

♡ 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!

1

Jan.2025 No.363

CONTENTS

- ②組合長新年の挨拶 ④JAトピックス ⑥特集
- ⑧ほうさくClub! ⑩お知らせ ⑪花ナビ、お知らせ
- ⑫なんでも掲示板 ⑭みんなの広場 ⑯健康講座



健康講座



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。

冬の感染症対策

急に寒さも増して、インフルエンザ等の感染症の注意報も聞こえてくるような時期になりましたね。この冬も体調管理をしっかり行い、元気に過ごせるよう対策をとりましょう。

♡ 冬に多い感染症

① インフルエンザ

インフルエンザウイルスには様々な型があり、特に流行するのはA型とB型です。感染すると1～3日の潜伏期間の後に発熱、頭痛、全身倦怠感、関節痛などが突然現れます。インフルエンザは、治療薬があり発症後48時間以内に抗ウイルス薬を使用すると発熱期間が短縮されるといわれています。また重症化予防のための予防接種が有効とされています。

② 感染性胃腸炎 ノロウイルス

ノロウイルスは感染力が強く、感染すると発熱、嘔吐・下痢などの症状があり、3日程度でよくなりますが、高齢者や小さなお子さんは重症化することがあり注意が必要です。また、軽快後数週間程度は排泄物の中にウイルスが存在する可能性があるため注意が必要です。アルコール消毒が無効という特徴がありますので、消毒には塩素系漂白剤などが有効です。

♡ 対策をしよう!

- **手洗いうがい、手指消毒をしよう。**
→ 飲食前、帰宅時、鼻をかんだ後などこまめに行うと効果的です。
- **マスクを着用しよう。**
→ 人混みなどに出かける時はマスク着用で対策をしましょう。
- **体調が悪いときは外出を控えましょう。**
→ 無理せず自宅療養で、体調を整えましょう。
- **こまめに換気を行いましょ。**
→ 最低でも1時間に1回は部屋の空気を入れ替えましょう。



他にも、感染症にかからないようにするためには適度な運動や睡眠、栄養バランスのとれた食事をすることも重要です。規則正しい生活を心がけ、体調を万全にしておきましょう!



新年のごあいさつ

信州うえだ農業協同組合
代表理事組合長



眞島 実

新年、明けましておめでとうございます。組合員の皆様には、健やかに新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。旧年中は、JA運営に深いご理解とご協力を賜りましたこと、役員を代表いたしまして厚く御礼申し上げます。

当JAは、平成6年11月1日に旧7JAが合併し、昨年11月で30周年を迎えることができました。これもひとえに、組合員の皆様並びに関係者のご支援・ご協力の賜物であり、心より感謝申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、農作物の状況は春先から大きな自然災害もなく順調に生育されましたが、気候変動の影響により、夏場は高温猛暑に見舞われ、栽培管理が大変難しい状況の中、農家の皆様のご尽力により安全・安心な地元農畜産物を地域の皆様にお届けすることができました。

一方、農業・農政をめぐる情勢については、引き続き肥料・飼料・燃油などの生産資材価格の高止まりが、農業・農家経営を圧迫し、



JA SHINSHU UEDA
2025 Happy New Year.



農家所得が減少する厳しい状況が続きました。JAとしては、昨年度に引き続き国・県・各市町村へ生産資材価格高騰支援対策の予算確保などの要請を行いました。また、農業者の営農継続と持続可能な地域農業の確立に向け、本年度も、当JA独自の支援対策を実施して参ります。

さらに、国民の皆様が必要とする食料をできるだけ国内で生産するという国産国産を進め、消費者が国産農畜産物を食べて農業を応援していただくことで、食料自給率アップにつながるよう取り組んで参ります。また、生産コスト削減に向け、生産資材コストの低減対策、農業DX化による作業効率化、環境調和型農業の推進などに取り組むとともに、グリーン社会の実現に向けては、みどりの食料システム戦略を踏まえ、化学肥料・農薬の低減、有機農業の拡大に取り組むことが重要です。実現に向けては、畜産・酪農家と連携した堆肥の安定供給体制の構築や環境負荷低減に係る技術の普及、機械設備等の開発・導入に向け、国・県・各市町村への支援要請に取り組んで参ります。

生産現場では、生産資材の高止まり、気候変動等による自然災害の発生、食料自給率の低迷など、課題が山積しています。政府は、食料・農業・農村基本法の改正を踏まえ、令和7年度からの5年間で農業構造転換集中対策期間と位置付けております。農家の皆様は希望を持って営農継続できる施策と万全な予算措置を講じられるよう、食料安全保障の確立に向け、農政活動に取り組んで参ります。

農業・JA経営を取り巻く環境は、少子高齢化による人口と農地の減少、担い手不足

などによる農業生産基盤と組織基盤の減退、円安や日銀の金融政策変更などによる金融・経済情勢の不透明感により、一段と厳しさが増しております。このような環境を踏まえ、第10次中期3カ年計画では、「農業所得増大へのさらなる挑戦」と「不断の自己改革による組織・経営基盤の確立」をテーマとし、取組事項を設定・実践して参りました。今後も、地域に根ざした農業協同組合として、組合員・地域の皆様から信頼され続けるJA運営に取り組んで参りますので、事業・経営改革にも、ご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

また、本年は、第11次中期3カ年計画のスタート年度となります。長期ビジョン「食と農で地域に笑顔をつくります」の達成に向け、実行具体策を設定し、役員一丸となつて取り組んで参る所存です。

組合員の皆様のご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。皆様にとりまして、素晴らしい一年となりますよう心から祈念申し上げます。新年のごあいさついたします。

信州うえだ農業協同組合

- | | |
|----------|-------|
| 代表理事組合長 | 眞島 実 |
| 代表理事専務理事 | 丸山 勝也 |
| 常務理事 | 櫻井 典夫 |
| 常務理事 | 和田 宏一 |
| 代表監事 | 小林 久晃 |
| 代表監事代理 | 高橋 一嘉 |
| 常勤監事 | 木村 明夫 |
| ほか役員 | 木村 明夫 |



株式会社R&Cながの青果上田本社 ふじ祭でサンふじのトップセールスを展開

11月26日、上田市の株式会社R&Cながの青果上田本社にて開催された「ふじ祭」において、JA信州うえだはリンゴ・サンふじのトップセールスを実施しました。このイベントには、真島実組合長をはじめとするJA役員や果樹部会のメンバーが参加し、仲卸業者や市場担当者約50人に対して、今年の仕上りをPRし、取引の拡大を目指しました。

真島組合長は、今年の生産に関して「異常気象や生産資材価格の高騰という厳しい状況の中で、生産者の皆様には大変なご尽力をいただきました」と振り返りました。特に、今年のサンふじは彩りが良く、糖度が高く、品質も非常に優れていると自信を持ってアピールしました。



競売会場でトップセールスを行う真島組合長

また、真島組合長は「JAでは国産産物運動に取り組んでおり、食料の安全保障や適正な農畜産物価格の実現に向けて、消費者に農業の現場を発信していきます」と述べ、今後食料自給率向上に向けた農政活動を進めることを話しました。

合併30周年を祝うオリジナル 保冷バッグ組合員へ配付

JA信州うえだは、11月の定例訪問日に合わせて、合併30周年を記念し、組合員世帯にオリジナル保冷バッグを贈呈しました。このバッグは、日頃のJA事業の利用や活動参加に感謝の気持ちを込めて制作され、合併30周年のオリジナルロゴがプリントされています。

サイズは縦24センチ、横36センチ、奥行22センチの折りたたみ式で、使い勝手が良いと好評です。組合員からは「四角形で自立するのが良い」「たくさん物が入るのでうれしい」との声が寄せられています。企画したJA企画広報課の職員は、「SDGsの意識が高まる中、日常使いのバッグとして長く使用してほしい」と話しています。



感謝の意と共に手渡す職員

感謝の気持ちを込めた 収穫感謝祭

11月23日、JA信州うえだは収穫感謝祭を開催しました。会場は農産物流通センターをはじめ、農産物直売所「マルシェ国分」、うえだ食彩館ゆりの里農産物直売所、上田西会場、よだくほ南部会場、塩田会場の6カ所にわたり、旬の農畜産物が一堂に集まりました。地元産のリンゴ「ふじ」をはじめとする新鮮な農畜産物が販売され、各会場ではキノコ汁や新米、牛乳の無料配布などのイベントも行われ、多くの来場客で賑わいました。



永井部会長と真島組合長が自慢のリンゴをアピール

特に農産物流通センターでは、埼玉県から訪れたご夫婦が朝6時半から並び、「ここ数年は毎年来ている。恒例行事になっている」と語るほどの人気を誇りました。朝礼では、真島実組合長が「果樹部会の皆さん、関係各所の皆様のご協力により、収穫感謝祭を開催できました」と、誠にありがとうございました。JAグループとしては、国内産の農畜産物の生産を推進し、消費者の皆様には農業の魅力をご理解いただき、JAの農畜産物へのさらなるご愛顧をお願い申し上げます」と、感謝の意を表しました。

JA青年部と女性部が共催 親子で楽しむ農業体験

JA信州うえだ青年部と女性部は11月16日、親子農業体験教室「青年部の畑でみよう」を開催しました。このイベントは、地元農畜産物について学ぶ食農教育とJAの理解を深めることが目的。管内在住の親子9組34人が参加しました。

上田市真田地区の青年部員・杉山明さんの畑でリンゴの収穫体験を行い、参加者はリンゴの収穫方法や品種の違いを学びながら、ひとり3個を収穫しました。その後、女性部員と共に収穫したリンゴを使ったリンゴケーキの料理体験や、シナノスイート、シナノゴールド、ふじの食べ比べを楽しみました。参加した子供たちは「リンゴを収穫するのは初めてで楽しかった」と笑顔を見せ、保護者からも「子供と一緒に貴重な体験ができた」と好評を得ました。両部長は「親子での体験を通じて農業や食への興味を持ってもらえたら嬉しい」と語りました。



収穫したリンゴを持ってハイ、チーズ

JAわくわくワークショップ

イチゴやお餅を生かしたアイデア料理を紹介!
日時・会場 ※時間はどの会場も【10:00~正午】
●11月21日(火)JAモルティおだ ●11月22日(水)JA本所
内容 イチゴの春巻き/イチゴマリネのトライフル/餅グラタン
対象 各回12人 どなたでもご参加いただけます。(最少開催人数4人)
参加費 500円 ※家の光1月号[922円(税込)]を使いますので、持っていない方はご注文ください。
持ち物 家の光1月号、エプロン、三角巾、マスク
申込方法 1月10日(金)から受付開始!
左記のQRコードから、必要事項をご記入の上、メールでお申し込みいただくか、下記へお電話にてお申し込みください。
問い合わせ先 農とくらしの相談課 TEL:23-4040(平日8:30~17:00)

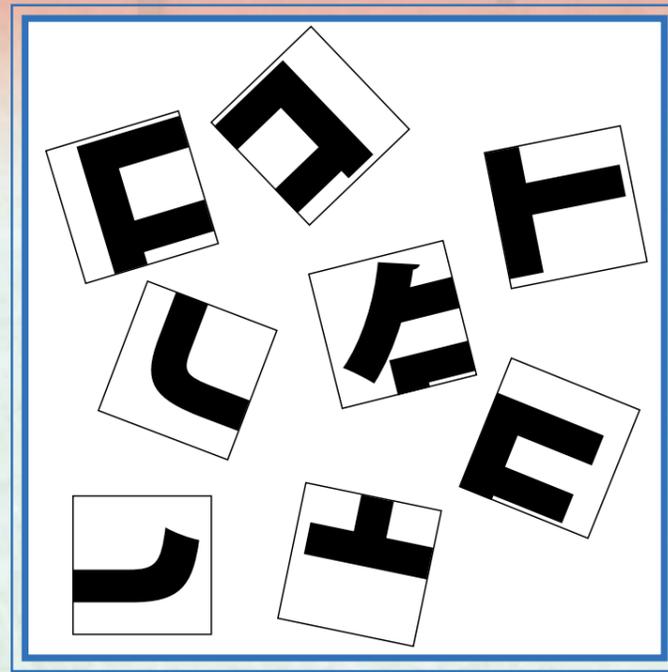
親子農業体験教室

JAの青年部・女性部が先生になって、親子で体験しながら地元産農産物について学びます。
第4回目は、「餅つき」の体験♪みんなで一緒に楽しみましょう!!
日時 2月8日(土)9:30~正午頃
※小雨決行
場所 農産物流通センター【上田市殿城80】
内容 餅つき
対象 JA信州うえだ管内在住の園児・児童とその家族/15組
参加費 大人:500円/人 子ども:無料(中学生まで)
申込方法 1月17日(金)から受付開始!
右記のQRコードから、必要事項をご記入の上、メールでお申し込みいただくか、下記へお電話にてお申し込みください。
※詳細は後日参加者へ郵送します。

第2問

漢字合わせ札

四角の中にバラバラになった漢字があります。組み合わせて、二字の漢字を作ってみましょう。



お正月迷路



問題
「ふりだし」から「あがり」まで、すべてのものを拾いながら通り抜けましょう。同じところは2度通ることはできません。さて、**白へビは何番目に通るでしょう？**
※「ふりだし」は数えません。



パズルの答えはJAN!JAN!2月号に掲載します。

新春スペシャル

福お正月パズル



お正月ぼけを吹き飛ばすパズルで頭スッキリ。気持ちを新たに幸先の良い一年のスタートを切りましょう!

パズルを解いて豪華プレゼントをゲットしよう!
3問すべて正解した応募者の中から抽選で5名様に「JAオリジナル詰め合わせセット」をプレゼント!
※応募方法は15ページをご覧ください。



出題:ニコリ



第1問

お正月のごあいさつのシークワーズ

問題 「おめでとう」と「おとしだま」は、どちらが多いでしょう？



盤面に隠された言葉を見つけ出すパズルです。探すべき言葉は、タテ、ヨコ、斜め45度で、一直線に読めるように入っています。途中で文字を飛び越えたり、折れ曲がって読んだりしてはいけません。同じ文字を何度か使うこともあります。
例題では「はつゆめ」だけを探しますが、左の問題では「おめでとう」「おとしだま」2種類の言葉を、それぞれいくつあるか探してください。どちらの言葉の方がたくさん入っているでしょうか？





合併30周年 記念大会

保健福祉推進大会
家の光フェスティバル
同時開催

2025. 2/16 (日)

上田市交流文化芸術センター
サントミュージゼ

(上田市天神3-15-15)

開場/正午 開会/午後1時
閉会/午後3時30分頃



記念講演 生涯現役！
健康で楽しく！
高橋 英樹氏

PROFILE
昭和19年生まれ
高校在学中の昭和36年5月日活ニューフェイス5期生として日活入社「高原児」でデビュー
以後「激流に生きる男」「男の紋章」シリーズ「けんかえれじい」「戦争と人間」「伊豆の踊り子」等
映画黄金時代に多数出演。
NHK「鞍馬天狗」「同窓物語」 TX「織田信長」 EX「逢山の金さん」 NTV「純太郎」
EX「三匹が斬る」等で時代劇スターとしての地位を確立している。
他、数々のバラエティー番組にも出演！ (※TX：テレビ東京 EX：テレビ朝日 NTV：日本テレビ)

●1月20日(月) 組合員・助け合いの会 受付開始！！
●1月23日(木) 一般 受付開始

お近くのJA各支所・店の金融・共済窓口【土日休】

●25日(土) 休日臨時受付/JA信州うえだ本所ロビー(上田市大手2-7-10) 10:00~15:00

定員 **1,500名**
お申し込み **入場無料**
※先着順、定員になり次第締め切らせていただきます。
※入場には入場券が必要となります。申込の際に入場券を受け取り、当日必ずお持ちください。
※お一人様1回の受付につき4枚までお申し込みいただけます。

合併30周年のあゆみ
スライドで30年の主な出来事を振り返り

プレミズ活動報告
「プレミズ活動“わたしの1歩”」
全国作文コンクール最優秀賞
杉山 那奈 氏

健康体操
(講演会前にステージにて行います)
鹿教湯三才山リハビリテーションセンター鹿教湯病院
健康運動指導士

健康コーナー
●骨密度測定 ●視力測定
●体脂肪測定 ●血圧測定
●健康相談 ●栄養相談
など

家の光コーナー
JAの子ども雑誌「ちゃぐりん」無料配布
図書販売、家の光見本誌、家の光100周年のあゆみパネル、手芸作品等の展示 など
(内容は変更になる場合があります。)

お問い合わせ/JA 信州うえだ 総務企画部 企画広報課 TEL:25-7800

■主催 信州うえだ農業協同組合・信州うえだ農業協同組合保健福祉推進委員会
■共催 長野県農業協同組合健康保険組合・長野県厚生農業協同組合連合会鹿教湯三才山リハビリテーションセンター鹿教湯病院
一般社団法人家の光協会



花ナビ HANANAVI



ウメ

●学名/Prunus mume
●科名/バラ科 ●原産/中国

縁起物の梅で新年を始めましょう。いきなりですがなぜ梅は縁起ものなのでしょう。中国が宋の時代、絵のテーマとして「歳寒三友(さいかんのさんゆう)」が流行りました。厳しい寒い冬も緑や花で癒してくれる3つの友「松、竹、梅」のことです。日本には平安時代に伝わり、だんだんお正月のめでたい植物として広まっていきました。寿命の長い松は「長寿」を、雪に折れない竹は「平安」を、寒さに負けず誰より早く花を咲かせ芳香を漂わせる梅は「喜び」を表すというわけです(諸説あります)。メニューなど松竹梅でランク付けしていることがありますが、本来どちらが上とか下とかはありません。

中国原産なのに学名は「ムメ」。梅の昔の日本の呼び方です。学名を付けたのは、江戸末期にオランダから来日した医師で博物学者のシーボルトです。植物にも深い興味があり、日本の妻の名前をアジサイの学名に入れたことは有名です。梅は花も実も日本人の生活に深く関わっているの、きっとすぐにシーボルトの目に留まったことでしょう。

育て方 見ごろ 2~3月

日当たりが良く、有機質が入った肥沃な土の場所に植えましょう。水はけは良い方がいいです。苗を植えて2年ほどは土が乾いたら水やりをするように気を付けましょう。肥料は冬の間にやっておきます。実を収穫した後にもお礼肥えをやりませう。剪定も冬ですが、花が咲くのが早いので12月~1月にやります。日が当たらない枝は枯れてしまいます。枝がたくさん出て込み合いやすいので、間引き剪定を心掛けて日当たりや風通しをよくしておきましょう。特に花だけが目的の場合は枝の途中で切る切り返し剪定もすると美しい樹形に整えられます。病害虫の被害に遭いやすいので、防除を心掛けましょう。

今月のいちおし商品 注文期間 2025年3月25日(火)まで

JAの仕込み味噌 国産大豆・国産米使用

置いておくだけで味噌になります
大豆・麹・塩で仕込んだ半製品です。ダンボールのまま置いておくだけで、秋口にはおいしい天然醸造みそが出来上がります。

エコープ仕込みそ 桶詰替不要
●原料割合は、大豆とお米が10:10の10割こうじみそです。
20kg **8,660円(税込)**
10kg **4,830円(税込)**

エコープ仕込みそ 桶詰替不要 まろやか
●原料割合は、大豆とお米が10:12の12割こうじみそです。
10kg **5,220円(税込)**



食べ頃 仕込み味噌
【まろやか】
●12割こうじで人気です(甘口に感じられる)
1kg×4カップ
すぐ食べられる完成品
各 **2,790円(税込)**



仕込みそは、JA各支所・店または生活サポート部生活課(☎23-4040)で好評取り扱い中!

【災害に備え園芸施設共済に加入しましょう】

近年、頻発する豪雨や台風などの自然災害により、全国で農業用ハウスに甚大な被害が発生しています。災害が「いつ・どこで」起きるかわからない状況下で、農業を継続的に行うためには、被害の未然防止や被害を受けた場合の補償など、日頃の備えが重要です。

これからの季節は雪害も心配されますので、まだ加入されていない方はぜひご加入をお願いいたします。現在加入されている方については、継続加入をお願いするとともに、付保割合追加特約や復旧費用特約の付加をお勧めいたします。

集団加入協定の内容により、継続加入の方は掛金や賦課金の一部が割引されます。また、新規加入の方にも次年度分の掛金や賦課金の割引が適用されます。さらに、園芸施設共済の掛金は必要経費として認められますので、加入者の負担軽減となり、共済に加入しやすくなっております。ぜひご検討ください。

※お問い合わせ先 NOSAI長野 上小支所 (代)電話:35-3333

オートパル信州うえだ 車情報!

～話題の新車やご希望の中古車お任せください～

エブリイ/PAリミテッド



■4WD ■4AT ■車検2025年12月 ■修復歴:なし
 ■2023年12月登録 ■カラー:シルキーシルバーメタリック
 ■走行距離:10km(12月4日時点)
 ■車両本体価格 134万円
 ■諸経費 4万円

138万円 総支払額



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

セレモニー 虹のホール

安心しておまかせください。

24時間365日対応・年中無休

東部セレモニー「虹のホール」 TEL:64-8801
 川東セレモニー「虹のホール」 TEL:27-7373
 川西セレモニー「虹のホール」 TEL:28-0891
 よだくぼセレモニー「虹のホール」 TEL:85-2469

塩田東山観光農園いちご狩り

1月2日(木)からスタート

直売所と隣接したイチゴハウス内で「紅ほっぺ」と「章姫」に「やよいひめ」を加えた3種類が食べ放題。ご家族みんなでお楽しみください。



春のような暖かさのハウスの中に漂うあま～い香り。鮮やかな緑の葉の下には、真っ赤に熟れた大粒のイチゴがズラリ。思い切り大きな口を開けて、ガブリッとほおぼると、さわやかな甘みが口の中いっぱい広がります。

2段式高設栽培なので、小さいお子さまも大人の方もかがまず楽しいいちご狩りができます♪

■期 間 1月2日(木)～5月末日まで(変動あり)
 ☆予約制(定休日:火曜日)
 ■入園時間 午前10時～午後2時30分まで
 ■入 園 料 1時間食べ放題 ※3歳未満は無料

対象年齢/期間	1月2日～3月31日	4月2日～5月10日	5月11日～5月31日
小学生以上	2,100円	1,900円	1,400円
3歳～小学生未満	1,600円	1,200円	800円
3歳未満	無 料		

直売所では贈答用(化粧箱入り)から家庭向け、ジャム用など各種取りそろえています。

◎ご予約、お問い合わせ
 塩田東山観光農園〔上田市富士山2019〕
 TEL:39-0210(午前9時～午後4時)

「JAスマホ教室」を開催します 参加無料!

初めてスマートフォンを持った方、もっとスマートフォンを使いこなしたい方、お気軽にご参加ください!

開催日・会場 2月13日(木)本所(上田市大手2-7-10)

時間・内容 ①午前10時～11時 初級編:メール機能の使い方
 ②午前11時30分～12時30分 防災編:災害時に役立つスマホの使い方
 ③午後2時～3時 応用編:LINEを使ってみよう!

○各回定員8名。必ず事前に下記へお申し込みが必要です。(定員になり次第締切)

お申し込み・お問い合わせ先/農とくらしの相談課 TEL23-4040

ドコモ以外で
ご契約のスマホを
お持ちの方も受講
できます。



※講師:ドコモショップ上田大屋店スタッフ
 ※参加は無料ですが、受講中の通信にはご自身の通信料をお使いただけます。

JA共済小・中学生 第68回書道・第58回交通安全ポスターコンクール たくさんのご応募ありがとうございました。

令和6年度、当JA管内の小・中学校からは2,261点のご応募をいただきました。銀賞9点・銅賞12点・グリーン賞16点・入選317点の作品が受賞・入選されました。入賞、入選者の皆さんおめでとうございます。たくさんのご応募ありがとうございました。



長野県の金賞受賞作品は、2月18日(火)～2月23日(日)までアリオ上田に展示されます。



記事にあった鹿教湯病院での人間ドック、いいですね。温泉の旅館に泊まれるとは、鹿教湯ならではの、組み合わせですね。

(H・H 会社員 60歳)

11月に入り、かけ足で秋が深まってきました。短い秋ですが、日本の秋(紅葉、青空、日陽り、きのこ、根菜、音楽、焼き芋等々)存分に楽しみ、小さな幸せを重ねたいと思います。

(S・Y 75歳)

(編)秋の魅力を存分に楽しむ姿、素敵です！穏やかに健康な日々が続きます(みづこ)。

寒い季節に心も身体も美肌に風邪予防にと、又長ネギのホイル焼、私のメニュー一品増えました。

(S・S 主婦 70代)

(編)長ネギのホイル焼き、おいしそうです！美肌と風邪予防、私も実践しなくては！

毎年の時期にも松茸山での昼食のお誘いで行って来ました。美味しい料理をいただきながら楽しいひとときを過ごして来ました。いつもお世話して下さる方に感謝です。

(E・H 87歳)

(編)松茸山での楽しいひととき、心温まりますね。感謝の気持ちが伝わる素晴らしい体験です。

合併30周年の記念品、エコバッグはいいのですが、保冷バッグとても良かったです。大事につかいます。ありがとうございました。

(K・K 71歳)

(編)今回の記念品は普段の買い物にも便利です。今後もJA信州うえだをよろしく願っています。

いろいろな新種のりんごが出回って嬉しい季節になりました。どれも美味しいのですが、私はいつも紅玉を探しています。あの酸っぱさが好きです。

(T・A 71歳)

(編)酸味のきいたりんご、美味しいですね！実は私、最近紅玉のおいしさに驚

きました！

季節がいまいち分かりません。秋は何処へ行ったのでしょうか？今暖かくて冬はとも寒いとか、嫌だよね

(S・Y 会社員 64歳)

(編)最近秋が短く、暑いのか寒いのかわかりません。季節の変わり目は特に健康管理を大切にしたいですね。

農業資材もだんだん変化しているのですね！賢く使ってよい野菜を育てたいです。

(M・T 77歳)

(編)確かに、農業資材の進化は素晴らしいです！新しい資材で美味しい野菜を育てましょう！

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



文芸の庭

文芸の庭の投句先は、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

- 和紙のごと透ける月あり霜の朝
語り継ぐ先祖の話曼珠沙華
風止んで今朝は銀杏日和なり
冬の目を分けて羅漢の鎮もれり
玉入れが祖父の種目運動会
猫背して介護の明け暮れ冬木立
今年米とどける叔母は百六歳
悪あねと言ひて風通り過ぐ
畦草に愚痴を聞かせて鎌を研ぐ
ひびの手が味はふ大根おでんかな
- 上田市上塩尻 永井 陶子
上田市中之条 石井紀代子
上田市秋和 成田 正子
上田市住吉 竹内 創造
上田市保野 清水ゆき子
上田市長瀬 山岸 政子
上田市保野 山口佐世子
上田市真田町長 宮崎 拓男
上田市築地 勝見 稔
上田市住吉 小林 茂

川柳

橋詰信幸 選

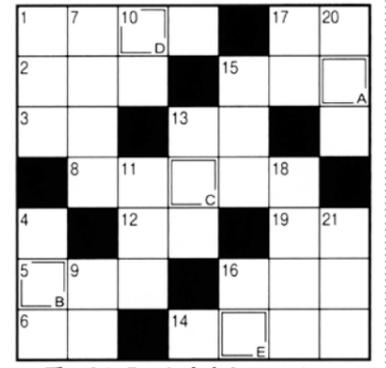
- 今日も又一杯呑んでさらっと
選手よりチアリーダーに目が移る
苦しみに耐え愚痴に耐え立つ頂点
野良に出て昭和の演歌とびとびに
ゴミ捨ても楽し新米香る道
すき焼きの匂いぐつぐつ喉が鳴る
寒狂い台風四つ蚊遣り豚
もうおせち予約促がすコマージュル
老い入る日嬉しいメール交わす文
情けなや瑞穂の国の米不足
遺された言葉は世界の処方箋
平和への微動喜ぶ平和賞
- 上田市真田町長 大久保幸吉
青木村村松 沓掛 正一
上田市築地 勝見 稔
東御市赤津 唐澤 宏員
青木村田沢 上原 忠夫
上田市真田町本原 有賀 晚鐘
上田市富士山 黒澤 嘉武
上田市富士山 増田 久義
青木村村松 中村 善彦
東御市常田 大森乃里子
上田市富士山 岩瀬 邦子
上田市林之郷 下村 正枝
上田市塩川

クロスワード

誰が解くかな？
家族みんなでチャレンジ！

新年を迎えること

今月のクロスワードはプレゼント対象外です



二重ワクに入った文字をA-Eに並べてできる言葉を当ててください。

- タテのカギ
- 年賀状をコレからSNSなどに切り替える人も増えました
 - サトイモの親芋のまわりにできます
 - コートなどに用いる毛織物
 - ここで話しても —— があかないから見に行こう
 - しんしんと降り積もるもの
 - 箱根駅伝は10 ——、計217.1kmで競います
 - さんずい、うかんむりなど
 - ほうきに乗って飛べるとか
 - 10を3回かけ合わせると
 - 縁起をかついで食べる受験生もいます
 - おせち料理に入れる紅白の食材といえ
 - チャールズ・チャップリンは —— の王様です
 - 可燃ではありません

- ヨコのカギ
- 宝船の絵を枕の下に入れておくとよいものが見られるとか
 - 窓を開けて取り込みます
 - カード式のホテルもあります
 - 中東の国のひとつ。首都はテヘラン
 - きねと臼でつくもの
 - 「本の虫」と呼ばれることも
 - 七草を入れて炊くことも
 - 初詣で一年の —— を祈った
 - 「見通しがきく」ことを願っておせち料理に入れます
 - マスカラを付けるところ
 - 脊椎動物にはあります
 - 「Rがつかない月には食べるな」といわれる貝
 - 耳が冷えないようにイヤ —— をつけた

〈応募ハガキ記入方法〉

①クイズの答え
②住所・氏名・年齢
職業・電話番号
③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
④JA・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きます場合があります。

〒386-8668 上田市大手2-7-10
JA信州うえだ 編集部

〈裏〉 〈表〉

応募数 11月号は57通のご応募を頂きました。ありがとうございます。心からお礼申し上げます。(編集部一同)

11月号出題クイズの答え

カ	シ	ヤ	バ	イ
ラ	ナ	ワ	ノ	レン
ス	イ	ガラ	イ	ガ
	キ	キ	ハ	シ
ホ	ウ	イ	チ	ヨ
ウ	ツ	ク	シ	マ
ク	シ	ヤ	キ	イ
モ				

〈答〉
ホシガキ
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

今月のプレゼント商品

今回は6-7ページ「お正月クイズ」の答えを書いて応募してね!

詰め合わせセット

応募の締め切りは1月31日。正解者の中から抽選で5名様に「JAオリジナル詰め合わせセット」をプレゼント!!

今月の表紙

上田市

4歳兄、2歳姉、5カ月弟の3人兄妹。4世代同居の仲よし家族で、上の兄妹は元気いっぱい遊んでいます！素敵なお家族でした。

理事会だより

理事会だより11月の定例理事会(令和6年11月27日)において、次の議案が審議・可決されました。

- 令和6年度第3・四半期仮決算事務処理日程・要領について
- 個人情報保護関連規程の変更について
- 貯金保険機構検査の指摘事項に対する改善状況報告について
- 年末賞与の対応について