「みんなのために　あなたといっしょに」

る〜らる RURAL

6
Vol.349
2025 June
JA上伊那
JA上伊那HP

今月の特集

第29回 通常総代会
支所運営員会のご意見とJAの回答

注目
第20期 あぐりスクール体験記
12〜13ページをご覧ください。

大麦の刈り取り（坂牧　勉さん）

やまなみ

新たな長期構想・3ヵ年計画の実現に向けて

代表理事組合長
西村　簫

去る5月27日、第29回通常総代会を開催し、提出した6議案は、原案通り可決承認されました。組合員の皆さまにおかれましては、支所運営委員会・総代会の開催にあたり、ご協力をいただきましたことに感謝申し上げます。

昨年度は、異常気象による農作物への影響や、依然として続く資材価格の高騰など、上伊那の農業を取り巻く環境も決して楽観視できるものではありませんでした。しかしながら、総代の皆さまをはじめ、組合員の皆さま、そして地域の皆さまの温かいご理解とご支援のおかげで、組合運営を着実に進めることができました。ありがとうございました。

さて、令和7年度は新たな長期構想・3ヵ年計画の初年度となります。この計画は、上伊那の豊かな自然と多様な農産物を守り育て、持続可能な農業の発展をめざすとともに、組合員の皆さまの所得向上、そして活力ある地域社会の実現に向けた道しるべとなるものです。

食料安全保障の重要性が改めて認識される今、地域農業の役割はますます大きくなっています。JA上伊那は、安全・安心な農産物の安定供給を通じて、地域の皆さまの食卓を守り、豊かな食文化の継承にも貢献してまいります。

結びにあたり、JA上伊那は、これからも組合員の皆さまの声に真摯に耳を傾け、上伊那の農業振興と地域社会の発展に貢献していく所存です。今後とも、皆さまの変わらぬご理解とご協力をお願い申し上げます。

代かき作業をする宮脇昌志機械利用部長

サヤエンドウを収穫する(農)みなかたの組合員

CONTENTS

June 2025 Vol.349

農業に夢中!! 中川村南向の土地を守る　中川村 農事組合法人みなかた …… 2
特集 第29回 通常総代会 支所運営員会のご意見とJAの回答 …… 4
Topics & Event 高校生ら交通安全の意識を高める 自転車交通安全教室が開かれる …… 8
我が家のげんキッズ! 今も輝いて… …… 14
ALL GREEN ニンジンをつくりませんか ドライフラワーのつくり方 …… 16
直売所情報 旬のおたより …… 18
エンジョイ ライフ 素人ながらの野菜づくり　楽しんで …… 20
商品紹介 エーコープ むぎ茶 …… 34

農業に 夢中!!

中川村南向（みなかた）の土地を守る

中川村
農事組合法人 みなかた

(農)みなかたの理事役員

267人の組合員で運営をしている農事組合法人みなかた。以前は南向地区営農組合の機械利用部として運営をしてきたが、少子高齢化による遊休農地などで土地が荒れないようにと、仲間と協力して平成30年から(農)みなかたとして土地を守っている。現在は7人を中心に作業を行い、水稲1・7ha、ソバ4haを栽培。ソバ収穫作業（13ha）、トラクター作業（2ha）のほか、組合員による稲収穫作業（45ha）の受託なども行っている。

農地や農作業の担い手に

少子高齢化の影響で農業離れが増えている今、遊休農地が多くなっているため、法人として困った人たちの農地を預かって耕作をしている。〝農地がある以上、南向地区の農地を守っていかなければいけない〟という使命を常に持って働いている。山が多く農地が点々と離れている南向地区は、コンバインを複数台確保しなければならない。現在は7台のコンバインを使用して稲収穫作業を行っているが、少しでも台数を減らして効率よく作業をするにはどうすれば良いのか、日々考えているという。少ない台数で細かい農地までをきちんと面倒を見ていくことも目標。担い手の確保が大切になってくるという。

大切にしていること

ほかの地域に比べて傾斜地が多い南向地区は農作業の苦労も多い。法面が大きく長いため、傾斜地での草刈りは大変だと話す。代かき作業は田植え前の重要な作業。平らにすることで雑草が生えにくくなるため、平らにすることを心がけて丁寧に作業を行っている。作業場所によっては中川村の景色が一望できるため、やりがいにもつながるという。特別なことは何もせず、今預かっている農地をいかに持続していくかを考えている。

今後の目標

昨年度から26aの圃場で野菜試験栽培にも取り組んでいる。遊休農地を預かり、現在はサヤエンドウやタマネギなど7品目を栽培。地元のスーパーや直売所などに出荷している。地元の子どもたちに地元のものを食べてほしいと想い、今年度5月から学校給食への出荷を始めた。(農)みなかたの安富久和組合長は「南向地区の農地を後世に伝えるように守っていかなければならない。『自分たちの土地は自分たちで守っていく』という精神で、荒らさないように皆で守っていくことが今後の進む方向だ」と話した。

る～らる（る～らる）とは英語で、「田舎の…」「田園の…」という広く農村を形容する言葉です。

第29回通常総代会
新たな『長期構想・3ヵ年計画』スタート

議長の伊藤さん（左）と永原さん（右）

JA上伊那は5月27日、伊那市のJA本所で第29回通常総代会を開きました。

総代定数530人のうち本人出席89人、書面出席380人の合計469人が出席。令和6年度事業報告と剰余金処分案、長期構想・3ヵ年計画、令和7年度事業計画や賦課金についてなど、提出された全6議案が可決されました。また、持続可能な農業に向けた基本農政の確立と国民理解醸成に向けた緊急決議が提出され賛成多数で承認されました。

議長には、伊藤厚さん（美篶手良）と永原公信さん（中川）が選ばれ、議事を進行しました。

令和6年度は、春先の低温や夏場の記録的な高温で、人・作物にとって異常な状況が続き、多くの品目で生産量が減少しましたが、高単価で推移したことにより農畜産物の販売高は前年実績、計画ともに上回りました。一方で、農業を取り巻く環境は、異常気象や自然災害の影響による販売価格の上昇や需要の逼迫、依然と続く生産資材価格の高騰や高止まりなど、一段と厳しさを増しています。JAは、持続可能な食料生産を実現するために上伊那地域で生産された農畜産物が『適正な価格』で形成されるよう、流通と販売の効率化や農業の競争力強化、消費者との連携強化など、市場や消費者に対する農政活動に取り組みました。

農畜産物販売取扱高は147億2,499万円（前年対比106・2％）と前年を上回る結果となりました。

JAの主力品目である米は、6月下旬から高温多照で推移し出穂期以降も同様の傾向が続いたため、刈り取りは前年より1日早い9月4日にスタートし、天候にも恵まれ9月下旬におおむね終了しました。品質については、1等米比率98・1％（前年98・7％）で、等級落ちになった主な要因は、カメムシによる斑点粒でした。出荷量は22万6,000俵で、前年対比92・0％となりました。

野菜は、ブロッコリーが高温と病害で減少しましたが、白ネギ・アスパラガスの生産量は増加し、販売高23億9,652万円（前年対比112・4％）となりました。重点品目であるアスパラガスについては、前年対比で出荷数量108・7％、販売高109・9％と着実に生産拡大しています。

果実の販売高は14億3,186万円（前年対比101・5％）となり、猛暑などによる全国的な収穫量の減少により、単価高で推移しました。

花きは、高温による生育不良と全国的な生産量の減少などにより高単価で推移し、販売高17億352万円（前年対比103・9％）となりました。トルコギキョウは土壌消毒とオリジナル品種により、過去最高の出荷数量となった昨年度と同程度の出荷本数となりました。

当期未処分剰余金は6億2,455万円を計上しました。組合員の皆さんへの出資配当金は、年0・5％の割合となります。なお、令和6年度から実施した事業分量配当金につきましては、JA事業ごとの利用分量に応じて配当させていただきました。

令和7年度は、新たな『3ヵ年計画（2025-2027）』がスタートする年となります。〝2030年のJA上伊那がめざす姿〟の実現に向けた2期目の3ヵ年として『想いを言葉に 言葉をカタチに』を基本方針に掲げ、実行してまいります。〝想いを言葉に〟して事業にいかし、組合員・地域・職員が協同の力でともに考え実践し、〝カタチに〟して地域社会を支え、持続可能な上伊那地域の農業を創造してまいります。

総代会の詳しい内容につきましては訪問日でお届けした『協同のあゆみ（要約版）』をご覧ください。

承認された議案

第1号議案 令和6年度事業報告、事業報告の附属明細書及び剰余金処分案の承認について

第2号議案 長期構想・3ヵ年計画の設定について

第3号議案 令和7年度事業計画並びに総合損益・財務計画の設定について

第4号議案 令和7年度賦課金の額、賦課の時期及び徴収方法の決定について

第5号議案 令和7年度における理事及び監事の報酬決定について

第6号議案 上伊那農業協同組合定款（定款附属書総代選挙規程含む）の変更について（特別決議）

支所運営委員会のご意見とJAの回答

令和7年5月15日～21日に支所ごとに支所運営委員会を開催いたしました。組合員の皆さまから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。

支所運営委員会とは？

組合員、各組織などの意見を集約し、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。

この委員会の委員は、総代、集落組織の代表、准組合員の代表、青壮年部・生産部会・生活部会・認定農業者などの組織の代表、地区選出役員により構成されます。

毎年5月と10月の年2回開催されます。

営農関係

Q 国は米の価格が高騰しているため、米を急に増反しろと言っているが、簡単には増反できない。今まで減反だった政策が急に変わりすぎる。JAは農家の声を国へしっかり伝えてもらいたい。

A 米政策など農業政策については持続的な農業生産が行えるよう農業者や生産現場の声を農政活動として、国や県に要請してまいります。

Q 令和7年産米の概算金を早めに提示していただきたい。限界があるかとは思うが、できるだけ高く設定を望む。

A 他県や他業者の動向を見ながらできるだけ早く提示できるよう努めます。精算についても追加精算・最終精算で一定の金額を確保してまいります。

Q 農業には人材が入ってこない。これから農業を始めるには機械を買うなどお金がかかる。JAとしてどのような対策を考えているのか。若者が農業に向かない。JAとして人材を派遣することをしたらどうか。過渡期であるのでテコ入れが必要だ。団塊の世代の人たちが農業から離れていく中で、地域の農業を守るビジョンが欲しい。

A JA上伊那ではインターン制度で今まで約100人、今年度も6人を受け入れております。産地形成として、地域や農業を維持・発展していくために、重点品目を中心に農業振興・生産拡大支援事業を実施しております。

Q 生産資材高騰で1・5倍は上がっている。できるだけ安く供給を。JA

は価格が高く、努力が足りないのではないか。

A 原料価格の高騰により、資材価格は全般的に高騰しております。全農や業者と価格交渉を行い、価格抑制に努めてまいります。

Q あじ～なで米を購入したいが在庫がなく、1日20人しか購入できない。他店では県内産の米が販売されている。流通をしっかりしてほしい。

A 現在も米不足が続く中で、昨年度の年間販売数量を4月時点で上回っている状況です。本来、上伊那産米のみとしたいところを県内産米まで枠を広げ、今年は例年の1・5倍の数量を確保いたしました。新米が販売される9月まで多くの利用者に販売できるよう1日200kgまでと調整しておりますので、ご理解ください。

金融関係

Q 振込手数料、JA上伊那管内は無料にできないか。

A JAネットバンクでのJA上伊那各店舗口座への振込については、無料となっておりますので、ご利用下さい。また、ATMについては、JA上伊那各店舗口座への振込手数料の無料化に向け検討を進めてまいります。

全体について

Q 正組合員と准組合員のメリットに違いがあるのか。

Q 組合員は、配当があること、生産物が高く売れること、営農資材などが安く買えることがメリットと考えている。組合員を増やすためのメリット、具体的な組合員メリットを明確にし、PRすれば、組合員の増加にもつながると思う。

A 正組合員はJAの運営に参加でき総代として議決権や選挙権を有しています。一方、准組合員はJAの運営には参画できないものの、事業や施設を利用できます。JAの運営への参画という点で大きな違いがあります。組合員加入のメリットにつきましては、下記の通りです。今後も、組合員数の増加に向けてPRしてまいります。

貴重なご意見をいただきありがとうございました。今後も支所運営委員会や組合員懇談会などへご参加いただき、JA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。

JAってどんな組織？

JAは、誰もが気軽に参加できる開かれた組織です。生産者でなくても、一定の条件を満たしていれば組合員になることができます。

正組合員…住所もしくは農地がJA上伊那管内にあり、5a以上の農地を耕作しているか、年間60日以上農業に従事されている人

准組合員…JA上伊那管内にお住まいの人、もしくはJA上伊那管内に勤務地があり、JAの事業をご利用いただける人

組合員加入の主なメリット

①各種支援事業が受けられます
営農支援事業については正組合員を対象にしています。

②各種ローンをご利用いただけます
住宅ローンやマイカーローン、教育ローンなどで金利軽減を受けられます。

③人間ドック受診の割引と助成があります
JA長野厚生連が運営する各病院で、人間ドックやPET・CTがん検診を組合員価格で受診できます。
さらに、一定の条件を満たせば助成金も受けられます。

④配当金を受け取ることができます
決算状況によりお預かりした出資金に応じた出資配当を受け取ることができます。
また、令和6年度より事業分量配当を導入し、JA事業ごとの利用分量に応じた配当を受け取ることができます。

JAは組合員からの出資金をもとに、利益追求型ではなく、地域に根付いた要望を取り入れた事業展開を行うなど、一人ひとりの組合員が主役となって、みんなで力を合わせて、より豊かなくらしをめざします。

▶ 上伊那地域を元気に 酪農家のおもてなし牛乳認定証授与式

ＪＡ畜産部会酪農専門部と伊那酪農業協同組合、南信酪農協同組合からなる上伊那地域酪農協議会は『酪農家のおもてなし牛乳』を使用した商品として、伊那市にあるエール堂のかき氷を新たに認定しました。5月9日にＪＡ本所で認定証授与式が開かれ、ＪＡ営農経済担当常務で協議会の白鳥健一会長が、店主の山本晶子さんへ認定証を手渡しました。協議会はこれまでにプリンやジェラートなど7つの商品を認定し、今回が8つ目となりました。

認定証を手に持つ山本晶子さん（中）

モルックを楽しむ学生

▶ 自分らしく輝くために JAミドルミズ大学開講式

ＪAとＪＡ生活部会は5月10日、ＪＡ本所で第19期ＪAミドルミズ大学の開講式を開きました。40代～60代の組合員やその家族で、ＪＡ家庭雑誌『家の光』購読者を対象とし、今期は北部・中部・南部校の計65人が受講。『楽しく学んでハッピーに！自分らしく輝くために』をキャッチフレーズに、仲間とともに学び合うことが目的。第１回の授業では、ニュースポーツ『モルック』に挑戦。講義を通して新しい仲間をつくり、自分も地域も元気になるような活動に取り組んでいます。

▶ 奨励品種の決定に役立てる 伊那米総合試験地で田植え作業

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５月15日、伊那市の伊那米総合試験地の田植えをしました。試験地ではコシヒカリをはじめ、もち米や酒造好適米、品種登録前の品種などを栽培。上伊那に適した奨励品種の選定と、品種ごとの生育を調査することを目的とし、試験地の生育が管内の指標となっています。この日は、関係者 21 人が参加。植え付けの間隔や深さ、１株の苗の本数などの条件を統一しながら、11 品種を手作業で植えました。

統一の条件で田植えをする職員ら

ラッカセイの種をまく子どもたち

▶ 健康で心豊かに育て JA美篶手良支所 親子青空教室を開く

ＪＡ美篶手良支所や美篶青少年育成会、美篶公民館が開く食農教育授業『親子青空教室』が、5月17日に開校しました。今年は13組23人の親子が参加。全8回の授業で稲作やサツマイモなどの栽培、収穫を体験する予定です。この教室は、親子でいっしょに農業体験することで、農業の面白さや大切さ、収穫できる喜びを感じてもらうことが目的。最初の授業では、ＪＡの福澤裕支所長らに教わりながら、ラッカセイの種まきに挑戦しました。ラッカセイの苗は6月の授業で畑に植える予定です。

交通事故の再現を見学する生徒ら

▶ 高校生ら交通安全の意識を高める 自転車交通安全教室が開かれる

ＪＡ共済連長野は５月２日、駒ヶ根市の駒ヶ根工業高校で自転車交通安全教室を開きました。自転車の使用頻度が高い高校生に危険性を理解してもらうことが目的です。地域貢献活動の一環として、長野県警察本部や地元ＪＡと連携して毎年開催。今回は、㈱オートパル上伊那が自動車を提供しました。この日は、全校生徒約 330 人が出席。６人のスタントマンが自転車と自動車の衝突事故などを再現しました。１年生の生徒は「安全運転の大切さを改めて感じた」と話しました。

▶ 買い物困窮者などが利用 辰野支所で野菜苗の予約販売

ＪＡ辰野支所とＪＡミニファーム北部店は５月２日、支所の隣にある『パレスたつの』の前で事前に予約注文を受けた野菜苗の引き渡しを行いました。この取り組みは、支所運営委員会やＪＡ生活部会などから寄せられた「野菜苗の購入が不便」との声を受け、昨年から始めました。買い物困窮者を中心に注文を受け、今年は昨年の2倍の33人へ苗を手渡しました。受け取りに来た組合員は「近くで苗を購入できて助かる。これからも続けてもらいたい」と話しました。

野菜苗を受け取りに来た組合員たち

アルストロメリアに触れる児童ら（5/8 西春近北小）

伊藤市長（左）らから花を受け取る児童ら（5/19 赤穂東小）

▶ 見て触れて花に親しむ 花育事業でアルストロメリア贈呈

ＪAとＪＡ花き部会は、管内5市町村と連携し今年度も花育事業に取り組みました。小学生を対象に、花に親しむことで美しさや優しさを感じ、心を豊かにすることを目的としていて、平成26年度から始まりました。5月8日、伊那市の西春近北小学校で今年度１回目となる贈呈式が開かれ、白鳥孝市長やＪAの下島芳幸専務、部会の中原睦男副部会長らが上伊那地域が日本一の出荷量を誇る切り花『アルストロメリア』の花束を代表児童に贈呈しました。受け取った児童らは「いいにおいがする」と話し、笑顔を見せました。アルストロメリアの花言葉は『持続』『未来への憧れ』であり、前向きになれるような明るい意味が込められています。中原副部会長は「花を飾ると感謝の気持ちになり、リラックス効果がある。たくさんの人に花の良さを感じてもらうため、全クラスに置いてもらっている。見たり触れたりしながら、日々の変化を楽しんで観察してほしい」と話しました。

また、19日には駒ヶ根市の赤穂東小学校で贈呈式が開かれました。伊藤祐三市長やＪAの西村篤組合長らが代表児童にアルストロメリアの花束を贈呈。今年度は28校へ教材用のDVDと、352束（1束10本）のアルストロメリアの花束を贈呈しました。

▶ 田植え後の水管理を確認
管内各地で稲作指導会が開かれる

ＪＡ営農経済部米穀課は5月14日から24日にかけて、管内の各会場で稲作指導会を開きました。5月20日に伊那市で開いた指導会には、生産者7人が出席。田植えの状況を確認し、気温が上がってくる6月以降は、湛水状態と落水状態を繰り返す間断潅水を行い、根に酸素を送ることが重要だと説明しました。ＪＡ担当職員は「水田によっても、水持ちや病害虫の発生状況は変わってくる。それぞれの状態に合わせた、正しい管理をお願いしたい」と呼びかけました。

田植え後の水管理を確認する生産者

あいさつする西村組合長

▶ 総代会の議案を確認
令和7年度『第1回支所運営委員会』開催

５月 15 日から 21 日にかけて、令和７年度の第１回支所運営委員会が各支所で開かれました。運営委員会では、５月 27 日に開かれた第 29 回通常総代会の提出議案について説明。あわせて、各支所の事業計画、重点取り組み事項についても説明されました。21 日に春富支所で開かれた運営委員会には、運営委員 115 人が出席。西村篤組合長やＪＡ担当職員へ、意見や要望を挙げました。寄せられた意見につきましては本誌 6、7 ページをご覧ください。

▶ 実用化に向けて
アスパラガス自動収穫機実演会

スマート農業の新技術開発に取り組む『露地野菜コンソーシアム』は５月 22 日、改良されたアスパラガス自動収穫機の実演会を伊那市の株式会社ＪＡ菜園の圃場で開きました。露地野菜コンソーシアムは、伊那市や長野県南信工科短期大学校、ＪＡ、地元企業などで構成。「収益率は高いが、生産に人手がかかる」という課題に向けて令和２年度から開発に取り組んでいます。課題としていたＡＩの位置精度を改良し動作安定性が大幅に向上。実用化に向けて改良を続けています。

収穫機の動きを確認する参加者ら

選果作業を行う作業員ら

▶ 目視で品質を確認
梅の出荷が本格化

ＪＡ管内の梅の出荷が5月19日から始まっています。出荷が本格化してきた26日、ＪＡ飯島園芸集出荷場では作業員5人が、生産者から持ち込まれた小梅に傷や病気がないか、過熟果が混ざっていないかなどを一つずつ目視で確認。規格ごとに選別し、箱詰め作業を行いました。今年は開花時期の気温が低かったことで、生育が早かった昨年より4日遅い出荷開始となりましたが、品質は良好です。小梅に続いて中梅の出荷が始まり、7月上旬まで出荷作業が続く見込みです。

大麦の生育状況を確認するJA職員

▶ 収穫開始時期を検討
大麦の圃場巡回が行われる

ＪＡ営農経済部米穀課と上伊那農業農村支援センターは５月 19 日、大麦『ファイバースノウ』の圃場巡回をしました。巡回は、管内の生育状況を確認し、刈取計画を調整することが目的。この日は、関係者 11 人が参加し、南部地区の６圃場を回り、成熟度や生育状況などを確かめました。今年は６月２日から収穫作業が始まっています。作付面積は約 199ha、収穫量は 699t の見込み。凍霜害の影響が少なく順調な生育で、収穫量・品質ともに、期待が高まっています。

▶ 生産者と消費者の交流を深める
シナノゴールド摘果交流会

ＪＡと生活クラブ長野単協消費委員会は5月20日、宮田村の清水農園でシナノゴールド摘果交流会を開きました。交流会は、生活クラブの組合員が現地を訪れて作業を体験することで『安全で安心な農産物』を実感してもらうこと、食材への関心を高めてもらうことが目的。平成21年から続き、生産者と消費者のお互いの顔が見えるため好評です。この日は、県内各地の生活クラブ組合員14人が参加。園主の清水純好さん、里美さん夫妻らに、摘果作業で残す中心果の見極め方を教わりながら、一つずつ丁寧に作業しました。

作業のあとには、上伊那産のキノコが入ったカレーライスや里美さんが地元野菜をふんだんに使ってつくった豚汁、清水農園のりんごジュースがふるまわれ、参加者は上伊那の農産物を味わいながら交流を深めました。純好さんは「周りの生産者の力を借りながら交流会を受け入れることが、地域を盛り上げるための起動力になればうれしい」と話しました。10月には清水農園で、収穫交流会を開く予定です。

純好さん（左）に教わりながら摘果作業する生活クラブ組合員

田植え作業をする児童ら

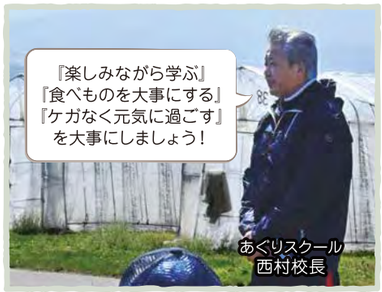
▶ 米の大切さを学ぶ
JA上伊那お米学習教室

ＪＡは食農教育の一環として毎年、管内の小学5年生を対象に「ＪＡ上伊那お米学習教室」を行っています。今年度は21校1,194人が参加し、田植えや収穫体験などを通して米づくりの大変さや楽しさを学んでいます。伊那市の東春近小学校の児童ら54人は5月20日、保護者約15人といっしょに、4.5ａの水田で田植え作業を行いました。児童たちは「おいしくなりますように」と願いを込め、全身泥だらけになりながら一生懸命田植え作業に取り組みました。

はじめまして!

第20期のあぐリスクールがスタート!
コータとリーちゃんが授業の様子を楽しく伝えていくよ。
どんな体験ができるかワクワクするね♪

あぐリスクールの約束事を確認。楽しい授業にしようね!



今期は50人のお友だちといっしょに学んでいくよ。

土をかけないように気をつけて…!

ブロッコリーの植え付け

大きくなりますよ〜に!!

アスパラガスを楽しもう!

まずは、ずらりと並んだハウスで収穫体験☆

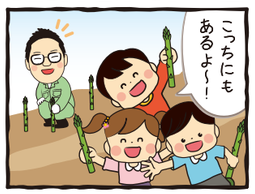
棒よりも長くなったものを収穫!

太いものはハサミで切るのも大変…。

夢中で探していっぱい採れたね♪

アスパラガス本来の甘みを楽しむため塩のみで味わったよ!

収穫のあとは焼いたアスパラガスを試食!



当日の様子は「Instagram」でもチェック!二次元コードから簡単アクセス。
KAMIINA_AGURI

おうちに持ち帰ったアスパラガスで料理をつくったよ!

健康情報局

西箕輪診療所
理学療法士　健康運動指導士　**加藤真理子**

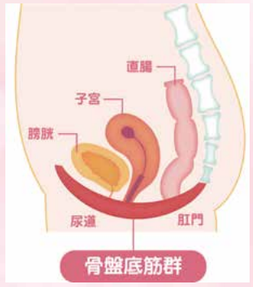
今月の情報は
尿もれ ～骨盤底筋群～

私は日頃、ケガや病気の人のリハビリをしている理学療法士ですが、この骨盤底筋群について最近注目しています。

骨盤底筋群とは骨盤内（底）の筋膜や靭帯、筋から成り立っており、ボート状になっています。骨盤内臓器（膀胱や子宮、直腸など）を支えています。また、3層構造になっており、いくつもの筋肉が重なり合っているので「群」という名前が付いています。そして、遅筋繊維（排泄時以外、常時機能）が 70%、速筋繊維（急な腹圧上昇、くしゃみ、咳、笑う、スポーツ活動時など）が 30%で成り立っています。もちろん、男性にもありますが、女性は膣があるので男性に比べると弱いです。

病気や加齢、出産、肥満、性ホルモンの低下でこの骨盤底筋群の筋力が落ちてしまうことがあります。この筋肉が緩むと、尿もれや骨盤臓器脱など QOL（生活の質）に支障が出ますので、骨盤底筋群を鍛える必要があります。骨盤底筋群を鍛えるには『尿を止める』『膣を締める』『陰茎を持ち上げる』など表現方法が難しく、収縮感覚が分かりにくいのが特徴です。

また『10秒間収縮し続けることができるか』『10秒のうちに何回収縮できるか』など筋力の評価方法があります。10 秒間で 10 回収縮できるかがボーダーラインと言われています。



トレーニングの方法

1．最大収縮（全力で締める状態）で 8 ～ 10 回を1セット
2．1日に2～5セット
3．セット間の休憩2～3分
　毎日続けると2ヵ月ほどで効果が見られるという報告があります

この筋肉は心臓の筋肉と違い、自分で意識して収縮することができる筋肉です。地味な運動ですが、どこでもいつでも誰にも気づかれずにできる運動です。年だから仕方がないと諦めず、ぜひ意識してみてください。また、詳しいトレーニング方法や尿漏れ予防について、ご相談いただけたら幸いです。西箕輪診療所は泌尿器科もあります。一度、お立ち寄りください。

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（6月11日~7月10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)	吉廣(内科)	麻沼(内科)	矢澤(第1·4週)(内科)
				藤岡(第2·4週)(整形外科)		石垣(第3週·予約のみ) 安田(第2週)、岡本(第1·4週)(整形)
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·胃カメラ)	

受付時間…午前　8：30～11：30　　午後　2：30～4：30
診療時間…午前　9：30～12：00（月・水・金）　9：00～12：00（火・木・土）　　午後　3：00～5：00
休診日……木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日・第5土曜日　　休日当番医……6月29日（日）

西箕輪診療所　☎0265−73−3351

	月	火	水	木	金	土
午前	唐澤(内科)	唐澤(内科)	唐澤(内科)	井上(内科)	唐澤(内科)	藤岡（第2・4週） (整形外科)
					塩澤(内科·胃カメラ)	
					原田(第2·4週)(泌尿器科)	唐澤(第4週)(内科)
午後	唐澤(内科)	唐澤(内科) 狩野(第2·4週)(整形)	山中(内科)	唐澤(第1·3週)(内科) 矢澤(第2·4週)(内科)	唐澤(内科)	

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

両小野診療所　☎0266−46−2017

	月	火	水	木	金	土
午前	岩脇(内科)	岩脇(内科)7/8休診	岩脇(内科)	岩脇(内科) 6/26 7/3休診	岩脇(内科)	岩脇(第1·3週)(内科)
		原田(泌尿器科)				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!

やんちゃな仲良し兄弟

【宮田村】
（大輔さん、理恵さんのお子さん）
樋屋　春喜（はるき）くん（8歳）
　　律喜（りつき）くん（4歳）

ちょっぴり恥ずかしがりやの春喜くん。昨年から小学校に通うようになって、お友だちもたくさん増えたんだ☆今は野球と釣りにはまっていて、どこの少年野球チームに入ろうか悩み中。休みの日には、お父さんといっしょにキャッチボールをしているよ！律喜くんは人懐っこい性格で、お兄ちゃんと遊ぶのが大好き。ストライダーにも乗れるようになって、スイスイ進んでいくのが楽しいんだ！格好いいスパイダーマンが大好きで、よく真似をして遊んでいるよ☆目が離せないほど、元気いっぱいな2人。ケンカもするけど、いつも仲良く遊んでいるよ♪

両親からひとこと　いつまでも仲良くね♥

今も輝いて…

地元の活性化を

飯島町　竹澤秀幸さん（74）

飯島町役場職員や町議会議員としても活躍していた竹澤さん。現在は、町全体で取り組んでいる農業振興の一端を担う有限会社水緑里七久保（みどりなくぼ）の代表を務め、町内の農地を守りながら、地元を盛り上げる活動に取り組んでいます。

『水緑里の麦風』を持つ竹澤さん

昨年、設立20周年を迎えた㈲水緑里七久保。竹澤さんは2年前に代表に就任し、社員23人といっしょに地元の農地を守っています。今年4月には、20周年を記念してつくった麦焼酎『水緑里の麦風』を新発売。自社で栽培した大麦『ファイバースノウ』と特別栽培米コシヒカリ『越百黄金』を100%使用し、公募した商品名と地元の人がデザインしたラベルで、お土産などに人気だといいます。そのほかにも、農業を身近に感じてもらうために、女性を対象としたスマート農業講習会を開催するなど、後継者づくりにも取り組んでいます。

「今も昔も『飯島町を元気にしたい』という想いは変わらない」と話す竹澤さん。地元を盛り上げようと平成19年に始まった〝千人塚水中花火大会〟。立ち上げから16年間、事務局として運営に関わり、今では県内外から多くの人が訪れる一大イベントとなっています。竹澤さんは「コロナ禍で、さまざまなイベントが中止になる中でも、対策を取って毎年開催してきた。見に来てくれる人が増え、飯島町を多くの人に知ってもらえてうれしい」と笑顔を見せました。

竹澤さんは「10年先にも、この地区の農地や自然環境を残すために、守る活動を続けていきたい」と力強く話しました。

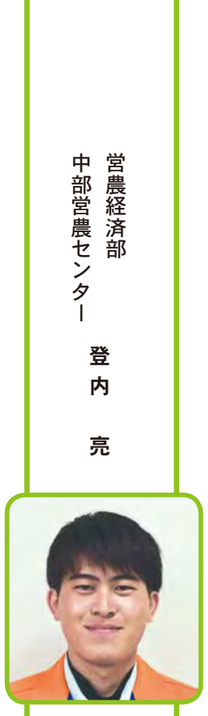
こだわりの焼酎ラベル▶

▲スマート農業講習会

やさしい
野菜づくり

ニンジンをつくりませんか

営農経済部
中部営農センター　登内　亮



ニンジンは緑黄色野菜の一つでカロテンを多く含み、体内に入るとビタミンAに変換され、皮膚の健康や免疫力を保つ働きがあります。そのほかにもビタミンB2やビタミンC、食物繊維などを多く含み、栄養価の高い野菜です。

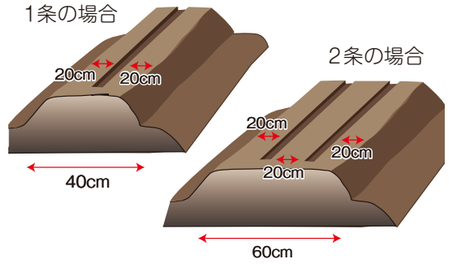
また、栽培面では冷涼な気候を好む野菜ですが栽培温度の適温性は広く、根部は地中にあるため気温の影響を受けづらく耐寒性もあります。

畑と種子の準備

播種する2週間前までに畑づくりをしましょう。1㎡当たり完熟堆肥2kg、苦土石灰100g、化成肥料100gを散布し、深さ20cmほど耕します。

畝は畝幅40~60cm、条間20cmで設定します。また畝づくりをする前に再度耕すようにしましょう。

●畝づくり
※間引き作業を考えて2条までとする。

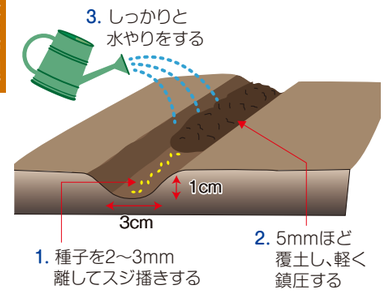


播種

播種時期は7月上旬頃になります。幅3cm、深さ1cmの溝をつくり、種子を2~3mmの間隔で播きます。その後、厚さ5mmほどの覆土をして、手やクワの背などで軽く鎮圧してください。この際、覆土が厚すぎると発芽しづらくなるため注意してください。播種後はしっかり水やりをしましょう。

種子はさまざまな種類がありますが、五寸ニンジンが一般的なニンジンになるため、こちらを選んでいただければと思います。

●播種



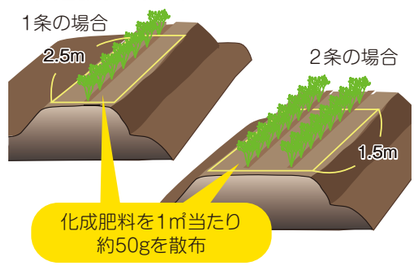
播種後の管理

ニンジンの発芽には水分が必要になりますので、土が乾いたら水やりをしましょう。発芽してきて本葉2~3枚ほどになったら6cmくらいの間隔が空くように間引きを行います。その際、雑草もあわせて除去しましょう。

2回目の間引きは、本葉5~6枚ほどになったら、10~12cmの間隔が空くよう間引きをします。

2回目の間引きの後には、追肥を行いましょう。1㎡当たり化成肥料約50gを畝に散布しましょう。

●追肥
2回目と3回目の間引きの後に追肥をする
(黄色部分で約1㎡)



収穫

肥大したものから順次収穫していきましょう。収穫時期は品種により異なりますが、おおむね110日~130日で収穫できる大きさになります。収穫が遅れると割れてしまうため、ある程度の大きさになったら試し掘りをしましょう。また、根が土から出てしまうと緑化してしまうため、出ていれば土寄せをしてください。

楽しい
ガーデニング

ドライフラワーのつくり方

営農経済部
南部営農センター　伊藤士恩

ドライフラワーはアレンジメントやインテリアとして非常に人気があります。また、適切な方法を用いて乾燥させることで、花が持つ魅力を長期間堪能することができます。今回は、ドライフラワーを美しく仕上げる手法の一つであるシリカゲルを用いたやり方をご紹介します。

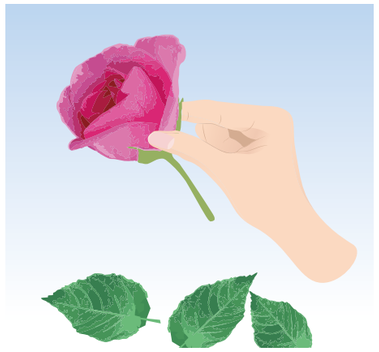
準備するもの

・シリカゲル（ドライフラワー用のもの）
・密閉できる容器（プラスチックケースやガラス瓶など）
・はさみ
・ピンセット（あると便利）
・マスク
・スプーン
・ドライフラワーにしたい花
※肉厚で水分の多い花はドライフラワー向きではありません

手順

①花の準備

花を摘み取ったら、茎を短めにカットし、余分な葉や痛んだ花びらは取り除いておきましょう。容器に入れる前に軽くティッシュなどで水気を拭き取っておくことが大切です。



②容器にシリカゲルを敷く

マスクを着用し、容器の底に1~2cm程度に、シリカゲルを均一に敷き詰めます。このとき、花が直接容器に触れないようにするため、底の層をしっかりつくることがポイントです。

③花を配置する

花をそっとシリカゲルの上に置きます。花びらが広がるように、形を整えておきましょう。ピンセットを使うと細かい調整がしやすくなります。複数の花を同時に乾燥させる場合は互いに触れ合わないように少し間隔を空けて配置します。

④シリカゲルで花を埋める

花の上から、シリカゲルをゆっくりとスプーンでかけていきます。花びらの隙間にも入り込むように丁寧にかけてください。完全に花が見えなくなるまでシリカゲルをかけたら、容器のふたをしっかり閉めます。

⑤乾燥させる

容器を直射日光の当たらない、風通しのよい常温の場所に置いて、1週間ほど乾燥させます。乾燥時間は花の種類や大きさによって異なります。小さい花なら3~4日、大きい花は10日以上必要な場合もあります。

⑥取り出す

乾燥が完了したら、容器のふたを開けて、ピンセットなどで丁寧に花を取り出します。このとき、花びらが非常に繊細になっているので、力を入れず慎重に扱うようにしましょう。

⑦仕上げ・保存

取り出したドライフラワーは、そのまま飾ってもよいですが、防湿剤といっしょに保存すると長持ちします。また、ヘアスプレーなどをかけることで、形崩れを防ぐ効果もあります。

シリカゲルは天日干しなどで乾燥させれば再利用できます。

Seasonal Vegetables

直売所情報

旬のおたより

採れたての地元農畜産物を味わおう！

毎年大人気のブルーベリー狩り・さくらんぼ狩りが今年も始まります！ご家族やご友人といっしょに、採れたてのおいしさを味わってみてはいかがでしょうか。詳しくは、ホームページや公式LINEからご確認ください。

各直売所の店頭にも、さまざまな地元農産物が並び始めました。新鮮で安全安心な農産物をたくさん食べて、これからの暑い夏を元気に乗り切りましょう！

ファーマーズあじ～な

6月14日(土)
『提携JAフェア』
地元産の梅が入荷！ご自宅で梅漬けなどに挑戦してみてはいかがでしょうか。
6月28日(土)、29日(日)
『農畜産物フェア』
信州産のお肉や酪農家のおもてなし牛乳、きのこセットなどを特価販売！ブロッコリーやホウレンソウ、トマトなど、地元で採れた新鮮野菜も数多く店頭に並びます。

営業時間　9:00～18:00
定 休 日　12月～4月　毎月第2火曜日
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

7月5日(土) ～
『ブルーベリー狩り』
毎年大人気のブルーベリー狩りがいよいよスタート！高原のさわやかな空気で育った、甘酸っぱいブルーベリーを１時間の食べ放題でお楽しみいただけます。中学生以上は１人1,100円で、お土産つきです！そのままはもちろん、ジャムやお菓子づくりにもどうぞ。

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

6月14日(土)、15日(日)
『農畜産物フェア』
6月15日(日)～7月13日(日)
『さくらんぼ狩り』
7月5日(土)『夏祭り』
今年もさくらんぼ狩りの季節がやってきました！ 30分間の食べ放題が、小学４年生以上は2,500円です。毎週火・木・土・日曜日の開催で、なくなり次第終了です。ご予約はファームテラスみのわ（TEL：0265-70-5230）へ。みずみずしい旬のさくらんぼをぜひ、畑でお楽しみください♪

営業時間　9:00～18:00
定 休 日　12月～4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

6月からの年金相談会一覧

相談会日程	開催支所
6月12日(木)	飯島支所
6月26日(木)	春富支所
6月28日(土)	駒ヶ根東支所
7月 3日(木)	東部支所
7月 5日(土)	美篶手良支所
7月 9日(水)	西春近支所
7月12日(土)	駒ヶ根支所

開催時間
午前
9：30～12：00
午後
1：00～3：30

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

JAバンク

よりぞうからのお知らせだぞう

～JAバンクは組合員・地域の皆さんに寄り添います～

資産運用セミナーのご案内

NISAについて詳しく知りたい方、資産運用・資産形成について学んでみたい方、どなたでもご参加いただける資産運用セミナーを無料で開催します。

身の回りの物やサービスの価格高騰、人生100年時代における老後のお金の不安など、お金の悩みに対して、NISAの活用による資産運用・資産形成を検討してみませんか？

ご参加をお待ちしております。

【セミナー内容】

・テーマ
「NISAが創る新しい未来」
・日程　令和7年6月28日（土）
・時間　13時30分～15時30分
※セミナー終了後、個別相談会有り（予約制）
・場所　JA上伊那本所3階 フラワーホール
・講師　谷村 一樹氏（セゾン投信株式会社）

ご参加の申し込みは
JA上伊那本所金融部
（☎0265-72-6134）
または支所金融窓口まで。
詳しくは本誌26ページをご覧ください。

共済部から

＼JAのがん共済が新しくなりました！／

がん治療の変化に対応した保障へ
がんに向き合う方を支えます

治療が長引く抗がん剤治療
乳がんなどのホルモン剤治療でも

ずーーーーーっと、

所定のがん治療を受けた月ごとに

がん治療月額共済金※ 10万円

※がん治療月額共済金のお支払いは、月に1回を限度とします。
※入院および公的医療保険制度に基づく所定のがん治療を保障します。

この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書（契約概要・注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。 【25161980204】

詳しくはお近くのJA共済窓口までお気軽にお問い合わせください。

リレーエッセイ 笑顔のごちそう

素人ながらの野菜づくり 楽しんで

箕輪町支所生活部会長 小澤ちゑ子

新緑の美しい季節になりました。畑にはいろんな野菜が芽を出し春風に泳ぎ、田んぼの苗も少しずつ勢いを増してきたように思います。

主人と素人ながら始めた野菜づくりですが、今では四季を通して20種類以上の野菜をつくるようになりました。「やさい畑」の本を開き、今年はどんな野菜をつくろうか、肥料はいつ頃?どんな肥料を施せば?など、試行錯誤しながら楽しんでいます。当初は、せっかく芽を出したと思えば霜に打たれ枯れてしまったり、害虫に襲われ穴だらけになってしまったり…。ラッカセイを播けば一粒残らずカラスの餌になってしまったことも。困難の連続でしたが、今では食べきれない程の収穫に。採れたての野菜は息子の家族や兄弟、友人に届けます。畑作業をしながら、真っ赤に実ったトマトを丸かじり「おいし~い」と、ほっと一息。

これから収穫量の増える夏野菜や秋冬野菜をできる限り無駄にしないよう、漬物に佃煮、瓶詰に。また、冷凍保存すれば一年を通して楽しめます。

「種を播けば、苗を植えておけば、簡単に野菜ができると思っていたんじゃないかぇ」農家のおじさんの言葉を思い出し、農業の難しさを痛感。暑い日差しの中、今日も我が家の野菜たちと楽しく向き合っています。

わが家のレシピ

キュウリのきゅうちゃん(佃煮)

材料(適量)

- キュウリ …… 3kg
- ショウガ …… 1個
- タカノツメ …… 3~4本
- 塩昆布 ……50~60g
- Ⓐ
  - 塩 ……30g 弱
  - 砂糖 …… 150g
  - しょう油 ……150cc
  - 酢 ……200cc
  - みりん …… 50cc

〈作り方〉

①キュウリは野菜カッター(スライサー)で切り、塩を加え落しぶたをして重石をのせ塩漬けする。
※一昼夜おく

②塩漬けしたキュウリをしっかりと水切りする。

③ショウガは千切り、タカノツメは細かい輪切りにし、Ⓐとキュウリを鍋に入れ、強火で水分がなくなるまで、かき混ぜながら煮詰める。
弱火で煮ると歯ごたえが悪いので注意!

④水分がなくなったらそのまま2~3時間おいて冷ます。

⑤冷めたら塩昆布を加え、混ぜ合わせて完成。

生活部会NAVI

「おいしい笑顔」大切に😊

箕輪町支所 組合員組織課 有賀智子

からだ・くらし・こころを豊かにする『食』。6月は食育月間です。

JAでは小学生向けの『あぐりスクール』をはじめ、毎年大人気の収穫体験『カミーちゃん農園』や、生活部会での郷土料理の伝承など、食と農を学ぶさまざまな『食農教育』に取り組んでいます。

箕輪町支所では昨年10月に食農イベントの一つとして准組合員の親子を対象にナシの収穫体験を行いました。青空の下、生育状況や管理方法、出荷の流れを学び、土の匂いを感じながら収穫。その場で試食したもぎたてのナシは言葉にできないほど格別の味で、子どもたちの「おいしい😊!」笑顔が忘れられません。地域の皆さんとともに学びあい、職員にとっても貴重な経験となりました。

箕輪町支所准組合員イベント(昨年度)

おいしいものを食べると笑顔になり、元気100倍✨になります。A・コープや直売所で地元の新鮮な農産物を買い、おいしくいただくことで、地産地消、国消国産に繋がります。私たちは日常の生活の中で自然と食育に触れあっているのです。おいしい食事と適度なお酒と楽しい会話で毎日の食卓を豊かなものに、そして感謝のこころを忘れずに『おいしい笑顔😊』を大切に守り続けて、次の世代につなげていきましょう!

旬クッキング

新タマネギと鶏肉のケチャップ煮

美篶手良支所 組合員組織課 向山由美

◆材料(2~3人分)

- 新タマネギ… 1個(200g)
- 鶏むね肉…… 1枚(250g)
- 下味
  - 塩こしょう … 少々
  - 小麦粉……小さじ2
- サラダ油……小さじ2
- ニンニク ……1かけ
- 水……3/4カップ
- Ⓐ
  - ウスターソース …… 大さじ1/2
  - トマトケチャップ …… 大さじ2
  - コンソメ(顆粒) …… 小さじ2
- パセリのみじん切り … 適量

◆つくり方

① 新タマネギはタテ半分に切り、切り口を下にして繊維を断ち切るように8㎜くらいに切る。ニンニクは薄切りにする。

② 鶏むね肉は1cmのそぎ切りにし、塩こしょうをふり、小麦粉を薄くまぶす。
フライパンにサラダ油を入れて中火に熱し、皮を下にして並べる。中火で両面をこんがりと焼く。

③ 鍋に①と、水、Ⓐを入れ中火にかける。フツフツしてきたら、②を入れ、ふたをして弱めの中火で15分くらい煮込む。

④ 煮詰まり、汁気がトロリとすればできあがり。器に盛り、パセリをふる。

初夏の一時期だけ出回る新タマネギは、みずみずしいためスライスしてサラダなどの生食がおいしいですね。それでもお子さまや辛みが気になる方には、ケチャップ煮にしてみてはいかがでしょうか。

新タマネギは水分が多くいたみやすいので、早めに食べきりましょう。

ケーブルTVで放送中!!

るー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

6月 5日（木）より
JA上伊那の動き ～5月～

6月19日（木）より
第29回 通常総代会

	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。

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上伊那るーらるコミュニティ　検索

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

二次元コードから簡単アクセス!

今月の特集

第29回通常総代会

6月19日(木)から放送!

令和７年５月27日に開かれた「第29回通常総代会」をダイジェストで放送します。

クルマ買取・委託販売の専門店
カーリンク CAR LINK
0265−78−0880

クルマのことなら
オートパル上伊那
https://auto-pal.co.jp/

もしものときは
ふれあい・語らい・地域と共に 株式会社グレース GRACE CO.,LTD
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	伊那里地区 美和地区 手良地区	市野瀬公民館 10:00～11:00	伊那市長谷総合支所前 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	片倉多目的集会施設 11:30～12:30	旧長藤支所 14:00～15:00

※道路状況などにより予告なく運行を中止する場合があります。ご了承ください。

JA上伊那 協同の成果

（JAのうごき）令和7年4月

農畜産物販売高	14億9,299万円
貯金高（平残）	3,077億8,101万円
貸出高（平残）	807億2,282万円
長期共済保有高（長期保障）	8,448億5,641万円
購買品取扱高	21億2,151万円
（組織の状況）	
正組合員	13,914人
准組合員	16,762人
組合員戸数	24,979戸
出資金	78億4,688万円
固定資産（帳簿価格）	79億1,360万円
職員数（臨時職員含む）	671人

理事会報告　令和７年５月23日

（決議事項）

- 第１号議案　令和６年度 決算監事監査処理顛末報告書について
- 第２号議案　業務報告書の提出について
- 第３号議案　第29回通常総代会緊急決議について
- 第４号議案　旅費規程の改正について
- 第５号議案　組合と理事との契約について
- 第６号議案　令和７年度 内部統制基本方針について

以上理事会にて決定いたしました。

上伊那米だより

令和７年６月
第318号
発行　JA上伊那
米穀部会

≪水稲の生育と当面の管理について≫

中部営農センター　伊澤　幸紀

・概況（伊那米試験地生育状況）

今年度は、育苗期間中に高温と低温が繰り返され、ムレ苗やヤケ苗の発生が多くありました。また風が強く苗床が乾燥しやすかったため潅水量を増やした結果、徒長した苗も見られました。田植えは５月中旬から下旬に集中し、５月末までにはおおむね完了しました。伊那米試験地の田植えは５月15日に行い、田植後20日目から調査を始め、10日おきに生育調査を行います。生育状況は直近の情報を上伊那米だよりにてお伝えしていきます。（発行月の前月20日までの調査結果）

・水稲管理のポイント

☆**間断潅水**…定期的に田面を出し、水を入れ替えることで酸素を供給し根に活力を与えます。
自然に減水し田面が出たら、再び入水します。
※ガスがわいている圃場では２～３日干してガス抜きを行いましょう。

☆**中　干　し**…有効茎数（コシヒカリ－21本／株（70株／坪の場合））10a当たりが確保できたら中干しを実施。

中干しは田面に２mm程度の亀裂ができるまで干す。
中干しの前は間断潅水を行っておく。

☆**けい酸加里**…追肥として6月中旬から遅くとも7月極プレミア34上旬に10a当たり20kg散布する。
茎葉が固くなり倒伏を軽減する、受光態勢が良くなり登熟歩合を高めるなどの効果あり。

ケイ酸の効果を高めるためには早めの散布（６月中旬ごろ）がおすすめ。

≪カメムシ対策について≫

写真のカメムシはホソハリカメムシ。
昨年度も発生量が多く被害が多くなっています。春先の動き出しが早く、梅雨明け後一気に発生量が増えています。

カメムシはイネ科雑草の穂に集まってくる習性があります。こまめに草刈りをすることで圃場の近くにカメムシが集まらないようにしましょう。雑草の丈が20ｃｍ以上にならないように（イネ科雑草の穂が出る前に）草刈を行いましょう。

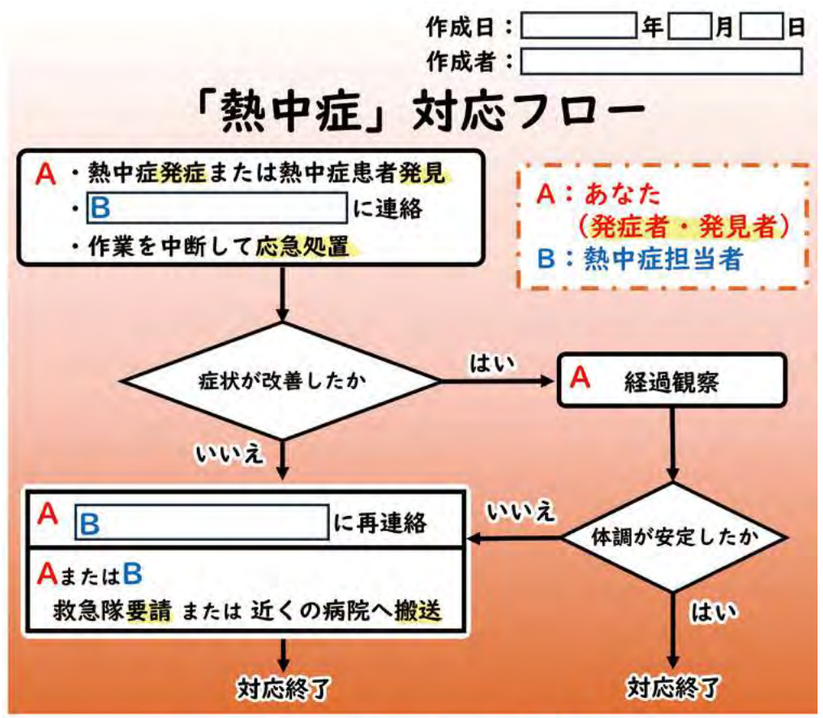
昨年度は高温のためカメムシの発生が多く見られました。今年度も高温傾向で推移しているため、発生が早まる予想がされています。

カメムシの非常に多い年は、苗箱施薬の『デジタルメガフレア箱粒剤』のみでは抑えられない場合がありますので、出穂期の発生量に合わせて本田防除も行うようにしてください。

≪いもち病対策について≫

昨年度、いもち病が発生した圃場は再発の可能性があるため、苗箱剤の散布のみでなく本田防除も行いましょう。６月よりクロップナビを設置し、いもち発生予察を行います。本誌やJA上伊那ホームページなどで情報をお伝えしますので、感染好適条件の日が続いた時は本田防除を行い、予防に努めましょう。

令和7年6月から労働者への 熱中症対策が義務化されました



熱中症のおそれがある時の連絡体制

① 熱中症担当者	② 救急・近隣病院
担当者：	救急隊要請 119番！
TEL：	近くの病院：
・上記連絡先に連絡がつかない時は応急処置や救急隊要請を優先し、事後に連絡すること。	住所：
	TEL：

仕事が終わった後でも、体調が悪化したと感じたら、すぐに救急隊を呼んでください！
（熱中症は回復後に症状が悪化するケースがあります！）

※本資料は厚生労働省が提示しているものを参考に農業現場に沿うよう、農林水産省にて作成しています。

長野県における農作業事故の原因として、機械によるものに次いで熱中症による事故が多く発生しています。

労働者を雇用する事業者（法人・個人問わず）が熱中症発生時に迅速に対応できるよう、農林水産省から『熱中症対応フロー』が示されました。

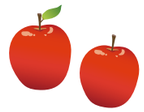
農林水産省ホームページには関係する情報が多く掲載されていますので是非ご活用ください。

QRコードからダウンロードいただけます。

令和７年度 JA上伊那

果実選果場雇用者募集

箕輪町にある果実選果場は生産者が栽培した果実の集荷を行い、選別・荷造りをして市場へ出荷する施設です。収穫時期のみの作業になりますが、作業員（体を動かすことが好きな方）と事務員（パソコン入力）を募集いたします。作業内容などの詳細は各担当者へお気軽にお問い合わせください。



作業期間　７月下旬～12月中旬ごろまで

選果場作業員　募集担当者
上伊那貨物自動車㈱　伊藤 090-5434-9216

選果場事務員　募集担当者
ＪＡ上伊那果実選果場　兼子 080-1005-8826

配当金振込のご案内

第29回通常総代会が去る令和7年5月27日に開催され、令和6年度事業報告、剰余金処分案などすべての議案が承認されました。出資配当については、年0.5%の割合で、事業分量配当は6,000万円を組合員の皆さまのＪＡ事業ごとの利用分量に応じて配当を行うこととなり、5月30日に組合員の皆さまの貯金口座へ振込みいたしましたのでご確認ください。

また、「出資配当金振込通知書」「事業分量配当金振込通知書」は6月の訪問日、または郵送などによりお届けいたしますので、あわせてご確認ください。

出資金は組合員の皆さまが自分たちのために出し合い、自分たちの事業をすすめるための資本であり、組合員の皆さまが利用するＪＡ上伊那の施設の充実や事業の発展のために使われています。組合員の皆さまが出資・利用・運営参画に主体的、積極的に関わり、資本を大きくすることでＪＡの経営基盤を強化し、組合員みんなの願いを実現しましょう。

※出資配当率・事業分量配当基準は、毎年度の決算状況により変わります。
※出資配当につきましては、年度内における増資及び新規加入は日割り計算です。所得税源泉徴収税率20.420%が控除されます。
※貯金に対しての事業分量配当は利子税源泉徴収税率、個人 20.315% 法人 15.315%が控除されます。

「出資金残高明細書」のご案内

組合員の皆さまからお預かりしています出資金については、ＪＡの電算システムで各個人管理しており、平成9年からは出資証券に替わり「出資金残高明細書」を訪問日、または郵送などでお届けしますので、「出資配当金振込通知書」とあわせてご確認ください。

長野県警察と一般社団法人長野県LPガス協会からのお知らせ

悪質な訪問販売にご注意ください

LPガス

STOP

「しつこい」「強引」などの不適切な勧誘にご注意ください

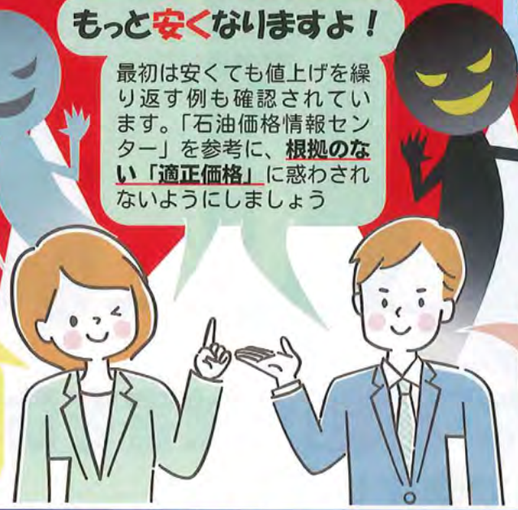
契約中のガス会社からうちが委託されました！
虚偽の営業トークです 事実確認しましょう

もっと安くなりますよ！
最初は安くても値上げを繰り返す例も確認されています。「石油価格情報センター」を参考に、**根拠のない「適正価格」**に惑わされないようにしましょう

今の販売店の検針票を見せてください！
検針票は個人情報です。取り扱いには十分注意しましょう

委任状を書くだけ！あとはお任せください！
契約中の販売店へ連絡させないセールスは要注意です。清算が発生する場合がありますので、ご自身で連絡を取ることが大切です

近所の皆様も申し込んでいますよ！
典型的な営業トークです



これらの行為は特定商取引法違反です

氏名等の明示違反
勧誘時、勧誘目的を隠す行為や事業者の名前を名乗らない行為は違法です。

再勧誘の禁止
勧誘時、勧誘を断ったお客様への勧誘継続や再勧誘は禁止です。

不実告知の禁止
勧誘時、契約締結の動機となる事実について、虚偽を述べる行為は禁止です。

不当な行為の禁止
勧誘時、契約の申込みの撤回を妨ぐために、相手を威迫して困惑させることは禁止です。

怖い・迷惑と感じたら、警察署へご連絡ください。

困った時は、まず、「ガス販売店」や「お客様相談所」へ相談しましょう。

LPガス（プロパンガス）のことでご不明な点がありましたら、「長野県LPガスお客様相談所」にお問い合わせください。

長野県LPガスお客様相談所
0120-915-400 受付時間8:30～17:00（土・日・祝日除く）

販売店
上伊那農業協同組合
上伊那ＬＰガスセンター
伊那市上牧6530　TEL 0265-78-1165
南部ＬＰガスセンター
駒ケ根市東町9-2　TEL 0265-83-6839

JA上伊那主催

資産運用セミナー

～NISAが創る新しい未来～

参加費無料

令和7年6月28日（土）

時間	13：30～15：30　※セミナー終了後、個別相談会を行います（予約制）。
会場	JA上伊那　本所　フラワーホール（伊那市狐島4291）
講師	谷村　一樹　氏 セゾン投信株式会社
定員	30名 （先着順とさせていただきます）

人生100年時代、資産運用の計画は今からでも遅くありません！
セミナーでNISAを活用した「お金の育て方」を学んでみませんか？

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

～セミナーお申込み先～

電　話：金融部　0265−72−6134
Eメール：k-kikaku8@ina.nn-ja.or.jp

※Eメールの場合は氏名、住所、電話番号、個別相談希望の有無をご記入ください。
取得する個人情報は、セミナーに関するご案内・ご連絡、セミナーの参加登録、及びJAからの情報提供のために利用します

「JAのこども共済」が
第15回マザーズセレクション大賞 2023受賞!!
主催：一般社団法人日本マザーズ協会　※連続受賞 2021年度、2022年度、2023年度
ママ・パパたちに選ばれ **3年連続受賞！**

かわいいお子さん・お孫さんの未来のために今できること
「学資応援隊」が明るい将来をサポートします!

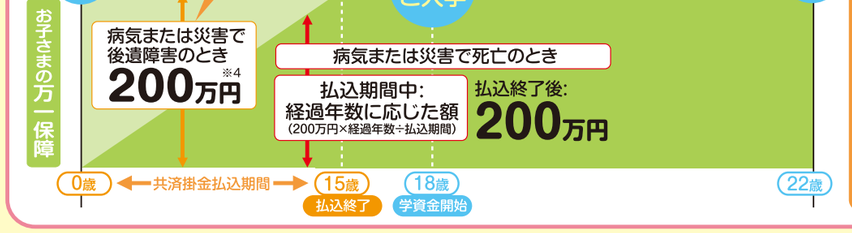
児童手当を賢く貯めるなら JAのこども共済 学資応援隊

「15歳払込終了プラン」 加入可能年齢 0歳～9歳

- ポイント1 共済掛金の払込みは児童手当がもらえる15歳までで終了します。
- ポイント2 一番お金のかかる大学のときに共済金が受取れます。
- ポイント3 早期に払込みを終えるため高い給付率が確保できます。

契約例 ●0歳加入／22歳満期●15歳払込終了・18歳学資金支払開始●契約者：お父さま（30歳）●被共済者：0歳
●主契約：共済金額 200万円（基本型）●共済掛金（年払い・口座振替扱い）　（令和7年4月現在）

学資金※1
- 18歳応当日 40万円
- 19歳応当日 40万円
- 20歳応当日 40万円
- 21歳応当日 40万円
- 満期のとき 40万円 ＋ うれしい満期共済金※2 ＋ 割りもどし金※3



①共済掛金総額 1,772,010円（年払い共済掛金 118,134円×15回）
②共済金受取総額 200万円
給付率（②共済金受取総額÷年払い共済掛金総額）約112.8%※5

さらに「12歳払込終了プラン」を選択すると、給付率がアップ!
（加入可能年齢 0歳～6歳）

	15歳払込終了プラン	12歳払込終了プラン
給付率	約112.8%※5	約115.6%※5
① 共済掛金総額	1,772,010円（年払い共済掛金 118,134円×15回）	1,729,776円（年払い共済掛金 144,148円×12回）
② 共済金受取総額	2,000,000円	2,000,000円

※1: 学資金は、18歳学資金支払開始の場合、18歳、19歳、20歳、21歳の誕生日以後初めて到来する契約応当日にお子さまが生存されているときにお受取りになれます。よって、お子さまの大学入学に間に合わないことがあります。ご契約のお申し込みの際は、お子さまの誕生日と契約日にご留意のうえ、学資金支払開始年齢「17歳」または「18歳」をお選びください。なお、学資金支払開始年齢は、払込終了年齢と同じ年齢となります。
※2: 満期共済金は、22歳の誕生日の前日の属する共済年度の末日にお子さまが生存されているときにお受取りになれます。
※3: 割りもどし金は、ご契約後3年目から発生し、ご契約中いつでもお引出しになれます。ただし、割りもどし金の額は年度ごとに変動し、経済情勢などよっては0となる年度もあります。
※4: 「後遺障害のとき」とは、所定の第1級後遺障害の状態・所定の重度要介護状態のいずれかに該当する場合のことです。
※5: 給付率は、ご契約者・お子さまの契約日の年齢・学資金支払開始年齢など契約内容によって異なります。

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

詳しくはお近くのJAまで
お近くの共済窓口、または LA まで お気軽にご相談ください。

長野県JA共済は地域のお子さんの成長を応援しています!

【25169990022】

児童手当の総額は 約234万円!

児童手当の支給額

年齢	支給額（月） 第1子、第2子	支給額（月） 第3子以降
0歳～3歳未満	15,000円	30,000円
3歳～高校生年代	10,000円	30,000円

子ども家庭庁「児童手当制度の概要」をもとにJA共済連作成

現在の児童手当制度が継続した場合、
第1子が産まれてから
高校卒業までに受け取れる総額は
約234万円になります

児童手当の支給月

12月・1月分	2月支給
2月・3月分	4月支給
4月・5月分	6月支給
6月・7月分	8月支給
8月・9月分	10月支給
10月・11月分	12月支給

子ども家庭庁「児童手当制度の概要」をもとにJA共済連作成

※第1子の場合（15,000円×12か月×3年）＋（10,000円×12か月×15年）=2,340,000円　なお、生まれ月等によって、総額が異なります。
※高校生時代とは、18歳に達する日以後の最初の3月31日までのことをいいます。
※児童手当の受給には、法令等に定める受給要件を満たす必要があります。
（注）令和7年1月現在の法令にもとづき記載しています。

組合員のみなさまへ

ACOOP エーコープ

ご予約承り中 新茶

エーコープ新茶 人気No.1!

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 1kg(167g×6本) **11,340円(税込)** 10,500円(本体価格)

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

新茶 ゴールド 1kg(167g×6本) **16,200円(税込)** 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 エーコープ新茶をお届けします。

「エーコープ銘茶」は、皆様に愛されて70年。信州をスタートに全国で200万kgの商品に育ちました。

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

数量限定

新茶 白翔 500g(167g×3本) **11,400円(税込)** 10,556円(本体価格)

おいしさと経済性を考えてブレンドしました。新茶の風味はそのままです。

新茶 グリーン 1kg(167g×6本) **9,180円(税込)** 8,500円(本体価格)

軟らかい芽の部分を含んださわやかな棒茶です。この時期のみ製造される限定品です。

新茶 匠(棒茶) 1kg(167g×6本) **7,020円(税込)** 6,500円(本体価格)

※写真はイメージです。※商品のデザインが変更されることがあります。

安全・安心の取り組み
- エーコープ茶は、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・契約農場において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。

※ご注文は最寄りの JA 各支所または店舗にお申し込み下さい。　※商品お渡し時期は、天候により遅れることがあります。
※ご記入いただいた個人情報は申込の受付、注文品等の配達・配送その他契約の締結・履行、費用・代金の請求・決済、当 JA の提供する商品・サービスに関する各種の情報のご提供等に利用します。
※(当 JA 管内・当 JA 女性部) の範囲内で回覧することに同意の上、申し込みます。
※配達時ご不在の場合は受領印を省略させていただきます。
※本チラシに掲載の価格は、JA 全農長野希望小売価格です。

JA長野県

ご存知ですか?

お茶の味はお湯の温度で変わります

渋いお茶が苦手なら 冷ましたお湯で

緑茶の渋み成分であるカテキンは80℃以上で、旨み成分のアミノ酸は50℃以上で溶け出しやすくなるという性質があります。渋いお茶がお好みの方やお茶の栄養をしっかり摂りたいという方は、80℃以上の熱いお湯で淹れるのがおすすめです。一方、渋みを抑えたいお茶にするには、熱湯を茶葉に直接注がず、お湯を湯呑みで少し冷ましてから淹れるのがオススメです。また、水出しや氷出しでも美味しく召し上がれます。

エーコープ銘茶って、どんなお茶?

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

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

若く軟らかい新芽を使い、まろやかな旨味を引き出す製茶製法のお茶と、さわやかな香りを生かす伝統製法のお茶を熟達した技でブレンドしています。真空・窒素ガス置換包装により、組合員・利用者の皆様が購入後に開封されるまで、新鮮さを保ちます。

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

安全性の確保と自然な風味の保持のため定期検査を行い、全工場での完璧な品質管理を目指してISO9001の認証を取得しています。安全な農作物の栽培を行うためGAP認証取得を推進し、トレーサビリティにより茶葉から仕上げ茶までの生産履歴の追跡が可能です。

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

組合員・利用者の皆様の結集により、多くの予約・製造が可能となり、負荷な原料を安定して購入できます。最先端のコンピューターシステムや高性能ロボットを採用し、大幅な省力化によるコスト削減を実現しました。また、物流と商流の合理化をはかり流通コストを大幅に削減しました。

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

GX とは化石燃料をできるだけ使わず、クリーンなエネルギーを活用していくための変革やその実現に向けた活動のことです。

今がチャンス! 2025年も 国の補助金でお得に 窓の省エネ改修!

国のGX投資「断熱窓導入の集中的支援」最終年! ※GX 実現に向けた基本方針 参考資料 (令和 5 年 2 月より)

住宅省エネ 2025 キャンペーン

【補助対象】2024 年 11 月 22 日以降に対象工事に着手し 2025 年 12 月 31 日までに工事完了するもの

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。

「先進的窓リノベ 2025 事業」 窓・ドアの高断熱化リフォームで補助額 最大200万円

内窓設置　外窓交換　ガラス交換　ドア交換 ＊ドア交換も対象になりますが、窓の改修と同一契約内で断熱性能の高いドアに限ります。

※補助金制度の適用には、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。

断熱窓に交換して [寒さ・暑さ対策] [光熱費の削減] [からだに負担のない健康的な暮らし]

【内窓設置】

あんみつツイン
室内側にサッシをプラス!

内窓にもエコガラス。暑さ・寒さはもちろん枠の結露も防げるので、より快適に!

気密性が高まるので防音性能が UP!

あんみつツインは枠が違う!

室外側は、耐久性があるアルミ。
室内側は、熱を伝えにくい樹脂。

【外窓交換】

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!

【ガラス交換】

あんみつガラス
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。
暑さ・寒さ・結露を軽減します。
また、サブロックが付いて防犯にも。

断熱性能は一枚ガラスの 約4倍!!

※日本板硝子㈱算出数値

※あんみつガラスの補助金対象は、現在二重サッシになっている窓のガラス交換に限ります。

【ドア交換】

玄関ドア

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。

※一部商品対象外

※数値は AGC ㈱による試験測定値で保証値ではありません。

外からの騒音をカットして静かなお部屋に。また外に漏らしたくない楽器の音やペットの鳴き声などにも効果的!

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

スマートフォンはこちらからご覧になれます。

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　くらしのセンター
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 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

7月 8日(火)	美篶手良支所
7月 9日(水)	東 部 支 所
7月11日(金)	箕 輪 町 支 所
7月14日(月)	パレスたつの

AM 9:30 ～ PM 12:30 まで

※状況により、展示会が中止になる場合もございます。

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

好評 JAのおすすめみそ

令和7年 6月30日(月)まで

① エーコープ 花糀みそ

10kgダンボール 5,200円(税込)

② エーコープ 信州こうじみそ

10kgダンボール 5,200円(税込)

③ 食べ頃仕込み味噌【赤】
④ 食べ頃仕込み味噌【白】

1.8kg 4個入 5,050円(税込)

⑤ 食べ頃仕込み味噌【赤】
⑥ 食べ頃仕込み味噌【白】

1kg 4個入 3,000円(税込)

⑦ 食べ頃仕込み味噌 減塩

750g 6個入 3,630円(税込)

⑧ 食べ頃まろやか仕込み味噌

●おなじみの仕込み味噌「まろやか」12割こうじの完成品です。

1kg 4個入 3,000円(税込)

⑨ 即席味噌汁 信州 田舎風みそ汁
9.4g×31食入り
1,000円(税込)

＊＊＊＊＊＊＊＊＊ お申し込みはお早めに ＊＊＊＊＊＊＊＊＊

お問い合せ ご注文は お電話で

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

組合員・地域のみなさまへ 令和７年

今年もご家庭で、身体にうれしいお漬物を作りませんか。

漬物用 クミアイ 酒粕

変わらぬ品質
やっぱり信頼の
クミアイ酒粕

セロリ、ナス、ダイコン、ニンジン、キュウリなど、
季節の野菜もおいしく漬かります。

奈良漬の漬け方

- 生瓜7～8本（約3.5kg）に対し酒粕3.5kgの割合でご利用ください。食塩はお好みでご使用ください。
- 生瓜を縦二つ割りにして種を除き、一日程度塩漬けした後、布で水を拭き取り陰乾しをします。
- 酒粕にみりん又は砂糖を混ぜて、瓜と交互にキッチリ詰めます。
- 上手に漬けるコツは、漬かる素材より酒粕を多めに使用することです。

規　格	価　格
3.5kg ポリ袋入り１袋	1,590円（税込）（参考本体価格 1,472円）
10kg ダンボール入り１箱	4,090円（税込）（参考本体価格 3,787円）

注文締切日
6月18日(水)
お届け時期
7月下旬

☆ エーコープ上白糖

1kg 入りを5袋で 1,800円（税込）
（参考本体価格 1,667円）

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～
0120-972-223
☎ 0265-76-1941

今月のる〜ら〜さん

花爛漫の春が来て、うれしく思っていたら、もう夏日。季節も世の中もなんと忙しいことでしょう。もう少し、ゆっくり楽しみたいです。

……箕輪町　ＰＮ　山里の芝桜さん

今年、九州南部では昨年よりも20日ほど早い梅雨入りになったとか…。雨の日は気温が下がるので、気温差にも気をつけたいですね。

……箕輪町　ＰＮ　プリンままさん

我が家の芝桜、今年は本当に色がきれいで楽しませてもらいました。生命力の強い、頼もしい花です。草より花、助けてもらっています。

……中川村　ＰＮ　プリンままさん

濃いピンクや白など色がはっきりしている花が多く、とてもきれいですよね。たしかに、お庭の雑草対策にもいいかもしれません。

次はフォトコンテストに応募してみようかな

……伊那市　白鳥正美さん

上伊那は広いので、まだまだ知られていないきれいな農作業風景もありそう…！過去にはスマートフォンで撮影した作品も入賞していますので、お気軽にご応募くださいね！お待ちしています！

新小学１年生たちもそろそろ１ヵ月経ちますが、慣れてきたこの頃だと思います。地域の大人たちで、子どもたちの安全を見守っていきたいものですね。

……東京都　久保田友治さん

交差点に立ってくれている地域の方と毎朝、言葉を交わすのが楽しみだったあの頃。今の子どもたちにも安心して登下校してもらいたいですね。

今年家庭菜園で育てているこんにゃくが３年目に突入します。だいぶ大きくなったので、今年は手作りこんにゃくに挑戦できることを期待して、大切に育てたいと思います。

……岡谷市　山岡あやのさん

収穫作業を取材させてもらったことがありますが、栽培にとても手間がかかりますよね！無事に収穫できたら、ぜひお手製こんにゃくの感想もお寄せください！

孫のために、秋に植えたイチゴがようやく収穫でき始めたかと思っていたら、ヒヨドリが網を潜ってつっついているではありませんか!!命がけなのか、バカにされているのか…

……伊那市　濱島綾子さん

明日が食べごろかな…♪と思っていると、先を越されることありますよね。きっとヒヨドリも食べたくなるくらい、おいしいイチゴだったのでしょうね。

近年は地球沸騰化なんていわれるほどに暑さが厳しいですね。子どもや孫の世代も平和にくらせるために自分にできることはないか…。ゴミの分別はもちろんですが、こまめな節電や自転車の利用でCO_2削減に少しでもつながればいいな。「塵も積もれば」です。

……箕輪町　ＰＮ　未さん

この頃は毎年、過去最高気温を更新している気がします。熱中症対策も取り入れながら無理のない範囲で、未来に向けた取り組みができると素敵ですね。

編集者のポツリ

▼6月頃から全国的に雨の日が続く梅雨の時期。同時に紫陽花がきれいに咲く時期。地域によって異なりますが昔は紫陽花の花が咲き始めるころから夏野菜の収穫をしていたそう。梅雨に咲く紫陽花は雨の雫がきれいにうつり、色鮮やかな花を咲かせることで多くの人を癒してくれます。じめじめとして憂鬱になりがちですが癒されることも多い気がします。（飯島　菜摘）

▼今月21日は、1年で最も昼の時間が長い夏至。いよいよ夏も本番です。蚊に刺されやすい私は毎年、夏の楽しい思い出といっしょに蚊に刺されて痒い思い出も残ります。私の夏に虫よけスプレーと虫刺されの薬は必須です。聞いた話によると、今年は蚊の発生が例年より早く、数も多いそう。蚊は黒色などの濃い色に寄ってきやすいとのことで、お出かけする時には、なるべく白色などの薄い色の服を心がけたいと思います。（上條梨緒）

表紙紹介【大麦の刈り取り】

撮影者：坂牧　勉さん
撮影地：箕輪町

R100 古紙パルプ配合率100%再生紙を使用

A-coop 安全安心エーコープマーク品 商・品・紹・介

今月のイチオシ!

エーコープ むぎ茶（ティーバッグ56袋入り） 本体価格 199円（参考税込 214円）

今月のおすすめのエーコープマーク品は、『むぎ茶（ティーバッグ 56 袋入り）』をご紹介します。

『エーコープむぎ茶（ティーバッグ56袋入り）』は、国産愛用マーク入り！原料の大麦は100%国産を使用しています。

また、むぎ茶の風味がまろやかになる熱風焙煎方式です。熱風で麦の中心までじっくりと焼き上げていますので、すっきりとしたのど越しと香り豊かなむぎ茶がお楽しみいただけます。

〜おすすめポイント〜

① 原料の大麦は 100%国産です　② 熱風焙煎方式でじっくりと焼き上げました
③ 煮出しても冷水でも手軽においしいむぎ茶ができます

つくり方

煮出しの場合は、やかんの中に水 1.5 リットルとむぎ茶ティーバッグ１袋入れて火にかけ、沸騰したら火を止めます。冷めてからティーバッグを取り出して容器に移しかえ、冷蔵庫でよく冷やすだけで完成です。また、そのままホットでも香ばしい風味でいただけます。

冷水でつくる場合は、容器に１リットルの水とむぎ茶ティーバッグ１袋を入れて、冷蔵庫で冷やします。水が冷えるころには香りの高いおいしいむぎ茶ができあがります。

なお、むぎ茶は湿気を嫌いますので、開封後は袋を密封するか、缶などに移して、できるだけお早めにご使用願います。

A・コープ
ファーマーズこまがね店
柏原 愛理さん

【A・コープ店からのお知らせ】

A・コープ店では6月20日（金）から22日（日）の3日間【精肉100%　県産・国産宣言19周年ミートバル】を開催。お買い得商品を盛りだくさんご用意し、期間中の3日間友の会ポイント3倍も開催します。同時に【石川能登応援企画】も開催。今回は「スギヨ×長野県Ａ・コープ」コラボによるプレゼントキャンペーンも実施します。ぜひご期待ください。また、6月13日（金）より「Ａコープ夏の特選まごころギフト」の取り扱いも開始。本体価格2,700円以上のギフト商品の発送の場合、配送料金はいただきません。（クール商品は別途、実費加算料金を申し受けます）詳しくは各店舗にお問い合わせ下さい。

好評の「生産者直売コーナー」が最盛期を迎えます。ぜひ皆さまのご来店をお待ちしております。

A・コープ店
●伊那中央店　●美すず店　●宮田店　●ファーマーズこまがね店　●七久保店

ファミリーマートJA各店
●西箕輪店　●平出店　●小野たのめ店　●大芝高原店　●こまがね店　●いな店　●中川店　●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

お楽しみパズル

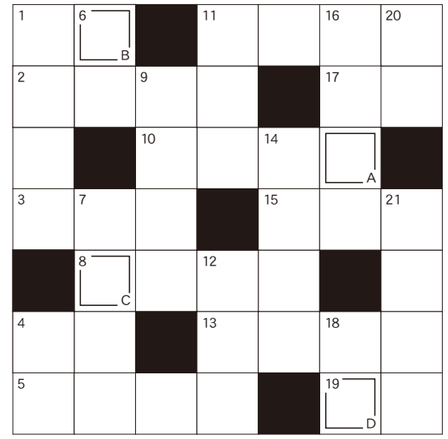
二重枠に入った文字を、A→Dの順に並べてできる言葉は何でしょう？

ヨコのカギ

①６〜７月はしとしとと降る日が多い
②あの部長は――掌握術に優れている
③化学式では H+ や OH−などと表します
④「桃太郎」でおじいさんが刈りにいったもの
⑤旧暦６月の異称
⑧赤、青、黄、鮮やかな――の花々が咲いている
⑩渋谷駅前の待ち合わせ場所として有名な忠犬――像
⑪長女から見た次女や三女
⑬父の日に――をこめてプレゼントを送った
⑮生の魚貝などを薄く切った料理
⑰木の根と枝のあいだ
⑲オニ、テッポウなどの種類がある花

タテのカギ

①漢字では紫陽花と書く花
④肌にできないように日焼け止めを塗りました
⑥剣道の試合のとき頭につけます
⑦植物を分厚い本にはさんで作ることも
⑨１年を基準としたときの３カ月
⑪in と表記する長さの単位
⑫神棚に供える植物
⑭サイン、――、タンジェント
⑯海の宝石とも呼ばれる生き物
⑱――に交われば赤くなる
⑳６月10日は――の記念日です
㉑じょうろやホースでおこないます

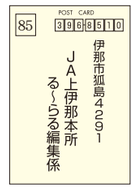


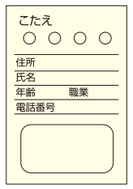
●締め切り　6月30日（月）
●当選は8月号で発表します。
●応募先　〒396-8510　伊那市狐島4291
JA上伊那本所　る〜らる編集係
●応募方法　ハガキに　①答え　②住所・氏名・年齢・職業・電話番号　③JA上伊那の事業や本誌へのご意見ご要望・イラストなどをご記入の上、上記までお送りください。
お送りいただいたものは『今月のる〜ら〜さん』への掲載（匿名を希望の方はペンネームを記入してください）や、本誌編集の参考とさせていただきます。
※ハガキは1人1枚を有効とします。パソコンや携帯のEメールからもどうぞ。
※応募で記載された個人情報は「今月のる〜ら〜さん」への掲載、プレゼントの抽選、当選者発表以外には利用いたしません。

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

Eメール：s-koho@ina.nn-ja.or.jp

右の二次元コードからもご応募できます。





4月 お楽しみパズル当選者

正解　イースター（応募54通）
JAまごころ商品券1,000円分 プレゼント（敬称略）

大瀧恵子　有賀みさ子　横田節子　向村千華　神田浩幸　唐澤留美　松下真弓　髙坂邦美　工藤喜代子　春日恵子

※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。

令和7年5月

JA上伊那
自己改革工程表

令和6年度 取り組み結果

令和7年度～令和9年度 自己改革工程表

- **Ⅰ 自己改革を実践するための具体的な方針**
- **Ⅱ 自己改革の実践に向けた組合員の意思反映**
- **Ⅲ 自己改革を支える経営基盤の確立・強化の取り組み**

組合員の皆さまとの徹底した対話を通じ、「農業所得増大」「経営基盤の確立」「地域の活性化」のため自己改革に取り組んできました。

これまでに自己改革として、営農経済、信用、共済事業の機構改革（拠点の集約、体制の見直し、民間業者との業務提携、金融移動店舗の運行等）を実施し、出向く体制の強化による利便性の向上と業務効率化による収益確保に努めています。また、システム化の加速など社会環境の変化へ対応するため自己改革を進めてきました。

今後とも、「なくてはならないＪＡ」として皆さまから愛され支持されるＪＡであり続けるため、農業所得の増大、持続可能な経営基盤の確立をめざし、組合員との徹底した対話を通じ総合事業を基本として「不断の自己改革」に取り組んでまいります。

R7.5発行

2025国際協同組合年

2025 International Year of Cooperatives

国連は、持続可能な生産と消費、食料安全保障、気候変動対策、地域の人々への医療・福祉、働きがいのある人間らしい仕事の創出、すべての人が参加できる社会づくりなど、さまざまな分野で持続可能な開発目標（SDGs）に貢献している協同組合を評価し、その認知の向上と協同組合の振興のために、2025年を国際協同組合年（International Year of Cooperatives：IYC）に定めました。

協同組合は国際協同組合年を機に、相互扶助（助け合い）の精神に基づき、持続可能な地域社会づくりにいっそう貢献してまいります。

協同組合はよりよい世界を築きます

Cooperatives Build a Better World

2025国際協同組合年全国実行委員会
事務局：一般社団法人日本協同組合連携機構（JCA）

2025国際協同組合年
全国実行委員会は
IYC2025に賛同しています。

2025 ©UN
国際協同組合年

令和６年度 取り組み結果

自己改革にあたり実践した取り組み【下線項目はKPI（数値目標）設定】

1 「担い手農家訪問」や「組合員の声を聴く活動」を通じて組合員ニーズを的確に把握しました。

2 「持続可能な上伊那農業」を実現するため、多様化している担い手ニーズの把握と事業反映を行いながら、生産基盤強化、農業振興、農業生産拡大、販売力強化、農業所得増大、農業コスト削減などに取り組みました。

- 重点品目を中心とした農業振興、農業生産拡大に取り組みました。
  ア．ビジョンの策定と実践　**イ．重点品目の生産拡大**　ウ．生産部会の活性化
- 次世代総点検運動に取り組み、次世代を担う組合員や新たな担い手の育成に取り組みました。
  ア．支援事業の実施　イ．多様な担い手への対応　ウ．労働力確保支援
- 農業所得増大につながる販売力強化と生産コスト削減に取り組みました。
  ア．販売チャネルの拡大　イ．物流効率化対策の実施　**ウ．生産コスト削減対策の実施**
- SDGs、みどりの食料システム戦略を念頭におき、取り組みを進めました。
  ア．循環型農業等の研究　イ．スマート農業の促進　**ウ．ＤＸ化に向けた取り組み**
- 施設経費の抑制・低減や生産者作業効率の向上につながる施設再編や運営体制の見直しを実施しました。
  ア．米穀施設の第２次再編　イ．野菜共選品目等の見直し　ウ．きのこ集荷体制の検討
- 「地域の活性化」に向けては、次のことに取り組みました。
  ア．農業振興の応援団の拡大　イ．ファンづくり広報の実施　ウ．組合員組織の活性化

3 改革の取り組みと成果について対話等を通じて評価を把握し、次の改革につなげることで、PDCAサイクルを回し、不断の自己改革を着実に実践します。

農業生産の拡大

上伊那産農産物の生産力強化、ブランド力向上をめざし、米穀、園芸の生産拡大に取り組みました。

特別栽培米、多収性品種米、麦、大豆の生産拡大目標

南部地区においては、大麦から小麦（ハナチカラ）への作付け変更により、大麦が減少しました。大豆については、R5年の高温・干ばつにより減収となった経過から作付けを控え減少しました。対策として高温耐性品種の現地作付け試験の実施により、安定生産体制を整えます。

令和４年度 目標	令和４年度 実績	令和５年度 目標	令和５年度 実績	令和６年度 目標	令和６年度 実績
11.70ha	27.10ha	11.70ha	65.00ha	11.70ha	△42.1ha

▶1年あたりの生産拡大目標（品目、地域別）

	特別栽培米		多収性品種米		小　麦		大　麦		大　豆		合　計	
	R6目標	R6実績	R6目標	R6実績	R6目標	R6実績	R6目標	R6実績	R6目標	R6実績	R6目標	R6実績
北部	—	—	—	—	—	0.8ha	—	△7.2ha	—	△1.0ha	—	△7.4ha
中部	2.0ha	9.0ha	0.5ha	—	—	5.4ha	—	△7.0ha	2.0ha	△14.6ha	4.5ha	△7.2ha
南部	2.0ha	—	0.5ha	—	—	9.9ha	2.7ha	△24.9ha	2.0ha	△12.5ha	7.2ha	△27.5ha
合計	4.0ha	9.0ha	1.0ha	—	—	16.1ha	2.7ha	△39.1ha	4.0ha	△28.1ha	11.7ha	△42.1ha

・特別栽培米とは…「上伊那アルプス米」や「風の村米だより」などの複数年契約販売米です。
・多収性品種米とは…反収の多い品種「風さやか」、「つきあかり」です。

園芸重点品目の生産拡大目標

野菜は、アスパラガス、白ネギともに新規就農者の就農により増加しました。トマトは収穫時期が猛暑となることを敬遠したため計画未達となりました。果実のうち、リンゴは秋映の振興を進めたことにより早生から中生へ変更した生産者がいました。ブドウは、新植予定を次年度に変更した生産者がいたことにより計画未達となりました。花弁については、アルストロメリア、トルコギキョウを中心に計画に沿った生産拡大ができました。

令和４年度 目標	令和４年度 実績	令和５年度 目標	令和５年度 実績	令和６年度 目標	令和６年度 実績
16.46ha	16.66ha	16.46ha	16.15ha	15.86ha	16.75ha

▶1年あたりの生産拡大目標（地域別）

	野　菜		果　実		花　弁		合　計	
	R6目標	R6実績	R6目標	R6実績	R6目標	R6実績	R6目標	R6実績
北部	4.7ha	4.6ha	2.3ha	2.3ha	0.40ha	0.01ha	7.40ha	6.91ha
中部	2.9ha	3.1ha	2.4ha	2.1ha	0.07ha	0.37ha	5.37ha	5.57ha
南部	1.6ha	1.5ha	1.4ha	2.5ha	0.09ha	0.27ha	3.09ha	4.27ha
合計	9.2ha	9.2ha	6.1ha	6.9ha	0.56ha	0.65ha	15.86ha	16.75ha

▶1年あたりの生産拡大目標（品目別）

野　菜	R6目標	R6実績	果　実	R6目標	R6実績	花　卉	R6目標	R6実績
アスパラガス	2.0ha	2.2ha	リンゴ早生	3.0ha	2.0ha	アルストロメリア	0.16ha	0.16ha
白ネギ	2.0ha	3.2ha	リンゴ中生	1.5ha	3.5ha	トルコギキョウ	0.20ha	0.35ha
ブロッコリー	1.7ha	1.5ha	ナシ	0.6ha	0.6ha	鉄砲ユリ	0.10ha	0.10ha
スイートコーン	2.0ha	1.5ha	ブドウ	1.0ha	0.8ha	コギク	0.10ha	0.04ha
キュウリ	0.5ha	0.3ha	合　計	6.1ha	6.9ha	合　計	0.56ha	0.65ha
トマト	1.0ha	0.5ha						
合　計	9.2ha	9.2ha						

農業所得増大

農業基盤強化・園地継承・事業継承に対する支援

重点品目の生産拡大をされる方を対象に施設、機械、生物の導入にかかわる費用を支援しました。令和５年度から新たに園地や事業の継承に関わる支援制度を設け、農業所得増大につながる支援に取り組みました。生産資材費の高騰が高止まりしており、新規の設備投資が控えられていることにより計画未達となりました。

令和４年度 目標	令和４年度 実績	令和５年度 目標	令和５年度 実績	令和６年度 目標	令和６年度 実績
4,000万円支援	2,117万円支援	5,000万円支援	2,894万円支援	5,000万円支援	3,150万円支援

土壌診断に基づく肥料削減の提案

土壌診断結果に基づいて土地ごとの必要資材を確認し、不要な肥料を削減することで農業所得の増大に寄与する取り組みを実施しました。

令和４年度 目標	令和４年度 実績	令和５年度 目標	令和５年度 実績	令和６年度 目標	令和６年度 実績
1,000袋削減	1,050袋削減	1,000袋削減	1,500袋削減	1,000袋削減	1,064袋削減

システム導入によるコスト削減（DX化に向けた取り組み）

集出荷システムの導入により選荷場運営を効率化し、コストを削減することで農業所得増大に寄与します。システム導入により、各地区で集荷した数量を迅速に集計することで、分荷が早くなり2024問題のトラック待機時間など、効率が図られました。

令和４年度 目標	令和４年度 実績	令和５年度 目標	令和５年度 実績	令和６年度 目標	令和６年度 実績
150万円削減	250万円削減	1,450万円削減	1,400万円削減	1,450万円削減	1,400万円削減

■**集出荷システムとは**　出荷者がスマホなどで出荷情報を登録します。選荷場で瞬時に登録された情報に基づき、市場への情報提供と出荷準備を効率良く行うためのシステムです。

経営基盤の確立・強化

米穀施設再編による米穀基盤強化

令和５年度	再編実施（11施設→7施設）

令和４年度 目標	令和４年度 実績	令和５年度 目標	令和５年度 実績	令和６年度 目標	令和６年度 実績
施工	施工	稼働	稼働	効率運用	実施

地域の活性化

農業振興の応援団の拡大（准組合員イベント、学習会の開催）年20人/支所

農業体験を通じて安全安心な食料や地産地消の大切さを実感でき、JA事業に興味を持っていただく活動を実施しました。

令和４年度 目標	令和４年度 実績	令和５年度 目標	令和５年度 実績	令和６年度 目標	令和６年度 実績
240人	229人	240人	241人	240人	296人

対話・意思反映

担い手訪問や組合員の声を聴く活動を通して頂いたご意見を今後の事業運営に反映していきます。

項　目	令和4年度目標	令和4年度実績	令和5年度目標	令和5年度実績	令和6年度目標	令和6年度実績
組合員の声を聴く活動（回）	1回	1回	1回	1回	1回	1回
担い手農家訪問（人）	120人	84人	120人	92人	120人	113人
訪問日（重点訪問）の実施（回数）	2回	コロナ禍により自粛	2回	2回	2回	2回

令和7年度～令和9年度 自己改革工程表

令和４年度から自己改革実践サイクルの取り組みとして、組合員の声を事業に活かして、数値目標を含めた自己改革実践の具体的な取り組み等を毎年度の総代会で決定し、着実に取り組んでいます。

これまでに自己改革として、営農経済、信用、共済事業の機構改革（拠点の集約、体制の見直し、民間業者との業務提携、金融移動店舗の運行等）を実施し、出向く体制の強化による利便性の向上と業務効率化による収益確保に努めています。

また令和６年度に実施した「組合員アンケート調査」において、取り組みに対する一定の評価と自己改革への一層の期待や要望声をいただくことができました。

令和７年度からの３ヵ年計画では、アンケートで頂いた要望等ふまえ農業生産の拡大・農業所得増大のための取り組みを強化するとともに、経営基盤を確立・強化する施策を実施し、今後も「なくてはならないＪＡ」として皆さまから愛され支持されるＪＡであり続けるため、組合員との徹底した対話を通じ総合事業を基本として「不断の自己改革」に取り組んでまいります。

Ⅰ自己改革を実践するための具体的な方針【下線項目はKPI（数値目標）設定】

1 「認定農業者、集落営農法人訪問」や「組合員の声を聴く活動」を通じて組合員ニーズを的確に把握し事業に反映します。

2 組合員ニーズの把握と事業反映を行いながら、農業生産拡大・農業所得増大、農業コスト削減、販売力強化などに取り組むほか、「地域の活性化」の取り組み、「持続可能な上伊那農業」を実現します。

- 重点品目を中心とした農業振興、農業生産拡大に向けては次のことに取り組みます。
  ア．ビジョンの策定と実践　**<u>イ．重点品目の生産拡大</u>**　ウ．組織活動の活性化　エ．新規就農者の確保
- 農業所得増大につながる農業コスト削減、販売力強化に向けては次のことに取り組みます。
  <u>ア．アスパラガス共選化の導入</u>　**<u>イ．生産履歴記帳などの電子化と効率化</u>**
  ウ．最新スマート農業機械の提案　エ．資材ネット予約・当用注文の普及
- 「地域の活性化」に向けては、次のことに取り組みます。
  <u>ア．農業振興の応援団の拡大</u>　イ．ファンづくり広報の実施　ウ．組合員組織の活性化

3 改革の取り組みと成果について対話等を通じて評価を把握し、次の改革につなげることで、PDCAサイクルを回し、不断の自己改革を着実に実践します。

農業生産の拡大・農業所得増大

園芸重点品目の生産拡大

特に収益性の高いアスパラガス・リンゴ・梨の生産拡大を強化し、所得増大をめざします。

3年間合計			令和7年度目標	令和8年度目標	令和9年度目標
アスパラガス	4.2ha増	北　部	0.2ha増	0.2ha増	0.2ha増
		中　部	0.8ha増	0.8ha増	0.6ha増
		南　部	0.4ha増	0.4ha増	0.6ha増
		合　計	1.4ha増	1.4ha増	1.4ha増
リンゴ	12.0ha増	北　部	1.5ha増	1.5ha増	1.5ha増
		中　部	1.5ha増	1.5ha増	1.5ha増
		南　部	1.0ha増	1.0ha増	1.0ha増
		合　計	4.0ha増	4.0ha増	4.0ha増
ナシ（団地造成）	新規1.5ha	北　部	―	新規0.5ha	―
		中　部	―	―	新規0.5ha
		南　部	新規0.5ha	―	―
		合　計	新規0.5ha	新規0.5ha	新規0.5ha

ブランド化のためのアスパラガス共選利用率向上

令和７年度共選スタート。作業負荷の軽減と生産拡大を後押しします。

3年間合計	
共選利用率	80%

	令和7年度目標	令和8年度目標	令和9年度目標
共選利用率	65%	70%	80%

生産履歴記帳などの電子化と効率化

安全安心な農産物の栽培履歴をシステムを活用し、生産者は入力のみで作業が簡易、職員も確認作業の省力化を図ります。

3年間合計	
栽培管理システム利用者	90人増

	令和7年度目標	令和8年度目標	令和9年度目標
栽培管理システム利用者	前年比30人増	前年比30人増	前年比30人増

経営基盤の確立・強化

		令和7年度目標	令和8年度目標	令和9年度目標
農業機械センター拠点集約によるサービスと経営の安定		南部拠点再編準備	南部拠点再編準備	南部拠点稼働
直売事業の伸長による収益確保	客数（令和6年度対比）	105%	107%	110%
	DM注文数（令和6年度対比）	120%	130%	200%

地域の活性化

農業振興の応援団の拡大

	令和7年度目標	令和8年度目標	令和9年度目標
准組合員イベント、学習会等の参加人数	240人（20人/支所）	300人（25人/支所）	360人（30人/支所）

Ⅱ自己改革の実践に向けた組合員の意思反映

自己改革の実践にあたっては、組合員の声の反映に向けた担い手農家との対話や組合員懇談会の開催、組合員の声を聴く活動（組合員意見集約）の実施のみならず、准組合員を対象とした食農関連イベントや学習会の開催による「農」・「ＪＡ」への理解促進の活動を通じて「正組合員とともに、地域農業や地域経済の発展を支える組合員」である准組合員の声も傾聴します。准組合員の事業利用にあたっては、信用・共済事業を中心に利用されており、信用事業における取引は令和6年度末残高の【定期貯金約27%】【住宅ローン約92%】を占めており多くの皆さまに利用頂いています。今後も利用状況を把握したうえで、改革の目的である「農業所得増大」「地域の活性化」につながるよう取り組み、正組合員と准組合員が一体となったＪＡ運営を実現します。

対話・意思反映

項　目	令和7年度目標	令和8年度目標	令和9年度目標
組合員の声を聴く活動	1回	1回	1回
担い手農家訪問	120人（10人/支所）	120人（10人/支所）	120人（10人/支所）
訪問日（重点訪問）の実施	2回	2回	2回
集落営農法人への提案・相談活動の強化	各組織へ2回以上/月訪問	各組織へ2回以上/月訪問	各組織へ2回以上/月訪問
集落営農組織ネットワーク・担い手関係会議及び研修会の実施	2回	2回	2回

Ⅲ自己改革を支える経営基盤の確立・強化の取り組み

上伊那管内の人口動向は減少傾向にあり、少子高齢化が進展しています。農業生産を支える正組合員は減少傾向にあり、世代交代が進んでいます。また、認定農業者や農業法人等の大規模経営体へ農地が集積され、小規模農家と大規模農家の二極化が加速しています。販売高は、135億円前後で推移していますが自然災害の発生や生産基盤の弱体化による減少が懸念されています。

こうした情勢の中、令和元年度より各事業の機構改革を実施し、出向く体制の強化による利便性の向上と業務効率化による収益確保に努めてきました。また、令和５年度には美篶CE（カントリーエレベーター）の増強、南部CEの新設により農業経営基盤を強化しています。

一方で環境の変化に対応できず、現状のままの事業運営を継続した場合の事業収支について５年間の成り行きシミュレーションを行ったところ、4年後には事業利益が赤字に転じる見通しとなりました。主な要因は、営農経済事業の赤字額が信用共済事業の黒字額を上回る収支構造となっており、営農経済事業の収益減少に加えて政策金利引き上げによる費用増加や奨励金等の収益減少等が拍車をかけている状況となっています。

健全で持続性のある経営を確保・強化するために次のことに取り組みます。

<u>ア．農業機械センター拠点集約によるサービスと経営の安定</u>　**<u>イ．直売事業の伸長による収益確保</u>**
ウ．信用・共済窓口の機能見直し・集約とWeb取引、訪問取引の強化　エ．農業関連事業の収支改善

2025 SUMMER CAMPAIGN

みんなのために　あなたといっしょに
JA上伊那

サマーキャンペーン

2025 6.2(月) — 2025 8.29(金)

窓口限定　金利上乗せ定期貯金　単利型　複利型

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。

特典　取引状況により　店頭金利に年 最大 0.20% 金利上乗せ

条件❶　以下より1項目該当で 年0.10% 金利上乗せ

- JA上伊那の組合員（正・准）
- 年金受取口座の契約者（予約含む）
- 給与振込者（農産物代金50,000円以上振込者含む）
- 統一ローン契約者

条件❷　以下より1項目該当で 年0.10% 金利上乗せ

- 投資信託契約者（NISA口座開設者含む）
- JAカード契約者
- JAバンクアプリプラス（旧JAネットバンク）
- JAバンクアプリ
- 5大公共料金口座振替（電話・電気・NHK・水道・ガス）（2種類以上）

※金利上乗せ　条件①のみ：年 0.10%　条件②のみ：年 0.10%　条件①②：年 0.20%

ATM限定　金利上乗せ定期貯金　単利型

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年　　預入金額　10万円以上

特典　ATMからの定期貯金お預入れで　店頭金利に年 0.10% 金利上乗せ

2025年6月10日発行（毎月10日発行）349号
●編集発行人／西村　篤
●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