

JAS民

月刊
「ジャスミン」

5 No.147
2016.May

育つ農の芽
小松勇士さん(原村中新田)

特集

農作業事故防止へ 危険要因を振り返りましょう

ネタ摘み「のら歩き」

新採用職員12人が入所

3カ月の試用期間スタート

威勢のよい販売願う

御柱祭に合わせ販売会議

新コーナー

じゃすまる トップに聴く

代表理事組合長 雨宮勇

- 2 新規就農者・若手農業者紹介「育つ 農の芽」
じゃすまるトップに聴く 新コーナー
- 4 特集 農作業事故防止へ
危険要因を振り返りましょう
- 6 ネット摘み「のら歩き」
- 9 身近な情報局／オススメ農業資材「月間特売!」
- 10 農ハウ 一果果彩「元気菜 野菜づくり」
- 11 農ハウ 一果果彩「四季彩 花きづくり」
- 12 農ハウ 一果果彩「八十八手の米づくり」
- 13 農ハウ 一果果彩「家庭菜園 いざ、鎌!」
- 14 富士見高校 園芸科「農トレ通信」
- 15 しゃかりき悠々／こども共済えがお
- 16 *民。なの内福葉「高原病院発」
「こころで一福」／「私の食育日記」
- 18 的を射る 法律・税務相談／各種相談日のご案内
- 20 *民。なの声をご紹介します
- 21 強い脳に改革す 脳強改革「クロスワードパズル」
JA信州諏訪 健香会 会員募集中
- 22 農業体験教室「親子チャレンジファーマー」参加者募集
JA信州諏訪直売所 お客様感謝イベント開催
クールビズに取組めます／JA信州諏訪カレンダー写真募集
- 23 春の廃プラスチック回収のお知らせ
理事会ニュース／編集九分句厘

育つ 農の芽

農村の高齢化が叫ばれる中、強い「信念」と「志」を持って農業を始める若者がいる。諏訪の恵まれた自然の中で成長を続ける彼らに、農産物へのこだわりや農業の魅力などを聞いた。

「新鮮なセルリーは甘い」 若い世代もおいしさ知って

高校卒業と同時に、諏訪地域特産のセルリー栽培を始めた小松勇士さん。長年、野菜栽培をしてきた父良成さんらとともに、ハウスと露地約450アールで汗を流している。5月は露地物の定植に追われながら、来月上旬に初出荷を予定するハウスの栽培管理に余念がない。現在は、父の指示で作業することが多いが、いずれは自分が担っていくことを念頭に置き、「自分で考えて作業できるようにになりたい」と意気込む。

青果のアルバイトで 野菜に興味

富士見高校園芸科に入學し、農業関係の実習を数多くこなした。在学中は、Aコープ原村店の青果部門でアルバイト。様々な野菜に囲まれる中で農作物に興味

を持ち、農業への関心も高まっていった。

当時、弁当には家族が栽培したセルリーが入っていた。友人たちがそれを食べて「おいしい」と話す姿を見て、内心誇らしかった。長男のため、いずれは家を継ごうと考えていたが、早いうちに父から栽培技術を学ぼうと就農を決意。家族からは、「一度は社会に出ておいた方がよい」との意見もあったが、社会人としての礼儀作法は、消防団活動などを通して学んでいる。

若い生産者とともに 苦勞乗り越え

暑さに弱いセルリーの鮮度を落とさぬよう午前1時頃から行う収穫作業など、初年度は苦勞の連続だった。しかし、セルリーは若い生産者の参入が多い品目。「年の近い友達が近くにいたから続けられた」と話す。

小松さんは、「採れたてのセルリーは甘みがある。このおいしさをセルリーが苦手な人や若い世代に広めたい」と抱負を語った。

セルリー農家 小松 勇士さん(23) (原村中新田)

【コマツ・ユウト】1992年長野県原村生まれ。趣味はツーリング。夏場はセルリー栽培に追われるが、「バイク好きの友達と出かけた」と話す。

セルリーの育苗ハウスで生育状況を確認

TPP問題や改正農協法の施行などに揺れる農協界。食と農を守り、組合員と地域に愛されるJAをめざして取り組むべきことや目指す方向を、JA信州諏訪の宣伝部長「じゃすまる」がインタビューします。

農家所得の増大などを目指し、新たな重点施策を樹立

28年度は、第3期長期構想21後期中期3カ年計画を総代会でご決定いただき農協改革の初年度となります。今まで以上に農協への結果の成果を農家所得の増大や農業の生産拡大、地域の活性化に貢献できるように新たな重点施策を樹立し、組合員や地域の皆さまに期待され、信頼される農協づくりに役割を担い取り組んでまいります。今後ともより一層のご支援・ご協力をお願い申し上げます。

今回は、早出勇専務にインタビューする予定です。



農政運動の取り組み状況や中期3カ年計画について意気込みなどを語っていただきました。

農協改革初年度 信頼される農協づくりに 取り組みます

代表理事組合長 雨宮 勇

【アメモイヤ・イサム】1968年、木曾郡農協入組。旧JA諏訪みどり生産部長、経済事業本部常務理事を歴任。2004年3月、JA信州諏訪発足後、営農事業本部常務理事、専務理事を務めた。11年5月から代表理事組合長。富士見町都合在任。68歳。



農作業スタッフ募集

早朝勤務可能な方、週5日以上働ける方大歓迎!
高原野菜や花に囲まれながら、農家のもとで働いてみませんか。

事業内容・業種：農作業全般

勤務期間：3～10月まで(農家ごと異なります)
資格：普通免許があり通勤できる方
勤務地：茅野市、原村、富士見町、諏訪市内の野菜・花き農家

お問合せ 営農部 営農企画課 ☎71-2700

新規就農者募集!!

信州諏訪の恵まれた地で、JAとともに農業を始めませんか?

JA信州諏訪管内では、1ターン就農、親元就農、定年帰農などの様々な形で毎年十数人が就農し、野菜・花を市場やJA直売所へ出荷しています。

JAは、独立経営を目指す若者から、定年後に農業を始めたいという方まで、就農に必要な技術や知識、農地、資材、農機具、農産物販売などについて、総合的にサポートします。まずは、JAにご相談ください。

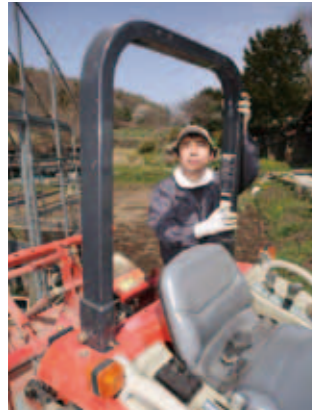
お問合せ 営農部 営農企画課 ☎71-2700

トラクター使用中の危険要因を取り除く



安全フレーム

ハウス内での作業などで一時的に倒した安全フレームは、必ず起こしてから走行する。



万が一、トラクターが転倒・転落した場合、安全フレームが運転者を守る空間をつくりだします。倒す・起こすは簡単に行えるようになっているので、一時の労を惜しんで悲惨な状況へ突進するようなことは避けてください。

安全フレームには、運転席後方にロールバー状の形をした2柱式と運転席周囲に4本の柱を立てている4柱式があります。



シートベルト

シートベルトを締める。

安全フレームを起こしただけでは不十分。体が運転席から投げ出されないことが重要です。これにより、安全フレームがつくりだした空間の中にとどまることができ、トラクターの下敷きになるのを防ぎます。



ブレーキロック

走行時はブレーキを必ず連結する。

左右のタイヤで別々にブレーキが動き、鋭くハンドルを切ることができるトラクター。ほ場を出たら必ず、左右のブレーキをロックします。道路などを走行し、スピードが出て



ている状態で片ブレーキのみを踏み込んでしまうと、簡単に転倒してしまいます。無理してほ場の端まで耕運したり、崩れやすい路肩を走行したりすることも避けましょう。

合わせて確認!!

- ★農作業をするときは、家族に「どこのほ場へ行く」「何時に帰る」などと告げてから出かけましょう。
- ★もしもの時に備え、機械の止め方を家族で確認しておきましょう。

点検時はエンジンを切る。

作業中にロータリーなどを点検するときは、まずエンジンを止めましょう。



農作業事故防止へ危険要因を振り返りましょう

農作業が本格的に始まるこの時期は、事故が多発する時期でもあります。農業機械は、農作業になくてはならない存在ですが、使い方を誤ったりちょっとした油断で、命に関わる事故につながる可能性があります。農作業安全についての意識をもう一度高めましょう。

乗用トラクターの死亡事故年間100件以上
 農作業死亡事故は、乗用トラクターに関わるものが最多で、年間100件以上発生しています。このうち、70%程度がトラクターの転倒または転落による死亡です。県内では昨年、農作業中の死亡事故が9件発生し、内トラクター運転中の死亡事故が5件でした。

安全フレームなどの装着で死亡率の減少に期待
 フレームとキャブを総称して転倒時保護構造(ROPS)といいます。諸外国ではトラクターへの装着を促進し、その結果、転倒による死亡者が激減しています。日本でもROPSの装着率が次第に上昇していますが、いわゆる「裸のトラクター」もまだまだ稼働しているのです。激減とはなっていません。農研機構生研センターの分析によれば、転倒・転落による入院・死亡はROPS無しで32%、有り13%となり、有効性を認めています。今後、装着率の上昇により死亡件数の減少を期待しています。

農業経営のリスク軽減へ労災保険に加入しましょう。

こんなとき、あなたは大丈夫?

ケース2
 パートさんが脚立から転落し、重度の障害が残ってしまった。後日、本人から甚大な損害賠償請求を受けた。

ケース1
 機械の操作ミスにより怪我をしてしまい、2週間入院した。治療費が10万円掛かり、作業の中断により収入も減少した。

従業員が事故に遭った場合、事業主(雇い主)が責任を負うこととなります。

農作業安全、事故防止が第二ですが、万が一事故が起こった場合、農業所得の減少となったり、営農継続が困難になったりする可能性があります。パート、アルバイト従業員が作業中に事故を起こした際は、事業主が治療費や休業補償などの

責任を負うこととなります。しかし、労災保険に加入していれば、事業主は補償責任を免れます(国が補償してくれます)。農業経営のリスク軽減に向け、事業主・従業員ともに労災保険加入をお願いします。

労災保険に関してのお問合せは、
 営農部 営農企画課 森山直光
 ☎71-2700へお願いします。

個別に説明も行います。



労災保険の加入説明をする森山担当(右)



実際にお茶を入れる受講者たち

JA女性大学を開校 入学式と初回講座を受講

諏訪地域の女性を対象とした連続講座JA女性大学が4月14日開校。第一期生として80人が入学しました。JA女性大学はこれまでの女性向け講座を統一したもので、A・Bの2コースに分かれて様々な講座を開催します。この日はAコースの学生43人の入学式とおいしいお茶の入れ方講座を行いました。

講座ではハラダ製茶の呉羽健さんを講師に招き、お湯ではなく、湯冷ましを使ったお茶の入れ方を学びました。手順どおりに入れたお茶を飲んだ受講者は「いつもと全然違う」、「甘みがあって、しっかりお茶の味がする」と驚きの声を上げていました。

生産者と消費者交流の中心に 夢マーケット文出リニューアルオープン

JAの農産物直売所「夢マーケット文出」（諏訪市）が4月15日、リニューアルオープンしました。同日から3日間オープンイベントを開催。甘酒の振舞いや新タマネギの詰め放題などを行い、大勢の地域住民でにぎわいました。初日は415人が来店。地元産の新鮮野菜などを買い求めていました。

同店は、平成14年にオープン。老朽化に伴い2月から、改装とATMの移設工事を進めていました。

店舗利用者は、「開店を楽しみにしていた。これからも利用したい」と話していました。



オープンイベントでにぎわう店内



緊張した面持ちで辞令交付を受ける新採用職員

新採用職員12人が入所 3カ月の試用期間スタート

4月1日、諏訪市のJA本所で入所式を開きました。今年は12人が入所し、金融・管理・営農などの各部門に勤務。今後、3カ月の試用期間を経て、7月1日付で正職員となる予定です。

原村の北部支所に配属された高野凌輔金融担当が、新採用職員を代表して決意表明。「JA信州諏訪の職員として貢献したい。諸先輩方に早く追いつけるよう、日々努力したい」と宣言しました。

水稲種まき実施 播種機フル稼働で対応

水稲生産者の労力軽減などを目的とした水稲の播種作業（種まき）を、諏訪市のすわか営農センターと茅野市営農センター管内の集荷所で行いました。このうち、すわか営農センターでは、例年並みの約10万枚を受注。2台の播種機をフル稼働させ、4月9日から4月28日にかけて作業しました。



水稲の種まきを行う担当者

第13回年金友の会定期総会 新規会員拡大と相互交流を強化

年金友の会は4月7日、諏訪市のRAKO華乃井ホテルで第13回定期総会を開きました。会員向けの金利優遇商品の取扱いや誕生月の粗品進呈などで会員拡大と貯蓄増大を進めていくことを決めました。会員相互の親睦と交流を図り、健康で楽しく明るい人生を送ることを目的とした親睦旅行や健康ウォーキングに継続して取り組みます。



支部役員やJA役職員ら約190人が出席した定期総会



おもてなし料理を学ぶ女性部員（中洲公民館）

御柱おもてなし料理講習会 女性部諏訪市ブロックが開催

女性部諏訪市ブロックは4月13日と20日、御柱祭のおもてなし料理講習会を開きました。手軽に調理でき、見栄えのする料理をテーマに、「枝豆とひじきのあかねご飯」「セルリーたっぷり煮いかのマリネ」「寒天のハム巻き」など6品を、茅野市食生活改善推進協議会長の宮下昇子さんから学びました。

13日は中洲公民館で開き、部員21人が参加しました。

威勢のよい販売願う 御柱祭に合わせ販売会議

4月3日、御柱祭に合わせて茅野市のビジネス旅館わかみずで、農産物生産販売推進会議を開きました。平成28年度は、90億円の農産物販売高を目標にしていることや、生産者の所得向上に向けて資材価格の低減を目指していくことなどを確認しました。会議後は、諏訪大社上社山出しの大きな見せ場「木落し」や「川越し」を見学。御柱祭に沸く諏訪地域の農産物が威勢良く販売されることを願いました。



販売情勢などを情報交換する市場関係者ら

女性理事によるおもてなし



生産資材の販売方針や農産物の販売目標額を報告する営農部の担当課長

同JAの両宮勇組合長は、「日頃の愛顧に感謝します。充分、御柱祭を楽しんでいただきたい」とあいさつ。

青果市場を代表して東京多摩青果の宍戸幸雄専務取締役は、「TPPや農協改革、異常気象などの中で、生産者の皆さんは非常に苦労のある年だと思う。しかし、景気が良く威勢の良い御柱祭を受け、生産者の皆さんの所得をいかに上げていくかをポイントに、本日の感激を忘れず一生懸命販売にあたりたい」と謝辞を述べました。

JA女性理事が漬け物でおもてなし

4月8日の下社山出し初日は、JAの女性理事が下諏訪町の秋倉で、お茶や自家製の漬け物を振る舞い、大勢の氏子たちをもてなしました。



ハウレン草のおいしさの秘密を紹介する日達さん(左)

テレビ番組でハウレン草PR 日達さん(原村)の畑で収録

通信員

営農部
生産販売課
橋本 寛子

担当からひとこと

生産販売課で直売所のPRなどを担当しています。5月はハウレン草の他、アスパラガスなども盛んに出荷されます。ぜひ、直売所へお出かけください。

信州産の野菜や果物、きのこなどの生産者を訪ねてその魅力を紹介するテレビ番組「美味しい信州見つけに行こう!」(abn長野朝日放送)の収録が4月13日、原村のハウレン草生産者日達俊幸さんの畑で行われました。探偵に扮したリポーターの成美さんがおいしさの秘密を調査。日達さんは、「朝夕の大きな寒暖差によって、甘味の強いハウレン草が育つんです」と、など諏訪地域の特色をまじえアピールしました。



法被を着せたちよりのぬいぐるみと原村支所職員

ちよりのぬいぐるみに法被 御柱祭ムード盛り上げ

通信員

原村支所
金融渉外係
小尾 啓太

担当からひとこと

ぬいぐるみは、小宮祭が終わるまで飾ります。原村支所にお越しの際は、ぜひご覧ください。

原村支所は3月中旬から「JAバンクのキャラクター『ちよりのぬいぐるみ』に法被を着せ、窓口に展示しています。御柱祭に合わせて行っているもので、小宮祭が終わる秋まで展示し、祭りムードを盛り上げます。
ぬいぐるみと法被は、新体操などの衣装を製作している茅野市の女性から提供を受けました。背中にはJA信州諏訪の文字を刺繍。頭には鉢巻きを付け、御守り袋とおんべを持たせています。



紙バンドを使ったバッグの底面を編む参加者

紙バンドでバッグづくり 女性部原村ブロックが講習

女性部原村ブロックは4月12日、荷造りなどに使う紙バンドを使ったバッグづくり講習会を原村支所で開きました。原村の清水淳子さんを講師に、接着剤や洗濯ばさみなどを使いバッグの底面を編みました。工程ごとに全3回の講習を行い、完成させます。

部員からの要望で企画し、今年初めて開きました。紙バンドの編み方や色、太さを変えることでバリエーション豊かに仕上げることができます。

農業所得の増大に向け 営農指導員全体会議

営農部は4月13日、茅野市のJA仲町会館で平成28年度営農指導員全体会議を開きました。後期中期3カ年計画(平成28~30年)の「JAグループの総力を発揮して農業所得の増大に取り組む」という基本方針に基づく各種補助事業の内容などを協議しました。この他、農作物栽培の課題を改善するために、営農指導担当が各々テーマを決めて取り組む一人一研究にも引き続き取り組むことを決めました。

両角善太郎常務は、「指導員の知恵をもらいながら儲かる農業を目指していく」とあいさつしました。



今年度の事業計画を確認する営農指導担当職員

女性部、ラジオ生出演 地元の味をおすそわけ

SBC信越放送の人気ラジオ番組「坂ちゃんのずくだせえぶりでい」内コーナー「坂ちゃんにおすそわけ」に、女性部の百瀬いせ部長と笠原長子副部長が生出演し、パーソナリティーの坂橋克明さんに「もちきびのおこわ」と「栗入りの天寄せ」をおすそわけしました。

百瀬部長は、おこわを御柱祭で親戚に振舞い、好評だったエピソードを披露。笠原副部長は、「家で採れた栗を渋皮煮にして、天寄せにしました」などと紹介しました。



坂ちゃんのずくだせえぶりでの生放送に参加した百瀬部長(左)と笠原副部長(右)



藤牧事業所長からゴールデンキーを受取る雨宮組合長(右)

共済連が車寄贈 JA共済普及拡大へ

JA共済連長野から普及広報車4台の寄贈を受けました。3月22日に開いた贈呈式で、JA共済連長野の藤牧昭男南信事業所長が当JAの雨宮勇組合長にゴールデンキーを手渡しました。

藤牧事業所長は「御柱年という喜ばしい年に寄贈できて大変うれしい。広報車を活用して地域の皆さまに還元していただきたい」とあいさつ。雨宮組合長は「これからは組合員、地域の皆さんの安全・安心に貢献し、期待に応えられるよう車両を活用したい」と感謝を述べました。

オススメ農業資材 月間特売!! **特売期間 5/1(日)~5/31(火)**

5月の農作業応援 お買い得商品をご紹介します。
期間限定販売につき、お見逃しなく!

◆エコレット055(20kg)
たい肥と元肥が
いっしょになった肥料
1,600円(税込)

◆プリロツソ粒剤(1kg)
様々な種類の害虫退治に。
専用の散布機付き!
1,750円(税込)

◆ツインターボ箱粒剤08
水稲育苗専用の殺菌・殺虫剤
(1kg) **2,820円(税込)**
(3kg) **8,360円(税込)**
(10kg) **27,290円(税込)**

◆ダントツ粒剤(1kg)
アブラムシ・チョウなどの
害虫退治に
1,080円(税込)

◆カソロン粒剤6.7(3kg)
日本芝、いぐさ、水稲刈取跡、
庭などに使える除草剤です。
2,350円(税込)

◆ダイアアジノン粒剤5(3kg)
60種以上の作物に適用があり
幅広く使える「畑の常備薬」。
1,450円(税込)

◆バスタ液剤(500ml)
果樹園や野菜畑、庭など
いろいろな場所での雑草防除に。
2,045円(税込)

お求めは、JAファーム茅野店・ふじみ店、グリーンファームすわ店、各営農センター(資材取扱店)へ

花きの「うどんこ病」対策

うどんこ病は野菜、花、樹木など多くの植物で発生します。花でもバラや宿根カスミ草、アネモネをはじめとした多くの品目で発生し、品質低下の原因となります。

病気の特徴

病名の通り、うどん粉をまぶしたような白色で粉状のカビが発生します。



宿根カスミ草に発生したうどんこ病

伝染源

菌類によって発生し、発病部位から胞子が他の場所に飛び、伝染します。一口にうどんこ病と言っても、菌の種類は数多くあります。バラにうどんこ病を発生させる菌はバラのみに、宿根カスミ草に発生させる菌は宿根カスミ草にしか寄生しません。生きた植物にしか寄生できませんが、菌が越冬するため、前年に発生した場所では注意が必要です。

乾燥条件で発生しやすい

うどんこ病の特徴としては乾燥条件で発生し、雨が続きときほど発生が少なくなります。窒素質肥料が多く、植物体がやわらかくなっていると発病を助長してしまうため、適正な施肥が重要になります。

早めの防除が大切

殺菌剤には「予防剤」と、発生してしまった後に菌を増殖させない「治療剤」があります。花き類に登録がある薬剤は次の通りです。参考にしてください。

一度病気が進行すると、防除が難しくなるので早期防除に努めてください。

花き類でうどんこ病に登録がある薬剤

| | 薬剤名 | 希釈倍率 | 使用時期 | 使用回数 |
|--------|-------------|-------|------|------|
| 予防剤 | ダコニール1000 | 1000倍 | — | 6回以内 |
| 予防・治療剤 | トリフミン水和剤 | 3000倍 | 発病初期 | 5回以内 |
| | ポリオキシンAL水溶剤 | 2500倍 | 発病初期 | 8回以内 |
| | カリグリーン | 800倍 | 発病初期 | — |

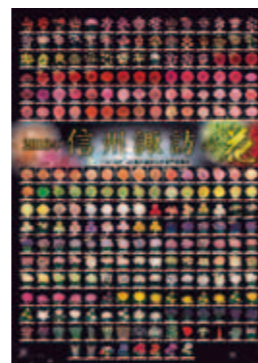
※表内の薬剤は「花き類」登録の内容となります。花きの品目ごとに登録がある場合もありますので、使用の際は登録内容の確認をお願いします。



諏訪地域で生産される花き主力品目の約250品種を一覧にした、2016年版の花きPRポスター「信州諏訪の花」を製作しました。花きの消費拡大に向けて毎年制作しているもので、JAの集荷所や共選所などの他、取引市場にも配布してPRします。当JAのWEBサイトからも閲覧できます。ぜひご覧ください。

営農企画課 関 奈穂子

[JA 信州諏訪](#) [検索](#)



ホウレンソウの病害と対策

近年は、天候が急激に変わることにより、栽培管理が非常に難しくなっています。気温によって病気の発生も異なってきます。再度、主要病害の確認をお願いします。

立枯病

ピシウム菌によるもので、発芽後まもなく地際部と根が褐変、腐敗して欠株状態になります。20～35℃の多湿条件下により発生が著しくなります。

気温が上昇し始める6月以降から発生が増えます。特に発芽して間もない時期にかん水量が多いと、発生を助長してしまうため、水管理に充分注意します。遮光率の低い遮光資材を利用しながら、土壌水分の蒸散を防ぎ、かん水回数をできるだけ控えるように心がけましょう。

前作に発病したほ場や発病が予想されるほ場は、排水対策や種まき前に『タチガレン粉剤』を土壌混和するなどの対応を行います。

萎凋病

フザリウム菌によるもので、発芽～収穫期まで発生します。下葉から黄化し、生育が著しく悪くなり、枯死に至ります。発病適温は、25～28℃と高温時に発生しやすくなります。

病原菌は、長年にわたりほ場内で生存するため、発生が著しくなると土壌消毒などをする必要があります。

土壌pHが低いと萎凋病を誘発するため、土壌検査を行い土壌pHを中性まで矯正します。また、良質な有機物を施用し、腐植の多い土づくりに努めましょう。

べと病

淡黄色の不明瞭な病斑ができ、葉裏には灰色・灰紫色のカビが発生します。発病適温は8～18℃と低温期に発生が多くなります。

降雨が続く湿度が高い時期、特に梅雨時や秋雨時は注意しましょう。べと病抵抗性レースだけに頼らずに薬剤散布も行い、初期からの防除を徹底します。



近年、30℃以上の日が多くなってきました。熱中症など、体調に気をつけながら農作業を行っていきましょう。

原村営農センター 長田 尚三

家庭菜園 いざ、鎌鋏

楽々!プランターでオクラをつくらう



オクラに含まれるぬめり成分は食物繊維であり、整腸作用を促します。また、抗発ガン作用や免疫ふ活作用のあるβカロテンがレタスの3倍含まれています。その他にも体内でビタミンAに変換され健康維持にとっても活躍してくれます。

準備するもの

- ◆**プランター**…オクラは株張りが幅50~70センチ、高さが100~120センチになる大きな作物です。なるべく大きな深型(30センチ以上)のプランターを用意してください。
- ◆**鉢底ネット・底石**…オクラは多湿を嫌うので、排水対策をします。
- ◆**人工培土**…JAファーム培養土など。
- ◆**肥料**…JAファームやさいの元肥、JAファームやさいの追肥。
- ◆**支柱**…プランターでの栽培は露地と違い、根が張りきれないので支柱を準備してオクラを支えます。



30センチ以上の深いプランターで育てます



プランターに詰める培養土

定植とその後の管理

プランター栽培では定植本数が少ないので、自分で種まきや育苗をするよりもJAファームなどで苗を購入するのがお勧めです。プランターへ鉢底ネットを敷き、その上に底石を敷きます。つぎに、人工培土に元肥を混ぜながら、プランターの縁から1~2cm下まで敷き詰めます。

植え付ける本数は、大きいプランターの場合、株間を30cmほどあけて2株、丸いプランターの場合は、1株とします。

生育適温は20~30℃と、高温に強く低温に弱い野菜です。このため、温度管理に注意します。乾燥に弱いので、根付いてからは水を切らさないようにしましょう。表面が乾いたときに水やりをします。このとき、こまめに水やりするよりも、1回にたっぷりやるのがコツです。草丈が約30cmになったら支柱を立て、風や植物自体の重みで倒れないようにします。支柱を立てるときに、茎と支柱をきつく締めすぎると生育に悪影響をおよぼすため、ゆるく締めるのがポイントです。時期的に害虫が出てくるので、防虫ネットをかけるとよいでしょう。

追肥

オクラは本葉が5~6枚になると急激に生育をはじめます。それとともに肥料切れを起こすので、このタイミングで追肥します。『JAファームやさいの追肥』を2週間に1回施します。

収穫

収穫は、開花から約1週間後が収穫適期となります。オクラの長さが6~7センチの頃がおいしく食べられます。ピーク時には次々と大きくなるので、硬くなる前に収穫しましょう。収穫後は、果実の下葉をすべて摘み取ると、次の実成りがよくなります。

オクラは体にとっても良い野菜です。栽培して体を軽く動かしてオクラを食べれば、一石二鳥で健康になれます。ぜひ、オクラの栽培にチャレンジしてみてください。

原村営農センター
三ヶ野原 直也



八十八手の米づくり

除草剤は雑草の生育を確認して 早めに散布する

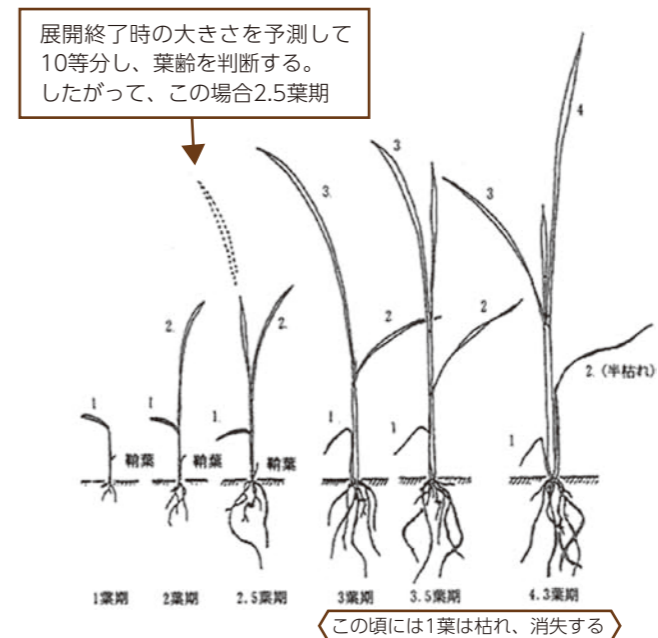
初中期一発処理剤は、以前からある3キロ粒剤型から、近年増えつつある豆つぶタイプまで様々な形状の除草剤が開発されています。基本的に散布方法が違うだけで、散布時期が大きく異なることはありません。しかし、天候は毎年違うので、毎年同じ経過日数で散布することが、かえって大きな落とし穴となることがあります。

農薬の使用時期

農薬のラベルを見ると、必ず使用時期が表示されています。『コメットフロアブル』を例にとると、「移植後5日~ノビエ2.5葉期ただし、移植後30日まで」と表示されています。したがって、この期間内であれば、いつ散布をしても農薬登録上はよいということになりますが、雑草防除の目的としては雑草の生育状態を見て散布することが重要です。

散布のタイミング

田植えが終わると、水管理のために毎日水田へ出向くと思います。その時にあぜ際から水田をのぞき、ノビエの生育ステージを確認し、除草剤を散布するタイミングを計ります。雑草は思っている以上に生育が速いため、「去年はもっと日が経ってから来たからまだいいか」と油断すると、手遅れになる場合があります。このため、早めに対策をすることが重要なのです。



除草剤を効かせるには、何より水もちが重要です。3~4日間は水位5センチ以上を保てるように努めましょう。

富士見町営農センター
名取 鉄也





先輩の話に真剣に耳を傾ける1年生

新入生へ農業クラブを紹介 オリエンテーションで先輩と交流

園芸科は4月13・14日、新入生を対象にした毎年恒例の農業クラブ説明会を行いました。部活動の紹介や学校の施設を覚えるためのオリエンテーションなどを企画。説明会後、新入生は学校の雰囲気慣れ、先輩たちと打ち解けた様子でした。

部活動紹介は、スライドを使い各部の活動を分かりやすく紹介。園芸科の施設をクイズ形式で回るオリエンテーションは、雨天だったため室内のみで実施しました。5班に分かれ、先輩と協力しながらクイズにチャレンジ。その後は、先輩とお茶会を楽しみました。

農業クラブの信条を唱和し、日本学校農業クラブ連盟歌「FFJの歌」を覚える時間も設けました。これらは、様々な行事で用いられるとても大切なもの。最初は



日本学校農業クラブ連盟歌「FFJの歌」を練習する新入生



歌詞を見ながら練習しましたが、徐々に見なくても歌えるようになっていきました。今年は男子の割合が多く、大きな声が出ていました。

富士見高校園芸科施設紹介

水耕温室



水耕栽培を行っている施設です。富士見高校のアンテナショップ「ふじみの森」で一番人気のミニトマト「フルティカ」を栽培しています。

新人教職員紹介

とやま ゆうき 外山 祐樹先生



今年4月から富士見高校に赴任しました。専門は果樹で、現在は農業情報処理と食品流通、総合の授業を担当しています。よく「怖そう」と言われますが、そんなことはありません。生徒から気軽に話しかけてほしいと思っています。

しやりき 消えることない「書道」の魅力

「出品が道楽」と語り、80歳をこえた今も書道の作品を作り続けている久保さん。書道との出会いは50年近く前、諏訪出身の書道家平林舟鶴さんとの出会い、弟子入りしたことから始まった。「厳しい先生で、たくさん書いても2、3枚でダメと判断されることもあった」とのこと。しかし、そんな厳しい指導があったからこそ現在も書き続けることができる

と語る。40歳頃から長野県書道展へ出展。現在は会友として作品を出し続けている。展覧会のほかにも毎月書道会の会誌に出展しながら、地元の小中学生から高校生を対象に書道教室を開催。この書道教室も27年間続き、教え子の皆さんもいっしょに会誌への出展をしている。「書道は続けることが大切。だから休まずにきてもらえる

ように楽しんでやる」と久保さん。教室は毎週水曜日と土曜日に開催。毎年30人ほどが参加し、これまでの教え子は800人を超える。

「続けていても思うように書けない。でも、惹きつけられる魅力がある」と書道の魅力を語る。実際、展覧会への作品を作るために、練習だけで何枚も書くためかなり体力が必要になる。けれども、「子供たちから元気をもらい、いっしょに会誌にも出すからこそ頑張っている」と話す。久保さんは、これからの体力の続く限り作品の出展と書道教室を続けていきたいと話した。



ふせん 雅号「釜仙」

くぼ りゅうたろう 久保 龍太郎さん 88歳 (富士見町落合)



昨年の真書道展覧会に会友出品した作品

おがえ共済も子ども

いとわ わかな 伊藤 和奏ちゃん (4カ月)

父 森太郎さん 母 綾音さん (諏訪市湖南)



支えてもらいながらも立ち上がることができるようになった和奏ちゃん。よくおじいちゃんとお腹の上には家族に得意げな顔を披露しています。最近ではしゃべっている人や、食事をしている人をじいーと観察して、はやく自分も混ざりたそうに見つめているそうです。

4月には同じ歳の友達と高島城へお花見に行きました。トマト農家のお父さんは「これからはビニールハウスへお出かけする機会が増えそう」と一緒に畑に行ける日を楽しみにしています。

リフレッシュ体操 **こころで一福**

農作業やデスクワーク、家事の合間など、田んぼや畑、家庭で簡単にできるリフレッシュ体操を紹介します。

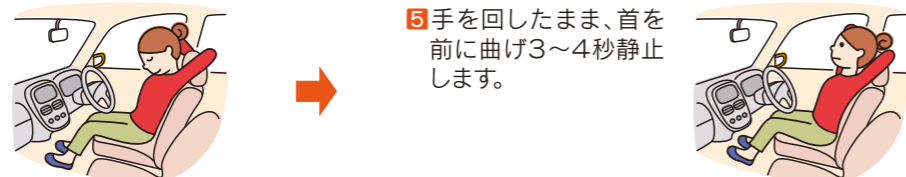
運転の疲れやストレスを取る 体操

今回は、運転の合間に体操を試してみましょう。渋滞でストレスを感じたり、運転で疲れを感じた際にやってみてください。くれぐれも運転中にはしないように。エンジンを切って、駐車場など安全な場所でやってください。

- 1 左足を上に交差し、右手でシートの端をつかみ、左側にねじります。
- 2 右足を上に交差し、左手でシートの端をつかみ、右側にねじります。
- 3 ダッシュボードを両手で息を吐きながら強く押し、背中を丸めて3~4秒静止してください。



- 4 ヘッドレストの後方に手を回し、背筋を伸ばします。
- 5 手を回したまま、首を前に曲げ3~4秒静止します。



日本体育大学運動方法体操研究室教授 荒木達雄

健康ライフの第一歩 高原病院発



記憶力は年齢とともに衰える

私たちの脳細胞の数は、小学校に入るあたりをピークに減る一方ですが、神経細胞同士をつながりや組み直して、より有効に活躍できるようになっていきます。しかし、記憶力だけは年齢とともに衰えます。それと同時に関係がないことをいつまでも忘れられなかったり、

ワーキングメモリーは何をやるにも必要

日常で作業や行動をする際に意識しないにかかわらず、目的を達成するまで、行動しながら同時に保持しておかなくてはいけない記憶を、「ワーキングメモリー」と言います。他人との会話、読書や掃除、庭仕事でも何をやるにも必要な記憶です。

私たちの頭の中にはたくさんの情報が詰まっています。この中からその行為のために必要なことだけを的確に取り出して、しっかりと注

意を向けて覚えておく、そして脇から侵入してくる他の情報刺激に感わされれない、この連携がきちんとできて目的のことが成し遂げられるのです。

例えば、カードの暗証番号を入力する際にはその番号を思い起こし、しっかりと記憶しながら操作をする、入力している最中に携帯電話が鳴っても気をそらさない、そして確認ボタンを押して完了、といった具合です。

何でもない日常生活でもワーキングメモリーはフル回転です。これが衰えたら「物忘れ」で、いろいろなことではどうしたらいいのでしょうか?

脳を鍛えるには楽しいことをする

脳は楽しいことが大好きです。おしゃべりして、気の合うお友達とお喋りをしましょう。陶芸でも合唱でも仲間との協同作業でも楽しいことをどんどんしましょう。その間にあなたのワーキングメモリーは大活躍、そして脳のなかで「褒美ホルモン」がいっぱい出る。この繰り返しで強化されます。

嫌なことがあって、落ち込んで、自分の中だけに引きこもってしまうのはいけません。また、今の時代はテレビやインターネット、山のようやチャットなど、一方的に入ってくるだけの情報であふれています。これも私たちのワーキングメモリーを衰え

させます。

私たちの記憶はワクワク、ドキドキ、ハラハラ、ウツトリといった「情動」で強化されます。また眠っている間にも整理整頓されています。その記憶の倉庫の中から必要な情報を的確に選んで、うまく使っていく。そのためには日常生活での心の持ちようや、人と直接向かい合っている関わりがとても大切になります。



「物忘れ」と「ワーキングメモリー」

さあ面白い物に行こう。おっと、財布を忘れるところだった。あれ!雨だ。傘を持って行かなくちゃ。いけない、洗濯物も干したまま!そっ、4時に保育園まで迎えに行かなくちゃ。急がなくちゃ、ようし出かけよう!結局、スーパーのレジで財布がない!トホホ。今回は、何かを行うためにその時だけ頭の中に留めておく作業の記憶「ワーキングメモリー」のお話です。



私の食育日記

みらい 味 蕾



子育てをするに当たって心掛けていることの1つに、わが子の持っている力を邪魔しないということがあります。子どもの成長力、そして発想力には大人はかないません。積み木をするとき、何を作ろうか?と聞いてしまいがちですが、そこをぐっところえて見ていると、次々と面白い形に並べていきます。そのとき、何かを作ることが全てではないことに気付かされます。子どもが持っている多くの才能を、長く生きてきた大人の感覚で邪魔したくないというのが願いです。

食に関しても同じことがいえます。人は、口の中(舌)にある味蕾という部分を使って味を認識します。乳幼児では1万個ほどある味蕾も年齢とともに減少し、高齢者は乳幼児の30~50%も減少してしまうといわれています。年を取ると味の濃い物を好みがちになるのも、この味蕾の減少が影響していると考えられます。

味蕾はたばこや嗜好品によっても減少しやすく、また濃い味の物を食べ続けることでも、味覚が鈍

感になるといわれています。なので、息子の食事は、食材そのままやだし汁で煮た物を中心に、味付けはほんのわずかにしています。そんな食事を見て「こんな味の薄い物ばかり、かわいそうに」とか、甘いおやつを持ってきて、「こんなおいしい物を食べさせてあげないなんて」と言われることがあります。そのたびに「いや、子どもは素材その物のおいしさを私たち以上に感じる事ができるのです。甘過ぎる物をあげないことは、子どもの持っている力を邪魔しないためなんです」と訴えています。

ちなみに味蕾は新陳代謝が活発な細胞で、日々新しく生まれ変わっていきます。そのときに必要なのが亜鉛を含む酵素のため、亜鉛が不足すると味が感じにくくなるといわれています。亜鉛はカキや煮干しなどの魚介類、牛肉や卵黄などに多く含まれています。私たちも子どもたちに負けないように味蕾を大切にしていきたいと思えます。

タレント・食生活アドバイザー 岡村 麻純



法律

回答：御園廣實弁護士・御園廣實法律事務所・諏訪市
(JA信州諏訪 顧問弁護士)

離婚を話し合っているわが息子
親権に住宅ローンの返済をどうすれば…

私の息子は30歳で2児の父親ですが、現在嫁と離婚の話し合いを進めています。両方が離婚することには合意しているのですが、子らの親権者をどちらが取るかということと、二年前に取得した家のローンの返済をどうしていくかということでもめているようです。家は、嫁がこれからも住み続けたいということのようですし、ローンは35年ということと組んだということとで、これらのことをどのように解決していったらよいでしょうか。

答 まず申し上げたいのは、離婚するかしないか、親権者の問題や借金(ローン)の返済をどうするか、これらは全て息子さん夫婦がよく

考えて自分達で解決すべきことで、親が口出しすることではないということです。親というのは、いくつになっても心配をする

ものですが、息子さんは2児の親で、この2児を責任をもって養育しなくてはならないわけですから、今後のことは自分で考えさせて、もし親のあなた方が協力を求められた時、協力することができれば協力してやることです。

離婚でまず考えなくてはならないことは、離婚も止むを得ないかどうか冷静に考えることです。結婚して夫婦になったからには、まわり(社会)に対する責任があり、特に子供に対する責任があります。このことを考えて決断すべきです。そして、どうしても離婚せざるを得ないということになったとき、親権者にどちらがなるか、養育費をどう負担し合うかを決めなくてはなりません。これらのことは、子供さんの健やかな成長ということで最も慎重に考えなくてはならないことです。特に、親の都合や事情で離婚をされて、子供は非常に淋しい、つらい思いをするわけですから、そのことにも充分思いを到さなくてはなりません。

次に住宅ローンの問題ですが、35年返済のローンということです。これから(いくらのローンかわかりませんが)まだ元金がそっくり残っている状態だと思えます。ローンを組んでから相当の期間経過して、かつ不動産の価格が上がっているような時であれば、ここでこの家を処分して借金を無くすということも考えられますが、それが無理ということであれば、財産分与として息子さんがこれを取得して返済をしていくか、お嫁さんにやって養育費の支払額を少なくして息子さんが返済を続けるかということでしょう。いずれにしてもローンは息子さんからの信用で組まれたので、変更には金融機関は簡単には応じてくれないと思います。

調停を申し立てて、このことを解決することをおすすめします。

年金相談

- 5月11日(水) 午前9:30～正午 会場/四賀支所
 - 5月11日(水) 午後1:00～午後3:30 会場/上諏訪支所
 - 5月14日(土) 午前9:30～午後3:30 会場/玉川支所
 - 5月19日(木) 午前9:30～正午 会場/長地支所
 - 5月19日(木) 午後1:00～午後3:30 会場/下諏訪支所
 - 5月24日(火) 午前9:30～午後3:30 会場/富士見GC
 - 6月4日(土) 午前9:30～午後3:30 会場/原村支所
- 相談員/武田重和社会保険労務士

セレモニーなんでも相談会 午前10:00～午後3:00

- 5月23日(月) 会場/JA虹のホール諏訪湖
- 5月29日(日) 会場/JA虹のホール諏訪湖

ホールにお越しだけではない方は、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)。【お問合せ】JA葬祭 総合受付 ☎82-8811

※都合により相談日や相談員が変わる場合があります。
※富士見GC…富士見グリーンカルチャーセンター

税務

回答：五味公一税理士・五味公一税理事務所・茅野市
(関東信越税理士会 諏訪支部派遣税理士)

御柱の寄附は税金から引けるのか

地区の祭典委員会に御柱の寄附をしました。所得税の寄附金控除ができますか。また、農業所得の経費に計上できますか。

答 区や地区の祭典委員会に寄附した御柱の寄附金について、所得税の寄附金控除は、農業所得の経費にも計上できません。

解説

1 所得税の寄附金控除の対象となる寄附金の範囲は「特定寄附金」といい、所得税法78条、租税特別措置法41条の18、旧租税特別措置法41条の18の2、租税特別措置法41条の19に規定されているものに限定されています。

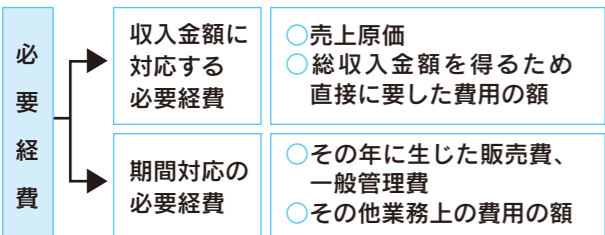
2 所得税法78条では、「国又は地方公共団体に対する寄附金」が該当するとなっております。区は行政的な仕事をしていますが、区や地区の祭典委員会は任意団

体ですので、この「地方公共団体」には含まれません。

3 このため、区や地区の祭典委員会に寄附した御柱の寄附金について、所得税の寄附金控除はできません。

4 農業所得(事業所得)の経費に計上できるかどうかについては、必要経費の計算の通則として、その年の不動産所得の金額、事業所得の金額又は雑所得の金額の計算上、総収入金額から差し引くことのできる必要経費とは、総収入金額に対応する売上原価その他その収入金額を得るため直接に要した費用の額及びその年に生じた販売費、一般管理費その他業務上の費用の額とされています。

5 御柱の寄附金は、農業経営をしていない方も寄附をしており、農業経営しているからとして寄附をするわけではないので、農業の収入金額を得るため直接に要した費用やその他業務上の費用には該当しませんので、農業所得の経費にも計上できません。



各種相談日のご案内

法律相談(予約制)

- 5月18日(水) 午後1:30～午後5:00 会場/岡谷支所 相談員/北川和彦弁護士
- 5月25日(水) 午後1:30～午後5:00 会場/本所 相談員/御園廣實弁護士
- 6月15日(水) 午後1:30～午後5:00 会場/岡谷支所 相談員/北川和彦弁護士
- 6月23日(木) 午後1:30～午後5:00 会場/富士見GC 相談員/御園廣實弁護士

税務相談(予約制)

- 5月10日(火) 午後1:30～午後5:00 会場/本所 相談員/五味公一税理士
- 6月17日(金) 午後1:30～午後5:00 会場/岡谷支所 相談員/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は ☎57-8000(本所組織広報課)
岡谷支所は ☎24-3203

宅建相談

- 5月18日(水) 午前9:00～午後5:00 会場/J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(城南営業所)で実施

ローン相談(毎週水曜日と祝日は定休)

- 時間/平日 午前9:00～午後6:30 土・日 午前9:00～午後5:00
- 会場/茅野ローンセンター(JA塚原ビル2階) 岡谷ローンセンター(岡谷支所2階) ※夜間相談日(予約制)毎週月曜日午後9:00まで

支所ローン相談

- 時間/平日 午前9:00～午後3:30
- 会場/茅野市中央支所・岡谷支所 富士見町中央支所・原村支所 豊田支所・小和田支所・下諏訪支所



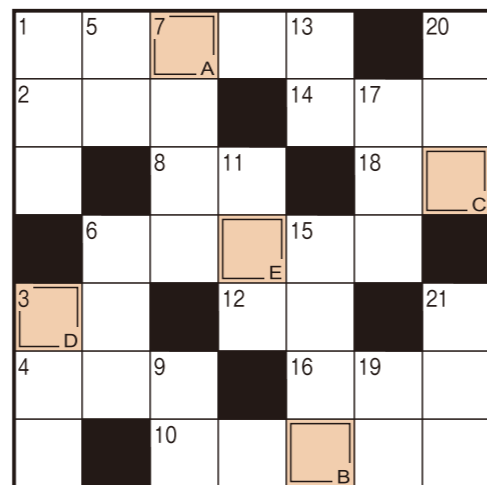
強い脳に改革す

脳強改革

今月は

クロスワードパズル Crossword Puzzle

二重マスに入る文字をA、B、C…の順に並べてできる言葉は何でしょう？



タテのカギ

- ①アサガオの芽が出て——が開いた
- ③牛や豚、羊、ヤギなど
- ⑤液体が気体になること
- ⑥名画『叫び』を描いた画家
- ⑦枝に似た形の虫
- ⑨五七五七七などの形式で作られます
- ⑪——を尽くして天命を待つ
- ⑬力士が土俵にまくもの
- ⑮腕や手首に機器を付けて測ります
- ⑰鳥を使う伝統的な漁法
- ⑲生き腐れするといわれるほど傷みやすい魚
- ⑳花が開く一歩手前の状態
- ㉑千葉県にある——国際空港

ヨコのカギ

- ①こいのぼりと一緒に泳ぎます
- ②——漬は福岡県、熊本県の名産品
- ③アルミ、スチールに分けてリサイクル
- ④魚のすり身を棒に巻き付けて焼きます
- ⑥デリカシーがありません
- ⑧白や紫の花が房になって下がります
- ⑩アヤメに似た花が咲きます
- ⑫名を捨てて——を取る
- ⑭懸賞の——はがきを書いた
- ⑯潮干狩りで採れる貝の代表格
- ⑰くしやブラシでとかすもの

4月号の答え

1・3・5・6・12

- 応募総数147通 (内、正解140通)
- 最年長応募者93歳
- 最年少応募者6歳

- 1…時計台の時間が違う
- 3…額の花びらが無い
- 5…手のひらの花の山が大きい
- 6…ポケットの形が違う
- 12…看板の脚の長さが違う

応募方法

締切は5/24(火)当日の消印有効

今月のプレゼント



たくさんのご応募お待ちしております。

左の要領で官製ハガキに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。

- ①住所・氏名・年齢・職業・電話番号
- ②ごたえ
- ③今月号でよかったと思われる記事
- ④本誌へのご意見やご要望、各コーナーへの質問など

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。

みんなの声をご紹介します



体操はいつも楽しみで、切り取ってファイルし、忘れた頃引き出して頑張っています。
…諏訪市 K・I

本誌ジャスミンは、保存しやすいように穴をあけて発行しています。ファイルやひもなどに1冊まるごとつづり、読み返していただくのもお勧めです。(編集係)

暖かくなり、野良に出て自然の中、太陽の下で農作物を栽培する。どんなに健康的でありがたいことか改めて実感するこの頃です。
…富士見町 I・A

種まき・代かきなどが始まり、いよいよ農作業が本格化してきました。農作業安全を第一に、おいしい作物を栽培してくださいね。(編集係)

今までのクイズと違って楽しんでみながら間違い探しをしました。とても新鮮ですね!!
…茅野市 M・M

4月号からクロスワードパズルと間違い探しを交互に掲載するようになりました。さらに、プレゼントは当選者を10人から20人に増やしました。ぜひ、ご応募ください。(編集係)

安値価格に挑戦

ホームセンターにも負けません!

管内量販店価格に対抗し 長期間低価格にて提供します。

高度化成オール14(20kg)対抗商品

◆とびきり

作物の生育に必要なチッソ・リンサン・カリをバランス良く配合した化成肥料です。

1,398円(税込)

◆ラウンドアップマックスロード

「葉」から入って「根」まで枯らす! さまざまな種類の雑草に有効です。

(500ml) 1,850円(税込)

(5.5ℓ) 11,500円(税込)

- ◆JA価格がホームセンター価格より高い場合はご購入前に資材窓口へお申し出ください。品質・成分が同一の場合は、価格対応します。
- ◆上記価格は流通価格の変動により変更となる場合がありますので予めご了承ください。

お求めは、JAファーム茅野店・ふしみ店、グリーンファームすわ店、各営農センター(資材取扱店)へ

自動車税の納付は5月中にお願いします。

平成28年度の自動車税納期限は5月31日(火)です。

自動車税納税通知書が届きましたら、お近くのJA金融窓口、コンビニエンスストア、地方事務所税務課などで納期限までに納めてください。

納税通知書が届かない、下取りに出した自動車の納税通知書が届いたなどのお問合せは、

諏訪地方事務所税務課

☎57-2905 までお願いします。

JA子会社から農家が誕生 激励会でエール送る



今年から農業研修に入った小林さん(左)とキャベツ農家として独立した細野さん夫妻

2013年に当JAが設立した農業生産法人「(株)めぐりクリエイト 信州諏訪」で農業研修を積み、今年から富士見町でキャベツ農家として独立した細野哲さん・英美さん夫妻と、新たに研修に入った小林実さんの激励会を4月18日、同町のJA会館ふじみで開きました。会社関係者ら11人が集まり、3人にエールを送りました。

同法人の両角善太郎社長(JA常務理事)は、「諏訪地域のために農業者として頑張ってもらいたい。農業関係は風当たりが厳しいが、私たちができることは率先して支援する」と激励しました。

JA信州諏訪 健香会 会員募集中

楽しく菊づくり・仲間づくり

JA信州諏訪健香会は、会員を募集しています。伝統と技によって丹精込めて育てあげた菊は、晩秋の諏訪大社上社で菊花展を開催し奉獻します。

菊づくりをしている方、菊づくりに興味のある方の入会をお待ちしています。詳しい内容は事務局までお気軽にお問合せください。



お問合せ

JA信州諏訪 管理部組織広報課

☎57-8000

春の農業用「廃プラスチック回収」のお知らせ

農業用廃プラスチック

対象

- ◎被覆用ビニール ◎ポリフィルム
- ◎畔シート ◎マルチシート
- ◎ポリポット ◎肥料袋(ポリ・紙袋) など

回収費用

1kgあたり…50円(税込)

農業の空き容器

対象

- ◎農業ポリ容器、ポリ袋、アルミ袋※2回以上洗浄しキャップを外す
- ◎農業紙袋※残量が無いもの

回収費用

1袋(専用袋)…一律300円(税込) / ポリ・紙袋・アルミ袋を分別をする

専用袋は各営農センターで事前に購入してください。10枚入り100円(税込)

日程 (回収時間は午前9時～11時)

| 実施日 | 会場 | 回収場所 | 電話番号 |
|----------|------------|------------|---------------------------|
| 5月14日(土) | 原村営農センター | 原村野菜集荷所 | ☎ 79-4711 |
| 5月28日(土) | 南部センター | 茅野市玉宮集荷所 | ☎ 72-2157 |
| 6月 8日(水) | すわこ営農センター | 文出集出荷所駐車場 | ☎ 57-2218 |
| 6月 8日(水) | 田中線センター | 田中線センター駐車場 | ☎ 24-3206 |
| 6月11日(土) | 茅野市営農センター | 茅野市北部集荷所 | ☎ 82-5151 (集荷所 ☎ 76-2800) |
| 6月18日(土) | 富士見町営農センター | 富士見町野菜集荷所 | ☎ 62-2157 |

※当日、処理委託契約に**印鑑**が必要です。また、回収費用は**現金**払いとなりますのでご注意ください。

※農業のポリ容器・ポリ袋・アルミ袋は別々に専用袋へ入れてください。

※肥料袋は積み重ね**十字梱包**をしてください(ポリ・紙袋分別をする)。

※**細かな廃プラスチック**は透明な袋に入れてください。

※産業廃棄物を運搬する車両には「産業廃棄物運搬車」の表示とそれにかかわる書面の備えが必要です。

★不要農業は、11月に回収する予定です。

★農業の空き瓶は、12月のドロクロ缶回収時に集めます。

詳細は各営農センターにお問合せください。

編集九分句厘

4月から本誌「JA's民」の編集に携わる事になりました。組合員の皆さんへ「読みやすく、わかりやすく、伝わりやすい」を目標に様々な情報をお届けしたいと思いますのでよろしくお願い致します。

今月号では初めての取材活動に悪戦苦闘でした。特に初めて触れた一眼レフのデジタルカメラ。高性能すぎてカメラに振り回されています。今はぐっとくる写真を撮るために先輩方に教わりながら勉強中です。

取材では様々な現場を訪れる度、その地域でいきいきと輝いている方々にお会いし、その姿や、笑顔からエネルギーをいただきました。誌面を通してそのエネルギーを伝えることができるように、文章・写真どちらも努力していきますので、よろしくお願い致します。☺

理事会ニュース

平成28年3月24日(木)に開催された「定例理事会」で、以下の議案を含む全12議案について協議・決定しました。

平成28年度「ドリフト低減障壁作物種子等」の購入補助

JA信州諏訪管内は、野菜・花き・水稲・果樹・自家菜園などのほ場が混在し、農業散布時のドリフトによる農業残留事故の発生が懸念され、低減対策が大変重要になっています。

本年度も、安全・安心な農産物生産の取組みとして、ドリフト低減障壁作物種子および障壁資材購入に対して補助を行います。

対象品目は、当JAから購入した防葉ネット(ネットのみ)、障壁作物の種子で、対象期間は平成28年3月1日から9月30日までに購入し10月末までに支払いがされたものとなります。補助金額は購入金額の2/3以内で、一農家あたり5万円を上限とし農協の支出金額の総額は200万円以内とします(ただし市町村の補填部分は除く)。

第12回通常総代会の開催日程、場所、提出議案、報告事項

第12回通常総代会を5月26日(木)午後1時30分からマリオローヤル会館で開催し、全8議案を提出することに決まりました。

5月の定例理事会は、5月23日(月)に開催する予定です。

| 平成28年3月末 主な事業量 | |
|----------------------|-------------------------------------|
| 貯金高 | 2,542億円 |
| 貸出金高 | 469億円 |
| 長期共済保有高 | 7,490億円 |
| 年金共済保有高 | 41億円 |
| 購買取扱高 | 6億円 |
| 販売取扱高 (直売所委託販売含む) | 1億円 |
| 組合員数 | 正 10,046人 准 12,483人 計 22,529人 |

JA 信州諏訪直売所全店で お客様感謝イベント

を開催します

新鮮な旬の農産物をぜひ、お買い求めください。

お買い上げの方
先着100名様に粗品プレゼント!

日程

- 5月28日 さざなみ新鮮市
- 6月 4日 A・コープ原村店
- 6月11日 夢マーケット横川
- 6月18日 夢マーケット文出
- 6月25日 夢マーケット田中線
- 7月 2日 A・コープサン・ライフ店
- 7月 9日 A・コープ富士見店
- 7月 9日 A・コープピアみどり店

5月28日～7月31日まで
豪華グッズが当たるスタンプラリーも同時開催!

お問合せ JA 信州諏訪 営農部 生産販売課 ☎71-2700

2017年版 JA 信州諏訪オリジナルカレンダー あなたの写真が カレンダーに!



2017年版(平成29年版)「JA信州諏訪オリジナルカレンダー」製作にあたり、つぎの内容で写真を募集します。「残したい・伝えたい、自然や農業の風景」をお寄せください。

募集テーマ

JA信州諏訪管内の自然・農業を題材としたもの。
「残したい・伝えたい、自然や農業の風景」

応募資格

当JA管内在住の方とその家族

応募締切

平成28年7月29日(金)

応募先

本所、最寄りの各支所・営業所窓口
またはJA信州諏訪
「2017年版オリジナルカレンダー」係
〒392-8578 諏訪市四賀7841番へ
送付してください。

写真 大募集!!

詳しくは、JA信州諏訪
WEBサイトをご覧ください。
<http://www.ja-suwa.iijan.or.jp/>



COOLBiZ

クールビズ

当JAは5月2日から9月30日まで、地球温暖化防止と節電の必要性をふまえて「クールビズ」に取り組めます。実施期間中は、事務所内や店舗内を弱冷房とし、ノーネクタイなどの軽装で営業させていただきます。ご理解とご協力をお願いします。



クールビズや緑のカーテン、打水、涼を感じる「風鈴」などの癒しアイテムを使って、暑い夏を乗り切りましょう。

たけのこの肉詰め 甘酢あんかけ



材料(2人分)

ゆでタケノコ …小2本分
(根元の部分) (約200g)
鶏ひき肉(もも) ……60g
タマネギ(みじん切り) ……15g
スナックエンドウ ……2個
小麦粉、塩 ……適量
米酢 ……大さじ2

A
ごま油 ……小さじ1/2
かたくり粉 ……小さじ1
塩 ……2つまみ

B
だし ……カップ1/2
砂糖 ……大さじ2
うすくちしょうゆ ……大さじ2

水溶きかたくり粉 [かたくり粉 ……大さじ1/2
水 ……大さじ1

Point

スナックエンドウは、ホウレン草やコマツナなどで代用できます。



かない りちこ
金井 利知子さん
(富士見町ブロック)

つくり方

- ① タケノコは根元のほうを2cm幅で輪切りにし、中央の部分をくりぬく。くりぬいた部分は粗みじんに切る。
- ② ①で粗みじんにしたタケノコ、ひき肉、タマネギ、**A**をボウルでよく練る。
- ③ タケノコの中へ②の肉ダネを詰め、小麦粉を薄くまがし、**B**と一緒に鍋へ入れ弱火で煮る。火が通ったらタケノコを取り出し、米酢を入れひと煮立ちさせ、水溶きかたくり粉を入れあんを作る。
- ④ スナックエンドウを塩茹でて水にさらし、食べやすい大きさに切って盛りつける。③のあんをタケノコの肉詰めにかけてできあがり。

コマをまわそう 減らそう塩分 vol.2 増やそう野菜

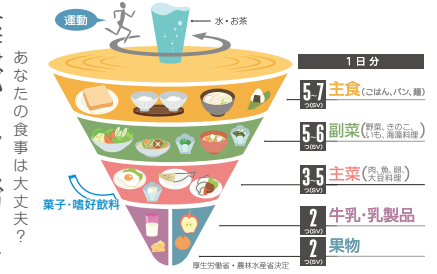
少しの工夫でおいしく減塩しよう!

普通に食事しているだけでも実は10g以上塩分を摂取していることをご存知ですか?減塩と聞くと難しいような気がしますが、少しの工夫でも可能なんです。

例えば、しょうゆやソースはかけるのではなくつけて食べる、少しの焦げ目やごまなどの風味を利用する、麺類を食べる時はスープを残す、普段と味付けを変えてみるなど…。不足しがちな野菜やきのこをたくさん入れて、飲むより食べる!具沢山の味噌汁もおすすです。

また、すべてを薄味にするのではなく、味にメリハリをつけると食事にも楽しくなります。少しの意識で上手に減塩を目指しましょう!

食事バランスガイド



コマには、5つの料理グループが描かれており、何かが欠けたり、多くとり過ぎたりするとコマは倒れてしまいます。つまりバランスが大事なのです。

春野菜たっぷりサラダ

1人当たり:塩分量0.5g、野菜107g

副菜1つ(SV)

辛子明太子を使った普段と少し変わった味付けと、海老やオリーブオイルの風味もあり、塩分控えめでもおいしく食べられると思います。



材料(2人分)

ジャガイモ(千切り) ……50g
アスパラ(3~4cm) ……40g
ソラマメ ……25g
ブロッコリー(小房) ……40g
海老(4等分)むき海老も可 ……4尾
トマト(1.5cm角) ……60g

【ソース】

辛子明太子 ……1/5本
マヨネーズ ……大さじ1
牛乳 ……小さじ2
オリーブ油 ……大さじ1/2
塩こしょう ……少々

つくり方

- ① 野菜を食べやすい大きさに切る。トマトは湯むきしてから切る。
- ② ソラマメ、ジャガイモ、アスパラ、ブロッコリーの順に軽く茹でて、冷水にとる。※ジャガイモはしゃきしゃき感が残るくらいに茹でる。
- ③ 海老は背ワタを取ってから茹でて冷水にとり食べやすい大きさに切る。
- ④ ソースの材料を用意し、混ぜ合わせる。
- ⑤ ボールに水気を取った野菜と海老を混ぜ、最後にソースをからめてできあがり。

長野県栄養士会諏岡支部より、毎月食に関する情報を提供しています。