

だいほく

2021(令和3年)

No.679

10

農業人

No.43

『農業の楽しさ』を
伝えていきたい

白馬村 中峯ファーム
松澤成彦さん

『農業の楽しさ』を伝えていきたい

季節も本格的に秋となり、各地で米

などの農産物の収穫が行われています。大北地域の特産品である米は9月上旬から本格的に始まり、天候等の影響もありましたが、品質は平年並みと質の良い米が多く収穫されています。

そんな中、白馬村で大型のコンバインを巧みに操り収穫作業を行っている若手農家があります。中峯ファームの松澤成彦さん(31)です。

松澤さんは今年で就農して9年目を迎えます。幼い頃から農業を営む父親の利彦さんの背中を見て育ったこともあり、高校を卒業後は長野県農業大学校へ進学。在学中に大規模な水稻農家の元への研修などを経て、卒業後2年間会社員として働いたのち、父親が営む中峯ファームへ就農しました。

就農してからはトラクターなど大型機械の操作や各ほ場の性質などの勉強に明け暮れたそうで、「今まで知らなかったことも多くあった」と話し

ています。

松澤さんは農閑期となる冬をのぞく、春から秋の間で、農作業に取り組んでおり、水稻栽培を中心に、そばの栽培や水稻育苗用ハウスを活用したミニトマトの栽培に取り組まれています。様々な栽培に取り組む中でこころがけていることもあるそうで、特に水稻栽培については「安心して食べてもらえるように農業をあまり使わない減農薬を意識している」とのことです。

また、他にも栽培を行う上で意識している点もいくつかあるそうで、「水稻栽培を行っているほ場が大町市の海ノ口から白馬村の八方地区までと広範囲にわたるため、一部はそばへ転作をしたりして、管理にかかる労働の省力化を図っています。また、ほ場によって土壌の違いなどもあり管理の仕方が変わってくるので、季節雇用の従業員とも情報共有をするなど、各ほ場ごとに合った管理に努めるように

している」と話していました。

課題としては「コロナ前には所属する稲作部会の視察研修などもあり、他の農家と意見を交わしたりする機会もあったが、今はあまりないので、今後とも農家同士の交流という部分をもっと大事にしていきたい。また、販路についても、SNSなどについて勉強し、今後の販路拡大に結びつけていければ」と語っていました。

「収穫を迎えた時には、『今年もいいものができた』と、とてもやりがいを感じる」と笑顔で話す松澤さん。今後については「まだ父に教わりながらやってみることも数多くあるので、ゆくゆくは自分で全てが把握できるように、徐々に引き継いでいきたい。また、毎年農業大学からの研修生の受け入れも行っており、数か月間共に作業をしている。そういった若い皆さんに農業の大切さや楽しさを実際の農作業を通じて感じてほしい。大変なこともあ

るが、収穫の際には本当にやりがいを感じるの、そういった楽しさを伝えられるように自分もまた伝え方を工夫していきたい。そして就農に結び付き、農業を次世代にもつないでいきたい」と思いを語っていました。

◎今月の農業人 松澤成彦さん

長野県農業大学校を卒業後、会社員を経て、父親が経営する白馬村の中峯ファームにて就農。水稻栽培46ヘクタールを中心に日々農業に取り組み。毎年農業大学生の受け入れも行っており、その際には『農業の楽しさ』を若い人たちにうまく伝えるよう努めている。



写真=1 (中央)大型のコンバインで収穫作業を行う松澤さん

写真=2 (右下)収穫を迎えた食用米のあきたこまち。収穫作業は10月まで続く。



適期の刈り取り呼びかけ

管内各地で令和3年産米収穫

当JA管内では8月31日より令和3年産米の収穫が始まり、各地で収穫作業が行われました。管内では田植え後の低温推移による活着遅れがあったものの、活着後、生育は平年並みにすすみ、出穂期も平年並みとなり、管内の収穫開始は昨年とほぼ同時期となりました。



た。同村で水稻栽培を行う株式会社まるやま農産は、31日より酒米「美山錦」の収穫を開始。同社では酒米やコシヒカリなどの食用米を約50ヘクタールで栽培。収量や食味などの統計を取れるコンバインを昨年より導入するなど、品質維持に力を入れて取り組んでいます。

今年の収穫開始にあたり、同社の丸山昇代表は「適期の刈り取りをすすめ、品質維持に努めていきたい。また、近年は気候の変動も大きいので、効率よく対応していきたい」と意気込んでいました。当JAでは出荷に向けて胴割米の発生防止に向けて適期の刈り取りや異物混入の防止、農作業事故防止に努めるよう農家に呼びかけます。

全量1等へ

令和3年産米初検査

当JAは9月13日、令和3年産米の初検査を大町市のJA南部低温倉庫で行いました。猛暑や8月の長雨による日照不足等もあり、品質への影響も懸念されていましたが、初検査までに出荷された酒造好適米やもち米、うるち米の全てが1等と評価されました。初検査にあたり、当JAの武井宏文組合長は「検査員の皆さんには厳正な検査をお願いしたい。主要農産物として良質なものを出荷し、消費の拡大にも努めていきたい」とあいさつ。この日は4人の農産物検査員が出荷された酒造好適米である美山錦を中心に、もち米や主食米のあきたこまちなどを検査。検査では専用の器具や目視により、水分や整粒歩合、胴割れ、の有無などを慎重に調べていました。



秋映など本格スタート

リンゴ中生種目揃え会

当JAと当JAりんご生産部会は9月24日、シナノスイートや秋映などを中心とした中生種の目揃え会を大町市のJAりんご選果場で開きました。目揃え会は地区別に2回にわけて開かれ、管内南部・中部地区の生産農家27人が参加。JA中部センターの営農指導員より、選果場の選果機センサーによる着色度、熟度の数値と見本を基に出荷基準の目安などについて説明があり、参加した生産者らは今年度の出荷基準等を改めて確認していました。同センターによると、今年は8月の降雨などによる日照不足もあり、色づきは遅れ気味となっているが、中身の熟度・糖度はともに良いとのこと。中生種の選果作業は9月末から10月下旬頃まで行われる予定です。



良質品収穫に向け

適正な管理を

雪中キャベツ定植行われる

小谷村で同村冬の特産品のひとつである「雪中キャベツ」の苗の定植作業が8月中旬から下旬にかけて行われました。雪中キャベツは豪雪地の気候を生かした特産品として、とても人気があり、収穫期を真冬に合わせ、根をつけたまま雪の下で育てるため、一般的なものに比べて甘みが強いのが特徴です。同村北小谷地区で栽培を行う井上聡也さんは天候等の影響もあり予定よりも遅い8月30日に定植。ほ場に一本一本丁寧に手作業で定植を行っていました。今後の天候や積雪量によりますが、雪中キャベツの収穫開始は来年1月頃から見込んでいます。



災害時の対応確認

ときわスタンドにて

災害時給油訓練開催

当JAは9月15日、大町市のJAパノラマロードときわスタンドで災害時給油訓練を行いました。訓練は災害時の対応や備えとして毎年開催しています。訓練には関係部署のJA職員や給油所スタッフなど24人が参加。訓練では、当JAが策定している大災害発生時の事業継続計画について確認。その後、JA・SSで定めている災害時対応の手引きを確認し、災害が起きた想定で、可搬式ポンプによる給油などを各機器メーカー担当者を講師に学びました。参加したスタッフらは対応事項などを一つひとつ確認しながら訓練を行いました。



女性部NEWS

友達誘い合わせて

ウォーキング

女性部社支部

女性部社支部は9月10日、仲間づくり企画としてウォーキングを大町市の国営アルプスあづみの公園大町・松川地区で行いました。今回のウォーキングは毎年行われていた「仲間づくりツアー」がコロナで中止のため、「今いる仲間は減らさない！新しいお友達を誘ってウォーキング！」を目的に開催。ウォーキングには同部員と部員が誘い合わせた友達らが参加し、公園のスタッフによるガイドで同園の植物などについて話を聞きながら、豊かな自然とともにウォーキングを楽しみました。参加した部員や友達は、同園でのウォーキングや森林浴を楽しむ声をあげていました。



クラフトテープの

小物入れづくり学ば

女性部美麻支部

女性部美麻支部は9月14日、大町市の美麻取次所でクラフトテープを使う小物入れづくり講座を開きました。講座には同部員7人が参加。JAふれあい課職員を講師に小物を入れることができるカゴを製作しました。講座では既に切り分けられたクラフトテープを木工用ボンド使い、貼り合わせたり、テープを編み合わせたりして小物入れを作製。参加した部員らは細かい作業ながらも、職員や部員同士で見せ合ったりなどしながら、立派な小物入れを完成させていました。



ワタシも
組合員に
なれる!

JA大北組合員特典のご案内

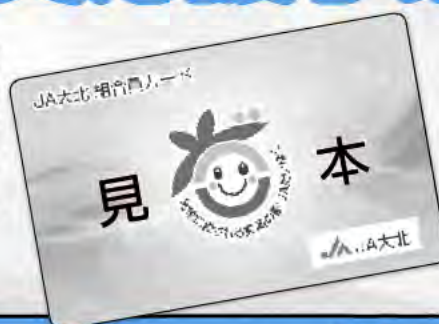
令和3年3月スタートの新特典

JA施設、地域店舗をお得に利用!

お得が
いっぱい!

「JA大北組合員応援事業」

当事業では、JA大北組合員カードを出資金額10,000円以上の組合員の皆さんに発行します。JA施設や地域の協賛店舗にてカードを提示することで、店舗独自の割引やサービスを受けられます。



組合員カード提示による特典

- 地域協賛店舗での割引・サービス
- JA大北生産資材店にて割引・サービス
- JA大北運営ガソリンスタンドでの給油割引
- A・コープ店にて、A・コープ友の会ポイントの加算 ※A・コープファーマーズおおまち店と白馬店に限りです。
- ローンの金利優遇
- オートパルで車検時にオイル交換無料
- JA葬祭施設「JAホール」の組合員割引
- 人間ドック受診の組合員割引 など



協賛加盟店一覧、組合員カードについてはこちら

JA大北ホームページ: <https://www.ja-daihoku.iijan.or.jp/about/member.php>今なら
特典あり!!

組合員応援事業

スタート
キャンペーン 実施中!

JA大北では、地域の皆さんと「JAファン」を築くため、組合員新規加入、増資のキャンペーンを実施しています。この機会にJA大北の組合員になりませんか?

キャンペーン期間 令和4年2月28日(月)まで

特典

キャンペーン期間中、当JAに10,000円(10口)以上の出資により新規組合員加入された方、または、10,000円以上の増資をされた方に、JA店舗やA・コープ店で利用できる「まごころ商品券」1,000円分をプレゼントします。

※1 特典は、期間中お一人様1回限りとなります。 ※2 譲渡、相続による組合員加入はキャンペーン対象外とします。

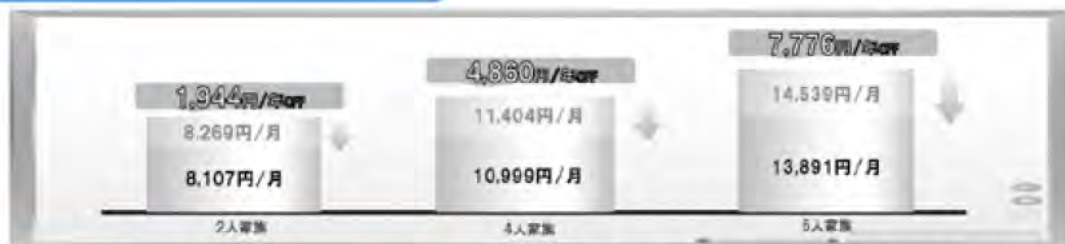
JAグループだから **簡単!** **安心!** **お得!**

JAでんき 加入のご案内

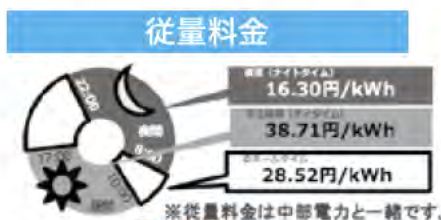
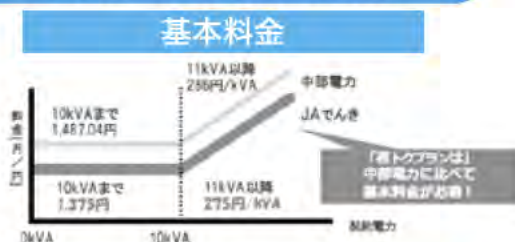
JAでんきについて

JAでんきは、組合員のみなさまが日々ご利用されている電気料金をお得にするために、JAが取り扱いを開始した電力供給サービスです。現在の電力会社からの切り替えは簡単で、お支払いもJA口座をそのままご利用可能です。

JAなら中部電力よりこんなにお得!



オール電化対応料金「夜トクプラン」始動!



よくある質問

- ★ 必要書類を記入いただくだけで、面倒な解約手続きは一切不要!
- ★ 契約期間に関わらず、解約手数料は無料!
- ★ 中部電力様の送電線を利用するため、切替によってJAでんきのみが停電することはありません。

詳しくはこちらから!

<https://zennoh-energy.co.jp/ja-denki/>



「おトクキャンペーン」実施中!!

現在JAでんきにご契約いただくと請求額からさらに最大3,000円(税込)おトクになります。

- 詳しくは各工機燃料センターまでお問い合わせください。
- ご相談の際には1ヶ月分の電気の検針票をご持参ください。

南部工機燃料センター Tel.0261-23-7203
北部工機燃料センター Tel.0261-72-3124



水稻

北部営農センター 小谷センター 青木 剛司

来年の良質米生産に向けた土づくり

■ 万が一、いもち病が出てしまったら…

病気に罹ったワラや籾殻は……翌年の最初の感染源となります！

★極力、圃場から持ち出すようにしてください。

圃場に残ったものは…土にすきこんでしっかり腐らせる、または焼却処分する。

※乾燥状態が続くと菌が死なずに生き残ってしまいます！

★畑でワラを使う場合は保管場所に注意してください！

いもちに罹ったワラを畑などで使うのは問題ありませんが、育苗箱など来年、水稻で使う資材の近くには絶対置かないようにしてください！

■ 水田の土づくりのポイント

① 深起こしを行う(秋起こしの際に実施)

- ・トラクターの速度 → 低速
- ・ロータリーの速度 → 低速
- ・ロータリーカバーを上げて土を拡散させる

目標深深度 15cm → 土に空間ができ、根が深くまで張れるようになります。

※深起こしは3～4年に一度実施してください。

〈 良い土の条件 〉

- ① 有効土層が厚い。
- ② 養分の保持力が大きい。
- ③ 生育を阻害する原因がない。

② 水田専用土づくり肥料(ニュー大地いきいき)

10aあたり100kg(5袋)で省力的に土の活性化を！

ポイント1 → リン酸やケイ酸などの土づくりに必要な成分を配合しているため、1回の施肥で土づくりが可能。

ポイント2 → 生育に必要な微量要素もしっかりと含まれています！

ポイント3 → 生育の中盤から後半にかけて根を保護する鉄分も含まれています！

■ 赤米の発生が見られた圃場での対策

★秋起こしは実施しないようにしましょう(秋から冬にかけてが低減のポイントとなります)。

→地表面に残すことで以下の効果を狙います。

- ・冬期の凍みにさらす
- ・鳥類の食害で数を減らす

園芸

南部営農センター 和田 達哉

玉ねぎの定植・管理について

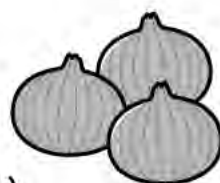
苗の準備

草丈25cm程度、本葉4枚程度で病害被害のない健全な苗を選びましょう!

品種:OK 黄…トウ立ち、分球の心配が少なく、年内の吊り貯蔵が可能で、栽培しやすい。

ネオアース…貯蔵性に優れており、翌年まで貯蔵できる。また皮色が濃く、テリ・ツヤにすぐれる。

赤玉ねぎ…辛味や臭みが少なく水分が多い。サラダなどに適する。濃い赤紫色で見た目も美しい。



圃場の準備(1a当り/100㎡当り)

植え付け2週間前に堆肥200kg、1週間前に苦土石灰10kg、BB042号10kgを全面施用します。

地温確保、雑草対策でマルチをして栽培することをお勧めします。

作土が多い圃場、排水対策ができる圃場を選びましょう。

＜注意点＞ ※排水不良圃場では排水溝を確保し、滞水しないよう注意しましょう。

※水田転作の場合は、有機物が不足がちです。堆肥をしっかりと入れ、土はなるべく細かくし、活着・根張りの向上に努めましょう。

植え付け

10月中旬～下旬を目安に植え付けをしましょう。

畝幅120cm、高さ10cmの平畝を作り、株間10～12cm、条間25cmの4条植が基本となります。また、畝を立てる前にダイアジノン粒剤5(殺虫剤)を散布しましょう。

＜注意点＞ ※分けつ部分が埋まらないように白い部分が見える程度に植え付けして下さい。深植えだと生育が悪くなり、小玉が多くなったりします。逆に浅植えだと霜柱や凍結で、苗が浮き上がることがあるので注意しましょう。植え付け後はしっかりと土を押さえることがポイントです。(凍み上がり防止)

追肥

雪解け後、3月上旬～4月上旬頃までに2回に分けて散布をしましょう。(肥料は元肥と同じでも構いません)

また、球伸びをさせるため、土壌の乾燥状態を見ながら灌水を適度に行いましょう。

除草

土壌処理剤は、雑草発生前に散布し、土壌の湿っているほうが効果は高い傾向があります。春先は、雑草がやや発生しだした頃を目安とし、茎葉処理剤を使用しましょう。

＜注意点＞ ※除草剤、殺虫・殺菌剤には使用回数があります。ラベルを必ず読み、正しく使用しましょう。

万全な感染症対策

JA葬祭

家族葬もOK!!

いろんな 「おくりかた」があつていい。



故人・ご遺族の想いを形にするのが
私たちJA葬祭の役目です。



JA葬祭大町自社アンケート(2020年度より)
葬祭ディレクターとは厚生労働省認定の「技能審査」に合格した者です。

JA葬祭 事前相談会

葬儀をお手伝いする担当者が個別にご相談を承ります。

- 開催日時/ **10月29日(金)** 時間/9:00~12:00
- 開催場所/ **JA大北本所 2階**

ご来場者には
粗品をプレゼント!!



【最近のご相談内容一例】

コロナ禍でどの様に
葬儀を執り行うの?

家族葬について教えて
ほしい

会員制度について教えて
ほしい

お問合せ先: **JA葬祭大町 0261-23-7176**

人形供養祭

11月20日(土)・21日(日) 開催予定

●開催場所/ **JAホールおおまち**

※詳細につきましては後日ご案内いたします。



※相談会・供養祭とも当日は新型コロナウイルス感染症対策を行い開催いたします。

※新型コロナウイルスの影響により相談会・供養祭を中止する場合もございます。恐れ入りますが予めご了承ください。

JAホールおおまち

〒398-0001 長野県大町市平7791番地6
TEL.0261-26-3300 FAX.0261-26-3301



JAホールまつかわ

〒399-8501 長野県北安曇郡松川村7051番地12
TEL.0261-62-1700 FAX.0261-62-1701



ACB通信

生産者の皆さん
登録をお願いします!!



新たな労働力確保に向けて 「1日農業バイト」利用促進研修会開催



1日単位で農作業求人を行う1日農業バイトアプリ「デイワーク」の導入が長野県でも始まり、大北地域においてもサービスをスタートしております。そして9月7日にはJA長野県農業労働力支援センター主催で1日農業バイト利用にあたっての事例紹介、適正な労務管理と税務対応に関する理解促進を図るための利用促進研修会がオンライン上で開催されました。当JAからは管内の農家の皆さんなどが参加し、デイワークの利用実績や事例紹介、実際の雇用時の注意点について興味深く話を聞いていました。デイワークは、今までの季節雇用とは異なり、日雇いとなるため、幅広く求人を募ることができます。興味のある方は是非ともアプリのインストールをお願い致します。

利用方法

ダウンロード方法

App StoreまたはGoogle Playにアクセスしdayworkで検索するか、カメラでQRコードを読み取り、表示されたアプリをダウンロードしてください。

iPhone/iPad



Android



ログイン方法

アプリを起動したら画面下にあるマイページのボタンを押します。
開いたページを下にスクロールすると生産者専用ログインフォームがあります。

- アカウント作成の際に組織名は「JA 大北」を選択してください。
- アカウント作成後、運営会社へメッセージを送付してください。
運営会社で確認後に求人募集可能となります。
- 働き手の保険に加入されてない場合は「JA 傷害共済」等のご案内をしております。
最寄りの支所金融共済課でご確認ください。
- 使い方はアプリ内「マイページ」にマニュアルがあります。
また各地域営農センター・JAのHPでもマニュアルを確認いただけます。



デイワークについてインストール後の操作方法や求人募集の方法などはJA大北ホームページにて掲載しております。

<https://www.ja-daihoku.iijan.or.jp/agriculture/job.php>



お問い合わせは

大北農業協同組合無料職業紹介所
農家対策支援室(営農部内)



0261-22-1842

届出受理番号20-特-000062



JA直売所だより

日頃はJA大北農産物直売所をご利用・出荷いただき、誠にありがとうございます。

本格的に秋を感じる季節となりました。リンゴ(秋映など)、山採りきのこが豊富になっています。だんだんと秋野菜に変わりつつあります。是非、お立ち寄りください。

大町市常盤 ええっこの里

(セールの日程は変更する
場合もあります)

収穫祭

●10月8日(金)～9日(土)

週末売出し

●10月22日(金)～23日(土)
●11月5日(金)～6日(土)

- 9月の状況: アスパラガス・キュウリ・ナス・リンゴ(つがる・シナノドルチェ等)が売れていました。
- これから出荷最盛になる品目: キャベツ・ダイコン・リンゴ(秋映・シナノスイート)・ぶどう など

JA大北オリジナル商品、

- 米粉うどん ●米粉らーめん ●米粉ぱすた
 - さっと食べられるごはん(フライドライス)
- (塩味・梅味・カレー味…非常食用に開発した、ロングライフ食品です)。



好評
発売中
です!!

秋のおすすめ品「りんご」



秋になりますと、美味しい果物がいろいろ出荷されますが、今回のおすすめは「りんご」です。りんごは世界で約15,000の品種が存在すると言われており、そのうち日本には2,000種類あるそうです。生産量は青森県がトップで、次いで長野県が2位となっています。りんごは食物繊維、ビタミンC、ミネラル、カリウムが豊富で、「りんごは医者を遠ざける」とまで言われています。

では、「サンふじ」と「ふじ」の違いは何かご存じでしょうか。果実に袋をかけるか、かけないかの違いで、さらに「サンふじ」は長野県の登録商標になっています。「サンふじ」の出荷はまだ先ですが、「シナノスイート」「秋映」が最盛期です。その他にも、地元の直売所でしか手に入らない品種が出荷される場合もあります。是非お近くの直売所へお出かけ下さい。

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。



牡牛座

4/20～5/20

全体運 / 忙しくなりますが運気は上々。欲しい物、やりたいことに向かって行動しましょう。期間限定のものにツキあり
健康運 / ぼんやりしてけがをしないよう注意
幸運を呼ぶ食べ物 / トマト



牡羊座

3/21～4/19

全体運 / 過去は振り返っても変えられません。失敗も糧として前進を。経験を生かした新プランに光明あり。買い物は慎重に
健康運 / サボーターやテーピングで痛みの緩和を図って
幸運を呼ぶ食べ物 / チンゲンサイ

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・ビ

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。

かつおたたきの和風カルパッチョ



●材料(2人分)

新物かつおたたき … 150g
玉ねぎ … 1/4個
にんにく … 1片
かいわれ大根 … 適量
オリーブオイル … 大さじ2
「わさび」 … 適量
A ポン酢 … 大さじ2

●作り方

- ① 玉ねぎは薄くスライスし、水にさらして、辛味が抜けたら水気を切ります。
- ② かいわれ大根は半分に切ります。
- ③ にんにくは薄くスライスします。
- ④ フライパンにオリーブオイルと③を入れ、弱火にかけます。
- ⑤ にんにくを焦がさないように炒め、きつね色になったら取り出し、オリーブオイルは冷まします。
- ⑥ かつおたたきは食べやすい厚さに切り、①と②を加えて混ぜ合わせ、皿に盛り付けます。
- ⑦ ボウルにAを入れてよくかき混ぜ、⑤のオリーブオイルを少量ずつ混ぜ合わせ、ドレッシングを作ります。
- ⑧ ⑥に⑦を回しかけ、⑤のにんにくを散らします。

一口大

かつおの旬は初夏と秋の2回。初夏の初かつおはさっぱりとした味わい、戻りかつおは脂ののった濃厚な味わいが特徴です。初かつおと戻りかつおを比べてみると、戻りかつおの方が脂質が10倍以上多いですが、そのほかの成分にさほど差はありません。かつおには血中脂質のバランスを整える不飽和脂肪酸、疲労回復を助けるビタミンや鉄分が多く含まれています。

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回で自宅へ。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 経済部

TEL0261-22-1846

かあちゃんの味



地元の料理をJA大北女性部員の皆さんが紹介します。

今月は、女性部ときわ支部より

えご

●材料

えご草…100g/水…1,800cc

●作り方

- ① えご草を軽く洗ってから水に1時間ほど浸す。
- ② えご草が軟らかくなったら良くもみ、水洗いを行い、付着しているえご草以外のものや砂等をしっかりと取り除く。その後、水を取り替えながらよくさらす(約5～6時間)
- ③ 水にさらしたえごを包丁で刻んで鍋にいれます。えご草は標準として、100gに対して水1,800cc程度を鍋に入れます。
- ④ 鍋に入れたら中火から弱火にして浮いてくるえご草以外のものをすくいながらよく取り除き、木しゃくし等で焦げ付かないようにしっかり混ぜてねあげます。(様子を見ながら30～40分)
- ⑤ 溶けて糊状になったら容器に流し、冷ましてから冷蔵庫に入れて冷やし固めます。
- ⑥ お刺身の様に切り、からし醤油、ねぎ味噌、ポン酢等お好みでいただきます。



今月のポイント!

郷土食として、暑いお盆のご馳走や9月末の肌寒さを感じる頃のお祭り料理などで並べられる一品です。材料となるえご草は天然の海藻ですので鍋に加える水の量が多すぎないように注意します。水が多いと固まらなくなる場合があります。また、えごのいただき方として、砂糖みそでいただくのも大変おすすめです。



蟹座

6/22～7/22

全体運 / 困っていたことがスムーズに進みだし、ほっと一息、追い風に恵まれます。懸案事項にも積極的に取り組んで
健康運 / 体力アップのチャンス。筋トレにツキ
幸運を呼ぶ食べ物 / サツマイモ



双子座

5/21～6/21

全体運 / 見直し、点検は少し神経質かな?と思うくらい丁寧に、慎重さが好結果に結び付きます。伝統工芸品にツキ
健康運 / 何でもやり過ぎは禁物。運動も食事もほどほどに
幸運を呼ぶ食べ物 / レンコン

ローン・年金相談会

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

**毎月第2・第4日曜日は、
休日ローン・年金相談会の日です!!**

※事前のご予約があればスムーズな相談が行えます。

JA大北ローン相談センター TEL.29-7121

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)
10月10日(日)	○(アブロード1階)	○
10月24日(日)	○(アブロード1階)	○
11月2日(火)	○(白馬支所)	×
11月10日(水)	○(大町支所)	×
11月14日(日)	○(アブロード1階)	○
11月17日(水)	○(おたり支所)	×
11月28日(日)	○(アブロード1階)	○



令和3年度「JA大北感謝祭」中止のお知らせ

日頃は当JAをご利用いただき誠にありがとうございます。

例年10月、11月に3地区に分かれて開催をしております「JA大北感謝祭」につきまして、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、今年度は開催を中止と致します。

毎年楽しみに来場されている組合員・地域の皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解の程よろしくお願い致します。



家計簿記帳で
SDGs!
12月号第1別冊付録
未来を楽しく
HAPPY
12月号第2別冊付録



定価(税込)
●普通月号 629円
●付録月号(1・4・5・7・9月号) 922円
●家計簿付き12月号 1,027円

JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11 TEL: 03-3266-9039 <http://www.ienohikari.net>

ひと工夫
明日のしあわせ
家族の笑顔😊

**12月号・1月号
購読申込受付中**

お申し込みはお近くのJA本・支店(所)へ

理事会 (9月28日開催)

報告事項

専門委員会報告、8月末事業実績および8月末組合員の新規加入状況について、苦情等処理受付対応状況報告について、反社会的勢力排除対応状況報告およびCCS定期確認(結果報告)結果について、コンプライアンス・プログラム(上半期進捗状況報告及び下期取組み内容)について、事務ミス等報告について、自主検査結果の報告について、2022-2024次期3カ年計画で取組む経営指標県統一目標について、簿外資産について、ALM委員会及び余裕金運用状況について、長野県JAバンク懸賞金付定期貯金「slow風土」について、貸出金利の改定について、令和3年産米概算金について、内部監査総括(上半期中間)報告について、子会社の上半期決算状況について、主な会議・行事について、その他

協議事項

- (1)令和3年度上半期決算実績について
- (2)令和3年度下期 地区別総代会資料について
- (3)出資金の一部払戻しについて
- (4)諸規程管理規程の一部改訂(案)について
- (5)組合員規程の一部改定(案)について
- (6)令和3年度上半期決算資産自己査定結果について
- (7)不良債権処理方針(案)について
- (8)貸付金先について
- (9)「令和3年度凍霜害対策資金」取扱開始(案)について



乙女座

8/23～9/22

全体運 / 友人とおしゃべりでストレス解消。連絡を取り合えば好情報も入手できます。旅行の計画を立てるのも吉
健康運 / トレーニングはご褒美とセットで。遊び心が大切
幸運を呼ぶ食べ物 / カボチャ



獅子座

7/23～8/22

全体運 / 今、つまずきを感じていても下旬には解消の兆しが見えています。焦らずじっくり取り組んで。家族の意見も参考に
健康運 / 質の良い睡眠は健康の源。寝具にこだわって
幸運を呼ぶ食べ物 / シイタケ

進めよう!

国消国産

【今回のテーマ】

国消国産ってなに?

「国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産する」という、JAグループの考え方です。



食料自給率
38%
※2019年度、
カロリーベース

世界規模での
災害発生と農業被害
日本の「非常に激しい雨」
ここ30年で

1.4倍



食を取り巻く
リスクが
増えています

世界の人口増加に
よる食料需給の逼迫



平均年齢
平成の30年間で
10歳上がる
国内農業者の減少や
高齢化、農地面積の減少

新型コロナウイルス感染拡大により、マスクの需要が急激に増えました。その大部分を輸入に頼っていたことから、国内は一時深刻なマスク不足に陥りました。もしそれが食料であったらどうなっていたでしょうか。

コロナ禍では、実際にいくつかの国が食料の輸出を制限しました。また、食料不足に陥っても、短期間での食料増産は難しいです。

こうした実態を多くの国民にご理解いただき「食料を生み出す農業・農村を支えたい」と思う人を増やしていくことが必要です。



耕そう、大地と地域の未来。

出典:農水省 食料需給表、農林業センサス、農業構造動態調査/気象庁/国連 世界人口推計2019年版

2021

安全・安心・愛するひとへ

AAA

秋の農繁期に
頼れる営農車を!

2021年
9/1水~11/30火

キャンペーン

JAサンバー・スズキキャリイご成約の方に

特典 **1** 選べるオプション
3.3万円分 (税込)
プレゼント

オプション例

- ドアバイザー
- フロアマット
- ゲートプロテクター
- キャビンバックプロテクター
- ホイール付スタッドレスタイヤ

特典 **2** 最低下取り価格 **3万円**

特典 **3** オーディオ付特別仕様車 (JAサンバーのみ)

特典 **4** さび対策に! 特別価格
下回り防錆塗装

料金は各店のお取扱い価格を基準とさせていただきます

その他
新車
中古車も
お任せください。

株式会社ジェイエイオート長野

JA大北オートバル南部センター
〒398-0004 大町市常盤3788
TEL 0261-23-7205

JA大北オートバル北部センター
〒399-9301 北安曇郡白馬村北城1375
TEL 0261-72-3920

詳しくは営業所スタッフまでお問合せください。社員一同、皆様のご来店を心よりお待ちしております。



蠍座
10/24~11/22

全体運 / 「雄弁は最なり」です。黙って動くより何をするのかをアピールしましょう。周囲の協力も得られうまくなります
健康運 / ハードな運動もOK。準備運動は念入りに
幸運を呼ぶ食べ物 / ギンナン



天秤座
9/23~10/23

全体運 / 高め安定運です。おいしい物を食べ、趣味の時間を多く取ってのんびり過ごして料理や編み物にツキ
健康運 / 運動不足になりがち。ストレッチを習慣に
幸運を呼ぶ食べ物 / ヤマトイモ

タバコ・アルコール・いびきと血液の病気

職場での検診や人間ドックでの血液検査で赤血球や血小板の数の異常

を指摘され、血液内科を受診される方も多くいます。

初めて血液内科を受診された患者さんには、必ずタバコやお酒についての状況を確認します。病院だからなんとなく確認しているというわけではなく、タバコやアルコールが血液の異常と関連することが少なくないためです。

タバコを吸っている方では、急性白血病になりやすくなることがわかっています(図)。この図の「喫煙指数」は、たばこ1箱を20本として、1日当たりの喫煙箱数と喫煙年数を掛けあわせた値です。

また、体が酸素不足になるためそれを補うために赤血球が増える(多血症)ことがあります。タバコによる肺の障害(COPD)が血液の異常につながることもあります。

お酒を飲んでいる方では、赤血球が大きくなったり、血小板が少なくなることがあります。

なることがあります。お酒を飲む量が多く、十分な食事がとれていない場合などでは、ビタミンやミネラルの不足により血液の異常が起る可能性があります。

多血症の場合には、

● 大きいびきをかきましますか

● 眠っている間に呼吸が止まっていると言われたことがありますか

などについて確認します。これらは、睡眠時無呼吸症候群を疑う症状です。睡眠時無呼吸症候群では、眠っている間に酸素不足になるため、それを補うために多血症が引き起こされることがあります。その疑いがある場合には、循環器内科の先生と連携して検査を行います。

このように血液細胞の異常であっても、血液の病気が原因ではないことも多くあります。

やはり、タバコは吸わない・吸っている方は禁煙することが大切です。

北アルプス医療センターあづみ病院
血液内科部長 武岡 康信

アルコールの量については、さまざまな意見がありますが、日本人の男性では、1日あたりビール350mlか日本酒1合まで、女性ではその半分程度が望ましい量となります。

血液内科として専門的な病気を診断し治療をするのはもちろんですが、それ以外の健康問題についても患者さんとともに解決をしなければと考えています。

まとめ
・タバコやアルコールで血液細胞の異常が起ることがある

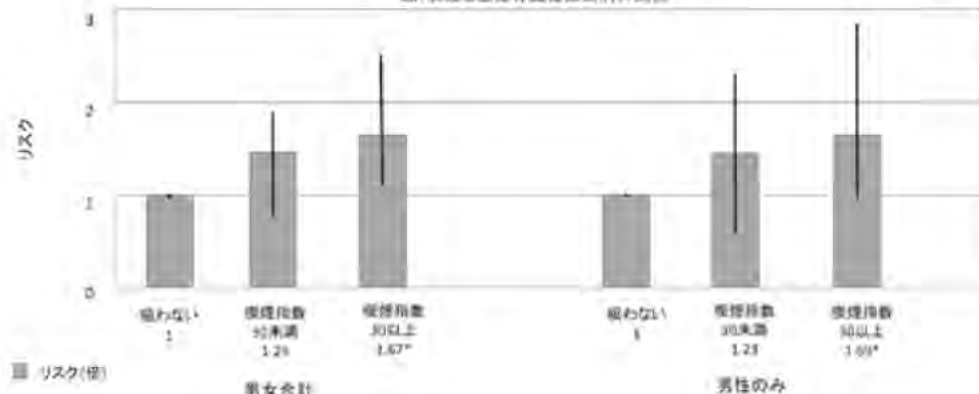
「お問い合わせ」

血液内科

☎0261(62)3166

14時~17時

図：喫煙と急性骨髄性白血病の関係



引用「国立がん研究センターがん情報サービス」



山羊座
12/22~1/19

全体運 / 人気運に恵まれ楽しいことが増えそう。情報運も上昇。人との触れ合いから得られることも大。社交性を発揮して
健康運 / 楽しみながらできるスポーツがお勧め
幸運を呼ぶ食べ物 / ネギ



射手座
11/23~12/21

全体運 / 心配事が多そう。気になることは早めに確認し、不安材料を払拭(ふっしょく)しましょう。考え過ぎは禁物です
健康運 / 足元の冷えに注意。暖かい靴下が◎
幸運を呼ぶ食べ物 / ハクサイ

園 圃 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】

現在、アルプスあづみの公園(大町・松川地区)は、皆様に憩いの場としてご利用いただけるよう、新型コロナウイルス感染症予防への取り組みを徹底しております。
公園施設の利用制限や、一部体験プログラムの中止や変更をさせていただく場合がありますので、お出かけの際には、公園ホームページをご確認いただくか、公園管理センターへお電話等でお問い合わせいただきますようお願いいたします。
大変ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力のほどお願いいたします。

秋も深まり、過ごしやすい気候になってきました。アルプスあづみの公園(大町・松川地区)も、10月中旬ごろから紅葉のシーズンとなります。週末ごとに、紅葉した公園を満喫できる催しも開催しています。ぜひ、赤色や黄色に染まった秋の自然を、ご家族やお友達とお楽しみください。

つな渡りにチャレンジ「スラックライン体験」

人気の新スポーツ「スラックライン」に挑戦しよう!

■日 時/10月16日(土)・17日(日)
午前10時~12時、
午後1時30分~4時

■場 所/入口広場
■料 金/無料

雨天中止



ランニングバイクレース アルプスあづみのカップ

少雨決行、荒天中止

MTBパーク「キッズコース」で、ランニングバイクレースを開催します。ちびっこライダー集まれ!

■日 時/10月24日(日)
午前10時~午後4時

■場 所/MTBパーク
■対 象/2歳の部、3歳の部
4歳の部、5~6歳の部
未就学児に限る

■申込み/事前申込み
各クラス先着24名

■料 金/2,000円



親子で木工工作にチャレンジ「ミニいすづくり」

長野県産材のSGIを使って、小さなイスを作ります。

■日 時/10月30日(土)
①午前10時~、②午前11時10分~
③午後12時20分~、④午後1時30分~
⑤午後2時40分~

■場 所/入口広場
■料 金/無料
■定 員/各回先着13名(当日申込)※1家族1脚限り
■協 力/長野県木材育壮年団体連合会



障害物ライドに挑戦「ファットバイク体験」

極太タイヤのファットバイクに乗ってみよう!

■日 時/10月30日(土)・31日(日)、
11月3日(水・祝)
午前10時~12時、
午後1時30分~4時
※11月は午後3時

■対 象/自転車に一人で乗れて、
身長130cm以上の方

■場 所/入口広場
■料 金/無料

雨天中止



紅葉を楽しむ「森の散策体験」 「ノルディックウォーキング」

公園サポーターが紅葉の見所スポットをご案内します。

■日 時/10月16日(土)~11月23日(火・祝)期間中の土日祝日
①午前9時45分~10時30分、②午後12時45分~1時30分

■場 所/インフォメーションセンター集合

■料 金/無料
■定 員/各回4組



秋の森 グルメ&ウォーキング

紅葉した森をウォーキング! さらに、新米のおにぎりも味わえる欲張りイベントです。

■日 時/11月7日(日)(受付)午前9時30分~正午

■受付場所/入口広場

■料 金/無料
■定 員/100名 ※定員になり次第終了します



スポーツシューティングゲーム体験

紅葉した森をフィールドに、走って、隠れて、的を狙い打て!

■日 時/11月7日(日)
①午前11時~、②午後1時~、
③午後3時~

■場 所/入口広場
■参加費/500円
■定 員/各回16名(事前申込)

雨天中止



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いただけます。

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

Instagram https://www.instagram.com/alpsazumino_om



魚 座

2/19~3/20

全体運 / 運勢は好調。やりたいこと、興味のあることを始めましょう。積極的に動く運が開けます。試作品、発明品にツキ
健康運 / 体力増進、シェイプアップの好機です
幸運を呼ぶ食べ物 / カブ



水瓶座

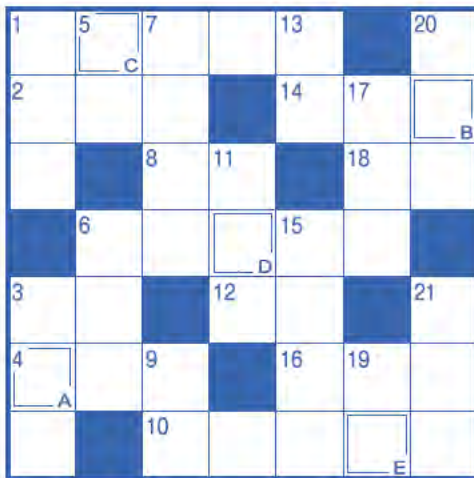
1/20~2/18

全体運 / 辛口のアドバイスが耳に痛い月。全てを受け入れる必要はありませんが一理あります。冷静に対応すれば好転へ
健康運 / 途中でばてないよう体温温存モードで
幸運を呼ぶ食べ物 / シュンギク



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

- 1 メダカもタイもサメもこれ
- 3 みそ汁によく入れる海藻といえば
- 5 水面に糸を垂らして楽しみます
- 6 紙幣や硬貨を入れます
- 7 鶴は千年、亀は——
- 9 パナナの木は、本当は木でなくて——なのだとか
- 11 鳥が羽ばたかせるもの
- 13 林より木が1本多い
- 15 葉が黄色く色づく街路樹
- 17 ——がびょうぶに上手に——の絵を描いた
- 19 だんだん深まって冬に向かいます
- 20 11月3日は——の日。国民の祝日です
- 21 画家・ムンクの代表的な作品

ヨコのカギ

- 1 別名は甘藷(かんしょ)。大学芋の材料です
- 2 せき止めに良いといわれるバラ科の果実
- 3 エックスとゼットの間
- 4 ——はあざなえる縄のごとし
- 6 酢、しょうゆ、みりんを合わせて作ります
- 8 おでこに手を当てて測ることも
- 10 搾り汁から黒糖が作られます
- 12 海の——、山の——をふんだんに使ったごちそう
- 14 プレゼントに掛けて結びます
- 16 東の空が明るくなってくるころ
- 18 さなぎや幼虫から成虫になること

① クロスワードパズルの答えはがきに、
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。ご了承下さい。
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。

応募方法

●9月の答え

タイクサイ



63

398 0002
大町市大町
字光明寺三〇九一
JA大北広報係行

締めきり/10月29日必着
eメール・FAXでも受け付けています。
FAX 0261-234831
eメールアドレス
kouhou@dhk.nn-ja.or.jp

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。

みんなの川柳

芋栗南瓜 魅力いっぱい 秋が来た
あつこちゃん
秋本番 稲を刈る音 こだまする
元気な子
おいコロナ いつまで世の中 悩ませる
白馬 気だけ若い女

川柳の募集について

「情報誌だいほく」では川柳を募集しています。身の回りで起きた出来事や普段思っていることなどを川柳にしてみませんか？ハガキに「川柳、氏名、年齢(〇〇歳代)ペンネーム」を記入の上、応募は下記のあて先までお願いします。eメールやfaxでも受け付けています。

◎北アルプス医療センターあづみ病院くらしの健康百科について、いつも大変参考にさせて頂き勉強になります。老夫婦ぐらし「健康維持」を一番と考えていますので
大町市 70歳代 女性
●編集より/毎月読んでいただきありがとうございます。くらしの健康百科は池田町の北アルプス医療センターあづみ病院さんにご協力いただき、各先生の皆さんに執筆いただいています。身近な病気について、初めて知るとも多く掲載されていて、私自身も毎月楽しみに見えています。

◎ブドウをたくさんもったので、いろんな食べ方を模索しています。一番のお気に入りが入りがきりぶどうです。これから妻がパンに入れるようです。
池田町 男性
●編集より/パンに干しぶどう、最高ですね。私も干しぶどう大好きです。ブドウは比較的そのまま食べてしまうことが多いので、私も新しい食べ方模索してみようかなと思います。



みんなの声

読者のコーナーです。
写真やイラスト、絵手紙など大募集!!

◎大好きなリンゴの季節になりました。今はお盆すぎから夏あかりなどおいしいリンゴが食べられて12月のふじまで私の幸せな日々が続きます。リンゴ農家さん頑張ってください。
松川村 60歳代 女性
●編集より/リンゴも品種がかなり増え、秋に限らず長期間楽しむことができますね。私もリンゴは大好きなので、特に晩生種である「ふじ」を楽しみに、今年も旬のリンゴを楽しみたいと思います。

みんなの声コーナーではお便りをお待ちしております。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。

応募先

〒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

応募先



りんご娘

倉科^{せな}世奈さん (20) 大町市



～伝わりやすい対応ころがけ～

●仕事は

現在、大町市役所の市民課にて住民票や戸籍の届け出などを担当しています。市役所には、自分の生まれ育った大町市に恩返ししたいという気持ちから、地元の役に立てるような仕事がしたいと思い、就職しました。窓口にて住民の皆さんと話すなかで、ご高齢の方なども多く訪れるので、ゆっくり、はっきりとした声で、簡単に伝えるようころがけています。また、最近は外国人の方が訪れることもあり、私自身も英語は得意ではないので、そういった方たちへの対応の仕方が課題だと感じています。

●農・食に対するイメージ・思い

家では祖父母中心に田んぼや畑をやっています。田植えなどの際には手伝ったりもします。そういったお米や野菜を家で食べるので、買うことも少なく、大変ありがたみを感じています。

●休日・趣味は

中学生の時には美術部に所属していたこともあり、今でもたまに絵を描きます。また、高校生の時には茶道をやっていたので、その時に教えていただいた先生の教室に現在も通っています。特に茶道は、風の音など自然を感じられるので、とてもリラックスできます。

●これからの夢・目標は…

これからもしっかりと現在の業務について勉強し、住民の皆さんに安心してもらえるような対応をころがけていきたいです。また、北アルプス国際芸術祭のような地域の活性化につながるような企画を行う仕事にも今後携わりたいです。



地域と農業
暮らしを支える
新鮮情報
お届けします。

購読のお申し込みはJAへ 購読料 1カ月 2,623円(税込)

日本農業新聞
http://www.janews.co.jp

協同の輪を広げ 自己改革を進めよう JAグループ情報共有運動

ざんせつ

コロナ禍で家にいることも多くなり、最近自分の中で「まずい」と感じていることがひとつあります。それは「運動不足」です。日々の生活をするなかで、以前よりも体力が低下したなど感じるが増えつつあります。このこともあり、最近少しお休みをしていたジム通いを再開しました。以前と同じメニューをこなそうとするものの、やはり体力は低下しており途中でダウン。ついついサボり癖が発動しがちな私ですが、「継続は力なり」という言葉のとおり、少しでも継続して頑張っていきたいと思います。 田中



だいほくこどもくらぶ



小谷村

父	小池 大輔さん
母	まゆ美さん
長女	里依紗ちゃん(9才)
長男	海風汰くん(7才)



里依紗ちゃん(左)と海風汰くん(右)

大変仲良しな姉弟、里依紗ちゃん和海風汰くん。名前の由来について里依紗ちゃんは「里という字からふるさとを大事にする子に育ってほしいから」で、海風汰くんは「海風のようにおだやかな子に育ってほしいから」とのこと。年が離れていることもあり、喧嘩もなく、里依紗ちゃんが海風汰くんの面倒をよくみるそうです。里依紗ちゃんはチアダンスとピアノを習っており、おしゃれな服やキラキラしたものが好きだそうです。また、海風汰くんは音の鳴るものや乗り物が好きだそうです。将来についてご両親は「とにかく元気に人に優しくできるような子に育ってほしい」と話しています。

このコーナーは「JA共済こどもくらぶ」の協力で大北地域に住む子どもさんたちを紹介しています。JA共済やこどもくらぶについてはお近くの支所、本所共済部(Tel:22-1815)まで。

JA大北旅行センターより通信販売のお知らせ

羽田空港「空弁」で
5年連続売上No.1 ☆

福井県ご当地グルメで人気「焼き鯖すし」をお届けします

消費期限:製造日を含む3日間



焼き鯖すし8貫入

¥1,800 (税・送料込)

福井県産コシヒカリ100%使用。

肉厚で脂が乗った鯖とシャリの間に挟んだ大葉とガリの織りなす絶妙な一体感をお楽しみください。

鯖街道起点の街「若狭小浜」からお届けします。



鯖すし3種 (各8貫入り)
食べ比べセット

¥4,800 (税・送料込)

① 焼き鯖すし 鯖とシャリの間にはさんだ大葉とガリの織りなす絶妙な一体感が最高!

② 蔵味噌焼鯖寿司 福井で有名な「米五のみそ」に付け込んだ鯖は香り豊かな味わいに仕上がってます!

③ 鯖寿司(匠) 若廣こだわりの逸品! 厳選した寒鯖を独自調合の酢でましました。白板昆布で風味まろやか。

株若廣が製造する焼鯖寿司をお届けいたします。

空弁で絶大な人気を誇る「若廣」の《鯖寿司》が自宅で楽しめる!この機会をお見逃しなく!



- 申込方法: お電話又はパソコン、スマートフォン
- 申込期間: 10/11(月)~10/21(木)
- 支払方法: 振込
- お届け日: 10/30(土)・10/31(日)・11/6(土)・11/7(日) 全4回
※時間指定可(申込み時にお申し付けください)
- 宅配業者: ヤマト運輸(常温でお届けとなります)

便利で簡単
web申込みはコチラ



お申込み・お問合せ

JA大北旅行センター

TEL 0261-22-3222

受付日時/平日9:00~15:00(土・日・祝除く)

JA大北

検索

※QRコードが読み取れない場合は、上記のように検索してください。