

だいほく

August 2016 No.617 **8**



Monthly PickUp

【だいほくホットライン】

JAおたり支所・小谷スタンドの新築移転起工式

統合型支所で地域の拠点に

伝統の特産品「池田町内鎌かんぴょう」生産開始

「守る会」が受け継ぎ生産

スポーツ交流が28回目

女性部おたり・中土ミニバレーボール大会に120人

【特集】

平成28年度 長野県JAバンク **農機具等購入応援事業**

だいほく通信北から南から | 女性部通信 | 営農アドバイス | JAインフォメーション | JAまごころ宅配「暮らしの応援レシピ」

国営アルプスあづみの公園 | あづみ病院「くらしの健康百科」 | アルプスサロン | JA自動車共済のご案内



地域に愛される笑顔の輪

JA大北

伝統の特産品 「池田町内鎌かんぴょう」 生産開始「守る会」が受け継ぎ生産



収穫したユウガオを手挽きする会員ら。

の苗を定植。ツル止めや雑草管理を経て、6月末から収穫が始まりました。今年は猛暑傾向で気温も高いことから1日約30本を収穫。最盛期は1日40本を収穫し、一定の大きさに輪切りにしたユウガオを手挽きする作業を8月下旬まで行います。



加工は手挽き包丁を使い、薄く長く剥いたユウガオを、今春に稲ワラで編んだ「わらこも」の上に広げて「昼夜天日干しし、出来上がったかんぴょうは8本程度にまとめて袋詰めして完成。会では、かんぴょうを使った料理レシピの発行や、各イベントでの普及を通じ継承活動にも力を入れています。

池田町会染内鎌の特産品「内鎌かんぴょう」の生産が7月10日から始まりました。内鎌かんぴょうは、およそ160年の歴史がある伝統産物。地区の農家有志でつくる「内鎌のかんぴょうを守る会」30人の会員が生産や販売を手掛けています。長野県の「信州の伝統野菜」の認定も受けているほか、今年5月に開催したJA大北第51回通常総代会の席上で優良組合員組織表彰を受賞しました。

今年は会員の圃場約4アールに40本、電話0261・62・4607まで。

JAおたり支所・小谷スタンドの新築移転起工式 統合型支所で地域の拠点に



工事の安全を願ったおたり支所の地鎮祭・起工式



小谷スタンドの地鎮祭

小谷村の国道148号雨中、月岡バイパス開設工事に伴い移転が決まっていたJA大北おたり支所と同小谷スタンド新築の合同地鎮祭・起工式が7月11日、移転建設地でJA関係者など約50人が参加し行われ、工事の安全を祈願しました。

現在のおたり支所は国道148号沿線でJR南小谷駅や村役場などが立地する小谷村の中心部にありますが、貨物などの大型車両が通行し、地域住民の生活に多大な支障をきたすなど課題となっています。このため県は平成23年度から地域高規格道路「松本系魚川連絡道路」「国道148号雨中・月岡バイパス事業」に着手しています。

この道路建設に伴い、現在の当JAおたり支所、小谷スタンド土地が収用となるため、移転新築することになります。

ました。新支所は小谷営農・農機センターを解体し建て替えるもので、建物は鉄骨造り2階建てで、延べ床面積は約1473平方メートル。金融・共済店舗とヤマザキショップを加えた生活店舗、営農・農機部門を統合した支所となります。小谷スタンドは下里瀬地区南側に新築。鉄骨造り延べ床面積は約164平方メートルで、給油は従来通りの職員によるフルサービス式となります。起工式でJAの山田高司組合長は「小谷村は金融、生活、営農とJAの依存が高く地域になくはない存在。統合型の支所により多くのの方々の営農と暮らしの拠点となる施設として、しっかりとしたものを作りたい」と話しました。両施設とも完成は平成28年11月下旬を予定しています。



スポーツ交流が28回目 女性部おたり・中土ミバレーボール大会に120人



小谷村のJA大北おたり・中土支部合同のミバレーボール大会が7月2日、小谷小学校体育館で開かれました。各支部から12チーム約120人が参加し、それぞれのチームが試合で汗を流しました。



この大会は村内の女性部員が相互に交流する場を目的として、今回で28回目の開催。同村全域の女性部員が世代を越えて大勢集まる大会として毎年恒例行事となっています。また同地区のJA職員も地域との交流を深める協同活動事業の一環としてチームを組み大会に参加しました。

試合では部員らが大きなかけ声をかけあいながらボールの行方に声を上げ、長いラリー戦には歓声と拍手が聞かれていました。当JAの山田高司組合長は「歴史のある大会で世代を越えて地域の女性が多く集まったことに感謝したい。楽しく交流してほしい」と話しました。

松川村の農家グループが熊本の被災農家へ義援金



松川村の水稲・りんご農家ら33人でつくる「松川村農村リーダー会」の代表5人が7月4日、JA大北本所を訪れ、熊本地震で被災した農家を励まそうと会員に募った義援金37万4,559円をJAの山田高司組合長に託しました。

同会の平林一盛会長は「地震に加え、豪雨災害で農業に大きな被害が出ている。同じ農家として心が痛む。少しでも役に立ててもらえれば」と話しました。

JAの山田組合長は「皆さんの気持ちを受け、義援金は農村の災害復興のために送りたい」と話しました。義援金はJA長野中央会などを経由し、被災地のJA・農家へ届けます。

園芸品目推進の加工用キャベツ収穫

当JAが園芸品目の推進の一環としてすすめている加工用キャベツの収穫作業が6月中旬から7月下旬まで行われました。

今年は大町市、池田町、松川村などの法人や個人が約4ヘクタール栽培しています。加工用キャベツは外食産業やパック野菜など業務用として需要があり、契約栽培により価格が安定しているのが利点です。この内、

池田町の農事組合法人「グリーンファームいけだ」は約50アール作付けし、7月中旬まで出荷作業を行いました。当JA営農部では、更なる栽培面積拡大につなげたい考えです。



「大きいの採れた」保育園児が喜びのジャガイモ・トウモロコシ収穫

松川村の安曇野まつかわ農業小学校



松川村の松川北保育園・南保育園の年中・年長園児は7月19日、20日の両日、同村細野地区と役場南側に村農業委員会、同村営農支援センターなどが食農教育の一環として開設している「安曇野まつかわ農業小学校」の体験実習農

場で、ジャガイモとトウモロコシの収穫体験を行いました。4月下旬に種芋の定植をしたジャガイモと5月中旬に苗を定植したトウモロコシは順調に生育しました。このうち北保育園の園児たちは10アールほどの農場の畑で育てられたジャガイモを手で掘り採ったほか、トウモロコシももぎ取りました。収穫したジャガイモ・トウモロコシは園のクッキング保育の食材などとして使われる他、家庭に持ち帰って味わいました。

加工用タマネギの機械化一貫体系確立へ

収穫機・選別機導入



JA大北は6月22日、加工用タマネギの収穫機の実演会を大町市常盤で開きました。新たな園芸品目を推奨する目的として、業務加工用タマネギの生産拡大と省力化を視野に入れた機械化一貫体系栽培の一環です。この日は大町市常盤の平出亨さんが管理する畑に管内から生産農家や関係者など30人が集まり、昨年11月に定

植・栽培されているタマネギを根切機・収穫機で収穫し、当JA平支所野菜集荷場内に設置した根葉切り調整機・仕上げ機・選別機で選別する作業を実演、収穫機は最新のコンニャク掘り取り機を改造したタマネギ専用の機械です。

当JAでは昨年秋には播種機、移植機を導入して定植。現在は管内全



で10軒の農家が約380アールで生産しています。播種から出荷まで機械化することで、生産者の労働時間・コスト軽減が図れることから今後推進していく計画です。収穫作業は7月末まで行われ、収穫したタマネギは加工用として県内の他、関東・中京方面へ出荷されました。

自然農法のアイガモに感謝のお別れ

安曇野まつかわ農業小学校



松川村農業委員会と同村営農支援センターなどが食農教育の一環として開校している「安曇野まつかわ農業小学校」で無農薬栽培の米づくりをしている村立松川小学校3年生の児童は7月26日、今年5月28日に雑草駆除用として放していたアイガモを捕獲しました。環境にやさしい有機農

法栽培を学ぶ目的で、村内で自然農法を実践している農家の宮田兼任さんから生後13日目の雛21羽を借り、約1ヶ月半の間、児童が当番制でえさを与えて飼育していました。途中3羽が行方不明となっていました。放鳥した時には15センチほどの大きさだったアイガモは、約40センチ1.5



kgほどに成長しました。この日は3年生児童が1か所に集めたアイガモを1羽ずつ捕まえました。児童たちは「おいしいお米づくりのために一緒に草取りをしてくれてありがとう」とアイガモたちにお礼をしました。

青壮年部池田支部が池田保育園児とジャガイモ掘りで交流



当JA青壮年部池田支部は、7月25日、同町池田保育園の年長園児35人と園の西側にある畑でジャガイモ掘りを行いました。青壮年部がすすめるチャイルドファーム運動の一環と

して、子ども達が自ら農業を体験し、食の大切さを知ってもらおうと同支部と同園が企画。5月上旬に園児たちとキタアカリの種芋を植えていたものです。園児たちは「土の中にたくさんある」と笑顔で掘り取っていました。収穫したジャガイモは同園の給食の材料などとして使われました。

池田地区支所運営協議会が親睦マレットゴルフ大会開く

組合員と役職員が和やかに交流

当JA池田地区支所運営協議会主催の「池田地区組合員役職員親睦マレットゴルフ大会」が6月25日、池田町内鎌のあづみ野広場マレットゴルフ場で開かれました。地域組合員と役職員が親睦を深め、組合員の健康増進、総代会・運営協議会の発展を目的に、地区組合員と役職員97人が参加。この日は早朝までの雨によるコンディションが悪い中でも、ホールインワンなどの好プレーが出たほか、ベ

テランの組合員が職員にアドバイスする光景も見られるなど参加者は和やかにプレーしていました。試合後は会染支所で交流会を開き、組合員と職員が親睦を深めました。



女性部通信

女性部恒例の「フレッシュ交流会」に各支部から80人参加

明智鉄道を走る大正ロマン号で交流



当JA女性部は7月14日、今年度のフレッシュ交流会を行いました。各支部から80人の部員が参加し、岐阜県恵那市の明智鉄道を走る急行ローカル列車「大正ロマン号」の食

堂車で、昼食と車窓からの風景を楽しんだほか、大正村を散策して支部間交流を深めました。部員らは「風情ある列車や風景と部員の皆さんと様々な話ができて有意義な1日だった」と話していました。

ハーブ料理と営農講座開く 女性農業大学7期生の6月・7月講座



女性農業大学7期生の講座が6月22日、当JA本所会館調理室で池田町特産のハーブを使った料理講習を行いました。同町のビストロ・カモミー

ルの片瀬敦子さんを講師に、数種類のハーブをソースなどに使った野菜・肉料理の作り方を学びました。また7月13日の講座は当JA営農



部園芸振興課の中村勝課長を講師に、秋野菜の管理と土づくりについて学びました。

管内の中高齢者を対象に生きがいづくりを提案する「はつらつ講座」は6月30日、第2回目の講座をJA大北本所会館で開きました。この日はアロマセラピストの木村愛子さんを講師にアロマオイルを使ったマッサージの体験と手法を学んだほか、山内知恵さんを講師に島根県安来市に伝わる銭太鼓と呼ばれる2本の太鼓のばちのような楽器を使い、音楽に合わせた振りで軽運動を楽しみました。

アロマでリラックス。
銭太鼓で軽運動。
「はつらつ講座」



新採用職員農業研修 知識向上と農家の苦勞を体験

当JAは7月1日、今年度採用の新採用職員を対象に農業体験実習を行いました。JA職員として農作業を通して職員の知識向上と農家の苦勞を体験し、日々の業務に役立てる目的です。この日は白馬村北城の当JA北部育苗センターの育苗ハウスでトマト栽培を行っている白馬村農業委員長で元JA営農指導員の松沢正猛さんを講師に、ミニトマトの栽培方法を学び、芽かき作業やひもを使った誘引作業を行いました。



女性部通信

女性部美麻支部がメイクレッスン教室開く

女性部美麻支部は7月19日、より明るく美しくなるためのメイクレッスン講座を美麻支所で開きました。フェイシャルエステサロン「サニースポット」の大西千景さん、高橋順子さんを講師に、化粧落としからクレンジング・マッサージと基礎からのメイク仕上げとして自分に似合う眉の描き方などの

ポイントを参加した11人が学びました。受講者は「化粧落としと洗顔をきちんとすること。自分に合った化粧品を選ぶことが大切と分かった。眉や目をメイクするだけでも印象が美しくなるのは驚いた」と話していました。



女性部通信

女性部平支部・神城支部が涼しげな「こけ玉」「吊りしのぶ」づくり



女性部神城支部は6月23日に神城支所で、平支部は7月1日に平旧生活店舗で、「こけ玉」と「吊りしのぶ」作りを学びました。当JAファーム南部店

の職員を講師に、両支部あわせて25人が参加。観葉植物を入れた「こけ玉」や、シダ植物のシノブを入れた「こけ玉」に風鈴を吊るす「吊りしのぶ」づ

くりに参加した部員は「様々な植物を選び簡単にできる点もいい。夏場は軒下などに飾ると涼しい感じになりそう」と話していました。



女性部通信

女性部平支部がカラーゴムを使った「ルームバンド」手芸に挑戦

女性部平支部は6月28日、7月19日の2日間、小さなカラーゴムを使ったルームバンド手芸講習会を開きました。支部では毎月一回、旧生活店舗を活用してそば打ちを行っています。今回はそば打ち終了後に短時間でできる簡単手芸講習会を企画したもので、6月28日にはルームバンドで丸いストラップを、7月19日にはお花のストラップを作りました。参加者は「作り方は簡単だけど細かいので作業が大変だったけど慣れてくる

と楽しい」と、色とりどりのカラーを組み合わせたり鈴を付けて、オリジナルのストラップ作りを楽しんでいました。



女性部通信



女性部松川支部が井戸端会議で役職員と懇談

JA事業に女性の提言を活かす

女性部松川支部は7月12日、当JA松川支所で役職員とJA事業について懇談する「井戸端会議」を開きまし

た。支部の恒例行事となっている会議には地元理事や支所長など役職員が出席。JA改革やJAの各事業について理事から説明を受けたほか、部員からJA事業に対する貴重な意見や提案をいただきました。今後のJA各事業に反映してまいります。

女性部通信

女性部美麻支部グループが七夕料理教室講習会開く

女性部美麻支部の青具地区はグループ活動として7月9日、青具ふれあいセンターで七夕にまつわる料理講習会を開きました。この日は地区役員が中心となり、毎年行っている「七夕おやき」ではなく、本格的な中華まんじゅうづくりに挑戦しました。生地を発酵やまんじゅうを蒸かしている時間

を利用して短冊に願い事を書き、七夕飾りも作りました。



女性部通信

女性部白馬支部が池田町で梅収穫

女性部白馬支部は6月17日、池田町広津地区で梅の収穫体験を行いました。この日は部員10名が参加し、池田町広津の広津安曇野和房組合が管理している梅園で自家用梅を収穫後、出荷用の収穫作業の手伝いを1時間ほど行いました。参加した部員は「楽しくて予定数量よりも多く収穫した。採りたての新鮮な梅なので早速梅漬や梅酒にしたい。来年もまた来たい」と話していました。



園芸

南部営農センター 八坂 平林豊張

秋野菜の圃場準備について

まもなく秋野菜の播種、定植時期になります。計画的に畑の準備をして、良質な野菜を生産しましょう。

■ 作物の選定と圃場の準備について

①作物の選定の注意点

どこに何を植える(播種する)か十分検討し、連作をしないように心掛けましょう。

→ 夏野菜と秋野菜との連作や、同じ種類(同科)の野菜の連作を回避してください。

例)アブラナ科:ハクサイ、キャベツ、ダイコン

ナ ス科:トマト、ナス、ジャガイモ、ピーマン

マ メ科:エンドウ、エダマメ、インゲン

ユ リ科:ネギ、タマネギ、ニンニク



②圃場準備の注意点

早めに堆肥(有機物)を全面施用し、土とよく混和して団粒化を図り生産性を高めましょう。

排水が悪い圃場は定植前に、高畝・排水溝を掘るなど排水対策を講じましょう。

■ 播種時期を厳守してください

秋野菜の栽培は気温がだんだん下がっていく時期の栽培になり「種まきが1週間遅れると1ヶ月収穫が遅れる」と言われています。適期表をもとに、いつ頃収穫したいのかを考えて、そこから逆算して播種時期と品種の計画を立てましょう。

詳しくは各営農センターの営農技術員までお問い合わせください。



蟹座
6/22~7/22

全体運 / スムーズに人脈のネットワークを広げられます。初対面の人にも気さくに話しかけて、新ジャンルへの挑戦も吉
健康運 / 健康法に凝り過ぎず、自然体で過ごして幸運を呼ぶ食べ物 / サケ



双子座
5/21~6/21

全体運 / うっかりミスが増えそう。慣れている作業でも丁寧にやって、集中力を高めるには、料理や手芸、DIYが最適
健康運 / 無理なダイエットはNG。適度な運動を幸運を呼ぶ食べ物 / シメジ



牡牛座
4/20~5/20

全体運 / イベントや行楽に誘われるなど、外出の機会が増える予感。寛容的に参加すれば、何かしら得るものが多いはず
健康運 / 新陳代謝の促進が健康の秘訣(ひけつ)になりそう。幸運を呼ぶ食べ物 / サツマイモ



牡羊座
3/21~4/19

全体運 / ささいなことが気になって仕方ないかも。常におおらかさと笑顔を忘れずに。気分転換には散歩道や公園の散策を
健康運 / スポーツを楽しむと、体調に好影響あり。幸運を呼ぶ食べ物 / トウガン

水稻

南部営農センター 松川 栗林 浩

良質米生産に向けた最後の仕上げ!

収穫直前までの水管理のポイント

◎落水について

・落水時期が早すぎると粒張りが悪くなったり、胴割れ米の発生が増えるなど、品質が低下するので適期に落水を行いましょう。

・特に、砂壤土の水田では胴割れ米が発生しやすいので、後半まで水管理を行い、土壌の乾燥を防いで下さい。
・落水後、晴天続きで土壌乾燥が続く場合には、「走り水」を行い水分を補って下さい。

売れる米づくりのポイント

◎適期収穫・適正調製について

1.収穫

胴割れ米発生防止のため、刈り遅れないようにして下さい。

【理想的な刈り取り時期】

①登熟積算気温

○刈り取り始め 1穂内に緑色の籾が10粒(登熟積算気温目安900℃)
○成熟期 1穂内に緑色の籾が5粒(登熟積算気温目安1000℃)
○刈り取り晩限 1穂内に緑色の籾が2粒

②帯緑色籾歩合

100粒中の青米粒	0~5粒	6~10粒	11粒以上
乾燥機停止後の水分変化	乾く	ほとんど変わらない	もどる

2.乾燥

・コンバインで収穫の場合、収穫後4時間以内に乾燥作業を行って下さい。
・適正水分の仕上げは下記の通りです。
うち米……………目標水分14.5%
酒造好適米・もち米…目標水分14.5%
・青米の混入が多いと、乾燥終了後に水分が変化する事があるので、14.5%ぎりぎりまで乾燥させて仕上げる追乾燥をするくらいの余裕をもって下さい。

異物混入の防止

ぼんの僅かな異物(石・ガラス片・プラスチック片・金属片等)混入で、産地の評価が下がります。更には、モチ混・ウル混のクレームも多くなっています。倒伏田の刈り取りや、調整に注意し、異物混入を防止しましょう。

カントリーエレベーター、ライスセンター利用の皆さんへ
平成28年産米では「いもち病」「倒伏」「トウコン」の混入したものはカントリーエレベーター、ライスセンターへの持込みはできません。上記が発生した場合は、搬入前に支所担当者に相談してください。

赤米やクサネムの防除を徹底して産地を守りましょう

1.赤米(トウコン)

特性: 果皮に赤褐色の色素がある米で、古くから伝来した米が、地中で埋蔵休眠し、地表近くに掘り起こされ種子が発芽したのではと考えられています。

対策: ●取った草を落とさない様、ビニール袋などを持って手取りして下さい。
●取った草は畦などに放置せず、燃やして下さい。
●手取り除草が確実な方法です。
●赤米の発生が見られた水田は秋起こしを見あわせて下さい。

2.クサネム(マメ科雑草)

特性: マメ科の一年生雑草で、畦畔、湿地などに多く見られます。近年は休耕田などに多く発生しそこから水田へ侵入し、収穫時にクサネムの種子5mm程度の種が、米に混入して検査不合格となるなど問題となっています。

対策: ●取った草を落とさない様、ビニール袋などをに入れて下さい。
●取った草は畦などに放置せず、燃やして下さい。
●手取り除草が確実な方法です。
●河川での草刈りは特に注意し、雑草が川に流れ込まないようにして下さい。

水稻生育状況及び長期予報について

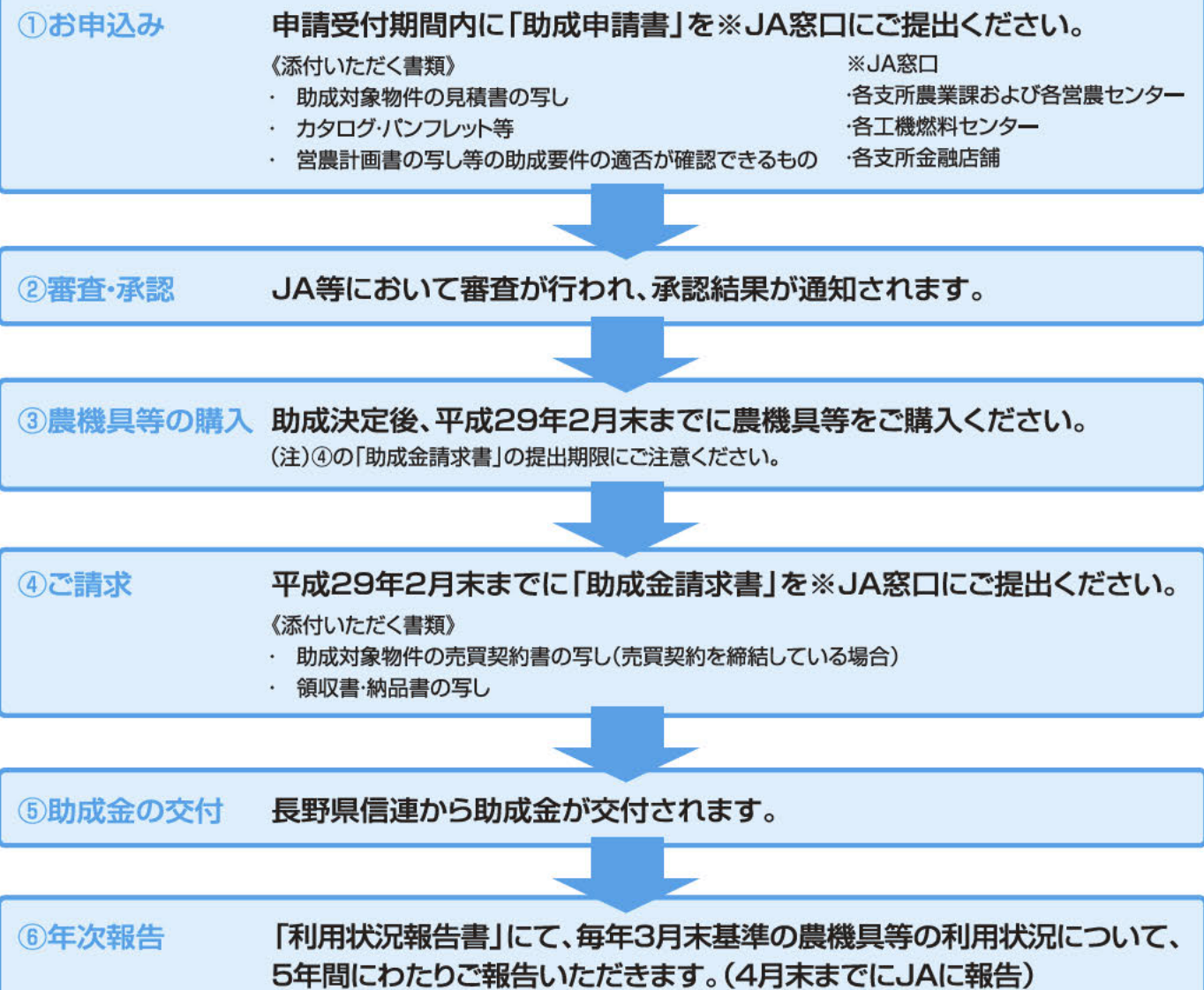
水稻生育進捗は平均して4日~5日程度平年より早く、特に田植の早い圃場ほど、生育が進んでいます。長期予報は右の通りですが、早めの準備で、刈り遅れの無い様に、良質米生産に向けて、最後の仕上げに挑みましょう。

向こう2か月の平均気温は、高い確率50%です。

8月 平年と同様に晴れの日が多いでしょう。気温は平年並または高い確率ともに40%です。

9月 天気は数日の周期で変わるでしょう。気温は、高い確率50%です。

～お申込みの流れ～



～ご留意事項～

<助成対象>

- ☐ 1 組織体、通算1回限りとさせていただきます。 ☐ アグリシードリース利用者は対象外です。
☐ 申請は、1 機械購入単位です。(複数合算は不可) ☐ 作付面積は、延べ面積でのカウントはしません。また、転作物物については含みません。
☐ 受託作業について、一部作業のみは対象外です。

<農機具等の購入時期>

- ☐ 農機具等については、②の承認結果が通知されてから購入していただきます。承認結果が通知される前に購入してしまうと助成の対象外となりますので、ご注意ください。

<ご融資について>

- ☐ 農機具購入についてご融資を希望される方は、助成申請と併せて各支所金融窓口にご相談ください。なお、助成決定になりましても、ご融資につきましては別途審査が必要となりますのでご了承下さい。

<助成金の返還>

- ☐ ⑥の年次報告を怠ったとき、農機具等を売却・廃棄・貸与したとき等(助成申請書に掲げる同意事項に反したとき)には、助成金を返還いただく場合がございます。
■詳細な助成要件・手続につきましては、お近くのJAまでお問い合わせください。

長野県JAバンクならびにJA大北が実施する農業応援施策について、Eメール、FAXでご案内を致します。
ご希望される方は事務局(金融部審査課)までお申し込みをお願い致します。

本件に関わるお問い合わせ先 JA大北 金融部 審査課 TEL.22-1843 (平日9:00～17:00)

平成28年度 長野県JAバンク 農機具等購入応援事業

申請受付期間：平成28年10月1日(土) ▶ 平成28年10月31日(月)

※軽トラック等、農業生産以外にも
利用可能なものは対象外です。

規模拡大を目指す方を
全力で応援いたします!

本体価格(税抜)の
30%助成
(上限200万円)

こんな農業用機械・設備が対象となります!

・トラクター(アタッチメント含む)、田植機、コンバイン、収穫機、
移植機、SS等
・ビニールハウス、ハウス内器具・装置、ブドウ棚、トレリスなど

ご利用対象者	●JAの組合員である農業者(個人・法人)の方 ●JAの組合員によって構成される集落営農組織等 ●JA出資法人 ●その他農業者(個人・法人)
助成要件 および 対象品目	以下の①～②のすべての要件を満たす方 ①下記品目の作付面積(作業受託面積も含む)を満たす方または、 5ヵ年以内に下記の作付面積以上に拡大する計画がある方(別途「規模拡大計画書」の提出要) ◆米 … 5ha以上作付している方 ※(3ha以上5ha未満) ◆野 菜 … (露地) 50a以上作付している方 ※(30a以上50a未満) - 品目「玉ねぎ・長ネギ・キャベツ・ジュース用トマト」 (施設) 10a以上作付している方 ※(5a以上10a未満) - 品目「ミニトマト・きゅうり・いちご」 ◆果 樹 … (露地) 20a以上作付している方 ※(10a以上20a未満) - 品目「りんご・もも」 ◆花 き … (施設) 5a以上作付している方 ※(3a以上5a未満) ◆乳用牛 … 35頭以上 ※(30頭以上35頭未満) ②新たに機械等を購入し生産性向上、生産コスト低減に取り組む方 規模拡大、多収穫品種の栽培等を目指す方 ※印 ()内は、規模拡大目標申請者の、申請時点での作付面積です
助成金対象物件	以下の①～②のすべての要件を満たす方 ①購入価格が20万円(税抜)以上のもの ②農業生産に必要と認められるもの
助成金額	本体価格(税抜)の30%(上限200万円)



本事業につきましては、助成金の総額に上限を設定させていただいております。そのため、上限を超える多数の申請があった場合、助成要件を満たしていても、ご希望に沿えない(助成を受けられない)ケースがあることにつき、十分にご理解いただいたうえで、申請いただきますようお願いいたします。

毎日の暮らしに必要な食料品や日用品などをご自宅までお届けする宅配サービスです。

JAまごころ宅配 暮らしの応援レ・シ・ピ

旬の食材やエコープマーク品を使ったお料理の提案です。

豚肉となすの生姜炒め



●作り方

- ① 豚肉は食べやすい大きさに切り、塩・こしょうを揉み込みます。
- ② なすは一口大の乱切りにし、揚げます。
- ③ 生姜は千切りにします。
- ④ フライパンにサラダ油を熱し①を炒めます。
- ⑤ 豚肉の色が変わったら②、③、Aを加え炒め合わせます。
- ⑥ ⑤を皿に盛り、お好みで七味唐辛子を振ります。

●材料(2人分)

豚ロース肉 しょうゆ … 大さじ1 生姜 … 1片
うす切り … 200g A 酒 … 小さじ1 サラダ油 … 小さじ1
長なす … 2本 L みりん … 小さじ1 七味唐辛子 … 少々
揚げ油 … 適量 塩・こしょう … 少々

一口メモ

なすの皮にはナスニンなどのポリフェノールが多く、動脈硬化防止や抗がん作用、コレステロールの上昇を抑える働きや体を冷す効果があるといわれています。なすのおいしさを引き出すには油と一緒に摂ることが効率的です。また豚肉は疲労回復効果のあるビタミンB1を多く含んでいます。なすと豚肉と一緒に摂ることで夏バテ防止、疲労回復に効果があるといえそうです。

ゴーヤとちくわの中華和え



●作り方

- ① ゴーヤは種とわたを取り除き薄くスライスします。
- ② ちくわは縦半分に切り、斜めスライスします。
- ③ パプリカは千切りにします。
- ④ 鍋に湯を沸かし①、③を茹で、冷まします。
- ⑤ ④と②、Aを和え、器に盛り付けます。

●材料(2人分)

ゴーヤ … 1/2本 ごま油 … 大1
生ちくわ … 2本 A しょうゆ … 大1
パプリカ(赤) … 1/2個

一口メモ

心身のストレスや疲労を回復する働きがあるビタミンC。ゴーヤには、1本につきレモン約2個分、ほうれん草の約2倍に相当する豊富なビタミンCが含まれています。しかも、ビタミンCは熱に弱いものですが、ゴーヤに含まれるビタミンCは加熱しても壊れにくいという特徴があります。ビタミンCのような抗酸化物質を含む植物性食品は、動物性食品と一緒に組み合わせると、さらに抗酸化力がアップするという性質があります。

安全 安心 便利 「ご紹介キャンペーン」実施中

◎安全・安心:県内産・国産品を優先的に使用し、添加物にも配慮しています。
◎便利:週2回ご自宅へ。注文いらずの「おまかせコース」・カタログから注文「選べるコース」

JA大北 食材センター
TEL・FAX:0261-23-0811

JA葬祭 24時間受付

安心して、全てをおまかせ下さい。

◎搬送、通夜、法事にいたるまで対応いたします。◎個人葬から社葬まで、ご予算に応じて対応いたします。
◎寺院・公民館の葬儀の料理から後片づけまで、JAの葬祭担当がお手伝いいたします。

■式場 ■棚上げ会場 ■親族・寺社控室 ■通夜室 ■霊安室 ■70台収容駐車場 ■霊柩車・送迎用マイクロバス ※自宅・公民館・寺社等での出張葬も承ります。

JA大北 〒398-0001 大町市平7791-6 FAX:0261-26-3301

JAホールおおまち TEL:0261-23-7176

JA大北 〒399-8501 北安曇郡松川村7051-12 FAX:0261-82-1701

JAホールまつかわ TEL:0261-62-1700

ご利用の際は、上記の電話番号をご確認の上おかけ間違いのないようにご注意ください。

♊ 蠍座
10/24~11/22

全体運 / 向学心が旺盛になる時期です。カルチャーセンターの体験教室を受講するなど、興味のあることに意識を向けて
健康運 / 暴飲暴食は控え、栄養バランスに配慮を幸運を呼ぶ食べ物 / サトイモ

♎ 天秤座
9/23~10/23

全体運 / ささやかな喜びに恵まれる期間。感謝すれば、さらなる好運を引き寄せられるでしょう。周囲への気配りも大切に
健康運 / ストレッチや体操などで軽く動くことと上昇幸運を呼ぶ食べ物 / シイタケ

ローン・年金相談会

年金のご相談には基礎年金番号、年金手帳(配偶者のものも)、印鑑をご持参ください。

※随時、年金相談を受け付けております。詳しくは、各支所金融共済課までお問合せ下さい。

日程 (時間:すべて9時~16時)	年金相談 会場はすべて本所アブロード1階になります	ローン相談
平成28年8月14日(日)	○	○
20日(土)	—	○ (県下一斉住宅ローン相談会)
21日(日)	—	○ (県下一斉住宅ローン相談会)
28日(日)	○	○
9月11日(日)	○	○
9月25日(日)	○	○

毎月第2・第4日曜日は、
休日ローン・年金相談会の日です!!

平成29年度 職員採用試験(高卒予定者)のお知らせ

大北農業協同組合では、平成29年度の職員(高卒予定者)を募集します。

1. 採用予定者数
若干名
2. 受験資格
学校教育法による高等学校の在学者であって、平成29年3月卒業見込みの者、及び原則として自宅より通勤可能な者。
3. 採用試験について
(1)第一次選考/平成28年9月16日(金)
選考方法/面接・適性検査(能力検査、性格検査)
(2)第二次選考
選考方法/役員面接(平成28年9月21日(水)予定)
4. 応募提出書類
(1)所定の受験願(履歴書兼用)
※6ヶ月以内に撮影した上半身の写真(タテ4cm×ヨコ3cm)を貼付したもの。
(2)在籍している高校の調査書
5. 受付期間
平成28年9月5日(月)~平成28年9月12日(月)まで
6. その他
(1)受験願の申し込み
所定の「受験願」は、大北農業協同組合 総務部 人事教育課へ申し込み下さい。
(2)個人情報の取扱い
提出書類等に記載された個人情報について採用試験実施要領による採用活動以外には使用致しません。
(3)受験願の請求・書類の提出・その他問合せ先
〒398-0002 長野県大町市大町字光明寺3091-1
大北農業協同組合 総務部 人事教育課(担当:花澤)
TEL:0261-22-1840 E-mail:jinji-k@dhk.nn-ja.or.jp

長野県農業大学校 信州に決める。

「実践経営者コース」学生募集

長野県農業大学校では、企業的農業経営者を育成する総合農学科「実践経営者コース」の学生を募集します。「どのような品目で、どのような農業経営をやりたい」という目標が明確で、就農意欲が高い方を募集します。

1 募集人員及び修年年限等

学科	募集人員	修学年数	受験資格	入学試験
総合農学科 実践経営者コース	10人	2年	高卒等以上	筆記試験:小論文 人物考査(面接)

2 出願期間、入試日時、場所

回	願書受付期間	試験日
第1回	平成28年10月13日(木) ~平成28年11月1日(火)	平成28年11月17日(木)
第2回	平成29年1月11日(水) ~平成29年2月1日(水)	平成29年2月21日(火)

3 学費

授業料: 年額118,800円(ほか)に諸経費(教材、寮費、実習費等)として、1年次75万円程度、2年次80万円程度

4 問い合わせ先

長野県農業大学校農学部事務局 〒381-1211 長野市松代町大室3700
TEL:026-278-5211 FAX:026-216-2121
E-mail:nagyodai@pref.nagano.lg.jp

JA大北 創立50周年記念旅行

感動がいっぱい! 太陽の国イタリア 7日間

●旅行実施日/ 2016年 11月18日(金)~24日(木)

●旅行代金/ 大人お一人様 288,000円 (2名様1室利用)

※お一人様部屋利用追加代金:40,000円(5泊分)

※上記旅行代金の他に下記の料金がかかります。
燃油サーチャージ:8,000円(2016年6月1日現在)、成田空港施設利用料:2,610円、現地空港諸税:5,000円、航空保険料:3,200円、渡航手続き料金:4,320円
※燃油サーチャージと現地空港諸税につきましては出発までの期間に増減額する場合がありますので、正式金額につきましては別途書面をもって通知させていただきます。

永遠のリゾート ハワイ ホノルル 5日間

●旅行実施日/ 2017年 1月25日(水)~29日(日)

●旅行代金/ 大人お一人様 168,000円 (2名様1室利用)

※お一人様部屋利用追加代金:55,000円(3泊分)

※上記旅行代金の他に下記の料金がかかります。
燃油サーチャージ:0円(2016年6月1日現在)、成田空港施設利用料:2,610円、現地空港諸税:8,000円、航空保険料:3,200円、渡航手続き料金:4,320円
※燃油サーチャージと現地空港諸税につきましては出発までの期間に増減額する場合がありますので、正式金額につきましては別途書面をもって通知させていただきます。

長野県知事登録旅行業者代理店第7号

旅行に関するお問い合わせ・お申し込みは

JA大北旅行センター
〒398-0002 長野県大町市大町字光明寺3091-1
総合旅行業務取扱管理者 丸山 匠 FAX:0261-22-4441 TEL:0261-22-3222

観光庁長官登録旅行業第939号 (社)日本旅行業協会正会員 ポスト保証会員 旅行業公正取引協議会会員

旅行企画・実施

株式会社 農協観光 松本支店
〒390-8555 長野県松本市南松本1丁目2番16号
総合旅行業務取扱管理者 大内 悟 TEL:0263-28-3939

♊ 乙女座
8/23~9/22

全体運 / 新しいことを始める好機。何事にも前向きにトライを。オープンしたばかりのお店に足を運ぶのも良い刺激に
健康運 / 小さなけがに注意。慌てず、落ち着いて幸運を呼ぶ食べ物 / サンマ

♌ 獅子座
7/23~8/22

全体運 / リラックス気分で過ごせる月。古い事や意味に力を注いでみて。美術館巡りなど、芸術的なレジャーも幸運
健康運 / おおむね良好。アクティブに動き回れそう幸運を呼ぶ食べ物 / イチジク

アルプスあづみの公園【大町・松川地区】通信

【あづみの公園からお知らせ】

いよいよ夏休み!アルプスあづみの公園(大町・松川地区)では、夏休みイベント「夏のアルプス大冒険〜ずぶぬれ覚悟!サマースブラッシュ!」を開催中!乳川での川遊び「スブラッシュ・リバー」のほか、夏ならではの以遠と盛りだくさんです。新規オープンしたマウンテンバイクパークも夏休み期間中は毎日開園。詳しくは公園ホームページをご確認ください。



ツリーイング&リバー・ジップライン

小さなお子さんから大人まで、ロープを使って簡単に木登りが楽しめるツリーイング。今回は、乳川の対岸へロープを張って、川の上を滑空する「リバー・ジップライン」も楽しめる特別プログラムです。

- 期 間/8月13日(土)・14日(日)
■時 間/①10:00~、②11:00~、③13:00~、④14:00~、⑤15:00~
■場 所/河畔広場 ■対 象/小4才以上 ■受 付/当日受付
■定 員/各回15名 ■参加費/1,000円

河畔探勝ツアー

6月18日に新たに開園した「河畔探勝エリア」を巡るガイドツアー。飛び石に架かる橋を渡り、乳川の対岸へ。石切り場跡、古堤防など、見所いっぱいの約3kmの行程です。



- 期 間/8月27日(土)・28日(日)
■時 間/①10:00~、②13:00~ ■場 所/河畔探勝エリア
■定 員/事前申込 各回20名
■申 込/インターネットもしくは電話での受付
■参加費/無料



キッズMTB教室

マウンテンバイクを持っている小学生必見!元アトランタオリンピック代表「小林可奈子さん」による、小学生を対象としたマウンテンバイク教室を開催します。

- 開催日/8月28日(日)
■時 間/①10:00~11:30、②11:30~13:00
■場 所/スポーツと遊びの森エリア
■対 象/自転車に乗れる小学生
■定 員/事前申込 各回先着10名
■申 込/インターネットもしくは電話での受付
■持ち物/オフロード走行可能なマウンテンバイク、ヘルメット
■参加費/2,000円 ■協 力/MTBクラブ安曇野

夏休み工作「森のクラフト」

何を作るのかは、キミ次第!木の枝や、木の葉など、たくさんの材料を使って夏休みの工作を仕上げちゃおう。



- 期 間/8月16日(火)~21日(日)
■時 間/①9:30~11:30、②13:00~16:00
■場 所/森の体験舎
■参加費/300円

お問い合わせ、受付時間など、詳細はアルプスあづみの公園大町・松川地区管理センターへお問い合わせください。

TEL:0261-21-1212

※詳細は公園ホームページでもご確認ください。

公園ホームページ <http://www.azumino-koen.jp/>
Facebook <https://www.facebook.com/azumino.OM>
Twitter https://twitter.com/azumino_om
LINE @azumino.park



魚 座
2/19~3/20
全体運 / ちょっとした失敗にクヨクヨしがち。サツと気分を切り替えて。親しい人に話を聞いてもらおうとスッキリします。
健康運 / ストレス解消が健康キープのポイントに
幸運を呼ぶ食べ物 / アシタバ



水瓶座
1/20~2/18
全体運 / マイナス思考しやすく、かえって運気低下を招く結果に。気楽に構えて。リラックスするにはマッサージが有効。
健康運 / 長時間同じ姿勢は禁止。適宜、動かして
幸運を呼ぶ食べ物 / マイタケ



山羊座
12/22~1/19
全体運 / 開放的な気分になり、いろいろなことにチャレンジしたくなりそう。思い切って行動すれば、世界が広がる。
健康運 / 不規則な生活を正すことで、快方の兆し
幸運を呼ぶ食べ物 / 栗



射手座
11/23~12/21
全体運 / つまらない意地を張りやすい気配。自分に正直になることで、運気回復の呼び水に。気分転換には読書がベスト。
健康運 / まめな休息を忘れず、ゆったり過ごして
幸運を呼ぶ食べ物 / ゴマ

下肢の外傷疾患

「北アルプス医療センターあづみ病院」くらしの健康百科

膝のスポーツ外傷としてみなさんが耳にされたことがあると思われる膝十字靭帯損傷について紹介いたします。

■前十字靭帯とは

膝関節のほぼ中央部にX状に交差するように前十字靭帯と後十字靭帯が存在します。主に膝関節が前後方向にずれないように安定させる機能をもっております。

■受傷起点

前十字靭帯損傷は受傷起点により接触型と非接触型に大別されます。

■接触型

ラグビーのタックルに代表されるような膝外反・下腿外旋(つま先が外側を向いた状態で膝が内側におさる状態)や過伸展が強制されることにより断裂が起るとされます。

■非接触型

ジャンプの着地時や方向転換に受傷することが多いとされます。接触型と同様に膝外反・下腿外旋や過伸展の肢位にて起るとされます。

■症状

前十字靭帯損傷時は疼痛と腫脹が出現して、膝の可動域制限を認めることが多いようです。膝関節内には断裂による出血により血腫を認めることが多いです。膝関節を穿刺すると血液がぬけ、このことが診断に役立ちます。

時間が経過すると、疼痛は軽くなり、可動域制限はなくなっていくますが、前十字靭帯が機能しないため、膝関節が不安定性となり関節水腫(一般に水がたまるという状態)を認めることがあります。

前十字靭帯が機能しないことによる膝の不安定性は日常生活では自覚されない事も多いのですが、スポーツ活動中、ジャンプ・着地・ステップ・タ

ンなどの動作で膝崩れが生じることがあります。膝崩れを繰り返すことにより半月板損傷・関節軟骨損傷を起し、将来的に二次性変形性膝関節症となってしまう可能性が高いとされます。

受診時は単純レントゲン写真で関節症変化を、MRIで前十字靭帯の断裂の有無について調べるようになります。日常生活やスポーツ活動のレベルによって治療方針を相談することになります。

■治療方法

前十字靭帯損傷は自然に修復されることはとても稀とされます。つまり損傷した前十字靭帯の機能は再建術によって靭帯を再建しないと機能獲得はできないこととなります。しかし、現実には手術が必要かどうかは個人個人の状況によって異なりますのでご相談をいただければと思います。

北アルプス医療センターあづみ病院

整形外科医長 狩野 修治

前十字靭帯損傷受傷直後は手術を行う・行わないに関わらず、松葉杖の使用などを行いつつ急性期の関節症状をコントロールすることになります。疼痛の軽減を見ながら可動域訓練・筋力トレーニングなどをすすめ、日常生活に戻っていただきます。スポーツについてはレクリエーションレベルのスポーツは膝崩れに注意しながら段階的に復帰していくこととなります。スポーツや日常生活での膝の不安定感があるようなら再建術をおこなうことをおすすめします。



弁護士費用保障特約

「もらい事故」等の自動車事故で、相手方との交渉を
弁護士に委任する際に必要となる**弁護士費用等を保障**します。



保障対象となる事例



お問い合わせは

各支所共済窓口まで

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

[16164510232]