

組合員とともに、地域とともに JA ながの月刊広報誌 Vivid [ビビッド]

Vivid



公式キャラクター
「じゃえ〜ながまる」

2026.1
vol.113

組合長 年頭挨拶 JAあいち知多との 女性部交流会

今月の表紙

撮影協力: 長野市馬術連盟 長野リンゴくらぶ
撮影場所: 長野市若里

CONTENTS

組合長 年頭挨拶	2~3
Vivid祭について	4
女性部JAあいち知多交流会について	5
地域の話題	6~7
女性部活動	8
レシピ/おらほの民話	9
農政情報	10
営農情報	11
土づくり	12
生産者紹介	13
おらほのお元気さん	14
こころでいっぶく/病院だより	15
文壇	16
お便りコーナー/クロスワード	17
今月のお知らせ	18~24

謹賀新年

JAながの

<https://www.ja-nagano.iijan.or.jp/>



JAながの公式
Instagram



JA_NAGANO

令和八年

謹賀新年



ながの農業協同組合
代表理事組合長

宮澤 清志

新年あけましておめでとうございます。組合員、地域の皆さまにおかれましては新たな抱負と期待を抱き、新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。旧年中は、JA事業に対し格別なるご理解とご協力を賜りましたことに厚く御礼申し上げます。

昨年の管内における農業は、一昨年12月の大雪によりぶどう棚が倒壊するなどの被害が発生し、部会及び組織を上げ早期復旧に取り組んでまいりました。心配した春先の凍霜害などは少なく順調な生育でしたが、異常気象による猛暑の発生により、野菜は収量減、果実について収量は確保できているものの高温・干ばつの影響を受け、小玉果並びに着色不良や日焼け果などの品質低下が多く発生しました。これに対しJAでは「高温・干ばつ対策本部」を設置し、特報の発信や栽培講習会の開催、灌水ポンプの購入助成などの対策に取り組みました。



JAながのが目指す3つの柱

- ◆ 産地振興の強化と農産物価値の向上
- ◆ 魅力ある事業を通じた仲間づくり
- ◆ 健全で持続性のある経営基盤の確立



秋口には、ぶどうの「クイーンルージュ」®「シャインマスカット」、りんごでは、「秋映」「シナノスイート」のJA初となる統一品評会を開催しました。厳しい気象環境のなか素晴らしい出来栄に、生産技術の高さが証明され、併せて行った重点市場トップセールスでも高い評価をいただき、JAながのブランド定着に向け、県内外への管内農産物のPRを行いました。

国内では、大阪・関西万博が開催され、地域創生や技術革新の成果が国内外に示されました。経済面では物価高や円安の影響が続く中、賃上げや投資促進により景気回復の兆しが見えつつあります。政治面では、史上初となる女性総理大臣が誕生し、積極財政と安全保障強化を掲げる新体制が始動しました。また、2年越しの米の価格や需給調整が話題となり、食の安全と安定供給の重要性が再認識された一年でもありました。

令和8年度は中期3か年計画の中間年を迎えます。初年度の成果を踏まえ、さらに地域農業の発展と持続可能な社会の実現に向けて努力してまいります。皆さまの変わらぬご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

組合員の皆様におかれましては益々ご健勝にてご活躍されますこと心よりご祈念申し上げ、新年のご挨拶といたします。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます

副組合長 岡田 康

代表理事 小林 武郎
専務理事

常務理事 中村 稔光

常務理事 山岸 栄

常務理事 小池 宏明

代表監事 山岸 今朝之

常勤監事 丸山 隆一

外 役員一同

Vivid祭が開催されました

10月から11月にかけて管内各地でVivid祭が開催されました。地域の特色溢れる催しとなり、大勢の組合員や地域住民の方々にお越しいただきました。

ながの北部ブロック アグリながぬま

ながみる君達も登場!!



飯綱権現太鼓のオープニングアクト



ながの西部ブロック あもり農産物直売所

大好評のお米詰め放題



来場者特典のバケツプレゼントに長蛇の列



ながの西部ブロック 信州新町支所

吹奏楽の華やかな演奏も



太鼓の力強い演奏も



ながの中部ブロック うえまつ農産物直売所

農産物やA・コープマーク品の販売



ちくまブロック A・コープびんぐし店

りんごの直売



志賀高原ブロック 山ノ内町役場敷地内

子どもに人気のながみる君



須高ブロック A・コープすこう店

大人気のみかん詰め放題



りんごの詰め放題も



みゆきブロック 有尾事務所

大きなアルコマも登場!!



女性部持ち寄りの農産物



息を飲んで見守るビンゴ大会



餅つき大会



JAながの女性部・JAあいち知多女性部 交流会

12月11日（木）愛知県にて、姉妹JAを結ぶJAあいち知多女性部との交流会が開催され、女性部役員9人と女性理事6人の計15人が参加しました。女性部として他JAとの交流会は合併以来初の試みとなりました。

交流会のテーマは「女性部が取り組んでいる食農教育活動」と「私の地域の伝統食や郷土食」。始めに両JAと女性部活動について紹介したあと、テーブル毎に座談会形式で地域のことや郷土食の作り方について意見交換をしました。交流会のテーマ「郷土食」にちなみ、各県の郷土食も味わいました。あいち知多女性部からは、手作りで愛知の郷土食「おにまんじゅう」と「おこしもの」が、長野からは「おやき」と「りんご」が振舞われました。そこでしか味わえない地元ならではの味覚を楽しみながら、食文化を通して地域の魅力を再発見する和やかな交流会になりました。初開催となったこの交流会を通して、今後の女性部活動がさらに地域に根差した活動となるように積極的に取り組んでまいります。



全員で記念撮影（JAあいち知多総合本部にて）



手作りの郷土食



JAながのを紹介する二ノ宮部長

交流会の様子



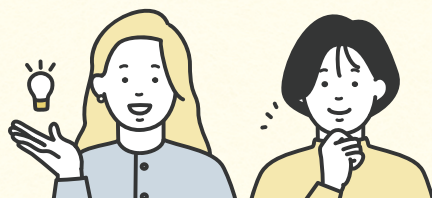
お互いの郷土食の話で盛り上がり、みなさんフレンドリーでとても楽しい交流会でした。今回は役員の交流会でしたが、次は女性部員が参加する交流会をぜひ開催したいです

女性部料理コンテストを開催してレシピbookを作っている事に驚きました。ながのでも出来たら！

女性部の情報誌を発行しているとのこと。JAながのでも出せるといいなと思いました

知多管内の農畜産物ブランド「知多どれ」。JAながのでもこういった統一ブランドがあったらいいな

女性部のみなさんが朝から作ってくれた郷土のおこびれに感動しました



女性部員の感想から

山ノ内町 サンふじ品評会

JAながの志賀高原りんご部会と山ノ内町と同町農業再生協議会は12月10日、「山ノ内町サンふじ品評会」を山ノ内町文化センターで開催しました。昨年は降雹の被害、夏場の高温、少雨の影響でりんご作りが難しい年となりましたが、町内のりんご生産者が丹精込めて栽培したサンふじ32点の出品がありました。審査員は、同JA宮澤組合長をはじめ行政と市場関係者、地元旅館の女将の会代表者など13名で、玉揃いや着色のムラ、着色の濃さや果形の揃いといった外観審査に加え、糖度と重量、食味を含めた4項目を中心に総合的に審査を行いました。最優秀賞を受賞したのは養田俊崇さん。出品されたサンふじは大果大阪青果へ出荷されました。



審査の様子

小学生が ライスセンター見学



説明をするJA職員

坂城町立坂城小学校の5年生児童28人が10月下旬に、社会科見学でJAながのちくまうライスセンターを訪れました。児童らは「わたしたちの生活と食糧生産」の授業で、主食である米や麦類の乾燥選別・保管について学ぶために同施設を見学。収穫された米穀類が同施設に運ばれ、乾燥・選別・荷造り・検査・出荷までの一連の流れや施設内の機械の役割の説明を受け、学びを深めました。児童らは玄米に調整されたコシヒカリと風さやかを実際に手に取り、品種ごとの違いを学び「どの種類の米も全部一緒だと思ったら大きさが違ったのでびっくりした」と話しました。説明を担当した営農技術員は「普段食べているお米はどのようにして出荷されているかを学び、地域農業に興味を持ってもらうきっかけとなれば嬉しいです」と話しました。

管内の農産物直売所で りんご直売市開催

11月中旬にJAながの管内農産物直売所にてふじ直売市が開催されました。長野市の「アグリながめま」では県内外からの買い物客が、贈答用や家庭用のりんごを購入していました。また、店内の販売スペースでは旬の野菜や様々な品種のりんごが並んだほか、数量限定のきのこセットも販売されました。新潟県から来た買い物客は「毎年この時期を楽しみにしています。たくさん買わせていただきます。」「毎年変わらず美味しいので近所に配るととても好評です」と嬉しそうに話しました。



直売会の様子

芹田支所 管内のりんご販売



会場の様子

芹田支所では2年目の活動として11月下旬から毎週金曜日、管内の飯綱町産のりんご販売を行いました。事前に同支所の看板を活用し告知を行ったこともあり、当日は8時45分から販売開始にもかかわらず、30分前から待つ方もいるほど盛況でした。用意した「サンふじ」「シナノゴールド」は開始後すぐに完売となり、購入いただけなかったお客様は次週販売時の予約をしていただきました。購入された方は「りんご販売を楽しみにしていた。家の近所で飯綱産のりんごが購入できて嬉しい」と話しました。りんごの販売は12月の中旬まで行われます。

2025虹の花束コンサート開催



演奏の様子

演奏。閉
演後には、
来場者へ
感謝の気
持ちを入
めてカー
ネーショ
ンをプレ
ゼントし
ました。

虹のホールグループが主催による「虹の花束コンサート」を、11月13日にキッセイ文化ホール、同19日にホクト文化ホールで開催しました。当コンサートには、グリーンフサポートという大切な人を亡くしたり、災害に遭ったりし悲しみを抱えている人を支えるための専門的な考え方の一環として「ご遺族の心に寄り添う時間を提供すること」を目的に開催しています。12回目の開催となる今回は、一昨年4月から昨年3月までにJA葬祭で葬儀をされたご遺族を招待し、両会場合わせて1,041人の方にご来場をいただきました。コンサートでは、ベートーヴェンの「ピアノトリオ第3番」などのクラシック音楽を中心に11曲を

防犯訓練で利用者の安全確保



強盗訓練の様子

豊田支所では12月上旬、強盗と電話での特殊詐欺を想定した、防犯訓練を行いました。職員の防犯意識を高め、非常時に迅速な対応ができるようにする事を目的として、毎年管内支所で行っています。訓練では、犯人に扮した中野警察署の警察官が同支所に押し入り、現金を強奪し逃走するといった内容で行われました。また、電話での特殊詐欺を想定した訓練も行いました。

JAでは防犯訓練や特殊詐欺未然防止の研修会を行うとともに、近年多発している電話で還付金詐欺などについて、「自身で判断せず、まずはJA職員へ相談しましょう」と呼びかけています。

白ネギフォーラム県内初開催

地域のイベント



第二部の様子

木島平村のSBCリゾートで12月6日、長野県下では初開催となる白ネギフォーラムが開催され、白ネギ生産者をはじめ市場、行政の関係者ら約100人が参加しました。同フォーラムは県産ネギのPRやネギによる地域振興を目的に開催された。「全国のネギ情勢について」の講演では、各県の産地状況の解説や、昨今の猛暑によるネギへの影響によるアザミウマの発生のお話に、参加者は熱心に耳を傾けていました。第一部では、県内の白ネギ栽培に取り組む生産者4名が登壇しました。今後の展望について、AI技術を活用した作業効率化の可能性についても議論されていました。

翌7日にはファームス木島平でねぎ祭りが開催され、土付きネギの販売や白ネギをふんだんに使用したねぎ汁、焼き鳥などが振る舞われ、多くの人で賑わいをみせました。

武水別神社「大頭祭」



練り祭りの様子

千曲市八幡にある武水別神社で12月10～14日の5日間「大頭祭」が行われました。

同祭は、その年の五穀豊穡を神に感謝する新嘗祭の事で400年以上前から続く伝統行事で国の選択無形民俗文化財に指定されています。

一番賑わう「練り祭り」(大名行列・練り込み)は5日間毎日、白装束姿の「頭人」5名を中心に、斎の森神社から武水別神社まで米や野菜などのお供え物を運びます。行列には宝船や武者行列・お囃子などが加わり賑やかになり、沿道の家々では豆がらを燃やして行列を迎えるのが習わしです。宝船からは「御供まき」が行われ大賑わい。JAでも地域の伝統あるお祭りに協力し、「御供まき」の品々を提供しました。



牡羊座 (3/21~4/19)

【全体運】緊張感を持って事に当たれば道が開けます。一つ一つ丁寧に前へ進めていきましょう。下旬に変化の兆しあり
【健康運】疲れを感じたら無理をしないこと。休めば回復 【幸運の食べ物】セリ



仲間と公正を
すべての人に

完成した作品

▲完成した作品



▲完成した作品



▲どんなカゴができるかな？



ながの西部地区 ペーパークラフトでかご作り

16 平和と公正を
すべての人に

芹田支部は11月中旬、昨年も開催して好評だったペーパークラフト講習会を開催し16人が参加しました。西山支部の松本豊美さんを講師に、ティッシュ箱やリモコンなどが入れられる長方形のカゴを作りました。和気あいあいとした雰囲気の中、早く出来た人も先生になって部員同士が協力し、自然と仲も深まりました。それぞれアクセントカラーを入れた作品は、お互いに「可愛くできたね」「何を入れようかな？」と嬉しそうに話していました。



ちくま地区 郷土食おやき作り講習会

12 つかも責任
つかう責任

ちくま地区は12月4日、2回目となるおやき作り講習会を開催し20人が参加しました。小麦粉は地粉を使い、具は地元産のかぼちゃを千つきし、すりごまや味噌で味付け。丸めたおやきはフライパンで焼いてから蒸し器で15分蒸し上げました。地元の食農文化伝承グループ、かけはしの会に所属している女性部員を講師に、一人で作る時の工夫や作り方のコツを教えてもらいながらおやきを丸めました。参加者は「具がはみ出さないように包むのは難しかったが、大勢で作るのは楽しい」と話しました。



▲上手にできますように。



ながの中部地区 支部交流会

16 平和と公正を
すべての人に

ながの中部地区は10月30日、戸隠宝光社で吉田・裾花両支部の交流会を開催しました。各支部から総勢38人が参加し、太々神楽の鑑賞、富岡旅館では地産地消の食事を楽しみました。県指定無形民俗文化財に指定されている十座の舞の中から、降神の舞（御神入の舞）、三剣の舞、身縋（みそぎ）の舞、岩戸開きの舞を鑑賞しました。中部地区女性部の為だけに舞ってもらったということで、参加者は「普段見られないものを見られてとても良かった。」「お料理も手がかけられてとても美味しかった。」と話しました。



▲宝光社にて記念撮影



みゆき地区 千支クラフト教室

16 平和と公正を
すべての人に

みゆき地区は12月5日、エコクラフトテープを使った「千支クラフト教室」を開催し、部員32人が参加して2026年の千支、「午」を作りました。この教室は令和元年に始まり、今年で7年目となります。今年も木島平村在住でクラフト作家の高森晴美さんを講師に午の胴体を「うろこ編み」で編み、頭、足などのパーツをつけて完成させました。参加者は、完成したお互いの作品を眺めながら「新年に玄関に飾ります。」「孫の千支なのでプレゼントします。」など笑顔で話しました。



▲講師の高森さんの説明を聞く参加者



女性部レシピ

ちくま地区 坂城支部
わいわいと笑顔が出る料理クラブより

おとうじ(おにかけ)



材料(4人分)

ひやむぎ 300g

【具材】

しめじ 200g 油揚げ 2枚

にんじん 50g 油 大さじ1

たまねぎ 中1個 だし汁 4カップ

長ネギ 1本 しょうゆ 180cc

干しいたけ 3個 塩 小さじ 1/2

ちくわ 2本 砂糖 大さじ 1

作り方

- ①ひやむぎを少し硬めに茹でる。
- ②具材をすべて細い短冊に切り、鍋に油を引いて、中火で軽く炒める。
- ③②へ だし汁を入れ、しょうゆ・砂糖・塩で少し濃く味をつけておく。
- ④とうじ箸に茹でた麺を入れ③の熱い汁の中で、とうじで早くお椀に盛りネギの小口切りを添えて出来上がり。
※柚子の千切りを添えても美味しいです。

-
- 「おとうじ」は竹のとうじ箸で、めんを温めて食べる独特の料理です。
- 人寄せの時に作る特別の料理でもあります。
-

歴史発見!

「プチカ2」発祥地域..飯山市

おらほの民話

(第28話)

こばやし
ひろみち



皆さんが知っている地域に伝わる昔話や言い伝えを、
お便りまたはこちらのQRコードからお寄せください。



QRコード



牡牛座 (4/20~5/20)

【全体運】力になってくれる人は身近に。相談すれば役立つ話を聞けそうです。旅行、外出はいつもより遠出を。海外も◎
【健康運】スポーツを楽しめる好調運。下旬は慎重に 【幸運の食べ物】ナバナ

トランプ関税に脅されて さらに高まる食の安全性のリスク

農政情報

東京大学大学院 特任教授 鈴木宣弘

トランプ関税に伴う日米合意の結果、食の安全性に関するリスクも高まる可能性がある。国民の命と暮らしを支える食と農を、けっして犠牲にしてはいけない。今回は、輸入農産物に伴う食の安全性をめぐる問題を振り返りながら、整理してみる。

■「危ないものは日本へ」の構造

遺伝子組み換えでない国産大豆で作ったnon-GMO豆腐ですよという表示が一昨年から消された。日本でnon-GMO表示をされると、消費者が間違えて安全な遺伝子組み換えを不安に思うってしまう。誤認表示だからやめるという米国からの要求に応えたのだ。除草剤ラウンドアップについては、主成分のグリホサートの発がん性などが問題になって、世界中で基準が厳しくなっている。世界で厳しくなると日本人が食べていい基準だけ、そばで150倍とか小麦で6倍とかに緩められた。さらに、ラウンドアップは日本では農家は雑草にかけるが、米国などでは、これを大豆・トウモロコシ・小麦に直接かけている。それを世界で一人当たり1番多く、輸入食品から直接食べてしまっているのが日本人の悲劇だ。

ゲノム編集についても、米国から審査もするな、表示もするな、と要請されて、日本は野放しにした。しかし米国発のゲノムトマトの販売会社は、日本人も心配するだろうから、どうするか。今、全国の小学校にゲノムトマトの苗を無償配布して、子どもが育てたおいしいゲノムトマトを、給食で、おうちで食べようねと、日本の子どもを実験台にした新しいビジネスモデルかのように国際セミナーで発表した。まさに実験台だ。そうやって日本の子どもたちから広げて、儲かるのは特許を持っている米国のグローバル種子農業企業だ。

果物や穀物も海外から船で運んでくるときは、日本では禁止されている収穫後の防カビ剤をかけざるを得ない。発がん性がある。だから日本は米国のレモンを海に捨てたが、米国の逆鱗に触れて、「自動車を止めるぞ」と言われ、禁止農薬を食品添加物に分類変更した。こうして我々は危ない果物や穀物を食べ続けている。

それから牛肉については、エストロゲンという女性ホルモンが乳がんの増殖因子ということで、日本では牛や豚の飼育には禁止だが、米国などでは使っているのだから、日本は輸入肉の検査をザルにした。オーストラリアも喜んで、禁止のEUで売るときは使わないが、日本向けには使ってきている。今や世界の合言葉は「危ないものは日本へ」なのだ。産婦人科の学会誌にも米国の肉から600倍のエストロゲンが出てきて、日本におけるホルモン剤の増加と関係あると発表された。

■トランプ関税に脅されて増える輸入農産物のリスク

「令和の米騒動」への対応では、稲作農家を支えて生産振興する対策は出されずに生産現場の不安を放置したまま、備蓄米も使い果たし、次は輸入しかないというストーリーがつくられていたかに見える。トランプ大統領に、もっとコメを輸入しろと言われ、自動車を守るにはコメを出すしかないかのように、譲ってはならない最後のカードであるコメまでが差し出されるストーリーだ。まさに、「盗人に追い銭」外交を展開してしまった。

当初から、MA(ミニマム・アクセス)の輸入枠、77万トンのうち約半分の35万トン前後はアメリカから必ず買うと「密約」していたのは関係者間では「公然の秘密」だったが、その「密約」を何と60万トンにまで拡大されてしまったのだ。

それだけでなく、米価高騰によって、MA米の枠外でも、341円/kgの「禁止的関税」を払っても輸入米が日本国内で3,500円/5kg前後で販売できるため、すでに輸入米が増加している。「カリフォルニアのカルローズ米はお手頃な値段で味もまずまず」と言っている人もいる。

しかし、輸入米には、船で運んでくるときに、日本では禁止の収穫後農薬の防カビ剤などがかけられている。加えて、防カビ剤をかけていても、発がん性の高いアフラトキシンというカビ毒が結構検出されている。こうしたリスクも消費者は認識しないといけない。さらに、第一次トランプ政権では、中国がアメリカとの約束を反故にした300万トンのトウモロコシまで「尻拭い」で買わされた。日本側は、「尻拭い」とは国内向けには言えないので、蛾の幼虫の被害のためにトウモロコシを追加購入しないとけなくなったと虚偽の説明をして処理しきれないトウモロコシの追加輸入を発表した。

今回は、最初から、トウモロコシに加えて大豆も「尻拭い」で買うことを認めている。「遺伝子組み換え+除草剤+防カビ剤」のトウモロコシと大豆の一層の輸入拡大は消費者の健康リスクを高めるし、国産トウモロコシや大豆の増産にも水を差すことになる。日本は大豆もトウモロコシも、アメリカ産より割安なブラジル産の輸入を増やしつつあったが、アメリカ産に逆戻りで、価格も高くつくことになる。

こうした問題もトランプ関税をめぐる日米合意に関して考えておかねばならないのである。



双子座 (5/21~6/21)

【全体運】気になっていることがあっても様子を見て。時間があなたの味方をしてくれます。情報をよく集めましょう

【健康運】気になるところは早めにケアを。健診もお勧め 【幸運の食べ物】レモン

畝間雑草の防除方法について



みゆき営農経済センター
美邊 浩

畝の間に生える雑草を防ぐには？

畝と畝の間に雑草が生えると、作物の栄養や水を取ってしまったり、病気や害虫発生の原因になることがあります。そこで、いくつかの簡単な雑草防除の方法を比較してご紹介します。



① 緑肥 マルチムギワイド



② 敷き藁



③ 防草シート

ちなみにマルチムギ、敷き藁には

①雑草抑制 ②病虫害の抑制 ③乾燥防止 ④地温抑制 ⑤すき込みで土壌に有機物を補給 等の効果があります。

実際に施用した結果、感想

① マルチムギ

播種機等を用いて、畝間へ播種。一人で2.5aの播種を行い、15分ほどで作業が完了。

2.5aあたり500gのマルチムギを使用。(1kgあたり1,164円)

マルチムギが枯れるとヒエやメヒシバ等の雑草が繁茂してしまいました。費用面、作業時間の面で優れていると感じました。

② 敷き藁

藁の厚さなどそれぞれありますが、2人で行い、2.5aあたり27分ほどの作業時間。

27ロール分のわらを使用。(1ロールあたり約500円)

雑草も出ずに、片付けもなかったため楽と感じました。

③ 防草シート

畝間へ防草シートを引き、固定。二人で行い2.5aあたり20分ほどの作業時間。2本分の防草シートを使用。(50m/本あたり約4,000円)

雑草の抑制はされましたが、片付け作業がある分少し手間になります。しかし、繰り返し使える点は良いと思われます。

雑草防除資材(畝2.5a)			
	マルチムギ	敷き藁	防草シート
施用時間	15分(一人)	27分(二人)	20分(二人)
施用量	約500g	約27ロール	約100m
片付け	不要	不要	必要
費用	582円	13,500円	8,000円



蟹座(6/22~7/22)

【全体運】ドキッとするこのある吉凶混合運。プラス面に目を向けて、ポジティブ思考がツキを引き寄せます。古物が吉
【健康運】けがに気を付けて。動く前に準備運動を 【幸運の食べ物】シュンギク

微量元素のホウ素とマンガンを含む肥料について

今回は、ふだんあまり意識しない微量元素についてのお話です。植物の生育に不可欠な微量元素を必須微量元素といい、現在8種類あります（鉄、マンガン、亜鉛、銅、モリブデン、ホウ素、塩素、ニッケル）。これらは、人にとってのビタミン類のようなもので、必要量は少ないですが、それぞれ大事な働きがあり代替がききません。この内、マンガンとホウ素は、欠乏症や過剰症が比較的起きやすい成分であることから、肥料の保証成分とされています。

◆マンガン(Mn)のはたらき…光合成に関係

マンガンは光合成を行うための葉緑素の形成に関係する元素で、不足すると葉脈が黄化してきます。マンガンは植物体内で移動しにくく、欠乏症状は上位葉から発生します。土壌pHが6.5以上の中性～アルカリ側になると、マンガンは水に溶け難くなり、作物に吸収され難くなります。この傾向は、土壌が乾燥すると助長されます。マンガン欠乏症は、ブドウやブルーベリーなどの果樹、ホウレンソウなどの野菜、麦類で発生しやすいです。一方、過剰症は、酸性土壌(pH5.5以下)や排水不良(還元状態)条件で多くなります。

◆ホウ素(B)のはたらき…細胞壁の材料

ホウ素は、植物の細胞壁の構造維持に必要な成分です。植物は、自分の体を支えるために、細胞壁という小さなブロック構造で体を支えています。ホウ素は、この細胞壁を補強する鉄筋のような働きをしています。このため、ホウ素は植物体内で移動しにくく、欠乏症は、細胞分裂の盛んな新しい葉や茎、果実などに発生します。また、ホウ素は、作物の種類によって必要量に違いがあり、アブラナ科野菜やブドウ、リンゴなどでは要求量の多い大事な成分です。ただし、作物による適正範囲が狭く、例えば、ダイコンには適正量でもダイズには多すぎるというように、施用量には注意が必要です。ホウ素欠乏は、土壌pHが7以上の畑や、乾燥した土壌で出やすくなります。またホウ素は多量のかん水や降雨でも流亡して欠乏しやすくなります。過剰症は、ホウ素を含む肥料を撒きすぎた場合に発生します。

◆微量元素を補うことのできる肥料

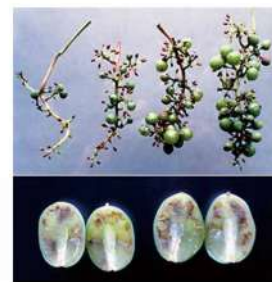
マンガンやホウ素だけ施肥することは、適正施用量が10aあたり0.5～数kgと非常に少なく、均一な散布が難しく過剰施用の危険があることから、応急対策以外はあまりお勧めしません。欠乏症が発生した場合には、葉面散布で対応しますが、気温の高い時期の日中散布は避け、希釈倍率(通常500倍程度)にも十分注意します。

マンガンやホウ素欠乏を避けるには、土壌pHや土壌水分を適正に保つことが重要です。マンガンは鉄と拮抗関係にあるので養分バランスも大切です。また、ホウ素は砂質土壌では流亡しやすいので、特にブドウなどでは注意が必要です。こうしたことは土壌診断をしないとわからないので、定期的な土壌診断をお勧めします。土壌診断結果から、マンガンやホウ素の不足が分かったら、通常の肥料に加えて微量元素肥料を追加して施肥します。適する肥料の例を表に示しました。「FTE」はFritted Trace Elements;「ガラス質の微量元素」という意味ですが、ホーローの上薬の製造技術を発展させて開発された肥料で、ゆっくり溶けて効いてきます。また、あらかじめマンガンとホウ素が含まれている肥料(単肥やBB肥料)も多くあります。「BMマルチサポート」や「BMようりん」等の「B」はホウ素(Boron)、Mはマンガン(Manganese)を保証成分で含むことを示しています。キャベツやハクサイ、ブドウやリンゴなどにこうした肥料を使うと、過剰害の心配がなく安全に施肥できます。



ブドウのマンガン欠乏症
葉と果実の症状(ゴマシオ症)

(出典: JA農業電子図書館)



ブドウのホウ素欠乏症状

上: 果房の湾曲(エビ症状); 開花前穂軸の褐変、小果粒で花振り症状
下: 果実の「あん入り」

(出典: JA農業電子図書館)

微量元素を補える肥料の例

肥 料	マンガン	ホウ素	施用量目安(kg/10a)
ホウ砂	—	W-B 34%	0.5～1.0 (土壌) 0.1～0.2% (葉面散布)
硫酸マンガ	W-Mn 40%	—	4～6 (土壌) 0.2～0.5% (葉面散布)
FTE1号	C-Mn 19%	C-B 9%	水稲: 3～6 野菜: 4～6 果樹: 4～8
FBM	C-Mn 20%	C-B 10%	FTEに準じる C-Mg 8%含む
BMマルチサポート	W-Mn 0.5% (1号) W-Mn 0.2% (2号)	W-B 0.2%	水稲: 40～60 野菜・果樹等: 40～100
ながの野菜専用肥料	C-Mn 0.4% (N-P-K-Mgを含む)	C-B 0.2%	いずれもBB(配合)肥料。 施肥量は品目で異なるので、 JAの施肥基準を参考にするか JA担当者にご相談ください。
ながの果樹専用肥料	C-Mn 0.4% (N-P-K-Mgを含む)	C-B 0.2%	

C: ク溶性(緩効性) W: 水溶性(速効性)



獅子座 (7/23～8/22)

【全体運】周囲の世話を焼くのは◎。ただ見返りを求めるとギクシャクします。善意でできる範囲にとどめましょう
【健康運】適度な運動が体調維持の鍵。ストレッチが吉 【幸運の食べ物】セロリ

次代を担う！ 輝く若手生産者

ぶどうの安定生産を目指して 試行錯誤中

摘粒作業をする山寄さん

主な生産物

ぶどう
ナガノパープル、クイーンルージュ®、
シャインマスカット 120a
りんご
シナノスイート、シナノゴールド、
サンふじなど 60a

農業は身近な存在

幼い頃から農業は身近なもので、自然と継ぐものだと考えていました。祖父が高齢になったこともあり、高校卒業後すぐに農大に進学し就農しました。

力を入れていること

今年、信州の環境に優しい農産物認証(50・30)を取得しました。減農薬と化学肥料の不使用で安心安全な果物の生産に力を入れています。ぶどうでは、特にナガノパープルの栽培に力を入れていて、裂果対策など安定生産を目指して毎年試行錯誤しています。

これから挑戦したいこと

・減農薬の面では、5割減の特別栽培認証取得を目指しています。
・ナガノパープルとクイーンルージュ®の安



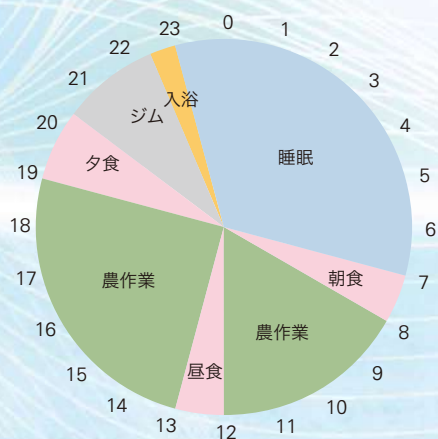
須坂市日滝

やまざき こうたろう
山寄 倅太郎さん(23)

趣味や楽しみ

趣味は野球、ソフボール、筋トレ、釣り、スノーボード、ゴルフなどたくさんあるので、時間を見つけて楽しんでいます。

定生産を目指して、両品種の裂果対策とクイーンルージュ®については病気の対策、着色管理などにさらに力を入れていきたいです。
・すでに取り組んでいます。品種交配でオリジナル品種の開発をすること



山寄さんのタイムスケジュール
夏バージョン



▲出荷される
クイーンルージュ®



▲品評会に出品



乙女座 (8/23~9/22)

【全体運】勢いのある好調運。実力をアピールすれば念願がかないます。すぐには諦めず強気で。華やかな場所にツキあり
【健康運】良好です。体を動かしてパワーアップ! 【幸運の食べ物】長ネギ



おらほのお元気さん



●趣味・生きがいについて教えてください。



ワイン用ぶどうの栽培は自然と向き合う難しさがある大切な趣味です。手をかけたぶどうがワインとなり、「美味しい」と言ってもらえる瞬間が励みになります。また地域の人が笑顔で暮らせるように力を尽くすことも私の生きがいです。



●元気の秘訣はありますか？

常に柔軟な視点を持つこと。

ぶどう栽培も形が決まらず発想次第で学びが生まれます。有旅ワイナリーを手伝う中でも、新たな気づきがあります。

●今後の目標・やりたいことは何ですか？

「このぶどう園を引き継ぎたい」と思ってもらえる農場づくりを目指しています。ここで育てたぶどうを原料にした有旅ワインが、広く評価されるようになればと思っています。



長野市
たきざわ もとお
滝澤 資大さん



「おらほのお元気さん」に出ていただける方を募集します！

対象：男女問わず幅広い年齢の方

ご連絡先 企画管理部総務課 ☎026-224-0550

●趣味・生きがいについて教えてください。

子育ても落ち着き、以前から興味のあった郷土の歴史と史跡の散策を25年ほど前から仲間と一緒に楽しんでいます。今は20人程でバスを借りて年に3回、歴史の先生の案内で県内外をお勉強中です。次はどこへ行こうか？計画を立てるのが好きです。



●元気の秘訣はありますか？

毎年、わが家で使う味噌は仲間と協力して作っています。自家製の野菜、他はスーパーで調達。料理をして自画自賛しています。

●今後の目標・やりたいことは何ですか？

健康に気を付けて、大好きな歴史散策を続けていきたいです。そして楽しいことを探し続けていきたいと思います。



長野市
はらだ ていこ
原田 貞子さん



天秤座 (9/23~10/23)

【全体運】壁を越えるチャンスです。難しいと感じていることにこそ熱心に取り組んで。良い解決策が見つかります
【健康運】ペース配分が大切。下旬は運動量を増やして◎ 【幸運の食べ物】小松菜

ここらでいっぷく

確実に進んでいる
地球温暖化



営農・経済担当常務理事
小池 宏明

地球温暖化にかかる警鐘が鳴らされて長らくなりますが、ここ数年肌で実感することが多くなりました。私がJAに就職した1980年には、猛暑日という言葉も存在せず、2007年から最高気温が35℃以上になった日を気象用語として定義されたとのこと。私の記憶も当てになりませんが、子供の頃は、長野市で最高気温が30℃を越すことがひと夏で数日程度、35℃を超えたことは記憶にありません。いっぽう、昨年の猛暑日は28日間でした。今や当たり前になりつつあります。また、降雨の状況も大きく変化してきており、「ゲリラ豪雨・線状降水帯」や干ばつ等の発生が常態化してきております。それに伴い、生産物への影響も確実にできています。国内でも生産物の生育北

限や標高が上昇するとともに、作りにくい範囲も拡大しています。良いこともある反面、果樹のように栽培期間が長い品目にとっては色づきや硬度の低下、日焼け、病害虫等被害の拡大が顕著に出てきています。米・野菜も同様に影響が表れています。私も僅かな面積ではありますが、戸隠で農業をしています。温暖化を実感する事象としては「高原豆」の収量が落ちてきていることです。播種時期を変えたり、樹木の影響等で日照時間が多少なりとも変化がある畑に作付けしたりと、色々試しています。なかなかうまくいきません。加えて、土日の作業や我流で栽培するのでなおさらです。JAながのでも温暖化対策を最重要課題として捉え、技術員それぞれが、品種の選定や資材試験等に取り組んでいます。1年で一回しか試験できないという非効率な現状と向き合いながらであります。その成果を生産現場に反映することを目標に、関係機関とも連携し進めています。所得確保に向けて、これからの頑張ってください。

病院だより

免疫力を高める食事

JA長野厚生連
南長野医療センター篠ノ井総合病院
管理栄養士

塩原 春菜

病院ホームページ
はこちらから



免疫力とは、体に元々備わっている、病気から身を守るシステムです。免疫力が落ちると風邪をひきやすくなる、傷の治りが遅くなるなどの症状がでてきます。免疫力を高め、風邪やインフルエンザなどの感染症から体を守りましょう。



免疫力を高める食事

主食(ご飯、パン、麺など)、主菜(肉、魚、卵、大豆製品などたんぱく質が含まれるおかず)、副菜(野菜、キノコ、海藻類など)を揃えた栄養素の不足がない食事が基本です。併せて、免疫力を高める栄養素を意識して摂りましょう。

免疫力を高める栄養素

皮膚や粘膜を強くし、病原菌の侵入を防ぐ働きや、免疫細胞の増殖、活性化を促すなどの働きがあります。

ビタミンA	人参、ほうれんそう、モロヘイヤ、レバーなど
ビタミンC	ブロッコリー、赤ピーマン、果物など
ビタミンE	南瓜、ナッツ、アボカドなど
亜鉛	牡蠣、あさり、牛肉、玄米など
セレン	魚介類、ごま、大豆製品など
銅	レバー、ナッツ、ココアなど
マグネシウム	アーモンド、魚介類、海藻類など

腸内環境を整えて免疫力を高める

腸には7割の免疫細胞が存在し、腸内環境を整えると免疫力が高まります。腸内の善玉菌は有機酸を作って悪玉菌の増殖を抑えたり、腸の蠕動運動を促して腸内環境を整える働きがあります。善玉菌を増やすには、善玉菌を含む食品(ヨーグルト、チーズ、納豆、味噌、キムチなどの発酵食品など)と、善玉菌の栄養となる食品(水溶性食物繊維を多く含む食品:野菜、イモ、海藻、キノコ、果物などや、オリゴ糖を多く含む食品:野菜、果物、豆類など)を一緒に摂ることが効果的です。



蠍座(10/24~11/22)

【全体運】コミュニケーションが活発化。たくさんの人と会うほど幸運に恵まれます。調べものや勉強にも良いときです
【健康運】大きく深呼吸。腹式呼吸で酸素不足を解消して 【幸運の食べ物】ユリ根

川柳の部

小宮山正雄 選

○特選

ひとつ入れみつ忘れし老の脳

本道 寛 長野市中条

選評：川柳らしい非常に面白い句です。数はひらがなの方が良いと思います。

○佳作

いい夫婦この日重ねていたきもの

飛田 一子 千曲市上山田

川柳を生き甲斐にして九十路

竹井 克美 野沢温泉村

気持よく目覚めて飲む茶ああ至福

林 和子 坂城町南条

熊除けの柿の木に巻く波トタン

久田 肇 小川村高府

湯豆腐はわが家の夕餉脇役に

宮坂 昭子 千曲市寂蒔

(敬称略)

○軸吟 子供には同じ目線で話す親

短歌の部

高野 等 選

○特選

ひまわりの迷い道を往復しいつしか老いぬ人生思う

井澤 栄一 飯綱町川上

選評：迷路を歩む、人生も然り。

○佳作

菊人形衣服全体菊模様もののみごとに一斉に咲き

柳澤 隆 千曲市稲荷山

稲掛けにうねり降り来し雀らの舞い立つ体は脱兎のごとく

柄沢 満則 坂城町綱掛

塗り重ねぬりかさねして冬夕焼飛驒連山の総立ちの峰

田中 延子 長野市稲葉

新米の価格二の次炊きあげる白さ色艶風味抜群

幸野 隆一 木島平村住郷

ロンドンに相撲公演幕開いて大銀杏追ふ歓迎の渦

飛田 一子 千曲市上山田

(敬称略)

ふはふはと付き纏ひけり雪婆夕一時間のウォーキング

選者

俳句の部

丸山晶子 選

○特選

この膝と長く付き合い紅葉散る

広岡 光子 長野市中条

選評：人生も紅葉散る頃になると自分の体に話しかけることが増えます。長く付き合ってくれた膝に感謝。今後よろしくと。

○佳作

大根干す家族の数や軒に影

大沼 瑞紀 飯山市蓮

笹の跡微かに付きし熟柿かな

松本 慧一 長野市差出

柿簾事なき村の駐在所

松本 宏要 長野市伊勢宮

小春日や背なより拝す六地藏

田中 延子 長野市稲葉

ひしめいて鍋沸沸と落花生

飛田 一子 千曲市上山田

(敬称略)

里神楽客は小路のひとつ分

晶子

文壇大募集

●募集作品

川柳・俳句・短歌：お題「自由題」

●締め切り 1月19日(月)必着

※選考作品は3月号にて発表します。

●応募先

〒380-0936 長野市大字中御所字岡田131-14
JAながのVivid(川柳・俳句・短歌)募集係(いずれかを記入)

お願い

川柳：1人2句以上3句以内(厳守) 短歌：1人2首(厳守)

俳句：1人2句(厳守)

●未発表に限ります。

●誤字掲載を防ぐため必ず楷書での投稿にご協力下さい。

漢字にはふりがなをふって下さい。

●氏名・住所・電話番号の記入を必ずお願いいたします。

射手座(11/23~12/21)

【全体運】高め安定運。心配事が解消へと向かいます。おいしいものを食べて活力アップ! 季節限定のメニューを楽しんで

【健康運】喉をよくいたわって。カリンや蜂蜜が味方に 【幸運の食べ物】伊予カン



お便りコーナー

みなさまのお便りをお待ちしております。

冬 になり急に落ち葉がたまりました。寒い毎日です。物価も値上がりして生活は厳しいです。野菜も高いので畑で作り自給自足しています。

（長野市 宮崎さん）



今 年は夏の暑さと水不足で農作物は上手に育ちませんでした。豆畑は雪の影響でまだ畑に残ったままです。鹿に葉っぱを食べられ豆は殆ど付いてませんでした。来年が不安な毎日です。

（千曲市 若林さん）



12 月のVividに掲載されていたお手軽！酢豚を作ってみました。きゅうり漬けの素で酢豚が作れるなんて不思議でしたが、とても美味しかったです。



（千曲市 堀内さん）

Vividの冊子はイラストも多く写真などの色もキレイで見やすく、冊子を開けるのが楽しいです！



（信濃町 北村さん）

写 真コンテス

トを見て、なんて素敵写真が撮れるのか。私はスマホでパチリ。ピントが合っていない様でばけてしまう。結局良くなって消してしまう。スマホは持っているても使いきれない70歳過ぎの私です。もう70歳？まだ70歳？どっちなかな……



（長野市 山下さん）

庭 の隅を通るタヌキを見ました。毛が体に尾に絡みつき、瘦せてみえました。先日はキツネも見ました。キツネも痩せて尾も細く見えました。この季節食べ物がなく、春まで無事でいられるでしょうか？



（信濃町 片山さん）

信 州新町の振興果実部会の柿の渋抜き作業の初めに知りました。今年には是非参加したいと思っています。



（長野市 野池さん）

日頃の出来事、感じたこと、趣味など、皆さまからのお便りをお待ちしております。

●宛先 〒380-0936 長野市大字中御所字岡田131-14

[JAながのVividお便りコーナー]係まで

●締切 1月19日(月)必着

ハガキで応募される方は、切手代が85円になるようご確認ください。

2月号に掲載された方の中から抽選で2名様に「幻の米(バックご飯)」をプレゼント!

※当選者の発表は発送をもってお知らせいたします

<p>①住所 ②氏名・年齢 ③電話番号 ④お便りを お寄せください</p>	<p>85 380-0936 長野市大字中御所字岡田131-14 「JAながのVivid 「お便りコーナー」係</p>
---	---

A 先月号の答え

1 ト	7 ナ	10 カ	イ	17 ア	20 コ
2 オ	デ	ン	セ	イ	ボ
3 メ	シ	13 オ	ノ	ウ	
	8 コ	11 ロ	ン	ビ	18 ア
4 コ		12 ウ	ド	19 ベ	21 ソ
5 タ	9 モ	ト	ホ	コ	ウ
6 ツ	ミ	14 テ	シ	ベ	ル

解答 A B C D E
ボ タ ン ナ ベ

Vivid 「クロス」 出題：ニコリ

毎月出されるクロスワードを解いてステキなプレゼントをゲット!!

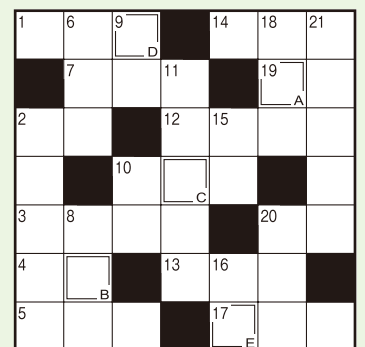
タテのカギ

- メレンゲを作るときに使う道具
- 鍋料理の締めにも使う麺
- 晴れかなあ、雨かなあ
- 牛、豚、鶏のものがよく流通しています
- 令和8年の干支です
- 歯ブラシにつけます
- 自分の兄弟姉妹の息子
- ダルメシアンは——模様の犬です
- 書初め大会で——に選ばれた
- 受験生が空欄に書き込んでいくもの
- 単位はアンペアです

ヨコのカギ

- 正月に食べる、モチ入り汁物といえ
- どら焼きに挟み込まれているもの
- おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
- 交差——、及第——
- 右手が——、という人が多数派です
- 本を読み終えること
- ガラガラとのを洗います
- 旅立つ人の——に駅のホームまで行った
- ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
- 漢字で書くと百足。足の多い生き物です
- 椅子のこと。ロッキング——
- アルカリと混ぜると中和します
- 焚くとよいかおりが広がります

Q 二重マスの文字をA～Eの順に並べて出来る言葉は何でしょうか?



FAX 026-224-2212

- ハガキの場合
- ①こたえ
 - ②住所
 - ③氏名・年齢
 - ④電話番号
 - ⑤JA・広報の意見、日頃の出来事、何でも結構です

85 380-0936
長野市大字中御所字岡田131-14
「JAながのVividクイズ」係

内容を「お便りコーナー」に掲載させていただく場合があります

※当選発表は発送をもってお知らせいたします



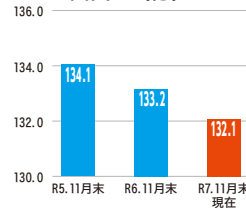
山羊座 (12/22~1/19)

【全体運】とてもパワフルな主役運。周囲への影響を意識して動きましょう。大きな成果を得られます。出会いを大切に
【健康運】ヘッドマッサージで血行を促進。髪の毛のケアも◎ 【幸運の食べ物】芽キャベツ

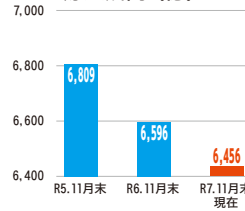
私たちのJA(令和7年11月末現在)

組合員数	63,957人
(正組合員)	27,597人
(准組合員)	36,360人
出資金	132億831万円
貯金	6,456億2,918万円
貸出金	1,686億5,999万円
共済推進ポイント	28,115,222
購買品供給高	142億1,929万円
販売品販売高	185億1,082万円
直売事業高	19億7,757万円

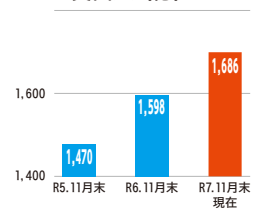
出資金(億)



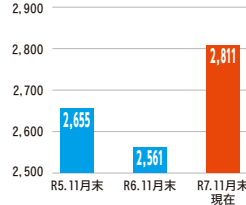
貯金残高(億)



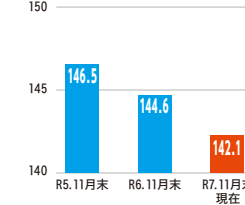
貸出金(億)



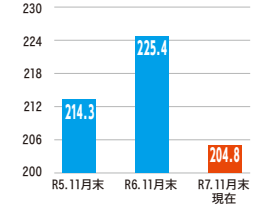
共済推進ポイント(万)



購買品供給高(億)



販売+直売高(億)



年金相談会

年金に関するご質問、ご相談(年金請求手続き・年金制度のしくみ等)に年金の専門家が無料でお応えします。

開催日 令和8年

1月13日(火) 須坂支所	1月28日(水) 屋代支所
1月20日(火) 小布施支所	2月 3日(火) 夜間瀬店
1月21日(水) 坂城支所	2月 4日(水) 八幡支所
1月22日(木) 豊野町支所	2月12日(木) 飯綱支所

時 間 各回10:00~15:00

※ ご相談にお越しの際は、以下の書類をご持参ください。

- ☐ 年金手帳または年金証書(ご本人・配偶者)
☐ ねんきん定期便

ご予約はこちらのQRコードから、
または店舗の窓口までお問い合わせ
ください。



理事会だより

第7回理事会で次の事項が検討されました。

日時 令和7年11月27日(木)

協議事項

- (1)令和7年度10月末事業実績について
- (2)不祥事再発防止策について(案)
- (3)役員改選について(案)

決議事項

- 第1号議案 次期役員体制に関する件について(再)
 第2号議案 役員責任調査委員会設置運営規定の一部変更に関する件について
 第3号議案 役員責任調査委員会設置に関する件について

報告事項

- ①マネロン等の防止にかかる対応状況について
- ②令和7年11月末「第3四半期決算実施要領」について
- ③その他

組合員懇談会の日程について

令和8年 組合員懇談会日程は以下の通りです。

ブロック	開催期間
ちくまブロック	2月17日(火)~2月24日(火)
須高ブロック	2月16日(月)~2月20日(金)
志賀高原ブロック	2月16日(月)~2月18日(水)
ながの北部ブロック	2月14日(土)~2月20日(金)
ながの中部ブロック	2月18日(水)~2月21日(土)
ながの西部ブロック	2月16日(月)~2月20日(金)
みゆきブロック	2月13日(金)~3月8日(日)

開催日時や会場の詳細につきましては、
別途ご案内させていただきます。

日本の鋏メーカー「株近正」が作った **電動剪定鋏**
専用ケース付きキャンペーン

軽量880g!
パワフルな高速切断!!

刃の開き幅切替機能で、
細い枝から太い枝までしっかり切断。

- 機能1 高速切断機能 ↓ここがポイント
 機能2 刃とトリガーが連動機能
 機能3 刃の開き幅の切替機能
 機能4 電池残量表示機能

バッテリー2個、ケース付き

49,800円(税込) 品番:DPS-280R



ご注文は最寄りの生産資材店舗まで



水瓶座 (1/20~2/18)

【全体運】上昇運です。順を追うように整っていくので流れに任せて。周囲の言葉に耳を傾けるとチャンスをつかめます
 【健康運】バランスの良い食事と運動で免疫力をアップ 【幸運の食べ物】キンメダイ

超キホン
編

ゼロ

0

から学ぶ お金の育て方

70歳未満
限定

資産運用セミナー

参加費
無料

「NISAって?」「どう始めたらいいの?」等、初心者の方が持つ資産運用への不安や疑問を、わかりやすく解説します。

おカネのキホンを賢く学び、楽しい未来への準備を始めよう!

先着 **20** 名様(完全予約制)日程 2026年2月7日(土)
13:30 ~ 15:30会場 JAながの 長野平支所 2階会議室
(長野市大字富竹869-1)

講師紹介

吉澤 清志 氏

(よしざわ きよし)

農林中金全共連アセットマネジメント株式会社
シニア投信アドバイザー

お申込み・お問い合わせはお近くの金融窓口までお願いいたします

お取引目的等の定期的な確認に関するご協力
のお願い(金融関係に関するお知らせ)

当組合では、社会問題化している金融詐欺犯罪の防止に向けて、金融庁「マネー・ローンダリングおよびテロ資金供与対策に関するガイドライン」に基づき、お客さまのお取引の状況等に応じて、お客さまに関する情報やお取引目的等を、郵送により(※1)、定期的にご確認させていただき取り組みを行っております。

つきましては、郵送により、「お届け内容のご確認のお願い」または、「事業内容・お取引目的等のご確認のお願い」を受け取ったお客さまにおかれましては、恐れ入りますが、記載の質問事項にご回答いただき(所要時間は約5分)、往復ハガキまたは封書にて、ご返送(※2)くださいますよう、ご協力をお願いいたします。

※1) 差出人は、農林中央金庫(JAの全国本部であり本取り組みの事務委託先)となっています。

※2) ご返送用ハガキの宛先が、日本郵便株式会社 八幡郵便局私書箱1号 大日本印刷株式会社 内農林中央金庫 となっていますが、これは、取りまとめ業務を大日本印刷株式会社に委託しているためです。個人情報の取り扱いに関しましては、法令に基づいた適切な措置を講じています。

【ご注意ください】

JAバンクを装った詐欺メールにご注意ください。詐欺メールによってリンク先から偽サイトに誘導し、お客さまの重要な情報(ID・パスワード・暗証番号等)を盗み取り、不正に送金を行う詐欺犯罪につながっています。本取り組みに関して電子メールによるお問い合わせ、お客さまに関する本人確認は行っておりません。このような電子メールは詐欺である可能性が高いため、開封せずに削除することを推奨します。

【ご参考】(以下を検索すると、金融庁・JAバンクのご案内ページをご覧ください。)

<https://www.fsa.go.jp/news/30/20180427/20180427.html> (金融庁)
<https://www.jabank.org/attention/teikikakunin/> (JAバンク)

~ 令和8年2月2日(月)から ~

Smile Navi
(金融窓口タブレット)
がより便利になります!

キャッシュカード1枚で

その他の口座のお取引も入力が簡単に!

普通貯金も!
定期貯金も!
入力が簡単

※キャッシュカード認証を行うと、お持ちの口座内容が表示されます。

※キャッシュカードは本人様が利用するために発行しているもので、JAではご家族に貸与していることについての責任は負いません。

(ICカード規定17条より)

魚座(2/19~3/20)

【全体運】望んでいた方向へと歩み出すことができる。決意を持って事に当たりましょう。助けになってくれる人も近くに

【健康運】肩甲骨のストレッチを。肩凝り解消にも効果あり 【幸運の食べ物】ミズナ



置いておくだけで手作りの味が楽しめる

JAながの産大豆使用の 仕込みそ

JAながの管内で生産された大豆と国産米を使用して造り上げたこだわりの仕込みそです



千曲市で育った大豆を使用し
丹精込めて作り上げた味噌を
是非ご賞味ください。

選別機により
検査された良質の大豆
を使用しております。



県内味噌製造工場
選別されたJAながの産
大豆を使用して
仕込みそを製造
しています

仕込みその完成まで

JAながの産大豆
使用の仕込みそ

お届けは3月からとなります

- 自宅に届いたら冷蔵庫に保管します。
10月頃(目安)からおしく召し上がれます。



お問い合わせはお近くのJA経済部門または営農経済センターへ



大切なご家族をなくされた方へ

ペット供養祭

いっしょにすごした家族の一員だから…感謝の気持ちを込めて
御寺院様の読経でご供養をさせていただきます。

令和8年 2月8日(日)

場所 JA虹のホールまめじま 受付 午前10:00~10:45

法要 午前11:00~

供養料 1,000円 (長野県動物愛護センター(ハローアニマル)の
活動を支援するために寄付させていただきます。)

御寺院様による読経を行います。

- ご遺骨、お写真等、思い出の品をお持ちください。
- お持ちいただいた思い出の品等は、お持ち帰りください。
- 申し込み不要。JA虹のペットセレモニー以外で
火葬された方もご参加いただけます。

来場者には粗品プレゼント
(先着20組)

当日はペットの供養品等の展示販売をしております



組合員・地域の皆様へ

《会場ご案内》



JA虹のホールまめじま
長野市大豆島 5202 番地
TEL.026-267-0747

当日は JA 虹のホールまめ
じまを見学いただけます。

お寺様への納骨やご供養
のご相談を承ります。

《お問い合わせ先》



JAグループ
株式会社長野エコープサプライ
JA虹のペットセレモニー

〒399-0033 松本市大字笹賀 7600-5
電話受付時間 9:00~16:00
0120-200-695

JA自動車共済ご加入のみなさまへ

万一の事故時の連絡先

レッカー移動や故障時の応急対応が必要な場合の連絡先

JA 共済事故受付センター

JA 共済サポートセンター

フリーダイヤル

フリーダイヤル

0120-258-931

0120-063-931



トルコギキョウ セミナー

参加者募集!!

と き

令和8年**3月4日(水)**から毎月2回程度開催します。
午前10時～12時 ※定植日以降は、生育に応じて開催日をお知らせします

ところ

長野県農業大学校総合管理棟2階会議室及びほ場（長野市松代町大室3700）

対 象

トルコギキョウの栽培・出荷をしたい人

参加費

3,000円

セミナーの内容

- トルコギキョウの定植から出荷までの管理作業
- 品質向上のためのテクニック紹介
- 先輩農家のほ場視察

トルコギキョウセミナーとは？（令和8年3月から開講します。）

長野市松代町の長野県農業大学校の温室ハウスで
トルコギキョウを実際に栽培しながら、栽培技術を学べる セミナーです。

セミナー開催日

内 容

3月 4日(水)	開講式、オリエンテーション
3月18日(水)	苗の定植準備
4月 8日(水)	苗の定植
4月下旬	病害虫の防除・管理作業について
5月上旬	芽整理作業
5月下旬	芽整理作業
6月上旬	蕾整理作業
6月下旬	蕾整理作業
7月上旬	先輩農家視察
7月下旬	出荷について
8月	閉講式

トルコギキョウは どうやって栽培すればいいの？

「トルコギキョウどんな作業があるの？」と
思っていたら、まずはセミナーに参加してみ
ませんか？

トルコギキョウの生育に応じて必要な作業や
栽培管理の話が聞けます。

実際に栽培を始める前に、トルコギキョウの
栽培が体験できます。

事前申込制 申込締切 2月27日(金)

参加ご希望の方は、右記のQR、またはお電話からお申し込みください。

☎026-234-9536（長野農業農村支援センター 藤沢）

皆様のお越しをお待ちしております♪



〔変動金利〕最軽減金利

年**1.40%**

〔固定金利〕最軽減金利

年**1.70%**

インターネットからの
仮申込みなら
さらに**年 0.1%軽減!**
JA ネットローン特設ページはこちら



JA マイカーローン

- 別途、年 0.70~0.79% の保証料がかかります（JA とのお取引状況により年 0.5~0.6% の保証料が適用される場合があります）。保証料は審査により決定いたします。
- 実行時の店頭および適用金利を適用します。また、金利は金融情勢等により変更になる場合があります。
- お借入期間中に、当 JA の適用条件を満たさない場合や、ご返済の滞りなどが発生した場合は、最軽減金利の適用を中止させていただきます場合があります。

最軽減金利適用条件

最軽減金利適用条件について、詳しくは JA 金融窓口までお問い合わせください。

※最軽減金利適用条件に該当しない場合は、店頭金利（変動：最高年 3.40% / 固定：最高年 3.70% / 令和 7 年 3 月 10 日現在）が適用される場合があります。

下記のいずれか 4 項目以上に該当された方は、店頭金利から最大 2.0% 金利軽減いたします。

- ☐ 当 JA と金融取引を初めて開始される方
- ☐ 給与振込契約者（農産物販売代金振込を含む）
- ☐ 年金振込ご指定の方または年金予約者
- ☐ 公共料金の口座振替（1 種類以上）契約者※クレジットカード決済含む
- ☐ 通帳レス口座ご利用者（切替を含む）
- ☐ JA バンクアプリ契約者
- ☐ JA バンクアプリプラス契約者 または JA ネットバンク契約者
- ☐ JA カードご契約者 または JA カードローン契約者（教育カードローン含む）
- ☐ 定期貯金（期間 1 年・10 万円以上）ご契約者
- ☐ 積立定期貯金ご契約者
- ☐ 投資信託または個人型確定拠出年金（iDeCo）のご契約者様
- ☐ 当 JA とローン取引がある方（プロパー含む）
- ☐ 組合員（出資払込額 5 千円以上）の方
- ☐ 年度末年齢 18 歳以下の子供もしくは妊婦がいる世帯（ながの子育て家庭優待パスポートの提示）
- ☐ ライフプランサポート（資産形成）利用者
- ☐ 共済シミュレーション利用者

〔変動金利〕最軽減金利

年**1.65%**

〔固定金利〕最軽減金利

年**2.05%**

インターネットからの
仮申込みなら
さらに**年 0.1%軽減!**
JA ネットローン特設ページはこちら



JA 教育ローン

- 別途保証料がかかります（【証書貸付型】年 0.36~1.00%）。保証料は審査により決定いたします。
- 実行時の店頭および適用金利を適用します。また、金利は金融情勢等により変更になる場合があります。
- お借入期間中に、当 JA の適用条件を満たさない場合や、ご返済の滞りなどが発生した場合は、最軽減金利の適用を中止させていただきます場合があります。

最軽減金利適用条件

最軽減金利適用条件について、詳しくは JA 金融窓口までお問い合わせください。

※最軽減金利適用条件に該当しない場合は、店頭金利（【証書貸付型】変動：最高年 2.05% / 固定：最高年 2.45% / 令和 7 年 4 月 1 日現在）が適用される場合があります。

下記のいずれか 4 項目以上に該当された方は、証書貸付型の場合は店頭金利から最大 0.5% 金利軽減いたします。

- ☐ 当 JA と金融取引を初めて開始される方
- ☐ 給与振込契約者（農産物販売代金振込を含む）
- ☐ 年金振込ご指定の方または年金予約者
- ☐ 公共料金の口座振替（1 種類以上）契約者※クレジットカード決済含む
- ☐ 通帳レス口座ご利用者（切替を含む）
- ☐ JA バンクアプリ契約者
- ☐ JA バンクアプリプラス契約者 または JA ネットバンク契約者
- ☐ JA カードご契約者 または JA カードローン契約者（教育カードローン含む）
- ☐ 定期貯金（期間 1 年・10 万円以上）ご契約者
- ☐ 積立定期貯金ご契約者
- ☐ 投資信託または個人型確定拠出年金（iDeCo）のご契約者様
- ☐ 当 JA とローン取引がある方（プロパー含む）
- ☐ 組合員（出資払込額 5 千円以上）の方
- ☐ 年度末年齢 18 歳以下の子供もしくは妊婦がいる世帯（ながの子育て家庭優待パスポートの提示）
- ☐ ライフプランサポート（資産形成）利用者
- ☐ 共済シミュレーション利用者

JA虹のホールちくま

施設改修工事終了のお知らせ

いつもご利用いただき、誠にありがとうございます。

令和7年5月から実施しておりましたJA虹のホールちくま別館・本館の施設改修工事が無事に完了いたしました。改修工事期間中は、利用者の皆さまをはじめ地域の皆さまにご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。改修後の施設は、JA虹のホールちくま本館については式場・2階一部内装を一新。また、別館におきましても内装の改修を行いました。

皆さまにより快適に安心にご利用いただけるよう施設として運営に努めてまいります。

今後とも、変わらぬご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。



JA虹のホールちくま

お問い合わせは、JA虹のホールちくま ☎ 0120-(73)-5482

賃貸住宅・事業用テナントをお探しの方のお問い合わせお待ちしております

長野市内の賃貸アパート・マンション・連棟・戸建	所在	間取	家賃 (万円)	共益費	敷金	おすすめポイント
				駐車場	礼金	
安茂里	2LDK アパート	4.0		2,000円	2ヶ月	使いやすい 間取り 2LDK
				1台3,000円	なし	
北堀	3DK アパート	4.2		込み	2ヶ月	2階の角部屋
				1台3,000円	なし	
平林2	2DK アパート	4.6		込み	2ヶ月	好立地の2DK
				込み	なし	
若槻	3DK アパート	5.0		込み	2ヶ月	ファミリーに おすすめ3DK
				1台2,000円	なし	
桐原2	2LDK 連棟	5.0		込み	1ヶ月	北長野駅まで 徒歩圏内
				込み	なし	
吉田4	3DK アパート	5.5		込み	2ヶ月	TVインターホン付 駅近物件
				込み	なし	
柳原	2LDK マンション	5.8		1,000円	2ヶ月	全室洋室の角部屋
				込み	なし	
上野3	4SDK 戸建	6.5		込み	2ヶ月	小型室内犬OK 戸建物件
				込み	なし	

賃貸物件のオーナー様へ

賃貸物件の管理は弊社へお任せください！

オーナー様にとって煩雑な管理業務のお手伝いを致します。

例えば・・・

入居者の募集・入金管理・クレーム対応・修理対応・更新業務・退去対応など
「今後の賃貸経営が心配」という方はお気軽に、弊社へご相談ください。

不動産のことならジェイエイながのサービス(株)にご相談ください

土地・建物の
無料査定

土地の買取り
(当社規定によります)

土地・建物の
有効活用



(公社)長野県宅地建物取引業協会会員
(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

(公社)全国宅地建物取引業保証協会会員
宅地建物取引業 長野県知事(6)第4380号

豊かで住みよいまちづくりに貢献する 〒380-0803 長野市三輪1-1-16

ジェイエイながのサービス株式会社

賃貸 ☎ 026-256-8882

売買 ☎ 026-256-8883

ちくま支店 ☎ 026-272-2580

みゆき支店 ☎ 0269-63-2230

北長野通り、柳町保育園向い

<https://www.jns-net.jp/>

葬儀・法事の
相談は

■JA虹のホール吉田
長野市吉田2-10-5
☎0120-098-372

■JA虹のホールながの
長野市大字中御所字岡田131-14
☎0120-098-358

■JA虹のホールまめじま
長野市大字大豆島5202
☎0120-594-252

■JA虹のホールみゆき
飯山市大字飯山5168-1
☎0120-62-5137

アグリ
ながめま

新鮮ないちごが食べ放題!

いちご狩り

開催期間

2026年

1/15(木)~

5/31(土)

食べ放題時間制限は
50分間入れ替え制

完全
予約制

当日受付は
入園できない
場合がございます。

① 10:00~10:50

② 11:00~11:50

③ 12:00~12:50

④ 13:00~13:50

⑤ 14:00~14:50

令和8年 入園料 3歳未満無料

1/15~4/2 小学生以上 小学生未満

土日祝 2,300円 1,500円

平日 2,000円 1,200円

4/3~5/6 小学生以上 小学生未満

土日祝 2,200円 1,400円

平日 1,900円 1,100円

5/7~31 小学生以上 小学生未満

終日 1,500円 1,000円

※[3/14~4/2][4/25~5/6]は
土日祝日料金となります。

クレジットカード使用可

団体様ご利用できます。
大型バスも駐車できる
スペースあり!



- ミルクのおかわり自由
- 3歳未満の入園は無料
- ベビーカー、車イスでも安心
- 手ぶらで楽しめる
- ハウス内は温度管理されていて快適

ご予約はアグリながめま店頭またはお電話にて受付中!



JAながの農産物直売所
アグリながめま

ご予約はコチラから

0120-193-054

ご予約受付時間 9:00~14:00まで

〒381-0003 長野市大字穂保274-1 TEL.026-295-1093 FAX.026-295-1094
URL: <http://www.ja-nagano.lijan.or.jp/>

