



花むすび

Hanamusubi JANUARY 2016

1

特集

平成27年度
園芸品目の防除反省と対策について

チャレンジ野菜づくり キのこの使用済み培地を活用した育苗方法

暮らしのメモ 自宅で簡単! 足裏マッサージ



多くの人と出会い、気持ちを通じ合う そんな縁を大切にしたい

 JA中野市

謹んで新年のお慶びを申し上げます



代表理事組合長
阿藤 博文

新年あけましておめでとうございます。組合員の皆様におかれましてはつがなく、新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃は当組合の事業運営に對しまして、格別なるご協力とご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年春先から不安定な天候が続きました。一昨年のような大きな被害は発生しなかったものの、高温・干ばつ、長雨・日照不足と、改めて異常が常態となってきた現象を見せつけられた出来事でありました。しかし、皆様方のご努力と技術力により、生育や品質に大きく影響するようなこともなく、何とか豊作基調で終えることができましたことに敬意と感謝を申し上げます。今後もＪＡ中野市は万全の支援体制で取り組むとともに、本年は災害の無い平穏で実りの多い年となることを願っております。

さて、国内の農業を取り巻く環境は、人口減少や食生活の変化などにより、農産物の需要減少が続いています。さらには消費者の低価格志向、加えて円安による資材価格の高騰は、経費上昇分を容易に価格転嫁できず、生産者手取りの安定

的な確保は重要な課題となっています。

一方、ＴＰＰ交渉は残念ながら大筋合意に至ってしまいました。その内容は国会決議を大きく逸脱したものであり、当ＪＡの主要品目であるりんご・ぶどうを中心とした広範囲な農産物の市場開放は、極めて大きな影響を及ぼすものと思えます。安全・安心で美味しい農産物の安定供給が強く望まれている今こそ、今後行われる国会批准と国内対策に對し、関係機関と連携しながら強力な運動を展開していくことが不可欠と考えます。

そのような中、昨年７月、南部・平岡両共選所に最新鋭の非破壊センサー付き選果機を導入し稼働を開始しました。精度保証や品質の統一などによる付加価値を付けたＪＡ中野市ブランド商品作りと、農家手取りの向上に努めてまいりましたが、今後も手を緩めることなく、さらにマーケティングを基本に「日本一美味い」商品を提供できる産地化と生産振興対策を展開してまいります。

きのこは価格形成を目指した販売対策を行うとともに、機能性については大等と連携した研究の成果を基に、「えのき水」を中心とした食品機能性表示に

向けた調査・研究の取り組みを開始しました。

さて、本年４月から施行される改正農協法は、ご承知のように農業所得向上の取り組みとかけ離れたものとなっていますが、ＪＡ中野市は、今回の農協法が求める取り組みを先駆けて実践してきています。今後も自己変革への取り組みを加速させ、地域農業の振興や組合員の営農とくらしを守るための役割を担っていくものと自覚しています。

このような環境のもと、「人とのつながり」「地域共同」「自然との共生」を大切にしながら、協同の力により「多様な農業への挑戦」「農業経営基盤の強化」に向けた農業振興と、長期構想後期３カ年（平成28～30年）計画を策定しました。実践に当たっては、「農業・くらし・ＪＡづくり」の経営理念のもと「なくてはならない組織」を目指し、スピード感をもって取り組みをすすめていく所存であります。組合員の皆様より一層のご支援、ご協力をお願い申し上げます。同時に、新しい年が皆様にとりまして明るく輝かしい年になりますようご祈念いたしまして、年頭に当たってのご挨拶といたします。

本年もよろしく
お願い申し上げます

代表理事組合長

代表理事副組合長

常務理事・金融事業本部長

常務理事・経済事業本部長

理事（総務企画専門委員長）

理事（総務企画専門副委員長）

（金融専門委員長）

（金融専門副委員長）

（経済専門委員長）

（経済専門副委員長）

江口 栄光

土屋 雅彦

望月 隆

山田 忠延

原 伸一

小林 英征

小林 啓治

上原 清作

小林 豊

土屋 博

島田 忠美

土屋 恒幸

檀原 盛男

原 栄二

高木 秀明

小池 英夫

松島 栄太郎

黒川 恒松

武田 正幸

池田 喜久雄

綿貫 和弘

宮沢 純男

宮澤 かず子

綿貫 當子

池田 幸男

町田 隆夫

小林 武

長谷川 俊夫

酒井 皓次

土屋 金治

若林 重宏

荻原 一

外職員一同

農と共に

中野・栗和田

小野 豊一さん(42)



小野さんは35歳の時に就農し、現在はぶどう、りんご、ももなどの果樹類を生産しています。

昨年(2015)の3月にJA青年部委員長に就任し、早9ヶ月。新年を迎えるにあたり、日ごろの活動と今後の青年部にかける熱い思いを語っていただきました。

— 青年部委員長になったの感想は —

盟友132名の代表に立つという、滅多に出来ない経験をさせていただきました。また、多くの方々に支えてもらい、自分自身大きく成長することもできました。残る活動もあとわずかですが、精一杯

取り組んでまいりますのでよろしくお願い申し上げます。

— 今年度、力を入れて取り組んだ活動は何ですか —

一つ目は、遊休荒廃地の解消として毎年行っているトウモロコシづくりです。今年もたくさんの方のトウモロコシを市内小中学校の給食へ提供しました。

また、この活動を多くの人に知ってもらうためテレビの取材を受け、育苗から収穫までの活動をメディアから発信することも出来ました。

二つ目は、七年に一度の善光寺御開帳に合わせ長野市で開催された、「日本一の門前町大縁日」というイベントに参加したことです。青年部で直売ブースを出店し、中野市の農産物をPR・販売しました。多くの観光客が訪れましたが、『お土産がたくさんあって持ち帰れない』という方もおり、予想より販売が伸び悩むという苦い経験もありました。初めての試みで試行錯誤の連続でしたが、大変良い勉強になりました。

三つ目は、東北方面へ市場流通研修へ行ったことです。視察先の福島県では農水産物の放射能検査の様子や市場の見学、宮城県では大豆を使った6次産業化への取り組みを見ることができました。震災

の影響で風評被害や生産者の減少など課題もある中で、オリジナルブランドの開発や、徹底した栽培管理に驚きました。同じ農業を振興する仲間として、自分たちもさらに頑張っていこうと改めて思いました。

この他にもさまざまな活動を行い、充実した一年となりました。

— これから中野市の農業を担う青年部盟友に向けて一言お願いします —

これから農業を取り巻く環境は大きく変化していきます。迷ったり困ったりした時は盟友皆で相談し合い、色々な意見や情報を共有して前に進んでいきましょう。

— 小野さんのモットーは何ですか —

「大抵の事は何とかなる！」

「成る様に成る！」

「とりあえず挑戦してみよう！」

やってみると、案外自分が考えているより大変でないことが多いです。

青年部活動と日々の農作業に力を注ぐ小野さん。やさしい笑顔がとても印象的で、盟友からは明るく頼れる委員長として慕われています。

2人のお子さんをもち、「土日は子供の野球を応援に行ったりもします。子供の成長と頑張りを見て、自分もやる気が出ます」と笑顔で語って下さいました。

1 月号 目次

2 — 組合長年頭のごあいさつ

3 — 農と共に

小野 豊一さん

4 — 特集

平成27年度 園芸品目の
防除反省と対策について

6 — チャレンジ野菜づくり

きのこの使用済み培地を
活用した育苗方法

8 — 営農情報

農地の貸借でお悩みの
組合員農家の皆様へお知らせ

9 — 販売情報

園芸品目販売情勢について

10 — 緑の風

各地の話題

12 — 暮らしのメモ

自宅で簡単！足裏マッサージ

今月の1台

すくすく子育てチャイルドケア「厳しい寒さ」

14 — FACE

アップルちゃんカレンダー 佳作作品紹介

17 — みんなのページ

片付け上手の整理術

アメニティグッズ、試供品の整理

ベジフル歳時記

1月15日は「いちごの日」

今月のおすすめタイトル

まちがいさがし／短歌・俳句

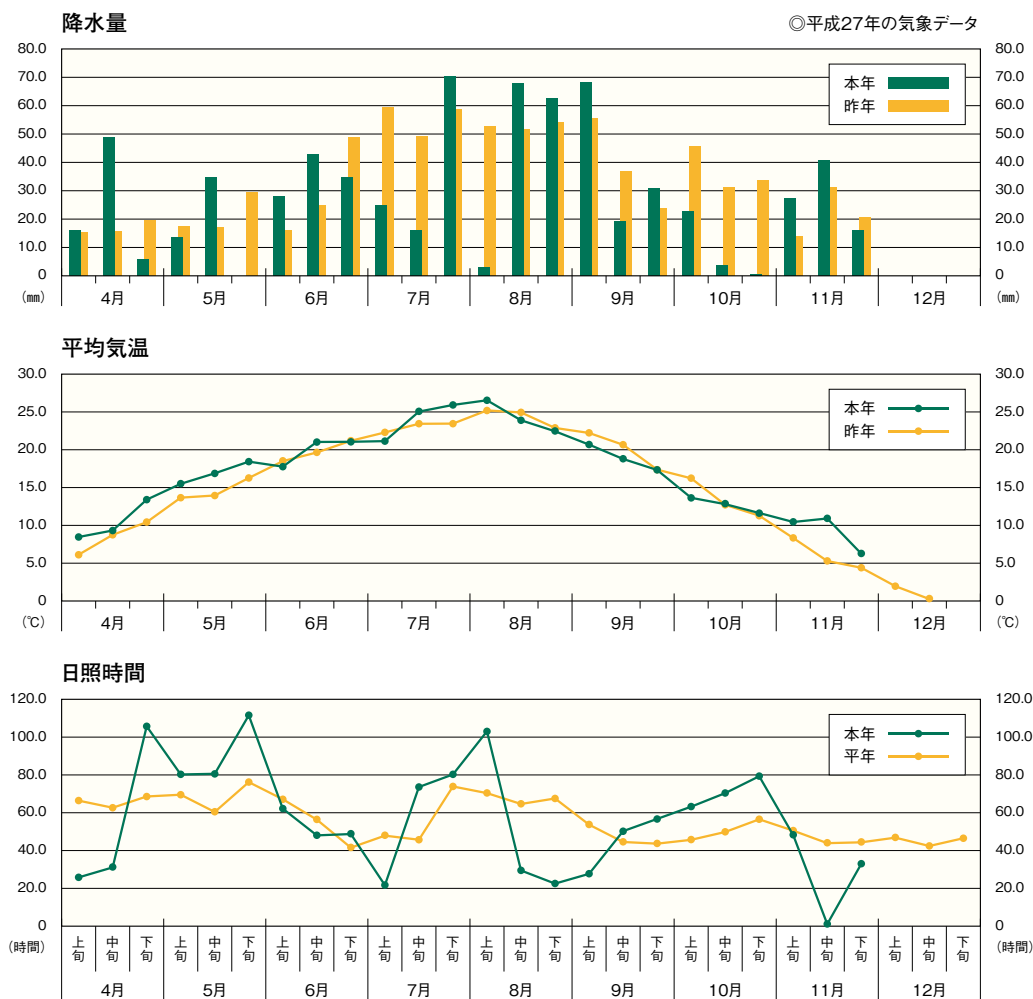
19 — JAインフォメーション

理事会から

今月の表紙

今月号は、昨年の気候や各園芸品目で特に問題となった病害虫とその対策を掲載いたします。
状況は園地によってさまざまですが、平成28年度の防除に役立てて頂ければ幸いです。

◆ 平成27年度の気象条件と防除について



昨年は春先の温かい気候により、各品目の開花期が例年と比べ5日から10日程度早い年でした。また、一昨年と比べると梅雨時期が長く、高温多雨によるりんごの炭そ病や輪紋病の発生がみられました。また、梅雨明けからの高温により、ハダニ類・サビダニ類・シンクイ虫類の発生が確認されました。

栽培環境の変化や病害虫の薬剤抵抗性により、防除体制は気象や病害虫に合わせていく必要があり、農薬の適期散布やローテーション防除、耕種的防除を駆使していかなければなりません。平成28年度の防除暦も以上の点を加味した上で編成されていますので、今後の防除会議等で確認して下さい。

◆ 平成27年度 特に問題となった病害虫とその対策

ぶどう

ダニ類、スリップス類、晩腐病

【ダニ類】

発生の経過：

梅雨明け後、一気に発生しました。

対策：

状況によりダニ剤の散布による発生抑制に努めましょう。特にシャインマスカットは被害が大きいため、梅雨明け後の7月下旬にダニ剤を散布してください。

【スリップス類】

発生の経過：

梅雨明け後の高温乾燥により発生し拡大。袋掛け前の最終防除に殺虫剤の混用散布がされていない園地で被害の発生が多い傾向にありました。

対策：

袋掛け前と袋掛け後の7月中下旬にスリップス類に効果のある剤を散布してください。

【晩腐病】

発生の経過：

一昨年発生があった園地にて、昨年も発生を確認しました。

対策：

剪定時に巻きひげや成りカスを徹底的に切除(枝磨き)する。また、薬剤散布量の少ない園地、散布死角のある場所にて発生が多いため、まんべんなくたっぷりと薬剤を散布してください。

アスパラガス

茎枯病、斑点病

【茎枯病】

発生の経過：立茎期の5月下旬から6月中旬の降雨で、泥はね等により土壌中にいた病原菌から感染した模様です。夏芽の収穫不足や立茎本数の過多が要因で発生が拡大していきます。

【斑点病】

発生の経過：盆明け後から9月上旬の秋雨時期に感染したとみられます。降雨や曇天により日照不足となり、多湿条件が続く発生が拡大しました。茎枯病同様に立茎が多いと発生を助長してしまいます

茎枯病、斑点病の対策：

病害のある株を圃地から持ち出し、病原菌を減らしましょう。発生圃場では春先の萌芽前にバーナー処理を行い、土壌の殺菌を行います。萌芽してからは感染前から定期的な薬剤防除を行い、予防的に防ぎます。夏秋取りを行い、立茎本数の制限をし、ムレや感染拡大の防止をしてください。

きゅうり

ハダニ類

【ハダニ類】

発生の経過：春先の乾燥・高温状態が発生に大きく影響しています。生育初期からハダニ類の発生があり防除が困難で、生育終盤にも多発している状況でした。

対策：発生初期からの薬剤散布による防除が重要となります。多発時期には7日から10日間隔で散布を実施します。また、発生の予防としてハダニ類は古く黄色くなった葉から発生しやすいので、早めに除去します。

ズッキーニ

ウイルス病

【ウイルス病】

発生の経過：定植時期・生育初期の高温によりアブラムシ類が多発していたため、ウイルス病(CMV等)による被害が拡大しました。罹病株から健全株へ管理を行う際に、ハサミ等による汁液伝染も要因となります。

対策：初期からのアブラムシ対策を行い、発生を未然に防ぐ必要があります。発生が見られた場合には株ごと抜き取って、圃地から持ち出し拡大を食い止めます。

なす

半身萎凋病

【半身萎凋病】

発生の経過：防除困難な土壌病害です。原因は、排水不良や連作障害、土壌中の細菌感染など様々です。初期症状としては、発病葉はしおれて、葉の半分が枯れてきます。病気が進行すると、葉全体が枯れ始め、最終的には株全体が枯死します。診断のポイントとしては、発病枝を切断してみると導管が褐変しています。

対策：

- ・ナス科のものを連作しない
- ・病気に抵抗性のある台木苗を使用する
- ・排水性を向上させる

特に排水性の悪い圃場では病気が多く発生しやすいので注意が必要です。

りんご

ハダニ類

発生の経過：

平年より早い6月下旬頃から発生が見られ、高温が続いた7月上旬からお盆にかけて断続的に発生しました。被害が大きい圃地では、葉の黄変落葉・機能低下等の障害が発生し、果実品質(玉肥大・糖度上昇他)に影響しました。

対策：

早期密度抑制対策をする。発生密度を常に低く保てるように、徒長枝除去等を進め薬液の通り易い環境を整備してください。また、6月下旬頃に殺ダニ剤の散布を行い、早期予防に努めることも有効手段です。

(詳細は時期の特報に記載します)

なし

西洋梨輪紋病、西洋梨内部褐変

【輪紋病】

発生の経過：

6月末と8月下旬頃に感染したと見られます。無袋栽培では発生程度が高い傾向でした。特にお盆過ぎの多湿で感染が拡大した模様です。収穫後から貯蔵中に病斑が発生しました。古くから西洋梨の重要病害で、多発圃では生産量減の要因になります。

対策：

梅雨期間の防除徹底に努める。多発圃や無袋栽培ではこの期間を7日から10日間隔で進めてください。併せて、薬液が通り易い環境作りを徹底してください。

【西洋梨内部褐変】

発生の経過：

27年度産果実は果肉水分量が多く、硬度低下も過去になく早かったため、特に11月中後半で発生が多くなりました。加えて、追熟期間も平年より短い傾向でした。外観は健全ですが、果実を割ってみると果芯部を中心に腐敗している症状です。

対策：

収穫時期の見直しが必要です。中長期的な販売期間と追熟後の食味を総合的に考慮し、例年より前倒して収穫を進める対策を講じてください。

もも

縮葉病、カイガラムシ類

【縮葉病】

発生の経過：

越冬菌は枝や芽の表面にあり、翌春の発芽期から開花期にかけて感染します。昨年は、黄金桃やネクタリンで多くの感染が確認されました。発病葉からの二次感染はありませんが、発病葉はやがて落葉します。

縮葉病、カイガラムシ類の対策：

縮葉病、カイガラムシ類、いずれも休眠期(発芽前)の防除をしっかり行なう事が重要です。薬液のかかりづらい場所に多く発生が見られますので、枝先まで薬剤がかかるようたっぷりと散布を実施してください。

【カイガラムシ類】

発生の経過：

殻の中で越冬し、翌年に産卵、ふ化幼虫が樹上を移動し、新たな殻を形成します。カイガラムシ類の被害は樹幹部だけでなく、果実表面も食害し正品として出荷ができない場合もあるため、発生密度が高くないよう対策を講じる必要があります。

プラム

ふくろみ病、シンクイムシ類

【ふくろみ病】

発生の経過と対策：

春先の発芽と同時に感染する病気のため、発芽前の防除が重要となります。そのため、防除暦では散布時期を明確にした特別散布を追加してあります。また、被害果を圃地外に運び出して処分する等「菌密度低下」につながる耕種的防除も効果的です。

【シンクイムシ類】

発生の経過と対策：

防除暦では散布間隔に注意し、10日間隔を目安に作成しております。また、被害果を水没や、圃地外に運び出すなど耕種的防除も効果的です。
※耕作放棄地が隣接するなど、圃地の周辺環境によっては農業散布の回数増加、散布間隔の短縮が必要となる場合があります。

チャレンジ!

やさいづくり

空いている畑の活用で
我が家の
収入UPを目指そう!

【きのこの使用済み培地を 活用した育苗方法】



今回は、きのこの使用済み培地を活用した
育苗方法をご紹介します!!



写真②



写真①

1 育苗施設設置

間口2.4m×奥行15m、36㎡程度の
ハウス用意。1重被覆では寒いので、
アーチの先が腐食したものを切り詰めて
内側に設置し、2重被覆とします。
(写真①・②)

2 苗床の設置

ハウス内にコンパネ等で育苗床を設
置。コンパネを縦45cm、横は90cmにし、設
置した枠が倒れないように杭を所々に
打ち固定します。



写真③

3 きのこ使用済み培地の利用

掻き出し直後を枠の中に入れる。高
さは40cmとし、その上に透明ビニールを
敷きます。(写真③)

4 育苗の準備

約1m間隔にダンポールを設置し、
その上に小トンネルをかけて3重被覆
とします。



写真④

※入れてから5日後の温度は25℃前
後です。(写真④)

信州中野いきいき館やランチエでは季節により多くの野菜やくだものが出荷されますが、
年間を通して品種、数量が少ないことが課題となっています。
消費者のニーズも高まり、地元野菜の価値が見直され地産地消の意識が高まっていますが、
通常の栽培よりも10日から1カ月早く直売所へ出荷することにより、売れ行きに期待ができ、品揃えも豊富となります。
しかし、そのためには寒い時期に保温して育苗しなければなりません。
通常、保温するには温床線が必要となりますが、温床線を使用すると設置費や電気代がかかってしまいます。
そこで、掻きだし直後のきのこ使用済み培地を使用することで、低コストでの育苗が可能になります。

5 育苗

キャベツ・ブロッコリー・ハクサイの場
合は7.5cm程度のポリポットによる育
苗、ネギ・トウモロコシ・オクラ・枝豆・エ
ンドウなどはセルトレイで育苗します。

6 灌水・播種

育苗用培土を詰めた後たっぷり灌
水し播種します。その後、乾燥しない

四季の花づくり

この時期、年間計画に思い巡らせよう

早川 京子

秋まきで育ててきた苗物には水やりをしますが、まだ地
上部に顔を出していない球根類も、土の中では盛んに根を
活動させていますので、水やりを忘れないように。土の表面
が白く乾いてきたら、たっぷりやっておきます。午前中の気
温が上がるころに、やっておくのがよいでしょう。

真冬の花壇の作業はそれほど多くはありません。この時
期に花壇の土の若返り作業と今年の花壇づくりの構想を
練っておくのはどうでしょうか。

花壇の若返り作業は、春咲き草花の苗や球根などの植
わっていない、空いた花壇を深く打ち起こすものです。深さ
30cmほどにスコップやくわで深い所の土を掘り起こし、表面
の土をひっくり返して下層にやるのですが、かなりの重
労働ですから、作業の少ない時期に、少しずつ進めたいもの
です。こうすることで、下層の土が冬の風雨にさらされて酸
素を含み、また土中に潜んでいる病害虫に太陽光を当てて、
密度を減らす効果も狙います。天地返しも寒さらしとも
いいます。打ち起こした後は、消石灰をまいておきます。酸性
土壌の矯正のためです。雑草の根は取り除いておきたいので
すが、土そのものは、このまま置いておいて、次の種まき作
業、定植作業の準備のとき、細かく碎きます。

花壇づくりの構想を練っておくと、適期の作業実行に役
立ちます。これも比較的暇なときにやっておくといでしょ
う。何月にはこの花、翌月にはあの花という、およその開花
期を並べて、年間の花暦を作り、種まきどきを添え書きし
ておいて、園芸店やJA、また、種苗会社の通信販売で種子
を求めて用意すれば、作業が遅れずに進められるでしょう。

菊は、霜よけをする、好

天の日中にはよく日に当
てるなどの冬至芽の管理
が中心ですが、水不足で枯
れることがありますので、
十分な水やりが大切です。



ように新聞紙をべたがけします(べたが
け資材のパオパオでも可)(写真⑤)
※育苗用培土は、苗美人N-200
(写真⑥)がオススメです。



写真⑤



写真⑥

7 出芽

数日後出芽してきたら、べたがけし
てある新聞紙等はずし、日中は小ト
ンネルを開け換気します。

8 温度管理

苗がある程度大きくなったら、隣の
通常の平床におき、引き続き小トンネ
ルで管理し、日中はハウスビニールのつ
ま面を開放して温度管理に注意しま
す。(写真⑦・⑧)



写真⑧



写真⑦：きのこ使用済みのベツ(左)と、通常の平床の小トンネル(右)

9 切り返し

きのこ使用済み培地は約1ヵ月程度保温効果があり
ますが、その後は温度が低下するため、水を入れ、きのこ
使用済み培地を切り返すことにより熱が出て再び利用
することが可能です。(2〜3回再利用可能)

きのこ使用済み培地を活用した場合で、設置費は温
床線の約5分の1にコストを抑えることができます。

設置した後は電気代などのコストがかからないため、
数年使い続けることでさらに低コストでの育苗が可能に
なります。また、使用済み培地は堆肥として畑に散布で
きますので、さらに有効な活用ができます。ただし、未
熟なものは散布し過ぎに注意してください。この育苗方
法…是非活用してみたいかがででしょうか！

〔24㎡当り費用〕

	温床線	きのこ使用済み培地	差 額
(設置費)	(174,240円)	(34,942円)	
償却費7年	年間 24,891円	年間 4,992円	年間 19,899円
電気代	5,000円	0円	5,000円
合計	29,891円	4,992円	24,899円

〔作型の例〕

	キャベツ	ハクサイ	ブロッコリー	長ネギ	レタス	スイートコーン
品種	初夏のかほり(タキイ) 新藍(サカタ)	勝春(タキイ) 無双(タキイ)	ハイツSP(タキイ) ピクセル(サカタ)	ホワイトスター(タキイ)	パークレー(タキイ)	ゴールドラッシュ(サカタ) おおも(ナント)
播種	3/上〜下旬	3/下〜4/上旬	3/上〜下旬	2/下〜3/中旬	2/中〜3/中旬	4/上〜4/中旬
定植	4/上〜下旬	4/下〜5/上旬	4/上〜下旬	5/上〜5/中旬	3/中〜4/中旬	4/下〜5/上旬
収穫	6/上〜7/上旬	6/上〜中旬	6/上〜下旬	9/中旬〜	5/上〜6/上旬	7/上〜中旬

〔農地の貸借でお悩みの組合員農家の皆様へ〕

『農地』のことは、ぜひ『長野県知事』指定の『長野県農地中間管理機構』にお任せください。

※長野県では、(公財)長野県農業開発公社を『農地中間管理機構』に指定しました

皆さんは『農地』に関する次のような悩みはありませんか。

- ◆「経営規模を縮小したいけど、残った農地の管理はどうしようかなあ」
- ◆「子供達は勤めが忙しく、当分の間は農業に従事しないなあ」
- ◆「地域の担い手に農地を貸しても良いけど、誰に貸したら良いのか分からないなあ」

このような皆さんの悩みを解決するのが、『長野県農地中間管理機構』です。

『長野県農地中間管理機構』は、

- ◆ 農地を一定のルールに沿って借受け、地域の大規模農家や新規就農者等の皆さんに農地の転貸を行う「公的組織」です。
- ◆ 現在、同機構への農地の貸付を希望する方を募集しています。



1. 農地貸付けまでの流れ



2. 機構が農地を借受ける条件等

- ◆ 機構が農地を借受ける年数は10年以上です。(平成28年1月から借受ける年数に5年間を追加)
- ◆ 機構が農地を貸付ける相手(農地の受け手)は、地域・集落で作成している「人・農地プラン」に基づき調整が行われます。
- ◆ 賃貸借期間中は機構から農地の賃料が口座振替で確実に支払われます。

※機構が借受けることが出来る農地は、農業振興地域の農地です。

3. 機構へ農地を貸付けた方等へのメリット

- ◆ 10年以上機構に農地を貸付けるなどの一定の条件を満たすと、農地を貸付けた方に、「経営転換協力金」や「耕作者集積協力金」が交付されます。
- ◆ 10年以上地域の農地を機構にまとめて貸付けた場合などの一定の条件を満たすと、機構に貸付けた農地の割合に応じ、「地域集積協力金」が交付されます。

◆ お問い合わせは

JA中野市営農センター

☎ 23-3933 (農地担当)

中野市農政課または
中野市農業委員会事務局

☎ 22-2111 (中野市役所)

(財)長野県農業開発公社
(長野県農地中間管理機構)

☎ 22-3111 (北信合同庁舎)

園芸品目販売情勢について 園芸販売課



贈答用冷蔵シャインマスカット



大果大阪青果でのセリ



市場へ出荷された中野市産シャインマスカット



きゅうり部会 / 会議室での取引会議



きゅうり部会 / 現場での見学

冷蔵シャインマスカットの販売情勢

「冷蔵シャインマスカット」は取り組みを始めて6年目になりますが、特に昨年から生産者が増え、本年度は30名弱の部会員が取り組んでいます。販売期間については、平成26年度の販売実績を加味し設定しています。冷蔵品のシャインマスカットは、4月まで十分な品質を保ちますが（特殊試験冷蔵品）、マスカット香は2月上旬に減少するため、今年度も昨年と同様に12月1日から1月22日までの出荷としました。

販売に当たっては、昨年度から数量が増加し、売り先を広げましたが、売り場が不安定なことと実際売れるのかという不安があり、平成26年度の12月上旬は苦しい販売でした。しかし、本年度のクリスマス・新年初売りでは売れ行きが好調で、新たな売り場を確保することができました。

特に、冷蔵貯蔵のため各生産者の数量を把握し出荷数量が確定できることで、市場へは価格を提示した中で要請量をいただき、それを基に各生産者へ出荷日を割り振った計画販売を行っています。そのため値崩れすることなく安定した販売となっています。また価格提示にあたっては、冷蔵期

間が長くなると一定の割合で重量が軽くなるため、最需要期の12月下旬以降は一段高い価格設定としています。しかし、一方ではまだまだ課題も多く、冷蔵庫の送風による冷蔵焼けや腐れ（灰色かび病）が発生します。特に、問題となるのは後者で、発生が出荷から5～7日後に分かるため、注文された商品を納品できないと他産地に取られてしまうこともあります。まだまだ技術的には確立されていませんが、国内外での需要はあります。本年度は市場からの要請数量に対し60%の納品となる予定ですが、これからは間違いなく需要は伸びると期待できます。

きゅうり部会

市場販売取引会議開催

J・A中野市きゅうり部会は昨年12月3日から4日に、重点市場である岐阜中央青果で販売取引会議を開催しました。会議では平成28年度から導入を予定している出荷段階の切り替えと規格変更について、現在出荷されている西南暖地（九州・四国）のハウスきゅうりの品物を見ながら確認することができました。今後は部会・J・A市場が一丸となつて、念願である「販売額1億円」を達成すべく、きゅうりの生産・販売に取り組んでいくことを確認した有意義な取引会議となりました。

サクランボ部会20周年記念県外視察

昨年12月3日と4日、JAサクランボ部会は部会発足から20年の節目を記念し、県外視察を実施しました。部会員7名が参加し、石川県の丸果石川中央青果を視察したほか、金沢城も見学しました。当日はあいにくの天候でしたが、充実した内容となりました。



市場を視察する部会員



金沢城前

ふじまつり・第4回サンふじコンクール開催される



最優秀賞に選ばれた黒川洋子さんの「サンふじ」



販売されたコンクール品のりんご

JAとりんごも部会は旬の味を多くの人に味わってもらおうと、昨年11月21日に信州中野いきいき館で「ふじまつり」を開催しました。りんごは贈答用や、お得で美味しい家庭用りんごのほか、サンふじコンクールで出品されたりんごの即売もあり、会場には販売開始前から多くの買い物客で賑わいました。

毎年りんごを買いに来るという関東からのお客さんは「中野市のりんごの味が忘れられず毎年楽しみにしていて、友人や知人から頼まれる量も増えていきます。今年も甘くておいしいですね。」と話していました。当日は越冬野菜の販売や、シナノゴールド、シナノスイート、ラ・フランス、袋を掛けたまま収穫した「白色ふじ」、話題の赤肉系りんご「いろいろ」の販売もあり、主役の「サンふじ」と併せて買い求めるお客さんも多く、好調な売れ行きでした。

毎年、ふじまつりは県内外から訪れる人も多く、認知度が上昇しリピーターも増えてきています。

前日に行われた「第4回サンふじコンクール」は計77点が出品され、着色や糖度、玉ぞろいなど5項目をもとに、北信農業改良普及センター、JA、りんごも部会役員らが厳正に審査し、16点を選びました。最優秀賞には厚貝地区の黒

川洋子さん、最高糖度賞には柳沢地区の丸山清憲さんが、それぞれ受賞されました。今年は平均糖度16.7度、最高糖度18.3度と、甘い「サンふじ」が数多く出品されました。

◎入賞者は次の通りです。(敬称略)

【最優秀賞】 黒川 洋子 (厚貝)

【優秀賞】 池田 春美 (岩井)
荻原 司 (岩井東)
江本 高幸 (田麦)

【優良賞】 田中 妙子 (深沢)
小根澤 庄一 (更科)
土屋 嘉宏 (一本木)

【敢闘賞】 阿藤 秀雄 (大俣)
永沢 誠一 (柳沢)
湯本 道寛 (赤岩)
町田 清一 (上小田中)
高橋 幸司 (壁田)

【奨励賞】 金井 正文 (草間)
高橋 弘文 (田麦)
藤沢 一 (新井)

【最高糖度賞】 丸山 清憲 (柳沢)



りんごを買い求める客



平野事業所で農政懇談会

皆さんのまわりに農地を貸したい人、借りたい人、新たに就農を考えている人いませんか。農業従事者の高齢化、遊休遊廃地の増加等、全国的な課題が生じています。その解消にと昨年11月17日、平野事業所で市の農政懇談会が開催されました。この懇談会は、平岡事業所を皮切りに市内10カ所で行われました。地区によって温度差は多少あるでしょうが10年先、20年先の農業が心配という地区がほとんどでしょう。自分ができなくなった時「この畑をどうしよう、誰か作ってくれないか」と思い悩み始めた皆さん。長野県農地中間管理機構を利用してみては？ J Aでも、市でも、相談のつてくれます。条件を満たせば機構集積協力金の対象にもなります。遊休荒廃地にしたら元にもどすのはチョットたいへん、ですよネ。

【平野地区通信員／小林】



平岡事業所祭り放映される

平岡事業所祭り(平成27年11月21日開催)の様子が昨年12月9日、NHKイブニング信州ぐるっとふるさとで放映されました。祭り会場でのインタビューを交え、平岡小の太鼓クラブの演奏、りんごの皮むき大会、ゲートボールを使ったゲームなど短い時間の中、楽しい1日が放送されていました。アナログ地元民の私は、知った方の顔が映ったというだけで嬉しくなっていました。事業所祭りも3回目を迎え、さまざまなイベントやおもてなしも定着。ふじ祭りや他の行事もありますが、地元の祭りは地元の盛り上がりになり、忙しい農作業の合間のゆとりと感じました。第4回もつどいを楽しむをメッセージに開催されることでしょうか。

【平岡地区通信員／佐野幸代】



ぶどう部会 生産販売反省会開催

J Aとぶどう部会は昨年11月25日、アップルシティーなかので平成27年度生産販売反省会を開催しました。

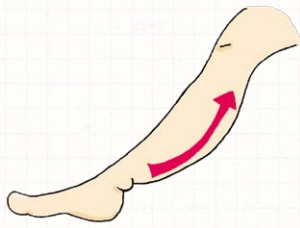
当日は部会員や行政、市場、J A関係者約150名が出席。年間優秀出荷者表彰では総合部門の最優秀賞に岩下祐樹さん(科野)が選ばれ、「第23回ぶどうコンクール」入賞者の表彰も行われました。

大会の挨拶で武田部会長は「今年はシャインマスカットが好調だった。しかし、今後も選ばれる産地になるため浮き足立つ事無く、さらなる高品質・安定生産に努めていくよう取り組んでいきたいと思います」と話しました。



あいさつする武田部会長

3.



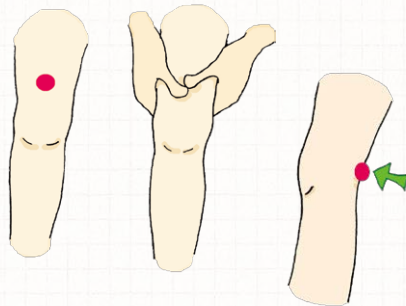
くるぶしから、膝の方へとふくらはぎをまんべんなく下から上へと押し上げます。

体の末端は血液が滞りがちなので足にたまった老廃物を上へと流すようなイメージで、足の筋肉を動かし血液循環を良くします。



4.

膝上10センチ程の所を良くもみます。むくみが気になる方は、ひざの裏を親指でぐっと押してあげます。少し痛いですが、すっきりします。



5.

最後につま先を上向き・下向きにと足首をゆっくりと動かしクールダウンさせます。

終わったら

マッサージの後は腸内温度と同じ
42℃程度の白湯を500ミリリットル程度飲む。
(老廃物を早く体外へ排出させるため)



「la Beauté」
(ラ・ボーテ)

住所:中野市中央2-3-6

TEL FAX 0269-38-0735

足裏コース 30分 2,500円 他

昨年11月にララ銀座通りにオープンしたばかりの「la Beauté」(ラ・ボーテ)は小林奈々先生の笑顔とともに、癒しの時間が過ごせるお店になっています。

家族にも、
マッサージをすれば
心も身体もあたたまる
時間になりますね。
ぜひやってみて下さい。



お店でやって頂いた足裏コースは「痛い!けど気持ちいい〜!」がやみつきます。

私たち人間は恒温動物で、体内で熱をつくり出すことで一定の体温を保っています。体の表面と内部とは温度差がありますが、皮膚表面は脇の下で測ると36度くらい、口の中や肛門内で測るとそれよりやや高い程度で、それほど違いはありません。

赤ちゃんの機嫌が良くない、風邪をひいたかな、熱があるかな、というときは、いつもの健康なときの体温と比較するとよいでしょう。そのために、健康なときに正しく検温して『母子健康手帳』に記載しておくことで役立ちます。

大人であれば気候の変化はすぐに分かります。「この冬は厳しいぞ」などと独り言をつぶやきながら、熱いお茶を飲んだりします。実は意識するでもなく空気が乾燥しているかどうかまで感じ取っていて喉の渇きを癒やしているのです。さらに襟元を暖かくするなど、季節の移り変わりに対応しながら、体調を悪くしないよう工夫しているのです。

こうした行動は日常的な風邪予防に大変役立つのですが、小さな赤ちゃんに対しては、風邪予防を意識的に行うよう心掛ける必要があります。

同じ条件の寒さでも、大人と赤ちゃんでは違いがあり、赤ちゃんは体が小さく体重の割に皮膚の面積は大きいので、大人と赤ちゃんを比較すると赤ちゃんの方が気温の変化を受けやすいのです。煮物をするときに具材を小さく切った方がよく火が通るのと同じようなものです。

すくすく
子育て
チャイルドケア

社団法人
母子保健推進会議会長
荻野 悟郎



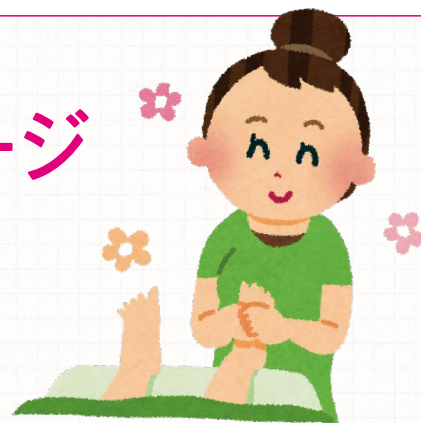
自宅で簡単! 足裏マッサージ

冬は家に閉じこもりがちですが、農作業などでがんばった自分をいたわるいい機会です。

自宅で簡単にできるセルフケアの方法として足裏やふくらはぎのマッサージを

「la Beauté」(ラ・ボーテ)の小林奈々先生に教えてもらいました。

毎日約10分のマッサージで体の代謝を良くして明日の元気につなげませんか。



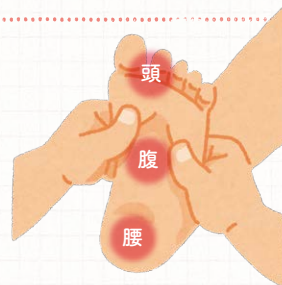
◎足裏マッサージでは…

頭から腰や内臓などに関係したツボがあります。

土踏まずの辺りが消化器系のツボなので、刺激して免疫力や代謝を上げて風邪予防をしましょう。

始める前に

食後1時間は行わないこと(消化器系が活性化されすぎてしまうため)



◎足裏～ふくらはぎのマッサージ方法

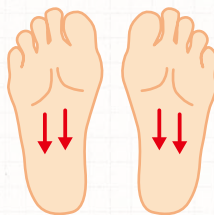
1.

お風呂上りや足湯など
体が温まった時が
効果的!



足に保湿クリームなどを付けて
マッサージを行いやすくします。

2.

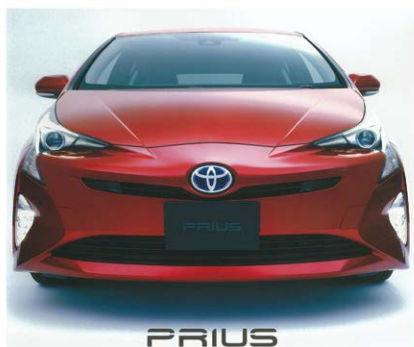


手を軽く握り、人差し指の第二関節で
足裏、土踏まずの部分を
上から下へと押し当てながら
滑らせるようにマッサージします。
強さは、「痛気持ちいい」と感じる程度



PRIUS!

IMPOSSIBLE



ようやく! ついに! E-Four!

プリウスに、待望のE-Four(電気式4WDシステム)が登場。無駄なく、賢く、そしてスムーズに。加速時や雪道などの滑りやすい路面で、スムーズに4WD状態へ切り替えることで、発達性、走行安定性をアシスト。またシステムを小型軽量化し、車両後方にコンパクトに配置することで、低燃費に貢献しながら、足もとスペースや荷室容量のゆとりも確保。



E (2WD車)

40.8km/L

J008モード走行燃費
(国土交通省審査値)※

※メーカーオプション装着により車両重量が1,320kg以上の場合、39.0km/L。

■燃料消費率は定められた試験条件のもとでの値です。お客様の使用環境(気象、渋滞等)や運転方法(急発進、エアコン使用等)に応じて燃料消費率は異なります。

価格
(税込) **242.9万円～**

【お問い合わせ】 ジェイエイ・アップル(株) 工機センター TEL. 22-4531

今月の
一台

大人が寒いと感じたら、小さな赤ちゃんはそれよりも早く寒さを感じているはず。それが時には寒さに強い体をつくることにもなりますが、小さな赤ちゃんを理解して、寒さの厳しい季節は育児の知恵を働かせましょう。

青年部が市内園児や小学生との「焼き芋大会」を開催

青年部南宮支部は昨年11月5日に、松川保育園の園児と苗植えから収穫まで一緒に行ってきた「安納芋」で焼き芋大会を開催しました。当日は招待された青年部と園児らが手をつないで歌ったりと、焼き芋の出来上がりを楽しみにしながら待ちました。園長先生の「焼けましたよー」という呼びかけに集まった園児たちは喜びの歓声を上げ、「甘くておいしい」、「おかわりしたい」と部員らと一緒に焼き芋をほおばっていました。

青年部延徳支部も昨年11月12日に、延徳小学校の3年生と焼き芋大会を開催しました。児童たちは収穫した芋を各自で洗い、アルミホイルに包み、集めた落ち葉で焼きました。焼いている最中は「煙が目にしみる」、「寒いよー」と言っていたものの、出来立てを食べ始めれば「温かくて美味しい」と笑顔を見せていました。



(上) 焼き芋を味わう園児と部員(南宮支部)
(下) 出来上りを楽しみに芋を囲む小学生(延徳支部)

JA女性部が小学生と食農体験

JA女性部生産活動組織では昨年12月10日、日野小学校の4年生と一緒に「ほうれん草」と「にんじん」の収穫を行いました。「ほうれん草」は10月に女性部と行った食農体験授業で子供たちが種を撒いたものです。大きくなったほうれん草を丁寧に収穫しながら「ちぎれちゃいそうで引っこ抜けない!」と難しさも感じたようでした。収穫後は、毎回お楽しみの試食タイムで、「ほうれん草は素材の味をそのまま伝えたい」と女性部長からおひたしが振る舞われました。早速試食した子供たちは「甘い!おいしい!」と旬の味に喜んでいました。その他にも、にんじんやほうれん草のパンを食べながら、緑黄色野菜の栄養についての説明を受け、本年度最後の食農授業が終わりました。この内容は昨年12月21日にSBCラジオ「いいJAん!信州」で放送されるなど注目を浴びています。女性部では来年も講習用園場を利用して食農教育を行っていく予定です。



(上) 平岡 セルフ整体 (下) 科野 ストレッチ・ヨガ

事業所を利用した健康教室

昨年12月8日、倭事業所にて組合員を対象とした健康教室が開催されました。本年度からは金融店舗事業所を含めた全9事業所で行われ、事業所の利活用と地域の健康促進に取り組んでいます。各月ごとにストレッチポールを使用した「セルフ整体」と、ゆったりとした動きで体をほぐす「ストレッチ・ヨガ」を実施。参加者からは「近くの事業所で開催してくれると参加しやすい」という声も聞かれ、全事業所で76名の方に参加していただきました。JAでは事業所の利活用として来年度も健康教室を継続していく予定です。

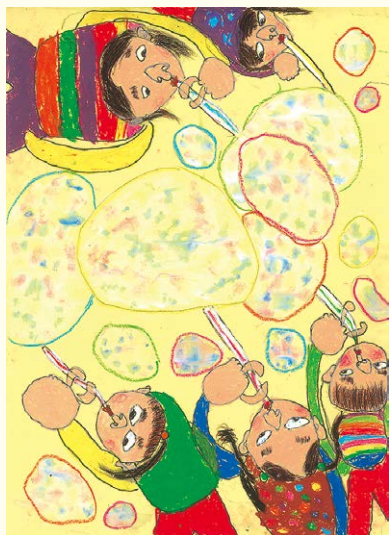


ほうれん草を収穫する児童と女性部員

アップルちゃんカレンダー
佳作作品紹介



【星の形のレリア】
新保 拓海 高丘小学校 6年



【みんなでやってたのしいな】
荻原 綾美 平岡小学校 2年

帰り道
歩いてると
風が吹き
風にあたると
一日を思う

【帰り道】
田中 弥琴 科野小学校 6年



(上)餅つきを楽しむ園児たち (下)つきたてを味わう園児

いきがい農業者の会収穫祭開催

JAいきがい農業者の会は昨年12月1日、信州中野いきい館で収穫祭を開催しました。当日は、平岡保育園の年長園児34名を招いた餅つき交流会を行い、園児は順番に杵を持って、「おもちをつきましょべったんこ、べったん、べったん、べったんこ」と大きな声を出し、皆で応援し合いながら餅つきを楽しみました。

園児は餅つきが終わったあと、同会の会員らが作った「新鮮な野菜たっぷりのけんちん汁」と一緒につきたての餅を味わい、「おいしいおもち!」「おかわりしたい!」と笑顔を見せていました。

同会の高山会長は「みんな桃太郎のお話を知っていますか。そのお話の中にきびだんごというお団子が出てきますが、今日食べているお餅にも同じ『きび』が入っています、だから黄色いお餅ですよ。ゆっくり味わって、今日のことをまた思い出してもらえるとうれしいです」と語っていました。

また、午後に行われた全体懇親会では、発足から16年間同会を会長として支えた小林重雄前会長に、阿藤組合長と高山会長から感謝状と記念品が贈られました。



表彰を受ける小林重雄前会長

小学生がタマネギ植え体験

昨年11月12日、子供達に農業体験を通じて食と農業の大切さを知ってもらおうと、JAと学校給食者の会は平野小学校の1年生を同会会長の栗林勝英さんの畑に招き、タマネギの定植体験を行いました。

児童は栗林さんから苗の植え方について説明を聞いた後、畝に沿って並び、苗を1本1本丁寧に植えていました。

作業が終わると栗林さんは「みなさんよくできました。今日植えたタマネギは皆さんが給食で食べているタマネギと同じですよ」と話すと、児童は驚きの声を上げていました。定植を体験した児童は、「植えるのが楽しかった。どうやって植えるかわかった」、「植える穴がたくさんあって、植え残しているところが無いかがすのが大変だった」と話し、大きなタマネギになるのを楽しみにしていました。

植えたタマネギは今後栗林さんが管理し、今年の6月頃に再び児童が訪れて収穫体験を行う予定です。



(上) 栗林さんの説明を真剣に聞く児童たち
(下) 楽しみながら苗植えを体験する児童



掘り取り作業に打ち込む部会役員とJA役職員

りんご・ぶどう大苗配布

JAとりんご・もも部会、ぶどう部会は昨年12月8日に大苗養成事業で育てた2年生苗木の掘り取り作業を行い、組合員へ配布しました。

苗木はぶどうは「巨峰」、「シャインマスカット」、を含む3品種800本、りんごは優良系の「百年ふじ」を含む3品種900本(マルバ台)と、半わい化用320本の合計1,220本を今年の4月に定植し、JAと部会が協力し管理してきました。

作業が行われた科野地区の苗木養成園地では、朝から部会役員とJA役職員が育った養成苗が根が傷まないよう丁寧に掘り起こしていました。作業に参加した佐々木宮農部長は「今年も部会員皆様のおかげで立派な大苗に育ちました。養成事業も今年で10年が経過、今まで配布した苗木も成木化し成果が出てきました。今後も養成事業を継続し、さらなる生産基盤の拡充につなげたい」と話しました。

年金友の会 交流会

JA年金友の会は昨年12月7日、アップルシティーなかので交流会を開催しました。現在会員数は5,977名で、毎年ゲートボール大会やマレットゴルフ大会、親睦旅行などを行っていますが、交流会の開催は今回が初めて。女性を中心に、より多くの会員に参加してもらうことを目的に企画し、参加者は237名と予想を超える人数でした。交流はお昼のスペシャルランチバイキングで食事を楽しみ、その後、落語やマジックにハーモニカの演奏、参加者のカラオケ大会などが行われ、笑いや歓声があがった会場はおおいに盛り上がりしました。

年金友の会の藤澤会長は「今日は大勢のみなさんに参加していただきました。師走の忙しい時期ですが、楽しいひとときを過ごして明日の活力にしてください。」とあいさつしました。



落語の演芸を楽しむ参加者

ベジフル歳時記

1月15日は「いちごの日」

シニア野菜ソムリエ KAORU

全国いちご消費拡大協議会が「115=いいいちご」の語呂合わせで制定したのが始まりです。もともと露地栽培が主流だった時代は、イチゴの旬は春から初夏でした。しかしハウス栽培が増えたことで今では秋から出回り、クリスマス需要も重なる12月にはずらりと店頭に並びます。そして1月中旬には出荷も本格化するころ。まさに現代の旬を考えるとイチゴの記念日としてはぴったりの時期なのです。

赤くて見た目にも元気をもらえるイチゴは、冬のパーティーシーンを華やかに彩る食材として大活躍ですが、実は体にうれしい成分も豊富に含んでいます。特にビタミンC、葉酸、食物繊維が多く、ビタミンCは5〜6粒食べれば成人の1日の目標摂取量がカバーできるほど。免疫力が落ちて風邪をひきやすい寒い季節には積極的に取りたい栄養素で、生のまま食べると効率的に摂取できるのも魅力です。

デリケートで鮮度劣化も早いいため、風味や香り、栄養価を期待するなら早めに食べるのがお勧めですが、すぐに食べ切れないときにはへたを除いて冷凍保存を。凍ったまま牛乳やヨーグルトとミキサーにかければ簡単にジュースの出来上がり。ジャム作りにも解凍せずに利用できます。

かつては、西の「とよのか」、東の「女峰」ともいわれ、人気品種が二分されていましたが、今は各都道府県に一押し品種が存在するほどバラエティーに富んだ品種が登場。味わいや食感、見た目も個性があり、好みの品種を選べることも楽しみの一つです。なかでも近年話題になった白いイチゴは、赤いというイチゴの概念を覆した新品种。今後も新しいイチゴが登場するかもしれませんね。



片付け上手の整理術

アメニティグッズ、試供品の整理

ホームオーガナイザー 吉島 智美

1月は旅行をする人も多いと思いますが、その際、ホテルや旅館のアメニティグッズは持ち帰りますか？ 片付け作業のお手伝いでお客さまのお宅に伺うと、洗面所や寝室のクロゼットから、ホテルや旅館の歯ブラシ、小さなボトル入りのシャンプー、リンス、時には持ち帰り用のスリッパがいくつも出てくることがあります。



アメニティグッズ同様、化粧品や洗剤の試供品も「旅行時に使えるかも」と考えたため込む人が多いようです。

旅行時に使おう。お客さまが泊まりに来たときに出そう。そう考えていても、実際にはなくても困らないことがほとんどではないでしょうか。思い切ってこうした品々は普段使いにしましょう。

実際、皆さんの家には1年間に何人が泊まりに来るでしょうか？ そして何人に歯ブラシが必要でしょうか？ 残す本数は最低限にし、後は自分で使うか掃除に活用しましょう。特に化粧品やシャンプーのように肌に直接使う物、サプリやお茶など体内に摂取する物は早々に使い切った方が良いでしょう。

使おうと決めた物は、できるだけ使う場所に目立つように出しておきましょう。目に付かないと忘れてしまいます。量が多い場合は、籠やトレイに入れておくとも見た目にもきれいで使いやすくなります。

自分では買わないような高価な品だと、もったいないという気持ちも働くでしょう。しかし、ただ収納に悩むだけなら、それはあなたにとってなくてもいい物なのです。

量が多くて使いこなせない場合は、最初から家に持ち込まないことも大事です。たとえ無料であっても受け取らないこと。自分を悩ます原因をつくらないことです。その積み重ねが家や人生をシンプルに保つ片付け上手のコツなのです。

BOOK

家の光図書のご案内



**はなちゃん
12歳の台所**
安武はな 著
タカコナカムラ レシピ監修
1,200円+税



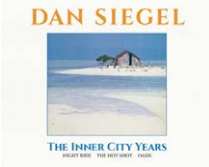
**重ねて
火にかけるだけで
絶品おかず**
ワタナベマキ 著
1,300円+税

CD



田中裕士
**TRIO
TRANSITION**
1月20日発売
2,778円+税
ポニーキャニオン

ダン・シーゲル
**The Inner City
Years**
1月20日発売
2,500円+税
ポニーキャニオン



DVD



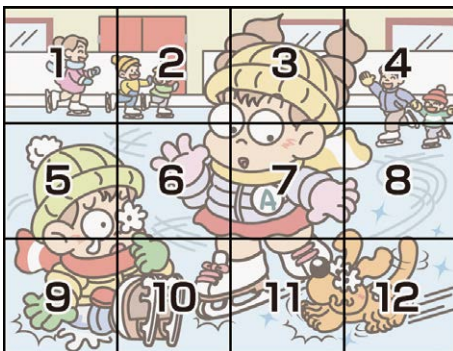
HERO
DVD
スタンダード・エディション(2015)
1月20日発売
3,800円+税
発売元:フジテレビジョン
販売元:東宝

テッド 2
ブルーレイ+DVDセット
1月20日発売
3,990円+税
発売・販売元:
NBCユニバーサル・
エンターテインメント



まちがいさがし

出題・イラスト：酒井栄子



応募の締切は1月20日(水)

当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

左上のイラストには右のイラストと違う部分が5カ所あります。
間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。

正解者の中から抽選で5名様に
粗品をプレゼントいたします。
Eメール、FAXでの応募も
受け付けています。(裏表紙参照)

● 12月号の答え

- 1 … 煙突がない
- 6 … 走ってきたコースが違う
- 7 … 目線が違う
- 10 … セーターの絵が変わっている
- 12 … 犬の尻尾が違う

- ① こたえ
- ② 住所
- ③ 氏名・年齢
- ④ 電話番号
- ⑤ 広報誌やJAへのご意見・ご要望
- ⑥ 良かったコーナーを2つ

52 383-8588
中野市三好町 一八
JA中野市広報誌
「花むすび」
編集係

俳句 芋川菊水 選

書初は一期一会と書きにけり
金色はしあはせの色 福寿草
日本晴 鳥災祈り 初詣
シクラメン 見事に咲いた 正月を
鍋支度 みんなで囲み ごちさうだ
落葉して 林檎畑の 風速し
木漏れ日といへどもまぶし 照紅葉
初詣 人入れ替はる 善光寺
芋川 菊水

短歌 武田良文 選

十センチ程の 幼木なりし 白雲木 大樹となりて 日差し遮る
二日後に 柿を好める 友ら来る 椋鳥を追ふ 今日幾たびか
雨予報に 玉ねぎ苗を 四百本 日がな一日 マルチに植える
笑み絶やさず 優しく歌評下されし 割田さんの遺影 うつつの如笑む
小豆取る 手元に弾けし 赤き粒 温き日差しに 艶めき光る
待ちし雨に 湿れる畑 漸くに マルチを敷きて 玉葱植える
戴きし 秋の味覚の うましうまし 茸づくしの この夕餉なり
命尽きるを知るが如くに 身の回り 整へられて 君逝き給ふ
蜘蛛の巣は 紅葉に長く糸を引き 小さき枯葉 絡みて揺れる
古賀メロデーの テレビ映像 懐かしく 声を張り上げ 夫と歌ひぬ
三代を受け継ぎ来たる 藍の皿 古き絵柄に 心よりゆく
夕空の 満月しるく 濯ぎもの 干す手休めて しばし見上げる
小林 かつ子
小林 隆
西沢 忠子
千葉 和子
豊田 知子
小林 民恵
吉田 幸
西山 チエコ
豊田 富子
高野 園子
町田 豊子
八代 悦子

年金無料相談会

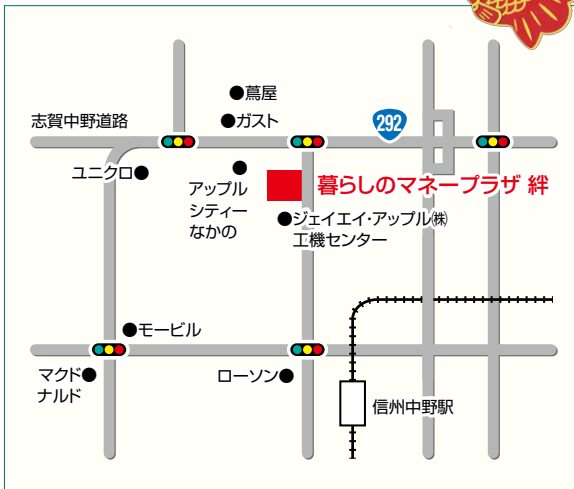
毎月第3火曜日は
年金相談の日

【開催日】1月19日(火)

【開催時間】午前10時～午後3時まで

【会場】JA中野市 暮らしのマネープラザ 絆
長野県中野市大字吉田902-1
(☎23-2285)

お越しの際は、認印と「ねんきん定期便」などの
年金に関する書類をお持ちください。
皆様のご来場をお待ちしています。



北海道の美味しさ大集合

新春

ファミリーバイキング
2016年1月24日(日)
午後5時30分～8時

数量限定

北海道の
お取り寄せスイーツも
お楽しみに

ライブキッチン
シェフが目の前で用意します
和食・洋食・中華メニューいろいろ

お一人様
料金

【ウーロン茶・コーヒー付】

大人
3,900円(税込)

小学生
2,100円(税込)

幼児[3～5歳]
500円(税込)

大好評の食べ放題もグレードアップ!!

いくら丼も
食べ放題

スワイガニ

新鮮刺身の
舟盛りお造り

握り寿司

味噌コン
ラーメン

ステーキ

超お得!!

充実の飲み放題メニュー

飲み放題付はプラス1,300円(税込)の
5,200円(税込)

アサヒビール・サントリー・日本酒・焼酎(度々)・
ハイボール・サワー(レモン/グレープフルーツ
/オレンジ)・ワイン(赤/白)・スパークリング
ワイン・カクテル



ご予約・お問い合わせ

アップルシティーなかの
TEL.(0269)26-1122 FAX. 23-0120
E-mail: info@applecity.co.jp

◆テーブル敷に限りがございますので早め
にご利用ください
◆お席は当館にご一任ください
◆10名様以上で無料送迎致します(要予約)
※国産米使用
※写真はイメージです

我が家の
元気っ子



滝澤 翔(しょう)くん(11歳)

颯太(そうた)くん(5歳)

(父・滝澤 敏さん、母・はるなさん/中野市一本木)

お兄ちゃんの翔くんはサッカーに夢中なスポーツ大好きっ子。宝物は「プロサッカー選手のユニフォーム」です。最近はスターウォーズに興味があって、スターウォーズの事なんでも答えられる物知り博士。自分の好きなことや、興味のあることはすぐに覚えてしまうそうです。

弟の颯太くんもお兄ちゃんの影響でサッカーを始めました! 将来はサッカー選手になることを夢見ています。歳は離れているけれど、なんでもお兄ちゃんの真似をして2人で仲良く遊んでいるそうです。好きな食べ物とは聞くと、「お父さんの作ったブドウ!」と声を揃え、にっこり笑顔で話してくれました。

【お詫びと訂正】

花むすび12月号の「我が家の元気っ子」で掲載致しました、
倉田一輝(かずき)くん、倉田和奈(あいな)ちゃんのお名前を、
倉田一樹くん、倉田和菜ちゃんと誤って掲載してしまいました。

お詫びして訂正いたします。

誤) 倉田一樹(かずき)くん(5歳)、倉田和菜(あいな)ちゃん(6ヶ月)

↓

正) 倉田一輝(かずき)くん(5歳)、倉田和奈(あいな)ちゃん(6ヶ月)

12月の理事会 (主な内容)

報告事項

- (1) 各専門委員会等の報告
- (2) 内部監査報告
- (3) 組合員加入脱退等の報告
- (4) コンプライアンスの実施状況について
- (5) 部分直接償却実施債権の現状と今後の回収・処理方針について
- (6) 労組との団交報告
- (7) ジェイエー・アップル(株)、中野市農協運輸(株)の11月末期中決算について
- (8) その他

監事報告事項

- (1) 第3・四半期監査報告

協議事項

- (1) 11月末実績検討について
- (2) 11月末期中決算及び決算見通しについて
- (3) 平成28年度事業計画(基本方針・実施方針)案について
- (4) 平成28年度農業総合生産計画について
- (5) 任期満了に伴う役員改選について
 - ①地区選出の推薦委員について
 - ②経費について
- (6) 大口貸出金の承認について
- (7) 就業規則等の一部改正について
- (8) 出資口数の減少について
- (9) その他

杉並区久我山で始める
東京の新生活。
都心にありながら、緑豊かな人気の街「井の頭線久我山」。
完全個室の**快適なワンルームマンション**タイプ。
ひとり暮らしには心強い、**万全のセキュリティ**。
さらに、渋谷へ、新宿へ、吉祥寺へ…
アクセス抜群のロケーションも魅力のひとつ。
東京での新生活を「杉並区久我山」で始めませんか。



みすぶ21 学生入居者募集中

みすぶ学生会館 平成28年度

お申込みは
お早めに!!

居室23.3㎡ ◆BS(衛星放送)受信可◆ネット接続可

PS
玄関
洗濯機
UB
トイレ
収納
リビング
7帖
エアコン
バルコニー
屋外機

浴室

収納

エアコン

JA共済では、東京杉並区にある「みすぶ学生会館」の入居者を募集しています。

●募集対象/平成28年度の新入学生
(大学・短大生・専門学校生)

募集人員/64名[男子28名・女子36名]

*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共済連長野普及部までお問い合わせください。

◆お問合せ・お申込み



中野市農業協同組合

- ・本所共済課: 0269-23-3950
- ・西部店: 0269-22-4168
- ・中央店: 0269-22-3148
- ・北部店: 0269-22-2128