

だいほく

絆でつなげる笑顔の輪 ふれあい情報誌



3

2025 (令和7年)

No.720

CONTENTS だいほくNEWS・女性部NEWS … P2 / 国営アルプスあづみの公園NEWS … P9 / 長野県A・コープだより … P10
JAファームへ行こう! … P11 / 営農アドバイス … P12 / 営農通信 … P13 / 知っているようでよく知らない JASって何だ? … P14
経済部だより … P16 / JA直売所だより … P17 / 国営アルプスあづみの公園 … P18 / からの健康百科 … P19
JAインフォメーション … P20 / JAグループ SDGs取組宣言 … P21 / アルプスサロン … P22 / まごころ宅配・かあちゃんの味 … P24



唐辛子を使った商品第三弾「チリペンくん」、「ふたみちゃん」、「ゆずペンくん」→チリペン三岳隊

地域おこし第二弾 育てた唐辛子で広がる地元の魅力

大町中学校の挑戦

大町市の大町中学校・特別支援教室「こぶし学級」の生徒たちは、「中学生にもできる地域おこし」をテーマに、唐辛子栽培から地域の名産品を開発する挑戦を続けています。

2024年5月に完成した一味唐辛子「チリペンくん」は、地元や観光客から好評を得ています。

「チリペンくん」は、生徒たちが丹精込めて育てた日本在来種の八房唐辛子を使った一味唐辛子です。鷹の爪ほどの強烈な辛さではなく、ほどよい辛さが特徴で、料理に風味とアクセントを加えます。生徒たちが商品化を手掛けたこの特産品は、唐辛子を使ったタバスコ®「マチスコ」に続く第二弾となります。八房唐辛子の鮮やかな赤みを生かし、風味と辛さが絶妙に調和した逸品です。

生徒たちは、2023年から新商品の開発に本格的に取り組み始めました。同校を同年春に卒業した3年生の女子生徒2人が、商品化に際してマスケットキャラクター「チリペンくん」を考案しました。ペンギンと

唐辛子を組み合わせたキャラクターで、若い感性あふれるパッケージデザインが魅力です。

「こぶし学級」では、地域おこしを



唐辛子を使った商品第一弾「マチスコ」



唐辛子の植え付け(昨年5月)



唐辛子の収穫(昨年10月)

学ぶ授業の一環として、4年ほど前から学校近くの畑を借りて唐辛子を栽培しています。収穫された唐辛子は「マチスコ」と「チリペンくん」に加工され、販売されています。

2024年には約2700株の唐辛子を収穫し、前年の約3倍の収穫量となりました。生徒たちは「全国で販売したい」「世界規模の商品になってほしい」と夢を描いています。

「こぶし学級」の教諭、田中祐貴先生は、「一生懸命頑張った成果が商品となり、多くの人に喜んでもらえる。その喜びを感じることで、子どもたちの成長にもつながってほしい」と語っています。中学生たちの挑戦は、地域おこしの新たな可能性を切り開くと同時に、生徒たちの成長にも大きな影響を与えています。

この活動は、大町市社会福祉協議会と連携して行われています。障害者施設の利用者さんと共に商品開発をしているほか、地域ボランティアの方々も農作業の手伝いをしていきます。中学生と地域が協働して活動をしていることで、相互の理解や支え合いが生まれています。こぶし学級の生徒たちは、総合的な学習を通じて、一次産業(生産)、二次産業(加

工)、三次産業(販売)の六次産業化を実現しました。

現在は市内のイベントや塩の道ちようじや、JA農産物直売所「えっこの里」にて販売活動を行っており、チリペンくんは1個350円(税込)で好評を得ています。生徒たちはさらに新たな商品の開発を目指しており、地域おこしプロジェクトはますます盛り上がりを見せています。

また、チリペンくんのお友達として、山椒の風味と刺激のある二味唐辛子「ふたみちゃん」が登場しています。さらに、「つついっかけちゃう赤



ラベル張りやびん詰も生徒が行いました。



収穫した唐辛子の実を切り取る生徒たち



チリペンくん(フィギュア模型)

い一撃」と称される「うめえずら」油も販売されています。これらの新商品は、いずれも市内の塩の道ちようじやで購入することができます。一方、「ゆずペンくん」は材料が間に合わず、現在は販売されていませんが、将来的な販売を目指しています。



多くの関係者が参加した大北生産振興大会

りんごづくり 産地維持と収益性向上を目指した

大北りんご生産振興大会開催

大北園芸振興協議会、J A大北、およびJ Aりんご生産部会は2月19日、令和6年度大北りんご生産振興大会を大町市のJ A大北北所会館で開催しました。生産農家や関係者が集まり、昨年度のりんご生産状況を確認し、生産技術向上の講演会が開かれました。また、選果場の優秀出荷者が表彰されました。

令和6年度大北りんご生産振興大会は、大北園芸振興協議会、J A大北、およびJ Aりんご生産部会の主催で開催されました。大町市、松川村の生産農家やJ A営農指導員、県北アルプス農業農村支援センターのほか、県外の青果市場関係者など約40人が参加しました。開催に先立ち、大北園芸振興協議会の中塚満会長、J A大北りんご生産部会の平林秀規部会長、J A



あいさつする平林部会長

大北の中村茂専務理事が主催者あいさつを行いました。平林部会長は、「これまでの反省を活かし、地域計画



沖村俊彦氏による講演

を進めながら、若い担い手とともに大北の産地を盛り上げていってほしい。最近の高温による影響で栽培が難しくなり、収穫量が減少しているが、未来の10年に向けて対応を考えていく必要がある」とあいさつしました。当JAの中村茂専務理事は、「現在、長野県のりんご生産量は11万トンで、平成9年の22万7千トンから半減。主な原因は生産者の高齢化、資材の高騰、自然災害、温暖化などが挙げられる。JAでは技術対策と産地維持を進め、高品質なりんごの生産を目指す」と述べました。

続いて、JAりんご選果場の表彰が行われ、品種ごとの上位等級者と最多出荷者に表彰状と記念品が授与されました。表彰されたのは、サンつがる、シナノスイート、サンふじの各品種から計4人でした。

その後、令和6年度の反省会が開かれ、昨年度のりんご出荷量や品質、販路についての分析や評価、令和7年度の生産販売に向けた話し合いが行われました。農家や関係者は、今年度のりんご生育状況や市場動向、選果・販売経過について情報交換を行い、意見を共有しました。

最後に大会では、昨年度のりんご生産状況を確認し、生産技術向上に向けた講演が行われました。講演会では、JA全農長野で長年生産振興や販売を担当していた沖村俊彦氏が「りんご産地の維持拡大に向けた、担い手づくり・産地づくり」と題して講演を行いました。りんご生産量が減少する中では、高密度栽培の取り組み強化が重要であり、10aあたりの収量を上げることで生産者の収益向上を目指します。また、りんご産地としての収益性向上を目指し、経営安定に向けた取り組み（労働生産性の向上）、目標反収・品質維持のための生産技術向上、省力品種の検討と出荷可能な品種構成の確立など、具体例を紹介しながら説明しました。参

加者は講演に深い関心を寄せていました。

令和6年度JA大北りんご選果場表彰者は次のとおりです。（敬称略）

○上位等級の部

- ▽サンつがる
 - 中村 元治（大町市大原町）
 - 株式会社 国光園（大町市俵町）
- ▽サンふじ
 - 平林 栄一（松川村新屋敷）

○最多出荷の部

- ▽サンつがる
 - 株式会社 国光園（大町市俵町）
 - シナノスイート
 - 藤巻 和成（大町市常盤）
 - ▽サンふじ
 - 株式会社 国光園（大町市俵町）
 - ▽全品種
 - 株式会社 国光園（大町市俵町）



選果場表彰者(左から、平林栄一さん、中村元治さん、株国光園さん、藤巻和成さん)



熱心にセミナーを受ける受講生たち

北アルプスりんご栽培の未来へ

りんご栽培の未来へ

県北アルプス農業農村支援センター、JA大北、大北園芸振興協議会は、2月13日に令和7年度北アルプスりんごセミナーの第一回を大町市のJA本所会館で開催しました。大町市、松川村、白馬村などでりんご栽培に取り組んでいる生産者および新たにりんご栽培を始める生産者9人と関係者が参加しました。

開講に先立ち、同センターの中塚満センター長は、「今年4月から3年間、大北地域の果樹産地の維持に向けて、担い手の確保と育成を重点計画とし、新規就農者の技術力向上を目指して、セミナーを開催します。わからないことはすぐに聞いてほしい。専門用語などがわからないこともあるでしょうが、りんご栽培に必要な基礎的な知識と技術の習得を図ってほしい」と述べました。

続いて、同センターの伊藤瑛浩（いとてるひろ）普及指導員が講師を務め、りんごの基礎知識としてりんごの生理生態と年間作業、農薬の使い方、



受講生や関係者らが自己紹介

適正な保管管理など、防除暦に基づく病害虫防除のポイントをスライドや資料を使い、わかりやすく説明しました。参加者からは「りんご農薬『ボンド』は褐斑病に効果がありますが、果実の汚れが気になります。解決策や注意点を教えてください」といった質問が寄せられていました。本セミナーは12月下旬まで全6回開催されます。

池田町会染の矢口真幸さんがSBCラジオに出演

2月17日、池田町会染の矢口真幸さん(34)が、地域農業を支える生産者として2024年4月に新規就農し、SBCラジオ「いいJ Aんー信州」はじめまして。農ある暮らし」(「坂ちゃんのずくだせえぶり」でい

内のコーナー)の収録に参加しました。

矢口さんは、塩入美雪リポーターと共に、就農のきっかけや農業の楽しさ、栽培のこだわりについて語り、独立してからの日々を振り返りました。大学で



SBCラジオの取材を受ける矢口真幸さん(左)

は農学部で基礎知識を学び、名古屋市の企業に勤めた後、池田町にUターン。地域の高齢化と担い手不足に対する危機感から農業を始めることを決意。「自分でも農業で生計を立てられるか、地域の農業に貢献できるかを考えました」と語っていました。また、「会社員時代よりも、農作業はひとつひとつが完結することに喜びを感じます」と笑顔を浮かべていました。しかし、「自分がやったことが自分に返ってくる。成功も失敗も自分次第」と、農業の難しさも強調。農業は一人では難しく、J Aや役場、地域の協力が必要だと話していました。

矢口さんは「やると決めた以上は30年以上続けたい」と、農業を長く続ける意気込みを力強く語っていました。現在は、水稻を中心に、トマトやタマネギを約2ヘクタール作付けしています。

なお、この放送は3月24日(祝・月)午前11:50〜12:00に行われます。

「家の光」4月号のよみどころ

家の光
B no HIKARI
4月号
表紙 原田 知世 さん

手
リバーシブルで使える!
アームカバー

理不慮に退職させられ、気力を失いました。
愛のメッセージ
美輪明宏の人生相談

集
家事も人間関係ももっとラクでいい
「手放す」
どうまくいく

100
みんなで踊って、応募しよう!
家の光100周年ダンスコンテスト

果肉や果汁、皮までまるごと使える
庭先柑橘

楽しく学ぶ
JA共育ドリル
組合員の運営を助ける

100
シリーズ
百年を生きて
一〇二歳、曲師
玉川 祐子 さん

購読のお申し込みはお近くのJ Aへ





かき餅づくりで深まる絆

2月5日から7日の3日間、大町市のJA平旧生活店舗にて、女性部平支部による恒例のかき餅づくりが行われました。今年 は地元産米「ヒメノモチ」約18kgを使用し、部員たちは楽しみながら作業に取り組みました。

かき餅は、もち米をついて型に入れ、乾燥させた後に長さ5cm×厚さ5mmくらいに短冊切



短冊切りした餅の一部を丁寧に並べる部員たち

女性部平支部

りし、自宅に持ち帰り、日の当たらない場所に新聞紙を敷いて、その上に並べ、約2ヶ月間乾燥させて完成します。パリパリとした食感と香ばしい香り特徴で、農作業の合間に楽しむお茶菓子として親しまれています。各家庭では、砂糖や塩、カレー、抹茶などで味付けを楽しんでいます。揚げる時には、コープマーク品の「こめ油」を使用すると、軽くて美味しい仕上げ



手際よく餅を短冊切りにする部員たち

がりになります。短冊切りした餅の一部は、旧生活店舗に並べました。部員たちは「かき餅づくりは時間がかかりますが、皆でコツを共有しながら進めると楽しいです」と語り、熟練の手つきで作業を進めていきました。「これを食べると子供たちが大喜びです」「手間をかける甲斐があります」といった声も聞かれ、作業の間に交流が生まれ、地域の伝統を守りながら絆を深める貴重な機会となっています。

2025年
5月号で

家の光は
創刊100周年

さまざまな特別企画をお届けしていきます

総力大特集

「わたしと家族と台所」

わが家の台所物語

「家の光」と台所～台所改善運動編～

読者体験手記「台所の記憶」

5月号
別冊付録

100年分の「家の光」掲載記事から、よりすぐりの「台所の知恵」をまとめた永久保存版!



創刊100周年記念

家の光
愛読者謝恩
プレゼント

豪華賞品が
いっぱい!!

お申し込みはお近くのJAへ

定価(税込) ●普通月号 629円 ●特別月号(1・4・5・7・9月号) 922円 ●12月特別号 1,027円

JAグループ 家の光協会

〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11 TEL. 03-3266-9039 http://www.ienuhikari.net/

「はくばの豚」を使った肉まんづくり開催

国営アルプスあづみの公園



出来上がった肉まんを頬張る参加者



公園スタッフから餡を包むコツを教わる参加者

大町市常盤の国営アルプスあづみの公園大町・松川地区では、2月11日にJ A 大北が生産するSPF（特定病原体不在）豚「はくばの豚」を使用した肉まんづくり体験イベントが開催されました。市内外から親子連れを中心に約250人が参加し、参加者は公園スタッフから作り方を教わりながら、肉まんづくりを楽しんでいました。

体験では、まず用意された生地をテーブルの上の円形マークの大きさに合わせて手で伸ばしました。その後、はくばの豚や地元産の玉ねぎ、椎茸が入った餡を包み

ました。包んだ肉まんは、事前に自分の名前を書いたクッキングシートの上にの



蒸し器の中の出来上がった肉まんを見つめる親子

せて専用鍋に入れ、スタッフが蒸し器を使用して約15分蒸し上げました。蒸し上がった肉まんを受け取ると、ほかほかの蒸気が立ち上り、温かさが伝わってきました。松本市から体験に参加した親子連れは、「豚肉の味がしっかりとっていておいしい」「初めての体験でわくわくした」と喜びながら、自分の作った出来立ての肉まんを頬張っていました。

同園の道口善之課長は、「地元の農畜産物のPRの一環として、引き続き食体験を開催していきたい。そして体験を通じて、地元農畜産物の消費拡大にもつながれば」と話していました。このような体験イベントは、地元の食材をPRするだけでなく、親子を含む参加者同士の交流も深める素晴らしい機会となりました。

三 長野県A・コープだより 三

「エーコープマーク品」は、JAグループのプライベートブランド(PB)です。



Aコープのオリジナル開発商品

「安全・安心」にこだわる

エーコープマーク品

安全・安心な国内産
食品原材料を優先使用

主原料が国産100%の商品にのみエーコープマーク品
オリジナルの「国産原材料使用マーク」を表示します。



「エーコープマーク品」は、品質管理や環境に配慮したよりやさしい商品を目指した「安心と信頼のブランド」です。安全性について疑わしい食品添加物は使用しません。できる限り国内産の農畜産物を使用します。JASの規格とは別に、よりきびしい基準を独自に設定して、品質管理をしています。

《 エーコープマーク品とは 》

① 安全・安心な国内産食品原材料を優先使用

主原料が国産100%の商品に、エーコープマーク品オリジナルの「国産愛用マーク」を表示します。

② 安全・健康に配慮した品質基準や表示基準を設定

食品添加物など食品の安全性や、品質を規定する項目について、独自の品質基準や表示基準を設定し
査を行い、安全性の確保と品質の維持向上に努めています。

③ 地球環境に優しい商品を開発

環境に優しいことを商品開発の重要なポイントにしています。

④ JAグループ(全農)が品質を保証

全農営農・技術センターに、エーコープマーク品の商品検査を担当する品質管理室を設置しています。

《 エーコープマーク品ができるまで 》



STEP 01

組合員・利用者の方のご意見、ご要望をお聞きします

「子供が小さいので、食品の安全性が一番気になる」「おいしさが一番大切」「国産が欲しい」
店舗利用者懇談会、お客様相談窓口、店舗等を通して頂いた皆様の声を反映し、JAの特色
を活かした商品開発を行ないます。



STEP 02

検査・試験を行います

「商品の試作」「品質検査」
生活部品質管理室で検査・試験を行ない、エーコープマーク品としての品質基準や表示基
準をクリアしているか確認します。

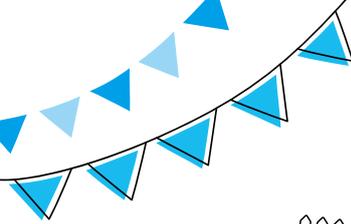


STEP 03

皆さんのお手元へお届け

「エーコープマーク品なら安心だわ」「人にも自然にも優しいのよね」
A・コープ各店舗または共同購入にて、商品をご購入いただけます。





農業・園芸を楽しく快適に



JAファーム オリジナル商品のご紹介

あったらいいな♪ 親しみやすく役立つ商品がいっぱい!

JAファームオリジナル肥料シリーズ

楽しく、気軽に農園芸に取り組んでいただけるよう、野菜全般に使える元肥や追肥、園芸全般に使える培養土など、豊富なシリーズを展開しています。より高品質を目指す方には、品目別の専用肥料もご用意しています。



JAファーム
大北南部店
樋口 佳範 店長

今月のおすすめ商品



有機由来の カキガラ石灰

粒状すぐ植え付けできる!

まいてすぐに植え付けできる!
有機由来のカキガラ石灰です。
以下のような効果があります。

- ① 酸性土壌を中和します。
- ② 作物に必要なミネラル(微量元素)を含みます。
- ③ 施肥後すぐに種まき、植付けができます。
- ④ カキ殻由来でゆっくり長く効きます。

施肥方法は、1坪(3.3㎡)当たり300~600gを目安に散布しましょう。
粒状なのでまきやすく、まきムラが出にくいです。



やさいの元肥

野菜全般におすすめ!

ナス・トマト・キュウリ・レタス・ハクサイ・ダイコン・ニンジン・ネギなど、野菜全般におすすめのJAファームオリジナル元肥専用野菜の肥料です。
食品加工副産有機物を原料とした有機を25%含んでおりますので、肥効がマイルドで土に優しい肥料です。
微量元素の苦土(マグネシウム)を含まれています。



有機堆肥

牛ふん+樹皮の完熟堆肥が
丈夫に育てる!

JAファームオリジナルの完熟堆肥です!
土壌がやわらかくなり、保水性・透水性・通気性が良くなり、健全な土壌に若返ります。
堆肥中の有用微生物が、土壌内微生物層のバランスを取り戻し、土を活性化させます。
1平方メートルあたり約2L(4~5にぎり)の施肥量です。
内容量は20Lなので、軽くて扱いやすい!
女性にもオススメです!



粒状苦土石灰

酸性土壌を中和して
地力を高めるとともに
有機質の分解を助け、
植物の葉緑素や根の生育には
不可欠なものです。

酸性土壌を中和して地力を高めるとともに有機質の分解を助け、植物の葉緑素や根の生育には不可欠なものです。
家庭菜園で使いやすい10kgの小袋タイプです!
粒状なので撒きやすく、微量元素(マグネシウム)も含まれています。
植付け前の土作りにオススメです。



JAファーム大北南部店
TEL.0261-23-6143



北安曇郡松川村1942-1 営業時間/3月~5月8:30~17:30(定休日なし)

園芸

営農部

JA大北各農産物直売所では、多くの農産物の作付け・出荷をお願いしています。栽培の基本は土づくりです。良品生産に向け土づくりをしっかり行いましょう!

土づくりのポイント

◎植物が育ちやすい土壌条件は

- 水はけ・通気性が良い(下層部 粒の粗さ)
- 水保ちが良い(上層部 粒の細かさ)
- 土壌酸度が適正(植物によって好みがある)
- 肥料成分の保持能力が高い
- 豊富な微生物の存在

以上の5条件を整えることが重要であり、手段は有機質(堆肥)の施用です。!



◎堆肥の施用方法と特徴

(1) 完熟堆肥の投入

① 良い堆肥の見極めをする

・未熟な堆肥 — アンモニア臭、原料の形や色が残っている。・完熟な堆肥 — 臭いが少なく黒っぽい。

② 堆肥施用量

10a当り2,000kg ⇒ 1a当り200kg目安。

③ 家畜堆肥の特徴

●肥料効果発現の速さ ⇒ <1位>鶏 <2位>豚 <3位>牛

●物理性改善効果 ⇒ <1位>牛 <2位>豚 <3位>鶏

(2) 土壌微生物を多様・豊富にする。

(3) 土壌診断により土壌の状態を確認する。⇒ 肥料の過不足がわかり、適切な施肥につながります。

(4) 堆肥の肥料成分量(目安)

例) 各堆肥を200kg施用する場合(1a標準堆肥施用量)

	牛ふん	豚ふん	鶏ふん
窒素成分量	1kg	2.2kg	6kg
リン酸成分量	2kg	3.4kg	9kg
カリ成分量	0.8kg	2kg	6kg
窒素 有効成分量	0.3g	600~1.5kg	600~4.2kg
リン酸 有効成分量	1.2kg	2.4kg	6.3kg
カリ 有効成分量	0.7kg	1.8kg	5.4kg
C/N比	15~20	10~15	7~10

C/N比(炭素/窒素比): C/N比が低いほど肥効が早い

市販の袋堆肥には表示されている。土壌改良資材として堆肥を利用するにはC/N比の高いもの(もみ殻堆肥、パーク堆肥など)



ダズバン剤の農薬登録失効に関するお知らせ

果樹(りんご、ブルーベリー等)殺虫剤として利用されてきたダズバンDFについて、令和7年2月に農薬登録が失効しました。農薬登録失効により、有効期限の残っているものについても使用できなくなりますので、ご注意ください。なお、代替農薬については、お近くの各JA営農センターへお問い合わせください。

白ネギも栽培してみませんか!!

おすすめポイント

- ☑ 露地で栽培ができ、比較的 management が容易です。
- ☑ 一番大変な選別・荷作り作業はJAに委託できます。
- ☑ 秋から冬にかけて需要が高まる品目です。
- ☑ 定植機・溝堀機の貸し出し支援あり。



1 収入目標(10a当たり)

販売代金 (粗収入)	目標反収2,500kg 売上625,000円-経費420,000円 = 収益20万円程度 ※試算は共選出荷の場合
---------------	---

2 定植苗

- (1) 定植苗 チェーンポット式
- (2) 定植時期 4月中旬～5月下旬
- (3) 注文単位 1トレイ単位
- (4) 1トレイ 1枚で約14m、本数にして約520本!!
- (5) 10a当たりの定植本数は40～50枚程度
- (6) 品 種 夏扇パワー(黒柄系一本のネギとなります。夏場の暑さにも強く冬の寒さにも強い品種です)



栽培希望の方は、各センターにて受け付けております。

最寄りのセンターへご相談ください。

JA大北 連絡先

南部営農センター
TEL.23-5364



南部営農センター
池田センター
TEL.62-6430



南部営農センター
中部センター
TEL.22-1775

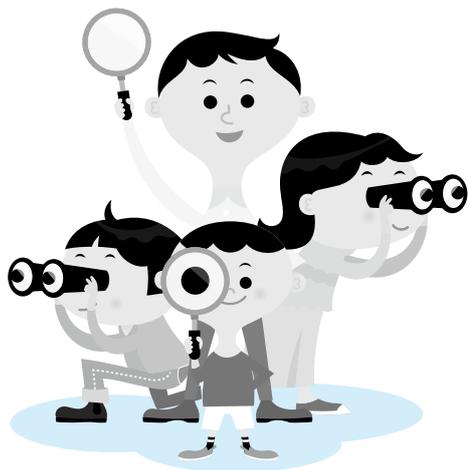


北部営農センター
TEL.75-2180



北部営農センター
小谷センター
TEL.82-2042





食品売り場などでよく見かけるJASマーク。ところでJASって何だろう？ どんな役割があるんだろう？ みんなで考えてみましょう。

JAS知っているようでよく知らないって何だ？

Japanese Agricultural Standards

JAS＝日本農林規格、英語の頭文字を取った通称です。

JASは、食品や農産物、木材などの品質や成分、生産方法、管理方法などについて、農林水産大臣が定めた国の基準(規格)のことです。この基準を満たし、認証を取得することでJASマークを付けることができます。JASマークは、製品が一定の品質や安全性を持っていることを示す目印なのです。

協力：一般社団法人日本農林規格協会(JAS協会) イラスト：ゆきたけし

なぜJAS制度ができたの？

JAS(日本農林規格)が最初に法律で定められたのは1950年のことです。当時、日本は戦争が終わったばかりで、ものが不足しているだけでなく、質の悪い製品もたくさん出回っていました。こうした問題を解決するため、食品や農林水産品の品質や基準を統一して、一定のレベルを確保するためのルールが必要になりました。それがJASです。

JAS制度はどんな役に立っているの？

JASの規格は94種類あります(2025年1月現在)。この規格があることで、私たち消費者は製品が一定の基準を満たしていると確認できるので、安心して自由を選ぶことができます。さらに、JASの認証を受けた会社は自分たちが作る製品の品質やこだわりをアピールできて、広く社会の信頼を得ることもつながります。

JASマークの安心の決め手とは？

JAS制度の下、国から認められた検査機関(登録認証機関)が、毎年、農場や工場を訪れて基準を満たしているかをチェックしています。この検査では、製品の作り方や品質がJASの基準に合っているかを細かく確認します。これにより私たち消費者は安心して品質の良い製品を手にとることができるのです。

JASの歴史を知ろう

JAS制度は、1950年に日本農林規格等に関する法律(JAS法)として始まりました。その後、70年に「品質表示基準」という仕組みが加わり、現在のJAS制度の基礎がつけられました。食品や農林水産品の品質や基準がしっかりと定められており、私たちも安心して利用できる仕組みになっています。

1970年に加わった「品質表示基準」の仕組みは、2013年に新しく作られた「食品表示法※」に移され、現在は別の法律として運用されていますが、目的は同じく、消費者が安心して製品を選べるようにすることです。

※食品表示法とは、食品には具体的な表示ルールが食品表示基準で決まっています。食品の製造者、加工者、輸入者または販売者(食品関連事業者等)はこのルールを守らなければなりません。

1950 昭和25年	JAS法制定 JAS制度を創設	
1970 昭和45年	品質表示基準制度の導入	
1993 平成5年	生産方法に特色のある JASが制定できるよう改正	
1999 平成11年	有機食品の 検査認証制度を導入	
2005 平成17年	流通方法に特色のある JASが制定できるよう改正	
2013 平成25年	品質表示基準制度が JAS法から食品表示法へ移管	
2017 平成29年	JASの対象を モノの生産方法(プロセス)や 取扱方法(サービスなど)、 試験方法などにも拡大	 
2022 令和4年	有機JASに有機酒類を追加	

探そう！ JASマーク

私たちが主に目にするJASマークには、平準化規格のJASマークで通称「一般JAS」と、生産の方法などに特色のあるJASのうち、有機の基準に適合する製品に付ける「有機JAS」、有機以外の製品に付ける「特色JAS」などがあります。



おいしさや、安全な品質を表しているんだね

平準化規格JASマーク、通称「一般JAS」



品位、成分、性能、その他の品質などがJASに適合している製品に付けられるのが、通称「一般JAS」(平準化規格のJAS)です。マークの下には検査した機関の名称が記されていて、第三者機関がしっかり審査した証拠になります。JASの中には等級のある製品もあります。その場合はJASマークに併せて等級も記されています。JASの格付が疑わしいなど、何かがあった場合には事業者を追跡できる体制が取られています。



発見！



環境に優しい作り方を表しているのね

有機JASマーク



有機JASマークは、登録認証機関から有機JASの認証を受けた事業者が、有機JASの基準に従って生産した有機農産物、有機畜産物、有機藻類とそれらを原料とした加工食品などに付けられています。事業者が有機JASの認証を受け、製品に有機JASマークを付けなければ、「有機」や「オーガニック」の表示はできません。



発見！



こだわりの作り方を表しているのよ

特色JASマーク



特色JASマークは日本の伝統的な方法で生産された製品や、付加価値のある製品などに付いています。日本を象徴する「富士山」と、日の丸を連想させる「太陽」を組み合わせたデザインには「信頼の日本品質」への思いが込められています。このマークの製品には、手延べ干しめん、りんごストレートピュアジュース、地鶏肉、熟成ハム類、熟成ソーセージ類、熟成ベーコン類、ノフク製品、大豆ミート食品類などがあります。



発見！



測定方法にも規定があるんだ

試験方法JASマーク



食品や農林水産物に多く含まれる機能性成分などの測定方法を規格化したのが試験方法JASです。国際的な評価基準に基づいて登録を受けた試験業者が、これらの試験方法により試験を行った結果であること、つまり試験結果の信頼性を証明するための認証が、この試験方法JASマークなのです。このマークは、私たちが目にすることは少ないかもしれませんが、でも、企業は自社の生産技術などの強みをアピールできるので、販売戦略を立てる上で重要な制度といえます。

広がるみんなのJAS

「ノフクJAS」は、農業と福祉が連携して、障害のある人が生産工程に携わった食品や観賞用植物の農林規格です。「ベジタリアン・ヴィーガンJAS」は、宗教上の理由などで肉や魚などの動物性食品を取らず、穀物や豆類、野菜などの植物性食品を取る人が適切に商品選択ができるよう、ベジタリアンやヴィーガンに適した加工食品や、その料理を提供するレストランの基準を定めた規格です。



「ノフクJASマーク」(左)と「ベジタリアン・ヴィーガンJASマーク」の表示例

LPガス・配達燃料油・JA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!!



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/>

便利なメニュー

■ご利用明細

JA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。

■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達燃料油等がうちエネポータルよりご注文いただけます。

■お得情報

JA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。

■設備保安情報

LPガス保安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。

典型的なトーク

もっとガス料金が安くなりますよ!
ずっと値上げしません!

切替委任状を書いてください!
今の販売店とは一切話をしないでください!

注意するポイント

契約後、値上げを繰り返す例が報告されています。
解約時には、解約金の請求でトラブルになることも。

安易に知らない人に個人情報を出すことは、大変危険です。
今の販売店に連絡させない手口は要注意です。

トラブル急増中!!

繰り返される値上げ

解約時の解約金請求

すぐ決める前に、まず、「販売店」や「お客様相談所」へ相談しましょう。

もし、申し込んでしまっても切替申込みの取消は可能です!

勧誘で申込書を書いた段階
電話で契約先に申込みの取消連絡をして、ハガキで取消の意志表示をしましょう。

クーリングオフ期間(8日以内)
経過していても、申込みの取消は可能です。

切替工事が完了して供給開始した場合
以前のLPガス業者等と相談し、契約解除の意思表示をしましょう。

LPガス業者 選択のポイント

「日々の保安への取組がしっかりしている」
「何か困ったときにすぐに対応してくれる」

そして、
「お客様が安心して、快適にLPガスをお使いいただけること」

長野県LPガスお客様相談所
☎0120-915-400
受付時間8:30~17:00(土・日・祝日除く)

破格に安い料金設定を提示し、LPガス切替を勧めるセールスが増えています。しっかりと対応し、悪質な業者ともトラブルを防止しましょう。

悪質なLPガス切替勧誘に
ご注意ください!!



牡牛座

4/20~5/20

全体運 / 運勢は緩やかに上昇。「誕生日までに〇〇する」という目標を立てると開運へ。1人で考え込まず人と話して

健康運 / 油断禁物。健康になっても良い習慣はサボらず継続を幸運を呼ぶ食べ物 / カリフラワー



牡羊座

3/21~4/19

全体運 / 前へと進む勢いがあります。答えを出しかねていたことにもひらめきがありそう。友人や知人との交流を大切に

健康運 / 運勢は好転。新しい健康法を試してみると吉運を呼ぶ食べ物 / 小松菜



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。少しずつ春を感じる季節となりました。農作業も少しずつ始まってきています。直売所は出荷物がまだ少ない状況ですが、サンふじりんご、豆類等が出荷されています。ぜひ、お立ち寄りください。

松川村 農産物直売所 アルプス一番

地元の新鮮野菜と四季の山菜、雪解け水が育てた美味しいお米や果物などを販売し、北アルプスの雄大な景色とともに、地域に愛されている直売所です。



北安曇郡松川村7051-12

☎0261-62-9681

【営】4月～12月▶9:00～17:00 / 1月～3月▶9:00～16:00

【休】年末年始



春のお彼岸セール

● 3月15日(土)～23日(日)

(セールの日程は変更する場合があります)

大町市常盤 農産物直売所 ええっこの里

地元農産物を中心に、地元の加工品や姉妹提携先の静岡県JAしみず様より季節に応じて野菜や、みかんなどの果物を直送していただいています。コンビニエンスストア、そば屋、ドックランを併設しております。



大町市常盤6367-26

☎0261-85-2289

【営】9:00～17:00 【休】年末年始



週末セール

● 3月21日(金)～22日(土)
● 4月11日(金)～12日(土)

(セールの日程は変更する場合があります)



春の訪れを告げる山菜 ふきのとう

「ふきのとう」と言えば誰でも知っている、春の山菜の代表ですね。「ふきのとう」の歴史はとても古く縄文時代の頃から食されていて、平安時代には既に人工的な栽培が始まっていたとされています。キク科フキ属の多年草で日本が原産です。天ぷらやフキ味噌などにすると美味しく頂けるとともにたくさんの栄養もあり、身体に良いとされている山菜の一つです。



- ・アルカロイド(苦み成分) …… 腎臓や肝臓の機能を高める効果が期待できる。
- ・フキノール酸(苦み成分) …… 咳止めなどの効果が期待できる。
- ・ケンフェール(苦み成分) …… 活性酸素を抑制する効果が期待できる。
- ・フキノリド(香り成分) …… 胃腸の働きを活発にする効果が期待できる
- ・ナトリウム …… 塩分を身体から排除する働きがあるので高血圧や浮腫の改善に期待ができる。

ふきのとうの特に根っこの部分にはフキノトキシンという毒素が多く含まれていますので、根っこの部分を落として食べる様にしましょう。また食べ過ぎはよくないようです。



蟹座

6/22～7/22

全体運 / やるべきことが多くプレッシャーを感じがちですが、乗り切れる強さがあります。後半、状況に好変化の兆し
健康運 / 安全確認はしっかりと。食べ過ぎにも気を付けて幸運を呼ぶ食べ物 / アスタバ



双子座

5/21～6/21

全体運 / 人との交流に喜びがあります。会合、会食にはできるだけ出席を。困っていると手を貸してくれる人も現れそう
健康運 / やる気がアップ。散歩や行動範囲を広げて◎幸運を呼ぶ食べ物 / タラの芽



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
清水愛加さん



1年で一番寒い時期も過ぎ、少しずつ春らしい空気を感じられるようになってきました。

色々な山野草や野鳥も、4月にかけてみられるようになっていきます。この時期ならではの動植物を観察したり、体験プログラムに参加してみませんか？

シェードガーデン管理ボランティア

矢澤氏による植物や園芸に関する講義と、シェードガーデンの管理作業を行います。また、シェードガーデンに植栽されているクリスマスローズの希少な原種の1種である「Hチベタヌス」を観察することができます。



- 開催期間 / 3月23日(日)
- 【講義】午前10時30分～正午
- 【管理作業】午後1時～2時
- 【質疑応答】午後2時～2時30分
- 場 所 / 講 義…レンタル棟
管理作業…シェードガーデン
- 定 員 / 30名(事前申込)
- 参 加 費 / 無料(ボランティア活動の為、入園料は免除)



H.チベタヌス

※少雨決行。但し、荒天時は屋外での作業のみ中止

シイタケの駒打ち体験

公園の間伐材を使用して、シイタケの駒打ちに挑戦！



- 日 時 / 3月22日(土)・23日(日)
- ①午前10時～ ②10時30分～ ③11時～ ④11時30分～
- ⑤午後2時～ ⑥2時30分～ ⑦3時～ ⑧3時30分～
- 場 所 / 入口広場(雨天時はレンタル棟)
- 定 員 / 各回5組(事前申込)
- 参加費 / 500円/本

【食体験】

串団子づくり

トッピングはみたらし、きなこ、ごまから1種類お選びいただけます。

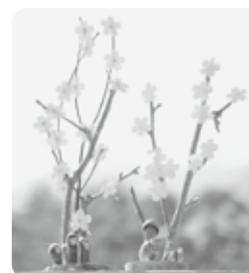


- 日 時 / 3月20日(木・祝)
- (受付時間)午前9時30分～午後1時30分
- 場 所 / 森の体験舎 食工房 ※材料が無くなり次第終了
- 参加費 / 200円

【創作体験】

お花見クラフト

木の枝に、桜型にパンチした紙を貼り付けて春らしい置物を作ります。



- 日 時 / 3月20日(木・祝)～3月30日(日)
- (受付時間)午前9時30分～11時30分
午後1時～2時30分
- 場 所 / 森の体験舎 創作工房
- 参加費 / 200円

【自然体験】

野鳥観察会 さえずり編

野鳥に詳しい公園サポーターと一緒に、公園を訪れる鳥たちの観察をしましょう。



- 日 時 / 3月27日(木)・30日(日)
- 午前8時30分出発
(所要時間約3時間)
- 集合場所 / インフォメーションセンター
- 定 員 / 15名(事前申込)
- 持 ち 物 / 双眼鏡、野鳥図鑑やハンドブック(お持ちの方)

●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

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



乙女座
8/23～9/22

全体運 / 順調ではありますが自分の思う方向と少し違いジレンマが生じがち。丁寧に向き合い、軌道修正していきましょう
健康運 / 体調面は良いものの心配事が増えてしまうかも
幸運を呼ぶ食べ物 / アスパラガス



獅子座
7/23～8/22

全体運 / 非常に勢いがあり波に乗れます。良い結果を出せて周囲からの称賛も得られそう。ただ、偉そうな態度は控えて
健康運 / 元気が出てきます。飛び出しているのけには注意
幸運を呼ぶ食べ物 / 根ミツバ



在宅支援科

その人らしい日々を支える医療を目指して

血液内科副部長 在宅支援副部長 なかむら あやこ 仲村 彩子

当院の在宅支援科では、通院が難しい方々や「がん」などの進行するご病気で体調が優れない状況であっても住み慣れた環境で過ごしたいと望まれる方々を対象として、訪問看護・ソーシャルワーカー・ケアマネージャー・介護事業所などと多職種で協力しながら、医師2名体制で訪問診療を行っています。

がん診療においては、安全性の観点からご自宅での抗がん剤注射や輸血は行っておりませんが、病院主治医による抗がん剤治療を継続しながら訪問診療を受けることも可能です。

また、はき気・呼吸苦・不眠・不安・抑うつ・せん妄・倦怠感などのつらい症状を和らげる緩和治療は、入院と比べてもほぼ遜色(そんしょく)ない水準でご自宅にいながら受けられるようになっていきます。どんなに厳しい病状であっても、ご本人、ご家族がご自宅で過ごすことを望まれれば、それを継続あるいは適切なタイミングで実現できるよう支援しています。また診療を通して、ご本人、ご家族の思いをくみとり、一緒に悩みながら、さまざまな場面で必要となる意思決定のお手伝いをさせていただきます。

2人に1人が「がん」を患い(わずらい)、4人に1人が「がん」で亡くなる時代に生きる私たち。医学の進歩で治療成績の向上がある一方で、最善の治療でも治せない病気があるのも事実です。診断時あるいは治療経過で「治す」ことを目標にできなくなった場合、がんを患う本人は「治らない」ことを前提にどうしていきたいか、自身にとって真に大切なものは何かを問われることとなります。死を意識したときの絶望感や怒りや苦しみ、悲しみも入り混じる中で自身と向き合い、自分が大切に思う存在と心を通わせたときに湧き出るものは、本人、そして、その周りの希望となり力となり、生命とそこに流れるときをかけがえのないものにしていきます。終末期における訪問診療の真の意味での存在意義は、そこにあるのだろうと私は考えています。

人生の集大成のときにおいて、苦しみが少しでも和らぎ、その人らしさが尊重され、それぞれの思いが温かくなつていく医療を目指しています。そして、こうしたかたちで生命を大切にする風土がこの地域に自然に根づいていくことを心から願って診療にあたっております。当院の訪問診療をご希望される場合は、いつでもスタッフにご相談ください。



[かかりつけ担当医または診療科] お問い合わせ / TEL.0261-62-3166 14時～17時の間にお問い合わせください。



蠍座

10/24～11/22

全体運 / 安定運ですが、後半に乱れが見えています。自分にとって大切なものを再確認。大事なものを優先しましょう
健康運 / 新しいことを始めるときは慎重に。安全性の確認を
幸運を呼ぶ食べ物 / フロccoli



天秤座

9/23～10/23

全体運 / 運勢は吉凶混合。活発ですが手に負えないこともありそう。状況を整理して取捨選択を。欲張らないのが正解
健康運 / 後半に上昇。治療は結果が出るまで続けましょう
幸運を呼ぶ食べ物 / ナバナ

ローン・年金 相談会

毎月第2・第4日曜日は、休日ローン・年金相談会の日です!!

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・事業所金融融資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!

日程 (9時~16時)	ローン相談 (開催場所)
3月23日(日)	本所アプロード1階ローン・年金相談センター
4月13日(日)	
4月27日(日)	

日程 (9時~16時)	年金相談 (開催場所)
3月23日(日)	本所アプロード1階ローン・年金相談センター
4月3日(木)	白馬支所
4月13日(日)	本所アプロード1階ローン・年金相談センター
4月16日(水)	おたり支所
4月24日(木)	平事業所
4月27日(日)	本所アプロード1階ローン・年金相談センター

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 / **3月24日(月)**
時間 / 10:00~12:00

●開催場所 / JAホールまつかわ

ご来場者には粗品をプレゼント!!

【最近のご相談内容一例】

- 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】



ご葬儀において、供花や供物のご注文がネットでもできるようにになりました。



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



理事会 (2月27日開催)

協議事項

- ① 次期3か年計画(2025-2027)(案)
- ② 令和7年度 固定資産取得計画(案)
- ③ 令和7年度 役員報酬総額答申結果および実費弁償基準(案)
- ④ 令和7年度 コンプライアンスプログラム(案)
- ⑤ 就業規則等の一部変更(案)
- ⑥ 福祉事業関連規程の一部変更(案)
- ⑦ 令和7年度 余裕金運用方針(案)
- ⑧ 令和5年度産米最終精算実施(案)
- ⑨ 令和6年度 生産資材等価格高騰対策支援金支払い(案)
- ⑩ 計画外固定資産取得(案)
- ⑪ 理事者への労働賃金支払い(案)
- ⑫ 令和7年度 内部監査計画(案)
- ⑬ 令和7年度(株)大北地域開発 および(有)大北アグリサポートの事業計画(案)

全議案が可決承認されました

報告事項

- ① 1月末 主要事業実績
- ② 1月末 組合員の新規加入・脱退状況
- ③ 資産自己査定
- ④ 不良債権の売却
- ⑤ ALM委員会および余裕金運用状況報告
- ⑥ 貸出金利の改定
- ⑦ 令和7年度 監事監査計画
- ⑧ 令和7年度 理事会年間予定表(一部変更)
- ⑨ 主な会議・行事
- ⑩ その他



山羊座

12/22~1/19

全体運 / 荒れ模様の運気。全面対決の兆しが見えています。ただ、そのことをきっかけに良い方向へ。「七転び八起き」です
健康運 / 医師の指示は守ること。体操も基本に忠実に
幸運を呼ぶ食べ物 / ホウレンソウ



射手座

11/23~12/21

全体運 / 好調運に恵まれ問題を解決していく力があります。ほほ良ければ、そちらに進みましょう。おあらかじめ大事です
健康運 / 自然回復力が高まってきます。流れに任せて吉
幸運を呼ぶ食べ物 / キヌカヤ

JAグループ SDGs 取組宣言

わたしたちJAグループは、
「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に賛同し、
その達成に向けて、事業・活動に取り組みます。

JAグループは「食と農を基軸として地域に根ざした協同組合」として、組合員の皆さんの声に応えながら、
不断の自己改革への取り組みを通じて、持続可能な地域農業・地域社会づくりに取り組んできました。

今後はさらに、わたしたちの事業や活動が与える多面的な影響にも配慮しながら、地球的視野に立ち、
地域社会を構成する一員として、組織・事業・経営の革新をはかり、社会的役割を誠実に果たします。

〈食料・農業事業分野〉

1. 持続可能な食料の生産と農業の振興に取り組みます
2. 持続可能なフードシステムの構築に取り組みます
3. 農業生産における環境負荷の軽減に取り組みます
4. 農業のもつ多面性機能を発揮していきます



〈地域・くらし事業分野〉

5. 安心して暮らせる持続可能で豊かな地域社会づくりに貢献していきます



持続可能な社会の
実現をめざして



JAグループは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています

〈協同・組織運営分野〉

6. 国内外の多様な関係者・仲間との連携・参画につとめます



SDGs 17の目標

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



魚座
2/19~3/20

全体運 / 順調運です。人との和を図りながらサポート役に徹した方が実りの多いとき。小旅行の予定を立てて。お花見が吉
健康運 / 運動の効果がやすいとき。継続が大事です
幸運を呼ぶ食べ物 / ラディッシュ



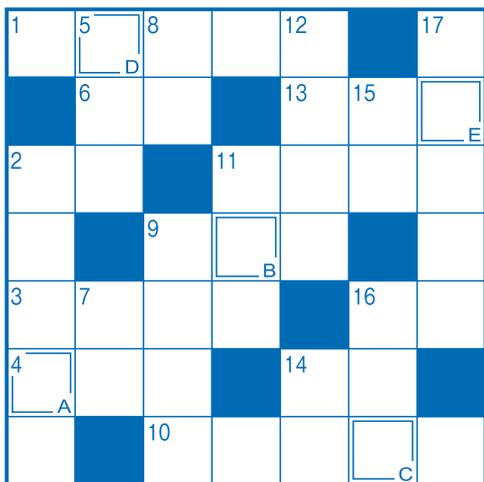
水瓶座
1/20~2/18

全体運 / 良好なスタートですが、運勢は下降ラインを描いています。人を当てにせず優先順位を考え、急ぐことは前倒しで
健康運 / 生活習慣を見直すチャンス。熟考してスタートを
幸運を呼ぶ食べ物 / フキのとろ



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

- 2 タイヤにつないでシュコシュコ
- 5 柔道場に敷かれているもの
- 7 新しいクラスで——紹介をした
- 8 ——は友を呼ぶ
- 9 茶道では表千家、裏千家など
- 11 真新しい——を着て入社式に臨んだ
- 12 漢字で書くと枸橘、枳殻。
春に白い花を咲かせます
- 14 海のパイナップルと呼ばれる海産物
- 15 肥料の三要素は窒素、——酸、カリウム
- 16 パソコンの入力装置のひとつ
- 17 4月のこと。——・フル

●ヨコのカギ

- 1 富山湾でとれるものが有名な春の味覚。
青く光ります
- 2 茶わんのセットや重箱を数えるときに
使う言葉
- 3 手品、マジックともいいます
- 4 来週の火曜日——にもう一度来てください
- 6 祝い事につきものの魚
- 9 麻雀であがる前にかけることも
- 10 これが終わると新学期。入学式もあります
- 11 インクを付けて押します
- 13 テニスの試合で——の応酬が続いた
- 14 鬼さんこちら、手の鳴る——へ
- 16 よく×(バツ)と対比されます

■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(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。

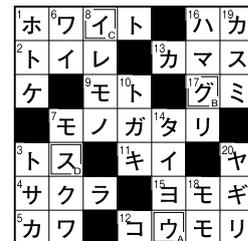
毎月、正解者の中から抽選で5名の方に「まごころ商品券」をプレゼントいたします。当選者の発表につきましては、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

ご応募に際して取得した個人情報、賞品発送以外には使用いたしません。

締めきり/3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

85 398 0002
大町市大町
字光明寺三〇九一
JA大北広報係行

●2月の答え ウグイス



みんなの川柳

孫から 手紙来るの 大待かね みつちゃん
民放の 倫理のなさに 情けない 野口 五郎岳
生成AI どんな味なの 美味しいの 彦翁
ひなたぼこ 猫も人も 争奪戦 春風ボン太

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、応募は次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

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!!

◎暑い夏や大雪を経験する中で、人間が犯したことに對して反省させられますね。

大町市 90歳代 男性

◎編集より/厳しい暑さや大雪の中、私たちは環境保護の大切さを再認識しています。一人ひとりの小さな行動が、大きな変化をもたらすことを願っています。

◎久々の大雪で寒くて春が待ち遠しいですが、家の梅や猫柳の花芽が膨らんでいます。寒さを乗り切って、畑仕事ができるように体を大事にしていきたいです。

大町市 70歳代 女性

◎編集より/寒さが厳しい冬ですが、家の梅や猫柳の花芽が膨らんでいる様子を見ると春の訪れが感じられますね。

◎今年は例年より雪が多くて大変です。何もかも値上がりし、特に野菜の価格が高騰して困っています。

大町市 70歳代 男性

◎編集より/物価の上昇が私たちの生活に影響を及ぼしていることを日々痛感しています。例えば、特売日を活用したり、食材の無駄を減らすことが大切です。

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。

令和7年
4月1日火曜日より

友の会カードは

A'kub^{え'くぼ}o

カードに生まれ変わります!



ポイントカードに
電子マネー機能がプラス!

お買い物が
よりスムーズに♪

毎月15・30日は

チャージボーナスデー

1回のチャージ金額に応じて

A'kuboボーナスをプレゼント!

チャージ金額	10,000円	20,000円	30,000円以上
ボーナス金額	50円	100円	400円

※令和7年4月30日より実施

電子マネーとは?

お金をデジタルの形で使う方法のことです。
現金の代わりに、専用カードやスマートフォンに
お金を入れてお支払いに使えます。

令和7年9月30日(火)をもって
「友の会カード」は
ご利用いただけなくなります。

お早めにA'kuboカードへ切り替えをお願いいたします。

※詳しくは最寄りのA・コープ店舗へお問い合わせください。

長野県A・コープ

ざんせつ

慌ただしい毎日の中で、
私たちはさまざま電子
機器に囲まれ、多くの情
報にさらされています。
家事をしながら音楽を聴
いたり、食事をしながら
動画を観たりと、起きて
いる間はずっと脳を使っ
ています。このような生

活の中で、脳もお疲れ気
味かもしれません。

私は温泉に浸かることで
脳をリフレッシュし、疲労
を改善しています。皆さん
もぜひ、自分なりの「何も
しない」時間を見つけてみ
てはいかがでしょうか。

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

旬の食材やエコープマーク品を使ったお料理の提案です。



なばなと豆腐のチャンプルー

●材料

なばな …………… 1/2袋
 もめん豆腐 …………… 1丁
 豚ばら肉うす切り 150g
 「卵 …………… 1個
 A 塩・こしょう …… 少々
 ごま油 …………… 大さじ1
 「しょうゆ …… 小さじ2
 B 塩・こしょう …… 少々
 「顆粒だし …… 小さじ1
 かつお節 …………… 適量

●作り方

- ① もめん豆腐はペーパータオルに包んで重石のせ、しっかりと水切りします。
- ② なばなと豚肉はそれぞれ3cm程度に切ります。
- ③ Aを溶きほぐします。
- ④ フライパンにごま油を熱し、②の豚肉を炒めます。
- ⑤ 豚肉の色が変わったら①の豆腐を一口大にして加えます。
- ⑥ 豆腐に火が通るまで3分程度炒め、②のなばなを加えて炒めます。
- ⑦ 全体に火が通ったら③を加えて炒め合わせます。
- ⑧ 卵に火が通ったらBを加えて味を調えます。
- ⑨ 器に⑧を盛り、かつお節を散らします。

一口メモ

なばなはアブラナ科の花の総称です。なばなはビタミン類、ミネラル類、食物繊維などを豊富に含みます。これらの栄養素は野菜の中でも、トップクラスの含有量です。特にβカロテン、ビタミンC、E、カリウム、カルシウムといった栄養素が多く含まれています。肉や豆腐といったたんぱく質と一緒に食べると疲労回復効果が期待できます。

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

かあちゃん味の 米粉のシチュー



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JA大北女性部より

米粉のシチュー



材料(5人分)

・白菜 …… 400~500g
 ・玉ねぎ …… 1個
 ・ブロッコリー …… 飾り
 ・ベーコン …… 100g
 ・米粉 …… 100g
 ・水 …… 600cc
 ・バター(油) …… 50g
 ・人参 …… 1本(300g)
 ・しめじ …… 200g
 ・ジャガイモ …… 大1個
 ・牛乳 …… 700cc
 ・コンソメ …… 3個(15g)
 ・塩コショウ …… 適量

作り方

- ① ボウルに冷たい牛乳を入れ、米粉とよく混ぜておく
- ② 玉ねぎ、にんじん、白菜、ジャガイモを食べやすい大きさに切る。しめじは、石づきを取っておく。
- ③ 厚めのお鍋にバターを入れて熱し、ベーコン、玉ねぎを炒め、次に人参、白菜、しめじ、ジャガイモを加えて、塩一つみを振り入れ、全体にバターが回るまで炒める。
- ④ ③に水500ccとコンソメを入れ、野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ⑤ ④に①を少しずつ混ぜ、なめらかになり、艶が出てきたら、塩コショウで味をととのえる。

今月のポイント!

米粉は冷たい牛乳でも、ダメになりにくく溶けやすいです。

JA葬祭 24時間受付

安心して、全てをおまかせください。

- ◎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 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



TEL.0261-23-7176

ご利用の際は、上記の電話番号をご確認のうえ、おかけ間違いのないようご注意ください。