

『みんなのために あなたといっしょに』

る RURAL らる

3

Vol.334

2024 March

 JA上伊那

JA上伊那HP 

今月の特集

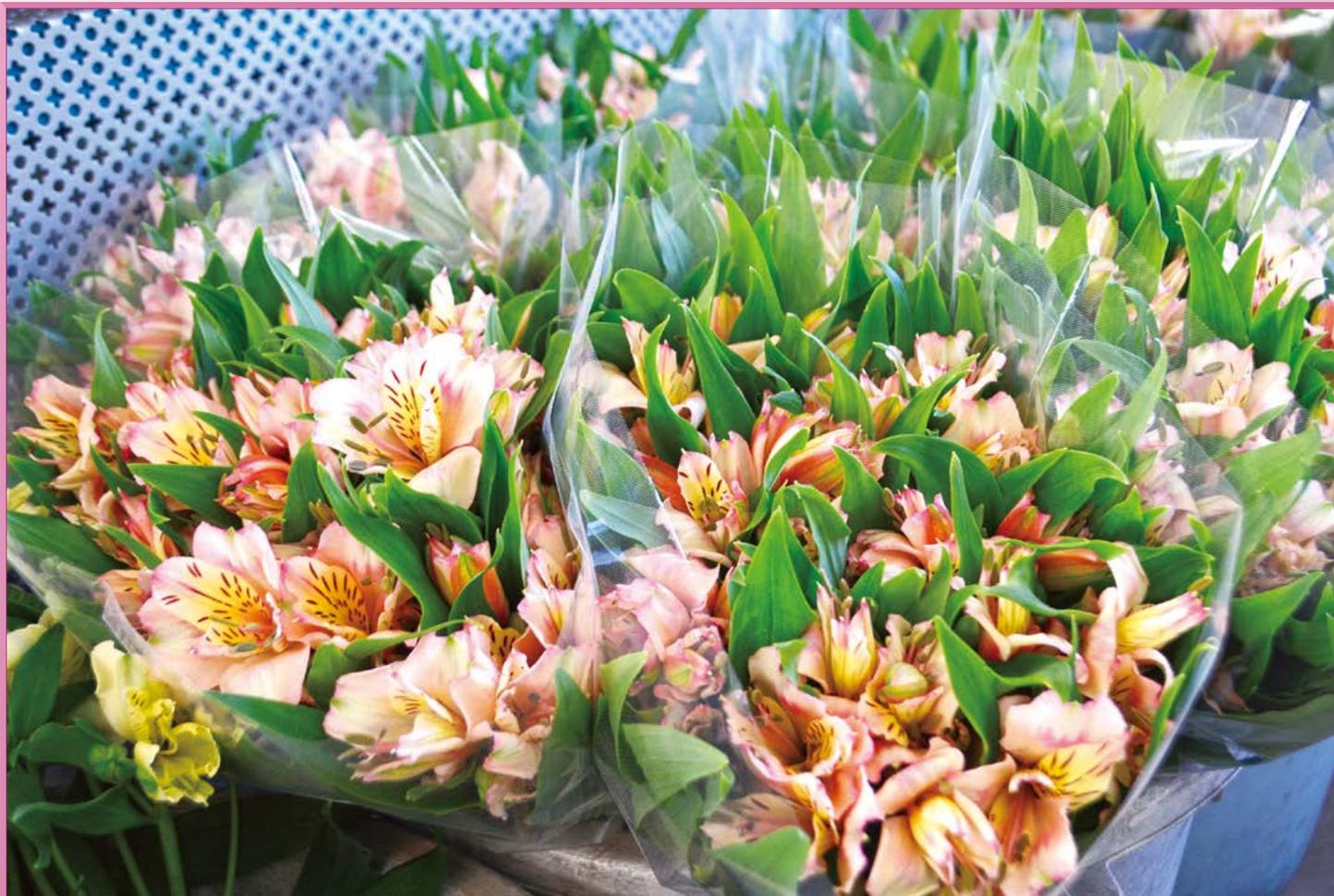
『組合員懇談会』

『組合員の声を聴く活動』



令和6年度 農業振興
生産拡大支援事業の
申請受付スタート！

22～25ページをご覧ください。



出荷待つアルストロメリア（広報撮影）



金融共済担当常務
田中 悟

いやおい月

自然の大地が春の到来を感じ、草木が徐々に芽吹いて成長する時期になりました。3月の『弥生=やよい』は、イヤオイが始まりであり、草木が茂るという意味の言葉が変化したものと言われます。また江戸中期の歳時記には、『いやおい月に草木がいよいよ生い茂る』との記述があり、のちにこの時期を『やよい』と呼ぶようになったそうです。

3月15日は社日（日本農業新聞 農事暦）。土地の神様や五穀豊穡の神様を出迎える日とされています。春の社日は今年1年の豊作を祈る日であり、山に移り住んでいた田んぼの神様が里へ降りて来て、いよいよ農作業が始まる大切な日とされてきました。日差しの色は日を追うごとに濃くなり、野山は冬の眠りから目覚めたように浅黄色に色づき、いよいよ春爛漫となります。上伊那ではモチ草と呼ばれ親しみのあるヨモギは、春のお祭りに行事食として欠かせない野草です。多くの薬効があることから『ハーブの女王』の異名があり、白い綿毛に包まれた新芽は『草の花・餅の花』と親しみを持って呼んできました。新芽を摘んで草団子や草餅にしてぜひ味わってください。優しい春の香りに包まれ、自然の息吹を感じることができます。

いよいよ農作業が忙しくなります。旬の農産物を食して健康に留意されますとともに、今年1年大きな災害がなく、そして農業にとって実り豊かな穏やかな年となりますように。



エサを食べやすいように集める小澤さん



120頭を飼育する株式会社小沢牧場

『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。ホームページからも見られるので、ぜひご覧ください。

JA上伊那～らるコミュニティ

<https://www.ja-kamimura.ljlan.or.jp/movie/>

QRコードから
簡単アクセス!



小澤さんと乳牛

農業に 夢中!!

南箕輪村
おさむら
小澤 雄太
さん(37)

日々の観察で おいしい牛乳を!

CONTENTS

March 2024 Vol.334

農業に夢中!!	日々の観察でおいしい牛乳を! 南箕輪村 小澤雄太さん	2
特集	『組合員懇談会』、『組合員の声を聴く活動』 組合員からの声とJAの回答	4
Topics & Event	楽しみながら地産地消とJAについて学ぶ... 准組合員世帯限定の食農体験イベント	8
我が家のげんキッズ!	今も輝いて...	12
ALL GREEN	春野菜の定植作業について 家庭で原木しいたけ栽培を楽しもう	14
直売所情報	旬のおたより	16
エンジョイライブ	お餅を食べて元気に行こう!	18
商品紹介	エーコーブ エキストラバージンオーリーブオイル...	30

「より良い生産を」につかず、簡単には養えない。気づくためには日々、牛の状態を見ることが大事」と話した。

小沢牧場では生産性を高めようと、昨年からゲノム解析を取り入れている。牛のDNAを採取し専門機関へ依頼することで、乳量や耐病性など、その牛のもつ遺伝子レベルの特性をデータ化することができる。現在は30頭ほどの解析を終えていて、今更で感覚的に選んできた後継牛を、自信をもって選べるようになったという。小澤さんは「乳量の取れる牛や繁殖の良い牛など能力の高い牛を残すことで、全体の底上げにつながっていききたい」と意気込んだ。

「就農するまでトラクターに乗ったことがなかった」と話す小澤さん。乳牛の飼育のほかに、飼料として1日1,500kgほど使う牧草を自社で栽培している。面積は全部で36haあり、春と夏の2回の3回刈り取り。栽培には牛舎から出た堆肥を使用するなど、循環型農業に取り組んでいる。また、飼育では日々の体調の変化に気をつけながら作業。酪農経営で重要となる牛の発情を見逃さないように特に注意しているという。そのほかにも、食べたエサの量などを毎日観察することでいち早く不調に気づき、病気の予防や重症化する前の発見につなげている。小澤さんは「牛を見る力は経験を積まないと身

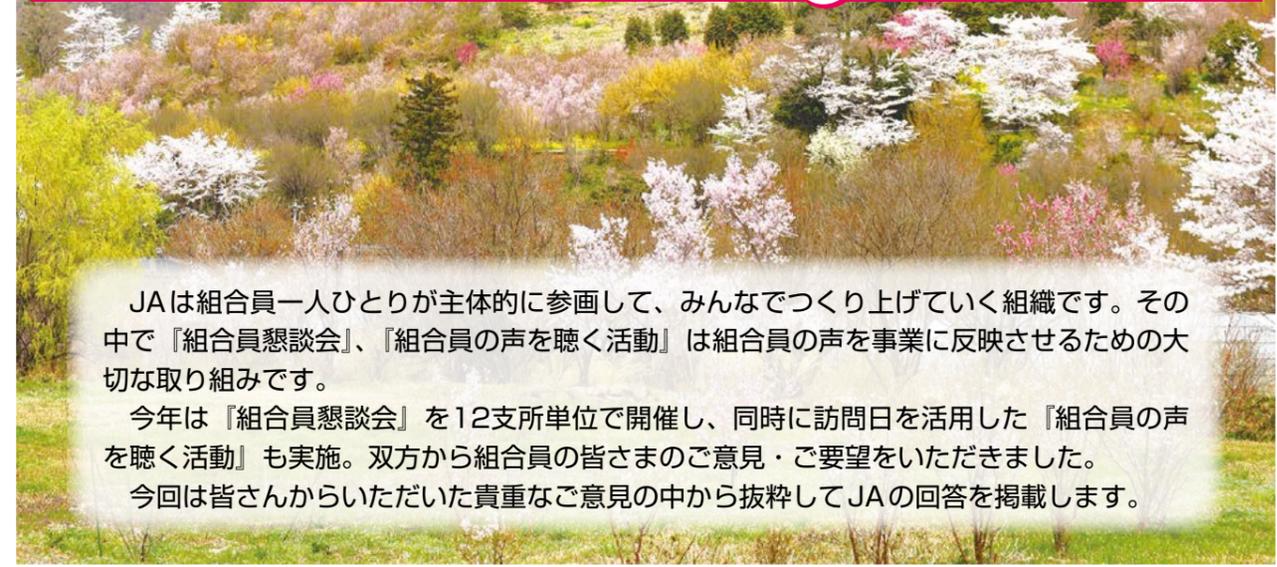
「日々の観察が大切」

「就農するまでトラクターに乗ったことがなかった」と話す小澤さん。乳牛の飼育のほかに、飼料として1日1,500kgほど使う牧草を自社で栽培している。面積は全部で36haあり、春と夏の2回の3回刈り取り。栽培には牛舎から出た堆肥を使用するなど、循環型農業に取り組んでいる。また、飼育では日々の体調の変化に気をつけながら作業。酪農経営で重要となる牛の発情を見逃さないように特に注意しているという。そのほかにも、食べたエサの量などを毎日観察することでいち早く不調に気づき、病気の予防や重症化する前の発見につなげている。小澤さんは「牛を見る力は経験を積まないと身

はじめの酪農

小澤さんはほぼ全ての作業が初めてで慣れるまでが大変だったと当時を振り返る。しかし、地元には同世代の酪農家も多く、家族や獣医師はもちろん仲間にも作業のコツなどを聞きながら勉強。地元の集まりには積極的に参加し、情報交換の場を大切にしている。就農したことで動物を飼育する大変さを身に染みて感じたというが、飼料などを工夫することで乳量が伸びた時にはやりがいを感じるといふ。小澤さんは「農業は努力したことやがんばったことが報われやすい。牛乳を皆さんにおいしく飲んでもらえることが一番の喜び」と話した。

「組合員懇談会」、「組合員の声を聴く活動」 組合員からの声とJAの回答



JAは組合員一人ひとりが主体的に参画して、みんなで作り上げていく組織です。その中で『組合員懇談会』、『組合員の声を聴く活動』は組合員の声を事業に反映させるための大切な取り組みです。

今年は『組合員懇談会』を12支所単位で開催し、同時に訪問日を活用した『組合員の声を聴く活動』も実施。双方から組合員の皆さまのご意見・ご要望をいただきました。今回は皆さんからいただいた貴重なご意見の中から抜粋してJAの回答を掲載します。

営農事業について

Q 米についてJA・長野県農業試験場・信州大学がコラボして地球温暖化に対応した品種改良をお願いしたい。また、引き続き農業に関わる燃料・肥料・農薬・資材高騰に対してJAの助成をお願いしたい。

A 米の品種改良については、長野県として等級比率向上と作期分散を目的に『風さやか』の生産を増やしています。また、高温耐性品種として農研機構で品種改良した『にじのきらめき』があり、JAで管理している伊那米総合試験地でも奨励品種決定圃場で試験栽培して、品種特性の確認をしています。そのほか試験地では、県で改良中の品種についても試験栽培し、品種毎評価しています。農業資材等の価格高騰に対する特別対策や災害による農業被害に対する支援対策は、その時々状況と国をはじめとする行政が行う支援の内容も踏まえた上で内部で検討し、必要により実施してまいります。



Q 農地の貸借は、以前JAが間に合った『円滑化事業』だったが今後はどこに相談すればいいのかわからない。

A 農地の貸借は現在『農地中間管理事業』により行われています。基本的な窓口は各市町村の農業委員会となりますのでご相談ください。

Q 地球温暖化でこのごろ異常気象が続いている。稲作や野菜、果樹づくりにしても、品種改良など関係機関と連携しながらJAとしてどのように付けをしたら良いか検討する必要があります。また、野生鳥獣の被害が深刻。せっかくなしみにしていた作物が、あつという間にカラスや熊などに食べられてしまふ。市街地まで熊が現れる現状をみれば安心して農作業もできないのが実情。行政や猟友会などへの支援をさらにお願いしたい。被害にあった作物の補填を検討していただきたい。

A 各品目で上伊那地域にあった作物の生産ができるよう関係機関と連携して農業振興をしてまいります。また、JAは上伊那有害鳥獣対策協議会や市町村の有害鳥獣協議会に参加しており、県や市町村とともに有害鳥獣の捕獲や被害防止の一端を担い、協議会へ資金の拠出もしています。今後有害鳥獣、畦畔管理など中山間地特有の課題に対する支援を国や関係機関に要請していくとともに

Q 米価の低迷、肥料価格の高騰の中、生産経費を少しでも抑えるため、昨年11月に令和6年春肥の予約注文をしたところ、田植えに使用するオンリーワン23袋が12月11日に、その基礎肥に使用するBB372号S8袋が1月22日に配達された。注文書の説明には「ご注文いただいた商品につきましては、12月より肥料から順次配達させていただきます」との記載があるが、保管場所の都合もあるので配達時期は使用時期を考慮しても遅らせることはできないか。

A 物流の2024年問題が上伊那地方にも影響しており、個配のトラックを確保することが年々困難になってきています。予約注文いただいている予約品の無料配送を維持するために、できるだけ経費を抑えた配達を行っています。また、春用の予約は多くのご注文をいただくため、水稲作付け前に追肥を除く全ての水稲用肥料・農薬を皆さまにお届けするために、早期の配達をしております。ご迷惑をおかけする場面もありません。ご理解・ご協力をお願いします。そば用基肥配達時期については別途検討いたします。

Q ある地方では小麦の赤かび病が発生して大変ですが、上伊那では発生しないよう万全を期して欲しい。

A ある県の小麦粉より「かび毒」がに、県や管内市町村と連携して対応してまいります。被害作物の補填については、農業共済や収入保険などへの加入をご検討ください。

収入保険は様々なリスクから農業経営を守ります！

青色申告をしている農業者様にご加入できます

自然災害 価格下落 病気収穫不能 倉庫の浸水被害 取引先の倒産 運送中の事故

収入保険のポイント

- 全ての農産物を対象に自然災害や価格低下のほか、経営努力では避けられない収入減少を補償します。
- 基準収入の9割を下回った場合に、差額の9割を上限に補てんします。
- 基準収入が500万円の場合、初年は掛捨て保険料が5.5万円、積立金が11.3万円です。

加入申込期限…個人：12月末
法人：事業年度開始の1か月前

お問い合わせ：NOSAI長野 上伊那支所：☎0265-73-2221

Q アスパラガス10億円産地については望ましいとは思いますが、営農指導対応が気になる。生産者の高齢化に伴う生産低下に対する指導対応が近年減っている。勉強会・研究会を持ちながら営農指導員の質の向上と、これからの農業を担う若手の育成に努力されたい。

Q 担い手の育成について、10年、20年、30年後と農業者がリタイアしていく。なくてはならないJAはもちろんだが、なくなるとはいけない、なくてはならない農業が衰退しないよう、農地を守るための担い手育成、農業者の確保、農業者の支援をがんばってほしい。



基準値を超え検出され、自主回収となつています。上伊那でも、昨年「かび毒」が疑われることから、出荷フレコンごと、「かび毒」の検査を行い、出荷してまいりました。令和6年産についても麦の指導会を2月から開催し、生産者へは開花期（5月）の「赤かび病」防除の徹底を指導してまいります。

皿として設立された集落営農組織も組織内の高齢化と次世代育成が課題となつています。農地の集約や中心的な担い手だけでは地域農業を支えることはできないため、新たな労働力や担い手の確保に向けた取り組みを進めるとともに、家族経営、安定兼業農家と地域社会に目を向けて対策を講じてまいります。

Q 機械導入の補助金は認定農業者ではない人にも助成金を出してほしい。なお農業者が金融でメリットはあるのか？

A 行政による支援（補助金）は現在市町村で策定されている地域計画（目標地図）に紐づけられていく流れとなっており、認定農業者、認定新規就農者、集落営農組織が対象となるものが大半となることをご予想されます。認定農業者を取得することで、経営改善を検討する農家を支援する様々な制度を活用することができまますので認定農業者となることをご検討ください。農地・施設・機械などの必要資金や、農業経営における運転資金などに活用できる長期低金利融資、融資を活用して農業用機械等を導入する際の補助金などの公的支援制度が活用できます。園芸品目については本誌22・23ページの支援事業「未来Aサポート」もご活用ください。



Q 営農センター制については当初の計画通りとなっているのか。美篤からはセンターへ行くまで時間がかかるし、行っている仕事自体もわかりづらい。また、職員が定着しないし、人数も減少している。4年が経過して再検証する時期ではないか。

A J Aの営農指導員数は県内J Aと比較しても多く、J Aの経営収支の中で許される最大限の人員配置をしております。各支所への分散配置が若い指導員を育てることができなかった原因の1つと考え、営農センターへの集中配置により、知識の継承や情報共有を通じ営農指導員の育成を強化しました。全国的にも営農指導事業の存続が危ぶまれる中、J Aは将来にわたり営農指導事業を軸とした地域農業振興を継続していくことを目標としており、今後も課題を整理しながら少数精鋭による効率

を行い、その間は生活資金を助成するものです。なお、管内市町村とも連携してこの事業を行っており、就農後に国の公的助成を受けるためのサポートも実施しています。



Q 若手農業者に魅力のある農業に向けて、行政等と一体になって進めてほしい。現状では10年後農業は衰退してしまう。若い人たちに魅力ある農業ができるようにしてほしい。

A J Aは『持続可能な農業の実現』を掲げて様々な取り組みをしています。若い皆さんにとって農業が魅力あるものとなり、就農していただけるよう行政と連携しながら取り組みを進めてまいります。

Q 肥料、農薬、培土、種子が値上がりしているのに米価が上がらないので困っている。

A 令和5年度の米の仮渡金は、1

的な営農指導の実現をめざしてまいります。現在は営農指導員が指導業務にさらに傾注できるよう業務の取捨選択を進めています。



Q 農事組合法人において補助金を活用して農機を更新してきたが、国のポイント制度変更により利用のハードルが高くなった。中央会等を通じ、農水省へ活用しやすい制度となるよう、見直しを要求してほしい。

A 上伊那地域農業において集落営農組織は中心的な担い手として重要な役割を果たしていただいております。インボイス制度の影響、役員などの高齢化・後継者不足、施設・機械の更新に係る資金不足など多くの課題があります。現在も国の補助事業として活用できるものもありますが、集落営農組織に対する『さらなる支援対策の充実』、『支援対策の要件緩和』、『農業経営基盤強化準備金制度を恒久的な制度に改正するこ

2,500円/俵と前年より約1,000円UPしています。生産数量目安値に沿った生産に努め、米の需給バランスの安定化を図ることでJ Aグループとして価格上昇に向けて取り組みます。

Q 米穀の事業計画の集荷量255,000俵は達成可能か？達成に向けての対策はどう考えているのか？

A 毎年、主食用米の生産数量目安値が減る中、米の集荷量も年々減っています。水田活用米穀による米出荷量の確保を行うほか、集荷に向け系統外出荷者への訪問活動含め、出荷者・出荷量の確保を進めます。

Q 農作業(果樹)に使用する三脚梯子のステップ台(アルミ100%)だが、溶接が外れたり、使用不能となった場合はどこで直すのか。

A 三脚などのアルミ製品の修理については、資材店で承っております。下伊那の業者に依頼しますので、出張料などがかかる場合もあります。各資材店にお問い合わせください。

経済事業について

Q 購買代金の支払い方法を金融機関での口座引落、クレジットカード払いだけでなく、今後はQRコード決済やコンビニ払いができるように改善していただきたい。行政が扱う

と」などについて農政運動による要請をしております。

Q 年々農家数が減少傾向のなかで、各集落における農家組合の在り方を見直す時期に来ていると思つ。また、地域の農地保全を行うためには農家組合がその一翼を担っていく意識をもつて取り組んでいく必要がある、その動機づけにつながる方策を考えたほしい。

A J A、市町村、関係機関と連携しながら真剣に考えていかなければならない重要な課題です。農業振興センターの定例会議の中でも定期的に議論を重ね、何らかの方策が導き出せるよう努めてまいります。また、行政の進める地域計画の策定に参画し、J Aの考える『農地保全に向けた団地化』や『地域農業振興ビジョン』が地域計画に反映されるように努めてまいります。

Q 肥料農薬等の今後の販売価格の見通しと、J Aより令和4・5年度に実施された価格高騰に伴う支援対策を今後も継続していくのか見通しを教えてください。継続するのであれば、組合員へ後日に支援金の入金でなく、当初より支援金を加味した肥料や農薬の価格設定を検討してほしい。

A 肥料については、前年の価格高騰による世界的な需要の減退により、税、各種料金、電力会社の料金はすでに支払い方法の選択肢は多い。
A ご意見のとおりJ Aでの支払い方法の選択肢は限られており、他業態に比べ遅れています。J Aは総合農協として営農経済、金融、共済と多岐にわたる事業を行い、それぞれのシステムが連携しているため、全国や県で開発された統一システムを利用しています。J A単独でのシステム開発や修正は大きな投資に加え、全国・県との連携ができなくなることで事務作業の増加が懸念されるため大変難しいのが実態です。全国、県に向けて支払い方法の選択肢を含めシステム改善を働きかけてまいります。LPガスについてはコンビニ決済表示を令和6年3月にリリース予定であり、うちエネポータルにも同時にコンビニ決済を表示予定です。

信用事業について

Q J Aは、他の金融機関と比べて投資信託が劣っていると感じる。その道のエキスパートを育てて農林中金の商品に力を入れるべきだと思つ。

A 投資商品においては元本が保証されない商品となるため、丁寧に対応したいと考えています。資産相談センターでは新NISAの活用を含めて丁寧な相談、対応を心がけています。今後人材の育成を含めて満足いただけるよう取り組んでまいります。

窒素、リン酸、加里の主要3要素の原料が値下がりし、令和5年度は多くの肥料が値下げとなりましたが、人件費、輸送費用などの国内製造コストの上昇により値上げとなった肥料もありました。国内の製造コストは今も上昇を続けており、中東情勢の影響による海上運賃の高騰を考えると令和6年度の肥料価格は値上がりする可能性が高いと思われませんが、今後の為替・原油価格の動向や天候による需要量の変動にも左右されるため、現時点では見通しが難しい状況です。農業については、原材料の上昇、製造コストの上昇から、令和6年度も前年に引き続き価格上昇の見込みです。価格高騰に対するJ A支援はその時々々の物価上昇、農産物販売価格、公的支援の状況などを総合的判断して実施いたしますので後日振込となる場合がございますがご理解をお願いします。

Q 新規就農者について、就農者が完全に軌道に乗るまで指導・支援を続ける仕組みにしたい。

A J Aでは新規就農者の育成を目的として農業インターン事業を実施しています。現在までに100名がこの制度を利用され、85名が上伊那地域に就農しました。この事業は、新規就農予定者がJ Aの指導のもと先進農家等で1〜3年農業について研修

共済事業について

Q 能登半島地震で共済金の支払いが増大すると思つが、J A共済は大丈夫か？

A J A共済では、予測を越えて発生する巨大災害リスクへの対応として、農協法令に基づき異常危険準備金の積み増しを行うとともに、リスク分散の一環として再保険などを実施することで、大規模自然災害が発生した場合でも健全な経営が維持できるよう備えております。なお、令和5年4月末時点において、異常危険準備金および再保険等により、南海トラフ地震に対する支払想定額(約3.7兆円)を上回る約45兆円の支払担保力を確保しています。



多くの貴重なご意見をいただきありがとうございました。今後もJ A事業に対する貴重なご意見を賜りますようお願いいたします。

▶ 栽培を振り返り次年度へつなげる JA上伊那梨栽培推進大会

JA果樹部会梨専門部は2月1日にJA本所でJA上伊那梨栽培推進大会を開きました。部会員や上伊那農業農村支援センター、JA職員など29人が出席。2023年度の栽培や販売を振り返り、2024年度の取り組みなどを確認しました。意見交換では、中国で発生した『火傷病』について特徴を説明。中国産の花粉は今後使用できないため、花粉確保に向けた受粉樹の植樹や採取方法などを確認しました。さらに、部会員1人ひとりが花粉確保のために自身でできることや専門部として取り組むべきことなどを発表しました。



意見を発表する様子



藤木代表に教わりながらジビエ料理をつくる参加者

▶ 座学・調理実習で身近に ジビエセミナーで 家庭利用をめざす

一般社団法人日本ジビエ振興協会は2月1日、JAと伊那市が後援し、伊那公民館でジビエセミナーを開きました。JA生活部会員や農村ネットワークいなのメンバーら約40人が参加。座学や調理実習を楽しみながらジビエの魅力に触れました。

セミナーはジビエが身近で安全安心な食材ということを伝え、食べる機会の少ない家庭での利用を増やすことを目的に全国各地で開いています。

この日は、協会の藤木徳彦代表が国産ジビエの概況を説明しました。令和3年のシ

カやイノシシなど野生鳥獣による農産物被害額は全国で155億円。食用で使われているのは捕獲量の1割ほどですが、正しい処理や調理をすれば安全に食べることができ、栄養価も高いと伝えました。藤木代表は「低カロリーで鉄分などを多く含むため、女性には特におすすめ。田畑を荒らす野生鳥獣を活用したジビエ料理をもっと身近に感じてほしい」と呼びかけました。

その後、参加者は藤木代表に教わりながら『猪とキャベツのテリーヌ仕立て』と『鹿肉団子のトマトシチュー』を調理しました。JA生活部会の山岸真由美部会長は「思っていたよりもお肉が柔らかくておいしかった。機会があればまたつくりたい」と話しました。

▶ 未来の10億円産地をめざして 上伊那アスパラガス生産振興大会

上伊那農業農村支援センターやJA、JA野菜部会アスパラガス専門部などで構成する上伊那農業生産振興協議会は2月2日、伊那市のJA南信会館で上伊那アスパラガス生産振興大会を開きました。上伊那の生産者約120人が出席。2023年の生産販売経過を確認するとともに、生産拡大プロジェクトについてなど情報共有を図りました。プロジェクトについては生産者によってバラつきがある反収に対し、生育診断やほ場カルテシステムを活用した反収向上、作業の省力化などを目的とした共選化等に取り組めます。



プロジェクトの内容を再確認する生産者



親子でイチゴ大福をつくる様子

▶ 楽しみながら地産地消とJAについて学ぶ 准組合員世帯限定の食農体験イベント

JA伊那支所と西箕輪支所は1月27日に准組合員世帯限定の食農体験イベント『みはらしのいちご満喫企画<収穫>&<体験>を楽しもう!』を西箕輪支所管内にあるはびろ農業公園みはらしファームで開きました。当日は14家族38人が参加。1月にオープンしたばかりのみはらしいちご園にて旬のイチゴ狩りを楽しみ、JAについて学んだのち施設内の『やってみらっし』でイチゴ大福づくりを楽しみました。参加者は、楽しみながら地産地消を通じてJAのことをたくさん学べる良い機会となりました。

▶ 心温まり笑顔あふれる JA箕輪町支所生活部会『いこいのつどい』

JA箕輪町支所生活部会は1月31日に箕輪町文化センターで『いこいのつどい』を開きました。4年ぶりの開催となった今回は生活部会員や地域住民、JA役職員95人が参加。ステージでは音楽グループ『音tomo』と男性コーラスグループ『ブルージーンズ』のジョイントコンサートをしました。参加者は様々な演奏を熱心に聴き入り、また季節の歌を全員で合唱し、一体となって盛り上がりました。会場は久しぶりの交流の場とあって心が温まるとともに笑顔が溢れました。



ジョイントコンサートの様子



職員に見送られながら出発するかみま〜る号

▶ 支援物資やJAの想いととも 現地で活躍 金融移動店舗を被災地へ派遣

JA上伊那の金融移動店舗『かみま〜る号』が、1月1日に発生した令和6年能登半島地震の支援のため2月1日に被災地へ出発しました。当日には出発式が行われ、支援物資やJA役職員の想いを乗せて石川県へ向かいました。JA上伊那は地震発生直後から支援を打診。長野県信用農業協同組合連合会から農林中央金庫、JA石川信連を通じて被災地の被害状況や支援の必要性などを確認したところ、『JAのと』より支援要請があったため派遣する運びとなりました。また、JA上伊那のオリジナルレトルトカレーやプライベートブランド『伊那華の』シリーズよりワッフルや水などを支援物資として積み込みました。出発式で西村篤組合長は「災害時の緊急用でもあるかみま〜る号が活躍する時。JA役職員や組合員の想いととも現地で活躍してほしい」と激励しました。



JA石川信連に到着した時の様子

▶ 『家の光記事活用グループ』結成拡大実績表彰の部で受賞 第65回全国家の光大会

2月14日、神奈川県横浜市のパシフィコ横浜で第65回全国家の光大会が開催され、JA上伊那は『家の光記事活用グループ』結成拡大実績表彰の部を受賞しました。大会は、全国のJAで行われている教育文化活動の成果発表の場として、一般社団法人家の光協会が毎年開催しています。今年は全国から約2,000人が参加。受賞は家の光を活用して組織活動の活性化を図るため取り組んできた成果を認められたもので、2年連続の普及活用実績表彰となりました。



表彰の様子



収穫した大豆から作況を確認する生産者ら

▶ 品質の良い大豆の安定供給を 宮田村で大豆生産振興検討会が開かれる

上伊那農業農村支援センターと宮田村、JAからなる宮田村農業農村支援センターは2月15日、宮田村役場で大豆生産振興検討会を開きました。村内の生産者24人が出席し、実物を見ながら令和5年度の作況を確認しました。また、湿害対策として播種時に溝掘機で暗きよを設置した圃場の試験栽培の結果を共有。成育期は湿害を受けず順調に成育したものの、夏場の高温干ばつの影響を大きく受けたことから、掘った溝から灌水することで大幅に収穫量を増やせる見込みがあると報告しました。

▶ 上伊那の課題を国政へ 宮下一郎代議士との農政懇談会

上伊那農政対策委員会と上伊那農業者農政協議会は2月18日にJA本所で宮下一郎代議士との農政懇談会を開き、委員や会員など32人が出席しました。上伊那地域の農業が抱える課題を地元選出の国会議員であり、自民党県連会長へ伝えることで意見を国政の場に届け、反映させることが目的です。懇談会に際し、委員会は事前に5項目の課題とその内容を宮下代議士に提示。当日は宮下代議士が資料を用いて説明しました。その後の意見交換では活発に意見が交わされました。



課題についての回答を聴く出席者



赤かび病について確認する出席者

▶ 周知と予防防除で品質確保を 令和6年産麦栽培指導会

JAは2月16日から21日にかけて、管内5会場で令和6年産麦栽培指導会を開きました。このうち20日にJA春富支所で開いた指導会には生産者28人が出席しました。当日は小麦を中心に生育状況と越冬後の管理作業について確認。その後は昨年管内でも発生が見られた赤かび病についても確認しました。赤かび病は近年の地球温暖化による気候変動から、開花期にかけて発生しやすい気象条件となることが予想されているため、予防防除を呼びかけました。



チェーンポットに種をまく作業員

▶ 丈夫な苗の供給を 主力品目 白ネギの播種作業 本格化

JA管内で白ネギの播種作業が本格化しています。白ネギはJAの主力品目の1つで、出荷する野菜の中で最も販売高が大きい品目。播種作業は4月まで続き、5月下旬ころまでに生産者の元へ届けられます。伊那市美篤地区の播種と育苗作業を担っている株式会社ホープAEでは、覆土の厚さに気をつけながら作業。2月2日には専用のチェーンポット380枚へ播種しました。堀内利男会長は「育苗までがとても大事な作業。丈夫で優良な苗を生産者に届けたい」と話しました。

▶ 4年ぶりに集まって意見交換 JA上伊那果樹女性部大会が開かれる

JA果樹部会果樹女性部は2月5日、駒ヶ根市のアイパルで女性生産者を対象に果樹女性部大会を開きました。4年ぶりに開かれた今回は生産者やJA役員63人が出席し、パネルディスカッションなどで意見を交わしました。ディスカッションでは生産者4人が登壇し、果樹生産の取り組みを紹介。会場もいっしょになって上伊那ブランドを広げていくための方法などを出し合いました。その後、グループワークを行い魅力ある女性部活動を行うための方法などを話し合いました。



パネルディスカッションで意見を出し合う登壇者



意見を出し合うグループワークの様子

▶ 市場の販売拡大をめざして ぶどう栽培推進大会が開かれる

JA果樹部会ぶどう専門部は2月6日、ぶどう栽培推進大会を駒ヶ根市のアイパルで開きました。専門部員やJA職員ら44人が出席。令和5年度の栽培を振り返るとともに、5年ほど前から開始した市場出荷のさらなる拡大に向けてのグループワークや今年の出荷から使用予定の専用出荷伝票の形式、出荷規格についてなど活発に意見を交わしました。三浦誠専門部長は「お互いに学び合いながら、みんなでいい品質のブドウを出荷していこう」と呼びかけました。

▶ 栽培管理などの情報を共有 アスパラガス若手生産者意見交換会

JA野菜部会アスパラガス専門部は2月13日、JA本所で若手生産者意見交換会を開きました。生産者やJA職員、JA全農長野の担当者ら約40人が出席。1月に長野県野菜品質向上共進会で最高位の農水大臣賞を受賞した金井健二さんが経営上のこだわりや栽培管理に取り入れている工夫などを発表しました。金井さんは「人と人との『縁』を大切に栽培に取り組んでほしい」と呼びかけました。出席者は除草作業や茎葉の刈り取り作業の効率的な方法など質問し、意見を交わしました。



こだわりや栽培の工夫を伝える金井さん

健康情報局



今月の情報は
お日さまを浴びて健康な骨を維持しましょう

暖かな春の日差しが待ち遠しいですが、お日さまの光を浴びる機会がありますか？健康な骨を維持するためのカルシウム、その吸収を助けるビタミンDは食事から摂取する以外にも、お日さまの光(紫外線)を浴びることで皮膚にあるプロビタミンD3(前駆体)という物質が体内でビタミンDをつくり出します。最近では免疫作用を高めてインフルエンザや風邪予防のほか、筋力強化、転倒予防、花粉症などのアレルギー疾患の予防効果があることが分かってきました。また、日光を浴びると、『幸せホルモン』と呼ばれるセロトニンも分泌されます。セロトニンは慢性的なストレスやうつ、不眠など精神への不調に良い効果をもたらすと言われていいます。

紫外線は、波長の長さによってUV-A、UV-B、UV-Cの3つに分けられます。ビタミンDの生成に関わるUV-Bは屋内では浴びられないため、ガラス越しに日光浴をしても、効果は少ないようです。紫外線はシミやしわ、皮膚がんなどの原因と言われマイナスなイメージもありますが、健康な骨を維持するために日光浴は欠かせません。

ビタミンDとカルシウムは不足しがちな栄養素です。特に高齢になると食が細くなったり日光を浴びる機会が減ったりすることで、ビタミンD不足を生じやすいのです。

*若い方も、紫外線対策は適度に!!を心がけましょう。

さわやかな陽気の日には、外にでて自宅で庭の花や周囲の景色を眺めながらひなたぼっこはいかがでしょうか？適度にお日さまを浴びて骨の健康を保ちましょう。



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ろ ☎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
- 訪問看護ステーションすずたけ ☎0265-74-0301

医師担当表(3月11日~4月9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(第2・4週)(整形外科) リハ診察(第1・3・5週)予約のみ	麻沼(内科)	矢澤(第1・4週)(内科) 石垣(第2週・予約のみ)、安田(第3週) 岡本(第1・4週)(整形)3/23休診
午後	麻沼(内科)	リハ診察 ※予約のみ	小川(内科)(第1・2・3・5週) リハ診察(第4週)予約のみ		塩澤(内科)胃力メラ	

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 休日当番医…3月20日(祝)

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(内科)胃力メラ	藤岡(第2・4週)(整形外科)
午後	唐澤(内科)	唐澤(内科) 唐澤(第2・4週)(整形)	唐澤(内科) 山中(第2・4週)(内科)	唐澤(第1・3・5週)(内科) 矢澤(第2・4週)(内科)	唐澤(内科) 石垣(第4週)予約のみ(整形)	唐澤(第4週)(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)	岩脇(内科) 原田(泌尿器科)	岩脇(内科)	岩脇(内科) 4/4休診	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(第1・3週)(内科) 伊澤(第2・4・5週)(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 げんキッズ!

活発で人見知りしない元気な男の子



【中川村】
(暢有さん、晴菜さんのお子さん)
曾我 優斗くん(3歳)

優斗くんは活発で人見知りしない元気な男の子。おしゃべりが大好きで誰ともお話できるし、保育園ではみんなと楽しく遊んでいるよ!歌うことも大好きで家ではジブリや童謡を歌っているよ。今はまっているのは電車。おもちゃの電車で遊んだり、1人で電車のパズルをしたり。線路まで電車を見に行くこともあれば、実際に乗ったりもしているよ☆最近ではトイレが1人でできるようになったし、はしが使えようになったんだ。ちょっと成長できたよね!

両親からひとこと 明るく楽しく元気に大きくなってね♡



『伊那華のみそ娘』を手にほほえむ小林さん

今も輝いて...

みんなで仲良くみそづくり
伊那市東春近 小林都志子さん(73)

小林都志子さんが組合長を務める伊那華のみそ娘加工組合はその名の通り、『伊那華のみそ娘』というみそをメインにこだわっています。素材や製法にこだわってできるみそは「これを食べたらほかのみそが食べられない」と言われるほどだそうです。今年2月14日~3月10日まで仕込み作業が行われました。

小林さんが加工組合と関わり始めたのは平成18年ごろです。生活班の仲間に誘われて仕込み作業を手伝ったことがきっかけでした。それからお手伝いとして3年間働いたのちに組合員となり、平成24年には組合長を引き受けることとなりました。その後、一度は組合長の任を譲ったものの、3年前から再度組合長を務めることとなりました。現在の組合員は9人。毎年2月中旬から毎日、交代制で3月上旬まで仕込みます。蒸した米を冷ましたり、桶に詰めたりする作業など基本的には手作業。大豆に米麹や塩を混ぜるため、だんだんと重労働になります。小林さんはそこまで大変ではな



米麹をつくる様子

いと言います。それはみんな仲良しだから。毎月1回運営委員会を開き、問題点の洗い出しや解決策を話し合ったり、時には食事にとったりと仕込み以外も関係を深めることで、全員が楽しみながらみそをつくっています。「意見を出し合っで反映させて、全員が売れるように活動している」と話します。『伊那華のみそ娘』の大豆や米は地元産100%。また、添加物を一切使用しないため、常に発酵が進んでいるのが特徴です。地産地消を進めながら健康に良いみそをつくる加工組合。「日がたつと色が変わるのが発酵を続けている証拠。スープ感覚でみそとお湯だけで飲んでもおいしいのでぜひ試してほしい」と話す小林さんです。『伊那華のみそ娘』はJA農産物直売所やファミリーマートJA店、A・コープ店などで販売されています。



春野菜の定植作業について

春を迎えるにあたり、これから野菜などの種まきや植付けが始まってきます。品目や品種によって作業方法はさまざまですので今回は野菜苗の定植ポイントを紹介します。

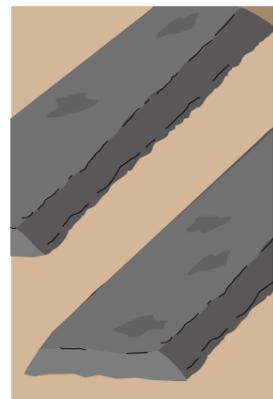
○土の状態

春の定植ポイントは圃場に一定の水分（手で土を握り、固まりが少し崩れるくらい）があり、最低地温を15℃としっかりと上げた状態で植えることです。そうすると根の伸びがスムーズになり、早期に根付くことで低温に耐える力を養えます。

○マルチかけ

肥料を施用し土づくりができれば、降雨から数日後の土壌水分が適度にある状態の日を狙い、定植予定日の1週間から10日前にはマルチをかけたおきましょう。

特に黒マルチの場合、表面だけが暖かく中は冷たいことがありますので地温計などで事前に確認しておくのが良いです。



○定植適期

定植苗にはそれぞれ植付けの適期があります。資材店などで販売されているものには若苗等の鉢上げが必要なものもありますので表を参考に適期の定植を心掛けましょう。定植時は苗にしっかりと水をあたえ根付きを促進させましょう。

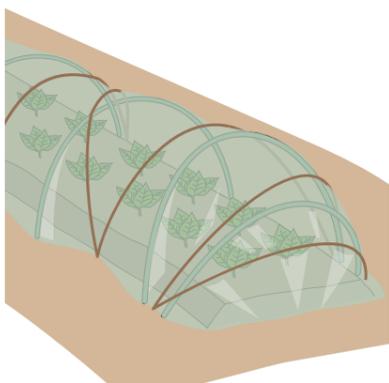
春植え定植適期

品目	定植適期
トマト	本葉7～8枚で第1花房が開花直前。節間が詰まっており、莖が太いもの
ナス	1番花の蕾が膨らみ、紫色に着色し始めているもの。莖葉が大きく節間がつまっているもの
ピーマン	1番花の蕾がつき、開花直前で葉緑が濃いもの
キュウリ	本葉3～4枚で節間が詰まっているもの
葉菜類	セル成形苗の場合本葉2～3枚。ポット苗の場合本葉5～6枚

定植は寒い時間帯を避け、できるだけ無風で暖かい日の午前中に行いましょう。苗は植えた直後から根付くまでの間が非常に弱く寒さや暑さの影響を受けやすいので、この管理だけでも植え痛みを軽減できます。



近年は日中の気温が非常に高く夜間は急激に寒くなる傾向があります。ゴールデンウィーク過ぎくらいまでは遅霜の心配があるので、トンネルなどの保温対策をしましょう。また、植穴を土で塞いでしまうとマルチ内からの暖かい空気が出なくなり霜の被害を受けやすくなるので注意してください。



○ポイント

苗は基本的に深植えしないようにします。先述の通り春先は地温が上がりにくいので深植えすると新しい根が出にくくなり、根付きが遅れます。また、接木苗の場合は接木部分が土に触れているとそこから発根するため、接木苗の効果はなくなってしまうので接木部分と土が接しないように植えましょう。

深植えについては例外もあります。キャベツやブロッコリー、カリフラワーは浅植えすると風にあおられて病気や生育不良になりますので深植えすると良いでしょう。



家庭で原木しいたけ栽培を楽しもう

原木しいたけは庭などに栽培に適したスペースがあれば比較的容易に栽培が可能です。採れたてのしいたけは味も別格です。栽培してみたいかがででしょうか？

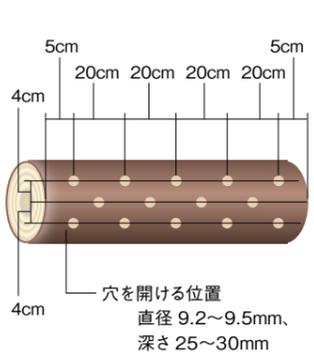
○準備するもの

・原木（コナラが最適）、しいたけの種類、穴あけドリル、遮光ネット、ブルーシート

○栽培工程

①駒打ち…3月

穴開け間隔の目安

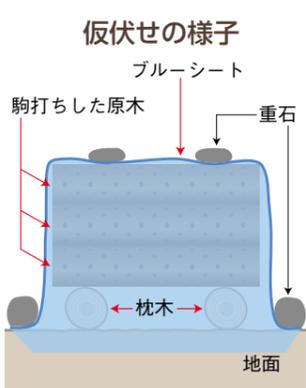


3月上旬～桜が咲くまでに長さ1m程度の原木と種駒を用意し、穴あけドリルで種駒より5mmほど深い穴を開けます。穴を開けたら雑菌が入らないようにすぐに種駒を打ち込みます。原木、種駒の購入・在庫状況

に関しては最寄りの資材店にお問い合わせください。

②仮伏せ…3～5月

雑菌に侵入されないよう庭先に枕木を敷いて、その上に駒打ちした原木を並べます。しいたけ菌が成長しやすい温度になるようブルーシートで被覆・保温します。適温は15～20℃です。温度確保できれば被覆の必要はありませんが適宜散水してください。



③本伏せ…5月～翌年10月

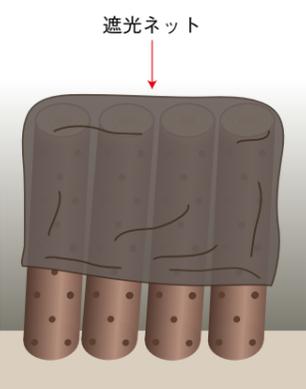
梅雨前までに仮伏せで覆っていたシートをはずし、庭の日陰で風通しが良く、雨の当たらない場所に立てかけて菌糸の蔓延を待ちます。雨が少なく乾いてしまう場合は適宜散水してください。

④発生収穫…秋、春（3～5年）

駒打ちして2年目の秋から本格的な発生となります。



10月ごろを目安に原木を水中（15℃以下）に24時間浸水させて発生処理をし、庭の中でもより湿度の高い場所に立てかけるか遮光ネットを設置してください。



適宜散水を実施し収穫します。収

営農経済部
南部営農センター
清水悠太



営農経済部
園芸課
中島勇二



穫適期は傘が開き始めたころが良いです。冬は低温により発生しないため散水のみ適宜行ってください。春も3月下旬ごろを目安に秋と同じ処理をしてください。原木の太さによりますが、3～5年収穫し原木が朽ちてきたら廃棄となります。

○栽培ポイント

きのこ栽培の天敵はカビやバクテリアなどの雑菌です。しいたけ菌を雑菌より早く原木に蔓延させることが大切です。そのためには温度管理と湿度管理が重要になります。温度・湿度が低すぎるとしいたけ菌が成長できずに雑菌に侵入されます。逆に高すぎてもしいたけ菌の成長も早くなりますが、雑菌が繁殖しやすい環境になってしまうので各工程での温度・湿度管理は上記を参考にしっかりと行ってください。

○その他

原木を山から調達する場合は10～11月ごろ、葉っぱが色づいてから落葉する前までに切り出し、雑菌に侵されないよう風通しの良い場所で保管して適期に駒打ちしましょう。

以下、2つの条件を満たし、応募期間中に応募フォームよりご応募いただいた方が対象となります！

対象のお客さまはかならず全員もれます！

長野県JAバンクでは、新社会人の皆さまを中心にJAへの給与振込口座の指定をオススメしています。

キャンペーン期間中、対象のお客さまにクオカード5,000円分プレゼント！

新生活スタート 応援キャンペーン 2024 開催中！



JAバンク
よろず窓口からの
お知らせだそう
JAバンクは組合員・地域の皆さんに寄り添います。

応募フォームはこちら

新生活スタート応援キャンペーン、2024に関するお問い合わせは、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。

令和6年2月1日（木）～
令和6年5月31日（金）まで

応募期間

条件1に加え、令和6年6月末時点でNISA口座の開設またはJAカード（一体型または単体型）の契約が完了していること。

条件1

JA上伊那で給与受取口座を新たに指定し、令和6年2月～6月いずれかの月に、初めて5万円以上の給与振込（賞与含む）実績が確認できること。

条件2

旬のおたより

直売所情報

おかげさまで3周年！！

箕輪町にあるJAの農産物直売所『ファームテラスみのわ』は4月3日をもってオープンより3周年を迎えます。それに伴い、日ごろの皆さまへの感謝とさらなるファンの獲得のため、4月6日（土）に周年祭を開催します。蔵出しのリンゴ、ナシや生産者直送のイチゴ、伊那華のリンゴジュースなど、たくさんの農産物や加工品、その他商品を取り揃えて皆さまのお越しをお待ちしております。

※商品は天候や栽培状況により予告なく変更となる場合がございます。



オープン初日の様子

ファーマーズあじな 柑橘類の 対面販売を開催！

3月23日（土）、24日（日）の農畜産物フェアでは、和歌山県の直売所『JA紀の里ファーマーズマーケットめっけもん広場』の職員による対面販売を行います。9種類の柑橘類が並び予定です。上伊那産の目玉としてはみそ汁や鍋に最適なきのこをセット販売します。ぜひお越しください。



営業時間 9:00～18:00
定休日 11月～3月 毎月第1水曜日
所在地 上伊那郡南箕輪村 8143-1
電話番号 0265-78-0701

LINE 公式アカウント

とれたて市場 イチゴ狩り大盛況！

1月2日にスタートしたイチゴ狩りですが、大盛況となっております。多い日には1,000人以上の予約をいただいています。某地方テレビ番組の生中継でも取り上げられました。直売所でもバックで販売していますのでぜひお越しください（イチゴ狩りの予約が多い場合は直売所への入荷が少ない、またはない場合がございます。ご了承ください）。



営業時間 9:00～17:00
定休日 年末年始
所在地 伊那市西箕輪 3416-1
電話番号 0265-74-1805

ファームテラスみのわ お墓参りに活用ください

3月20日（水・祝）～23日（土）に春彼岸フェアを開催します。地元産のアルストロメリアを中心にお彼岸用の花を販売します。先祖のお墓参りに上伊那の花を持っていけばきっと喜んでくれるはず。ほかにもお彼岸にはかかせない天ぷら用にサツマイモやレンコンも特価で販売しますのでぜひお越しください。



営業時間 9:00～18:00
定休日 12月～3月の第2水曜日・年末年始
所在地 上伊那郡箕輪町大字中箕輪 3730-186
電話番号 0265-70-5230

LINE 公式アカウント

共済部から

暖かくなるにつれ、農作業が本格化します。農作業中に**損害賠償責任**を負ってしまった時のことを考えてみましょう。

大豆畑で**農薬を散布**していたところ、薬剤が誤って、隣接する農家のたまねぎ畑に飛散し、生育不良となった。

損害賠償額例
約510万円

草刈の作業中に巻き上げた小石が付近を走行中の車に当たり、破損させてしまった。

損害賠償額例
約115万円

肥育している**牛が敷地外へ脱走**し、走行中の車両と接触、車両に損害を与えた。

損害賠償額例
約70万円

自身の圃場で**切り落とした樹木の枝**が通行人の上に落ちて負傷させた。

損害賠償額例
約270万円

思わぬ高額となってしまった**損害賠償責任**も、JAの**農業者賠償責任共済“ファーマスト”**なら、**農地面積と支払限度額に基づきわかりやすい掛金設定**で、**農業に関する幅広い賠償責任に備えられます！**

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。

生活部会

NAVI

JAにおいでよ!

春富支所 組合員組織課 原 理深

「JA女性組織5原則 ⑤政治的に中立の組織です」。この項目には「政治的には中立の立場をとりますが、農と食、生活に関する施策や政策について関心を持ち、みんなの意見をまとめ、要望を伝えたり、提言したりしましょう」との意味合いが含まれています。農や食に関わるさまざまな問題を抱える中で、JAは「農と食を結ぶために何ができるのか?」、「農業者と消費者がこれからの農業を育むために何ができるのか?」、「協同の輪を広げるために何ができるのか?」など、農と食を守るために地域社会にできることを考え活動しています。JAではこうした取り組みを『くらしの活動』と呼んでいます。くらしの活動は農業を守り育み、農や食の大切さを1人でも多くの人に知ってもらうことや、JAの特性を理解してもらうこと、くらしを守るためのJA事業を利用してもらうきっかけをつくるためのつなぎ役を担っています。JAの仲間づくりは次代に農と食を繋ぐためのミッションです。3月、新年度がスタートし、くらしの活動も新たに動き出しました。先陣はあぐりスクールです。開催を裏表紙に載せ活動をPRしています。活動への参加によって培われる知識や経験、つながりは地域農業の未来を支えます。



昨年のおぐりスクール

- 4 質の高い教育をみんなに
- 11 住み続けられるまちづくりを
- 17 パートナシップで目標を達成しよう



リレーエッセイ 笑顔のさくら

お餅を食べて元気に行こう!

春富支所生活部会 部会長 酒井徳子

春めいてきたこのごろですが、田畑の準備も始まる時期かと思えます。私は今、宅老所の昼食をつくっています。皆さん90歳を過ぎた方がほとんどですが昼食は完食、よく笑い毎日常しく過ごしています。昔の思い出話の中で風習、行事、野菜づくりの技、工夫など学ぶことがおおいにあり、その知恵と話題に感心しています。高齢になると食事もだいが制限されてしましますが、人によっては細かく刻んだり、とろみをつけてむせないように気をつけています。お餅は高齢者には心配な食品ですが好きな食品でもあります。先ほどの思い出話の中で昔は季節の行事食をつくった話が出ます。我が家でも春には草餅、柏の葉が取れるころは柏餅、お彼岸には自家製の小豆ではた餅、おやきなど、手づくりで季節を感じたものです。今でも自分で草餅、ぼた餅ぐらいはつくりますが、行事食等は次世代に繋げていきたいものです。今は季節を問わず何でも売っていて便利な時代ですが、食事にも生活にも季節を感じる心豊かな生活をしていきたいと思えます。そして、旬の美味しい野菜を食べるために家庭菜園もがんばりたいと思えます。

旬 クッキング

菜の花のかきたま汁

箕輪町支所 組合員組織課 有賀智子



◆材料 (4人分)

- 菜の花100g(1/2束)
- 卵 2個
- もめん豆腐150g
- かまぼこ 80g(1/2本)
- しょうゆ... 大さじ1
- 酒..... 大さじ1
- 塩..... 少々
- 砂糖 ... 小さじ1/2
- だし汁 4カップ
- 片栗粉 小さじ1/2

◆作り方

- ① 菜の花は3cmの長さ、かまぼこは食べやすい大きさに切る。
- ② だし汁を中火にかけ、煮立ったらAの調味料を入れ菜の花を加える。
- ③ 2～3分煮て菜の花がしんなりしたら、豆腐をスプーンですくって加える。
- ④ 水溶き片栗粉を入れとろみがついたら、溶き卵を回し入れかまぼこをのせて完成。

菜の花はビタミンやミネラルが多く含まれ、免疫力の向上、老化防止、貧血予防、美肌効果、疲労回復といった効果があります。上手に取り入れ日々の健康維持に役立てましょう。ほろ苦い味と豊かな香りで春の訪れを感じましょう。春が待ち遠しいですね。



お餅・もち麦薄焼き



材料 (12枚分)

- お餅 3枚
- もち麦...大さじ3(45g)
- ゆで水 500cc
- 白菜1枚(100g)
- ニンジン 20g
- 白ネギ 20g
- 紅ショウガ 20g
- ホットケーキミックス 100g
- 卵 1個
- 味噌 40g
- 水または牛乳...100cc
- こめ油適宜
- 青のり 少々

〈作り方〉

- ① もち麦は洗い、分量の水で20分ほど中火でゆでたら、ざるにあげて水気を切る。
 - ② お餅は5mm角に切る。白菜、ニンジンは千切り、白ネギは小口切りに切っておく。
 - ③ ボウルにAを入れ混ぜたら、①と②、紅ショウガを入れよく混ぜる。
 - ④ フライパンに油を熱し、弱火で片面5分くらい、少し焼き目がつく位まで両面焼く。
 - ⑤ 青のりをかけて完成。
- ※野菜はキャベツ、タマネギ、きのこ類でもおいしい味を出してくれます。冷めてもお餅はあまり固くならず、食べやすいです。
- もち麦はごぼうの2倍、白米の25倍も食物繊維が含まれているそうです。毎日の炊飯に入れたり、もち麦サラダにして不足しがちな食物繊維を補える食品です。

ケーブルTVで放送中!! 3~らるコミュニティ 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

3月7日(木)より JA上伊那の動き ~2月~

3月21日(木)より 第18期 あぐりスクール スペシャル

	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 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

第18期 あぐりスクールスペシャル

3月21日(木)から放送!

JAが管内の小学生を対象に“食”と“農”をテーマとして開く、食農教室『あぐりスクール』。子どもたちが楽しく学んだ全9回の授業を振り返ります。

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!



JA上伊那の3~らるコミュニティ 検索

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



上伊那米だより

令和6年3月 第303号 発行 JA上伊那米穀部会

《水稻育苗のポイント》

営農経済部米穀課

項目	作業内容	ポイント
種子の準備	稚苗 乾粉量 160~180g/箱 18~21箱/10a (60~70株植)	浸種開始までの保管に注意。日陰の風通しの良い場所で、自家採取の籾や稲わらなどといっしょにしないよう分けて保管する。 JA長野県安心基準米100%の取り組みを行うため、全量種子更新をお願いします。
	中苗 乾粉量 80~100g/箱 25~30箱/10a (60~70株植)	
種子消毒	温湯消毒: 60℃の湯に10分間浸種する。消毒終了後は直ちに水で冷やす。すぐに浸種しない場合は風通しの良い日陰で保管する。	浸種時間はすべての品種で10分間とします。時間が長くなると発芽が悪くなる場合があるので10分間を厳守する。温湯消毒後は直ちに冷水で冷やす。
	農業消毒: テクリードCフロアブル200倍液に24時間浸種する。みのる式の場合は根上がり防止のためホームマイ水剤を使用。消毒後は日陰の風通しの良い場所で24時間乾かす。	消毒後の残液は適正に処理する。もみ枯細菌病対策。
浸種	発芽に必要な水分を吸収させるため、積算温度で100℃になるまで水につける。水温15℃で7日・10℃で10日。なるべく一定の温度での積算が好ましい(10℃~15℃の間を目安)。1日に2~3回攪拌すると温度変化が少なくなる。浸種中は種籾が酸欠にならないように2日くらいの間隔で水替えを行う。	種籾への吸水を良くするため、水の量は種籾の量に対して3~4倍の量で行う。発芽をそろえるためには低水温や高水温での浸種は避ける。十分吸水されると籾殻が透き通ってアメ色になり胚が見える。 
催芽	ハトムネ程度に催芽させるため、29℃の温湯に20~24時間浸種する。もみ枯細菌病対策として、催芽時の温度は29℃以下で行う。	もみ枯細菌病の対策で催芽時の水をタフブロック200倍液で行うと同時に作業ができる。浸種時の温度や吸水の具合で、催芽にかかる時間が変わる。催芽を始める時間に注意する。
播種	稚苗: 催芽粉量 200~225g/箱 育苗日数20~23日	浸種・催芽後の籾は重量が25%ほど増えるので播種するときに気をつける。
	中苗: 催芽粉量 100~125g/箱 育苗日数30~35日	高密度播種育苗(密苗、密播など)の場合はさらに多い催芽籾の播種量(催芽籾300g以上)となる。
出芽から育苗時の温度管理	育苗期間中は、もみ枯細菌病等の発生を抑えるため、苗箱内の温度が高湿にならないように注意する。特に播種後~出芽揃いになる間は、30℃以上にならないように注意する。箱内に棒状の温度計などを設置し温度の確認をこまめに行い、病害等の発生リスクを少なくする。	稚苗仕上げの目標 草丈10~15cm 葉数2~2.5葉 中苗仕上げの目標 草丈15~20cm 葉数3~3.5葉

★出芽の揃いをよくするため上記表を基本に、下記の点に注意し作業を行ってください

- 令和5年産の種子は高温の影響が心配されるため、浸種積算温度は必ず100℃以上になるよう期間をとってください。普段の浸種する日数よりプラス1日を目安に期間をとり、籾への給水が十分にできるよう浸種を行ってください。
- 別々の方法で消毒した種子や自家採取した籾をいっしょに浸種・催芽を行うと、病原菌がわずかでも残っていた場合、病気が多発する可能性があります。それぞれ分けて作業を行ってください。
- 低水温(3~5℃以下)で浸種を行った場合、発芽勢が低下する危険があるので注意してください(発芽時のムラを少なくするためには一定の温度での積算が理想です。13~15℃で100℃以上の積算が望ましい)。
- 催芽は29℃で20~24時間が目安ですが、浸種の際の籾への給水が不十分だったり、品種によって発芽勢の弱いものや特性のあるものは終了時間が前後しますので、催芽を始める時間に気をつけ、必ずハトムネ程度に揃ったのを確認してください。出芽の揃いや病気の発生を抑えるため29℃以下の温度で催芽を行ってください。

★むすびにもう一度ポイントを確認します!

籾に水分を吸収させるため浸種は長めに行い、しっかりハトムネ程度に催芽してから播種を行いましょう。

金融移動店舗「かみま〜る号」運行予定表 (3月1日~3月29日 ※延長の可能性あり)

月曜日	小野地区 川島地区	ファミリーマート小野たのめ店 10:00~12:00	川島介護予防センター 13:30~14:30
火曜日	市野瀬地区 美和地区 手良地区	市野瀬公民館 10:00~11:00	旧美和支所 11:30~12:30 旧手良支所 14:00~15:00
水曜日	片桐地区 七久保地区	旧片桐支所 10:00~11:30	旧七久保支所 13:00~14:30
木曜日	東伊那地区 東箕輪地区	旧東伊那支所 10:00~11:30	旧東箕輪支所 14:00~15:00
金曜日	藤沢地区 長藤地区	伊那藤沢バス停横 10:00~11:00	片倉多目的集会所 11:30~12:30 旧長藤支所 14:00~15:00

JA上伊那 協同の成果

(JAのうごき)令和6年1月

農畜産物販売高	130億3,462万円
貯金高(平残)	3,119億3,913万円
貸出高(平残)	777億4,695万円
長期共済保有高(長期保障)	8,850億9,863万円
購買品取扱高	84億1,033万円
(組織の状況)	
正組合員	14,418人
准組合員	16,531人
組合員戸数	25,264戸
出資金	81億3,493万円
固定資産(帳簿価格)	86億2,610万円
職員数(臨時職員含む)	702人

理事会報告 令和6年2月27日

- (決議事項)
- 令和5年度 第3 四半期監事監査処理顛末報告について
 - 出資口数の減少について
 - 第28回通常総代会開催期日について
 - 米穀等の最終精算について
 - 経営者保証に関するガイドラインへの取組方針制定について
 - 令和6年度 コンプライアンス・プログラムについて
 - 貸出審査について
 - 組合と理事との契約について
 - 固定資産の処分について
- 以上理事会にて決定いたしました。

令和6年度 JA上伊那農業振興生産拡大支援事業（未来Aサポート）実施方法書（メニュー）

対象事業	事業番号	対象品目	項目	要件	支援内容
野菜振興に関わる支援事業	1	アスパラガス	ハウス導入による生産拡大支援	5a以上	新規生産者：購入額の30% 上限100万円 面積拡大者：購入額の20% 上限50万円
	2	きゅうり	ハウス・アーチパイプ導入による生産拡大支援	3a以上	新規生産者：購入額の30% 上限100万円 面積拡大者：購入額の20% 上限50万円
	3	重点品目	防除・灌水・出荷機械類導入支援	新規3a以上 30a以上拡大	購入額の30% 上限50万円
	4	アスパラガス・きゅうり・白ねぎ	中古ハウス移転建設費用支援	3a以上	移転建設費用の20% 上限50万円
	5	重点品目	排水対策機材導入（カットブレーカー・プライン等）	10a以上拡大	購入額の30% 上限20万円
	6	白ねぎ	白ねぎ収穫機（ソフィー）導入支援	10a以上拡大	購入額の20% 上限50万円
果実振興に関わる支援事業	7	りんご「シナノゴールド」「ふじ」	契約販売用園地新設助成として 苗木及び棚新設に関わる費用助成	10a以上	苗木及び棚新設に関わる費用の25% 上限100万円
		梨「幸水」「南水」		10a以上	苗木及び棚新設に関わる費用の25% 上限100万円
		ぶどう「シャインマスカット」「ナガノパープル」「クインスルージュ®」		10a以上	苗木及び棚新設に関わる費用の25% 上限100万円
	8	りんご「ふじ」	オーナー園用園地新設助成として 苗木及び棚新設に関わる費用助成	10a以上	苗木及び棚新設に関わる費用の25% 上限50万円
花き振興に関わる支援事業	9	アルストロメリア	生産拡大及び新規作型の導入支援	1a以上	苗の購入額の30% 上限100万円
	10	アルストロメリア・トルコギキョウ	暖房機（ヒートポンプ含む）の機械導入補助		新規購入は30% 上限100万 更新は購入金額の10%補助 上限50万
	11	アルストロメリア・トルコギキョウ	ハウス導入による生産拡大支援	2a以上拡大	新規ハウスの購入額の30% 上限200万円 中古ハウス移転建設費用の20% 上限50万円
きのこ振興に関わる支援事業	12	きのこ全品目	生産性、安全安心の向上を目的とした機械器具・備品の導入・更新支援	生産性の向上	購入額の30% 上限200万円 (1経営体当たり3年間で1回) (ビン・キャップ・コンテナ・生育棚の更新、包装ライン、LED照明、予冷庫の導入)
畜産振興に関わる支援事業	13	酪農	後継牛導入支援（成牛）	維持	5万円/1頭 上限10頭
	14	酪農	後継牛導入支援（スモール）	維持	2万円/1頭 上限15頭
	15	肉牛	和牛・F1スモール導入支援	維持	3万円/1頭 上限25頭
	16		堆肥処理に関する機械の購入支援	堆肥販売量の拡大	購入機械の1/2以内 上限30万円（中古機械含む）
農業機械の共同利用推進事業	17	重点品目	重点品目に係る規模拡大の為に共同購入（正組合員2戸以上）により農業機械を導入し生産コストを引き下げる取組支援	拡大	購入額の30% 上限50万円
スマート農業振興に関わる支援事業	18		スマート農業用機械導入支援（ラジコン草刈機・ロボット草刈機）	作業効率化	購入額の10% 上限40万円 (通信機器・使用料・工事費等は支援対象外)
	19		スマート農業機械導入支援（水田水管理システム）	作業効率化	水位、水温センサー・給水ゲートセット1セット20,000円：1先2セットまで (水位、水温センサーのみ1台5,000円：1先2台まで) (通信機器・使用料・工事費等は支援対象外)
農業経営に関わる支援事業	20	大豆	面積維持・拡大	維持・拡大	面積1,800円/10a

本事業の申請書の受付期間は令和6年3月1日から8月30日とし、12月31日までに事業完了報告書を提出いただきます。（期限前に予算に到達した時点で打ち切りといたします。）
 本事業運営会議の審議を経て、支援の可否を決定します。
 重点品目：アスパラガス・白ねぎ・ブロッコリー・スイートコーン・きゅうり・ジュース用トマト・りんご早生種（シナノリップ・つがる）・りんご中生種（秋映・シナノスイート）・梨（幸水・南水）・ぶどう（シャインマスカット・ナガノパープル・クインスルージュ®）アルストロメリア・トルコギキョウ・鉄砲ユリ・コギク・乳牛育成牛・肉牛
 支援事業を利用された方は、収穫開始から3年間、生産販売実績等を報告していただきます。支援後の営農状況によっては、支援金を返還していただく場合があります。
 支援金の千円以下単位の金額は切り捨てとします。
 業者等を通さず個人売買された物件については本事業の対象となりません。
 本事業の利用は、1組合員3年間（令和4年～6年）で3回以内（畜産及び種苗代以外）とします。きのこは3年間で1回とします。
 支援額は、本体価格（税抜き価格）を対象とし支援します。
 リース事業を使用した場合、リース会社への供給額を購入金額として支援します。
 中古ハウス移転建設費用助成は、移転元所有者の承諾書が必要です。
 任意団体や共同購入の場合、名簿と購入を決定した会議の議事録の提出が必要です。
 他の（国、県、市町村 等）補助金等との重複は、補助金交付機関が重複支援を認めた場合のみ支援します。（支援金額を減額する場合があります。）
 共同購入による農業機械導入は、支援後の稼働日誌コピーの提出が3年間必要です。
 畜産の要件は、3月1日基準で完了報告書提出日までの増減数を確認します。
 JA全農長野やJA共済等、本事業に支援いただく組織のステッカーを、支援対象物品に貼付いただく場合があります。
 上記以外の支援については、営農指導員等にご相談ください。



令和6年度 農業振興生産拡大支援事業の
申請受付スタート！

未来Aサポート

令和6年度は4,000万円の支援を予定しています。

申請書提出期限
令和6年
8月30日(金)

※期限前に予算到達した時点で打ち切りとなります。

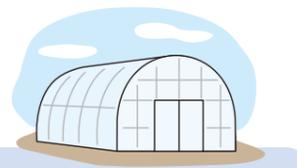
JAは事業計画の中で設定した重点品目について、生産を拡大される方を応援します。施設や機械、種苗などを導入して、農業生産の拡大を予定されている方はぜひご利用ください。

支援事業をご利用いただける方

JA上伊那の正組合員（正組合員が主たる構成員の団体も利用できます）。

支援対象について

- ・令和6年12月31日（火）までに購入予定の施設、機械、種苗等が対象になります（期間内に工事・導入等を完了することが支援の条件）。
- ・支援対象については次ページの支援メニューをご確認ください。
- ・支援額は、本体価格（税抜き価格）を対象とし支援します。



お申し込みについて

- ・各営農センターまたは各支所組合員組織課が窓口となります。申請書類も同様に、最寄りの窓口でお受け取りください。
- ・支援事業の利用には、利用申請書、本人確認書類（免許証）などを提出いただきます。申請される方の年齢によっては、後継者の有無などをお伺いする場合があります。
- ・申請書の提出期限は令和6年8月30日（金）です。期限前に予算到達した時点で打ち切りとなりますので、お早めの提出をお願いします。

支援金の交付等について

- ・JAの生産拡大支援事業運営会議の審査により、支援できない場合がございます。審査、決定後に「決定通知書」をお届けします。
- ・お手元に「決定通知書」が届き、対象物の工事・導入が完了しましたら、12月31日（火）までに「事業完了報告書」を提出してください。（期日までに提出いただけない場合は、支援が取り消しとなりますのでご注意ください。）
- ・支援金は「事業完了報告書」を提出いただいた後に、ご本人の口座に振込します。

販売実績等の報告について

- ・この支援事業を利用された方は、収穫開始後から3年間、販売実績等を報告していただきます。
- ※支援後の営農状況によっては、支援金を返還していただく場合があります。



※未来Aサポートについてご不明な点は、各営農センターまたは各支所組合員組織課へお問い合わせください。

◎ 営農事業継承支援事業

令和6年度は500万円の支援を予定しています。

国の制度やJAの過去の支援制度でも、新規就農者への支援に比べて、親元就農などの事業継承に対する支援が手薄でした。安定兼業地帯である上伊那の農業基盤を維持していくために、親元就農・第三者継承など、事業継承への支援を行います。

以下のすべてに該当する方が事業を利用できます

- ・JA上伊那の正組合員。
- ・先代事業者から、前年の1月1日以降にその経営の移譲を受けた後継者。
- ・先代から規模拡大、出荷量増大を計画する者。
- ・後継者本人名義で出荷販売する者。
- ・先代事業者の経営規模が販売高300万円以上の者、または5年以内に販売高300万円以上の計画を有する者。
- ・国の『経営継承・発展等支援事業』等の補助を受けていない者。



支援対象について

- ・事業継承に必要な機械・設備・種苗の導入費用、および事業継承にともなう新たな品目、品種等の導入にかかわる費用が対象になります。
- ・12月31日(火)までに工事が完了した施設、導入された機械、設備、種苗等が対象です。
- ・上記費用の30%以内かつ上限50万円の範囲で支援します。
- ・支援額は、本体価格(税抜き価格)を支援対象とします。

お申し込みについて

- ・各営農センターまたは各支所組合員組織課が窓口となります。申請書類も同様に、最寄りの窓口でお受け取りください。
- ・支援事業の利用には、利用申請書、先代事業者の経営規模が分かる書類(青色申告決算書写しなど)、本人確認書類(免許証)などを提出いただけます。申請される方の年齢によっては、後継者の有無などをお伺いする場合があります。
- ・申請書の提出期限は令和6年8月30日(金)です。期限前に予算到達した時点で打ち切りとなります。

労災保険のご案内

— 労災保険は国の制度です —

農業者のための 労災保険の特別加入制度

労災保険は、本来、労働者の業務災害に対して保険給付を行う制度ですが、労働者ではない農業者の方も一定の要件のもとに特別に加入が認められています。

農業者の場合には、『指定農業機械作業従事者』『特定農作業従事者』『中小事業主等』の3つの区分のいずれかに加入することができます。

JA上伊那では、上伊那農協労働保険事務組合を設置しており、国の労災保険制度に加入できます。

この件についてのお問い合わせ

JA 上伊那本所 営農経済部営農企画課
TEL:0265-72-8833まで

◎ 園地継承・園地管理支援事業

令和6年度は500万円の支援を予定しています。

生産者の高齢化や減少により生産部会員数が減少している中、既存の経営体数、農業生産基盤を維持していくために、耕作者不在となる園地管理・園地継承の支援を行います。

支援事業をご利用いただける方

- ・JA上伊那の正組合員(正組合員が主たる構成員の団体も利用できます)。

支援対象について

- ・令和6年度は、果実ではリンゴまたはナシ、野菜ではアスパラガスで、『耕作者のなくなった園地』を次の生産者に引き渡すための事業が対象になります。
- ・リンゴ、ナシでは、耕作者のなくなった園地を一時的に管理し、その後次の生産者に引き渡すための管理費を支援します。
- ・アスパラガスでは、耕作者のなくなった園地を継承するにあたって必要となる施設・資材を支援します。
- ・『耕作者のなくなった園地』にはさまざまな条件があり、すべての園地を次の生産者(新規生産者や規模拡大を希望する者)に対して継承をすすめることはできないため、園地の場所、規模、状態などから対象候補園地のランクづけを行い、支援対象になるかどうか、どこまで支援するかを決めていきます。

※園地のランクづけができた後での利用申請になります。リンゴやナシ、アスパラガスの園地での農業経営の引退を考えている方、新規就農や規模拡大を考えている方は、まずは一度各営農センターまたは各支所組合員組織課にご相談ください。



国産大豆 国産米使用 JAの仕込み味噌

令和6年3月末日まで

①～⑥の商品は、大豆・糶・塩で仕込んだ半製品です。置いておくだけで秋口には美味しい我が家のお味噌が出来上がります。

ダンボールのまま熟成タイプ ダンボールのまま置いておくだけで手造りの味が楽しめます

少人数のご家族や県外発送用にもおすすめします。

① 桶詰替不要 20kg **8,660** 税込円

② 桶詰替不要 10kg **4,830** 税込円

③ 桶詰替不要 10kg まろやか **5,220** 税込円

容器に移し替えていただくタイプ

④ 糶づくり 20kg **8,540** 税込円

⑤ 田舎づくり 20kg **8,210** 税込円

⑥ まろやか 20kg **9,270** 税込円

⑦～⑫の商品は、すぐお召し上がりいただけます。

<p>⑦ 食べ頃仕込み味噌【赤】</p> <p>⑧ 食べ頃仕込み味噌【白】</p> <p>1ケース(1kg×4個入)</p> <p>2,790 税込円</p> <p>1kg カップ お手頃サイズ</p>	<p>⑨ 食べ頃仕込み味噌【赤】</p> <p>⑩ 食べ頃仕込み味噌【白】</p> <p>1ケース(1.8kg×4個入)</p> <p>4,730 税込円</p>	<p>⑪ 食べ頃仕込み味噌 減塩 1ケース (750g×6個入)</p> <p>塩分 20%カット</p> <p>風味そのまま!! 食べ頃仕込み味噌の「減塩」です!!</p> <p>●食べ頃仕込み味噌(赤)に比べ塩分が20%カットされています。</p> <p>3,440 税込円</p>	<p>⑫ 食べ頃まろやか仕込み味噌</p> <p>1ケース(1kg×4個入)</p> <p>●おなじみの仕込み「まろやか」12割こうじの完成品です。</p> <p>2,790 税込円</p>
--	--	---	--

仕込み味噌ご購入感謝キャンペーン

令和6年1月～3月末日までにエコープ仕込みそ・食べ頃シリーズを2,000円以上ご購入いただくと抽選で50名様に「JAまごころ商品券」2,000円分が当たります!!

※詳しくは、JA担当者まで

対象 令和6年1月～3月末日までにご購入の方

応募方法 商品お届け時にお渡しする、応募はがきに必要事項をご記入の上ご投函いただくか、JA担当者にお渡しください。

応募期間 令和6年1月～4月26日金まで

抽選 令和6年5月下旬 ※当選者は商品券の発送をもちまして発表にかえさせていただきます。商品券の発送は6月中の予定です。

お申し込みはお早めに... お問い合わせは 0120-972-223 0265-76-1941

JA上伊那 暮らしのセンター

新茶

組合員のみなさまへ エコープ

ご予約承り中

一番茶の新芽を使用した「旨み、こく、まろやかさ」が抜群の新茶です。

新茶シルバー 11,340 税込円 (1kg(167g×6本))

お届け予定時期:5月上旬頃 10,500円(本体価格)

新茶ゴールド 16,200 税込円 (1kg(167g×6本))

お茶のおいしさは芽の若さが決め手!一番茶の萌え出したばかりの新芽で作った緑茶です。

お届け予定時期:5月上旬頃 15,000円(本体価格)

摘みたてを新鮮パックした期間限定品です。品質と安心にこだわったエコープ新茶をお届けします。

八十八前夜の芽吹いたばかりの一番茶の新芽を使用しました。芳醇な香りとコク深いまろやかな味わいが特徴です。

新茶 白翔 11,400 税込円 (500g(167g×3本))

10,556円(本体価格) お届け予定時期:4月下旬

新茶 グリーン 9,180 税込円 (1kg(167g×6本))

8,500円(本体価格) お届け予定時期:5月中旬頃

新茶 匠(棒茶) 7,020 税込円 (1kg(167g×6本))

6,500円(本体価格) お届け予定時期:5月下旬

安全・安心の取り組み

- エコープ茶は、安全・安心のため品質管理の徹底を行っております。
- 自社農園・契約農園においてGAP認証取得し、食品安全や環境に配慮した農場で育った茶を原料として使用する取組を進めています。

JA長野県

新茶 70周年

アンケート回答で豪華景品が当たる!!

どなたでも応募可能です

応募方法: 左記二次元コードから、エコープマークコミュニティサイト「Aむすび」へアクセスし、会員登録の上、アンケートの回答をもって応募完了となります。

景品について: 当選発表は景品の発送をもって代えさせていただきます。景品の発送は2024年9月中を予定しています。

景品: 旅行券10万円 3名, JAタウンギフト券1万円 30名, まごころ商品券5,000円 140名, エコープ銘茶宝珠7g×3個 1000名

応募期間 令和6年6月30日まで

エコープ銘茶って、どんなお茶?

JAグループが長年にわたって育ててきた「美味・安心・お買い得」自慢の緑茶ブランドです

お茶の味はお湯の温度で変わります

洗いお茶が苦手なら 冷ましたお湯で

美味の理由: 成分充実した生葉, 伝統と熟達の技術, 新鮮な真空パック

安心の理由: 残留農薬定期検査, 国際品質保証モデル, トレーサビリティ, GAPへの取組

お買い得の理由: 結集メリット発揮, 製造コストの削減, 流通コストの削減

JA全農グループ ハラダ製茶株式会社

FranceBed はじめての電動ベッド相談会

くつろぎの時間を楽しむ、自分だけの特別な指定席

2024年3月30日(土)まで
(株)リビングプラザ丸三に展示品がございます。

安全性を高めた低床設計の電動ベッド

【フレーム】GX-P302F 3M ワイヤレスS ¥616,000
【マットレス】 ¥269,500
【フレーム+マットレス】 ¥885,500

ヘッドボードに、つかまりやすいグリップ付き
レステックス O1FN SPL 2M ¥200,000 3M ¥230,000

矢羽仕様がアクセントの落ち着いたデザイン

シンプルなフラットタイプのヘッドボードデザイン

くつろぎStyle 使いやすさを追及

ベッドとしてだけでなく、ソファ感覚でも使えるリクライニングベッドの新しい形

お好きなベッドフレームに組み合わせ可能!
フランスベッド製ヘッドフレームに限りです

【フレーム】FAD-F2 2M シングルワイヤードリモコンセット ¥203,500
【マットレス】 ¥110,000
【フレーム+マットレス】 ¥313,500

【フレーム】CU-201F 1M ワイヤード シングル ¥200,000
【マットレス】 ¥55,000
【フレーム+マットレス】 ¥255,000

W970xL1950xMH210(mm) ¥173,800

納品には電動ベッドアドバイザーが同い、丁寧にご案内いたします。

お問い合わせ・お申し込みは

JA上伊那 暮らしのセンター ☎ 0120-972-223 ☎ 0265-76-1941

メガネ・補聴器 展示相談会

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、お客様がお買い求め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。

◆お問合せ◆ JA上伊那 暮らしのセンター ☎ 0120-972-223 TEL. 0265-76-1941

下記の日時にて開催いたします

4月 9日(火) 南箕輪支所
4月11日(木) 中川支所
4月12日(金) 飯島支所

AM9:30~PM12:30まで

※状況により、展示会が中止になる場合がございます。

JA指定 ひまわりめがね ☎ 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

住宅省エネ 2024キャンペーン

国の補助金でお得に窓の省エネ改修!

【申請期間】2024年3月下旬~予算上限に達するまで(遅くとも2024年12月31日まで)
予算が終わり次第終了となります。お早めのご検討をお勧めします。

①「子育てエコホーム支援事業」 リフォームで最大20万円
※開口部の断熱改修は全世帯が対象です。(条件により増額になります)

1. ガラス交換 【補助額: 1枚】 ¥3,000~¥14,000
4. ドア交換 【補助額: 1箇所】 ¥32,000~¥49,000

②「先進的窓リノベ2024事業」 最大200万円
※世帯を問わず全世帯が対象です。

2. 内窓設置 【補助額: 1箇所】 ¥23,000~¥112,000
3. 外窓交換 【補助額: 1箇所】 ¥58,000~¥220,000
3. 外窓交換(はつり工法) 【補助額: 1箇所】 ¥46,000~¥183,000

申請には補助額の合計が50,000円以上必要です。
(ただし「先進的窓リノベ2024事業」の申請をしている場合は20,000円以上で申請可能)

※補助金にはそれぞれ、対象条件がございます。詳しくはお問い合わせください。地域担当者よりご説明の連絡をさせていただきます。

1. ガラス交換対象商品

あんみつガラス エコガラス
ガラスだけを簡単交換!

一枚ガラスを断熱性能の高いエコガラスへ。寒さ・暑さ・結露を軽減します。また、サブロックが付いて防犯にも。

2. 内窓設置対象商品

あんみつツイン エコガラス
室内側にサッシをプラス!

内窓にもエコガラス。寒さ暑さはもちろん、結露も防げるので、より快適に!

3. 外窓交換対象商品

新規サッシ
窓を枠ごと交換!

窓からの隙間風が気になる、またサッシが老朽化して開け閉めが大変。そんな時は、枠ごと新しい窓に交換!断熱性能もUP!

4. ドア交換対象商品

玄関ドア ※一部商品対象外

1日で玄関が生まれかわる!お気に入りの玄関で、お客様をお出迎え。断熱タイプ・採風タイプ、デザインも豊富です。

WEBで検索! あんみつガラス 検索
https://www.anmitsuglass.co.jp

スマートフォンはこちらからご覧いただけます。

お見積もり無料! お気軽にご相談ください

お問い合わせは JA上伊那 暮らしのセンター
☎ 0120-972-223 ☎ 0265-76-1941

バズルはおばあちゃんの家に行った時に、いっしょに楽しみながら考えています。4月からは小学生になるのもっと早く答えがわかるといういな。

宮田村 梶野 和さん

楽しんでもらえてよかったです。勉強に遊びに友達づくりがんばってね！

娘が高校に進学の春です。ホッとするやら思春期の心配やら・あれこれ毎日が忙しです。

伊那市 PN エリーゼさん

進学や就職の時期ですね。生活の変化が大きい時は何かと大変ですが、大切な子どもの将来のため、親が辛抱する時期もあるかと思えます。

今年も吊るしびなをつくりました。季節ごとのものや花、果物、動物、魚。孫の節句に飾るのが楽しみです。

伊那市 PN ローザアイさん

毎年つくってらっしゃるんですね。ハガキをもらったのは飾る前ですが、今は飾った後。お孫さんの反応はいかがでしたか？

田畑や日陰の雪もこの間の雨でほとんど解けてなくなり、いよいよ農耕時季の到来を感じました。

箕輪町 PN Hさん

今年の2月は雪が降ったと思いきや、急に暖かくなったり、雨が続きたりと落ち着かない気候でしたね。今年の農作物に何も影響が出ないことを祈るばかりです。

久しぶりの大雪。がんばるつもりでしたが、腰痛で少しだけになってしまいました。地域の雪かきオペレーターの方には本当に感謝です。

飯島町 宮下秀和さん

腰は大丈夫ですか？比較的雪の少ない地域だからこそ、降雪時のオペレーターの方の活躍はとても助かりますね。

伊那市 PN 興味シンシンさん

ぜひ興味を持ってください。自宅に庭などがあれば家庭菜園から始めてみるのがおすすめです。

月に1回仲良し女子3人で飲み会をしています。毎月会っているのにもお喋りが途切れることなく、くだらない話で毎回ゲラゲラ笑って時間もすぐ過ぎてしまうほど楽しい飲み会です。早く来月にならないかな。

南箕輪村 PN オメガ楽しみさん

定期的に会う知人とは本当に会話がつきやすいものですね。次会う時までの生活の糧にもなります。

今年はおんな社会人となり、お年玉をやる孫が1人もおらずうれしいようなさびしいような年でした。

辰野町 小林久子さん

大きくなってひとり立ちできたのはうれいですがね。これからも変わらず定期的に会えることさらにいいですね。

庭のチューリップの芽が出てきました。もう少しで春ですね。

伊那市 PN チャーコさん

急に気温が高くなりましたが、着実に春が近づいていますね。

南箕輪支所にてスマホ教室を開いていただき、感謝しています。訪問時にも教えていただきありがとうございました。ありがとうございます。

南箕輪村 金井 健さん

こちらこそいつも利用いただきありがとうございます。スマートフォンの使いやすさと家族との連絡がよりスムーズになるかと思っております。ぜひ覚えて活用してみてください。

1月末の暖かい日にふきのとうとすなを取って食べました。今年は暖冬の影響で早く芽を出したようです。春の味がしておいしかったです。我が家の庭には黄色くてかわいい福寿草の花が咲いています。

箕輪町 PN QUUさん

山菜や福寿草は春を感じる風物詩ですね。春はもうすぐそこというのでしょうか。

3月からはJA女性職員の制服が新しくなりました。制服姿で覚えていたと、お行き合いた際に「JA職員だと分からなかった！」なんてことも。私自身も制服が新しくなり、ちょっと背筋が伸びた気がします。春はさまざまなことがスタートする季節。だんだんと暖かくなりはじめ、畑仕事も始まっていくころでしょうか。とはいっても、急な寒さもありますので、霜の対策は忘れな（上條梨緒）

3月といえば多くの会社や組織で年度が切り替わる前の最後の月であり、学生にとっては進級や卒業前の最後の月ですね。皆さんは今年度を振り返ってみていかがだったでしょうか。「楽しかった」「大変だった」など人によって感じ方は様々かと思いますが、どちらにせよ次年度につながる年であれば良いかと思えます。ちなみに、JA上伊那は3月からが新年度です。（征矢大士）

表紙紹介【出荷待つアルストロメリア】



広報撮影 撮影地：箕輪町

編集者のポツリ

3月からJA女性職員の制服が新しくなりました。制服姿で覚えていたと、お行き合いた際に「JA職員だと分からなかった！」なんてことも。私自身も制服が新しくなり、ちょっと背筋が伸びた気がします。春はさまざまなことがスタートする季節。だんだんと暖かくなりはじめ、畑仕事も始まっていくころでしょうか。とはいっても、急な寒さもありますので、霜の対策は忘れな（上條梨緒）

3月といえば多くの会社や組織で年度が切り替わる前の最後の月であり、学生にとっては進級や卒業前の最後の月ですね。皆さんは今年度を振り返ってみていかがだったでしょうか。「楽しかった」「大変だった」など人によって感じ方は様々かと思いますが、どちらにせよ次年度につながる年であれば良いかと思えます。ちなみに、JA上伊那は3月からが新年度です。（征矢大士）

商・品・紹・介

今月のイチオシ!



エコーブ エキストラバージンオリーブオイル 400g 本体価格 799円(参考税込 862円)

今回ご紹介する商品は、『エコーブ エキストラバージンオリーブオイル 400g』です。

～商品特徴～

オリーブの実をそのまましぼりました。パスタはもちろんサラダや炒め物にどうぞ。

【おすすめレシピ】

アサリときのこの和風スープパスタ

作り方

- ①砂抜きしたアサリを日本酒で煮て、殻から身を取り出す。煮汁は取っておく。
- ②フライパンに『エコーブエキストラバージンオリーブオイル』を入れ、みじん切りしたニンニクを焦がさないように炒める。
- ③しめじ、エノキなどお好みのきのこを入れて炒める。
- ④そこにひたひたになるくらいの水とコンソメを入れ、煮立ったらアサリと煮汁を入れる。
- ⑤茹で上がったパスタ、刻んだ大葉を入れて、バター、塩コショウ、醤油で味を調える。
- ⑥器に盛り、大葉ときざみ海苔をトッピングしてできあがり。

【A・コープからのお知らせ】

長野県A・コープでは3月22日(金)より【長野県A・コープ28周年誕生祭】を開催いたします。これからも「新鮮・安全・安心・健康」、「生鮮野菜 県産優先・国産こだわり宣言」、「牛・豚・鶏精肉100%県産・国産宣言」、「漁港直送フレッシュ宣言」をモットーにこだわりの商品を販売してまいります。期間中は、お買い得商品・キャンペーン等盛りだくさんをご用意してまいります。どうぞご期待くださいませ。



A・コープ 美すず店 久保村明子さん

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

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？

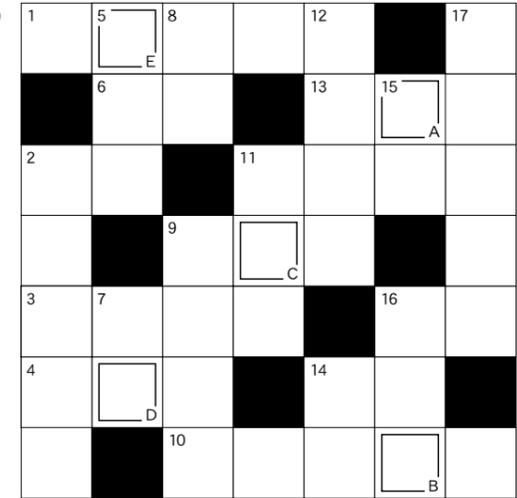
お楽しみパズル

ヨコのカギ

- ① 3月下旬から4月上旬までの学校の休暇
- ② イエスの反対語
- ③ 俳句や和歌で規定より音数が多いものこと
- ④ いいかげんことはしません
- ⑤ 海に潜って貝などを採ります
- ⑥ どこからか梅の花の——が漂ってきた
- ⑦ 卒業生が校長から卒業——を授与された
- ⑧ 捕手とバッテリーを組みます
- ⑨ 原稿——、投票——
- ⑩ 雨宿りのときに借ります
- ⑪ 姫路や彦根、松本のものが有名

タテのカギ

- ② 歌のうまさを競うイベント
- ⑤ 釣りで使う擬餌針のこと
- ⑦ 舌で感じ取るもの
- ⑧ 日本一高いものは3776mあります
- ⑨ 「峠の——」は群馬県・JR 横川駅の名物駅弁です
- ⑩ 人や車が行き来する道のこと
- ⑫ このような役を演じられるとは役者——に尽きます
- ⑭ ものを記憶する器官
- ⑮ ホルスタイン、ジャージーといえは
- ⑯ 寄せ書きに使ったりサインをもらったり
- ⑰ ホワイトデーに贈ることもある、ふわふわと軟らかいお菓子



締め切り 3月29日(金)

●当選は5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 へ

●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。※応募で記載された個人情報「今月のる~ら~さん」への掲載、プレゼントの抽選、当選者発表以外には利用いたしません。

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応募できます。

1月 お楽しみパズル当選者 正解 ハツヒノデ(応募155通)

JAまごころ商品券1,000円分 プレゼント(敬称略)

向山ふさみ 井口伊津子 唐澤繁 百瀬日登美 蟹澤美子 高橋美代子 滝沢美佐枝 本間理女 工藤隆司 米山秀男

あぐりスクール開校!

JA上伊那では毎年『食』と『農』をテーマに、小学生を対象としたあぐりスクールを開校しています。
上伊那の小学生の皆さんに、『いただきます』が言える子に育てほしい。
そして『食』の背景にある大切な『農』に実際にふれて感じて欲しい。
そんな願いを込めて今年もJA上伊那のあぐりスクールが開校します!

実施期間 2024年 **4月~12月**の毎月1回

入校料 年間 **8,000円**

- 教材としてJAグループの子ども雑誌『ちゃぐりん』の5月号から1月号までの購読料を含みます。
- 参加児童の傷害共済掛金を含みます。
- 保護者の方、または同居のご家族がJA上伊那の正組合員または准組合員の場合、入校料を年間7,000円とします。

対象者 上伊那の小学生新3~6年生(現2~5年生)

募集定員 先着 **50人**(定員になり次第締め切ります)

募集締切 2024年 **3月29日(金)**

- その他**
- 毎回、JA職員などスタッフ20人程度が対応し、安全管理に努めます。
 - 参加お申し込みをいただいた方には、後日くわしいご案内を送ります。
 - JA広報誌やInstagramに参加児童の活動の様子を掲載しますのでご了承ください。

お申し込み 入校料と申し込み用紙・保護者同意書をJA本所、または各支所窓口へご提出ください。申し込み用紙はJA本所、または各支所にあります。JA上伊那HPからもダウンロードできます。上伊那管内の小学校新3~6年生には3月1日より募集チラシを学校を通じて配布しています。

現地集合
現地解散
となります

ちゃぐりん
5月号~1月号が
もらえるよ!

JAグループの
子ども雑誌



去年の
あぐりスクール活動は
instagramでチェック!!

(社)日本PTA
全国協議会推薦

年間スケジュール

回	日 時	場 所	カリキュラム	内 容
1回	4月20日 9:00~12:00 【収穫日】	JA菜園	●開校式 ●ブロッコリー植え付け ●アスパラガスの収穫	あぐりスクール開校!!第1回目の授業は開校式・ブロッコリーの植え付け・アスパラガスの収穫。一年間農業について一緒に学ぼう!
2回	5月18日 9:00~12:00	伊那市内 圃場	●田植え	田植えに挑戦!みんなが毎日食べているお米がどう成長していくのかな?9月の稲刈りでたくさん収穫できるよう頑張ろう!
3回	6月15日 9:00~12:00 【収穫日】	JA菜園	●サツマイモ植え付け ●ブロッコリー収穫 ●プランター野菜	6月はやるがいっぱい!サツマイモを植え付けて、ブロッコリーを収穫してプランター野菜もやっちゃんいます。お家でもあぐりスクール!!
4回	7月13日 9:00~12:00	JA本所	●畜産体験学習 ●おもてなし牛乳で料理	「おもてなし牛乳」は上伊那の牛乳!!上伊那の畜産について学ぼう。そして「おもてなし牛乳」を使ってクッキング!
5回	8月17日 9:00~12:00	JA本所	●金融特別授業 ●上伊那郷土料理	農業経営について学ぼう。この授業を受ければ君も経営者!頭を使ったおいしい食べ物でリフレッシュ。上伊那の郷土料理を作って食べよう。
6回	9月21日 9:00~12:00 【収穫日】	伊那市内 圃場	●稲刈り	5月に植えた苗がどんな風に成長してるかな?稲刈り鎌で稲刈りに挑戦。たくさん収穫できるかな?
7回	10月19日 9:00~12:00 【収穫日】	JA菜園	●サツマイモ収穫 ●焼き芋大会	収穫の秋だ!食欲の秋だ!!サツマイモを収穫して焼き芋だ!収穫したサツマイモは11月のJAまつりで販売します。
8回	11月23日 9:00~12:00 【収穫日】	伊那市内 圃場	●花育・フラワーアレンジメント ●リンゴの収穫 ●やってみらっしで体験	フラワーアレンジメントで自分だけの作品を作ろう!さらにみはらしファームでリンゴの収穫・やってみらっしで体験!
9回	12月21日 9:00~13:00	JA本所	●しめ飾りづくり ●閉校式 ●お楽しみイベント	しめ飾りを作って新年を迎えよう!さらにお楽しみ企画もあるよ!何をやるのかはお楽しみに♪

天候・新型コロナウイルス・その他事情により、日程・内容等を変更することもあります。【収穫日】の授業については天候により日程が前後する可能性があります。予めご了承ください。

お問い合わせ JA上伊那 総務企画部 電話 **0265-72-6224**

■後援: 伊那市教育委員会・駒ヶ根市教育委員会・辰野町教育委員会・箕輪町教育委員会・飯島町教育委員会・南箕輪村教育委員会・中川村教育委員会・宮田村教育委員会