

EverGreen

エバーグリーン

特集 JAグリーン長野管内
JA虹のホールのご紹介





あんず出荷スタートをPR

JAは6月11日に、松代農業総合センターでマスコミ関係者を招いて「あんず出荷報告会」を開き、あんずのPRを行いました。地元や東京、大阪・愛知の市場へ7月上旬まで13万パック(1パック500グラム)の出荷を目指します。今年は、開花以降の気温が高く推移したことで、例年より7日程生育が早まりました。大きな凍霜害の被害はありませんでしたが、受粉期の天候不順のため、あんず全体の着果量が昨年の90%となった一方、果実肥大は良好で出荷量は例年並みを見込んでいます。

出荷報告会を開いたこの日は、「信州サワー」「山形三号」など計500キロ(1000パック)が持ち込まれ、選果場の担当者が傷の有無や重さを図り荷造りを進めました。

小林常務が今年の生育状況を報告し、「JAグリーン長野で共選する果実では、あんずが一番早いため、市場を通じて全国各地のファン・消費者のみなさまにお届けしたい」と話しました。特産果樹部会田中豊専門部長は、「グリーン長野産のあんずは、甘みと酸味のバランスが良く生食に向くものも多いため、ぜひ多くの人に食べていただきたい」とマスメディアへPRしました。今後は、「ハーコット」や「信州大実」等をリレー出荷します。



荷造りをする選果場の担当者



マスメディアに向けてあんずをアピールする田中専門部長

8日には、出荷に先立ち同センターで、出荷に向けた目揃い会を開催しました。生産者45人が参加し、生育状況や販売情勢の共有を行い、出荷開始に向けて出荷規格の品質統一を徹底しました。

果実販売推進会議を開催 市場関係者と販売強化を協議



りんご、もも、ぶどう、特産果樹の各部会で構成されるJAグリーン長野の果実専門委員会は6月11日、篠ノ井のグリーンパレスで「果実販売推進会議」を開催しました。会議には、JA全農長野および重点取引市場13社の関係者が出席しました。また、各部会から選出された生産者代表43人も集まり、活発な意見交換が行われました。

会は二部構成で進められ、前半の分科会では、各品目の現状の生育状況や、今後の出荷見込みについて詳細な検討が行われました。続く全体会議では、分科会で出された生産者からの意見や要望をJA担当者が発表し、市場関係者に対してさらなる販売強化を強く要請しました。

橘田龍一果実専門委員長は現在の生産状況について触れ、「果実の生育は順調に推移しています。一方で、資材価格の高騰が経営を圧迫しており、大きな課題となっています」と説明しました。その上で、市場関係者に対し「生産現場の厳しい現状をご理解いただき、ぜひグリーン長野の果実を力強く販売していただきたい」と呼びかけました。



あいさつをする橘田果実専門委員長

目次

Green Topics	2
Special Issue 特集	4
Member's Power	6
農力アップ塾	8
今月のオススメ!	10
健康長寿学	14
JAポスト	15
Green Information	16

今月の表紙

第14回フォトコンテスト「朝がけのひと仕事」



褒 賞 広報誌採用賞
撮 影 者 下平昌明
撮 影 地 信更
撮 影 月 7月
講 評 (フォトコンテスト審査員)
瑞々しい田んぼの緑と、奥に重なる山のレイヤーがとても美しいです。日本の初夏らしさが一目で伝わります。一粒の米の向こうに農家の日々の管理の積み重ねがあると改めて感じさせられた作品です。

農業用廃プラスチック回収



J Aは、環境保全と持続可能な農業の推進を目指し、6月15日から17日までの3日間、管内9カ所を会場として農業用廃プラスチックの回収を実施しました。当日は多くの生産者が持ち込み、計21.1トンものマルチやビニール、肥料袋、農薬空容器などが集まりました。当J Aは安心・安全な農産物生産に加え、環境負荷の軽減を重要な使命と捉えています。こうした活動を春と秋の年2回定期的に行い、地域の自然を守りながら、次世代へ豊かな農業環境を引き継ぐために今後も継続してまいります。



農業用廃プラスチックを持ち込む生産者

トルコギキョウ目揃会を開催



J Aは、6月22日に篠ノ井の東部青果物流通センターで、トルコギキョウ目揃会を開催しました。販売情勢としては、6月上旬まで気温が高く暖地のトルコギキョウが前進傾向で出荷され、平年と比べ低迷した価格で推移しましたが、長野県など高冷地は朝晩気温が低い影響もあり、出荷がまだまだ少ない状態です。7月中旬まで品質の良いものについては安定した単価で販売できる見込みで、管内の出荷は6月下旬から7月中旬までピークを迎える予定です。同時に出荷規格の確認も行われ、箱詰め方法や選別方法について確認しました。



出荷規格を説明する営農技術員

きのこ専門委員会、今年度の方針を決定



きのこ専門委員会は6月3日、篠ノ井の営農センターにて総会を開催しました。本総会では、昨年度の活動実績を振り返るとともに、今年度の方針について協議が行われました。総会の冒頭小林常務は「今後のきのこ栽培において無駄を省き、供給量を高めることが最優先課題である」と強調しました。現在は前年並みの価格で推移していますが、生産の最盛期に向け、資材を確保し、安定した利益を得られる体制を構築することの重要性を訴えました。昨今の厳しい情勢が続く中、組織全体で知恵を出し合い、生産者の手取りを最大化できるよう取り組んでいく考えです。



あいさつをする小林常務

J Aグリーン長野が資材高騰に支援を要請



村井農林部長⑥に要請する栗林組合長

J Aは肥料、出荷資材等の急激な価格高騰を受けて6月19日、長野市に支援を要請しました。栗林組合長が長野市を訪れ、村井農林部長に要請書を手渡しました。生産現場ではすでに段ボールや出荷用フィルムなどが高騰し、農業者の経営を直接的に圧迫しています。要請書には①燃料高騰への緊急支援②資材価格の補助制度③食料品(農産物)消費減税における農家支援④国・県への支援の働きかけの4項目を盛り込みました。栗林組合長は「地域農業を次世代へ引き継ぎ、経営の安定を図るため緊急的な支援を強く要望したい」と求め、村井農林部長は「今後検討し、できる限りの支援をしていきたい」と応じました。

JAグリーン長野管内 JA虹のホールのご紹介

JAグリーン長野管内にある「JA虹のホール」は3施設あり、地域に密着した安心のセレモニーホールとして、お通夜からご葬儀、ご法要に至るまで、真心を込めてお手伝いをさせていただきます。葬儀のかたちも故人、ご遺族様のご意志に合わせ、自宅葬、寺院葬、ホール葬など、様々な葬儀に対応いたします。「相互扶助の精神」のもと、安心・信頼あるサービスを提供してまいります。

特徴1 24時間365日対応

もしもの時はお近くのJA虹のホールまでご連絡ください。24時間365日、深夜・早朝でも専門のスタッフが対応させていただきます。

特徴2 様々なご要望にお応えいたします!

長野県JA葬祭虹のホールグループでは「JA虹のホール」でのご葬儀だけではなく「ご自宅」や「寺院」など、JA虹のホール以外の場所でのご葬儀にも対応いたします。随時、事前相談を開催しておりますので、ご不安な事やご希望など予めご相談をいただくと、もしもの時も安心です。お近くのJA虹のホールへお気軽にご相談ください。

特徴3 JAグリーン長野の会員制度「葬祭会」のご案内

- 入会金: 10,000円
- 特典の適応範囲は、会員およびその同居家族とします。

特徴4 JA虹のペットセレモニー

一緒にすごした家族の一員だから・・・心から「ありがとう」を伝えたい。ご家族で感謝の気持ちでお見送りを。

JAグリーン長野 各JA虹のホールご利用の際の「会員特典」

特典1 ご利用金額より**30,000円割引**いたします。
※プランによって異なります。

特典2 葬儀対象故人が90歳以上の方はご利用金額から**25,000円割引**いたします。
※JA組合員は更にご利用金額から**50,000円割引**いたします。
※葬祭会会員であり、年金友の会会員の方はご利用金額から**10,000円割引**いたします。

割引合計: 最大115,000円の割引になります。

- 家族葬及び自宅・寺院葬における特典の適用は指定の葬儀セットを利用した場合に限ります。但し、90歳以上の会員割引及び年金友の会割引は適用されません。
- 割引の内容は葬儀会場、葬儀プランにより異なります。

特典3 JAよりシルクフラワーを供花させていただきます。

特典4 法事利用の際は会食会場使用料を無料とさせていただきます。
(但し、引き物等持ち込みなし、全利用の場合とさせていただきます。)
※法要会場利用料は別途申し受けます。

ペット火葬価格

22,200円～(税込)

【セット内容】
お骨箱・分骨ケース・
おわかれのくし

オプションで生花をご用意できます。写真はイメージです。

お別れ花 (税込) **1,650円**

お共え花 (税込) **3,300円**

お共え用花束 (税込) **5,500円**

篠ノ井

長野市民の憩いの丘陵「茶臼山」の麓、静かな街並みに建つ大型ホールです。柔らかな曲線で構成された美しいホールと広い駐車場が特徴。



- JR篠ノ井駅西口より徒歩17分。約100台の駐車場。どこからのご来館者様にもご安心いただける立地です。
- 茶臼山の姿に似て、大きく曲線を描くようにデザインされたホールは、建物に入る前から落ち着きを与え、厳粛な中にも爽やかな空気をかもし出します。



中澤 館長

心のこもった丁寧な対応を心掛けております。お気軽にお立ち寄りください。お茶を用意してお待ちしております。



家族葬室



通夜棟「彩雲館」

【住所】〒388-8011 長野県長野市篠ノ井布施五明3409

【TEL】026-299-7070

通夜室・
安置室完備

松 代

長野ICより6分というアクセスの良さと、歴史情緒あふれる松代に溶け込んだ「優しさ」と「おもてなし」の空間。最期の時間をゆっくりとお過ごしいただける通夜室も完備、様々なご葬儀に対応いたします。



- 長野市松代斎場から車で5分です。
- 遠方からのご来館者様にもご安心いただける立地です。
- 松代の街並みとほどよく溶け合い落ち着いた雰囲気の式場で、皆さまをお迎えいたします。



秋山 館長

松代の街並みをイメージした和モダンなホールが自慢です。スタッフ一同、温かい笑顔をお心掛けています。



通夜室 リビング



家族葬室

【住所】〒381-1215 長野県長野市松代町西寺尾1356
【TEL】026-278-8644

通夜室・
安置室完備

稲 里

国道18号線と長野南バイパスからほどよい近さの、アクセスに便利な立地です。伝統的で落ち着いた和風の外観が特徴です。



- 隣接するグリーンホールミナミと合わせ、様々なお式に対応いたします。



小林 館長

別館通夜室、ご安置施設の「虹空（そら）」など豊富な施設を備えております。なんでもご相談ください。



通夜・家族葬室 別館



虹空 ～SORA～(安置室)

【住所】〒381-2211 長野県長野市稲里町下氷鉦417
【TEL】026-283-2048

通夜室・
安置室完備

次世代へつなぐ食農教育 地域で取り組む田植え体験



女性部と青壮年部は、5月下旬から6月中旬にかけて、各地区の小学校と協力して田植えを実施しました。部員たちは、苗の植え方からお米ができるまでの過程を説明し、実際に児童と一緒に田んぼに入り、苗を手渡したり声を掛け合ったりしながら交流を深めました。5月28日に行った東条小学校5年生を対象とした田植えでは、青壮年部松代支部員5人が参加しました。はじめに部員が苗の持ち方や植え方を実演。児童たちは水田に張られたロープに沿って一列に並び、作業を開始しました。はじめは水田に入ることに少し戸惑う様子も見られましたが、作業が進むにつれて緊張もほぐれ、全員で「おいしくなれ」と声を掛け合いながら、元気に田植えを終えることができました。作業終了後、部員は「また稲刈りの時に会いましょう。近くを通った際は、自分たちが植えた苗がどのように育っているかぜひ見守ってください」と話しました。



田植えのサポートをする
女性部員(昭和小学校)



青壮年部員と一緒に田植え
(豊栄小学校)



植え方を教える青壮年部員
(東条小学校)



苗を渡してサポートする
青壮年部員(塩崎小学校)

「やさい市」世代を超えた交流の場に



買い物を楽しむ来場者



管内の若い世代の女性部員が集まるフレミズの農女会は6月21日、若穂で「やさい市」を開きました。「やさい市」は今年3月から月1回開催しており、会員が栽培した野菜や果物、手作りのお菓子などを販売しています。

当日は新ジャガイモの詰め放題を目玉に、新ゴボウやうめ、プラムなど初夏の訪れを感じさせる農産物を並べ、多くの来場者に販売しました。午前10時の開店とともに近隣の住民が来場し、早速ジャガイモ詰め放題に集まりました。来場者は「野菜を作っていないのでこういう機会はうれしい」と買い物を楽しんでいました。

代表の倉島さゆりさんは、「やさい市のコンセプトは、地産地消、世代間交流。季節の農産物の販売を通して、来店者同士の交流の場にもなっている。もっと世代を超えて交流できる場にしていきたいので、多くの人に来てもらいたい」と話しました。



グリーンコネクト先のJA情報をお届けします

近江

高校学園祭で地元食材をPR

JAグリーン近江は、本店近くにある県立八日市高校の学園祭「第79回棠楓祭(とうふうさい)」に初めて参加し、地元食材や近江牛の魅力を発信しました。学園祭では、地元飲食店と高校生が協力して運営する模擬店11店舗に、ファーマーズマーケットきてか〜なの農産物を提供しました。また、会場では近江牛の試食会を実施し、バーベキューグリルで焼き上げた近江牛を在校生や教職員に振る舞いました。2日間で約30キロ、約900人分を提供し、生徒たちは焼きたての近江牛のおいしさに笑顔を見せていました。その模様はJAの公式InstagramやYouTubeにアップされ、学生やその家族などに多く閲覧されました。

今回の取り組みを通じて、地域の若い世代に地元農畜産物の魅力を伝えることができました。JAでは今後も地域や学校と連携し、地産地消の推進と地域活性化に取り組んでまいります。



近江牛を振る舞う職員

女性部と夏の思い出作り!“お米”を使った“ごパン”を焼こう！

女性部では、地域のおいしいお米を多くの子どもたちに食べてもらいたいと考え、小学生を対象に、ご飯を使ってつくる“ごパン”教室を開きます。夏休みの思い出づくりにもオススメです！ぜひご参加ください。



教室は4回に分けて開催予定です。
ご都合の良い日程にぜひご参加ください！

- | | |
|-------|--|
| ① 日 時 | 7月30日(木)AM9:30～(3時間程度) |
| ② 日 時 | 8月 3日(月)AM9:30～(3時間程度) |
| ③ 日 時 | 8月 6日(木)AM9:30～(3時間程度) |
| ④ 日 時 | 8月10日(月)AM9:30～(3時間程度) |
| 対 象 | 小学生児童とその保護者(各回限定8組) |
| 会 場 | 若穂農産物加工所(若穂川田3285-1) |
| 内 容 | ご飯を使ったパン(全3種類)づくり、試食付き |
| 参 加 費 | 1組1,000円(パンのお土産付き) |
| 持 ち 物 | エプロン、三角巾、ふきん、ハンドタオル、マスク
うち履き(子ども用・大人用)、持ち帰り用の箱(袋) |
| 申込方法 | 右の連絡先にお電話ください。 |
| 申込締切 | 7月24日(金) |

ごパンってなあに？

「ごパン」とは、「炊いたご飯(白米)」を小麦粉とともに練って作るパンです。惣菜パンはもちろん、甘いパンもピタリ！

パパ・ママはもちろん、おじいちゃん、おばあちゃんのご参加も大歓迎です！

作ったごパンは、その場で試食するほか、お持ち帰りいただき、ご家族でお楽しみいただけます！

申込み・お問い合わせ
経済部くらしの支援課 TEL293-2061

部員が料理クラブの講師に



川中島町・更北・若穂の女性部3総支部では、地域の小学校の依頼を受け、料理クラブの講師を務めます。子どもたちへの食育活動を行うとともに、教育現場の支援を通じて地域貢献につなげていくことを目的としています。

川中島町総支部

川中島町総支部では6月30日、部員8人が川中島小学校でクラブ員29人に「サツマイモ餅」の作り方を指導しました。

はじめに料理の工程とポイントを確認し、児童が6班に分かれて調理開始。煮たサツマイモと餅をすりこ木で潰す工程では、班ごと順番に10回ずつ交代しながら潰しては混ぜる作業を行いました。できあがったサツマイモ餅をきな粉と混ぜる作業は、部員と児童で役割を分担して調理を行い、時間内に完成させました。児童は「サツマイモ餅を均等に分けるのが難しかった」と話しながらも、上手に取り分けおいしく完食していました。



サツマイモ餅をきな粉と混ぜる
部員と児童

更北総支部



ニラせんべいを焼く児童

更北総支部は6月22日、真島小学校クッキングクラブの講師を務めました。今回は農作業の合間やおやつとして食べられてきた「ニラせんべい」。はじめに部員が「『ニラせんべい』食べたことがあるかと思いますが、地域の食べ物として紹介します」と話しました。部員指導のもと、児童はニラを切って粉と混ぜて焼き、その焼けるにoin「おいしそう」と楽しく工程をすすめました。初めて食べたという児童も「おいしい」と話し、地域の食文化を伝えられました。家庭により作り方や味付けに違いがあることも話にあがり、いろいろな食べ方があることを知る機会にもなりました。

若穂総支部

若穂総支部では6月29日、部員4人が川田小学校を訪問し、クラブ員15人に「白玉だんごきな粉バージョン」と「白玉フルーツポンチ」の作り方を指導しました。ボウルに白玉粉と絹ごし豆腐を入れ、手で混ぜてこねる作業では交代しながら班ごとに行い、自分たちの人数に合わせて数を計算しながら白玉を丸めました。丁寧に丸めた白玉を部員のサポートのもとたくさん茹で上げました。その後フルーツポンチの担当と、きな粉をあえる担当に分かれてスムーズに調理が進行。児童たちは「白玉やわらかくておいしかった」と喜んでいました。部員は「みんなとても上手に白玉の生地をこねていた」と感心していました。



白玉作りをサポートする部員

果樹塾
2026

お問い合わせ
営農販売部
tel.292-0930

果樹栽培をはじめ作物を栽培するためには「土づくり」が欠かせません。今月号の果樹塾では、土づくりに有効な「土壌診断」について、改めてご案内します。土壌条件を把握したうえで土づくりをすることは、高品質な農産物を毎年安定的に生産することにつながります。また、基準を超えた養分については減肥をすることで、「施肥コストの低減」につながります。

土壌診断の時期

JAでは、年間を通じて「土壌診断」を受付しています。ただし、土づくりに生かすため、診断は施肥後を避け、施肥前に行うことを推奨しています。また、例年、9月から3月は多くの生産者から診断申込があるため、結果が出るまでに時間がかかる場合があります。(通常: 2~3週間程度、混雑時: 2カ月~) なお、土壌養分の変化は緩慢であるため、土壌診断を行う頻度は、3年に1回程度で十分です。

土壌診断処方箋

土壌診断(分析)結果は、「土壌診断処方箋」として、生産者にお返しいたします。必要に応じて、この結果をもとに、営農技術員が、施肥に関するアドバイスをを行います。



土壌診断メニューと分析項目

土壌診断のコースと分析項目は次のとおりです。

分析項目	畑地Aコース	畑地Bコース	畑地Cコース	水田用コース
pH	○	○	○	○
CEC	○	○	○	○
交換性石灰	○	○	○	○
交換性苦土	○	○	○	○
交換性加里	○	○	○	○
可給態リン酸	○	○	○	○
リン酸吸収係数	○	○	○	○
EC	○	○	○	可給態 ケイ酸
腐植		○	○	
アンモニア態窒素		○	○	遊離酸化鉄
硝酸態窒素		○	○	
可給態鉄		○		易還元性 マンガン
可給態マンガン		○		
可給態ホウ素		○		
可給態亜鉛		○		
可給態銅		○		
項目数	8項目	16項目	11項目	10項目
分析価格(税込) [※]	1,950円	5,450円	3,250円	3,000円

畑地Aコース(基本)

窒素・微量元素以外の主要な項目を分析。

畑地Bコース

すべての項目を分析。

畑地Cコース

基本のAコースに窒素項目を追加分析。窒素も分析し、施肥検討に向く。

水田用コース

水田専用。窒素以外に必要な項目を分析。

※令和8年6月22日より価格が変更となりました。

土壌診断を人の健康診断に例えると、CEC(陽イオン交換容量)は「胃袋の大きさ(数字が大きいくほど保肥力が大きい)」、pH(水素イオン濃度)は「体温」、EC(電気伝導度)は「血圧」、可給態(有効態)リン酸量は「年齢」などといわれます。果樹は一般的に、牛糞堆肥などの有機質を施用するため、相対的に加里やリン酸などが過剰に蓄積している場合が多い傾向があります。

土壌診断の申込み・進め方

流通センター・共選所、営農資材センター・JAファーム店駐在の営農技術員に「土壌診断」希望の旨をお伝えください。専用の封筒・診断依頼書をお受け取りいただき、診断依頼書に沿って「採土」を行い、書類とともに提出をお願いします。なお、土壌診断料は、原則、口座振替となり、分析結果がJAに届いた時点の翌月20日引き落としとなります。

土壌診断のポイント！

- 土(土壌試料)の採取は重要です。
- pH、EC、無機態窒素、リン酸、塩基類は施肥によって変化しやすい項目です。土壌採取時期や採取位置でも変化します。
- 微量元素はpHが変化していると見込まれる場合や生理障害が疑われる場合に分析すると良いでしょう。
- 土壌診断は、「化学性診断」として土壌養分は分かれますが、物理性(土の柔らかさなど)や生物性(微生物の有無など)は判断できません。作物生育の健全性を確保するためには、養分だけではなく、畑の透水性や排水性、作土の硬さ、日当たりや風通し改善も重要です。
- 土壌診断では樹の「樹勢」までは分かりません。日頃から樹を観察して、土壌診断結果を含め、「総合的に判断」しましょう。

今回は「茎枯病(アスパラガス)」と、アブラナ科の野菜やキク科の花に出る「白さび病」についてお伝えします。

茎枯病

被害に遭いやすい品目
野菜…アスパラガス

アスパラガス栽培における最重要病害。主に露地栽培で問題となり、過去には産地が壊滅した例もある。

発生時期・ 病徴

梅雨時期になると、株元～茎中段に病斑(写真①)が発生する。病斑が発生した部位は風に吹かれて折損し、養水分が吸えなくなった株は、次第に株全体が黄変する。(写真②)

アスパラガスは光合成によって合成した養分を根に貯め、萌芽の原資とする。このため、茎枯れ病によって光合成が行えなくなった茎が増えていけば、最悪の場合、養分が尽きることで株自体が枯死してしまう。



①茎枯病の病斑



②株全体の黄変

対策

病原菌は感染した茎に付着したまま越冬する。翌年の萌芽時期～立茎開始時期に降雨の跳ね返りによって新たな茎に感染する。これらの時期に、「耕種的防除」と「化学的防除」を両立させる。

「化学的防除」

○定期的な薬剤散布

農薬を効果的に作用させるためにも、梅雨、秋雨時期は重点的に散布する(7～10日ごと)。また、薬剤耐性菌を発生させないためにも、異なる系統(RACコード等)の薬剤をローテーションで使う。

「耕種的防除」

- 春の収穫前に前年の残さを処分する。
抜き取り(写真③)、ほ場外への持ち出し、焼却が有効。
- 立茎開始前に畝面への盛り土を行う。
(5cm)
- 夏秋穫り



③抜き取りを行う

白さび病

被害に遭いやすい品目 野菜…アブラナ科 花…キク科

病徴

主に葉に発生。茎にも発生が見られる場合がある。はじめは葉の裏面に小さな褐色ができ、やがて白く盛り上がり、大きくなるといぼ状となる。長期間、症状があると白色から淡褐色に変わる。葉の表面は周囲が不明瞭な淡黄色の斑点となる。発病した葉は、早期に枯死する。なお、ネギ等に発生するさび病とは病原菌が異なる。

発生時期

5月頃から徐々に増加し、9月頃まで発生が多い。特に梅雨時期や秋雨時期に発生しやすい。降雨が多い年や湿度が高い場合は発生が見られる。(近年では高温で降雨がない年が続いているため、発生は少なくなっている。)



コギクに発生した
白さび病

対策

風通しが悪いと特に発生しやすいため、込み合っている場合には間引き等を行う。また、農薬を散布する際は発生前からの予防防除を心がける。発病してしまった場合は、治療効果の高い薬剤を使用し、葉に薬剤が十分かかるように散布することが重要。発生した葉や株は、除去する。

アスパラガスセミナー 受講生募集!

長野農業農村支援センターとJAでは、アスパラガス栽培を新たに始める方を対象に基礎知識を伝授する「アスパラガスセミナー」を開催します。全3回を予定し、受講料は無料です。アスパラガスの出荷販売をめざし、ぜひご参加ください!

	開講日	時間	内容
①	8月21日(金)	PM1:30～ 4:30	生理生態、定植準備 など
②	9月中旬		立茎後の管理、病害虫防除
③	10月中旬		立茎後～刈取後の管理

※会場については、申込み後、都度ご案内します。

定 員 15名
申込期限 7月31日(金)

お電話にて
お申込みください

申込み・お問い合わせ 営農販売部
営農企画課(湯本)TEL292-0930

生活

JAに集まって"楽しみ"を増やそう! JA女性カレッジ 受講生募集

JAでは、管内にお住まいの女性を対象にした「JA女性カレッジ」の受講生を募集いたします。女性のみなさまが「やってみたいこと」を叶える講座です。ぜひお気軽にご応募ください。

対象	当JA管内にお住まいの女性で、応募条件を満たす方
受講期間	令和8年9月～令和9年8月
開講日	月1回、原則第3水曜日 AM10:00～12:00頃(初回のみ金曜日) ※会場の都合や内容により変更となる場合があります
初回	9月18日(金)AM10:00～12:00頃
入会費・年会費	無料 ※講座の内容により別途材料費がかかることがあります
定員	10名
応募締切	8月7日(金)
申込み	下記にお電話をいただくか、本誌折り込チラシの入会申込書に必要事項を記入し、各支所・よりそい店へご提出ください
応募条件	●「家の光」を年間購読している・される方 ●JAにお口座をお持ちの方・お作りになれる方 (講座で必要となる材料費等の決済に使用します) ●EメールまたはLINEにてやり取りできる方 (FAXも可能ですが、原則電子的なやり取りをお願いいたします)

カリキュラム(予定)

月	内容
9月	オリエンテーション&JAフラワーショーを見学 販売もあります
10月	蓼科バラクラフラワーショー&英国式アフタヌーンティーを楽しむ日帰りバスツアー
11月	麴づくり、発酵しごと

「家の光」年間購読は1か月分オトク

「家の光」には料理や家庭菜園、日々のくらしで役立つ・情報が満載!

「家の光」年間購読料
9,900円(税込)



詳細については、本誌折り込み募集チラシをご覧ください。

お問い合わせ・お申込み 経済部くらしの支援課 TEL293-2061

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(予定)

講座名	内容	開催日	料金	時間・場所
刃の研ぎ方	刃を持参して講習	7月16日(木)	-	10:00 JAファーム篠ノ井店 14:00 JAファーム松代店
病気に負けない菜園づくり ～噴霧器の基本とメンテナンス～	噴霧器の基礎知識、商品紹介、実演	8月20日(木)	-	10:00 JAファーム篠ノ井店
美味しい野菜を作ろう ～ゼロから学ぶ種まき～	種まきの基礎知識 暑さ対策、実演		-	14:00 JAファーム松代店
記念日にお花を贈ろう 寄せ植え講座	鉢植えのラッピング	9月17日(木)	培養土代 798円(税込み) +お花代	10:00 JAファーム篠ノ井店
たまねぎの栽培について (播種～収穫まで)	商品紹介		-	14:00 JAファーム松代店

※10/15(木)に予定しておりました「アップルパイづくり」は中止になりました。

備考

- ・前日までに事前にお申込みください。
- ・内容は予定であり、変更となる場合があります。内容については本誌にて毎月ご案内していく予定です。

お問い合わせ・申込み

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

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。

※7/17、18日で開催される「JA農機&資材フェスタ」ですが、17日(金)は農機具センターを
当番にて対応させていただきます。 当番店(篠ノ井・川中島・若穂)

○…営業8:30～17:10
△…午前営業(AM8:30～12:00)
―…休業

農業機械センター 連絡先	7月							8月								
	11 土	12 日	18 土	19 日	20 月・祝	25 土	26 日	1 土	2 日	8 土	9 日	11 火・祝	13 木	14 金	15 土	16 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)	△	-	-	-	-	-	△	-	-	-	-	-	△	-	-	-

熱中症対策アイテム紹介

JAファーム店で取り扱っている商品をご案内します。
アイテムを利用して、体温調節をサポート。からだへの負担を減らしましょう。

このほかにも店頭におす
めの商品がございます。

帽子

ウルトラライトハット



サイズ(M・L・LL)
色(ベージュ・カーキ・
ブラック)

帽子の内側に特殊素材ダイオミラーを使用。
熱をはね返し、風を通して涼しい。
一般的な遮熱防止よりも帽子内が涼しく快適。

アームカバー

ひんやり触感
タイプ
洗濯しても効
果が落ちない
「ずっとずっと
UVカット」機
能付きです。



冷感虫よけフェイスマスク



屋外作業の日
よけ虫よけに
最適。
冷感加工と虫
よけ加工でか
らだへの負担
を低減します。

草刈り用冷感タレ(帽子付き)



草刈り作業を
涼しく快適に
変える。水に濡
らして、絞って
振ると生地
の温度が下が
ります。

冷感タオル



水を含ませて使用するタイプ
気化熱利用で冷感が持続。

私もウルトラライトハットを
使っています。
強い日差しを防ぐことができ、
涼しいのでおすすめです。

農業資材課
坂井 担当



お問い合わせ

JAファーム篠ノ井店 TEL:299-3311
JAファーム松代店 TEL:290-6363

各営農資材センター、信田支所、大岡店での
取り扱いも可能ですのでご相談ください。

JAで公的年金を受け取ろう！

JAでは年金をお受け取りいただく方に、さまざまな特典をご用意しております。これから年金を受け取りになる方や、現在他金融機関で年金を受け取りの方も、ぜひ大切な年金はJAでお受け取りください！



JAで公的年金のお受け取りを開始いただいたお客様、またそのお客様をご紹介いただいた方のお二人に

① JAまごころ商品券(3,000円分) ② 地元JAオリジナルギフト

① または ②をプレゼント

JAまごころ商品券は、お近くの A・コープ等でご利用いただけます。



年金感謝デー

年金受給月のお引換期間内に、支所・よりそい店にご来店いただきますと生活用品をプレゼント

粗品には限りがございます。

JAでは「年金ご新規&ご紹介でみんなハッピーキャンペーン」を実施しております。お問い合わせは金融営業担当者、支所、よりそい店へお気軽にご相談ください。

当JAで年金をお受け取りいただいている方はJA虹のホール
ご葬儀・ご法事サポート特典が自動的に付与されます。

特典内容

- 利用最大割引：105,000円 葬儀1回限り
(会員30,000円、葬儀対象故人90歳以上25,000円、組合員：50,000円)
- 対象者：年金受給者ご本人のみ
- 会食会場使用料：法事利用時は半額（※条件あり 引き物持込無し・全利用の場合）



入会金
不要



篠ノ井支所金融営業渉外
月岡担当

農業用資材等高騰対策資金

JAグリーン長野は管内農業者の経営を応援します!!!



お借入当初3年間の「1.0%」※
利子負担を最大
JAグリーン長野独自利子補給を実施

※JAバンク利子補給後の金利に対して、最大1.0%
JAグリーン長野独自の利子補給をします。

期間：令和8年6月1日～令和8年12月30日

ご利用 いただける方	●JAグリーン長野の組合員(正・准)の方で、農業を営むもしくは従事しており、一定の条件を満たす方
対象となる お借入金額	100万円以上
資金の お使いみち	● 農業生産に直結する設備・運転資金(農地取得可) ● 農産物の加工・流通・販売に関する設備・運転資金 ● 他金融機関の農機具ローン借換資金 ● 再生可能エネルギー利用の取組を支援する発電設備等の取得資金
対象となる お借入期間	JAアグリマイティローン 短期資金：1年以内 長期資金：最長10年以内(据置期間3年以内) JA農機ハウスローン 長期資金：最長10年以内(据置期間6か月以内) 農業近代化資金 ※期間(据置期間)については別途定めがございます。詳しくは、支所窓口までご相談ください。
その他	融資要項、保証要項などで定める範囲内で対応

さらに! 組合員の保証料負担を軽減!!

- お借入金額200万円以上
- お借入時に“一括前払い”によりお支払いいただいた保証料を対象。

保証料ご負担額を「0円」に軽減します。

※本事業は一定額に達した時点で終了いたしますので、保証料助成を受けられない場合がございます。詳しくは当JA金融窓口までお問い合わせ下さい。

3年経過後の適用金利

JAアグリマイティローン：お借入期間10年の場合

固定金利3.12%

JA農機ハウスローン：お借入期間10年の場合

固定金利3.62%

●保証料別途 原則年0.20%～0.48%の保証料がかかります。(保証料助成事業あり)

●JAバンク利子補給を併用しお借り入れから一定期間(お借入当初3年間)のお借入れ金利を引き下げる制度です。本利子補給は当初のお借り入れ金額が100万円以上の方が対象となります。

●表示金利は令和8年6月15日時点の金利です。金利は毎月所定の基準日に見直しが行われます。

●詳しくは当組合金融窓口までお問い合わせ下さい。

令和8年6月15日現在

お問い合わせ・申し込みは金融営業担当者、支所、よりそい店にてお待ちしております。お気軽にご相談ください!

予定利率変動型年金共済 ライフロード

ゆとりある老後のために 早めの準備が大切です!

【福原通】

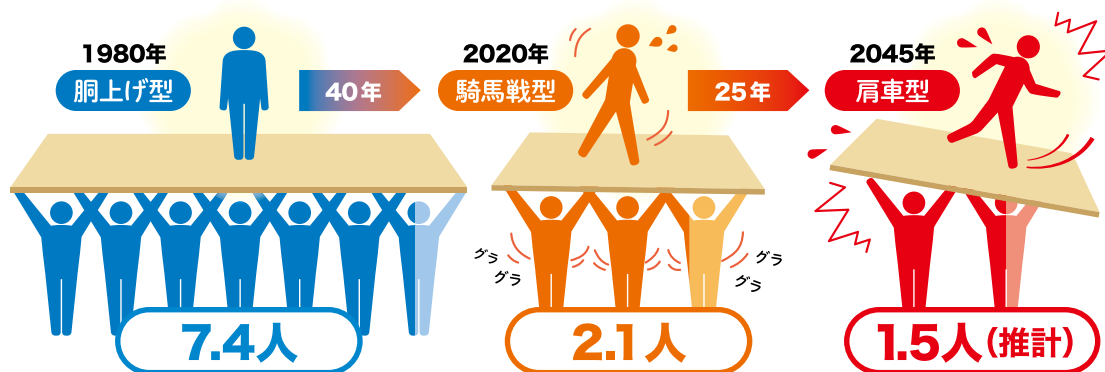


日本の公的年金のシステムは、いま働いている人たちから保険料を徴収し、年金の必要な人たちに分配しています。今後、少子高齢化が進み、20～64歳の現役世代の人口は減っていき、65歳以上の老年人口は急激に増えていく見込みです。

50年前に比べると、支える人と支えられる人とのバランスが変化し、支える人1人の負担が大きくなっています。また、少子高齢化による公的年金の支給開始年齢の引き上げ等も予想され、公的年金だけに頼るには不安があります。今後はますます「自分で備える」ことが必要になってきています。

公的年金制度の変遷

※65歳以上1人を支える15～64歳の人数



出典：内閣府「令和7年度版高齢社会白書(全体版)」

60歳までに「1,000万円」は準備したい!

60歳から毎年100万円×10年間(1,000万円)を受け取るためには…

■〈月払〉定期年金10年、60歳払込終了・年金開始、(年金年額100万円)、当初5年間の予定利率1.6%

加入年齢	性別	払込共済掛金	払込共済掛金累計額	6年目以降の予定利率 0.5%の場合(最低保証)		6年目以降の予定利率 1.0%の場合	
				60歳時の年金額	年金受取総額	60歳時の年金額	年金受取総額
20歳	男性	2万円	960万円	101万円	1,014万円	111万円	1,137万円
	女性			101万円	1,014万円	111万円	1,136万円
30歳	男性	2.8万円	1,008万円	103万円	1,038万円	111万円	1,136万円
	女性			103万円	1,038万円	111万円	1,135万円
40歳	男性	4.2万円	1,008万円	101万円	1,016万円	106万円	1,086万円
	女性			101万円	1,016万円	106万円	1,086万円

※年金受取総額は年金支払い期間中に全期間毎年年金をお受取りされた場合の受取総額を試算しています。※上表はあくまでも試算であり、将来の年金のお受取り額をお約束するものではありません。※1万円未満は切り捨て表示。※予定利率とは、共済掛金積立金を積み立てる際に適用されるあらかじめ定められた利率のことです。当共済に適用される予定利率は、ご契約当初5年は固定ですが、ご契約6年目以降は毎年見直されます。※ご契約時の予定利率は、毎年(掛金一時払の場合は毎月)設定されます。したがってご契約時期によって適用される予定利率が異なり、最低保証年金額が変更となる場合があります。※予定利率は共済掛金積立金にかかるものであり、お支払いいただいた共済掛金全体に対するものではありません。したがって、共済掛金全体に対する利回りは予定利率よりも低くなります。※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。(令和8年4月1日現在)

この資料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。

公的年金だけでは不足? 老後2,000万円問題??

ご夫婦2人に必要な1か月あたりの生活費は平均で約25.9万円^{※1}となっています。

1ヶ月あたりの収入例(公的年金等)
約20.1万円^{※2}

不足分

毎月約5.8万円の不足

60歳から90歳までの30年間に換算すると…

5.8万円×12ヶ月×30年
=2,000万円以上も不足!!^{※3}

※1・2 総務省統計局「家計調査(家計収支編) 2024年」(高齢者のいる世帯)世帯主の就業状態別1世帯当たり1ヵ月間の収支と支出
※3 金融審議会市場ワーキング・グループ報告書「高齢社会における資産形成・管理」

共済で節税できる?

年金共済(個人年金)は、税制適格特約を付加すると、年間の払込共済掛金に応じて、個人年金にかかる生命保険料控除を受けることができます。

所得税率10%^{※1}の方の場合^{※2}

所得税 4万円×10%=4,000円

住民税^{※3} 2.8万円×10%=2,800円

合計で毎年6,800円の
節税になります!

10年間:6.8万円 30年間:20.4万円

※1 課税所得金額195万円超330万円以下の場合、所得税の税率は10%です。
※2 年間の払込掛金の合計額が8万円以上の場合です。
※3 住民税の税率(所得割)は一律10%です。
※4 平成25年度からの復興特別所得税は考慮していません。
※5 令和8年1月末現在の法令等に基づき記載しています。将来の取扱いを保証するものではありませんのでご了承ください。

老後の大切な資金を計画的に貯めながら、節税にもつながります。

定年退職後でも農業収入や家賃収入があれば保険料控除を受けることもできるため、ぜひご相談ください。



JA共済

お問い合わせは
各支所・各センターへ

暑さに負けない食事

JA 長野厚生連 南長野医療センター篠ノ井総合病院
管理栄養士

暑い日が続くと食欲が落ちたり、体がだるくなったりしがちです。今回は暑さに負けない体を作るために、意識したい食生活のヒントをお伝えします。

夏バテが起こる原因

体温調節によるエネルギー消耗

暑い環境下では、体温を一定に保つために多くのエネルギーが消費されます。このため、通常より多くの栄養素とカロリーが必要になります。

食欲低下による栄養不足

暑さによる食欲不振で食事量が減少し、必要な栄養素が不足することで、疲労感や倦怠感が増加します。

発汗による栄養素の流出

大量の汗とともに、ナトリウム、カリウム、マグネシウム、ビタミンB群、ビタミンCなどの重要な栄養素が体外に排出されます。

睡眠の質の低下や暑さによる睡眠不足

睡眠不足は、疲労回復を妨げ、食欲調整ホルモンのバランスを崩します。

夏バテ状態が続くと「食欲低下」や「体重減少」、「活動量低下」となり**フレイル(虚弱。加齢により体力や気力が弱まっている状態)**を引き起こしやすくなります。

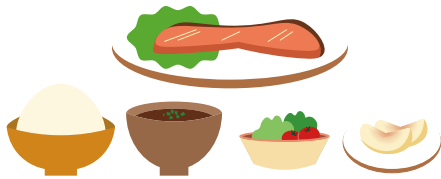


夏バテ防止のための食生活のヒント

①食事は3食バランスよく

食欲がなくても、なるべく1日3食エネルギーのあるものを食べましょう。

卵や魚、肉類や乳・乳製品などのたんぱく質源、野菜や海藻、果物などのビタミン・ミネラル類をバランスよく取り入れましょう。



②冷たいもののとりすぎに注意

冷たいものは胃腸を壊し、さらに食欲低下につながります。温かい飲食物も上手に取り入れましょう。

③香辛料・香味野菜の利用

食欲がわかないときは、無理しないことも大事ですが、香辛料などのちょっとした工夫で食欲がわくこともあります。胃腸が弱い人や体調が悪いときには使い過ぎに注意しましょう。

④ビタミン・ミネラル類の補給を

汗と一緒に体に必要なミネラルも排出されてしまうため、夏場はビタミン類やミネラルの必要量が増えます。旬の野菜や海藻を摂取しましょう。

⑤疲労をためないようにする

★夏はビタミンB1の消費が増えます

不足すると疲労感、脱力感が生じ、消化・吸収能力が低下し食欲不振という悪循環が起こります。「アリシン」が含まれる食品(たまねぎ、にら、長ネギ、にんにく、ショウガなど)で吸収アップ。

★クエン酸の摂取を

かんきつ類(レモン、オレンジなど)や酢(主成分は酢酸)、トマト、梅干しなどに含まれる「クエン酸」には疲労の原因となる乳酸を排出する機能があります。

ビタミンB1を多く含む食品

- ・豚肉・うなぎ・大豆・落花生
- ・玄米・小麦胚芽



⑥規則正しい生活を

十分な睡眠と適度な運動(活動)を心がけましょう。

※運動、入浴、睡眠前など汗をかく前に水分補給をしましょう。

※強い運動は避けましょう。



まとめ

夏の暑さは体に大きな負担をかけますが、日々の食事の工夫でその疲れを和らげることができます。今回お伝えしたポイントを取り入れながら無理せず体調を整えていきましょう。

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。

ぜひお問い合わせでご参加ください。

お問い合わせ 経済部くらしの支援課 Tel.293-2061

【7月・8月の開講予定】

開催日時 ① 7月21日(火) AM10:00～

② 8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認知症予防(長野松代総合病院)

②口腔ケア(南長野医療センター篠ノ井総合病院)

参加費 100円



流通センター・共選所 短期アルバイト募集！

各流通センター・共選所では、もも・りんごなどの選果・荷造りに携わる一般アルバイトを募集しています。
高校生・大学生・専門学生も大歓迎！簡単な作業が多く、未経験の方でもすぐに働けます。
ぜひお気軽に、お電話、または直接ご希望先へおかけください。

仕事内容 もも・りんご等の選果・荷造り業務
資格 一般・学生(高校生以上)
勤務地 1～5参照
勤務時間 8:30～17:00
(休憩1時間30分／実働8時間)
※作業開始・終了時刻は日により変動有
給 与 時給
1,065円～
センター業務での経験者優遇(時給加算あり)
繁忙期手当(7月1日～8月31日)150円の
時給加算あり
☆繁忙期手当を加算すると時給は1,215円～
休 日 週1回
※ほか、休日のご相談にのります
応募方法 勤務を希望する1～5のセンターにご応募
ください。

募集センター	勤務期間	勤務先住所	電 話	担当
1 西部青果物 流通センター	7月上旬～	篠ノ井石川 428	293-4668	松坂
2 信更果実 流通センター	8月上旬～			
3 東部青果物 流通センター	7月中旬～	篠ノ井東福寺 1940	292-0082	和田
4 川中島共選所	7月中旬～	川中島町御厨 909-1	284-4475	清水 高橋
5 若穂果実 流通センター	7月上旬～	若穂川田字 須田町240-1	282-2002	大日方

お問い合わせ・申込み
各流通センター・共選所



出資配当金に関するお知らせと振替増資のお願いについて

去る5月27日開催の「第33回通常総代会」にて決議された「出資配当金」につきまして、年1.25%(所得税源泉徴収税率20.42%が控除されます)の割合で配当いたします。なお、令和7年度内の増資および新規加入については日割り計算です。配当金の入金については、ご本人のJA口座に8月14日にお振込みを予定しております。
また、配当金額が出資金1口(1,000円)以上となる方に対し、本誌7月号をお配りするとともに、「振替増資のお願い」にお伺いしております。出資金は、組合員のみなさまが出資し、みなさまのためのJA事業をすすめるための資本金となります。今後も「組合員のためのJA」として盤石な経営基盤の確保と、さらなる発展に向けて取り組んでまいりますので、振替増資につきまして、ご協力をお願い申し上げます。

出資金振替承諾書提出先 お近くの支所・よりそい店
提出期限 7月31日(金)

お問い合わせ
各支所・よりそい店



オートパル篠ノ井センターからお知らせ

オートパル篠ノ井センターでは8月31日(月)まで「夏得キャンペーン」を開催しています。期間中は新車のJAハイゼット・JAサンバー・JAキャリイをご成約の方に3大特典がついてきます。ぜひご利用ください！

- 特典1. フロアマット&ロングバイザープレゼント
- 特典2. BOXティッシュ90箱プレゼント
- 特典3. 下回り防錆塗装6,600円割引

夏季休業のお知らせ

8月11日(火)～16日(日)の期間、夏季休業とさせていただきます。

お問い合わせ先 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



JAファーム店 盆中の時間短縮営業について

JAファーム店は、8月13日(木)～16日(日)の盆期間中は、時間短縮営業をさせていただきます。
なにとぞご理解をお願い申し上げます。

対象店舗 JAファーム篠ノ井店・JAファーム松代店
時間短縮期間 8月13日(木)～16日(日)
期間中の営業時間 9:00～17:00

お問い合わせ
JAファーム篠ノ井店 TEL 299-3311
JAファーム松代店 TEL 290-6363



ご利用ください JAセルフ給油所

JAセルフ給油所にてオトクに給油ができる「割引QRコード」(クーポン)をお届けいたします。
ぜひ、給油の際に機械にかざしてご利用ください。



▲7月31日まで有効

ご利用いただけるJAセルフ給油所

アグリしなのセルフ TEL293-5660
長野インター松代セルフ TEL290-6122
川中島セルフ今井 TEL285-7770
南長野公園前セルフ TEL293-4831



川中島共選所の直売所閉店に伴う対応について

ももの直売拠点として長年ご愛顧いただきました「川中島共選所直売所」につきまして、閉店することとなりました。閉店後の農産物は、松代農業総合センター農産物直売所にて販売してまいります。みなさまのご理解を賜りますようお願い申し上げますとともに、直売拠点移転後も引き続きご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

閉店の経緯

川中島共選所直売所は、平成元年に開店し、川中島地区を中心に栽培された「家庭用向けの果実」を特別価格で販売してまいりました。

近年、施設の周辺環境の変化や駐車場、交通への影響等が課題となり、閉店させていただく運びとなりました。多くのみなさまの長年のご愛顧に心より御礼申し上げます。

お問い合わせ 営農販売部 TEL 292-0930

閉店後の販売対応

川中島共選所直売所で取り扱ってまいりました家庭用向け果実は、「松代農業総合センター農産物直売所」にて引き続き販売してまいります。

販売施設 松代農業総合センター農産物直売所
(住所) (松代町東寺尾3588)

営業時間 平日 AM9:00~PM4:00

土・日・祝 AM9:00~PM2:00

盆期間の営業 8月13日(木)・15日(土)・16日(日)
いずれもAM9:00~12:00

休業日 8月14日(金)

ももの販売期間 7月下旬以降8月下旬まで

留意事項 入荷状況により、購入個数制限をさせていただきます。お並びいただいても購入いただけない場合もありますので、ご理解をお願いいたします。

※A・コープファーマーズ3店舗(松代・篠ノ井・南長野)でも販売をいたします。



まごころ宅配のご紹介

ここがオススメ! A・コープまごころ宅配の「3つの特徴」

おまかせ
コースで
注文いらず

毎週2回、決められた曜日に食材をご自宅までお届けします。
※お届け曜日は地区により異なります。

管理栄養士が
バランスを考慮した
宅配メニュー

管理栄養士がバランス良く組み合わせた食材をお届けする「おまかせコース」が一番人気です。

こだわりの
食材

生鮮食品は産地にこだわり、加工品は無添加・低添加を基本にお届けします。



まごころ宅配

商品のご案内

(株)長野県A・コープまごころ宅配センター(千曲市)から全県にお届けいたします。

- ・お届けは**お昼前後から17:30頃**の予定となります。また、配送曜日は現状と変更になる場合があります。
- ・お届け手数料は**税込370円/回**になります。(一部地区ではお届け手数料が異なる場合がございます)

管理栄養士監修によるバランスのとれた食事づくりをご提案します。

- ・お料理アドバイスや、食と農の情報誌をお届けいたします。

県産・国産の農畜産物を優先し、新鮮・安全・安心・健康にこだわった商品をお届けします。

- ・店舗の幅広い品揃えの中から、長野県A・コープ自慢のオリジナル商品や「信州ポーク」、バイヤーおすすめ品などもお届けします。
- 店舗のご当地フェアなどと合わせ魅力ある商品も提案します。

ご利用コース

おまかせコース
[8品~10品]

例:2人用
月額 税込約29,000円
お届け予定商品の量は調整できます。

いきいき便利コース
[9品~10品]

小セット(1~2人用)
月額 税込約10,000円
※お届け曜日は月・火・水のいずれかとなります。

選べるコース
[宅配新鮮だより]

長野県A・コープの人気商品など
毎週約110品から
お選びいただけます。

定期配送品

毎日必要な食品や、
長野県A・コープオリジナル
商品など約17品に集約
しました。

まごころ宅配WEBの お申込はこちら

まごころ宅配がWEBでのご注文が可能に!

- ①ご自身のスマートフォンやパソコンからご利用できます。
- ②ご注文締切日まで何度でも数量変更が可能です。
- ③定期品「牛乳・卵」なども都度変更可能に。
- ④ご注文履歴を確認できます。

まごころ宅配WEB申込はこちら
<https://www.takuhai.nagano-acoop.co.jp/>

A・コープ友の会会員様にお得な特典!

年間税込10万円以上ご利用の方に、
長野県A・コープ友の会ポイント**500ポイント**プレゼント!

長野県A・コープ
友の会会員サービスは
こちらをチェック!



お問い合わせ (株)長野県A・コープまごころ宅配センター

〒387-0001 千曲市大字雨宮317 TEL:026-214-7817 [受付時間] 9:00~17:00(土日祝日・年末年始除く)



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。「営農相談会」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 営農相談会

開催日	時間・会場	申込期限
7月30日(木)	9:00～12:00 大岡店	7月21日(火)
8月20日(木)	9:00～12:00 信里店	8月6日(木)
	13:00～16:00 更北支所	
8月27日(木)	9:00～12:00 若穂支所	8月13日(木)
	13:00～16:00 松代支所	

個別相談会のお申込み方法

- ◇相談会は、より具体的なご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。

相談会開催日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。

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。

お問い合わせ 営農販売部営農企画課
(担当:近藤) TEL292-0930

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

JAのうごき

理事会(第4回) 6月26日(金)

協議事項

- (1)役員報酬の決定について
- (2)ディスクロージャー誌の決定について
- (3)諸規程等の変更について
- (4)マネロン等の防止にかかる対応状況について
- (5)(株)ジェイエイグリーンの業務執行体制について
- (6)出資金の減口について
- (7)組合と理事との契約について
- (8)農業開発事業について

監事会(第3回) 6月23日(火)

- (1)令和7年度末基準 財務モニタリング報告および監事意見について
- (2)令和8年度 期中監事監査について

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 6月15日(月)

- ・自主検査結果(定期報告)について
- ・コンプライアンスの実践状況について(令和8年5月)
- ・自主検査の実施状況について(同)
- ・課内会議の意見集約について(同)

経営会議 6月17日(水)

- ・コンプライアンスの実践状況について(令和8年5月)
- ・自主検査の実施状況について(同)
- ・課内会議の意見集約について(同)
- ・コンプライアンス研修「職員の交通安全について」

一般職コンプライアンス研修会 6月24日(水)・25日(木)

- ・不祥事の未然防止について
- ・内部通報制度について
- ・個人情報等の漏えい防止について

コンプライアンス委員会 6月26日(金)

- ・マネロン等の防止にかかる対応状況の半期報告について
- ・自主検査結果(定期報告)について

長野県JAバンク推進大会で受賞

長野県JAバンク推進大会が6月12日、長野市のアクティーホールで開催されました。

同大会は事業推進強化を目的に毎年開いており、令和7年度金融事業で優秀な成績を上げたJA・店舗・渉外担当者が表彰されました。

JAグリーン長野は競進会優秀賞、優績店舗コンクールでは篠ノ井支所、中津支所、松代支所が受賞し、優績渉外担当者コンクールでは、最優秀賞に7人、優秀賞5人、新人賞2人と多くの職員が受賞しました。



協同の成果 (令和8年5月末/6月経営会議報告)

農産物販売高……………3億9,340万円
購買品供給高……………16億8,278万円
貸出金……………614億2,644万円
貯金……………2,005億5,691万円
長期共済保有高……………4,954億7,265万円

組合員数(5月末)……………20,198名
正組合員……………8,501名
准組合員……………11,697名

JAグリーン長野
ホームページ
(<https://www.ja-gm.ijian.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.206

【材料】4～5人分

キュウリ…………… 3本
レタス…………… 10枚
ニンジン…………… 1/2本
紫タマネギ…………… 1/2個
かにかまぼこ…………… 3本
サラダチキン…………… 1枚
ライスペーパー…………… 10枚
エコープこだわりドレッシングゆず味
エコープこだわりドレッシングたまねぎ黒酢味

キュウリたっぷり生春巻き



【作り方】

- 1 キュウリ、ニンジンは半分の長さの千切り、紫タマネギは薄切りにする。レタスは手のひらサイズにちぎる。かにかまぼこ、サラダチキンはほぐす。
- 2 ライスペーパーを準備する。ライスペーパーが1枚広げられる大きさのふきんを用意し、水で濡らしてかたく絞り、台の上に広げる。ボウルに水を入れる。

- 3 ライスペーパーを1枚ずつボウルの水につけて戻し、ふきんの上に広げる。手前側にレタスをのせ、その上にキュウリなど具材を置く。ライスペーパーを手前から具を押さえながらきつくひと巻きし、左右を折り込み、巻く。
- 4 春巻きを半分または3等分に切り皿に盛り、エコープこだわりドレッシングゆず味、たまねぎ黒酢味を添えて完成。

キュウリや季節の野菜を巻いて、野菜をたくさん食べましょう。おつまみにも最適です。エコープこだわりドレッシングゆず味とたまねぎ黒酢味、春巻きに合います。



女性部若穂支部のみなさん



1 キュウリはたくさん、歯ごたえよく千切りに。



3 ライスペーパーは使う都度1枚ずつ水で濡らして、濡れふきんの上で巻くと作りやすい。指先も水に濡らすとくっつきにくい。



4 春巻きを半分または3等分に切って、彩りよく盛りつける。



今月の主役



キュウリ

きゅうりの成分は約95%が水分であり栄養がないと思われがちですが、水分が豊富に含まれており、体にこもった余分な熱を逃がす効果があるとされています。汗をかいて不足しがちな水分とミネラルを同時に補給できるため、熱中症対策にも効果的です。他にもカリウム、ビタミンC・Eなどのビタミン類、緑色の皮にはβ-カロテンも含まれます。カリウムは体内から

余分なナトリウムを排出し、高血圧予防にも効果的です。ちりめんじゃこと一緒にごま油で炒めるなど、炒め物にしても意外な美味しさを楽しめます。きゅうりを食べて暑い季節を乗り越えましょう!

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

EverGreen

2026 Vol.389

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)

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
※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

組合員の皆さまをホームゲームに 特別にご招待します!

JAグリーン長野は、8月8日(土)に長野Uスタジアムで開催される2026/27明治安田J3リーグ第1節「AC長野パルセイロvsレノファ山口」に冠スポンサーとして協賛します。日頃の感謝を込めて組合員の皆様をホームゲームに特別にご招待します。今年もイベント盛りだくさん! JAグリーン長野産のおいしい桃の抽選プレゼントやJAグリーン長野農産物試食会などをご用意しております。サッカーの白熱したゲームと地元的新鲜な農産物をこの機会にお楽しみください!!

抽選で
50組100名様
ご招待!!



JAグリーン長野 Presents

2026/27明治安田J3リーグ[第1節]



©2008 PARCEIRO

AC長野パルセイロ vs レノファ山口



©2013 RENOFA

2026 **8/8** 土 18:00 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

おいしい桃をゲットしよう!

8/8(土)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!



8/8日
限定

JAグリーン長野 組合員様限定

抽選で 50組100名様無料ご招待

下記のQRコードからご応募ください。

お申込期間 2026年7月8日(水) 10:00 ~ 8月1日(土) 23:59まで

当選連絡 2026年8月4日(火)

*当選者にのみ入力いただいたメールアドレス宛にご連絡いたします。

当日の入場方法 試合当日は「JAグリーン長野ブース」にて引き換えチケットをご用意しております。受付にてお名前をお伝えください。

*同伴者分もお申し込みされた方は同伴者のお名前もお伝えください。

観戦チケットに関するお問い合わせ ■株式会社ながのアド・ビューロ TEL.026-291-8601

営業時間 ■9:00~18:00(日曜・祝日は除く)



*試合当日、会場内駐車場は大変混雑しますので、ご来場には公共交通機関等をご利用ください。