

第9期 レディースカレッジ修了

JA長野ハケ岳野菜専門委員会通常総会【農業部】

管内の新小学1年生に学童傘をプレゼント【金融共済部】

南相木小学校2年生が豆腐作りに挑戦【企画総務部】

平成28年度新採用職員紹介【企画総務部】

平成28年度職員業務分担表【企画総務部】

家庭菜園「バセリ」
理事会報告
支所フォトニュース
女性部ニュース
やさいをたっぷりおいしくレシピ
『坦々風味のロールハクサイ』
我が家のかわいいドル



小海町の伝統行事『鹿舞(ししまい)』[関連記事7面]

特集

第9期 JAレディースカレッジ修了



開校式・JAについて

第1回
(H27.11.6)

◆開校式

◆JAについて

講師：企画総務部 井出部長

◆生活と子育てに役立つアロマ

講師：ホワイトモア・ライフクリエイト 遠藤友里氏



女性部主催女性セミナー

第2回
(H27.11.25)

◆女性部主催女性セミナー

「みんなで守るいのちと食べもの」

講師：日本文化厚生連 常務理事 東公敏氏

TPPへの参加と農協改革の追い討ちによる日本の「食の安全」と「医療介護の安心」が脅かされる問題などについて講演を行ないました。



生活と子育てに役立つアロマ

第3回
(H27.12.9)

◆陶芸教室

南牧村野辺山にある陶芸工房たわんさんで受講記念品制作をかねて「myカップ」「my皿」作りを行ないました。



陶芸教室

第4回
(H27.11.25)

◆毎日の食事作りに役立つエコクッキング

講師：消費生活アドバイザー 宮原則子氏

体・家計・環境に優しい料理法を学び、「いろいろ入れてドライカレー」など4品を作りました。



第5回
(H27.11.25)

◆星野物産小諸工場視察研修
工場見学・商品研修ほか



視察研修

工場で製造している乾麺の試食や、「むしパンミック」粉を使った調理実習を行ないました。視察後、あぐりの湯にて、イチゴ狩りを楽しみました。



託児の様子



託児もありますので、安心して受講できます。

第7回 (H28.4.15)

- ◆簡単おいしい手作りおやつ
講師：高見澤たか江氏
- ◆交流会
- ◆閉校式



おやつ作り・交流会・閉校式

「草もち」「イチゴ大福」など和菓子を作りました。交流会では作ったお菓子を食べながら今後の活動について話し合いました。



第6回 (H28.3.2)

- ◆農のある豊かな暮らしと旬の食卓
～日々の食事が
子どもの未来をつくる～

講師：南相木村 細井千重子氏



栄養・健康の講義と
味噌汁の試食会



JALディースカレッジを受講しての感想



高見澤 智美さん
—南牧村—



林 えつ子さん
—川上村—

レディースカレッジの参加にJA職員の方から誘われた時は、どうしようか正直悩みました。女性部の活動と一緒に参加していた方が申し込んだと聞いて、私も参加を決めました。残念ながら第1回は参加できませんでしたが、陶芸教室に参加しました。初めての陶芸でしたが、先生に親切に教えていただき、最終日に完成した作品を見た時は感動して、また作りたいと情熱が湧き出きました。

エコクッキングの料理教室では、米油で作るマヨネーズなど、驚きの料理でした。

レディースカレッジで一緒に参加した方やJA職員の皆さん、素敵な笑顔の方が多くて癒されました。勉強になることも多く、このような機会をいただきありがとうございました。

国産油を使用しているので体に良いですし、味もあっさりしていておいしかったので、いまだに思い出します。視察旅行では星野物産小諸工場の見学やイチゴ狩りも体験できました。野菜の直売所も見学でき、とても楽しかったです。

第6回の細井先生の講演会は、職場の行事と重なってしまい、参加できなかったのでとても残念でした。

最後の回では、高見澤先生より昔のお菓子作りを教えていただき、和菓子が洋菓子よりも身近に感じられました。参加した皆さんで作ったので楽しい会話や一体感もありました。

私は初め、レディースカレッジがあるということを知りませんでしたが、知人から教えていただき、一度体験してみようと思い参加しました。

各回ごとにテーマが違い、普段の生活で地域の方と知り合えたり、懐かしい方と再会できたりと嬉しい驚きの中で始まりました。

自分でぎやかに手作りおやつを作ったり、工場の視察に行ったりと、どの回もたくさんさんの経験をして、たくさん学ぶことができ、とても楽しく充実したものになりました。皆さん、ありがとうございました。

レディースカレッジで体験したことを活かして、出会った皆さんとの交流も続けていただければ幸いです。参加いただいた皆さん、半年間ありがとうございました。

農業部

J A長野八ヶ岳野菜専門委員会通常総会



3月29日、野菜専門委員会通常総会が農業部で開催され、委員・関係者ら36名が出席されました。平成27年度事業報告および収支決算報告、平成28年度事業計画および収支予算案など3議案について審議され、すべて賛成多数により可決されました。

冒頭、同委員長を務める井出専務は、例年以上に気象変動があったこと、とりわけ8月1日の降雹害はかつてない甚大な被害に遭ったことについて、JAでもハクサイ適正生産・事前販売や消費宣伝活動を強化してきました。何より生産者の努力によつて、シードを通し安定的な価格形成がされ、合併以来最高の売上金額となり、生産者・関係者の皆さんのご協力に感謝申し上げます。



国内景気は、ゆるやかに改善に向かっているとは言え、円高が進み、株価も低迷しており、野菜消費に関してはまだ安心できる状況ではありませんので、本年度も引き続きハクサイ適正生産の啓蒙および契約内容の見直しをして、積極的な売り込み等を図つてまいります」とあいさつしました。

当JAの昨年の野菜販売金額は、例年以上の気象災害に見舞われましたが、合併以来最高の263億円を超える実績となりました。

本年度も生産者所得確保のため、多様化する顧客ニーズに対応できる長野八ヶ岳ブランドを強化し、出荷量1,900万ケース、販売金額210億円の販売計画達成への意思統一を図りました。

南相木小学校2年生が豆腐作りに挑戦

南相木小学校の2年生児童は3月3日、農業体験で栽培した大豆を使つて豆腐作りを行ないました。

同校では毎年、南相木村の農産加工研究会の支援を受けて、学年ごとに農業体験として観察用のキャベツ栽培や、村特産のソバ栽培などに取り組んでおり、この日も、大豆栽培をサポートした研究会のメンバー4人が豆腐作りの講師を務めました。

11月に収穫された大豆を前日から水に浸けておき、その大豆をミキ



「焦げないよう」豆乳をかき混ぜるのが大変だった」「豆腐を崩さないように型から出すのが難しかった」と、児童には少し大変な作業だったようですが、完成した豆腐を試食すると「じょうずにできて良かった」「いつもと違った味でおいしい」と、自分たちが作った大豆から、美味しい豆腐ができたことに満足した様子でした。

豆腐は各自1丁ずつ作り、半分は試食用で、あとの半分は濾した時にできた新鮮な「おから」と一緒に家に持ち帰りました。

研究会のメンバーで平成二十七年度南相木支所女性部長を務めた菊池さち江さんは、「春から子どもたちと育ててきた大豆を、手作りでおいしい豆腐にすることができた。私自身も良い経験ができたし、子どもたちも食のやり難さを学べたのではないか」と、大豆作りを振り返りました。児童たちは、残りの大豆腐を使つて味噌作りにも挑戦する予定です。

サ一で呉汁（生吳）にし、火にかけてから濾して豆乳にします。それににがりを加えて型に流すという昔ながらの方法で行なわれました。

「焦げないよう」豆乳をかき混ぜるのが大変だった」「豆腐を崩さないように型から出すのが難しかった」と、児童には少し大変な作業だったようですが、完成した豆腐を試食すると「じょうずにできて良かつた」「いつもと違った味でおいしい」と、自分たちが作った大豆から、美味しい豆腐ができたことに満足した様子でした。

豆腐は各自1丁ずつ作り、半分は試食用で、あとの半分は濾した時にできた新鮮な「おから」と一緒に家に持ち帰りました。

研究会のメンバーで平成二十七年度南相木支所女性部長を務めた菊池さち江さんは、「春から子どもたちと育ててきた大豆を、手作りでおいしい豆腐にすることができた。私自身も良い経験ができたし、子どもたちも食のやり難さを学べたのではないか」と、大豆作りを振り返りました。児童たちは、残りの大豆腐を使つて味噌作りにも挑戦する予定です。

新しく開発され、承認を受けて使えるようになった薬を「新薬」といいます。「ジェネリック医薬品」は、新薬と同じ有効成分で作られ、効き目や安全性が新薬と同じだと認められています。したがって、内容はまったく同じといってよいでしょう。

では、どこが違うかというと、まづ新薬は開発するのに期間がかかる、開発した会社が特許を取ると、20～25年の間、その会社が独占的に製造・販売できるということになっています。この特許が切れた後、開発した会社とは別の会社が同じ有効成分を使って、製造・販売するのがジェネリック医薬品です。

したがって、ジェネリック医薬品は、新薬に比べて開発にかかる期間が短くて済むため、費用が安く済むので、薬の価格を安くすることができます。どのくらい安くなるかは薬によつて違いますが、一般にジェネリック医薬品の価格は、新薬の約2～6割に設定されています。

慢性の病気があつて、1年間も続けて飲まなければならぬといふ時は、この差は相当な額になるの

健 康 百 科

佐久総合病院名誉院長●松島翠

「ジェネリック医薬品とは」

新しく開発され、承認を受けて使えるようになった薬を「新薬」といいます。「ジェネリック医薬品」は、新薬と同じ有効成分で作られ、効き目や安全性が新薬と同じだと認められています。したがって、内容はまったく同じといってよいでしょう。

では、どこが違うかというと、まづ新薬は開発するのに期間がかかる、開発した会社が特許を取ると、20～25年の間、その会社が独占的に製造・販売できるということになっています。この特許が切れた後、開発した会社とは別の会社が同じ有効成分を使って、製造・販売するのがジェネリック医薬品です。

したがって、ジェネリック医薬品は、新薬に比べて開発にかかる期間が短くて済むため、費用が安く済むので、薬の価格を安くすることができます。どのくらい安くなるかは薬によつて違いますが、一般にジェネリック医薬品の価格は、新薬の約2～6割に設定されています。

慢性の病気があつて、1年間も続けて飲まなければならぬといふ時は、この差は相当な額になるの



平成28年度新採用職員紹介

J A長野八ヶ岳では、4月1日から新規採用職員13名が加わりました。1日も早く業務に慣れ、組合員・利用者の皆さまのお役に立てるよう努めてまいりますのでよろしくお願いいたします。

また、臨時職員につきましても5名を新たに採用いたしました。

杉江 悠奈
[出身] 小諸市
[配属先] 農業部畜産酪農課

畜産担当になりました。今年から社会人となり分からることばかりですが、日々勉強し努力して地域の皆さんに安心していただける職員になりたいです。よろしくお願ひいたします。

倉根 雄太
[出身] 北相木村
[配属先] 農業部野菜課

昨年度まで臨時職員として農業部に勤務しておりました。まだ知識も浅く経験も少ないため、皆さんにご迷惑をおかけすると思いますが、一日でも早く仕事を覚えて、地域の方々のお役に立てるように一生懸命がんばりますので、よろしくお願ひいたします。

渡辺 貴明
[出身] 佐久市
[配属先] 生活部生活課

自分にできる精一杯の努力をして、少しでも組合員の皆さんに貢献できるようになります。

中島 正剛
[出身] 佐久穂町
[配属先] 農業部農機自動車課

一日でも早く仕事と組合員さんの顔を覚えて、皆さんに頼っていただける職員になります。

井出 貴俊
[出身] 川上村
[配属先] 川上支所販売指導課

社会人になった今日この日の気持ちを忘れずに、日々仕事に励みたいと思います。

新海 秀樹
[出身] 南牧村
[配属先] 金融共済部普及課

組合員の皆さんに早く顔を覚えていただけるよう精力的に涉外に出たいと思います。

井出 優大
[出身] 川上村
[配属先] 金融共済部金融課

社会人としての自覚と責任を持ち、がんばっていきたいと思います。まだ知識も経験も浅くご迷惑をおかけするかも知れませんが、よろしくお願ひいたします。

井出 亘祐
[出身] 北相木村
[配属先] 南牧支所販売指導課

新人職員として、何事にも一生懸命に取り組み、組合員の皆さんに早く顔を覚えていただけるよう日々努力したいと考えています。よろしくお願ひいたします。

島崎 友哉
[出身] 佐久市
[配属先] 南牧支所販売指導課

新社会人として、J A職員として自覚ある行動をとり、いろいろなことに挑戦したいです。組合員の皆さんと共に考え実行して、自分も成長していきたいと思います。

元村 優司
[出身] 佐久穂町
[配属先] 南牧支所金融共済課

一日でも早く組合員の皆さんに顔を覚えてもらい、信頼していただける職員になれるよう、日々努力しています。

高見澤 英里
[出身] 南牧村
[配属先] 野辺山支所金融共済課

J Aの職員である自覚を持ち、一つ一つの仕事に責任を持ちたいです。組合員の皆さんや地域の方々とのコミュニケーションを大切にし、私が何ができるのか考えて皆さんのお役に立てるようにがんばりたいと思います。

成沢 明美
[出身] 東御市
[配属先] 小海支所販売指導課

何も分からぬ中で仕事を始めるので、分からぬことは質問してメモを取り、いろいろなことを覚えていきたいです。また、多くの方々とコミュニケーションをとつて何事にも積極的に取り組みたいと思います。

三浦 啓
[出身] 佐久市
[配属先] 南牧支所生産資材課

今年度からJ A長野八ヶ岳の一員となりました。組合員の皆さんのために誠心誠意、働く決意です。一日でも多くの方々に親しんでいただきたいと思いますので、お声掛けください。よろしくお願ひいたします。

川平の鹿舞

ししまい

親沢の人形三番叟

さんばそう



川平の鹿舞



親沢の人形三番叟

4月3日、小海町の川平、親沢地区で250年以上前から引き継がれている川平の鹿舞、親沢の人形三番叟が、親沢の諏訪神社において上演されました。川平の鹿舞は悪魔祓いをするもので、笛や鼓の音色に合わせて歌を唄い、役者と呼ばれる6名が「2匹の雄鹿」「1匹の雌鹿」「幣負（へいおい）」「能（さざら）」に扮して力強い舞を披露しました。川平の鹿舞に統一上演された親沢の人形三番叟は五穀豊穣を祈願するもので、「翁」「千代」「丈」の人形3体を巧みに操り、華麗な舞を披露しました。親沢の三番叟は、県の重要無形民俗文化財にも指定されています。

知つて納得！税金講座

JA全中・JAまちづくり情報センター

顧問税理士 柴原一

【農地に係る 相続税の納税猶予】

農地等を相続した相続人が農業を継続する場合、農地等の価格のうち農業投資価格を超える部分に対応する相続税については、一定の要件のもとに、納税猶予期限まで、その納税が猶予されます。そして、納税が猶予された相続税は原則として猶予期限において免除されます。場所にもよりますが、農業投資価格は通常の評価方法による金額より、かなり低くなっているため、農地に係る相続税の大部分が猶予されます。

猶予期限は次のうちいずれか早い日となります。

(1) その農業相続人が死亡した場合には、その死亡の日
(2) その農業相続人が、その農地等について贈与税の納税猶予が認められる生前一括贈与をした場合には、原則としてその贈与があつた日

ただし、三大都市圏の特定市以外の市街化区域農地について納税猶予を受けた時は、申告期限から20年経過時点で猶予税額が免除されます。

相続税の納税猶予の適用を受けるためには、各市町村の農業委員会が

発行した「適格者証明書」、その農地が三大都市圏の市街化区域にある時は、各市町村が発行した「生産緑地であることの証明書」および「担保提供に関する書類」を相続税の期限内申告書に添付しなければなりません。このうち「適格者証明書」は各市町村の農業委員会に証明願を提出し、毎月の定例会による審議を経て発行されます。証明願には相続人全員の署名および実印の押印がある。遺産分割協議書の写しを添付することが必要であるため、遅くとも相続税の申告期限の1カ月くらい前には遺産分割協議を調べておく必要があります。

一方、納税猶予を受けている農地のうち20%超の面積を売却・転用した時や農業經營を廃止した時は納税猶予の全部、納税猶予を受けている農地の20%以下の面積について売却・転用した時は、それに対応する猶予が打ち切りになり、これらの事由に該当した日から2カ月以内に猶予税額および利子税を納税しなければなりません。



平成28年度 JA長野八ヶ岳 職員業務分担表

平成28年4月1日現在

J A長野八ヶ岳では、平成28年度の定期人事異動に伴う職員配置を実施しました。
長期構想メインテーマ「開かれ、信頼され、期待される協同活動の実践」のもと、組合員・利用者の皆さんに充実したサービスを提供できるよう、役職員一丸となって取り組んでまいりますので、よろしくお願いいたします。

| |
|---|
| JA長野八ヶ岳では、平成28年度の定期人事異動に伴う職員配置を実施しました。 長期構想メインテーマ「開かれ、信頼され、期待される協同活動の実践」のもと、組合員・利用者の皆さんに充実したサービスを提供できるよう、役職員一丸となつて取り組んでまいりますので、よろしくお願いいたします。 |



家庭菜園

1 土づくり・植え付け

植え付けの2週間前に、石灰100g/m²を散布して深めに耕します。1週間前には、堆肥2kg/m²と化成肥料100g/m²を散布して耕します。幅30~40cm、高さ10cmの畝を立て、株間20cmで植穴を掘り、水を注ぎます。水が引いたら苗を植え付けて根元を軽く押さえ、たっぷりと水やりをします。種まきからでも育てられるが、市販の苗を植えつける方が簡単です。

2 追肥・土寄せ

追肥は、1カ月に1~2回程度のペースで、化成肥料30g/m²を株元に施し、軽く土寄せを行ないます。また、土が乾きやすい場合は、ワラを敷くかマルチをかけます。土壤乾燥を防ぎ生育も良好となります。

3 収穫

本葉が15枚以上になったら収穫できます。1株当たり、2~3枚が目安です。縮れのよい外葉から摘んでいきます。肥料切れは生育不良の原因になるので、収穫を始めても、追肥・土寄せは同じペースで行ないましょう。

One Point Advice



アブラムシ等の幼虫がつくことがあるので防除が必要です。また、ウドンコ病も発生するこもあるため予防防除に努めましょう。

| 協議事項 | 第1号議案 平成27年度事業報告、貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案、注記表および附属明細書の表示変更について、平成27年度決算結果について、全国監査機構決算監査において表示修正を指示された部分および自己資本比率・金利リスク等、電算運動日程により3月理事会に提示できなかった項目について承認されました。 |
|---|---|
| 第2号議案 全国監査機構の監査の方法および結果の相違性の判断について | 全国監査機構が実施した決算監査に対する意見書と、それに対する監事の意見として総代会で報告する事項について、承認されました。 |
| 第3号議案 平成27年度決算監事監査報告について | 監事監査の指摘事項等について、理合意受諾が決定されました。 |
| 第4号議案 定款・定款附属書員選任規程および規約の変更について | 本年4月1日、改正農協法が施行されたことに伴う定款・定款附属書役員選任規程・規約の変更について承認されました。(総代会提出議案) |
| 第5号議案 平成28年度事業計画(固定資産等取得計画等含む)について | 本年4月1日、改正農協法が施行されたことに伴う定款・定款附属書役員選任規程・規約の変更について承認されました。(総代会提出議案) |
| 第6号議案 子会社の事業計画について | 当JA子会社の平成28年度事業計画について承認されました。 |
| 第7号議案 農協法施行規則第16-1条に基づく「総会参考書類」の承認について | JA子会社の参考書類について承認されました。 |
| 第8号議案 農協法施行規則第16-1条に基づく「総会参考書類」の承認として配布される「総会参考書類」について承認されました。 | JA子会社の参考書類について承認されました。 |
| 報告事項 | 3月末実績について/相談苦情等対応状況・反社会的勢力排除対応状況について/平成28年度コンプライアンス・プログラムの設定について/内部統制整備の実施計画について/支所懇談会の開催報告について/「JABANク基本方針」の変更について/平成27年度下期子会社調査報告について/各部よりの報告事項 |
| 報告事項 | 支所運営委員会委員の委嘱について/各支所で選出した支所運営委員会委員について、規程に基づき承認されました。 |
| 報告事項 | 役員改選に伴う外部役員等の選出方法について/役員改選に伴い、南相木村故郷ふれあい公社取締役、株式会社ヤツレン役員等の選出方法について承認されました。 |
| 報告事項 | 農産物検査業務規程の変更について/通常総代会の運営分担等について承認されました。 |
| 報告事項 | 職制規程別表3職務権限表に関する運用内規の廃止について承認されました。 |
| 報告事項 | 第14号議案 支所運営委員会委員の委嘱について/各支所で選出した支所運営委員会委員について、規程に基づき承認されました。 |
| 報告事項 | 第15号議案 役員改選に伴う外部役員等の選出方法について/役員改選に伴い、南相木村故郷ふれあい公社取締役、株式会社ヤツレン役員等の選出方法について承認されました。 |
| 報告事項 | 農産物検査業務規程の変更について/通常総代会の運営分担等について承認されました。 |
| 報告事項 | 職制規程別表3職務権限表に関する運用内規の廃止について承認されました。 |

葬儀・仏事に関するご相談は
あたたかい太陽の恵みに包まれて…

多目的ホール

365日24時間体制 TEL.0267-92-5510





3/23 野菜部会定期総会

平成27年度小海支所野菜部会通常総会が、役場会議室において大勢の部会員が出席する中、開催されました。総会は慎重に審議され、質疑の中で「予冷庫の屋根等の錆が目立つので塗装をお願いしたい」との意見が出され、役員会で検討後、順次行なっていきたいと報告しました。



4/4~6・11~13 販売推進会議

川上支所では東京・福岡・大阪・名古屋の各地区において「平成28年度野菜販売推進会議」を開催しました。各地区的代表市場や全農の方に出席いただき、産地の販売・生産基本方針の議題に沿って意見交換や情報交換を行ないました。新年度に向けて産地と市場が協力し合い、安定生産・安定販売を展開することを再確認しました。



4/17 農事用水路の清掃作業

農業生産振興に欠かせない水の維持管理として、今年の農作業に向けて冬期間水止めしていた水路に水を通す作業が、4日間にわたり4組合の皆さんのご協力を得て実施されました。4月17日には、「おみかの滝」周辺清掃を含めた祝平水路組合の清掃作業が行なわれ、いよいよ南相木の山郷の水路に水が通り、農作業が本番を迎えます。



4月 県外野菜販売推進会議

大阪(4/7~8)、名古屋(4/14~15)、東京(4/19~20)の3カ所で、生産者・JA役職員・JA全農長野・市場関係者により平成28年度南牧支所県外野菜販売推進会議が開催されました。まず、当JAより支所の体制・生産方針・販売方針・出荷規格等について説明をし、市場より提言をいただく中で協議が行なわれ、今年度の野菜販売について販売目標必達の意思統一を図りました。



4/7 平成27年度優良農家表彰式

野辺山支所運営委員会の平成27年度総会が行なわれました。協議事項は、すべて賛成多数で可決されました。また、総会に先立ち平成27年度優良農家表彰式が行なわれました。例年同様、事前に選考委員による厳正な選考が行なわれ、野菜部門で9名・酪農部門で2名の方が受賞されました。受賞者の皆さん、おめでとうございました。

Photo News

各支所で行なわれた
いろいろなイベントを
写真とともに紹介します!!



女性部ニュース

『平成28年度スタートにあたり』

J A長野八ヶ岳女性部長 小池 美佐江

庭に水仙・梅の花が咲き始め、心地よい春がやってまいりました。いよいよ畠仕事が始まり、気持ちは仕事に向かっていますが、身体が重く、なかなかついてきません。少しづつ慣らしていくこうと思う今日この頃です。

さて、今年度本会女性部長という大役を受けることになりました。これからのことごとでも心配ですが、一緒にやつてくださる役員の皆さんが明るく元気な方々なので、心強く思っています。

たくさんの人と出逢い、いろいろな話を聞いて学び、楽しく取り組んで、「長野八ヶ岳の女性は、こんなに元気なんだ!」と思われるよう活動していきたいです。皆さん、ご協力をよろしくお願ひいたします。

| 監事 | | 役員 | | 生活部長 | 文化・厚生部長 | 福祉部長 | 会計 | 副部長 | | 部長 | 平成28年度女性部役員名簿 |
|--------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 菊池さち江(南相木支所) | 篠原千代子(川上支所) | 田中千亜希(川上支所) | 中島ケサ子(南相木支所) | 中島恵美子(南牧支所) | 井出 貞子(川上支所) | 鷹野 智恵(南牧支所) | 菊池 咲子(野辺山支所) | 宮入 智子(野辺山支所) | 猿谷まき子(南相木支所) | 高見澤順子(野辺山支所) | 小池美佐江(小海支所) |

やさしいをたっぷりおいしくレシピ



坦々風味のロールハクサイ

南相木支所
鈴木深雪さん
遙人くん



作り方

- ボウルにAを入れてよく混ぜ合わせる。
- ハクサイをさっと茹でる。
- ①のネタを②のハクサイで包み楊枝でとめる。
- 鍋に水と中華だしの素を入れ、火にかけ沸騰したら③を並べて入れ、さっと煮る。
- ④に練りゴマ・しょう油・豆板醤・ラー油・みじん切りにした長ネギを入れて、煮れば出来上がり♪



材料 [4個分]

- ハクサイ …… 4枚(大きめの葉)
- 長ネギ …… 1/2本
- A 豚ひき肉 …… 200g
酒 …… 大さじ1
オイスターソース …… 小さじ1
片栗粉 …… 大さじ1
塩 …… 少々
- スープ 水 …… 600ml
中華だしの素 …… 小さじ2
練りゴマ …… 大さじ3
しょう油 …… 大さじ3
豆板醤 …… 小さじ1(お好みで)
ラー油 …… 小さじ1~大さじ1(お好みで)

★辛さは、豆板醤とラー油で調節してください。
★ハクサイが小さい場合は、何枚か重ねて包んでもOK!!
★余った汁に、麺を入れてもおいしくいただけます。

県内の金融機関、郵便局、
地方事務所税務課のほか、
コンビニエンスストアで
納付できます。

出発準備はOK!

納付もOK?

自動車税は 5.31 火 までに 納めましょう

自動車税 守る納期 あなたがお手本
(平成28年度自動車税納期内納付促進キャンペーンスローガン)

納税証明書は車検の際に必要ですので、大切に保管してください。

長野県総務部税務課
お問い合わせ先 電話 026-235-7051 しあわせ信州

JA長野八ヶ岳

2016 春のローン相談会

取扱全ローンのご相談を承ります。
事前のご予約をお待ちしております。

5/21 土 AM10:00~PM4:00
会場 小海支所 ☎92-2061

当日ご来場いただいた方に
**ザザエさんオリジナルグッズ
プレゼント**

※商品は数に限りがありますので
予めご了承ください。

J A住宅ローンのメリット

- お申込時またはお借入時のいずれか低い金利を適用します。
- 保証料の支払方法（一括または分割）が選べます。
- JA所定の条件を満たす場合、お借入時から最終返済時まで金利軽減が適用されます。

**きちんと備えたい
9 大疾病補償付
住宅ローン**

好評受付中
住宅用太陽光発電等システム
助成金交付制度

「JAとの取り引きは、これから」という方、農業者以外の方もお気軽にご相談ください。

社会保険労務士 塩川和敏審議役による年金相談会

■日程 7月19日(火) 小海支所
■時間 午前10時～午後3時

各支所年金担当者による年金受付相談会

■時間 午前9時～午後4時

| 支 所 | 6 月 | 7 月 | 担当者 |
|-------|--------|--------|----------------------------------|
| 小 海 | 14日(火) | 菊池 早織 | 7月9月まで相談会の開催はあります。お問い合わせ窓口にあります。 |
| 小海駅前 | 8日(水) | 小林 由美 | りませんが、各支所の金融窓口 |
| 北 相 木 | 14日(火) | 由井 定成 | ておいて、随時ご相談を受け付け |
| 川 上 | 8日(水) | 中島 丈通 | ています。ぜひご利用ください。 |
| 南 牧 | 9日(木) | 篠原 まどか | |
| 南 相 木 | 9日(木) | 中嶋 紀行 | |
| 野 辺 山 | 15日(水) | 池本 里美 | |

6月7月年金相談会開催

生活部からのお知らせ

**農作業・行楽のお供に
喉の乾きを満たします**

リラックスタイムに欠かせないのが一杯のお茶。携帯に便利なペットボトルでご用意いたしました。ぜひご利用ください。

エーコーブ 緑 茶

国産

お茶のうまいを
引き出し
苦み、渋味を
おさえました。

500ml×24本
2,040円(税込)

詳しくは、生活部(92-4141)まで

あなたのメッセージをお待ちしています!

JA広報誌に関するご意見、
身近な出来事、情報を
お寄せください。

〒384-1305 南牧村大字野辺山106-1
JA長野八ヶ岳 広報委員会宛
E-mail: info@ytg.nn-j.a.or.jp
FAX.0267-91-1102

パズルが完成すると
ちょっとした達成感を感じ、また次へと時間を忘れて挑戦してしまいます。

これからも楽しく続けて、少しでもボケ防止になることを期待しています。

最近、人や物の名前がなかなか思い出せなくなってしまうとき、すこしでも脳を鍛えることができたらと思い、始めてみました。

タテの各9列に1～9の数字を入れ、ヨコの各9列に1～9の数字を入れ、3×3の各9ブロックに1～9の数字を重ならないように入していくパズルです。

今、ナンプレにはまっていきます。

春夏秋冬

我が家のおしゃいドリ!

こうへい 晃平くん(8歳) きわ 希和ちゃん(2歳)

しんかい ひでき ようこ
両親 新海 英貴さん 陽子さん(南牧支所 海ノ口地区)



晃平くんは小学3年生。『名探偵コナン』が大好きで、コナンの映画の影響で、おもちゃのショットガンを練習中、空き缶を積み上げて見事に当ててくれました。最近は、お父さんと見るドリフターズのDVDがお気に入りです。希和ちゃんは4月で2歳になりました。ピンク色の洋服が大好きで取材当日もピンク色の洋服を自慢してくれました。いつもお兄ちゃんのあとについていき、お兄ちゃんが積み上げた的の空き缶を崩してしまいます。それでも笑顔で空き缶を積み上げている晃平くんがとても印象的でした。晃平くん、希和ちゃんいっぱいお話ししてくれてありがとう。いつまでも仲良く遊んでね。

まちがいさがし

右のイラストには左のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探ししましょう。

出題・イラスト：酒井栄子



今月号の『まちがいさがし』の答えは来月号に掲載させていただきます。お楽しみに!!