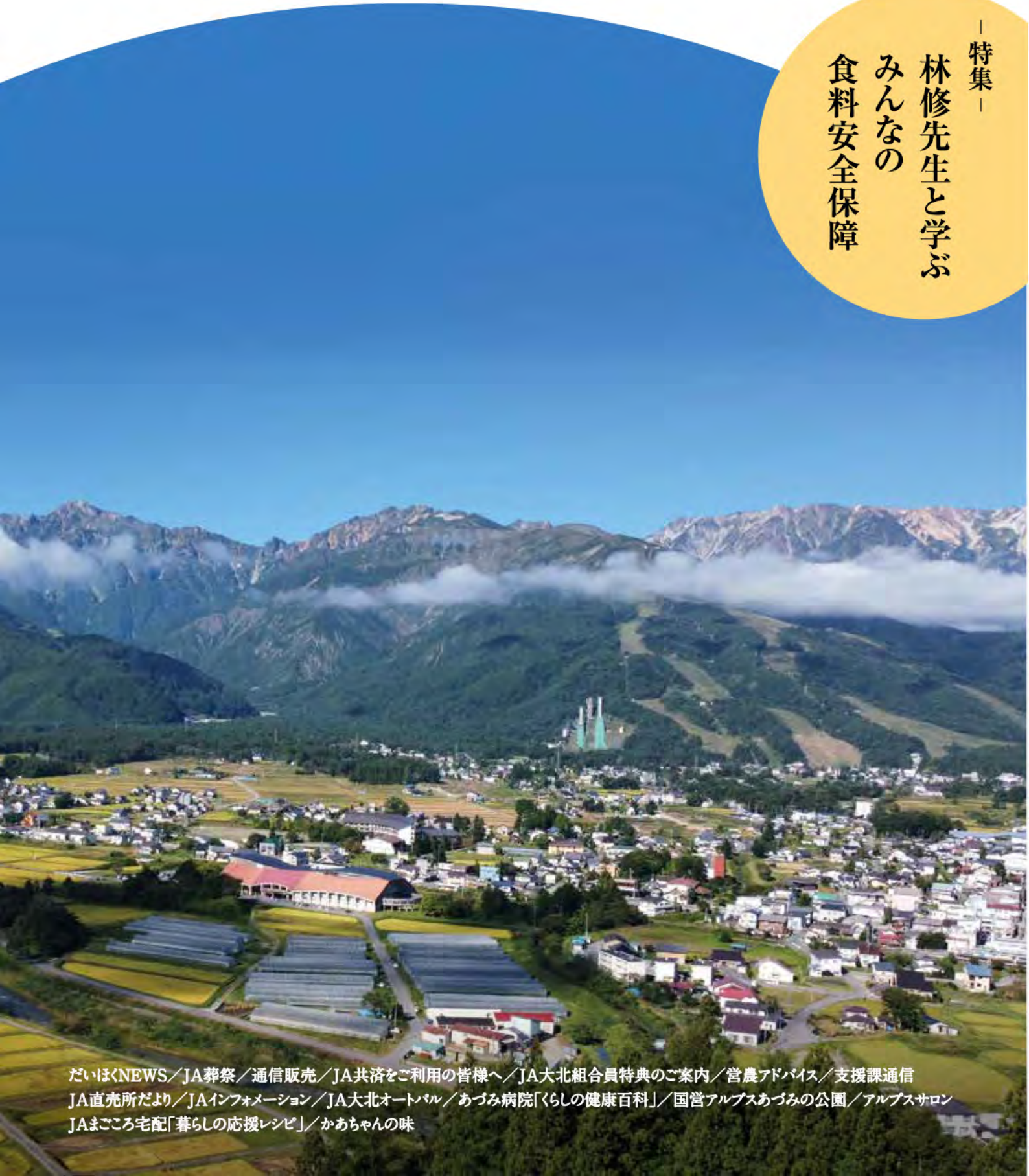
JA大北発 アルプスの里 ふれあい情報誌

地域に愛される笑顔の輪
JA大北

だいほく

2022（令和4年）
No.691 10

―特集―
林修先生と学ぶ みんなの食料安全保障



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／支援課通信
JA直売所だより／JAインフォメーション／JA大北オートパル／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」／かあちゃんの味

嬉しい特典がいっぱいです!

組合員応援事業

協賛店紹介

組合員カード提示でおトク!

組合員カードを提示することでお得なサービスが受けられる、「組合員応援事業協賛店」について、各店舗の魅力を毎月紹介していきます。**今月のイチオシ店舗はこちら!!**

大町市 割烹　だるま

カード提示特典

店内
ご利用金額の
3%割引

大町市文化会館の通りをJR信濃大町駅方面へ進んだ道沿いにある割烹料理店です。地域密着のお店で、まもなく創業100周年を迎えます。地元の季節を使った料理や信州牛を使った料理などが人気です。(写真上は信州牛特別コース)また、テイクアウトメニューとしてうな重の提供も行っております。皆さまのご利用をお待ちしております。

大町市大町1125　TEL.0261-22-0067
■定休日／不定休　■営業時間／11時～22時

大町市 株式会社　俵屋

カード提示特典

お食事のみ
10%off

※飲み物・宴会・テイクアウトは対象外。他の割引との併用は除きます

信濃大町駅より商店街を北へ数分の場所に位置する中華料理屋さんです。元々はお肉屋さんということもあり、おいしい良質なお肉が入った中華料理をお手頃な価格で楽しめるのが特徴です。おすすめは横須賀の中華料理店で技術を学んだ店主がつくる餃子です。宴会では中華料理のほか、黒毛和牛を使用したすき焼きもありますので、ランチにご夕食に是非ともお出かけください。

大町市大町3312　TEL.0261-22-0218
■定休日／日曜日　■営業時間／11時30分～19時30分

松川村 リサイクルショップ サンクス

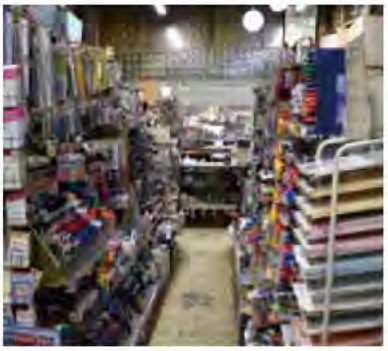
カード提示特典

購入金額の
10%引き

JA松川支所前に位置する松川村のリサイクルショップです。今年で開店21年目を迎えます。店内には家電や家具、食器などの日用品が数多く並んでいます。また、自動車用タイヤの販売も行っています。その他にも、不用品の買取はもちろん、物置・空き家の解体・処分、粗大ゴミ処分なども承っています。各種見積も無料なので、お気軽にご相談、ご来店ください。

松川村7022-70　TEL.0261-62-4191
■定休日／毎週水曜日　■営業時間／10時～18時

白馬村 有限会社　明寿堂



カード提示特典

当店の
ポイントカード
お持ちの方、
ポイントスタンプ
2倍

白馬村の白馬駅前にある文房具、事務用品店です。地元住民の方が村内で必要なものが揃うように様々な商品を取り揃えています。また、希望の商品があれば相談も承っています。地域の皆さまのお役に立てるよう頑張りますので、お気軽にご来店ください。

白馬村北城6369-2　TEL.0261-72-2261
■定休日／土曜日　■営業時間／8時～18時

「組合員応援事業協賛店」を随時募集しております!

組合員応援事業についてのお問い合わせはお近くのJAまで!

白馬村に生徒たちの笑顔再び
武蔵野市セカンドスクール受け入れ再開

当JA観光課は同課で行っている誘客事業のひとつとして、東京都武蔵野市が実施している教育活動「セカンドスクール」の受け入れを9月中に行いました。今回の受け入れは新型コロナウイルスの影響によりここ2年間受け入れが中止となったこともあり、3年ぶりの実地での開催となりました。今年は同市立の中学校3校を白馬村に受け入れ、農家民宿を中心に宿泊を行い、各民宿ごとや同課企画の体験プログラムのもと農村での暮らしを体験しました。9月12日から16日には同市立第五中学校の受け入れを行いました。同中では農村体験以外にも、環境保全活動として同村の親海湿原にてヨシの刈り取りを行いました。生徒たちは宿の方たちから教わりながら一生懸命鎌で刈り取りを行っていました。また、各校共通して1998年開催の長野オリンピックの聖地としてオリ・パラ学習を実施し、9月20日から24日に訪れた同市立第一中学校では、同村のジャンプ競技場で競技用の巨大モニターを活用した競技場の説明が同課の職員より行われました。3年ぶりのセカンドスクール実地開催を通じて第五中の刀根武史校長は「直接こちらに来ることが大事。セカンドスクールで学んだことは何事にもかえがたい経験となる。今後も継続して交流をしていきたい」と話しています。また、生徒たちの受け入れを行った白馬さのさか観光協会の中村光志協会長は「宿ではジャガイモ堀などを行い、生徒たちはなかなか体験できないこともあり楽しんでいた。環境保全活動も一生懸命やってもらい大変助かっている。楽しんで帰ってもらえればうれしい」と話していました。

親海湿原でヨシの刈り取り(第五中)

白馬ジャンプ競技場見学(第一中)

白馬村ウィング21文化ホールでのオリ・パラ学習(第三中)

全量一等評価

令和4年産米初検査

当JAは9月15日、9月上旬より本格的に収穫を迎えている令和4年産米の初検査を、大町市の同JA南部低温倉庫で行いました。検査開始にあたり、同JAの武井宏文組合長は「米を取り巻く環境は厳しいものとなっているが、こんな時こそ良い米を販売し、大北米をアピールできるように厳正な検査をお願いしたい」とあいさつしました。初検査では農産物検査員が当日までに出荷された酒造好適米やもち米、コシヒカリなどのうるち米を検査。検査では専用の器具や目視にて水分や整粒歩合、胴割れ、着色、被害粒の有無などを慎重に調べていました。今年は収穫前の天候不順による生育遅れ等などもありましたが、例年並みの収穫時期となり、初検査では15日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。

良質なネギ出荷

白ネギ出荷目揃え会開く

当JAは9月14日、白ネギの個選出荷目揃え会を松川村の当JA野菜集出荷場で開きました。目揃え会では同JA南部営農センターの営農指導員や県北アルプス農業農村支援センターの職員から出荷規格や販売情勢、生産拡大につながる栽培技について話があり、参加した管内農家らは出荷規格や出荷時の荷造りについて、質問をするなどして確認をしていました。当JA南部営農センターでは今年の状況について「定植後の干ばつなどもあり生育の遅れも当初は見られたが、6月後半からの雨で持ち直し、平年並みの収穫を迎えている。品質も病害等が少なかったこともあり良い物が出荷されている」としています。白ネギは9月上旬から個選出荷が始まっており、10月からはJAでの共選出荷も始まり、12月頃まで出荷作業が続きます。

飲料水など災害支援実施

台風15号の影響を受ける静岡市へ

当JAは9月26日、9月下旬に発生した台風15号の影響で大規模な断水が続く静岡県静岡市清水区のJAしみずへ災害支援として飲料水や食料品といった支援物資を送りました。26日にはJA職員がトラックに、500ミリリットルサイズの飲料水2,400本と当JAで販売している災害時の備蓄食としても使える、さっと食べられるごはん（フライドライス）を520袋、菓子パン1,500袋を積み込み、直接届けました。当JAとJAしみずは2016年4月に姉妹提携を結んでおります。当JAでは「断水が長引くなか、少しでも役立ててもらえれば」としています。提供した飲料水や食料品はJAしみずを通じて必要とされている場所へ送られます。

睡眠セミナー開催

女性部社支部

女性部社支部は8月30日、睡眠習慣を整えるとして「睡眠セミナー」を大町市の社取次所で開きました。この日は部員5人が参加。セミナーでは寝具の販売を行っている東洋羽毛北信越販売株式会社の社員を講師に「睡眠習慣を整え、キラキラ輝く私に」と題し、睡眠を妨げる行動や良い睡眠をとるためのストレッチなどを学びました。また講習会後には専用の機械を使い、睡眠時に体のどこに一番体重がかかっているかを調べ、自分の寝てる時の姿勢について確認をしていました。参加した部員らは興味深く話を聞きながら、セミナー後に寝具などについて個別に相談するなどしていました。

マスクケースつくる

女性部白馬支部

女性部白馬支部は9月8日、マスクやカード等の小物が入れられるマスクケースづくりを学ぶ講座を白馬村の白馬支所で開きました。部員10人が参加し、講座では同支部の北澤多美子支部長を講師に両面テープを使って気軽に製作できるケースづくりを学びました。事前に準備した布やケース内側のレザー素材のシートを両面テープでくっつけると完成します。参加した部員らは北澤支部長から貼り合わせる位置などを教わりながら、それぞれおしゃれなケースを完成させ、完成後はお互いの作品を見せ合っていました。

クラフトテープを使ったリースつくる

はつらつ講座4回目

当JAは9月13日、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」の令和3年度第4回目講座を、大町市の当JA本所会館で開きました。講座には受講生10人が参加。当JAふれあい課職員を講師に、クラフトテープを使ったリースを作りました。リースづくりでは2本のクラフトテープを決まった編み方で、リースにできる長さまで繰り返し編んでいきます。参加した受講生らは職員より丁寧に編み方などを教わりながら、最後にはそれぞれオリジナルのリースを完成させていました。

万全な感染症対策

\ まかせて安心!! /

JA葬祭

家族葬もOK!!

JA葬祭の葬儀

寺院

自宅

JAホール以外のご葬儀もまずはJA葬祭へご一報ください

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19日(水)** 時間／10:00～12:00

●開催場所／**JAホールおおまち**

［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**

※相談会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

おうち のエネルギーはまるごとJAで!!

JAでんきとセットがおトク!!

でんきとガスのセット割

のご利用でガス料金から

110円/月引き

※2022年3月の検針分より

でんきと灯油のセット割

のご利用で灯油料金から

1円/ℓ引き

※2022年８月配達分より

でんき・ガス・灯油 のトリプル割！

をすべてご利用で

ガス料金から **110円/月引き**

灯油料金から **2円/ℓ引き**

3 ガスは2022年3月検針分、灯油は8月配達分より

JAでんきはこんなにおトク！

	2人家族	4人家族	6人家族
契約アンペア数	40A	50A	60A
月間使用量	300kWh	400kWh	500kWh
月額電気料金	8,2603	11,3923	14,5243
月額電気料金	8,098円	10,987円	13,876円
JAでんき 中部電力との比較	1,944円お得！	4,860円お得！	7,776円お得！

※中部電力ミライズ従量電灯BとＪＡでんき従量電灯Bとの比較。※料金は2020年11月1日時点の単価を適用、料金は全て税込。

1 ご注意事項2

・値引き対象は、当JAJ JAでんき、JA-LPガス、JA配送灯油を同一名義かつ同一場所でご利用中であり、用途が「一般家庭」のお客様とさせていただきます（ガス事業法の集団供給の場合、JAでんきとLPガスセット割は、電気代から110円/月値引き）。
・値引きの適用には、お支払方法の指定があります。詳しくは下記までお問い合わせください。
・値引きの適用には、お客様から当JAに申込書の提出が必要となります。また値引き適用時期は、システム登録が完了後、原則、翌月以降の適用となります。
・割引内容・対象は、変更となる場合がございます。

■お問い合わせ先　JA大北　南部工機燃料センター（LPガス）TEL:0261-23-7203
北部工機燃料センター（LPガス）TEL:0261-72-3124

林修先生と学ぶ みんなの食料安全保障

どうなる？世界の「食」 どうする？日本の「食」

「食料安全保障」というと、ちょっと堅苦しく聞こえますが、私たちの子どもや孫の世代まで、食料の心配が無い国にしていくにはどうしたら良いかという、日本の未来にとって、とても重要なテーマです。なぜ重要なのか、そして、私たちにできることは何なのか。いくつかの視点から探っていきましょう。

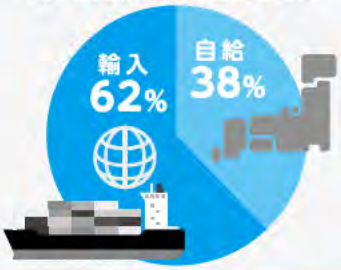
世界情勢の激変で、日本の「食」のリスクが拡大しています。

日本の「食」は多くのリスクを抱えています。その代表的なリスクが「食料自給率」の低迷です。日本の食料自給率は、わずか38%※。食料の約6割を、輸入に頼っているのです。

※2021年・カロリーベース

そして今、日本の「食」は、さらに新たなリスクに直面しています。ウクライナ情勢の影響です。これまでも、異常気象などの影響で、世界の食料価格は高騰を続けていました。ウクライナ情勢によって、価格の高騰に拍車がかかったのです。世界屈指の穀倉地帯であるウクライナ、ロシアからの輸出が滞ったために、国際的な価格上昇が起きました。日本でも、様々な食品が値上がりするなど、大きな影響を受けています。「食料は、安く、いくらでも輸入できる」。そんな時代は、もう過去のものになったと言っても、過言ではないでしょう。

食料の6割を輸入に頼る日本



日本の「食」と「農」を支え、未来につなぐ「国消国産」。

では、いざという時に食料が不足しないためにはどうすればよいのでしょうか。その答えを、JAグループは「国消国産」として提唱しています。

「国消国産」とは、「国」民が必要として「消」費する食料は、できるだけ、その「国」で生「産」する、ということです。

国消国産

国民が必要として消費する食料は

できるだけその国で生産する

「国消国産」を実践していくことは、国内の農業に活力を与え、食料自給率の向上など、食料安全保障の確立につながることはもちろん、私たちの「食」の安心と、食卓を囲む笑顔がいつまでも続く、豊かな食生活の実現につながります。

また、輸入によって途上国の食を奪わないことで、SDGsの実現に貢献します。

「国消国産」を地域で実践する「地産地消」

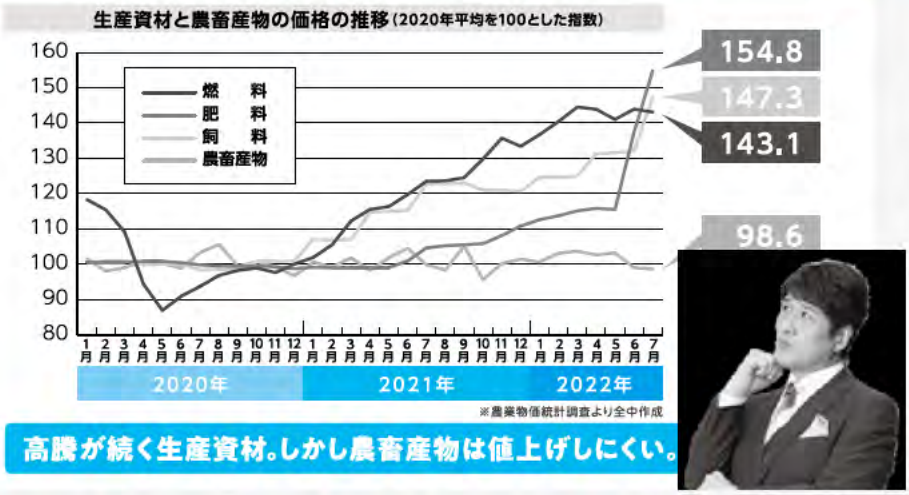
「国消国産」を地域で考えると「地産地消」に。例えばファーマーズマーケットを利用して地元産のものを消費すれば、新鮮で美味しいだけでなく、輸送によるCO_2の排出削減にもつながります。

耕そう、大地と地域のみらい。JAグループ

林修先生と学ぶ みんなの食料安全保障

生産資材の高騰が続き、日本の農業は苦境に立たされています。

世界情勢の変化は今、農業の現場に、大きな問題をもたらしています。肥料、家畜の餌、燃料など農業生産に欠かせない資材価格の高騰が、経営を直撃しているのです。このままでは農業を続けることが難しいという、生産者の皆さんの深刻な声も聞こえてきます。
物価の上昇は、私たちだけでなく、生産者にも大きな影響を与えているのです。では、この生産コストの上昇を、そのまま価格に転嫁できるかというと、生産者の皆さんの「できるだけ国産の農畜産物を食べていただきたい」との思いもあり、なかなか値上げしにくいというのが現状です。



高騰が続く生産資材。しかし農畜産物は値上げしにくい。

適正な価格で「国消国産（こくしょうこくさん）」を進める。それが「みんなの食料安全保障」。

しかし、このままでは、農業の経営は立ち行かなくなり、日本の「食」の未来は見えてきません。生産者を支え、日本の「食」を未来につなぐために、農畜産物の適切な価格形成に向けた環境づくり、ルールづくりを模索する時が来ている、と言えるでしょう。
私たちもまた、日本の「食」と「農」を支えるために、意識を変えていくことが求められる時代になったのではないでしょうか。

「食料安全保障」といっても、そのカギは、私たちの意識と、身近な行動の中にあります。**できるだけ国産のものを手に取り、食べることが、私たちにできる「国消国産」の実践であり、日本の生産者を応援することにつながります。それが私たち「みんなにできる食料安全保障」と言えるでしょう。**

さあ「国産」を、食べて応援！

「JAタウン」で旬の農畜産物を、
今だけ送料無料で。

https://www.ja-town.com/shop/e/ekokusho/

期間 2022年10月13日から11月末日まで

※既定数に達した場合、早く終了することがあります。

詳しくは▼

おいしい日本と暮らそう
JAタウン

水稲

北部営農センター　小谷センター　伊藤　輝夫

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、水稲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　浅川　哲弘

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。濃い赤柴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、BB089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潅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。

支援課通信

支援情報

ジュース用トマト収穫機実演行う

ジュース用トマトが収穫を迎え、JAでは9月12日、白馬村のモデルほ場で収穫機の実演を行いました。ジュース用トマトの収穫は手作業が多く、作業者への負担が大変大きいことが課題となっています。この日実演が行われた収穫機はヤンマーのHT1250T。収穫機では一連の収穫作業におけるトマトの拾い上げ、搬送、選別などの作業が1台で行えます。1台ですべてが完結するため、作業時間も省力化でき、作業者への負担も大きく減ります。実際に作業に携わる職員が同機械を運用している安曇野市の法人より使い方を教わりながら、機械での収穫を体験し、実用性等を確認していました。作業を行ったほ場は20アールで、およそ1日で作業が終了しました。

デイワークで求人募集しませんか

デイワークでは1日単位で農作業求人を行うことができます。従来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。収穫時など人手が欲しいときにデイワークを活用してみませんか。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。デイワーク利用についてご不明な点はお気軽に本所営農部農家対策支援課までお問い合わせください。

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　App Store からダウンロード

Android　GET IT ON Google Play

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、運営会社に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JAまでご確認ください。
- 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。

大北農業協同組合無料職業紹介所
本所営農部農家対策支援課　届出受理番号20-特-000062

0261-22-1842

牡牛座 4/20~5/20
全体運 ／ 目まぐるしくいろいろなことが飛び込んできますが発展運。時間の許す限り頼まれ事は引き受けて。連絡は小まめに
健康運 ／ 健康は食から。野菜たっぷりのメニューが◎
幸運を呼ぶ食べ物 ／ 柿

牡羊座 3/21~4/19
全体運 ／ 上昇運です。少しずつ状況が整ってきますから、慌てず機を見ましょう。旅行やおけいこ事の計画を立てると◎
健康運 ／ 最近話題の健康法も試してみましょう
幸運を呼ぶ食べ物 ／ ニンジン

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。
朝、晩少し寒さを感じる季節となりました。直売所にも秋の定番のりんご、秋野菜、山採りきのこが増えてきました。是非、お立ち寄りください。

松川村アルプス一番

10月21日(金)・22日(土)は**お米の特売日!**

コシヒカリなど　5kg2,100円が**1,900円**
10kg4,100円が**3,800円**

大町市常盤 ええっこの里

週末セール
10月21日(金)～22日(土)
11月4日(金)～5日(土)

(セールの日程は変更する場合もあります)

- 9月の状況：状況：アスパラガス・キュウリ・ナス・ピーマン・長ねぎ ・ミニトマト・ぶどう・栗・梨・ブルーベリー・桃・りんご などが出荷されていました。
- これからの出荷最盛になる品目：長ネギ・かぼちゃ・りんご(中生種)・梨・ぶどう・野生きのこ 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)

ええっこの里で好評発売中です!!

Instagram(インスタグラム)始めました

松川村の「アルプス一番松川農産物直売所」でインスタグラムを始めました。直売所の元気なスタッフが直売所の日々の入荷情報や現在のおすすめ商品を写真でお届けします。是非ともフォローをよろしくお願いいたします。インスタグラムアプリ内から二次元バーコードを 読み取ることでフォローいただけます。

MATSU_CHOKU

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 ／好調運です。あなたの存在が難しい問題を解決に導き感謝されそう。笑顔と誠意が幸運の鍵。華やかな場にツキ
健康運 ／心の健康が最優先。カラオケで気分転換を
幸運を呼ぶ食べ物 ／ホウレンソウ

双子座 5/21～6/21
全体運 ／中旬までは計画的に動けます。仕事や学習の時間を詰め込んで。下旬は自由な時間を楽しみましょう。外出も吉
健康運 ／体力アップの好機。ハードなメニューもOK
幸運を呼ぶ食べ物 ／ホタテ

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。

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。※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。

JA大北ローン年金相談センター TEL.29-7121

JAバンクアプリ・JAネットローン・JAネットバンクを是非ともチェック!

日程(時間:9時~16時)	年金相談(開催場所)
10月23日(日)	本所アプロード1階ローン年金相談センター
11月2日(水)	白馬支所
11月8日(火)	大町支所
11月13日(日)	本所アプロード1階ローン年金相談センター
11月16日(水)	おたり支所
11月27日(日)	本所アプロード1階ローン年金相談センター

日程(時間:9時~16時)	ローン相談(開催場所)
10月23日(日)	本所アプロード1階ローン年金相談センター
11月13日(日)	本所アプロード1階ローン年金相談センター
11月27日(日)	本所アプロード1階ローン年金相談センター

株式会社ジェイエイオート長野

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

JA大北オートパル北部センター
〒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。

理事会(9月29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、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4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、監事監査規程の一部変更について、子会社の上半期決算状況について、JAしみずアグリフェスタ及び参加について、令和4年度感謝祭について、主な会議・行事について、その他

■協議事項

(1)令和4年度上半期決算実績について
(2)従たる事務所の廃止時期(案)について
(3)令和4年度下期地区別総代会資料について
(4)出資金の減資について
(5)育児・介護休業法改正に伴う規程の変更(案)について
(6)令和4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)農産物検査業務規程の一部変更(案)について
(9)令和3年度有限会社アグリサポート決算書修正(案)について
(10)ふるさと共創事業への取り組み(案)について

乙女座
8/23~9/22

全体運 / 交友関係が広がり楽しめます。ただ、トラブルを持ち込んでくる人も。時にはNOとはっきり言うことも大切
健康運 / 規則正しい生活で健康をキープ。夜更かしは控えて
幸運を呼ぶ食べ物 / ネギ

獅子座
7/23~8/22

全体運 / 頑張るほど空回りしてしまうときはあるもの。肩の力を抜いてみて。視点を変えると意外な解決策に気付けるはず
健康運 / チームでできる運動がお勧め。競技参加も吉
幸運を呼ぶ食べ物 / ハクサイ

はじめてのスマホ教室開催のお知らせ

電源の入れ方やスマートフォンの基本操作を中心に学びます。あわせてスマートフォンでのカメラの使い方も行います。スマートフォンの貸し出しも行いますので、これからスマートフォンへ切り替えたいという方も是非ともお申し込み下さい。今後も管内全市町村で開催をしていきますので、お近くの会場でご参加ください。

開催日程	開催日（予定）	開催場所	時間	定員
	11月16日（水）	JAホール松川	10:00～11:30	各回先着12名
	11月24日（木）	JA大北本所会館		

●講　師：携帯販売店スタッフ　●受講料：無料
●持ち物：スマートフォン（貸し出しもあります）、筆記用具
●申し込み期限：10月28日（金）
●申込み先：松 川 支 所…0261-62-4108　または　金融窓口まで
大 町 支 所…0261-22-0204　または　金融窓口まで
ときわ事業所…0261-22-0209　または　金融窓口まで
平 事 業 所…0261-22-1920　または　金融窓口まで

各会場13:00～15:00【何でもスマホ相談会】を開催します。スマホについての相談や、携帯料金、インターネットなど何でもご相談を承ります。ご予約は不要です。お気軽にお越し下さい。

長野県JAバンク
Slow風土2022
令和4年12月30日まで

詳しくはお近くのJAまで

貯金で当たる！信州の贈り物
懸賞品付定期貯金
スローふうど
Slow風土

＼信州各地の自慢の逸品をプレゼント！／

抽選でもらえる

信州の贈り物

信州の自慢の逸品をお届けします。長野県内の各JAから自慢の逸品が勢揃い！
選りすぐりの食材・食品の中から、お好きな1品を旬の時期にお届けします。

蠍座（10/24～11/22）

全体運／大逆転を起こすチャンス到来！ うまくいっていないことがあるならてこ入れを。新発想が新しい道を開きます
健康運／得意な運動を楽しんで。友人を誘うのも◎
幸運を呼ぶ食べ物／リンゴ

天秤座（9/23～10/23）

全体運／のんびり過ごせます。趣味の時間を充実させ創作活動に力を入れるのも良さそう。おいしいものを食べて運気アップ
健康運／記録更新のチャンス！ 準備運動はしっかりと
幸運を呼ぶ食べ物／カブ

そけいヘルニアとは

北アルプス医療センターあづみ病院
外科部長　本山（もとやま）　博章（ひろあき）

“そけいヘルニア”は、“脱腸（だっちょう）”という通称で知られる病気で、そけい部（両足の付け根）に立ったときやお腹に力を入れたときに膨らみができる病気です。飛び出したヘルニアは寝たり、お腹の力を弱めれば引っ込みますが、時に飛び出した内臓が戻らないことがあります。これを“嵌頓（かんとん）”と呼び、飛び出した内臓の血流がなくなり腐ってしまうことがあるため緊急手術の対象となります（図1）。

図1 ヘルニア状態と嵌頓状態（画像提供:オリンパス株式会社）

そけいヘルニアの種類と治療方法

そけいヘルニアの患者さんの大半は、その脱出部位により外そけい・内そけい・大腿ヘルニアのいずれかに分類されますが、いずれも薬で治らないため**治療には手術が必要です。**以前は、“組織縫合法”というそけい部の筋肉などを糸で縛って新たな腹壁を作る方法が主流でしたが、痛みが強く再発率が高いことが問題でした。このため、**近年は“メッシュ”と呼ばれる人工のシートをヘルニア部分に当てて、体壁を形成する方法が主流です。**

メッシュを用いた手術は、

①腹腔鏡（ふくくうきょう）を用いてお腹の中から修復する方法（腹腔鏡下修復法）と、

②そけい部を切開する方法（そけい部切開法）に大別されますが、**ヘルニアの脱出形態を正確に診断でき、両側のヘルニアを一度に修復できるというメリットがあるため、当科では腹腔鏡下修復法を第一にお勧めしております（図2）。**ただ、全身麻酔が必須であるため、麻酔が困難な方には局所麻酔でも施行可能なそけい部切開法をお勧めしております。

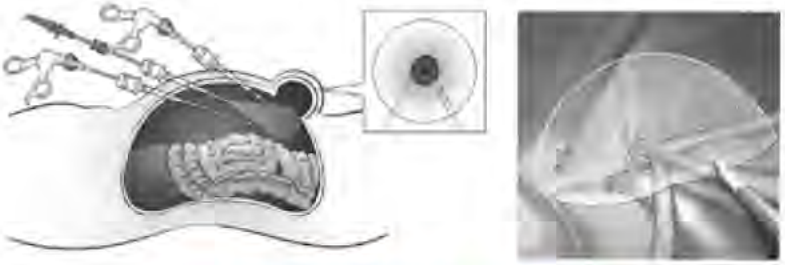


図2 腹腔鏡下修復法（画像提供:オリンパス株式会社）

そけいヘルニアを克服するためには

そけいヘルニアは、日本国内で年間16万件の手術が行われている頻度の多い疾患ですが、年齢・性別・わずらっている病気に基づき、個々の患者さんごとに最適な治療方法を適応することが重要です。そけいヘルニアを心配されている方は、ぜひ消化器外科へご相談ください。

［お問い合わせ］
消化器内科・外科へご相談ください。
電話 0261(62)3166
（14時～18時）

山羊座 12/22～1/19
全体運 ／交友関係が活発化。新しい情報も入ってきて新展開が見えてきそう。話し合いながら進める姿勢が好環境をつくります
健康運 ／発酵食品で健康増進。ぬか漬けやかす汁にツキ
幸運を呼ぶ食べ物 ／シュンギク

射手座 11/23～12/21
全体運 ／問題は多くても、やるべきことは見えてきます。全て丸くは収まらないので取捨選択を。大切なことを優先して◎
健康運 ／疲れを感じたら足浴でリフレッシュ
幸運を呼ぶ食べ物 ／ヤマトイモ

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。

■問い合わせ：アルプスあづみの公園管理センター（大町・松川地区）TEL.21-1212

秋のアルプスあづみの公園（大町・松川地区）では、「秋の森チャレンジ&紅葉フェスタ」が開催中です。10月中旬ごろから紅葉のシーズンとなり、紅葉を満喫できるプログラムもご用意しております。あづみの公園の紅葉をご家族やお友達とお楽しみください。

アルクマの巨大地上絵が登場!

アルプス大草原に、芝生で描かれた大きな地上絵が登場します。

■期　間／10月上旬～中旬ごろ　■場　所／アルプス大草原

紅葉を楽しむ ノルディックウォーク体験

■日　時／10月29日（土）・30日（日）①午前10時出発 ②午後1時出発
■場　所／（受付）インフォメーションセンター　■参加費／無料　■定員／各回5組
■対象／身長150センチ以上 ※ノルディックポールの貸出あり

創作体験「ハロウィン工作」

■日　時／10月15日（土）～30日（日）
（受付時間）午前9時30分～11時30分、午後1時～3時
■場　所／森の体験舎　■参加費／200円

秋の森 グルメ&ウォーキング

ウォーキングと紅葉、秋の味覚を楽しめる欲張りイベントです。今回は、新米のおにぎりを振舞います。

■日　時／11月6日（日）
（受付）午前9時30分～正午（振舞い）午後11時～午後2時
■場　所／（受付）入口広場（振舞い）アルプス大草原
■参加費／無料　■定　員／100名

新型コロナウイルス感染防止対策のため、公園内施設の利用制限やイベント等の中止・変更を行う場合があります。
ご来園の際には、公園HPをご確認いただくか、公園管理センターまでお問い合わせいただきますようお願いいたします。

●料金の掲載のないものは無料ですが、入園料は必要です（中学生以下無料）。●申し込みの掲載がないものは、当日直接ご参加ください。
詳細は、公園管理センター（大町・松川地区）にお問い合わせください。ホームページでもご確認いただけます。事前の電話予約も承っています。

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。

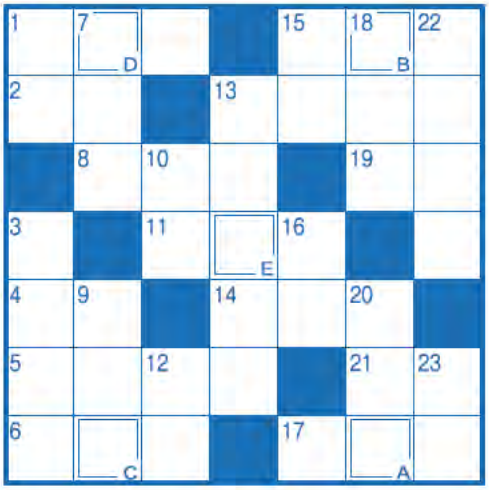
公園ホームページ　http://www.azumino-koen.jp/
Facebook　https://www.facebook.com/azumino.OM
Twitter　https://twitter.com/@azumino_om
Instagram　https://www.instagram.com/alpsazumino_om

魚　座（2/19～3/20）
全体運／ちょっと驚く出来事に遭遇しそう。誤解もあるようなので、できるだけ事実のみを簡潔に述べるようにしましょう
健康運／疲れを感じたら早めに就寝。睡眠が味方
幸運を呼ぶ食べ物／ユリ根

水瓶座（1/20～2/18）
全体運／頭の中では成功の絵が描けていても現実は厳しいと実感する場面がありそう。丁寧なコミュニケーションを心がけて
健康運／体調管理は計画的に。検診の予定も立てて
幸運を呼ぶ食べ物／サツマイモ

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 忘れないように取ります
3 とんぶりは、この植物の実を加工したものです
7 マチュピチュは――帝国の遺跡です
9 「もしもし」と出ます
10 枯れ山水の庭には作りません
12 壱が一、弐が二なら、陸は
13 王貞治選手は1、長嶋茂雄選手は3でした
15 恋よりも深いものなのかも
16 桃太郎の家来の一員
18 モミジとも呼ばれることもあります
20 不公平ではありません
22 今年収穫した米のこと
23 トラクターを数えるときに使う言葉

●ヨコのカギ

1 11月3日は文化の日。――天皇の誕生日でもあります
2 浅草寺の表参道入り口に立つ雷――
4 カップルが組むことも
5 11月23日は――感謝の日。国民の祝日です
6 不審に思う気持ち。――の念を抱く
8 牛や馬に与える餌のこと
11 眼科で視力――を受けた
13 マラソン選手に沿道から飛ぶことも
14 クラブを持ってコースを回ります
15 兵庫県の――市は子午線のまちとして
17 知られています イースター島にある巨大な石像
19 根拠のないうわさ話
21 木々が空中に伸ばすもの

■応募方法

はがきに、
①クロスワードパズルの答え(アルファベット部分のみ)
②JA・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。
毎月、正解者の中から抽選で5名の方にまごころ商品券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は、賞品発送以外には使用いたしません。

締めきり／10月29日必着

e-mail・FAXでも受け付けています。
FAX・0261-23-4831
eメールアドレス
kouhou@dhk.nn-ja.or.jp

63
〒398-0002
大町市大町
字光明寺三〇九一一
JA大北広報係 行

●9月の答え
ドングリ

ブ	ド(A)	ウ	ガ	リ		イ
ヒ	ラ	メ		ソ	ク	エ
ン		タ	ダ		リ(D)	ス
	オ	テ	ン	キ	ヤ	
ド	ン(B)		ス	ス		マ
イ	ナ	ホ		イ	カ	リ
ツ		ウ	ロ	コ	グ(C)	モ

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!!

◎棚田の稲も実り、かり入れのときを迎えました。はぜかけをするため、ぬかるんだ田んぼを稲束をかかえて運ぶ。家族総出でやった昔を想い出す。手のかかるのは同じだ。
大町市　60歳代　女性
■編集より／私の家でも昔は田植えや稲刈りといえば家族総出で行いました。今では昔に比べ面積も少なくなり総出ではやらなくなりましたが、本当に一大イベントでした。手がかかる分美味しいお米をいただけるので作業した甲斐がありますね。

◎米農家ですがほぼ素人です。水稲アドバイスは毎年参考にしていて、助かっています。
池田町　40歳代　女性
■編集より／いつも営農アドバイスをご覧いただきありがとうございます。営農アドバイスでは各時期に合わせた営農技術情報を掲載しております。もしこんなことが知りたいなど気になる情報がありましたらお気軽にご意見をください。

◎朝食前の約40分を畑仕事に充てています。出勤前に無我になれる至福の時間です。
大町市　男性
■編集より／朝食前に畑仕事、良い習慣ですね。以前も誌面にてご紹介をしましたが、農作業をすることで自然と健康にもつながるそうです。また、無我になれる至福の時間ということで、仕事もリフレッシュした気分で望めますね。

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。

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

みんなの川柳

夢なくし　賄賂発覚　五輪かな
野口五郎岳

孫達が　大好きな米　コシヒカリ
あっこちゃん

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、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。

応募先

○りんご娘休載のお知らせ

日頃は情報誌だいほくおよびりんご娘をご覧いただきありがとうございます。りんご娘10月号につきまして、諸事情により今月は休載と致します。次月以降は通常どおり掲載を再開致します。楽しみにされている皆さまには大変申し訳ないですが、何卒宜しくお願い致します。

電子版がお得に!!

8月から

電子版 新価格

購読料1カ月(税込み)

2,403円

※紙版は2,623円です。

購読のお申し込みはJAへ

THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS
日本農業新聞
https://www.agrinews.co.jp

知る、活かす、つなぐ~JAグループ情報共有運動

JA大北 公式ツイッター 始めました

JA大北(だいほく) @JA_daihoku

耳より情報をバンバン発信!!

フォローはこちらから

ざんせつ

暦も10月となり、秋も中盤となりました。ここのところ朝晩中心に寒くなる日が続いており、刻一刻と冬に近づいています。今年の冬は日本海側を中心に大雪となる長期予報がテレビで放送されいたのを思い出します。スノーボードを嗜むので今年も楽しめそうだと思う反面、車での通勤や雪かきなどが大変そうだなとも考えてしまいます。何よりも大雪による大きな影響等が起こらないように願いたいですね。

田中

だいほくこどもくらぶ

小谷村

父／荻沢 岳彦さん
母／ひとみさん
長女／あさひちゃん(3才)
長男／稜河(りょうが)くん(0才)

あさひちゃん(写真左)、稜河くん(写真右)

元気の良い姉弟、あさひちゃんと稜河くん。名前の由来についてあさひちゃんは「明るく温かく、まわりの子をつつみ、のびのびと大きな子に」という思いから、稜河くんは「広い心を持って、まわりの人たちの役に立って、困難があっても前向きに努力できる子に」という思いからとのこと。あさひちゃんはアンパンマンやトトロ、ミニトマトなどが好きで、稜河くんは白いご飯が好きとのことです。将来についてご両親は「家族や友達などまわりの人を大事にし、やりたいことを見つけて頑張れる子になってほしい」と期待を話しています。

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。

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

旬の食材やエーコープマーク品を使ったお料理の提案です。

サーモンガーリックソテー

●材料(2人分)

生秋鮭切身…2切
塩・こしょう…少々
小麦粉…少々
にんにく…1片
オリーブオイル…大さじ1
バター…10g
白ワイン…大さじ2
うすくち醤油…小さじ1程度
付け合わせ野菜…適量

●作り方

① バターは30分程度常温におき、軟らかくします。
② にんにくはすりおろします。
③ ①と②、塩・こしょうをよく混ぜ合わせます。
④ 生秋鮭はキッチンペーパーなどで水気をふき取り、両面に塩・こしょうを振り、小麦粉を薄くまぶします。
⑤ フライパンにオリーブオイルを熱し、④を焼きます。
⑥ 生秋鮭の両面に焼き色が付いたら白ワインを振りかけ、蓋をして蒸し焼きにします。
⑦ 生秋鮭に火が通ったら③とうすくち醤油を加えて全体にからめます。
⑧ 皿に⑦と付け合わせの野菜を盛りつけます。

一口メモ

鮭には紅鮭、銀鮭、時鮭など色々な種類がありますが、日本で水揚げされる生鮭のほとんどが白鮭です。その中でも産卵の時期である秋に日本の川へ戻ってくる白鮭を「秋鮭」と呼びます。秋鮭は脂乗りは控えめで、さっぱりとした味わいが特徴です。そのため、オイルやバターを使ったお料理や、ホイル焼きなどの蒸し料理にするとパサつきを抑えることができます。

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 TEL.0261-22-1846

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、女性部白馬支部より

蕎麦海苔巻き

材料(3人分)

蕎麦乾麺…200g／卵…2個／きゅうり…1本／かにかま…5～6本
めんつゆ・砂糖・塩…少々

作り方

①そばは、5分程度ゆで、水気をしっかり切っておく。
②めんつゆをお蕎麦に少しずつ振りかけ、味付けをする。
③きゅうりは、両端を切り落とし、縦4棟分に切る。カニかまは手で2つに割く。
④卵は砂糖・塩を少々入れ、厚焼き玉子をつくり冷ましておく。
⑤巻きすの上に、のりを広げ、お蕎麦を広げて、その中心に、たまご・きゅうり・カニかまを並べてのせ、巻きすでしっかりと巻く。さいご形を整えて、なじませる。
なじんだ海苔巻きを6～7等分ぐらいの適度な厚さに切り、お皿に盛り付け、完成です。

今月のポイント!

海苔巻きを切るときは、包丁を湿らせながら切ると、切り口がきれいになります。細く切ると崩れてしまうので要注意です。

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。

TEL.0261-23-7176

■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 JAホールおおまち 〒398-0001 大町市平7791-6 FAX.0261-26-3301 TEL.0261-26-3300

JA大北 JAホールまつかわ 〒399-8501 北安曇郡松川村7051-12 FAX.0261-62-1701 TEL.0261-62-1700

ご利用の際は、おかけ間違いのないように番号をお確かめください。

●発行日／令和4年10月5日 ●発行／大北農業協同組合 ●発行人／代表理事組合長:武井宏文 ●編集／大北農協総務部総合企画管理課 ●印刷:(有)井上印刷
〒398-0002 長野県大町市大町字光明寺3091番地1 TEL.0261-22-1840(代表) インターネットホームページ https://www.ja-daihoku.iijan.or.jp/