

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
「じえん〜ながまる」

JAながのの食農教育

今月の表紙

第34回Vivid写真コンテスト応募作品

撮影地：小川村稲丘

2026.3
vol.115

CONTENTS

JAながのの食農教育について.....	2
米の価格について	3
地域の話題	4~7
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
こころでいっふく/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

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



JAながの公式
Instagram



JA_NAGANO



「JAながの」の食農教育



JAでは、多くの地域の皆さんに「食」と農の大切さを感じてもらいたいと、さまざまな「食農教育」に取り組んでいます。



食農教育とは…?

『食』がもつ多様な役割の大切さを伝える『食育』をさらにパワーアップさせて、食を支える根本である『農業』に関する知識を体験などを通して伝えていくこと。



食育 + 農業 = 食農教育



食農教育では、一般的な食育活動に加えて、それを支える農業や地域、自然との関わりにも注目し、私たちの食を支える全国各地のさまざまな形の農業活動を知り、体験することで、これらが担うさまざまな価値を学んでいます。



『食』を通じて



『食』には、お腹を満たすだけでなく、3つの大切な役割があります。

① 暮らし

食を通じた健全な生活習慣

② からだ

健やかな発育や健康維持

③ こころ

楽しい食事で情緒を育む

普段食べている野菜の名前が分からないなどの知識不足だけでなく、子どもの朝食欠食や、コミュニケーションがなく一人で食事をするいわゆる『孤食』が社会問題となるなど、将来を担う子どもたちの食の乱れは大変重大な問題となっている中、食を通じた教育『食育』の重要性が増しています。

『食』は、健やかな身体づくりのためだけでなく『食』のリズムを通じて規則正しい生活習慣を身につけ、家族や仲間と食卓を囲んで楽しく食事することで、心を豊かにする役割を持っています。JAでは、皆さんの安全安心な『食』を支え、また『食』を通じて農業の大切さをお伝えしています。



JAながの食農教育専用ページ
出前授業、収穫体験などのお問い合わせはこちらまで

米の価格は需要と供給のバランスなどで決まります!

米の価格が決まるしくみ

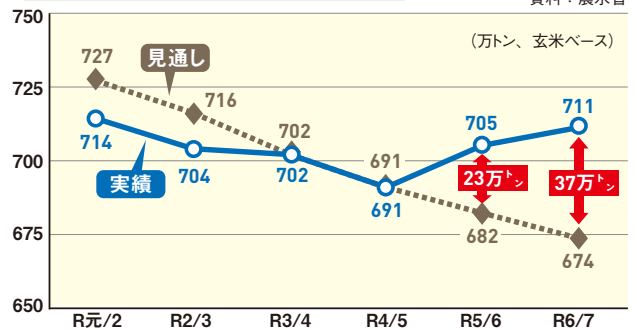
量が増えると価格が下がり、足りなくなると価格が上がる——。私たちの身の回りにある商品と同じように、米の価格も「需要と供給のバランス」などを基に決まっており、「生産にかかるコスト」も考慮していく必要があります。

最近の米の価格高騰の背景には、①国による需要と供給の見通しが実際とズレたこと（農家は国が示す目安を参考にして米を作っています）②米の不足感が強まり、米を確保する競争が激しくなったこと——などがあります。これらを含む複数の要因が重なり合い、今の米の価格となっています。

図1. 価格の決まり方



図2. 農水省の需要の見通しと実績



「JAが米価を上げている」は誤解です



近年、米の不足感があるなか、JA以外にも様々な集荷業者等が投機的な目的も含め、個別に農家を回り、より有利な価格を提示するなどして農家との取引を拡大しようとしています。

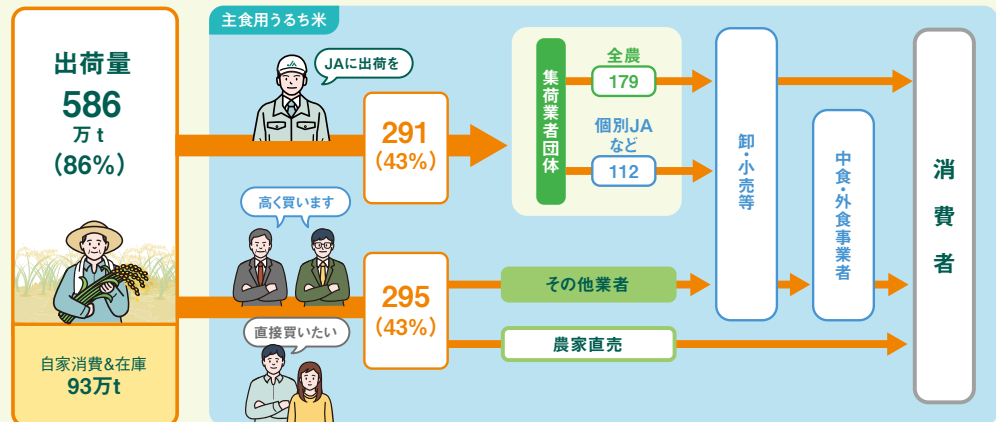
そのため、農家は販売先の選択肢が増え、

集荷競争が起こっています。こうした状況が、米の価格形成に影響を与えています。

米価は一般的な商品と同じように市場原理に基づいており、JAが米価を操作し、無理につり上げるようなことはできません。JAは年間を通じた安定供給を目指しています。

図3. 米の流通経路別流通量の状況 (令和6年産米)

(単位:万トン(玄米))



資料：農水省資料を基に作成。

注1：集荷業者団体には、全集連系を含む。注2：「卸・小売等」には、加工事業者等を含む。

注3：四捨五入の関係で、計と内訳が一致しない場合がある。

農産物流通に詳しい
公益財団法人流通経済研究所
おりかさしゅんすけ
折笠 俊輔さん

NHKクローズアップ現代
など、メディア出演多数

米流通に関する
折笠さんの
詳しい解説は
こちら



耕そう、大地と地域のみらい。 JAグループ

「米品評会」初開催

J A なのは2月17日に初開催となる米の品評会を開催しました。同J Aとして統一で米の品評会の開催は初の試みです。令和7年産のコシヒカリが対象で管内から23点の出品がありました。穀粒判別機による整粒、着色粒などの形質を測定し、食味分析器でタンパク質やアミノ酸などの評価値を算出、審査員による目視の審査、審査員は全農長野米穀課専門役の須田様を含め6名で、総合的な項目で審査を行いました。最優秀賞はながのブロックの外谷周市さんが受賞しました。審査員の小池宏



審査の様子

- ・最優秀賞：外谷周市さん(ながのブロック)
- ・優秀賞：山森幸一さん(ながのブロック)
- ・優良賞：仲俣涼平さん(ながのブロック)
- ・奨励賞：齋藤秀樹さん(みゆきブロック)
- ・同賞：仲俣孝志さん(ながのブロック)

明常務は「高温干ばつの影響など環境が変わる中で品質の維持がむずかしいが、どのお米も甲乙つけがたいほど良かった。生産者の熱意を感じた。今後も美味しいお米を作り続けてほしい」と講評した。上位受賞者は次の通りです。

中古農機&掘出し物販売会



掘出し物機械の数々

植機・管理機など中古農機30台に掘出し物機械も合わせ約70台が並びました。来場者は2日間で343人、入札総数は85件となり昨年に比べ大幅に増加しました。

来場者は希望する中古農機を選択し、購入希望金額を記入した後、入札箱に投函。後日同農機センターより、落札者に連絡がいく仕組みです。

原材料価格・物流費・人件費の高騰による農業機械製品価格の値上げ情勢が継続している状況の中、「なるべく安く、春の農作業に向けてすぐに使用できる機械が欲しい」という組合員の声を反映し、今年度も今回のイベントを開催しました。従来の展示会と比較し、来場者が様々な中古農機や掘出し物を見学し購入の機会が得られるよう、台数確保に努めました。J A なのは今後とも組合員に寄り添ったイベント等実施してまいります。

須高もも 生産振興大会開催

2月16日、須高ブロックでは須高もも生産振興大会を開催しました。もも生産者ら50人が参加。もも、ネクタリンは消費地で人気の高い果実商材であります。そのため近年に生産量が減少しています。そのため近年では販売価格が安定し、反収のあがる品目として再注目されています。産地としてのオリジナリティーをだしながら生産振興を進めるため、振興品種の確認、他産地の生産状況、販売先ニーズの情報提供について、須坂市、重点市場(近隣J A より情報提供をいただきました。約40年前に須坂市管内の農園で、ももとネクタリンの偶発実生から発生したワッサーは、地元生まれであること、市場流通に対応できること、硬めの桃類の認知度が上がってきていること等、再評価し生産振興を行うことを確認しました。また、同



大会の様子

ブロックでは盆需要に向けたもも及びネクタリンの基幹品種メイグランドの生産拡大を行い、もも産地の再構築を図ります。

J Aながの営農技術員一人一研究大会

○最優秀賞に内山技術員



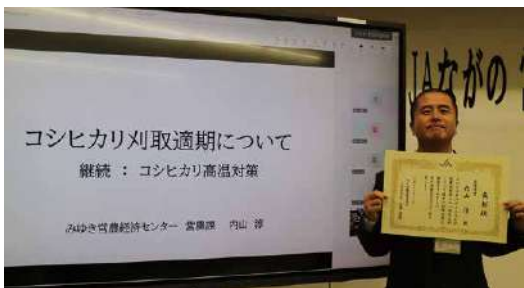
受賞者

J Aながのでは組合員の農業所得向上や地域農業が抱える課題の解決、技術員の営農指導強化と技術向上を目的に「技術員一人一研究」に取り組んでいます。25年度の最優秀賞はみゆき営農経済センターの内山淳技術員が受賞しました。内山技術員は「コシヒカリ刈取適期について」コシヒカリ高温対策」をテーマに研究。発表では、「コシヒカリの高温対策」についての継続的な取り組みとして、品質向上のために刈取適期に重点を置き、試験研究を実施しました」と説明がありました。

審査員の小池宏明常務は「今回の試験研究が組合員の皆さまの役に立ち所得向上に繋がることを目標。発表をもとに組合員指導をより活発に行ってもらいたい。」と講評しました。また最優秀賞を受賞した内山技術員は「本日の試験研究内容だけに限らず、生産者・利用者の皆様の所得向上・品質向上に向けて今後も業務に邁進していきたい」と話しました。受賞

者は次の通りです。なお、各技術員の研究内容は一部J Aながのホームページに掲載させていただきます。

- ・最優秀賞：みゆきブロック 内山淳
(コシヒカリ刈取適期について「コシヒカリ高温対策」)
- ・優秀賞：志賀高原ブロック 武田弦八
(ぶどうピオーネのアブシシン酸処理による着色管理と収益性)
- ・優良賞：営農部指導企画課 塚田清正
(「にじのきらめき」施肥試験について)
- ・同：ちくまブロック 池田淳一
(水稻湛水直播「R・S・O・C・A・R・E」(リゾケア)「栽培の現地実証試験」)
- ・同：須高ブロック 徳田光祐
(2023～2025年 クイーンルージュ®の着色向上試験について)
- ・同：ながのブロック 小林将也
(きゅうり品質試験と農薬使用における費用対効果について)



最優秀賞の内山技術員

青年部学習会開催



講師の話熱心に聞く青年部員

2月10日、青年部連絡協議会は、講師2名を招き全体学習会を開催しました。

J A全農長 野生産購買部の壬生親部長様より「全農の役割」の講義があり、組合員の農業・生活の向上のために、事業を展開しているとの説明

がありました。長野県果樹試験場環境部の近藤賢一郎長様は、「温暖化に伴う防除と農薬情勢」について講義。近年の気象状況の推移や、地球温暖化の影響により病害虫の種類によつては防除が難しくなってきたことにも触れ「病気や菌の生育も温暖化によつて早まっているのは確かだが、調査や評価は始まったばかり。今後も気象環境が大きく変わる可能性も高いが、一度の防除でできるだけ高い防除効果を得ることが大事になる」と話しました。

青年部員は、「気象環境の変化により防除方法も変えていかななくてはいけない」と話し、今後の生産現場で活かせる勉強会となりました。

げんきの郷 対面販売

2月14、15日の2日間、姉妹提携しているJAあいち知多の「JAあぐりタウンげんきの郷(愛知県大府市)」にて管内産のりんごや特産のきのこセツトの販売を行いました。袋詰め販売されたサンふじは人気が高く、購入者から「今年も長野のりんごが買えるのを楽しみにしていました。次も是非買いに来たい」とありがたい言葉を頂きました。これまでもJA間交流の一環として、旬の時期に対面販売を行っており、今後も販売回数を増やしJAながののりんごをPRしていきます。



販売の様子

駅前直売所リニューアルオープン3周年記念フェア開催



店内の様子

農産物直売所「旬彩工房 Vivid」がリニューアルして3周年を迎え、2月14日、15日に記念のフェアを開催し、また、それに合わせ管内3カ所の直売所でも協賛フェアを開催しました。「旬彩工房 Vivid」は長野駅前という立地であることや、お客様へJAを印象づけてもらいたい生産者の商品価値や所得向上に繋がる重要な店舗として清潔感・高級感を意識した内装になっています。フェアの目玉の管内のお米の衝撃価格での特別販売もあり、多くのお客様で賑わいました。また、バレンタイン当日の開催もあり、地元産のいちご大福も店頭に並びました。県外からの観光客は「初めて入店しましたが、色々な種類の商品があり何を買おうか迷いました。お米も購入でき大満足です」と話しました。今後とも立地を活かし、より幅広い年齢層の方にご利用いただける店舗づくりをしてまいります。

小学生と きな粉作りに初挑戦



楽しみながら石臼を使う児童ら

女性部飯綱支部は1月下旬、飯綱町立三水小学校2年生児童と一緒にきな粉作りを行いました。自分たちで育て収穫した大豆を使い初挑戦。炒っておいた約1kgの大豆を、石臼を使って丁寧に挽きました。挽き始めると大豆の香ばしい香りが教室中に広がり、児童は「いい匂いがする」と出来上がりを心待ちにしています。出来上がったきな粉をアイスクリームにかけて味見した児童は、「挽くのが楽しかった。きな粉もおいしい。」と話しました。女性部員は「フリードプロセッサーを使って簡単に豆を挽くことができる時代に、石臼を使うことで、日本の伝統的な道具を知ってもらえる貴重な機会になった。」と話しました。児童たちは1月中旬には豆腐作りに挑戦しており、ひとつの農産物が加工の仕方でも異なる粉など形を変えていろいろな食べ物になっていること、ということを通して学びました。

葬祭学習会



祭壇の説明を受ける参加者

女性部ながの地区は1月中旬、今年度3回目となる愛農ライフセミナーを開催しました。誰にでも訪れるもしもの時、どんな最後を迎えたいかを考えておく大切さを学ぶ葬祭学習がテーマ。ホールながのと本所金融部職員を講師に、近年の葬儀事情についてとエンディングノートの書き方を学んだほか、葬儀用弁当の試食も行いました。参加者は「エンディングノートの大切さがよくわかりました。家族とも話をしたい。」と話しました。



試食した葬儀用の弁当

青年部小布施安市に参加



火渡りの様子

須高青年部小布施支部は1月14、15日に小布施町で行われた「小布施安市」で農産物等を販売しました。「小布施安市」は五穀豊穡・商売繁盛など今年一年の飛躍・繁栄を願う伝統行事であり、長野県の三大市のひとつでもあります。同部は焼きそば、とつかんや甘酒の販売を行い、とつかんの音を聞きつけて、たくさんのお客様が足を運んでくれました。また当日は寒かったこともあり甘酒の販売が好評でした。夕方にはだるまのお炊き上げや火の上を歩く「火渡りの神事」もあり、夕方になっても賑わいをみせていました。

ふるさと本舗「2025年自治体アワード」ゴールド賞受賞



自治体アワード
presented by ふるさと本舗

ふるさと本舗

飯綱町で取り扱っているふるさと納税返礼品の「感謝りんご」が、ふるさと納税ポータルサイト「ふるさと本舗」の「自治体アワード」にて「ゴールド賞」を受賞しました。自治体アワードは、株式会社ふるさと本舗が地域や社会に貢献するあらゆるものを評価・ランキングするプラットフォームで、Aーやユーザーの評価を総合的に判断し、表彰しています。同町の返礼品「感謝りんご」は、いろいろなフルーツセンターで選果・荷造りされており、令和7年度も72,348件の寄附が集まった人気の返礼品です。



感謝りんご

地元の話題

いいやま雪まつり開催



JAバンクのよりぞう

2月7、8日、飯山市で第43回いいやま雪まつりが開催されました。このイベントは市民が負担に感じている雪を資源と捉え、地域の活性化を図ろうという地域の若者の思いから生まれました。JAながの飯山支所の職員が協力し、JA共済のアンパンマン、JAバンクのよりぞうを作成し、JAをPRしました。飯山駅前から連なる道路には約90体の雪像が並べられ、家族連れで賑わいました。



商店街の部最優秀賞の作品

鬼無里雪かき道場開催



雪かきの様子

1月31日、2月1日に鬼無里雪かき道場実行委員会主催による「雪かき道場」が鬼無里支所・活性化センターで開催されました。全国で除雪作業中の事故が相次いでいるなか、実際に雪かきの講習を行い、雪下ろしに使う安全帯や命綱の講習を行いました。スタッフを合わせて19人が参加。2日目は実際に地域の家の周りの雪かきボランティアを行いました。県外からの参加者もあり、「貴重な体験が出来た。雪のある暮らしを知るきっかけになってよかった」と話しました。



牡羊座 (3/21~4/19)

【全体運】運勢は次第に上昇。ちょっとした気遣いが相手の心に響きます。1人で動くよりも協力者を募りましょう
【健康運】冷え、むくみ対策を。足のストレッチがお勧め 【幸運の食べ物】キュウリ

活気

元気

女性部活動



16 平和と公正を
すべての人に



ながの西部地区 つるし飾りで華やかに

芹田支部つるし飾りグループは部員5人が制作した手作りのつるし飾りを古牧支所の窓口に展示しました。つるし飾りはお雛様の脇を彩るお守りとして飾られたのが始まりとされ、桃の節句は女の子の健やかな成長と幸せを願う日本の伝統文化として知られています。同グループは第1・第3月曜日の午前中、ひとつひとつ手縫いで作品を仕上げました。飾りつけた部員は「完成すると達成感が生まれ、かわいらしくできると嬉しい。来年はもっとたくさん作って、もっと華やかにしたい」と話しました。このつるし飾りは3月16日まで、古牧支所窓口に展示しています。



▲窓口へ見にいらしてくださいね

2 食糧を
ゼロに



みゆき地区 山菜おこわと味噌汁作り

外様支部は1月10日、地元食材を使って「山菜おこわと味噌汁作り」を行いました。山菜おこわは、ぜんまい・ごぼう・きのこ・鶏肉などの具を炒めて味付けし、湯気の上がつた蒸し器にお米を入れて1回、具材を混ぜてさらに1回蒸します。地元のものを使って具だくさん味噌汁も作りました。調理のあとはそれぞれが持ち寄った手作りの漬物を添えて、出来たてのおこわと味噌汁を試食しました。久しぶりの調理で、出来栄もお話し楽しいひとときを過ごしました。おこわはそれぞれ持ち帰り家族にも味わってもらいました。



▲完成したおこわと味噌汁



▲手分けして具材を準備する様子

3 すべての人に
健康と福祉を



須高地区 健康教室開催

須高地区は1月29日、「改善したい！気になる姿勢」をテーマに健康教室を開催し、部員24人が参加しました。健康運動指導士の徳武有紀さんを講師に、正しい姿勢を保ちながらイスに座ってできる運動を行いました。まず手でマッサージをして肩・腰などを労わり、徐々にイスの背もたれに手を添え背中を伸ばす運動を行いました。また、腹筋を意識して正しい姿勢でイスに座る為のコツも聞き実践しました。参加者は「先生のやる気になる声掛けのおかげで楽しく体を動かせました」と話しました。



▲楽しく体操する参加者

16 平和と公正を
すべての人に



ちくま地区 「ふれあい交流会」開催

ちくま地区は2月18日、上山田文化会館でふれあい交流会を開催し194人が参加しました。記念講演では、左手のハンディを乗り越え「全国どこへでも」をモットーに活躍されている、長野市出身のバイオリン奏者、牧美花さんを講師に迎え演奏を聴きました。活動発表では、写真スライドショーで、ちくま地区・各支部・サークルの活動報告をした他、舞台では5グループが1



▲バイオリン演奏の牧美花さん



▲フラグループ発表の様子

年間の練習の成果を発表しました。参加者は「ハンディがあるとは思えないバイオリン演奏に感動です」「他支部の活動を知ることができて良かった」と話しました。

SDGsとは...



「持続可能な開発目標 (Sustainable Development Goals)」の略。持続可能でよりよい世界を目指す国際社会共通の目標で、17のゴール(目標)から構成されます。SDGsはJAが取り組む多くの活動に関連しており、Vividではその事例を紹介していきます。

女性部レシピ

志賀高原地区女性部より

フライパンで作る えのきたっぷり! 包まないシュウマイ

材 料

- ・豚ひき肉 …… 300g
- ・えのき茸 …… 200g
- ・玉ねぎ …… 小1玉
- ・キャベツ …… 1/4玉
- ・シュウマイの皮 …… 適量
- ・片栗粉 …… 大さじ3
- ・しょうゆ …… 大さじ1
- ・砂糖 …… 大さじ1
- ・塩 …… 小さじ1/2
- ・ごま油 …… 大さじ1
- ・酒 …… 大さじ1
- ・しょうが …… 小さじ1

作 り 方

- ① キャベツは幅3cm位に、玉ねぎ、えのき茸はみじん切りにする
- ② ポリ袋に刻んだえのき・ひき肉と調味料・片栗粉を入れこねるように揉む
- ③ 玉ねぎのみじん切りを最後に加え合わせる
- ④ フライパンにクッキングシートを敷き、3cmに切ったキャベツを敷き詰める
- ⑤ シュウマイの具を好みの大きさに丸めキャベツの上に並べ、シュウマイの皮をかぶせて押さえる
- ⑥ フライパンとクッキングシート間に水200ml程入れ蓋をして、蒸気が上がってきたら、その状態で約10分間蒸す



ワンポイントアドバイス!

- ※途中で水がなくなりそうな時は様子を見て水を足す
- ※お好みでからしや酢醤油をつけて召し上がれ☆

歴史発見!

おらほの民話

「こっけな化け物②」発祥地域…栄村
(第30話)



QRコード

こばやし
ひろみち



牡牛座 (4/20~5/20)

【全体運】周りの好意に甘えてしまって◎、持ちつ持たれつです。あなたも力を貸してあげましょう。旅行や花見の計画が吉
【健康運】有酸素運動を増やして。体調に好影響あり 【幸運の食べ物】ニラ

東京大学大学院 特任教授 鈴木宣弘

欧米では、食料・農業・農村に対して国民の理解と共感をいなく度合いが高い。一方、日本は同じように戦争と食糧難を経験しているにもかかわらず、それらへの理解は高いとはいえない。近年では、地震や豪雨、台風などの災害が頻発し、食料危機のリスクが高まっている。食料・農業・農村への理解の違いを分けるのは、子どもたちへの教育にあるのではないかと、指摘する。

■ なぜ低い、日本人の農業への共感

欧米のほうが日本よりも農業・農村を理解し、シンパシー（共感）をいなく度合いが強いとの指摘があり、それはなぜか、との疑問もよく寄せられる。欧州では幾度の戦争を経て国境防衛と食料難に苦労した経験から、農林水産業で国土と食料を守るという安全保障の意識が醸成されていると指摘されることがあるが、厳しい戦争と食料難を経験したのは日本も同じである。では、なぜ、このような違いが生じるのだろうか。その理由の1つは日本の教育にあるとの見方がある。教科書で食料・農業・農村の重要性を説明する記述の分量が大幅に違うのではとの指摘もあるが、具体的には十分に検証されてこなかった。



■ 決定的な違いは「食料難の経験」の教育

「食料安全保障の重要性は、大きな食料危機が来ないと日本人にはわからない」というのは間違いである。日本も戦争などによる厳しい食料難を経験しているのに、日本人はそれを忘れ、欧州はなぜ忘れないか。それはもう一度大きな食料危機が来ないとわからないのではなく、欧州では、食料難の経験をしっかりと教科書で教えているから認識が風化せずに人々の脳裏に連綿と刻み続けられているのである。薄井寛『歴史教科書の日米欧比較』（筑波書房、2017年）からドイツの歴史教科書における食料難の記述をいくつか紹介する。

（ドイツ）『発見と理解』

「イギリスの海上封鎖によって、ドイツでは重要資源の海洋からの輸入が止まり、食料も例外ではなくなった。……キップ制度による配給が1915年1月から始まったが、キップはあっても買えないことがしばしば起こる。こうしたなか、それまでは家畜の餌であったカブラが、パン用粉の増量材やジャガイモのかわりとして、貴重な食料となった。多くの人びとが深刻な飢えに苦しんだ。特に、貧しい人びとや病人、高齢者などは、乏しい配給の他に食料をえることができない。このため、1914～18年、栄養失調による死亡者は70万人を超えた」

（ドイツ）『過去への旅』

「月日がたつにつれ配給は減り、しばしば停止した。こうした事態にジャガイモと穀物の凶作が追い打ちをかけ、1916年から17年にかけて飢餓の冬が到来する。毎日の食料は家畜の餌のカブラにとってかわった。“カブラのスープ”、“カブラのマムレード”、“カブラのコーヒー”が主な食料になったのだ。……栄養失調で人びとは体重の20%を失った。……多くの資源も欠乏した。植物油はサクランボなどの種からしぼり、軍需工場では革製ベルトの代用品に女性の髪の毛を使った。だが、これらの代用資源が欠乏の緩和につながることはなかった」

（ドイツ）『歴史の時刻表』

「1945年まで動いていた鉄道や輸送施設の40%が機能不全に陥り、食料や生活必需品の配給はさらに困難となった。……特に1946年から47年にかけての極寒の冬は“飢餓の冬”として今も人びとの記憶にとどまる。多くの人びとが最低限の生活、あるいはそれ以下で暮らしていた。1日1人当たり少なくとも2000キロカロリー（注）の食物が必要だったが、46年のアメリカ軍占領地域では、配給が1330キロカロリーしかなかった。ソ連の地域では1083、イギリスの地域では1056、フランスの地域ではわずか900キロカロリーにすぎない。栄養不足が欠乏症と高い死亡率をもたらした」

戦時中の食料難を、生徒たちの討論や研究課題にとりあげる教科書も少なくない。例えば、朝食は「トーストにオートミールあるいはシリアル、牛乳またはミルクティ、それにとときき卵」、夕食は「野菜スープにジャガイモ、牛肉やマトンなど各種の肉料理、それに乾燥果物やケーキ」といった、政府推奨の週間献立表をのせる中学の教科書は、「戦争中の1週間の配給量を頭におきながら、当時の朝食と現在の朝食を比較してその違いをあげ、どちらが良いと思うか、理由をつけて説明せよ」との課題を提起する。また、「なぜ多くの国民が配給を公正なシステムだと評価したのか、その理由を述べよ」、「勝利のために耕せ」の運動は勝利をもたらすのに役立ったのか、級友と意見を交換せよなどと、戦時中の食料事情について、生徒たちにさまざまな方向から考えさせようとする。



■ 日本の教科書からは食料難の記述が消えている

一方、戦中・戦後の食料難が日本の高校の歴史教科書に登場するのは、1950年代初めからである。その後、90年代なかばまでの歴史教科書は、食料難に関する記述をほぼ改訂ごとに増やしていた。ところが、2014年度使用の『日本史B』の教科書19点を見ると、「食料生産は労働力不足のためいよいよ減少し、生きるための最低の栄養も下まわるようになった」といった形で、多くの教科書がこうした簡潔な記述で済まし、戦後の食料難を4～5行の文章に記述する教科書は7点あるが、他の12点は1～3行、あるいは脚注で触れているのみである。人々の窮乏を思い起こさせる写真も減少している、と薄井氏が指摘する。戦後の日本は、ある時点から「権力者に不都合な」過去を消し始めた。過去を直視しなくてはならない。歴史をもみ消しては未来はない。筆者の指摘にFacebookを通じて下記のコментарが寄せられた。「農村では権力的にコメが収奪され、農家である我が家でも私の一番上の姉は、5歳で栄養失調で亡くなりました。……4歳？の私も弟も栄養失調でした。母が「カタツムリを採っておいで。」とザルを渡してくれました。カタツムリを食べる習慣のない当時、グルメやゲテモノ食いとしてではなく、生き残るためとして母はそう言ったのです。……弟と河原で数十個採ってきました。母はそれを煮つけてくれました。全身に染み渡ってくれたあの味は、今でも忘れません。1950年ころのことです。」私たちは、こうした重い過去を若い世代に引き継ぐための情報収集と普及活動を国民的に展開すべきであろう。その第一歩は、教育現場での取り組みの強化にある。

■ 教育の使命～教科書がだめなら副読本で実践

日本では、食料・農業・農村の重要性を記述しようとしても検定で削除されるとさえいわれる。しかし、教科書がだめでも副読本がある。福島県喜多方市は全小学校に必修の「農業科」をつくり、優れた副読本で実践している。農業から学ぶことは多い。食べものがどう育まれているのか、自然に感謝すること、協力することの意味、命とは。感性の豊かな時期に、農と接することの意義は大きい。「過程を自分が経験するからこそ、農業や、作物が育つためにはたいへんな苦労があることがわかります。大勢の人の助けも必要ですし、自然の脅威も理解できるでしょう。将来、農業には従事してなくても、なにか人生の岐路、物事を判断するとき必ず農業科で学んだことが生かされると信じています。」（※喜多方市教育委員会の齋藤勝芳さん）このような成功事例から学び、全国の教育現場での取り組みの強化と拡大に期待したい。子どもたちが変われば、日本の食と農が変わる。

※出典「ソトコト オンライン」<https://sotokoto-online.jp/local/11668>



双子座 (5/21～6/21)

【全体運】駄目なものに執着しないように。気持ちの切り替えが大切です。仕事は大きな計画変更を避けて取り組んで
【健康運】ウォーキングなど骨を丈夫にする運動にツキ 【幸運の食べ物】グリーンピース

種もみの取り扱いについて

ポイントと注意点は以下の通りです

① 種子消毒準備

品種が混ざらないようにネットの色や名札等で分けをする。購入したモミについては塩水選を行わないでそのまま種子消毒を行う。

② 種子消毒作業

「いもち病」や「ばか苗病」の原因となる病原菌を持っている種もみもあるので、病気の発生リスクを減らすために必ず行いましょう。JAのブロックによっては、温湯消毒済みのものもありますので、その際は不要です。

種子消毒剤には、「テクリードCフロアブル」・「エコホープDJ」を使用し、200倍液で24時間浸漬し、その際しっかり種もみが漬かるようにして薬液温は10～15℃で行う。

③ 浸種作業

種子消毒終了後、種もみを水に漬けて発芽に必要な水分を吸わせます。浸種時の水温は10℃～15℃を保ちその際の積算水温は100℃になるようにします。

④ 催芽作業

発芽揃いをよくするため、催芽は水温28℃以下のぬるま湯に種もみを一晚漬けて発芽発根を促します。種もみが鳩胸状態になるまで催芽してください。



須高営農経済センター
折山 宙輝



鳩胸状態の種もみ

にじのきらめきについて

令和8年播種用「にじのきらめき」の種もみは、高温登熟の影響から休眠が深く、適切に浸種・催芽をしないと、育苗時に発芽の遅延や揃いの悪さなど生じる恐れがあります。

発芽の揃いを良くするためには、水温管理・期間が重要です。

にじのきらめきについては今年も休眠が深い傾向ですので積算水温は150℃で調整してください。

今年の積算水温の目安		
積算水温 (目安)	(10℃の場合)	(15℃の場合)
150℃	15日間	10日間

※目安ですので状況により作業をお願いします。

催芽の注意点

- ・発芽揃いをよくするため、催芽は「もみ枯細菌病」の発生を助長するので水温28℃以下にて、「コシヒカリ」より長く24～32時間を目安に行います。
- ・処理中は、こまめに出芽の状況を観察し、ハト胸状態(芽長1mm程度)に揃った状態で催芽完了して下さい。



蟹座 (6/22～7/22)

【全体運】朗報の予感がしています。今の状態で難しいなら新しい情報を求めるのがお勧め。研修や施設の見学などにツキ
【健康運】皆で楽しめるスポーツで体力もアップ! 【幸運の食べ物】ツマミナ

春に起きやすい野菜(苗)のガス障害

3～4月は、日ごとの、また一日の中でも気温変化が非常に大きい時期です。春の作付けに向けて育苗管理にも気を遣います。今回は、春先に起きやすいガスによる生育障害についてお話しします。

◆アンモニアガスと亜硝酸ガスの発生には 土壌中の微生物が関係

畑土壌では、有機物の窒素は、土壌微生物によりアンモニア⇒亜硝酸⇒硝酸に変化します。アンモニアは窒素肥料の硫酸や塩安の、硝酸は追肥用肥料などの成分です。亜硝酸は作物にはきわめて有害ですが、亜硝酸を硝酸に変える微生物(硝酸化成菌)の働きで、通常は畑土壌に多く溜まることはありません。しかし、硝酸化成菌は環境の影響を受けやすく、暑くても寒くても、土壌が過湿でも乾きすぎても活動が鈍るという少し繊細な微生物です。その結果、環境条件によっては有害な亜硝酸が一時的に土壌に溜まることがあります。また、アンモニアは肥料の大事な成分ですが、土壌に多量に蓄積したり、気化(ガス化)して作物に触れたりすると障害を与えます。

アンモニアガスの障害を受けたキュウリ苗



◆高pH+(尿素・鶏ふん)+高気温⇒ アンモニアガス障害の危険性

写真は、4月下旬に定植したキュウリがアンモニアガス障害を受けた様子です。黒マルチの植穴から立ち上ったアンモニアガスに触れた下葉が焼けたようになっていました。黒マルチの内側について水滴のpHを試験紙で調べてみると、pH7.6程度で明らかにアルカリ性でした。考えられる発生要因としては、定植前の土壌pHが高くアルカリ性側だったこと、尿素や鶏ふんなど、アンモニアに変化しやすい成分を含む肥料や資材を多く施用していたこと、地温がまだ低い時期で、土壌中の硝酸化成菌の活動が弱かったこと、風のない晴天で気温が急上昇し黒マルチ表面が暖められ、アンモニアが気化しやすかったことなどが挙げられます。なお、写真のような場合、被害葉は回復しませんが、生長点は健全なので、地温が上昇して硝酸化成菌の活動が盛んになるとやがて正常な生育に戻ります。

pH試験紙でマルチ内側の水滴を調べると...



◆低pH+窒素過剰+水分過剰⇒ 亜硝酸ガス障害の危険性

アンモニアガス障害と似たものに亜硝酸ガス障害があります。硝酸化成菌の活動が弱い状態は一緒ですが、土壌が酸性(pH5以下)で過湿だと発生しやすくなります。亜硝酸ガス害を受けた葉の症状は、アンモニアガスと似ていますが、亜硝酸ガス害では、葉が漂白されたように白くなります。また、亜硝酸ガスにさらされ、強い日射を浴びると急激に症状が進んで、株全体の枯死に至ります。このほかに亜硝酸ガス障害を助長する要因としては、窒素過剰があります。

◆ガス障害を起こさないために・・・ 適正施肥と育苗中の換気

アンモニアや亜硝酸によるガス障害を避けるには、定期的に土壌診断をして土壌pHが適正か、肥料が過剰に蓄積していないかを調べるのが確実です。また、露地のトンネルや育苗ハウスを使う場合は、常に換気に気を付けます。空気に比べ、アンモニアガスは軽くて揮散しやすく、亜硝酸ガスは重くて溜まりやすい性質があります。どちらも風があれば濃度が高まりにくいので、換気扇に加え扇風機やサーキュレーターで空気をかかると、高温対策にもなり効果的です。

アンモニアガス障害の発生しやすい条件

- 土壌がアルカリ性 (pH7.5を超えると危険)
- 地温は低い気温は急上昇しやすい春先
- 尿素的多施用、発酵鶏ふん・乾燥鶏ふん等を鋤き込んでまもなく苗を定植した
- 地温の上がりやすい黒マルチや透明マルチ

さらにこんな場合は **亜硝酸ガス障害** が発生しやすい

- 土壌が酸性 (pH5以下)
- 土壌水分過剰 (土壌酸素不足) と窒素過剰
- 発生を助長する共通条件 —
- 密閉・無風条件 (トンネル被覆、ハウス栽培)

これまで毎号掲載しておりました土作りのコーナーは、都合により2026年3月号で最終回となります。ご愛読いただきありがとうございました。



獅子座 (7/23~8/22)

【全体運】あれもこれもと思いがちですが時間は限られています。あらためて取捨選択を。下旬には勢いを取り戻し前進
【健康運】油断大敵。いつもの健康習慣をしっかり継続 【幸運の食べ物】バセリ

次代を担う！ 若手生産者

エンジニアから農家へ転身、
とうもろこし栽培で新規就農



飯網町川上

たかはし だいき
高橋 大輝さん (31)

機械設計のエンジニアとして働いていましたが、飯網町で農業に携わったことがきっかけで2024年に就農しました。同年末には飯網町に移住し、2025年からは作付面積をさらに増やしてとうもろこしをはじめ野菜や米の生産に力を入れています。

●主な生産物

とうもろこし、米、りんご、ピーマン、有機野菜(たまねぎ・にんじん)

就農のきっかけ

飯網町で今は亡き農業の師匠に出会い、師匠の人柄と農業や人に対する愛情、農作物の美味しさに憧れたことが就農のきっかけになりました。師匠が亡くなり、自分でも美味しい作物を作ってみたいと思ったことから、飯網町で農業を始めました。

力を入れていること

味の良さにこだわって栽培しています。特にとうもろこしは朝イチの時間帯のみの収穫のため、タイミングを間違えないように1つ1つ丁寧に収穫するように心がけています。

これから挑戦したいこと

有機栽培も勉強しながら野菜を栽培していますが、まだ上手くできません。自信を持って栽培出来るように、引き続き試行錯誤しながら頑張りたいです。また、りんご以外の果樹栽培にも挑戦してみたいです。好きな物は自分で作ってみたい、という性格なので、大好きな果物の栽培にはいろいろ挑戦してみたいです。

趣味や楽しみ

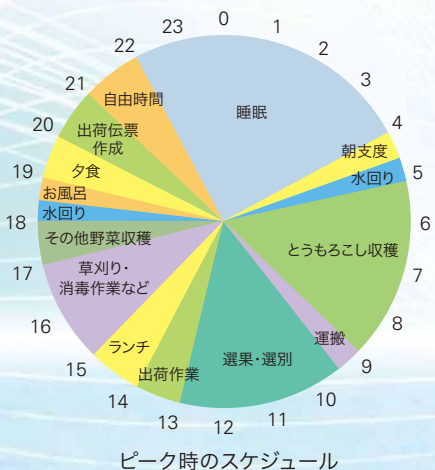
趣味は釣りとドライブ、旅行です。また美味しいものの食べ歩きも好きです。



収穫されたとうもろこし



高橋さんが育てた野菜



乙女座 (8/23~9/22)

【全体運】運勢は吉凶混合。良いも悪いも入り乱れ忙しくなりそう。臨機応変に対応していきましょう。良い方に目を向けて◎
【健康運】無理は禁物。適度な運動と食事を心がけて 【幸運の食べ物】タケノコ



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。

会社勤めを早期退職し、「養蜂」をしています。友人がりんご栽培用のミツバチを飼っていたことがきっかけでハチの生態に興味を持ち、養蜂を始めました。農業には受粉のためにミツバチが必要不可欠です。4〜5月にかけてりんごの花が咲き、そこから採れる「りんご蜜」は、とても採取量が少なく、希少な蜂蜜で「蜂蜜の中の宝石」とも言われています。養蜂はとても奥が深く、試行錯誤しながら“キレイな蜜”を採るために日々励んでいます。



●今後の目標・やりたいことは何ですか？

養蜂は手をかければかけるほど、良質な蜂蜜を採取することができます。“安全安心で、キレイな蜂蜜を採取すること”を目標に、今後も養蜂を続けたいです。

信州産・非加熱・天然蜂蜜、余計な加工をせずに、ひとつひとつ手作りにこだわり、「自然そのもの」を一つひとつ丁寧に瓶詰めし、販売し続けたいです。今の夢は直売できる場所を作ることです。



黄色い服は養蜂着です。

下高井郡山ノ内町
よこさわ ひでかず
横澤 秀和さん



志賀高原養蜂
BUN BUN
(@bun2_honey)

BUN2_HONEY



「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。

果樹と野菜を頑張って作っていることです。また、婦恋村に友人が多く「高原野菜を持ちに来てー」とお声がかかるので、遠くはありますがハンドルを握り、こちらからは果物を持参して伺います。近況報告をし合って楽しい時間を過ごし、帰りに新鮮な野菜をたくさんいただいて甥や姪、知人におすそ分けをしています。とても喜んでくれ、皆が笑顔になってくれると私も心が温かくなります。



●元気の秘訣はありますか？

毎日、犬の散歩をして体操をすることです。犬がとても元気なので、散歩の速度も速くなり、スロージョギングになって良い運動になります。

●今後の目標・やりたいことは何ですか？

あと5年以上は今のよう畑仕事をしていたいと思っています。2年前に植えたりんご🍏が友人に送れるようになるまで健康でいたいです。



須坂市
こだい
古平 たい子さん



天秤座 (9/23~10/23)

【全体運】小さなことが気になって大局を見失いがち。ゆっくり深呼吸を。いつものバランス感覚を取り戻せば快方へ
【健康運】発酵食品やたっぷりの野菜が健康の味方 【幸運の食べ物】タマネギ

ここらでいっぷく

昨今、異常気象が騒がれて
 います。でもこれが正常気象
 になると思います。温暖化の
 影響による病害虫の発生、干
 ばつによる水稲・果実・野菜へ
 の被害、そこに来て大雪や凍
 霜害。さらに夏は猛暑。我が
 家のある標高800mから
 900m地点では、夏は30℃
 になることはほぼなかった
 が、最近ではエアコンを設置
 している家庭が増えた。高齢
 になったせいかもしれないが、
 異常な暑さのため体力の限界
 を感じるようになった。まさ
 に農業は自然との戦いである。
 そこに追い打ちをかけるのが、
 農業機械・農薬・肥料・飼料・
 種子・資材・燃料とありとあら
 ゆるものの価格高騰、頭が痛
 いことばかり。TV、新聞等
 を見ると毎日のようにお米の
 価格が高いとの報道ばかりで、

気候変動



ながの中部ブロック理事
和田 正道

生産者が汗水たらして作っ
 ているお米であるという報道は
 ほとんどない。足りなくなれ
 ば即輸入に走ってしまってい
 る。でも輸入がストップした
 らどうするんでしょうか。
 日本の食糧自給率100%
 は唯一お米だけ、野菜75%、
 果実27%、畜産物に至っては
 17%、全体では38%である。
 消費者が価格の安い方に向か
 うのは当たり前であるが、国
 際情勢を見るとそんなことは
 言っていられない。食料だけ
 は国産でまかなっていかなく
 ればならない時代がやってく
 るかもしれない。
 我が家で生産した高原花
 豆、昨年は全滅でした。お米
 といえばカメムシの発生、ト
 マトは虫だらけで今までのや
 り方では育たなくなつてし
 まった。今まで以上に努力し
 なければならぬ時代がやつ
 てきてしまった。品種を考え
 る時が来た。自分の家の作物
 は少しくらい虫が食べてい
 てもおいしいし、見た目が悪く
 ても自信を持って作っていま
 す。

病院だより

放射線検査は本当に大丈夫?

JA長野厚生連 長野松代総合病院
診療放射線部 診療放射線技師

まつい よしき
松井 良樹

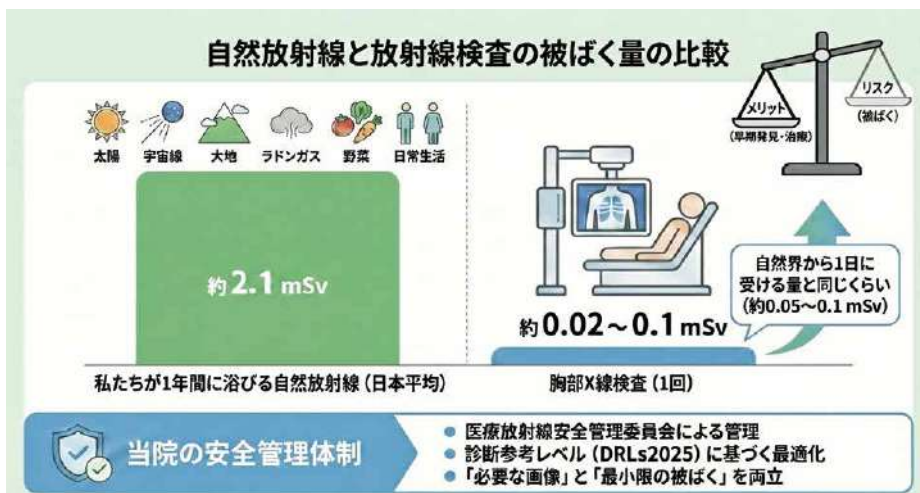
病院ホームページ
はこちらから



放射線検査は、病気やけがを早く正しく見つけて治療につなげるためにとても大切な検査です。放射線を使う以上、まったく被ばくしないことはありません。「早期発見・早期治療」というメリットが、被ばくによるリスクより大きい場合にのみ行われます。放射線が心配だからと検査を受けないでいると病気を見逃し、適切な診断や治療が遅れるおそれがあります。

放射線は医療で使われるだけでなく、もともと地球や宇宙に存在しており、私たちは日常生活の中で自然に浴びています。大地や宇宙線、食べ物や空気中などさまざまなところから受けており、1年間に平均約2.1mSv(ミリシーベルト)の自然放射線を浴びているといわれています。もともと私たちの体内にある「カリウム40」からも放射線が出ています。

胸のレントゲン撮影1回の被ばく量はおよそ0.02~0.1mSvで、自然界から1日に受ける放射線量と同じくら



いです。当院では放射線科医と診療放射線技師による「医療放射線安全管理委員会」を設置し、放射線検査の安全管理に取り組んでいます。X線検査では、日本の「診断参考レベル (DRLs2025)」を下回るように被ばく線量をできるだけ少なくしつつ、必要な画像が得られるよう最適化・管理し、皆さまに安心して検査を受けていただけるよう努めています。



蠍座 (10/24~11/22)

【全体運】好調運です。あなたの意見が通りますから丁寧に分かりやすく説明しましょう。味方を増やせます。宴会にツキ
【健康運】トレーニングの効果が出る時。ハードに鍛えて◎ 【幸運の食べ物】シイタケ

川柳の部

小宮山正雄 選

○特選

内緒だど孫への年玉へそ繰りだ

幸野 隆一 木島 平村

選評：可愛い孫にはついくれたくなるお年玉、これはじいじから特別だよという心情

○佳作

尊厳死書き終えていま晴れ晴れと

飛田 一子 千曲市上山田

初売りに忘れて駆ける痛い足

久田 肇 小川村高府

風呂での一句服を着る時消え果てて

小林 紀子 飯綱町芋川

政界の議論ほほえむ早苗節

竹井 克美 野沢温泉村

おめでとう彼岸桜がどつと咲く

坂口 美智子 千曲市桜堂

(敬称略)

○軸吟 新品種ふくらむ新芽に夢乗せる

俳句の部

丸山晶子 選

○特選

雪畑に老婆夢まく農の性

高木 のりえ 長野市稲葉

選評：畑の雪に粉殻を炭状にしたものをまいて融雪を促している光景を見たことがある。この句の光景が同じかどうか分からないけれど、春への夢も一緒にまいているのだろうなあと思う。

○佳作

四時半に起きて雪かく老の坂

広岡 光子 長野市中条

焼うどん出てお開きの新年会

松本 慧一 長野市差出

日向ぼここつくりすれば日が陰る

田中 重実 長野市屋敷田

ひと言で和む旧知の新年会

小林 紀子 飯綱町芋川

焦げ匂う祭りの跡や小正月

大沼 瑞紀 飯山市蓮

(敬称略)

七日はやもとの形に寺の町

晶子

短歌の部

高野 等 選

○特選

どんど焼き書き初め天へ燃え上がり歓声星空を轟かす

小林 紀子 飯綱町芋川

選評：上手に書けた書き初めはどんどん天に向かって上がる

○佳作

七草のはこべみつけて小松菜を真つ白お粥に二草で祝う

林 和子 坂城町南条

明け方の寒さ身に浸むこの頃は布団引き寄せ又寝かしむ

久保田 貞夫 飯山市照岡

初詣ハトの隙見て雀たち善光寺にて餌をついばむ

久田 肇 小川村高府

したためる三十余通の年始状農に勤しむ日々と書き添う

柄沢 満則 坂城町綱掛

水澄みて千曲川の中州広くなり河原柳の霧氷輝く

大沼 瑞紀 飯山市蓮

(敬称略)

書き初めに「驪楽」二字を墨書するよろこびありてたのしみもあり

選者

文壇大募集

●募集作品

川柳・俳句・短歌：お題「自由題」

●締め切り 3月19日(木)必着

※選考作品は5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】決まっていたことがひっくり返りトラブルに見舞われがち。下旬からは挽回できるのでこじらせないよう配慮を

【健康運】体調がイマイチなときは休息を。受診は早めに 【幸運の食べ物】キウイフルーツ



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。

昨

年は、腰・膝痛で整骨院通院で多額投資してしまつたので今年はおウォーキングで少額投資で頑張ろうと思つている、元気がいづばいの78才女です。

(長野市 塚田さん)



農

業は難しい。昨今は気候の変化もあり、先輩方も戸惑われています。でも、挑戦します。作物が形になつた時の喜びは最高です。今は雪の中。ゆっくり春からの段取りを考えています。

(木島平村 沢見さん)



女

性部の活動、地区ごとに色々な活動をしている事にびっくりです。これからの時期、やしようまがお店に並び、自分も作りたいと思つました。母親も作ってくれていましたが、今更ながら作り方を教えてもらつておけばよかったと後悔しました。

(長野市 山下さん)



花

「きせみナー」楽しみです。部会に入つていないけど、出荷は検討していません。育ててみたい!!と思つています。



(小布施町 佐藤さん)

地

区で行つているストレッチ体操に毎週出掛けています。雪の降る寒い日も20人以上集まり、皆で声をかけあい体操。その合間Tea Timeで色々話しています。心も身体もすっきり。ストレス解消をしています。

(長野市 西沢さん)



今

年が「年女」の私。周りの先輩方を見ると、趣味や健康に気遣つて頑張っている。自分は何してる...?年女にかかわらずこれから先を有意義に過ごさなければと思つた。こたつ番!

(須坂市 堀内さん)



JA

共済の書道コンクールで孫が賞をいただきました。負けないように最後の趣味を頑張りたいと思つています。

(飯綱町 原田さん)



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 3月19日(木)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。

4月号に掲載された方の中から抽選で2名様に「幻の米(パックご飯)」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

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	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	

A 先月号の答え

1	5	8	ウ	マ	12	キ	17	ツ
エ	ホ	コ	エ	ソ	13	ツ	ク	
2	ア	リ	マ	サ	カ	リ		
キ	ブ	キ	カ	タ				
3	ハ	ゴ	イ	タ	16	カ	タ	
4	バ	ザ	フ	ナ				
ラ	10	ト	ラ	ク	14	タ	一	

解答 A B C D
ゴウカク

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

- 卒業生代表が壇上で卒業——を受け取つた
- チューナーで選局して聞きます
- わんこそばやじゃじゃ麺で知られる県
- 精算するために並びます
- アルファベットの7番目
- 通知表ともいいます
- 走ること。ウイニング——
- 日本庭園の池に似合う魚
- 熱波師が活躍しているところもあります
- 糖度計の——を読み取つた
- 夫婦——で旅行に行つた

ヨコのカギ

- お雛様にひな——をお供えた
- 力士が土俵にまくもの
- オーストリアの首都
- 眉間に寄せるもの
- スケジュール帳に書き込みます
- は小説より奇なり
- 、雷、火事、親父
- タロットカードや水晶玉などを使つておこないます
- 出身校をこういふことも
- パーが紙ならチョコは
- ショートケーキの真っ赤な彩り果実
- 鳴門海峡には大きなものが発生
- 神社の参拝時に鳴らすこともあります

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?

1	6	9		14	18	21
		B				
	7			11		19
2				12	15	
			10			
						20
3	8					
4				13	16	
5					17	A

FAX 026-224-2212

- こたえ
- 住所
- 氏名・年齢
- 電話番号
- JA・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	
「クロス」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



山羊座 (12/22~1/19)

【全体運】楽しい話題が増え、心が弾みます。好奇心を発揮してあれこれやってみましょう。視野が広がりさらに招運!

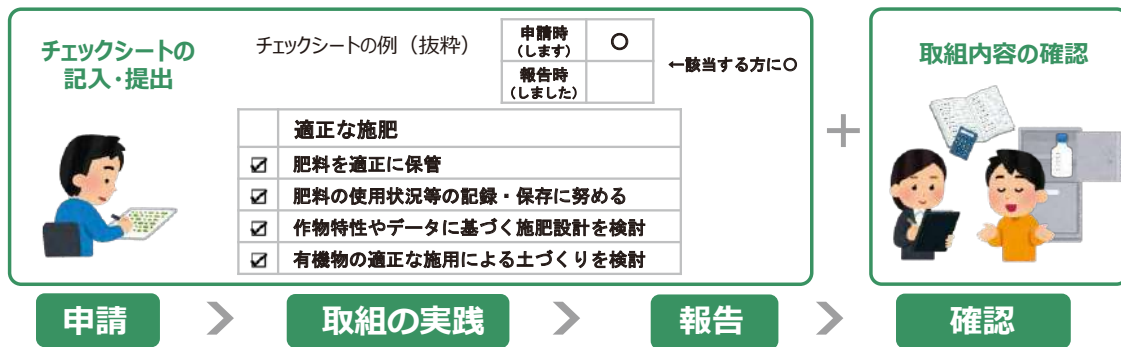
【健康運】手を使う運動を取り入れて。脳が活性化 【幸運の食べ物】クレンソ

システム戦略

環境にやさしく、生産性も高い農業を目指して～

環境負荷低減の取組の実践を要件化（愛称：みどりチェック）し、これにより令和9年度より農

「みどりチェック」の実施手続き



- ・ 農林水産省の補助事業等に申請する際に、**チェックシートの各項目を読み、該当する全ての項目にチェックを付けて提出の上、取組を実践してください。**
- ・ 取組を実践した上で、事業の報告時にも**チェックシートを提出してください。**
- ・ 後日、国の担当者が、**現地での目視・聞き取り等により、抽出された者に対して取組内容の確認を行います。**

よくあるご質問

Q 「みどりチェック」のチェックシートは、農林水産省の補助事業を活用する場合には、必ずチェックして提出する必要があると聞きましたが、提出しなかったらどうなるのでしょうか？

A 取組の実践とチェックシートの記入・提出は**補助金等の受給要件**となります。もし、記入・提出しなかった場合には、**補助等が受けられなくなる**ので、必ず実施しましょう。

Q 「みどりチェック」は、**難しい内容であり、誰でも簡単には取り組めない**のではないのでしょうか。また、取り組むことでどのような効果があるのでしょうか？

A 「みどりチェック」は**皆さんが意識すれば取り組める内容**です。また、「みどりチェック」に取り組むことで、皆様が日頃から環境にやさしい取組を実践されていることを明らかにし、**消費者の理解と評価を深める**ことにもつながります。

詳しく知りたい方はこちら

農業経営体、畜産経営体、林業事業者、漁業経営体、食品関連事業者、民間事業者・自治体等向けのチェックシート解説書やQA集等を掲載しています。

→<https://www.maff.go.jp/j/kanbo/kankyo/seisaku/midori/kurokon.html>



農業



畜産業



林業



漁業



食品



民間・自治体

お問合せ先

農林水産省大臣官房みどりの食料システム戦略グループ
☎ (直通) 03-6744-1865



水瓶座 (1/20~2/18)

【全体運】運勢は穏やか。美術展や演奏会に出かけるなど趣味の時間を多めに取って。季節限定のメニューを食べに行くのも◎
【健康運】おいしく食べるのが健康に。旬の食材にこだわって 【幸運の食べ物】ウド

みどりの食料

～環境負荷低減のクロスコンプライアンス

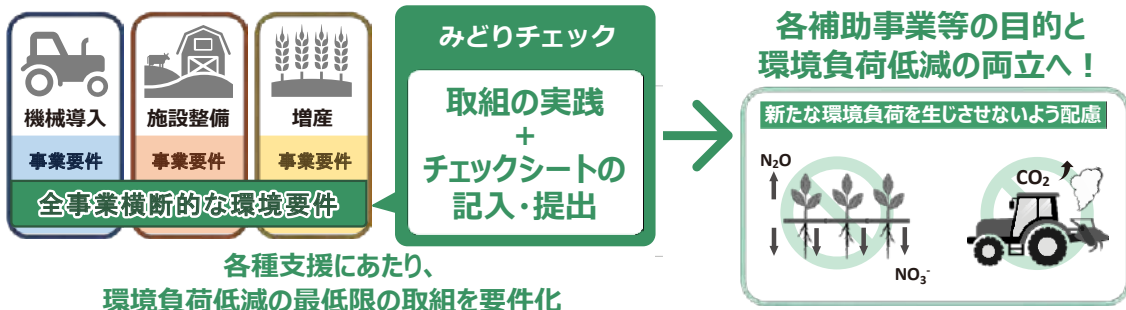
農林水産省では、令和6～8年度の試行実施を経て、全ての補助事業等に対して、最低限行うべき農林水産省の補助金等の交付を受ける場合には、環境負荷低減の取組の実践が必須となります。

「みどりチェック」に取り組みましょう！

(農林水産省の全補助事業等に対する環境配慮のチェック・要件化について)

「みどりチェック」のねらい

「みどりチェック」は、農林水産省の全ての補助事業等において、チェックシート方式により、最低限行うべき環境負荷低減の取組の実践を要件化するものです。これにより、事業を実施する際に新たな環境負荷が生じないようにし、各補助事業等の目的と環境負荷低減を両立することを目的としています。



どうして農林水産業で環境負荷低減に取り組まなければならないの？



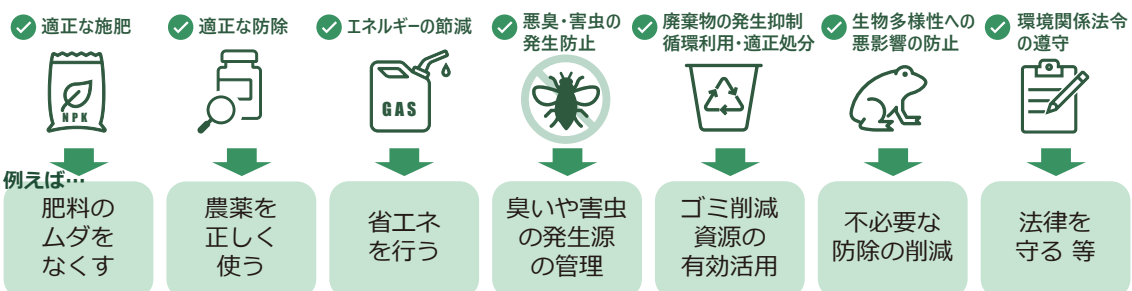
農林水産業は環境の影響を受けやすいことに加え、農林水産業自体が環境に負荷を与えている側面もあります。

このため、日頃の事業活動の中で新たな環境への負荷が生じないように、7つの基本的な取組を実践することが重要です。

「みどりチェック」に取り組むことで、皆様の日頃から環境にやさしい取組を実践されていることを明らかにし、消費者の理解と評価を深めることにもつながります。

「みどりチェック」は誰もが取り組める環境負荷低減への「初めの一歩」です。

「みどりチェック」の7つの基本的な取組とポイント

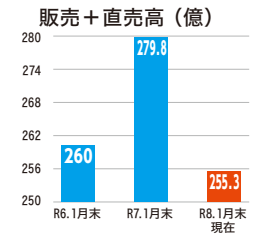
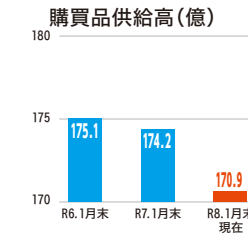
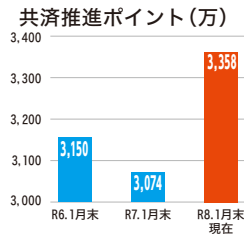
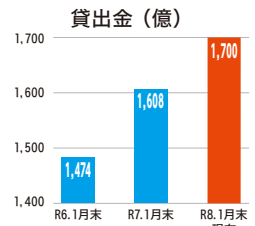
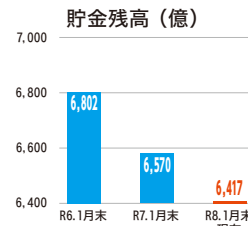
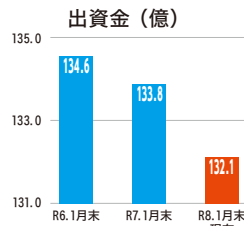


魚座 (2/19~3/20)

【全体運】運勢は好調。勢い良く動きましょう。細かいことは気にしないように。寛容さが開運の秘訣(ひけつ)
 【健康運】目の使い過ぎに気を付けて。適度に休憩を 【幸運の食べ物】ソラマメ

私たちのJA(令和8年1月末現在)

組合員数	64,019人
(正組合員)	27,511人
(准組合員)	36,508人
出資金	132億1,005万円
貯金	6,416億9,108万円
貸出金	1,699億9,848万円
共済推進ポイント	33,578,946
購買品供給高	170億9,196万円
販売品販売高	232億5,363万円
直売事業高	22億7,531万円



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

3月10日(火)	須坂支所	5月20日(水)	野沢温泉支所
4月21日(火)	高山支所	5月23日(土)	西山支所
5月12日(火)	須坂支所		

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9回理事会で次の事項が検討されました。

日時 令和8年1月27日(火)

協議事項

(1)令和7年度12月末事業実績について

決議事項

第1号議案 令和8年度内部監査計画に関する件について

報告事項

- ①令和7年度1月末決算実施要領について
- ②組合員懇談会について
- ③令和8年理事会(担当理事委員会・監事会)開催について
- ④その他

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

所在	間取	家賃(万円)	共益費		敷金礼金	おすすめポイント
			駐車場			
長野市内の賃貸アパート・戸建・マンション	2DK	4.6	2,000円	2ヶ月	単身者様にもお勧め 広めの間取り	
	アパート		1台2,000円	なし		
高田	2DK	4.9	1,000円	2ヶ月	人気エリアの2DK	
	アパート		1台2,000円	なし		
下駒沢	3DK	5.0	2,000円	2ヶ月	洋室8帖が2部屋	
三輪10	2DK	5.2	込み	2ヶ月	2階の角部屋 広めの2DK	
	アパート		1台3,000円	なし		
北堀	2LDK	5.3	込み	2ヶ月	リフォーム済み物件 日当たり良好	
	戸建		込み	なし		
檀田2	3DK	6.2	込み	2ヶ月	室内リフォーム済み	
	戸建		込み	なし		
三輪2	2LDK	6.7	2,000円	2ヶ月	好立地のRC物件	
	マンション		1台3,000円	なし		
稲葉	3DK	6.8	込み	2ヶ月	閑静な住宅街の戸建	
	戸建		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)全国宅地建物取引業保証協会会員
(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟 宅地建物取引業 長野県知事(6)第4380号

電話 ☎ 026-256-8882 **電話 ☎ 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/>



組合員・地域の皆様へ

JA虹のホールでは参加・体験型のイベントを開催します！
年齢問わずどなたでも参加できますので、ご家族やご近所
お友達を誘って参加してみませんか？

年間イベントスケジュール

JA虹のホールちくま

住所 千曲市鋳物師屋200
TEL 026-273-5482

令和8年

- 4月22日(水) ポーセラーツ(食器作り)
- 5月21日(木) 釈迦涅槃図
- 6月18日(木) 苔玉作り
- 7月16日(木) ピラティス
- 8月20日(木) 蓮ランプ作り
- 9月17日(木) 二胡演奏会
- 10月16日(金) 機能改善ヨガ
- 11月19日(木) クリスマスリース作り
- 12月18日(金) バイオリン演奏会

令和9年

- 1月22日(金) レジン作り
- 2月26日(金) クラフト(硬い紙で作る雑貨)
- 3月26日(金) りんごちゃんアレンジ

JA虹のホール吉田

住所 長野市吉田2丁目10-5
TEL 026-263-4800

令和8年

- 4月22日(水) りんごちゃんアレンジ
- 7月22日(水) 線香作り
- 10月22日(木) 二胡演奏
- 12月18日(金) 機能改善ヨガ

令和9年

- 3月26日(金) バイオリン演奏会

JA虹のホールみゆき

住所 飯山市飯山5168-1
TEL 0269-81-2100

令和8年

- 5月21日(木) リンパケアと健康体操
- 7月28日(火) 線香作り
- 9月23日(水) バイオリン演奏会
- 11月25日(水) 健康ヨガ

令和9年

- 1月28日(木) 写経
- 3月26日(金) 笑いヨガ

JA虹のホールまめじま

住所 長野市大字大豆島5202
TEL 026-267-0747

令和8年

- 5月21日(木) ピラティス
- 9月23日(水) ドーナツリース

令和9年

- 1月22日(金) クラフト(硬い紙で作る雑貨)

※イベント参加には申し込みが必要です
※参加費 無料~3,800円(イベント内容により異なります)
※イベント内容は変更する場合がございます
※状況によりやむなく中止になる場合がございます
※開催時間は各ホールへお問い合わせください

詳細については、お気軽に各ホールまでお問い合わせください！

プラスJA

募集総額 **60億円**

定期貯金 キャンペーン

©よりぞう

キャンペーン期間 2026年2月12日(木) ▶ 2026年3月25日(水)

※募集総額に達した場合、取扱期間中であっても募集を締め切らせていただく場合があります。

キャンペーン金利

定期貯金お預入期間 **1年**

定期貯金お預入金額 **50万円以上 1,000万円まで**
(利用者1名あたり)

年 0.815%
(税引き後 年 0.649%)

1年物スーパー定期貯金 店頭表示金利 **年 0.425%** + 上乗せ金利 **年 0.390%**

※当JAお預入貯金からの振替は300万円まで。
※ご利用条件は今後の金融情勢その他の事情により変更させていただく場合がございます。

新生活応援!

特別金利 & 商品券プレゼント!

まごころ商品券

新規組合員 加入者限定

1,000円分 プレゼント

組合員限定定期貯金

春

組合員応援キャンペーン 2026

取扱期間 2026年2月9日月 ~ 2026年4月30日(木)

お預入金額 **20万円以上**
※既存定期貯金からの書換は不可

お預入期間 **2年**

適用金利 **1.10%** (税引前) 単利

○店頭窓口にて定期貯金をお預入れいただく方
○表示の金利は初回満期日までとし、自動継続後の金利は継続日における店頭表示金利となります。

葬儀・法事の
相談は

■JA虹のホールちくま
千曲市大字鑄物師屋200
☎0120-735-482

■JA虹のホールさかき
坂城町大字坂城6199-1
☎0120-735-482

■JAホールしの
信濃町大字柏原2566-15
☎0120-005-577

■JAホールいづな
飯綱町大字普光寺937
☎0120-210-983

マイカーローン キャンペーン

キャンペーン期間

2026 2026
2.9(月)~6.30(火)

変動金利
※固定金利もあります

年 **1.30%**

店頭金利 3.65%
(2026年2月9日現在)

→ 年 **2.35%引下げ**

※下記の金利引下げ条件と特典1を必ずお読みください。

◎よりぞう

- 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、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く場合があります。

金利引下げ
条件①

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**年1.9%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	定期貯金(期間1年・10万円以上)ご契約者
給与振込契約者(農産物販売代金振込を含む)	積立定期貯金ご契約者
年金振込ご指定の方または年金予約者	投資信託または個人型確定拠出年金(iDeCo)のご契約者様
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	当JAとローン取引がある方(フロバール含む)
通帳レス口座ご利用者(切替を含む)	組員(出資払込額5千円以上)の方
JAバンクアプリ契約者	年度未成年18歳以下の子ど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)
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	ライフプランサポート(資産形成)利用者
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)	共済シミュレーション利用者

さらに 4項目以上該当された方かつWebから仮申込みされた方は**年0.1%金利軽減**いたします。

特典1

金利引下げ
条件② **金利軽減に加えて、下記①~④いずれか
の対象に応じてさらに金利軽減**いたします。

- ① 初めてJAマイカーローンをご利用される方
- ② JA住宅ローンをご利用されている方

年 **0.35%軽減**

- ③ 定期貯金キャンペーンをご契約された方

年 **0.25%軽減**

- ④ JA住宅ローン以外のJAローンをご利用されている方

年 **0.15%軽減**

※特典1の対象項目①~④は重複して適用できません。複数該当する場合は、最も大きい軽減幅を1つ適用いたします。

例：①初めてJAマイカーローンをご利用のうえ、②定期貯金キャンペーンをご契約の場合は、①の年0.35%軽減が適用されます。

JAネットローン特設ページ
Web仮申込みは [こちら](#)



◎よりぞう

特典2 **ボックスティッシュ
プレゼント**



キャンペーン期間中にJAマイカーローンをご契約された方
ボックスティッシュをプレゼント

DARWING

ANYBODY CAN!

簡単装着アシストスーツ

DARWING ABC Lift

ダーウィン エービーシー リフト
物流作業・農作業・介護などに

だれでも

簡単装着

快適アシスト!

軽量・無電力
なのにパワフル。

本体重量
約450g※

※Lサイズの場合

01 薄手・柔軟



柔軟性があり薄型設計のため、かさばりにくく身体にフィットして複合的な動作も難なく行えます。

身体への接触面が少なく長時間の使用でもムレにくくなっています。

02 「高反発ゴム」でアシスト

使用方法は
こちらから

背部から大腿部にかけて高反発ゴムを配置。ゴムの張力で持ち上げ動作に必要な腰や背面のサポートをします。



今だけ **30,000円**

■DARWING ABC Lift (ダーウィンエービーシーリフト)

品番	JANコード	サイズ	身長	胸囲	大腿 周囲	標準価格
001-0572	4518227105720	L	168~185cm	85~110cm	50~70cm	33,000円(税込)
001-0573	4518227105737	M	155~172cm	75~95cm	45~60cm	

締め切り 4月末

お問い合わせ先 お近くの生産資材店舗へ



前面

背面