

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」

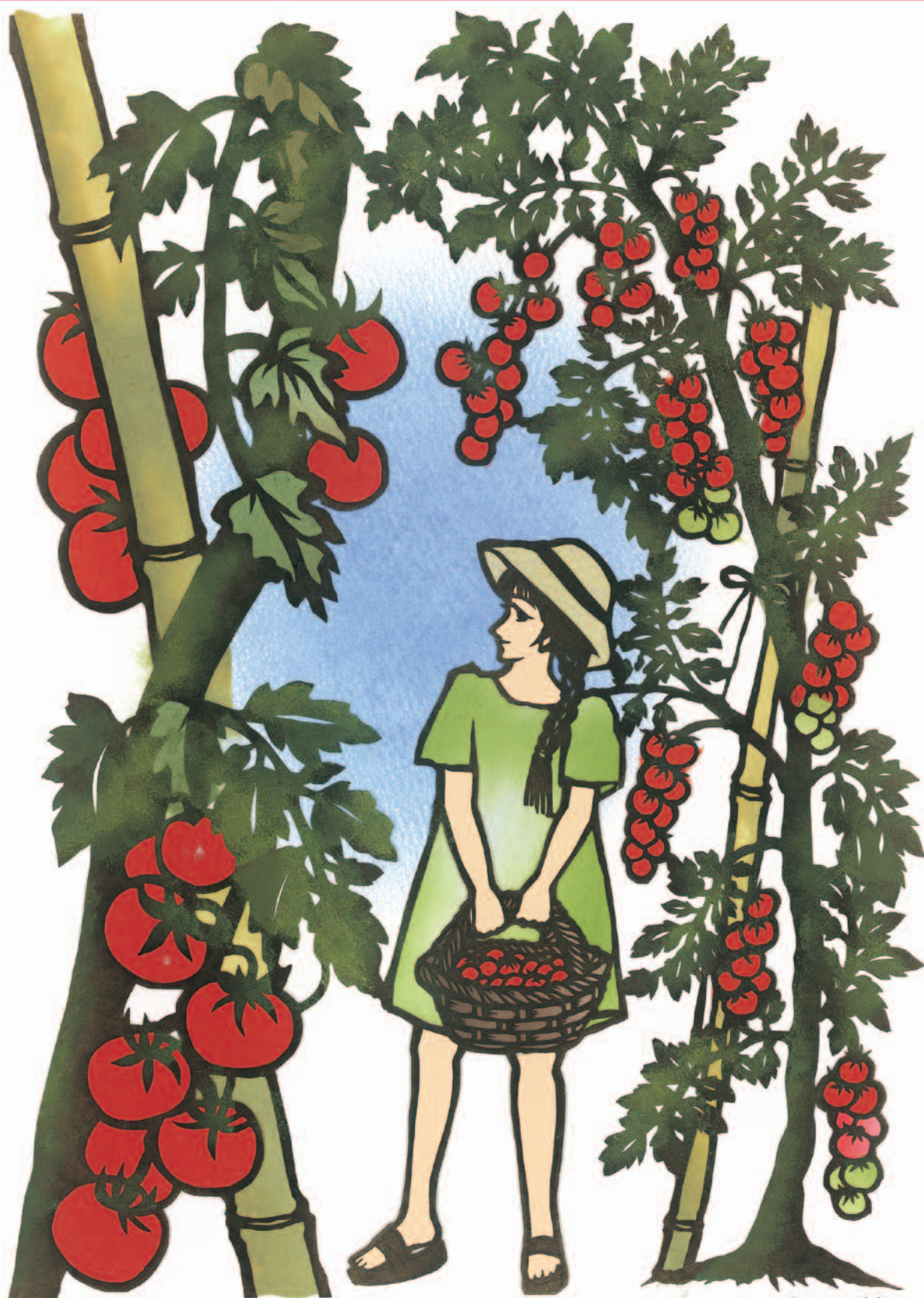
2022

7

No.221

特集

第18回  
通常総代会



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  
第18回通常総代会
- 8 JA 信州諏訪 NEWS
- 11 JA 信州諏訪 NEWS/  
農業機械展示商談会のお知らせ/  
JA 農業機械ご成約キャンペーン
- 12 教えて農ハウ…米づくり
- 13 教えて農ハウ…花きづくり
- 14 家庭菜園 いざ、鎌鋤
- 15 直売所通信
- 16 今月の資材だより
- 17 生産資材課商品広告
- 18 諏訪は奇なり—ふしぎ・謎・興味津々—
- 19 富士見高校 園芸科「農トレ通信」
- 20 女性部だより/身近な情報局
- 21 今晚のお膳立て
- 22 高原病院発
- 23 ヨーガのすすめ/  
野菜たっぷり！健康な身体！
- 24 暮らしの相談/  
『家の光』今月の読みどころ
- 25 各種相談・教室のご案内/  
「じゃすまる倶楽部」のお知らせ
- 26 組合員の皆様からの情報提供窓口について/  
新規就農・作付け希望者の皆様へ/  
理事会ニュース/主な事業量
- 27 民々の声をご紹介します/編集後記

## 季のある記

ちょこっと四季コラム

**日** 本の夏の風物詩である花火。数ある花火大会の中でも、4万発余りの花火が夏の夜空を彩る「諏訪湖祭湖上花火大会」は打上数、規模ともに全国屈指とされています。

四方を山に囲まれた諏訪湖から打ち上がるため、その音は山に反響し体の芯まで響きます。また、湖面が鏡の役割を果たし、ここでしか見ることのできない花火を眺めることができます。



JA 信州諏訪オリジナルカレンダー  
2016年版入選写真「湖上に咲く花」  
渡辺捷二さん(岡谷市)撮影

始められました。今年も昨年同様、8月1〜15日の15日間での分散開催となります。また、7月24日からは「サマーナイト花火」も行われます。

元々、疫病退散への願いから生まれたとする説もある花火。新型コロナウイルス感染症の一刻も早い終息を祈りたいものです。

## 表紙のことは

好きな夏野菜はトマト・ナス・キヌワリ  
トウモロコシ・オクラ・スイカ あげればきりがた  
私の更家の裏には家庭菜園があり  
おぼろさんがつくってくれた野菜を食べて大きくなった  
なかがり おぼろさんトマトはとびきり  
美味しかった  
相母から父へ、おぼろさんへと菜園のバトンは  
渡された  
夏の日また小学生だった娘がプチトマトを  
沢山採って私にプレゼントしてくれたのが嬉しくて  
しるし時、情景をきりえにしるしみた  
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」王宮美学復古再生賞受賞。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。

## 子どもも大好き 夏にぴったり



## ロコモコプレート

### 材料 (4人分)

- |                     |                        |
|---------------------|------------------------|
| ・タマネギ.....2個        | ・マヨネーズ.....適量          |
| ・ニンニク.....2片        | ・顆粒コンソメ.....大さじ1       |
| ・合いびき肉.....600g     | ・ウスターソース.....大さじ4      |
| ・パン粉.....大さじ2       | ・ケチャップ.....大さじ2        |
| ・牛乳.....大さじ2        | ・バター.....20g           |
| ・溶き卵.....2個         | ・レタス・アボカド・トマトなど.....適量 |
| ・塩コショウ.....小さじ1/2程度 | ・目玉焼き.....4個           |
| ・ナツメグ.....少々        | ・ご飯.....4人分            |

### 作り方

- ① タマネギ・ニンニクをみじん切りにしじっくり炒め、しんなりしたら半量はハンバーグ用に取り分け、粗熱をとる。残りの半量は餡色になるまで炒める。
  - ② ボウルにパン粉を入れ、牛乳で浸しておく。
  - ③ 合いびき肉・炒めたタマネギ・ナツメグ・塩コショウを加えよく混ぜる。溶き卵は生地のまとまりをみながら入れ捏ねる。
  - ④ ③を4等分に成型し、フライパンに油を薄くひき、強火で両面にこんがり焦げ目をつけ、水小さじ1を加え蓋をして10分程蒸し焼きにする。
  - ⑤ フライパンに①の残りのタマネギ・コンソメ・水10ml・ケチャップ・ソース・バター、④で残った肉汁を加え弱火にかけ、とろみがつくまで煮詰める。
  - ⑥ ご飯の上に、千切りレタス・くし切りトマト・角切りのアボカド・ハンバーグをのせてソースをかける。
  - ⑦ 目玉焼きをのせ、マヨネーズを添える。
- ※お好みで、チーズをのせるのもおすすめです。





# 不断の自己改革 に取組み

## 地域に根ざした なくてはならないJAへ

JA 信州諏訪は5月26日、第18回通常総代会を茅野市のマリオローヤル会館で開きました。新型コロナウイルス感染防止のため本人出席15人、書面出席491人の計506人が出席。令和3年度事業報告や剰余金処分、令和4～令和6年度の3カ年計画、定款の一部変更など全7議案が承認となりました。

小松八郎組合長は「食と農を基軸とし、組合員の皆様と共に考え、地域に根差した協同組合として、目標達成に向け、役職員一丸となって取組んでいく」と決意を表明しました。

3カ年計画（令和4～令和6年度）の初年度となる今年度は、組合員の声を反映した「不断の自己改革」を継続。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を構築します。野菜・花き・米雑穀などJA全体の生産販売額は、22年度は88億円。10年後に100億円をめざす計画です。

### 第1号議案

令和3年度事業報告、事業報告の附属明細書及び剰余金処分案の承認について

### 営農農政活動

新型コロナウイルス感染症に係る農業分野の影響を踏まえ、米の需給改善と米対策の拡充、燃油高騰、生産資材高騰への対策など必要な予算確保に向け要望事項を政府に働きかけを行いました。昨年引続き、経営維持に向けた支援策として「経営継続補助金」への伴走支援に取り組みました。

(1) 地域農業・担い手確保対策  
所得の増大実現のため、「融資で後押し

しがらみ」を農家応援事業Ⅱ「農業振興サポート事業」「特定農機具購入支援事業」「農機レンタル事業」を実施し農業振興・生産維持拡大に取り組ましました。

(2) 水田農業・生産調整対策  
地域農業再生協議会と連携して「経営所得安定対策事業」を推進、また国の生産数量目標の配分廃止に伴い、産地が主体的に作付けを判断できるよう生産者への配分について各地域農業再生協議会と調整を行いました。

令和4年度から導入の新品種「つきあかり」栽培に向けては、現地指導会（7月・9月）を開催し、品種特性や試験内容などについて説明しました。

(3) 食・農に対する理解促進対策  
花き消費・PR活動の一環として、管

内の小学校、中学校、特別支援学校50校へ笑顔あふれる学校生活の応援と花への親近感や生活に花がある必要性を伝えるため、フラワーアレンジメント制作と展示用花き贈呈により「花育活動」を実施しました。

また、コロナ感染拡大により「生乳」がつかない規模で余剰気味となり、廃棄の恐れがあったため、全国大会出場を果たした東海大付属諏訪高等学校と岡谷工業高等学校に消費拡大と地産地消を併せ、牛乳・コメ・ぶなしめじ・えのきたけを食育活動の一環として贈呈しました。

(4) その他対策  
農作業事故の未然防止の啓発活動、農業経営のリスク低減のため労働災害保険の加入推進を行いました。また、JA長野県農業労働力支援センターと連携した労働力確保と無料職業紹介事業による求人募集を行い、人材確保に向けた取組みを実施しました。

### 信用事業

農業メインバンク機能を発揮するため、年間訪問目標300先をリストアップし、農業融資専任担当者1名、農業担い手金融担当者8名で訪問活動による関係構築強化を図りました。

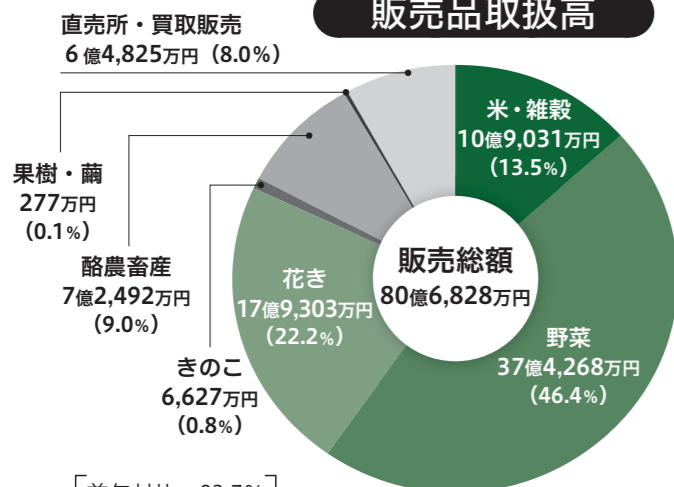
行政や営農部と連携した「融資で後押しがらみ」を農家応援事業Ⅱを活用したハウス施設建設の資金調達を農業融資で支援し、農業融資残高は期首対比111・5%の12億7,200万円となりました。

### 共済事業

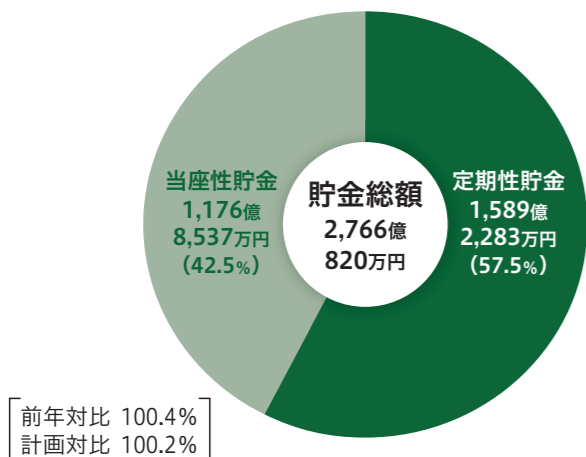
「ひと保障」を重点とした保障提案活動と次世代層との接点拡充などニューパートナーズ獲得に向けた普及活動を行いました。ニューパートナーズ1,290人を目標に掲げ、結果は808人（達成率62・6%・前年対比87・8%）と目標に届かなかったものの重点事項として次年度以降も継続して取組めます。

また、昨年度に続きJA共済地域・農業活性化促進助成金を活用し「特定農機具購入支援事業」「鳥獣被害防止対策支援事業」「農機レンタル支援事業」「米穀判別機の導入支援事業」について総額約1,600万円を助成しました。

### 販売品取扱高



### JA貯金



議長団を務めた富士見町の小池松人さん（左）、諏訪市の金子喜彦さん（右）



JAの体質強化、協同活動強化

協同活動の推進を図るため、組合員との話し合いの場として支所運営委員会等を行い、JA運営への意見・提言をいただきました。コロナ禍の影響で直接意見を聴く場が限られましたが、組合員アンケートや機関誌「月刊JA's民」の「組合員の声を聴く」はがきで毎月多くの意見をいただきました。昨年度1年間で5、100通を超えるご意見をいただきました。いただいた意見は内部で共有し自己改革の推進に生かしています。

づくりに貢献します。

「不断の自己改革」に取組みながら地域に根ざした「なくてはならないJA」として、役員員一体となって自己改革目標及び全体目標達成のため各事業の重点項目10項目に取組みます。

第4号議案

令和4年度賦課金の額、賦課の方法、徴収の時期及び徴収方法の決定について

令和4年度の賦課金の額、賦課の方法は、正組合員1戸・1法人・1団体当たり3,000円とし、徴収の時期及び徴収方法は、令和4年10月に全額、原則的に信州諏訪農業協同組合に開設されている組合員名義の当座性貯金口座より振替徴収いたします。

第5号議案

令和4年度における理事及び監事の報酬決定について

理事35人の報酬については総額7,300万円以内とし、その範囲内における各理事の報酬額、支給方法などは理事会に一任します。監事8人(員外監事1人を含んでいます)の報酬は総額1,900万円以内とし、その範囲内において監事の協議に一任します。

第6号議案

職員として永年勤続したとして(写真左から)伊藤秀彦さん、清水浩さん、縄田健二さんほか45人が顕彰を受けました。また、協同組合運動推進に貢献したとして、故伊藤太万司さんを顕彰しました。



第2号議案・第3号議案

3カ年計画(令和4年度～令和6年度)の設定について  
令和4年度事業計画並びに総合損益・財務計画の設定について  
3カ年計画(令和4年度～令和6年度)およびその初年度にあたる令和4年度計画については、従来から取組んでいる「JA自己改革」を組合員の声をJA運営に反映しながらPDCAを回し、「不断の自己改革」として継続していく計画です。  
また、基幹支所を基点に協同活動等の取組みを強化し、コロナ禍等の環境変化にも対応した持続可能な総合JAとして、地域の農業振興、暮らしやすい地域

生産販売額計画

	令和4年度	令和5年度	令和6年度
野菜	42億5千万円	44億円	45億円
花き	20億円	20億円	20億円
米雑穀	12億1千万円	12億1千万円	12億5千万円
酪農畜産	7億円	7億円	7億円
直売所	6億円	6億5千万円	7億円
きこ果樹繭	4,450万円	4450万円	4,450万円
合計	88億円	90億円	92億円

定款の一部変更について

(1)役員定数について理事5名の削減、又合わせて監事2名の定数の削減を行います。なお、役員定数の変更については、行政庁の認可後最初に生じる役員改選から適用し、それまではなお従前の定めによります。  
(2)銀行法施行規則等の改正により、「リスク管理債権」と「再生法開示債権」

剰余金処分計算書

(令和3年度) (単位:円)

科目	金額
1. 当期末処分剰余金	714,148,441
2. 剰余金処分量	389,978,719
(1)利益準備金	17,965,041 <sup>注1</sup>
(2)任意積立金	290,804,168
経営基盤強化積立金	236,289,511
農業振興対策積立金	13,480,570
農業開発積立金	41,034,087
(3)出資配当金	31,209,510 <sup>注2</sup>
(4)事業利用分量配当金	50,000,000 <sup>注3</sup>
3. 次期繰越剰余金	324,169,722

注1 利益準備金は当期剰余金の5分の1相当額です。  
注2 出資配当金の配当率は年0.50%の割合です。ただし、年度内の増資および新加入については日割計算です。  
注3 事業利用分量配当金は、定期性貯金の平均残高、貸出金の受入利息、長期共済掛金の利用高に応じて配分します。

損益計算書

(令和3年3月1日から令和4年2月28日まで) 単位:百万円

科目	金額	科目	金額
1. 事業総利益	3,837	2. 事業管理費	3,769
信用事業収益	2,375	(1)人件費	2,705
信用事業費用	498	(2)その他事業管理費	1,063
信用事業総利益	1,876	事業利益	68
共済事業収益	1,256	3. 事業外収益	720
共済事業費用	144	4. 事業外費用	400
共済事業総利益	1,111	経常利益	388
購買事業収益	3,738	5. 特別利益	7
購買事業費用	3,303	6. 特別損失	273
購買事業総利益	434	税引前当期利益	122
販売事業収益	335	7. 法人税・住民税及び事業税	17
販売事業費用	164	8. 法人税等調整額	15
販売事業総利益	171	当期剰余金	89
その他の事業収益	639	当期首繰越剰余金	330
その他の事業費用	396	目的積立金取崩額	293
その他の事業総利益	243	当期末処分剰余金	714

ご案内

・通常総代会各議案の内容は、別冊の第18回通常総代会資料(要約版)および3カ年計画書(令和4年度～令和6年度)にも掲載しています。正組合員宅1戸につきそれぞれ1冊配布します。  
・准組合員で詳細な資料をご希望の方は、最寄りの支所窓口にお申し出ください。  
・第18回通常総代会にてご承認いただきました、令和3年度分の出資配当金・事業利用分量配当金は6月6日(月)に口座に入金しました。なお、各通知書につきましては、はがきにてご案内させていただきます。  
所得税の確定申告等でご利用いただく書類となっておりますので、大切に保管をお願いいたします。

料金を後納郵便

親展重要

令和3年度出資配当金通知書

令和3年度事業利用分量配当金通知書

令和4年6月6日

信州諏訪農業協同組合

代表理事組合長 小坂 八郎 (公印省略)

【重要】

本通知書は、所得税の確定申告等でご利用いただく書類です。その旨を必ず大切に保管してください。

第7号議案

役員退職慰労金積立規程の一部変更について  
役員退職慰労金の管理は、「長野県農協役員退職給与積立金管理組合」に加入して管理を行っていますが、同組合は「一般社団法人長野県農協漁業団体共済会」に名称変更されているため名称を変更します。



## 原村集荷所 初出荷セレモニー



8 農産物の生産・出荷  
15 農産物の生産・出荷  
自己改革  
農業所得増大  
5/20

今年度の生産に向けて決意を述べる清水英樹さん

JA 原村野菜部会は、原村野菜集荷所で、原村集荷所初出荷セレモニーを開きました。セルリー、ブロッコリー、パセリの生産者と同部会や行政の関係者、JA 役職員約30人が出席。同集荷所では2022年度、野菜全体で出荷数量122万5,500ケース、販売高で28億1,300万円の受託販売を計画しています。

セルリー生産者の清水英樹さんは「栽培に苦勞した面もあったが、例年通り初出荷を迎えることができ、ほっとしている。安全・安心で新鮮な野菜を全国の皆さんに届けられるよう、生産に励みたい」と決意を述べました。

## JA 窓口にスターチス飾る



5/19  
15 農産物の生産・出荷  
17 農産物の生産・出荷  
自己改革  
農業所得増大

店舗入口にスターチスを飾った富士見町中央支所

JAと信州諏訪農政対策協議会は、JA施設10カ所に管内産のスターチスを飾っています。来所した多くの人の目を楽しませています。

宿根スターチスは花持ちがよくボリューム感があり、ドライフラワーとしても人気の高い品目。管内では、主に原村で栽培され、5月中旬から6月にかけて出荷最盛期を迎えました。

JA 富士見町中央支所では、入口近くに特設スペースを設け、花瓶2つに約25本ずつつけて飾りました。

同支所の窪田裕章統括所長は「今年も管内産花きのPRに力を入れ、地元農家を応援していきたい」と話しました。

## 宿根カスミソウ 出荷開始



5/24  
11 農産物の生産・出荷  
15 農産物の生産・出荷  
自己改革  
農業所得増大

宿根カスミソウの選花作業を行う吉井さん

管内で宿根カスミソウの出荷が始まりました。生産農家37戸が日々、栽培・出荷作業に追われています。

茅野市の吉井久江さん(69)は約40年前、夫の故誠史さんと栽培を始めました。現在は、娘のあゆみさんと、ハウス29棟(計60アール)で主に「アルタイル」を育てています。

吉井さんは「仲間やJAの営農指導員に助けられながら農業を学んでいる。燃料や資材費が高騰するなど環境は厳しいが、経費を少しでも削減できる工夫をし、夫から受け継いだ田畑を守り、農業を長く続けていきたい」と前向きに語っています。

## 高島城祭で菊苗販売



15 農産物の生産・出荷  
17 農産物の生産・出荷  
自己改革  
農業所得増大  
5/22

菊苗の購入者に仕立て方をアドバイスする河西会長(中央)

諏訪地域の菊愛好家で作るJA 信州諏訪健香会は、諏訪市で開催された第53回高島城祭に出店し、大菊とドーム菊の苗を販売しました。購入者には後日開催予定の講習会を案内しました。これから菊づくりに挑戦したい人や、既に楽しんでいる人を会員に迎え入れ、毎年開催している諏訪大社上社奉献菊花展示会をさらに盛り上げたい考えです。

河西佳一会長は「私たちと一緒に菊づくりを楽しみましょう」と呼びかけています。

菊づくりを JA 信州諏訪 健香会 会員募集中です  
楽しもう! お問い合わせ 本所 協同活動推進課 (57-8000)

## 管内の田植え作業 順調に進む



水稲苗を引き取る生産者

各営農センターで、水稲苗の引き渡しを行いました。水稲生産者が予約注文分を持ち帰り、田植えを行いました。

生産者の労働力軽減、生産コストの削減を目的に、毎年行っている取組み。水稲苗は、JA で種をまき、育苗したものです。

すわこ営農センターでは、約200人の生産者から注文があり、「つきあかり」「コシヒカリ」「ひとめぼれ」など6品種計7,300枚分を用意しました。

14日は、諏訪市の育苗ハウスに生産者55人が訪

1 農産物の生産・出荷  
2 農産物の生産・出荷  
8 農産物の生産・出荷  
11 農産物の生産・出荷  
15 農産物の生産・出荷  
自己改革  
農業所得増大



JAの水稲苗でさっそく田植えを行う生産者

整然と苗が植まりました

れ、一輪車を使って育苗箱を運びました。

苗を引き取った同市の藤森浩さん(59)家族は、親族で同市の関政英さん家族と協力し、さっそく田植えを行いました。

藤森さんは「植えやすい長さのとてもよい苗でありがたい。豊作となり、家族や親せきとおいしいお米が食べられればうれしい」と願っていました。

## 直播・先進田植え機で田植え



水稲種もみの播種を行う部会員ら

JA 富士見町農作業受託部会は、水稲直播種作業を行いました。同部会は今年、町内の水稲生産者16人から水田53枚(約12ヘクタール)を受託。部会員が交代で播種機を操縦。種もみが均一に播種できているか複数人で確認しながら、作業を進めました。

JA 子会社「あぐりクリエイティブ信州諏訪」は、富士見町で田植えを行いました。同社員と委託生産者、JA 職員が水田110枚(約23.5ヘクタール)の作業にあたりました。

使用した田植え機は8条植えで、自動操舵などの先進的機能を搭載したものの。参加者は、育苗箱を積

1 農産物の生産・出荷  
2 農産物の生産・出荷  
8 農産物の生産・出荷  
11 農産物の生産・出荷  
15 農産物の生産・出荷  
自己改革  
農業所得増大



水稲苗を確認しながら田植えを進める名取さん



富士見町の育苗ハウスから苗を運び出すJA職員

み込んだ軽トラックを畔の脇に着け、手際よく機械にセットし、作業を進めました。

委託生産者の名取靖さん(61)は「作業は順調。最終日まで、丁寧かつ効率よく進めていきたい」と話していました。

## 大祭の熱気浴びた法被集まる



諏訪地域の法被が集まった「式年造営御柱大祭 法被展」

JA本所で、「式年造営御柱大祭 法被展」を開いています。役職員が持ち寄った各市町村や大祭関係者用の法被など展示。来所した組合員・地域住民に眺めてもらい、思い出話に花を咲かせてもらいたい考えです。

今回は祭中、氏が羽織る法被に着目した職員が「諏訪地域の法被を集めた展示会を開き、来所者に楽しんでもらおう」と企画したものです。

法被は、JA オリジナル、市町村や地区の住民用、「木遣り保存会」や「喇叭(らっぱ)隊」など関係者用など10点以上。約50年前につくられた歴史ある品も並んでいます。

## 「JA まごころ宅配」が好評



「JA まごころ宅配」で家庭に届ける食材のメニューの一例

JA子会社「あぐりライフ信州諏訪」の「JA まごころ宅配」が好評です。週1～2回、ニーズに合わせた食材が自宅に届く事業。組合員・地域住民から「食卓の充実に役立たい」と問合せがあります。

管理栄養士がバランスよく組み合わせた食材を届ける「おまかせコース」と、チラシの中から商品を自由に選べる「選べるコース」があります。

運転免許証を返納した人の新規加入特典や、2回分が無料の「おためしセット」も用意。詳しくは同社宅配センター（☎72-0731）までお問合せください。

6/1

2 健康に配慮

3 安心安全に生産・加工

自己改革

## 小玉スイカ 初の現地指導会



定植後の苗の管理方法を学んだ現地指導会

JA 営農部は、原村のほ場で「小玉スイカ栽培講習会」を開きました。生産者、諏訪農業農村支援センターの職員、JA 職員ら15人が参加。同部農業振興センターの柳澤輝佳課長代理が説明を行いました。

小玉スイカは、JA の新規栽培推奨品目です。この日は、定植後はトンネル栽培を行い、夜間保温することにより、活着と生育の促進に努めることを確認。摘芯の方法を伝えました。

同村の野明和治さんは「初めて栽培している。講習で学んだことを生かして、出荷を目標に日々管理していきたい」と感想を述べました。

4 安心安全に生産・加工

15 環境に配慮

農業所得増大

5/27

## 「ミセスジャパン長野」に野菜提供



篠原さん(左から2番目)に新鮮野菜を手渡した JA 営農部職員

JA は、諏訪市の「ホテル紅や」で開かれた「ミセスジャパン2022長野選考会」に管内産の野菜を提供しました。大会の選出メンバーが野菜を使ったレシピを提案し、SNS に投稿しました。

今回は、「チャレンジする女性が地域に明るい話題を提供する」という開催趣旨のもと、コロナ禍で打撃を受けた農産物を盛り上げる企画として実施。JA がセルリー、ブロッコリーなどを寄贈しました。

同大会エリアプロデューサーの篠原曜子さんは「大会を通じて、信州諏訪の農産物の盛り上げに貢献したい」と感謝しました。

8 安心安全に生産・加工

17 環境に配慮

農業所得増大

5/15

## 農業機械展示商談会を開催します

日時 7月22日(金) 午前9時から午後4時まで  
7月23日(土) 午前9時から午後3時まで

会場 原村農機センター ※8月には、管内の他農機センターでも開催します

目玉商品を多数展示！  
お気軽にご来場ください。

## JA 農業機械ご成約キャンペーン

～農業機械を買って、食味(香り・食感)に優れた信州の牛肉を当てよう！～

応募対象期間 令和4年6月1日(水)～8月31日(水) ご成約分まで

対象期間内に1台あたり100万円(税込)以上の農業機械をご購入頂いた方、抽選で100名に信州の牛肉をプレゼント！※抽選に外れた方にももれなく粗品を進呈



詳しくは、お近くのJA 農業機械センターまで

## 交通事故のない社会へ



自動車の死角から飛び出した自転車が事故に遭う瞬間を再現

JA 共済と長野県警察本部が、諏訪市の諏訪清陵高等学校・附属中学校で、自転車交通安全教室を開きました。スタントマンが危険な自転車走行に伴う交通事故現場を再現。生徒は、交通ルールと日常に潜む危険を再確認しました。

全校生徒960人と学校関係者、諏訪警察署と共済連、JA 関係者が出席しました。歩行者と車が衝突する光景を目の当たりにした生徒からは、悲鳴や驚きの声があがりました。

3年生の星文乃さんは「今日学んだことを忘れず、十分に注意しながら自転車に乗りたい」と話していました。

3 安心安全に生産・加工

4 安心安全に生産・加工

自己改革

5/26

## 米づくりでドローン活用



早朝に行ったドローンによる除草剤散布

富士見町の平出直文さん(75)は、2021年度からドローン(小型無人飛行機)を活用した米づくりを行っています。この日は、平出さんとJA 職員が参加し、ドローンパイロットの「ソリストエアワークス」代表池田俊之介さんによる今年度初めての作業を見守りました。

機体は地上3メートルの高さを飛行。時速約15キロで10アールを1～2分で除草剤をまき終わりました。

平出さんは「ドローンで手早く正確に作業してくれると、とても助かる。できる限りの負担を減らしながらも、おいしいお米をしっかり生産できるよう栽培管理に努めたい」と語りました。

9 安心安全に生産・加工

15 環境に配慮

農業所得増大

5/26

# 花き害虫防除

花の商品価値として最も重要な「花卉」や「莖葉」を食害するハダニとアザミウマは、梅雨明けからの気温上昇に伴い、被害の発生が急激に拡大することが予想されますので、以下の内容に注意して薬剤散布に努めてください。

- ① 「梅雨明け宣言」がされてから1週間以内に最低でも2回以上の薬剤散布を実施してください。※例年では7月10日以降には温度上昇が見込まれますので、過去の記録を参考にして薬剤散布を行ってください。

【関東甲信 過去の梅雨入り・梅雨明けの記録】

年度	梅雨入り	梅雨明け
2017年	6月7日ごろ	7月6日ごろ
2018年	6月6日ごろ	6月29日ごろ
2019年	6月7日ごろ	7月24日ごろ
2020年	6月11日ごろ	8月1日ごろ
2021年	6月14日ごろ	7月16日ごろ
平年	6月8日ごろ	7月21日ごろ

国土交通省気象庁「昭和26年(1951年)以降の梅雨入りと梅雨明け(確定値)：関東甲信」より抜粋

- ② 薬剤散布を行う際は、植物の葉裏や、栽培密度が高い品目では、散布ムラにより防除効果を十分得られない可能性があるため注意してください。

ポイント…大切なのは薬液量です。希釈倍率は、散布農薬の登録内容を確認してください。



ハダニの被害

- ③ 可能な限り同系統の薬剤散布は避けてください。系統に関する情報は、JA 信州諏訪営農部発刊の『令和4年度 農作物栽培のしおり』を確認してください。



農業振興センター 営農指導員 矢沢 光洋

担当よりひとこと

施設栽培では例年同じ個所からダニの発生が確認されることが多いです。それぞれの施設環境をよく確認し、早期の対応を行ってください。

# 農作業中の熱中症に気をつけましょう!

農作業中の熱中症による死亡事故は日中の最高気温が30℃を超える日が多い7～8月に多い傾向があります。ビニールハウス内等においては全国では既に死亡事故が発生しています。

農繁期に入り、ほ場やハウス内での農作業が多くなりますが、右記の点に注意しましょう。



- 1 日中の気温の高い時間帯を外して作業を行いましょう
- 2 作業前・作業中の水分補給、こまめな休憩をとりましょう
- 3 屋外では帽子、吸汗速乾性素材の衣服、屋内では送風機やスポットクーラーなどの熱中症予防グッズを活用しましょう
- 4 単独作業を避けましょう
- 5 高温多湿の環境を避けましょう

# 7月の水田管理

## 水管理

早い品種では6月末頃より幼穂形成期に入ります。幼穂形成期に入ったら幼穂が水面下に入る管理を行いましょう。特に出穂14日～12日前(幼穂長5～15cm位)の時期が最も低温に弱く、この時期に17℃以下の低温に遭遇すると「障害型冷害」が発生するので深水管理(15cm程度)に努めましょう。※幼穂形成期平年の目安

諏訪湖 周辺地域	品種	幼穂形成期	出穂期
	あきたこまち	7月8日	8月2日
八ヶ岳 西麓地域	つきあかり	7月10日	8月6日
	ひとめぼれ	7月11日	8月6日
	コシヒカリ	7月16日	8月10日
八ヶ岳 西麓地域	品種	幼穂形成期	出穂期
	あきたこまち	7月11日	8月9日
きらりん	6月28日	7月29日	

ここに幼穂が見えます



## 幼穂形成期の確認方法

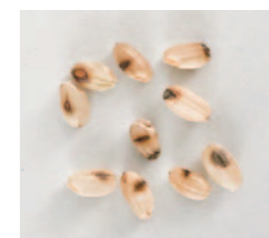
平均的な1株の中の一番長い1本を取ります。カッター等で株元の中心部から縦に切り、小さい穂が見えれば幼穂形成期に入っています(写真参照)。水田の何カ所かで確認を行ってください。

## いもち病に注意しましょう

比較的温度が低め(最適発病温度は25℃)で降雨等により長時間植物体が濡れている状態が続くと発生しやすくなります。このような条件が続く場合は確認を行ってください。葉いもちが止葉などの上位葉にあると穂いもちが多発しやすくなり、減収へとつながります。苗箱施薬剤を処理した場合でも葉いもち多発時には追加防除が必要となります。薬剤についてはJA 信州諏訪営農部発刊の『令和4年度 農作物栽培のしおり』を参考としてください。

## 斑点米にならないためにカメムシの防除を行いましょう

近年温暖化などの影響で諏訪管内全域において斑点米カメムシの発生が増加し、被害の発生が拡大しています。わずかな斑点米(写真参照)でも玄米の品質低下(等級落ち)となり、販売にも大きく影響を及ぼすため、水稻栽培者全員が必ずカメムシ防除に取り組んでいただけるようにお願いします。



## 防除方法

### ① 水田内・水田周辺の除草を行う

ヒエやイヌホタルイの穂を好むため、結実前に除草を行ってください。また、水田畦畔や農道の雑草等がカメムシの発生源となりますが出穂期前後に草刈を行うとカメムシを水田に追い込むこととなりますので、出穂2週間前には除草を済ませましょう。

### ② 薬剤での防除を行う

スタークル豆粒を穂ぞろい期(全体で80%穂が出たとき)に湛水状態で均一に散布を行ってください。また、ワイドパンチ豆つぶはいもち病とカメムシ類の同時防除ができます。収穫35日前までに湛水状態で均一に散布を行ってください。

不明な点等ありましたら営農センターへご相談をお願いします。

茅野市営農センター 土橋 奈穂子

担当よりひとこと



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

### 8 店舗合計 139 名様に当たる!!

#### 応募方法

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  
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

上記店舗の直売所商品（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紙に貼り付けし、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

上記 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

お一人様何口でも応募することはできますが、重複して当選することはできません。厳正な抽選の上、8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。  
※記載事項に不備があった場合は無効とさせていただきます。

〈お問合せ〉JA 信州諏訪直売所専門委員会 ☎0266-71-2700

キャンペーン期間  
応募締切  
令和4年7月1日金  
7月15日金



## 直売所 通信

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。

日頃はJA信州諏訪直売所のご利用をありがとうございます。今後の直売所活動に活かすため、ご利用者様の意見を集めます。対象店舗の直売所に設置されているキャンペーン専用アンケート&応募用紙へご記入ください。直売所を利用して、アンケートにご協力いただいた方に、抽選で景品をプレゼントいたします。

### 旬の農産物情報

7月はブルーベリー、下旬にはモモや夏リンゴも出始めます。赤シソ、新タマネギ、新ジャガイモ、ナス、ズッキーニなどの旬の野菜、キクヤトルコギキョウ、アルストロメリアなど旬の花をぜひお買い求めください。



夢マーケット横川  
7/23<sup>+</sup>  
21周年セール

夢マーケット田中線  
7/2<sup>+</sup>  
25周年記念セール

夢マーケット文出  
7/16<sup>+</sup> サマーイベント  
7/30<sup>+</sup> 20周年記念セール

さざなみ新鮮市  
7/23<sup>+</sup>  
第4土曜日感謝祭

### 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・コープ原村店  
7/8<sup>金</sup>~7/10<sup>日</sup>  
周年祭



## 野菜の病害虫防除



例年、梅雨が明けて、気温が上がってくるタイミングで、病害虫の発生が増えてきます。野菜をより長く収穫するために病害虫を防除しましょう。なお、治療効果のある農薬はほとんどないので、基本は病害虫が発生する前からの防除となります。

今回は家庭菜園で人気のきゅうり・なす・ピーマン・スイートコーンに発生しやすい病害虫の特徴をご紹介します。

作目	病害虫	特徴
きゅうり	褐斑病	葉に病斑が発生する。初期は淡褐色で、円形の小さな斑点、次第に拡大して中央が灰褐色で輪紋のある不整形の斑点となる。下葉から発生し、上葉へ伝染していく。25~28℃位の多湿状況下で発生し、茎や葉柄に病斑ができることもある。
	黒星病	茎や葉、果実などに発生する。初め暗緑色で円形や楕円形の斑点が発生し、次第に褐変しへこみを生じる。病斑の中央部は裂けてヤニを分泌することがある。果実は病変部を内側にして、湾曲することが多い。発病適温は17~21℃で、低温・多湿条件で多く発生する。
	アブラムシ	葉や茎などに群がり植物体の汁を吸い株が弱る。汁を吸って、液体を排泄するため、多発すると排泄物の上にかびが発生する。植物の汁を吸う際にウイルス病を媒介する。
なす	半身萎凋病	初めは下位葉の半面に、不鮮明な淡黄色の斑が現れ、しおれて葉が上に軽く巻き上がる。次第に葉の全体に広がり、上位葉にも広がる。典型的な場合には、株の片側の葉がごとごとくしおれて垂れ下がる。さらに病勢が進むと、株全体の葉がしおれて枯死する。感染した植物体では、茎・葉柄・根の維管束が褐変している。
	アザミウマ	1~2ミリで細長く、体色はオレンジ色や黄褐色をしている。成虫や幼虫が葉の汁を吸い、その部分が白く変化する。最初は葉脈沿いに多いが、多発すると葉の全面に広がる。白色の部分には虫と小さな丸く黒いふんが見られる。アザミウマはガクの部分に潜り込んで汁を吸うため、生長した果実にケロイド状の傷ができる。
ピーマン	アブラムシ	葉や茎などに群がり植物体の汁を吸い株が弱る。汁を吸って、液体を排泄するため、多発すると排泄物の上にかびが発生する。植物の汁を吸う際にウイルス病を媒介する。
	アザミウマ	花の果実になる部分の汁を吸い、傷をつけるため、生長した果実やへたにケロイド状の傷ができる。葉にも発生して汁を吸い、葉の色が抜ける。
スイートコーン	アワノメイガ	蛾の仲間。幼虫が植物を食害する。幼虫は体長5ミリ~2センチ。幼虫が子実に潜り込んで食害する。茎や葉にも被害を及ぼすことがある。
	アブラムシ	成虫・幼虫が葉、雄穂、果実(子実)、鞘部の汁を吸うため、株が弱る。汁を吸って糖分を含む液体を排泄するため、多発すると排泄物により果実の汚れが生じる。汁を吸うときにウイルス病を媒介する。

### ポイント

アブラムシは世代交代が早く、農薬に耐えた個体の子孫はその農薬に耐性を持ち、効果が低下してしまうので、同じ農薬の連続使用はしないでください。



担当よりひとこと

すわか営農センター  
営農指導係  
北澤 慎悟

農薬には作目ごとに使用量、希釈倍率、使用回数などが定められています。使用前に必ず農薬のラベルを確認し使用してください。  
不明な点はJA担当者、資材窓口までお問合せください。





# 景品プレゼントキャンペーン

ベリマークSC又はベネビアODを

ご購入のお客様から抽選で景品をプレゼント

## ベリマーク<sup>®</sup> SC

- 野菜苗に使える灌注処理殺虫剤です。
- 定植前の灌注処理で害虫被害を3~4週間防ぎます。
- コナガやハスモンヨトウなどの鱗翅目からアブラムシまで幅広い害虫に効果があります。

## ベネビア<sup>®</sup> OD

- レタス、ハクサイ、未成熟とうもろこし等幅広い作物に使用できます
- アザミウマ類、ハモグリバエ類、コナジラミ類、アブラムシ類、ハスモンヨトウ・オオタバコガ・コナガ等のチョウ目害虫等の広範囲な害虫に卓効を示します。



幅広い作物に使えます!



### A賞 2名様

NITINEN 卓上用ガスバーベキューコンロ

### ジュージュボーイ2



### 害虫から作物を守る!

### B賞 10名様

ヒロ・コーポレーション

### モバイルチャージ付き ZWAYソーラーランタン



### キャンペーン対象期間

2022年6月から2022年11月末までのご購入のお客様

抽選は12月に行います。当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます



### 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

3.5-4-1.2.

アミノ酸配合でうま味アップ!

植え付けた後でもまける 水でもまける  
有機100%野菜の肥料

1.8kg  
ペレットタイプ

665円(税込)  
通常価格690円(税込)



計量カップ+スポイト+計量スプーンのセットです。

計量セット

518円(税込)  
通常価格539円(税込)



刃物のヤニ・シブに。ムース(泡)状で汚れをキャッチ。一時防腐剤配合。

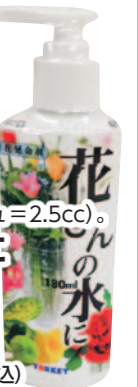
ヤニクリーナー YC-300

300ml  
980円(税込)  
通常価格1,050円(税込)



切り花延命剤です。水500mlに対して2プッシュ(1プッシュ=2.5cc)。

花びんの水に 150ml  
228円(税込)  
通常価格268円(税込)



日焼け防止専用UVカットマスク。洗濯してもUVカット効果が持続!

ヤケータ

ライトオレンジ・パープル・ネイビー

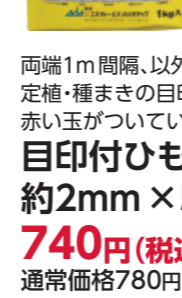
1,580円(税込)  
通常価格1,650円(税込)



宅地・駐車場・空地の雑草除去に!

バックアップ粒剤

1kg  
1,580円(税込)  
通常価格1,629円(税込)



両端1m間隔、以外は50cm間隔で定植・種まきの目印となる赤い玉がついています。

目印付ひも 約2mm×50m

740円(税込)  
通常価格780円(税込)



営業案内 JA ファーム店の営業時間 7月~9月末まで 8:30 ~ 18:00 水曜定休日

JA ファーム7月セール 7/15(金)~7/18(月)の4日間

### 生産資材課より 今月のお知らせ

#### 各資材店舗 営業日程・営業時間のお知らせ

7月1日(金) ~ 9月末までの営業日程・営業時間は以下のとおりです。

	JA ファーム茅野店・JA ファームふじみ店	原村資材、南部センター	田中線センター	グリーンファームすわ
定休日	毎週水曜定休日	毎週土曜定休日	毎週水曜定休日	毎週水曜定休日
営業時間	8:30 ~ 18:00	8:30 ~ 17:30	8:30 ~ 17:00	8:30 ~ 17:30

### 月間特売

水稲の病気・害虫への備えはお済みでしょうか?



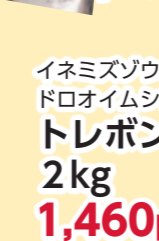
いもち病予防に  
コラトップ 豆つぶ 250g  
2,760円(税込)



いもち病、カメムシ類、ウンカ類に  
ワイドパンチ 豆つぶ 250g  
5,200円(税込)



カメムシ類、ウンカ類に  
スタークル 豆つぶ 250g  
3,250円(税込)



イネミズゾウムシ、ドロオイムシに  
トレボン粒剤 2kg  
1,460円(税込)



イネミズゾウムシ、ドロオイムシに  
なげこみトレボン 50ml×6  
1,710円(税込)

諏訪は

大不可なり

其三 抜け穴伝承(四)

今回は常陸の国(茨城県)にある「諏訪の水穴」の話です。

日立市諏訪町には上社と下社があり、この下社は信州の諏訪神社を第一の宮と位置づけて、これに対しての「諏訪第二宮」と呼んで信州諏訪神社本社の祭神タケミナカタを祭っています。伝承では建長二年(1250)諏訪神社にお仕える藤原高利(万年大夫)が夢のお告げにより、諏訪神社を此の地に勧請したということです。藤原さんは常陸とどんな繋がりがあったのでしょうか。



●は水戸市酒門(坂戸) 地理院地図(電子Web使用)

この水穴は信州の諏訪湖に通じていると伝えられているので、夫婦は故郷の信州諏訪に行こうとしたのではないのでしょうか。果たして七日で無事に諏訪の地にたどり着いたのかそれとも... 茅野市上原の葛井の池の抜け穴は七日の行程を一瞬にして抜け出られますから良いのですが、抜け穴の地下水脈と、その穴を流れる初穀や糠などの伝承は、諏訪の通底伝説にもよく見られるパターンで、その一つ



敵島神社(左)と諏訪の水穴(右側の穴)



諏訪の水穴

に、茅野市玉川の「多留姫の滝に糠を流すと葛井の池に浮かぶ」との言い伝えがあります。ところで、万年大夫は水穴に入る時、夫婦坐像を自ら彫造して神社に納めていたといい、その像が現在「諏訪第二宮」のご神体として残っています。この夫婦像の背中に「万年大夫藤原高利夫婦像、年久く朽弊す。今あらたに名工、二像を改造す、古像はその体内に蔵し、もって将来をたる元禄三年歳次庚午十月吉日 水戸侯源朝臣光圀識」とあって、水戸の黄門さま(徳川光圀)が元禄三年(1690)一〇月に新しい夫婦像を造り、その中に古い像を納めたのです。昭和四八年に此の銘文を確認するためこの像の底部をはずしたところ、胎内像が発見され、胎内像は室町時代の様相をもつということです。ちなみに私は覗いただけですが、神像



万年大夫夫婦像・手前は胎内像(下社案内板より)

を再造した黄門さまはこの水穴が気になったと思われ、穴の中に入ったように入ります。三ノ戸という所の石壁に「ここより入るまじ」と刻んで引き返したとも伝えられています。葛井の池から抜け出た先がサナキ湖畔の弁天社の池であったように、水穴の脇にも地下水脈を行き来する龍神でもある弁天様(敵島神社)が祭られていました。

江戸時代のことですが、常陸国坂戸村新田に拝領地をもつ赤井信濃守という人が信州諏訪の葛井神社に寄進をしています。きつと諏訪神社への信仰が篤く、諏訪の七不思議の一つ「葛井の抜け穴伝承」と常陸の万年大夫夫妻が「諏訪の水穴」を通じて諏訪湖を目指した伝承を知っていたからでしょう。

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。

※1 文化四年(1807)の「水府志料」(小宮山楓軒編集・茨城県史料近世地誌編)には「或云、此穴信州諏訪につづけり」とある。  
※2 「地名を訪ねて」瀬谷房之助

農トレ通信

Vol.100

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。



▲アーク溶接講習(座学)

交流アーク溶接(実技)



5/28・29

アーク溶接特別教育

「アーク溶接技能教育」が、本校で実施されました。来年度から「小型車両系建設機械(機体質量3トン未満)特別教育」との交互開設となるため園芸科の3年生14人と2年生12人が受講し、全員が修了しました。令和2年から「機械・環境コース」新設にともない開講した資格で、園芸科3年生の『野菜・食品コース』、『草花・植培コース』、園芸科2年生と普通科で農業科目を履修する2・3年生までを対象としています。なお、特別教育修了後は本校において8時間の実技実習を受講して正式な免許受領となります。なお、アーク溶接はガス溶接より強い光が発生し、目や顔面皮膚への負担

4/21

「ヒメノモチ」の田植え

が大きいため、本年度より遮光を瞬間に行える「遮光面」を着用しました。限られた実技時間でしたが、慣れてくると能率も上がりスムーズに溶接ができるようになってきました。この資格をもとに3年『機械・環境コース』では鉄製『溝さらい器』の作製に入ります。

1年生が「農業と環境」の時間に育苗箱へ播種をした「ヒメノモチ」の苗で5月18日に田植えを行いました。6月2日にも普通科2年生の『農業と環境』授業で手植えをしました。また、機械植えは「機械・環境コース」の3年生が5月19日の『グリーンライフ』の授業で乗用田植機により行いました。品種は「ヒメノモチ」です。ヒメノモチはもち米の品種で1962年に農研機構でコガネモチと大系227号の交配により誕生しました。いもち病に強く、もち米の中でも作付面積の多い品種の一つです。9月に刈り取り、精米をしてから11月11日の「収穫祭」用の赤飯等に利用されます。



▲ヒメノモチの機械植え(3年生)



▲ヒメノモチ苗の手植え(1年生)

5/31

校内意見発表会



▲農業クラブ会長挨拶

農業クラブ「校内意見発表会」を開催し、3年生4人、2年生2人、1年生3人の生徒が発表しました。園芸科全生徒の前で農業を取り巻く情勢に自分の体験を踏まえた意見を述べ、4分から6分間を堂々話し切りました。



意見発表選手

6/1・7

富士見保育園プランター花壇づくり・富士見交番プランター飾りの準備

園芸科3年生の『生物活用』の授業で富士見保育園の「プランター花壇作り」のためプランター土入れを行いました。後日、幼稚園の庭で富士見高校温室から持参したマリーゴールドやサルビア、赤色ペゴニアなどの花苗をプランターに定植します。また、園芸科の生徒全員が所属する農業クラブの活動であるFチャレンジの第1回目「富士見交番プランター飾り」を実施しました。5月27日に花温室前でベチユニアとマリーゴールドの苗を定植したプランターを1人1鉢持つて、交番まで歩いて移動しました。合計16鉢のプランターで交番を飾ることができました。



富士見保育園プランター

▼富士見交番プランター完成



今晚の  
お膳立て  
1/10

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25ページをご覧ください)



つくったのは—  
かさはら ようこ  
笠原 洋子さん  
(湖北ブロック)



# 野菜たっぷりポトフ

- 材料 (4人分)
- ジャガイモ..... 2個
  - ニンジン..... 1本
  - タマネギ..... 1個
  - 鶏肉..... 150g
  - ぶなしめじ..... 1パック
  - キャベツ..... 1/4個
  - ウインナー..... 12本
  - 固形コンソメ..... 3個
  - ブロッコリー..... 1株(ゆでておく)
  - 塩・コショウ..... 少々
  - 水..... 800ml

- 作り方
- ① 材料はすべて一口大に切る。鍋に水を入れ、ジャガイモ、ニンジン、タマネギを入れ、弱火で10分煮る。
  - ② ①に鶏肉、ぶなしめじ、キャベツ、ウインナー、コンソメを入れ、野菜がやわらかくなったら、ゆでたブロッコリーを入れ、塩・コショウで味を調える。
- ※お好みでシヨウガ汁を少々加えると、違う風味が楽しめます。



## ミョウガの肉巻き

- 材料 (4人分)
- ミョウガ..... 8本
  - 豚バラ..... 8枚
  - サラダ油..... 適量
  - 塩・コショウ..... 適量

- 作り方
- ① ミョウガを豚バラで巻く。
  - ② フライパンにサラダ油をしき、肉の巻き終わりを下にして焼く。
  - ③ 塩・コショウで味をつける。

### 各ブロック・支部の活動が活発化しています

6/1  
川岸支部  
湖北ブロック

新聞紙エコバックづくり  
『家の光』を参考に新聞紙エコバックをつくり、夢マーケット田中線に寄付しました。

6/7  
富士見町ブロック

廃油石鹸づくり  
できあがり1ヵ月後。町内の皆さんに寄付する予定です。

女性部  
だより

女性部の活動を紹介します

5/11  
四賀支部  
諏訪市ブロック

四賀営業所近隣の花植え、美化活動  
四賀営業所と「この街きつず学園」にプランターを贈り、周辺の美化活動も行いました。

6/8  
茅野市ブロック  
湖東・北山支部

マレットゴルフ大会  
「花蒔マレットゴルフ場」で、両支部合同の初開催でした。

6/8  
原村ブロック

原村悠生寮の花植え  
原村支所と連携し、毎年行っている活動です。

### 身近な情報局

通信員からひとこと

苗は順調に育っていますか？7月下旬からは葉物野菜の苗が入荷します。皆様のご来店お待ちしております。

グリーンファームすわ 店舗係 藤森 帆七美



早朝から行った野菜苗の引き渡し

野菜苗を引き渡し  
JAすわこ営農センター

JAすわこ営農センターは5月14日、トマト・キュウリ・ナス・ピーマン・カボチャ・メロン・スイカなど、家庭菜園や直売所出荷用の野菜苗の配布を行いました。注文は、農事組合員を対象に取りまとめたものです。野菜苗は、約2600本準備。職員が注文書を確認しながら苗を受け渡ししました。あいにくの天気の中、約100人の組合員に来ていただきました。グリーンファームすわ店の花岡宏大店長は「今年も順調に生育した苗をお渡しできました。病害虫や生育のことでお困りでしたら、ぜひ職員にご相談ください」と呼びかけています。

通信員からひとこと

これからの季節、暑い日が続きます。熱中症に気を付け、こまめな水分補給をして農作業にあたってください。

原村営農センター 生産資材係 市川 隼汰

ブロッコリーの出荷量増  
品質チェックし、全国へ

6月13日現在、JA原村営農センターではブロッコリーの出荷量が増えています。ピークは、6月下旬〜7月初旬となる見込みです。

ブロッコリーは、原村野菜集荷所に持ち込まれ、荷下ろし後、職員が品質チェックを行い、氷詰めを行った後、全国の市場に出荷されます。

同センターに隣接する資材店舗では、出荷用のスチロールを購入しています。生産者の皆さんにスムーズに受け渡しができるように、職員一丸となって迅速・丁寧な業務を心掛けています。



# 慢性の「めまい」

読者の方のご質問に  
お答えします。

急に立って動いたりギザギザ模様を見つめたりしていると、ぐらぐらしたり宙に浮いたようで気持ち悪くなったりしばらく動けなくなる。こんなに辛いのに病院では異常なしと言われる、周りにも親身になってもらえない。きつと何がおかしいはずだとジャスミンの読者の方のように、一人で悩んでいる方がいらつしやると思います。今回はこんな慢性めまい症についてお話します。

乗り物酔いやグルグル回り直後の際に、フワフワして体が斜めに流れるような気持ちの悪い感じになって、歩くのも大変になることは誰にでもあると思います。耳の奥にある三半規管という、重力や加速度を感じる大切な感覚器の変調が原因です。通常は長くても数分で落ち着いてきますが、こんな症状が3か月以上繰り返したり、続いたりする場合は「慢性めまい症」と言います。

この他に厄介なのが、平衡バランスを保つためにある全身の感覚が過敏状態になっていて、予想外の動きや複雑な風景で刺激されて起きるめまい症状です。これは「持続性の体位感覚性めまい」と言われ、本人は症状を深刻に自覚しているのですが、通常のめまい発作時に出る身体所見がないので、病院では「大丈夫」と片付けられがちで

めまいには色々な原因がありますが、中には耳や眼、脳の病気が潜んでいることもあり、一度は病院でしっかり診てもらった方がいいです。抗めまい薬や乗り物酔い止め薬が処方されると思いますが、一旦落ち着いたら思ってもまた繰り返してなかなか良くならない。こんな慢性のめまいには、次の様ないくつかの種類があります。

よくあるのは、天井や体がぐるぐる回って吐き気も伴い、パニックに陥る回転性めまいの経験が、心の傷としてどこかに残っている場合です。その記憶が予期せずによりがえってくるめまいの不安に襲われる。これを「心因性めまい」と言います。



この他にも、虚弱や加齢で三半規管の機能が弱ってくると、暗い所や不安定な地面を歩いた際に、体が揺れたり視界が定まらなくなったりすることがあります。また、頻度は少ないですが、体軸を保つ中枢の小脳や脳幹部が衰える難病の前兆としてフワフワ感が続くこともあります。

この他にも、虚弱や加齢で三半規管の機能が弱ってくると、暗い所や不安定な地面を歩いた際に、体が揺れたり視界が定まらなくなったりすることがあります。また、頻度は少ないですが、体軸を保つ中枢の小脳や脳幹部が衰える難病の前兆としてフワフワ感が続くこともあります。

夏の雨で雑草ものびる季節になりました。めまいの悩みがない方も、暑い中で足下に気をとられながら土手で刈払いなどをしていて、急にグラツとくることもあると思います。しっかりと地に足をつけて、安全第一でお仕事に励んで下さい。

富士見高原医療福祉センター  
富士見高原病院  
統括院長・神経内科



矢澤 正信

昭和31年伊那市高遠町生まれ。信州大学病院勤務などを経て平成元年に富士見高原病院赴任。平成29年から現職、専門は内科と脳神経内科。趣味は薪割りや刈払い作業で汗を流すこと。

## ココロとカラダを調える ヨガのすすめ

指導 坂本 悦子  
(日本ヨーガ禅道友会教師)

今月は

### アルダ・マツィエーンドラ・アーサナ

— 半分のねじりのポーズ —

#### 期待される効果

脊柱の歪みを矯正し、脊髄神経に良い影響を与え、全部の臓器の動きを活性化します。

1 やさしい片脚ねじりのポーズです。両脚を前に伸ばして揃え、背骨をまっすぐに引き上げて座ります。



2 右膝を曲げて引きつけます。足首に近いところを両手でしっかり引きつけて下腹を腿に押しつける様にして息を吸い上げます。



3 吐く息で肩・腕を弛め、その足を伸ばしている左足をまたぎ、足裏をしっかりと床につけ、引き寄せます。



4 左腕の脇の下が右膝の外側にくる様に体を右にねじります。左腕を伸ばし、右足の親指側から土踏まずを持ちます。



5 右腕は親指がお尻の中心に入る様に手の平を床にしっかりとつき、背骨を後から立てる様に当てがい、体制をしっかりとさせます。



6 吸う息で背骨を引き上げ、吐く息で下の方から右側へとねじってゆきます。呼吸と動作をくり返しながら首・頭をねじってゆきます。来た道をたどり、戻って来て、呼吸が落ちついたら反対もします。



野菜たっぷり!  
健康な身体!  
Vol.16

## カボチャの カレースープ煮



材料 (4人分) 1食当たり: 塩分1.3g、野菜150g  
SV: 副菜2つ、牛乳・乳製品1つ

- カボチャ.....(正味)400g
- タマネギ.....中1個
- トマト.....中1個
- ベーコン.....(ハーフ)4枚
- 水.....400ml
- 固形コンソメ.....1個
- 酒.....大さじ2
- カレー粉.....小さじ1
- スライスチーズ.....4枚

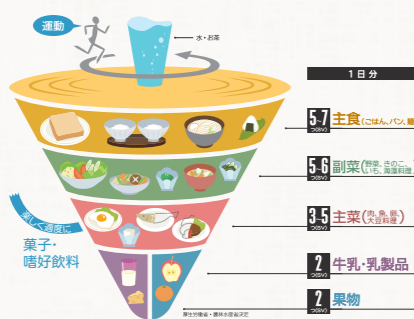
#### つくり方

- 1 カボチャは種を取り、ところどころ皮をそいで3cm位の四角に切る。タマネギは薄切り、トマトは2cm位のざく切り、ベーコンは1cm幅に切っておく。
- 2 鍋にカボチャ、タマネギ、ベーコン、水、コンソメを入れて中火で煮る。
- 3 カボチャがやわらかくなったら、トマトと、酒で溶いたカレー粉を加えてひと煮たちさせて火を止める。
- 4 スライスチーズをちぎっておき、それぞれの器に盛った③の上に散らしてできあがり。

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?



地物のカボチャが旬をむかえます。日本では主に、ホクホクとした食感と濃厚な甘味が特徴の西洋カボチャが主流になっています。鮮やかな黄色の果肉はβ-カロテンが豊富で、ビタミンC・Eも多いので抗酸化作用が強く、がん予防・LDL コレステロールの低下にも効果があるといわれています。

冷たい食べ物が好まれる季節ですが、体を温めることは大切です。この料理は、カボチャ自体が体を温める動きを持つことを生かし、トマトの酸味・カレー粉の風味が食欲を刺激して温かくてもおいしく食べられます。

# 各種相談・教室のご案内

ご来場の際にはマスクを着用ください。また、新型コロナウイルス感染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)	7月19日(火)	午後1:30~午後5:00	岡谷支所	北川和彦弁護士
	7月20日(水)		本所	藤森誠二弁護士
	8月10日(水)		岡谷支所	北川祥子弁護士
	8月24日(水)		富士見 GC	三井智和弁護士
税務相談 (予約制)	8月18日(木)	午後1:30~午後5:00	本所	宮澤戴二税理士
	9月16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	毎週月曜日	午後9:00まで		
年金相談 (予約制)	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	
	7月21日(木)	午前9:30~正午	金沢営業所 予約 ☎72-2426 (茅野中央支所)	春日俊樹 社会保険 労務士
	7月21日(木)	午後1:00~午後3:30	茅野中央支所 予約 ☎72-2426	
	7月26日(火)	午前9:30~午後3:30	湖南営業所 予約 ☎57-2212	
	7月30日(土)	午前9:30~午後3:30	玉川研修センター 予約 ☎72-2185 (茅野南部支所)	
	8月6日(土)	午前9:30~午後3:30	茅野北部支所 予約 ☎72-2188	
8月9日(火)	午前9:30~午後3:30	原村支所 予約 ☎79-2521		
セミナーなんでも相談会	7月19日(火)	午前10:00~午後3:00	虹のホール諏訪湖	
	7月25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)。				
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)	7月21日(木)	会場 / 岡谷支所	内容 / ネット動画を楽しもう	
	8月4日(木)	会場 / 本所	内容 / カメラを使おう	

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



シャすまる 倶楽部  
~JAとあなたを結びハッピーチャンネル~

**LCV-TVで放送中!**

放送時間

月曜 7/4・7/25 5時10分~/11時45分~  
7/11・7/18 5時10分~/6時10分~

金曜 17時45分~ 土曜 20時45分~

日曜 8時10分~

高校野球特別編成のため放送時間を変更する場合がございます。予めご了承ください。

7月の主な内容

1 JA女性部員のごちそうスタジオ  
「野菜たっぷりポトフ」ほか



2 茅野市でセルリー初出荷



3 金沢小学校5年生の田植え



4 第18回通常総代会



## くらしの相談

### 法律

自己破産を考えている。メリット、デメリットを教えてください。

私には、消費者金融からの借入れや銀行のカードローンなど、合計で約200万円の借金があります。借入れ始めた頃は上手く返済をしていたのですが、借入金額が増えるとも月々の返済額も増え、いよいよ返済が遅れ始めました。そこで、自己破産をしようかと考えていますが、よく分からずに困っています。自己破産のメリットやデメリットを教えてください。



**借** 金の返済が難しくなった場合、これを解決する方法として任意整理、民事再生(個人再生)、自己破産の3つが挙げられます。任意整理は、基本的に全額を返済する前提で、その返済条件を無理のない範囲に設定し直す手続きです。次に、民事再生(個人再生)は、一定割合(最大90%)の債務減額を行い、減額後の残額を返済計画に従って、原則3年間で分割して返済していく手続きです。最後に、自己破産は、破産者の財産を全てお金に換えて債権者への返済(配当)に充て、残った負債について裁判所にその返済を免除してもらう(免責許可)手続きです。

自己破産の唯一にして最大のメリットは、免責許可が得られれば一切の返済が免除されることです。他の手続きでは、少なくとも一定額は返済をしなければなりません。なお、必ず免責許可が得られるわけではなく、注意が必要で、例えばギャンブル(浪費)によって多額の負債を抱えるに至った場合などには、免責許可が得られない可能性があります(免責不許可事由・破産法252条4号)。

これに対し、自己破産のデメリットとして、保有している資産を処分しなければならぬ点が挙げられます。現金、預貯金、不動産はもちろん、

退職金(現時点で退職したら得られる金額)や自動車、生命保険(現時点での解約返戻金)なども処分の対象となります。ただし、99万円以下の現金は自由財産と呼ばれ、破産によっても奪われることはありません。また、この範囲内の預貯金や自動車等も自由財産拡張という手続きによって保持し続けることが可能です。その他のデメリットとして、破産による資格制限が挙げられます。弁護士等の士業や警備員などの資格は、破産手続きによって使えなくなってしまう。また、会社の取締役も、破産によって会社との委任契約が終了するため(民法653条)一旦退任をしなければなりません。ただし、免責許可が得られれば、再び資格を使うことができます(復権)。取締役は改めて会社と委任契約を締結すれば、再任されることも可能です。

どの手続きを選ぶのが最良かは専門的な判断を伴いますので、弁護士等にご相談下さい。

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、俳優の間宮 祥太郎さんです

特集1 こんなに多彩! 日本のナス

手芸 つり下げられる  
プランターカバー

特集2 はじめての食感! もちふわ生米スイーツ



『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

# みんなの声



旬の野菜や果物が出てくるのを楽しみにしています。夢マーケット田中線に期待！  
下諏訪町 K・I (66)

先月号の特集「6月は牛乳月間 牛乳を飲もう」の「鶏肉のトマトクリーム煮」をつくってみました。クリーム煮にトマトを入れるとはグッドアイデア。珍しくておいしかったです。またつくってみたいです。  
岡谷市 M・F (81)

金融渉外係の青年に、とてもお世話になっています。これからもよろしく！  
茅野市 T・M (69)

「教えて農ハウ」は家庭菜園で参考になることがたくさん。これからも色々なことを教えてください。  
富士見町 M・A (66)

退職を機に家庭菜園をしています。出荷できるように頑張ります。  
富士見町 Y・G (71)

いつもJAに足を運んで、肥料や食材を安心して購入しています。今後もよろしくお願ひします。  
諏訪市 Y・K (78)

先月号の「今晚のお膳立て」のルーローハンおいしそうですね。早速つくってみます。  
原村 Y・S (59)

いつもお世話になっております。きめ細かい対応に感謝しています。  
諏訪市 M・O (55)

## 編集後記

先日、自動車運転免許証の更新を行いました。前日に、YouTubeで「免許写真が可愛く撮れる方法」の動画を見て、準備バッチリ！のはずが、できあがりの免許証を見て、ガッカリ…(苦笑) 何事もつくり込みすぎず、自然体のままがいいのかもしれない。本題の教習では、「あおり運転」「ながら運転」など、交通ルール違反の怖さを再認識しました。近頃は、会議や組合員活動などが再開し、カレンダーいっぱいに入予定が入る毎日が戻りつつあります。車での移動が多いので、運転には充分気を付けて、取材活動に励みたいと思います。

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

## 組合員の皆さまからの情報提供窓口を設置しています

当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、農協法(第35条の5)および農協法施行規則(第81条)に基づき、理事の職務の適正な遂行を阻害する行為に関する情報(組合経営に関する事象に限る)の提供を求めています。

当組合の理事の組合経営に関する気になる行為について、見たり聞いたりした事柄があれば、電話または封書で右記宛にご連絡くださいますようお願いいたします。

信州諏訪農業協同組合 監事会

情報提供窓口  
〒392-8578  
長野県諏訪市大字四賀字広瀬橋通7841番  
Tel 0266-57-7650 (監事室直通)  
[受付監事] 常勤監事 小平 淳宛

※電話の場合は、月～金曜日の午前9時～午後5時の間にお願いします。  
※受付監事不在の時は、留守番電話に繋がりますので予めご了承ください。  
※ご好意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは、受け付けいたしかねます。  
※当組合の業務に関する一般的な苦情については、下記の「一般苦情相談窓口」をご利用ください。

一般苦情相談窓口  
[担当部署] 管理部 総務課(コールセンター) Tel 0266-57-8000

## 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	集合場所	内容
7月21日(木) 午後2時	原村研修センター	ダイアサンスカーネーション病害虫防除、宿根カスミ草収穫作業
7月27日(水) 午前9時	茅野市営農センター	キャベツ、パセリ 収穫、管理作業
8月3日(水) 午前9時	富士見町営農センター	スイートコーン、ズッキーニ 収穫、管理作業

### ② JA 新規推進品目「小玉スイカ」栽培指導会

開催日時	集合場所	内容
8月2日(火) 午後2時	原村営農センター	収穫(試し切り)

### 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
7月23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5月25日(水)に開催した「定例理事会」で、以下の議題を含む全10議案について協議・決定しました。

▶ 第18回通常総代会 「食料安全保障の確立と農業経営の危機突破 持続可能な国内農業に向けた緊急決議」について

食用・飼料用穀物の需要増加や自然災害などの影響で、国際的な食料需給の逼迫が懸念されています。国際貿易協定交渉の進展、新型コロナの感染拡大やロシアのウクライナ侵襲による混乱から食料安全保障確立が重要です。

こうした厳しい状況の中、国は水田活用の直接支払い交付金について、5年間で一度も水稲作付けが行われない農地は交付対象から外す、飼料作物の交付金の減額など、現場の実態を全く把握していない内容変更を示しました。今回の見直しで、農業の衰退が懸念されています。以上を踏まえ、JA 信州諏訪は以下の取組みを行います。

① 我々は、食料安全保障の確立を求める 田農業対策、生産コストの販売価格への反映、新型コロナウィルス対策の実現を強く求めています。同時に、生産基盤の維持・強化に向けた国内対策として、肥料、飼料、原油高騰対策の実現を強く求めていく。

② 持続可能な農業の実現のため、万全な水

令和4年5月末 主な事業量	
貯金高	2,756億円
貸出金高	452億円
長期共済保有高	6,157億円
購買取扱高	21億円
販売取扱高 (直売所委託販売含む)	5億円
組合員数 正	8,992人
准	14,181人
計	23,173人

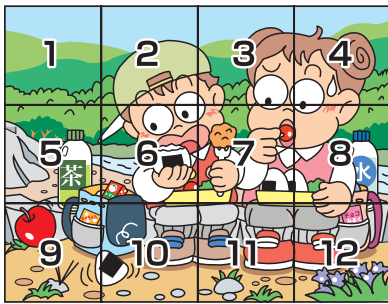
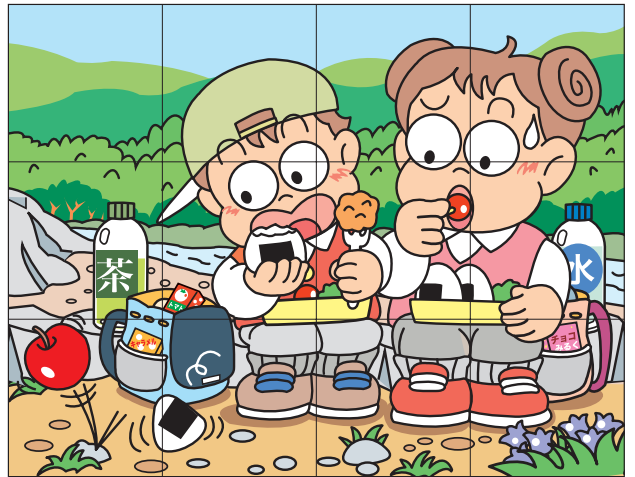
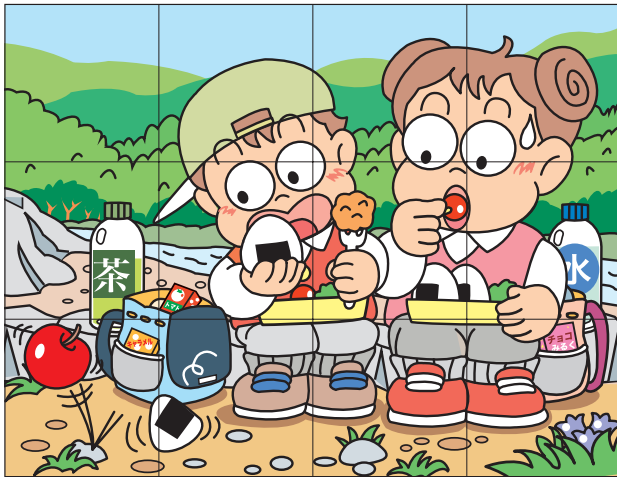
7月の定例理事会は、7月29日(金)に開催予定です。



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。  
※動きを表す線は間違いに含みません。

**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。

6月号の答え

「ラベンダー」

ダ	イ	ダ	イ	ビ	ウ
ブ	タ	イ	キ	ン	ガ
ル	ガ	ク	ヤ	シ	
サ	ク	ラ	ン	ボ	
サ	セ	イ	ブ	タ	
ト	ベ	イ	ラ	ツ	コ
ウ	ニ	ボ	ー	ナ	ス

●応募総数283通  
(内、正解278通)  
○最年長応募者 99歳  
○最年少応募者 6歳

— 今月のプレゼント —

食卓はもちろん、アウトドアでも！  
どこでも新爽回転  
そうめん流し器

10名様に  
当たる!!



※こちらの商品は JA ファーム茅野店でお買い求めいただけます。

締切は **7/22(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