

『 みんなのために あなたといっしょに 』

る RURAL ら る

9

Vol.304

2021 September

JA上伊那

JA上伊那HP



今月の特集

農作業の省力化に期待 ～スマート農業の現状～



祭りの日（武井恒夫さん＝駒ヶ根市東町）

JA 上伊那年金友の会『生きがい教室』中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の収束が見込まれないため、JA上伊那年金友の会『生きがい教室』は誠に残念ながら、昨年に引き続き中止することといたしました。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。



農業の地球温暖化対策 『みどりの食料システム戦略』とは

代表理事専務理事
下島 芳幸

世界的な課題として地球温暖化の問題が取り上げられています。2015年『パリ協定』では、世界の平均気温を産業革命（18世紀半ば）以前に比べて1.5℃の上昇を抑える努力を全ての国が取り組むことが決められました。

SDGs（エスディーゼーズ）は2015年国連サミットにおいて豊かさを追求しながら地球環境を守るために17のゴール（持続可能な開発目標）が決められ、環境問題もいくつかの項目が関係します。

農業分野では本年5月農林水産省より、『みどりの食料システム戦略』が公表されました。これは30年後を目標として、生産から消費までの各段階で温室効果ガスの削減や環境負荷軽減につながるイノベーション（技術革新）を促し、生産力向上と持続性の両立をめざしています。

主な取り組みは①農林水産業の二酸化炭素の排出量ゼロ②低リスク農業への転換、総合的な病害虫管理体系の確立・普及③輸入原料や化石燃料を原料とした化学肥料の使用量を30%低減④有機農業の取り組み面積を全耕地面積の25%に拡大となっており、国産品の評価向上による農産物の輸出拡大の意図もあります。他にも2030年度までに、事業系食品ロスを2000年度比で半減させることをめざしています。

具体的な取り組み事項はこれからになりますが、有機農業は収穫量が減少するイメージや品質が多少落ちても消費できる消費者理解が課題です。化学肥料の代わりとなる資材の確保や温室暖房機の代替え熱源の開発などハードルは高く今後のイノベーション（技術革新）が求められます。



コンバインを運転する真一さん



収穫期を迎えた早生品種の『五百川』

農家さん訪問
 『農業に夢中!!』の内容を、JA上伊那の広報番組～らるコミュニティの『農家さん訪問』のコーナーでも放送しました。ホームページから見られるので、ぜひご覧ください。

JA 上伊那の～らるコミュニティ

<https://www.ja-kamiina.iijan.or.jp/about/movie/>

二次元コードから簡単アクセス！



収穫期の稲と瀬戸さん親子

夢中!!

辰野町 瀬戸 真一さん(54)
 さん(21)

地元の農地を守ります!

地産地消に力を入れ、辰野町で米を栽培している瀬戸さん親子。15年ほど前に勤めていた会社を辞め、本格的に家族経営で農業を始めた真一さんと、家族の姿を見て幼いころから農業に興味のあった拓真さん。現在は真一さん夫婦とお父さん、親戚を含めた5人で約40ヘクタールある水田を管理する。『コシヒカリ』を主に、『ミルキークイーン』や『五百川』、長野県オリジナル米の『風さやか』、酒米の『山恵錦』、もち米の『こがねもち』の6種類を栽培している。

こだわりの栽培方法

「米づくりは苗づくりだ」と話す真一さん。籾の播種から田植え、栽培管理、収穫、販売まで、米づくりのすべてを行う中で、苗づくりは特に大事にしていると話す。瀬戸さんは今年、近所の農家から依頼された苗を含め全部で育苗箱、約8,500枚を播種、田植え時期までの管理を行った。育苗ハウス内の温度管理を徹底し、遅霜などの被害が出ないよう毎年、細心の注意を払いながら管理している。田植え後は畦畔のこまめな草刈りや、自身が水田に入り草取りを行うなど管理に努めている。『消費者に安心して食べてもらいたい』と指定された農業の半分以下で栽培し、手間をかけながら大切に育てている。

これからの農業

約300枚の水田を管理する瀬戸さんは、作業効率を上げようとスマート農業機械を取り入れている。2年ほど前に導入した農業散布用ラジコンボートは、畦畔からの操作で初期剤の散布を行うことができ、散布時間も大幅に短縮することができる。また、風で薬剤が隣の水田などに流れることがないため、区画以外には影響なく散布することが可能だ。今年から試験的に取り入れた水管理システムは、自宅にいても水位や温度を確認することができ、水漏れなどに早く気が付くことができるという。

拓真さんは「スマート農業を取り入れながら、同世代や若い人たちと一緒に農業をしていきたい」と目標を語った。

収穫に喜びを感じ

育苗から始まり、田植え、出穂、収穫など季節を感じながら作業できる米づくり。拓真さんは就農して初めての収穫で改めてお米が実る喜びを感じたという。また真一さんは「水田が一面、黄金色になった時はとても感動する。家族と一緒に収穫までたどり着けるのはありがたい」と嬉しそうに話した。「地域の先輩方が守ってきた農地を私たちも守りつつ、安全安心なお米を提供していきたい」と力強く語った。

CONTENTS

September 2021 Vol.304

農業に夢中!!	地元の農地を守ります！ 辰野町 瀬戸 真一さん・拓真さん	2
特集	農作業の省力化に期待 ～スマート農業の現状～	4
Topics & Event	秋の定植からぜひ栽培を 量販コギク新規栽培者向け説明会	8
そやちの あぐりスクール体験記		12
我が家のげんキッズ!		14
ALL GREEN	タマネギの栽培について ハイビスカスの管理	16
なくてはならないJAへの道		18
エンジョイライフ	いつまでも元気で野菜づくり	20
商品紹介	エーコープ みりん風調味料・料理酒	34

～ 上伊那でのスマート農業の取り組み ～

『信州伊那谷スマート農業実証コンソーシアム』

構 成 員 (農) 田原、伊那市、上伊那農業協同組合、信州大学、農研機構中央農業研究センター、(一社) 全国農業改良普及支援協会、(株) クボタ、クボタアグリサービス(株)、(株) 関東甲信クボタ、長野県農政部農業技術課、長野県上伊那農業農村支援センター、長野県農業試験場

『信州伊那谷スマート農業実証コンソーシアム』は中山間地域における生産者の高齢化や後継者不足などの問題を解決するため、農林水産省からの2年間の委託事業を受け平成31年4月に設立しました。これまで(農)田原の協力を経て、自動運転トラクターや、直進アシスト田植機、リモコン式草刈機、自動給水栓、食味・収量情報支援コンバインなど、7つのスマート農業機械を導入し、実証実験を重ねてきました。今年3月に行われた成果報告会ではオペレーター1人によるトラクター2台での耕起・代かきの協調作業について、有人トラクターのみの作業時間と比較した結果、10aあたり、耕起では20分の作業時間が9分に、代かきでは22分が11分に短縮されるなどの実証結果も出ています。現在も(農)田原が実際の農作業で使用し、データを取り続けています。



設立発表会（平成31年4月）



令和2年度第2回実演会（11月）

『露地野菜でのスマート農業×精密機械工業の技術結集 ×農福連携による伊那市産業コラボプロジェクト』

リーダー 南信工科短期大学

構 成 員 (株) JA 菜園、上伊那農業協同組合、長野県、伊那市、NTC コンサルタンツ(株)

事 務 局 上伊那産業振興会

開発企業 エクシンテック(株)、(株)アイシスウェア、(株)中野屋ステンレス

スマート農業プロジェクトの一環として、市から事業委託を受け、令和2年から3年間でアスパラガスの自動収穫機の開発をめざしています。自動収穫機は収穫期を迎えたアスパラガスを自動で選別し、収穫できるものを開発予定。熱がこもり暑くなるハウス内での作業や腰への負担軽減など省力化が期待できます。JAの協同会社(株)JA菜園が実験場として協力し、実用化をめざしています。令和2年11月には白ネギの自動収穫機や皮むき機、選別機、自動走行トラクターの実演会が開催されました。



第1回実演会（令和2年11月）

農作業の省力化に期待 ～スマート農業の現状～

～スマート農業とは～

『農業』×『先端技術』＝『スマート農業』

スマート農業とは『ロボット、AI、IoTなど先端技術を活用する農業』のことです。

→『生産現場の課題を先端技術で解決する！農業分野におけるSociety5.0の実現』

※ Society5.0：政府が提唱する、テクノロジーが進化した未来社会の姿

～ 農業が抱える課題 ～

農業の現場では、依然として人手に頼る作業や熟練者でなければできない作業が多く、省力化、人手の確保、負担の軽減が重要な課題となっている。



～ スマート農業の効果 ～



① 作業の自動化

ロボットトラクタ、スマートフォンで操作する水田の水管理システムなどの活用により、作業を自動化し人手を省くことが可能に



② 情報共有の簡易化

位置情報と連動した経営管理アプリの活用により、作業の記録をデジタル化・自動化し、熟練者でなくても生産活動の主体となることが可能に



③ データの活用

ドローン・衛星によるセンシングデータや気象データのAI解析により、農作物の生育や病害虫を予測し、高度な農業経営が可能に



出典：農林水産省 Web サイト (<https://www.maff.go.jp/j/kanbo/smart/>)
「スマート農業の展開について(令和3年7月更新)」(農林水産省)(<https://www.maff.go.jp/j/kanbo/smart/attach/pdf/index-23.pdf>) を加工して作成

自動運転トラクター

- 最初にエンジンの回転数や車速などを設定します。圃場への出入口以外の4隅を走行し設定することで仮想の圃場を形成。リモコン操作で自動でスタート位置に移動します。位置についたらスタートボタンを押すだけで設定した通りに自動で移動、旋回し、圃場の内側3周を残して耕運作業を行います。終了後は自動でスタート位置に戻ります。

➡1人で2台のトラクター（自動運転と有人）を操作できるので、作業効率が向上。初心者でも扱いやすいので効率的な作業が行えます。

Q 何で圃場の内側3周分残すの？

A 圃場の外枠には水口や境界石があったりとイレギュラーな場合があるので、安全性の観点から無人ではできないことになっています。



ラジコン草刈機

- 谷側の車輪を2つにすることでグリップ力が増し40度ののり面でも安定した作業ができます。
- 等高線直進アシスト機能があり、のり面の角度に応じて自動で車輪が山側に向き、すり落ちを緩和して横滑りを防ぎます。



- かたい草や障害物に当たると刃が逃げる『フリー刃』が、草を細かくカットするので、集草が不要です。また、草のまきつきを抑える『巻きつき防止ハネ』で、草のボリュームの多い場所でも高能率に作業できます。

➡人がのり面に立つ必要がなくなることで、安全性や作業効率が向上します。

スマート農業機械は現在でも『省力化』が見込まれている反面、課題もあり、また個人の農家が購入するには経済的な観点から難しい面もあります。さらなる『省力化』や『コストダウン』に期待していきたいですね。

今回紹介した機械のさらに詳しい情報やほかの農業機械を知りたいという方はお近くのJA農機センターまでお問い合わせください。

営農経済部農業機械課 伊那センター 0265-78-8900 駒ヶ根センター 0265-81-1112

販売されているスマート農業機械を紹介

現在どんな機能が搭載されたスマート農業機械が販売されているのでしょうか。『省力化』に関する機能を中心に一部の機械を紹介します。

※今回紹介する機能は写真の農業機械で可能なものです。メーカー、型式によって機能に違いがありますのでご了承ください。

直進アシスト付き田植機

- 植え始めと植え終わりを設定することで、その間を自動走行します（都度スイッチ操作あり）。さらには、『植付部の上昇・下降』、『植付クラッチの入・切』、『左右マーカの出・収納』が、レバー1本で操作できます。主変速レバーを『eストップ』ポジションに倒すだけでエンジンが停止します。

➡GPS機能で直進走行をアシストし、素人でも熟練者に近い作業ができます。熟練者でも労力が軽減され、作業効率が向上します。苗補給時などで燃料消費を抑えた『エコ』作業が行えます。

- 進む距離を把握し、植付部爪の回転速度を制御しながら植え付けするため、圃場条件がわからない場所でも狙った通りの株間で植え付けします。

➡圃場ごとの苗使用量を高精度に管理できるので、苗の準備にかかる時間や費用を節約でき、コスト低減が図れます。

- 進む距離を把握し、施肥ロールの回転速度を制御しながら肥料繰出しするので、圃場条件がわからない場所でも狙った通りの施肥量で埋設します。

➡圃場ごとの施肥量を高精度に管理できるので、肥料の準備にかかる時間や費用を節約でき、コスト低減が図れます。



▶ 園児へお披露目、1万本のひまわり迷路楽しむ
青壮年部『チャイルドファーム21運動』

J A青壮年部西箕輪支部は8月6日に西箕輪南部保育園の園児15人を招待し、ひまわり迷路のお披露目会を開きました。この迷路は園児が農業に触れる機会を増やそうと『チャイルドファーム21運動』の一環として毎年行っています。今年は約1万本のひまわりで総延長200メートルの迷路を製作。園児たちは「もうすぐゴールだ！」などと大きな声で話しながら何度も迷路に挑戦し楽しみました。青壮年部の笠松崇志さんは「これからも農業にたくさん触れて欲しい」と期待しました。

※熱中症対策のためマスクをはずしています。



迷路を楽しむ園児たち

▶ スイートコーンの特価販売
『みはらし夏まつり』が開かれる

J Aや伊那市などが運営するはびろ農業公園みはらしファームで8月8日、『みはらし夏まつり』が開かれました。標高900メートルでつくられたスイートコーンを目玉とした地元野菜の販売、マスのつかみ取りなど、多くの催しが行われ、市内外から家族連れなどが訪れ賑わいました。園内にはB B Qコーナーが用意されており、買い求めたスイートコーンなどを焼いて楽しみました。夏まつりに訪れた夫婦は「スイートコーンなどその場で焼いて楽しめるのは珍しい」と笑顔で話しました。



スイートコーンを販売している様子

▶ 管内6会場で恒例の『盆花市』開催
4月オープンの『ファームテラスみのわ』では初

上伊那各地で8月10日～14日にかけて、地元の切り花をお盆用に販売する『盆花市』が開かれました。地元の生産者やJ Aの生活部会、青壮年部、直売所などが協力して地元で栽培されたトルコギキョウやアスター、ユリ、小菊、シマガヤなど色とりどりの花を販売しました。このうち『ファームテラスみのわ』では初の開催となり、来店者は「近くにてきて買い物ができることができてうれしい」と笑顔で話しました。どの会場も多くの客でにぎわいを見せました。



ファームテラスみのわ（8／12）



ファーマーズあじな（8／12）



宮田支所（8／12）



切花で栽培ポイントを説明する北沢監理役

▶ 秋の定植からぜひ栽培を
量販コギク新規栽培者向け説明会

J A花卉部会振興花き研究会は7月24日にJ A本所で量販コギク新規栽培者向け説明会を開きました。栽培を希望する生産者10人が参加し、営農指導員が栽培方法などを説明。J A全農長野の野菜花き課北沢高則監理役が実際の切花を使い、栽培ポイントなどを説明しました。コギクはJ Aで栽培を推進していて、上伊那のレベルは高く、人気ですが生産量が足りていません。指導員は「栽培ポイントごとに指導会を行うので、今年の秋定植から栽培してほしい」と呼びかけました。

▶ 手軽な体操や運動に挑戦
箕輪町支所生活部会『健康づくり教室』開催

J A箕輪町支所生活部会は7月28日にJ A箕輪町支所で『健康づくり教室』を開き、部会員20人が参加しました。コロナ禍でも身近な場所で、できる運動を日常生活に取り入れてほしいと計画した教室で、健康運動指導士の田口正彦さんを講師に、転倒防止や認知症予防に効果がある『スクエアステップ』と近年生活習慣病予防として注目されている『ラジオ体操第3』に挑戦しました。参加者は「普段は使わない筋肉を使ったのでいい運動になった」と話し、会場は笑顔であふれていました。



『スクエアステップ』を踏む参加者



桃の傷や色、形をチェックする選果員

▶ 今年は病気少なく糖度も高め
桃の選果がピーク迎える

今年もJ Aの桃の選果がピークを迎えました。8月3日の上伊那果実選果場にはその日の朝に採れた桃が運ばれ、選果機に乗せられた桃を選果員が形や色、傷を目でチェックし選別。選別した桃はセンサーを通り、糖度や熟度などが計られ、5つの規格に分類されたのち箱詰めされ、同日出荷されました。今年は梅雨明け後に晴れた日が多かったことで病気の発生は少なく、糖度も高めで良好です。今年は昨年より多い約45トン、5,000ケース（5キロ箱）の出荷を見込んでいます。

▶ 宮下一郎代議士との農政懇談会
活発な議論が行われる

上伊那農政対策委員会と上伊那農業者農政協議会は8月5日、J A本所で地元選出の衆議院議員で自由民主党農林部会長を務める宮下一郎代議士との農政懇談会を開きました。同委員会や協議会の役員、J A役職員30人が参加。今後さらに厳しさをます米の需要調整や中山間地域の農業が抱える課題に対して、地域の意見を国政に反映させることが目的です。宮下代議士は『米政策の推進状況について』などの国政報告をしたのち、参加者からの質問や要望に1つひとつ丁寧に答え、活発な意見交換が行われました。



国政報告をする宮下代議士

▶ 有毒きのこに気をつけて！ 野生きのこ出荷者講習会が行われる

J A生産者直売部会は8月19日、野生きのこ出荷者講習会を管内3会場で開き、生産者68人が出席しました。長野県きのこ衛生鑑定士の伯耆原尊さんと丸山千代美さんを講師に、野生きのこの特徴や見分け方などの説明や直売所に出荷する際の決まりを再確認しました。有毒きのここと間違えると甚大な事故につながる可能性がある野生きのこ。伯耆原さんは「少しでも不安なものは出荷せず、心配なことがあればすぐに相談してほしい」と出荷には細心の注意を払うよう呼びかけました。



有毒きのこについて話を聞く様子

▶ 70人体制で生産者の果実を消費者へ 上伊那果実選果場開場式

J Aは8月20日に箕輪町の上伊那果実選果場の開場式を開きました。御子柴茂樹組合長や果樹部会の役員、選果場の作業員など約70人が出席しました。今年は70人体制で12月中旬までに、上伊那全域から集まるリンゴ、ナシなど合わせて約2,100トンの出荷を計画しています。あいさつで御子柴組合長は「厳しい生産状況の中で生産者が丹精込めて育てた果実がようやく出荷を迎えた。品質を落とさないよう大切に扱い、消費者のもとへ送り出す役目を担ってほしい」と期待しました。



あいさつする御子柴組合長とそれを聞く作業員

▶ いよいよ米のシーズン！適期収穫を呼びかける 粳摺調製技術者講習会を開催

J Aと上伊那農業農村支援センター、J A全農長野は8月23、24、26日に粳摺調製技術者講習会を開きました。自身で稲刈り、粳摺りを行う生産者を対象に管内6会場、全7回に分けて行われました。講習では乾燥調製技術の要点や適期収穫について説明しました。品質や食味の低下を防ぐため、水分計を正しく使うことや適期での収穫を呼びかけました。講師を務めた支援センターの平出有道技師は「稲穂の状態を確認し、適期収穫に努めてもらいたい」と話しました。



乾燥調製技術の要点を説明をする平出技師

▶ 家族で郷土食を味わって 小ブナの出荷始まる

J A鮎部会が休耕田などを利用し養殖している小ブナの出荷が8月27日に始まりました。今年最初の出荷となった駒ヶ根市赤穂の竹花邦男さんの自宅では、いけすから小ブナをすくい、計量するなど早朝から出荷準備が行われました。今年は昨年並みの約6トンの出荷を予定しており、9月中旬が最盛期となる予定です。出荷された小ブナは鮮魚や甘露煮にして管内A・コープで販売されています。竹花さんは「郷土食を家族団らんでおいしく食べてもらいたい」と話しました。



小ブナを網ですくいあげる竹花さん



『る〜らる』とタオルを受け取る正組合員

▶ 正組合員宅へオリジナルタオル配布 農作業事故ゼロに向けた啓発活動

J A共済では近年増加している農作業事故を未然に防止するため「農作業事故ゼロ」に向けた啓発活動に取り組んでいます。J Aの共済部門ではその一環として農作業事故防止の安全標語を記したオリジナルタオルを作製し、8月の訪問日で正組合員宅へ配布しました。標語はJ A共済の事故支払いデータをもとに共済部門の職員が考えたもので、農作業に従事する正組合員の皆さまに農作業で使ってもらい、安全な農作業に努めてもらえればとの願いがこめられています。※撮影時のみマスクをはずしています。

▶ 『つがる』『幸水』の選果規格が決まる 出荷規格査定会が開かれる

J A果樹部会は8月17日、上伊那果実選果場でリンゴの『つがる』とナシの『幸水』の出荷規格査定会を開きました。査定会には部会役員やJ A果実担当職員、選果場職員ら22人が出席。サンプル品を並べ、上伊那統一の選果規格を決める現物査定が行われました。参加した関係者らはサンプル品を見比べながら、形や見た目、色などを確認しました。今年の生育状況は凍霜害の影響でサビ果が見られますが、梅雨明けが早かったことで糖度が高く食味は良好です。



サンプル品を確認する関係者ら

▶ 品質向上と生産拡大に向けて県下初の取り組み 『シナノリップ』品評会が開かれる

J Aは県下初となる『シナノリップ』品評会を8月17日、上伊那果実選果場で開きました。審査は長野県農政部農業技術課や上伊那農業農村支援センター、J A職員が県の審査基準に準じて行いました。『シナノリップ』は長野県の育成品種で上伊那では5年前から栽培を開始。現在は127戸で栽培されています。今回の品評会は生産拡大と更なる品質向上につなげることが目的です。品評会には管内の生産者から28点が出品され審査員が形や色、傷など外観を確認。事前に選果機などで計測した糖度や重量などの評価を含め審査を行い、最優秀賞1点、優秀賞3点が入賞となりました。農業技術課の井原電夫専門技術員は「上伊那は全体的に糖度が高く、色つきが良い」と評価。J A果実担当職員は「さらに生産量、品質ともに向上させ上伊那を知ってもらうきっかけになれば」と話しました。

入賞者は以下の通り。敬称略

最優秀賞＝小川陽一（宮田村）

優秀賞＝山口正樹（宮田村）宮澤岳徳（辰野町）

有賀正彦（辰野町）



外観を確認する審査員



出品されたシナノリップ



つかうのは「イヌギ」という葉っぱ。
魔よけの効果があるんだって。

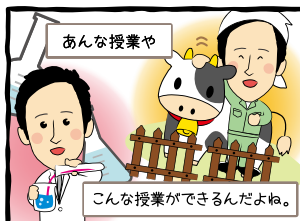
葉脈標本をつくってくれました。



続いては植物コース!



あぐりスクールで
上農高校
行きたかったなあ...



あんな授業や
こんな授業ができるんだよね。
中学3年の
受験の時に
実は上農高校に
行きたかったをやっちゃった



「あぐりスクール」動画配信は「あぐりスクール」で
チェック!
二次元コードから
簡単アクセス。
https://www.ja-kamiina.iij.or.jp/info/school/



薬で葉を溶かして、
葉肉を取り除いて

上伊那農業高校の皆さん
ありがとうございました。



次はバケツ稲と
プランターを見ていくよ!

他では体験できないような
貴重な体験ができる高校だね!
お兄さん、お姉さんがつくってくれた
動画も配信しているのでぜひ見てね!



しおりとして完成!

葉脈は水や栄養を運ぶ
大事なところなんだって。
人間の血管みたいなところだね。

えやっちの

あぐりスクール

体験記

令和3年
第4回

今日挑戦すること

- ① 上伊那農業高校を知ろう
- ② ともっきーのバケツ稲とプランター

上伊那
農業高校って
どんなところ!?

の巻



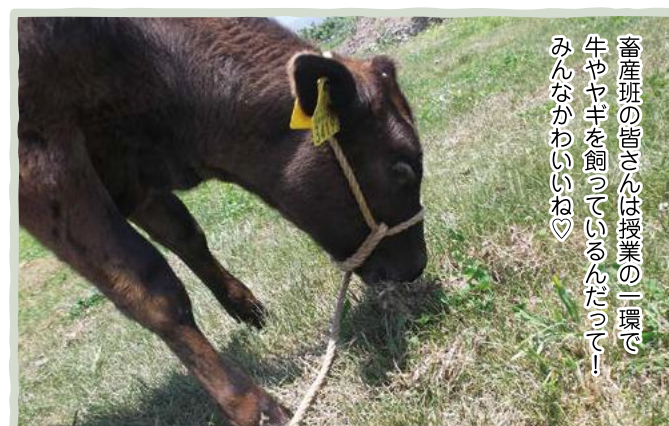
よろしくおねがいします!

畜産班の皆さんです。

新型コロナウイルス感染症の影響で
上伊那農業高校の特別授業は
休校になりました
会えないのはさびしいよ。
体調管理には気を付けて
次回は元気に
みんなで会おうね!
今回は、上伊那農業高校の
お兄さん、お姉さんに
学校の様子を
紹介してもらったよ。
写真も全部撮ってくれました!



ほかにも鹿肉を活用して
オリジナルのソーセージや



畜産班の皆さんは授業の一環で
牛や羊を飼っているんだって!
みんなかわいいね♡



「でいあでいあ」という鹿肉の
ソーセージをつくっているんだって!
おいそう!



バケツ稲は次回の授業で
テキストを配るので
見ながら刈り取りしてみよう!
プランターは
収穫できたら
余っている種で
2回目に挑戦しよう!
次回はあぐりスクールの
田んぼで稲刈りを予定しているよ。

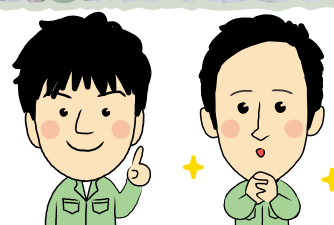


プランターはしっかり
芽が出ているね。
収穫が楽しみ!

穂が出ているね。
そろそろ収穫だ!



これはとっさきの
バケツ稲とプランターだよ。



健康情報局



介護サービスステーション伊那
介護支援専門員 山智恵子

今月の情報は 認知症の早期 受診について

5月号の『認知症について』では、認知症状が現れた場合、早期発見が重要である事をお伝えしました。今回は、『認知症の早期受診』についてお伝えします。

※早期受診・早期診断のメリット

- ・悪化を穏やかにする事が期待できます。
- ・認知症状が現れても、治る病気や一時的な症状の場合もあり治療が可能なこともあります。その場合適切な治療を行うことですみやかに回復し、手遅れになることが防げます。
- ・障害が重くなる前に病気の理解を進めることにより、生活上の不都合に備える時間ができ、質の良い生活をできるだけ長く送れるようにすることができます。
- ・予防策を講じ、リスクを減らすことで本人や周囲の負担軽減に繋がります。

※専門医を受診する際の心構え

病状の経過が説明できるように整理しておくことが大切です。

- ・どんな症状がいつから始まったか
- ・その症状がどのように変化しているのか
- ・ご本人ご家族はどのように感じているのか
- ・どんな症状でご家族あるいはご本人は困っているのか



※受診のタイミング

認知症状は、脳の細胞の障害部位、性格や気質、職歴、他の持病、生活環境などが影響します。今までやっていたことが少しずつできなくなったり忘れてしまったりする、時間や場所が分からなくなる、やり方が分からなくなるなどがあげられます。人により症状の現れ方に差はありますが、時間の経過に伴い認知機能の障害の程度は進みます。

これらの症状が現れる前の段階を『軽度認知障害：MCI』といいます。基本的な日常の生活機能は正常で認知症ではないけれど、認知機能低下の訴えがある段階です。4年で約半数の人が認知症に移行するといわれています。

この段階で医療につながり、情報を得て、注意深く経過を見守ってもらえることが長期的な視点での生活の安定につながります。実際には、認知症状が進行し、どう対応したらよいの分からず困ってから受診される方が多いので、早期受診が重要です。

※受診の前に相談したいときには

認知症状が現れ、今までと違うご本人に接するようになると、ご家族は戸惑いどう対応すればよいのか分からなくなります。専門医受診がなかなかできない、認知症行動が顕著で対応に苦慮しているなどのケースがあります。

居住する地域の役場の『地域包括支援センター』では専門的な立場でご相談に応じる、『認知症初期集中支援チーム』が設置されています。社会から孤立している状態にある方への対応を含め、支援対象者の初期の支援を集中的に行い、適切な医療・介護サービスなどに速やかにつなぐ取り組みを行っています。

住み慣れた地域の中でより良い生活が送れるよう、身近にある制度を活用していくことも良いと思います。

JA 長野厚生連富士見高原医療福祉センター

介護相談窓口

老人保健施設すずたけ

☎0265-74-0201

老人保健施設きりとう

☎0266-46-2041

介護サービスステーション伊北

(JA辰野支所構内)

☎0266-41-5522

介護サービスステーション伊那

(伊那市上牧)

☎0265-72-6015

介護サービスステーション伊南

(JA駒ヶ根支所 旧アイバル)

☎0265-81-1152

訪問看護ステーションすずたけ

☎0265-74-0301

医師担当表(9月10日～10月8日) ※担当医師、診療日時は都合により変更する場合があります。お電話でご確認ください。

みすず診療所 ☎0265-71-5556

	月	火	水	木	金	土
午前	麻沼(内科)	井上(内科)	麻沼(内科)	藤岡(整形外科)	麻沼(内科)	矢澤(内科)(第1・4週) (整形) 石垣(第2週・予約制) 安田(第3週)・岡本(第1・4週)
午後	麻沼(内科)	リハ診察 ※予約のみ	小川(内科)		塩澤 (内科・胃カメラ)	

受付時間…午前 8:30～11:30 午後 2:30～4:30
診療時間…午前 9:30～12:00(月・水・金) 9:00～12:00(火・木・土) 午後 3:00～5:00
休診日……木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日・第5土曜日

西箕輪診療所 ☎0265-73-3351

	月	火	水	木	金	土
午前	唐澤(内科)	唐澤(内科)	唐澤(内科)	井上(内科)	唐澤(内科) 塩澤(消化器科・胃カメラ) 原田(第2・4週)(泌尿器科)	藤岡(第2・4週) (整形外科) 唐澤(第4週)(内科)
午後	唐澤(内科)	唐澤(内科) 狩野(第2・4週)(整形)	唐澤(内科)	井上(内科)	唐澤(内科)	

受付時間…午前 8:30～11:30 午後 2:30～4:30
診療時間…午前 9:00～12:00 午後 3:00～5:00
休診日……土曜日午後・日曜日・祝日・第1・3・5土曜日

両小野診療所 ☎0266-46-2017

	月	火	水	木	金	土
午前	岩脇(内科) 下川(整形外科) 井上(第2週)(神経内科)	岩脇(内科) 原田(泌尿器科)	岩脇(内科) 塩原(整形外科)	岩脇(内科)	岩脇(内科)	岩脇(第1・3週)(内科) 小松(第3週)(消化器内科)
午後	岩脇(内科)	井上(内科)	矢澤(第4週)(内科) 塩澤(第1・2・3・5週)(内科)	伊澤(内科)	岩脇(内科)	

受付・診療時間…午前 8:30～12:00 午後 2:30～5:00
休診日……土曜日午後・日曜日・祝日・第2・4・5土曜日

我が家の ばんギッズ!

【伊那市】
(拓也さん、さやかさんのお子さん)
河村 真翔くん(9歳)
歩真くん(6歳)
さなちゃん(4ヵ月)



と～っても仲良し! 3人兄妹♪

真翔くんは負けず嫌いでサッカーが大好き!クラブチームに所属していて、外はもちろん、家の中でもサッカーの練習してるんだ。サッカーゲームにも夢中で、将来の夢はもちろんサッカー選手☆日本代表になってメダルを獲得するぞ!歩真くんはちょっとあわてんぼだけど優しい男の子。自分より小さい子と遊ぶのが大好きでさなちゃんや友達の弟、妹とよく遊ぶんだ!さなちゃんは最近寝返りがうてるようになったよ。はやくお兄ちゃんたちと一緒に遊びたいな♡

両親から
ひとこと 3人で仲良く元気に育ってね。



自慢の着物で演歌を披露する下島さん

高校を卒業後、農家の跡取りとして父親のもとへ就農した下島さん。2年目となった昭和28年が凶作となり、収入が減少したため、木曾の土木・建築業の会社へ住み込みの仕事に6年勤めました。当時、重機などはほとんどなく、『もっこ』という縄やつるを編んでつくった運搬道具を使い、土や石を運んでいたそうです。その後は父親がJAの常勤役員に就任するのを機に再び農業をはじめ、退任すると同時に今度は地元の精密機械会社で研磨の仕事を始めました。定年後は、精密機械会社で培った研磨の仕事を生かし独立。『もっこ』を使った力仕事から、精密機械の『ミクロン』の世界まで幅広い経験を積んできました。

そんな多彩な人生の中で、精密機械会社の時に始めたのが演歌で。高校を卒業後、農家の跡取りとして父親のもとへ就農した下島さん。2年目となった昭和28年が凶作となり、収入が減少したため、木曾の土木・建築業の会社へ住み込みの仕事に6年勤めました。当時、重機などはほとんどなく、『もっこ』という縄やつるを編んでつくった運搬道具を使い、土や石を運んでいたそうです。その後は父親がJAの常勤役員に就任するのを機に再び農業をはじめ、退任すると同時に今度は地元の精密機械会社で研磨の仕事を始めました。定年後は、精密機械会社で培った研磨の仕事を生かし独立。『もっこ』を使った力仕事から、精密機械の『ミクロン』の世界まで幅広い経験を積んできました。



研磨作業する下島さん

す。当時は自家用車にオーディオセットを積んで通勤に聞くのが日課でした。職場の仲間と飲みに行くときは必ずカラオケ店に行っていたそうです。独立後は作業場にオーディオを置き、朝一番に歌うのが日課となりました。「体調は歌によく表れる。歌でその日の調子を確認していた。二日酔いの朝は全然ダメなんです」と話します。旅行に行った際もバスや宴会で歌を披露し、みんなの注目を集めていた下島さん。現在は新型コロナウイルスの影響により、旅行はおろか、カラオケ店にさえ行けない状況で、思うように歌えない日々が続いています。「歌は歌わないと歌唱力もどんどん落ちていく。早くコロナが収束して、またみんなでカラオケができる日を楽しみにしている」と期待する下島さんです。

今も輝いて…

駒ヶ根市中沢 下島勇雄さん(88)

会社に勤めていた時に趣味として始めた歌。その中でも演歌のみを極めています。これまでオーディオセットをそろえ、大会に出場するときの着物を手づくりしました。大会では何度も賞を獲得し、知人やカラオケ仲間からも高い評価を受けています。



タマネギの栽培について

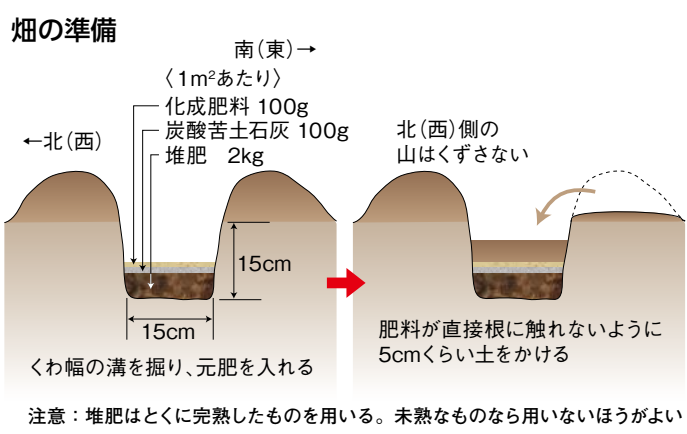
営農経済部
中部営農センター
重盛 俊弥



タマネギは、さまざまな料理で幅広く使うことができ、家庭菜園で栽培されている方も多いのではないのでしょうか。今回はタマネギの栽培方法について説明します。

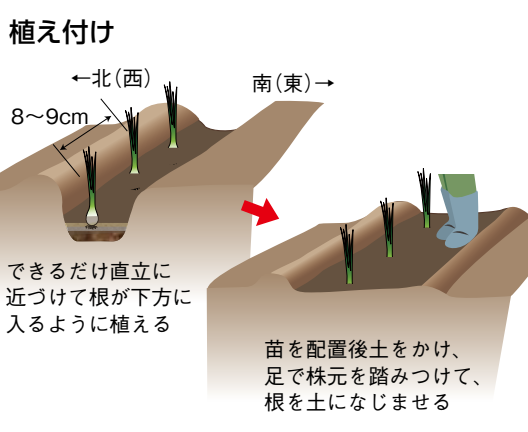
1. 畑づくり

1㎡あたり、堆肥2kg、化成肥料100g、炭酸苦土石灰100gを施用し、耕起・整地をしましょう。



2. 定植

定植時期は、一般的には10月中旬から11月初旬が目安となりますが、定植時期が早いと、越冬前の生育が進みすぎてしまい、春のとう立ち(花芽のついている茎がよきにょきと伸びてきた状態)が増加します。また、大苗での定植も、とう立ちが多発するので注意が必要です。定植時期が遅れると根張りが小さく、凍み上がって根が抜けやすくなります。適期定植をし、根張りを十分にさせることが重要です。

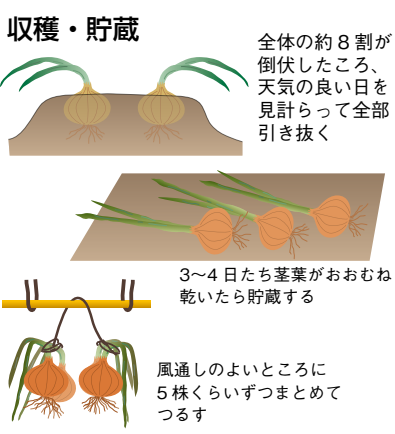


3. 定植後の管理

(1) タマネギの追肥は2月中旬頃から2〜3回に分けて行い、遅くとも4月中旬までとしましょう。追肥時期が遅れると、生育量が確保できず球が小さくなったり、地上部の葉だけ大きく成長し、球が肥大しない状態で収穫が遅れ、軟弱球となり貯蔵中の腐りの発生が増加します。
(2) タマネギは浅根であるため、乾燥の被害を受けやすい作物です。主に4月下旬〜6月上旬の乾燥で肥大が劣り、収量が低下したり、貯蔵中の萌芽を早め、品質を低下させたりします。また、極端に乾くと根を老化させ、茎葉の倒伏を早めます。そのため、4月中旬〜5月下旬頃のかん水を行いましょう。しかし、収穫前15日以内のかん水は貯蔵性を低下させるので注意が必要です。
(3) 4月下旬頃から収穫期にかけて、病害虫の発生が見られることがあります。病害虫の被害が心配な場合は、各営農センターにご相談ください。

4. 収穫

タマネギの収穫適期は、茎葉の倒伏80%前後の時期が目安となりますが、球の肥大は倒伏後も進むので、収穫が早すぎると収量が減ることがあります。一方、収穫が遅れると貯蔵中の腐敗が多くなり、貯蔵性が低下するので適期収穫を心がけましょう。収穫期に降雨が続くと球が吸水して含水率が高くなり、首部の乾燥が遅れるため貯蔵中の腐敗につながります。収穫は晴天の乾燥条件で行うのが理想です。しかし、収穫期は梅雨時期と重なってしましますので、収穫後はなるべく早く表面の水分を乾燥させるようにしましょう。



ハイビスカスの管理

営農経済部
中部営農センター
笠原 賢司



ハイビスカスと言えば沖縄！ハワイ！南国！といった夏の花のイメージですが、35度を超すと花が減る傾向があり、少し涼しくなった晩夏から初秋にかけてが本番の花です。



なお、南国では毎年開花する宿根の花木ですが、長野県では地植えでの越冬は困難ですので鉢植えに絞ってご説明します。

1. 置き場所

ハイビスカスは日光を好みますが酷暑は苦手です。真夏から残暑の残る9月上旬までは午前中のみ日に当て、午後は半日陰に移動させましょう。残暑が和らぐ9月中旬頃からは1日中日の当たる場所がベストです。

また、コンクリートなどに直接置くと根が傷むことがありますので、棚やコンテナの上に置くなどして直接地面に触れないように管理しましょう。



2. 水やり

夏から秋は植物全体の成長期になります。乾燥させるとせっかくのつぼみが咲く前に落ちてしまうこともありまので、午前と午後の2回、鉢底から滴り落ちるくらいたっぷりと水やりをします。なお、水やりの後、受け皿に水がたまったらままの状態だと根を傷める原因となりますので注意してください。

3. 肥料

成長期は多くの肥料を必要とします。固形肥料やアンプル肥料を常に置き続けるか、1週間に1回くらい薄めた液体肥料を水やりがわりに与えてください。

4. 花の管理

初夏から継続的に花は咲きますが、少し気温の下がり始めるころから一気に花数が増えてきます。基本的に1日、改良種でも2日程度の開花期間となりますので、咲き終わった花は早めに摘み取り、次のつぼみに栄養が行き渡るようにしましょう。

5. 剪定・冬場の管理

10月中旬くらいになると成長が止まり、花の数も減ってきます。剪定をして室内の暖かい場所で管理しましょう。剪定は全体の3分の1程度までバッサリと切り戻し、枝葉の数を減らすことで株の負担を減らし、越冬しやすくします。

冬場は5度以上を保てるように室内の暖かい場所で管理し、水やりは

6. 病害虫

比較的病害虫の少ない花ですが、アブラムシやカイガラムシがつくことがありますのでご注意ください。



なお、12度以上を保てる環境であれば真冬も花を咲かせることは可能ですので、その際は剪定を行わないようにしてください。

新型コロナウイルス感染症の影響で旅行が難しい今だからこそ、自宅でハイビスカスを育てて南国気分を味わいましょ。

道

なくてはならないJAへの

営農経済部 米穀課 美篤カントリー

いよいよ今年も米の収穫期を迎え、管内に8つあるカントリー、ライスセンターでは着々と受け入れが始まっています。その中でも美篤カントリーは昭和53年に建設され、上伊那の主力品目である米の一部を管理してきました。今回は吉澤誠場長に、持ち込まれた米がどのようにして貯蔵されるのか説明していただきます。



美篤カントリー

受け入れは下の格子の部分、ホッパーに持ってきていたいた粉をあけてもらいます。写真は箕輪ライスセンターです。のでご了承ください。



あけた米は施設下を通り、昇降機で今度は上へと運ばれます。



昇降機

その先にあるのが粗選機という機械です。ここでは刈り取りしたばかりの粉から大きなごみなどを取り除いていきます。



粗選機

その粉を計量機にかけ、正確な量を測ります。



計量機

計量機を通るときに下に降りた粉は再び上へとあがり、ドライストアーへ運ばれます。腐らないように下から風を送りながら乾燥機の順番を待つため、一時的に保管します。



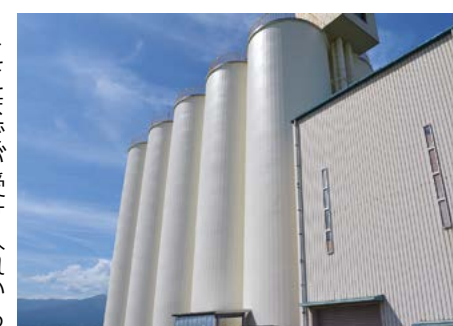
ドライストアー

乾燥機の中には違う水分量の粉を混ぜたりはしません。水分量にムラがある状態だと正しい乾燥ができなくなってしまう。水分量は貯蔵や食味に影響を与えます。上伊



乾燥機

その米の味を守るためにも気をつけなければならないことの1つです。乾燥させた粉はサイロで保管します。しかし、1度では乾燥しきれませんので乾燥機にかけて、サイロで保管してを繰り返して、目標とする水分量にしていきます。ここで初めて同一になった水分量の粉と一緒にします。外からでも見える筒状のサイロ1つで300トンの粉が保管できます。



サイロ

ここまでは受け入れから保管までの流れになります。この後は注文に応じてサイロから出して粉摺りを行い出荷します。

今年も生産者の皆さんが丹精込めて栽培した米を責任をもって預かりし、大切に保管、出荷していきます。またお世話になります。よろしくお願いいたします。

知って得する

家計のワンポイントアドバイス

我が家の金庫番

年金プレリウド倶楽部のご案内

年金プレリウド倶楽部とは、55歳以降年金受給権発生日までの方で、将来の年金受取口座をJA上伊那に指定予約していただいた方々による参加型メンバーズクラブで、年会費無料です。

会員特典

①年金の請求時のお手続きをJAがサポートいたします。

②定期貯金・定期積金の金利を上乗せした商品をご利用いただけます。
③各種開催イベントにご参加いただけます。

今だけ特典

新規会員登録で、除菌アルコールスプレーまたは花のたねプレゼント！（先着200名様9月30日まで）

年金プレリウド倶楽部の新規会員登録のお手続き、お問い合わせは、お近くの金融窓口または渉外担当までお気軽にご相談ください。

2021年9月限定！！

「年金プレリウド倶楽部」新規会員登録で

除菌アルコールスプレー
または
花のたねを
先着200名様にプレゼント！！

「除菌アルコールスプレー」は、ポケットに入るサイズで持ち運びができます♪



「カンパニユラ」9～10月の種まきで、翌々年の5月ごろから花が楽しめます。花言葉は、「感謝・誠実」です。



どちらか好きな景品をお選びください。景品は後日「会員証」と一緒にお渡しします。

2021年9月30日までの期間限定です。加入のお申し込みは、お早めどうぞ！

共済部から

JA共済にご加入のみなさまへ

住宅等の建物修理に関する
全国増加 **トラブル** にご注意ください



1 うその理由での請求を勧められた！

「台風が原因と言えば問題ないですから」と、**うその理由**で共済金請求をするように勧められた！

うその理由による共済金請求は、共済金詐欺に該当するおそれがあります。



共済金詐欺にあたりませんか…



2 法外な解約料金を請求された！

見積書の金額が高すぎるので、知り合いの業者に頼もうと思い解約しようとしたら、**高額な解約料金を**請求された！



支払われた共済金の50%なんて聞いてないよ！



3 ずさんな工事をされた！

見積書の内容どおりの工事をしてもらえず、引渡後すぐに**雨漏り**が発生した！



お金を返して！



ご注意 建物修理トラブル

「共済金が使え」と言って建物修理の勧誘を受けたときは、**建物修理契約を締結する前にまずJAにご相談ください！**



こんな勧誘に用心！

生活班

NAVI

中川支所 家の光活用講座 4年目です

中川支所 組合員組織課 芦部美子



南部地区では、家の光をテキストにした講座を7月から4回開催しています。中川支所では今年9名の方の申し込みで和やかに始まりました。

いいことがいっぱい書いてあるけれどゆっくり読めないとか自分の好きなところしか読まないとかありますよね。手芸など1人ではできないことが講座ではできます。ちょっとした縫い物は、懐かしい家庭科の時間のよう。あのころと違うのは、なかなか針に糸が通らないところです。

手芸が苦手な方も、たまにはいいね！と言ってくれてうれしいです。コロナの前は料理もしましたが今は避けています。今回はペットボトルの水耕栽培をつくりました。切るだけで簡単、バジルを植えてさわやかです。そのあとは読み合わせをして、YouTube動画の見た方を確認しましたがスマホによってわからないものも。次回また挑戦してみます！

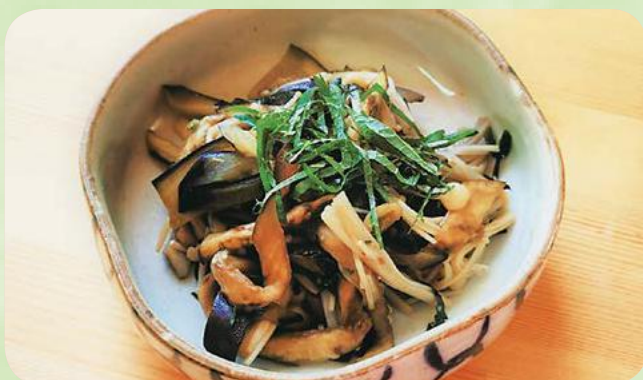
今、読者限定のYouTube動画がいろいろありますので皆さんも楽しく活用してください！



旬クッキング

ナスとえのきたけの香味サラダ

春富支所 組合員組織課 岡庭由枝



◆材料（4人分）

ナス……………2本（約300g）
 えのきたけ……………1袋（200g）
 大葉……………10枚
 A { ポン酢……………大さじ3
 ごま油……………大さじ1
 七味唐辛子……………少々

◆作り方

- ① ナスはへたを取り除き、たて半分に切って4～5cmの長さの細切りに、えのきたけは根元をきり、2等分に切りほぐす。大葉は千切りにする。
- ② フライパンに①のナスとえのきたけをいれ、焦げないように弱火で少ししんなりするまで加熱する。（レンジの場合は3分加熱でも可）
- ③ ②とAを混ぜ合わせ、器に盛り、大葉を散らして完成。

※冷やして食べると、よりさっぱり食べられます。

ナスとえのきたけは栄養が無い！と思われがちですが、ナスの皮にはナスニンという強い抗酸化力があり生活習慣病の予防、またえのきたけにはキャベツの2倍も食物繊維があり、善玉菌の増加の効果があります。



リレーエッセイ 笑顔のごちそう

いつまでも元気で野菜づくり

中川支所 部会長 宮澤優子

コロナワクチン接種が済んでも新型コロナウイルス感染症は拡大していて、不安を感じながらの毎日です。早く、安心してどこでも出かけられるようになってほしいものです。

昨年は長雨で、キウイフルーツの木が枯れてしまったり、じゃがいもや野菜が上手にできずガッカリでした。今年は、生活班の「菜園講習会」に参加し、オクラは種から挑戦して、いつもは残念なトウモロコシは大きく甘く、枝豆は摘み取るたくさん収穫できました。ズッキーニは友達に勧められて数年前からつくっています。トマトは一度に真っ赤になりトマトソースをたくさんつくりました。上手にできたり残念だったりの野菜づくりですが、畑で汗をかきながら元気でいられることに感謝しています。お盆を過ぎれば秋野菜の準備です。タマネギを今度はもう少し大きくつくりたい！

今回紹介するチーズケーキは、子育てのころ教わったレシピで、今でも子どもや孫につくっています。焼きたてもおいしいですが、冷やした方がおいしいので次の日まで待ってもらっています。

写真のマグカップと小皿は中川支所のポーセラーツ教室でつくったお気に入りです。



チーズケーキ



〈下準備〉

- ① クリームチーズは常温で柔らかくしておく。
- ② 直径18センチのケーキ型を用意しオーブン用シートをケーキ型に合わせて敷く。
- ③ オーブンを170℃に温めておく。

〈作り方〉

- ① ボールにクリームチーズを入れ、泡立て器でクリーム状になるまで練る。卵を入れなめらかになるまで混ぜる。
- ② グラニュー糖を入れまんべんなく混ぜる。
- ③ 小麦粉を入れ粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ④ 生クリームを入れ泡立て器でさらに混ぜる。
- ⑤ 型に④の生地を流し入れ170℃に温めたオーブンで30～35分焼く。粗熱が取れたら型からはずし皿に乗せ、冷蔵庫で冷やす。

★ハンドミキサーで全ての材料を混ぜると簡単です。

材料

クリームチーズ……………200g
 卵……………2個
 グラニュー糖（砂糖）……………50g
 小麦粉……………27g（大さじ2～3）
 生クリーム……………200cc

★グラニュー糖を加減したり、レモン汁を加えたりお好みでどうぞ！

ケーブル TV で放送中 !!

るるるコミュニティ 連絡所

上伊那地区 3 局のケーブルテレビ局を通じ、JA 上伊那の話題・農業・くらしの情報等を放送しています。今月からの放送内容（予定）をご紹介します。ぜひご覧ください。

放送内容

9月9日（木）より
JA上伊那の動き ～8月～

9月23日（木）より
I ターンで活躍する農家

	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日
伊那ケーブルテレビジョン	11:00 19:00	8:30 11:00	6:40	6:40	—	—	15:00
エコシティー 駒ヶ岳	奇数週 18:30 22:30	6:30 9:30	23:20	11:20	13:20	18:20 22:20	6:30
※偶数週は 木曜のみ放送	偶数週 13:20 22:30	19:30					

※辰野ほたるチャンネルは毎週金曜日7:00～24:00まで1時間ごとと放送しています。
※テレビ局の都合により、内容・時間等が変更になる場合があります。

今月の特集

9月23日(木)から放送!

上伊那で活躍している農家を紹介します。今回は I ターンで移住した農家に、農業を始めたきっかけや上伊那の魅力のうかがいしました。

I ターンで活躍する農家

パソコンやスマホからもアクセス!
番組コーナーの一部が JA 上伊那のホームページからも見られます♪

パソコンや携帯で! すぐに見られる!

JA 上伊那のるるるコミュニティ 検索

<https://www.ja-kamiina.ljjan.or.jp/about/movie/>

二次元コードから簡単アクセス!

クルマ買取・委託販売の専門店

カーリンク
CAR LINK
0265-78-0880

クルマのことなら

オートパル上伊那
<http://auto-pal.co.jp/>

もしものときは

ふれあい・語り・地域と共に
株式会社 グレース
<https://grace-ja.com/>

金融移動店舗『かみま～る号』運行予定表					
	月	火	水	木	金
10:00 ～11:30	旧七久保支所	旧東箕輪支所	旧片桐支所	旧東伊那支所	旧手良支所
	旧小野支所 (10:00～12:00)	市野瀬 公民館横	伊那藤沢 バス停横	川島介護予防センター (10:00～11:00)	旧美和支所
13:00 ～14:30	旧片桐支所	旧手良支所	旧七久保支所	旧新山出張所	旧東箕輪支所
	川島介護予防センター (13:30～14:30)	旧美和支所	旧長藤支所	旧小野支所 (12:30～14:30)	藤沢地区※

※第1・3・5週目は片倉多目的集会施設 13:30～14:30
第2・4週目は伊那藤沢バス停横 13:00～14:30

JA上伊那 協同の成果	
(JAのうごき)令和3年7月	
農畜産物販売高	35億1,077万円
貯金高(平残)	2,966億8,036万円
貸出高(平残)	742億5,802万円
長期共済保有高(長期保障)	9,704億8,797万円
購買品供給高	41億6,808万円
(組織の状況)	
正組合員	15,327人
准組合員	15,966人
組合員戸数	25,524戸
出資金	81億9,596万円
固定資産(帳簿価格)	77億3,315万円
職員数(臨時職員含む)	743人

理事会報告 令和3年 8月 27日

(決議事項)

- 令和3年度第1四半期監事監査処理類末報告書について
- 固定資産の取得(南箕輪C E 粉摺調製装置更新)について
- 農産物検査業務規程の改定について
- 組合と理事との契約について(事務受委託契約締結団体)
- 組合と理事との契約について(貸出取引)

以上理事会にて決定いたしました。

上伊那米だより

令和3年9月
第273号
発行 JA 上伊那
米穀部会

《作柄概況について》

農林水産省発表の、8月15日現在における令和3年産水稻作柄予想は、長野県の7月上旬の日照不足および8月上中旬の台風、大雨等の影響により、作況は「やや不良」(98～95)と見込まれます。上伊那管内では、8月の強風による擦れ、連続の降雨により浸水した圃場もあり、褐変症状やいもち病の発生が確認されています。

伊那米試験地の生育は、7月に生育が進んだものの、8月の低温・日照不足によりコシヒカリの出穂期は8月1日(平年並み)、成熟日の予想は9月17日(平年並み)となっています。そのほかの品種もおおむね平年並みとなっています。

《米の収穫・乾燥・調整の留意点について》

【計画的な収穫と乾燥調製を実施する】

- ① 安全安心、品質の向上を第一とした、コンバインや乾燥施設の整備は早めに行い、ゆとりある収穫・乾燥調製の計画を立ててください。また、刈り取り前に圃場の見回りをを行い、異品種・異物の混入防止に努めましょう。
 - ② 籾水分が高い時は、コンバインの刈り取り速度を落としましょう。さらに、収穫後すみやかに乾燥作業へ移行し、ムレ米にならないように注意してください。細菌やカビによる着色粒や異臭発生の原因となります。
 - ③ 乾燥速度は、玄米品質・食味を低下させる事のないよう適正に実施し、水分過多、過乾燥の防止に努めましょう。
- ◇ 仕上げ水分はうるち米・酒米とも **14.5%が玄米水分目標です**。もち米はハゼさせるため **14.0～14.5%が玄米水分目標です**。
乾燥終了後は必ず穀温が常温に戻ってから水分測定を行い、水分が規定値になっているのを確認してから粉摺りを行ってください。穀温が高いと正確な水分が測れません。
- ◇ 調製は整粒歩合 80%以上を目標に、ライスグレーダーの網目は、コシヒカリは 1.85ミリ その他は 1.80ミリを使用し調製してください。酒米は 2.00ミリを使用してください。
- ◇ 量目は紙袋、皆掛けで 30.5kgとしてください。
- ◇ 異種穀粒および異品種・異物の混入防止として、細心の注意を払い、掃除の徹底をお願いします。
- ◇ 今年もカメムシの発生が多く斑点米等の混入が心配されます。

《米の品質低下防止について》

適期刈り取りに努め、刈り遅れによる胴割れを防ぎましょう。まだ緑色をしている籾が1つの穂の内にしめる割合(これを帯緑色籾歩合といいます)で、10%～5%の頃が収穫適期となります。穂の籾は約100粒なので、1つの穂の内の緑色の籾が10粒になったら収穫適期となります。最後まで生育状況に合わせた水管理を行い、適期収穫による品質向上に努めてください。

帯緑色籾歩合 **10%**
(刈り取り始め)

帯緑色籾歩合 **2%**
(刈り取り晩限)

帯緑色籾 10粒
1穂の籾 (約100粒)

計画的な収穫作業で安全作業をお願いいたします !!!

写真はイメージです

頻発する自然災害 備えていますか?



近年、**大型台風・地震・記録的な大雨・竜巻**などが頻発しており、日本各地で家屋等に甚大な被害をもたらしています。いつどこで起こるか予想できない災害に対し日頃から備えておくことが重要です。



建物更生共済
My家財

◆共済の対象：住宅内の家財・家具一式 ◆協定共済価格：500万 ◆火災共済金額：500万・満期共済金額：20万
◆払込経路：口座振替扱い ◆臨時費用共済金：火災共済金額の10% ◆保証期間30年の場合
(10年ごとに2回継続、当初10年間の掛金<継続後の掛金は継続時の共済掛金率で計算します>)

家財家具の保障 500万円プラン 木造の場合 月々**2,214円**
(2021年4月現在)



火災・落雷
などのとき
最大**500万円**
損害の額を
全額保障します
※支払われる共済金は、
火災共済金額が限度です。



自然災害
などのとき
最大**500万円**
損害の額を
全額保障します
※支払われる共済金は、
火災共済金額が限度です。



地震
などのとき
最大**250万円**
損害割合に
応じて保障します
※支払われる共済金は、
損害の額の50%が限度です。



現金が盗難
にあったとき
最大**30万円**
(通貨盗難の場合) ※1

火災や自然災害から大切な家財を守りたい。火災から自然災害まで幅広く保障!

- ① 火災や落雷はもちろん自然災害や盗難による損害も保障します。
- ② 満期時には、**まとまった満期共済金**をお受取りいただけます。
- ③ ご加入金額を上限に、**損害の額をしっかりと保障**します。 ※地震による損害を除きます。

※共済金のお支払いには所定の条件があります。

※1 通貨の場合は、30万円または火災共済金額のいずれか低い額、預貯金証書の場合は300万円または火災共済金額のいずれか低い額が限度です。

はじめて共済 検索
<http://shiryo-ja-kyosai.or.jp>
■JA共済ホームページアドレス <https://www.ja-kyosai.or.jp>



本サイトから
「ひと・いえ・くるま」の
各共済の資料請求・
掛金試算ができます。

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

[21161980242]

詳しくはお近くのJA共済窓口、または地区担当者(ライフアドバイザー)までお問い合わせください

インターネットからの仮申込みがオススメ!!

JAネットローン

年0.1% 軽減

インターネットからの仮申込みなら

ネットでも仮申込み▶

※インターネットから仮申込みをされたお客様が対象です。※インターネットからの仮申込みにおける金利軽減については、JA 所定の金利軽減条件を満たす必要がある場合があります。※お借入期間中に、金利軽減条件を満たさない場合や、ご返済の滞りなどが発生した場合は、金利軽減を中止させていただく場合があります。※金利軽減条件など詳しくは JA 金融窓口までお問い合わせください。
※住宅ローンはインターネットからの仮申込みにおける金利軽減の対象外です。

長野県JAバンク
長野県JAバンクは県下JAと長野県信連の総称です
長野県JAバンク 検索

JAネット 仮申込み手順 生活関連ローン

仮申込み・シミュレーションはこちらから! 現在の金利も確認できます。

よりぞう

STEP 1

郵便番号を入力してお住まいの地域のJAを検索します。

STEP 2

利用するJAを選択して金利をチェック。店舗一覧からお取引店舗を選択します。

①JAを選択して各商品の金利を確認。スクロールして店舗選択へ移動します。

②ご利用の店舗から「仮申込みに進む」をタップ!

STEP 3

事前審査フォームから必要事項を入力して仮申込み!

①選択したJA・お取引店舗に誤りがないか確認します。

②仮申込みする商品を選択し、項目に沿って必要事項を入力します。必ず同意条項を確認してください。

STEP 4

お申込み内容 確認のご連絡

仮申込み受付後、ご自宅または携帯電話にお電話する場合がございます。

STEP 5

仮申込み結果のご連絡

JAから仮申込みの結果をメールもしくはお電話にてご連絡いたします。

STEP 6

店舗にて正式なお申込み手続き

お取引店舗へ来店いただき、正式なお申込み手続きをします。

【お問い合わせ】
本所またはお近くの支所へ

JA上伊那 ローンセンター
☎0120-972-677

24時間 365日 受付中

みはらしファームの ブドウ狩り

●要予約

南アルプスを望む高原の
おいしいブドウをぜひご堪能ください！

高冷地で栽培したおいしいブドウを1時間、食べ放題で楽しめます。ただしピオーネなどの大粒種はおひとり様1房のみとなります。中粒種のノースレッドやナイアガラ、スチューベンなど。大粒種ではピオーネやぶじみのりなどが主な品種です。期間中、早生種から晩成種まで旬の品種を味わっていただけます。地元還元キャンペーンとして上伊那在住者限定の特別料金をご用意しました。



収穫時期 9月18日～10月17日（予定）

営業時間 9:00～16:00（最終受付15:00）

料金

大人（小学生以上） 1,300円（税込）

小人（3歳以上小学生未満） 700円（税込）

上伊那在住者限定！地元還元キャンペーン!!
（代表者のみ運転免許証等で確認）

大人（小学生以上） 1,100円（税込）

小人（3歳以上小学生未満） 600円（税込）

1時間食べ放題 ※大粒種はおひとり様1房限定

ご予約・お問い合わせは みはらしファーム観光農園 TEL.0265-74-1820

ファームテラスみのわ 10月2日(土)・3日(日) みのりの秋フェア開催

当日は午前8時より
オープンします



ブドウ
(シャインマスカット)



リンゴ
(シナノスイート、秋映)



ナシ
(南水、洋ナシ)

上伊那産の果物が大集合!!
家庭用から贈答用まで各種取り扱い中です。
発送も承っております。

出荷生産者も随時受付中!!
ファームテラスみのわで自慢の
農産物を販売しませんか?

共通ポイントカードも好評取り扱い中!
各JA直売所共通でポイントが貯まります。

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止となる場合があります。

みはらしファーム とれたて市場 朝市

9/18 土

開催時間 AM10時～PM2時

各施設特別販売

6月～11月毎月開催

直売所利用組合
特別販売

今が旬の果物

ブドウ

- ・ふじみのり
- ・ナガノパープル
- ・ノースレッド
- ・サニールージュ
- ・ピオーネ

リンゴ

- ・つがる
- ・シナノドルチェ
- ・秋映

ナシ

- ・二十世紀
- ・サンセーキ
- ・南水
- ・豊水

生産者による

野菜

他にもいろいろ
取り揃えています

JA上伊那オススメ

**きのこ
詰め合わせセット**

米加工場による

切り餅

1切

80円

麦の家

リンゴデニッシュ

1個

150円

すずらんハウスの

ソフトクリーム

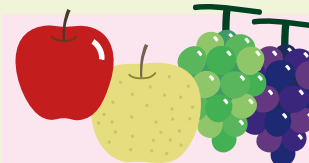
1個

200円

当日限り

他にも豊富にお買得品を取り揃えてお待ちしております。

※税込価格となっています。
※生産者持込みの為、売り切れの際はご容赦ください。



**リンゴ・ナシ・ブドウ 全国発送
いたします**

JA上伊那

みはらしファーム
とれたて市場

営業時間 9:00～17:00

伊那市西箕輪3416-1

TEL 0265-74-1805 FAX 0265-74-1806

農協観光 おすすめの旅
信州割 **SPECIAL** を使って地元の魅力を探そう!

秋の団体ツアー

**お二人
からの
ゆとり旅**

奥入瀬渓流(イメージ)

旅行期日
令和3年
10月20日(水)
～**10月23日(土)**

旅行代金
お一人様 2名一室利用
180,000円
※お申込金**30,000円**
(旅行代金に充当します)

募集人員
20名様(最少催行10名様)
※2名様一組でお申し込み下さい。

●食事条件
●3回・昼4回(お弁当1回)・タ3回
●添乗員:全行程同付いたします
●利用予定バス/バス会社
●伊予バス・岩手県北自動車
●利用予定航空会社: FDA
●利用予定ホテル
●龍飛崎温泉/ホテル竜飛、
むつ市/むつグランドホテル、
大湯温泉/ホテル大湯内
●募集締切日:令和3年9月24日(金)
※定員に達しない場合は、締切とさせていただきます

津軽・下北2大半島を巡る!!

紅葉の奥入瀬渓流とパワースポット恐山

津軽海峡を望む青森・龍飛崎温泉と800年の歴史ある秋田・大湯温泉

4日間の旅

1日スケジュール 昼入駅 ●入場観覧 ●下車観光 ●車窓観光 ● 航空機 ●バス ●船 ● 徒歩 ● 食事

日次	スケジュール	昼入駅	●入場観覧	●下車観光	●車窓観光	●	航空機	●バス	●船	●	徒歩	食事
10/20 水	【集合・出発】 南信地区 7:00～7:30						FDA363線					
	小古屋 11:25発											青森空港 12:45着
	※昼食はお弁当をご用意します。											
	ねぶた祭の歴史や魅力を紹介 ●ねぶたの家 ワ・ラッセ ● 宿泊: 龍飛崎温泉 17:00											
10/21 木	ホテル 8:00											一弁タ
	蟹田港 9:20発											朝昼タ
	人魚のまくる井の昼食 大間町											
	日本有数のパワースポット ● 宿泊: むつ市 ○日本三大霊場 恐山 16:40											
10/22 金	ホテル 8:20											朝昼タ
	(休憩) 道の駅こよまほ(栗の花プラザ)											
	昼食 十和田湖											
	日本最古の木造芝居小屋 ● 康楽館 (奥入瀬観光)石戸の温泉(休憩)→奥入瀬渓流の景色をバス車窓からご案内											
	大湯・十和田市→八幡平山頂へ歩いて温泉地。800年の歴史があり、江戸時代には南部藩の保養所跡地に建てられました。											
10/23 土	ホテル 8:50											朝昼一
	(高湯温泉) 盛岡市物わねこそほの昼食											
	北東北の雄大なパースピーラン(休憩) ● 八幡平山頂見学バス(休憩) ●盛岡市物わねこそほの昼食 ● 南部鉄器の行見学・お買い物 (高湯温泉) ● 盛岡市物わねこそほの昼食 ● 若駒鐵器館											
	花賀の思想と多様な活動を再現 ● 宮沢賢治記念館						FDA356線					
	花巻空港 17:30発											
	小古屋 ● 宿泊: 上伊那管内 18:45着 22:00～22:30											

※津軽機関大・秋・現地の都合により、日程の一部を変更する場合があります。予めご承知ください。

個人旅行プラン

信州割 SPECIAL 》 地元応援宿泊プラン

通常プランより
ワンランク
アップ!

駒ヶ根

早太郎温泉 ホテルやまぶき

人気の囲炉裏会席と源泉温泉で究極の癒やしを

車でおでかけマイカー
ドライブプランと併用
OK!

人気の囲炉裏会席

お部屋は「仙の館」和室12.5畳にてご案内!

宿泊料金(税・入湯税込)

～11/30(火)まで 信州割 SPECIAL 》 ⇒ 5,000円割引 適用!

	2名一室	3名一室	4名一室
平日	お1人様 21,050円 ⇒ 16,050円	お1人様 19,950円 ⇒ 14,950円	お1人様 18,850円 ⇒ 13,850円
休前日	お1人様 24,350円 ⇒ 19,350円	お1人様 22,150円 ⇒ 17,150円	お1人様 21,050円 ⇒ 16,050円

※別途手数料が発生します。お問い合わせ先への確認をお願いします。

■信州割対象条件

長野県在住者かつ同屋の家族

(※コロナ感染状況により条件が緩和される場合がございます。)

■お申込締切日

宿泊利用日5日前までにお申込下さい。

(※コロナ希望日がご案内不可の場合もござります。)

10/29(金)申込期限となります。11月分ご希望の場合この日までにお申込みをお願いします。

■申込み方法

下記電話にてお申込下さい。

2,000円分
の
観光クーポン券付

早太郎温泉とは

駒ヶ根の光前寺「霊犬早太郎」の伝説にあやかって名付けられた
地元でも愛される温泉。
中央アルプス散策後の
疲れを癒します。

ご 案 内 ●後日改めて集合・解散地(および時刻)をお知らせ致します。●詳しい旅行条件を説明していない特別な配慮・措置が必要になる可能性があります。詳細は別途お渡しする「旅

「ツアーを安心してお楽しみいただくために」
 新型コロナウイルス感染症拡大予防ガイドラインに沿って準備しています

●旅行日程は、事前に上乗せされる健康チェックシートで記入の上のお持ちくだ
 りパス乗車前には検温を致します。検温結果によっては、参加をお断りさせて頂く
 場合がございます。●入内には消毒用アルコールをご用意しています。●ツアー中に入内は定
 時消毒を実施いたします。密接が避けられるよう配慮いたします。●お食事等
 ●感染状況の変化の可能性により旅行の安全にかんがみて実施が困難な場合、また
 はその影響となる可能性が大きい場合は、旅行の実施を中止する場合がございます。

信州割 SPECIAL

雲上の別世界へ!

駒ヶ根名物

駒ヶ根ロープウェイ

車でおでかけマイカードライブプラン

千畳敷カール散策と

ソースカツ丼&美味しい干物セット

三密回避で県内人気スポットへ!

※当企画は現地集合・現地解散の個人プランです。団体募集のバス旅行ではありません。



駒ヶ根名物ソースかつ丼

+



御礼の海産物お土産付
〜蒲郡の美味しい干物6種盛セット〜

+



観光クーポン
2,000円付

設 定 日 令和3年

8月1日(日)〜11月30日(火)

旅行代金 大人・子供同額 10,000円

長野県民支援あい信州割
日帰り割り適用券 **5,000円**
信州割 SPECIAL (実支払額)

■旅行代金に含まれる内容

- 駒ヶ根ロープウェイ・路線バス往復乗車券(菅の台BC〜しらび平・しらび平〜千畳敷)
- 昼食(ピナンデさくら亭・ソースかつ丼)
- 蒲郡味のママイより美味しい干物6種盛セット(4,500円相当)
- 観光クーポン券(2,000円相当分)

※予めクーポン券類をお渡しします。(添乗員は同行しません)

旅行後日、お土産の干物セットを自宅へ送付致します。

■集合・解散地と時間

お客様ご自身で指定された施設に
指定された時間内でご集合いただきます。

■集合地: 菅の台(バスセンター)

解散地: ピナンデさくら亭

■利用昼食施設: ピナンデさくら亭

■注意事項

駒ヶ根ロープウェイ受付時間: 5:15〜11:00
ピナンデさくら亭受付時間: 11:30〜14:00

■最少催行人員: 1名様より受付可

■お申込締切日: 出発日5日前まで

■お申込み方法: 電話よりお申込下さい。

10/29(金)申込期限となります。

11月分ご希望の場合はこの日までにお申込みをお願いします。

詳しい旅行条件を説明した書面をお渡しいたしますので、事前にご確認の上、お申込ください。

旅行行程(モデルコース) 記入例 バス → ロープウェイ ⇄ マイカー

菅の台 バスセンター	⇄ 一 一 ⇄ 千畳敷 (散策)	⇄ 一 一 ⇄ 菅の台 バスセンター
路線バス・ロープウェイ	ロープウェイ・バス	ロープウェイ・バス

駒ヶ根市 ピナンデさくら亭 (昼食)

書面をお渡し致します。事前にご確認の上、お申し込み下さい。●お客様の状況によっては、当初の手配内容に含まれる「条件説明書面」の「3.お申し込み条件」を確認のうえ、特別な配慮・措置が必要となる可能性がある方は、ご相談させていただきます。

感染症を発症した場合の「新型コロナウイルス感染症見舞金」制度に加入しています。詳しくはお問い合わせください。

関するお問い合わせ・お申込み

〒910-0809 石川県小松市南松本1-2-16
☎ (一社) 日本旅行業協会正会員 日本旅行協会 日本旅行業協会 日本旅行業協会 日本旅行業協会

総合旅行業務取扱管理者 佐藤 和哉

株式会社 農協観光 小松本店 TEL.0263-28-3939

0832 長野県松本市南松本1-2-16 FAX.0263-28-3940

組合員・地域の皆様へ

BIEN SUR PHOTO PLAN 

2022年冬の成人式の前撮りにも♪

成人式
振袖

衣装 小物 着付け
ヘアセット 撮影代
六切2面 台紙仕上げ 1冊

全部ついて
(税込)
41,800円

卒業式フォトプランも受付中!

※振袖・卒業袴のメイク料金は別途かかります

◆ フルメイク+3,300円(税込) ◆ ポイントメイク+2,200円(税込)

七五三
衣裳

新作入荷!

店内衣裳全てから選べて、写真もついでくる
お得なフォトプランもあります!

詳しくはお問合せください

Bridal
ロケフォト
プラン

和装 **176,000円** (税込)

打掛 or 引き振袖/紋服/着付け/ヘアメイク
小物/撮影データ 多カット(画像処理済)

洋装 **143,000円** (税込)

ウェディングドレス or カードレス/タキシード/着付け
ヘアメイク小物/撮影データ 多カット(画像処理済)

「和装・洋装2着プラン」「スタジオフォトプラン」
もございます。ご相談ください!

※ブランド衣裳等は差額料金が加算されます

※土日祝日は+11,000円

ビアンシュール
Bien sur
TEL.0265-81-1129

駒ヶ根市東町5-62(アイバルの東側向かい)

営業時間 9:30~18:00 月曜日定休

駒ヶ根 ビアンシュール

検索

(株) グレースはJA上伊那の協同会社です。

令和三年
11月20日(土)
午前10時30分開場

長野県 伊那文化会館
鑑賞講座 11時～11時30分
公演 13時～15時

シテ方観世流重要無形文化財保持者
坂井奇重師
他30名

第30回
伊那能

伊那市では、毎年長野県文化会館で、本格的な日本の伝統芸能である能と狂言を伊那市に居ながらにして観賞できるイベント『伊那能』を開催しています。人類の無形文化遺産にも指定されている日本700年来の伝統芸能『能と狂言』。中央の第一線で活躍する能楽師を迎え、幽玄の世界をお楽しみいただけます。

能
土蜘蛛
(つちぐも)

狂言
二人袴
(ふたりばかま)

◇解説文を
会場に投影します。



JA上伊那から組合員の皆さまに
優待券をプレゼント!

■応募方法 『ハガキ』でご応募ください。
 ■応募先 〒396-8510 伊那市孤島4291 JA上伊那本所 伊那能受付係
 ①住所 ②組合員のお名前 ③連絡先
 ④ご希望席・枚数(1家族4枚まで)を記載してください。

地域の文化芸能の保存・伝承を目的に実施している伊那能の活動にJA上伊那も協賛しています。今回の伊那能の優待券S席(33枚)A席(33枚)を抽選でプレゼントいたします。右記の方法でご応募ください。

■応募締切 9月30日(木)必着
※応募多数の場合は抽選とします。
※当選者は優待券の発送をもちまして発表とさせていただきます。
発送は10月中旬ごろを予定しています。

【問い合わせ先】 JA本所 総務企画部 企画管理課 TEL 0265-72-6218

組合員の皆さまへ

しょう油・調味料等 配達します

保存版



諏訪農工連
①白ゆり醤油
(うすくちしょうゆ)
色を大切にし、旨味を
引き出したしょうゆです。
1.8ℓ×1本

②ききょう醤油
(こいくちしょうゆ)
使いやすいしょうゆです。
1.8ℓ×1本

720円(税込)
(税別667円)



諏訪農工連
③うまぐち醤油
(こいくちしょうゆ)
旨味を引き出した
しょうゆです。
1.8ℓ×1本

790円(税込)
(税別732円)



諏訪農工連
④さかしお
みりん
豊かな芳香と旨味成分が
食材の風味を
一段と引き立てます。
1.8ℓ×1本

950円(税込)
(税別880円)



伊那しょうゆ
⑤しらふじ醤油
(うすくち)
すっきりとした味の
うすくちしょうゆです。
素材の色が引き立ちます。
1.8ℓ×1本

⑥ふじ醤油(こいくち)
旨味とコクを引き出した
しょうゆです。
1.8ℓ×1本

820円(税込)
(税別760円)



諏訪農工連
⑦だいで味
だしの素
本鰯節、煮干し、しいたけ、
昆布の天然素材から
旨味をたっぷり。
1.8ℓ×1本

1,370円(税込)
(税別1,269円)



エーコープ
⑧らっきょう酢
手軽においしく、
歯切れ良く漬かります。
1.8ℓ×1本

830円(税込)
(税別769円)

やまじりし
⑨食べ頃仕込み味噌 減塩 **3,440**円(税込)
750g×6パック入 (税別3,186円)

諏訪農工連
⑩早漬一番味 **750**円(税込)
1.8ℓ×1本 (税別695円)

諏訪農工連
⑪早漬うめしそ風味 **530**円(税込)
1ℓ×1本 (税別491円)

諏訪農工連
⑫白だし **920**円(税込)
1ℓ×1本 (税別852円)

エーコープ
⑬食酢 **450**円(税込)
1.8ℓ×1本 (税別417円)

やまじりし
⑭食べ頃仕込み味噌 **4,730**円(税込)
1.8kg×4パック入 (赤) (白) (税別4,380円)

エーコープ
⑮キャノーラ油 **1,950**円(税込)
1000g×5本 ペットボトル (税別1,806円)

エーコープ
⑯こめ油 **960**円(税込)
1500g×1本 (税別889円)

信栄製紙
⑰トイレットペーパー芯なし(太穴・細穴) **2,840**円(税込)
ダブル・シングル 6ロール×5袋 (税別2,630円)

丸金製紙
⑱トイレットペーパー芯あり **2,270**円(税込)
ダブル・シングル 50ロール (税別2,102円)

ご注文、お問い合わせは

～ご注文は2品以上でお願いいたします。～



JA上伊那
くらしのセンター



0120-97-2223
TEL 0265-76-1941

太陽光発電をお使いの皆さま
また、これからご検討の皆さまへ

経済的!

暮らしに合わせて選べる
モードでエネルギーコスト
削減に活躍します。

安心!

近年頻発する大規模災害
など、もしもの時にも大きな
安心を提供します。

電気を蓄えて必要な時に使える!

蓄電システム

※掲載写真は
機種の一例です

専用リモコン



パワーコンディショナ

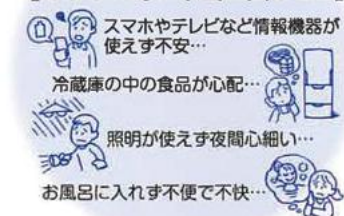


蓄電池ユニット



あつ! 停電!

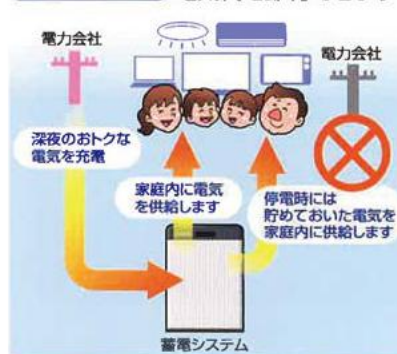
【もしもの時に本当に困ること】



日常は経済性を、災害時は電気が使える安心を。

近年頻発する大規模災害など、もしもの時にも
大きな安心を提供します。蓄電システム
があれば停電時には
家まるごと
バックアップ
(全負荷型システムの場合)暮らしに合わせて選べる
モードでエネルギーコスト
削減に活躍します。

経済モード

お得な夜間電力利用で
電気代を節約できます

エコモード

太陽光発電をお使いの
方に最適なモードです長く使う蓄電池だから
JAが安心です!

蓄電システムは10年以上の長期にわたり暮らしに寄り添って機能します。
地域に根差したJAでは、点検のご依頼から
もしものトラブル対応まで、ご購入いただいた
システムが役割を全うするまでのサポート体制
を構築しています。
「買った時の業者がなくなってしまって相談
できない…」 「修理をお願いしたいけれどどこ
に頼んだら良いかわからない…」といった心配
もないので安心です。

まずはJAにご相談ください!

◆お問い合わせ◆

JA上伊那くらしのセンター TEL: 0265-76-1941
直通: (株)サンジュニア伊那(営) TEL: 0265-98-7001

林修先生と学ぶ「国消国産」講座

Lesson 3

減少を続ける日本の農業従事者

日本の「食」を次の世代につなげるために

なぜ今？
国消国産

毎年5万人以上の農業従事者が減少し続ける日本

左側のグラフは、日本の農業従事者数の推移を表していますが、2016年から2020年の間に、平均で毎年約5.6万人も減少しています。新規就農者も増加していますが、減少するペースには追いつかないのが現状です。また農業従事者の約7割が65歳以上で、

平均年齢は67.8歳(2020年)と、高齢化が進行しています。右側のグラフは、農地の面積の推移ですが、この60年間で約167万ヘクタールも減少しており、これは日本の国土の1/25以上にあたります。



農業生産基盤の弱体化は、今後の日本の「食」にとって大きなリスク

農業従事者の減少や高齢化によって耕作放棄地が増加すると、その土地を再び作物が生産可能な状態にするには、長い時間、手間をかける必要があります。農業従事者の減少と、それによる

農地の減少という農業生産基盤の弱体化は、国内の食料供給量の減少につながる大きなリスクです。

だから今！
国消国産

「国消国産」で、日本の「食」を供給してくれる農業を応援



※写真はイメージ

「国」民が必要とし「消」費する食料は、できるだけその「国」で生「産」するという「国消国産」をみんなですすめていくことが、国内の食料供給を支えてくれている農家と、農業を志す次の世代の背中を押すことになります。農業従事者などの減少に歯止めをかけ、日本の「農業」と「食」の安定をはかっていくことが、私たちの安定した食生活につながります。

- 日本の農業生産基盤は弱体化がすすんでいる
- 農業生産基盤の弱体化は、私たちの食生活に大きなリスク
- 「国消国産」で、国内農業の持続と食料の安定供給を

JAグループサポーター・林修



耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

採寸・取り付けまで全て
おまかせのオーダーカーテン

JAカーテン



JAカーテンはここがスゴい！ 高品質 低価格

ポイント
1

採寸・取り付け 込みの安心価格！

採寸から取り付けまで、全て
同じ担当者が行います。

ポイント
2

国内縫製の 安心品質！

オーダーカーテン
専門工場で縫製。

ポイント
3

選べる色柄 170柄！

リビングも
子供部屋もおまかせ！

カーテン
価格表

	仕 様	厚地/レース	販売価格(税込)
スタンダード生地	シンプルオーダー (1.5倍ヒダ・2ツ山) あっさりしたプリーツのカジュアルな仕上がり	厚地カーテン	19,600円
		レースカーテン	10,950円
高級生地	デラックスオーダー (2.0倍ヒダ・3ツ山) たっぷりしたプリーツの豪華な仕上がり	厚地カーテン	28,900円
		レースカーテン	14,600円
	ヨーロッパからの輸入生地など、ワンランク上の高級生地も ご用意しています。(価格はカーテン見本帳でご確認ください)		

*採寸・取り付け込みの価格です。 *価格表はカーテンの仕上がり巾で200cm×丈で240cmまでの価格です。それよりも大きなサイズは別途お見積りいたします。

見取り
無料

オーダーカーテンだから、
おうちの全ての窓にサイズぴったり！

まずはお気軽にお電話下さい。

カーテン
見本帳は
選べる色柄
約170柄

両開き1窓
価格です
(左右2枚セット)

共生地
タッセル
2本付き
※厚地カーテンのみ

形態安定
プリーツ加工
標準セット
※一部除く

*仕上がり巾が100cm以下、仕上がり丈が〜240cmまでの場合は、
価格表の半額になります。
*両開き(左右2枚セット)の価格です。片側のみでも同価格です。
古いカーテンの処分は、両開き(左右2枚)で、1,080円必要です。
*納期は見取り・採寸後約2週間後となります。

JA上伊那

お問い合わせ・お申込みは
くらしのセンター

0120-97-2223
0265-76-1941

※お客様の個人情報は、見取り・工事施工・ご請求
並びに施工後のメンテナンスに利用します。

メガネ・補聴器 展示会

ご自宅訪問 補聴器個別相談

専門担当者が

ご自宅へお伺いいたします！



「家まで来てくれて助かる！」
そんな声がたくさん寄せられています！

《出張料金は無料です！》

新規ご相談、聴力測定、電池のご注文、音の
調整、お掃除など・・・お気軽にご相談下さい。

ひまわりめがねでは、お客様がお買いに
なりたい補聴器での**無料お試し**ができます！
また、一定レベル以下の聴力の方には各市町
村より**補助金**が支給される制度があります。

下記の日時に開催いたします

9月14日(火)	伊 那 支 所
9月15日(水)	西 箕 輪 支 所
9月17日(金)	美 簫 手 良 支 所
10月 7日(木)	中 川 支 所
10月 8日(金)	飯 島 支 所
10月12日(火)	西 春 近 支 所
10月13日(水)	春 富 支 所
10月14日(木)	富 県 支 所
10月18日(月)	パ レ ス 辰 野

午前9:30～お昼12:30まで

※状況により、展示会が中止になる場合もございます。

◆お問合せ◆

(JA上伊那 くらしのセンター TEL:76-1941)

JA指定 ひまわりめがね

フリーダイヤル 0800-111-3225

※本フリーダイヤルはIP電話からはつながりません

営業担当 小松 080-6356-2473



ルールぐらいしか知らない私でもつい見入ってしまう夏の高校野球。家の中でもしっかりと水分補給して楽しんでいただくことでしょ。オリンピックやパラリンピック、高校野球とスポーツさんまの夏でしたね。

毎日楽しんで見ていたオリンピックが終わり、さて、と思った時、高校野球が始まりました。涼しい部屋で熱中症にならないように毎日楽しくテレビにかじりついています。

辰野町 小林久子さん

季節感漂うすばらしい絵はがきをいただきました。きれいでありながら迫力のあるひまわりですね。私、絵は全然ダメなのでうらやましいです…。

箕輪町 P N かいさん



夏は私の誕生日です。ひまわりに元気をもらえます。

早いものでコロナ禍が続く中で、もう『立秋』を迎えるんですね。人間は弱くとも、雑草は強い。……駒ヶ根市 小林栄次郎さん
雑草の強さには恐れ入りますね。人間と違ってコロナ知らずです。草刈りがはばってください！

こうやどふの揚げ煮、私も大好きです。せっかくのお盆もお孫さんに会えず残念ですね。でもきつと次に会える時は喜びも2倍、3倍と増えていくことでしょう。楽しみですね。

箕輪町 P N ミーコパーバさん

遠く離れた孫から便りが届きました。こうやどふの揚げ煮が食べたこと。会えるようになったらたくさんつくりますよ。

伊那市 P N M さん

とっても感動しましたね。コロナ禍で延期や無観客などいろいろありましたが、日本代表は史上最多のメダルを獲得し、私たちに明るいニュースを届けてくれたことには変わりありません。感動をありがとうございます！

本当にオリンピックやるの？そんななか、無事オリンピック終了。たくさん感動をありがとうございました…さあ、前を向いてがんばろう！！

商・品・紹・介



エコーブ みりん風調味料 1000ml 本体価格 239円 (参考税込 258円)
エコーブ 料理酒 1000ml 本体価格 199円 (参考税込 214円)

今月のおすすめエコーブマーク品は、『みりん風調味料』と『料理酒』をご紹介します。『エコーブみりん風調味料』はみりんの働き(甘み・テリ・ツヤを与える)を追求した調味料です。アルコール分1%未満のため、煮る必要がなく料理の仕上げ段階で使用していただくことが可能です。また焼き物など加熱時間の短い料理にも最適です。『エコーブ料理酒』はお酒の機能(素材を柔らかくする、素材にコク・旨みを与える、味を染みこませる、素材の臭みをとる)を追求した料理用のお酒です。汎用性が高く、和食(煮物・焼き物・炙き物)だけでなく、中華(炒め物)や、洋食(ハンバーグの下ごしらえ、ステーキを焼く)にも幅広く使用できます。味のしっかりした料理にも適していますので、『エコーブみりん風調味料』との組み合わせでお使いください。

～おすすめポイント～

【エコーブみりん風調味料】糖の含有量が本みりんより多いため、深みのある甘さやテリ、ツヤがしっかりです。
原料は、国産米100%使用です。
【エコーブ料理酒】醤油と一緒に使用する甘辛い味のしっかりした料理に最適です。肉じゃが・生姜焼き・照り焼き(肉・魚)・乾物(切干大根・ひじき・煮豆)との相性も良いです。

【長野県A・コープからのお知らせ】

9/1(水)～30(木)までの間、信州の秋プレゼントキャンペーンとして「信州農畜産物を1品以上含んだ合計3,000円以上(税込)のレシート」を1口として専用の応募用紙に貼付の上、必要事項を記入し「応募箱」に投函いただいた方から抽選で250名様に『信州の秋詰め合わせ(果実・きのこ)』をプレゼントいたします。たくさんご応募ください。季節の野菜・果物、お彼岸の切花、おいしい信州産のお肉など各種取り揃えてお待ちしております。



A・コープ伊那中央店 伊藤 珠見さん

A・コープ店	生活店舗	ファミリーマートJA各店
●伊那中央店 ●宮田店 ●七久保店	●美すず店 ●こまがね店 ※一部取り扱いがない店舗があります	●西箕輪店 ●こまがね店 ●いな竜東店 ●平出店 ●いな店 ●伊北IC店 ●小野たのめ店 ●中川店 ●いいじま店 ●大芝高原店

二重枠に入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉は何でしょう？

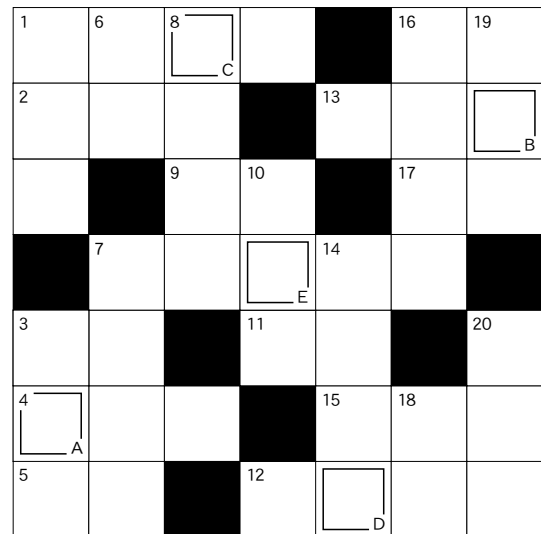
お楽しみパズル

ヨコのカギ

- ①米の収穫作業の一つ。手で行うときは鎌を使います
- ②家具などに使う藤(とう)のこと
- ③アルファベットの9番目
- ④フランス語で栗のこと
- ⑤1位が金、2位が銀なら3位は
- ⑦阿倍仲麻呂や吉備真備などがこの役を果たしました
- ⑨鉄砲に込める物
- ⑪チョキがはさみならグーは
- ⑫ボール紙のことをこう呼ぶことも
- ⑬釣りに使う透明な糸
- ⑮宗谷、室戸、足摺といえ
- ⑯何もすることがない状態です
- ⑰喜・怒・哀・――

タテのカギ

- ②中東の国の一つ。首都はバグダッド
- ③台風に備えて閉めておこうかな
- ⑥すしのしゃりへのせませ
- ⑦9月の第3月曜日は――の日。国民の祝日です
- ⑧難しくありません
- ⑩町火消しが火事場で振った物
- ⑭草木も眠る――時
- ⑯夕方「カナカナカナ……」と鳴くセミ
- ⑰ハウスみかんの生産量が日本一の県
- ⑱鼻からあごまでを覆うように着けます
- ⑳十五夜に楽しむもの



- 締め切り 9月30日(木)
- 当選は11月号で発表します。
- 応募先 〒396-8510 伊那市狐島4291 JA上伊那本所 る～らる編集係
- 応募方法 ハガキに ①答え ②住所・氏名・年齢・職業・電話番号③JA上伊那の事業や本誌へのご意見ご要望・イラストなどをご記入の上、上記までお送りください。お送りいただいたものは『今月のる～ら～さん』への掲載(匿名を希望の方はペンネームを記入してください)や、本誌編集の参考とさせていただきます。※ハガキは1人1枚を有効とします。パソコンや携帯のEメールからどうぞ。

正解者の中から抽選で10名様にA・コープなどで使える『JAまごころ商品券』1,000円分をプレゼント！

Eメール: s-koho@ina.nn-ja.or.jp

右の二次元コードからもご応募できます。



63 POST CARD 3 9 6 8 5 1 0
伊那市狐島4291
JA上伊那本所
る～らる編集係
ごたえ ○○○○
住所
氏名
年齢 職業
電話番号

家族で一生懸命つくった野菜を食べてもらいたくて持ってきたのでしょ。子どもが農業をする姿、とっても素敵な光景です。味もいっも以上においしく感じられたのではないでしょか。



表紙紹介【祭りの日】



撮影者: 武井恒夫さん(駒ヶ根市東町)
撮影地: 駒ヶ根市下平

編集者のポツリ
▼みなさん、お盆の大雨の被害などはありませんでしたか？これから台風の季節になるのでまた注意が必要です。雨の時などに発生する雷。苦手な方も多いのではないのでしょうか。雷は稲妻とも呼ばれています。昔は雷が稲を突くと、言われ、雷の多い年には稲が豊作になるとされていたそうです。上伊那でも稲刈りが始まりました。今年のできが楽しみです。(上條梨緒)
▼いよいよ果実のシーズンがやってきました！『Topics & Event』でも多くの話題が出ています。今年もおいしい上伊那の果実を楽しみましょう！私が好きなのはリンゴの『シナノゴールド』です。シャキシャキとした食感に、甘さと酸味のバランスが絶妙で季節になると絶対に食べるようにしています。例年であれば10月下旬からとまだ少し先ですが、今年も楽しみにしています。(征矢大士)



長野県民の皆さまへ

県内の協同組合が連携し、「健康づくり」のきっかけとして「信州まるごと健康チャレンジ」をご案内しています。多くの県民の皆さまのご参加をお待ちしております。



気軽にできる健康づくりで 健康寿命を伸ばそう!

信州まるごと健康チャレンジ 2021



お子さんと一緒に!
ご家族みんなで!
お友達やグループで!
職場の仲間と!

Webで
さらに
詳しく!!



▲Webからも
参加できます

参加費
無料

チャレンジ期間: 8月1日~11月30日のうち60日間
結果提出締切: 2021年12月15日 ※詳細は参加方法をご確認ください。

チャレンジコース // 無理なく、楽しく続けよう! //

- | | | |
|---------------|------------------|--------------------|
| 1 つづけよう『減塩生活』 | 2 いいこといっぱい 早寝早起き | 3 きっぱり禁煙 |
| 4 お酒は上手に | 5 運動習慣をもつ | 6 バランスの良い食事 |
| 7 あいうべ体操 | 8 だれかとおしゃべり | 9 じぶんで決めよう マイチャレンジ |

抽選で5名様に 血圧計 (イメージ)
抽選で400名様に 信州まるごと健康チャレンジ「オリジナルタオル」 (イメージ)

報告ハガキ提出者の中からプレゼント!!

厳正なる抽選のうえ、当選者を決定いたします。なお、当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

健康チャレンジ参加方法

チャレンジコースからコースを一つ選択してください! 複数チャレンジOKです!

1 専用ハガキで! 各支所組合員組織課に備え付けのパンフレット(ハガキ付)をご利用ください
チャレンジ期間は 8月~11月のうち60日間

2 webからでも報告ができます!
二次元コードからアクセスください



主催

信州まるごと健康チャレンジ2021実行委員会
長野県協同組合連絡会

お問い合わせ先

JA各支所組合員組織課 または
本所総務課 TEL0265-72-6224 まで