

EverGreen

エバーグリーン

特集 正しい理解と使用で安全安心！
農薬のつかい方



「命の大切さ」を実感 “住職”のももづくり

もも生産者 小菅^{こやげ} 雄太さん



小菅雄太さんは、「ももづくり」と臨済宗妙心寺派月輪山園成寺の住職を務める兼業農家です。

東京都足立区に生まれ育ち、前職は山口県にある動物園の飼育員。妻の祖父で寺の住職だった先代に誘われ、26歳で結婚した後すぐに出家、愛知県にある同宗派の修行場で2年間修業に励んだ後、跡継ぎとして長野に移り住みました。

檀家数が少ないことから、先代住職に「兼業」を薦められた小菅さん。農業経験はありませんでしたが、先代の「もも畑」があり、義母が「もも栽培」に携わっていたこと、また、檀家の薦めもあり、7年前の春、「住職」と「ももづくり」の「兼業」を開始。「不安はありましたが、川中島には過去から多くの農家さんが続けてきてくださった。ももがあつたから、どんな作物を選ぶのかと迷うこともなく、とても入りやすかつたんです」と振り返ります。

栽培技術は、主に義母に教わり、JAの果樹セミナーや檀家、周囲の農家の手ほどきもあり「良いスタートが切れた」といいます。ただ、短い栽培期間のなかに多数ある作業に驚き、追われる日々。作業時期を見極められず、「まだまだ他の人を参考に作業時期を伺っている状況」といいますが、「周りのみなさんが気にかけてくださっているからやれているんですよ」と感謝を口にします。

住職と農業を両立するなかで、最も忙しいのが「盆」。務めと川中島白桃の出荷が被ることもあり、「毎年ヒヤヒヤしている」といいます。作業が被ってしまう年は、早朝からももを取獲し、その後の出荷作業を家族に任せ、自身は檀家を巡るという、多忙な一日を送ることも…。そんな姿も含め、「他の住職

さんから、兼業する住職も多いけれど、農業を本気でやっている住職は久しぶりに見た」と声を掛けられたんですよ」と、嬉しそうに笑います。

農業経験により、「自分で作ったものを人に食べてもらうことの喜び」を感じ、さらに、「いただきます。や。命の重み、作り手としての責任を体験として得ることができた」と、小菅さん。動物園の飼育員時代に得た「生き物」との向き合い方を素地に、農業の実体験や農業と食の大切さ、そして、「命の大切さ」を住職として伝えていきます。「農業と住職も、命をつなげていく。命に直結している。点で共通している、この兼業は自分によくあっている」と手ごたえをつかんでいます。

そんな小菅さんの目標は「地域のみなさんと一緒に川中島のももを守っていく」こと。品種構成も「川中島・長野県で生まれたものにもっとこだわりたい」と計画中です。「住職として川中島に来たことも、農業をやるようになったことも、ご縁に恵まれたことなので…ご縁を大切に、川中島に定住し、お寺と農業を、ももで結びつけながら、地域にご縁の恩返しをしていきたいです」と展望を語ります。



花摘み作業をすすめる小菅さん

氏名(年齢)：小菅雄太さん(42)
 営農地域：川中島町今里
 栽培品種：もも(70アール)
 農作業経験者：本人・妻・義父母
 主な出荷先：JA共通所・個人難答・直売所・菓子店 等

販売単価向上へ協力を要請 ～きのご販売促進大会～



きのご専門委員会(ぶなしめじ部会・えのきたけ部会)は4月4日、篠ノ井の営農センターで、「きのご販売促進大会」を開きました。生産者11人とJA役職員、JA全農長野が出席。WEB会議システムを活用して県外重点取引市場と会場を結び、これまでの販売経過と今後の販売方針について共有し、「販売単価の向上」を求めました。

きのご販売を巡っては、競合他社の増産によって夏の単価は伸び悩みましたが、秋冬を中心に「単価」は前年に比べ、維持・微増となりました。しかし、電気代・資材価格等の高騰により経費が圧迫され非常に厳しい状況が続いています。これを踏まえ、大会では、生産者が改めて「単価アップ」や「取扱の拡大」に協力を要請しました。市場は「販売協力」と、「業界全体で価格などをコントロールしながら生産者に還元できる販売体制の構築」をすすめる意思を示し、「スーパー等の取引先に積極的に提案し有利販売につなげるためにも、産地全体で数量を維持してほしい」と求めました。坂田毅彦きのご専門委員長は、「非常に厳しい状況だが、少しでも良い方向へ向かうヒントになれば良い」と話しました。



市場に御礼を伝え協力を要請する
坂田きのご専門委員長

部会を挙げ取り組む方針を確認
～水稻採種部会定期総会～

水稻採種部会は信田支所で4月11日、定期総会を開きました。部会役員とJA、JA全農長野、長野農業農村支援センターあわせて25人が出席。優良種子生産に向けた研修会と、部会事業について方針を審議しました。

水稻種子の4年度生産は、生育期間中の気温差などに影響されたものの、異形の抜き取りなど生産者の品質維持対策の結果、253トン(計画比105%)を確保。5年度も、部会を挙げほ場巡回・審査などの生産努力に取り組む方針を確認しました。吉澤勇部会長は「秋には実り豊かな収穫を迎えたい」と意欲を見せ、部会活動への協力を求めました。



部会への意思結果を求める吉澤部会長

野菜の生産者・量確保へ
～野菜部会定期総会～

野菜部会は篠ノ井のグリーンパレスで4月27日、定期総会を開きました。部会員22人とJA役職員が出席し、全4議案を審議・承認しました。

野菜部会では生産者の高齢化による生産者の減少が課題となるなか、JAでは野菜セミナーの開講や荷造り負担の軽減などにより、生産者・部会員を確保する考え。武田国守部会長は「体調管理・栽培管理を徹底し、販売額を維持・拡大したい」と意欲込みました。



円滑な議事運営がすすんだ会場

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	17

今月の注目

第11回フォトコンテスト「共にこれからも」



※撮影者の中し出により、フォトネーム(匿名)でご紹介いたします。

表賞 広報誌エバーグリーン採用賞

撮影者 峰山 聖一*

撮影地 篠ノ井瀬原田

撮影月 2022年5月

講評 (フォトコンテスト審査員)

望遠レンズの効果で二人の存在が上手く浮かび上がっています。作業をする二人のコンビネーションも伝わり、背景にあるA・コープは、2人のくらしに接していることが表現されているようで「JAらしい」作品です。

新鮮さを強みに ～キュウリの出荷始まる～



野菜部会施設果菜専門部で4月中旬、「キュウリ」の出荷が本格化しました。2月の低温により遅れ気味だった生育が、3月の気温の上昇により平年並みに戻り、昨年よりも1日早く3月21日から出荷が始まりました。

各部員の出荷が本格化したことにあわせ、4月10日、松代町の道島集荷所では出荷目揃会を開催。生産者11人が出席するなか、JA営農販売部販売課担当が出荷状況と今後の方針、出荷規格を説明し、JA全農長野担当が市場や競合産地の情勢を伝えました。

JAの出荷方針は、「新鮮さ」を強みに地元市場をメインに出荷することほか、A・コープ店舗との直接取引や学校給食にも取り組み、販売単価の維持・向上につなげる考え。花見敏史専門部長は「資材価格が高騰し、これからは正念場。補てんでできるような販売単価をめざしたい」と話し、部会員に積極的な出荷を呼びかけました。



出荷物を見本に規格を確認する生産者

産地の再構築が急務 ～レタス開始～



野菜部会葉洋菜専門部は4月13日、「サニー・リーフレタス」の出荷講習会を開きました。今年は市場出荷を予定する生産者が1人にまで減少し、出荷量と出荷者の確保が急務。JAでは、「手回をかけずに出荷でき、単価もとれること」をポイントに、直売所に出荷する生産者に対し、「増産」と「市場出荷の強み」をアピールし、産地の再構築をはかりたい考えです。



収穫物の状態を確認する生産者とJA職員

情報交換しながら パセリ出荷へ



野菜部会葉洋菜専門部は4月19日、松代農業総合センターで「パセリ」の管理講習会と目揃会を開きました。生産者4人とJA職員が出席。何年も出荷するベテラン揃いとのもこともあり、ポイントの確認を主として、生産者とJAが対話する形式で会をすすめました。パセリの出荷は翌日から始まり、主に業務加工用として県内外各地へと出荷します。



対話しながら講習を行う会場

生産部会講習会 本格化



生産部会では4月、令和5年生産に向けた講習会が本格化しています。

花き部会菊専門部では、4月14日に2会場で「コギク」の栽培講習会を開催。今年は盆前の相対取引期間の契約単価が向上したことから、「生育を遅らせない対策」が重要であることを確認し、適期作業を申し合わせました。

ぶどう部会では4月24日・25日に10会場で「芽かき」の管理講習会を開催。作業のタイミングや注意点、低温対策、かん水、開花異常の回避策などを営農技術員が説明するとともに、実際に、枝を見て芽かきのポイントを確認しました。



4月中の作業を学ぶコギク講習会



資料を参考に作業を確認するぶどう講習会

担い手の育成めざす ～グリーン農業講座開講～



JAは篠ノ井の営農センターで4月8日、「グリーン農業講座」を開講しました。「新たな担い手の発掘と育成」に向け毎年開く講座で、今年は24人が受講。JA振興品目の技術指導をはじめ、土づくり、農業機械の使用法など、農業にかかわる知識・技術を、営農技術員などが1年に渡って伝授します。

初回は受講生23人が出席するなか、「野菜・花き」、「果樹」、「水稻」について、3人の営農技術員が、振興する品目・品種の紹介、春の栽培管理作業などを説明。野菜・花き営農技術員は、「コギク」や「ユーカリ」、「ピーマン」などについて、初心者も比較的取り組みやすく、軽量で扱いやすいことも推進理由の一つに、栽培を提案しました。

受講生の一人は「果樹栽培を取り組み始めたが、農業の知識に乏しいので参加した。野菜や花なども組み合わせてできれば良い」と話しました。



営農技術員の説明を聞く会場

実践通じて花栽培に挑戦を ～花き栽培セミナー2回目～



生産者に芽かきを教わる受講生

JAは、長野農業農村支援センターと「花き栽培セミナー」を合同開講し、花き品目の担い手確保・育成に取り組んでいます。2回目の講座を4月16日に小島田町と真島町のほ場で開催。受講生5人が営農技術員と支援センター普及員、ほ場主の指導で、「トルコギキョウ」の「芽かき作業」を体験したほか、「シャクヤク」の栽培の特徴なども学びました。受講生は体験を通じ「全部の株に対して細かな芽かき作業を行うとは、大変だと感じた。良いものができるまでの生産者の苦労がうかがえた」と話しました。3回目はトルコギキョウに加え、振興品目の「コギク」についても学ぶ予定です。

初!! 春の統一展示会を開催 ～農業機械～

農業機械センターは4月21日・22日、篠ノ井のA・コープファーマーズ南長野店駐車場で、「春の農業機械統一展示相談会」を初めて開きました。JAファームやセンターで開催していた企画を1会場にまとめて大規模開催。需要の高い機械から最新鋭、中古機械まで1社約250点を並べ、機械センター職員とメーカー担当者が、来場者の相談に乗りながら提案しました。

来場客の一人は「センターの職員に誘われて来た。希望の機械を見ることができて良かった」と話しました。



機械がズラリと並ぶ会場

開やく作業10日程度早く



流通センター・共選所では4月中、果樹品目の「開やく」作業が行なわれました。篠ノ井の東部青果物流通センターでは、予定を前倒して4月1日より「もも」の受け入れを開始。生産者が摘んだ花のつぼみから機械を使うなどして花粉を採取しました。生産者の一人は「今年はとにかく早いので、段取り良く作業をすすめなければ」と話していました。



開やく器にかけた「やく」をふるいにかける生産者

正しい理解と使用で安全安心！ 農薬のつかい方

「農薬」は、農作物を害虫・雑草・病気など有害なものから守るために使う薬剤です。正しく使うことで、農作物にとっても、使用者自身にとっても、そして消費者のみなさまに対しても「安全安心」が確保されます。今回はこの「農薬」について、改めてご確認いただきたい使用ポイントをお伝えします。生産者のみなさまはもちろん、消費者のみなさまもぜひご覧ください。

ギモン 〰️ なぜ農薬を使うの？

こたえ 〰️ 安全な農作物を量・品質を確保して安定的に供給すること、農作業への負担を軽減させるために使っています。

農薬は、「農薬取締法」において、農作物を害する病害虫や雑草の防除に用いられるもの等を「農薬」と呼びます。主なものに、殺菌剤、殺虫剤、除草剤があります。また、化学農薬に限らず、病害虫の防除に用いられる生物(例:アブラムシを捕食するナミテントウなどの天敵)も農薬に含まれます。農作物は、害虫や雑草被害により、病気や生育不良が発生します。病気などを予防できないと、品質や量が低下し、消費

者が求める品質・量を届けられず、生産者の収入も減少します。また、栽培面積が大きくなるほど、病害や雑草被害の影響も高くなり、除草作業などの負担も増します。これらの理由から品質・量の維持や効率的に作業するためには、病害虫や雑草防除が必要であり、これらの作業負担を軽くし効率的に行うために「農薬は必要なもの」とであると、JAは考えています。

ギモン 〰️ 農薬の安全性は確保されているの？

こたえ 〰️ 登録農薬について、決められた使用量・使用方法・作物や時期などを厳守することで、安全性が確保されています。

【登録制度】農薬には、農林水産大臣による「登録制度」があります。登録を受けていない農薬は、日本国内で製造・販売・使用ができないことが、「農薬取締法」に定められています。登録のためには、毒性、作物への残留、環境への影響に関する様々な試験成績が必要となり、1つの農薬を登録するにあたり、いくつもの試験が行われます。試験成績などの資料にもとづいて、農林水産省による品質、薬効、農産物への安全性の審査のほか、内閣府食品安全委員会、厚生労働省、環境省、農林水産省で、人や環境に対する安全性の検討・評価が行われ、認められたものだけを登録しています。また、登録後も定期的(15年毎)に最新の科学的知見に基づき、安全性等を再評価するとともに、農薬の安全性に関する科学的知見を収集し、必要な場合には随時、登録の見直し等が行われています。

【使用基準の遵守】登録制度によって薬剤の安全性は担保されますが、生産者が「使用基準」を守ってこそ農作物の安全性が確保されます。使用基準については7ページ以降にてご案内していますので、改めてご確認ください。

【栽培日誌(生産履歴記録)・残留農薬検査の徹底】JAを通じて出荷いただく農作物は、「栽培日誌(生産履歴記録)」の提出を求めています。これは農薬を使用する場合に、使用基準に沿って使っていることを詳細に記録するもので、この提出がなされ、基準が守られた農作物のみの出荷を行っています。また、出荷の前に、「残留農薬等ポジティブリスト制度(一定量以上の農薬等が残留する食品の販売等を禁止する制度)」に基づき、「残留農薬検査」を行っています。加えて、出荷後には、市場でも残留農薬検査(抜き取り調査)も行い、農薬を使いながら生産・出荷された農作物が「安全・安心なものであること」を確保しています。

改めて確認しよう！農薬の安全使用のポイント

Point 1 農薬ラベルを必ず見よう！必要なことは書いてある！

農薬ラベルは、使用する前によく読みましょう！



登録番号…必ず登録のある農薬を使う！

総使用回数…作物の栽培準備段階から収穫まで（果樹等は収穫後から次の収穫まで）に使用できる回数および有効成分の総使用回数が記載される。

商品名…商品名から読みとれるものもある！

種類名…有効成分・剤型

使用時期…使用できる収穫日数が記載される。



オモテ

希釈倍数と単位面積
使用上の注意…薬害や魚毒性など



農薬ラベルをよく読み記載通りに使いましょう！

ウラ

Point 2 自分も周りも守ろう！

農薬準備時の事故や農薬散布時に散布以外の農作物に農薬が飛散する「ドリフト」に注意を払う必要があります。



自分を守る！

農薬調合・農薬準備・散布・後片付けの際は、必ず農薬用の防除衣・マスク・ゴーグル・ゴム手袋・ゴム長靴を着用しましょう！

周囲を守る！

- 周りに影響が少ない天候や時間帯を選択
無風または風が弱いときに行う。
- 飛散の少ない剤型・散布方法を選択
粒剤・微粒剤等の飛散が少ない形状を使用する。
飛散低減ノズルを使用する。
散布はほ場の外側から内側に向かって散布する。できる限り作物の近くから散布する。
- 時間の余裕をもって幅広く周知する
事前に周辺住民に対し、農薬使用目的、散布日時、使用農薬の種類、農薬使用者等の連絡先を周知する。通学路などがある場合、散布時間帯に最大限配慮する。

準備や配慮が安全確保につながります！



使用方法や効き方に
違いがあります！

Point 3 剤型(ざいけい)も選ぶポイントに！

農薬は、取り扱いやすく均一に散布し、防除効果を十分に発揮させるため、有効成分に増量剤や補助剤を加えたり、有効成分に溶剤を混ぜたりしてさまざまな形状の製品に仕上げられています。これを(農薬)製剤といいます。そして、粉剤、粒剤といった製剤の形態を「剤型」といいます。

乳剤・液剤



乳剤

水に溶けにくい農薬の有効成分を、石油由来の有機溶媒に溶かし、界面乳化剤を加えたもの。



液剤

水溶性の成分を液体にしたもの。原液または水で薄めて使う。

水和剤・水溶剤



水和剤

粉末状の剤が水に溶けずに漂った状態。溶かした後しばらく置くと沈殿する。取扱時に粉立つ。



顆粒水和剤

ドライフロアブル水和剤に比べると開封時や希釈時の粉立ちが起こりにくく、作業者の吸引を防ぐ。



水溶剤

水に溶けやすいため希釈液の沈殿が起きにくい。

粒剤・粉剤



粒剤

粒状の剤で、根から成分を吸収させる。飛散しにくい。ただし、効果が出るまでに時間がかかる。



ジャンボ剤

投げ込んで使用するタイプの水田除草剤で、水溶性のバックに入った細粒もしくは粒状の剤。



粉粒剤

粉剤を微粒の粉剤に加工したもの。粒径の大きき順に「微粒剤F」「細粒剤F」と表記される。



粉剤

そのまま使用できる個体の中では効き目が早い。ただし、飛散しやすい。



DL粉剤(ドリフトレス粉剤)薬剤が飛散しにくいように細かな粒子を取り除き、粒径を大きくしたものを。

それ以外

- 油剤(サーフ剤) … 有効成分がそのままか、有効成分を有機溶媒に溶かした液体の薬剤。そのまま用いる。
- くん蒸剤 … 気化しやすい農薬原体を気化させ、殺菌、殺虫などの効力を発揮させるもの。
- くん煙剤 … 加熱によって薬剤を煙状の粒子にして散布するもの。
- エアゾル … 容器からバルブを通して薬剤を霧状に噴出させる缶入りのスプレー剤。
- ペースト剤 … ペースト(糊)状で、他の剤型に属さないもの。農作物の一部に塗る、もしくはそれに類似する方法で使うもの。

Point 4 不適正な農薬使用を防ぐ！

適用農作物を確認しましょう

農薬は製剤ごと、使用できる農作物が異なります。また、名前や形状が類似していても、使えるものではないことも！(下記参照)。使用したい農作物がラベルに記載されているか確認しましょう。

ギモン

「トマト」と「ミニトマト」は同じ薬剤を使って良い？

こたえ

使えません！トマトとミニトマトは農薬登録の「適用作物」では別扱いとなります。

試認しやすい適用作物(例)



【出典】「農薬使用者の皆さんへ：農薬登録における試認しやすい農作物の例」(農林水産省)

使用量・希釈倍数を確認しましょう

「希釈倍数」は、農薬の原液を水で何倍に薄めるかを表したもので、農薬のラベルに作物別に指定されています。ラベルに記載されている使用量・希釈倍数を確認し守りましょう。また、農薬を調整するときには、使用する農薬の量の計算間違いに注意しましょう。

(例)

希釈倍数	薬剤の量		
	水10ℓ	水5ℓ	水1ℓ
100倍	100ml(g)	50ml(g)	10ml(g)
500倍	20ml(g)	10ml(g)	2ml(g)
1,000倍	10ml(g)	5ml(g)	1ml(g)
2,000倍	5ml(g)	2.5ml(g)	0.5ml(g)

ギモン

農薬を混用する際、水に溶かす順番は？

こたえ

- ①展着剤 ②液剤・水溶剤
③乳剤・フロアブル ④水和剤 の順です

基本的には、水になじみやすい薬剤から順番に入れます。先に溶かした薬剤が十分に溶けていないところへ他剤を入れて凝固や沈殿を回避するためです。

使用時期を確認しましょう

農薬には「収穫〇日まで」といった使用時期が定められています。農薬を使用する前に、必ずラベルの使用時期を確認し、収穫予定日までの日数が確保されているか確認しましょう。また、農作物を収穫する前に、農薬の使用記録簿より農薬を使用した日から農作物を収穫するまでの日数が、農薬のラベル通りに確保されているか確認しましょう。

ギモン

「収穫前日まで」の農薬はいつまでに使用するもの？

こたえ

収穫開始の24時間より前が原則です。夕方散布して、翌日の朝に収穫するような使用は避けてください。

その他の確認事項

ラベルに記載されている適用病害虫の範囲および使用方法、使用上の注意事項ならびに最終有効年月日を確認し、記載事項に従って使用しましょう。

ギモン

期限切れの農薬は使える？

こたえ

使えません。

有効期限切れの農薬使用は法律で禁じられています。農薬は時間の経過などにより徐々に物理性が変化するほか、成分が分解します。「確実な効果を得る」という観点からも有効期限内に使い切れる量を目安にしてください。

使用回数を確認しましょう

農薬は、その含有する有効成分ごとに使用できる総使用回数が定められています。使用記録簿には有効成分ごとの使用回数を記載し、農薬の使用前に使用記録簿とラベルにより使用回数を確認しましょう。購入した種苗に使用予定の農薬が使われているかも確認し、以後、自分が使える農薬の使用回数を把握しておきましょう。

注意

総使用回数は、「成分」ごとに決まっています。商品名が違って「成分が同じ」場合は、使用回数に含まれますので、必ず確認してください。

例) 異なる商品名のA剤・B剤でも「同じ成分を含む」場合



Point 5 後片付けも大切!

農薬散布器具の洗浄を徹底しましょう

防除器具内の洗浄が不十分であったために、農作物から使用していない種類の農薬が検出された事例があります。農薬散布後は防護服を身に着けたまま、器具を十分に洗浄しましょう。

防除記録を必ず残しましょう

農薬を使用したら、内容を記録しておくことが必要です。記録は農薬の使用履歴になるほか、翌年以降の防除計画を立てる際にも役立ちます。また、適正使用した証明にもなり、第三者に説明する際の重要な資料となります。

JAでは、出荷時に防除暦を記入した栽培日誌の提出に協力いただいています。

【記録する主な項目】

- 防除の実施日 ● 作物名
- 使用した農薬名
- 場所(畑の栽培区画に番号をふっておくと分かりやすい)
- 使用量と希釈倍数
- 栽培スケジュール(播種・定植・収穫・施肥に関すること)



保管も適正に!

農薬は、第三者が持ち出せないように、カギをかけて保管しましょう。

開封した袋や容器は、しっかり密封・密栓しましょう。「毒物」「劇物」はわかりやすく表示しておくとも良いでしょう。また、ペットフードと間違えやすいので、近くに置かないようにしてください。

ギモン

他容器に移し替えてもいいの？

こたえ

いけません。

余った農薬や希釈溶液をペットボトルやガラス瓶などの飲食品の空容器に移し替えていたことが原因による誤食・誤飲による事故が多く発生しています。

使用方法が分からない場合は使用前にJAにお問い合わせください。安全・安心はみなさまにかかっています!

【参考】●農林水産省「農薬の適正使用の徹底」https://www.maff.go.jp/j/ncuyaku/n_tekisei/info.html ●農林水産省「農薬に関するよくある質問」https://www.maff.go.jp/j/ncuyaku/n_info/index.html ●厚生労働省「ポジティブリスト制度について」https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/burya/kenkou_iryu/shokuhin/zanryu/060329-1.html ●(一社)農山漁村文化協会「今さら聞けない農薬の謎きほんのき」(2019.12.20)

活発な活動をめざす～青壮年部定期総会～



青壮年部は篠ノ井のグリーンパレスで4月19日、定期総会を開きました。青壮年部員34人とJA役職員が出席。役員を選任を含む4議案を審議しました。

議事では、新型コロナウイルスで活動が制限されるなかで、「品目別専門部」が活動を始めたことや、アンケート(令和元年度)に基づく課題解決のための「分科会」を開催できた成果を確認。これらを踏まえ、令和5年度も「社会を支える農の大切さ」を伝え、次世代の担い手育成を行い、「活力」「魅力」あふれる活動に取り組んでいくことを承認しました。

令和5年度も部長を務める清滝真彦部長は、「コロナの規制が緩和され、これから活動をさらに活発化させたい」と話し、部員とJAの協力を求めました。



拍手で議案を承認する青壮年部員

料理本の完成を祝う～女性部料理本編集委員会～



女性部は、令和3年度から4年度にかけ、料理本「女性部からあなたへ」を製作し、5年2月に完成しました。この料理本の完成を祝い、4月5日に編集委員9人が懇話会を開催。部員に配布できるよう、本と手製のシトラス

リボンを袋詰めしながら、編集時の思い出話に花を咲かせました。丸山悦子編集委員長は、「地域の郷土料理として、地域の野菜でこのレシピを作り、豊かな食生活につなげてもらえれば嬉しい」と話しました。

料理本にはJA広報誌「地産地消レシピ」コーナーに女性部が提供した料理と、家の光協会主催のレシピコンテストに出品した「巻きずし」を含む138品を掲載。3月の女性部大会には、小林浜子前部長が報告を兼ねて栗林和洋組合長に進呈しました。



完成した料理本を紹介する編集委員

エコーブ銘茶をおいしく淹れる～女性カレッジ～



JA女性カレッジは篠ノ井のグリーンパレスで4月19日、「おいしいお茶の淹れ方」講座を開きました。受講生18人が参加。「エコーブ銘茶」でおなじみのハラダ製茶(株)担当を講師に招き、茶葉の特徴や茶を淹れる際の適温、淹れ方の手順を実践を通して学びました。受講生は「お湯を入れてから待つ1分半が意外に長かったけれど、教わった方法で淹れたら本当に甘くておいしかった」と驚いていました。

この講座は、エコーブ銘茶の新茶紹介も兼ね、女性部役員会でも開催しました。



教わった方法でお茶を淹れる受講生



グリーンコネクト先のJA情報をお届けします

大坂 盾津支店新築オープン!

グリーン大阪では、令和4年3月からすすめていた「盾津支店」の建設工事が完了し、3月13日、旧加納支店跡地に、盾津支店を新築移転し、オープンしました。

支店の1階には料理教室、2階には会議室等を設け、組織活動に利用できる施設が充実しています。敷地内には来店者用の駐車場を7台分、駐輪場を14台分確保し、利用者の利便性にも配慮しています。

当日は、JA役職員によるテープカットで開店を祝い、開店から2日間、来店者先着150名に記念品として、地元産米ヒノヒカリで作ったポン菓子をプレゼントしました。

中野博之組合長はオープンにあたり、「この新店舗を通して、JAと組合員・利用者の皆様との絆がより深まることを期待しております」と話しました。



役職員によるテープカットのようす

フレイル予防の食事

講師 JA 長野厚生連 南長野医療センター篠ノ井総合病院 栄養科 管理栄養士



フレイルとは、加齢に伴い筋力や活動が低下している状態をいいます。フレイルが進行し運動機能や認知機能が衰えると、介護の必要な状態に陥るリスクも高くなる一方で、フレイルは適正なケアによって健康な状態に戻ることが可能です。今回は、「食事」の観点から「フレイル予防」についてお伝えします。

フレイルの要因と予防の3本柱

フレイルの要因は「食事の変化(例:味覚の変化、咀嚼・嚥下・消化機能の低下、食事量の低下)」と「身体機能の変化(体力・活力の低下、身体機能の低下、認知機能の低下、活動量の低下)」、「社会参加の変化(交流機会の減少)」などによって、筋肉量が減少し、これが健康寿命を短くし、寝たきりの原因を引き起こします。フレイル予防には「栄養(食・口腔機能)」「運動」「社会参加」が柱となり、互いに影響しあっています。今回は「食事」に焦点を絞っていますが、それぞれの柱をうまく自分の生活サイクルに組み入れフレイルを予防しましょう。



フレイル予防の食事 ① 1日3食しっかり食べましょう!

朝・昼・夕「3食」しっかり食べることで、筋肉や内臓の維持につながります。3食のエネルギー配分を均等にすると良いでしょう。
【一日のエネルギー配分の目安(1,600kcal/日の場合)/例】

朝食(500kcal)

脳や体を目覚めさせ、快適な一日をスタートさせるために「朝食」は不可欠。時間がなくてももしっかり食べるように心がけましょう。作業の効率アップや、排便を促す役割もあります。

昼食(600kcal)

軽めに済ませてしまうと、副食の摂りすぎにつながるの、きちんと食べましょう。外食をする際は、糖質・脂質・塩分の摂りすぎに注意しましょう。

夕食(500kcal)

夕食のボリュームが一番多い方は改善しましょう。就寝3時間前には食べ終わるようにすると、血糖値も安定します。夕食後のお菓子や果物はほどほどにしましょう。

フレイル予防の食事 ② 各食の「主食」「主菜」「副菜」を組み合わせることで栄養のバランスを整えましょう!

主食

ご飯やパン、麺などの穀物を主材料にした料理。
エネルギー源

副菜

野菜や芋、海藻、キノコ等を主材料にした料理。
ビタミン・ミネラル・食物繊維の供給源



主菜

魚介・肉・卵・大豆製品等を主材料にした料理。
たんぱく質の供給源

もう一品(副々菜)

汁物や漬物、低エネルギーの小さなおかず、その他 果物・乳製品など

組み合わせルール

主食・主菜・副菜は1品ずつ

大盛りにしたり、おかわりしたりするのはNG。適量を守ったバランス献立に。

同じ調理法を重ねない

主菜が油を使った炒め物や揚げ物なら、副菜はさっぱりしたおひたしやサラダに。

主材料を重ねない

特に主菜では、卵、肉、魚、大豆製品の登場するローテーションを工夫して。

フレイル予防の食事 ③ たんぱく質・カルシウムをしっかり摂りましょう!

たんぱく質・推奨量(65歳以上)
男性60g・女性50g/日

食品に含まれるたんぱく質量

鮭(80g)	17.8g
豚ロース肉(100g)	19.3g
卵(1個・50g)	6.2g
木綿豆腐(100g)	7.0g
牛乳(200cc)	6.6g

カルシウム・推奨量(65歳以上)
男性750mg・女性650mg/日

食品に含まれるカルシウム量

牛乳(200cc)	220mg
納豆(1パック)	36mg
スライスチーズ(1枚)	126mg
しらす(10g)	21mg
小松菜(50g)	85mg
切干大根・乾(10g)	50mg

ビタミンD(腸管からカルシウムの吸収を助ける)・推奨量(65歳以上)男・女8.5μg/日

食品に含まれるビタミンD量

鮭(80g)	25.6μg
きくらげ・乾(10g)	8.5μg
まいたけ(100g)	4.9μg

※ビタミンDは食事から摂る以外に、太陽の光を浴びること(紫外線)によって皮膚でも作られます。

まとめ

食事は、健康を維持・増進するために欠かせないのでできない大切なものです。さらに、食べる楽しみは食欲を引き出し生活のリズムを作り、生き生きとした毎日につながります。毎日の食事を見直しましょう!

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講演です。



川中島地区以外の方のご参加もお待ちしております。

開催日時 ①5月16日(火) AM10:00~
②6月20日(火) AM10:00~

内容 ①健康診断について
②脳卒中予防

講師 ①長野松代総合病院
②南長野医療センター篠ノ井総合病院

申込み 開催日前日までに下記申込み先までお電話ください

申込み・お問い合わせ 経済部生活課 Tel 293-2061

果樹 2023

ぶどう(種なし品種) 新梢管理 房切り



果樹全般の傾向を見ると、昨年に比べ10日程度早く、暖かい日が続いている状況です。昨年よりも生育が早いので、管理作業や薬剤散布が遅れないようにしましょう。

お問い合わせ | 営農販売部 | tel.292-0930

好適樹相

望ましい新梢の長さは右の表のとおり。弱樹勢は粒肥大が劣るため、有核巨峰と比べ、強めの新梢を維持する。

時期	新梢長	時期	新梢長
展葉7-8枚	50cm前後	満開期	110cm
開花始期	80~100cm	満開70日後	150cm程度(摘心する)

新梢管理

(1) 主枝延長枝の芽かき

副芽は早めにかきとる。大きく伸長している場合には基部をハサミで切る。

(注) 手でかき取ると、残った本芽にまで傷がつき、誘引時に折れやすくなる。

(2) 誘引と芽かき(芽かきは誘引後に行っても良い)

ア 30cm程伸び(展葉4~5枚頃)、花穂の形状が分かり次第、必要に応じて芽かきをする。

イ 原則は芽座の基部側の新梢を残し、1芽座に1新梢とする。

ウ 基部側の新梢の伸びが悪い時や、判断時期が遅れた時は、やむを得ないので先端側の強い新梢を残す。

エ 新梢は、目標本数の2割多く残す。(最終目標本数: 片側20cmに1本)。特に、誘引時に折れそうな位置にある新梢の付近には多めに残す。ナガノパープルは誘引時に折れやすいので、芽かき時に目標本数より多く残しておく。

オ 欠損部がある場合は、2芽残す。

(3) 新梢誘引のポイント: 慌てない(ナガノパープルは発芽後1ヵ月頃から誘引を行う)

※ナガノパープルは他の品種に比べて作業適期が短いので、他品種より優先し、必ず適期に実施する。新梢の誘引を急ぐと折れやすいので、慌てずに適期に行う。

① 直立した新梢は基部(2~4節間)を総枝してから誘引する。ナガノパープルは必ず総枝し、後日誘引する(5月下旬~6月初旬)。房の形状を確認し、細長い方の花穂が棚下~横向きになるようにする。

② 誘引は、曇天や晴天時の屋前~午後に行うと、折れにくい。

③ 誘引の時期は、新梢長が50~60cmの頃、主枝に対し直角に誘引する。できるだけ多くの新梢の誘引を同時に行う。主枝単位で新梢の誘引を終わらせるとうい。特に、部分的に誘引した場合、風が吹くと誘引した新梢に負荷がかかり折れる危険性が高い。途中で誘引作業をやめない。

④ 芽座の基部側の新梢が弱い場合は誘引せず、先端側の新梢を挿付けする。夏場に伸長が旺盛になったら切除する(弱いまま残れば、次年のせん定時に基部側まで切り戻すことが可能)。

⑤ 誘引して20cmに1新梢になるようなら、不要な新梢はかき取る。

(4) 新梢先端の摘心

開花前に新梢長が1mに達しても当分開花しそうに無い場合は摘心を見合わせ、開花が始まってから摘心する。摘心が早く、開花前に副梢の生育が旺盛になると着粒が不安定になる場合がある。

かん水

萌芽前から発芽前に充分なかん水を行い、発芽を揃える。開花期までは7日間雨が降らないときには、かん水する。開花前に水を切る必要は無い。水量が確保できない場合は、主幹周辺(半径2~3m以内)のみのかん水が良い。

房切り

(1) 時期…手間があれば1~2輪咲き始めに

① 開花前の段がはっきりした時期(花穂が黄色くなった頃)で、適期は満開1週間前(咲き始めの2日前)頃。

※早すぎると、房型の乱れと作業効率低下につながる。

② 遅くとも満開までに作業を終える。※遅すぎると着粒数が低下する。

(2) 流れ

① 早くから行う場合は、副穂の切除からスタートする。

② 房切り後の花房の長さの目安は右の表のとおり。

③ 短期間に効率良く実施するために、一通り誘引を行い、花穂を棚下におろしておく。ただし、花穂が養線と接しないようにしておく。

房切りの時期	房切り後の花房の長さ
開花7日前頃	3cm
開花始め	3.5cm
満開時	4cm



▲こき下げ

(3) 房(段)のこき方…「こき下げ」を重点に実施する

こき上げの方が正確にできるが、穂軸に傷がつき、日持ち性を低下させるほか、穂先をつかむため房尻の着粒が阻害される。

時間帯によってこき上げ・こき下げを使い分けても良い。朝夕の穂軸がしっかりしている時は下から上へ「こき上げ」が、花房が軟化する暑い日中は上から下へ「こき下げ」が適す。

野菜 2023 エダマメ



エダマメは家庭菜園でも気軽に栽培することができます。ご自宅を楽しむほか、直売出荷も可能です。栽培に挑戦してみましょう。

お問い合わせ 営農販売部 tel.292-0930

オススメ品種	種まき	植え付け	収穫	目標収量
湯あがり娘、秘伝、早生枝豆白鳥、茶豆	5月～6月 (晩播が15度以上と暖かくなった頃が目安)	5月～6月	8月～9月	80kg/1アール

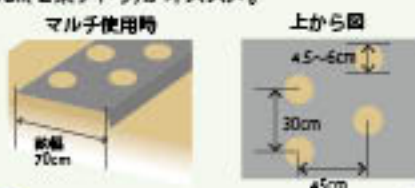
1 土づくり

エダマメは連作障害が起こるため、3～4年の休耕を含む輪作(マメ科、ナス科、ウリ科、アブラナ科など違うものを作る)などで、場所を選ぶ。

種まきの2週間前までに苦土石灰(1㎡あたり100～200g)、堆肥(JAファーム有機堆肥1㎡あたり2～3kg)をまき、土と混ぜる。



種まきの1週間前までに元肥(JAファームやさいの元肥1㎡あたり65～90g/ひと握り約40～50g)をまき、畝を立てる。マルチを張ると収穫が早まり、除草効果も期待できる。マルチはダイコン・モロコシ穴あきマルチ(95cm×50cm、45cm×30cm、2条チドリ)がオススメ。



2 種まき

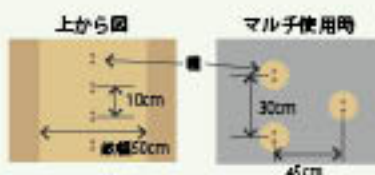
発芽を良くするため、一晩水につける。



10cm間隔(株間)で種を2粒まく。この時、エダマメの黒い部分(へそ)を下にすると、乾燥を防ぎ、発芽がそるやすい。種の2倍くらいの厚さで土をかける。



マルチを使用する場合は、マルチの穴に種をまく。



種まき後はハトヤムクドリによる被害を防ぐため、防鳥網を張ることがポイントです。網はアーチ支柱(8φ・長さ1,800mm程度)に張る方式がオススメ。ネットの覆はハッカーや紐で留めるか、土を被せたり重りに乗せたりするだけでも良いでしょう。アーチ支柱は30cm程度に埋め、本葉が出た頃に防鳥網を外しましょう。



3 間引き

第1～2本葉が出始める頃(12～15cm程度)に順次間引きをする。1カ所につき2つとも順調に育っているものを1つにする。このとき、引き抜くと隣の株が傷むため、根元から切り取る。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る。



4 摘心・水やり・土寄せ

本葉5～6枚頃、頂上の芽を摘心する。手で行うか、ハサミを使う。強風などによる倒伏を防ぐほか、わき芽の伸長を促し収量を増やす目的があるが、花が咲いてからの摘心は逆効果となるので、早めに行う。

エダマメは開花(摘心)時期に特に水分を多く必要とする。土が乾燥しないようにこまめに水をやる。ただし、一度にやる水の量を多くしすぎないこと。この時期に水分が不足すると、実が大きくなり、落花、落実の原因につながる。

生育中、株の倒伏を防ぐため、2～3回土寄せをする。肥料が多いと葉ばかりが繁り実の付きが悪くなるので追肥はしない。



5 収穫

実のふくらみが目立ち、実を押さえると子実が飛び出す頃が収穫適期。開花後30～40日が目安。実が黄変し始めると、子実が固くなり、著しく風味を損ねる。収穫適期が短いので、全体をよく判断する。

収穫方法は、株ごと抜き取るか、熟した実から順に切り取る。株ごと引き抜く場合には、全体の8割くらいが膨らんだ段階で収穫する。



株ごと引き抜く

ハサミで切り取る

「家庭菜園」から「出荷」にステップアップしよう!

直売所への出荷が主な販売先です。一般的には「もぎ実」で売られていますが、枝付き包装・結束出荷などの方法もあります。独自性を出すのはいかがでしょうか?

農業機械

農業機械レンタル事業のご案内

JAでは、個人では所有の難しい農業機械を中心に「レンタル事業」を行っております。レンタル機種とレンタル手続きの方法をご案内いたします。

レンタル機種 ラインナップ

トラクター

EG120VUKS4M(ヤンマー)

RTS20SA4D(サセキ)



- ・特徴…20馬力、1,400mm幅ロータリ付
- ・レンタル料金(1日)…33,000円(税込)

レンタルの流れ

- ① お近くの農業機械センターまでお申し出ください。
- ② レンタル申込書にご記入ください。
(レンタル申込書はセンターにご用意しております)。
- ③ レンタル当日には場まで運搬いたします。
- ④ JA職員が使い方の説明等を行います。
- ⑤ 使用后、簡単に土を落とし、燃料(軽油)を満タンにしてください。
- ⑥ 職員が現場まで取りに伺います。

レンタル利用時の基本条件

- 貸出・返却は平日のみです。(土日の貸出・返却不可)
- レンタル機の利用時間は8:30から17:30です。
- 料金には、下記の料金を含みます。
 - ・ご利用者宅または現場までの機械運搬料金
 - ・利用機械の重要事項説明および操作説明(1時間まで)
- 機械操作に不慣れな方、初めて機械を利用される方には、追加の操作説明等を別途料金(1時間あたり3,300円/税込)にて承ります。
- 口座振替により料金を頂戴いたします。
- 台数に限りがあるため、ご希望に添えないことがございます。予めご理解をお願いいたします。

トラクター(カットドレーンmini・カットブレーカーmini用)

SL54HCMAEPC2P
(クボタ)



- ・特徴…
- 54馬力、バワクロ仕様、
- キャビン無し

穿孔暗渠機「カットドレーンmini」

KSDM-03(北海コーキ)



- ・排水対策用
- ・特徴…作業深度30~50cm
- 標準3点リンク直装
- ・レンタル料金(1日)…
- セット93,000円(税込)、
- 単体48,000円(税込)

全層心土破砕機「カットブレーカーmini」

CKBS-04(北海コーキ)



- 新方式のV字カットにより深層・
- 幅広に土壌粉砕
- ・特徴…作業深度~50cm
- 標準3点リンク直装
- ・レンタル料金(1日)…
- セット111,000円(税込)、
- 単体56,000円(税込)

●詳しくは農業機械センターまでお問い合わせください●



農業機械センター 土・日の営業日程について

農業機械センターの土・日の営業につきましては次のとおりです。

お近くのセンターが休みの場合には、他のセンターにお問い合わせください。

○全日営業(8:30~17:00)

△午前営業(8:30~12:00) 空欄 休み

センター名 (Ta)	5月						6月					
	13	14	20	21	27	28	3	4	10	11	17	18
	土	日	土	日	土	日	土	日	土	日	土	日
篠ノ井 (Ta.292-1369)			○	△	○	△	○	△	○	△		△
川中島 (Ta.284-1671)	△				△		○	△	○	△		
松代 (Ta.278-8601)		△	△	△	○	△	○	△	○	△		
更北 (Ta.283-5043)			△		△		△		△			
若穂 (Ta.282-6025)			△	△	○	△	○	△	○	△		
信田 (Ta.299-2225)		△	△	△	△	△	△	△			△	

ネットで簡単！資産形成ははじめませんか

将来のための資産形成、「早い」に始めましょう！JAでは、JAバンクアプリで投資信託口座が開設できるようになりました。ぜひ、JAで資産形成をはじめませんか？

投信ネットサービス

投資信託の口座がJAバンクアプリでかんたんに開設できます！

来店不要 印紙不要 365日・24時間

人生100年時代、早めの資産形成のお手伝いはJAにおまかせください！



更北支所(青木島支所) 長島担当



※画面イメージ

JAバンクアプリの登録方法と投資信託口座開設申込み

- 1 アプリをダウンロード**
 JAバンクアプリを、検索または、二次元バーコードからダウンロードページに移動。
- 2 必要な情報を入力**
 ダウンロード後、アプリをタップして起動。画面の案内に従って、必要な情報を入力。
- 3 ログイン**
 登録したJAサービスのパスワードを入力して「ログイン」をタップ。
- 4 サービスから投資信託口座を開設を選択**
- 5 取引するJAおよび指定貯金口座を選択**
- 6 JAサービスID情報の認可画面を経て、投信ネットサービスへ移動**
 投信注文にあたっての操作方法は、JAバンクホームページに掲載しております。

コツコツ備えゆとりあるセカンドライフを

「人生100年時代」と言われる昨今ですが、少子高齢化により、公的年金制度はさらに縮小される可能性があります。これに備え、JAでは、ライフプランに応じた柔軟な保障設計ができる「予定利率変動型年金共済「ライフロード」」をご案内しております。ゆとりのあるセカンドライフに向けて、JA共済がサポートいたします。

老後資金は早くから準備することで差が付きます。

60歳までに1,000万円を貯めるためには・・・

年齢	貯める金額(毎月)
20歳	約2.1万円
35歳	約3.5万円
50歳	約8.3万円



早くから準備することが大切です。

老後の支出が収入を上回ってしまう場合の対策として、以下の方法があります。

節約する

資産運用を図る

預貯金等で備える

定年後も継続して働く

年金共済で備える！



JAのご提案 予定利率変動型年金共済 ライフロード

1 年金額が増える楽しみがあり一度増えた年金額は減りません！

ご加入6年目以降、1年ごとに予定利率を見直しますので、年金額が増える楽しみがあります。予定利率の見直しにともない増加した「最低保証年金額」は、一度増えたら減ることはありません。
※予定利率が最低保証予定利率を上回る水準が非常に低い場合、最低保証年金額が増額されないことがあります。

2 最低保証予定利率が設定されているので安心です！

この共済には、ご契約時にお約束する「最低保証予定利率」が設定されており、予定利率の見直しに際し、この最低保証予定利率を下回ることはありません。

3 税制上のメリットがあります！

所定の条件*を満たし「税制適格特約」を付加している場合、一般生命・介護医療保険料控除とは別枠で年金共済掛金のうち、一定額について個人年金保険料控除を受けられます。所得税で最高4万円、住民税で最高2万8千円です。

個人でも老後資金を準備することが必要な時代です。ぜひゆとりある老後に向けて、まずはJAにご相談ください。



松代支所(寺尾支所) 塚田担当

[23164940130]

※[条件] 1. 共済掛金払込期間が10年以上であること。2. 年金受取人は被共済者であってかつ共済契約者またはその配偶者であること。3. 年金支払開始が10年以上で年金支払開始年齢が60歳以上であること。(令和5年1月東農連の法令等による)

ぶんげい

葉を摘みて冷たき指に恵ふきてこぼれ桜にわが目奪われ
 嵐去り長閑な朝に水溜まり散った桜がここに咲いている
 庭の木に友道りしの鳥の巣を「一茶」の「一句」雀まつ日暮
 「アツ」聞えた鶯の声口直返す返事返されハートゆらゆら
 田お越しのトラクター行く畦道や稲株付いた土の塊り
 今年ほど糖の花の美しきはかなく落つる花の命は
 公園のぼんぼり灯とよりライトアップ鮮やかに映え夜桜を見ゆ
 ひと仕事終えて安堵の疲労感そっと酌する癒しの笑顔
 河川畑耕作放棄続いている農地再生草刈り励む
 残し葉の蕾のこらず摘み取りてほろろ苦味春の味付

更北 松井 信子
 更北 宮林 雄一
 大代 山崎 節子
 市河 麗子
 北澤 幸一
 藤沢 昌子
 斎藤 由明
 関 博英
 長澤 保
 久保田 本子

百花乱舞羅万象呀え卯月
 野良仕事いたわるように春の風
 長閑なり障子に写る蝶乱舞
 山笑い山舞いて美の極み
 聞き流すことも覚えて丸く住む
 恵み雨野菜うるおい黄砂流る
 岩作り鏡は全部知っている
 麗らかな春を花が滅多切り
 みな笑う古い写真を捨てられず
 桜咲き世の幸せを噛みしめる
 庵村の俳文短かし山桜

川中島 捷治
 松代 野口 弘夫
 石坂 昭江
 飯島 教史
 内山 克子
 阿部 千賀子
 桑原 千加
 小林 伸江
 寺澤 勲子
 堀田 敏明

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~

予約した肥料の明細をみてビックリしました。去年よりずいぶんと高くなり、これは大変だと最近の物価高を実感しました。(松代 シゲちゃんさん)
 ●ありとあらゆるものが値上がりし、一個人としても値上がり品をネットニュースなどで見て辟易しています。

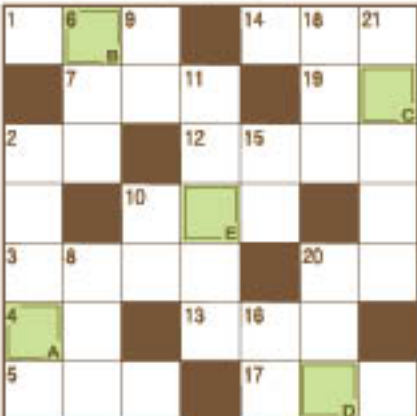
表紙写真、すごいハクリヨク、みことだと思いました！さっそくかざり楽しんでます！地産地消に友達が出ていてさっそくTel.おしゃべり楽しめました！(更北 いずみさん)
 ●交流のきっかけになり、何よりです。表紙写真、今後もお楽しみに！です。

今年の桜の開花は早いと上ばかり見上げていたら、足元には一面のタンポポが咲き誇っていた。こっちは忘れないでというように。(篠ノ井 かかしさん)
 ●歌詞や小説の一部のようですね。

◎暖かくなり、我が家の庭にもあちこち花の芽が顔を出しています。楽しい季節となりました。草取りも大変ですが、頑張ろうと思っています。(更北 E.Tさん)
 ◎近くの山々も一週間前とは変わり、あっとい間に緑が深くなり、春だ一と感じます。畑に出ておられる人も多く見られ、いよいよ農家のみなさまの忙しい時期になってきました。雑草も元気に育っています？亡くなった母がよく口にしていた言葉ですが、「畑の草むしりがなければ農家は楽なのに！」。私も少しばかりの野菜を育てながら、日々雑草と争っています。(松代 山口さん)
 ●みなさまのおたよりからも季節の移り変わりを感じられ、毎月楽しみにさせていただいております。
 あっという間に草の蔓延る時期にもなりまして、おたよりから意気込みを感じられる一方で、ため息も聞こえてくる気がします。

[3月号の当選者/4月21日当選通知] (応募総数41通)
 ○小林順子さん ○宮尾恵美子さん ○浅井康夫さん ○竹内公江さん ○河野千鶴さん

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
- 端午の節句に食べるものの1つ
 - 竹林が似合う鳥獣
 - 〇〇〇〇感のある3D映像
 - 母の日に贈るカーネーションの、定番の色の1つ
 - 大正の1つ前の年号です
 - 害獣や害虫を追い払うこと
 - 淡水と海水が混じり合ったもの
 - 鳴門海峡のものが有名
 - 校内で「走らないように」と注意されやすい場所
 - 京都三大祭の1つ、〇〇〇祭は5月16日に行われます
 - 煮切って使うこともある調味料
 - メロンやスイカはこの仲間
 - 街を〇〇もなくろついた

- タテのカギ
- ザッと降ってサッとやみやす
 - 変わると覆付けない人も
 - お稲荷さんの〇〇〇はキツネです
 - 桃太郎のお供をした鳥
 - 南の反対側
 - 田んぼへ〇〇〇〇〇から水を引き入れた
 - 小野妹子が遭われた国
 - 潮干狩りに出かける所
 - 12星座占いで6月生まれの人は〇〇〇座か双子座です
 - 夜になると家々にとどります
 - 〇〇〇〇ヤマメコは特別天然記念物です



【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。
 ●投稿の際には題名をお書きください。送り仮名や誤字等を確認させていただくことが増えています。恐れ入りますが、必ず内容をご確認の上、投稿ください。
 ●投稿者の①住所 ②氏名(に本名) 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。体号は不可です。)
 ●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】
 ●おハガキに次の事項をご記入ください。
 ①クロスワードの答え ②氏名(ペンネーム) ③住所 ④電話番号
 ⑤おたより(任意)※訪函でご紹介させていただく場合があります
 【※切】ぶんげい 5月22日(月)消印有効 クロスワード 5月31日(水)
 【あて先】ぶんげい・おたより共選〒388-8007 長野市篠ノ井北地通981-2
 JAグリーン長野 エバーグリーン係



令和3年産 米穀等共同計算に基づく計算結果について

令和3年産水稻うるち玄米、もち、酒米および小麦について、先般、JA 全農長野より最終精算が行われ、当JA 独自販売金額を銘柄ごとに合算し、集荷数量(販売数量)で除し、令和5年3月の理事会において審議承認を経て、下記により最終精算をいたしました。JA では、今後とも販売努力により生産者手取の向上につとめてまいります。

引き続き、米穀等の高品質生産とJAへのご出荷にご理解とご協力をお願いいたします。

1. 振込期日 4月13日(木)

2. 令和3年産米 精算内容

(金額：円、数量：30kg、消費税：税込)

品種	収入①	支出②		追加金額③ (=①-②)	販売数量 ④	最終精算単価 (=③÷④)
	販売金額	概算金	経費			
コシヒカリ	41,005,069	30,635,148	4,769,113	5,600,808	6,450	868
あきたこまち	9,998,464	7,882,860	1,253,044	862,560	1,590	542
風さやか	34,177,534	27,966,612	4,264,349	1,946,573	5,953	327
ひとめぼれ	144,342	127,062	4,330	12,950	27	479
つきあかり	57,792	52,152	1,734	3,906	12	325
ゆめしなの	288,684	254,124	8,661	25,899	54	479
山恵鶴	167,311	97,198	20,935	49,178	23	2,138
もち	2,233,844	1,744,966	211,507	277,371	324	856

3. 生産者手取額

(金額：円、数量：30kg、消費税：税込)

品種	区分	等級	概算金	追加 精算額	生産者 手取額
コシヒカリ	JA 安心基準米 (整粒歩合75%以上)	1等	5,186	868	6,054
	JA 安心基準米 (整粒歩合75%未満)	1等	4,916	868	5,784
	JA 安心基準米	2等	4,676	868	5,544
	JA 安心基準米	3等	4,166	868	5,034
	一般米 (整粒歩合75%以上)	1等	5,036	868	5,904
	一般米 (整粒歩合75%未満)	1等	4,766	868	5,634
	一般米	2等	4,526	868	5,394
	一般米	3等	4,016	868	4,884
あきたこまち	JA 安心基準米	1等	5,096	542	5,638
	JA 安心基準米	2等	4,586	542	5,128
	JA 安心基準米	3等	4,076	542	4,618
	一般米	1等	4,946	542	5,488
	一般米	2等	4,436	542	4,978
	一般米	3等	3,926	542	4,468

(金額：円、数量：30kg、消費税：税込)

品種	区分	等級	概算金	追加 精算額	生産者 手取額
風さやか	一般米	1等	4,946	327	5,273
	一般米	2等	4,436	327	4,763
	一般米	3等	3,926	327	4,253
ひとめぼれ	一般米	1等	4,706	479	5,185
	一般米	2等	4,196	479	4,675
	一般米	3等	3,686	479	4,165
つきあかり	一般米	1等	4,856	325	5,181
	一般米	2等	4,346	325	4,671
	一般米	3等	3,836	325	4,161
ゆめしなの	一般米	1等	4,706	479	5,185
	一般米	2等	4,196	479	4,675
	一般米	3等	3,686	479	4,165
山恵鶴	一般米	1等	5,096	2,138	7,234
	一般米	2等	4,226	2,138	6,364
	一般米	3等	3,716	2,138	5,854
もち	一般米	1等	5,516	856	6,372
	一般米	2等	5,006	856	5,862
	一般米	3等	4,496	856	5,352

4. 令和3年産 民間流通麦精算内容<小麦全銘柄>

(金額：円、数量：kg、消費税：税込)

包装	収入①	支出②		翌年産 繰越額③	本精算 金額④= ①-②-③	販売 数量⑤	本精算 単価⑥= ④÷⑤	JA 手数料 ⑦ 5%	最終精算 単価⑧= ⑥+⑦
	販売金額	仮精算額	経費						
紙袋	10,396,610	3,333,545	1,610,528	4,554	5,447,983	166,860	32.65	1.63	31.02
バラ	306,734,686	92,439,835	66,054,289	26,330	148,214,232	5,489,416	27.00	1.35	25.65

5. 麦生産者手取額

(金額：円、数量：kg、消費税：税込)

包装	品種	等級	仮精算単価	最終精算単価	生産者手取り単価
紙袋	全銘柄	1等	14.68	31.02	45.7
	全銘柄	2等	8.98	31.02	40
バラ	全銘柄	1等	14.65	25.65	40.3
	全銘柄	2等	8.95	25.65	34.6

お問い合わせ
営農販売部販売課
南澤 TEL292-0930



果樹の栽培技術レベルアップをはかろう！ 果樹セミナーのご案内

JAでは、果樹品目に特化した「果樹セミナー」を開講し、果樹栽培にかかる栽培の流れや作業方法、基礎用語・知識などをお伝えしています。

令和5年度は、右の会場にて受講生を募集しております。果樹栽培初心者・初級者のみなさま、ぜひレベルアップに向けて受講しませんか？

また、「JA生産部会」へのご加入もぜひご検討ください！レベルアップ・情報共有に最適です。



◀ 営農相談員が講師として指導「更北農業塾」の様子

会場	品目	申込み(担当)
西部青果物流通センター	りんご・もも・ネクタリン	TEL293-4668 (寺澤)
東部青果物流通センター		TEL292-0082 (外谷)
川中島共選所	もも	TEL284-4475 (佐藤)
真島フルーツセンター	もも・りんご	TEL285-3240 (根津)

※上記のセミナーは、いずれも5月からスタートします。途中参加も可能となりますので、詳しくは、お近くの会場、または、ご希望される会場にお問い合わせください。

※松代農業総合センターにて行う「グリーンセミナー」(ぶどう)は、定員に達したため、募集を終了いたしました。

※若穂地区の方で受講を希望される方は、真島フルーツセンター会場にて受付いたします。

お問い合わせ 各流通センター・共選所



1日農業バイトアプリデイワークをご活用ください

「1日農業バイトデイワーク」は、働き手を探す「農家」と「働きたい人(求職者)」を、「一日単位」で結ぶサービス(スマートフォンアプリ)です。

栽培管理上、ごく短期間に集中して必要となる労働力の確保ができ、人材を求める生産者のみなさまは、ご利用をご検討ください。

利用方法(アプリのダウンロード)

App StoreまたはGoogle Playにアクセスし「daywork」と検索するか、右記のQRコードを読み取り、表示されたアプリをダウンロードしてください。



iPhone/iPad



Android

アカウント登録方法

生産者・求職者ともにご利用にはアカウントが必要です。アカウントの作成ボタンを押し、必要な情報を入力してアカウントを作成してください。生産者のみなさまは、「所属組織」を「JAグリーン長野」で登録してください。

登録・ご利用上の注意点

- 利用にあたり、厳守事項(法的ルール・一般ルール等)があります。JA ホームページ▶お知らせ▶1日農業バイトdaywork アプリのご紹介にて厳守事項をご確認ください。
- アプリの詳細内容は daywork WEBサイトを確認ください。
- アプリのご利用は、生産者の個人責任が原則です。生産者と求職者間のトラブル等に関しては、JAでは一切の責任を負いませんので、ご了承ください。

労働者を雇う生産者(専業主)のみなさま

国の制度 労災保険へのご加入をご検討ください。JAでは、労働保険事務組合を運営し、生産者みなさまの支援に取り組んでおります。

アプリ登録に関するご相談
お問い合わせ
営農販売部農業振興課
Tel.292-0930

労働保険加入に関するご相談
お問い合わせ
総合企画部企画広報課
Tel.293-2000



経営所得安定対策申請はお早めに

「令和5年度経営所得安定対策」の申請期限が迫っています。「米」をはじめ、水田や畑で「麦」「大豆」「そば」を栽培する生産者のみなさまは、所得・自給率向上にこの制度をご活用ください。

申請に必要な書類

- ① 経営所得安定対策等交付金にかかる「営農計画書」
 - ② 経営所得安定対策等交付金にかかる「経営所得安定対策交付申請書」
- ※②の書類は営農計画書にて、経営所得安定対策交付申請予定に○印を付けた方に対し、5月中旬頃に長野市より郵送されます。

JAへの提出期限 5月26日(金)

JAでは、申請者から提出された内容を事前に確認し、長野市に申請しております。そのため、長野市への提出期限(6月末)よりも1カ月早めに期限を設定しております。ご理解とご協力をお願い申し上げます。

提出先 営農販売部、営農資材センター、JAファーム店

お問い合わせ
営農販売部営農指導課(神戸・久保田)
Tel.292-0930



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5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、機械にさざしてご利用ください。



お問い合わせ セルフ給油所

▲5月末日まで有効



新型コロナウイルス感染症の5類移行に伴う JAグリーン長野の今後の対応について

新型コロナウイルスの5類への移行(5月8日)に伴い、JAグリーン長野新型コロナウイルス対策本部では、事業活動について、次のとおりいたします。

組合員・利用者みなさまには、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

(1)マスクについて

①職員のマスクについて

職員は、業務中、マスクの着用を必須とはいたしません。ただし、窓口や組合員・利用者さま宅への訪問の際には、マスクを着用させていただきます。

②組合員・利用者さまのマスク着用について

組合員・利用者さまに対し、マスクの着用は必要とはいたしません。しかし、室内で行う多人数の会議などにつきましては、マスクの着用にご協力をお願いすることがあります。

(2)基本的な感染対策および消毒液・アクリル板の設置について
手洗い・手指消毒・事務所の定期的な換気は、引き続き行います。また、消毒液やアクリル板も引き続き設置し、業務を継続いたします。

(3)組織活動について

生産部会、組合員組織(青壮年部・女性部)、利用者組織(年金友の会等)の各種企画については、懇談会も含め、組合員と協議を行い、参加者の意向を踏まえて開催いたします。旅行については、目的や行先に応じて都度対応を検討いたします。

(4)支所窓口の営業時間について

金融業務は現行通り、平日AM9時～PM3時といたします。共済業務を取り扱う支所の共済業務につきましては、PM5時までといたします。

今後の行政の方針や社会情勢に応じ、対策を見直してまいります。



第30回通常総代会の開催について

JAでは、総代みなさまご出席のもと、「第30回通常総代会」を下記の日程で開催いたします。

総代みなさまにおかれましては、支所総代会よりご出席を賜りますよう、お願い申し上げます。

なお、新型コロナウイルス感染症の5類への移行に伴い、マスクの着用は必須とせず、会場は十分な間隔をもって行います。ただし、複数の方が集まる場となりますので、総代さま個人のご判断にてマスクの着用をお願いいたします。当日対応する職員につきましては、マスク着用にて対応させていただきます。

日時 5月26日(金) PM1:30～
会場 ロイヤルホテル長野 2階ロイヤルホール
(松代町西寺尾1372-1)

議案 令和4年度の事業報告ほか5議案

特記事項

●ご出席は総代みなさま(554名)を対象しております。本総代会当日ご出席できない総代みなさまは、議決権行使書による書面出席にご協力ください。

●書面議決書は支所総代会にて配布いたします。

※支所総代会の日程は、各支所より総代さまにご案内しております。

お問い合わせ
総合企画部 TEL293-2000

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！

SDGsの達成に向けて取り組んでいるよ

※みなさんのよい会プロジェクト

JAのうごき

理事会(第2回) 4月25日(火)

協議事項

- 令和4年度国庫事業期中決算監事監査処理額未報告について
- 令和4年度決算監事監査報告について
- 会計監理人の監査報告書および監事の監査報告書について
- 第30回通常総代会の提出議案について
- 内部統制基本方針の運用状況報告および改定について
- 議規等の変更について
- JA 営農支援センター(仮称)構想プロジェクトについて
- 脱ジェイエイグリーンの業務執行体制について
- 農機開発事業について
- 設立30周年記念事業について

監事会(第2回) 4月21日(金)

協議事項

- 令和4年度 決算監事監査結果報告(案)について
- 第30回通常総代会における監査報告(案)について
- 令和5年度会計監理人の選定(再任)および監査報酬について

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 4月17日(月)

- コンプライアンスの実践状況について(3月)
- 相談・苦情等対応状況について(3月)
- 自主検査の検査報告について(3月)
- 連続農場離脱実施報告について(3月)

経営会議 4月18日(火)

- コンプライアンスの実践状況について(3月)
- 自主検査の検査報告について(3月)
- コンプライアンス研修

「JA役員選考等制度(JA ホットライン)運営要領」について

協同の成果(令和5年3月末/4月経営会議報告)

農産物販売高	1億1,192万円
購買品供給高	7億1,286万円
貯金	2,080億9,077万円
貸出金	447億4,383万円
長期共済保有高	5,554億1,307万円

組合員数(令和4年度末)	20,229名
正組合員	9,216名
准組合員	11,013名

JAでは5月1日より「クールビズ」に取り組みます。みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

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



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



地元のおいしい食材を食べよう!

地産地消

vol.168

【材料】2人分

レタス	小1個(360g)
豚バラ肉(薄切り)	200g
ニンジン	30g
しょうが	2かけ(すりおろす)
だし	4カップ
酒	大さじ3
しょうゆ	大さじ2
みりん	大さじ1
塩	小さじ3分の1
片栗粉	大さじ2

A

レタスと豚バラのしょうがとろみ鍋



しゃぶしゃぶのように食べても良く、煮込むと味がしまり、トロリとした味わいを楽しめます。

【作り方】

- レタスはざっくりとちぎる。
- 豚肉は5cm程度の長さになり、塩を振って、片栗粉をまぶす。ニンジンは長さ3cm程度の細切りにする。
- 鍋に肉を入れて煮立て、中火にする。ニンジンを加え、豚肉を少しづつ入れて色が変るまで煮る。
- レタスを加えてさらに煮て、汁とともに取り分けながら食べる。



女性部若穂総支部のみなさん



レタスは煮ると小さくなるので、ざっくりとちぎれば良い。



ニンジンを入れると彩りが良い。火が通りやすく食べやすい大きさに切る。



鍋を囲んで煮ながら食べると良い。煮た汁はあんかけご飯に使うと良い。



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

レタス

レタスの出荷量は長野県が全国で1位となっています。レタスに多く含まれている栄養素はカリウムや食物繊維です。カリウムは体の余分なナトリウムを尿に排出して高血圧やむくみを予防する効果、糖の吸収を抑制し食後血糖値を抑える効果があります。また、食物繊維は腸内環境を整え、便秘予防などの整腸作用があります。

レタスは包丁で切ると断面が変色しやすいので、水で洗った後食べやすい大きさに手でちぎると、変色を防ぐことができます。レタスを選ぶ際は巻きがしっかりといて軽く、外側の色が濃いものを選ぶとみずみずしい食感が楽しめます。

EverGreen 2023 Vol.351

発行所 グリーン長野県農業協同組合 長野市東ノ井本郷町2-2 TEL.026(293)2000(代) 日誌/PO印刷(株)

化70 古紙配合率70%以上の再生紙を使用しています

休日・夜間
緊急連絡
営業時間外の連絡
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

■葬儀(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