

♡ ジャンジャン

Jan!Jan!

JAN! JAN! is PR magazine of JA network. We report interesting news, topics, interviews, information, etc. Please enjoy yourself!

11

Nov.2024 No.361

C O N T E N T S

- ②合併30周年記念 組合長あいさつ
- ③特集 合併30周年記念年表 ⑥JAトピックス
- ⑧ほうさくClub! ⑩特集2 ⑫なんでも掲示板
- ⑬花ナビ、お知らせ ⑭みんなの広場 ⑯健康講座



JA信州うえだ
JA-NEXT JA-NETWORK

Facebook →



HP / <https://www.ja-shinshuueda.jian.or.jp/>
※QRコードからホームページをご覧いただけます。→
見やすくて読みやすいユニバーサルデザインを採用しています。

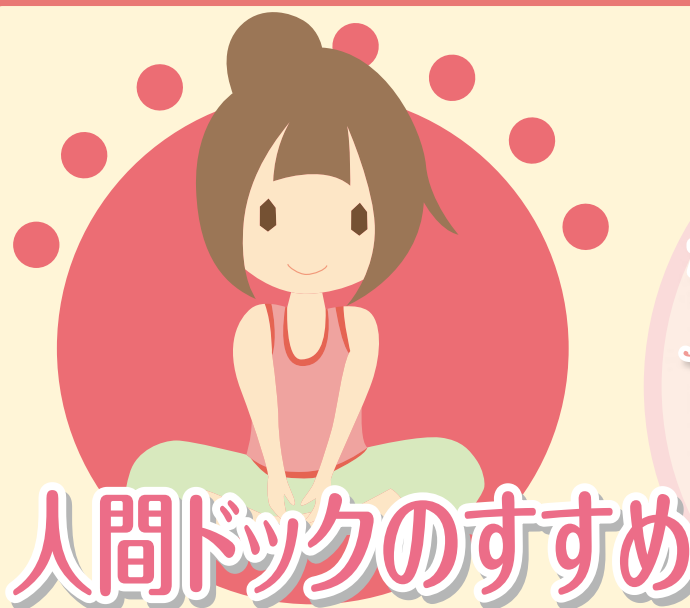
発行/信州うえだ農業協同組合 印刷/(株)アオキ印刷
〒386-8668 上田市大手2-7-10 TEL.0268-257800
発行人/真島 実 編集/総務企画部企画広報課



健康講座

JA信州うえだ

Jan!Jan!
JA-NEXT JA-NETWORK



Healthy Life なぎさ保健師の 健康講座

鹿教湯三才山リハビリテーションセンター
つちや なぎさ
土屋 渚保健師が健康に関する知識を
紹介します。

♡ 人間ドックってなに?

一般的な健康診断よりも精密な検査で、身体の総合的な評価ができます。病気の早期発見や、自分の健康状態を知ることで、生活習慣を見直す良いきっかけになります。

♡ 鹿教湯病院で人間ドックはいかがでしょうか?

鹿教湯病院の人間ドック室は2023年10月に新設されました。
二次予防(病気の早期発見)だけでなく、一次予防(病気を防ぐ)の予防医療に力を入れ、人間ドック後に精密検査が必要な方に対しては、外来受診のご案内や精密検査の結果確認などもさせていただきます。

♡ 人間ドックの種類

日帰り人間ドック

- ◆実施日:月～金
- ◆検査時間:8:00～15:00頃

1泊2日人間ドック

- ◆実施日:火～水、木～金
- ◆検査時間:8:10～翌日15:00頃
- ◆宿泊先:ことぶき旅館

*鹿教湯ならではの特典として、ご希望された方にクワハウスかけゆの利用券※1、または、鹿教湯の景色を堪能しながら入浴できる文殊の湯の利用券※2をプレゼントさせていただきます。ご希望の方はドック終了後にお申し付けください! ※1当日限り有効です。※2有効期限はありません。

*当センターの1泊2日ドックは地域の特性を生かし、旅館での宿泊を実施しております。ぜひこの機会に鹿教湯温泉をご堪能ください!

♡ 人間ドックは予約制になりますのでお問い合わせは下記までどうぞ!

- (鹿教湯病院のホームページでも予約状況の確認ができます!)
- *JA信州うえだ組合員は1,000円(日帰りドック)、2,000円(1泊2日)の補助が出ます。お近くの支所で証明書の発行をお願い致します。
- *市町村や健康保険組合、会社等で補助の対象となることもありますので必ずご確認ください。

鹿教湯病院 健康管理科人間ドック係担当
受付時間9:00～17:00 0268-44-2155(直)

詳細はホームページで確認できます

鹿教湯ドック
かけゆドック

検索



特集

JA信州うえだ合併30周年記念

～30年のあゆみ～

JA信州うえだは、平成6年11月に上田・小県地域7つのJAが合併し

本年11月に発足30年を迎えます。

地域に根差した農業協同組合として、組合員の皆様と歩んだ

30年のあゆみを振り返ります。

平成6年～平成25年

平成6年～平成9年



JA信州うえだ発足臨時総会
第1回通常総代会
JA信州うえだ女性部発足
塩田カントリーエレベーター竣工
よだくぼ南部営農センター竣工
青壮年組織協議会発足
年金友の会連絡協議会発足
丸子営農センター竣工
プライベートブランド米販売開始
上田有線放送とJANISネット接続式
記録的な大雪で雪害対策本部設置

平成10年～平成13年



塩田デイサービスセンターオープン
台風7号災害対策本部設置
台風10号災害対策本部設置
塩田イチゴ栽培施設竣工
塩田東山観光農園いちご狩り園オープン
川西セレモニー「虹のホール」オープン
JAグリーンファームしおだ店(管内1号店)オープン
種菌センター竣工
川東セレモニー「虹のホール」オープン
菅平立体予冷库竣工
(株)ジェイエイサービス設立
農産物流通センター竣工
(有)信州うえだファーム設立
よだくぼセレモニー「虹のホール」オープン
WTO農業交渉に関する特別決議(総代会)
上田東営農センター竣工

平成14年～平成16年



特別養護老人ホーム「ローマンうえだ」開所
東部セレモニー「虹のホール」オープン
グリーンファーム東部店オープン
食の安全・安心確保対策本部設置
搗精工場低温倉庫・もち米ライン竣工
農産物神科集荷場竣工
(株)ジェイエイサービス燃料事業営業開始
JA信州うえだ合併10周年
うえだ食彩館ゆとりの里オープン

平成17年～平成19年



JA信州うえだ花卉部会設立
武石ライスセンター竣工
JA信州うえだオリジナルカード発行開始(JAでは全国初)
(株)オートバックス信州うえだ設立
グリーンファーム中央店オープン
ローン営業センターオープン
グリーンファームよだくぼ南部店オープン
支所体制再構築(会計統合)
本原SS・サンラインSSセルフ化
ハピアSSオープン
中塩田SSセルフ化

平成20年～平成22年



石油、肥料、飼料価格高騰対策実施
JA信州うえだ合併15周年
米粉製粉機導入(搗精工場)
基幹農機センターオープン
(株)ジェイエイサービス設立10周年
(有)信州うえだファーム設立10周年
生産者直売所「いずみの里」オープン
国分産地団地(JANJANTOWN)の第一次開業
としてA・コープファーマーズうえだ店オープン
農畜産物直売所「マルシェ国分」オープン

平成23年～平成25年



TPP交渉参加反対1千万人署名活動
(管内61,718人署名)
菅平第二集荷所整備事業竣工
JA信州うえだ青年部設立
TPP交渉参加反対地区別緊急集会(管内9会場)
TPP交渉参加反対要請(各市町村)
東部クルミ部会設立
第1回上小地区協同組合まつり
上小農業生産振興大会
A・コープコアしおだ店直売所(愛菜館)オープン
農産物流通センター果実新選果機導入
日本農業新聞移動編集局開局

JA信州うえだ合併30周年記念

組合長あいさつ

信州うえだ農業協同組合
代表理事組合長

眞島 実



この度、私たちJA信州うえだは、合併から30周年を迎えることができました。これもひとえに、組合員の皆様、地域の皆様、そして関係者の皆様のご支援とご協力の賜物であり、心より感謝申し上げます。

当JAは、地域の農業を支え、地域組合員が安心して暮らせる地域社会を確立するために、7JAが合併し発足しました。30年前の合併は、地域の農業の未来を見据えた重要な一歩でした。以来、私たちは地域の特性を生かし、農業振興や地域活性化に努めてまいりました。

しかし、現在、農業を取り巻く環境は厳しさを増しています。気候変動に

よる災害の増加、円安をはじめ海外情勢の不安定化による生産資材等の価格高騰、少子高齢化・人口減少による農畜産物消費の減退など、様々な環境の変化が農業者の皆様に影響を与えています。この30年間で、農業経営も大きく変化しました。農業技術の進歩により生産性は向上したものの、貿易の自由化が進み、輸入農畜産物との競争が農業所得に大きな影響を与えています。また、環境への配慮が求められる中で、持続可能な農業の重要性が増しています。さらに、デジタル技術の導入が進み、農畜産物の生産や物流改革によって流通の仕組みも大きく変わっています。

このような厳しい状況に、生産者・行政・JAが一体となって対処することが求められています。私たちJAとしても、一体となって生産基盤の確立に向けた取り組みをすすめてまいります。その中で、農業者の営農継続と持続可能な地域農業の確立を目指し、「みどりの食料システム戦略」の実現にも取り組んでまいります。資源循環型農業の推進は、地域の農業を支える重要な要素です。これにより、農家所得の向上など農業者が安心して営農を継続できるよう、地域の持続可能な発展に尽力していく所存です。

また、食料・農業・農村基本法が改

正されましたが、食料安全保障の確立、再生産可能な農畜産物価格の実現、多面的機能の発揮などが盛り込まれ、今後5年間で農業の構造転換を推しすすめることとされ、農業政策は大転換期を迎えています。特に、再生産可能な農畜産物価格の実現や多面的機能の重要性、国産国産運動は、消費者の皆様の理解が欠かせません。この改正を受けて、組合員とJAグループが一体となった農政活動にも、より積極的に取り組んでいく所存です。

この30年間、多くの変化がありましたが、私たちは常に地域の皆様と共に歩んできました。JA自己改革を推しすすめる、農業・組織・経営基盤の強化に向けた経営改革を実践してまいりました。今後も、地域に根差した農業協同組合として、持続可能な農業生産基盤の確立、地域の活性化、持続可能なJA経営の確立に向け、役職員一丸となって邁進してまいります。30周年記念特集を通じ、私たちの歩みや未来への展望を皆様と共有できることを嬉しく思います。今後とも、JA信州うえだへのご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

最後に、組合員の皆様、地域の皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げ、合併30周年にあたってのごあいさつとさせていただきます。

平成31年～令和元年



- 3月 看護小規模多機能型居宅介護施設「おおぞら」竣工式
- 5月 菅平第一集荷所真空冷却装置竣工式
- 10月 青木そば乾燥施設竣工式

平成30年



- 5月 小規模多機能型居宅介護施設「豊殿の家」竣工式
- 10月 塩田大豆乾燥調製施設稼働始め式

令和3年



- 4月 移動金融店舗納車式
- 9月 臨時総代会
各地区農産物フェア開催

令和2年



- 5月 コロナウイルスの影響に伴う要請活動
- 9月 各地区農産物フェア開催

令和5年



- 6月 セミドライ施設開所式
- 9月 コインランドリー「Jan!Jan!」オープン
- 1月 生産資材等価格高騰・資源循環型農業の実践に係る農業者支援の決定

令和4年



- 3月 介護保険事業譲渡契約締結式
- 6月 生産資材価格高騰・食肉処理施設に関する要請
- 9月 3年振りJAフェスティバル開催
- 1月 生産資材等価格高騰に係る農業者緊急支援の決定
- 2月 農政懇談会

特集

JA信州うえだ合併30周年記念

～30年のあゆみ～

平成26年～令和5年

平成27年



- 3月 臨時総代会
- 4月 受託者部会協議会解散・米穀担い手部会設立総会
- 5月 女性部「よだくぼ南部支会」設立総会
- 6月 Aコープお買い物バス出発式
- 1月 信州上田真田丸大河ドラマ館オープン

平成26年



- 4月 TPPに関する国会決議の実現を求める集会
- 6月 農産物展示キャンペーン(全96会場)
- 7月 上田警察署と地域安全活動に関する協定書の締結
- 11月 合併20周年記念式典

平成29年



- 4月 道の駅あおきグランドオープン
- 6月 降雹災害対策要請
福祉相談センター開所式(機能強化)
- 8月 アリオイベントちやぐりん家の光普及PR

平成28年



- 4月 農業振興大会
- 5月 「チーム樺」プロジェクト発足式
- 6月 青木村・東御市へTPP要請書提出
- 7月 長和町・上田市へTPP要請書提出
マルシェ国分リニューアルオープン



地域の特産品を広める！ ブドウのトップセールス

JA信州うえだと東御市は9月12日、東京都中央卸売市場淀橋市場新宿区で、ブドウのトップセールスを行いました。この取り組みは全農長野との連携により、販路拡大と認知度向上を目指しています。JA、東御市、上田農業農村支援センター、全農長野から15人が参加しました。



東御市のぶどうをPRしました。

花岡利夫市長と眞島実組合長が、東御市産のブドウをPR。特にナガノパール、シャインマスカット、クイーンルージュ®の魅力をアピールし、仲卸業者にはシャインマスカットの試食を提供しました。試食した仲卸業者からは、「甘さと酸味のバランスが絶妙で、口の中に広がる豊かな風味が印象的。果肉はしっかりとっていて、ジューシーで食べ応えがあり、見た目も美しく贈答用にもぴったり。これからの季節にぜひ楽しんでほしい」との声が寄せられました。

挨拶した花岡市長は、「当市はブドウ栽培の適地で、生食用ブドウの伝統的な産地として誇りに思っています」と述べました。眞島組合長は、「若手生産者の育成を進め、生産者、行政、JAが一体となって施設化に取り組んでいます。今年も各種ブドウや伝統の巨峰が素晴らしい仕上がりです。今後とも安定的なブドウ供給を目指します」と呼びかけました。

この取り組みを通じて、JA信州うえだと東御市は地域の特産品であるブドウの魅力を広げていきます。

地域農業の発展に向けた

JAと市議との対話

JA信州うえだは9月24日、上田市議会産業水道委員との農政懇談会を本所で開催しました。市議会から7人、JAからは組合長や役員、営農部長ら10人が参加し、農業情勢や課題について意見を交わしました。半田委員長は「JA役職員との議論を通じて農業関連に関する知識を深めたい」と述べ、眞島組合長は「農家経営の安定が多様な担い手の育成や荒廃農地対策など多くの問題解決に繋がる」と強調しました。懇談会では、市が進める一般生ごみの堆肥化計画や遊休農地の継承、農産物の価格形成についても意見交換が行われ、食料安全保障や生産資材価格の高騰対策など7項目の対策を求めました。



農業課題について意見を交わすJAと市議

JAフェス上田会場オークション

寄付で地域の未来を支える



Jフェス石井千春実行委員長から
社協宮之上孝司会長へ

9月14日に開催した第30回JAフェスティバル上田会場で、タレントのはっちゃんが参加したチャリティーオークションを行いました。地元産の巨峰やシャインマスカット、お米など8品が出品され、売上金は13,500円となりました。この売上は上田社会福祉協議会を通じて市内の子ども食堂に寄付しました。

第30回JAフェス東部・塩田

大勢の来場者で賑わう

9月21・22日に開催したJAフェスティバル東部会場、21日開催の塩田会場には大勢の皆さんが秋の味覚を買い求めに会場に、にぎわいました。当JAは11月23日まで全7会場、第30回JAフェスティバルを開催中です。



東部会場



塩田会場

全国フレミズ作文コンクールで最優秀賞 女性部眞田支会の杉山那奈さん

当JA女性部眞田支会の杉山那奈さんが、JA全国女性組織協議会主催の「フレミズ活動」わたしの「歩」作文コンクールで、最優秀賞を受賞しました。全国コンクールでの受賞は当JAで初めてです。

杉山さんは、7月に行われた同コンクール長野県審査会で最優秀賞を受賞し、全国コンクールへと推薦され、9月の全国審査会で応募作20編の中から最優秀賞に輝きました。

「農業×孤独」家族×フレミズ「うれしい！無敵大」と題した作文のなかで、農作業を感じていた孤独感や、子供たちへ食や文化を伝えられていない寂しさを、フレッシムズ活動を通じて解消できたことをまとめました。

審査では、「子どもたちと一緒に体験することで、『食文化』継承につながる気づきがある」「女性部、青年部ともに関係づくりができていくことがすばらしい」と高く評価されました。



県中央会会長から賞状を受け取る杉山さん

9月25日には、伊那市の伊那文化会館で行われたJA長野県女性部のつどいで表彰を受け、県内全域から集まった500人を越える女性部員の前で作文を発表。「農業や地域のさまざまな問題に対して、世代・性別を超えて地域の仲間と連携し、少しずつでもよい方向へ進んでいきたい」と、締めくくりました。

親子農業体験教室

青年部の畑で
みよう

どろろ
たべよう

参加者
募集

JAの青年部・女性部が先生になって、畑で体験しながら地元産農産物について学びます。

第3回目は、「リンゴ」の収穫体験♪

日時 11月16日(土) 9:30～正午頃 ※小雨決行

場所 上田市眞田地区のリンゴ畑

内容 リンゴの収穫体験【お一人3個】と料理教室

対象 JA信州うえだ管内在住の園児・小学生とその家族10組

参加費 大人：500円/人 子ども：無料

申込方法

11月8日(金)から受付開始!

(定員に達し次第締切)

右記のQRコードから、必要事項をご記入の上、メールでお申込みいただくか、下記へお電話にてお申し込みください

農とくらしの相談課 TEL:23-4040(平日8:30～17:00)

※詳細は後日参加者へ郵送します。





防虫ネット



寒冷紗

網目状の布なので不織布より防寒効果は低いです。黒い寒冷紗は遮光してしまつたため日差しを取り入れたい冬には使いません。グリーンファーム店で扱っている白い寒冷紗は防虫防霜防霜に優れているので防寒資材として使えますが、一般的に寒冷紗は霜よけには不十分なので多いです。遮光率が低い防虫ネットは、寒冷紗より風通しの良いため防寒効果は一層劣ります。上田地域では秋や春の軽い寒さよけ程度なら使えます。

寒冷紗、防虫ネット

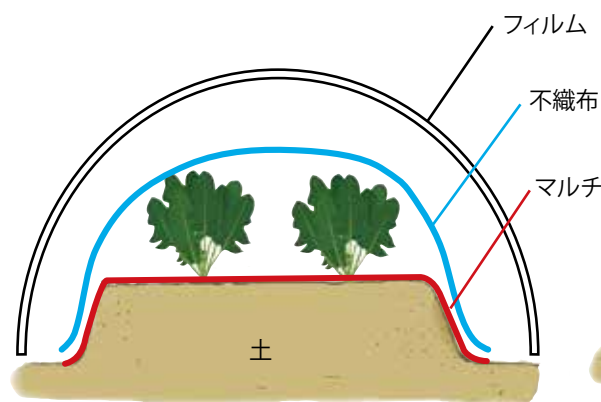
ただし、晴れた日中は高温になりすぎてしまつたため裾を開け、午後後に閉めるという作業を繰り返す必要があります。面倒な場合は、保温効果は落ちますが、穴あきの農ポリを使うという手もあります。注意として、農ポリは明け方の放射冷却に弱いのでトンネル内で作物が凍める可能性があります。必ず不織布と一緒にトンネルがけしておきましょう。最も保温効果が高いのは農ビと不織布とマルチのセットです。ちなみに農



フィルム(農ビ)

保温と温度を上げる目的でトンネルがけして使います。播種が遅かつたせいで成長していない作物には積極的に取り入れた方が良いでしょう。軽くて安い「農ポリ」は気軽に使えますが、最も保温効果があるのはビニールハウスにも使われる「農ビ」です。グリーンファーム店では1m単位でカット販売をしているので、必要な長さを買つことができます。

フィルム



保温効果の高いトンネルの作り方



熱くなりすぎないように換気する



換気の際は洗たくバサミではさむと簡単でいいよ

ビは傷をつけると裂けてしまつたので、穴を開けるのは難しいです。

おすすめ資材

「パスライト」895円(税込)～(1.2m×10m～)

防霜、発芽促進、活着促進、品質向上、鳥害防止、強雨や雹からの保護などに効果。

適度な通気性、通水性、透光性があり、しかもとても軽いので、年中使える便利な不織布です。



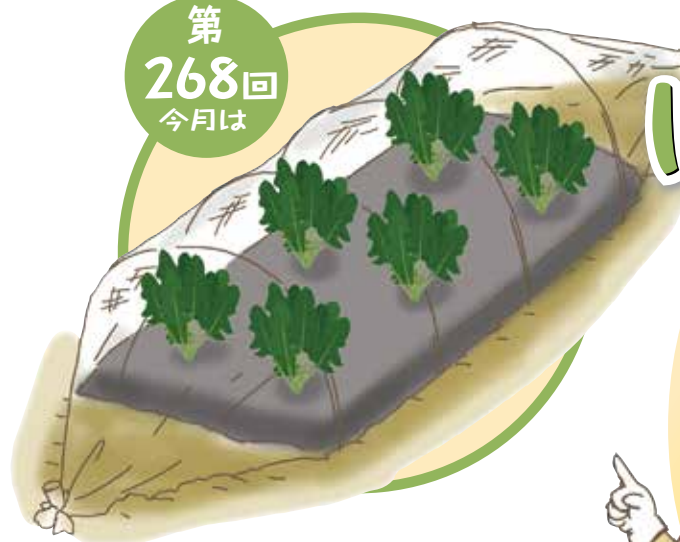
ほうさくClub! に関するお問い合わせは、各グリーンファーム店まで

◎中央店 ☎29-8177 ◎東部店 ☎62-0665
◎よだくば南部店 ☎85-2400 ◎しおだ店 ☎39-8118

第268回
今月は

気軽に家庭菜園

ほうさくClub!



「防寒資材」

マルチ

地面を覆うポリマルチは防草や保温としても年中使いますが、寒い季節は地温上昇効果を期待します。最も地温を上げるのは透明マルチですが、雑草も生えてしまひやすいので黒マルチが良いです。



気温10℃以下と霜の予報に気を付けよう!!

今年はいつまでも気温が高かつたので、つい遅くに種まきをしてしまつた、なんてことはないでしょうか。さすがに最近寒さを感じるようになりましした。もし暖冬であつたとしても生育速度は非常に遅くなりましすし、気象庁が出した寒冷期予報では今年の冬の気温は「平年より高い」より「平年より低い」の可能性が高くなつています。気温が10℃以下になつたら防寒対策が必要になるかと思ひます。最も気を付けなければならぬのは霜です。天気予報をチェックしながら資材を上手に使う対策をしまひよう。

不織布

繊維を織らず絡ませて作つた布。すっかりマスクでおなじみになりましたが、農業分野でも大活躍です。保温と霜よけの効果があり、とても軽いので直接上からかける「べたがけ」ができます。トンネルもOK。防風効果もありますが、不織布自体が軽くて飛ばされてしまつたのでマルチ押さえや土で固定しておきます。弱い霜や軽い寒さなら不織布だけでもしのげます。



不織布



黒マルチ

感染症を予防 長ネギ



香り成分のアリシンは血管を拡張して血流を良くし、免疫細胞も活性化させます。また、感染症にかかると消費されてしまうビタミンCを補えます。

主な栄養と効果

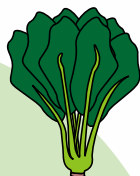
- アリシン
免疫細胞の活性化
- ビタミンC
免疫機能を正常に働かせる



お薦めの食べ方

スープ料理
トースターでホイル焼き

貧血予防 ホウレンソウ



鉄にはヘム鉄、非ヘム鉄の2種類があります。ホウレンソウに含まれる非ヘム鉄は体内に吸収されにくいですが、ビタミンCと一緒に取ることで吸収率が上がります。

主な栄養と効果

- 鉄(非ヘム鉄)
貧血予防



お薦めの食べ方

おひたしにしてレモン汁をかける
牛肉などの赤身肉と一緒に炒める

アンチエイジング シュンギク



ほろ苦さがくせになる野菜です。ベータカロテンは活性酸素の働きを抑えます。また体内で必要に応じてビタミンAに変換されます。

主な栄養と効果

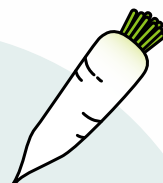
- ベータカロテン
アンチエイジング、生活習慣病予防
- ビタミンA
皮膚、目などの健康を保つ



お薦めの食べ方

バターや油で炒める

胃もたれ防止 ダイコン



消化酵素やすりおろしたときに生成される辛味成分イソチオシアネートが胃の不調に効果的です。

主な栄養と効果

- 消化酵素
アミラーゼ(ジアスターゼ)など。胃もたれ防止に
- イソチオシアネート
胃液の分泌を促す



お薦めの食べ方

大根おろし。
しらすと一緒にご飯にのせる

風邪予防 ミカン



風邪予防に欠かせない栄養素のビタミンCがたっぷり！白い筋や薄皮にはペクチンが含まれているため、捨てずに実と一緒に食べると良いでしょう。

主な栄養と効果

- ビタミンC
免疫機能を正常に維持する
- ペクチン
便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす



お薦めの食べ方

間食や食後のデザート

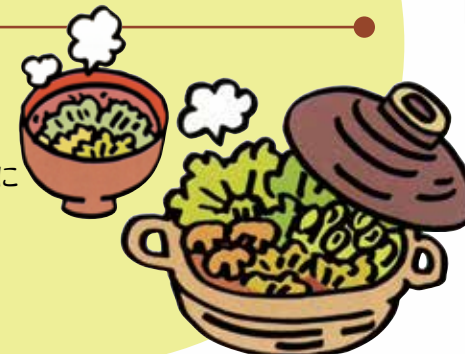
むくみ防止 ハクサイ



生でも、加熱しても◎。カリウムは体内の余分な塩分を排出し、塩分の取り過ぎによるむくみの予防が期待できます。

主な栄養と効果

- カリウム
むくみ予防
- ビタミンC
コラーゲンの合成に欠かせない栄養。美肌づくり



お薦めの食べ方

みそ汁・鍋料理

腸内環境を整える リンゴ



食物繊維が多く含まれています。腸内環境を整え便秘改善を期待できます。

主な栄養と効果

- ペクチン
水溶性食物繊維の一種。便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす
- セルロース
不溶性食物繊維。便の量を増やす



お薦めの食べ方

ヨーグルトに混ぜる

美しい肌を保つ ブロッコリー



私たちの細胞は活性酸素によって日々ダメージを受けると、老化の進行が早まってしまう。スルフォラファンは活性酸素を除去し、若々しい肌を保つ働きがあります。

主な栄養と効果

- スルフォラファン
アンチエイジングや美肌づくり



お薦めの食べ方

ナッツ炒め。
ゆでてナッツとオリーブ油であえる

特集²

旬の冬野菜で ヘルス&ビューティー



冬野菜には、健康や美容に役立つ栄養がたっぷり！
寒い季節をおいしく
元気に乗り切りましょう

花ナビ

HANANAVI



●学名/Farfugium japonicum ●科名/キク科
●原産/日本(福島県・石川県以南)、韓国、台湾、中国南東部

一年中つややかで厚みのある丸い葉を広げているツワブキ。花の少ないこの季節に長く花茎を伸ばして明るい黄色い花を付けて存在をアピールします。花も楽しめますが、特徴のある葉が古くから人気があり、様々な形や模様があります。日本の海沿いの草原や崖などに自生している植物なので環境を選ばず元気に育ちますが、日なただと葉が汚らしくなりがちです。斑入りの品種は特に葉焼けしやすいので、明るい日陰で育てる方がおすすめです。

九州や沖縄の一部地域では、つくだ煮や煮物、炒め物にしています。ただし有毒でアクが強いのでしっかり下処理することが必要です。毛がびっしりついた新芽が最もおいしく、フキよりも歯ごたえが良く筋を感じないそうです。



育て方

見ごろ
10~12月

日本が原産地なので特別な管理が必要なく育てやすい植物です。
場所を選びませんが、水はけがよい場所の方が良いです。半日陰になるところの方が美しく育ちます。大きな葉が横にも広がるので、広いスペースを用意しておきましょう。
庭植えの場合はよほどの乾燥でなければ水やりの心配はありません。鉢植えでは土が乾いたらたっぷり水をやります。
植え替えの際は肥料をやります。鉢植えの場合は春から秋にたまに追肥をやっても良いでしょう。あまり肥料が強いと葉の斑がうまく出ないことがあります。
花の後は花茎を切り取りますが、もし種を採りたいならそのままにしておきます。たんぽぽの綿毛のような種を付けます。種から増やすこともできますが、花が咲くまで育てるのに3年ほどかかるため、株分けの方がラクです。

生活サポート部からのお知らせ

年末商品注文受付中!

その他にも魅力的な商品多数!年末商品はJAで!!



酢だこ



トラバガニ

年末商品のお届けは
12月下旬
となります。

※写真はイメージです

年末商品のご注文・お問い合わせは、JA各支所・店または生活サポート部生活課(TEL:23-4040)まで

【農業経営収入保険】 令和7年の加入申請期限せまる

収入保険は、自然災害や価格低下だけでなく、災害で作付不能、けがや病気で収穫不能、など農業者の経営努力だけでは避けられない収入減少が補償の対象です。

令和7年の新規加入申請期限は令和6年12月末までです。県内に住所を有し、青色申告を行っている農業者であればご加入いただけます。

補償の内容は、保険期間の農作物の販売収入が、基準収入の9割(積立て部分1割、掛捨て保険部分8割)を下回った場合に差額の9割を上限に補填します。保険事故が発生し、資金繰りに困ったときは、無利子の「つなぎ融資」貸付けをご利用いただけます。

また、掛捨て保険部分の保険料に対し、市町村から一部補助を受けられます。
この機会に、収入保険にご加入ください。

詳しくはNOSAI長野上小支所 TEL:35-3333

お米は JAに出荷を お願いします!

令和6年産米の生産者価格「概算金」については、昨年比1.31倍で決定しました。

生産者が丹精込めて生産した自慢のお米を全国各地に販売してまいりますので、1俵でも多くJAに出荷をお願いします。

オートパル信州うえだ 車情報!

トヨタ アクア/G 2WD



■2WD ■CVT ■車検2年付 ■修復歴:なし
■2013年10月登録 ■カラー:シルバー
■走行距離:15,000km(10月2日時点)

諸経費 90,255円
リサイクル料金 9,980円
車両本体価格 549,765円

総支払額
65万円



お問い合わせ先

●東部営業所 62-2431 ●中央営業所 23-3730 ●西部営業所 27-4765
●真田営業所 72-3953 ●南部営業所 85-2860

ハガキ、切手の値上げに対して対策を。10月から、ハガキ代、切手代が大幅に値上げされます。年金生活者にとっては大変な痛手です…。この対策として、応募をFAXや、メールなどでも可能にして頂きたいをお願いします。

(M・U 70歳)

(編)お持ちのスマートフォンで、「みんなの広場」左下にあるQRコードからアクセスすれば、応募可能なので、ぜひやってみてください。

一年は早いものです。ネギと玉ねぎの苗を育成する時期が来ました。毎年、良い苗を作るため、努力していますが、気に入った苗ができない事に悩んでいます。

(K・H 80歳)

(編)苗づくりの努力、素晴らしいですね！理想の苗が育つことを願っています。

毎号の表紙の子供たちの笑顔がすばらしい心が和みます

(S・M 82歳)

(編)子供たちの笑顔に癒されますね！私も子どもが好きなので、完成後の広報誌を見るのを楽しみにしています。

薄力粉を買ったつもりが、帰宅して良く見ると中力粉でした。そこで急発起し、「なすおやき」に初挑戦！思いがけず上手く出来、娘孫にほめられました。

(T・I 主婦 67歳)

(編)素晴らしい挑戦ですね！中力粉でも美味しいおやきができたのは腕前の証です！

授業の一環として国際交流体験に行ってきました。私の周りに外国籍の方があまりいないので緊張しましたが、とても楽しかったし、貴重な体験となりました。普段、道を聞かれることが多いので体験したことを生かしていきたいと思っています。

(Y・H 学生 16歳)

(編)貴重な体験を通じて成長されたね！今後の活かし方が楽しみです。

夏野菜を収穫しつつ、白菜、大根、玉ねぎ、葉物野菜の種まきをしました。収穫した野菜は、子供や友達にあげたり、漬物にしたりと頑張っています。

(S・K 61歳)

(編)素晴らしい活動ですね！収穫した野菜で楽しい時間を過ごす様子が目に

浮かんできますよ！

秋になり美味しい物の収穫の季節がやって来ました。生産者コーナーも楽しみの一つです

(K・Y 主婦)

(編)秋の収穫、楽しみです！その食材を使ったメニューをぜひ教えてください。

自然災害が多い昨今。ニュースを見るたびに、いざという時のために日々思うのですが、なかなか準備できない私(トホホ…)

(N・N 会社員 61歳)

(編)私も防災への備えが必要とわかってはいるのに準備が…。身近なこと、小さなことからでも準備したいですね。

お便りコーナーでは、イラスト絵手紙を募集しています。ハガキに書いて送ってください。(返却はできません。)

訂正/10月号5Pに誤りがありました。
(正)マルシェ黒曜 (誤)マルシェ黒曜

文芸の庭

文芸の庭の投稿先は、下記のクロスワードのプレゼントクイズの応募先と同じです。

俳句

矢島渚男 選

荒波が隊列乱れる鰯雲
草薨が種こぼせし草
野分晴楓のこずえ名残り風
一斉に葉の裏見せし芋嵐
ローマに来てリヤカーよりの林檎買ふ
つる伸びてかぼちゃ一つの畑かな
水草のおおい尽すや山の池
人生の夏を変えたる槍ヶ岳
ジャリ道の焼け石の熱夜中まで
ジイジイと我と一緒に大根蒔く

◎選者吟/せらに喜びの風きてあたり

川柳

橋詰信幸 選

三歳の孫の手借りて芋を掘る
畑仕事目薬よりもしみる汗
間引かれる身にもなつてと声がする
瑞穂の国刈り取りせかす米不足
ひと回り終つてみれば次の草
晩酌は毒か葉か今日も揉め
新札を知らぬで過ぐす我が財布
畦刈りに刈りたくもない石を刈り
黄金の稲穂で乱舞トンボ連
承知して優しい嘘に有り難う
道草で拾う雑学糧に生き
芸の道趣味に道ありわれ征かん

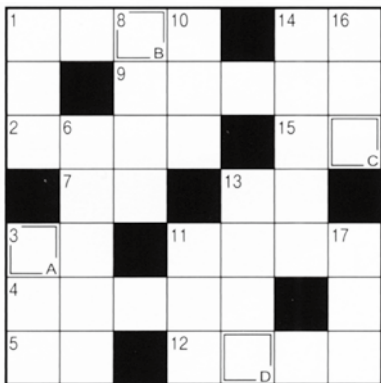
◎選者吟/ほどの暮らしを重ね意気揚げる

クロスワード

誰が解くかな？
家族みんなでチャレンジ！

豆知識
&
ヒント

これもドライフルーツです



二重ワクに入った文字をA→Dに
並べてできる言葉当ててください。

タテのカギ

- 「鳥」より一画少ない鳥
- 園に子どもを迎えに行った
- お父さんそっくり！まるで——ね
- 料理店のメニュー表をこう呼ぶことも
- 美空ひばりのヒット曲。「柔」と書きます
- 患者を診ます
- 頭にキュッと締めるもの
- ジャガイモのことです
- 応報、身から出たさびだね
- 漢字で書くと雲母。きららという鉱物です

ヨコのカギ

- 11月23日は勤労——の日
国民の祝日です
- 灰皿にたまります
- 「——の精神」はモンテスキューの著書です
- 広島県の紅葉の名所のひとつ
世界遺産の神社があります
- 焼き鳥を食べると残るもの
- 金融——、——一髪
- そば屋や居酒屋の入り口にかけていることも
- ギンナンがなる木
- 「九里よりうまい十三里」と売りに来るもの
- 茶わんと反対の手で持ちます
- 3の3——は9です
- クリの実を守るトゲトゲ

〈応募ハガキ記入方法〉

- クイズの答え
- 住所・氏名・年齢
職業・電話番号
- 今月号の興味があった
コーナーを順番に3つ
書いて下さい
- JA・広報誌へのご意見、
日頃の出来事など
お便りコーナーに掲載させて
いただく場合があります。

〒386-8668
J A 信州うえだ
J A N ! J A N !
編集部

9月号出題クイズの答え



〈答〉 ツキアカリ

当選された皆さん
には当選のご案内
をいたします。当選
者の発表は、この
ご案内をもってか
えさせていただきます。



QRコード

スマートフォンでアクセスすれば、
こちらからも応募できます。
※取得した個人情報は、以下の目的で使用させていただきます。
○プレゼントの当選連絡・発送など
○ご意見については今後の本誌の編集企画の参考、また「お便り
コーナー」への掲載(イニシャル・年齢・職業のみ)など

応募数 9月号は62通のご応募を頂きました。ありがとうございました。心からお礼申し上げます。(編集部一同)

今月のプレゼント商品



応募の締め切りは10月31日。正解者の中から
抽選で5名様に「エコーブ 植物性石け
ん米ぬか」をプレゼント!!



15歳姉、13歳兄、11歳双子弟、5歳妹の5人姉弟。
忙しい時期は仲良く出荷をお手伝い!

理事会だより

理事会だより 9月の定期理事会(令和6年9月27日)にお
いて、次の議案が審議・可決されました。

- ①資産自己査定結果について
- ②令和6年度上半期決算結果について
- ③リスク評価書の改定について
- ④建物賃貸借契約に伴う利益相反取引について
- ⑤令和6年産米の概算金について