

だいほく

絆でつなげる笑顔の輪 ふれあい情報誌



11

2025（令和7年）

No.728

CONTENTS

だいほくNEWS・女性部NEWS … P2～P9 / 令和7年度上半期事業実績報告 … P10 / JA共済窓口集約について … P13 / 営農アドバイス … P14
まごころ宅配・かあちゃんの味 … P16 / JA直売所だより … P17 / JAインフォメーション … P18 / 税務署からのお知らせ・JA葬祭 … 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 / 令和7年秋の大感謝祭開催のお知らせ … P24



多くの来場者で賑わった「病院祭・農業祭」



池田町お米コンテストの表彰式



農協牛乳を配布し国産産をPR

池田町で「病院祭・農業祭」開く

「あづみ万博」をテーマに健康と食・農を考える

JA長野厚生連北アルプス医療センターあづみ病院、池田町役場、JA大北池田支所は10月19日、合同による「病院祭・農業祭」を同病院で開催しました。「あづみ万博」をテーマに、会場には約2,000人の地域住民らが訪れ賑わいました。

農業祭では「健康と食と農会場プログラム」が企画され、病院前駐車場に設置されたテントでは地元組合員やJAによる農産物の販売が行われました。また、国産国産の一環として牛乳消費拡大コーナーでは先着1,000名に農協牛乳が配布されたほか、生活展示として食品や味噌の販売、様々なキッチンカーの出店などに多くの来訪者で賑わいました。

毎年恒例の「第22回池田町お米コンテスト」も開催され、町内の農家から令和7年産コシヒカリ39点が出品されました。栽培履歴の検証、食味計による食味の計測、穀粒判定機による整粒歩合の判定などが行われた結果、1位に村山明弘さん（滝沢）、2位に袖山光代さん（相道寺）、3位に高山理さん（浪田見）が選ばれ、池田町の矢口楢町長より表彰されました。出品されたコシヒカリは池田町社協へ寄贈する予定です。

同祭実行委員会からは、「多くの来場者に感謝したい。この祭を通じて地域の皆様に安心安全な農と食、健康を感じて元気になってもらえれば」との話がされました。

武蔵野市の中学生が大北管内で「セカンドスクール」学習 地域を知り、理解を深める活動も

当JA観光課は、9月9日から9月28日まで、東京都武蔵野市の市立中学校3校（第一、第三、第五）の1年生を対象に「セカンドスクール」の受け入れを行いました。セカンドスクールとは、武蔵野市独自の取り組みで、自然豊かな農山漁村に長期宿泊を行う教育活動です。普段の学校生活（ファーストスクール）では体験できない学習活動を授業の一部として、1995年より30年間行っています。

■武蔵野市第一中学校

（121人）9月16日（火）～20日（土）

「お互いを尊重し合う、セカンドスクールにしよう」をもとに、自主自律の精神をつけることを目標にしています。

白馬村の民宿8軒に生徒それぞれが分かれて、民宿泊体験、農作業体験、ものづくり体験（わら細工、キャンドル作りなど）、稲刈り体験を実施しました。



白馬豚の焼肉も堪能



民泊農家で芋掘り体験

■武蔵野市第三中学校

（100人）9月22日（月）～26日（金）

『変化から、未来を考えよう』のもと、白馬村の過去と白馬村の現在の違い、そこから未来へどのように課題を持って生活していくか考えていました。

白馬村の民宿6軒に生徒それぞれが分かれて、民宿泊体験、農作業体験、ものづくり体験（わら細工、籐細工など）、稲刈り体験を実施しました。



稲刈り体験後に皆で集合

■武蔵野市第五中学校

（83人）9月8日（月）～12日（金）

良好な人間関係を築き、積極的に他者と関わり、自主性・協調性を養う。『食』に関する知識を増やすとともに自然を敬愛する心を養う。以上の目標を掲げてあり、八坂小中学校や親海湿原の保全活動を取り入れ目標のある活動を行っていました。



八方トレッキング体験をする生徒ら



八坂小中学校で様々な活動発表と交流する生徒

県外から援農ボランティア

「快汗」猫の手援農隊」

大町市でリンゴ葉摘み作業

当JAは、リンゴ（ふじ）の葉摘み作業期を迎えた10月2日、3日の2日間、大町市常盤にある農産物直売所「ええこの里」南側の生産振興モデルほ場で、（一社）農協観光協会が企画したツアー「猫の手援農隊」による作業体験を実施しました。

「快汗」猫の手援農隊」は、都市住民が農山村で農作業を支援し、農業への理解を深めるとともに、都市と農村の交流を促進する取り組みです。

今回は関東・中京方面などから5名が参加。当JA南部営農センターの営農指導員が「果実を日光に当てて着色不良にならないようにするため葉摘みを行う」などの理由と作業方法を説明し、参加者たちは熱心に耳を傾けていました。参加者たちは手でリンゴに被る葉を丁寧に取り除く作業を進めて

いました。岐阜県からの参加者、箕浦由さん（68）は「農家の作物づくりに興味があった。リンゴの木を近くで見ると初めてだが、体験することができると話していました。」



営農指導員から葉摘みの仕方を学ぶ参加者

中生種リンゴ目揃え会を開催

当JAとJAりんご生産部会は9月26日、「シナノスイート」や「秋映」などを中心とした中生種リンゴの目揃え会を大町市平のJAりんご選果場で開きました。大町市や松川村などから生産農家14名が集まり、出荷規格や収穫時の注意点を確認しました。

目揃え会では、JA中部センターの営農指導員が早生種の販売情勢などを報告したほか、選果機センサーによる規格ごとに分けた見本を示しながら、大きさや着色、熟度、糖度、等級について数値と見本をもとに出荷基準の目安を説明しました。同センターでは「規格の確認をし、採り遅れの無いよう適切なタイミングでの収穫をお願いしたい」と呼びかけました。

同選果場では9月下旬から中生種の受け入れを順次開始。10月上旬から秋映の選果を、10月中旬からシナ

ノスイートの受け入れを行い、主には中京・北陸方面の市場に出荷を計画しています。中生種の選果作業は9月末から11月上旬まで行われました。



リンゴ中生種の出荷基準を聞く生産者ら

良質な白ネギ出荷へ出荷目揃え会

松川野菜集出荷場

松川村の当JA野菜集出荷場で10月20日、JAの園芸推進品目である白ネギの共選作業出荷目揃え会を開きました。生産者10名が参加し、出荷基準などを確認しました。

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。

また同日より共選作業が始まり、根を切り、葉の枚数を揃え、大きさごとに分けたあと、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・関西方面へ出荷されます。大北管内では、白ネ



白ネギの出荷基準などを聞く生産者ら

ギを出荷者63戸の農家が約7.3ヘクタールで栽培し、出荷は12月まで続きます。

児童たちが昔ながらの稲刈りと脱穀作業を体験

大町東小学校5年生最後の農作業

大町市立大町東小学校の5年生児童23名は9月24日、稲作体験を行う田んぼで稲刈りを行いました。学校再編による最後の体験として、学校運営協議会地域支援コーディネーターの内川篤さんや地域住民の指導のもと、稲刈り鎌を使った手刈りと、はぜ掛けを体験し、収穫の喜びを味わいました。

また10月10日には同校グラウンドで昔ながらの機械を使った脱穀体験を行いました。児童たちは、はぜ掛けしたもち米を足ふみ脱穀機を使って稲から米を取り出す作業に挑戦。稲からお米が次々と弾き出される様子に驚きの声を上げていました。そのほかエンジン駆動のハーベスターや、ハンドルを回して風をおこし、お米とゴミを分ける唐箕(とうみ)を使った脱穀も体験しました。

体験した児童は「昔の農家は苦労してお米を作っていたことが分かった」と話していました。脱穀したもち米は精米し、11月中旬の収穫祭で料理にして祝う予定です。



手による稲刈りを体験する児童



足踏み脱穀機を体験する児童

防災を家の光記事から学ぶ はつらつ講座の第4回講座

J A大北ははつらつ講座第4回は9月18日、J A大北本所会館で防災について学びました。11名の受講生が出席。家の光協会普及文化本部東日本普及文化局の瀧本匡志さんが「家の光から学ぶ防災と記事活用」をテーマに講義し「毎年、自然災害が発生し、いつ自分が災害に遭遇するかわからない。日常から少しでも防災の備えや、災害にあった後の避難生活での情報がわかっているれば、防災の知識が出来る」と話しました。受講生は「いつ自分に降りかかってくるかもわからないので、普段から少しでも準備をしてみようと思う」「家に水や食料などは、備蓄して置こうと思う」と話していました。



家の光記事から防災について学ぶ受講生ら

野外研修 東京日帰りの旅 はつらつ講座の第5回講座



豊洲市場での集合写真



築地での集合写真

J A大北ははつらつ講座第5回は10月7日野外研修として東京都築地・豊洲市場を見学しました。同受講生15名が参加。築地でお寿司を堪能し、その後築地を散策。豊洲では買い物や散策をしました。参加者は「築地はもちろん、豊洲は訪れていないところだったので見学が出来て良かった。お寿司も美味しかった」と話していました。野外研修では、講座へ参加している方々と会話も弾み、交流が深まった様子でした。



築地でお寿司を堪能

秋色に染まる北アルプスの麓を走る
第42回大町アルプスマラソン



ペア参加の親子も笑顔でゴール



3,400人がエントリーした大町アルプスマラソン

第42回大町アルプスマラソンが10月19日、大町市運動公園を発着点として開催され、全国から集まったランナーが力走しました。本大会はフルマラソンをはじめ、ハーフ、10km、5km、3km、2km、ペアなどの各種目が設けられ、総勢約3,400人がエントリー。曇り空の涼しいマラソン日和の下、参加者は秋の空気の中を駆け抜けました。沿道や発着点では地元住民やボランティアが声援を送り、温かいもてなしで大会を支えました。本大会にはJA共済連長野、JA大北も協賛し、地域スポーツの振興に貢献しました。

日頃の利用者に感謝

あづみ病院白馬診療所が住民感謝DAY開く

白馬村神城の厚生連北アルプス医療センターあづみ病院白馬診療所は10月18日、「住民感謝DAY」を開きました。診療所の認知度向上と情報発信を目的として昨年に続き2回目の開催。

この日は、理学療法士による転倒予防や個別のリハビリ相談、看護師による健康チェック、医師による健康相談のほか、訪問看護お悩み相談室などが設けられました。また、駐車場では、当JA営農部が大北産の新鮮野菜やりんごなどを販売しました。同診療所の下里修一所長は、「日頃診療に来られる地域住民の皆さまに感謝し、気軽に健康相談や診療のできる親しみやすい診療所として、毎年の定例イベントにしたい」と話していました。



転倒予防などの相談をする住民



医師による健康相談も実施

国産国産を直売所でPR

ええっこの里来店者に啓蒙資料配布

JA大北は10月16日、地域の農業と食の安全を守る「国産国産」を広く伝えるため、同市常盤の農産物直売所「ええっこの里」でPR活動を行いました。JAグループが制定した「国産国産の日」に消費者へ理解・認識・共感を深める目的。直売所を訪れる来店者に、同運動の内容が記載され



職員が直売所ええっこの里来店者に「国産国産」をPR

た配布物を手渡し、国産農畜産物の消費を促しました。「国産国産」とは、国民が消費する食料をできるだけ国内で生産するという考え方で、食料自給率の向上や地域農業の振興を目指すものです。

この日は総務部の職員が法被姿で店の入り口に立ち、来店者にチラシや啓蒙資料を手渡しながら、国産国産の意義を丁寧に説明しました。名古屋から訪れた70代の4人グループは「直売所には今年は3回目の来店。白馬村の別荘に来るたびに必ず立ち寄っている。国で食べるものは国で生産する」という趣旨には共感し、とても大切な事」と話し、旬の野菜などを買求めていました。

当JAでは、11月に同市で開く「大感謝祭」でも同様の活動を行う予定です。

地区・支所別総代会開催

総代の意見をJA運営に活かす

当JAは10月6日から10月10日まで、各地で地区・支所別総代会を開きました。武井宏文組合長をはじめ、役員が出席し、各総代に対して2025年度上半期事業報告や収支報告、下半期経営対策について説明しました。



各地区で開いた地区・支所別総代会

10月10日にJA本所会館で開いた大町地区総代会では、総代約50名が参加。冒頭、武井宏文組合長は「米の概算金について、本年度は大幅に

アップした。持続可能な農業経営のために適正な価格への理解を消費者に求めるとともに、再生産ができる水準を維持し、JAグループ全体で農家を支えていきたい」とあいさつしました。

質疑応答では、「酒米について、大北農協独自でコシヒカリ並みの概算金になるよう助成金を出すというのだが、この助成金が単年度事業で終わるのか、継続的な事業となるのか」などの質問がありました。これに対して、JAでは「大町、松川、池田は酒蔵を数カ所抱えており、酒米の生産者が減って当地域の酒蔵の事業継続が困難になることを考えて、大北農協として、コシヒカリと美山錦（酒米）の概算金差額に対する価格補填を検討した結果、その差額の半分を行政に要請している。来年についてでも、コシヒカリやあきたこまちの価格が継続して高値の場合は、その時点で検討していきたい。できれば来年度も継続していきたい」などと答えました。



第2回おたり中土地区女性部フーバ大会

女性部おたり中土支部は10月18日、第2回おたり中土地区女性部フーバ大会を開きました。女性部員、JA職員との交流や仲間づくりと親睦も兼ねて、女性部とJA職員あわせて40名が参加。フーバは小谷村と姉妹都市の菊川市で誕生した、



フーバに参加した女性部員とJA職員

ゴムボールを使った4人制のバレーボールで、大会は去年に引き続き2回目の開催です。今年はJA職員も初参加し、女性部員のレシーブ、返球に圧倒されました。参加した女性部員は「簡単に

できるし、ボールも痛くないのでまた来年も参加したい」と話していました。結果は下記の通りです。

【優勝】五区
【2位】雨中
【3位】北小谷



参加者が楽しくプレー

「介護予防のお話と体操」

平支部が「くらしの活動・健康増進活動」

女性部平支部は10月9日、くらしの活動・健康増進活動の一環として、大田市立総合病院の理学療法士、栗林伴光さんを講師に招き「介護予防のお話と体操」を大田市平公民館で開催しました。女性部員、地

域住民あわせて22名が参加。栗林さんは、介護予防について「要介護状態や寝たきりになることを防ぐことを指し、身体活動や栄養、社会参加を通じて、日常生活での自立性を保つことが大切」と話し、毎日、栄養



介護予防と体操について学んだ参加者

バランスの良い食事をとり、筋力をしっかりとつけるように日頃から家の外に出て、友人とおしゃべりをする事がとても良い事などと説明。参加者は「普段何気に動かしている運動を意識してみようと思う。腹筋背筋など筋力の大切さや、テレビを見ながら座って出来る体操も教わり、人と触れ合ったり、少しでも生活に取り入れて過ごしていこうと思う」などと話していました。



女性部神城支部 健康体操

女性部神城支部は10月14日、白馬村

神城の飯森公民館でロコモ予防の健康体操を行いました。地域住民と部員あわせて13名が参加。ロコモとは立ったり歩いたりするための身体能力(移動機能)が低下した状態を表します。この日は講師に健學塾の吉野慎也先生を迎え、参加者が現在の自分の体の状態を知るために椅子から片足を上げて立ってみたり、ストレッチを行いました。吉野さんは「何もなくても家でこれだけの運動ができます」と言うようにテレビを見ながら足を伸ばしたり、家事の合



ロコモ予防体操を学ぶ参加者

間につま先立ちをするなどすぐできる体操を学びました。参加者からは「来年も皆が健康維持できる体操をやりたい」と話していました。



女性部ときわ支部井戸端会議

女性部ときわ支部は10月16日、井戸

端会議をときわ事業所で開きました。女性部ときわ支部部員7名、JA役職員7名が出席。会議では女性目線からの意見や要望、組合員カードや営農への質問など様々な質問がありました。参加した部員は「井戸端会議がなければ、農協の方と中々お話し出来ない。参加して良かったと思う」と話していました。JAでは普段、井戸端会議で出していた内容について各事業に役立てていく予定です。



様々な意見交換をした井戸端会議



地域住民を誘ってボッチャで交流

女性部松川支部

女性部松川支部は10月15日、暮らしの活動一環として、パラリンピックの競技種目で知られる「ボッチャ」の体験交流を松川村かぶる会館で開きました。地域住民5名を含む11名が参加し、農作業の合間のひと時に皆がボッチャで楽しく体を動かしました。参加した部員は「みんなでお喋りしたり、体を動かしてとてもリフレッシュできた。チームで競い合って協力しながらできて楽しかった」と話していました。



「ボッチャ」で楽しく交流する部員と地域住民



上半期事業実績報告

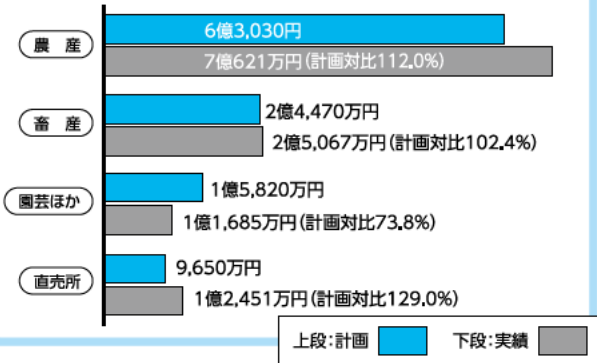
各事業に取り組んでまいりました。以下、上半期の事業につきましてご報告いたします。(令和7年3月1日～令和7年8月31日)

生産指導・販売状況

新たな販売拠点づくり

- (1)「A・コープファーマーズ」おまち、白馬店「ピア」と連携した直売事業の展開を図りました。
- (2) ネットショップ等インターネットを活用した販売事業の展開を図りました。
- (3) ええこの里は「農あるくらしサポート直売所」として相談機能を継続実施しました。
- (4) J・Aしみずと農産物の産地間交流を通じて地元農産物の販売に取り組めました。
- (1) 集落営農組織・法人への肥料農業の大口予約支援、米政策への加入支援事務を行いました。
- (2) 水稲作業を行う担い手への燃料支援(春・秋)を実施しました。
- (1) 水田農業政策について市町村営農支援センター及び地域農業再生協議会と連携し推進しました。
- (2) 令和6年産長野米の8月末出庫率は78%で前年比90%となっています。4月より備蓄米が市場で販売されたため、出庫が遅れている状況です。
- (3) 米の生産数量目安値の地域間調整は地区内及び県内J・A間で320tが行われ、前年比82.9%となりました。
- (4) 令和7年産米の概算金は、令和の米騒動の影響により相対取引価格が前年産を上回って推移していることや、運賃、保管料等の流通経費、肥料農薬等の生産費がいずれも上昇していることから紙袋60kg換算でコシヒカリA1等28,240円、あきたこまち1等27,820円と大幅に値上げになりました。現在、集荷目標180,000俵に向けて集荷活動を実施中です。
- (5) 7月から8月にかけて、無人ヘリコプターによる水稲病害虫の広域・斉防除の取り組みを行いました。

販売事業 — 総販売高: 11億9,825万円



- (6) 小麦については、前年度なまぐさ黒穂病被害により作付け面積が減少しましたが、本年度の集荷量は85,480kg(前年比72%)となりました。
- (7) 米の消費拡大のため、米粉製品の販売を継続して実施した他、3カ年計画の令和7年度方針のとおりに、米の直接販売先の拡大を図りました。
- (1) 養豚では、吟醸豚、野豚、SPF豚の銘柄確立にむけた取り組みを継続しました。
- (2) 肉牛では、物価高による節約嗜好の中、消費低迷により枝肉相場は販売苦戦となりました。
- (3) 酪農では、日々の飼養管理の徹底を図るとともに、上半期においては、暑熱対策を実施しました。
- (1) 農業開発基金の支援による作付け推進に取り組めました。
- (2) 排水対策として、高畝マルチャーによる作付推進に取り組めました。
- (3) 果樹経営安定対策事業を活用し、りん

購買事業

生産購買事業

- (1) 肥料高騰に伴い、春肥について主力品目の予約特別価格を設定し、予約購買のメリット対策を前年度に引き続き実施しました。
- (2) 7月に農業用廃プラスチックの回収を行い、適正に処理をしました。

生活購買事業

- (1) 移動購買車の巡回運行による地域利便性と、山間地域高齢者を見守る福祉活動を行いました。
- (2) 安全・安心な食品・生活用品の提供に努めました。

農機具購買事業

- (1) 春の農作業事故防止のための啓発活動を行いました。
- (2) 組合員ニーズに合った農業生産コスト低減、作業の省力化・効率化を図れるスマート農業に適応した農業機械の提案と普及に努めました。

給油所購買事業

- (1) 燃料を安心して使用していただくため、ホームタンの点検を実施しました。
- (2) 燃料価格の高騰を受け、春の農作業に於ける燃料の価格支援を行いました。

LPガス購買事業

- (1) J・Aでんき契約件数の拡大推進とLPガス利用者に対するセット割に取り組めました。
- (2) LPガスを安心して使用していただくために、計画的な保安点検と器具点検を行い、安全なガス供給に努めました。

信用・共済事業

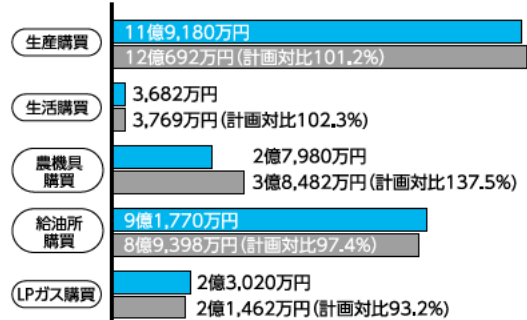
- (1) 農業メインバンクとして、営農・経済部門等との部門間連携に取り組む、農業

この新改植を0.8ha実施しました。

- (4) 野菜、花き、果実ともに品質向上のための栽培講習会・目揃会などを開催しました。

- (5) 安全安心対策として、残留農薬検査を実施しました。

購買事業 — 総供給高: 27億3,805万円



- (1) 者・担い手経営体のニーズに応じた有利な農業資金の提案により、農業者所得向上および満足度向上に努めました。
- (2) 生活メインバンクとして、組合員・利用者の豊かな暮らし豊かな地域の実現に向け、毎月第2・第4日曜日の休日ローン・年金相談会の定期的開催等、相談機能の充実により利用者ニーズに対応し、満足度向上・地域活性化に努めJ・Aバンクのファン拡大に取り組めました。
- (3) 独自の貯金商品を提案し、個人貯金の拡大や利用者ニーズの充足・サポートに努めました。投資信託等については、ライフプランに見合った資産形成・資産運用についての提案を図り、地域の法人向けにセミナーを開催しました。また、次世代利用者との取引深耕によるメイン化に取り組めました。
- (4) J・Aバンクアプリ・ネットローン・ネットバンクをはじめとした非対面サービスの普及・強化に取り組む、利用促進を図りました。併せて、特殊詐欺に対する注意喚起を利用者へ促し被害未然防止に努めました。

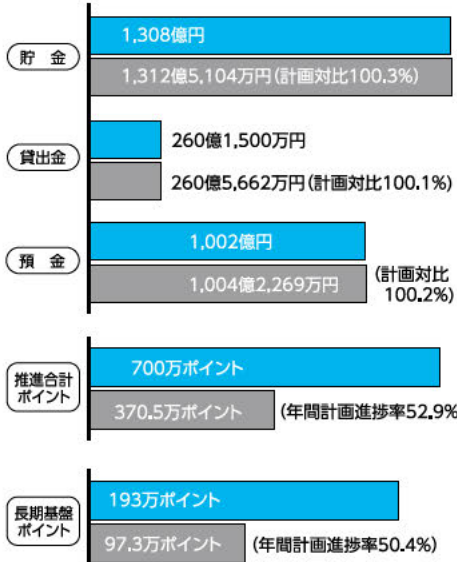


令和7年度

令和7年度上半期は、第60回通常総代会でご承認いただきました事業計画に基づき、

信用・共済事業

上段:計画 下段:実績



注1. 推進合計ポイントとは、生命総合共済、建物更生共済、自動車共済、自賠責共済、火災共済、傷害共済の新契約、継続契約実績をポイント化したもの。

注2. 長期基盤ポイントとは、生命総合共済内の万一保障・生存保障・年金共済と建物更生共済の4基盤で転換・乗換契約以外の新規契約をポイント化したもので、(注1)のうち生命総合共済、建物更生共済の新契約実績のみを含む。

(1) 葬儀施行の多様化、利用者のニーズに応じた施行をするための事前相談会を開催しました。

■保管、加工・利用事業

- (1) 契約者への3Q訪問と「あんしんチェック」を中心とした取り組みにより、年間目標の52.9%の進捗率となりました。
- (2) JJA共済アプリ、JJA共済Webマイページの普及に努め、契約者サービスの向上と事務の軽減を図りました。
- (3) 万全な保障提供を通じた安心と満足を届けるため、保障リスク等の説明を十分に行い、契約継続に努めました。
- (4) 8月末までに、4,716件、33億9,282万円の共済金をお支払しました。
- (5) 営業店システムによる店舗業務の安定稼働と、移動金融店舗の安定的な運行による金融サービスの充実にも努めました。
- (6) 不良債権処理方針に基づき、適正な債権管理と固定化債権の流動化を図りました。
- (7) 統一事務手続の実施点検を行うとともに、事務管理・コンプライアンス態勢の強化と内部統制整備に努めました。

■観光事業

(1) 「学校教育旅行」を軸とした「都市」と「農村」の交流を通じて、地域所得の向上、農家所得の増大および、地域活性化に貢献する取り組みを実施しました。(3校 延人数452名)

(2) 全国農協観光協会との共同企画として、消費者が農作業の手伝いをし、農家との交流で「農」と「食」の理解を深めることを目的とした「猫の手援農隊」を実施しました。

(1) 旅行を通じて「組合員・利用者の余暇活動の充実」と「JJAと組合員との交流の促進」、「JJA組織活動の活性化」を図りました。

(2) 各支所「年金友の会旅行」、各組織「親睦旅行・視察研修旅行」を提案、実施しました。

■生活福祉活動

1 生活相談活動

基本方針「『あい♡』からはじまる 元氣な地域を みんなの力で」

(1) 2 高齢者福祉活動

① 南部地域包括支援センター／新規相談件数111件 継続相談件数352件

(2) 生活相談活動

① はつらつ講座 年間8回開催予定
6月開講
6月10日(火)開校式 ボッチャ
7月9日(水)料理講習会(エコーマーク品を使った講習)
8月9日(水)家の光手芸講習会「手ぬぐいで作るちよいかぶり」

① 第58回通常総会 3月14日 記念行事 (JJA長野県いきいき健康講座)「めざせ健康長寿！フレイル予防講座」

② フレッシュ交流会 6月20日 古都金沢日帰りの旅

③ フレッシュミズ体験企画 6月・7月・8月(月1回)

④ 井戸端会議 全9支部(上期:松川支部・神城支部)

⑤ 料理講習会 7月 本部2回 星野物産(エコーマーク品を使った料理)講師 星野物産株式会社 岡崎裕志氏

⑥ 「みんなで食卓を囲む活動」に取り組みしました。広報誌かあちゃんのカラダコーナー掲載

⑦ フードドライブ開催 寄贈は3月、7月、リダー研修会 6月 JJA長野県ビル

⑧ 全役員研修会 8月 フルト演奏会・商品研修

⑨ 9支部の地域特性を生かした活動 ばかし肥料健康体操、工活動、防災学習会、地域住民と交流会、日健康デー、手芸、料理、盆花市、高齢者支援活動、各種講習会等

⑩ 支部活動のほか、仲間づくりを目的にグループ活動にも取り組みました(絵手紙、ウォーキング、そば打ち、クラフト、やしうま、グルメの会、味噌作り等)

(2) 介護保険事業

① JJA大北指定訪問介護事業／延べ利用者4,135名

② 指定介護予防支援(介護予防プラン作成事業(南部地域包括支援センター)／延べ利用者数1,007名(うち他居宅介護支援事業所へ業務委託者数688名)

(3) JJA大北独自介護予防事業

① JJA大北訪問型生活支援事業 えがおのわ(有償サービス、公費介護サービスの適用外)／延べ利用者5名

3 健康管理活動

厚生連病院での人間ドック受診者へ検診助成実施(助成額2,500円/人)PET受診者助成(助成額5,000円/人)人間ドック助成者:438名/PET助成6名

対象者:組合員(正・准)および組合員と同居の家族

■JJA体質強化・教育広報活動

(1) 持続的経営を支える事業対応力強化に向けたコンプライアンスの徹底および意識醸成のための職員全体研修会を実施しております(また、職員の研修振り返りから、職員の声を経営戦略に反映してまいります)。

(2) 業務が統一基準に基づき適正に実施されているかを点検・確認する連続職場離脱の実施、JJA職員としての資格取得と資質向上に努めました。

(3) 組合員・利用者が親しみやすくJJAの情報を取得できるよう、広報誌や支所だよりでの情報発信に努めたほか、公式ホームページの随時更新を行いました。

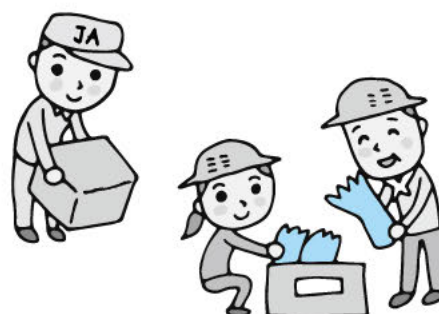
(4) 「組合員応援事業」の一環として、LINEを活用した「組合員マイページ」(組合員カードのスマホ表示)による情報発信等、組合員サービスの向上を図りました。

令和7年度 上半期事業実績報告

損益計算書 (令和7年3月1日から令和7年8月31日)

単位:千円

事業総利益	1,429,196	事業管理費	1,353,588
うち信用事業総利益	588,504	事業利益	75,608
うち共済事業総利益	284,668	経常利益	199,801
うち購買事業総利益	460,018	■事業総利益: 各事業利益から各事業費用を差し引いた差額です。 ■事業管理費: 人件費・業務費・諸税負担金・施設費等、労働や施設の管理に必要な費用です。 ■事業利益: 事業総利益から事業管理費を差し引いた差額です。 ■経常利益: 事業利益に賃貸料等の事業外収益を加え、寄付金や雑損失等の事業外費用を差し引いた金額です。	
うち販売事業総利益	44,204		
うち保管事業総利益	△ 2,897		
うち加工事業総利益	9,789		
うち利用事業総利益	37,926		
うち観光事業総利益	818		
うち福祉・介護事業総利益	11,517		
うち指導事業収支差額	△ 5,355		



自己資本比率(国内基準適用) (令和7年8月31日現在)

令和7年8月末	令和7年2月末
15.22%	14.46%

令和7年8月末の単体自己資本比率は、令和6年3月22日付「農業協同組合等の自己資本の充実の状況等についての開示事項の一部を改正する件(金融庁・農林水産省告示第3号)」において、「農業協同組合等の自己資本の充実の状況等についての開示事項(平成19年金融庁・農林水産省告示第4号)」が改正されたため、令和7年2月末の単体自己資本比率の算出方法とは異なります。

農協法に基づく開示債権の状況及び金融再生法開示債権区分に基づく債権の保全状況(単体) (令和7年8月31日現在)

単位:百万円

債権区分	令和7年8月末	令和7年2月末	増減
破産更生債権およびこれらに準ずる債権	653	746	△ 93
危険債権	488	528	△ 40
要管理債権	0	2	△ 2
三月以上延滞債権	0	0	0
貸出条件緩和債権	0	2	△ 2
正常債権	24,944	24,171	773
合計	26,086	25,450	636

百万円未満切り捨てのため、小計及び合計は一致しない場合があります。

JA大北 組合員・利用者みなさまへ



＼ 令和8年3月2日(月)より / 各事業所の共済窓口を 各支所へ集約いたします

平素より格別のお引き立てを賜り、心より厚くお礼申し上げます。

さて、このたび当JAは共済各業務の電子化等に伴い、より専門性を高め共済事業の利用者満足度向上を目指し以下の通り共済窓口を集約し、2026年3月2日(月)より新たな体制としてスタートいたします。

事業所共済窓口集約にあたり、組合員・利用者さまにはご不便をおかけすることと存じますが、今後もこれまでと変わらぬご厚情を賜りますようお願い申し上げます。

今後の共済お手続きに関しては、新体制各支所にて対応いたしますとともに、ご不明な点はご遠慮なくお問い合わせください。

現行体制	新体制
ときわ事業所 ----- 大町支所 ----- 平事業所	大町支所
池田北事業所 ----- 池田支所	池田支所 (旧会染支所)
松川支所	松川支所
神城事業所 ----- 白馬支所	白馬支所
おたり支所	おたり支所

上記に関するお問い合わせは、JA大北 共済部

TEL 0261-22-1815

〒398-0002 大町市大町字光明寺3091-1 【営業日】 毎週月曜日～金曜日(祝日・年末年始除く)

水稲

北部営農センター 田中 進吾



令和7年度の反省

本年度は7月上旬から最高気温が30℃を超える日が多く、7月、8月は高温で推移しました。南部地区のコシヒカリにおいて高温の影響で例年以上に白未熟粒の発生が見られました。中部地区と北部地区においても一部の圃場にて白未熟米の発生が見られました。

適期収穫ができなかった圃場では、胴割れの発生が見られ等級低下となりました。

対策

適期田植(目安)

南部・中部／5月10日～20日

北部／5月15日～25日

ケイ酸を含む土壌改良剤の施用(大地いきいき、ケイ酸加里等)

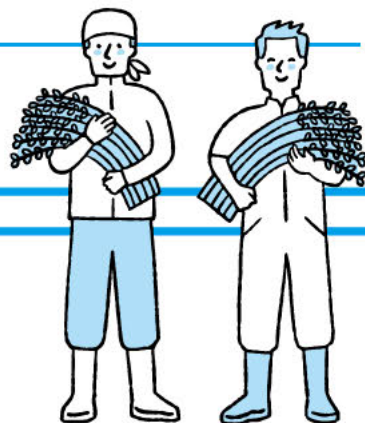
茎や葉が硬くなり根張が向上。蒸散が盛んになり、圃場全体の温度が下がる。

出穂期以降の水管理

出穂期から登熟期にかけて夕方入水。(可能な場合)

適期収穫

帯緑色籾歩合を見て収穫。(緑の籾が10～2粒位残っている時に)



秋起こしについて

稲わらの分解の促進のため、湿田を除き秋起こしの実施をお願いします。
(わらの分解促進にはワラクサルEX等を使うとより効果的です。)

赤米発生田について

秋起こしは行わず、鳥や凍みにより赤米の種籾の密度を減らしましょう。

資材等の詳しい内容は各地区の営農センターへお問い合わせ下さい。

園 芸

南部営農センター 川窪 彩



農業振興作物「稲+1」について

農業所得確保に向けて、JA大北では引き続き園芸作物の作付け推進を図ります。

〈 おすすめの園芸品目 〉

— 野菜 —

品目	目標収量	販売目標	所得目標	栽培の特徴およびポイント
白ネギ	2,000kg/10a (製品重量)	600,000円	300,000円	・収穫期間が長いので、収穫期間が調整できます。(稲刈り後の収穫が可能) ・機械の貸し出しがあります。 ・JAの共同選別の他に個人選別での出荷に取組む方も増えています。
ミニトマト	450kg/1a	180,000円	100,000円	・水稻育苗ハウスの有効利用に適しています。 ・1aあたり150本を定植します。 ・軽量で、女性や高齢者の方にも取り組みやすい品目です。
ジュース用 トマト	5,000kg/10a	250,000円	130,000円	・契約栽培のため単価が決まっています。(R7年度=58円/kg) ・1aあたり約160本を定植します。 ・収量を上げれば、所得が増えます。

— 花 —

品目	目標収量	販売目標	所得目標	栽培の特徴およびポイント
ヒマワリ	3,500本/1a	140,000円	40,000円	・露地栽培が基本です。 ・小面積より取り組みが可能です。 ・1aあたり4,000～5,000粒を播種します。 ・作型は50～60日で採花できます。
アスター	2,500本/1a	150,000円	54,000円	・露地栽培が基本です。 ・小面積より取り組みが可能です。 ・1aあたり3,000～4,000本を定植します。 ・定植は5月中旬～6月上旬、収穫は7月下旬～8月下旬が目安となります。 ・立ち枯れ病が発生するので連作は避けてください。

※取り組み時の注意点

○水田転作として園芸品目に取組む際は、排水対策を必ず講じてください。

○表中の目標値は目安であり、圃場条件により増減する場合があります。

上記の詳細や、
その他の品目について
のお問い合わせは
各営農センターへお願いいたします。

南部営農センター

南部営農センター池田センター

南部営農センター中部センター

北部営農センター

北部営農センター小谷センター

TEL.23-5364

TEL.62-6430

TEL.22-1775

TEL.75-2180

TEL.82-2042

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。



Acoop

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。



きのこの煮浸し

●材料(2人分)

生しいたけ …… 2枚
ふなしめじ …… 1/2パック
まいたけ …… 100g
だし汁 …… 1カップ
A
酒 …… 大さじ1
砂糖 …… 小さじ2
塩 …… 小さじ1/4
しょうゆ …… 小さじ2
みょうが …… 2個

●作り方

①生しいたけは5mm厚さにスライス、ふなしめじは小房に分け、まいたけは食べやすい大きさに手で割きます。
②みょうがは縦半分に切り、繊維に沿ってスライスします。
③鍋にだし汁を入れて火にかけ、煮立ったらAと①を加えます。
④③が再度煮立ったら中火にし、あくを取りながら煮ます。
⑤きのこがしんなりしたら②を加え、一煮立させて火を止めます。

一口メモ

秋の味覚の代名詞、「きのこ」ですが、現在はほとんどが栽培きのこのため、1年中出回っています。きのこは低カロリーで食物繊維、β-グルカン、ビタミンB群、Dを豊富に含んでいます。β-グルカンは食物繊維の一種で、血中コレステロール値の低下が期待される栄養素です。さらにビタミンB2、ナイアシンも含まれており、脂質代謝を促進しコレステロール値のコントロールに役立ちます。1種類で使うより、何種類かを混ぜて使うことでうま味が重なり、おいしさが増します。

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。注文しらすの「おまかせコース」・カタログから注文「選べるコース」



JA大北 経済部

TEL 0261-22-1846

かあちゃん味の



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、女性部おたり支部より

じゃがいもと青ジノの実のカリッとコラボ



材料(4人分)

・ジャガイモ中 …… 3個
・青ジノの実 …… 1にぎり
・サラダ油 …… 大さじ5
・片栗粉 …… 大さじ4
・てんぷら粉 …… 大さじ1
・塩 …… 少々

作り方

① シノの実は洗って水に浸しておく。
② ジャガイモは1cm角に切って水にさらしておく。
③ ジャガイモとシノの実の水を切り、ボールで合わせる。
④ ③に片栗粉と天ぷら粉をまぶす。
⑤ フライパンにサラダ油を注ぎ、④を揚げ焼きにする。
⑥ 一度ひっくり返し火が通るまで焼く。
⑦ 熱いうちに塩をふって味を調える。

利用方法

子供のおやつに。七味唐辛子をふればお酒のおつまみにも。



牡牛座

4/20~5/20

全体運 / 上昇運。しっくりいかなかったことも次第に整ってきます。周囲との和を大切に、流れに乗って。忘年会にツキ
健康運 / 体にいいことを続けて。手応えを感じられるはず
幸運を呼ぶ食べ物 / アンコウ



牡羊座

3/21~4/19

全体運 / 勢いのある好調運。ただ、ままならない思いをしている人もいるので配慮を忘れずに。リーダーシップが光ります
健康運 / 後半は後退。油断せず健康習慣をキープして◎
幸運を呼ぶ食べ物 / ミカン



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。
 秋も深まり、高い山の上には雪が見られるようになりました。朝晩はかなり冷え込むようになり
 ましたが、秋を代表する「りんご」が直売所をにぎわせています。

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



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



10月の状況 → きゃべつ・白菜・ねぎ・だいこん・さといも・梨・りんご(シナノスイート・秋映・ぐんま名月 等)・野生きのこ等が出荷されていました。

週末セール (セールの日程は変更する場合があります)

- 11月28日(金)～29日(土)
- 12月12日(金)～13日(土)

これからの出荷になる品目 → 野沢菜・きゃべつ・白菜・だいこん・ねぎ・りんご(サンふじ・シナノゴールド)等

〈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・カレー味・梅味・「非常用に開発した、ロングライフ食品です」。)

ええっこの里で販売中です。

みんなに大人気「さつまいも」

食欲の秋、この時期食べたいのが焼き芋。焼き芋と言えば、昔は田んぼに残っているもみ殻を燃やしてその中にさつまいもを入れたり、枯葉を燃やして焼き芋にしたりと懐かしい思い出です。最近「さつまいも」の種類も増えてきて、いろいろな料理法に合わせて使い分けられています。「さつまいも」別名「甘藷」(野菜の中で最も甘いのある芋ということから)。原産地はメキシコ中央部からグアテマラにかけてとする説が有力です。「さつまいも」の栄養価は、主に食物繊維が豊富(ジャガイモの約2倍。特に皮の近くに多く含まれている。)、その他アマイド、ヤラピンという物質が働き、便通が良くなる効果が期待できます。ビタミンC、E、B1、カリウム、銅も豊富です。さつまいもは収穫してすぐ食べても美味しいのですが、秋に採れたものは、年が明けるまで貯蔵しておくことでさらに甘味が増して美味しくなりますよ。

これから直売所にも地元のさつまいもが出荷されます。年明けまで我慢できる方はぜひやってみましょう。



蟹座

6/22～7/22

全体運 / 大掃除は早めにスタート。余裕を持って予定を立てるとうまくいきます。いつものお店や集まりに幸せの予感
健康運 / 疲れたら早めにケアを。危険な場所は避けて幸運を呼ぶ食べ物 / ダイコン



双子座

5/21～6/21

全体運 / ドキッとすることがあるかも。外出するときは救急セットや折り畳み傘を携帯して安心。靴は歩きやすいものに
健康運 / 無理をしたと感じたら休んで。臨機応変に幸運を呼ぶ食べ物 / カリフラワー

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!!

※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

日程(9時~16時)

ローン相談(開催場所)

11月23日(日)

本所アプロード1階ローン・年金相談センター

12月14日(日)

日程(9時~16時)

年金相談(開催場所)

11月20日(木)

池田支所

11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27日(木)

平事業所

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!



＜キャンペーン期間＞

好評につき

令和7年12月30日(火)まで延長

年0.6%

お預入期間1年

JA大北
本所金融部

池田支所 62-3114
池田北事業所 62-3146
松川支所 62-4108

大町支所 22-0204
ときわ事業所 22-0209
平事業所 22-1920

白馬支所 72-2010
神城事業所 75-2111
おたり支所 82-2003



大町市大町字光明寺 3091-1 tel. 0261-22-1843 詳しくは最寄りの支所、事業所金融窓口へお気軽におたずねください。

理事会 (10月29日開催)

■付議事項

- ① 令和7年度 上半期 ディスクロージャー誌について
- ② 役員選任規程運用要領の一部変更(案)について
- ③ 外部出資の減少(案)について

■報告事項

- ① 9月末 主要事業実績報告書
- ② 9月末 組合員の新規加入・脱退状況について
- ③ 令和7年度 上半期決算 監事監査報告書について
- ④ 内部監査総括(上半期中間)報告について
- ⑤ 貸出金利の改定について
- ⑥ 令和7年産米 集荷実績について
- ⑦ 令和7年度 秋の感謝祭について
- ⑧ アグリフェスタしみずへの参加について
- ⑨ 主な会議・行事について
- ⑩ その他



乙女座

8/23~9/22

全体運 / 気が多くなりがちなので欲張り過ぎないように。用事はリストアップし優先順位を整理。後半は助けくれる人あり
健康運 / 香りの良い入浴剤で、ゆったりとバスタイムを幸運を呼ぶ食べ物 / 野沢菜



獅子座

7/23~8/22

全体運 / おしゃれをして外出を。特別なことをすると勢いがつき目標達成に近づけます。会合などの世話を引き受けて
健康運 / ゆったりした散歩がお勧め。軽い運動で好循環 幸運を呼ぶ食べ物 / ユズ



令和7年分 青色決算説明会のご案内

税務署では、個人事業主の方の青色申告決算書の作成方法や作成に当たっての注意点などについて青色申告会の協力を得て、次のとおり説明会を開催いたします。

この機会に是非ご出席ください。

対象となる方	開催日	開催日時	開催会場		対象地区
農業所得を有する方	令和7年 12月5日(金)	午後1時30分～ 午後3時30分	大町市	JAアプロード 2階オーロラホール	全市町村

説明会は「事前予約制」で行いますので、参加を希望される方は**令和7年12月4日(木)午後4時まで**に、大町税務署までご連絡をお願いいたします。(定員に達した場合には、先着順とさせていただきます。)

連絡先 大町税務署(担当:個人課税部門) **TEL.0261-22-0674**

説明動画は
こちら

国税庁では、YouTubeの国税庁動画チャンネル内の再生リスト「記帳・決算のしかた」において、記帳の方法について解説した動画を掲載していますので、新たに事業を始められた方や、記帳の方法がわからない方は、是非ご覧ください。



おうちで作成 ネットで申告



国税庁のホームページの確定申告書等作成コーナーで申告書が作成できます。

www.nta.go.jp

確定申告

検索



JAホールまつかわ 御写経会&いす坐禅

〔開催日時〕12月12日(金)午後1時～午後3時

参加費無料 事前予約制 定員/20名

参加者募集締め切り/12月5日(金)

御写経は書く人の心を静めるだけではなく、人それぞれの想いのよりどころとなります。

一筆一筆気持ちを込めてお経を書き写すことで雑念や煩しさから離れ、自分自身を見つめる時間を作りましょう。

〔講師〕清水寺副住職(大町市常盤)

筆ペンのご用意もありますが、ご愛用のペンでも構いません動きやすい格好にてお越しください

ご予約はこちら

TEL.0261-62-1700 JAホールまつかわ 鬼久保・矢口



蟹座

10/24～11/22

全体運 / 欲張りになりがち。たくさんのが手に入るときだからこそ、いらないものにはノーを、取捨選択を心がけて
健康運 / 食事は彩りが大事。よくかんで食べましょう
幸運を呼ぶ食べ物 / ハクサイ



天秤座

9/23～10/23

全体運 / 交友関係の広がりやラッキー要素を運んでくれます。人の話はよく聞いて熱心に情報収集を。学びの時間をつくって
健康運 / 話題のストレッチやサブリを試してみよう
幸運を呼ぶ食べ物 / カボチャ

顎関節症について

皆さまは「口を開くと顎が痛い」「口が突然開かなくなった」「口を開くと耳の前あたりからカクカクと音がする」「朝起きると顎が重だるい感じがする」このような症状を経験されたことはありませんか？これらの症状がある方はもしかしたら顎関節症かもしれません。

顎関節症とは

「顎関節痛(顎の関節の痛み)」「関節雑音(顎を動かすと音がする)」「開口障害(口が開きにくい)」を主な症状とする疾患で、これらのうちひとつ以上の症状があり、他の疾患が原因ではない場合に「顎関節症」と診断されます。顎関節症の原因はさまざまで、図1に示す要因が複雑に合わさって発症するとされています。

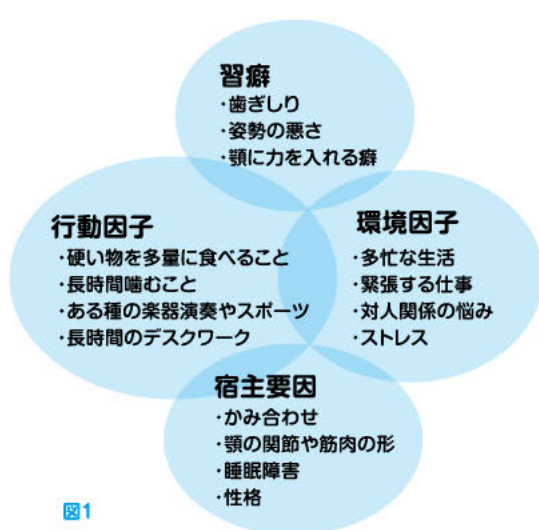


図1

顎関節症発症のメカニズム

顎関節は、図2に示すような構造をしており、顎の蝶番の骨である下顎頭は口を閉じている時には頭の骨にあるくぼみに収まっています。下顎頭の上には関節円板というクッションが乗っており口を開くと下顎頭と関節円板がいつしよに移動して口が開くしくみになっています(図3)。また、顎のまわりの筋肉も噛む動作や口の開閉時には活躍しています。この関節円板は図1に示した要因により顎の関節に過度の力が加わると位置がずれてしまうことがあります(図4)。

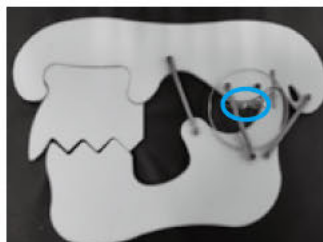


図4 関節円板が前方にずれた状態

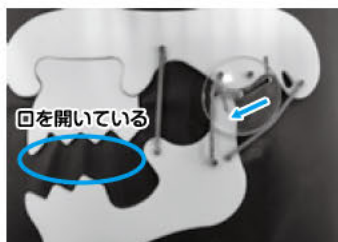


図3 下顎頭と関節円板が前方に移動



図2 下顎頭と関節円板は頭の骨のくぼみにおさまっている。

顎関節症の治療

関節円板のずれた位置が関節突起の通り道にある場合にはずれてカクカクと音がし、時には、ずれた関節円板が通せんぼをして口が開かなくなります。また、顎に過度な力が加わることで顎の筋肉に炎症が起こることもあります。

顎関節症の主な症状のうち「関節雑音」のみであれば治療しないことがほとんどですが、「顎関節痛」「開口障害」が生じた場合には治療の対象になります。保存的な治療が中心で、症状によって薬物療法(消炎剤や筋肉をほぐす薬の内服)、夜間に装着する顎の負担を減らすマウスピースの作製、関節周囲の筋肉をほぐすマッサージやストレッチなどの理学療法を行います。保存的治療で改善しない場合には関節の中の洗浄や、手術で癒着した円板を剥離する場合もごくまれにあります。

顎関節症になつてしまったら

顎関節症の多くは前述の保存的な治療で日常生活に支障がない程度に回復します。ただ、ずれた関節円板が元に戻ることは稀ですので、症状が再発しやすいのも顎関節症の特徴です。顎に負担をかけない生活を心がけ、顎関節痛や開口障害が生じた場合にはかかりつけの歯科医院や当科にご相談いただきますようお願いいたします。

歯科口腔外科医師 長汐 沙千穂

山羊座
12/22~1/19

全体運 / 上昇運です。忙しいですが努力に結果が付いてきます。いいかげんなことはせず誠意を見せて。年末の休暇は多めに
健康運 / あったか靴下や手袋を愛用して。つば押しも◎
幸運を呼ぶ食べ物 / コボウ

射手座
11/23~12/21

全体運 / やりたいことに向かって一直線に進めば大きな成果が。こぼれ落ちるものには縁がないと割り切りましょう
健康運 / 旬の食材は元気の源。野菜と魚を多めに
幸運を呼ぶ食べ物 / クワイ



企画運営担当の
あだちさん



あづみの公園
からお知らせ

あづみの公園 大町・松川地区では、11月24日(月・休)まで「紅葉フェスタ」を開催中です。紅葉の森を巡る謎解きクイズラリーや「大草原の家」での映面上映会など、イベントが盛りだくさん。紅葉真っ盛りの国内で、秋のひとときをお楽しみください。

謎解きクイズラリー 「木子と虹色の紅葉」

紅葉の森を巡る謎解きクイズラリー。公園のキャラクター木子(もっこ)と一緒に、森の妖精モリーたちに会いに行き、七色の力を集めて「虹色の紅葉」をよみがえらせる冒険に出発します。



- 開催日/開催中～11月24日(月・休)
- 場 所/国内各所(インフォメーションセンターでカード配布)
- 参加費/無料

映面上映会

芸術の秋にぴったりのファミリー向け映面上映会を開催します。



- 開催日/11月22日(土)～24日(月・休)
- 上映作品/22日(土)「FLY! フライ!」
23日(日)「怪盗グルーのミニオン超変身」
24日(月・休)「ボス・ベイビー ファミリー・ミッション」
- 時 間/10:30～ ■場 所/大草原の家 ■参加費/無料

ポップアップマルシェ

日替わりでクラフト作家が出品。作品・グッズの販売やワークショップを行います。詳細は公園ホームページをご確認ください。



ホームページは
コチラから! /



- 開催期間/開催中～11月23日(日)の土日祝
- 時 間/10:00～15:00
(ワークショップ最終受付14:30)
- 場 所/インフォメーションセンター

体験プログラム

【食体験】

リンゴのピザ

長野県産の米粉を使いピザ生地を作ります。旬の食材「リンゴ」をトッピングして、ピザ窯で焼く本格ピザです。



- 日 時/11月29日(土)・30日(日)
(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 ■料 金/600円

【創作体験】

りんごのきせつ

小枝や木の実を使って、秋の季節に旬なりんご狩りをモチーフにしたオスジェブくり。



- 日 時/11月11日(火)～24日(月・祝)
(受付時間) 午前9時30分～11時30分、午後13時～14時30分
- 場 所/森の体験舎 創作工房 ■料 金/200円

【自然体験】

野鳥観察会(冬鳥編)

早朝の園内で、冬鳥の鳴き声に耳を傾けながらバードウォッチングを楽しめます。



- 開催期間/11月30日(日)
- 開催時間/午前8時30分出発
(所要時間約3時間)
- 場 所/インフォメーションセンター(集合) ※小雨決行、荒天中止
- 対 象/小学生以上
- 定 員/先着15名(事前受付)
- 持 ち 物/双眼鏡、野鳥図鑑またはハンドブック
野外での観察会になりますので、防寒対策を行ってご参加ください。
- 参 加 費/無料 ※双眼鏡の無料貸し出しあり

●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)

公園ホームページ
Facebook
X
Instagram

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



魚 座
2/19～3/20

全体運 / 試験が山のようにそびえていますが、乗り越えれば開運へ。気を抜かず進みましょう。他人の助言はよく検討して
健康運 / 無理をしないで。サボーターやテーピングは味方
幸運を呼ぶ食べ物 / レンコン



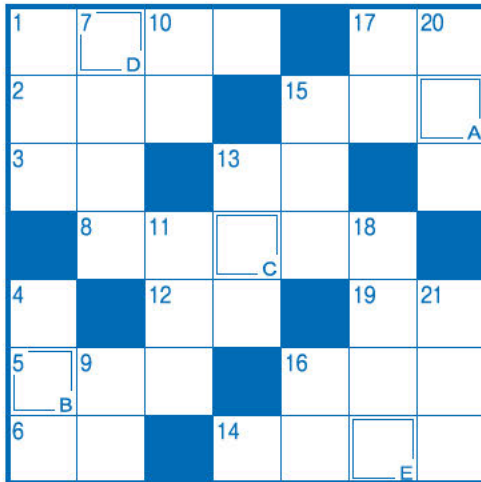
水瓶座
1/20～2/18

全体運 / 周囲からの手助けに感謝を。1人で動かない方が順調に進みます。大きな計画変更はもう少し時間をかけて
健康運 / スポーツがストレス発散に。爪のケアを
幸運を呼ぶ食べ物 / ニンジン



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 夜目——笠の内
- 4 足を中に入れて暖を取ります
- 7 サッカー日本女子代表の愛称に使われている花
- 9 クリスマスツリーに使われる木
- 10 日本酒を温めること
- 11 じょうごとも呼ばれる道具
- 13 忘年会で乾杯の——を取った
- 15 高いところに載せたものを取るときの姿勢
- 16 クリスマスツリーのてっぺんにも飾ります
- 17 青い染め物に使われる植物
- 18 物ごとの順序などがさかさまになっていること
- 20 ささがきにすることも多い根菜
- 21 韓国の首都

●ヨコのカギ

- 1 サンタクロースが乗るソリを引きます
- 2 練り物や大根などを煮込みます
- 3 ごはんのこと。握り——
- 5 和服の袖の下、袋状の部分
- 6 ——を憎んで人を憎まず
- 8 南米の北端にある国。首都はボゴタ
- 12 漢字では独活と書く山菜
- 13 木を切り倒すときに使います
- 14 dBと表記される、音などの強さを示す単位
- 15 暮れのあいさつとして贈ります
- 16 人間は二足——をする生き物です
- 17 疲れたときには出して、おいしいときには落ちるもの
- 19 泣き顔になること。——をかく

85 398 0002
大町市 大町
字光明寺三〇九一
JA大北広報係行

締めきり/12月1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

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。

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。

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。
②JA・広報に対するご意見、日頃印象に残ったできごと(みんなのおたより広場コーナーで紹介する場合があります。)

①クロスワードパズルの答え
(アルファベット部分のみ)

はがきに、
応募方法

●10月の答え ブンカサイ



みんなの川柳

救援で 大股上げる 朗希さん

野口五郎岳

足のぼし 腰をのぼして

散歩おわり

彦翁

長雨は 刈り取り前の 田んぼ泣く

こばさん

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」をご記入の上、みんなのおたより広場とおなじ宛先へお送りください。eメールやfaxでも受け付けています。

田んぼには、稲ワラが山積みされ、その間を朝霧がまいた。通勤は車窓の水滴をワイパーで払いながらの朝だった。そんな遠い日の秋を想い出

寒くなり、先日こたつを出しました。やつぱり暖かくて良いですネーさっそくこたつつくりです。
白馬村Oさん

今年はいっぱい多くて困ります
小谷村Gさん

家周りの稲刈りもほぼ終わり、早い人は秋起こしをされています。あつという間に寒くなると思いますので、忙しく後片付けですね。
松川村Kさん



みんなのおたより広場

今月も皆さまから寄せられた温かいメッセージや日々の出来事に感謝申し上げます。ぜひ、あなたの声もお寄せください。
(紙面の都合上、翌月号の掲載となる場合があります。ご了承ください。)

します。
松川村Sさん

〈編集より〉稲刈り後の秋に移り変わる情景を様々な視点で投稿される方が多い月でした。その中でも小谷村は「へっぶり(カメムシ)」が多いとのこと。小谷村出身の職員に退治後の画像を見せてもらいましたが、絶句ものでした。

みんなのおたより広場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

応募先

だいほくこどもくらぶ



写真左から蒼音ちゃん、絃ちゃん、楽人ちゃん

白馬村		
父	母	
陸也さん	美優さん	
次男	蒼音ちゃん(6才)	
三男	楽人ちゃん(2才)	
	絃ちゃん(1才)	

3人とも音楽にまつわる名前です。長男の蒼音ちゃんは「澄んだ空のように広く深く、人の心に響くような優しさを」持つ人。次男の楽人ちゃんは「人生を楽しみ、まわりにも笑

合って笑い転げ、毎日楽しいことを全力で探しています。
3人の将来についてご両親は「失敗を恐れず、どんどん挑戦できる人に。そして困っている人には手を差し伸べられる優しさを持ち、自分が困っている時には「助けて」と素直に言えるような、支え合える関係の中で生きていけるように、健康で心から自分の人生を楽しんでほしい」と願っています。

顔やリズムのような楽しさと癒しを届けられるような人に。三男の絃ちゃんは「音を奏でる」という意味があり、兄たちや家族、人とのつながりを優しくつなぐ存在に」という両親の願いが込められています。
3人とも元気いっぱい！外遊びが大好きで、3人でじゃれ

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JA支所・事業所、本所共済部(Tel:22-1815)まで。

フィッシング詐欺

口座番号
暗証番号
入力

ちょっと待って!

そのメール詐欺の可能性ががあります

JAバンクでは、お客さまに関する情報やお取引目的などを定期的に確認しておりますが、
電子メールを経由して、口座番号・暗証番号などを聞き出すことは絶対にありません。

電子メールで口座番号・暗証番号などを回答しないでください

JAバンクは被害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付通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、資金のご利用目的などを伺いすることがございます。同卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

長野県警察
NAGANO PREFECTURAL POLICE

長野県JAバンク
長野県JAバンクは県下JAと長野県信連の総称です

朝晩の外気温が1桁台になってきました。寒いですね。寒さは苦手ではない方ですが、今年の猛暑の後で急に冷え込むと「寒いイヤ」と思ってしまうます。そんな10月中旬、まだストーブ炊くほどでもないし、エアコンの暖房でいいかなとリモコンのスイッチを押すと、涼し気な風しか出て来ない現象が…。メーカー修理業者に依頼して点検してもらおうと「ガス抜けてます」「基盤も怪しいです」との回答。愛犬のために導入したエアコンですが、今年の酷暑を何とか乗り切った「もうダメ」と悲鳴をあげたのでしょうか？痛い出費です。季節の変わり目は、冷暖房機器などの点検を早めに行った方がいいと実感したこの頃です。

編集より

ざんせつ

今年度より増刊号として
家計簿のみの販売をします

(「家の光」12月号に別冊付録としては付きません)

家の光

IENo HIKARI

「家の光」増刊号
2026年 家の光 家計簿 日記付き

●定価 660円(税込) (11月1日発行)

お申し込みはお近くのJAへ

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 <https://www.ienchikari.net/>

令和7年

来場者
プレゼント
あり

秋の大感謝祭

開催!!

開催日時

令和7年11月21日(金)～22日(土)

雨天決行

(21日:午前9時～午後4時/22日:午前9時～午後3時)

会場

大町市文化会館(正面広場) 大町市大町1601-2 駐車場/大町市文化会館



JA大北では、組合員および地域住民の皆様に日頃の感謝を込めて、令和7年度「秋の大感謝祭」を開催いたします。旬の農産物の販売に加え、自動車・農機具・最新ガス器具(乾燥機・家事ラクコンロ)の展示販売や、姉妹提携を結んでいる静岡県JAしみずの出店など、楽しみが盛りだくさんです。多くの皆様のご来場をお待ちしております。

主な催し物

- 地元の農産物販売 ● JA大北女性部による「小谷漬けおこわ」「お赤飯」の販売
- お馴染みの生活日用品の販売 ● キッチンカー・屋台によるフードコーナー(出店多数)
- 農機具・最新ガス器具(衣類乾燥機・家事楽コンロ)の展示販売
- JAオート長野による車の展示・タイヤの商談コーナー
- 姉妹提携を結ぶ静岡県JAしみず～みかんの詰め放題・海産物・お茶・イカ焼きの販売～
- 食育スタンプラリー(対象:小学生以下)
- お笑い芸人「ザ・たち」がイベント会場で各ブースをまわり、農産物などのPR(22日(土)午前10時～12時)
- ラジオパーソナリティ 飯野美佐子さん 来場イベント(内容未定) 21日(金)
- 子ども太鼓や吹奏楽、三味線の演奏、スマイルダンサーズの「そば切り音頭」(特設野外ステージ)



※催し物の内容は変更になる可能性があります

特設野外ステージ



日程	時間	内容
11月21日(金)	10:00～12:00	飯野 美紗子(ラジオパーソナリティ)イベント
	10:30～10:50	変面ショー
	11:00～12:00	歌謡ショー(ぱびるす)
	13:00～14:00	歌謡ショー(やゆfish)&信州そば切り音頭コラボ
	14:20～14:40	変面ショー
11月22日(土)	9:00～9:30	松川響岳太鼓
	10:00～10:30	マジシャンSATO大道芸パフォーマンス(手品・バルーンアート)
	11:10～11:40	大町市民吹奏楽団
	11:50～12:20	津軽三味線 ふぞろいの林檎たち
	13:00～13:30	マジシャンSATO大道芸パフォーマンス(手品・バルーンアート)
	14:10～14:40	美麻源流太鼓

※内容・時間は変更になる可能性があります

お問い合わせ

JA大北経済部 TEL.0261-22-1846