

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」

2026.5
vol.117

品目別セミナー開催中 A・コープファーマーズ北長野店開店

今月の表紙

第34回ビビッド写真コンテスト優良賞「散り初め」
山口民憲さん 撮影場所：飯山市旧市川小学校

CONTENTS

A・コープファーマーズ北長野店開店	2~3
JAながの統一セミナー開催	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
生産者紹介	12
おらほのお元気さん	13
こちらでいっぶく/病院だより	14
文壇	15
お便りコーナー/クロスワード	16
今月のお知らせ	17~20

JAながの

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



JAながの公式
Instagram



JA_NAGANO

A・コープファーマーズ北長野店

OPEN

A・COOP ファーマーズ



(株)長野県A・コープは4月16日、A・コープファーマーズ北長野店を新規オープンしました。17日までの2日間をプレオープンとし、18日にグランドオープンを迎えました。売り場面積は463坪で、このうち63坪が生産者直売コーナーです。4年ぶりに県内での新規オープンとなる同店は長野市北部で初となるファーマーズ型店舗であり、JAながのと連携した生産者直売コーナー「マルシエきたながの」が店内の中心となっています。「マルシエきたながの」には、生産者が出荷する新鮮な野菜や果物、花き類が並び、地元産農産物の購入が出来ます。畜産分野では信州プレミアム牛や信州アルプス牛、信州Aポークなど信州産を基本とした商品構成とし、惣菜では信州産原料を使用し、店内で毎日炊き上げたあんこを用いた「桐原のおはぎ」を販売するほか、焼き立てパンを提供するベーカリー「ふわ・のゝる」コーナーが設置されています。皆様のご来店をお待ちしております。

新規オープンを祝う
テープカットの様子



宮澤組合長も
品出しのお手伝い





国産のお肉コーナー



店頭に並ぶ
地元のりんご



生産者直売コーナーに
並ぶ旬のいちご



桐原のおはぎ



焼き立てパンコーナー



プレオープンの様子



生産者直売会設立総会の様子



牡羊座 (3/21~4/19)

【全体運】遊びに行くのに良いときです。時間をやり繰りして余暇を多めにつくると楽しめます。効率もアップして一石二鳥

【健康運】目の健康に気を使って。歯磨きも丁寧に 【幸運の食べ物】新ジャガイモ

JAながの統一セミナー

JAながのでは令和8年度、品目別に統一セミナーを開催し、重点振興品目の振興と出荷者の増加を目指し取り組んでまいります。

セミナーでは、新規就農者の皆さんや新たな品目にチャレンジする皆さんに基本的な栽培技術を学んでいただき、生産者として地域農業を担ってほしい——そんな思いでの取り組みです。

本誌では、公式キャラクターのながまるがセミナー開催の都度、内容をお届けし、チャレンジするみなさんの様子と取り組みを紹介してまいります。



公式キャラクター
「じええ～ながまる」

4月

りんごセミナー／ 摘花作業



高品質のりんご生産を目指すにはしっかり人工授粉させて、中心花に結実させることが大切。実際に作業を行って、摘む花を確認しました。

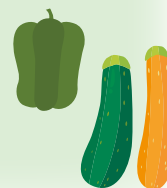


4月

ピーマン／ズッキーニセミナー ほ場準備



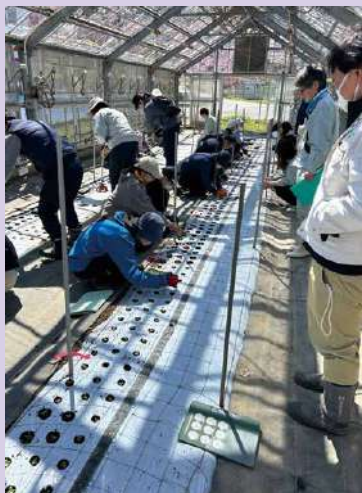
4月下旬から5月の定植に向けて、ほ場準備を学びました。収量アップと連作障害を防ぐためには土作りが重要ということで、肥料をまく順番や堆肥の選び方、マルチの貼り方を学習しました。次回はいよいよ苗の定植です。



3月

花きセミナー トルコギキョウ／栽培管理の基礎

定植準備として、マルチ張りや灌水チューブ、フラワーネット張りなどの作業手順を初心者にもわかりやすく学習しました。また、定植から収穫、荷造り、出荷までの一連の流れを体験してもらいます。



4月

トルコギキョウ／ 定植作業

いよいよトルコギキョウの定植。植える深さに気を付けながら1人70本の苗を定植しました。これから花の収穫まで芽欠きや蕾の整理、草取りなど管理していきます。今後の農薬散布についても説明がありました。



牡牛座 (4/20～5/20)

【全体運】上昇気流に乗っています。前向きな気持ちでいろいろなことに挑戦を。面白い収穫があるはず。買い物大吉
【健康運】朝の散歩がお勧め。ゆっくり深呼吸するのも◎ 【幸運の食べ物】ウメ

組合員・利用者のために 新入職員25名が入組

4月1日、2026年度入組式を開催。今年は新卒採用20名、登用、キャリア採用で5名の25名が入組。役員が見守る中、宮澤清志組合長が職員に一人ずつ辞令と入組記念品として業務で活用してもらえよう、名前入りの電卓を手渡ししました。

宮澤組合長は「三つのC（チャレンジ・カスタマー・コネクション）を大事にし、若い力を活かして組合員・利用者の為に誠心誠意働いて



新入職員集合写真



決意を述べる南澤さん(左)

ほしい」と激励しました。新入職員を代表してちくま宮農経済センターに配属の南澤勇樹さんは「職員として未熟な点もあると思いますが、皆様の一員として誇りを持ち、その名に恥じぬように日々精進してまいります。」と力強く決意を述べました。閉会后、それぞれの配属地へ着任しJA職員としての一步をスタートさせました。

ももの摘蕾作業開始

志賀高原宮農経済センター管内では、4月初旬からももの摘蕾作業が始まりました。本年の生育は3月の気温が高かったため、昨年より2日早い3月27日に発芽を迎えています。ももの摘蕾作業により、開花前に余分なつぼみを取り除いて数を適正にすることで樹の負担を軽くし、残した花や果実に養分が行き渡るようになって、果実1つ1つが大きく形の良いもものに育ちやすくなります。栽培管理としても4月の月上旬に摘蕾をしっかりと行くと、5月～6月にかけておこなう摘果作業の労力軽減にもつながります。令和7年度の販売実績は約3億2千万円。令和8年度は4億円を販売目標にしています。



作業の様子

プラム・プルーン人工授粉講習会開催

須高ブロックでは、プラムの安定生産と品質向上を目指し、人工授粉講習会を開催しました。プラム・プルーンは、同じ品種の花粉では実が付きにくく、他品種の花粉が必要な果樹です。そのため、園地には授粉樹を3割程度混植し、人工授粉を行うことがとても大切になります。講習会では、授粉作業を行う時期の見極めや、花粉の取り扱い方法、作業を進める際のポイントなどについて説明があり、結実率の向上や果実品質の安定につながる重要な作業であることを確認しました。人工授粉は、その後の生育や収量にも大きく影響するため、適期に丁寧な作業を行うことが求められます。また、昨年度は県内のプラム・プルーン産地でスモモヒメシキイの被害が多く見られたことから、本年度に向けては被害を抑えるための防除ポイントについても重点的に説明しました。今後は今回の講習内容を活かし、適切な管理の実践を呼びかけていきます。



講習会の様子



双子座 (5/21~6/21)

【全体運】一歩先を見て行動を。現状にとらわれ過ぎないのが成功のポイントです。おしゃれに気を使うと運氣が上昇します
【健康運】おしゃべりでストレス発散。友人とのスポーツも◎ 【幸運の食べ物】ソラマメ

白ネギ栽培講習会 生産体制確立に向けて

4月7日、みゆき宮農経済センターは「白ネギ栽培講習会」を開催しました。新規就農者を対象とした講習会であり、5人が参加。担当技術員が講師を務め、一連の管理作業について説明し、栽培に向けた液肥・農薬のオスメ品を紹介しました。また効果や、白ネギ栽培過程における適性温度管理、定植作業、土寄せ作業におけるポイントについて時期も踏まえて説明し、栽培において雑草の除去が戦いになると、生産者の声も交えて説明しました。今後も生産者の皆様と協力し、白ネギの安定生産に向け部会一丸となって努力していきます。



講習会の様子

アズノ開花を宣言



アズノの花

3月26日、千曲市森地区で観測しているアズノ基準木の開花を宣言しました。基準木は早生種「平和」で、開花は昨年より1日、平年より4日早く、今後は4月上旬に開花のピークを迎え、6月中旬から収穫期に入る見込みです。今季は積雪が少なく、2月から3月にかけて晴天の日が多かったことから生育は前進しています。一方、近年は春先の凍霜害が課題となっているため、JAやアズノ部会ではチラシを配布し、燃焼資材や防霜資材の活用など早めの対策を呼びかけています。担当技術員は「開花が早まっっており、凍霜害のリスクも高い」と話し、「対策の啓発を進め、安定した収量確保につなげたい」と意気込みを語りました。2025年は大きな気象被害がなく前年対比136%となり、26年度は加工用も含めて200トンを目標としています。

アスパラ順調

4月に入り管内でのアスパラガスの出荷が盛んになっていきます。各集出荷所、共選所には生産者より持ち込まれたアスパラガスが、A級品からC級品に選別され、卸売市場や農産物直売所へ毎日出荷されています。主な品種は「ウエルカム」種で、柔らかな歯ごたえと強い旨味が特徴です。今年度も全体で210トンの出荷量を見込んでおり、ちくま、ながの、みゆきブロックにわたるリレー出荷で10月頃まで続く見込みです。



朝収穫されながの総合集出荷所に持ち込まれたアスパラガス



蟹座 (6/22~7/22)

【全体運】会話の中から新たなプランが生まれてきそう。できるだけたくさんの人と触れ合うよう心がけて。趣味の集まりが吉
【健康運】運動不足に注意。ダンスなどで楽しく体を動かして 【幸運の食べ物】ココミ

女性部総会を開催

3月24日、令和7年度JANAの女性部通常総会が開催され、代議員58人が出席。7年度の活動報告および8年度の活動方針・計画について審議が行われ、提出された5議案はいずれも承認されました。役員改選では、部長に望月美知子さん、副部長に高橋直子さんが選任され、新体制がスタート。総会後は家の光協会の滝本匡志さんを講師に防災セミナーを開催し、暮らしに役立つ防災の大切さを学びました。



謝辞を述べる二ノ宮部長(右)

花もだんごも蔵開き旬の農産物を販売



JANAのブース

4月10日から12日にかけて、須坂市で「第17回花もだんごも蔵開き」が開催され、JANAのがが出店をしました。期間中は多くの来場者が訪れ、会場は終日にぎわいを見せました。JANAのがのブースでは、旬を迎えたいちごをはじめ、きのこセットやアスパラガスなどを販売しました。来場者は新鮮な農産物を手に取り、味や特徴を確かめながら買い物を楽しみ、様子が見られ、イベントを通じてJANAのがの農産物の魅力を伝える機会となりました。

地域のイベント

長野とみたけ春祭り初開催

4月5日、長野日本大学学園主催の「長野とみたけ春まつり」が富竹グラウンドで開催されました。スポーツに触れる機会を広げるとともに、地域の皆さんと力を合わせて交流を深め、まちのにぎわい創出につなげることを目的に、今回初めて行われたイベントです。会場では、陸上やサッカー、野球等の様々なステージが設けられ、元日本代表の有名選手らが講師として参加。子どもたちを中心に多くの来場者でにぎわいました。JANAのがのは、フルーツティーやりんごシヨクラ、アスパラやいちご、きのこの詰め合わせセットを販売し、地域と一体となった取り組みで地元農産物の魅力を発信しました。



野球ステージの様子

善光寺びんずる市



数々並ぶ出店ブース

4月11日、12日の2日間、長野市の善光寺周辺で「善光寺びんずる市」が開かれた。びんずる尊者の御縁日に合わせ毎月開催されている手づくり市で、今回で14周年を迎えました。境内や城山公園噴水広場などに、クラフト作品や農産物、菓子、飲食店など多彩な出展が並び、多くの来場者でにぎわいました。作り手と来場者が直接交流できるのも魅力で、春の善光寺に温かな縁が広がりました。



獅子座 (7/23~8/22)

【全体運】頭の痛い問題も起こりそうですが向き合って、逃げない姿勢が好展開をもたらします。動く前に情報収集を
【健康運】持久力アップの運動がお勧め。シェイプアップも◎ 【幸運の食べ物】ニンニク

活気

元気

女性部活動



ちくま地区は3月13日、通常総会を開催し26人が出席しました。総会後は、家の光協会の滝本さんを講師にした「家の光防災セミナー」で、非常時の対策を学習しました。また普段持ち歩くマイ防災ポットルに入れる必需品や便利グッズなど、災害に備えて準備しなければいけない大切な事も学びました。参加者は「さっそくマイ防災ポットルを作ろうと思う」「到着して対処できるように準備したい」と話しました。



ちくま地区 通常総会開催



▲家の光協会の説明を聞く出席者



みゆき地区 「健幸づくり出張講座」開催

栄支部は3月14日、支部総会後の記念事業として、村役場の保健師さんを講師にセラバンドを使った「健幸づくり出張講座」を開催しました。セラバンドはゴム製のトレーニング器具で、伸ばすことで、鍛えたい部位の筋肉を鍛えることができます。「ゆっくり伸ばして、ゆっくり戻す」でできる限り背筋を伸ばす」の運動を2〜10回行うことでケガ防止に繋がります。部員の中でも足腰が痛いという声が多く、運動を継続して健康で過ごしていこうと話しました。



▲講師の指導で運動する参加者



須高地区 女性部大会開催

須高地区は3月17日、女性部大会を開催し66人が参加しました。北信病院の花岡雅子さんを講師に「人生会議〜あなたの大切にしていることはなんですか〜」と題し、カードから自身の大切にしていることをいくつか選び、話し合いました。今後の希望や、もしもの時にどの様な医療ケアを望むかを考えました。また家族や大切な人に、もしもの時何を望むかを伝えておくことが大切と学びました。参加者は「今まで家族と話したことは無かったのですが、この講座で聞いたことを主人に伝えたい」と話しました。



▲講師の話聞く参加者



志賀高原地区 りんごタップリ焼肉のたれ作り

須賀川支部は4月9日、「焼肉のたれ作り」を行いました。今回は作業時間の短縮ということで、各自が家で材料を切って持ち寄りしました。春になり、柔らかくなったり少し傷んでしまったりりんごも無駄なく使い、人参・玉ねぎ等をすりおろし、調味料を入れて煮込み熱いうちに加工ビンに詰めます。りんごの品種や量によって「たれ」の甘味が違ってきますが、それも手作りの良いところです。りんごをたっぷり使った焼肉のたれは料理の隠し味として使ったり、おすそわけとしても大変喜ばれています。



▲協力して作業する部員

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

女性部ながの中部地区より

春キャベツたっぷり マヨメンチ



材料(4人分)

- ・キャベツ 1/3個(400g)
- ・タマネギ 1/2個(80g)
- ・牛豚合挽肉 200g
- ・小麦粉 適量
- ・溶き卵 2個
- ・パン粉 適量
- ・揚げ油 適量

- A
- ・マヨネーズ 大さじ2
 - ・卵 1個
 - ・パン粉 1/2カップ
 - ・粉チーズ 大さじ2
 - ・塩・コショウ 各少々

作り方

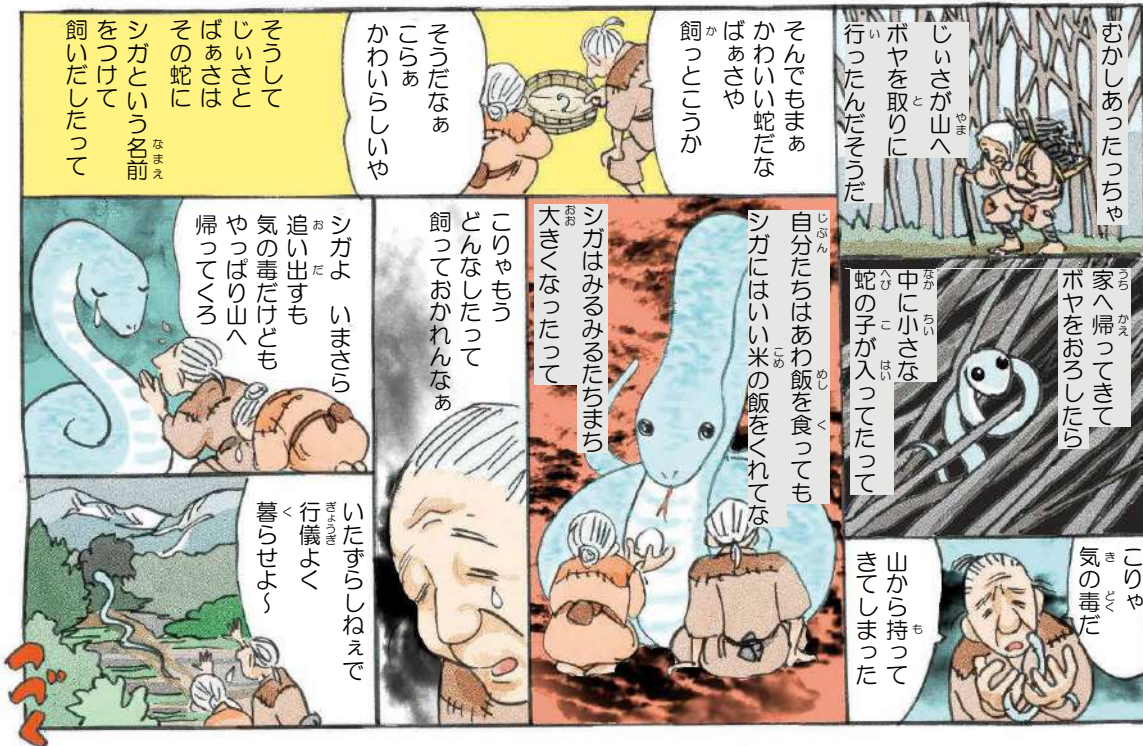
- ①キャベツと玉ねぎは千切りにし、塩小さじ1を振ってしんなりしたら水気をしっかり絞る
- ②合挽肉に(A)を加えてしっかりと練り混ぜ、①を加えてよく混ぜる
- ③②を8~10等分にして成形し、小麦粉、溶き卵、パン粉の順に適量をつける
- ④揚げ油を170℃に熱し、③を入れてときどき返しながらか4~5分かけて中まで火を通しカリッと揚げる
- ⑤揚げ上がったメンチカツに春野菜などを添えれば完成

歴史発見!

おらほの民話

「蛇の恩返し①」発祥地域：山ノ内町

(第32話)



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

こばやし
ひろみち



乙女座 (8/23~9/22)

【全体運】好調運。セミナー参加や旅行など見聞が広がる行動にツキがあります。注目を浴びるので周囲の目も意識して
【健康運】血行を良くして凝りやむくみを遠ざけましょう 【幸運の食べ物】新ゴボウ

農産物輸出における日本に不利な「非対称性」をどう解消するか

東京大学大学院 教授 鈴木宣弘

わが国の農産物輸出額は2025年に前年比1割強増加しても目標額には届かなかっただけでなく、その大半は加工食品で、原材料が輸入農産物の場合も多く、「水増し」の側面がある。また、米国をはじめ他国は「実質的輸出補助金」で国家戦略的に輸出振興している。こうした「非対称性」に対処しないと掛け声だけでは輸出は増えないのだ。

■水増しの農産物輸出額

2025年の農産物の輸出額が1割強増えて1.7兆円になったが、政府目標額の2兆円には及ばなかった。しかも、内訳を見てみると、農産物の生鮮品というのは4,900億円で、加工食品が5,700億円、水産物が4,200億円ということで、水産物は真珠なども含めて、もともと輸出が多いが、今回一番力を入れようとしている農産物について、一番金額の大きい加工食品というのは、実はその原材料の非常に多くが輸入の農産物なのだ(山田優氏の一連の記事参照)。

だから、この数字自体が相当に「水増し」されているということで、「増産して輸出すればいい」という議論が勇ましく行われているが、そう簡単にはできないということを私たちは押さえなくてはならない。

コメについても、もっと増産して1,700万トン作って1,000万トンぐらい輸出すればいいとか机上の空論を言う人がいるが、そんなことが簡単にできるのなら、誰も苦勞はしない。

日本のコメの値段は国際相場よりかなり高いし、世界のコメ貿易の主流は長粒種のインディカ米でジャポニカ米(短粒種)の市場はわずかなシェアしかない。おにぎりの需要が増えているのは確かに追い風としても、1,000万トン規模のコメを日本が輸出できるというのが、いかに非現実的な話かということだ。



■補助金漬け輸出の強み

他国の農産物の輸出というのは補助金漬けだ。米国の穀物などは、コメもその他の穀物も、安い国際相場の水準で売っても、農家には再生産価格との差額が全額払われる。だから農家は所得が保障されて、どんどん増産できて、安く売って海外市場を広げている。巨額の実質的な輸出補助金が支払われている。

欧州も、穀物などの販売価格は安くコスト割れだが、多額の補助金が出されて、コストの払いきれていない分を支払って残りが所得になる。安く売って海外を含む市場拡大が可能になる。日本には、このような消費者が安く買って農家には所得を補償する政策が欠如している。

さらに、米国は牛肉とか果物も日本でも一生懸命販売促進していて、スーパーマーケットなどでも米国の農産物の試食会とか盛んにやっているが、あのお金はどこから出ているのか。

それは、米国の農家の皆さんが拠出しているお金が半分。それに対して同額を連邦政府が負担している。米国の農産物輸出促進の費用のうち半額は補助になっているわけだ。

政府がそこまでやって輸出を振興しているのが世界の当たり前だから、日本は掛け声だけで何もやっていないに等しい。ただでさえ高い日本の農産物を補助金なしで売っていくということがいかに大変なことか。これを踏まえないと、「輸出がばら色だ」という議論はできない。

■「米国から牛肉を20万トン以上輸入し、日本からの輸出は200トン+α」の不公平

日本から米国に輸出できる牛肉の低関税枠は200トンしかないのに対して、米国側から日本が輸入している牛肉の量は20数万トンで、実質無制限である。

その他に6万5,000トンぐらいの「複数国枠」といって、ブラジルやEUや日本らが、そこから自分の国の分として米国に輸出できる分を取ることができることになっているが、イギリスを優先して、そのうち1万3,000トンはイギリス枠にすると最近発表され、日本が取れる分が減ったといわれる。

そもそもの問題はそんなレベルじゃない。200トンしか独自枠がなく、さらに5万トンの複数国枠をみんな分けてとしても、日本は20万トン以上米国から輸入している。

輸入が増え過ぎたら制限をかける「セーフガード」も、増えた分だけ基準輸入量を増やすというザルになっていて、実質、無制限だ。

しかも、日本からの牛肉輸出が200トンを超えたら、26.4%の関税がかかるのに、日本が米国から輸入する牛肉の関税を日本は最終的に9%まで下げるという約束をした。前回の第1次トランプ政権のときに、今回と同じように、自動車の25%の関税で脅されて、「何でもやります、許して下さい」ということで、牛肉と豚肉の関税の大幅削減を行った。

さらに、トランプ氏との最初の約束では、26.4%の関税は15年目に撤廃することに、200トンの枠も15年目に撤廃することになっていたのを反故にされたのだ。米国は日本に対して、量的にも関税についても制限をなくすという約束をしていたのに、それを反故にされて、その結果、200トンしかない基礎枠と、イギリスに取られて5万トンしかない複数国枠をどう分けるか、という議論になっていて、関税も26.4%のまま。反対に、日本は米国から、今後9%関税で、牛肉輸入を20万トン、30万トンと無制限に増やしていかなくてはならない。

この非対称性、いかに日本が虐げられているかということだ。こういう状況を考えると、日本が「農産物の輸出を増やす」と言っても、非常に不利な条件をのまされて、そんな簡単にはできないこともよく認識して、これをどう解決するかという根本的な議論をしなければならない非常に大きな問題なのである。



天秤座 (9/23~10/23)

【全体運】後回しになっていたことを一気に片付けてしましましょう。心配事をなくせば運気がアップ! 旅行は遠出がお勧め

【健康運】すり傷やかぶれに気を付けて。虫よけ対策を 【幸運の食べ物】キクラゲ

夏野菜の収量UPには、定植後1カ月でどれだけ樹を大きくするかが重要です。今回は、初期管理のポイントを紹介します。



ながの中部営農経済センター
高橋 卓也

① 定植初期の被覆

定植直後は地温・気温ともに低く、定植後1カ月～1カ月半ほど被覆をすることで初期生育が良くなります。パオパオや寒冷紗、肥料袋（あんどん仕立て）等を活用して暖かくしてあげましょう。

※肥料袋を用いる際は、透明や薄い茶色の袋などがオススメです。黒は光の透過性が悪いので避ける、黄、赤、青などは虫をひきつけやすいのでオススメしません。

② 虫の対策

・ウリハムシ

キュウリなどのウリ科の植物につきやすく5月頃より食害が発生し、最悪の場合苗の枯死に至ります。定植時に粒剤散布をし、発生が確認された場合は早急に防除しましょう。

・テントウムシダマシ

ピーマンやトマトなどのナス科植物を食害するが、ジャガイモに最も被害が大きく網目状の食痕を残します。発生が確認された場合は早急に防除しましょう。

・アブラムシ（モザイク病）

アブラムシの吸汁により葉が萎れたり果実が奇形になります。また、ウイルス病（モザイク病）を媒介させることがあり、発生すると著しく収量を落とします。5月～6月、9月頃に大量発生することが多いので、定植時の粒剤散布と定期的な防除を実施しましょう。

③ 水くれ

暑い日が続き、雨が少ないと作物は水不足になります。苗が枯死するだけでなく、きゅうりは曲がり果が増え、ピーマンやトマトでは尻腐れ果の原因にもなります。定植から1週間ほどは根の発根を促すため水をあげすぎないようにしましょう。根付いたら、適宜水くれを行うようにしましょう。

・ナス、キュウリ、ピーマン

乾燥に弱く、たくさんの水を欲します。晴れて暑い日が続くようでしたら、1株当たり2ℓほどの水を毎日くれるようにしましょう。

・ミニトマト、トマト、レタス、ブロッコリー

乾燥に強く、ミニトマトやトマトは株が枯れない程度に水を与えることで甘味が増します。土の乾燥具合を確認し、表面が乾いたら水くれをするようにしましょう。

④ 栄養成長、生殖成長

栄養成長とは、自分の体（茎葉）を作ることです。キャベツや大根、ジャガイモなどは栄養成長期に収穫する作物です。一方で生殖成長は、子孫を残すため花や果実を作ることです。スイートコーンやブロッコリーなどは生殖成長期に収穫する作物です。また、キュウリやナス、カボチャなどは、栄養成長と生殖成長が同時に発生する作物です。

窒素や灌水が多いと栄養成長に偏り、少ないと生殖成長に偏る傾向があります。成長パターンと特徴を理解し管理に活かして収量UPを目指しましょう。



蠍座（10/24～11/22）

【全体運】気になることが多く右往左往しがち。落ち着いて効率良く動くよう心がけましょう。人の手を借りることも考えて

【健康運】サプリや薬は飲み過ぎないように。用法・用量が大事 【幸運の食べ物】ルッコラ

次代を担う！ 輝く若手生産者

技術を学び単収UPを目指して

趣味や楽しみ
趣味は筋トレです。農作業のためにも体力向上、メンタル強化に努めています。

これから挑戦したいこと
継続して基本的な技術を学び、それを活かして栽培・収穫することで生産性を高め単収を増やしていきたいと思っています。

力を入れていること
周りの方からいろいろと教えてもらいながら学び、基本を忘れないように心がけています。

就農のきっかけ
父が先代から引き継いで栽培していましたが、昨年末に他界してしまいました。農業に興味があったのと父の後ろ姿に憧れ、昨年の6月に引き継いで就農しました。

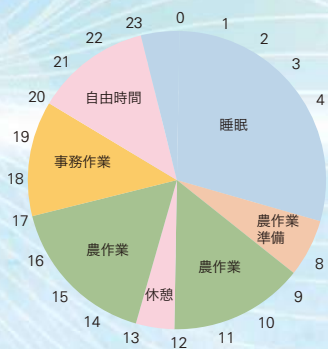
生産物
小梅(20a)
・シャインマスカット(10a)は3年目

母と親戚の手伝、アルバイトにも入ってもらい作業しています。



信州新町竹房

あおき しゅんすけ
青木 峻介さん(34)



令和7年選果の様子



圃場の様子



射手座 (11/23~12/21)

【全体運】先を急がず腰を据えて。安全策で回り道した方が早くゴールできます。丁寧な作業は好感度も上げてくれます
【健康運】筋力アップなど少しハードなトレーニングもOK 【幸運の食べ物】ニラ



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。

歌を歌うのが好き、職場ののど自慢大会によく出ていました。特に氷川きよさんの白雲の城が好きでよく歌っています。
日帰り温泉も、楽しみのひとつ。
主に、きゅうりの栽培が中心ですが、季節の野菜を栽培して出荷しています。



● 元気の秘訣はありますか？

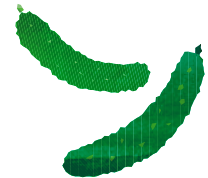
毎朝起床する際、腹筋を20～30回するのが日課です。
毎日、畑に出て農作業をすることも、元気の秘訣です。

● 今後の目標・やりたいことは何ですか？

100歳まで生きることが目標



長野市
わたなべ あきお
渡辺 明男さん



「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。

中学校で美術を教えて来ました。退職時には、地元の新聞に「写真と俳句」のコラボを投稿したところ入選し、興味を持ちました。
ですが、句作については、短歌は31文字、俳句は季語が入ること、川柳はユーモア・風刺などに富むこと位しか知りませんでした。有名な歌人の句や季語を調べ考えることで句作を続け、新聞や雑誌に投稿を続けてきました。

● 元気の秘訣はありますか？

昨年、一昨年に2回転倒し、腰椎・胸椎を圧迫骨折しました。無理ができないので、家の周りで猫の額ほどの畑で家庭菜園を楽しみ、新鮮な野菜を食べ、何とか健康で過ごせばと思っています。



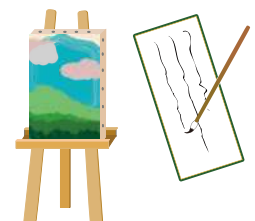
テレビで紹介された「写真と俳句」

● 今後の目標・やりたいことは何ですか？

年齢と共に気力が薄れ、朝の起床時も何か辛くなって来ましたが、先のように短時間でも日々句作に努め、自らを励まし、健康で一日でも長く生きたいと、この頃強く思っています。



下高井郡木島平村
こうの りゅういち
幸野 隆一さん



山羊座 (12/22～1/19)

【全体運】ドキリとするようなことも丸く収まります。ポジティブ思考でいきましょう。遊びに行くのは大賛成。華やかな場所が吉
【健康運】気にし過ぎは禁物。胃に優しいものを食べて 【幸運の食べ物】さんしょう

ここらでいっぷく



事務理
典美
山崎
みゆきブロック

「生成AI」が予想する
「農協の将来」

生成AIがブームになって
いる。その火付け役とされる
のが対話型生成AIのサービ
ス(提供会社によってサービ
ス名は異なる。チャットGP
Tなど)だ。私、最近、それ
ハマっている。

疑問や知りたいこと、アド
バイス、ほとんど何でも対話
の中で解決してくれる。対話
を続ければさらにさらに、テ
ーマを深掘りしてくれる。若い
人は、それがどうした、毎日
使ってる。と言うかもしれな
いけれど、その凄さを知った
私は、驚きの連続だ。

そこで農協の未来の姿はど
うなっているか、成らざるを
得ないか、対話型生成AIに
尋ねてみた。回答の要点は以
下(★印以下)のとおり。

★およそ十年後JAは……
これまでのような「農家・組合
員の組織」の枠を超え、日本の

食料安全保障と地方インフラ
を担う「公的な性格を帯びた
多機能組織」へと変貌する。地
域農業では、個人の零細農家
は激減し大規模農業者や農業
法人に集約される。後継者が
いない地域では、農協が直接
経営するJA出資型法人「J
A農場」が一般化する。信用・
共済事業は、人口減少により
村部では、現在の店舗網の維
持が難しく市町村施設などへ
の併設型カウンターが金融窓
口になる。決済や事務処理等
はデジタル化がさらに進むこ
ととなり、食料安全保障では、
JA全農を中心に、食糧備蓄
など「準公的機関」としての性
格が強まる……

対話型生成AIは、概ね以
上のように予想していた。

つまり十年後のJAは、こ
れまでの「農協」という枠を超
え「食料生産の管理組織」・「地
方で暮らす人々の生活基盤」
を運用する社会的企業へと進
化しているはず、と言う。

十年後の「JAながの」ど
うなっているだろう。

(本稿は、グーグル社が提供す
るGeminiの予測を記述
した)

病院だより 私たちは、利用者を取り巻く関係者との 「中心点」として動きます

南長野医療センター新町病院
居宅介護支援事業所
介護支援専門員

倉石 真登

病院ホームページ
はこちらから



自宅での生活で介護が必要な状態になった場合、市役所で介護保険申請を行い介護認定を受けることが出来ます。要介護者が今まで積み重ねてきた暮らしや糧を土台に、自宅で自立をした生活ができるように介護保険サービスの支援を受けることが出来ます。また、一緒に暮らす介護者の負担軽減を図る手段にもなります。自宅に訪問し、利用者やご家族のお話を傾聴し、体調や生活の様子を観ながら必要な介護保険サービスの提案調整を行い、ケアプランを作成していくことが主な業務です。

1. 仕事の全体像(ケアマネジメントの流れ)

ケアマネジャーは、主に以下の「PDCAサイクル」
を回して、利用者の生活を支えます。



2. 主な3つの役割

- ①相談の窓口: 介護の悩みを聞き要介護認定の申請代行など、複雑な手続きのサポートを行う。
- ②チームの司令塔: 医師、看護師、ヘルパー、自治体など、多職種が連携できるような情報の共有を行う。
- ③給付の管理: 利用者が受けた介護サービスの費用を計算し、適切に保険が適用されるよう事務処理を行う。



私たち新町病院の居宅介護支援事業所は、地域で暮らす介護が必要な利用者の代弁者を担っています。



水瓶座 (1/20~2/18)

【全体運】停滞モードは次第に回復。下旬は勢いがあります。目立たず準備を進めて一気に打って出しましょう。めりはりが大切
【健康運】パズルやクイズで脳トレを。認知症予防にも 【幸運の食べ物】クレソン

川柳の部

小宮山正雄 選

○特選

春一の嫌われ者は花粉症

選評：文明病と言われる花粉症、鼻はムズムズ目は涙目でクシャミ連発、本当に困ったものです。

幸野 隆一 木島平村

○佳作

あの世まで届くスマホがほしい今
ちっぽけなプライド有りて口荒ぶ
痛み分け元気に長寿漕いで行く
亡き妻の落書き和ごむ我が日記
二度寝して時間追われる夢を見る

外谷 千恵子 飯綱町
柄沢 満則 坂城町
広岡 光子 長野市
竹井 克美 野沢温泉村
島田 敏子 栄村
(敬称略)

○軸吟 靴ひもを固く結んで挑む山

俳句の部

丸山晶子 選

○特選

春風や菜園にぎはふ日曜日

選評：一家総出の家庭菜園だろうか、それともたくさんの方が集まる市民農園か。それぞれの思惑でいろいろなものが植えられていく。春風に収穫の期待が高まる。

高木 のりえ 長野市

○佳作

秋の腕弾む菜園芋を植ふ
春北風今日のサロンはお茶会です
父母遺影明かり柔らかか春障子
春一の落味嗜食し傘寿越え
太陽と話しをしてる露の臺
階段を水運ばるる花見小屋

田中 延子 長野市
小林 紀子 飯綱町
松本 宏要 長野市
幸野 隆一 木島平村
広岡 光子 長野市
晶子
(敬称略)

短歌の部

高野 等 選

○特選

福寿草風に花びら揺れるさま見つめて湧けり穏やかな幸

選評：福寿草に穏やかな幸に「日々是好日」ですね。

飛田 一子 千曲市

○佳作

今頃は冬と春とのせめぎ合い桜花爛漫嗚呼名残り雪
列島もオラの畑も水不足畝玉葱に土埃立つ
保育士さんお雛様に似飾り化粧園児と一緒に「祭り歌」歌い
裸木のりんごの肌はかさかさ新陳代謝で新旧入れ替り
碁盤目の畔見え始め斑雪風冷たくも春の温もり

久保田 貞夫 飯山市
柄沢 満則 坂城町
幸野 隆一 木島平村
柳澤 隆 千曲市
大沼 瑞紀 飯山市
(敬称略)

卯月入る午後雨降る庭の椿花咲き始め朝夕観賞

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 5月20日(水)必着

※選考作品は7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)

●未発表に限りません。

●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】良好運ですが後半は乱れがち。正確さが必要なことは早めに済ませてしまいましょう。前半は旅行も楽しめます

【健康運】新鮮な野菜や果物をたくさん食べてパワーアップ 【幸運の食べ物】ナツミカン



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。

最

近の気温の寒暖差には体がついていきません。年寄りには気をつけると言われますが、どうしようもなく、そんな時は畑に行つて草取りをしています。今年の農作物はまたどうなるやら今から心配です。

(千曲市 寺澤さん)



我

我家に十数年前に植えた花桃が咲いて、赤、白、ピンクと色々な色でとてもにぎやかです。通りすがりの人も足を止めて写真を撮影している方も見かけます。癒されています。近所の方とお花見しましょうか。

(長野市 西沢さん)



木

高平村役場近くのパティスリーレーヴさん。夢のようなケーキに心ワクワクしました。心の栄養・目の保養。幸せです。

(千曲市 杉木さん)



そ

ろそろ農作業の準備をしなければ……。そう思いながらまだコタツから出られません。年のせいかな？

(山ノ内町 田中さん)



頭

の体操のつもりで毎月楽しみにしています。JAのとり肉とても美味しいです。

(千曲市 塚田さん)



ビ

ベッドの表紙が一番好きです。四季が一番感じられ、春が来たり夏になったり、心にパツと花が咲きます。ありがとうという気持ちになります。

(長野市 広岡さん)



病

院だよりの認知症の予防の記事が大変参考になりました。むずかしい事ではないのですが、毎日続けるという事は努力がいりますね。

(千曲市 西野入さん)



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 5月20日(水)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。

6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	6	8	16	19
ア	ブ	ラ	ナ	エ
2	サイ	ク	サイ	フ
リ	9	セ	11	17
	7	カイ	14	ヨ
3	キ	ミ	13	シ
4	ハ	ナ	ミ	15
5	ツ	リ	12	ヤ
			18	リ
			20	ナ
				ゲ

解答 A B C D E
ハ ナ フ ブ キ

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

- 女性同士のきょうだい
- トーシューズをはいて踊ります
- 風呂場でお湯をためるところ
- 太古から人間に飼われている動物
- 表の反対側
- 端午の節句に——餅を食べた
- 日本三大祭りのひとつ、——祭。東京で5月におこなわれます
- ベース、アット——
- 釣り人がじっと見るもの
- 川を渡るためにかけます
- そろそろ行かないと! タイム——だよ
- Sが小ならMは
- 5月4日は——の日。国民の祝日です

ヨコのカギ

- 端午の節句に風呂の湯へ入れます
- 変わると寝つけない人もいます
- 岩の多い海岸のこと
- 現在の元号です
- アルファベットの14番目
- 安、実、宝に共通の部首
- 漢字では羊歯などと書く植物
- 車のこと。——ナビ
- つくね、ハツ、砂肝といえぱ
- キャッチャーともいいます
- ゴルフクラブの種類のひとつ
- 童謡「ぶんぶんぶん」で飛ぶもの
- ウサギのものは長め

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

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 「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 ・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

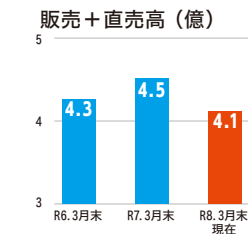
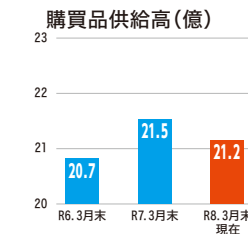
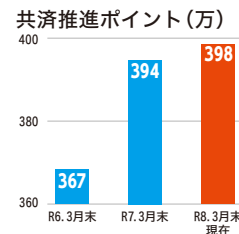
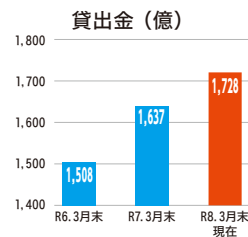
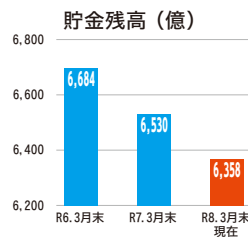
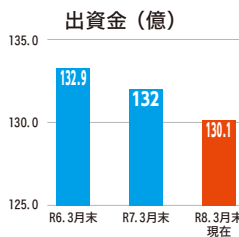
0120-258-931

0120-063-931



私たちのJA(令和8年3月末現在)

組合員数	63,817人
(正組合員)	27,150人
(准組合員)	36,667人
出資金	130億1,592万円
貯金	6,358億4,783万円
貸出金	1,728億5,879万円
共済推進ポイント	3,985,201
購買品供給高	21億2,337万円
販売品販売高	2億9,534万円
直売事業高	1億1,454万円



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

- 5月12日(火) 須坂支所
- 5月20日(水) 野沢温泉支所
- 5月23日(土) 西山支所
- 6月2日(火) 志賀高原支所
- 6月10日(水) 木島平支所
- 6月17日(水) 坂城支所
- 6月24日(水) ちくま殖生支所・常盤支所
- 6月27日(土) 長野平南支所

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11回理事会で次の事項が検討されました。

日時 令和8年3月27日(金)

- 協議事項** (1)令和7年度2月末決算結果について
(2)剰余金処分案(素案)について

決議事項

- 第1号議案 税効果調整積立金の取り崩しに関する件について
- 第2号議案 農業振興開発積立金の取り崩しに関する件について
- 第3号議案 固定資産減損積立金の取り崩しに関する件について
- 第4号議案 理事会推薦役員候補者の決定に関する件について
- 第5号議案 職制規程(機構図)の変更に関する件について
- 第6号議案 宅地等供給事業実施規程の廃止に関する件について
- 第7号議案 第35回通常総代会の開催に関する件について
- 第8号議案 JAバンク自己改革実践サイクルに基づく農業アクションプランの策定に関する件について
- 第9号議案 大口貸出案件に関する件について
- 第10号議案 預託家畜の貸与額の決定に関する件について

報告事項

- ① 令和7年度みのり監査法人期末監査I結果について
- ② 令和7年度第4四半期内部監査報告について
- ③ 令和7年度内部監査業務活動報告について
- ④ 令和7年度内部監査品質評価結果について
- ⑤ 令和7年度第4四半期苦情対応報告について
- ⑥ 令和7年度コンプライアンス・プログラム実践状況報告(下期)について
- ⑦ JAバンクの内部管理態勢構築にかかる指針の変更について
- ⑧ 不祥事再発防止策の取組状況について
- ⑨ 役員推薦委員の報告について
- ⑩ 組合員加入及び脱退の状況について
- ⑪ 組合員懇談会の主な意見について
- ⑫ 令和7年度第4四半期余裕金運用状況について
- ⑬ 「JAバンク基本方針」の変更について
- ⑭ 子会社の事業報告・財務報告について
- ⑮ 長野興農株式会社 取締役変更について
- ⑯ 令和8年度農業振興開発助成並びに営農経営支援対策事業について
- ⑰ 部門別連携情報紹介活動(取り組み結果)について
- ⑱ その他

訂正とお詫び

広報誌 Vivid2026年4月号4ページ掲載の「組合員懇談会 Q&A」における鳥獣対策助成についての記載に誤りがありました。表記の電気柵については、助成の対象外となります。

関係者および読者の皆さまにご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。

正しくは、

「5a以上を対象に、JA 推奨の鳥避けラインを含むネットのみを助成(施工費、諸経費、付帯資材は除く)。助成割合は20%以内」

となります。

ここに訂正するとともに、お詫び申し上げます。

★はいちやく★ 配置薬 劇場

～あって良かった置き薬～

クミアイ家庭薬

ドラッグストアが近くになくて、薬をなかなか買いに行けないなあ…

一人暮らしだから、体調が悪くなくても自分で薬を買いに行けないかも…

万が一に備えて、防災グッズとして救急用品も置いておきたいわね…

皆様のお悩みは全て「クミアイ家庭薬」が解決♪ 中身のお薬はお客様にとって必要なセットにカスタマイズできますよ!



協同薬品工業株式会社
長野市川中島町今里三ツ俣32-3 長野営業所

お問い合わせ先 平日 9時～17時
TEL (026)286-7554

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・マンション	1K アパート	3.4	込み	2ヶ月	スーパー・コンビニ近く 買い物に便利
			1台2,000円	なし	
中越2	1K アパート	3.7	2,000円	2ヶ月	パストイレ別、洗面独立
			1台3,000円	なし	
高田	2DK アパート	4.9	1,000円	2ヶ月	人気の高田エリア
			1台2,000円	なし	
三輪5	3DK アパート	5.5	込み	2ヶ月	城東小・柳町中近く
			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	
北堀	3DK 戸建	6.0	込み	2ヶ月	広めの駐車場、エアコン2台
			込み	なし	
桐原2	1LDK 戸建	6.5	込み	2ヶ月	北長野駅まで徒歩約8分
			込み	なし	
平林1	5LDK マンション	8.0	込み	2ヶ月	眺望の良い最上階
			1台2,500円	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

JAながのグループ **ジェイエイながのサービス** 株式会社

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
☎0120-735-482

買賃 ☎026-256-8882 売賃 ☎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

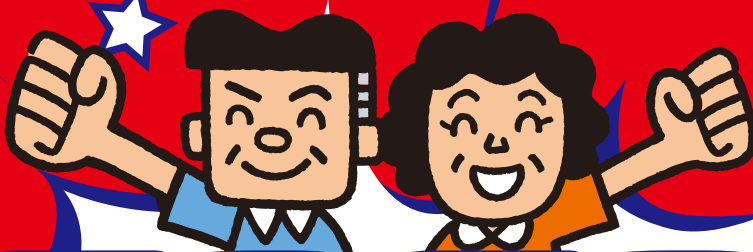
■JAホールいづな
飯綱町大字普光寺937
☎0120-210-983

「次のステップをしっかりと応援！」

退職金・相続資金限定

セカンドライフ応援

定期貯金



GOGO

ゴーゴー人生

人生

ご契約された方

店頭表示金利

年 **+0.35%**

上乗せ

ご契約に加え、年金予約・年金受給・給与振込の
いずれかをご契約された方

店頭表示金利

年 **+0.55%**

上乗せ

お預入期間

1年

お預入金額

300万円以上

- 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。
- 詳しくはお近くのJA金融窓口へお問い合わせください。(長野県信連では取扱いしておりません。)



長野県JAバンク
ホームページ
「GOGO人生」
についてはこちら

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

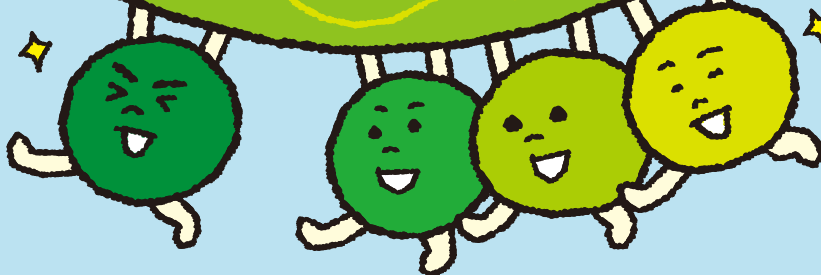
詳しくは、
お近くの金融店舗へ
お問い合わせ下さい。

契約時に17歳以下のお子様を扶養されている個人の方対象

コツコツママに、大きく育て!

子育て応援
積立定期&定期貯金

JAのまめのき



コツコツ預けて、しっかり育てる。

積立定期

1

ご契約で

年**0.2%**

金利上乗せ!

2

①に加え、
対象取引が1つある場合

年**0.3%**

金利上乗せ!

3

①に加え、
対象取引が2つ以上ある場合

年**0.5%**

金利上乗せ!

※金利上乗せ利率は最大年0.5%です。



まとめて預けて、じっくり育てる。

定期貯金

1

ご契約で

年**0.2%**

金利上乗せ!

2

①に加え、
対象取引が1つある場合

年**0.25%**

金利上乗せ!

3

①に加え、
対象取引が2つ以上ある場合

年**0.3%**

金利上乗せ!

※金利上乗せ利率は最大年0.3%です。

●店頭表示金利に上乗せいたします。●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。●長野県信連では取扱っておりません。



長野県JAバンク
ホームページ
「JAのまめのき」
についてはこちら

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

詳しくは、
お近くの金融店舗へ
お問い合わせ下さい。