

EverGreen

エバーグリーン

特集

国消国産を意識してみよう



共和のりんごの将来を 見つめて

りんご生産者 瀧澤 利幸さん



篠ノ井小松原でりんご13種類を栽培する瀧澤さん。専業農家になって12年目を迎えました。家業のりんご栽培をメインに農業をしています。

両親が専業でりんご栽培をしていましたが、高校を卒業後は社会人として働き、休日や農作業が忙しい時期に手伝うなどしていました。父親が病のため農業が続けられなくなってから、「近くにいて土日くらいは農業をしないと考えるようになりました。またそのころ、県外への転勤の可能性が高まったため、「今がちょうど切り替えどきかな」と思い、早期退職して農業を引き継ぎました。

社会人時代に「いずれはやらない」というのはあったという瀧澤さんですが、勤めている間に両親が農業をやめていけば、農業を継ぐことはなかったと思うと話します。「農家に生まれて農家の大変さを見てきたので」と。

そんな瀧澤さんですが、今はりんご栽培に関して情報収集を大切にしており熱心です。一般財団法人長野県果樹研究会に加入しており、そこでの研修会や、地元共和園芸農業協同組合の講習会などに参加して学んでいます。そこで出会う人、先輩や若い人との交流も楽しく、いい場所になっているといいます。新しいことを取り入れて、栽培しやすい園地を目指しています。現在取り組んでいる高密度栽培も、先に栽培を始めていた人から教わったとのこと。高密度栽培に必要なトレリスの作り方も教わり、徐々に改良して自分で全部作り、設備投資的には材料費でなんとかできたといいます。

高密度栽培でいいことは、果実を収穫できるのが苗木を植えてから2〜3年、3年といえれば収量が上

がてくること。作業効率がいいこと。基本、ひとりで作業している瀧澤さんは、高所作業機を使って作業も移動もできるので、はしごをかけて上り下りすることもなく、また、スピードスプレーヤー（薬剤を散布する際に使用する農業機械）での防除もしやすいといいます。



今後は、以前からある喬木の木が寿命を迎えたら、さらに改植して、より作業効率のよい品種と仕立てに切り替えていくとのこと。最初に植えた高密度栽培の木が10年経ち、木の寿命が15年といわれているので、そろそろ更新も考えていくとのことでした。

また瀧澤さんは、作業効率の良い園地を作っておくことで、家族でも、それ以外の人でも、今後引き継ぐ人が入りやすいような場所にしておくことができるといいます。「ここ共和はりんごの産地、りんご農家が園地を維持して残していければいいと思う。借りてもらえるような園地を残していきたい。だからが次にやってくればいいなと思う」と話し、次の世代、共和のりんごの将来を見つめて農業に励んでいます。

氏名(年齢) 瀧澤利幸さん(61)
営農地域 篠ノ井小松原
栽培品目(面積) りんご(80アール)、水稲(14アール)
主な出荷先 共和園芸農業協同組合、個人
農作業従事者 本人、季節パート

長野市とともに「ぶどうトップセールス」

自己改革

JAは9月12日、市場の株式会社R&Cながの青果で長野市とともに「ぶどうのトップセールス」を開きました。JAから滝澤専務、小林常務、岡部ぶどう部会部会長、長野市から村井善晃農林部長が参加し、仲卸業者など市場関係者に向けて、旬の「ぶどう」をアピールしました。

会場には、8月下旬から出荷が始まった「ナガノパープル」、9月に最盛期を迎えた「シャインマスカット」「クイーンルージュ®」「クイーンニーナ」を展示。村井農林部長は「生産者のみなさんに、素晴らしいぶどうを作っていただいたことに感謝。市長を先頭にR&Cながの青果、流通関係者の力を借りて、おいしいぶどうは長野だとPRしていきたい」とあいさつしました。滝澤専務は「今年は厳しい環境であったが、グリーン長野は味・品質にこだわって栽培している。このおいしいぶどうを全国へ発信してほしい」と要請しました。岡部部会長は、「今年のぶどうは大変苦労したが、糖度が高く味はばっちり。食べていただくとわかる」と自信のぶどうを売り込みました。

管内では「シャインマスカット」「クイーンルージュ®」の栽培面積が増えており、前年度より約35トン多い823トンの出荷を見込んでいます。また、「クイーンルージュ®」は導入して7年目となり、多くの房が採れるようになってきており、さらに取扱量が増える見込みです。長野市とのトップセールスで、地元市場へPRし、消費拡大をしていきたい考えです。



長野市とR&C長野青果の協力のもとトップセールス

ぶどう出荷開始 きれいに箱詰めして評価を高く



ぶどう部会は、8月29日に黒系ぶどう(ナガノパープル、種なし巨峰、種あり巨峰)、9月10日にシャインマスカット、クイーンニーナ、クイーンルージュ®の出荷に合わせて選果目揃い会を各地区で開きました。役員と選果基準の目合わせを行い、営農技術員が、部会員に選果の基準や出荷方法を説明しました。



見本果を確認する生産者

営農技術員が「今年は全体的に小玉傾向であるが、玉の大きさがそろっているものを同じ箱の中に詰めることで評価が上がる」ときれいに箱詰めするように話し、舟形づくりのコツも実演しました。

また、黒系ぶどうの会場では、今年は高温干ばつで非常に水が少ない状況の中で生育したため、ナガノパープルは脱粒しやすいので気をつけてほしいと呼びかけました。販売担当者は、黒系ぶどうは昨年同期よりも高値で取引されていることを伝え、出荷方法については、小房のときはコンテナでの出荷よりパックでの出荷を促し、箱数を増やして収量、金額等を上げてほしいと伝えました。

目次

Green Spot 人	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

今月の表紙



第13回フォトコンテスト「来季に備えて」

褒 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

撮 影 月 10月

講 評 (フォトコンテスト審査員)

季節の風物詩として懐かしい風景です。人物配置や煙の流れなどバランスが取れています。

※応募時のご希望により、匿名(フォトネーム)にてご紹介します

地域の花木がそろい「第29回フラワーショー」開催



花き部会は9月18日、篠ノ井の営農センターで第29回フラワーショーを開きました。グリーン長野の花きのPRと、生産者の栽培意欲と技術向上につなげようと毎年開催しています。リンドウやユーカリなど94点が出展されました。

品評会では、長野市、長野農業農村支援センター、J A全農長野の担当者が審査し9人が受賞しました。

近くにお住いの方や女性カレッジ受講生、こどもの園保育園の園児たちなどが来場し、さまざまな花や花木を見てフラワーショーを楽しみました。

品評会審査結果（上位3賞）

長野市長賞	太田隆弘	リンドウ
長野農業農村支援センター所長賞	曾川とし子	トルコギキョウ
J A全農長野北信事業所長賞	滝澤清	ユーカリ
	青木和正	コギク

（敬称略）



興味津々、次々と質問する園児たち

新米の検査始まる



J Aは9月16日、川中島の今井ライスセンターで新米の初検査を行いました。J A農産物検査員が、目視で玄米の粒の色や形質、検査器で水分量を計測し、検査をしました。

この日は更北地区や信里地区の「コシヒカリ」「つきあかり」、88袋（1袋30キロ）を検査しました。これから最盛期になり、うるち米は10月末頃まで、酒米やもち米は11月20日頃まで検査が続く予定です。



新米の検査をする農産物検査員

中山間地から稲刈り始まる



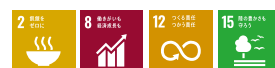
大岡地区で9月1日から稲刈りが始まり、同地区の株式会社グリーンパワーながのは9月3日、同社が管理する同地区の田でコンバインを使って稲刈りをしました。

今年は高温で生育がすすみ、同社では昨年より4日ほど早く稲刈りが始まり、1日は、収穫適期になった「あきたこまち」から収穫を始めました。同社代表の曽根信一さんは今年の出来について「高温だったが、昨年並み、いいお米ができた」と笑顔で話しました。



コンバインで稲を刈る曽根さん

信更“やまのぶブランド”「シナノドルチェ」収穫出荷講習会開催



りんご部会は9月12日、篠ノ井の西部青果物流通センターで信更地区のシナノドルチェの出荷が始まり、それに合わせて、信更町の信更果実流通センターでシナノドルチェ収穫出荷講習会を開きました。部会員32人が参加し、収穫適期の判断や目安、出荷基準を確認しました。

営農技術員は「過熟に注意し、少し青みがあるうちに収穫を。食べてみて確認を」と熟度優先での収穫を伝え、また、夜蛾の被害が多く、流通経路に乗らないように「生産者、選果・荷造り従業員でよく確認していくしかない。

いかに早く除去できるかが大事」と注意を呼びかけました。7月に降った雹の影響で出荷基準を細かく分けているため、生産者も見本果を囲んで、あらためて出荷基準を確認しあいました。

信更地区はグリーン長野管内の他の地域より標高が高く、おいしいりんご「やまのぶブランド」が生産される地域。昨年度までは信更果実流通センターで選果・出荷をしていたが、今年度からは西部青果物流通センターへ機能移転して、「やまのぶブランド」を維持して出荷しています。



見本果を囲んで確認しあう生産者

関係団体から審査員を迎えて「南水品評会」開催



特産果樹部会なし専門部は9月16日、篠ノ井の営農センターで「南水品評会」を開きました。栽培技術や品質向上を目的に行っており、今年で4回目。長野農業農村支援センター、東京青果株式会社、J A全農長野、なし専門部役員が審査をしました。

今年は8人の生産者が出品。8玉～9玉入りの箱詰めを、玉のそろい具合や果形、色など見た目重視で審査しました。宮崎専門部長は「いただいた意見を踏まえて、来年はより一層よいものを出荷できるようがんばりたい」とあいさつしました。今回出品された南水は、東京都の中央卸売市場 東京青果株式会社で「品評会品」として競りにかけられました。

品評会審査結果

最優秀賞	高橋正治
優秀賞	西澤浩子
優良賞	西澤俊幸
	西澤新一

(敬称略)



絞り込みをして審査する審査員

地元生まれのおいしいももを子どもたちへ



もも部会篠ノ井更北支部は8月22日、篠ノ井の「円福寺幼稚園」へ、もも部会川中島共選所支部は9月1日、川中島町の保育園「ころぼっくるこども園」へ地元発祥のもも「川中島白桃」を贈りました。支部が毎年、地域

の子どもたちに地元生まれのもものおいしさを知ってもらいたいと行っている取り組みです。

それぞれの園で年長さんが出迎え、ももを受け取りました。受け取った園児たちは、「結構おもしろい」「でっかい」「すごーい」と喜びました。



しっかりとももを受け取る園児たち
(篠ノ井更北支部)



ももの箱を開けてみた園児たち
(川中島共選所支部)

令和8年度の施肥防除に向けた検討会を開催



J Aは9月12日、篠ノ井のグリーンパレスで「令和8年度施肥防除基準策定研究会」を開きました。長野農業農村支援センター、J A全農長野、肥料農薬果実袋メーカー、営農技術員の計65人が参加し、今年の防除の課題をもとに、令和8年度施肥防除基準策定について意見交換をしました。

令和7年度は高温障害、日焼け、カメムシやハスモンヨトウなどの虫による被害などの栽培の課題が挙がり、会議後半には「水稻・野菜・花き」と「果樹」の分科会に分かれて、それぞれの課題について傾向と対策を検討しました。J Aはこの研究会を踏まえて、現在の環境状況を鑑みた施肥防除を作成していき、生産者・組合員の所得向上に努めていきます。



検討会の様子

恒例の秋の農業機械統一展示相談会開催

J Aは9月5日・6日、真島臨時駐車場で「秋の農業機械統一展示相談会」を開きました。農業機械メーカーなど13社が集まり、管理機など約130台の農業機械の展示がされ、2日間で317人の来場がありました。各メーカーのブースでは、来場者が気になる商品について、機械を実際に触っ

てみながら、メーカー社員から使い方や特徴など説明を受け、実用性を確認していました。

職員によるセルフメンテナンス講習会では、参加者が都度質問する真剣な姿が見られ、「買って2～3年経ち、これから壊れてきたりするので、長く使うためにメンテナンスをしていかないと」話しました。職員は「普段からメンテナンスして長く使っていただきたい。何かあれば問い合わせを」と案内しました。



メーカーから説明を受ける来場者

国 消 国 産

を意識してみよう

みなさんは「国消国産」という言葉をご存じですか？

「国消国産」とは、「私たちの国で消費する食べものはできるだけこの国で生産する」という考え方で、JAグループのキーメッセージです。

日本では、私たちが日々食べているお米や野菜、肉、魚などの多くが海外からの輸入に頼っています。しかし、近年、世界的な気候変動や国際情勢の変化などにより、食料の安定供給が大きな課題となっています。そんな中で注目されているのが「国消国産」という考え方です。

国消国産

「私たちの国で消費する食べものは、
できるだけこの国で生産する」という考えかたです。



© みんなのよい食プロジェクト

なぜ国消国産の考え方が大切なの？

最大の目的は「食の安全と安定供給の確保」

食と農を取り巻くリスクが年々高まっています。特に直近では、世界情勢の変化や円安の影響などで、肥料や燃料などの生産資材の価格が高止まりしています。一方で、農畜産物の価格はほとんど変わっておらず、農業現場は大変厳しい状況が続いています。必要な食料が不足しても、すぐに食料生産を拡大することはできません。消費者に、安全・安心な食料を安定してお届けするには、農業を持続可能なものにしていく必要があります。

そのためには、地域や国内で生産した農畜産物をもっと食べて、利用して応援することが重要となります。

① 食料自給率の低迷

日本の食料自給率はカロリーベースでわずか38%。約6割を輸入に頼っている現状。

長い年月をかけて育まれる農畜産物は、不足したからと言ってすぐに作れるわけではありません。食料自給率の向上は喫緊の課題といえます。農林水産省は2030年までに食料自給率45%を目指しています。



② 農業生産基盤の弱体化

高齢化によって生産者である農家が減少し、それに伴い耕作放棄地も増加。農業生産基盤の弱体化は国内の食料供給量の減少につながります。



長野市の基幹的農業従事者5871人(2020年)

うち65歳未満	1163人(19.8%)
65歳以上	4708人(80.2%)

出典:2020年農林業センサス

③ 自然災害の多発

異常気象などの自然災害が世界中の農業に甚大な被害を与えており、食料生産力の低下を招いています。自然災害による被害は、被災国内の食料供給に影響を与えるだけでなく、その国から食料を輸入している日本にも大きな影響を与えます。



④ 世界的な人口増加

人口増加にともない、農畜産物の消費量が増加し、将来は地球規模で食糧不足になると予想されています。



⑤ 農畜産物を生み出す資材価格の高騰

農畜産物の生産に必要な肥料や飼料、燃料などが高騰し、農家の経営を圧迫しており、農業の継続ができない状況になりつつあります。



⑥ 農業が持つ多面的機能という価値

農業は食料生産以外の重要な役割「農業の多面的機能」も果たしています。

中山間地域など斜面に畑や水田があることで、川の洪水や土砂崩れを防ぎ、また、農地は気温上昇を抑え

たり、災害時の防災空間になるなど。さらに、多くの生き物のすみかになり、美しい景観を生み出しています。



⑦ SDGsの達成にもつながる

食料の安定供給が、その国の安定や世界の平和にとって大事なことです。

また、食料の輸入について、食料の安定という面だけでなく、輸送にかかるエネルギーなど環境面も意識が必要です。

「国消国産」をすすめることは、食料を輸入に依存しないということにつながり、食料の安全保障と持続可能な農業の促進を目標とするSDGsにも通じるものです。



私たちにできること

私たちの日常の中には、国消国産を応援できるたくさんの方があります。
「できることから少しずつ」——そんな気持ちで、みんなで日本の食を守っていきましょう。

① 国産表示を意識して買い物をする

店舗で商品を選ぶとき、「地元産」「国産」と表示されている食材や加工品を選ぶようにしましょう。お米、野菜、果物、お肉、お魚、お花、調味料や冷凍食品なども意識して見てみましょう。



⑤ 国産食材を使った食卓

いつもの食卓に「地元産」「国産」の食材をもう1品取り入れてみましょう。

JA広報誌、また、JAグループでは、国消国産レシピブックや動画を紹介しています。



② JAの直売所や地元スーパーの直売コーナー、道の駅を利用する

JAや地元の農産物直売所、道の駅では、地域ならではの旬の食材や魅力的な加工品が手に入ります。生産者の顔が見える安心感もあり、地域の農業や経済を応援することにもつながります。



⑥ 外食時も地元産・国産を意識

外食をする際も、「地元産」「国産」食材を使っているお店を選んだり、メニューの産地表示をチェックすると意識が向きます。



③ 季節の食材を楽しむ

地元の旬の食材を取り入れ、そのときのおいしさを楽しみましょう。



旬

⑦ フードロスを減らす

せっかくの国産食材も、食べ残しや廃棄が多ければ意味がありません。必要な分だけ購入し、食材を無駄なく使いきる工夫も大切です。



④ 食農教育に取り組む

家庭や学校で、国産食材の大切さやそれを支える農業について話したり、子どもたちと一緒に料理や農業を体験したりすることも大切です。国消国産の意識を伝えていきましょう。



⑧ 国産品応援キャンペーンやイベントに参加

地域で開催される国産品応援フェアや、農業体験イベントなどに参加することで、国消国産の意義を楽しく学ぶことができます。



さらに大事なこと。農畜産物の適正な価格を考え、生産者を応援すること。農畜産物を生産するには多くの時間と手間がかかり、すぐには作れません。生産資材や物流コストなどを踏まえた適正な価格をみんなで考え、生産者を応援することが必要です。

また、必要な食料をこの国で生産するためには、農畜産物の「消費」につながるアクションだけではなく、「農業そのもの」の維持・発展に取り組むための行動が必要です。JAでは、魅力ある農業経営と活気ある産地づくりのために、①「組合員の農業所得増大を実現するための営農活動支援」、②「産地振興に向けた営農基盤強化支援」に取り組んでいます。

知っていますか？国消国産

今年グリーン長野で行われたイベント会場にて、来場者を対象にアンケートを行いました。
更北支所朝市(8月10日実施)、JAグリーン長野PresentsAC長野パルセイロ戦(8月16日実施)

127人の方に回答いただきました。

知っている	知らない
82人	45人

6割の方が知っていると回答

【回答いただいた方のコメント】

- 知っている:「知っている。いつも国産を確認して購入している」と意識して日々行動している方
- 知らない:「地産地消とはちがうの?」「聞いたことはあるけど…」と首を傾けて考える方
地産地消と同じと思っていたり、聞いたことはあるけど…という方が多いようです。

地産地消とは、「地元で生産されたものを地元で消費する」という考え方です。

国消国産とは、食料安全保障の強化と食料自給率の向上などを目指し、「私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産する」という考え方の重要性について発信したキーメッセージです。消費者から日本の「食」・「農」について理解と信頼・共感をいただき、最終的には、国産農畜産物を積極的に選択していただくための取り組みです。地域の農畜産物を積極的に買って食べていこうという「地産地消」の行動は、そのまま「国消国産」につながっていきます。



10月16日は「国消国産の日」、10月・11月は「国消国産月間」
「地元産」「国産」を選んで、農業を応援しよう！

国消国産月間キャンペーン

JAグループでは、みなさんに「国消国産」を知ってもらい、応援していただこうとキャンペーンを開催しております。直売所へ足を運んで、また、JAタウンのサイトもご利用ください！

① JA 直売所キャンペーン2025 「JA 直売所デジタルスタンプラリー」

JA直売所に1回ご来店ごとにデジタルスタンプ1つをゲット。2つで1口・3つでもう1口応募できます。

47都道府県とっておきの**農畜産物・加工品**が合計**14,100名様**に当たります！
地域の新鮮でおいしい野菜や加工品が並ぶ全国1400店舗のJA直売所へ行こう！

【期間】2025年10月1日～11月末日

グリーン長野では、松代農業総合センター農産物直売所、道の駅長野市大岡特産センター、A・コープファーマーズ篠ノ井店・松代店・南長野店が参加しています。

詳細については特設サイトをご覧ください。



② 日本の味覚を、楽しもう。

JA全農の産地直送通販サイト JAタウン



JAタウンには、
おいしい「国産」がいっぱい

詳細、ご注文は特設サイトをご覧ください。



女性部総支部・支部研修旅行で親睦深める



女性部各総支部・支部は7月から9月にかけて、「日帰り研修旅行」を行い、県内外各地を訪れました。名所の見学やその土地の食材にふれ、楽しみながら部員間の親睦を深めました。



川中島町総支部 7/10



若穂総支部 8/20



篠ノ井総支部 9/3



更北総支部 9/4



松代支部 9/5～6

若穂女性部 若穂病院で草取りボランティア



植え込みをきれいにする部員



女性部若穂総支部は8月26日、長野松代総合病院付属若穂病院にて、病院周辺の草取りボランティアを行いました。部員8人が参加し、植え込みの間の草を取りきれいにしました。

この活動は5月から9月まで毎月一回実施されているもので、自主的なボランティア活動の一環です。病院周辺の美化を通じて、患者さんや来院者に少しでも心地よい環境を提供することを目的としています。支部では今後も地域医療を支える力となれるように引き続きボランティア活動を続けていきます。

やってみたいことを叶えよう！JA女性カレッジ開講



JAでは9月18日、「令和7年度女性カレッジ」を開校しました。女性カレッジとは、管内在住の女性を対象に募集し、JAを拠点に「女性が挑戦してみたいこと」をテーマに、1年を通して行っている学びの活動です。今年度は新たに5人が加入し、総勢85人が在籍しています。

第1回目はオリエンテーションと、同日開催された「JAフラワーショー」の見学、それに合わせて生産者によるフラワーアレンジメントづくりの講座が行われ、18人が参加しました。フラワーアレンジメントは、ユーカリやケイトウなどを使い、作り方のコツや花きの管理方法を教わり、受講生同士会話をしながら製作しました。受講生は「先生の言う通りやったから大丈夫！」と満足いく作品を作り上げました。



フラワーアレンジメント作りを楽しむ受講生



グリーンコネクト先のJA情報をお届けします

大阪 第8期JAグリーン大阪農業塾閉講式を挙行政！

JAグリーン大阪では、9月2日(火)、第8期JAグリーン大阪農業塾(担い手サポートスクール)の7回目の講義終了後、閉講式を挙行政しました。

農業塾は、農産物直売所「フレッシュ・クラブ」や支店での朝市への出荷を目指す新規就農者・定年帰農者・農業後継予定者を対象に、野菜づくりの基礎を学習することを目的としています。

閉講式で、修了証を授与した出口博司組合長は、「今後、この農業塾で身に付けた知識を活かして、安全・安心でおいしい農産物を作ってください、朝市や『フレッシュ・クラブ』へ是非出荷をお願いします」とあいさつしました。



農業塾閉講式の集合写真

脳トレーニング (脳トレ) ～認知症予防 生活の中の工夫で脳も体も元気に！～

JA 長野厚生連 長野松代総合病院 リハビリテーション部 作業療法士



2040年には、日本における65歳以上の認知症の人の数が約584万人(高齢者の約15%:6.7人に1人)になると予測されています。今回は、認知症予防のためのトレーニングについて紹介します。

そもそも脳トレって？

- ・脳機能や記憶力、創造性、学習能力など各種知的能力を向上させるためのトレーニング法。脳の老化を抑えるともいわれています。
- ・認知症予防のためのトレーニング＝認知トレーニング ここでいう予防とは発症を遅らせるということ。

認知症・軽度認知障害(MCI)

認知症とは

脳細胞の死滅や活動の低下によって認知機能に障害が起き、日常生活・社会生活が困難になる状態の総称。

軽度認知障害(MCI)

認知症のように普段の生活に支障をきたすほどではないが、記憶などの能力が低下し、正常とも認知症ともいえない状態のことを指します。

MCIの方の約半数は5年以内に認知症に移行するといわれています。この段階から運動などの予防的活動を開始することで、認知症の進行を遅らせるともいわれています。

認知症発症リスクを低減させる作業

- ・読書、演奏、ゲーム、パソコン、書き物、手工芸など
- ・習慣的な身体活動(ウォーキングやストレッチなど)
- ・社会活動、集会など

認知症予防

予防法は日々の生活の中にあります！

日頃から脳の健康状態を良い状態に保つこと、認知症で低下しやすい機能を鍛えておくことが大切です。

身体を動かしながら(＝身体運動)何かを考える(＝認知課題)ことは、脳の多くの機能を同時に使うため認知症予防に効果的といわれています。

①適度な運動

- ・ラジオ体操 ・しりとりをしながら散歩 ・マレットゴルフなど

②家事や趣味、社会活動などの知的活動

- 手指を使う知的活動は脳に良い刺激になります。
- ・家事：1日の家事の順番を考えながら作業する。
- ・買い物：今日は何を作ろうかな？足りない食材は？と思い出しながら考える。
- ・社会活動：人とのつながりができ、コミュニケーションをとる機会にもなる。

③十分な食事と睡眠

脳トレをやってみましょう！

おすすめ脳トレ

①買い物の計算

- ・いくら持っていたか、何を買ったかなど、多くのことを同時に覚えておく必要があり、脳トレに向いています。
- 例：1000円持っているとして、広告を見て、パンとトマトと牛乳を買ってお釣りはいくらになるか考えます。

②間違い探し

- ・視覚的に絵を覚え、それが間違っているものかをこれまでの経験や絵から考え、何度も比較する必要があります。
- 注意力や空間認識能力を鍛えることができます。

③ゲームソフト やりすぎに注意して！

- ・脳トレ用のゲームソフトが数多くあり、認知症予防に活用することができます。携帯アプリにもあります。
- ・家族みんなでやってみるのも楽しいですね！体を動かしながらできるゲームも！

なじみのある作業で脳トレ！「おりがみ」をやってみましょう！

ツル・やっこさん・かぶと・紙飛行機・・・などなど
昔、折ったことのある作品を今も折れますか？

脳トレポイント

ステップ1：まずは作ってみましょう。折り方を思い出しながら。

ステップ2：見本を見て確認してみましょう。どこまでできましたか？

ステップ3：折り方を確認したら、再度チャレンジ！今度こそ！

ステップ4：作品を家族や仲間と共有しましょう！感想などを言い合ってみましょう！

コミュニケーションのきっかけ作り、仲間作り、お孫さんと一緒に

「思い出しおりがみ」の効果 4つのポイント

- ①思い出を掘り起こすきっかけに
- ②感情を伴って記憶に残りやすい
- ③「調べる」「聞く」というプラス効果も！
- ④意欲喚起で記憶の定着に！

指先の感覚は体の中でも特に鋭敏！
指先を意識して脳を活性化！

まとめ

普段の生活を振り返り、どんな脳トレができるか考えてみましょう。生活に取り入れやすいものをおすすめです。時間は短くてもOK！やってみたことを家族や身近な方に話してみましょう。

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。
ぜひお誘いあわせてご参加ください。

お問い合わせ 経済部生活課 TEL293-2061

【10月・11月の開講予定】

開催日時 ① 10月21日(火) AM10:00～

② 11月18日(火) AM10:00～

会場 JA 川中島支所併設 コミュニティプラザ川中島

内容(講師) ①感染症予防(南長野医療センター篠ノ井総合病院)
②健康診断について(長野松代総合病院)

参加費 100円

果樹塾
2025

りんご
もも

輪紋病(いぼ皮病)
モモホモブシス病

今回はりんごに発生する「輪紋病(いぼ皮病)」と、ももに発生する「モモホモブシス腐敗病」についてお伝えします。

お問い合わせ 営農販売部 tel.292-0930

輪紋病(いぼ皮病)

病徴

輪紋病は、果実と枝に発病するが、特に収穫期が近づいた熟果に発病して腐敗させるため、直接減収となる被害の大きい病害である。また、枝にいぼ状の隆起を多数形成するため、「いぼ皮病」とも呼ばれている。果実では1～2mm程度の黒～黒褐色の小斑点が現れ、次第に輪紋状に拡大し、淡褐色の病斑となる。成熟果ほど腐敗の速度は早く、収穫後の貯蔵中にも発病する。「シナノゴールド」・「王林」などの黄色系品種では病斑の周囲に、赤色の色素が沈着するため目立ちやすい。枝では、いぼ状の病斑を形成する。1～2年生枝では皮目がわずかに隆起した小さな「いぼ」だが、3～5年生枝では典型的な小豆粒大の隆起したいぼを多数形成する。いぼが多発した枝は衰弱し、枯死に至る場合もある。炭そ病と混同される場合があるが、炭そ病と比べ、病斑が窪まない、色が薄い、腐敗部が苦いなどで区別される。

発生時期

第一次伝染源は枝幹の柄子殻中に形成された柄胞子で、柄胞子は降雨によって飛散する。4月下旬～10月まで続き、ピークは6月～8月の降雨の多い時期となる。感染した果実は、1～3カ月の潜伏期間を経て発病するが、発病果実からの二次感染は起こらない。また、本病に対する感受性は時期によって異なる。「ふじ」では8月上旬以降に感受性が低下するため、感染のピークは6月中旬～7月下旬であり、この時期が高温・多雨であると多発する。枝では若い枝ほど感染しやすく、潜伏期間も短い。1年生枝では、発病までに数カ月～1年、また、2年生枝以上では1～2年ほどかかる。

対策

休眠期に、第一次伝染源となる樹皮上のいぼ病斑を削り取る。この時、褐色組織が皮部に残る程度に軽く削る。生育期間中の防除薬剤では、無機銅剤や有機銅剤、QOI剤が有効。梅雨時期に雨が多い場合、散布間隔を空けすぎないように注意し、枝幹部にも薬液が十分かかるよう、丁寧に散布する。



果実への感染



枝への感染

(出典 長野県果樹試験場)

モモホモブシス腐敗病

病徴

果実および枝に発病する。果実では熟果に円形、淡褐色の小型病斑が現れ、のちに拡大して少しへこみ、輪状のしわを生じて軟化腐敗する。縫合線や傷口、虫害痕などから発病することが多い。病斑の伸長が遅いため健全部と病斑部との境は明瞭で、指で押すと病斑部がきれいに取れるので容易に診断できる。枝では、芽枯れや先枯れを起こす。



果実への感染

(出典 長野県果樹試験場)

発生時期

病原菌は枯死枝、果梗、せん定痕の枯込み、芽枯れなどの発病部位で越冬する。翌春の第一次伝染源は、これらの被害部に形成された柄子殻から噴出した柄胞子より伝染する。病原菌は10～35℃で生育するが、25～30℃が適温。5月下旬から9月下旬まで見られるが、特に6～7月の梅雨時期の形成量が多い。柄胞子が雨滴に混じって分散し、果実や枝が感染する。果実への感染は6月上旬から収穫期までの長期間に渡るが、特に6月下旬以降の感染量が多くなる。また、感染果実は収穫期前後から20℃を超えるような温度条件で保存・輸送されると短期間のうちに病徴を現わす。

対策

主に6月中旬から収穫期までが中生種の防除時期であり、中・晩生種以降の品種では、収穫予定35日前頃から果実感受性が高まる。特に6月の梅雨時期から7月中旬を重点防除時期として、登録がある薬剤を散布する。また、次の耕種防除も菌密度を下げることにつながることから薬剤防除とともに行う。

- 病原菌は枯死部で越冬するため、せん定の際に丁寧に切り取る。
- 早春頃から枝の先枯れが認められる場合には、予備摘果をしながら5月末頃までせん除する。
- 毎年発生の多い園では、有袋栽培すると果実感染を防ぐことができる。この場合、硬核期前までには袋掛けを終了する。

今回は、JA管内で振興しているシャクヤクの品種のうち、オススメしている品種の特徴と、定植の準備に欠かせない「土作り」の作業についてお伝えします。

お問い合わせ 営農販売部 tel.292-0930

シャクヤクの
推進品種

シャクヤクの花の形は「一重咲き」や「八重咲き」があり、花色もさまざまある。好みの花形や色で選ぶことはもちろん、早生・中生・晩生を偏りなく選ぶことで作業労力を分散することもポイント。

ルーズベルト



- 淡いピンク色
- 八重咲き
- 中生の品種
- 開花するとボリューム感がある大きな花を咲かせる
- 花の立ち本数が多いが、芽かきにやや手間がかかる

白妙



- 純白色
- 八重咲き
- 中晩生の品種
- 開花時の花の大きさは中・大輪で豪華
- 低温時には外側の花弁に淡いピンク色が乗る

サラベルナール



- ピンク色
- 八重咲き
- 晩生の品種
- 花弁の枚数が多く、花径は20～25cm程度になる大輪品種
- 採花時期は他の品種よりも遅い

コーラルチャーム



- 赤橙色
- 半八重咲き
- 極早生の品種
- 花径は13～15cm
- 半八重のため、花弁の枚数が少なく、つぼみの状態から開花までが早い

土作り

シャクヤクは一度定植すると10年近くは植え替えを必要としないため、最初(定植前)の土作りが大切。
土壌はあまり選ばないが、砂地よりは粘土質の多い「有機質に富んだ畑」が良い。降雨などで滞水する場合は排水性を高める。水田揚げ床をするのが良い。

定植(1年目)の
基本的な施肥内容
(5アールあたり)

- | | | |
|------------------------|-------|----------|
| ①花き向け緩効性肥料(花き専用1号等) | | 約50kg |
| ②石灰(サンライムプラス等) | | 約60kg |
| ③けい酸質肥料(けい酸加里プレミアム34等) | | 約30kg |
| ④堆肥(スーパー腐葉SP等) | | 約1,500kg |

令和7年度の
JA花き施肥
基準より。詳
しくは営農技
術員にご確
認ください。

施用時期

9月～10月頃、耕うんした畑に①～④を入れる。

2年目以降の施肥
(5アールあたり)

- | | | |
|---------------------|-------|----------|
| ①花き向け緩効性肥料(花き専用1号等) | | 約15kg |
| ②花き向け緩効性肥料(花き専用1号等) | | 約25kg |
| ③花き向け緩効性肥料(花き専用1号等) | | 約10kg |
| ④石灰(サンライムプラス等) | | 約40kg |
| ⑤堆肥(スーパー腐葉SP等) | | 約1,000kg |

成長にあわせて
同じ肥料を3回
のタイミングに
分けて施用する。

施用時期

- ①萌芽期(3月中旬頃)
- ②開花期(4月～5月頃)
- ③開花から2カ月後(6月～7月頃)
- ④収穫後、残しておいた茎を刈り取った後(12月頃)
- ⑤収穫後、残しておいた茎を刈り取った後(12月頃/④と同時に)

ほ場によっては施肥
量を基準よりも加減
する必要があります。
定植予定地は予
め土壌診断をして
おくとい良いでしょう。

生産 資材

ファームカレッジにご参加ください

JAファーム店では、家庭菜園を始める方や楽しむ方に向け、「ファームカレッジ」を開講します。ぜひご参加ください。

ファームカレッジ内容

講座名	内容	開催日
くわの柄入れ・刃の研ぎ方	くわの柄入れ、刃の研ぎ方	10月18日(土)
農機具メンテナンス 噴霧器編	基礎知識、商品紹介、メンテナンス	11月22日(土)

会場(時間)

- JAファーム篠ノ井店会場 (10:00~)
- JAファーム松代店会場 (14:00~)

備考

開催日前日までにお電話または店舗にてお申し込みください。



お問い合わせ

JAファーム篠ノ井店 TEL299-3311
JAファーム松代店 TEL290-6363

生活

「家の光」増刊号 2026年家の光『家計簿』お申込みください

これまで「家の光」12月号の別冊付録としてお届けしておりました『家計簿』について、今年度から「増刊号」として家計簿のみで販売いたします。お求めの際は、お近くの支所・よりそい店・経済部生活課へご連絡をお願いいたします。

「家計簿」に掲載しています

書くことで脳を活性化!!

認知症専門医の長谷川嘉哉さんは、25年間手書きで日記をつけ、脳の活性化のために「手で書く」ことを勧めています。書くことを考えるときに「覚える」「脳に保存する」「思い出す」過程で記憶をコントロールする海馬に刺激を与え、文字を書くことで、言葉を話す、判断するなどの働きに関わる前頭葉の機能を鍛えます。

脳を鍛え、毎日を前向きに過ごすために、書き方のコツを伝授します。



2026家の光『家計簿』 日記付き
定価660円(税込) (11月1日発行)

お問い合わせ・お申込み

各支所・よりそい店 または経済部生活課 TEL293-2061

農業 機械

農業機械センター土・日・祝日の営業日程

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は他センターでも受付いたしますので、ご相談ください。

○…営業8:30~17:10

△…午前営業(8:30~12:00) —…休業

農業機械センター 連絡先	10月						
	11 土	12 日	13 月・祝	18 土	19 日	25 土	26 日
篠ノ井 (TEL292-1369)	○	△	△	-	-	-	-
川中島 (TEL284-1671)	△	-	-	△	-	-	-
松代 (TEL278-8601)	○	△	-	-	△	-	-
更北 (TEL283-5043)	△	△	-	-	-	△	-
若穂 (TEL282-6025)	○	△	△	△	-	-	△
信田 (TEL299-2225)	-	△	-	-	-	-	-

冬期(農閑期)の対応について

農業機械センターでは、11月から2月末までのあいだ、土・日・祝日は休業となります。平日のご利用をお願いいたします。



プロに学ぶ！知って得する資産運用セミナー開催

JAでは、資産運用のプロによる「資産形成・運用セミナー」を開催いたします。「資産運用について聞いてみたい」など、興味をお持ちの方、投資初心者・未経験者の方もお気軽にご参加ください。

参加費無料
事前予約制です。

プレゼントをご用意して
お待ちしております。

プロに学ぶ！知って得する 資産運用セミナー

～夢と資産を育てよう～

【オルカン】ってなに？
【リート】ってなに？
皆様の疑問と不安を解決

オールカントリー運用会社
大和アセットマネジメント
講師：竹野 伸

申し込みは電話にて
お気軽にご連絡ください。

開催日：2025年11月26日(水)10:00～12:00
場所：長野市稲里町下氷鉦 417 グリーンホールミナミ
問合せ先：更北支所 ☎ 026-284-3038

JAグリーン長野

～夢と資産を育てよう～

【オルカン】ってなに？ 【リート】ってなに？

みなさまの疑問と不安を解決

講師 オールカントリー運用会社
大和アセットマネジメント
竹野 伸 氏

開催日時	会場	お問い合わせ先
11月26日(水) 10:00～12:00	グリーンホール ミナミ	稲里町下氷鉦417更北支所 Tel.284-3038



8月2日資産形成・運用セミナーの様子

まずは、お気軽に
ご参加ください。



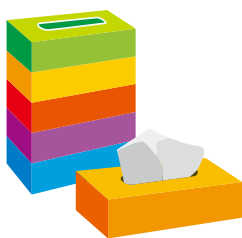
更北支所
小林担当

お問い合わせ・お申込みはお電話にてお気軽にご連絡ください。



見直しませんか？ おくるまの保障

JAのくるまの保障
かんたんお見積り



自動車共済お見積りキャンペーン実施中！！ 期間：令和8年2月28日まで

他社の自動車保険にご加入されている方、新しく車の購入を検討されている方必見！「JAの自動車共済」でお見積りをいただいた方全員にBOXティッシュ5箱プレゼントしています。JA共済はお見積りがとっても簡単です！

ご用意いただくものは、次のとおり！
今の加入内容が分かる書類(証券・継続のご案内等)※1

- ※1 保障期間が有効中または次回の継続案内がわかるものに限りです。
- ご契約にあたっては、車検証・自賠責証書・運転免許証等が必要です。
- BOXティッシュは数に限りがございます。無くなり次第、終了となります。

くるまの保障 JA共済が選ばれている理由

充実した保障

納得の共済掛金で、もしもの自動車事故に備えた必要な保障が充実しています。

安心の事故対応

JAのサービス拠点数は全国約2,530カ所(令和4年4月1日現在)。身近だからこそ頼れる安心があります。

各種サービス

レッカーサービスやロードサービス、夜間休日現場急行サービス等、もしものときに安心なサービスがあります。
※サービスのご利用にあたっては、一定の条件があります。

“こんなに安くなるの?!”
との驚きの声もいただきます。
ぜひ一度お見積もりをしてみませんか？



青木島センター 桜井担当

[25164940279]

本誌は概要を説明したものです。詳細につきましては、「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご確認ください。

川中島	更北	篠ノ井	川中島	篠ノ井	篠ノ井	更北
中島	塚田	酒井	桑原	岡澤	内山	宮林
捷治	敏明	てるい	千加	千賀子	克子	雄一
		仲江				

～読者のみなさまからいただきましたお声を紹介します～

○山崎晴子さん ○飯島教史さん ○北澤伊都子さん ○柵津昌子さん ○瀧澤伸子さん





人形供養祭のご案内

JA虹のホール篠ノ井では「人形供養祭」を開催いたします。長年大切にしていたお人形や、お子様が成長して置きっぱなしで役目を終えたお人形を感謝の気持ちを込めて供養いたします。

日 に ち 10月26日(日)
会 場 JA虹のホール篠ノ井(篠ノ井布施五明3409)
受 付 9:30~11:00
法 要 11:15~
供 養 料 1,000円(何体でも)
留意事項 ・陶器製人形およびガラスケースなどの不燃物はお断りしております。
 ・ご持参の袋、ケース類はお持ち帰りいただきます。
 ・当日はアグリしののいJA感謝祭が行われ、臨時駐車場に指定されております。駐車場が混雑する場合があります。ご容赦願います。



同時開催
 葬儀・法事の事前相談(無料) セレモニー会員受付

お問い合わせ
 JA虹のホール篠ノ井 TEL299-7070



JA祭開催と記念品引き換えのご案内

JAでは組合員みなさまのご愛顧に感謝を込めて、JA祭を開催いたします。みなさまのご来場をお待ちしております。また、記念品をご用意しております。本誌とともに記念品引換券をお届けいたします。引換券に記念品交換場所・日程が記載されておりますので、ご確認ください。

JA祭記念品 女性部のみなさんに決めていただきました!



今年はお買い物かご

店舗のかごが
 すっぽり入る一
 回り大きいサイ
 ズです。

開催地区	開催日	名 称	開催場所
篠ノ井	10月25日(土)9:00~16:00 26日(日)9:00~15:00	アグリしののいJA感謝祭	アグリしののい
大岡	10月25日(土)9:00~15:00	大岡地区第29回JA祭	JAグリーン長野大岡店
松代	11月15日(土)9:00~16:00 16日(日)9:00~14:00	松代地区JA祭	アグリまつしろ
若穂	11月22日(土)9:00~15:00	若穂地区第49回JA祭&第20回ふじ祭り	若穂果実流通センター

お問い合わせ 総合企画部 TEL293-2000



タイヤ交換予約受付中

オートパル篠ノ井センター、タイヤ交換対応給油所では、冬に向け、愛車のタイヤ交換のご予約を承っております。

早期のご予約・交換で、安心のカーライフをお過ごしください。お電話にてご予約ください。

タイヤ交換受付店舗

- ・オートパル篠ノ井センター
 (定休日:日・祝日)…………… TEL292-1654
 - ・中央給油所
 (定休日:水・日・祝日)…………… TEL292-0635
 - ・西部給油所
 (定休日:水・祝日)…………… TEL292-8866
 - ・小島田給油所
 (定休日:日・祝日)…………… TEL284-5695
 - ・アグリしののいセルフ給油所…………… TEL293-5660
 - ・南長野公園前セルフ給油所…………… TEL293-4831
- ※料金は、各店舗へお問い合わせください。

お問い合わせ
 オートパル篠ノ井センター・各給油所



トリプルエー オートパル篠ノ井センター“AAA”キャンペーン

オートパル篠ノ井センターでは、安全・安心・愛する人へ「AAAキャンペーン」を開催しております。JAハイゼット・JAサンバー・JAキャリイのご成約で、お得な3大特典をプレゼントいたします!そのほかの新車・中古車のご相談・ご提案もおまかせください。ぜひこの機会にオートパル篠ノ井センターをご利用ください。

キャンペーン期間 11月30日(日)まで

内容 JAハイゼット・JAサンバー・JAキャリイをご成約でお得な3大特典

- 荷台いっぱいプレゼント
 (BOXティッシュ60箱・キッチンペーパー48ロール・トイレットペーパー96ロール)
- 最低下取り価格3万円(税込・リサイクル料込)
 ※最低下取りはナンバー付き・自走可能なものに
 限る
- 下回り防錆塗装6,600円割引

お問い合わせ
 オートパル篠ノ井センター TEL292-1654
 営業時間9:00~17:00 定休日 日曜・祝日



2025年産米の共同計算と概算金単価について

2025年産米の共同計算にかかる実施単位と概算金の単価は次のとおりです。表以外の銘柄等につきましては、お問い合わせください。

(1) 共同計算の実施単位

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

(2) 米の共同計算の収支項目

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

●JA米とは

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

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

(3) 概算金（一般米・30kg/税込）

銘柄	等級	単価(円)
コシヒカリA (整粒歩合 75%以上)	1等	13,970
コシヒカリ (マルB) (整粒歩合 70%以上 75%未満)	1等	13,820
コシヒカリ A	2等	13,460
	3等	12,950
あきたこまち	1等	13,760
	2等	13,250
風さやか	1等	13,700
	2等	13,190
もち	1等	13,490
	2等	12,980

お問い合わせ 営農販売部 TEL292-0930



農業に関するお悩みは グリーン営農相談センター にご相談ください

グリーン営農相談センターでは、新規・担い手の生産者をはじめ、農産物の出荷・販売を目的に農業を営む方のご相談に応じます。「個別相談会」では、JA担当者や行政等の農業関連機関が、就農や経営に関する課題の解決に向け、総合的にサポートいたします。農業で生計を立てる方・立てようとする方、就農に向けて効率的に準備をすすめたい方など、ぜひご相談ください！

グリーン営農相談センター 個別相談会

開催日時	会場	申込期限
11月20日(木) 9:00~12:00	更北支所	11月6日(木)
11月27日(木) 13:00~16:00	篠ノ井東支所	11月13日(木)

個別相談会のお申込み方法

- ◇相談会は、より具体的なお相談に対応するため、事前申込みが必要です。
◇お申込みは、①または②のいずれかの方法でお願いします。

①WEB申込み

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



②「個別営農相談申込書」の提出

支所・よりそい店・共選所・流通センター・営農資材店舗に備え付けの申込書類に必要事項を記入し、ご提出ください。

相談会にご都合がつかない方は、別日程もご案内いたしますので、お問い合わせください。

お問い合わせ 営農販売部農業振興課
TEL292-0930

相談会対象者につきましては、出荷販売目的で農業を行う方・始める方が対象となります。家庭菜園などの出荷販売目的以外の方のご相談はお受けいたしかねます。



長野市農業フェアのご案内

第55回長野市農業フェアに参加します。

旬の野菜や果物、加工品の販売、農産物の詰め放題、子どもが楽しめる様々なものづくり体験などが催されます。

日時

10月25日(土)9:30~16:00

会場

ビッグハット、長野市若里市民文化ホール



グリーン長野給油所 組合員特別感謝祭

JAの給油所では、JA祭開催に合わせて「組合員特別感謝祭」として、組合員限定1L8円引き割引クーポンを発行いたします。グリーン長野管内の給油所でご利用いただけます。チラシのクーポン券をお持ちになって給油所へお越しください。くわしくは本誌折込チラシをご覧ください。

利用期間 10月25日~11月22日

JAグリーン長野は持続可能な開発目標(SDGs)の達成に貢献します！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



SDGsの達成に向けて取り組んでいるよ

※みんなのよい食プロジェクト



2025/26 SOMPO WEリーグ 第13節

AC長野パルセイロ・レディース vs RB大宮アルディージャ



2025 **11/9** 日

14:00 KICK OFF

長野Uスタジアム 長野市篠ノ井東福寺320



JAグリーン長野産

おいしいりんごセットもゲットしよう!

11/9日のホームゲームを観戦いただいた方の中から

抽選で100名様にプレゼント!

写真はイメージ



JAグリーン長野は、11月9日(日)に長野Uスタジアムで開催される2025/26 SOMPO WEリーグ第13節「AC長野パルセイロ・レディース vs RB大宮アルディージャ」に冠スポンサーとして協賛します。日頃の感謝を込めてJAグリーン長野産のおいしいりんごセットの抽選プレゼントを行います。みんなでパルセイロ・レディースを応援しよう!



灯油早期注文割引 灯油タンク満タンキャンペーン! 実施中

JAでは「灯油タンク満タンキャンペーン」中です。
冬場の灯油早期注文割引 通常配達価格(配達日時
点の価格)より**1L当たり5円引き**で配送いたします。
(おまかせ配達会員の方はおまかせ配達価格より1L
当たり3円引きとなります。)
今シーズン最初の配達時 満タン分100L以上に対応。

申込締切日 10月21日(火)

お問い合わせ・お申し込み

中央給油所(定休日:水・日・祝)	TEL292-0635
西部給油所(定休日:水・祝)	TEL292-8866
小島田給油所(定休日:日・祝)	TEL284-5695
信田給油所(定休日:火・木・土・日・祝)	TEL290-3072
更府給油所(定休日:月・水・金・日・祝)	TEL299-2659
大岡給油所(定休日:土・日・祝)	TEL217-6511
若穂給油所(定休日:土・日・祝)	TEL282-4766

JAのうごき

理事会(第7回) 9月30日(火)

協議事項

- (1) 令和7年度期中決算の概要について
- (2) 令和7年度下期重点取組事項について
- (3) (株)ジェイエイグリーン令和7年度第2四半期決算の状況と令和7年度下期事業計画について
- (4) 出資金減口について
- (5) 諸規程の変更について
- (6) 「当組合における取引のリスク評価書」および「リスク統括表」の定例改正について
- (7) 「カスタマーハラスメント基本方針」および「カスタマーハラスメント対応マニュアル」の策定について
- (8) 令和7年度の米穀等共同計算にかかる委託販売方針について
- (9) 農業開発事業について

監事会(第5回) 9月24日(水)

協議事項

- (1) 期中決算監事監査について
- (2) 監査の着眼点について

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 9月16日(火)

コンプライアンス委員会 9月30日(火)

- ・「当組合における取引のリスク評価書」および「リスク統括表」について
- ・「カスタマーハラスメント基本方針」および「カスタマーハラスメント対応マニュアル」について
- ・コンプライアンス・プログラム実践状況について(令和7年上期)
- ・事務ミス等対応状況について(同)

- ・相談・苦情等対応状況について(同)
- ・自主検査結果報告について(同)
- ・連続職場離脱実施報告について(同)

経営会議 9月19日(金)

- ・コンプライアンス・プログラム実践状況について(令和7年上期)
- ・事務ミス等対応状況について(同)
- ・相談・苦情等対応状況について(同)
- ・自主検査結果報告について(同)
- ・連続職場離脱実施報告について(同)
- ・コンプライアンス研修会「内部通報制度(JAホットライン)」について

「JA長野県内部統制確立に向けた重点化対策」(信用事業)の取り組み(9月)
・高齢者(65歳以上)取引状況等を加味したリスクベースアプローチによる取引状況の点検を実施

協同の成果 (令和7年8月末/9月経営会議報告)

農産物販売高	21億8,299万円
購買品供給高	29億1,373万円
貸出金	591億2,815万円
貯金	2,101億6,489万円
長期共済保有高	5,059億0,691万円

***組合員数(8月末)	20,319名
正組合員	8,727名
准組合員	11,592名

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



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



地元のおいしい食材を食べよう!

地産地消

vol.197

【材料】2人分

じゃがいも…………… 250g (2個)
コンビーフ…………… 40g
マヨネーズ…………… 大さじ2
おろしにんにく…………… 小さじ1/2
ピザ用チーズ…………… 適量
黒コショウ…………… 適量



【作り方】

- 1 じゃがいもは皮をむき一口大に切って10分ほど水にさらす。その後、水気をきって耐熱容器に入れて電子レンジ600Wで約4分(または500Wで約5分)、じゃがいもがやわらかくなるまで加熱する。
- 2 1にコンビーフを入れ軽く混ぜ、そこへマヨネーズ、おろしにんにくを入れ混ぜ合わせる。じゃがいもはつぶさず、形を残しておく。

- 3 オープン耐熱容器にアルミホイルを敷き、その上に2を入れ、その上からピザ用チーズをかける。
- 4 予熱したオーブトースター200℃で5分ほど、チーズに焼き色がつくまで焼く。焼けたら黒コショウをふりかけて完成。

※トースターの機種により焼き加減が異なります。様子を見ながら調整して下さい。



女性部松代総支部のみなさん

コンビーフとマヨネーズ、
チーズの塩気でおいしく
お召し上がりいただけます。
大きな器で作って取り分けて
たべても。



じゃがいもの種類は自分の好みのものを。今回は部員おススメの「キタアカリ」。固さも自分好みで。



オープン耐熱容器にアルミホイルを敷いて焼くと、熱伝導率がよくなり、よく焼ける。焼けたらホイルをはずすと見た目がよい。



黒コショウを最後にふりかけることで、風味が効いて味のアクセントに。



今月の主役



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

ジャガイモ

ジャガイモの主成分は、エネルギーとなる炭水化物のでんぷんです。加熱しても壊れにくいビタミンCやカリウムを豊富に含みます。ビタミンCは抗酸化作用や風邪予防効果があるのが特徴です。また、鉄の吸収を良くする働きがあるので、鉄を多く含むほうれん草などと組み合わせることで効率よく栄養を摂取することができます。カリウムは余分なナトリウムを

体外に排出して血液を正常に保つ働きがあり、高血圧予防に役立ちます。また、ジャガイモは、ビタミンCやカリウムの流出を防ぐためにも皮ごと茹でると良いです。夏に沢山汗をかいて失われた鉄分や紫外線を浴びて疲労した体を整えるためにも、これからの季節にジャガイモを使ったシチューなどがおすすめです。

EverGreen

2025 Vol.380

発行/グリーン長野農業協同組合
長野市篠ノ井布施高田961-2 TEL026(293)2000(代) ■印刷/PO印刷(株)

270 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
※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
土・日・祝/24時間