



特集

川上支所販売事務所移転

令和7年度人事異動

JAバンクスマイルナビ

令和7年度JA長野八ヶ岳職員業務分担表

職員募集のお知らせ

春のおすすめ味噌祭・みそ玉レシピ

松本山雅FC観戦チケットプレゼント

女性部活動紹介

支所フォトニュース

みんなのコンテナ菜園

「サヤインゲン(つるなし)」

虹のサークル

理事会報告

年金相談会

川上支所販売事務所移転

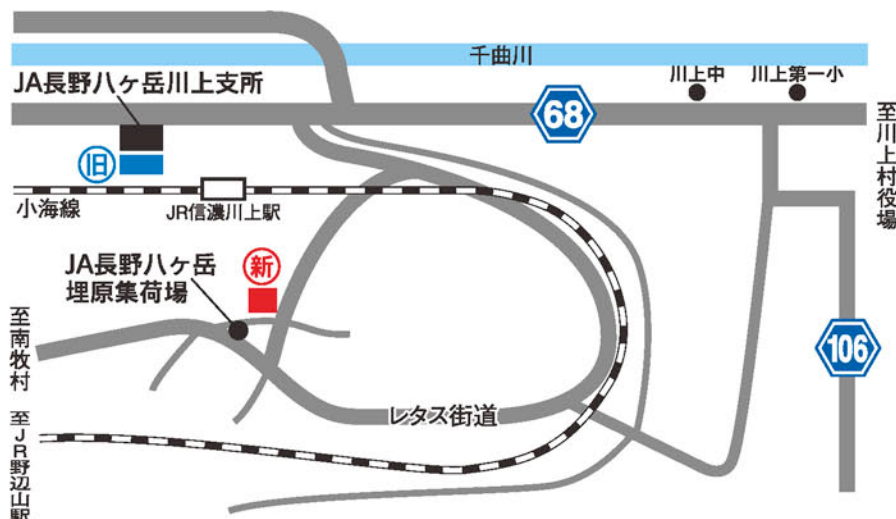
特集



JA長野ハケ岳川上支所販売事務所完成に伴い、3月3日に行なわれた竣工式にJA関係者、地権者、施工業者が約30名出席しました。移転したことにより、今までは村内を通過し川上支所を経由していた野菜の大型輸送トラックの輸送

経路改善に伴い、主要道路へのアクセスが良くなります。また、千曲川左岸道路も開通し、村内の交通安全確保やドライバーの拘束時間の短縮にもなり、より効率的にトラックが市場へ向けて出発することができ

ます。竣工式で津金組合長は、「新事務所は利便性が向上するので、販売事業や営農相談指導の拠点としての機能を十分に発揮できるよう取り組んでいく」とあいさつしました。



川上支所販売事務所 南佐久郡川上村大字御所平1736番地
TEL0267-97-3131 FAX0267-97-3134

令和7年度 人事異動

3月10日、令和7年度の事業体制が決定しましたのでお知らせいたします。

人事異動（課長級以上）

配 属 部 署	氏 名	前 部 署
リスク統括室長	林 四十志	川上支所 支所長
企画総務部 部長	井出 公夫	リスク統括室長
川上支所 支所長	原 三代寿	川上支所 次長
川上支所 販売指導課長	岡部 康寿	農業部 野菜課長
南牧支所 金融共済課長	井上 宗法	南牧支所 金融共済課長代理

退 職 者

木村 延宏	井出 朗	水澤 萌子
-------	------	-------

3名の職員が退職いたしました。
組合員、利用者の皆さんには、在職中大変お世話になりました。
退職された皆さんのこれまでのさまざまなご功労に敬意を表し、
感謝申し上げますとともに、今後のご活躍とご健勝をお祈りいたします。

2025年4月から、当組合ではタブレットでのお取引受付を開始します



※一部のJA・店舗ではご利用いただけません。

タブレット導入により、面倒な書類記入が
簡単になりました。ぜひご利用ください。



JAバンク スマイルナビ

タブレットで便利で簡単に
JAバンクでのお取引をもっと便利に



©よりぞう

タブレット画面で
文字が見やすく、
簡単に操作ができて
とっても便利だぞう



タッチで簡単
お取引！

JAバンクスマイルナビで、大変だった
書類への記入が不要に。
タブレットの画面に沿って必要事項
を入力・選択するだけで、お取引の
受付ができます。※1



複数の書類
記入不要！

複数のお取引でもタブレットなら署名
名は一度きり。
続けて入力する場合、2件目のお取引
から同じ内容は自動表示される
ため、入力不要です。※2



カード持参で
自動入力！

キャッシュカードをご持参いただければ、住所等のお客様情報や口座
情報が自動で表示され、簡単・便利
にタブレット入力が行えます。※3

※1：キャッシュカードと暗証番号による認証成立を条件に、同一名義で当組合に開設された当座性口座、定期性口座の情報および届出事項の一部がタブレットに表示されることがあります（JAごとに表示される内容は異なります）。詳しくは窓口までお問合せください。
※2：金額等の必要事項の入力等は必要となります。タブレットは一度に最大10件のお取引の入力を続けて行うことができますが、署名は一度きりとなります。また、続けてお取引の入力を行う場合は、一度入力した住所・電話番号などの再入力は不要です。
※3：キャッシュカードはカード表面記載の会員ご本人様のみご利用いただけます。お客さまのカードをご家族等がご利用することはできません。
また、暗証番号についてもご家族を含めた第三者に開示されることも禁止されています。ご家族名義のキャッシュカードをご希望のお客さまは窓口までご相談ください。

令和7年度 JA長野八ヶ岳 職員業務分担表

2025年4月1日現在

JA長野八ヶ岳では、令和7年度の定期人事異動に伴う職員配置を実施しました。
「農業所得拡大へのさらなる挑戦」「不断の自己改革による組織・経営基盤の確立」を基本目標とし、組合員の意思反映を形にします。組合員や地域に「なくてはならないJA」として役職員一丸となって取り組んでまいりますので、よろしく願います。

内部監査室 室長（課長） 北澤 誠 係長 中嶋 紀行 TEL 98・0171 FAX 91・0135		リスノ統括室 室長 林 四十志 係長 高見澤 眞 主任 由井 猛 TEL 91・1101 FAX 91・1102		企画総務部 部長 井出 公夫 課長 大工原 一 係長 油井 健佑 主任 新海 秀樹 藤牧 大地 TEL 91・1101 FAX 91・1102		企画管理課 課長 茂木 一成 審査役 高見澤 成実 係長 井出 百恵 菊池 和也 島崎 ひかる TEL 91・1101 FAX 91・1102		総務経理課 課長 茂木 一成 審査役 高見澤 成実 係長 井出 百恵 菊池 和也 島崎 ひかる TEL 91・1101 FAX 91・1102	
人事・教育課 課長 部長兼務 小池 真矢 課長代理 中嶋 文江 係長 井出 圭亮 主任 井出 圭亮 TEL 91・1101 FAX 91・1102		広報ふれあい課 課長 井上 智恵子 係長 田村 優季 係（臨時） 嶋田 玲子 TEL 91・1101 FAX 91・1102		農業部 部長 小池 伸一 課長 菊池 晋一 係長 吉澤 栄一郎 主任 井出 淳一 山田 輝明 新津 和江 TEL 91・0100 FAX 91・0200		野菜課 課長 部長兼務 油井 政幸 課長代理 油井 政幸 TEL 91・0100 FAX 91・0200		生産資材課 課長 井出 典善 主任 井出 優人 TEL 91・0100 FAX 91・0200	
畜産酪農課 課長 部長兼務 高見澤 美香 課長代理 高見澤 常雄 主任 飯森 有哉 主任 中嶋 千郷 主任 星野 瑛代 倉根 勇太 坂井 凌 長谷部 光咲 宇野 沙与子 辰巳 裕哉 TEL 91・0210 FAX 91・1500		農業機械課 課長 堀川 章 係長 菊池 妙 佐藤 武文 TEL 98・2815 FAX 98・3680		生活部 部長（次長） 黒澤 欣也 課長 中嶋 和美 課長代理 油井 寿男 係長 岩松 俊夫 片倉 恒太 中澤 美咲 小平 秀一郎 TEL 92・4141 FAX 92・2643		生活課 課長 中嶋 和美 課長代理 油井 寿男 係長 岩松 俊夫 片倉 恒太 中澤 美咲 小平 秀一郎 TEL 92・4141 FAX 92・2643		金融共済部 部長 井上 秀男 課長 渡辺 一成 課長代理 由井 定成 係長 井出 久志 係長 篠原 まどか 主任 堀込 和志 遠藤 百華 TEL 91・1112 FAX 91・1119	
共済課 課長 高見澤 孝子 課長代理 近藤 憲子 係長 井出 千秋 係長 由井 秀昌 池本 里美 油井 和恵 島瀬 寛 元村 優司 中嶋 優 新津 慎也 菊池 早織 小林 周平 菊池 紗緒里 TEL 91・1112 FAX 91・1119		川上LPGセンター 主任 倉根 義彦 係 小林 裕貴 TEL 97・3231 FAX 97・3237		小海LPGセンター 主任 小池 翔 係 新津 拓馬 有坂 大希 TEL 92・5509 FAX 92・2643		ななちゃんのお店 主任 白井 由香 係（臨時） 篠原 尚子 係（臨時） 篠原 淳美 横森 みゆき TEL 98・3155 FAX 98・2823		自動車課 課長 部長兼務 横森 敦 課長代理 横森 敦 TEL 97・2215 FAX 97・3326	
金融共済部 部長 井上 秀男 課長 渡辺 一成 課長代理 由井 定成 係長 井出 久志 係長 篠原 まどか 主任 堀込 和志 遠藤 百華 TEL 91・1112 FAX 91・1119		金融共済部 部長 井上 秀男 課長 渡辺 一成 課長代理 由井 定成 係長 井出 久志 係長 篠原 まどか 主任 堀込 和志 遠藤 百華 TEL 91・1112 FAX 91・1119		金融共済部 部長 井上 秀男 課長 渡辺 一成 課長代理 由井 定成 係長 井出 久志 係長 篠原 まどか 主任 堀込 和志 遠藤 百華 TEL 91・1112 FAX 91・1119		金融共済部 部長 井上 秀男 課長 渡辺 一成 課長代理 由井 定成 係長 井出 久志 係長 篠原 まどか 主任 堀込 和志 遠藤 百華 TEL 91・1112 FAX 91・1119		金融共済部 部長 井上 秀男 課長 渡辺 一成 課長代理 由井 定成 係長 井出 久志 係長 篠原 まどか 主任 堀込 和志 遠藤 百華 TEL 91・1112 FAX 91・1119	

小海支所

支所長

柳澤 隆

TEL 92・2061
FAX 92・3286

金融共済課

課長

吉澤 年記

課長代理

新津 浩司

主任

高見澤 志保

主任

三浦 啓

係

日下 さつき

係

黒澤 昌利

係

田村 美波

係(新採)

梅田 美碧

係(臨時)

高橋 亜由美

係(臨時)

小池 ひとみ

係(臨時)

土田 理沙

販売指導課

課長

武川 伸浩

課長代理

浜田 千鶴

係長

井上 正彦

係長

井出 誠

係長

新海 孝幸

係

櫻井 涼

係(新採)

有賀 浩夢

係(臨時)

新井 誘治

係(臨時)

井出 千恵子

生産資材課

課長

支所長兼務

篠原 幸成

係長

井出 純弘

係

中嶋 春貴

係

佐藤 勇慶

企画総務部

課長

渡辺 雄也

係

中島 菜希子

係

松井 里紗

北相木支所

支所長(臨時)

菊原 浩幸

TEL 77・2211
FAX 77・2052

川上支所

支所長

原 三代寿

TEL 97・2211
FAX 97・3319

金融共済課

課長

小須田 安正

課長代理

高見澤久仁子

主任

吉澤 春菜

係

篠原 昇太

係

篠原 亜里沙

係

井出 恵太

係

小山 礼奈

係

小林 実莉

係(新採)

小島 春花

販売指導課

課長

岡部 康寿

考查役

伊藤 正志

係長

中島 丈通

係長

黒澤 健志

係長

小池 敬一

係長

由井 藍子

主任

藤原 昇世

係

吉澤 真志

係

中嶋 俊樹

係

井出 優大

係

菊池 広孝

係

遠藤 竜介

企画総務部

課長

伊藤 大輔

係(臨時)

茂木 三枝

係(臨時)

伊藤 三枝

南牧支所

支所長

高見澤 正秀

TEL 96・2021
FAX 96・2024

金融共済課

課長

井上 宗法

課長代理

依田 純子

係

綿貫 友洋

係

高見沢 友貴

係

秋和 和也

係

鷹野 紗輝

係(新採)

久保田 都垂

販売指導課

課長

井出 正晃

課長代理

渡辺 まり恵

係長

井出 春光

係長

大塚 知一

係

大村 羊平

係

井出 亘祐

係

井出 滉平

係

林 雅人

係

柳沢 健太郎

企画総務部

課長

井出 猛吾郎

課長代理

大久保 幸乃

企画総務

南相木支所

支所長(次長)

篠原 康彦

TEL 78・2211
FAX 78・2021

金融共済課

課長

西澤 和恵

係

小平 彩佳

係

鈴木 暉久

係(臨時)

山口 治恵

営業センター

課長

井出 宗次

課長代理

吉澤 環樹

主任

依田 哲

主任

原 知樹

係(臨時)

片井 稜馬

係(臨時)

倉根 美加

係(臨時)

菊原 竜希

生産資材課

課長

渡辺 毅

係長

井出 広義

係長

篠原 彩華

係

由井 克佳

係

鷹野 将宏

係

関戸 雄基

企画総務部

課長

黒澤 邦保

係長

加藤 恵美子

係長

由井 雅美

係

柏木 咲季

係

城島 桜子

企画総務部

課長

伊藤 秀樹

課長代理

赤堀 さやか

係長

菊池 将央

係長

清水 育美

主任

井出 光祐

係

篠田 朋樹

係(臨時)

依田 直也

係(臨時)

菊池 実

係

染谷 美帆

企画総務部

課長

伊藤 秀樹

課長代理

大久保 幸乃

企画総務部

課長

渡辺 雄也

係

中島 菜希子

係

松井 里紗

野辺山支所

支所長(次長)

小山 高治

TEL 98・3366
FAX 91・0131

金融共済課

課長

黒澤 邦保

係長

加藤 恵美子

係長

由井 雅美

係

柏木 咲季

係

城島 桜子

営業センター

課長

新津 喜和

課長代理

伊東 秀樹

係長

赤堀 さやか

係長

菊池 将央

係長

大槻 桃里

主任

清水 育美

係

井出 光祐

係

篠田 朋樹

係(臨時)

依田 直也

係(臨時)

菊池 実

係

染谷 美帆

企画総務部

課長

伊藤 秀樹

課長代理

大久保 幸乃

企画総務部

課長

渡辺 雄也

係

中島 菜希子

係

松井 里紗

地元ではみんなが君の味方だよ。

県外に進学した我が子が、就職を機に帰ってきた。

ろくに連絡も寄こさないし、

「まあ、あっちで楽しくやっているんだろう」

と思っていたから、少し意外だった。

「やっぱり地元がいいよ」とつぶやく

君が何を思っているのかを深く聞くことはしないけれど、

今、楽しそうに働く姿を見ながら、「よかったな」と思う。

地元で働くなら、
やっぱり安心
JA長野八ヶ岳。

 JA長野八ヶ岳 令和8年度4月採用職員募集中

職員募集のお知らせ

長野八ヶ岳農業協同組合では、令和8年度の新規採用職員を下記により募集いたします。

記

1. 募集職種および人数 ①総合職 ②畜産人工授精師 ③整備士 —— 各若干名
2. 職務内容 ①総合職 金融、共済、購買、販売、企画、総務等全般
②畜産人工授精師 家畜の人工授精、組合員の農業経営および技術の向上に関する指導
③整備士 農業機械整備修理、自動車車検整備
3. 給与 月給制 基本給 大卒 215,100円 短大・専門卒 199,600円
手当 通勤手当・住宅手当・扶養手当・役付手当・資格認証手当・業務資格手当 その他
※基本給・各手当は当JA給与規程による ※毎月21日支給
4. 昇給 年1回 毎年4月 ※当JA給与規程による
5. 賞与 前年度実績 年3回 ※当JA給与規程による
6. 勤務地 当JA管内(小海町・南牧村・川上村・南相木村・北相木村)
7. 勤務時間 4月～9月 8時00分～17時00分(休憩60分) ※部門により変形労働制、シフト制有り
10月～3月 8時30分～17時00分(休憩60分)
8. 休日 週休2日制 ※部門により変形労働制、シフト制有り
土日祝日・年次有給休暇・特別休暇・年末年始休暇・リスク管理休暇・慶弔休暇・
産前産後休暇・育児休暇 その他
9. 応募資格 ① 大学・短大・専門学校を卒業または卒業見込みの方
② 年齢20歳～35歳(令和8年4月1日現在)の方
③ 勤務地に通勤可能な方
④ 普通自動車免許を取得している方
※畜産人工授精師については資格保持者または取得見込者
※整備士については自動車整備士2級以上の資格保持者または取得見込者
10. 応募方法 ☐ 令和8年3月に卒業見込みの方
「マイナビ2026」より当JAの「採用説明会」にエントリーをしてください。
詳細は追ってご連絡いたします。
☐ 既卒者の方
下記担当にご連絡をお願いいたします。事前に詳細をご説明させていただきます。

〈お問い合わせ先〉長野八ヶ岳農業協同組合 企画総務部 人事教育課
TEL.0267-91-1101 (担当)小池・井出

国産大豆
国産米使用

春のおすすめ味噌祭

令和7年
5月26日(月)
まで

エコープ仕込みそとは？

- 仕込みそとは、ご自宅で置いておくだけで、発酵・熟成し簡単に手前味噌が完成する商品です。
- 熟成後は芳醇な香りで美味しいお味噌の出来上がりです。
- 熟成状況で味や香りが異なるため家がオリジナル味噌が完成するのも特徴です。

仕込みその完成まで

- ①桶詰替不要
- ②桶詰替不要
- ③桶詰替不要 まろやか



写真はみその熟成イメージです



じっくり熟成



10月頃



おいしい
お味噌の
出来上がり

ダンボールのまま熟成タイプ

ダンボールのまま置いておくだけで手造りの味が楽しめます



少人数のご家族や県外発送用にもおすすめです。

エコープ仕込みそ 10割こうじ 20kg

① 桶詰替不要

8,660 税込円



エコープ仕込みそ 10割こうじ 10kg

② 桶詰替不要

4,830 税込円



エコープ仕込みそ 12割こうじ 10kg

③ 桶詰替不要 まろやか

5,220 税込円

④～⑪の商品は、すぐお召し上がりいただけます。

- ④ 食べ頃仕込み味噌【赤】
- ⑤ 食べ頃仕込み味噌【白】



1.8kg 4個入 5,050 税込円

- ⑥ 食べ頃仕込み味噌【赤】
- ⑦ 食べ頃仕込み味噌【白】



1kg 4個入 3,000 税込円

- ⑧ 食べ頃仕込み味噌



750g 6個入 3,630 税込円

- ⑨ 食べ頃まろやか仕込み味噌



1kg 4個入 3,000 税込円

【赤】こうじ割合は大豆に対してお米が同量の10割こうじみそです。
【白】色・つや・味にこだわりました。食塩に平釜製法のにがり塩使用の8割こうじみそです。

⑩ エコープ 花粧みそ



5,200 税込円

⑪ エコープ 信州こうじみそ



5,200 税込円

⑫ 即席味噌汁 信州 田舎風みそ汁



9.4g×31食入り 1,000 税込円

ご注文は
お電話で

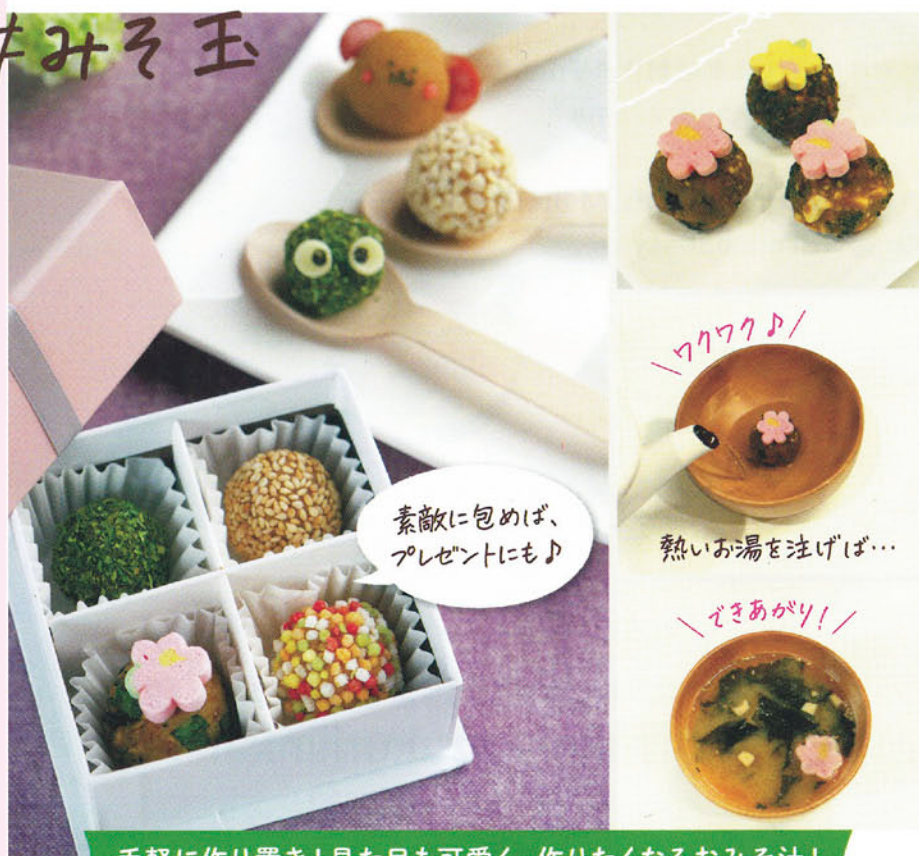


●県外及び当JA管内以外への発送は、実費にて承ります。尚、出荷は5月末日で終了致します。

JA長野ハケ岳

●小海生活渉外センター ☎92-4141
●ななちゃんのお店 ☎98-3155

#みそ玉



素敵に包めば、
プレゼントにも♪

手軽に作り置き！見た目も可愛く、作りたくなるおみそ汁！

材料 (3個分)

①(混ぜておく)

- みそ……………40g
- 乾燥ワカメ……………小さじ2
- 刻みネギ……………小さじ2
- みそ汁用高野豆腐…小さじ2
- 白ごま……………小さじ1
- 花麩……………3枚

作り方

- ①ボウルに全ての材料を入れて、よくかき混ぜ合わせる。
- ②3個分にして丸め、最後に花麩を乗せる。(みそ玉の完成)

みそ玉は保存ができる即席みそ汁！

お椀に入れ、熱いお湯を注げばあっという間におみそ汁になります。

小腹が空いた時、おやつに、スポーツやレジャーのお供にも♪

冷蔵庫で約1か月保存が可能です。

レシピ&料理制作/小山明子

松本山雅FC観戦チケットプレゼント

MATSUMOTO YAMAGA F.C.
JAPAN PROFESSIONAL FOOTBALL LEAGUE

J A長野ハゲ岳は、本年度も松本山雅FCのチームパートナーになっています。つきましては、松本山雅FCのホームゲームチケットをプレゼントいたします。松本山雅FCは、今シーズンもJ3リーグ優勝とJ2リーグ復帰を目指すシーズンとなります。その松本山雅FCのスポンサーとなることで、J A長野ハゲ岳の名前を県内だけでなく全国にPRしていきます。

会場：サンプロアルウィン

※希望の応募番号を応募用紙にご記入いただき、各支所窓口へ提出してください。

応募番号	試合日	試合開始時間	対戦相手
1	令和7年5月3日(土)	15:00	VS ツエーゲン金沢
2	令和7年5月18日(日)	13:00	VS ガイナーレ鳥取
3	令和7年6月7日(土)	14:00	VS 福島ユナイテッドFC
4	令和7年6月21日(土)	18:00	VS 鹿児島ユナイテッドFC
5	令和7年7月5日(土)	18:00	VS ザスパ群馬

応募番号	試合日	試合開始時間	対戦相手
6	令和7年7月12日(土)	18:00	VS 奈良クラブ
7	令和7年7月26日(土)	18:00	VS FC岐阜
8	令和7年8月16日(土)	19:00	VS FC琉球
9	令和7年8月30日(土)	18:00	VS ヴァンラーレ八戸

チケット
内訳

各試合入場チケット 最大4枚プレゼント!!

※希望枚数を記入の上、ご応募ください。
※大人1名に付き、未就学児1名が無料で入場できます。
※駐車場は各自手配となります。

応募締め切りは4月25日(金) 当選者発表は発送をもって代えさせていただきます。

松本山雅FC観戦チケットプレゼント応募用紙(4月25日(金)締め切り)

住所	□□□-□□□□				
氏名			電話	- -	
所属支所	小海	北相木	川上	南牧	南相木
	野辺山	応募番号		希望枚数	

女性部活動紹介



令和6年度 女性部通常総会開催

3月に各支所女性部の通常総会が行なわれ、6年度事業報告ならびに決算報告、7年度事業計画ならびに予算報告など、すべての議案が可決されました。

小海支所



南牧支所



LAによる自然災害の脅威や
建物更生共済についての講話



中村崇先生による講話
「女性部活動でアンチエイジング」

川上支所



南部消防署職員による救命救急講習会

南相木支所



野辺山支所



川上支所

新グループ 輪っJOY!

川上支所女性部では今年度から『輪っJOY!』というグループを立ち上げました。主な活動の内容は、困っている人をお・た・す・けすること。地域を盛り上げ、支え合う、そんな目的で作られたグループです。グループ長の渡辺亜子さんを中心に、活動内容を皆で決め、時間のあ

る人がお手伝いするといった、とてもシンプルな活動内容です。2月の初めに部員が集まり、活動の話し合いを行ないました。今回は川上村社会福祉協議会にも声がけし、当日の話し合いには社協の係長も同席してくれました。係長のお話では、社協の仕事は地域福祉、対象者は川上村に住んでいる全ての人だそうです。これまでは社協とは高齢者の方が利用する場所だというイメージが強く、係長のお話はとても印象に残りました。



『輪っJOY!』の初仕事は、3月15日に川上村社会福祉協議会が主催で行なわれた『えんがわの集い in 社協』への協力。『えんがわの集い in 社協』は、川上に住む高齢者から子どもまでどなたでも参加できる集い!! 村と村民とのつながりが持てる企画に参加し、地域の有志の皆さんとともにお手伝いしました。当日、『輪っJOY!』は令和6年度にJA長野八ヶ岳が作成したオリジナルかるたを使ってかるた大会を開催。また、大寄りで食べた懐かしい味の「お煮かけうどん」と「いっさのおねじ」を提供し、大好評でした。おおよそ200名の来場客があり、老若男女、赤ちゃんまでが集う、とても温かなイベントになりました。



お煮かけ

郷土食として伝えられている「お煮かけ」
お寄りの席では、昔は自宅を数日もかけてお祝いや葬式を行ったため、お手伝いの女性たちが献立を決めて作り、もてなしました。

材料(4人分)

- 干しいたけ 大2枚
- 竹輪 2本
- 人参 中1本
- 油揚げ 1枚
- 凍み豆腐 1枚
- 長ねぎ 長い2本
- 地菜(小松菜) 2束

(出汁)

- 煮干し(頭・背もろ・尾)
- かつおぶし・しょうゆ

うどん

具材をきむで汁で煮る

事前に茹でたうどん

お挽にうどんを入れる

うどんを入れた挽に煮汁を入れる(麺をお玉で)

お玉の背で挽の中身をお玉で煮汁・具材も返す(戻す)

再度挽に具材をかける

お玉の背で完成

地菜(小松菜)・小松菜でも野沢菜でもない独特な品種
お煮かけには、一度干した物を使ったとか。
村内で栽培する人がいて、言ってもらっていたそう。

葬式では、赤色を避けるため人参は少なめに使用するそう。

その分、味も微妙に違いが出るそう。

ねじ

高原野菜が獲れる以前には、稲作もされていたが、
高冷地の川上村ではうまく出来ず、収穫量も少ない。
貴重な米ではなく、小麦粉で作られたそう。

材料

- 小麦粉
- 砂糖
- いっさ(えごま)
- 塩

小麦粉にお好み量の砂糖も入れてまぜる

熱湯をまわし入れ、耳に3くらい硬くなるまで混ぜる

茹でる

茹で上がったうどんを冷水で冷まし、油を塗る

親指・人指・中指

500円玉より少し大きく、まん丸(三角形)に

丸める

完成

いっさに砂糖と塩を入れて味を調整したら、茹でた団子を湯切りして入れる。冬は砂糖が溶けにくいのでトロッコがおすすめ。

おねじもおお寄りで提供されていました!
(原地区では)親善堂のお祭りの時に作られていたそう。
みなさんの地区はどうでした?

北相木支所

3/3 かなんばれ

節句の日、北相木村では家難祓(かなんばれ)が行なわれ、北相木小学校の1年生から6年生が参加しました。大勢の保護者に見守られながら雪が降り積もる中、児童一人ひとりは棧俵に乗せた雛人形を相木川へ流し、手を合わせていました。家の難事、世の中の災い事、人のけがれやわずらいを人形が身代わりになって払い流してくれるという古くからの信仰から、3月の伝統行事として北相木村で毎年行なわれています。



川上支所

予約農薬一斉配布

3月

川上支所生産資材課では、令和7年度用の予約注文の肥料、農薬、資材、種子など続々と出荷しています。3月6・7日には各支部にて農薬の一斉配布を行ないました。数日前の降雪で足元の悪い中での実施となりましたが、生産者の皆様のご協力により無事完了することができました。資材の高騰が続いており、生産資材費が農家運営を圧迫しています。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ので、今シーズンもJAの購買事業をぜひご利用ください。



南牧支所

2/26 第57回 そ菜生産者大会

営農センターにおいて、有坂村長、北村JA全農長野野辺山駐在所所長にご列席をいただき、そ菜生産者大会を開催しました。令和6年度事業報告と収支決算、令和7年度事業計画と収支予算の承認等が原案通り可決され、次年度の野菜販売に向け、生産基本計画、基本方針について確認しました。また、役員改選年度のため新役員・正副部会長が新たに選出されました。旧役員の皆さん、2年間大変お疲れさまでした。



南相木支所

南相木支所プライドグループ
販売推進会議

3月

南相木支所プライドグループの販売推進会議が、生産者含め6名で3月6日に東京荏原青果、3月14日に静岡VF青果にて実施されました。それぞれの市場担当者と昨年の振り返りを行ない、品質の評価や産地の状況、プライドグループについて理解を深めていただきました。いよいよスタートする今年度に向け、産地活性やさらなる販売促進のための良い意見交換の場になりました。



野辺山支所

2/28 青年部定例会および
NVRメンバー会議

野辺山営農センター 2 階にて青年部の定例会およびNVRメンバー会議を行ないました。定例会では総会で決議される議題について話し合われました。NVRメンバー会議では次年度に向けた事業の方向性について議論されました。定例会、NVRメンバー会議ともに活発な議論がなされ、次年度に向けて良い助走ができました。



ベランダでも育てられる みんなのコンテナ菜園

写真・文：園芸研究家 淡野一郎

種まき後50～60日で収穫できる
採れたての味は格別



サヤインゲン(つるなし)

原産地の気候から比較的涼しい気温を好みます。霜の心配がなくなれば種まきや植え付けができます。生育適温は高めの方が、枝数が増え、花芽も早くでき、花数は多くなります。枝数は本葉2枚の頃の栄養でも増えるので、この時期の苗を、肥料を施した土へ植え付けます。32度以上では受精不良になり花を落とすことから、温暖地以西の春まきはこの頃収穫が終わります。秋は7月下旬～8月中旬に種まきすれば、残暑が落ち着いた9月中旬から開花し、下旬から収穫できます。品種は、つるのあるなし、さやの形でさまざまあります。草丈が低いつるなし品種は長い支柱は不要で、小ぶりのコンテナで栽培でき、直径24cmの鉢で2株、長さ60cm程度のプランターなら6株ほど育てられます。

さやが柔らかく、硬くなりにくい、
筋なしの平さや品種
「つるなしジャンビーノ」

【基本情報】

- 分類：マメ科インゲンマメ属
- 原産地：北米メキシコ南部～南米アルゼンチン北部の高地
- 発芽適温(地温)：22～28度
- 生育適温(気温)：15～25度
- 日当たり：日なた
- 好適pH：6.0～6.5

【病害虫情報】

ハダニ類：軒のあるベランダは乾燥しやすい発生しやすい。葉裏などに発生したら殺ダニ剤で防除する。
アザミウマ類：高温・乾燥下で発生して葉全体に白っぽい細かな筋が出て株が弱る。防除は早めに。

サヤインゲン(つるなし)の栽培方法

1 種まき

市販の野菜用培養土を入れた直径9cmのポリ鉢に、深さ約2cmの穴を4つ開け、種のへそ(写真1)を下にして1粒ずつまく(写真2)。土をかけ、たっぷりの水をやる。発芽適温なら3、4日で芽が出てくる。



ポイント

出芽適温を保つ。気温の低い時期は出芽までは日当たりの良い室内や戸外は不織布をかけて保温する。



2 間引きと植え付け

出芽後7日ほどして最初の本葉(初生葉)2枚が開いたら、はさみを使って2株にする(写真3)。続けて、1カ所2株分の元肥(18化成38g)を混ぜた培養土を直径24cmの鉢へ入れ、苗を植え付ける(写真4)。植え付け前には苗に水やりしておき、土が崩れて根を傷めないように注意する。土を寄せ、最後に水をやっておく。

ポイント

枝数を増やすため、本葉2枚の時期を逃さず植え付ける。



3 支柱立て・誘引

植え付けから10日ほどで、倒れないように長さ約90cmの支柱を立て(写真5)、ひもで縛っておく(写真6)。



ポイント

梅雨時は雨が当たらない場所で、梅雨明け後は風通しの良いできるだけ涼しい所で栽培する。開花後はさやを大きくするため土の乾きに注意する。

4 収穫

種まきから50～60日、開花後(写真7)2週間ほどして、さやが長さ12～14cmの頃、中の種の膨らみが外見で分かるようになったら、なるべく気温の低い朝に収穫する(写真8)。収穫が遅くなると筋っぽくなるだけでなく、さやの成長ばかりに栄養が取られて、開花が止まってしまうので早めに収穫する。



ポイント

インゲン本来の格別な味は、採れたてを1、2分ゆでればOK。

JA虹のホールあおぞら 虹のサークル

JA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。

春のフラワーアレンジメント

3月6日に「春のフラワーアレンジメント教室」を行ないました。講師は「虹のフラワー長野」の2名で、管内からの参加者16名に指導していただきました。

講師からの説明を受けながら、アネモネ・ガーベラ・スイートピーなどを使い360度どの角度から見てもかわいらしく、春らしいアレンジに仕上げていきました。

講師から、「何もなかったオアシスに皆さんきれいに生けられましたね」と感動のお言葉をいただきました。参加者からは、「オアシスに挿す力加減が難しかった。途中で折れそうで怖かったが、茎の長さの取り方など勉強になった」「春の花に癒された。早く暖かくならないかな」などの声が聞かれました。

最後は、皆さんお互いの作品を鑑賞しつつ楽しい時間を過ごしました。

花には癒しの効果があると思います。次の機会にぜひご参加を！



**SNSで
イベント情報
発信中!!**



X(旧Twitter)



Instagram



LINE

当ホールでは、皆さんの想いを大切にしたいホール運営に努めてまいります。
さまざまな、ご意見ご要望をお待ちしています。

参加に関するお問い合わせ

JA虹のホール
あおぞら

TEL0267-92-5510

7月9日(水)
ハスランプ作り教室

6月5日(木)
口紅作り体験会

5月8日(木)
バイオリン演奏会

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！

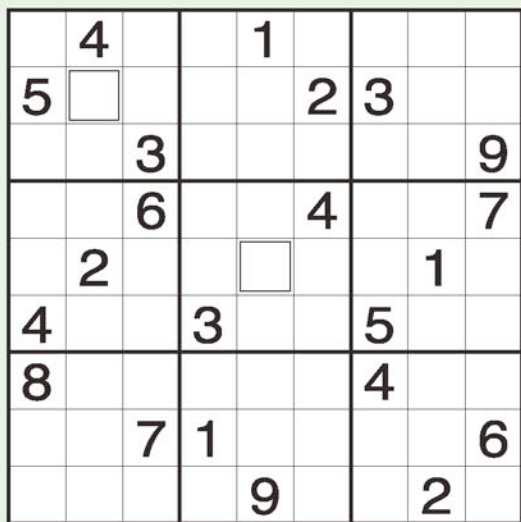
今後の「虹のサークル」

協議事項

- 第1号議案 令和6年度決算基本姿勢について
第2号議案 令和6年度決算見込と剰余金処分計画(案)について
第3号議案 出資金減額申請について
第4号議案 南相木営農センター法面復旧工事について
第5号議案 令和7年度内部監査計画について
第6号議案 各種規程等の一部改正について
人事制度の一部見直しに伴う改正
①JA長野八ヶ岳能力開発型人事制度
②職能資格制度規程
基本給改定および業務資格手当・特殊業務専任手当の見直しに伴う改正
①職員給与規程
育児・介護休業法の改正に伴う就業規則等の改正
①就業規則 ②臨時雇用員就業規則 ③育児休業等規程
④子の介護休暇規程 ⑤介護休暇規程
現状の体制と平仄を取るための改正
①文書取扱規程 ②職制規程

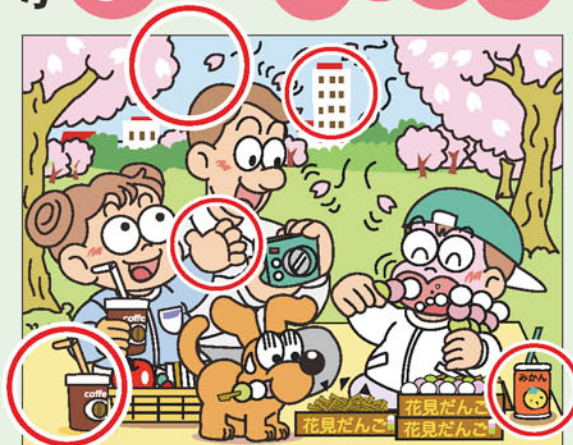
全ての議案について可決決定されました。

- 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。



答え 3月号掲載の数独の答えは「9」でした。今回の答えは、レタス5月号に掲載します。

3月号 まちがいさがし 答え合わせ



- ①桜の枝ぶりが小さい ②ビルが高い ③手に花びらがのっていない ④コーヒーが1つ少ない ⑤みかんジュースになっている

広報誌の表紙写真を募集します!

過去1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。

募集! やさいをたっぷりおいしくレシピ

旬のやさいを使ったレシピを募集します!

今回は 6月号 に掲載

<応募方法> レシピ募集専用メールアドレス

recipe@ytg.nn-ja.or.jp

- 作り方
■レシピの写真を3~5枚
■レシピ提供者の写真(可能な方)をお送りください!

たくさんのご応募お待ちしております!!

応募締切 5月12日(月)

春夏秋冬

厳しい寒さが過ぎて、春らしく過ごしやすい季節となりました。新年度が始まり、皆さんはどんな気持ちでお過ごしですか? 新しい環境、職場などで気持ちが入れ替わるこの時期、私は今年度の目標として「普段から物が捨てられず、ため込み、片付けを後回しにする癖を断捨離という言葉があり、主な目的は「物を減らすことで生活をシンプルにし、心身ともに健康な状態を保つこと」だそう。掃除をした後のあのすっきりとした気持ちこそ心身の健康につながるのかもしれない。自分にとって必要のないものを吐き出す「捨てる」ことで余裕スペースができて、また新しいものが入ってくる気がします。

深呼吸も忘れがちになるので、席を立った時などに取り入れる癖をつけて心と体をすっきりさせて、日々生活してみようと思います。

かがやき vol.9

みやむら れんたろう
宮村 連汰良
(南相木支所)



南相木村の宮村連汰良さん(15)は、クロスカントリースキーを頑張っている高校1年生で、長野県の冬季オリンピック選手早期育成プログラム「SWANプロジェクト」に選抜された若きアスリートです。そのプログラムをこの春修了し、スキーの技術を高めるため、白馬高校に進学して頑張っています。

スキーを始めたのは3歳の時。小学1年生から4年生まで八千穂高原ジュニアスキークラブに所属しアルペンスキーをやってきましたが、持久力系のクロスカントリースキーに挑戦してみようかと、両親の勧めで受けた「SWANプロジェクト」のテストに合格し、本格的にクロスカントリースキーを小学5年生から始めました。

昨年まで、中学校の総合運動部に所属。オフシーズン中の体力作りや自主トレーニングを週6日のペースで行ない、シーズン中は毎週末、白馬で行なわれる練習会に参加してきました。

最近興味を持って取り組んでいることは、体や筋肉の使い方を本から学び、自主トレーニングカリキュラムを作ることや、体作りに不可欠な食事の栄養バランスに気を使うことなど、どうやってスキーに活かせるかを考えることで、将来はスポーツトレーナーの仕事に就きたいそうです。体作りに必要な食事では成分表を見る癖をつけて、カロリーや栄養バランスを見て食べている物を把握すること、トレーニングでは「ランニング、筋トレ、水泳、なわとび」がおすすめで、カロリー消費や体力作り、体の動かし方を学べるので、小さいうちからどれか一つでいいので日々の生活に取り入れてみるのをおすすめだそうです。

高校ではクロスカントリースキーと勉強を頑張り、インターハイで良い成績を残したいと意気込みを語ってくれました。

好きなことは、筋トレ、オンラインゲームで友達と対決することだそうです。

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.ijjan.or.jp/>

