



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」

2026（令和8年）

1

No.263

特集

組織代表者より今年の抱負



JAS民は
webでも
閲覧できます



JA信州諏訪

R. Hitachi

年頭のごあいさつ



JA 信州諏訪
代表理事組合長 小平 淳

新年あけましておめでとうございます。組合員並びに地域の皆様におかれましては、健やかな新年をお迎えのことと謹んでお祝いを申し上げます。

令和7年の農業生産においては、昨年にも増して予測と対応が困難な気象条件と高止まりする生産コストの中、コスト嵩張分の販売価格への転嫁は、努力に及ばず願うようには展開できませんでした。しかし、この状況下においても卓越した生育管理により、高品質の農畜産物を生産出荷いたしましたことは、農家の皆様のご努力の賜物と改めて敬意を表することです。1年間本当にご苦労様でした。

私たちと地域に愛されるJAをめざします

お米においては、「信州諏訪産米」の市場評価を高めるため、国庫補助事業（令和7年度新基本計画実装・農業構造転換支援事業）を活用し、米乾燥調製施設の改修と「色彩選別機」の導入を4施設（北部CE、弓振RC、富士見町CE、文出RC）で実施しました。これにより、高温早魃やカメムシによる被害粒を分別し、より高品質なお米の出荷が可能となり、米精算単価の向上に繋がっています。また、令和8年度は2施設（東部RC、御射山RC）に「色彩選別機」を導入する予定としております。

金融業界は、政府日銀の政策金利引き上げに呼応し「金利ある世界」に移行しました。その中で特に信用事業においては、資金吸収コスト（支払利息等）の上昇が先行し、資金運用収益（受取利息等）は後追いとなるため、単年度の期間計算においては大変厳しい収支となっています。

さて、令和6年4月の「肥料・農業・農村基本法」の改正を受け、令和8年4月に「食料システム法」が全面施行されます。この法律は「合理的な費用を考慮した価格形成と食品産業の持続的な発展」に向けた施策を一体的に推進し、食料の持続的な供給ができる食料システムを確立することとされています。

農林漁業者と食品産業の事業者に合理的な費用を考慮した価格形成等を促すため、努力義務等の規制的措置が課されることとともに、指定品目について、コスト指標作成団体がコスト指標を作成することと

なっています。現在、来春の全面施行に向けて、努力義務に関する判断基準や指定品目等が検討されています。地域農業振興のためにもこの法律の実効性確保に大いに期待しています。

JAでは、経営理念である「私たち、食と農を守り組合員と地域に愛されるJAをめざします」の実現に向け、今期3ヵ年計画（令和7年度～令和9年度）は、従来から取組んでいる「JA自立改革」を継続し、組合員の声をJA運営に反映しながら「諏訪地域の農業振興」「組織基盤の強化」「経営基盤の強化」の3つの全体目標に向かって取組みを進めます。基幹支所を起点に引き続き協同活動の取り組みを増やすことで組織力を強化するとともに、昨年度策定した「營農・経済事業の成長効率化プログラム」の実践により、持続可能な農業振興と経営基盤の強化に取組みます。

組合員の皆様には、信用・共済・経済の各事業全領域に亘りご利用いただいております。事業間の収支バランスを取り、より良い経営ができるJAとして参りたいと考えております。農業・農村の構造的変化が急速に進む中で、農業所得増大と持続可能な地域農業の実現に貢献していくため、協同の力とイノベーションを通じて、管内農業の可能性を拓げ、持続可能な地域農業の未来を支援していく所存でございますのでご理解とご協力を切にお願い申し上げます。

輝びとなりますが、本年が皆様にとりまして、輝かしい一年となりますことを心よりお祈り申し上げまして新年のご挨拶といたします。

表紙のことば

令和八年がはじまり
木立がありの八・佳き事が訪れますように
今年の干支は午(うま)丙午(ひのえうま)
馬は前へ進む一成長
神の使い一福を運ぶ動物であり
勝利出世・商売繁盛のシンボルという事から
非常に縁起が良いとされてゐる
正月にたてた今年の目標はいつまにか
忘れ去れてしまいか時々見返して
馬の一歩一歩前を向いて進もうに
日々れんげ



[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。

目次 Contents

- 2 表紙のことば
- 3 年頭のごあいさつ
- 4 特集
組織代表者より今年の抱負
- 5 JA信州諏訪のできごと
- 9 JA信州諏訪のできごと／セミナー探訪
- 10 身近な情報局／果樹の現地視察会のお知らせ／新春お年玉キャンペーンのお知らせ
- 11 教えて農ハウ…米づくり
- 12 教えて農ハウ…野菜づくり
- 13 教えて農ハウ…花づくり
- 14 JAファームカレッジ開催日程
- 17 受講お待ちしています
- 18 今月の資材だより
- 19 生産資材課商品広告
- 20 諏訪は奇なり—ふしぎ・謎・興味津々
- 21 富士見高校 園芸科「農トレ通信」
- 22 女性部だより／季節の料理
- 23 今晚のお膳立て
- 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 くらしの相談／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「じゃまる俱楽部」放送日程
- 28 地区懇談会開催のお知らせ／出資配当金の税務申告時の留意点／組合員ポイント制度のお知らせ
- 29 園芸施設共済のご案内／墓石キャンペーン2026のお知らせ
- 30 「食」と「いのち」と「くらし」を守る学習会開催のお知らせ／理事会ニュース／主な事業量
- 31 組合員アンケート

組合員の皆様へ 夢マーケット横川・さざなみ新鮮市 閉店のお知らせ

この度、3ヵ年計画（令和7年度～令和9年度）に基づき協議を重ねた結果、下記の直売所を閉店させて頂くこととなりました。

対象店舗 梦マーケット横川
さざなみ新鮮市

閉店日 令和8年2月28日(土)
長年ご利用いただきましたこと、心より厚く御礼申し上げます。引き続き「夢マーケット田中線」「夢マーケット文出」をご利用いただけますようお願いいたします。

この件に関するお問合せは、営農部生産販売課（TEL0266-71-2700）までお願ひいたします。



「10月16日 国消国産の日」を各所でPR

JA長野県統一運動「10月16日 国消国産の日」に合わせて、JA全体で「国消国産」をPRしました。国消国産とは、「私たちの国で消費する食べ物はできるだけこの国で生産する」という考えです。

9月27日、長野県諏訪保健福祉事務所が岡谷市生涯学習館で開いた「令和7年度諏訪地域食育フォーラム」で、食育活動の取組みを展示発表。岡谷市の長地小学校と岡谷田中小学校の稻作体験支援として、代かきや田植え、稻刈り、収穫祭などの様子をまとめて掲載。食育を通じて「国消国産」をさらに広めていく重要性を強調しました。国消国産PR施策「信州産もっと推し党」党首の藤森慎吾さんや乃木坂46起用のポスターも掲示し、注目を集めました。

10月には、本所2階ベランダから「子どもたちの食と未来のために国消国産を進めよう！」とデザインした横断幕を設置。9~11月、管内6市町村で開いた農業祭・収穫祭でも取組みをPRし、「国消国産」の認知を広げました。



営農経済の上期実績確認会議



各施策の進捗状況を報告した実績確認会議

「営農・経済事業の成長・効率化プログラム」令和7年度上期実績確認会議を開きました。営農・経済事業の収支改善目標達成に向け、各事業に設けた施策12項目の進捗状況を確認。このうち、農機センターの推進体制強化や農産物販売取扱高の伸長への取組みなど10項目が、計画通りの「A評価」であることなどを報告。令和9年の成果実現に向け、施策を進めることで一致しました。

小平淳組合長は「本プログラムは、目に見える形で効果がでている。関係各位協力のもと成功裏に終わるよう努めたい」と話しました。

マルメロを集荷しました



マルメロを選果する部会員

かりん田中線センター選果所部会は期間中、マルメロ3品種「在来種」「かおり」「スマイルナ」を3日間に分けて集荷しました。

10月14日は、「スマイルナ」509キロを集荷。部会員5人と職員が手作業で選果・選別し、3LからMの4等級に仕分け、箱詰めを行いました。出荷用段ボール箱にはレシピなどを記載した「諏訪のマルメロの簡単な調理法」を添えました。

今井康喜部会長は「マルメロは昔から諏訪の特産品として大切にされてきた。シロップ漬けなどにして冬のお茶菓子として楽しんでもらえたら嬉しい」と話しました。



青壮年部

部員同士の団結を強化し地域とも交流します

地域の農業振興を目指し、ブロックごとに花いっぱい運動や農業祭への出店など様々な活動を行いました。本部活動では、青壮年部役員が「管内産の花を贈ろう」へ初めて参加。子どもから大人まで多くの人に管内産の花をアピールしました。さらに、JA長野県青壮年部協議会が主催する活動に出席。県内JAの盟友と意見交換を通して、JA信州諏訪青壮年部の充実と拡大に向け、意識を高めました。

本年も、農業を通じた地域貢献や研修会、厚生大会などにより部員同士の団結の強化や地域の皆様との交流を図ります。活気のある部員とともに、多くの活動に勤しんでまいります。



部长
長田 久治

特集 令和8年 今年の抱負

組織代表者より

女性部

誰もが気軽に参加できる、そんな女性部を目指します



部长
藤森 洋子

野菜専門委員会

JAとの繋がりを強化し、販売価格アップを目指します



委员長
植松 金昭

花き専門委員会

高品質な花を全国に届けます



委员長
柳澤 源悟

昨年も、異常気象で難しい環境下ではありましたが、生産者一丸となって産地に適した花を栽培する努力を続けてきました。関係各位と連携し、消費宣伝活動も積極的に行いました。

また、各部会から若手の生産者を集めて青年部の立ち上げに向けた準備を進めております。部員の皆には、協力し合い、様々な場所に出向いて新しい栽培技術やおすすめの品種などの知識を取り入れ、生産者に広めてもらえるよう、期待しています。

今年も「高品質な花を全国に届ける」という思いで励んでまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

年金友の会

魅力ある活動で、仲間づくり・健康づくりの1年に



会長
小松 八郎

本会・各支部活動とともに、多くの会員にご参加いただき、楽しく盛大に開催することができました。募集人数を超える申し込みをいただき、キャンセル待ちの人気行事もありました。相互の親睦が深まり、新規会員加入にも弾みがついたと思っております。

2026年度は会員の要望を聴きながら、新たなイベントの開催を検討していきたいと考えています。

今後とも魅力ある活動を行い、会員の健康づくり、地域の仲間づくりに繋げていきたいと思います。本年もよろしく、ご理解ご協力をお願い申し上げます。

酪農畜産専門委員会

高品質な商品を継続してお届けします



委员長
五味 英介

昨年は、県外で牛舎や豚舎が火災に遭う被害が相次いだことを受け、火災事故防止のための機械点検を実施しました。また、例年に引き続き、農業祭や管内各地で牛乳の消費拡大に向けPR活動も行いました。さらに、昨今の高温の影響を考慮し、飼料作物の見直しも進めています。

管内・北杜市等の酪農家から集めた生乳は、「色合い」「香り」「風味」が良く【コク】があると評価をいただいている。本年も、生乳・枝肉の品質維持・向上に日々取り組んでいます。皆さまの積極的な消費で応援よろしくお願いします。



松本山雅FCへ農産物贈呈



松本市の喫茶山雅で農産物を贈呈しました

J.A.信州諏訪がオフィシャルパートナーを務める「サッカーJ3」松本山雅FCに管内産農産物を届ける取組みが7月から3回に分けて行い、2025年度最終回を迎える。管理部協同活動推進課の職員が、松本市の喫茶山雅を訪問。新米「つきあかり」や採れたての野菜類をスタッフに手渡し、シーズン締めくくりに向け、最後までチームを支えていくことを伝えました。

喫茶山雅で選手の食事を手がける大月久樹シェフは「信州諏訪の野菜は色が濃くて品質が良い。今後も栄養満点の献立を心がけて調理していきたい」と話しました。

原中学校でお仕事インタビュー



生徒を前に、自身の仕事について前向きに語る菊池課長（右）

J.A.は、原村の原中学校3年生64人のキャリア教育「お仕事インタビュー」に協力し、生徒から寄せられた仕事に関する質問に答えました。

「株式会社ビズリーチ」（東京都渋谷区）が支援し、長野県内では初開催。将来を見据える生徒たちに、同村出身・在住の管理部人事課の菊池正士課長が、仕事で得られる喜びや今から意識してほしい「人と関わって生きる」ことの大切さを前向きに伝えました。

3年1組の酒井藍華さん（14）は「何歳になっても勉強は必要という言葉が印象に残り、大切なことなんだと思った」と話しました。

親元就農者・若手農業者懇談会



活発に意見を交換し合った懇談会

原村営農センターは「原村地区親元就農者・若手農業者懇談会」を開きました。若手農業者、原村野菜部会部会長と花き専門委員会原村支部会長、職員の計32人が参加しました。

2025年で3回目。若手の力に期待し、生産者とJAが協力して農業振興に努めていくことが目的です。意見交換では地域振興作物の確認や市場からの要望の取り入れ、今後の生産・出荷体制について活発な意見が多く寄せられました。

同センターの森山直光所長代理は「寄せられた若手農業者の貴重な意見を今後の営農事業に反映させ、事業展開をしていきたい」と話しました。

JA健香会が諏訪大社上社で菊花展を開催



審査会では花の形状・開き具合を審査しました

J.A.信州諏訪健香会は、第42回諏訪大社奉獻菊花展を諏訪大社上社本宮境内で開催しました。菊舍6棟に117点の菊花が並び、子どもから大人まで多くの人を楽しませました。

初日は審査会を開きました。審査対象は全13部門。最高賞にあたり、統一品種の「国華大明日」で栽培技術を競う「競技花の部」、3本に仕立てた茎それぞれに花を咲かせる「厚物の部」、入会3年目までを対象とした部門などがあります。審査員は花の咲き具合や全体のバランスなどを基準に評価しました。

最優秀賞13点など入賞作品37点を決め、「競技花



トロフィーを受け取る奥山さん（右）

の部」の最優秀賞は、諏訪市の奥山幸茂さんが受賞を果たしました。

奥山さんは「近年の猛暑で、今年は栽培方法を変えて取組んだ。受賞できてうれしい」と話しました。

小林宗吉会長は「花は一瞬で人々の心を和ませる。今年は昨年よりも出品数が増え、盛大な菊花展が開催できた」と話しました。

健香会では、一緒に菊作りを楽しむ仲間を募集中です。新会員は「ドーム菊」を栽培して技術を磨き、「福助」や「だるま」にステップアップを目指します。
詳しくは、本所協同活動推進課（57-8000）までお電話ください。

宮川小学校で「農」の魅力発信



J.A.職員と一緒に「きのひー」を作る児童

茅野市中央支所は、茅野市の宮川小学校の「宮川ドリームゼミ」に参加しました。このゼミは、地元で働く人の職業について学びます。

J.A.は、児童にJAが行う営農や金融、共済事業をわかりやすく説明。山梨県の「清春アンデルセン」の小林美登利代表の協力で、管内産のスチチスを使ったきのこ型のアレンジメント「きのひー」を作りました。児童は楽しみながら「農」に触れました。

6年生の宮坂結衣さんは「講座を受講してさらに農業に親しみが沸いた。アレンジメントも上手にできてうれしい」と話しました。

諏訪中央支所 地域貢献活動



親子でサツマイモを収穫する参加者

諏訪中央支所は、豊田小学校の地域総合クラブ「とよだっ子未来探検隊」が行うサツマイモ掘りを支援しました。

この日は、児童や保護者など約100人が参加し、JA役職員らと一緒に作業しました。児童は、ハンドスコップを使い、土を除けてから徐々に掘り出し、大きなイモが顔を出すと周りの参加者と喜び合いました。

有賀葵陽さん（7）は「大きなサツマイモが掘れてうれしかった」、JAの飯田吉三理事は「子どもたちの農業への理解・促進につながればうれしい」と話しました。

湖南小3年生から素敵なお土産



児童から寄せ書きを受け取る地元の関雅一監事

諏訪中央支所湖南営業所は、湖南小学校3年生が開いた「JA湖南さんとのかんしゃのかい」に招かれ、千日紅を飾ったリースとメモスタンド、寄せ書きをプレゼントされました。千日紅は2025年5月にJA役職員と種をまいて育ててきたもの。児童から、活動へのお礼の気持ちを伝えよう企画されました。

緒方桜心さん（9）は「頑張って水やりをしてみんなでリースを作りました」と話し、地元JAの関雅一監事は「立派な贈り物をありがとうございます」と感謝を述べました。

贈り物は、営業所に飾られています。

新聞紙でバラのリース作り



思い思いの配色でリース作りを楽しむ参加者

女性大学では、身近で、お金をかけずにできる新聞紙の有効活用として、オリジナルのバラのリース作りを学びました。バラの材料は新聞紙のカラ一面で、“いつまでも眺めて楽しめる”のが魅力です。

参加者は、思い思いにバラの配色や配置を考えて円形の土台にバランスよく貼り付け、リボンを結んだりマニキュアを塗ったりして装飾。おしゃれなリースが出来上がりました。

中田やよいさんは「お祝いやイベントでも使えそうなので、今後も色々な色で作ってみたい」と話しました。

切り絵教室 初開催



できあがった作品を手に記念撮影をしました

JA年金友の会岡谷支部が、旧川岸営業所で切り絵教室を初めて開きました。

当誌表紙を製作する原村の切り絵作家の日達れんげさん（62）を講師に招き、11人が参加しました。日達さんが黒インクで描いた柿とリンドウの型紙を用意。参加者はどちらか一方を選んで、黒インクを残すようにカッターナイフで切りました。約2時間で全員が完成。のりスプレーをかけた後、白紙に貼り付けました。

岡谷市の小口久美さん（74）は「先生の表紙が大好きで、私もやってみたいと思っていた。額縁に入れて玄関に飾りたい」と話しました。

セミナー
探訪

スコップ三味線グループ



スコップ三味線とは、スコップを三味線に、栓抜きをバチに見立てて、三味線の3本の絃を弾くように演奏します。歌謡曲から民謡まで、曲に合わせてリズム良くスコップを弾いたり、体を動かしたりします。

年に数回デイサービスや施設に出向いて演奏を披露し、「相手も自分たちも楽しむ」気持ちを大切にしています。

仲間たちと一緒に、演奏する楽しさを共有しませんか？

伊藤
穂峰
さん

このグループは平成29年に発足しました。年齢関係なくメンバー全員で楽しみながら活動しています。樂器や歌が好きな方、大歓迎です！

開講概要

曜日：毎月第2・4水曜日
時間：13:30～15:30
場所：諏訪中央支所

使用道具



メンバー募集中 お問合せは JA信州諏訪 管理部 協同活動推進課(TEL:57-8000)まで



JA年金友の会 ゴルフ大会 小平さん優勝



11/6

仲間とゴルフを楽しむ会員



「ナイスショット！」
などお互いのプレーを
称え合いながら進めました

JA信州諏訪年金友の会は、第22回ゴルフ大会を岡谷市の諏訪レイクヒルカントリークラブで開催しました。会員78人が参加。男女混合で2～4人ずつ計22組が18ホールをプレー。秋晴れの空の下、場内に快音を響かせました。

会員の拡大・健康増進・仲間づくりを目的に、毎年この時期に行っています。

この日は、アウトコース・インコースに分かれ、グループごと時間差でスタートしていました。優勝・2位・3位・ブービー賞など計32賞を用意。受賞者には翌日以降、最寄りの支所職員らが賞品を



優勝者の小平さん（右）に賞品を手渡す成田課長

届けました。

優勝は、茅野市的小平重一さん（71）。事務局の金融部推進企画課の成田慎也課長が自宅を訪れ、賞品の「牛ロースステーキ」を手渡しました。

小平さんは「まさか優勝するとは思わず、驚いている。運を味方に付けることができたのかなと思う。ぜひ今後も、多くの人にJAで年金を受け取って大会に参加してほしい」と話しました。

2・3位の受賞者は次の通りです。△2位=小尾純敏さん（茅野市）△3位=林良一さん（下諏訪町）

富士見町中央支所が清掃活動



10/11/2

集めたゴミを分別する JA役職員

野生キノコ 今シーズンも盛況



10月
中旬～下旬

キノコを買い求める買い物客

富士見町中央支所は期間中の計4日間、地域貢献活動の一環で町内の支所・旧営業所計6カ所で清掃活動を行いました。JA役職員や支所運営員らが参加し、地元住民が過ごしやすい環境づくりに尽力しました。

18日の落合地区での活動は、JA役職員と支所運営委員の計12人が参加。近隣の落合保育園や旧落合小学校周辺でゴミ拾いをしました。この日は、西山地区でも活動をしました。

地元JAの名取瑞穂理事は「JAは支所単位で地域貢献活動に取組んでいる。今後も様々な活動を行って地域に貢献したい」と話しました。

管内の農産物直売所では、今シーズンも野生キノコの出品が盛況でした。マツタケやコモショウ、ジコボウ、ウシカワが豊富に並び、サツマイモや栗、柿、ブドウなどの秋の味覚も来店客を楽しませました。

夢マーケット文出店では、シーズン最盛期には開店前から連日多くの人が列を作りました。気に入った商品を手にしていました。

来店した女性は「毎年楽しみにしている。目当てのキノコが買えてよかったです」と話しました。

同店販売係の田中利夫担当は「大勢の皆さんに来店してもらえてよかったです」と話しました。

令和7年度水稻栽培経過について

育苗～田植え

播種最盛期は4月13日から20日頃で、ほぼ平年並みでした。4月を通して気温は平年よりも高く推移をしたため、発芽及び生育は順調となりました。田植えは5月10日から18日頃が最盛期となりました。



幼穂形成期以降

梅雨入りは平年より16日早い5月22日、梅雨明けは平年より21日早い6月28日でした。6月中旬頃から高温傾向となり、生育は一気に進み、8月3日には原村で34.3°Cを記録し、8月として観測史上1位を記録しました。このため、幼穂形成期、出穂とともに平年より早くなりましたが、8月上旬から中旬にかけて曇天が続き、生育は一旦落ち着きました。

収穫期

8月、9月の記録的な暑さにより、生育が進み、昨年と比べ1週間ほど早い10月13日をもって荷受けは終了となりました。品質面では農作物検査において、死米、青末熟粒が多く散見されました。斑点米は地区、品種により発生度合いが異なり、茅野市のあきたこまちで発生が目立ちました。また、胴割粒の発生は中後期に入って目立ちました。

JA施設での荷受け数量は7,532tで11月3日時点での一等米比率は93.2%となっています。

本年、集荷したコメの中で雑草イネと思われる赤米の混入が複数件確認されました。茅野市と諏訪市で確認されましたが、雑草イネは脱粒性（風などの少しの衝撃で穀がポロポロ落ちる）が高く、数年で一気に増えています。令和8年度栽培のしおり8ページに対策が書いてありますのでご確認下さい。



着色米



雑草イネと思われる赤米の混入

担当よりひとこと

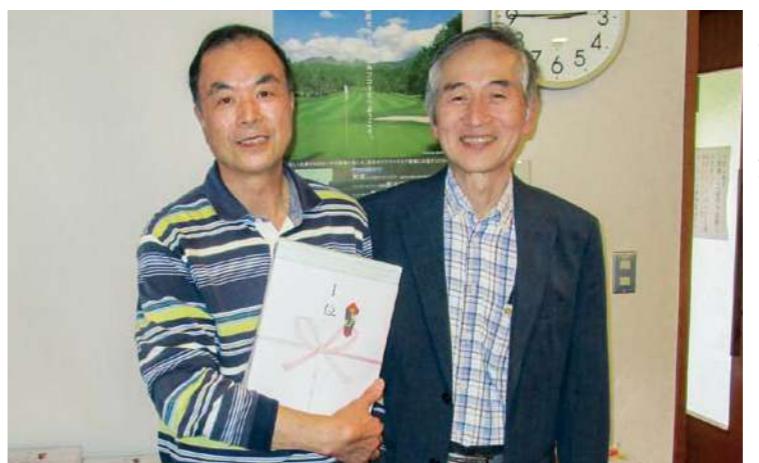
雑草イネの疑いがあるものを発見した場合、お近くのJA窓口へ早期の相談をお願いします。

営農部
営農企画課
農業振興係 係長
土橋 奈穂子



身近な情報局

年金友の会茅野北部支部 ゴルフ大会を初開催しました



優勝を喜ぶ柳澤圭吾さん(左)と茅野北部支部長の小平孝一さん



天候にも恵まれ、とても有意義な時間となりました。
今後も様々な行事を行いますので、ぜひご参加ください。

茅野北部支所 金融専門外係
熊谷 賢也

年金友の会茅野北部支部は10月20日、茅野市の鹿島南蓼科ゴルフコースでゴルフ大会を開催しました。会員17人が参加し、会員同士の親睦を深めました。支部役員の中から「ゴルフ大会をやつてみたい」と希望があり、初めて開催。絶好のゴルフ日和となり、秋を感じながら全18ホールを周りました。「ナイスショット！」などと声を掛け合いながら、和気あいあいとした時間を過ごしました。

プレー後は、同会場のレストランにて表彰式を行いました。優勝した柳澤圭吾さんは「好天の中、多くの仲間と一緒に楽しくプレーできました。来年も参加したい」と話していました。

新規就農・作付け希望者の皆様へ 果樹の現地視察会を開催します

① 果樹セミナー・現地視察

開催日時	集合場所	開催内容
2月10日(火) 午後2時	南部センター	りんご剪定作業
2月20日(金) 午後2時	原村営農センター	ぶどう剪定作業

新規就農や新規作付けを目指す方はぜひご参加ください！

お問い合わせ先

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

JA組合員・地域の皆様へ

新春お年玉キャンペーン

発券期間 **2026年1月5日～1月9日**

有効期間 **2026年1月5日～1月31日**

長野県A・コープ

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
対象4店舗 ファーマーズ富士見店

対象会員様限定!

発券期間中
税抜3,000円以上お買物された方に、
※書籍・たばこ・商品券・レジ袋等は対象外

**対象ガソリンスタンドで使える
『ガソリン・軽油10円/L値引き券』
プレゼント!!**

**あぐりライフ信州諏訪
ガソリンスタンド(ENEOS)**

玉川給油所
原村給油所
ふじみ給油所
対象3店舗

**発券期間中
ガソリン・軽油を
税込3,000円以上給油された方に、**

**対象のA・コープ店舗で使える
『A・コープ友の会100ポイント券』
プレゼント!!**

※ポイント券は期間中、対象のA・コープ店舗で
毎日1,000円以上(税抜)お買い上げいただいた
会員様のみ、1回のお買物につき1枚ご利用いただけます。

株式会社あぐりライフ信州諏訪 / 株式会社長野県A・コープ
掲示期間: 2026/01/31

令和7年度花き生産販売経過と取組について

令和7年度生産販売経過について

さくでは8月の盆出荷で高温抑制による遅れが見られましたが、カーネーション、トルコギキョウ、宿根カスミ草など多くの品目では生育が前進しました。トルコギキョウは防虫ネットを除去するなど、今まで以上に施設内の温度を下げるに努めましたが、生育の前進だけではなく、短茎開花や枝数不足による品質低下が目立ちました。

害虫ではオオタバコガやハダニが多発し、品質低下や出荷量の減少につながりました。

また、局地的な自然災害も多く発生しました。7月1日には富士見地区で降雹があり露地きの葉裂傷が発生。9月5日には茅野市で竜巻の被害があり、施設の損壊や、風による倒伏等が発生しました。

このような中で令和7年度11月末実績では販売数量268,348c/s(前年同月比96.8%)、販売金額1,614,890千円(前年同月比90.4%) (共選・個販含む)となっていました。

安定生産への取組み

経験したことが無い猛暑や、物価高騰による生産コスト上昇など、非常に厳しい状況が続いております。「融資で後押しがんばる農家応援事業Ⅲ」の実施による施設化の推進、「農業振興サポート事業」により、遮光資材など農家の要望に沿った補助事業を実施し、安定生産へとつなげました。

JA信州諏訪花まつりの実施

茅野市農業祭のイベントとして「JA信州諏訪花まつり」を開催しました。花き専門委員会会員より花材を提供頂き、県内のお花屋さんにより観客の目の前でブーケを作成するフラワーデモンストレーション、きのびワークショップ、花すくい等を実施し、地元でのPRを実施することができました。また、今年初めて模擬セリ体験や、青年部による花の販売も実施しました。



消費宣伝活動の実施

令和7年度は地元に近い場所でのPRを目的に、諏訪市の温泉朝市でカーネーションプレゼント、談合坂サービスエリアにて諏訪湖スマートインターチェンジ開通記念イベントとして宿根スターチスのプレゼントを実施しました。



模擬セリ体験



青壮年部による花の販売



温泉朝市でのカーネーションプレゼント

営農部
営農企画課
農業振興係 係長
土橋 奈穂子

担当よりひとこと

信州諏訪管内では1年を通して多種多様な花が栽培されています。発色、花もちの良い花が直売所で購入することができるので、飾ってみてはいかがでしょうか?

令和7年度野菜生産の取組み

本年度も恒常化する異常気象の中、高温の影響による病害虫の発生や生理障害等厳しい気象環境の中の生産となりました。

2月、3月中旬では低温、3月下旬には日最高気温を更新するなど一時的に気温が高くなり、4月は周期的な天候の変化や朝晩が低温で経過したことでの生育が停滞しました。

5月上旬では晴れた日も続きましたが、下旬には天候が崩れ、本年の梅雨入りは平年より16日早い5月22日となり、梅雨明けは平年より21日早い6月28日となりました。

6月中旬頃からは高温傾向となり以降高温で推移しました。8月3日には原村で34.3°Cを記録し8月としての観測史上1位の値となりました。その後も非常に高温で経過し、葉物野菜を中心に高温障害や定植の遅れ(定植後の乾燥による枯死)など後半の出荷に影響が出ました。

害虫の発生も多く、管理に大変苦労した年となりました。また、局地的な自然災害も多く、7月1日には富士見地区で降雹が、9月5日には茅野市で竜巻の発生がありました。10月は平年より暖かく推移しました。

また、本年度は消費地での野菜宣伝会を月1回と地元すわこ温泉朝市や高速サービスエリアでの試食宣伝会等を開催し、野菜消費拡大に向けた取組みを行いました。

このような中で令和7年度11月末実績では販売数量1,959,243c/s(昨年対比103.5%)、販売金額3,973,977千円(昨年対比100.5%)と数量増の単価安となりました。



温泉朝市でのセルリー試食

JA信州諏訪野菜の取組み

安全安心野菜生産への取組み

食の安全安心確保への取組みは野菜栽培において非常に重要なことで、残留農薬や異物混入など細心の注意を払い事故が起きないよう取組んでいます。

本年もJA信州諏訪では安全安心な農産物の生産に向け栽培日誌の記帳・確認、残留農薬の自主分析、出荷物のトレースの実施などを行い安全安心の確保に努めました。

こうした中、本年も重大な事故の発生もなく安全な農産物の生産販売を行うことができました。



「融資で後押しがんばる農家応援事業Ⅲ」を活用して建設したハウス

野菜生産の取組み

近年の異常気象による作柄不良や栽培環境の悪化など安定生産に大きな影響が出ております。このような状況の中、当JAでは施設化を促す「融資で後押しがんばる農家応援事業Ⅲ」を基盤とし作期の拡大や安定生産へ向けた取り組みや農業振興サポート事業、鳥獣被害防止対策支援事業を始め多くの補助事業を実施し生産振興に努めてまいりました。



営農部
営農企画課
農業振興係 係長
三浦 一英

農業の栽培環境や生産コストの上昇など非常に厳しい状況が続いておりますがJAの各種支援事業を始め、課題解決に向け各種試験を行い、引き続き生産者の生産安定や所得向上に繋がるよう取組みを行ってまいります。



- 申込書は各会場に用意してあります。
- 定員になり次第、締切させていただきます。
- どなたでも参加可能です。
- 材料費は受講当日にお支払ください。
表示金額は目安です。

- 教室の事前連絡はいたしませんので、忘れずにご参加ください。
- 都合により、日時・会場・内容等を変更する場合があります。
- 申込人数が募集定員を極端に下回る場合、教室を中止する場合があります。



ふじみ校

会場 JA ファームふじみ店
(A・コープファーマーズ富士見店隣)

お申込み
お問合せ ☎62-2325



令和8年 JAファームカレッジ 開講スケジュール



茅野校

会場 JA ファーム茅野店
(A・コープファーマーズピアみどり店隣)

お申込み
お問合せ ☎82-5151

	開講日(予定)	時間	教室名・内容	受講料	定員	講師
1	3月7日(土)	14:00 ~ 15:30	害獣対策教室 電気柵、害獣ネットについて学びましょう。	無料	15名	JA職員
2	3月14日(土)	14:00 ~ 15:30	しいたけ・なめこ原木駒打ち教室 駒打後、原木をお持ち帰りいただきます。申込時品種をお選びください。	材料費 2,000円	15名	外部講師
3	3月21日(土)	14:00 ~ 15:30	馬鈴薯・サツマイモを作ろう教室 馬鈴薯とサツマイモの栽培ポイントを学びましょう。	無料	15名	JA職員
4	4月11日(土)	14:00 ~ 15:30	夏野菜の栽培教室 キュウリ、ナス、トマト等の栽培ポイントを学びましょう。	無料	15名	JA職員
5	6月20日(土)	14:00 ~ 15:30	除草剤の使い方教室 除草剤の使い方について学びましょう。	無料	15名	外部講師
6	7月18日(土)	14:00 ~ 15:30	野菜の種まきQ & A教室 種まきの疑問にお答えします。申込時疑問点をご記入・お聞かせ下さい。	無料	15名	外部講師
7	8月22日(土)	14:00 ~ 15:30	秋野菜の農薬教室 葉物野菜等の正しい農薬の使い方を学びましょう。	無料	15名	外部講師
8	9月5日(土)	14:00 ~ 15:30	タマネギ・にんにくを作つてみよう教室 タマネギとにんにくの栽培ポイントを学びましょう。	無料	15名	JA職員
9	10月17日(土)	14:00 ~ 15:30	防虫・防草シートの基礎と使い方教室 防虫ネット・防草シートの紹介と用途に合った使い方を学びましょう。	無料	15名	外部講師
10	11月21日(土)	14:00 ~ 15:30	冬の寄せ植え教室 クリスマス・お正月向けの寄せ植え作りと管理ポイントを学びましょう。	材料費 2,980円	15名	JA職員

	開講日(予定)	時間	教室名・内容	受講料	定員	講師
1	3月7日(土)	13:30 ~ 15:00	上手な種まき教室 上手な種まき方法や管理ポイントを学び、野菜栽培の計画を立てましょう。	無料	20名	外部講師
2	3月14日(土)	13:30 ~ 15:00	夏野菜の栽培教室 夏野菜の栽培ポイントを学びましょう。	無料	20名	JA職員
3	3月21日(土)	14:00 ~ 15:00	春の寄せ植え教室 春の華やかな花を使った寄せ植え作りと管理ポイントを学びましょう。	材料費 2,980円	15名	JA職員
4	3月28日(土)	13:30 ~ 15:00	有機肥料の特徴と使い方教室 有機肥料各種について学び、上手に作物を作りましょう。	無料	15名	外部講師
5	6月13日(土)	14:00 ~ 15:00	観葉植物の寄せ植え教室 観葉植物での寄せ植え作りを学びましょう。	材料費 2,980円	10名	外部講師
6	6月20日(土)	14:00 ~ 15:00	小型農機のメンテナンス教室 刈払機、チェンソー、噴霧器など日頃のメンテナンスと使用方法を学びましょう。	無料	15名	外部講師
7	7月11日(土)	13:30 ~ 15:00	除草剤の上手な使い方 除草剤の選び方と上手な使い方を学びましょう。	無料	20名	外部講師
8	7月18日(土)	13:30 ~ 15:00	秋野菜の栽培教室 秋野菜の栽培のポイントを学びましょう。	無料	20名	JA職員
9	10月10日(土)	13:30 ~ 15:00	来年に向けた土づくり講習 来年に向けて土づくりを学びましょう。	無料	20名	外部講師
10	11月14日(土)	14:00 ~ 15:00	冬の寄せ植え教室 冬の花を使った寄せ植え作りと管理ポイントを学びましょう。	材料費 2,980円	15名	JA職員

菊盆栽教室(年間受講コース)

→菊盆栽作りに挑戦しよう！(年10回の開催となります) /

- 日程：初回は3月24日(火) 9:30～
以降は毎月1回（8月・9月は2回開催）
- 費用：講師料1回500円
- 定員：15名
- 講師：外部講師
- お申込み・お問合せ：
JA ファーム茅野店 ☎82-5151

受講おまちしています



有機肥料の特徴と使い方

信州生研株式会社
係長 杉山 祐也さん

今回の講座では、化学肥料との違いや、土壌改良における有機肥料の役割、主要な有機肥料が持つ特徴を分かりやすく解説いたします。有機肥料を使用するタイミングや方法、堆肥の種類による使い分けなどを、具体的な事例を交えてご紹介いたします。また、肥料に関する日頃の家庭菜園や土づくりで疑問に思っていることなどございましたら、この機会にぜひご質問ください。安心・安全でおいしい野菜を育てるための知識を深め、有機肥料を上手に使い、春からの作物栽培がよりよいものになるように学びましょう！

担当講座 「有機肥料の特徴と使い方教室」**ちの校**



初心者の方も大歓迎！ 基本的な知識から丁寧に ご説明いたします

JAファーム茅野
店舗係 高橋 華乃 担当

茅野校では、野菜栽培のポイントから、土づくり基礎、除草剤の使い方や種まきのコツ、季節に合わせた寄せ植えなど時期に合わせてさまざまな教室を行います。

どの教室も、農業や園芸の基本的な内容を扱っています。今年新たに開講する教室もありますので、これまで受講してくださっている方はもちろん、これから農業を始める方、農業に興味のある方など、多くの方に気軽に参加していただき、さらに農業へ興味を持ってもらえばうれしいです。食卓に自分で作った野菜を並べて、おいしく味わってみませんか。多くの皆様のお申し込みをお待ちしております。

担当講座 「春の寄せ植え教室」**ちの校**
「冬の寄せ植え教室」**ちの校**



農薬の基礎知識を お伝えします！

JA全農長野中信事業所営農資材課
考査役 米沢 豊さん

JA店頭には様々な種類の農薬が陳列されていますが、どのような基準で選んだらいいか悩んだ経験はありませんか？本講座では、そんな悩みに応えるために、農薬の正しい使い方、選び方などの基本について具体例を交えながら紹介いたします。猛暑の中での草取りは過酷ですが、除草剤を活用すれば省力的に雑草管理ができますし、殺虫剤、殺菌剤にも効果的な散布タイミングがあり、うまく使えばロスの削減・収量アップにもつながります。当日は、些細なことでも構いませんので、日ごろ抱いている疑問についてどんどんご質問下さい！！

担当講座 「除草剤の使い方教室」**ふじみ校**
「秋野菜の農薬教室」**ふじみ校**
「農薬の基礎知識と病害虫対策」**すわ校**



果菜類栽培のポイントを ご説明します！

すわこ営農センター
営農指導係 紺谷 栄馬 担当

トマト・キュウリなどの果菜類を上手に育てるための基礎知識から、苗の選び方、植え付けの適期、土づくりのポイント、支柱立てや水やり・追肥の方法、さらに病害虫管理のコツまで、家庭菜園で役立つ実践的なポイントを分かりやすくご説明します。これから栽培を始める方だけでなく、すでに栽培しているけれどなかなかうまく育たない…。という方もぜひ参加していただき、畠での疑問を解決していきましょう。

みなさまのお申込、ご参加をお待ちしております。

担当講座 「実つき野菜の栽培ポイント教室」**すわ校**



すわ校

会場 グリーンファームすわ店
(すわこ営農センター隣)

お申込み
お問合せ ☎57-2203

	開講日(予定)	時間	教室名・内容	受講料	定員	講師
1	4月4日(土)	14:00 ~ 15:00	肥料の基礎知識と石灰の上手な使い方教室 種類豊富な肥料と石灰。違いを学び、使いこなしましょう。	無料	15名	外部講師
2	4月12日(日)	14:00 ~ 15:00	カルスNC-Rを使った土づくり教室 話題の微生物資材“カルスNC-R”を使ってふかふかな土を作りましょう。リサール酵産株による、プランターを使った実演会も行います！	無料	20名	外部講師
3	5月9日(土)	14:00 ~ 15:00	実つき野菜の栽培ポイント教室 トマトやキュウリなどの栽培ポイントを学び、収穫量アップを目指しましょう。	無料	15名	JA職員
4	6月27日(土)	14:00 ~ 15:00	夏まき野菜の上手な種まき教室 暑さに負けない、上手な葉物野菜の種まき・管理ポイントを学びましょう。	無料	15名	外部講師
5	7月4日(土)	14:00 ~ 15:00	農薬の基礎知識と病害虫対策 農薬の正しい使いかたと、病害虫対策について学びましょう。	無料	15名	外部講師



おかや校

会場 田中線センター
(夢マーケット田中線隣)

お申込み
お問合せ ☎24-3206

	開講日(予定)	時間	教室名・内容	受講料	定員	講師
1	3月19日(木)	14:00 ~ 15:30	春の土づくり教室 畑を土から見直しておいしい野菜を作りましょう。	無料	15名	外部講師
2	5月9日(土)	14:00 ~ 15:30	実つき野菜の栽培教室 トマト、なす、きゅうりなどの栽培のポイントを学びましょう。	無料	15名	JA職員
3	6月6日(土)	14:00 ~ 15:30	園芸農薬・スプレー剤の使い方教室 野菜に群がる虫や病気を簡単に防除する方法を学びましょう。	無料	15名	外部講師
4	7月11日(土)	14:00 ~ 15:30	防虫ネット・遮光ネットの使い方教室 秋の葉物野菜に向けて物理的防除について学びましょう。	無料	15名	外部講師
5	8月29日(土)	14:00 ~ 15:30	タマネギ・にんにくの栽培教室 タマネギ、にんにくなどの栽培のポイントを学びましょう。	無料	15名	JA職員

教室のご案内

茅野校

JAファーム茅野店
☎82-5151



ふじみ校

JAファームふじみ店
☎62-2325



すわ校

JAグリーンファームすわ店
☎57-2203



おかや校

田中線センター
☎24-3206



農トレ通信

Vol.142

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

11/9~11/11 修学旅行
農業クラブ全国大会の報告に加え、養蜂部、グリーンデザイン部、環境科学部、バイテク部による日頃の活動報告が行われました。各部が取り組んでいる学習や研究内容が紹介され、生徒たちの熱意と成果がよく伝説・祭礼——地靈宿る故郷——で、それに俺は「諏訪は奇なり」と題して御柱や抜け穴伝承のコラムを書かせてもらつたつ



平和記念公園にて



お土産たくさん買いました

思い出の写真を撮つたりと、それぞれが思い思いの時間を過ごしました。学びと体験の両面から充実した修学旅行となりました。

11/7 収穫祭
農業クラブ全国大会の報告に加え、養蜂部、グリーンデザイン部、環境科学部、バイテク部による日頃の活動報告が行われました。各部が取り組んでいる学習や研究内容が紹介され、生徒たちの熱意と成果がよく伝説・祭礼——地靈宿る故郷——で、それに俺は「諏訪は奇なり」と題して御柱や抜け穴伝承のコラムを書かせてもらつたつ

わる発表会となりました。また、昼食には、本校で栽培・収穫したものち米「ヒメノモチ」を使用した赤飯とミカンを、全校生徒および職員に配布しました。今年の実りに感謝しながら、皆でおいしくいに感謝しながら、皆でただくことが好き、日々の学習成績を味わいとしても実感する機会となりました。



11/18 バックホウ寄贈式
JA共済連長野様より、小型バックホウ1台をご寄贈いただきました。これまで本校には自前のバックホウがなく、授業のために毎年1ヶ月ほど借用しており、校内整備などで使用したい場面でも大変苦労しておりました。今回の寄贈により、必要なときにつでも使用できるようになり、生徒・職員一同心より感謝しております。

寄贈式では、生徒代表として農業クラブ副会長・2年の御園絢音さんが感謝の言葉を述べました。「この度は、バックホウをご寄贈いただき、誠にありがとうございました。生徒一同、心より感謝しております。ただいた機械は、今後の授業や実習で大切に使わせていただきます。先生方の指導のもと、安全にけがの無いよう気を付けて使用してまいります。今回いただいた温かいお気持ちを励みに、より一層学びに取り組んでいきたいと思いましました。本当にありがとうございます。」バックホウの操作を学びたいと希望する生徒も多く、今回の寄贈は今後の学習環境の充実に大きく寄与するものであります。本校では、いたいた機械を大切に活用し、農業教育のさらなる発展に努めてまいります。

ふしぎ・謎・興味津々

「おめでとう、今年もよろしく」「ああ、こっちこそだ。去年は一年中立ち話で疲れつら」「そんなこたあねえ。柏屋でコーヒー飲みながら古絵図眺めたじやあ」「おお、そうだな。ところで『諏訪は奇なり』ってことで話してるけど、このところはあまり『奇』でもねえ話かもな。『諏訪は奇なり』ってのはさ、おめえ妖怪漫画で有名な『水木しげる』って人知ってるけえ」「おお、『ゲゲゲの鬼太郎』書いた人だ」といつしょに『怪』(KADOKAWA隔月誌)ってのをやっててさ。2015年11月に九十三才で旅立った後の「がとう水木しげる大先生」と巻頭に載る『怪』0047号の特集が『諏訪縄文・伝説・祭礼——地靈宿る故郷』で、それに俺は「諏訪は奇なり」と題して御柱や抜け穴伝承のコラムを書かせてもらつたつ

諏訪は奇なり

ちゅうわけだが、「怪」に『奇』でない題だと思われえ。
「いいだろ。ところでそこの話、有つたらするじゃあ」



上社「田遊神事」

「おお、そうだな。毎年正月十五日に諏訪大社本宮で田遊神事が行われてるが見たことあるけえ」「あるよ。斎庭に敷いたゴザの上で巫女さんが御田植の真似をするのだな」「あれはさ、年の初めに一年間の稻作作業の真似事をして秋の豊作・多産を祈る祭りだ。ゴザは田んぼちゅうことだ。まず神官さんがクワやスキで田起こしさき、映画じやあ松葉を稻の苗に見立てて種を蒔き、その後巫女さんの御田植だ」「そういやおめさん『鹿の国』の映画のなかで御田植やつてどこに出てたなえ」「あれさ、田植えをする時つて苗束を持ってる方の指を使って束から一回分の苗3~4本を繰り出すのにコツがあつてやつたんだけど苗を繰り出すところは元百姓家の息子としてしっかりこだわってやつたぞ」「そこまでの手元の動きはわからなかつたが、まあ、画にはなつてたで。で、どこが『奇なり』でえ」



真綿で覆った烏帽子を被る神の使い「オコウ」(イメージ)

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『龍蛇紳』、『太陽を射る話と三種の神器』、共著に『諏訪学』・『スワニミズム会誌』他。



上社「御田植祭」



JAオリジナルTV番組
じやすまる俱楽部(LCV-TV)で放送中!
(放送日時は27ページをご覧ください)



—つくられた方は—
北澤 和子さん
(湖北ブロック
ブロック長)



鶏もも肉のからめ煮

材料(4個分)

鶏もも肉	2枚 (500~600g)
ゴボウ	20cm位2本 (太ければ縦に4等分)
ニンジン	1本 (15~20cm)
冷凍インゲン	12本位
サニーレタス	1~2枚
ガーゼ	2枚(20×40cm)
たこ糸	2本(2m位)

A	ショウガ	大1片 (大さじ2分)
	ニンニク	大1片 (大さじ1分)
	長ネギ	1本 (ぶつ切り)
	しょうゆ	100ml
B	酒	100ml
	砂糖	大さじ2
	湯	200~300ml (鶏肉が被る程度の量)

つくり方

- ① 鶏肉は皮が外側になるように置き、中央にゴボウ、ニンジン、インゲンをおく。
- ② 野菜を包み込むように固く巻き、濡らしたガーゼで包み、たこ糸で締めながらぐるぐる巻きにする。
- ③ 鍋に、鶏肉、A、Bを加える。
- ④ 蓋をして中火で1時間ほど煮込む。
- ⑤ 時々様子を見て転がすように煮汁をかけ、煮汁が少なくなったら水を加える。
- ⑥ 冷めたら、たこ糸、ガーゼを取り、5~6mm幅位に切る(半日以上おいてから切る。温かいと崩れてしまうので注意)。
- ⑦ 皿に盛り、サニーレタスをそえる。

白和え



材料(4人分)

しらたき	200g	木綿豆腐	200g
ニンジン	中1本 (100g)	むきクルミ	100g
		砂糖	大さじ4

ホウレンソウ	100g
	塩

つくり方

- ① 豆腐は熱湯で3~4分茹で、キッチンペーパーを敷いたザルにあげ、重石をして水切りしておく。
- ② しらたきは塩もみして食べやすい大きさに切り、3~4分程茹で水切りしておく。
- ③ ホウレンソウはさっと塩茹でをして水気を切り2~3cm幅に切る。ニンジンは千切りして塩茹でをして水気を切る。
- ④ むきクルミはフライパンで焦げないように乾煎りしてから、すり鉢ですりつぶしておく。
- ⑤ 豆腐、むきクルミ、砂糖、塩をよく混ぜ合わせる(味をみて足りなければ砂糖、塩を加える)。
- ⑥ しらたき、ニンジン、ホウレンソウを加え混ぜて完成。

女性大学院食農グループ 野菜ソースづくり

諏訪中央支所でトマトをベースにした野菜ソースをつくりました。8人が参加。夏場にたくさん収穫できた野菜の上手な活用法の一つです。出来上がったソースは、パスタやピザ、チキン料理などに活用しました。

10/9



長地支部 料理教室

長地営業所で料理教室を開きました。8人が参加。サツマイモご飯、四川料理定番の前菜「ウンパイロー」、ちくわのねぎ焼き、カボチャ白玉をつくりました。完成後は、皆で試食して感想を伝え合いました。



10/15

旧四賀営業所周辺の花壇の整備と花苗を植えたプランターを諏訪市の児童発達支援センター「この街きっず学園」寄贈しました。花壇には、シクラメンやビオラ、パン

ジーの3品種76株と、チューリップの球根30個を植えました。チューリップは今年の5月頃に見頃を迎えます。



諏訪市ブロック四賀支部 「花いっぱい活動」

10/21

年始は皆で♪ ホットプレートでビビンバ

材料(4人分)

ご飯	2合分	ホウレンソウ	1袋(200g)
牛バラ薄切り肉	300g	もやし	1袋(200g)
卵	2個	ごま油	大さじ2
ニンジン	1本(150g)	白いごま	適量

●牛肉用調味料

酒	大さじ1	塩	小さじ1/4
砂糖	小さじ1	ごま油	大さじ1
しょうゆ	大さじ1と1/2	鶏ガラスープの素	小さじ1/2
コチュジャン	大さじ1	おろしニンニク	小さじ1/2
おろしニンニク	小さじ1/2	おろしニンニク	小さじ1/4
おろしショウガ	小さじ1	おろしショウガ	小さじ1/2
塩コショウ	少々	おろしショウガ	小さじ1/2

▲ニンジン調味料

塩	少々	ごま油	大さじ1
おろしニンニク	小さじ1/4	おろしニンニク	小さじ1/4
おろしショウガ	小さじ1/2	おろしショウガ	小さじ1/2

◆ホウレンソウ調味料

塩	小さじ1/4	ごま油	大さじ1
おろしニンニク	小さじ1/4	おろしニンニク	小さじ1/4
おろしショウガ	小さじ1/2	おろしショウガ	小さじ1/2

作り方

- ①ニンジンは千切りにする。ホウレンソウは塩大さじ1を入れて茹でる。水にさらして水気を絞る。根元を切り落とし、3cm幅に切る。
- ②ボウルに牛肉、●を入れてもみ込み、10分程おく。
- ③もやしはさっと茹で、水気を切り、粗熱を取る。
- ④ボウルに◆を入れて混ぜ、ホウレンソウを加えて和える(ホウレンソウナムル)。
- ⑤別のボウルに★を入れて混ぜ、もやしを加えて和える(もやしナムル)。
- ⑥フライパンにごま油大さじ1/2を入れる。ニンジンを加えしんなりするまで炒め、▲を加えて炒め合わせる。
- ⑦フライパンにごま油大さじ1/2を入れ中火で牛肉の色が変わるまで炒める。
- ⑧ホットプレートにごま油大さじ1を入れて、中温に熱し、ご飯を入れてほぐしながら炒める。
- ⑨ご飯を全体に広げ、ホウレンソウ、もやし、ニンジン、牛肉を並べてのせる。卵をのせ、白いごまを散らす。全体を混ぜてお召し上がりください。



心をほぐす「回想法」

「回想法」という言葉を「存じでしようか?なんとなく知つてゐるかもいるかもしれません。知つたところで健康には関係ないでしょ、と思う方もいるかもしれません。私の中では、10年前に回想法を知つてからずつと沸騰ワードです!今日は、ネットで検索すればでてくる回想法の方法論のお話ではなく、考え方の素晴らしいについて紹介したいと思います。

まず「回想」の文字から連想した時に「過去」とか「思い出す」等のイメージがつくと思います。…要するに、それです!それが、人にとって凄く大事な要素なのです。

回想法をネットで検索すると、「懐かしい写真や音楽などをきっかけに、過去の経験や思い出を語り合う心理療法。認知症の高齢者などに対して、人生の再評価や精神的な安定、脳の活性化を促すことを目的としている。1960年代にアメリカの精神科医ロバート・バトラー氏によって提唱された」と出てきます。この文章から、ああそんなことかで、終わってしまったら勿体ないです。ここには、人にしかできない、人が人であるための全人間的復権の意味が込められていると私は思っています。というのも、他の動物は「懐かしい写真や音楽をきつかけに思い出を話す」ことをしないからです。しかも、その時感じた「嬉しい」と「悲しい」と言つた感情を乗せて笑い話にしたり、「あの時しんどかったけど一緒に頑張ったよね」など共有したりすること

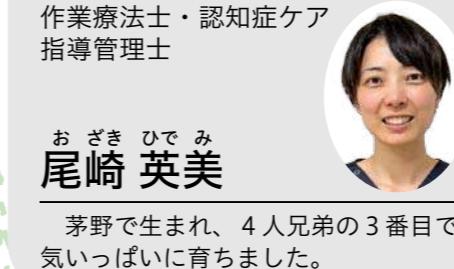
はやっぱり「人」にしかできないのです。これは誰もが経験したことがある、健全な素晴らしい人の精神活動と強く言いたいです。

これだけ皆様にお勧めしているのですから、私自身も回想法を実践しています。例えば、学生時代の仲間と飲みに行く事もそのひとつです。当時の担任の先生も呼びます。二時間も三時間も、二十年前の部活や授業の話や失敗談を繰り返し語り合い大笑いしていま

す。とても懐かしく思い、気持ちが和やかになります。ほかにも冬になるとダルマストーブを引っ張り出してきて牛乳を温めて飲ませてくれ嬉しかった事を思い出します。エアコンもあるのですが、あえてダルマストーブを使います。それは、大好きだったおばあちゃんがその上で牛乳を温めて飲ませてくれた事です。四十一年弱の私でも覚えていました。齡四十一年弱の私でも

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
リハビリテーション部
作業療法士・認知症ケア
指導管理士



おざきひでみ
尾崎英美

茅野で生まれ、4人兄弟の3番目で元気いっぱいに育ちました。

みんなの健康教室
開催のご案内

いまとこれからをもっと楽しく
「回想法」のススメ

講師:リハビリテーション部・
作業療法士 尾崎英美
日時:1月29日(木) 15:00
場所:富士見高原病院
第1会議室
事前申し込み不要
お問い合わせ:62-3030



野菜たっぷり!
健康な身体!
Vol.58

かぼちゃの 米粉グラタン



レシピ作成:(公社)長野県栄養士会諏訪支部

材料(4人分)

	1食当たり:塩分1.0g、野菜160g
無塩バター	16g
タマネギ	80g
鶏モモ小間	160g
食塩	適量
コショウ	適量
カボチャ	360g
ジャガイモ	200g
米粉	30g
牛乳	400g
シュレッドチーズ	80g

- ①タマネギはスライス、カボチャとジャガイモは厚めのいちょう切りにする。
- ②カボチャとジャガイモは電子レンジで加熱しておく。(600W 4~5分)
- ③バターを熱し、タマネギと鶏モモ小間を炒め、味付けする。
- ④⑤に牛乳で溶いた米粉を入れ、とろみが出るまで加熱する。
- ⑤⑥に②を加える。
- 耐熱容器へ移し、シュレッドチーズをのせる。
- 220度に予熱したオーブンで10~15分焼く。

今回はカボチャとジャガイモを使用しましたが、使用割合を変えていいですし、どちらかのみで作ってもおいしくいただけます。また、鶏肉の代わりにベーコンやワインナーなどを入れることもできます。

炒めた具に牛乳で溶いた米粉を入れることで、ホワイトルウを別に作ることなく時短にもなります。

カボチャはβカロテン、ビタミンC、ビタミンEなどが多く、野菜の中ではでんぶんやたんぱく質も豊富です。カボチャの栄養で寒い冬を乗り切りましょう。

栄養バランスは大丈夫ですか?

食事の基本

副菜	主食	汁物
野菜、きのこ、海藻は食物せんいやビタミン、ミネラルを含み、体の調子を整えます。	ごはん、パン、麺などの炭水化物はエネルギー源となります。	肉・魚・卵・大豆製品・乳製品はたんぱく質を多く含み、筋肉や体を作る材料となります。
		体に必要な水分、副菜や主菜の不足分を補います。



指導 坂本 悅子
(日本ヨーガ禅道友会教師)

今日は
プールヴォッター・アーサナ
—坂道のポーズ—

佐保田鶴治先生は、著書『ヨーガ入門 ココロとカラダをよみがえらせる』において、

ヨーガは、人間が完全な幸福を得るための方法、または道であることをいい表わしております。ヨーガは、肉体的幸福の基礎である心身の健康から、幸福の頂上である解脱の境地までを手に入れられるのに、最も適当なテクニックであります。¹⁾

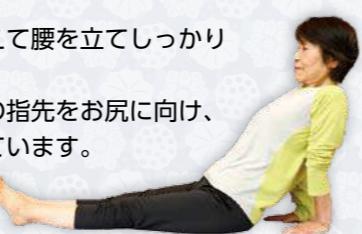
と述べています。

1) 佐保田鶴治『ヨーガ入門 ココロとカラダをよみがえらせる』
40項 (ベースボール・マガジン社, 2001)

- 1 プールヴァは「東」を意味し、朝、東に向かって太陽を礼拝することから、額からつま先までの身体の前面をさします。ウッターナは「引き伸ばす」の意味でこのアーサナは、身体の前面を気持ち良く伸長させます。



- 2 ①にて両脚を揃えて腰を立てしっかり座ります。両腕を杖として、手の指先をお尻に向けて、しっかりと床についています。



- 3 息を吸いながら、身体を床から離し、両手足で全身を支え腰を上に突き上げる様にして全身の前面を伸ばします。この時、腕は床から垂直に保ちます。



- 4 腕をしっかりと伸ばし、膝の裏を伸ばして、足の裏を床につけ、頭の力を抜きながら、のどをよくのけ反らして伸ばします。上体を床と平行に保ち、腿からつま先迄斜めの線を描き、3~5呼吸保ちます。



各種相談・教室のご案内

	日 に ち	時 間	会 場	相 談 員
法律相談（予約制）	1月14日(水)	13:30～17:00	岡谷支所	館 健介弁護士
	1月21日(水)		本所	三井智和弁護士
	2月18日(水)		岡谷支所	北川祥子弁護士
	2月18日(水)		富士見 GC	藤森誠二弁護士
税務相談（予約制）	2月18日(水)	13:30～17:00	本所	宮澤戴二税理士

法律・税務相談は予約制 前営業日の15時までにご希望の会場へ電話予約ください。
本所・富士見GC・下諏訪支所は☎57-8000（JA本所協同活動推進課）岡谷支所は☎24-3203

宅建相談	平 日	9:00～17:00	ジェイエイサービス諏訪(株)、本店 (JA 仲町ビル)・岡谷支店 (岡谷支所)・諏訪支店 (諏訪支所)
ローン相談 毎週水曜日と祝日(土曜日は除く)は定休	平 日	9:00～18:00	ローンセンター
	土・日	9:00～17:00	(JA 塚原ビル 1階)
※夜間相談日 (予約制)	毎週月曜日	21:00まで	☎72-6230 ※茅野駅東口向かいです。
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	1月17日(土)	9:30～15:30	富士見 G C 予約☎62-2010 (富士見町中央支所)
	1月24日(土)	9:30～15:30	茅野中央支所 予約☎72-2426
	1月31日(土)	9:30～15:30	岡谷支所 予約☎24-3203
	2月12日(木)	9:30～15:30	原村支所 予約☎79-2521
	2月14日(土)	9:30～15:30	茅野北部支所 予約☎72-2188
	2月17日(火)	9:30～15:30	中洲営業所 予約☎57-2211 (諏訪中央支所)
	2月26日(木)	9:30～15:30	諏訪支所 予約☎57-2208
	3月7日(土)	9:30～15:30	諏訪中央支所 予約☎57-2211
	3月14日(土)	9:30～15:30	富士見 G C 予約☎62-2010 (富士見町中央支所)
			春日俊樹 社会保険 労務士
相続準備相談会	2月6日(金)	9:00～12:00	本 所 相談時間: 1人あたり45分ほど 予約☎57-8000 対応人数: 1日につき最大3人
セレモニーなんでも相談会	1月21日(水)		虹のホール諏訪湖
	1月23日(金)	10:00～15:00	虹のホールふじみ
	1月27日(火)		虹のホールたまがわ

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

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



..... くらしの相談 ☰

価高騰という経済的な事情や技術の進歩により誰でも比較的容易に動画作成等のスキルを身につけることができるようになつたことなどから、近年、副業（本業以外に従事する仕事）に注目が集まっています。このような注目から、企業の中には、従来は禁止されていた副業を認める方向へと舵を切るところもあるようです。しかし、このような副業解禁の動きは必ずしも一般的ではなく、現在でも、①本業への支障の懸念、②他企業への秘密の漏洩の危惧、③副業が本業と利益相反し本業の利益を奪う懸念、④副業が反社会的であるなど会社の社会的信用

を毀損するおそれなどから、副業を認めている会社も少なくないと思われます。具体的には、就業規則で副業（兼業）を一律に禁止したり、会社の許可を必要とした上で原則として許可しない運用（事実上の禁止）をしたりといった場合が考えられます。では、会社が副業を一律に禁止することは許されるのでしょうか。日本国憲法では職業選択の自由が保障されており、本業の労働時間以外の時間をどのように利用するかは個人の自由であることから、原則として副業を認める方向で環境を整備することが望ましいとされています（厚生労働省「副業・兼業の促進に関する

業規則によつて副業が禁止され、又は一律に許可制とされていいた場合に、これらに違反して副業が行われたとしても、具体的な事情、特に前記①の懸念や危惧が現実に認められるかどうかを検討した上で、これが認められないときには、副業禁止規定を理由とする処分は無効となる可能性が高いといえます。

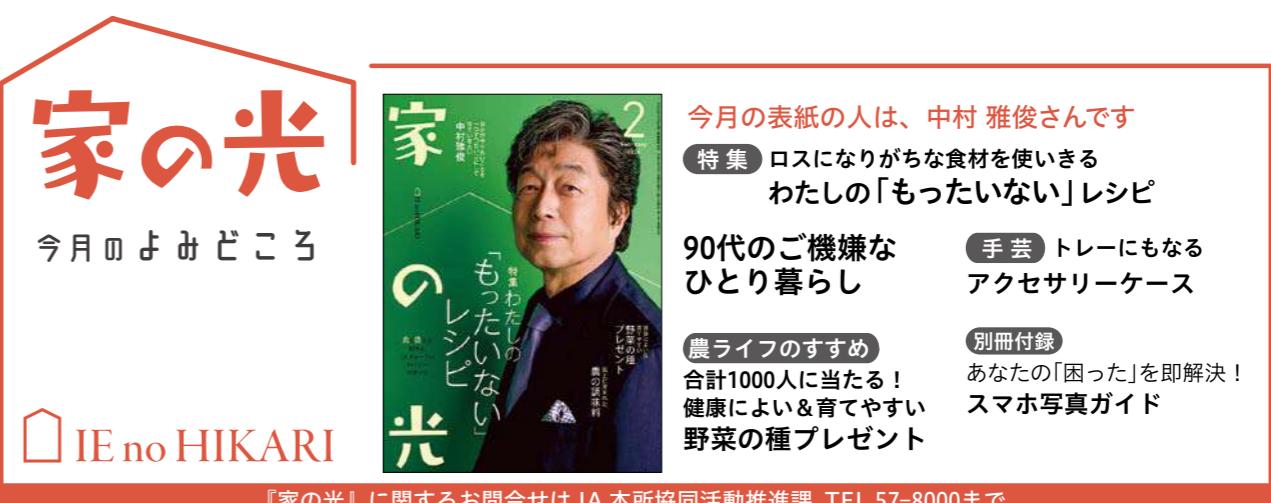
相談者のケースでも、本業への支障がなく、秘密の漏洩や利益相反のおそれが考え難いということであれば、その副業が就業規則に違反し、これを理由に懲戒処分等が行われた場合でも、それが無効であるとして争う余地は十分にあると考えられます。

私の会社では、従業員の副業は就業規則で一律に禁止されていますが、実は会社が休みの日に塾講師のアルバイトをしています。先日、先輩が毎日夜にアルバイトをしていたことが会社に知られて解雇されてしましました。私の副業は会社に迷惑をかけてはいなーいと思うのですが、会社に知られたら私も解雇されてしまうのでしょうか。



副業をしている」とが
会社に知られたら解雇になる?

回答・藤森誠一弁護士II



園芸施設共済

に加入して、
積雪シーズンに備えましょう！



園芸施設共済は、農業用ハウスのための補償です。
被災時のハウスの再建をサポートします



補償内容は、特約により棟ごとに選べます。

小さな損害も補償する特約（ビニールが破れただけでも補償してほしい）
損傷額が1万円を超える場合に、損傷の程度に応じて共済金をお支払い

補償額の上乗せ特約（古くとも、万が一のときは十分な補償がほしい）
築年数にかかわらず新築時の資産価値まで補償



施設の構造、設置経過年数、加入の仕方によって掛け金が異なります。
制度に関する質問や、補償額・掛け金の試算等についてもお気軽にお問い合わせください。



施設内農作物は
収入保険とのセット加入が
オススメです

NOSAI長野 https://www.nosai-nagano.or.jp/ 検索
【お問い合わせ先】
NOSAI長野 諏訪支所 園芸施設係
TEL:0266-73-3211



墓石キャンペーン 2026

2026年1月15日(木)～2月28日(土)

対象品

墓石新規 墓誌新規

墓石・墓誌クリーニング 塔婆立

ご成約の方は **5%OFF**

(※戒名彫り対象外)



期間中の特典

ご相談記念

「お参りセット」
プレゼント



30万円(税抜)以上の商品をご成約の方
先着10名様に『高圧洗浄機』
プレゼント!!

墓石工事、戒名彫り、墓石・墓誌クリーニングなどお気軽にご相談ください。

《お問い合わせ》 株式会社あぐりライフ信州諏訪 葬祭センター ☎0266-82-8402

令和7年度

地区懇談会 開催のお知らせ

自己改革や各種事業の進捗状況、令和8年度事業計画の策定方針等について、組合員のみなさんへの説明と今後のJA運営に対するご意見をお聞きするため、令和7年度の地区懇談会を下記の日程で開催します。

※時間の記載がない会場は19:00～開催します。

支所	開催日	地区・集落名	会場
茅野中央支所	1/29	茅野中央支所全域 (宮川・ちの・金沢) 14:00～	JA茅野中央支所
	2/2	宮川地区	JA茅野中央支所
	2/3	ちの地区	JA会館ちの
	2/6	金沢地区	金沢コミュニティ
茅野北部支所	1/29	米沢地区	JA茅野北部支所
	1/30	湖東地区	JA茅野北部支所
	2/2	茅野北部支所全域 (米沢・湖東・豊平・北山) 14:00～	JA茅野北部支所
	2/3	北山地区	JA茅野北部支所
	2/6	豊平地区	JA茅野北部支所
茅野南部支所	1/28	茅野南部支所全域 (玉川・泉野) 14:00～	JA玉川 研修センター
	2/4	泉野地区	泉野コミュニティ
	2/5	玉川地区	JA玉川 研修センター
富士見町中央支所	1/28	中新田地区	中新田 稻軒研修センター
	2/2	原村地区	JA原村支所
	2/3	原村支所全域 (原村・中新田・北部) 14:00～	JA原村支所
	2/4	北部地区	旧JA北部営業所
	1/28	富士見地区	JA会館ふじみ
	1/29	境地区	信濃境公民館
	1/30	西山地区	原の茶屋公民館
	2/3	落合地区	JA会館ふじみ
	2/4	乙事地区	乙事公民館
	2/5	富士見町中央支所全域 (富士見・西山・落合・立沢・乙事・境) 14:00～	JA会館ふじみ
	2/6	立沢地区	立沢構造改善 センター
諏訪支所	1/29	川岸地区	旧JA川岸営業所
	1/30	下諏訪地区	JA下諏訪支所
	2/3	湊地区	小坂公民館
	2/4	長地地区	JA長地営業所
	2/5	岡谷・今井地区	JA岡谷支所
	2/6	岡谷・下諏訪支所全域(湊・川岸・ 岡谷・長地・下諏訪) 14:00～	田中線センター
	1/28	諏訪支所全域 (上諏訪・小和田・城南・四賀)	JA諏訪支所
	2/6	諏訪支所全域 (上諏訪・小和田・城南・四賀) 14:00～	JA諏訪支所
	1/30	中洲地区	JA中洲営業所
	2/2	湖南地区	JA湖南営業所
諏訪中央支所	2/5	諏訪中央支所全域 (豊田・湖南・中洲) 14:00～	JA諏訪中央支所
	2/5	豊田地区	JA諏訪中央支所

支所	開催日	地区・集落名	会場
岡谷支所・下諏訪支所	1/29	川岸地区	旧JA川岸営業所
	1/30	下諏訪地区	JA下諏訪支所
	2/3	湊地区	小坂公民館
	2/4	長地地区	JA長地営業所
	2/5	岡谷・今井地区	JA岡谷支所
	2/6	岡谷・下諏訪支所全域(湊・川岸・ 岡谷・長地・下諏訪) 14:00～	田中線センター

出資配当金の税務申告時の留意点

(令和7年6月に振り込みました) 令和6年度分の出資配当金について、確定申告時の留意事項を次の通りご案内します。

令和6年度分は、令和7年6月10日(火)に振り込みました。この金額からは、配当所得税・復興所得税を含めて20.42%の源泉徴収税額を差し引いてあります。課税所得がある場合は納税額が還付される可能性がありますので、必要により確定申告してください。

お問い合わせ 本所 管理部企画管理課 TEL 57-8000

組合員 My ページを登録済の方は各種電子文書メニュー
より各通知書を閲覧できます。

現行JA信州諏訪ポイント制度の終了と 新総合ポイント制度への移行について

現在のJA信州諏訪ポイントサービスについては、令和8年2月末をもって終了となります。最終的なポイント残高は、令和8年4月頃に全額出資配当口座へキャッシュバックし終了となりますのでご了承ください。

令和8年3月1日からは、新たに新総合ポイントサービスへ移行します。組合員の方は自動的に新総合ポイントサービスの会員に登録されます。新総合ポイントサービスの詳細については令和8年3月に広報誌等でご案内いたします。

この件に関するお問い合わせは、JA信州諏訪管理部企画管理課(57-8000)までお願いいたします。

JJA信州諏訪協同活動の取組み特集

令和7年度もJJA信州諏訪では各種支援事業で農業所得増大を支援しています！

【融資で後押しがんばる農家応援事業Ⅲ】

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、ハウス等の建設コストを助成する「融資で後押しがんばる農家Ⅲ」を実施し農家を応援しています。令和7年11月末実績では、8件の申請で12棟、事業費で3,032万円です。



【農業振興サポート事業】

農業生産基盤づくりによる農業生産の維持拡大と生産販売額の維持確保を実現するため、品質向上や生産拡大、スマート農業による省力化に寄与する資材など、組合で指定した農業資材や農機具等への購入コストに対し助成を行い、農業振興・担い手育成支援する「農業振興サポート事業」を実施しました。

令和7年度11月末時点では、1,051件の申請があり、事業費で8,483万円、助成額約1,870万円を予定しています。

【鳥獣害被害対策支援事業】

「JA共済地域・農業活性化促進助成金」を活用し、組合で認めた電気柵、防獣網、防鳥網の購入コストを助成する「鳥獣害被害対策支援事業」を実施しました。令和7年度は45件の申請があり、事業費で600万円、助成額164万円の助成を予定しています。

住所 (〒)	
ふりがな 氏名	年齢
	性別 男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/>
電話番号	職業
組合員資格 <input type="checkbox"/> 正組合員 <input type="checkbox"/> 準組合員 <input type="checkbox"/> その他 (家族含む) (家族含む) (家族含む)	
当JAが取組んでいる「JA自己改革の取組み」について	
<p>1 2 3 4 5</p> <p>低評価 高評価</p> <p>はがきを切り取る前のページをご確認いただき、あなたがそう思うレベル番号を記入してください。</p>	

みなさんのお声を 聞かせてください

アンケートは3ヶ月ごと内容を変えて
全9回の実施を予定しています。

[今回のテーマ] JA自己改革の取組み評価について

当JAでは「農業所得増大」と「地域社会の活性化」を柱とした自己改革目標を掲げ、本年度からスタートしている3カ年計画においても自己改革を最優先に取組んでいます。

自己改革については、平成28年度より継続的に取組み、今年度で10年目となります。

「農業所得増大」では、融資で後押しがんばる農家応援事業Ⅲ(ハウス建設補助)をはじめとする各種助成事業、投資額の大きい農業機械を格安でご利用いただける農機レンタル事業など農業生産をコスト面で支援する施策を実施しています。

「地域社会の活性化」では、協同活動の取組みをはじめ、地域貢献活動、女性部や青壮年部等の組織活動、各種カルチャー教室の開催などに取組んでいます。

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。
返答を要する事項は担当部署へ直接お問い合わせください。)

今月号でよかった記事

クイズの答え

「食」と「いのち」と 「暮らし」を守る学習会 開催のお知らせ

「令和の米騒動」以降、コメ需要の高まりにより米価が高騰している一方で、特に野菜・花きに於いては、天候による作柄変動や保存性の乏しさに伴う供給量の増減などに応じて、卸売市場価格は日々大きく変動しています。また、生産資材価格の高騰や高止まりが長期化する中、農畜産物の価格は低迷し農業経営が厳しい状況が続いていることから適正価格の実現に向けて講演を頂きます。幅広い方々のご参加をお願い申し上げます。

日 時 令和8年2月4日(水) 午後2時00分より

開催場所 茅野駅前 マリオローヤル会館

茅野市ちの3502-1 ベルビア3階

テー マ 農畜産物の適正価格の実現に向けて

講 師 鈴木 宣弘 氏

東京大学大学院 農学生命科学研究科
特任教授・名誉教授

申込方法 営農部、各営農センターへ電話にてお申し込みください。

営農部 ☎71-2700 茅野市営農センター ☎82-6100 南部センター ☎72-2157

原村営農センター ☎79-4711 富士見町営農センター ☎62-2157

すわこ営農センター ☎57-2218 田中線センター ☎24-3206



理事会ニュース

令和7年度事業計画樹立基本方針

1. 基本方針

3カ年計画(令和7年度～令和9年度)の2年目となる令和8年度においては、3カ年計画の初年度である令和7年度の進捗を確認し、令和9年度に3カ年計画が達成できるよう必要な行動計画を見直し実践する必要があります。

自己改革目標および令和7年度決算の見込みを検証するとともに、3カ年計画達成に向け令和7年度のPDCA中間総括を行い、修正が必要な行動計画を洗い出します。

「何を修正すべきか」「どのように修正すべきか」について、PDCA手法に基づく行動計画を検証し、令和9年度最終目標達成のための令和8年度の事業計画を策定します。

自己改革目標および令和7年度決算の見込みを検証するとともに、3カ年計画達成に向け令和7年度のPDCA中間総括を行い、修正が必要な行動計画を洗い出します。

「何を修正すべきか」「どのように修正すべきか」について、PDCA手法に基づく行動計画を検証し、令和9年度最終目標達成のための令和8年度の事業計画を策定します。

令和7年11月28日(金)に開催した「定例理事会」で、全3議案について協議・決定しました。

令和7年11月末 主な事業量	
貯 金 高	2,638億円
貸 出 金 高	605億円
長期共済保有高	5,316億円
購 買 取 扱 高	29億円
販 売 取 扱 高 (直売所受託販売含む)	77億円
組 合 員 数 正 准 計	7,966人 14,631人 22,597人

1月の定例理事会は、1月27日(火)に開く予定です。

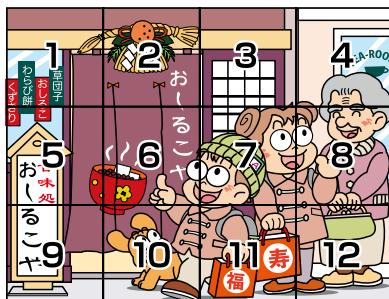
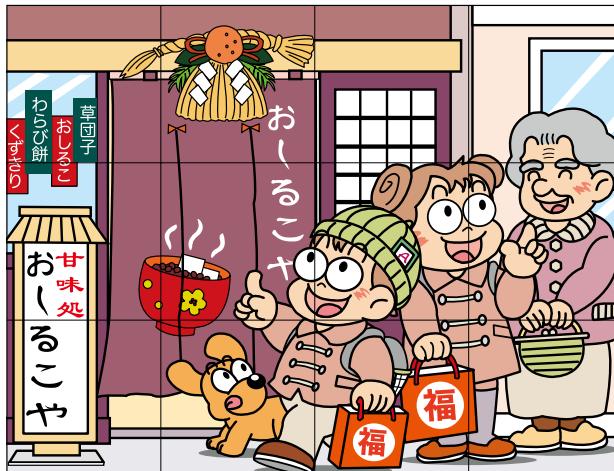


強い脳に改革す
のう きょう

脳強改革

右のイラストには
左のイラストと違う部分が**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しましょう。

今月は
まちがいさかし
まちがいは
5つ！



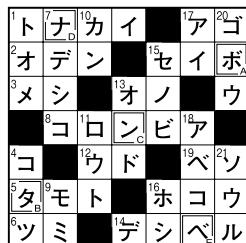
左右のイラストで
間違っている部分が
ある枠の**数字**を
5つ全部
お答えください。

12月号の答え

「ボタンナベ」

●応募総数310通
(内、正解298通)

○最年長応募者 99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

エーコープ 野菜と食べる らーめん詰め合わせ

1箱(醤油らーめん×2袋・
味噌らーめん×2袋)



13名様に
当たる!!

※写真はイメージです

最終締切は1/23(金)必着

右のハガキを点線で切り取り、
必要事項をご記入の上、郵送ください。
※お一人様 1枚を有効とさせていただきます。

●住所は必ず番地までご記入を！

●郵便番号もお書き添え願います。

※当選者の発表は、賞品のお届けをもって代えさせていただきます。

応募ハガキに記載される個人情報は、賞品のお届け、読者の傾向把握、JA自己改革アンケート解析、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語を統一、変更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



差出有効期限
令和8年3月
31日まで
(切手不要)

J-A信州諏訪
「細々囁くの相を聴く」宛
(〒422-0026 「諏訪郡南箕輪」応募口)

長野県諏訪市因賀庄瀬橋通7-84-1番