



花むすび

Hanamusubi APRIL 2017

4

特集

JA中野市PR事業について

チャレンジ野菜づくり 夏野菜のための春の土づくり

暮らしのメモ 脳をイキイキ元気に 今から始める指先体操



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

農と共に

平野・吉田
こばやし ひろかず

小林 宏和さん(46)

「農業は奥が深く、終わりはない。
まだ自分の農業人生は始まったばかりです。」



雪

が消え、暖かい日差しに春の訪れを感じる3月下旬、圃場で除草作業にいそしむ小林さんを訪ねました。小林さんは「タマネギ」「長ネギ」を中心に、「ホウレンソウ」「ピーマン」「トレビス」などの青物野菜を60アールの畑で栽培し、農業を営んでいます。

——就農はいつですか、またそのきっかけは

10年前に就農しました。それまではサラリーマンをしていましたが、当時勤めていた部署が無くなることになり退職を決意。何をしようか迷っていましたが、次が決まるまで何もしないわけにはいかないと思い、両親の果樹栽培を手伝っていました。それがきっかけで、農業の面白さを発見し、本格的に農業をしようと決意しました。

——主要品目を野菜にしたのはなぜですか

果樹などは樹の育成期間もかかるので、1年ですぐに勝負できる野菜を栽培することにしました。水田があったので最初は水稲から始めましたが、何をメインに栽培していこうか迷っていました。農閑期の仕事として、スキーマインストラクターも始めましたが、その中の1人が昔からの知り合いで年下の後輩ですが、自分と同じように脱サラして農業を始めていたこともあり、すぐに意気



投合しました。相談できる仲間ができたこともうれしかったですが、さらにその後輩とのつながりでJAの学校給食出荷者の会の会長に出会ったことも大きな転機となりました。会長は、何を栽培しようか迷っていた自分に「タマネギ」の栽培を勧めてくれました。「タマネギ」は機械化されていて、少人数でも売り先もあり、売れ残りが少ないことなども教えていただきました。「タマネギ」栽培をぜひ一緒にやろうと誘われ、3年前から畑を増やし、「タマネギ」を中心に、機械を購入するなど環境を整えてきました。ここまでやってくるのができたのは周りの人達とのつながりやサポートがあったからです。

——苦労していることはありますか

農業ならではの苦労ですが、作物の出来が天候など自然に左右されることです。自分ではどうしようもないですから…。

ほかに、自分で好きなことを考えて実行できるのは良いところですが、雨の日でもカッパを着て作業し、

4月号 目次

2 — 農と共に

小林 宏和さん

4 — 特集

JA中野市PR事業について

6 — チャレンジ野菜づくり

夏野菜のための春の土づくり

8 — 営農情報

4月から活用できるJA中野市
農業機械レンタル事業の紹介

9 — 販売情報

きのこ販売情勢報告

10 — 緑の風

各地の話題

12 — 暮らしのメモ

脳をイキイキ元気に

今から始める指先体操

今月の1台／私の食育日記「お肉の種類」

14 — FACE

アップルちゃんカレンダー佳作作品紹介

16 — みんなのページ

健康百科

はしかについて

万一来備えようわが家の防災

東日本大震災に学ぶ

今月のおすすめタイトル

まちがいがし／短歌・俳句

18 — JAインフォメーション

理事会から

常勤役員のメッセージ 土屋副組合長

20 — 今月のクッキング



阿部 匠汰(しょうた)くん(3歳)

恵士(けいじ)くん(1歳)

(父・智行さん、母・久美子さん／中野市竹原)

匠汰くんはやさしくてすなおなお兄ちゃん。お母さんにはちょっぴり甘えたりすることもあるけれど、トーマスがお気に入り、キャラクターの名前を全部言えるんだよ」と教えてくれました。弟の恵士くんは大きくなってきて一緒に遊べるようになったので、お兄ちゃんの後をくっついて走り回ったり二人で仲良く遊んでいるそうです。

いつも言っている寝る前のじゅもん…今までは「おかあさんが宝物」だった匠汰くんですが、最近は「おとうが宝物」に変わったそうです。たまにケンカをすることもあるけれど、お互いが大好きな匠汰くん和恵士くん、いっぱい遊んで大きくなーれ。



以前から地産地消が注目されていますが、自分も親が農家だったので、昔から家で作っていた農産物を食べて育ちました。野菜は鮮度も良いので、やっぱり地元産が一番美味しいと思います。鮮度や品質の良い物を地域の方に食べてもらいたい。今、農家が減少しているので、自分が代

スケジュールとおりやらなければならぬ時もあるので、苦労することが多いです。
農業は、本当に隠し方がなく結果にすべて現れます。自分で努力し、きちんとやった分良いものが出来るし、さばればその分悪いものになる。苦労することも多いですが、やりがいもあります。

—— 志していることはありますか

「長ネギ」の早期栽培を試験的に行っています。中野市では通常「9月に播種、翌年9月頃に収穫」と、「3月に播種、10月から11月に収穫」という二つの作型が多いのですが、7月から8月頃に出荷できれば、ちょうど蕎麦やそうめんの時期なので薬味として需要があります。そこに注目し、昨年の秋に雪避けの小トンネルを作り「雪に弱いが育ちの早い春撒きの品種」を植えました。今、越冬した苗がすくすくと育っています。

—— 現在取り組んでいることはありますか

「長ネギ」の早期栽培を試験的に行っています。中野市では通常「9月に播種、翌年9月頃に収穫」と、「3月に播種、10月から11月に収穫」という二つの作型が多いのですが、7月から8月頃に出荷できれば、ちょうど蕎麦やそうめんの時期なので薬味として需要があります。そこに注目し、昨年の秋に雪避けの小トンネルを作り「雪に弱いが育ちの早い春撒きの品種」を植えました。今、越冬した苗がすくすくと育っています。

「長ネギ」の早期栽培を試験的に行っています。中野市では通常「9月に播種、翌年9月頃に収穫」と、「3月に播種、10月から11月に収穫」という二つの作型が多いのですが、7月から8月頃に出荷できれば、ちょうど蕎麦やそうめんの時期なので薬味として需要があります。そこに注目し、昨年の秋に雪避けの小トンネルを作り「雪に弱いが育ちの早い春撒きの品種」を植えました。今、越冬した苗がすくすくと育っています。

—— 休日や余暇の過ごし方は

休みの日には、家での子供と過ごす

休みの日には、家での子供と過ごす

休みの日には、家での子供と過ごす

休みの日には、家での子供と過ごす



すことが多くです。ほかには趣味のオフロードバイクで林道ツーリングにでかけることもあります。冬はスキーのインストラクターがそのまゝ趣味にもつながって、新雪を思いっきり滑ることが大好きです。



SMTS試食配布の様子
(左) 小山 薫さん(きのこ販売課)
(右) きのこ女子大

◆ 大規模展示会への出展

今年は、食品展示会の中でも大規模な「スーパーマーケットトレードショー」「FOODEX JAPAN」に出展しました。両イベントとも、千葉県幕張メッセで開催され、ブースは中野市で手配を行い、中野市シンボルマーク活用事業者が出展しました。

① スーパーマーケットトレードショー 2017 (開催日：平成29年2月15日～17日)

スーパーマーケットトレードショー(以下「SMTS」という)はスーパー関係の設備・卸業者や・商社などが出展し、量販店のバイヤーを中心に総来場者86,768人と大勢の方が来場されました。

当JAは各種きのこの紹介並びに・加工商品を出展し、試食としてオリジナルなめたけの素を使った「なめたけ」やきのこ塩鍋の素を使った「塩鍋」の2種類を3日間で1,800食、実施しました。

② FOODEX JAPAN 2017 (開催日：平成29年3月7日～10日)

「アジア最大級の展示会」と称されるFOODEX JAPANは、国内の出展業者だけでなく、海外の出展

業者も数多く幅広いジャンルの業者が出展しました。

来場者も国内外のバイヤー等が多数来場し、総来場者は82,434人となりました。

当JAの展示品はSMTSと同様にいき、試食は浅漬けの素を使った「きのこの浅漬け」を4日間で2,850食、実施しました。

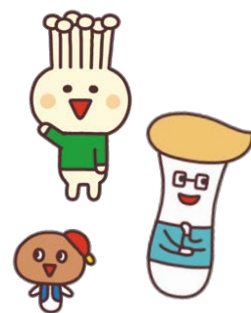
昨年同様、試食とPR対応にはJA職員に加え「きのこ女子大※」の皆さんにも協力をいただき、たくさんの方に「中野市の農産物」をPRすることができました。

来場者との商談では、複数の方からきのこや加工品の提案を求められましたので対応していきます。

今後は、各展示会時での商談先へ営業にまわり、中野市農産物の販路拡大につなげていきます。

きのこ女子大とは…

きのこ好きで食やものづくりに関心の高い女子大生を中心に、きのこを楽しむ企画を発信しているプロジェクト。現在は当JAとコラボし、中野市のきのこのPR活動を行っています。



FOODEX会場内



FOODEXでのブースの様子

◆「中野市ファンの集い」イベント

1月31日、中野市とJA中野市で組織する「中野市きのこ・果実消費拡大実行委員会」主催による「中野市ファンの集い」を開催しました。今年も、会場は東京都内の「アンジェロコート・東京」で行い、昨年のりんごに続いて、今年は「中野市産シャインマスカット」を使った新作スイーツが2品発表されました。

このイベントは、中野市の果実を使って開発したスイーツを「中野市の看板商品」として首都圏で活用するとともに、中野市が豊富な農産物の一大産地であるという知名度向上を図ることを目的に行っています。

なお、当日は「中野市食の大使」杉浦太陽さんも就任前に一足早く出席し会場を盛り上げていただきました。

また、今年はふるさと信州中野会のみなさんを招待し中野市の8事業者が出展し会場内で販売を行いました。中野市にゆかりのある皆さんは久々の「中野市産」の商品に感激し、出展業者の方と会話で弾み会場内は大変賑わいました。



中野市食の大使就任前のお披露目

(左) 中野市食の大使就任を祝う会実行委員長 芋川武一氏
(中) 中野市食の大使 杉浦太陽氏 (右) 中野市長 池田茂氏



会場内販売の様子



試作スイーツを楽しむ信州中野会のみなさん

(下左) ムース オマスカット
(下右) シャインマスカットシャインのバリエ

◆ 県外JA直売所での出店

現在県外の9JAと年間を通じて中野市産農産物の取引を行っており、その直売所でのイベントも積極的に出店を実施。きのこや果物の試食・販売を通し、「JA中野市産の農産物」のPRを行っています。

日ごろの取引を通じて、各JAの地域内で「JA中野市」の知名度が高まり、年々イベントへの出店要請も増加しています。

29年度につきましても、積極的に参加し、PR活動及び販路拡大につなげるよう取り組んでいきます。



JAいるま野(埼玉県)出店の様子



JAセレサ川崎(神奈川県)出店の様子



JA埼玉中央(埼玉県)出店の様子

JA中野市は年間を通して県外イベント等でのPR活動を行っています。お客様は「JA中野市産」農産物を楽しみにイベントへ来場していただいています。今後もJA中野市は「安全・安心」な商品をお届け出来るよう努めるとともに、さらなる知名度向上に向け積極的にPR活動を実施いたします。

チャレンジ！

空いている畑の活用で
我が家の
収入UPを目指そう！

やさいづくり

【夏野菜のための 春の土づくり】



今回は夏野菜を栽培するうえで重要な、
土づくりについてご紹介します。

土づくり

夏バテを防ぐためにもおすすめの栄養価の高い夏野菜。このおいしい夏野菜を作るには春の土づくりがとても重要な作業となります。使用する堆肥の種類や、土の酸度（pH）、元肥の種類によつて作業日程も変わってきます。そのため、自分の畑のスケジュールをしっかり確認しておきましょう。

やみくもに堆肥や石灰資材を投入しても良い土にはなりません。それどころか、かえつて土の状態を悪くすることもあります。この土の問題点はどこにあるのか。また、どのような作業が必要なのか。まずは土の状態を確認しましょう。

良い土の条件

① 通気性と水はけがよいこと

植物の根は呼吸をしているため、土壌中に酸素がある環境ではどんどん新しい根を伸ばし、地上部も元気に育ちますが、通気性が悪いと酸素が不足して窒息状態となり根腐れを起こしてしまいます。

② 排水性・保水性のバランスが良い

せっかく雨が降ってもすぐに乾いてし

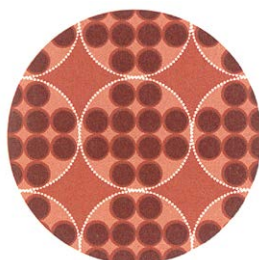
まうような土では、根は必要な水分を吸収することができません。さらに、保肥性があることも重要です。保肥性がないと、せっかく施した肥料がすぐに流れ出たり、施した肥料が直接植物の根に当たつて肥やけを起こしたりします。水分や肥料分を土の中に保持し、量を調節しながら供給できる土である事が大切です。

③ 団粒構造の土

「保水性がよく、水はけがよい」という一見矛盾しているようにも思われる、これらの条件を満たすことができるのが「団粒構造の土」です。

団粒構造の土は、細かい土の粒がくっついて、団子状になった大小の塊からできています。

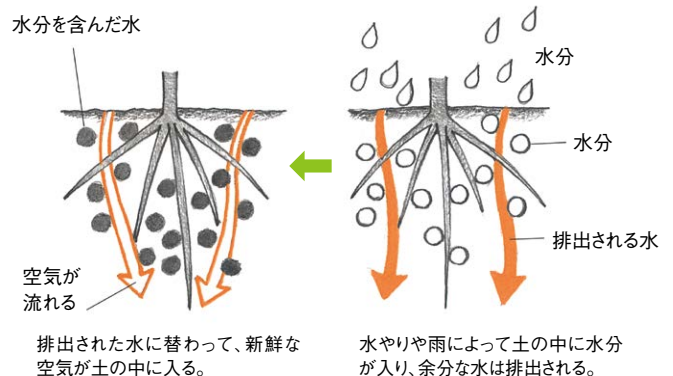
◎ 団粒構造の土



細かい土の粒が集まっている団粒構造の土。この団粒構造の土をめざして土づくりをしよう。

余分な水は塊と塊の間のすきまを通つて下に流れ、水が通つた後に空気が入ってきます。そのため、水はけと通気性が良いのです。一方、塊の中の小さな粒の間には、水分や肥料分が保持されます。土をこの団粒構造にすることが土づくりの一番の目的です。

◎ 排水性、保水性、通気性の良い土のイメージ



④ 土の酸度が適正であること

植物には生育に適した酸度（pH）があります。野菜の種類ごとに、生育に好ましいpH※が異なるので、作りたい野菜の適正なpHの土づくりを行います。



土づくりは、まず堆肥を投入することからスタート。堆肥と石灰資材を同時に投入すると、反応してガスが発生するので、同時には施さない。

—— ラディッシュ ——

(アブラナ科ダイコン属)

半世紀前までは、野菜が新聞や雑誌に取り上げられることはめったにありませんでした。ありふれた日常的なものには読者は関心を示しません。現在は一般消費者と野菜畑には距離ができ、ダイコンを引き抜いたことのない子どもも多くいます。

新聞や雑誌の野菜の表記は漢字、平仮名、片仮名と、各社さまざまです。農林水産省では流通関係は平仮名表記、研究関係は片仮名表記が多いようです。ラディッシュの場合、和名表記は、二十日大根、廿日大根、はつかだいこん、ハツカダイコン。ラディッシュは和名のように夏は20日で、春と秋は30～40日と、短期間で収穫できる根菜です。

ラディッシュは畑がなくてもベランダで初心者でも簡単に栽培できます。スーパーではラディッシュは5株で数百円ですが、種は1袋に数百粒入って数百円です。1袋で数回種まきができ、栽培過程でも楽しむことができます。

プランターに市販の培養土を入れ、日当たりと風通しの良い場所で栽培します。

種はばらまきも筋まきもできますが、筋まきの方が後の管理が楽です。1～2cm間隔に種まきし、約1cmの覆土をします。上から軽く押さえてから、たっぷり水やりをし、発芽するまでは土が乾かないようにします。

発芽したら順次間引きをし、本葉4～5枚までに株間を5～6cmにします。栽培期間が短いので、肥料入りの培養土なら追肥は不要です。肥料が多過ぎると、根の形が乱れることがあります。1週間に1度、1000倍の液肥を水やり代わりに施す程度なら問題ありません。

根の直径が2cmになった物から収穫します。収穫が遅れると入りや裂根の原因になります。

赤色は食欲をそそるといわれています。赤色のラディッシュをサラダに入れるだけで、食卓が明るくなります。取り立て新鮮なラディッシュの食感と彩りをお楽しみください。



藤巻久志(ふじまきひさし)

種苗管理士、土壌医。種苗会社に勤務したキャリアを生かし、土づくりに関して幅広くアドバイスをを行う。

■ 不明な点やご相談がありましたら、
お気軽に園芸課 野菜担当へお問い合わせください。

※ pH(ペーハー)
酸アルカリの強さは、pH(ペーハー)という記号で表します。pH7を中心に、値が小さいほど酸性の性質が強く、値が大きいほどアルカリ性の性質が強くなります。



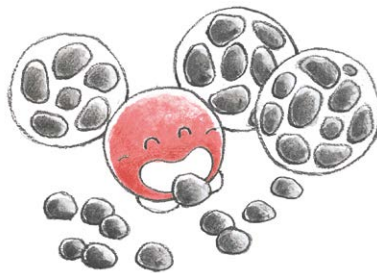
石灰資材を施したら、まんべんなく土に混ぜ込む。植えつけや種まきは、その2週間後。この土づくりが野菜のできを左右する。



堆肥の投入から1週間後。土壌酸度を測定し、酸度調整が必要な場合は、石灰資材を投入する。施す際に注意し、少しずつ施していく。

◎ 団粒化させる方法

有機物が土壌生物や微生物によって分解されると、土の粒が結合して団粒化する。



堆肥をまいて土に入れ込みながらしっかりと耕すことです。堆肥には土の団粒化を促す効果があります。土に堆肥を入れると、堆肥が微生物のえさになって腐植ができます。この腐植や、微生物が分泌する粘液質などが「のり」の役割をして土の粒子をくっつけ、土をだんご状にします。

団粒構造の土にする方法

また、有機物を豊富に含み、微生物が活発に活動している土は、上から押しつぶされても、簡単には硬くなりません。

pHの調整

酸性土壌を示す指標植物のスギナやオオバコが生えているかどうかで、土の酸度を推測することもできますが、ぜひ測定キッドなどを使って正確な数値を把握しましょう。

降雨が多い日本はマグネシウム(苦土)やカルシウム石灰が流され酸性の土壌になる傾向があります。さらにマグネシウムや苦土は、土壌が酸性の場合に酸性化も早まります。そのために石灰質資材を投入する必要があります。

◎ 野菜ごとの適正酸度

pHの目安		野菜
6.0～7.0	微酸性～中性	アスパラガス、ゴボウ、タマネギ、トウガラシ、ビート、ホウレンソウ
5.5～6.5	弱酸性～微酸性(広域)	エンドウ、カリフラワー、キャベツ、キュウリ、セロリ、トマト、ナス、ブロッコリー、ニンジン、レタス
5.5～6.0	弱酸性	インゲン、サツマイモ、サトイモ、ダイコン、トウモロコシ、パセリ
5.0～5.5	酸性	ジャガイモ、スイカ

J A 中野市でも土壌分析を行っています。
1 圃場 3,569 円(税込)
尚、全農長野県本部から500 円・J A から料金の3 分の1 以内の助成を行っています。詳細は各事業所の総務経済係までお問い合わせください。

4月から活用できるJA中野市農業機械レンタル事業の紹介

JA中野市では作業の効率化を図るため、農業機械レンタルを下記の通り行っています。ぜひご利用ください。

〔レンタル料金表〕 チップパー及びマルチャーは維持管理のため、今年から料金が値上がりしました。

レンタル機械	貸出可能台数	利用料(消費税込)		用途など
		半日	1日	
① チップパー	1台	3,024円	6,048円	果樹小枝、ソルゴー、ワラ等の裁断機
② ガスパナー	2台	1,080円	2,160円	【オペレーター利用】1時間当り/1,500円 アスパラガス等の病害対策用土壌表面焼却(ガスボンベ別途)
③ 平うねマルチャー	1台	3,996円	7,992円	【オペレーター利用】10a当り/6,480円(最低5a) マルチ被覆(幅95~135cm)
④ 高うねマルチャー	1台	3,996円	7,992円	
⑤ 溝掘機	1台	1,080円	2,160円	排水対策用の溝掘機、ネギ等の土寄せ
⑥ 小型堆肥散布機	1台	2,160円	4,320円	アスパラ2条ハウス内等の畦面散布
⑦ 肥料散布機(ミキシングスプレッド)	2台	1,080円	2,160円	JAより肥料100袋以上購入者は無料 一度に肥料10袋まで混用可能

時間設定	半日	8:30 ~ 12:30 または 13:00 ~ 17:00
	1日	8:30 ~ 17:00

※なお、マルチャーについては、農業振興開発事業として、労力支援対策、面積拡大、農業所得増大に向け助成措置(20%)を予定しています。

貸出機械ご利用の皆様へ〔利用上の注意〕

1.貸出機械の維持管理のため、マルチャー及び溝掘り機は10a当りの利用料から時間当りの利用料へ変更となります。また、チップパーは裁断カッターの代替機となりますのでご了承ください。
2.引渡し、返却時は必ず担当者に声をかけて所定の用紙に記入してください。(利用料の支払いを口座から振替希望の場合、引渡し時に口座振替依頼書をお渡ししますので、機械返却時に提出をお願いします。) 3.燃料(ガソリン)は満タンにしてお返しください。4.貸出機械の又貸しはしないでください。5.泥等はきれいに落としてお返しください。6.貸出中の盗難紛失、事故等による機械の破損修理及び対人対物の損害、その他使用に伴う一切の費用は利用者様負担とさせていただきます。



ご利用を希望される方は、
JA営農センター園芸課・資材課までご予約をお願いします。

①～⑥は、営農センター園芸課まで ☎ 23-3933
⑦は、営農センター資材課まで ☎ 22-4312

農業用施設等被害対策を市へ要請

JA中野市は3月17日に中野市役所を訪れ、市に農業用施設等被害対策に関する要請書を提出しました。

市内では2月14日から17日にかけての大雪により、農業用施設に甚大な被害が発生。棚やハウス施設は115件・被災面積897アール、ももりんご・ブラム等の立木の枝折れ、幹割れなどの樹体被害が1,636アールという状況で、今後の調査でさらに被害が拡大するおそれもあります。農家の高齢化の進展が著しい中で、今回の雪害は、被災した農家の農業経営に極めて大きな打撃を与えており、被害によって営農継続を断念する農家の発生も懸念されます。

厳しい農業情勢の中で被災農家が早急に立ち直り、農業経営が継続できるよう、「被害を受けた農業関連施設の復旧資材および消雪剤・塗布剤の使用に対する助成措置」「施設被害により影響を受けた果樹類、花卉などの種苗費に対する助成措置」「被災農家の営農継続、生



対策を要請するJA役員ら

産管理等に要する経費に対しての利子補給対策」「被災作物の生産安定のため、関係機関による連携した秘術指導の実施に向けた支援対策を県に要請すること」といった措置を市に要請しました。池田市長は「中野市を支える基幹産業に万全の対策を講じていきます。」と話していました。

平成29年度を迎え、春めいた季節となりました。JAも新採用職員、人事異動などで顔ぶれも変わり、新しい業務体制となりました。

既にご承知のとおり昨年12月から直近の3月まで、きのこの販売は近年にない、非常に厳しいものとなりました。この要因、課題、そして改善事項をきのこ販売課職員は整理・共有し、そして生産者と共に乗り越えていかなければなりません。昨年度を振り返りつつ、悪い部分は改め、新しい取り組みをすすめることで新たな年度をスタートできる4月とすべく、きのこ販売課として全力で取り組みをすすめます。

販売不振の要因は前回の花むすびでも触れたとおり、野菜高騰、量販店販売戦略と産地出荷戦略の相違、12月中旬以降の気温上昇、新規販路拡大の不足…などがあります。ここでは反省改善すべき事項として『営業力』を改めて取り上げたいと思います。

きのこ販売課として目指した『需要』拡大を改めて振り返り、『需要』の意味を日々の業務に置き換えると私どもに不足したのが見えてきます。

[そもそも需要とは?]

売り場と考えると…

- ① 店舗数が足りないなら**競合対策強化、エリア拡大強化**
- ② 1回当たり購入数が足りないなら**「価格」「食べ方」「規格(大容量化)」**
- ③ 購入回数が少ないなら**「定期的な特売提案」「食文化醸成」**

⇒ SM業態でのシェア率は県袋だけでも5割超。①～③に加え…

消費の場と考えると…

- ④ **取り扱い業態の拡大強化** (中外食ルート・給食事業・ドラッグストアなど)
- ⑤ **新たな食卓出現機会の創出** (えのき氷・干しえのき・カットぶな)

= 新商品効果はヘビーユーザー購入を2倍にする。

消費感情と考えると…

- ⑥ **消費の場自体を新たに拡大** (インバウンド、輸出など)
- ⑦ **メディア** ⑧ **観光連携** ⑨ **加工品開発**…

上記の取り組み不足が『需要』の不足を生んだのだとすると、『需要』とは『営業』とイコールということになります。

需要刺激・拡大では漠然とした他者への依存度が高まりますが、『営業』の強化は自らが行うべきことです。

『生産量に見合う営業体制構築と営業手法確立』によって需要は自らが創出するという、強い意志を持って次年度事業推進を実施します。

また、JA中野市はこれまで「顔の見える販売」として産地ロット化を推進し予約相対率を高め、市場流通だけに頼らない独自販売網の構築によって、販売シェア拡大をすすめてきました。これらの取り組みはきのこ全体需要の増加を促しました。しかし、過度の価格競争の回避を最大理由とし、エリア・実需者によっては競合産地との棲み分けに留まる部分も現存しています。

相場を左右するほどの生産シェアを有するJA中野市が、そのメリットを最大限生かすには「計画的な販路」に対して2ヵ月後の生産量を見越した『営業』で市場入荷量をコントロールし、「相場を左

右」することです。

この「計画的な販路」が現状不足しているならば、『適正な競合』によるシェア拡大が必要です。従来の生産量によるシェア拡大から、本年は販売戦略によるシェア拡大を強固にすすめる、「生産者経営安定」となる販売を実施いたします。

本年度から営業専属職員を3名配置し、かつ生産者との相互情報共有をすすめる事務局も従来人員を確保し、生産者と共に売り場確保をすすめてまいります。

生産者の厳しさを受け止め、1箱の増量、ひとつの新規拡大、10銭の上積みを実践し目標達成に取り組みますことを改めてお誓いし、4月新年度に向けたきのこ情勢報告とさせていただきます。



小学校へ食農・環境教育の補助教材を贈呈

3月7日、JAバンクアグリ・エコサポート基金が発行する食農に関する補助教材「農業とわたしたちのくらし」の贈呈式を延徳小学校で行いました。

平成20年から実施しているJAバンク食農教育応援事業は、食や農業にかかわる経済の動きや環境と農業の密接なかわり、地域農業の発展などについて広く理解してもらうことを目的とし、その一環として小学校5年生の児童を対象とした教材を制作。全国のJAから小学校に進呈しています。

教材には「農業で働く人や地域社会のためにどのような取り組みが行われているか」といった身近なテーマや、農業や食、それにかかわる金融や経済のしくみがわかりやすくまとめられています。

原校長は「JAやJA青年部のみなさんには日頃から食農教育でお世話になっており、とても感謝しています。今回いただいた教材は社会科などの授業で活用し、食や農業の大切さと地域の農業についてさらに理解を深めていきたい。」と話していました。



原校長へ教材を手渡す江口組合長

小沼の餅替祭



3月8日、今年も市の無形民俗文化財に指定されている小沼の餅替祭が開催されました。

昔から400年の伝統と言われているので歴史を調べてみました。文献によると、起源は永禄4年(1561年)と天正10年(1582年)の2説があり、何れも400年をを優に過ぎた歴史のあることが分かりました。上田城が幸村の父、真田昌幸により築城されたのが、同時期の天正11年であることを考えると感慨深いものがあります。

さて、祭はまだ黎明を迎えたばかりの6時半、早春の冷たい空気としじまのなか、祭典委員長が村中を吹き鳴らす法螺貝で始まります。区内に響き渡る合図を待っていたかのように辻々から「わら馬」と餅をいれた

「藁苞(わらづと)」を持った区民が村の中央にある庚申塔に集まりました。そして7時、区外から訪れた人のために祭の謂れの説明があり、区長、氏子総代、祭典委員が祠に五穀豊穡を参拝した後、「それでは始めて下さい」との掛け声で一斉に持つてきた餅の交換が始まりました。祭は写真を撮るのも束の間、僅かの時間で終了。祭が終わると奉納された「わら馬」が区外の人を対象に抽選で贈られました。平日ということもあり、殆どの人がお目当ての馬を引き当て、満面の笑みで大事そうに抱えている姿が目立ちました。祭は春の風物詩でもあります。小沼に本格的な作立ちの季節が廻ってきたを告げる祭にも見えました。

【延徳地区通信員／小林啓治】

JA中野市 ゴルフ協議会 ツアーコンペ

JA中野市ゴルフ協議会(上原清作会長)は、平成29年2月15日から17日にかけて静岡県川奈ホテル「富士コース」ゴルフツアーコンペを開催し、総勢30名の会員の皆様に参加されました。フジサンケイレディスクラシックが開催される川奈ホテル「富士コース」と伊豆にらやまカントリークラブで、名門コース攻略に皆さん大いに奮闘されていました。

◎順位とスコアは次の通りです。(敬称略)
 【優勝】 脇田 綱雄 (日野)
 【準優勝】 山岸 保男 (中野)
 【第3位】 篠原 秀則 (平岡)
 【ベストスコア】 篠原 秀則 (平岡)



JAぶどう部会 日本農業賞集団組織の部で大賞を受賞

JAぶどう部会は3月12日、東京渋谷区のNHKホールにて開催された第46回日本農業賞集団組織の部で大賞を受賞しました。

日本農業賞は、全国農業協同組合中央会と都道府県農業協同組合中央会、NHKが主催し日本各地の意欲的な農業経営や、未来の豊かな生き方のヒントとなる食や農の活動を表彰するもの。

農業賞大賞受賞後の低迷時期に全国に先駆けてシャインマスカットなどの種なしぶどうに品種を更新し、これまで培ってきた技術で高品質化して収益のV字回復に繋がっていることが評価されました。上原部会長は「今後も消費者に安全・安心な農産物を長期にわたり供給できる産地を維持し、魅力ある農業の未来を見据えて部会員一丸となって取り組んでいく。」と話しました。



受賞式には部会、行政、JA関係者が出席

「自己改革実践」 組合員特別講演会が開催されました

JA中野市は3月12日、JA厚生連北信総合病院さくらホールで自己改革実践として組合員特別講演会を開催しました。

元宮崎県知事の東国原英夫さんを講師にむかえ「今、求められる地域の活性化について」ブランド力が

地域の活性化について「ブランド力が地域の救済」をテーマに講演。自身の幼少期や芸能界、知事時代のエピソードを中心とした内容に、会場は笑いの渦に包まれました。

東国原さんは地域活性化について「一人一人が自発的に意識を変

えることと、地域の皆さんの努力が大切だ。」と話し、「特に農業は地方改革の基幹産業で、今後ともJAや関連機関の協力が必要。」とも話していました。

同講演会には組合員約400人が来場。講演を聞いた組合員は「大変面白い講演だった。久しぶりにこんなに笑った。」「笑いの中にも要所要所に重要な事があり、講演に来てよかった。」などと、満足げに話していました。

きのこミュージアム シンポジウム開催

3月19日、中央公民館できのこミュージアム研究会が主催する、きのこミュージアムシンポジウムがJA・行政・信州中野商工会議所・日本きのこマイスター協会の協力のもと、開催されました。

第1部では「夢をひらくきのこの力」食と健康。そして、未来へ」をテーマに、中野市食の大使杉浦太陽さんとSBC信越放送アナウンサー板橋克明さん、きのこミュージアム研究会の前澤憲雄会長が「きのこ」や「えのき氷」の機能性など、食と健康についてトークセッション。第2部では1部のメンバーに加え、池田市長やJA望月常務理事、商工会議所の山田会頭、生産者代表の(有)エイエルケイ勝山さんの園の勝山博子さんが参加し、「中野市に『きのこミュージアム』は

必要か？」をテーマに必要な施設や、展示内容などについてディスカッションしました。

JA望月常務理事は

「きのこの消費拡大に向けては、JAも積極的に協力していきたい。」と話していました。



ディスカッションの様子

エクササイズ

1

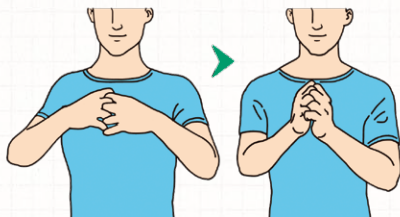
指ツボ刺激体操

指先のツボを刺激しながら
血行を促進します。

指先のツボを刺激し、指と指が離れないようしっかり合わせ、深呼吸しながら行いましょう。生気を補充して邪気を吐き出すような気持ちで。また、指の関節は思うように曲がるか、痛みを感じるかなど体のサインを感じながらやっていきます。



- ① 指先の関節を鍵形に曲げ、そのまま両手の指を浅めに絡めます。隣り合った指同士の爪の脇が当たるようにします。



- ② 肘を横に上げた姿勢から、息をゆっくり吐きながら手のひらを近づけていきます。5、6回繰り返します。

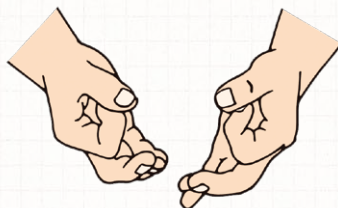
エクササイズ

2

指先合わせ体操

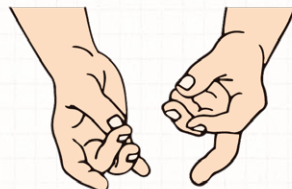
動きは小さくても
脳の運動量は大きい体操です。

薬指や小指を使う機会は多くはありません。また、左手を動かすことは新しい発想やイメージなど創造をつかさどる右脳の活性化につながります。



- ① 親指の腹で人さし指の爪先を軽く押さえる。めったに動かさない指の第一関節も柔らかくします。
- ② 親指の腹と人さし指の腹を合わせます。
①②の動きを繰り返します。

〔応用〕 左右違う指で①②の動きを繰り返します。



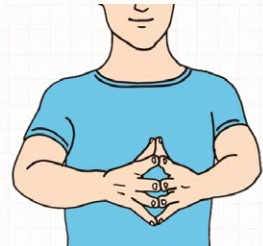
エクササイズ

3

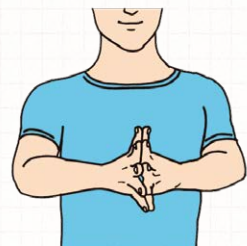
指反らし体操

指の柔軟性と左右の動きを
合わせることで集中力が鍛えられます。

動きはシンプルですが、手のひら、腕の内側にも刺激が伝わります。指先の表現力が豊かになり、これだけでも手の動きが若々しく見られます。



- ① 指の間を開いて両手の指先同士を付けます。手首から肘まで一直線になるように。



- ② 両手に力を入れ、手のひらは付けずに指を反らして付け根までぴったり合わせます。①②を繰り返します。

子どもには栄養バランスの良い食事をもっとも、糖質、タンパク質、脂質、ビタミン類、ミネラル、どれもこれも足りているのかと考えるのは大変なことです。だからこそ私が意識しているのは、できるだけ同じメニュー、食材にならないように気を付けることです。今日がお魚なら明日はお肉。今日が豚肉なら次は鶏肉。今日がトマトサラダなら明日はニンジンサラダ。すると結果的にさまざまな栄養が取れています。

例えば、お肉の種類でも栄養の特徴は違います。牛肉は体をつくり、脳神経の働きが活発になる成長期に必要なタンパク質が含まれます。その上、他の肉類に比べて鉄分が多く含まれます。意外と鉄不足になりがちな幼児期、吸収性のいいお肉からの鉄分は大切です。ロースやばら肉は脂肪が多いですが、ヒレは少なくタンパク質が多く含まれ、赤身の方が鉄分も多く含まれます。

豚肉も良質なタンパク質源ですが、一番の特徴はビタミンB1が多く含まれていることです。ビタミンB1は発育や神経の機能維持に重要な役割を果たすため、精神を安定させ、集中力を高めるのにも必要な栄養といわれています。

鶏肉は、必須アミノ酸を含む良質なタンパク質で、脂肪が少ないことも特徴です。また、皮膚や粘膜を健康に保ち、骨の発育を助け、風邪の予防にも効果があるとされるビタミンAの含有量が多いのも特徴です。ささ身は高タンパク低エネルギーな

私の食育日記

「お肉の種類」

タレント、食生活アドバイザー 岡村麻純
1984年7月31日生まれ。お茶の水女子大学卒。
大学で4年間食物科学を学び、食生活アドバイザーなどの資格を持つ。
公式ブログ: <http://ameblo.jp/masunokamura/>



今から始める指先体操

健康寿命を延ばすために、脳の若さを保つことはとても重要です。

手や指先を動かすことは脳の神経細胞に大いに刺激を与えます。

脳は使えば使うほど元気になります。

遊び感覚で頭を使いながら指先を動かして、若々しい脳をキープしましょう。



指先体操案内人
堤 喜久雄 さん

ウォルナッツ・健康生活研究所所長。指さき健康法の創始者である父・堤芳郎氏に師事。数多くの講演会や教室での体験を基に日常生活に取り入れやすい体操プログラムを提案。『指さき頭脳体操』（東京書店）ほか著書多数。
<http://www.yubisaki.com/>

◎ 指先は全身を映す鏡

人間の脳は手や指先を使うことで活性化されます。逆に使わないとどんどん衰えていきます。現代の社会では、手作業など手や指先を使う機会が極端に減っています。高齢でも驚くほど元気で気力も記憶力もしっかりしている方は、指先や脳をよく使う生活習慣や仕事を持っているこ

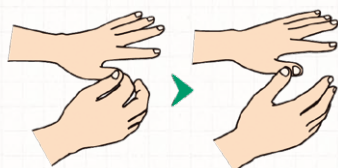
とが多いようです。意識して脳と指先を使うようにしたいものです。

まずは、自分の現状を知ることから。次のチェックを行ってみましょう。案外と引っ掛かる項目があるかもしれません。もちろん心配はいりません。大切なのはこれから。1日5分、「指先体操」を取り入れてみましょう。

✓ 手指の動きで分かる若さチェック!

【血行】

指先押さえ

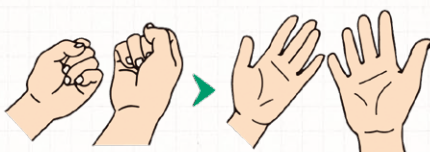


親指で爪を
6秒ほどギュッと押さえた後、
パッと放します。

赤みがすぐに
戻ってきましたか？

【集中力】

親指グーパー体操

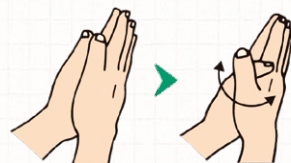


親指を外にして握る、そして開く。
親指を中にして握る、そして開く。
これを繰り返す。

親指の出し入れが
スムーズにできますか？

【記憶力】

指のすれ違い体操



両手のひらを合わせます。その状態で1本ずつ同じ指同士の交差を繰り返します。そして1～2日前のことでテーマを決めて記憶をたどります。

例 親指を動かしながら「昨晩の夕食のメニュー」、同様に人さし指で「会った人の名前」、中指で「見たテレビ番組」など。

記憶がスムーズによみがえって、
滞りなく言えますか？

軽ワゴンというジャンルを築きあげてきたワゴンRが、フルモデルチェンジ。

SUZUKI

今月の
一台

WAGON R
(HYBRID)

人にも、荷物にも、大きなゆとり。

新プラットフォームの採用によってエンジンルームを最小化し、室内空間を拡大。軽ワゴンNO.1*の室内長を実現するとともに前後のシート間隔を拡げて、大人4人で乗ってもゆとりのある空間を実現しています。

ラクラク積める、大きな開口部。



カンタン操作で、すばやくフラットに。



※軽ワゴン＝全高1,550mm以上の軽自動車。
2017年2月現在、スズキ調べ。

価格
(税込) 107.8万円～

【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

ので、離乳食からお勧めです。
このように、食材によって栄養もさまざま。日々の食事で食材の種類を替えていくだけで、結果的に多くの栄養を取ることができます。毎食、できるだけ多くの食材を使ってバランス良くと苦労するのではなく、1週間の食生活を振り返れば、なかなかいろいろな物を食べられたなと思える気軽さから、健康的な食生活を目指していただければと思います。

平成29年4月1日付 職員人事異動 ()内は旧任

■管理職

- リスク管理課長／柴本雅行 (高丘事業所長)
- 融資課長／石川博三 (融資課 開発係長・融資推進企画係長兼務)
- 店舗営業課 西部店長／北澤義政 (共済課長)
- 共済課長／竹内利治 (店舗営業課 西部店長)
- 営農支援課長／土屋善人 (平岡事業所長)
- 中野事業所長／池田敏幸 (長丘事業所長 総務経済係長兼務)
- 高丘事業所長／田中元樹 (融資課長)
- 長丘事業所長 総務経済係長兼務／樋口和幸 (営農支援課長)
- 平岡事業所長／湯川雅望 (倭事業所長)
- 倭事業所長／篠原信幸 (中野事業所長)
- 総務課付 ジェイエー・アップル(株)出向[課長待遇]／小島 寛 (総務課付 ジェイエー・アップル(株)出向[係長待遇])
- 融資課 課長代理・融資推進企画係長・開発係長兼務／大越重志 (融資課 融資推進企画係長)
- 店舗営業課 西部店長代理・金融共済係長兼務／酒井孝敏 (店舗営業課 金融共済係長 西部店)
- 店舗営業課 北部店長代理・金融共済係長兼務／小林淳一 (店舗営業課 金融共済係長 北部店)
- 販売開発室 室長代理・販売開発係長兼務／小林 満 (園芸課 課長代理・指導販売係長兼務)
- 園芸課 課長代理・指導販売係長兼務／大塚昌克 (園芸課 指導販売係長)
- 資材課 課長代理・資材係長・受渡係長兼務／小林厚稔 (資材課 資材係長・受渡係長兼務)
- 園芸課 指導販売係長[課長代理待遇]／羽片孝之 (販売開発室 室長代理・販売開発係長兼務)
- 営農支援課 営農支援係長[課長代理待遇]／海野敬二郎 (店舗営業課 北部店長代理・金融共済係長兼務)
- 園芸課付 JA北信畜産酪農センター出向[課長代理待遇]／土屋伸哉 (園芸課付 JA北信畜産酪農センター出向[係長待遇])

■一般職

- 【企画調整課】●情報係・広報係・総合企画係兼務／宮川直樹 (店舗営業課 金融共済係/北部店[共済保全渉])
- 【融資課】●融資推進企画係長／出川裕士 (店舗営業課 金融共済係長/北部店[共済LA])
- 開発係主任・融資推進企画係主任兼務／畑ヶ山博幸 (融資課 融資推進企画係)
- 融資推進企画係／阿藤和久 (店舗営業課 金融共済係/西部店[共済LA])
- 【店舗営業課】
- (中央店) ●金融共済係／常田枝里子 (融資課 融資推進企画係)
- 金融共済係／小林憲和 (店舗営業課 金融共済係/北部店[金融渉外])
- 金融共済係／小林亜由美 (店舗営業課 金融共済係/中央店[金融渉外])
- 金融共済係[金融渉外]／山岸真奈美 (店舗営業課 金融共済係/中央店)
- 金融共済係[金融渉外]／原康司郎 (店舗営業課 金融共済係/北部店[金融渉外])
- 金融共済係[共済保全渉外]／出川あかね (店舗営業課 金融共済係/北部店[共済保全渉外])
- (西部店) ●金融共済係／中島美美 (店舗営業課 金融共済係/北部店)
- 金融共済係[金融渉外]／村橋将道 (店舗営業課 金融共済係/中央店)
- 金融共済係[共済保全渉外]／米澤 卓 (店舗営業課 金融共済係/西部店)
- 金融共済係[共済LA]／奥津成一 (店舗営業課 金融共済係/中央店[共済保全渉外])
- 金融共済係[共済LA]／竹前政志 (店舗営業課 金融共済係/北部店[共済LA])
- (北部店) ●金融共済係長／黒川達也 (融資課 融資推進企画係長・開発係長兼務)
- 金融共済係／春原末歩 (店舗営業課 金融共済係/西部店)
- 金融共済係[金融渉外]／原明花里 (店舗営業課 金融共済係/北部店)
- 金融共済係[金融渉外]／常田成幸 (店舗営業課 金融共済係/中央店[金融渉外])
- 金融共済係[共済保全渉外]／嶋津より子 (店舗営業課 金融共済係/中央店)
- 金融共済係[共済保全渉外]／石沢 洋 (店舗営業課 金融共済係/西部店[共済保全渉外])
- 金融共済係長[共済LA]／荒井秀樹 (総務課 施設用度係長・庶務係長・組合員係長兼務)
- 金融共済係[共済LA]／芳川啓吾 (店舗営業課 金融共済係/西部店[共済LA])
- 【共済課】●共済課付 JA共済連長野自動車損害調査サービスセンター出向[係長待遇]／島田由和 (共済課 査定係長・保全係長・普及係長兼務)
- 【きのこ販売課】●販売係長／金子 正 (園芸課 指導販売係)
- 販売係／小林将徳 (店舗営業課 金融共済係/西部店[金融渉外])
- 販売係(嘱託)／春原 亮 (ジェイエー・アップル(株)より出向)
- 【営農支援課】●営農支援係(嘱託)／涌井克夫 (ジェイエー・アップル(株)より出向)
- 【長丘事業所】●総務経済係[渉外](嘱託)／難波幸太郎 (ジェイエー・アップル(株)より出向)
- 【科野事業所】●総務経済係長／笠原秀和 (科野事業所 総務経済係[渉外](係長待遇))
- 総務経済係[渉外]／丸山正信 (総務課付 ジェイエー・アップル(株)出向)

■新採用職員

- 総務課 庶務係・人事教育係・組合員係・施設用度係兼務／小松奈美 (正職員登用)
- 経理課 経理係／大澤玲奈
- 融資課 融資推進企画係／宮尾渚沙
- 金融推進課 金融推進係／宮崎彩夏
- 店舗営業課 金融共済係 中央店／寺澤郁奈
- 店舗営業課 金融共済係 中央店／宮崎彩香
- 店舗営業課 金融共済係 西部店／佐々木友美
- 店舗営業課 金融共済係 北部店／小林由佳
- 販売開発室 販売開発係／三井英樹
- 園芸課 指導販売係／工藤義人
- 園芸課 指導販売係／原澤隼弥
- 園芸課 指導販売係／市村愛梨香
- 園芸課 指導販売係／黒崎真菜
- きのこ技術課 指導開発係／宮崎幸大
- きのこ技術課 指導開発係／樋口航希
- きのこ販売課 販売係／松澤直希
- 資材課 資材係・受渡係兼務／野村和成
- 平野事業所 総務経済係／荻原竜矢

■契約職員

- 【監査室】●監査指導係／田中由美子 (園芸課 指導販売係)
- 【リスク管理課】●リスク管理係／長島由香里 (企画調整課 総合企画係・広報係・情報係兼務)
- 【総務課】●庶務係・人事教育係・組合員係・施設用度係兼務／根津幸広 (経理課 経理係)
- 庶務係・人事教育係・組合員係・施設用度係兼務／田尻美由紀 (店舗営業課 金融共済係/西部店)
- 【経理課】●経理係／山本依子 (新採用)
- 経理係／上野莉歩 (新採用)
- 経理係／大平恭子 (新採用)
- 【融資審査課】●審査係・管理係兼務／池田 緑 (融資課 開発係・融資推進企画係兼務)
- 【融資課】●開発係・融資推進企画係兼務／阿部貴浩 (新採用)
- 融資推進企画係・開発係兼務／青木益代 (金融推進課 金融推進係)
- 融資推進企画係・開発係兼務／松本小百合 (店舗営業課 金融共済係/北部店)
- 【店舗営業課】
- (中央店) ●金融共済係／望月泰江 (監査室 監査指導係)
- 金融共済係／樽澤美紗子 (店舗営業課 金融共済係/西部店)
- 金融共済係／中山由梨 (新採用)
- 金融共済係／横山絵里奈 (新採用)
- (西部店) ●金融共済係／小田切利恵子 (店舗営業課 金融共済係/中央店)
- 金融共済係／関川一江 (店舗営業課 金融共済係/中央店)
- 金融共済係／善財由香 (共済課 普及係・保全係・査定係兼務)
- (北部店) ●金融共済係／坪根しげみ (店舗営業課 金融共済係/中央店)
- 金融共済係／小林留美 (融資課 融資推進企画係・開発係兼務)
- 金融共済係／中尾弘子 (店舗営業課 金融共済係/中央店)
- 【園芸課】●指導販売係／上野由美子 (資材課 資材係・受渡係兼務)
- 指導販売係／倉田たけ美 (日野事業所 総務経済係)
- 指導販売係／小林みゆき (きのこ販売課 販売係)
- 指導販売係／田中優子 (経理課 経理係)
- 【きのこ販売課】●販売係／和田英俊 (新採用)
- 販売係／池田好美 (園芸課 指導販売係)
- 【きのこ技術課】●指導開発係／原澤朋美 (販売開発室 販売開発係)
- 指導開発係／岡本英二 (新採用)
- 指導開発係／高野奈月 (新採用)
- 【資材課】●資材係・受渡係兼務／田川新治 (新採用)
- 資材係・受渡係兼務／星野真美 (園芸課 指導販売係)
- 資材係・受渡係兼務／岡澤俊子 (経理課 経理係)
- 【中野事業所】●総務経済係[渉外]／小林久雄 (高丘事業所 総務経済係[渉外])
- 【日野事業所】●総務経済係／佐々木郁子 (店舗営業課 金融共済係/北部店)
- 【高丘事業所】●総務経済係[渉外]／町井英幸 (中野事業所 総務経済係[渉外])
- 【共済課】●普及係・保全係・査定係兼務／鈴木よし美 (新採用)

■退職者(3月31日付)

- 山本祐子 (店舗営業課 中央店店長代理・金融共済係長兼務)
- 浅沼之博 (企画調整課 広報係・情報係・総合企画係兼務)
- 永沢由貴 (融資審査課 審査係・管理係兼務)
- 中山由梨 (店舗営業課 金融共済係/中央店)
- 掛川 梢 (園芸課 指導販売係)

■契約職員退職者(3月31日付)

- 小松奈美 (総務課 庶務係・人事教育係・組合員係・施設用度係兼務)
- 工藤義人 (園芸課 指導販売係)
- 宮崎幸大 (きのこ技術課 指導開発係)
- 野村和成 (資材課 資材係・受渡係兼務)
- 荻原竜矢 (平野事業所 総務経済係)
- 春原 亮 (きのこ販売課 販売係)
- 涌井克夫 (営農支援課 営農支援係)
- 難波幸太郎 (長丘事業所 総務経済係[渉外])
- 郷道俊子 (総務課 庶務係・人事教育係・組合員係・施設用度係兼務)
- 関口梨沙 (融資課 融資推進企画係・開発係兼務)
- 北山夕子 (店舗営業課 金融共済係/中央店)
- 須藤芳明 (きのこ販売課 販売係)
- 安藤昌志 (きのこ技術課 指導開発係)
- 山口晃弘 (きのこ技術課 指導開発係)
- 高橋昌子 (長丘事業所 総務経済係)
- 倉井 保 (科野事業所 総務経済係)





【スイミーと海のきれいな生き物たち】
長島 由依 平野小学校 2年



【さくらがまんかいだー！】
高木 祐 平野小学校 2年

ひゅつと空をとぶ
風をきつてとぶ
ああ
すごく気持ちいい
空からみると
緑のクツシヨンが見える
風がふくと波が見える
花がおどっている
風をきつて空をとぶ
空の上は
気持ちいいよ

【つばめ】
熊代 愛紗陽 高丘小学校 4年



総会で挨拶する竹内前委員長

JA青年部 委員長に浅沼さん

JA青年部は、JA本所で第53回定期総会を開催しました。総会には約90人の盟友が出席し、昨年度の活動及び収支の承認と今年度の活動計画が決定されました。

任期満了に伴う役員改選では、第54代委員長に長丘支部の浅沼一明さんを選任しました。

◎委員長以外の新役員は次の通りです。(敬称略)

▽副委員長＝塩野谷忠彦(会計)、高木純也(農政文教部長)、丸山尚(生産部長) ▽農政文教副部長＝豊田清士、武田広明 ▽生産部副部長＝市村正人、篠原正人 ▽顧問＝竹内智昭 ▽監事＝倉品慎太郎、湯本剛士



(後列左から) 高木農政文教部長、丸山生産部長
(前列左から) 塩野谷会計、浅沼委員長



あいさつする高橋前部長

JA女性部 新部長に小林さん

JA女性部はアップルシティーなかので第20回定期総会を開催しました。総会では2016年度活動報告と収支決算、2017年度の事業計画や収支予算などが承認されました。役員改選では新部長に小林千枝さん(中野)、副部長に石川喜久子さん(高丘)を選任しました。新年度の事業計画では地域の食料自給率の向上や次世代への食農教育、MY箸・MYバッグ運動などのエコライフ活動に取り組むことが決定されました。



小林部長(右)と石川副部長(左)

万に備えよう わが家の防災

東日本大震災に学ぶ

災害危機管理アドバイザー 和田 隆昌

毎年3月になると、さまざまな思いがよぎります。

毎年2月から3月は東日本大震災に関する継続的な検証を行っています。2016年末時点で避難者の合計はいまだ13万人を超えています。多くのがれきはすでに撤去され、ただ広いだけの土地には新しい住宅も散見できるようになりましたが、震災前の活気を取り戻すにはどれだけの年月が必要か分かりません。また2016年11月の福島沖での地震を挙げるまでもなく、東北沿岸地域には津波発生リスクから逃れることはできません。「災害は必ず同じ場所で繰り返す」ことを忘れてはいけません。「一度大きな地震が起きたらしばらくは大丈夫」というのも大きな勘違いです。東日本大震災はマグニチュード9という地球規模の地殻変動でした。その影響もあり、今の日本は歴史的に見て「とても地震が起きやすい状態」になっていることは多くの研究者が指摘していることです。

2016年は熊本地震もありましたが、震度1以上の地震は6500回を超え、何と前年の3.5倍にも及んでいます。

「海溝型」と呼ばれる津波を伴う地震被害のリスクは全国全ての沿岸地域において存在しますが、西日本の沿岸地域を中心に被害が発生するとされる「南海トラフ地震」は実に30万人以上の被災者が想定されていて、発生すれば経済的にも日本国の存立を危くするような事態にもなりかねません。

津波被害は日本において最も懸念される災害です。日本ではその地理的な環境から、地震と津波から完全に逃れることはできません。それを踏まえて、沿岸地域の住民はもちろん、全員がその日に備えるための避難・対策を忘れずに行うことが求められている時代なのです。



健康百科

はしかについて

佐久総合病院名誉院長 松島 松翠

「はしか」は小さな子どもが発病する病気で、症状は軽く、何日かすると自然に治ると思っている人もいます。しかし、はしかを発病したことがない場合や、はしかの予防接種を受けていない場合などでは、あらゆる年代で発病することがあり、重症化する危険があります。

最近では、10～20代の若者の間で、はしかが流行するようになりました。そこで、予防接種の取り組みが必要になってきています。

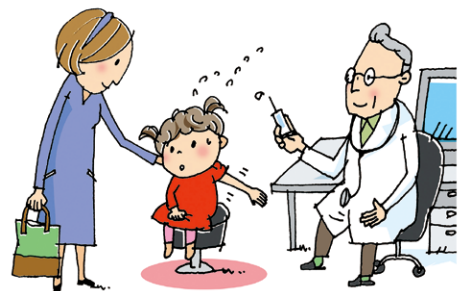
はしかは「麻疹」とも呼ばれ、「はしかウイルス」に感染することで発病します。はしかウイルスに免疫がない人が感染すると、ほぼ100%発症します。はしかは、例年、春から初夏にかけて流行しますが、感染の危険性は一年中あります。

はしかウイルスの感染力は非常に強く、発病した人がしゃべったり、くしゃみをしたときに、同じ部屋にいただけで感染することがあります。

はしかウイルスに感染すると、10～20日間ほどの潜伏期の後、発熱、せき、鼻水、くしゃみといった風邪のような症状が出ます。

はしかが怖いのは、患者さんの約30%に合併症が起こることです。代表的な合併症は、「気管支炎」や「肺炎」で、まれに「脳炎」が起こることがあります。

そこではしかの予防接種が必要になります。現在、予防接種では主に「MRワクチン」という「麻疹風疹混合ワクチン」が使用されています。MRワクチンによる副作用はほとんどありません。しかし発熱している人や重い急性の病気のある人、妊娠中の人、重度のアレルギーのある人は、受けてはいけません。



BOOK

家の光図書のご案内



**わたしの好きな
お酢・レモンの料理**

ワタナベマキ 著
1,300円+税



宿根草と低木で手軽にできる
小さなスペースをいかす
美しい庭づくり

マーク・チャップマン 著
1,500円+税

CD



**三森すずこ
サキワフハナ**

【通常盤】(CD ONLY)
4月12日発売
1,250円+税
ポニーキャニオン

**Bentham
激しい雨
/ファンファーレ**

(CD)
4月12日発売
1,200円+税
ポニーキャニオン



DVD



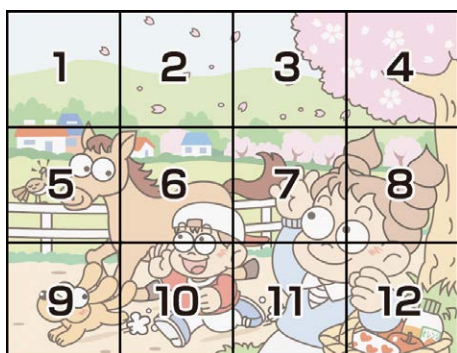
金メダル男

DVD
4月12日発売
3,800円+税
発売・販売元:NBC
ユニバーサル・エンターテイメント

四月は君の嘘

DVD 豪華版(3枚組)
4月12日発売
5,800円+税
発売元:フジテレビジョン
販売元:東宝





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)

●3月号の答え

- 2 … 姉の眉の形が違う
- 3 … ハンバーガーの高さが違う
- 7 … 犬の視線が違う
- 9 … 魚の向きが逆
- 12 … つくしが増えている

応募の締切は4月20日(木)

- ① ことえ
- 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
一丁八
JA中野市広報誌
「花むすび」
編集係

・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。

俳句 茅川菊水 選

野路たどる 農夫の頬に 春の風
廃屋の 庭に咲きたる 梅の花
泡一つ 残して 蝌蚪は 水底へ
露味噌や 箸に絡めて 笑み交わす
外に出て 一句授かる 梅日和
(投稿作品)
犬ぶぐり 百花に映す 春の空

吉原 路子
山口 耕一
神田 林
青木 芳子
茅川 菊水
松井 義典

短歌 武田良文 選

襟付けを ほどこき始めし 合はせ地の 仕立ての 良さの 縫ひ目確に
吾が庭の 積む雪深き 一所 清水のほとり 緑葉の 萌ゆ
晴れ渡る 雪の五岳を 仰ぎつつ 澄みたる 空気 胸深く 吸ふ
二月半ば 降り来る 雪の ふんはりと 庭に 掃き寄す 薄ら日浴びて
欠伸する 曾孫の 笑顔 携帯に見つつ 一日を 心のみぬ
渋滞の 向かひの 道の 雪捨てかれ 今朝より 車 速やかに 走る
裏山の 切り立つ 遺跡 雪荒び 影のおぼろに ひと 日暮れ 行く
新装の 広く明るき 駅ビルを 飽くなく 巡る 友ら 四人と
寒風に ささらされ 咲き継ぐ パンジーの 色とりどりの 中黄の花 映ゆる
温き日を 浴びつつ 過ぎし 雪の日を 嘆きてあしは 十日ほど なり
南天の 根本丸く 雪の 解け 萌え出づる 草に 小鳥 寄り来る
実の 多に 生りしりんご 樹 節くれて 空洞 進み 雪に 倒れし
庭狭く 下るす事ならぬ 屋根の 雪 荷重 気にし 何時しか 眠る
高野 園子
豊田 知子
千葉 和子
吉田 幸
頓所 てる子
豊田 富子
西山 チエコ
町田 豊子
小林 民恵
龍澤 桂子
小林 かつ子
小林 隆
武田 良文

俳句募集中

みなさまの 渾身の句を、ご応募ください

一人3句以内、住所・氏名・電話番号・ペンネーム(記入が無い場合は氏名にて掲載します)を明記のうえ、応募先へ郵送もしくはFAXして下さい。毎月選者による厳選の上、掲載させていただきます。掲載された方には粗品をプレゼント!

【応募先】
〒383-8588
中野市三好町1-2-8
JA中野市 広報誌
「花むすび」編集係
TEL 0269-22-4191
FAX 0269-22-7883

【締切日】 毎月15日

平成29年雪害対策資金

資金使途	被害を受けた農家の、被害施設復旧及び運転資金。但し、既往借入金の借換資金を除く。
貸付限度額	被害額の範囲内で500万円以内。
貸付利率	0.00%とする。
貸付期間	7年以内とする。 (うち据置1年以内) 運転資金のみの場合は5年以内とする。 (うち据置1年以内) 但し、被害施設復旧資金と運転資金の合せ貸しの場合で、運転資金の貸出割合が被害施設復旧資金の50%を超える場合は5年以内とする。
取扱期限	平成29年12月29日(金)

平成29年度北信州農業道場 受講者を募集します

内 容	品目別コース ぶどうコース、アスパラガスコース
	選択講座 ひもとロープの結び方講座、農業機械講座、農業簿記講座、先輩農業者実践事例講座、土づくりと施肥講座
開催時期	平成29年4月から
開催場所	北信合同庁舎会議室または現地
受講料	無料(実費のみ負担いただく場合があります)
お問い合わせ	北信農業改良普及センター(宮崎・藤沢) 電話: 0269-23-0221(直通) FAX: 0269-26-0074 申込みは随時受付しております。

※受講申込書は、市町村農政担当課、JA営農支援課、普及センターにあります

森口博子さんに きのこなどをプレゼント

2月26日、アップルシティーなかのにて開催された森口博子さんのディナーショーで、ショーの最後に森口さんへ中野市のきのこ加工品・グッズなどをプレゼントしました。

森口さんにはえのたんのエプロンも着用していただき、参加していただいた県内外のお客様へ中野市産農産物の素晴らしさをPRすることもでき、ショーは無事に終了いたしました。



えのたんのエプロンを着けアンコール曲のホイッスルを歌う森口さん



「アップルシティーなかの」 調理場がリニューアル

暖かな春の訪れとともに、このたび江口社長をはじめ多数の関係者の皆様のご尽力により、アップルシティーなかのの調理場がリニューアルされましたことを心より感謝申し上げます。

この広くなり動線が確保された理想的な職場で、今まで築き上げてきたものを大切にすると共に、愛されるアップルシティーなかのを目指し、お客様に喜んでいただける料理の提供にスタッフ一同全力で務めさせていただき所存でございます。

今後とも御指導の程よろしくお願い申し上げます。

JAアップルシティーなかの
料理長 近藤 三男



年金無料相談会

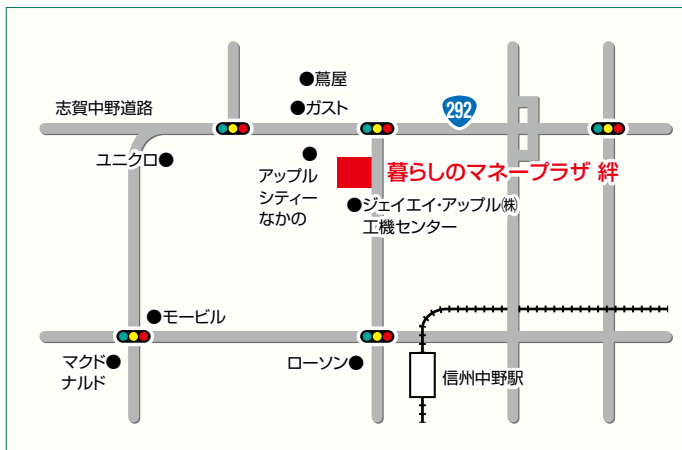
～ 毎月第3火曜日は年金相談の日 ～

【開催日】4月18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。



3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) 組合員の加入脱退等の報告について
- (3) コンプライアンスの実施状況について
- (4) 全国監査機構期中Ⅱ(資産自己査定)監査の結果について
- (5) 平成29年度監査実施方針について
- (6) 平成28年度内部監査の年間業務活動について
- (7) 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
- (8) 平成29年度きのこ夏季運転資金融資要項の制定について
- (9) 平成30年度職員募集要領について
- (10) ジェイエー・アップル(株)、中野市農協運輸(株)の平成28年度決算について
- (11) ジェイエー・アップル(株)2月末実績報告について
- (12) その他
 - ① 特別経営再建支援先について
 - ② 呼称「JA信州中野」について
 - ③ 組合員加入チラシ配布について
 - ④ 「皆様の声ボックス」の設置について

監事報告事項

- (1) 平成28年度第4・四半期監査報告について

協議事項

- (1) 2月末実績検討について
- (2) 目的積立金の取崩しについて
- (3) 平成28年度決算について
- (4) 第53回通常総代会資料について
- (5) 平成28年度農地利用集積円滑化事業の規程変更について
- (6) 中心的担い手アンケート結果について
- (7) コンプライアンスマニュアルの変更について
- (8) 地区懇談会及び総代会に係る経費について
- (9) 大口貸出の承認について
- (10) 大口貸出並びに理事に対する貸出の承認について
- (11) 固定資産の取得について
- (12) 出資口数の減少について
- (13) 労組からの春季要求について
- (14) その他

その他連絡事項

- (1) 平成29年度理事会等日程案について
- (2) 役員視察研修会について

常勤役員のメッセージ

副組合長・総合企画本部長 土屋 雅彦

全国各地から桜の便りが届く今日この頃、組合員の皆様にはいよいよ本格的な農作業の時期となりお忙しい日々をお送りのことと拝察申し上げます。通学路にはピカピカの小学校一年生の黄色の帽子が楽しそうにもまた不安げに学校に向かう姿が初々しいこの頃です。そして当JA中野市でもこの春18名の新入正職員を迎えました。大学生の新卒3年以内離職率平均32.3%の時代、当JAにおいては少なからず離職の傾向がここ数年続いております。風通しのよい職場づくり

117%、前年比でも115%を達成。果実全体でも計画比111%、前年比108%となりました。また、園芸産地の再構築・地域再生のモデルとして高く評価され、JA中野市ぶどう部会が2回目となる日本農業賞「大賞」受賞という快挙を達成いたしました。一方、きのこについては、厳しい販売環境のもと最大の需要期における価格形成ができず、取扱高は214億6千万円となり、前年よりは伸びたものの残念ながら計画比88%、販売全体の取扱高についても268億5千万円、計画比92%となりました。

中、次代を担う職員の定着にも注力し、組合員皆様のお役に立てる職員を育ててまいり所存でございます。既往の職員については管理職・一般職、契約職員を含め、4月1日付で定期人事異動を行いました。ここ数年全職員に対する契約職員の比率が増加傾向の中、契約職員からの正職員登用を含め、適材適所を基本に販売部門の強化と新たに、平成31年の公認会計士監査導入を見据え、内部統制体制のさらなる充実に向けリスク管理課を新設いたしました。平成29年度も農業・農協を取り巻く状況は大変厳しいものが予想されますが、役員一丸となって取り組んでまいりますのでご理解いただきたいと思います。

購入事業は供給高が66億4千万円。前年比99%、計画比104%となりました。今後価格調査と多面仕入による生産資材コスト削減に取り組んでまいります。

定期人事異動を行いました。ここ数年全職員に対する契約職員の比率が増加傾向の中、契約職員からの正職員登用を含め、適材適所を基本に販売部門の強化と新たに、平成31年の公認会計士監査導入を見据え、内部統制体制のさらなる充実に向けリスク管理課を新設いたしました。平成29年度も農業・農協を取り巻く状況は大変厳しいものが予想されますが、役員一丸となって取り組んでまいりますのでご理解いただきたいと思います。

信用事業では貯金残高781億1千万円、前年比101%、計画比99%、貸出金残高は419億円、前年比106%、計画比103%となりました。

さて、平成28年度決算がまとまりましたのでご報告いたします。まず生産販売事業ですが、ブドウにおきましては、「シャインマスカット」を全国に先駆けて導入した成果が表れ41億円を超える取扱高となり、計画比

このような中、事業総利益25億6千万円、事業利益4億4千万円(前年比154%)、そして当期未処分剰余金は4億8千万円(前年比148%)となりました。詳細については地区懇談会、第53回通常総代会にて提案させていただきます。

すでに平成29年度事業年度も1か月が過ぎました。また、第10次長期構想中期計画の2年目の年度として、さらなる農業振興を基本にJA自己改革を進めてまいりますので、二層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

まず、

今回から茨城県笠間市にあるキッチン晴人(ハレジン)の
オーナーシェフ・永井智一さんに教えていただきます。

永井 智一 (ながい ともかず)
1975年茨城県水戸市生まれ。高校卒業後、都内のすし店で修業後、
帰郷し懐石料理を学ぶ。2013年12月に畑とつながるをコンセプトとした
「キッチン晴人」をオープンし、地元農産物を生かした料理を提供中!



忙しい
主婦の方に
ピッタリの
うれしいメニュー♪

洋風タマネギ まるごと肉じゃが



材料(4人分)

タマネギ……………2個
ジャガイモ……………2個
ニンジン……………1本
牛肉(煮込み用)……………100g
ヒラタケ……………1パック
青み野菜(お好みで)……………適宜
固形スープのもと……………3個
水……………3カップ
オリーブ油……………大さじ1
こしょう……………適宜

作り方

- ① 熱したフライパンにオリーブ油を入れ、横半分に切ったタマネギ、牛肉に焼き色を付ける。
- ② 炊飯器に固形スープのもと、水、ジャガイモ、ニンジン、ヒラタケ、①の材料を入れ、50分炊く(50分たったらスイッチを切る)。
- ③ 器に盛り付けお好みの青み野菜を飾り、こしょうを振って出来上がり。

新タマネギのさっぱりサラダ

お好みで
ちぎった韓国のりを
散らすと
おいしさアップ♪

材料(4人分)

新タマネギ……………2個
トマト……………2個
小ネギ……………1/2束
しらす……………適宜
いりごま……………大さじ1
塩昆布……………2つまみ
ポン酢……………大さじ2
かつおだし……………大さじ2
ラー油……………小さじ1/2

作り方

- ① 新タマネギは薄切りにして水にさらす。トマトはさいの目に切っておく。
- ② 十分に水気を切ったタマネギをボウルに入れ3cmほどに切った小ネギ、塩昆布、いりごまと混ぜ合わせる。
- ③ 器に②、トマト、しらすを盛り付ける。
- ④ ポン酢、かつおだし、ラー油を合わせたドレッシングを回し掛けて出来上がり。



「今月のクッキング」では皆さまからのオリジナルレシピを募集します。
食材は旬の地元農産物であればなんでもOK。
編集部までご連絡ください。お待ちしております。

携帯電話からも
レシピを紹介して
います。
こちらからどうぞ

