

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  
「jie-nagamaru」



今月の表紙 第32回ビビッド写真コンテスト:優秀賞 「おいこっとandサンふじ」 小林優之さん

## 第32回ビビッド写真コンテスト 審査結果発表

### CONTENTS

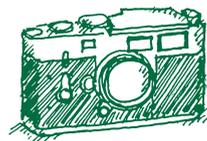
第32回ビビッド写真コンテスト結果	2~3	ながまるくんのやって〇〇	14
地域の話題	4~7	生産者紹介	15
女性部活動	8	資産形成のイロハ	16
レシピ/おらほの民話	9	わが家のピカイチ/ぼくとわたしの日記帳	17
営農部からのお知らせ	10	こころでいっぶく/病院だより	18
農政情報	11	文壇	19
営農情報	12	お便りコーナー/クロスワード	20
土づくり	13	今月のお知らせ	21~24

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



2023.11  
vol.87

# 第32回 ビビッド写真コンテスト 審査発表



## 地域の魅力 再発見

第32回JAながのビビッド写真コンテストでは、47人よりご応募いただいた133点の作品の中から、選りすぐりの作品12点が選ばれました。審査員を長野フジカラー、日本農業新聞、JA長野中央会の3人が務め、コンテストの題材である“JAながの管内の魅力ある農業・風景・人物”にふさわしい作品となりました。



### 「初夏の野焼き」

山口 主法さん

長野市青木島 撮影場所／小川村

**講評** 絵画の様で色合いが独特。煙の様子が良く分かり、人がはっきり写っていない所が良い。



### 「リンゴの葉つみ」

佐藤 正秀さん

長野市稲田 撮影場所／長野市檀田

**講評** 農業の風景が感じられて、力強さがある。空の青さと木の緑が良い。



### 「おいこっとandサンふじ」

小林 優之さん

長野市平林 撮影場所／長野市豊野

**講評** 構図が良い。リンゴと電車の対比も良く季節感があって良い。



### 「楽しい!りんご狩り」

岡田 誠さん

長野市神楽橋 撮影場所／長野市豊野

**講評** リンゴ＝長野というイメージが感じられる写真。りんご狩りの楽しそうな様子が伝わる。





「代かきを終えて」  
中村 純一さん  
須坂市本郷町  
撮影場所／小布施町



「里の春」  
横林 敏夫さん  
長野市差出南  
撮影場所／小川村



「初夏の棚田」  
古屋 治さん  
下諏訪町  
撮影場所／千曲市八幡



「棚田に煌めけ」  
増田 恵さん  
長野市岩石  
撮影場所／千曲市娘捨



「いつまでも元気でね」  
藤巻 努さん  
長野市小島  
撮影場所／栄村



「冬の田園風景」  
井出 利久さん  
長野市上野  
撮影場所／飯綱町赤塩



「農の季節」  
小林 誠さん  
野沢温泉村豊郷  
撮影場所／飯山市



「摘花作業」  
前島 傳さん  
長野市高田  
撮影場所／須坂市村山

## 秋の味覚盛りだくさん 果物出荷リレー

9月下旬より、JAでは和梨、西洋梨の他、リンゴの秋映やシナノスイートなどの出荷リレーがされています。和梨・西洋梨はながの・須高・ちくまブロックで栽培されていて、生産者の高齢化に伴い栽培面積が減少しているものの、市場や業者等からは高い評価を得ています。



秋映の選果をする職員

リンゴは秋映、シナノスイート、シナノゴールドのりんご三兄弟の出荷がピークを迎えています。今年は春先の凍霜害の影響で、昨年に比べて出荷数が減少しています。そのため、市場や販売先では高値での取引が続いていて、JAでは数量確保のため生産者へ出荷を呼びかけています。11月上旬からはいよいよよふじの出荷が開始され、12月には最盛期を迎えます。りんご直売会やSNSを通して広くPRを行うてまいります。



西洋梨の選果をする職員

## 准組合員収穫体験 旬の秋映「おいしいね！」



圃場でリンゴ栽培について説明をする生産者の金箱さん



肩車でリンゴを収穫する親子

10月7日、長野市で准組合員を対象にしたリンゴの収穫体験を開催しました。午前、午後の2回に分けて開催し合わせて34組、約80人の准組合員親子が参加。生産者の金箱文雄さんが、リンゴ栽培の面白さや、収穫方法について指導しました。



たくさん収穫できて喜ぶ児童

参加した親子は「収穫してその場で食べられるなんて贅沢。このような機会があつてとてもいい取り組み」と話しました。

来年度にむけても開催を計画しており、今後も准組合員との交流やJA事業への理解と利用促進に繋げてまいります。

## 各地で大盛況ぶどう祭り 須高・ちくまブロックで開催

9月中旬に須高ブロック、下旬にはちくまブロックでぶどう即売会が開催されました。



Aコープすこう店のぶどう即売会

人気のシャインマスカットをはじめ、ナガノパープルやクイーンルージュが数多く並び、お求めしやすい価格とあつて、会場には県内外から大勢の人が訪れました。



ちくま壇生支所で開催したぶどう即売会

須坂市のAコープすこう店に訪れた買い物客は「毎年楽しみにしています。おいしいブドウがたくさん買えて嬉しい」と話しました。

## 金色に輝く稲 小学生稲刈り体験

9月から10月にかけて山ノ内町の東小学校、西小学校、南小学校の5年生は、各実習会場となっている田んぼで稲刈りを行いました。

食農教育の一環で毎年行っており、山ノ内町米研究会、女性部志賀高原支部、JA技術員がアドバイザーをしながら田植えから収穫までを学びます。また、ブランド米である「雪白舞」の認定を目指すとともに、食味分析鑑定コンクール国際大会の金賞受賞を目標としています。過去に同コンクール(小学校の部)において、各小学校は、それぞれ金賞受賞の実績があり、児童らは「今年もコンクールで賞がもらえるように頑張りたい」と意気込みを語りました。



稲刈りを楽しむ児童

## 延徳田んぼ稲刈り 仲間と連携プレー



コンバインを使って稲刈り

小布施水稻組合は稲刈り本番を迎えた9月14日、職員と事務局合わせて12人体制で作業をしました。

コンバインのオペレーター、補助者、刈った米をライスセンターの乾燥室まで運搬する者でチームを組み、段取り良く作業をして一日約3ヘクタールをこなしました。刈り取り総面積は56ヘクタールで、10月中旬に作業を終えました。

作業を行った職員は「今年は天候に左右され、思うように作業が進まなかった事が悩みの種」とし「けが無く無事に作業が終了できて良かった」と話しました。

## 白ネギ出荷 需要高まる

白ネギの出荷が最盛期を迎えています。9月下旬から出荷が始まり、今年は夏場の高温干ばつによる影響で、生育不良ではあるものの甘みを感じられる仕上がりとなっています。また、全国的にネギの流通量が減少したこともあり需要が高まっています。

JAのみゆき白ネギ研究会副会長の滝沢邦雄さんは、「今年の猛暑は人間でも過酷なのに、野菜にはもっと過酷。今後は暑さなどの自然環境に対応していかなければ」と課題について話す一方で「丹精込めて作ったネギを、大勢の人に味わってもらいたい」と話しました。



白ネギの出荷準備をする滝沢さん



準備が整えられた白ネギ

JAの担当者は「鍋などでネギを美味しく食べてもらいたい」とし、今後生産地化を目指し、生産者が増えるよう栽培講習会や品質向上のため品評会の開催を計画。また毎年状況が変わる自然環境へ対応策を講じていく考えです。

## 野菜栽培セミナー 新規生産者獲得へ

ちくま営農センターは今年度、新たに出荷販売を目指す方を対象にパセリやたまねぎを始めとした、野菜栽培セミナーを開催しました。「パセリ栽培セミナー」は9月27日に産支所で開催し7人が参加。「たまねぎ栽培セミナー」は2か所で開催し合わせて30人が参加しました。同センターの技術員が、栽培管理の基礎知識や出荷方法、収益性について説明したほか、栽培の特徴としてパセリは長野県の冷涼な気候が適しており、軽量野菜であるため女性でも取り組みやすい品目であること、たまねぎはここ数年比較的販売価格が安定していること、などを説明しました。



セミナーを受講する参加者

少しでも多くの農産物栽培を希望する皆さんに野菜作りのサポートを行い、管内の農業振興を進めていきたい考え。今後も様々な品目でセミナーを実施していく予定です。

## 関西大学と意見交換 きのこ販売に向けて

9月29日、関西大学の学生らはJ Aの本所を訪れました。共同研究を重ね、食味が向上したぶなしめじやえのきたけの販売に向けて取り組みを進めており、定期的に会議の場を設け情報交換を行っています。今回は市場販売にむけた試食テ



アグリながめまで豊茸の販売をする関西大学の学生

ストの結果や今後の課題共有を行いました。関西大学の学生が試食会を開いた際のアンケート調査では、土臭さが無く食感が良いため主婦層からも好評であると報告されました。また、9月30日にはアグリながめまにて学生らによる販売や、きのこ培養施設の見学をするなどして現場を目で見て理解を深めました。



関西大学とJ Aの会議の様子

J Aでは早期販売開始に向けて、検討を重ねて「豊茸」ブランドを多くの人に届けられるよう、進めていきます。

## トルコギキョウ品種試験検討会 新品種続々と登場

ちくま花卉共販部会は10月10日、千曲市力石地区のハウスで6月に定植したトルコギキョウの品種試験栽培検討会を開催しました。各種メーカー6社による新品種30種が試作栽培され、種苗メーカー「ミヨシ」と部員7人が視察しました。

今年度は、例年に比べて猛暑が続き、生育前進、高温による生理障害が増え、出荷に向けた栽培管理に悩まされることが多くありましたが、ハウス内温度の調整、芽や蕾整理をし、品質の良いトルコギキョウを出荷することができました。



新品種を確認する参加者

検討会では、事前に調べた草丈や花径、花や葉やケの有無などの記録に目を通しながら、花形や草姿の整った品種を確認しました。毎年多くの新品種が種苗メーカーから発表されており、品種の入れ替わりが早いいため、いち早く現地での適用試験を行い、気候条件など地域に合った新品種の導入を検討し生産の安定と拡大を目指しています。



ゴミ拾いをする職員

## ゴミ拾いで地域をきれいに 観光客を温かく迎える

県下一斉で実施している「きれいな信州美化キャンペーン」の取組が、小川村でも行われました。毎年村内の事業者に参加を募り、9月下旬から10月上旬の日曜早朝に、地域をきれいにして観光客を温かく迎えられるようにと、ボランティア作業を実施しています。

今年もJAをはじめ、村内15の事業者がボランティア作業に参加しています。作業日の早朝、参加者は村営の施設に集合し、オリンピック道路とその他主要道路、2つのエリアの沿線を3グループに分かれて作業を行いました。作業に集中しつつも、参加者同士のコミュニケーションを深めている姿も見受けられました。ゴミ拾いで地域をきれいにし、参加者が心身ともにリフレッシュできる事で仕事や私生活での活力に繋がっています。

## 「たーんとながの」会員収穫体験 農産物を身近に感じて



シャインマスカットについて説明する青木さん

9月23日、JAが運営する農産物公式オンラインショップ「たーんとながの」の会員と生産者をつなぐ「生産者交流会」を開きました。交流会を通じて品質と安全性を体感し、管内農産物をより身近に感じてもらうことを目的とし、今年で2年目。

県内外からの参加者は、須坂市内のぶどう生産者でJA理事の青木良文さんの圃場を訪れました。参加者は青木さんからブドウの特徴や歴史、栽培方法など説明を聞き質問など交したほか、大粒に実ったシャインマスカットを収穫して交流を深めました。また、JA施設の共選所で選果作業の見学や、アグリながぬま農産物直売所で買い物などを楽しみました。

神奈川県から参加した家族は、「生産者との会話や実際に栽培されている産地が見られて良い経験になった」と話しました。

たーんとながのは開設から4年目を迎え、現在会員登録数は5,300名。今後も継続的に交流会を開催し、安心してオンラインショップを利用いただけるようPRをしてまいります。

## お知らせ



JAながのの旬な野菜や果物をふんだんに使った、レシピがホームページで公開されています。

簡単で美味しい料理が盛りだくさん！ぜひご覧ください。

ホームページはこちらから  
ご覧いただけます。



ホームページアクセス後上記のバナーをクリックするとご覧いただけます。



牡羊座 (3/21~4/19)

【全体運】秋の実りを楽しみましょう。思い出の料理を食べに行くのもお勧め。旧友との会話にも花が咲きそうです  
【健康運】冷えは大敵。体を温めて。厚手の靴下が吉 【幸運の食べ物】ダイコン

活気

元気

# 女性部活動



▲ぼかし作りに励む部員

女性部西山支部ぼかしグループは、部員12名で活動しています。その中の1人は、昨年から地域おこし協力隊として小川村に来て、農業について学ぶ中でぼかしに興味を持ちグループに加入しました。

ぼかしは米糠と糖蜜・EM菌を合わせ1回40kgを混ぜる重労働。自ら率先して作業をすることで、すぐに打ち解けて和気あいあいと作業をしています。

今後、次世代により関心を持ってもらいたい、女性部活動を盛り上げていきます。



ぼかし作りを次世代へ



▲懇談会の様子

みゆき地区では9月25日、同地区JA役職員との懇談会を開催しました。女性の声をJA運営に反映していくことなどを目的に開催しており、当日は部員とJA役職員あわせて38人が出席。事前に各支部でまとめた意見要望に対し、地区理事や職員が回答しました。

営農・共済部門の質問が多くあがった中、「みゆき地区の生産物の推しは」との質問に対し、農産物は米、アスパラ、ズッキーニ、ピーマン等があるが、坂井芋の収穫体験を観光としてPRしてみたいと提案が出るなど、実りある懇談会となりました。



JAと女性部の懇談会開催



▲天門橋前で集合写真

ながの地区女性部吉田支部では9月1日、4年ぶりの日帰り研修旅行に行きました。行先は富山県。運が良ければ蜷気楼に出会えるスポットとして知られている「海の駅 蜷気楼」で買い物をしました。その後はホテルでランチバイキングを堪能したほか、環水公園の富岩水上ラインに乗船して、国内最大級の中島閘門までの運河クルーズを楽しみました。

部員同士の情報交換や絆を改めて確認でき、有意義な時間を過ごせました。



支部日帰り研修旅行



▲稲刈り体験の様子

長野平支部は10月2日、長野市立朝陽小学校5年生と稲刈りを行いました。部員、児童ら約120人が育てた稲を丁寧に刈りました。

この取り組みは、子どもたちに田植えから収穫体験を通じ食や農業の大切を知ってもらおうと毎年開催しています。当日は営農技術員と女性部が講師を務め、稲を刈る方法を教えました。児童は「とれた。やったー」「こんなに大きく育ってくれて嬉しい」など喜びながら作業に励みました。



小学生の稲刈り体験をお手伝い

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。

# 千切りキャベツの焼き春巻き

家の光 2016 年 4 月号参照



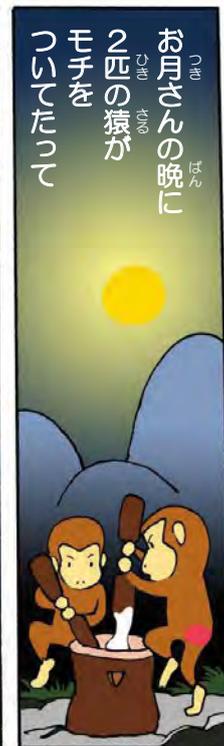
## 材 料 (4人分)

- ・キャベツ ..... 300g
- ・長ネギ ..... 1本(150g)
- ・桜エビ ..... 20g
- ・スライスチーズ(とろけないタイプ) ..... 5枚
- ・春巻きの皮 ..... 10枚
- ・塩 ..... 小さじ1/2
- ・油 ..... 適量

## 作り方

- ①キャベツは千切り、ネギは斜め薄切りにして、ともに塩でもみ、30分ほどおいてしんなりさせ、水気を切る。
- ②桜エビはフライパンでさっとから煎りし、香りを立たせる。
- ③スライスチーズは半分に切る。
- ④春巻きの皮に10等分したスライスチーズ、①、桜エビを順において巻き、薄く油をひいたフライパンで両面をパリッと焼く。

- ポイント**
- 味がついているので、そのまま食べてもOKですが、酢をつけるとさっぱり食べられます!もちろんしょうゆをつけてもおいしいです!



歴史発見!

# おらほの民話

「猿の餅つき」発祥地域..須坂市  
(第2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】対人運が活発化。もめることもありそうですが、向き合ってみると分かり合えることも。ポジティブに考えて  
【健康運】ちょっとしたけがに注意。ばんそうこうを携帯して 【幸運の食べ物】ハクサイ

全ての農作物を対象に収入減少を補てんします！

## 「収入保険」

加入申請期限は、**12月28日**まで！(個人経営体)  
※法人の場合は、決算月の前月末まで！

～収入保険5つのポイント～

- 青色申告の実績が※1年分あれば加入OK！※青色申告承認申請書含む
- 農業者が自ら生産した農産物の販売収入全体を補償！
- 保険料の50%、積立金の75%の国庫補助で掛金の負担軽減！
- 無利子のつなぎ融資で経営を守る！
- オールリスクに対応の保険で安心営農！

自然災害や病虫害、鳥獣害などで収量が下がった



市場価格が下がった



災害で作付不能になった



けがや病気で収穫ができない



倉庫が浸水して売れ物にならない



取引先が倒産した



盗難や運搬中の事故にあった



輸出したが為替変動で大損した



保険料の一部補助があります！

補助対象地域にお住まいの方は市町村から保険料等の一部補助が受けられます。

詳しくは下記お問い合わせ先までお気軽にご相談ください。

### 基本プラン

【基準収入500万円の場合】初年は、

- ① 掛捨ての「保険方式」のみの場合、54,846円 (掛捨て保険料42,426円、事務費12,420円)
- ② 「積立方式」を組み合わせた場合、168,336円 (掛捨て保険料42,426円、積立金112,500円、事務費13,410円)

※積立金は毎年積む訳ではありません。補てんに使われなければ、翌年へ持ち越されます。  
2年目以降は、基準収入が変わらなければ掛捨て保険料+事務費のみでご加入いただけます。

### 新プラン

～新プランが登場しました～

皆様からの積立金の負担軽減を求める声に応じ、保険方式での補償を充実する新たなプランとして保険方式のみで9割まで補償するプランを令和6年加入から実施できるようになりました！

【基準収入500万円の場合】初年は、

- ① 掛捨ての「保険方式」の場合、101,903円 (掛捨て保険料88,493円、事務費13,410円)

〈メリット〉

- ☞ 保険料は掛捨てとなりますが、全額経費として損金算入できます。所得税・法人税軽減の選択肢となります。
- ☞ 新規加入時に保険料負担が軽減されます。

〈デメリット〉

- ☞ 保険金の支払いを受けた際、翌年の保険料負担額が上がりやすくなります。
- ☞ 継続した2年目以降は、保険方式のみの場合負担が大きくなる可能性があります。



【お問い合わせ先】 長野県農業共済組合 北信支所 収入保険係

(長野市豊野町豊野631 長野市豊野支所庁舎2階) TEL:026-219-2893 FAX:026-215-3031



双子座 (5/21～6/21)

【全体運】ストレスを感じやすいとき。オーバーワークにならないよう予定を見直して。レジャー運は良好。お出かけを  
【健康運】腸内環境を整えて。発酵食品にツキ 【幸運の食べ物】ゴボウ

# 食料とエネルギーは安全保障の2本柱



東京大学大学院 教授 鈴木宣弘

食料とエネルギーは安全保障の2本柱とも言える。そのエネルギーの自給にどのような政策がとられているかは、食料政策を考えるうえでおいに参考になるはずである。再生可能エネルギーの固定価格買取制度を、今後の食料買取制度の構築のためのヒントとしたい。

## 再生可能エネルギー買取制度に投じられている巨額の補助

再生可能エネルギーの固定価格買取制度とは、再生可能エネルギーで発電した電気を電力会社が一定価格で買い取ることを国が約束する制度である。

先日、エネルギーの専門家に話を聞いて、正直驚いた。

我が国における再生可能エネルギーの電気買取制度は、2012年夏から施行されているが、2022年度の買取総額は4.2兆円にもものぼる。このうち一般消費者など需要家の実質的負担額である「賦課金」の総額は2.7兆円になる。いずれも経済産業省試算の実績見込み額である。政府の補助は1.5兆円ということである。

つまり、合わせて、再生可能エネルギー発電事業者にとっては、2022年度では「4.2兆円」が補助金として機能している。このような巨額の再生可能エネルギー買取・賦課金になったのは、2012～14年度の事業用太陽光発電の買取単価の水準を、世界的にも驚愕(きょうがく)の高値に設定したのが主因といわれる。2011年3月の東日本大震災による福島第一原発事故を受けて、再生可能エネルギーが日本を救うという機運がもたらした結果だ。事業用太陽光発電の買取単価は、FIT(固定価格買取制度)認定を受けた年度の単価が20年間続くというものである。これにより、いわば『太陽光バブル』が起こった。

## 世界一の太陽光発電大国に

だから、買取総額の内訳をみると、住宅用太陽光0.2兆円(5%)、事業用太陽光の2012年度認定0.8兆円(21%)、2013年度認定1.1兆円(28%)、2014年度認定0.4兆円(10%)、2015～2021年度認定0.4兆円(10%)で、合計2.8兆円(69%)を太陽光発電が占め、その他は、風力発電0.2兆円(5%)、地熱発電0.02兆円(0.4%)、中小水力発電0.1兆円(3%)、バイオマス発電0.7兆円(17%)総計4.2兆円である。

この結果、国際機関の分析によれば、日本の再生可能エネルギー導入量は世界第6位、このうち太陽光発電は世界第3位、この8年間で約4倍にという日本の増加スピードは、世界トップクラスである。国土面積あたりの日本の太陽光導入容量は主要国の中で最大で、平地面積で見るとドイツの2倍で、世界で断然トップとなっている。



家庭用から大規模発電用まで導入が広がる太陽光発電。日本のエネルギー自給率の向上につながる。

## 太陽光発電の懸念

太陽光発電の振興に関しては、農業との関係でも、問題点が指摘されている。

2050年までのカーボン・ニュートラル(排出するCO<sub>2</sub>と吸収するCO<sub>2</sub>の量を同じにする)目標を追い風にして、「再生可能エネルギー等に関する規制等の総点検タスクフォース」が、営農型太陽光発電(農地の上に発電装置、発電装置の下で営農)についても弾力的な運用を図ろうとしている。

営農型太陽光発電については、業者によっては許可時の計画どおり営農しない場合も多く、現場から苦慮している声が聞かれている状況下において、むしろ、それを追認するかのように、官邸や経済産業省の主導の下、農水省は2021年3月に対応方針を示し、同年4月から実施している。

それは、いわば、営農の形をとっているだけでよく、実質的に営農を前提にせず、むしろ、農業の衰退を促進しつつ、太陽光発電を押し進める方向性が強くなっており、「営農型太陽光発電」と呼べるのかどうか、疑問も生じるものである。地域農業振興と逆行し、農村コミュニティの崩壊や周辺環境の劣化にもつながらないか、十分な検証が必要である。

## 食料政策に得られる大きなヒント

太陽光発電には、そうした様々な弊害も指摘されているが、ここで注目したいのは、思い切った買取制度があれば、一気に世界一の太陽光発電大国になるほどの成果が上げられるという買取制度の政策効果の高さである。

エネルギー以上に命を守る安全保障の要と位置付けられる農業については、農林水産省全体の年間予算が総額で2.3兆円しか配分されていない。農林水産省予算は、防衛費と比べてももちろんだが、再生可能エネルギー振興予算と比べても、本当に少なすぎるのが明白だ。

ぜひ、この現実を踏まえ、コメを中心とした食料買取制度の再構築を検討する余地は十分にあると言える。そもそも、欧米各国も、穀物や乳製品を支持価格などで、ほぼ無制限に買い取る仕組みを維持しているのだから、柔軟な思考で日本に大転換を促したい。



蟹座 (6/22~7/22)

【全体運】気になっていたことがいい方向へと動く好調運。問題は1人で抱え込まず相談を。力になってくれる人がいます

【健康運】コンディションが良好。スポーツを楽しんで 【幸運の食べ物】ホウレンソウ

## 秋の有害鳥獣対策について

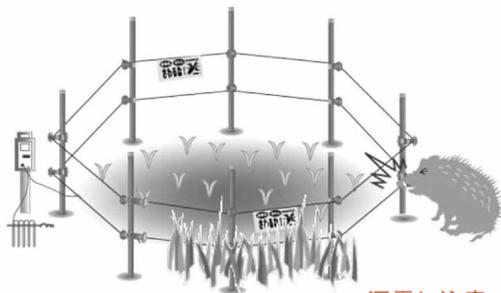


11月に入り、りんごなどの収穫作業も最盛期を迎えております。特に山間部では近年野生鳥獣（イノシシ・ニホンジカ等）の農作物被害が後を絶ちません。平坦部であっても小型動物（タヌキ・アナグマ・ハクビシン等）の被害が相次いでおります。今回は野生鳥獣から農作物を守る柵の特徴と設置のポイントをご紹介します。



さいがわ営農センター  
雲崎 竜也

### 電気



漏電に注意

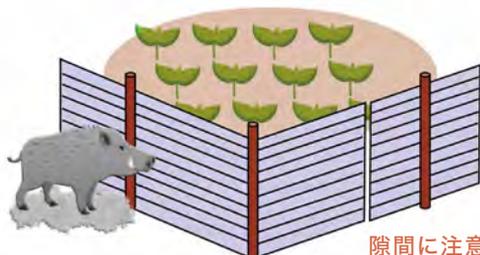
設置や収納が容易で、撃退効果も高いが、漏電防止のための周辺の下草刈など定期的な維持管理が必要。

【資材費 1mあたり290円～1,100円】

#### 設置のポイント

- 地面と最下線との間隔は、イノシシで15cm以下、シカでは25cm以下とする。
- 地面からの最高線の高さは、イノシシで60cm程度、シカでは150cm程度とする。
- 3～4段を目安とし、設置箇所の実情に応じて調整

### トタン



隙間に注意

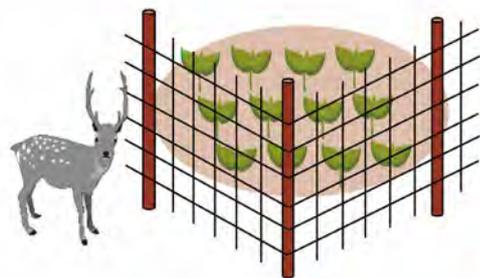
目隠し効果で侵入防止効果は高いが、飛び越えられたり、隙間から侵入されることがある。

【資材費 1mあたり250円～850円】

#### 設置のポイント

- 高さ80cm未満のトタン板を用いる場合、2段に重ねて設置することで、侵入防止の効果が高くなる。
- トタン板と地面の間に隙間をなくす。隙間があると、イノシシがトタン板を持ち上げやすい。

### ワイヤーメッシュ



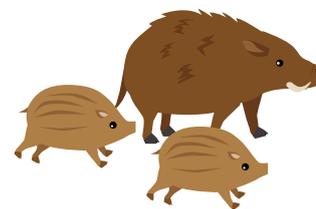
強度が高く、侵入防止効果は高いが視覚的遮断効果がないため、繰り返し侵入を試みられる。

【資材費 1mあたり300円～1,100円】

#### 設置のポイント

- 鉄筋の径は5mm以上で、目合は10cm以下とする。
- 接地面の傾斜が大きく変わるところは、メッシュ同士を重ねて隙間をなくす。

今回は3種類の柵を紹介しましたが、有害鳥獣から農作物を守る前提条件として、**畑及びその周辺に彼らの餌となる誘因物を置かないことが重要**です。規格外品や生ごみ、放任園となり収穫を行っていない果実などをそのまま放置してしまうと様々な野生鳥獣が寄ってきてしまいます。畑の環境に気を付けて野生鳥獣被害の軽減に努めましょう。



獅子座 (7/23～8/22)

【全体運】大丈夫と思っていたことにストップがかかりそう。いち早く兆候を見つけれられるようよく観察を。方向転換は吉  
【健康運】無理や我慢は禁物。不調を感じる前に休んで 【幸運の食べ物】ネギ

## JAながの管内の土壌は？ 【その2…志賀高原ブロック】

JAながの管内の土壌はどんな土？今回は志賀高原ブロックについてみてみます。

この地域の市町村は山ノ内町で、範囲は狭くなりますが特徴的な土壌があります。

農耕地の土壌はほとんどが黒ボク土（火山灰土壌）となり、水田、畑地として利用されています。また農耕地ではないですが、山岳地帯やスキー場の一部にはポドゾルと呼ばれる寒冷地で見られる土壌が存在しています。

### ◆黒ボク土（火山灰土）の成り立ち

黒ボク土という名前は黒い色でボクボクした感触からつけられた名前と言われています。何となくイメージは合っているのではないのでしょうか。黒という色は土の場合は有機物が含まれているということで、黒ければ黒いほど有機物の多い土となります。この土は火山灰土という呼び方の通り、火山が噴火し降り積もった火山灰と植物の遺体からなっています。火山灰は元々白色ですが、含まれる粘土が有機物と結合し易いため集積し黒色になります。そのため火山に近いほど土の色は黒が強くなっていきます。

### ◆ポドゾルの成り立ち

ポドゾルは寒い地域の針葉樹林下にできる土壌です。落葉は多くはありませんが、温度が低く微生物による分解が遅いため、少しずつ溜まっていきます。有機物層を通った雨は酸性が強く土壌中の鉄やアルミなどの成分を下層に流します。そのため表面は腐植の層ですが、下は白っぽい層になり更にその下には鉄や腐植などがたまった黒っぽい層ができてきます。日本の高山地帯やロシアなどの高緯度地帯に分布する土壌ですが、酸性が強く養分も少ないため農耕地には適しません。日本は南北に長く、標高差も大きいのでたくさんの種類の土壌が存在することがわかります。

### ◆世界でも珍しい土、黒ボク土

黒ボク土は火山地帯にできる土壌で、世界中の約1500の活火山の内111があるという火山大国日本だけに広く分布します。国連のFAOの土壌分類では"Andosols"(アンドソル)と呼ばれますが、日本語の「暗土」から名付けられています。

### ◆農耕地としての黒ボク土（火山灰土）

黒ボク土は、有機物が多く、肥料持ちもよく（陽イオン交換容量(CEC)が高い）、耕し易い柔らかい耕土の深い土ですので農耕地に適した土壌です。黒い土は良い土という皆さんのイメージにも近いのではないのでしょうか。県内でも大きな野菜産地はほとんどが黒ボク土地帯です。昔はやせた土でソバくらいしか獲れなかったといわれるのは、黒ボク土には鉄やアルミニウムが多く含まれ、リン酸を吸着してしまいうためリン酸が効かないという性質が強いためです。しかしこれまでリン酸肥料をしっかりと施肥してきた効果で、現在は豊かな農耕地として利用されています。逆にリン酸が過剰な圃場も多くなってきています。

### ◆地域や土壌に合ったBB肥料

(表1)の志賀高原ブロックの土壌分析値を見ていくと、全作目でリン酸は適正值よりかなり多くなってきています。他の値は概ね適正值になっていますが、どの作目でも苦土が低く、水稲では鉄が低くなっています。苦土は主に葉緑素の成分で、全ての作物で光合成には大事な成分になりますし、鉄は水田のガス湧きを防ぐ大事な成分です。

先月も書いたように土壌の種類や土壌分析に基づいた施肥が品質向上やコスト低減のためにも大切です。JAで販売しているオリジナルのBB肥料は、土壌の性質や分析値に基づいた設計ですし、例えばリン酸は低温時には吸収が遅れるため、標高の高い地域の水稲肥料は少しリン酸を多くするなど地域に合わせた設計にもなっていますので安心してご利用いただければと思います。

表1 志賀高原ブロックの土壌分析値

	pH	CEC	リン酸 吸収係数	リン酸	石灰 飽和度	苦土 飽和度	カリ 飽和度	塩基 飽和度	易還元性 マンガン	遊離 酸化鉄	ケイ酸
単位		me		mg/100g	%	%	%	%	mg/kg	mg/kg	mg/kg
水稲	5.7	26.6	1572	25.3	52.8	6.3	4.5	63.6	119.3	2.1	41.3
適正值	5.0~6.5			10~20	30~55	8~20	2~5	40~80	100~250	0.8~1.5	30~50
果樹	6.2	30.6	1289	106.0	57.6	10.5	7.3	75.4			
適正值(リンゴ)	6.0~6.5			10~30	41~56	15~20	4~5	60~80			
野菜	6.0	28.6	1478	78.9	52.6	7.0	7.1	66.8			
適正值(アスパラ)	6.0~6.5			30~50	42~55	15~20	3~5	60~80			





# ながまるくんの やってまるまる!

## ～漬物づくりに挑戦～



JAながの公式キャラクター  
じええ～ながまる。

野菜作りを経て、美味しく食べられる方法をもっと勉強したくなったながまるくんは野沢菜を使った「漬物づくり」に挑戦しました。今回はJAながの料理本「さあたべずわえ」を参考に、初心者にも簡単な「即席しょうゆ漬け」を作りました。上手にできるかな？

### 作り方

- ① 野沢菜を食べやすい大きさに切る。株もおいしく食べられるように、根本ギリギリを小さめに切って使いましょう。



- ② しょうゆ、酢、砂糖、酒を鍋に入れて、煮立てる。



- ③ 切った野沢菜を保存袋に入れて、その上から煮立てた調味料をゆっくりかける。



- ④ しっかり袋を閉じたら重石をする。8～10時間後にはおいしく食べられます！



### ながまるくんのワンポイントアドバイス!



冷水の中で空気を抜きながら袋を閉じると簡単に真空にできるよ！やってみてね★

**完成!**  
おいしく  
できました



作業時間は  
約20分でできたよ!  
みんなもやってみてね★



天秤座 (9/23～10/23)

【全体運】人気運が良好。あなたの周りに自然と人が集まってきます。食事の時間に愚痴は控えて。楽しく食べて円満に  
【健康運】喉の痛みを甘く見ないで。しっかりケアを 【幸運の食べ物】カリフラワー

# 次代を担う！ 輝く生産者



ピーマンを収穫する宮坂さん

## セカンドキャリアとして チャレンジ



千曲市寂蒔

みやさか くみこ  
宮坂 久美子さん (62)

小学校の教員を務めていた宮坂さん。定年を迎え、これからの自分に何かできる事はないかと思っていたところ、「JAながのピーマン栽培講習会」のチラシを発見。元々ご両親が農業をされていて畑があったことや、ピーマンに興味があったことから、「やってみよう」と講習会に参加しました。1年の講習を終え、本格的に栽培を開始した今年度は1アールの圃場に約180本の苗木を植えました。週3日仕事をし、家族や友人の手を借りながら栽培しています。

### 力を入れている事

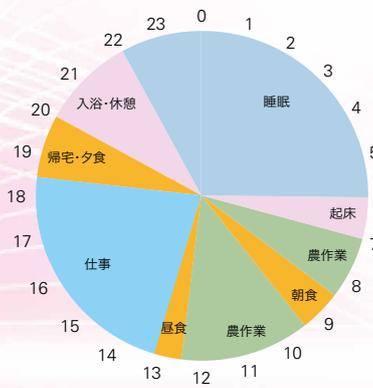
今年から始めたので、まずは順調に育ってほしいと思い栽培しています。分からないことも多く、手探り状態ですが周りの人やJAの技術員さんに質問しながらやっています。丁寧に分かりやすく教えてもらい、本当に感謝しています。

### やりがいを感じる時

形が良く、収量が多く出せたときはやりがいを感じます。また社会福祉法人の福祉会と共同で栽培し、出荷しているので、一緒に楽しく作業をして、福祉会の役に立てることがやりがいです。

### これからの課題

収穫サイクルを確立させる事。今年のような暑い夏にも対応できるようにするにはどうしたらいいか、また自分が納得のいく良い形のピーマンにするにはどうしたらいいのかなど勉強していく事がたくさんあります。教員時代は長年子どもたちを見てきましたが、今度はピーマンという子どもたちを第二の教室であるこの畑で、目をかけて大切に育てていきたいです。



10月の宮坂さんの  
タイムスケジュール



収穫したピーマンを談笑しながら技術員と確認



綺麗に管理されたピーマン畑



蠍座 (10/24~11/22)

【全体運】リーダーシップを発揮して、少しせっかちになりがちなとき、周りの話を聞き歩調を合わせればスムーズに進みます  
【健康運】歯科検診へ。口内炎や歯痛は早めにケアを 【幸運の食べ物】ナス

# 資産形成のイロハ

## ～新 NISA 制度編～



＼ご存じですか？／

### 2024年からNISA制度が大きく変わります!

ポイント 1

#### 制度が恒久化し、非課税保有期間が無期限化!

今まではつみたてNISAが20年、一般NISAが5年と非課税期間が限られていましたが、新NISAでは無期限となります。生涯にわたって継続的に資産形成しやすい制度へ!

ポイント 2

#### 年間投資上限額が増加!

新NISAでは、今までの「つみたてNISA」を引き継ぐ「つみたて投資枠 (年間120万円)」と「一般NISA」を引き継ぐ「成長投資枠 (年間240万円)」が併用可能となり、合わせて年間360万円まで投資することが可能となります!

ポイント 3

#### 生涯非課税限度額が拡大!

新NISAでは、買付金額ベースで最大1,800万円まで買付が可能となります。ただし、**成長投資枠のみの利用の場合は1,200万円までとなります。**(売却した場合は買付金額分の枠が翌年復活します。) NISAの非課税保有限度額は再利用できるので、様々なライフステージに合わせて資産を積立したり、取り崩ししながら、資産形成が可能です。

新制度 2024年1月～

比較項目	つみたて投資枠	成長投資枠
口座開設期間	恒久化	
非課税保有期間	無期限	
両制度の併用	併用可	
年間投資上限枠	120万円	240万円
非課税保有限度額	買付残高 1,800万円	
	買付残高 1,200万円 (成長投資枠のみ利用の場合)	
対象年齢	18歳以上 <sup>(※)</sup>	
対象商品	現行のつみたてNISA 対象商品と同様	上場株式・投資信託等 ①整理・監理銘柄 ②信託期間20年未満、 毎月分配型の投資信託及びデリバティブ取引 を用いた一定の投資信託等を除外

【注意事項】本資料は2023年1月31日時点の各種情報に基づいて作成しており、今後予告なく変更になる可能性がございます。(※非課税口座開設年の1月1日現在)

今よりもっと  
わかりやすい制度に  
なりそうだなぞう  
今から始めたら  
よさそうだなぞう



©よりぞう

- ・投資信託は預貯金と異なり、元本の保証はありません。
- ・お申し込みにあたっては、契約締結前交付書面、投資信託説明書(交付目論見書)を十分お読みいただき、内容をご確認のうえ、ご自身でご判断ください。

投資信託については、下記店舗までお問い合わせください。

ちくま殖生支所 ☎026-272-2323	飯網支所 ☎026-253-2033	安茂里支所 ☎026-228-1717
屋代支所 ☎026-272-0152	長野平支所 ☎026-296-2722	飯山支所 ☎0269-62-3121
坂城支所 ☎0268-82-2032	吉田支所 ☎026-241-4964	常盤支所 ☎0269-62-3311
須坂支所 ☎026-245-4734	芹田支所 ☎026-226-6804	
志賀高原支所 ☎0269-33-1500	古牧支所 ☎026-226-5259	

安いでゆとりある将来のために資産形成について一緒に考えてみませんか?  
JAながのにご相談ください!

ながの農業協同組合 登録金融機関(登金)第506号



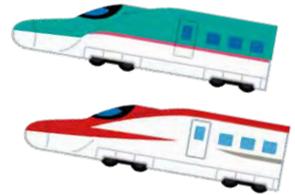
射手座 (11/23~12/21)

【全体運】よく分からないことで意見を言うのは控えて。いつの間にか悪者にされる恐れが。運勢は下旬から上昇します  
【健康運】食生活の乱れが肌に出がち。バランス良く食べて 【幸運の食べ物】シュンギク



Q 好きな野菜は？  
さつまいも

Q 好きな遊びは？  
プラレールの電車で遊ぶことが大好きです。



お父さん 陽介さん  
お母さん 宏朱さん



感謝の気持ちを忘れず、明るく元気にのびのび育ってほしいです。



「わが家のピカイチ」「ぼくとわたしの日記帳」に出ただけの方を募集します

わが家のピカイチ 対象:0歳~6歳 ぼくとわたしの日記帳 対象:小学生

ご連絡先 企画管理部総務課 ☎026-224-0550



ぼくはスイミングスクールに通っています。今日は、200m個人メドレーのキックの練習をしました。はじめに、100mを4本、50mを3本泳ぎました。さらに、そのあとに5mラインから反対がわの5mラインまで全力でキックの練習を8本やりました。キック練習を全力でやるのはいつもきつけれど、とても楽しんでいます。



「ぼくのスィミングスクール」

長野市立鬼無里小学校

3年

有澤 煌くん

日記帳



山羊座 (12/22~1/19)

【全体運】友人や知人とおしゃべりを楽しめます。好奇心を発揮すれば面白いことに出合えるはず。お試しプランにツキ  
【健康運】肩凝り予防のストレッチを。運動にツキ 【幸運の食べ物】ユリ根

# ここらでいっぷく

本年度、「JAながの」の役員改選に伴い、五月総代会にて新人理事として就任いたしました。小布施区からの選出として、長年勤められました牧良一前副組合長の後任ということで、もとより私自身力不足ではありますが、地域から必要とされるJAの事業運営に微力ながら務めてまいり所存でありますので、今後とも皆様からのご指導をお願い申し上げます。

さて、昨年三月に四十年勤めたJAを退職し、実家での生活が始まりました。朝の涼しいうちに畑仕事をし、今まで出来なかった屋敷周りの整理などをする日々を送っていました。そんな折、町から委員改選による「人権擁護委員」の就任依頼があり、これまででの人生の罪滅ぼしの

退職後経験し  
学んだこと



須高ブロック理事  
丸山 暢

つもりで軽く引き受けてしまいました。後に法務大臣からの委嘱であり、地区部会など組織により活動していることが解り、今となり困惑しているところでもあります。

退職してから半年が経過したところ、須坂市から支援学校の教員補助員の紹介をいただきました。県内では唯一、市立の学校と知り、全くの未経験でしたが学校生活が始まりました。先生方は各生徒に相応しい課題を与え、成長を見守り、正に教育の現場であると感心しました。何より自分にやる気と元気を与えてもらったことに感謝しています。

年も明け、世間は人事異動の時期を迎えるなか、JAグループから声をかけていただきましたので、心残りはありませんが、支援学校は卒業式をもって退職し、再びJAグループの職員としてお世話になり、県内の農家農園、加工食品施設へ訪問する業務に就き勉強しています。

何かの縁もあつての一年余りでしたが、幸いにして近しい人に恵まれおり、やる気をもって努めたいと思う今日この頃です。

## 病院だより しゅこんかんしょうこうぐん 手根管症候群

JA長野厚生連  
南長野医療センター新町病院  
リハビリテーション科 作業療法士  
おかだ たつや  
岡田 龍哉

手や指のしびれや痛み、親指の脱力、細かい作業がしづらいと感じたことはないでしょうか？手首には、手根管という骨と靭帯に囲まれたトンネル状の空間があり、手根管には、正中神経と指を曲げる腱が通っています。何らかの原因で正中神経が圧迫されることで上記のような症状が出るものを手根管症候群といいます。

40～60歳代に多く発症し、3:1の割合で女性に多いとされています。

原因は突発性のものの他、腱鞘炎、関節リウマチ、外傷などの他、手をよく使う重労働によるものとされています。日常生活や仕事に支障をきたすこともまれでなく、重症例では手術適用になります。

前述の症状が強い方は受診をおすすめします。また、症状の軽い方でも、日常的に繰り返しの運動や持続的な握りをする作業や、手首を掌側に曲げた状態で握る、つまむ動作があれば、こうした動作を避ける方法を検討されてもよいと思われます。

最後に、手の運動をご紹介します。症状のない方も、予防のための運動になりますので、試してみたいかがでしょうか。



1. 握りこぶしをつくる



2. 五指を反らす



3. 手首を反らす



4. 五指・手首を反らす



5. 手を広げたまま手首を小指側にひねる



6. 5の状態のまま親指を反らす



水瓶座 (1/20～2/18)

【全体運】周囲からの注目度がアップ。良いことも悪いことも目立つので自分を律して。人に配慮すると状況は好転へ  
【健康運】関節痛や貧血の予防に力を入れて。お茶が吉 【幸運の食べ物】リンゴ

川柳の部

小宮山正雄 選

○特選

受け答えプラス思考で笑い合い

赤池 平吉 坂城町上平

選評：年令を重ねてくると体力も弱り、身体も悪い所が出てマイナス思考になりがちですが、プラス思考で老後を過ごしたいものです。

○佳作

ボケ防止大声出して唄い合う

中島 てるよ 坂城町中之条

病んでみて息子の優しさ身に沁みる

林 和子 坂城町南条

通学路元気になるしの児らの列

宮坂 昭子 千曲市寂蒔

愚痴話路傍で聞きて日の没ちし

飛田 一子 千曲市上山田

一級品のぶどうグルメの熊が食う

小林 紀子 飯綱町芋川

(敬称略)

○軸吟 高山に天使のように咲く野草

俳句の部

丸山晶子 選

○特選

居ごこちの良くてこおろぎ農具小屋

小池 正代 長野市三才

選評：毎年同じ場所で鳴くこおろぎがいます。こおろぎは一年しか生きないので、同じ虫ではないことはわかっているのですが、居心地の良さがDNAの中に刷り込まれているようで楽しいです。

○佳作

老人の日デイに響いたこまち太鼓

田中シゲノ 長野市赤沼

老い夫婦小豆乾かす一筵

松本 宏要 長野市伊勢宮

銀色の芒分け入るスポーツカー

若林 かおる 飯綱町普光寺

どつと雷雨地球ヒビ割れ補修した

広岡 光子 長野市中条

間引葉のひと掴みほど行く人に

柄沢 満則 坂城町網掛

(敬称略)

星飛ぶや長寿ほめ合う露天風呂

晶子

短歌の部

高野 等 選

○特選

指圧院ポロロンとピアノ曲痛み忘れるやすらぎの刻

倉石 みつる 千曲市小島

選評：指圧院に流れるピアノ曲を聞いて、作者は痛みを忘れる。

○佳作

神宿る黄金色した銀杏の木落ちて知る秋木枯らしの候

久保田 貞夫 飯山市照岡

自然力つくった電気どう遣うきれいな空気空へ帰そう

新井 光男 坂城町南条

一年間ゆっくり休んだ案山子さんソロソロ出番準備よろしく

原山 千鶴子 長野市中越

案山子さん蓑笠着けられ真夏日に水も飲まずに大丈夫かい

幸野 隆一 木島平村往郷

刈跡の藁の香余韻芳しく星を眺めて犬と散歩に

大沼 瑞紀 飯山市蓮

(敬称略)

老人の一人暮らしになりし今妻の退院を待ちし日々なり

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 11月24日(金)必着

※選考作品は1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。

魚座 (2/19~3/20)

【全体運】努力の結果が出てやりがいを感じられそう。1人では難しいことも仲間と協力して大成功。宴席や旅行も幸運の兆し

【健康運】シェイプアップや筋力トレーニングにツキ 【幸運の食べ物】ジャガイモ



# 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。

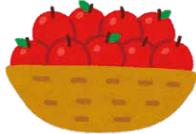
**飯** 山の知人から新米が届きました。一言「うまい!!」

(須坂市 関野さん)



**う** ちの孫も、妹のリンゴジャムを待っているのですが、今年もがんばるぞ!

(山ノ内町 藤澤さん)



**新** 米のコシヒカリを炊いて今年初の原木ナメコをみそ汁とゆでてワサビ醬油で食べました。木の香りがしてとても美味しかったです。

(栄村 山田さん)



**鍋** の季節です。家でとれた白菜、大根おいしいので農家の幸せを感じています。

(千曲市 鎌田さん)



**10** 年間毎日全国から善光寺に参拝にこられる観光客を案内しています。一緒に本堂でお参りをしています。

(長野市 傳田さん)



**一** 十数年前から菊花三本仕立てに挑戦。蕾も膨らみ大輪の花が咲く日は明日かと楽しみに待つ日々です。

(木島平村 幸野さん)



**ナ** ツメの木が1本あり毎年10月中旬に枝おろしと実をとります。

(長野市 轟さん)



**き** ゆうりがたくなさん。友人におすわいしたところとても喜ばれうなぎのかばやき2匹になつて戻ってきました。

(長野市 中原さん)



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 11月20日(月)

12月号に掲載された方の中から抽選で2名様に「JAオリジナルリンゴジュース」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

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

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

## A 先月号の答え

1	6	8	16	19
コ	ス	モ	ス	ソ
2	ア	キ	チ	ズ
ラ	ウ	10	17	13
7	ワ	タ	リ	ド
3	ク	リ	11	20
4	ラ	イト	15	18
5	ブ	ン	12	ヨ
				カ
				ン

解答 A B C D E  
カ ラ ス ウ リ

応募締め切り  
11月20日(月)

正解者には抽選で5名様にJAオリジナルきのこご飯の素、きのこちらしの素セットをプレゼント!

※当選発表は発送をもってお知らせいたします

## 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!!

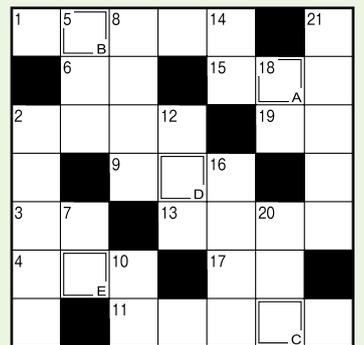
### タテのカギ

- 日光の紅葉の名所。48個のカーブがあります
- 大敵、運転中は気を引き締めて
- 白——に身を包んだ花嫁さん
- ジョギングや水泳、筋トレなどはこの一種
- ハウスを使わず作物を育てる——栽培
- 考えるときにひねるもの
- 応用に移る前にしっかりと
- 1カ月の後ろ3分の1
- ペンのはキャップと呼ぶこともあります
- 東京都中央区の地名。豊洲へ移転した東京都中央卸売市場があった場所
- 2人でおそろいの服を着ます

### ヨコのカギ

- 甘柿の王様と呼ばれることもあります
- 屋内のこと。——派
- ボンレス——、——サンド
- 漢字では石榴、柘榴などと書く果物
- たき火に手をかざして取ります
- 飲んで食べて話して楽しめます
- 山野で生まれ育ったヤマノイモ
- 奇術師が披露するもの
- ベンチよりふかふかしています
- 富士山の山頂を白くします
- 漬物やワインを詰めます

## 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

- 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

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

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

7時～24時

7時～24時

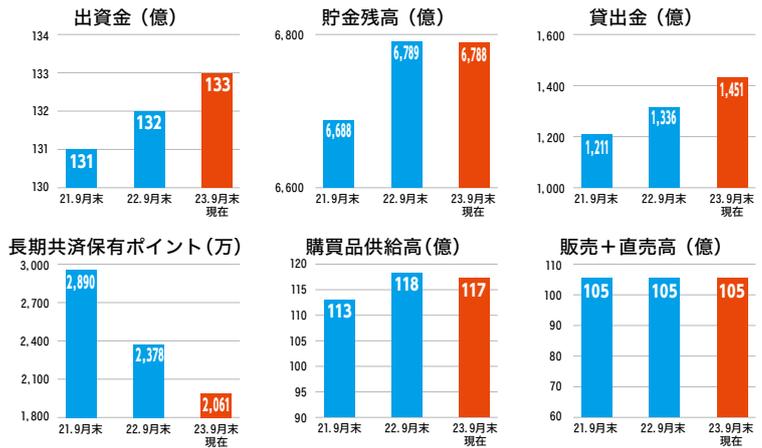
0120-258-931

0120-063-931



## 私たちのJA(令和5年9月末現在)

組合員数	64,946人
（正組合員）	29,264人
（准組合員）	35,682人
出資金	133億8,246万円
貯金	6,788億8,844万円
貸出金	1,451億9,706万円
共済推進ポイント	20,614,826ポイント
購買品供給高	117億1,087万円
販売品販売高	92億8,595万円
直売事業高	12億5,109万円



## 年金相談日

年金に関するご質問、ご相談(年金請求手続き・年金のしくみ等)にわかりやすくお応えします。

**開催日** 11月22日(水) 木島平支所  
12月 5日(火) 志賀高原支所  
**時間** 10:00~15:00

※ご相談にお越しの際は、年金手帳、印鑑、年金定期便をご持参ください。  
相談日以外でも、年金に関するご相談は、最寄りの支所までお問い合わせください。

ご予約はこちらから。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5回理事会で次の事項が検討されました。

**日時** 令和5年9月27日

### 協議事項

- 令和5年度8月末「期中決算」事業実績について
- 令和5年度事業上期総括・事業報告及び下期重点取り組み事項及び中期計画中間総括について

### 決議事項

- 第1号議案 特定事業者作成書面の改正に関する件について
- 第2号議案 コンプライアンスマニュアルの改正に関する件について
- 第3号議案 理事が代表者を務める部会等との事務委託契約締結に関する件について

### 報告事項

- 令和5年度みのり監査法人期中監査Ⅰ結果について
- 令和5年度第2四半期内部監査報告について
- 令和5年度上期コンプライアンス・プログラム実践状況報告について
- 令和5年度上期内部統制整備報告について
- 令和5年度第2四半期苦情等対応報告について
- 令和5年度第2四半期反社会的勢力等との取引排除及び組織犯罪防止に係る対応報告、マネロン及びテロ資金供与対策に係る報告について
- 疑わしい取引の届出状況について
- ブロック総代懇談会について
- 令和5年8月末組合員の状況について
- 子会社の期中決算状況について
- 令和5年度第2四半期余裕金運用報告、並びに第3四半期余裕金運用計画について
- 令和5年度凍霜害対策資金融資要項及び利子補給実施要領の設定について
- 「経営者保証に関するガイドライン」への取組方針公表について
- 令和5年度共済事業コンプライアンス点検結果について
- 令和5年度産米の概算金について
- その他

## JAながの指導購買キャンペーン

### 充電式剪定鋏 枝切っ太郎

切断径25mm



アルミスAPK-25MJR

セット内容:  
バッテリー2ヶ付 **32,800円(税込)**

商品のお問い合わせ・ご注文は、  
最寄りのJA生産資材店までお願いいたします。

休日・夜間の  
連絡先

- キャッシュカードや通帳等の紛失・盗難
- JAカード(クレジットカード)の紛失・盗難

ATM集中監視センター フリーダイヤル **0120-024-040**  
NICOS盗難紛失受付センター フリーダイヤル **0120-159-674**

受付時間:24時間(年中無休)  
受付時間:24時間(年中無休)

いつもJAバンクをご利用いただき誠にありがとうございます。



# お客さま宛ご案内状一部発送終了のお知らせ

発送終了となるご案内状に記載されている内容は、それぞれ下記代替手段にてご確認いただけます。今後もお客さまにご満足いただける商品・サービスの提供に努めてまいりますので、変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。



誠に勝手ながら  
**2024年**  
(令和6年)  
**7月31日**  
作成分の発送をもちまして、  
下記案内状の発送を  
**終了させていただきます。**

発送終了となるご案内状	代替手段	代替手段で主に確認可能な内容
<b>1 利息決算のお知らせ</b> ※法人・団体のお客さま、ポワンティア契約口座をお持ちのお客さまは発送を継続します。	<b>JAバンクアプリ</b> <b>JAネットバンク</b>	● 利息振替日 ● 税引き後利息額
<b>2 通帳未記帳取引照合表</b> ※法人・法人・団体のお客さまは、全てのお客さまの発送を終了させていただきます。	<b>JAバンクアプリ</b>	● 未記帳圧縮された通帳明細
<b>3 貸出金払込期日のご案内</b>	返済計画表 <sup>*1</sup>	● 払込期日 ● 払込元金 ● 払込利息額
<b>4 利払・満期償還のお知らせ</b> ※メール便・メール口座をお持ちのお客さまは、発送を継続します。	取引残高報告書 <sup>*1</sup> 上場株式配当等の支払通知書 <sup>*1</sup>	● 銘柄名 ● 利払・償還日 ● 償還元金 ● 債券口座番号 ● 利息受取額

\*1 発送終了となる案内状とは別の案内状になりますので、引き続き送付されます。

ご案内状の一部発送終了につきましては、  
お取引店にご確認ください。

長野県JAバンク Slow風土2023 令和5年12月29日まで



**取扱期間:令和5年10月2日(月)~12月29日(金)**

信州各地の自慢の逸品をプレゼント! //

抽選でもらえる

## 信州の贈り物

信州の自慢の逸品をお届けします。長野県内の各JAから自慢の逸品が勢揃い! 選りすぐりの食材・食品の中から、お好きな1品を旬の時期にお届けします。

JAながのオリジナル特典 //

期間中、懸賞品付定期貯金「Slow風土」をご契約の方に「スプラウトブック」または「ボックスティッシュ 1箱」をプレゼントいたします。



長野県JAバンクは県下JAと長野県信連の総称です

●詳しくは当JA金融窓口または担当者までお問い合わせ下さい。

令和5年10月2日現在



入院・傷害  
共済金の請求

入院・ケガをした



自動車共済の  
各種手続き

保障内容を見直したい



年金共済  
請求手続き

年金共済受け取り  
手続きしたい

## 共済契約保全センターへ お問い合わせください

左記の内容を含む  
共済のお手続きについて  
丁寧にご案内いたします。



上記内容にかかるお問い合わせは、  
『共済契約保全センター』まで

☎026-224-3702

メールでのお問い合わせは [janagano-kyosaihc@ngn.nn-ja.or.jp](mailto:janagano-kyosaihc@ngn.nn-ja.or.jp)

〒380-0936 長野市大字中御所字岡田131-14

お問い合わせ内容によってはご契約の支所により連絡させて頂く場合がございます

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ホールしなの  
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

JAながの 組合員・地域の皆様へ

# 人形供養祭

2023

供養料 何体でも **1,000円**

供養受付された方には粗品プレゼント

ずっと大切にしてきたおにんぎょうに「ありがとう」の想いを込めて！

令和5年 **12月16日(土)**

JA虹のホールまめじま

受付: 午前9時30分~11時  
法要: 午前11時15分~

同時開催 葬儀・法事の事前相談(無料) **セレモニー会員受付!**

陶器製人形及びガラスケースなどの不燃物はお断りしております。  
ご持参の袋、ケース類はお持ち帰りいただきます。

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

安心して快適に、さあ、首都圏で新生活!

みず・学生会館 **MISUZU21**

令和6年度 **学生入居者 募集中!!**

京王井の頭線「久我山駅」徒歩8分

募集人員 **72名** 女子**43名**・男子**29名** 募集対象 令和6年度の新入学生(大学生・短大生・専門学校生)

お申し込みはお早めに 入居には所定の条件があります。詳しくは最寄りのJAまたはJA共済連長野管理部署までお問合せください。\*入居や中途による入居希望については別途お問合せください。

空料**59,000円/月**(+共益費8,000円/月)  
居室/23.3㎡・完全個室・ネット接続可

主要な駅へアクセス抜群!

- 主要な駅へアクセス抜群!
- 万全のセキュリティで安心の毎日!
- 管理人常駐!
- 完全個室の快適なワンルーム!
- 浴室・トイレはセパレート
- クローゼット収納あり

※上記取図のお部屋と左右対称のお部屋の2種類がございます。  
入居ご希望の方は最寄りのJAまたはJA共済連長野 管理部署まで

JA共済連長野 管理部署 (土・日・祝は除く) **TEL.026-236-2325**  
https://www.jakyosai-nagano.jp/

JA共済

## 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・戸建連棟	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	
若宮	1DK アパート	3.3	込み	2ヶ月	トイレ・バス別・洗面所あり	
			1台3,000円	なし		
小柴見	2DK アパート	4.0	込み	2ヶ月	収納がたくさんあります	
			1台込み	なし		
豊野	1K アパート	4.5	1,000円	2ヶ月	居室に床暖房付き	
			1台3,000円	なし		
川合新田	2DK アパート	4.7	2,000円	2ヶ月	1階の角部屋	
			1台1,000円	なし		
吉田	3DK アパート	6.0	込み	2ヶ月	都市ガス物件です	
			1台込み	なし		
北堀	3DK マンション	6.0	2,000円	2ヶ月	朝陽駅まで徒歩5分	
			2台3,000円	なし		
西和田	2K 戸建	4.5	込み	2ヶ月	洋室は広々12帖	
			1台込み	なし		
吉田	3LDK 連棟	9.5	込み	2ヶ月	駐車場3台込み	
			3台込み	なし		

**お勧め物件**

長野市上野 家賃 8.5万円  
共益費込み  
駐車場 4~5台可

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) | 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(5)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/

## 令和5年度 ふじ直売市のご案内

令和5年度のふじ直売市を開催いたします。  
ふじをはじめ、各品種を取り揃えております。  
皆様のお越しをお待ちしております。



**11月18日(土)・19日(日) 9:00~17:00**

アグリながぬま、あもり農産物直売所、うえまつ直売所

**11月25日(土)・26日(日) 9:00~17:00**

千曲川直売所

※11月25日のみの開催となる場合がございますのでご了承ください。

上記会場のほか、農産物オンラインショップ「たーんとながの」をご利用ください。  
詳細はJAながのホームページにも掲載しています。



クミアイプロパンをご利用の皆様へ

長野県LPガス価格高騰対策事業における  
JAの対応について

### JAからのお知らせ

平素よりクミアイプロパンをご愛顧いただきありがとうございます。  
させていただきます。

さて、国際情勢を背景とした資源・エネルギー価格の高騰により、国内の物価上昇が続いているところでございます。当JAといたしましても、お客様の負担軽減につなげられるよう、本事業への登録申請を行い参画いたします。

つきましては、長野県にお住いで長野県の支援条件に該当するお客様へ令和5年12月検針分のガス料金について値引きを実施させていただきますのでお知らせいたします。

なお、今回の支援事業活用に関しては、当JAが対象期間のガス料金から値引きを致しますので、お客様の手続等は一切不要です。

### 対象期間

**令和5年12月検針分のガス料金が対象となります。**

### 料金値引き額と方法

**最大値引き額3,000円(税別)**

お問い合わせはお近くの  
JAながのガスセンターへ

## 長野県産りんごの消費拡大に向けた取り組み

# “ながまるアップル”<sup>®</sup>

(りんご「シナノゴールド」生鮮食品)の  
機能性表示食品の届出完了



JAながのでは、管内のりんご生産量を維持するため、機能性表示によるりんごの高付加価値化が可能な「機能性表示食品」の開発を目指し、長野農工研及び農研機構と共同で取り組んでまいりました。りんごにはリンゴ由来プロシアニジンが含まれおり、同成分には、肥満気味の方の内臓脂肪を減らす機能があることが報告されています。

### 機能性表示食品制度とは

国の定めるルールに基づき、事業者が食品の安全性と機能性に関する科学的根拠などの必要な事項を、販売前に消費者庁長官に届け出れば、機能性を表示することができる制度です。特定保健用食品(トクホ)と異なり、国が審査を行いませんので、事業者は自らの責任において、科学的根拠を基に適正な表示を行う必要があります。