

だいほく

2021(令和3年)

No.677

8

農業人

No.41

心にゆとりを持たせた農業

白馬村 白馬地区園芸部会
横山嘉政さん

だいほくNEWS/JA葬祭/通信販売/JA共済をご利用の皆様へ/JA大北組合員特典のご案内/営農アドバイス/ACB通信
JA直売所だより/JAインフォメーション/JA大北オートバール/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」/かあちゃんのみ

心にゆとりを持たせた農業

て、55歳で定年退職を迎えた後も農業

に對する熱は消えることはなく、「園芸に力を入れたい」という思いから、育苗期間終了後のハウスを有効活用した園芸作物の生産を開始しました。

それが平成元年に設立となった白馬地区園芸部会の始まりでもあります。「はじめはナスなど色々な作物を試

験的に栽培するなかで、ミニトマトが結果的にうまくいった」と当時の様子を語る横山さん。ミニトマトの栽培が

始まった直後、周りの農家から反応は疑心暗鬼の声が多かったそうですが、様々な試行錯誤を続けた結果、プラン

ド品としての定着化までに至りました。横山さんは「32年間続けてきて良かった」と笑顔で当時を振り返っていました。

現在ハウス29棟で17人の農家がミニトマトの栽培を行う北部育苗センター。ハウスとハウスの間が近いため、お互いに情報交換がしやすく、初めて

でも安心して栽培できるのが特徴です。そして農家全員に対して、横山さんは「1本の木から1箱／3kg分を収

穫」と統一した目標を定めています。

その目標が安定した収入につながるだけではなく、生産者の士気高揚にもつなげています。

そして何よりも品質の向上にも気配りを忘れず、横山さんが自身の大先輩から教わったという支柱の立て方

などという基礎的な技術をしっかりと継承。また、品種についても時代の流れに合わせて変化をさせており、従

来栽培していた「キャロル10」より病気や実割れに対する耐性もあり、糖度も高い「リトルジェム」に品種替え。

「とても安定している」とのことです。「リーダーとして人を引っ張ってい

くからには、まず自分が先立って試さないといけない。そしてその役割を誰かがやらないと変化は求められない」

と、北部育苗センターの設立を原点に、J.Aとともに二人三脚でブランド確立にまで引っ張っていった横山さん。今後については「栽培を行う上で、

資材等の提供も農協からあり、機械もほとんど使わないため、汗をかいて頑張った分だけ稼げる。これこそが園芸

の強みだと思う。また、栽培を行う上で、常にガチガチになるのではなく、

少し心にゆとりを持たせるような心構えでいることが大事。そしてJ.Aを

ないがしろにせず、様々な面でもに付き合っていくことが重要となる。自分がこの年まで農業を続けているのは、ボケ防止の意味もある。若い人に

限らず、ミニトマトの栽培に興味を持ってもらえればうれしい」と力強く語っていました。

◎今月の農業人 横山嘉政さん

白馬地区園芸部会長として、現在ハウス2棟でミニトマトの栽培に努める。就農前はJ.A大北営農技術員として長年活躍し、小谷村のブランド野菜として注目されている「雪中キャベツ」の栽培導入にも尽力した。J.Aを定年退職後には北部育苗センターの設立にも携わり、今に至る。スポーツが大好きで、現役でソフトボールもプレイしている。

就農前は当J.Aの営農技術員として大北地域の農業発展に努めた横山さん。J.A職員時代には、当時水稲苗の苗代づくりが手間がかかり大変という北部地区の課題もあり、「J.Aが率先してやらないといけない」という思いから、昭和62年に北部育苗センターを設立。北部地区のJ.Aによる苗づくりの仕組みをつくり上げました。そし



写真=1 (中央)栽培しているミニトマトの脳芽をとる横山さん。昼間はハウス内がかなりの高温となるため、比較的涼しい時間帯に作業を行う。
写真=2 (左下)栽培中のミニトマト(7月21日現在)。横山さんのハウスでは8月中旬頃から収穫を迎える。

品質は良好

加工用タマネギ選果作業行われる

当JAにて園芸振興の一環として栽培をすすめている加工用タマネギが収穫を迎え、大町市のJA中部センターにて出荷前の共選作業が6月下旬から7月下旬にかけて行われました。共選作業では、同センターに運び込まれたタマネギを機械で出荷用に調製。その後、自動で選別機にかけてられ、各大きさごとに分けられます。今年の出来栄えについて当JA営農指導員は「昨年は干ばつ気味だったが、今年は春先に程よい雨もあり品質は良好。玉の大きさもLから2Lサイズと標準的な大きさ」と話していました。今年度の出荷数量は約45トンを見込んでおり、主に県内業者へ出荷します。



農業について学ぶ

新採用職員農業研修開催

当JAは7月1日、今年度入組した新規採用職員の農業実地研修を白馬村のJA北部育苗センターで開きました。研修には新規採用職員9人が参加し、農作業を体験。研修では元JA営農技術員で栽培に携わっている松沢正猛さんを講師に、同育苗でハウスを活用して栽培しているミニトマトの栽培面積などの概況、栽培管理についてなど説明を受けた後、実際にトマトの根を伸ばすためにマルチシート上げ、土を平らにならして再びシートをもどす管理作業を体験しました。農作業を体験した職員らは「ハウス内は暑く、その中で作業をする大変さを知ることができた。今後の業務に今回の研修内容を生かしていければ」と話していました。



農ある暮らしの定着を目指す

花の寄せ植えミニセミナー開催

県北アルプス地域振興局と当JAは6月23日、大町市常盤の当JA農産物直売所「ええっこの里」で花の寄せ植えミニセミナーを開催しました。セミナーは農業や移住に関心を持つ人を支援するため、2019年に同直売所に開設した「農ある暮らしサポート直売所」としての活動の一環として開催。セミナーには事前申し込みがあった地元住民ら10人が参加。松川村のJAファーム大北南部店の職員を講師に花の寄せ植えを体験しました。セミナーに参加した女性は「寄せ植えはやったことがあるが、普段手にしないような花を植えることができたので楽しかった。今後もこのような機会があればぜひ参加してみたい」と話していました。



良質苗の提供に向けて

加工用キャベツ播種作業行われる

当JA中部育苗センターでは7月1日、加工用キャベツの播種作業が行われました。大北管内では春作と秋作の二期に分かれて栽培が行われており、管内では白馬村を中心に約1ヘクタール栽培されています。播種作業はJA職員によって行われ、1ケース72粒入るセルトレイ600枚分に播種しました。作業では土台となる土を穴のセルトレイに入れた後、土にくぼみをあけ、種を播種。播種が終了したセルトレイは、温度・水管理の整った育苗ハウスに運ばれ、定植可能な状態になるまで約1ヶ月ほど育苗が行われます。その後、8月上旬頃からの定植に合わせて各農家に苗の供給が始まります。JAでは良質苗の供給に向けて、適切な育苗管理に努めています。



凍霜害後の管理方法について周知 リンゴ栽培講習会開催

当JAは6月28日、大町市内のリンゴほ場2か所で栽培講習会を開きました。講習会は4月に当地域でも発生した凍霜害により、着果管理等が例年とは異なってくることもあり、各品種別の管理の仕方について情報共有も兼ねて開催。当日はJA全農長野の職員を講師に、リンゴ凍霜害被害樹の管理として、着果管理や各品種別の被害状況や管理の仕方について説明がありました。参加した農家らは自分の園の状況と比べながら改めて今後の管理について確認をしていました。当JAでは今後も引き続き定期的な講習会の開催やほ場の巡回を行い、収量の確保に向けて努めていくとしています。



中間管理について再確認 アスター栽培講習会開催

当JAは7月13日、アスターの中間管理栽培講習会を松川村の野菜集出荷場で開きました。講習会には管内の生産者12人が参加。JA南部営農センター営農指導員を講師に、アスターの中間管理として出番までの液肥の散布やフラワーネット管理の注意点、病害虫防除などについて説明がありました。集荷場での講習会後には、実際の栽培ほ場へ行き、生育の様子を確認しました。出荷前には目標揃えも行われ、アスターは8月より本格的に出荷が行われる予定です。



排水対策など課題解決に向けて ジュース用トマト栽培講習会開催

当JAは6月22日、白馬村のJA神城支所にてジュース用トマトの栽培講習会を開きました。講習会には同村や小谷村の生産者6人が参加。出荷先であるゴールドバック株式会社の社員や県北アルプス農業農村支援センターの職員を講師にマルチや追肥、近年の課題となっているほ場の排水対策などについてや病害虫の防除について話がありました。参加した生産者らはこれからの管理について改めて確認をした後、排水対策についてなどを中心に質問をしていました。JAでは目標反収5トンを目指して引き続き指導等に努めていくとしています。



ふれあい事業 コロナ禍の葬儀について学ぶ はつらつ講座

当JAは7月7日、大町市のJAホールにおまちで、管内の55歳以上の方を対象に生きがいづくりを提案する「はつらつ講座」令和3年度講座の第2回目の講座を開きました。講座には受講生11人が参加。JA葬祭大町の職員を講師に今どきの葬儀として近年の葬儀の特徴やコロナ禍での葬儀と通常葬儀との変化について話を聞いたほか、葬儀時のマナー講座として、実際にお線香をあげる際の注意点などを実演を通して学びました。また、あわせてラベンダーを鉢状にまとめた「ラベンダーステック」づくりも行い、職員らから教わりながら綺麗なラベンダーステックを完成させていました。





池田地区支部



ときわ支部

自然を
楽しみながら
ウォーキング
女性部池田地区支部・
ときわ支部

女性部池田地区支部は7月6日、ときわ支部は7月9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・松川地区でそれぞれ行いました。今回のウォーキングは毎年行われてた「仲間づくりツアー」がコロナで中止のため、「今いる仲間は減らない！新しいお友達を誘ってウォーキング！」として開催。ウォーキングには同部員と部員の友達らが参加。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。参加した部員らは「自然のなかで楽しくウォーキングをすることができた。コロナ禍で落ち込んだ気持ちが上がった」と話していました。



チュロスづくりで
楽しく交流
女性部フレッシュミズ
体験企画開催

当JA女性部は7月13日と7月16日に、女性部フレッシュミズ体験企画として「米粉のチュロスづくり」を開催しました。13日は白馬村役場16日には大町市のJA本所会館にて開きました。チュロスづくりには20代から40代までの女性が両会場合わせて12人が参加。チュロスは地元大北産の米粉を使って作りました。参加者らは調理工程を女性部員やJA職員から教わりながら、楽しんでチュロスを完成させていました。体験を主催した女性部の平瀬久美子部長は「今回の活動を通して少しでも女性部の活動に興味を持ってもらえればうれしい。是非またこういう機会に参加してほしい」と話しています。



スポーツ吹き矢で
元気に交流
女性部松川支部

女性部松川支部は6月29日、女性部員と地域住民との交流としてニュースポーツのひとつである「スポーツ吹き矢」の体験会を同村の多目的交流センターすずの音ホールにて開催しました。交流会はJAくらしの活動健康増進の一環として開催。体験には女性部員と地域住民17人が参加。日本スポーツウェルネス吹矢協会公認指導員の吉沢強さんを講師に、スポーツ吹き矢のルールや、的に向かって真っ直ぐ吹くコツなどを学んだ後、的に向かって矢を発射。始めは苦戦しつつも、終盤には的の中心付近に矢を勢いよく飛ばしていました。参加した住民らは「思ったよりも難しかったが、楽しく体験できた」と話し、交流を楽しんでいました。



おしゃれな

水引きリボンづくり

女性部おたり支部



女性部おたり支部は6月28日、水引きシトラスリボンづくりを小谷村のJAおたり支所で開きました。リボンづくりには同部員13人が参加。当JAの降旗恵子理事を講師に、水引きを使い、新型コロナウイルス感染症に関する差別や偏見の防止を目的とする「シトラスリボンプロジェクト」のシンボルであるシトラスリボンの作り方を学びました。リボンづくりでは、まず幅が太い練習用の紐で結び方を練習した後、実際に水引きを使って作りしました。参加した部員らは細かい作業にはじめは苦戦しながらも、後半には違う色の水引きも組み合わせ、おしゃれな水引きシトラスリボンを完成させていました。



パッションフルーツの

栽培管理について学ぶ

女性部白馬支部



女性部白馬支部は6月28日、パッションフルーツの2回目となる栽培講習会を同部の平瀬久美子部長が栽培を行うほ場で開催しました。パッションフルーツはアメリカ大陸の亜熱帯地域を原産とする果物で、成長するにつれ、つる状に伸びていくため、日差しなどを遮る自然のグリーンカーテンにもなり、エコな暑さ対策として注目されています。講習会は、JAくらしの活動の環境保全、地球温暖化環境教育の一環として開催。講習会には部員など10人が参加し、平瀬部長を講師に受粉の仕方や、花が咲いた後の栽培管理などを教わりました。参加した部員らは平瀬部長が栽培しているパッションフルーツの様子をみながら、それぞれ栽培をする上で分からない点などを積極的に質問していました。



ポケットティッシュ

ケースつくる

女性部平支部



女性部平支部は6月24日、手作りポケットティッシュケースづくりを大町市の平支所旧生活店舗にて開きました。ポケットティッシュケースづくりには部員10人が参加。当JAふれあい課の職員を講師に、縫い合わせる箇所などを教わりながら、部員それぞれが家から持ち寄った布を使い、見た目がおしゃれなポケットティッシュケースを製作。参加した部員らは会話も楽しみながら、自分だけのオリジナルポケットティッシュケースを完成させていました。



目の聞こえ

セミナー開催

女性部社支部



女性部社支部は7月14日、耳の聞こえセミナーを大町市のJA社支所にて開催しました。セミナーには部員11人が参加。最近ではマスクをしていて口の動きを読み取りにくいこともあり、(株)フジ医療器の社員を講師に耳の聞こえについて学びました。セミナーでは年齢とともに変化する耳の聞こえ方や補聴器について話があり、参加した部員らは興味深く話を聞いていました。また、講習会後には聴力測定も行い、自分の耳がどれくらい聞こえるのかそれぞれ確認していました。



万全な感染症対策

JA葬祭

／ まかせて安心!! ／

家族葬もOK!!

◎ 安心・真心・JA葬祭大町 ◎

最期のお別れを
ご意向に沿ってお手伝いしています

菩提寺にて

ご自宅にて

お身内だけで

ご宗旨問わず

もしもの時は…

まずJA葬祭大町へお電話ください

24時間承ります

365日24時間対応【総合受付】0261-23-7176

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／ **8月27日(金)** 時間／9:00～12:00

●開催場所／ JA大北 神城支所

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

※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。※感染状況により相談会・フェアを中止する場合もございます。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



数多くの雑誌やTVで紹介され、芸能人も絶賛の格之進ハンバーグをご賞味ください!

JA大北旅行センターより通信販売のお知らせ

お申込みはコチラ



【究極の肉汁】

今月は、東北岩手から「純天然オール岩手の塩麴」が味の決め手の「岩手県産」にこだわった生ハンバーグ(冷凍)をお届けします。

ハンバーグから溢れ出す肉汁は極上のソース

いつもよりちょっぴり贅沢な食卓を
囲んでみてはいかがでしょうか



①金格ハンバーグ

(国産牛+白金豚+塩麴)1個/150g

厳選した国産牛肉と白金豚の「格之進黄金ブレンドレシピ」による奥深い味わい

②黒格ハンバーグ

(黒毛和牛+塩麴)1個/150g

黒毛和牛100%ストレートの爽快なうまさと円熟したコク

③白格ハンバーグ

(黒毛和牛+白金豚+塩麴)1個/150g

黒毛和牛と岩手ブランド「白金豚」のハイクオリティブレンドのジューシーなまろみ



3種の格之進 生ハンバーグセット(計6個)

4,300円(税・送料込)

【セット内容】

金格ハンバーグ(150g×2個)
白格ハンバーグ(150g×2個)
黒格ハンバーグ(150g×2個)



3種の格之進 生ハンバーグセット(計12個)

7,500円(税・送料込)

【セット内容】

金格ハンバーグ(150g×4個)
白格ハンバーグ(150g×4個)
黒格ハンバーグ(150g×4個)

※賞味期限:製造日より180日(冷凍保存)

格之進ハンバーグの3つのこだわり



POINT 01 肉汁(極上のソース)

「5段階肉汁をコントロール肉汁」部位ごとの特徴を生かして、
溶け出す肉汁をコントロール



POINT 02 特製塩麴

ソースなしで楽しめる隠し味
オール岩手の活きた塩麴で漬け込む



POINT 03 つなぎ

「肉汁を閉じ込める」厳選バランス配合で切った瞬間に旨味が
溶け出す



お申込・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

- 申込方法: お電話又はパソコン、スマートフォン
- 申込期間: 8/10(火)~8/20(金)
- 支払方法: 振込
- お届け日: 8/28(土)・8/29(日)・9/4(土)・9/5(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 冷凍便

令和4年
1月より

JA共済をご利用の皆様へ

システムの変更に伴い
口座振替に当JA口座を指定しているご契約について

共済掛金の口座振替日が変わります

月払は毎月、年払はご契約月の以下の日程になります。

生命・建物

21日

自動車

25日

火災・傷害

25日

※ 生命は、生命総合共済（平成6年4月1日以降）、養老生命共済、終身共済、こども共済、年金共済をさします。
※ 掛金の払込時期が近づきましたら、ハガキまたはWebマイページにて共済掛金の払込についてご案内いたしますので、そちらで口座振替日をご確認いただけます。（月払契約を除く）

上記日程の口座振替が
できなかった場合…

振替日の翌月10日に
再度口座振替を行います。

振替日の前日までに共済掛金を指定口座へご入金
いただきますようお願い申し上げます。

翌月10日の口座振替も
できなかった場合…

ペイジー・コンビニ
振込票を送付いたします。

記載の案内に従ってペイジーもしくはコンビニにて、共済
掛金をお支払いいただきますようお願い申し上げます。

※ 残高不足により口座振替ができなかった場合に限りです。
※ 傷害共済については、対象外となります。

口座振替日以外の口座からの引き落としについて

令和4年6月より、口座振替日以外に、当JAの口座から引落しを行う場合、通帳・お届け印
および所定の手続きが必要となりますので、ご了承くださいませようお願いいたします。



JA共済では、コンプライアンス強化の観点から、現金を取り扱わない
「キャッシュレス手続き」をお願いしております。

口座振替、またはペイジーもしくはコンビニにてお支払いいただきま
すようお願い申し上げます。 詳しくはお近くのJAまでお問合せください。

JAバンクからお知らせ

サマーキャンペーン

JA大北から夏の贈り物

Summer Campaign!

2021.8.31 tue まで

貯金してもうっちゃおう!

JAバンクキャラクターグッズ

プレゼント!

※景品はなくなり次第終了とさせていただきますので、ご了承ください。



©よりぞう

JAバンク



期間中、定期貯金(期間1年以上、金額10万円以上)・定期預金(掛金総額12万円以上)・JAカード・統一ローンの各新規契約の方に『JAバンクキャラクターグッズ』をおひとつプレゼントいたします。

JAバンク



はじめて

個人口座開設&JAカード

キャンペーン

JA大北 2021

キャンペーン期間:9月30日(木)まで

はじめてJAに口座開設とJAカード契約で

500円分の

JAまごころ商品券プレゼント!!

条件①

キャンペーン期間中に、はじめてJAに個人口座開設した方。

※キャンペーン期間以前に口座開設された方および期間内に解約された方は対象外です。

条件②

キャンペーン期間中に、条件1で指定した口座で、新たにJAカードを個人契約した方。

※キャンペーン期間以前に口座開設された方および期間内に解約された方は対象外です。

JAバンク



当キャンペーンのお申込みは不要です。
※詳しくはお近くのJA金融窓口までお問い合わせください。
※景品内容については、予告なしに変更する場合があります。

JAバンク



JA大北 組合員特典 のご案内



日頃はJA大北をご利用いただきありがとうございます。

当JAでは、より組合員の皆さまが利用しやすく、魅力あるJA創りに向けて、今年3月より新たな組合員特典を提供しております。

新組合員特典の内容につきましては以下をご覧ください。

JA施設、地域店舗をお得に利用!

「JA大北組合員応援事業」

当JAへの出資金額1万円以上の組合員の皆さまを対象に、「JA大北組合員カード」を発行します。組合員カードは、当JA施設およびガソリンスタンドにおいて、特別な割引をご提供するとともに、地域の協賛店舗にてそれぞれの店舗独自の割引・サービス等を受けられます。なお、当JA施設・協賛店舗の一覧と具体的な割引・サービス内容につきましては、JA大北ホームページのほか、広報誌、チラシにてお知らせ致します。



現時点での協賛加盟店一覧、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>



組合員カード提示によるサービス

- ☑ JA大北生産資材店や直売所にて割引・サービス
- ☑ JA大北運営ガソリンスタンドでの給油割引
- ☑ 地域協賛加盟店での割引・サービス
- ☑ A・コープ店にてA・コープ友の会ポイントの加算
- ☑ オートパルで車検時にオイル交換無料

その他にも特典がいっぱい

- 各種ローン等の金利軽減
- セレモニー(葬祭)施設「JAホール」での組合員割引
- 厚生連病院での人間ドック受診料組合員割引
- 生産者と消費者を安心で結ぶ営農指導
- JA共済による、ひと、いえ、くるまの総合保障を提案
- 新規JANIS(インターネットプロバイダー)ご契約時の組合員割引



組合員カードのご利用にあたり…

組合員カードをご利用いただける方は出資金額が10,000円以上の組合員です。出資金が10,000円未満の組合員の方で、「組合員カード」の特典利用を希望される方には増資をお願いしております。JA大北各支所窓口までご相談ください。

組合員応援事業 スタートキャンペーン 実施中!

JA大北では現在、「組合員応援事業スタートキャンペーン」として、新規組合員加入・増資いただいた方に特典を差し上げるキャンペーンを実施しています。内容は以下の通りです。

キャンペーン期間 令和3年8月31日(火)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・コープ店で利用可能な「まごころ商品券」1,000円分をプレゼントします。

※1 特典はお一人様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なります。



今後も組合員の皆様に、様々なサービスを展開し、提供してまいります。新たなサービスの情報等は随時皆さまに発信を行ってまいります!

水稻

南部営農センター中部センター 浅川 哲弘

良質米生産に向けた最後の仕上げ

収穫期にかけての水管理

◎落水について

- ・落水する時期が早すぎると粒張りが悪くなる、胴割れ米の発生が増えるなど、品質の低下を招くため適期に落水するようにしてください。
- ・特に砂壤土の水田は乾燥により胴割れ米が発生しやすいため、後半まで水管理を行ってください。
- ・落水後に晴天が続く場合には「走り水」を行って、過度な乾燥を防ぐようにしてください。

売れる米づくりのポイント

◎適期収穫・適正調整について

(1) 収穫

胴割れ米発生防止のため、刈り遅れに注意しましょう

【理想の刈り取り時期】

① 登熟積算気温

- ・刈り取りはじめ：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℃)
- ・刈り取り晩期：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

- ・コンバイン収穫の場合、収穫後4時間以内に乾燥作業を行ってください。
- ・適正水分は下記の通りです。
うるち米：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ことがありますので、14.5%ぎりぎりまでの乾燥ではなく、仕上げの追い乾燥をするくらいの余裕を持ってください。

【異物の混入防止】

ほんのわずかな異物(石、ガラス片、プラスチック片、金属片など)の混入で産地全体の評価が下がります。また、もち混や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、異物の混入を防止しましょう。

赤米(雑草イネ)やクサネムの防除を徹底しましょう

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、休眠していたものが地表面に掘り起こされて発芽したといわれています。

●対策

- ・とった草をおとさないよう、ビニール袋などを持って 手取りししてください。
- ・とった草は放置せず、燃やしてください。
- ・赤米発生の見られた圃場は秋起こしを見合わせてください。

2. クサネム(マメ科雑草)

●特性

マメ科の1年草で畦畔や湿地で見られます。収穫時に5ミリ程度の種子が混入し、検査不合格となるなど問題となっています。

●対策

- ・とった草をおとさないよう、ビニール袋などを持って手取りししてください。
- ・とった草は放置せず、燃やしてください。
- ・水路沿いでの草刈りの際に、雑草を流さないように注意してください。

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

令和3年産米では「いもち病」「倒伏」「赤米の混入したもの」は受け入れできません。発生した場合には搬入前に営農センター担当者まで相談してください。

園芸

南部営農センター 平林 豊張

夏野菜の管理と秋野菜の圃場準備

夏場の高温干ばつの条件では、野菜類の生育にも影響が出ます。灌水、追肥、病害虫に注意して樹勢を維持しましょう。

お盆明けからは秋野菜の播種、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。

夏野菜の管理

- 高温、乾燥条件が続くと根が傷みます。^{うねま}畝間への敷き藁や灌水をして、乾燥を防ぎましょう。
- 大雨の降りやすい季節でもあります。大雨に対しては、通路や畝間に排水溝を作り、水が長時間溜まらないようにしましょう。
- 収穫開始後は定期的に追肥を行い、樹勢の維持を心がけましょう。根が弱っていると土壌からの養分を吸収しにくくなるため、液肥の葉面散布を行うことも効果的です。
- 高温期は害虫も発生しやすくなります。薬剤散布は、葉の裏側にいる害虫にもかかるように丁寧にいきましょう。

夏場は暑い中での作業になりますので、こまめに水分補給等をして体調管理に注意して下さい。



秋野菜の圃場準備

- 堆肥や石灰などの土壌改良剤は、定植の2週間前までに施用し、土とよく混和して団粒化を図り生産性を高めましょう。
- 排水が悪い場合は定植前に、高畝・排水溝を掘るなどの排水対策をしましょう。
- 夏野菜と秋野菜では、同じ種類(同科)の野菜の連作をしないようにしましょう。
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
- お盆を過ぎると気温が徐々に下がり、播種(又は植え付け)時期が限られます。初期の栽培管理がその後の生育に大きく影響しますので、ゆとりを持って作業をしましょう。
- 高温期に作付が始まりますので、害虫による食害が予想されます。防虫ネット等を利用し、農薬のみに頼らない栽培に心がけましょう。

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」アプリ大北地域内でサービス開始

1日バイトアプリ デイワーク
1 daywork



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現在サービスをスタートしております。そしてサービス開始に伴い、求人の登録を農家の皆さんにお願いしています。生産者の皆さんがデイワークサービスを利用すると、その地域に住む方々が自分の休日を利用して手伝ってくれるようになります。本業を持っている方々でさえも副業として農業を手伝ってくれるようになります。求人の登録や求職者とのマッチングもスマートフォンを通じて手軽にできるのが特徴のひとつですので今までとは変わった形で、農作業アルバイト募集をしてみませんか？

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いない場合は「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。



※アカウント作成後、メッセージアイコンをタップし、デイワーク運営を選択します。その後、デイワーク運営にメッセージを送信したのちに求人募集可能となります。

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



牡牛座

4/20~5/20

全体運 / 好調です。駄目もとでやってみるくらいの気持ちで幸運を引き寄せます。問題は創意工夫で乗り切ってニッコリ
健康運 / 肉食は控えめに。野菜たっぷりの食事が◎
幸運を呼ぶ食べ物 / ジャガイモ



牡羊座

3/21~4/19

全体運 / スムーズに進まずイライラしがち。解決の糸口はコミュニケーションにあります。相手の話に耳を傾けて
健康運 / 神経質に考え過ぎず香りの良いお茶でリラックス
幸運を呼ぶ食べ物 / ブドウ



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。
本格的な夏となりました。キュウリ・ナス・ズッキーニ・トマトなど夏野菜が直売所をにぎわせています。
安くて、新鮮な野菜を食べて暑い夏を乗り切りましょう。

松川村アルプス一番

お盆売出し

8月7日(土)～16日(月)

大町市常盤 ええっこの里

お盆売出し ▶ 8月13日(金)～14日(土)

週末売出し ▶ 8月27日(金)～28日(土)
▶ 9月10日(金)～11日(土)

(セールの日程は変更する場合もあります)

- 7月の状況: アスパラガス・キャベツ・キュウリ・ナス・ズッキーニ・ブルーベリー・玉ねぎ等が大変好評でした。
- これからの出荷最盛になる品目: アスパラガス・キャベツ・キュウリ・ナス・トマト・モロッコインゲン・ズッキーニ・トウモロコシなど

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

今年4月新発売の

「さっと食べられるごはん: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。

大人気!「エーコープのなす漬けの素」で 簡単においしい茄子漬けはいかがですか!



現在大評判のエーコープ「なす漬の素」。以前はけっこう面倒だったなす漬けがお手軽においしくできて大人気!各エーコープ店・営農店舗・直売所にて好評販売中です。たいへん人気のため売り切れの際は入荷までお待ちください。

ここでちょっとなすについての豆知識。ナスは今旬の野菜。煮ても、焼いても、漬けても美味しい、万能野菜です。原産地はインドといわれています。

なすの栄養価は他の野菜に比べて特に多い方ではありません。93%が水分と糖質です。しかし食物繊維は比較的多く含まれています。また、ナスニンという成分には発ガンを抑える効果、コリンという成分には動脈硬化を防ぐ、肝臓の働きをよくする、コレステロールを下げるなどの作用が認められています。また、プロテアーゼインヒビターは口内炎や胃炎、肝炎、関節炎などの痛みを抑え、症状を改善、神経痛や痔にも有効といわれています。いいことばかりの旬のなすをぜひどうぞ!

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

8/22～7/22

全体運 / 友人との会話でいいことを思い付きそう。SNSでのやりとりも◎。趣味の時間を多めに取ってリフレッシュ
健康運 / 予定は前半に詰め込み後半はのんびり
幸運を呼ぶ食べ物 / ルッコラ



双子座

5/21～6/21

全体運 / 壁に当たりながら進むことになりそうですが後半は上昇! 困ったときは相談を。助けてくれる人が現れます
健康運 / 軽いストレッチが凝りの予防に効果的
幸運を呼ぶ食べ物 / サラダカランシナ

絶対に行きたい信州の絶景チケット販売中です!!

JA大北旅行センターでは、信州を代表する4絶景を楽しめる
スペシャルチケットを販売しております。

今年の夏は信州の絶景巡りを楽しんでみませんか?

1セット4枚綴り **9,800** 円(税込)

※大人・小児どちらも利用可能 ※下記の好きな施設をチケット1枚で1人1回利用可能。
※チケット利用可能期間は各施設とも2021年グリーンシーズン営業期間中となります。

① 桐池高原:中部山岳国立公園 桐池自然園 (小谷村)



高山植物の宝庫で、標高2,010mに位置する展望渾
源はエリアで唯一、日本三大雪渓の白馬大雪渓を眺
望できます。ハイキングルートの大部分は木道が整
備され、バリアフリーのコースもあります。
2021年営業期間 6月12日(土)~10月24日(日)

●つがいロープウェイ(ゴンドラリフトとロープウェイ往復乗車+桐池自然園入場料)
※通常価格3,700円/枚(大人)、2,100円/枚(小児) 大人1名につき未就学児1名無
料、2人目から小児の「乗車券」が必要です。

② 白馬岩岳:HAKUBA MOUNTAIN HARBOR (白馬村)



白馬で唯一、白馬三山を正面に見据え、
山頂からは四季折々の大パノラマを堪能できる絶景
カフェ&テラス。秋は北アルプスの冠雪・中腹の紅葉
の赤、麓の緑の木々が重なる三段紅葉も望めます。
2021年営業期間 4月29日(木・祝)~11月14日(日)

●岩岳ゴンドラリフト往復乗車
※通常価格2,100円/枚(大人)、1,150円/枚(小児) 大人1名につき未就学
児1名無料、2人目から小児の「乗車券」が必要です。

③ 白馬八方尾根:八方池 (白馬村)



「日本の最も美しい場所36選※1」に選出された、日本
を代表する山岳景観「八方池」。大きな鏡のように水
面に白馬三山を映す美しい池は、必ず見たい絶景の
ひとつ。ゴンドラリフト山頂駅には「HAKUBA
MOUNTAIN BEACH」もあります。
2021年営業期間 6月5日(土)・6日(日)・6月12日(土)~10月
31日(日) ※1 CNN travel 2017年5月

●八方アルペンライン(ゴンドラリフト+観光リフト2本往復乗車)
※通常価格3,000円/枚(大人)、1,850円/枚(小児) 大人1名につき未就学児1名無
料、2人目から小児の「乗車券」が必要です。

④ 竜王:SORA terrace (山ノ内町)



世界最大級166人乗りのロープウェイに乗って雲の
上に。条件が合えば雲海が広がる標高1,770mの幻
想的な天空の世界には、カフェやドッグラン、高山植
物鑑賞が、四季折々の自然が作り出す景色とともに
楽しめます。周辺には湯田中温泉や地獄谷野猿公
苑などの宿泊観光スポットもあり、雲海・サンセット・
星空と非日常空間が1日で体験できる特別な場所
です。

2021年営業期間 6月12日(土)~11月3日(水・祝)
※通常価格2,500円/枚(大人)、1,300円/枚(小児)、未就学児無料
※9月6日(月)~9月10日(金)は除く

●お申込・お問合せ

JA大北旅行センター TEL 0261-22-3222 ご購入はコチラ →



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、各支所金融課までお問合せ下さい。

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 (本所アプロード1階になります)
8月8日(日)	○(アプロード1階)	○
8月22日(日)	○(アプロード1階)	○
9月12日(日)	○(アプロード1階)	○
9月26日(日)	○(アプロード1階)	○



年金友の会・プレシオン(年金予約者)会員の皆様へイベント中止のお知らせ

日頃、会員の皆様方におかれましては、JAの事業・組織につきましてご利用ご理解いただきまして誠にありがとうございます。

さて、年金の友の会・プレシオン会員の皆様のイベントでございしますが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、毎年9月に開催して
おります「JA大北アルプスゲートボール・マレット大会」、10月に開催しております「JA大北年金友の会・プレシオン会員日帰り旅行」、「JA
大北年金友の会ふれあい旅行」は中止とさせていただきます。大変残念ではありますが、何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。

理事会 (7月20日開催)

■報告事項

専門委員会報告、6月末事業実績および6月末組合員の新規加入状況について、CCS定期確
認(一次認定)結果について、JAバンク基本方針に基づく「経営管理資料」のうち農林中金が定
める事項について、JAバンク基本方針に基づく「体制整備モニタリング報告」について、貸出金利
の改定について、令和3年度第1・四半期決算監事監査報告について、水稻秋作業(刈り取り・乾
燥・耕起)燃料担い手支援要領について、主な会議・行事について、その他

■協議事項

- ①令和3年度上半期決算見通しについて、
- ②夏期賞与支給(案)について
- ③理事への労働賃金の支払い(案)について
- ④旧大町支所の賃貸について



乙女座

8/23~9/22

全体運 / 活気にあふれ華やか。リーダーシップを発揮して。
周囲に気配りしつつ動けば信頼と結果を手に入
れます
健康運 / 体からのサインを見逃さずケアは早めに
幸運を呼ぶ食べ物 / サイモ



獅子座

7/23~8/22

全体運 / 買い物を楽しむ月です。下調べを入念に。お気に入りの
逸品が手に入りそう。連絡役を買って出るとツキが
アップ
健康運 / 栄養バランスが大事。何でも少しずつ
幸運を呼ぶ食べ物 / マツタケ

JA組合員の皆さまへ

県内の協同組合が連携し、「健康づくり」のきっかけとして「信州まるごと健康チャレンジ」をご案内しています。多くの県民の皆さまのご参加をお待ちしております。

気軽にできる健康づくりで 健康寿命を伸ばそう!

信州まるごと健康チャレンジ2021

参加費
無料

チャレンジ期間:8月1日~11月30日のうち60日間

結果提出締切:2021年12月15日

【コースを選んで60日間実行しよう!参加者には抽選でステキなプレゼント】

- | | | | |
|--------------------|------------------|----------|-------------|
| 1 つづけよう「減塩生活」 | 2 いいこといっぱい 早寝早起き | 3 きっぱり禁煙 | 4 お酒は上手に |
| 5 運動習慣をもつ | 6 バランスの良い食事 | 7 あいうべ体操 | 8 だれかとおしゃべり |
| 9 じつんで決めよう マイチャレンジ | | | |

信州健康
チャレンジ
倶楽部

ご登録の
方に

- 役立つ健康情報や応援メールが届きます
- 登録の方に抽選でステキなプレゼント差し上げます

※プレゼントの締切は令和3年9月30日(木)



参加方法は専用ホームページから▼

<https://shinshu-kenkou.com/>



主催 信州まるごと健康チャレンジ2021実行委員会/長野県協同組合連絡会

お問合せ先 【長野県生活協同連合会】 ☎026-261-1380

【JA長野中央会 総合企画室】 ☎026-236-2016

※厳正なる抽選のうえ、当選者を決定いたします。なお、当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

抽選で
5名様に
血圧計



抽選で
400名様に
信州まるごと健康チャレンジ
「オリジナルタオル」



報告ハガキ
提出者の中から
プレゼント!!



豊富な知識と確かな技術で安心安全をお届けします



車検

定期点検

板金塗装

新車販売

中古車販売

お車のこと お気軽にご相談ください

ガラスはっ水加工

ガラスについた水滴が流れ落ちやすくなり、雨の日の視界確保に効果あり!

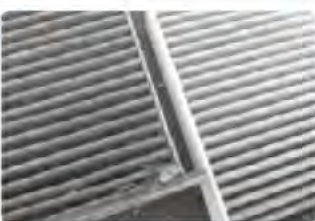
1,100円~



エアコンフィルター

長年使用したフィルターは虫やゴミで汚れています。定期的な交換をして車内の空気をキレイにします。

4,400円~



快
適
に
お
乗
り
い
た
だ
く
た
め
に
♪
お
す
す
め
メ
ン
テ
ナ
ン
ス



ヘッドライト クリーニング

水垢などが原因でくもった感じのレンズ表面をクリーニングしライト本来の明るさを発揮!

1,100円~



塩害塗装

冬期間の「塩カル」は下廻りを腐食してしまいます。下廻りの重要な部分に錆に強い防錆塗装をします!

13,200円~

(下廻りの洗浄代が別途必要です)



※上記メニューは税込価格です。詳しくは下記店舗までお問合せください。

JA大北オートパル南部センター
大町市常盤3788

TEL. 23-7205

JA大北オートパル北部センター
北安曇郡白馬村北城1375

TEL. 72-3920



蠍座

10/24~11/22

全体運 / 人気運に恵まれ良好です。自分から人の輪の中に入っていきます。リモートの活用も吉と出ます

健康運 / 友人との散歩や運動は楽しく続けられそう
幸運を呼ぶ食べ物 / イチジク



天秤座

9/23~10/23

全体運 / 注目度がアップ。気持ちを強く持ち堂々と対応すると良い方向へ。おしゃれを楽しむのにも良い時期です

健康運 / 疲れを感じたら頭や足つぼをマッサージ
幸運を呼ぶ食べ物 / レンコン

貧血について

●貧血とヘモグロビン

「貧血になったことがあります」と話される患者さんの話を聞くと、「頭がふらふらする感じ」や「立ちくらみ」を貧血と考えておられることが珍しくありません。

医学的に「貧血がある」というのは、表に書かれているように体の中の赤血球の量（ヘモグロビン）が少なくなっている状態のことを指します。赤血球は、体の細胞に酸素を運ぶ働きを

表1: 貧血の診断基準

	ヘモグロビン濃度(色素濃度)
男性	30g/dL未満
女性	12g/dL未満
80歳以上	11g/dL未満

しています。そのため、その量が減ると酸素不足となり症状がでてきます。頭がふらふらしたり立ちくらみを感じたりすることはありますが、そのような症状がない場合の方が多く見られます。

表1から分かるように、高齢の方では病気がなくてもヘモグロビンは少なくなります。

●原因・症状

貧血になる原因は非常に多いのですが、鉄・ビタミン・亜鉛・銅などの不足によるものが1/3、慢性の炎症によるものと腎不全によるものが1/3、それ以外（血液内科で専門的な治療を必要とする病気）が1/3という割合になります。

鉄が不足している場合の貧血は、「体のどこからか出血をしている」とがほとんどです。胃潰瘍や腸のガンなどから出血を起こしている場合もあります。貧血自体は鉄剤を内

服することで良くなることが多いのですが、「どこから出血しているのか？」を突きとめることの方が大切です。

鉄分が不足している場合に、貧血がなくても体のだるさ・立ちくらみ・胸焼け・お腹の張り・気分の落ち込みなどの症状が起こることがあります。

●検査・治療法

鉄の不足があるかどうかは、血液検査の「フェリチン」という値を測定することで判断することができま

す。さまざまな病気の炎症によって貧血が起こることがあります。高齢の方では腎臓の機能が低下していることも多く、貧血の原因が一つだけではないこともよくあります。

血液検査で、白血球や血小板などの他の血液細胞の異常がある場合には、血液内科で専門的な検査や治療

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

が必要な病気を疑い検査を進めていきます。

このように、「貧血」といっても血液以外の病気が原因であることが多くあります。原因を調べるのも血液内科の役割ですので、お気軽にご相談ください。

●まとめ

・貧血の診断は血液検査で行う
・高齢になると、病気がなくてもヘモグロビンは少なくなる
・鉄の不足による貧血は、原因を突きとめることが大切
・鉄が不足していると、貧血がなくても様々な症状が起きることがある
・フェリチンを測定することで、鉄の不足を知ることができる

「お問い合わせ」

内科外来

☎0261(62)3166
14時〜17時



山羊座
12/22〜1/19

全体運 / 好調なスタートですが後半は下り坂。優先事項を割り出し前倒しで進めると好結果に。後半は方向性を維持して
健康運 / 前半はハードに動き後半はのんびりが◎
幸運を呼ぶ食べ物 / レタス



射手座
11/23〜12/21

全体運 / 有言実行でいきましょう。目的をはっきりさせると効率がアップします。時には周囲を巻き込むのもあります
健康運 / 頑張り過ぎは禁物。休憩でリフレッシュ
幸運を呼ぶ食べ物 / アサリ

【あづみの公園からお知らせ】 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】

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。

夏休みのアルプスあづみの公園（大町・松川地区）は、夏の恒例イベント「夏のアルプス大冒険～すぶめれ覚悟！サマースブラッシュ～」を開催中です。
乳川での川遊びや子供向け大型プールのほか、「日本の夏 和のひかり」をテーマにしたサマーイルミネーションも今月より開催です。
夏のアルプスあづみの公園で思い出をたくさん作ろう！



サマーイルミネーション
「日本の夏 和のひかり」

今年も夏のイルミネーションを開催。幻想的な光に包まれた夜の公園をお楽しみください。浴衣で来園されたお客様には特典があります。ちびっこには「光るおもちゃ」を、大人の方には「線香花火」をプレゼントします。

■日 時／8月7日（土）～22日（日）午後6時～午後9時
■場 所／入口広場

謎解きゲーム

「はぐれうさぎと月夜の冒険」

イルミネーションが輝く夜の公園をフィールドに、人気の謎解きゲームを開催します。

■日 時／8月7日（土）～22日（日）午後6時～午後9時
■料 金／無料



森のクイズラリー

森を冒険しながら生き物のクイズを解こう！参加者全員にオリジナル缶バッジをプレゼント！抽選で公園オリジナルグッズも！

■日 時／7月22日（木・祝）～8月22日（日）
■料 金／無料

ギンヤンマが
飛ぶ速さは??



手持ち花火広場

手持ち花火を楽しめるスペースを設けました。是非、ご家族皆さんで花火をお楽しみください。

■日 時／8月7日（土）～22日（日）午後6時～8時
■集 合／ディキャンプ場 ■定 員／各日先着50組
■料 金／500円（花火セット付き） ■その他／花火のお持込はできません。
混雑回避のため、人数・時間の制限をさせていただく場合があります。※雨天中止



今泉忠明先生のけもの塾 「いきもの教室&トークショー」

先生が研究してきた生き物の話が満載のトークショーを開催します。

■日 時／8月21日（土）
午後2時30分～4時
■場 所／アルプス大草原
■料 金／無料
■定 員／200名（当日受付）

※雨天の場合は、定員を50名に制限して森の体験舎で実施します。



五平餅づくり

地元産のお米を使い、炭火で焼いて作る五平餅づくりを体験できます。焼きたての五平餅に信州産の味噌を乗せて、その場で召し上がり頂けます。

■日 時／8月13日（土）～8月14日（日）
午前11時30分～午後1時30分
■場 所／森の体験舎 食工房
■料 金／200円



チガワペンギン

公園でとれた木の実などの自然素材を使用し、ペンギンのオブジェを作ります。夏休みの工作にピッタリです。

■日 時／8月9日（祝）～8月15日（日）
午前9時30分～午後3時
■場 所／森の体験舎 創作工房
■料 金／200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



魚 座

2/19～3/20

全体運／ 飾り過ぎてチャンスを逃がさないように。失敗も今後の糧になります。年長者があなたを導いてくれそう
健康運／ 途中でバテないようペース配分に留意して
幸運を呼ぶ食べ物／ カボチャ



水瓶座

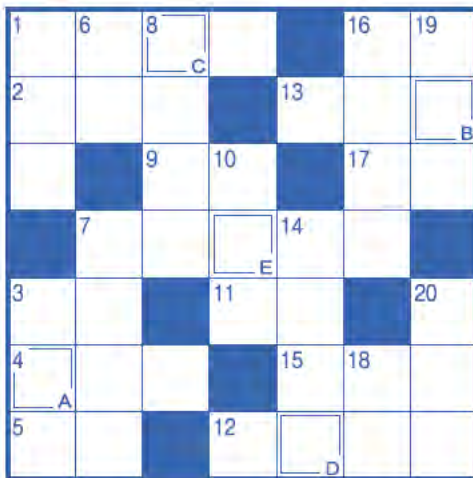
1/20～2/18

全体運／ じっくり進めれば下旬に大きな実りを得られます。苦しいときこそ押しに前進を。耳の痛い意見こそ重要
健康運／ 弱い部分を大切に。無理しなければ安泰
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

- 1 中東の国の一つ。首都はバグダッド
- 3 台風に備えて閉めておこうかな
- 6 すしのしゃりにのせませす
- 7 9月の第3月曜日は——の日。国民の日です
- 8 難しくありません
- 10 町火消しが火事場で振った物
- 14 草木も眠る——時
- 16 夕方「カナカナカナ……」と鳴くセミ
- 18 ハウスみかんの生産量が日本一の県
- 19 鼻からあごまでを覆うように着けます
- 20 十五夜に楽しむもの

ヨコのカギ

- 1 米の収穫作業の一つ。
手で行うときは鎌を使います
- 2 家具などに使う簾(とう)のこと
- 3 アルファベットの9番目
- 4 フランス語で栗のこと
- 5 1位が金、2位が銀なら3位は
- 7 阿倍仲麻呂や吉備真備などがこの役を果たしました
- 9 鉄砲に込める物
- 11 チョキがはさみならグーは
- 12 ボール紙のことをこう呼ぶことも
- 13 釣りに使う透明な糸
- 15 宗谷、室戸、足摺といえは
- 16 何もすることがない状態です
- 17 喜・怒・哀・——

応募方法

- 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(二みん)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。

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。

締めきり／8月31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

大田市 大町

手光明寺三〇九一

JA大北広報係行

63

7月の答え

リッシュウ



みんなの川柳

暑い日々 アイスとともに 溶ける私

ホース

給付金 経産キャリア 詐欺見本

野口五郎岳

雨雨雨 私と同じ そばかす胡瓜

あつこちゃん

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。

◎以前小谷村に住居していたので記事をつかしく拝見いたします。共働学舎の皆さんの活動をたのしく思う。
池田町 60歳代 女性
◎編集より／共働学舎の皆さんが生活を送る小谷村真木地区に初めて伺いましたが、とても良い場所で感動してしまいました。また、共働学舎の皆さんも心優しい方達が多く、居心地の良さも感じました。これからも元気に活動を頑張ってください。

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
大田市大町字光明寺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



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!!

◎採れたてのキュウリやナスを調理していると台所中が新鮮な香りでいっぱいになります。新鮮な野菜を毎日おいしくいただいで、夏も元気で過ごしたいと思っています。
大田市 60歳代 女性
◎編集より／キュウリやナスをはじめとした夏野菜が本格的に収穫を迎えていますね。我が家でも食卓にそういった野菜たちが多く並びます。私も無事収穫を迎えられたことに感謝しながら、野菜をたくさん食べて暑い夏を乗り切りたいと思います。

◎春先、梅の花がきれいだったが、遅霜で残念ながら収穫ゼロに。りんご農家さんの苦労を思い、自然にはかなわない。
大田市 女性
◎編集より／多くの作物に被害を与える霜。大北地域でもリンゴを中心に大きな被害が発生しました。自然が相手だと思ふとなんだかやるせない気持ちになります。被害に遭われた皆さまには謹んでお見舞い申し上げます。



りんご娘

南澤 佳奈 さん (18) 松川村



～みんなから認められる職員を目指す～

● 仕事は

今年の4月より松川村役場にて働いています。住民課として住民票や戸籍証明書の発行を行うほか、役場の総合窓口として担当の課へ案内を行ったりもしています。役場には、自分が小さい頃から住んでいる松川村の良さを伝えたいという思いから就職に至りました。総合窓口担当として、様々な住民の方が訪れるなかで、利用する人に合わせた話し方や対応をするように心がけています。また、あいさつも自分から元気よくするようにしています。

● 農・食に対するイメージ・思い

祖父母が昔、小さい畑で野菜を栽培しており、小さい頃は野菜を収穫したりしました。最近では少しでも農業に携わろうと、ベランダでミニトマトの栽培を始めようかなと考えています。

● 休日・趣味は

休日は本を読んだり、ゲームをしたりなどして過ごしています。また1歳になる甥と一緒に遊んだりもします。高校の時には美術部だったのもあり、機会があれば美術館にも出かけたいと思います。

● これからの夢・目標は…

多くの皆さんから認められるような職員を目指して、これからも、今こころがけていることを大事にしつつ頑張っていきたいです。また、今後機会があれば、観光方面の業務にも携わってみたいです。



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ヵ月 2,623円(税込)

日本農業新聞
http://www.agrinews.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



だいほくこどもくらぶ



松川村

父	丸山 優さん
母	奈保子さん
長女	桒々子ちゃん(6才)
長男	由くん(1才9月)



桒々子ちゃん(上)と由くん(下)

大変仲良しな姉弟、桒々子ちゃんと由くん。名前の由来について桒々子ちゃんは「漫画『ののちゃん』の主人公のようにおおらかな子に育ってほしいから」、由くんは「父と母の相性の良い字画、また親しみやすい名前から」とのこと。二人は普段からとても仲良しで、桒々子ちゃんがしっかりと由くんの面倒をみてくれるそうです。また、桒々子ちゃんは物を作るのが大好きだそうで、将来の夢は自然アーティスト。由くんはよく食べるそうで日々すくすくと成長しています。将来についてご両親は「健康第一で、優しい子に育ってほしい」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。

ざんせつ

7月下旬より続いている猛暑。北海道などにおいても真夏日を記録するなど各地で異常な暑さが続いています。そんな中、一番心配となるのが熱中症です。暑い屋外で農作業等を行われる方も多いかと思いますが、なにも対策せずにいるのは大変危険です。こまめな水分補給や日陰等を活用した定期的な休憩、涼しい服装などに気をつけて過ごすようにしましょう。また、熱中症対策のひとつとして、軽いウォーキングやジョギング、しっかりと湯船につかって入浴すること、暑さに慣れることも有効なようです。私も無理のない範囲で暑さに慣れていきたいなと思います。

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・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。



茹で豚と揚げなすの玉ねぎカレーソース



●材料(2人分)●

豚しゃぶしゃぶ用…200g
酒…大さじ1
なす…1個
玉ねぎ…1/4個
トマト…1/2個
レタス…3枚程度
揚げ油…適量
オリーブオイル…大さじ1
塩・こしょう…少々
らっきょう酢…大さじ2
カレー粉…小さじ1/2程度

●作り方●

- ① なすは一口大に切ります。
- ② 玉ねぎは粗みじんします。
- ③ トマトは1cm角、レタスは食べやすい大きさにちぎります。
- ④ 鍋に湯を沸かし、沸騰したら酒を加え、煮立たない程度の火加減で豚肉を1枚ずつ茹でます。
- ⑤ ④をバットに並べ、カレー粉少々を振りかけ、そのまま冷まします。
- ⑥ 揚げ油を170℃程度に熱し、①を素揚げします。
- ⑦ フライパンにオリーブオイルを熱し、②を焦がさないように炒めます。
- ⑧ 玉ねぎが半透明になったら③を加えて炒めます。
- ⑨ 全体に油が回ったら塩・こしょうで味を調え、火を止めます。
- ⑩ ⑨が冷めたららっきょう酢とカレー粉を加え味を馴染ませます。
- ⑪ 皿に⑤と⑥を盛り、⑩をまわしかけます。

※⑩のカレーソースに茹で豚と揚げなすを加え、そのまま冷ましてマリネ風にしても美味しくお召し上がりいただけます。

一口メモ

なすの紫色の成分であるナスニンは、ストレスや食品添加物、タバコ、激しい運動、多量飲酒、紫外線、加齢などで増える活性酸素の発生を抑えたり、コレステロールの吸収を抑える作用などがあるとされています。ナスニンは水溶性のため、油で揚げることで、栄養もおいしさも閉じ込めることができます。

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。注文しらすの「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

TEL.0261-22-1846

かあちゃん味の味



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、女性部社支部より

サラダよせ

材料

玉ねぎ(紫)…半玉/キュウリ…1本(千切り)
ハム…50g~100g(千切り)/寒天…2本
マヨネーズ…1カップ/砂糖…1カップ/塩…小さじ1
水…800~1000cc

作り方

- ① 寒天を煮溶かして、砂糖、塩を入れる。あら熱を取るため、火を止めてそのまま冷めるまでおく。(あたたかい位までおいてよい)
- ② 冷ましている間にキュウリやハム、玉ねぎなどを細かく切り分けておく。
- ③ 冷めた寒天にマヨネーズを入れて、泡立て器で手早く混ぜる。(よく混ぜておく)
- ④ よく混ぜた所にキュウリ、ハム、玉ねぎを入れて混ぜ合わせてから型となる箱に流す。



今月のポイント!

寒天に野菜を入れて固めることで、暑い夏でもサツとサッパリ食べることができます。紫玉ねぎを入れることによって色合いもよくなり、サラダ感も増します。砂糖の量は好みで、加減して下さい。

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葬祭の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.0261-26-3300

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

TEL.0261-23-7176

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。