みんなのために あなたといっしょに





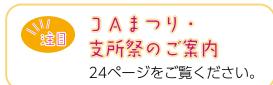
今月の特集



今ずり米を追え!



知っていますが? アスパラガス1年養成株







温暖化の影響で水稲の生育はどうなるか

温暖化は農業生産に対して、CO2の濃度上昇による収量増 加というプラス面がある一方で、干ばつによる農地面積減少や 異常気象の頻発といったマイナス面の影響も懸念されています。 農産物の生産面では作付時期および収穫期の変化、生育期間の 短縮があります。そこで稲作の過去から現在までの変化を再確 認し、将来を予測してみました。

気温の変化は、稲作期間である5月~9月の平均気温で、 1980年と比べて2000年は1.1℃、2030年は2.1℃、2060年は 3.2℃上昇するとのデータがあります。これは現在の四国地方 が東北地方に移動することとなります。

伊那市美篶にある伊那米総合試験地のデータを見ると 2000 年のコシヒカリ出穂期は8月7日でしたが、2023年は7月31 日となっています。また2000年の成熟期は9月24日で、2023 年は9月16日となりました。23年間で出穂期は7日早まり、 成熟期は8日早まったことになります。

この結果をもとに2060年を予測すると、出穂期はさらに11 日早まって7月20日となり、成熟期はさらに13日早まり9月 3日ごろになると予測されます。ただし近年の温暖化が沸騰化 と言われるようになり一段と進むことも考えられます。稲刈り 開始は成熟期の5日前からが適期で、8月中に稲刈りが始まる のもそう遠い将来ではなさそうです。

また収量については、品種が変わらなければ、北海道は13 %増加し、東北以南は8~15%減少する報告もありますので、 品種改良や栽培技術の革新が必要になってくると思われます。



真っ赤なリンゴを収穫する白鳥さん

シードル用のリンゴ『IHR 17』





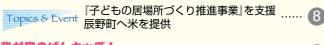
はじめは就職しようと考えていたが、実家をようと励みになっている」と笑顔を見せた。 で、一年一年の節目を迎えたが、一年一年の農業はその年の気象や社会情勢、家族の健康状態によって大きく変わるため毎年一年生で、自分の理想にたどり着くために日々試行錯誤している。白鳥さんは「農業が人間関係もつないでくれている。『元気にやっているよ』『今年もおいしくできたよ』とみんなに届けることが、来年も続けきたよ』とみんなに届けることが、来年も続ける。『元気にやっているよ』『今年もおいしくできたよ』とみんなに届けることが、来年も続けます。

CONTENTS

October 2024 Vol.341

農業**で夢中!!** 家族のリーダーに! 白鳥友季子さん

知っていますか?アスパラガス1年養成株



我が家のげんキッズ! 14

3 3~53 2024 10月

3~53 2024 10月 2

リー30aを栽培している。 と両親の4人、忙しい時期にはアルバイトを頼と両親の4人、忙しい時期にはアルバイトを頼でいっしょに農業をはじめた。現在は晩生種のでいっしょに農業をはじめた。現在は晩生種のでいっけった。大学卒業と同時に地元に戻り、両親の園地を開発を開発している白鳥さ

地域といっしょに

「人と直接交流することがモチベーション」 「人と直接交流することがモチベーション」 「人と直接交流することがモチベーション」 「人と直接交流することがモチベーション」

特集

おいしい米を定期的にご自宅へ

『今ずり米』は店舗での購入でももちろん良いですが、自宅に定期的に配達してくれるサービスもぜひご利用ください。

「新鮮な米を食べたい!」方はもちろんのこと、なかなか買い物に行くのも大変、重いから買うのがおっくうな方にも適しています。







『今ずり米』とは

出荷直前に籾摺りを行う鮮度の高い米です。 JA農産物直売所などで販売されているほか、 個人宅への宅配サービスも行っています。

米の栽培過程、『今ずり米』になるまで



10 株式会社マイパール長野へ出荷

JA上伊那では精米できないため、玄米 の状態で出荷し、白米となります。



11 直売所や各家庭へ配達

白米となった米は㈱マイパール長野から直 売所に卸されたり、 宅配サービスを受け ている家庭へ配達さ

玄米入荷

●張込ホッパー

入荷した玄米が清潔なままホッパーに入れられていきます。

●玄米タンク

余分なものが取り除かれたお米は、玄米タンクに移されます。内容量12トンのタンクを多数備え、安定した量のお米が確保できます。

精米

●精米機

お米の表面に付いているぬかの除去を同時 に行い、見栄えと食味がよいきれいなツヤの ある白米に仕上げます。

色彩選別・ガラス選別

●光選別機

近赤外線センサーとCCDカメラで着色粒 (色の変わった米粒)やガラスなどの異物を 除去します。

●金属検出機

ごく微小な鉄・ステンレスなどの鉄類と、アルミニウムなどの非鉄金属を除去します。

●流下式選別機

工程内で発生するぬか玉を除去します。

●製品タンク

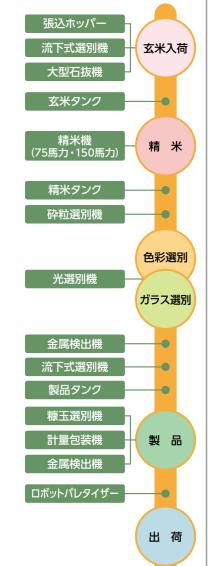
異物を除去したお米は精米日、商品ごとに 製品タンクへ運ばれます。

製品

●金属検出機

袋詰めされたお米の中に金属のかけらが混 ざっていないか、出荷前の最終チェックが行 われます。

出荷



玄米入荷から出荷までの工程

参考:株式会社マイパール長野 HP https://www.mypearl.co.jp/process.html



市場担当者から



東京青果株式会社 野菜第3事業部 主任 照井 仁さん

今期の上伊那産アスパラガスの販売を振り返ると、高品質のアスパラガスが出荷されクレームなく販売をすることができました。販売先は大手量販店から業務用と幅広く販売することができ、顧客からの評価も高く上伊那産指定での注文も多くいただきました。全国各地、アスパラガスの出荷量が減る中で今後もまだまだ消費は伸びていく品目だと思っています。

昨今、異常気象が続き過去にない猛暑、大雨など生産者の方も大変苦労されていると思います。体には十分注意してもらいすばらしいアスパラガスを目一杯出荷していただけることを楽しみにしております。



セントライ青果株式会社野菜部営業戦略室

上伊那のアスパラガスに対する市場評価は非常に高く、食味、色味、束姿全でにおいて問題ありません。弊社としては、全ての等階級および荷姿に対応する多様な販売先をそれぞれ用意し、持続的に安定した販売ができる施策に取り組んでいます。産地への要望としては、上伊那のブランドイメージをより向上させるため、夏場の品質対策を強化していただきたいです。

長野県が全国一のアスパラガス産地に返り 咲く可能性は、上伊那にかかっています。市 場を代表して、ぜひとも出荷量の大幅増加を よろしくお願いします。





営農経済部 南部営農センター 米穀・野菜指導担当 (アスパラガス専門部事務局担当)

大澤 達也



JA担当者より

JA上伊那野菜部会アスパラガス専門部では来年4月定植予定のウェルカム1年養成株 (大苗) を現在育苗しています。1年養成した大苗となりますので、セル苗 (100g) の定植と比べても本格的な収穫が翌年からでき、早い時期からの収益に繋がります。

アスパラガスは J A 上伊那の取り扱う野菜の中で所得率の高い品目です。1年養成株についても J A 菜園で1万株、さらには J A 全農長野に委託して栽培している1万5,000株ほど余裕があります。新しく作付けをされる方、面積拡大・改植をご検討されている方など、ぜひご利用ください。

詳しい内容や注文については各地区営農センター米穀野菜担当者までお問い合わせください。

- ●中部営農センター TEL 0265-96-7925
- ●北部営農センター TEL 0265-79-0636
- ●南部営農センター TEL 0265-81-1105



1年養成株とは

本来、約100gで配布する苗を、 1年かけて約300gまで成長させ た株です。





栽培はJAの協同会社、株式会社JA菜園で育苗しています。 6月に定植し、翌年3月まで管理します。

令和7年度分 3万5,000株





3月下旬から4月上旬に、予約した生産者が圃場を訪れ、株を掘り起こしてそれぞれの圃場に定植します。

早くて定植した年の夏芽から収穫が可能。翌年には本格的な収穫も可能となります。



▶ 組合長の母校で郷土食を味わう五平餅無償提供15周年記念

JAと郷土食『五平餅』を製造・販売する株式会社鈴平が管内の小学1年生を対象に五平餅を無償提供する取り組みが今年で15周年を迎えました。15周年を記念して9月3日、JAの西村篝組合長の母校である伊那市の長谷中学校でセレモニーと昼食会が開かれました。西村組合長のほか、㈱鈴平の鈴木良典社長、長谷小学校1年生と6年生、長谷中学校の生徒など約50人が出席。小学生は「おいしい」、「五平餅大好き」と言いながら口いっぱいにほおばり、郷土食を味わいました。



西村組合長とともに五平餅を食べる児童



最高位を受賞した有賀さんとアルストロメリア

▶ 有賀さんが最高位を受賞 第54回信州フラワーショーサマーセレクション

9月5日~6日に長野市のJA長野県ビルで第54回信州フラワーショーサマーセレクションが開かれ、飯島町の有賀美和さんのアルストロメリア(品種:ワンダースイート)が最高位の農林水産大臣賞を受賞しました。フラワーショーはJA全農長野とJA全農長野花き専門委員会が毎年開催しています。今年はアルストロメリアやトルコギキョウなど332点が出品。有賀さんを含め管内では11戸が入賞しました。当日は花きの魅力を消費者に知ってもらうための一般公開も行われました。

▶ 地元の老人保健施設に寄贈 『すずたけ』へタオル130枚贈る

伊那地区のJA生活部会役員経験者でつくる八の輪会は9月6日、伊那市の老人保健施設『すずたけ』にタオル130枚を贈りました。八の輪会では、地域の役に立ちたいと会員で行う交流会の際に未使用のタオルを持ち寄り、毎年寄贈しています。この日は会を代表して春日富子さんやJA職員3人が施設を訪問し、麻沼奈穂子施設長にタオルを手渡しました。麻沼施設長は「毎年たくさんのタオルをいただき感謝している。皆さんの気持ちがありがたい」と話しました。



会員から集まったタオルを手渡す春日さん(右前)



好みのブドウを買い求める来園者

▶ ブドウで来園者を笑顔に 西原ぶどう園開園

中川村のブドウ生産者11戸でつくる西原ぶどう生産組合は9月7日に今年の営業をスタートしました。10月14日までブドウ狩りが楽しめたほか、園内の直売所では収穫された季節のブドウが販売されました。組合の園地では定番の『藤稔』や『シャインマスカット』など25品種ほどを栽培しています。開園当日は『藤稔』や『ナガノパープル』などが店頭に並び、来園者は好みのブドウを選んで買い求めました。また、ブドウ狩りも行われ、おいしそうなブドウを選んで収穫していきました。



提供した西村組合長(左から2人目)と受け取った武居町長(中央左)

▶『子どもの居場所づくり推進事業』を支援 辰野町へ米を提供

J Aと上伊那農政対策委員会は辰野町の『子どもの居場所づくり推進事業』を実施している団体に対してプライベートブランド商品『伊那華の米』190kgを提供しました。町では18歳以下の子どもたちが、家庭だけでなく地域においても様々なことを学んでいけるよう子どもの居場所を設置し、子育てなどを目的とした事業を実施。賛同する団体が学習支援や食事提供など地域の居場所を提供しています。8月27日には辰野町役場で贈呈式が行われ、JAの西村籍組合長から武居保男町長へ米が手渡されました。

▶ 上伊那の秋の味覚 『小ブナ』の出荷始まる

8月30日、JA管内で小ブナの出荷が始まりました。小ブナは昔から貴重なタンパク源として養殖され、甘露煮などとして食べられている上伊那地域の郷土料理です。今年はJA鮒部会員7人が養殖し、4tほどを出荷しました。この日、中川村の根井昭男部会長は460kgの小ブナを生きたまま出荷。JA担当職員らと、泥抜きするために移したいけすから水揚げしました。根井部会長は「若い人は食べる機会が減っているが、食文化として継承したい」と話しました。



育てた小ブナを水揚げする根井部会長



新しくなった長藤ATM

▶ 使いやすくなってより快適に 長藤ATM移設

JAの旧長藤支所に隣接していたATMが敷地内の南東へ移設されました。移設に伴い8月30日に施工業者からJAへ引き渡され、稼働を開始しました。旧長藤支所のATMは長藤支所閉所後も稼働し続け、地域住民のくらしを支えてきました。今回の移設に際して、これまで夏場の冷房は扇風機のみでしたが、エアコンを設置しより快適に。入り口も段差のないバリアフリーなスロープとなりました。当日はさっそく利用者が訪れ、利用していました。

▶ トルコギキョウの10圃場を審査 第36回立毛品評会

JA上伊那立毛品評会運営委員会は9月3日に第36回立毛品評会(トルコギキョウ)の審査会を行いました。JAや上伊那農業農村支援センター、JA全農長野の職員など12人が審査員を務め、草姿や管理、病害虫の状況を確認し100点満点で採点。上伊那管内の10圃場を回りました。今年は酷暑でしたが、枯れや草丈が短い圃場はほとんどなく順調な生育です。JA営農経済部園芸課の五味雅巳花き係長は「生育初期から栽培管理が徹底できたおかげで草丈も揃った良い圃場が多く、優劣つけがたかった」と話しました。



圃場を見て審査する審査員

▶ 出荷される農産物の現場を体験・見学 生活クラブ長野 秋の交流会

生活クラブ長野は9月19日に組合員と生産者の交流を目的とした秋の交流会をJA管内で行いました。生活クラブ長野へはJAを通じて、米や果樹などが出荷されています。交流会は農産物が消費者の手元に届くまでの過程を体験・見学することで農業の楽しさや苦労を学び、農業に対する理解促進を目的に年4回開催しています。今回の交流会には会員15人が参加。稲刈りを体験し昼食をとった後、JA上伊那果実選果場を見学しました。



稲刈りを体験する参加者



発生状況を話す部員

▶ 部員と市場担当者が状況確認 JA上伊那松茸販売推進会議

J A きのこ部会松茸専門部は 9 月 20 日に J A 上伊那松茸販売推進会議をパレスたつので開きました。専門部員や J A 役職員、市場担当者など 38 人が参加。今年の発生状況などを確認しました。8 ~ 9 月ともに降水量が少なく不作の年となった昨年と比べ、降水量は少なくないものの、昨年同様に高温が続いたため、9 月 18 日時点での出荷量は低水準で推移しています。会議では他産地の出荷・販売動向や出荷における仕分けなど活発な意見交換が行われました。

▶ 育苗ハウス後利用で新たな取り組み (農)はるちか ナス収穫

伊那市の農事組合法人はるちかでナスの収穫が最盛期を迎えています。9月21日には(農)はるちかのハウス部員6人が収穫と選別作業を行いました。(農)はるちかでは育苗ハウスの後利用の1つとして昨年から3棟で栽培を開始。以前のミニトマトに比べて作業時間を短縮できるほか、露地栽培のナスと比べて皮が柔らかく、傷ができにくいという利点があります。(農)はるちかの田中二三男理事ハウス部長は「ナスのハウス栽培は上伊那でも数少ない。私たちで基準をつくり、販路拡大や生産者を増やせていけたら」と話しました。



ナスを収穫する田中理事ハウス部長



これからの管理について説明を聞く生産者

▶ 来年の春芽に大切な時期 アスパラガス 秋の栽培講習会

JA野菜部会アスパラガス専門部は9月24~25日に管内5会場で秋の栽培講習会を開きました。このうち24日に駒ヶ根市のアイパルで開いた会議には生産者30人が参加。これからの管理や共選出荷などについて確認しました。アスパラガス栽培において10~11月は養分転流期となり、光合成にて蓄積した養分が貯蔵根に流れ、来年の春芽の養分として蓄えられる大切な時期となります。JA担当職員は肥料散布や水管理などについて説明しました。



食の大切さを講演する王鷲さん

▶ 食の大切さを学ぶ 食生活セミナーが開催される

JAとJA生活部会は9月7日、健康寿命創造運動『食生活セミナー』をJA本所で開きました。部会員約120人が参加し、上田市のおうち料理研究家で食育インストラクターの王鷲美穂さんから、食の大切さや食育の取り組みを学びました。食育には『選食力』『共食力』『環境を考える』が大事だと講演。いっしょに買い物に行き、料理をつくり、食事することが食育につながると伝えました。王鷲さんは「めざすは笑顔の連鎖。地域内循環で家族も農家も笑顔にしたい」と話しました。

▶ 基準品種コシヒカリを収穫 伊那米総合試験地の稲刈り作業

JAや上伊那農業農村支援センターなどでつくる伊那米総合試験地運営委員会は9月11日、伊那市にある伊那米総合試験地で基準品種のコシヒカリなどを刈り取りました。今年はもち米や酒米を含む12品種を栽培。毎年同日の田植えと10日ごとの生育調査で各品種の生育状況を調べ、上伊那地域に適した推奨品種を選定しています。この日は関係職員7人がコシヒカリを含む中生種3品種を手作業で稲刈り。高温の影響で平年よりも1週間ほど早い刈り取りとなりました。



試験地の稲刈りをする関係職員



『穀刺し』を刺してサンプル米を取り出す検査員

▶ 全量1等米で最高のスタート 米個袋初集荷

JA管内の令和6年産米の米個袋の集荷が9月12日からスタートしました。初日の集荷には検査員やJA職員など13人が対応。JA職員が事前に申し込みのあった生産者宅等へ集荷に向かったほか、生産者自らがトラックで持ち込みました。集められた米は、検査員が『穀刺し』を袋に刺してサンプル米を取り出し、品質や水分値を検査。集荷した1,459袋すべてが1等に格付けされ、最高のスタートを切りました。今年は上伊那管内で25万5,000俵の受け入れを計画しています。

▶ 地域にふれながら楽しく知る 信州伊那栗 出荷作業が本格化

9月、信州伊那栗の出荷がはじまりました。生産者やJAなどが農地を守るために遊休農地を活用し、契約栽培で生産しています。早生品種丹沢の最盛期を迎えた13日、飯島町の一般社団法人月誉平栗の里では、15人が約1tを収穫。十分に熟し自然に落下した実だけを拾い集め、サイズごとに分けて出荷しました。1日バイトアプリで見つけて申し込んだ石倉佳祐さんは「身体を動かしながら、楽しく作業ができる。地域の人や文化に触れる良い機会になった」と話しました。



収穫した栗を選果する会員ら



























次回はサツマイモを 楽しみにしていてね♪ 寝す予定だよ。 の回はサツマイモを





























施設長 宮下香穂里

今月の情報は

猛暑を過ぎても油断は禁物です。夏から秋にかけては、日によって気温差があり、昼夜の寒暖差もあって、体へ負担が かかりやすくなります。『体がだるい』、『すぐに疲れる』など秋に生じるこれらの症状は『秋バテ』とも呼ばれます。秋バテは、 日常生活上の対策によって和らげることが可能です。

規則正しい生活

毎日一定の時間に寝起きし、朝・昼・夜の食事をきちんと摂り、規則正しい生活を送ること で自律神経を整えることができます。朝起きた直後に太陽の光を浴び、体内時計をリセットし ましょう。睡眠もしっかり取りましょう。寝つきが悪い場合や眠りが浅い場合、寝る前にスマー トフォンやパソコンを使用しないようにするなども大切です。

適度な運動や入浴

ウォーキングやラジオ体操など、軽く汗をかく程度の運動を習慣化できると良いでしょう。 入浴はシャワーではなく湯船に浸かりましょう。ぬるめのお湯にゆっくり浸かることで副交感神 経を優位にし、自律神経のバランスを整えることが期待できます。温熱作用により血流が促さ れるとともに、浮力により筋肉の緊張がとれリラックス効果が高まり、疲労回復が促されます。 入浴の際には、入浴剤を使用するのも良いかもしれません。



バランスのよい食事

疲労回復に効果的な玄米、豚肉、豆類などの良質なタンパク質、高エネルギーの食材の積 極的な摂取も意識しましょう。回復に役立つビタミン B1 の摂取が大切です (豚肉、レバー、 紅サケ、玄米、豆腐、サツマイモ、そば、ホウレンソウやグリーンピース)。また、腸内環境を 整えるために食物繊維も摂取しましょう。内臓が冷えると胃腸の不調などが起こりやすくなる だけでなく、免疫力が低下してしまいます。温かいものを食べ、白ネギ、ニラ、ショウガなど の体を温める食材も取り入れてみましょう。食べすぎは避け、腹八分目に抑えることも大切です。



十分な水分補給

夏同様にこまめな水分補給も大切です。1 日あたり 1.50目安に水分を摂りましょう。カフェイン を含むコーヒーや緑茶などは利尿作用があり水分を体から出してしまうため、水や白湯、麦茶など がおすすめです。ジュースなどの甘い飲み物は肥満や虫歯のリスクがあるため、飲みすぎないように しましょう。また、内臓を冷やさないために常温か温かい飲み物を飲むことも意識しましょう。



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**

訪問看護ステーションすずたけ **☎0265-74-0301**



医師担当表(10月11日~11月11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。 ☎0265-71-5556

	月	火	水	木	金	±
午前	麻沼(内科)	井上(内科) 10/15休診	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) 砲() (() (() (1/16) (1
午後	麻沼(内科)		小川(内科)(第1·3·5週)、後藤(整形) (第2週)、リハ診察(第4週·予約のみ)		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) 休診日……木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日・第5土曜日 午後 3:00~5:00

西箕輪診療所 **☎0265-73-3351**

		月	火	水	木	金	土
						唐澤(内科)	藤岡 (第2・4週)
午前	午前	唐澤(内科)	唐澤(内科)	唐澤(内科)	井上(内科)	塩澤(内科・胃カメラ)	(整形外科)
						原田(第2·4週)(泌尿器科)	唐澤(第4週)(内科)11月は祝日のため9日に変更
午後		唐澤(内科)	唐澤(内科)	山中(内科)	唐澤(第1·3週)(内科)	唐澤(内科)	
1	丁恆	居 净(内付)	狩野(第2:4週)(整形)	Ш+Р (РУ14)	矢澤(第2·4週)(内科)	冶学(トントイナノ	

受付時間···午前 8:30~11:30 診療時間···午前 9:00~12:00

休診日……土曜日午後・日曜日・祝日・第1・3・5土曜日)

而小野診療所 ☆0266-46-2017

	1-0.5		771 20200 40	2017			
		月	火	水	木	金	土
	午前	岩脇(内科)	岩脇(内科)11/5休診		出版(由到)	出版(中刊)	岩脇(第1・3週)(内科)
	TBU	下川(整形外科)	原田(泌尿器科)	岩脇(内科)	岩脇(内科)	岩脇(内科)	小松(第3週)(消化器内科)
	午後	岩脇(内科) 10/21休診	井上10/15休診 10/29診察(第1·3週)(内科)	矢澤(第4週)(内科) 伊澤(内科		 	
	十仮		伊澤(第2·4·5週)(内科)	塩澤(第1·2·3·5週)(内科)	プ/辛(YY14 <i>)</i>	右肋(ヒタイイ)	
ľ	受付・諸	診療時間⋯午前 8	3:30~12:00 午後 2:3	休診日土曜日午後・日曜日・祝日・第2・4・5土曜日			

夢がたくさん!仲良し3きょうだい



嶺和くんは好奇心旺盛で活発、周りを楽しませて くれる男の子。何でも集中して取り組むことができ るよ。今は家でシャドーボクシングをしたり、サイク リングでいろんなところに行ったりしているんだ☆ 最近は逆立ち歩きができるようになったよ!将来は 自衛隊や消防士、警察官、ボクサーになりたいな。 菜々楓ちゃんはおしゃべりが大好きで面倒見の良 い女の子。渓和くんのお世話をしているよ。かわい いものやおしゃれが好きでディズニープリンセスや プリキュアが特に好きだよ♡将来はバレリーナや 警察官、花屋さんや本屋さんにもなりたいな♪

両親から / 仲良くのびのびとおおきく ひとこと なってね。♥

クとともに マジッ クを披露し ます。

演をこなして 園などを中心に、

ます。

名前

の漢字から

『ごんさん』

と慕うファンも

お

マジッ

ク歴35年の伊藤権司さん。

地区の敬老会や高齢者施設、

も出向いて、

年間約50公

依

頼があれば近隣の地域へ

えました。 なる十二 ざまなマジッ 紙が元に戻るマジックや、裂 て公演1,000回の節目を迎 の社会福祉協議会主催の交流会 西春近の深妙寺で開かれ の生活に。今年7月10日、伊那市 に応じてマジックを披露してき として働きながら、 クラブに入会し、 『にじいろサロン』の出演をもっ 八番から新作まで、 お湯を注ぐ 退職後はマジック中心 当日はちぎった新聞 平日は会社員 とうどんに をどんぶ 休日は依頼 た地区 まし さま い

衣裳を身につけマジック道具を持つ伊藤さん

のは1990 伊藤さんがマ 伊那マジック を 始め

回っている。 けていきたい」 の研究にも 人生でマジックは大きな比 今はマジックを中心に 伊藤さん。 これ 5 うれる秘 と笑顔で話します 意欲を見 さんを欠かさず からも元気で続 月2回の 訣はマジ だます。

伊藤さんの性分で、 クラブ入会から公演があった日は 今では63冊目。 録を書き留めてきました。 ています。 の題目を欠かさず 重を占め、 てから手帳を使い始め、 「健康で しておおよその数字ではなく 団体名と披露したマジック 記録として残すことは すべて保管して 社会人になっ - に記録-予定や記 手帳も



【駒ヶ根市中沢】

(悟さん、美乃さんのお子さん)

嶺和くん (8歳)

渓和くん (0歳)

公演ができなかっ

たコロナ禍

菜々楓ちゃん(4歳)

笑顔でマジックを披露する伊藤さん

3 ~ 5 3 2024 10月 14

を経て大台を達成

た伊藤さ

ません ?

中部営農センター 営農経済部

登 内 亮

料理で活躍する野菜です。比較的育菜で収穫後貯蔵もでき、いろいろなタマネギは家庭菜園でも人気の野 てやすい野菜なので、 みませんか? ぜひ栽培して



◎畑の準備

肥 2 kg う。 定植をする圃場へ1 N55号10gをまいて、 する2週間ほど前には済ませましょ してください 畑へ肥料を散布する際は、 炭酸苦土石灰10g、 しっかり耕起 ㎡当たり 堆 やさい 定植を

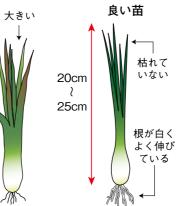
悪い苗

よく水分がある状態で行いましょう。 マルチを張る際は、 マルチ内に程

◎苗選び

想です。その他に草丈が20~5㎝、 ので注意しましょう。 苗だと越冬できず生育不良を起こす ているものや葉が枯れていないもの る苗はとう立ちしたり、 を選ぶようにしましょう。 その他にも根がしっかりし2~25㎝、葉数3~4枚が理 小さすぎる 大きすぎ

順次販売される予定ですので、 お買い求めください JA資材店舗で10月中旬ころから



◎定植

旬ころに行いましょう。条間20~25定植時期は、10月中旬から11月上

しっかりとした苗を選びましょう。

健全なタマネギを栽培するため、

ぜひ うに定植します。 根は全部土中に入れる 真っすぐに植える のが基本

◎品種

ろいろありますので、 ください。 確認してみて

タマネギの品種によって特徴が

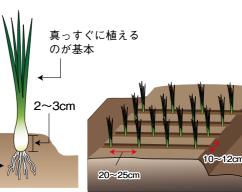
①ネオアース

生育のそろいが良い。 特に皮色が

3㎝で根が土の表面に見えない、株間10~12㎝、植え付け深さは 。定植の際は根や葉の表面に見えないよ ② O 力に優れており、年内までつり貯蔵食味に優れ、そろいも良い。貯蔵 ができる。

P黄 (オーピー





性がよく、生育旺盛なため、 濃く、つやがあり美しい。 やすい品種。 また肥大 つくり

◎収穫、 下旬までに2~3回20gずつ施用 てください。 貯蔵

げる効果があります。

m当たり、

追肥はタマネギの肥大や収量を上

やさい追肥N30号を2月中旬

貯蔵であれば茎葉を切り落とし、 を狙って収穫しましょう。 ひもやワラで縛りつるし貯蔵します。 です。長期間の貯蔵は、収穫後茎葉を ンテナなど通気性の良い日影で良 たタイミングで行います。 収穫は葉の倒伏が80%ほどにな 短期間の 晴天の日 \Box







は冬季の剪定により改善が必要です 影が多くなります。そういった場合

◎黄色系の品種について

食味も良くなります。 がありますが、日当たりが良いため ントシアニンが発生し、 い斑点やピンク色の模様になる場合 黄色系についても条件が揃うとア 部分的に赤

片面が日に当たらない場合は果実を

いる葉を摘む程度とします。

また、

くるっと回す『玉回し』も行うと良

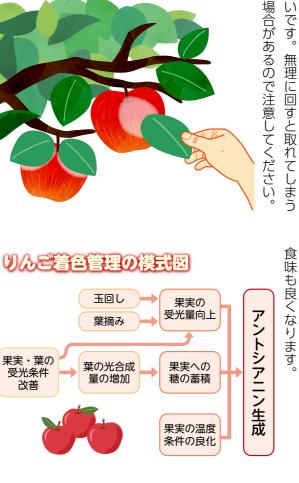
を持っていますので、

果実に触れて

ます。葉は糖の蓄積にも重要な役割 らいに着色したころから葉摘みをし ます。目安としては葉型が分かるく

業を収穫の1

ヵ月前から徐々に行い



うに見えますが、 着色をするのか確認し、これからの 管理に役立ててください

◎着色の仕組み

赤く見えるようになります。このア アントシアニンが増加することで、 シアニンという色素です。 ントシアニンの生成には①温度②日 リンゴの赤く見える成分はアント 果皮中の

はふじの収穫が始まります。

きれいに赤く着色するとおいしそ

どのような原理で

ルドの『りんご3兄弟』や11月から

秋映・シナノスイー

シナノゴ・

シーズンになります。これからは、

①温度

ています。

涼しくなり、

本格的なリンゴの

やさしい 果実栽培

•

の着色

北部営農センター営農経済部

兼

子

敦

ます。 15℃、ふじでは10~12℃とさがるでは20℃、シナノスイー 品種により温度は異なりますが、 しにくいのはこの温度が関係してい ます。近年は温暖化の影響で着色が アントシアニンは温度較差ではな 一定の低温によって増加します。 ふじでは10~12℃とされてい トでは つ

② 日 照

場合があるので注意してください

色が良くなります。 発生を促す効果があり、葉摘み作業 などにより日当たりを改善すると着 日照は直接的にアントシアニンの

③糖の蓄積

います。 は、 す。 るには健全な樹であることが重要で も生成されます。果実中の糖を高め アントシアニンは果実中の糖から 糖の蓄積を阻害してしまい着色 病気やハダニ等による早期落葉 食味も悪くなってしま

果実に日を当てるために葉摘み作 ◎収穫前の管理(着色管理)

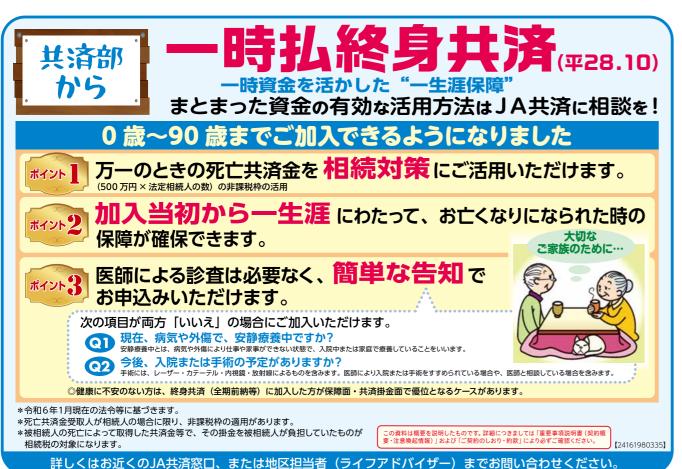
過ぎる場合や、下枝はどうしても日色が悪くなります。元々の枝数が多根本的に日当たりの悪い部分は着

支柱たて

枝つり

徒長枝切り







Lenter Till

実りの秋を

満喫してください

現在、収穫体験としてリンゴ狩り

が開園中です。とれたて市場ではリ

ンゴやナシ、ブドウを販売してお

ります。イベントは10月26日(土)、

27日(日)に新そばまつり、11月3日

(日)は秋のみはらしまつりを開催し

ます。2週続けてのイベントで、皆

さんのお越しをお待ちしております。

『ファーマーズあじ~な』と『ファームテラスみのわ』 では店内に精米機を設置し、店内で精米するため年間 を通して新鮮なすりたての米を味わうことができます が、いよいよ『新米』に切り替わる時期となりました。

新米の販売は 10月11日 (金) からです!

新米で『食欲の秋』を楽しみましょう!



ファーマーズあじ〜な

地元産の新鮮な 野菜・果実が並びます

今月の農畜産物フェアは10月26 日(土)、27日(日)です。地元産の新 鮮な野菜や果実のほか、店頭では伊 那華のみそ娘を対面販売します。

また、贈答商品を承っております。 その場で発送の受付もしております ので、上伊那のおいしい農産物を遠 方の知人に送る際にはぜひご利用く ださい。





 $9.00 \sim 18.00$

11月~3月 毎月第1水曜日 0265-78-0701

9.00 ~ 17.00 定休日 年末年始 伊那市西箕輪 3416-1 所在地

0265-74-1805

ファームテラスみのわ

実りの秋収穫祭を開催

11月16日(土)、17日(日)は実り の秋収穫祭を開催します。当日はリ ンゴ、ミカンの詰め放題を行います。 また、リンゴの贈答販売・発送受付 も行います。少し先ですが、今のう ちからご予定を!恒例の農畜産物 フェアは10月19日(土)、20日(日) です。







19 3~53 2024 10月

『楽しい!』の一歩先へ》

箕輪町支所 組合員組織課 有賀智子

JA長野県女性協議会主催の『JA長野県女性のつど い』が9月25日に長野県伊那文化会館であり、JA上伊那の 『マツケンサンバⅡ』がオープニングを飾りました。総勢 42名のステージ披露は会場の皆さんを元気にさせるだけ でなく、私たちもチーム一丸となり楽しむことができ、 また生活部会の絆をPRできる良い機会となりました。 1年前…女性まつり、家の光大会のオープニングが『マ



ツケンサンバⅡ』に決まった時からオレー♪オレー♪の音 第27回女性まつり 🐵

★☆★ 家の光大会 ★☆★

[日程]令和6年12月14日(土) 【時間】12:00~15:30 (11:30 受付開始)

[場所] 長野県伊那文化会館 大ホール

【参加費】無料 ※バス送迎あり (生活部会員は無料

テーマ:「ちょっと人生楽しみなさいよ!」 ・お楽しみ抽雑会

◆材料(3~4人分)

楽が頭から離れず、四六時中振り付けを考え、"マツケン中毒"になってい た日々を懐かしく思い出します。仲間とともに笑い合い、力を合わせ一つ のことをつくり上げる、楽しい時間を過ごせることを幸せに思います。

苦手なことや消極的になることもある中、考え悩みながら一つの目標に 向かい努力したその先に、『楽しい!』を越える瞬間があります。達成した 時の感動を分かち合えるのは仲間がいるからこそ。仲間がいるって本当に 幸せで素敵なこと。

今年も元気いっぱい開催します!生活部会一大イベント女性まつけ・家の光 大会!本部役員の皆さんと力を合わせ、会場が一体となり笑顔が溢れる大会 になるよう準備を進めています。仲間やご家族のみなさん、大切な人たちと お誘いあってぜひご参加ください。『楽しい!』 を越える時間をみんなで共有しましょう。

そこはきっとキラキラした新しい世界☆







お申し込みいただいた方に後日詳報とタケットを送付します。 *主 僧:JA上伊那・JA上伊那生活館が

サツマイモのみたらし団子

駒ヶ根支所 組合員組織課 征矢和加奈



サツマイモ (皮をむいて) ····· 正味 100g

白玉粉······ 50g

グラニュー糖 …………………… 小さじ 1

みりん …………………… 小さじ1

グラニュー糖 ……………… 小さじ1

◆作り方

- ① サツマイモは皮をむいてひと口大に切る。竹串が すっと通るまで蒸す。
- ② 白玉粉をポリ袋に入れ、すりこ木などでたたいたり して粉末にする。
- ③ ボウルに①②、グラニュー糖を入れて練り混ぜ、 まとまってきたら手でしっかりこねる (やけどに注 意)。手を水でぬらしながら15個の団子状にする。
- ④ たっぷりの湯を沸かし、③を4分ほど茹でる。浮 かんできたら冷水にとって冷まし、ざるに上げて水
- ⑤ たれの材料を全て小鍋に入れて中火にかけ、とろ みが出たら④を加えて絡める。好みで串に刺す。
- ※さつまいも団子はあんこをつけたりニョッキに してスープの具に入れても良い。

ホクホクした食感と甘みがおいしいサツマイモは、 おかずからスイーツまで様々な料理に大活躍!栄養も 満点で特に美肌に欠かせないビタミンCが豊富です。 でんぷんに守られているので、壊れにくく加熱しても 効率よく摂取できます。ただし、10分以上水にさら すと栄養素が減少してしまうので注意が必要です。



リレーエッセイ

料理って楽しいものですね

令和6年度 箕輪町支所生活部会長 向山恵美子



す。料理って楽しいもの る毎日。そして、石のL は自分で調味料を合わせ は自分で調味料を合わせ たよ!」と言われる日も たよ!」と言われるます。 ることになってしまいました。対動になり、利用者といっしょに対動になり、利用者といっしょに対力となく…。 て余裕がでてきたはずなのに、そ 所でどうぞ。 言われてしま 「そろそろまともな料理をするように」 みなさ 料理本を広げては頭を抱え四苦八苦す 子育ても終わり同居家族も少 料理って

します。

開いたことのな

せて料理を

して

Ŏ

は

今なら言えま

上にも三年。

今で

たくさんの野菜で たくさん楽しみまし れる日も。 σ 野菜を-のです ようね たくさん さん お近く ね。)料理をh0使 直売

いころから料理が いました。 んと料理して 好きではあ 家族から、「ない」、 事と勤: いバ 「ただ炒めただ ま には そのスタンなくなっ 8 Afを使っ お惣菜 がでした。 Ŋ #



肉団子のしょうゆ甘酢あん・・・・・・

材料 (3~4人分) ◆たね◆ 豚ひき肉 …… 300g

タマネギ (みじん切) … 1/2個 パン粉 ………20g 紹興酒(または酒) … 大さじ1

きび砂糖 (または砂糖) … 小さじ 1 ショウガ (すりおろし) …… 少々 塩コショウ………適宜 ◆しょうゆ甘酢あん◆ きび砂糖(または砂糖) …… 大さじ2と1/2

よに料理

へと異

神様

から をす

しょうゆ …… 大さじ1と2/3 酢 …… 大さじ1と1/3 紹興酒(または酒) … 大さじ1 片栗粉 …… 小さじ1弱

サラダ油 ……… 適量 ゴマ油………適量



〈作り方〉

- ①ボウルにたねの材料を入れてよくこ ねて、食べやすい大きさに丸めて肉 団子をつくる。
- ②しょうゆ甘酢あんの材料を合わせる。 ③ サラダ油を 160℃に熱し①をきつね
- 色になるまでじっくり揚げ、一度取 り出し、180℃に温度を上げ二度揚 げしカリッとさせる。
- ④ フライパンを弱火にかけ、肉団子と しょうゆ甘酢あんを加えてとろみが つくまで混ぜ合わせる。仕上げにゴ マ油を回し入れ完成。

••••• ゴーヤのお浸し ••

材料(作りやすい分量)

ゴーヤ …… 小1本 かつお節 ……… 少々

゛しょうゆ⋯⋯ 大さじ1 みりん …… 大さじ1 ゴマ油 …… 小さじ 1 赤唐辛子 ……お好みで少々

〈作り方〉

- ①ゴーヤは白いワタの部分をき れいに除き薄切りにする。
- ② 切ったゴーヤを手早く茹で、ざ るに上げて冷まし、しっかり
- ③ボウルにAの調味料を入れ ゴーヤと混ぜ合わせ冷蔵庫で 冷やす。
- ④ 器に盛り、かつお節をかけて完成。



【たれ】

るでよるコミュニティ 連絡所

上伊那地区3局のケーブル 放送内容 テレビ局を通じ、JA上伊那の 10月10日(木)より 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 10月24日 (木) より します。ぜひご覧ください。

JA上伊那の動き ~9月~

農産物が届くまで

	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
エコーシティー 駒ケ岳 ※偶数週は 木曜のみ放送	奇数週 18:30 22:30 偶数週 13:20 22:30	6:30 9:30 19:30	23:20	11:20	13:20	18:20 22:20	6:30

※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

農産物が届くまで

10月24日(木) から放送!

南北に広い上伊那管内では、米をはじめ野菜や果物など さまざまな品目が栽培されています。生産者の皆さんが丹 精込めて育てた農産物が消費者に届くまでを紹介します。





クルマ買取・ 委託販売の

専門店



クルマの

ことなら



https://auto-pal.co.jp/

もしもの ときは

ふれあい・語りい・地域と共に 株式会社 でRAFE COLLID

https://grace-ja.com/

	孟	融移動占舗 『かみ	ま~る号	連行予	正 表		
月曜日	小野地区 川島地区	ファミリーマート小野 10:00~12:0		川島介護予防センター 13:30~14:30			
火曜日	伊那里地区 美和地区 手良地区	市野瀬公民館 10:00~11:00	伊那市長谷 11:30~	総合支所前 ~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	0	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 11:30~	り集会施設 ~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8月

農畜産物販売高 46億3,586万円 3,104億8,170万円 貯金高(平残) 貸出高(平残) 786億9,647万円 長期共済保有高(長期保障) 8,679億6,639万円 購買品取扱高 49億3.428万円 (組織の状況)

正組合員 14,178人 准組合員 16.564人 25,067戸 組合員戸数 出資金 79億8,392万円 固定資産(帳簿価格) 81億7,463万円 職員数(臨時職員含む)

理事会報告 令和6年9月27日

(決議事項)

■出資□数の減少について

■当組合における取引のリスク評価書(特定事業者作成書面)の定例改 正について

以上理事会にて決定いたしました。

上伊那米だより

令和6年10月 第 310 号 発行 JA 上伊那 米穀部会

≪米穀販売情勢≫

営農経済部 米穀課

令和 6 年産米の概算金は『コシヒカリ A 1等』で1俵当たり16,290円(前年差+3,780円)です。全国的な需給状況 と他産地動向、生産現場での資材・燃料の高騰などの諸要素を検討し、大幅な値上げとなりました。JA上伊那 では事前契約や複数年契約を拡大しながら、中食等の安定した販路を確保してまいります。

生育は6月から非常に高温で経過したため、成熟期も前進し9月4日から施設を稼働し収穫を進めてきました。 8 月末に発表された作況では長野県は平年並みと予想がされており、伊那米総合試験地の調査においても穂数は平 年並み、登熟も良いことから平年並みの収量が予想されています。

≪高温対策肥料(土壌改良材)の活用について≫

中部営農センター 平澤 智紀

胴割れ

乳白

本年は生育期間中に高温が続いたため高温登熟障害よる胴割れ米や乳白粒、白未熟粒の発生が多くなっていま す。次年度の米の品質維持のため土壌改良材の施用をお願いします。

○高温登熟による胴割れ米

発生要因: 出穂後、10 日間の日最高気温の平均が30℃以上で、日射 過多の日が続いた場合に発生します。

○高温登熟による白未熟粒

発生要因: 出穂後、20 日間の平均気温が 26℃以上で、曇天が続き(日 射量不足)、籾数が多いと発生します。また、同様の気象 条件で、倒伏した場合も、玄米へのデンプン集積が阻害さ れて発生します。

【高温対策:土づくり】

○耕起: 耕土の深さは 18 ~ 20cm くらいの深耕を標準とし、合わせ て土壌改良資材、有機質の投入を図り根の活性化を促します。

○たんぼの味方 Si

使用:10a 当たり60kg (3袋)を全面散布します。秋施用、春施 用とどちらも散布可能ですが、秋耕起と同時施用すると稲わ らの腐熟が進みます。

効果:上伊那管内の土壌に合わせて配合した土壌改良材です。りん酸・石灰・けい酸の他、微量要素をバ ランスよく配合していますので、気候の変動に対して安定した稲作ができる土づくりが期待できま す。

〇けい酸加里プレミア 34

使用:出穂 $40\sim45$ 日前 (6月中旬 ~7 月極上旬) に 10a 当たり 20kg (1 袋) を全面散布します。

効果:細胞壁の硬化による病害虫耐性、対倒伏性の向上、蒸散の抑制による水ストレスの減少や根の活性 化による養分吸収力の向上等により、白未熟粒の発生を抑制します。

【令和6年産米出荷のお願い】



令和6年産米の収穫は、平年より1週間ほど早いスタートとなり ました。収穫は天候に恵まれ順調に進みました。高温による品質低 下や収量の低下が懸念されていますが、上伊那米は品質の良さで販 売先から好評価をいただいています。1俵でも多くの出荷をお願い いたします。





気の光 12月号・1月号・

7か月購読のご案内!



令和6年12月号~令和7年6月号まで

364円 お得な

7か月購読をおすすめしています!

購読料 5.316_円

購読申込書

	電話番号	12月号のみ	1月号のみ	12・1月号セット	7か月購読		
氏 名		1,027 円	922 円	1,949 円	5,316 円		
		ご希望の欄に○印をお願いします。					

※料金は全て税込です。

- 締め切り 10月31日(木) 各支所 組合員組織課くらしの活動相談員まで
- ・ご記入いただいた個人情報は「家の光」に関する手続き、ご案内以外の用途には使用いたしません。



本 所 …………11月9日(土)、10日(日)

くらしのセンター 上伊那LPガスセンター

農機伊那センター …… 11月 9日(土)

オートパル上伊那

ファームテラスみのわ …… 11月16日(土)、17日(日)

※10月1日現在。詳細はチラシや支所だより等でご確認ください。

南箕輪支所……… 11月23日(土・祝)

伊那支所……… 11月16日(土)

美篶手良支所……… 11月 2日(土)、3日(日・祝)

春富支所············ 11月 2日(土) 辰野支所·········· 11月16日(土)

箕輪町支所 …… 11月23日(土・祝)

駒ヶ根支所 ……… 11月 9日(土)、10日(日)

駒ヶ根東支所 …… 11月23日(土・祝)

飯島支所……… 11月16日(土)

中川支所------10月19日(土)

宮田支所············ 11月16日(土)、17日(日)

東部支所……… 11月16日(土)

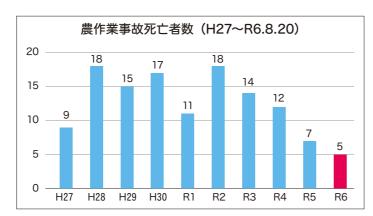
② | 3 --- ら 3 | 2024 10月 202

農作業事故が多発しています!

学ぼう!正しい安全知識

長野県内では令和6年農作業による死亡事故が5件、そのうち、4件の事故が65歳以上となっており、高齢農業者による事故の割合が高くなっています。また、近年では死亡事故には至らない重傷事故が増加しており、特に農業機械の転倒・転落事故が増えてきています。(R5 重傷事故:15 件)

家族や仲間同士で声を掛け合い、安全に農作業をしましょう。



【長野県農村振興課まとめ、令和6年8月20日現在】

事故防止のための注意点

★シートベルト・ヘルメットを着用しよう!

農業機械を使う時は、シートベルト及びヘルメット等の保護具を着用しましょう。また、作業時の服装についても危険がないか確認しましょう。

★農業機械は走行中の転倒・転落に注意!

直角カーブ・鋭角カーブ・坂道走行・狭い道幅・草むらなどではスピードを抑えましょう。



★こまめに休憩をしましょう!

★ひとりでの作業はできるだけ避けましょう!

ふたり以上で作業し、お互い異常がないか確認しあいましょう。



★作業前に、ほ場内の危険箇所を確認しましょう!

ほ場内で作業に支障がでるような枝や障害物がないか確認しましょう。

出典:長野県・長野県農作業安全推進会議の資料を参考に作成

『JA上伊那キヤリア採用募集!

JA上伊那では令和7年4月から正職員として働ける、 経験豊富な社会人の方を対象としたキャリア採用を実施 します!

あなたのキャリアをJA上伊那で生かしてみませんか?

【募集職種・人数】

総合職(事務・営業・営農指導・購買・販売等)5名

【年齢条件】

40歳以下(令和7年4月1日時点) ※長期勤続によるキャリア形成を図るため (年齢範囲外の方はご相談ください)

【基本給】

197.700円~

職員給与規程に基づき、決定します。

【応募書類】

- (1)履歴書 ※任意様式で可・希望職種を必ず明記してください。 (2)職務経歴書
- (3)自己PR文(A4·1枚程度)※最終選考日までにご用意ください。 →これまでの経験をどう生かすか、何をしたいか等を 具体的に教えてください。

※当日持参可・ただし一次選考時に限る

※上記の他、ハローワーク紹介状(ハローワークにて発行)がある場合は同封ください。

送付先】

〒396-8510 長野県伊那市狐島4291 上伊那農業協同組合 総務企画部 人事教育課 宛て

【募集締切】

毎月27日締切 ※10月~12月 毎月受付

※応募書類を持参される場合は、平日の営業時間内 (9:00~17:00) にJA上伊那本所2階 総務企画 部 人事教育課へお持ちください。

その他求人詳細は最寄りのハローワークまたはハローワークインターネットサービスにてご確認ください。 ご不明点は総務企画部 人事教育課

(0265-72-6237) までお問い合せください。





令和6年度『上伊那 農業経営講座』開催

農業を取り巻く環境は日々変化しています。農業経営者自らが農業簿記の記帳に基づいて経営の状態を把握し、経営改善のための適切な判断や具体的な対策をとることが必要です。そのためには、農業経営の基礎知識や実務能力を高める努力を継続的に行うことが不可欠となります。そこで、自らの経営で実践できる農業簿記の基礎知識習得および経営管理能力の向上を図るため、下記のとおり本講座を開催します。

◆日 和	≣ No.	開催日	時間	内 容	会場
	1	11月27日(水)		① 開講式~農業経営とは~ ② 申告のための準備について	
	2	12月4日(水)	13:30 ~ 16:00	③ 農業簿記の必要性について ④ 貸借対照表と損益計算書の見方	
	3	12月11日(水)		⑤ 農業特有の取引について ⑥ 取引と記帳の仕方	JA上伊那 本所会議室
	4	12月18日(水)		⑦ 決算整理の取引について	本 川 云 祇 王
	5	12月25日(水)		⑧ 貸借対照表と損益計算書の作成⑨ 決算書の活用について	
	6	1月8日(水)		⑩ パソコンを用いた農業簿記の体験 ⑪ 閉講式	

5物 電卓、筆記用具、できればノートパソコン(無線LAN内蔵)。パソコンをお持ちでない方も受講可能ですのでご相談ください。

◆参加費 テキスト代金として1,760円を、第1回講座の際に徴収させていただきます(農業簿記3級教科書・問題集)。

◆申し込み 11月6日 (水) までに下記までお申し込みください。定員15名 (申し込み先着順) となります。

【申し込み・問い合わせ先】 上伊那農業農村支援センター TEL 0265-76-6842 技術経営普及課 FAX 0265-78-9349

② 3-53 2024 10月 2024

information information 1



JAカード新規お申込みで まごころ商品券1,000円分プレゼント

JAカード特典

- 1 初年度年会費無料
- 2 JA直売所でのお買物で5%割引!
- 3 JAグループの店舗(直売所・給油所は除く)でのご利用で通常のポイントに加えて プラス2%ポイント還元!
- 4 ETCカードの新規発行手数料、年会費が無料



伝金のお受け取りはJA上伊那

お引越しキャンペーン実施中!

キャンペーン期間中に年金受取口座を他金融機関からJA上伊那に変更していただいた方に

2品から選べるプレゼント(3,000円分)に加えて 支所オリジナル商品(1,000円相当)をプレゼントロ

どちらか

次の2品からおひとつお選びいただけます。



JAまごころ商品券 3,000円分



1,000円相当∗を

※詳しくは最寄りの金融窓口へ お問い合わせください。

みんなのために あなたといっしょに

② 3~53 2024 10月

JA上伊那 お問合わせは、 最寄りの金融窓口へどうぞ。

南 箕 輪 支 所: 南 箕 輪 村 4 9 3 9 - 1 TEL.0265-72-2191 西 箕 輪 支 所: 伊那市西箕輪6579 TEL.0265-72-5285 伊 那 支 所:伊那市荒井3668 TEL.0265-72-4189 美篶手良支所:伊那市美篶4285-2 TEL.0265-72-3135 支 所:伊那市富県7285-2 TEL.0265-72-5278 春 富 支 所:伊那市東春近2784 TEL.0265-72-5291 西 春 近 支 所: 伊那市西春近5146-2 TEL.0265-78-3214

https://www.ja-kamiina.iijan.or.jp JA上伊那

辰 野 支 所: 辰野町大字伊那富2809-1 TEL.0266-43-0113 箕輪町支所: 箕輪町大字中箕輪9503 TEL.0265-79-3212 駒ヶ根支所: 駒ヶ根市東町4-3 TEL.0265-81-1103 駒ヶ根東支所: 駒ヶ根市中沢2512 TEL.0265-82-3196 飯 島 支 所:飯島町飯島1427-1 TEL.0265-89-1101 中川支所:中川村大草4074 TEL.0265-88-3006 宮田支所:宮田村3328 TEL.0265-84-1218 東 部 支 所:伊那市高遠町小原733 TEL.0265-94-2475



利上乗せ定期貯金

- ◆販売対象 個人の方の新規預入(ニューマネー又は当座性からの振替のみ)
- ◆預入期間 1~3年 ◆預入金額 20万円以上 ◆募集総額 50億円

(募集総額に達した場合、取扱期間中であっても 募集を締め切らせていただく場合があります。

グループ・10及びグループ・20で該当した項目に応じて 店頭金利に最大 年0.25% 上乗せ

グループ① 上乗せ利率0.10%

●JA上伊那の組合員(正・准)

グループ2 上乗せ利率0.15% ※以下2項目該当

- ●NISA口座開設者 ●年金受取口座の契約者(予約含む)
- ●給与振込者(農産物代金5万円以上振込者含む) ●JAカード契約者
- ●JAバンクアプリプラス(JAネットバンク) ●5大公共料金口座振替(2種類以上)

※各項目は既往利用者及び新規申込者とします。

※金利上乗せ グループ①のみ0.10% グループ②のみ0.15% グループ①②0.25%

◆中途解約について 原則中途解約はできません。中途解約の場合は、当JA所定の中途解約利率が適用となります。

● お受取利息には20.315%(国税15.315% 地方税5%)の税金がかかります。他商品との併用は不可。 ATM・ネットバンクからの預入れはできません。

他の定期貯金からの預替えはできません。

NISA□座や課税□座の開設に関する最終的な判断は、お客さまご自身で行っていただきますようお願いします。 ◆NISA、投資信託に 投資信託は預貯金とは異なり、元本の保証はありません。

申投資信託は預金保除・貯金保除の対象ではありません。

詳しくは、契約締結前交付書面、投資信託説明書(交付目論見書)でご確認ください。

上伊那農業協同組合 登録金融機関 関東財務局長(登金)第484号



information —





上伊那LPガスセンター TEL 0265-78-1165

くらしのセンター TEL 0265-76-1941





オートパル伊那店 TEL 0265-76-0231

農機伊那センター TEL 0265-78-8900 訪問日チラシコーナー 訪問日チラシコーナー





JA上伊那独自!

国消国産』『地産地消』活動を実施します!

10月16日は1945年に国連食糧農業機関(FAO)が設立した日で、1981年に国連が『世界食料デー』 に定めた日です。これにあわせ、JA全中が2021年、当該日を『国消国産の日』として制定し、日本記 念日協会に登録しています。

JA上伊那では『国消国産』『地産地消』への理解促進や地域住民の意識醸成への取り組みとして本所 の食堂『すずしろ』にて活動を行います。上伊那産を意識した食事をお楽しみください。



間 : 10月16日(水)~22日(火) ※土日は除く

内

: メニューで使われている上伊那産食材を紹介

『国消国産』ポスターの掲示

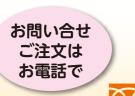


期間中の昼食はぜひ『すずしろ』で!皆さまのお越しをお待ちしております。

訪問日チラシコーナー







……* お申し込みはお早めに *……



訪問日チラシコーナー

訪問日チラシコーナー

ご自宅へお伺いいたします!



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 くらしのセンター 0120-972-223 TEL, 0265-76-1941

下記の日時にて開催いたします

《JA上伊那まつり 上牧会場 秋の大相談会》 11月9日(土) くらしのセンター

午前9:00~午後4:00まで

11月6日(水) 美篶手良支所 11月7日(木) 11月12日(火) 箕輪町支所 11月14日(木) パレスたつの

AM9:30 ~ PM12:30 まで

※状況により、展示会が中止になる場合もございます。

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



お車ご購入又は車検ご入庫いただいたお客様に

がツツツ・軽油

1年間 いつでも 何度でも

円引

- ■お車ご購入又は車検ご入庫頂いたお車に対し1年間受けられる割引サービスです。
- ■オートパル上伊那各給油所(南向スタンドは除く)にて、給油時にご提示で、ガンリン・軽油が1Lにつき、店頭価格より7円引となります。
- ■クレジット決済も可能です。但し、エネキーはご使用頂けませんので、お持ちの方は、元のカード(エネキー作成時のクレジットカード)をご利用ください。

販売 0265-76-0231

0266-43-3475

オートパル駒ヶ根 整備 0265-81-1110 オートパル南部 整備 0265-86-2130 販売 0265-81-1111

営業時間変更のお知らせ(令和6年3月~) ※変更箇所は赤字で表示(10月1日より)

		西箕輪 SS	伊那 SS	美篶 SS	春富 SS	西春近 SS	東部中央 SS	駒ヶ根 SS	中沢 SS	飯島 SS	七久保 SS	みのわ SS	北部 SS
Ŧ	肜態	セルフ	フル	フル	フル	セルフ	セルフ	セルフ	フル	セルフ	スプリット	セルフ	フル
党	平日	7:00 ~ 19:30	7:30 ~ 18:00	7:00 ~ 18:00	7:00 ~ 19:30	7:00 ~ 19:00	7:00 ~ 19:30	7:00 ~ 20:00	8:00 ~ 18:00	7:00 ~ 20:00	7:00 ~ 19:00	7:00 ~ 20:00	7:00 ~ 19:00
営業時間	土	8:00 ~ 18:00	8:00 ~ 18:00	8:00 ~ 17:00	7:00 ~ 19:30	7:00 ~ 19:00	8:00 ~ 18:00	7:00 ~ 20:00	8:30 ~ 17:00	7:00 ~ 20:00	8:00 ~ 18:00	8:00 ~ 19:00	8:00 ~ 18:00
間	日祝日	8:00 ~ 18:00	8:00 ~ 18:00	8:00 ~ 17:00	8:00 ~ 18:00	8:00 ~ 18:00	8:00 ~ 18:00	8:00 ~ 19:00	8:30 ~ 17:00	7:00 ~ 20:00	8:00 ~ 18:00	8:00 ~ 19:00	8:00 ~ 17:00
定	:休日	_	日曜日・ 水曜日	日曜日・ 水曜日	日曜日	日曜日・ 水曜日	_	_	日曜日・ 水曜日	_	_	日曜日	日曜日
オ	イル	0	×	O*	0	×	0	0	×	×	0	O*	0
ž	先車	0	×	O*	0	×	0	0	0	0	0	O*	0
ſ	乍業	0	×	O*	0	×	0	0	×	×	0	0*	0
カー	メンテ	0	×	O*	0	×	0	0	×	×	0	O*	0
*1	※作業時間は 10:00 ~ 16:00 となります。ただし、火曜日(特売日)の作業はお断りさせていただきます。												

自然な暖かさで身体を「しん」から温めてくれます。 令和6年 優しい暖かさです。 JAでは豆炭こたつ・あんか、テンカ炭・練炭・

木炭も取扱っております。

※詳しくはJA担当者にお問合せください。



もしもの時(地震等の災害)に備えて、一家に一袋ご用意ください。

☆ミツウロコ豆炭こたつ

70cm (木足) 35,500円 (税込)

90cm (木足) 38,500円 (税込)

☆テンカ炭 (32個入り)

1,080円(税込)

早めの注文をお願いします。

ご注文締切日 10月 31日(木)

11月1日より冬期価格に変更になります

JA上伊那 くらしのセンター ~お問い合わせ、ご注文はお電話で~

ळ 0120-972-223 ☎0265-76-1941

37 | 3~53 | 2024 10月 3~53 2024 10月 36 もらっ

もしれませ

んが、

ね。

鈴虫の 音色· を聞く せ んで

た。

パピカ 残

残念ですね。

原因は

一体何だったの

か

か

見える時が

ね

後に

ふさ

わし

最高の思い出になると

● 今年度で保育園は最後になるんです

ね。

最

鈴虫の音色はとってもきれ

いなので本当に

年楽し 我が家で採れ 今年は昨年飼っていた鈴虫が孵化しなくて、) 月 中 毎 も藤稔は食べ みに育てて 年これだけ甘 旬 に収穫 ·宮田村 たお 本の 食べてみたい ま 食べてみま ſι い今 N ح たがと 年の ます。 L٦ えて 11 って

ピンクウサギさ 今年は大粒な 主人が

青 い空に美しく浮かぶ白い雲。 合わ せ 「あり

 σ

んが何かを伝えに現れたのでし 幸 の ·伊那市 亡き夫の顔と 酒井洋子さ がとう」 と涙

と言って、 自分の読みたい本 から好きな本の傾向を 「おばあちゃんにい るところに優し んの好きな本わかって おばあち 学校図書の 小さ 駒ヶ根市 が学校から帰って した。 ŧ さを感じます やんのため いながら優し とい も わか もの らって ユー って ŧ 宮栄子さ を思っ る きた いた か 今度見て ん予報のサ 星空を眺めるの 空を通り見られる日を調べて、 5

見たこと

ま

らせんで

もち

·伊那市

丸山秀子さ

ようと思います。

晴れるといいな。

同級生もリンゴが届く

の

を楽し

みに です

1)

ではないで

どうにも暑くていつまで続くこの暑さ!

今年

日(水)は『国消国産の日』となります。『地産地消』を意識してみることで、ひいては『国消国産』につながります。『地産地消』は新鮮なものが食べられる、地域の活性化につ

短

61

の

服は薄着で

すが、

そろそろ秋の彼岸を迎えようとす

るこのごろ

につ

いても知り

ませんで

した。

持ちつ持たれつの関係

()

い

ね

きっ

٢

輪町

と感心しうれ

本の里山

いなや 先日、

孫息子

『きぼう』

がこ

最近、

同級生か

0

茶豆が

き

できる限り見

さっそく茹でてい

ただき ランド

毎

年こ

みよう』

楽し

みにし

長野の

ンゴを

に送って

ような暑さで 象は昨年9月20日ごろまで続きま ℃を超える真夏日が続いています。 のですが 「残暑ではなく 待 ひと雨ごとに涼しくなっていくと思 なろう た。 市 せ 夏の延長なのでは」と思う Р 11 が待ち望まれる今日このご なので が た昔が懐か 伊那市 ŧ る のに、 あり したが、 風太郎さ この異常気 ますが、 く思い出 連 日 30 これ

> の

寒く ガキを

なったように感じ

秋

短

を機に、産地への意識を高めてみれなど多種多様な農畜産物が手に乳など多種多様な農畜産物が手に引など多種多様な農畜産物が手におかげさまでこの上伊那では米をおかけるまで、

かの

いただいた時はあれだけ暑かっ

さに弱い

ながるなどのメ

メリットが、地域の

ħ

は何かと寂 年間通い続け 来年から 人き ね 小学生です 11 の 末っ子 袁 ·応援. の もあと半年 で最後と め 保

な

松茸

表紙紹介【頑張る研修生】

白鳥美香



娘

撮影<mark>者</mark>:今村 豊さん 撮影地:中川村

の 編集者 ポ 1]

今。あのころりとうことが少なくなったどを思い出しました。車での移動とを思い出しました。車での移動 ▼32ページにもあるよう敵だなと思いました。 (1) を楽しみながら、街を歩くの今。あのころのように季節の いたら風に乗っ てきました。なれてキンモク・道路を 小学生のころ 車での (上條梨緒)

年この瞬間を楽しみにし うな時ですい。・



き焼のたれ

エーコープ すき焼のたれ 500ml 本体価格 229円(税込 247円)

今月のおすすめエーコープマーク品は、「すき焼きのたれ」をご紹介します。

信州産の牛肉(プレミアム牛やアルプス牛)・豚肉(信州ポーク)は肉質・味とも非常に評価が高く、A・ コープ店でも大変ご好評をいただいております。

これからの時期、牛肉・豚肉を使ったおすすめメニューはなんといっても家族みんなでお鍋を囲む「す き焼き」です。すき焼きには肉以外に野菜(白ネギ・タマネギ・春菊・白菜・大根・ニンジン・しいたけ・ 舞茸・えのき茸・エリンギなど)や焼き豆腐・麩・白滝・たまご・うどんなど一度に10から15品目が摂れ、 栄養バランスに優れた家族との会話も増える楽しい献立です。

~おすすめポイント~

- ① 本醸造しょうゆに砂糖やかつおだしをバランスよく合わせた口当たりのまろやかなたれです。
- ② 化学調味料や着色料は使用していません。
- ③ 肉じゃがや牛丼・親子丼などさまざまな料理にもお使いいただけます。

熱した鍋に牛脂を溶かし牛肉を軽く焼いたところで、本品とほかの材料を加え、全体に火が通れば できあがりです。ちょっぴり甘口のたれですので、お好みによりお湯(またはだし汁)で味を整えて ください。化学調味料を使っていませんので、肉や野菜のうま味を損なうことなく素材そのままのお いしさを引き立てます。

【長野県A・コープからのお知らせ】

10月10日(木)~10月31日(木)の期間中、「長野県A・コープおかげさまで28周年感謝祭」を開 催いたします。友の会会員プレゼントキャンペーンとして会員様限定、店内1会計3,000円以上(税 抜)お買上の方に応募券が発行されます。必要事項をご記入いただき「応募箱」に投函いただい た方から抽選で各50名の方に信州産牛・豚焼肉セットまたは信州産旬のフルーツ詰合せ、300名 の方に信州産きのこセットをプレゼントいたします。ぜひこの機会にご来店ください。また、駐 車場整備のためご迷惑をおかけしていたファーマーズこまがね店ですが、10月18日(金)にグラン ドオープンを迎えることとなりました。お買得商品やイベントなど盛りだくさんでご用意してお ります。皆様のお越しをお待ちしております。



ファーマーズこまがね店 小松ちあきさん

ファミリーマートJA各店 A・コープ店

●伊那中央店 ●美すず店

ヨコのカギ

- ●宮田店 ●ファーマーズ
- こまがね店

JA上伊那本所 る~らる編集係

- ●平出店 ●西箕輪店 ●いな店
- ●こまがね店 ●いな竜東店

●中川店

●伊北インター店

●大芝高原店 ●小野たのめ店

※一部取り扱いがない ●いいじま店 店舗があります

二重枠に入った文字を、A→Fの順に並べてできる言葉は何でしょう?

楽

た

●締め切り 10月31日(木)

●当選は12月号で発表します。

●応募先 〒396-8510 伊那市狐島4291

●七久保店

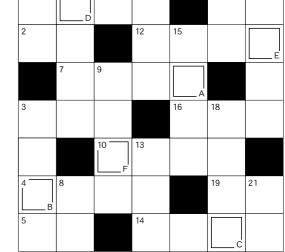
①香り高い高級キノコ ②環境問題に世界――で取り組む

- ③のどの――を覚えて水分を取っ
- ④財布やスマホを入れます ⑤表ではありません
- ⑦レインボートラウトとも呼ばれ る魚
- ⑩古代人は木の棒と板をすり合わ せて行いました
- ⑫命を持つもののこと (4)バンガローやロッジより設備が 充実しています
- ⑯港を示す地図記号はこの形
- ⑰富有、次郎、市田といえば ⑲地震のときに感じるもの

①たき火やかまどにくべるもの

タテのカギ

- ③葛根湯(かっこんとう)は――薬 の一つです
- ⑥建物や壁に囲まれた小さな庭 ⑧土の中で「ジーッ」と鳴く虫 ⑨印刷ではなく――のサイン
- ①将棋の駒で、表側に動物を表す漢 字が入っているもの
- ③ 心と秋の空? それとも女心? 15海水と淡水が混じり合っている湖
- ①アヒルの原種です 18勾玉(まがたま)のような形をし た――ナッツ
- 20パンダの好きな遊びの一つ。落ち ないか心配
- ②近頃はセルフで済ませられるスー パーも増えました



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』

Eメール: s-koho@ina.nn-ja.or.jp

からも ご応募できます。



ハガキに ①答え ②住所・氏名・年齢・職業・電話番号 ③ JA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。

1,000円分をプレゼント!

※ハガキは1人1枚を有効とします。パソコンや携帯のEメールからもどうぞ。 ※応募で記載された個人情報は「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。

お楽しみパズル当選者

正解 トコロテン(応募85通) JAまごころ商品券1,000円分 プレゼント(敬称略)

瀬戸生子 小森典子 加藤蘭 森一義 酒井日出子 田中一美 宮崎昌子 北澤ひさ子 山田政子 伊藤幸-

3968510



※2024年10月1日から切手代が変更になりました。ご注意ください。







株式会社 ミハルコーポレーション



アイエ務店

















SUNPRO





SEKISUI HEIM

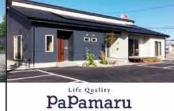




TamaHome



分類信州ハウジング





Panasonic Homes

500 0120-972-677

人 長野県JAバンク

※上記内容は都合により変更となる場合がございます。









●発行所/上伊那農業協同組合 〒396-8510 長野県伊那市狐島 4291 TEL.0265-72-6110 ●印刷所/龍共印刷株式会社