

EverGreen

エバーグリーン

暑さをのりきるために
熱中症対策

特集



2026
Vol.390

8

次世代へつなぐ豊かな実り 自然と共に歩む住澤さんの農業

サンキスドファーム 代表

住澤 祐樹さん



リ्यूージュの選手として活躍した住澤さんは、引退後にお世話になっていた企業へ入社。その後務めた企業で農業分野を担当しました。それをきっかけに農家として独立し、今年で4年目を迎えます。サンキスドファームという屋号には、太陽の光をたっぷり浴びて育つ作物と、自然の力に寄り添う農園でありたいという強い思いが込められています。

現在はトウモロコシを主軸に、サツマイモ、長ネギ、ぶどうなどを栽培しています。

「4年目で作業スキルが上がってきた」と話す住澤さん。毎年経験を積むことで、いくつもある畑ごとの特徴がわかり始め、それに合わせた施肥など作業のすすめ方が見えてきたとのこと。

住澤さんがトウモロコシを栽培品目として選んだ理由は、「食べたときのおいしさに衝撃を受けた」という自身の直感です。全国の美味しいトウモロコシを食べ比べた経験から、栽培するトウモロコシは2品種。黄色の「プレミアム味来^{みらい}」。白色の「白い恵味^{めぐみ}」。特に「白い恵味」は、長野市で生まれた品種で、「100%長野市産というのをつくりたくて」と選び、絶対の自信を持っており、長野市生まれの長野市育ちというストーリーも大切にしています。

住澤さんは「自然の力を借りて作っている」との思いから、環境に配慮した栽培方法で持続可能な農業を重視しています。

取材に訪れたこの日、見てもらいたいと案内されたのは、畝と畝の間に有機マルチといわれる、きのこの培地を基本に堆肥や大豆のしぼりかすな

どを混ぜたものをまいている畑。有機マルチを敷いたところは、猛暑の中でも土の乾燥を防ぎ、土壌改良にもなるとのこと。草の管理については、リビングマルチ（土の表面を栽培品目とは別の生きた植物で覆い雑草の対策をする）を活用しています。有機マルチやリビングマルチを使い、化成肥料やビニールマルチに頼らない農法を実践しています。

農園のトウモロコシは、7月中旬から収穫を迎え、約1か月半、1日2000本から2500本収穫する日が続きます。主にJAやA・コープの直売所、個人贈答で販売を行い、子どもからお年寄り、ペットまでその美味しさが広がり、「お客さんからの反応や喜びの声が自分のやりがい」と話します。これからについて住澤さんは、「もっと美味しいものを作れると思っている」と話し、「次世代へ地域農業を残していくことや、持続可能な農業の基準モデルを確立し、環境変化に強い農業をしたい」と決意を語りました。みなさんに喜びと美味しさを届けようと、目指す未来へ歩みをすすめています。



氏名(年齢) … 住澤 祐樹さん(46)
営農地域 … 松代町
栽培品目(面積) … トウモロコシ(7ヘクタール)
主な出荷先 … J A流通センター、個人贈答
農作業従事者 … 本人・パート7人

「もも」出荷開始！ 消費拡大に向けてPR

JAでももの出荷が本格化しました。7月22日には川中島共選所でマスメディア向けのお披露目会を開き、主要品種である「あかつき」や「川中島白鳳」の出来栄を紹介しました。今年は、天候に恵まれて凍霜害などの大きな被害もなく、定期的な降雨により玉肥大も良好で、例年より5日から7日ほど早い収穫期を迎えています。

お披露目会当日は、生産者が軽トラックで次々と収穫したももを持ち込み、約1400ケース(10トン)が荷受けされました。小林寛久常務は、「県内外へ広く出荷されるももを通じ、消費者には元気に夏を乗り切ってほしい」と話しました。また、もも部会川中島共選所支部の内村善則支部長も、「色づきや形が良く、甘みの強い大玉のももが収穫されている」と品質に自信を見せました。

同JAでは今後、「なつっこ」や「川中島白桃」・「黄金桃」を順次出荷していく予定です。今シーズンはもも全体で、9月中旬まで、地元や東京、大阪、愛知などへ計34万ケース(約1700トン)の出荷を見込んでいます。



ももをPRする内村支部長

「もも」出荷に向けて目揃い会を開催



出荷規格を確認する生産者

もも部会では「あかつき」「川中島白鳳」の本格出荷に合わせて、7月17日・20日に目揃い会を開きました。篠ノ井の東部青果物流通センターでは、17日に午前と午後に分けて開催され、約90人の生産者が集まりました。営農技術員が収穫の目安や選果基準などを説明し、着色や玉の大きさについては見本果を用いて確認を行いました。あわせて、病虫害防除の徹底や適期収穫を呼びかけました。

おいしさの追求と品質管理 プルーン・スモモ出荷講習会を開催



特産果樹部会は7月6日、篠ノ井の西部青果物流通センターにて、プルーン早生種およびスモモの収穫・出荷講習会を開き、生産者17人が参加しました。営農技術員が、栽培上の注意点や作業の注意点を説明しました。特に、降雨が多い時期は灰星病が発病しやすいため、収穫前の防除を徹底するよう呼びかけました。

収穫や荷造りの作業工程では、果実の品質を左右する白い果粉(ブルーム)を落とさないような丁寧な取り扱いを求め、出荷規格表に基づき等級や階級の確認をしました。講習の後半では、実際の出荷物を使い参加者全員で品質基準を共有し、本格的な出荷シーズンに向けて万全の体制を整えました。この講習は、果実が本来持つ魅力を余すことなく消費者に伝え、思わずもう一粒と手が伸びるような高品質な果実の出荷を共通の目標に掲げています。



出荷規格を説明する営農技術員

目次

Green Spot 人	2
Green Topics	3
Special Issue 特集	6
農力アップ塾	8
Member's Power	10
健康長寿学	11
JAポスト	12
今月のオススメ!	13
Green Information	18

今月の表紙

第14回フォトコンテスト「大地の恵み、みのりのぶどう」



褒賞 広報誌採用賞

撮影者 市川みどり

撮影地 若穂

撮影月 8月

講評 (フォトコンテスト審査員)

丁寧に袋がけされたぶどうを大迫力に収め、袋越しでも豊かな実りが伝わる作品です。一面に吊られた袋がつくる反復と奥行きがとて強く、農作業の痕跡がそのまま風景になっています。

主要3都市で販売推進会議を開催 高値販売と安定供給へ連携強化



J Aは7月2日、3日の両日、名古屋、大阪、東京の重点取引市場3カ所で「県外販売推進会議」を開きました。会議では今年の生育状況および現在の出荷状況を報告。また、産地の思いとして小林寛久常務は、生産コストが上昇しているため、価格転嫁を含めた高値での取引を各市場へ要請しました。これに対し、各市場からは、全国的に生育や出荷が早い状況が共有されたほか、現在の市場取引価格、消費動向などの確認が行われました。また、青果物のお荷拡大に加え、市場で取り扱いが減少しているトマトやキュウリなどのさらなる出荷について協力の要望がありました。J Aは、今後も取引市場との連携をさらに強化し、販売拡大に努めます。



市場に協力を要請する小林常務

ボウリングで深まる会員の絆



年金友の会(当J Aで年金を受給されている方の会)は7月16日、アピナボウル篠ノ井店で今年で2回目となるボウリング大会を開きました。当日は43人の会員が11レーンに分かれて熱戦を繰り広げました。マイボールやマイシューズを持参し慣れた手つきでプレーする方や、何十年ぶりにプレーする方まで幅広い層が集まり、それぞれのペースで交流を深めました。ストライクやスペアが出るたびに会場からは大きな歓声や拍手が上がり、チームメイトとハイタッチを交わして喜び合うなど、始終和やかな雰囲気の中プレーは進みました。参加者からは「こうして大勢の仲間とプレーすると、また違った楽しさや活気があってうれしい」といった声が聞かれました。

同J A年金友の会では、今後も会員同士の交流をより一層深めるため、マレットゴルフ大会や1泊2日の温泉旅行などのイベントを計画しています。



ボウリングを楽しむ会員

量販店向け コギク出荷講習会を開催



花き部会菊専門部は7月13日、取引先市場を招き「量販店向けコギク目合わせ出荷講習会」を開きました。生産者18人が参加し、今年の販売情勢の説明を受けたのち、取引価格について要望が出されました。販売担当者はお盆前までの出荷を依頼し、7月中旬からお盆前まで週ごとの取引価格を確認しました。また、営農技術員は、集荷日や集荷時間の再確認、出荷規格や出荷前防除について説明しました。今年から出荷用段ボールのサイズが変更となるため、箱詰め方法や注意点についても確認しました。8月中旬までに全体で28万本の出荷を目指します。



箱詰め方法を実演する営農技術員

信田種子センター竣工式



J Aは7月21日、信田種子センターの竣工式を執り行いました。当日は、若林健太衆議院議員、長野県長野農業農村支援センター、長野市農林部、J A全農長野県本部、施工業者、ならびに信田水稻採種部会、りんご部会信更支部のみなさまをお招きし、栗狭神社宮司により神事を斎行いたしました。

信田地区の水稻種子の生産は昭和28年の採種委託開始以来、栽培面積を拡大しながら県下の水稻種子の約27%を占める水稻産地として継続してまいりましたが、信田種子センターの施設および機械設備の老朽化に伴い、維持管理に支障をきたすようになりました。これを受け、令和元年10月に建設検討委員会を立ち上げ、今後のあり方を検討してまいりました。



あいさつをする栗林組合長

J Aでは、当地区における優良種子の安定供給を継続するため、国の補助事業を活用し、この度、信更果実流通センターを改修、信田種子センターとして新設する運びとなりました。新たな施設には比重選別機や色彩選別機などを導入し、作業の効率化と異物混入の防止、ならびに作業における安全性の向上に取り組んでまいります。

今後も、優良種子の生産拡大・安定供給に向け、より一層努めてまいります。

令和8年度新採用職員辞令交付式



決意表明をする原担当

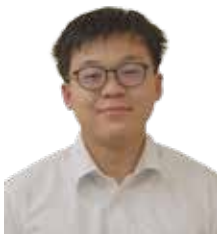
J Aは7月1日、7人の新採用職員を正職員として迎え、篠ノ井のグリーンパレスで辞令交付式を行いました。式の中で栗林和洋組合長は、試用期間3ヶ月の労をねぎらい「本日より正職員です。体調管理に努め、気を引き締めて業務に励んでください。今後のさらなる活躍を期待しています」と激励しました。

新採用職員を代表し、中津支所総務課・金融課・共済課所属の原和博担当は、「入組から3か月、周囲の支えで苦難を乗り越え正職員となりました。初心を忘れず、組合員のみなさまの信頼と期待に応えられるよう責任を持って職務に励みます」と決意表明しました。

令和8年度 新採用職員のご紹介

篠ノ井支所総務課・金融課

かわはらだ あゆま
河原田 歩磨



持前の探求心で知見を広げていくと共に、ご来店された方々に寄り添った丁寧な対応でみなさまに信頼していただけるよう頑張ります。組合員・利用者のみなさまのお役に立てるよう、精一杯努力いたしますのでよろしくお願いいたします。

篠ノ井支所総務課・金融課

しみず みづき
清水 美月



みなさまに安心してご利用いただけるように、明るく・正確に・迅速にを常に意識して行動してまいります。まだまだ不慣れなことが多いので、いち早く業務を覚えて、立派な職員になってみせます！どうぞよろしくお願いいたします！

松代支所総務課・金融課

みやお はるか
宮尾 春香



組合員・利用者のみなさまに寄り添った温かく笑顔溢れる窓口対応を心がけております。趣味はメダカ飼育で現在40匹程飼育しています。一日も早くみなさまのお力になれるよう誠心誠意努力してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

中津支所総務課・金融課・共済課

はら かずひろ
原 和博



持ち前の元気で日々みなさまが安心して利用していただけるよう努めます。不慣れなところもありますが精一杯頑張っていきますのでよろしくお願いいたします。

営農販売部営農企画課

しおだ ふみや
塩田 文也



どんな事にもひたむきに取り組む、より多くの方にサポートができるよう努めます。営農に関して不安な面もありますが、農家の方々の悩みや相談に真摯に向き合っていきます。みなさま、これからよろしくよろしくお願いいたします。

営農販売部営農企画課

なかむら こうき
中村 宏樹



野菜、米穀の技術員として川中島共選所に駐在しています。野菜やお米等の栽培などについてお困りのことがありましたらお気軽にお声がけください。まだ、至らぬ点もあるかと存じますが、精一杯頑張ります。よろしくお願いいたします。

更北支所総務課・金融課

にしむら りつか
西村 六花



笑顔で明るく、みなさまに安心していただける対応ができるよう努めます。お困りのことがあれば、いつでもお気軽にお声がけください！まだまだ努力を惜しまず精一杯頑張りますので、これからどうぞよろしくお願いいたします。



暑さをのりきるために

熱中症対策

高齢者、こども等は熱中症になりやすいので特に注意し、身近な方も見守り・声をかけあいましょう。

身近な場所での暑さ指数(WBGT)を確認し、涼しい環境以外では、作業や運動等を中止しましょう!!

熱中症の危険性

暑さ指数(WBGT(湿球黒球温度))とは、熱中症を予防することを目的として1954年にアメリカで提案された指標です。単位は気温と同じ摂氏度(°C)で示されますが、その値は気温とは異なります。

人体と外気との熱のやりとり(熱収支)に着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい①湿度、②日射・輻射(ふくしゃ)など周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れた指標です。

熱中症特別警戒アラート (熱中症特別警戒情報)の概要

都道府県内において、全ての暑さ指数情報提供地点(気候変動適応法施行規則の別表情報提供地点の欄に掲げるものを除く。)における、翌日の日最高暑さ指数(WBGT)が35(予測値)に達する場合等に発表します。

- 広域的に過去に例のない危険な暑さ等となり、人の健康に係る重大な被害が生じるおそれがあります。
- 自分の身を守るだけでなく、危険な暑さから自分と自分の周りの人の命を守ってください。

今まで普段心掛けていただいている熱中症予防行動と同様の対応では不十分な可能性がありますので、今一度気を引き締めていただいた上で、準備や対応が必要です。



熱中症警戒アラート (熱中症警戒情報)の概要

熱中症の危険性に対する「気づき」を促すものとして、府県予報区等内において、いずれかの暑さ指数情報提供地点における、翌日・当日の日最高暑さ指数(WBGT)が33(予測値)に達する場合に発表します。

- 熱中症警戒アラートが発表された地域において、気温が著しく高くなることにより熱中症による人の健康に係る被害が生ずるおそれがあるので、他人事と考えず、暑さから、自分の身を守りましょう。
- まずは、屋内では、エアコン等を適切に使用し、涼しい環境で過ごしましょう。
- その上で、こまめな休憩や水分補給・塩分補給をしましょう。

〔出典〕環境省「熱中症予防情報サイト」

いつもと違うと思ったら、熱中症を疑え

あれっ、何かおかしい

- 手足がふる
- 立ちくらみ・めまい
- 吐き気
- 汗のかき方がおかしい
(汗が止まらない・汗がでない)



これも初期症状

- 何となく体調が悪い
- すぐに疲れる



あの人、ちょっとヘン

- イライラしている
- フラフラしている
- 呼びかけに反応しない
- ボーッとしている



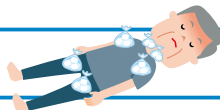
すぐに周囲の人や現場管理者に申し出る

熱中症のおそれのある者に対する処置の例

※これはあくまでも参考例であり、現場の実情にあった内容にしましょう。

熱中症のおそれのある者を発見

作業離脱、身体冷却



意識の異常等

異常等あり

救急隊要請



できない

医療機関への搬送

回復

異常等なし

自力での水分摂取



医療機関までの搬送の間や
経過観察中は、一人にしない。
(単独作業の場合は常に
連絡できる状態を維持する)

できる

経過観察

回復

回復しない、症状悪化

回復後の体調急変等により症状が悪化するケースがあるため、
連絡体制や体調急変時等の対応をあらかじめ定めておく。

熱中症が疑われる症状例

【他覚症状】

ふらつき、生あくび、失神、
大量の発汗、痙攣 等

【自覚症状】

めまい、筋肉痛・筋肉の硬直(こ
むら返り)、頭痛、不快感、吐き気、
倦怠感、高体温 等

「意識の有無」だけで判断
するのではなく、

- ① 返事がおかしい
- ② ぼーっとしている

など、普段と様子がおかしい場合
も異常等ありとして取り扱うこと
が適当。
判断に迷う場合は、安易な判断
は避け、#7119等を活用する
など専門機関や医療機関に相談
し専門家の指示を仰ぐこと。

令和7年6月1日から事業者(法人、個人を問わず)に労働者への 熱中症対策が義務化されました。

熱中症のおそれがある作業者を早期に見つけ、その状況に応じ、迅速かつ適切に対処することにより、熱中症の重篤化を防止するため、「早期発見のための体制整備」、「重篤化を防止するための実施手順作成」、「関係者への周知」が事業者

に義務付けられました。

事業者に限らず個人で農業に従事する方、自分自身、家族に置き換えて気をつけましょう。

[出典] 厚生労働省「職場における熱中症対策の強化について」

**果樹塾
2026**

**お問い合わせ
営農販売部
tel.292-0930**

果樹の生産部会(りんご・もも・ぶどう・特産果樹)では、8月から9月にかけて、果樹の「苗木」の注文をとりまとめています。生産部会の方は、部会を通じて苗木を注文していただくことで、一部品目の苗木代補助も検討しています。今回は、りんご・もも(ネクタリン)のうち、特に振興している品種を紹介いたします。ぜひ対象の苗木を植えて、生産拡大をはかりましょう！

りんご

早生種	中生種	晩生種
●シナノリップ ●サンつがる	●シナノドルチェ(中山間地) ● 紅玉 (平坦地) ● 秋映 (平坦地) ●シナノスイート(中山間地) ●シナノゴールド(平坦地)	● シナノホッペ ●サンふじ

紅玉・秋映・シナノホッペは最近の栽培環境(温暖化)の中でも「着色しやすい」ことから、「重点振興品目」として薦めています。

紅玉	秋映	シナノホッペ
●色濃く、高温時も着色が期待できる。 ●サンつがると秋映の間で収穫でき、労力分散が可能。 ●収穫時期は9月中旬頃。 ＜栽培上の注意＞ うどんこ病・炭そ病に弱い。このため、耕種的・化学的防除が重要。	●色濃く、高温時も着色が期待できる。 ●需要も高く、販売価格安定。 ●収穫時期は9月下旬～。 ＜栽培上の注意＞ つるサビが発生しやすいため、早期摘花が必要。	●色濃く、高温時も着色が期待できる。 ●高位品質から低位品質まで、販路がしっかりとある。 ●収穫時期は11月初旬～。 ＜栽培上の注意＞ 樹勢が強く、果実肥大が良すぎると、扁平した果実になる。樹勢が弱まると、果実肥大が劣る。

もも・ネクタリン

	早生種	中生種	晩生種
もも	—	●あかつき ●なつっこ ●黄金桃	●川中島白鳳 ● スイートリッチ ●川中島白桃
ネクタリン	●メイグランド ●サマークリスタル	●スイートトップ ●水野ネクタリン	● スイートクリスタル ●ファンタジア ●秀峰

スイートリッチ(もも)とスイートクリスタル(ネクタリン)は、「重点振興品目」として薦めています。

スイートリッチ(もも)	スイートクリスタル(ネクタリン)
●ももとネクタリンの自然交配によって生まれたワッサーの新品種。まだ生産量が少ない。 ●人工受粉や袋掛けの手間が少ない。 ●着色も良いわりに、日焼けが少ない。 ●甘味と酸味のバランスが良く、シャキシャキした食感が特徴。	●サマークリスタルに比べ7～10日程度遅く収穫ができる。 ●着色良好で、赤色に全面着色する。 ●果点荒れがやや認められるが、裂果の発生が少なく無袋栽培が可能。

生産部会にご加入の方は、栽培情報(8月発行)と共に配布される注文書にて、ご注文ください。生産部会以外の方は、JA ファーム店・営農資材センターにてお申込みください。苗木は品種にもよりますが、1本あたり2,500円前後です。生産部会未加入の方はJA ファーム店や営農資材センターにお問い合わせください。次回の果樹塾では、ぶどうなどの振興品目(品種)をご紹介します。

令和8年8月～ 新たに営農相談員を委嘱しました

JAでは、農業生産者のうち、特に優れた栽培技術や農業経営等に関する知識を持つ方に「営農相談員」を委嘱し、JAの営農技術員と連携をはかりながら、生産者の農業経営を支援しています。このたび、令和8年8月より、新たに3名の方に営農相談員を委嘱しました。JAでは新規3名の方を含む28名の営農相談員と連携しながら、地域の農業振興に力を入れてまいります。

◆新たに委嘱した営農相談員(3名)

氏名	地区	担当品目	連絡先
中澤 徹守	松代	果樹	松代農業総合センター(TEL278-9595)
店橋 博	川中島	野菜	川中島共選所(TEL284-4475)
加藤 秀一	更北	果樹・土壌	真島フルーツセンター(TEL285-3240)

営農相談員に関する
お問い合わせ
営農販売部
TEL292-0930

今回は、野菜や花き、果樹類に被害を及ぼす「オオタバコガ」と、キクに発生する「ハガレセンチュウ」についてお伝えします。

オオタバコガ

被害に遭いやすい品目・・・
野菜・花き・果樹全般

オオタバコガは寄主植物の範囲がとても広いチョウ目の害虫。

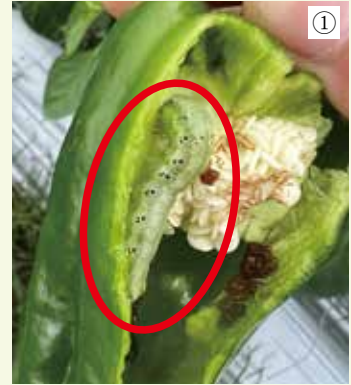
発生時期

土中で越冬し、5～6月中旬頃に緑色や黒色の幼虫の発生が見られ始める。7月に入ると成虫の数が急増し、第一世代の幼虫による食害が多発する。

近年、早くから高温となっていることで、産卵数の増加やライフサイクルの早まりもあり、発生や被害が増加している。発生予察注意報が多くの県で発表されるなど、夏秋期の要注意害虫となっている。

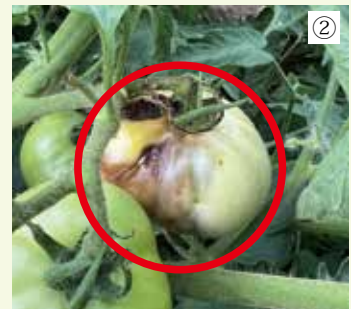
被害

野菜では主に果菜類の被害が多く、6月中旬頃から、新芽や若茎に緑色や茶色の排泄物が見られ始め、付近の茎にせん孔が見られることもある。果実にもせん孔を作り、果実内へ侵入し、食い荒らす(写真①)。食害がひどくなると、排泄物による果実の汚染や、腐敗といった被害(写真②)が二次的に発生する。



対策

果実への侵入が始まってしまうと、薬剤散布の効果はほとんど見込めない。発生が始まる5月下旬から6月にかけて、適用のある殺虫剤を予防的に散布する。また、7月上旬に発生が急増するため、即効性のある薬剤を断続的にローテーション散布する。ほ場周辺に雑草を繁茂させると、産卵の場になってしまうので、除草(除草剤、刈り取り)を徹底する。定期的にほ場を見回り、食害痕、排泄物の有無を確認しながら対策をとる。



ハガレセンチュウ

被害に遭いやすい品目・・・
花 キク科

キクやアスターなどを加害するセンチュウ(線虫)の一種。地下部の根に寄生するネグサレセンチュウとは異なり、地上部に被害が出る。

発生時期

4月～10月頃、特に梅雨時期に多発する。発病した葉が畑の土壌に混入すると、その葉からセンチュウが泳ぎ出て土の表層に分散する。雨による跳ね上がり等により土粒とともにセンチュウが茎葉を伝って気孔から侵入する。また、冬期は枯れ葉の中で休眠し、新芽が伸び始める春に活動を始める。

被害

はじめは下葉に黄色の斑点が見られる。しだいにV字に黄褐色となり、ひどいと葉全体が枯れていく。このセンチュウは茎を伝って移っていくため、下葉から症状がはじめ、上の葉へ移り枯れ上がっていく。落葉はせず、茎に枯れた葉が残っている。(写真③)



対策

耕種的防除

連作を避けることや、定植時に冬至芽を使用せず、挿し穂を行う。挿し穂を行う際も、センチュウの被害が見られた株を母株にしないようにする。また、枯れ葉をほ場外へ持ち出す。雨などによる作物への跳ね上がりを防ぐ。(マルチや敷き藁などを行う。)

化学的防除(農薬による防除)

発生がある場合には農薬のかん注を行う。ただし、登録のある農薬が限られている。

手軽でおいしいアレンジレシピに挑戦



女性部篠ノ井東支部は7月8日、篠ノ井公民館東福寺分館で夏の料理教室を開きました。部員15人が参加し、家庭雑誌「家の光」に掲載されたアレンジレシピの調理に挑戦しました。

参加者は3班に分かれ、それぞれ、ニンジンと新タマネギ、ニラをたっぷり入れた「野菜たっぷりチヂミ」と、トマトの上にカリカリになるまで炒めた豚バラ肉をのせた「トマトのカリカリ豚肉がけ」。そして、バターで炒めたベーコンと新タマネギに牛乳、コンソメスープの素、みそを合わせ、新ジャガイモのすりおろしでとろみをつけた「新ジャガのみそポタージュ」の調理を行いました。調理後は完成した料理を囲んで試食し、レシピの工夫や調理のポイントについて意見を交わすなど、交流を深めながら楽しいひとときを過ごしました。参加者からは「どれも手軽にできておいしい、家でも作ってみたい」と好評の声があがりました。



新ジャガのみそポタージュを盛り付ける部員

姿勢の大切さを実感



女性カレッジでは、長野保健医療大学の山本良彦教授を招き、「姿勢と歩行時の体幹動揺」をテーマにしたミニ講演とデモンストレーションを開きました。

山本教授には、3月の女性部総会で講演をいただいたご縁で、今回は同大学生の卒業研究への協力も兼ねた特別企画として実施しました。



歩行測定器を着用する受講生

ミニ講演では、20人の女性カレッジ生が参加し、背中が丸くなる「ねこ背姿勢」と「そうでない姿勢」では、歩行時の体幹の揺れ方に違いがあることについて、研究結果を交えながらわかりやすく説明していただきました。デモンストレーションでは、受講生5人が歩行測定器を着用し、実際に直線歩行を体験しました。受講生は測定結果に興味深く見守り、自分の歩き方や姿勢を見直しました。

受講生からは、「歩き方に気をつけようと思った」「ねこ背にならないよう意識して生活したい」といった感想が聞かれ、姿勢の大切さを改めて実感する良い機会となりました。

8月には、女性部やグリーンカフェにおいても歩行のデモ測定を行う予定です。

フードドライブで地域を支援 女性部が食料品を寄贈



JAと女性部は5月29日と7月23日の2回、三本柳のJA旧三本柳支店で活動する特定非営利活動法人にっこりひろばへ食料品を寄贈しました。この取り組みは、子どもたちの育成に貢献しようと継続している活動です。JAでは女性部を中心に「フードドライブで支え合い」をテーマに各家庭で余っている食料品を募り、女性部の河島すが子部長から同法人の岡宮真理代表へ手渡しました。岡宮代表は「たくさんの食料品をいただきとてもありがたい。子どもたちも喜んでます」と述べ、子どもたちが感謝の言葉を添えて作った色紙を女性部へ贈りました。女性部は今後もフードドライブに取り組み、地域で食料を必要とする方々への支援や食品ロスの削減に貢献していきます。



食料品を寄贈した河島部長(左)、戸井田副部長(右)、岡宮代表(中央)



グリーンコネクト先のJA情報をお届けします

大阪 女性会本部役員会議にてパン作り教室体験！

JAグリーン大阪女性会では、6月24日(水)、フレッシュ・クラブ本店2階料理教室で開催された本部役員会議にて、パン作り教室を体験しました。

今回は、おうちパンマスターの西尾育子先生を講師にお招きし、トースターで焼ける「ドデカフォカッチャ」の生地作り、チョコスティックパンの試食を行いました。

フォカッチャの生地は大変粘り気があるものの柔らかく、焼く前に指で生地を軽く押し、穴を開ける過程では、「思っていたよりも柔らかい」という声が口々に上がりました。

出来たてのフォカッチャとチョコスティックパンを楽しみながら講師への質疑応答も多く行われ、参加した本部役員の方々は「支部でもやってみたいです」と、前向きに話されていました。



生地に穴を開ける米田会長

認知症を予防しよう

JA 長野厚生連 長野松代総合病院
脳神経外科 もの忘れ外来 認知症看護認定看護師

物忘れが気になり始めたら、それは脳からのサインかもしれません。脳の健康を保つために、日々の暮らしにどのような習慣を取り入れたら良いか、一緒に考えてみましょう。

MCI(軽度認知障害)について

MCI(軽度認知障害)は、認知症の一手前前の状態といわれています。記憶力や判断力などに軽い低下がみられますが、日常生活はほぼ自立して送ることができます。MCIと言われたすべての方が認知症に進行するわけではなく、適切な生活習慣や早期の対応により、認知機能の維持や改善が期待できます。物忘れが気になり始めたら「年齢のせい」と決めつけず、早めにかかりつけ医などへ相談することが大切です。



今日からできる認知症予防

①水分をしっかりとり

高齢になると喉の渇きを感じにくくなり、脱水になりやすくなります。脱水は集中力や認知機能の低下、せん妄の原因にもなるため、こまめな水分補給を心がけましょう。

脱水予防のためには、1日1,500mL程度の水分摂取が目安です。一度にたくさん飲むのではなく、コップ1杯(約200mL)を目安に、「起床時」「食事のとき」「トイレの後」など、生活のリズムに合わせてこまめに飲むことをおすすめします。



②聴力を保つ

実は、難聴は認知症の最も重要な危険因子の一つと考えられています。聞こえにくさを放置すると、人との会話や外出の機会が減り、脳への刺激が少なくなることで認知機能の低下につながる可能性があります。聞こえにくさを感じたら早めに耳鼻咽喉科を受診し、必要に応じて補聴器を活用して、人との交流を続けましょう。

③便秘を改善する

近年、便が硬いことや排便回数が少ないことは、認知症のリスクを高める可能性があることが報告されています。便秘は食欲や活動量の低下、不快感や睡眠不足を招き、腸の働きや身体の代謝の低下にもつながります。十分な水分・食物繊維の摂取、適度な運動を心がけ、腸内環境を整えましょう。

まとめ

認知症の予防には、日々の習慣の積み重ねが大切です。身体を整え、社会とつながり、何より笑顔で過ごすこと。今日からできる工夫を大切に、自分らしく健やかな毎日を育みましょう。

④適度な運動を続ける

ウォーキングや体操などの有酸素運動や筋力トレーニングは、脳への血流を促し、認知機能の維持に役立つとされています。おすすめは、体を動かしながら頭も使う「**デュアルタスク・エクササイズ**」です。歩きながらしりとりや計算をしたり、歌を歌いながら体操をしたりすることで、脳と身体を同時に刺激できます。無理のない範囲で、毎日楽しく続けることが大切です。



⑤血圧を管理する

高血圧は脳の細い血管に負担をかけ、脳梗塞や脳出血だけでなく、認知機能の低下や認知症のリスクを高めることが知られています。また、血圧が高い状態だけでなく、血圧の変動が大きいことも認知症のリスクを高めると報告されています。家庭で測る血圧は、一般的に135/85mmHg未満が目安とされています。日頃から家庭で血圧を測る習慣をつけましょう。

⑥地域活動やサークル活動に参加する

趣味やボランティア、地域の集まりなど、人との交流は脳へのよい刺激になります。認知症を予防するために積極的に「人と話す」「一緒に活動する」ようにしましょう。

⑦笑うことを大切にする

笑うことは脳を活性化し、ストレスを軽減するとともに、認知症予防にも役立つと考えられています。家族や友人、地域の人との会話や交流は、脳へのよい刺激となり、認知機能の維持につながります。また、「は・ひ・ふ・へ・ほ」とはっきり発声する口腔体操は、口や舌の動きを保ち、脳への刺激になります。毎日の生活に笑顔と会話を取り入れましょう。



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 経済部くらしの支援課 Tel.293-2061

【8月・9月の開講予定】

開催日時 ① 8月18日(火) AM10:00～

② 9月15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口腔ケア(南長野医療センター篠ノ井総合病院)

②脳トレーニング(長野松代総合病院)

参加費 100円

篠ノ井	篠ノ井	篠ノ井	篠ノ井	篠ノ井	篠ノ井	篠ノ井
岡澤	内山	飯島	宮林	塚田	酒井	桑原
千賀子	克子	教史	雄一	敏明	てるい	千加

～読者のみなさまからいただきましたお声を紹介します～

EverGreen 12

生産 資材

ファームカレッジにご参加ください

J A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
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
おいしい野菜を作ろう ～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	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
冬仕事に備えよう ～剪定用品の選び方～	鋸、鋏の用途別使い 方、電動鋏の紹介	11月19日(木)	-	10:00 JAファーム篠ノ井店
一生モノに変える。サビ・ガタつき・ 折れを防ぐ「長持ち」道具術	シーズンオフの農具 (鋏・鋏)などのメン テナンス		-	14:00 JAファーム松代店
お正月飾りに 手作りしめ縄リー スを作ろう	-	12月17日(木)	1,000円	10:00 JAファーム篠ノ井店
驚きの収穫量! 元が取れる菌床シ イタケの育て方	-		500円	14:00 JAファーム松代店

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

・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

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

農業 機械

秋の農業機械統一展示相談会開催!!

日頃よりJ A農機センターをご利用いただき誠にありがとうございます。
お客様の計画的な農作業をお手伝いいたしますので、お早目のご相談をよ
ろしくお願いいたします。
スタッフ一同みなさまのご来場を心よりお待ち申し上げております。

開催日 令和8年9月4日(金曜日)・5日(土曜日)

場 所 真島臨時駐車場(長野市真島町真島字蔵王北沖1361-1)



お問い合わせはお近くの農機センターへ

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(AM8:30～12:00)
―…休業

農業機械センター 連絡先	8月											9月			
	8 土	9 日	11 火・祝	13 木	14 金	15 土	16 日	22 土	23 日	29 土	30 日	5 土	6 日	12 土	13 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)	-	-	-	△	-	-	-	-	-	△	-	-	-	△	△



まとまった資金を 有効活用しませんか？



人生100年時代といわれるいま。「やりたいこと」「考えておくべきこと」もさまざま。
お金の活用方法にも多様な選択肢があります。

再登場！

ためる

一時払養老生命共済

満期共済金の楽しみと死亡保障の組み合わせが魅力

将来に向けて、**確実に資金づくり**
ができます。

お亡くなりになられたときの保障も
あわせて確保できます。

医師による診査は必要なく、
簡単な告知でお申込みいただけます。

次の項目の両方が「いいえ」の場合にご加入いただけます。

Q1 現在、病気や外傷で、安静療養中ですか？
(安静療養中とは、病気や外傷により、仕事や家事ができない
状態で、入院中または家庭で療養していることをいいます。)

Q2 今後、入院または手術(レーザー・カテーテル・
内視鏡・放射線によるものを含みます。)の
予定がありますか？

(医師により入院または手術をすすめられている場合や、
医師と相談している場合を含みます。)
本両方が「いいえ」の場合でもご職業、これまでの共済金の支払
請求内容などによってご契約いただけないことがあります。

「共済掛金積立金」は契約時に設定された予定利率に基づき、将来のお支払いの
ために積み立てられていきます。
共済掛金の一部が共済事業に必要な経費にあてられ、残りが「共済掛金積立金」と
して積み立てられていきます。

満期共済金
をお受取りになれます。

満期
共済金

+

割りもどし金

ご注意ください
割りもどし金の額は、収支状況に
よっては 0 となる
こともあります。

病気で死亡のとき

〈病気による死亡共済金〉

共済掛金積立金または一時払共済掛金
の額のいずれか大きい額をお支払い

災害で死亡のとき

〈災害による死亡共済金〉

病気で死亡のときの 1.1 倍の額をお支払い

病気による死亡共済金の額 × 10%

共済期間 10 年

ご加入

満期

ほかにも
JA共済では

そなえる

一時払介護共済

介護リスクへの高い保障性と一生涯続く死亡保障が魅力

のこす

一時払終身共済 (402010)

一生涯続く手厚い死亡保障で相続対策に

- 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をいいます。
- 予定利率は、金利情勢に応じて毎月 1 日に設定され、月末まで同一となります。このため、ご契約される月によりお受取りになれる満期共済金額等が変動(増減)する場合があります。なお、ご契約時の予定利率は、共済期間を通じて固定して適用されます。
- 現在の満期共済金額等については、「掛金シミュレーション」にてご確認くださいか、お近くの J A にお問い合わせください。

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。

詳しくはお近くのセンター・支所の担当者にお問い合わせください。

登録番号 [26164940260]



全国のママ・パパに選ばれている JAのこども共済



学資金・教育資金を支払い
こども向け共済・保険の契約件数をもとに計算。
【全国1000以上の共済・保険会社の中から1位に選ばれています】

★ JAのこども共済「学資応援隊」が選ばれる 3つのポイント

ポイント
1

幅広い加入年齢で
今からでも始められる！

出生前^{※1}～12歳のお子さま・
お孫さまがご加入いただけ
ます。

ポイント
2

共済掛金を上回る
高い給付率^{※2}！

出生前や0歳はもちろん、大
きくなったお子さま・お孫さ
まのご加入でも魅力的な給
付率です。

ポイント
3

親御さまが
もしものとき^{※3}も安心！

ご契約者（親族）がもしもの
とき、学資金等の給付はその
ままに、共済掛金の払込みが
免除されます。

※共済掛金払込免除不担保特則を付加する場合を除きます。

〈ご契約例〉こども共済 学資金型(大学プラン)／0歳加入／22歳満期／18歳学資金支払開始・12歳共済掛金払込終了／タイプ：基本型／
ご契約者：お父さま 30歳／主契約：共済金額300万円／特約：指定代理請求特約

共済掛金(年払い・口座振替扱い) 216,222円
払込共済掛金総額 2,594,664円
↓
給付総額 3,000,000円

給付率
(給付総額÷払込共済掛金総額)
約115.6%^{※2}

〈加入年齢別の給付率〉

0歳：約115.6%	1歳：約115.0%
2歳：約114.5%	3歳：約114.0%
4歳：約113.4%	5歳：約112.9%

(2026年4月現在)

※1「出生前加入特則」を付加することにより、妊娠中(出生予定日の140日前)からご加入いただけます。

※2 給付率は、ご契約者・お子さまの契約日の年齢、学資金支払開始年齢など契約内容によって異なります。

※3「もしものとき」とは、死亡、所定の第1級後遺障害の状態、所定の重度要介護状態または災害による所定の第2級～第4級の後遺障害の状態になられたときをいいます。

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。

JAのこども共済「学資応援隊」が
ママリ口コミ大賞2026 学資保険部門で
10期連続 選ばれました！



♡ ママリユーザーの声 ♡

自分で貯めていくのが苦手なので、計画的に教育資金が
準備できるJAのこども共済に加入しました。

私に万が一があったときに
「払込免除」があるのが決め手でした！

子ども二人とも加入しています！

「孫の未来を応援したい」
その思い、カタチにしませんか？

JAのこども共済は、お子さまの親権者(父母など)だけでなく、
祖父母の皆さまもご契約者としてお申し込みいただけます。

おじいちゃん、おばあちゃんから
ご契約も大歓迎です!!!

お問い合わせは各支所・各センターへ



26164940337



令和8年6月1日より取扱いが始まっているJA農産物直売所クーポン券付き定期貯金「マルシェ」につきましては、7月26日時点において県下全体で61億円の取扱いとなっております。地域のおいしい農産物をお得に楽しめる特典付きの定期貯金です。定期貯金100万円のお預入れで、5,000円分のクーポン券をお届けします。募集総額達成次第取扱い終了となりますので、ご検討中のお客様につきましては、お早めにご利用ください。

管内A・コープ3店舗でもご利用いただけますので、ぜひこの機会に、ご家族でマルシェのご利用をよろしくお願いします。

松代支所 総務課・金融課
植田担当



国債はJAで!!

個人向け国債 セットプラン
取扱期間：令和8年7月8日(水)～令和9年2月26日(金)

国債はJAで!!

例：国債 20万円以上 ≥ 定期貯金 20万円以上

新たに預入れいただいた方
上乗せ金利最大 (税引き前)

店頭金利 + **0.5%** 年

店頭金利 + **0.3%** 年

★募集金額は5億円をもって販売終了とします。

《特別金利》
●個人向け国債を額面20万円以上ご購入いただいた場合、同時にお申し込みいただくスーパー定期貯金に「特別金利」が適用されます。
●個人向け国債との同時申込に限り、
●預入期間：12か月
●預入金額：1件につき20万円以上(1万円単位)
(個人向け国債購入金額以下、定期貯金1,000万円以下どちらか低い方)
●店頭窓口での一括預入に限り、

JAグリーン長野

令和8年7月8日～令和9年2月26日までの期間限定で「個人向け国債セットプラン」を特別金利でご利用いただけます。個人向け国債と定期貯金の同時申し込みで定期貯金に特別金利+0.5%が適用されます。募集金額は5億円となりますので、お早めにご利用ください。なお、詳細につきましては、お近くの支所までお問い合わせください。
※特別金利 +0.50%適用は新たにお預入れいただいた方のみ対象になります。

個人向け国債セット型定期貯金 商品概要

対象定期貯金	スーパー定期貯金(1年もの)
ご利用条件	●個人のお客様に限り、 ●個人向け国債とスーパー定期貯金を同時にお申込みいただいたお客様に限り、 ※既に当組合へお預入いただいているご資金からのお振替は上乗せ金利を0.3%とし、当組合以外の新たなお預入れ資金には、上乗せ金利を0.5%といたします。 ●この貯金は貯金保険制度の対象商品であり、貯金保険の範囲内で保護されます。 ●個人向け国債・定期貯金の同時申込が条件です。 ※新窓販国債ではご利用いただけません。
お預入期間	●12カ月 ※自動継続のお取扱いができません。
お預入金額	●20万円以上1000万円以下で、個人向け国債のお申込金額以内。 - 例)個人向け国債20万円、定期貯金20万円 総額：40万円
適用金利	●店頭金利+年0.3%もしくは+年0.5%(税引き前)を適用いたします。 ※中途解約される場合は、当JA所定の中途解約利率が適用されます。 ※自動継続される場合は、継続後の適用利率は継続日当日の店頭表示金利となります。 ※非自動継続の場合は、満期日以後の利息は解約日における普通貯金利率となります。 ※お受取利息には20.315%の税金がかかります。
セット対象商品	●個人向け国債購入額面金額：20万円以上(1万円単位) ①固定3年 ②固定5年 ③変動10年

個人向け国債の注意事項

個人向け国債 固定3年	●3年満期の国債です。満期までの3年間、半年ごとに利子をお受取りいただけます。 ●発行時の適用利率が満期まで変わらない「固定金利制」を採用しており、発行時点で3年後の投資結果を知ることができます。
個人向け国債 固定5年	●5年満期の国債です。満期までの5年間、半年ごとに利子をお受取りいただけます。 ●発行時の適用利率が満期まで変わらない「固定金利制」を採用しており、発行時点で5年後の投資結果を知ることができます。
個人向け国債 変動10年	●10年満期の国債です。満期まで10年間、半年ごとに利子をお受取りいただけます。 ●半年ごとに適用利率が変わる「変動金利制」を採用しており、実勢金利に応じて半年ごとに適用利率が変わります。適用利率は、0.05%(年当たり)が下限となります。
各個人向け国債 中途換金額について	●発行から1年が経過すれば、ご購入金額の一部または全部を中途換金することも可能です。 ●その場合の換金金額は、「額面金額+経過利子相当額-直前2回分の利子(税引前)相当額×0.79685」となります。

グリーン長野農業協同組合 登録金融機関 関東財務局長(登金)第487号

お問い合わせ・お申込みは各支所または金融営業担当者へ
お電話にてお気軽にご連絡ください。

募集総額
20億円**貯金は
JAで!!****特別金利定期貯金**

©よりぞう

キャンペーン期間
2026年8月10日(日)～
2026年12月30日(水)
 (15時受付分まで)

※募集総額に達した場合、取扱期間中であっても
募集を締め切らせていただく場合があります。

年1.35% **年1.00%**

組合員以外

スーパー定期貯金1年

組合員または新規に組合員加入される方

例) 2026年8月10日
 1,000万円の期間1年
 お預け入れで金利1.35%

**135,000円**

(税引後 107,575円)

※預入期間(日数)により変わります

●預入可能資金

他金融機関からの預替資金	共済満期金	国債満期金	普通貯金
○	○	○	△*1

*1 条件として新規資金に限りませんが、農産物販売代金・
他金融機関からの振り込みが確認できる場合には、
その入金額の範囲内を新規資金として取り扱います。

- 当JAから出金された資金は対象になりません。また、既にご契約いただいている定期貯金商品(定期貯金満期金を含む)からの預け替えはできません。
- JAネットバンク・ATMからの預け入れはできません。●今後の金融情勢その他の事情により内容を変更させていただく場合があります。
- 満期日前に解約する場合は、所定の中途解約利率により計算した利息とともに払い戻しとなります。

対 象 商 品	スーパー定期貯金〈単利型〉
販 売 対 象 受 入 条 件	個人の方
お 預 入 期 間	1年 ※自動継続のお取り扱いができます。
お 預 入 金 額	10万円以上 1,000万円以内
適 用 金 利	※中途解約される場合は、当JA所定の中途解約利率が適用されます。 ※自動継続された場合、継続後の適用金利は、継続日の店頭表示金利となります。 ※お受取利息には、復興特別所得税を含み 20.315%(国税15.315%・地方税5%)の税金がかかります。 ※適用金利等につきましては、予告なく変更させていただく場合があります。最新の適用金利等詳しくは、お近くの支所窓口へお問い合わせください。 ※上記金利は、初回のみ適用となります。 ※組合員加入につきましては、同時加入もできます。

人と人の絆 次世代につなぐ協同の輪
JAグリーン長野

篠ノ井支所 ☎026-292-0146
 松代支所 ☎026-278-2601
 更北支所 ☎026-284-3038

篠ノ井東支所 ☎026-292-1211
 中津支所 ☎026-284-4407
 若穂支所 ☎026-282-2023

信田支所 ☎026-299-2211
 川中島支所 ☎026-284-4032



コギク新規栽培者募集中

J Aでは、令和9年度生産出荷をめざしたコギクの新規栽培者を募集しております。

小面積で反収の上がる栽培品目として花き栽培をすすめております。中でもコギクは初期費用が少なく始めやすい品目です。果樹や野菜との複合栽培も可能です。荷造り時間を軽減して、面積を増やしていただきたいため、バラ荷受けを検討中です。

花き栽培にチャレンジしてみたい方、定年を機に農業を始める方、興味をお持ちの方、どんな品目を作ろうかと検討されている方に向け、「コギク新規栽培者説明会」を開催します。お気軽にご参加ください。なお、事前申込制となりますので、お申込みの上、ぜひご参加ください。

コギク新規栽培者募集説明会日程

日にち	時間	会場
8月25日(火)	10:00	グリーン長野本所営農センター
9月 8日(火)	10:00	東部青果物流通センター
9月18日(金)	10:00~15:00 いつでも	グリーン長野本所営農センター

9月18日の説明会はグリーン長野フラワーショーが開催されておりますので、見学することができます。

- お電話にてお申込みください。
- お申込みがない場合には開催いたしません。
- 都合がつかない方は個別にご案内いたしますのでお問い合わせください。

コギク栽培のメリット

初期負担軽減 荷造りが比較的容易 単価安定で経営安定 花き栽培仲間もたくさん!

- 条件 ●栽培面積 3アール以上(12,000本採花40万円)
●J Aに出荷いただける方

お申込み・お問い合わせ
営農販売部営農企画課(塩野・笠井)
TEL292-0930



第30回J Aグリーン長野フラワーショー開催のお知らせ

J Aグリーン長野花き部会では、部会員が丹精込めて栽培した花々を展示する「フラワーショー」を開催いたします。トルコギキョウをはじめ、キク、花木類など約100点が並びます。みなさまのご来場をお待ちしております。

- ・日にち 9月18日(金)
- ・会場 J Aグリーン長野営農センター2階
- ・展示見学 10:00~15:00
- ・同時開催 品評会・展示会(切花、花木)
花づくり相談会
花束(展示物)の販売

入場無料です。
お問い合わせぜひお越しください。

お問い合わせ
営農販売部(大矢・大日方・塩野・笠井)
TEL292-0930



オートパル篠ノ井センター

雨の日の運転、見えにくくなっていますか? 動かすだけで雨粒を弾く「撥水ワイパー」がおすすめです。突然の大雨でも視界を確保し、安全運転をサポートします。

詳しくは、オートパル篠ノ井センターまでお問合せください。

[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



ご利用くださいJ Aセルフ給油所

J A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。



▲9月15日まで有効

8月1日からQRクーポン値引きを変更させていただきます。「組合員・利用者」の皆様、どうかご理解賜りますようお願い申し上げます。

ご利用いただけるJ Aセルフ給油所

アグリしののセルフ 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

J A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!





事業分量配当金のお振込み時期となります

組合員のみなさまの事業利用に対する奨励「事業分量配当金」について、8月14日(金)に該当のみなさまの出資配当金の振込口座(JA口座)にお振込みをいたします。

対象のみなさまには、広報誌9月号とともに「令和7年度事業分量配当金のお支払いについて(明細書)」をお届けいたします。お振込時期と明細書のお届け日が前後し、誠に申し訳ございませんが、ご確認をお願いいたします。

引き続き、組合員みなさまのJAのご利用をお願い申し上げます。

【事業分量配当金制度の概要】

対象期間 令和7年3月1日～令和8年2月28日

対象となる方 組合員 ※ご本人名義の口座に限ります

配当率の決定 令和8年5月27日の第33回総代会

配当金振込日 令和8年8月14日(金)

対象のお取引・配当基準・配当率

対象のお取引		配当基準	配当率
購買	生産資材利用	生産資材の利用額	0.1%
	生産資材利用奨励	生産資材(肥料・農薬・果実袋)の利用額	5.0%
	環境にやさしい農業推進対策	環境に配慮した指定資材の生産資材利用額	10.0%
	果樹生産振興対策	指定資材による施工・導入利用額	10.0%
	野菜花卉振興対策	指定資材による施工・導入利用額	10.0%
	灌水・排水施設設置	指定資材による施工・導入利用額	10.0%
	長期貯蔵冷蔵庫設置	指定資材による施工・導入利用額	10.0%
	スマート農業振興対策	指定資材による施工・導入利用額	10.0%
	農業機械利用	農業機械センター利用額(修理を含む)	0.1%
販売	共選共販	共選出荷販売品の精算額	0.1%
	A・コープ直売出荷	A・コープ直売出荷品の精算額	0.1%
	JA直営直売所出荷	JA直営直売所出荷品の精算額	0.1%
	インショップ出荷	インショップ出荷品の精算額	0.05%
	園芸出荷資材利用高	園芸出荷資材利用額	6.4%
信用	青果物出荷利用高	青果物出荷利用額	0.8%
	新規融資	JA指定ローン新規融資実行額(※)	0.025%

【明細書のお届けについて】

「令和7年度事業分量配当金のお支払いについて(明細書)」は本誌9月号とともに、対象の方にお届けいたします。



▲通知イメージ

【事業分量配当金の源泉徴収について】

源泉徴収が必要となる配当金については、JAにて源泉徴収を必要とする配当金については、JAにて源泉徴収をして、お支払いしております。源泉徴収をした配当基準については原則として確定申告は不要ですが、確定申告を行うことで、配当金にかかる税金を還付できる場合があります。確定申告を行う際は配当所得として収入金額欄に、源泉徴収額を源泉徴収税額欄等に記載してください。なお、法人の申告について、不明な点がある場合は担当の税理士にご相談いたします。

※新規融資については、源泉徴収をしておりません。

お問い合わせ 総合企画部 TEL293-2000

JAのうごき

理事会(第5回) 7月28日(火)

協議事項

- (1)財務リスクにおける対応方針について
- (2)諸規程の変更について
- (3)不良債権の処理方針について
- (4)組合と理事との契約について
- (5)出資金の減口について

監事会(第4回) 7月22日(水)

協議事項

- (1)令和7年度末基準JA体制整備モニタリング報告および監事意見について
- (2)常勤理事と監事との会合について
- (3)令和8年度 期中決算監事監査実施要領について

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 7月13日(月)

- ・コンプライアンスの実践状況について(令和8年6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)
- ・標的型訓練メール結果について

経営会議 7月17日(金)

- ・コンプライアンスの実践状況について(令和8年6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「内部統制について」

JA長野県内部統制確立に向けた重点化対策(経済事業)の取り組み(7月)

- ・県下統一月間として、経済事業の現金管理について点検を実施

協同の成果 (令和8年6月末/7月経営会議報告)

農産物販売高	6億2,025万円
購買品供給高	20億5,740万円
貸出金	618億3,471万円
貯金	2,089億9,709万円
長期共済保有高	4,941億7,669万円

***組合員数(6月末)	20,187名
正組合員	8,483名
准組合員	11,704名

JAグリーン長野
ホームページ
(<https://www.ja-grn-ijan.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.207

ナス・トマト・チーズのはさみ焼き (ナスバーガー)



【材料】4人分

ナス…………… 3個
トマト…………… 3個
モッツアレラのとろけるチーズ…………… 12枚
オリーブオイル…………… 適量
チリペッパー…………… お好み

【作り方】

① ナス、トマトを1cmの厚さでそれぞれ輪切りにする。
② フライパンに薄くオリーブオイルをひき、ナスを重ねるように並べる。一度に入らなければ、何度かに分けて作業する。両面を2分ずつくらい、こんがり焼き色がついて少し柔らかくなるまで焼く。

③ 耐熱容器に②のナスを使い、ナス→トマト→ナス→とろけるチーズ→トマト→ナス→とろけるチーズの順番で重ねる。(それぞれ重ねる前にオリーブオイルを都度塗る)
④ ・トースターで7分～10分程度(チーズの溶け具合を見て)火が通るまで焼く。
・オーブを使う場合は190℃に熱して15分ほど、焼き色がついてやわらかくなるまで焼く。
お好みでチリペッパーをふる。

ナス、トマトなど夏野菜を使ったとろけるような食感が、暑い日でも食欲をそそります。手軽にできるため是非作ってみてください。



女性部松代支部のみなさん



① ナス、トマトを1cmの厚さで輪切りにする



② フライパンにオリーブオイルをひきナスの両面を焼く



③ ②の順番に重ねる。(都度オリーブオイルを塗る)



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

なす

なすに含まれる代表的な栄養素はナスニン、カリウム、食物繊維です。ナスニンは皮に多く含まれる紫色の色素成分で、ポリフェノールであるアントシアニンの一種です。老化の原因となる活性酸素の発生や、その働きを抑制したり、活性酸素そのものを取り除いたりする強い抗酸化作用があります。体内の活性酸素を抑制することで老化防止や美肌効果が期待できます。カリウムはミネラルの一種で、細胞内液の浸透圧を維持したり、体液のpHバランスを保ったりする働きがあります。体内の余分な塩分を排

出する働きがむくみ改善や高血圧予防にも効果的です。なすには100gあたり220mg程カリウムが含まれており、野菜の中でも比較的多く含まれます。食物繊維は、腸内で善玉菌を増やして腸内環境を整える働きがあります。食物繊維には性質の違いにより、水溶性と不溶性に分類されますが、なすに多く含まれるのは不溶性食物繊維です。不溶性食物繊維は便のかさを増やし、大腸を刺激することからスムーズな排便を促します。便秘予防や血糖値の上昇を緩やかにする働きがあります。

EverGreen

2026 Vol.390

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)

1270 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