

だいほく

絆でつなげる笑顔の輪 ふれあい情報誌



令和6年度 JA大北 組合長年頭あいさつ

1

2024（令和6年）

No.706

CONTENTS

だいほくNEWS・女性部NEWS … P4 / JA葬祭 … P8 / 続けよう! 体調管理。… P9 / ビニールハウスは大事な資産 … P10 / 園芸振興支援策 … P11
支援課通信 … P13 / JAうちエネポータルOPEN!! … P14 / JA直売所だより … P15 / ネットショップ らくJAんお届け便 … P16 / JA共済 … P17
JA教育ローン … P18 / JAインフォメーション … P19 / ぐらしの健康百科 … P20 / 国営アルプスあづみの公園 … P21 / アルプスサロン … P22
りんご娘、だいほくこどもくらぶ … P23 / まごころ宅配・かあちゃんの味 … P24



令和6年

J A 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。

みなさまには、輝かしい新春をお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。

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

昨年は政府の経済との両立の政策により、新型コロナウイルスも2類相当から5類となり、移動制限もなくなったことから当地区への観光客は回復傾向にあり、昨年夏も国内外からの多くの観光客も見られた他、北部のスキー場も昨年11月下旬の降雪により、近年になく早期のオープンをするなど活気も戻ってまいりました。

このように地域経済の回復が見られ、復興の兆しが見え始めてきたところではありますが、まだまだコロナ感染症につきましては、完全終息には至っておりません。またインフルエンザも流行期に入っております。皆様方に於かれましては、感染防止には引き続き努めて頂くようお願いいたします。

このような状況下でJAの事業も地域経済の回復とともに、各事業の実績も前年度を上回る状況となつてまいりました。しかしながら国際情勢は一段と不安定化しており、急激な円安は緩和されていますが依然として物価上昇が続いており、農業資材・燃油関係・飼料の高騰が農業経営に大きな影響を及ぼしております。その中でJAグループとして引き続き国・県・行政への支援策を要請してまいります。また、当JA及びJAグループとしても、肥料・農薬・資材の高騰により農業経営継続の危機的な状況を踏まえ、農業経営維持継続の一助となるべく、ご利用者に対し、農業資材高騰対策の継続を検討してまいります。詳細につきましては、決定次第ご案内してまいります。

また、当JAの特色である観光事業における体験・交流型の学校教育旅行は、前年度に予定されていたものがすべて実施され、今年度以降に向けての準備が進んでおります。

そうした中、昨年は天候不順が続き、大北管内では昨年4月24～25日はリンゴ・アスパラを中心に凍霜害が発生しました。また、5月15日には大町南部と松川の一部地域で降電がありました。さらには例年になく猛暑が7月初旬から9月以降も続き、局所的な集中豪雨・電害も度々発生しました。8月には松川村、白馬村の一部でリンゴ園、水田への土砂流入、大町の一部では電による被害も発生しております。被害を受けられた皆様には、改めてお見舞い申し上げます。

主要作物の水稲に於きましては、4月の高温、5月に若干の霜がありました。その後、早い梅雨明けとともに高温が続く生育は順調に進みました。作況は中信地区で101の平年並みとなりましたが、高温の影響により細身の米が目立つなかで、一等米比率は95%を超え、年末時点での集荷数量は16万9千俵となりました。

令和5年産米の概算金につきましては、燃料や生産資材等の高騰により収益確保が困難な状況を見据え、また、需要も回復傾向となり相対価格も上昇気運にあることから、コシヒカリ1等、あきたこまち1等は前年同期より1,020円の値上げといたしました。今後も、JA大北では、直売米等の有利販売の強化に力を注いでまい



代表理事組合長
武井 宏文

賀正



代表理事組合長

武井 宏文

代表理事専務理事

中村 茂

代表監事

太田 文敏

常務理事

長澤 忠義

常務理事

勝山 敏文

常勤監事

内川 武文

理事

松澤 幹夫

同

内山 凡子

同

山本 雅彦

ります。

米の販売状況は、国では令和5年産の主食用米生産量を661万トンと予想し、令和6年6月末民間在庫は約177万トンと推定しました。また外食・中食産業も移動制限の解除により需要が回復傾向にあり、国では需給は大幅に改善するという見通しを立てております。

このような米情勢のなかで、令和6年産の作付け目安値につきましては、令和5年産の生産予定数量同等の669万トンと仮定した場合、令和7年6月の民間在庫は176万トンとなる見通しから令和6年産の目安値は令和5年産と同等の作付け目安値と国は決定しました。長野県の配分につきましては、前年比2トン減の176,703トンと示されました。今後各地区の農業再生協議会での検討を踏まえ確定してまいります。詳細が確定次第周知してまいりますのでお願い致します。

また、昨年からの肥料高騰対策による国、県による支援金につきましては、大北農協の取り扱い分として、5,520万円を昨年12月8日に申請のありました組合員の皆様の口座に入金させていただきました。各行政においても、ご理解とご協力をいただきました。

一方、園芸振興に関しましては「J A大北農業構造改革を進める会」を基本として振興品目を設定し、農業開発基金の活用による地域に適した園芸推進を実施した結果、白ネギ、加工トマト、果菜類を中心に約1.1ヘクタールの面積拡大となり、全体の取扱量も増加いたしました。今後は振興品目である「生食用ブドウ」、適作地である「リンゴ」を中心としたモデル園場・試験園場を活用し、学習会を開催しながら生産者の育成と高収益作物による産地化に向けて取り組んでまいります。

また新規園芸作物の苗代・資材代等の助成も引き続き実施するなど、長期構想2022～2024 3カ年計画に基づき、効率性と時代背景を踏まえた施策に取り組んでまいります。

J A自己改革では、昨年6月に金融店舗再編を実施し、池田・ときわ・神城・平支所につきましては、貯金業務を主体とした事業所として再編いたしました。昨年は再編した支所・事業所を含めて安定稼働に努めてまいりました。

営農関係では、引き続き予約による肥料等の価格引き下げ、新規園芸作物の苗代・資材代の助成を実施させていただきます。

また「昨年12月2024」3カ年計画の見直しがあり、監督官庁が各J Aの中長期的な収支シミュレーションを行い、「2022～2024」3カ年計画の取り組み状況を検証する制度が始まっており、今後より一層の経営改善が求められることとなりました。

J A大北では今後も持続可能な事業体制の確立に向け、長期構想「2022～2024」3カ年計画のもと役職員が一体となって取り組み、農業・観光・J Aを取り巻く厳しい環境下、この逆境を力に変え、J A自己改革をさらに前進させてまいります。

農業・農村・J Aを取り巻く環境は依然厳しい状況下にあります。J A大北の経営理念である「地域に愛され信頼され役に立つJ A創り」に取り組んでまいります。

結びに、迎えた本年が皆様にとって明るく輝かしい年であることを祈念申し上げ、年頭のごあいさつとさせていただきます。

本年も宜しくお願い申し上げます。



同	一柳 德行
同	降幡 幹夫
同	郷津 任史
同	傘木志のぶ
同	下川 隆
同	松澤 節子
同	石田 憲明
同	松澤 義和
代表監事代理	伊藤 賢市
監事	平林 一盛
員外監事	西牧 修一
	他職員一同

令和5年度JA長野県「家の光文化活動研究集会」開催

JA長野中央会は12月5日に「対話でつくる地域未来、みんなでつなごう協同のこころ」をテーマに長野市のJA長野県ビルで「令和5年度JA長野県家の光文化活動研究集会」を開催しました。



表彰を受ける武井組合長

雄代表が「お米の楽しみ方と『商品』としての魅力」をテーマに、お米の美味しさだけではなく違う見方からお米の新たなファンをつくり、「お米の生産者や生産地にも目が行くようになってもらいたい」などとお米消費拡大のポイントを分かりやすく話し、会場に集まった参加者は皆興味を持って聞き入っていました。

当JA女性部員やJA役職員ら約210人が参加。家の光事業の活動・普及に優秀な成果を収めたJAの表彰や記事活用体験発表、作品展などを行い、JAの教育文化活動の理解促進を図りました。表彰では、当JAが「家の光図書」普及実績表彰を受賞し、記事活用作品展では、JA大北女性部「社支部」・「ときわ支部」・「神城支部」が「ハギレリース」を展示し、来場者の投票により入賞しました。



作品展で入賞した3支部の支部長
(左から、ときわ支部 降旗さん、社支部 伊藤さん、神城支部 武田さん)

現地との結びつきを深める

武蔵野第三中セカンドスクール

当JA観光課は12月18日、9月下旬に長期宿泊体験学習「セカンドスクール」で白馬村を訪れた東京都武蔵野市立第三中学校1年生の生徒を受け入れた同村新田地区6軒の宿の方々、同校の生徒から送られてきた学習成果物のポスターを届けました。学習成果物は、現地との継続的な結びつきを深めることを目的として、生徒が学習の記録をもとに、宿泊班ごとにセカンドスクール滞在中における学習課題や学習スポットに関する知

識などを1枚のポスターに表現。ポスターを受け取ったロッジ加根二の中村堅さんは「セカンドスクールは滞在期間も長いので、交流を深められ、生徒一人一人の個性を感じることができる。また、生徒たちの暮らす地域のことも知れて、元気もいただいている。今後も白馬村に継続的に来て欲しい」と話していました。その後宿からはメッセージカードを送り、交流を深めました。

ポスターを受け取った宿の皆さん



【白馬エスキナ】



【ステイフルハウス なかまち】



【堂屋敷館】



【ロッジ加根二】



【ロッジやまぎ】



【御宿ファミーユ 若田】

主力品目「白ネギ」

市場ニーズにあった販売を展開

松川村の当JA野菜集出荷場では10月上旬より12月中旬まで、JAの園芸推進品目でもある白ネギの共選作業を行いました。白ネギはJAの園芸推進品目のひとつとして近年、推進に努めています。新規栽培者や増反者への苗代の助成、簡易移植機などの貸し出しも行っています。今年の栽培状況などについて、大町市常盤のJA南部営農センターの営農指導員和田達哉課長代理は「夏の高温障害や渇水の影響を受け、品質の低下や収量の減少が懸念されたが、大北地域はLサイズの白ネギを中心



規格ごとに束ねて出荷



規格ごとに箱に詰めて出荷

に市場ニーズにあった販売ができた」と振り返りました。共選作業では、根を切り、葉の枚数を揃え、大きさに分けたあと、出荷用の箱に詰めます。選別された白ネギは県内のほか、中京・関西方面へ約8,000ケース（3キロ/箱＋5キロ/箱）出荷しました。



長ネギ用 太さ選別機



生産者から持ち込まれた白ネギ

◎支所・事業所併り コケ玉づくりで交流 平事業所

大町市の当JA平事業所は12月1日、コケ玉作り教室を同事業所で開きました。同事業所の職員が講師として行なわれ、組合員など10人が参加しました。参加者は職員からコケ玉の作り方をひとつひとつ丁寧に教わりながら、それぞれ綺麗なコケ玉を完成させていました。同事業所の高山修一事業所長は「コケ玉作りを通じて地域の方との交流は今回で4回目。地域組合員とふれあえるとてもいい機会となった。窓口にも職員の作ったコケ玉がたくさんあるので、ぜひ見に来てほしい」と話していました。



参加者全員で記念撮影



◎支所・事業所便り
組合員作品「あぜ道」写真展示
ときわ事業所

当JAときわ事業所で12月15日より1月15日まで、組合員が撮影した写真の展示が、同事業所ふれあいホールで行われます。今回同事業所で展示された写真は丸山隆士（まるやまたかひと）さんが常盤地区内で農作業の傍ら、ふと目にした常盤地区の風景を撮影したA4サイズの自称「あぜ道写真」10枚。「常盤の里 カメラスケッチ2023」と題し、桜の樹やバラの花が囲む駅、朝焼け、田んぼなどと地元の風景を合わせた美しい作品が並びました。写真を展示した丸山さんは「移り変わる地元の風景、風や匂い、人の温かさを楽しんでもらいたい」と話していました。



写真左よりJAときわ事業所の佐藤茂幸事業所長と作品展示した丸山隆士さん

女性部NEWS

「はぎれ布のリース作り体験」開催
女性部ときわ支部

女性部ときわ支部は11月21日、大町市の当JAときわ事業所で、布の端切れを使った「はぎれ布のリース作り体験」を開きました。当日はJA総務部ふれあい課の職員が講師となり、同支部の部員7人が参加。部員は3〜4cm角にピンキングばさみを使って事前に裁断した自分好みの布を選んで、完成イメージを決めて、割り箸に木工用ボンドをつけながら、隙間なく布をドーナツ型の発泡スチロールの土台に挿し込んでいき、世界にただけのオリジナルリースを完成させました。

参加した部員は「12月のクリスマスに飾りたい」「自宅でリースを飾る場所を考えながら作った」などと話していました。



はぎれ布



はぎれ布を使ってリース作りを楽しむ部員

女性部NEWS

「生花でクリスマスアレンジメント&簡単チーズケーキの実演と試食会」開催 女性部社支部

女性部社支部は12月4日、「生花でクリスマスアレンジメント&簡単チーズケーキの実演と試食会」を大町市の社公民館で開きました。当日はJA総務部ふれあい課の職員が講師となり、同支部の部員18人が参加。はじめに、炊飯器を使った濃厚豆腐クリームチーズケーキの実演を行いました。ミキサーに豆腐や片栗粉などを入れ、滑らかになったらお釜の中に入れて、炊けたら出来上がりという簡単レシピを学びました。実演後は、クリスマスに向けて生花で手のひらサイズのかわいいミニアレンジメントを作りました。クリスマスカラーの赤いバラをモチーフに、作り方を丁寧に教わりながら、花器に置いた吸水スポンジに花を挿し、花をデザインしながら飾りつけていきました。完成後は、チーズケーキを参加者全員で試食し、クリスマス気分を味わいました。



作品を手に部員全員で記念撮影



女性部で仲間づくり企画

お味はどう?「漬物講習会」開催

当JA女性部は12月13日、女性部フレッシュミズ企画として「白菜漬け講習会」を大町市のJA本所会館で開き、大北管内から4人が参加しました。当日は、JA女性部員が参加者に調理工程を丁寧に説明しながら、「白菜漬け」・「白菜麻婆」・「白菜の米粉シチュー」の3品を調理しました。参加した女性らは、「白菜を飽きずに美味しく食べられるレシピを学ぶことができた。家族に作ってみた」「楽しく会話をしながらレシピを学べた」などと感想を話していました。



JA女性部員から白菜レシピを教わる参加者



女性部では若い方々に活動を知っていただく場として、参加無料で定期的に料理講習会などを開催しております。興味のある方は、JA大北総務部ふれあい課 ☎0261-2211840へお気軽にお問い合わせください。



スマホ教室開催

女性部池田支部

女性部池田支部は12月14日、「スマホ教室」の第3回目を当JA池田支所で開きました。「スマホ教室」は全3回開催。今回は講座最終回で「LINEの使い方や楽しみ方」を同支部の部員や地域住民など6人が学びました。講師はドコモショップ安曇野インター店の荒井啓子さん、同店の下里陽子さんが務めました。LINEを使って、家族や仲間と楽しくコミュニケーションする方法を参加者に、ホワイトボードを使ったり、1人1人のスマートフォン液晶画面を見ながら丁寧に使い方を説明。参加者は、うなずきながらメモを取るなど、熱心に耳を傾けていました。参加した部員からは「気の合う仲間同士で学ぶことが出来て楽しかった」「自宅近くで開催してもらえてよかった」などと話していました。



スマホの操作方法を熱心に学びました



あなたのうちへ
福をマネ〜

『家の光』12月号・1月号

購読申込受付中!



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

お申し込みは
お近くのJAへ1月号
別冊付録12月号
第1・第2
別冊付録

c.umetigiri

万全な感染症対策

JA葬祭

家族葬もOK!!



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。

ご来場者には粗品をプレゼント!!

●開催日時/ **1月25日(木)**

時間/10:00~12:00

●開催場所/ **JAホールまつかわ**

【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

【JA葬祭の事前相談】

お問い合わせ



お見積り



お問合せ先: **JA葬祭大町 0261-23-7176**



供養の様子

ありがたい心を込めて「人形供養祭」開催

12月16日、JAホールおおまちで「人形供養祭」を開催し、管内各地から3,870体、247人の方から思い入れのある人形やぬいぐるみが持ち込まれました。供養祭はなかなか手放しづらい人形やぬいぐるみを供養するための場として毎年開催しており、地域の方々から支持をいただいております。持ち寄られた人形は、小谷村の神宮寺ご住職により供養していただきました。



持ち寄られた人形やぬいぐるみ

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



続けよう!体調管理。

健康 3 原則

1
栄養



2
運動

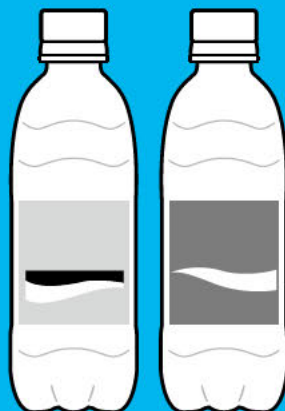


3
睡眠



+

乳酸菌
+
水分・電解質
補給



水分
電解質
補給

信州ACEプロジェクト



長野県と大塚製薬は連携協定を締結し、信州ACE（エース）プロジェクトの推進に取り組んでいます。

長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ



長野県 × Otsuka 大塚製薬

詳しくは
信州ACEプロジェクト



ビニールハウスは大事な資産

— 風雪害や自損事故の修繕費用軽減策のご案内 —

強い寒気が到来する1～2月、強風が発生する3～5月は自然災害の多発する期間です。

大北地域の園芸施設(ビニールハウス等)の被害状況としては、直近3年間に起きた被害の内の90%が1～5月の期間に発生しております。

短期被覆でも、水稻育苗ハウス等の1～5月内の被覆の場合、被災リスクは一年中被覆した場合と大きくは変わりません。また、令和4年の降雪による被害は全体の10%程度で、被害の90%は風害です。異常気象が頻発する昨今、被災した場合の負担軽減策として園芸施設共済をご検討下さい。



育苗3ヶ月だけの被覆なら、
掛金約1/4で、共済金額は通年と同じ!

『園芸施設共済』掛金のめやす

ハウスの型	サイズ(m)		経過年数(年)		共済金額	被覆期間	共済等(年額)		被覆期間	共済等(年額)
	間口	奥行	本体	被覆材						
標準タイプ※1	5.4	25.1	19	3～4	236,000円	通年	4,200円	↔	3ヶ月	1,100円
積雪タイプ※1	7.8	27.5	14	3～4	541,000円	通年	8,100円		3ヶ月	2,200円

※1 外径が31.8mm未満のパイプで作られた一般的なパイプハウス。

※2 外径が31.8mm以上のパイプで作られた一般的なパイプハウス。



強風による被害



積雪による被害



お問い合わせ先

NOSAI長野 北アルプス支所

☎0261-22-8488

E-mail : chushin-kitaalps@nosai-nagano.or.jp

安心のネットワーク
NOSAI長野

令和6年度 園芸振興支援策

JA大北では、「生産者手取の確保・拡大」を目指し園芸振興支援事業に取り組み、園芸産地としての基盤強化を図っています。新規栽培者に対する苗代補助のほか、園芸資材・農薬・機械購入助成など行い生産拡大を行っています。また令和6年度より園芸用ハウス助成も盛り込み園芸生産に取り組んでまいります。

重点品目	推進経営体	令和6年度 新規栽培者へのJA支援策		
		支援項目	支援内容	その他支援
白ネギ	法人・個人・組合	・生産資材支援	50%以内（最高限度額・100,000円）	・定植機（ひっぱり君） 無料貸出
		・個選機械支援	30%以内（最高限度額・300,000円）	
簡易雨よけ アスパラガス	法人・個人・組合	・雨除け資材支援	30%以内（最高限度額・300,000円）	
		・灌水資材支援		
ジュース用トマト	法人・個人・組合	・生産資材支援	50%以内（最高限度額・200,000円）	・機械の貸出し （マルチャー）
ミニトマト	法人・個人・組合	・生産資材支援	50%以内（最高限度額・200,000円）	・機械の貸出し （マルチャー）
たまねぎ	法人・個人・組合	・生産資材支援	50%以内（最高限度額・200,000円）	・機械の貸出し （移植機、収穫機、 マルチャー）
アスター ひまわり トルコギキョウ	法人・個人・組合	・生産資材支援	50%以内（最高限度額・200,000円）	・機械の貸出し （マルチャー）
りんご新しい化 （高密植）	個人	・苗木購入支援	50%以内（最高限度額・100,000円）	
		・資材代の支援	50%以内（最高限度額・100,000円）	
生食用ぶどう	個人	・苗木購入支援	50%以内（最高限度額・100,000円）	【導入品目】 シャインマスカット クインルージュ等
		・雨除け資材支援	30%以内（最高限度額・300,000円）	

◎新規栽培者種苗支援

野菜、花卉、特産等の種苗費を全額補助（上記品目以外については営農経済事業本部長が認めるものに限る）

◎新設ハウス支援

販売用野菜、花卉等の園芸用ハウスについて30%以内補助 ハウス面積150㎡以上（最高限度額・300,000円）
水稲用に使用する場合是对象外、（上記品目以外については営農経済事業本部長が認めるものに限る）

◎土壌診断支援

生産出荷ほ場の土壌診断について全額補助

対象条件等	支援対象者：出荷販売を行う生産者
	対象となる資材：肥料、農薬、マルチ、支柱（アーチ含む）、フラワーネット、灌水チューブ
	対象外：JA以外で購入した農業機械、出荷資材、パイプハウス及び関連資材

上記支援策については、各JA営農センターまでお問い合わせください。

南部営農センター

〒398-0004 大町市常盤142-1
☎0261-23-5364



南部営農センター中部センター

〒398-0001 大町市平77941-6
☎0261-22-1775



北部営農センター

〒399-9211 北安曇郡白馬村大字神城21494
☎0261-75-2180



「ジュース用トマト栽培にチャレンジ!」

- ✓ 初期投資が少なく、管理も比較的かんたんで、しっかり管理すれば、採れた分だけ収入になります
- ✓ 難しい選別はありません(適合品であれば全量を出荷できます)
- ✓ 年金+αや副収入としてチャレンジしてみませんか?

「空いている畑がある&多品目栽培を考えている方!」

- ✓ 「畑が遊休地になっている…」 「機械はあるけど使っていない…」
⇒ 遊休地・機械があれば、+αの収入として栽培をオススメします!!
- ✓ 契約栽培ですので、価格条件が決まっています
現在栽培している品目にプラスすることで、経営安定や連作障害対策としての効果が期待できます
- ✓ 水稲や他の園芸品目との複合例 (水稲=水稲及び休耕田のそば含む)

例① 水稲+ジュース用トマト

例② 水稲+ジュース用トマト+葉野菜(キャベツ・ブロッコリー・レタス・白ネギ)

例③ 水稲+ジュース用トマト+根菜類(長芋・玉ネギ)

例④ 水稲+ジュース用トマト+果樹(リンゴ等)

「既に栽培をされている皆様へ!」 ~ 豊作=収入UP ~

- ✓ 採れば採っただけ収入が増加します。小面積栽培でも高単収を目指しましょう!!
- ✓ 収穫量を増やすには、基本的な管理《株分け(枝を揺らして受粉促進)・ワラかけ(日焼け果の防止)・消毒など》をしっかり行い、収入UPを目指しましょう!!
- ✓ 収量向上のポイントを示した栽培パンフレット配付中!
ご希望の方はお問い合わせください。(JA全農長野 TEL.026-236-2250)

■令和5年度ジュース用トマト基本価格(参考) (単位:円/kg)

出荷時期	1 等	2 等
	一般品種・機械収穫用品種	共 通
出荷始め ~9/15	53円/kg	29円/kg

※栽培時期:5~9月(収穫時期:7月下旬~9月中旬)

※令和6年度の取引価格を保証するものではありません。

☆是非とも来年も面積の維持・拡大をお願いいたします! 周囲に興味のある方がおられましたら、ジュース用トマト栽培をご紹介いただければ幸いです

以上、よろしくお願い申し上げます



新しく農業に
チャレンジしてみたい！

生涯現役でバリバリ
活動したい！

農業経営を
安定させたい！

ジュース用 トマト 生産者募集

収量制限がないので
生産しただけ収入に繋がります！

作付面積の拡大をご検討の方は
収穫機での栽培も！

ジュース用トマトの栽培メリット

適切な管理によって収穫量UPで収入UP！

※農業が初めての人でも農協の栽培講習会などで栽培ポイントを教えてもらえます。

市況に影響されないのも、**安定収入**が見込めます。

選別は**簡単**です。

規格に合えば、**全量出荷OK！**

※8月～9月の収穫最盛期以外はポイント管理なので、
他の品目との組み合わせが可能。

運賃や出荷コンテナ代などの
出荷経費が掛かりません。



10aで7t 収穫できた場合は
約**37**万円の売上げに！

※37万円の売上げを保証するものではありません。※天候等により収量実績は変動します。

栽培希望の方は、各JA営農センターまでお問い合わせください。

南部営農センター

〒398-0004 大町市常盤142-1
☎0261-23-5364



南部営農センター中部センター 北部営農センター

〒398-0001 大町市平77941-6
☎0261-22-1775



〒399-9211 北安曇郡白馬村大字神城21494
☎0261-75-2180



L P ガ ス ・ 配 達 燃 料 油 ・ J A で ん き の 料 金 や
お 得 な 情 報 を い つ で も 確 認 い た だ け ま す ！ ！

「JAうちエネポータル」 OPEN!!

便 利 な メ ニ ュー



ご利用明細

J A で ご 利 用 い た だ い た 月 々 の 燃 料 代 の
使 用 量 や ご 利 用 料 金 を ご 確 認 い た だ け ま す 。



お得情報

J A で 実 施 す る キ ャ ン ペ ー ン や
展 示 会 等 の お 得 な 情 報 を 配 信 い た し ま す 。



ご注文 (納品書にQRが印字されている方限定)

普 段 ご 利 用 い た だ い て い る 配 送 燃 料 油 等 が
う ち エ ネ ポ ー タ ル よ り ご 注 文 い た だ け ま す 。



設備保安情報

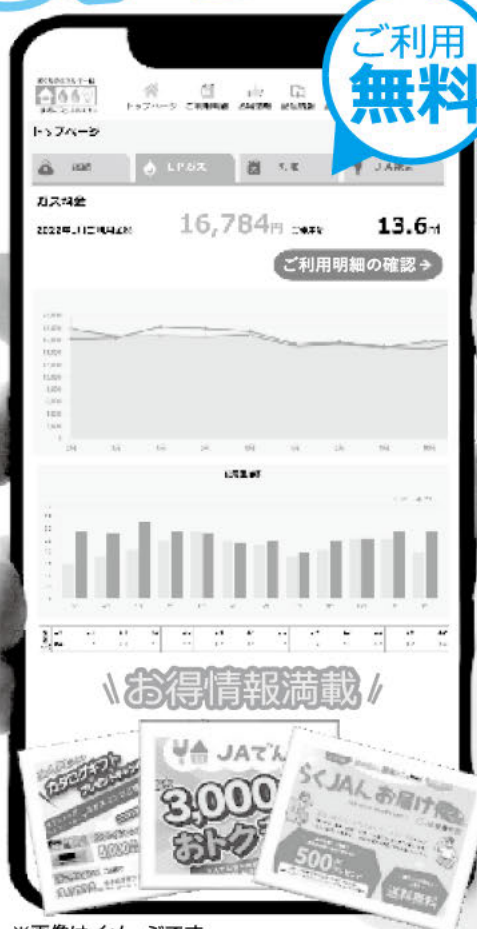
ガ ス で 実 施 さ せ て い た だ く 点 検 の 予 定 時 期 や
お 客 様 が ご 使 用 中 の ガ ス 機 器 の 情 報 を 掲 載 い
た し ま す 。

スマートフォンからの
アクセスはこちら



パソコンはこちら → <https://jazn-sscp.com/uchiene/>

ご利用
無料



※画像はイメージです。

※『@ja-uchiene.nn.zennoh.or.jp』からのメールを
受信できるよう、ドメイン設定の解除をお願いします。

※パソコンで閲覧する際のブラウザは『MicrosoftEdge』
あるいは『GoogleChrome』にてお願いします。

※まれにご利用出来ない端末がございます。

早期ご登録キャンペーン

2024年3月末までにご登録されたお客様全員に

1,000 円分のクオカードプレゼント

※予告なく終了させていただく場合がございます。

キャンペーンの
詳細はこちら



お問い合わせは

JA大北

・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
・本所経済部 TEL : 0261-22-1846



J A 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。
寒さが体にこたえる季節となりました。野菜の出荷もほとんどなくなっておりますが、
ホウレンソウ、ねぎ、豆類が出荷されています。

松川直売所
樋口店長



松川村 アルプス一番

お米の特売日

- 1月26日(金)～27日(土)
- コシヒカリなど
- 5kg 2,200円 → 2,000円
- 10kg 4,200円 → 3,900円

大町市常盤 ええっこの里

週末セール

- 1月26日(金)～27日(土)
- 2月 9日(金)～10日(土)

(セール日程は変更する場合もあります)

- 12月の状況: はくさい・野沢菜・ねぎ・だいこん・りんご(サンふじ、グラニースミス等)が出荷されていました。

これからの 出荷最盛になる品目

雪中きゃべつ・ねぎ・りんご(サンふじ(保存品))・豆類等。

ええっこの里
高橋店長



《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

(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)

ええっこの里で販売中です。

《ええっこの里より》

「焼き芋」好評販売中 (松川村の熟成さつまいも使用でとっても甘～いですよ。)

豆を食べて、まめたく暮らしましょう



地元の農産物の出荷はまだ少ないこの時期、煮豆はいかがでしょうか。豆には栄養がいっぱい含まれています。エネルギーや物資の代謝に重要な役割を果たしているビタミンB1、B、B6などのビタミンB群、また、生体組織の構成や整理機能の維持・調節に重要な役割を果たすカルシウム、リン、カリウム、マグネシウム、鉄、亜鉛などのミネラル素をバランスよく含んでいます。

さらに、生活習慣病の予防など健康に及ぼす効果が注目されている食物繊維、ポリフェノールなどの様々な機能性成分も含んでおり、食品として非常に優れた特性を持っています。

考えてみますと、豆類は特に肥料を与えなくても、ぐんぐん成長していくことから、すごいパワーをもっているのだと感じます。

直売所に地元の豆類が各種並んでいます。(一部他県のものもありますが) いろいろなアイデア料理で体に摂りいれて「まめたく」暮らしましょう。

ちなみに「まめたい」という言葉は、静岡県の方言で「よく働く」「達者だ」という意味だそうです。

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。

スマホ1つで
買い物
できちゃう!



ネットショップ

簡単注文、自宅にお届け!

らくJANお届け便

rakujan otodokebin

JA全農長野

いつでも
どこでも
ネットから
お買物



WEB (スマホ・パソコン) からのご注文で
安全・安心にこだわるエコープマーク品を中心に、
加工食品、菓子、日用品、お米、冷凍食品をご自宅までお届けします。
ご自宅や職場、外出先など、好きな場所でお買い物をお楽しみください。

特典

1

新規会員にご登録で
初回のお買い物から使える!!

500pt
プレゼント

お買い上げ金額
100円(税込)につき1ポイント貯まります。
貯まったポイントは
1ポイント=1円としてご利用いただけます。

特典

2

5,500円(税込)以上
ご購入で

送料無料

WEBで注文
ご自宅まで
お届け!



会員限定
キャンペーン有!!



人気商品

菓子

お米

冷凍食品

加工食品

お問
い合
わせ

JA全農長野 生活部 生活課

026-236-2257

(受付時間/9:00~17:00 土日祝日除く)

zz_nn_takuai@zennoh.or.jp

らくJANお届け便

rakujan otodokebin

利用方法

01 まずは会員登録(無料)



02 らくJANお届け便で
お買い物



※お支払い方法は、クレジットカードでの
お支払いとなります。

03 ご自宅までお届け



お買い物・
会員登録は
こちら!



クレジットカードで
簡単決済

らくJANお届け便

検索

<https://rakujan-otodokebin.com/>



牡牛座

4/20~5/20

全体運 / 困ったときこそ冷静に。状況を整理すれば打開策が見えてきます。下旬には力を貸してくれる人が出てくる予感

健康運 / 前半は良好、後半は疲れをためないよう心がけて幸運を呼ぶ食べ物 / カラシナ



牡羊座

3/21~4/19

全体運 / 友人や知人とのおしゃべりが楽しいとき。誘われたら戸惑うことでも一緒にやってみて。新しい発見にワクワク

健康運 / 温熱グッズを使って体を温めて。温泉も◎幸運を呼ぶ食べ物 / 長ネギ

自分で自分を介護できない。 だから備えが大切になる。

もしものときの、頼れる2つの保障。

認知症共済

2025年には65歳以上の約3人に1人*が
認知症または軽度認知障害に。

* 内閣府「令和4年版高齢社会白書(全体版)」,厚生労働省
社会保険庁「介護給付費分科会 第115回(26.11.
19) 参考資料」,「介護保険協会 第78回(令和元年6月20
日)資料」をもとにJA共済連試算



JAの認知症共済なら

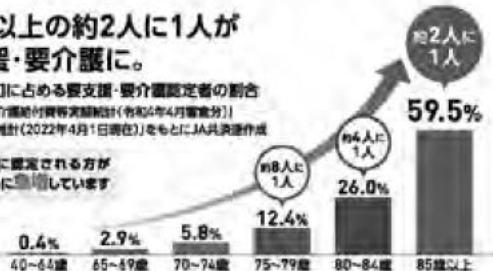
認知症はもちろん
認知症の前段階の
軽度認知障害(MCI)まで
幅広く保障します。

介護共済

85歳以上の約2人に1人が
要支援・要介護に。

年代別人口に占める要支援・要介護認定者の割合
厚生労働省「介護給付費等調査統計(令和4年4月調査分)」
後援者「人口統計(2022年4月1日現在)」をもとにJA共済連作成

要介護等に認定される方が
総数とともに増加しています



JAの介護共済なら

一生涯にわたる介護保障で
不安の高まる高齢期も安心です。

※ 任意の加入に任意の条件があります。

※ 加入にあたりましては、お近くのJAへお問い合わせください。※ この広告が掲載されたものは、ご契約の際には「募集要項(要約版・注意事項等)」および「契約のしおり(約款)」を必ずご覧ください。

はじめて共済

<https://shiryo.ja-kyosai.or.jp>

■ JA共済ホームページ <https://www.ja-kyosai.or.jp>



※ サイトから
「ひとふたふた」の
各課の資料請求・
参加費が出来ます。

JA共済相談受付センター(JA共済連 全国本部)

☎ 0120-536-093

受付時間: 9:00~18:00(月~金) 9:00~17:00(土)

※ 日曜日、夜日および12月29日~1月3日を要します。
※ メンテナンス等により予告なく変更する場合があります。
※ 電話番号は、おかけ間違いのないようご注意ください。

げんきな
カラダ
プロジェクト

あんしん
くらし
プロジェクト

げんきなカラダプロジェクト・あんしんくらしプロジェクト

みんなで一緒に健康をつくる「げんきなカラダプロジェクト」。
いえ、くるま、健康といった大切なものを守る「あんしんくらしプロジェクト」。
この2つのプロジェクトで、みなさまの豊かな生活づくりをサポートしていきます。

専用ホームページでは、健康増進や防災・減災等のサービス
のご案内、各種イベントのご案内、お役立ち情報などを
掲載しています。ぜひご覧ください！

<https://service.ja-kyosai.or.jp>



くらしの保障、相談するなら

JA共済

耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

2A48 1058047



蟹座

6/22~7/22

全体運 / 刺激的な状況に少し慌てるかも。臨機応変に考えればイレギュラーな事態でも得ることが、下旬は幸運に恵まれます

健康運 / 腰回りのストレッチは入念に。あったか下着も○
幸運を呼ぶ食べ物 / ブロッコリー



双子座

5/21~6/21

全体運 / 予定は早め早めに進めると上昇運に乗れます。旅行やレジャーは中旬までが吉。下旬は仕事に力を入れて○

健康運 / 不調を甘く見ないで。後半は回復、精力的に動けます
幸運を呼ぶ食べ物 / 水菜

〔変動金利〕

適用金利

年 **1.35%**

〔固定金利〕

適用金利

年 **1.75%**



©よりぞう



【証書貸付型】【カード型】

JA 教育ローン

インターネットからの
仮申込みなら
さらに年**0.1%**軽減！

ネットローン特設ページはこちら



- 別途保証料がかかります（【証書貸付型】年0.36%～1.50%【カード型】年0.90%～1.35%）。保証料は審査により決定いたします。
- お申込時またはお借入時のいずれか低い金利を適用します。また、金利は金融情勢等により変更になる場合があります。
- お借入期間中に、各JAの適用条件を満たさない場合や、ご返済の滞りなどが発生した場合は、金利軽減を中止させていただきます場合があります。
- 金利軽減条件に該当しない場合は、店頭金利（【証書貸付型】変動：最高年1.65%/固定：最高年2.05%【カード型】変動：最高年3.90%/令和3年7月1日現在）が適用される場合があります。

金利軽減条件

金利軽減条件について、詳しくはJA金融窓口までお問い合わせください。

池田支所	0261-62-3114	おたり支所	0261-82-2003
松川支所	0261-62-4108	大町支所	0261-22-0204
白馬支所	0261-72-2010	ローン年金相談センター	0261-29-7121



JA大北

JA大北

検索



乙女座

8/23～9/22

全体運 / 丁寧な仕事で好感度が大幅アップ。あなたを気にかけてくれる人を大切に。下旬に出てくる問題は慎重に対応を
健康運 / ハードな作業は前半のうちに。消化の良い食べ物が吉
幸運を呼ぶ食べ物 / ナバナ



獅子座

7/23～8/22

全体運 / 予想外の中に今後の糧につながるかもしれない。様子を見ていて。人と一緒に行動するのが開運の秘訣（ひけつ）
健康運 / 疲れが残りにやすいので無理は駄目。食もバランス良く
幸運を呼ぶ食べ物 / キウイフルーツ

安心して快適に、さあ、首都圏で新生活!

みず学生會館

MISUZU21

令和6年度

学生入居者募集中!!

京王井の頭線
「久我山駅」
徒歩8分



募集人員 **72名** 女子43名・男子29名

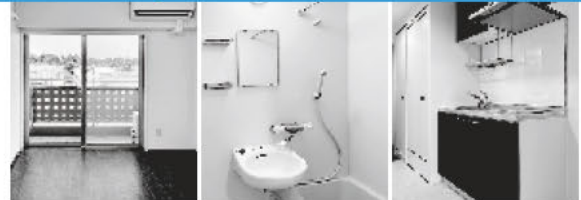
募集対象 令和6年度の新入学生
(大学生・短大生・専門学校生)

お申し込みはお早めに

入居には所定の条件があります。詳しくは最寄りのJAまたはJA共済連長野管理部までお問合せください。
※編入や中途による入居希望については別途お問合せください。

居室/23.3㎡・完全個室・ネット接続可 室料**59,000円/月**(+共益費8,000円/月)

- ◎主要な駅へアクセス抜群!
- ◎万全のセキュリティーで安心の毎日!
- ◎管理人常駐! ◎完全個室の快適なワンルーム!
- ◎浴室・トイレはセパレート
- ◎クローゼット収納あり



※上記間取図のお部屋と左右対称のお部屋の2種類がございます。

入居ご希望の方は最寄りのJAまたはJA共済連長野 管理部まで

JA共済連長野
管理部
[土日・祝は除く]

TEL.026-236-2325

<https://www.jakyosai-nagano.jp/>



JA共済

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)、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!!

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

1月28日(日)
2月11日(日)
2月25日(日)

ローン相談(開催場所)

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)

1月17日(水)
1月28日(日)
2月7日(水)
2月11日(日)
2月15日(木)

年金相談(開催場所)

平事業所
本所アプロード1階ローン年金相談センター
松川支所
本所アプロード1階ローン年金相談センター
池田支所

理事会 (12月20日開催)

協議事項

- ①(1)令和5年度決算見込みについて(2)冬期賞与支給(案)について②外部出資金 株式無償譲渡(案)について③池田町からの農業振興の係る要請への対応(案)について④不良債権処理方針(案)について⑤固定資産の取得(案)について⑥固定資産の除却について⑦令和5年度上半期決算 監事監査措置回答書について全議案が可決承認されました。

報告事項

- ① 11月末事業実績について
- ② 11月末組合員の新規加入状況について
- ③ 苦情等処理受付対応状況報告について
- ④ 下期(9月~11月)自主検査チェックリスト(信用・共済・営農・経済)結果について
- ⑤ 固定資産の売却結果について
- ⑥ ALM委員会および余裕金運用状況の報告について
- ⑦ 貸出金利の改定について
- ⑧ 簿外資産残高報告について
- ⑨ 令和6年度 春肥予約注文に伴う価格設定について
- ⑩ 秋の大感謝祭 実績報告について
- ⑪ 主な会議・行事について
- ⑫ その他



蠍座

10/24~11/22

全体運 / 気になることに1つずつ取り組んでいきましょう。腰を据えて動くとき良い月。下旬は好情報が入ってきます

健康運 / ウォーキングやストレッチで体をほぐして幸運を呼ぶ食べ物 / ホウレンソウ



天秤座

9/23~10/23

全体運 / おしゃれをして外出を。以前からやってみたかったことに挑戦してみるのもいいでしょう。行動的なほどツキがアップ

健康運 / 納豆やヨーグルトなどの発酵食品を取るよう心がけて幸運を呼ぶ食べ物 / セリ



検体検査部門の1日 ～臨床検査科～

臨床検査技師長 佐々木 朝海

臨床検査科には19名の国家資格を有する臨床検査技師が在籍し、3つの部門に分かれて検査をしています。このうち採血室の奥に広がる「検体検査部門」では、毎日300名以上の患者さんから採取した血液、尿、便などの成分を分析しています。

臨床検査科の仕事は毎朝7時から病棟へ行き、入院患者さんの採血をして検体を回収することから始まります。多い日には60人を超える入院患者さんの検査結果を、外来が始まる9時までに報告することを目指して速やかに検査を行っています。

外来患者さんの採血は、入院患者さんの検査が落ち着いた8時20分頃から採血が始まります。早朝から多くの患者さんのお待ちになっていることがありますが、間違えが生じないように名前や生年月日を確認し、安全で迅速な採血を心がけています。8時～10時までは大変混雑するため、予約時間に余裕のある方は10時以降が比較的待ち時間なく採血することができます。

入院、外来共に患者さんから採取した血液や尿などの検体は、それぞれの検査機器を用いて検査を行い、特殊な検査を除いて採血からおおよそ1時間で結果が出ます。検査機器から出た検査値が患者さんの病状や状態を正しく反映しているかの確認を行うことは、検体検査科の重要な仕事です。全ての患者さんに対して、熟練した臨床検査技師が検査結果に目を通してから報告しています。また、検査結果が著しく悪い場合は、直ちに治療が開始できるように主治医へ直接報告をしています。



臨床検査科では休日や夜間であっても、地域の皆さんの健康維持に貢献できるよう、24時間365日休むことなく、常に「迅速で正確な検査」を提供できるように万全の体制を整えています。

【お問い合わせ】 電話 0261(62)3166 14時～17時の間にお問い合わせください。



山羊座

(12/22～1/19)

全体運 / マイペースでOK。やりたいことリストを作って順にやっていくのもお勧めです。お取り寄せグルメにもツキがあります
健康運 / 頑張り過ぎず適度に休憩を入れて。お茶が吉
幸運を呼ぶ食べ物 / セロリ



射手座

(11/23～12/21)

全体運 / 行動範囲を広げましょう。好奇心を発揮すると楽しいことに出会えます。お出かけやサークルへの参加も◎
健康運 / 腹八分目が健康維持のこつ。いろんなものを少しずつ
幸運を呼ぶ食べ物 / ワラビ



あづみの公園から
お知らせ

企画運営担当の
しみず まなか
清水愛さん



あけましておめでとうございます！本年もあづみの公園大町・松川地区をよろしくお願いいたします。冬を迎えたあづみの公園では、1月13日(土)～2月25日(日)まで「冬の公園で遊ぼう！」を開催します。雪が積もると、公園が雪遊びのフィールドに大変身。他にも季節のイベントが盛りだくさん！ぜひあづみの公園大町・松川地区に遊びに来てください！

冬の公園で遊ぼう！

雪が積もると、そりゲレンデと雪遊びエリアが出現！
そり・歩くスキー・スノーシューの無料貸出も行います♪



- 日 時 / 1月13日(土)～2月25日(日)
9:30～15:00
- 場 所 / そりゲレンデ…入口広場・アルプス広場
雪遊びエリア…アルプス大草原

・歩くスキー・スノーシュー

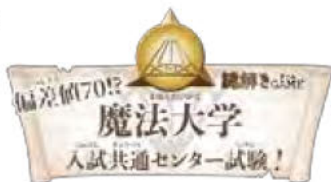
- 貸出場所 / レンタル棟 ※積雪状況により開催期間は変更になる場合あり

【謎解きゲーム】

偏差値70!?魔法大学 入試共通センター試験

成績優秀者の中から抽選で
素敵な賞品をプレゼント！

- 日 時 / 1月13日(土)
～2月25日(日)



【食体験】

米粉のおやき

米粉の生地になすや
サツマイモ、野菜など
旬の食材を使った
餡を包んだおやきづく



- 日 時 / 1月20日(土)
(受付時間)午前9時30分～午後1時30分
- 場 所 / 森の体験舎 食工房
- 参加費 / 200円/個 ※材料が無くなり次第終了

【創作体験】

節分工作

自然素材を使用して、節分にちなんだモチーフの置物をつくろう！

- 日 時 / 1月16(火)～2月4日(日)
(受付時間) 9:30～11:30
13:00～14:30
- 場 所 / 森の体験舎 創作工房
- 参加費 / 200円/個



【自然体験】

森の探検隊

【両イベント共通】

- 集合場所 / インフォメーションセンター
- 定 員 / 各回15名(事前受付)※小学生以上
- 持 ち 物 / 防寒具、長靴やスノーブーツ
- 参 加 費 / 無料



・アニマルトラッキング

普段は入れない森で、動物の痕跡を探してみよう！

- 日 時 / 2月3日(土)
①10:00～12:00 ②13:00～15:00



・MTBパークを歩こう

スノーシューを履いて「スポーツと遊びの森」を散策しよう！

- 日 時 / 1月20日(土)
①10:00～12:00 ②13:00～15:00



●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

【開園時間】9:30～16:00(11月～2月)
※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 ▶
Facebook
Twitter
Instagram

▶ <https://www.azumino-koen.jp/>
▶ <https://www.facebook.com/azumino.OM>
▶ https://twitter.com/azumino_OM
▶ https://www.instagram.com/alpsazumino_om



魚 座

2/19～3/20

全体運 / だんだん調子が出てきます。様子を見ながら下旬にラストスパートをかけましょう。予想以上の好結果にっこり
健康運 / 良い姿勢を心がけて、肩凝りは早めにケアを
幸運を呼ぶ食べ物 / フキのとう



水瓶座

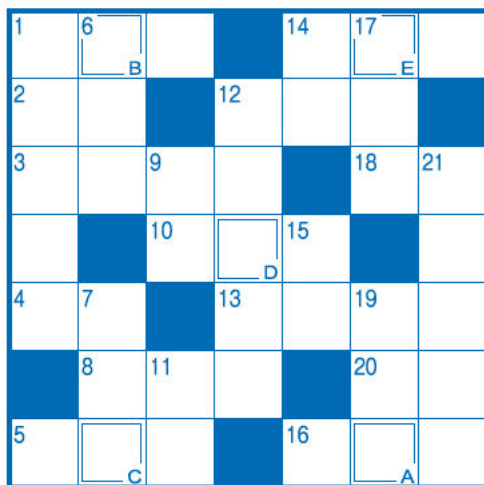
1/20～2/18

全体運 / とても勢いがあります。多少の無理なら通るので早めに行動を起こして。下旬はのんびりモードにチェンジを
健康運 / あったかい靴下や手袋で手足の冷えをカバーして
幸運を呼ぶ食べ物 / ユリ根



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 フキの花茎のこと
- 6 銀世界を眺めて楽しめます
- 7 ガイド——を片手に観光地を巡った
- 9 安倍川にして食べようかな、磯辺巻きもいいな
- 11 日没のことを日の——ともいいます
- 12 雪だるまを英語(片仮名語)でいうと
- 14 佐渡島にはこの鳥の保護施設があります
- 15 漢字には音読みと——読みがあります
- 17 平方根を表す記号
- 19 魚偏に「弱」と書きます
- 21 中国や台湾の旧暦の正月

ヨコのカギ

- 1 最低気温が0度より低い日
- 2 現代人は電子——に囲まれて暮らしています
- 3 水筒に入れます
- 4 ヒビーン!といはなく動物
- 5 スマホに入れたり消したりします
- 8 ベッドが2つある部屋
- 10 頬のこと。——ダンス
- 12 スラロームやモーグルなどの種目があります
- 13 人がいっぱいに入っている状態
- 14 西アジアの国の1つ。首都はアンカラ
- 16 空気が乾燥しているので——器をつけた
- 18 節分の豆を——の数だけ食べた
- 20 実がなるまでの期間が短めの品種のこと

応募方法

① クロスワードパズルの答え
(アルファベット部分のみ)

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「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、賞品発送以外には使用いたしません。

締めきり/1月31日必着

メール・FAXでも受け付けています。

FAX 0261-234831

メールアドレス
kouhou@dhk.nn-ja.or.jp

大町市大町
字光明寺三〇九一
JA大北広報係行

63

●12月の答え

ハツヒノデ

1	カ	ズ	10	コ	17	20	ム
2	ガ	イ	ド	19	コ	タ	ツ
3	ク	ヒ	13	ホ	ウ		キ
4	6	ツ	11	ユ	ハ	ラ	イ
5	エ		12	キ	バ	18	チ
6	ヒ	8	ダ	リ	16	フ	ネ
7	メ	シ		14	イ	デ	ン
							シ

みんなの川柳

お年玉 向こう一人で うち三人

ぼんた

子供より 親が夢中の ソリ遊び

たけるんるん

迎える年 平和を願う 喜びを

ちやたらう

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、応募は下記のとおり先までお願いします。メールやfaxでも受け付けています。

応募先

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!!

◎ 毎月頭の体操クロスワードパズルが楽しみで、一生懸命考えて答えを送っています。

大町市 50歳代 女性

◎ 編集より/いつもご応募ありがとうございます。クロスワードは考えたり、思い出したりと頭をフル活動させるとともに、新しい情報を得ることが出来るのも魅力の一つです。これからもクロスワードで頭の体操を続けてください。

◎ 広報だいほくの表紙、かわいい子どもの表情に癒されます。私も 12月に2人目のひ孫に恵まれ幸せをもらっています。

大町市 70歳代 女性

◎ 編集より/いつもJA広報誌をお読みいただきありがとうございます。子どもにしか出来ない表情は癒されます。ひ孫さんの誕生おめでとうございます。これから賑やかになりますね。

◎ 「家の光」を愛読しています。生活に役立つ記事が満載で毎月楽しみにしています。

白馬村 70歳代 女性

◎ 編集より/いつも家の光をご愛読いただきありがとうございます。家の光は、季節や時事に合わせた多彩なテーマで、料理・手芸・健康・生活に関することなど、すぐに活用できる情報がたくさん入っています。これからも役立つ記事で、おうち時間を充実してください。



りんご娘

関口 かれん さん (25) 松本市



～発見や驚き、ワクワクを生活に取り入れ、
元気に明るく魅力を伝える!～

仕事は

SBC信越放送に入社し松本放送局に勤務して3年目。JA大北様を担当させて頂いています。ラジオ・テレビの放送を通して、企業や商品の良さをより多くの人に伝わるよう、様々な視点から考えています。会社のモットーでもある「信州に生きる、信州を伝える」を意識し、スポンサーの課題解決に貢献する仕事をしていきます。

農・食に対するイメージ・思い

実家が農家で、週末はぶどう・りんご・米の栽培や収穫を手伝っています。農業は体力勝負で辛い時もありますが、多くの方に喜んでもらえたらいいなと愛情を込めて作っています。食はパワーや喜びを与えてくれる元気の源です!

休日・趣味は

趣味は、フラダンス。母が踊っていたことをきっかけに小学生の頃から習っています。故郷や家族、友達など周りの方に対する感謝・愛の気持ちを歌や振りに乗せて伝えるのが魅力です。

これからの夢・目標は…

大学に進学で上京しましたが就職は育ったところが良いと思い、戻ってきました。私は大好きな信州で、県内のこどもたちが大人になった時に故郷が好きと思ってもらえるような、こどもたちの初めての経験や夢を一緒に叶える番組制作やイベントに携わりたいです。

ざんせつ

今年は十二支の5番目の動物にあたる辰年です。「辰・龍・竜」と3つの表記がある「たつ」ですが、その中でも干支の「たつ年」は「辰」です。もとは龍の意味ではなかった字ですが、あとから十二支の動物が当てはめられたのではないかとされています。想像上の動物を指すときは「龍」「竜」を使います。辰年は昇り竜のように活気溢れる景気の良い年とも言われています。2024年は勢いのある、物事の成長や発展のある年になるといいですね。

「自分の可能性を信じて目標を立て、挑戦すること」、「新たに始めることを自分の成長につなげる」ことを心に留めて、仕事に邁進して行こうと思います。本年も広報「だいきほく」をよろしくお願ひします。

丸山



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。



真だらの唐揚げ～ねぎソースかけ～

●材料

真だら切身……………2切
「塩・こしょう……………少々
A 酒……………大さじ1
「生姜汁……………小さじ1
片栗粉……………適量
揚げ油……………適量
長ねぎ……………1/3本程度
B 「しょうゆ・酢……………各大さじ1
「砂糖・ごま油……………各小さじ1

●作り方

- ① 真だらは2～3等分に切り、水気をふき取ります。
- ② ボウルに①とAを入れて混ぜ合わせ、10分程度おきます。
- ③ 長ねぎはみじん切りにし、Bと混ぜます。
- ④ ②の水気をふき取り、片栗粉を薄くまぶします。
- ⑤ 揚げ油を170℃程度に熱し、4を揚げます。
- ⑥ 皿に⑤を盛り、③をかけます。

一口メモ

主に白い部分を食用とする「長ねぎ」。葉味や鍋物、スープ、炒め物、焼き物など色々な楽しみ方ができます。ねぎ独特の辛味成分には、血行促進、疲労回復、殺菌作用、免疫力を高めるといった効果があり、風邪の症状に効くと言われています。また、青い部分にはカルシウムやβカロテンなどの栄養素が含まれています。

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

かあちゃん味の



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、女性部中土支部より

ご飯もお酒もすすむおかず・キャベツの肉巻き



材料(4人分)

豚バラ薄切り…8枚・キャベツ…250g
ごまだれ(長ねぎ…10cm/醤油…大さじ2/酢…大さじ1
砂糖…小さじ1/すりおろしにんにく…小さじ1
すりおろし生姜…小さじ1/いりごま…大さじ1/2)

作り方

- ① 豚バラに塩こしょうをふり、キャベツを巻き耐熱皿に巻き終わりを下にして並べる。
- ② ラップをして電子レンジで5～6分加熱する。
- ③ 豚肉に火が通っているか確かめる。
- ④ 長ネギを細かく刻んで、ごまだれの材料をよく混ぜ、キャベツの肉巻きの熱々にかけて召し上がってください。

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。