

JAs民

月刊
「ジャスミン」



読むほかに、JAがもっと身近になる組合員向け機関誌

特集

介護への備え
“2つのチェック”

2025

4

No.254

JAs民は
webでも
閲覧できます



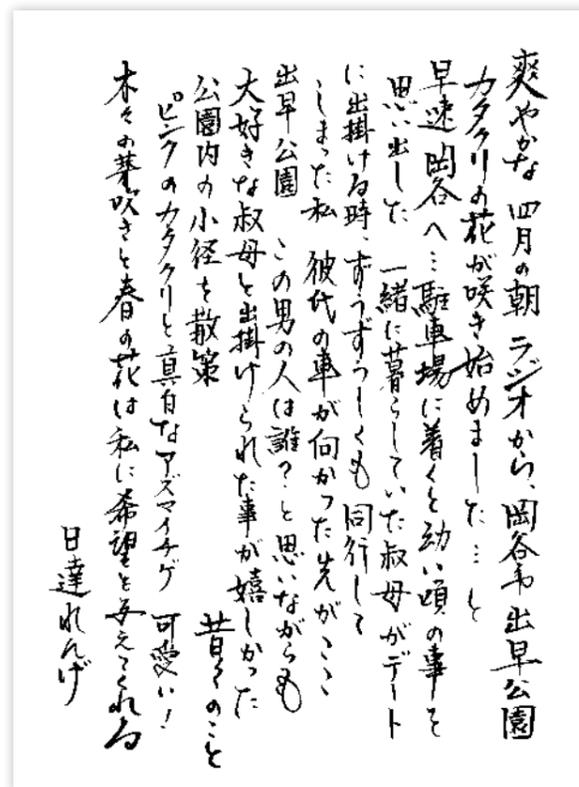
JA信州諏訪



R. Hirochi

- 2 表紙のことは
- 3 令和8年版JAオリジナルカレンダー掲載写真大募集!!
- 4 特集
介護への備え“2つのチェック”
- 6 JA信州諏訪のできごと
- 11 JA信州諏訪のできごと／ドリフト低減障壁作物種子等購入補助事業のご案内／各種セミナー・現場視察会のお知らせ
- 12 環境にやさしい栽培・土壌診断支援事業のご案内／葬祭センターからのお知らせ
- 13 身近な情報局／協同活動推進課お料理紹介
- 14 教えて農ハウ…野菜づくり
- 15 家庭菜園 いざ鎌鉞
- 16 直売所通信
- 17 第54回 信州フラワーショーウィンターセレクションが開催されました
- 18 今月の資料だより
- 19 生産資材課商品広告
- 20 諏訪は奇なりーふしぎ・謎・興味津々ー
- 21 富士見高校 園芸科「農トレ通信」
- 22 女性部だより
- 23 今晚のお膳立て
～「じゃすまる倶楽部」5周年スペシャル企画～
- 24 高原病院発
- 25 ヨーガのすすめ／野菜たっぷり!健康な身体!
- 26 暮らしの相談／今月の『家の光』よみどころ
- 27 各種相談・教室のご案内／今月の「じゃすまる倶楽部」放送日程
- 28 ゴールデンウィークの営業日程
- 30 今年も「JA農園」を開講します!／A・コープ新茶のご案内／理事会ニュース／主な事業量
- 31 組合員アンケート

表紙のことは



【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。

掲載写真 大募集!!

令和8年版(2026年)「JA信州諏訪オリジナルカレンダー」制作にあたり、以下の内容で写真を募集します。



令和7年版表紙

令和8年版(2026年)
JA信州諏訪
オリジナル
カレンダー

募集テーマ 「残したい・伝えたい、農の暮らし・信州諏訪の四季」 JA信州諏訪管内の農業や農作業、諏訪地方の四季を題材としたもの

審査選考 当JA広報委員会が委託した審査員により、審査選考を実施します。
※審査は8月に実施。季節性・地域性を考慮します。

応募資格 当JA管内在住の方とその家族

応募締切 令和7年7月31日(木)

応募先 本所、最寄りの各支所・営業所窓口またはJA信州諏訪「令和8年版(2026年)オリジナルカレンダー」係(〒392-8578 諏訪市四賀7841番)へ送付してください。

賞・褒賞 表彰式を開催し、入選作品(大賞6点、佳作4点、組合長特別賞1点)には賞状と長野県内のA・コープ店やJASSなどで使える「JAまごころ商品券」を副賞として進呈します。また、応募者全員に参加賞を進呈します。

発表 入選作品は機関誌「月刊JA's民」やWEBサイトなどで発表します。審査結果は、書面にて通知します。

- 作品の条件**
- ・令和5年8月以降に撮影し、かつ未発表で管内の現存する農業や農作業、諏訪地方の四季を撮影した写真とします(他のコンテストなどとの二重応募や過去の入選作品は応募できません)。
 - ・応募者本人が完全な著作権を有している作品に限ります。
 - ・肖像権が伴う作品は、応募者の責任において被写体の承諾を得てください。被写体が人物の場合は本人(被写体)、未成年の場合は親権者の承諾が必要です。万一、第三者と紛争が生じた際は、応募者自身の責任によって解決していただきます。

- 応募手続**
- ・横位置(ヨコ)撮影し、印画紙または写真用紙でプリントした単写真に限ります。
 - ・用紙のサイズは、四切、ワイド四切、A4、B4とします。
 - ・デジタルカメラやスマートフォンで撮影した作品は600万画素以上で、未修正に限ります(RAW現像可)。
 - ・作品ごとに、必要事項を記入した所定の応募票をつけて提出してください(応募票は作品の裏面にテープで貼付してください)。
 - ・応募点数は1人5点以内とします。
 - ・入選作品は、原版的写真フィルム(ネガ・ポジ)、デジタルデータ(JPEG)で提出していただきます。なお、提出がない場合は入選を取り消すことがあります。
 - ・原則として応募作品、入選作品の原版的画像データは返却いたしません。

- その他**
- ・応募作品の著作権は、撮影者に帰属します。
 - ・入選作品はJA信州諏訪が実施するすべての広報活動に優先的に使用する権利を、無償かつ永久に保有します(使用する際、大きさの変更やトリミング処理を行う場合があります)。広報活動とは、カレンダーや機関誌「月刊JA's民」、リーフレット、新聞、雑誌、テレビ、WEBサイト、展示などを指します。
 - ・応募作品に関する個人情報、審査・発表・カレンダーへの表記など本募集に関する内容以外の目的には使用しません。ただし、入選作品を広報活動などで使用する際、氏名・地区名などを表示することがあります。
 - ・JA役職員は応募できません。
 - ※複数応募する方は、応募票をコピーしてお使いください。応募票はJA信州諏訪のWEBサイトからも印刷できます。

写真応募票 令和8年版(2026年)

フリガナ 題名		フリガナ 氏名	
撮影市町村 ・地区名	市町村	住所	〒
撮影日	令和 年 月 日	電話番号	
作品 コメント			

キリトリ線 ✂

今月号の表紙は、日達れんげ先生の切り絵デザインに合わせた特別仕様になっています。

もっと

安心と満足をお届けするため…

ライフイベントなど
皆さまの暮らしのことお聞かせください！

聞かせて！
暮らしのこと
アンケートキャンペーン

アンケートの
回答はコチラから！



簡単なアンケートに答えると

抽選で合計600名様に

豪華賞品が当たるチャンス！

さらに！
W その場で当たるデジタルクーポン
チャンス！ 合計100,000名様

【介護の自己負担額】

介護費用 1か月平均
9万円

×

介護期間 平均
55か月
(4年7か月)

＝

介護にかかる自己負担総額
約495万円



チェック
2

介護は長期間におよぶことも…
介護にかかる費用をご存じですか？



突然、介護が必要になる可能性もあるため、家族に迷惑をかけないために私も事前に準備しています。

介護期間が長引くほど、自己負担額が高額に、月々の介護費用は平均9万円もかかります(公的介護保険サービスを利用した際の自己負担費用を含む)。さらに、介護は長期間におよぶことが多いので、自己負担額が大きくなりがちです。公的介護保険だけでは不十分という声も多く、あらかじめ備えておくことが重要です。

※出典:公益財団法人生命保険文化センター「2024(令和6)年度 生命保険に関する全国実態調査<速報版>」よりJA共済連試算

そこで！

介護共済

POINT①

一生にわたる介護保障で不安の高まる高齢期も安心

POINT②

介護共済金(一時金)はご自宅の改修などの初期費用に役立てられます*

POINT③

公的介護保険制度に連動したわかりやすい保障です

*「共済年金支払特約」の付加により年金方式でお受取りいただくことも可能です。

ご契約例 40歳加入／99歳払込終了／主契約:共済金額500万円

*このご契約例にご加入いただける年齢:40歳～75歳 *ご加入いただける年齢はご契約内容によって異なります。

共済掛金払込終了年齢は50歳、55歳、60歳、65歳、70歳、75歳、80歳、99歳からご選択いただけます。 *加入年齢によってご選択いただけない場合があります。

共済掛金(例)

お払込みいただく共済掛金(一部抜粋)

*左記のご契約例をご選択いただいた場合の加入年齢に応じた共済掛金です。 *下記の共済掛金は、払込経路が口座振替扱いの場合です。

(2025年4月現在)

男性		加入年齢(歳)	女性	
月払い	年払い		月払い	年払い
5,074円	59,369円	40	5,889円	68,879円
6,074円	71,069円	45	7,004円	81,929円
7,399円	86,564円	50	8,479円	99,184円

一生保障

①公的介護保険制度に定める要介護2～5に認定されたとき
または
②所定の重度要介護状態になったとき(JA共済独自基準)

介護共済金
500万円

ご注意ください

- この共済には、死亡時における保障はありません。
- 介護共済金をお支払いした場合にはご契約は消滅します。

40歳ご加入

*責任開始時以後に生じた病気またはケガによる場合に限りです。

99歳払込終了

CHECK!

まとまった資金で一生にわたって備えられる介護保障 一時払介護共済もあります! [ご加入いただける年齢:40歳～75歳]

●この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

私たちが寄り添えることを、もっと。

JA共済 × 全農 × JAバンク

今回のテーマ

介護への備え
“2つのチェック”



ナビゲーター
阿部 祐二さん

チェック
1

心身の衰えは、「口」から！
いつまでも元気でいるために
今日から始めるオーラルフレイル対策

人生100年時代とも言われる現在、「フレイル」という言葉を目にする機会が増えています。フレイルとは、「健康」と「要介護」の中間である虚弱状態のこと。フレイルを放置すると要介護状態になるリスクが高まります。健康寿命と平均寿命の差は、男性約9年、女性約12年^{※1}。健康を維持するためにもフレイル予防が重要です。

中でも、オーラルフレイルと呼ばれる口腔機能の衰えが健康を害する負の連鎖の入口として最近注目されています。オーラルフレイルの入口は、滑舌の低下やわずかなむせ、硬いものが食べにくくなる、口が乾くなど。何の対策もせずにいると、これらはどんどん悪化していきます。好きなものも食べられず、会話がおっくつになって出不精になってしまうことも。友人と食事をしながらおしゃべりする、そんな楽しさをまだまだ失いたくないですよね。さらに、「オーラルフレイルになると、4年後に要介護になるリスクが2.4倍^{※2}」というデータもあります。

だからこそ、せひ、口の力を鍛えるオーラルフレイル予防を。いつまでも元気で若々しい毎日を送れるよう、今日から早速、口の健康トレーニング！

※1 出典:内閣府「令和6年版高齢社会白書(全体版)」 ※2 参考文献:Tanaka T, Hirano H, Watanabe Y, Iijima K, et al. Oral Frailty as a Risk Factor for Physical Frailty and Mortality in Community-Dwelling Elderly. J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 2017.

毎日2セット!

食べる力を鍛える パタカラ体操

「パ、パ、パ…」と単音で8回、順番に2セット発声しましょう。

パ

唇をはじくように

吸う・飲む力を鍛える

タ

舌先を上あごの裏に付けるように

食べものを押しつぶす力を鍛える

カ

舌の奥をのどに押し付けるように

飲み込む力を鍛える

ラ

舌を丸めるように

食べものを運ぶ力を鍛える

そろそろ滑舌が気になる世代なので、オーラルフレイル対策にトライしてみます!

パ、パ、パ、パ、パ、パ、パ、パ

[監修]
ライオン橋歯科医院 院長
歯科医師
西村 有司さん

生産資材専門委員会 価格高騰対策で支援金・割戻金支払いを報告

自己改革 農業所得増大



1/17 生産資材事業に関して協議した生産資材専門委員会

生産資材専門委員会を、茅野市で開きました。委員・事務局ら計22人が出席。2024年度の実績を確認し、生産資材価格高騰対策の一環で、出荷用スチロールボックスへの支援金と予約肥料・出荷用ダンボール・農薬への割戻金に支援金を加算した総額2,744万8,853円(税込み)を支援することを報告。出荷用スチロールボックスへの支援金支払いと、割戻金に支援金を加算するのはJAで初めてです。同委員会では引き続き、生産資材供給に関する組合員の意見・要望を把握し、生産資材事業運営に反映させる考えです。



2/18 JA原村営農センター管轄倉庫で出荷用スチロールボックスの在庫管理を行う職員

JAは農業用の生産資材の原材料、輸送費、製造費および人件費等の高騰により値上げ、高止まりが続く、生産者の経営を圧迫。農家経営継続を図るため、価格高騰対策支援を実施することとしました。対象者のJA口座に2月20日に振込み、3月に振込明細書を送付しました。

同委員長の小林昇経済事業本部常務理事は「生産資材価格の高止まりで農家経営は厳しい状況。今後も全農長野等と協力して、農業振興・地域活性化に繋げる取組みを行っていくので理解・協力をいただきたい」と呼びかけました。

「信州ちの就農LABO」と初連携し、東京農業大学の学生と交流

自己改革 農業所得増大



1/28 関係者と学生の懇談会

営農部が、茅野市の若手生産者有志グループ「信州ちの就農LABO」が主催する東京農業大学の学生との交流会「Green Vision Camp ちの」に協力しました。同部営農企画課の柳澤輝佳課長と有賀治彦課長代理が出席。学生に関係者との交流、ほ場見学などを通して、地域農業の現状や課題を学び、次世代の農業を考えてもらいました。

今回の交流会は、同グループのメンバーで同大学卒業生の古川竜生さん(28)が、昨年11月に行われた学園祭で学生たちがつくる団体「Be Hype」と出会ったのがきっかけで実現。「Be Hype」は農業



1/29 自身のパセリほ場で学生に栽培の流れを説明する古川さん(左)

に関心を持つ学生と農家をつなぐことを目的に結成し、卒業後に就農を志す学生もいます。

28日は、学生8人と懇談。JAは、消費者に「欲しい」と言ってもらえる農産物の栽培方法を生産者に指導していることを説明しました。

29日は、メンバーのほ場や蓼科中央高原などを見学。古川さんが自身のパセリほ場で1年間の栽培の流れを説明しました。

男子学生(19)は「実際に来てみないとわからないことがたくさんあった。農業を始めるには今がチャンスだと思った」と前向きに話しました。

料理研究家の土井善晴さん講演



1/23 「食事のよろこび」をテーマに講演した土井さん

茅野市民館で文化講演会を開きました。料理研究家の土井善晴さんが「食事のよろこび」をテーマに講演。会場には組合員ら約600人が来場しました。

土井さんは、和食文化の伝統を踏まえた一汁一菜を提案しています。この日は、日本の食の歴史や料理の大切さについて話しました。講演後は、小平淳組合長が管内産米「つきあかり」1袋(5キロ)、信州諏訪産のイチゴを贈りました。

土井さんは「お米やイチゴは皆が大好きな食べ物。ただで大変うれしい。ありがとうございました」と話し、笑顔で感謝を伝えました。

鈴木宣弘教授を招いて学習会



1/30 「令和の米騒動」をテーマに講演する鈴木教授

「食」と「いのち」と「くらし」を守る学習会を茅野市のマリオローヤル会館で開きました。東京大学大学院特任教授・名誉教授の鈴木宣弘教授が「令和の米騒動」をテーマに講演。組合員やJA役職員など150人が参加しました。

鈴木教授は、国内生産基盤を削ぎ落とす政策に警鐘を鳴らし、飢餓を招きかねない不測の事態に備えて、コメ増産奨励など国内農業生産を強化させる重要性を強調。

生産者には「消費者と支え合い『安くても不安な食料』の侵入を排除し、自身の経営と地域の暮らし、国民の命を守ってほしい」と呼びかけました。

セルリー高品質に向け意思統一



1/14 「セルリー薬剤散布法検討試験」について発表する木村担当

野菜専門委員会セルリー専門部会が、JA会館ふじみで生産者大会・作付け指導会および試験報告会を開きました。セルリー疫病対策薬剤として新規登録された「ユニフォーム粒剤」の使用方法を確認。薬剤の効果的な散布方法、高温対策などの試験報告がありました。

試験報告では、茅野市営農センター南部センターの木村百花担当が「セルリー薬剤散布法検討試験」について発表。灌水竿は水平振りだけでなく、株横や葉裏にも十分にかかるようにすること、防除体系の見直しやほ場環境の調査を行う必要性があることを説明しました。

農業機械の初荷安全祈願



1/17 安全を祈願し、おはらいを受ける農業機械

諏訪市の諏訪大社本宮で農業機械の初荷安全祈願を行いました。農機を購入した生産者、農機具メーカー関係者、JA役職員ら25人が参列。神職が1台ずつ農機をおはらいし、1年の農作業無事故と豊作を願いました。

毎年この時期に行う神事。生産者への納入を控えたトラクター・田植機・コンバイン計15台が車祈禱殿前に並びました。農機は、今春から田んぼや畑で稼働します。

諏訪市の山田ライスセンターの山田宏さん(51)は「大勢で作業するので、この1年間もトラブルや怪我がなく順調に進めばと思っている」と話しました。

第10回諏訪農ガールのつどい



講演会や「諏訪農ガール納豆」の寄贈式を行った第1部

諏訪地区農村女性団体連携会議と諏訪農業農村支援センターが、富士見町で第10回諏訪農ガールのつどいを開きました。JA女性部員や市町村農業委員など農業関係者ら54人が出席。2024年度、同センターが主催した「大豆栽培加工セミナー」を振り返って栽培・加工方法などを学び、茅野市産の大豆で味噌づくりを行う2部構成で行いました。

第1部では、同セミナーで茅野市の品種「ナカセンナリ」を栽培したことを報告。収量は選別後219.6キロで、目標を大きく上回る豊作でした。地元の有限会社八ヶ岳農産に一部の加工を依頼。「諏訪農ガール納豆」ができあがりました。



味噌づくりを行った第2部

当日、子ども食堂などを運営する「諏訪圏域子ども応援プラットフォーム」に「諏訪農ガール納豆」300パックを寄贈しました。

第2部では、同セミナーで収穫した大豆を使って味噌を作りました。1人1キロずつ容器に入れて持ち帰りました。

講演会では、信州みそなどを製造・販売する有限会社丸井伊藤商店代表取締役の伊藤英一郎さんが味噌の歴史や作り方、同社の工場内のようなすや販売商品などを紹介。いきいき原村農業塾の塾長の伊東麻紀さんが、農のある暮らしを広めるために行っている活動を伝えました。

四賀にコイン精米機増設



増設のコイン精米機で精米し、出来栄えを確認するJA役職員

諏訪市の旧四賀営業所敷地内にコイン精米機を増設しました。稼働式では、小林昇経済事業本部常務理事が初精米して機能と出来栄えを確認しました。組合員からの要望に応え、同敷地内での2台体制での稼働により、スムーズに精米してもらいたい考えです。

増設のコイン精米機は、うまみ精米機能が付いているのが特徴。従来の精米よりも時間をかけ、優しく精米することでお米のうまみ層を残す新たな精米方式です。

小林常務は「自身で育てたコメやいただいたコメなど、精米しておいしく食べてほしい」と呼びかけています。

手芸品 ずらりと並ぶ 直売所



1つ1つ丁寧に布ぞうりを作る牛尼さん

JA信州諏訪管内のA・コープ4店舗は12月から3月、夢マーケット3店舗、さざなみ新鮮市は年間を通して、直売所部会員が製作した手芸品を販売しています。

A・コープファーマーズピアみどり店の直売コーナーには、手編みの帽子やマスクケース、鍋敷き、布ぞうり、ストラップ、お手玉、つるし飾りなど、さまざまな種類の手芸品が豊富に並びました。

牛尼トセさん(90)は、布ぞうりの出品を始め20年ほど経ちます。「布ぞうりは温かく履き心地が良い。人にも環境にも優しく多くの人の手に取ってもらえれば」と話しました。

しいたけ原木駒打ち 青壮年部



談笑しながら駒打ち作業を楽しむ部員

JA信州諏訪青壮年部は、JAファーム茅野店で厚生大会を開きました。同部全体の活動として企画し、地区別の6ブロックから部員とその子どもや孫ら25人が参加。原木しいたけの駒打ちを楽しみ、ブロックを超えた親睦を図りました。

参加者は、コナラの原木にドリルで穴を開け、駒菌を一つずつ丁寧に打ち込みました。部員同士、互いに協力し合い、子どもの笑顔や笑い声が響く中、終始和やかな雰囲気で作業が進みました。

参加した部員は「他のブロックの部員と交流し、みんなで作業できたことが嬉しい」と笑顔で話しました。

リンゴ栽培のきっかけづくり



盛次技師から剪定のコツを学ぶ受講者

JA信州諏訪は茅野市の野口果樹園で、リンゴ剪定作業の現場視察会を開催しました。新しく始めたい人、栽培経験が浅い人など10人が参加しました。

講師は、諏訪農業農村支援センターの盛次陽介技師が務めました。実際に剪定作業をしながら、高密度栽培における剪定と誘引方法を説明。「冬の剪定は、来年度実をならせるための第一歩。基本を意識して行ってほしい」と話しました。

参加者の一田浩太郎さん、涼子さん夫妻は「現物を見ながらの講習は参考になる。昨年植えた樹に立派な実が付くよう学んだことを活かしたい」と話しました。

鮎澤康彦さん 農業の魅力語る



スナップエンドウの成長を見守る鮎澤さん

岡谷市出身で茅野市在住の鮎澤康彦さん(45)は今年就農8年目です。ズッキーニやスナップエンドウ、ケイトウなどを栽培。妻の志乃さん、母の若栄さんと3人4脚で農業に勤しんでいます。

鮎澤さんは就農前、脱サラして就農した知人から農業の魅力や面白さを教えてもらい、試しにズッキーニを育て始めました。直売所に出品すると「とても好評だ」と伝えられ、やりがいを感じ就農を決意。その後、茅野市の農家から農地を借り受け本格的なスタートを切りました。

「多くの人に支えられ経営が軌道に乗った。今後も頑張ります」と話しています。

さざなみ新鮮市 感謝祭開催



目当ての商品を手に取り買い物を楽しむ来店客

農産物直売所「さざなみ新鮮市」は、恒例の第4土曜日感謝祭を開催しました。管内産のイチゴや寒天、直売部会員が作った手芸品などがずらりと並びました。

この日は、数量限定でダイコンやニンジン、ホウレンソウ、ミカン、卵など多くの商品の特価で販売。定価の半額で売り出した商品もありました。冬は手芸品が豊富に揃います。来店客は気になった商品を手に取っては吟味しました。

訪れた男性は「物価上昇が続くなか、安く購入でき助かる。旬を味わいたい」と話しました。

4月の感謝祭は26日の予定です。

組合員向けセミナー「料理教室」



1/21 協力して調理する受講生

組合員向けセミナー「料理教室」茅野教室を、玉川研修センターで開きました。この日のメニューは「切り餅ベーコンのチーズ巻き」「チンゲン菜とカリカリベーコンのサラダ」「さつまいものポターージュ」「タルトタタン」。9人が4班に分かれて調理しました。完成後は持参した容器につめて持ち帰りました。

参加者の有賀里美さんは「皆で協力し、めずらしい料理も勉強できるので毎回楽しみ。今後も参加したい」、北沢とめ子さんは「気軽に足を運べる寄合の場になっている。今後も長く続けていきたい」とそれぞれ語りました。

営農経済プログラム報告会



1/10 プログラムの趣旨・目的を確認した報告会

営農部が、富士見町で「営農・経済事業の成長・効率化プログラム報告会」を開きました。役職員127人が出席し、2027年度に収支改善目標である農業関連事業2億4千5百万円の達成を目指す本プログラムの方針を確認しました。

同部の菊池孝明部長が本プログラムの趣旨と概略、担当課長が各施策の詳細を示しました。

名取孝雄代表理事専務理事は「本プログラムを通して、生産者の元気な営農・生産活動、明るく笑顔のある地域づくりに繋がりたい。皆の力を結集して協力一致で取組んでほしい」と呼びかけました。

1年間の稲作体験を締めくくる 管内小学校で収穫祭



2/18 あんこゴマ、きな粉の3種類の餅を作った四賀小学校の児童

JA信州諏訪は毎年、支所食農活動の一環として、管内小学校の稲作体験をサポートしています。2月に収穫祭を開いた諏訪市の小学校は、稲作やしめ縄づくりを支援した地元組合員、JA役職員らを招待。特色のあるイベントを行いました。

四賀小学校5年生と、城南小学校5年2部と2年2部の児童は、保護者と一緒に杵と臼を使った餅つきを体験しました。あんこやきな粉、ゴマで味付けした餅を笑顔でほおばりました。豊田小学校5年生は、発泡スチロール箱で作った「マイ田んぼ」で収穫したヒメノモチでおはぎを作り、皆で味わいました。

児童は「普段しないことだからわくわくした」「JAや協力してくれた人と頑張りながらできた」などと



2/21 重さを量りながらおはぎを作る豊田小学校の児童



2/26 杵と臼を使い保護者と餅をつく城南小学校の児童

感想を発表しました。豊田小学校の演習孝太さん(11)は「自分で作ったおはぎは一味違った。家でもやってみたい」と話しました。

新規就農・作付け希望者の皆様へ 各種セミナー・栽培現場視察会を開催します

① 新規就農セミナー・栽培視察			
開催日	時間	集合場所	開催内容
7月26日(出)	午後2時	原村研修センター	花き(セミナー)
7月27日(日)		原村研修センター	野菜(セミナー)
② 小玉スイカセミナー・現地指導会			
開催日	時間	集合場所	開催内容
4月7日(月)	午後2時	すわご営農センター	ほ場準備(セミナー) ^{※1}
4月11日(金)		原村研修センター	ほ場準備(セミナー) ^{※1}
※1 同様の説明内容になりますのでいずれかの会場にお越しください			
5月8日(木)	午後2時	すわご営農センター	定植・管理・防除(セミナー) ^{※2}
5月9日(金)		原村研修センター	定植・管理・防除(セミナー) ^{※2}
※2 同様の説明内容になりますのでいずれかの会場にお越しください			
③ 果樹セミナー・現地視察			
開催日	時間	集合場所	開催内容
6月3日(火)	午後2時	南部センター	りんご 摘果作業他(現地視察)
6月5日(木)		原村営農センター	ぶどう 新梢管理と花穂整形(現地視察)
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!			
お問合せ先 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			

ドリフト低減障壁作物 種子等購入補助事業

安全安心な農産物生産を行うため農薬飛散(以下、ドリフト)による残留農薬事故を低減することを目的とし、ドリフト低減障壁作物種子等を購入した組合員へ助成金を交付します。

対象者
この事業の対象者は当組合の正組合員。

- 対象品目
- 1) 組合が認めた障壁作物の種子
えん麦、ソルゴー、飼料用とうもろこし(各専門部の指定した障壁作物)
※遮蔽作物としての利用が対象。緑肥など目的以外は対象としない。
 - 2) 組合が認めた防葉ネット・支柱
組合が認めた支柱で使用間隔1.5mを補助の対象本数とする。
(支柱は外形26φのイボ竹支柱を基本とし、ネットの高さで長さは変更することができる。なおネットとの同時購入が対象で支柱のみの購入は対象外とする。)

- (実施内容)
- 1 対象期間…毎年3月1日から9月30日まで。
 - 2 適用条件…9月30日までに購入し、10月末までに支払いが完了したもの。
 - 3 助成予算…毎年1,000,000円以内
 - 4 助成内容…購入金額(税込み)の2/3以内。ただし、1戸当たり5万円を上限とし市町村の補填分は除く。

住宅ローン控除セミナー



2/2 住宅ローン控除の申告方法を丁寧に伝えたセミナー

金融部が、JA本所で住宅ローン控除セミナーを開きました。55人が参加。諏訪税務署の担当者5人を招きました。

この日の対象は、2023年・2024年にJA住宅ローンを借入させていただいた組合員。条件を満たせば、ローン残高に応じて13年間、所得税が一部減税される住宅ローン控除を受けられます。

セミナーではまず、住宅ローン制度や控除対象の条件を説明。その後、実際にスマホを使って国税庁WEBサイトでの申告方法を確認しました。

参加者からは「説明がわかりやすく、参加して良かった」との声が聞かれました。

弾男倶楽部がそば打ち体験



1/28 山口さん(右から2人目)の指導でそば打ちを行う受講生

男性組合員向け講座「弾男倶楽部(だんだんくらぶ)」が、諏訪市の株式会社高山製粉が直営する信州諏訪そば打ち道場で、そば打ち体験を行いました。9人が参加。講師は一般社団法人全麵協の山口恵三さん(74)が務め、信州そば粉とつなぎ粉2割をミックスした「二八そば」5人前をつくりました。

山口さんは「切れないそばを打つためには、水回し、練りを行う鉢作業が一番大切」と説明。受講生は粉全体に水がなじむように、軽く、手早く混ぜ合わせました。

約1時間半で作業終了。容器に入れて各家庭へ持ち帰りました。

令和6年度を締めくくる定期総会 年金友の会下諏訪支部



令和6年度を振り返り、盛況に開催した定期総会

年金友の会下諏訪支部は3月5日、下諏訪町の「信州しもすわ温泉 ぎん月」で令和6年度定期総会を開催しました。令和6年度事業報告、7年度事業計画、および7・8年度の新役員について承認され、新年度の体制がスタートしました。

議事終了後は、「外れ無し」のビンゴ大会を開催。同支部の木遣り名人、小松直人さんの見事な木遣りで締めくくりました。参加した会員からは「地元の方と1年ぶりの交流ができて良かった。来年はもっと参加者が増えることに期待したい」「旅館ならではの豪華な料理を食べられて大満足です」との声が聞かれました。

同支部では今年度も、親睦旅行、マレットゴルフ大会、料理教室等の開催を計画しております。行事開催の都度ご案内をいたしますので、大勢の皆様のご参加をお待ちしております。



今年度の年金友の会会員特典プレゼントは店頭でのお渡しになります。郵送したご案内を確認いただき、ご来店をお願いいたします。

下諏訪支所
金融渉外係
小林 拓哉

環境にやさしい栽培・土壌診断支援事業

環境負荷軽減による持続可能な農業生産への取組みと生産コスト低減による農業所得の増大を目指すとともに、化学肥料の使用量低減に対する土壌診断費用の支援を図る事を目的に「土壌診断」を実施した正組合員へ助成を交付します。

対象者 当組合の正組合員

対象事業

- 1 組合が認めた土壌診断経費。
- 2 その他、支援が必要とする組合長の認めたもの。

対象項目（依頼先 JA全農長野）

分析項目	畑地Aセット	8項目	1,280円	基本セット
	畑地Bセット	16項目	3,840円	基本セット+微量要素
畑地Cセット	11項目	2,175円	基本セット+窒素・腐食	
水田	10項目	2,050円		

実施内容

- 1 適用条件 毎年12月末迄に支払いが完了したもの。
- 2 助成予算 毎年1,000,000円以内。
- 3 助成内容 土壌診断1点500円以内。但し、1戸当たり5,000円を上限とし予算額に応じた配分とする。

※混雑時には診断に時間がかかります。計画的にご利用をお願いします。

お問合せ先：最寄りの営農センターまたは資材店舗までお願いします。

春に食べたい アスパラガス料理



1 アスパラガスピラフ

〈材料 4人分〉

- 米……………3合
- (1)バター……………20g
- アスパラガス……………3本
- ニンジン……………小1本
- タマネギ……………1/2個
- ブロックベーコン……………100g
- マッシュルーム……………50g
- (2)バター……………20g
- コンソメ……………大さじ1と1/2
- 塩コショウ……………適量
- 水……………3合分

作り方

- 1 米は洗いザルで水を切る。材料(1)のバターで色が変わるまで炒める。
- 2 アスパラガスは袴を取り、固いところは切り落とし、5mmの斜め切りする。ニンジン、タマネギは粗みじん切りにする。ブロックベーコンは1cmの角切りにする。マッシュルームは5mmほどにスライスする。
- 3 2を材料(2)のバターで炒める。コンソメと塩コショウで味を調える。
- 4 炊飯器に1を入れ、水を入れる。3を上へのせ混ぜずに通常炊飯で炊く。炊き上がったらかき混ぜる。

3 アスパラガスのちくわ巻きのレシピはJA信州諏訪公式Facebookからご覧ください。

2 アスパラガスのオランダソースがけ

〈材料 2人分〉

- アスパラガス……………6本
- バター……………50g
- 白ワイン……………大さじ1
- 砂糖……………小さじ1/2
- コショウ……………少々
- 卵黄……………2個
- 塩……………少々(2つまみほど)
- レモン汁……………小さじ1

作り方

- 1 バターを30秒くらい温め、溶かしバターを作る。分量外のお湯をお鍋に沸かしておく。
- 2 Aの材料をボウルに入れ卵黄を加える。
- 3 お湯が沸いたら火を止め
- 4 湯煎しながら2をなるべくスピーディーにかき混ぜる。
- 5 1のバターを4〜5回に分けて加える。混ぜざりきったら入れるを繰り返す。
- 6 アスパラガスは、固い部分は切り落とし、袴を取る。好みの硬さに茹でる。
- 7 茹でたアスパラガスを切らずにお皿に盛り、真ん中に5をかける。

JA虹のホールイベント開催のお知らせ

JA虹のホールでは、本年度も様々なイベントを開催いたします。

7月には虹のホールたまたがわ、10月には虹のホールふじみにて計画をしています。

組合員、地域の皆さん参加型イベントです。

詳細は機関誌「月刊JA's民」にてお知らせします。

本年の人形・着物供養祭 場所 虹のホール諏訪湖（11月開催）

スタッフ一同皆様のお越しをお待ちしております



お問合せ：株式会社あぐりライフ信州諏訪
葬祭センター ☎0266-82-8402 JA葬祭諏訪 ☎0266-82-8811 (24時間夜間対応)



ホウレンソウを作ってみよう

ホウレンソウはビタミンCや鉄分などの栄養が豊富で、老化防止に効果のあるカロテンも多く含まれています。土に触れ、栄養をとって心身ともに健康に生活しましょう。

4月まきホウレンソウについて

ホウレンソウは年間を通して栽培が可能なので多くの品種がありますが4月まきでは春まき用の品種を使って栽培を行います。

春まき用品種は低温の影響を受けづらいですが、日当たりの悪い畑や異常な低温の場合に発芽不良や生育不良など起こすこともあるため、種まきの後、ビニールのトンネルで被覆するとより安心です。

畑の準備

●土づくり

種まきの2週間前までに「苦土石灰」を1㎡あたり150g、「JAファーム有機堆肥」を1㎡あたり3kg、畑全体に散布して土によく混ぜ込みます。

ホウレンソウは酸性土壌にとっても弱くpH5.5以下では生育不良になります。最適pHは6.3~7.0のため土づくりの際はその点に注意しましょう。

種まきの1週間前までに元肥として畑全体に「JAファーム葉もの野菜専用肥料」を1㎡あたり100g施用し、土によく混ぜ込みます。

●種まき

幅50~60cm、高さ5~10cmのうねを立てて種まきをします。

うね内に支柱などで8~15cm間隔で溝を作り、その溝にできるだけ均一に1cm程度の間隔で種をまいていきます。まき終わったら溝に土を浅く被せて軽く押さえます。

種まきをする溝の底面を平らにしておくことで発芽が揃いやすくなります。



栽培管理

●間引き

本葉が1~2枚出始めたころに1回目の間引きを行います。

このときはホウレンソウが密集しているところのみ間引きを行います。

本葉が3~4枚出たころに2回目の間引きを行います。株間が10~15cm程度になるように間引きを行います。※間引いた葉も食べられます。



●かん水

種まきの前後は多めに水やりをします。発芽から本葉が4枚ほど出てくるまでの時期は水やりを控えめにしましょう。

その後、草丈が10~15cmになるまでは適度に水やりをします。

草丈が間伸びしやすくなるため収穫7~10日前くらいからは水やりを避けて葉の厚みや葉色を良くさせます。

収穫

種まきから約30~40日で収穫できるようになります。葉の長さが25cmほどになるころを目安として収穫を行います。ハサミなどを用いて株元から切り取って収穫を行います。



担当よりひとこと

富士見町
営農センター
営農指導係
藤森 海生

ホウレンソウは比較的栽培が簡単で栽培期間も短い野菜なので初心者の方でも無理なく育てることができます。小さな畑でも十分な量を収穫できておひたしやみそ汁、和え物など様々な料理に使うことができるので家庭菜園にぴったりです。



パセリの育苗・定植作業

4月はパセリの育苗、定植作業が最盛期を迎えます。良い苗を良い条件で定植することでその後の生育も良くなります。以下の内容を確認頂き作業の参考にしてください。

育苗について

●鉢上げの準備

鉢上げの3~4日前にポットへ床土を詰め床に並べた後、十分に灌水をします。その後透明なビニール等でべた掛けをして床土の温度を上げポット内の水分を均一にしておきます。移植前日に土が乾いたら少量の灌水をします。

●ポット上げのポイント

本葉の展開が2枚程度で赤根になっていない良い苗を選び、なるべく細根を切らないように植えます。この時、指で根を触らないよう注意してください。また、根は真っ直ぐに穴に入れ、穴を埋めた後は土を



押さえつけないようにします。苗を植える深さは、かいわれ葉(不完全葉)より5mm下程度にします。

●ポット育苗の管理

移植後2~3日はハイマット等で遮光し活着を促進します。この間の灌水はしないようにしてください。遮光を外してからは土と葉の状態を見て天気の良い日の9時~10時頃に灌水してください。過乾、過湿を避けるように管理してください。

管理温度は日中20℃以下、夜間10~12℃程度を目安とします。

定植1週間前より外気に慣らし硬化をはかります。育苗期間が長すぎるとポット内で根が巻いてしまい、定植後の活着が悪くなるため注意してください。

定植について

●定植作業のポイント

本葉5~6枚で定植します。定植前にポットに十分な灌水を行い、根土をしっかり付けて苗取りを行います。生長点へ土を入れないように植え、株元に灌水をします。

マルチ押さえ等でマルチの浮き上がりを防止します。

●定植後の管理

定植後5日程度は毎日灌水をして苗を活着させます。その後は土や葉の状態を見ながら過乾にならないように灌水をします。乾燥すると生育が著しく

抑制され、葉が光沢を失うなど商品性の低下を招きま

すので注意してください。本葉10枚前後になると、側芽が発生し始め大株になる程発生が多くなります。これを放任しておくと、主枝の生育が抑制され葉茎が細くなり品質低下を招きますので少しずつ整理します。但し、芽整理が早すぎたり一度に大量に除去してしまうと生育が抑制され株が育たないため注意してください。



担当よりひとこと

段々と作業が忙しくなっていきますが、極端な管理は作物の生育不良の原因になります。できる限りこまめに少しずつ作業を進めてください。

農業振興センター 専任指導係
(茅野市営農センター
南部センター駐在)
仲井 昇吾



水田被覆肥料の被膜殻の流出を防ぎましょう

被覆肥料を使用している水田では、田面に被覆肥料の殻が浮遊している可能性があります。

被覆成分は環境に配慮し、光や微生物の働きにより土壌中で分解するようになっていますが、代かきや田植え作業時に被膜が河川へ流出してしまうケースが多いため、流出を防ぐ取組みとして次のポイントを守り作業を行ってください。

- ① 畦畔管理 ・あぜ塗りの徹底やあぜシートを設置する。
・水尻周辺を丁寧に踏み固め、止水板はあぜより高くする。
- ② 代かき ・入水時までに田面はなるべく均平にし、代かきは浅水で行う。
・強制排水ではなく、自然落水で水位を調整する。
- ③ 田植え ・田植え前の落水は行わず、自然落水で水位を調整する。
- ④ 施肥 ・適正施肥に努め、過剰な施肥は控える。



入賞者の皆さんと花き専門委員会の役員、小林昇経済事業本部常務理事(左)

第54回 信州フラワーショー ウインターセレクションが 開催されました

第54回 信州フラワーショーウインターセレクションが1月23・24日、伊那市のJA南信会館で開催されました。フラワーショーは生産者の技術向上と、消費拡大を目的に毎年夏と冬に開いています。県産花きの魅力を消費者にPRするため、一般公開もしました。

今回は、アルストロメリアやアネモネ、花木類など県内各地から335点の出品があり、JA信州諏訪の生産者7人が入賞しました。

入賞者の皆さんと当日のようすを紹介します。

JA 信州諏訪管内入賞者

褒賞名	品 種	出品品目	氏 名
長野県知事賞	アネモネ	モナリザ	人形 美幸
長野県農業協同組合中央会長賞	アルストロメリア	キャンディーツリー	矢崎 深志
全国農業協同組合連合会 長野県本部長賞	アルストロメリア	ピンクティアラ	篠原 俊
	アルストロメリア	アメジスト	柳澤 一夫
伊那市長賞	アルストロメリア	ピンクティアラ	柳澤 源悟
フラワーショー運営委員長賞	アルストロメリア	イノセントマリー	星野 仁志
	アルストロメリア	ワンダースイート	小池 潤



JA 信州諏訪最高賞の長野県知事賞を受賞した人形 美幸さんの アネモネ (モナリザ)



色とりどりの冬季出荷品目が会場を彩りました



4月4日から二十四節気の「清明(せいめい)」に入ります。「清浄(せいじやう)明(めい)潔(けつ)」を略した言葉で、春の穏やかな日差しを受けて天地万物が清々しく、明るく生き生きとした様子を意味しています。この言葉通り、春の日差しがきらめく季節になりました。畑や田んぼの準備が本格的に始まります。

信州諏訪の地は標高差による寒暖差や山々から湧きだした雪解け水が、農産物を育てています。地元のハウスで栽培されたキュウリも始め、菜花やアスパラガスなど春らしい農産物がたくさん出品されます。

食卓に明るい緑が並びと春の訪れを感じますね。また、この時期お楽しみ山の山菜もお目見えます。人気の商品ですので、午前中にご来店いただくのがおすすめです。旬の味覚を味わってください。



直売所 信通

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。



山菜のご紹介

- 3月から4月
- **フキノトウ**…暖かい日が続くと2月でもひょっこり顔をだします。天ぷらならばそのまま。みそ汁の具、フキ味噌は調理前に沸騰させた2%の塩水で3~4分茹でてあく抜きするのがおすすめ。苦みと香りをお楽しみください。
- 3月から5月
- **セリ**…ほんのり苦い大人の味。2%の塩水で軽く茹でて冷水に放ちあく抜きます。おひたしや、ごま油で和えてナムル風に。
- 4月から5月
- **タラノメ、コシアブラ**…だいたい桜が咲き木が芽吹くころ。山菜にしては灰汁が少なく手間いらず。天ぷらは絶品。
 - **コゴミ(クサソテツ)**…さっと茹でて、かつお節とだし醤油でいただく独特のぬめりを楽しめます。
 - **ウルイ**…おひたし、酢みそ和えが定番。天ぷらや一夜漬けも美味。
 - **ワラビ**…必ずあく抜きしてから調理してください。熱湯にあく抜き用の灰もしくは重曹を入れ、ワラビを一晚つけて置き、水を変えてさらに半日ほどつければあく抜き完了です。
- 4月から6月
- **ウド**…皮を厚く向いて酢水にさらしあく抜きます。むいた皮もしっかりあく抜きて、キンピラにすると無駄なく食べられます。
 - **行者ニンニク**…ニンニクよりも香りが強いです。成長が遅く、収穫できるくらいに育つまで7年ほどかかります。酢味噌和えでサッパリと。

店舗イベント情報

旬を味わいませんか?ぜひJA直売所へ足をお運びください

夢マーケット横川 4/19 春の感謝祭セール	夢マーケット田中線 4/12 春の感謝祭セール	夢マーケット文出 4/19 春の味覚 感謝祭	さざなみ新鮮市 4/26 春のお客様 感謝祭
--	---	--	--

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、ご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



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



植穴に撒いて連作障害予防に。植物全般に使用できます。
連作障害ブロックW
(400g)
890円(税込)
通常価格980円(税込)



すべりにくい柄になっているので、作業効率があがります。
吉利 カット鎌 すべらん柄
1,590円(税込)
通常価格1,610円(税込)



両面に砥石があり1本で2通りの砥ぎ方ができます。
吉利 鎌用コンビ砥石
998円(税込)
通常価格1,025円(税込)



土や砂が入り込みにくい絶妙な高さの長靴です。スポンジゴム素材でしゃがみ作業もラクラクできます。
足軽ストロング
(エンジ・ブラック・パープル)
(SS~3L)
4,290円(税込)
通常価格4,400円(税込)



長時間しゃがんだ姿勢での作業によるヒザへの負担を軽減し、より楽に作業ができます。
らくだろー(ブルー)
930円(税込)
通常価格945円(税込)



使いやすさを追求した噴霧器です。
クイック スプレー噴太くん
(5L)
8,200円(税込)
通常価格8,480円(税込)

営業案内 4月のJAファーム店の営業時間 8:30~18:00 水曜定休

生産資材課より お知らせ

- JAファーム店セール開催のお知らせ**
JAファーム茅野店、ふじみ店では4月11日(金)~13日(日)の周年セール、5月3日(土)~5月6日(火)のGWセールを開催いたします。スタッフ一同ご来店お待ちしております。是非ご来店ください！
- 春の農業用廃プラスチック回収のお知らせ**
時間は全会場、午前8時30分~午前10時迄となります。午前10時で受付を終了させていただきますので予めご了承ください。また、令和7年度の回収料金は、輸送費、燃料費及び処分費等の上昇により値上げとなっています。併せてご了承いただきますようお願いいたします。回収の詳細は折り込みのチラシ「令和7年度 農業用廃プラスチックの回収の案内」をご確認ください。なお、チラシ掲載の秋の回収日程は予定となります。「月刊JA's民」10月号にて改めてご案内させていただきます。

茅野市玉宮集荷所	5月24日(土)
茅野市北部集荷所	6月14日(土)
原村野菜集荷所	5月10日(土)
富士見町野菜集荷所	6月7日(土)
田中線センター駐車場	6月3日(火)



馬鈴薯のそうか病予防に
フロンサイド粉剤
(700g) **980円(税込)**
(3kg) **905円(税込)**



環境にやさしい有機100%肥料で有機JAS適合資材登録品
土喜芽喜
(15kg) **698円(税込)**



幅広い作物・害虫に登録があるジェネリック園芸用殺虫剤
ジェイエース 粒剤
(1kg) **720円(税込)**
(3kg) **2,060円(税込)**

ブーンパティート®箱粒剤

ブーンパティート箱粒剤で食害、病害から稲を守りましょう！
稲に対する安全性が高いため、
播種前から移植当日まで、いつでも使用できます。



イネドロオウムシ イネドロオウムシの食害 イネミズゾウムシ イネミズゾウムシの食害 いもち病



定番の1kg規格！

使いやすい3kg規格！

10kg規格でより低コスト！



ブーン®はクミアイ化学工業(株)の登録商標
パティート®はFMC Corporationまたはその米国およびその他の国の子会社・関連会社の登録商標

JAグループ 農協 全農 経済連
クミアイ化学工業株式会社 商品に関するお問合せ・お求めは JA信州諏訪資材店舗まで!!

「ぶどういハダニはサラバでござる！」 適用拡大情報

殺ダニ剤 ダニサラバ フロアブル

2025年2月10日付 変更内容

・作物名「セルリー」(ハダニ類)を追加する。

○ 適用害虫と使用方法 (変更部分抜粋)

作物名	適用害虫名	希釈倍数	使用液量	使用時期	使用回数	使用方法	シールドフィンを含む農薬の総使用回数
セルリー	ハダニ類	1000倍	100~350L /10a	収穫前日まで	2回	散布	2回

●使用前にはラベルをよく読んでください。●ラベルの記載以外には使用しないでください。●本剤は小児の手の届くところには置かないでください。●空袋・空容器は圃場などに放置せず、適切に処理してください。

JAグループ 農協 全農 経済連 JA信州諏訪 協友アグリ株式会社

2月11日付の適用拡大を受け、当JAでは予約の追加受付を実施します。予約価格での対応とさせていただきますので、希望される方は最寄りの資材店舗窓口まで注文をお願いいたします。

農トレ通信

Vol.133

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。



表彰式の様子



今年度受賞した5名の生徒

令和6年度生徒表彰式が校長室で行われました。表彰内容は以下の通りです。財団法人産業教育振興中央会、長野県産業教育振興会、全国農業高等学校校長協会、長野県学校農業クラブ連盟で各1名。普通科の生徒も富士見高校教育振興会より1名表彰されました。

2/13

令和6年度生徒表彰式



1/31

農業の魅力発見セミナー

園芸科1・2年生を対象に、地域で活躍されている青年農業者（セルリー、プロックリー）の方にご来校いただき、講義をしていただきました。就農のきっかけが、スノーボードとの両立が可能ということから、農業は大変であるがすぐ答えが出ないところが面白い、5年10年後のビジョンを考えながら取組むことの喜びなど、就農しての思いや農業の魅力を分かりやすく伝えていただき、大変有意義なセミナーとなりました。

4月25日(金)午前9～12時 苗祭りを開催します

今年度も富士見高校を会場に苗祭りを開催します。野菜苗はトマト（大中小）、ナス、ピーマン、シトウ 各100円、草花苗はサルビア、ペチュニア、ガザニア、マリーゴールド、ナデシコ、ニチニチソウ、多肉植物、ミニヒマワリ、ビオラ 各100円、ツポサンゴ、ゼラニウム 各200円で販売予定です。地域の皆様のご来場をお待ちしております。（※キュウリ苗は販売しません）



野菜苗価格表示ボード



昨年度の草花苗販売風景



野菜苗のバックヤード



園芸科卒業生による集合写真



卒業証書授与

卒業式

3月1日

令和6年度卒業式が行われ、園芸科40名、普通科39名が巣立ちました。式後のホームルームでは3年間の思いを語り、充実した高校生活だったことがうかがえました。卒業生の皆様のご活躍を祈念します。

諏訪は

大不可なり

其十四 「蛙狩り」(四)

◆かつて諏訪大社と同じ「蛙狩り」が行われていたという京都の諏訪開町諏訪神社を訪ねたときのお話です。

「元日だけと早朝の境内には誰も来てなくて、境内は本殿の椋の御神木を囲むように幾つもの祠が所狭しと祀られているだよ。案内してくれた竹内さんの話じゃあこの神社では役員が神官の資格を取って宮司を務めているちゆうことでき、そんな時は竹内さんが宮司だったぞ」

「蛙はどうだった」



竹内宮司

「蛙狩りの神事はどうでえ」

「ああ、ここでの蛙狩り神事は残念ながら今はやっていないちゆうことだった。なんたって『諏訪信仰史』（金井典美著）の記述はその時点で三十年以上も前のものだったで、竹内さんの話では総代役員さんたちも『これを実際に見たことは無い』って言うてたなあ。しかし、高齢の信者さんの記憶じゃあ『手作りの的を立てて、信者が弓矢的を射て命中した箇所により、宮司がその信者に様々に説明されていた』ということだぞ」

「そっか、占いのような感じだな」

「今は何事でも『七不思議の開拓・殖産・繁栄・縁結神』として、家運、商売、安産その他の御利益と、また『諏訪七不思議の蛙神事』にちなみ、『交通安全無事（蛙かえる）・若（蛙）かえる』・『使ったお金又（蛙）かえる』・『家出無事（蛙）かえる』



蛙さんの祠



盗難前の蛙さんの祠に置かれた神像（竹内宮司提供）

「この写真見てみ」

「これか、しめ縄首に懸けてるのって蛙だよな。背中に乗ってるのは仏様かえ」

「おお、これ見てなんか思い出さねえけえ」

「そおいやあ蛙を押さえる話聞いたような」

「めえに蛙狩りの伝承教えてやったじゃあねえか」

「思い出したぞ。『御座石』とは、龍宮に通じている穴に住み、大荒神と成り天下を悩ましていた蝦蟇（蛙）神を、大明神が退治し、その穴を破り、石を以て塞ぎ、その上に座ったので『石の御座（御座石）』というってやつだ」



「蛙狩り神事」の弓と的

「それだよ。この写真の石像は、俺が行った2年前の暮前までは有ったが残念なこと盗まれちゃったってそんな時言ってたよ。先代の宮司さんが作ったものらしいけど、蛙の上に神仏像（諏訪大明神か、その本地仏である普賢菩薩を象ったのであろう）が乗っているこの造形ってのはまさに諏訪大社上社本宮に伝わる御座石伝承を表してるよなあ」

「たしかに」

「その年に俺が『オール諏訪』に『京都諏訪神社と蛙狩り神事』を載せてもらったけど、それを読んで京都へ出かけたしようがネットに載せてる探訪記事の写真を見ると、どうもその後この像が返却されたのか新たに作られたのか現在は蛙さんの祠にそっくりなのが安置されているぞ」

「『家出無事（蛙）かえる』。よかつたじゃあ、なえ」

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「スワニズム」会員。著書・著作に『龍蛇神』、『太陽を射る話と三種の神器』、共著に『諏訪学』・『スワニズム会誌』他。

※1 「諏訪上社物忌令之事」（神長本）の「七石之事」、および「七不思議」の「正月一日之蝦蟇之事」

今晚の
お購立

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



—つくられた方は—
かたやま まさと
片山 真人さん
松本山雅 FC クラブ
プロモーション担当



じゃすまる倶楽部放送5周年スペシャル企画
松本山雅 FC の「ガチャさん」と、
片山真人さんに🔥男メシ🔥を教えてくださいました



ガチャの肉増し焼うどん

材料 (2人分)

うどん	2~3玉 (冷凍・ゆでどちらでも)	A	酒	大さじ1
豚バラ肉	200~300g (お好みの量)		水	大さじ1
ニンジン	1本		粒和風だし	小さじ1
タマネギ	1個	ウスターソース	適量	
キャベツ	1/4玉	ケチャップ	適量	
ピーマン	1個	塩コショウ	少々	
紅ショウガ	適量	かつお節	適量	
		サラダ油	適量	

つくり方

- ① ニンジンは拍子切り、タマネギはスライス、キャベツはざく切りにし、ピーマンは食べやすい大きさにちぎる。野菜はそれぞれ食べやすい切り方で可。
- ② フライパンにサラダ油をしき、豚肉を中火で炒める。
- ③ ①の野菜を加えてしんなりするまで炒める。
- ④ ③に、レンジで温めたうどん、混ぜ合わせたAを入れ、麺をほぐしながらよく炒める。ウスターソースとケチャップは、適量を好みの味付けになるように加える。
- ⑤ 塩コショウで味を調え、皿に盛りつける。かつお節をふりかけ、紅ショウガを添えたら完成!

隠し味にウスターソースとケチャップを使ったのがポイントです。
信州諏訪産の美味しい野菜がたっぷり食べられます。豚肉は疲労回復にも最適です。
分量や作り方などはお好みで、とにかく楽しく作ってください!! 子どもたちにも食べてもらえたらうれしいです。

片山さんと加藤淳子アナウンサー(左)



原村ブロック・女性大学院

2/3 フィンランド料理講習会

フィンランド出身で原村在住の山田アリヤさんを講師に招き、初めて開催。10人が参加し、「ポテトのパン」「ピーツの野菜サラダ」「根セロリのキャセロール」の作り方を学びました。山田さんからフィンランドの文化や家族の話も聞き、異国の地に思いを馳せました。



女性部 だより

女性部の活動を
紹介します



1/29

ひだまり会 総会

9人が参加。2024年度の活動報告を行い、茅野北部支所の小林康弘支所長、金融渉外係の師岡章担当と懇談しました。

茅野市ブロック



1/31

ポツチャ大会

湖北ブロック

13人が参加。3チームに分かれ、総当たり戦を行いました。好プレーが随所に見られ、歓声や拍手が沸きました。



2/6

フリーマーケット

SDGsの一環で、初めて開催。日用品や手芸品など150点以上が並び、思い思いに買い物を楽しみました。

湖北ブロック岡谷支部



2/7

アクリルたわしづくり

湖北ブロック楓の会

10人が参加。かぎ針を使って、色とりどりのアクリル毛糸を編み込み、亀や花、星型のたわしをつくりました。



1/10

こんにゃくづくり

6人が参加。富士見町産のコンニャク芋を使って、体に優しいこんにゃくの作り方を学びました。

趣味の教室富士見教室



2/21

イチゴ狩り

趣味の教室長地教室

7人が参加。諏訪市の「諏訪湖いちご園」で、赤く実った旬のイチゴ狩りを楽しみました。

認知症 本人の想い、私たちの想い

介護福祉士として二十八年、私も身も齢六十を過ぎました。認知症の方々と一緒に過ごしてきていまあらためて想うこと、またそれぞれの想いがあるって一生懸命生きていらいやすることをお話したいと思えます。



作 木川充浩

はじめに認知症とは、「脳のある部分に生じた病変によって当たり前の暮らしが困難になってしまいうほど、わかる力すなわち認知力が低下した状態」と定義されています。では当たり前だったはずの暮らしができなくなっていくことは、認知症の中で多くを占めるアルツハイマー型認知症の方の症状でご説明します。

軽度の症状
・ 食事をしたこと自体を忘れる。
・ 同じ物を何回も買ってくる。
・ 同じ事を何度も言ったり、聞いたりする。

中等度の症状
・ 自分が何処にいるかわからなくなるので、徘徊する。
・ 季節に合った洋服が選べない。
・ 「盗まれた」「いじめられている」といった妄想や幻覚が表われる重度の症状
・ 家族の名前や顔がわからなくなる。
・ 笑うことがなくなつて無表情になる。

前の暮らしが難しくなってきました。その中で認知症の方は、色んなことが分からなくなっていく恐怖感、自分の存在意義がなくなる孤独感に苛まれています。ただ何もわからないのではなく、わからなくなつてしまったことで、常に孤独や恐怖と向き合っているのです。認知症の方がどうしようもなく暴言を吐くことも少し理解していただければいいのではないのでしょうか。また認知症になつたら、何もできないわけではありませぬ。計画や順序立てて行動することはできませんが、いわゆる単発のことはできます。例えばカレーは作れないけれど、ジャガイモは切れる。といったこと



です。そのため、グループホームなどでは、ご利用者の方にも家事のお手伝いをしていただきます。野沢菜の切り漬を作る際にはお葉を切つていただき、おせちの昆布締めづくりでは、昆布に干瓢を蝶々結びで縛つてもらおう、またお洗濯を畳んでいただくなどのお手伝いしていただきます。昔取った杵柄で本当に丁寧にキレイに仕上げさせていただきます。また周りに感謝されることで自分の存在意義を再確認することができて不安な気持ちが一時的でも和らぎます。

しかしながら認知症の方の気持ちを理解すると一言で言っても、毎日顔を合わせてお世話をされている方は本当に大変なご苦労があると思います。ついつい、「こうしてよ」「違うでしょ」と言いたくなるお気持ちもよく分かります。しかし、正しい言葉で諭すことで、認知症の方の心は、傷つきます。そのため、ご家族やそばにいる方が少しでも辛いと思つたら、介護のプロに任せていただきたいと思えます。日本

みんなの健康教室
開催のご案内
「認知症」
本人の想い、私たちの想い
4月24日(木) 15:00～
富士見高原病院 大会議室

お申込み不要です。

JA 長野厚生連
富士見高原医療福祉センター
特別養護老人ホーム
きりとう
施設長・介護福祉士



木川 充浩

下諏訪町出身。就職してから様々な形態の福祉施設で勤務し、現在は辰野町小野地区にある特養「きりとう」で勤務しています。

の介護保険制度ができて、二十四年が経ちます。認知症の方が生きづらい世の中だと思います。誰もが暮らしやすい世の中になるように、これからは少しずつでも想いを伝えることができれば幸いです。

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

ジャタラ・パリヴァルタナ・アーサナ(Ⅱ)

— ワニのポーズ —

期待される効果 (前号に続く)

- ・ 胃炎を治し、腸を強化して、消化機能を助けます。
- ・ 骨盤のゆがみを正し、腰痛を軽くします。
- ・ 脊骨神経痛に効きます。

1 両脚を揃えて、あお向けに寝、両手を肩の高さに伸ばし、腕の力を抜いています (熟練者は手の甲を床につけて行います)。



2 息を吸いながら、左脚を床から直角になる迄上げてゆきます。吐く息と共にかかとを天井につき上げて膝の裏側を伸ばしその脚の力を抜いています。



3 その脚の「つま先の方が重くなる」と意識を向けていると、脚は顔の方に倒れてきます。やがて、力を抜いている左手を真上にあげてその足先を握ります。



4 息を吐きながら、握ったその脚を左真横に倒してきます (初心者は手で足先を握らずに脚を、広げた手の上、又は手に近いところに下ろす練習をします)。この時は顔も下ろす脚の方に向けると楽です。



5 脚が下りきつたならば、顔を反対に向け、上がってきってしまう右の肩や背中を援めるべく吐く息をくり返しながら3～5呼吸、それ以上を続け刺激を受ける部位を感じています。



野菜たっぷり! 健康な身体! 春のルバーブちらし



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: 野菜125g、塩分1.8g
ご飯 2合
赤いルバーブの甘酢漬* 100g
マグロ 150g
サーモン 120g
醤油 小さじ1
みりん 大さじ1
厚焼玉子 100g (市販のものでも可)
きゅうり 1本
菜の花 200g
ダイコン 50g

- ① マグロ、サーモン、厚焼玉子、きゅうりを2cm角に切っておく。みりんのアルコールを飛ばし、醤油と合わせマグロとサーモンを漬ける。
- ② 菜の花はお好みの大きさに切って茹でておく。

*赤いルバーブの甘酢漬け
ルバーブ150gを3～5mm程度に切って、ボウルに入れる。酢30g・砂糖30g・塩5gを合わせたものを沸かし、ルバーブにかける。一度ザルにあげ、合わせ調味料を再度沸かし、ルバーブにかける工程を三度繰り返す。冷蔵庫で一晩漬ける。

春らしい見た目、手軽に作れ、子どもからお年寄りまで幅広く喜ばれます。お祝いの席にもぴったりです。レンコンやたけのこ、しいたけ、ニンジンなどを酢飯にプラスすると、食感や見た目もより豪華になり、野菜も多く摂れます。ルバーブや菜の花はビタミン群が豊富です。季節の変わり目や環境の変化は体調を崩しやすくなるため、季節の野菜をしっかり摂りましょう。

栄養バランスは大丈夫ですか?

食事の基本

副菜	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。	主菜	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。
主食	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。	汁物	体に必要な水分、副菜や主菜の不足分を補います。

令和7年

ゴールデンウィークの営業案内

共済関連	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
共済部・各共済センター	休業	○	休業	○	○	○	休業				

(株)あぐりライフ 信州諏訪給油所 (通常の営業時間)	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
玉川給油所 (7:00~20:00)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ちの給油所 (7:30~18:30)	○	休業	8:00 18:00	8:00 18:00	8:00 18:00	8:00 18:00	8:00 18:00	8:00 18:00	休業	8:00 18:00	8:00 18:00
原村給油所 (7:00~19:00)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ふじみ給油所 (7:00~20:00)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
城南給油所 (7:30~18:30)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
中洲給油所 (7:30~19:00)	8:30 18:00	8:30 18:00	8:30 18:00	8:30 18:00	○	○	○	8:30 18:00	休業	8:30 18:00	8:30 18:00

(株)あぐりライフ信州諏訪 燃料センター	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
茅野燃料センター	○	留守電	○	留守電	○	○	○	留守電			
茅野ガスセンター	○	当番	○	当番	○	○	○	当番			
南諏燃料センター	○	留守電	○	留守電	○	○	○	留守電			
南諏ガスセンター	○	当番	○	当番	○	○	○	当番			
すわか燃料センター	留守電		○	留守電	○	○	○	留守電			
すわかガスセンター	当番		○	当番	○	○	○	当番			

(株)長野県 A・コープ	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
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	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※A・コープ店の営業時間は各店舗のご案内をご覧ください。

直売所	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
夢マーケット田中線	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
夢マーケット横川店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
夢マーケット文出店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
さざなみ新鮮市	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

(株)あぐりライフ 信州諏訪 生活店舗ほか	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
西山店	○	○	休業	○	○	○	○	休業	○	休業	○
立沢店	○	休業	○	休業	○	○	○	○	○	休業	○
乙事店	休業					○	○	○	休業		
上諏訪店	休業	○	休業	○	○	○	○	休業			
中洲店	○	休業	○	休業	○	○	○	15時 閉店	休業		
富士見仕出しセンター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
すわか仕出しセンター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

(株)オートパル 信州諏訪	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
本店(富士見支店)	○	休業	○	休業	○	○	○	休業			
茅野支店	○	休業	○	休業	○	○	○	休業			
原村支店	○	休業	○	休業	○	○	○	休業			
すわか支店	○	○	休業	○	○	○	○	休業			

■ JA 自動車共済事故受付センター
(まず、警察に事故連絡してください)
フリーダイヤル ☎0120-258-931
じこほ クミアイ

■ JA 共済サポートセンター
(レッカー・ロードサービス受付)
フリーダイヤル ☎0120-063-931
レッカー・ロードサービス クミアイ

24時間 365日受付

※休業日・夜間の電話対応および初期対応(現場急行サービス等)は、JA共済が契約している代行会社が行います。



JA 葬祭
年中無休(24時間受付)
電話 0266-82-8811

金融店舗	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
金融店舗窓口(支所・営業所)	休業	○	休業	○	○	○	休業				
ローンセンター(塚原ビル1F)	○	○	○	○	休業	○	○	休業			

※ローンセンターにつき、5月7日(水)は定休日となります。

ATM	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
茅野市役所	休止	○	休止	○	○	○	休止				
富士見高原病院	○	休止	○	休止	○	○	休止				
諏訪市役所	○	休止	○	休止	○	○	休止				
上記以外	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

ネットバンク	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
JAネットバンク	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
法人JAネットバンク	○	○	○	○	○	○	○	休止		○	○

営農関連施設	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
JAファーム茅野	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
JAファームふじみ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
南部センター(資材)	休業	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
原村営農センター(資材)	休業	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
田中線センター(資材)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
グリーンファームすわ(すわか営農センター資材)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
畜産課	獣医		○	獣医	○	○	○	獣医			
茅野市農機センター	当番	休業	○	当番	○	○	○	当番	休業	当番	○
原村農機センター	当番	休業	○	当番	○	○	○	当番	休業	当番	○
富士見町農機センター	当番	休業	○	当番	○	○	○	当番	休業	当番	○
機 湖南農機センター	当番	休業	○	当番	○	○	○	当番	休業	当番	○
営農横川店	○	○	○	○	○	○	○	○	○	休業	○

※出荷物の集荷については、各集荷所に掲示してありますのでご確認ください。

その他の施設	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
富士見グリーンカルチャーセンター	休業	○	休業	○	○	○	休業				
ジェイエサービス諏訪(株)・一級建築士事務所	休業	○	休業	○	○	○	休業				

当JAのキャッシュカードによるお取引	4月					5月					
	26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (祝)	30 (水)	1 (木)	2 (金)	3 (祝)	4 (祝)	5 (祝)	6 (振休)
県外JAバンク ATM	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
セブン銀行(引出・預入)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ファミリーマートなどイーネット(引出・預入)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ローソン(引出・預入)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ゆうちょ銀行(引出・預入)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
その他、提携金融機関(引出)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
デビットカードサービス	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

JA・店舗・ATM・提携金融機関によっては、ご利用可能日、ご利用可能時間、ご利用可能サービスが異なることがあります。
詳しくは、JA窓口・ホームページ等でご確認ください。



お間違のないよう
ご確認ください

- [○] 通常営業
- [△] 一部休止
- [■] 店舗休業/ATM 休止
- [■] 獣医対応/当番対応
- [■] 留守番電話対応
- [時間記載] ゴールデンウィークの営業時間

各店の営業時間は JA 信州諏訪の WEB サイト <https://www.ja-suwa.iijan.or.jp/> にて確認の上、ご利用願います。

JA信州諏訪自己改革取組み特集

JA信州諏訪では農業の担い手支援にも取り組んでいます

令和6年度は、様々な就農支援に取組み、新規就農者2名、新規認定農業者10名、新規部会加入者21名の新たな農業の担い手を支援しました。

また、新たにJAと子会社のあぐりクリエイティブ信州諏訪は、地域住民が富士見町で手軽に野菜作りを体験できる「JA農園」を開園。JA次世代リーダー育成研修に参加した中堅職員3人が提案した新たな事業として、管内在住の方に1区画0.7aのミニ農園（全10区画）を貸出しました。参加者には自由に農作業を楽しんでいただき、将来の農業の担い手のきっかけづくりに取組みました。



きく農家として新規就農した市川薫さん・智美さん夫婦



参加者とJA役職員が農園の準備作業を行い、豊作を願った「JA農園」開園セレモニー

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 (家族含む) <input type="checkbox"/> 准組合員 (家族含む) <input type="checkbox"/> その他	

みなさんのお声を聞かせてください

アンケートは3カ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自己改革へ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、令和4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り組んでいます。

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、融資で後押しがなされる農家応援事業Ⅱ（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、各種組合員向けセミナーの開催などに取り組んでいます。

当JAが取り組んでいる「JA自己改革の取組み」について

← 1 2 3 4 5 →
低評価 高評価

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。

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

2025年度「JA農園」参加者大募集!!

昨年、参加者の皆様から大変ご好評をいただきました「JA農園」を、今年も開園します。土づくり済みの農地を提供しますので、スムーズに作業を始められます。楽しく農産物を栽培・収穫し、おいしく味わってみませんか？農業初心者の方も大歓迎！お気軽にご参加ください。



- ▶ **「JA農園」所在地** 富士見町南原山11752 (オートパル信州諏訪富士見支店道向かい)
- ▶ **栽培におすすめの野菜** トマト・ナス・ピーマン・きゅうり・ダイコン等…。その他、ご相談ください！
- ▶ **開園日** 5月1日(木)
- ▶ **貸出期間** 開園日から11月30日(日)まで
- ▶ **参加費** 1区画(約0.7アール) 1万円(税込)
- ▶ **募集区画** 10区画(先着順)

参加受付は、4月11日(金)午前9時より下記電話番号にて、募集区画が埋まり次第締め切ります。
※平日のみ、9時～17時

「JA農園」に関するお問合せは、管理部協同活動推進課 (TEL57-8000) までお願いいたします

新茶 エコープ 品質と安心にこだわった エコープ新茶をお届けします。

新茶シルバー 1kg(167g×6本) 11,340 (税込) 円	新茶ゴールド 1kg(167g×6本) 16,200 (税込) 円	新茶白翔 500g(167g×3本) 11,400 (税込) 円	新茶グリーン 1kg(167g×6本) 9,180 (税込) 円

お申込み 株式会社あぐりライフ信州諏訪へ
お問合せ 電話かファックスでお願いいたします。TEL: 0266-72-0113 FAX: 0266-72-3005

理事会ニュース

令和7年2月27日(木)に開催した「定例理事会」で、以下の議題を含む全16議案について協議・決定しました。

- ▶ **農業開発積立金の取り崩し**
農業振興サポート事業は、資材の高騰や農畜産物価格の低迷による農業経営の危機に対処する事業施策の支出に備える積立について定めた「農業開発積立金規程」により、取崩し基準に基づき積立金を取崩します。
取崩金額は1,518万円、取崩後の農業開発積立金残高は7,320万円になります。
- ▶ **農業振興対策積立金の取り崩し**
「肥料飼料生産資材等価格高騰対策支援事業」「融資で後押しがなされる農家応援事業Ⅱ」「環境にやさしい栽培・土壌診断支援事業」は、再生産可能な農業づくりを目的とした事業施策の支出に備える積立について定めた「農業振興対策積立金規程」に該当する事業であることから、規程第4条1項の取崩し基準に基づき、積立金を取崩します。
取崩金額は3,787万円、取崩後の農業振興対策積立金残高は9億6,212万円になります。

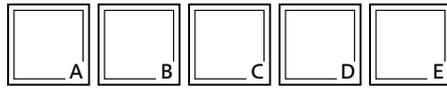
令和7年2月末 主な事業量	
貯金高	2,681億円
貸出金高	549億円
長期共済保有高	5,503億円
購買取扱高	32億円
販売取扱高 (直売所委託販売含む)	88億円
組合員数	正 8,147人 准 14,426人 計 22,573人

4月の定例理事会は、4月25日(金)に開く予定です。



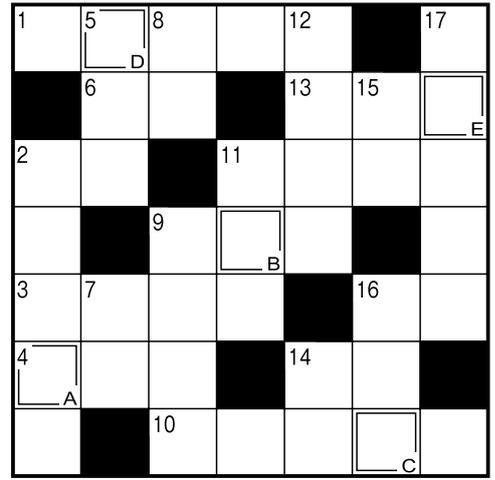
強い脳に改革す
のう きょう

脳強改革



二重マスの文字を A~E の順に並べてできる言葉は何でしょうか？

今月は クロスワードパズル



【モノのカギ】

- ① 富士山でとれるものが有名な春の味覚。青く光ります
- ② 茶わんのセツトや重箱を数えるときに使う言葉
- ③ 手品、マジックともいいます
- ④ 来週の火曜日——にもう一度来てください
- ⑥ 祝い事につきものの魚
- ⑨ 麻雀である前にかけることも
- ⑩ これが終わると新学期。入学式もあります
- ⑬ インクを付けて押します
- ⑬ テニスの試合で——の応酬が続いた
- ⑭ 鬼さんごちら、手の鳴る——へ
- ⑯ よく×(ハン)と対比されます

【タテのカギ】

- ② タイヤにつないでシユコシユコ
- ⑤ 柔道場に敷かれているもの
- ⑦ 新しいクラスで——紹介をした
- ⑧ ——は友を呼ぶ
- ⑨ 茶道では表千家、裏千家など
- ⑪ 真新しい——を着て入社式に臨んだ
- ⑫ 漢字で書くと枸橘、枳殻。春に白花を咲かせます
- ⑭ 海のパイナップルと呼ばれる海産物
- ⑮ 肥料の三要素は窒素、——酸、カリウム
- ⑯ パソコンの入力装置のひとつ
- ⑰ 4月のこと。——フル



3月号の答え

- 2 蜜蜂の飛ぶ方向が違う
- 5 森が深い
- 7 汗をかいている
- 8 蜜蜂がいない
- 10 犬の口が違う

●応募総数288通 ○最年長応募者 100歳
(内、正解277通) ○最年少応募者 6歳
※代筆と思われる応募もあります。

— 今月のプレゼント —

「JA信州諏訪のりんごジュース」 1パック（6缶入り） 毎年完売の人気商品！ JA産りんご果汁100%ジュースです。



15名様に
当たる!!

最終締切は4/18(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、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字用語を統一、変更する場合があります。ご了承ください。



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)

POST CARD



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)

長野県諏訪市四賀広瀬橋通7841番