



読むほどに、JA がもっと身近になる組合員向け機関誌

JAs民

月刊
「ジャスミン」

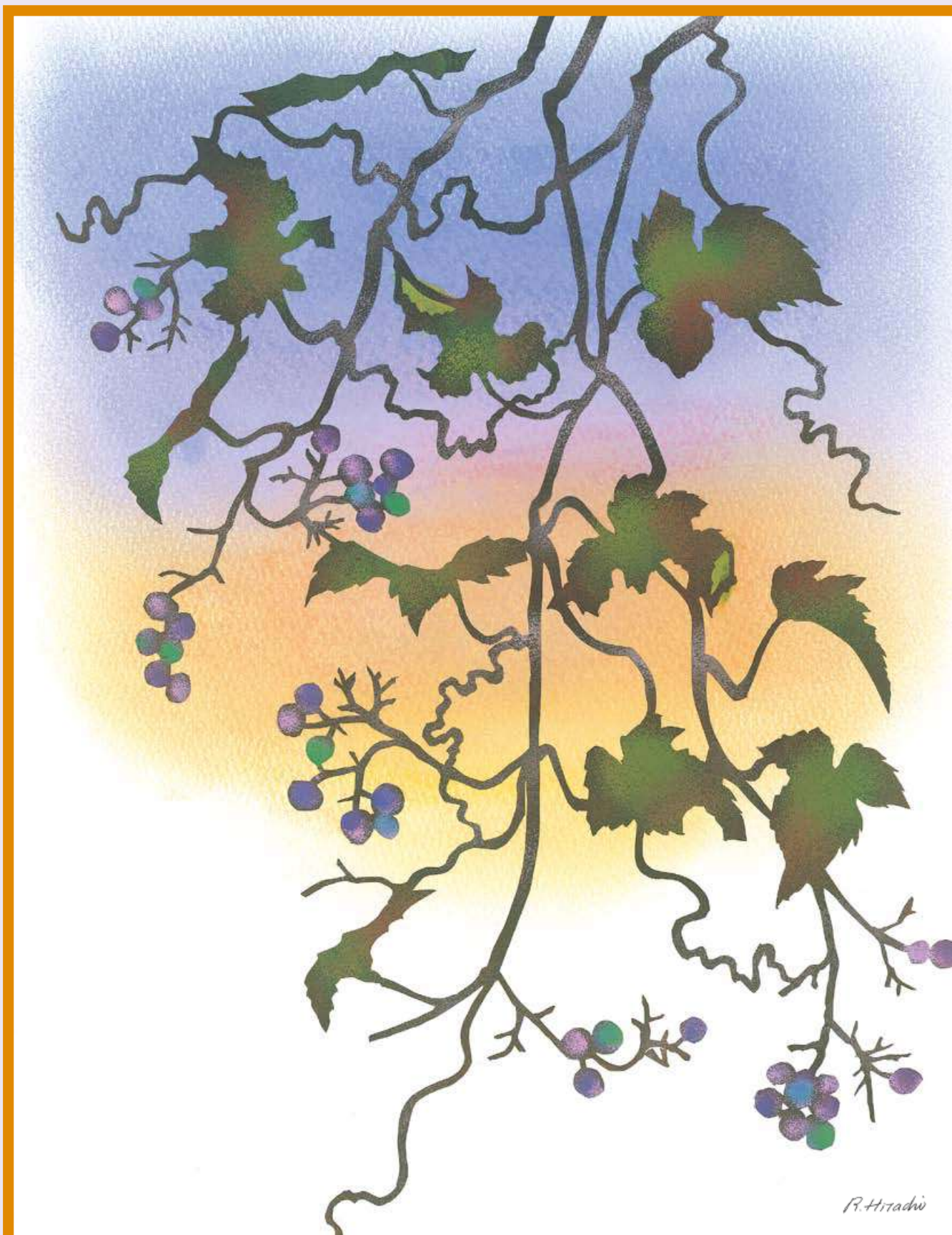
2023

10

No.236

特集

第53回 信州フラワーショーサマーセレクション
第18回 信州諏訪農業協同組合フラワーショー・野菜品評会



JAs民は
webでも
閲覧できます



JA信州諏訪

R. Hiradwi

- 2 表紙のことば
- 3 特集 よりよい生産品を目指して
- 6 JA信州諏訪 NEWS
- 10 季のある記／旬のお料理紹介
- 11 共済部からのお知らせ／農機センターからのお知らせ／農業祭のお知らせ
- 12 インボイス制度に関するお知らせ
- 14 令和6年度JAオリジナルカレンダー掲載写真決まる
- 15 身近な情報局／収入保険に関するお知らせ
- 16 教えて農ハウ…米づくり
- 17 教えて農ハウ…野菜づくり
- 18 家庭菜園 いざ鎌蹴
- 19 直売所通信
- 20 今月の資材だより
- 21 生産資材課商品広告
- 22 諏訪は奇なりーふしぎ・謎・興味津ター
- 23 富士見高校 園芸科「農トレ通信」
- 24 高原病院発
- 25 ヨーガのすすめ／野菜たっぷり！健康な身体！
- 26 暮らしの相談／今月の『家の光』よみどころ
- 27 各種相談・教室のご案内／今月の「じゃすまる倶楽部」放送日程
- 28 女性部だより
- 29 今晚のお膳立て
- 30 トラクター運転中の事故防止ポイント／各種セミナー・栽培講習会のお知らせ／理事会ニュース／主な事業量
- 31 民なの方をご紹介／「冬のあったか応援キャンペーン」のお知らせ

表紙のことば

隣の駐車場に大きなカラマツの木
六月になると花が咲くと蔓が伸びる
梅雨明けには葉も大きくなり蔓も
カラマツにもつきつように伸びてくる
十月くらいになると葉はピンクラ
うすあざやかな色になる
美しい色になる
カラマツの幹にネグレスもかけたよう
な十月のひとときはねがふ年
に
日達れんげ



〔表紙切り絵〕日達れんげ（ひたち・れんげ）

岡谷市出身。1982年、切り絵を始める。2002年「クンストカマー2002」王宮美術復古再生賞受賞。2010年「モナコ日本芸術祭」ルネサンス賞受賞。市民新聞にて毎週金曜「れんげの八ヶ岳だより」を執筆中他。県内各地で教室を開き、切り絵の魅力を伝えている。

生産品を 目指して

よりよい

花き・野菜品評会

第53回 信州フラワーショー サマーセレクション



JA信州諏訪管内入賞者の皆さん

JA全農長野と同花き専門委員会
は7月20日、第53回信州フラワー
ショーサマーセレクションを長野市
のJA長野県ビルで開きました。
品評会は生産者の技術向上と県産
花きの魅力を消費者に知ってもらう
ことを目的に毎年開いています。出
品数は376点（昨年比52点増）で、
輪キクやリンドウ、カーネーション、
トルコギキョウ、アルストロメリア、
スターチス、デイスバッドマムなど
が並び、会場を彩りました。
JA信州諏訪の花き生産者20人が
受賞されましたので、ご紹介いたし
ます。

JA 信州諏訪管内入賞者

褒賞名	氏 名	地 区	出品品目
農林水産省農産局長賞	三井 静明	富士見町乙事	輪キク
農林水産省 関東農政局長賞	金子 利美	諏訪市湖南	リンドウ
	星野 仁志	下諏訪町緑町	スタンダードカーネーション
全農会長賞	日達 清彦	原村弘沢	トルコギキョウ
	半田 航志	富士見町立沢	アルストロメリア
	矢沢 光洋	富士見町桜ヶ丘	アルストロメリア
	両角 哲雄	茅野市豊平	トルコギキョウ
	行田 一彦	原村八ツ手	1年生スターチス
長野県知事賞	迎 弘樹	富士見町立沢	デイスバッドマム
	平出 章彦	原村判之木	トルコギキョウ
	日達 松彦	原村弘沢	スプレーカーネーション
長野県農協中央会長賞	名取 靖	富士見町乙事	スタンダードカーネーション
全農長野県 本部長賞	田中 学	富士見町立沢	デイスバッドマム
	田中 洋一	原村弘沢	1年生スターチス
長野市長賞	小池 直志	富士見町立沢	スタンダードカーネーション
フラワーショー 運営委員長賞	小池 潤	富士見町立沢	アルストロメリア
	阿部 長衛	原村八ツ手	スプレーカーネーション
	篠原 俊	原村中新田	アルストロメリア
	両角 幸彦	茅野市湖東	宿根スターチス
	藤森 英一	茅野市宮川	トルコギキョウ



入賞者の皆さん

第18回 JA 信州諏訪フラワーショー・野菜品評会入賞者

褒賞名	フラワーショー 🌸			野菜品評会 🥬		
	氏 名	地 区	出品品目	氏 名	地 区	出品品目
長野県知事賞	三井 静明	富士見町乙事	輪キク	株シノハラ・ファーム	原村中新田	セルリー
長野県農業協同組合中央会々長賞	小池 直志	富士見町立沢	スタンダードカーネーション	小林美知子	原村柏木	ブロッコリー
全農長野県本部長賞	藤森 英一	茅野市宮川	トルコギキョウ	田中 智文	原村中新田	キャベツ
長野県諏訪地域振興局長賞	小池 潤	富士見町立沢	アルストロメリア	伊藤 利幸	茅野市泉野	パセリ
岡谷市長賞	名取 靖	富士見町乙事	スタンダードカーネーション	中島 剛司	茅野市湖東	キャベツ
諏訪市長賞	中村清一郎	原村中新田	輪キク	宮坂 全一	諏訪市豊田	きゅうり
茅野市長賞	両角 哲雄	茅野市豊平	トルコギキョウ	今井 勘一	茅野市豊平	だいこん
下諏訪町長賞	百瀬 友満	原村柳沢	1年生スターチス	日達 義明	原村払沢	スイートコーン
富士見町長賞	迎 弘樹	富士見町立沢	ディスバッドマム	小池 貞雄	原村八ツ手	ブロッコリー
原村長賞	星野 仁志	下諏訪町緑町	アルストロメリア	阿部 修一	原村八ツ手	セルリー
諏訪地区農業委員会協議会々長賞	田中 学	富士見町立沢	輪キク	永田 司	原村大久保	ブロッコリー
信州諏訪農業協同組合長賞	遠藤 清保	諏訪市湖南	りんどう	中村 武彦	原村中新田	セルリー
京阪神地区信州花き販売推進協議会々長賞	河西 和彦	岡谷市樋沢	スプレーカーネーション	—	—	—
東京地区長野県花き推進協議会々長賞	菊池 光秋	原村中新田	トルコギキョウ	—	—	—
中部圏信州花き推進協議会々長賞	篠原 俊	原村中新田	アルストロメリア	—	—	—
京浜長野県野菜販売推進協議会 会長賞	—	—	—	藤田 鉄平	茅野市北山	ブロッコリー
京阪神信州野菜推進協議会 会長賞	—	—	—	小池 貴之	富士見町立沢	キャベツ
中部圏信州野菜協議会 会長賞	—	—	—	小泉 克英	諏訪市豊田	きゅうり
九州地区長野県野菜研究会 会長賞	—	—	—	清水 誠司	原村柳沢	パセリ
長野県青果物推進協議会 会長賞	—	—	—	常盤 十夢	原村大久保	ブロッコリー
諏訪園芸輸送協力会々長賞	伊藤 幸彦	原村中新田	スプレー菊	伊藤 邦彦	茅野市泉野	パセリ
全農長野県本部中信事業所長賞	名取 照雄	富士見町乙事	輪キク	百瀬 八郎	原村柳沢	カリフラワー
JA信州諏訪フラワーショー会長賞・品評会会長賞	柳澤 茂典	茅野市泉野	スプレー菊	伊藤 豊文	原村中新田	ズッキーニ



フラワーショー 長野県知事賞

三井 静明 さん
(富士見町乙事)

輪キク「岩の白扇」

受賞は大変光栄で、励みになります。異常気象が生育にもたらす影響は大きく、厳しい状況が続いていますが、彼岸に向けての後半戦も消費者に喜んでもらえるような花を出荷していきます。



野菜品評会 長野県知事賞

株式会社シノハラ・ファーム
篠原 豊 さん
(原村中新田)

セルリー

従業員・家族と一丸となり、どうやったらよいセルリーを出荷できるかを日々考え、栽培管理を行っています。これからも学ぶ姿勢を大切に頑張っていきたいと思います。



第18回
信州諏訪
農業協同組合
フラワーショー・
野菜品評会

JA信州諏訪は8月25・26日、富士見町の富士見町第2体育館で「第18回信州諏訪農業協同組合フラワーショー・野菜品評会」を開きました。諏訪地域の主力農産物である花きと野菜の品質や栽培技術の向上をめざして毎年開いています。今年は花き129点、野菜132点が出品されました。

長野県諏訪農業農村支援センターの松崎良一所长を審査委員長に県関係機関やJA全農長野、重点取引市場から選出された審査員が草姿や茎葉のバランス、形状のそろいなどを比較審査し、入賞者を決定。表彰式で入賞者に賞状を贈りました。

笠原慎吾さんが新規就農



トウモロコシを収穫する笠原さん

茅野市の笠原慎吾さん(34)は2023年4月、個人事業主「ハケ岳かさはら農園」を創業し、同市内で新規就農しました。笠原さんは諏訪市でリンゴ農家を営む両親のもとに生まれ、「自分も農家になりたい」という思いを強く持っていたことから、28歳で勤め先を退職。農業法人で5年間、レタスなどの葉物野菜、その後2年間夏秋イチゴの栽培・管理方法を学びました。

現在は農業に熱中する毎日だといい、「自信を持って『おいしい!』といえる農産物をつくりたい。農業で地域を盛り上げていければ嬉しい」と意気込んでいます。

直売所 お盆のセールにぎわう



好みの盆用切り花を選ぶ買い物客

JA管内の夢マーケット4店舗とA・コープ4店舗は恒例の「盆の花市&売り出し」を開きました。諏訪市にある夢マーケット文出では、初日は8時半の開店と同時に、地域住民を中心に多くの人々が来店。特設コーナーには、菊やトルコギキョウ、アスターなど、多品目の盆用切り花が並びました。複数の品目を彩りよく1束にまとめたセット品も人気。地元産のトマトやキュウリ、ナスなどの野菜コーナーも人気を集めました。

同マーケット職員の山田武さんは「地元産の新鮮な花でお盆を飾ってもらえれば嬉しい。今後も多くの人に足を運んでほしい」と話しました。

アネモネで細霧冷房導入



細霧冷房を稼働したハウスを確認する阿部さん(左)とJA職員

原村の阿部長衛さん(66)は今年、アネモネのハウス全6棟(計10アール)で、細霧冷房を導入しました。阿部さんは1990年からアネモネを栽培。栽培当初の夏の最高気温は28度ほどでしたが、近年は30度を超える日が増え、株落ちや病気が発生。営農部職員の提案で導入を決めました。今年度は5月31日から定植を開始。初出荷は10月初旬頃を見込んでいます。

阿部さんは「今年は葉の緑が濃く、株落ちが少ない。細霧冷房の効果を実感している。このまま順調に栽培が進み、出荷本数を増やせればと思う」と話しています。

営農継続へJA支援事業展開



支援事業対象の肥料の在庫を確認するJAファーム茅野店

JAは2022年から2023年、「肥料・飼料・生産資材等価格高騰対策支援事業」に取り組んでいます。組合員が2022年3月から2023年8月末までにJAで購入した肥料・農薬など8種類の予約(一部は当用)注文に対して助成を行います。

9月中にとりまとめが完了し、対象者3212人に、総額6173万3713円(税込)を支援しました。

JAは同事業のほか各種支援事業の予算額として、2023年度は1億7000万円を計上し、支援にあたっています。

今後も、市町村と連携で補助事業などを行い、営農継続と地域農業振興を進めます。

管内産小玉スイカ 来年以降も規模拡大へ



小玉スイカを収穫する野明さん家族ら

JAの新規栽培推奨品目「小玉スイカ」の出荷が8月上旬、最盛期を迎えました。夏場の新たな収入源として、2021年に試験栽培、市場出荷を始め、2022年から管内の希望者に栽培を提案している品目。関西方面の市場へ順調に出荷されました。

原村の野明和治さん(63)は長年、ブロッコリーやスイートコーンを生産しています。小玉スイカは2022年、JA営農部職員の提案を受けて栽培を始めました。

2023年は5月中・下旬、ほ場(5アール)に小玉スイカ「ピノガール」の苗130本を定植。摘芯、整枝、



出荷された小玉スイカ



野明さん立ち合いのもと行われた開封検査

受粉などの作業を毎日細やかに行い、8月5日、初出荷を迎えました。

野明さんは「小玉スイカは栽培に手間はかかるが、甘くとてもおいしい。核家族化で需要も見込めると思うので、来年も栽培したいと考えている」と話しています。

営農部農業振興センターの仲井昇吾主任は「今年は高温の影響で昨年に比べ収量が少ないが、出荷いただいているものは糖度が高く、シャリ感がある。JAの栽培推奨品目なので、ぜひ来年も多くの人に栽培してもらいたい」と呼びかけ、規模拡大に意気込んでいます。

農薬拡販キャンペーン抽選会



抽選する小平組合長

営農部が、本所で「令和5年度わが家の資材申込書農薬拡販キャンペーン抽選会」を開きました。

JA役職員・JA全農長野担当職員10人が出席。予約注文書で対象商品を購入した組合員の中から、当選者62人を選びました。

賞品は、折りたたみテーブル、クーラーボックス、カップ麺、ラウンジチェアの4点です。

小平淳組合長らJA役員が抽選箱から当選番号が書かれた用紙を1枚ずつ取り出し、当選者を決めました。

当選者には10月中、JA全農長野・JA職員が同行訪問し、賞品を届ける予定です。

スポーツ吹き矢 楽しく実践



スポーツ吹き矢を楽しむ受講生

組合員向け講座「健康教室」と男性組合員向け講座「弾男倶楽部(だんだんくらぶ)」が合同で、スポーツ吹き矢を行いました。健康教室の受講生で、スポーツ吹き矢振興協会長野県あすなろクラブ四賀教室支部長の宮部信夫さんが「スポーツ吹き矢の楽しさを伝えたい」と提案し、実現しました。

受講生は3チームに分かれて、5～10メートル離れた円形的的の的を1人5本ずつ矢を放ち、得点を競いました。

茅野市の女性(80)は「腹式呼吸をして、姿勢も気を付けるので良い運動になった」と振り返りました。



地域貢献活動 ポイ捨て減らそう



道路わきや河岸のごみを拾い集める参加者

JA 諏訪中央支所湖南営業所は、地域貢献活動の一環として営業所周辺のごみ拾いを行いました。地元 JA 監事や支所運営委員、職員合わせて15人が参加。早朝の清掃作業に汗を流しました。

朝7時から活動を開始。6人と9人の2班に分かれて、営業所周辺の住宅街や新川沿いの主要地方道岡谷・茅野線の道路わきや河岸の清掃を行いました。空き缶やペットボトル、たばこの吸い殻などを拾い集め、最後に、ごみの分別を行い約1時間の作業を終えました。

同営業所の鮎澤洋一営業所長は「活動がポイ捨ての抑制につながれば嬉しい」と話しました。



8/26

需要に合わせて特設ブース設置



特設ブースで夏の農作業用品を販売した JA ファーム茅野店

茅野市のJAファーム茅野店では今夏、特設ブースを設けて夏の農作業用品を販売しました。今年は帽子や手袋、冷感ウェアなどの需要が高まり、品物を豊富に取り揃えました。

新商品は空調服。ベストタイプで、赤外線・紫外線をカットし、遮熱効果があります。別売りのスターターキットには専用バッテリー、ファン、ケーブルがセットされており、空調服にセットすると新感覚の涼しさを感じられます。

同市の男性(44)は「周りの農家が空調服を使い始めており、自分もどんな着心地に興味がある」と商品を眺めていました。



7/4

カクイチ&JA 農業機械合同展示会



農業用倉庫と農業機械が一堂に会した展示会

諏訪市のカクイチ A-SITE 諏訪インター店で「カクイチ&JA 農業機械合同展示会」を初めて開きました。会場近くのは場で農業機械の実演も行いました。

2日間で農業機械80台、農業用倉庫8棟を展示。JA やメーカーの担当者が来場者の要望を聴き取り、ニーズに合った商品を案内しました。また25日はラジコン草刈り機、26日はトラクター・作業機の試乗・実演を行いました。

富士見町の男性(88)は「農業機械に興味があり来場した。新商品がたくさんあり、大変参考になった」と振り返りました。



8/25・26

JA 葬祭諏訪が「心隣葬」をご提案



心隣葬を提案する三澤所長

JA 虹のホールを運営するJA 葬祭諏訪は今夏から、近隣住民や友人を招いて故人を見送る「心隣葬(しりんそう)」を提案しています。

心隣葬は県内のJA 虹のホールグループ独自の提案です。

万一の際、遺族は近隣住民や故人と親しかった友人に葬儀告別式への参列を願う旨を伝え、会葬に来ていただけるよう新聞のお悔やみ欄の掲載を検討してもらうという方法です。

虹のホールたまがわの三澤英俊所長は「偲ぶ心をつ分かち合い、これからのご縁を深めていただければ幸いです」と話しています。



8月～

土に触れて学ぼう 湖南小学校



ダイコンの種をまく児童

JA 諏訪中央支所湖南営業所は、諏訪市立湖南小学校の農業体験に初めて協力しました。支所食農活動の一環として、地元JA 監事の関雅一さん(68)とJA職員が参加。同校敷地内の畑で、1年生44人にダイコンの種まきを指導しました。

関さんは6年ほど前から母校である同校の畑の活動にボランティアとして携わり始めました。今年5月のJA通常総代会でJA 監事に就任したことをきっかけに、農業を通じた同校とJAのつながりを図り、今回の活動が実現しました。

関さんは「食べ物を作ることが大切で楽しいことだと知ってほしい」と話しています。



8/24

秋作にバイオ炭施用



試験区にバイオ炭を施用する職員

JA 管理部協同活動推進課は、バイオ炭プロジェクトの一環で、富士見町のほ場にバイオ炭を施用しました。バイオ炭は、もみ殻などのバイオマス(生物由来資源)でつくる炭。大気中のCO₂を閉じ込め、分解されにくくして、半永久的に取り除きます。農地に施用すると、土壌改良、鳥獣害対策、作物の収穫量増加など総合的効果があるとされます。

30日は、試験区にバイオ炭を施用。試験区・慣行区ともに、同量の鶏ふん・元肥などを施用しました。後日、ハクサイの苗を定植。生育状況、収穫量に違いがあるか調査を進めています。



8/30

丸市さん SBC ラジオ出演



「久しぶりに女性部員と会えて楽しかった」と話す丸市さん

JA 酪農・畜産専門委員会女性部の丸市育美さんが9月4日、SBCラジオの番組「いいJAん! 信州」(「坂ちゃんのずくだせえぶりでい」内コーナー)「がんばれ! かあちゃん応援団」に出演しました。

丸市さんは15年前、夫裕之さんとともに酪農を営むため、北海道から富士見町へ移住。現在は乳牛88頭、肉牛13頭を飼育しています。

収録日は塩入美雪レポーターに、子どもへの思いやコロナ禍以来、4年ぶりに同女性部で集まった思い出、哺乳している和牛と過ごす癒しの時間などのエピソードを話されました。



9/4

野生キノコ出品にかかわる講習会



安全・安心な野生キノコ出品に向け意思統一を図った講習会

直売所専門委員会が、野生キノコ出品にかかわる講習会を開きました。JA 施設3会場で計76人が参加。毒キノコによる食中毒事故事例やキノコの特徴を確認しました。

同委員会では毎年、直売所への出品を希望する会員を対象に講習会を開いており、この日は諏訪保健福祉事務所食品・生活衛生課の百瀬ゆかりさんが講師を務めました。

百瀬さんは「保健所では100%でなく120%の自信をもって食用とわかるキノコだけを鑑別OKとしている。命に関わる場合もあることを常に念頭に置いて、採取してほしい」と呼びかけました。



9/1

JA 信州諏訪共済友の会
日帰り旅行のご案内

NHK連続テレビ小説のモデル
小石川植物園 と 築地 すしざんまい 昼食・築地場外 お買物

旅行期日
令和 5 年 11 月 14 日 (火)
ご旅行代金
大人お 1 人様 14,800 円

日付	スケジュール
11/14 (火)	中央道/首都高 NHK連続 テレビ小説のモデル 6:00~7:00頃 10:20~ 12:00 JA 信州諏訪各地 == 最寄りの IC == 西神田出口 == 小石川植物園 (見学) == 神田橋入口 == 銀座出口 == 築地喜代村 すしざんまい (昼食) (徒歩) 場外にてお買物 == 汐留入口 == 12:30~ (ゆっくりとお楽しみください) ~14:30 == 最寄りの IC == JA 信州諏訪各地 17:30~18:30頃

※上記スケジュールは予定です。当日の天候や道路状況等により変更なる場合がございます。※後日改めて集合・解散地（および時刻）を知らせいたします。

募集人員
35名様（最少催行人員30名様）

添乗員
同行しません。

食事回数
朝 0 回／昼 1 回／夕 0 回

利用予定バス会社
茅野バス観光（バスガイド付き）

募集開始日
令和 5 年 10 月 12 日 (木) ※10/12(木)以前はお受けすることができません。

募集締切日
令和 5 年 10 月 24 日 (火) ※定員になり次第締め切ります。

詳しい旅行条件を説明した書面をお渡しいたしますので、事前にご確認ください。

お客様の状況によっては、当初の手配内容に含まれない特別な配慮・措置が必要になる可能性があります。詳細は別途お渡しする「旅行条件取引条件説明書面」の「3.お申込み条件」を確認のうえ、特別な配慮・措置が必要となる可能性がある方はご相談させていただきますので、必ずお申し出ください。この旅行条件は令和 5 年 9 月 1 日現在の運賃、料金を基準としております。

取消料のご案内

出発日の11日前まで：無料

出発日の10日目にあたる日から 8 日目までの解除：旅行代金の20%

出発日の 7 日目にあたる日から 2 日目までの解除：旅行代金の30%

旅行開始日の前日の解除：旅行代金の40%

旅行開始日の当日の解除：旅行代金の50%

旅行開始後の解除又は無連絡：旅行代金の100%

旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取扱う店舗での取引責任者です。このご旅行に関し担当者からの説明にご不明な点がございましたら速電なく下記旅行業務取扱管理者にご質問ください。

旅行業公正取引
協 議 会 会 員

ボンド保証会員
一般社団法人日本旅行業協会正会員

一般社団法人
日本旅行業協会

旅行企画・実施・お申込先

観光庁長官登録旅行業第939号

株式会社 農協観光
長野エリアセンター

〒380-0826 長野市南長野 1177-3
JA 長野県ビル 1 階
TEL : 026-224-6100

総合旅行業務取扱管理者：浜田 和也

◆共済友の会旅行お問合せ先◆

JA 信州諏訪 共済部

TEL : 0266-73-8825



第19回 農業祭

を開催します!!

生産者と消費者をつなぐふれあいの場
「農業祭」を下記の日程で開催します。

会場日程

富士見町会場

10月14日(土) 9:00 ~ 13:00

富士見グリーンカルチャーセンター

下諏訪町会場 第2部

11月11日(土) 10:30 ~ 12:30

下諏訪総合文化センター
イベント広場

お問合せ 本所 協同活動推進課 TEL 0266-57-8000

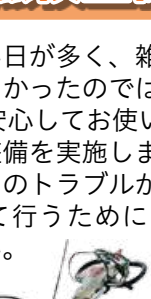
JA信州諏訪おすすめ情報

畦草刈機点検整備のご案内

今年の夏は暑い日が多く、雑草も良く伸び、畦草刈機の出番が多かったのではないのでしょうか？

JAでは来年も安心してお使いいただくために、畦草刈機の点検整備を実施します。

草刈シーズン中のトラブルが抑えられ、計画的な作業を安心して行うためにも、JAの点検整備をご利用ください。



点検料金

6,600円(税込)

11月中申し込みの方に限り

刈取部洗浄無料

詳しい内容・申し込みの方はお近くの農機センターまでお問合せください。

※点検日程は、別途ご相談させていただきます。

○点検料金に含まれる事項

- 各部調整・各作動部注油・エアクリーナ清掃・ベルト、ワイヤー確認・オイル点検・グリスアップ

※オイル代、部品代(刈刃)、修理代、交換工賃、出張料は点検料金とは別料金となります。

季のある記

ちょこっと四季コラム

JA 信州諏訪オリジナルカレンダー
2020年版大賞作品【燃える秋】
【撮影者】花岡幹男さん
【撮影場所】諏訪市温泉寺

われ、大人に
も知らね」と言
う。し
まじ
う。

のシロは墓場まで持つてい
け」というくらい、基本的
に他人には教えません。祖父
から「ここはだれ

／紅葉狩り／

紅葉狩りとは、紅葉を見
物する秋の行楽の一つ
ですよね。紅葉狩りの「狩り」
は、もともと獣を捕まえるとい
う意味で使われていた
が、やがて小動物や鳥を捕ま
える意味に広がり、果物など
を採る意味にも使われるよう
になったようです。さらに、
草花を鑑賞するという意味に
も使われ、「紅葉狩り」と呼
ぶようになったそうです。
もう一つの狩りはきのこ狩
り。子どもころ祖父に連れ
られて、きのこを採りに行っ
たことがあります。「きのこ
のシロは墓場まで持つてい
け」というくらい、基本的
に他人には教えません。祖父
から「ここはだれ

なつてから行つてみると多く
の人が通つてゐる場所です
た。毎年、秋のきのこ狩りシ
ズンになると、毒きのこによ
る中毒が起きています。見分
け方については、「縦に裂け
るものは食用」、「色鮮やかな
ものは毒」、「虫が食べている
ものは大丈夫」など言われて
いますが、何ら根拠は無いよ
うです。野生のきのこについ
ては、食毒を安易に自己判断
しないで、きのこアドバイザー
や専門機関の判断を仰ぐ
ことが最良の策です。

また、留山として入山が禁

きのこのピラフ



材料〈4人分〉

白米	2合
人参	1/2本
玉ねぎ	1/4玉
えのき	1/4パック
しめじ	1/4パック
エリンギ	1本
バター	10g
固形コンソメ	1個
(またはカレー粉大さじ1)	
塩コショウ	少々

～作り方～

- ①米は洗ってザルに入れ、水気をきっておく。
- ②人参、玉ねぎ、きのこ類は粗みじん切りする。
- ③フライパンにバターを熱し、①と②を炒める。
- ④全体にバターが回ったら、炊飯器に移して定量の水とコンソメを加え、塩コショウを加えて炊飯する。

※写真のようにきのこ秋野菜のホットサラダを添えていただきます！

きのこのアヒージョ

きのこ秋野菜のホットサラダ

のレシピは、
JA 信州諏訪公式
ウェブサイトから
ご覧ください。



消費税インボイス制度開始に伴う 購買品請求書兼入金書について

消費税を「本則課税」で申告・納付されている方へ

JA および、あぐりライフ信州諏訪が発行する書類のうち、登録番号（T プラス13桁の数字）が記載されているものが適格請求書（インボイス）になります。

資材の購入、農機具の修理整備は……

納品書、購買品納品書、レシート、修理整備明細書に登録番号が記載してあります。

燃料の購入は……

- LP ガス ▶ 「検針通知・領収書」または「LP ガス使用量のお知らせ兼納品書（領収書）」
 - JA でんき ▶ 「JA でんき使用量のお知らせ兼納品書（領収書）」
 - 給油所 ▶ 納品書（領収書）
 - 配送燃料 ▶ 納品書
- に登録番号が記載してあります。

農畜産物の出荷に係る経費控除は……

園芸販売代金精算書、米穀検査表兼概算金明細書、初受通知書兼概算金明細書、販売代金精算書、農産物検査結果兼振替明細書、最終精算通知書、畜産販売代金精算書、畜産物導入代金精算書に登録番号が記載してあります。

信用のお取引（振込手数料等）は……

手数料受取書、振込依頼書、後納手数料のご案内に登録番号が記載してあります。

その他……

その他、登録番号が記載してある納品書、請求書、領収書がインボイスとなります。
共済のお取引には消費税が含まれないためインボイスの発行はありません。

今回の消費税インボイス制度（適格請求書等保存方式）開始に伴い、当JAが毎月ご案内しております購買品請求書兼入金書は、消費税インボイスの記載事項を満たしておりません。

購買品のご利用代金については、お取引時に交付している納品書やレシート等の書類が、消費税インボイスの記載事項を満たす適格請求書（インボイス）となります。売掛代金の収納時に発行する領収書は、適格請求書（インボイス）に該当しませんので、ご案内申し上げます。

- 1 消費税インボイス制度とは、買い手（課税事業者）が消費税の仕入税額控除の適用を受けるために、売り手が発行する記載事項を満たした適格請求書（インボイス）の保存等が必要になることを定めた制度です。詳細は、国税庁のホームページをご覧ください。
- 2 購買品請求書兼入金書は、法人税や所得税の税法上で保存義務が定められた証憑書類（取引の事実を示す書類）には該当します。引き続き、経費の明細としては使用可能となります。
- 3 消費税を「本則課税」で申告・納付されている方は、適格請求書（インボイス）を保存の上、申告をお願いいたします。簡易課税で申告されている方、免税事業者の方は、適格請求書（インボイス）の保存は不要ですので、引き続き、いままでの申告で利用した帳票の保存で構いません。
- 4 JA および、あぐりライフ信州諏訪が発行する書類のうち、登録番号（T プラス13桁の数字）が記載されているものが適格請求書（インボイス）になります。記載例等を次にまとめましたので併せて、ご覧ください。

この件に関するお問合せは JA信州諏訪 本所 管理部（57-8000）までお願いいたします。

和気あいあいと料理教室 女性部湊支部みずべ会



協力して調理する女性部員



今回初めて女性部活動取材させていただきました。地元農産物のおいしい調理方法を学ぶことができ、大変勉強になりました。

岡谷支所 融資係
濱 優人

8月31日、女性部湊支部みずべ会が料理教室をJA岡谷支所湊営業所で開きました。部員14人が参加。炊き込みチラシ寿司、コーンしゅうまい、かぼちゃサラダ、ズッキーニのタラコマヨ和え、カナタマ汁を調理しました。同会は定期的に集まり、季節の野菜を使った料理教室を行っています。今回は小口美智子支部長がレシピを考案し、皆で材料を手配して実施しました。部員からは「新型コロナウイルスの影響もあり、イベントが中止になることもあったけど、またこうした集まりができてうれしい」との声が多くありました。

令和6年版

JAオリジナルカレンダー掲載写真決まる

JA信州諏訪オリジナルカレンダー掲載写真の選考会を8月22日、本所で行いました。写真のテーマである「管内に残したい・伝えたい、農の暮らし・農の四季」を審査基準に、地域性や季節性も加味して、小平淳組合長ら6人の審査員が大賞6点、佳作4点、組合長特別賞1点を選びました。

掲載写真は2009年から一般公募しています。今年は諏訪地域の写真愛好家ら17人（内、新規応募者4人）から67点の作品が寄せられました。

カレンダーは大賞を各ページに配置し、佳作は表紙を彩ります。組合長特別賞は来年度の通常総代会資料の表紙となります。各組合員への配布は、12月上旬です。

令和6年を彩る写真が決定！

大賞

1-2月
「如月の八ヶ岳」

茅野市泉野



古屋 治氏

3-4月
「春うららかな季節」

原村原山



金子 憲之氏

5-6月
「春耕の候・アヤメ街道」

富士見町立沢



小池 博之氏

7-8月
「まもなく出荷開始」

原村中新田



関 和洋氏

9-10月
「朝焼けの黄金平野」

諏訪市豊田



関 和洋氏

11-12月
「諏訪大社献上「東山田柿」」

下諏訪町東山田



小口 照人氏

佳作

「春の作業の始まり」

茅野市湖東



宮沢 和加雄氏

「花咲くそば畑」

富士見町境



金子 憲之氏

組合長特別賞

「富士山と田植え後の水田」

富士見町立沢



金子 憲之氏

「秋色に映えるハウスネオン」

茅野市豊平



柳澤 功氏

「白虹架かる晩秋の蕎麦畑」

原村弘沢



佐川 隆博氏



カレンダー選考会。管内各地の田園風景を題材にした作品が数多く出品。

収入保険は様々なリスクから農業経営を守ります！

青色申告をしている農業者様にご加入できます

ご加入を検討ください

自然災害



価格下落



病気で収穫不能



倉庫の浸水被害



取引先の倒産



盗難、運搬中の事故



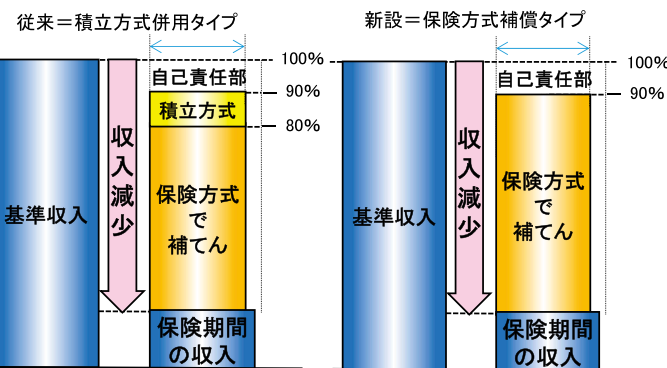
収入保険のポイント

- 全ての農産物を対象に自然災害や価格低下のほか、**経営努力では避けられない収入減少**を補償します。
- 保険期間の収入が基準収入の**9割**を下回った場合に、**差額の9割**を補てんします。
- 従来プランで基準収入が1,000万円の場合、初年は掛捨て保険料が**10.7万円**、積立金が**22.5万円**、合計**33.2万円**です。
- 新設プランで基準収入が1,000万円の場合、初年は掛捨て保険料が**19.9万円**です。

加入申込期限 … 個人：12月末
法人：事業年度開始の1か月前



NOSAI長野 諏訪支所 ☎73-3211



- 支払率（9割を上限として選択）
- 基準収入は過去5年間の平均収入を基本
 - 保険期間の営農計画も考慮して設定
 - **青色申告1年分のみで加入できます**
（令和5年から青色申告をされる方であれば、加入できます）

ライムギの秋施用について

10月に入り、畑についても大分片付いてきました。次年度に向けての土づくりの時期となっています。ライムギは、他の緑肥と比べ耐寒性が強いので越冬栽培に向きます。また、冬季の強風での土の飛びを防止も出来ます。また、品種にもよりますが、10月中旬まで播種可能です。

特徴

- 緑肥として草丈30 cm前後のライムギで有機物の補給が期待できますが、土壌の物理性改善を期待する場合は、出穂期（草丈100 cm前後）でフレームモアなどで細断してからすき込みをしてください。
- 越冬ライ麦の30 cm前後ですき込み後、1か月後で50%、2か月後で70%無機化します。すき込み後30～50日程度で作付けが可能となります。
- ライムギには病害虫の低減効果のあるものもあります。おとり作物として根こぶ病の菌密度低減やキサネグサレセンチュウ低減の効果があるものもあります。品種や対応作物についてはご相談ください（一部本年販売終了の品種もあります）。



栽培方法

- 播種時期 8月～10月中旬まで
- 播種量 8 kg/10 a 程度
- 播種方法 散播き（散粒機で蒔くと均一になり易い）、播種後ロータリーで浅く耕し覆土をする。
- 施肥 野菜後作では、無肥料です。



稲刈り後の秋起こしについて

秋起こしは、稲刈り終了後に耕うんをすることです。有機物（主に生わら）の腐熟を促進し、土づくりや、翌年の栽培時に根の生育を阻害するメタンガスの発生を低減をさせることができます。

ポイント

- ① 稲刈り後はできるだけ早く「秋起こし」を実施する事
有機物の分解は「微生物」によって行われます。低温では微生物の活動が鈍くなるために、なるべく気温が高いうちに実施する事で、有機物の腐熟を促進させることが出来ます。平年値だと、10月下旬から平均気温が10℃を下回りますので、10月のうちでの完了を目標としてください。
- ② 耕うん時の深さと、作業後の土の細かさはそれほど必要ありません。稲刈り後の株が土の中に混ざるようにすれば大丈夫です。空気を含ますように、粗く耕うんするようにしましょう。
- ③ 球根系の雑草「クログワイ」「オモダカ」が多く発生した田んぼでは、秋起こしをすることで塊茎（土中の種子）に傷をつけ、田面に掘り起こすことで冬の間に凍結させ、次年度の発生量を減らすことが期待できます。



クログワイが発生した田んぼ



クログワイの塊茎



オモダカ矢じり2葉



オモダカの塊茎

注意点

ヒエの発生が多い田んぼでは、土中にすきこむことで種子が越冬するので、注意が必要です。秋起こしを行わないか、次年度の除草剤でのヒエ対策を行ってください。



農業振興センター
専任指導係
（原村営農センター駐在）
五味 有

！担当よりひとこと

JA信州諏訪農業振興サポート事業で、野菜【緑肥使用による減肥栽培への取り組み】で取組んでいますので実施要領をご確認の上ご利用ください（申請締切り11月末）。



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）
矢沢 光洋

！担当よりひとこと

その他の田んぼの土づくりの方法については、JA 信州諏訪農作物栽培のしおり令和5年度の6ページ目に記載がありますので、参考にしてください。

実りの秋！収穫の秋！食欲の秋！ 旬の味覚はJA直売所で



10月は旬の味覚が豊富に出回る季節です。この時季、直売所には地元で採れた野菜の他、山のきのこ、リンゴ、ブドウ、ブルーベリー、梨、洋梨、カリナなどの果物が豊富に並びます。肌寒さが増す10月は、旬のきのこ、ダイコン、シシトウ、長ネギなどを美味しくいただける暖かい「鍋」の季節です。栗やきのこをふんだんに使った、新米で炊く「炊き込みご飯」も見逃せません。旬だからこそ味わえる日本の四季折々の味覚。特に秋は、そんな味覚を楽しめる季節です。JAの農産物直売所で秋の味覚を存分にご堪能ください。



直売所 直通

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。

諏訪農業農村支援センター事業
諏訪地域
6市町村

農産物直売所を巡る 開催中

スタンプラリー

実施期間 ～11月23日(木)まで
応募締切 11月30日(木) 必着

- 3つの異なる市町村の農産物直売所を巡り、商品を購入して応募用紙に「スタンプ」を押印！
- 応募用紙を官製ハガキに貼り付けて必要事項を記入してポストへ投函（応募）！
- 抽選で、牛肉などの県内産の特産物や加工品が当たる！
- 応募資格は、長野県在住の方に限定。
1家族（1世帯）1枚の応募とし、それを超える応募をされた方はすべて無効。

詳しくは、JA直売所店頭ポスターをご覧ください

いつも
Thank you!

JA信州諏訪直売所8店舗共同企画

**地元農産物を
食べよう！飾ろう！**

キャンペーン

**JAまごころ
商品券 500円分**

応募期間
令和5年10月1日①～15日②

応募方法
管内夢マーケット各店、さざなみ新鮮市、A・コープ各店の直売所商品（生産者名がついているもの）の**バーコードシールを1枚（金額はいくらでも可）**切り取ってキャンペーン専用用紙に貼付し、必要事項、アンケートをご記入のうえ受付場所へご応募ください。

受付場所
左記A・コープ店のサービスカウンター、夢マーケット店内応募箱

当選発表
厳正な抽選の上、11月上旬頃、賞品・賞品引換券の発送をもって当選発表にかえさせていただきます。
※個人情報の取り扱いについてご同意の上ご応募ください。

8店舗合計139名様に
当たる!!

各キャンペーンの詳細等、ご不明な点は下記までお問合せください。
すわこ営農センター ☎57-2218

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

夢マーケット横川
10/14①
秋の感謝祭

夢マーケット田中線
10/21①
秋の感謝祭

夢マーケット文出
10/21①
実りの秋 第三土曜日感謝祭

さざなみ新鮮市
10/28①
秋の味覚 第四土曜日感謝祭



家庭菜園 いざ鎌鉏 かまくら

にんにくを作しましょう

気温が下がり、家庭菜園での野菜作りも終盤を迎えます。来年の収穫に向け、にんにくの植え付けをしましょう。

畑の準備

植え付け2週間前までに苦土石灰（1㎡あたり100g）、堆肥（1㎡あたり2kg）をまき、深く耕します。植え付け1週間前までにJAファーム野菜の元肥（1㎡あたり150g）をまき耕した後、畝立てを行います。畝の高さは10cmとし、畝幅は70cmとします。畝を立てた後、マルチを使用すると土の保水や大雨による流亡を軽減できるのでおすすめです。マルチは玉ねぎ用マルチを使用します。

植え付け

植え付けには、種球を一片ずつに分け、大きい欠片を選んで種として使用します。なお、干からびていたり、表面に病斑のある種の使用は避けます。株間は15cm、条間（列と列の間）は30cmとし、2列の千鳥植えで植えます。種のとがっている方を上にして一片ずつ植え付けてください。深さは3～5cmで、植えた後に土をかぶせてじょうろなどでたっぷり水やりをしてください。冬までに株を充実させるため、10月下旬までには植え付けを済ませるようにしてください。



追肥

追肥は2月下旬から3月上旬までにJAファーム野菜の追肥を1㎡あたり20gをまきます。条間にばらまきようにし、マルチを張っている場合もマルチの上から条間にばらまきます。



わき芽かき・花蕾摘み

ひとつの株から2本以上芽が出る場合は芽かきをします。残す方の芽の株元を押さえながらかき取るようにしてください。また、春になってとう立ちし、つぼみが伸びてきたら早めに摘み取るようにして下さい。

病害虫防除

病害虫にかかる心配の少ないにんにくですが、アブラムシが媒介するウイルス病には注意が必要です。葉に黄色と濃い緑色が混じるモザイク症状を起こしたり、株全体が縮れる、玉の肥大が悪くなるといった特徴があります。アブラムシを発見次第防除してください。

収穫

概ね6月下旬から7月上旬が収穫時期となります。株全体の葉が5割ほど黄色くなり枯れた頃が目安になります。

担当よりひとこと

栽培全体を通してほとんど手間がかかりません。お気軽に作ってみてください。

すわこ営農センター
営農指導係
北澤 慎悟





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

アリ、ムカデ、ケムシなど不快害虫全般にご利用いただけます

不快害虫スプレー 1000ml
898円(税込)
通常価格958円(税込)

背抜きタイプ。さわやかさとやわらかさを備えた作業用手袋です。

ショーウ グリップソフト手袋 3双パック(S・M・Lサイズ)
788円(税込)
通常価格830円(税込)

0.07×700×1200mm ポリエチレン製

ポリもみ袋 10枚入
868円(税込)
通常価格910円(税込)

鎌・チップソーなど刃物類の研磨に！

ダイヤモンドシャープナー半丸 BR-15
998円(税込)
通常価格1,100円(税込)

耐久性抜群の埋込型

気分草快 チップソー 9インチ 10インチ
580円(税込)
通常価格615円(税込)

耐摩耗性をとことん追求した商品です

大地の達人 ナイロンコード DT-23 3mm×40m
1,580円(税込)
通常価格1,629円(税込)

優れたUV剤を使用。国内最高級の高耐候土のうです！

PE UVブラック土のう袋 5枚入
828円(税込)
通常価格860円(税込)

営業案内 JA ファーム店の営業時間 9:00 ~ 17:30 水曜定休日

生産資材課より 今月のお知らせ

秋の農業用廃プラスチック回収のお知らせ

会場及び日程を以下のとおりご案内いたします。（詳細は本誌折込みの案内チラシをご参照下さい。）

	会場	日程	
富士見町営農センター	富士見町野菜集荷所	10月28日(土)	8:30
原村営農センター	原村野菜集荷所	11月4日(土)	
田中線センター	田中線センター駐車場	11月8日(水)	}
南部センター	茅野市玉宮集荷所	11月11日(土)	10:30
茅野市営農センター	茅野市北部集荷所	11月18日(土)	

各資材店舗 営業日程・営業時間変更のお知らせ

11月1日(水)～3月末までの営業日程・営業時間は以下のとおりです。

	定休日	営業時間
JA ファーム茅野店/JA ファームふじみ店	毎週水曜日	朝9:00～夕方17:30
原村資材/南部センター/グリーンファームすわ	毎週土曜日・日曜日・祝祭日	朝8:30～夕方17:30
田中線センター		朝8:30～夕方17:00

肥料価格情勢

JA信州諏訪では年2回、6月と12月に価格改定を行っています。令和5年6月1日(前回)の価格改定では、基準となる複合肥料オール15で前期対比約▲28%の大幅値下げとなりましたが、石灰窒素や石灰等の国内製造品については製造コスト・輸送コスト等の高騰により値上げとなった状況です。令和5年12月1日の価格改定では、肥料原料の国際市況の下落を受け、複合肥料オール15で現在の価格に対し約▲7.3%値下げの見込みとなっています。当JAの主力品目であるBB肥料については、使用している肥料成分の割合にもよりますが、概ね同様の値下げとなる見込みです。なお、土づくり肥料等の一部銘柄においては据え置きとなる事が見込まれています。

月間特売

稲わら腐熟促進資材です。水稻収穫後に散布してください。

アグリ革命 2kg
2,460円(税込)

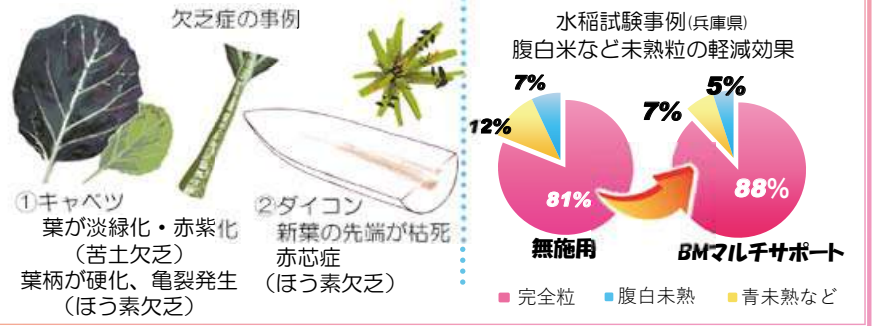
10aに2kg(1袋)が散布目安です。

わらゴールド 15kg
1,415円(税込)

くみあい BM マルチサポート1号

苦土・微量元素が品質向上のお手伝い

- 水にすぐ溶け、すぐに効く速効性肥料！
- 各種欠乏症の予防や生育促進が期待できます！
- 水稻・野菜など様々な作物でお使いいただけます！



施肥量(10aあたり)

水稻: 20 ~ 40kg
野菜: 60 ~ 100kg
花卉: 80 ~ 120kg

保証成分(%)			効果発現促進材(%)		含有成分(%)	
水溶性苦土	水溶性マンガ	水溶性ほう素	銅	亜鉛	鉄	全けい酸
15.0	0.50	0.20	0.02	0.05	2.8	14.0
光合成促進	葉緑素生成	細胞壁構成	呼吸に関与	たんぱく質合成	葉緑素生成	病害虫の予防

商品に関するお問合せ・お求めは、JA信州諏訪資材店舗まで

川野田化学工業株式会社

けい酸加里プレミアム34

いつもけい酸加里をご愛用頂き、誠にありがとうございます

けい酸加里は、水稻の倒伏軽減効果をはじめとして、園芸作物・花き等の品質・収量向上に役立つ肥料として様々な作物で皆さまにご活用頂いています



いいもの、ひとすじ。◆期待できる効果の一例◆ 水稻の倒伏軽減

供給 JA 信州諏訪

製造 開発肥料株式会社 www.jpsik.com

商品に関するお問い合わせ・お求めは JA 信州諏訪 資材店舗へ

※収量や品質は土壌・気象条件・栽培管理等に影響されます。確実な効果を保証するものではありません

農トレ通信

Vol.115

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。



順調に生育中のカボチャ



トラクタで中耕除草

7/28

ハロウィンカボチャの管理

機械・環境コースの「グリーンライフ」の授業で、トラクタを使ってハロウィンカボチャの中耕除草を行いました。今年も高温が続く、雑草はものすごい勢いです。ハロウィンカボチャも順調に生育しています。もう色づいて、収穫できそうな大きさのものもあります。10月の文化祭やハロウィンが楽しみです。

8/4・5

フォークリフト講習会

「フォークリフト運転業務特別教育」の講習会を行いました。今年希望者による講習会となりましたので、2年生園芸科の生徒11名の参加となりました。1日目は学科を、2日目は実技を行いました。それぞれ試験があり、皆真剣に取組みました。おかげで、全員無事に合格することができました。

8/21・22

小型建機講習会

「小型車両系建設機械運転業務特別教育」の講習会がありました。園芸科2・3年生、普通科2年生農業科目選択生の希望者合計38名が参加しての講習会でした。1日目は学科を、2日目は実技を行いました。皆、熱心に取組んでいました。おかげで、全員無事に合格できました。



今年はバックホーを3台使いました



真剣に練習しています

9/1

「入笠山」登山

機械・環境コースで、樹木・植物調査をするために「入笠山」に登りました。いつもは入笠山の中腹にある本校学校林の樹木・植物調査をしているので、なかなか頂上まで行くことはできません。今回、頂上は快晴で、八ヶ岳や北アルプス、南アルプスなど素晴らしい景色でした。頂上は風も涼しくてとても気持ち良かったです。



快晴の入笠山山頂



松本城にて全員集合

9/7

園芸科研修

1年生が「園芸科研修」を行いました。見学場所は松本城と園芸科2カ所でした。天気も良く、楽しく研修ができました。

諏訪は

大奇なり

其八 北斗神社

「北斗神社（諏訪市中洲神宮寺長沢）、大勢お参りに来るなえ」

「おお、最近諏訪大社の本宮と前宮の間を歩く人が増えてき、その道沿いだ。急で真っ直ぐ上に伸びた階段は存在感あるで、これはちょっと上ってみたいという気になるんじゃないかなあ。ちょうど200段だ。初めて見た人は強烈な印象を持つようだ。最近じゃあ写真家さんの展示会のパンフレットや美術雑誌、アニメ映画にもここをモデルにした階段があるみてえだぞ」

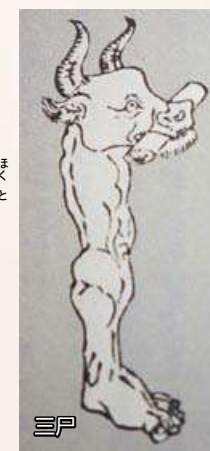
「有名になったもんだなえ。どおいう神様でえ。俺あまだ上ったことねえだよ」
「このめえ俺たちの体の中に三戸ちゅう虫がいてそれが天に昇って行って天の中心にいる神様にその人の行ないを報告し、その報告によってその人の寿命が決まるって言ったじゃあ。その神様が北極星と北斗七星だ。天の中心の神様ってことで『天御中主神』ちゅうだよ。寿命の神様



北斗神社

で俺たち『北斗様』って言うてるぞ。上の平にやあ祠が幾つもあって、まず、北斗神社に向かって左側にあるのが三社様（石祠）だ。三社様は、以前にはもう少し左の岩の上に祀られていた三つの祠を一つに祀ったものだ。次に、北斗神社に向かて右側にあるのが天神様（石祠）だ。昔この北斗神社を祀っていた守屋氏（石祠）の祠もある。そして一番右の大きい建物が旧中洲学校にあった奉安殿を社殿にしてお蚕様を祀った蚕玉様だ」

「北斗神社の真下が俺の生まれた家です、毎朝起きて部屋のカーテン開けると目の前に北斗神社だ、なんでだろうっていつも思っていたんだけどさ、じつは江戸時代に北斗神社を祀っていたのが諏訪



神社上社の主な五人の神官（五官）の一人、称宜太夫の守屋さんでさ、北斗神社の真下に屋敷があっただよ。その跡地が我が家だったちゅうわけさ。今はうちの町内で管理しているけどな。子供の頃からよく上ってたぞ」

「祠はどんなふうなの」
「社殿の中には奉納の手製のわら縄がえれえあつたがありやあ祈願やお札に『一ボ』（両手を広げた長さが一尋。それが二十）を奉納する習慣があつたんだよ。その縄のように長く生きられるようにちゅう願いだそうさ。子供の頃は束ねられた長い髪の毛がっぱい吊るされていてちよつと気持ち悪かったぞ。今、縄があがつてくることはあるがさすが髪の毛はないな。燈明のお皿もあつたが昔は重病人があつたと明かりをつけて一晩中願かけのお籠りをした人もあつたそうさ」

「眺めいいら」
「おお、上諏訪・四賀・上原方面が一望だ。夜ここに立ちや正面に北極星と北斗七星だ。真北を向いたところにある大岩を切り込んでそこに祀っているでちゃんと計算して建てられたちゅうことだ。おめえ上るなら階段急だで気をつけなよ。最近安全に登って行けるように手すりが付いたけど、めえにやあ四つん這いで降りてくる人もいてな、笑って見ていたが最近俺もおっかなびっくりだったよ」



北斗神社正面に北極星（電線中央の点）
上諏訪方面の夜景と合点

「でも北斗様のおかげか、俺のお袋さまあ真下に住んで100才まで生たぞ。ありがてえことだ」

※注1 戦前、天皇・皇后の御真影（写真）や教育勅語を納めていた建物。
（図版）「三戸」「日本民俗文化体系2 太陽と月」より

原 直正

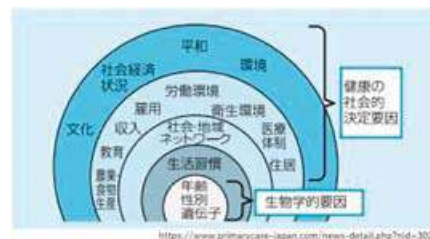
1947年諏訪市生まれ。理容業を営むかたわら、諏訪を拠点とする信仰史、信仰思想、史学、考古学などの研究をする「スワニミズム」会員。著書・著作に『龍蛇神』・共著に『諏訪学』・「スワニミズム会誌」他。

健康の社会的決定要因

「だからこそ自分にできること」

厚生労働省の発表によると、日本人男性の県別の平均寿命は、1位が滋賀県の82・73歳、そして2位が長野県の82・68歳と、最下位の青森県の79・27歳と3年半の平均寿命の差があることが分かっていきます。では、この差はどこから来ているのでしょうか。

滋賀県は、失業者が少ないこと、労働時間が短いこと、単身高齢者が少ないことなどを要因の一部ではないかとしています。生活習慣面では、喫煙者が少ないこと、多量飲酒をする人が少ないこと、ボランティアをする人が多いことなどが考えられるとのことです。海外での調査では、カナダにおいては不健康につながる要因として、収入、教育、社会的つながりなど個人の生活状況が起因している割合が50%、医療や介護の質が25%、体質や遺伝が15%、そして大気汚染、上下水道や道路の整備状況などのインフラが10%を占めていることでした。個人では抗えない、コントロールできない、健康リスクを決定する要因を、健康の社会的決定要因



因(SDH: Social Determinants of Health)と定義されています。我々医療者は、目の前にいるケガや病気の治療に主眼を置いていることが多く、その上流にある部分のSDHについて思いを馳せる機会をいつい忘れてしまいがちです。

例えば、タバコは身体に害があるから吸わない方がいいと言っても、法律で禁止されているわけではないですし、1980〜90年代のテレビドラマを見返したりすると「ああ、そういえばこんな皆が吸っている、それが普通の時代だったんだなあ」と思うことがあります。また、糖尿病の方に、食事のバランスを考えて、たんぱく質や旬の食材をバランスよく食べましようとするのは簡単で

ですが、経済的な理由(貧困)や教育歴などから、結局菓子パンばかり食べてしまうということも起こります。このように病院のなかだけで頑張っても患者さんの健康には届かないことが多くあります。皆さんにとってはどのような状態が「健康」といえますか? WHOの定義する健康というものがありませんが、この文脈では「幸せ」と言い換えてもいいと思います。自分にとっての幸せな状態、それと体との関係をあらためて一度考えてみていただきたいと思います。先日、開催した健康教室で、「がんになったけど、早くみつかったて専門の先生のところであつた治療ができた。まったく心配がないわけではなけれど、それなりに元気で、気の合う仲間と出掛けたり、おしゃべりしたりできることが幸せ」と、お話ししてくださいました。

私たち医療者の役割の一つとして、病気をみつけて治療するという命題があります。しかし、治しきれない病気も多々あります。そのような文脈のなかであっても、その人が健康に幸せを感じられるようにサポートしていくことも我々の使命だと考えています。今回はSDHの話をしてきました。個人では抗えない要因があっても、それでも健康でいるためのサポートを我々としては行っていきたいと思っています。

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
家庭医療専門医

みずま さとし
水間 悟氏

佐久市の出身です。宮崎大学卒業後は、長野県に戻りこの3月まで諏訪中央病院で勤務していました。遠くの親戚よりも近くの高原病院のモットーが好きです。



今月は
ウッティタ・メール・ダンダ・アーサナ
— 横舟のポーズ —

期待される効果

- ・脊柱を上げ・伸ばす、の意の如く腰椎、骨盤の歪みを正し、強くします。
- ・脚の筋肉を弾力的に柔軟で強くします。

① アナタのポーズと同様に
にお向けに真っ直ぐに
寝てから、まず右の体側を一直線に床につけ、右肘を
曲げ手の平に頭をのせます。左手を胸前の床につき、
一直線の体と呼吸の落ち着くのを待ちます。

② 息を吸いながら、左脚を
体側真横上に上げます。
3〜5呼吸、この姿勢を保ち
右脚は真っ直ぐにリラックス
して保ちます。やがて吐く息
で上げた脚を戻し呼吸の落ち着きを待ちます。

③ ①に戻り呼吸が落ち着い
たら吸う息で両脚を揃え
たまま脚を体側真横上に上げ
てゆきます。そこで2〜3呼吸保持しながら体の響き
を感じています。

④ やがて左手の支えが要ら
なくなったと感じたなら
ば、その腕を体側にのせ、静
かな呼吸をくり返し、身体におとずれる感覚を感じと
ります。

⑤ ④も出来る様になったら
体側にのせている左腕を
真上に上げてゆき肘を折り、
手の平は後頭部に触れるくらいで力を抜き、肘を真上
につき上げる様にし、わきの伸びから背骨の伸びを感じながら2〜3呼吸保ち、やがて①からお向けに戻
り、休み、反対側もします。

野菜たっぷり!
健康な身体!
Vol.31

とうみよう
豆苗の塩昆布炒め



レシピ作成: (公社) 長野県栄養士会諏訪支部 医療事業部

材料 (2人分) 1食当たり: 塩分0.3g、野菜45g
SV: 副菜2つ

豆苗	70g
豚肩肉 薄切り	30g
長ネギ	20g
ゴマ油	5 ml
塩昆布	2 g
みりん	3 ml
塩	0.1g
白炒ゴマ	2 g

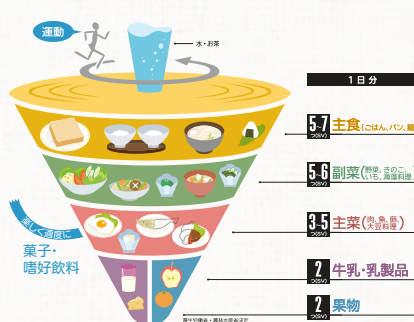
つくり方

- ① 豆苗は3 cm長さに切る。豚肉は1 cm幅に切る。長ネギは斜め薄切りにする。
- ② フライパンにゴマ油を中火で熱し、豚肉を炒める。色が変わったたら、長ネギを加えてさらに炒める。
- ③ 全体に火が通ったら、豆苗を加え、色が鮮やかになったら塩昆布・みりん・塩で味を調える。
- ④ 仕上げに白炒ゴマを振りかけたらできあがり!

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?



緑黄色野菜である豆苗と、淡色野菜である長ネギを使った、ボリューム感ある副菜です。
淡色野菜はビタミンCや食物繊維が豊富なので、緑黄色野菜と組み合わせて食べるのがおすすめです。
気になる塩分は、ゴマ油や塩昆布の旨味を活用することで抑えることができます。

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）	10月10日（火）	13:30～17:00	岡谷支所	北川祥子弁護士
	10月18日（水）		富士見 GC	藤森誠二弁護士
	11月14日（火）		岡谷支所	北川和彦弁護士
	11月22日（水）		本所	藤森誠二弁護士
税務相談（予約制）	11月8日（水）	13:30～17:00	本所	里見孝明税理士
	12月18日（月）		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(土曜日は除く)は定休	平 日 土・日	9:00 ～ 18:00 9:00 ～ 17:00	ローンセンター (JA 塚原ビル1 階) ☎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)  Webでも 予約できます	10月17日(火)	9:30 ～ 正午	湊 営 業 所 予約☎24-3203 (岡谷支所)	春日俊樹 社会保険 労務士
	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	
	11月1日(水)	9:30 ～ 正午	米 沢 営 業 所 予約☎72-2188 (茅野北部支所)	
	11月1日(水)	13:00 ～ 15:30	泉 野 営 業 所 予約☎72-2185 (茅野南部支所)	
	11月9日(木)	9:30 ～ 15:30	富 士 見 G C 予約☎62-2010 (富士見町中央支所)	
	11月22日(水)	9:30 ～ 15:30	茅野北部支所 予約☎72-2188	
	11月28日(火)	9:30 ～ 正午	北 山 営 業 所 予約☎72-2188 (茅野北部支所)	
	11月28日(火)	13:00 ～ 15:30	金 沢 営 業 所 予約☎72-2426 (茅野中央支所)	
セレモニーなんでも相談会	10月20日(金)	10:00 ～ 15:00	虹のホールたまがわ	
	10月23日(月)		JA 会館ふじみ	
	10月26日(木)		虹のホール諏訪湖	
ホールにお越しいただけない方は、ご自宅ま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。		10月19日(木)	会場 / 下諏訪支所	内容 / キャッシュレスをはじめよう
時間 / 午前10:00～午前11:30 予約 / ☎57-8000 (JA 本所協同活動推進課)		11月2日(木)	会場 / 富士見 GC	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場合がございます。※富士見 GC…富士見グリーンカルチャーセンター



～JAとあなたを結ぶハッピーチャンネル～

10月の主な内容

1 JA信州諏訪職員のごちそうスタジオ
「鮭とジャガイモの塩バター
(チーズソース添え)」
富士見町中央支所 熊谷賢也さん

2 信州諏訪農業協同組合
フラワーショー・
野菜品評会

3 女性部湖北ブロック川岸支部
「つつじが丘学園へ
夏野菜など寄贈」

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～




くらしの相談

相続登記が義務化
私が住んでいる家は、何十年前も前に亡くなった祖父名義のままとなっています。祖父の相続人の一人である父も十年前に死去しています。先日、新聞で相続登記が義務化され、相続開始から3年以内に登記申請をしないとペナルティを受けるというような記事を読みました。私も相続の登記を怠ったとしてペナルティを受けてしまうのでしょうか。

相続登記の義務化は、相続土地・国庫帰属制度（令和5年6・7月号掲載）と同様、所有者が不明な不動産の発生を予防するために見直された制度です。正確には、相続により不動産を取得した者は、相続人より所有権を取得したことを知った日から3年以内に相続登記の申請をしなければならず、正当な理由がないのに登記申請を行わなかった場合には10万円以下の過料（行政上のペナルティで、刑事罰である罰金と異なり前科にはならない）が課される可能性があります。なお、「正当な理由」とは、例えば相続人が極めて多数に上り、資料収集や相続人の

所在調査に時間を要する場合や、遺言書の有効性・遺産の範囲などについて争われている場合、さらには相続人自身に重病等の登記申請が困難な事情がある場合などが挙げられます。では、現時点で相続開始を知ってから3年以上が経過した不動産について相続人となっている場合はどうなるのでしょうか。相続登記の義務化を定めた改正法は令和6年4月1日から施行されるため、今すぐペナルティを受けることはありません。また、施行時に3年が経過していたとしても、直ちに義務違反とはならず、①施行日（令和6年4月1日）と



相続登記が義務化 怠ったらペナルティがある？

法律

回答：藤森誠二弁護士

三井総合法律事務所（茅野市）
（JA信州諏訪 顧問弁護士）

②相続開始及び相続による所有権取得を知った日の、いずれか遅い日から3年以内に相続登記を申請すれば足りるとされ（民法等の一部を改正する法律附則第5条6号）、施行日から3年間の猶予期間が設けられています。

なお、相続登記の義務化に伴い、相続登記よりも簡便な登記として「相続人申告登記」という制度が設けられました。これは、自らが登記名義人（亡くなった所有者）の相続人である旨を登記するもので、この登記を行うことによって（申請者だけは）相続登記申請義務を履行したものとみなされます。

今回のケースでは、令和6年4月1日から3年以内に相続登記を申請する必要があります。もともと、相続人が多数に上っている可能性があるため、期限内に間に合わなくとも「正当な理由」が認められる可能性もあります。とはいえ、このまま放置しても相続関係が複雑化していくだけで、お早めに相続手続きに着手されることをお勧めします。

家の光

今月のよみどころ

今月の表紙の人は、中島 健人さんです

特集1 わが子の未婚に悩むあなたへ
結婚すれば、幸せ？

手芸 セーターをリメイク
ニット帽&アームウォーマー

特集2 ウー・ウェンさんの
風邪を遠ざけるシンプル鍋



『家の光』に関するお問合せは JA 本所協同活動推進課 TEL.57-8000まで

今晚の お膳立て 18

JA オリジナル TV 番組
じゃすまる倶楽部(LCV-TV)で放送中！
(放送日時は27ページをご覧ください)



—つくった職員は—
くまがい けんや
熊谷 賢也さん
(富士見町中央支所)



鮭とジャガイモの 塩バター(チーズソース添え)

材料(4人分)

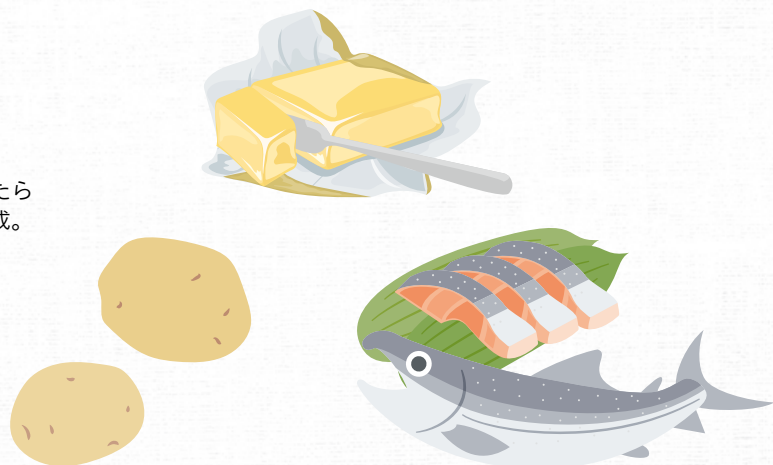
生鮭	3切れ	(チーズソース)	
ジャガイモ	中2個	ピザ用チーズ	200g
バター	大さじ1	牛乳	200ml
塩コショウ	適量	バター	大さじ2
パセリ	適量	小麦粉	大さじ1
水	100ml		

つくり方

- 生鮭はうろこが付いたら包丁の背で取る。表裏にしっかり目に塩コショウをして15分程置く。
- ジャガイモは6等分くらいに切って水に15分程さらしておく。
- フライパンにバターを入れて熱し、鮭を焼く。そこにジャガイモも入れ全体にバターが回るように炒める。
- 水を100ml 入れ、蓋をして10～15分、ジャガイモが柔らかくなるまで煮る。
- 味見をして、足りなければ塩を振る。

(チーズソース)

- 鍋を加熱し、バターを溶かす。
- 小麦粉を加えて加熱をしながら混ぜ合わせる。
- 牛乳を少しずつ加える。
- ピザ用チーズを加えて全体がトロトロになったら鮭とジャガイモにかけ、パセリを散らして完成。



9/4 県女性のつどい

本部

JA 長野県女性のつどい～つながろう まもろう かかわろう～が、上田市サントミュージーゼで開かれました

JA 長野県女性協議会の副会長を務めるJAの笠原長子部長が司会進行を務めました。また、富士見町ブロックの小林忍副ブロック長が、30秒スピーチを発表。近年の女性部活動を振り返り、「皆で力と知恵を出し合って、地域に寄り添い、女性部を盛り上げていきたい」と力強く語りました。

また『家の光』9月号の朗読会や、シャンソン歌手佐々木秀実さんの講演があり、JA・地域の枠を越えた交流で組織の活性化を図りました。



司会進行の笠原部長



30秒スピーチを行う小林副ブロック長

女性部 だより

女性部の活動を
紹介します



8/2 糸こんにゃく料理教室

部員14人が参加。岡谷市の多機能型事業所「社会福祉法人つばさ福祉会 希望の里つばさ」が販売する「乾燥糸こんにゃく」を使った料理の作り方を学びました。



糸こんにゃくを使った料理を学ぶ部員

8/7,21 フードドライブ

富士見町ブロックは8月～10月、フードドライブ活動として月1～2回、富士見町社会福祉協議会に農産物や保存食などを届ける活動を行っています。



富士見町社会福祉協議会に品物を手渡す部員

◀ 8月7日
▼ 8月21日

富士見町ブロック

9/15 つつじが丘学園へ夏野菜など寄贈

川岸支所運営委員会の協力のもと2020年から行っている活動です。当日は支部役員と職員が施設を訪問し、園長補佐兼庶務の古屋勝哲さんにお米やミニトマトなど9種類を手渡しました。



古谷さん(右)に食材を手渡す支部役員

8/25 ドスコイなでしこ、おとぼけ相撲田辺場所

諏訪市の田辺公民館前に特設土俵を用意して開催しました。着ぐるみを着用し、力士に扮したメンバーがユーモアたっぷりの取組みを披露。訪れた地域住民を楽しませました。



記念撮影を行うメンバー

諏訪市ブロック田辺地区

4年ぶりの開催となる農業祭
を楽しみにしています。
富士見町 T・M (73)

今年ほど草取りが大変な年は
ありませんでした。何回取っ
てもすぐに出てきました。自分
の家で使うだけ作っているネ
ギとジャガイモ、上手くいき
ませんでした。お天気のせい
でしょうか。来年頑張ります。
下諏訪町 M・M (75)



「高原病院発」はシニア世代
にとって大変参考になりま
す。ぜひ続けてください。
茅野市 A・M (74)

野菜が病気になったときの対
応策など、親切に教えてくだ
さるので大助かりです。
岡谷市 K・Y (79)

「カブラフルおはぎ」おいし
うです。作って食べたくなり
ました。家ではあんこ、きな
こ、ごま、くるみ、たまにず
んだを作りますが、他にも
色々あって楽しいですね。
諏訪市 Y・I (61)

毎回「直売所通信」の「店舗
イベント情報」を見て、買
物に行きます。今回も楽しみ
いっぱい買ってきます。とに
かく野菜の鮮度が最高です。
原村 I・S (66)

住所(〒)

ふりがな氏名

年齢

性別 男・女

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

JA配達灯油

冬のあったか

応援キャンペーン

期間中、JA配達灯油を
ご利用いただいた方の中から

抽選で1,000名様に

QUOカード

2,000円分

プレゼント!

キャンペーン期間

2023年10/1日 ~ 2024年1/31日

■茅野燃料センター ☎0266-77-5882

■すわご燃料センター ☎0266-58-9915

■原村スタンド ☎0266-79-8063

■ちのスタンド ☎0266-72-4814

■城南スタンド ☎0266-57-3930

■南原燃料センター ☎0266-62-6944

■中洲スタンド ☎0266-58-9916

農作業事故0へ!!

ゼロ

農林水産省の最新の調査データによれば、農作業中の事故で亡くなる人は近年300人前後で推移しています。その発生件数は、一般交通事故の約5倍、建設業の約2倍にも及びます。

事故原因のほとんどが不注意や事故防止対策の不備。死亡事故が特に多い乗用型トラクターによる事故防止の**3つのポイント**を確認しましょう。

トラクター運転中の
事故防止ポイント

① 確実な運転操作とブレーキ連結の確認

② 安全キャブ・フレームの装着とシートベルト・ヘルメットの着用

③ ランプ類や低速車マーク等を取り付け、周囲に自分の存在を知らせる

夏と比較して、日ごとに日の入りが早くなっています。大丈夫と思っても無理をせず、休憩をとりながら余裕をもって、明るいうちの作業を心がけてください。

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
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)
11月22日(水) 午後2時	仲町会館2階 大会議室	花木類(ユカリ他)、きく、カーネーション、トルコギキョウ、スターチス、アルストロメリア (セミナー)

② ぶとうモデルほ場セミナー

開催日時	開催・集合場所	内容
11月15日(水) 午後2時	仲町会館2階 大会議室	ぶどうの基礎知識 (セミナー)

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
10月28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 信州諏訪 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5年8月29日(火)に開催した「定例理事会」で、以下を含む全6議案について協議・決定しました。

下期経営対策基本方針

令和5年度は、3カ年計画(令和4～6年度)の2年目の年です。来年令和6年度に3カ年計画の自己改革目標、2つの全体目標および経営指標が達成できるよう、計画との乖離要因を精査し、来年3カ年計画目標が達成できる基盤を固める年となります。

重点取組事項は、「農業所得向上に向けた生産拡大への支援と持続可能な諏訪地域の農業振興に取組む」「将来を見据えた施設投資と集出荷業務の体制整備を行い、気象変動や販売環境に左右されないマーケティング強化により安定販売に取組む」ほか部門ごと掲げた10項目です。上期進捗状況と具体的対策を整理し達成の実現に向けて取組めます。

令和5年8月末 主な事業量

	貯金高	貸出金高	長期共済保有高	購買取扱高	販売取扱高(直売所委託販売含む)	組合員数
	2,779億円	475億円	5,816億円	34億円	45億円	正 8,711人 准 14,386人 計 23,097人

10月の定例理事会は、10月30日(月)に開く予定です。

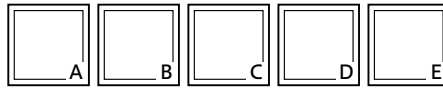
2023.10 JAs民 30



強い脳に改革す
のう きょう

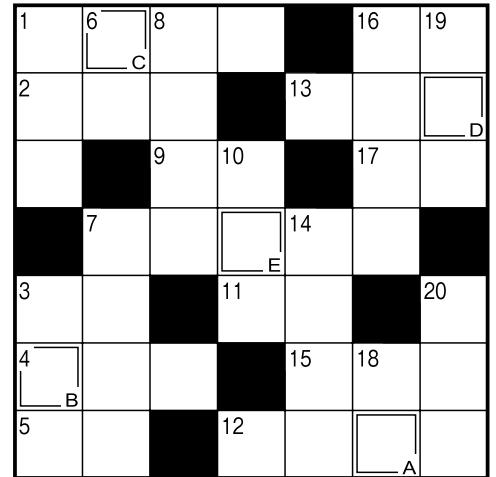
脳強改革

- ①秋桜と呼ばれることもある花
②有効利用されていない土地
③イガに守られた実がなります
④野球では右翼手ということも
⑤小説家がつづるもの
⑦寒くなる頃に日本に飛んでくるものもいます
⑨春日局は徳川家光の——でした
⑪刺し身にとっていることもある花
⑫手紙のこと。往復——
⑬絵を描いたり粘土細工をしたりする教科
⑮ローマやカイロ、マニラなど
⑯日本海に大きく突き出た——半島
⑰白川郷や下呂温泉で知られる県
- ①オーストラリア固有の動物。子守熊ともいいます
③スベード、ハート、ダイヤ、——
⑥なるべく——嫌いをせずに食べてね
⑦2枚の書類にまたがるようにはんこを押します
⑧カラオケでのレパートリー
⑩HPと表される仕事率の単位
⑭秋の夜長にページをめくりつつ楽しみます
⑮木材を切る道具
⑯天井と向かい合っています
⑰絹ごしや木綿があります
⑲リレーの選手がつなぐ物



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？

今月は
クロスワードパズル



9月号の答え

- | | |
|----|------------------|
| 2 | 唐揚げの大きさが違う |
| 5 | 帽子のつばが上がっている |
| 9 | ストローが真っすぐ |
| 11 | おにぎりが1つかじられている |
| 12 | トマトがブロッコリーになっている |

●応募総数399通 (内、正解385通) ○最年長応募者 96歳 ○最年少応募者 8歳
※代筆と思われる応募もあります。

—— 今月のプレゼント ——

伝統の味 かりんとう
1箱(265g×4袋)

10名様に
当たる!!



締切は10/20(金)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てさせていただきます。

応募ハガキに記載される個人情報、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。



差出有効期限
令和6年3月
31日まで
(切手不要)

POST CARD

3 9 2 8 7 9 0

JA信州諏訪
「組合員の声を聴く」宛
(月刊ジャスミン「脳強改革」応募可)

長野県諏訪市大字四賀字広瀬橋通7841番