

EverGreen

エバーグリーン

特集 グリーン長野の花を届けよう!



市場関係者の心をつかめ！ 2大都市でトップセールス

JA自己改革

JAでは、夏果実の出荷最盛期に合わせ8月2日・3日、2大都市の重点取引市場で「トップセールス」を行いました。JA役員が市場関係者に向け、生産者の努力や苦労、思いを伝えながら、「もも」や「ブルーベリー」などをアピールし、取扱の拡大と取引単価の向上を求めました。

JA中野市と初タッグ！ 産地リレーPR

JAは、JA中野市と3日、東京都中央卸売市場豊洲市場(江東区)の東京シティ青果で、「合同トップセールス」を開きました。中野市の望月陸組合長が、「同じももを作るJAとしてタッグを組み、一緒に良いところを紹介しよう」と発案し、栗林組合長が賛同して初開催したものです。

同社の特設ステージに当JAの「もも」と「ブルーベリー」、中野市の「もも」と「ぶどう」、「プラム」を展示し、両組合長が品種の特徴や産地情勢を説明。あわせて、会場を訪れた仲卸業者など先着200人に、当JAの「川中島白鳳」と中野市の「あかつき」2個セットを配布しながら、「産地リレー」による長野県北信産地のももや果実の取扱の拡大を要請しました。

多くの市場関係者に対し、栗林組合長は、「精魂込めた“生産者の思い”を消費者に伝えながらぜひ販売してほしい」とあいさつ。ももの試食を受け取った仲卸の男性は、「長野県のももを指定する顧客が多いので提案していきたい」と、出荷量拡大に期待を寄せていました。



北信2JAが夏果実をPR



栗林組合長が東京シティ青果社長にももの仕上がりをPR



ももの配布に仲卸業者などが殺到



力を込めてPRする安藤常務

重点取引先“大阪”で初トップセールス

JAは2日、大阪府大阪市中央卸売市場大阪中央青果(福島区)でトップセールス。同府市場では初の開催です。安藤常務が、市場関係者に「量もあり、色も味も最高。ぜひ味わってグリーン長野の農産物を楽しんでほしい」と呼びかけました。

仲卸の男性は、「グリーン長野のももは大阪でも知られ、期待されている。味の良さを提案していきたい」と話し、当JAの「高品質なもも出荷」に期待を寄せていました。

同社社長・専務との懇談会では、中島啓太社長が「これを機に私たちも良い販売をしたい」と話すとともに、当JA産果実の出荷量拡大に期待の声を寄せました。

| | |
|-------------------|----|
| Green Topics | 2 |
| Special Issue 特集 | 6 |
| Member's Power | 10 |
| 農力アップ塾 | 12 |
| 今月のオススメ! | 14 |
| 健康長寿学 | 16 |
| JAポスト | 17 |
| Green Information | 18 |

今月の
写真

第12回フォトコンテスト「夫婦共同作業の収穫」

表賞 銀賞

撮影者 武井 純男

撮影地 大岡

撮影月 9月

講評 (フォトコンテスト審査員)

稼刈りとはげ掛けに励む人物を点景にした画面構成が良いでしょう。「農家は人の手によってつくられる」ことを実感する作品です。

もも “山場”を迎える



もも部会は8月9日から12日にかけて、12会場で「川中島白桃・黄金桃」の出荷講習会を開きました。営農技術員が前半品種の出荷・販売情勢を報告。これを含め、後半品種の出荷規格や収穫上の注意点などを説明し、「適期収穫」とこれによる「ロス削減」を呼びかけました。

「川中島白桃」は、ももの主力品種のなかで最も生産量が多く、重点取引市場からの出荷要請が強い品目。講習会に出席した生産者は、「川中島白桃が一番の出荷の山場。暑くて早朝からの収穫も苦労だが、おいしい川中島白桃を出荷したい」と意欲を見せました。



選果基準を確認する生産者

ぶどう 9月の重点販売期間をめざして



ぶどう部会で8月25日より「ナガノパープル」「巨峰」の出荷が解禁となりました。部会では23日から29日にかけて講習会を開催。9月を重点販売期間に、出荷に取り組むことを確認しました。



収穫時期の目安に「品質検査」

夏のりんご “食味”で売り場確保を



りんご部会では、8月上旬に「シナノリップ」が、中旬には「サンつがる」の出荷が始まりました。品種ごとに支部・地区で講習会を開き、秋のりんごへと売り場の確保・拡大ができるよう、「食味の良い」品物の出荷を申し合わせました。

このうち「シナノリップ」を8月5日、信更果実流通センターで初選果。センター従業員が選果基準を目合わせしたのち、果面の傷などを確認しながら、光センサー選果機に流し、等級ごと箱に詰めました。初日は450ケース(1ケース=10kg)を重点市場へと出荷しました。

生産者は、「色がよく入ってきているので、採り遅れず良いものを出荷したい」と意気込んでいました。



「シナノリップ」を選果する流通センター



「サンつがる」の講習会

鮮やかさ抜群 リンドウ最盛期



花き部会リンドウ専門部で7月下旬から8月上旬にかけて、「リンドウ」の出荷が最盛期を迎えました。今年は特に色が鮮やかで、市場の評価も上々。益需要に合わせて5万本の出荷をめざしています。

リンドウは花きのなかでは唯一の「共通」品目。大岡の新田集荷所で生産者の出荷物を従業員が選別し、荷造りをしています。従業員は、花の段数や色、曲がりなど草姿全体を確認し、機械で選別。「今年は病気も少なく品質が良い」と手ごたえを感じていました。



選別作業をすすめる新田集荷所

AC長野パルセイロを“ももパワー”で組合員と応援!



JAは8月24日、篠ノ井の長野Uスタジアムで開かれた「2024 明治安田J3リーグ第25節 AC長野パルセイロ対大宮アルディージャ戦」の「冠スポンサー」を務めました。当JA30周年記念事業の一環として、広報誌8月号に無料観戦チケットを載せて組合員を招待。会場では「もも」があたる抽選会や試食の配布などを行うとともに、両チームに「もも」を贈呈するなど、「ももパワー」で6,400人の観客と試合を盛り上げました。ピッチでは唐木専務が「AC長野パルセイロ、勝つぞ」「オー」と観客とかけ合いをし、一体感を高めました。



「勝つぞ!」と拳をつきあげる唐木専務



試合は、残念ながら後半30分過ぎに激しい雷雨のため中止となりました。

待望の収穫! 大きいお伊モが採れたよ



力を合わせて収穫!

JAと更級農業高校アグリネットワークコースが連携して開く「親子ふれあい農業塾」で8月3日、待望の収穫を迎えました。受講生とその保護者9組が参加。篠ノ井のほ場を会場に、生徒の指導のもと、「ジャガイモ」と「エダマメ」を収穫しました。

ほ場は、家庭ごと区分けし、種まきなどは塾の時間に、それ以外の除草や水やり作業は家庭ごとに管理してきました。収穫作業は生徒のサポートで児童が率先。大きなイモを掘り取った児童は、「大きいイモが採れて嬉しかった」と、保護者とともにこれまでの苦勞を「喜び」へと変えていました。

マスメディアを通じて“もも”をアピール

JA自己改革

ももの出荷が最盛期を迎え、第三者報道を通じて「もも」をはじめとした農産物をPRしようと、川中島共選所で8月15日、マスメディア向けの「もも出荷報告会」を開きました。テレビ局や新聞社7社が来場し、選果の様子を撮影。あわせて、安藤常務と杉山一男もも部会副会長へのインタビューが行われました。

また、マスメディアや県からの依頼のもと、テレビやラジオ番組に橋田龍一部会長と杉山副会長が出演し、今年の生産量や仕上がりをPRし、消費者に向けて消費拡大を求めました。



「もも隆気」のなかおいしいももに仕上がった」と話す杉山副会長

ふるさとの味に ももを贈呈



ももを園児に渡す生産者 (川中島共選所支部)



「重いから気を付けてね」と渡す生産者 (篠ノ井更北支部)

もも部会篠ノ井更北支部と川中島共選所支部は7月から8月にかけて、地域の保育園・幼稚園に「もも」を贈呈しました。食育が目的。各支部役員が園を訪れ、「ふるさとの味としてももを好きになってね」と声をかけながら、園児らに渡しました。

選果現場を見て“基準”明確化



東部青果物流通センターは7月から8月にかけて、もも部会篠ノ井更北支部の生産者を対象に、「出荷判断研修会」を開きました。これは、「選果担当者が“規格外”と判断する“手選格外”が多い」との生産者からの問い合わせについて、実際の選果現場を生産者に見てもらうことで、基準をより明確化してもらおうと企画したものです。生産者のべ27人が参加し、営農技術員が実際に選果品を示しながら説明。生産者は自身の選果基準とすり合わせをしました。女性の生産者は、「とても良い機会だった。勉強したことを白桃の収穫に生かしたい」と出荷意欲を高めていました。



センター長と営農技術員から2番目が説明

盆花販売盛況 A・コープお花市



A・コープ3店舗内の直売所で8月11日・12日、「お花市」を開きました。12日にはA・コープ直売会運営委員の生産者も品出し作業などを応援し、販売を盛り上げました。



にぎわう盆花販売コーナー

ジュース用トマト 機械収穫を検証



営農販売部は8月5日から7日にかけて、松代町の営農生産組合ファーマーズ松代のほ場で、「ジュース用トマト」の機械収穫の実証試験を行いました。ジュース用トマトの生産量が減少するなか、定植から収穫までの各作業を機械化し、栽培の効率化や省力化につながるかなどを検証し、今後の生産拡大につなげるのが目的です。

現場では、専用の「加工用トマト収穫機」を使用。機械はトマトを株ごと刈り取り、コンベアで果実と茎を分別。果実のうち規格外は人の手で取り除き、正品はコンベアで運搬車に詰められます。結果、概ね想定していた作業ができたことから、課題などを洗い出し、機械費用等を考慮に入れたうえで、導入を検討する生産者への事例紹介などにつなげたい考えです。



機械収穫されたトマトの品質を確認

直売のももを 求めて大行列



ももの出荷の最盛期にあわせ、流通センター・共選所の直売所では、7月下旬から8月にかけて、規格外品(オープン箱)や生産者持ち込み品など、「家庭用向けのもも」の販売を行いました。

このうち、松代農業総合センターでは7月24日から同センター農産物直売所で、東部青果物流通センターと川中島共選所のオープン箱を販売。8月10日からの3連休には朝から大行列ができ、多くの来店客に行き渡るよう、購入数制限に理解を求めながら販売しました。埼玉県からの来店客は、「多くの人が並んでいて驚いた。産地で購入できて嬉しかった」と喜んでいました。



松代農業総合センター直売所の特設コーナーで「もも」販売

グリーン長野の花を届けよう!

JAグリーン長野は、花きの栽培も盛んな地域です。

管内は標高350メートルから800メートルと標高差がありますが、この標高差を活かし、さまざまな花きが栽培されています。

今回は、グリーン長野管内で主に出荷・販売されている花き品目をご紹介します。

生産者のあなたは「出荷・販売」で、消費者のあなたは「花を購入」して、大切な方に届けませんか?



トルコギキョウ 多数の品種を有する可憐な花

【生産者組織】
トルコギキョウ専門部

【出荷目標本数】
140,000本

【出荷時期】
●6月上旬～8月上旬頃
●9月下旬～12月上旬頃

POINT
●安定需要・高単価!!
●様々な品種から選べる

トルコギキョウは北アメリカ原産の植物。「トルコ帽に似た花形、桔梗のような花」から名付けられたといわれる。日本には昭和の時代に入った。長野県千曲市(旧上山田町カ石)はトルコギキョウの堂利栽培の発祥の地。

長野県は、国内生産量の15%を占め、全国第1位(令和5年産)*1の生産量となり、当JAもその一翼を担う。



品種改良で1,000種類!

原種は一重咲きの薄紫～紫の花だったが、日本に導入後、品種改良がすすみ、様々な花姿がある。わずか30年の間に1,000種類を超える品種が作られた。当JAでは、市場の需要や作りやすさを加味し、40品種ほどが作られている。



切磋琢磨で品質向上!

栽培する当JA管内の生産者は15戸ほど。1戸当たりの生産量が多く、生産者間の出荷リレーによって、安定的な出荷を実現している。

また、全専門部員が出席する「ほ場巡回」を行い、生産者間の品質をそろえるなど「切磋琢磨」によって高品質生産につなげている。

経営の主力として選ばれる!

トルコギキョウは、需要の高さから1本当たりの単価が高く、平均単価は過去15年間で1.3倍の単価となり、「経営の主力」として導入されている。



年に2期収穫ができる!

当JAでは、ビニールハウスや加温設備を活用し、作型を変えながら、需要期に合わせて出荷している。

【季咲き作型】
6月上旬から8月上旬頃が収穫時期。
定植から収穫までの期間が長いので、ボリュームのある切り花が多い。

【抑制作型】
9月下旬から12月上旬頃が収穫時期。
定植から収穫開始までの期間が短く(約3カ月)、短日処理**2で品質向上。



いろんな
品種から
選択可能!!



*1 出典：農林水産統計「作物統計調査 令和5年度花きの作付(収穫)面積及び出荷量」(農林水産省大臣官房統計部、令和6年6月28日公表)

**2 短日処理:花開を誘発するために、朝夕に覆いをするなどして、光を受ける時間を短くするように処理すること。ここでは花期を遅らせて花にボリュームをつけるために行う。

コギク 仏花の定番・お盆の主角



- 【生産者組織】 菊専門部
- 【出荷目標本数】 500,000本
- 【出荷時期】 7月下旬～9月
(重点販売期間7月下旬～8月12日)

POINT

- 花づくり初心者も作りやすい
- 盆需要にあわせて咲かせる

量販店向けコギク栽培の拡大をめざす！

当JAでは「量販店向けコギク」の栽培・販売に取り組んでいる。

【量販店向けコギクの特徴】

- 小売店の店員や業者、消費者が、扱いやすい長さに調整し、下の葉をとって荷造りする
- 盆の需要にあわせて出荷する(7月下旬～8月12日)
- 栽培に手間がかかりにくい
- 予め取引単価が決まっている

複合経営品目として選びやすい！

収穫時期が7月下旬から8月の盆前と限られているため、他品目との複合経営に向く。

【オススメの複合品目】

- コギク × シャクヤク × ユーカリ
- コギク × 野菜(長芋・アスパラガス・秋野菜)
- コギク × 果樹(りんご・あんず)

キクは中国原産。日本には奈良時代に入り、伝統園芸植物として、さまざまな品種が作られている。園芸作物として切花生産されているキクは、輪ギク、スプレーギク、コギクに分類されており、コギクは小輪(花径6cm以下)の花をつける。

花づくり初心者にもオススメ！

量販店向けコギク栽培は、定年で農業を始める生産者や、農業・花づくり初心者も取り組みやすい品目。秋に定植し、翌年7月から出荷できる。

【取り組みやすい理由】

- 既存の生産者から苗を譲ってもらえることができ、苗の代金がほぼかからない(パテント品種を除く)
- 基本的に露地栽培であるため、設備投資の負担が少ない
- 時期ごとに講習会を開催しているため学びやすい
- 取引単価が決まっているため、経営を安定化させやすい

3色で盆を彩る！

7月中旬から8月上旬(盆前)の限られた期間に収穫を迎える3色を栽培する。



赤(赤魚)



黄(あざ蓮)



白(さざ波)



シャクヤク しなやかで美しい女性のたたずまい

- 【生産者組織】 シャクヤク専門部
- 【出荷目標本数】 100,000本
- 【出荷時期】 4月下旬～5月

POINT

- 春先の収入確保

早期の収入源に！

当JAのシャクヤクは、4月下旬から5月にかけて収穫・出荷を迎える。他の花や果樹などの他の品目よりも早いいため、生産者にとっては春先(年度初め)の収入になるものとしてオススメ。

なお、定植後2年間は株を育成し、3年目から収穫(出荷)ができるため、余裕を持って、事前準備を！

多年生で植替不要！

シャクヤクは「多年生」作物であり、丁寧な管理により、基本的には植え替えは不要。

シャクヤクは中国北部原産の日本には平安時代に入ったといわれる。美しい女性の立ち居振る舞いとして、「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」といわれるように、ずらりとしなやかにまっすぐ伸び、幾重にも花びらを重ねた大輪の花を咲かせる。

様々な品種がある！

シャクヤクは、一重咲きや半八重咲き、バラ咲き、手まり咲きなど様々な咲き方がある。花色は紅色や桃色、紫紅色、白色、黄色など多彩。



＼切花出荷のあるある / ほ場では“咲かせない”

切花を出荷する場合、消費者の手元に渡った際に、ちょうど咲くようにするため、生産者のほ場では、「つぼみ」の状態で収穫している。このため、産地や生産者のほ場でたくさんの花が咲き誇る姿は、あまり見ることができない風景だ。



ユーフォルビア・フルゲンス “ここにしかない”花

- 【生産者組織】
花木専門部
- 【出荷目標本数】
100,000本
- 【出荷時期】
11月下旬～12月

POINT
●ここにしかない花

ユーフォルビア・フルゲンスはメキシコ原産の花。当JA管内では30年ほど前から栽培が始まり、現在、全国の生産量の大半を占め、「ここにしかない」と希少な品目。11月下旬から12月が出荷時期。「協力を得る」という花言葉の通り、栽培を守ってくれる仲間を募っている。

技術を駆使し、クリスマス・年末年始の需要に!

ユーフォルビア・フルゲンスは、ビニールハウス内で栽培され、11月下旬から年末年始に出荷ができるよう、栽培期間中に施設内を暗幕で覆って日照時間を調整するなどの技術が駆使されている。細い枝がゆるやかな弧を描き、「動きが出る花」として、クリスマスや年末年始のイベントなど、アレンジメントや生け花などに重宝される。

花弁に見えるのは“苞”

5個(枚)の花弁に見えるのは、実は「苞」といって、花を守る器官。中心の小さな黄色の部分が花。苞の色は、赤・黄・オレンジ・白がある。



リンドウ 中山間地域の色鮮やかな特産花

- 【生産者組織】
リンドウ専門部
- 【出荷目標本数】
50,000本
- 【出荷時期】
●7月下旬～8月
●9月中旬

POINT
●標高が決め手

リンドウは日本原産の山野草。薬用としても栽培される。名前の由来は諸説あるが、根が竜の胆のように苦いとされ、「竜胆(りんどう)」と呼ばれるようになったといわれる。当JA管内では、大岡地区をはじめとした中山間地域が適地で、盆(8月)や彼岸(9月)の需要に即して出荷する。

共選で栽培に集中!

リンドウは、「共選」品目。JAの集荷所で選別・荷造りを行うため、生産者の労力負担が減り、栽培・収穫に集中できる。個人はもちろん、法人などでの栽培もオススメ。



標高と気温差が発色を決める!

リンドウは、生育期から収穫直前にかけての朝晩の気温差が色に影響し、鮮やかに発色する。これも含め、当管内では標高のある中山間地域が栽培適地。

ユーカリ 11月から冬の仕事に

- 【生産者組織】
花木専門部
- 【出荷目標本数】
350,000本
- 【出荷時期】11月上旬～

POINT
●花き栽培初心者も取り組みやすい

ユーカリはオーストラリア原産。観賞用や庭木としても植えられる。葉の形や大きさが多様で、数百種類の品種があるといわれるが、当JA管内では日本の気候に合い、出荷販売用として主に需要のある5品種ほどを作る。出荷時期は11月上旬から雪の降る前まで。凍害被害がなく手入れが良いものは6月頃まで出荷可能。

初心者もOK! 空き農地活用も!

ユーカリは花栽培初心者にも作りやすく、空き農地を有効活用できるとして、近年当JA管内で栽培・出荷量を増やしている。有害鳥獣被害に遭いにくいいため、中山間地域でも取り入れやすい。





セダム 出荷時期が選べる多肉植物

【生産者組織】球根専門部

【出荷目標本数】

100,000本

【出荷時期】8月～11月

POINT

● 出荷のタイミングが5段階

セダムは、ベンケイソウ科の多年生多肉植物。種類によって見た目や特徴が大きく変わり、茎が上向きに伸びるものや下に垂れるもの、群生するものや地面を這いながら成長するものなどがある。当JA管内では、「オータムジョイ」という花色の変化が美しい品種を増やしている。

成長(花色)にあわせて長い期間出荷ができる!

セダムは、8月から11月にかけて、成長にあわせて5段階のタイミングで出荷ができる珍しい品目。

生産者自身の労力や需要にあわせて出荷ができ、労力や収入のバランスがとりやすい。



若頭(つぼみ)



グリーン(つぼみ)



ピンク(つぼみ+花)



レッド(花)



シード(花+種)

まだまだある! 出荷販売用花き品目

花き品目は、主力以外にも多数の出荷品目がある。出荷量が多まることで、より多くの取引先を相手にでき、安定・高単価の販売につながりやすい。ぜひ花きの出荷販売にチャレンジし、花き産地拡大をめざそう!



アリウム(ギガンチューム)



ベッチーズブルー



パイナップルリリー



アスター



ヒマワリ



ヒペリカム



孔雀草



ミシマサイコ



ソラナム

JAグリーン長野花き部会

花の出荷販売に取り組む生産者組織(部会)が「花き部会」。花きの出荷・販売をめざす生産者はぜひ加入を!!

花き部会 品目別専門部

トルコギキョウ シャクヤク リンドウ

菊 球根 花木 孔雀草

作ろう花*

あなたも花を作って届ける側になりませんか?
ぜひ、花きの出荷・販売をめざしましょう!!

お問い合わせ

営農販売部(塩野・笠井)…TEL:292-0930
大岡店(大矢)……………TEL:266-2231
更北営農資材センター(大日方)…TEL:284-1660
若穂営農資材センター(大田)…TEL:282-2047

お客様の反応を“ダイレクト”に受け取る



JAグリーン長野青壮年部とJA営農販売部営業課は7月26日、長野市中御所の長野ターミナル会館で開かれた「子どもみらい横丁」に出店しました。青壮年部員に直接出店の依頼があり、初出店。イベントは長野放送、長野美術専門学校サテライトキャンパスと同会場で行われ、夏休みを迎えた子どもたちやその保護者、会場を利用する通勤客などが買い物を楽しみました。

ブースでは部員4人と職員2人が、キュウリやピーマンなどの野菜、ももなどを販売。購入した親子は、「生産者さんのオススメ品を食べるのが楽しみ」と話しました。部員は、「お客様の反応がダイレクトに見れて、良い機会になった」と話し、生産意欲を高めていました。



部員が栽培した野菜を販売

焼肉囲んで交流活性化を



交流の活性化へ「乾杯！」



青壮年部は、篠ノ井の東部ライスセンターで8月23日、「青壮年部・JA職員との交流会」を開きました。日頃の農作業や業務等への労いと、交流の活性化をめざして企画したものです。部員と職員68人が出席し、焼肉や部員が持ち寄った野菜などに舌鼓を打ちながら、会話を弾ませていました。

冒頭にあいさつした清滝真彦青壮年部長は、「ぜひ楽しんで、農業をはじめさまざまな情報交換や青壮年部活動の参加につなげてほしい」と話しました。

 設立30周年記念を盛り上げる！
 青壮年部オリジナルドライフルーツが完成


青壮年部のうち果樹栽培に取り組む部員が参加する「果樹専門部」は今年度、営農販売部営業課と連携し、「ドライフルーツ」の製造に乗り出しました。同部のオリジナル商品づくりと、規格外品の有効活用を目的としたもの。試験的に一部の専門部員から原料となる果実を集めて加工業者に卸し、試作・試食等を重ねて「あんず」「もも」を商品化しました。

完成にあわせて8月19日、「JAの設立30周年を青壮年部としても盛り上げたい」との意を込め、専門部員が商品パッケージに「設立30周年記念シール」を貼りました。専門部員は「ぜひ旬の時期は果実そのものを、そして旬の時期以外には、この商品で長期間グリーン長野のくだものを楽しんでもらえれば嬉しい」と話しました。

商品は、8月30日よりA・コープ3店舗の直売所に並んだほか、青壮年部が参加するイベントで販売される予定です。



ドライフルーツパッケージ

販売場所 A・コープ3店舗直売所
価格(税込)
あんず550円、もも500円

商品パッケージに30周年記念シールを貼る部員

「思い出の1ページ」に 女性部と「ごぼん」作り



女性部は若穂農産物加工所で8月1日・7日、「夏休み特別企画 女性部とごぼんを作ろう」を開きました。これは、食育をはじめ、女性部と地域の交流、地域貢献、そして米の消費拡大をめざした企画で、昨年に引き続き2回目。両日あわせて子どもたちとその保護者17組が参加し、女性部員を講師に、炊いた米を生地に混ぜ込んだ「ごぼん」を作りました。

パン生地をこねる作業では、講師が子どもたちに丸めるコツを伝授。日頃から粘土遊びを楽しんでいるという子が、手慣れた様子で生地を丸めていくと、講師は「上手だね」と声をかけていました。

保護者は、「昨年も参加させてもらい、今年は申し込んでから孫がずっと楽しみにしていた。このような機会を設けてもらってありがたい」と話しました。

企画の冒頭、岡田晴美女性部長は、「夏休みの思い出の1ページにしてもらえれば嬉しい」とあいさつしました。女性部では、この活動を一事例に、今後、他の総支部でも開催していきたい考えです。



生地を丸める子に「上手だね」と声をかける女性部員

手作りおいしいね!ケチャップ作り



大量のトマトを切っていく受講生



JA管内に住む女性が参加する「JA女性カレッジ」は更北農産物加工所で8月2日・6日、加工用トマトを使った「トマトケチャップ作り」に挑戦しました。2日間で17人が参加。同加工所協力員の女性部員を講師に、45kgの加工用トマトを使って、手作りケチャップに仕上げました。手際良くトマトを切っていた受講生は、「手作りケチャップをいただいた際、とてもおいしくて自分でも作ってみたかったので良い機会だった」と話しました。

令和5年9月からスタートした「令和5年度JA女性カレッジ」は今回が最後。継続生に加え新規受講生も迎え、本年9月から令和6年度のカリキュラムをスタートさせる予定です。

女性部に参加しませんか?



JA グリーン長野女性部では、共に楽しんで活動する仲間を随時募集しております!

料理や手芸など食や暮らしに関する活動をはじめ、園芸、スポーツ、ボランティアなど、女性部員の要望にあわせた活動を行うとともに、新型コロナウイルスで自粛していた「旅行」も再開させました!

「一人ではできないことも部員みんなですべて叶えて」まいります。ぜひ興味をお持ちの方は、お近くの部員やJAまでお問い合わせいただくとともに、ご入会と活動へのご参加をお待ちしております!

お問い合わせ 経済部生活課 TEL293-2061



グリーンコネクト先のJA情報をお届けします

近江 きてか〜な10周年祭

グリーン近江は7月13日から15日までの3連休、ファーマーズマーケットきてか〜なで「きてか〜な10周年祭」を開催しました。地元農家による野菜販売やたこ焼き、メダカすくいなど子どもから大人まで楽しめる出店が盛り沢山。同JAからは女性部の手作りどらやきや青年部の枝豆とポップコーン販売、職員によるフランクフルト、スーパーボールすくいなど多数出店しました。

また、2日目はJAこうか(滋賀県甲賀市)が応援で参加。甲賀市産茶葉の煎茶「近江の茶」出張詰め放題を行いました。3日目の最終日はあいにくの大雨にも関わらず大盛況。3日間でこれまでに開催した周年祭の中で過去最高の売り上げを更新しました。



旬の野菜を見て回る来店者ら

果樹塾
2024

りんご 褐斑病

今回は、りんごの葉や果実に被害を及ぼす「りんご褐斑病」についてご紹介します。栽培出荷されている方、また、家庭用で栽培されている方も対策をお願いいたします。

お問い合わせ 営農販売部 tel.292-0930

病害 りんご 褐斑病

褐斑病とは

近年発生が多い病害。主に葉が発病し早期落葉するうえ、多発すると果実に発生するなど、著しい品質低下を招く。強い病原菌ではないが、繁殖力が高い。

感染しても、目に見えるのは8月以降であり、見えてからの薬剤防除では効果が期待できないため、早期からの対策が必要である。



葉への発病

病徴

葉では、紫褐色の小さな斑点を生じ、拡大していく。

病斑が拡大すると次第に黄変し落葉する。病斑周辺部に緑色の部分が残るのが褐斑病の特徴である。果実では果梗部から肩にかけての発病が多く、多発時には胴部にも発生する。収穫後の貯蔵中の果実に発生することもある。

発生しやすい条件

発病適温は20～25℃で、多湿・多雨の条件で多発する。

【水分の多い土壌】

土壌水分が多く、多湿環境である場合、病原菌が活発化する。また、根が傷み(根イタミの発生)、生育が弱いところで発病しやすくなる。

【湿度の高い環境】

葉が混み合うほか、株間が狭いなど、植物周囲が多湿な環境となると、病原菌に感染しやすくなる。特に、湿度が高いことから生じる葉の結露で、病原菌の胞子が発芽してしまう。

【軟弱徒長[※]】

土壌に水分や肥料分の窒素が多いことで植物が軟弱徒長し、病原菌が侵入しやすくなる。

※軟弱徒長…植物の葉厚や葉の色が薄くなり、茎や葉柄および葉身が弱々しく間延びした状態。

防除対策

褐斑病は、5月上旬～9月中旬頃までの生育全期間を遡って感染するため、防除対策も生育期間に渡って徹底散布が必要になる。まん延してしまうと手遅れになる。

温暖化の影響や生育が前進していることを考えると、5～6月の初期感染をまず抑える事が重要。通常の殺菌剤でも効果は十分あるので、散布量・散布ムラ、散布間隔に十分注意して防除を行う。5～6月にしっかり対策をした上で、重要防除時期の7月の薬剤防除の徹底をする。

7月上旬は二次感染盛期となるため、効果の高い薬剤を散布する。

なお、農薬使用の際は、必ず農薬ラベルで作物の登録や使用方法・容量を確認し、守ること。

褐斑病と斑点落葉病の違い

褐斑病と似た症状の「斑点落葉病」という病気がある。初期症状が類似し、見分けが難しい場合がある。見分けるポイントは、右の通り。

褐斑病



▲病斑内に虫糞状の黒点小粒

斑点落葉病



▲多数の病斑が形成され円形、不整形または輪紋状に拡大

散布量・
散布ムラに
注意!!

褐斑病は、「発病前の防除」を徹底しましょう！

薬剤防除時は散布量を守り、散布ムラを無くすこと、散布間隔を明けないことが重要です。

スピードスプレーヤーによる散布はムラが出やすいため、昨年発生が多かった場所は、手散布等で補いましょう。

お問い合わせ 営業販売部 tel.292-0930

今月号より、JA花き品目のうち、「露地で栽培」ができ、「花栽培・農業初心者の方でも取り組みやすい」品目である「コギク」について栽培方法をご紹介します。作業時期と今回の掲載時期は異なっておりますが、ぜひこのページを取っていただき、コギクの出荷販売に挑戦しましょう！

量販店向けコギクとは 実需者（量販店の店員や加工業者）が扱いやすい状態にして盆前に出荷します。

当JAのコギクは「量販店向け規格」として、7月下旬～8月盆前の期間に出荷することをめざすもの。規格は量販店の店員や加工業者が「扱いやすい姿」に仕上げるが、下の葉を取って長さをそろえるだけであるため、比較的荷造りがしやすい品目。また、取引単価が予め決まっているので、目標も立てやすく、経営の安定化も期待できる。

1品種3アール以上（畝の長さで約200メートル）の栽培をめざしましょう。3アール以上で、最低限必要な出荷量が確保できます。

コギク作業の流れ コギクは前年の9～10月に定植し、翌年の7月下旬～8月盆前に収穫・出荷します。

| 作業内容 | 作業時期 | 掲載時期(予定) |
|------|--------|----------|
| 土づくり | 8月中下旬 | 今月号(9月号) |
| 定植 | 9月～10月 | 10月号 |
| 台刈 | 4月 | 11月号 |

| 作業内容 | 作業時期 | 掲載時期(予定) |
|---------------|-------|----------|
| 追肥・土寄せ・ネット張り | 5月 | 12月号 |
| 間引き・ネットの調節・除草 | 6月～7月 | 1月号 |
| 収穫・荷造り・出荷 | 7月下旬～ | 2月号 |

主な品種 主な花色は黄・赤・白の3色です。管内で推進している品種とポイントは次のとおりです。

品種によっては開花調整処理（薬剤）が必要な場合がある。開花調整で、同じほ場内でも収穫時期をずらすことが可能であり、より多くの面積をこなせる。

赤魚

開花が早いので、開花調整処理（薬剤）が必要な場合がある。開花調整で、同じほ場内でも収穫時期をずらすことが可能で、面積も増やしやすい。草姿も良く、作る人が最も多い。

金元宝

比較的害虫に強い。開花が遅く、高温抑制[※]となって出荷時期がずれる可能性がある。

小笛

黄色の品種の中では早期に咲く。立ち本数が多く選別が容易。葉が弱く虫害に遭うので防除を徹底する。

あぜ道

金元宝に比べ、草姿がそろいやすく、開花も早い。

さざ波

選別が容易な白い品種。虫害が目立ちやすく、防除のタイミングを逃さず、定期防除が必須。

※ 高温抑制…

通常はつぼみの裏（ガク）が切れて開花するが、高温になるとガクが硬くなってしまい、開花してこない。咲かずに落花することはないものの、咲かないために盆後出荷となる可能性がある。

その他
品種

とび丸

むつみ

みのも

弥生

水辺

シューベガサ

土づくり 作業時期：8月下旬～定植前までに 土づくりは健全な成長のために特に重要な作業です。

事前に土壌診断を行い、その数値をもとに施肥設計を考えるのが基本。コギクは秋に定植し、翌年の盆まで1年弱の栽培期間となるため、緩効性肥料を用い、翌春に追肥を行うのが一般的。

初めて作る場合、水田からの転作、または野菜を作ってきた畑のどちらでも栽培が可能。ただし次の点に注意する。

●水田からの転作

水田土壌は酸性が多いため、コギクを栽培する場合は、炭酸苦土石灰を用いてpH（水素イオン濃度）を矯正することが必要。

また、水稲の施肥ではリン酸分が少ない可能性が高いため、BM 苦土重焼リンも用意する。

●野菜を作ってきた畑

石灰やリン酸が異常に多く入っている場合がある。ほ場の前歴を見ながら、できれば土壌診断を行ってから土づくりをする。

■ 基本の施肥内容（1アールあたり） ◎1アール≒畝70メートル≒30坪≒100平方メートル

| | 資材名 | 施肥量 |
|----|-------------------|-----------|
| ① | サンライムプラスまたは苦土石灰 | 10kg |
| ② | 堆肥（スーパー腐葉 SP） | 200～300kg |
| | エアポイント | 100kg |
| ③* | 花き専用1号（マンガンほう素入り） | 5kg |

- ①・②を全面施肥し、耕うんする。
 - (1)の5～7日後、畝を立てる場所に、③を施用する。
 - (2)の5～7日後に定植する。
- ※リン酸、カリが多いほ場は窒素分のだけのLPコート70日タイプ(3kg/1アール)を使用する。

金融

来店予約でますます便利に! 金融窓口来店予約サービス

金融を取り扱う支所窓口の一部のお手続きにつきまして、9月より「来店予約サービス」を開始いたします。ぜひ事前に来店予約をいただき、便利に支所金融窓口をご利用ください。

来店予約サービス内容

- 来店予約は、お手持ちのスマートフォンやパソコンより行っていただけます。
- ご来店日の2営業日前(23:00)までが、本サービスの予約可能日となります。ご来店日の前日、当日予約は受付できません。
- ご予約完了時に、ご入力いただいたメールアドレス宛に予約完了メールをお送りいたします。また、ご予約の前日に、確認メールをお送りいたします。

予約対象取引

ご予約の対象となるお取引は右の通りです。

相続手続き

代表者変更手続き

【注意事項】

- ご予約いただいたお客様を優先して対応させていただきます。
- スマートフォン、パソコンをお持ちでない場合や操作に不慣れな方は、お電話での予約が可能です。
- ご予約時間を過ぎてもご来店されない場合は、予約を取り消しさせていただく場合があります。
- ご来店時にお手続き中のお客様がいらっしゃる場合には、予約時間を過ぎてもお待ちいただく場合がありますので、予めご了承ください。
- ご予約時のお手続き内容により、電話連絡をさせていただく場合があります。
- やむを得ない事情により、Web予約完了後に予約の変更をお願いする場合がございます。

ぜひご予約いただき、ご利用ください。



若穂支所 増山 雄典

ご予約はコチラから



予約の流れ



予定したい支所を選択してください



予約日時を選択してください



お客様の情報を入力し、ご予約を完了させてください。

来店予約対象店舗・お問い合わせ

| | | | |
|--------|------------|-------|-------------|
| 篠ノ井支所 | Ta292-0146 | 中津支所 | Ta.284-4407 |
| 篠ノ井東支所 | Ta292-1211 | 川中島支所 | Ta.284-4032 |
| 信田支所 | Ta299-2211 | 更北支所 | Ta.284-3038 |
| 松代支所 | Ta278-2601 | 若穂支所 | Ta.282-2023 |

農業機械

土・日・祝日の営業日程について

農業機械センター営業日程について

農業機械センターの土・日・祝日の営業日程については次の通りです。お近くのセンターが休みの場合は、営業するセンターにお問い合わせください。

- ・・・全日営業(AM8:30~PM5:00)
- △・・・午前営業(AM8:30~12:00)
- ・・・休み

| センター名(Ta) | 9月 | | | | | | | | 10月 | | | | |
|------------------|----|----|-----|----|-----|-----|----|----|-----|---|----|----|-----|
| | 14 | 15 | 16 | 21 | 22 | 23 | 28 | 29 | 5 | 6 | 12 | 13 | 14 |
| | 土 | 日 | 月・祝 | 土 | 日・祝 | 月・祝 | 土 | 日 | 土 | 日 | 土 | 日 | 月・祝 |
| 篠ノ井 (Ta292-1369) | ○ | ○ | △ | ○ | ○ | △ | ○ | △ | ○ | △ | ○ | ○ | △ |
| 川中島 (Ta284-1671) | △ | △ | - | ○ | △ | △ | ○ | △ | ○ | △ | △ | △ | - |
| 松代 (Ta278-8601) | ○ | △ | △ | ○ | △ | △ | ○ | △ | ○ | △ | - | - | - |
| 更北 (Ta283-5043) | - | - | △ | △ | △ | △ | △ | △ | △ | △ | △ | △ | - |
| 若穂 (Ta282-6025) | △ | △ | △ | ○ | △ | △ | ○ | △ | ○ | △ | ○ | ○ | △ |
| 信田 (Ta299-2225) | - | - | - | △ | △ | △ | △ | △ | △ | △ | △ | △ | - |

燃料

灯油タンク“満タン”キャンペーン!

灯油の本格需要期を前に、配達灯油につきまして「灯油タンク満タンキャンペーン」を行います。ぜひこの機会にご用命ください!

申込締切日 10月21日(月)

キャンペーン内容

通常配達
価格の **5** 円/ℓ引き

| 配達灯油のお取扱給油所 | | お問い合わせ・申込み | |
|-------------|-------------|------------|-------------|
| 中央給油所 | Ta.292-0635 | 西部給油所 | Ta.292-8866 |
| 小島田給油所 | Ta.284-5695 | 信田給油所 | Ta.290-3072 |
| 更府給油所 | Ta.299-2659 | 大岡給油所 | Ta.217-6511 |
| 若穂給油所 | Ta.282-4766 | | |

- 申込締切前の今シーズン最初の配達の際、満タン分・100リットル以上の場合に適用いたします。
- 注文(申込み)をいただき、順次配達いたします。
- 現金、または、ご指定のJA口座より通常決済します。
- 灯油おまかせ配送会員につきましては、おまかせ配送価格より3円引きとなります。
- 価格の基準は、配達日時時点の価格より5円引き(灯油おまかせ配送会員は3円引き)となります。

※詳しくは、本誌折込チラシをご確認ください。

虹のホール

人形供養祭のご案内

JA虹のホール松代では、「人形供養祭2024」を開催いたします。大切にしてきたお人形に「ありがとう」の想いを込めて供養いたします。

日時 11月17日(日) 受付AM9:00~11:00
法要AM11:15~

会場 JA虹のホール松代(松代町西寺尾1356)
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、お断りいたします。
- ご持参の袋・ケース類はお持ち帰りいただきます。

お問い合わせ JA虹のホール松代 Ta.278-8644

生産資材

JAファーム店 10月以降の営業時間の変更と定休日について

JAファーム篠ノ井店・松代店につきまして、10月より来年2月まで営業時間を変更いたします。また、定休日も頂戴いたします。みなさまのご理解と営業日のご利用をお願いいたします。

営業時間(9月) AM8:30~PM6:00
(10月~2月) AM9:00~PM6:00
定休日(9月) なし
(10月~2月) 篠ノ井店…毎週水曜日
松代店…毎週火曜日

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

共済

激甚化が進んでいる、自然災害。ますます高まる、災害リスク。 契約内容に不足はありませんか?

火災や風水災等で全損

損害額
2,000万円



例) 建物の評価額が2,000万円であり建物を再建する場合

保障不足物件
/1,000万円加入

火災や風水災など
自費1,000万円

自己負担額
1,000万円

満額加入物件
/2,000万円加入

火災や風水災など
自費2,000万円

自己負担額
0円



共済普及センター
青木島センター
細川担当

みなさまの安心のために…

建物共済

むてき

建物共済

My家財

火災や地震、台風などの自然災害にも備えられる建物や家財などの保障は **満額加入** がおすすめです!

お気軽に
ご相談
ください

※この資料は概要を説明したもので、詳細につきましては「重要事項説明書(契約概要・申込後処理等)」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

24184940327

「安心」と「満足」をお届けするため、近況のご確認をさせていただいております。/

お元気ですか
キャンペーン

近況確認アンケートに答えるだけで豪華賞品が当たるチャンス。二次元コードからJA共済の「お元気ですかキャンペーン」をチェック!



質の高い睡眠のために

JA 長野厚生連 南長野医療センター篠ノ井総合病院
慢性呼吸器疾患看護認定看護師

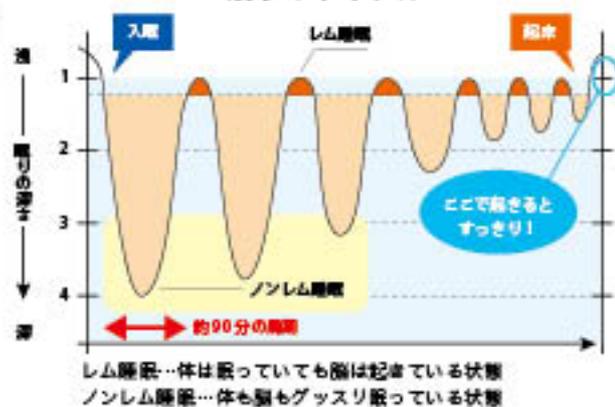
「睡眠」は、日中の活動で疲れた脳や体を休ませ、疲労を回復させる働きがあります。また、睡眠中には、傷ついた細胞を修復したり、病原体を退治する免疫物質を作ったりと、体のメンテナンスが行われるほか、日中に見たことや学習したことを脳に定着させたり、整理したりすることも睡眠の効果です。私たちにとって睡眠は欠かすことのできないものであり、より質の高い睡眠をとることが心身の回復に効果的です。今回は、質の高い睡眠のためのポイントをお伝えします。

質の高い睡眠とは

質の高い睡眠は次の状態です。

- 規則正しい睡眠、覚醒のリズムが保たれていて、昼夜のメリハリがハッキリしている。
- 必要な睡眠時間がとれており、日中に眠気から居眠りをすることがなく、良好な心身状態で過ごせる。
- 途中で覚醒することが少なく、安定した睡眠が得られる。
- 朝は気持ち良くすっきりと目覚める。
- 寝床についてから過度に時間をかけすぎずに入眠できる。
- 熟眠感が得られる。
- 日中、過度の疲労感がなく、満足度が得られる。

眠りのサイクル



質の良い睡眠のための習慣

質の良い睡眠には、「規則正しい生活」と、次のポイントを実践しましょう。

朝、起床後に朝日(光)を浴びる
朝の光で体内時計をリセットし、生活リズムを一定に保ちます。

運動習慣を持つ
ウォーキングなど軽い有酸素運動がおすすです。

食習慣(特に夕食)に気を付ける

- 消化が良く、温かいものを夕食に食べましょう。
- 寝る3時間前までに食事を終わらせましょう。
- アルコールは適量にしましょう。
- 就寝前のカフェイン(コーヒー、緑茶、チョコレート)は避けましょう。

寝る2~3時間前に入浴を済ませる
温度は40度以下で、20~30分ゆっくり浸かりましょう。

寝るを有効に利用する
昼寝は15~20分程度に留めましょう。夕方以降の昼寝は夜の睡眠に影響を与えるため、我慢しましょう。

室内環境を整える
夏は25~28度、冬は18~22度、湿度は50~60%を目安にしましょう。

よく眠れる寝具を選ぶ
寝具は吸湿、放湿性が良く、保温性の高いものを使用しましょう。自分に合ったサイズの枕を使いましょう。

寝る前のヨガ

質の良い睡眠のために、寝る前の「ヨガ」でリラックスすることもオススメです。

呼吸を整える

- ① 吸う息でお腹を膨らませ、吐く息でお腹をへこませる。
- ② ゆっくりとした呼吸で繰り返す。

仰向けがっせきのポーズ

- ① 仰向けになり、足裏をあわせ、かかとを体の方に引き寄せ、
- ② 両手を体の横やお腹の上など快適なところに置き、緩やかな呼吸を繰り返す。



ガス抜きのポーズ

- ① 仰向きに寝て、両膝を抱える。
- ② 息を吐きながら両腕で膝を胸に引き寄せ、上体を起こす。この時、太ももを下腹に押し付け、おしりを持ち上げ、呼吸を5回する。



ワニのポーズ

- ① 反り腰にならないように仰向けになる。
- ② 片足を曲げ、両手で抱え胸に引き寄せる。
- ③ 曲がっている膝の外側を、膝と反対の手で持つ。もう片方の手は肩の高さで横に伸ばし、手のひらを床に。
- ④ 息を吐きながら肩が床から浮かないところまで膝を内側に倒す。視線は横に伸ばした手の先に。



シャヴァーサナ(無空のポーズ)

- ① 仰向けになって目を閉じ、腕を体から少し離し、足は肩幅より広く開いてつま先を外側に向ける。
- ② 両肩を耳から遠ざけて頭を少し引いて、首の左右と後ろの自然なスペースを保つ。
- ③ ゆっくりと深呼吸しながら、全身の力を抜いていく。



※ 質の高い睡眠は、心と体の健康を作ります。ぜひ質の高い睡眠をとれるよう、ご自身の睡眠や習慣を見直してみましょう。

グリーンカフェ川中島 ぜひご参加ください!

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介護予防につながるお話です。ぜひお話しあってご参加ください。

申込み・お問い合わせ 経済部生活課 ☎293-2061

【9月・10月の開講予定】

- 開催日時 ① 9月17日(火) AM10:00~
② 10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健康はつらつ体操(長野松代総合病院)
②脳卒中の予防(南長野医療センター篠ノ井総合病院)
- 参加費 100円
- 申込み 開催日前日までに申込み先までお電話ください

ぶんげい



お祭りが終わった後の静けさに残って浮かぶ弾んだ生氣
4月から相続登記義務化され放棄の農地親族協議
涙ぐみ拳つきあげ戦いし悲喜こもこも夢おう姿
孫達が自分の仕事しつかりと責任をもち頑張っている
この歳で始めて手にしプランター高貴な色の茄子の艶かな
戦艦が恋しいと云う老人がなぜ懲りぬのか拳握りて
孫達省先祖返えし仏だんに土産山盛りほほえむ遺影
終戦日やってくる度父上の御霊に靖国安らかなれと

藤ノ井 関 博英
藤ノ井 長澤 保
更北 松井 信子
藤ノ井 宮下 徳子
藤ノ井 久保田本子
藤ノ井 山崎 節子
藤ノ井 藤沢 昌子
更北 斎藤 由明

お母様などと切り出す下心
玉むすび初の縫い物襟元の笑み
捨て切れず描いた夢は色あせて
我慢する汗は私を強くする
コスモスの一輪挿しや無人駅
持続力欠如老化がもたらぬ沁み
聖火台へ愛の賛歌に熱きもの
青空や蜻蛉見下ろす見上げ顔
この暑さセミも地下から出てこない
咲きそろうナツズイセンの盆の入り
炎天に傳いこの世継時間

藤ノ井 内山 克子
藤ノ井 同澤 千賀子
藤ノ井 桑原 千加
藤ノ井 酒井てるい
更北 塚田 敏明
川中島 中島 捷治
川中島 小林 伸江
更北 宮林 雄一
更北 榑沢 清子
藤ノ井 飯島 教史
松代 石坂 昭江

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～

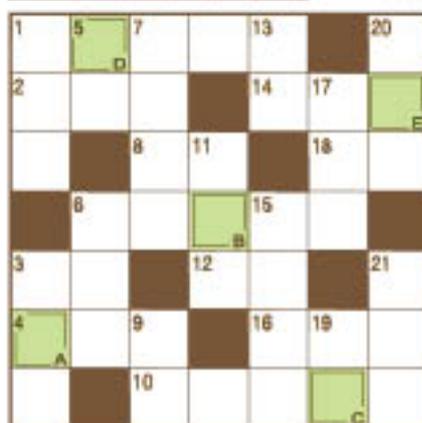
この手紙を書いている8月17日は、台風が過ぎ猛暑が復活した日です。台風被害が少なかったのはありがたいですが、猛暑は大変ですね。猛暑や地震、台風、豪雨で自然災害が少ないことを祈るのみですね。皆様もくれぐれもご自愛ください。(川中島 酒井さん)
●気象庁の3カ月予報(9～11月)では、平年より気温が高く、残暑が長引き、秋の訪れは遅い傾向にあるとのこと…本誌の編集時には非常に強い台風が接近しており、不安が募っています…

5月に植えたキュウリが終わり、先日接木のキュウリが苗を買いかえました。根付いたようですのでキュウリができるのが楽しみです。(松代 めいちゃんのみまさん)
●召し上がり方は生が一番でしょうか?たくさん収穫され調理された際には、ぜひオスメのレシピを教えてください!

今年は連日酷暑で本当にまいっております。水分、塩分を摂りながらたくさん食べてこの夏をのり切ろうと思います。(松代 テンちゃんさん)
●暑さ疲れも出る時期かと思っておりますので、おいしい農産物で栄養摂りましょう!

\\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

- 9月2日は〇〇〇〇〇の日。ハズレくじ対象の抽選もあります
- ドミンとゴドファラとか
- 握りずしを敷えるときに使う言葉
- ミョウガはこの部分や若い葉を食べます
- 前身は江戸です
- 敬老の日〇〇〇へ日本酒を贈った
- 素晴らしい考えのこと
- 雨の身に似合う植物
- 〇〇〇手摺りを交えて説明した
- 急須のお茶を注ぎます
- ノブを持ってあげます

タテのカギ

- わらなどで編んで米や炭を詰めます
- 「」や〇のこと
- 長く連れ添った夫婦は似てくるとか
- アキアカネ、オニヤンマといえげ
- からすみはボラなどの〇〇〇〇を加工したものです
- 食パンのふちの部分
- 筋に強く息を送り込んで矢を飛ばします
- 深手などところがありません
- 明日の授業に備えて〇〇〇〇をした
- 房で売られる果物
- 神の起こした洪水を箱舟で乗り越えました
- 天竺牡丹(てんじくぼたん)とも呼ばれるキク科の花
- 一時的に寝ること

[7月号の当選者/8月26日当選通知発送](応募総数44通)

○伊藤悦子さん ○内山俊栄さん ○相澤隆子さん ○板上江早子さん ○丸山里子さん

インターネット(QRコード)によるご応募受付について

10月1日の郵送料改定に伴い、当JAでは、JAポスト(クロスワードパズル)へのご応募につきまして、従来の郵送によるご応募に加え、9月号応募分より、インターネット(QRコード)でのご応募を受け付けいたします。今後ともぜひみなさまのクロスワードパズルへのご応募と、広報誌やJA事業へのご意見・ご感想などをお待ちしております。
※クロスワードへの投稿にあわせて「ぶんげい」に投稿いただくことも可能ですが、ぶんげい受付期間に投稿されたものに限ります。

ぶんげい投稿について

- テーマは自由ですが、定形詩(5・7・5、5・7・5・7・7)で表現してください。
- 投稿の際には巻書でお書ください。
- 投稿者の①住所 ②氏名※併号不可 ③電話番号を記入してください。

ぶんげい受付期間(消印有効)
9月9日(月)～9月20日(金)

クロスワード(おたより)への

ご応募に関する記載事項について

- ご応募の際は次の事項をご記入(入力)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)
- ※ペンネームはおたよりを採用させていただく際に掲載いたします。

クロスワード締切 9月30日(月)※消印有効

郵送によるクロスワード(おたより)・

ぶんげいへのご応募はコチラ

〒389-8007
長野市藤ノ井布野東田961-2
JAグリーン長野 エバーグリーン係
※ぶんげい投稿の場合には「茶」の後にぶんげい宛と明記してください。

QRコードからの
クロスワードへの
ご応募はこちら





初心者のためのトルコギキョウ栽培見学会 ～花づくりを仕事にするという選択～

トルコギキョウの出荷販売に興味をお持ちの方、栽培にチャレンジしてみたい方に向けて、トルコギキョウのほ場をご案内しながら栽培の特徴をご紹介する「トルコギキョウ栽培見学会」を開催いたします。みなさまのご参加をお待ちしております。



▲昨年開催の様子

日時 10月13日(日)AM9:00～
会場 グリーンパレス(篠ノ井布施高田961-2)
※畑まで車で移動します

留意事項

- 出荷販売をご検討される方向けの見学会となります。
- 事前申込制となります。お問い合わせ先までお電話にてお申込みをいただきますようお願いいたします。

お問い合わせ
営農販売部(塩野・笠井) TEL292-0930



JAグリーン長野フラワーショー

JAグリーン長野花き部では、生産者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。

コギク、リンドウ、花木類など、季節の花約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。



日時 9月19日(木)AM10:00～PM3:00
会場 営農販売部2階会議室(篠ノ井布施高田944-1)

- 内容 ●品評会・展示会(切花、花木)
●花づくり相談会
～花の出荷をめざして生産者に聞いてみよう!～
●展示物[※]・花束の販売

※展示物の販売は、当日会場にて事前予約(お支払い)をいただき、PM3:00以降のお引渡しとなります。

お問い合わせ
営農販売部(塩野・笠井) TEL292-0930



出資配当金・事業分置配当金明細書の お届けについて

「出資配当金」・「事業分置配当金(令和5年度)」につきまして、8月19日(月)に対象のみなさまのJA口座にお振込みいたしました。

対象のみなさまには、本誌9月号とともに「出資配当金振込通知書」・「令和5年度事業分置配当金のお支払いについて(明細書)」をお届けいたします。

【事業分置配当金の確定申告について】

お振込みした事業分置配当金は、事業収入に計上することとなりますので、対象となる方は、確定申告時にご留意ください。

お問い合わせ 総合企画部 TEL293-2000



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サンバー・JAキャリィのご成約で、豪華3大特典をプレゼントいたします!また、新車・中古車のご相談・ご提案もお任せください。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(土)まで

- 内容 JAサンバー・JAキャリィをご成約で豪華3大特典
- 選べるオプション33,000円分(税込)プレゼント
 - 荷台いっぱいプレゼント(BOXティッシュ60箱など)
 - 最低下取り価格30,000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り

お問い合わせ
オートパル篠ノ井センター TEL292-1654



組合員健康企画「信里地区史跡・名所を トレッキングで巡ろう! 第2弾」

組合員の健康維持・増進をめざした「組合員健康企画」では、「信里地区史跡・名所をトレッキングで巡ろう第2弾」を開きます。神社・仏閣や路傍にたたずむ石造物から歴史を学び、自然散策を楽しみながらトレッキングしましょう!

日時 10月18日(金)AM10:00～(2時間程度)
集合場所 JA信里店(信里合同庁舎)
参加費 組合員300円、組合員以外500円(傷害保険料等)
定員 10名(申込先着順)
申込締切 10月4日(金)
特記事項 ●お電話にてお申込みください。
参加者には後日案内通知を郵送します。
●レンタルポールはありません。
必要な方はご持参ください。
●コースには急な坂が数カ所あります。

お問い合わせ 経済部生活課 TEL293-2061



ご利用ください JAセルフ給油所

JAのセルフ給油所4施設にて9月末日までご利用いただける燃料の割引QRクーポンをお届けいたします。右記QRコードをセルフ給油所にお持ちいただき、機械にかざしてご利用ください。



▲9月末日まで有効

ご利用いただけるJAセルフ給油所

| | |
|----------------|-------------|
| アグリシののいセルフ給油所 | TEL293-5660 |
| 長野インター松代セルフ給油所 | TEL290-6122 |
| 川中島セルフ今井給油所 | TEL285-7770 |
| 南長野公園前セルフ給油所 | TEL293-4831 |



JAグリーン長野 第13回フォトコンテスト開催のご案内

JAグリーン長野では、「第13回フォトコンテスト」を開催いたします。
「写して残そう“農業”」をテーマに、当JA管内で撮影した農業や農村風景、農産物などを被写体にした季節感ある作品を募集いたします。
入選作品は本誌の表紙を飾ります。ぜひ応募ください！

応募期間 9月2日(月)～令和7年1月14日(火)
応募資格 長野県内に在住の方(未成年者は必ず保護者の同意が必要)
応募作品について

- 2023年7月以降に当JA管内で撮影された写真に限ります。
 - お一人につき出品数は8点とし、作品は未発表のものに限ります。
 - 明らかに加工と認められるものは、審査の対象外とします。
 - スマートフォンで撮影された作品も応募可能です。(画素数800万画素以上)
- 応募の方法 次のいずれかの方法(詳しくは応募チラシをご覧ください)
①プリント作品の郵送・持参 ②写真(デジタル)データのEメールによる送付



お問い合わせ 総合企画部
TEL293-2000

詳しくは、JA支所・よりそい店備え付け応募チラシ、または、JAホームページをご覧ください。



長野県最低賃金の改定に伴う 農作業労賃改定について

長野県最低賃金の改定(時間額998円)に伴い、農作業労賃の一部を10月1日より変更いたします。

| 対象作物 | 作業の種類 | 1時間あたりの賃金 | |
|--------|---------------|-----------|------|
| | | 変更後 | 変更前 |
| 稲・麦・畑作 | 一般作業 | 1,000円 | 950円 |
| | 田植作業 | 1,000円 | 950円 |
| | 収穫作業 | 1,000円 | 950円 |
| 果樹 | // (摘果・袋掛け含む) | 1,000円 | 950円 |
| 玉ねぎ | 植付作業 | 1,000円 | 950円 |
| | 収穫 | 1,000円 | 950円 |
| 野菜・花き | 一般作業 | 1,000円 | 950円 |

- 【補足】●作業料金は税込金額です。
●支払労賃は実労働時間を基準とします。

適用日 令和6年10月1日(火)～

お問い合わせ
営農販売部営農指導課 TEL292-0930



ライスセンターの利用料について

東部、今井、三水、大岡ライスセンターの令和6年度の利用料は次のとおりです。

| 乾燥料(荷受けもみ数量1kgあたり(税別)) | | |
|------------------------|----------------------|-----------|
| 東部・今井 | 水分量18%以下 | 16.0円 |
| | 水分量19%～28% (上限水分) | 1%ごとに2.0円 |
| 乾燥料(玄米製品数量1kgあたり(税別)) | | |
| 大岡・三水 | 水分量18%以下 | 17.4円 |
| | 水分量19%～28% (上限水分) | 1%ごとに2.4円 |

| 項目 | 単位 | 金額(税別) |
|----------|-----------|--------|
| もみすり料 | 玄米1kgあたり | 15.4円 |
| 色彩選別機処理料 | 玄米1kgあたり | 6.5円 |
| 保有米抜取料 | 保有米1kgあたり | 2.0円 |
| 検査料 | 玄米30kgあたり | 25.0円 |
| 紙袋代 | 玄米30kgあたり | 110.0円 |
| 電算処理代ほか | 玄米30kgあたり | 73.4円 |

※諸経費は、玄米代金振込時に控除されます。

お問い合わせ 営農販売部営農指導課 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！



SDGsの達成に向けて取り進んでいるよ

JA *みんなのよいいプロジェクト

JAのうごき

理事会(第6回) 8月29日(木)

- (1)次期中期3カ年計画に向けた施設整備計画(案々案)について
- (2)役員改選の手続きについて
- (3)組合と理事との契約について
- (4)農産開発事業について

協同の成果(令和6年7月末/8月経営会議報告)

| | |
|-----------|---------------|
| 農産物販売高 | 11億8,194万円 |
| 購買品供給高 | 26億4,453万円 |
| 貸出金 | 549億6,474万円 |
| 貯金 | 2,085億4,282万円 |
| 長期共済保有高 | 5,278億476万円 |
| *** | |
| 組合員数(8月末) | 20,229名 |
| 正組合員 | 8,994名 |
| 准組合員 | 11,245名 |

コンプライアンス(法令等遵守)への取り組み

コンプライアンス委員会幹事会 8月19日(月)

経営会議 8月19日(月)

- コンプライアンスの実践状況について(7月)
- 自主検査の実施状況について(7月)
- 県内会員の意見集約について(7月)
- コンプライアンス研修「インサイダー取引」について

JA長野県内郡統制確立に向けた重点化対策(信用事業)の取り組み(8月)県下統一月間として、信用事業の集金管理について点検を行った。

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



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



ナスと豚肉のスタミナ炒め

地元のおいしい食材を食べよう!

地産地消

vol.184

【材料】4人分

| | |
|----------|---------|
| 長ナス | 2本 |
| ピーマン | 2個 |
| 豚肉(カレー用) | 200g |
| 刻みネギ | 適量 |
| 塩・こしょう | 少々 |
| 酒 | 大さじ1 |
| 片栗粉 | 適量 |
| サラダ油 | 大さじ3 |
| しょうゆ | 大さじ2 |
| 酒 | 大さじ2 |
| みりん | 大さじ1 |
| 砂糖 | 大さじ2分の1 |
| 生薑のおろし汁 | 大さじ2分の1 |

A



【作り方】

- 豚肉は塩・こしょう・酒をふり、5分ほど置いた後、水気をふき取ってから片栗粉をまぶす。
- ナスは1.5センチの輪切りにし、水にさらす。水気をふき取り、片栗粉をまぶす。
- ピーマンは種を取って、食べやすい大きさに切る。④は混ぜ合わせておく。
- フライパンに油を熱し、豚肉を入れ、赤みがなくなるまでしっかり炒める。
- ④にナスを入れ、炒め混ぜる。さらにピーマンを入れて火を通す。
- ⑤に⑥を入れて、とろみがつくまで煮詰める。器に盛り、刻みネギをのせて完成。

ナスと豚肉は相性も良く、
食べ応え抜群! スタミナ
もつきますよ。



女性部更北総支部福里加工のみなさん



豚肉は食べやすい大きさに切る。



ナスは皮付きのまま輪切りにする。



片栗粉の効果でナス同士がくっつきやすいので弱がしながら焼く。



今月の主役



JA長野厚生連
南長野医療センター兼ノ井総合病院
栄養科

ナス

ナスには、カリウム、ナスニン、食物繊維などの栄養素が含まれています。カリウムは、余分な塩分や水分を体外に排出し、高血圧の予防やむくみを解消する効果があります。食物繊維は水に溶けやすい水溶性と、水に溶けにくい不溶性があります。ナスに含まれる食物繊維のほとんどは不溶性食物繊維です。不溶性食物繊維は、水分を吸収して便のカサを増やすことで排便をスムーズにしたり、有害物質を対外へ排出する働

きがあります。皮の紫色には、ナス特有のナスニンと呼ばれるアントシアニン系の天然色素が含まれています。アントシアニンは視機能改善作用や、抗酸化作用などの働きがあります。ナスの皮には栄養が多いため、皮はむかずそのまま食べることをオススメします。ナスの内側の部分は油をたくさん吸収するので、皮付きのまま調理したほうがカロリーダウンにつながります。

EverGreen 2024 Vol.367

発行所: グリーン農業協同組合 長野市東区/井本地区 026-283-2000(代) 日誌/PO印刷(別)

270 古紙割合率70%以上の再生紙を使用しています

休日・夜間
緊急連絡
管轄時間外の連絡
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

■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