

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」

## JA資材店舗CS甲子園優勝!! 食農教育特集

2025.11  
vol.111



### 今月の表紙

准組合員対象の農産物収穫体験開催  
(本誌5ページに掲載しています。)

### CONTENTS

JA資材店舗CS甲子園について .....	2
食農教育について .....	3
りんご統一品評会について .....	4
地域の話題 .....	5~7
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資材店舗CS甲子園2025

祝  
優勝



**J** AながのJAファームみゆきは、全国のJA資材店舗が工夫を凝らした商品の陳列や店内広告（POP）などを競う「JA資材店舗CS甲子園2025」の大型陳列部門で優勝いたしました。

同大会はJA資材店舗を中心とした購買拠点の活性化を通じて顧客満足度（CS）向上と資材販売の実績拡大を図ることを目的として開催され、今年で5年目を迎えます。全国で43府県、過去最多の135JAで541店舗がエントリーをしました。同店舗は「手書きPOPで農家への応援をアピールしました。

今後も組合員や利用者に信頼される店づくりに励みたい」と受賞のスピーチを行いました。



表彰大会の様子



試行錯誤を重ね完成した手作りの農業希釈表



肥料・農薬などの買い物は是非  
JAファームみゆきへお出かけください!!



## 子どもたちと「食と農」を学ぶ体験



栗ガ丘小学校の児童たち



山ノ内南小学校の児童たち



**JAでは食農教育の一環で地元の小学校で  
米作りのサポートを行っています**



春に田植えを一緒に行ったお米の稲刈りの時期がやってまいりました。

9月中旬、山ノ内町南小学校5年生10人が同町内で、9月下旬には小布施町立栗ガ丘小学校5年生106人が同町内で、10月上旬には長野市立朝陽小学校5年生90人が同市北長池地区でそれぞれ稲刈り、はぜかけを行いました。稲刈りを初めて体験する児童がほとんどで、稲を大事に掴んで丁寧に刈っていました。児童らは「春に植えた苗が大きくなってびっくりした」「早く新米が食べたい」と話しました。



技術員の説明を真剣に聞く様子



朝陽小学校の児童たち



# りんご2品種「秋映」「シナノスイート」 品評会それぞれ開催!!!

JAながのでは10月2日に「秋映」、10月15日に「シナノスイート」の統一品評会を開催しました。

## 秋 映

出品数… 42点

競 り… 東京青果株式会社



### 秋 映 受 賞 者 (敬称略)

最優秀賞	越	光夫(須 高)
優 秀 賞	岡田	達也(ながの)
優 良 賞	高橋	博文(みゆき)
努 力 賞	金沢ちづる(みゆき)	
	吉原	康弘(ながの)
	茂垣	明德(ながの)

## シナノスイート

出品数… 24点

競 り… 大果大阪青果株式会社



### シナノスイート受賞者 (敬称略)

最優秀賞	藤沢	勉(須 高)
優 秀 賞	鈴木	武洋(志賀高原)
優 良 賞	湯本	将平(志賀高原)
努 力 賞	渡辺	幸一(志賀高原)
	杉本由里子(須 高)	
	堀米	悠佑(志賀高原)



秋映品評会審査の様子



東京青果株式会社での様子



秋映優秀賞作品



秋映最優秀賞作品



秋映優良賞作品



シナノスイート受賞品



## 子どもが農業を体験 准組合員収穫体験

准組合員を対象にした農産物収穫体験を9月下旬に開催しました。今回は6月の玉ねぎ、ズッキーニ、7月のきのこ・ブルーベリー、8月のプールの収穫体験に続く5回目です。36組127人が長野県オリジナル品種の「秋映」の収穫を楽しみました。園主から、りんごの上手な収穫方法や美味しいりんごの見分け方の説明を受けました。参加者は、赤いりんごを探して収穫し、「収穫してその場で食べられるなんて贅沢。子ども達も農業に触れる機会がないのでこのような機会があったとてもいい取り組みだと思う。来年も是非参加したい。」と話しました。

来年度に向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。



りんご丸かじり！！

## 小学校社会科見学 旬のりんごの選果機を見学



職員の説明を熱心に聞く児童

長野市立芹田小学校の3年生児童102人が10月1日に、社会科見学でながのフルーツセンターを見学しました。児童らは施設の役割や選果の一連の流れの説明を聞くなど、学びを深めました。選果場では農産物を一時保管する予冷库へ入り、設定温度5℃を体験したほか、色や形、糖度などを瞬時に判定する光センサーの仕組みや、りんごが自動で箱詰めされる様子など、普段目に見ることがない選果機を間近で見学することができました。

## 須高地区 須坂市産農産物を活用した地産地消に向けた取り組み 食農教育

須高ブロックは、9月25日に須坂市立井上小学校3年生43人、10月9日に須坂市立森上小学校3年生34人を対象に、「須坂市産農産物を活用した地産地消に向けた取り組み」として出前授業を行いました。

この活動は同市果樹振興事業の一環として、地元のおどろを食に関する「生きた教材」として活用し、ブランドとしての価値や農業等に関する理解を深めるとともに、生産者の努力や食に関する感謝の気持ちを育むため



4種類のぶどうの食べ比べ



最後はみんなで記念撮影

に行われています。

ぶどうに関して営農技術員が話したあと4種のぶどうの食べ比べを行いました。子どもらは「同じぶどうなのに味や大きさが違いビックリ」「種類がこんなにあるのは知らなかった。私はクイーン・ジョー®が一番好き」と話しました。最後は、「地域を味わおう給食」と題された、シャインマスカットがメニューに含まれた給食を参加者と児童で食べ交流を深めました。



ちくま地区

## 園児がさつまいも収穫体験 大きなおイモに笑顔

千曲市立あんずの里保育園の年長と年中園児43人は10月9日、同市屋代地区の畑で5月に自分たちで植えたさつまいも「紅はるか」の収穫体験をしました。

実際に農業を体験し土にふれあう事で、食べ物の大切さを体感してほしいと取り組んでいます。当日は園児が収穫しやすいよう、園主を中心に千曲市や長野農業農村支援センター、JA職員らがツル切りや掘り起こし作業を行ない園児の収穫をサポートしました。

収穫を楽しみにしていた園児らは、「うんとこしょ。どっこいしょ。」と友達と声を掛け合いながら大きなおイモをたくさん掘り出し、笑顔で収穫を楽しみました。園主の島田さんは「楽しんでやってもうつのが一番、大人になった時にこの体験を少しでも思い出してくれたら嬉しい」と話しました。

収穫したさつまいもは、同園で行われる焼きいも大会のほか、給食などで味わう予定です。



うんとこしょ、どっこいしょ

また、さつまいものツルもクリスマス用のリースとして活用します。

## 協同組合フェスティバル 青年部で参加



当日の様子

10月5日ながの表参道セントラルスクウェアで「長野県協同組合フェスティバル2025」が開催され、JAながの青年部が初出店しました。

旬のりんごやシャインマスカットの販売など、同JAの農産物のPRを行いました。特に「北信州みゆき幻の米コシヒカリ」が大人気で、用意した5kgのお米はすぐに完売。同部の青木正明副会長は「お米の価格の高止まりが注目されているが、生産者の意欲がでるような手取りの確保、消費者の米離れの阻止。両立は難しいが、消費者に納得していただくために青年部が先頭に立って行動していきたい。」と話した。

今後同部は栽培技術の向上や販売だけでなく、農業の未来や同JAの担い手として活動していきます。

青年部活動

## 上越市で即売会開催 青年部

JAながの青年部連絡協議会は10月中旬、新潟県上越市の食と農のテーマパーク「あるるん村」の特設会場で旬を迎えているりんごやシャインマスカットなどの即売会を開催しました。対面販売での消費者との交流や規格外品の販売で手取りの向上を目標に今年で3年目の活動となります。参加した須高支部の高沢秀平部長は「イベントでは売るだけでなくお客様と話したり、にぎやかさも大切」と話しました。あるるん村の担当者は「イベントに対する問い合わせも多い。日程が分かればすぐにSNSに載せるようにしている」と話しました。冬場にはサンふじの即売会を計画し、長野産りんごのPRを進めてまいります。



即売会の様子





あい作グループ+の画面

**「ながまるアプリ」登録キャンペーンを開催**

JA ながのでは、日頃のご愛顧に感謝を込めて「ながまるアプリ」登録キャンペーンを実施します。2025年11月30日までにアプリを登録された方と既存ユーザーの皆さまに、JA ながののガソリンスタンド全店で使える「ガソリン・軽油1リットルあたり6円引き」のデジタルクーポンを、3か月間毎月お届けします。期間中は何度でもご利用いただけます。アプリではお得な情報や便利なサービスも配信中です。まだご登録が済みでない方も、この機会にぜひご利用ください。ご不明な点はお気軽に各支所までお問い合わせください。

ながの西部地区  
**遊休農地を活用して作った玉ねぎ、来店客に配布して地産地消**



「やった～！玉ねぎもらったよ」

ながの西部ブロックの芹田・安茂里・古牧の各支所では、管内の遊休農地活用を目的に玉ねぎを栽培していて、今年で11年目を迎えました。今年は不作のため、園児を招いた収穫体験はできませんでしたが、昨年12月に定植した玉ねぎを職員が収穫し、地産地消の取り組みとして店舗に来店したお客様に配布しました。お客様は「毎年楽しみにしています。今年もありがとう。」と玉ねぎを受け取りました。

ながの西部地区  
**最後の虫倉祭 地域住民も参加してにぎやかに**



みんなで一緒に玉入れ！

9月下旬、今年度末で閉校することが決まっている中条中学校最後の虫倉祭が開催されました。このうち体育祭は、地域と共に行う閉校記念事業の一環としてOBなど多くの地域住民も参加し、にぎやかなものとなりました。「玉入れ」「綱引き」「リレー」などといった競技が行われたほか、在校生が思い出の中条中学校応援歌を残したいと、卒業生と一緒に歌うなど最後の体育祭を盛り上げました。

参加した地域の人は「最後の体育祭、いい天気で良かった」「閉校すると淋しくなるね」と話しました。中条中学校は来年3月末で閉校し、60有余年の歴史に幕を下ろします。

**地元の話題**

ながの中部地区  
**戸隠中社五斎神社の山の神祭り**



当日の様子

10月9日、戸隠の中社五斎神社で山の神祭りが開催されました。山での安全祈願と感謝を忘れないために毎年行われている祭りで、30人が参加しました。中社公会堂を出発した山車は、祭囃子を行いながら五斎神社拝殿へ行き、獅子神楽を奉納。宮司さんは「連日のようにクマの出没やケガをされたとの報道が続いております。被害の無いよう安全に過ごせるよう祈りたい。」と祈りました。



牡羊座 (3/21～4/19)

【全体運】スタートは多少もたつきますが徐々にスピードアップ。自然のリズムを大切に。大きな買い物は慎重に下調べを  
【健康運】しっかり準備運動すればハードなスポーツもOK 【幸運の食べ物】シュンギク





吉田支部は9月上旬、「はがきづくり体験と飯山直売所・プチ七福神めぐり」の日帰り旅行を開催し、19人が参加しました。飯山市手すき和紙体験工房では、伝統工芸品「内山紙」ではがきづくりに挑戦しました。押し花や草木を使って飾り付けし、乾燥させ、作品が完成となりました。直売所めぐりでは、道の駅花の駅千曲川・いいやまぶなの駅・信州中野いきいき館の3か所を巡り、中野の特産品黒あわび茸や野菜など北信濃の特産品を見学、買い物も楽しみました。参加者は、「初めてはがきづくりできてよかった」「行ってみたかった直売所に行けて良かった」と話しました。



▲手すき和紙作りに挑戦！



#### ながの中部地区 吉田支部日帰り旅行

ながの西部地区は9月上旬、4支部の交流会として日帰り旅行を開催し、56人が参加しました。移動中の車内ではエコープマーク品の商品研修会を行って、理解を深めました。当日はお天気に恵まれ、忍野八海、遊覧船で河口湖の湖上から、ロープウェイで標高1075mの展望台から、行くところ全てで見事な富士山の絶景を堪能することができました。参加者は「お天気が良くて大満足です、楽しかった」と話しました。



▲富士山をバックに記念撮影



#### ながの西部地区 忍野八海・河口湖へ日帰り旅行

ながの地区は9月中旬、今年度2回目の愛農ライフセミナーとして、長野地方気象台より講師を招き、「地震についての防災講座」を開催しました。自然災害の中でも昨今、日本各地で頻発している地震。この日は、昭和40年代に発生した松代群発地震の被害状況を参考に、日頃から避難訓練をすることや水・食糧といった災害への備えが大切だと学びました。参加者は「将来発生すると予測されている南海トラフ地震の被害想定もお聞きし、いっどこで起きてもおかしくない地震への備えについて、改めて防災意識を高めていかなければならない」と話しました。



▲積極的に質問する参加者



#### ながの地区 愛農ライフセミナー「防災講座」

常盤支部は、7月と9月に「マトピラティス講座」を開催し、「飯山市地域おこし協力隊」の阿久澤はるかさんを講師に、マットやバスタオルの上で、体の中心である体幹を強化し姿勢を改善するストレッチを学びました。2人1組でペアになり、お互いに姿勢を確認しながら実践しました。女性部員の中にも足腰が痛いという声が多く、無理のない運動を習慣づける事で痛み改善、けが予防にもなるとの事です。参加者は「家族や友人と一緒に楽しく継続すること、健康で過ごす為に大切であると実感した」と話しました。



#### みゆき地区 健康促進「マトピラティス講座」



▲ストレッチで体幹強化を目指します！





## 女性部レシピ

ながの中部地区より

# おもちの変わり種 お好み焼き



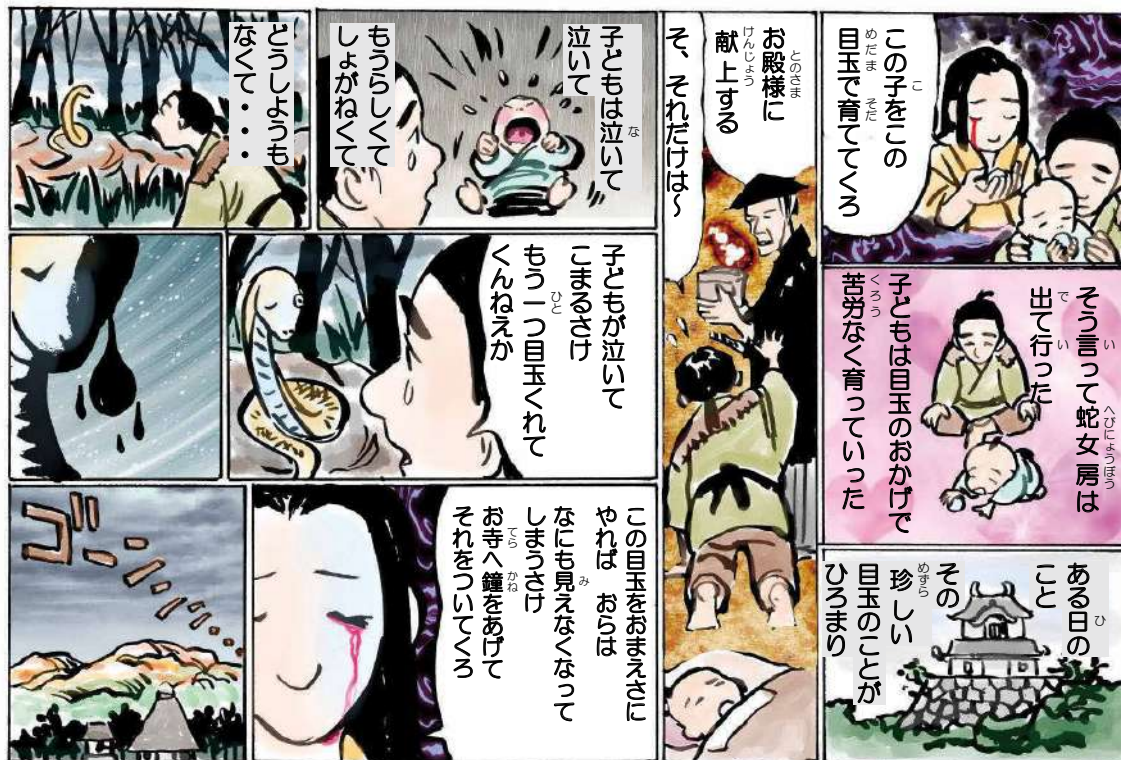
- **ポイント**
- .....
- 冷めると餅が切り分けられなくなってしまうので、
- 焼き立てのうちに食べるのがおすすめです!

## 材料(2人分)

切りもち	4個	A	あげらく天(小麦粉)...	1カップ
豚バラ肉(薄切)...	4枚		たまご	2個
キャベツ	1/4個		醤油	小さじ1
細ネギ	12本		水	大さじ4
サラダ油	大さじ3	B	お好み焼き用ソース	適量
			マヨネーズ	適量

## 作り方

- ① 切りもちは横半分に切った後、厚さも半分に切っておく。キャベツはみじん切り(千切りでもOK)にする。細ねぎは3~5mm幅に切り、生地用と仕上げ用(少量)に分けておく。
- ② ボウルにAを入れ、泡だて器でよく混ぜ、粉っぽさがなくなったら①のキャベツと生地用の細ネギを加え、よく混ぜる。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、もちを並べる。上から②をかけて丸く広げ、その上に豚肉を並べて蓋をし、もちに焼き色がつくまで中火で約2分焼く。周りに焼き色が付いたら裏返し、蓋をせずに焼く。こんがり焼けたら、皿に盛り、Bと仕上げ用の細ネギをかけて出来上がり!



歴史発見!

「蛇女房2」発祥地域.. 米村

# おらほの民話

(第26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】勢い余ったのミスに気を付けて。結論を急ぎたいときほど丁寧に検討を。うまい話は特によく調べましょう  
【健康運】痛みのケアにはつば押しやマッサージが有効 【幸運の食べ物】セロリ



東京大学大学院 特任教授 鈴木宣弘

農業を「生贄」に差し出す代わりに、日本は自動車などの輸出で儲けて、食料はいつでも安く輸入できる。これが、日本政府が考える食料安全保障であり、戦後日本の経済発展の根幹だった。この「農業を犠牲にして自動車を守る」流れが最終局面を迎えている。今回、トランプ関税から自動車を守るために「最後の砦」コメまで譲る（さらにコメ輸入を増やす）という話が持ち込まれている。

## ■ 輸入米しかないというストーリー

「令和の米騒動」への対応では、随意契約米による「価格破壊」を進める一方で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。「盗人に追い銭」外交で、すべて剥ぎ取られて、自動車も守れなくなるのは目に見えていた。自国民が自国政府から知らされていないのに、米国大統領から日本にコメ市場を開放させたと知らされた。我々は、まさに「属国民」だ。「国防」の要のコメも差し出し、自動車も守れず、全てを失った「盗人に追い銭」外交だ。備蓄米と輸入米の価格破壊だけが先行し、コメを守る政策は示されぬまま、「地獄」への道を突き進むのか。すでに、主食用の輸入米の前倒し投入だけでなく、その他の輸入米も増やして国内の備蓄米に回し、徹底的に国内市場をジャブジャブにしようとしている。ほぼ使い果たした備蓄米は、本来、国産の新米で補充するのが当然で、その契約も進んでいたのに、その契約を凍結して、輸入米で備蓄を補充し、それを主食米で放出する準備がされているのではないのか。

## ■ 7万トンどころか25万トン増に

まず、TPPで約束した米国からのコメ追加輸入枠7万トンについて、トランプ氏自らのTPP離脱で消えたのだから突っぱねればよいのに、それをどう実現するか、必死に検討してきた。その結果、77万トン（これも本当は最低輸入義務ではない）の輸入枠外ではなく、枠内で、米国米の輸入を現在の「密約」の35万トン前後（77万トンの約半分）から75%増の約60万トンに、実に25万トンも増やすという。77万トンのうちの60万トンが米国産という異常な「差別待遇」になる。タイや豪州や中国などの国のアクセス枠は17万トンしかなくなる。



## ■ 文書に残せない「密約」

しかも、当初から77万トンのうち約半分の35万トン前後は米国から必ず買うと約束していたのは関係者間の「公然の秘密」だ。多国間の約束の中に米国だけを優遇する約束はWTO違反になるので文書に残せないし、「そんな約束はしていない」と頑なに言い続けてきた。毎年35万トン前後が米国産米なのは統計で確認できるが、「たまたまだ」と説明されてきた。今回の上乗せ分もWTO違反の2国間合意である。だから、文書に残せないし、そんな約束はないと言い続ける。しかし他国も黙ってないだろう。

## ■ 国産米に影響がないだろうか

米国からの輸入米が店頭に並ばなくとも備蓄に回せば、その分、国産米が備蓄に回せなくなる。加工用だというが、今回も備蓄米が主食米に使われたことから、国産の主食米市場を圧迫することになり、主食米の下落圧力となる可能性がある。ただでさえ、5年以内にここでコメをつくる人はいなくなるという地域が続出している中で、こうした流れは、それを一気に加速してしまうことになりかねない。

## ■ 拡大される「尻拭い」

さらに、第一次トランプ政権では、中国が米国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い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、米国産より割安なブラジル産の輸入を増やしつつあったが、米国産に逆戻りで、価格も高くなることになる。

## ■ 自動車も失った

加えて、自動車についても、TPPで日本車への2.5%の関税を撤廃する約束になっていたのを米国に反故にされたが、第一次トランプ政権の2国間交渉で、日本は「米国が2.5%を撤廃すると約束した」と虚偽の説明をして牛肉や豚肉の大幅な関税削減を行う2国間協定を国会承認した。あとで、やはり、2.5%の関税は撤廃されなかったことはバレた。

しかし、今回は、2.5%どころか、それを15%まで引き上げられたのだから、とんでもない失敗なのであり、25%を引き下げてもらってよかったと言っている場合ではない。しかも、「何でも差し出すから許して」の外交は、「脅せば日本はもっと出す」と当然の如く足元を見られ、25%をちらつかせて、脅され、ゆすられ続けることになる。

## ■ 令和のコメ騒動への反省

トランプ関税をめぐる日米交渉で米国からの大幅なコメ輸入増が合意される一方で、令和の米騒動の原因を「コメ不足」と認めて農水省が謝罪する事態となった。コメ騒動の原因は①過剰な減反、②稲作農家の疲弊が根底にあり、③猛暑の生産への影響、④需要の増加が加わり、コメ不足が一気に顕在化した結果で、流通・農協悪玉論は本末転倒だと述べてきたが、直近の政府の検証でもそれが裏付けられ、コメが足りなかったことを認めて増産に舵をきくと言う。

しかし、そのために、相変わらず、規模拡大とスマート農業と輸出だと言っているだけでは、輸入米増加の影響も懸念される中、米価下落で稲作農家は潰れてしまう。消費者が求める米価格と農家にとっての適正米価の差を補填する直接支払いなどを急がないと、農村コミュニティもコメ供給も維持できない。さらに、皆がこぞって、流通業者・農協を悪玉にしようとして、それは否定されたのに、流通・農協悪玉論が間違いだったという謝罪がないのはなぜなのか。



双子座 (5/21~6/21)

【全体運】イラッとするが増えそう。思い通りにならなくてもいつものペースを崩さないように。平常心が成功の鍵

【健康運】張り切り過ぎてダウンしないようペース配分を 【幸運の食べ物】小松菜



## 農薬の使用は安全な取り扱いをしましょう

農薬による事故は、多くが安易な取扱いや不十分な防護装備など、使用者の不注意によって発生しています。そのため農薬の使用、取扱いは以下の点に注意し慎重に行ってください。

- 農薬ラベルには、作物名・適用病害虫雑草名・使用濃度(倍率)・使用量・使用時期・使用回数・収穫前使用規制・注意事項などが記載されています。記載内容を守って農薬を使用しましょう。適用外(登録がない)作物・濃度の散布は絶対に禁止です。
- 薬剤・洗浄液の処理、隣接圃場や他作物へのドリフト(散布対象作物以外への作物に農薬が飛散すること)等、周辺への危被害防止対策を徹底してください。
- 作業中は、農薬用マスク、防護メガネ、不浸透性手袋、防除衣などを着用し、皮膚に付着したり、眼に入れたり、吸い込んだりしないように注意してください。
- 薬液は必要量を調製し必ず使い切ってください。使用した器具等は丁寧に洗浄し、洗浄液は河川などに流さず適切に処理してください。
- 農薬は食品や飼料と区別して、冷涼で乾燥したところに専用の保管庫を設置し、鍵をかけて保管してください。さらに、毒物・劇物については保管庫に必要な表示をしましょう。

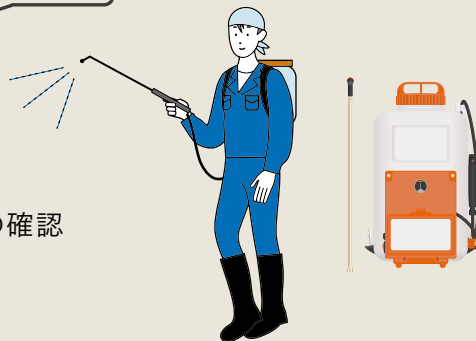


志賀高原  
営農経済センター  
小林 峻也

### 購入する時

#### 登録のある農薬を購入しましょう!

- ①農林水産省「登録番号」の有無
- ②適用のある「作物名」と「適用病害虫雑草名」の確認
- ③使用面積に必要な薬量の確認



### 使用する時

#### 農薬ラベルの記載通りに使いましょう!

- ①使用する作物名があるか確認 ⇒ 作物名、適用病害虫雑草名
- ②使い方を確認 ⇒ 希釈倍数・使用量、使用時期、使用回数、使用方法、使用上の注意
- ③必要な薬量を確認 ⇒ 水で希釈するものは、薬量と希釈水量を正確に計量して散布液を調製



※農薬取締法の規定により、使用基準(対象作物、希釈倍数・使用量、使用時期、使用回数)を遵守することが義務付けられており、罰則もあります。

※今年度は残留農薬検査で基準値を超える品目もありましたので、来年度は上記の内容を確認して散布を行ってください。



蟹座 (6/22~7/22)

【全体運】運勢は好調。大きな進展が期待できます。自分の意見をはっきり伝えましょう。意志を示すと開運につながります  
【健康運】ヨーグルトや納豆で腸活。野菜もたくさん食べて 【幸運の食べ物】ナガイモ



# おもな窒素質肥料について

亜熱帯のようだった今年の夏は作物の管理に苦労された方も多いと思います。気候が変われば作物の生育も変わるので、肥料の見直しも必要です。そこで、基本的な事項として、最も重要な肥料の一つである窒素肥料について解説します。

## ◆ 窒素のはたらき

肥料の三要素の筆頭成分である窒素には、表に示すような大切な働きがあります。窒素は、空気中に気体として8割近くも存在していますが、植物は直接利用できません。雨や用水、土壌からの供給もありますが、それだけでは不足しがちです。そこで肥料の出番となります。窒素は、堆肥や有機質肥料、緑肥などでも補給できますが、ここでは、最も一般的な窒素供給源として速効性の窒素肥料について紹介します。

## ◆ おもな速効性窒素肥料の特徴

### 硫安（硫酸アンモニウム）

硫安は、速効性の窒素分（アンモニア態窒素）を含む肥料として、基肥、追肥のいずれにも広く使われています。BB（配合）肥料の原料利用も多い肥料です。硫安は、わずかに遊離硫酸を含むために水溶液は酸性です。また、硫安を施肥すると、窒素分が作物に吸収された後、副成分の硫酸イオンが残存しやすく、これが石灰や苦土の流亡を助長することで、次第に土壌が酸性化していくという性質があります。連用の際には、定期的に土壌診断をして土壌が酸性化していないか確かめましょう。酸性化を未然に防ぐことと、流亡しやすい石灰と苦土を同時に補給するために、土づくり資材として苦土石灰を毎年10aあたり100kg（100g/m<sup>2</sup>）程度併用すると安心です。なお、硫安に含まれる硫黄（S）は、酸素の極端に乏しい水田土壌では、作物に有害な硫化水素の生成につながりやすいことから、従来、水田での施用は避けられてきましたが、近年は潜在的な硫黄不足症状の観察される水田も現れており、そうした場所で使われることもあります。

### 塩安（塩化アンモニウム）

塩安は、硫安と同様に速効性のアンモニア態窒素を含む肥料で、主に水稻の基肥や追肥用肥料として使われています。塩安の肥効については、水田作土から鉄や石灰などが流亡して生産性の低下した老朽化水田では硫安より効果的ですが、一般の水田では同等です。畑条件では、副成分の塩素が石灰や苦土の溶脱を促進し、土壌溶液中の肥料濃度を高める傾向がありますので多量施用は禁物です。特に施設栽培では濃度障害が発生しやすくなります。また、塩素は必須元素ですが、多量にあるとデンプンや糖分の集積を妨げることから、いも類やビートなどにはあまり向きません。一方、繊維作物（ワタ、アマ、アサ等）には適した肥料とされています。なお、筆者は、露地野菜で硫安の代用として一時的に塩安を使ったことがあります。問題なく栽培できました。

### 尿素

尿素は、窒素濃度が最も高く、窒素成分あたりの価格が比較的安く、世界でも多く使われている肥料です。空気中の湿気を吸ってべたつきやすい性質があることから、夏期の高温多湿条件では素早く取扱ってください。尿素は液肥での利用も多く、特に葉面散布肥料として使われることの多い肥料です。尿素には、硫酸や塩素が含まれていないので、連用しても土壌を酸性化する心配はありません。水田、畑地、果樹園、施設土壌など、どこでも使えます。ただし、土壌pHが高い（7以上）場合や、有機物の堆肥化（使用済みきのこと培地など）促進用に使う場合は使用を避けます。尿素が分解してアンモニアガスとなり揮散してしまうからです。なお、このほか主要な窒素肥料に「石灰窒素」がありますが、前号をご参照ください。今回は、緩効性窒素肥料についてお話しします。

## 窒素のはたらき：肥料の三要素の筆頭成分

### 1 タンパク質の合成に必要

- 植物が細胞を作り生長するためにはタンパク質やアミノ酸が必要
- その材料となる窒素は不可欠！

### 2 葉や茎の成長を促進

- 窒素は、葉や茎の成長を促す働き（栄養成長）をする
- 特に生育初期や若い新しい葉や茎に重要

### 3 葉緑素の構成成分

- 光合成をおこなう組織「葉緑素（クロロフィル）」の構成成分
- 窒素が不足すると古い葉や下葉が黄色くなり、成長が低下

### 4 遺伝子（種子）の材料

- 遺伝情報を担うDNAやRNAの構成成分にも関わっている

## おもな速効性窒素肥料の特徴

肥料 （すべて水溶性）	成分 %	特 徴	留意点など
硫安 りゅうあん （硫酸アンモニウム） $(\text{NH}_4)_2\text{SO}_4$	21	・比較的安価で最も一般的な肥料 ・野菜畑での利用が多い ・基肥、追肥のいずれも使える ・BB（配合）肥料にも利用される	・硫酸イオンが土壌に残りやすく連用すると土壌を酸性化⇒苦土石灰を併用 ・潜在的な硫酸欠乏水田で利用されることもある
塩安 えんあん （塩化アンモニウム） $\text{NH}_4\text{Cl}$	25	・硫酸イオンを含まず、アンモニアが土壌粒子に吸着され、かんがい水で流亡しにくいため、水田の基肥用として一般的 ・水稻用BB（配合）肥料の原料にも ・硫化水素に起因する根腐れで秋落ち状態となる老朽化水田に特に適する	・施設土壌ではEC（塩類濃度）を高めやすいので不向き ・日本ではポピュラーでも世界的にはマイナーな肥料
尿素 りょうそ $\text{NH}_2\text{CONH}_2$	46 （最大）	・窒素含有率が最も高く、窒素成分あたり単価の比較的安価な肥料 ・追肥や葉面散布で利用が多い ・土壌を酸性化しないのでどこでも使える肥料	・吸湿性があり気温20℃以上では特にべたつき ・夏期は空気中の湿気を吸って溶けて固結しやすいため早めに使い切る



獅子座（7/23～8/22）

【全体運】一度ストップがかかっても再挑戦の機会に恵まれます。諦めずに続けることが大事。味方は意外と近くにいます  
【健康運】スポーツを楽しむ好機。新しい方法を試すのも吉 【幸運の食べ物】カレー



# 次代を担う!★ 若手生産者

父から学んだ技術・知識を活かし、  
高品質なしめじの栽培を目指して



しめじの生育具合を確認する倉科さん

30歳を境に、家業のきのこ農家を継ぐことを意識し始めた倉科さん。今年度からは家業を引き継いで、高品質きのこの栽培を目指し、部会活動にも取り組んでいます。



飯山市常盤

くらしな けんご  
倉科 賢五さん (36)

## ●主な生産物

●ぶなしめじ B-4

## 父の技術を引き継いで、 高品質のきのこ栽培を目指す

家業を継ぐことを決めた時、父が持っているしめじ栽培の技術を少しでも多く継承したいと思い、父が経営者である間にたくさん技術や知識を学び、事業継承の準備を数年かけて行ってきました。父から学んだ技術、経験を生かし、経営者として高品質でおいしいしめじの栽培に取り組んでいます。

## 力を入れていること

栽培にあたり、温度・湿度管理と清掃を徹底的に行っており、生育において病害を発生させない環境作りに力を入れています。また、品評会にも出品する努力をしています。品評会への出品は常に品質を維持するための挑戦でもあるので、これからも頑張ろうと考えています。

## これから挑戦したいこと

事業を継承し、毎日が奮闘の日々ですが、培養日数の短縮に取り組み、生産効率の向上を目指していきたいと考えています。また、新品種B-15の試験栽培を行っており、今後、栽培確立に向けて様々な生育条件の実施・検証をすることで、満足いく結果になるように頑張りたいです。

## 趣味や楽しみ

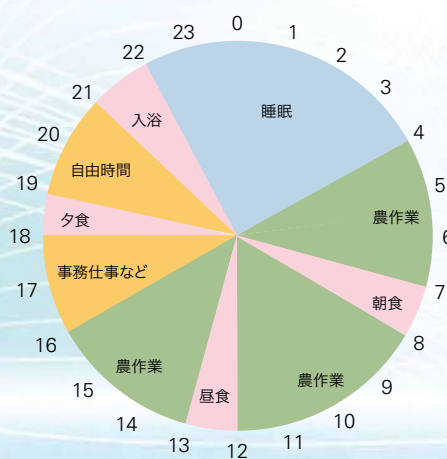
趣味は動画鑑賞と洋服・スニーカーの収集です。特に洋服・スニーカーなどの収集は、気に入ったものがあればすぐに購入します。友人と飲みに行くことが何よりの楽しみになっています。



栽培室の様子



収穫目のしめじ



倉科さんのタイムスケジュール



乙女座 (8/23~9/22)

【全体運】あれこれ考え過ぎない方がいいようです。シンプルにいきましょう。玄関の掃除は念入りに。よく眠れる枕が◎  
【健康運】油断は大敵。早寝早起き朝ご飯で健康維持を 【幸運の食べ物】サトイモ





# 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。

友人とカラオケ・ゴルフをすることと、ねずみ大根の栽培です。カラオケは、家にあるカラオケセットで孫とも一緒に楽しんでいます。ねずみ大根の栽培は、地域活性化につながればとの想いで頑張っています。



## ●元気の秘訣はありますか？

楽しいときも悲しいときも、歌うことが健康維持につながっていると思います。また、ゴルフが丈夫な身体を作っています。



埴科郡  
なかはら かつお  
中原 勝雄さん

## ●今後の目標・やりたいことは何ですか？

病気やケガをしないように健康管理し、趣味を続けることで丈夫な身体を作ろうと思います。



**「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。

趣味は三味線・お琴、本を読むこと、絵を描くことなどたくさんあります。三味線とお琴は40代の時に習い始め、60代の時には「師範」の免許も取得しました。高山村の民謡に一人でも多くの人に興味を持って、楽しんでもらえるように、切り絵の紙芝居にして毎日活動しています。



## ●元気の秘訣はありますか？

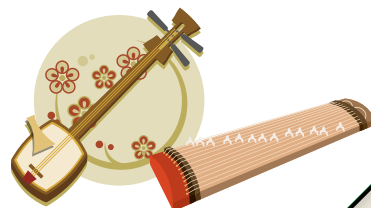
家でじっとしていないで、目標や目的を持って毎日やるのがたくさんあること。



高山村  
さわい よしこ  
澤井 好子さん

## ●今後の目標・やりたいことは何ですか？

紙芝居の語り手の育成に力を入れたい。また、「たかやまの民話集」「紙芝居」を村づくり、観光に繋げていきたいです。



天秤座 (9/23~10/23)

【全体運】おいしいものを食べて元気を回復。紅葉狩りやコンサートに行くのもお勧めです。少し遠くまで足を延ばすのも◎  
【健康運】友人とのおしゃべりでストレス発散。散歩も吉 【幸運の食べ物】干し大根



## ここでいっぷく

近年、鳥獣被害のニュースが良く流れるようになりました。私の住む飯山市でも近年、熊による死傷事故が発生し、農作物の収穫作業にも深刻な事態となってきました。振り返って考えると、20年ほど前からその環境変化が起きていたのかと思います。

飯山市木島地区は市内でも農業が盛んで、昭和から平成と米・アスパラが主力農産物でしたが、千曲川河川敷での栽培が徐々に難しい環境になり、耕作放棄地が表れ始めました。数年後には秋になると一面黄色い綺麗な花が咲く、セイダカアワタチソウや草に覆われてしまいました。こうなると原野化が加速し、あつという間にニセアカシアなどの樹木が林を作ってしまうのです。その様になると、動物の種類も増え、タヌキ・キツネまた、平地には居ないとされてきたマムシを見た時は驚きでした。大型動物も徐々に入り始め、耕起すると足跡で、どんな動物が通ったのかわかります。農地が荒れると野生動物が進出してきて、繁殖をし始めたなら大変なことになりかねません。

地元の農業再生センターも、10年ほど前から対策を検討し始めましたが、他人の農地を勝手に整備は出来ず、整備をしたとしても、

### 優良農地荒廃地対策 どうしてますか？



みゆきブロック理事  
佐藤 嘉一

多い時には春秋の年数回、千曲川の水が上がるような所を誰が管理するのか等々、河川敷にある畑の管理についてはハードルが高くて難題でした。本来なら、自分の財産は自分で管理するのが当たり前、頭では理解していても、農業離れが進む昨今では、いざ管理をするとなるとどこに依頼すればいいのか？費用はいくら掛かるのか？と考えているだけで、個人に任せていても話は一向に前進しませんでした。

そこで農業再生センターで話し合いを重ねてきた事に、今まで個人所有の土地単位で考えていた農作物栽培の輪作体系を、無駄な作業の削減も兼ねてこれからは地域で考える、また大規模農家にも入ってもらう輪作体系を作ろうということがあったので、河川敷の畑も地域単位の輪作体系に組み入れて話を進めることにしました。まずは、受け入れ先の承諾をいただいたので、行政とのすり合わせが出来、地元説明会、合同契約式といった流れで昨年、第一歩を進めることができました。今回この事業を進めることができたのは、近くに意欲のある大規模農家が居たこと、国が国産大豆、国産小麦生産の強化を進めている事などタイミングが良かったことに加え、地元行政、地権者のご理解・ご協力が噛み合った結果だと思っています。本年度も数ha合わせて10数haほどの優良農地に戻すことができました。荒廃地の再生事業の一例を報告させていただきます。

なお、今回優良農地に戻したところは、長野県の伝統野菜に認定されている「坂井芋」の指定地域なので、ぜひ栽培に挑戦していただければJAが責任をもって販売させていただきます。

### 病院だより

## 「介護の日」をご存知ですか？

南長野医療センター新町病院  
地域包括支援センター  
社会福祉士  
鈴木 宏典

病院ホームページ  
はこちらから



平成20年に厚生労働省が「国民に介護の啓発を実施するための日」として、11月11日を『介護の日』と決めました。「いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう」をキャッチコピーに、“いい日、いい日”にかけた、覚えやすく、親しみやすい語呂合わせとなっています。

現在、日本は世界でも有数の超高齢社会を迎えており、高齢者の増加に伴って介護を必要とする方も年々増えています。介護は、特別な人だけが関わるものではなく、誰もがいつか直面する可能性のある身近な課題です。家族や地域、職場など、さまざまな場面で介護に関わる機会が増えている今こそ、より多くの方が介護について考え、理解を深めることが求められています。

そこで、「介護の日」をきっかけに、介護について一度立ち止まって考えてみませんか？

それぞれお近くの地域では、地域包括支援センターなどが中心となって介護に関する知識や技術を学べる「介護者教室(各自治体で名称が異なる場合があります。)」が開催されています。介護の基本的な方法や認知症への対応、男性介護者のつどい、人生会議(ACP)、福祉制度の活用方法など、役立つ内容が盛りだくさんです。また、参加者同士の交流を通じて、悩みを共有したり、支え合える仲間と出会えることも大きな魅力です。ご自身やご家族の将来のために、まずは気軽に参加してみたいはいかがでしょうか。



蠍座(10/24~11/22)

【全体運】勢いがあります。逆転運があるので状況を変えたいなら大きく打って出ましょう。変えたくないならガードを固めて  
【健康運】腹も身の内。バランス良く食べ、食べ過ぎには注意 【幸運の食べ物】食用菊



## 川柳の部

## 小宮山正雄 選

## ○特選

慈雨しとど急ぎ大根<sup>だいこ</sup>の種買いに

飛田 一子 千曲市上山田

選評…久しぶりの雨で地表が濡れている、急いで種を蒔きたいという作者

## ○佳作

理不尽に耐えた八十路に花が咲く

宮坂 昭子 千曲市寂蒔

あの山は葎いっぱい希に熊

花岡 則行 長野市若槻

秋うらら友添いくれる朝散歩

坂口 美智子 千曲市桜堂

稲刈りを終えて案山子も床につく

久田 肇 小川村高府

秋祭り夏日居座り邪魔をする

竹井 克美 野沢温泉村

(敬称略)

## ○軸吟 放課後のドボルザークがなつかしい

## 短歌の部

## 高野 等 選

## ○特選

農道を走る軽トラ出荷場もぎたてりんご荷台に乗せて

柳澤 隆

千曲市稲荷山

選評…収穫のりんご出荷場へ、軽トラも楽々走る

## ○佳作

猛暑去り虫すだく音を枕辺に夢現の間を暫しまどろむ

寺前 和子

長野市鬼無里

早魃に負けず出穂し稲実り五穀豊穣秋納め待つ

幸野 隆一

木島平村住郷

秋耕の千曲棚田に始むれば山冠着は冬の装い

柄沢 満則

坂城町綱掛

日本の米一粒は農の汗民は感謝で管理はいかに

林 和子

坂城町南条

日々に白き花咲く雪花は雪降る如く咲くや咲く咲く

久保田 貞夫 飯山市照岡

(敬称略)

秋晴の夏日が続く日なれども独り身の今ただただ淋し

選者

## 俳句の部

## 丸山晶子 選

## ○特選

けん玉の足踏ん張りし夏座敷

松本 慧一 長野市差出

選評…がらんとした奥座敷、けん玉遊びにはもってこいである。夏の風が心地よくわたる。

## ○佳作

水しぶき上げる小鮒や落し水

柄沢 満則 坂城町綱掛

夏野菜作りに老いの知恵を出す

外谷 千恵子 飯綱町東柏原

花芒分けて急登阿弥陀堂

田中 延子 長野市稲葉

役解かれ千曲川<sup>ちくま</sup>へ帰る落し水

松本 宏要 長野市伊勢宮

仏とて仏間は暑し鬼ヤンマ

大沼 瑞紀 飯山市蓮

(敬称略)

落書きの手足のびのび厄日かな

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 11月20日(木)必着

※選考作品は2026年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。

射手座(11/23~12/21)

【全体運】思うようにならない事態に変化が訪れます。主導権を握れますが反動もあります。マイナス面も覚悟してGO!

【健康運】目の疲れを甘く見ないで。頭痛、歯痛は早めに対処を 【幸運の食べ物】ナメコ





## 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。

**お** 米作り。  
夏の高温・カメムシ対策など諸々心配はありましたが、新米をいただくことが出来ました。感謝・感謝。苦勞したみんなに、田んぼに、機械に「ありがとさん」です。



(飯綱町 木賀田さん)

**直** 売所の野菜、いつも買わせていたのですが、今年の夏は特にお世話になりました。お



(長野市 峯村さん)

**知** 人から新米が届きました。「うまい」「おいしい」米農家の皆さま、いろいろあつて大変でしょうけれども、おいしいお米をありがとう。



(須坂市 関野さん)

**今** 年は猛暑のためか野菜は全てうまくいきませんでした。せめてこれから



の大根、白菜は物になるように期待したいです。

(山ノ内町 田中さん)

**今** 年は「お米」が大注目。離れて暮らすあちこちの孫たちも、田んぼの稲の成長を見に来たり、精米所へ一緒に行ったりと勉強のいい機会になった年でした。



(千曲市 小宮山さん)

**こ** たつが欲しい陽気になりました。体調管理大切です。



(千曲市 太田さん)

1本の苗から11kgあるサツマイモ穫れました。



(ながの中部営農経済センターより)

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(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。

12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	タ	6	イ	11	ク	17	ナ	20	ス
2	ダ	シ	マ	12	イ	15	タ	ケ	
3	ニ	ワ	カ	9	デ	16	カ	18	チ
4	ア	8	マ	10	ス	13	カン	ク	
5	シ	イ	14	ウ	ク	レ	レ		

解答 A B C D  
タ マイ レ

応募締め切り  
11月20日(木)必着

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!!

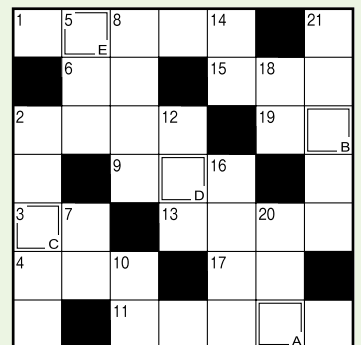
### タテのカギ

- 川辺や海岸で見られる冬鳥。東京都民の鳥です
- 熱海と並んで有名な、伊豆半島東部の温泉地
- 分別して出します
- 雄弁は銀、——は金
- 陶器よりも高い温度で焼きます
- 耳の長い動物
- 天高く——肥ゆる秋
- 暦の上ではこの日から冬
- 櫛(くし)の材料によいとされる木
- 『源氏物語』の作者は紫——です
- SLとも呼ばれる蒸気——

### ヨコのカギ

- 育つこと。七五三は子どもの——を祝う行事です
- 果敢に若武者が戦う
- 江戸時代のタクシーです
- 秋の山を彩ります
- 「豚」の音読み。——カツ
- 金属の輪を長くつないで作ります
- 旅先の体験を書き綴ったもの
- 平安貴族の乗り物。モーと鳴く動物が引きます
- よく晴れた日の、夕日の色といえば
- 佐渡島にはこの鳥の保護センターがあります
- ギターに張ります

## 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



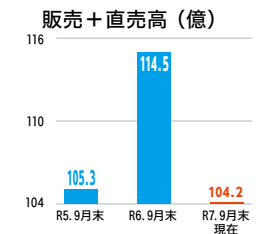
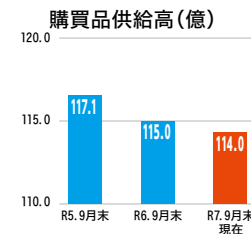
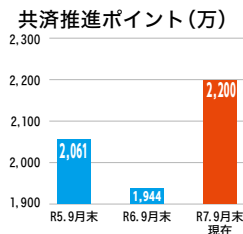
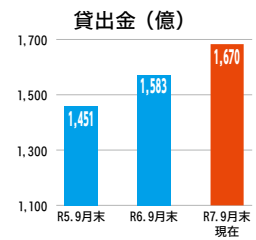
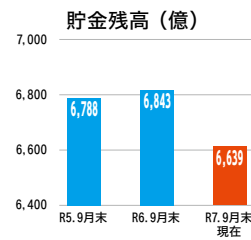
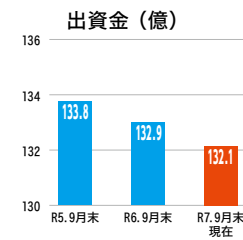
山羊座 (12/22~1/19)

【全体運】運勢は順調。困っていたことが動き始めます。若い人の意見は聞いてみる価値あります。斬新な発想が前進の秘訣(ひけつ)  
【健康運】足湯や入浴で血行を促進。爪のケアも丁寧に 【幸運の食べ物】西洋梨



## 私たちのJA(令和7年9月末現在)

組合員数	63,869人
(正組合員)	27,701人
(准組合員)	36,168人
出資金	132億831万円
貯金	6,639億5,684万円
貸出金	1,670億5,403万円
共済推進ポイント	22,003,616
購買品供給高	114億471万円
販売品販売高	90億8,799万円
直売事業高	13億3,341万円



## 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** 11月12日(水) 常盤支所  
 11月13日(木) 信濃町支所  
 11月18日(火) 高山支所  
 11月19日(水) 木島平支所  
 12月 2日(火) 志賀高原支所  
**2026年**  
 1月13日(火) 須坂支所  
 1月20日(火) 小布施支所  
 1月21日(水) 坂城支所  
 1月22日(木) 豊野町支所

**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5回理事会で次の事項が検討されました。

**日時** 令和7年9月29日(月)

## 協議事項

- (1)令和7年度8月末「期中決算」事業実績について
- (2)令和7年度事業上期総括・事業報告及び下期重点取り組み事項について

## 決議事項

- 第1号議案 JAながのリスク評価書の改定に関する件について  
 第2号議案 「お客様本位の業務運営に関する取組方針」の見直しに関する件について

## 報告事項

- ①令和7年度第2四半期内部監査報告について
- ②令和7年度上期コンプライアンスプログラム実践報告について
- ③令和7年度第2四半期苦情等対応報告について
- ④ブロック総代懇談会について
- ⑤令和7年度8月末組合員の状況について
- ⑥令和7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
- ⑦令和7年度産米の概算金について
- ⑧エントランス裾花SS協同経営加盟について
- ⑨子会社の期中決算状況について
- ⑩その他

このたび、広報誌「Vivid」10月号におきまして、掲載した写真のうち、一部掲載許可をいただいていない写真が掲載されていることが判明いたしました。深くお詫び申し上げますとともに、今後は一層の注意を払い、確認体制の強化に努めてまいります。



**水瓶座 (1/20~2/18)**

【全体運】壁を感じやすいときです。ただ、その壁は越えるためにあります。一度立ち止まって状況を精査し再考しましょう  
 【健康運】血液がサラサラになる食材をたくさん食べると◎ 【幸運の食べ物】カツオ



# ちょっと待って! そのメール 詐欺の可能性あります



フィッシング詐欺

名前: ○○○○  
暗証番号: ××××××

~~口座番号~~  
~~暗証番号~~  
入力



<受信>  
● JAネットバンク  
【重要】お客様の資産  
保護のための本人確認  
のお願い  
○○○○○○○○○  
○○○○○(本文)

JAバンクでは、マネーロンダリング防止対応の一環として、  
お客さまに関する情報やお取引目的などを定期的に確認しておりますが、

**電子メールを経由して、口座番号・暗証番号などを  
聞き出すことは絶対にありません。**

電子メールで口座番号・暗証番号などを回答しないでください



JAバンクは被害防止に向けて店舗での「声掛けの徹底」に取り組んでいます。

ATM付近で携帯電話を利用している方や、窓口で多額の資金を引き出そうとしている方には、資金のご利用目的などをお伺いすることがございます。何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



長野県警察  
NAGANO PREFECTURAL POLICE



長野県JAバンク

長野県JAバンクは県下JAと長野県信連の総称です



魚座 (2/19~3/20)

【全体運】運勢は好調。追い風に恵まれ多くのことはなんとかなります。強気でいきましょう。下旬からは慎重にペース調整を  
【健康運】カルシウムをしっかり取って。筋力トレーニングが吉 【幸運の食べ物】ネギ



## 『トルコギキョウ』の魅力を先取り!プレセミナー受講生募集!!

当日参加無料

日程:2025年12月9日(火)13:30~15:00(13:00より受付開始)

場所:JA ながの屋代支所2階会議室 千曲市大字雨宮336-1

共催:JA ながの・JA グリーン長野・長野県長野農業農村支援センター

申し込み:12月3日(水)までに電話・メール・QRコードいずれかの方法で氏名・住所・電話番号・メールアドレスをご連絡ください。



お問合せ:長野県長野農業農村支援センター技術普及課担当藤沢 電話:026-234-9536

FAX:026-235-8393 E-mail:nagano-aec@pref.nagano.lg.jp

## 【クミアイプロパンをご利用の皆様へ】

## 夜間休日の緊急時連絡における発信番号変更について(お知らせ)

平素より、クミアイプロパンをご利用いただき誠にありがとうございます。

この度、夜間・休日の緊急時連絡を委託している「全農長野LPガス監視センター」からお客様へお電話を差し上げる際の発信番号が、下記の通り変更となりましたのでお知らせいたします。

着信の際はお心当たりのあるご連絡としてご対応くださいますようお願いいたします。

今後も安全なLPガスを快適にご使用いただけるようサービスの向上に努めて参りますので、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

## 発信番号の変更内容(夜間休日※)

(●平日⇒PM5:00~AM8:30 ●休日⇒終日)

変更前	
保安機関名(実施者)	発信番号
全国農業協同組合連合会長野県本部 LPガス監視センター 長野市松代町東寺尾字松原東3285-1	<b>026-278-1581</b>



変更後	
保安機関名(実施者)	発信番号
全国農業協同組合連合会長野県本部 LPガス監視センター 長野市松代町東寺尾字松原東3285-1	<b>0120-787-780</b>

お問い合わせ先:JA ながの各ガスセンター 営業時間:平日8:30~17:00

夜間・休日の電話は全農長野LPガス監視センター TEL0120-787-780へ転送となります。

全農長野LPガス監視センター 長野市松代町東寺尾字松原東3285-1 TEL0120-787-780

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 ・フリーダイヤル・

JA 共済サポートセンター ・フリーダイヤル・

0120-258-931

0120-063-931





「もしも」にそなえる、あなたへのエール。

# 「収入保険」

青色申告で加入OK！

個人事業主の申込期限は**12月26日(金)**まで

農家の皆さん！悩んでいることはありませんか？

自然災害や病虫害  
鳥獣害が心配・・・



果実の市場価格が  
下がったら・・・



けがや病気で収穫  
できなかつたら



取引先が倒産したら  
どうしよう・・・



悩んでいること**収入保険**で解決できます！

R6年度実績

R5年度実績

3200 3400 3600 3800 4000

直近2年間の加入件数

注目！

R7年の新規契約数は  
**長野県が全国1位！**

加入件数

青色申告者数

0 5000 10000 15000

長野県内の青色申告者数と収入保険加入件数

これまでに！

青色申告者の  
およそ**3人に1人**は**加入済**！

**安定経営**で**お得に加入**できます

保険料に等級が  
導入されています！！

LINEからでもお問い合わせできます。  
QRコードから「友だち追加」をお願いします！



安心のネットワーク

**NOSAI長野**

長野県農業共済組合 北信支所

長野市豊野町豊野631 (長野市豊野支所庁舎2階)

☎ 026-219-2893

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)



# ご自宅の照明をもっと明るく! 便利に! 経済的に! 今こそお部屋のあかりを LEDにしませんか!

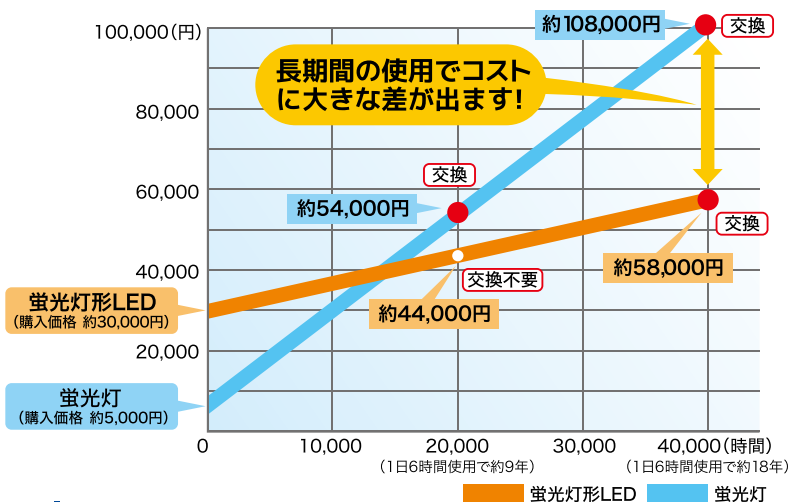


エル イー ディー



## ① 電気代を大幅削減! 長寿命なので交換の手間や費用も抑えられます。

●LEDと蛍光灯のトータルコスト(製品価格+電気代)比較



電球形



蛍光灯形



シーリング形

シーリング形



## ② 発熱しにくいので火災や火傷のリスクが低く安全性に優れています。



## ③ 生活シーンに合わせて調光できる便利な機能を持つ製品もあります。



白色系

昼光色系

暖色系

(写真はイメージです)



## ④ CO<sub>2</sub>の削減にも大きく貢献して地球環境を守ります。

《 機種のご相談から取付けまですべておまかせください! 》

★2027年末までに一般照明用の蛍光灯は製造と輸出入が終了します。

LEDへの切り替えについてのご相談はお気軽にお申し付けください。

JAながの

お問い合わせ・ご相談は、お電話よりご連絡ください

- ちくま営農経済センター
- 志賀高原営農経済センター
- ながの北部営農経済センター
- ながのさいがわ営農経済センター

TEL:026-214-9973  
TEL:0269-33-5533  
TEL:026-253-6349  
TEL:026-267-2311

- 須高営農経済センター
- ながの経済センター
- ながの中部営農経済センター
- みゆき営農経済センター

TEL:026-245-8944  
TEL:026-263-1665  
TEL:026-254-2523  
TEL:0269-62-4646



## JAながの主催

## ゼロから学ぶお金の育て方

## 資産運用セミナー ～報告編～

10月18日志賀高原ブロックにて組合員利用者の方を対象とした「資産形成・運用セミナー」を開催しました。

当日はご夫婦・親子・友人等23名が参加し、投資信託の基本やなぜ今資産形成が必要なのかについて、講師の吉澤清志氏を招き公演をいただきました。



ご参加いただいた皆様にアンケートのご協力をいただきました。結果は以下の通りです。(一部抜粋)

## 参加者年代(全23人)

～30代	2人
40代	2人
50代	9人
60代	7人
70代	3人

## セミナー満足度

非常に良かった	6人
良かった	14人
普通	2人
未回答	1人

資産形成・運用セミナーは今後も開催します。詳しくはお近くの金融窓口までお問い合わせください。

地 区	会 場	開催日	時 間
須高ブロック	須坂支所	1月24日(土)	10:00～12:00
ちくまブロック	ちくま埴生支所	1月31日(土)	10:00～12:00
北部ブロック	長野平支所	2月7日(土)	13:30～15:30

## 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	おすすめポイント
			駐車場	礼金	
長野市内の賃貸アパート・戸建	三輪10 2DK アパート	5.5	込み 1台3,000円	2ヶ月 なし	2階の角部屋 広めの2DK
	若槻東条 2LDK アパート	5.4	込み 込み	2ヶ月 なし	全室洋室の2LDK
	吉田2 2LDK アパート	5.7	1,000円 1台2,000円	2ヶ月 なし	買物に便利な好立地
	小島 3K 戸建	4.5	込み 込み	2ヶ月 なし	附属中学前駅から徒歩3分
	風間 3DK 戸建	5.0	込み 込み	2ヶ月 なし	閑静な住宅街にある戸建
	神楽橋 3DK アパート	5.5	込み 込み	2ヶ月 なし	ペット(犬・猫)OK 2階の角部屋
	上野3 3DK 戸建	6.0	込み 込み	2ヶ月 なし	日当たりの良い 2階建の戸建
	稲葉 3DK 戸建	6.8	込み 込み	2ヶ月 なし	閑静な住宅街にある 広めの戸建

## 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

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

JAながのグループ **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



# みずび学生会館 MISUZU21

京王井の頭線「久我山駅」徒歩8分

## 学生入居者募集

長野県出身学生限定

安心で  
快適に！

募集対象

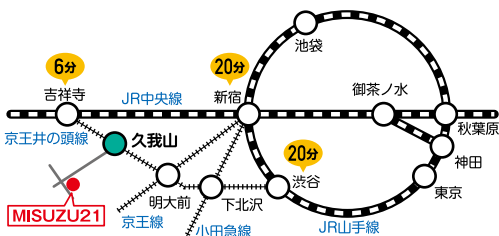
大学生  
短大生  
専門学校生

さあ、首都圏で  
新生活！

室料**62,000**円/月(+共益費8,000円/月)

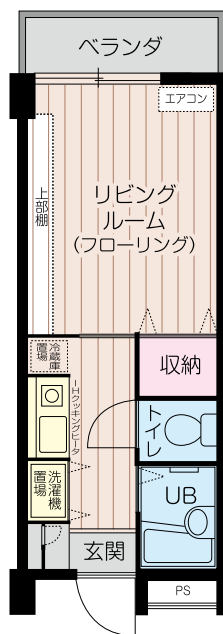
居室/23.3㎡・完全個室・ネット接続可

### 主要な駅へアクセス抜群！



渋谷へ20分 新宿へ20分 吉祥寺へ6分

- ◆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



※左記間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。



お申し込みは  
お早めに



入居には所定の条件があります。詳しくは長野県内の最寄りのJAまたはJA共済連長野管理部までお問合せください。

JA共済連長野  
管理部  
[土日・祝は除く]

TEL.026-236-2325

<https://www.jakyosai-nagano.jp/>



JA共済