みんなのために あなたといっしょに

RURAL

Vol.343 2024 December



第1 支所運営委員会でのご意見とJAの回答

鎌鷺 JA上伊那まつり・支所祭の記録



3 A 上伊那営業時間臨時変更のお知らせ24ページをご覧ください。



来年に向けて野ネズミ駆除(広報撮影)



JA共済の原点

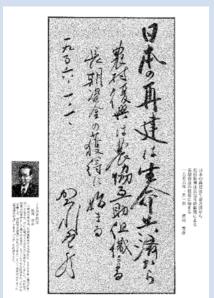
福澤

多くの組合員の皆さまにご利用いただいている JA 共済の原 点は、JA共済の父と言われる賀川豊彦にあると言われていま す。賀川は、ノーベル文学賞・平和賞候補になり、欧米ではガ ンジー、シュバイツァーとともに、世界の『三大聖人』として 並び称された人物です。日本やアメリカで、貧困から人々を救 済する活動をしていた賀川は、『助け合い』の実現によって、人々 の生活を豊かにする"協同"の道に辿り着いたと言われていま す。そして、協同組合を次々と創設。その中で、共済(保険) 事業の重要性を強く訴えました。協同組合が共済(保険)事業 を実施することにより、人々のくらしは安定するとともに、事 業によって得られた資金は組合員の生活を支えるために有効利 用できると考えたのです。

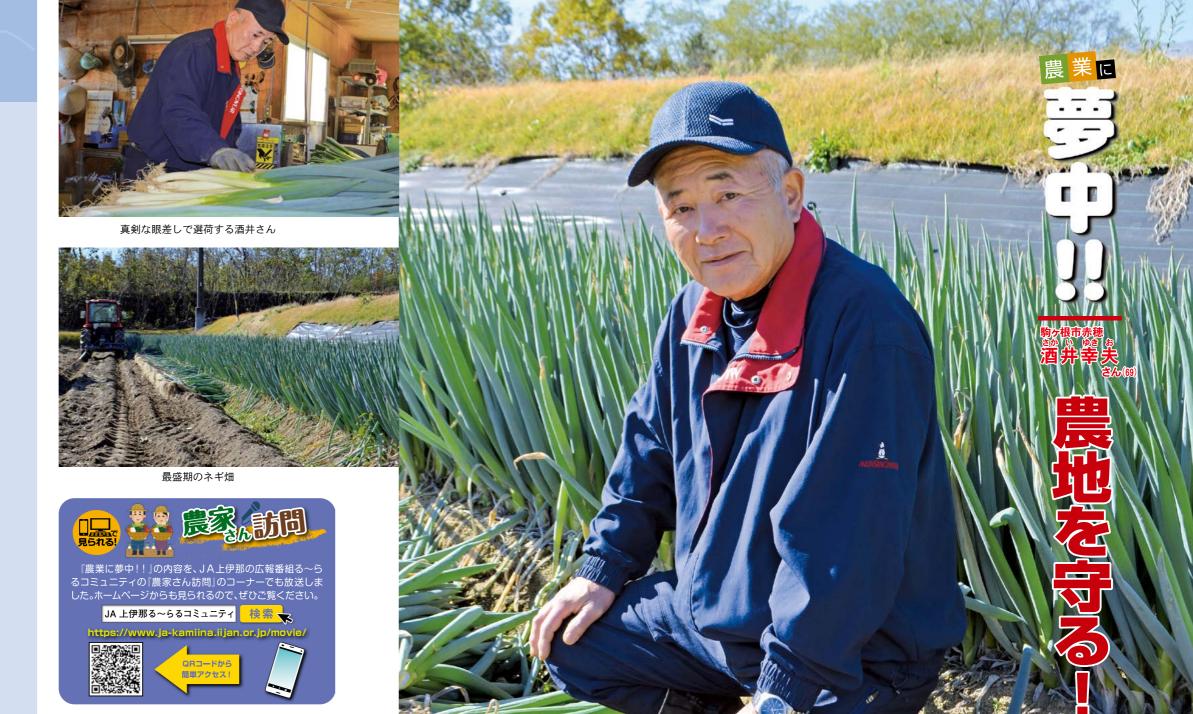
先般、被災地の能登 へ視察に出向きました。 特に多くの被害を受け た輪島地区はかつての 姿を失っており、復興 はまだまだ先が見えな い状況に見受けられま した。一人でも多くの 方が共済により少しで も救われることを願っ てやみません。

これからも共済事業 は賀川が活動した『助 け合い』の精神を根幹 に置きながら運営して まいります。









酒井さんとネギ畑

みんなで守る

でも、少しの興味や気持ちで変わっていく。『小大学でも、少しの興味や気持ちで変わっていく。『小代や40代の若手、非農家の人もいるため作業効然任した。現在6人ほどいる作業員の中には30就任した。現在6人ほどいる作業員の中には30就任した。現在6人ほどいる作業員の中には30がもれていた。まだ会社に勤めていた10年ほど話す酒井さん。まだ会社に勤めていた10年ほど話す酒井さん。まだ会社に勤めていた10年ほどがあります。 を 下を 継承して いる。 酒 で 大事に しながらも、 就任 した。 現在 ら人ほど と に 合わせて地域を守っていきたい」と意気込んだ。知ってもらい、若い人も年寄りもみんなで力を規模農家でもできることがある』ということを

という。酒井さんは「農業の良さは、自分の代でバック栽培は汚れずに作業できることが利点だりの水耕栽培を開始。露地栽培に比べ、苗を植りの水耕栽培を開始。露地栽培に比べ、苗を植水稲の育苗ハウスだった1棟を利用してキュウ水稲の育苗ハウスだった1棟を利用してキュウルギリ外にも変わったことに挑戦したいと、生源となる排水対策には特に気を使っている。生源となる排水対策には特に気を使っている。 分は排水溝を掘り直したりするなど、病気の発で水はけをよくしたり、雨水がたまりやすい部白ネギを栽培。通常より耕す回数を増やすこと今年、酒井さんは昨年まで水田だった農地で わりを感じられることが農業の魅力」と話した。成長を感じながら日々作業でき、季節の移り変の喜びは大きいという。酒井さんは「農産物のも多いが、よいものがたくさん収穫できたとき る。気象の影響を受けやすい膿腫になったけていく発酵させてからすき込むことを心がけてい育に影響があったことから、半年ほど寝かせよ育に影響があったことから、半年ほど寝かせよりに影響があった。 る土づくりを大事にしている。酒井さんの畑品質のよい白ネギを栽培するために、基本と農業経験はあまりなかったという酒井さ は堆肥にきのこ培地を使用。 **心んでしまい苗の生** 一昨年、培地が完 酒井さんの畑で

基本の土づくり

アスパラガス・リンゴ・ナシの状況 Q 儲かる農業について学びたい。

多く、

収量が安定しています。

ナシ

全国的な生産量の減少により近

販売価格が上がっており市場か

が従来の栽培に比べ反収が2

業がなく安定栽培が可能です。 性作物であるため毎年の植え付け作 設の初期投資はかかります 間も長いという特徴があります。 市場価格の平均単価が高く、 は、現在振興している高密植栽培 アスパラガスは野菜の中で 収穫期 永年

Q

コメリで扱う品数を増やせない

各営農センターにご相談ください

ら増産の要望もあります。

詳しくは

たい。か?特に除草剤を増やしていただき

でも、 取り扱うことは困難です また店舗在庫がない場合 なるべく扱えるようコメ りがあり、 の大半が取り寄せ可能で リ店と協議いたします ので、 防除基準掲載農薬は い合せくださ 防除基準掲載農薬 各コメリ店舗に もスペー IJ 全ての商品を J A 商 品 スに限

る。農業、JAが大事な時代が変わってきてい努力していると思うが、 のでより一層努力して欲る。農業、JAが大事な 資材が高い。

物価高騰は農業資材にも 諸経費高騰などからくる 原料価格高騰、 製造

支所運営委員会でのご意見とJAの回答

支所運営委員会の席上でいただいた主なご意見・ご要望について、 JAの回答をご報告させていただきます。

組合員、各組織等の意見を集約し、組合運営、 支所を拠点とした活動に反映させることを目的に 支所ごとに支所運営委員会が設置されています。

准組合員の代表、青壮年部・生産部会・生活部会 認定農業者等の組織の代表、地区選出役員により 構成されます。





緊の課題であるが、対策はないのか。 高齢化が進み、

A 上伊那には補助金を活用してIタ

用ください

において計画しておりますのでご活3ヵ年計画(2025-2027)

援事業(機械施設導入、

苗補助等)を

A上伊那農業振興生産拡大支

援をお願いしたい

Q

担い手や認定農業者に手厚い支



か

の注文用紙の配付は不要ではない

るはずなので、注文がない組合員へて、個別の購入実績については分かく 種子等の次年度の注文につい

ば推奨してまい

ります。

例もございますので、好事例となれできるよう取り組みを始めている事

できるよう取り組みを始めている事インフラを整備して少人数でも管理

この委員会の委員は、総代、集落組織の代表、



後継者育成が喫

後継者問題は全国的な課題であ 新規就農者は多くありません。

毎年5月と10月の年2回開催されます。





ので、

文書が必要となる場合もございます

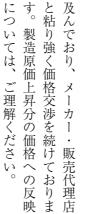
ご理解をお願いいたします。

前年度に注文がない方でも、

ご理解ください

い。 **Q** 早急に農機具の中古品の品揃え

騰により希望機種が見つからない状バランスが崩れ、在庫不足・価格高 優良中古品の確保に努めてまい 現在の中古市場は需要と供給 A全農と連携し引き続き



那に影響はないのか。 農林中金の赤字補填はJA上伊

営は各々となっております。 戦略的に赤字を計上すると聞い おります。農林中金と長野県信連、 への負担はないと聞いております JAは系統組織ではあるものの、 7、将来の収益を確保するうえで内容においては報道のとおりで 資本増強に関して、 JA上伊那 そのた 経



総務関係

難。今後、役員の軽減または兼任に ついて検討していただきたい。 いった役を1名ずつ選出するのが困 、JA総代、農家組合長などと現在地区の農業者が減少傾向に

しては、 負担軽減等を考慮した運営を検討さ に応じて役員を兼任い 2027) において検討を進めてま 等について3ヵ年計画(2025 いただいております いります。 各地区のご理解のもと選出 農家組合の在り方・運営 現状の役員選出につきま 地区の実情



は**Q** ?

アスパラガスを共選にした理由

市場から増産の要望がある中で

共選によって品質

方もおりますので、

取り組みを継続

してまいります

また、

圃場や農業

鼠合員の女性を対象とした楽しめるQ 准組合員イベントも良いが、正 イベントを考えてほしい。 准組合員イベントは、 准組合員

ださい 企画の希望があり 画を検討してまい 今後は正組合員や女性を対象とした ことを目的に取り組んでおります。 を検討してまいります。具体的なベントや支所の特色をいかした企 皆さまにJAを理解 ましたらお寄せく していただく



2027) 3ヵ年計 につい (20 25

る人とのマッチングをして欲しい ハウスが高く借入もできず諦めアスパラガス生産を始めたい アスパラガスを始める人と辞め

チングが進むように努めてまいりま いて確認しております。今後もマッ 者に園地継承または部材の譲渡に が、その際、战音とコー・気毎年3回調査・巡回しておりまい、毎年3回調査・巡回しておりま アスパラガス栽培台帳に基づ 0

き

ロッコリー等、のの 体的な方策が分かりづらい 気候に合った指導をお願いする。 るが、営農指導は従来どおりである。 3ヵ年計画の営農に関. 今年と猛暑で白ネギ、 品質に影響が出て

でまい から情報を収集しながら、品種の特知しております。国、県の研究機関対応できる品種選定等の必要性は承 性も選択肢として継続して取り組ん ということも言われており、 栽培方法などを検討してまいりま め暑い夏に需要のあるナシの品種 具体的には、アスパラガスをはじ 温暖化がワンステージ上がった ります。 補助事業を活用しながら 高温に

原料は県統一のものを使用する等、 コスト低減に努めてまいり んでまいります。 でまいります。また、出荷資材の、、資材の品種間共有などに取り組ための土壌分析結果に基づいた提

の団地化とはどのようなことか。 農業振興戦略について、リン

利用できるように進めていくことで 手の方へ引き継いだり を含めての団地化の検討を進めてま や地域の農地をどう利用していくか もございますが、グル 現在栽培している方が新品種へ 新規の方へ畑を用意したり担い 団地のようにまとめて していく際、 スムーズに農地が ープでの栽培 していくこと

計画では具体的な対策を示していたこと』について生産資材が高いとのケート結果では『農業で困っているんど100%を越え、組合員アン 購買品取扱高の資材関係はほと

だきたい。 肥料に関しては過剰施肥を減ら

リンゴ

ますので、 懇談会で説明させていただきます ナシの園地造成なども検討 2025年1月の組合員

しており

のようなことがあるのか 准組合員が増加となる背景はど

合員加入も准組合員増加の要因と 合員への変更も多くなっています 時に農地を整理する等の理由で准組 なっております 正組合員の高齢化に伴 各種ロー ンの利用による准組

いると感じる。どう考えているか。良いが、顔が見えることと相反してQ IT・デジタル化を進めるのは

ではの事業運営を今後も展開してま合員の皆さまを基点としたJAなら 時代背景 (IT化·DX等) た事業を進めていく予定ですが、 3ヵ年計画では、ご意見の通り、 に沿 組 0



ご協力、誠にありがとうございました。



▶ 地元団体が表彰を受ける第73回 J A 長野県大会

JA長野中央会とJA長野県組合長会は11月7日に松本市のキッセイ文化ホールで第73回JA長野県大会を開きました。大会開会前にはJA上伊那生活部会員と職員が『マツケンサンバⅡ』を披露。大会では『地域生活者等に食と農に関わる事項の理解促進に寄与している活動』、『地域活性化に関わる活動等地域に貢献する活動』を行う団体を表彰する『にじの懸け橋賞』に伊那市の『志和の会』が選ばれました。志和の会には組合員が多く在籍。平成28年に『たんぱぱ食堂』を開店し、以降子ども食堂の開催や被災地支援活動などを行っています。



表彰を受ける志和の会代表者



ウェットシートを寄贈する鈴木実行委員長(右前)ら

▶ 地域に貢献を

オートパルまつり実行委員会 すずたけへ寄贈

株式会社オートパル上伊那のオートパルまつり実行委員会は、除菌用ウェットシートを伊那市の老人保健施設すずたけへ寄贈しました。11月8日には、まつり実行委員が施設を訪れ、麻沼奈穂子施設長らに手渡しました。ウェットシートは、オートパルまつりで企画した職員が物品を持ち寄るフリーマーケット『軽トラ市』の売上金で購入したもの。麻沼施設長は「物価高騰が続く中、とても助かる」と感謝。鈴木佳祐実行委員長は「地元の施設に喜んでもらえてよかった」と話しました。

▶ 感謝と、事業の今後の発展を祈願 畜魂祭を行う

JAとJA畜産部会協議会は11月12日にJA本所で畜魂祭を開きました。JA役職員、協議会の会員など45人が出席。牛や豚、鶏などへの感謝と、畜産事業の今後の発展を祈願する神事を行いました。神事では各組織の代表者が玉串を奉奠し、畜魂を供養しました。また、献杯は管内の若手酪農家が企画・開発した『酪農家のおもてなし牛乳』で行いました。JAの西村篝組合長は「全国的にも畜産農家の廃業が進んでいる中、上伊那は皆さんのおかげで維持できている。できる協力はしていくのでともにがんばろう」とあいさつしました。



玉串を奉奠する様子



若手生産者へあいさつする西村組合長

▶『声』を事業計画に反映 伊那支所 若手生産者と懇談

JA伊那支所は11月13日、JA本所で認定農業者や若手生産者との懇談会を開きました。管内の生産者や就農予定者の7人が出席し、西村篝組合長や地区理事らと意見を交わしました。懇談会では、JAが取り組む事業や支援対策、支所の活動などを説明。生産者からは「新規生産者だけでなく、継承者にも手厚い指導をお願いしたい」、「支援内容を知る機会を増やすため、支所などにも掲示してほしい」などの声が寄せられました。寄せられた声は3ヵ年計画(2025 – 2027)に反映していきます。



演歌歌手とのステージ

▶ 節目を祝い20曲を披露 演歌体操35周年を祝う会

10月26日、演歌体操35周年を祝う会が駒ヶ根市のアイパルで開かれました。演歌体操サークルは1990年に結成され、駒ヶ根市や飯島町などに住む35人が所属。演歌や歌謡曲に合わせた体操を学び、上伊那各地の福祉施設にも訪問。介護予防につながる活動を行っています。当日は20曲の演歌体操を披露。演歌歌手とのステージでは、集まった観客から大きな拍手が起こりました。JAカルチャーリーダーでもある北原よしゑ代表は経緯と感謝を述べ「これからも多くの人に体験してもらえるよう活動していく」と話しました。

▶ 受賞者へ賞状を授与

JA上伊那フォトコンスト2024表彰式

JAは11月9日に『JA上伊那フォトコンテスト2024』の表彰式を行いました。表彰式は『JA上伊那まつり本所会場』で行われ、出席した17人に西村篝組合長が賞状を授与しました。最優秀賞となるJA上伊那組合長賞は石川裕司さんの作品『上手な振り回し』が受賞。設定等が難しい夜間のスローシャッターに挑戦し、細かく散る火花、周りで見ている人たち、振り回す動作とスピード感がうまく撮影できていると評価されました。



西村組合長から表彰を受ける石川さん



成長を見守ったリンゴを収穫する児童

▶ 1年間の学びを収穫 南箕輪支所 りんご体験学習

JA南箕輪支所は11月6日と14日、管内2校の小学3年生を対象とする『りんご体験学習』の収穫体験を開きました。授業は、リンゴの成長過程や栽培の大変さ、収穫の喜びを感じてもらうことが目的。6日には、村立南部小学校48人が協力農家の白鳥勲さんの園地を訪れ、1年間成長を見守ってきたリンゴ3つを収穫しました。その後、白鳥さんが栽培した3種類のリンゴを食べ比べました。児童はリンゴを手に持ち「小さかったリンゴが大きくなって重い!」と笑顔を見せました。

▶ 2戸の生産者が表彰を受ける 長野県ジュース用トマト生産振興研修会

長野県缶詰協会とJA全農長野、全国トマト工業会は11月6日、長野県ジュース用トマト生産振興研修会を松本市で開きました。加工メーカーによる優良事例の発表や、優良農家・法人の表彰式が行われました。上伊那からは、全国トマト工業会長賞に箕輪町の株田三男さんが表彰されました。反収の高さや栽培面積の広さが評価されました。今年、管内では26戸が396aで栽培。夏場の高温などの影響で出荷量は約216 t となりました。



表彰を受ける藤澤さん

▶ 今年度の反省を次年度に生かす トルコギキョウ専門部出荷反省会

JA花き部会トルコギキョウ専門部は11月20日にJA本所で出荷反省会を開きました。生産者やJA役職員、市場担当者など約80人が出席。令和6年度の販売経過および出荷実績や令和7年度の生産販売方針について確認しました。今年は高温により抑制作型の水管理や彼岸近くのハウス内の温度管理、花焼け防止など、栽培に苦労する年となりました。市場担当者からは「上伊那オリジナル品種の耐暑性・耐病性による安定出荷は心強い。これからも自信を持って栽培してほしい」と話しました。



今年度の販売について話す市場担当者



支所祭に展示されたリンゴ

共済部 親子リンゴ狩り開催

▶ 家族で楽しんで地産地消の理解を深める

▶ 栽培きびしい中 12点が集まる第7回 上伊那チャンピオンふじ

JA営農経済部は11月22日、第7回『上伊那チャンピオンふじ』品評会を開きました。知名度向上や販路拡大を目的に毎年開催。管内ではサビ果や裂果の発生、カメムシの影響が大きかったものの、12点が出品されました。JAとJA全農長野の担当職員が着色や軽欠点を目視で確認しながら審査し、事前に測定した糖度や重量と合わせて評価しました。チャンピオンには宮田村の伊藤拓也さんが選ばれ、出品されたリンゴは23日に開かれた箕輪町支所の支所祭に展示されました。



リンゴ狩りを楽しむ子ども

JA共済部は11月23日、伊那市西箕輪のリンゴオーナー 農園で親子リンゴ狩りを開催しました。募集した親子約150組とその家族が参加。リンゴ『ふじ』を10個ずつ収穫しました。イベントはJAのこども共済加入者で、小学1年生の児童が対象。リンゴ狩りを家族で楽しんでもらうとともに地産地消への理解を深めてもらうことを目的としています。参加者は好みのリンゴを見つけるとうれしそうに収穫。その場でまるかじりしておいしそうにほお張っていました。



親子で協力して大豆をつぶす様子

▶ 上伊那のおいしいみっけ隊! カミーちゃん農園 みそづくりに挑戦

11月23日、JAが開く農業体験講座『カミーちゃん農園』の今年度最後の講座が開かれました。今年度は23組81人が参加。『地産地消で上伊那のおいしいみっけ隊!』をキャッチフレーズに年4回の講座で農産物の収穫体験やおいしさに触れました。この日は、JA本所でみそづくりに挑戦しました。家の光9月号『ジッパーで作る手作りみそ』をテキストに、参加者は茹でた大豆をつぶして麹と塩を混ぜてチャックつきの袋へ空気が入らないように入れました。みそは6~10ヵ月ほど各家庭で熟成させて楽しみます。



収穫後の花で出荷規格の違いを学ぶ生徒ら

▶ 上農生が生産現場を見学『花プロ』授業 栽培技術を学ぶ

JAは 11 月 12 日、上伊那地域振興局が取り組む『花プロ』授業に協賛し、上伊那農業高校植物コース 2 年生 19 人の栽培現場見学を受け入れました。当日は、JA花き部会の中原睦男副部会長がアルストロメリアを栽培する伊那市のハウスを見学し、ハウス栽培の利点や欠点、特徴などを学習。その後、JA美篤花卉選花場で出荷までの流れやJA花き担当職員の仕事などを学びました。生徒は「聞いた栽培の課題解決に向けて、自分たちにできることを話し合いたい」と話しました。

▶ 栽培・出荷の反省などを確認 ズッキーニ出荷反省会

JA野菜部会は11月14日にJA春富支所でズッキー二出荷反省会を開き、生産者やJA職員、種苗会社など42人が出席しました。今年は生産者戸数が減少しているものの、栽培面積は前年比117%と増加。栽培では6月下旬に雨量が多かったことで軟腐細菌病が発生。また、うまく受粉が行われなかったことから、収量は前年を下回りました。一方で、10月~11月上旬まで暖かい日が長く続いたことで例年より遅くまで収穫できた年となりました。



今年度の実績を確認する生産者ら



楽しそうに収穫する子ども

▶ 収穫を楽しみに来園 リンゴオーナー制度 収穫祭

JAと各市町村は協力してリンゴオーナー制度に取り組んでいます。11月16日と17日に中部地区と箕輪町で収穫祭が開かれ、オーナーとその家族らは赤く色づいたリンゴ『ふじ』の収穫を楽しみました。このうち16日、伊那市の重盛正さんの園地には70組358人が来園。オーナーらは収穫しながら、自宅へ持ち帰るもの、郵送するものなどに分けて箱詰めしました。中部地区では今年197組236本の樹が契約となり、1,020人が来園しました。

▶ 筆ペンで『巳』に挑戦

令和6年度ナイスマーム講座 最終回

JA生活部会は11月19日、今年度のナイスマーム講座の最後の授業を開き、増田きぬえさんを講師に『くらしにとけ込む 筆ペン講座』を行いました。今年度は部会の生活班で活動する60歳以上の班員64人が参加。この日は2回に分けて講座が開かれ、筆ペンで来年の干支『巳』や富士山、竹などの絵や、『謹賀新年』などの文字に挑戦しました。講座に参加した山岸眞由美部会長は「全4回の授業は勉強になることが多く、学習の場としてもよかった」と1年を振り返りました。



増田さん(右)に教わりながら、干支『巳』を練習する参加者

























大切に育ててね!水をあげているかな?花にはしっかり

















できたかな? 教えてもらったように みんなも

















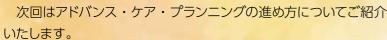
今月の情報は

病気やケガで意思表示ができなくなってしまったときに備えて、今の自分の気持ちをご家族やかかりつけの先生 に伝えてみませんか?

皆さんはもし自分が事故に遭ったり、病気になってしまったら…と考えたことはありますか?そのようなことが起 きても、話すことができて、意思をご家族や病院の先生に伝えられれば何よりです。しかし、もし自分の意思を伝 えられないような状態になってしまった場合、治療やケア(生活)のことについて決めるのは、皆さんのご家族に なります。

決めるというのは、例えば「延命治療は受けますか?受けませんか?」「退院後(最期の時)はどこで過ごした いですか?」というようなことです。先生からお身体の状態について説明があった上でのこととは思いますが、こ れまで私が担当させていただいた患者さん・利用者さんのご家族の中でも、突然そのようなことを聞かれて困って しまう方が多くいらっしゃいました。

では、ご家族が困らないためにはどうすればよいのか。また、 治療やケア(生活)を、より皆さん自らの思いや希望に添った形 にするにはどうしたらよいか。それには、どんな風に過ごしていた いか、人生の最終段階をどのように迎えたいか、ということを自分 が元気なうちからご家族(信頼できる人)と話し合い、自分の意 思を伝えておくことがとても大切です。また、その思いをかかりつ けの先生や介護の関係者の方などとも共有しておくと、いざという ときには素早い判断ができるでしょう。この一連の取り組みのこと を『アドバンス・ケア・プランニング (ACP)』といいます。





JA 長野厚生連富士見高原医療福祉センター デンデンサ

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(12月11日~1月14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	土		
				藤岡(第2・4週)(整形外科)		矢澤(第1:4週)(内科)		
午前	麻沼(内科)	井上(内科)		リハ診察 麻沼(内科) (第1·3·5週·予約のみ)	麻沼(内科)	石垣(第2週・予約のみ)、安田(第3週)		
					岡本(第4週)(整形)1/4休診のため1/15へ変更			
年 後	麻沼(内科)	リハ診察	小川(内科)(第1·3·5週)、後藤(整形)		塩澤			
ΙX	MM/D(P3f4)	※予約のみ	(第2週)、リハ診察(第4週·予約のみ)		(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 年末年始休業……12月29日(日)~1月3日(金)

西箕輪診療所 **20265-73-3351**

	月	火	水	木	金	土
					唐澤(内科)	藤岡 (第2・4週)
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)
午後	再浬(内科)	唐澤(內科) 唐澤(內科) 山中(內科)		唐澤(第1·3週)(内科)	唐澤(内科)	
丁恆				矢澤(第2.4调)(内科)	启序(内针)	

午後 2:30~4:30 午後 3:00~5:00 受付時間···午前 8:30~11:30 診療時間···午前 9:00~12:00 休診日……12月13日(金) 午後 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)		岩脇(内科)	岩脇(内科)	坐啦/由 秒)	岩脇(内科)	岩脇(第1・3週)(内科)		
	רנט ד	岩脇(内科)	原田(泌尿器科)	右肠(内外) 右肠(内外)	岩脇(内科)	石胁(内外)	小松(第3週)(消化器内科)		
	午後	岩脇(内科)	井上(第1·3週)(内科)	矢澤(第4週)(内科)	(中海(中代)	岩脇(内科)			
_	十佞	石励(四代)	伊澤(第2·4·5週)(内科)	塩澤(第1·2·3·5週)(内科)	伊澤(内科)	石跡(ド3代4)			

休診日……土曜日午後・日曜日・祝日・第2・4・5土曜日 受付・診療時間…午前 8:30~12:00 午後 2:30~5:00 年末年始休業……12月28日(土)~1月3日(金)

元気いっぱいで負けず嫌いな仲良し姉妹

公民館活

動などで折

紙を教え、

現在は時間と折り

紙が

あれば自然と

今もなお:

続けているのが折り

紙です。

貢献してきま

コロナ前までは福祉施設やきました。そんな活動が生

作品を製作

ま

こ れ 91

なっ

た今も腰が曲がらず

、元気な毎日を過ごす片桐友子さ

までさまざまな活動に



志帆さんのお子さん) 小松 奈々晴ちゃん(5歳) 彩晴ちゃん(1歳)



奈々晴ちゃんはユーモアたっぷりでしっかりし た女の子。家族の中心でいつもみんなを笑顔に しているよ♡お手伝いもできて、彩晴ちゃんのめ んどうもみれるよ。最近はスイミングを始めたん だ。早く泳げるようになって、保育園で1番にな るんだ!将来の夢はケーキ屋さん。おいしいケー キをたくさんつくるんだ♪彩晴ちゃんは好奇心旺 盛で怖いものなしの女の子。じつはちょっぴり臆 病だったりもするよ。最近はおままごとやおもちゃ で游べるようになったよ☆食べることが大好き で、家族の分のご飯も食べたくなっちゃうんだ。

両親から __ いっしょに協力して大きく ひとこと てなってねず



折り紙作品とほほ笑む片桐さん

平成3~

,4年に伊

夫と義母が営んでいた店

ると思う。

文化祭でも好評をい

きた

をつく 県の組合で賞を受 き箱を使って作品 ばこの包装紙や空 員を務めた際、 組合の婦人部の 那たばこ販売協同 ったところ 役



今年の文化祭展示の様子

に結婚-す」と話す片桐さん ってくれ 小さいころ父が『ふくら雀』 夫のもとへ嫁ぐこと たことを思 って 昭和30年 し い

となりま 嫁いでからは義

> そのほ 示 は 18 ざまな形の 月に開催された中川村文化祭に、 両方に模様があ 折り紙や和紙を使ってい 人だったので、 娘が買ったり送ったり 品ができるの に形が揃うように気をつけなが かの作品とともに展示。 角箱を約 したらよ 箱です。 ら続いて ます その血を継いで が特徴です。 かを考え、 60個製作。 息子のは 「母が器用 どの面を外 カラフル してくれ ます。 ます。 嫁や 裏表 きれ 展 今 な 今 な る

片桐さんが よく折るの さま

15 3~53 2024 12月

計

中部営農センタ 営農経済部

武 居 聖 也

②連作障害を避け、 ①除草の手間を省き畑を美しくする 効率的に畑を利

といったことが挙げられます。 用する



除草の手間を省き畑を美しくする

ます。 畑で多くの野菜をつくりたいと思い き届かず、 に決めておきましょう。 実際に作付けをする畑を今のうち ただ、 雑草だらけになってしま 広すぎると手入れが行 誰もが広い

> めるときは、います。作付 験があるか』等を考慮して決めま ができるか』『どのくらいの栽培経 きる人数』『週に何日畑にいくこと らは、『管理をすることがで作付けをする畑の面積を決

する グル 組む方は2~5坪(7~ 連作障害を避け、効率的に畑を利用 いろんな野菜をつくってみましょう。 級者の方は6坪 (20㎡)以上の畑で ら始めてみましょう。 初心者の方は1坪(3.3 -プで野菜づくりをする方や上 3.3 m)程度か 17㎡)程度

す。 不良の総称をいいます。 じ科に属する野菜』を育てることを 連作障害については注意が必要で 連作とは毎年『同じ場所で』『同 連作障害とは連作による生育

(ローテーション栽培)です。野菜 作できます。 て作付け計画を立てると効率的に輪 決まっているので、その基準に従っ のくらい間を空けたら良いか年数が の種類によって、次に植えるまでど 連作障害の一番の防止方法は輪作

キャベツ、ホウレンソウ、シュンギク、レタス、白ネギ、セロリなど

メロン、シロウリ、ソラマメ、サトイモ、エダマメなど

野菜の輪作年限の目安

連作障害が比較的少ないもの ダイコン、ニンジン、カブ、コマツナ、カボチャ、タマネギなど

2年間は空けるべきもの キュウリ、インゲン、ササゲ、ハクサイ、イチゴなど

Α

トウモロコシ

ホウレンソウ

シュンギク

Α

エダマメ

インゲンマン

ブロッコリ-

キャベツ

トマト、ナス、スイカ、ゴボウ、エンドウ、ピーマンなど

В

トマト

ミニトマト

ハクサイ

ダイコン

В

トウモロコシ

ホウレンソウ

シュンギク

C

玉レタス

サニーレタス

ニンジン

ワケギ

C

トマト

ミニトマト

ハクサイ

ダイコン

D

エダマメ

インゲンマメ

ブロッコリー

キャベツ

D

玉レタス

サニーレタス

ニンジン

ワケギ

畑のスペ В

1年毎につくる場所を 移動させていく

とに春夏作と秋冬作を決めます。 秋冬作を考える方法がおすすめです。 畑を4等分し、区画ごとに春夏作と 再来年のことまで考慮しましょう。 例えば、 付け 計画を立てるときは |年間は空けるべきもの 畑を4つに分け、

1年目

春夏

秋冬

2年目

春夏

秋冬

来年

3年間は空けるべきもの

5年以上は空けるべきもの

の区画を1つずつずらしていくと連 C、す。 D 同 区画ご

様に2年目以降は、

A B

作が防げます。

年も野菜づくりを楽しみましょう。 7

⑥品目や根の種類によって異なりま ることができます。 止で切り口には保護剤を塗布し 除することで、強い枝を発生させ すが、苗木の長さの半分程度を切 病害、乾燥防 ま

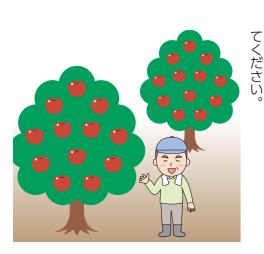
ら根を水につけてください

ないように定植予定日の1日前か

⑦植えた苗木が風で揺れてしまうと 柱を使い紐で固定します 伸び方が遅くなってしまうため支

⑧定植後は水やり、 除に注意し管理してください 除草、 病害虫防

で、ご家庭で果樹栽培を楽しんでみ いろんな品目、 品種がありますの



やさしい 果実栽培 苗

の定植準備を

よう

北部営農センター営農経済部

今

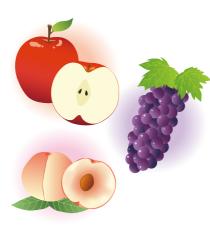
村

進

矢

回は果樹苗木の定植についてお知ら これから苗木を植えてみたいと思っ 家庭で果樹栽培をされている方、 今

せします。 ている方もいるかと思いますが、



う。 考えてから定植の計画を立てること 将来どのくらいの大きさになるかを の好みだけで苗木を購入してしまう な条件や資材等を確認してみましょ 難なことがあります。購入前に必要 て調べてみることが重要です。 と管理をしていく必要があります。 と、その土地の環境により栽培が困 まずは栽培してみたい品目につい 樹木を定植すると何十年 自分

> です。 です。 目・品種がありますので注意が必要 せるために受粉樹が必要となる品 品目別のおおよその定植距離 ない場合もあります。 種によっては一本だけだと実がつか 定植に関わる準備は次の通り 結実を安定さ

品目	定植距離	資 材	受粉植
リンゴ(わい化)	4m×2m	棚、支柱が必要	必要
リンゴ(普通樹) 10m×10m		棚は不要だが、支柱は必要	必要
ブドウ	7.5m×14m	棚、支柱が必要	不 要
モモ、スモモ、 プルーン	7m×7m	棚は不要だが、支柱は必要	品種に よって 必 要
柿	7m×7m	棚は不要だが、支柱は必要	不 要
キウイフルーツ	5m×10m	棚、支柱が必要	必要
•			

②定植する穴は根の全体が十分広が

度としてください。

定植準備と方法

①暖かくなってくる3月中下旬ごろ を目安に定植してください。 を購入してからは根が乾くことが

④植穴へ、 ③苗木の台木(こぶになっている所) てください。 (2㎏) を目安に土と混ぜて入れ さを調整し苗木を置いてください。 が1/2地上に出るように植穴の深 堆肥 (5㎏) と苦土石灰

⑤定植後はしっかり水やりを行い、 もなります。り土をしておくと乾燥防止対策に 土と根をなじませます。 かるく盛







先月行いましたファーマーズあじ〜なとファームテラスみのわの収穫祭では、多くの方にご来店いただき 誠にありがとうございました。今後もJA上伊那農産物直売所をよろしくお願いいたします。

○ファーマーズあじ〜な

毎年恒例のミカンや、牛肉の特価販売、リンゴの贈答など、多く方にご 購入いただきました。駐車場に関しましては、台数の関係でご迷惑をお かけしました。テント村もご利用いただき、普段以上の賑わいを感じら れることができました。ありがとうございました。 店長より

〇ファームテラスみのわ

リンゴ・ミカンの詰め放題は大盛況となりました。皆さん、たくさん 詰めることができましたでしょうか。また、土曜日に行った宝投げには 子どもから大人まで、たくさん参加していただきありがとうございまし た。来年も詰め放題をはじめ、皆さまが楽しめる催しを計画しますので、 楽しみにしていてください。 店長より



ファーマーズあじ〜な

来年もお得いっぱいで スタートします

12月28日(土)、29日(日)は農畜産 物フェアを開催します。越冬野菜や きのこセットなど新鮮な農畜産物を 取り揃えてお待ちしています。また、 提携JA商品やもち米の販売も行い ます。2025年は1月5日(日)から スタート。お買い得商品をたくさん 買って気持ちのいい新年のスタート をあじ~なで切ってください。



20-0-0

 $9:00 \sim 18:00$ 11月~3月 毎月第1水曜日

0265-78-0701

Lenter Till

年始は1月2日(木)から スタートします

クリスマスケーキの予約は12月 17日(火)までです。また、今年のイ チゴの出荷が始まっています。数に 限りはありますが、店頭に並びます のでぜひお越しください。2025年 は1月2日(木)からスタートします。 当日はファームとしてのイベントの ほか、恒例のイチゴ狩りもスター ト!予約してお越しください。





·1月1日(水)



営業時間 9.00 ~ 17.00 年末年始 定休日

所在地

伊那市西箕輪 3416-1 0265-74-1805

ファームテラスみのわ

ミカン祭り開催!

12月14日(土)、15日(日)はミカ ン祭りを開催します。提携 JA のミ カンの詰め放題を行います。収穫祭 に来られた方もそうでない方もぜひ ご来店ください。また、21日(土)、 22日(日)は年内最後の農畜 フェアとなります。1月は11日(土) にみのわテラス全体で新春初売りを 開催します。



-1月3日(金)





12月~3月の第2水曜日・年末年始 上伊那郡箕輪町大字中箕輪

19 3~53 2024 12月

の予防や脳の活性化などに役立つ優れた

生活部会

支え合いとつながりで広がる輪

JA女性組織とは、こころざしを高く持ち、協同活動によっ てゆとりとふれあい、助け合いのある住みよい地域づくりを行 う集まりです。

JA上伊那生活部会では、SDGsに関連した様々な活動が活発 に行われています。例えば世代別女性講座、文化や食の継承、 食農教育、エコ活動など内容は多岐にわたります。

そんな中、JA上伊那生活部会には『助け合いの会』という組 織があることをご存じでしょうか?助け合いの会は、身近にく らす仲間同士がお互いに力を合わせ、助け合い活動を通じて安 心してくらせる心豊かな地域づくりをすすめることを目的とし た組織です。

伊南地区助け合いの会では今年も生活部会員と地域組合員向 けに介護福祉映画の上映会を開催しました。在宅介護における

問題と、それを地域でいかに支え合っていくのか…それぞれができることで助け合い、つながることで支え 合うことの大切さを感じる時間でした。駒ヶ根東支所の助け合いの会のメンバーも、ボランティアで宅幼老









所の利用者の皆さんと交流したり、新聞紙のゴミ袋や寄せ植えを寄 贈したりしています。これからも自分たちにできることで地域とつ ながり、誰かの手助けになれる活動をしていきたいと思います。



辰野支所 組合員組織課 竹松文枝



◆材料(4人分)

赤口	ナレンソウ
	ごし豆腐1/2 丁(150g)
	
A <	塩・しょうゆ 各小さじ 1/4
	ごまドレッシング 大さじ2

◆作り方

- ① ホウレンソウは熱湯で茹でて流水で冷まし、 ざく切りにしてしょうゆ少々をからめ、水気を
- ② ボウルに豆腐を入れて泡立て器でよく混ぜA を加えてなめらかに混ぜる。
- ③ ②に①のホウレンソウを加えて混ぜ、器に盛っ て完成。

ホウレンソウに含まれているカロテンには抗 酸化作用があり活性酸素の働きを抑え、がんの 予防のほか、肌の老化を防ぐ美容効果も期待さ れています。

また体内に蓄積された塩分を排泄して高血圧

を防いだり、便秘改善や糖尿病 の予防などに効果的な食物繊維 も多く含まれています。

栄養満点のホウレンソウを食べ て健康にくらしましょう!





リレーエッセイ

栄養たっぷり大豆が大好き

みんなで年の数だけ豆を食べたり…食欲

と言って豆をまき、

家族

がない時も、

大豆と野菜を組み合わせて

味わって食べてい

家族と過ごす笑顔の横には大豆料

令和6年度 駒ヶ根東支所生活部会長



族そろって食べたり、

節分には昔から「鬼

豆をおいしくつくって「今年一年まめに

我が家ではおせち料理で黒大豆の煮

に枝ごと切り取った枝豆も好きです。

大

おから、

きな粉などの加工品に使

私は大豆が未熟なうち

くらせますように」という願いを込め家

健康のために減塩のやさしい味付けでつ 私も5月に種を蒔いて9月に収穫してい くるようにして…そんな話をしながら子 埋がありました。 大豆は初心者でも栽培できますから、 野菜もできるだけ我が家で育てて

・・フライビーンズ・・・・・・・



材料 (2人分)

Эg
Эg
Эg
Эg
5g
量
2g
3g
Þ

〈作り方〉

準備:大豆は前の晩に3~4倍の水に 浸しておく。

- ①水に浸しておいた大豆を柔らかくな るまで煮る。
- ②ニンジンとサツマイモは 1cm程度の サイコロ状に切る。
- ③かたくちいわしと②を素揚げにして、 大豆はかたくり粉をまぶしてから揚
- ④ Aの調味料を小鍋で煮立たせて、③ に絡めたら完成
- ☆野菜はレンコンやゴボウなど素揚げ できるものであれば他の野菜でも大
- ☆減塩のやさしい味つけです。おやつ やお弁当、おつまみにもどうぞ。



information

information 1

ケーブル TV で放送中!!

るでらるコミュニティ 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 12月5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 12月19日 (木) より します。ぜひご覧ください。

JA上伊那の動き ~11月~

JA上伊那まつり

	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

JA上伊那 秋のイベント

12月19日(木) から放送!

10月下旬から11月にかけて、各支所や農産物直売 所で開かれた JA まつり。多くの組合員、地域の皆さん にご来場いただき大盛況となった様子をご紹介します。





クルマ買取・ 委託販売の 専門店

カーリンク

0265-78-0880

クルマの ことなら

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

もしもの ときは

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							
月曜日	小野地区 川島地区	ファミリーマート小野 10:00~12:00		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 伊那市長谷 10:00~11:00 11:30~			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	旧片桐支所 10:00~11:30		旧七久保支所 3:00~14:30		
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		为集会施設 ~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10月

農畜産物販売高 77億4,796万円 3,101億6,507万円 貯金高(平残) 貸出高(平残) 788億9,616万円 長期共済保有高(長期保障) 8,635億9,580万円 購買品取扱高 62億7,210万円

(組織の状況) 正組合員 14,128人 准組合員 16.618人 組合員戸数 25,080戸 出資金 79億8,867万円 固定資産(帳簿価格) 80億7,005万円 職員数(臨時職員含む) 685人

理事会報告令和6年11月27日

(決議事項)

令和6年度8月末決算監事監査処理顛末報告について ■労働組合からの年末一時金の要求とその対応について

令和7年度 農業関連運転資金契約極度額算出基準について

| 信用事業方法書(為替取引)の改正について

■JA上伊那地域農業振興ビジョン策定実践支援委員会設置要領の改定 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12月 第 312 号 発行 JA 上伊那 米穀部会

≪作柄概況について≫

営農経済部 米穀課

長野県の 10月 25日現在の作況は「101」となりました。南信地区も「100」となり9月より1ポイント 上がっています。その他の地区は北信「100」、中信「101」、東信「101」となりました。全国は「101」が 見込まれています。

5 月下旬以降の断続的な日照不足によって分げつが抑制され穂数がやや少なかったものの、6 月下旬以降、 おおむね天候に恵まれたことにより1穂当たりのもみ数がやや多く、全もみ数(穂数×1穂当たりもみ数)は 「平年並み」となりました。登熟は出穂期以降おおむね天候に恵まれたことから「やや良」と見込まれています。 南信地区は 10 a 当たりの予想収量が 620kg(並年産に比べ 9kg減) が見込まれています。

≪米穀情勢≫

令和5年産米の市中相場がインバウンド需要や防災備蓄の意識の高まりを受け5月から急騰し、高止まり したことで、令和6年産米の出始めは1俵あたり3,000円~4,000円増額となりました。店舗や家庭での米 の不足感は減少したものの、その後も市中相場は高止まりの状況が続いています。

食料・農業・農村政策審議会食糧部会で示された令和7年6月末の民間在庫の予測値も162万tと前回よ り改善したものの、適正在庫量とされる 180 万 t を大きく下回りました。今後も高値相場が見込まれるため 全農相対基準価格が11月1日より改定となりました。この価格で販売が進むと令和6年産米の最終精算(追 加精算含め) はコシヒカリで 3,000 円 /1 俵 (60kg) が見込まれます。

令和7年産米の目安値は、11月26日に県農業再生協議会より主食用米の県生産数量が17万9,307 t (前 年比 +2,604 t) と示されました。これにより各地域への配分は令和 6 年度より増えますが、来年度の作付 けについても引き続き水田活用米穀(用途別)の作付けによる調整を行っていく必要があります。

JA上伊那では契約販売先の確保を強化し長期安定販売に取り組んでいます。今後も自信を持って販売でき る上伊那米ブランドとして積極的な販路の拡大と、地元を中心としたJA独自販売等にも取り組んで参ります ので、JAへの出荷を引き続きよろしくお願いいたします。

<全農相対基準価格(60kg 1 等紙袋)>

銘 柄	令和6年11月	令和5年11月	差額	令和 6 年産米最終精算 (追加精算) の見込み
長野コシヒカリ	22,800 円	15,300 円	+ 7,500 円	3,000円/60kg あたり
あきたこまち	22,000 円	14,400 円	+ 7,600 円	3,000円/60kg あたり

≪令和6年産米の集荷について≫

JA上伊那集荷数量 221,811.5俵 (11月25日現在) 出荷申込対比 93.5% 前年対比 90.9%

令和 6 年産の品質状況は胴割れや乳白、未熟粒の発生がありました。またカメムシが例年より多く発生した ため、斑点米の混入が目立ちました。個体集荷では1等米比率が93.2%、2等5.4%、3等1.4%となりまし た。格付け要因はカメムシ類による斑点米が84.9%、胴割れ12.7%、他2.4%となっています。

販売状況の変化や品質面などが大きく変わった年になりましたが、その中でも高い1等米比率の維持と多く の上伊那米を出荷していただき、感謝申し上げます。来年度も病害虫対策や安定した販売・精算に取り組んで 参りますので、引き続き皆さまのご協力をお願いいたします。

≪令和6年産米の追加集荷について≫

『令和6年産米の追加集荷』を行います。各営農センターで日程調整して、訪問日などでお知らせいたします。 余剰米など出荷可能なお米がありましたらJAへお声がけください。



1 ミッション オイル(2ヵ所)

エアクリーナー

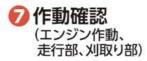
📵 燃料フィルター

△ ワイヤー調整 (前後進、低速・高速、 主クラッチ、刈高さ)



点火プラグ

3 刈取りベルト



3 洗車



※ オイル・部品代・交換工賃・修理 工賃は別料金となります。

2024年12月2日(月)から2025年1月末日まで

作業実施予定 2025年2月末日まで

※ あぜ草刈機は持込み・引き取りでお願いします。申込書と合わせてご持参ください。 (JAによる引き取り・納品は運賃別途)

機械のメンテナンス不足や エンジンへの過負荷が原因による シーズン中の故障が頻発しています。 機械のコンディション維持や安全で 快適な作業を行うために、シーズン 前後の定期点検をおすすめします。

やまびこ純正 50:1 2サイクル専用オイル 400ml 1本 し上げます!

その他 2025年に 【あぜ草刈機 春の 買い替えキャンペーン】 を実施予定です。 乞うご期待!

✓ JA上伊那

☎78-8900 ☎81-1112 ☎86-3177 Fax:78-7996 Fax:83-4414 Fax:86-2124

あぜ草刈機 格納点検整備 申込書

申込日:

お名前:

様 ご住所:

※850については一部、部品の生産が 終了したため対象外です。

TEL:

(携帯:

) メーカー:

型式 (○): 851 · 852 · 853

決済方法: 口座 ・ 現金

農機センター行

不具合箇所:

※ご記入いただいた個人情報は今回の点検整備のみに使用します。

組合員・利用者の皆さまへ

日頃よりJA上伊那をご利用いただき、ありがとうございます。 誠に勝手ながら、令和7年1月8日(水)は職員研修のため、 下記のとおり営業時間を変更させていただきます。 何卒ご理解の程よろしくお願いいたします。

営業時間変更

令和7年1月8日(水)

■営農経済店舗 …………14:30 まで

(※営農センター、資材店、直売所、農機センター、 LP ガスセンター、くらしのセンター)

■本所・支所 (金融店舗) …… 15:00 まで

※営業時間が短縮となりますのでご注意ください。



information

information 1

例えば …

JAの自動車共済なら、家計の負担を軽減できるかも?



自信を持ってオススメ!

車の購入を検討されている方や、 他社にご加入されている方はぜひお見積りください。





抽選で総計 14,000名様 に豪華賞品が当たる!

お見積りキャンペーン実施中

自動車保険証券をスマホで撮影! かんたん応募方法

以下の二次元コードから

アクセス!

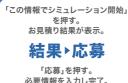
「掛金のお見積り&





「読み取る」を押す。







証券撮影なしでも 応募可能!

スマホで二次元コードから サイトにアクセス!

必要情報を入力。 お見積り結果が表示。

応募ボタンから 必要情報入力で完了!

今だからこそ、自分にとって必要な保障を考えてみませんか?

自然災害への備え

近年、大規模な自然災害が増加傾向にあります。 お住まいの地域のリスクを再確認して、 災害に備えることが重要です!



ご自身の備えは、年齢や家族構成などの ライフステージや時代にあわせて 備えることが必要です。









老後

お気軽にJAにご相談ください!

ご契約に関するご相談については、お近くのJAまで

お問合せは

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。

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。



ex ガソリン

レギュラーガソリン 1リットルあたり 全国平均価格

出典: 資源エネルギー庁 石油製品の店舗小売価格週次調査 比較時期: 2020年4月6日 133.7円 2024年4月1日174.6円

ex 食品関係



食料の消費者 物価指数の推移

出典:農林水産省 我が国・主要国における食料の消費者物価指数の推移 2024年6月現在(2020年を基準年として)

カ価高や事故・災害の増加による影響は、こんなところにも

ex 自動車保険料



参考純率の 改定

出典: 損害保険料率算出機構 「自動車保険参考純率 改定のご案内(2024年6月28日)」 ※自動車の使用地域は沖縄県以外で対人賠償責任保険、対物賠償責任保険、 人身傷害保険および車両保険を付保した場合におけるすべての契約条件 (用途・車種、補償内容等)の改定率を平均した値

ex 火災保険料(住宅)



基準となる 参考純率の 改定

出典: 損害保険料率算出機構 「火災保険参考純率 改定のご案内(2023年6月28日)」 ※すべての契約条件(都道府県、構造、築年数、補償内容等)の 改定率を平均した値

参考純率とは、保険会社が保険料のうち保険金の支払いに充てられる「純保険料」について、損害保険料率算出機構が算出する 参考数値です。各保険会社は参考純率を保険料の算出基礎として参考としますが、使用義務はありません。

参考純率の改定は、契約者の方が保険会社に支払う保険料の改定とは異なります。

JA共済でも家計見直しのお役に立てるかもしれません!

▲ JA共済

毎月発行「信州のそ菜」「信州の果実」

栽培技術から、販売、流通、最新のトレンドまで 農業に役立つ農業専門誌が

タル版で

令和5年高温干ばつの影響について JA全農長野

> お持ちのスマートフォン、パソコン、 タブレットで読むことができます。 ※アプリのダウンロードは不要です

長野県農政部や農業試験場、 農業農村支援センターなどの 農業の専門家による詳しい解説で、 収量と売上アップの指南書です!

農業経営の発展に貢献する農業専門誌

▼ 毎月発行 ▼ 毎号約50ページ!

☑ 流通情勢 ☑ 産地・生産者のご紹介 など



最新号から過去5年分の情報が すべて読めます

毎月発行の「信州のそ菜」「信州の果実」

JA全農長野が毎月発行するプロ農家のための園芸情報誌です。



信州のそ菜

野菜、花き、きのこの栽培 や販売などに関する情報 を写真やイラストを使っ て分かりやすく紹介。 これを読めば、農業の「今」 が分かります。



信州の果実

リンゴ、ブドウ、ナシ、モモ などの果実の栽培や販売 などに必要な知識を分か りやすく紹介。 果樹農家が知っておきた い情報が満載です。

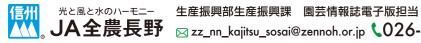


購読料

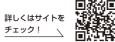
長野県のJA組合員料金

信州のそ菜	信州の果実	信州のそ菜・信州の果実 両誌
4,400 円 (年額·税込)	4,400円 (年額・税込)	8,800円 (年額・税込)

※正組合員および准組合員



JA全農長野 ⋈ zz_nn_kajitsu_sosai@zennoh.or.jp \$026-219-3811 (內元) № 25-219-3811 (內元)







国産新車 主メーカー取扱い 🟵 TOYOTA 💮 NISSAN 🖫 HONDA 🕞 mazda 🍩 SUBARU 💲 SUZUKI 🛂 DAIHATSU 🗼 MITSUBISHI MOTORS

訪問日チラシコーナー

『JA上伊那キャリア採用募集!

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~ 聯昌終与担保に基づき

職員給与規程に基づき、決定します。

具体的に教えてください。

【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

※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】

12月27日(金)締切

※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。



頭の体操― 穴ぼこ熟語パズル ――☆~

問題

全部の熟語を漢字で書くと、リストの漢字が 1 つ余ります。その漢字は何?

解き方

熟語の読み方が並んでいます。読み仮名はどれも5文字ですが、2文字目と4文字目を隠してしまいました。 残った文字から推理して、熟語を漢字で書きましょう。漢字はリストにあるものを1回ずつ使ってください。 「ッ」や「ャ」などは「ツ」や「ヤ」などと同じに考えます。

タ□ジ□ウ→□□ ト□ョ□ツ→□□□ エ□カ□ワ→□□□

答え体

タ**ク**ジョウ→**卓** L トショシッ→図書

英会室書上図体卓話 エイカイワー

ト

ショ

シッ

・

図

書

室

エ

イカイワ

→

関

会

高

問題 1

ア□ガ□パ→□□□ マ□ピ□ウ→□□ ガ□チ□ウ→□□ エ□チ□ウ→□□

羽雨円眼合似中柱長票品満類

問題2

ミ□シ□ト→□□□ ビ□ジ□ウ→□□ ラ□カ□イ→□□□ キ□ウ□ン→□□

ウ| |キ| |ウ →| ||

運花休球共仕事 乗水生団便落

答えは『今月のる~ら~さん』のコーナーにあるよ



X力剂。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! 家まで来でくれて助かる!」 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 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

1月10日(金) 宮田支所

1月14日(火) 駒ヶ根支所

1月15日(水) 駒ヶ根東支所

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 ジャンまわいめがね

○ 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



③ | 3 - 5 3 | 2024 12月 ③

今月のる~ら~さん

けて作業しました。 ほどつ たように感じます。 作業中は、 たいです ほ のぼのとした空気が流れて いつも し柿もお はし 山岡あや な い話も なが くできると 5 ゆっ の

食べる時が我が家の至福のひと時です

新米にビーフカレ

ーやポ

-クカレー

答え

私も実物は苦手で 折られていて写真を見ただけでも 来年の干支 『巳』ですね。 実物そっくり わかり ます。

今年は家の

柿が豊!

作だったので干し柿

を 100

今年も11月20日に販売開始となりま

したね。

日

か

等前後賞で10億円

とはならなくて

も高額

長

アマガツパ→雨合羽

マンピヨゥ→満票

ガンチュゥ→眼中

エンチュウ→円柱

ルイジヒン→類似品

選は期待したいです

·宮田村 N 猫が好きさ



の春に備えま んのでは 今年は雑草も大きく育ち、

南箕輪村 Р Ν M さ

頭の体操の答え

問題 2

取りがいがあっ

·南箕輪村

答え 共

ウンキュウ→運体

末に間に合わせたいです

毎日少

しずつ掃除

って、

年

業を草取り

毎日草を取って

外が全面凍りつ

い限りです

早めにできると細かいところまでできて

N

婆ちゃ

んさ

今年もあとわず

:早めに大掃除したいけ

できる

ミズシゴト→ 水仕事

ビンジョゥ→ 便乗

ラツカセイ→落花生

キュゥダン→球団

味も違うので、

まずは白米だけで食べて、

本 来

のもいかがで

う

贅沢な食べ

方ですね。新米はやはり新鮮で

問題 1



『幸せ』の多 にとっておいしい 収穫祭が開 じてくれたのは愛知県収穫祭が開かれましたPあるように『リンゴォ『Topics&Ev い」があっていた気がしまっ いの習 らい事をなって申して な

会い、動いて消費をお得な農産物やお 編集者 を摂取 と書きましたが解説 で消費する以上に 0) ポ 各支所

お楽しみパズル当選者

以外には利用いたしません。

JA上伊那本所 る~らる編集係

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メールからもどうぞ。

正解 スポーツノヒ(応募74通) JAまごころ商品券1,000円分 プレゼント(敬称略)

小林久子 橋本美治 小嶌美智代 北原世津子 井上一男 髙橋登美子 畑田美南 宮下千代子 荒井健治 片桐省平

ACOOP 安全安心エーコープマーク品

商•品•紹•介



H O U O A K U Z U Y しょうがくず湯

エーコープ しょうがくず湯 120g(20g×6) 本体価格 199円(参考税込価格 214円)

今月のおすすめエーコープマーク品は『しょうがくず湯 120g』をご紹介します。 商品の特徴としては、国内産の生姜・本葛(くず)(※並くずではありません)を使用しているので、 商品のトロミが違います。保温効果も高いので、食欲不振や朝食代わりにもなります。 また、もち米(粉砕あられ)を配合しているので、香ばしい風味に仕上がっています。 使用上の注意点としては、熱湯を使用しますので、やけどに気をつけてください。

外袋を開封後はなるべくお早めにお召し上がりください。内袋については、開封したら1回の使い 切りでお願いします。

~おすすめポイント~

Acoop

調理例としましては

- ①本品1袋をカップに入れます。
- ②約 110 m l の熱湯 (95℃以上) をそそぎ、よく溶かしてお召し上がりください。 お好みにより熱湯の量を加減してください。お湯の温度が低いとトロミがつかない場合があ ります。その際は密閉して電子レンジで再加熱(約1分)してください。

【長野県A・コープからのお知らせ】

A・コープでは、クリスマス・おせち・歳末のごちそうメニューのご予約を承っております。 オードブル・お寿司・お刺身盛合せなど、ご予算に合わせて各種ご用意いたしますので従業 員までお気軽にご相談ください。年末年始友の会会員特典として12月26日(木)~29日(日) の4日間ポイント4倍、30日(月)~1月3日(金)はポイント5倍を実施。また12月23日(月)~ 31日(火)の9日間はPay Pay キャンペーンを開催します。また、1月2日(木)からの初売りでは、 毎年恒例「運試し福箱」の販売もいたします。年末年始の準備はぜひA・コープで。



A・コープ宮田店 田中直子さん

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 ●宮田店
- ●七久保店
- ●ファーマーズ
 - こまがね店
- ●平出店 ●西箕輪店
- ●こまがね店 ●いな竜東店

②墨をするときに使います

⑤英国の文化について学び、-

⑦外為の「為」を略さずにいうと

⑨氷の張った湖で楽しむ人もいる

⑫残ったおでんに具を――して煮

⑭ズボンを買ったあとで上げるこ

18だしを取るのに使う小魚の干物

⑯使ってはいけない技のこと

①令和6年の干支(えと)は一

令和7年は巳(み)です

- ●いな店 ●伊北インター店
- ●中川店 ●いいじま店

●小野たのめ店

※一部取り扱いがない 店舗があります

●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?

タテのカギ

を深めた

スポーツ

直した

とも

お

み

① 12月24日の夜のこと。聖夜と もいいます ②甘いお菓子のことです ③ 一の授業で、冬の星座につい

●締め切り 12月30日(月)

●当選は2025年2月号で発表します。

●応募先 〒396-8510 伊那市狐島4291

ヨコのカギ

て学んだ ④昭和の頃の録音媒体。たるむと

鉛筆で巻きました ⑥ギャンブルです

⑧どてらに詰められているもの ⑩安心したときにホッともらしま

③忘年会で部長が――の音頭を取っ た

15サンタクロースの乗り物 ⑰彼は――ともに認める本の虫だ ⑲——、乙、丙、丁

②風邪の予防に、ガラガラガラ

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

※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

②ゴルフクラブの一種です

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!

●応募方法 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。 からも ご<mark>応募できます</mark>。



Eメール: s-koho@ina.nn-ja.or.jp





※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。



期間中に対象の足期貯金を新規でお預入れの方へ



お子様のお年玉貯金などには **骨金箱**をプレゼントいたします。

3つの方法で 契約が可能です!

- 金融窓口 または 金融移動店舗にて定期貯金契約
- JAバンクアプリプラス(またはJAネットバンク)にて定期貯金契約

預入金額 10万円以上

対象者 個人・法人

対象商品 スーパー定期貯金、大口定期貯金、積立定期貯金(エンドレス型)

- ●中途解約について:この定期貯金は原則として中途解約できません。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。
- ●その他:積立定期貯金については窓口またはATMでのお取扱となります。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。



