

『みんなのために あなたといっしょに』

る RURAL らる

5

Vol.336
2024 May

 JA上伊那

JA上伊那HP 

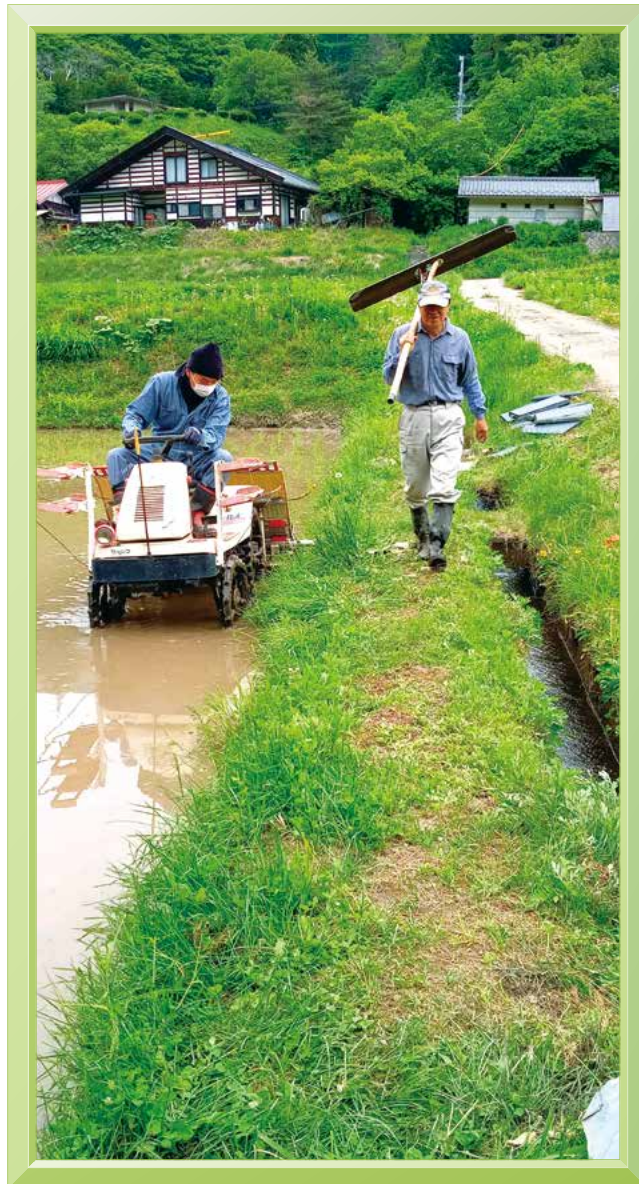
今月の特集

上伊那の
リンゴ高密度植栽培



農作業中のケガ、起こらないとはいきれない。

30～31ページをご覧ください。



2世代の田植―植えるはまかせたぞー(守谷みどりさん)

組合員の人間ドック受診について、組合員ご本人と同居家族へ助成金を交付してまいりましたが、令和6年度より組合員ご本人のみの交付に変更となります。ご理解いただきますようお願いいたします。



営農経済担当常務
白鳥 健一

指定野菜になるブロッコリー

指定野菜とは、消費量が多く国民生活上の重要度が高い品目として国が位置づける野菜です。今までに、キャベツやダイコンやタマネギなど14品目が指定されています。これに2026年からブロッコリーが加わることになりました。

指定野菜が追加されるのは、50年ぶりとのこと。なぜかという消費量が際立って増加しているからで、多くの野菜が横ばいか減少しているのに、ブロッコリーはこの30年間で2倍にまで増えているためです。皆さんも食べる回数が増えているのではないのでしょうか。民間調査の好きな野菜ランキングでも20位以内に入っています。近年は、大人よりも子どものほうが好むようです。

指定野菜となることで、価格が下落した場合は、安定基金制度に加入している出荷団体の生産者には補給金が支払われます。

スーパーの野菜売りの“顔”として1年を通して並ぶようになったブロッコリーの栄養成分は、たんぱく質、食物繊維、ミネラル、ビタミン、ファイトケミカルなどが豊富で、体をつくり健康的に保つ成分がたくさん含まれている、『最強の野菜』と呼ばれています。

上伊那の生産量は約650tで20年前の約2倍となり、出荷時期は6月～11月まで長期間に渡ります。今後ますます需要が高まることを見込まれるので、さらに生産拡大が求められています。



真剣に選花作業する様子



4月に改植した苗

農家さん訪問

『農業に夢中!!』の内容を、JA上伊那の広報番組～らるコミュニティの「農家さん訪問」のコーナーでも放送しました。ホームページからも見られるので、ぜひご覧ください。

JA上伊那～らるコミュニティ **検索**

<https://www.ja-kamimino.ljjan.or.jp/movie/>

QRコードから簡単アクセス!



アルストロメリアを手に笑顔の丸田さん

農業に 夢中!!

伊那市美篤
まるた
丸田
あや
彩
さん(42)

農業は 子育て!

東京都出身で農業経験は全くなかったという丸田さん。夫の実家がアルストロメリアを栽培していたことで、農業に携わり始めた。現在は、伊那市美篤のハウス10棟(21a)を義母と夫を含む5人で管理。定番品種のピンクティアラやマツサを中心に、小輪で無花粉のフロリンカシリーズなど8品種を育てている。最盛期には1日約3,000本を出荷する。

「覚える」ことが楽しい

12年前、夫の転職を機に移住し、義父母の栽培の手伝いを始めた丸田さん。最初は名前も知らない花だったが、作業を教わったり、生産者の圃場見学について行ったりしながら、少しずつアルストロメリアについて勉強していったという。そんなある日、義母の「(義父母の)どちらかが作業できなくなったら、農業をやめる」の一言で、就農を決意。現在は丸田さんが中心となり栽培管理や選花、出荷作業を行っている。丸田さんは「最初は知り合いもいなくて、なにもわからなかったが、仕事が楽しかった。教わったことを覚えるのが、いろいろなことに興味を持つ自分に合っていた」と振り返った。

夏メリアを栽培

丸田さんのところでは、毎年4月にハウス2〜3棟ほどを改植。気に入った花の色や、花の特徴が自分のハウスに合う品種を取り入れている。昨年から「夏メリア」として暑さに強い品種を導入。通常栽培は冬から春にかけて最盛期を迎えるが、夏メリアは出荷量が少なくなる夏に合わせて栽培するため、市場からの需要も高く、生産にかかる暖房費の削減にもつながったという。丸田さんは「改植1年目は良い花が得意やすい。品質を保つためには、水管理や間引きなど、こまめな手入れが大事」と話した。

成長を感じながら

「今やっている作業を、精一杯やるのが一番」と話す丸田さん。日差しが強くなる夏場には遮光カーテンを利用することで花や葉の日焼けを防ぎながら、品質向上に取り組んでいる。また、冬場にはハウスの入口に厚手のカーテンをつけて保温することで暖房費の削減を図るなど、日々工夫しながら栽培している。丸田さんは「収穫するときに『あの時やってよかった』を感じる。手をかけた分だけ答えが返ってきて、成長を目の当たりにできるところが農業の良さ」と笑顔を見せた。

CONTENTS

May 2024 Vol.336

農業に夢中!! 農業は子育て!	伊那市美篤 丸田 彩さん	2
特集 上伊那のリンゴ高密植栽培		4
Topics & Event 新年度に向けて気持ちを1つに 各部会で総会を開く		8
我が家のけんキッズ! 今も輝いて...		14
ALL GREEN トマトの栽培ポイント ブドウ芽かきと病害虫防除について		16
直売所情報 旬のおたより		18
エンジョイライブ 自家栽培を楽しみましょう		20
商品紹介 エーコープ らっきょう酢		36

導入にかかる経費等

(10aあたり)

栽培方法	高密植栽培	新しい化栽培 (低樹高わい化栽培)	普通樹栽培
単 収	6 t	4 t	4 t
導入経費	240万円	205万円	6万円
内 訳	トレリス 180万円 苗木 60万円	トレリス 160万円 苗木 45万円	苗木 6万円
経営収支	67万円	23万円	20万円

出典『りんご高密植栽培導入ガイド』長野県農政部園芸畜産課 発行を加工して作成

10aあたり 農業所得の推移

普通樹栽培では9年目で初めて所得が黒字となりますが、高密植栽培では3年目から黒字となり、早期に所得確保ができます。

(千円)

所得	1年目	2年目	3年目	4年目	5年目	6年目	7年目	8年目	9年目	10年目
高密植栽培	△444	△258	114	234	234	672	672	672	672	672
新しい化栽培	△444	△258	△ 72	114	114	234	234	234	234	234
普通樹栽培	△363	△363	△363	△307	△297	△289	△270	△177	9	195

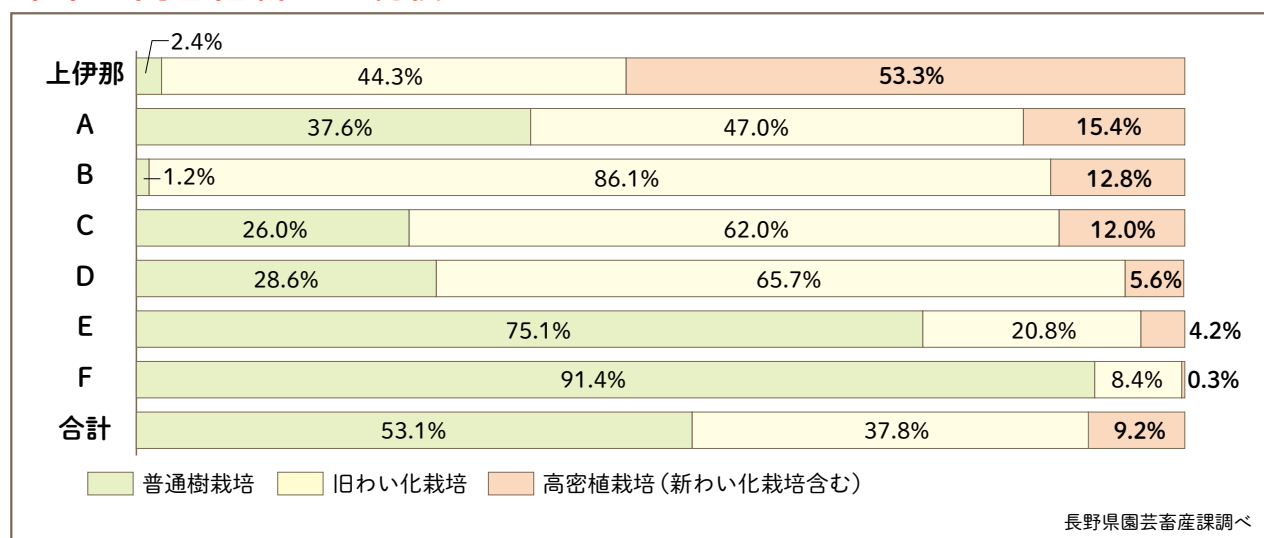
※トレリス及び苗木代は減価償却費として計上しています。(長野県経営指標を基に園芸畜産課作成)
出典『りんご高密植栽培導入ガイド』長野県農政部園芸畜産課 発行を加工して作成

栽培方式別の労働時間

栽培方法	高密植栽培	新しい化栽培 (低樹高わい化栽培)	普通樹栽培
10aあたり労働時間	193時間	173時間	260時間
1tあたり労働時間	32.2時間	43.3時間	130時間

出典『りんご高密植栽培導入ガイド』長野県農政部園芸畜産課 発行を加工して作成

県下の高密植栽培の現状



上伊那の高密植栽培の面積

(ha)

つがる	シナノリップ	シナノスイート	シナノゴールド	秋映	ふじ	その他	合計
10.7	15.8	13.0	4.0	5.0	40.3	7.2	96.0

上伊那のリンゴ高密植栽培

高密植栽培とは

M.9台木を利用して、栽植密度を高くし、新しい化栽培*以上の早期多収、均質生産、作業効率向上を目標とした栽培方法です。長野県ではリンゴ農家の所得向上に向けて、より高収量を狙える高密植栽培の導入を積極的に推進しています。

*新しい化栽培…高品質果実の早期多収・省力生産をめざし、M.9台木を利用した栽培。樹体が小型で低樹高化し、脚立を使用せずに作業できる割合を増やし、軽労化および効率化を図る技術。



高密植栽培のメリット・デメリット

メリット

- 早期多収が可能**
高密植栽培では3年目に成園化し、10a当たり最大6tの収量が見込めます。
- 品質の安定化**
日光と防除薬剤の到達が良好なことから、健全な生育が確保できます。着色が向上するため、普通樹栽培に比べ、作業効率が高く、収穫回数削減が可能になります。
- 作業性の向上**
薄い壁状の樹列となり、機械化がしやすいなど、管理作業効率の向上が期待できます。
- せん定作業が簡便**
普通樹のせん定作業は高い技術力を必要としますが、高密植栽培では、枝の下垂誘引作業が主体で、高度な整枝せん定技術習得の必要はありません。

デメリット

- 初期費用が多額**
早期多収をめざすため、多量の苗木や、トレリス(果樹棚)、かん水設備など、多額の初期投資が必要です。また、普通樹と比べて樹の経済寿命が15~20年と短いため、短いサイクルでの改植が必要です。
- 日焼け果リスク**
光環境が良好になるため、全体の着色等は向上しますが、一方で日焼け果になる可能性が高く、日除け設置などの対策が必要です。
- 作業性向上に新たな費用が必要**
面積当たり開花数が非常に多いため、効率的な着果管理が必要で、特に薬剤摘花・摘果による早期の着果制限は必要です。また樹高が高くなるので、高所作業車が必要になります。
- 栽培可能な園地が限定される**
高密植栽培はトレリスを設置する都合上、平坦な園地であること、かつM.9台木は湿害や凍害の影響を受けやすいことから、排水性の良好な園地であるなど適地であることの確認が必要です。

※①・④に関しては果樹支援対策事業等が活用できます。また②に関しては、県の補助金の対象になります。

出典『りんご高密植栽培導入ガイド』長野県農政部園芸畜産課 発行を加工して作成

生産者の声

宮田村

ひ おく ゆう すけ
榎屋 祐輔さん (39)

リンゴ22品種 (約1ha) のほか、
アスパラガスやブルーベリー、
ブドウを栽培



私は2019年に会社を退職し、翌年の2020年に国の里親制度を利用して縁のあった管内の先輩農家のもとで2年間、高密度栽培について学んできました。制度当初は高密度栽培についてはあまり知識がありませんでしたが、その先輩農家は県内でも先進的に高密度栽培に取り組んでおり、苗木の生産からありとあらゆるノウハウを教えてください、とても勉強になり高密度栽培についてどんどんと意欲がわいてきました。また2021年からは我が家の園地でも一部を高密度栽培に改植し、学んだことをすぐにフィードバックできたことも今の栽培につながっています。

高密度栽培は横一線で作業できるのでパートさん等にも教えやすいうえに作業しやすく、収穫時には軽トラで園地の中まで入っていけるので積み替えもなくでき、作業の省力化が図れるのが良さの1つです。

一方で苗の本数が多かったりと初期投資がかかりますが、早期多収により早い段階からの収入が見込め、モチベーションも上がります。

我が家の高密度栽培は現在、早生品種が中心ですが、今後は面積拡大や、収量を維持しながら改植を進め、ゆくゆくは高密度の割合を8割にしていきたいと考えています (2割はリンゴオーナー用)。そして高密度のリンゴは全量をJAへ出荷することで贈答等にかかっていた手間を栽培時間にあて、規模拡大を図っていこうと考えています。

高密度栽培おすすめです!



リンゴ高密度栽培を始めるには初期投資が必要ですが、JA上伊那、長野県にはそれぞれ補助事業があります。皆さんもリンゴ栽培をしてみませんか? 興味のある方はぜひ北部・南部の営農センターまでお問い合わせください。

北部営農センター (辰野町~伊那市) TEL: 0265-79-0636

南部営農センター (宮田村~中川村) TEL: 0265-81-1105

上伊那の高密度栽培

現状

- 管内のリンゴ栽培面積は約205ha。
- 毎年、10,000~20,000万本の苗が植え替えられており3~5ha増加している。
- JAへの出荷物のうち80~90%は高密度栽培によるもの。
- 高密度栽培の生産者は約130名。うち40代以下が1/4を占める。

高密度栽培により生産構造も変化

- 後継者、1ターンなど新規生産者の増加
- 大規模化
- 専作経営の増加

規模別生産者数	果樹合計			リンゴ		規模別販売額	果樹合計			リンゴ	
	H27	R4	R5	R4	R5		H27	R4	R5	R4	R5
2000万円以上		4	3	2	1	2000万円以上	96,227	75,788	51,215	29,554	
1000万円~2000万円	3	7	18	2	13	1000万円~2000万円	48,492	96,448	240,317	23,413	170,787
800万円~1000万円	8	11	10	6	5	800万円~1000万円	72,836	96,560	91,311	53,072	44,585
500万円~800万円	20	44	43	24	21	500万円~800万円	121,825	271,275	266,072	144,888	129,027
300万円~500万円	64	61	71	43	58	300万円~500万円	245,846	233,480	268,505	164,033	215,080
100万円~300万円	208	194	184	135	130	100万円~300万円	382,077	350,679	341,812	243,772	244,854
100万円未満	433	331	311	140	122	100万円未満	154,081	118,200	106,100	62,598	55,049
	736	652	640	352	350		1,025,156	1,262,869	1,389,904	742,992	888,937

令和6年1月末現在

令和6年1月末現在

上伊那の高密度栽培の課題と対応

省力技術の確立

- 薬剤による摘花、摘果技術の確立
- 摘葉の効率化

機械化一貫体系の確立

- 欧米型機械利用体系の確立 (トラクター利用による作業機の体系化)
- 高所作業車、収穫機の開発導入

温暖化・異常気象対策

- 標高が高い地域 (700~1,000m) での拡大 (団地化)
- 強風に強いトレリス
- 高温、ひょう害、凍霜害に対応した多目的ネットの導入

JA上伊那果樹部会リンゴ専門部やJAでの取り組み

- 高密度栽培の指導会の実施
- リンゴ高密度栽培機械化実演会の開催
- 先進地イタリアへの視察 (写真は報告会の様子)



今年度の取り組み予定

- 棚の補強と栽培技術の確立
- 高密度栽培プロジェクトの設立 (摘花・摘果剤の有効利用など)

▶ 予防防除で単収の向上に
ジュース用トマト栽培講習会

J A 営農経済部は4月2日、ジュース用トマト栽培講習会を管内4会場で開催しました。富県支所の講習会には、生産者7人が出席。出荷先であるカゴメ株式会社の担当が圃場準備や育苗、定植後の管理について説明しました。担当は管内で多く発生している潰瘍病は早期発見が難しいことから、定期的な農薬散布による予防防除を徹底することを生産者に伝え、「近隣の県では新たな害虫も発生している。しっかりと予防防除を行い、単収8tをめざしてほしい」と呼びかけました。



栽培の注意点を説明するカゴメ（株）の担当者

▶ 害虫、低温に注意して品質管理に努める
アルストロメリアが最盛期を迎える

上伊那が日本一の生産量を誇るアルストロメリアが出荷最盛期を迎えました。4月3日には伊那市の小林純也さんのところで収穫や選花、箱詰め作業が行われました。この日はパートも含め4人で作業。今年は2月が暖かったことから、特に害虫の発生に注意しながら管理。その後の3月の低温の際には暖房を使用して品質管理に努めました。最盛期には1日に出荷用段ボール50箱（40～50本入）を出荷しました。



アルストロメリアの出荷準備をする小林さん

▶ 春芽の甘みを楽しんで
主力品目アスパラガス最盛期

4月、J A管内で主力品目のアスパラガスが出荷最盛期を迎えました。今年は3月末に冷え込んだことで、気温が高かった昨年よりも10日ほど育成が遅れましたが、品質は良好です。管内では10月中旬まで出荷が続き、名古屋方面を中心に販売されています。駒ヶ根市の坂嘉代子さんは全28棟29aのハウスで栽培し、出荷量は日量平均で900～1,000束（1束100g）。多い日には1,300束を出荷しています。今年はハウス内の小トンネルに緩衝材を使用したことで、凍霜害や直射日光で穂先が焼けてしまう症状が減少。毎日、灌水することで品質も向上し、収量は昨年の約1.2倍になりました。最盛期の4月4日には4人で作業。1本ずつ長さを確認しながら収穫し、規格ごとに選別して手作業で束ねて出荷しました。坂さんは「アスパラガスは疲労回復効果もあり、油との相性も良い。ぜひ、甘みのある春芽をおいしく食べてほしい」と笑顔を見せました。



アスパラガスを収穫する坂さん



生産者直売部会（3/19）



肉牛部会（3/21）

▶ 新年度に向けて気持ちを一つに
各部会で総会を開く

3月から4月にかけて、J Aの各部会の総会が開かれました。令和5年度の事業報告や令和6年度の事業計画の確認、生産者の表彰などが行われました。また今年度は役員改選も行われました。



酪農部会（3/25）



花き部会（3/27）



果樹部会（4/4）



米穀部会（4/5）



野菜部会（4/9）



きのこ部会（4/12）

▶ 生産拡大につなげる
アスパラガス定植苗を配布

J Aは3月31日から4月2日にかけて、株式会社J A菜園の圃場でアスパラガスの定植苗を配布しました。J Aでは3年前から栽培方法を変え、1株当たり300g前後で配布。苗を大きくすることで、定植した年の8月から収穫ができるようになり、新規生産者でも1年目の収益につながるという利点があります。今年の定植苗は昨年的高温干ばつ、病気などの影響もなく、品質は良好です。J A担当職員は「販売高10億円という目標に向け、生産拡大につなげたい」と話しました。



定植苗を掘り起こす生産者親子

▶ 安全安心『かみいな米』

いよいよ田植え作業がスタート

J A管内で4月20日、田植え作業が始まりました。管内最初の田植えを行ったのは伊那市の株式会社中坪ノーサン。この日は35aに早生品種五百川を植えました。中坪ノーサンは苗づくりから全て自社で行い、計33haへコシヒカリを中心とした4品種を植える予定です。登内美穂社長は「今年もいよいよ田植えが始まった。おいしいお米をつくりたい」と意気込みました。J Aでは生産量1万5,300tを目標としています。管内の田植えの最盛期は5月中・下旬になる見込みです。



管内最初の田植えをする登内社長



白ネギの定植を行う作業員

▶ 販売高6億3,000万円をめざす 白ネギの定植作業が最盛期

4月、J A管内で主力品目白ネギの定植作業が最盛期を迎えました。駒ヶ根市の農園雅～MIYABI～では4月20日、4回目の定植作業を行いました。3月中旬から作業が始まっていて、1番品質の良い状態で収穫するため1週間に10aずつ定植。今年は土づくりから見直し、低温発芽による育苗も始めました。園主でJ A野菜部会白ネギ専門部長の山口雅輝さんは「上伊那産は市場評価も高いので、専門部みんなで情報交換をしながら、品質や収穫量を確保していきたい」と話しました。

▶ 赤かび病対策に防除を 管内各地で麦の指導会

J A営農経済部米穀課は管内7会場で麦の指導会を開きました。このうち4月23日に春富支所で開いた指導会には生産者28人が出席。生育状況や追肥についてなど、J A担当指導員や上伊那農業農村支援センターの職員が説明しました。追肥については2回目となり、粒の肥大やタンパク向上など品質の向上に関わるため、生育状況を見ながら追肥の量を調節してほしいと説明。また、販売や流通の大きな障害となる赤かび病についても発生条件や防除のポイントについて説明し防除の徹底を呼びかけました。



赤かび病について確認する生産者



摘花の方法を確認する生産者

▶ 今年の生産を左右する作業の講習 リンゴ栽培管理（摘花）講習会

J A営農経済部は管内各地でリンゴ栽培管理（摘花）講習会を開きました。このうち北部では4月19日～25日に行われ、25日に伊那市の園地で行われた講習会には生産者12人が出席しました。J A担当指導員は手作業で行う摘花作業を実演。品種によっては薬剤での摘花も可能なため、散布時期や目安などを説明しました。また今年は霜の心配がないため積極的に作業を行い、効率的な摘花を行うようにと呼びかけました。令和6年度はリンゴ販売で8億円をめざします。



実演を見て手順を確認する生産者

▶ 品質や収量安定のため更新 ブルーベリー接ぎ木講習会

J A営農経済部は4月8日と4月10日の2日間、各地区の園地でブルーベリー接ぎ木講習会を開きました。優良系統品種へ更新することで、上伊那全体の品質および収量を安定させることが目的。10日に飯島町内の園地で開かれた講習会には生産者11人が参加しました。J A担当指導員は手順を説明しながら実演。接ぎ木した品種の活着後は、接いだ箇所から下の芽を取り除くことで新しい品種に栄養が行き届くことを指導しました。今年の出荷量30t、販売金額6,000万円をめざします。

▶ 最盛期の出荷・販売に向けて アルストロメリア販売中間検討会

J A花き部会は4月10日にJ A本所でアルストロメリア販売中間検討会を開きました。出荷最盛期を迎えるにあたり、販売の経過や実績などを確認しながら意思統一を図ることなどが目的。市場担当者や部会・アルストロメリア専門部、J A全農長野、J A上伊那など40人が出席しました。検討会後は、伊那市の部会役員の圃場を見学。出席者はJ A職員や生産者の説明を聞きながら複数の品種を見て回り、立ち姿や品質などを確認しました。



立ち姿や品質などを確認する様子



花の状態を確認する生産者ら

▶ 品質の良い生産をめざして 梨花取り・交配・凍霜害対策講習会

J A果樹部会梨専門部は3月15日から4月12日にかけて、管内10ヵ所で梨花取り・交配・凍霜害対策講習会を開きました。今年3月下旬の気温が低かったことで、生育が早かった昨年よりも7日ほど遅い生育状況となりました。4月12日、飯島町の園地で開かれた講習会には生産者6人が出席。梨は生育が進むと低温に弱くなり凍霜害を受けやすくなるため、防霜ファンによる送風法やペール缶による燃焼法などで対策をとることを確認しました。

▶ 情報共有で花粉確保 管内6ヵ所に開薬所を開設

4月、J A果樹部会は各地の梨の開花状況に合わせて、管内6ヵ所に開薬所を開設しました。4月15日、J A上伊那果実選果場の開薬所には梨生産者25人が訪れ、交配用の花粉を採取しました。今年火傷病の発生により、中国花粉の輸入が停止。花粉に余裕のある生産者と確保が難しい生産者が情報を共有して花粉確保につなげました。箕輪町の生産者は「毎年、中国花粉も使っていたが、今年は自家花粉だけで栽培する。受粉が重要な作業なので、遅れないよう気をつけたい」と話しました。



持ち込んだ花から薬だけを取り除く生産者



従業員さんが選別していたね。アスパラガスがいっぱいだ!



収穫したアスパラガスを選別するハウスへ持っていったら、



みんな夢中だ!

食べるのも
いけるのも
楽しいね。



マルチに
穴をあけて
土を掘ったら、
そこへ苗を入れて
土をかぶせたね。

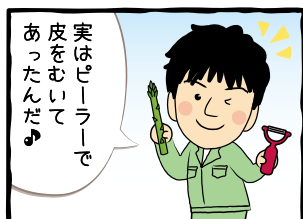


今度はブロッコリーの
植え付けだね。

ブロッコリーの
植え付け



根元まで
柔らかくて
食べられるよ!



実はピーラーで
皮をむいて
あったんだ!



最後までおいしく
食べられるね!



なが〜くマルチが敷かれた
畑に植えていったね。



KAMIINA_AGURI

当日の様子は
Instagramでも
チャンネルも
二次元コードから
簡単アクセス。

今年も楽しく学んで
おいしく農産物を
食べようね。
今回植えた
ブロッコリーは
6月に収穫するよ。
楽しみだね。
次回は田植えだよ。



最後は
ちょっとした授業。
ブロッコリーは
2026年に
国の指定野菜に
なるんだね。
ほかにはどんな
野菜があったか
みんなは
覚えているかな?



みんなで植え付けを
がんばっている時に
アスパラガスを
焼いていたんだって。

アスパラガス試食・ブロッコリーに関する授業



味はシンプルに塩だけ。
アスパラガス本来の甘みが
味わえてとってもおいしかったね!

あぐりスクール 体験記

令和6年
第1回
19期も元気にスタート!の巻



あぐりスクール校長
西村 篤

開校式では
西村篤校長先生が
あいさつしてくれたね。
食べることは自分の体を
つくるのに大事なことで。
その食べ物はどうやって
できているのかをしっかり
学び、いっぱい食べて
大きくなってください。

今年も恒例のあぐりスクールが
スタートしたね!
第19期は51人のお友だちと
楽しく農業を学んでいくよ。
第1回は
株式会社JA菜園で開校式。
その後、アスパラガスの収穫と
ブロッコリーの植え付けを体験したね。



JA菜園の堀内実先生が
収穫の仕方を教えてくれたね。



たくさん
生えているね!

アスパラガス収穫

今期初めての体験は
アスパラガスの収穫。



太いのは
切るのも一苦労。
いい天気でハウスの
中は暑かったけど、
とっても楽しかったね!



棒を当てて棒より長くなった
アスパラガスを
根元から切るんだね。



いっぱい採れたよ!!

健康情報局



両小野診療所
理学療法士 平林隆宏

今月の情報は 両小野診療所の紹介

両小野診療所について

皆さんは『両小野』と聞いて、どこかすぐに分かるでしょうか？両小野は、塩尻市北小野と辰野町小野の2つの自治体をまたいだ地名であり、当診療所はその境界の辰野町側に位置しています。

富士見高原医療福祉センターが運営を任せられ、平成27年に現在の地に移転、新築されて開所しました。当診療所の前身である両小野国保診療所は、大正6年に製糸業の近代医療施設として始まり、紆余曲折を経て昭和36年から塩尻市・辰野町組合立国保病院となり、100年に渡り地域住民の健康を支えてきた歴史があります。

現在は内科・整形外科・神経内科・消化器内科・泌尿器科の診療科目に加え、理学療法士2名が常勤しており医療保険による外来リハビリと、介護保険による短時間通所リハビリ、訪問リハビリを提供しています。

当診療所の短時間通所リハビリ(短時間デイケア)について

当診療所内のリハビリ室で、介護保険の要支援・要介護認定を受けている方を対象に、送迎つきでリハビリを提供しています。入浴や食事の提供はなく、時間は午前3時間(9時~12時)と午後3時間(1時半~4時半)に行われ、個別の運動指導のほか、機器を用いた自主トレーニング、認知症予防のための脳トレなど、トレーニングに特化した通所施設となっています。

身体機能の衰えを感じているがどんな運動をしたら良いかわからない、そもそも運動の機会がないという方、リハビリ専門職の指導のもと、安全な環境で運動をしてみませんか？

また当センターでは当診療所以外にも伊那市のみすず診療所、西箕輪診療所でも短時間デイケアを開設しています。まずは担当のケアマネージャーへご相談ください。皆さまのお越しをお待ちしております。



JA 長野厚生連富士見高原医療福祉センター

介護相談窓口

老人保健施設すずたけ
☎0265-74-0201

老人保健施設きりとう
☎0266-46-2041

介護サービスステーション伊北
(JA辰野支所構内)
☎0266-41-5522

介護サービスステーション伊那
(伊那市上牧)
☎0265-72-6015

訪問看護ステーションすずたけ
☎0265-74-0301

医師担当表(5月13日~6月10日) ※担当医師、診療日時は都合により変更する場合があります。お電話でご確認ください。

みすず診療所 ☎0265-71-5556

	月	火	水	木	金	土
午前	麻沼(内科)	井上(内科)	麻沼(内科)	藤岡(第2・4週)(整形外科) リハ診察(第1・3・5週予約のみ)	麻沼(内科)	矢澤(第4週)(内科)6/1休診 石垣(第2週・予約のみ)、安田(第3週) 岡本(第1・4週)(整形)
午後	麻沼(内科)	リハ診察 ※予約のみ	小川(内科)第1・2・3・5週 リハ診察(第4週予約のみ)		塩澤 (内科・胃力メラ)	

受付時間…午前 8:30~11:30 午後 2:30~4:30
診療時間…午前 9:30~12:00(月・水・金) 9:00~12:00(火・木・土) 午後 3:00~5:00
休診日…木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日・第5土曜日

西箕輪診療所 ☎0265-73-3351

	月	火	水	木	金	土
午前	唐澤(内科)	唐澤(内科)	唐澤(内科)	井上(内科)	唐澤(内科) 塩澤(内科・胃力メラ)	藤岡(第4週) (整形外科)6/8休診
午後	唐澤(内科)	唐澤(内科)	唐澤(内科)	藤岡(第1・3週)(内科)5/30休診 矢澤(第2・4週)(内科)	唐澤(内科)	唐澤(第4週)(内科)

受付時間…午前 8:30~11:30 午後 2:30~4:30
診療時間…午前 9:00~12:00 午後 3:00~5:00
休診日…土曜日午後・日曜日・祝日・第1・3・5土曜日
休日当番医…5月26日(日)

両小野診療所 ☎0266-46-2017

	月	火	水	木	金	土
午前	岩脇(内科)5/27休診 下川(整形外科)	岩脇(内科)5/14休診 原田(泌尿器科)	岩脇(内科)	岩脇(内科)	岩脇(内科) 6/7休診	岩脇(第1・3週)(内科) 小松(第3週)(消化器内科)
午後	岩脇(内科)	井上(第1・3週)(内科) 伊澤(第2・4・5週)(内科)	矢澤(第4週)(内科) 塩澤(第1・2・3・5週)(内科)	伊澤(内科)	岩脇(内科)	

受付・診療時間…午前 8:30~12:00 午後 2:30~5:00
休診日…土曜日午後・日曜日・祝日・第2・4・5土曜日

我が家の げんキッズ!

天真爛漫な優しい男の子



【辰野町】
(久美子さんのお子さん)
生まれ
野澤 帆稀くん(6歳)

帆稀くんは天真爛漫な男の子。比較的自由に育ってきたから、つかまり立ちしていたころに1人で階段を降りてきて、お母さんをびっくりさせたことがあるんだ。優しい一面もあって、『ありがとう』や『ごめんね』も素直に言えるよ！4月からは小学生。字の読み書きや数字を読むのが得意だから小学校では勉強をがんばるよ☆お姉ちゃんやお母さんの影響でピアノもやっているから、コンクールでうまく弾けるようにがんばりたいな。将来の夢は車屋さん。たくさんの人の車をキレイにあげたいな！

母親から
ひとこと
今と変わらず優しい大人になってね♡

今も輝いて…

絵を通して

駒ヶ根市赤穂 小原晃瑤さん(82)



作品に囲まれる小原さん

退職後から縁あって本格的に油絵を描いていた小原晃瑤さん。誰かから教わったこともなく、自己流で描き続け、多くの人を魅了してきました。自宅やログハウス、作業場に所せましと置かれた作品は、光前寺の三重塔や駒ヶ根池など、県内を中心に四季折々の風景画が多く、自宅へ作品を見に来る人もいます。

中学生のころから絵に定評があった小原さん。児童画展にも入賞し、父親からは画家になるのではと心配されるほどでしたが、小原さんにその気はなかったそうです。その後、大学を出て高校教師となつてからは、各学校の文化祭の職員展のために年に1~2枚程度の水彩画や油絵を描くだけでした。それから、教育センターや教頭、校長を勤め上げ定年で退職しました。退職後、絵を描くことを知っていた教育センターの同僚が伊那北高校のOB展を主催しており、展示してみないかと誘われました。それからは月に1~2枚のペースで描くようになり、



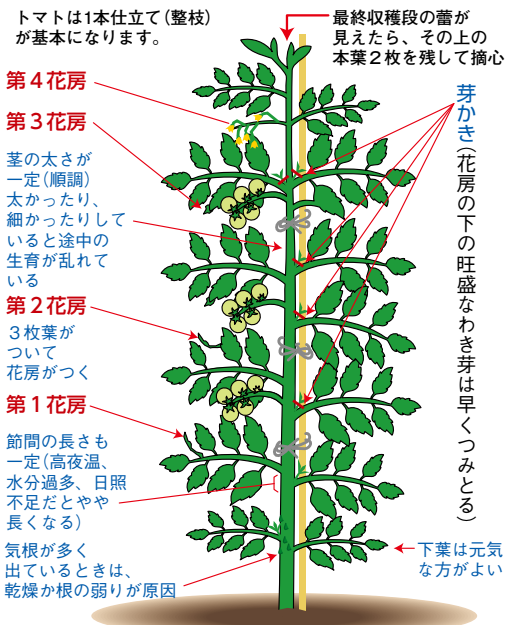
油絵を描く様子

20年近く出展しています。ほかに長野県信用組合の展示会には平成27年から出展しています。良いと思った風景は写真やスケッチに残し、自宅で取り組む小原さん。一本当は現地で描きたいけれど、自己流だから人に見られると恥ずかしいし、何より車が汚れたりと画材を運ぶのが大変と話します。コロナ禍の影響から出かけることも少なくなり、絵を描くことも減ってきている小原さんですが、教え子の歯科医院には絵が飾ってあるという話に触れ、「付き合いのなかった人が絵を見てくれたことで交流が深まるのがうれしく」と話します。



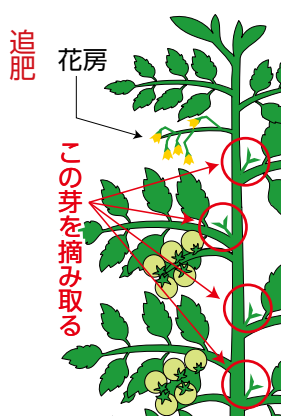
トマトの栽培ポイント

営農経済部
北部営農センター
清水 博人



〜10日前に行い、十分に土を温めておくと、植え付け後の根の成長が良くなります。
植える時期
・霜の心配がなくなり、夜の最低気温が10℃を超えれば栽培は可能ですが、13℃以上になる時期がおすすです（おおむねゴールデンウィーク後）。

に水を与える程度にしてください。
支柱立て・誘引
・支柱は1苗1本仕立ての場合180〜210cm程度の支柱を用意して立てます。
・誘引は麻ひもなどで、トマトの茎が倒れないように、茎と支柱を結びます。支柱側はしっかりと結び、茎側は多少遊びが出るようにゆめに8の字に結びます。



する作業を「芽かき」といいます。
追肥
・不足してきた栄養分を生育の途中で補うことを「追肥」といいます。
・第1段花房の着果から2〜3週間に1度の割合で追肥をしてください。N30号を1株当たり20〜30g根元に与えてください。

圃場の準備

・畑に元肥としてN552を10㎡当たり0.4kgと炭酸苦土石灰を3kg撒いて耕します。元肥が多いと草丈が大きくなって花がつかない（実もつかない）場合があるので、注意が必要です。

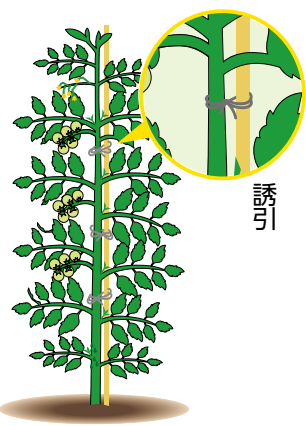
植え付け

・苗を植え付ける2時間前を目安に植える穴にたっぷり水を与えます。

・幅約12〜15mの畝をつくり、トマトに土がつくことによる病害発生の予防、雑草予防、泥はね予防、乾燥予防などのためにマルチシートの使用をおすすめします。

水やり

・畑では、根付いてからの水やりは原則不要です。土の乾燥が激しい時は



・わき芽は指でつまめるようになつたら5cmくらいまでの間に全て摘み取ります。
芽かき
※芽かきとは…
苗は成長すると茎と葉の付け根部分から新芽が出てきます。これを「わき芽」といい、わき芽を除去

摘み

・茎が支柱の高さに達したら、最後に実を着けたい花房の上の葉2枚を残して、新しい葉が開する芽を摘み取り、伸長を止めます。

収穫

・濃い色になったら収穫時期です。たくさん実を着けたままにしているとトマトの樹に負担がかかりますので、熟れたものから収穫してください。



ブドウ芽かきと病害虫防除について

営農経済部
南部営農センター
笠井 拓真



種なし皮ごと食べられるブドウの需要は、年々増加傾向にあり上伊那でも多くの生産者がブドウを栽培するようになりました。管内の直売所を見ても、人気のシャインマスカットやナガノパールを中心に数多くのブドウが並んでおり、年を増すごとに生産量も増えています。上伊那のブドウをよりおいしく食べていただくために、房づくりや着果量を基準に沿って行い良品生産をめざしていきましょう！

1、芽かき

①目的
気温の上昇とともに芽が膨らみ展開してきます。この時に発芽した新梢すべてを残しておくことで栄養が分散されて伸びが悪くなります。さらに、枝が込み合って棚面が暗くなり病害虫の発生を助長し、品質低下にもつながります。また、近年の種なし栽培ではジベレリン処理を効率的に行うためにも新梢勢力を揃えることで、開花期を合わせて品質を安定させます。

②芽かきの作業（短梢栽培）
・花穂の状態が確認でき次第（展葉4〜5枚期）行ってください。品種にもよりますが1芽座から主芽、副芽、不定芽など4芽程度発芽します。原則として1芽座1新梢ですが、欠損等ある場合は新梢間隔20〜25cmを確保しながら調整します。
・できるだけ花穂をもった基部の新梢を残し結果部の上昇を防いでください。
・誘引や強風時の欠損等を考慮して、最終的な新梢本数より2割程度多く残してください。

☆新梢を揃えるための芽かきポイント

・加減しながら2回程度に分けて実施してください。
・1回目は発芽後早めに実施し、極端に強い新梢や生育の進みすぎた新梢をかいてください。
・2回目は展葉4〜5枚期に新梢長や展葉枚数が揃うように調整してください。



生育の早い新梢（赤い丸）をかき、他の芽と生育を揃える。

2、気をつけたい病害虫

①黒とう病

結果母枝や巻きひげなどの病斑組織内に菌糸として越冬します。発芽前から降雨時に越冬病斑から胞子が放出し、展葉間もない基部葉に1次感染し、展葉2〜3枚ころに2次感染します。発生してからの防除が困難なため、発芽前や展葉2〜3枚期からの防除を徹底してください。特に欧州系品種（シャインマスカットなど）は弱いので注意が必要です。

②コウモリガ

虫は根元への食入から樹を枯死させます。春先から食入をされる場合もあるため、地際部除草管理と発生した場合は針金等で刺殺するか口ピンフォード等の殺虫剤を散布してください。



黒とう病（左：葉での発病、右：果実での発病）



コウモリガの被害



直売所情報

米粉を使用した新商品
伊那華の米粉みるくろうる
新発売!!

米と牛乳どちらも消費が落ち込む中、消費拡大を狙って開発しました！生地には『上伊那産コシヒカリの米粉』、『酪農家のおもてなし牛乳』を使いもちもち食感に。クリームは『すずらん牛乳』を使い濃厚な味わいに仕上がっています。冷凍なので解凍時間によってはシャリシャリ食感も楽しめます。販売は各直売所などで5月11日(土)からです。ぜひご賞味ください。

伊那華の米粉みるくろうる 1本1,000円(税込) ▶



ファーマーズあじ~な
地元野菜が
もりだくさん

5月25日(土)26日(日)は農畜産物フェアを行います。お肉やたまご、きのこセットのほか、アスパラガスやブロッコリー、イチゴ、ホウレンソウなど地元生産者が栽培した新鮮な野菜が並びます。これからの時期は季節に合わせてたくさん野菜が出荷されます。季節の農産物を食べましょう。



とれたて市場
アスパラガスを
堪能してください

みはらしファームでは5月26日(日)に『みはらし五月まつり』を開催します。当日は生産者による新鮮なアスパラガスの対面販売のほか、アスパラガスや米がもらえる輪投げコーナー、イチゴやリンゴ、スイートコーンなどの収穫体験が楽しめる年間フリーパスが当たる福足し(福引)などを行います。アスパラガスで春を感じに来てください。



ファームテラスみのわ
酪農家のおもてなし牛乳を
飲んでみのわ(みては)?

5月18日(土)19日(日)は恒例の農畜産物フェア。信州産お肉大特価、酪農家のおもてなし牛乳270円を250円(税込)で販売します。また6月1日(土)のテラスマーケット『動く車フェア』でも『世界牛乳の日』に合わせて250円で販売します。合わせて250円でお買い上げのお子さま連れ(小学生まで)の方は駄菓子のかみ取りに挑戦できます。ぜひお越しください。



ファーマーズあじ~な

LINE 公式アカウント

営業時間 9:00 ~ 18:00
定休日 11月~3月 毎月第1水曜日
所在地 上伊那郡南箕輪村 8143-1
電話番号 0265-78-0701

とれたて市場

LINE 公式アカウント

営業時間 9:00 ~ 17:00
定休日 年末年始
所在地 伊那市西箕輪 3416-1
電話番号 0265-74-1805

ファームテラスみのわ

LINE 公式アカウント

営業時間 9:00 ~ 18:00
定休日 12月~3月の第2水曜日・年末年始
所在地 上伊那郡箕輪町大字中箕輪 3730-186
電話番号 0265-70-5230

JAバンク
みはらしファーム
お知らせだそう

年金プレリユード
倶楽部の会員を
募集中!

JA上伊那では、多くの特典がある年金プレリユード倶楽部の会員を募集中です。

プレリユード倶楽部とは
上伊那在住の55歳以上で年金の受給権が発生する日までの方で(ただし64歳以下) JA上伊那に年金受取口座の指定予約をいただいた方による参加型のメンバーズクラブです。年会費などはかかりません。

期間限定新規申し込み特典
新規申し込みをいただいた先着200名の方にはオリジナルの『よろこぶ保冷トートバック』をプレゼントさせていただきます。

対象期間
令和6年5月1日(水)~31日(金)
年金プレリユード倶楽部に関するお問い合わせは、お近くのJA金融窓口または渉外担当までお気軽にご相談ください。

- 会員特典
- ①JAによる年金受取手続きのサポート
 - ②定期貯金・定期積金の金利上昇
 - ③セカンドライフに向けたセミナーなどの各種イベントへの参加



共済部から

お子さまの将来のために、学資金について考えてみませんか?

大学までの教育費(幼稚園~大学)

すべて国公立の場合	約1,055万円
すべて私立で文系大学の場合	約2,506万円
すべて私立で理系大学の場合	約2,645万円

+ 下宿の場合さらに300万円以上

すべてを国公立にした場合でも学費だけで1,000万円以上必要なんです。

JAのこども共済 学資応援隊

高い貯蓄性 + 万一の備え

ポイント1 高い貯蓄性と保障がバランスよく備わっていて、効率的に資金準備ができます。

学資金づくりに

●共済掛金(年払い・口座振替扱い) 236,280円
払込共済掛金総額 2,835,360円
給付総額 3,000,000円

給付率 約105.8% (2024年4月現在)

ポイント2 ご契約者(親族)がもしものとき※3、その後の共済掛金はいただきません。

ポイント3 学資金のお受取りは、進学時期に合わせた中学・高校・大学プランから選びいただけます。

ポイント4 お子さま・お孫さまのために75歳までご契約いただけます。

詳しくはお近くのJA共済窓口、または地区担当者(ライフアドバイザー)までお問い合わせください。

生活部会

NAVI

生活部会の目的ってなんだろう？

伊那支所 組合員組織課 岡庭由枝

少し前の話です。ある班員さんに、「みんな講座に来て、ニコニコして話をしているけど、介護や持病、家庭の事情で心が疲れている人が多いのよ。ここに来ると気が晴れる」と話をしてくれました。私は、班員さんと会うたびに元気ももらっていたので、「心が疲れている」と聞いて少し驚き、ふと昨年4月号の『家の光』の記事を思い出しました。記事の中で90歳になる草笛光子さんはいろんな人から年齢について聞かれるそうで、「『人生、大変でしたよ』と言うのは楽だけど、しみりしちやって好きじゃない。そこで、ウイットに富んだ言葉をポンと返し、常に楽しい雰囲気をつくっていきたい」と話をされていました。

生活部会には草笛さんのような方がたくさんいる。だから元気ももらえる！他者とのコミュニケーションをしなくても生活できる時代になってきていますが、『心身一如』という言葉があるように、心が元気になればきっと身体も元気になる！

生活部会での新しい学びや出会い、そして仲間とのなにげない会話を楽しむことで心を豊かにして健康になってもらいたいと思います。

生活部会とは、JAの組合員とその家族をもって構成されており、女性の地位向上をはかり、地域のくらしと健康を守ることを目的としています。



伊那支所 料理教室の様子

いっしょに元気に生活部会活動をしましょう！

※ウイット…

気のきいた言葉やしゅれがとっさに出てくる才知



我が家では、田んぼが4反歩と畑が1反歩少々、2棟のハウスがありほとんどを主人が管理しています。主人はJAで野菜の指導員をしていたので全部ではないですが、自分で野菜苗を育てており、余った苗は知り合いに分けたりしています。少量ですがお米は供出、スイートコーン・トマト・キュウリを直売所に出荷しています。

私の出身地は南佐久群川上村で、今こそ高原野菜の産地として知られています。子どもころは実家で稲をくり、野菜は主にサヤエンドウを栽培し出荷していました。規格外を母がいろんな調理をしてくれ、その中でも私は卵とじが一番好きでした。

伊那に嫁いで来て驚いたことは、主人の父母が自家用野菜をつくってくれていて、サヤエンドウを秋蒔き、春収穫していたこと。タマネギも秋植えの春収穫でした。それだけ伊那は暖かいんです。母がつくれなくなり十数年、我が家の食卓にサヤエンドウの料理はほとんど上がりませんでした。しかし、一昨年の秋にお隣から種をいただき主人が播種、昨年の春には食べきれないほど収穫できました。そして種をとり播種し、今年もハウスでたくさんのお花を咲かせています。



リレーエッセイ 笑顔のささげ

自家栽培を楽しみましょう

令和6年度 伊那支所生活部会長 守谷まゆみ



旬 クッキング

タケノコの竜田揚げ

東部支所 組合員組織課 岡野奈緒子



◆材料 (4人分)

- ・タケノコ …………… 400g
- ・ニンニク …………… 1片
- ①・しょうゆ …………… 大さじ1
- ・砂糖 …………… 小さじ1/2
- ・片栗粉 …………… 大さじ3
- ・こめ油 …………… 大さじ4 (60cc)

◆作り方

- ① タケノコの皮をむき、下茹でしてあくめきをする。
- ② ①を5cm程のくし形に切り、ペーパー等を使って水気をしっかりとる。
- ③ ①をボウルに入れて混ぜ、そこに②を入れる。下味がつくよう、形が崩れない程度によくもみ込む。全体がなじんだら片栗粉をまぶす。
- ④ 小さめのフライパンにこめ油を入れ、170℃で③を揚げる。こんがりサクサクになったら完成♪

漢字に旬がつく『旬』。おうちの野菜がまだまだ少ないこの時期に、王道の天ぷらもよいですが、少し変わった竜田揚げで味わってみませんか？

タケノコは高タンパク低カロリーな野菜なので、他のヘルシーな調理法ならダイエットにも最適です♪



わが家のレシピ

サヤエンドウの卵とじ



〈作り方〉

- ① サヤエンドウはへたを取り洗っておく。
- ② 鍋で油を熱し①を炒める。
- ③ 火が通ったら弱火にし①の調味料を入れる。
- ④ 味がなじんだらカニカマを入れて混ぜ合わせる。
- ⑤ 溶いた卵を回し入れ、回りが固まってきたらできあがり。

材料 (2~3人分)

- サヤエンドウ … 100g
 - カニカマ …………… 40g
 - 卵 …………… 2個
 - 油 …………… 大さじ1
- 調味料
- 砂糖 …… 小さじ2
 - しょうゆ(白) …… 小さじ2
 - ① 料理酒 …… 小さじ2
 - 塩 …… 少々



ケーブルTVで放送中!! ふるふるコミュニティ 連絡所



上伊那地区3局のケーブルテレビ局を通じ、JA上伊那の話題、農業・くらしの情報等を放送しています。今月からの放送内容(予定)をご紹介します。ぜひご覧ください。

放送内容
5月9日(木)より
JA上伊那の動き ~4月~
5月23日(木)より
酪農地域の上伊那

	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日
伊那ケーブルテレビジョン	11:00 19:00	8:30 11:00	6:40	6:40	-	-	15:00
エコシティー 駒ヶ岳	奇数週 18:30 22:30	6:30 9:30	23:20	11:20	13:20	18:20 22:20	6:30
※偶数週は木曜のみ放送	偶数週 13:20 22:30	19:30					

※辰野ほたるチャンネルは毎週金曜日7:00~24:00まで1時間ごと放送しています。
※テレビ局の都合により、内容・時間等が変更になる場合があります。

パソコンやスマホからもアクセス!

番組コーナーの一部がJA上伊那のホームページからも見られます!



JA上伊那ふるふるコミュニティ **検索**

<https://www.ja-kamiina.ljjan.or.jp/movie/>



上伊那米だより

令和6年5月
第305号
発行 JA上伊那
米穀部会

《令和5年度米穀部会・酒米専門部定期総会開催!》 —「安全安心」「高品質」「良食味」の米穀類生産販売をめざして!—

令和5年度の米穀部会・酒米専門部定期総会は4年振りの通常開催となりました。事業報告並びに収支決算、令和6年度事業計画について審議され、すべての議案が承認されました。

毎年行っている米の品質向上表彰では、コシヒカリのたんぱく値が低かった3地区が表彰されました。令和5年度は前年度よりたんぱく値の平均が大きく下がり、食味の向上が見られました。

令和6年度 米穀部会役員	役職名	氏名
	部長	伊藤 則男
	副部長	松尾 泰岳
	副部長	渋谷 厚男
	副部長	藤岡 史樹

1位 中川地区(たんぱく値 5.39%) 2位 飯島地区(5.45%) 3位 駒ヶ根東地区(5.46%)

総分析点数 11,525点 分析平均値は5.79%(前年6.34%) 使用分析計は、(株)ケット科学研究所 AN-820
特別表彰は西箕輪地区(前年度出荷数量対比116.1%) 南箕輪地区(109.0%) 東春近地区(105.5%)の3地区が選ばれ、前年度の集荷実績を上回った上位3地区が選ばれました。

令和5年度は全体でたんぱく値の値が大きく下がっています(平均値で前年より0.55%低下)。7月以降非常に高温で経過したため肥料成分(窒素)が早くに溶け出し、後半の肥料成分の吸収が少なかったためたんぱく値が下がったと考えられます。一方で、全国では高温干ばつによる品質低下が見られる中、上伊那では胴割れ粒の発生やカメムシによる品質低下があったものの、昼夜の寒暖差による高温障害の低減や適期収穫に向けた取り組みにより全品種で1等米比率98.7%と高い水準を維持することができました。令和6年度も引き続き高温登熟対策や病害虫対策に取り組み、高品質米をめざします。

総会終了後は講演会を開催。東洋ライス株式会社(以下東洋ライス) 阪本哲生副社長を迎え『人も自然もすやかに』と題し、東洋ライスの商品である『ロウカット玄米』『金芽米』の取り組みについて講演いただきました。

南部営農センター 赤羽 薫

《田植え～田植え後の管理について》

＜田植え＞— 目安期間(コシヒカリ) 5月10日～31日—

★健全な苗を使用する(もみ枯細菌病が疑われる苗は使用しない)。

★植え付け密度は坪当たり60～70株を標準とし、1株当たり3～4本植えとします。植え付け深さは2cm程度。深植えは初期生育が悪くなります。補植は2～3株連続して欠株になった場合に行いますが、1株なら隣接株が補い合うので補植の必要はありません。

★病害虫防除

	使用時期	薬剤名	使用量	対象病害虫
害中・病気同時防除	播種時～田植え当日	ブーンパディート箱粒剤	50g/苗箱1枚当たり	イネドロオウムシ・イネミズゾウムシ・葉いもち
	緑化期～田植え当日	GPオリゼリディア箱粒剤	50g/苗箱1枚当たり	イネドロオウムシ・イネミズゾウムシ・ウンカ類・葉いもち
	移植3日前～田植え当日	デジタルメガフレア箱粒剤	50g/苗箱1枚当たり	カメムシ発生地区(残効2ヵ月程度)
害虫のみ防除	播種時～田植え当日	ワンリード箱粒剤08・ゼロカウント粒剤	50g/苗箱1枚当たり	イネドロオウムシ・イネミズゾウムシ
	5月下旬～6月上旬	なげこみトレボン	4～6個(小包装)/10a	直播や苗箱剤無しの圃場

●いもち病が発生した圃場は葉いもち対象の箱剤を使い、出穂期前に再度いもち病に効果のある薬剤の散布をしましょう。

＜水管理＞

★水管理は田植え後、活着するまでは水深3cm程度の浅水にしますが、地面は露出しないように水管理をしてください。活着後は日中浅水とし、午後には灌水し夜間は深水にして保温してください。日中気温が低い場合は、水による保温効果を高めるため深水管理にして初期生育を進めます。

除草剤を散布する際はイネが埋没しない程度の深水にしてから散布します(散布後1週間は田面を出さない・水の出口は閉じておく)。その後は活着後の水管理に戻します。

＜除草剤＞

★除草剤は以下の点に注意し効果を高めましょう。

- ①代掻きは丁寧に行い水持ちを良くしましょう。
- ②使用時期、使用量を守る。難防除雑草や雑草イネ(3回体系)の発生圃場は体系防除を行ってください。

★農薬を使用する場合の注意事項。

- ①農薬散布後7日間は落水・かけ流しをしないようにします(環境保全と効果の向上)。
- ②農薬の使用は、令和6年度米穀野菜施肥基準冊子(87ページ)および農薬のラベルをよく確認し、登録内容に基づき使用してください。
- ③田植え後3～4日ほど低温となった場合、薬害が発生する可能性があるため、移植直後の散布は控えてください。

＜その他＞

★補植用苗は病害の発生源になるので、田植え後10日以降すぐに片づけるようお願いします。

クルマ買取・委託販売の専門店
カーリンク CAR LINK
0265-78-0880

クルマのことなら
オートパル上伊那
<https://auto-pal.co.jp/>

もしものときは
株式会社グレース
<https://grace-ja.com/>

金融移動店舗「かみま～る号」運行予定表

月曜日	小野地区 川島地区	ファミリーマート小野たのめ店 10:00～12:00	川島介護予防センター 13:30～14:30
火曜日	市野瀬地区 美和地区 手良地区	市野瀬公民館 10:00～11:00	旧美和支所 11:30～12:30 旧手良支所 14:00～15:00
水曜日	片桐地区 七久保地区	旧片桐支所 10:00～11:30	旧七久保支所 13:00～14:30
木曜日	東伊那地区 東箕輪地区	旧東伊那支所 10:00～11:30	旧東箕輪支所 14:00～15:00
金曜日	藤沢地区 長藤地区	伊那藤沢バス停横 10:00～11:00	片倉多目的集会所 11:30～12:30 旧長藤支所 14:00～15:00

JA上伊那 協同の成果

(JAのうごき)令和6年3月

農畜産物販売高	9億7,899万円
貯金高(平残)	3,105億2,856万円
貸出高(平残)	786億2,616万円
長期共済保有高(長期保障)	8,804億2,005万円
購買品取扱高	9億6,208万円
(組織の状況)	
正組合員	14,270人
准組合員	16,409人
組合員戸数	25,006戸
出資金	80億7,997万円
固定資産(帳簿価格)	84億3,163万円
職員数(臨時職員含む)	701人

理事会報告 令和6年4月30日

(決議事項)

- 令和5年度事業報告、事業報告の附属明細書、貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案、注記表及び貸借対照表の附属明細書、部門別損益計算書について
 - 令和6年度賦課金の額、賦課の方法、徴収の時期及び徴収方法の決定について
 - 「総会参考書類」に記載すべき事項について
 - 第28回通常総代会提出議案について
 - 内部統制基本方針の改定について
 - 職員給与規程・専任職員給与規程の改正について
 - 役員退職慰労金の支給について
- 以上理事会にて決定いたしました。
他、農機不祥事再発防止に向け改善策の検討を行ったことを報告しました。

2日間の おたのしみ
お待たせしました。静岡産ハラダ製茶

お茶

大特価 1缶 **1,000円** (税込) 大人気限定50本 (税別926円)

2024 早月 日時 **5/24** (金) AM9:00 ~ PM4:00
25 (土) AM9:00 ~ PM3:00

生活用品

みそ・醤油等
各種調味料販売

エコープ 新茶

好評ご予約承り中

各種リフォーム
～小さな修繕から承ります～

- お部屋の模様替 (フローリング・クロス等)
- 水回り (台所・お風呂・洗面等)
- 外回り (外壁・屋根・塗装等)
- エクステリア (テラス・ガレージ等)

医療機器関連

補聴器・メガネ
マッサージ機

◆体験コーナー
◆聴力測定会

建て替えに代わる新リフォーム
新築そっくりさん

まずは、無料建物診断から始めませんか?

古い住まいを本当に再生できるのか?それとも痛みがひどくて建て替えをしなければいけないのか...
まずは、私たちがしっかりと診断させていただきます。

地震が心配な方必見!! 無料耐震診断受け付けます

住まいのリフォームは **建物診断・耐震診断** から
まずは、建物調査の必要性を実感してください!
耐震補強工事のご相談も受け付けております。

新築そっくりさん 無料建物調査システム

建物調査 プランお見積り 屋根調査 床下白蟻検査

住友不動産の新築そっくりさん **安心のプロセス** ここまで無料でいきます

ペアガラス

予約相談会

安心の10年間保証

ガラスを取替えるだけの **あんみつガラス**

安住 安心 安全
節電 節約

夏の窓辺をもっと快適に!
冷暖房の効きが違います。

サンジュニア 太陽光熱機器
くらしのエネルギー相談会

太陽光発電 蓄電池システム
太陽熱温水器 ソーラーシステム

創る! 使う! 蓄える!

エネルギーの自給自足でCO2を出さない、環境に配慮した安心・安全・経済的な暮らしをご提案します。

各種ご相談・お見積りは無料です。お気軽にお声掛けください。
各コーナー、サービス満点価格にて販売!!

JA上伊那 0120-972-223
くらしのセンター TEL 0265-76-1941

展示相談会

会場 **JA上伊那 くらしのセンター**
上伊那LPガスセンター

ご来店時粗品プレゼント

ご来店をお待ちしています。是非お出掛けください!

最新クミアイガス器具展示 会場で手に触れてみてください!

いつだって家事のミカタ宣言!
日頃の「料理」や「洗濯」の負担を軽減します!

ラク家事① 最新ガスコンロ編 グリルのお掃除をラクに。グリルの中にセットして油の飛び散りを防ぎます!

汚れのないのがあたりまえ
お手入れが面倒な油のベタ付きや焦げつきを防ぐから、お手入れカンタン。ニオイ残りも防ぎます。

焼き網使用
焼き網を使用した場合油の飛び散りは約14,570^{※1} (グリル庫内)
油が飛び散る...

コックプレート使用
コックプレートを使用すると油の飛び散りはわずか1mg^{※1} (グリル庫内)
油がほとんど飛び散らない!

開口スリットで直火が届く
食材の外側をカリッと焼き上げて、食感まで楽しめる美味しさに仕上げます。

グリル庫内の汚れは99.9%カット!
詳しくは動画をチェック!

さんまもまるごと焼ける

ラク家事② 最新レンジフード編

Before
ごびりついた油汚れでベタベタ

昔ながらの換気扇タイプは凹凸が多く、ごびりついた油汚れのお手入れは大変。また直接屋外に排気するので外の冷気が入り込みやすく、冬場は特に困りもの。

After
サッとひと拭き、スッキリキレイ!
ノンフィルターの最新レンジフードに取り替えると、見た目も空気もスッキリ! フィルターがなく凹凸の少ないデザインだから、お掃除の手間がかりません。

ラク家事③ 洗濯編

洗濯後の衣類を毎回毎回物干し場まで運んで1枚1枚洗濯バサミにつるして干すのが大変! さらに、乾いたあとの取り込む手間もめんどう!

ガス衣類乾燥機 **乾太くん** なら

- 短時間乾燥で、干す手間も取り込む時間もかからない
- ガスのパワフル温風で嫌な生乾き臭をカットします
- ふんわりするやわらかい仕上がりに

だから、一度使うと手放せません!

乾太くんをもっと知りたい!

おうちのエネルギーは **上伊那LPガスセンター**
まるごとJAで! TEL 0265-78-1165



もっと役立つ機能が充実



もっと便利に ① Webマイページへワンタッチアクセス



- WebマイページとID連携し、ご自身の加入内容の確認ができます。
- ご契約の住所・電話番号の変更などの異動手続きが可能です。

もっと身近に ② JAへの連絡が手軽に



- 契約情報をもとに、支店単位で契約JAが自動表示され、検索機能を使わずにすぐに連絡をすることができます。

もっと便利に ③ すぐに事故連絡(いえ・くるま)



- 災害時や交通事故時の事故連絡やレッカーロードサービスの手配が簡単におこなえます。
- Webマイページの契約情報やモバイル機能(カメラ・GPS)を使い、どの契約でどんな事故があったかをすぐに連絡可能です。

もっと安心・満足に ④ 毎日の暮らしに役立つ充実したコンテンツ



- 健康増進(げんきなカラダプロジェクト)をはじめ、お金・防災防犯・子育て・食等のお役立ちコンテンツへの閲覧が可能です。
- 気になる共済の資料請求や掛金試算も可能です。

※アプリのご利用時の通信料はご利用者さまのご負担となります。 ※本アプリはスマートフォン向けアプリのため、フィーチャーフォンのご利用いただけません。 また、お使いのスマートフォンの機種・設定によってはご利用いただけない場合があります。

万一の際や請求時にこそ、私たちJA共済の使命が果たせると思っています。 ちょっとの不安や心配も安心に変えられるよう、「JA共済アプリ」は、JA共済ならではの“安心のかたち”です。

JA共済アプリのご利用は「Webマイページ」の登録から始めてください。▶

Webマイページ



長野 16198

Webマイページに登録するなら今! 応募期間 令和6年4月1日～令和7年3月31日

Webマイページ 新規登録キャンペーン

JA共済は長野県に住む皆さまを応援しています。 JA上伊那

[2416990107]

大規模災害



大震災

水害

共済金の請求・交通事故 あなたはどこに連絡しますか?!

夜間

故障

交通事故

大規模災害・自動車事故(故障)に備えて、JA共済アプリをご登録ください。

もっと便利に、もっと身近に、もっと安心・満足に!



災害や交通事故時における事故連絡や共済金のお支払い等が、よりスムーズに行えるよう、お手数をお掛けいたしますが、「JA共済アプリ」への登録をいただきますようお願いいたします。



熊本県産 初夏の味覚！ 肥後グリーンメロン



糖度が高く、ジューシーさがあります。
外皮には細切りネットが入り青肉系の果肉です。
* 自家用としてのご利用をお奨めいたします。
* つるなし、つるありのご指定はご容赦願います。

L玉以上
2玉 1箱

2,880 (税込) 円

参考本体価格 (2,677円)

注文締切日 5月23日(木)

お届けは6月中旬～下旬を予定しております。

*商品には万全を期しておりますが商品到着後はすみやかに開封し、商品の確認をお願いします。
*青果物につきお届け時期が変更になる場合がございます。



JA上伊那くらしのセンター
フリーダイヤル 0120-972-223
お問い合わせ 0265-76-1941

見直そう！ 農作業の安全対策

5月は、『春の農作業安全運動』月間です。
県下では、昨年農作業中の死亡事故が7件発生しています。先月は上伊那管内においても大きな事故が発生しており、高齢者や農作業に不慣れな方は特に注意が必要です。
事故は、トラクターなどの乗用型機械の転倒・転落によるものが非常に多い傾向となっていて、特に疲れが出始める昼前や夕方によく発生しています。また、機械の動力部に手袋や作業着などが巻き込まれて負傷する事故も発生しています。

農業機械を使うときは・・・

- ・始業点検や周囲の安全確認をしっかりと行いましょう。
- ・シートベルト、ヘルメットを着用しましょう。
- ・作業は余裕を持って行いましょう。
- ・点検や異物を除去する際は、必ずエンジンを停止させましょう。
- ・1人での作業はなるべく避け、休憩を十分に取らしましょう。



～家族や友人同士みんなで声を掛け合って、
農作業安全に取り組みましょう～

また、万が一の事故に備えて『労災保険』に加入することも大切です。詳しい内容は、JAまたは労働基準監督署へお問い合わせください。

JA 長野県グループ

ソリマチ Web 農業簿記

ソリマチ Web 農業簿記システムで青色申告を簡単にしませんか!

JA を利用したお取引が自動仕訳されるので、面倒な手間の入力が省けます!

JAを利用した取引は自動連動! 自動連動した取引の修正・現金取引・JA外取引や減価償却資産の登録などの入力を行うと、貸借対照表や損益計算書のほか、青色申告に必要な帳票が簡単に作成できます。
※決算修正処理は必要



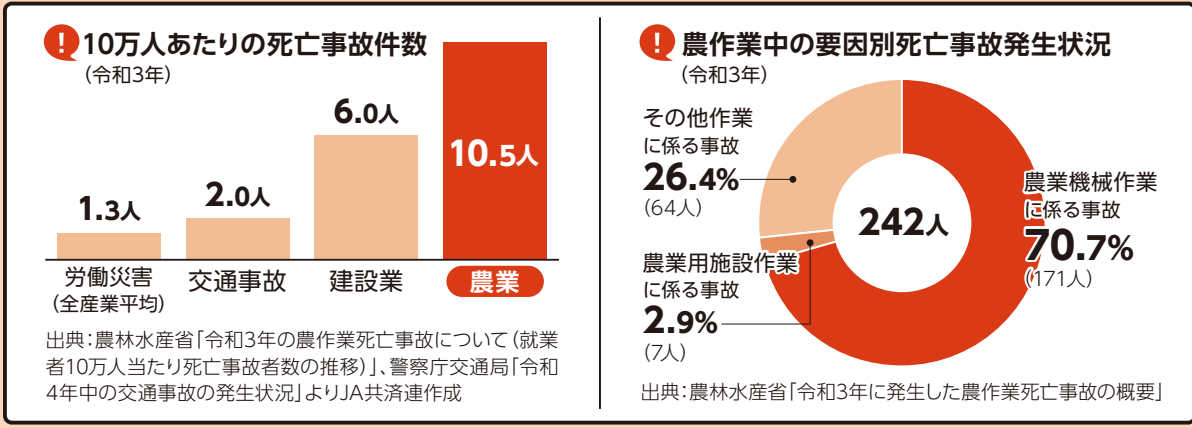
インターネット回線に接続したパソコンがあればどこでも使えます!

クラウドシステムなので、新しいシステムのインストールは必要ありません。またデータはクラウド上に保存されるので、パソコンが壊れてもデータが消える心配はありません。消費税制などが改正されても、自動的にアップデートされます。

●年間利用料 5,000 円(税込) ※別途JA上伊那農業青色申告会会費(前年度1,500円)が必要です。
※利用のお申し込みは営農経済部営農企画課(TEL.0265-72-8833)上甲まで。
(令和6年1月1日からのJA取引データを連動希望の方は5月31日(金)までにお申し込みください。)

「農作業中のケガ」は こんなに起きています。

農作業中の死亡事故の発生率は高くなっています。



農作業中には、さまざまな事故が起こり得ます。

<p>例えば</p> <p>トラクターを運転中、誤って側溝へ転落し、トラクターの下敷きとなり亡くなった。</p>	<p>例えば</p> <p>脚立で高所作業中、誤って転落し負傷した。</p>	<p>例えば</p> <p>草刈機で作業中、石がはね、自身の目を負傷した。</p>
<p>例えば</p> <p>畜舎内にて牛の搾乳中、牛に蹴られ負傷した。</p>	<p>例えば</p> <p>穀物乾燥機で高所作業中、足をすべらせ落下し負傷した。</p>	<p>例えば</p> <p>コンバインに稲を投入する際、誤って服が巻き込まれ負傷した。</p>

※JAグループ調べ

◎農作業中のケガにより入院・通院された場合には、治療費が高額になるケースもあります。

◎政府の労災保険にご加入されていれば治療費は保障されますが、給付までに時間を要し、一時的に生活資金が不足する恐れもあります。

JA共済には「傷害共済」があります。

農家さんのための

リスク診断 農業を取り巻くリスクに備えていますか?

<https://nougyoushindan.ja-kyosai.or.jp/>

Agriweb 農業経営に必要な情報の収集に役立ててみませんか?

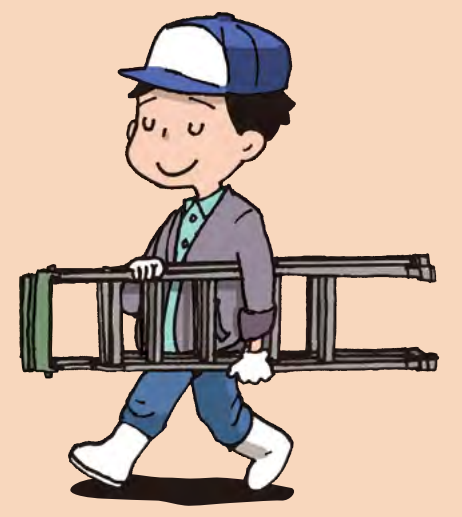
<https://www.agriweb.jp/>

詳しくはお近くのJAまたは担当者にお問い合わせください。

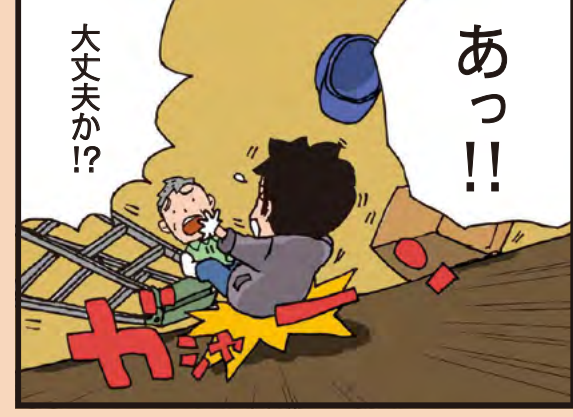
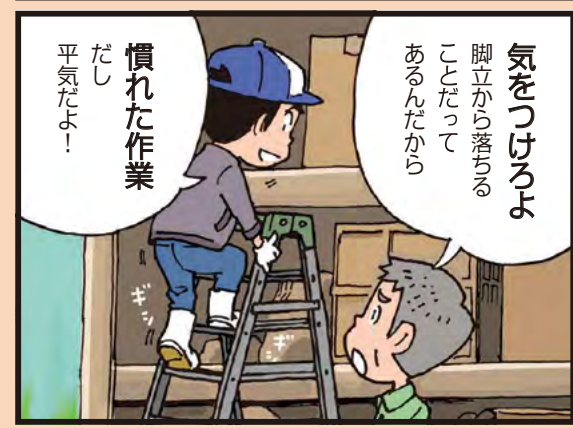
JA共済ホームページアドレス <https://www.ja-kyosai.or.jp>



農作業中のケガ、起こらないとはいきれない。



「慣れ」や「過信」に要注意



農業にはさまざまなリスクが潜んでいます。例えば農作業中のケガ。毎日のことだから、それだけ起こる確率が高いリスクともいえます。

「こんなことになる前にぜひご相談ください。」

農耕用車両の運転免許について 2024年5月

最近の大型トラクタの運転に

農作業機を直接装着した農耕トラクタの公道走行が可能になりました。

★ご存じでしたか？

農作業機を直接装着した農耕トラクタの公道走行が可能になりました(条件や制限事項あり)。
 小型特殊免許・普通免許で運転可能なものは、農耕トラクタ単体又は農耕トラクタに農作業機を装着した状態で、寸法が、長さ4.7m以下、幅1.7m以下、高さ2.0m以下(安全キャブや安全フレーム等が備えられている自動車で、当該装置を除いた部分の高さが2.0m以下のものにあつては、2.8m以下)、最高速度が15km/h以下の条件を全て満たす必要があります。このため、農作業機を装着することにより、この寸法を超える場合には、**大型特殊免許が必要**です。



※画像は農林水産省公式HP「作業機付きトラクタの公道走行について」内の【ガイドブック】より引用。
 URL: https://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/kodosoko.html

例えば、最高速度が15km/hを超えるもの(ハイスピード機能装着車等)が該当します。

平成9年の「道路運送車両法」の改正により、農耕用小型特殊自動車車両の規格条件等が変更されました。しかし、「道路交通法」での変更はなされておらず、従来通りの区分での運転免許が必要です。もし、大型特殊免許をお持ちでない方が、新小型特殊自動車を道路で運転すると、**無免許運転**で違反点が25点となり、**免許を取消された方も**います。
※1

新小型特殊自動車の区分は…

区分/車体等	小型特殊自動車	新小型特殊自動車		大型特殊自動車
		農耕車以外	農耕作業用	
長さ(m)	4.7以下	4.7以下	制限なし	制限なし
幅(m)	1.7以下	1.7以下	制限なし	制限なし
高さ(m)	2.0以下※2	2.8以下	制限なし	制限なし
最高速度(km/h)	15以下	15以下	35未満	60以下
総排気量(cc)	制限なし	制限なし	制限なし	制限なし
運転免許	小型特殊免許 又は、普通免許等の 上位免許	大型特殊免許		



- 小型特殊自動車の条件の内、ひとつでも上回っているものがあれば、大型特殊免許が必要となります。
※2 ハットガード等により、高さが2.0m超、2.8m以下のものを含む。
- ナンバーの色だけでは判断できません。

※1 道路とは…

- 道路法で定める道路。(高速自動車国道、一般国道、都道府県道、市町村道など)
- 道路運送法で定める自動車道。(専用自動車道など)
- 一般の人や車が自由に通行できる場所。(公園、校庭、空き地、私道、神社仏閣の境内など)

は大型特殊免許が必要です。

これから大型特殊やけん引の免許取得をお考えの方へ

- 2024年12月30日までに教習を開始していただき、2025年1月20日までに卒業できる組合員の方に限り、以下の教習価格・プランが利用可能です。この機会に是非取得されよう、ご案内申し上げます。
 - 申込書が、「JA上伊那本所営農経済部」、「各営農センター」、「各支所組合員組織課」、「各農機センター」に用意してあります。組合員番号など必要事項を記入してください。
 - 自動車教習所に申込書を提出して、申込手続きを行ってください。
- ※ 日程及び料金等は、自動車教習所へ直接お問合せください。
 自動車教習所の申込状況により時期が変更となる場合もあります。

大型特殊免許教習



普通免許以上所持にて 規定教習時限 **6時限**
 ● 1日2時限まで教習可能です。

JA組合員様特別価格

※但し、上記①の期間内に限らせて頂きます。

教習料金 一般料金 税込 **¥98,010** を
 税込 **¥92,510**

けん引免許教習



普通MT以上所持にて 規定教習時限 **12時限**
 ● 1日2時限まで教習可能です。

JA組合員様特別プラン

※但し、上記①の期間内に限らせて頂きます。

教習料金 税込 **¥134,970**

上記料金にて技能教習・各検定に**追加料金なしの保証プラン**です。

運転免許センターで更新される際には、免許試験手数料¥1,750(非課税)が別途必要です。
 ※途中解約の場合は、すでに終了している教習代金及び手数料分について実費精算となります。

長野県公安委員会指定・実地試験免除

伊那自動車教習所

お申込み・お問合せ **0120・21・8188**

〒396-0111 長野県伊那市美郷 9623-2 TEL0265-72-6191

【受付】●平日=9:00a.m.~7:00p.m. ●土・日・祝日=9:00a.m.~5:00p.m. 教習は年中無休(12/31~1/3を除く)。土・日・祝日も営業。検定も行います。

ZENRIN 住宅地図のご案内

町内会に 町内の事がよく分かるので、イベントや行事の計画を立てるときに活用！

防災に 避難場所や避難ルートなど、いざと言う時の備えに役立ちます！

防犯に 通学路の確認など、通行ルート周辺の情報収集に！

地震や豪雨等の思いがけない災害時や防犯活動などに備えて、この機会に是非お求めください。定番のB4判。冊子版とバインダー版が選べます。地図本体は同価格。・バインダー版…冊子版を裁断・穴あけ加工したものです。専用バインダー 別売 7,260円(税込)に綴じてご利用ください。

★2023年8月発行

ゼンリン 長野県 伊那市1 [伊那]

通常価格 26,400円

割引価格 23,760円 (税込)

ゼンリン 長野県 伊那市2 [高遠長谷]

通常価格 13,200円

割引価格 11,880円 (税込)

ゼンリン 長野県 箕輪町

通常価格 17,600円

割引価格 15,840円 (税込)

ゼンリン 長野県 南箕輪村

通常価格 14,300円

割引価格 12,870円 (税込)

★2024年4月 新刊発行



ゼンリン 長野県 辰野町

通常価格 17,600円

割引価格 15,840円 (税込)

くらしのセンター

JA上伊那 0120-972-223 0265-76-1941

※いただいた個人情報は、申込商品等の発送、代金決済、関連するアフターサービスの提供及びその他当組合の提供する商品、サービスのご案内に利用させていただきます。

メガネ・補聴器 展示相談会

ご自宅訪問 補聴器個別相談

専門担当者がご自宅へお伺いいたします！

「家まで来てくれて助かる！」そんな声がたくさん寄せられています！

《出張料金は無料です！》

新規ご相談、聴力測定、電池のご注文、音の調整、お掃除など…お気軽にご相談下さい。ひまわりめがねでは、お客様がお買い求めになりたい補聴器での**無料お試し**ができます！また一定レベル以下の聴力の方には各市町村より**補助金**が支給される制度があります。

◆お問合せ◆ JA上伊那 くらしのセンター 0120-972-223 TEL. 0265-76-1941

下記の日時にて開催いたします

《皐月総合展示相談会》
5月24日(金) AM9:00~PM4:00まで
5月25日(土) AM9:00~PM3:00まで
 JA上伊那くらしのセンター

6月10日(月) 伊那支所
6月11日(火) 西箕輪支所
6月13日(木) 春富支所
6月14日(金) 富県支所

AM9:30~PM12:30まで

※状況により、展示会が中止になる場合もございます。

JA指定 ひまわりめがね

0800-111-3225

※本フリーダイヤルはIP電話からはつながりません

営業担当 小松 080-6356-2473

組合員のみさまへ

エコーブ

新茶



エコーブ新茶 人気 No.1!

一番茶の新芽を使用した「旨み、こく、まろやかさ」が抜群の新茶です。

新茶シルバー 11,340円(税込)
 1kg(167g×6本) お届け予定時期:5月上旬頃 10,500円(本体価格)

お茶のおいしさは芽の若さが決め手!一番茶の新芽で作った緑茶です。

新茶ゴールド 16,200円(税込)
 1kg(167g×6本) お届け予定時期:5月上旬頃 15,000円(本体価格)

摘みたてを新鮮パックした期間限定品です。品質と安心にこだわったエコーブ新茶をお届けします。

八十八前後の芽吹いたばかりの一番茶の新芽を使用しました。芳醇な香りとコク深いまろやかな味わいが特徴です。

新茶 白翔 11,400円(税込)
 500g(167g×3本) 10,556円(本体価格) お届け予定時期:4月下旬頃

おいしさと経済性を考えてブレンドしました。新茶の風味はそのままで。

新茶 グリーン 9,180円(税込)
 1kg(167g×6本) 8,500円(本体価格) お届け予定時期:5月中旬頃

軟らかい芽の部分を含んださわやかな緑茶です。この時期のみ製造される限定品です。

新茶 匠(棒茶) 7,020円(税込)
 1kg(167g×6本) 6,500円(本体価格) お届け予定時期:5月下旬頃

安全・安心の取り組み

- エコーブ茶は、安全・安心のため品質管理の徹底を行っております。
- 自社農園・契約農園においてGAP認証取得し、食品安全や環境に配慮した農場で育った茶を原料として使用する取組を進めています。

※ご注文は最寄りのJA各支所または店舗にお申し込み下さい。 ※商品お渡し時期は、天候により遅れることがあります。 ※ご購入いただいた個人情報は申込の受付、注文品等の配達・配送その他契約の締結・履行・費用・代金の請求・決済、当JAの提供する商品・サービスに関する各種の情報のご提供等に利用します。 ※(当JA管内・当JA女性部)の範囲内で回収することに同意の上、申し込みます。 ※配達時ご不在の場合は受領印を省略させていただきます。 ※本チラシに掲載の価格は、JA全農長野希望小売価格です。

JA長野県

アンケート回答で豪華景品が当たる!!

どなたでも応募可能です

応募方法: 左記二次元コードから、エコーブマークコミュニティサイト「Aむすび」へアクセスし、会員登録の上、アンケートの回答をもって応募完了となります。

賞品について: 当選発表は賞品の発送をもって代させていただきます。賞品の発送は2024年9月中を予定しています。

【個人情報取得について】お預かりした個人情報は、商品の抽選・発送のほか、個人を特定しない統計的情報の形でのみ使用いたします。

景品抽選は5/30まで

- A 旅行券 10万円相当 3名
- B JAタウンギフト券 1万円相当 30名
- C まごころ商品券 5,000円相当 140名
- D エコーブ銘茶 宝玉 7g×3個 1000名

新茶 70周年

エコーブ銘茶 プレゼントキャンペーン

応募期間 令和6年6月30日まで

ご存知ですか? /

お茶の味はお湯の温度で変わります

冷たいお茶が苦手なら 冷ましたお湯で

緑茶の渋み成分であるカテキンは80℃以上で、旨み成分のアミノ酸は50℃以上で溶け出しやすくなるという性質があります。冷たいお茶が好みの方やお茶の栄養をしっかりとりたいという方は、80℃以上の熱いお湯で淹れるのがおすすめです。一方、渋みを抑えたお茶にするには、熱湯を茶葉に直接注ぎず、お湯を温呑みで少し冷ましてから淹れるのがオススメです。また、水出しや氷出しでも美味しく召し上がれます。

エコーブ銘茶って、どんなお茶?

JAグループが長年にわたって育んできた「美味・安心・お買い得」自慢の緑茶ブランドです

- 美味の理由**
 - 成分充実した生葉
 - 伝統と熟達の技術
 - 新鮮な真空パック
- 安心の理由**
 - 残留農薬定期検査
 - 国際品質保証モデル
 - トレーサビリティ
 - GAPへの取組
- お買い得の理由**
 - 結集メリット発揮
 - 製造コストの削減
 - 流通コストの削減

組合員・利用者の皆様の結果により、多くの予約・製造が可能となり、良質な原料を安定して購入できます。最先端のコンピュータシステムや高性能ロボットを採用し、大規模省力化によるコスト削減を実現しました。また、物流と商売の合理化をはかり流通コストを大幅に削減しました。

◆お問い合わせは JA上伊那くらしのセンター 0120-972-223 0265-76-1941

カラスは頭が良いと聞いていましたが、先日に実際に実感しました。畑仕事が終わりに帰る時、どこで見えていたのか2羽のカラスが畑に入り、何かをつつき始めました。人間に劣らぬ行動には感心しました。

………箕輪町 PN Hさん

人が帰る時を狙って入るのはとても偶然とはいいがたい行動ですね。何かしらの対策が必要かもしれません。

4月から高校生になりました。

………中川村 諏訪ひかりさん

おめでとうございます。新しい場所、友だちとともに学生生活を謳歌してください。

………伊那市 PN K・Kさん

花壇にチューリップが咲き始めました。きれいです。

………伊那市 PN K・Kさん

花壇にチューリップは素敵ですね。自宅もいつそう華やかになるのではないのでしょうか。

定年になりたつぷり時間ができたので、今年はお家の畑の手伝いをします。宣言しないとダメです。がんばるぞ!!

………辰野町 PN ぼおずきさん

宣言し自分を奮い立たせるのは大事だと思います。おいしい野菜をつくってください。

………宮田村 PN 春らんまんさん

花見という春は桜のイメージが強いですが、チューリップもいいですね。園児にとって花の形なども近くで見られますね。

………伊那市 平澤芳春さん

新しく入組された皆さま、新しい職場へ異動された皆さま、よろしくお願ひします。

………伊那市 白鳥紀子さん

体に気をつけて作業してください。おいしい野菜が収穫できるといいですね。

………伊那市 白鳥紀子さん

庭の草が青々としてきました。春が来たのを感じます😊

………駒ヶ根市 矢澤裕子さん

私は緑になった山を見て春が来たのを実感していたところです。草取りの大変な時期はもうすぐですね…。

………伊那市 平澤芳春さん

花見という春は桜のイメージが強いですが、チューリップもいいですね。園児にとって花の形なども近くで見られますね。

………伊那市 平澤芳春さん

新しく入組された皆さま、新しい職場へ異動された皆さま、よろしくお願ひします。

………伊那市 白鳥紀子さん

体に気をつけて作業してください。おいしい野菜が収穫できるといいですね。

………伊那市 白鳥紀子さん

庭の草が青々としてきました。春が来たのを感じます😊

………駒ヶ根市 矢澤裕子さん

私は緑になった山を見て春が来たのを実感していたところです。草取りの大変な時期はもうすぐですね…。

………伊那市 平澤芳春さん

花見という春は桜のイメージが強いですが、チューリップもいいですね。園児にとって花の形なども近くで見られますね。

………伊那市 平澤芳春さん

新しく入組された皆さま、新しい職場へ異動された皆さま、よろしくお願ひします。

………伊那市 白鳥紀子さん

体に気をつけて作業してください。おいしい野菜が収穫できるといいですね。

………伊那市 白鳥紀子さん

庭の草が青々としてきました。春が来たのを感じます😊

………駒ヶ根市 矢澤裕子さん

私は緑になった山を見て春が来たのを実感していたところです。草取りの大変な時期はもうすぐですね…。

………伊那市 平澤芳春さん

花見という春は桜のイメージが強いですが、チューリップもいいですね。園児にとって花の形なども近くで見られますね。

………伊那市 平澤芳春さん

新しく入組された皆さま、新しい職場へ異動された皆さま、よろしくお願ひします。

………伊那市 白鳥紀子さん

体に気をつけて作業してください。おいしい野菜が収穫できるといいですね。

………伊那市 白鳥紀子さん

庭の草が青々としてきました。春が来たのを感じます😊

………駒ヶ根市 矢澤裕子さん

私は緑になった山を見て春が来たのを実感していたところです。草取りの大変な時期はもうすぐですね…。

………伊那市 平澤芳春さん

花見という春は桜のイメージが強いですが、チューリップもいいですね。園児にとって花の形なども近くで見られますね。

………伊那市 平澤芳春さん

新しく入組された皆さま、新しい職場へ異動された皆さま、よろしくお願ひします。

………伊那市 白鳥紀子さん

体に気をつけて作業してください。おいしい野菜が収穫できるといいですね。

………伊那市 白鳥紀子さん

庭の草が青々としてきました。春が来たのを感じます😊

………駒ヶ根市 矢澤裕子さん

私は緑になった山を見て春が来たのを実感していたところです。草取りの大変な時期はもうすぐですね…。

………伊那市 平澤芳春さん

花見という春は桜のイメージが強いですが、チューリップもいいですね。園児にとって花の形なども近くで見られますね。

………伊那市 平澤芳春さん

新しく入組された皆さま、新しい職場へ異動された皆さま、よろしくお願ひします。

………伊那市 白鳥紀子さん

体に気をつけて作業してください。おいしい野菜が収穫できるといいですね。

………伊那市 白鳥紀子さん

庭の草が青々としてきました。春が来たのを感じます😊

………駒ヶ根市 矢澤裕子さん

私は緑になった山を見て春が来たのを実感していたところです。草取りの大変な時期はもうすぐですね…。

………伊那市 平澤芳春さん

花見という春は桜のイメージが強いですが、チューリップもいいですね。園児にとって花の形なども近くで見られますね。

………伊那市 平澤芳春さん

新しく入組された皆さま、新しい職場へ異動された皆さま、よろしくお願ひします。

………伊那市 白鳥紀子さん

体に気をつけて作業してください。おいしい野菜が収穫できるといいですね。

………伊那市 白鳥紀子さん

庭の草が青々としてきました。春が来たのを感じます😊

………駒ヶ根市 矢澤裕子さん

私は緑になった山を見て春が来たのを実感していたところです。草取りの大変な時期はもうすぐですね…。

商・品・紹・介

今月のイチオシ!



エコーブ らっきょう酢 1800ml 本体価格 899円 (税込 970円)

今回ご紹介する商品は、『エコーブ らっきょう酢 1800ml』です。

●らっきょう漬はもちろん、梅・しょうが・みょうが等、いろいろな甘酢漬けが楽しみ頂けます。

「梅の甘酢漬け」大好評

料理にも使えてとっても便利!

季節の野菜をおいしくしたべよう!

※お寿司の合わせ酢だって(らっきょう酢)を使えばとっても簡単!



A・コープ七久保店 鶴田光生さん

～商品特徴～
らっきょうが塩漬けなしで、簡単においしく漬かるベストセラー商品です。塩漬けたらっきょうは、必ず塩抜きして漬けてください。しょうがの甘酢漬け、梅の甘酢漬け、お寿司の合わせ酢にもお使いいただけます。

【A・コープ店からのお知らせ】

5月24日(金)～26日(日)初夏の信州農畜産物フェスタを開催します。「豚肉を食べて生産者を応援しよう!」の生産者応援企画をメインに、信州産農畜産物と地元的新鲜食材をふんだんに取り揃え皆さまのお越しをお待ちしています。期間中は友の会ポイント3倍デーも開催いたします。また、A・コープでは「能登半島地震」の被災地応援企画として25日(土)～26日(日)の2日間、七尾漁港直送市を中心に「食べて・飲んで能登応援」を開催いたします。石川能登の商品を取りそろえ復興支援に取り組んでまいります。ぜひ、この機会にA・コープへお越しくださいませ。

A・コープ店		ファミリーマートJA各店			
●伊那中央店	●美すず店	●西箕輪店	●平出店	●小野たのめ店	●大芝高原店
●宮田店	●ファーマーズ	●こまがね店	●いな店	●中川店	※一部取り扱いがない店舗があります
●七久保店	こまがね店	●いな竜東店	●伊北インター店	●いいじま店	

二重枠に入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉は何でしょう?

お楽しみパズル

- ヨコのカギ
- ①陰暦の5月のこと
 - ②棋聖、天元、本因坊といえ
 - ③ワインやウイスキーはこれ
 - ④話題となるような出来事
 - ⑤ギョーザのたれに入れる辛い調味料
 - ⑥指揮者が振るもの
 - ⑦家臣が仕えます
 - ⑧村下孝蔵のヒット曲。歌い出しの言葉は五月雨です
 - ⑨目には――山ホトギス初ガツオ (山口素堂)
 - ⑩遠くの親類より近く――
 - ⑪1と-1の間地点

- タテのカギ
- ①アルバイトの――試験を受けた
 - ②黄色に黒いしま模様がある猛獣
 - ③ご――の良い日にお越しください
 - ④ケシ科の花、特にヒナゲシのこと
 - ⑤味を感じ取ります
 - ⑥沖縄では5月中に――入ることが多いですね
 - ⑦ゴールデンウィークのホテルは、――客で混雑しそう
 - ⑧魚偏に占と書く魚
 - ⑨凸という字の音読みは
 - ⑩早く実る稲は早稲、遅いものは
 - ⑪ポケットの中でチャリチャリと鳴ることも
 - ⑫相撲の取組を数えるときに使う言葉
 - ⑬衣服のしわをのばします

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

●締め切り 5月31日(金) 正解者の中から抽選で10名様に
●当選は7月号で発表します。 A・コープなどで使える『JAまごころ商品券』
●応募先 〒396-8510 伊那市狐島4291 1,000円分をプレゼント!
Eメール: s-koho@ina.nn-ja.or.jp

右の二次元コードからも応募できます。

3月 お楽しみパズル当選者 正解 ウシオジル (応募125通)
JAまごころ商品券1,000円分 プレゼント(敬称略)

足助光子 根橋三恵 白鳥喜一郎 伊藤泰雄 平澤睦弘 平澤みちよ 倉田敦臣 伊沢春輝 湯澤浩美 池上俊広



表紙紹介
「2世代の田植
植えるはまかせたぞー」

撮影者: 守谷みどりさん
撮影地: 伊那市

編集者のポツリ

現在、長野県と山梨県内のセブンイレブンで、上伊那那のアスパラガスを使ったおにぎり「アスパラベニコピラフ」が販売中! 曲がりなどで規格外となってしまうものも使用され、生産者の所得向上や食品ロス軽減にもつながっています。私もいただきましたが、アスパラガスがたっぷり入っていて、上伊那の春の味をしっかりと楽しむことができました! 販売は5月下旬までですので、気になる方はお早めに!

▲特集の取材にて、樋屋さんの園地ではシナノリップの花がちやうど満開でした。白い花がかわいらしく咲いていて、とてもきれいでした。栽培では「摘花」という作業があり、より優れた果実を实らせるため、生育の良い花を残して摘み取ってしまいます。摘花前の光景は狙って行かないとなかなか見ることができず貴重な体験になりました。(征矢大士)

【金融】

所属部署	担当業務	担当者名	公用携帯電話番号
ローンセンター	フリーダイヤル		0120-972-677
	ローンセンター長	中山 裕人	080-2007-0854
	ローン営業担当	中村 慎吾	080-2137-9957
		筒井 健吾	080-2007-0883
		平澤 克也	080-2208-2245
		滝澤 花	080-2005-6447
	南箕輪	渉外担当	川久保 友貴
佐々木 勝則			080-2137-9958
西箕輪	渉外担当	原 正史	080-2137-9961
伊那	渉外担当	百瀬 崇史	080-2137-9960
		酒井 千南都	080-2137-9962
美篤手良	渉外担当	橋詰 華純	080-2137-9966
		山岸 未玖	080-2137-9965
富	渉外担当	白鳥 隆之	080-2137-9967
春富	渉外担当	阿部 恵利	080-2137-9969
西春近	渉外担当	小松 洸稀	080-2137-9970
		山崎 久樹	080-2137-9973
辰野	渉外担当	矢彦沢 葵	080-1116-1834
		石丸 楓	080-2137-9976
駒ヶ根	渉外担当	春日 拓也	080-2137-9977
		中川 心珠	090-5554-6280
		濱 沙也加	080-2137-9979
駒ヶ根東	渉外担当	北澤 貴文	080-2137-9981
		保科 智子	080-1388-6774
飯島	渉外担当	高坂 雄也	080-2221-6609
		伊藤 祐介	080-2137-9984
中川	渉外担当	福永 鈴音	080-2137-9987
		根津 匠	080-2137-9986
宮田	渉外担当	北川 巧大	080-2137-9990
		竹松 小雪	070-4105-3891

【共済】

所属部署	担当業務	担当者名	公用携帯電話番号
南箕輪	ライフアドバイザー	竹村 洋祐	080-1117-4064
		小林 大	080-1074-9783
		西村 隆志	080-1116-2622
西箕輪	ライフアドバイザー	有賀 にや	080-1097-6960
		中村 英之	080-1116-5779
		城倉 遼	080-1117-4124
		福澤 祐紀	080-1116-1089
伊那	ライフアドバイザー	湯澤 智志	080-1094-4131
		宮下 三広	080-1094-8052
		白鳥 羽瑠香	080-1083-9263
		松崎 亮	080-1116-1195
		柴 恭平	080-1116-1356
		城取 由佳里	080-1115-4972
		前田 隆行	080-1117-4132
		福永 遥輝	080-1116-1099
		福澤 千絵	080-1084-1993
		井口 佳樹	080-1094-8956
美篤手良	ライフアドバイザー	片平 明美	080-1084-1944
		根津 光浩	080-1116-8957
		新井 麻希	080-1116-2989
		武田 真緒	080-1094-4002
		大澤 啓貴	080-1094-4459
春富	ライフアドバイザー	清水 秀美	080-1098-9397
		今井 隆浩	080-1115-5101
		伊東 章雄	080-1116-2101
		中原 正文	080-1116-2263
		林 和久	080-1116-1985
		清水 淳平	080-1096-9957
		上柳 凌平	080-1084-1292
		酒井 純平	080-1116-1489
辰野	ライフアドバイザー	飼馬 亘	080-1117-4108
		北原 美咲	080-1094-8495
		酒井 啓	080-1116-8024
		保科 英樹	080-1094-3791
		弾塚 紗耶	080-1094-3158
箕輪町	ライフアドバイザー	佐藤 由佳莉	080-1097-6782
		前田 正樹	080-1094-8040
		関 啓太	080-1116-2542
		居石 レイ	080-1116-2122

所属部署	担当業務	担当者名	公用携帯電話番号
駒ヶ根	ライフアドバイザー	飯塚 恵美	080-1098-9971
		山口 凌	080-1116-8392
		久保村 美穂	080-1117-4038
		牛山 慶一	080-1099-0375
		田中 明信	080-1117-4117
		丸山 麻紀	080-1116-8956
飯島・中川	ライフアドバイザー	山本 昂	080-1083-9944
		山本 広志	080-1116-8788
		飯塚 慶太	080-1116-1559
		井澤 篤紀	080-1115-4747
		酒井 恵一	080-1117-4059
		宮下 裕作	080-1117-4210
		後藤 華奈	080-1117-4125
宮田・駒ヶ根東	ライフアドバイザー	坂本 一博	080-1116-8962
		吉澤 みち代	080-1096-9413
		唐澤 諒	080-1116-1182
		下島 健	080-1096-9711
東部	ライフアドバイザー	田畑 祐貴	080-1116-5462
		清水 美香	080-1084-1467
		池上 由紀	080-1116-1682
		白鳥 静香	080-1094-4130
		伊藤 大地	080-1117-4029

【営農経済部 生活エネルギー課 LPガスセンター】

上伊那LPガスセンター	0265-78-1165
南部LPガスセンター	0265-83-6839
夜間・休日フリーダイヤル	0120-78-7780

- ※ローン営業担当……住宅ローンをはじめとしたローン専任担当者
- ※渉外担当……組合員（利用者）宅へ訪問し、各ニーズに応じた金融商品等の提案を行う担当者
- ※ライフアドバイザー……JA共済を通じて組合員（利用者）のお役に立てるよう訪問活動を行う担当者

※リンク目から切り取って活用ください。

春



夏



JA上伊那 フォトコンテスト 2024

応募締切

9月13日(金)

秋



冬



作品テーマ

上伊那の「農のある暮らし」「魅力ある風景」

元気な農作業風景や季節感あふれる風景、

生き生きとした人々の暮らし・・・

応募資格

組合員資格問わず、初心者も含め県内外
どなたでもご応募いただけます

応募方法

【ステップ1】
カメラやスマートフォンで撮影した写真
を写真店などでワイド四切で現像
【ステップ2】
チラシ裏面の応募票を記入し、写真の裏
に添付。本所・各支所へ持ち込むか下記
の応募先へ郵送

撮影場所

上伊那管内（辰野町～中川村）

※2023年以降に撮影した未発表作品

応募点数

フォトコンテスト部門 3点
カレンダー部門 3点 計6点まで

部門 および 賞	内容	賞金
○フォトコンテスト部門	JA上伊那組合長賞 / 1点	賞金 30,000円
	優秀賞 / 3点	賞金 15,000円
	新人賞 / 1点	賞金 10,000円
	優良賞 / 6点	賞金 5,000円
	佳作 / 若干点	賞金 3,000円
	○カレンダー部門	カレンダー賞 / 13点
	※その他、副賞あり	

応募先・お問い合わせ先

〒396-8510 長野県伊那市狐島4291 JA上伊那企画管理課JA上伊那フォトコンテスト係
TEL: 0265-72-6218 E-mail: s-koho@ina.nn-ja.or.jp