることを検討します。ただ、心の中では「自分でできるのか」と「不安」が過ぎ、参考に近所の女性農家にアドバイスを求めると、「農業は毎年が1年生で、同じことをやっても同じもたないけれど、手をかければかけただけ良いものができて、やりがいや面白みは、すごくあるよ」と励められた美知世さん。その言葉に、当時は「毎年1年生？やりがい？んー…（と）なんだろう」と、「半信半疑だった」と苦笑いしますが、アドバイスを後押しに、「父母がまだ元気なうちにできるだけ教わっておきたい」と、本格的に就職しました。

家族・周囲の支えを力に変えて

専業になる前から土日は手伝いをしてきたものの、「作業の流れも内容も、基礎用語も」。から分からなくて…本主に初歩の初歩から教えてもらった」と、美知世さん。このなか、どのようにしては、女性部若穂村支部の「ぶどうクラブ」に所属。パワフルな先輩たちに感化されながら、楽しく学んでいます。作業面では、今年から樹のせん定作業を任せられ、学びの成果もあって「今のところ順調な生育を見せている」と安心。農家として着実に成長する姿に、共に作業をする夫からは「どんどんたくましくなってきた」と頼りにされています。

時に、「家事との両立」に負担を感じることもあります。そこは家族の協力を得て時間を融通。家族で力を合わせる「家族農家」の良さを実感しています。また、「畑で困っていると、必ず周囲の農家の方が手を貸してくださって、本当にありがたいんです」とニコリ。農業を通して感じ取った家族や周囲の「温かさ」と「支援」に深く感謝し、「褒めていただけると嬉しくて、少しでも褒めていただけるとうに…」と一生懸命です。

特産果樹部会 ブルーン・すもも専門部



中・晩生種の目合わせを行う



専門部では、熟度に注意しながら出荷をしています。選熟品は特においしいので、ブルーンをたくさん食べていただけるよう頑張っています。

ブルーン・すもも専門部長
岡部勇さん

特産果樹部会「ブルーン・すもも専門部」は、7月中旬から9月中旬まで「ブルーン」を出荷している。品種が多いのが一つの特徴で、出荷期間中、約20品種をリレーする。

ブルーンは、他の果実と並行し取り入れられる。全国的にまだマイナーな果実だが、市場からの出荷要請が特に高く、専門部とJAでは果樹栽培者・栽培面積の拡大を積極的にすすめている。(専門部員数:145名)

目次

Green Spot	2-3
Green Topics	4
Special Issue 特集	8
Member's Power	12
農力アップ塾	14
健康長寿学	16
JAポスト	17
Green Information	18

今回の
目次

第8回フォトコンテスト「じじ〜!とったよ〜(初収穫)」



表賞 グランプリ
撮影者 内山 敏
撮影地 真島
撮影月 2019年9月
題 評
人物の表情・笑顔が素晴らしい作品です。逆光のつかい方、構図も最適です。ただ、光が人物の顔に当たらない方がより良かったでしょう。



織いだブルーンを真剣に収穫



盆過ぎに出荷を迎えるブルーン

想いやりを受け継ぎ、ブルーンを守る

これからの目標は、「お客さんに喜んでもらえる良い品物」づくり。「一つのこと」に集中して根気よく作業することも好きです。手をかければかけただけ良いものができている...気がします」と、努力の方向性を見出します。

また、ブルーンには、手間がかからず収穫も「軽重」で済むと、兼父役が先々のことを考えて、「まだ地区に普及しない頃」から導入し、今日まで展開してきたことを聞き、その想い

を受け継ぐ方針を示しています。

「何十年のキャリアの先輩からすれば、ヒヨッコも良いところですけど...だんだんとやりがいや面白みが分かってきたのかな」と、照れ笑いをみせる美知世さんです。

氏名(年齢)：小林美知世さん(55歳)

栽培品目：もも・ぶどう・ブルーン・すももりんご

園 種：115アール

主な出荷先：JA若穂果実流通センター、直売所

農業従事者：本人・兼父・母

産地の「もも」出荷の最盛期

JAでは、8月に入り「もも」の出荷が最盛期を迎えました。昨年10月の台風19号による千曲川河川敷の園地の壊滅的な被害や春先の天候不順によって収穫量が大きく減少するなか、各流通センター・共選所では、一玉でも高く・多い出荷をめざし、効率・迅速な作業をすすめています。



早朝から運び込まれ選果待ちのもも
(川中島共選所)

もも部会では、8月10日から17日に、晩生種「川中島白桃」などの講習会を地区ごと開催。長梅雨や梅雨明け後の高温等が影響し生育が早まっていることを確認し、着色を待ちすぎず、熟度を優先して収穫するよう申し合わせました。生産者は、「ももの生産者にとって今年は非常に厳しい年だが、生産者が農業を諦めることがないように、JAも一緒になって頑張ってもらいたい」と話しました。



キズや病害に合わせた選果を確認

「夏のりんご」で売り場確保を



早生品種の出荷の注意点を説明

長野県オリジナルのりんご「シナノリップ」の出荷が8月7日から始まりました。長梅雨で熟度がすすみ、昨年より10日早く出荷を迎えましたが、着色良く、「ジューシーな味わい」と好評です。また、「サンつがる」は盆明けから出荷開始。「味の良い夏のりんご」の出荷により、早期の「売り場」の確保と、品種リレーによる長期的な「グリーン長野産りんご」の販売により、安定単価販売をめざします。

りんご部会では、8月上旬から早生品種の講習会を各地区で開催。「着色」「熟度」をポイントにした適期収穫を呼びかけました。

リレーで中・晩生品種につなげて

振興品目の「ブルーン」は8月中、中・晩生品種の出荷がピークを迎えました。JA管内では約20種類のブルーンが栽培され、8月下旬から管内生まれの「くらしま」をはじめ、「グランドプライズ」「スタンレイ」などが出荷されます。

中晩生品種の出荷本格化にあわせて、8月12日に2会場で講習会を開催。西部青果物流通センター会場では、4人が出席し、前半品種の販売情勢や市場の指摘などを共有するとともに、営農技術員が「過熟になる前」の適期収穫を呼びかけました。



中・晩生品種の荷造りについて質問

梅雨明け一挙に「キュウリ」出荷

野菜部会果菜専門部では、8月上旬にかけ「露地キュウリ」の出荷がピークを迎えました。出荷は6月下旬から始まりましたが、長引く梅雨で収量が伸びず苦戦。梅雨明け後、8月3日から出荷量が倍増し、昨年に比べて品質も良く、安定価格で取り引きされています。

若穂野菜集荷所では、従業員が規格に沿って出荷物の曲がり具合や傷を1本1本確認し、長さ・重量で4段階に分けて等階級を確定し箱詰め。新鮮さを重視し、近隣の重点取引市場へ、9月まで出荷を続けます。



品質良く仕上がる

9月解禁に向け「ぶどう」目合わせ

ぶどう部会では、8月末を「出荷解禁日」に設定し、本格出荷に向け、最終準備に入りました。長野南支部では、8月24日に3会場で「糖度検査」と講習会を開き、熟度・糖度に注意して9月から本格的に出荷するよう営農技術員が説明しました。



出荷解禁日を前に注意点を確認する講習会

「孔雀アスター」タイミングに注意

花き部会孔雀草専門部では、「孔雀アスター」の出荷が9月から本格化します。7月の曇天、長梅雨で昨年に比べて10日ほど早くすすんでいることから8月24日に講習会を開催。部会員11人が出席し、「切り前」を逸さないよう注意することを申し合わせました。



収穫のタイミングを説明

鮮やかな「リンドウ」始まる

花き部会では、「リンドウ」の出荷が8月上中旬にピークを迎えました。冷蔵で標高の高い場所が栽培適地のリンドウは、大岡地区で栽培が盛ん。今年は梅雨の長雨が影響して出荷が遅れましたが、市場から「色鮮やかで品質が良い」との評価を得ています。

大岡新田集荷所では、従業員が草丈や花の段数などを確認して3等級に分け、10本を1束にして草丈を切り揃えて、箱詰め。盆需要にあわせ、重点取引先の関東、中京方面の市場に届けます。



色鮮やかなリンドウの選別

生産者の努力が彩る「盆」へ お花市開催

A・コープ3店舗の直売所で、8月11日・12日、恒例の「お花市」が開かれました。生産者が早朝から出荷した彩り鮮やかな花束が所狭しと並びました。

各店舗では、来店客が「たくさんの花束があって迷う」と話しながら、好みの品目・色にあわせて吟味し、手に取っていました。品出しのサポートとして店頭に立った直売会員の一人は、「梅雨の雨に悩まされたり、生育がすずみ心配だったが、丁度良く咲くタイミングで出荷することができた。自分も含め、生産者のみなさんが一生懸命栽培したお花をたくさん買っていただき、お盆を迎えてもらえれば嬉しい」と話しました。



色とりどりの花が並ぶA・コープ松代店直売コーナー

コロナ対策しながら直売所営業



3密を避けた営業に取り組む川中島共選所直売所

各共選所・流通センターでは、ものの選果時期にあわせて7月から「直売所」を開いています。毎年県内外から多くの来店があるため、新型コロナウイルス感染拡大防止を含めた運営方針を検討し、検温、入店人数の制限など、「ソーシャルディスタンス」に配慮し営業しました。

川中島共選所直売所では、7月下旬から営業を開始。生産者から出荷された規格外品や、やや過熟気味で機械選果ができなかったものなどを特別価格で並べました。来店客に対しては、間隔を空けた整列や、入店時の体温チェック、入店人数の制限など「密」を避ける対応に協力を要請。来店客は「コロナ禍で大変だが、今年も良い“もも”が手に入りとても嬉しい」などとの声が寄せられました。

いっぱい食べてね!地元の「もも」

もも部会川中島共選所支部は、地元の名がつくももを通じた「農業」のPRと「食育」、「地産地消」をめざし、8月20日、川中島町の「ころぼっくる保育園」に「川中島白桃」15ケース(1ケース5kg)を贈り、園児の健やかな成長を願いました。

作りやすく・おいしいを導入しよう



「赤桃」の着色や重さ、硬度などを確認する生産者

もも部会役員は8月19日、篠ノ井の営農部2階で「ももの品種検討会」を開きました。「生産者にとって栽培しやすく」、消費者にとって「味の良い」品種を部会の振興品種にできるように検討することが目的。役員12人らが、川中島の育成種「赤桃」を試食しました。

赤桃は、平成初期から栽培され、出荷時期は川中島白桃よりもわずかに早く、高糖度で果肉が硬質な品種。試食し、味の良さを確認しましたが、役員からは「他の品種と出荷時期が被ると労力軽減は難しい」との声が上がり、部会の振興品種としての導入を見送り、生産者の個人判断に留める方針としました。



「いっぱい食べてね」と河島努川中島共選所運営委員長が贈呈

厳戒態勢・創意工夫で冠試合開催

JAは、夏果実の最盛期にあわせて8月2日、「AC長野パルセイロ対ガンバ大阪U-23」の冠スポンサーをつとめました。篠ノ井の南長野運動公園長野Uスタジアムを会場に、観客約1,700人に農産物やJAの取り組みをアピール。農産物の販売・消費拡大に加え、JAとの関わりがない方、次世代層のJAへの理解醸成・利用促進につとめました。

会場は、新型コロナウイルス対策として入場制限、検温や手指消毒等が徹底され、冠スポンサーとしての会場での企画等も制限されたため、選手への「もも」の贈呈や観客へのPRは事前に動画を収録して、大型ビジョンで放映。動画には安藤常務らが出演し、「もも」をAC長野パルセイロキャラクター「ライオン」に渡しました。安藤常務は、チーム・観客に向けて「今年もおいしいももができた。ぜひ召し上がっていただき、新型コロナウイルスを乗り越え、共がんばろう」と呼びかけました。

試合後には、会場に訪れた観客のうち抽選で100人にもも・ブルーの詰め合わせをプレゼント。観客は「チームも勝って、フルーツも貰えて最高」などの声が寄せられました。

新型コロナウイルスの影響で、各種イベントの中止、PRの機会が減っているなか、JAでは、創意工夫により、引き続き可能な範囲での対面販売・事業のPRに取り組む考えです。



大型ビジョンに動画を流してPR



冠スポンサー看板を前に勝利を誓う選手

収穫で「農業」を体験

JAが更級農業高校3学年と開く「親子ふれあい農業塾」は今年度、管内小学生を対象に参加者を募りましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止で延期となり、このほど、今年度については児童と高校生の安全確保を最優先にするため、残念ながら中止を決定しました。

このなか、児童に少しでも「農業」に興味や理解を持ってもらう機会を作ろうと、塾への参加を希望した19組を対象に8月22日、同校を会場に「ジャガイモ収穫体験」を開きました。4班に分けて開催時間をずらし、安全に配慮。参加者親子は、高校生に収穫方法を教わり、掘ったジャガイモの大きさや重さを競い合いながら楽しんでいました。児童は「いっぱい採れて楽しかった」と笑顔。保護者は、「親子共々、良い経験をさせてもらった。ぜひまた農業体験の機会をつくってもらいたい」と要望しました。



「お、あった!」と作業に汗する子ら

対象絞ってスマホユーザーに「ローン」アピール

サテライトプラザ南長野内ローンセンターでは、8月1日から30日までの「JA住宅ローン夏の特別相談会」の開催にあたり、「WEB広告」を有効的に活用しながらPRしました。この取り組みは、関心の高い世代を対象に発信するもので、大手検索サイトで「ローン 住宅」や「農協 ローン」などと入力・検索した顧客を対象に「バナー広告」を表示したほか、対象の世代が使用するスマートフォンのアプリケーションにも自動的に広告を配信。日に100件から200件ほど閲覧され、「スマホ広告を見た」というお客様からの問い合わせがあるなど効果に手ごたえをつかんでいます。ローンセンターでは、引き続き、WEBを効果的に活用し、新規顧客の獲得をめざす考えです。



タブレット画面に表示されるオリジナルページ

お役に 立ちます ワ?

JA共済



近年、多くの災害が全国各地で発生し、また、新型コロナウイルス等の不安から入院を伴う病気やケガなど、JA共済へのお問い合わせも増えています。

今回は、ライフアドバイザーとJA共済マスクット、ひとのわぐまが、「ひと・いえ・くるま」の総合保障についてご案内し、組合員・地域の利用者みなさまに「安心」をお届けいたします。

相互扶助 JA共済

JA共済は、「共に助け合う」という理念のもと、みなさまに「安心」と「信頼」をお届けすることを使命とし、「ひと」「いえ」「くるま」に関する保障を提供しています。

ご提供にあたり、当JAでは共済に関する専門的な知識を持った「ライフアドバイザー」が、お一人おひとりに寄り添ったご提案につとめております。

みなさまのご要望をお聞かせください



篠ノ井支所
石坂孝也 担当

台風からの復興に迅速対応

全国各地で、地震や台風、豪雨災害などが多発するなか、昨年10月には、当JA管内でも、台風19号により、くらしの拠点となる住宅や車両等が浸水するなど、大きな被害が発生しました。

当JAでは、JA共済をご契約いただくご契約者みなさまのいち早い復旧・復興をめざし、迅速に対応し、早期に共済金をお受け取りいただきました。

被害に遭われた方の共済金はご自身はもとより、他のご契約者様からお預かりする共済金が原資となっております。



篠ノ井支所
込山波月 担当

ライフアドバイザーとご案内します!

ひとのわぐま

尻尾が「ワ」がつくかわいらしいツキノワグマ。

胸元の白い毛が輪の形で、チャーミング。

見た目は強そうだけど、本当は誰よりも仲間思いで、ちょっぴりナイーブな一面も。



2019年度 お支払いをさせていただいた共済金

全国

4兆1,372億円 ※うち満期共済金3兆700億円
(そのほか貸付719億円含む) (2019年4月～2020年3月末)

JAグリーン長野管内

満期等共済金 59億6,141万円

事故等共済金 34億3,695万円
(2019年3月～2020年2月末)

2019年10月台風19号(福島・宮城・長野ほか)

65,291件 896億円

※うちJAグリーン長野管内19億5,946万円 (2020年3月末時点)
※JA共済連関バ(支払済額時点)



より多くのおみなさまの「安心」へ、みなさまに選ばれるひと・いえ・くるまの保障をご案内します「ワ」



“ひと”に関する保障は、年齢や性別、家族構成やライフイベントなど、お一人おひとりの状況が異なり、必要となる保障もそれぞれの時期に応じて、さまざまに変化します。

JA共済では、豊富な保障をご用意し、お一人おひとりに合うご提案・ご提供をさせていただいております。

ライフステージ・家族構成にあわせて備えよう！

就労したとき、結婚したとき、お子さまが誕生したときなど、人生における保障の必要性はさまざまに変化します。JAの「なないろデザイン」は、7つの保障分野を組み合わせ、年齢、性別、家族構成に応じてお一人おひとりに合った安心をご提供いたします。



今ご加入いただいているものも、年齢やご家族の構成にあわせて見直すことがポイントです！

篠ノ井支所
金澤祐輝 担当

組み合わせは人それぞれなのだ“ワ”



JA共済の生命総合共済

なないろデザイン備えるべきポイント

万 一	万一の時の保障
医・が	入院や重い病気の保障
就 労	就労不能時の保障
老 後	老後の資産形成
学 資	子の教育資金やケガ病気の保障
介 護	介護の保障
特 重	特定疾病への保障

世代別モデルプランをご紹介します！

【独身・夫婦2人の方】 重い病気、就労不能や将来の生活に備えましょう！

※介護共済は40歳からご加入頂けます。

万 一	万一の時の保障
医 療	入院や重い病気の保障
就 労	就労不能時の保障
老 後	老後の資産形成
学 資	子の教育資金やケガ病気の保障
介 護	介護への保障
特 重	特定疾病への保障



医療や就労不能の保障といったご自身の備えはもちろん、資産形成についてもご相談ください。

篠ノ井東支所
石川友里恵 担当

【お子様がいらっしゃる方】 万一保障、重い病気や就労不能に

しっかり備えましょう！

万 一	万一の時の保障
医 療	入院や重い病気の保障
就 労	就労不能時の保障
老 後	老後の資産形成
学 資	子の教育資金やケガ病気の保障
介 護	介護への保障
特 重	特定疾病への保障



ご家族を守るための保障に加え、老後の生活費も準備し始めるとより安心です。

信田支所
山田岳穂 担当

【お子様が独立された方】 老後の保障を充実させ、重い病気や介護に備えましょう！

ご自身とご家族のために入院や介護といった保障を充実させる方が多くいらっしゃいます。

万 一	万一の時の保障
医 療	入院や重い病気の保障
就 労	就労不能時の保障
老 後	老後の資産形成
学 資	子の教育資金やケガ病気の保障
介 護	介護への保障
特 重	特定疾病への保障



子や孫の負担にならないようにしっかり備えておくの“ワ”

じじいのおま
ばばのおま

寺尾支所
三井裕美子 担当

【お子様の保障をお考えの方】

お子さまの教育資金の準備と病気やケガに備えましょう！

※こども共済の加入年齢は0～12歳です。

万 一	万一の時の保障
医 療	入院や重い病気の保障
就 労	就労不能時の保障
老 後	老後の資産形成
学 資	子の教育資金やケガ病気の保障
介 護	介護への保障
特 重	特定疾病への保障



将来の教育資金や思わぬ病気やケガにも備えましょう。

小さいうちからコクコフ準備すると良いの“ワ”

ママのおま
ベビのおま

共和支所
藤博英 担当

NEW

保障がさらに充実！



病気やケガにより身体に障害が残ったときの収入の減少や支出の増加に備えられる幅広い保障です。



身近な生活習慣病のリスクに備える保障「特定重度疾病共済 そなエール」が新登場しました！

おいしいお野菜を食べて健康な体づくりも大切な“ワ”





全国各地で地震や風水害などの自然災害、火事などが多発し、もはや“他人事”では済まない状況となっています。

JAの「いえ」に関する保障は、火災や台風、地震、そしてケガにもしっかりと備えることができます。



建物更生共済

むてきプラス

建物損害を保障！一戸建てやマンション、店舗、事務所まで！

- 1 火災や盗難などの事故はもちろん、台風や地震などの自然災害による損害も、しっかり保障いたします。
- 2 ご契約された建物や家財について発生した火災や自然災害によって、ケガをされたり、死亡されたりしたときには、傷害共済金をお支払いします。
- 3 掛捨てではありません。保障期間満了時に、満期共済金をお支払いします。
- 4 火災や自然災害にあわれたときに発生する残存物のとりかたづけに必要な費用や消火にかかった費用のほか、当面の生活に必要な費用等をお支払いします。

台風19号災害以降、お問い合わせが増えておりますので、お気軽にご相談ください。



支店支所
飯島重由 担当

台風・地震などのとき



火災・落雷などのとき



火災や台風、地震に対し、「家財」の損害を保障

椅子やタンス、テレビなど、お住まいにある家財・家具の損害を保障いたします。



建物更生共済

My家財プラス

ライフアドバイザーがお客様にインタビューしたの“ワ”

安心して暮らせる保障なのだ“ワ”

「地元」の「すぐ来てくれる」が良いな

山岸正勝さん(78)は、「親父の頃からずっとだな」と、長年JAとお付き合いをいただいております。

『まさか水が来るなんて思ってもいなかった』と、昨年の台風19号災害で被災。ただこのなか、「JAは対応が早く、すぐにやってくれた」と、共済金をお受け取りいただき、住宅の復旧にご活用いただきました。

『3年程前、体調を崩したときの対応も早く、必要な時にすぐやってもらえるということが本当に良かった。若いうちから長い目で見て共済に加入することや、自分により“近い”ところで対応してもらえるところが、良いと改めて思ったな』と地元のJA共済への評価と、『何かと大変な時代だが、組合員のためにこれからも頑張ってもらいたい』との声をいただきました。



山岸正勝さんと
【インタビュー】藤ノ井支所 堀内裕史 担当

お撮影のためマスクを外しています。



長野県では主な移動手段が“車”であり、私たちのくらしのなかで欠かせないものです。

多くの所有者が安全運転を心がける一方で、自動車事故も日々発生し、時として、命を奪う大きな事故も発生しています。

JA共済では、保障もサービスも安心・充実、必要な保障をムダなくそろえた自動車共済をご用意しています。



あなたのカーライフをサポート!

- 1 「クルマスタ-」は、3つの充実保障で自動車事故のリスクを幅広くカバーいたしますので安心です。
- 2 24時間・365日の事故受付はもちろん、「夜間休日現場急行サービス」「レッカーサービス」「ロードサービス」など、充実のサービスで安心です。
- 3 ご契約条件に応じたさまざまな割引をご用意しております。手厚い保障に納得の共済掛金で加入できるので、とってもお得です。

事故のお相手やご自身・ご家族・愛車をしっかり守れる保障を一緒に考えましょう。



更北支所
小野澆平 担当



サービス充実! スマホアプリで連絡可能

お手持のスマートフォンに、自動車共済のご契約者・ご利用者さま向けアプリ「JA共済くるまのミカタ」をダウンロードしておけば、お車のトラブル時にアプリを利用して受付窓口へのスムーズな連絡が可能です。

安心のカーライフを送るの“ワ”



JAグリーン長野の共済 安心ポイント



お任せください!

ライフアドバイザーは、JA・JA共済の顔として、みなさまに寄り添い、保障のご相談、ご提案をさせていただいております。

お電話でのお話だけでOKです!



新型コロナウイルス感染拡大防止対策としてお電話でのお相談が増えております。

お会いする場所はご自宅はもちろん、JAの支所などご自宅以外もお気軽にご指定ください。お時間もお客様のご都合でお伺いします。



お客様のご要望にお応えできる内容となるよう、ご納得いただけるまで寄り添います。

JAのライフアドバイザーはご意向に沿わない提案や無理な勧誘はしないの“ワ”



県外だけでなく地域のみなさまにご加入いただけます。



真島支所
日詰優樹 担当

みなさまのお近くで安心をお届けするJA共済!ぜひお気軽にご相談ください。

上記の内容は、概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

【参考・引用】全国共済連業協同組合連合会、「JAの生命総合共済ないふデザイン」、JAのいふで共済。

<https://shinyo.ja4yo.co.jp/?utm_source=giz_brand&utm_medium=cpc&utm_campaign=direct_00_hajimeta&cid=54a1a0b0c1m0m1p6wWgSuWOh1F0QubEAY76AAEgZrD_SwE><2020-6-26>

労力大幅軽減めざす“スマホ操作”のドローン飛行見学



全自動航行ドローンによる散布を見守る



青壮年部信更支部は7月30日、信更町の水田で「農業散布ドローン」の試験飛行を見学しました。このドローンは、「スマートフォン」で操作する「全自動航行」「自動散布」「大容量」といった、「最新」モデル。導入をめざす支部員が強い関心を寄せ、メーカーが実演しました。

この日は、30アールの水田で、病害虫対策剤を散布。メーカー担当者が操作し、稲から高さ約2.5メートルの4メートル幅、4.5メートル毎秒で自動走行し、約6分で2.4リットルの薬剤をまき終わりました。支部員は、「スマホ操作は便利」「作業負担が軽い」と話し、操作方法やバッテリーの駆動時間等、メーカーに積極的に質問しました。導入をめざす支部員は、「もの」でしっかり選びたい」と導入に意欲を示しました。

“一緒にできる”に喜びを感じて



女性部若穂総支部保科支部赤野田グループでは赤野田公民館で8月5日、「家の光料理教室」を開きました。5人が参加し、JA推薦雑誌「家の光」に掲載された料理4品を作り、料理のレパートリーの拡大と、部員間の交流を深めました。

支部員は、自宅で採れた農産物を持ち寄り、「エダマメ入り豆腐ナゲット」や「オクラのはんぺんスープ」など地産地消料理に挑戦。下処理や火加減等に注意し、互いに料理のコツなども教え合いながら作りすすめました。部員は「新しい料理を知ることができ、楽しい」と話したほか、「新型コロナウイルスの影響で出掛けることも少なくなり、女性部の活動もできずにいたので、こうして、地域の人と顔を合わせて一緒に活動ができることが何より嬉しい」と話しました。

JAでは、新型コロナウイルス禍中の活動について、会場や人数制限等を行いながら、女性部の要望のもとで活動実施や対策等を支援しています。



レシピを見ながら協力して作業

“忙しさ忘れて”陶芸に挑戦



窯元の講師にコツを教わる部員



女性部若穂総支部は、若穂川田合同センターで8月20日、「陶芸教室」を開きました。総支部員19人が参加し、長野県伝統工芸品「松代焼」に挑戦。約1kgの粘土を使い、「型起こし」という型に粘土をかぶせて形成する方法で、湯飲み茶わんやどんぶり、花瓶など、それぞれの好みにあわせて作陶しました。

農繁期に、また、新型コロナウイルスの対策をしながらの活動でしたが、部員は「各々、素敵な形に仕上がった」「日頃の農作業やコロナを忘れる、東の窓の良い時間を過ごせた」と話しました。

今月の職 果樹営農技術員

果樹栽培のことなら
お任せください!



選果時には品質などをチェック

個別の質問に知識を持って対応

JAの基幹品目「果樹」の栽培指導・普及、部会活動支援などに取り組む「果樹営農技術員」は流通センター・共選所を拠点に地区ごと7人が在席しています。品目別・作業別の各種講習会の講師や、ほ場での個別指導・相談に対応。行政や農業関連メーカーなど各機関とも連携し、最新技術・気象に合わせた方法等も伝え、生産者の営農支援に全力を注ぎます!

生産者が「良い出来だった」と笑顔になっていただけるよう、生産現場の苦勞を理解し、生産者に寄り添う指導につとめます!

部会発行の「果樹情報」に営農技術員個別の携帯番号を掲載しています。ご相談ください。



外谷瑞希担当
(東部青果物流通センター)

質問するとすぐに対応してくれるし、決してその場のぎをせず、調べて教えてくれる、そんな誠実さが良いんだ。



グリーンコネクト協定先2JAから
キラリと光る話題をお届けします

グリーンコネクトではJA名に「グリーン」の付く
近江・大阪・長野が協同運動を実践中です

近江



3団体の代表と三井組合長(右から2番目)と岡本守剛組合長(いちばん右)

役職員の気持ちを地域活動に
グリーンピース基金目録贈呈式

グリーン近江は、8月5日、本店でグリーンピース基金目録贈呈式を執り行いました。食農教育、自然環境保全、社会福祉の増進等に取り組む管内の学校や団体等を支援するもので平成19年に設立。役職員からの善意の寄付金による積立金とJAからの拠出金で造成されています。今年は、40団体に総額1,909,000円を助成。通算では271件、総額で25,646,597円となりました。

贈呈式は、新型コロナウイルスの影響で、初めて助成される3団体のみでの出席となりましたが、三井久雄組合長が代表者1人1人に目録を手渡し「役職員の気持ちの集合が地域のために役立つのであれば本望。今後も地域社会のために続けていきたい」とあいさつしました。

大阪



「オカワカメ」と商品を持ってアピール

夏野菜や「オカワカメおかゆ」を
ケーブルテレビで紹介

グリーン大阪では、7月31日、「J:COM(ケーブルテレビ)で放送される「大阪つながるニュース」の「買い物・グルメ」のコーナーに、夏野菜や、東大阪の特産品「オカワカメ」のPRとしてリモートで出演しました。

この番組は、「ウィズコロナ」の社会でも地域の活性化を目的に、地域で生活する人々の安心や豊かさを生む情報番組。番組のコーナーでは、JAの取り組みや活動のほか、旬の夏野菜の食べ方などをPRしました。

また、8月から販売している「オカワカメおかゆ」も合わせてPRしました。お米は地産産の「ヒノヒカリ」を使用。高齢者にも、優しく、やわらかい食感で、災害時の保存食(期間8カ月)に加えていただけます。

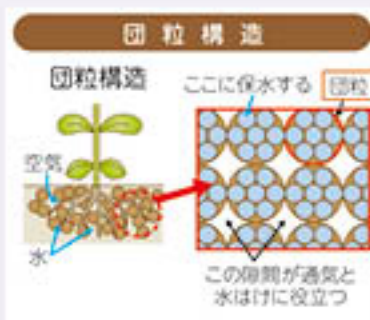
果樹塾 2020



果樹を栽培するにも野菜と同じように「土作り」は基本であり、大切です。これから苗木を発注する時期にもなりますので、土作りの基本を確認しておきましょう。

元気な土は「団粒構造」

元気な畑を作るための「良い土」とは、保水性・排水性(水はけ)・通気性が優れている土。保水性と排水性はまったく真逆な要素だが、「土の団粒構造」がこれらを結び付ける。



団粒構造とは、微生物の働き等によって作られる、小さな小さな団子状の土のかたまりのこと。

土の中では、団子状のかたまりが集まり、団子状の土の中に水分を保つ。また、団子と団子の間には隙間があり、この隙間が排水と通気を良くする。

保水性が良いと水分を多く蓄え、作物への供給量も多くなるが、保水性が良すぎると、逆に今度は植物の根を水分によって腐らせる。また、排水性が良いと、土はすぐに乾くが、良すぎると、根が乾き、作物が枯れる。

これを解消するのが「団粒構造」。団粒構造によって水分(養分)を蓄えながら必要なときは水分を植物に供給することから、根を乾かすことなく、水分が十分あるときは、水分を排出し根を腐らせないといった高度なバランスを保つ。

団粒構造の土を触ってみると「フカフカ」。逆に、団粒構造になっていない「単粒」の土は、握ってみるとかたまりにくく、大きなかたまりがゴロゴロしている。団粒構造を作るためには、「堆肥」を入れ、しっかりと耕すことが何よりの得策！

元気な土は「3性質」バランスよく

元気な畑を作るための「土」には、物理的に保水性や排水性、通気性を良くし、栄養成分も含む「堆肥」を入れるほか、「酸度」を調整し、土の持つ3性質のバランスを保ち、地力を生むことが重要。

■堆肥

堆肥とは、有機物(落ち葉・稲わら・刈り草・牛糞・豚糞・鶏糞・きこの粕など)が微生物の働きにより分解・醗酵したもの。以前は、動物性由来の堆肥は厩肥と呼んでいたが、現在は植物性と区別せず堆肥と呼ぶ。堆肥を土壌にすき込むことによって、物理的に保水性や排水性、通気性が良くなる。微生物も堆肥をエサにして働きが活性化し、団粒構造を維持・継続させる。

■酸度

作物には、弱酸性の土を好んだり、中性の土を好むといった「土との相性」がある。また、単に生長だけではなく、病害に併りやすいなど発病率にも影響する。土との相性を良くするために、土壤酸度(pH)を調整する。pHの調整は、「石灰」で行い、石灰にはカルシウムを補給する役割もある。日本は雨が多く、土が酸性に傾きやすくなるが、当JA管内の果樹園の多くは、pHが高く(中性)、石灰を使用しない場合が多い。



何が必要? 「土壌診断」で知ろう!

実際、「土を触っても分からない」、「酸度はどの位にすれば良いか」などの疑問を持つ方におすすめるのが「土壌診断」。土壌診断では土壤酸度以外にも、不足する養分や過剰な養分、土の保肥力など、作物の生長を見ただけでは分からない部分も判別できる。処方箋(診断結果)が返ってくるため、理想の施肥に近づけることができ、作物の収量の安定、施肥コストの低減にもつながることができる。

土壌診断は毎年行う必要ではない。3年に1回くらいは実施できれば、施肥の参考となるので、果樹生産者もぜひ実施してほしい。なお、地上の葉や枝・茎の生長や色、実った果実の状況を診て、土の状態がある程度掴むベテランの生産者もいる。その判断方法の一部を次回ご紹介する予定なのでごうご期待!

土壌分析診断の項目と価格(300g採り1セット)

分析項目	検体A 300g	検体B 300g	検体C 300g	検体D 300g
PH(酸性/中性)	○	○	○	○
C(有機)	○	○	○	○
N(総窒素)	○	○	○	○
P(総リン)	○	○	○	○
K(総カリウム)	○	○	○	○
Ca(総カルシウム)	○	○	○	○
Mg(総マグネシウム)	○	○	○	○
微量元素	○	○	○	○
その他	○	○	○	○
その他(追加項目)	○	○	○	○
総費用				
検体A		1,500	1,500	1,500
検体B	1,500		1,500	1,500
検体C	1,500	1,500		1,500
検体D	1,500	1,500	1,500	

雑談「結果に落ち込まない」

人間の健康診断もそうですが、糖が高い低いからといって即、品物が低品質(体調が悪い)ということではありません。地上の栽培技術でカバーしているのです。土壌診断での処方箋では、適正な値から枠を大きくはみ出したり凹んでいても、作物はすばらしい出来映えのお宅は多くあります。どんな「悪い土」でも雑草は生長し病気や害虫に負けることはありません。良い土なら・・・雑草もなおさら元気になります。

土壌診断のお申込みは當農技術員までお問い合わせください。

野菜塾 ナバナ 2020



ナバナ栽培のオススメポイントは次の通り！

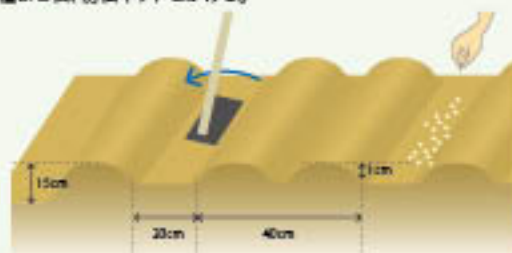
- ・耐寒性に優れているので、日当たりの良い環境で育てることで冬も枯れずに栽培ができる
 - ・春野菜のなかでも「ビタミン」と「ミネラル」が特に豊富
- 農業技術員にお気軽にご相談ください。

オススメ品種	のらぼう菜 つぼみ菜 かき菜	
播種期	収穫	目標収量
8月下旬～ 11月中旬	10月下旬～ 3月中旬 (栽培期間 60日～120日)	70kg /1アール

1 畑の準備・種まき 8月下旬～11月中旬

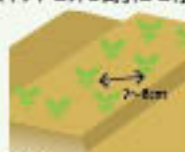
日当たりがよく、風通しのよい場所を確保する。石や木片など根の障害になるようなものは取り除き、種まき2週間前に苦土石灰を1㎡に100gまき、pHは6.0～6.5が目安。1週間前に1㎡あたり堆肥6にぎり(300g)、「JAファームやさいの元肥」大きじ5杯分(75g)、油粕大きじ5杯分(75g)を入れて15～20cmの深さでよく耕しておく。

うね幅40cm、うね幅20cm、高さ15cmのうねを立てる。また、まき溝は、くわを使い、くわの幅よりやや広めに作る。(深さ1cm程度)種溝全面にばらまき、厚さ1cmほど覆土する。種まき後、防虫ネットをかける。

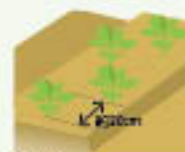


2 間引き・追肥 9月上旬～11月下旬

防虫ネットを外し間引きを行う。



1回目：
本葉2～3枚の頃、株間を7～8cm幅に広げる。



2回目：
草丈10cmくらいの頃、株間を20cm幅に広げる。

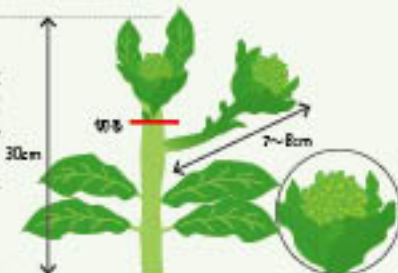
長期間収穫するためには、株を大きく育てる必要がある。株を大きくするためには、株間を十分に広げて育てる。柔らかい葉や茎、花蕾を少量ずつ収穫したい時は、株間を狭めて育てる。追肥は次の通り。

1回目：本葉3～4枚の頃、1㎡あたり「JAファームやさいの追肥」大きじ3杯分をまいて軽く混ぜる。
2回目：草丈10cmの頃から半月に1回、1㎡あたり「JAファームやさいの追肥」大きじ3杯分をまいて混ぜる。



3 収穫 10月下旬～3月中旬

早採りせず、花蕾が大きくふくらむまで待つ。
わき芽は7～8cmになり、花蕾が大きくふくらんで、開花直前になったら主葉をつけて摘み取る。
主葉が30cmくらいに伸びた時に頂花蕾を摘みとり収穫。
春には生育速度が早くなり、側枝や孫枝の発生も旺盛になるので、とり遅れないようにする。



肥料切れを起こしやすいので、追肥は根を傷めないようにうね幅に1度まいて土寄せを行う。除草もかねて軽く土寄せしておくと同様に育つ。特に収穫以降の肥料切れは、品質低下の原因となるので、忘れずに追肥をする。



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土・日・祝日の営業日程は次の通りです。

お近くのセンターが休みの場合には、他のセンターでも対応いたしますのでお問い合わせください。

農機センター (Tel)	9月							10月				
	12	13	19	20	21	22	26	27	3	4	10	11
藤ノ井 (Ta.292-1369)	△	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△
川中島 (Ta.284-1671)		△	○	△	△	△	○	△	○	△	○	△
松代 (Ta.278-9601)		△	○	○	△	△	○	△	○	△	○	△
更北 (Ta.283-5043)		△	○	△	△	△	○	△	○	△	○	△
若穂 (Ta.282-6025)		△	○	○	○	△	○	△	○	△	○	△
備田 (Ta.299-2225)		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△

○…全日営業 (8:30-17:00) △…半日営業 (8:30-12:00) 空欄…休み

お問い合わせ 各農業機械センター

脳卒中予防

講師 南長野医療センター篠ノ井総合病院
脳卒中リハビリテーション看護認定看護師



脳卒中になると、さまざまな後遺症を引き起こします。現在、寝たきり(要介護5)となった原因の第一位は脳卒中です。寝たきりにならないためにも、今月号は「今日からできる脳卒中予防」をご紹介します。

①脳卒中とは

- ・脳卒中は、脳内の血流が急激に途絶え、脳の神経細胞がダメージを受ける病気です。
- ・脳卒中には、脳の血管が詰まる「脳梗塞」と脳の血管が破れて出血する「脳出血」や「くも膜下出血」があります。

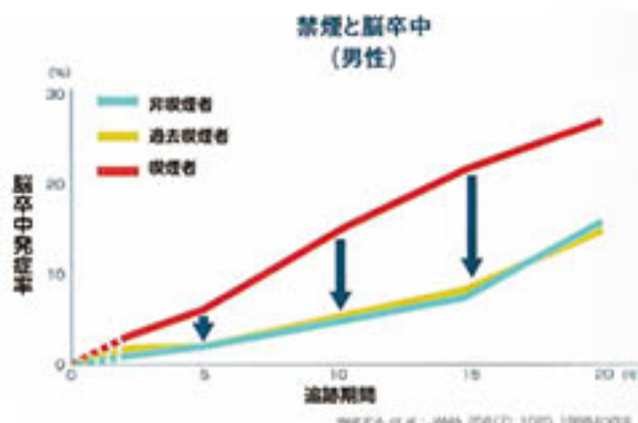
②脳卒中の予防法

まずは、危険因子の存在を知ることが第一歩です。自己チェックや健康診断により、危険因子を避けることが大切です。危険因子を避けるためには、生活習慣の見直しが重要となります。



③予防取り組みによる効果

喫煙を例に挙げると、脳梗塞とくも膜下出血の危険因子とされ、タバコを吸う人は吸わない人の約2倍脳梗塞の危険が高まり、約3倍くも膜下出血の危険が高まります。逆に禁煙できれば、約2年で危険性が低下し始め、約5年でタバコを吸わない人と同じになると言われています。禁煙は短期間で確実な脳卒中の予防効果が得られる方法です。



④予防の実践

まず、**禁煙・減塩・減量(適正体重維持)**

“煙と塩から縁を切る”

- 毎日5種類以上の野菜・果物の摂取
1日野菜350g。魚の摂取。
- 食事療法
減塩・低カロリー・低コレステロール。
- 禁煙は一気に、減塩と減量は徐々に行う
カロリーや塩分の多いものをまず減らす
三日坊主とならないように、3日、3週間、3か月、3年。
3がキーワード。

脳卒中を予防するための十か条

- 一、手始めに **高血圧** から治療しよう
 - 二、**糖尿病** 放っておいたら 怖い残る
 - 三、**不整脈** 見つかれば すぐ受診
 - 四、予防には **タバコ** を止める 意志を持って
 - 五、**アルコール** 控えめは茶 過ぎれば毒
 - 六、高すぎる **コレステロール** も 見逃すな
 - 七、お食事の **塩分・脂肪** 控えめに
 - 八、体力に **あった運動** 続けよう
 - 九、万病の **引き金** になる **太りすぎ**
 - 一〇、**脳卒中** 起きたらすぐに 病院へ
- 番外 お茶は 勝手にやめずに 相談を

日本脳卒中協会

生活習慣の修正と、危険因子の早期発見・早期治療と管理が脳卒中の予防につながります。「生活習慣を変えよう」というだけでは効果はあがりにくいので、具体的な目標、数字をあげながら予防策を考えて取り組んでいきましょう。

グリーンカフェ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、グリーンカフェ川中島・若穂は休止させていただいております。楽しみにされているみなさまにお詫びを申し上げるとともに、再開までお待ちいただけるようお願いいたします。

ぶんげい



薬草を束ねて吊るす指先に神々しき黒揚羽止まる
 コロナ菌毎月の雨いつ平和スタージャンムーンスべてがすくわれ大
 出揃いし稲穂はすでに波を打つ盆にも帰れぬ病む夫想う
 本年は全国戦没者追悼式コロナの影響参加者一割
 この雨に競いあい咲くベチニアを窓辺に見て食事する我
 また一人旅立ちにけり妻が友己が寿命の知るよしもなく
 清い床コロナウイルス密室の伝染住み家新型モデル
 盛夏の候黄色リンク青空を見る

大岡 更北	松井 信子	市河 麗子	清水 威子	高藤 由明	穂苅 勲子	番場 道仁	長瀬 保	中瀬 修	松代
八月の御魂平和へ織ぐ守護 桑熟るる山家卒寿の婆一人	信州の訛丸くてあったかい	夢の中選ぶ相手は決めている	故里の村に入れば噂しぐれ	会えずとも幸せであれ不惑の子	見えぬ敵家にこもって時を待つ	コロナ禍に重なる試練のこの猛暑	治まった怒り秘そかに解くこふし		
川中島 捷治	塚田 敏明	内山 克子	五十嵐立男	小田切幸枝	小林 仲江	高橋 清人	関 博英	丸山 都男	

●投稿者の個人情報適切に管理し、JAだよりの
 文章掲載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 〒388-8511長野市篠ノ井布地高田961-2
 JAグリーン長野 ぶんげいらん係
 ●応募締切：9月18日(金)

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～

長雨だったせいか、夏野菜の元気がなく、心配です。何年も作っていますが、こんな年ははじめてです。(松代 「ちゃんさん」)
 ●取材先でも「今までこんなことなかった」ということが多く…戸惑うお気持ち、お察しします…。

ようやく梅雨明け宣言、梅を3日間干し上げ「ホッ」としていたら、今度は雨が降らないで困っている。朝夕に水くわして、何とか野菜の収穫をしている。早く適度な雨、降ってくれ！(篠ノ井 勿忘草さん)
 ●こんな不安定な年だから、雨乞いしたらドカンと降るんじゃないかとお祈りすることも躊躇してしまいます…。

トマトラインナップがおもしろかったです。今年もおいしいトマトをたくさん食べたいです。(松代 ベっちさん)
 ●お気に入りの味に出会えますように、ぜひ地元産をたくさんお召し上がりください。

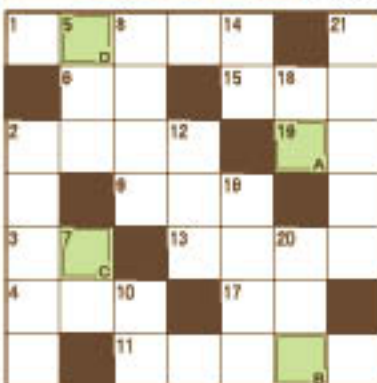
トマトが好きなので、トマトラインナップのページに目を惹かれました。家の庭ではアイコを育てているのですが、他にも色・糖度・食感が違うトマトがたくさん載っていたので、いろんなトマトを食べ比べたいと思いました。(更北 レンコンくんさん)
 ●みなさまの好みは千差万別、気に入った味の種類の見つけられましたら、ぜひ教えてください。お庭のトマト栽培にもお役立ていただけますように。

地産地消のページ、毎月楽しみです。3品料理が紹介されていたので、まずは佃煮から挑戦しました。ご飯のおかずには好評でした。(若穂 MMさん)
 ●7月中、女性部さんに作っていただいた後、女性部担当職員と再確認の手合せのために、A・コープのゴーヤを買占めた日があったことを後悔しつつ…無事にご紹介でき良かったです。

今日やっと桃の収穫が終わりました。これで安心して寝ることができるし、朝ゆっくりできます。毎年のことですが、そろそろ桃も少なくするか、辞めたいと思うのですが、喜んでくださるので、娘も仕事から帰ってくると桃・桃と食べたがりです。辞めるにも辞められないと思います。(篠ノ井 駒村さん)
 ●早朝から睡眠時間を削ってのお仕事、本当にお疲れ様でした！少し休憩していただき、もも栽培、喜ぶ方々のためにも、ぜひ続けていただきたいです。

\\ 超カアップ!! \\
ク ロ ス ワ ー ド

クロスワードの正解者の中から5名の方にJAまごころ商品券をプレゼント!!



ヨコのカギ

- ① 唱歌『虫のこえ』ではガチャガチャと鳴いています
- ② 写真を並べて入れたり、貼ったり
- ③ ぎつねうどんのメインの具
- ④ 鮮しさの度合いを調めること。焼制〇〇〇
- ⑤ すしに添えるショウガの酢漬け
- ⑥ 涼しくなると不快〇〇〇も下がります
- ⑦ ぶどう酒の一つ。ブドウの葉の皮を取り除いて通ります
- ⑧ 秋桜とも呼ばれる花
- ⑨ 郵便物に料金分を貼り付けます
- ⑩ イチカバザカの〇〇に出た
- ⑪ うどんやそば、ビーフンなどのこと

タテのカギ

- ① 俗にホトトンボと呼ばれるトンボ
- ② 〇〇〇半島は青森県北西部に位置します
- ③ キターヤ/パイオリンに張ります
- ④ 楯に「おてもと」と書かれている物もあります
- ⑤ ホークはタカ、イーグルは〇〇
- ⑥ 贈還して「せがれ」と言う人もいます
- ⑦ 算数の文章題を解くために立てることも
- ⑧ キンナンは殻を削り、〇〇〇〇をむいて使います
- ⑨ 猫は出したり引っ込めたりできます
- ⑩ 人体〇〇〇を使って内臓の配置を学んだ
- ⑪ 演し台や食器などに使われるときににくい合金



※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けますようお願い申し上げます。

63

388-8511
JAグリーン長野
クロスワード係
宛

長野市篠ノ井布地高田
CORION

①クイズの答え
②氏名(ペンネーム)
〒住所
年齢
性別
電話番号
③JA・店舗等への連絡ご希望
日曜日の場合と併せて、ご自由に
ご記入ください。
(はたよコーナに譲渡させて
いただく場合が殆どです)

応募ハガキの記入方法

※応募に際しご記入いただいた個人情報
は、本誌編集および当選商品発送以外
には使用しません。
●応募締切：9月30日(水)
7月号の当選者 (応募総数58通・当選通知8月21日)
○中村いづ子さん ○中瀬 正裕さん
○柳沢 亮彦さん ○藤沢 昌子さん
○伊藤 賢さん



セカンドライフに“トルコギキョウ”を作ろう ～農業未経験者向けトルコギキョウ見学会開催～

JAと長野農業農村支援センター、長野地域振興局農業政策課では、「トルコギキョウ見学会説明会、セカンドライフの過ごし方～花づくりを仕事にするという選択～」をテーマに、トルコギキョウ栽培が行われている“現場”の見学会を開きます。トルコギキョウ栽培の特徴や必要な施設・技術、収入等をご説明いたします。

【次の方に特にオススメ】

- 農業やトルコギキョウ栽培に興味をお持ちの方
- 花作りに挑戦してみたい方
- 定年を機にセカンドライフの過ごし方に悩む方
- 生涯現役でしっかり稼ぎたい方

トルコギキョウ見学会

～セカンドライフの過ごし方
花づくりを仕事にするという選択～

開催日時：10月10日(土)AM 10:00～11:00
集合場所：JA平総合センター(稲里町田牧364)

★ほ場に移動します

内 容：①トルコギキョウってどんな花？
②生産者に関してみよう！農業アレコレ

申込方法：お電話にてお申込みください

留意事項：参加時にはマスクの着用にご協力ください
締 切：10月2日(金)

同時募集 トルコギキョウセミナー

トルコギキョウ栽培を「始める」・「始めたい」また、「一年間の作業を知りたい」という方を対象に、定植から収穫・出荷まで時期にあわせて講習会を開く「トルコギキョウセミナー」の受講生を募集します。土・日開催となりますので、お勤めをされている方にもオススメです。ご希望の方は、まずは上記のトルコギキョウ見学会にお申し込みください。



作業も体験可能

お問い合わせ・申込み

川中島営農資材センター

Ta.284-1070(担当:営農部 柴田)

営農部 Ta.292-0930(担当:営農部 塩野)



プロの先生に基礎から楽しく教わろう！ ノルディックウォーキング～組合員健康企画～

JAでは、組合員・地域のみなさまの健康づくりに「組合員健康企画」を開いています。

今回も、「ノルディックウォーキング」です。

前回講座を受けた方から、「講座を受ける前と受けた後で、フォーム(歩き方)が全然違う」と驚き・喜びの声が寄せられるなど、大好評です。

講師は、(一社)全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員が基礎から参加者のレベルに合わせて指導します。

初心者・未経験の方も安心してご参加ください。

9月開催日程

開催日時：9月25日(金)PM1:30～3:00

集合場所：篠ノ井中央公園(篠ノ井会716)

(篠ノ井総合病院東側)

内 容：ノルディック・ウォークの基礎講座

10月開催日程

開催日時：10月16日(金)AM10:00～11:30

集合場所：松代城跡前駐車場

内 容：基礎練習を生かして城下街を歩こう

【両日共通】

- 参加費は組合員300円、組合員以外500円です。
- ノルディックポールは500円で貸出可能です。
- 講師は(一社)全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員/山口由喜夫氏/小野静一氏(南長野医療センター篠ノ井総合病院医師)
- 各回とも新型コロナウイルス対策のとれる範囲の人数で開催します(15～30名)。応募者多数の場合は、先着順となります。

※受付・説明時はマスクの着用にご協力いただきます。

運動中はマスクを外し、間隔を空ける等の対策をし、運動します。

お問い合わせ・申込み

生活部 生活福祉課 Ta.293-2061



ライスセンター利用料について

東部、川中島、三水、大岡ライスセンターの令和2年度の利用料は次の通りです。

なお、センターご利用時には新型コロナウイルス対策として「マスク着用」にご協力をお願いします。

乾燥料

荷受けもみ数量1kgあたり(税別)		
東部	水分量18%以下	14.0円
川中島	水分量19%～28%(上限水分)	1%毎に2円
玄米製品数量1kgあたり(税別)		
大岡	水分量18%以下	15.4円
三水	水分量19%～28%(上限水分)	1%毎に2.4円

もみすり料・保有米抜取料・諸経費

もみすり料	玄米 1kgあたり(税別)	14.4円
色彩選別機処理料		6.5円
保有米抜取料	保有米 1kgあたり(税別)	2円
検査料		25円
紙袋代	玄米 30kgあたり(税別)	100円
電算処理代ほか		73.4円

※諸経費は、玄米代金振込時に控除されます

お問い合わせ 営農部 Ta.292-0930

JAの動き(8月)

理事会

8月28日に第6回定例理事会を開き、次の事項を協議・承認しました。

協議事項

- (1)今後の協同活動の取り組みについて
- (2)農産物販売事業について

コンプライアンス(法令等遵守)への取り組み

JAでは8月中、役員員のコンプライアンスの研修に向け、次の活動に取り組みました。

「コンプライアンス委員会幹事会」…8月17日

- (1)事務ミスについて
- (2)宮寄等対応について
- (3)コンプライアンスの実践状況について(7月)
- (4)自主検査の実施状況について(7月)
- (5)課内会議の意見集約について(7月)

「経営会議」…8月18日

- (1)コンプライアンスの実践状況について(7月)
- (2)自主検査の実施状況について(7月)
- (3)課内会議の意見集約について(7月)

「JA支所長等リスク管理研修会」…8月21日

- (1)不祥事未然防止に向けたJA支所長等の責任と役割
- (2)事務リスク管理態勢の整備・確立に向けて

協同の成果 (8月)

農産物販売高	10億2,905万円
貯金	2,001億7,542万円
貸出金	346億1,179万円
長期共済保有契約高	6,025億4,306万円
購買品供給高	29億3,172万円

組合員数	20,733名
うち正組合員	9,890名
准組合員	10,903名

JAグリーン農産

当JAの最新情報と連絡先、本誌の主なページは、ホームページでもご覧いただけます。

<https://www.ja-grn.jp/>



休日・夜間緊急連絡

営業時間外のご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

■葬儀(JA虹のホール)

☎026-283-3450(稲里)

※受付:24時間365日

■LPガス(全農LPガス監視センター)

☎0120-787-780

※受付:月曜～金曜/17時～翌朝8時半

JAグリーン長野フォトコンテスト作品募集中

いいね!展覧

JAグリーン長野の地域内で撮影された「農産」や「食(農産物)」「農業に関連した伝統行事」「自然」を表現した、思わず「いいね!」がこぼれる作品を募集しています。

応募期限:令和3年1月12日(火)

くわしくは、JAホームページか、支所に郵送付けのチラシをご覧ください。



JAまごころ宅配 “無料”おためしセット

忙しいみなさまや買い物にご不便を感じているみなさまに、必要な食料品や日用品をご自宅までお届けする個人宅配サービス「JAまごころ宅配」では、「1週間分“無料”おためしセット」をご用意しています。



写真はイメージです

JAまごころ宅配無料おためしセット 内容

おためし1(アレンジメニュー)、おためし2(便利メニュー)のいずれかのコースを1週間分“無料”でお届けします

●おためし1 選べるアレンジメニュー 前半・後半の2回に分けて宅配

- ・お肉やお魚などの食材を組み合わせでお届けします
- ・ご家庭の食卓にあわせ量の調整が可能です
- <商品例/前半>塩紅鮭切身・信州豚ロース薄切り・エリンギなど7品
- <商品例/後半>子持カラフトししゃも・信州産福味鶏もも肉など7品

●おためし2 いきいき便利メニュー 1回分を宅配

- ・惣菜などの簡便食品を組み合わせでお届け
- <商品例>サバ味噌煮・真いわし梅煮・ねぎ巻き・タラコなど約8品

JAまごころ宅配無料おためしセット 申込方法

下記まで、お電話にてお申し込みください。

なお、無料おためしセットのご利用につきましては、1家庭1回限りとさせていただきます。過去にご利用いただきましたご家庭につきましては無料おためしセットはご利用いただけません。

お問い合わせ・申込み

くらしのセンター ☎293-1845

食材センター ☎292-0658



経営継続補助金(2次募集)の申請が始まります

JAでは、新型コロナウイルスに対し、感染拡大防止対策を行いつつ経営計画に基づいて取り組む農業者の事業継続を支援するため、「経営継続補助金(農林水産省)」の支援機関を担っています。

9月より2次募集が始まる予定となっております。最新の情報・詳細はJAホームページをご覧ください。営農部にお問い合わせください。

お問い合わせ・申込み

営農部農業振興課 ☎292-0930

メールアドレス kei-info@grn.nn-ja.or.jp



JAファーム店営業時間の変更について

9月2日よりJAファーム篠ノ井店・松代店の営業時間を変更いたします。

営業時間:8:30～18:00



軽トラックに嬉しい特典 AAAキャンペーン

オートパル篠ノ井センターでは、新車で「JAサンバー」「スズキキャリイ」ご購入の方に、さまざまな特典をお付けする「AAA」キャンペーンを開催中です。また、JAサンバー・スズキキャリイ以外のお車を新車でご購入のお客様にも嬉しい特典をご用意しております。ぜひこの機会にご検討ください。

AAAキャンペーン期間:11月30日(月)まで

お問い合わせ オートパル篠ノ井センター ☎292-1654

揚げナスの和風マリネ 豚バラ入り

地元のおいしい食材を食べよう!

地産地消

vol.136

【材料】

長ナス	小4本(約300g)
ピーマン	小4個
ミニトマト	小8個(約100g)
豚バラ肉	4枚
レモン	1個
ショウガ	3分の2かけ(約10g)
ミョウガ	3個(約30g)
らっきょ酢	大さじ4
しょうゆ	大さじ2
砂糖	小さじ1
こめ油(揚げ油)	適量

【作り方】

- ナスはヘタを落として厚めの輪切りにする。ピーマンは縦半分に切って種を取り、食べやすい大きさの斜め切りに、ミニトマトは半分に切る。豚肉は、一口大に切る。
- ショウガは皮をむいて、せん切りに、ミョウガもせん切りにし、①を入れたボウルに移す。レモンを横半分に切り、半量はボウルに

さっぱりとした口当たりで、夏から秋にかけて楽しめます。

絞りを、半量は果肉をスプーンですくってボウルに加え、全体をよく混ぜ合わせておく。

- フライパンに揚げ油を熱し、①のナスとピーマンをそれぞれにこんがりとなるまで1分ほど素揚げする。揚げたら、バットに移し、粗熱を取る。
- 鍋に湯を沸かし、豚肉を湯がき、湯から上げて粗熱を取る。
- ②のボウルに③の野菜、④の肉を入れ、混ぜ合わせる。最後にミニトマトを混ぜるか、器に盛った時に添えてできあがり。



女性部若穂総支部のみなさん



厚さ1cmが食べやすい



少なめの油で揚げ焼きにしても良い



味がしみるように、よく混ぜ合わせる



今月の主役



JA長野厚生連
南長野医療センター第一 井総合病院
栄養科

ナス

ナスは、7~9月に旬をむかえる野菜で、その実の約90%は水分です。クセのない味わいと、火を通した時のなめらかな食感が特徴です。
他の野菜に比べると低カロリーで、ビタミンやミネラル類は多くはありませんが、「ナス紺」と呼ばれる皮の暗紫色の色素成分「ナスニン」が含まれています。
ナスニンはポリフェノールの一環で抗酸

化作用があり、動脈硬化予防や老化防止などに効果があると言われています。
ナスニンは水に溶けやすい性質があるため、アク抜きのために水にさらす時は、長く漬けすぎず、10分程度が好ましいでしょう。また、切り口に種を振り、アクを含んだ水分をペーパータオルで拭き取る方法もあります。
ナスは揚げたり炒めたりすることで、ナスニンの損失が少なくなり、色落ちもしないのでおすすめです。