

JA大北発 アルプスの里 ふれあい情報誌

だいほく

January 2018 No.634

1



Monthly PickUp

2018年 組合長年頭あいさつ

【だいほくホットライン】

マリ共和国へ支援米発送 無農薬で育てたお米

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 | あづみ病院「くらしの健康百科」
 国営アルプスあづみの公園 | アルプスサロン | JAまごころ宅配「暮らしの応援レシピ」



地域に愛される笑顔の輪

JA大北

2018年

JA大北 組合長年頭あいさつ

新年、明けまして おめでとうございます。

皆様には、輝かしい新春をお迎えのことと、お慶び申し上げます。

日頃から、当組合の事業運営につきましては、格別なるご協力と、ご高配を賜り厚くお礼申し上げます。

さて昨年は農業、農村、農協を巡る情勢が大きな局面を迎えた年でありました。

まず一つ目は、国際貿易に関するTPPおよび欧州とのEPAであります。

TPPは最大の貿易国である米国抜きの11カ国で、昨年11月に新協定「環太平洋連携協定（TPP）11」が大筋合意され、日欧EPAに関しては12月に最終合意されましたが、今後の新たな2国間交渉など、いずれの協定も我々農業者の懸念は払拭されておらず、更に、農家が将来に希望が持てる政策・対策を強く訴えかけていく必要があります。

二つ目は、農政改革です。

政府の規制改革推進会議による、「農林水産業・地域の活力創造プラン」の改訂論議において、重点課題の中には、卸売市場法の見直しほか、60年ぶりに抜本改正された農協法には、2019年5月までの農協改革集中推進期間における改革のフォローアップなどが含まれており、今後の動向を注視していかなければなりません。

このような中で、JA大北では「農業所得の増大」と「地域の活性化」を目標に自己改革を進めるとともに、平成28年度から始まった長期構想25・30の後期中期計画を、現在着実に実践しております。

また本年は6年間にわたるこの長期構想の最終年度として、実践進捗を検証し、新たな年号と共に始まる次期長期構想の策定を行う重要な年であります。

「農業所得の増大」では、主要農産物である米は、中信地区の作況指数101の中、当管内は、天候不順の影響を大変心配しましたが農家の努力により、バラツキはあるものの総じて平年並みとなりました。

しかし、米を取り巻く環境は厳しく、特に本年から、米の生産調整に国の関与が薄くなることにより、米の需給価格の安定に向け、県、市町村、JAなどをつくる地域農業再生協議会は、需給に見合った米の適正生産の為に「目安値」を示し、「米どころ大北」の産地維持向上に取り組んでまいります。

こうした中、県下有数な米どころのJAとして、米の有利な販売は下より、米の付加価値を高める取り組みの一環として米粉に注目し、昨年は管内産米を使ったグルテンフリーの「米粉うどん」など3種の米粉麺を開発・商品化



代表理事組合長
山田 高司

賀正

代表理事組合長

山田 高司

代表理事専務理事

武井 宏文

代表 監事

伊藤 敏男

常務理事

吉澤 義文

常務理事

窪田 義雄

常勤 監事

山本 雅彦

理 事

松澤 幹夫

同

横山 貞明

し、高い関心を集め、今後に期待を寄せました。

又、当JAでは創立以来「農業と観光」を地域の主要産業として位置づけ振興し、今では北アルプス山麓には、年間700万人余の観光利用者が訪れます。

JAでは、この訪れた皆さんに当地域の自慢の農畜産物を提供し、地域のファンになって頂くため、昨年11月には初の宿泊事業者向けに農畜産物・農産加工品の見本市を開催いたしました。

まだまだ課題は多い訳ではありますが、生産者の顔や生産物の物語が見える地産地消の取り組みを継続してまいります。

今後さらに振興を高めなければならない園芸作物では、安定的な価格で農家所得を支える業務用キャベツ、たまねぎ、加工トマトの契約栽培のほか、重点品目では白ネギ、アスパラ、ミニトマトに力を入れ、多様な担い手には直売所の設置により、また、特産品の山菜、キノコではここにしかない希少・貴重な特産物を里山で作ることにするなど適地適作の農家所得向上に努めます。

果実では、栽培環境に恵まれたリンゴ、醸造用ワインに力を入れ新規栽培者を応援し、花きは、リンドウ、ヒマワリ、アスターを振興します。

今後、この地の利を生かした地産地消、正に北アルプス山麓ブランドの農産物の提供により地元農業の振興に努めます。

この他、組合員農家とのパイプ役として設置した農家対策支援室では無料職業紹介事業を開始し、また、農産物直売所「ええっこの里」では、当JA創立50周年を記念して姉妹提携した静岡県JAしみずの特産品を紹介しながら、地元農家自慢の農産物の販売を行い、将来のアグリパークを目指して着実に歩きはじめました。

今後も大勢の農家の皆さんより出荷をお待ちしております。

皆様の関心が高い、肥料・農業をはじめとした農業生産資材では、更に有利な調達が出来よう、JAは下より全農はじめJAグループあげて、農業所得の増大を第一義に経営努力しております。

そして、くらしを支える信用・共済・経済事業では、農業振興と共に、地域・組合員の安全・安心なくらしづくりと地域の活性化のため、組合員が主役のJAづくりを目指して取り組んでいます。

緑豊かな郷土と地域農業を守り、「一人ひとりの笑顔が生まれ、安心して暮らせる心豊かな地域社会づくり」に貢献する為、「ここにJAがなければならぬ」JAづくりに役職員一丸となって邁進します。

結びに、迎えた本年が、皆様にとって、更に地域にとっても明るく輝かしい一年でありますことをご祈念申し上げます、年頭のご挨拶とします。

同 一柳 徳行

同 荻久保加代子

同 内川 篤

同 降旗 恵子

同 中村 茂

同 傘木 篤

同 長澤 政章

同 横澤 哲朗

同 千國 日出子

代表監事代理 千国 富司

監 事 長澤 康雄

員外監事 廣田 正人

他職員一同





マリ共和国へ支援米発送

無農薬で育てたお米

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」は12月4日、同村の松川小学校で児童が栽培した「コシヒカリ」を西アフリカのマリ共和国へ送る発送式を開きました。同農業小学校は、今年20アールの水田に「コシヒカリ」ともち米「白毛モチ」を栽培。松川小学校3年生86人が農業委員会や営農支援センターの指導で無農薬栽培に取り組みました。草取り、稲刈り、はぜ掛け、脱穀を児童らが作業し、「コシヒカリ」は330キロ、「白毛モチ」は180キロ収穫しました。国際支援米の他、一部は学校給食として利用し、残りは村内の福祉施設に寄贈しました。発送式では、児童代表が「米作りでいろいろな体験をした。特に脱穀が楽しかった。おいしいお米をマリ共和国へ送り、たくさんの人に食べてもらい元氣になってほしい」と発表し、米袋にメッセージカードを貼り付けた6袋（180キロ）を当JA

南部営農センターの藤巻孝夫センター長に渡しました。同村農業委員会会長で農業小学校長の遠藤喜郎さんは「大切に育てたお米をマリ共和国の皆さんが食べて元氣になり感謝してもらえ」と話していました。松川小学校の木下潤見校長は「3年生の皆さんは1年間よく頑張ったと思う」と児童らを褒めていました。



→米・食味鑑定士協会主催の「第19回・食味分析鑑定コンクール」国際大会に出場した結果、小学生の部で金賞を受賞しました。



アグリフェスタしみずに参加 当JAの米粉うどんやおにぎり・餅が人気



当JAは11月19日、静岡県静岡市清水区の清水マリンパークで開かれた農業祭「アグリフェスタしみず」に参加しました。当JAからは山田高司組合長をはじめ20人の役員と職員11人が参加し、来場者に大北産のコメを使ったおにぎりやりんごの販売を行ったほか、臼と杵でついた餅、キノコ汁などを振る舞いました。会場では特設ステージが設けられ地元中学校吹奏楽部の演奏や餅まき、アンパンマンショーなど子どもから大人まで楽しめるイベントが行われたほか、

JA各支店・女性部による農産物販売なども行われていました。また当JAが今年10月に商品化した米粉うどん・パスタ・ラーメンの販売、米粉うどんの試食も行い、試食した人は「100%米粉の麺を食べるのは初めて。小麦麺と少し違った食感でおいしい」と話していました。仕事で長野に務めていたことがあるという男性はキノコ汁を食べながら「長野にいた頃を思い出す。なつかしい味。とてもおいしい」と話していました。



おいしいリンゴを食べてもらいたい

松川村の平林智彦さんがシナノゴールドで農林水産大臣賞を受賞



松川村でリンゴ栽培を営む平林智彦さんは11月15日に、平成29年度県園芸特産振興展品評会のくだもの部門(シナノゴールド)で農林水産大臣賞を受賞しました。若い担い手として活躍し「おいしいリンゴを消費者に届ける」ことをモットーに、仲間たちと技術向上に努めています。平

林さんは就農して12年目。父の昌彦さんら家族と共に約5ヘクタールの園で「つがる」「シナノスイート」「秋映」「シナノゴールド」「ぐんま名月」「ふじ」など15品種を栽培しています。品評会には毎年出品。入賞も果たしていますが、農水大臣賞は個人として初受賞となりました。平林さんは「受賞でこの地のリンゴがおいしいということが証明できた。また同世代の仲間が増えてきている。みんなと切磋琢磨し、今後もお客さんに常に満足してもらえるようなリンゴを作っていきたい」と今後の展望を話していました。





地域活性化の拠点となる店舗へ

ファミリーマートJA大北大町運動公園店オープン

当JAの子会社(株)大北地域開発とコンビニ大手のファミリーマートは12月7日、大町市常盤に管内では5号店となる「ファミリーマートJA大北大町運動公園店」を開店しました。売り場面積約132平方メートルで、弁当・おにぎりや菓子、日用雑貨などが並びます。イートインスペース5席を新設して、駐車場も増設しました。この日、開店セレモニーで同店を運営する大北地域開発社長で当JAの武井宏文専

務は「オープンでさらに地域の活性化につながっていけばうれしい」と強調しました。JAの山田高司組合長は「地域とのつながりを大事にもらいたい」と話しました。ファミリーマートの佐京秀康多摩・甲信ディストリクト統括部長は「地域に愛される店舗と



なっていってほしい」と話していました。



多くの親子連れでにぎわう JA大北アンパンマンの集い開く



当JAふれあい課と共済部は11月25日、アンパンマンの集いを大町市の本所会館で開きました。当JAでは初めての開催。88人24組の親子がアンパンマンとの交流を楽しみました。アンパンマンとの写真撮影や塗り絵、バルーンアート、お菓子釣りなど

が楽しめるコーナーを設け、調理室ではアンパンマンの巻きずし作りを行いました。当JA女性部員が作り方を教えながら、親子で協力して完成させました。またJA長野厚生連北アルプス医療センターあづみ病院看護師の守屋智美さんによる、子どもの病気の予防やけがをした時の応急措置の仕方などの講演が行われました。参加した保護者は「子どもにとって楽しい時間になった」と話していました。



銘柄伏せ、米を評価 米食味官能試験

大町市農業技術者連絡協議会は12月5日、同市で米の食味官能試験を行いました。市内の農家や当JA営農指導員、市営農支援センター、北安曇農業改良普及センターの職員ら23人が参加し、県産米3銘柄を食べ比べました。官能試験は基準となる米の他、3銘柄を伏せて、外観、つや、香り、硬さ、うま味などを評価し、総合で順位を判断するものです。基準品種に大町市内産「あきたこまち」を使い、大北産「コシヒカリ」、JA上伊那管内産「コシヒカリ」、JA佐久浅間管内産「コシヒ

カリ」を比べました。参加者は「温かい状態から冷めた時点で、うま味や硬さ、香りが変化するので評価に悩んだ。普段食べ慣れている米が一番おいしく感じる」と話していました。JA指導員らは「銘柄を伏せることで先入観がなくなり、自分の感覚を最大限に生かせる。さまざまな品種の味を体感し、食味計などの数



値と照らし合わせて、今後の指導に生かしてほしい」と呼び掛けていました。





農家の声を直接聞く 認定農業者・担い手農家との意見交換会



当JAは11月22日、白馬村、小谷村の担い手農家・認定農業者とJA

役職員との意見交換会を白馬村の当JA白馬支所で開きました。両村の認定農業者や農業法人経営者ら15人が参加。役職員ら16人と地域農業の状況、JA事業などについて意見を交わしました。生産者からJAへの意見、要望として主に営農指導や園芸振興の取り組

みに関するものがあげられました。参加した小谷村の農家は「今まで提案できなかった意見などをJAに直接話せる機会となった」と話していました。当JAの山田高司組合長は「農業所得増大に向けて取り組んでいるが、課題もある。皆さんの意見、要望をしっかりと反映させ、付加価値の高い農産物の生産につなげていきたい」と強調していました。意見交換会はJA自己改革の一環として昨年12月に初めて開き、今回は3回目。農家から直接声を聞き、JA事業に反映していきます。



児童とデイサービス利用者がしめ飾り作りで交流 伝統の技学ぶ

当JAは大町市常盤の市三世代交流施設「ふれあいプラザ」で12月14日、お正月に玄関などに飾るしめ飾りの講習会を開きました。しめ縄づくりなどを行っている須沼つぐら部会の会員6人が講師となり、同施設内にある大町南小学校児童クラブに通う児童15人とデイサービス利用者9人が参加し、正月用のわら細工で神様に捧げる食器「おやす」づくりを学びました。児童や利用者は講師から一つひと

つの過程を教わりながらわらを編んでいました。参加した児童やデイサービス利用者は「編み方で難しい部分もあったけど楽しかった」「お互いに教えあったりもして楽しく編むことができた」と話していました。完成した作品はそれぞれが家に持ち帰り玄関などに飾ります。



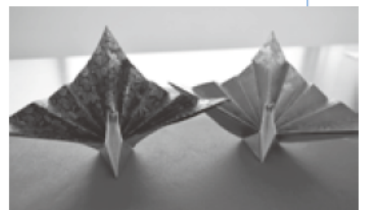
折り紙で飾り作り 女性農業大学7期生



当JA女性農業大学7期生は12月7日、クリスマスとお正月にちなんだ

講座として折り紙を使ったクリスマスリースとお正月用寿鶴作り講座を大町市の本所会館で開きました。この日は受講生9人が参加。受講生の増淵節子さんを講師に折り方を学びました。折り紙を久しぶりに折るという受講生がほとんどで苦戦しながらもお互いに見せ合い、作品を完成させて

いました。どちらの作品も細かく折る部分が多く



ピンセットなどを使って折りました。増淵さんは「折り紙は角と角をしっかりと合わせて折らないときれいなものはいけません。丁寧に折ることが大事です」と折り紙の基本などを説明していました。参加した受講生は「講座を通して折り紙の奥深さを感じた。学んだことを忘れずに家でも挑戦してみたい」と話していました。





地元のリンゴ使ったお菓子作り学ぶ

女性農業大学7期生

当JA女性農業大学7期生は11月16日、大町市の平公民館でリンゴを使ったお菓子作り講座を開きました。講座には受講生17人が参加。池田町カモミールの会の片瀬敦子さんを講師にアップルパイ、カップケーキ、パウンドケーキの作り方を学びました。

特にカップケーキはリンゴの中身をくりぬき、その中に生地を流してリンゴをまるまるひとつ使いました。参加した受講生は「おいしく作ることができた。リンゴの種類によっても食感が違った。家でも作りたい」と話していました。



地区の風景を支所で楽しむ ときわ支所で写真展示

大町市常盤の当JAときわ支所で12月1日から28日まで写真展が支所の入口ホールで行われました。出展された写真は同地区組合員の丸山隆士さんが常盤地区内で撮影した写真10枚。「常盤の里、実りの里」をテーマに同地区の四季折々の光景が写されており支所を訪れる人を楽しませていました。支所に訪れた組合員は写真を見て「とても綺麗な写真。この場所はどこにあるの?」と職員に聞いていました。



当JAと各関係機関は11月27日、農業用廃プラスチックと不要農薬の回収を行いました。大町市、池田町、白馬村などに回収場所を開設し、朝早くから組合員が軽トラや乗用車で、不要となった農業用マルチビニールシートや肥料袋、農薬とその空容器などを持ち込んでいました。

農業用 廃プラスチック・ 不要農薬回収



「家の光図書」普及実績で表彰を受ける

家の光研究会文化活動研究集会

JA長野中央会主催のJA長野県家の光文化活動研究集会が12月1日、長野市のJA長野県ビルアクティホールで開かれました。集会では表彰や記念講演、家の光の記事を活用した活動の発表などが

行われました。このうち平成29年度教育資材普及優績表彰では、当JAが「家の光図書」普及実績表彰を受け、当JAの武井宏文専務が表彰状を受け取りました。





畑への感謝の気持ちこめて収穫祭

安曇野まつかわ農業小で松川北保育園・南保育園

松川村農業委員会と同村営農支援センターなどが開校している「安曇野まつかわ農業小学校」は11月29日に同村北保育園で、30日に同村南保育園で収穫祭を行いました。園児たちは畑への1年の感謝の気持ちを込めて餅つきを体験したり、自分たちが

育てたハクサイやダイコンを使ったみそ汁を食べました。また園児たちは畑の管理や収穫などの手伝いをしてくれた村の営農支援センター職員や当JA女性部員へお礼の歌も披露しました。



女性部通信



おしゃれなクリスマスツリーと数珠玉アクセサリーつくる 女性部社支部



女性部社支部は12月11日、数珠玉を使ったアクセサリーと松ぼっくりのクリスマスツリー作り講習会を大町市の当JA社支所で開きました。講習会には部員13人が参加。当JAふれあい課の職員を講師に簡単に作れる数珠玉のブ

レスレット・キーホルダーとかわいい松ぼっくりのクリスマスツリーの作り方を学びました。参加した部員は「とてもかわいいツリーができた。孫にプレゼントしたり、家に飾ったりして楽しみたい」と話していました。



女性部通信



おいしいおせち料理学ぶ 女性部松川支部

女性部松川支部は12月12日、家で簡単に作れるおせち料理を学ぶ講習会を松川村農村婦人の家で開きました。この日は部員8人が参加。鍋メーカーのエークックの大野昭さんを講師に手間をかけずにおいしく作れる出汁まき卵や栗きんとん、お雑煮など全6品

の作り方を学びました。部員たちはそれぞれの料理を試食し「とてもおいしい」「買ったものとはまた違って良い」などと話していました。



女性部通信



みんなでクリスマスケーキづくり

女性部中土支部

女性部中土支部は12月7日、クリスマスに合わせデコレーションケーキ作り講習会を中土支所で開きました。部員15人が参加し、趣味でよくケーキづくりをするという部員を講師にケーキ作りを学び

ました。この日はデコレーションケーキの他にも講師が作ったかぼちゃと栗のプリンやそばのパウンドケーキ、米粉を使ったシフォンケーキなども用意され、お茶会を兼ねてみんなで試食しました。



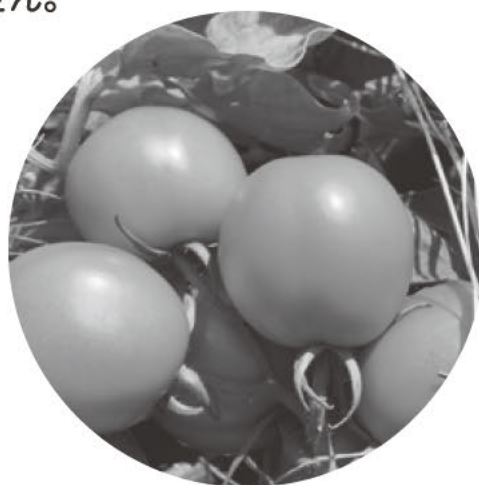
ジュース用トマトを栽培してみませんか？

[営農部]

- 契約栽培ですので、価格が決まっています。
- トマトは全量出荷できます。(規格適合品)
- 出荷経費(運賃、箱代、手数料)は一切かかりません。

●生産目標(10a)

- ☆目標反収 7,000kg
- ☆kg単価 50円(税込)
- ☆生産額 350,000円
- ☆所得目標 235,000円
- ☆生産経費 115,000円



●定植／5月上旬～下旬 ●収穫／7月末～9月末

栽培品種: ゴールドパック推奨品種／果重75g／多収、裂果しにくい／7日おき収穫も可
株分けやホルモン処理が不要で、更に一発肥料の使用で追肥がいらず省力化が可能。

◎JAによる栽培者への支援策

①新規栽培者へ…苗代を全額補助します。(定植苗)

資材代の助成

法人(組織)	30a以上:50%以内(最高限度額 300,000円)
	20a以上:50%以内(最高限度額 200,000円)
個人	10a未満:25%以内(最高限度額 50,000円)
	10a以上:50%以内(最高限度額 100,000円)



②機械の貸し出しをします。…ハンドマルチャー(畝立てマルチ掛け)

お問い合わせは各営農センター又は支所営農窓口まで。

切花出荷用ひまわり 栽培者募集!

[営農部]

路地栽培で簡単ひまわり

今回、栽培をすすめる「ひまわり」は、茎が細めで、背丈程度のひまわりです。
花の大きさも10cm前後と小さめです。

栽培の特徴は

- 肥料を吸う力が強い品種なので、肥料の管理が少ない
- 水やりが少なくても伸びが良い
- 種まきから開花までが早い

など

管理の易しい花です。

この機会に栽培を始めてみませんか?

1aあたり約4,000本を目安に播種。

5月中旬頃～随時播種。

50～60日程度で収穫・出荷。

平成29年度販売単価:約40円/本(出荷時期により変動します)。



◎興味のある方

◎花が好きな方

◎ひまわりを育ててみたい方

チャレンジしてみましょう!
まずは、ご連絡を!

ひまわり以外にも、
切花出荷に興味のある方は、
お気軽にご相談ください

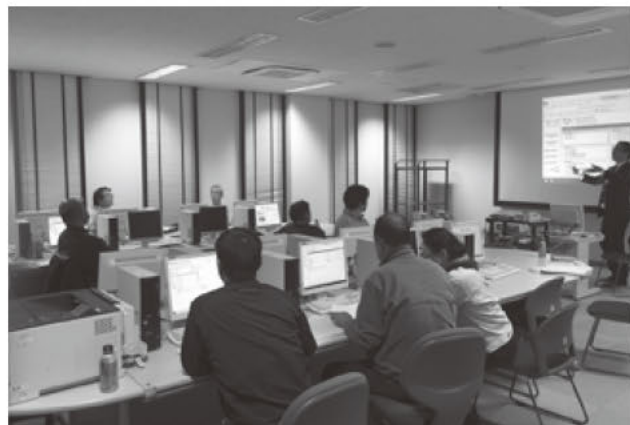
JA支援策

新規栽培者の方は種苗費・資材費の
補助があります。

ご連絡は、各営農センター・各支所営農課までお願いいたします。



えくぼ ACB通信



らくらくweb 簿記決算準備研修会

税務署から講師の先生をお呼びして、軽減税率制度やe-Taxについて、決算にあたっての留意点についての説明をしていただきました。

その後はらくらくweb簿記の決算管理の操作編ということで実際にパソコンを使用しながらの講習になりました。

次回は1月30日(火)に申告書作成オペレーション相談会を予定しています。



～GAPへの取り組み～

長野県北アルプス農業改良普及センターと農家対策支援室で大規模経営組織の農場を長野県適正農業規範及び長野県GAPチェックシートに基づき農場評価を行いました。こちらで評価した「改善しなくてはならない項目」については見直しを兼ねて次回に伝えていきたいと思っています。

今回は長野県GAPでしたが、これを踏まえてJGAP認証取得を目指す農場があれば支援していきたいと思っています。



天地返し!



12月に松川村の高田光敏さんと㈱まるやま農産さんの圃場で天地返し作業を見学させていただきました。毎年の大型機械作業の踏圧によってできた硬い層をプラウという機械で深耕します。

さらにこの作業は上層と下層の土を反転させるので、有機物は下層にすき込まれ分解が促進されます。下層にある鉄・マンガンなどの微量元素を上層にあげることができ、来年度に使用する肥料を2割程度軽減することができます。



牡牛座

4/20～5/20

全体運 / 思う通りにいかないことが多く、ストレスを感じがち。でも、笑顔と優しさを忘れなければ開運のきっかけに
健康運 / 体を動かす習慣を付けると、ラッキー
幸運を呼ぶ食べ物 / ヤリイカ



牡羊座

3/21～4/19

全体運 / 人間関係に恵まれそう。特に趣味や習い事などを通じた交流から得るものが多いはず。SNSにも出会いあり
健康運 / スポーツで体調UP! 腕が上達しやすい
幸運を呼ぶ食べ物 / 伊予カン



JA直売所だより

あけまして おめでとうございます。本年も各直売所をよろしくお願い致します。

今年度も直売所の良さ(安全・新鮮・安い)をアピールし、より多くの皆様にご利用いただけるよう、また生産者のみなさまとコミュニケーションを取りながら、少しでも多く収益をあげていただくよう努力させていただきます。

冬季に入ったため、出荷物が減っています。しばらくの間、限られたものの対応になってしまいますが、引き続きご利用の程お願い致します。生産者の方も出荷をお願いいたします。

松川村アルプス一番・社直売

セールはありません

○社直売所 1月、2月は冬季休業

大町市常盤えっこの里

○週末セール 1月26日(金)～27日(土)
2月9日(金)～10日(土)

(セールの日程は変更する場合があります)

- 12月の状況:冬に入り露地野菜が減りました。冬の定番のネギ・ハクサイなどは安定して出荷されました。今年は野沢菜が不足のようで、問い合わせが多数ありました。今年のサンふじりんごは、蜜の入りがよく、潤沢傾向でした。
- これからの出荷最盛になる品目: ハウス栽培のほうれん草・ネギ・サンふじりんごなど。

JA大北オリジナル商品、米粉うどん好評販売中です。

☆直売所イベントカレンダー☆ 1月下旬から2月上旬までの予定です						
						1月13日(土)
1月14日(日)	1月15日(月)	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月20日(土)
1月21日(日)	1月22日(月)	1月23日(火)	1月24日(水)	1月25日(木)	1月26日(金)	1月27日(土)
1月28日(日)	1月29日(月)	1月30日(火)	1月31日(水)	2月1日(木)	2月2日(金)	2月3日(土)
2月4日(日)	2月5日(月)	2月6日(火)	2月7日(水)	2月8日(木)	2月9日(金)	2月10日(土)
					えっこの里週末セール	
					えっこの里週末セール	

社直売所は1月、2月は冬期休業致します。

全店よりお知らせ

新規出荷者随時募集中です!

詳しくは各店へお問い合わせください。



蟹座

6/22～7/22

全体運 / 物事を邪推しやすく、素直になれない気配。ゆっくり息を吐き、気持ちを静めましょう。いい香りをかぐのも◎
健康運 / 健康法に凝り過ぎてしまいがち。ほどほどに幸運を呼ぶ食べ物 / 豆腐



双子座

5/21～6/21

全体運 / 行動力が高まる兆し。以前からやってみたかったことに挑戦を。攻めの気持ちで動けば、手応えを得られるはず
健康運 / スキンケアを丁寧に。肌も心も潤いそう幸運を呼ぶ食べ物 / カラシナ

2019年(平成31年)1~12月号

「信州の果実」 表紙写真の 募集!!



●応募内容

長野県内の果実に関わる風景・農作業・行事・料理等なんでも何点でもかまいません。【画素数はなるべく大きいものが好ましい】

※必ず撮影場所・撮影者住所と氏名とコメント(400字以内)をお願いします。

※未発表のものに限りです。

※著作権は撮影者に帰属しますが、応募写真はお返ししません。(['信州の果実']の表紙にのみ使用する)

●応募資格

職業・年齢・住所は問いません。(誰でも応募可)

※何よりも、果実と長野県に興味がある人。

●応募先

JA長野県営農センター(担当/近藤)

E-mail:kondou-tooru-z@zennoh.or.jp

●問い合わせ先

JA長野県営農センター

〒380-8614 長野市大字南長野北石堂町1177番地3

TEL.026-236-2020 FAX.026-236-2023

E-mail:kondou-tooru-z@zennoh.or.jp

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(配偶者の分も)、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 (開催場所)	ローン相談 本所アブロード1階に なります
1月14日(日)	○(アブロード1階)	○
1月20日(土)	—	○県下統一ローン相談会
1月21日(日)	—	○県下統一ローン相談会
1月28日(日)	○(アブロード1階)	○
2月7日(水)	○松川支所	—
2月8日(木)	○会染支所	—
2月11日(日)	○(アブロード1階)	○
2月16日(金)	○平支所	—
2月25日(日)	○(アブロード1階)	○

毎月第2・第4日曜日は、休日ローン・年金相談会の日です!!

●JAホールよりお知らせ

組合員の皆様には、日頃よりご指名賜り誠にありがとうございます。

10月よりスタート致しました布団供養もご依頼頂き、

組合員様の関心の高さに驚いております。

今後も様々なお手伝いが出来ればと考えております。

今後共 宜しくお願い申し上げます。

JAホールおまち館長 中澤

組合員の皆様には、日頃よりご指名賜り誠にありがとうございます。

ご存知の方もいらっしゃると思いますが10月より布団供養が始まりました。故人の寝てたお布団を供養致します。

ぜひご相談下さい。

JAホールまつかわ館長 樋口

JAマイカーローン 軽減後金利(年)

0.975%

変動金利・保証料別途

除雪機もOK!

(株)ジャックス保証のみ



お申し込み	自動車・バイク等の購入資金、運転免許取得資金、他金融機関等のマイカーローンの借換など
ご融資金額	10万円以上1,000万円以内
ご返済方法	元利均等返済(毎月返済またはボーナス月増額返済併用方式)
担保・保証	担保・保証人は原則不要です。※農業信用基金協会、㈱三菱UFJニコス、㈱ジャックス、㈱オリエントコーポレーションのいずれかの保証を受けていただきます。
利率・保証料	変動金利型 年1.475% 軽減後 年0.975% 保証料は別途 年0.5%~1.6% (審査のうえ決定させていただきます。)

●上記金利は平成30年1月1日現在の金利です。金利情勢等により変更になる場合があります。

●軽減金利適用条件につきましては、ローン相談センター、各支所融資窓口までお気軽にご相談下さい。

「JAとの取引はこれから」という方、農業者以外の方もお気軽にご相談ください。

JA大北 ローン相談センター

☎0261-29-7121

JA大北本所アブロード会館内

平日■午前9:00~午後5:00(3階相談室)

毎月第2・第4日曜日■午前9:00~午後4:00(1階相談室)

担当/小林・堀・宮木



毎月第2・第4日曜日は、休日ローン・年金相談会の日です



乙女座

8/23~9/22

全体運 / 神経質になる暗示。周囲の悪い面ばかり目に付きやすいので、意識を変えて、気分転換にはハーブティーが有効
健康運 / リラックスして過ごすことで向上くはす
幸運を呼ぶ食べ物 / カブ



獅子座

7/23~8/22

全体運 / あれこれ迷いが生じやすい月。信頼できる人に話を聞いてもらい、一人で悩まないで。芸術鑑賞で気晴らしを
健康運 / ほほ順調。散歩や体操などの運動につき
幸運を呼ぶ食べ物 / セリ

知って納得JA

—協同組合の力—

Q JAが発揮している「インフラ機能」って、何？

A 「耕そう、大地と地域の未来。」をスローガンに、未来に向けて発揮する、地域を支える機能のことです。

JAは、「食と農を基軸として地域に根ざした協同組合」です。助け合いの精神のもと、持続可能な農業と豊かで暮らしやすい地域社会の実現を目的としています。

JAは、組合員と地域住民の皆さまの暮らしを、総合事業を通じて支えると共に、豊かな仲間づくりや、次世代に地域をつなぐための活動を応援することで、地域を支えるインフラとしての機能を発揮しています。

そして、消費者の皆さまの信頼に応える安全・安心な国産農畜産物を安定的に供給するため、農業振興を最重点課題として取り組み、生産者と消費者の懸け橋になることで地域の未来を支えるインフラ機能を担うために、JA自己改革を進めています。

(監修＝広島大学 助教 小林元)

JAが発揮している主なインフラ機能



耕そう、大地と地域の未来。

2018 春の 県下一斉 わくわくドキドキ

モーターキャンペーン

キャンペーン期間

1/1(月) ▶ 3/31(土)

BIG CHANCE!

今がお買い求めのチャンスです!

期間中JAオートパルにて

●クルマをお買い上げのお客様の中からハガキ応募・抽選で

旅行券 2万円×40本
商品券 3千円×100本

●車検実施のお客様の中から抽選で

JA特産物 135名様
プレゼント!!

*当選者の発表は
通知書及び商品の発送をもって
代えさせていただきます。

お問い合わせ

JA大北オートパル 北部センター TEL 72-3920

JA大北オートパル 南部センター TEL 23-7205



蠍座

10/24～11/22

全体運 / ささいなことでイライラするかも。一人の時間をもち、心を安定させて。手作りの趣味を満喫するのもお勧め
健康運 / 暴飲暴食に注意。栄養バランスも大切に
幸運を呼ぶ食べ物 / フキのとう



天秤座

9/23～10/23

全体運 / レジャー運が活性化。気の合う仲間たちとにぎやかに楽しんで。絵を描くなど、創作的な活動にも幸運がある予感
健康運 / 口コミで体質に合う食材を発見しよう
幸運を呼ぶ食べ物 / ナバナ

腱板断裂とは？

北アルプス医療センターあづみ病院 整形外科医長

肩関節治療センター 松葉 友幸

ご近所さんが肩のスジが切れて手術をしたらしい。リハビリが大変らしい。痛いらしい。腱板断裂というらしいなどよく聞くかもしれません。

◆腱板とは？

人間の腕は体の横に張り出すようにしており、重力で下に引っ張られているので不安定な状態です。それを肩の受け皿（関節窩（かんせつわ））を支点として上や横に動かすためには体の方に引き付けて安定化しなければいけません。その役割を担っているのが腱板です。

腱板に腕を動かす作用もありますが、主に動かす筋肉は三角筋、大胸筋、広背筋などの体の表層にある大きな筋肉です。

腱板は体と腕をつなぐようについています。体側は肩甲骨から始ま

り、腕の方は前、上、後ろを包み込むようについています。体側は4つの筋肉から成り立っていますが、腕に着くところは一体化し線維状の腱組織になっています。

◆腱板断裂とは？

腱板に穴が開いて切れてしまうことです。原因は加齢による変性と外傷（打撲や重いものをもつなど）の合わせ技と言われています。例えば骨折と同じで、20・50歳であれば交通事故や高所からの転落など、すごく強い力がなければ切れることはありませんが、70・80歳になると長年使っている腱は傷んで来ているので軽くぶつけただけでも切れますし、知らない間に切れていることもありま

◆症状

教科書を見ると、夜間の痛み、運動時の痛み、筋力低下と書いてあります。しかし、それらは他の肩の病気でも良く見られます。僕が診察していて腱板断裂かもしれないと思う訴えは、肩より上に手を挙げて作業をしていると重くなってくる、何度も上げ下げしていると挙げられなくなる、食卓の上の物に手を伸ばそうとしてもすぐに手が出ないなどです。肩の動きが良いのに力が入りにくい、挙げたり降ろしたりする時の途中が引つかかるように痛い」と腱板断裂の可能性が高いです。

◆別の病気の可能性

他に考えないといけない原因は首の神経由来の病気です。腕を

挙上したり、手を使うなどの指令を出しているのは頭の中の脳です。脳から大きな神経が首、背中、腰の骨の中を通り、それぞれの筋肉まで達して動かしています。肩を動かす神経は首を通っているのですが障害されると腕が上がらなくなります。その典型的な症状は首を後ろに曲げると電流が走るような痛みが肩から指先まで帯状に走ります。また肩を挙げる筋肉と肘を曲げる筋肉は同じ神経なので、肘を曲げる筋力も一緒に弱くなります。そのような場合は肩ではなく首の治療を行います。



山羊座

12/22~1/19

全体運／プライベートの充実を図るのに向いています。やるべき作業を片付けたり、好きなことに打ち込んでみましょう
健康運／生活リズムを整えると調子が入りやすくなります
幸運を呼ぶ食べ物／ハクサイ



射手座

11/23~12/21

全体運／興味を持っているジャンルについて情報収集を。耳寄りな話題をキャッチできる可能性大。人脈拡大にもベスト
健康運／疲労をため込みやすいので、休息が大事
幸運を呼ぶ食べ物／タイ

国営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】

ホワイトシーズンが到来。そりやスノーシューの無料レンタルで雪を思いっきり楽しもう!土日祝日は無料のガイドがスノーシューで真白な森をご案内します。その他、冬を楽しむイベントも盛りだくさん!詳しくは公園ホームページをご確認ください。

冬の公園で遊ぼう!

冬の公園は雪遊びの楽園に大変身!アルプス大草原とアルプス広場のそりゲレンデで、人気のスノーレーサーなど、いろんなそりで遊んじゃおう。そりの他にもスノーシュー、歩くスキーが全てレンタル無料。土日祝日はガイドと一緒にスノーシューでふかふかの雪をかき分けながら真白な森を探検。バードウォッチングをしたり動物の足跡をさがしたり、楽しい発見が待っています!

※積雪に応じて順次開始します。最新の情報は公園ホームページまたはお電話にてご確認ください。

■期間/1月20日(土)~3月4日(日)



雪中宝探し

雪の中に埋められたカプセルを探そう!カプセルに入っている番号に応じた記念品をプレゼントします。

■開催日/1月20日(土)・21日(日)、27日(土)・28日(日)

■時間/①11:00~、②13:00~

■場所/デイキャンプ場

■受付/当日受付

※各回30分前からレンタル棟にて受付

■定員/各回50名

■参加費/100円

ride2rock×国営アルプスあづみの公園 FATBIKE TEST RIDE

タイヤが太く、雪道でも走れる自転車「ファットバイク」の人気ブランドのサーリー、サルサ、マンガースの最新モデルが試乗できる!

当日は、持込のファットバイクでのコース走行ok!有料のガイドツアーや、スノーストライダー専用エリアも。自転車で雪を遊びつくす2日間です。

■開催日/1月27日(土)・28日(日)

■時間/10:00~15:00

■場所/スポーツと遊びの森エリア(MTBパーク)

■主催/株式会社モトクロスインターナショナル

■協力/小谷ファットバイクセンター

■対象/身長130cm以上
(安全にファットバイクに乗れる方)

■受付/当日受付

■参加費/無料



雪と氷の祭典「アイスデイ」

冬本番!寒さを楽しむ「あづみの公園 大町・松川地区」ならではの雪と氷のおまつりです。20mの氷のすべり台「アイススライダー」に、花を氷に閉じ込めた「アイスガーデン」。その他、温かい振舞など日替わりでイベントを実施します。

■開催日/2月3日(土)・4日(日)、10日(土)~12日(月・祝)

■時間/9:30~15:30

■場所/デイキャンプ場

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 / インスピレーションがさえる時期。ふとしたひらめきを大切に。人間関係は昔の調和を第一に考える
健康運 / ストレスを感じやすい。ゆったり構えて
幸運を呼ぶ食べ物 / オレンジ



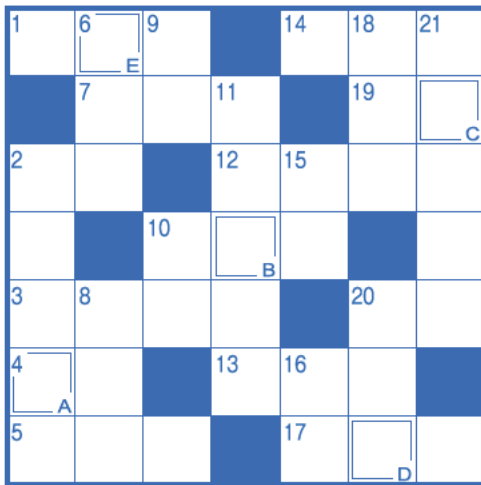
水瓶座
1/20~2/18

全体運 / いつも以上に魅力が輝く月。積極的に自己アピールしていくと好結果に。新しいことへのチャレンジも大成!
健康運 / 血行を促進させることで、より健康体に
幸運を呼ぶ食べ物 / セロリ



頭の体操 クロスワードパズル

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



●タテのカギ

- 2 友人の結婚をみんなで——した
- 6 魚の下ごしらえの際に取ることも
- 8 将棋に似た西洋のゲーム
- 9 五輪で1位の選手がもらうメダルの色
- 10 温めた豆乳から引き上げます
- 11 アルバイトの面接を受ける際、書いて持っていくことも
- 15 ドストエフスキーの著書「——と罰」
- 16 寒い日にはボツと赤くなる人も
- 18 ボルトと組み合わせて使います
- 20 セーフの対義語
- 21 模試では合格の——が80%だった

●ヨコのカギ

- 1 2018年の——五輪は平昌で行われます
- 2 カ士が踏むもの
- 3 ツルのものは長く、カモのものは平たい
- 4 尺八やフルートはこの仲間
- 5 医師に処方してもらうもの一つ
- 7 すいぶん——が飛躍しているなあ
- 10 銀世界を眺めて楽しむこと
- 12 日本——が寒波に覆われた
- 13 スマホで明日の天気——を調べた
- 14 漢字で書くと最中。あんの入った和菓子です
- 17 桃太郎の場合は犬・猿・キジ
- 19 鬼の頭に生えています
- 20 バレンタインの本命チョコに込めます

応募方法

- ① クロスワードクイズの答えはがきに、
- ② JA 広報に対するご意見、日頃印象に残ったできごと（「みんなの声」コーナーで紹介する場合があります。ご了承ください。）
- ③ 住所氏名・年齢・電話番号
以上を明記のうえ、左記の宛先までお送り下さい。

毎月、正解者の中から抽選で5名の方に賞品をプレゼントいたします。当選者の発表につきましては、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

ご応募に際して取得した個人情報、賞品発送以外には使用いたしません。

締め切り／1月31日必着

メール・FAXでも受け付けています。

FAX 0261-23-4831

メールアドレス
kouhou@dhk.nn-ja.or.jp

●12月の答え フクブクロ



みんなの声

読者のコーナーです。写真やイラスト・絵手紙・俳句や川柳も大募集!!

◎29年度の我が家の田んぼの収量は例年より良くありませんでした。でも食べてみるととても良い味でした。収量が少なめの方が味が良いというのは本当ですね。

大町市 60歳代 男性

◎編集より／今年度は天候不順のせいもあってか大町管内でも収量が例年より多い地域と少ない地域で大分差がありました。量は少なくても味は良好。まさに量より質ですね。今年は昨年よりも収量が増えますよう祈っております。

◎異常気象で長雨が続いたと思ったら急に寒くなり冬仕込が忙しかったです。

池田町 70歳代 女性

◎編集より／昨年に比べ雪が降るのめはやく、一気に冷え込みました。暖冬と言われた昨年は大きく異なりますね。また今年は積雪も例年に比べ多くなる予想です。特に外に出るときなどは体を冷やさぬよう対策が必要です。

◎毎日30分～1時間地区の中を散歩しています。毎日新しい発見があり、昔がだんだんなくなっていくきます。私も70才曰々新しくならないといけないのかもしれないが、新しくはなれそうもありません。昔の白馬はよかったです！

白馬村 70歳代 女性

◎編集より／世の中は本当に目まぐるしく動いていますね。新しい物はもちろん魅力的ですが、「昔があるから今がある」という考え方もできます。一度立ち止まって、昔を振り返る時間もたまには必要だと私は思います。



今月の表紙

撮影データ

- 撮影日/2014年1月7日
- カメラ/Nikon D4
- レンズ/24-70mm f2.8

白馬村の厳冬期

積雪後の晴天日。松川と姫川合流上部から白馬三山と岩岳、八方尾根を望む。川の流れも穏やかに厳冬期を迎えた美しい朝。

PHOTO:松沢伸一

みんなの声コーナーではお便りをお待ちしています。身近な出来事など、ハガキに書き、下記のあて先までお送り下さい。eメール・faxでも受け付けています。

〒398-0002
大町市大町字光明寺3091-1
JA大北 広報担当 迄

FAX.0261-23-4831
eメールアドレス
kouhou@dhk.nn-ja.or.jp

先月号のだいほく通信「手打ちそばの打ち方」が、女性の包丁の使い方に生懸命さが伝わってきます。さぞ美味でしたよ。

大町市 70歳代 男性



りんご娘

あや さ
矢花 綾沙さん (25) 池田町



～食を通して元気に楽しくなってもらいたい～

●仕事は

大町市内の福祉施設で管理栄養士として、利用者の食事調整や栄養管理をしています。元々料理をするのが好きだったのと親が看護師ということもあり自然とこの仕事にたどり着きました。人によって食べ物の好みも異なる。そこを考慮しながら食事を作るのが難しい部分ですが、利用者の方に施設内でも食事を楽しんでもらえるよう意識しています。「おいしい」の言葉が何よりの励みです。

●農・食に対する思い・イメージは

家では野菜を作っています。そういった野菜は多く食べるようにしています。採れたての新鮮なものを食べられるのがいいですね。

●休日・趣味は

小学生の頃から続けているバスケットボールを今でもやっており、現在大町市内のチームでプレーをしています。他にもスノーボードにヨガなど体を動かすことが多いです。

●理想の男性はどんな人ですか

自分が尊敬できる人、落ち着きのある人がいいですね。

●これからの夢・目標は…

専門性が強い仕事なので勉強の日々。県内の栄養士が集まる栄養士会などを通して多くの知識を身につけるようにしています。でも一番は経験を積んでいくことだと思います。利用者さんに食べることを通して元気に楽しく過ごしてもらえようこれからも頑張りたいです。

組合員新規加入 キャンペーン 実施中!

JA大北では、地域の皆さんと「JAのファン」を築くため、
「組合員新規加入キャンペーン」を実施しています。

詳しくはJA大北HPをご覧ください。



お問合せ・お申し込みは最寄りの各支所窓口まで

理事会

12月20日開催

報告事項

専門委員会報告、11月末事業実績、11月末組合員新規加入状況について、苦情受付、対応状況について、簿外資産について、ALM委員会報告および余裕金運用状況について、貸出金利の改定について、農業振興プロジェクト進捗状況について、平成29年度産米集荷実績について、非常勤役員研修(後期)について、子会社の決算見込みについて、主な会議行事について、組織の在り方について、その他

付議事項

(1)平成29年度決算見込みについて、冬期賞与支給(案)について

(2)特定個人情報取扱規程の一部改定(案)について

(3)不良債権処理方針(案)について

その他事項

ざんせつ

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。

2018年、早速大きなイベント「平昌オリンピックパラリンピック」が来月に韓国で開催されますね。長野県からも多くの選手が出場します。ウィンタースポーツに強い県だと改めて感じます。なんといっても注目したいのは白馬村出身のノルディック複合選手、渡部暁斗選手です。4年前のソチ五輪では銀メダルでした。今回もメダルの獲得が期待されます。ぜひとも金メダルとってほしいですね。テレビ越しに熱い応援を送りたいと思います。

田中

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。



春菊とささみのくるみ味噌和え



●材料(2人分)

春菊 … 1束 にんじん … 30g 味噌 … 大さじ1
鶏ささみ … 2本 くるみ … 30g 砂糖 … 大さじ1

●作り方

- ① 春菊は3cm程度に切り、茎と葉を分けておきます。
 - ② ささみは筋を取り除き、茹で、ほぐします。
 - ③ 鍋に湯を沸かし、①の茎の部分を茹でます。
 - ④ 茎の部分が柔らかくなったら葉を加え茹で、水に10分程度さらします。
 - ⑤ ④の水気をしっかり絞ります。
 - ⑥ にんじんは短冊切りにし、茹でます。
 - ⑦ くるみはすり、Aと混ぜ合わせます。
 - ⑧ ⑦に②と⑤、⑥を加え混ぜ合わせます。
- ※くるみはすりくるみを使うと簡単です。

一口メモ

春菊はさまざまなビタミン、ミネラル、食物繊維が多く、特にβ-カロテン、カリウム、カルシウムが豊富に含まれます。β-カロテンは有害な活性酸素から体を守る抗酸化作用や、免疫を増強する働きがあることがわかってきています。その他にも体内でビタミンAに変換され、髪・皮膚の健康維持や、視力維持、粘膜や皮膚の健康維持、そして、喉や肺など呼吸器系統を守る働きがあるといわれています。

たら唐揚げ～ねぎソースかけ～



●材料(2人分)

真だら切身 … 2切 揚げ油 … 適量 しょうゆ … 1/2カップ
酒 … 小さじ2 長ねぎ … 1本 砂糖 … 大さじ2、1/2
塩・こしょう … 少々 サラダ油 … 大さじ1 酢 … 大さじ1
片栗粉 … 適量 酒 … 大さじ1

●作り方

- ① 長ねぎは粗みじんにします。
 - ② 鍋にサラダ油を熱し、①を焦がさないようサッと炒め、すぐにAを加え一煮立ちしたら火を止め、冷めます。
 - ③ 真だらは3～4等分に切り、酒を振りかけ10分ほどおきます。
 - ④ ③の水気を拭き取り、塩・こしょうを振り、片栗粉をまぶします。
 - ⑤ 揚げ油を170℃程度に熱し、④を揚げます。
 - ⑥ 皿に⑤を盛り、②をかけます。
- ※清潔な保存容器に入れ冷蔵庫で保存できます。
※鶏の唐揚げや魚料理にも良く合います。

一口メモ

真だらは脂肪が少なく、消化吸収に優れた白身魚です。たんぱく質はさほど多くはありませんが、ビタミンB群との相乗効果で体力向上、代謝の促進、免疫力向上などの働きがあります。

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.0261-62-1701
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。

TEL.0261-26-3300