

レタス



特集1

東京都中央卸売市場内にて
南佐久野菜協議会トップセールス開催

特集2

松本山雅FCによるサッカークリニックを開催

特集3

1支所1協同活動 川上第一小学校3年生 レタス出荷

特集4

JA長野八ヶ岳高原レタスサラダ

管内小学校5年生へちゃぐりん寄贈式
IYC2025 つながる力で広げよう
フードドライブ斉アクション
介護従事者への野菜提供
事務所を彩る花壇の花々
優良代理店の表彰授与
生乳消費拡大運動

おすすめAコープ商品
みんなのコンテナ菜園「ダイコン」
女性部活動紹介
やさいをたっぷりおいしくレシピ
「シャキシャキ! ひとくちロールロメイン」
「なす餃子」
支所フォトニュース
虹のサークル
理事会報告
年金相談会

東京都中央卸売市場内にて 南佐久野菜協議会 トップセールス開催 7月5日



7月5日、南佐久地区のJA組織で作る南佐久野菜協議会は、東京都中央卸売市場内で南佐久管内の5町村（小海町・北相木村・南相木村・南牧村・川上村）の代表者と3JAの組合長が出席し、出荷最盛期を迎えた南佐久高原野菜を市場関係者にPRしました。

長野県はレタスの生産量全国1位で、7月2日は7・2（な・つ）の日で、長野県産レタスの日でもあり、会場は大勢の来場者で賑わいました。

会場では、ハクサイ・レタス・サニーレタス・リーフレタス・グリーンボール・カリフラワー・チンゲン菜・ブロッコリー・ズッキーニの9品目を展示し、各町村の自然豊かなポスターなども貼り出して、高鮮度・高品質の高原野菜であること、市場関係者の皆さんにPRしました。

市場関係者の皆さん、また、仲卸の皆さん、本日はお集まりいただき大変ありがとうございます。

我々南佐久のJAは、行政や全農とともに一体となって野菜販売に取り組んでいます。5月より出荷が始まり、現在、野菜出荷のトップシーズンに入りました。当産地の野菜は生育順調であり、高品質でもあります。ぜひ消費喚起をしていただき、新鮮で高品質の高原野菜を食べていただきたいと思います。

産地代表あいさつ
JA長野八ヶ岳代表理事組合長
津金 一成





本日はお仕事中の貴重な時間を頂いている中、お集まりいただき誠にありがとうございます。
 我々の産地は今が出荷の最盛期です。皆さんに一つだけお願いを申し上げます。当産地の農家の皆さんは、昼夜を問わず必死に安心安全な野菜を作っています。この生産物を受け入れて販売して下さる市場関係者の皆さんには大変ありがたく思っています。しかしながら、現在、野菜の情勢については大変厳しい状況です。ぜひ生産者の思いを汲んでいただき、今後について生産意欲が出る価格形成をお願いしたいと思います。

産地代表あいさつ

黒澤弘小海町町長



松本山雅FCによる サッカークリニックを開催



特集 2



6月22日、川上村の大深山グラウンドにて、当JAがスポンサー契約を結んでいるサッカーJ3所属の「松本山雅FC」と、管内の小学生サッカークラブによるサッカークリニックを開催しました。

本イベントは、地域の子どもたちの健全な育成と交流の促進、健康と体力の向上を目的に毎年実施しているもので、今回は小海FC、南牧FC、八ヶ岳グラインデセタFCの3チームから54名の子どもたちが参加しました。

当日は、松本山雅FCスポーツクラブから久保翔コーチ、片山真人コーチ、矢嶋匠コーチの3名に来ていただき、高学年と低学年の2グループに分かれた子どもたちに、熱心な指導をしていただきました。練習中に片山コーチから「試合を意識して練習すること」との声がかかる場面もあり、子どもたちはその言葉に応えるように真剣な表情でトレーニングに取り組んでいました。クリニックの締めくくりには、白熱したミニゲームが行なわれ、会場は大いに盛り上がり、強い日差しの中で子どもたちは元氣いっぱい汗を流しながら、貴重な経験を楽しんでいる様子でした。

クリニック終了後には、松本山雅FC

のユニフォームやホームゲーム観戦チケットをかけたジャンケン大会を実施。勝ち残った子どもたちは、歓声とともに賞品を手にし、笑顔を見せていました。最後に、参加者全員での記念撮影を行い、サッカークリニックは無事終了となりました。

本イベントは、JA共済の地域貢献活動の一環として開催されたものです。参加していただいたチームの皆さん、保護者の皆さん、そして関係者の皆さん、ご協力誠にありがとうございました。



1支所1協同活動 川上第一小学校3年生 レタス出荷

特集
3

JA長野八ヶ岳川上支所では、食農教育の一環として川上第一小学校が実施している川上村の特産物であるレタスの栽培および出荷、販売までの総合学習を支援しています。



種まき

5月15日

営農指導員や保護者が見守る中、真剣な様子で種まきを行いました。



定植

6月6日

植え方の説明を聞き、児童一人一人が丁寧にレタス苗を定植しました。順調に植え込み、約30分で畑一面を植え終わりました。



出荷

7月18日

川上支所の小池指導員がレタスの収穫方法を説明しました。児童たちは真剣な様子で聞いていました。丁寧にレタスに包丁を入れる姿や、協力し合って収穫する児童の姿が見られました。保護者の協力のもと手際よく進み、8玉入180ケースを収穫し、児童たちが書いた手書きのメッセージ付きコンテナを積んだトラクターは集荷場へと向かいました。また、川上支所が作成した「小学生レタス」の生育の様子分かる写真付きの資料を児童たちに配布しました。



▲配布資料



販売

今回収穫したレタスは、毎年恒例となっている川上支所の取引先で広島県のスーパー「フレスタ」に搬入され、「小学生レタス」と称して販売されました。



JA長野八ヶ岳 高原レタスサラダ

特集
4

7月1日より、関西、四国、北陸、中部(一部エリアを除く)のセブンイレブン
約 5,400 店舗で、JA長野八ヶ岳管内のレタスを使用した「JA 長野八ヶ岳高原
レタスサラダ」が発売されました。



JA長野八ヶ岳 高原レタスの おいしさのヒミツ

JA長野八ヶ岳は、標高
850m~1,500mの高原
地帯で、夏は晴天日が多
く、少ない降水量、高原
特有の霧と星夜の気温
格差が大きいため、野菜
の生育には最適です。
この冷涼な気候と溢れる
太陽の光で、あまくて柔
らかくシャキシャキとした、
「みずみずしくておいしい」
レタスが生産されてい
ます。

本商品のレタスは、JA長野
八ヶ岳が供給しています。

『JA長野八ヶ岳高原レタスという
明確な産地を強調した限定仕様』
商品開発を行なった株式会社マルケイ
フーズは、旬の原料やこだわりの野菜を使
用しているカット野菜を広く知ってもらい
たいという想いから、数年前より季節限
定商品の開発に力を入れていました。昨
年、JA長野八ヶ岳管内(南牧村)の圃場
見学・収穫体験をし、夏場の「長野県産
高原レタス」の栽培環境の素晴らしさや
おいしさを改めて感じ、今回の商品作り
に至りました。



148円(税抜)

2025年7月1日~8月13日の
期間限定発売



『冷涼な気候と溢れる太陽の光で、
甘くて柔らかく、シャキシャキとした
「みずみずしくておいしいレタス」を
使用』
国産野菜やカット野菜の価値向上と
差別化によるブランド強化や、旬の原料
やこだわりの野菜を使用していること
が認知されることで、レタスサラダの売
上向上に貢献することが期待されます。

開発者の声

「既存のユーザーに加え、『旬』
『産地』『鮮度』にこだわる品質志
向の高い方や、原料産地への不安
から、これまでカット野菜を敬遠
されていた方にも手に取って
いただきたい商品。夏の長野県産レ
タスを毎年盛り上げていけるよ
うな商品作りを行ない、この取り
組みをきっかけに、旬の原料やこ
だわりの野菜をアピールする商
品を増やしていきたい」と今後の
展望を語りました。



J A長野ハケ岳食育教育の取り組みの一環として、管内の全7小学校の5年生83名に、JAの子ども向け月刊雑誌「ちゃぐりん」8月号を寄贈しました。

7月7日、小海小学校5年生の代表児童4名に木村延宏常務理事より「ちゃぐりん」を手渡し、「農業や食べ物、命のことなどが分かりやすく書かれています。読んでいただきながら、いろ



企画総務部

管内小学校5年生へ ちゃぐりん寄贈式

いろいろなことに興味を持ってもらえ
ばと思います」と言葉を贈りました。
ちゃぐりんを受け取った児童から、
「ありがとうございます!」と元気
な声を聞くことができました。



企画総務部

IYC2025 つながる力で広げよう フードドライブ二斉アクション

国際協同組合年における企画とし
て、7月4日にJAグループにおいて
県下一斉フードドライブが実施され
ました。

当JAでも各支所金融窓口ならび
に本所において、役員、組合員、地域
の皆さんにご協力いただき、6月30日
〜7月4日の期間中、たくさんの食料
品を寄付していただきました。

集まった食料品は佐久地域振興局
を通して、長野県フードバンク活動団
体連絡会に寄贈させていただきました。

皆さんのご協力ありがとうございました。



農業部

介護従事者への野菜提供

7月17日に、社会福祉法人ジェイエー長野会グループである「特別養護老人ホームのべやま」「特別養護老人ホームこうみの里」「特別養護老人ホームうすだコスモ苑」の3カ所の施設へ、レタス、ハクサイ、キャベツ、ブロッコリー、合計179ケース(約1.9トン)を提供しました。

JAでは、「介護従事者支援プロジェクト」と題し、介護従事者に地元の新鮮な野菜を食べていただき、少しでも健康の維持管理やモチベーションアップ、さらには地元野菜に関心を持っていたいただくと、介護従事者を応援する取り組みを行なっています。

JA長野八ヶ岳では、令和3年より管内の野菜出荷時期である7月から10月に支援を行なっています。



小海支所

事務所を彩る花壇の花々

この夏、小海支所の花壇には鉢植えの花々が華やかに咲き並んでいます。花卉農家の篠原満さんが、景観を明るくすることで支所を利用する皆さんが心地良くなればと提供してくださいました。事務所の窓辺から、優雅に咲く花々の美しい景色を望むことができます、事務所内にも自然の息吹を届けてくれます。お手続き中にお待ちいただく間も、窓から差し込む花の彩りに、穏やかな癒しを感じていただけているのではないのでしょうか。



金融経済部

優良代理店の表彰授与

JA共済代理店である北野屋自動車株式会社で優良代理店の表彰授与が6月23日に行なわれ、新海社長に中嶋常務理事から賞状と記念品が手渡されました。二人は共済の思い出話をし、昔を懐かしむ様子も見られました。

北野屋自動車株式会社には、長年JA共済に深く携わり続けていただいています。ありがとうございます。これからもJA共済をよろしく願っています。



農業部

生乳消費拡大運動

農業部では職場や夏休み中のご家庭で「牛乳・乳飲料を飲む」「脱脂粉乳・バターを消費する」ことで酪農家を応援したいという思いから、管内の小学校を対象にミルメークを配布し、生乳消費拡大運動を行なっています。

7月18日、酪農部会長の松本健夫さんとともに休み時間に合わせて小海小学校を訪ね、児童代表として給食委員長の木鋪さくらさんへミルメークを手渡しました。小海小学校エントランスで行なわれた寄贈式の様子を見ていた児童からは、「ミルメークは甘くて好き。早く飲みたい」などの声が聞かれました。



配当金等の振り込みのお知らせ

第25回通常総代会で承認されました、「出資配当金」と「利用高配当」について、左記の日程で組合員の皆さんへ振り込み処理をさせていただきます。

なお、配当明細については後日配布させていただきます。

出資配当金 振込日8月19日(火)

配当総額 **44,976,870 円**

出資金平均残高に対して、
年1.2%の配当となります。

利用高配当 振込日8月27日(水)

配当総額 **99,975,374 円**

内 信用事業 **14,975,374 円**
訳 購買事業 **85,000,000 円**

利用分量配当の基準は、
第25回総代会資料でご確認ください。

令和7年度 賦課金徴収のお知らせ

第25回通常総代会で承認されました、令和7年度の賦課金徴収を
9月29日(月)に行ないます。

徴収基準

正組合員世帯 1戸あたり **2,000 円**

JA は農業者だけではなく地域に暮らす皆さんの協同組合です。

JAは、誰もが気軽に参加できる開かれた組織です。組合員の出資金をもとに、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が魅力です。JAの組合員資格には正組合員と准組合員があります。このため、農業を営んでいない人でも、JAで定めた加入手続きに従い、出資いただくことで准組合員として組合員資格を得てさまざまな事業を利用することができます。また、下記のような暮らしに役立つ便利でお得なJAの事業・活動を利用することができます。



組合員のメリット

1 メリット 「出資配当」「利用配当」があります

出資配当……出資額に応じて配当があります。(平成17年度より1.2%の配当実績)

利用配当……対象となる事業のご利用高に応じて配当を行なっています。

※出資配当、利用配当率は業績により変動しますので将来に向けてお支払いをお約束するものではありません。

2 メリット 各種ローン利用・金利軽減

住宅ローンをはじめ、自動車、教育ローンなど各種ローンをご利用いただけます。
さらに利用状況により金利を軽減します。

※審査結果によってはご希望にそえない場合がございます。

3 メリット PET/CT 検査・人間ドック 組合員特別価格・費用補助

現在、がん早期発見等で注目されているPET/CT検診と人間ドックの検診料を組合員特別価格で優遇します。
その他にJA長野八ヶ岳では、人間ドックを含む各種検診にかかる費用の一部を補助しております。

※JA 厚生連の病院で検診した場合に限り、価格優遇また各種検診にかかる費用の一部補助の対象となります。

その他にも たくさんのメリット

農業祭優待

記念品プレゼントの他、ビンゴ大会
にご参加いただけます。

JA長野八ヶ岳の運営参加

正組合員になると総代会などで
あなたの意見をJAに反映することができます。

JAの普通傷害共済集団加入用



JAの普通傷害共済で暮らしをバックアップ!
さまざまなアクシデントから守ります!

JA共済



農作業中の
けが



ころんで
ケガを
してしまった



スポーツで
ケガをして
しまった



やけど



死亡共済金額200万円コースの保障内容
(部位・症状別治療共済金額3,000円)

記名式集団契約共済掛金 年払い6,740円
0~49歳 職種1級の場合 被共済者数10,000人以上(裏面参照)

入院 通院	されたとき	○入院した時、または入院しなかった場合で通院した日数が5日以上の場合 部位・症状別治療共済金額 3,000円 × 支払倍率表の倍率 (災害にあわれた日から200日以内に入院または通院したとき) ※支払倍率表とは、災害を受けた部位および症状に対する「部位・症状別支払倍率表」をいい、約款に定めています。裏面「支払倍率表」参照 ○入院しなかった場合で通院した日数が5日未満で治療または手術が完了した時 部位・症状別治療共済金額 3,000円 × 2倍 = 6,000円 ⑤ 頭を打撲し3日間通院した時 2倍⇒ 6,000円 ⑥ 手関節捻挫で5日以上通院した時 5倍⇒ 15,000円 ⑦ 足を骨折し1日以上入院もしくは5日以上通院した時 65倍⇒ 195,000円
後遺障害	のとき	後遺障害の程度に応じて 200万円 ~ 10万円 (災害にあわれた日から200日以内に約款に定める後遺障害[第1級~第10級]の状態になったとき)
重度後遺障害	のとき	重度後遺障害の程度に応じて 40万円 または 20万円 (後遺障害共済金が支払われることとなる場合で、災害にあわれた日から200日以内に約款に定める重度後遺障害の状態になったとき。〈災害にあわれた日から30日以内に死亡したときを除く。〉)
死亡	のとき	200万円 (災害にあわれた日から200日以内に死亡したとき)
保障期間		令和7年10月11日午後4時から1年間
契約手続きはカンタン 診査は不要です。(簡易な告知でご加入いただけます。)		

(注) 1回の事故で死亡共済金と後遺障害共済金を支払うときは、死亡共済金額が限度となります。
詳しくはJAの窓口へお問い合わせください。

JA長野八ヶ岳

小海支所 ☎ 0267-92-2061
川上支所 ☎ 0267-97-2211
南牧支所 ☎ 0267-96-2021

南相木支所 ☎ 0267-78-2211
野辺山支所 ☎ 0267-98-3366

登録番号: [25169990226]

 **YAMADA JA長野八ヶ岳組合員様特別企画!!**

ヤマダデンキと提携を開始しました!!
アプリ登録でお得な特典!!

新規会員募集中!!

JA長野八ヶ岳 組合員様限定特典

JA × YAMADA **ビジネスパートナー**

アプリで簡単登録! お得なプレミアムポイント付与

アプリ登録に必要なカードをJA窓口でお受け取りください。

AV商品・一般家電・パソコン
タブレットPC・OA商品
家具等々の
購入時のポイントと

さらに



**2 ポイント
% プレゼント**

※一部対象外商品もございます。

貯めてお得! 使って便利!

お貯めになった
累計ポイントは
ヤマダデンキ店内で

現金
同様に

1
ポイント

=

1円

**お買い物が
できます!**

ご購入イメージ

①対象商品ご購入の場合

店頭売価 100,000円 ポイント 1%

YAMADAビジネスパートナーポイントだと...

店頭売価 100,000円
ポイント3% (1%+特典2%)

通常より
2,000
ポイント分
お得!

②対象外商品ご購入の場合

店頭売価 50,000円 ポイント 0%

YAMADAビジネスパートナーポイントだと...

店頭売価 50,000円
ポイント2% (0%+特典2%)

通常より
1,000
ポイント分
お得!

貯まったポイントは
1ポイント=1円でご利用可能!
ヤマダデンキ店内のお買物で
ご利用下さい。

例えば

お買物で貯まったポイントを2,000ポイントお持ちの場合、
50,000円のTVご購入時に2,000ポイントご利用された
場合は、48,000円で商品をご購入いただけます。

ご興味のある方は、本誌を持参のうえ、長野八ヶ岳生活部またはななちゃんのお店(☎0267-98-3155)まで
お越しください! 登録に必要なカードと登録手順チラシをお渡しいたします!

お問い合わせは: 長野八ヶ岳農業協同組合 生活部 ☎0267-92-4141まで!!

おすすめ Aコープ商品



JA全国女性組織協議会フレッシュミズとの
共同開発企画商品です。

かけるだけ! つけるだけ! まぜるだけ!

短時間に料理を作ることができる万能調味料です。



ほめられ酢

300ml **327円**(税込)

1L **663円**(税込)

■簡単!

おいしく時短できるように調味された便利なお酢です。これ1本で簡単にいろいろな酢料理が作れます。

■便利!

手軽に使えるミニサイズなので、食卓において毎日の食事にお酢をプラス!

■すっぱくない!

柔らかな酸味なので、すっぱいのが苦手な方や子どもたちにも大好評!

Aコープ商品を使ったレシピ

(いろいろな料理にかりなてみて!)

豚しゃぶねぎダレ



○Aコープの『お酢』3つの特徴

- ①主原料は国産のお米……現在、日本のお酢の原料穀物は主に外国産ですが、Aコープのお酢は国産のお米を使用しています。
- ②おいしさの秘密は優れたエキス分……糖分やアミノ酸、有機酸類、ミネラル等を含んでいます。
- ③身体に優しい……保存料、酸化防止剤、うま味調味料などは使用せず自然の味を大切にしています。

[材料(4人分)]

- 豚肉(しゃぶしゃぶ用)……300g
- オクラ……10本
- トマト……1個 or ミニトマト……3個
- 酒……少々
- 塩……少々

《ねぎダレ》

- 白ねぎ……1/2本(50g)
- しょうゆ……大さじ4
- Aコープ ほめられ酢……大さじ10
- ごま油……ふたまわし(適量)

[作り方]

- ①豚肉は、酒を加えた熱湯に広げながら入れ、火が通ったらざるにあげる。
- ②オクラは、がくの周りをむき、塩で表面をこすってラップをして電子レンジ(600W)で2分加熱し、縦半分に切る。
- ③白ねぎはみじん切りにして、ねぎダレの調味料を合わせる。
- ④器に豚肉、オクラ、トマトを盛り、ねぎダレをかけて出来上がり♪

ななちゃんのお店より

ななちゃんのお店ではお肉を販売しております。

常時
置いてある
お肉

冷凍 鶏もも肉

2kg
1,404円(税込)



冷凍 豚肩ロース

500g
1,009円(税込)



その他各種生肉類、牛肉などの購入希望がありましたら、
ご予約を承りますのでお気軽にお電話ください。

※購入金額は商品到着時にお伝えいたします。

※週2回入荷していますが、ご注文日時や内容によってはお届けが翌週になる可能性があります。

訂正

広報誌レタス7月号に掲載した
らっきょう酢の金額に
誤りがありました。
正しくは下記の金額です。

1L **637円**(税込)

1.8L **1,139円**(税込)



お問い合わせ・ご購入はこちらで!!

ななちゃんのお店(TEL 0267-98-3155)

ベランダでも育てられる みんなのコンテナ菜園

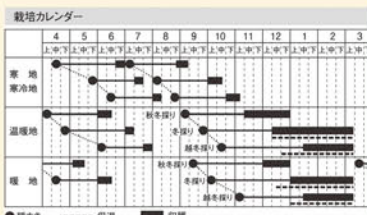
写真・文：園芸研究家 ● 淡野一郎

ダイコン(秋まき)

根が長く大きなダイコン。コンテナでの栽培は一見難しそうに思えますが、青首ダイコンなら、青首部分は地上に出ていて、根は意外と短いので、30cmほどの土の深さが確保できれば栽培できます。特に培養土の袋(14~20L)は、高さも変えられ栽培にはもってこいです。

冷涼な気候を好みますが、30度ぐらいの暑さでも発芽でき、生育に従い適温は徐々に下がるため、種まきは冬に向け気温が徐々に下がる9月上旬~10月中旬が一番適しています。害虫の多い初期は防虫し、葉の数を増やす頃と根を太らせる頃には追肥しましょう。

秋まき用の品種には年内収穫する秋冬採り、年明け前後に収穫する冬採り、年明け後に収穫する越冬採りがあります。収穫時期に応じた品種を選ぶことも大切です。



秋まきで旬のダイコンを収穫
培養土の袋をそのまま活用



秋冬採りの青首ダイコン品種 「冬自慢」

【基本情報】

- 分類: アブラナ科ダイコン属
- 好適pH: 5.5~6.8
- 原産地: 地中海、中央アジアなど諸説
- 日当たり: 日なた
- 発芽適温(地温): 24~28度
- 生育適温(気温): 17~20度

【病害虫情報】

キスジノミハムシ: 秋まきで10月上旬まで発生し、幼虫が根を食害する。防虫ネットは目ざ1mm以下のものを使う。
ダイコンシンクイムシ(ハイマダラノメイガの幼虫)、アブラムシ類: 気温の高い栽培初期は、害虫が付きやすい。

ダイコンの栽培方法

※温暖地を基準に記事を作成しています。

1 種まき準備

培養土の袋(14L以上)の底の両端を寄せ、結束バンドで結ぶ(写真1)。箸などを使って袋の底に水抜き穴を数箇所開ける。袋をひっくり返し、封を開け、縁を巻き下げればコンテナができる(写真2)。

2 種まき

土を全て袋から出し、増し土用に1L分をよける。残りの土に化成肥料(NPK各成分8-8-8)約18gとようりん約3gを混ぜ袋に戻す。深さ1、2cmのまき穴を空き缶で開ける(写真3)。穴の周囲へ種を離して5粒まき、土をかけ手で押さえる(写真4)。袋の底から水が出るまで、ジョウロでゆっくり水やりする。

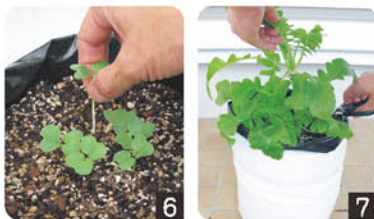
ポイント

防虫のため種まき直後に支柱を渡し、上から防虫ネットをかけ、ひもで縛る(写真5)。



3 間引き(2回)

最初の間引きは種まき後約1週間で、子葉が十分に開いたら3株にする(写真6)。間引き後は防虫ネットを再びかける。2回目はさらに約2週間後の本葉4、5枚ではさみを使い1株にする(写真7)。この頃、防虫ネットは外す。



ポイント

子葉の数や形、色が異なり、出芽の早晚が強い株、特に2回目は子葉の下(胚軸)が地面から極端に出た株を間引く。

4 増し土と2、3回の追肥

本葉5、6枚から葉の数を増やし始めるので、株から離して化成肥料(8-8-8)約5gを施し(写真8)、土と混ぜる。このとき、袋の縁を上げて、種まきの際によけた土1L分を足す(写真9)。2回目はさらに約2週間後、根が太り始め本葉15~20枚の頃に同量を追肥する。9月下旬に種まきした場合や冬採り品種は、耐寒性を高めるため1カ月後に同量を追肥する。



5 収穫

秋冬採り品種で種まき後65~85日、冬採り品種で90~130日ほど。葉が垂れ、中心部分の葉が開いてきたら収穫する(写真10)。



野辺山支所

令和7年度査定会開催

7月4日、女性部を対象とした査定会が野辺山支所集荷場にて行なわれ、女性部員や外国人労働者を含め16名が参加しました。初めに営農センター新津課長が各出荷品目の販売状況について説明し、後半は準備されたレタス、サニーレタス、ハクサイを見ながら、出荷時の規格や箱詰め方法などの確認が行なわれました。参加者は、指導員へ質問を投げかけながら、品質向上に対する理解を深めていました。



南相木支所

視察研修会

5月30日に部員間交流を目的とした視察研修会を行ない、女性部員16名が参加しました。中野市「なかのバラまつり2025」では小雨が降る中でしたが、公園中に広がる色鮮やかなバラを観賞。昼食は信州ビュッフェランチを味わいながら、ゆったりとした時間を過ごしました。「農産物産館オランジェ」「フローラルガーデンおぶせ」では買い物や散策を楽しみ、とてもいい交流会になりました。今年度の女性部活動も部員一同、楽しみながら活動を盛り上げていきたいです。



本会女性部

～参加者募集～



JA長野県女性協議会 “女性のつどい”

【日時】 令和7年9月25日(木) 受付11時30分 開会12時30分 終了15時15分予定

【場所】 塩尻市文化振興事業団レザンホール

【内容】 テーマ「次世代へつなぐ食農教育」

◇フレミズ作文発表(表彰式)

◇講演会「学びとつながりを広げる”食べものがたり”」

法政大学 人間環境学部 教授 湯澤規子氏

◇30秒スピーチ発表(県内13JA)

*午前管内を出発して1カ所視察等をして昼食(お弁当)をとり、会場へマイクロバスにて向かいます。

【募集人数】 20名(先着順)

【申込〆切】 8月末日までに各支所女性部役員または広報ふれあい課(TEL91-1101)までお申し込みください。

*詳細につきましては参加者へ別途お知らせいたします。

～ JA長野県女性協議会組織3カ年(令和7～9年度)計画～
〈基本方針〉『あい♡』からはじまる 元気な地域を みんなの力で
助け合い♡ 学びあい♡ 育てあい♡

女性部では食・農・健康のことなど一緒に活動していただける部員を募集しています

やさいをたっぷりおいしくレシピ

シャキシャキ！ ひとくちロールロメイン



今回の
レシピは

JA長野八ヶ岳職員のおすすめ

〔材料(2人分)〕

- 豚バラ……200g **たんぱく質**
- ロメインレタス……1株 **ビタミン**
- 塩コショウ……適量

①

- 酒……大さじ1
- 白だし……大さじ1

※味付けはお好みの味でOK！

(コンソメやトマトケチャップなど)

〔作り方〕

- ①ロメインレタスは湯通し柔らかくし粗熱をとっておく。
 - ②ロメインレタス(2〜3枚)を敷き、上に豚バラ肉を置いて塩コショウをふりかける。
 - ③くるくると巻き、巻き終わりを下にして鍋に並べ、①を入れ蓋をして火にかける。
沸騰したら弱火で10分煮て出来上がり♪
- ※ロメインレタスから水分が出ますが、少ない場合は水を足してください。



なす餃子



今回の
レシピは

野辺山支所女性部
柏木 由美さんの
おすすめ

〔材料(5人分)〕

- なす……5本くらい
- 大葉……10枚
- にら……50g

①

- 豚ひき肉……400g
- とうもろこし……100g
- にんにく……1片
- しょうが(チューブ)……5cm
- ほめられ酢……大さじ2
(酢大さじ2、砂糖小さじ2で代用可)
- オイスターソース……小さじ2
- みそ……小さじ2
- ごま油……小さじ2

〔作り方〕

- ①なすを縦にスライス(25枚から30枚くらい)し、塩を振って10分経ったら水分を切る。皮の多い部分は刻んで塩もみし、水気をよく絞っておく。
 - ②にら、大葉は細かく刻む。
 - ③②と①を全てボウルに入れて、粘りが出るまで混ぜる
 - ④なすの両面に小麦粉をつけ、具を半分までのせて挟む。
 - ⑤フライパンに少量の油を熱し、④を並べて中火で5分(フタをして)焼き、裏返して5分(フタをせずに)焼いて出来上がり♪
- ※枝豆やケールなどいろいろな具材でお楽しみください。



コメント

夏は、のどごしの良い麺類を食べる機会が多く、炭水化物に偏った食事になりがち……

夏バテ予防には、不足しやすいたんぱく質とビタミン、ミネラルをしっかり摂ることが重要！

にんにく、しょうがなどの香味野菜や、ごま油の香りで食欲増進！

熱仕事の合間にも「エネルギー＆塩分チャージ」でしっかり食べて、夏バテ、熱中症を防ぎましょう。

こまめな水分補給も忘れずに！

※お弁当で持ち歩く際は、しっかり火を通し、十分に冷ましてから詰めましょう。

保冷剤や保冷バックを使い、低温を保ちましょう。



小海支所

7/4 年金友の会ゲートボール大会

小海町総合センターゲートボール場において、第16回小海支所年金友の会ゲートボール大会を開催し、4チーム14名が参加しました。この大会は、会員相互の親睦を深めるとともに健康維持を図ることを目的として行なわれています。各チームが楽しくプレイしながら日頃の練習の成果を競い合い、今回の優勝は松原チーム、準優勝は溝の原チームでした。おめでとうございます。



川上支所

川上支所金融共済課事務所内に
店内ATMを設置 6/25

皆さんの利便性向上のため、川上支所金融共済課事務所内に店内ATMを設置いたしました。平日のみの稼働となりますが、皆様のご利用をお願いいたします。

【店内ATMの稼働時間】 平日 8:45～17:00
※ただし、硬貨は16:00までです。
※土日祝日はご利用いただけません。



南牧支所

7/2 GlobalGAP更新審査

7月2日にGlobalGAPの更新審査が実施されました。この審査ではマクドナルド株式会社の審査も並行して行なわれ、本年度も1名の生産者が対象となりました。GAP審査員が生産者の倉庫・作業場に赴き、きちんと整理整頓されているか、農薬や肥料は正しく管理されているか、また、実習生への衛生・労働面での安全教育が適切に実施されているかなど、不適合がないか非常に細かいチェックが行なわれました。



南相木支所

令和7年度野菜査定会開催 7/2・8

7月2日・8日の両日、野菜査定会を開催しました。市場各社から、今年の厳しい野菜販売状況や情勢等の説明をいただきました。また、品目別査定会では、選別や荷造りのポイントやクレームになりやすい注意点などのアドバイスや要望をいただきました。生産者の皆さんは説明に真剣に耳を傾け、「このままでは終わらせない。絶対にいいことあるから!」という市場担当者の声に士気を高めることができました。今年も酷暑の夏になりそうです。体調管理や熱中症対策には十分ご注意ください。



野辺山支所

6/20 野菜査定会

野菜出荷の最盛期を迎える中、2社の市場野菜販売担当者および全農長野職員を招き、生産者・JA関係職員・野菜検査員の総勢約50人が集まり、野菜査定会が集荷場で開催されました。市場担当者から注意内容・規格に基づいた調整・選別・荷造り等のアドバイスや要望をいただき、生産者との意見交換が行なわれました。さらに、査定会前日には市場担当者立ち会いによる各品目各生産者の品質評価が行なわれ、良品出荷につなげられるように結果表を各生産者へ配布しました。品質向上に向け、今後も査定会を定期的に開催し、実需者のニーズに対応した品質を目指します。

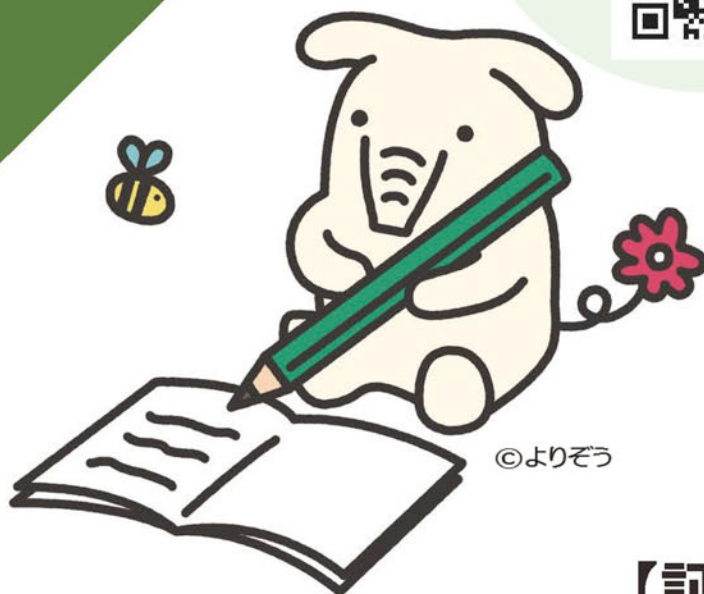


〔変動金利〕最優遇適用金利

年1.6%

インターネットからの
仮申込みなら
さらに年0.1%軽減！

ネットローン特設ページはこちら



©よりぞう

【証書貸付】

JA教育ローン

- 別途、年0.36%～1.00%の保証料がかかります。保証料は審査により決定いたします。
- お借入期間中に、各JAの金利軽減条件を満たさなくなった場合や、ご返済の滞り等が発生した場合は、金利軽減を中止させていただく場合があります。
- 金利については、実行時の金利を適用するため、金融情勢等により申込時の金利から変更となる場合があります。
- 金利軽減条件に該当しない場合は、店頭金利（最高年2.05%）が適用される場合があります。

金利軽減条件 金利軽減条件はJAによって異なります。詳しくは各JA金融窓口までお問い合わせください。

小海支所	金融共済課	0267-92-2061	川上支所	金融共済課	0267-97-2211
南牧支所	金融共済課	0267-96-2021	南相木支所	金融共済課	0267-78-2211
野辺山支所	金融共済課	0267-98-3366			



◀ 教育ローンの
詳細はこちら

 **長野県JAバンク**
長野県JAバンクは県下JAと長野県信連の総称です

長野県JAバンク

検索

令和7年6月1日現在

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。

ハスランプ作り教室

7月9日、「ハスランプ作り教室」を開催しました。講師として、富士見町の真言宗智山派高榮寺の寺庭婦人に教えていただきました。

ハスランプは韓国製の薄いハス紙の端をねじって貼り付けるもので、色の配色を考えながら仕上げていくのが楽しく、参加者同士で相談しながら作成しました。

まずは重なっているハス紙をはがすのですが、ハス紙は薄いので苦労しながら48枚をはがし、次に先端をねじり花びらを作りました。そして、約1時間45分ほどで2個のハスランプを仕上げました。

参加者からは、「素敵な作品が作れて楽しかった」「もう一度違う色で作ってみたい」「亡くなった主人にお供えしたら頑張ったなとほめてもらえそう」などの声が聞かれました。

最後に皆で作ったハスランプを灯して写真撮影しました。どの作品の色合いも素晴らしく幻想的でした。お盆や夏のインテリアとして楽しめそうです。



**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

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！

9月5日(金)

糸掛け曼荼羅

10月10日(金)

塗香のハンドクリーム

11月19日(水)

オレンジポマダー

協議事項

第1号議案 ディスクロージャー誌の決定について

第2号議案 令和7年度不良債権処理方針<案>について
(令和6年度不良債権結果報告含む)

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	10月
小海	22日(水)
北相木	9日(木)
川上	7日(火)
南牧	7日(火)
南相木	8日(水)
野辺山	9日(木)

10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 10月8日(水)

場所 南相木支所

日程 10月22日(水)

場所 小海支所

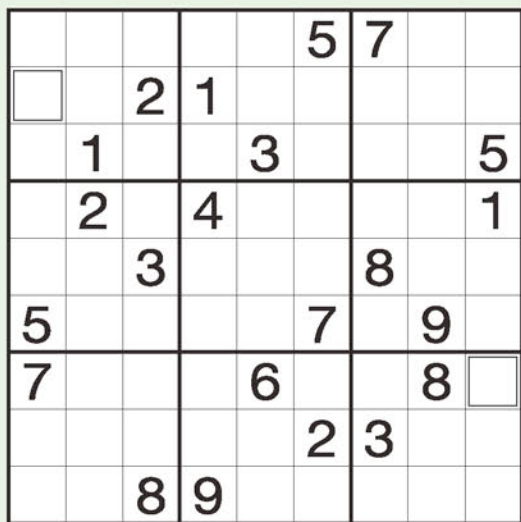
■時間 午前10時～午後3時

業務用携帯番号の訂正について

広報誌「レタス」5月号に掲載した業務用携帯番号
一覧に誤りがありましたので訂正いたします。

所属部署 氏名	農業部 企画振興課 吉澤 栄一郎	南牧支所 販売指導課 大塚 知一
誤	080-1321-8376	080-1321-6734
正	080-1321-6734	080-1321-8376

- 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つつ入りします。



答え 7月号掲載の数独の答えは「14」でした。
今回の答えは、レタス9月号に掲載します。

7月号 答え合わせ まちがいさがし



- ①風鈴がない ②カモメが増えている ③ピーチボールがない
④ストローが2本になっている ⑤ケチャップがかかっている

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範囲にて使用させていただきます。

8月は台風シーズンの始まり。
例年、この時期から9月にかけては台風の接近・上陸が増え、農作物や農業施設に大きな被害が出る場合があります。特に近年は突発的な豪雨や強風といった異常気象も多く、より一層の備えが求められています。ビニールハウスの補強や排水路の点検・機械や資材の飛散防止策など、日頃からの点検と準備が重要です。また、万が一に備えて農業共済や支援制度の内容を事前に確認しておくこと安心です。自然相手の農業だからこそ、「備えあれば憂いなし」の気持ちで、できる対策を今のうちに進めておきましょう。

春夏秋冬

我が家のちやいどル



かい
權くん(4歳)

しゅう
柊くん(1歳)

父親 きくち かつよし 勝吉さん
母親 みほ 美穂さん

南牧支所 広瀬地区

6月に4歳になった權くんは活発で、いつも元気に遊んでいます。去年から行き始めた保育園では、大好きなお友達と鬼ごっこをしたりして楽しんでいるそうです。好きなことはポケモンカード集めやマイクラフト(switch)。好きなポケモンはラプラスで、取材中にぬいぐるみを見せてくれました。どんなことにも一直線で、興味があることに没頭することが多いそうです。また、お母さんのお手伝いをしたり、泣いている柊くんの頭をなでなでしてくれる優しいお兄ちゃんです。

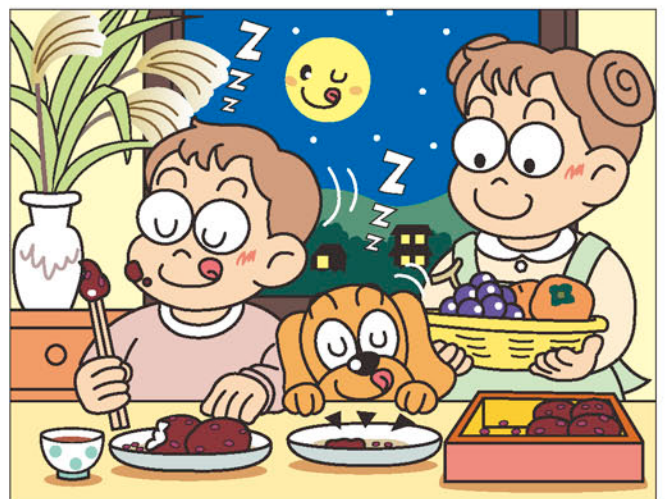
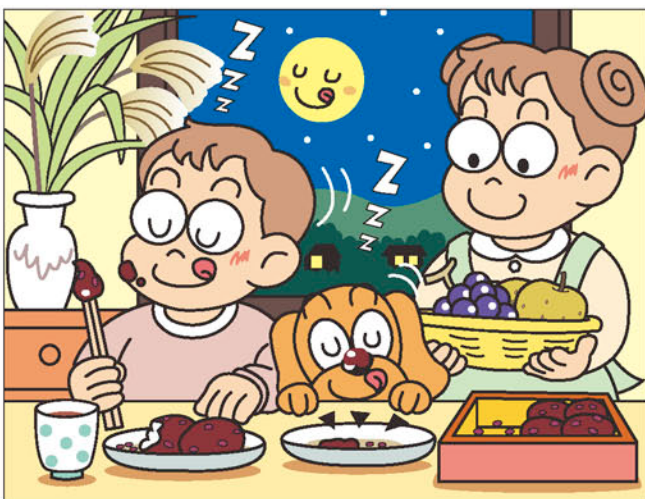
2月に1歳になった柊くんは音楽が好き。車に乗っている時に音楽が流れると、手をたいて楽しく聴いているそうです。お兄ちゃんよりやんちゃなはずらっ子で、毎日目が離せません。これからの成長が楽しみです。

いつまでも仲良く、元気に伸び伸び大きくなってね!!

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/>

