

レタス



特集

令和5年度 生産資材価格高騰特別支援対策の実施について

助成事業のお知らせ

令和6年度 適正生産推進資材助成事業

資産・運用セミナーを開催

農業新聞を活用した内定者研修会

窓口での通帳コメント入力サービス終了のお知らせ

LA通信『自動車保障』のおはなし
女性部活動紹介
やさいをたっぷりおいしくレシピ
支所フォトニュース
家庭菜園「リーキ」
虹のサークル
理事会報告
年金相談会開催

令和5年度 生産資材価格高騰 特別支援対策の実施について



近年、世界情勢の悪化により、原油価格の高騰、穀物需要の逼迫、人件費の高騰などから農業資材が高騰し、農業経営は非常に厳しい局面に立たされております。

このような状況に対処するため、JAグループ丸となって組織的な農政運動を展開するとともに、さまざまな対策を打ち立てて取り組んでまいります。

つきましては、JA長野八ヶ岳といたしましても、管内農業経営者に対する特別支援対策を昨年度に続き実施する運びとなりました。

令和5年度 JA長野八ヶ岳 生産資材価格高騰特別支援対策内容

1. 目的

例年実施しているJA長野八ヶ岳生産資材独自奨励に加えて、令和5年度、生産資材価格が上昇した品目に対し、特別支援対策を実施し農業経営継続に寄与する。

2. 対象期間

令和5年3月1日～令和6年2月29日

3. 支援対策の品目別見積助成額(試算)

対象分類	助成率	見積金額
農薬	供給実績の3%	約45,000千円
ブロッコリーS B	1ケースにつき6K箱(15円)、 4K箱(12円)を助成	約 6,000千円
飼料	供給実績の2.5%(前期3-8)	13,277千円(交付済)
	供給実績の2.5%(後期9-12)	8,552千円(交付済)
	供給実績の2.5%(後期1-2)	約 4,276千円
合計		約77,105千円

*なお、口座決済取引に限定し、助成金については、対象者ごとに100円未満切り捨てとなります。

今後も仕入価格交渉・早々期予約注文受発注対応の強化を図り、各種奨励事業の継続実施、供給価格抑制に努めるとともに、JA経営努力を進めながら、生産者の皆さんの営農継続支援に努めてまいります。

令和6年度 適正生産推進資材 助成事業



生産担当理事委員会におきまして、昨年に引き続き適正生産推進資材助成事業の実施が決定されましたので、当助成事業をご活用いただき、適正生産へのご協力をお願いいたします。

1. 目的

近年、当産地では7月に出荷量が集中し、供給過多から価格の低迷および産地廃棄事業の発動となる傾向が見られるため、少しでも5月・6月出荷に前倒しした栽培体系を推奨する目的と合わせて、秋口の松葉混入防止にもご活用いただきたく、被覆資材に対する助成事業を昨年度に続き実施し7月の集中出荷の分散化を図る。

2. 対象期間

令和6年3月1日～令和6年12月31日

3. 助成内容

上記対象期間内にJA長野八ヶ岳より生産者が購入した被覆資材に対し10%の助成を行なう。*口座決済取引に限定し、助成金については購入者ごとに100円未満切り捨てとなります。

参考

No.	品名	参考価格	参考助成金額(10%)
1	パオパオM6 240×100m	14,605円	1,400円
2	パオパオM6 150×200m	20,655円	2,000円
3	ひだまり 240×100m	20,533円	2,000円
4	ひだまり 300×100m	25,666円	2,500円
5	ひだまり 300×200m	51,088円	5,100円

*上記品目は代表的な商品、サイズです。上記以外のサイズについても助成対象となります。

金融共済部

資産・運用セミナーを開催

金融共済部金融課では、1月29日に南牧支所と小海支所、2月2日に川上支所で長野県信連資産相談センターの柳澤センター長を講師に迎え資産形成・運用セミナーを開催し、各支所12〜17名が参加しました。人生100年時代と言われるこれからの時代に資金形成・運用をすることにより、お金の寿命を増やすことの重要性や、新NISA制度、iDeCo、農業者年金について学んでいただきました。金融共済部では、今後もセミナー等を開催し情報発信を行なっていく予定です。



4 企画総務部

企画総務部

農業新聞を活用した内定者研修会

J A長野八ヶ岳では、2月15日に、令和6年度採用内定者を対象に日本農業新聞東日本統括支所の齊藤恵さんを講師に招き、研修会を開催しました。

この研修会は、J A職員として農家や組合員の目線に立ち、密にコミュニケーションをとることで、食と農を基軸とした地域に根ざす協同組合の職員として、持続可能な農業と豊かな地域社会の実現につなげることを目的としています。

初めに「社会人としてさまざまな方法でのコミュニケーションのとり方など、きっかけになるものをこの講義の中で見つけていただきたい」と齊藤さんは参加者に挨拶し、「情報の活用」「今の農業情勢を知る」「情報を対話で使う」の3ステップで行なわれた研修会では、「情報発信」の大切さや仕事に与える好影響、参加者同士でインタビュー形式で行なうワークショップや実際に農業新聞を配ってJ A組織の概要や自己改革への取り組み、農業新聞の役立つポイントなどをまとめて講義していただきました。



組合員・利用者の皆様へ

窓口での通帳コメント入力サービス終了のお知らせ

平素は当JAをご利用いただきまして、誠にありがとうございます。
当JAでは窓口受付での入出金において、お客様が入出金伝票の備考欄にご記入いただいた日付や文字等を通帳に記載する『通帳コメント入力サービス』を提供してまいりましたが、窓口での混雑緩和や待ち時間短縮および窓口業務の見直し等により『通帳コメント入力サービス』の提供を終了させていただくことになりました。お客様には、大変ご不便をおかけしますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

① 入力サービス終了日 令和6年4月30日(火)

② 廃止するサービス

普通貯金(総合口座・営農口座を含む)の入出金伝票(備考1)欄に記入された文字等の通帳への記載。給与・年金振込や公共料金等の自動引落処理結果は、引き続き通帳へ表示されます。

③ 該当取引伝票



太枠内(備考1)のコメント欄記入の終了

※その他、ご不明な点がございましたら大変お手数ですが最寄りのJA支所窓口までお問い合わせください。

JA虹のホールあおぞら

よくあるご質問にお答えいたします

Q 時節柄もあるし、うちは親族だけで考えているけれど
家族葬はできるの？



A **もちろん承ります。**

予定の人数・皆様のご希望や予算を伺いながら、さまざまなプランをご提案します。

Q お葬式の出席は親族・近親者中心だけど、一般受付告別式を行なう、近所や隣組・まけを呼んではダメなの？



A いいえ、そんなことはありません
地域の繋がり・ご家族や故人様の遺志を尊重し承ります。



Q あらかじめの用意とか、何を行なったらいいか分かりませんが…そもそも、お葬式の準備をするなんて変でしょうか？



A 近年はご葬儀のことを考える風潮が高まっており、変なことではありません。ご葬儀は当然ある日突然起こり、限られた日数でさまざまなことを決めていただきます。できる準備として、ご葬儀の形態、具体的には家族葬か一般葬かを定める、通夜・火葬・葬儀に参列いただきたい方(人数)を把握しておくなどになります。

※さらに気になる方、具体的な金額を知りたい方は、**事前相談**をお勧めいたします。
相談料はもちろん無料、**お値引きがある各種会員特典**もご案内いたします。



JA虹のホールあおぞら

0267-92-5510

年中無休 葬儀受付24時間対応

(ちよつと一息)

breaktime
～ブレイクタイム～



LA通信

ライフアドバイザー

vol. 1

『自動車保障』のおはなし

新生活が始まる4月から自動車通勤が始まるという方、また、週末はドライブを楽しみたいという方、年齢層別の自動車事故件数は20代以下が最も多くなっています。そこで万々に備えるためには十分な保障が必要です。
新生活を迎える皆様へJAの自動車共済で万全なスタートを!

Q 自動車共済とはどんな保障ですか?

A 自動車事故で「他人に怪我をさせた」ときや「他人の車や物を壊した」とき、「ご自身やご家族、ご契約の車に搭乗中の方などが怪我をされた」ときに保障いたします。
また、車両保障にご加入の方は、「自動車事故でご契約の車が壊れた」ときや「盗難、台風などの被害に遭われた」ときに保障が受けられます。

Q 車両保障について詳しく教えてください。

A 車両保障とは他の自動車との衝突時や、自然災害から盗難、あて逃げ、車以外との衝突まで、さまざまな損害を保障します。鹿にぶつかってしまったときや、トラクター盗難への備えもできます。

Q 『現車確認』はどこでできますか?

A 各支所の窓口もしくは各支所のLA(ライフアドバイザー)にご相談ください。窓口に来店が難しい場合は訪問点検もできます。

Q もし従業員が事故を起こした場合はどうすればいいですか?

A 自動車共済に加入していれば保障の対象です。ただし、自動車共済には運転手の「年齢条件」があり、場合によっては保障ができなくなる可能性もあります。農業シーズン前には確認をおすすめいたします。

Q 小林さんから皆さんへ何かありますか?

A 年に一回共済担当者による「現車確認」をおすすめします。自動車共済は自動継続の方が多く、「すでにない車に掛けていた」「共済に加入していると思っていた」などのケースも見られるからです。

Q トラクターなどの農業用車両にも自動車共済は必要ですか?

A トラクター事故は被害が大きくなることが多いので、対人対物無制限の保障とご自身の怪我の保障でより安心して運転していただけます。また、車両保障をつけていただくと、盗難被害や保障内容によってはバケット、ブームなどのアタッチメントを保障することもできます。まだ未加入の方は、農業シーズン前に一度お見積りをおすすめいたします。

Q 新社会人になる方が多い時期ですが、子どもが乗る車の共済契約者は両親でも大丈夫ですか?

A 共済契約者は両親でも大丈夫ですが、主に運転される方を子どもに変更する必要があります。子どもの住所が変わる場合などは一度保障の確認をお願いいたします。

Q 其他のおすすめの保障はありますか?

A 自動車共済の「日常生活賠償責任特約」はご存じですか?「買い物中にお店の商品を壊してしまった」ときや「自転車で転倒し、駐車中の他人の自動車に傷をつけてしまった」など日常生活での賠償責任を保障できる特約です。一台加入するだけでご家族も保障することができます。そのほかにも、さまざまな特約がありますのでぜひ一度お話しを聞きに来てください。

Q 事故などのときはどこに連絡をすればいいですか?

A 各支所共済窓口や事故専用ダイヤルへご連絡ください。



電話で連絡する[24時間・365日受付]
事故のときには

0120-258-931

24時間・365日、フリーダイヤルで自動車事故の受付や、アドバイスを実施

レッカー移動や故障時の応急対応が必要なおときには

0120-063-931

24時間・365日、フリーダイヤルでレッカー・ロードサービスの受付、手配やアドバイスを実施

※おかけ間違いのないようご注意ください。

今回の担当 LA は

ライフアドバイザー
こばやし しゅうへい
小林 周平 (川上地区担当)

日頃の取り組み

お客様のお車や保障の状況を定期的に確認し、いざというときに少しでもお力になれるよう、常にお客様目線で考え業務に取り組んでいます。

最近
ハマって
いること

家族が増えました!

最近ハムスターを飼い始めました! 家族みんなでハムスターのお世話をしています。



川上支所 農産加工グループ活動

川上支所農産加工グループは、1月17日に川上村のヘルシーパーク調理室で「りんご万能タレ」作りを行ない、部員6名が参加しました。使われる材料は、全て国産で、女性部員が作ったニンニクや、こだわりの調味料を使用します。焼肉のタレとしても野菜炒めのタレとしても使え、まさに万能のタレ!! 添加物を一切使わない、おいしいタレが仕上がりました。



小海支所 営農生活部会

小海支所女性部文化厚生部20名は、2月10日に小海町にある「やまなか」にて、来年度の活動に向け話し合いを行ないました。

文化厚生部の主な活動は、スコップ三味線の演奏とメッシュフラワー、木目込み作りを行なっています。スコップ三味線は、青森県津軽地方発祥で宴会などで披露されていたそうです。やり方は簡単で、音楽に合わせてスコップを叩くだけ。誰でも簡単にでき、みんなで楽しんでいます。部員の作ったメッシュフラワーや木目込みも小海支所会議室入口に飾ってあるので、ぜひご覧ください。



南相木支所 みそ分け

南相木支所女性部役員5名は、2月8日に南相木村の工房あいきにて去年の4月に仕込み完成した手作りみそを、総勢20名の南相木支所女性部員に届けました。

「手作り」にこだわり、相木産の国産大豆を使用して作られたみそは安心安全でおいしく、部員からも大変喜ばれています。



南牧支所 配食サービス

南牧支所・野辺山支所女性部は毎年、配食サービスボランティアを行なっています。1月30日に南牧支所営農部員5名は南牧村社協にて配食サービスのお弁当作りを行ない、参加した部員と南牧村社協職員が、29軒38名へ1軒ずつ回り、女性部員が考えたレシピの手作りできたてのお弁当を手渡ししました。



本会

JA長野八ヶ岳女性部 女性セミナー

JA長野八ヶ岳本会女性部は1月26日に南相木村公民館にて佐久市出身の落語家『入船亭 扇好』氏を招き、女性セミナーを開催しました。当日は女性部員だけでなく一般の方にもお越しいただき、約90名が参加しました。1時間半の講演落語会では、声をあげて笑い楽しむ参加者の様子が見られました。最後に、女性部を代表して南牧支所女性部長の横森さき子さんが「生まれて初めての落語はとても楽しく、これだけ引き込ませてくれてすごいと感じ、会場の皆さんもそうだったと思います。本日はありがとうございました」と謝辞の言葉を述べました。

当日、会場ではフードドライブも行なわれ、多くの女性部員の方にご協力いただきました。



野辺山支所 散策教室

野辺山支所文化厚生部では、毎年散策教室を計画し、部員からの参加を募り、いろいろな場所への散策を楽しんでいます。今年度は、9名の女性部員が参加し、静岡県へ「日本平夢テラス」や「河津桜」を眺めながらの散策に出掛けました。あいにくの雨で、コースを少し変更しての散策となりましたが、楽しく出掛けることができました。



やさいをたっぷりおいしくレシピ じゃが芋の甘味噌和え

今回のレシピ
提供は

南相木支所
南相木女性部



【材料】

- じゃが芋……中3個
- A
- 味噌……50g
- 砂糖……100g
- みりん……大さじ2
- 油……適量

【作り方】

- ①じゃが芋は皮をむきくし形に切る。
- ②鍋にAを入れタレを作る。
- ③素揚げしたじゃが芋を温かいうちに②に入れ混ぜる。

さら焼き(うす焼き)



【材料】

- 地粉……200g
- 味噌……大さじ2(30g)
- ねぎ……小1本
- しょうが……少々
- 水……100cc弱
- 油……適量

【作り方】

- ①ねぎ、しょうがは薄いせん切りにする。
- ②粉を水で溶く。
- ③①を入れ混ぜる。
- ④味噌を入れ混ぜる。
- ⑤フライパンに油を薄くひき、弱火で両面を焼く。

Point

- ◎そば粉でもOK
- ◎ホットプレートで焼いてもOK



小海支所

1月~3月 ワカサギ氷上穴釣り

猪名湖のワカサギ氷上穴釣りが1月14日に解禁されました。12月下旬に全面結氷したものの、暖冬で氷厚への影響が心配されましたが、解禁以降、週末には県内外から多くの釣り人が訪れ賑わっています。12月には「ドーム栈橋」という新しい釣り場が登場。温かく快適に釣りを楽しむこともできます。地球温暖化などにより地域の環境の変化を感じずにはられません、小海町の冬の風物詩として、多くの人に未永く愛され続けてほしいものです。



川上支所

生産者向けフォークリフト出張講習会 2/7~9

川上支所埋原集荷場において、生産者を対象にしたフォークリフト運転技能講習会が開催されました。陸災防長野県支部の指導のもと、学科、実技講習を行ない最後に試験が行なわれ合格者には終了証が手渡されました。川上地区以外の生産者も受講し、野菜集荷場での労働安全への備えをする講習となりました。受講された皆さんお疲れさまでした。

南牧支所

11/1~ 資材庫改修工事

生産資材課事務所は、40年ほど前に開所し、その後増床を行ない、業務を行なってきました。今般、施設の老朽化に伴い、11月1日より改修工事を行なっております。労働衛生面への対応はもちろんのこと、打ち合わせスペースを設けるなど、集いの場所として立ち寄りやすい事務所となります。工事期間中はご不便をお掛けしていますが、職員一人一人が組合員・地域の皆さんのご要望に応えられるよう業務にあたっております。完了予定は4月上旬の見込みです。



南相木支所

生産資材入荷開始 2月~

南相木営農センターでは、令和6年度用の予約資材の入荷が2月より本格的になってきました。これから始まる農作業の順番を考慮し、使用する時期に合うように資材の入荷を行なっています。また、3月からは自己取りを開始し、生産者の皆さんへお渡しします。資材の高騰化などまだまだ続いており、生産資材購入費が農家経営を圧迫しております。関係各所の協力を得て生産コストの圧縮を働きかけてまいります。

野辺山支所

1/31~2/1 ブロッコリー先進地視察

野辺山支部では、ブロッコリー氷詰め共選事業を実施している鳥取県西伯郡にある野菜広域センターへ視察に行きました。視察先産地では7~9月の農閑期を除き、予冷段ボール出荷が主で、鮮度維持の観点から長時間に及ぶ生産者の収穫出荷作業の過重が課題であり、さらに競合産地で氷詰め発砲容器の出荷が増え、価格差も生じているとのことでした。野菜広域センターでは、氷詰め共選設備として日量2,500ケースの能力規模の製氷機と予冷冷蔵庫が導入されており、労力軽減による生産基盤強化と氷詰め発砲容器による品質保持が期待されています。また、当施設は、全農と複数の単協の共同事業方式で運営を行なう新しい事業形態であり、ブロッコリーの生産拡大を図る上でとても参考となる視察となりました。





リーキ

11月中旬以降収穫

西洋ネギやポアローネギとも呼ばれ、フランス料理によく利用されるネギの種類です。煮込んでも煮崩れしないのでスープや煮物にも適しています。

高冷地では4月中旬までに播種、6月頃定植し、3~4回程度の土寄せを経て11月中旬以降が収穫の目安です(定植後150日程度)。

1 苗づくり

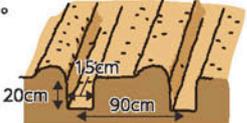
育苗は育苗用培土を用いたセルトレー育苗を行います。2~3粒ほど播いて本葉が3~4枚になる頃までに1本に仕立てます。



セルトレー

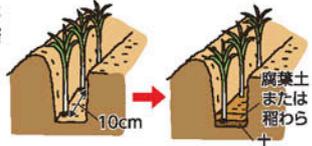
2 畑づくり

10aあたり施肥量はN-23kg、P-20kg、K-20kgを目安とします。苦土石灰、完熟堆肥は事前にまいておきます。目安となる栽植密度は畝間90cm程度で、20cm程掘り15cmくらいの幅をとります。



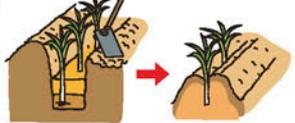
3 植え付け

高冷地では6月頃を目安に定植します。苗の草丈が7~8cm程度、本葉が10枚程度、太さ7~8mm(鉛筆の太さ)程度の苗を畝に対し10cm程度の間隔に垂直に立てていきます。根元は覆土し、わらや腐葉土などを10cm程度の厚さで覆います。リーキの葉は一定方向に広がるので定植する際の向きは、角度を持たせ同一方向にすることが望ましいです。



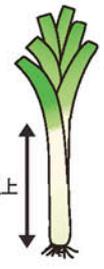
4 管理作業

土寄せは8月以降3~4回に分けて追肥と一緒にに行いません(1カ月に1回を目安)。土寄せは収穫の1ヶ月前には終わらせましょう。その際は、葉と茎の間に土が入らないように丁寧に行ないます。腐敗等の病害の原因になってしまいます。また、一回の追肥はN-7kg/10aを目安とします。ねぎ類は肥料切れによりさび病の発生を助長してしまうので追肥は早めに入れましょう。JA長野八ヶ岳では一回の施肥で追肥まで補える肥効調整型肥料(八ヶ岳配合610)も販売しておりますのでお問い合わせください。防除はねぎに準じます。特に、前述のさび病のほかにも、軟腐病、ハモグリバエやアザミウマに注意が必要です。



5 収穫

茎の太さが3~5cm、軟白部の長さが20cm以上になれば収穫になります。リーキは生でも食べられますが、加熱することで甘みが増すため火を通す料理がおすすめです。シンプルに焼いてもおいしいですし、スープやグラタンなどの料理にも相性は良好です。



令和6年度 支所懇談会の開催について

組合員の皆さんのJAに対するお考えをお伺いする機会となります。お誘いあわせの上ご参加いただきますよう、ご案内いたします。

日程	開催時間	地区	会場
4月4日(木)	午前9:30	川上	川上支所会議室
	午後1:00	南相木	南相木支所会議室
	午後3:00	南牧	南牧支所会議室
4月5日(金)	午前9:30	小海・北相木	小海支所会議室
	午後1:30	野辺山	野辺山営農センター会議室

懇談事項

- ・令和5年度事業概況および決算結果報告について
- ・令和6年度事業計画(案)について
- ・支所固有事項
- ・JAに対する要望等意見交換

組合員人間ドック費用補助のお知らせ

JA長野八ヶ岳では、人間ドック受診のほか、以下の検診にかかる費用の一部を補助しております。

01 支給対象者

当JAの正組合員・准組合員

02 支給の対象

- ① 1泊2日の人間ドック
- ② 日帰り人間ドック
- ③ PET/CTがん検診
- ④ 脳ドック(簡易脳ドック含む)
- ⑤ 市町村が実施する健康診断
(公的医療保険制度の対象者)
- ⑥ 市町村が実施するがん検診
(公的医療保険制度の対象者)
- ⑦ その他、組合長が認めた健康診断

03 補助金額

支給対象の ① は1人5,000円
 支給対象の ② は1人3,000円
 支給対象の ③ は1人2,000円
 支給対象の④～⑦は1人1,000円

市町村が
実施する健診・
がん検診も
対象です!!



04 申請に必要となるもの

1. 組合員健康補助金交付申請書(当JA所定の様式)
2. 受診された人間ドックの「領収書」
3. 認印
4. 貯金通帳など振込先が確認できるもの(JA長野八ヶ岳口座)

「申請に必要となるもの」を持参していただき、支所窓口にて申請してください。支給についてはJA長野八ヶ岳に開設の貯金口座への振り込みによって行ないます。詳しくは、お近くの支所窓口までお問い合わせください。

JA長野八ヶ岳
広報誌「レタス」
新春特別号

今年もたくさんのご応募ありがとうございました プレゼント企画 当選者発表!!

広報誌「レタス」新春特別号で実施したプレゼント企画では、管内の皆さまから 271 通(小海支所 80 件、北相木支所 31 件、川上支所 54 件、南牧支所 52 件、南相木支所 39 件、野辺山支所 15 件)のご応募をいただきました。厳選な抽選が行なわれた結果、次の皆さまが当選されました。おめでとうございます。



5 名額 信州牛サーロインステーキ

【北相木支所】高見澤文徳さん 【川上支所】吉沢啓三さん 【南牧支所】篠原ふく江さん
 【南相木支所】中島麻里さん 【野辺山支所】五十嵐雅敏さん



10 名額 信州ポーク しゃぶしゃぶ用

【小海支所】渡辺勝男さん/井出美枝子さん 【北相木支所】飯出啓一さん
 【川上支所】中島悠貴さん/伊藤こず江さん 【南牧支所】井出操さん/横森忠明さん
 【南相木支所】菊池保恵さん/大島弘子さん 【野辺山支所】甘利秀幸さん



30 名額 ヤツレン乳製品詰め合わせ

【小海支所】菊池賢二さん/鷹野民生さん/篠原さち子さん/山口孝子さん/関年春さん
 小池清美さん/小山かほるさん
 【北相木支所】糸永允英さん/井出治治さん/井出林さん/井出千恵子さん
 【川上支所】古屋秀子さん/原聖子さん/中嶋弘美さん/原昇さん/原正さん/高見澤賢弥さん
 【南牧支所】新海文江さん/高見澤長恒さん/高見澤俊彰さん/高見澤一富さん
 嶋崎康子さん/綿貫恵理香さん
 【南相木支所】依田武勝さん/中島常夫さん/坂本貢さん/倉根幸男さん/小平結愛さん
 【野辺山支所】原和則さん/柳澤聡一さん

なお、併せて実施しましたアンケートでは、広報誌「レタス」をはじめ、JAの各事業に対する貴重なご意見を多数お寄せいただきありがとうございました。今後のJA事業および広報活動に反映させていただきます。これからも広報誌「レタス」をよろしくお願いいたします。

JA長野八ヶ岳オリジナルかるたを読句募集!

川柳 俳句 短歌

締切 2024年4月30日(火) 作品提出・応募締切、消印有効

賞 ●採用 記念品

※応募者の中から抽選で「JA長野八ヶ岳オリジナルかるた」を贈呈



募集内容 JA長野八ヶ岳オリジナルかるたの読句

※次世代を担う子どもたちに伝えたい・残したい長野八ヶ岳管内の歴史、伝統、文化等(産業・観光を含む)を題材としたかるたの読句44点(あ行～ま行、や、ゆ、よ、ら行、わ)

※未発表の作品に限る

※以下の点に留意すること

- ・特定の人物や団体等については、その功績等について一定の評価がされており、住民に定着していること
- ・祭礼や行事等については、一定期間(目安は20年)以上継続している、もしくは住民に定着していること
- ・特定の企業、またはその企業等が製造・販売する商品等は不可。ただし広く住民に受け入れられているものについてはこの限りではない
- ・政治および宗教に関するものは不可。ただし歴史的な価値等が認められたものについてはこの限りではない

提出物

●応募用紙(公式ホームページよりダウンロード、各支所窓口配置)

※文字数は五・七・五もしくは七・七を基本とし(目安)、覚えやすいリズムになるよう心掛け、字余り・字足らずも可とする

※句のはじめの文字を読み札の音とする

※漢字には、ふりがなを記入する

※学校教育上、不適切な表現は避ける

※メールでの応募の場合は、以下の事項を記入し、作品(題材・頭文字・読句)を応募する

[氏名・住所・生年月日・電話番号]

参加方法 作品を各支所窓口まで持参、下記提出先まで郵送
もしくはファックス・メールにて送付

参加資格 不問 **参加費** なし

著作権の扱い 採用作品の著作権および著作権その他一切の権利は、JA長野八ヶ岳に帰属

提出先・問合せ先

〒384-1305 長野県南佐久郡南牧村野辺山106-1
JA長野八ヶ岳本所 広報ふれあい課

Tel:0267-91-1101 Fax:0267-91-1102

読句募集専用メールアドレス ➡ yatsukaru@ytg.nn-ja.or.jp



主催:JA長野八ヶ岳

J A虹のホール あおぞら 虹のサークル

J A虹のホールあおぞらでは、組合員や地域の皆さんを対象とした参加型・体験型のイベントを毎月1回開催しています。

写経・写仏体験会

1月9日に開催したイベントでは「写経・写仏体験会」を行ないJ A管内から15名が参加しました。講師として佐久市岩村田にある真言宗智山派成田山圓滿寺の小林副住職を招いて、指導をしていただきました。

写経を始める前に心を清めるため、また、今年一年無事を祈念し参加者全員で合掌を行いました。その後、皆さんで般若心経を太鼓の音色に合わせて読んでから真筆に写経・写仏を始めました。

写経・写仏は、「ひとつのことに集中する時間」を過ごすことができます。ひとつのことに集中している間、脳内にはエンドルフィンという物質が分泌され、主な効果として、「幸福感を与える・脳を休める・注意・集中力を向上させる・記憶力、創造性を高める」など、多くの脳機能を向上させる効果が期待できるといわれています。

約1時間で写経・写仏を写し終え、最後に御読経を賜りました。参加者からは「楽しかった」「年の始めに厳肅な気持ちになれた」「心穏やかになった。また、参加したい」などの感想が聞かれました。



バレンタイン フラワーアレンジメント教室

2月6日に「バレンタインフラワーアレンジメント教室」を行いました。

講師は「フラワーセンター長野」の吉池講師と窪田講師2名に指導していただきました。当日は大雪でキャンセルが相次ぎましたが、10名の方に参加していただき無事開催することができました。

参加者は、講師からの説明を受けながら、バラやガーベラなどバレンタインにピッタリの花を、どの向きの顔が一番可愛く見えるかを考えながら、ていねいにオアシスに挿していきました。

参加者からは「花が豪華でうれしい」「花に囲まれてうれしい」「大雪だったが参加して良かった」「毎回素敵なアレンジでうれしい、長持ちさせた」との声が聞かれました。最後にお互いの作品を鑑賞し、楽しいひと時を過ごしました。



今後の「虹のサークル」

今後の「虹のサークル」イベントの予定となります。皆さんのご参加をお待ちしております！

4月14日(日)
二胡演奏会

5月2日(木)
絵解き〜釈迦涅槃図〜

6月5日(水)
アロマリーディング

SNSで
イベント情報
発信中!!



あおぞらでは皆さんに愛されるホールを目指し、さまざまな意見をお待ちしております。ぜひ、イベントへのご参加お待ちしております！

参加に関するお問い合わせ

J A虹のホール
あおぞら TEL0267-92-5510

ルール

- ①空いてるマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
- ②タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入ります。

3			1			5		
	1			2				6
		4				3		
	2			4				
9				3				1
			5				8	
		5			4			
8			1				3	
	9		6					2

答え 2月号掲載の数独の答えは「8」でした。今回の答えは、レタス4月号に掲載します。

2月号 答え合わせ まちがいさがし



- ①チョウが増えてい
- ②帽子のつばが大きい
- ③男の子の口が開いている
- ④レンズにふたがある
- ⑤犬の尾の形が違う

協議事項

- 第1号議案 令和5年度剰余金処分と自己資本造成に関する方針について
- 第2号議案 役員報酬審議会の委員委嘱について
- 第3号議案 役員賠償責任保険の更改について
- 第4号議案 労働保険事務組合事務処理規程の改正について
- 第5号議案 「お客さま本位の業務運営に関する取り組み方針」の見直しについて

全ての議案について可決決定されました。

各支所年金担当者による年金受付相談会

■時間 午前10時～午後3時

支所	3月	4月
小海	6日(水)	10日(水)
北相木	6日(水)	10日(水)
川上	6日(水)	9日(火)
南牧	7日(木)	9日(火)
南相木	7日(木)	11日(木)
野辺山	7日(木)	11日(木)

3・4月年金相談会開催

信連専任担当者による年金相談会

- 日程 4月9日(火)
- 場所 南牧支所
- 時間 午前10時～午後3時

広報誌の表紙写真を募集します!

過去一年間に撮影された作品(応募者本人が撮影した未発表のものに限る)
応募いただいた作品の著作権は撮影者本人に属しますが、JAの広報誌やホームページに掲載するほか当JAの各種資料等にも使用させていただく場合がございます。
作品は、撮影者が被写体の肖像権やプライバシーに配慮し、了承を得たものとします。

- <応募資格> JA長野八ヶ岳管内に居住の方
- <応募方法> メールにて募集いたします。



- 写真 10MB以内
- 管内の風景・イベント・季節の写真
- 撮影者氏名(掲載いたします)・地区
- 写真タイトル

表紙写真募集専用メールアドレス → jalettuce@ytg.nn-ja.or.jp

※応募いただいた個人情報は適切に管理し必要な範囲にて使用させていただきます。

皆さんは普段何気なくしている「呼吸」について深く考えたことはありませんか。
ストレスや運動不足など、さまざまな要因が重なると、口呼吸になってしまいうそうです。口呼吸になると、鼻呼吸に比べ、呼吸が浅くなり、呼吸が浅いと、首や肩の凝り、姿勢の乱れ、睡眠の質の低下など、身体が常に緊張状態になっているそうです。
コントロールポーズとって、正しく呼吸を行なえているか測る指数があります。理想は40秒以上、通常は20秒から40秒で、20秒未満の場合は呼吸が浅くなっている可能性が高いそうです。私の場合はたったの7秒でした。トレーニングを行なうことで、この指数を伸ばすことが可能だそうで、毎日トレーニングをしています。これがなかなか苦しくて地味に辛いです。1カ月半のトレーニングで、やっと20秒になりました。睡眠の質が少し改善されたような気がします。目標は40秒なので、これからも地道に続けていきたいです。



宮崎玄さんは、南佐久郡北相木村に住む小学5年生です。2022年の12月から始めたカーリングを頑張っていて、昨年の12月に開催された「J.A全農チビリンピック2023第5回全農杯全日本小学生カーリング選手権大会」では初出場初優勝を飾りました。

長野県では冬季オリンピック選手早期育成プロジェクト「SWAN(スワン)」を行っており、玄さんはこのプロジェクトで選ばれた若きアスリートです。現在も、SWANの合同トレーニングのため週1回長野市に通っています。

選抜後、玄さんは8種類の冬季種目からカーリングを選びました。選んだ理由は、経験のある「ポッチャ」にルールが似ていたからと玄さんは話していました。

また、3歳の頃から体操教室を始め、他にもスイミングやヒップホップダンスを



やっていたので、日頃から体力づくりはできていたそうです。

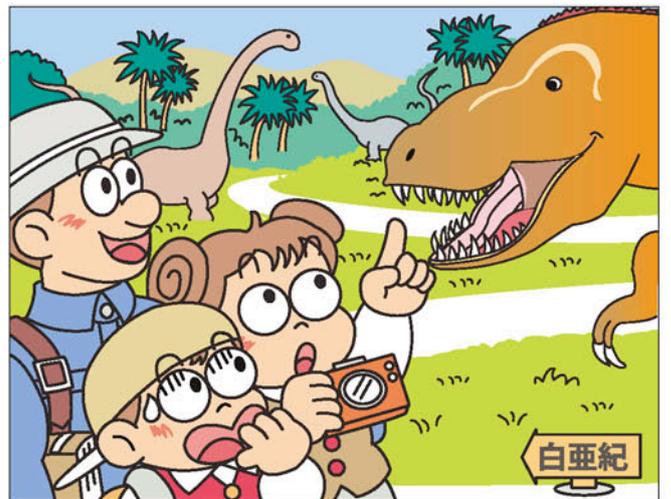
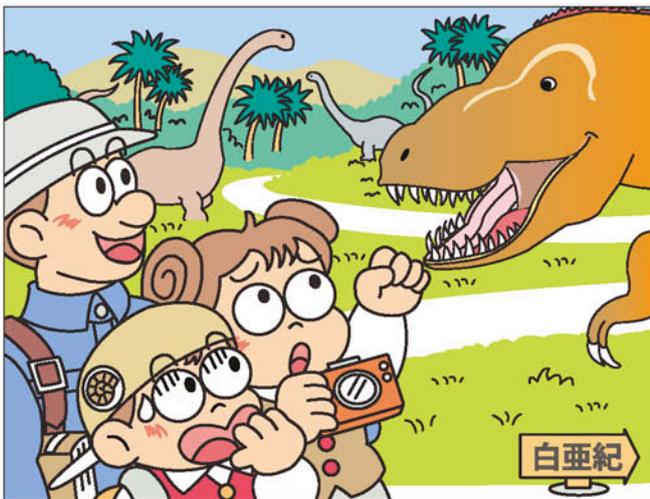
現在、約30名が所属する「軽井沢ジュニア」というカーリングクラブに所属しています。週3、4回軽井沢での練習があり、冬の時期は毎週のように試合を行なっています。チームでは、2投目を投げるセカンドを担当しています。

玄さんは、「北相木村で育った最初のオリンピックになり、カーリングでメダルを獲得のが夢です。高校受験のタイミングでカーリングをやめてしまう先輩たちが多くいますが、高校生になってもカーリングを続けていきたいです」と意気込みを語りました。

趣味は囲碁をすること。今はオンラインで対局することが多いので、周りでも囲碁をやっている人がいれば一緒に楽しみたいそうです。

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探してみましょう。 出題・イラスト：酒井栄子



あなたからのメッセージをお待ちしています!

Facebook
公式アカウント
@janaganoyatugatake



X
公式アカウント
@ja_yatsugatake



JA長野八ヶ岳
公式ホームページ
<https://www.ja-yatugatake.iijan.or.jp/>

