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
「じぇえ～ながまる®」

2026.8
vol.120



合併10周年に向けた記念事業スタート（2.3ページに詳細掲載）

今月の表紙

第34回ビビッド写真コンテスト新人賞「向日葵咲く棚田」
滝沢豊満さん　撮影場所：千曲市姨捨

CONTENTS

合併10周年記念事業詳細 …… 2～3
地域の話題 …… 4～7
おらほの民話 …… 7
女性部活動／レシピ …… 8
農政情報 …… 9
営農情報 …… 10
生産者紹介 …… 11
おらほのお元気さん …… 12
ここらでいっぷく／病院だより …… 13
文壇 …… 14
お便りコーナー／クロスワード …… 15
今月のお知らせ …… 16～20

採用公式
インスタグラム
はじめました！

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

JAながの公式
インスタグラム
JA_NAGANO

JAながの合併10周年記念事業

ながまるっと 感謝、10周年

～ ありがとうの気持ちを、かたちに ～

北信5JAが合併してから
本年9月1日で満10年を迎えることとなりました。
これまで支えていただきました組合員・地域の皆様へ
感謝の気持ち込めまして記念企画をご用意しました。

10周年記念事業・企画の概要

正組合員の皆さま





- 10周年記念帽子の配布
- 記念誌の配布

正組合員へ10周年の感謝を形として進呈いたします。

※写真はイメージです。

来所者・来場者の皆さま



- 支所・センター来所の皆さまへ
  花の配布（9月1日）
- Vivid祭ご来場の皆さまへ
  買い物かごの配布



※写真はイメージです。

記念品としてトルコギキョウと買い物かごを進呈いたします。

組合員・地域の皆さまへ

- 標語コンテストの開催
- エピソードの募集

企画管理部	女性部企画（予定）
金融部	❶金利上乗せ定期貯金　❷年金大感謝デー「落語会」
共済部	相続漫才ショー（予定）
営農部	❶青年部販売会　❷チップソー特価販売
経済部	❶SS揮発油特売　❷灯油特売

予告

10周年記念事業
特設サイト
を開設いたします。

新情報・募集企画等の
ご案内をいたします。

10周年記念 標語コンテスト・エピソード募集

標語コンテスト

【 テーマ 】

- 農作業事故ゼロ
- JAながの農産物

【 募集期間 】9月～10月（応募締切順次）

優秀賞に選出された標語は、農作業事故防止の啓発や、JAながの産農産物の消費拡大に向けた取組みの一環として直売所やAコープなどで活用させていただきます。

【 小学生の部 】入選者へ
Nintendo Switch または 図書カードプレゼント

【 一 般 の 部 】入選者へ
JAながの管内農産物プレゼント

標語応募 こちらから ▶

エピソード募集

【 テーマ 】

- 私とJA
- 農業との思い出

あなたの思い出を募集します

【 募集期間 】10月～11月

ご応募いただいた内容は、特設サイト、Vivid誌、記念誌等で紹介させていただく場合があります。

抽選で
温泉宿ペア宿泊券プレゼント！
（10組20名）

エピソード応募 こちらから ▶

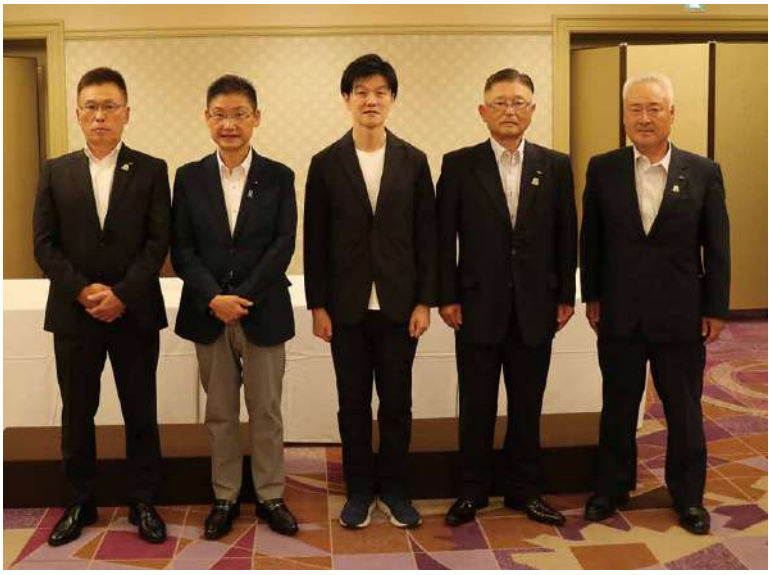
10周年記念スケジュール（令和8年9月1日～令和9年2月28日）

	2026年 9月	10月	11月	12月	2027年 1月	2月
記念品	支所・センター来所の皆さまへ花の配布	Vivid祭で買い物かご配布 →	帽子配布			記念誌の発刊
Vivid祭		各ブロックで順次開催 →				
参加型企画	標語コンテスト募集開始	標語コンテスト締切・審査		標語コンテスト抽選・結果発表		
		エピソード募集開始	抽選応募締切		エピソード紹介	
各部企画	●金利上乗せ定期貯金 ●灯油特売	●青年部販売会 ●チップソー特価販売	●年金大感謝デー「桂宮治落語会」 ●SS揮発油特売	女性部企画（予定）	相続漫才ショー（予定）	

9/1～9/30の期間中、各職員がポロシャツを着用して業務を行います。

JAが農林水産大臣に支援を要請

JA長野県グループは12日、長野市で行われた農政懇談会で鈴木憲和農林水産大臣に中東情勢への万全な対応などを緊急要請しました。要請書には①中東情勢による生産資材高騰に対する支援、②飲食料品の消費税減税にかかる農業者への支援、③主食用米の需給安定と水田活用の直接支払交付金の見直し、④持続可能な食肉処理体制の確保を盛り込みました。冒頭以外は非公開で行われましたが、JAながのからは小林組合長、徳竹副組合長、小林常務が出席し、国への支援の充実を求めました。



左から徳竹副組合長、若林衆議院議員、鈴木農林水産大臣、小林組合長、小林常務

ズッキーニの出荷最盛期へ向け規格確認

ズッキーニの出荷最盛期を前に、ちくまそ菜部会は7月1日、千曲市管内の圃場で栽培セミナーと目揃い会を開きました。生産者10人が参加し、実物を手に取りながら出荷規格や選別基準、箱詰め時の荷姿を確認しました。会では大きさや色、傷の有無などの確認点を共有し、収穫期間中の整枝管理や追肥、病害虫防除についても学びました。



担当技術員が説明する様子

お盆用コギク出荷へ目揃い会

7月13日、ながの総合集出荷所で、お盆用の量販向けコギク出荷目揃い会を開きました。ながの・須高・ちくまの3ブロックから生産者30人が参加し、ベテラン生産者向けと新規生産者向けの2部制で実施しました。金子貴之技術員が収穫時期、束ね方、箱詰めを実物で説明し、質問にも答えました。「目標30万本。畑に残さず収穫しましょう」と呼び掛け、7月20日からの出荷に備えました。



目標を呼びかける金子技術員

実習と見学でトルコギキョウ栽培を学ぶ

JAながのはJAグリーン長野、長野農業農村支援センターと共催し、7月3日と10日にトルコギキョウセミナー第8回、第9回を開催しました。3日は長野県農業大学校の温室ハウスで受講生16人が芽欠き作業を実施し、JAグリーン長野の笠井技術員から作業方法や管理のポイントを学びました。10日は受講生17人が安曇野市三郷で開かれた見学会に参加し、新品種や環境制御資材を見学しました。参加者は栽培管理や品種選定に役立つ情報を収集しました。



説明を真剣に聞く参加者

牡羊座（3/21～4/19）
【全体運】夏ならではのレジャーを楽しむと運気がアップ。人の和を大切に。出会いが日々を豊かにします。旅行が吉
【健康運】体調の変化に敏感に対処して。外出時には帽子を　【幸運の食べ物】エダマメ

志賀高原Bハウスぶどう初出荷

志賀高原ぶどう部会は7月8日、加温ハウス栽培の種なし巨峰を初出荷しました。今年のぶどうは、着色や粒張りが良く、房全体の仕上がりも良好で、高品質な出来となっています。初出荷では、3人の部会員から150ケースのぶどうが持ち込まれ、東京・大阪方面と県内の各市場へ出荷されました。市場関係者からも高い評価を受けています。

今後は、シャインマスカット、クイーンルージュ®と続けて初出荷を迎える予定です。7月末から8月初旬にかけて出荷のピークを迎える見込みで、同部会では品質管理を徹底しながら、消費者に安心して味わってもらえる高品質なぶどうの出荷に努めていきます。



初出荷をむかえた種無し巨峰

豊作祈願

7月9日、長野市の戸隠神社中社で豊作祈願祭を開きました。JA役職員や生産部会長、JA連合会関係者らが参列し、神楽の舞に続いて小林武郎組合長、生産部会の代表者、JA連合会が玉串を奉奠しました。参列者は、管内農畜産物の豊作と生産者の安全、天災のない一年を祈りました。小林組合長は「高温や降雹、資材高騰など課題は多いですが、天災被害の軽減と農作業安全、農家所得の増大につながるよう努めてまいります」と話しました。



神楽を拝観する参列者

種子純度確保へ異品種抜取作業を実施

6月、瑞穂採取組合の採取圃場において、水稲品種『にじのきらめき』の異品種抜取作業を実施しました。同圃場は昨年まで他品種を採取していたため、混入防止を目的に実施したものです。対象面積は3.4ヘクタールで、組合員、県農政部、北信農業農村支援センター、全農長野、JAながの水稲技術員、みゆき営農経済センター職員ら51人が参加しました。今後の種子純度確保につなげます。



抜取の様子

田んぼを巡り課題解決 水稲青空教室を開催

ながのブロックでは6月16日から7月11日にかけて、水稲青空教室を88会場で開催し、491人が参加しました。参加者とともに田んぼを巡回し、水稲の生育状況を確認しながら、中干しの時期や中干し後の水管理、病害虫防除などについて指導しました。田んぼごとの課題や栽培管理の悩み事にも対応し、主力品種の安定生産と品質向上に向けた今後の管理方法を共有しました。



田んぼの前での説明

牡牛座（4/20~5/20）
【全体運】スムーズに物事が進まないとき。あえてペースダウンをしてゆっくり進めればミスを減らせます。下旬は上昇運
【健康運】喉に痛みを感じたら早めにケアを。喉あめが◎　【幸運の食べ物】葉ショウガ

「ちくまあんずフェア×うまいもん展」開催
～千曲のあんずの魅力を発信～

6月28日、千曲市役所とことぶきアリーナ千曲で「ちくまあんずフェア×うまいもん展」が開かれ、多くの来場者でにぎわいました。旬の生あんず販売には長い列ができ、ジャムやジュース、スイーツなども並びました。JAながのは、あんずの供給を通じて協力。来場者は千曲市特産のあんずや各地の味覚を楽しみ、地域農産物の魅力にふれました。



売り場の様子

集荷所見学で野菜の流通学ぶ

7月7日、飯山市立城北小学校の児童43人は、みゆき野菜花き集荷所で社会科見学を実施しました。児童は施設内を見学しながら、野菜の集出荷の流れや施設の役割について学びました。見学ではクイズ形式による説明も行われ、農産物が消費者へ届くまでの仕組みへの理解を深めました。担当者は「施設を見学しながら野菜の出荷について楽しみながら学べたと思う」と話しました。現在、みゆきブロック管内ではズッキーニの出荷が最盛期を迎え、日量4，000ケース（1ケース2キロ）が持ち込まれています。昨年は28万6，000キロを出荷し、本年は30万ケースの出荷を見込んでいます。


クイズをしながら楽しく見学

笑顔で競うマレットゴルフ大会

6月18日、須坂市緑地公園つつじコースで須高ブロック年金受給者会マレットゴルフ大会を開催しました。須坂市、小布施町、高山村の年金受給者12人が参加し、18ホールのストロークプレーで競いました。主催者は「日頃の練習成果を発揮できたようでよかった」と話し、真剣なプレーのなかでも笑顔が溢れる大会になりました。優勝は68打の山上久子さんで、上位3人には10月開催予定の県大会への出場権が与えられます。


緊張の一打

みゆき元気カップ開催 徳間ブルーベアーズ優勝

JAでは子どもたちの健全育成と交流を深めることを目的にスポーツ大会の支援を行っています。6月27日、28日に飯山市の長峰運動公園でみゆき野少年野球連盟主催の「第25回みゆき元気カップ少年野球大会」が開催され、徳間ブルーベアーズが優勝しました。管内の少年野球チーム5チームが出場し、熱い試合が繰り広げられました。優勝した徳間ブルーベアーズに同ブロックの山崎筆頭理事が優勝杯を手渡し、激励しました。



集中して打席に立つ選手

朝市で地域を盛り上げる

ＪＡながの吉田支所とうえまつ農産物直売所は7月12日、長野市坂中地区で開催されている朝市に出店し、Ａ・コープマーク品や旬の農産物を販売しました。地元農家が丹精込めて育てた新鮮な野菜や花、加工品などが並び、開店前から多くの買い物客が列を作りました。来店客には、りんごジュースと坂中大豆で作った豆菓子がプレゼントされ、訪れた人たちは買い物を楽しみながら地域の味覚を味わいました。同支所と同直売所は、地元農産物の魅力を発信するとともに、生産者と消費者をつなぐ場として朝市を盛り上げました。坂中朝市は11月までの毎週日曜日、午前7時30分から開催しています。



地元産の野菜を求める買い物客

信州新町でSUPはいかがでしょうか

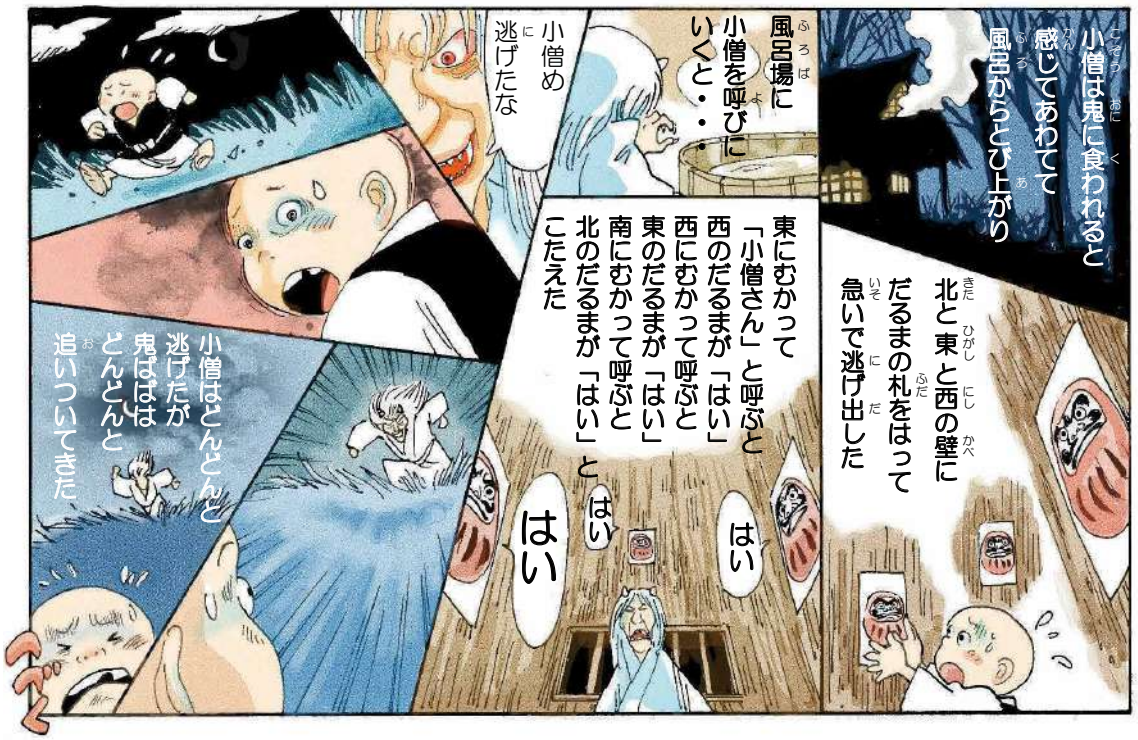
5月のゴールデンウィークから10月下旬にかけて、信州新町地域のほぼ中央を流れる犀川では、水上アクティビティが盛んに行われています。犀川！ろうかく湖の穏やかな湖面では、SUP（スタンドアップパドルボードの略称）やカヤックなどを体験できます。特にSUPでは、水面を散歩するように進みながら、巨大岩や水上トンネル、久米路峡の自然景観など、水上からでしか見られない絶景を楽しめます。まだ暑さの残る季節ですが、ろうかく湖の美しい景色の中で、非日常のひとときを満喫してみてはいかがでしょうか。



SUP

歴史発見！ おらほの民話

「小僧と鬼ばば②」発祥地域：鬼無里村



（第35話）

こばやし ひろみち

蟹座（6/22～7/22）

【全体運】ハプニング要素もありますが冷静に対処すればOK。困ったときは周囲の意見も参考に。おいしい物にツキあり
【健康運】日差しへの対策は入念に。UVカットのアイテムが◎ 【幸運の食べ物】大葉

活気 元気 女性部活動

みゆき地区 大人の修学旅行in富山

みゆき地区は6月13日、42人が参加して富山への視察研修旅行を開催しました。JAなのはなでは農産物直売所の説明を聞き、特産物の買い物、女性部が所有しているキッチンカーも見学できました。海鮮丼を食べて、ます寿司や富山の薬売りの漢方の買い物も楽しみ大満足の一日になりました。



▲チューリップ四季彩館で記念撮影

ながの西部地区 営農講習会開催

西山支部は6月18日、部員11人が参加して「暑さに負けない農業を学ぶ」営農講習会を初めて開催し、猛暑下での秋野菜の種まきのポイントや発芽を安定させるコツについて学びました。説明を聞いた部員は「年々暑さが増していて種蒔きの時期が難しくなっているけれど、今日話を聞いてこれからの野菜づくりに期待が持てた」と意欲を見せました。



▲技術員の説明を聞く部員

ちくま地区 班長研修会開催

ちくま地区は、7月17日、班長41人が参加して研修会を開催しました。「日常生活でできる肩こり・腰痛予防」と題して松代総合病院の講師から、家庭で気軽にできるストレッチ体操を学びました。講師の説明と実演に合わせて全員で体験し、参加者は「家で実践したい」「わかりやすくて良かった」と話しました。



▲続けてやりたいストレッチ

ながの中部地区 ほん和かセミナー「伝統食作り」

吉田支部は6月16日、笹ずしやたけのこ汁、やたらなど、北信地域に伝わる5品の伝統食作りに挑戦しました。いずれも普段から各家庭で作られている料理ですが、保存が効くものや手に入りやすい食材を使ったものなど、地域の特徴を生かした料理の由来を改めて学ぶことができました。



▲次代に伝えていきたい伝統食

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

志賀高原地区須賀川支部より

暑い夏におすすめ

ちょっとピリ辛「グリーンカレー」



材料(4人分)

鶏もも肉	300g	グリーンカレーペースト	50g
なす	2本	ココナッツミルク	400g
ピーマン(緑)	2個	水	300ml
赤ピーマン	1/2個	ナンプラー	大さじ1
黄ピーマン	1/2個	砂糖	大さじ1
細切りタケノコ(水煮)	100g	鶏がらスープの素(顆粒)	小さじ1
サラダ油	大さじ2		

作り方

❶鶏肉と野菜は食べやすい大きさに切る
❷フライパンにサラダ油をひき鶏肉となすを炒める
❸鶏肉に火が通ったら残りの野菜も加え火を通す。
❹グリーンカレーペーストを加え全体になじませながら炒める。
❺ココナッツミルク・水・ナンプラー・砂糖・鶏がらスープの素を加えひと煮立ちさせる。

ポイント
カレーペーストやココナッツミルク・ナンプラーはスーパーで購入できます。

獅子座（7/23~8/22）
【全体運】好調運に恵まれパワフル。周囲への気遣いが称賛の的に。新しいことを始めてみると周囲の協力も得られます
【健康運】夜は早めに就寝を。良く眠れる枕を探してみて　【幸運の食べ物】イチジク

食料システム法の実効性

東京大学大学院 教授 鈴木宣弘

今年４月、農産物の生産コストを小売価格に適正に反映させることをめざした食料システム法が施行された。価格転嫁がしづらいためにコスト高を売り値に上乗せできずに赤字に苦しんできた農家。食料システム法によって助かるかというと、残念ながら、期待は薄い。なぜなのか。経緯を振り返ってみよう。

■食料システム法は努力義務

このたび施行された食料システム法という法律は、農家の生産コストが上がったら、その分を流通段階別に価格転嫁して、小売価格まで反映していくことを促進するために作られた法律である。

これによって、今、価格転嫁が難しいと苦労している農家の皆さんのコスト高を、きちんと反映して合理的な価格に引き上げることができるのかということだが、残念ながらこれは難しいというのが現実かと思う。

この法律に期待している生産者も多くいるが、そもそも、この法律は努力義務である。強制力がない。価格交渉をちゃんとやって、コストが上がった分を反映するように、みんなきちんと頑張ろうねということを義務化している、つまり、それは努力することを義務にしているわけで、コストの上がった分だけちゃんと価格を上げることは義務にはしていない。そこがある意味ミソなのだ。



■基本法改定の目玉として打ち出してしまった

なぜこんなことになったかというと、この法律が出てきた背景として、2024年に25年ぶりに食料・農業・農村基本法が改定されたとき、ウクライナ紛争などの影響で農家の生産コストがどんどん上がっていたことが挙げられる。肥料も2倍、飼料も2倍などといった状況の中で、農家のコストをなんとか価格に反映していかないとやっていけないという議論になった。

そのタイミングで持ち出されたのが、フランスのエガリムⅡ法という法律だ。この法律は、生産者のコストが上がったときに、それを価格に反映していくことを強制できる法律だというふうに日本ではちょっと勘違いされた。確かにフランスのエガリムⅡ法は、農家のコストを反映していくように要請するという形で作られているが、フランスまで行って調べてみたら、やはり上がったコストを小売段階まで全部反映することを強制することは簡単にはできないということがわかった。

特に日本は小売の力が強いから、そんな簡単にできるわけがないということはすぐにわかったけれども、当初、政府の関係者もフランスのエガリムⅡ法と同じような法律を作れば日本も価格転嫁が強制できるというふうに錯覚してしまって、基本法の改定の目玉として価格転嫁を強制する仕組みを作るということを挙げてしまったのである。

■上げた旗をどう降ろすか

上げてしまった旗をどう降ろすか。その着地点として、生産者や流通業界の皆さんの協議会を作って、そこで生産コストなどをしっかり調べて、それに基づいて価格形成について交渉する場を作る方向性が検討されたようである。食料システム法は、それを具体化するためにできた法律だ。そのため、価格転嫁の努力を促すが、強制力はないという中途半端な仕組みになってしまった。

ただ、今回コメについては農林水産省が関与する枠組みにおいてコスト指標が公表されており、1～3ヘクタール規模の稲作農家が生産の大部分を占めるという前提のもと、その規模の農家の生産コストとして、生産者段階で60キロあたり2万円強とする試算が示されている。これが政府の備蓄米入札の予定価格にも活用される見込みなので、それが、次に2026年産米のＪＡの概算金や民間業者の仕入れ米価に反映される可能性がある。

非常に高値で仕入れた2025年産米の在庫が積み上がっている中、新米の価格があまりに低くなったら、在庫がはけなくなるので、業界としてもコスト指標をうまく活用して値崩れを抑制したいという思惑が働いている可能性がある。このようにコスト指標をどう活用するかによって、食料システム法の一定の役割が見えてくるかと思う。



■そもそも価格転嫁では解決できない

しかし、生産者段階で60キロあたり2万円の米価だと、小売価格が5キロで3,000円くらいになるので、5キロで2,500円ぐらいじゃないと無理だと言っている消費者からすると高すぎるという苦情が出る。だから、価格転嫁が本当に行われたら消費者は買えないというジレンマに陥る。

また、酪農では、生産者団体とメーカーとの乳価交渉である程度の価格転嫁はすでに実現している。しかし、これ以上、価格転嫁をできたとしても、消費者があまりにも高い牛乳は買えなくなってくる。

だから、すべてを市場の当事者間の価格転嫁に委ねるのではなくて、大切なのは、農家にとっての適正価格と消費者にとっての適正価格のギャップを埋めるような差額補填をして、生産者と消費者の双方を助ける、これを政府がやるべきなのだが、それはやりたくない、金がもったいないということで絶対に出さないと言っている。そして、結局、民間で頑張って話し合ってやってみてねという形で、政府は責任を放棄して民間に任せてしまっているということだ。

これが基本的な構図であって、一番の諸悪の根源は、農業に対して相変わらずの緊縮財政でお金を出さない、この縛りが一番大きな問題だということ。ここを忘れてはいけないと思う。

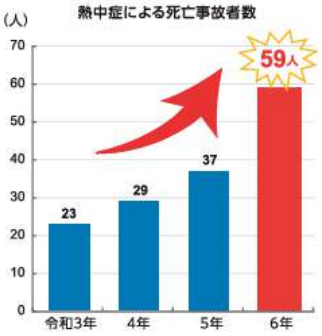


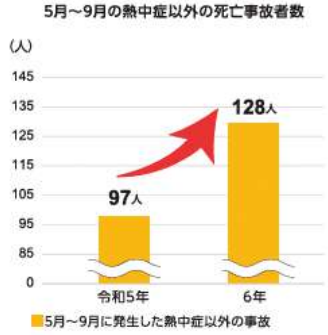
乙女座（8/23～9/22）
【全体運】安定運ですが思い悩むことが多そう。気分転換は大切。外出や趣味の時間を多めに取ってリフレッシュを
【健康運】不調は解消へ。考え過ぎないのが良いようです　【幸運の食べ物】レタス

農作業における熱中症対策

夏季の農作業中の死亡事故が急増しています

○近年、農作業中の熱中症等による死亡者が増加しています。
○また、高温による疲れなどが事故発生に影響しています。







須高営農センター
技術員　大塚　幸永

農業は一人作業が多く、熱中症になった際に自分では症状を自覚しにくいことから、熱中症が重篤化しやすい傾向にあります。また高温の日は疲れ等により、高所から転落する等の事故が起きやすいので注意が必要です。

暑さ指数を調べて、明日の農作業計画を考えよう!!

暑さ指数とは熱中症リスクを判断するため、気温・湿度・輻射熱（日差し・照り返し）の３要素を組み合わせて計算された指標です。暑さ指数が高ければ高いほど、熱中症になりやすくなります。暑さ指数に応じて作業の内容を変更（日向作業→日陰作業）、作業時間帯の見直し（日中→朝夕の時間帯）、休憩や給水回数を増やす対策を行ってください。
※暑さ指数は環境省HPで調べることができます。暑さ指数33に達すると、熱中症警戒アラートが発表されます。

日頃から熱中症に備えよう

少しでもおかしいと思ったら、無理せず休むことが重要です！
また救急セット（経口補水液や冷却グッズ、水等一式準備）を備えましょう！

日常の健康管理に注意

熱中症は、前日等の飲酒、朝食の未摂取等による、睡眠不足、体調不良が強く影響します。疾患の治療中の人も注意が必要です。夏は、前日の飲酒は控えめに、ぐっすり眠ることを心がけましょう。
定期的な休憩は、効果的です。また、休憩時に排尿の色で脱水症状を見分けることもできます。右図は尿のカラーチャートです。

暑熱順化で、熱中症の抵抗性を高めよう

暑熱順化とは、体が徐々に暑さに慣れ、熱中症に強くなる適応のことです。数日かけて発汗や体温調節が整うため、急には身につきません。暑さに慣れるまでは無理をせず、こまめな休憩・水分補給・日陰の活用を心がけてください。


暑熱順化には数日から数週間かかる。



ぐっすり眠る

夏は寝苦しくて、睡眠時間が短くなりやすい。



仕事前日の飲酒は控えめに

飲みすぎた翌日は、アルコールの利尿作用で脱水症状になる。

熱中症の予備軍「隠れ脱水症」の見つけ方

尿の色でセルフチェック

- いい感じです。普段通りに水分をとりましょう。
- 問題はありませんが、もう少し給水しましょう（コップ1杯程度）。
- 1時間以内に約250mlの水分をとりましょう。屋外、あるいは発汗していれば500mlの水分をとりましょう。
- 今すぐ250mlの水分をとりましょう。屋外、あるいは発汗していれば500mlの水分をとりましょう。
- 今すぐ1000mlの水分をとりましょう。この色より濃い、あるいは赤／茶色が混じっているときは、脱水症状以外の問題が考えられます。すぐに病院に行きましょう。

身体の水分量が不足

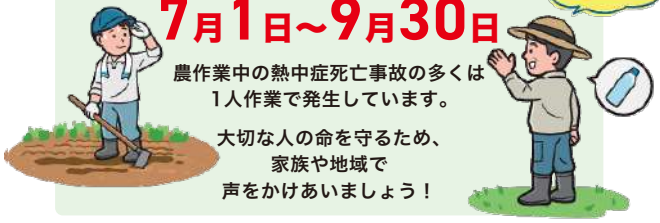
厚生労働省　熱中症の予備軍「隠れ脱水症」の見つけ方より

熱中症等対策声かけ期間

ー キャッチフレーズ ー
“いのちをうばう、夏のひとり作業”
7月1日～9月30日

農作業中の熱中症死亡事故の多くは
1人作業で発生しています。

大切な人の命を守るため、
家族や地域で
声をかけあいましょう！



■環境省「熱中症予防情報サイト」

お住まいの地域の
暑さ指数は
こちらから確認できます！
http://www.wbgt.env.go.jp/wbgt_data.php

お住まいの地域の
暑さ指数を毎朝メールで
お届けすることもできます！
http://www.wbgt.env.go.jp/mail_service.php

（出典：農林水産省令和８年度農作業熱中症対策関係情報集）

天秤座（9/23～10/23）
【全体運】コミュニケーション運が活発に。うれしい申し出も多そうです。誘いはできるだけ参加を。触れ合いの中で得る物も
【健康運】体調を崩しがちかも。無理せず休憩を入れて　【幸運の食べ物】オクラ



次代を担う！輝く若手生産者

ぶどうも我が子のように…
ぶどう作りも子育ても日々奮闘中!!



須坂市

境　賢光（さかい　けんこう）さん(31)

大学卒業後2年間ぶどう農家のもとで研修を積み、その後新規就農。現場で経験を重ねながら技術を磨き、２０２４年に法人化しました。

生産物

ぶどう　加温（ビニールハウス）20ａ
露地・シャインマスカット：60ａ
・クイーンルージュ®：45ａ
・ナガノパープル：10ａ

就農のきっかけ

家業を継いだのがきっかけ。ぶどうは1年1作でもあり、収穫までに年数がかかる作物であることから「早いうちから始めることが重要であり、その方が面白い」と考えたことが大きな理由です。

力を入れていること

毎年安定した品質で安定量出荷できるよう栽培技術の向上に注力。昨年の降雹など、気象条件の変化などにより栽培環境が厳しくなる中、ハウスの活用や貯蔵の工夫によってリスク分散を図り、長期出荷を見据えた経営に取り組んでいます。

これから挑戦したいこと

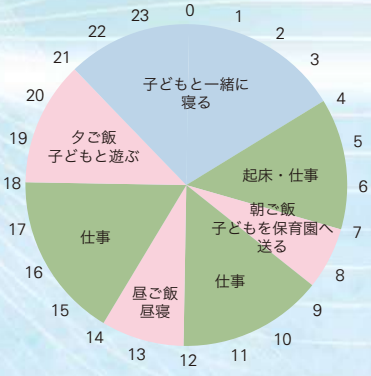
資本力を高めていく
設備投資





趣味や楽しみ

子育てです。2児（2歳と0歳）仕事も子育ても奮闘中。夏はぶどうを育てて、冬は子どもを育てる。季節に応じたメリハリのある生活を送っています。



蠍座（10/24～11/22）
【全体運】大変ですが助けてくれる人も多いとき。下旬には挽回可能なので力を蓄え時間を稼ぎましょう。映画、美術鑑賞が吉
【健康運】運動の機会を増やすと体も心も健康に近づきます　【幸運の食べ物】梨

おらほのお元気さん

●趣味 / 生きがいは何ですか？

ガーデニングが趣味で、七福神という多肉植物や色々な花を育てています。朝夕の水やりは暑い日が続くと大変ですが、土に触れ、植物の成長を見守る時間は、日々の忙しさを忘れさせてくれます。家庭菜園も好きで、なすやキュウリ、ミニトマトといった夏野菜や坊ちゃんかぼちゃを育てています。手をかけた分だけ美しく咲いたり実ったりする喜びがあり、小さな変化に感動します。





飯山市
池田（いけだ） 暢子（ちょうこ） さん

●元気の秘訣はありますか？

週に４回、旗立ての役割を兼ねて町内や近所の方と一緒にラジオ体操をしています。もう一つは毎日のヨーグルト習慣です。オブセ牛乳のヨーグルトをもう40年近く飲んでいます。体を動かし腸内環境を整えることで、健康を維持しています。

●今後の目標 / やりたいことはありますか？

無理をせず、自分の体調を大切にしながら、元気なうちは働きたいと思っています。色々な仕事を経験し、今はシルバー人材で清掃の仕事をしています。体を動かすことができ、日々の生活にも張り合いやメリハリを与えてくれます。





「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 / 生きがいは何ですか？

以前、観光案内所を経営していた経験をもつので、現在も趣味と生きがいを兼ねて、外国人観光客との交流を楽しんでいます。山ノ内町は海外からのお客さんが多く訪れることから、散策している観光客を見かけると、自ら英語で声をかけます。自己紹介で「もうすぐ100歳です」と伝えると、皆さん驚きながらも笑顔になり道案内したり記念撮影をすることもあります。また農家出身なので、自宅前の畑で野菜作りしています。必要なのは「土づくり」と話し、堆肥や土の状態に気を配りながら丹精込めて育てています。



山ノ内町
東（ひがし） 宣雄（のぶお） さん

●8月で100歳になる東さんの元気の秘訣はなんですか？



毎日の食生活と適度な運動です。特に胃腸の健康を大切にしており、ヨーグルトは毎食必ず食べています。また「腹八分目」を心掛け、食べすぎないように注意しています。毎日の散歩も習慣の一つです。規則正しい生活と健康的な食習慣が大事ですね。

●今後の目標 / やりたいことはありますか？

健康で長生きしながら、多くの人との出会いを大切にしたいのと、もっと英語が上手になって、外国の方とたくさん話せるようになりたいです。



射手座（11/23~12/21）
【全体運】上昇運。困難な状況を成功に導くチャンスですから果敢にチャレンジを。過程で得る物も多いはず。下旬は慎重に
【健康運】不注意によるけがにご用心。疲れたら適宜休憩を　【幸運の食べ物】トウガン

ここらでいっぷく

水無月も過ぎて思うこと



副組合長
徳竹　栄一

程なく6月が過ぎ、令和8年もあと半年となりました。女性初の総理大臣が誕生し、何かが変わるのではないかと期待したのもつかの間、アメリカのベネズエラへの急襲から始まり、イランへの攻撃により世界情勢は一変しました。原油価格が高騰し、農業資材をはじめ食料品や生活物資は、円安も重なって上がり続けています。私たちは、こんなにも石油に頼っていたのかと、つくづく思い知らされました。7月1日には新採用職員の辞令交付式が開催され、24名の職員に辞令が交付されました。緊張の中、一人一人が辞令を受け取っている姿を見て、「若いっていいな。自分にもこんな時があったな……」と思ったのは、同席した他の役員も同じだったのではないでしょうか。今後は、各ブロックに配属され、組合員と直に接することになります。一日も早く組合員との信頼関係を築けるよう、初心を忘れることなく、若い発想と行動力に期待したいと思います。

少子高齢化、人手不足、物価の上昇、円安・金利上昇・DX・AI・耕作放棄など、私たちを取り巻く課題は多岐にわたっています。このように変化の激しい時代だからこそ、組織としての一体感や信頼関係がより重要であると考えています。組合員・職員とのコミュニケーションを大切にしながら、課題に向き合っていきたいと思います。



病院だより

夏バテに負けない体づくり

JA長野厚生連
南長野医療センター新町病院
作業療法士
野沢 祐二

病院ホームページはこちらから

夏バテが心配になる季節です。夏バテは高温多湿、冷房による冷え、などによって**自律神経のバランスが崩れること**が原因で起こる慢性的な体調不良です。症状は**疲れやすさ、食欲不振**など様々で、数日から数週間かけて徐々に現れます。対策として、**規則正しい生活、十分な休息、温かい食事や軽い運動**など、生活習慣の改善が基本となります 。皆さんの夏バテ対策はどのようなものがありますか？今回は改めて夏バテ対策をご紹介したいと思います。

おすすめは有酸素運動

涼しい時間帯であれば屋外での低負荷有酸素運動、ウォーキングがおすすめです。気温が高い時間帯は空調が効いた屋内で行うようにしましょう。

屋内の有酸素運動のおすすめ3つをご紹介します。

①足ふみ運動



椅子に座った状態で、交互に足踏みを行います。可能であれば、太ももはなるべく高く上げましょう。また腕振りも同時に行えるとより運動効果が得られます。最初は30秒ほどから始めて、1分、2分と延長してみましょう。

②ステップ運動



段差を使った上下運動で心拍をあげて、下半身の筋力強化も期待できます。自宅の階段、踏み台等で行うことが出来ます。片足上げる動作が不安な方は手すりなどの支持物を使用しましょう。

初めは短い時間や回数から始めて、慣れてきたら徐々に時間、回数を増やしてみましょう。

③ニートゥエルボー



膝と肘を交互に近づける動作です。椅子に座り実施するとよいでしょう。

急に腰をねじることで脇や腰が痛くなる可能性がありますので、徐々に膝と肘を近づけていくようにしましょう。

運動終わりには深呼吸やストレッチなどクールダウンを行うようにしましょう。
運動は無理のない範囲から始めることが重要です。自身に合うよう調整して行い夏バテに負けない体づくりを実践してみましょう！

山羊座（12/22~1/19）
【全体運】運勢は山あり谷あり。順調に進んでいたことに問題が出そうですが、解決方法も見つかります。落ち着いて対処を
【健康運】汗はしっかり拭き取って。あせもやかぶれに注意　【幸運の食べ物】ツルムラサキ

文壇

川柳の部　小宮山正雄 選

○特選

リハビリに励む私の夏帽子　坂口　美智子　千曲市

選評…リハビリも暑くなると日中は厳しい夏帽子の出番ですね。よくまとまりました

○佳作

そうだねと間の手入れて波立てず　広岡　光子　長野市

熊ワナの隣の畑の緊張感　稲玉　弘　千曲市

踏まれても折れずに野花咲く強さ　宮坂　昭子　千曲市

絶間なく湧き出す湯こそ村癒す　竹井　克美　野沢温泉村

宅配の背に労いの言葉掛け　飛田　一子　千曲市

（敬称略）

○軸吟　バランスを考えメニューに四苦八苦

俳句の部　丸山晶子 選

○特選

宇宙からの落し文ありレタス畑　大沼　瑞紀　飯山市

選評…宇宙という大自然と足元のレタス畑、さらに小さな落し文、視点が変わることによって句に奥行きが出ました。どんなメッセージが届いたでしょうか。

○佳作

涼風やいつもの朝をつづけたし　小林　紀子　飯綱町

新緑や補聴器うれし講演会　飛田　一子　千曲市

薫風を入れて始める授業かな　田中　重実　長野市

山寺の鐘のひとつや藤村忌　伊東　宣和　飯山市

後ろ結びきりりと嫁の実梅捥ぐ　松本　宏要　長野市

（敬称略）

どの坂も海へ落ちたる青嵐　晶子

短歌の部　高野 等 選

○特選

すずめの子若葉の間を見え隠れ小首ふりふるカクレンボチュンチュン　林　和子　坂城町

選評…雀の子の活動は忙しい。チュンチュン。

○佳作

賑やかな蛙の合唱田に命宿って生活稚苗とともに　幸野　隆一　木島平村

苔生して傾き立ちぬ石標左越後路右善光寺　久保田　貞夫　飯山市

杉木立に驟雨鎮もり光射せばひかりの中で小鳥さえづる　飛田　一子　千曲市

日本政府『殺傷能力高き武器輸出』　読み返す二度、三度　小林　紀子　飯綱町

路地の先ドクダミ花の夕影に白絨毯の幻を見た　大沼　瑞紀　飯山市

（敬称略）

真夏日の今夏初めての昼寝する一時間にて休憩なりし　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 **8月21日(金)必着**

※選考作品は10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。

水瓶座（1/20～2/18）

【全体運】ハプニング運ですが想定外のうれしい出会いも。ポジティブ思考でいきましょう。良いことに巡り合えるはず

【健康運】遊びでも疲れることが。何事も適度に行いましょう　【幸運の食べ物】パプリカ

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。

JAに夏野菜が出荷されるようになって買い物が楽しみになりました。時期のくだものがこれからどんどん出てくるのも待ち遠しいです。（長野市　名取さん）



今年はうちの梅が豊作で梅漬けを沢山作りました。今は毎日1粒ずつ食べています。夏バテ予防にいいと思います。（山ノ内町　小松さん）



Vividを読んでいると、時々知り合いが載っています。写真付きの時はなおさら「あ！…」と、なんだかとても身近に感じうれしくなります。同級生を見るとワ～変わってないなぁ～なんて一人で盛り上がってます。（千曲市　古川さん）



野菜はかけないとうまく育たないが、草は何もしなくても勝手に育っていて大変です。（長野市　田中さん）



今年になってミントが気になり、いただいたものや家に植わっていたものを合わせて7種類ほど集まりました。虫よけ効果を期待していますがどうなるでしょう？少なくともミントの香りで癒されていることは確実です。（長野市　上石さん）



毎日夏野菜がたくさん採れています。私はナスとピーマンの油みそ炒めが大好きです。亡くなった実家の母の味を思い出します。とても美味しかったです。（飯山市　藤澤さん）



畑作業は朝涼しいうちにと心がけても、昨今は朝から気温が高く湿気がある日が多いです。昭和30～40年代にラジオ体操に出かけた頃の信州の朝は本当に涼しかった記憶があります。そんな心地よさは思い出の中だけになったこの暑さに、塩飴、扇風機、水筒などなど、対策グッズをしこたま用意して外仕事に出ます。（千曲市　稲玉さん）



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　8月21日（金）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。

9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ナB	8バ	タ	■	16ヒ	19ゴ
2マ	ツ	リ	■	13オ	コ	ゼE
ゴ	■	9ス	10ナ	■	17ウ	ン
■	7タ	タ	ミA	14ジ	キ	■
3ウ	シ	■	11ダ	ン	■	20キ
4カD	ザ	ン	■	15セ	18セ	リ
5イ	ン	■	12ス	イ	ミC	ン

解答　A ミ　B ナ　C ミ　D カ　E ゼ

応募締め切り
8月21日（金）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!!

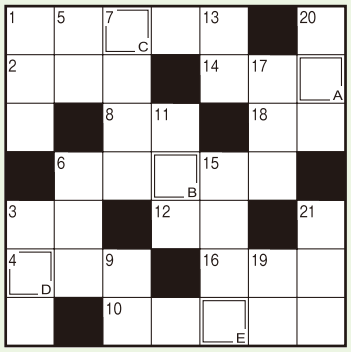
タテのカギ

1　飛行機が飛び立つこと
3　田んぼでゲロゲロ鳴きます
5　土地の広さをあらわす単位のひとつ
6　シャワシャワと蝉――が降り注ぐ
7　パールともいいます
9　ヒヨコのための栄養が豊富な部分
11　小銭入れに入れます
13　ブイもこの仲間
15　北海道と青森を結ぶ――トンネル
17　野球の出場メンバーのこと
19　金づちで打ち込みます
20　嘘から出た――
21　盆――、阿波――

ヨコのカギ

1　令和8年は8月7日。暦の上ではもう秋です
2　髪に結わえるもの
3　タンスや机などのこと
4　――ギターは電気信号で音を奏でます
6　8月15日は――記念日。平和を祈念します
8　初対面の人に――紹介をした
10　ハンバーグに入れるタマネギの切り方
12　多くは殻を持つ生き物。実はウミウシもこの仲間
14　炒った大豆をひいたもの
16　分度器で測ります
18　納豆が引くもの

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

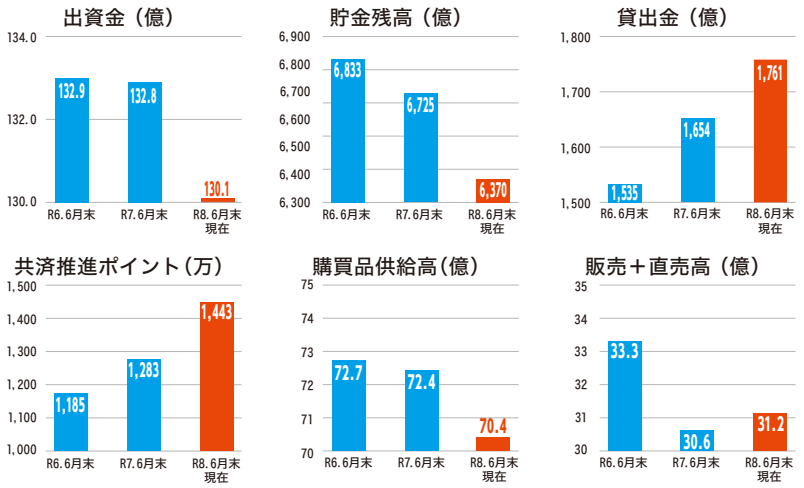
85
380-0936
長野市大字中御所字岡田131-14
JAながの「Vividクイズ」係

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

魚座（2/19～3/20）
【全体運】情報は最新かどうかをよく確認。勘違いに気付くことがありそう。無理せず様子を見るという選択肢を忘れずに
【健康運】良い治療法が見つかりやすいとき。小まめに受診を　【幸運の食べ物】ブドウ

私たちのJA（令和8年6月末現在）

組合員数	64,217人
（正組合員）	27,101人
（准組合員）	37,116人
出資金	130億1,592万円
貯金	6,369億5,661万円
貸出金	1,761億4,063万円
共済推進ポイント	14,431,765
購買品供給高	70億4,525万円
販売品販売高	25億5,847万円
直売事業高	5億7,028万円



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

9月　8日（火）　須坂支所・夜間瀬店
9月　9日（水）　飯山支所・ちくま埴生支所
9月10日（木）　古牧支所
9月16日（水）　八幡支所
9月17日（木）　芹田支所

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2回理事会で次の事項が検討されました。

日時　令和8年6月25日（木）

協議事項　(1)令和8年度5月末「第1四半期」決算結果について

決議事項

第1号議案　令和7年度ディスクロージャー誌に関する件について

報告事項

①令和8年度第1四半期内部監査報告について
②令和8年度第1四半期苦情等対応報告について
③不祥事再発防止策の取組状況について
④令和8年度余裕金運用状況（第1四半期）及び第2四半期余裕金運用計画について
⑤JAバンク基本方針に基づく「経営状況に関する事項の報告」について
⑥子会社の第1四半期事業状況について
⑦JA営農・経済事業の成長・効率化プログラムについて
⑧その他

台風対策していますか？

強風によりビニールや畑の表面を覆うマルチ、看板が飛来すると電柱や電線に引っかかり、停電の原因となりますので、台風接近前の対策にご協力をお願いします。

① マルチやビニールシートは飛ばないように対策してください。
② 不要なビニール・マルチ等は片づけましょう。
③ 老朽化した看板は撤去しましょう。
④ 台風時期の前に、ハウスや管理小屋の補修を終えましょう。
⑤ ロープ・シートによる固定や早めの撤去でハウスのビニールの飛散を防ぎましょう。

更に便利に！
停電情報お知らせサービス（無料アプリ）

○登録地域の停電情報をプッシュ通知でおしらせ！
○停電地域を地図で表示
さらに発雷情報や台風情報も確認可能
○避難施設の検索とルート検索が可能な「防災マップ」も搭載

アプリはこちらからダウンロード
Google Play QR コード
App Store QR コード

中部電力パワーグリッド（株）ネットワークコールセンター☎0120-985-232/24時間承ります。

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- **0120-258-931**
JA共済サポートセンター -フリーダイヤル- **0120-063-931**

組合員の皆様へ
2026
春 Spring 夏 Summer
JA全農Aコープ株式会社

熱中症・紫外線対策におすすめ!
炎天下でも10度も涼しい(無帽比較)
涼かちゃん
素材:ダイオミラー(遮光率 約80%)

涼かちゃんの涼しさの秘密!
対策1 光をはね返す ダイオミラー + 対策2 風通しが良い = 対策3 炎天下で10℃も涼しい!
UVカットだけじゃなく、風通しが良いから涼しいんだ
涼かちゃん驚きの数値 UVカット率はなんと95%以上 通気性は布帽子の約2.5倍

涼かちゃんを科学する
涼しさの差がこんなにくっきり!
青色ほど温度が低く、赤色ほど温度が高い
気温34℃でもほとんど暑くならない!
気温34℃が25分間続いても、涼かちゃんの場合は、ほとんど温度の上昇が見られませんでした。
涼かちゃん着用 / 布帽子着用
※名古屋市立工業研究所測定
無帽の状態より10℃も涼しい!
涼かちゃん、布帽子、無帽子の3パターンでレフ電球を連続照射したところ、涼かちゃんは布帽子と比べて約4℃、無帽子と比べて約10℃も低くなりました。
※ダイオ化成株式会社 測定

涼かちゃん帽子のロングセラー!

男女兼用



紫外線95%カット!

●つばの形を自分好みにカスタマイズ!(つば部ワイヤー入り)
●ケープは取り外し可能(面ファスナー)



サイズ:LL(62cm)・L(60cm)・M(57cm)
WH881 NEW涼かちゃんテンガロンハット 3,850円(税抜価格 ¥3,500)

紺のメッシュにツバ裏迷彩がクールに決まる





紫外線95%カット!



●ケープは取り外し可能

サイズ:LL(62cm)・L(60cm)・M(57cm)
WH882 迷彩テンガロンハット ネイビー 4,400円(税抜価格 ¥4,000)



再販の度に完売が続く注目の遮熱帽子!



紫外線99%カット!

男女兼用



●ツバの高い撥水性
●ドローコード付きで風に飛ばされない
●手洗い・丸洗い可能
(中性洗剤をご使用ください。タンブラー乾燥機は使用不可。)

男女兼用





WH752 ベージュ　WH753 ブラック　WH754 カーキ
サイズ:L(60cm)・M(57cm)
ウルトラライトハット
3,960円(税抜価格 ¥3,600)

YAKēNU
UV CUT MASK
日焼け防止専用マスク"ヤケーヌ"
暑い季節でも息苦しくないと大好評!!

くり返し洗濯してもUVカット効果持続







●WH550ベージュ　●WH560ブラック　●WH402ライトオレンジ　●WH403パープル　●WH407ネイビー
●帽子とセットで日焼け防止効果アップ! ●着用したまま飲み物も飲める
●素材/ポリエステル、キュプラ ●UVカット率94~98%
サイズ:フリーサイズ
WH550・560・402・403・407 ヤケーヌ
1,980円(税抜価格 ¥1,800)
男女兼用　吸汗速乾



●面ファスナー

お買い求めは！JAの各資材店舗まで

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　ATM集中監視センター フリーダイヤル 0120-024-040　受付時間:24時間(年中無休)
■ JAカード(クレジットカード)の紛失・盗難　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)

組合員・地域の皆様へ

JAながの

2026

人形供養祭

令和8年

9月23日 水・祝

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…

会　場　JA虹のホールみゆき

受　付　午前 9時30分～11時

法　要　午前 11時15分～
ご法要はどなたでもご参加いただけます。

供養料 何体でも **1,000円**

受付された方には粗品プレゼント

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、ダンボール類はお持ち帰りいただきます。

同時開催イベント

虹のサークル 参加・体験型コミュニティイベント

イベント1 家族に残したい自分らしい1枚を 写真撮影会

～お一人で、ご夫婦で、ご家族で、笑顔の写真を残しませんか～

時　間　午前 9時30分～11時

撮影料　1,000円　（1組：約15分）

当日「虹会員」新規ご入会の方は無料となります。
（虹会員詳細は裏面をご覧ください）



※プロカメラマンが撮影いたします。
※いつもの服装・お気に入りの服装でお越しください。
※2L判プリント２枚台紙付きを後日お渡しいたします。

お気軽にお出かけ下さい！

イベント2 牧 美花さん バイオリン演奏会

時　間　午前10時～11時

参加費　無料

定　員　30名



◆バイオリン奏者 牧美花さんプロフィール

長野市生まれ、長野市在住。3歳より故 鈴木鎮一氏に師事。
左手が動かない状態で生まれたが、反対にバイオリンを持つ奏法によりハンディを克服。世界約10ヶ国にて演奏、米国でバイオリン指導を経験。芝居経験なども活かし、親しみやすくエンターテイメント色のある演奏会を模索しながら現在は長野市を拠点にバイオリン指導と共に演奏活動を展開中。

要予約

イベントは事前予約制となりますので、ご希望の方はJA虹のホールみゆきまでお電話にてお申し込みください。

☎0120-62-5137（9:00～17:00）

ご予約締切日 9月18日(金)　予約先着順　※定員になり次第、締め切らせていただきます。

葬儀・法事の相談は

■JA虹のホールちくま
千曲市大字鋳物師屋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ホールいいづな
飯綱町大字普光寺937
☎0120-210-983

サマーキャンペーン2026

よりぞう夏のプレゼントキャンペーン





©よりぞう

※個人のお客様に限ります。
※既にご契約されている方は対象外となります。

取扱期間　2026年7月1日(水)▶2026年8月31日(月)

新規限定!!　JAカード、年金予約、年金振込、給与振込、ネットバンク、JAバンクアプリ、JAバンクアプリプラス のいずれかをご契約していただいた方に

よりぞうグッズプレゼント!!

※キャンペーン期間中でもなくなり次第終了いたします。

超キホン編

ゼロから学ぶ　お金の育て方

資産運用セミナー

75歳未満限定



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

おカネのキホンを学んで、楽しい未来の準備を始めよう！

日時　2026年10月3日(土)10:00～12:00（受付開始9:30）

会場　JAながの古牧支所 2階会議室　長野市大字高田660

講師紹介



よしざわ　きよし
吉澤 清志 氏
農林中金全共連アセットマネジメント㈱
エグゼクティブ投信アドバイザー

参加者全員に粗品プレゼント

※このセミナーでは、金融商品等のご紹介・勧誘を行う場合があります。

参加費　**無料**

対象　資産運用に興味のある75歳未満で初心者の方

定員　先着20名様【完全予約制】

お申込み・お問い合わせは下記店舗までお願いします
【取扱店】芹田支所　☎026-226-6804
古牧支所　☎026-226-5259
安茂里支所　☎026-228-1717

このセミナーのお申し込みは次の店舗でも可能です
西山支所☎026-269-3131　中条店☎026-268-3201
信州新町支所☎026-262-2300　西部店☎026-229-2211
ながのライフサポートセンター☎0120-980-026

ながの農業協同組合　登録金融機関　関東財務局長(登金)第506号

葬儀・法事の相談は

■JA虹のホール吉田
長野市吉田2-10-5
☎0120-098-372

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

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

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



日時 2026年9月20日（日） 1回目 11:00～（開場10:00） 2回目 14:30～（開場13:30）

場所 飯山市文化交流館なちゅら
長野県飯山市大字飯山1370-1

日時 2026年9月21日（月・祝） 1回目 11:00～（開場10:00） 2回目 14:30～（開場13:30）

場所 長野市若里市民文化ホール
長野県長野市若里3丁目22番2号

参加無料 チケット制

主催：JAながの
お問い合わせ先：026-219-2505（共済部 普及課）
応募期間：2026年8月1日（土）～8月28日（金）

応募方法 参加ご希望の方は、右記の2次元コードよりお申し込みください。
応募多数の場合は抽選となりますのであらかじめご了承ください。

応募はこちらから

- 当選メールがチケットの代わりとなります。入場時に画面の提示をお願いいたします。
- チケットを他人に譲渡したり、金品に交換することはできません。

9月20日（日）

9月21日（月・祝）

※ご提供いただいた個人情報は、JAおよびJA共済連の事業および各種サービスの提供・ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。また、JAおよびJA共済連は「個人情報保護方針」を定め、個人情報の保護に努めております。
※状況により開催内容が変更または中止となる場合もございますので、あらかじめご了承ください。その場合はJAホームページにてお知らせいたしますのでご確認ください。
※カメラやビデオカメラでショー内容を撮影するのはご遠慮願います。※個人によるトラブルや事故については、主催者は責任を負いかねます。

■ Vivid Vol.120　発行人＝小林武郎　令和8年8月10日発行
編集＝ながの農業協同組合　〒380-0936 長野県長野市大字中御所字岡田131番地14　☎026-224-0550
印刷＝PO印刷（株）

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
私たちは持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。