

レタス



特集1 管内5町村の生産者支援を要請

特集2 内定者職場体験 3DAYs

特集3 夏季インターンシップ 5DAYs 総合コース開催

特集4 自分たちの幸せ ～セルフマネジメント～

JAをもっと身近に JA出前授業
JA洗馬との合同野菜トップセールス開催
花卉園芸品評会

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「ベビーリーフ」
虹のサークル
理事会報告
年金相談会

管内5町村の 生産者支援を要請

8月28日に、中東情勢の影響を受ける管内5町村(小海町・川上村・南牧村・南相木村・北相木村)の生産者への支援に向けた要請を行ないました。



小海町

J A長野八ヶ岳をはじめ、J Aグループでは、国・県等にも要請を行なってきました。国は、令和8年度補正予算において地域の実情に応じた支援の財源となる重点支援地方交付金を1,000億円計上し、農業分野における物価高騰対策にも活用可能であるとの見解を示しました。

それを受けてJ A長野八ヶ岳では、管内5町村の生産者に対して、重点支援地方交付金等を活用した生産現場への支援策を講じていただくよう強く要請しました。

中嶋常務理事は、「生産現場では賢明な努力を重ねているが、自助努力では限界に達する中、J Aだけではなく、さまざまな方面からの支援をお願いしたい」と訴えました。



川上村



南牧村



南相木村



北相木村

内定者職場体験 3DAYs

令和9年度内定者を対象にした「職場体験」を9月2日から4日に行ない3名の学生が参加しました。3日間を通してJAのさまざまな業務を学んでいただきました。「実際のJA業務を体験し、自身の足りない部分や社会に出て大切なことを知ることができた。残りの学生生活では、社会人として何が必要になるかなどを意識していきたい」などの感想が聞かれました。



1日目

- ◆本所会議室にてオリエンテーションを行ないました。
- ◆女性部との交流会として、南牧村産の野菜を使った調理実習では、南牧村発行の“ふるさと料理集”に掲載されている「嶺多寿(レタス)豚丼ごま風味」など3品を調理し、試食しました。



2日目

- ◆川上支所金融共済課で貯金業務の見学、貸付業務の受付や審査、共済業務の車・人の保障について学びました。また、金融窓口職員との交流や販売事務所や集荷場を見学しました。
- ◆営農経済部畜産酪農課家畜人工授精の様子を見学しました。
- ◆南牧支所管内の生産者の圃場にて農業体験を行ないました。
- ◆小海支所管内の圃場視察やドローンを使った農薬散布試験を見学しました。



3日目

- ◆南牧支所管内の生産者の圃場にて農業体験を行ないました。
- ◆営農経済部による座学を行ないました。営農指導員や販売事業、業務内容の紹介、JAが取り組む食農教育や高原野菜の産地とJAのつながりを学びました。



夏季インターンシップ5DAYs 総合コース開催

特集
3

学生を対象にした「夏季インターンシップ5DAYs 総合コース」を開催し、関東圏を中心に9名が参加しました。8月17日から21日の5日間を通して、JAのさまざまな業務を体験していただきました。



1日目

オリエンテーション

参加者は自己紹介を行ない、参加目的や、このインターンシップで達成したい目標や意気込みを語りました。井出公夫企画総務部長は、「この5日間は、社会で働くことを体感し、自身の可能性を広げるための時間です。JAが地域にとってどのような役割を果たしているのか、どう支えているのか、ぜひ“五感”で感じていただきたい」とあいさつし、JAの役割やJA長野八ヶ岳で働く「人」と「環境」などの概要説明を行ないました。



畜産酪農事業

利用事業、販売・購買事業、営農指導について学習しました。



金融融資業務

グループワークを行ったり、野辺山支所金融窓口での端末操作など、実際の金融業務を体験しました。



2日目

共済事業

2班に分かれてグループワークを行ない、渉外担当者としての推進方法、保障提案方法を考え、発表しました。



3・4日目

営農指導事業、販売事業

管内圃場見学や収穫体験、農機具試乗体験、予冷施設などの農業施設を見学しました。南牧支所市場地区の栗田佳希さんとの対談では、活発な意見交換が行なわれ、参加者はメモを取りながら真剣に聞き入っていました。



5日目

インターンシップの振り返り

「規律・協調性・理解力・実行力・積極性」の自己評価を行ない、目標の達成度や今後の課題を発表しました。各担当部署は他者評価表で3段階評価し、参加者にフィードバックしました。



自分たちの幸せ ～セルフマネジメント～

地域の女性農業従事者を対象とした“JAくらしの活動『JA長野八ヶ岳の未来をつくる農村女性』ワークショップ”を南牧村野辺山基幹集落センターで行ないました。「国際女性従事者年」を意識したイベントで、5月、8月、12月、2月の全4回。今回は第2回目の開催。地域の女性による自主的な活動を支援し、仲間づくりや生きがいの場を提供、女性農業従事者の自主自立を促し、積極的な活動参加参画につなげることを目的としています。



サムズアップ(Thumbs up)で心を繋ごう



サムズアップは、拳を握って親指を上立てるジェスチャーやハンドサインのことです。「いいね!」「その通り!」と相手の気持ちに賛成したり、「素晴らしい!」「うまくいくよ!」と相手を応援したりする意味があります。

チェックイン

「5月以来の参加。無理かなと思っていたけれど、行けるようにしよう」と意識して行動して、今日、自分のために時間を使えたことがとてもうれしかった」など、今の気持ちやうれしかったことを一人ずつ話しました。

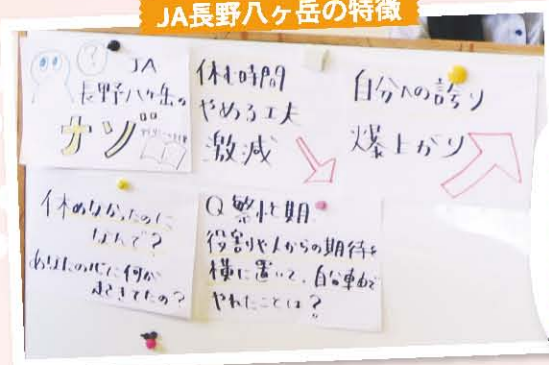
今回も講師として南佐久郡川上村で農業を営みながら農業女性を応援する活動を行なっている新海智子さんをお願いしました。農業最盛期の開催にあたり、新海さんは参加者に対して、「繁忙期に集まってくれてありがとう!」と感謝を笑顔とともに伝え、共に学べる時間を喜びました。

前回の振り返り



今回のワークショップでは、前回の振り返りやワークショップ開催前に実施されたアグリミー（女性農業者向け幸福度診断アプリ）の結果を共有しました。新海さんが注目したのは、「休む時間が激減」する中、「自分への誇り」の数値が上昇したこと。休めない中での自身の心の変化についてみんなで深掘りしました。

JA長野八ヶ岳の特徴



私たちの心の変化

- 自分が役に立っていることを実感した。
- 家に貢献している。
- 自分の必要性が感じられ、誇りが上がる。
- 畑に行くとスイッチが入り、終わった後、充実感、達成感を感じる。
- 農業は大変な作業だけど自分の中に染みついている。
- 自分が家(畑・土地)を守っているという思いが強いことに気づいた。etc.

新海さんからの提案



- 人のストーリー、出来事から学ぶ力を身につけたらいいのではないかな。
- 自分の人生を、学んだことでどうやってカスタマイズするかが大事。
- 私たちの暮らす地域の中で、賢くなっていく方法(自分たちが幸せになるセルフマネジメント)を身につけよう。
- もやもや、ネガティブな感情は自分の望みのサイン。深掘りして見つめてみよう。

ストーリートリオ



ワークを通して

- 深い話が聞けて共感や考え方のヒントをもらえた。
- 安心して話をする、聞く場が用意されることはないので新鮮だし、こういう空間は誰にでも大切なことだと感じた。
- 本人が変わろうと変化を求め、先に進んだ話(ターニングポイント)を聞いたのはうれしかった。話しやすい場が設けられて良かったと感じる。

3人1組になり、話し手、聞き手、メモ係に分かれ、お互いの話を聞き合いました。

「繁忙期に役割や期待をいったん横に置いて、自分軸でやったことはなんですか？」との問いに、自分に矢印を向けてストーリーを語り、聞くことを通して新しいものの見方を発見し、みんなで学び合いました。

メインワーク① ストーリートリオ



ストーリートリオで出た話について、氷山モデルで深掘りし、日々のもやもや、課題に向き合う方法を体験しました。

メインワーク② 考え方のフレーム「氷山モデル」 「もやもやした時、どうしてる？」

ワークを通して

- 分かりやすい例えを聞いて、パターンを考えていないなと気づけた。
- 起きた現象について人のせいにせず、仕組みへのアプローチをする方法を知ることができた。
- 自身の内省に繋がったので、日々の生活に取り入れてみたい。
- 第三者を交えて別の観点を聞いてみたくなった。
- こういう時間が大事。私が求めていた時間(内省)だったと気づいた。
- 自身のもやもやを客観的に考えられた。



今回も、笑い声や話し声の絶えない有意義な学びの場となりました。

このワークを通して、参加者とともに、JA 長野八ヶ岳独自の「農業女性の幸せを図る指標づくり」を目指します。

JAくらしの活動とは……

JAでは組合員、地域の皆さんとともにくらしやすい地域づくりを目指して、農業や食育、健康、地域貢献等さまざまな「くらしの活動」を行なっています。

「アグリミー」
リンク



アグリミーを詳しく
知りたい方はこちら



農林経済部
企画総務部

J Aをもっと身近に JA出前授業

8月28日に南牧南小学校で5年生を対象に出前授業を行いました。授業を受けた多くが農家の子どもたちです。営農経済部販売指導課の高見澤真係長が講師となり、高原野菜の歴史や農家の生活を守るJAの役割など、地域の写真とともにスライドやクイズ形式で説明しました。農業用ドローンを使った動画では児童たちは興味津々な様子でした。5年生社会科の「高い土地の暮らし」の



内容や、地元高原野菜とリンクした内容で、地域野菜やその歴史、課題に目を向ける時間となりました。

JA長野八ヶ岳では、中期計画で「産地振興に向けた営農基盤強化」「活動参加による地域づくり」の取り組みとして営農経済部と企画総務部の事業連携により、次世代の担い手づくりに力を入れています。食農教育や高原野菜の歴史について、JA出前授業を随時受け付けています。お気軽にお問い合わせください。



農林経済部

J A洗馬との 合同野菜トップセールス開催

9月5日、東京都中央卸売市場豊洲市場でJA洗馬との「合同野菜トップセールス」を開催しました。夏秋野菜の産地である両JAから、出荷中のハクサイ・レタスを中心とした野菜類を展示し、市場関係者の皆さんにPRしました。



会場では、JA長野八ヶ岳からハクサイ1玉、JA洗馬からレタス1玉を市場関係者の皆さんに配布し、大盛況のうちに終了しました。



農林経済部

花卉園芸品評会

小海町・北相木村・南相木村花卉振興協議会は9月7日に第57回小海町・北相木村・南相木村花卉園芸品評会を開催しました。JA長野八ヶ岳も協賛しており、花卉園芸作物の品質向上と生産意欲の向上、産地の発展を目的に行なわれています。

スプレー菊を中心とした、計33点が出品され、同協議会や市場担当者、佐久農業農村支援センター、JA全農長野の担当者により、市場性を考慮しながら「花と草姿のバランス」や「病害虫の有無」などを基準に慎重に審査されました。



特等賞に選ばれた小海町の岡部充人さんとスプレー菊「レウカ」



佐久農業農村支援センターの岡沢政英所長は、「温暖化傾向の中で南佐久地域の冷涼な気象状況を生かし、花の色が良く、花数が多く、花と葉のバランスや茎葉摘みが良い見事な出来栄えでした」と講評しました。

最高位となる特等賞には小海町の岡部充人さんのスプレー菊「レウカ」が選ばれました。受賞した岡部さんは、「異常気象や高温、予想されない時期の低温など、花にとってストレスの多い年でした。来年も異常気象が予想されますが、それに負けず、生産者一同さらなる技術の向上を目指して頑張っていきたいです」と話しました。



農業政策に違和感 強化すべきは国内生産

東京大学大学院特任教授・名誉教授●鈴木宣弘



ファクトで読み解く農業

国際情勢が緊迫すると輸入途絶リスクが一段と高まり、「国民が必要とし消費する食料はできるだけ国内で生産すること」(国消国産)が今こそ重要になっている。

にもかかわらず、コスト高で疲弊が強まる農村現場を支え、早急に食料自給率を高める政策は提示されないまま、輸入先国との関係強化と海外農業生産への投資に努めることが提示されている。

一方、有事になったら慌てて「花から芋へ」に象徴されるようなカロリーを生みやすい作物へと生産転換を促す対策がとられている。今国内生産を支えずして、有事だけ増産させるといっても無理だ。そんなことをする前に、普段から食料自給率を高めておけば済む話だ。

中国は今、有事に備えて14億人の人口が1年半食べられるだけの食料備蓄をすると、国内生産強化に加えて世界中から買い占め始めた。かたや日本の備蓄は米を中心にせいぜい1・5カ月分しかない。

日本農業には潜在生産力はある。米は今、800万トンくらいしか作っていないが、日本の水田をフル活用

すれば1200万トン以上作れる。500万トンを1俵(60キロ)1・2万円で購入し入れても1兆円だ。なのに、水田を「つぶす」(畑地化支援)のに750億円の補正予算を付けた。施策の方向性が違う。

そして、「規模拡大によるコストダウン、輸出拡大、スマート農業」が連呼される現状に違和感を覚える。それらは現状の危機への対策になり得るか。

輸出の前に脆弱(ぜいじゃく)化する国内供給をどうするかが先だ。仮に、輸出が伸びても農家の手取りが増えてはいない。多くは輸出に関わる企業の利益である。

スマート農業の普及促進策も、関連企業への税制や金利の優遇で、企業支援の要素が強い。さらに、これまで半分未満でないと認めなかった農業法人の農外資本比率を3分の2未満に引き上げて、農外資本の農業参入を緩和する。誰の利益か。

コスト高に苦しむ農家の所得を支える抜本的仕組みが提案されれば農家は生き返る。それが先ではないか。

※日本農業新聞 2024年3月12日付「今よみ」を一部改題

令和6年度に完成した JA長野八ヶ岳オリジナルかるた 「みんなのかるた」を 各支所にて配布を行ないます。

※部数に限りあり

先着順

配布開始日 11月2日(月)



JA長野八ヶ岳管内の自然や暮らし、伝えたい歴史、伝統、文化を地域の子どもたちに知ってもらうきっかけ作りとして、管内の小学生児童や地域住民から読み句を募集、応募総数426作品が集まり、「みんなの郷土への思い」で完成しました。

JA共済の
地域貢献活動

©2017 JA-KYOSAI

農業のために 地域のために 明日のために

令和8年度

農業祭 開催のお知らせ

日時 10月31日(土)

午前9時 開会式

会場 野辺山集荷場周辺

お問い合わせ JA長野八ヶ岳 0267-91-1101

ステージショー、
ビンゴ大会などの
各種イベント

サービスコーナー、
地元野菜、牛肉、
果物等の販売など



マグロ解体ショー

振る舞いあり
整理券配布

「フードドライブ」を行ないますので、ご賛同いただける方は、缶詰(消費期限1カ月以上)等、加工品をお持ち寄りください。

JA共済コーナー



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

運動あそびセットで 輪投げ・ミニゴルフ体験!



JA共済の
地域貢献活動

農業のために 地域のために 明日のために
©2017 JA-KYOSAI

諸般の事情により内容を変更・中止する場合があります。

やみつき!

無限ブロッコリー

Point

ブロッコリーに含まれる、ビタミンCなどの水溶性ビタミンは、水に流れ出やすいですが、電子レンジ加熱なら栄養素の損失を抑えられます。茎の部分にもビタミンCや食物繊維が豊富! まるごと調理で栄養価もボリュームもワンランクアップ!



【材料 2人分】

- ブロッコリー……………1株(約250g)
- 白いりごま……………適量
- ★調味料
- ・しょうゆ……………大さじ1
- ・ごま油……………大さじ1
- ・砂糖……………小さじ1/2
- ・おろしにんにく……………小さじ1/2
- ・鶏ガラスープの素……………小さじ1/2

【作り方】

- ①ブロッコリーは小房に分ける。茎は皮を切り落とし、食べやすい大きさに切る。耐熱容器にブロッコリー、水(分量外:大さじ1)を入れてふんわりとラップをし、600Wのレンジで3分ほど加熱する。水気を切る。
- ②ボウルに★を入れて混ぜ、ブロッコリーを加えて和える。
- ③器に盛り、白いりごまを散らして出来上がり♪

箸が止まらない!?

無限ピーマン

Point

ピーマンはビタミンの王様!! ピーマンに含まれるビタミンCは熱に強く電子レンジ加熱では壊れにくいのが特徴。ツナでタンパク質も一緒に摂れるため、栄養バランスの面でも優れた一品です。ピーマンには抗酸化作用をもつ「β-カロテン」が豊富に含まれており、油と相性が良く吸収率がアップします。



【材料 2人分】

- ピーマン……………4~5個
- ツナ缶……………1缶
- ごま油……………小さじ1
- 鶏ガラスープの素(顆粒)……………小さじ1
- 白いりごま[☆]……………適量
- ブラックペッパー[☆]……………お好みで適量

【作り方】

- ①ピーマンは縦半分に切って種とワタを取り、細切りにする。
- ②耐熱ボウルにピーマン、軽く油を切ったツナ、ごま油、鶏ガラスープの素を入れてサッと混ぜる。
- ③ふんわりとラップをかけ、電子レンジ(600W)で約2分加熱する。
- ④全体を和えて器に盛り、[☆]を振って出来上がり♪

食卓を彩る

とっておきレシピ

レシピ提供: 赤堀料理学園校長 赤堀 博美

リンゴの風味が豚肉のうま味を引き立てます

リンゴの豚肉巻きトマトソース煮

【材料 4人分】

- リンゴ(紅玉)……………2個(400g)
- タマネギ……………250g
- ニンジン……………100g
- 豚肉(好みの部位・薄切り)……………12枚
- 塩・こしょう……………各少々
- 小麦粉……………大さじ2
- バター……………大さじ2
- スープ(コンソメなど)……………300ml
- 塩……………小さじ1/2
- こしょう……………少々
- トマトケチャップ……………100ml
- 白ワイン……………大さじ3
- パセリ(みじん切り)……………少々

【作り方】

- ①リンゴは6等分に切り、芯と皮を除く。タマネギ、ニンジンは2cm角に切る。
- ②豚肉に塩・こしょうを振り、①のリンゴに巻く。巻き終わりをようじで留め、小麦粉をまぶす。
- ③フライパンにバターを溶かし、①のタマネギ、ニンジンを炒め、別皿に取る。②を入れて表面を焼く。ここにスープと塩、こしょう、トマトケチャップ、白ワインを加え、タマネギ、ニンジンを戻し、20分煮込む。
- ④肉のようじを抜いて皿に盛り、パセリを散らして出来上がり♪



※写真は盛り付け例

青ネギの甘さと風味が引き立ちます

青ネギのポタージュ

【材料 4人分】

- 青ネギ……………120g
- 油……………小さじ1
- ご飯……………50g
- 水……………600ml
- 塩・こしょう……………各少々
- 白みそ……………大さじ3
- 青ネギ(小口切り)……………少々

【作り方】

- ①青ネギは長さ5cmくらいに切る。タマネギ、ニンジンは2cm角に切る。
- ②フライパンに油を熱し、①の青ネギとご飯を炒める。ここに水を加え、塩・こしょうで味を調え、弱火で10分間煮る。
- ③②をミキサーに入れて滑らかになるまでよく混ぜたら、元のフライパンに戻して白みそを加え、味を調える。
- ④器に盛り付け、小口切りにした青ネギを飾って出来上がり♪



※写真は盛り付け例

生産者と消費者で考える食と農の未来

「農畜産物の価値を考えるシンポジウム」開催報告



私たちが毎日おいしく、安心して食べている農畜産物。しかしその裏側で、いま日本の農業の現場は、不安定な国際情勢により資材やエネルギーの高騰というかつてない大きな嵐の中にあります。これまで通りの価格では農家が作り続けることが難しくなり、結果として私たちの食卓から国産農畜産物が消えてしまうかもしれない。そんな食の未来を守るため、2026年4月に「食料システム法」が施行されました。農畜産物などの取引において、合理的な生産費用などを考慮した「適正な価格形成」を促し、食品産業の持続的な発展と食料の持続的な供給の実現を目的としており、そのためには何よりも消費者の理解と行動の後押しが必要です。

本シンポジウムは、近年の物価動向や社会情勢を踏まえ、農畜産物の価格について生産者と消費者それぞれが立場を超えて理解を深めるために開催されました。農業の現場の実態と消費者の暮らしとの関わりを総合的に考え、地域におけるJ・Aと消費者団体等との連携のきっかけとなることを目指しています。

シンポジウムの前半は、東京大学大学院の鈴木宣弘特任教授による基調講演が行われました。講演では、日本の農業が直面している深刻な危機構造について、客観的なデータに基づいた鋭い告発と、いま「消費者に知ってほしいこと」の提言がなされ、この後に続くパネルディスカッションの重要な足がかりとなりました。

日本の農業はいま、資材高騰と物価高という大きな嵐にのまれ、生産者が作り続けられない危機にあります。「安さ」だけを求めれば、私たちの食卓から国産食料は消えてしまう。そんな危機感から、生産者と消費者が互いの実情を知り、持続可能な価格形成を考える議論がスタートしました。

テーマ 納得感のある価格形成とは？ 対話から始まる信頼の構築

コーディネーター



比嘉 政浩氏

日本協同組合連携機構
前代表理事専務

現場のリアル

葛藤する消費者と

次世代へつなごうたい生産者

比嘉氏●まずは、価格形成の議論の前提となる、生産者と消費者そ

れぞれの現場の切実な本音からうかがいます。

熊谷氏●生産者の立場として、価格の問題は単に「大変だから高く買っ」という一時的な話ではありません。近年あらゆる経費が激しく高騰する一方で、農畜産物の価

格は生産者が決められるものではなく、市場価格や需給、流通など多くの要因に左右されます。また長野のような中山間地において、農業は農地や景観、地域環境を守る防波堤でもあります。農家が減り耕作放棄地が増えることは、地

行動宣言

会場では今回の議論を明日からの具体的な行動へとつなげるため、「行動宣言」が採択されました。生産者と消費者が共に描いた、これからの食と農のあり方を示す全文をご紹介します。



生産者代表(左): J・A長野県女性協議会
伊原部会長
消費者代表(右): 生活協同組合コープながの
上條麻美理事



開催概要

- | | |
|-----|--|
| 日時 | 2026年7月8日(水) 13時～15時40分 |
| 場所 | 若里市民文化ホール |
| 参加者 | ●長野県消費者団体連絡協議会構成団体役員
●一般消費者 ●各J・A・連合会役員
●青年部盟友 ●女性部会員ほか約200名 |
| 主催 | ●J・A長野中央会 ●J・A長野県農政対策会議 |
| 共催 | ●長野県生活協同組合連合会
●長野県消費者団体連絡協議会 |



パネリスト



生産者代表
熊谷 祐介氏

JA長野県青年部協議会 会長
果樹農家



消費者代表
小林 ゆかり氏

生活協同組合コープながの
組合員理事



行政代表
中谷 まゆみ氏

長野県 農政部 農業政策課
農産物マーケティング室 室長



農者代表
鈴木 宣弘氏

東京大学大学院 農学生命科学研究科
特任教授



域全体を守れなくなることにつながります。

適正価格の形成は、私たちの所得の問題だけでなく、この地で未来も農業を続けられる環境をどう守り、次の世代へつないでいくかという大きな課題だと考えています。

小林氏●昨年の米騒動の際、私たちは流通の仕組みや生産の裏側を知らないまま、さまざまな情報に振り回され、ただ「価格の高騰に困惑してしまいました。消費者自身が正しい情報を主体的に得ていく必要性を痛感しています。」

また買物の際、「安心・安全」を重視したくても、子育て世帯は家計のためにどうしても「安く」を優先したり、2人暮らし世帯は「量」で選ぶこともあるでしょう。生産者のご苦労は理解しつつも、消費者を取り巻く切実な実情も関係していると思います。

価値の可視化

強いつながりが生み出す
「長野愛」

比嘉氏●生産者と消費者、互いの苦境を認め合うところから信頼は始まります。では、農業が持つ本来の価値をどう共有すべきでしょうか。

鈴木氏●JA長野中央会と共同で行った調査で、農業の多面的な価値（景観保全や洪水防止など）を県民が正しく認識することで、消費全体で「1600億円」もの支払いの意思があることがわかりました。驚くべきことに、東京23区でも同様の調査を行うと、さらに大きな支持が集まりました。長野の農村は都会の人々にとっても「守りたい憧れの場所」であり、こうした価値を「数値化」して見せることは、

相互理解を深める極めて有効な判断材料になります。

小林氏●長野県は「長野愛」が非常に強い地域です。生産者と消費者が身近な距離にいるからこそ、お互いを思いやる土壌がある。物価高で厳しい家計の中でも、県産品を購入することは生産者への最大のエールです。こうした「お互い様」の関係性を強く育てていきたいですね。

中谷氏●都市部ではいま、「自分が払ったお金がどこに、誰に、つながっているか」を重視する意識が高まっています。そのモデルの一つが、飯田市と東京都品川区の「結び保険」です。これは首都圏で災害が起きた際に飯田市が避難場所や食料を提供し、平時には飯田の豊かな農産物を届けるという仕組みです。お金の行先が見え、お互いの信頼と安心で結ばれるこの新しい関係構築の形は素晴らしいと思います。

実践のヒント

食育活動・農業体験から紡ぐ絆

比嘉氏●信頼を「過性にしないために、どのような現場の連携が有効でしょうか。」

熊谷氏●青年部では25年前から保育園児とサツマイモを育てるに「ここの農園」を続けています。当時、農業体験をした子どもたちが大人になり、今では青年部の一員として活動してくれる方もいて、体験の記憶は地域を守る意志のバトンになるんだと感じています。また収穫期の人手不足解消で利用した「デイワーク（1日農業バイト）」※も、私たちが作ったものがどう届くかを伝えられる「大人の食育」の

場として大きな可能性を感じています。

小林氏●コープながのが、32年続く「ふれあい農園」は、JAあづみの協力で植え付けから収穫までを過年で行っています。子どもたちが野菜嫌いを克服できたり、親世代も生産者のこだわりを知ることで価格を見る目が変わったり、生産者の方々と手を取り合うことの意義を実感しました。これは生協の力だけでは決してできない、大切な絆です。

提言

未来へつなぐ仕組みづくり

鈴木氏●このような素晴らしい体験を単発で終わらせず、「通年」の仕組みに進化させることが、援農や就農に繋がります。福島県喜多方市では小学校で農業を必修科目にしています。こうした先進事例を参考に、子どもたちが農業を座学と実習で学べる仕組みを地域全体で作っていったらいいですね。

中谷氏●行政としても、学校給食において栄養教諭と連携した地産地消の食育強化に取り組んでいます。また直売所を単なる農畜産物の売り場だけでなく、「生産者の想いを伝える拠点」として活用するために、専門のコーディネーターを配置し、魅力ある店舗づくりや取り組みを支援しています。

比嘉氏●今日の対話を通じて、価格形成とは数字の調整ではなく、未来を共に歩むための「約束」であると再認識しました。こ長野県から地域自給の新しいモデルを全国へ広げていきましょう。

※1日農業バイト「daywork（デイワーク）」は生産者と農業で働きたい人を1日単位で結びつけるサービス。

生産者と消費者による農畜産物の適正な価格形成実現に向けた行動宣言

食料は私たちが生きていくために必要不可欠であり、その生産基盤を次の世代へ繋げることは、私たちの大事な役割です。この行動宣言は、本行われたディスカッションの内容を共有し、生産者と消費者が一歩行動することで、県産・国産農畜産物の適正な価格形成の実現を目指します。また、生産者団体と消費者団体も相互に協力することで、各地域における両者の行動を積極的に支援します。

生産者は、安全で高品質な農畜産物を生産し提供することを通じ、消費者からの期待に応えます。あわせて、生産現場の現状や抱えている課題を積極的に発信し、県産・国産農畜産物を買ってもらうことが、生産者への力強い支援となることを伝えていきます。さらに、農業をより身近に感じてもらうよう、デイワークや食農教育などを通して、子供から大人まで幅広い世代の方々が農業を体験できる機会を提供します。

消費者は、デイワークや食農教育といった農業体験を通じて、生産現場の実態や農業への理解を深めます。これまで子供向けが中心であった農業体験に、今後は親世代を含む幅広い世代で参加します。また、物価が高騰している状況ではありますが、できる範囲で県産・国産農畜産物を選択することで、日々懸命に農作業に取り組む生産者の皆さんを応援します。

私たちは、交流を通じて相互理解を深め、適正な価格形成の実現に向けて、本シンポジウム参加者だけでなく、それぞれの地域の仲間と協力し共に行動することを通じて、持続可能な農と食を次世代へ引き継いでいく事をここに宣言します。

令和八年七月八日

農畜産物の価値を考えるシンポジウム

食の未来は、生産者と消費者の「理解」から耕される

適正な価格形成とは、決して一方的な負担ではありません。生産者と消費者の互いの実情を知り、農業の価値を理解し合うことから生まれる「信頼」の証です。これからも対話を絶やさず、長野の豊かな食卓を共に守り続けていきましょう。

JA長野県グループ JA長野県農政対策会議

【お問い合わせ先】JA長野中央会 営農支援部 〒380-0826 長野市北石堂町1177-3 TEL.026-236-2019 E-mail:nousei-n@chu.nn-ja.or.jp



国産を語ろう

毎年10、11月は国産国産月間です。

クイズ監修：管理栄養士・小嶋絵美

国産国産とは、「私たちの国で消費する食べ物は、できるだけこの国で生産する」という、JAグループのメッセージ。

この期間は、食や農に関心を持ってもらえるよう、全国各地でイベントやキャンペーンが行われます。

食の未来を自分ごととして捉え、国産を選ぶ価値を考えてみませんか。

人にしゃべりたい

細かすぎる

農畜産物クイズ



©みんなのよい食プロジェクト

Q1

良質のタンパク質を含むとされるのはどちらでしょうか？

- A 米
- B 小麦

Q2

ブドウの最も甘い部分は次のどこでしょうか？

- A 房の上の部分
- B 房の下部分

Q3

本当にある牛肉の部位はどれでしょうか？

- A マメ
- B イモ

Q4

私たちは栗のどの部分を食べているのでしょうか？

- A 果肉
- B 種

Q5

乳牛・ホルスタイン1頭から1日に搾れる牛乳の量は？

- A 平均 10 ～ 15 L
- B 平均 20 ～ 30 L

Q6

人と豆には共通するあるものがあります。それはどこでしょうか？

- A 口
- B へそ

Q7

お茶には、抹茶や緑茶、紅茶などの種類がありますが、

これらの違いはどのような理由からくるのでしょうか？

- A 木の種類が違う
- B 栽培管理や製造過程が違う

Q8

シイタケにはビタミンDが豊富に含まれているといわれますが、さらにビタミンDを増やす工夫はどれでしょうか？

- A 日光に当てる
- B じっくり火を通す

Q9

同じ作物を同じ土地で何年も連作したときに発生する病害や生育障害を連作障害といいます。ほとんどの作物で発生しますが、連作障害が起きにくいとされる作物があります。どれでしょうか？

- A 水稲
- B 小麦

Q10

サツマイモの花とそっくりな花があります。それはどれでしょうか？

- A パラ
- B アサガオ

解説

- ①食品に含まれるタンパク質の質を100点満点で評価する「アミノ酸スコア」は、精白米が80、小麦が42です。米と大豆や肉、魚を組み合わせるとさらにバランス良く栄養をとることができます。
- ②ブドウは房の上側（軸の方）から甘くなり始め、成熟が進むにつれて下側も上側の糖度に追いついていきます。
- ③牛の腎臓は、豆がブドウの房状に集まったような見た目から「マメ」と呼ばれています。しこしことした歯応えが特徴です。
- ④栗の茶色く堅い「鬼皮」が果肉、とげとげの「いが」は皮に当たります。
- ⑤乳牛1頭からは1日に約20～30Lの牛乳が搾られます。乳牛は出産後、毎日搾乳しないと乳房炎という病気にかかってしまうため、1日に2回など欠かさず搾乳が必要です。
- ⑥人のへそはへその緒が取れた跡で、母親から栄養をもらっていた場所です。豆のへそも細い管でさやとつながっていて、そこから栄養をもらって大きく育ちます。
- ⑦緑茶・紅茶・抹茶は同じ「茶の木（チャノキ）」の葉から作られますが、製造方法や栽培方法が異なります。紅茶は収穫した茶葉を発酵させて作り、抹茶は収穫前の20日ほど日光に当てずに栽培した茶葉を粉末にします。
- ⑧生シイタケは日光に当てるとビタミンDが増え、香りも増します。食べる前に1、2時間軽く干しておくだけでも効果があります。
- ⑨水田は水を張ることによって養分が補給され不要な成分が流される他、有害な微生物や虫が減るため、連作障害が起りにくいといわれています。
- ⑩サツマイモとアサガオは、どちらもヒルガオ科サツマイモ属の植物で、花や葉がよく似ています。サツマイモの茎をアサガオに接ぎ木すると、アサガオの花が咲くといった面白い特徴もあります。

- B ⑩
- A ⑨
- B ⑧
- A ⑦
- B ⑥
- A ⑤
- B ④
- A ③
- B ②
- A ①

解説

食えることは、未来を選ぶこと

普段の買い物や食事の選択は、私たち自身だけでなく、次の世代の「食の未来」にまで影響します。日本は現在、食料の約6割を海外からの輸入に頼っています。もし輸入が止まったら——。そんなリスクを減らすために今、進めたいのが「国消国産」です。

「災害に備える」ように

「国消国産」運動を進める背景には、日本の食料事情があります。日本の食料自給率はカロリーベースで38%と、先進国の中でも低い水準にとどまっています。食料は輸入に依存しているのが現状で、国際情勢によっては突然、輸入が止まるというリスクを抱えています。

しかも、日本の農業は生産者が減り続けており、食料が必要になってもすぐに十分な量を生産できる環境ではありません。
「災害に備える」ように、普段から国産を選ぶことが、将来の食料を守る行動になるのです。

地産地消は国消国産の原点

「国消国産」と似た言葉に「地産地消」があります。地域で生産されたものをその地域で消費する取り組みです。

「地域で取れたものを食べる」「JA直売所で買う」「売り場で国産を選ぶ」「外食の時にも国産食材を使っているお店を選ぶ」——。その積み

「選ぶ」ことがすてに「行動」

重ね、その行動こそが国消国産となります。地産地消は、農畜産物の輸送距離が短く新鮮で環境負荷が少ないなどのメリットがあります。

野菜や肉を購入するときは産地表示を確認し、できるだけ国産品を選ぶこと、外食や加工食品でも国産原料に注目することが大切です。

旬の食材を選ぶことも有効です。旬の農畜産物は国内で安定して生産されることが多く、価格も比較的手頃で、味や栄養価も高い傾向があります。さらに、食べ残しを減らす「食品ロス削減」も重要です。せっかく生産された農畜産物を無駄にしないことも、農業を支える行動につながります。日々の小さな選択が、未来の食を守る力となるのです。

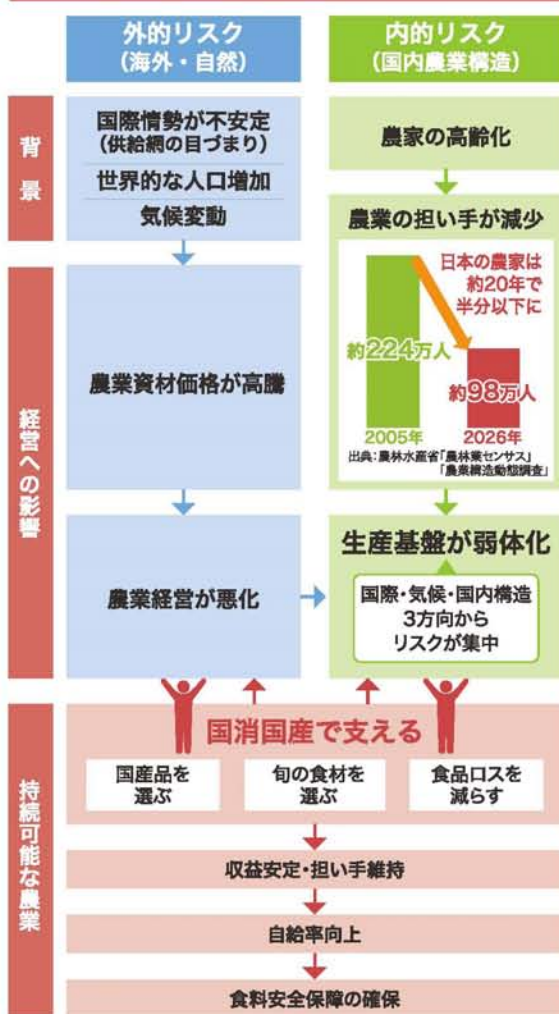
日本の食料自給率は先進国でも最低水準

食料自給率(カロリーベース)の比較



出典：農林水産省ウェブサイト「世界の食料自給率」
※諸外国は2022年度、日本は2024年度の数値を使用

国消国産で食料を巡るリスクを低減



10月16日は
「国消国産の日」

国消国産月間はキャンペーンいろいろ

JAグループは国連の「世界食料デー」に合わせ、毎年10月16日を「国消国産の日」としています。また、10、11月の「国消国産月間」の期間中は、①JA直売所を複数回訪問すると全国の農畜産物が当たる「JA直売所キャンペーン」や、②JA全農の通販サイト「JAタウン」ではお客さまの送料負担なしとなる「JAタウンキャンペーン」——など、JAグループ各組織がイベントやキャンペーンを展開します。10月3日(土)には東京都内で大都市圏の消費者を対象にイベントを開きます。



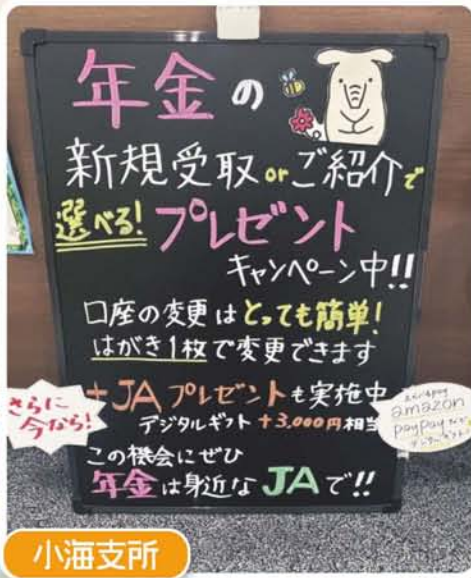
Be The One

25th
ANNIVERSARY
JA長野八ヶ岳

"年金の受け取りは身近なJAで!!"

「食と農で地域に笑顔をつくります」

「農」「食」「地域」「メンバーシップ」を基軸にした、組合員・利用者とのさまざまな「接点」と「総合事業性」を活かした金融仲介機能を発揮します。
JAとのつながりを広げ、深めることで、未来にわたり信頼され続ける存在を目指します。





JA長野八ヶ岳

年金をお受け取りのお客様特別定期貯金

年金友の会定期貯金



店頭表示金利に

プラス 年

0.15%



ご契約対象者 : 当JAに年金の受取口座をご指定いただいている方

お預入期間 : 1年

お預入金額 : 10万円以上

※自動継続後は店頭表示金利が適用されます。

※中途解約された場合は当JA所定の中途解約利率が適用されます。

くわしくはお近くの店舗窓口までお気軽にお問合せください。



JA長野八ヶ岳

長野県南佐久郡南牧村大字野辺山106-1

☎0267-91-1112

小海支所 ☎92-2061

南牧支所 ☎96-2021

北相木支所 ☎77-2211

南相木支所 ☎78-2211

川上支所 ☎97-2211

野辺山支所 ☎98-3366

息子(実名)をかたる 「オレオレ詐欺」急増中！

犯人からの接触方法

固定電話に電話を掛けてきます。



主な手口

① 息子を名のる者から

「〇〇(実名)だけど高校の同窓会の通知来ていないか」
「投資で儲けたので、お金を振り込みたい」
「このあと証券会社から連絡がいく」

などと電話がかかってくる



注意ポイント

- 実際の息子の**名前や出身高校**を言って信じさせる。
- 声の違いを「**風邪引いた**」や「**喉を手術した**」などと言ってごまかす。

② 証券会社の職員を名のる者から

「口座が凍結されていて振込ができない」
などと電話がかかってくる。



③ 息子を名のる者から

「脱税の疑いで口座が凍結された」
「逮捕されるかもしれない」
「弁護士事務所の職員が**お金を取りに行く**」

などと**お金を要求する電話**がかかってくる。

弁護士事務所職員を名乗る者が訪問し、現金をだまし取る。



電話でお金はすべて詐欺！

相談は最寄りの警察署又は#9110

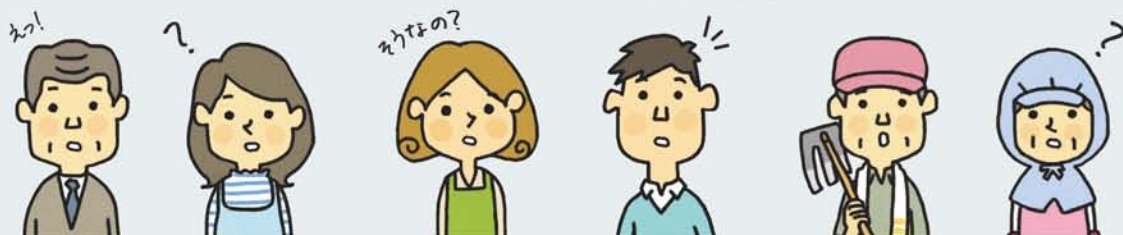
長野県警察

お手続き
時の

2027年4月1日から 法令*が**改正**され 本人確認方法が 変わります!!

*犯罪収益移転防止法施行規則

共済の特定のお手続きにおいて、
本人確認書類のICチップ読取が原則必要となります。



マイナンバーカードによる 本人確認をお願いします。

〈ご準備いただくもの〉

- ✓ マイナンバーカード
- ✓ 署名用電子証明書のパスワード 半角英数字6～16文字
- ✓ JA共済アプリまたはLINEアプリをインストールしたご自身のスマートフォン

があれば、その他の書類不要で、あんしん便利!



マイナンバーカードに
スマートフォンを
かざして読み取り!

本人確認の仕組み
について

JA共済では、マイナンバーカードを使用し、高いセキュリティ性と信頼性を備えた公的個人認証サービス(JPKI)による本人確認を行っており、その実施方法や取得した情報の取扱いは法令およびガイドラインに準拠しています。



有効期間 令和8年9月1日～9月30日

増やす

JAの一時払養老生命共済



予定利率 **5年 1.75%** **10年 2.40%**

ご契約例

一時払共済掛金

1,000万円

このプランでのご加入可能年齢

0歳～80歳※

5年満期 満期時利回り 年約1.17%

満期共済金 1,058万6,200円

10年満期 満期時利回り 年約2.17%

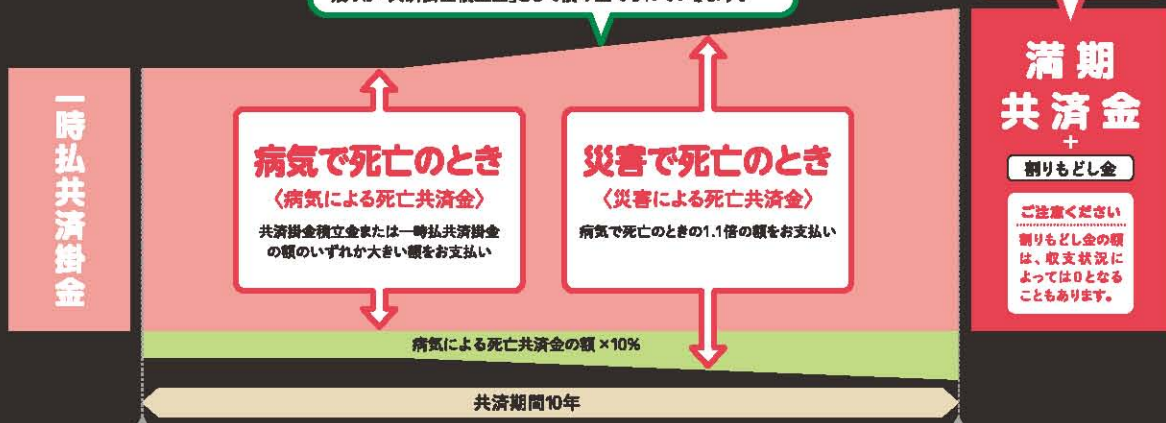
満期共済金 1,217万3,280円

- 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。

一時払養老生命共済

「共済掛金積立金」は契約時に設定された予定利率に基づき、将来のお支払いのために積み立てられています。共済掛金の一部が共済事業上必要な経費にあてられ、残りが「共済掛金積立金」として積み立てられています。

満期共済金をお受取りになれます。



共済期間	5年 10年	ご加入年齢	0歳～85歳 0歳～80歳	満期時利回りとは	満期時利回り(%)	満期共済金	一時払共済掛金	共済期間
予定利率とは								





まとまった資金の有効な活用方法は JA共済に相談を!

有効期間
令和8年9月1日～9月30日

のこす

JAの一時払終身共済 (平28.10)

相続対策にも活用できる生涯の愛情保障

ご契約例

60歳 男性

一時払共済掛金

1,000万円

ご加入可能年齢

0歳～90歳

病気・災害で死亡の場合

死亡共済金

1,586万4,250円

(適用予定利率:2.8%の場合)

生涯保障

医師による診査は必要なく

簡単な告知で

お申し込みいただけます。

2つとも「いいえ」の場合にご加入いただけます。

●現在、病気や外傷で安静療養中ですか?

●今後、入院または手術の予定がありますか?

※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。(令和8年9月現在)

備える

JAの一時払介護共済

人生100年時代に生涯の介護保障を!

ご契約例

60歳 男性

一時払共済掛金

1,000万円

ご加入可能年齢

40歳～75歳

公的介護保険制度に定める要介護2～5に認定されたとき
または、所定の重度要介護状態になられたとき

介護共済金※1

2,170万0,310円

(適用予定利率:3.2%の場合)

生涯保障

もしくは 上記の介護状態にならずに
お亡くなりになられたとき

死亡給付金 1,000万円 一時払共済金と同額

●介護共済金をお支払いした場合にはご契約は消滅します。

※1 責任開始時以後に生じた病気またはケガによる場合に限ります。

(令和8年9月現在)

- 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支払いいただく共済掛金が変動(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支払い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、お近くのJAにお問い合わせください。

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 [26169990236]

農業祭

10月31日(土)

女性部ブースの紹介

女性部員がまごころを込めて作ります！
女性部員一同ブースでお待ちしております。



小海支所

今年は小海産のお米を使った「おにぎり」を販売します。



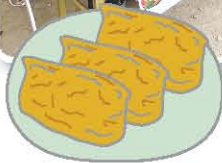
昨年は小海産イチゴを使ったイチゴパフェを販売しました。



小海支所 スコップ三味線部
ステージ演奏します♪
今年も新曲を披露します！

南相木支所

南相木支所女性部といえば「お稲荷さん」！
今年も販売します。



今年も心を込めて作ります。
ご賞味ください。

川上支所

川上村の伝承の味「はりこしまんじゅう」
を販売します。



毎年大好評です！
今年もお楽しみに〜

南牧支所

南牧産の花豆を使った「花豆おこわ」と
「五目混ぜご飯」を販売します。



役員一同、会場でお待ちして
おります。

野辺山支所

野辺山高原産の「おいしい野菜たち」を
販売します。



朝採れの新鮮なお野菜を
ご賞味ください。

小海支所

8/25 野菜部会第2回査定会

小海支所野菜部会では、第2回査定会を第一予冷库、小海予冷库の2会場で開催し、41名の生産者の皆さんが参加しました。市場4社、全農長野から2名、営農経済部から1名を招き、品目別にて担当者が販売情勢・荷作りポイント・実績について説明が行なわれました。栽培環境も激しい中、シーズン後半戦となりますが、有利販売に繋がるよう品質管理の徹底を再確認しました。



川上支所

化学肥料削減 8/10~
緑肥転換緊急支援事業

川上支所生産資材課では、去年に引き続き令和8年化学肥料削減・緑肥転換緊急支援事業として麦の配達を実施しました。

近年、センチウなどの被害が各地で発生しているため、こうした緑肥の事業の推進化が重要だと考えています。

今年度は47件941袋の申し込みがあり、ライ麦、エン麦、コブ減り大根を各申込者に順次配達し、10月上旬に播種日等を報告していただく予定です。



南牧支所

9/10 長寿お祝い

南牧支所年金友の会では、数え年で米寿8名、喜寿24名の皆さんへ長寿のお祝いとしてお花を贈呈させていただきました。贈呈する際、元気にお話をさせていただき、喜んでいただけました。季節も秋へと移り、寒暖の差がある日が続きますが、ご自愛いただき、これからもお元気で過ごしてください。また、今年も各種スポーツイベントや旅行を計画していますので、皆さん奮ってご参加ください。



南相木支所

南相木村ふるさと夏祭り 8/14

南相木村でお盆恒例のふるさと夏祭りが開催されました。今年は雨天の影響で内容が一部変更になりましたが、村民や帰省された皆さんが大勢訪れ、お祭りの催し物や花火大会を楽しんでいました。また、今年は当日の日中に社会体育館で信州プロレスリングの試合観戦も行なわれ、プロレスラーの迫力ある技に歓声が上がり、お盆休みの一日を楽しんでいました。毎年開催されるお盆のイベントは、帰省される皆さんのふるさと南相木に帰ってくる楽しみの一つにもなっています。



野辺山支所

8/29 南牧村元気まつり2026

南牧村では、銀河公園周辺・南牧村社会体育館において「南牧村元気まつり2026」が開催されました。当日は雨天でしたが、ステージイベントやウォーターサバゲー、マグロ解体ショー、各種屋台、キッチンカーなどさまざまな催しがあり、当JAでは、南牧・野辺山支所合同で「かき氷・わたあめ」のブースを出店しました。同会場で南牧村商工会による「のべやまルシェ」が開催されたり、ヤツレン感謝祭、国立天文台宇宙電波観測所による年に一度の「特別公開イベント」もあり、大勢の来場者が訪れて賑やかなお祭りとなりました。



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30日ぐらゐから短期間で収穫
いつものサラダに彩りをプラス

ベビーリーフ

ベビーリーフは特定の野菜の名前ではありません。葉菜類の種をまき、芽が出た後に葉(リーフ)を大きく育てないで小さな赤ちゃん(ベビー)の内に収穫する栽培方法のひとつです。種をまいてから30日程度で、害虫がつく前にサッと収穫できるので栽培はとても簡単です。

カラシナ、ミズナなどのツケナ類やレタス類、ホウレンソウ、ルッコラ、スイスチャードなどが使えます。ただし、種類によって種まき時期は異なるのでそれぞれの生育に適した時期を選んで種まきしましょう。

栽培のためのコンテナは、鉢やプランターのほか、ペットボトルで作ったリサイクルプランターを代用することもできます。いずれの野菜も発芽適温(地温)の範囲に18~20度を含んでいるので、冬は日の当たる室内などで出芽を促すのも方法です。いろいろな野菜を栽培してサラダの彩りにしてください。



ツケナ類「ベビーサラダミックス」
カラシナなど、8種類のツケナ類の種子がミックスされ、一年中ミックスサラダが楽しめる

【基本情報】

- 分類: アブラナ科アブラナ属
- 原産地(二次中心を含む): 中央アジア、中国、日本など
- 発芽適温(地温): 20~25度
- 生育適温(気温): 15~25度
- 日当たり: 日なた/夏は半日陰
- 好適pH: 6.0~6.5

【病害虫情報】

アブラムシ・コナガ: 外で栽培する場合は不織布を上からかけて害虫の侵入を防ぎ、収穫は適期に行う。
べと病: 葉に黄斑、葉裏にカビが発生する。水は午前中にやり、間引きで株間を空けて多湿を避け、通気を心がける。

ベビーリーフの栽培方法

※温暖地を基準に記事を作成しています。

1 種まき

軽く湿らせた培養土を小型のプランター(長さ32cm・2.5L)の縁から1cmほどの高さまで入れる。このとき、表面はできるだけ平らにする(写真1)。種は10cmぐらゐの高さから指をすりながら、間隔が1~2cmになるようばらまく(写真2)。種が重なったときは、ピンセットなどで重なった部分を取り出して、種の少ないところにまく。上から種が隠れるように土をかける。最後に土と種が流れないように注意深く水やりする(写真3)。プランターは日当たりの良いところに置き、適温を保つ。

ポイント 出芽までは土が乾かないようにする。1日に1~2回ほど、水をしっかりとやる。

2 出芽後の管理

ツケナ類ならば2~3日で芽が出てくる。出芽後は病気を防ぎ、苗がもやし(徒長)にならないよう、できるだけ日当たりと風通しの良いところで育てる。水は午前中に1回程度やり、雨や曇りで土が乾かない日は水やりを控える。

ポイント 室内で出芽させる場合は、徒長を防ぐため、土表面が盛り上がってきた時点で外に出す。

ペットボトルのリサイクルプランターの作り方

四角いペットボトル(2L)が安定して使いやすい。横に寝かせた状態で上8分の1を切る(写真7)。底の部分に水の抜ける穴を千枚通しなどで多めに開ける(写真8)。切った上側の部分は、天地を逆さまにすれば、そのまま受け皿として使える(写真9)。

3 間引き

最初の間引きは子葉が十分に開いたらする(写真4)。出芽が早過ぎるものや遅過ぎるもの、子葉の形が悪い、数が多い、少ない、色が白いものなどをピンセットで抜くか、はさみで切るなどして葉と葉が重ならないよう株間を空け、苗が健康に育つようにする(写真5)。2回目の間引きは本葉1枚が広がりはじめたらする。葉と葉が重ならない程度に苗と苗の間隔が2cmほどになるようにはさみで茎を切って取り除く。

4 収穫

本葉7~8枚、草丈20cmで葉の長さが10cm以上になったら早めに収穫する(写真6)。



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。

とんがりガラスツリー&鳥の巣アレンジ(アロマストーン付)

9月11日に「とんがりガラスツリー&鳥の巣アレンジ
教室」を行いました。

とんがりガラスツリーは固まるハーバリウムで作ります。今までにも何回か固まるハーバリウムでの作品を作りましたが、今回は三角錐のガラス容器に花材等を入れて作りました。透明なガラスの中に花を重ねていくと、同じ花材でもその人らしい作品に仕上がるのが面白いところ。たくさん花材を選びながら、「この花は大きくするかな」「この向きが出したいな」など、お気に入りを選びながら一つ一つ丁寧にアレンジしていただきました。

鳥の巣アレンジは、ハーバリウムが固まっている間に作成希望の方のみに作っていただきました。鳥の巣の中に、先生お手製の鳥のアロマストーンを置き、その周りを花や木の実で飾っていただきました。アレンジする面積が狭いので、「結構難しい」「まとまらない」など苦戦していましたが、花材の配置や色合わせを楽しみ、完成した時にはとても素敵な作品に仕上がりました。参加者からは、「きれいな作品ができて大満足!」「普段できないことにチャレンジできて良かった」などの声が聞かれました。

先生からは、「日々忙しく過ごしていると、自分のためだけの時間を作るのはつい後回しになりがち。だからこそ、今回のような作品作りに集中する時間が少しでも癒しとリフレッシュになっていたらうれしいです。完成した瞬間の皆さんの笑顔を見るたびに私もうれしくなります」と話されました。

可憐な花たちに触れ、夢中になれるひととき……。気になる方はぜひ一度体験に参加してみてください。



あおぞら虹の会 会員募集

入会金
3,000円

- 月々の掛金不要
- 入会者が亡くなるまで何度でも特典利用可能

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。皆さんのご参加をお待ちしております!

11月13日(金)

三角バトンツリー
クリスマスバザー

12月24日(木)

お正月
フラワーアレンジメント

1月10日(日)

写真・写仏体験会

議事

第1号議案 期中決算基本方針(事務手続き)について

第2号議案 補助事業の導入および申請について

第3号議案 手形・小切手の全面的な電子化に向けた取り組みにかかる電子交換所脱退について

全ての議案について可決決定されました。

11月・12月年金相談会開催

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	11月	12月
小海	10日(火)	8日(火)
北相木	10日(火)	8日(火)
川上	10日(火)	9日(水)
南牧	12日(木)	10日(木)
南相木	12日(木)	10日(木)
野辺山	11日(水)	10日(木)

信連専任担当者による
年金相談会

■時間	午前10時～午後3時	
日程	11月11日(水)	
場所	野辺山支所	
日程	12月9日(水)	
場所	川上支所	

- ルール
- ①空いているマスに、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 9月号掲載の数独の答えは「9」でした。今回の答えは、レタス11月号に掲載します。

9月号 まちがいさがし 答え合わせ



- ①気球の模様が違う
- ②木の色が変わっている
- ③子どもの表情が違う
- ④おにぎりののりの向きが反対になっている
- ⑤付いている芋の数が違う

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12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!

応募締切 11月13日(金)

たくさんのご応募お待ちしております!!

我が家のミニチャイドル大募集!

あなたの自慢のペット“ミニチャイドル”を紹介しませんか?

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)

募集専用メールアドレス
minichidol@ytg.nn-ja.or.jp

応募方法

春 夏 秋 冬

旧暦の10月は神無月(かんなづき)。日本中の神様がいなくなってしまう月です。では、いなくなった神様たちはどこへ行くのかというと、出雲大社に集まるのだそうです。そこで神々は会議を開き、人間の運命や縁結びについて相談するのだとか……。また、来年の天候や農作物の出来なども話し合われているそうです。このことから出雲では神在月(かみありづき)とも呼ばれています。

神様! できれば来年は猛暑や大雨、地震などの災害が少ない一年になりますように! 農作物も程よく豊作でありますように! そして最後に、私にもぜひ良い縁がありますように! あつ、できればお金との縁もよろしく願っています!



しんかい ただひろ
新海 正博さん
(川上支所)

新海さん(35歳)は栃木県出身。東京でサラリーマンとして働いていましたが、結婚を機に奥さんの実家である川上村へ移住。農業を継いで4年が経ちました。生産品目はレタス、グリーンリーフ、キャベツ、ハクサイ、自家用の長いもなど。義父母と外国人従業員3名で営農しています。

今年度、JA長野八ヶ岳青年部協議会の会長を務めています。青年部を通して、地区の同世代とのつながりが広がったそうです。今年5月には推進会議に参加し、他支所役員や市場関係者との意見交換を行ない、野菜の流通などを詳しく知ることができて、とても良い経験になったと振り返りました。「農業を一から勉強している中で、いろいろな人から意見を聞き、自分のやり方やリズムに合っているものを取り入れている。また、農業に携わる中で契約の大切さを感じ、その重要度は高いと思う。今年のような不順な天候でも、部会の仲間と協力して契約を切らず頑張っていきたい。試行錯誤の連続だが農業は楽しい。自分の努力が目に見えて返ってくる。手をかけたただけ答えてくれるのが面白い。このところの葉物野菜の価格を見ると、需要と供給のバランスの崩れを感じるので、ピーマンやズッキーニなど小野菜などの他品目分野に挑戦してみようかとも考えている。JA、生産者同士で協力し合って販路の道筋を立て、新しい品目にもチャレンジしたい」と意気込みを語りました。

新海さんは有機栽培にも興味があり、現在は減農薬や有機肥料を使った農業を行ない、微生物を生かした土づくりを意識しているそうです。「子どもが生まれてから、国産や体に良いものに意識が向くようになった。家庭菜園で子どもが楽しそうに収穫している姿を見ると、なおさら土からの安全安心を考えようになった。有機栽培を意識した野菜部会にも所属しているが、部員をもっと増やして部会を存続させていきたい」と話してくれました。

また、「最近、野菜を食べる人が減っている。一人暮らしでもレタス1玉を食べる方次第で消費できる。SNSなどを活用し、生産力のある産地から野菜の魅力や野菜をおいしく楽しめるレシピなどを発信していくことで消費者に興味を持ってもらえるとうれしい」と話してくれました。

趣味は、キャンプや奥さんの趣味でもある登山に一緒に行くなど、アウトドア派。川上村の寒い冬でも焚火を楽しみ、テント泊をするそうです。「今年は家族みんなでキャンプに行きたいなあ」と優しいお父さんの笑顔でした。

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/

