

# EverGreen

エバーグリーン

特集  
長靴で行ける店で農作業の準備を整えよう!



## 組合員の声をお聞きする場に

JA 自己改革

JAは、2月8日から3月5日まで、「地区懇談会」を支所・地区ごと全136会場で開きました。地区懇談会は、JA事業に対する組合員の意見や要望をお伺いする機会。昨年度は新型コロナウイルス感染拡大防止として中止したため2年ぶりの開催となり、来場が難しい方には書面により声をお寄せいただくよう資料を配布しました。

各会場では、各理事・監事、支所長が出席し、令和4年度の事業報告、令和5年度の計画、また、「支所金融取扱窓口再編成構想」についてを説明。出席した組合員から、再編成や生産資材価格高騰対策など、さまざまなご意見を伺いました。

お寄せいただいたお声はJA事業に反映できるよう検討するとともに、本誌来月号に一部を抜粋し回答いたします。また、各支所窓口にて回答の一部をご覧いただけるよう書面をご用意いたしますので、ご確認ください。



支所長が「支所金融取扱窓口再編成構想」について説明(青木島支所)

## ユーフォルビア・プロジェクトが始動



花き部会は2月、長野県とともに「ユーフォルビア・プロジェクト」を設置しました。JA管内が「全国の生産量1位」を誇る花「ユーフォルビア・フルゲンス」の生産維持を目的としたもの。生産者の高齢化や栽培上の課題、栽培難易度の高さから、ピーク時の10分の1にまで生産量が減少するなか、長野農業農村支援センターや長野県野菜・花き試験場と共同研究(現地試験)を行い、栽培上の課題を克服し、栽培難易度を少しでも下げ、生産

振興につなげていく方針です。

プロジェクトの内容の確認を含め2月13日、篠ノ井のほ場で新規栽培希望者を含む3人の生産者とJA、長野農業農村支援センター普及員が打ち合わせ。営農技術員は「株落ちがなく作れば10アールで5万本以上の出荷ができる。水や肥料も比較的少なく栽培出来るので負担を軽減しながら、管内の希少な花を守りたい」と話しました。

部会では、栽培に携わる方を引き続き募集していく考えです。



今後の取り組み内容について説明する  
営農技術員

JA 自己改革

## 新たな組合員のみなさまへ JAを知る機会に

JAは2月23日、「新規組合員講座」を、篠ノ井の南長野運動公園長野Uスタジアムで開きました。令和元年度と2年度に加入をいただいた組合員を対象に招待し、午前・午後に分かれて33人が出席。「オトクにつかおう!グリーン長野」をテーマにJA職員がJA事業の紹介するとともに、長野Uスタジアム内の見学会も行いました。

参加した組合員からは、「JAがいるんなことをやっていることを知れて良い機会になった」と感想が寄せられました。



JA職員が説明「オトクにつかおう!グリーン長野」

今月号より、令和4年度「JAグリーン長野第11回フォトコンテスト」の入選作品を掲載いたします。



## 第11回フォトコンテスト「合間の観戦」

表賞 広域協エバーグリーン探用賞

撮影者 宮本 龍幸

撮影地 松代町岩野

撮影月 2022年4月

講評 (フォトコンテスト審査員)

マラソンと農作業を対比して見せた着眼点が良い作品です。主題は農作業に合わせてマラソンの列を従とした点が高く、中央のトラクターにピントを合わせればマラソンの人々ももっと鮮明になったでしょう。

Green Topics	2
Member's Power	6
Special Issue 特集	8
農力アップ塾	12
今月の推し!	14
特別企画 インボイス制度	15
健康長寿学	16
JAポスト	17
Green Information	18

※今月号のグリーンスポット人はお休みいたします。

## 使う方の視点に立って 花の作り手がアレンジに挑戦



花き部会は2月28日、篠ノ井の営農センター2階で「女性研修会」を開きました。部会に所属する女性が集い、栽培に関する情報共有や部会員間の交流を深めることを目的に企画し、18人が出席。生花店より講師を迎え、「簡単にできるフラワーアレンジメント」を楽しんだほか、「売れ筋の傾向」などを聞きました。

フラワーアレンジメントでは、JA管内で栽培された「ユーカリ」を使って、講師のアドバイスを聞きながら、花きの作り手である部会員が、消費者の立場となって、丁寧に活かしていきました。部会員の一人は「自分達の栽培した花がこうやって使われていると思うと嬉しいし、改めて花は良いと思うので、また今年も頑張りたい」と意欲を燃やしていました。



ユーカリを活ける部会員



トルコギキョウ苗の定植に挑戦する生産者

## 花の生産者を増やす！花きセミナー開講



JAと長野農業農村支援センターは2月23日、「花きセミナー」を開講しました。花の作り手を増やそうと企画したもので、「トルコギキョウ」をはじめ花き部会の主力品目や、比較的栽培に取り組みやすい品目を紹介し、実際にトルコギキョウ栽培の体験も行います。

初回は篠ノ井と更北の園地で開き、7人が参加。ヒマワリの栽培方法を学んだほか、トルコギキョウ苗の定植に挑戦しました。今後も作物の生育に合わせて都度開催し、技術習得につなげる考えです。

## 栽培方法を確立し安定出荷めざす



花き部会花木専門部は2月16日、篠ノ井のほ場で「ロシアンオリーブせん定講習会」を開きました。生産者7人とJA営農技術員、長野農業農村支援センター普及員が出席しました。

「ロシアンオリーブ」とは、「寒さに強い花木」として専門部で近年導入された新しい品目。独特の銀白の葉茎を楽しめるもので、同じように葉茎を楽しむ「ユーカリ」の出荷がない時期を狙って出荷します。まだ栽培方法が確立されておらず、生産者は、専門部や日々の栽培を通じて研究・検討を重ねている段階です。

この日は「せん定」について検討。長野農業農村支援センター普及員が実演し、生産者も意見を出し合いました。生産者の一人は、「試行錯誤でどんな結果になるかわからないが、その都度研究しながら出荷につなげたい」と話しました。

専門部では、今後、生育の様子や切った枝の状況を評価し、改善しながら、今年度・翌年度以降の栽培に生かしていく考えです。



意見を出し合いながらせん定をすすめる

## SBCラジオで組合長がJAアピール

JA自己改革

JAは、マスメディアを通じて農業やJAのPRを行い、理解醸成・促進につなげようと、JA長野県グループと連携し、SBCラジオ番組「坂ちゃんのずくだせえぶり」内に「JAコーナー」を設けています。

このJAコーナーに2月27日、栗林組合長が生出演。パーソナリティの坂橋克明さんらと軽快なトークを見せました。



生放送に出演する栗林組合長

## ショールームでくらしに役立つ品を提案



生活部は2月17日・18日、「3社合同説明会」を稲里町の展示場で開きました。JAが取り扱う倉庫や車庫、ペアガラスやサッシ、太陽光発電システムを取り扱う業者とJA職員が、来店客にご案内しました。



サービス内容を確認する関係者

## もも「若木の仕立て」「疎植低樹高栽培」を学ぶ



もも部会篠ノ井支部西部青果物流通センター管内の生産者は2月1日、篠ノ井のほ場で「もも若木のせん定講習会」を開きました。部会主催の通常せん定講習会とは別で、若木に特化したものを企画し、生産者24人が出席。「疎植低樹高栽培 篠ノ井流大草仕立て」を中心に、せん定の基礎的な用語や技術を含め、学びを深めました。

講習では流通センター長が疎植低樹高栽培の利点や樹づくり、苗木定植以後の季節・年数ごとの作業を、実演を交えて説明。出席した生産者からは、「改めて基礎を確認出来て分かりやすかった」との声が寄せられました。

西部管内では、2019年の台風19号災害以後、若木を定植する生産者が多く、作業負担の軽減をめざした仕立て方を取り入れる生産者も増えていきます。



実演で若木のせん定の基礎を確認

## 不法投棄を防ぐ



JAは2月2日から4日まで「不要農薬回収」を行いました。不法投棄撲滅と自然環境を守るため、2年に1回行うものです。

JA職員と農薬メーカー担当者が、組合員より持ち込まれた薬剤を1つ1つ確認しながら回収。あわせて、農薬の適正使用に引き続き努めるよう、啓発活動を行いました。



農薬を種類別に分ける

## 抑制トルコギキョウの品種を吟味



花き部会トルコギキョウ専門部は2月1日、篠ノ井の営農センター2階で「抑制トルコギキョウ品種検討会」を開きました。生産者10人が出席するなか種苗メーカー5社から新品種や需要の高い品種など、品種紹介を受けました。生産者は秋出荷に向けて栽培する品種を色や作りやすさなどを考慮しながら吟味していました。

竹林一二専門部長は「昨年は品種選択の甲斐もあり、特に秋に出荷したものは良い価格で売れた。また今期も一生懸命やっていただいで、植えたものを全部出荷できるようにしていきたい」と抱負を述べました。



パンフレットを見て吟味する生産者

## アグリネット・スマートフォンを使いこなすために



もも部会川中島共選所支部御厨支部は、御厨支所で2月6日から3回にわたって「スマートフォン教室」を開きました。スマートフォンとJAグループが提供する「アグリネット」を使いこなせるようになりたいと、支部員たちの希望で企画。3回目は通信会社のスタッフを講師にホームページ検索やアプリケーションの使い方を学んだほかJA職員も加わり、アグリネットを通じて温度観測情報を得る方法を確認しました。

JAでは、今後も組合員の希望に応じ、少数単位でスマートフォン教室を企画したい考えです。



「LINE」の使い方で「友達登録」に挑戦



「アグリネット」についてJA職員が説明

## 令和4年生産を振り返る



生産部会では、各部会・専門部ごと、11月から2月にかけて、「生産振興大会」や「反省会」を開き、令和5年度の実績維持・拡大と品質向上に向けて意思結集をはかりました。

## 栽培技術を学び生産維持を～花き部会～

花き部会は篠ノ井のグリーンパレスで12月7日、「フラワーセミナー」を開きました。生産者28人とJA役職員が出席し、令和4年度の実績状況、諸課題を共有するとともに、「肥料価格の高騰」に伴う有効な減肥方法について、長野農業農村支援センターの講義を聞きました。

部会の令和4年度は、生産者の高齢化による生産量の減少や天候の影響から主力のユウカリやゴギクは出荷量が減少したものの、徐々にイベント需要も増え、サブスクリプションサービスによる需要なども含め、花き需要に回復の兆しが見えた生産年度となりました。

青木和正部会長は「燃料・運賃の値上げだけでなく、肥料は種類によっては倍近くなり、非常に厳しいなか、このセミナーによって栽培技術を学び、生産を続けてほしい」と呼びかけました。



青木和正部会長の呼びかけを聞く会場

## 産地維持へ生産量確保を～野菜部会～

野菜部会は2月7日、篠ノ井のグリーンパレスで「令和4年度野菜生産販売反省会並びに次年度推進会議」を開きました。生産者20人とJA役職員、長野農業農村支援センター、JA全農長野、地元重点取引市場が出席し、産地の課題と課題克服に向けた対策について共有しました。

野菜生産者の高齢化による生産量の減少が続くなか、JAと市場は、改めて「産地の維持」へ、令和5年産の作付維持・拡大を生産者に要請。また、担い手に向けた積極的な栽培導入推進と、安定高単価販売による生産者手取りの確保に一層努めていく方針を示し、生産者に理解を求めました。



令和4年産の実績を振り返る生産者

## 生産振興大会～もも部会(支部開催)～

もも部会篠ノ井支部と川中島共選所支部はそれぞれに11月、生産振興大会を開きました。

篠ノ井支部では11月14日に篠ノ井のグリーンパレスで生産者30人が出席するなか、令和4年の生産結果の確認と市場からの産地への要望を共有。また、優良生産者の表彰、令和5年度部会事業方針を協議しました。



品質の良いもも生産に取り組んだ生産者を表彰(篠ノ井支部)

## 品評会の優績者を表彰

## ～特産果樹部会(専門部開催)～

特産果樹部会アンズ・ウメ・オウトウ専門部と梨専門部、ブルーベリー専門部は11月から12月にかけて、生産振興大会を専門部ごと開きました。

令和4年の生産実績を確認するとともに、各専門部で行った品評会の結果を報告し、受賞生産者を表彰。各品目とも生産量が減少傾向にあるなか、次年度のさらなる意欲増大をはかりました。アンズ・ウメ・オウトウ専門部および梨専門部で行われた品評会の入賞者は次の通りです。

## ■梨品評会の結果 【敬称略】

最優秀賞	高橋正治(篠ノ井東福寺)
優秀賞	小山英壽(真島)
優良賞	宮澤雄彦(真島)

## ■あんず品評会の結果 【敬称略】

最優秀賞	中村芳文(松代町東条)
優秀賞	中村安利(松代町東条)
優良賞	相澤耕市(松代町東条)



今後の意気込みを語る品評会受賞者代表(梨専門部)



## アルミ缶回収の収益で病院に貢献を



女性部若穂総支部は2月2日、長野松代総合病院附属若穂病院に「スライディングボード」4枚を寄贈しました。総支部のボランティア活動として続ける「アルミ缶回収」の収益金を使い、病院の希望する医療関連器具を準備。病院への感謝を伝えること、そして地域貢献活動として、毎年ボランティアと寄贈を続けています。

同院で開いた寄贈式には女性部員4人とJA役職員、熊木俊成院長をはじめ病院関係者が出席。千原結子若穂総支部長は、ボランティアの経過と、日頃の御礼を伝え、目録を手渡しました。熊木院長は「若穂病院は本当に地域に愛されている。これからも地域とともに地域のために頑張っていく病院でありたい」と話しました。

寄贈した「スライディングボード」は、患者のベッドと椅子等の間の移動に活用され、看護師や患者の体への負担軽減に一役買います。



スライディングボードを熊木俊成院長等に渡す女性部員

## 青壮年部の要望をJAに伝える



青壮年部は、篠ノ井のグリーンパレスで2月21日、「青壮年部とJA役職員との懇談会」を開きました。青壮年部盟友23人が出席。栗林組合長などJA役員と事業部長が出席するなか、青壮年部員の要望を直接役員に伝えました。

青壮年部からは、1月に行った「分科会」において意見の上昇した「農業労働力の確保策」等について、改めてJAの支援を要請するとともに、「農業におけるJAの在り方」など、部員の意見が積極的に寄せられました。

JAでは意見や要望を整理し、導入改善できる点を進めていく考え。栗林組合長は「若い生産者が農業を続けていくことのできる支援を、JAとしてしっかりしてまいります」と改めて表明しました。



JAへの参画を呼び掛ける栗林組合長



積極的に発言する青壮年部員

## 容器のなかに小さな庭を



女性部大岡支部は大岡支所で1月27日、「テラリウム」づくりに挑戦しました。テラリウムとは、透明な容器のなかで苔

などを植栽し、気に入った植物やこだわりの流木や石、置物などの素材を飾るもの。部員はJA職員を講師にコツを学び、それぞれに「小さな庭」を完成させました。部員は「細かい作業で心配したけれど、可愛い庭ができた」と満足した表情を浮かべていました。



細かな作業に取り組む部員

## カゴ作り通じて部員間交流



女性部川中島町総支部は2月7日、中津支所敷地内の川中島ふれあいセンターで「カゴ作り」に挑戦しました。部員11人が参加。若穂総支部員を講師に招き、荷締め用に使われる「PPバンド」で縮むカゴの作り方を教わり、縮み上げました。

女性部員は「ちょっとしたものを入れるために丈夫なものが出来て良かった。若穂(総支部)さんとの交流にもつながった」と喜んでいました。



カゴ作りを若穂女性部員から学ぶ

## すき間時間でコツコツ続けよう



女性部篠ノ井総支部は、篠ノ井のグリーンパレスで2月2日、「いきいき健康講座 知って得する！膝・腰痛予防講座」を開きました。

21人が参加。(一財)日本農村医学研究所主任研究員柳澤和也氏を講師に招き、「痛みと上手につきあうコツ」と、家庭でできる体操を学びました。

椅子や机に手をついて行う「片脚立ち」の体操では、テレビコマercialの時間にやってみることや、「累積」で目標の運動時間をめざす大切さを講師が提唱。「トレーニングはやった者勝ち。ちょっとでも良いのでまずはその体制になり、習慣付けていくこと」を伝えると、多くの部員が深くうなずいていました。



「片脚立ち」に挑戦

## 虫食い葉っぱで味のある作品に



女性部松代総支部11人は、松代東支所で1月30日、「山の幸染め」を体験しました。山の幸染めとは、葉などの自然素材の上に専用の染料を重ねて染めるもの。部員は、桜の葉のうち、形や大きさ、穴の有無などを考え、好みの素材を選び、春色のストールを染めました。部員は「虫食いの穴が開いた葉を使って味のある作品ができた」と驚いていました。



穴の開いた葉を使って染める部員

## 簡単みそづくりに挑戦



JA女性カレッジは、篠ノ井のグリーンパレスで2月15日・22日、「みそ作り」に挑戦しました。受講生29人が参加。JAグループ推奨の漬物の素を手掛ける厚生産業(株)の担当を講師に、煮大豆と米麹を混ぜ、みそ玉をつくり、容器に投げ込みしっかりと空気を抜き上げました。

このみそは10月頃まで熟成させることで完成する予定。受講生は「初めてみそを作り、とても良い機会だった。食べるのが楽しみ」と感想を寄せました。



大豆をミンチ機にかける受講生



グリーンコネクT先のJA情報をお届けします

## 大阪 食べて踊って地元農業を応援!

グリーン大阪では、地元農業を応援するダンス動画を2月1日の創立25周年にあわせて公開し、10日間で再生回数が3000回を突破しました。

この動画は、直売所の楽曲「フレッシュ・クラブへGO!」を使用し、地元の樟蔭ダンスクラブの協力のもと制作したダンス動画です。学生の元気なダンスや映像を通して、地元農業を応援、PRしています。

出演した直売所役員の方々からは、「この動画が若い人たちに直売所へ足を運んでもらうきっかけや、地元の農業に興味を持ってもらう良い機会になれば嬉しいです」といった声が寄せられています。ダンス動画に加え、創立25周年を記念して制作された沿革の動画も公開しているのでぜひご覧ください。

ダンス動画QRコード



ダンス動画サムネイル

# 長靴で行ける店 農作業の準備を 整えよう!

JAでは、組合員・生産者、そして地域のみなさまにお気軽にご利用いただける「生産資材拠点」の運営をめざしています。いよいよ本格的な農作業が始まる3月、作業の準備を整えていただける「生産資材拠点」と、家庭菜園を営む方からプロの方まで、「持っておいて便利な生産資材」をお伝えします。

## 農業を守り支えるお店

### 準備を整える前に! JAの生産資材店舗とは

JAグリーン長野は、地域農業を守り支える組織として、生産資材店舗の運営しております。かつては、支所内や流通センター・共選所施設に併設し、さまざまな生産資材を取り扱い、販売しておりましたが、時代の変遷と利用状況により、現在は、「JAファーム篠ノ井店」「JAファーム松代店」を「生産資材拠点の基幹店」に位置付け、地域の実情にあわせて運営する4店舗を含む計6店舗で生産者のみなさまの農業経営を支援しております。

#### 基幹店舗

JAファーム篠ノ井店・JAファーム松代店は、当JAの生産資材店舗の基幹店として運営しております。農業専門のJAとしての専門性と、JAグループの組織力を生かした品揃え・価格設定が自慢です。



JAファーム篠ノ井店

篠ノ井布施五明3207  
☎ 026-299-3311

【営業時間】8:30-19:00(4-8月) 8:30-18:00(9月)  
9:00-18:00(10月-3月)

※本誌2月号にて3月より8:30と記載しましたが、正しくは4月より8:30となり、3月中は9:00開店となります。

【定休日】毎週水曜日(10月-2月) ※3月-9月は無休

※篠田支所・大岡支所の生活資材店舗にも一部生産資材をお取り扱いしています。



JAファーム松代店

松代町西寺尾裏1458  
☎ 026-290-6363

#### 地域店舗

更北営農資材センター、若穂営農資材センターは、それぞれの地域の利便性を考慮し運営する店舗です。現在、みなさまの利用状況を調査しながら、運営方法を検討しております。みなさまの積極的なご利用をお願いいたします。



更北営農資材センター

真島町真島2295-1  
☎ 026-284-1660

【営業時間】平日9:00-17:00

【定休日】土曜日、日曜日、祝日

※更北・若穂の資材センターは地区懇談会の意見・要望にもとづき営業日・時間を再検討中です。決定しましたら、店頭にてご案内いたします。



若穂営農資材センター

若穂川田3285-1  
☎ 026-282-2047

【営業時間】平日9:00-17:00

【定休日】土曜日、日曜日、祝日

(4~10月) 土曜9:00-12:00  
【定休日】土曜日、日曜日、祝日  
(4~10月) 土曜午後、日曜日、祝日

## プロから趣味園芸まで 身近なお店

### 長靴で行ける! 作業着で行ける!



JAの主なご利用者さまは「組合員」であり、特に「専業」「兼業」として、農業で生計を立てる方が多いことが特徴です。生産資材店舗では、この、いわば「プロのみなさま」が必要とする専門的かつ信頼のおける品質の生産資材を取り扱うことが使命の一つです。

また、都会に比べ圧倒的に家庭で農業を楽しむことができる環境も多いJA管内地域では、多くの方が出荷までは行わずとも、「家庭菜園・家庭果樹園」を楽しまれている実情であることも含め、家庭菜園や家庭果樹園にも最適な量や価格帯の資材を取り扱っております。そして、「農業のためのお店」だからこそ気軽にご利用いただける「長靴で行ける」「作業着で行ける」といった、組合員・生産者にとって身近な運営をめざしています。



## 農業専門家の知識もその場で!

各店舗には、営農技術員が駐在し、農業に関するご質問にお答えしております。もちろん、店舗職員もご利用者さまの質問にお答えできるよう努めております。また、店舗に設置する「ルーラル電子図書館」では、病害虫の種類に合う適正な農業や、農作物の栽培方法を無料で調べいただけます。



便利なルーラル電子図書館

## 店舗独自の「セール」・「特売品」も!

JAファーム店では「ファームセール」を、営農資材センターでは「特売日」を設けています。それぞれの店舗独自の特売価格品などもご用意しております。ファームセールは新聞折込チラシやファーム通信(本誌とともに毎月配布)にて、営農資材センターは対象地区へのセンターだよりや支所だよりにてご案内しておりますので、お見逃しなく!



▲セールチラシは新聞折込に

▲JAファーム通信もお見逃しなく

## JAの資材は高い?安い?

品質の良いものをおトクに!!

組合員・生産者のみなさまから寄せられる「JAは高い」とのご意見。ホームセンターと比較すると、「高いものも安いものもあること」が現状です。

このなか、JAは、「安全・安心な農業」をめざし、栽培方針に基づいて設計された「施肥防除基準」をもとに、品質が保証された肥料・農薬を中心に取扱いしております。価格の面では、メーカーとの交渉により、できるだけ価格を抑えて生産者の負担を減らせるよう取り組んでおります。また、鎌や支柱なども、耐久性に優れたものを重点的に取扱い、資材によってはアフターメンテナンスもさせていただいていることが強みです。

「値段以上の安全・安心・ご満足」をお届けしてまいりますので、安心してご利用ください。



## 店舗ごとに価格や品揃えに差がある?

店舗間のお取り寄せOK!

JAの各営農資材店舗で取り扱う品目価格は、統一価格にてご提供しております。なお、各店舗では、より多くのみなさまに店舗をご利用いただけるよう、独自の特売品(特売日)も設けており、この都合により、特売品に関しては、店舗ごと価格差が発生することもありますので、ご理解ください。

品揃えは、JAファーム篠ノ井店・松代店は多くの品物を揃えておりますが、営農資材センターや支所生産資材店舗については、年間を通じて一般的に必要な品目に限って店頭にてご用意しております。営農資材センターに取り扱いがなく、JAファーム店に取り扱いがあるお品物は、JAファーム店からの取り寄せも可能ですので、ご相談ください。



## お買い物で組合員への還元も!

JAファーム店・営農資材センターでのお買い物は、「事業分量配当金」の対象です。事業分量配当金とは、組合員を対象にJA指定の事業のご利用額に応じて、その年の事業運営の結果に応じ、配当金をお支払いする制度です。

JAにお持ちのお口座でのお取引(JAファームカードのご提示)をいただくと、他はお手続き不要で、配当の対象となります。

※事業分量配当金は、事業実績に応じて決定されるため、確実な還元をお約束できないことをご理解ください。



## 注目 JA口座決済でラクラク JAファームカードがオススメ!

当JAにお口座をお持ちの方で、口座からのお引落を希望される方は、お口座からの引落しが可能です。このとき、「JAファームカード」をお作りいただくと、口座引落のお手続きが簡単にでき、「事業分量配当金」の組合員証明となります。

JAファームカードは、更北営農資材センター・若穂営農資材センターでもご利用いただくことができます。ぜひカードをお作りください!



## JAの生産資材店舗で準備を整えよう!

農業に必須・あると便利な資材はJAで揃う!

生産資材(農具)は種類が豊富!いろいろな揃えれば揃えただけ効率化にもつながり便利ですが、保管場所に困ってしまったり、1年に一度しか使わないものにお金をかけるのは、少しもったいない気がします。どんな作業に使うかや耐久性などを考え、使いやすい・使い続けられるものを選ぶと良いでしょう。

### 農業に必須 / 身に着けるアイテム



軍手(手袋)

安全作業には、軍手や手袋が必須です。

**ワンポイント** さまざまな素材のものがあ、サイズも選べますので、ご自身の手の大きさや作業により選びましょう。



帽子

作業中の熱中症、紫外線による日焼け防止に「帽子」が必要です。

**ワンポイント** 通気性の良い麦わら帽子をはじめ、日焼け防止に役立つ帽子が多数あります!



長靴

汚れやすい畑で長靴は必須!用途に合わせて丈の長さを選びましょう。

**ワンポイント** しゃがんだり、脚を動かす作業がしやすく、軽量なものなど、「履き心地」にこだわります。



手甲(アームカバー)

服の袖が汚れにくくなり、日焼け防止にもなります。

**ワンポイント** 撥水加工されたものや通気性の良いもの、おしゃれな柄のものなど、時期や気分によって選ぶと、気分も上がります!

### 農業に必須 / 作業アイテム

#### スコップ・シャベル・移植ゴテ

土を掘ったり、混ぜたりと、土づくりに欠かせないアイテムです。



スコップ・シャベル



移植ゴテ

**ワンポイント** スコップとシャベルは、JIS規格においては「シャベル」は足を掛ける部分があるものを指し、「スコップ」は足を掛ける部分がないものを指しますが、一般的には名称の使い分けは浸透していないようです。使いやすいものを選びましょう。移植ゴテは苗を植えたり、小さな穴を掘るのに便利です。

#### Check!!

鎌やシャベル、鋸などは、価格はもちろんですが、「素材選び」と「使用後のお手入れ」も大切です。錆びにくく耐久性に優れた素材を選びましょう。また、使用後は、土汚れを落とし、定期的に研ぐなどメンテナンスしましょう。鎌や鋸はJAファームでも研磨などのメンテナンスを承っております。



#### 鎌・草かき

除草に必須のアイテム!稲刈りや野菜の収穫にも使われます。



三日月鎌



鋸鎌



ネジリ鎌(草かき)



三角ホー



立鎌

持ち手の長さなど様々選べます!

**ワンポイント** 三日月鎌は、刃が三日月型になっているもので、草刈りに使われています。刃の厚みが「薄刃」「中厚刃」「厚刃」に分かれ厚みのある方が、より太いものを刈る際に重宝します。鋸鎌は、刃にのこぎりのようなものがついています。あまり力を入れなくても軽々刈ることができ、稲刈りなどに使われます。ネジリ鎌は、鎌とホーの働きを組み合わせた一体型の草かき。草の刈り取りのほか、雑草の根元から土ごと削り取っていくことが可能です。三角ホーや立鎌は立って作業ができるので、体への負担を軽減しながら使えます。

## 鍬(くわ)

畑を耕すために使います。スコップでも代用できますが、ある程度の規模になると、鍬のほうが便利です。



平鍬

備中鍬

鋤簾(ショレン)

**ポイント**

平鍬は、畝立て・土寄せ・溝掘り・除草にも活躍します。一般的に鍬といえば平鍬です。

備中鍬は固い土で耕しにくい時に良く、根菜類の収穫にも役立ちます。

鋤簾は鍬とシャベルの機能をあわせ持っています。土や泥をすくい上げるのに効率が良く、雑草かきや土寄せ、水分を含む土を運ぶのに便利です。

## ジョウロ

ジョウロは水やりには必須です。



ジョウロは先端に細かい穴が空いている「ハス口」が脱着可能なものを選ぶと、使用範囲や用途によって使い分けができます。

## ハサミ

摘心や切り戻しなど、茎葉の数を調整する作業、収穫作業に必要です。

**ポイント**

一般的な工作用のハサミでも使えますが、園芸ハサミは持ち手が広く、握りやすく作られています。また、刃先が細長く、収穫やせん定などそれぞれの作業に適しています。



## あると便利!

### 肥料

販売用に農作物を栽培される方には必須の土づくりアイテムですが、家庭菜園・家庭果樹園の場合には、使わないとの意見もあるため、「あると便利」と区分しました。



**ポイント**

肥料には「JAファームオリジナル」品や「JAグリーン長野オリジナル商品」を多数取り揃えています。JA管内の土壌にあったもの、作物にあったものなどを、農業のプロ向け資材店であるからこそその「品揃え」で、「品質」も自慢です!

### 農薬(殺虫剤・殺菌剤)

農薬も、販売用に農作物を栽培される方には必須の病害虫防除アイテムですが、家庭菜園・家庭果樹園の場合には、使わない方もいるため、「あると便利」と区分しました。



JAファーム  
お取り扱い薬剤数  
300種類

JAファーム店ではジェネリック農薬もお取り扱い中です!

登録薬剤	ジェネリック農薬
ラウンドアップMAXロード	●コンバカレール ●カルナクス ●草枯らしMIC
ジマンダイセン	ペンコゼブ
オルトラン	ジェイエース

※ジェネリック農薬とは、先発メーカーの持つ農薬の有効成分の特許の有効期限が過ぎた後に別のメーカーが製造する、当該有効成分を含む農薬のこと。

### 注目

JAでは販売農家の多くのみなさまが使用する肥料・農薬について「重点品目」を設定し、できる限り価格を抑えてご提供しております。

ぜひ、JAの  
生産資材店舗をご利用  
いただき、農作業の準備を  
整えてください!  
長靴・作業着でお気軽に  
ご利用ください。

## 資材



支柱

ひも

バケツ

一輪車

果菜を育てるために必須です。

支柱と作物を結ぶために必須です。

水や肥料の運搬にあると便利です。

重いものを運搬するためにあると便利です。

果樹  
2023もも  
核割れ対策

1年にわたって「もも」の管理についてお伝えしてまいりましたが、今月号で最後となります。今月号では、「核割れ対策」について、営農技術員の「コラム」にてお伝えいたします。

お問い合わせ 営農部 tel.292-0930

「種が割れていて、内部が傷んだ状態でした。これはどういう事なんですか？売って良い物なんですか？」  
受話器の向こうからは、お客様の叱咤のみのとても強い口調の問い合わせが令和4年度は多く、さぞ、生産者のみなさまも頭を悩ませた事でしょう。お問い合わせの通り、収穫したももの実の多くが、今年は「核割れ」を起こしておりました。核割れは、種子内部が空洞になり、果柄部（枝側の付け根側）と反対の果頂部（先端側）にもつながるもので、腐っているケースもあります。糖度もやや落ち、軟化も早く、腐敗の心配も高まります。

この症状の厄介なところは、枝にくっついている状態では分かりにくく、枝から切り離して（収穫して）初めて分かる場合が多いという事なのです。核割れは、毎年必ず発生はありますが・・・令和4年度はこれがとても多くありました。

「枝から人間の手で切り離す」という事は、この時期はすでに収穫時期に入っているという事です。JAではこの大量の「核割れ」を、まず「市場流通に乗せられるのか」という事、そしてどのランクの箱に収めるのかという2つのポイントにより、選果荷造り作業をさせていただきました。

核割れの原因として考えられるのは、空梅雨が上がり、再度梅雨入りしたような独特な梅雨の形態です。1回目の梅雨は空梅雨傾向（6月6日～6月27日）で終わり、2回目の梅雨（7月12日～7月23日）でしっかり雨量があり、小玉で推移していたももが、この2回目の梅雨で一気に大きくなったことです。

成熟するまでの過程において、雨が続いたあとに、あまり晴れ間にあわずに収穫する事になると発生が多いようです。このため、梅雨明け後に収穫する早生種の方がこの傾向が強くなります。令和4年度は梅雨期間が長い上に、8月にも降雨が多く、降った日数は実に17日を数えました。雨が多い場合や、急激な摘果作業を行うと、実の肥大が早くなるため、種の両側の果肉に引っ張られて、核割れが起きてしまいます。これは品種やその樹の状態（樹の勢い）、畑の状況（その時の草丈）、作業の具合（早・晩や強・弱）にもよります。いずれにせよ発生を無くす事は非常に困難です。ただ、比較的、大玉の年や大玉を作るお宅の方が発生は多い傾向です。

さて、収穫間近の雨の状況が大きく関わることをお伝えしましたが、ももの生育カレンダーを見てみると、ももの生育段階は肥大期、硬核期、成熟期の3段階があり、満開後の50日～70日間（品種による）の「核が硬くなる時期」に、果実肥大が良いと、核割れの発生が多くなります。

この時期の対応は、果実の肥大を貴ねる作業である「仕上げ摘果の延期」と「新梢管理（軽く行う）」をすることによって核割れを少なくできるといわれます。硬核期始めの摘果より、硬核期の後半（核の硬化完了）の摘果の方が、核割れを少なくすることができます。ただし、当産地はだいたいその頃に、袋掛けを終了しています。

この頃の核割れが、のちのち収穫期の降雨に影響し、最悪の場合、収穫前に落果します。

次に春先の作業です。

摘らいや摘花主体で着果の調節をすれば、核割れの発生は大幅に減らすことができます。摘らいや摘花により、残った花自体が大きく・強くなるとも言われ、凍霜害対策にも繋がります。これであれば、いっそ「せんで花数を少なくしてしまえば良い」ともなります。が、後述しますが、強い樹勢となってしまう、果実の成熟は遅れ、核割れを含め品質低下となってしまいます。ここが難しいところです。

みんなで克服した「モモせん孔細菌病」ですが、この被害を軽減させるためには、まず、樹勢を強く持っていく事です。しかし、せん孔細菌病の対策以外では、樹勢を強くする事はあまり芳しくなく、むしろ適正～弱めの樹勢を玄人は好みます。このため、発芽期以降は窒素分の多い肥料などの施肥は、極力減らし核割れの助長を阻止してきました。ただし、当産地では、山梨や福島のように、先述した古来の方法ではできません。なぜなら大仕事の川中島白桃の人工授粉が待ち受けているからです。それと凍霜害対策も。加えてこの数年は、せん孔細菌病の被害にも遭遇し、花数を多く確保したい心理が余計に働いたためです。収穫期から硬核期、そして春先のステージまで振り返りましたが、令和4年度の核割れ発生の場合はどうしても収穫期の降雨の影響が強いといえるのです。もちろん春先の低温により花器形成が不十分なところに、硬核期にできた軽微な核割れも少なかった事は考えられます。でも早生種は小玉で果形が良く、その後の中生種以降の品種は大きく果形は横広で大玉でした。やはり収穫期の多雨で、最後の肥大に耐え切れず核が割れてしまったものと考えられます。

令和4年度の梅雨を含めた収穫期の降雨に対し、散々悪口を書いたような気がしますが、確かに核割れは発生し、幾分の糖度低下も誘因しましたので。しかし一方では、玉を肥大させ、数量の増大に繋がったのです。腐敗病の発生を最小限に抑えながら…。もう一雨があれば、令和3年度のお盆落果のように、多くが落果してネクターになっていたかも知れません。正にデメリットを補い、余りある恩恵をもたらしてくれたのが令和4年度の降雨なのです。

もちろん一番は、農家の手に握られるまで、踏ん張って、枝で待っていてくれた「もも」に感謝です。

最後に令和元年の水害で被害に遭った畑は、生産者の努力によりどんどん甦っております。

お天道様には、今後しばらく、いや、ずーっとこちらの味方になっていただきますようお願い申し上げます。生産者のみなさまには健康管理と高品質多収穫に向けてのさらなる本願発揮にご期待申し上げます。（担当：営農技術員 佐藤）

来月号からは「ぶどう」についてお伝えしてまいります。

野菜  
2023

# サヤインゲン



お問い合わせ 営農部 tel.292-0930

JAでは「サヤインゲン」の産地化に向けて生産振興をはかっています。

オススメのポイントは次のとおり!

- ・栽培期間が短く育てやすいので、初心者でも栽培しやすい
  - ・精選共販品目として市場出荷を推進中
- ぜひお近くの野菜営農技術員にお問い合わせください。

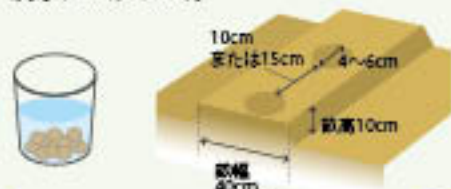
オススメ品種	種まき	栽培期間	収穫	目標収量
つるあり:モロッコ つるなし:ベストクロープキセラ	4月~5月	60~70日	6月~7月	60kg/1アール

## 1 ほ場の準備

植え付けの2週間前までに苦土石灰 1㎡あたり 200g、堆肥を 1㎡あたり 2kg まいて 15~20cm の深さによく耕す。また、1週間前までに元肥を畑全面にまき、土とよく混ぜる。元肥は、JA ファーム野菜専用肥料で、1㎡あたり 100~150g。

## 2 種まき

発芽を良くするため、種を一納水につけておく。



畝を立て、株間 10cm で種をまく。マルチを使用する場合、株間は 15cm にする。特につるなし種は、泥はね防止、除草の手間、病気の発生を防ぐためにもマルチを張るのが良い。

種は一カ所に 2粒ずつまき、種の 2倍くらいの厚さで覆土する。覆土が薄すぎると、転び苗や種皮をかぶって発芽する原因となり、その後うまく育たなくなる。



## 3 間引き

本葉が 1~2 枚の頃に間引き、一カ所につき 1 つにする。間引きのとき、本葉のよじれたものは、ウイルス感染のおそれがあるので取り除く。間引きの際は、引き抜くと隣の株が傷むので、根元からハサミなどを使い切り取る。

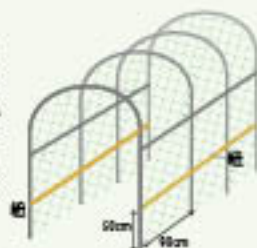


**ポイント** 2つとも発芽しない種がある場所は、間引く予定のものを、根を傷めないように持ってきて植えると、その場所もうまく利用できますよ。

## 4 支柱立て・追肥

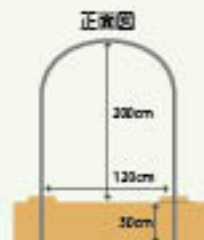
<つるありの場合>

インゲンネット、キュウリネットなどを利用する。つるあり種は、本葉 5~6 枚になればつるが伸び始めるため、支柱やキュウリネットなどを用いて誘引する。種まきから 55 日程度で収穫できる。追肥は、開花時期と収穫始めに 2 回行う。1 回の追肥では、10㎡あたりチッソ成分 30~40g を施す。開花・着実時期に水分が不足すると、落花や曲ったさやが多くなる。乾燥が続く際は、十分にかん水すること。



<つるなしの場合>

つるなし種は支柱が不要で、栽培期間も短いため、基本的に追肥しない。収量はつるあり種に比べて少ない。一作が短いため、他の作物との輪作体系を組みやすい利点もある。つるなし種でも、過繁茂（肥料過多、高温、日照不足等）でつるが伸びる場合がある。長いつるが出るようなら早めに摘心して、背丈が大きくならないようにする。



## 5 収穫(6月~7月)

開花後 10~15 日で、子実のふくらみがさやに現れた頃に収穫する。さやを収穫する際は枝を傷めないように、付け根をはさみで切り取る。採り遅れると固くなるので注意する。

収穫期間 つるあり：約 30 日~40 日  
つるなし：約 10 日~15 日



**販売UP** 「家庭菜園」から「出荷」にステップアップしよう! サヤインゲンは精選共販品目として、JA を経由し、市場出荷をしています。軽量で収穫の作業負担も軽く、比較的難しい栽培技術を必要としないため、定年層農者や女性にオススメです!

金融

共済

## 新社会人・新生活を応援します!

春は新しいスタートを切る時期!新社会人となるみなさまや新生活を迎えるみなさまをJAバンク・JA共済が応援します!

JAバンクの  
ご提案

### メインバンクを JAに!

社会人の新生活にはお金がかかるもの。結婚や大きな買い物のためにお金を計画的に貯めたり、急な出費に備えてクレジットカードやカードローンがあると安心です。ぜひJAバンクをお役立てください。

口座開設



メインバンクをJAに!

給与受取口座やインターネットバンキングを利用するとオトクな特典があります!

JAカード



JAカードでオトクに!

月々の支払いをまとめて管理ができ、ポイントも貯まる「JAカード」がオススメです!

JA共済の  
ご提案

### 変化にあわせて 保障の見直しを!

就職したとき、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共済では豊富な保障をご用意し、年齢や性別、家族構成に応じてお一人おひとりに合った安心をお届けいたします。

保障点検



医療や就労不能の保障といったご自身のための備えはもちろん、資産形成についても考えておきましょう!

新生活には不安もあるかと思いますが、JAがみなさまの不安を少しでも解消できるようサポートいたします!



篠ノ井支所  
山崎担当(LA) 堀内担当(金融営業)

農業  
機械

## 便利に農作業負担を軽減!

農作業が本格的に始まる時期となりました。年間を通じて大活躍の「トラクター」を導入し、負荷のかかる作業もラクラクすすめましょう!JAではコストパフォーマンスの高いトラクターをご紹介します。



機種名(メーカー):  
NS182S3(三菱)  
馬力:18.0ps  
ロータリー幅:1,300mm  
価格:1,650,000円(税込)

特徴: 耕うん作業の旋回(Uターン)時に、面倒な片ブレーキ操作が不要な「旋回アシスト機能」や作業機の上げ下ろしが自動でできる「旋回アップ」・「オートダウン」が実装されているので、運転者はハンドル操作に集中できます。



JAスペシャル仕様  
機種名(メーカー):  
YT122XUB+EB15SP  
(ヤンマー)  
馬力:22.0ps  
ロータリー幅:1,500mm  
価格:オープン価格

特徴: お客様の求める機能を充実させるのと同時に、操作レバーやスイッチ類を使いやすい位置に配置することで、快適な操作性と乗り心地を実現!作業速度や前後進の切り替えをノークラッチで行える「J-change Plus(X仕様)」もラインナップし、スムーズな操作で作業の効率化と精度の向上につなげます。



### 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・祝日の営業日程は右の通りです。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。

なお、2月号にてお知らせいたしましたが、3月1日より出張基本料金を改定いたしました。何卒ご理解とご利用をお願いいたします。

土・日・祝日の営業時間		午前 8:30 ~ 12:00	
土・日・祝日営業日	センター	土・日・祝日営業日	センター
3月11日(土)	更北	3月26日(日)	更北
3月12日(日)	若穂	4月1日(土)	若穂
3月18日(土)	信田	4月2日(日)	信田
3月19日(日)	篠ノ井	4月8日(土)	篠ノ井
3月21日(火・祝)	川中島	4月9日(日)	川中島
3月25日(土)	松代		

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

# ＼ 知っておこう! ／ 消費税インボイス制度

令和5年10月1日から消費税インボイス制度が始まります

## 1 組合員加入のおねがい

市場を介さない農産物の販売について、**組合員以外**の方の出荷がある場合は農協特例の適用がされません。現在、組合員資格をお持ちでない方は、組合員加入をぜひご検討ください。(営農規模や住所に応じて正組合員または准組合員として加入いただきます。)

次の場合も組合員とみなされませんのでご注意ください

- ◆ 出荷者のご家族が組合員でも、出荷者ご本人は組合員ではない場合。
- ◆ 法人による出荷で、社長は組合員でも、法人は組合員ではない場合。

(※法人による出荷で、法人が組合員であれば、構成員の方の組合員資格は問いません)

## 2 登録番号調査にご協力ください

本年10月のインボイス制度導入に向けて、卸売市場特例・農協特例の対象外の取引への対応、および直売所における媒介者交付特例への対応にむけ、出荷者の皆様の「適格請求書発行事業者登録番号」の登録状況をお伺いする予定です。

大変恐縮ですが、**本年4月以降、順次JAより調査票をお送りいたしますので**、ご回答いただきますようご協力をお願いいたします。

なお、ご回答いただけない場合、媒介者交付特例等への対応ができませんので、調査についてなにとぞご理解いただきますようよろしくお願いいたします。

登録番号調査の対象：当JAへのお出荷実績のある方

質問内容

- ① 適格請求書発行事業者の登録状況
- ② (登録された方のみ) 登録番号、登録日

登録された方には税務署から送付された通知書の写しのご提出も併せてお願いいたします。



本説明は消費税およびインボイス制度の概要を簡格的に説明する目的で作成しています。  
制度の詳細な内容は必ず、税務署またはご自身の顧問税理士にお問合せいただくようお願いいたします。



# ロコモ予防で健康寿命を延ばしましょう！

講師 JA長野厚生連 南長野医療センター篠ノ井総合病院 リハビリテーション科



ロコモティブシンドローム(ロコモ)をご存じですか？進行すると要介護のリスクが高くなります。更に高齢者に限らず、30代でも運動不足や食生活の乱れが影響し、「ロコモ」になる可能性があるといわれます。

どの年代の方も、改めて「ロコモ」について知り、ロコモを予防し、ロコモを悪化させないために生活習慣を見直し、健康寿命<sup>※</sup>を伸ばしましょう！ ※健康寿命…健康で日常生活を支障なく送ることができる期間のこと

## ① ロコモとは

ロコモとは「運動器の障害のために、移動能力の低下(歩行障害)をきたした状態」のことを指します。運動器とは、骨や筋肉、靭帯や神経が連携し、身体を動かす仕組みのことです。身体を動かすには、運動器のパーツが運動して成り立っており、どれか一つが悪くてもうまく動くことができません。

### ロコモの具体例

運動器自体の疾患	変形性関節症、変形性脊椎症、神経障害、骨粗しょう症に伴う円背、易骨折性等。関節リウマチも含む。
加齢による運動機能不全	加齢による運動機能の衰えにより、筋力低下や持久力低下、運動速度低下、バランス能力低下などをきたした状態。

### ロコモチェック

一つでも当てはまれば

ロコモの心配があります。

- 家のやや重い仕事が困難である(掃除機の使用、布団上げ下げ)
- 横断歩道を青信号で渡り切れない
- 階段を上がるのに手すりが必要
- 片足立ちで靴下ははけない
- 家の中でつまずいたり滑ったりする
- 15分くらい続けて歩けない
- 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難

ロコモの原因は、病気、筋力などの衰え、栄養バランスの悪さなどさまざまです。これら原因が相互に影響しあい歩行困難となり、進行すると社会参加・生活活動が制限され、ついには要介護状態に至ることがあります。そのため、ロコモは予防することが重要です。



## ② ロコモ予防・ロコモを悪化させないためのポイント

ロコモ予防・ロコモを悪化させないには「食事」「運動」「各疾患の治療」が大切です。

### 食事

バランスの良い食事はもちろんですが、筋肉をつくる「タンパク質」、骨をつくる「カルシウム」を含んだ食事を積極的に摂りましょう。食事の摂りすぎ、少なすぎには注意が必要です。



### 各疾患の治療

すでに痛みや痺れなどの症状がある場合には医療機関に相談しましょう。



### 運動

運動器(筋肉)の衰えが大きく影響します。いつまでも丈夫な足腰でいるために筋力トレーニングなどの運動習慣が大切です。まずは「歩く機会」を多く持つように心がけましょう！

### ロコモーショントレーニング(ロコトレ) ロコトレは日本整形外科学会公式トレーニングです。

**片脚立ち** 左右1分間ずつ、1日3セット



- ① 転倒しないようにつかまる物がある場所で行う。
- ② 床につかない程度に、片脚を上げる。※支えが必要な人は十分注意し、机に手や杖をつけて行うこと。

【注意】痛みが出た場合には、無理せず中止しましょう。

**スクワット** 5～6回を1日3セット



- ① 足を肩幅に広げて立つ。
  - ② おしりを後ろに引くように2～3秒間かけてゆっくり膝を曲げ、ゆっくり元に戻る。動作中は息を止めない。
- ※膝を深く曲げるほど負荷が大きくなるため、自分の状態にあわせて行うこと。支えが必要な場合は、机に手をつけて行う。

## グリーンカフェ川中島・次回の日程



組合員・地域のみなさまの「介護予防」「健康長寿」をめざした「グリーンカフェ川中島」では、右記の日程で健康講話を開きます。みなさまのご参加をお待ちしております。

お問い合わせ・申込み 生活部生活課 Tel 293-2061

開催日時	①3月14日(火) AM10:00～ ②4月18日(火) AM10:00～
会場	コミュニティプラザ川中島(JA川中島支所併設)
内容	①認知症予防(長野松代総合病院) ②生活習慣病予防(南長野医療センター篠ノ井総合病院)
対象	65歳以上の組合員、地域住民
定員	各日20名程度
申込み	要(電話にて受付、締切/開催日前日)



ぶんげい

夏の香を思い出させる干しわらびやわらかに煮て冬の一品  
我白寿何倍生きしや梅古木朽ちても片足今も見守る  
雪舞いし白き大地ねこの影行くてみつめるあけの明星  
初恋と連絡船が雨に去る慕いつづけたそれはせんせい  
軍旗が国民守るは本当か歴史が示す国民だまし  
鈴なりの柿のずくしも日々なくなり白銀の夜赤ワイン揺れ  
剪定した小枝を燃やす桃ばたけ葉煙流れる皆神の習  
立春の陽に福寿草輝きて孫等受験の合格願う  
亡き母の生さし歳こえ我れ愛し桃の節句に思い募りし  
立春を過ぎたりしも雪積り冬景色にて春遠かりし  
JAの今年も農機整備会事故防止にと安全チェック

篠ノ井 更北 松代 篠ノ井 更北 大岡 篠ノ井 更北 更北 信更 篠ノ井

久保田 本子 香場 晴嘉 松井 信子 宮林 雄一 飯島 敷史 市河 颯子 北澤 幸一 藤沢 昌子 山崎 節子 斎藤 由明 長澤 保

晴雪が静かに全て消していく  
長閑さや窓辺の猫のひと欠伸  
オーイ豊行く先どこか教えてよ  
あるじ無き庭に密かに福寿草  
人間の弱さ知ってる袖の下  
リハビリで片言の補助まされ  
お世辭と知りつつ返す顔れ笑い  
滅亡三日坊主の御飯兜  
早朝に神懸り茶余あり  
このままで老いたくは無い意地がある  
寒中の剪定作業さついか

篠ノ井 川中島 川中島 篠ノ井 篠ノ井 篠ノ井 大岡 川中島 更北 篠ノ井

関博英 塚田敏明 中島捷治 内山哲夫 桑原千賀子 小林千加 斎藤幸子 斎藤幸子 斎藤幸子

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~

先日畑に行ったところ、梅の木の枝に何やら黒い物体が着き付いていました。まるでカラスの大群のようで不気味な風景。よく見ると白菜のマルチでした。白菜は根こそぎ掘り出され凍みている有様。よく止めておかなかったと後悔しきり。手を抜いてはいけなと、猛省の2月7日でした。  
(松代 ヨッコさん)

●不気味な思いをされたり、白菜が代償になってしまったのは切ないものでしたが、日常の作業を振り返ったり、気持ちを新たにす良い機会になったとお気持ちを切り替え、またぜひおいしい白菜を作ってくださいね!

我が家は少しばかりの家庭菜園を楽しんでいますが、秋に播いたタマネギの苗も雪にもめげず青々と頑張っているの、春になるのが待ち遠しく楽しみです。(川中島 グウちゃんさん)

●お八が半をいただいている今は、まだまだ寒く、雪も舞っておりますが、広報誌がみなさまに届く頃には、多くの方が畑に出て、春の作業を始めていらっしゃるでしょうか。

グリーンスポット「おいでや小島田」おやきグループのみなさん、生き生きとしていて若い!私も畑で採れた野沢菜の株を捨てないで4度突(せんどつき)で突いて、みそ、みりん、さとう、だしの素で味付けしておやきにします。我家の味付けで毎年楽しみに作って食べています。(松代 福寿草さん)

「おやき」すばらしい食べ物ですね。都会人は一つ一つ包装されているので気軽に食べれて人気があるようです。我が家でもとれたての野菜、半自家製の味噌。そして皮には残飯をつぶして入れるのでボリュームが一食になりますよ!おやき大好き!!(松代 くぼちゃんさん)

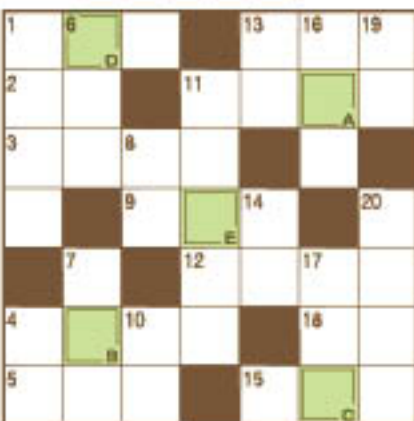
●おやきは販売先やご家庭によってそれぞれに特徴があり、さまざまな思い出の味があることと思います。本誌を通じて、郷土食を伝えたり、郷土食を伝える活動をされている方などをご紹介します、地元の味を守っていただければと思います。

[1月号の当選者/2月24日出選通知](応募総数74通)

○石坂昭江さん ○野俣ゆき子さん ○坂口和美さん ○倉嶋雅子さん ○塩入由菓さん

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!!



ヨコのカギ

- ① 暑さ寒さも〇〇〇まで
- ② 佐渡、淡路、隠岐といえ
- ③ 多くの受験生が解くもの
- ④ 数学ではxやyで表すことが多い
- ⑤ ツクシはこの植物の胞子茎です
- ⑥ 飛行機が飛び立つこと
- ⑦ 薄く切ったもの。〇〇〇チーズ
- ⑧ 山下公園や中重街があります
- ⑨ 卒業式で「〇〇〇の光」を歌った
- ⑩ イルカのヒット曲「〇〇〇」
- ⑪ 衣服に付いている、洗濯表示などが載っている部分

タテのカギ

- ① ひな人形に供える餅
- ② 入試のときはケアレス〇〇に気を付けて
- ③ ぐっと平抱すること
- ④ ウドの生産量が日本一の、北関東にある県
- ⑤ 跳ね上げたひげが特徴的なスペインの画家
- ⑥ 石が細かく砕けたもの
- ⑦ 雪解けで川の〇〇〇〇が増えた
- ⑧ つくのはうそ、吹くのは
- ⑨ 中華がゆなどにのせる赤い実
- ⑩ スタッドレスからノーマルに替えようかな
- ⑪ 宿題のこと。漢字では旅籠と書きます
- ⑫ 出かけていて替もいませ
- ⑬ ひな祭りのうしお汁によく使われる貝



【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。
- 投稿の際には姓書でお書きください。誤字等を確認させていただくことが増えております。恐れ入りますが、必ず内容を正確の上、投稿ください。
- 投稿者の①住所 ②氏名(ご本名) ③電話番号を記入し、右記に送付してください。(作品はご本名にて掲載いたします。氏名は不可です。)
- 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。ただし、ぶんげいのみへの投稿者が多い場合、掲載できない場合がございます。

【クロスワード(おたより)について】

- お八が半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)※訪問でご紹介させていただく場合があります

【締切】ぶんげい 3月20日(月)酒田有物 クロスワード 3月31日(金)  
【あて先】ぶんげい・おたより共進〒988-8007 長岡市篠ノ井市地高田981-2  
JAグリーン長岡 エバーグリーン部



## 農業に興味をお持ちの方！初心者・初級者のみなさま！ 基礎から学べる「グリーン農業講座」にご参加ください！

JAでは、農業に興味をお持ちの方、定年を機に農業を新たに始める・始められた方、新規就農者、改めて農業の基礎から学びたいみなさまを対象に「グリーン農業講座」を開講いたします。

果樹(摘果・せん定・病害虫防除・土づくり)、野菜(夏野菜の仕立て・病害虫防除・土づくり)、花(露地・施設品目紹介)、農業機械・農薬(使用方法・使用上の注意点)を取り上げ、一年間にわたって、幅広く基礎的な知識をお伝えしていく予定です。

くわしくは本誌とともにお配りする「グリーン農業講座 受講生募集のご案内」をご覧ください。多くのお申し込みをお待ちしております。

開講日：年10回・原則土曜日／初回4月8日(土) AM9:00～  
年会費：1,000円(資料代)  
申込方法：「グリーン農業講座受講生募集のご案内」の申込用紙を提出先へご提出ください  
提出先：営農部・各支所・営農資材店舗・流通センター・共選所

お問い合わせ・申込み 営農部 Tel.292-0930



ほ場で実演しながら説明



みなさまに改めて知っていただきたい「農業機械の安全使用」も説明



## “好き”“楽しい”を増やしませんか？「JA生活文化教室」受講生募集

JAでは、組合員・地域のみなさまに「よりくらしを楽しんでいただく」ことを目的に「生活文化教室」を開きます。みなさまの「好き」「楽しい」を増やせる講座に、ぜひご参加ください！

教室名	開講日(頻度) 【初回】	内容	開講時間 場所	受講料	講師
アメリカン フラワー	第2水曜日(月1回) 【4月12日】	透き違ったガラスのような素材で美しい花のモチーフなどを手作りしましょう	PM1:30～3:30 川中島ふれあい センター (中津支所横)	1回 1,200円	西條伊津子 西條与伊子
健康ヨガ	第1水曜日(月1回) 【4月5日】	無理のないヨガのポーズで体をほぐしましょう		1回200円	岡村睦子
絵手紙	月曜日(月1～2回) 【4月10日】	心のままに描き、手作りの温もりを大切な方に届けませんか		1回500円	石井恵
かごと バッグ	第2・4木曜日 (月1～2回) 【4月13日】	クラフトテープを使った石畳編みのかごとやバッグを作りませんか		1回200円	若林哲子
茶道(奥田流)	火曜日(月2～3回) 【4月4日】	心静かに茶を点ててみませんか	AM10:00～12:00 グリーンパレス4階 (JA本所)	月2,000円	橋爪博子
フラワー アレンジ	第1月曜日(月1回) 【4月3日】 先着5名まで	お花をアレンジして大切な方にプレゼントしませんか	PM1:30～ JAファーム篠ノ井店	年会費 6,000円 1回2,100円	岡澤洋子

### 【共通】

- ・受講料のほか、入会金1,500円(茶道・フラワーアレンジを除く)がかかります
- ・受講料には、材料費、道具代は含まれません
- ・受講をご希望の方は、問い合わせ先にお電話をお願いします

お問い合わせ・申込み  
生活部生活課  
Tel.293-2061



## (一社)長野市農業公社より 令和5年度春夏農作業お手伝いさん募集について

(一社)長野市農業公社では、春夏期の農作業繁忙期に、農家支援のため農作業をお手伝いして下さる「農作業お手伝いさん」を募集しております。研修会もあり、農業未経験の方でも安心して始められます。ぜひみなさまのお力をお貸しください！

お問い合わせ  
(一社)長野市農業公社 Tel.227-1650


内容：脚立を使った果樹の花摘み、摘果、袋かけ、収穫  
対象：自家用車で通勤できる方  
賃金：1時間932円(研修期間中908円)  
勤務時間：AM9時～PM4時まで(応相談)  
申込み：(一社)長野市農業公社へお電話ください  
後日事業説明会等の日程をご連絡いたします



## JAグリーン長野 令和6年度(2024年度) 職員募集

当JAでは、令和6年4月(2024年4月)採用予定の正職員を募集しています。ぜひ、ご応募ください。

**応募資格:**大学卒(平成10年4月2日生以降の方)  
短大・専修学校ほか卒(平成13年4月2日生以降の方)  
**採用予定人員:**10名程度  
**職 種:**●金融、共済、販売、購買の営業・事務職  
●農業機械整備の技術職、営農指導職  
●事業管理  
**選考方法:**筆記・適性試験、面接(筆記試験合格者のみ)  
**受付期間:**令和5年3月1日(水)～5月7日(日)  
**初 任 給:**当JAの「職員給与規程」による  
●大学卒 180,544円 (令和4年4月1日実績)  
●短大・専修学校他卒 162,582円(同上)  
**諸 手 当:**通勤手当、役付手当、扶養手当、各種資格手当 他  
**福利厚生:**社会保険加入、退職給与制度、職員旅行助成制度 等  
**休日・休暇:**土・日曜日、祝日、夏季休日3日、年末年始休日5日、  
年次有給休暇、慶弔休暇等(一部シフト制勤務有り)

**企業説明会**  
日時:令和5年3月20日(月) PM2:00～4:00  
場所:グリーンバレス3階大会議室(篠ノ井布施農田961-2)  
※予約制となります  
「マイナビ2024」のセミナー画面より  
 ←マイナビ  
2024は  
予約してください  
コチラ

**採用試験日**  
日時:令和5年5月19日(金) AM9:30～11:30  
場所:グリーンバレス3階 大会議室(篠ノ井布施農田961-2)  
※採用試験は、「マイナビ2024」よりお申込みください  
応募書類:●所定の受験願(企業説明会時に配布)  
●成績証明書●卒業(見込)証明書

お問い合わせ 総合企画部総務課 Ta.293-2000



## JAセルフ給油所をご利用ください

JAのセルフ給油所4施設にて3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。



3月末日まで有効

ご利用いただけるJAセルフ給油所(お問い合わせ)

アグリ篠ノ井セルフ給油所	Ta.293-5660
長野インター松代セルフ給油所	Ta.290-6122
川中島セルフ今井給油所	Ta.285-7770
南長野公園前セルフ給油所	Ta.293-4831

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!



## JAのうごき

### 理事会(第12回) 2月24日(金)

- 協議事項**
- (1)決算見込および令和5年度事業計画(案)について
  - (2)令和5年度内閣監査計画について
  - (3)議程等の変更について
  - (4)令和5年度コンプライアンス・プログラムについて
  - (5)貸付金利率の最高限度及び借入金の最高限度額並びに同一人に対する借用の貸与等の最高限度額の決定について
  - (6)組合と理事との契約について
  - (7)農業開発事業について
  - (8)令和5年度農業開発事業並びに農業開発事業事業分置配当金(案)について

### 監事会(第8回) 2月14日(火)

- 協議事項**
- (1)令和4年度 決算監事監査実施要領(案)について
  - (2)令和5年度 監事監査計画(案)について

### 協同の成果(令和5年1月末)

農産物販売額	53億5,345万円
購買品供給額	52億5,914万円
貯金	2,102億7,562万円
貸付金	442億7,150万円
長期共済保有額	5,596億630万円
****	
組合員数	20,313名
正組合員	9,279名
准組合員	11,034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 2月13日(月)
- ・令和5年度 コンプライアンス・プログラムについて
  - ・令和5年度 自主検査実施計画について
  - ・令和5年度 連続職場環境実施方針について
  - ・令和5年度 事務ミス等対応方針について
  - ・コンプライアンスの実践状況について(1月)
  - ・自主検査の実践状況について(1月)
  - ・国内会員の意見集約について(1月)
  - ・コンプライアンス研修 事業継続計画書(BCP)について

### 経営会議 2月16日(木)

- ・コンプライアンスの実践状況について(1月)
- ・自主検査の実践状況について(1月)
- ・国内会員の意見集約について(1月)
- ・コンプライアンス研修 事業継続計画書(BCP)について

JAグリーン長野  
ホームページ  
(<http://www.ja-gn.ijanon.jp>)



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



# ニラと豆腐のお焼き

地元のおいしい食材を食べよう!

## 地産地消

vol.166

### 【材料】4人分

ニラ……………1束(約100g)  
木綿豆腐……………1丁(400g)  
溶き卵……………1個分  
小麦粉……………大さじ3  
みそ……………小さじ2~3  
サラダ油……………大さじ3

### <付け合わせ>

ダイコン……………3cm分  
しょうゆ・七味唐辛子(お好みで)……………適量



### 【作り方】

- 耐熱皿にペーパータオルを2枚重ねて敷き、豆腐をちぎって置く。ラップをせずに電子レンジで2分程加熱し、ザルに上げる。粗熱が取れたら上から軽く押さえて水けをよく切る。
- ニラは2ミリ幅に刻む。ダイコンは皮をむいてすりおろし、ザルにあけて軽くしぼっておく。

- ボウルに、豆腐、ニラ、溶き卵、小麦粉、みそを入れ、よく練り混ぜて、タネを作る。この時、タネが柔らか過ぎる場合には、小麦粉で調整する。
- タネを小判大(16分の1の量)に丸め、中心を少し凹ませて平たく形を作る。
- フライパンにサラダ油を中火で熱し、②を入れる。両面を約3分ずつこんがり焼く。油をきって器に盛り、おろしたダイコンを乗せ、お好みに合わせてしょうゆや七味唐辛子をかけてできあがり。



豆腐の水分を“しっかり”切ることが何よりのポイントです!

女性部川中島町総支部のみなさん



ポロポロになる程度まで豆腐の水分をしっかり切る。



タネがまとまりにくい場合には小麦粉(大さじ1~)で調整する。



フタはしなくてOK。両面こんがり焼く。



### 今月の主役



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

### ニラの栄養

ニラはβ-カロテンやビタミンCをはじめ、カリウムや葉酸、食物繊維など、様々な栄養素を含みます。特に注目する栄養素は、ニラの辛味成分であるアリシンです。アリシンには強い殺菌効果、抗酸化作用があります。また、ビタミンB1と結びつき、糖質をエネルギーに変えることで疲労回復を助けるとも言われています。

β-カロテンは体内で必要なだけビタミンAに変換されます。ビタミンAは、活性

酸素の働きを抑えたり、取り除く抗酸化作用があります。また、皮膚や目の粘膜を丈夫にし、健康的に保ちます。葉酸はビタミンB群の一種で、赤血球の形成やDNA合成に関わり、男女ともに年代を問わず必要な栄養素と言われています。ニラに含まれるアリシンが熱に弱いので、薬味などにして生で食べるのがオススメです。加熱する際は仕上げに加えて火を通しすぎないようにすると良いでしょう。

EverGreen 2023 Vol.349

発行所: グリーン長野県農業協同組合 長野市東区/井中島町261-2 TEL:026(293)2000(代) 日刷/PO印刷(別)

定価 70円 古紙製紙率70%以上の再生紙を使用しています

休日・夜間  
緊急連絡  
受付時間外の連絡  
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(福里)  
※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