地域に愛される笑顔の輪
JA大北

だいほく

絆でつなげる笑顔の輪　ふれあい情報誌

持続可能な経営基盤の強化と確立を目指して

第59回通常総代会を開催

6
2024（令和6年）
No.711

CONTENTS

第59回通常総代会を開催 … P2 ／ だいほくNEWS・女性部NEWS … P4 ／ JA組合員マイページ … P11 ／ 営農アドバイス … P12 ／ JA共済 … P14
25th JA農機＆資材フェスタ2024 … P15 ／ JA葬祭 … P16 ／ JA直売所だより … P17 ／ JAインフォメーション … P18 ／ 詐欺は防げる!! … P19
くらしの健康百科 … 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

JA大北本所会館で開催された総代会

持続可能な経営基盤の強化と確立を目指して

第59回 通常総代会を開催

当JAは5月24日、大町市のJA本所会館で「第59回 通常総代会」を開きました。各地区の総代505人のうち、470人（書面出席324人含む）が出席。

令和5年度事業報告や令和6年度事業計画など全5議案を審議し、全て原案通り承認されました。

冒頭のあいさつで武井宏文組合長は、昨年を振り返り、農業やJAを取り巻く環境の厳しさに触れました。天候不順にも関わらず水稲の生育は順調で、例年通りの良質な米の生産ができたことを報告しました。また、「食料・農業・農村基本法」の改正に伴い、JAグループとして新たな農畜産物の生産・販売戦略を模索し、国際情勢の不安定さや円安の影響にも対応しながら、農業経営の維持と地域振興に努めています。今後も持続可能な事業体制の構築に向け、組合員の皆さまと共に力を合わせて参ります。令和6年度は産地の農業生産を維持・拡大させるために「不断の自己改革」を推し進め、「組合員・地域のために機能発揮できるよう、持続可能な経営基盤強化・確立に引き続き取り組む」と決意を述べました。

議事に先立ち、武井組合長が総代会成立宣言を行いました。

議長に選任された渡辺総代（左）、窪田総代（右）

議長には、松川支所総代会長の渡辺正人さん、大町地区総代会長の窪田昭一さんが選任され、議事に入りました。

議事では、令和5年度事業報告、貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案及び附属明細書の承認、令和6年度事業計画並びに収支計画の設定、定款及び総代選挙規程の一部変更など5議案が上程され、総代の皆さまによる慎重な審議の結果、全議案が可決されました。

あいさつする武井組合長

※今回上程された議案の内容については、次号の広報だいほく7月号の別冊でご報告いたします。

総代会で承認された議案

第1号議案　令和5年度事業報告、剰余金処分案の承認について
第2号議案　令和6年度事業計画並びに収支計画の設定について
第3号議案　令和6年度賦課金の額、賦課の方法、徴収の時期及び徴収方法の決定について
第4号議案　令和6年度における理事及び監事の報酬決定について
第5号議案　定款及び（定款附属書）総代選挙規程の一部変更について

優良組合員と功労者への表彰及び定年退職職員への感謝状贈呈

優良組合員表彰を受けた、小谷村百姓七人衆の猪又さん（写真中央）と堀島さん（写真右）

この総代会の席上で、優良組合員組織表彰と功労者表彰が行われ、定年退職職員への感謝状が贈呈されました。長年にわたりJA事業に貢献された方々に対し、表彰状と感謝状が授与されました。受賞者代表の挨拶では、株式会社小谷村百姓七人衆 代表取締役の猪又実さんが感謝の意を述べました。受賞された皆さまのJAへの格別のご理解とご協力に心から感謝申し上げます。皆さまのさらなる発展をお祈り申し上げます。

優良組合員・組織・功労者表彰（敬称略）

■組織表彰
▼株式会社 小谷村百姓七人衆（小谷村）

功労者表彰
▼堀島 貴広（松川村）

■永年勤続者表彰（順不動・敬称略）
▼石原　明　▼竹田 俊幸
▼田中 英樹　▼西山 正一
▼高橋 道雄

優良組合員組織表彰と功労者表彰は、令和5年度においてJA事業にご理解をいただき、積極的にご利用ご協力いただいた方々に贈られます。

・株式会社 小谷村百姓七人衆様は、令和2年1月に新しい農業の担い手として設立され、小谷村で活動している法人組織です。水稲・そばの受託事業や園芸作物、高収益作物である白ネギや雪中キャベツの栽培に取り組んでいます。特に雪中キャベツについては、JAと協力して産地品目としての取り組みを進めています。JA事業への理解と協力、地域貢献度が非常に高いことが評価されました。

・堀島貴広様は、アスパラ栽培の効率化に尽力し、自動かん水装置でコストを抑えつつ収益を向上させました。令和6年には長野県本部長賞を受賞。GAP導入や有機農業への取り組みで、持続可能な農業を推進しています。JA事業への理解と協力、貢献度が非常に高いことが評価されました。

定年退職職員に感謝状

JAしみず女性部と絆を深め一緒に記念撮影

JA大北女性部とJAしみず女性部、絆を深める交流会を開催

平成28（2016）年に姉妹提携を結んだ当JAと静岡県静岡市清水区を拠点とするJAしみずは、提携から8年が経過した現在も、農産物の交換を中心に活発な交流を続けています。5月14日、両JAの女性部員たちは互いの食文化を学び、経験を共有することで絆を深めました。

当JA女性部は、大町市のJA本所会館でJAしみず女性部員14人と「食づくり体験」を通じた交流会を開催しました。交流会に先立ち、当JA女性部の降旗貞子部長は「食を通じての絆を深め、JAしみずさんとの関係を今後も続けていきたい」と歓迎のあいさつを行いました。

おやき作り体験では、お互いの女性部員が6班に分かれ、当JAの女性部員が、各班2～3名ずつ指導役となり、あずきと野沢菜を使用したおやき作りを指導しました。講師は、おたり支部の宮澤貴子さんが務め、手際よく具材を包む方法や生地の扱い方をレクチャーしました。その後、参加者は分割し丸めた生地を平らに伸ばし、具を包んで丸く整えました。そして、フライパンできれいな焼き目を両面につけた後、蒸し器でおやきをふっくらと仕上げました。

交流会の後半では、JAしみず女性部員による「美味しいお茶の淹れ方」の実演が行われました。清水区の豊かな自然が育んだ茶葉を使い、湯量や茶葉量、湯温などにこだわった淹れ方で、香り高いお茶を参加者に提供しました。手作りおやきと共に、心温まるひとときを楽しみました。

また、交流会の最後には、お互いの近況報告や質問を交換しました。JAしみずからは、多くの部員が活動に参加するための工夫、過去に好評だった行事や企画、仲間を増やす取り組みについての質問や情報交換が行われ、互いの組織運営に役立つ知見が共有されました。JAしみず女性部の望月和加代部長は「おやき作りは手軽で美味しく、JA大北の女性部員さんたちの手作りのお漬物も豊富にいただきました。本当に有意義な交流会でした」と感想を話していました。

おやき作りを教えるJA大北女性部員

美味しいお茶を味わうJA大北女性部員

ジュース用トマト排水対策講習会を開催

平高畝栽培法と先進農機の実演

4月26日、松川村の平林義正さんの圃場で、JA全農中信事業所とJA園芸事業推進協議会ジュース用トマト部会主催の排水対策講習会が開催されました。この講習会では、ジュース用トマト栽培における排水対策の重要性に焦点を当て、特に平高畝栽培法が多くの関心を集めました。

適切な排水は、病害予防と収穫量増加に直結し、特に不安定な気候下での過剰な降水は根腐れや病気の発生を招くため、効果的な排水システムの構築が健康なトマト生産には不可欠です。平高畝栽培は、畝を高く作ることで土の中の水分を効率よく排出し、根系への空気の流れを改善することができます。これにより、トマトの根が健全に成長し、病害リスクを減少させます。

農機実演では、先進的な農機を使用した実演が行われました。この機械はセンサー爪を備えており、畝の高さを均一に保ちながら土壌を効果的に耕すことができます。

JAでは、新しい栽培技術と効率的な農機の導入により、今後10アールあたりの収穫量を平均5トンに増やすことを目指しています。

先進的な農機で、畝の高さを均一に保ちながらマルチング先進的な農機で、畝の高さを均一に保ちながらマルチング

新しい栽培技術を学ぶ参加者

大町市の「まごころ市場」オープン

お客様に喜ばれる直売所を目指して

大町市十日町の農産物直売所「まごころ市場」が、5月1日に郷津重敏会長のもと今シーズンの営業をスタートしました。開店セレモニーでは、手締めを通じて直売所が大町市の交流の場として、また地元農産物の魅力を伝える窓口として、長く愛されることを願いました。大町地区、平地区、美麻地区、八坂地区の会員約60人が、毎朝収穫した新鮮な野菜や山菜、果物などを直売所に並べ、訪れるお客様を真心込めて迎えます。

オープンを記念して、1日と2日の両日には、リンゴジュースを特別価格で販売し、さらに先着100人のお客様には、1,000円以上のお買い上げで花苗をプレゼントしました。

郷津会長は、「生産者と共に、新たなアイディアと工夫を凝らした販売方法で、お客様に喜ばれる直売所を目指したい」と意気込みを話していました。

新鮮な野菜など求める地元住民ら

田植え作業スタート

良質米生産にむけて適切な管理を呼びかけ

当JA管内では、南部地域を皮切りに4月下旬から5月下旬にかけて、令和6年度産米の田植え作業が各地で始まりました。大町市常盤地区で水稲栽培を行う奥原弘和さんは、5月1日に田植えを開始し、受託を含めた約23ヘクタールの水田に酒米の美山錦、ひとごこち、食用米のコシヒカリ、風さやかなどの品種を植え付け、6月上旬まで田植え作業を行いました。順調に生育すれば、稲刈りは9月中旬以降になる見通しです。

奥原さんは、「育苗期間中はプール育苗も行い、特に温度管理に注意を払いながら、根張りの良い苗を育て上げた。秋には豊かな収穫を迎えられるよう、今年も質の高い米作りに向けて生育管理に努めたい」と話していました。当JAでは胴割米の発生を抑制し、良質米生産に向けた対策として、適期の田植えを各農家に呼びかけ、適宜適切な指導を行いました。

先進的な8条植え田植え機で作業効率を追求する奥原さん

軽トラックから稲苗を田植え機に載せて作業

苗市にぎわう

各営農センターで野菜苗市開催

春の訪れとともに、当JAの各営農センターで苗市が開催されました。今年も5月9日から12日にかけて、夏野菜の苗が並び、組合員や地元住民が新鮮な野菜の栽培を楽しみに訪れました。この期間中、キュウリやトマト、ナスといった定番野菜苗から、珍しい品種の苗が販売され、購入者の期待を集めました。このうち9日に小谷センターで開催した苗市では、開店と同時に訪れる人々の列ができるほどの盛況ぶりでした。来場者は「毎年この時期が待ち遠しい。特価で質の良い苗を手に入れられるので、家庭菜園がより楽しみになる」、「孫がミニトマトの成長を楽しみにしているので、良い苗を見つけられて嬉しい」という声も聞かれ、世代を超えた農業への関心が高まっていることが伝わってきました。

野菜苗を求める多くの来場者(小谷センター)

教育旅行の受け入れスタート　池田町で東京の中学生が田植え

当ＪＡ観光課が推進する県外中学校の教育旅行受け入れ事業が、５月８日に今年度の初回を迎えました。中高一貫校である東京都立三鷹中等教育学校の２年生１６１名が、10日までの３日間、校外学習で池田町、白馬村、大町市を訪れました。

また、この校外学習を実施するにあたり、当ＪＡ観光課の職員が同校の事前学習会に参加し、訪問先や学習テーマに対する興味を引き出し、生徒たちが充実した体験をできるようサポートしました。

目印を確認しながら、コシヒカリの苗を植える生徒たち

８日は池田町の会染内鎌地区の田んぼで、昔ながらの手植えによる田植え体験を実施しました。同町で農業振興に取り組む「内鎌十日会」の会員12名が、生徒たちに手植えの方法を丁寧に指導しました。木製の道具を使用して事前に印をつけた約26アールの田んぼに、生徒たちは横一列に並び、北アルプスの山々を背景に、コシヒカリの苗を手で植えました。

ほとんどの生徒が田植え初体験で、「東京ではなかなかできない体験。素足で田に入った感覚は貴重だったし、農家の苦労が分かった。実体験で学んだ食の大切さをより深く考えていきたい」などと感想を述べていました。田植え体験を指導した関係者は、「田植え体験で池田町に訪れてくれたことに感謝します。この貴重な体験が、皆さんの心に長く残り、次世代の消費者としての意識を育む一助となることを願っています」と話していました。

同校の小林正人統括校長は、「田植え体験は、生徒たちにとって食文化の理解や日本の農業への洞察などを知る貴重な機会となりました。また、地元の方々との交流を通じて、コミュニケーションの大切さや異なる生活背景を持つ人々とのつながりを学ぶことができました」と話していました。収穫した米は秋に学校に送られ、給食や各家庭で味わうこととなっています。

手植え体験後、機械による田植えプロセスを学ぶ生徒たち

当ＪＡ観光課では、今年は関東方面から９校、延べ２，５００人の生徒を教育旅行で受け入れる予定です。これにより、地域との交流を深め、生徒たちに貴重な機会を提供し続けることを目指しています。

りんご荒摘果講習会開催

計画的摘果で良質玉生産を

当JAとJAりんご生産部会は5月13日、大町市常盤にある生産振興モデル圃場でりんご荒摘果講習会を開催しました。大町市内、常盤地区及び松川村から約20名の生産農家が参加し、JA営農指導員と県北アルプス農業農村支援センターの職員から、各地区の生育状況や摘果作業の注意点、M.9自根樹の管理方法などについての指導を受けました。幾度かの低温の影響が懸念されましたが、りんご「ふじ」の生育は平年よりも1週間ほど早く進んでいます。

JA南部営農センター中部センター営農指導員の平林宏平係長は、「これからの季節、摘果作業が重要な時期になります。適切な摘果は、果実の肥大を促し、来年の芽の質にも影響を与えます。良質な玉生産に向けて、計画的な作業を進めていただきたい」と呼びかけました。

また、病害虫防除においては、散布量やタイミングだけでなく、薬剤が均等に行き渡るようにするための散布順路にも配慮することが重要であると説明しました。

荒摘果講習会

生育状況を確認する生産者

JA生産振興モデル圃場(大町市常盤)

※M・9自根樹は、M・9台木の特性を生かし、早期成園化、多収、作業性の向上、均質的な果実の生産を目的に、りんごを常用的に食べるヨーロッパ等で振興されている「新わい化栽培」や「高密植わい化栽培」等の栽培方法を指すものになります。

田植えから学ぶ食と農業の大切さ

大町東小5年生

大町市立大町東小学校の5年生児童24人は、5月14日に近くの水田で田植え体験を行いました。当JAは、次世代の子どもたちに食べ物や環境、農業についての理解を深めてもらうきっかけとして、毎年米作りを支援しています。今年も「もち米」の苗を提供し、学校運営協議会地域支援コーディネーター内川篤さんらの指導のもと、児童たちは素足で田んぼに一列に並び、「もち米」の苗を植えました。田植えを初めて経験した児童からは、「自分たちが植えたお米が食べられるのが楽しみ」という声や、「田んぼの周りにはたくさんの生き物がいた」という感想が聞かれました。米作りを支援した当JAの中村茂専務は、「お米作りの学習をすることで、食と農業の大切さを知っていただき、将来地域農業を守ってくれることを願っています」と話していました。収穫されたお米は、秋に開催される収穫祭で餅つきに使用される予定です。

丁寧に確認しながら植える児童たち

稲苗を手植えで植える児童たち

子どもたちとトウモロコシの種まき

池田町の内鎌十日会

池田町会染地区で農業振興に取り組む内鎌十日会は、5月19日に内鎌地区の小学生約40人を迎え、毎年恒例となっているトウモロコシの種まきを行いました。この活動は、十日会が、転作田の一部を子供たち専用の圃場として提供することで、農作物を育てる重要性や収穫の喜びを実際に体験してもらうことを目的としています。

当日は、会員たちの温かい見守りのもと、子どもたちは農業用マルチシートに均等に開けられた穴にトウモロコシの種を2粒ずつまき、その上に丁寧に土をかけていきました。「小学生になってから毎年参加している。収穫がいつも楽しみだ」と語る子どもたちの声があちこちから聞こえ、「収穫したトウモロコシを茹でて食べたい」という期待感も高まっていました。十日会の田中一夫会長は、「地域の子どもたちが土に触れ、楽しそうに農作業をする姿を見るのは本当に嬉しい。収穫までしっかりと見守りたい」と話していました。収穫は8月上旬に行う予定です。

圃場には「ないがま 子ども会 とうもろこし畑」の看板が設置されました

種まきの説明を受ける小学生

園児が住民と花植え交流

大町どんぐり保育園

5月22日、大町市社のどんぐり保育園で「さわやか交流事業」の一環として園児と地域住民らが協力して花を植え、世代間交流の促進を図りました。

当JAは毎年、次世代の子どもたち農業体験をサポートし、食と農の重要性を学ぶために花の苗を寄贈しています。地元で生産された3色のマリーゴールドの苗を90本提供し、園児たちはそれぞれのプランターに土を入れてから、素手で丁寧に植え付けました。

JA営農指導員の和田達哉課長代理が花の特性や植え方、管理方法について説明した後、園児と地域住民らが一緒に植え付け作業を行いました。園児たちは「きれいな花を咲かせたい」「楽しく植えられた」などと感想を話していました。植えた花は、保育園内に並べられるほか、花びらを利用して染だしなどにも活用する予定です。

協働での植え付け後、全員で記念撮影

女性部NEWS

地域住民と共に環境美化活動

女性部おたり支部

女性部おたり支部は、「くらしの活動」の一環として、地域の美化と環境保護を目的に、4月上旬から5月上旬にかけて全4回にわたり、小谷村内の雨中地区や千国地区を含む全6地区で道路清掃活動を行いました。部員だけでなく、地域住民も含めた延べ70人が参加し、少人数のグループに分かれて道路付近に落ちているペットボトルや空き缶などのごみを拾い集めました。

この取り組みは、住民が快適で清潔な生活環境を享受できるようにし、次世代に美しい自然を引き継ぐための地域コミュニティの協力を促進することを目指しています。太田由美子支部長は、清掃活動でごみが少なかったことに驚き、地域の環境意識の向上を実感し、「来年以降も地域の方々と力を合わせて、環境美化活動を続けていきたい」と話していました。

女性部員と地域住民で行った清掃活動

「家の光」7月号のよみどころ　＼ 購読のお申し込みはお近くのJAへ ／

組合員カードをデジタル化、スマホで使えてますます便利！

JA大北組合員マイページ

2024年7月から、JA大北組合員マイページが使えるようになります！

JA大北組合員マイページとは、JA大北組合員カードをデジタル化して、スマホで使えるようになる便利な新機能です。
JAと、組合員様がネットを通して簡単につながることができるようになります。
サービス開始は2024年7月を予定しています。

組合員マイページの特徴

●登録がとっても簡単！
LINEアプリからお友だち追加するだけで、登録いただけます！

●JAからのお知らせ・情報がLINEで届く！
JAからのお知らせはもちろん、市況情報の確認や、販売精算／購買請求情報を早くチェックすることができます。

組合員マイページでできること

市況情報を
いち早く確認して
出荷に備える

販売精算／
購買請求情報を
素早く経営に
活かす！

水稲

南部営農センター中部センター
田中 進吾

田植え作業も終わり、一息ついたところで草刈り作業に取り組んでいることと思います。6月には暑い日が続くことが予想されますので、水分補給と休憩を十分に取りながら作業を行ってください。

干しについて

時　期	6月下旬～7月上旬に有効分けつを確保できた場合
有効分けつ数	コシヒカリ　→ 20本 あきたこまち・もち　→ 23本 美山錦　→ 18本
目　的	① 分けつを抑え、無効分けつを防ぐ。 ② 根への酸素供給を促し、発根を促進する。 ③ 田面を固め、刈取作業を容易にする。
中干し終了の目安	田面に足跡が少し残り、約2mm程度の小さなヒビが入るまで。 中干しの時期は梅雨と重なるため、長雨で田んぼを十分に干せない場合があります。しかし、田んぼに水がなければ、上記の①、②の効果は得られます。長雨が続く場合は、払い口を開け、田んぼに水が滞留しないようにしてください。幼穂形成期以降は水が必要ですので、その時期に中干しは行わないでください。

ケイ酸カリの施用について

時　期	6月下旬～7月上旬（出穂30～45日前）
目　的	・根張りを良くし、倒伏に強くする。 ・蒸散量を増やし、稲の温度を下げて高温に強くする。
使用量	20kg（春に元肥として施肥している場合は散布不要）

残草対策について

除草剤の散布に関する相談はお早めに!6月に入ると見落とした雑草（残草）が目立ち始めます。除草剤のラベルに記載されている雑草の葉齢・草丈を超えた雑草には効果が不十分になる可能性があります。残草対策については、早めに各営農センターへご相談ください。

園芸

営農部　浅田 聡史

梅雨時期の野菜の栽培管理について

降雨による滞水や日照不足が続く時期となります。樹勢が弱まると病害が発生しやすくなりますので、適期防除や追肥・葉面散布・酸素供給剤などを活用し、収穫までしっかりと管理しましょう。

○畑の排水対策

近年は天候が極端であり、短時間の豪雨や長雨となることがあります。通路や畝間に水がたまると根が弱る原因となりますので、畑の周囲や通路に明渠や暗渠の設置をしましょう。

○高畝栽培

水はけの悪い圃場については畝を高くするだけでも根腐れ等の予防に繋がります。事前に圃場の様子を観察しておきましょう。

○土の跳ね上がりに注意

マルチをしていない場合はワラを敷き、葉や実への土跳ねを防ぎましょう。土跳ねの防止は病害の発生低減にもつながります。

○酸素供給剤の活用

酸素供給剤を使用することによって発根の促進、降雨による酸欠、根痛みを軽減します。また作付け前のすき込み施用で栽培後半まで効果が期待できます。

○液肥の有効活用

樹勢が弱ってくると病害に感染しやすくなります。追肥を施し樹勢安定に努めましょう。ただし、根が弱っている場合は土からの養分を吸収しにくくなるため、粒状の肥料より液肥を葉面散布して樹勢回復を図りましょう。葉面散布は10日～14日おきに数回実施が目安です。また液肥も用途によって様々な種類があります。必要に応じた液肥を散布しましょう。

○効果的な農薬散布の実施

家庭で食べる野菜はなるべく消毒したくないものです。できるだけ農薬の散布回数を減らすには…

→ 下葉や枯葉を取り除いたり、間引いたりすることで風通しをよくしましょう。

→ 芽欠きや摘心といった作業は傷口が乾きやすい日中に実施し、病害菌の侵入を防ぎましょう。

農薬散布は予防防除を基本とし、過度な使用や連用は控えましょう。

○農薬の使用について

注意点を遵守し、安全な使用を心がけましょう。

- ラベルに記載されている対象作物、使用倍率、使用時期、使用回数を守ってください。
- 薬害回避のため、日中の高温時より朝方の涼しい時間帯に散布することをお勧めします。
- 薬剤のローテーションを組み、同成分の薬剤が連用されないように注意してください。
- 同一薬剤(同一系統)の連用は避け、2種類以上の農薬を交互に使用しましょう。
- 作物全体にかかるように葉の裏面までしっかりと丁寧に散布しましょう。
- 基本的に散布は風がない時に行い、他の作物への飛散防止に努めましょう。
- 防除記録を記帳する習慣をつけましょう。

これから本格的な夏を迎えます。熱中症に気をつけましょう。
不明な点は、各営農センターまたは本所営農部営農指導員までお問い合わせください。

\\ JA共済には「農業賠償責任共済」があります。//

農業者賠償責任共済は、農業に関する幅広い賠償リスクに備えられます。

①施設賠償
例えば、草刈作業で
小石がはねて
他人の車にキズが。

②保管物賠償
例えば、
借用していた耕運機が
保管中に盗難。

③生産物賠償
例えば、直売所で
販売した生産物で
お客さまが食中毒に。

④生産物回収費用
例えば、基準値を超える
残留農薬が検出され
同時期の出荷分を回収。

生産から出荷・販売後まで

農地面積と支払限度額による
分かりやすい共済掛金設定です。

加入例 所有または管理している農地面積が3haの農業者の場合。

支払限度額3,000万円コース
年間10,120円

2024年4月現在

ファーマスト
農業者賠償責任共済

自動継続なので、
継続手続きが不要です。

共済金のお支払いには所定の条件があります

※ご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。※この広告は概要を説明したものです。ご契約の際には「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」をお必ずご覧ください。

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

本サイトから
「ひと・いえ・くるま」
各共済の資料請求・
掛金試算ができます。

JA共済相談受付センター(JA共済連 全国本部) 受付時間: 9:00~18:00(月~金) 9:00~17:00(土)
0120-536-093 0120-167-100(ご高齢者専用ダイヤル)
※日曜日、祝日および12月29日~1月3日を除きます。※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。※「ご高齢者専用ダイヤル」とは、直接オペレーターにつながり、ご高齢の方にもよりわかりやすく、丁寧に応対させていただく番号サービスです。

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、農業といった大切なものを支える「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紹介、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、大地と地域のみらい。JAグループ

2448105D103

詳しくはお近くのJAまたは担当者にお問い合わせください。

どなたでも
入場無料!!

25th

JA農機&資材フェスタ 2024

～進化する農業 次世代につなげよう!～

7月19日(金)・20日(土)

9:00～16:00　8:30～14:30

開催場所 **エムウェーブ**
長野市オリンピック記念アリーナ

ご来場プレゼント
数量限定!!
当日ご来場のお客様に記念品をプレゼント!!

※画像はイメージです。

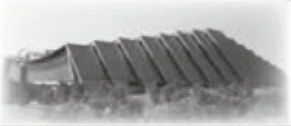
- 農業機械を一堂に展示
- スマート農業ご紹介
- 最先端農機の実演コーナー
- 肥料・農薬商品紹介
- 中古農機掘り出し物コーナー used
- 県内産農産物直売コーナー

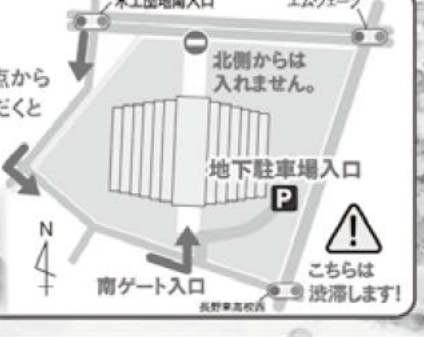
ご成約プレゼント
当日20万円以上ご成約のお客様に記念品をプレゼント!!

会場へのアクセス

エムウェーブ（長野市オリンピック記念アリーナ）
〒381-0025　長野県長野市大字北長池195

駐車場入口について
お車でお越しの際、「木工団地南入口」交差点から南ゲートに入場していただくとスムーズです。
ご協力お願いします。





●主催：長野県農協生産資材事業推進協議会　●後援：長野県・JA全農長野

組合員・地域の皆様へ　JA推奨オリジナル2024

盆提灯

家紋入提灯　予約受付中
家紋入のご用命はお早めにお願い致します。
7月末日まで

盆提灯・新盆・法事相談承り中

JA大北 新盆フェア開催

会場／**JAホールおおまち**　6月16日(日) 9:00~15:00
大町市平7791-6　☎0261-26-3300

会場／**JAホールまつかわ**　6月23日(日) 9:00~15:00
松川村上縁町7051-12　☎0261-62-1700

※掲載は一部商品となります　※写真と現物は色が異なる場合があります

紫色の美しい花、長野県のシンボルとされる県花「りんどう」をあしらいました。

※点灯時

❸ 対柄 伸縮住吉 絹二重 りんどう 黒檀調
(高さ87cm×径21cm)
〈外火袋絹・中火袋紙〉
JA標準価格 130,900円 (本体価格119,000円)
一対 91,630円
組合員割引価格 (本体価格83,300円)
ワンタッチ伸縮

対柄提灯 絹二重 りんどう 黒檀調 〈外火袋絹・中火袋紙〉

❶ 12号(90cm×36cm)
JA標準価格 105,600円 (本体価格96,000円)
一対 74,140円
組合員割引価格 (本体価格67,400円)

❷ 13号(98cm×39cm)
JA標準価格 121,000円 (本体価格110,000円)
一対 85,140円
組合員割引価格 (本体価格77,400円)

簡単ワンタッチ

❸
※点灯時
ワンタッチ伸縮

※点灯時

❻ 対柄伸縮住吉 絹二重 都忘れ 黒檀調
(高さ87cm×21cm)
〈外火袋絹・中火袋紙〉
JA標準価格 130,900円 (本体価格119,000円)
一対 91,630円
組合員割引価格 (本体価格83,300円)
ワンタッチ伸縮

対柄提灯 絹二重 都忘れ 黒檀調 〈外火袋絹・中火袋紙〉

❹ 12号(90cm×36cm)
JA標準価格 105,600円 (本体価格96,000円)
一対 74,140円
組合員割引価格 (本体価格67,400円)

❺ 13号(98cm×39cm)
JA標準価格 121,000円 (本体価格110,000円)
一対 85,140円
組合員割引価格 (本体価格77,400円)

簡単ワンタッチ

❻
※点灯時
ワンタッチ伸縮

JA葬祭 事前相談会

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

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／**6月27日(木)** 時間／10:00~12:00
●開催場所／**JAホールおおまち**

ご来場者には粗品をプレゼント!!

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**

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

牡牛座
4/20~5/20
全体運 ／予定は前倒しで進めましょう。下旬は暴気払いプランを計画。生活にめりはりをつけるとより充実。メモの習慣が◎
健康運 ／口腔(こうくう)ケアに力を入れて健康寿命アップ
幸運を呼ぶ食べ物 ／ナス

牡羊座
3/21~4/19
全体運 ／家族と過ごす時間を大切に。レジャープランは気合いを入れて。華やかなスポットにツキがあります。おしゃれも吉
健康運 ／何でもおいしいとき。食事はカロリーも意識して
幸運を呼ぶ食べ物 ／トマト

JA直売所だより

日頃はJA大北農産物直売所をご利用いただき、また出荷をしていただいている皆様に、心から感謝申し上げます。いよいよ暑さが増す季節となりました。山菜のピークも終わり、これからは地元野菜の出荷に期待がかかりますが、現在はまだ量が少ない状況です。　それでも、アスパラガスやレタスなどは出荷されています。出荷量が少ないため、お求めの際はお早めのご来店をお勧めします。エーコープ白馬店やファーマーズおおまち店の直売コーナーもぜひご利用ください。

松川村　アルプス一番

お米の特売日

- 6月28日(金)～29日(土)
- 7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

- 6月21日 (金)～22日(土)
- 7月12日 (金)～13日(土)

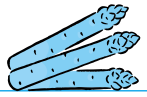
（セール日程は変更する場合もあります）

今月の推し農産物

タケノコ(ハチク)

皆さん、こんにちは。ええっこの里直売所の石田陽奈です。
地元産のタケノコが入荷しました。タケノコご飯をはじめ、
煮物やサバ缶と一緒にしたタケノコ汁など、旬の味わいをお楽しみください。

今が旬のアスパラガスの豆知識!



緑色で細長いシルエットがかわいいアスパラガスですが、日本で食べられるようになったのは明治以降と私たちにとっては比較的新しい食材です。

アスパラガスにはビタミンA、ビタミンB1、B2、ビタミンC、ビタミンE、カリウム、カルシウム、鉄、食物繊維といったビタミン類が豊富で、女性にうれしい成分がたっぷり含まれています。
より細かい栄養素で注目されているのが「アスパラギン酸」です。その効果は、・毒性のあるアンモニアを体外に排出する(利尿作用)・美肌を作る・体調を整える・疲労回復と、とても優秀な栄養素を含んだ野菜なのです。特に穂先には「アスパラギン酸」が多く含まれていると言われていますので、これから暑い夏を乗り切るためにアスパラガスを食べましょう!

お近くのJAの直売所には新鮮なアスパラガスが並んでいます。ぜひお買い求めください。また、食べきれなかったアスパラは水を入れたコップに穂先を上にして立てておけば長持ちします。横にして保存すると鮮度が落ちやすいのでご注意ください。

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。

蟹　座　6/22～7/22
全体運 ／ 勢いのある好調運。イニシアチブを発揮すれば、さらに充実。周りからも感謝されます。人の集まる席にツキ
健康運 ／ 友人とスポーツを楽しんで。筋トレもお勧め
幸運を呼ぶ食べ物 ／ イチジク

双子座　5/21～6/21
全体運 ／ 高め安定運。ルーティンワークの効率アップを図りましょう。余裕が生まれ、いい思い付きがありそう。旅行が吉
健康運 ／ 足裏マッサージでリラックス。音楽鑑賞も◎
幸運を呼ぶ食べ物 ／ シカクマメ

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。

日程（時間:9時～16時）	ローン相談（開催場所）
6月23日(日)	本所アプロード1階ローン年金相談センター
7月14日(日)	

日程（時間:9時～16時）	年金相談（開催場所）
6月19日(水)	平事業所
6月23日(日)	本所アプロード1階ローン年金相談センター
7月5日(金)	ときわ事業所
7月9日(火)	大町支所
7月14日(日)	本所アプロード1階ローン年金相談センター

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ください。※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!

すでに年金受給されている方へ
～JAならお受け取りされている口座の変更も楽々～

対象期間▶2025年2月28日まで

「選べるプレゼント」

1. JAまごころ商品券 3,000円分
2. JAオリジナルギフト 小谷漬けセット4品 人気の定番商品!!
3. JAオリジナルギフト 米粉セット5袋 米粉なのでヘルシー!!

期間中、新たにJA大北にて公的年金のお受け取りを開始されたお客様、またそのお客様をご紹介いただいた方のお二人に、「選べるプレゼント」を差し上げます。ご夫婦、親子、お友達に、ご近所さん、JA大北でご一緒に。（ご紹介者さまは、JA大北にて年金をお受け取りいただいている方に限ります）

理事会（5月23日開催）

■協議事項

① 行政庁への業務報告書の提出について
② 第59回通常総代会 緊急決議について
③ 共済規程の一部変更（案）について
④ 固定資産取得（案）について
全議案が可決承認されました。

■報告事項

① 4月末 事業実績について
② 4月末 組合員の新規加入状況について
③ 第59回通常総代会について
④ 令和6年度 地区・支所総代会 意見集約について
⑤ 行政庁の報告徴求命令に基づくマネロン調査報告について
⑥ 貸出金特別金利減免基準について
⑦ 貸出金利の改定について
⑧ 主な会議・行事について

出資配当金通知書の送付時期について

令和6年5月24日に開催された第59回通常総代会において決議されました、令和5年度の出資配当金につきまして、6月中旬に組合員の皆さまへ振込みをさせていただきました。

出資配当金通知書の送付は、7月になりますので、ご理解をお願いします。

乙女座 8/23～9/22
全体運 ／ コミュニケーション運が活発化。疎遠になっていた人とも連絡が取れそう。同窓会などを企画するのもお勧めです
健康運 ／ 体をまめに動かすのが健康への近道。ストレッチを
幸運を呼ぶ食べ物 ／ オクラ

獅子座 7/23～8/22
全体運 ／ 上昇運。うまくいかないことは原因究明から。正攻法が解決への近道です。交渉は後半が有利。準備は入念に
健康運 ／ 小魚や牛乳、カルシウムをしっかり取って
幸運を呼ぶ食べ物 ／ トウガン

詐欺は防げる!!

改めて家族や身近な人と話してみましょう

✕ 詐欺にだまされてしまった例

JA●●(もしくは役所)の担当です。
毎月の保険料で多くいただいていたものが見つかりました。還付が必要なら今日中に口座番号と暗証番号を教えてください。

お金が戻ってくるのはありがたい!
口座番号は●●で暗証番号は●●です。

もう安心ですよ。
こちらで手続きしておきます。

――数日後…

あれ!? いつの間にか口座のお金がなくなっている?

だまされてしまった原因

- JA、警察、役所と聞いて本当の話と思い込んでしまった
- 「今日中に」など判断を急がせるような言葉や、お金が戻ってくるという「うまい話」に惑わされて焦ってしまった
- 「口座番号」と「暗証番号」を教えることで大きな被害になってしまうと知らなかった

○ 詐欺にだまされなかった例

JA●●(もしくは警察)の担当です。
あなたの口座が悪用されているので口座番号と暗証番号を教えてください。

(暗証番号を聞かれたら詐欺って娘や友人が言っていたような…)
一度電話を切って家族に確認します。

――JAの電話番号を調べて直接連絡してみると…

JA担当者

口座番号や暗証番号を聞くことは絶対にありません。詐欺の可能性が高いですね。

家族や友人と話していたおかげで被害に遭わなくてよかった!

だまされなかったポイント

- 「口座番号」「暗証番号」を聞かれたことを怪しいと思えた
- 公的機関の名前が出ても怪しいと思えた
- 家族や友人と詐欺の注意点について話していた
- いったん電話を切って、家族や友人に詐欺ではないか確認した

公的機関やJAの職員であっても口座番号や暗証番号を聞くことは絶対にありません。
知らないうちにインターネットバンキングを開設され、大切なお金が詐欺犯に奪われてしまう危険があります。

特殊詐欺チェックリスト

- ☐ 暗証番号を教えてください
- ☐ カードが悪用されています
- ☐ お金が戻ってきます
- ☐ キャッシュカードの交換が必要です
- ☐ 指示に従ってATMの操作をしてください(判断を急がせるようなもの)
- ☐ 銀行協会／警察がご自宅に伺います

1つでも当てはまったら詐欺です!
すぐに電話を切って家族や身近な人に相談しましょう。

詐欺にだまされないためには

- 公的機関やJAの名前を出されても、一度電話を切り、直接問い合わせて確認しましょう。
- 少しでも様子がおかしいと感じたら、家族や友人など身近な人に相談しましょう。事前に家族間で話し合っておくのも効果的です。
- 詐欺の手段は電話が9割近くを占めています。常に留守番電話機能を設定しておき、通話の録音や防犯機能が付いた迷惑電話防止機器を使いましょう。

JAバンクは被害拡大防止に向けて、店舗での「声掛けの徹底」に取り組んでいます。

ATM付近で携帯電話を利用している方や窓口で多額の現金を引き出そうとしている方には、現金のご利用目的などをお伺いすることがございます。なにとぞご理解とご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

JAバンク

蠍座 (10/24~11/22)
全体運 ／困難を乗り越えて結果を出せます。諦めずに忍耐力を発揮しましょう。旅行は初めての場所にツキあり
健康運 ／慌てるのはけがのもと。動作はゆっくりと
幸運を呼ぶ食べ物 ／サクランボ

天秤座 (9/23~10/23)
全体運 ／思うようにならないことが多くいら立ちがちですが、それも次第に解消。後半は味方が現れます。友人とお茶を
健康運 ／トイレは我慢しないで。水分補給はたっぷりと
幸運を呼ぶ食べ物 ／ゴーヤー

スプリント療法

リハビリテーション科　作業療法士　村井（むらい）　貴（たかし）

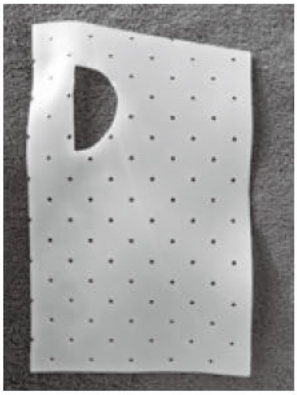
リハビリテーション科の作業療法では、主に手指の疾患に対してスプリントというものを作製して治療の一部として活用しています。スプリントは装具と同義語として扱われますが、一般的に装具は、既製品や義肢装具士が作製し、耐久性に優れ半永久的に使用できるものとされています。一方、スプリントは作業療法士が、患者さんの手の形に合わせて短時間（5分～最大1時間程度）で作製します。治療用の仮装具という位置づけであり、長期的な使用ではなく、数週間～数か月間装着するものになります。

【スプリントの目的】

① 固定（痛みがある関節や不安定な関節を動かないように固定する）
② 矯正（硬い関節を動くように矯正する）
③ 代償（麻痺などによって手が動かしにくくなった際にゴムやバネの力で動かす）
④ 練習（主に腱修復術後の動作練習に用いる）などがあります

作製方法は、手指を採寸し熱可塑性（ねつかそせい）プラスチックをある程度の型に切り，お湯に入れて軟化させます。水気を拭きとり、手指に充てて形を整えます。硬化してきたら、余分な部分を切り取ります。必要な部品を張り付けて完成となります。

【スプリントの作り方】


①採寸した熱可塑性プラスチック

②手から腕にあてて形を整える

③余分な部分をカットしてできあがり

また、動的スプリントとしていくつかのパーツを組み合わせる場合もあります。ハンガーを曲げてゴム紐で指を牽引したり、指先にフックを取り付けるなどあります。近年はスプリント素材も多種多様になってきていて、ニット素材なども増えてきています。それに伴い、新しいスプリントの報告も増えてきています。我々もよりよい治療ができるように、日々勉強していきたいと思います。

［お問い合わせ］ 整形外科　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 ／運勢は盛り上がりを見せています。一筋縄ではいきませんが、ワクワクするような体験も。バカンスの予定を立てて
健康運 ／楽しみながらできる運動が◎。体力アップの好機
幸運を呼ぶ食べ物 ／スイカ

射手座（11/23～12/21）
全体運 ／スローペースですが進展が見られます。後半、運勢は大きく上昇。あなたの望む方向に風向きが変化。地道に交渉を
健康運 ／発酵食品にツキ。納豆やヨーグルトで元気に
幸運を呼ぶ食べ物 ／シソ

国営アルプスあづみの公園【大町・松川地区】通信

あづみの公園大町・松川地区では、初夏のイベント「森のクラフトパーティー」を開催します。地域の文化に触れられるワークショップや、木の実や木の枝など園内の恵みを利用した体験プログラムに参加してみませんか。新緑に包まれる園内では、エゴノキやホオノキ、シェードガーデンのホスタなど、様々な花木も咲き始めるのでおすすめの時期です。

森のクラフトパーティー

●開催期間／6月1日(土)～6月30日(日)

【ワークショップ】

アルミ叩き出し手作りスプーンつくり

アルミを叩いて作るスプーンの手作りにチャレンジ！

●日　時／6月22日(土)・23日(日)
①午前11時～ ②正午～ ③午後1時～ ④2時～ ⑤3時～
●場　所／入口広場　●定　員／各回4名(事前申込)
●参加費／1,000円/本　●協　力／outdoor guides kiboco
※雨天時はレンタル棟で実施

陶芸教室

池田町の陶芸窯「Miwa pottery」による陶芸教室です。

●日　時／6月29日(土)・30日(日)
●場　所／レンタル棟
●定　員／各回10名(事前申込)
●参加費／3,000円(送料は別途)
●協　力／Miwa pottery

※作品のお渡しまで1か月～1か月半かかります。
※公園でお渡しか、郵送かお選びいただけます。

【自然体験】

森で拓本をつくろう

自然サポーターと自然散策をしながら木の枝や葉っぱなどの材料を拾い、拓本をつくってみよう。

●日時／6月22日(土)・23日(日)
(集合時間)①午前10時 ②午後1時～(所要時間:約1時間半)
●場所／インフォメーションセンター　●定員／各回15名(事前申込)
※雨天中止

【創作体験】

森のリンリン

園内の間伐材にイラストを描いて、オリジナルのキーホルダーをつくろう。

●日　時／6月11日(火)～21日(金)
午前9時30分～11時30分
午後1時～3時
●場　所／森の体験舎 創作工房　●料　金／300円/個

【食体験】

釜飯づくり

地元産のお米を使った釜飯づくり体験です。

●日　時／6月22日(土)
午前9時30分
～午後1時30分
●場　所／森の体験舎　食工房
●料　金／500円/個
※材料が無くなり次第終了

●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】9:30～17:00(3月～10月)
※詳細は公園ホームページでもご確認いただけます。

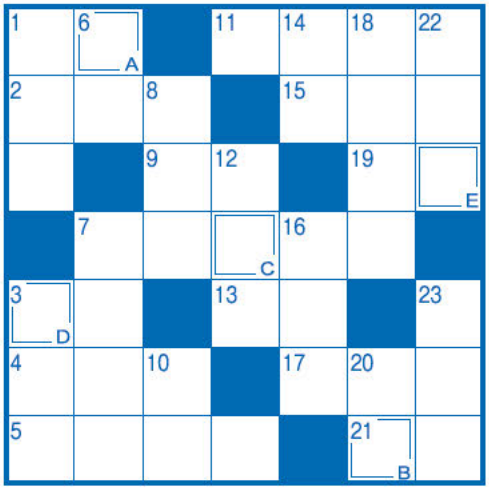
公園ホームページ ▶ https://www.azumino-koen.jp/
Facebook ▶ https://www.facebook.com/azumino.OM
Twitter ▶ https://twitter.com/@azumino_OM
Instagram https://www.instagram.com/alpsazumino_om

魚座 2/19～3/20
全体運 ／ 良好運。前半は大きな追い風に恵まれます。善は急げで行動を。後半は話をよく聞き冷静に。感情的にならないで
健康運 ／ やったことのないストレッチを試してみましょう
幸運を呼ぶ食べ物 ／ サニーレタス

水瓶座 1/20～2/18
全体運 ／ 気になることは多そうですが、あまり神経質にならないように。おとなしく待っていた方が好結果に。掃除が吉
健康運 ／ 有酸素運動がお勧め。外出時は水筒を携帯して
幸運を呼ぶ食べ物 ／ ショウガ

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 小説を書く人をこう呼ぶことも
3 貼り合わせて合板を作ります
6 アジやイワシと並んでよく食べられる青魚
7 天の川を渡って織り姫に会いに行きます
8 春がスプリングなら夏は
10 目で見える範囲のこと
12 手首のこと。――バンド
14 2024年の夏季五輪が行われる都市
16 渡り――を通って隣の校舎へ行った
18 アウターの反対語
20 ウイスキーはこの中で熟成します
22 病気の治療や予防に使われます
23 打ち上げ――、線香――

●ヨコのカギ

1 七夕の短冊を付ける植物
2 鳥が羽ばたかせるもの
3 東北地方で牛のこと
4 だしじゃことも呼ばれます
5 ひ孫の子どもです
7 ロンドンの――空港は英国最大の国際空港です
9 ポンポンと地面で突いて遊びます
11 高校球児が試合をするときに履きます
13 ピサにあるものは傾いていることで有名です
15 シャンプーの後で使う人もいます
17 侍が腰に差していたもの
19 ――ふり構わずがむしゃらに取り組んだ
21 漢字などに付ける小さな文字

■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ください。
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／6月30日必着

eメール・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

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

●5月の答え

ナガグツ

1カ	5タ	8ツD	ム	12リ	■	17サ
■	6チ	チ	■	13ビ	15カ	ン
2オ	バ	■	11バ	ン	グC	ミ
モ	■	9バ	ツ	グ	■	ヤ
3テ	7ナA	ン	ト	■	16オ	ク
4サ	ラ	ダ	■	14タ	コ	■
ク	■	10ナ	マ	ガB	ワ	キ

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!!

◎新緑の息吹に包まれ、田んぼに水が張られるこの時期は、農家にとって一年で最も活気に満ちた季節です。種をまき、苗を植えることで、収穫の喜びにつながる希望を感じます。
松川村　60歳代　男性
●編集より／新緑が息吹く季節、皆様の農作業への熱意と希望が私たちJAにも伝わり、大いに励まされています。これからも地域の農業がさらに発展するよう、全力でサポートして参ります。

◎5月中旬、子どもと大人合わせて18名で田植えを終えました。広い田んぼを二条植えの機械で植えるので、手間がかかります。昔の人が全て手作業で行ったという話を、お昼休みにお弁当を囲んで共有しました。
大町市　60歳代　女性
●編集より／田植え、本当にお疲れさまでした。昔の農作業の話を共有するのは、素晴らしい経験ですね。そうした貴重な時間が、世代を超えて農業の知恵と絆を深めていくことでしょう。

◎中山間地区を中心に鳥獣被害が増加しています。昔に比べて、山へ行く機会が減ったことが原因のひとつと考えられます。また、畑に残飯を捨てないよう注意し、柿などの果物はしっかりと収穫しましょう。
池田町　70歳代　男性
●編集より／ご意見をお寄せいただき、ありがとうございます。中山間地区における鳥獣被害の増加は、多くの地域で共通の課題です。一人一人が地域の環境保全と自然との共生を目指すことは、持続可能な社会を築く上で不可欠です。

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、ください。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 まで
FAX.0261-23-4831
eメールアドレス
kouhou@dhk.nn-ja.or.jp

みんなの川柳

お茶もって 来てみりゃ五反ブ 植え終り
元気ばば

消滅といわれて つくろう 郷土愛
大町 タケサン

参観日 親は平成 子供は令和
あっこちゃん

水田で 今年も元気に 春蛙
大町大好っ子

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、応募は下記の宛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　林（はやし）　菜々海（ななみ）さん（22）大町市

～建築への夢を相模組で挑戦～

仕事は

今年4月に大町市の「株式会社　相模組」に入社し、建築部で施工管理を目指して働いています。大学生の時から不動産や住宅に興味を持ち、その夢を実現するためのキャリアを歩み始めました。現在は、上司や先輩と共に現地調査に同行し、建築プロジェクトの基礎を学んでいます。相模組を選んだのは、面接で感じた会社の前向きな雰囲気と、女性が施工管理として活躍できる環境が整っていたからです。

農・食に対するイメージ・思い

農業を営んでいた祖父母のもとで、小さな頃からお米や野菜の袋詰めを手伝い、出荷から売り場に並ぶまでの細かな作業の大変さを知りました。その経験は、食べ物への感謝の気持ちを深め、大学での一人暮らしを通じて、親のありがたみをより強く感じるようになりました。

休日・趣味は

休日は、ピアノ演奏やダンス動画を視聴することで、心をリフレッシュしています。それぞれの音符とステップが、日々の生活に活力を与える源となっています。

これからの夢・目標は…

建築の世界では、知識の習得は成功への最初のステップです。現在、訓練校での学びを通じて、私はその知識の幅を広げ、専門性を深めています。一人前の施工管理になることを目標にし、建築を通じて社会に価値を提供し、持続可能な未来を築くことを夢見ています。

ざんせつ

5月24日、第59回通常総代会を無事に開催することができました。新たな一歩を踏み出す決意を胸に、組合員の皆さまの声を反映した有意義な対話が行われました。地域の発展と農業の未来を見据え、力強いスタートを切ることができたことに、心から感謝しております。次号の広報だいほく7月号別冊では、通常総代会の詳細と、そこで決定された重要な方針などについてご報告いたします。今後とも変わらぬご支援とご理解を、心よりお願い申し上げます。

丸山

プライバシー保護の観点から、
掲載内容の一部を削除してあります。

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。

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。

桜えびと新玉ねぎのかき揚げ丼

●材料

釜揚げ桜えび	40g
新玉ねぎ	1/2個
コーン	20g
あげらく天	適量
揚げ油	適量
青じそ	2枚
ご飯分	2人分
めんつゆ	適量

●作り方

① 新玉ねぎは薄くスライスします。
② ボウルに釜揚げ桜えびと①、コーン、あげらく天を入れてさっくりと混ぜます。
③ 別のボウルにあげらく天と規定量の水を入れて混ぜ、衣を作ります。
④ ②に③を少しずつ加え、混ぜ合わせます。
⑤ 揚げ油を170℃程度に熱し、④を食べやすい大きさで揚げます。
⑥ 青じそは縦半分にし、千切りにします。
⑦ 丼にご飯を盛り、⑥を散らしてから⑤を盛り付け、めんつゆを回しかけます。

一口メモ

桜えびは殻ごと食べるため、他のえび類に比べるとカルシウムやカリウムなどのミネラル類が3倍に増えるといわれています。特にカルシウムは牛乳の4～6倍程度になります。赤い色素成分のアスタキサンチンは抗酸化作用、抗炎症作用があり、サプリメントやドリンク、化粧品などに多く使われるようになった注目の成分です。

安全 安心 便利

◎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、女性部神城支部より

芋もち

材料(10個分)

・ジャガイモ…300g
・牛乳…50ml
・片栗粉…大さじ3
・塩…小さじ1/2
・チーズ…60g
・バター…10g
・パセリ等
・タレ
　めんつゆ…大さじ1
　みりん…大さじ1
　（レンジで加熱する）

作り方

① ジャガイモは皮をむいて一口大に切る。
② 耐熱ボールに入れてラップをかけ、600Wレンジにて5～6分加熱し、熱いうちにつぶす。
③ ボールに牛乳、片栗粉、塩を入れて混ぜ合わせる。
④ ②に③を3回に分けて加え、よく混ぜ合わせ、なめらかになったら6等分にする。
⑤ チーズを包み、丸くおやき状に成型する。
⑥ フライパンにバターを溶かして⑤を並べ、中弱火で片面4～5分程度ずつ焼く。
⑦ 器に盛り、パセリ等かけて仕上げる

今月のポイント! 溶いた粉をホットプレートへ小判型にのばす時は、スプーンの底を使うとうまくのばせます。

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

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

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。

●発行日／令和6年6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/