

# レタス



特集1

令和8年度 支所懇談会 質疑事項

特集2

令和8年度 野菜生産販売方針 ～各支所の特色～

2026セントラルジャパンホルスタインショウ  
JA長野八ヶ岳管内産グリーンリーフ初出荷  
令和8年度JA長野八ヶ岳厚生大会  
令和8年度JA長野八ヶ岳野菜専門委員会販売推進会議

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「カブ」  
我が家のミニチャイドル  
虹のサークル  
理事会報告  
年金相談会

## 令和8年度 支所懇談会 質疑事項



4月7日・8日に、JA管内各会場において支所懇談会を開催しました。支所懇談会では、規程等を制定せずに誰もが出席できる懇談会となっています。それぞれの会場では、JA事業についてなど、大勢の皆さんからご意見ご質問をいただきました。今回いただいた皆さんの声を、今後のJA運営に活かしていきます。



### 営農部門

#### Q1

他県では組合員の利用状況に応じてランク付けしたサービス提供を行っており、法的にも問題ないと聞いている。中小農家の皆さんもJAを支えているため、利用度に応じたメリットを与える制度を導入すべきかと考える。JA肥料の利用割合が高い組合員の土壌分析費用の軽減、名入れ段ボールを100%利用する中小農家への奨励、近代化資金の無利子枠をランク上位者に優先適用など。系統外利用が多い生産者への営農指導の効果がJAに還元されていない点についても見直しが必要かと思う。

(南牧)

#### A1

中堅職員を中心とした中長期的な会議を開催しており、構想として生産者ランク付け、組合員メリット、系統外対策、生産資材高騰に絞った対応について議論を始めています。今年度から実行可能な部分から段階的に取り組み、経営陣も含めて、実現できる施策を進めていく方針です。全てをすぐに行うことは難しいですが、できるところから着手したいので、今後についてご意見があれば伺いたいと思います。

#### Q2

一般出荷は全体の10%程度しかなく、その少量に対して「計画生産しろ」「廃棄対象だ」と言われるのは生産現場の実態に合っていない気がする。支所によって事情は異なり、欠品を防ぐために10%ほどは多めに作付けしていることも考えられる。荷物が集中する時期があるのは作付けの間隔もあるが、その時の気象背景から来る生育遅れや前倒しの影響が強く、調整には高度なシミュレーションが必要。また、契約で2Lサイズを求められて農家に対応しているのに、後から「2L比率を下げてほしい」と言われるのは無理な要求にも見えるがいかがか。

(川上)

#### A2

計画生産に関する生産者の皆さんの考えは理解できませんし、特に全体の90%が契約、10%が一般出荷という構造についても把握しています。6〜7月に数量が増える点については行政からも指摘があり、生産量を前後に分散させる工夫をお願いしているのが現状です。ただし、作付けや環境要因によってサイズや数量が変動するのは避けられず、例えばレタスの2Lが増えると箱数が増えるのも自然なことです。環境で変わる部分はどうしようもないと認識していますし、2L契約については実需者を確保し、確実に販売していくことも強化していきます。

#### Q3

系統外出荷については、どのようなことを考えて対策が進められているか教えてほしい。

(川上・南牧・野辺山)

#### A3

系統外出荷への対策は、独占禁止法などの制約により、JAとして強い措置を取ることが難しいのが現状です。ただし、JA内でできる対応として、一部支所では部会の細分化や直販事業の拡大などを進めています。系統外に出荷する組合員に対してJAが制限を

かけることはできないため、今後もJ Aとして可能な範囲で対策を検討し、取り組みを続けていきます。



**Q4** 当支所では営農指導員が兼務体制のため、2名配置でも実質1名となっており、その1名が異動すると新任指導員が慣れるまで時間がかかり、指導が遅れる問題が生じているため、適切な人員管理をお願いしたい。  
(野辺山)

**A4** 営農指導員に特化して募集を掛けると多くの応募があります。それを踏まえて、今後、増員を目指していきます。



**Q5** 資材費が国外情勢の影響もあり年々上昇しているため、J Aとして資材価格を下げる努力をしてほしい。

(小海・川上・南牧・南相木・野辺山)

**A5** 段ボール補助などこれまでにない対策を進め、「農家がいなければ成り立たない」という強い危機感のもと支援を強化していきます。燃料や今後値上がりが見込まれるマルチなどについても、仕入れ先の再検討も含めた負担の少ない

調達方法を探り、生産者に提供していきます。



**Q6** 昨年、育苗培土で長野スタイルの品質不良発生により、7月上旬からお盆過ぎに植える苗のうち、最大7割が生育不良・枯死してしまつた。種まきや育苗、水やりなどの手間が無駄になり、植えたい時期に植えられず、畑も埋められないなど生産計画に大きな支障が出てしまつた。指導員に見てもらつたが、その情報が十分に上に吸い上げられていないように感じる。後日アンケートを提出したが、どう判定されたのか不明で、補償を受けるための明確なガイドラインがあるとありがたい。  
(川上)

**A6** 昨年の長野スタイルの生育不良について、生産者の皆さんに大きなご迷惑をお掛けしました。これについては、当J Aとしても支援策を実施しましたが、今後の対応として、問題が発生した培土の販売は控える対策をとっています。原因の究明は昨年中にはできませんでしたが、引き続き調査を実施し、補償や対応のためのガイドラインについては、J A内部で今後検討していきます。



**Q7** マスメディアが野菜の価格高騰を強調することで消費者が買い控える傾向があるため、そのような報道への対策や情報発信にも取り組んでほしい。  
(小海)

**A7** 野菜価格高騰を過度に煽る報道に対しては、産地に不利な新聞記事が出た際に全農を通じて抗議を行なつた経過があります。テレビ報道についても、関係機関と連携しながら対応していきます。



**Q8** 生産コストが上昇しているにもかかわらず、野菜の販売価格に十分転嫁されていないため、食料システム法の趣旨に沿って、生産コスト以上の価格で販売できるようにしてほしい。  
(野辺山)

**A8** 令和8年4月1日から施行された食料システム法について、J Aとしても対応を進めており、キャベツについてはすでに生産コスト調査内容を農水省へ提出済みで、今後は他の野菜にも対象を広げていく予定です。取引の適正化は現状「努力義務」で強制力はないものの、量販店が取り組まない場合の

指導・助言等の措置が法に明記されているため、国がどこまで実効性を持って動くかを注視しながら対応していきます。



**Q9** 食料品の消費税減税が政府で取り上げられているが、減税による消費税が与える農業者への影響について伺いたい。  
(川上・南牧・南相木)

**A9** 詳細な内容は関係機関に問い合わせた後、お繋ぎします。



Q1

「ななちゃんのお店」では安い商品を仕入れて工夫している点に感謝しているが、宣伝不足で利用者に十分伝わっていないため、もっとPRを強化してほしい。ヤツレン直売所では野菜がよく売れており、消費者からもおいしいと評価されているため、JA直営店でも野菜が売れるよう宣伝を強化してほしい。特に冬場は品物が少なく、店が営業しているのかわかりにくい状況があるため、冬季の品揃えや見せ方の改善も必要かと思う。(野辺山)

A1

「ななちゃんのお店」については、状況を把握しており、今後は店頭販売のみに留まらず、ネット販売の導入を視野に入れて実施していきます。県内ですでにある他のネット販売とも調整しながら段階的に進めていきます。店頭販売では「特売日」を設けて集客を図り、広報誌などで周知していきたいと思えます。方針に沿って準備を進めているため、しばらくお時間をいただきたいです。

Q2

全農が燃料価格高騰対策として支援策を実施するとう話を聞いた。その情報について伺いたい。(南牧・野辺山)

A2

3月の新聞・テレビ報道で、全農が燃料高騰対策として配達灯油・配達軽油に限り補助を出すとの通知があり、当JAではこの対策金を反映し、店頭価格から5円引きで対応しています。スタンド利用者が多いことを踏まえ、スタンド給油の軽油にも5円引きを適用していきます。ただし、「3円引きサービス」の火曜日対象外となります。そのあたりは中身を精査させていただきます。この補助は4〜5月の2カ月間限定となっております。農業用に限り対象で、家庭用は対象外となります。

Q3

生活必需品・耐久資材のカタログが広報誌と一緒に配布されている。品物的には非常に良いものがあるが価格が高い。価格を下げ提供できないか。(南相木)

A3

メーカーとの価格交渉に努めてまいります。

企画総務部関連・その他

Q1

昨年度から本年度にかけて、JAでは中堅職員が約10名退職しており、組織体制に問題があるのではないかと伺いたい。当支所でも

人員削減があり、業務に支障が出る可能性があるため、今後の体制をどう考えているのか伺いたい。(小海・野辺山)

A1

現状、職員募集をしても採用が難しい状況が続いており、令和7年度は期初から期末までに14名が退職、入組は5名で実質9名減となっております。その中で機構改革や人員配置を進めています。要因はさまざまですが主な要因としては、給与水準が他社に追いつかず、競争力が弱いことや、職員間の人間関係、組合員・利用者との関係、夏場の野菜産地特有の働き方の厳しさなどが挙げられます。こうした状況の中で、JAとしても対策を検討しています。場合によっては組合員の皆さんにも一定の理解や協力をお願いせざるを得ない状況もあります。

Q2

「組合員マイページ」アプリの年間コストは、どこから捻出されているか。(南牧)

A2

共通管理費から賄われていきます。今後、利用回数が増え、オクレンジャーなどから切り替えができればさらに費用を下げることが可能になるため、活用をお願い

Q3

支所懇談会で出された質問や意見が広報誌に掲載されるのは約2カ月後で、内容も核心に触れた意見が掲載されていない印象がある。紙面をもっと確保して、より多くの質問・意見を掲載すべきかと思う。(南牧)

A3

議事録の作成は各支所が担っており、企画総務部でとりまとめて、企画会議や理事会で確認しています。ただし、情報発信が遅いという指摘はあり、今後は公式アプリ導入などを機に他媒体を活用し、できるだけ早く情報共有できる体制を整えていきます。

支所懇談会開催会場  
および参加人数

●小海・北相木支所	支所会議室	27名
●川上支所	支所会議室	28名
●南牧支所	支所会議室	25名
●南相木支所	支所会議室	9名
●野辺山支所	営農センター	19名

計5会場で108名の皆さんにご参加いただきました。



## 【サービス終了について】

アグリネットサービスは2026年5月末をもって新規受付を終了しました。

また、2026年9月末でサービス提供も終了となるため、後継サービスである下記「JA長野八ヶ岳公式アプリ」をご利用ください。

JANISのインターネットサービス利用中の方に適用しております「アグリ割」は継続いたします。21ページのお知らせをご確認ください。

## 令和8年4月より 運用が始まりました

登録手順はこちら



# JA長野八ヶ岳公式アプリ



**お知らせ** JAからのお知らせをいつでも確認できます

**帳票配信** 購買品請求書や販売精算書をデジタルで配信します

**情報参照** 市況情報など見やすく表示します

今後、さまざまな機能を追加予定です

お問い合わせ JA長野八ヶ岳 企画総務部企画管理課  
TEL 0267-91-1101

# 令和8年度 野菜生産販売方針

## ～各支所の特色～

特集  
2

### 基本方針

- 多様化する顧客ニーズに対応した生産、販売体制づくりにより、安全・安心で競争力の高い八ヶ岳ブランドの農産物生産に努めます。
- ハクサイ・レタスの需要に沿った計画生産・適正生産の誘導・周知に努めます。
- 持続可能な地域農業の実現に向け、生産コスト上昇分の販売価格への転嫁を推進し、生産者の所得向上に努めます。
- 野菜価格安定対策として、安定基金制度の維持継続と収入保険制度の対応を行政と連携し進めます。
- 行政・全農・実需者・メーカーとタイアップし、八ヶ岳高原野菜の効果的・継続的な消費宣伝事業を実施し、食育活動を含め、消費拡大に取り組みます。
- 競争力のある長野八ヶ岳ブランドの確立に努め、出荷量 2,000 万ケース、販売額 225 億円を目標とします。

### 方針内容

#### 《野菜生産対策》

- ①時期別出荷計画に基づく安定生産を進めます。
- ②夏秋主要産地として、生産基盤を維持し活力を高めます。
- ③高冷地の特性を活かしながら、経費節減に向けた生産技術を推進します。
- ④アブラナ科野菜の黒斑細菌病、炭疽病・レタス類の根腐病・べと病等の対策、Hs(テンサイシストセンチュウ)等離病に対する技術対策を進めます。
- ⑤安全野菜生産と品質安定に努めます。

#### 《野菜販売対策》

- ①実需者の要望に応える柔軟かつ機敏な出荷対応を行ないます。
- ②価格安定対策の適正対応を行ないます。
- ③品質維持のできる集荷保冷・輸送体制に取り組みます。
- ④八ヶ岳高原野菜の消費拡大に取り組みます。(食育への協力・トラックセール等消費宣伝販売の実施)

#### 小海支所の対応

##### 【令和8年度目標】

- 出荷数量 212万ケース
- 販売額 26億円

##### 【生産方針】

- 安全・安心な野菜生産
  - ・防除日誌の記帳、栽培履歴の提出・確認
- 計画生産への取り組み
  - ・作付け計画による生産
  - ・作柄不良時の出荷・生産対応
- 圃場巡回による栽培指導、作柄調査
  - ・各品目の査定会実施による品質向上、個人格差の是正

##### 【販売方針】

- ①顧客ニーズに対応する柔軟かつ機敏な販売体制
- ②安定販売、顧客確保、産地実力に見合った契約取引の実施
- ③事前販売、特注対応の積極的な実施
- ④予冷施設の有効活用

#### 川上支所の対応

##### 【令和8年度目標】

- 出荷数量 820万ケース
- 販売額 93億5千万円

##### 【生産方針】

- 安全・安心な野菜生産
  - ・環境ストレス対策と品質管理
  - ・品目、品種、時期に応じた適正施肥
- 時期別品種の選定、圃場ローテーション、BS資材の活用
- 生産基盤対策
  - ・難病害虫対策(品種・防除・土壌環境)
  - ・Hs緊急防除、まん延防止対策による拡大防止
  - ・土づくり、畑づくりに基本を置いた圃場管理
  - ・適正施肥と輪作体系の組み立てによる連作回避
- 安全・安心対策
  - ・危機管理体制の確立
  - ・栽培履歴の記帳、提出、点検の徹底
  - ・GAPの取り組み(異物混入・農薬事故防止他)

##### 【販売方針】

- ①出荷計画に基づく販売計画・内容の見直し
- 予約相対取引の精査

- ・適正比率、責任供給
- 顧客・売り場の確保
- 重点市場との連携強化

### ③ 出荷数量の確保

- ・高齢化・系統外業者販売への流出対策の検討
- ・販売における再生産価格の追求
- ・圃場でのロス率低減
- ・若獲りの励行継続
- ・品質の向上

- ④ 高温化の影響で定期的に競合産地ができなくなっている
- ・地の利を生かして一定量の品質を確保し生産を継続

## 南牧支所の対応

### 【令和8年度目標】

- ① 出荷数量 590万ケース
- ② 販売額 69億円

### 【生産方針】

#### ① 安全安心対策

- ・品質向上対策(生産者格差の是正)
- ・農業事故防止対策
- ・環境ストレス対策
- ・異物混入防止対策(GAP工程管理)
- ・査定会・目揃会の充実

#### ② 生産振興対策

- ・実需を意識した作付
- ・計画生産の誘導、振興品目の計画的拡大

- ⑤ 持続可能な農業生産・産地育成対策
- ・担い手確保・育成
- ・難防除病虫害対策
- ・省力化・低コスト化技術の研究
- ・集荷所の荷受け体制および集荷所運営の見直し
- ・生産者の手取り確保に向けた取り組み

### 【販売方針】

#### ① 市場流通の活性化

- ・系統組織と連携し新たな販売手法とニーズに合わせた柔軟な販売対応
- ・生産計画を精査し、プロックリーや果菜類への品目転換を誘導・推進

#### ② 多様化する青果物物流への対応と売り場の確保

- ・小部会の充実を図り、顔の見える販売の強化
- ・実需者巡回を基に消費実態を把握し、契約内容や取り組み内容の組立
- ・契約取引の履行体制の構築
- ・上記取り組みを行ない、コスト上昇による販売物の価格転嫁交渉

#### ③ 輸送問題に対する課題の精査と対応

- ・予冷施設をフル活用し、荷待ち、時間短縮の効率化
- ④ 野菜消費宣伝対策

- ・関係機関と連携したセール等の展開

## 南相木支所の対応

### 【令和8年度目標】

- ① 出荷数量 58万9千ケース
- ② 販売額 7億5千万円

### 【生産方針】

- ① 安心・安全なクリーン野菜生産
- ・栽培記録の記帳、回収点検の徹底
- ② 中小品目野菜の生産量確保
- ・経営規模、年代に応じた生産品目の選定と推進
- ③ 計画生産の取り組み
- ・プロックリーの生産拡大
- ④ 品質向上対策
- ・若獲りの励行
- ・個人格差の是正
- ・選別の徹底

### 【販売方針】

- ① 柔軟な販売対応と契約取引の確保による顧客確保
- ・気象変動に強い産地づくり
- ・安定出荷による販売取引の充実
- ② 予冷施設の有効活用
- ・集出荷の週間コントロールと休日対応の実施
- ③ 多品目供給産地化の取り組み
- ・主品目とのセット販売

## 野辺山支所の対応

### 【令和8年度目標】

- ① 出荷数量 238万ケース
- ② 販売額 29億円

### 【生産方針】

- ① 安全・安心なクリーン野菜生産
- ・防除日誌の記帳、栽培履歴(OCR・あい作)の提出と確認、出荷履歴の把握
- ② 生産量の確保、適正生産、良品生産出荷
- ・ハクサイの計画生産の継続実施
- ・作付け計画による計画的かつ適正な生産
- ・圃場巡回による栽培指導と作柄調査
- ・出荷基準および野菜出荷規格表の整備
- ・コールドチェーン徹底

### 【販売方針】

- ① 顧客・売り場の確保、安定販売のため予約取引の積極的取組実施
- ② 柔軟な分荷対応
- ③ 事前価格提示販売を積極的に行ない急激な価格低下回避と売り場の確保
- ④ 鮮度保持貯蔵庫を有効活用したコントロール出荷

営農経済部

## 2026セントラルジャパン ホルスタインシヨウ



4月17・18日に2026セントラルジャパンホルスタインシヨウ（静岡県御殿場市）が開催されました。この大会は毎年4月に開催され、体型、資質の改良度合を審査し、今後の改良に生かすとともに酪農家同士の親睦と交流、後継者の育成を目的とされています。

今回は15都府県から予選を勝ち抜いたホルスタイン種が161頭出品されました。長野県は3月20日に開催された「第52回長野県ブラックアンドホワイトシヨウ」において予選

が行なわれ13頭が選抜。その内、管内から新海益一郎さんの牛が3頭選抜されました。

結果は、第7部（経産2歳シニア）にてラッキーマーシュー・ウイロウ・ナギー号が第3位、第8部（経産3歳ジュニア）にてラッキーマーシュー・ロクシー・オリープ号が第4位に入賞されました。また、第14部（自家生産牛群）では去年に引き続き第1位（チャンピオン）に入賞され、2連覇となりました。新海さんは、「全ての牛に対して同じ目線で向き合い、管理を心掛けている。品評会は競争の場だけでなく、情報交換や交流の場でもあり、得たことが今回の結果に繋がった」と話しました。

2年後の2028年には全日本ブラックアンドホワイトシヨウが御殿場にて開催される見込みです。上位入賞に向けて、酪農家ははじめ関係団体が一体となって乳牛の改良を進めていきたいと思っています。



## 川上支所 JA長野八ヶ岳管内産 グリーンリーフ初出荷

JA長野八ヶ岳川上支所居倉支部は4月23・24日にかけて川上村産グリーンリーフの初出荷を迎えました。定植は3月上旬、ビニールハウスで栽培されました。

生産者は居倉地区の小原利文さん。白なす用ハウスを活用し、早期出荷を2年前から開始。土づくりには力を入れているというハウス内の土壌は、さらさらと柔らかく、野菜がすくすくと育つ良い環境でした。

早朝から5人で出荷を行ない、トラクターいっぱい積まれた新鮮なグリーンリーフは長野県内市場を中心に出荷されました。



初出荷を終えて小原さんは、「気温や陽気がよく、昨年より1週間ほど出荷が早まった。いよいよ始まったという気持ち。大きくなってくれているしを感じている。消費者は産地を選べる時代。安心安全な野菜を頑張ることで、国産を選択してほしい」と話しました。





J A長野八ヶ岳は5月9日、南牧村社会体育館にて令和7年度J A長野八ヶ岳厚生大会を行ない、124名の役員が参加しました。役員会の厚生大会は、労働安全衛生計画の中での健康づくりと職員の親睦を目的に実施されています。当日は9人制、5人制ソフトバレーに分かれ、熱戦を繰り広げました。

企画総務部  
**令和8年度  
J A長野八ヶ岳厚生大会**



ソフトバレー 9人制

【優勝】  
川上チーム

ソフトバレー 4人制

【優勝】  
川上チーム



取引代表市場と全農長野県外事務所担当者を交え、野菜生産販売方針や産地情勢報告、市場側からの販売動向などの情報や意見の交換、市場視察を行ない、安全安心野菜生産と品質安定出荷、販売の目標達成に向けて意思統一を図りました。



J A長野八ヶ岳野菜専門委員会は5月14・15日に東京、福岡、大阪、名古屋にて令和8年度野菜専門委員会販売推進会議を行ない、常勤役員、野菜専門委員常任役員、青年部協議会役員、女性部役員、J A販売職員が出席しました。

競争力のある長野八ヶ岳ブランドの確立に努め、出荷量2,000万ケース、販売額225億円を目標とします。

営業経済部  
**令和8年度J A長野八ヶ岳  
野菜専門委員会販売推進会議**



増やす

まとまった資金の有効な活用方法は  
**JA共済に相談を!**



万一保障と将来に向けた確実な資金づくりに!

## JAの一時払養老生命共済

このプランでのご加入可能年齢

0歳～80歳

ご契約例

一時払共済掛金

1,000万円

5年満期 満期時利回り 年約0.96% 予定利率 1.55%

満期共済金

1,048万1,890円

満期共済金

10年満期 満期時利回り 年約1.76% 予定利率 2.05%

1,176万0,350円

(令和8年5月現在)

このプランでのご加入可能年齢

81歳～85歳

ご契約例

一時払共済掛金

1,000万円

5年満期 満期時利回り 年約0.93% 予定利率 1.55%

満期共済金

1,046万9,230円

(令和8年5月現在)

共済期間 5年と10年からお選びいただけます。

ご加入年齢 共済期間5年……0歳～85歳  
共済期間10年……0歳～80歳

予定利率とは 共済掛金積立金を積み立てる際に適用されるあらかじめ定められた利率のことであり、満期時利回りは異なります。

一時払共済掛金に対する満期共済金の増加割合を共済期間で割ることにより算出した一時払共済掛金に対する一年あたりの利回り(単利)のことです。

$$\text{満期時利回り}(\%) = \frac{\text{満期共済金} - \text{一時払共済掛金}}{\text{一時払共済掛金}} \div \text{共済期間} \times 100$$

- 共済期間5年契約の満期共済金および解約返れい金、ならびに共済期間10年契約を5年以内に解約した場合の解約返れい金(共済契約者が受取人の場合は、源泉分離課税の対象となります)。
- 予定利率とは、共済掛金積立金(将来の共済金等をお支払いするために、共済掛金の中から積み立てられているお金)を運用する際に適用されるあらかじめ定められた利率をいいます。
- 予定利率は、金利情勢に応じて毎月1日に設定され、月末まで同一となります。このため、ご契約される月によりお払込みいただく共済掛金が増減(増減)する場合があります。  
なお、ご契約時の予定利率は、共済期間を通じて固定して適用されます。
- 早期にご解約される場合、お支払いする返れい金がお払込みいただいた共済掛金を下回ることがあります。
- 現在の共済掛金・満期共済金額等については、「掛金シミュレーション」にてご確認くださいか、お近くのJAにお問い合わせください。

※利率については毎月変動する場合がありますので各支所へお問い合わせください。



増やす

# JAの一時払養老生命共済

1 将来に向けて、**確実に資金づくり**ができます。

2 **お亡くなりになられたときの保障**もあわせて確保できます。

3 医師による診査は必要なく、**簡単な告知**でお申込みいただけます。

2つとも「いいえ」の場合にご加入いただけます。

Q1 現在、病気や外傷で、安静療養中ですか？

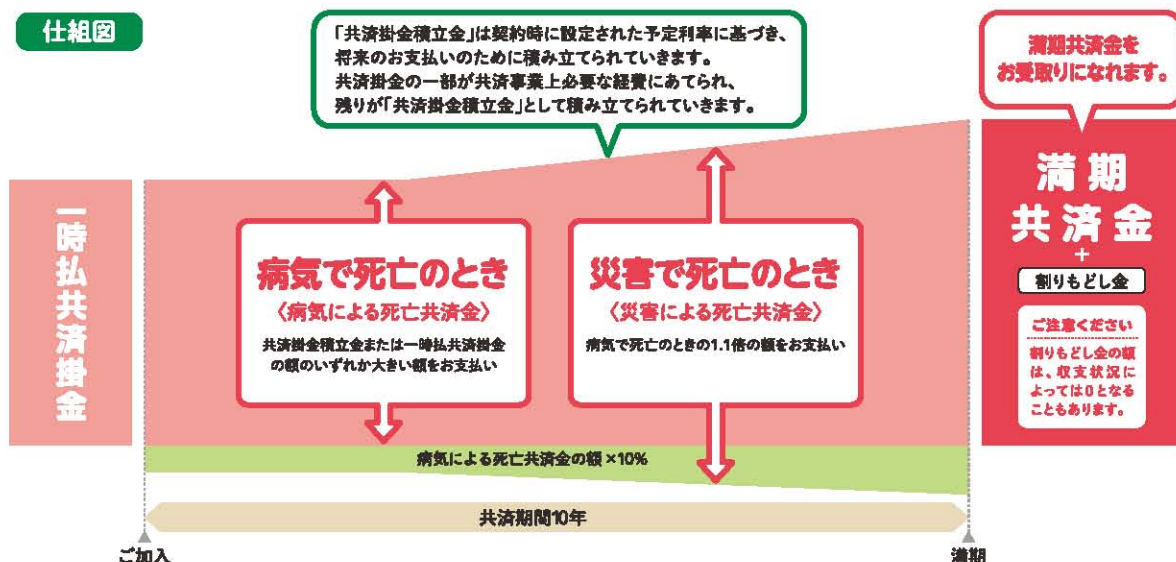
(安静療養中とは、病気や外傷により、仕事や家事ができない状態で、入院中または家庭で療養していることをいいます。)

Q2 今後、入院または手術(レーザー・カテーテル・内視鏡・放射線によるものを含みます。)の予定がありますか？

(医師により入院または手術をすすめている場合や、医師と相談している場合を含みます。)

※両方が「いいえ」の場合でも職業、これまでの共済金の支払請求内容などによってご契約いただけないことがあります。

## 仕組図



## お支払いする共済金について

1 病気で死亡の場合の共済金の額は、次のいずれか大きい額となります。

- 死亡された日の属する共済月度の月央における共済掛金積立金に相当する額
- 一時払共済掛金に相当する額

2 災害で死亡の場合の共済金は次のいずれかの状態のとき、①の死亡共済金の額の1.1倍をお支払いします。

- 被共済者が責任開始時以後に生じた災害を受けた日以後200日以内にその災害を直接の原因とし、共済期間内に死亡されたとき
- 被共済者が責任開始時以後の特定感染症により、共済期間内に死亡されたとき

共済期間

5年と10年からお選びいただけます。

ご加入年齢

共済期間 5年 0歳～85歳  
共済期間 10年 0歳～80歳

満期時利回りとは

一時払共済掛金に対する満期共済金の増加割合を共済期間で割ることに由来算出した一時払共済掛金に対する一年あたりの利回り(単利)のことです。

予定利率とは

共済掛金積立金を積み立てる際に適用されるあらかじめ定められた利率のことであり、満期時利回りとは異なります。

$$\text{満期時利回り(％)} = \frac{\text{満期共済金} - \text{一時払共済掛金}}{\text{一時払共済掛金}} \div \text{共済期間} \times 100$$

■ 共済期間5年契約の満期共済金および解約返れい金、ならびに共済期間10年契約を5年以内に解約した場合の解約返れい金(共済契約者が受取人の場合)は、源泉分離課税の対象となります。

詳しくはお近くのJA共済窓口またはライフアドバイザーまでお気軽にお問い合わせください。

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

JA共済 【26169990244】

# JA長野八ヶ岳

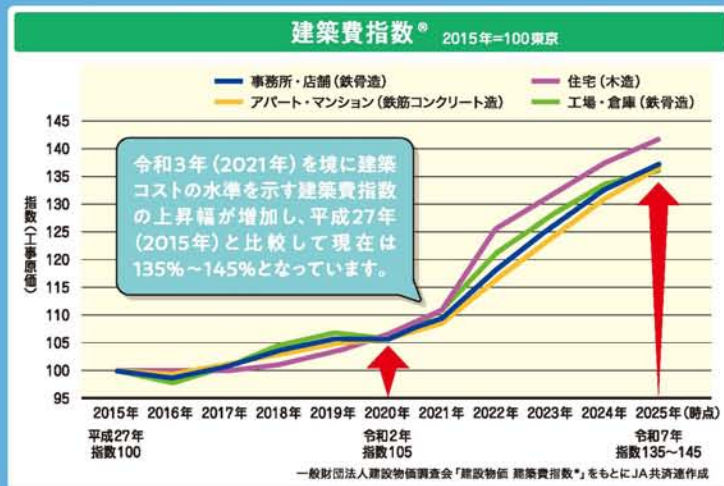
小海支所 ☎ 0267-92-2061  
南牧支所 ☎ 0267-96-2021  
野辺山支所 ☎ 0267-98-3366

川上支所 ☎ 0267-97-2211  
南相木支所 ☎ 0267-78-2211

# 物価上昇が続く今こそ! いえの保障を再確認しましょう!



昨今の物価上昇によって、**建築費用が高騰**しています。  
この影響で、罹災した後の再建にかかる建築の費用が想定以上にかかる(新築した当時に比べ想定以上にかかる)可能性があり、より一層**いえの保障が大切**となります。



## 建築費用が高騰することの影響って…?



近年の物価上昇により建築費用が高騰しています。そのため、万一罹災して建物を再建する場合、**当時の新築費より大幅に費用がかかる可能性**があります。

今こそ、住まいに見合った保障と  
なっているかの再確認をしましょう!



JAのライフアドバイザーに  
一度相談してみませんか?



# 物価上昇の昨今、そのほかにも JAではくらしの備えについてお役に立てます!

例えば… JAの自動車共済なら、家計の負担を軽減できるかも?

## 見直しのチャンス

お子様が結婚して、別居した

2台目の車を新たに購入した

自賠責保険の満期が近づいている

## 確認してほしいポイント

運転者の年齢条件に別居した子を含めて設定していませんか?

複数契約割引は適用されていますか?

自動車と自賠責共済のセット割引があるのはご存じですか?

車の購入を検討されている方も、他社に加入されている方も、すでにご加入の方も

**この機会にぜひ見直しとお見積りを!**



自信を持って  
オススメ!

JAで保障を見積ると、抽選で総計**1,000**名様に**素敵な賞品**が当たる!

**A賞**

SOW EXPERIENCE  
レストラングフト  
(RED)

抽選計  
100名様  
(各額25名)

**B賞**

SHARP  
プラスマクラスター  
イオン発生機

抽選計  
400名様  
(各額100名)

**JA賞**

JAタウン  
ギフトカード

抽選計  
500名様  
(各額125名)

ご応募はこちらから!

※抽選期間 2026年4月1日～2027年3月31日  
応募締切 第1期:2026年6月30日 / 第2期:2026年9月30日 / 第3期:2026年12月31日 / 第4期:2027年3月31日

## JAの自動車共済は負担が軽くなる掛金割引が豊富

無事故継続すると  
最大20等級まで  
割増・割引等級が  
進行し

割増・割引等級制度

最高 **63% 割引** 共済掛金

自動車共済と  
自賠責共済を  
セットで  
加入すると

自賠責共済セット割引

**7% 割引** 対人賠償の共済掛金 **JA共済おすすめ**

正組合員の方などが  
農業用として  
使用する所定の  
貨物自動車なら

農業用貨物車割引 **10% 割引** 共済掛金 **JA共済オリジナル**

乗用トラクター、田植機、  
自脱型コンバインなど  
所定の農業用  
自動車\*なら

農業用安全自動車割引

**9% 割引** 共済掛金 **JA共済オリジナル**

\*ご契約のお車が国立研究開発法人 農業・食品産業技術総合研究機構が行う安全性検査または一般性能試験に合格した所定の農業用自動車の場合

※このほかにも「ASV割引」「新車割引」「長期優良契約割引」などがあります。割引の適用には一定の条件があります。また、割引制度ごとに適用の対象外となる条件・特約が設定されている場合があります。

ご契約に関するご相談については、お近くのJAまで

お問合せは

**JA長野八ヶ岳**

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

「開かせて!!」  
**くらしのこと** アンケート  
キャンペーン

+ 簡単なアンケートに答えるだけで +  
**豪華賞品**が当たるチャンス!

応募はこちら

※この資料は、概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。なお、転換契約の際は「保障見直し設計書」を必ずご覧ください。

26481020207

# 日本茶で

# リラックス

# ティータイム



監修：日本茶インストラクター 滝井ひろる イラスト：小林裕美子

忙しい毎日に、

ほっとひと息つける時間はありますか？

日本茶の香りや味わいに癒やされながら、

心も体も休まる時間を楽しみましょう。



## 疲れた脳をリラックス

### テアニン

茶葉に多く含まれるアミノ酸の一種で、うま味や甘さの主要成分。テアニン摂取後30〜40分で脳がリラックスした状態になり、その効果は約2時間持続するといわれています。

## ストレスや疲れの回復に

### ビタミンC

ストレスの緩和や疲労回復、生活習慣病の予防や免疫力の向上などに効果があるといわれています。また、抗酸化作用があり、染みやしわ予防、肌荒れの改善にも効果が期待できます。

## 自律神経を整えリラックス

### 香り

緑茶、特に新茶で感じられる若葉の香り成分「青葉アルコール」や、緑茶を熟したときの香ばしい香り成分「ピロール」「ピラジン」が自律神経を整えてくれるといわれています。

# 日本茶の癒やしパワー

## 眠気を覚まし能率アップ さまざまな健康効果

### カフェイン

苦味をもたらし、覚醒作用がある成分。お茶はカフェインとテアニンの組み合わせにより、仕事や作業中に飲んでも眠気を誘わず程よくリラックスし、能率を上げることができます。

### カテキン

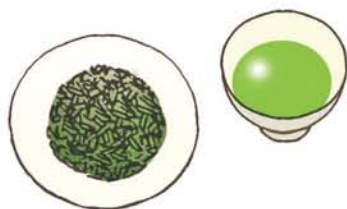
ポリフェノール的一种で、苦味や渋味の主成分。免疫力向上・抗アレルギー作用がある「エピガロカテキン」や、血圧を下げ血糖値を抑制する「エピガロカテキンガレート」などがあります。



## 八十八夜は緑茶の日

二十四節気の「立春」から数えて88日目に当たる八十八夜が茶摘みの最盛期であることから、同日に緑茶の日が制定されました。2026年の場合は5月2日です。この日に摘んだ新茶を飲むと病気にならず長生きするといわれています。

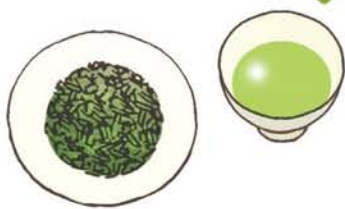
## さまざまなお茶



最高級の日本茶

### 玉露 (ぎょくろ)

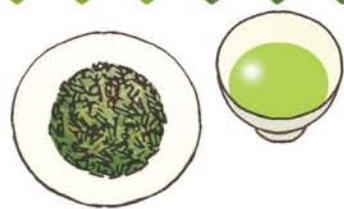
最初の新芽が伸び出した頃から20日程度、日光を遮って栽培した葉。甘く豊かな香りで、うま味が強く、苦味や渋味が少ない



家庭用として親しまれる

### 番茶 (ばんちゃ)

伸び過ぎた芽や遅い時期に摘んだ葉などから作られる。ペットボトルのお茶の原料などにも多く利用される。苦味が少なく飲みやすい



日本茶の代表

### 煎茶 (せんちゃ)

一般的に飲まれている緑茶。摘み取った茶葉を蒸してもみ、乾燥させて作られる。爽やかな香りとうま味、渋味が特徴

仕事や作業のリフレッシュに

## お湯出し緑茶

香りがよかつ

カフェインを多く抽出

血圧を下げ、血糖値を抑制する成分が多く抽出される

こんなときにも

- 能率を上げたいときに
- 運動後の疲労回復に

入れ方

- ① 水道水400mlを一度沸騰させ、カルキ臭を飛ばす
- ② 沸騰後は火を止め、少し冷まして適温にする  
(番茶・ほうじ茶:熱湯/煎茶:約70度/玉露:約50度)
- ③ 急須に②の湯と茶葉10g(約大さじ2・3人分)を入れる
- ④ 湯を注ぐ際は、湯のみへ均一に行き渡るよう回し注ぐ
- ⑤ 最後の一滴まで注ぎ切る



お茶は温度により抽出される成分の量が変わります。うまく使い分けると、1日の中で上手に緊張をほぐしたり、仕事などの能率をアップさせたりできます。

## 水出しとお湯出しを使い分けて リラックス効果アップ!

夜のリラックスタイムに

## 水出し緑茶

渋味とカフェインが少なくまろやかに

テアニンやビタミンCを多く抽出

免疫力を向上させ、抗アレルギー作用のある成分が多く抽出される

こんなときにも

- 良く眠りたいときに
- ストレスの解消に

入れ方

- ① 水道水1Lは一度沸騰させ、カルキ臭を飛ばして冷ます
- ② ボトルに①の水と茶葉10g(約大さじ2・3人分)を入れる
- ③ 冷蔵庫で2~3時間抽出する



## 茶葉の保存方法

茶葉は温度や湿度、酸素や光の影響で変質しやすく、周囲のおいも吸収しやすいため、密閉できる容器に入れて直射日光を避け冷蔵庫で保存します。量が多い場合は、10日分程度を目安に小分けにすると良いでしょう。

お茶は鮮度が命!  
未開封のものも  
早めに開封して  
飲み切ろう



お掃除に

水気を絞った茶殻を床にまき、ほうきで掃除する。茶殻がほこりを吸着し効率良く掃除ができる

消臭

ティーバッグなどに入った茶葉をそのまま乾燥させて靴箱などに。消臭効果に期待



お茶を楽しんだ後に残る茶殻は掃除などに活用できます。

茶殻で身の回りを  
キレイにして  
リフレッシュ



茶の湯の主役

## 抹茶

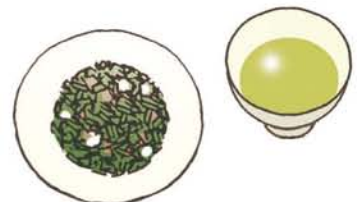
20日ほど日光を遮って育てた茶葉をそのまま乾燥させ(てん茶)、茶臼などで挽き細かい粉末にしたもの。海外でも注目されている



優しい香りが特徴

## ほうじ茶

番茶などを褐色になるまで強火で焙煎して作られるお茶。ほのかに甘い香りとさっぱりとした味わいが特徴で食後などにおすすめ



炒った米の香りが特徴

## 玄米茶

白米や玄米を蒸して乾燥させ、炒ったものを茶葉と同量程度加えて作られる。香ばしい香りとさっぱりとした味わいが特徴

川上支所

## みそ作り



川上支所女性部みその会グループは今年のみその仕込みを行ないました。グループでは平成31年から手作りみそ作りを行なっています。シンプルで余計なものを入れず国産の大豆・自然塩・米麴を使用しています。

### 前日準備 4月19日

よく洗った大豆を1日浸す。



### 当日

一晩浸した大豆を柔らかくなるまで煮る。



4月20日

茹で上がった大豆をつぶす。



潰した大豆の粗熱をとる。



粗熱のとれた大豆と米麴、天然塩をよく混ぜ合わせる。



まぜまぜ



良く混ぜたら丸める。  
叩きつけて空気を抜く。



混ぜ合わせる作業と丸める  
作業は2回ずつ行なう。



持ち帰り用の容器に入れて寝かせる。  
夏が過ぎたら食べられるようになります。  
☆熟成期間はお好みで!!



動画でチェック



## 野辺山支所

### お茶摘み体験



4月20日に野辺山支所女性部営農部主催で、静岡県伊豆の国市、世界文化遺産『韮山反射炉』の隣りにある『蔵屋鳴沢』にてお茶摘みを体験しました。『蔵屋鳴沢』は、昭和29年からお茶作りを行なう歴史ある茶畑です。

参加者した女性部員は、かすりの着物と手ぬぐいを着け、お茶摘み娘に大変身！一面に広がる茶畑に入り、新茶摘みを楽しみました。摘んだ一番茶葉は、てんぷらやお茶にしておいしくいただきました。



## 南相木支所

### ふるさと農業体験

5月12日、南相木小学校にてふるさと農業体験が開かれ、地域ボランティア団体や女性部員が参加しました。全学年の児童を対象に、畑作りから始まり、水やりや草取りなど管理を行ないながら収穫し、育てた野菜をみんなで食べる活動で毎年行なわれています。

当日は、学年ごとに分かれ、声をかけ合い、協力しながらマルチ張りや種まき、野菜の苗植えを行ないました。また、さつまいもの苗を守るために、雑草や藁を利用した『草マルチ』を学び、実践している姿も見られました。

児童からは「水やりを頑張り、たくさん収穫したい」「とれた野菜をたくさん食べたい」などの感想が聞かれました。

## 南相木支所

### 一支所一運動

南相木支所は「一支所一運動」として花の苗配布を行なっています。5月8日、南相木支所営農センターにて種まきが行なわれ、南相木支所女性部役員と支所職員が参加しました。アンゲロニア・百日草・マツバボタン・千日紅の種が準備され、女性部員は真剣な様子で一粒ずつ手蒔きました。6月上旬ごろ配布を予定しており、今年も色とりどりの花を村内で見かけることができそうです。



## 小海支所

## 4/24 ゴルフ友の会春季コンペ

小海支所ゴルフ友の会では、シャトレゼカントリークラブにおいて春季ゴルフコンペを開催しました。小雨が降る中でのスタートとなりましたが日中には晴れ間も見え、大会に参加された36名の会員の皆さんに親睦を深めていただきました。終了後には総会および表彰式を行ないました。

【優勝】新井 寿一さん



## 川上支所

## 管内産野菜初出荷 4/16~

4月23日に管内(ハウス)産のグリーンリーフ、5月に入り山梨産のレタスを皮切りに、管内産のチンゲン菜・レタス類等、露地野菜の出荷が続々と始まっています。昨年より5日程早い出荷で、主に県内・東京・大阪市場への販売がスタートし、順調にシーズンを迎えられるました。今年も皆さんと一体となり、有利販売に努めていきます。



## 南牧支所

## 5月中旬 集荷場の人手確保について

近年、ブロッコリー生産量の増加とともに、集荷場内での氷待ちによる混雑が課題となっていました。今年度より氷詰めの待ち時間と人手不足の解消を目的として、外国人実習生を人材派遣にて雇用しました。ブロッコリー氷詰めのほか、箱の積み替え、出荷物の荷受け、コンテナ洗浄、廃プラ回収などの業務も行なってもらいます。今後も地域農業の発展に向け、より良い生産・販売環境づくりに努めます。



## 南相木支所

## 野菜出荷スタート 5/18~

5月18日にサニーレタスが初出荷されました。干ばつや夜間の気温低下の影響もあり他支所より一足遅れたスタートとなりましたが、5月下旬からレタスの出荷が始まり、ハクサイ・ブロッコリーは6月中旬から出荷が始まります。これからシーズン本番を迎え集荷場も活気づいてきました。5月21日には野菜部会女性研修会を実施し、カゴメ野菜生活ファーム富士見工場を視察しました。使用する野菜の種類之多さに驚かれ、トマトの栽培方法の説明を受け生産者の皆さんも興味津々の様子でした。



## 野辺山支所

## 4/24 一支所一協同活動

本年度も昨年に引き続き、観光シーズン前に野辺山支所女性部の皆さんにご協力いただき、JR野辺山駅・周辺の清掃・ゴミ拾いを行ないました。組合員と職員の親睦を深めながら、地域への貢献に取り組みました。

秋にも女性部の皆さんにご協力をいただき、小学校の食育活動を行なっていきたいと考えています。



# 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

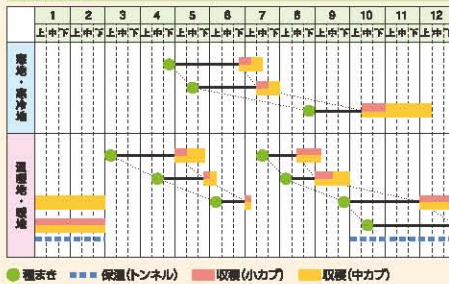
浅型プランターでも栽培できる  
長い歴史で豊富に品種が発達



**カブ** カブは弥生時代に中国から渡来した「和種系」と、後にシベリア経由で入ってきた西歐由来の「洋種系」の品種があります。地域ごとにさまざまな在来種が発達し、愛知～福井県を結ぶ線を隔て、西は千枚漬けで有名な「聖護院」、中カブの代表品種「天王寺」などの和種が、東は赤かぶ漬けにされる岐阜の「飛騨紅」、山形の伝統野菜「温海(あつみ)」など洋種が主に分布しています。現在は、これらをかけ合わせた栽培しやすいF1品種もあります。

発芽と根の肥大適温は涼しく、種まきは春と秋が適します。まき時期は品種ごとに異なるので注意します。根菜類ですが太るのは主に根よりも子葉と根の間の胚軸なので底の浅いプランターで栽培できます。ただ、浅型プランターは土の量が限られるので、初期は乾きによる「裂根」や肥料切れによる「ス入り」に注意し、適期に収穫します。

栽培カレンダー



「玉波」  
小カブサイズから13cm程度までの  
大きさで収穫できる中カブ品種。  
裂根やス入りが遅く、白さび病に強い

**【基本情報】**

- 分類：アブラナ科アブラナ属
- 原産地：地中海沿岸、あるいはこれにアフガニスタンなど中央アジアを加えた地域など諸説
- 発芽適温(地温)：15～20度
- 生育適温(気温)：15～20度
- 日当たり：日なた/半日陰
- 好適pH：5.2～6.8

**【病害虫情報】**

アブラムシ類：春や秋に栽培期間が1か月を超える場合に注意が必要。種まき直後から早めに不織布をベタがけし侵入を防ぐ。コナガ・モンシロチョウ・ヨトウムシ類：主に春と秋に幼虫が葉を食害。不織布を掛け、予防的にBT剤を散布しておくことよい。

## カブの栽培方法

※温暖地を基準に記事を作成しています。

### 1 種まき

IB化成約41gと過リン酸石灰約14gを混ぜた土(12L)を長さ60cmの浅型プランター(14L)へ入れる。土をならしたら、ペットボトルのふたなどを使い、深さ1cmのまき穴を株間10cm、条間15cmになるよう開ける。まき穴に種を2～3粒まき(写真1)、土をかけ、手のひらで土を押しさえ、ジョウロなどで優しく水やりする。適温を保ち、出芽までは乾かさないようにして、一斉に出芽させる。種まき直後に防虫と保温・保湿のため不織布をかけておく(写真2)。12～2月下旬までは、生育促進とトウ立ちを防ぐため不織布に保温用の園芸用フィルムを重ねトンネルにする。

**ポイント** 肥料の量は、小カブは3割減にする。冬は春秋の3割増、夏は株間を13cm以上と広く取り5割減にする。



### 2 間引き・土寄せ

種まき後2～3日で芽が出てくる。本葉3～4枚までに元気が良過ぎたり悪過ぎたり、胚軸が太いもの、立枯病で褐変している株などを、ハサミを使って1カ所1株にする(写真3)。間引き後は、株がぐらついて傷まないよう土を株元へ寄せておく(写真4)。

**ポイント** 土が乾き過ぎると皮が硬くなり玉が裂ける原因になるので本葉5～6枚までは土が乾き過ぎないように、一方で、梅雨や秋雨時期は雨に直接当たらないようにする。



### 3 収穫

玉の直径が約5cmから順次収穫する(写真5)。収穫遅れは玉がスポンジ状になるス入りや裂根、葉が黄色くなる原因になる。小カブの場合、収穫サイズになってからの収穫適期は、春・秋どりが3日前後、冬どりは7日まで、夏どりは2～3日が目安。一方で中カブは小カブサイズから長く収穫できる。

**ポイント** 収穫は、霜の降りる11～3月は夕方に、それ以外の時期はカブの水分が多い朝に行なう。収穫したら、早めに水洗いして土を落とす。



JANISご利用者さま限定

30  
YEARS  
ANNIVERSARY

\ おかげさまで /

# 30周年 THANKS キャンペーン

30周年の  
感謝をこめて!  
いつもよりグレードアップ!

2026.6.22 月 ~ 7.13 月

JA長野県グループの  
「信州の美味しい」が  
当たる!!

抽選で  
総勢300名様に  
当たる!!

※写真はイメージです。

対象者 JANISご利用者さま

応募期間 2026年6月22日 月 ~ 7月13日 月

応募方法 JANISホームページまたは  
JANISから届くお知らせメールをご覧ください。

応募は  
こちら



ネットもサポートも、すぐそばに

JANIS

☎ 0120-20-4824

<https://www.janis.jp> Mail: info@janis.or.jp

JANISは、JA長野県グループの(株)長野県協同電算が運営するプロバイダーです。

受付時間 年中無休(年末年始を除く)

[平日] 9:00~19:00 / [土・日・祝日] 9:00~17:00

株式会社長野県協同電算

## 【JANISから「アグリ割引」のお知らせ】

JANISのインターネット接続サービスをご利用中で、すでに「アグリ割引」を適用されているお客様につきましては、今後も引き続き割引を適用いたします。

また、新たに「アグリ割引」をご希望の場合、JA長野八ヶ岳の組合員（正・准）であれば割引対象になりますので、お申し込みはJANISホームページより専用申込書をダウンロードし、必要事項をご記入の上、お近くのJA窓口へご提出ください。

### ◎アグリ割引について

JA長野県グループの(株)長野県協同電算が運営するプロバイダー「JANIS」が、JA組合員の皆さんのインターネット利用を応援する割引サービスです。

対象サービス名	割引内容
ケーブルテレビインターネット※1	5%割引
JANIS光※2	110円(税抜100円)割引

※1: JA管内のケーブルインターネット提供エリア 南牧村・北相木村・南相木村(南相木村は令和8年度サービス終了予定)

※2: JA管内のJANIS光提供エリア 小海町・川上村・南相木村・南牧村(一部地域)

アグリ割引申込書はこちらからダウンロードできます。

<https://www.janis.jp/agri-discount>



詳しくはJANISヘルプデスクへお問い合わせください。

お問い合わせ **0120-20-4824**(年中無休・年末年始を除く)

受付時間: 平日9:00~19:00 / 土・日・祝9:00~17:00





# まごころ宅配

会員募集中!



## 商品のご案内



**(株)長野県A・コープまごころ宅配センター(千曲市)**  
から全県にお届けいたします。

- ・お届けは**お昼前後から17:30頃**の予定となります。また、配送曜日は現状と変更になる場合があります。
- ・お届け手数料は**税込370円/回**になります。  
(一部地区ではお届け手数料が異なる場合がございます)



**管理栄養士監修によるバランスのとれた食事づくり**  
をご提案します。 ・お料理アドバイスや、食と農の情報誌をお届けいたします。

**県産・国産の農畜産物を優先し、**

**新鮮・安全・安心・健康にこだわった商品をお届けします。**

- ・店舗の幅広い品揃えの中から、長野県A・コープ自慢のオリジナル商品や「信州ポーク」、バイヤーおすすめ品などもお届けします。店舗のご当地フェアなどと合わせ魅力ある商品も提案します。



※写真はイメージです。

▼ 期間限定の季節利用にも対応しており、ご利用コースの変更も簡単です ▼

## ご利用コース

**おまかせコース**  
[8品~10品]

週2回  
お届け

例: 2人用  
月額 税込約29,000円  
お届け予定商品の量は調整  
できます。

**選べるコース**  
[宅配新鮮だより]

週2回  
お届け

長野県A・コープの  
人気商品など  
毎週約110品から  
お選びいただけます。



**いきいき便利コース**  
[9品~10品]

週1回  
お届け

小セット(1~2人用)  
月額 税込約10,000円  
※お届け曜日は月・火・水の  
いずれかとなります。

**定期配送品**

毎日必要な食品や、  
長野県A・コープオリジナル  
商品など約17品に集約  
しました。



**単品チラシ商品で楽しさプラス!**

単品チラシ人気商品一例▶

✓ エーコープマーク品  
フェアも毎月開催!

✓ 長野県産のお米も  
お届けいたします。

✓ トイレレットペー  
パー等の日用品  
も人気です。

✓ 季節の果物や  
野菜の箱売り

✓ 重いペットボトル  
飲料もご自宅まで  
お届けいたします。



**まごころ宅配WEBのお申込はこちら**

**まごころ宅配がWEBでのご注文が可能に!**

- ①ご自身のスマートフォンやパソコンからご利用できます。
- ②ご注文締切日まで何度でも数量変更が可能に。
- ③定期品「牛乳・卵」なども都度変更可能に。
- ④ご注文履歴を確認できます。



ここが  
便利!

まごころ宅配  
WEB申込はこちらから

<https://www.takuhai.nagano-acoop.co.jp/>

スマホはこちら /



お問い合わせ

**(株)長野県A・コープまごころ宅配センター**

〒387-0001 千曲市大字雨宮317

**TEL:026-214-7817**

【受付時間】平日9:00~17:00

(土・日・祝日・年末年始除く)

# 我が家の ミニちやいドル

あらい ゆうこ  
新井 優子さん (小海町)

15年前に多頭飼育崩壊から保護された故モモちゃんの弟、桜次郎です。桜次郎は「温かい」のが大好きで、ドライヤーをしていると「僕も！」とやってきます。真夏でも温風を当てながらマッサージ。お風呂に浸かると気持ちよくなって寝てしまうことも。子どもたちの戦いごっこではテンションが上がり、布をブンブン振り回して参戦します。これからも家族の一員として、「楽しい！ うれしい！ おいしい！」と一緒に感じながら過ごしてほしいです。



桜次郎



桃太郎

新井桜次郎  
9才 6

## あなたの自慢のペット“ミニちやいドル”を紹介しませんか？

皆さんの応募をお待ちしてます！

**応募方法** 募集専用メールアドレス  
[minichidol@ytg.nn-ja.or.jp](mailto:minichidol@ytg.nn-ja.or.jp)

メールに下記の内容を記載の上、ご応募ください。

- ・ペットの写真
- ・ペットのプロフィール（お名前、性別、年齢）
- ・お名前、お住まいの町村
- ・紹介文（100文字程度）

## 令和8年度新採用職員紹介

JA長野八ヶ岳では、5月1日から新規採用職員1名が加わりました。一日も早く業務に慣れ、組合員・利用者の皆さん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。

進学して県外で生活していく中で、地元の良さに気づく場面がたくさんありました。

卒業後、県内企業で数年働いていましたが、生まれ育った場所で働きたいと思い、実家が農家ということもあり、農業に関わる仕事ができるJAへの入組を決めました。

分からないことはそのままにせず、確認を怠らず、正確な業務に努めます。

一日でも早く仕事を覚え、できることを増やし、地域の皆さんに頼られる職員を目指します。

よろしくお願いいたします。



きくち ゆうや  
菊池 佑弥  
[出身地] 南牧村  
[配属先] 金融共済部  
金融課

# 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。

## 冰皮月餅作り教室

5月10日に「冰皮月餅作り」を行ないました。講師として、中込駅隣で毎週木曜日のみ営業している「グラチーノ」の店主に教えていただきました。

冰皮月餅は香港生まれの焼かない月餅で、冷やして食べるのもち食感が特徴のお菓子です。皮の色付けに青（バターライピー）、緑（抹茶）、黄（かぼちゃ）、オレンジ（にんじん）、赤（赤麹）、紫（紫キャベツ）の天然素材で作った粉末粉を使用し、好きな色を単色で選んだり、2色でマールにしったりして色を着けていきます。餡は、黒ゴマ味、抹茶味、チョコ味の3種類をご用意していただき、色付けした皮で包みました。

先生から、「何色の皮に何の餡を入れたか覚えておいてくださいね。作るのに夢中になると忘れてしまうんですよ」と声をかけられながら進め、仕上げに冰皮月餅作りの一番の盛り上がりとなる型押しをしました。26種類の型の中から好きな型を選び、合計6個作りました。

参加者からは、「型から出てきたら本格的になっていてとても楽しかった」「型から出てきた時に感動した」「月餅を作ってたかったので楽しかった。もう一度作りたい」などの声が聞かれました。

月餅を作り終え、先生が煎れてくれた台湾のウーロン緑茶を飲みながら試食会を行いました。おいしいお茶と冰皮月餅で幸せな時間を過ごしつつ、楽しいおしゃべりに花を咲かせました。

次の機会があれば、もちもちの冰皮月餅作りにぜひご参加ください。



**SNSで  
イベント情報  
発信中!!**



当ホールでは、皆さんの想いを大切に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。皆様のご参加をお待ちしております！

7月6日(月)  
お線香作り

8月3日(月)  
釈迦涅槃図の絵解き

9月7日(月)  
ドライフラワーアレンジ(仮)

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。

			4		3	7
		2				5
	4	1	2			
		3		5		
1						9
			6		8	
				7	1	9
7					6	
9	8		5			

**答え** 5月号掲載の数独の答えは「5」でした。今回の答えは、レタス7月号に掲載します。

## 5月号 まちがいさがし 答え合わせ



- ①帽子が違う
- ②軽トラックの形が違う
- ③ピンクのアジサイの一部がハートになっている
- ④男の子の服のボタンの数が違う
- ⑤カエルの口の形が違う

- 第9号議案**  
第26回通常総代会の提出議案について
- 第10号議案**  
農協法施行規則第161条に基づく「総会参考書類」の承認について
- 第11号議案**  
総代会招集通知および議決権行使書面取扱基準・判断基準の承認について
- 第12号議案**  
第26回通常総代会の運営分担等について
- 第13号議案**  
支所運営委員会の委嘱について
- 第1号議案**  
令和7年度事業報告、事業報告の付属明細書、貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案、注記表および貸借対照表の附属明細書(表示変更)について
- 第2号議案**  
令和8年度事業計画(固定資産取得計画含む)ならびに総合損益・財務計画の策定について
- 第3号議案**  
令和8年度賦課金の額、賦課の方法、徴収の時期および徴収方法について
- 第4号議案**  
令和8年度における理事および監事の報酬決定について
- 第5号議案**  
宅地等供給事業実施規程の廃止について
- 第6号議案**  
みのり監査法人の監査の方法および結果の相当性の判断について
- 第7号議案**  
令和7年度内部統制基本方針運用状況確認について
- 第8号議案**  
内部統制基本方針の承認、令和8年度内部統制基本計画の策定について

**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	7月	8月
小海	8日(水)	5日(日)
北相木		12日(土)
川上		19日(土)
南牧		26日(土)
南相木		3日(日)
野辺山		10日(日)

8月5日9日まで相談会の開催はありませんが、各支所の金融窓口において随時ご相談を受け付けております。

**信連専任担当者による年金相談会**

■日程 7月8日(水)

■場所 小海支所

■時間 午前10時～午後3時

## 7月 年金相談会開催

全ての議案について可決決定されました。

## 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、了承を得たものとなります。

- <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。



表紙写真募集専用メールアドレス ➔ [jalettuce@ytg.nn-ja.or.jp](mailto: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

旬のやさいをを使ったレシピを募集します!

今回は **8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](mailto: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 **7月10日(金)**

**春夏秋冬**

趣味とは何をやるかより、趣味に対しての向き合い方で気持ちの満足度が全然変わるそうです。仕事や勉強は成果を求められますが、その逆でうまくなる必要もないですし、役に立つ必要もないわけです。気になったことや楽しそうなことを決めて、試してみようという気持ちで、自分には無理なものは無理で、自分が好きで十分です。

私も自分の心が喜ぶ方向に、軽く視点を向けてみようか。そんなほわっとした感じが良いのかもしれない。ゴルフ始めてみようかな。

# 我が家のちやいどル



めいな  
**芽那ちゃん(11歳)**

まおと  
**万緒斗くん(9歳)**

みさき  
**美咲さん(20歳)**

父親 よしざわ まさと  
**吉澤 万里さん**

母親 みか  
**美佳さん**

南牧支所 平沢地区

美咲さんは姉弟の面倒見の良いお姉さん。子どもが好きで、今年から保育士として働いています。芽那ちゃんはシャイですが芯が強いしっかり者のお姉さん。料理や洗い物など、家事のお手伝いをよくしてくれます。今、姉妹2人は推し活にハマっているそうです。万緒斗くんはゲームが大好き。3年前から習い始めたドラムの演奏も楽しんでいます。3人ともバレーボールが好きで、美咲さんは高校卒業までバレー部に、芽那ちゃん、万緒斗くんは現在、南牧ジュニアバレーチームに所属しています。家族みんなで海釣りに行くことも楽しんでいます。いつまでも3人で仲良く、好きなことにたくさんチャレンジしてほしいです。

## 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!

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-yatugatake.ljjan.or.jp/>



JA長野八ヶ岳は 持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています