

レタス



特集1

全国学校給食甲子園 優秀賞受賞

特集2

JA虹のホールあおぞら
虹のサークル『正月フラワーアレンジメント』

防災意識を女性部で共有

年頭式でだるまの目入れ

令和7年度コンプライアンス研修会

レディース教室 ～全てのいのちは、土から創まる～

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「ピーマン」

虹のサークル

理事会報告

年金相談会

全国学校給食甲子園 優秀賞受賞

特集
1



ランチルームの栄養黒板には、その日の献立に使われた地場産食材を掲示

昨年12月7日に、東京都（女子栄養大学）にて開催された第20回全国学校給食甲子園決勝大会で、全国の各ブロックから決勝に勝ち進んだ12の代表による最終審査が行なわれ、南相木小学校が「優秀賞」を受賞しました。

同校では、ふるさと学習の一環として、毎月「ふるさと給食」を実施。郷土料理や地場産物を味わうことでふるさとの特色を知り、愛着と誇りを育むことをねらいとしています。給食に使われる野菜の多くが、JA長野八ヶ岳南相木支所女性部によって生産されており、生産者を招いての農業体験や交流給食も実施しています。



メニュー紹介

- 主食「きびごはん」**
長野県産のコシヒカリと近隣の佐久穂町産のきびを使用。
- 主菜「信州サーモンときのこのホイル焼き」**
長野県で養殖開発されたブランド魚（今回は佐久穂町八千穂漁業で養殖されたものを使用）、村で生産された野菜や、長野県が生産量全国1位を誇るえのきたけやしめじ、隣の小海町で生産されるはくさいだけを一緒に調理。
- 「寒天和え」**
村内で収穫されたにんじん、キャベツ、チンゲンサイなどと、県の郷土食である寒天を使用。
- 「青大豆汁」**
村のだいこん、こまつな、青大豆などを使用。
- 「ミルクゼリーのいちご甘酒ソース」**
地元の牛乳（八ヶ岳・野辺山地域で生産された生乳）で作ったミルクゼリーに、南相木村の夏いちご（生産者：丸山英樹）で製造される「いちごの甘酒」をソースで使用。



女性部員との活動風景



野菜の生産を行なう南相木支所女性部より

長年私たちの育てた野菜を使っていたいただきありがとうございます。私たち女性部員が作った野菜を子どもたちが喜んで食べてくれることがとてもうれしく、これからの励みになります。

特集 2

J A虹のホールあおぞら 虹のサークル 『正月フラワーアレンジメント』



昨年12月23日に「正月フラワーアレンジメント教室」を開催しました。講師は虹のフラワーセンター長野のお二人で、花の長さや角度、活ける順番などご指導いただきました。「毎年たくさんの方に参加していただいてうれしいです。お花も高くなっていますが、できるだけボリュームを出してお正月が華やかになるデザインを考えてきました」と話されました。



参加された皆さんも最初は慎重でしたが、慣れてくると手際良く挿しており、それぞれ



の個性が光る素敵な作品が出来上がりました。参加者から、「同じ花材を使っているのに皆違いますね」との声が聞かれ、各テーブルを回りながら楽しそうに話していました。お帰りの際には、「来年もよろしく願います。楽しみにしています」「良いお正月が迎えられそうです」など講師に声をかけてくださり、お花の良い香りに包まれて、皆さん笑顔で帰られました。

2026年のスタートに、自分で行ったお花のように彩りを添え、華やかなスタートを切っていただければと思います。次回もたくさんの方のご参加をお待ちしております。



南相木支所
女性部

防災意識を女性部で共有



昨年12月11日に、JA長野八ヶ岳南相木支所女性部は同部員対象に防災食講習会を開催し、部員15名、JA長野八ヶ岳職員2名が参加しました。講師は家の光協会の滝本匡志さん。家の光12月号に掲載のレシピについての特集が組まれており、講習会ではそのページを活用した調理実習やマイ防災ボトルなどの説明が行なわれました。

からしじょうゆあえ梅ご飯を調理、試食しました。また、南相木村役場職員の方にも講習の様子を見学していただきました。

菊池さち江女性部長は、「自然災害はいつどこで起こるか分からない。防災食を時短レシピとして取り入れようと思う。防災マイボトルやボッチも外出時に持っていけるように準備したい」と感想を話しました。

調理実習では、カセットコンロを使ったラップクッキングを行ない、家の光12月号に掲載のレシピ3品（サケの塩昆布蒸し・コマツナとちくわの

同女性部は、部員全体の防災の意識を高めてもらうことを意識し、家の光未購読者に12月号の配布も行ないました。



企画総務部

年頭式でだるまの目入れ



JA長野八ヶ岳では、1月5日に本所会議室で2026年の年頭式を行ない、管理職員と常勤役員が出席しました。

年頭式で津金一成代表理事組合長は、「令和8年も変化の激しい年になると思われます。食糧システム法の成立、その関連法の改正により、食品



取引価格に、物流費等生産コストを適正に反映させることが努力義務となり、従来の「安さ重視」から「持続可能な安定的取引」へと変化しますが、卸売市場は量販店のニーズに応じた「物流、情報、加工業務」として、卸売市場価値の維持につながります。金融共済事業でも効率化に關しては、生成AIの活用を推進することが持続的な収益に結び付くものであり、実行することが急務であり迅速な対応をお願いします。価格転嫁を行なった上で生き残ることができる組織、JAこそがそれが可能と私は考えます。DX化ばかりではなく、人と人との信用、信頼を得るには血の通った事業をしてこそ成り立つもので、最後は「ひと」で決まります。協同組合の組織は人と人との結びつきで豊かで幸福な社会を築くものだと思っています。令和8年が実り多き素晴らしい一年になることを祈念し、新年のあいさつとさせていただきます」とあいさつしました。

また、2025年度の結びと2026年度の事業計画達成を祈願して、常勤役員や職員代表により、だるまの目入れを行ないました。

リスク統括室

令和7年度 コンプライアンス研修会



J A長野八ヶ岳は、1月13日、14日に南牧村のJ A本所会議室で全職員を対象としたコンプライアンス研修会を開催しました。

初めに、企画総務部井出公夫部長は、「コンプライアンス・ガバナンス内部統制は組織として重要視されている。また、中期計画のサブテーマ「組合員と地域とともに食と農を支える協同の力の発揮」の組合員とともに」という部分を重要視し、研修の内容をしっかりと周知、経営戦略でもある魅力ある職場環境を整え、組合員の皆さんに組合ルールや協同という言葉伝えていただきたい」とあいさつしました。

研修会では、参加者一人一人が社会規範、倫理を積極的に実践すること、職員がとるべき行動、また、不祥事未然防止のためには、自主検査、事務ミス報告や苦情相談対応など、組織としての改善能力を高める活動を継続して行なう必要があることを改めて確認し、日々の業務で何を心掛ける必要があるのかを学びました。

また、今年度も情報セキュリティやハラスメントに関わる研修も行ない、各種ハラスメントについて正しく知ること、管理職のリテラシーを強化し、組織としてハラスメントを起こさない環境・体制を作ることを目的として説明が行なわれました。



企画総務部

レディース教室 『全てのいのちは、土から創まる』



1月22日に第3回目となるレディース教室を開催し、管内より6名が参加しました。

講師に南相木村の細井千重子さんを招き、「食の大切さ」をテーマに、朝食の大切さ、循環の暮らし、自給菜園などさまざまなお話をお聞きし、子どもたち、家族、自分自身に安全な食べ物を届けるため、誰でも簡単に普段の生活に取り入れることができる方法を学びました。



購買事業 各種奨励金実施のお知らせ

購買奨励が左記のとおり実施されましたのでお知らせします。

奨励金名	対象期間	奨励総額	入金日
購買独自奨励金	令和7年 3月～12月	8,784万円	令和8年 1月30日(金)
飼料特別助成金(後期)	令和7年 9月～12月	450万円	令和8年 1月29日(木)
適正生産推進資材助成金	令和7年 3月～12月	343万円	令和8年 1月28日(水)

〔変動金利〕最優遇適用金利

年1.6%

入学金・授業料、
アパートの家賃等々
教育資金の借換資金
など色々つかえる！

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。

— お問い合わせ先 —

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8年1月5日現在

第40回

東信地区

農業機械

中古機フェア 開催!!

スタッフ一同
皆様のご来場を
心よりお待ちしております!!

トラクタ・管理機・バインダーなど
多数出品予定!



開催日時 令和8年

3月7日(土)

8:30 ~ 11:00

開催場所 JA信州うえだ

上田市殿城80

農産物流通センター



農業機械の生産遅延

小売価格改定に向けたご提案!

農業機械について

早めのご相談を
おすすめしております!!

JA農機センターからのお知らせ!!

事前・格納点検受付中

JAの点検整備で安心安全作業を!!

定期点検
のメリット

作業中の突然の故障リスクを低減!

機械にかかるコストを低減!

整備士による点検整備で安心・確実

是非大切な機械を長く安全にご使用いただくためにも、
農機センターのご利用をお待ちしております!!

JA農業機械センター・JA全農長野

お見積もり/
無料!!

今すぐ
お問い合わせ
ください!

ハウスクリーニングサービス

プロのお掃除ですみずみまでとことんきれいに!

換気扇やガスレンジの油污れ、エアコンからの悪臭、お風呂のカビ、トイレの水あかなど、自分では大変な住まいのお手入れを、お引き受けいたします。



レンジフードクリーニング



こびりついた換気扇の油污れを徹底的に洗浄します。



レンジフード (換気扇) 1台
19,800円 (税抜18,000円)~

トイレ・洗面所クリーニング



トイレの悪臭の原因である尿石、洗面所の水あかなどをきれいに洗浄します。

尿石除去
7,700円 (税抜7,000円)~

エアコンクリーニング



ニオイや汚れの根源である内部の熱交換器を徹底的に洗浄します。

標準サイズ
1台のみの場合
14,300円 (税抜13,000円)
2台以上の場合 1台につき
12,100円 (税抜11,000円)
自動お掃除機能付エアコン
27,500円 (税抜25,000円)~

防カビ抗菌コート



エアコンクリーニングの後に防カビ抗菌コート剤を噴霧し、約1年間* エアコン内部のカビや菌の増殖を防止します。

※全ての菌の増殖を防止するわけではありません。また使用環境、機能、使用状況により効果の持続期間は変動します。防汚効果はありません。
1台につき
2,200円 (税抜2,000円)

キッチンクリーニング (全般)



- レンジフード (換気扇)
- 流し台・ガスレンジ
- つり戸棚 (表面のみ)
- 照明器具 (部屋は除く)
- 壁面・タイルなど

別途お見積もりいたします。

フロアクリーニング



プロの技術で丁寧に洗浄&ワックス。満足な仕上がり。

6帖
13,200円 (税抜12,000円)~

浴室クリーニング



浴室の天井・タイル目地にこびりついたカビを徹底的に除去します。

カビ・水あか除去 1セット
(コーティングは別途料金)
27,500円 (税抜25,000円)~

ガラスクリーニング



プロの技術で手あか、油、泥などの汚れを取り除き、透明感のあるガラスに仕上げます。

別途お見積もりいたします。

* 料金は家の広さ、クリーニングを行う範囲、汚れの度合い、機種などに応じて変わりますので、お見積もりいたします。
* 汚れによっては、完全に除去できない場合があります。

お問い合わせ先 JA長野八ヶ岳 小海生活渉外センター TEL 0267-92-4141

かぼちゃスープ

ほっこりスープで
あたたまる。

熱湯を注ぎ(1食120ml)
すぐにかきまぜて
お召し上がりください

—カンタン—

かぼちゃの風味や栄養素が
キープされやすい
フリーズドライ製法

かぼちゃ特有の
優しい甘さを感じられる
スープに仕上がっています

1食ずつ個包装されて
いますので
お手軽にいつでもどこでも
持ち運べます。

お好きな料理にアレンジでき
お気に入りの味がいつでも
手軽に楽しめます

パンやオートミールと
合わせてちょっとした
おやつに…etc

かぼちゃクリームリゾット
かぼちゃスープに
ご飯とチーズを入れて
リゾット風に…

かぼちゃクリームパスタ
茹でたパスタに絡めて
クリームパスタ風に…

●かぼちゃスープ
14g×10食入り
〈税込価格〉
800円



製造者/山印醸造株式会社グループ エフディフューチャー株式会社



●材料 (1人分)

- ・かぼちゃスープ…………… 14g / 袋 × 2袋
- ・パスタ…………… 60g
- ・玉ねぎ…………… 40g (お好みの量)
- ・ハム…………… 2枚
- ・お湯 (かぼちゃスープ用) …… 120ml
- ・ブラックペッパー…………… 少々
- ・パセリ…………… 少々

●作り方

- ① 沸騰したお湯でパスタを指定の時間茹でる
- ② その間にフライパンで玉ねぎ・ハムを炒める
- ③ 茹で上がったパスタを水にさらし、水気をよく切る
- ④ かぼちゃスープ2袋をお湯120mlで戻す
- ⑤ ②③④をよく混ぜながら絡め、塩・こしょうで味を整える
- ⑥ お好みでパセリやブラックペッパーをふって完成

スープに
よく絡むよう
になります



アレンジひろがる

★パスタの種類を変えたり
具材を季節に合わせてアレンジすれば
彩り豊かな見た目と食感を楽しめます

—カンタン—

雑誌購読のご案内



「食と農」「暮らし」「協同」
「家族」を柱に「人生100年
時代」の元気づくりを応援
していきます!

定価 **900円** (税込) 【毎月発行】

年間定価合計	無償分	前納誌代
10,800円	900円	9,900円

誌代1年分を前納すると1カ月分が無償に!

※原則として、年間予約購読(前納)の中途解約はできません。



野菜づくりがはじめての
方にもよく分かる、すぐに
役立つ栽培の実用情報と
とことんお届けします。

人気連載

- ダンドリ達人の有機菜園講座
- 循環菜園 野菜づくりの新常識
- スマイル農園のなるほど栽培
- イガさんの菜園実験室 ほか

定価 **922円** (税込) 【隔月発行】

隔月刊 家庭菜園雑誌

やさい畑

定期購読がおすすめ!

定価 **922円** (税込)
年間6回発行
[A4変形版]

まず **育てる 栽培の基本**
野菜づくりがはじめての方にもよくわかるよう、
野菜ごとに畑の準備から収穫まで

もっと **育てる 栽培の応用**
野菜ごとの性質に着目し、常識を超えた栽培方法の
数々を提案。収量が増える、長くとれる。

知る・楽しむ
土づくりや病害虫対策、
とれたて野菜のとおきのおきの食べ方や植物のしくみ、
家庭菜園を楽しくしてくれる道具の紹介ほか

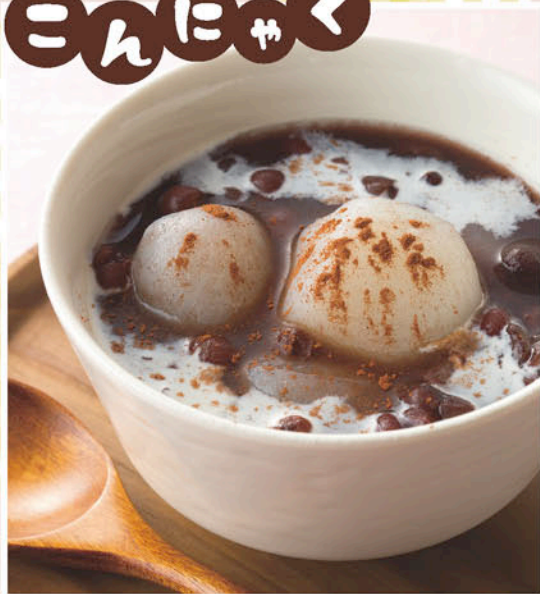
[発行] 家の光協会

お申し込みは

生活渉外センター 92-4141
 ななちゃんのお店 98-3155

健康食材活用レシピ集
日本の伝統食材

こんにゃく



玉こんにゃくの 白玉ぜんざい風

【材料 2人分】

- 玉こんにゃく..... 8個(200g)
- 【A】
- ・砂糖..... 大さじ2
- ・水..... 50ml
- 小豆缶..... 1缶
- 水..... 150ml
- 生クリーム..... 大さじ2
- シナモンパウダー..... 適量

【作り方】

- ①玉こんにゃくを中火で2、3分ほど下ゆでしておく。
- ②鍋に【A】を入れ、煮立ったら玉こんにゃくを加えて4、5分煮る。
そのまましばらく冷まして味を染み込ませる。
- ③別の鍋に水を入れて沸騰させ、小豆缶を加えて煮立てる。
- ④③に②を加えてさらに温めてから器に盛り、生クリームを回しかけ、お好みでシナモンパウダーを振って出来上がり♪

レシピ提供:日本こんにゃく協会

豆知識 こんにゃくを上手に保存するコツ

開封前のこんにゃくは冷暗所で保存しましょう。開封後は袋に入っていた水を捨てずにそのまま保存するか、新たに水を張った容器に入れ、表面が乾かないようラップなどをかけて冷蔵庫で保存してください。

こんにゃくは凍ると水分が抜けて硬くごわごわした食感になるため、冷蔵庫に入れる場合は冷気の吹き出し口から離しましょう。古くなると水分が抜けて全体が小さくなり、食感が硬くなりますので開封後は早めに食べ切りましょう。

参考:日本こんにゃく協会ウェブサイト

総務経理課

千代里SS	休業時間帯	7:30~10:00
	営業開始	10:00~ ※棚卸終了次第営業開始
南相木SS	休業時間帯	8:00~10:00
	営業開始	10:00~ ※棚卸終了次第営業開始
海ノ口SS	休業時間帯	8:00~ 9:30
	営業開始	9:30~ ※棚卸終了次第営業開始
八ヶ岳SS	休業時間帯	8:30~10:00
	営業開始	10:00~ ※棚卸終了次第営業開始
野辺山SS	休業時間帯	8:00~10:00
	営業開始	10:00~ ※棚卸終了次第営業開始
御所平SS	休業時間帯	8:00~ 9:00
	営業開始	9:00~ ※棚卸終了次第営業開始
居倉SS	休業時間帯	8:00~ 9:00
	営業開始	9:00~ ※棚卸終了次第営業開始

※その他各地区生活店舗、生産資材などの事業所は終日休業となります。

**休業および
営業開始時間変更のお知らせ**

令和7年度決算棚卸によりJA各地区事業所の休業および
営業開始時間の変更となります。
ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

■日時 令和8年 2月28日(土)



本会

JA長野ハケ岳常勤役員・女性理事と本会女性部懇談会

昨年12月18日にJA本所会議室にて、常勤役員、女性理事、JA長野ハケ岳各部長、事務局合わせて23名が参加して懇談会が行なわれました。初めに本会女性部の横森さき子部長より、「女性部活動の支援に対して感謝を申し上げます。各支所より意見要望をまとめてまいりましたので、ご回答お願いいたします」とあいさつし、津金組合長は、「先の農業祭では女性部の皆さんの手作りの販売品で盛り上げていただき感謝しています。農業経営や後継者対策にも女性の力は必須であり、地域活性化のためにもJA長野ハケ岳女性部の皆さんのご活躍を期待いたします」と女性部役員に向けてあいさつしました。懇談会は一問一答形式で行なわれ、今回はJA長野ハケ岳より各事業部長も同席し、支所からのさまざまな意見や要望を投げかけ、各意見に回答をいただきました。回答書につきましては、各支所女性部役員会にて報告させていただきます。



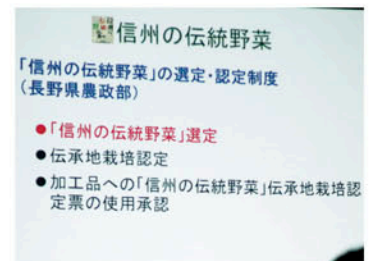
本会

令和7年度 佐久農村女性のつどい

JA長野ハケ岳女性部は1月16日、佐久合同庁舎にて行なわれた「佐久農村女性のつどい」に参加しました。オープニングでJA佐久浅間オカリナグループによる「早春賦」が披露され、演奏に合わせて会場に女性らしい優しい歌声が響きました。

つどいでは、佐久地域における女性組織の活動発表が行なわれ、小海支所女性部の長田絹恵さん、鷹野智恵さんが長野ハケ岳女性部の取り組みについて、さまざまな活動写真を交えながら発表しました。

後半では、「未来へつなぐ、信州の伝統野菜、伝統食」をテーマに信州大学学術研究院教授の松島憲一氏による講演会が行なわれました。講演を通して佐久地域に住む私たちに何ができるのか、伝統野菜による地域活性化などを学ぶことができました。



小海支所

3B体操教室

1月22日、小海支所女性部では日本3B体操協会公認指導者の菊池典子さんを講師に招き、3B体操教室を行ないました。3B体操の対象者は赤ちゃんからシニアまで幅広く、運動の苦手な方や障害のある方でも体に無理なく気軽に行える運動です。遊びの要素も取り入れながら、参加者みんなで楽しみました。参加者から、「とても楽しく、脳トレにもなった」「久々にお腹が痛くなるほど笑った」との感想が聞けました。



南牧支所

野辺山支所

配食サービス

南牧村社会福祉協議会では、村内に住む高齢者を対象に、お弁当の配布サービスを行なっています。そのお弁当作りを南牧支所女性部と野辺山支所女性部がボランティアとしてお手伝いしています。高齢者の皆さんの食べやすい大きさ、味付け、栄養バランスなど、いろいろなことを考慮しながら作っています。食べてくれる方の笑顔を思い描きながらのボランティア活動は、とても楽しく充実した時間です。



女性部活動紹介

スコップ三味線演奏



モッツアレラチーズ作り

農業祭(女性部ブース)



味噌づくり



クラフトバンド教室

新年会



体操教室



他JA女性部との交流会



本会 県女性のつどい



料理教室



紅葉散策



本会 交流会



JA長野八ヶ岳女性部



地域をつなぐ女性の輪～JA女性部～

私たちJA女性部は「食と農」「くらしと健康」をテーマに
各支所またはJA長野八ヶ岳管内の部員で集まって楽しく活動しています。

JAの組合員さんだけでなく、日頃よりJA利用のある管内在住の女性なら

どなたでも参加できますので、ぜひ参加してみませんか。

お申し込み・詳細につきましては、下記までお問い合わせください。

お電話のお申し込みも可能です。

お問い合わせ

JA長野八ヶ岳女性部事務局 TEL 91-1101まで

キリトリ

令和8年度JA長野八ヶ岳女性部 『入部申込書』

住 所	□□□-□□□□		
氏 名	(世帯主名)	生年月日	年 月 日
電 話		携帯電話	

お住まいの支所に○印をお願いします。 **申込締め切り3月末日!!**

支所名	活 動 内 容	○印
本 会	セミナー・学習会・視察旅行等を年間の活動として行なっています。	
小 海 支 所	視察旅行・お楽しみ教室と題して、いろいろなイベントを行なっています。	
南 相 木 支 所	手作り味噌づくり・視察研修・料理教室・体力づくり教室等を行なっています。	
南 牧 支 所	管内散策・ふれあいバスツアー・ものづくり・生活教室（体力づくり・料理教室等）などいろいろな活動を行なっています。	
川 上 支 所	目的別グループを作って活動しています。 支所全体でも交流会や視察旅行へ出かけます。	
野 辺 山 支 所	支所全体活動、専門部活動等、楽しく行なっています。	

* 入部をご希望の方は、こちらの申込書をお住まいの支所窓口にお出しください。

* 本会活動は各支所所属の方であればどなたでも参加できます。

* 各支所の金融窓口にも申込書を用意してあります。

小海支所

11/17・18 年金友の会総会旅行

小海支所年金友の会は、昨年11月17日から2日間、52名の会員の皆さんの参加をいただき、錦秋の北陸路へ研修旅行を開催しました。雨に見舞われた北陸の旅でしたが、その分、自然の厳しさと美しさを同時に味わうことができました。金沢の伝統、東尋坊の迫力、あわら温泉のやすらぎなど、それぞれが心に残る一場面となり、参加された皆さんにとって、忘れられない思い出になったのではないのでしょうか。次年度も大勢の会員の皆さんのご参加をお待ちしております。



川上支所

居倉道祖神「おんべきり」 1/12

1月12日に川上村居倉地区で、新春恒例行事の道祖神「おんべきり」が勇壮に執り行なわれました。「おんべきり」は、居倉地区の上地区と下地区に分かれ、集落内の各戸を回ります。上地区は「女」、下地区は「男」の「おんべ」とされています。最後に公民館で上・下地区のお互いの「おんべ」をぶつけ合う儀式を行ないます。今年は氷点下7℃の中、子どもたちは元気良く各戸を回っていました。全ての世代に伝わる伝統行事で、未永く引き継がれていくことでしょう。



南牧支所

12/21～ 各支部実行組合総会

各支部において実行組合定期総会が開催されました。当日は多くの組合員の皆さんが出席され、今年度の事業報告や決算報告、次年度の事業計画・予算計画、役員選出などが可決されたほか、各支部の取り組み事項や地域の活動に対し活発な意見交換が行なわれました。



南相木支所

南相木村保育園「かあがり」 1/14

正月飾りを目印に家にきてくださった年神さまを、正月飾りを燃やした煙とともに見送る行事の「かあがり」が、南相木村保育園にて行なわれました。地元の皆さんとやぐらを組み、家内安全・無病息災・五穀豊穡・商売繁盛を願いお焚き上げしました。園児は火が付くと、手を合わせながら元気を祈る子や家族の幸せを祈る子などさまざまなお祈りをしていました。その後、無病息災が叶うといわれる菫玉を「おいしい!」と笑顔もいっぱいな新春の一日でした。



野辺山支所

12/8・9 年金友の会親睦旅行

野辺山支所年金友の会は、親睦旅行を昨年12月8・9日に開催し、10名が参加されました。1日目は小布施町の「北斎館」を見学。その後、群馬県の「草津温泉」で上州牛を堪能し、温泉に入り疲れを癒しました。2日目は「佛光山法水寺」「水澤観世音」「めんたいパーク」「こんにゃくパーク」などを見学し、買い物を楽しみました。会員同士の親睦を深めながらゆったりと充実した2日間の旅行となりました。



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。

写経・写仏体験会

2026年初イベントは、毎年恒例となった「写経・写仏体験会」を1月10日に行ないました。今年も信濃成田山圓滿寺ご住職に新年のご祈祷と法螺貝を吹いていただき、その後、太鼓に合わせて皆で般若心経を唱え、「写経・写仏」を行ないました。

ご住職から写経写仏を始める前に、「祈り」とは「いのちのり」という字に分けることができます。私たちが生きていく中で「いのち」から始まる大切な言葉がたくさんあります。「いのち」「いきる」「いぶき」などです。「のり」とは宣言ということ。つまり「祈り」とは「命の宣言」です。仏様であつたり、ご先祖様、友達、パートナー、またご自身に対して、これからちゃんと生きていくという「祈り」です。写経・写仏を通して、命の宣言を願意として書いてください」とお言葉をいただきました。

参加者からは「楽しく落ち着いた時間を持つことができて良かった」「参加して良かった。毎年続けてほしい」「2年無事に過ごせたことに感謝し、次回も来られるように元気でいたい」などの声が聞かれました。

最後にご住職は、「人生良い時もあれば、悪い時もあります。私たちはご先祖様がいて、いろいろな偶然が重なって命が紡がれています。目に見える力、目に見えない支えられている力があります。それが「お陰様」です。陰で支えられている力。皆様ご縁があつていろいろな人に支えられている「お陰様」の力です。感謝の気持ちをお大切に2年をお過ごしください。本日はお越しいただいてありがとうございます」とおっしゃって、参加された皆さんを見送られました。

虹のサークルは多彩なイベントを企画しますので、今年もよろしくお願ひいたします。



**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!

3月2日(月)

コナツツアレンジ

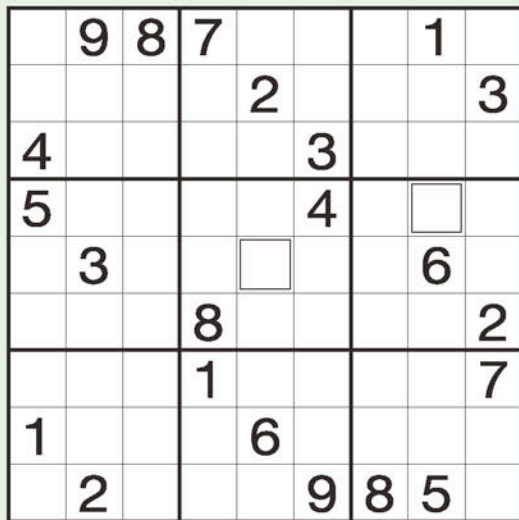
4月6日(月)

二胡コンサート

5月10日(日)

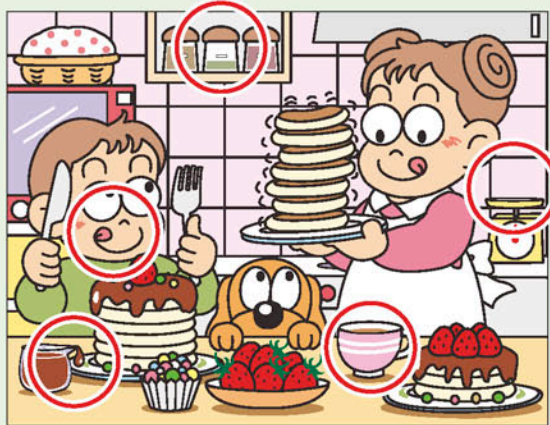
氷皮月餅作り教室

- 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つつ入ります。



答え 1月号掲載の数独の答えは「6」でした。今回の答えは、レタス3月号に掲載します。

1月号 答え合わせ まちがいさがし



- ①棚中央の容器の中身が少ない
- ②男の子の舌が出ている
- ③はかりの上に計量カップがない
- ④シロップが垂れている
- ⑤カップの模様が違う

協議事項

- 第1号議案 懲戒処分基準要項制定について
- 第2号議案 就業規則の変更について
- 第3号議案 臨時雇用員就業規則の変更について

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	2月	3月
小海	18日(水)	11日(水)
北相木	17日(火)	11日(水)
川上	17日(火)	11日(水)
南牧	19日(木)	12日(木)
南相木	19日(木)	12日(木)
野辺山	19日(木)	12日(木)

2月・3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 2月18日(水)
- 場所 小海支所
- 時間 午前10時～午後3時



JA長野ハケ岳の
Instagram始めました!
最新情報、お得情報をお届けします♪

Instagram
公式アカウント
@ja_nagano_yatsugatake



フォローをお願いします!

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長野ハケ岳管内に居住の方
- <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。

やさいをたっぷりおいしくレシピ募集!

旬のやさいを使ったレシピを募集します!

今回は 4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(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 3月13日(金)

春夏秋冬

皆さんはAIを使用していますか。AIとは人工知能(Artificial Intelligence)の略で、最近のGoogle検索でも検索結果にAIでの回答が表示されるようになりました。私は古い人間ですので、検索する時は単語で検索してしまいます。先日、今年高校を卒業する長男からEメールで送信する依頼文書の校正を頼まれました。敬語や文面も問題なかったため、褒めたところ、これはAIで作成した文書を使ったものなんだよ。今は数多くあるAIを用途に応じて使い分ける時代だし、学校でも使っているんだよと言われました。怖いイメージもありますが、考える力の低下を心配する声もありますが、教育現場の負担軽減や企業の人手不足解消などのメリットから、今後はますます発展していきそうです。少しでも時代の変化についていけるよう積極的にAIを活用してみようと思う今日この頃です。

かがやき

vol.16



まるやま ひでき
丸山 英樹さん
(南相木支所)

京都府出身の丸山さん（42歳）は現在、南相木村で夏いちごを生産しています。2019年に脱サラ、地域おこし協力隊として南相木村に移住しました。会社員時代に夏いちご生産者と縁があり、いろいろな話を聞く中で南相木村での就農を決意し、1年半、南相木村の夏いちご農園でノウハウを学びました。2021年に自分の農園を立ち上げ、今年で6シーズン目に入ります。3月末ごろから植え付けが始まり、6月末から11月末まで出荷が続きます。「自分のハウスから見える南相木村の景色が好きで、この広大できれいな青空がイメージできるように、農園名を『大空夏いちご農園』にした。南相木村は親切な方が多く住みやすい。学生時代に農業を学んではいたが、自分で植物を育てる経験が少ない中での就農だった。いろいろな方が気にかけてくださり、アドバイスしていただけてありがたい」と地域への感謝を話してくれました。

主にケークに使用される夏いちごは、季節によって味わいが変わり、夏は甘酸っぱくさわやかな風味で、秋ごろになると甘さが前面に出て、一般的に冬いちごに勝るとも劣らない味わいになるそうです。丸山さんは、地域の特産を使った加工品を作りたいと考え、佐久穂町の酒蔵「黒澤酒造」に相談し、2年前にいちご甘酒「苺姫無垢」を誕生させました。南相木村小学校の給食でも甘酒ソースとして使用しています（関連記事本誌特集1）。1月には北相木小学校の給食でサラダソースとして使用しました。また、滝見の湯、道の駅八千穂高原、佐久平プラザ21での店舗販売やネット販売、南相木村のふるさと納税の返礼品としても取り扱っています。

「召し上がった方がいちご感やおいしさにびっくりしてくれて、とてもうれしい。夏いちごをたっぷり使った甘酒の味は自信作。『苺姫無垢』を見かけたら、ぜひ手に取ってほしい」と笑顔で話しました。

「ハウス栽培は人がコントロールしやすく、環境計測機器を使ってリアルタイムでハウスの状況を数字で見ることが出来る。最適な環境に管理できるのはメリットだと思う。自分が立てた仮説を、いちごがその通りに反応してくれた時におもしろさを感じる。逆に、意図した通りにならない時には原因を考え、やり方を変えて再挑戦し、また結果を見る。それを繰り返す答え探しの日々。苗作りから植え付け後がとても大切な時期なので、健全な株を作ることに注力している。これからも経験を積んで知識を増やし、栽培技術を磨いて安定した生産・増産につなげたい」と真剣な眼差しで力強く語りました。

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！

Instagram
公式アカウント

@ja_nagano_yatsugatake



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-yatsugatake.ljpn.or.jp/>

