

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」

2022

5

No.219

特集

SDGs

JA信州諏訪での取り組み



JAs民は
webでも
閲覧できます

JA信州諏訪

- 2 表紙のことは
- 3 季のある記 ちょこっと四季コラム
- 4 特集
SDGs JA 信州諏訪での取り組み
- 6 JA 信州諏訪 NEWS
- 9 JA 信州諏訪 NEWS/
1日農業バイト「デイワーク」を活用しよう
- 10 教えて農ハウ…米づくり
- 11 教えて農ハウ…花きづくり
- 12 家庭菜園 いざ、鎌鎌
- 13 直売所通信
- 14 生産資材課からのお知らせ
- 15 生産資材課商品広告
- 16 諏訪は奇なりーふしぎ・謎・興味津々
- 17 富士見高校 園芸科「農トレ通信」
- 18 女性部だより
- 19 今晚のお膳立て
- 20 高原病院発
- 21 ヨーガのすすめ/
野菜たっぷり！健康な身体！
- 22 暮らしの相談/
『家の光』今月の読みどころ
- 23 各種相談のご案内/
「じゃすまる倶楽部」放送休止のお知らせ
- 24 干し野菜を作ってみよう
- 26 水稻生産者及びそば生産者の皆さまへ/
新規就農セミナーのお知らせ/
理事会ニュース/主な事業量
- 27 民々の声をご紹介/編集後記

季のある記

ちょこっと四季コラム

来月6月は水無月



材料 (3~4人分)
 上新粉……………90g 水……………200cc
 白玉粉……………30g 甘納豆……………100g
 砂糖……………80g

作り方
 ①上新粉、白玉粉、砂糖、水をボウルに入れ混ぜてこす。
 ②型にクッキングシートを敷き、生地を大さじ1程度残し型に流す。
 ③ふんわりラップをかけ、レンジで600W 2分加熱する。
 ④甘納豆をのせ、残りの生地をかける。
 ⑤再びふんわりラップをかけレンジで600W 2分様子を見ながら加熱する。

※調理：JA 管理部 協同活動推進課

表紙のことは

標高千二百米弱、我家のまわりも五月の連休前後には山菜の空廊となる。わさびの花とあぶら、こみ、うぎ、川沿いにはしおでがツツンと顔を突き出す。こしあぶらの定番は天ぷらだが、夏に入山山頂に友達がオリヅルの炊き込みごはんの素(こしあぶら入参考)をいれ、味つけ(味つけ)を入れてはんとりて炊いてみた。ごはんは本当に美味しかった。今年、こしあぶらが採れたら私も炊き込みごはんを山からの贈り物、山菜の季節にしよう。自然と心がおどります。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「kunstokama 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。

雨の多い時季なのに、水の無い月、って思われませんか。

「水無月」の「無」は「水」にあたる連体助詞です。「水無月」は「水の月」。田植えが済み、田に水を張ることから「水の月」「水無月」と呼ばれるようになったそうです。この時期「夏越しの祓」に水無月という和菓子をいただく習慣が京都にあります。水無月は白のいろいろな生地に小豆をのせた、三角形の菓子ですが、上部にある小豆は悪魔払いの意味があり、三角の形は暑気を払う水を表しており、これまでの半年の罪や穢れを祓い、残り半年の無病息災を祈願する食べ物だそうです。電子レンジでも簡単に作れますのでぜひ挑戦してみてくださいいかがでしょうか。



① 鶏肉のわさび照り焼き

材料 (2人分)
 鶏肉 (もも)……………2枚 おろしわさび……………大さじ1
 塩……………適量 しょうゆ……………大さじ3
 コショウ……………適量 砂糖……………小さじ2
 薄力粉……………大さじ3 みりん……………大さじ3
 レモン (輪切り)……………1/2個分 サラダ油……………大さじ1

作り方
 (1)鶏肉は水分をふき取り一口大に切り、軽く塩・コショウをし、薄力粉をまぶし余分な粉ははらう。
 (2)フライパンにサラダ油を入れ、鶏肉の皮目を下にして並べる。
 (3)弱火でゆっくり焼き、皮目をしっかり焼いたら裏返し、レモンの輪切りを加える。
 (4)鶏肉に火が通ったら酒・わさびを入れ軽く火を通し、残りの調味料を加えて全体に絡める。

父の日

おつまみ料理

② サバきゅうり

材料 (2人分)
 サバの水煮……………180g
 きゅうり……………1/2本
 しょうが (千切り)……………1片分
 味付けポン酢……………大さじ1
 A 〔ごま油……………大さじ1
 白ごま……………小さじ1〕

作り方
 (1)きゅうりは半分に切り、斜め薄切りにする。
 (2)サバの水煮は水気を切り、粗目にほぐす。
 (3)きゅうり・サバ・Aをざっくりと混ぜ合わせる。

- ③ ひとくちカプレーゼ
- ④ ガーリックシュリンプ
- ⑤ ちくわサンド

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。



持続可能な社会の実現をめざして



SDGs (エスディー・ジーズ) という言葉をよく耳にするようになりました。地域に住むすべての人々が安心して暮らせるように、国際連合 (国連) が掲げた共通目標ですが、実はJAの事業活動はSDGsにつながるものばかりです。

ここではあらためてその内容と、JA 信州諏訪の取組みを紹介します。

世界を変えるための17の目標

<p>1 貧困をなくそう</p> <p>あらゆる場所で、あらゆる形態の貧困に終止符を打つ</p>	<p>2 飢餓をゼロに</p> <p>飢餓に終止符を打ち、食料の安定確保と栄養状態の改善を達成するとともに、持続可能な農業を推進する</p>	<p>3 すべての人に健康と福祉を</p> <p>すべての人に健康と福祉を あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を推進する</p>	<p>4 質の高い教育をみんなに</p> <p>質の高い教育をみんなに すべての人々に包摂的かつ公平で質の高い教育を提供し、生涯学習の機会を促進する</p>
<p>5 ジェンダー平等を実現しよう</p> <p>ジェンダーの平等を達成し、すべての女性と女児のエンパワーメントを図る</p>	<p>6 安全な水とトイレを世界中に</p> <p>安全な水とトイレを世界中に すべての人々に水と衛生へのアクセスと持続可能な管理を確保する</p>	<p>7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに</p> <p>エネルギーをみんなにそしてクリーンに すべての人々に手ごろで信頼でき、持続可能かつ近代的なエネルギーへのアクセスを確保する</p>	<p>8 働きがいも経済成長も</p> <p>働きがいも経済成長も すべての人々のための持続的、包摂的かつ持続可能な経済成長、生産的な完全雇用およびディーセント・ワーク (働きがいのある人間らしい仕事) を推進する</p>
<p>9 産業と技術革新の基盤をつくろう</p> <p>強靱なインフラを整備し、包摂的で持続可能な産業化を推進するとともに、技術革新の拡大を図る</p>	<p>10 人や国の不平等をなくそう</p> <p>人や国の不平等をなくそう 国内および国家間の格差を是正する</p>	<p>11 住み続けられるまちづくりを</p> <p>住み続けられるまちづくりを 都市と人間の居住地を包摂的、安全、強靱かつ持続可能にする</p>	<p>12 つくる責任 つかう責任</p> <p>つくる責任 つかう責任 持続可能な消費と生産のパターンを確保する</p>
<p>13 気候変動に具体的な対策を</p> <p>気候変動に具体的な対策を 気候変動とその影響に立ち向かうため、緊急対策を取る</p>	<p>14 海の豊かさを守ろう</p> <p>海の豊かさを守ろう 海洋と海洋資源を持続可能な開発に向けて保全し、持続可能な形で利用する</p>	<p>15 陸の豊かさを守ろう</p> <p>陸の豊かさを守ろう 陸上生態系の保護、回復および持続可能な利用の推進、森林の持続可能な管理、砂漠化への対処、土地劣化の阻止および逆転、ならびに生物多様性損失の阻止を図る</p>	<p>16 平和と公正をすべての人に</p> <p>平和と公正をすべての人に 持続可能な開発に向けて平和で包摂的な社会を推進し、すべての人々に司法へのアクセスを提供するとともに、あらゆるレベルにおいて効果的で責任ある包摂的な制度を構築する</p>

17 パートナースhipで目標を達成しよう

パートナーシップで目標を達成しよう
持続可能な開発に向けて実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化する

SDGsの取組みはJA's民でも紹介していきます!

私たちの身近な活動が17の目標のどれにあたるのか、「JA信州諏訪News」に掲載、併せてJA信州諏訪の取組み (自己改革、農業所得増大) も表示していきます。

女性部本部委員会 SDGs 勉強会

令和2年12月14日、JA 信州諏訪本所で「女性部本部委員会 SDGs 勉強会」を開きました。当日は松本山雅 FC 営業チーフの小澤修一氏を講師に迎え、

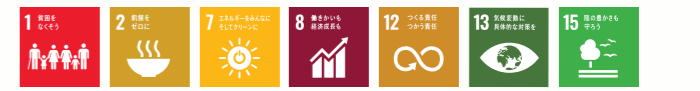


Jリーグが地域共通の課題を解決し、地域の笑顔を増やすために取り組んでいる事例などをお話いただきました。

食農教育で次世代へ繋ぐ



がんばる農家応援事業で農家を支える



農業所得の増大や気象変動に強い安定的な農業経営を持続するため「融資で後押しがんばる農家応援事業II」を実施し農家を応援しています。

JA信州諏訪の取組み



ほ場排水改善へ 2機種追加



オーガーを操作する三浦さん（右から2人目）ら

JAは、JA農機センターでレンタルできる農機に、穴掘り機のオーガーとカットブレイカーを追加しました。組合員から要望が多い、ほ場の排水改善が目的。3月16日には、長野県営農指導者会議花き専門部中信ブロック会議の「排水対策講習会」でオーガーを実演しました。

実際にオーガーを操作したアルストロメリア生産者の三浦雄一さん(42)は「ほ場中心部の水はけが悪く、生育に遅れがでている」といいます。「初めてでもうまく穴を開けられた。次は作付け前にレンタルし、排水改善に役立てたい」と話しました。

管内リンドウ 新たな出発



令和4年3月15日をもって解散したりんどう部会

JA花き専門委員会りんどう部会が、JA茅野市営農センターで解散総会を開きました。部会は解散しますが、JAは今後もリンドウを重要品目に位置付け、生産者を支援。出荷・販売業務もこれまで通り行います。

部会は85年に共選の最高出荷金額1億8,135万円を達成しました。しかし以降、生産者・出荷量ともに減少。昨年12月に解散が正式決定しました。

牛山廣幸さん(70)は「あと10年は栽培したい。歴史ある産地の栽培技術を絶やさないためにも若い世代に興味を持ってもらい、後継者を育てたい」と語りました。

A・コープ直売部会 表彰式



感謝状を受け取った柳澤さん（右）と武居さん（左）

JA直売所専門委員会A・コープ直売部会が、管内A・コープ4店舗で部会員表彰式を行いました。店内の「生産者直売コーナー」をけん引する8人が受賞し、感謝状と記念品を受け取りました。

表彰式は、同コーナーの発展に貢献する部会員に感謝を伝え、部会活動の活発化を図ることが目的です。

A・コープファーマーズサン・ライフ店では、茅野市の柳澤洋吉さん、武居かつめさんが受賞。柳澤さんは「『自分が食べるもの』という気持ちで、安全・安心な農作物を出品している。受賞が今後の励みになった」と話しました。

新採用職員入組式



小松組合長の前に決意表明をする有賀さん

新採用職員入組式を、JA本所で開きました。常勤役員・職員が見守るなか、20人が小松八郎組合長から辞令を受け取りました。

小松組合長は「皆さんの成長がJAの発展に繋がる。自分が今抱いている夢や目標に向かって、努力を積み重ねてほしい」と激励。「日々の業務に役立ててほしい」とB5ノートを手渡しました。

新採用職員を代表し、JA原村営農センター配属の有賀光希さんは「先輩方のアドバイスを心で受け止め、必要な知識と技術の習得に励む。また、同期の絆を大切に、互いに高め合い、支え合いながら職務に精励する」と決意表明しました。

御柱綱飾りを展示



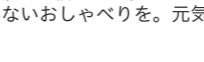
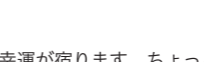
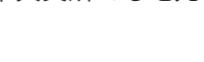
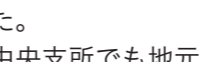
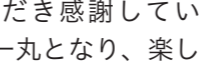
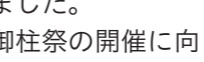
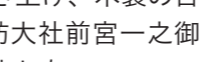
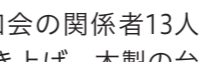
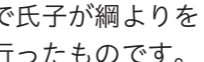
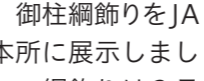
綱飾りを飾る 神戸神社と四賀八和会の関係者

御柱綱飾りをJA本所に展示しました。綱飾りは3月下旬、同所駐車場で氏が綱よりを行ったものです。

諏訪市の神戸神社と四賀八和会の関係者13人が協力して、綱をとぐろ状に巻き上げ、木製の台に載せました。中心には、「諏訪大社前宮一之御柱御用」と書かれた御幣を掲げました。

同神社帳元の神澤彰さんは「御柱祭の開催に向けてJAには理解・協力をいただき感謝している。コロナ禍ではあるが、地域一丸となり、楽しい御柱祭にしたい」と話しました。

展示はJA原村支所、JA諏訪中央支所でも地元の氏が同様にいました。



各専門委員会定期総会



JAの野菜・花き・きのこの各専門委員会が、令和3年度の定期総会を開きました。委員と役職員が出席し、全議案が承認されました。

野菜は夏場の豪雨、その後の高温下で、病害が発生するなど厳しい環境下での栽培となりました。このような状況のなか、生産者は農作物出荷における安全・安心確保対策を徹底。残留農薬事故の発生はありませんでした。各種JAの支援事業により農家所得の向上に向けた取り組みを行います。

花きは、天候不順の影響が懸念されましたが、生

産者の高い栽培技術で品質を維持。前年並みの数量を確保することができました。今年度は新規就農セミナーを年11回以上開催し、新規就農者を開拓。新品目導入に向けた栽培試験を行います。

きのこは、品質面での評価が高く、市場からは「安心して販売できた。今年も引き続き、クレームゼロをめざしてほしい」との声が複数ありました。今年度も引き続き、異物混入対策・衛生管理を徹底し、安定生産に向け、目揃え会の回数を増やします。

JA女性大学 卒業式



卒業生の小田さん（中）と小松組合長、笠原部長

JA女性大学の卒業式を行いました。卒業生の小田節子さん（茅野市）に、学長の小松八郎組合長と副学長の笠原長子女性部長が卒業証書と花束を手渡し、晴れの日を祝いました。

令和3年度は、コロナ感染拡大のため一部講座が延期・中止となりましたが、料理や食農講座、AED講習会などの幅広い分野について学びを深めました。

小田さんは「多くの人に支えられて卒業を迎えることができた。学んだことは地域の人に伝えていきたい」と話していました。

同大学は、平成28年に開講。これまでに155人が卒業しています。



1日農業バイトアプリを導入



1日農業バイト「デイワーク」の機能を学ぶ生産者

JAは、スマートフォンアプリ【1日農業バイト「デイワーク」】を導入しました。14日、原村のJA原村支所と茅野市のJA玉川研修センターで生産者向けの使用説明会を開催。15人が参加し、アプリの機能や実績について説明を受けました。

アプリは、求職者と生産者をつなぐことができます。求職者・生産者ともにアプリをダウンロードし、各種設定を行えばすぐに使用することができます。

富士見町の関見さん(52)は「さっそくダウンロードし、収穫・出荷の際などに募集してみたい。将来的にはこのアプリの活用が、生産規模拡大につながれると思う」と期待を込めました。

水稲種子を温湯消毒



種もみを温湯消毒する職員(南部センター)



JAは茅野市営農センター南部センターと富士見町営農センターで、水稲種もみの温湯消毒を行いました。職員が「あきたこまち」「コシヒカリ」「つきあかり」など約60トン进行处理し、専用の紙袋に梱包。3月中旬に、事前注文した管内生産者に受け渡しました。

温湯消毒は農薬を使わない環境に優しい消毒技術。ばか苗病やもみ枯細菌病などの病害への防除効果が期待できます。

南部センターの両角柳也所長代理は「生産者に良質な種もみを届けられるよう、安全・安心に作業を進めることができた」と話しています。

河西農園で春咲きの花苗栽培



「すみれ祭り」に向けて、花苗の生育を見守る河西由紀子さん



岡谷市の河西農園(代表河西和彦さん)では毎年、春咲きの花苗を栽培しています。ハウス一面に、パンジーやビオラ約5,000株を定植。4月10・17日には、花苗掘り取りイベント「すみれ祭り」を開き、常連客や地域住民に販売しました。

同園は平成6年、和彦さんと妻の由紀子さんが開業し、主にカーネーションを栽培。花苗は春先の収入源として始めました。

「すみれ祭り」は、同9年頃から開催。由紀子さんは「常連の方が楽しみにしてくれているのが何よりの励み。今後も続けるのが目標です」と話しました。

生産者の方へ 求職者の方へ

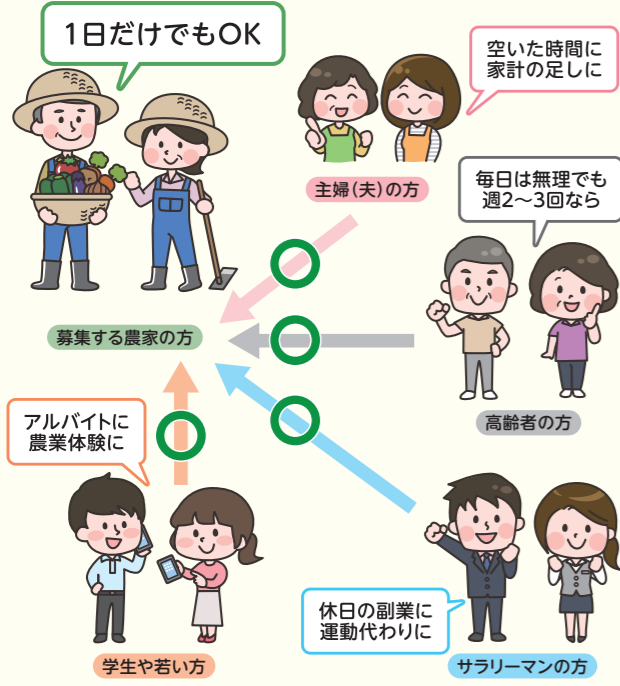
アプリで働き手を
探しませんか?

その仕事を手伝ってくれる方は
すぐ近くにたくさんいます



JA信州諏訪管内で
農作業をしてみませんか?

初心者OK! 短期間でもOK!
気軽に地元で農業バイトを
はじめませんか?



1日バイトアプリ デイワーク
daywork

利用方法

アプリの使用方法 (ガイドライン)はこちら

ダウンロード方法

App StoreまたはGoogle Playにアクセスしdayworkで検索するか、カメラでQRコードを読み取り、表示されたアプリをダウンロードしてください。

iPhone/iPad Android

アプリの不明点はサービス運営会社までお問合せください。
Tel: 0467-84-9459

お問合せ
JA信州諏訪 営農部 営農企画課 Tel:75-8123

医療関係者へ感謝の花贈る



病院職員らへアルストロメリアを贈る佐藤執行委員長ら



JA労働組合が、JA長野厚生連富士見高原医療福祉センター労働組合にアルストロメリアを寄贈しました。佐藤勲執行委員長ら3役が富士見高原病院を訪れ、管内産アルストロメリア180本を手渡しました。

コロナ下でもひたむきに患者と向き合う医療従事者に感謝の気持ちを伝えるため、昨年に引き続きアルストロメリアを購入。JA管内の花き農家の支援、PRにつなげました。

同センター労働組合の木内和広委員長は「職員や患者に色鮮やかな花を見て笑顔になってほしい。励みになります」と感謝を述べました。

水稲育苗指導会



初期段階の育苗管理を学んだ水稲育苗指導会



JA茅野市営農センター南部センターは、第1回水稲育苗指導会を、JA施設6会場で開催。地元の水稲生産者らのべ79人が参加し、播種から初期の育苗管理について確認しました。

30日は、JA泉野営業所前で開催。同センターの両角柳也所長代理が、育苗箱への種もみ播種までに行う浸種・催芽の注意点や、立ち枯れ防止対策などを説明しました。

同市の伊藤亨一さん(74)は「農業資材の効率的な使い方がわかった。いもち病、カメムシが発生しないよう、対策を行いながら高品質な米を栽培したい」と話しました。

りんどう病害虫の早期防除

りんどうは宿根性の花で、長期間採花が可能な品目です。そのため、病害虫が発生し株が弱ると株落ちの原因や、翌年以降の生育に大きく影響します。茎葉を健全に保つため、特にハダニ類・リンドウホソハマキ・葉枯病に注意し、防除の徹底と越冬芽の充実を図ってください。

■ ハダニ類

葉裏に寄生して加害します。被害箇所は黄色の斑点状となり品質を大きく低下させます。高温期では世代交代が早まり、薬剤抵抗性がつきやすくなるため同一系統の薬剤は連用せず、葉裏をこまめにチェックして予防防除を徹底しましょう。



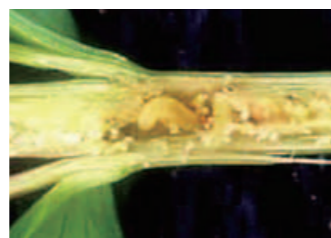
■ リンドウホソハマキ

幼虫が枯れた茎の中にマユを作って越冬し、4月下旬～5月中旬に蛹化します。越冬成虫は5月中旬～6月上旬、第1世代成虫は7月、第2世代成虫は8月上旬～9月上旬に発生します。

成虫は葉裏に1粒ずつ産卵し、総産卵数は100～120個になります。薬剤防除は幼虫が茎に侵入する前に散布することが重要です。地域やほ場によって発生時期や被害程度が異なるので、発生状況を確認して薬剤散布を行ってください。



成虫は体長5～6mm



茎内部の食害。幼虫は茎の髓部にトンネル状に食害し、その中で蛹化します。

■ 葉枯病

病原菌の伝染方法はりんどうの枯死株に残り越冬し、翌春の伝染源となります。はじめは葉の縁から不鮮明な小斑点が発生し、後に淡褐色～褐色の円形病斑となり1cm程度の大きさになります。防除は梅雨入り前からの定期的な薬剤散布に加え、窒素肥料の施用量を控え、栽培環境の改善を図る必要があります。



担当よりひとこと

農業振興センター
専任指導係
伊藤 哲也

病害虫が大発生すると薬剤防除を行っても被害を抑えるのが難しくなります。早い時期から予防防除を行い、発生を抑えましょう。

水稻初期・初中期雑草防除

田植えの時期が間近となりました。今回は初期・初中期の水稻除草剤を紹介します。

水稻除草剤の多くは、田面に有効成分の処理層を張り、そこに雑草の成長点が触れることで除草効果を発揮します。つまり、雑草が田面から頭を出している状況では十分に効果を発揮することができません。薬剤の使用時期や剤型などの特徴を十分に理解して雑草防除を行いましょう。



■ 使用時期

水稻除草剤は「ノビエ何葉期」や「移植後何日から」という使用時期が決められています。

葉期とは鞘葉（一番下にある小さい葉）を除いた葉の枚数のことです。この時期までに使用しなければ除草剤による効果は低下します。また、農薬ごとに使用時期が異なるため、必ずラベルやパッケージに記載されている登録内容を確認し使用してください。

なお、前年に雑草が多発した水田は、1回の除草剤散布で除去しきれない場合があるため、初期剤+中期剤を組み合わせた「体系処理」により防除をしましょう。

■ 剤型

農薬には粒剤やフロアブル剤などの剤型がいくつかあり、それぞれに特性があります。

剤 型	特 性
粒 剤	散粒機または手散布により散布する。水持ちの悪い水田でも効果を発揮します。
フロアブル剤	ボトル容器のまま手振り散布できる剤型で、諏訪管内で一番使用されている剤型です。
豆つぶ剤	畦畔から投げ込むタイプの剤型で、作業の省力化が図れる。注意点として水持ちの悪い水田や、アオミドロなどが多い水田では効果が劣る。
ジャンボ剤	パックに入った薬剤を畔から投げ込むタイプの剤型で、作業の省力化が図れます。拡散性が高い剤ですが水持ちが悪い水田や、アオミドロなどが多い水田には向きません。

■ ポイント

除草剤の効果を十分に発揮させるためにはいい代かきが重要です。田面を平らにすることで処理層の厚さが均一になり、ムラなく効果を発揮できます。

また、散布後3日間は入水・落水・かけ流しは行わないことが重要です。処理層の形成に約3日間かかり、その間に水の流れがあると処理層が形成されません。3日目以降は田面が見えるようになれば少量の水をゆっくりと入水することができますが、薬剤の流出を防ぐため散布後7日間は落水・かけ流しはしないようにしてください。

除草剤は含まれている成分によって効果のある雑草が異なります。「農作物栽培のしおり」14ページの表を参考に、自分の水田で多発している雑草に合わせて除草剤を使いましょう。ご不明な点はお近くの営農センターまでお問合せください。

水稻除草剤は正しい使い方、正しい使用時期によって、効果を発揮します。使用前に商品のパッケージの注意書きを見て内容を確認してください。

担当よりひとこと

すわこ営農センター
営農指導係
北澤 慎悟



JA直売所は安全安心 今が「旬」を召し上がれ！



JAの直売所には安全で、安心して食べられる新鮮な「野菜や色鮮やかな「切り花」が豊富に並びます。他にも地元産米や地元農産物でつくる「加工食品」も並びます。「顔」の見える直売所をめざし、商品のラベルに生産者名を記載。さらに、A・コープの直売所には生産者の顔写真を掲示しています。

JA直売所（A・コープ店、夢マーケット）の部会員は消費者に期待され、「また食べたい」と言ってもらえるよう、日々丹精込めて栽培に励んでいます。自信を持って栽培している農産物です。

また、5月の直売所は山菜が最盛期を迎えます。タラの芽、コシアブラ、ワラビ、コゴミなどが並びます。希少な品目もあり数が限られますので、品数が充実している午前中の来店がおすすです。この時期でしか味わえない「旬」をぜひお召し上がりください。



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。



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

A・コープファーマーズ富士見店
開店20周年祭
 第1弾 5/13(金)～15(日)
 第2弾 5/20(金)～22(日)

夢マーケット田中線
 5/21(土)
お客様感謝祭

夢マーケット横川
 5/14(土)
新緑セール

夢マーケット文出
 5/21(土)
第3土曜日感謝祭

さざなみ新鮮市
 5/28(土)
第4土曜日感謝祭

随時入会可能

JA直売所 部会員募集！

安全・安心な農産物の地産地消に向けて、家庭で採れた新鮮な野菜や花をJAの農産物直売所で販売してみませんか？

JA農産物
直売所

夢マーケット店

田中線、横川、文出、さざなみ新鮮市
 A・コープ店内 直売所コーナー
 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

お申込み
お問合せ

営農部生産販売課
 すわこ営農センター
 田中線センター

☎ 71-2700
 ☎ 57-2218
 ☎ 24-3206



家庭菜園 いざ鎌鉞

夏に美味しいスイートコーンの種をまこう！！

近年では、1年中スイートコーンが出回っていますが、やはり一番おいしい季節は夏です。焼いたり、塩ゆでしたり、バター炒め、スープなどさまざまな料理に大活躍します。夏に美味しいスイートコーンを食べるため、今から種をまきましょう。

播種

播種の目安は最低地温が14℃以上になったときです。マルチは生育初期の地温を高め水分と肥料分を保持する働きがあるため、ぜひ利用しましょう。マルチに株間33cmくらいの間隔で穴をあけます。畝幅は150cmくらいで2列つくりましょう。欠株を防ぐために1穴に3～4粒播種します。本葉が3～4枚の時に最も成長の良い一本を残して、そのほかの株は根元からハサミで切り取ります（抜き取りをすると根を痛めるため、切り取りましょう）。1列より2列に播種したほうが、花粉がよく付き、実入りがよくなります。



追肥

追肥時期：1回目・本葉6～8枚 2回目：雄穂出穂期
 追肥量：10㎡あたりチッソ成分40～50グラム（速効性肥料を使用）

病害虫と防除

- 1 アワノメイガ**
コーンの穂に卵を産み、ふ化した幼虫が茎内部や子実まで侵入して実を食害します。雄穂出穂時期(追肥2回目)より定期的に2～3度薬剤による予防防除を行いましょう(発生状況にもより回数は異なります)。小面積の栽培であれば防虫ネット等活用することも効果的です。
- 2 オオタバコガ**
主にコーンの葉や実および果実の先端にあるヒゲ部分を食害する害虫です。ふ化してすぐは柔らかい葉を好んで食害しますが、成長するにしたがって実や茎の内部なども食害する

ようになります。俵の側面に穴があるような場合オオタバコガの侵入が考えられます。アワノメイガ同様早めの予防防除を心がけましょう。

- 3 アブラムシ**
コーンの穂や俵へ寄生し、植物の養分を吸汁します。その際にウイルス病の媒介や俵への排泄物によるすす病の発生、俵の汚れの原因となり、商品性を失います。雄穂の出る間際より定期的な防除を行いましょう。耕種防除としては光の反射を嫌う為、シルバーテープの設置なども効果的です。

栽培目的	農業ラベル登録名	適用作物	作物分類
通常食しているもの	未成熟とうもろこし	未成熟とうもろこし(スイートコーン)のみ	穀類 種子を収穫、ある程度成熟した雌穂を収穫するもの(未成熟とうもろこし)
種子を収穫するもの	とうもろこし(子実)	子実とうもろこしのみ	
種子を収穫や未成熟(通常食しているもの)	とうもろこし	とうもろこし(子実)および未成熟とうもろこし(スイートコーン)	野菜類 (幼果を収穫するもの)
未熟な幼果を芯ごと食べるもの	ヤングコーン	ヤングコーンのみ	

追肥

収穫が早すぎると糖度が上がらないため、注意しましょう。スイートコーンの実の先にある絹糸が茶色く変化してきたら皮をむいて中身を確認してみましょう。そして実がしっかり詰まっていたら収穫適期です。

担当よりひとこと

スイートコーンはさまざまな料理で活躍します。中でも夏が1番おいしい季節です。旬の時期においしく食べるために今から種をまき、夏を迎えましょう。

富士見町
営農センター
営農指導係
矢崎 成伸





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

スタッフおすすめ商品

アブラムシの侵入に効果発揮！
アブラムシ
げきタイ
30本入
480円(税込)
通常価格507円(税込)



ソーラー充電式なので経済的
ソーラー充電式
モグラ撃退器
Sタイプ
848円(税込)
通常価格886円(税込)



尻腐れ症の予防に
カルシウム肥料を
与えましょう。
トマトの尻腐れ
防止スプレー
950ml
698円(税込)
通常価格782円(税込)



樹勢回復・生育促進など
400倍でムラなく散布
サンプロ
500ml
1,588円(税込)
通常価格1,605円(税込)



適用サイズ8, 11, 16, 20ミリ。
支柱の差し込みと引き抜きに利用できます。
ラクラク支柱ヘルパー
698円(税込)
通常価格820円(税込)

園芸のあらゆる用途に！
グリーンロープ
2mmφ×100m
730円(税込)
通常価格816円(税込)



裂けに強いので獣害防止テープ
としても利用されます。
エース 識別テープ
ピンク
50mm×200m
628円(税込)
通常価格651円(税込)



営業案内 JA ファーム店の営業時間 4月～6月まで 8:30～18:30 無休営業

JA ファーム5月セール 5/20(金)～5/22(日)の3日間

生産資材課より 今月のお知らせ

肥料価格情勢

原油価格の上昇や肥料原料の需給逼迫により肥料価格の高騰が続き、ウクライナ情勢によりロシアからの原料輸出が滞る懸念から、価格はさらに上昇しています。
6月の肥料価格改定では大幅値上げの見通しとなっています。

臨時休業のお知らせ

5月31日(火)は棚卸業務のため、各資材店舗(JAファーム茅野店、JAファームふじみ店、南部センター資材、原村営農センター資材、田中線センター資材、グリーンファームすわ)は終日休業させていただきますのでご了承ください。

月間特売

水稲育苗箱処理殺虫・殺菌剤

ブーンパディート 箱粒剤
〈1kg〉 **2,790円(税込)**
〈10kg〉 **26,000円(税込)**

デジタルメガフレア 箱粒剤
〈1kg〉 **4,190円(税込)**
〈3kg〉 **12,185円(税込)**

農業使用につきましては、登録内容ご確認のうえ、使用してください。

実物が見られる Let's go to JA 提携ショールーム！
倉庫・ガレージ・カーポート・物置展示中！



広スペースハウス HHD3034
間口 9.06m 奥行 6.24m 入口有効 2.2m



Bキャノ BG-4L6360 (軒高タイプ)
間口 6.3m 奥行 6m 高さ 2.98m



広スペースハウス HHK-4040
間口 11.79m 奥行 7.27m 高さ 4.08m



さびない(物置)
左 1916型 / 右 3023型

見て、触れて、体感できる展示場
ご相談～現地下見～お見積は無料です！

JA 信州 諏訪

- JA ファーム茅野 ☎82-5151
- 南部センター ☎72-2157
- 原村営農センター ☎79-2524
- JA ファームふじみ ☎62-2325
- 田中線センター ☎24-3206
- JA グリーンファームすわ ☎57-2203

JA 提携店

カクイチ
A-SITE
諏訪インター店
茅野市中沖7-15

☎0266-71-1132

●営業時間/10:00～17:30
定休日/水曜



農トレ通信

Vol.98

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、その姿を紹介します。



「農業と環境」や普通科の選択生徒の学習に役立てています。

4月からの学習に役立ちそうです

3/7 コロナ禍の学校

卒業式も終わりこの後入學試験などもあり、在校生は2週間ほど登校する日がありません。農場のハウスでは、1年生が植えたパプリカが順調に育っています。この時期職員が管理をしています。このハウスは、バック栽培（ココバック栽培野菜用システム）で、昨年7月20日から8月20日までほぼ1か月間工事を行いました。その間8月12日からパプリカの播種、育苗を実施。11月10日に定植。1年生の

3/22 新年度(春)へ向けての準備

新3年生がそれぞれのコースに分かれて来年度の授業を行いました。「野菜・食品コース」、「機械・環境コース」では課題研究のテーマなど、来年度に向けて学習。「草花・植バイコース」では、サルビア、アスター、キンギョソウなどのセルトレイへの播種をしました。

オリエンテーション・入学式

3月28日、園芸科41名、普通科41名の合格者が入学前のオリエンテーションを開き、入学式や入学後の日程や園芸科の合格者は作業服の採寸などを行いました。4月1日、入学式を行いました。



入学式の入場

入学おめでとう



オリエンテーションの様子



HR教室の様子

お詫び

今年度も新型コロナウイルス感染症拡大で苗祭りが中止になってしまいました。ご理解いただきますようお願い申し上げます。

諏訪は

大奇なり

其四 御柱(三)

私は子供の頃、御柱に見立てた丸太ん棒に×印を付け、それを曳いて遊んだものです。

昭和の時代まで諏訪大社のそれぞれの御柱には×印が刻印されていましたね。この風習が何時の頃から行われてきたものかは分かりませんが、昭和55年度の祭りに一部の御柱に付けられているのが確認できます。しかしそれ以来、上下諏訪社の御柱からこの刻印は消えています。

この×印が何のために付けられたものなのか明確な答えを聞きませんが、多くの人はこの刻印を梶子衆の足場の滑り止



▶上社撰社若宮神社一之柱(昭和61年)



▶×印の彫られた下社の御柱

めと思っていたようです。現に昭和7年の上社の御柱には「山出し」の時点で既に全体に入れ墨のように多数の刻印が施されている写真が当時の新聞に載っています。しかし最近の御柱に関わった棟梁の話によれば、それは御柱を建てる前、御柱の先端を尖らせる「冠落し」の前後あたりに彫られたということであり、他の複数の人からも同様の話を聞きました。そしてその×印の数は七・五・三等の奇数であったということです。このように聞くと、単なる滑り止めとしての×印でもないように思えてきますね。



御柱全体に×印が彫られている。(昭和7年「南信日日新聞」より)



×印のある我が家の手斧

力に託したようで、×印は魔除け的なもの、悪霊を断ち切るもののようなのです。現実には自己の安全と危険からの守護の願いが込められているのでしょうか。ちなみに我が家の手斧に×印が付けられてあるのを発見し、×印に対する謎の興味は一層つのつてくるのであります。

私の住む諏訪市神宮寺区で御柱に関することに於ては物知りで、常に中心となつて指導した古老(故・藤森正治郎氏)の話に「御柱の×印は魔除けだ」と聞いて今までそう信じてきた、と金子孝行さんに教えていただきました。

昭和の時代の御柱には、その時々で「本一」「秋一」、戦後においては「平和」等と彫り込まれたりもしましたが、×印はこれらとは別の意味あるものであり、足場としての×印を一時的な流行で付けただとも思われません。×印を彫る作業は神事以外のところで慣習として行われたために敢えて重要視もされず、本来の意味が忘れられて「滑り止め」と意識され



新3年生 課題研究への取り組み

農業クラブ会長より新年度の挨拶



農業クラブ会長 松浦 凛離

今年度の農業クラブのローガンが「ふれあい、支え合い、つながる農業」です。新型コロナウイルス感染症拡大でイベント等が中止になり、地域の方とふれあうことが少なくなっています。今年度は地域の方と協力して支え合い、多くの方と触れ合える活動ができたらいいなあと思っています。

原 直正

1947年諏訪市生まれ。諏訪の歴史・信仰等を研究する「スワニズム」会員。著書・著作に『龍蛇神』、共著に『諏訪学』・『スワニズム会誌』他。毎月第4日曜日、LCVFM769「キーパーの日曜散歩道」(PM3:00より)にて諏訪信仰の話をしている。

論文

※注1 平成3年5月8日付けの読売新聞

の文化欄、「謎の×刻印」と題する

大阪成蹊短大教授岡田保造氏の小

説文

てしまったのではないのでしょうか。

昭和7年の写真に見る過剰な×の刻印

ですが、この年は前宮社殿を伊勢神宮の

余材を以て造営した年であり、御柱・社

殿を守るための辟邪の思想から×印が多

く付けられたものではないでしょうか。

昭和61年、神宮寺区長沢町担当の上社

撰社若宮神社一之柱には五つの×印が彫

られました。これを最後に区内ではこ

の風習は消えました。

私は確認していませんが、その風習は

現在も残っているようです。「SUWA

zine」編集長の坂間雄司さんと米沢

の吉田直美さんから、まだやっているこ

ろがあると思うよ、との情報をいただ

きました。御柱休め前に行けばまだ見る

ことができると思います。それらが今年

の秋の小宮でどうなりますか、ぜひこれ

を続けてほしいと思いますね。

今晚の
お膳立て



新タマネギとモッツァレラチーズのクリスピーピザ

材料（4人分）

ピザ生地（クリスピータイプ）.....	1枚	バジルまたはペペーリーフ.....	適量
新タマネギ.....	1/2個	オリーブオイル.....	適量
モッツァレラチーズ.....	50g	あらびき黒コショウ.....	適量
トマトソースまたはトマトケチャップ.....	適量		

下準備

オーブンを200℃に予熱する。

作り方

- ① 新タマネギは繊維に対して垂直に5mm幅に輪切りにする。
- ② ピザ生地にトマトソースを塗り、①を並べる。
- ③ オリーブオイルを全体に回しかけ、200℃に予熱したオーブンで10分ほど焼く。
- ④ 焼きあがったらバジルとちぎったモッツァレラチーズを散らし、オリーブオイルとブラックペッパーをかける。

— つくったのは —



志村 緋奈乃 矢島 優香
（JA 管理部 協同活動推進課）

女性部 だより

女性部の活動を
紹介します



第18回女性部通常総会 書面決議により承認

JA女性部は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、第18回通常総会を書面決議により行いました。3月上旬、各ブロックから選出された代議員124人に「第18回通常総会資料」と各議案の賛否を問う議決権行使書面を郵送。同月下旬までに管理部協同活動推進課で回収・集計した結果、全5議案が承認されました。令和3年度は、子どもたちや医療従事者に信州諏訪産の花を贈る「信州諏訪の花プロジェクト」や生活困窮者への食の支援「フードドライブ」、3密を避けた「原村八ヶ岳森の小径散策」「入笠山ハイキング」などを行いました。令和4年度は、従来の活動に加えて地域との繋がりを強化し、若い世代も参加できる魅力ある活動展開を図ります。

令和3年度 各ブロックの活動報告



従来通りの活動ができない中で、新しい活動を見つけた。ことができました。



女性部員、支所役職員から寄せられた衣類・食品等を富士見町社会福祉協会に計2回寄贈しました。今後も継続的に実施していきます。

富士見町 フードドライブ



茅野市で「ディスバットマム(洋ギク)」を出荷する鈴木紘平さん夫妻のご協力で、ほ場見学会を開催。地元農産物への理解を深めました。

湖北 洋ギクほ場見学会



富士見高原リゾートで八ヶ岳散策を行い、天空カートに乗りながら紅葉を楽しみました。仲間と久しぶりに顔を合わせ、諏訪管内の新たな魅力を再発見できました。

茅野市 八ヶ岳散策



諏訪市後山産の豚肉販売会を行いました。肉に臭みやアクが少なく、甘みやコクが強いのが特長で、毎年好評の企画です。今後も、地元農産物を応援していきます。

諏訪市 地元養豚家支援



永田せつ子さん家族のほ場を見学し、野菜の収穫体験を行いました。その後、永田さん指導のもと野沢菜漬け講習会を行い、各家庭で味わいました。

原村 ほ場見学・野沢菜漬け講習会

「胃がん」の検査には、「胃カメラ」が一番信頼されています。

日本では、男性で最も多い癌は前立腺がん、続いて、胃、大腸、肺、肝臓と続きます。また、女性では最も多い癌は乳がん、大腸、胃と続きます。今回は、胃がんの検査と治療法についてお話しします。



胃は、「胃袋」とも言うように、食道に続く袋状の器官で、食べたものを一時蓄えたり消化したりする働きをしています。胃癌は胃の内面を覆っている胃粘膜が何らかの原因で癌細胞となり無秩序に増殖していくことにより発生します。最終的に胃の外まで進行すると近くにある膵臓や大腸を巻き込んだり、腹膜播種といってお腹全体に癌が散らばったりすることがあります。また、癌の進行に伴い癌細胞がリンパ管や血管のなかに入り込み、その中を通ってリンパ節や肝臓や肺などの遠隔臓器に転移を起したりします。

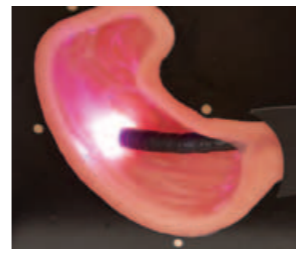
診を受ける機会が減っていきま。しかし、早期の胃がんですと、ほとんど症状がありませんので、やはり年に1回は、検診を受けることが重要です。

一般的には早期胃癌には症状は無く、がんの進行によって症状が出現します。早期胃癌の症状は、合併する胃潰瘍や慢性胃炎の症状のことが多いと言われています。食欲がなくなったり、ムカムカして吐いたりする食思不振、悪心・嘔吐、痩せたり、体がだるい、全身倦怠や、がんの表面が崩れて出血するため起こる吐血・下血などです。また、がん特有な症状ではありませんが、腹痛・腹部不快感、胸焼けなどの症状もあげられます。

現在、胃がん診断で一番信頼されているものは、胃内視鏡検査いわゆる「胃カメラ」です。

胃がんの発生する原因としては、「ピロリ菌」の感染や、喫煙があります。その他には、食塩・高塩分食品の摂取が発生する危険性を高めることがわかっています。このところ、胃がんはピロリ菌の感染率の低下や、食生活の変化のため減ってきてはいます。ただ、どうしても、年齢とともに胃がんの罹患率が上昇し、逆に年齢とともに、検

がんの進行によって症状が出現します。早期胃癌の症状は、合併する胃潰瘍や慢性胃炎の症状のことが多いと言われています。食欲がなくなったり、ムカムカして吐いたりする食思不振、悪心・嘔吐、痩せたり、体がだるい、全身倦怠や、がんの表面が崩れて出血するため起こる吐血・下血などです。また、がん特有な症状ではありませんが、腹痛・腹部不快感、胸焼けなどの症状もあげられます。



胃の粘膜面を直接細かく観察し、必要に応じて組織の一部を採取し顕微鏡検査を行います。がんの確定診断をするうえで極めて重要な検査です。胃カメラは例えるなら、暗いトンネルの中をライト一つで進むようなイメージです。少しでも早く検査が終わって欲しいと思われると思いますが、粘膜の色の変化や凸凹など病変の見逃しが無いように、細かい観察が必要です。大変ですが頑張っていたらと思えます。また、胃カメラでは、食道や十二指腸も観察することができます。

ほかにも、バリウムによるレントゲン検査があります。こちらは、粘膜の細かい観察能力では内視鏡に劣りますが、胃の全体像や凹凸の変化をみることに適しています。がん検診や人間ドックで主に用いられています。ちなみに、当院の人間ドックでは、基本、胃内視鏡検査を受けていただくようになっています。

富士見高原医療福祉センター
富士見高原病院
外科部長

はば よしあき
市 芳昭

松本市出身で、肝臓・胆道・膵臓など消化器が専門です。コロナ禍の現在、我が家の犬と猫に癒されています。

ココロとカラダを調える ヨガのすすめ

今月は
指導 坂本 悦子
(日本ヨーガ禅道友会教師)

パシチモ・ターナ・アーサナ

— 背面を伸ばす 変化型 —
(90度の開脚ねじり入り)

- 期待される効果
- ・脊髄神経の働きを高め精神的に安定します。
 - ・若返りに効果的です。

- 1 まず長座にて座り、姿勢と呼吸を調えながら右足を90度に広げます。
- 2 両手で90度に広げた右足につかまり、腰から背骨もその足の方向へねじり向けます。
- 3 両手はその足を挟むようにおきます。息を吸いながら、さらに背骨が頭頂まで床から垂直になるように引き上げます。
- 4 吐く息をくり返ししながら両手を前に差し出しながら上半身を脚の上に倒してゆきます。下腹の方から上に向かって順々に緩めてゆきましょう。
- 5 胸・喉も緩み下りてきたら最後に喉を引きつけて頭も緩め、額を脚の上に下します。ここまできたらもう一度、上半身の緊張をほぐし、静かな呼吸で30秒～1分程保っています。きた道を辿り起きてきて、落ち着いたら反対をします。

野菜たっぷり 健康な身体! Vol.14

野菜たっぷり 鶏肉のトマト煮



- 材料 (4人分) 1食当たり: 塩分1.2g、野菜200g
SV: 副菜2つ、主菜2つ
- | | |
|------------------|-----------------|
| 鶏肉もも皮付き.....240g | ブロッコリー.....100g |
| A 塩コショウ.....適量 | オリーブオイル.....適量 |
| 小麦粉.....適量 | バター.....適量 |
| サトイモ.....120g | B トマト水煮缶.....1缶 |
| タマネギ.....160g | ケチャップ.....大さじ4 |
| ナス.....100g | コンソメ.....1個 |
| パプリカ.....50g | 水.....100mL |
| ニンニク.....適量 | 塩コショウ.....適量 |
| 生姜.....適量 | |

- 作り方
- 1 鶏肉は食べやすい大きさに切り、Aをまぶす。
 - 2 サトイモ・タマネギ・ナス・パプリカは一口大の乱切りに。ブロッコリーは小房に分けて塩ゆで。ニンニク・生姜はみじん切りにする。
 - 3 鍋にオリーブオイル・バターを入れ、熱する。ニンニク、生姜を炒めてから鶏肉、野菜(ブロッコリー以外)を順に入れ、炒め合わせる。
 - 4 Bを入れ、煮る。野菜が柔らかくなったら、塩コショウで味を調える。
 - 5 器に盛り、ブロッコリーを飾る。

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?

新年度が始まり、皆様はつつつとした日々を過ごされている事と思います。しかし一方で、相変わらずコロナ禍における不安やイライラを感じられてはいませんか? そんなストレスに負けないよう、健康な生活習慣や食事を守って、健康な体をつくっていきましょう。

トマトにはカロテノイド(βカロテン・リコピン)、ビタミンC、ビタミンE等、抗酸化作用を持った栄養素が含まれています。サトイモは冷凍の物や、じゃがいもに代用してもOK。タンパク質と野菜をバランスよく摂って、毎日を元気に過ごしましょう。

各種相談のご案内


新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ご来場の際にはマスクの着用等のご対応をお願いいたします。また、状況により開催を中止する場合がございます。

	日にち	時間	会場	相談員
法律相談 (予約制)	5月17日(火)	午後1:30~午後5:00	岡谷支所	北川和彦弁護士
	5月18日(水)		本所	三井智和弁護士
	6月14日(火)		岡谷支所	北川祥子弁護士
	6月22日(水)		富士見 GC	藤森誠二弁護士
税務相談 (予約制)	5月11日(水)	午後1:30~午後5:00	本所	長田正二税理士
	6月17日(金)		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・下諏訪支所・富士見 GC は ☎57-8000 (本所協同活動推進課) 岡谷支所は ☎24-3203


宅建相談	平日	午前9:00~午後5:00	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 (毎週水曜日と祝日は定休) ※夜間相談日 (予約制)	平日	午前9:00~午後6:00	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。
	土・日	午前9:00~午後5:00	
支所ローン相談	平日	午前9:00~午後3:00	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)	5月12日(木)	午前9:30~午後3:30	富士見 GC 予約 ☎62-2010 (富士見町中央支所)
	5月18日(水)	午前9:30~正午	泉野営業所 予約 ☎72-2185 (茅野南部支所)
	5月18日(水)	午後1:00~午後3:30	玉川研修センター 予約 ☎72-2185 (茅野南部支所)
	6月14日(火)	午前9:30~正午	北山営業所 予約 ☎72-2188 (茅野北部支所)
	6月14日(火)	午後1:00~午後3:30	茅野北部支所 予約 ☎72-2188
	6月16日(木)	午前9:30~午後3:30	長地営業所 予約 ☎27-0806
セレモニーなんでも相談会	5月17日(火)	午前10:00~午後3:00	虹のホール諏訪湖
	5月23日(月)		虹のホールたまがわ

ホールにお越しただけの方は、ご自宅での相談も承ります。随時、事前相談を行っております (見積もり無料)。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



放送休止のお知らせ

御柱祭期間中 (4月1日~6月30日)、
「じゃすまる倶楽部」の放送は休止となります。



法律

弁当の注文を無断キャンセルされた泣き寝入りするしかない？

私は個人で飲食店を営んでいます。コロナ禍で客足が減ったため、持ち帰りのお弁当を販売することにしました。新入社員歓迎のため、50個の予約がありました。予約の日、早朝から従業員総出で弁当を用意しましたが、時間になっても予約した人は現れず、電話も繋がりません。予約の連絡してきた相手については電話番号と名字しか分からないのですが、私は泣き寝入りするしかないのでしょうか。



数 年前から飲食店等の予約の無断キャンセルが社会問題となつています。当然ですが、口頭でも契約は成立しますので、電話でお弁当を予約すれば契約は成立し、店舗側は指定の日にお弁当を注文数分だけ引き渡す義務が生じ、注文者は代金を支払う義務を負います。注文者が予約日に引き取りに来なかった場合には、店舗側は注文者の債務不履行による損害賠償を請求することができます。店舗側の損害としては、無駄になってしまった食材等の費用や人件費、得られたはずの利益など

が考えられますが、お弁当の注文の無断キャンセルの場合にはお弁当の代金相当額を損害として請求することになると思われます。また、相手の情報が少ない場合でも、弁護士に依頼をして携帯電話会社に契約者情報を照会することで住所等を特定することが可能な場合があります。電話番号はそのままに社に契約を移転する番号ポータビリティが行われていた場合には、最初に契約をした会社に対する照会によって転出先を聞き、その転出先を改めて照会を行うこととなります。

最近では、LINEなどのSNSを使って予約を受けている店舗もありますが、SNSアカウント等から住所等を特定することは困難なケースが多いことに注意が必要です。なお、繰り返し同様の行為が行われたり、金額が多額であった場合には、相手に偽計業務妨害罪(刑法233条)が成立する可能性があるため、この場合には警察等へ相談をすることも考えられます。今回のケースでは、弁護士に依頼をして相手方の住所の特定及び代金請求を依頼することが可能ですが、請求金額が(弁護士費用との兼ね合いで)少額なため、費用対効果を含めて、まず弁護士に相談されることをお勧めします。なお、高額・大量の予約の場合には、①前日等に確認の電話をし、連絡が取れない場合にはキャンセルとみなす旨を事前に告知しておく、②当日までに来店の上で代金を支払ってもらう(前払い制)、③団体名(企業名)やその連絡先も聞いておく、などの対策でリスクを回避することを心がけましょう。

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)

家の光

今月のよみどころ

今月の表紙は、俳優の窪田正孝さんです

- 特集1** あんなのも作れる、こんなのも楽しめる もっとホットプレート!
- 特集2** 美輪明宏の 人生相談二十周年 傑作選

そのほか 生活文化活動の応援企画
表情筋を鍛えて脱!老け顔
マスク下の◎顔トレ
手芸 マスクケース



『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



ニンジン
嫌いも克服

ニンジン



作り方

下処理

皮はそのままか薄くむき(皮部分が黒っぽくなるため)、1cm程度の輪切り、いちょう切り、棒状の細切りなどにする。

干す時間、完成の目安

半日~1日程度干す。表面が乾いて白っぽくなり、しんなりしたら取り込む。

お薦め料理 ソテー、ピクルス、炒め物、あえ物、漬物、煮物など

油でさっと炒め、ツナ缶としょうゆで調味。干すことで炒め時間が短縮し、甘味がアップします。



かさが減り
うま味が凝縮

キノコ



作り方

下処理

シイタケは軸を取り、かさを下にして半日~1日ほど干す。シメジは石づきを取り小房に分け、エリンギは縦切りにして半日程度干す。

干す時間、完成の目安

表面が乾いて、程よく縮んだら取り込む。

お薦め料理 だし、スープ、マリネ、炒め物、煮物など

キノコ、ホタテ缶、水を鍋で煮立たせ、みそを溶かせば、だしいらすの即席みそ汁に。



特有の香りが
優しく穏やかに

ピーマン パプリカ



作り方

下処理

へたと種を取り除き、縦半割り、四つ割りなどにする。

干す時間、完成の目安

皮を下にして半日~1日程度干す。表面にしわが寄り、全体にしんなりしたら完成。

お薦め料理 マリネ、ピクルス、あえ物、炒め物、漬物など

皮目をあぶり、オリーブ油、塩、こしょうで味をなじませれば、華やかな一品に。



料理の幅が
グンと広がる

キャベツ ハクサイ



作り方

下処理

葉を1枚ずつ剥がすか根元を付けたくし切りにする。

干す時間、完成の目安

葉を広げて半日~1日程度干す。葉がしんなりしてきたら取り込む。

お薦め料理 ソテー、グリル、煮込み(ロールキャベツ・ハクサイ)、あえ物、漬物など

葉でウインナーを巻き、トマト入りコンソメスープで煮る。下ゆでせずに巻くことができます。



濃厚な甘味・
うま味に感動

トマト



作り方

下処理

へたを取って、皮付きのまま横半分に切り、種を取り除く。

干す時間、完成の目安

皮を下にして、半日~2日程度干す。全体的にしわが寄り、クタツとなったら取り込む。

お薦め料理 サラダ、マリネ、スープ、揚げ物、炒め物、煮物など

ニンニクやハーブの風味を加えたオイルマリネは、バゲットやサラダに。



生とは違う
食感に驚き

キュウリ



作り方

下処理

皮付きのまま、斜め切り、輪切り、棒状などに切る。

干す時間、完成の目安

半日~1日程度干す。表面が乾いて、全体的にしんなりしてきたら取り込む。

お薦め料理 マリネ、ピクルス、あえ物、炒め物、漬物など

干しキュウリのめんたいバター炒め。加熱しても水っぽくならず、癖になる歯応えです。



辛味が和らぎ
うま味アップ

タマネギ



作り方

下処理

皮をむいて根を取り、串切りや輪切りなどにする。

干す時間、完成の目安

半日~1日程度干す。表面にしわが寄り、全体的にしんなりしたら完成。

お薦め料理 サラダ、マリネ、あえ物、炒め物、揚げ物、煮物など

甘味が増したタマネギと豚肉をごま油で炒めるだけ。調味料も少なめで味が整います。



みんなの声



「諏訪は奇なり」は諏訪に住んでいながら初めて知ることも多く、勉強になります。
諏訪市 T・K (72)

昨夏、たくさん凍らせておいた富士見町内産のブルーベリーをジャムにして毎日食べています。「継続は目に良いのかな…」と。
富士見町 Y・H (65)

JA下諏訪支所の共済担当にお世話になりました。大変感じのよい女性でした。
下諏訪町 A・O (72)

世界情勢を鑑みて、食糧問題は喫緊の課題です。これからの農業を考える時、何が重要なのか、何をすべきかについて生産者・消費者が意見を出し合い、備えていかなくてはならないのではないのでしょうか。
茅野市 G・S (54)

「JA信州諏訪NEWS」を読んで、農家さんががんばっているのがよくわかりました。これからも新鮮な野菜・花を求めて直売所に行きたいと思えます。
岡谷市 M・T (78)

『月刊JA's民』7月号「高原病院発」にて、神経内科の先生に回答いただきます。ぜひ参考にしてください。
(組織広報係)

私は疲れるとめまいに襲われます。治らないと言われ、休むようにしているのですが、よい方法があれば教えてください。
原村 S・T (72)

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

プレゼントの希望サイズ
M L

編集後記

「SDGs」という言葉を初めて耳にした当時、何度聞いても聞き慣れず、「持続可能な開発目標」という日本語訳もいまいピンとこなかったことを覚えています。しかし、某テレビ番組で「SDGsは“誰1人取り残さない”社会づくりのために達成すること」と聞いたのをきっかけに、身近に感じるようになりました。例えば、エコバックの利用は、目標12・14に通ずるそう。「これなら私でもできる！」と日々実践中です。JAの事業活動もSDGsに通じることがたくさんあります。毎月、「JA信州諏訪News」コーナーで紹介していきますので、ご覧いただければ幸いです。 ㊦

水稲生産者及びそば生産者の皆さまへ

出荷申込書の提出をお願いします

令和4年度、水稲・そばを出荷される方は、出荷申込書を提出してください。出荷数量を把握し、有利販売につなげていきます。そばの出荷申込みは、経営所得安定対策の数量払い交付金を受けるためにも必要になります。

今年、新規で作付けをされる方は、印鑑をご持参いただき、作付け面積をお調べになって
5月20日(金)までに
最寄りの営農センターまでお越しください。



詳しくは、最寄りの営農センターまたは営農部までお問合せください。

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
5月23日(月) 午前10時	茅野市営農センター	キャベツ定植作業。ズッキーニ播種・定植作業(現場視察)
5月26日(木) 午後2時	富士見町営農センター	ダイアサンスカーネーション定植作業、ユウカリ定植作業(現場視察)
6月6日(月) 午前10時	すわこ営農センター	きゅうり定植作業(現場視察)

② JA 新規推進品目「小玉スイカ」栽培指導会

開催日時	開催・集合場所	内容
6月3日(金) 午後2時	原村営農センター	つる整理とつる引き作業(現地指導会)

③ 農業きっかけづくり相談会

・農業経営を始めたい方向け。個別相談を行います。

開催日時	開催場所
5月28日(土) 午前9時	JA仲町会館2階小会議室

※①②③ともに、事前申し込みが必要です。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 森山直光 ☎0266-71-2700 ✉naomitu.mo@mid.nn-ja.or.jp

理事会ニュース

令和4年3月29日(火)に開催した「定例理事会」で、以下の議題を含む全11議案について協議・決定しました。

▶ 令和4年度 事業計画 農政活動・農業振興事業の事業方針
10年後の販売高100億円を見据え、諏訪地域の生産基盤の強化に取組みます。

- ▶ 重点項目
- ① 担い手ニーズへの対応による生産基盤の強化と担い手育成…農家台帳作成と農家経営改善支援、「1日バイトアプリ」導入提案。
 - ② 農業生産基盤づくりによる農業生産の維持拡大…コメ新品種の導入推進と水田転作品目への誘導。
 - ③ 持続可能な農業・環境負荷に配慮した農業への取組み…「みどりの食料システム戦略」に基づいた環境負荷の軽減など。
 - ④ 営農指導業務の強化に向けた取組み…営農支援システム「あい作」活用による業務の効率化。
 - ⑤ 生産者の声を反映した農業政策・地域政策の確立に向けた農政活動の展開…地域農業の持続的発展のための国内農業政策など。

令和4年3月末 主な事業量

貯金高	2,746億円
貸出金高	446億円
長期共済保有高	6,131億円
年金共済保有高	55億円
購買取扱高	71億円
販売取扱高 (直売所委託販売含む)	1億円
組合員数 正	8,117人
准	10,580人
計	18,697人

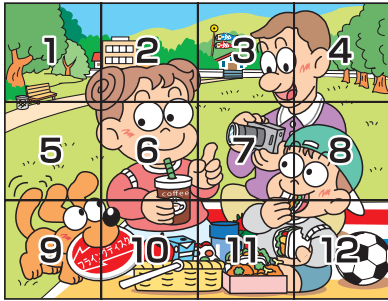
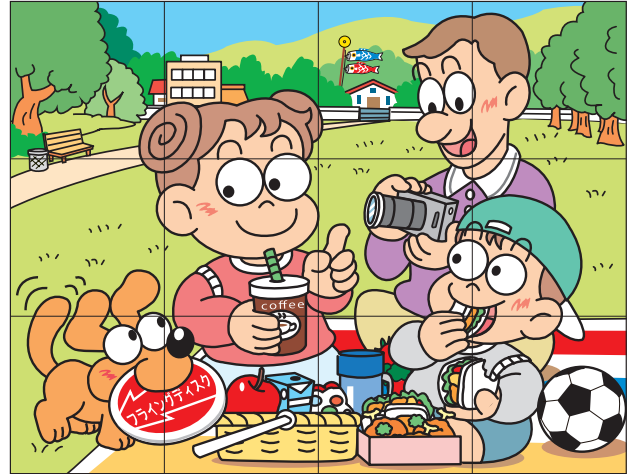
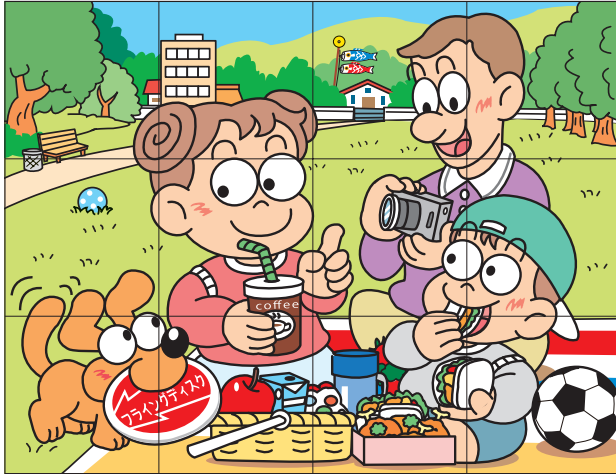
5月の定例理事会は、5月25日(水)に開催予定です。



強い脳に改革す のう きょう 脳強改革

左右のイラストには違う部分が **5カ所** あります。
間違っている部分は左下の枠内の数字で探しましょう。

今月は
まちがいざかし
まちがいは
5つ!



左右のイラストで
間違っている部分が
ある枠の数字を
5つ全部
お答えください。

4月号の答え

「ヤエザクラ」

ニ	ユ	ウ	ガ	ク	シ	キ
	エ	ス		ワ	ラ	
レ	ン	ア	イ		フ	デ
ン			ジ	ヤ	リ	ン
チ	タ		シ	ヨ	ウ	ワ
	イ	ゴ		ウ	ラ	
ミ	ヤ	ザ		ワ	ケ	ジ

- 応募総数310通 (内、正解306通)
- 最年長応募者 101歳
- 最年少応募者 1歳

— 今月のプレゼント —

農作業、荷造りなど幅広い作業に…
天然ゴム背抜き手袋(10双組入)
レッド 1袋

応募はがきの記入欄に、希望するサイズ (MまたはL) を〇してください。



20名様に
当たる!!

※これらの商品は管内 JA ファーム各店でお買い求めいただけます。

締切は **5/23(月)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、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

558

差出有効期限
令和5年3月
31日まで
(切手不要)

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