



読むほどに、JAがもっと身近になる組合員向け機関誌

# JA's民

月刊  
「ジャスミン」

2023

8

No.234

特集

新規採用職員紹介



JA's民は  
webでも  
閲覧できます

JA信州諏訪

R.Hirochi



**茅野北部支所  
金融係**

①茅野市  
②写真を撮ること。仲間の生き生きとした表情を撮影したいと思っています。  
③梅。祖母が作ってくれた梅漬けがきっかけで大好きになりました。

いざみやま りな  
**泉山 莉奈**

**茅野中央支所  
金融係**

①諏訪市  
②読書。小説投稿サイトでいろんなジャンルの小説を読んでいます。  
③プーさんのぬいぐるみ。友達からのもらい物で、日々の癒しです。

やまと さちこ  
**山田 祥子**

**原村支所  
金融係**

①茅野市  
②旅行、散歩など出かけること。  
③通勤用カバン。就職祝いで父が買ってくれたもので、仕事を頑張ろうと思えます。

たけい りん  
**武居 凜**

**茅野南部支所  
金融係**

①茅野市  
②バドミントン。体を動かして気分転換しています。  
③アイドルのうちわ、ペンライト。見るとびに、感動したコンサートを思い出します。

たけむら ひなた  
**竹村 日向**

**岡谷支所  
金融係**

①岡谷市  
②サックスを吹くこと、テニスをすること。  
③幼い頃に使っていたラムネ入りのマイクと教育実習でももらったアルバム。思い出が詰まっています。

おぐち ゆうか  
**小口 由華**

**富士見町中央支所  
金融係**

①富士見町  
②対戦アクションゲーム「スプラトゥーン」。  
③小説。推理小説が好きで、中でも東野圭吾さんの作品がお気に入りです。

ひぐち かれん  
**樋口 華恋**

**諏訪支所  
金融係**

①岡谷市  
②松本山雅FCの応援。  
③テディベア。私が生まれたときと同じ重さのものです。ここまで育ててくれた親に感謝しています。

なかがわ ゆうき  
**中川 祐岐**

**諏訪中央支所  
金融係**

①諏訪市  
②好きなアーティストやゲームのイラストを描くこと。  
③猫のぬいぐるみ。友達からの贈り物で、可愛いので机の上にいつも飾っています。

みやざわ ゆうか  
**宮澤 優佳**



4月1日に当JAへ新規採用職員として入組した12人が、3ヶ月の試用期間を無事終え7月1日付で正職員となりました。  
どうぞ、よろしくお願いします。

①出身地 ②趣味特技、マイブーム ③私の思い出の品、宝物を質問しました!

**共済部  
茅野第2地区センター 普及係**

①諏訪市  
②友達とする筋トレ。韓国グループの音楽鑑賞。  
③グローブ。小学校から高校まで野球に打ち込んできました。

ゆだ なおき  
**湯田 直紀**

**金融部  
業務課 貯金為替係**

①岡谷市  
②一人カラオケとショッピング。トランペットを吹くこと。  
③アイドルのうちわ、ペンライト。コンサート時の座席の良さが自慢です。

おちあい まほ  
**落合 真歩**

**営農部 すわこ営農センター 田中線センター 生産係**

①岡谷市  
②ピアノを弾くこと。坂本龍一さんの曲をよく弾きます。  
③トウシューズ。3歳から始めたクラシックバレエを最近再開しました。

おぐち さくら  
**小口 桜倉**

**営農部  
茅野市営農センター 生産係**

①茅野市  
②絵を描くこと。  
③リュックサック。大学4年間で使用しており、とても使いやすく、気に入っています。

みさわ けんと  
**三澤 健斗**

※著作権を保護するため、「私の思い出の品、宝物」の一部画像を加工しています。



## トップセールス 開催



市場関係者に向けて管内農産物をPRしたトップセールス

JA信州諏訪トップセールスを行いました。小平淳組合長ほかJA役職員4人が東京都、大阪府、愛知県に出向き、各市場の役員、全農長野担当者にJA信州諏訪の農業振興事業方針および事業計画を説明。産地や市場流通の動向について情報交換を行いました。

現地で行うのは4年ぶり。役員が管内農産物の魅力を伝え、有利販売につなげることが目的です。

小平淳組合長は「肥料・農薬・生産資材価格が高騰している。生産者が丹精込めて栽培した農産物を送るので、1円でも高く販売してほしい」と要請しました。

## ブロッコリー出荷本格化

ブロッコリーを収穫する菊池さん  
(午前4時53分頃)

JA管内でブロッコリーの出荷が本格化しました。生産者は夏場の責任産地として意思統一を図り、日々の栽培管理を徹底。高品質で市場評価が高い信州諏訪産が全国に届けられています。

原村の菊池和貴さん(42)はこの日、家族3人で午前4時半頃から収穫。株元を包丁で切り取つて外葉を整えて一旦コンテナに入れた後、箱詰めしました。

菊池さんは「6月上旬の大雪で一部ほ場に被害が発生したが、生育はおおむね順調。葉がしっかりと育ち形もよく、例年通りおいしいブロッコリーに仕上がっている」と話しています。

6/30

9 農業と経済成長  
8 農業と地域活性化  
農業所得増大

JA管内でブロッコリーの出荷が本格化しました。生産者は夏場の責任産地として意思統一を図り、日々の栽培管理を徹底。高品質で市場評価が高い信州諏訪産が全国に届けられています。

## 花き取引会議 開催



4年ぶりに関係者が一堂に会して開いた花き取引会議

JA信州諏訪花き専門委員会は、富士見高原スキーセンターで花き取引会議を開きました。花き生産者、市場・長野県諏訪農業農村支援センター・輸送関係者、JA役職員ら158人が出席。2023年度花き販売目標20億円の達成に向けた重点取組み事項などを再確認しました。

懇談会は2019年以来4年ぶりに全部会合同で行いました。

清水祐輔委員長は「過去にない厳しい栽培環境下ではあるが、生産者は高品質な花きの安定供給に努めている。高値販賣いただけるよう、お力添えをお願いします」と訴えました。

6/21

8 農業と経済成長  
17 バーチャルマーケティング  
農業所得増大

## 露地作型セルリー初出荷



セルリーを収穫する中村さん(右)ら(午前4時6分頃)

JA信州諏訪管内で、露地作型のセルリーの出荷が最盛期を迎えました。

原村の中村武彦さん(61)は家族・アルバイト従業員計8人で、深夜1時頃から作業を開始。ほ場に投光器を設置して周囲を明るく、頭につけたヘッドライトでセルリーを照らしながら1株ずつ収穫し、箱詰めしました。

中村さんは「春先の天候の影響で一部規格外もでているが、生育は順調」と話します。「種まきから丹精込めて育てている。高品質なセルリーの出荷に努めるので、ぜひ食卓で食べてもらいたい」と呼びかけています。

## 茅野市内小学校で花育



豊平小学校



宮川小学校



米沢小学校



永明小学校

3 すべての人に  
農業と経済成長  
15 農業と地域活性化  
農業所得増大  
自己改革

6/15

6/12

6/20

6/1

JAは茅野市内の小学校で花育活動を行いました。茅野市内の支所職員が各校に出向き、児童と一緒に花を植えました。同支所が2021年度から力を入れている取組み。花苗は同市のJAファーム茅野店から手配しました。品種はサルビアやマリーゴールド、ペチュニアなどです。

豊平小学校では支援学級の児童が職員室横の花壇に定植。米沢小学校では5年生31人が学校で準備した培土を入れ、1人1個自分のプランターを作成

し、昇降口前に並べました。宮川小学校では、飼育栽培委員会の4~6年生25人が参加し、同校の正面玄関の花壇に定植。永明小学校では、園芸委員会の4~6年生24人が参加し、同校の校庭にある花壇に植えました。

同支所の白鳥誠統括所長は「皆で世話をしても長くきれいな花を咲かせてもらいたい。花を育てることは豊かな心を養うことに繋がると思うので、今後も継続して取組んでいきたい」と話しました。

## マレットゴルフ大会 開催



マレットゴルフを楽しむ会員

3 すべての人に  
農業と経済成長  
17 バーチャルマーケティング  
農業所得増大  
自己改革

6/14

JA信州諏訪年金友の会は、原村で第20回マレットゴルフ大会を開きました。

会員56人が参加し、男女混合14組に分かれてプレーを楽しみました。

優勝は、茅野市の小澤英人さんと本間順子さん。小澤さんは「狙ったところへボールが上手に行って、優勝することができた。初めて一緒にプレーする皆さんとだったが、和気あいあい、気持ちよくプレーできた」、本間さんは「役員の方々に草刈り、砂入れなど本当に大変な作業をしていただいたおかげで、大会が開催できた。優勝させてもらい、感謝している」と話しました。

## 早乙女による御田植祭



白装束に赤いたすき、すげがさ姿の早乙女による上社御田植祭

11 農業と地域活性化  
17 バーチャルマーケティング  
農業所得増大

6/4

諏訪大社上社恒例の「御田植(おたうえ)祭」が、諏訪市の藤島社の斎田で行われました。大勢の氏子や家族が斎田を取り囲み、早乙女23人がうるち米「スワヒカリ」の苗を植え、豊作を願いました。

家族が見守る中、大役を果たした諏訪市豊田の関藍花さん(15)は「緊張したけど、忘れられない思い出ができた。願いが叶って豊作になれば嬉しい」と語りました。

前澤要耕作長は「笑顔も見られ無事に終了してほっとしている。秋の新嘗祭に向かって豊作を期待したい」と安どの表情を浮かべました。



## 上諏訪中でグリーンカーテンづくり



6/19  
自己改革

J.A.信州諏訪管  
理部協同活動推進  
課は、上諏訪中学校3学年のグリー  
ンカーテンづくりを支援しました。

同学年の総合学習「持続可能な開発目標  
(SDGs)に向けて自分たちができる取組み」の一  
環で、3年1組の両角日汰さん(14)と3年2組の伊藤結星さん(14)が計画。夏場のエアコンや  
扇風機の使用頻度を抑えたいとの思いで、J.A.に  
指導を依頼しました。

2階の教室のベランダにネットを設置。ヘチマ、  
ゴーヤ、あさがおの苗計11本を鉢に定植し、つ  
るをネットに絡めました。今後は、生育を見守りながら冷房設備の使用頻度が減るか調査します。

## 富士見町で女性部とJA支所が連携し、花育活動



5/27  
紅林荘の花壇に花を植える参加者



7/1  
恋月荘の花壇に花を植える参加者

J.A.信州諏訪女性部富士見町ブロックは、「特別養  
護老人ホーム紅林荘」と「特別養護老人ホーム恋月  
荘」で花苗の定植や清掃活動を活発に行いました。  
支所食農活動の一環で、J.A.役職員が協力。施設利  
用者が気持ちよく日々を過ごせるよう、皆で周辺の  
環境づくりに汗を流しました。

花苗はJ.A.ファーム茅野店からマリーゴールドや  
ニチニチソウなどを手配し、施設に持ち込みました。

紅林荘では、部員、J.A.役職員、施設関係者13人が  
参加。皆で協力して2カ所の花壇に花苗を植えました。

## 青壯年部原ブロックが花育



園児に花苗のプランターを手渡した原村保育園での寄贈式

3 すべての人  
健康と福祉  
17 パートナーシップ  
目標達成のための連携  
自己改革

6/19  
自己改革

J.A.青壯年部原ブロックが、原村で花育活動「花  
いっぱい運動」を行いました。同村の小・中学校、  
保育園、福祉施設など計15カ所にペチュニアの  
苗を植えたプランターを用意。部員が子どもや施  
設関係者に手渡しました。

原村保育園で受け渡し式を開催。代表の部員5  
人が、年長園児60人にプランター5個を贈りました。

中村孝広ブロック長は「花がきれいに咲くよう  
水をあげたり、話しかけたりして大切に育ててく  
ださい」とあいさつしました。園児は声を揃えて  
「ありがとうございます」とお礼を伝えました。

## 「花カーゴ」による出荷2年目



花カーゴを使った荷造り方法を確認した第1回出荷査定会

11 みんながいる  
まちづくり  
17 パートナーシップ  
目標達成のための連携  
農業所得増大

6/26  
農業所得増大

J.A.宿根カスミ草部会が第1回出荷査定会を開  
きました。全生産者35人がオリジナル出荷資材  
「花カーゴ」を使用し、有利販売をめざします。

花カーゴは2022年8月、3日目販売の取組み  
の一環で導入。組み立て式の段ボール箱に茎を立  
てるため中央に穴を開けて処理液を入れるポリ袋  
を貼り付けてあります。

同部会役員の小林隆幸さん(72)は「花カーゴは慣れるまでは少し大変だが、市場や消費者から好評と聴き導入した意義は感じている。生産者皆で信州諏訪の宿根カスミ草を守りたい」と話しています。

## 諏訪野菜部会 文出集荷所開き



鏡割りで1年の順調販売を願った集荷所開き

9 みんながいる  
まちづくり  
17 パートナーシップ  
目標達成のための連携  
自己改革

7/3  
自己改革

すわこ営農センターで諏訪野菜部会文出集荷所  
開きを行いました。生産者、岐阜中央青果・長野  
県農業農村支援センター・諏訪市農林課・全農長  
野の担当者が出席。市場情勢や消費動向などを情  
報交換し、鏡割りで1年の順調な生産販売と農作  
業の安全を願いました。

小林昇経済事業本部常務理事は「今年9月をめ  
どに肥料・農薬・資材の予約購入に対しての支援  
を進めている。コスト高の一助となるよう努めたい」とあいさつしました。

きゅうり出荷査定会も行われ、最盛期を前に出  
荷規格や荷造り方法の確認などを行いました。

## 美ヶ原牧場へ入牧



11 みんながいる  
まちづくり  
15 みんながいる  
まちづくり  
農業所得増大

5月  
6月  
職員に誘導されて入牧する牛

J.A.営農部畜産課が、美ヶ原牧場に管内の牛を  
放牧しました。

ストレスがなく、心身ともに健康な牛を育てる  
こと、農家の経費・労力の削減を目的に毎年この  
時期に行っている事業。今年は酪農・畜産農家8  
戸から和牛・ホルスタイン計52頭を預かります。

6月13日は、ホルスタイン5頭を放牧しました。下牧は10月上旬頃までに行います。

名取隆秀課長代理は「厳しい環境下で牛を育てる  
農家の役に立てるよう、今後も農家・牧場と連  
絡を密に取り合いながら牛を見守っていきたい」と  
話しています。



## 身近な情報局

## JAの年金相談会にぜひお越しください！

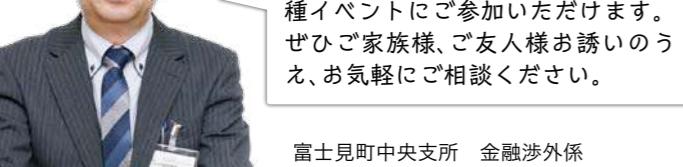


JAで年金を受給いただいている方は、JA年金友の会が企画するマレットゴルフやウォーキング、旅行など各種イベントにご参加いただけます。ぜひご家族様、ご友人様お誘いのうえ、お気軽にご相談ください。

富士見町中央支所 金融渉外係  
藤森 正樹

JAの年金相談会は、各JA支所・営業所を会場に実施しています。今後年金を受給される方、すでに受給されている方を対象に、当JA専任の社会保険労務士が懇切丁寧にご相談に応じています。年金の請求手続きは、JA各支所の金融渉外職員が、書類の準備、記入方法の説明、年金事務所への提出まで行っています。直近の相談会の日程は当誌23ページをご覧ください。各支所窓口または長野県JAバンクWEBサイトから予約いただけます。

年金相談  
Webサイト

JA信州諏訪 農業機械のご紹介  
～コンバイン編～

今回は稻を刈るのに必要な収穫機の中からコンバインを紹介いたします。

現在、ニーズの多様化により様々な機能を備えたコンバインが登場しています。

## 紹介する農業機械

担い手向け本格4条コンバイン  
機種(メーカー) : DR472S-QW-CK (クボタ)  
メーカー希望小売価格 : 11,815,100円(税込)  
仕様: 馬力72PS、刈取条数4条刈  
刈幅1400mm~1500mm

オススメ  
ポイント

- クボタの営農・サービス支援システム KSAS と連携することで、パソコン・スマホを利用して電子地図を用いた圃場管理、作業の記録、進捗状況の把握など農業経営を「見える化」します。
- 新開発の「水分・収量センサー」を採用。(オプション)  
グレンタンク内に搭載した、水分と収量に特化した新センサーによる「見える化」で、作物品質の向上へ。

カクイチ&JA 農業機械  
合同展示会を開催します。

～倉庫に格納されている農機具を  
実際にご覧ください～

日 時 8月25日(金) 26日(土)  
25日10:00~16:00 26日10:00~15:00

開催場所: カクイチA-SITE諏訪インター (茅野市中沖7-15)  
詳しくは広報誌折込チラシをご覧ください。

問い合わせは  
各JA農機センターへ

茅野市農機センター ☎78-2241  
富士見町農機センター ☎62-2074

原村農機センター ☎79-6124  
湖南農機センター ☎52-1116

## 郷土食を学ぼう



教え合いながら郷土食づくりを行う女性大学院生

3

すべての人に  
笑顔と健康を

11

みんなに  
笑顔を自己  
改革

6

/12

## 消しゴムはんこ教室 新設



GAAAKO先生指導のもと消しゴムはんこづくりに集中する受講生

4

みんなに  
笑顔を

11

みんなに  
笑顔を自己  
改革

6

/8

JA組合員向け講座に「消しゴムはんこ教室」が2023年度、新たに加わりました。

茅野市の消しゴム版画作家 GAAAKO(があこ)先生が講師を務めます。6月8日の講座は、受講生7人が参加し、伝統文様をあしらったはんこを作製。

生徒は「とても楽しい。もっと上手くなりたい」と感想を語りました。

JAの組合員向け講座は文化系、運動系合わせて18講座ある。同教室は毎月第2木曜日に開催。随時参加を受付中。詳しくはJA管理部協同活動推進課(0266-57-8000)まで。

## JA共済保障見直し相談会



A・コープピアみどり店の来店客にJA共済をPRする職員

11

みんなに  
笑顔を自己  
改革

6

/16

## 桔梗結び講習会



職員が講師となって行った桔梗結び講習会

4

みんなに  
笑顔を

11

みんなに  
笑顔を自己  
改革

6

/17

株式会社あぐりライフ信州諏訪葬祭センターは、虹のホールたまがわで桔梗結び講習会を開きました。

新盆を迎えるご家庭の方が参加。同センターの三浦紀孝所長ら従業員が、美しい桔梗になる作手順や多様な結び方などを伝えました。

従業員が作成した桔梗結びを見本とし、参加者は模型を使用して講習。質疑を交え、理解を深めながら作業を進め、約2時間かけて完成しました。

虹のホールグループでは、今回参加いただいた皆様のように故人を偲ぶ伝統の手助けを今後も行って参ります。

## ウリ科野菜の黒星病対策

ウリ科野菜では低温時期に黒星病が発生しやすく、一度発生すると防除が困難となります。今回は黒星病の特徴と対策をお伝えします。

### 黒星病の特徴

#### 症状

葉に水浸状の斑点が形成され、時間の経過とともに黒いカビを生じます。茎や果実では暗緑色で窪んだ斑点が形成され、病斑部からヤニを分泌します。ズッキーニや漬けウリでは虫が食い込んだように陥没する斑点が形成されます。また、キュウリでは病斑部分で極端に曲がった果実になります。

### 病原菌の生態と発生しやすい条件

作物ごとに種類は異なりますがどれも糸状菌で、被害残渣や使用資材に付着して越冬し翌年の発生源となります。

病原菌は風雨によって飛散し、葉の気孔や傷口から作物内に侵入します。

発生は5月から10月に多く、気温17°Cから21°C、多湿の条件下で多発します。

### 防除のポイント

風通しが悪いと発生しやすくなるため、密植を避けてください。余計な葉や枝は除去して風通しを良くし、光が作物全体に当たるように管理してください。

発病してからの防除は困難ですので、発病前から薬剤の予防散布をしてください。

発病株は翌年の発生源となるため、ほ場外に持ち出して処分してください。

被害が発生したほ場で使用した資材は洗浄・消毒をしてください。

雨や水やりの際の跳ね返りでも感染していきます。跳ね返りを防ぐためにもマルチを活用し株元からの跳ね返りによる感染を防いでください。(マルチ栽培が出来るもの)

### 参考資料

以下にキュウリでの黒星病防除薬剤を紹介します。防除の参考にしてください。

薬剤名	希釈倍率	使用時期	使用回数
ジマンダイセン水和剤	600倍	収穫前日まで	3回以内
ダコニール1000	1000倍	収穫前日まで	12回以内
トップジンM水和剤	1500～2000倍	収穫前日まで	5回以内
ベルクートフロアブル	2000倍	収穫前日まで	7回以内
ベンレート水和剤	2000～3000倍	収穫前日まで	3回以内
スコア顆粒水和剤	2000倍	収穫前日まで	3回以内
トリフミン水和剤	3000～5000倍	収穫前日まで	5回以内
ファンペル顆粒水和剤	1000倍	収穫前日まで	3回以内

この表は令和5年6月25日時点での基準により作成しています。薬剤散布の際は必ず使用基準の確認をお願いします。

### 担当よりひとこと

黒星病は果実に被害があります。多発すると収穫量に影響しますので、薬剤の予防散布をして被害の軽減に努めてください。

農業振興センター  
専任指導係  
(富士見町営農センター駐在)  
仲井 昇吾



## 斑点米とカメムシの防除対策について

近年温暖化や暖冬の影響により諏訪管内全域において斑点米カメムシの発生が増加し、それに伴い斑点米被害の発生が拡大しています。わずかな斑点米の被害でも玄米の品質低下(等級落ち)を引き起こすため、販売にも大きな影響を及ぼします。現在のコメの流通情勢から米価の低迷に伴い2等米以下は厳しい販売状況が予想されます。水稻栽培者全員が必ずカメムシ防除に取組んでいただくようお願いします。

### 多発の要因

- ① 夏期の気温が高いとき (高温により活動が活発となる)
- ② 周辺に牧草地や雑草地などの繁殖源があるとき
- ③ 水田内雑草が多発したとき
- ④ イネの出穂期や登熟が遅延したとき  
(生育のばらつきなどが加害期間を長引かせる)



斑点米被害

### 防除対策

#### ① 水田内の除草

ヒエやイヌホタルイの穂を好み、水稻出穂前に結実するため水田内の誘引の要因となりますので、結実する前に除草を行ってください。

#### ② 水田周辺の除草

水田畔や農道の雑草、遊休荒廃地等がカメムシの発生源となり水田に侵入する中継点となります。イネ科雑草結実前の除草を行ってください。

#### ③ 防除薬剤

●スタークル豆つぶを出穂後7～10日に湛水状態で均一に散布してください。

●ワイドパンチ豆つぶはカメムシ類といもじ病の同時防除が可能です。  
収穫35日前までにたん水状態で均一に散布してください。



### 草刈り・薬剤「スタークル豆つぶ」散布適期

八ヶ岳西麓の平年の目安

品種	幼穂形成期	畔の草刈り	出穂期	薬剤散布適期
あきたこまち	7月11日	7月26日まで	8月9日	8月16～19日
きらりん	6月28日	7月15日まで	7月29日	8月5～7日

### 担当よりひとこと

農業振興センター  
専任指導係  
(原村営農センター駐在)  
井上 俊哉



### 農薬による“みつばち”の危被害防止!!

このラベルがついて  
いる薬剤に注意!!



近年、各地でみつばちの農薬によると思われる被害が報告されています。農薬を散布する前に、近隣のみつばち飼育状況を確認し、地域で一体となってみつばちの危被害防止に取組みましょう。

危被害軽減の為、みつばちの活動が盛んな時間帯には農薬の散布を避け、できるだけ早朝か夕刻に散布し、粒剤か豆つぶ剤などの形態の薬剤を使用しましょう。

なお、近隣のみつばち飼育場所がわからない方は、農業農村支援センター 農業農村振興課  
☎0266-57-2913へご相談・お問合せください。

## 新鮮鮮度ピカイチJA直売所



夏本番！地元農家の皆様が丹精込めて栽培した新鮮な農産物が収穫の時期を迎えました！冷涼な気象条件を生かして、美味しい高原野菜や、色鮮やかな切花が大人気です。夏野菜では、ぜひトウモロコシやエダマメは鮮度が高いうちに加熱調理し召し上がる所ならではの旨みをご堪能いただけます。

種類並んでいます。毎日のいろいろどりに、直売所の花を活けてみませんか？ 果物は、夏リンゴやモモ、ブルーイング、ブドウ、メロンやスイカなども出始め、充実した品ぞろえとなります。お盆には毎年好評の「盆の花市・売り出し」を開催します。ご来店をお待ちしております。

**直売所通**

直売所指導担当者が旬の農産物・イベント情報などをお届けします。



**SALE 「盆の花市&売り出し」を開催します**

地元産の新鮮な野菜・花きをお値打ち価格でご提供します。お誘い合わせのうえ、ぜひご来店ください。

**8/11(金)~13(日)**

夢マーケット田中線、夢マーケット横川、  
夢マーケット文出、さざなみ新鮮市

お問い合わせ JA信州諏訪直売所専門委員会事務局 TEL 0266-71-2700 (営農部 生産販売課)

**8/11(金)~12(土)**

A・コープ店内直売所  
ファーマーズピアみどり店、ファーマーズサン・ライフ店、原村店、ファーマーズ富士見店

**店舗イベント情報**

旬を味わいませんか？  
ぜひJA直売所へ足をお運びください

**さざなみ新鮮市**

**8/26(土)  
第4土曜日感謝祭**

### 直売所 お盆営業のお知らせ

店舗名	通常営業時間	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)
夢マーケット店	田中線 AM8:30-PM5:00	通常	8:00-	8:00-	8:00-	8:00-	8:00-	8:00-	通常
	横川 AM9:00-PM4:30	通常	通常	通常	通常	12時閉店	12時閉店	通常	
	文出 AM9:00-PM5:00	通常	8:30-	8:30-	8:30-	8:30-	12時閉店	8:30-	通常
	さざなみ AM9:00-PM4:30	通常	8:30-	8:30-	8:30-	通常	休業	通常	通常
A・コープ店	AM9:30-PM8:00	9:00-	9:00-	9:00-	9:00-	9:00-	9:00-	9:00-	通常



## 野沢菜を栽培しよう

夏野菜が美味しい季節ですが、冬の漬け物に最適な野沢菜は8月から栽培を開始します。美味しい漬け物を楽しむ為に野沢菜を栽培しませんか？

### 畑の準備

#### ● 土作り

種まきの二週間前までに1m<sup>2</sup>あたり「炭酸苦土石灰」を100~200g、堆肥を2~3kgれます。しっかりと混和させましょう。

また、野沢菜はアブラナ科であり、連作障害が発生します。出来る限り連作は避け、アブラナ科以外を作付けたば場で栽培してください。

#### ● うね立て・マルチ張り

種まきの一週間前に畦立てと元肥の施肥を行います。

元肥は「やさいN552」を200g施用します。うね幅は25cm、高さは10cmが目安です。

マルチ栽培の場合は幅70cm高さ10cmで畦立てを行い、有孔黒マルチ95cm 15×15 4列などを使用しましょう。

### 種まき

種まきは8月下旬~9月上旬に行います。

鍬や板などを使い、うねに幅10cmくらいの溝を付け、溝全体に種を薄くまきます。

マルチ栽培の場合は穴に対して、種を2~3粒まくようにしましょう。

種をまいたら、上から種が隠れる程度に薄く土をかけます。

防虫ネットを使用すると、モザイク病を媒介するアブラムシ等の侵入を予防することができます。種まき直後にトンネルを作つて頂くのがおススメです。

### 間引き

間引きは本葉二枚くらいの時に一回目、本葉3~4葉の頃に二回目を行います。

一回目の間引きでは、株同士の間が約3~5cmになるようにし、二回目は株間12~15cmを目安

に株を切り取ります。大株に仕上げたい場合は、二回目の間引きの際に株間を20~25cm位にします。また、生育の不良なものや奇形などを取り除きましょう。

マルチ栽培の場合は、一回目の時点で一穴一株になるようにしましょう。

### 防除

野沢菜に発生する主な病害虫は以下の通りです。

#### ● アブラムシ

→ウイルス病を媒介します。発芽直後から防除を徹底すると高い効果が期待できます。

#### ● ヨトウムシ

→夜行性で、夜に食害活動を行います。孵化直後に防除を行うことで被害を抑えることができます。

#### ● 根こぶ病

→アブラナ科の連作障害です。土壤をアルカリ性にし、種まき前またはマルチを張る前に「フロントサイド粉剤」など殺菌剤を散布しましょう。

病害虫防除は定期的に行い、発生を防ぎましょう。使用薬剤や散布方法等についてはお近くの営農センターまたは資材店舗へご相談ください。



### 収穫

収穫適期は播種後七週間が目安になります。株が大きく育ってきたところで収穫しましょう。収穫の際は株ごと引き抜き、カブの部分を切り落とします。

担当よりひとこと

南部センター  
営農指導係  
木村 百花



冬の漬け物用に利用する場合は、霜に2~3回遭わせると甘みが出て、一層美味しく召し上がれます。

# 「肥料・飼料・生産資材等価格高騰対策支援事業」の実施について

JJAでは各種資材の価格高騰に対し、組合員の農業経営継続と管内の農畜産物生産維持を図る事を目的として、下記の内容により支援事業を実施します。

支援内容	支援対象	支援基準 支援総額（税込）	算出基準日	対象者
1 肥料価格高騰対策	R4年秋予約肥料購入分 (原村堆肥・すわこ堆肥除く)	購入金額の3.5%以内 総額 6,000万円以内	R5年8月31日	組合が認めた 予約購入者  組合が認めた 当用購入者  えのき・ブナ シメジ生産者
	R5年予約肥料購入分 (原村堆肥・すわこ堆肥除く)			
3 農薬価格高騰対策	R5年予約農薬購入分			
4 生産資材 価格高騰対策	R5年予約資材購入分 (種苗・種子除く)			
5 ダンボール 価格高騰対策	R5年予約ダンボール購入分			
6 施工機器 価格高騰対策	R4年3月1日～R5年8月31日 迄の、当用SB購入分			
7 きのこ培地・資材 価格高騰対策	R4年3月1日～R5年2月28日 迄の資材購入分 (種菌除く)			
8 飼料価格高騰対策	牛・豚・鶏の飼養頭数	牛 1頭 6,000円 豚 1頭 250円 鶏 1羽 20円  総額 850万円以内	牛 R4年11月30日 豚・鶏 R5年2月1日	支援基準の 家畜を飼養して いる生産者

※ JA 支援事業（農業振興サポート事業・鳥獣被害防止対策支援事業・ドリフト低減障壁作物種子購入補助事業）の対象品は除外させて頂きますのでご了承下さい。

※ 対象期間の供給実績を農協で算出し、個人毎に支援金をお支払い致します。

※ 支援金は9月末を目途に取引口座に入金を致します。また、対象者には別途明細を送付させて頂きます。

## 第18回 JA信州諏訪 フラワーショー & 野菜品評会

丹精込めてつくりあげられた信州諏訪産の花き・野菜が大集合！

8月25日(金)・26日(土)

富士見町第2体育館にて

一般公開 8月25日(金) 15:00～17:00

8月26日(土) 8:30～11:00

[表彰式] 8月26日(土) 11:00～

※ 予約は一般公開中に承ります。購入代金は予約時にお支払いください。

※ 購入した出品物の引き渡しは26日12:30頃から1時間です。

お問合せ 営農部 TEL 0266-71-2700

## 2023 なんしんフラワーフェア

JA信州諏訪・JA上伊那・JAみなみ信州管内で  
生産された花き数百点を一挙展示！

8月31日(木)・9月1日(金)

JA会館ふじみにて

一般公開 8月31日(木) 15:00～17:00

9月1日(金) 9:00～13:00

展示物の購入もできます。

※ 8月31日15:00から予約開始。商品引き渡しは  
9月1日13:00からとなります。

スタッフおすすめ商品

JA ファーム茅野店、ふじみ店で取扱中！(他店はお取り寄せにて取扱中です)  
※写真はイメージです

クッション性と屈曲性のバランスを考えた  
ドーナツ型の膝クッションです。

膝クッション

ドーナツ

〈ローズ・チャコール・ブラック〉

598円(税込)

通常価格660円(税込)



ムレにくく程よいグリップ感で  
指先作業におすすめ。

PU手袋

指先の匠

〈L・LL〉

315円(税込)

通常価格340円(税込)



防水なのにムレにくいと好評。

ショーワ

テムレス

No.281

〈S・M・L・LL〉

525円(税込)

通常価格550円(税込)



営業案内 JAファーム店の営業時間 8:30～18:00(8月～9月末までの間) 水曜定休日

## 生産資材課より 今月のお知らせ

### ■ 秋予約肥料・農薬申込書

予約価格は当用価格に対して4～6%程度の価格メリットがあります。また、JA信州諏訪総合ポイントの対象にもなりますので、今月配布した「令和5年度秋肥料・秋農薬申込書」を是非ご利用下さい。

令和5年度  
秋肥料・秋農薬申込書

JA信州諏訪総合農業協同組合

### ■ 資材店舗臨時休業のお知らせ

南部センター資材・JAファーム茅野店・原村営農センター資材・JAファームふじみ店・田中線センター資材・グリーンファームすわでは8月15日(火)をお盆休みとさせていただきます。

なお、JAファーム茅野店・JAファームふじみ店・田中線センター資材・グリーンファームすわの4店舗では翌8月16日(水)が定休日で2連休となりますがご了承いただきますようお願い致します。

また、8月31日(木)は決算棚卸業務のため全店臨時休業とさせて頂きますのでご了承ください。

月間特売

幅広い種類の雑草に  
効果がある除草剤！



ザクサ液剤  
<500ml> 2,230円(税込)

<2L> 6,770円(税込)

<5L> 16,600円(税込)



フロンサイド粉剤  
<3kg> 875円(税込)  
<20kg> 5,215円(税込)



ネビジン粉剤  
<3kg> 1,460円(税込)  
<10kg> 4,850円(税込)

農薬は登録内容をご確認のうえご使用下さい。不明な点は店舗スタッフまでお問い合わせ下さい。

# 農トレ通信

Vol.113

農業を専門に学ぶ園芸科を有する富士見高等学校。自然に恵まれた学び舎で、富士見町独自の資源や文化の魅力を発信し続ける生徒たち。年間を通じ、そのようすを紹介します。



集合写真



6/10  
花の里山ボランティア  
園芸科では地域交流の一環として「Fチャレンジ」という活動を行つており、今回は入笠山で開催された花の里山ボランティアに参加しました。ボットに入った山野草を取り出し、スコップなどで地面に穴を掘り丁寧に植栽をしました。昨年とは異なり天気も良く少し汗ばむ陽気でしたが、青空の下で気持ちよく作業をすることができました。

ネットを張るための支柱立て

食用ホオズキ



6/29  
トマト栽培が  
関東農政局特別賞を受賞  
本校では以前から食用ホオズキの栽培を行っています。富士見高校の野菜では近年トマトが注目される機会が多いですが、今年からはホオズキにも力を入れ行きます。今後はメディアやJAの方達と協力をしてホオズキを活用した新しい商品を開発する予定になっています。どのようなものが完成するか、ぜひ期待ください。



7/1  
農業クラブ県大会  
農業クラブの県大会が、6月24日に総合教育センター（情報処理競技）7月1日に須坂創成高校（各種発表）で行われました。本校からは、情報処理競技で1名、プロジェクト発表で「草花研究部」4名、意見発表で3名が出場しました。授業や放課後などの時間で一生懸命にそれ練習を重ね大会に挑んだ結果、情報処理競技で優秀賞を受賞することができました。来年こそは、各競技で最優秀賞を受賞したいです。

集合写真

# 諏訪は六口なり

## 其六 タイムカプセル

「このあいだ蓼科湖のちょっとと上へ行つたところでキノコのような面白え建物が道の脇にあつたけどおめえなんだか知つてゐるけい」「知るも知らねえも、『百年塔』だろ、俺らあ、あの辺で遊んでたわ。65年もめえだけでも蓼科保養施設へ行つたからな。あのこらあ諏訪市の小学校5年で虚弱児を春夏秋冬の4期に分けて3ヶ月ずつ学園生活して丈夫な体にする「その体でか」「バカってえ、いま腹出してはるけど昔しかやはるけい」

「ねえだ蓼科湖のちょっとと上へ行つたところでキノコのような面白え建物が道の脇にあつたけどおめえなんだか知つてゐるけい」

「まるで反対だな」「俺あとうの頃は風呂の薪をみんなで質改善とかいう風にも変わってきてたようで」

「まるで反対だな」「俺あとうの頃は風呂の薪をみんなで質改善とかいう風にも変わってきてたよ

うで」

「蓼科湖の周りの林の中で拾つてきてさ。滝の湯の入り口の道沿いで白くて柔らか

え石を拾つて来て足洗う水道のところでコンクリートに擦り付けて磨いたりしてたぞ」

ひ弱でな。昭和も後半になりやあ肥満體

質改善とかいう風にも変わってきてたよ

うで」

「まるで反対だな」「俺あとうの頃は風呂の薪をみんなで質改善とかいう風にも変わってきてたよ

うで」

「蓼科湖の周りの林の中で拾つてきてさ。滝の湯の入り口の道沿いで白くて柔らか

## 「認知症」のお話

現在日本では、総人口の29・1%が65歳以上の高齢者という超高齢社会になります。高齢者が増えていく中で認知症を発症する方も多くなっており、2025年には認知症患者が推計730万人になるとも言われています。そんな身近な病気とも言える認知症ですが、詳しく知らない方も多いかと思います。あらためて認知症について、そして予防についてお話しします。

認知症の原因は様々ありますが、脳に何らかの病的な異常が起ることで認知症になります。また、物忘れだけでは認知症とはならず、日常生活を送る上で支障が出るようになつてはじめて認知症と診断されるのもポイントのひとつです。

認知症になると記憶の障害が多くみられ、数分～数時間といった短い期間の事を記憶することが難しくなります。さらに体験したこと自体を忘れやすく日付がわからなくなったり、今いる場所がわからなくなったり、認知症が進行し重度になると親しい家族の顔もわからなくなります。

認知症は一部例外もありますが、基本的に進行する治らない病気のひとつです。しかし、認知症になったとしても、その人が一人の人間であるという事にも変わりはありません。また、記憶力が悪くなることで、忘れてしまうから本人は辛くないかというと、

決してそんなことはありません。忘れ違和感や不安感は誰よりもご本人が持っています。繰り返し同じ事を言つたりするのは、決して忘れたからではなく、そういう不安な気持ちを何かしようとする行動の現れかもしれません。そういうた気持ちの揺らぎから怒りっぽくなったり、逆に無気力になるといった心の変化にも繋がります。そのため、認知症を正しく知り、その人を理解して関わっていくことが、何よりも大切になります。



そんな認知症ですが、正常と認知症の中間の状態として軽度認知障害(MCI)という段階があります。これは、物忘れがあるが日常生活には支障がない状態を言います。そして、MCIから年間10～30%の方が認知症に進行する一方で、5年後には38・5%がMCIから正常なレベルに回復するとの報告もあり、このMCIの段階であればまだ認知症を予防することが出来る可能性があります。

例えば、脳卒中は認知症の原因のひとつでもあります。その脳卒中は生活習慣病によって発症のリスクが高くなります。つまりは、高血圧や糖尿病、肥満などを予防または、しっかりと治療することが大切になります。また、食事はバランス良く取ることが大事です。さらに、運動についても定期的な運動習慣がある方は、運動習慣のない方と比べて認知症になるリスクが31%低いという研究結果もあります。継続する運動習慣から効果がみられます。運動習慣のない方も、まずはウォーキング

などの軽い運動から習慣づけていくてはいかがでしょうか。

JA長野厚生連  
富士見高原医療福祉センター

富士見高原病院  
認知症看護認定看護師



新藤 一騎

茅野市の出身で、富士見高原病院に入職して14年目になります。2020年に認知症看護認定看護師の資格を取り、認知症ケアに取り組んでいます。



## ヘルシーサラダそば



材料（2人分） 1食当たり：塩2.3g、野菜100g  
SV：主食1.5つ、主菜0.8つ、副菜2つ

茶そば(または干そば).....	160g	大葉.....	4枚
鶏むね肉(皮なし).....	80g	白いりゴマ.....	適量
塩・コショウ・酒.....	適量	焼きのり.....	適量
トマト.....	100g	めんつゆの素.....	大さじ4
キュウリ.....	50g	酢.....	大さじ1
A		ゴマ油.....	小さじ2
水菜.....	20g	練りわさび.....	小さじ1/2～1
ニンジン.....	20g		

- つくり方**
- 鶏肉は均一の厚さにし、フォークで突き穴をあけ、塩・コショウ・酒をふりかけてしばらくおく。その後、ラップをして、レンジで加熱する。冷めたら、薄切りにするか細く裂く。
  - トマトはくし切り、キュウリは薄切り、水菜は4cm長さ、ニンジンは細切りにしてさっとゆで、大葉は千切りにする。
  - Aを混ぜ合わせ、めんつゆを作る(濃縮は好みで加減する)。
  - そばをゆで、冷水でしめ、水気を切り、皿に盛る。
  - 具を色どりよく盛りつけ、食べる間際に、白いりゴマと細切りにした焼きのりをかける。

コマをまわそう

## 食事 バランス ガイド

あなたの食事は大丈夫?



茶そばは抗酸化作用を持つ緑茶の粉を練り込んだ「おしゃれそば」の優れものです。普通のそばと混ぜてもよいでしょう。具の色どりや薬味の香りに変化をつけて楽しみましょう。

[その他のトッピング例]  
錦糸卵、新タマネギのスライス、白髪ネギ、カイワレ大根、ミョウガ、ミツバなど



指導 坂本 悅子

(日本ヨガ禅道友会教師)

## パリブリッタ(ねじり)系・アーサナ —マリージのポーズ—

摩利支天(日本に渡り仏教の神)として知られております。

### 期待される効果

- 強いねじりがあるので下腹部や胸部をマッサージする効果をもち、内臓を刺激して血行を良くします。
- 肝臓、脾臓、膀胱の働きを調べ、肩関節の動きが楽になり肩こり、五十肩などを治します。

- ① 両足を前に伸ばして背骨を尾骶骨から頭頂迄まつすぐに引き上げて坐ります。



- ② 右膝を曲げ立て、その脚を腰に引きつけます。



- ③ 右腕を前に伸ばしてから、ひじを曲げ、右脚をかかえる様に腕をうしろへ回します。



- ④ 左腕も背中に回して右手で左手首を握ります。手首を握るのが難しければ両手を握り合せます。吸う息にて背骨を尾骶骨から頭頂迄斜めながらまっすぐに引き上げ呼吸を調えます。



- ⑤ 吸う息と共に胸を左側へ広げながら背骨を腰からねじってゆきます。



- ⑥ 息を吐きながら上体を前に倒し体の腹面を左脚につけます。吐く息をくり返しながら、背骨が床と平行になる様に上半身の力を抜いてゆきます。5呼吸程緩めており、落ち着いたら④→①へと戻り、又反対をします。



# 各種相談・教室のご案内

※ご来場の際にはマスクの着用にご協力ください。

	日 に ち	時 間	会 場	相 談 員
法律相談（予約制）	8月30日(水)	13:30～17:00	富士見GC	三井智和弁護士
	9月13日(水)		岡谷支所	北川和彦弁護士
	9月27日(水)		本所	三井智和弁護士
税務相談（予約制）	8月18日(金)	13:30～17:00	本所	宮澤戴二税理士
	9月19日(火)		下諏訪支所	宮澤戴二税理士

法律・税務相談は予約制 前日までにご希望の会場へ電話予約ください。  
本所・富士見GC・下諏訪支所は☎57-8000 (JA本所協同活動推進課) 岡谷支所は☎24-3203

宅建相談	平 日	9:00～17:00	ジェイエイサービス諏訪株、本店 (JA 仲町ビル)・岡谷支店 (岡谷支所)・諏訪支店 (諏訪支所)
ローン相談 (毎週水曜日と祝日は定休)	平 日	9:00～18:00	ローンセンター (JA 塚原ビル 1階)
	土・日	9:00～17:00	☎72-6230 ※茅野駅東口向かいです。
※夜間相談日（予約制）	毎週月曜日	21:00まで	
支所ローン相談	平 日	9:00～15:00	茅野中央支所・原村支所・富士見町中央支所・岡谷支所・諏訪支所
年金相談（予約制）	8月24日(木)	9:30～15:30	中洲営業所 予約☎57-2211 (諏訪中央支所)
	9月2日(土)	9:30～15:30	諏訪中央支所 予約☎57-2211
	9月13日(水)	9:30～15:30	富士見GC 予約☎62-2010 (富士見町中央支所)
	10月14日(土)	9:30～15:30	下諏訪支所 予約☎27-0804
	10月17日(火)	9:30～正午	奏営業所 予約☎24-3203 (岡谷支所)
	10月17日(火)	13:00～15:30	岡谷支所 予約☎24-3203
	10月21日(土)	9:30～15:30	原村支所 予約☎79-2521
セレモニーなんでも相談会	8月13日(日)	10:00～15:00	虹のホール諏訪湖別館
	8月17日(木)		虹のホールたまがわ

ホールにお越しいただけない方は、ご自宅でのご相談も承ります。随時、事前相談を行っております（見積もり無料）。

スマホ教室（先着20人・予約制） ドコモショップから講師を招きます。 スマホの基本操作から便利機能まで楽しく学べます。 時間／午前10:00～午前11:30 予約／☎57-8000 (JA本所協同活動推進課)	8月17日(木)	会場／岡谷支所	内容 /LINEをはじめよう
	9月7日(木)	会場／諏訪支所	内容 /インターネットを使おう

都合により相談日や相談員が変わることがございます。※富士見GC…富士見グリーンカルチャーセンター



**8月の主な内容**

- ① JA女性部員のごちそうスタジオ「芋なます／カレー芋」「トマトスープ」
- ② JA信州諏訪の農産物で応援「がんばれ！松本山雅FC」野菜贈呈式




**LCV-TVで放送中！**

**放送時間**

- 月曜 5時10分～/10時45分～
- 金曜・土曜・日曜 17時30分～

## 暮らしの相談

先日、職場で飲み会があり、帰りに車で来ていた同僚に車で送つてもらいました。私は、その同僚がお酒を飲んでいないと思って同乗していたのですが、途中でお酒を飲んでいたことを明かされました。そして、私の自宅に着く前に、同僚が運転する車が信号待ちをしていた車に追突し、私は全治一ヶ月の怪我を負いました。私は、怪我の治療費などを同僚に請求できるのでしょうか。



自動車の同乗者が事故で怪我を負った場合、その同乗車側に過失がない場合には事故の相手方に、同乗者側に全ての過失がある場合には同乗車の運転者に、それぞれ損害賠償請求することになります。また、双方に過失がある場合、共同不法行為（民法719条一項前段）といって、双方の運転者が連帯して損害賠償債務を負うことになりますので、同乗者は双方の運転者の一方または双方に対して、全額の損害賠償請求することができます。それぞの運転者は、自らの過失割合に応じた内部負担割合に従い、一

方の運転者が被害者（同乗者）に全額を賠償した場合には、自己の過失割合（＝内部負担割合）を超える部分について、他方の運転者に支払いを求めることがあります（求償請求）。このような同乗時の交通事故について、同乗者が運転者の好意により同乗していた場合、同乗者も利益を得ていることから、事故による損害の全てを運転者に負担させることは不公平ではないか、という議論があります。そして、裁判例では、車両に同乗するに至った経緯や態様等の諸事情に応じて、同乗者に対する運転者の責任が減額される場合が多いようです。

相談者のケースでは、運転者に対して損害賠償請求をしていくことにありますが、両者が同じ飲み会に参加していることや、途中で飲酒の実を知つても同僚に運転を止めさせなかつたことから、好意同乗減額が認められる可能性があります。自身に有利な事情を主張立証するため、早い段階から弁護士等に相談されることをお勧めします。

治療費は請求できる？

あることが認められています（好意同乗減額）。

では、どのような場合に好意同乗

減額が認められるのでしょうか。一

般に、①単に運転者の好意により同

乗をさせてもらっていたというだけ

では減額は認められず、②飲酒・無

免許運転など事故発生の危険性が高い事情があることを知りながら同乗

した場合や、③同乗者自身がスピード違反を煽るなどして事故発生の危険性を高めた場合には、好意同乗減額を高めた場合には、好意同乗減額を認められた傾向にあります。減額の程度は事例ごとの判断になりますが、一～二割程度とされることが多いです。

相談者のケースでは、運転者に対

して損害賠償請求をしていくことに

なりますが、両者が同じ飲み会に参

加していることや、途中で飲酒の事

実を知つても同僚に運転を止めさせ

なかつたことから、好意同乗減額が

認められる可能性があります。自身

に有利な事情を主張立証するため、

早い段階から弁護士等に相談され

ることをお勧めします。

回答：藤森誠二弁護士II

（JA信州諏訪 顧問弁護士）



**家の光**  
今月のよみごと

今月の表紙の人は、吉沢亮さんです

**特集1** 親子で地域で楽しもう  
ワッショイ！  
おむすびカーニバル

**特集2** 食べ物を選ぶ力は一生もの  
クイズでわかる！  
食品ラベルの達人になろう！

**手芸** Tシャツヤーンで作る  
足ふきマット ヘアバンド

**別冊付録** 安心・安全お守り帖





今晚の  
お膳立て

JAオリジナルTV番組  
じやすまる倶楽部(LCV-TV)で放送中!  
(放送日時は23ページをご覧ください)



—つくられた方—  
平出 サトコさん  
(原村ブロック)



## 芋なます／カレー芋

### ★芋なます

材料（作りやすい分量）	
じゃがいも	500g
サラダ油	60ml
酢	100ml
塩	少々
砂糖	150g

### つくり方

- ① 芋は皮をむき、細めの千切りにして、でん粉がよく抜けるまで水にさらす。
- ② 鍋にサラダ油を注ぎ、火にかけ、水切りしたじゃがいもを入れて炒め、素早く酢をまわす。
- ③ 砂糖、塩を加え、強火で水気がなくなるまで焦げないようにかき混ぜる。

### ★カレー芋

材料（作りやすい分量）	
じゃがいも	500g
カレー粉	大さじ1
サラダ油	50ml
砂糖	70～80g
酢	100ml
塩	少々

### つくり方

- ① じゃがいもは皮をむき、薄切りにして、でん粉がよく抜けるまで水にさらす。
- ② 鍋にサラダ油を注ぎ、火にかけ、水切りしたじゃがいもを入れて炒め、素早く酢をまわす。
- ③ カレー粉、砂糖、塩を入れ、強火で水気がなくなるまで焦げないようにかき混ぜる。



## トマトスープ

### 材料（4人分）

トマト	5個(600g)	砂糖	大さじ4
セルリー	50g	塩	小さじ1
カニカマ	5本	酢	大さじ1
卵	1個		
水	600ml	水溶き片栗粉	
中華だし	小さじ2	片栗粉	小さじ2
ごま油	小さじ1	水	大さじ1

### つくり方

- ① トマトを湯むきし、8等分する。セルリーを5ミリの厚さに切る。
- ② 鍋に水を入れ、トマトとセルリーを加える。野菜が柔らかくなったらカニカマを割いて入れ、中華だし、ごま油を加え砂糖・塩で味をととのえる。
- ③ ②に酢と水溶き片栗粉を加え、煮立ったら火を弱め、溶き卵を入れ、全体を軽く混ぜて火を止める。

## 6/7 長野県女性部リーダー研修会

本部



## 6/6 廃油石鹼づくり

富士見町ブロック



## 7/4 観察研修

湖北ブロック湊支部



## 6/8 はらむら悠生寮で花育

原村ブロック



## 6/22 パッククッキング

諏訪市ブロック



## 女性部 だより

女性部の活動を  
紹介します





組合員の皆様へ

## 金融店舗体制変更のお知らせ



3カ年計画（令和4年度～令和6年度）の中で検討をしてまいりました金融窓口機能について、令和6年4月1日より下記の店舗体制へ変更させていただきます。つきましては、令和6年3月の最終営業日をもちまして以下の営業所の金融窓口は終了いたします。

営業終了となる施設の利活用については、ATMの設置場所も含めて、今後、地区懇談会等で組合員の皆様、利用者の皆様にご案内いたします。

地 区	変更後の店舗体制 支所・営業所名	営業終了となる店舗	最終営業日
茅野市	茅野中央支所	ちの 営 業 所	令和6年3月29日(金)
		金沢 営 業 所	令和6年3月28日(木)
	茅野北部支所	米沢 営 業 所	令和6年3月29日(金)
		北山 営 業 所	令和6年3月28日(木)
	茅野南部支所	泉野 営 業 所	令和6年3月29日(金)
原 村	原 村 支 所	中新田 営 業 所	令和6年3月29日(金)
		北 部 営 業 所	令和6年3月28日(木)
富士見町	富士見町 中 央 支 所	西山 営 業 所	令和6年3月29日(金)
		立沢 営 業 所	令和6年3月28日(木)
		乙事 営 業 所	令和6年3月28日(木)
		境 営 業 所	令和6年3月29日(金)
		湊 営 業 所	令和6年3月28日(木)
岡 谷 市	岡 谷 支 所	川岸 営 業 所	令和6年3月29日(金)
		長地 営 業 所	
下諏訪町	下諏訪 支 所	上諏訪 営 業 所	令和6年3月28日(木)
諏 訪 市	諏 訪 支 所	四賀 営 業 所	令和6年3月29日(金)
		諏訪 中央 支 所	
	湖南 営 業 所		
	中洲 営 業 所		

金融窓口の代替機能として、ATM・JAネットバンク・JAバンクアプリ・JAカードでご利用いただける便利な機能がございます。令和6年3月の最終営業日までの間、営業所窓口でもATM振込やJAバンクアプリの登録方法等便利な機能をご案内させていただきますのでご利用ください。

なお、営業所金融窓口終了後の、各種お取引・ご相談等につきましては、各支所金融窓口にて承ります。また、ご用命いただければ金融渉外が伺いご対応させていただきます。

### 【金融窓口終了に伴う変更手続等について】

- ・店舗番号・口座番号等の貯金取引に関する変更はございません。
- ・通帳・キャッシュカードは、現在お使いのものを引き続きご利用いただけます。
- ・口座振替・振込（給与・年金）の変更等のお手続きの必要はありません。

## 出資証券ペーパレス化(不発行)のご案内

平素より、当JA事業に格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

従来、組合員の皆様からお預かりした出資金につきましては、出資証券を発行してまいりましたが、株式会社における株式の不発行制度と同様、令和5年9月1日受付分より出資証券をペーパレス化(不発行)とし、当組合の組合員名簿により電子的に一元管理することにいたしました。

組合員の皆様からお預かりしている出資金の効力には何ら影響はなく、出資口数・出資金額には変更はございません。当組合におきましては、出資金を電子データ等として厳格に管理しております、現在、皆様からお預かりしております出資金はもちろんのこと、出資金の譲渡・脱退された後につきましても電子的管理が可能となっておりますのでご安心ください。

今後、出資金の内容につきましては、毎年5月に開催する当組合通常総代会終了後にお送りする「配当金に関する重要なご案内」にてお知らせさせていただくとともに、組合員の皆様からのご請求時には「出資金残高証明書」を隨時発行させていただきます。

簡単ではございますが、皆様からのご質問にお答えするかたちで下記にQ&Aを列記いたしましたのでご参考ください。また、ご不明な点がございましたら、出資金払込支所または、本所総務課（TEL: 0266-57-8000）までお問い合わせください。

### Q1 なぜ出資証券を発行しないようにするのですか？

**A1** 出資証券は貯金通帳や証書と異なり、日常的に使用することはありません。また、長期に渡って保管いただかなければなりません。相続・脱退・譲渡・名義変更等の出資金に関わるお手続きの際に、証券を紛失されている場合は、紛失届等が必要となり、組合員の皆様にご負担をおかけすることとなります。ペーパレス化によってお手続きの際に証券のご持参が不要となるため、手続きが簡素化され組合員の皆様のご負担を軽減することができます。また、出資証券の紛失や、盗難被害に遭われたりするリスクが無くなります。

### Q2 手元にある出資証券はどうすればよいのですか？

**A2** 今後、組合員の皆様には出資証券を保管していただく必要はございません。なお、相続や譲渡・脱退・名義変更等のお手続きの際に、ご出資いただいている支所窓口にお持ちいただければ回収させていただきます。

### Q3 ペーパレス化の後、新たに出資を申し込んだ場合、出資証券に代わるものはあるのですか？

**A3** 新規加入や出資金の増口をされた場合に証券は発行されませんが、お名前や出資（増口）金額等を記載した「加入承諾書」、「増資承諾書」を発行させていただきます。



▲ペーパレス化(不発行)  
となる出資証券

# 令和5年 8月 お盆の営業案内

共済関連	8月														
	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水	JA自動車共済事故受付センター（まず、警察に事故連絡してください） フリーダイヤル 0120-258-931	JA共済サポートセンター（レッカー・ロードサービス受付） フリーダイヤル 0120-063-931	24時間 365日受付	
共済部・各共済地区センター	休業	○	○	○	○	休業	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※休業日・夜間の電話対応および初期対応（現場急行サービス等）は、JA共済が契約している代行会社が行います。

(株)あぐりライフ信州諏訪 給油所(通常の営業時間)	8月															6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水
	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水				
米沢給油所 (7:00~20:00)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
玉川給油所 (7:30~19:00)	7:30 18:30	○	○	○	○	○	7:30 18:30	○	7:30 18:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
ちの給油所 (7:30~18:30)	休業	○	○	○	○	○	8:00 18:00	8:00 18:00	休業	8:00 18:00																
原村給油所 (7:00~19:00)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
ふじみ給油所 (7:00~20:00)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
城南給油所 (7:30~18:30)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	8:00 16:00									
中洲給油所 (7:30~19:00)	休業	○	○	○	○	○	8:30 17:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○										

(株)あぐりライフ信州諏訪 燃料・ガスセンター	8月															6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水
	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水				
茅野ガスセンター	当番	○	○	○	○	○	当番	○	当番	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
南諏ガスセンター	当番	○	○	○	○	○	当番	○	当番	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
すわこガスセンター	当番	○	○	○	○	○	○	○	当番	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
茅野燃料センター	留守電	○	○	○	○	○	留守電	○	留守電	○	留守電	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
南諏燃料センター	留守電	○	○	○	○	○	留守電	○	留守電	○	留守電	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
すわこ燃料センター	留守電	○	○	○	○	○	○	○	○	○	留守電	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

※燃料センターは日曜・祝日、留守番電話で対応します。  
留守番電話に氏名、住所、電話番号を入れていただけますと、担当者より折り返し、ご連絡を差し上げます。

(株)長野県 A・コープ	8月															6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水
	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水				
A・コープファーマーズ ピアみどり店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
A・コープファーマーズ サン・ライフ店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
A・コープ原村店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
A・コープファーマーズ 富士見店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

※ A・コープ店の営業時間は各店舗のご案内もしくは、当月号15ページをご覧ください。

直売所 ほか	8月																				
6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 祝	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水



<tbl\_r cells="26" ix="3" maxcspan="1" maxrspan="1

**長野県民の皆さんへ** 県内の協同組合が連携し、「健康づくり」のきっかけとして「信州まるごと健康チャレンジ」をご案内しています。多くの県民の皆さまのご参加をお待ちしております。

**あなたも一緒に!みんなで健康づくりを始めましょう!**

# 信州まるごと健康チャレンジ2023

チャレンジ期間:8月1日~11月30日のうち60日間  
結果提出締切:2023年12月15日

(コースを選んで60日間実行しよう!結果報告者には抽選でステキなプレゼント)

1 つづけよう『減塩生活』 2 いいこといっぱい早寝早起き 3 きっぱり禁煙 4 お酒は上手に チャレンジコース  
 5 運動習慣をもつ 6 バランスの良い食事 7 あいうべ体操 8 だれかとおしゃべり 9 じぶんで決めようマイチャレンジ

信州健康チャレンジ俱楽部 ご登録の方に役立つ健康情報や応援メールが届きます  
 登録の方に抽選でステキなプレゼント差し上げます  
 ※プレゼントの締切は2023年9月30日(土)

参考: 抽選で「信州まるごと健康チャレンジ ALL SHINSHU Health Challenge 2023」  
 500名様にオリジナルタオルプレゼント!!

主催: 長野県協同組合連絡会/信州まるごと健康チャレンジ2023実行委員会  
 お問い合わせ先: 【長野県生活協同連合会】☎026-261-1380  
 【JA長野中央会 総務企画部】☎026-236-2016  
 ※厳正なる抽選のうえ、当選者を決定いたします。なお、当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

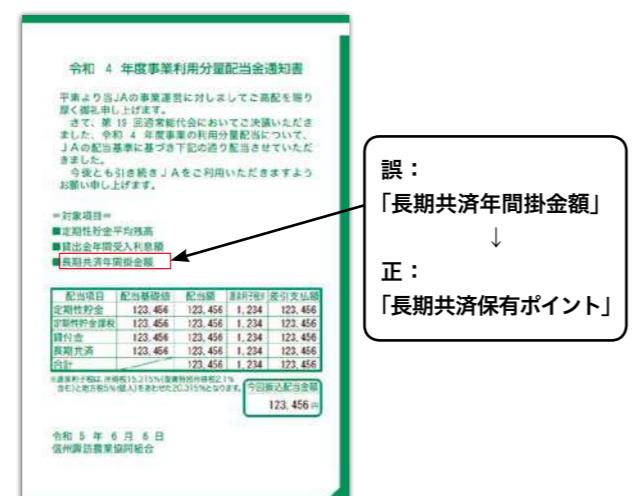
住所(〒)	
ふりがな 氏名	年齢
電話番号	職業
組合員資格(いずれかに○) 正組合員(家族)・准組合員(家族)・組合員外	
JAへの意見・要望など	
(お寄せいただいた意見・要望は関係部署で共有し、事業運営の参考とさせていただきます。)	

今月号でよかった記事	
クイズの答え	

## お詫び

令和5年6月下旬にお手元に発送をさせていただいた「令和4年度事業利用分量配当金通知書」に記載されている対象項目の内、「長期共済年間掛金額」という記載は誤りがありました。正しくは「長期共済保有ポイント」となります。訂正をお詫び申し上げます。

通知書の再発行を希望される場合は、お近くの支所、営業所または本所総務課へお申し出ください。はがきではなくA4サイズの書面となりますが、正しい対象項目名を印書してお渡しいたします。



免許番号 長野県知事(6)4446号

## 不動産売買・賃貸・管理 ジェイエイサービス諒訪株式会社

不動産に関するご相談は下記の店舗にお気軽にお申し付けください。

営業時間 午前8:30~午後5:30(休業日/土・日・祝祭日)

本店 ☎ 391-0005 茅野市仲町17-33 JA仲町ビル2階  
 TEL 0266-82-5175 FAX 0266-82-5174

岡谷支店 ☎ 394-0029 岡谷市幸町6-20 JA信州諒訪岡谷支所2階  
 TEL 0266-22-8015 FAX 0266-22-8016

諒訪支店 ☎ 392-0022 諒訪市高島4-1501-3 JA信州諒訪諒訪支所併設  
 TEL 0266-57-2215 FAX 0266-57-2224

不動産物件情報は

ジェイエイサービス諒訪

検索



新規就農・作付け  
希望者の皆様へ

## 各種セミナー・現場視察会を開催します

### ① 新規就農セミナー及び栽培現場視察会

開催日時	開催・集合場所	内容
9月7日(木) 午後2時	原村地域農業研修センター	スターチス収穫・管理作業、小菊管理作業・ユーカリ管理作業(現場視察)
11月10日(金) 午後2時	仲町会館2階 大会議室	キャベツ、パセリ、スイートコーン、ズッキーニ、きゅうり、スナップエンドウ(セミナー)

### ② ぶとうモデルほ場視察及びセミナー

開催日時	開催・集合場所	内容
9月15日(金) 午後2時	富士見町営農センター	ぶどうモデルほ場視察(仕立て、着果状況等)(現場視察)

### ③ 令和5年度 農業きっかけづくり相談会

開催日時	開催場所
9月9日(土) 午前9時	仲町会館2階 小会議室

①②③ともに事前申込みが必要です。電話もしくはE-mailにて下記までお申込みください。

JA信州諒訪 営農部営農企画課 課長代理 有賀治彦 ☎0266-71-2700 ✉haruhiko.a@mid.nn-ja.or.jp

## 理事会ニュース

### 令和4年度ディスクロージャー誌の発行

JA信州諒訪では、地域の組合員・利用者の皆さまから安心してご利用いただける金融機関をめざし、積極的な情報開示を行っています。このたび、令和4年度ディスクロージャー誌を発行しました。冊子は管内本支所・通年営業所の窓口に据え置くほか、当JAのWEBサイトで閲覧できます。

### お盆の営業日程

8月6日(日)~16日(水)、当JA関連施設で営業時間が変更となる施設があります。詳しくは本誌ページまたは当JAのWEBサイトをご覧ください。

金融・共済関連施設ならびにATMは通常通り営業します。

### 令和5年6月末 主な事業量

貯金高	2,765億円
貸出金高	470億円
長期共済保有高	5,870億円
購買取扱高	27億円
販売取扱高(直売所受託販売含む)	15億円
組合員数 正	8,721人
准	14,323人
計	23,044人

8月の定例理事会は、8月29日(火)に開く予定です。

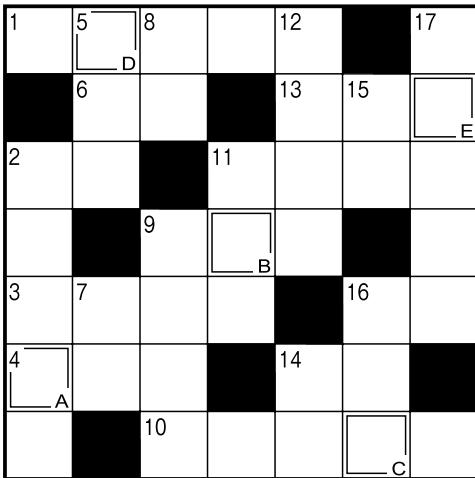


## のう きょう 脳強改革



- A
- B
- C
- D
- E

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



### 【四角のカギ】

- ①京都の五山送り火で、最もよく知られた形の送り火
- ②エビネもカトレアも「の花の仲間
- ③肥料の3要素の一つ。元素記号はK
- ④じのコレッキングで食べよつかな
- ⑤骨切りをする細長い魚
- ⑥イタリアの現在の通貨単位
- ⑦一緒に暮らしていおす
- ⑧「あかつぎ」や「白鳳」などの品種があります
- ⑨山の頂上と麓の間
- ⑩日本暮れ頃にザーツと降ります
- ⑪読売ジャイアンツの本拠地は東京
- ⑫植物に水やつぶやかねるのに使われる道具
- ⑬突破して決勝に進みます
- ⑭夕空に輝く——の明星
- ⑮毎度、バカバカしいお笑いを――
- ⑯歌謡曲や「痴情つ上かる部分の」いふことわ
- ⑰カレンダードリーム」と書かれて

### 【タテのカギ】

- 3
- 5
- 7
- 10
- 12

### 7月号の答え

- 3 建物がなくなっている
- 5 犬の耳の形が違う
- 7 顔に付いた種の数が多い
- 10 スイカのかじられた跡が違う
- 12 箱の中のスイカが多い

●応募総数370通 ○最年長応募者 96歳  
(内、正解363通) ○最年少応募者 2歳

※代筆と思われる応募もあります。

### — 今月のプレゼント —

#### ひもかわうどん 1箱 (10袋入り)



季節の野菜で「おっ切り込み」に。  
冷たくさらして「ざるひもかわ」に。

10名様に当たる!!

締切は8/22(火)当日の消印有効

- 右のハガキを点線で切り取り、  
必要事項をご記入の上、郵送ください。  
※お一人様 1枚を有効とさせていただきます。
- 住所は必ず番地までご記入を！
- 郵便番号もお書き添え願います。  
※当選者の発表は、賞品のお届けをもって代えさせていただきます。

応募ハガキに記載される個人情報は、賞品のお届け、読者の傾向把握、誌面での紹介にのみ使用します（誌面での紹介は、市町村とイニシャル、年齢のみです）。投稿文の表現および用字用語を統一、訂正する場合があります。ご了承ください。

POST CARD

3 9 2 8 7 9 0



料金受取人払郵便  
諏訪局承認  
2314  
差出有効期限  
令和6年3月  
31日まで  
(切手不要)

### J-A信州諏訪 「組合団の娘を聴く」宛 (田代ジヤス//「諏訪名録」応募用)

長野県諏訪市大字田賀字広瀬橋通7-841番