



# 花むすび

Hanamusubi JULY 2017

7

特集

平成28年度 きのこ担当技術員  
試験研究発表内容について

チャレンジ野菜づくり 害虫防除

暮らしのメモ 信州なかのギフトカタログ



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



平岡・竹原  
小沢 紀晃さん(36)



**カ** ラリと晴れた6月上旬。暑さに負けず収穫作業に勤しむ竹原地区の小沢紀晃さんを訪ねました。小沢さんはご両親と一緒に「佐藤錦」「紅秀峰」「香夏錦」「高砂」そして祖父の光男さんが品種登録された「光麗」といった幅広い種類のさくらんぼ栽培や「ふじ」「秋映」「シナノスイート」「シナノゴールド」といったりんごまで多種多様な果樹栽培を行っています。

——就農はいつですが、またそのきっかけは

就農したのは2012年、31歳のときでした。今年で6年目になりますね。それまでは大学卒業から10年近く東京でシステムエンジニアとして働いていました。さくらんぼ繁忙期には休日を利用し、実家の観光農園を手伝っていたのですが、その中でたくさんのお客さんと接し、交流する機会がありました。喜ぶお客さんの姿を見て、さくらんぼ栽培に本格的に興味を持ったことが就農のきっかけですね。

——就農してから始めた新しい取り組みなどはありますか

さくらんぼに関しては、老木だった箇所を新しい木に切りかえて、若



返りを図りました。あと、忙しい時期が集中するさくらんぼに比べ、りんごは比較的作業が集中しなかったため、もう少し規模拡大をしようと考え、新しく木を植えて収穫量アップを試みました。

——農業をやったよかったことは

手をかけた分だけ美味しい果物ができ、それをお客さんが喜んでくれるのが何より嬉しいです。

また、農業は定期的な休日があるわけではなく、忙しい時も多いです。それでも勤めていた頃に比べて自分の時間や家族と過ごす時間が取りやすくなり、ゆとりができたことはよかったことです。



# 7 月号 目次

## 2 — 農と共に

### 小沢 紀晃さん

## 4 — 特集

### 平成28年度 きのこ担当技術員 試験研究発表内容について

## 6 — チャレンジ野菜づくり

### 害虫防除

今月の資材情報

## 8 — 営農情報

### きのこ・園芸品目

### 技術員・販売担当者携帯電話一覧表

## 10 — 緑の風

各地の話題

## 12 — 暮らしのメモ

### 信州なかのギフトカタログ

今月の1台

私の食育日記「子どもと鉄分」

## 14 — FACE

### 新入職員の紹介

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

### 野菜と健康

万が一に備えようわが家の防災

### 避難所とはどういう所か

年金得とくカード 提携店のご紹介

まちがいさがし／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 望月経済常務理事

我が家の  
元気っ子



竹内 理乃(りの)ちゃん(6歳)  
菜美(なみ)ちゃん(2歳)

(父・篤史さん、母・真美さん／中野市小田中)

おっとりとした優しいお姉さんの理乃ちゃん。元気でのびのびとした妹の菜美ちゃん。

お父さんはきのこを作っていて、理乃ちゃんは袋詰めのお手伝いしてくれるそうです。菜美ちゃんはそんな憧れのお姉さんの後をいつもくっついていきます。最近の二人の好きな遊びはアイドルの歌とダンスをすること。理乃ちゃんが歌って踊れば、菜美ちゃんもマネをして、お部屋はコンサートホールへ早変わりです。仲良し姉妹の素敵な笑顔が印象的でした。

—— 今までで一番苦労したことは何ですか

さくらんぼはハウス栽培しているので、栽培準備としてハウスかけ作業が必要になりますが、面積が広いことに加え、高所での作業になるので就農当時はとても苦労しました。

6年目になると作業自体はだいぶ慣れましたし、その大変な作業を毎年手伝ってくれる方々にはとても感謝しています。また、収穫について言うと「色付きの良いさくらんぼを短時間で見極めつつ、たくさん穫る」というのは簡単なようでとても難しい。そしてその後の荷作り作業は一番気を使うところです。細かく、注意を払わなければいけない上に、さ

くらんぼは贈答用に買う方が多い。傷が少しでもあれば商品としては使えないので、そういった物が混ざらないように全ての箱に気を配るのはとても神経を使いますね。

### —— JA青年部に入って

就農とほぼ同時に加入しました。

自分には農業について情報交換が出来る場になっています。活動は大変な部分もありますが、楽しいですし、共に農業をする仲間が増えたのは嬉しかったですね。

—— 今後やってみたいことはありますか

昔はただたくさん作れば良いと考えていた時期もありましたが、今



は「自分にあつた適量を品質良く仕上げる」ということを目標にしています。その上で人気のあるサクランボの品種も時代と共に変わって行くので、いま自分の手で品種の切り換えに挑戦しています。今後も世の中

の流れをしっかりと見ていけたらと思いますね。

—— これから農業をやりたいと思っているひとにメッセージはありますか

会社ではないので、決まったやり方があるわけではありません。正直、何が正解かわからないことも多いです。それでも最初は失敗をたくさんして、その中で経験を重ねて自分のやり方を見つけていくことが大切だと思います。

### —— 休日の過ごし方は

家族と買い物に行ったり、食事をしてたりして過ごしています。冬になればスキーとスノーボードが好きなので、スキー場にもよく行きますね。



今年は1月に子どもが生まれたので休みの日も大変ですが、日々子どもの成長を楽しみにして仕事に励んでいます。



## クロアワビタケの 栽培安定化の取り組みについて

栗原 貴史

クロアワビタケの栽培は、収量性の向上が大きな課題となっている。そこで、培地の変更による収量性の向上を目的として、培地供給業者と共同で培地試験を行った。最も収量性が高かった軽詰培地で現在も試験を継続中。収量性の向上が確認され次第、切り替えを進める。クロアワビタケの単価は高水準で推移しているので、今後も栽培の安定化および収量性の向上に取り組みたい。

## ブナシメジにおける コーヒー滓オガコ代替培地試験 《第3弾》

土屋 洋介

培地コスト削減のために、後処理が課題となっているコーヒー滓をオガコの代替として利用した試験を平成25年に試験を開始。一定の成果を得ることができたため、今回は普及に向け資材流通を視野に入れた乾燥コーヒー滓の試験を行い品質、収量についての検証を行った。培養の乾燥による硬化症が多く発生するなど、普及にはまだ課題があるので今後も検証を続けていきたい。

## エノキタケにおける 低コスト化に向けた使用済み培地 コーンコブ代替培地試験

山口 晃弘

使用済み培地を乾燥させた資材を利用して、きのこ培地資材のコスト削減に向けた栽培試験と機械詰込の安定化を目的とした培地組成の検討を実施し、通常培地以上の結果が得られた。今後も、乾燥使用済み培地の利用によるコーンコブ代替と低コストに向けた様々な試験を行っていく。

## エノキタケ 大規模施設栽培の安定化に向けた 取り組みについて

中沢 大地

大規模施設の環境調整機器能力に関しては適正だったが、栽培室内の湿度の部分的な偏り、それによる発芽・伸びのバラつきなど栽培上の障害がある。試験結果から栽培室内部の特性を把握し総合的なバランスを調整することが重要であることがわかった。今後の指導に活かしていきたい。

## ブナシメジにおける 低コスト化に向けたパームヤシガラ・ コメヌカ代替培地試験

西澤 徹志

パームヤシガラをコメヌカの代替資材として利用し、品質・収量性の調査、また低コスト培地の開発を目的に栽培試験を行った。試験結果では、パームヤシガラは代替資材として使用可能であることが確認できた。短期培養でも安定した収量と品質を確保できた。今後も反復試験・現地試験を重ね、普及に向けた準備を進めていく。

## ブナシメジにおける 低コスト化に向けた使用済み培地・ オガコ代替培地試験

佐藤 大悟

ブナシメジ培地のコスト削減を目的に、使用済み培地を利用し、収量・品質の調査、低コスト培地開発を目的に試験を行った。その結果、収量性・生育日数は対照区と同等以上でオガコ代替での使用が可能であることが確認できた。さらに短期培養においても好成績であった。しかし、実用化を意図する上では培地の均一化を計るなど調整なしで使用することを目標としたいので今後も様々な検証試験を行い培地コスト削減に取り組みたい。



## 経済性の高いきのこ新品種開発(えのき) 宮崎 幸大

既存オリジナル普及品種SR12、TR19と同等以上の経済性の高い品種の開発を行った。TR19と同等以上の収量性を持ち、菌糸

再生・芽出しの安定性に優れ、栽培し易く形状の良い交配育種を行い有望株の選抜を行った。今回の試験で6株の有望株を選抜し、

TR19と比較して形状に優れる菌株を選抜できたが、いずれの菌株も株の接着の強さが課題として残った。今後も課題の改善を進め、「旨いきのこ」の作出も目標として、TR19の後継品種の開発を目指したい。

## エノキタケ培地 パームヤシ古木使用コーンコブ 代替試験

横田 陽平

培地コスト削減のため、新素材であるパームヤシ古木をコーンコブの代替として利用し、低コスト培地開発を目的に試験を実施した。従来培地と比較し、品質・収量共に同等の試験結果となった。今後、反復試験において、新素材である古木の品質の安定度確認とさらなるコスト削減を目指したい。

〔菌掻き前状況〕



対照区



コーンコブ50%代替

〔収穫前状況〕



対照区



コーンコブ50%代替

〔収量結果〕

|         | 対照区   | 50%代替 |
|---------|-------|-------|
| 平均収量(g) | 214.7 | 216.6 |
| 収量対比(%) | 100   | 100.9 |
| 最大収量(g) | 245.0 | 237.0 |
| 最小収量(g) | 180.0 | 185.0 |
| 標準偏差    | 13.9  | 12.9  |

## ブナシメジ オガコ代替種菌の開発

渡邊 雅樹

ブナシメジの木片混入防止対策として、オガコを使用しない種菌の開発に取り組み、100%オガコ代替種菌由来での栽培培地はオガコ種菌に比べ約0.5日生育が遅れたが、平均収量や形状に大きな差はない結果であった(表1)。今後オガコ100%代替種菌由来栽培培地の発生試験を継続し、有効性を確認していく。さらに、新たな基材の選定も行い、優位性のある基材代替の検証も実施していきたい。



オガコ代替

オガコ種菌

オガコ代替

オガコ種菌

〔表1〕

オガコ100%代替種菌接種栽培培地 生育結果

|         | オガ代替                                 | オガコ種菌            |
|---------|--------------------------------------|------------------|
| 傘色      | 黄茶色                                  | 黄茶色              |
| 傘形状     | 丸山                                   | 丸山               |
| 傘大きさ    | 中                                    | 中                |
| 傘揃い     | 中                                    | 中                |
| 茎太さ     | やや細                                  | やや細              |
| 茎揃      | 良                                    | 良                |
| 茎数      | やや多                                  | やや多              |
| 平均収量(g) | 231.1                                | 231.5            |
| 標準偏差    | 14.47                                | 11.30            |
| 最大収量(g) | 256.0                                | 249.0            |
| 最小収量(g) | 196.0                                | 208.0            |
| 生育日数    | 22.0                                 | 21.6             |
| 収穫日数    | 3.0                                  | 2.0              |
| 特記事項    | ・ややジャミあり<br>・収量性あり<br>・コントロールに比べやや遅い | ・ジャミあり<br>・収量性あり |



# 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！

## 【 害虫防除 】

今回は病害虫と  
その対策についてご紹介します。



### アブラムシ

あらゆる野菜について汁を吸い成長を妨げるだけでなく、ウイルス病を媒介します。また、排泄物に病原菌が繁殖し「すす病」などの病気も引き起こします。

#### 【有効な薬剤】

- ・アルバリン顆粒水溶剤
- ・トレボン乳剤



### ヨトウムシ

夜間に活動し、葉や茎などを食害します。被害が大きくなる老齢幼虫は土中に潜んでいる場合があります。

#### 【有効な薬剤】

- ・ガードベイトA（株元にまく）



ヨトウガの幼虫で、夜に活動することから、夜盗の名があります。葉や茎などを食害します。

### コナジラミ

キュウリやカボチャなどの葉裏に群生し、葉を触ったりして揺らすと白い粉が舞い上がるように飛び回ります。葉裏に数百匹も群生し吸汁するため、本体の勢力が弱まります。また、尾端から甘露を出すため「すす病」などの病気も引き起こします。

#### 【有効な薬剤】

- ・コルト顆粒水和剤
- ・デアナナSC



スス汚染を受けた果実は薄黒く汚れ、商品価値がなくなる。



成虫は長さ1.5mm、ろう物質で覆われた白色のハエ状の虫。

### オオタバコガ

ナスやトマト、ピーマンなどの果実に穴をあけて内部を食害する害虫です。気付くのが遅れると、1匹が次々と新しい果実を食害するため被害が大きくなります。

#### 【有効な薬剤】

- ・コテツフロアブル
- ・プレオフロアブル



まだ熟していない青い果実に、直径5mm前後の丸い孔を開けて食入する。



幼虫は緑色でアオムシ状をしており、成長すると40mmになる。



## 資 材 情 報

## ◆麦わら帽子

夏場の暑さ対策に!! (※季節商品のため、在庫が終わり次第終了とさせていただきます。)

## ◆虫よけネットパーカー

顔のまわりも虫からガード! 首にあるファスナーを開ければ、顔を出すことができます。黒と白の2色あり、蒸れにくいメッシュ素材で通気性があります。  
サイズ:フリーサイズ 身長/146~185cm  
バスト/72~122cm



↑麦わら帽子  
男性②

↑麦わら帽子 男性①と  
虫よけネットパーカー 黒



↑麦わら帽子  
女性①

↑麦わら帽子 女性②

| 品 名            | 特別価格   |
|----------------|--------|
| 麦わら帽子 男性①      | 380円   |
| 麦わら帽子 男性②      | 640円   |
| 麦わら帽子 女性①      | 450円   |
| 麦わら帽子 女性②      | 530円   |
| 虫よけネットパーカー 黒・白 | 1,150円 |

特別価格の期間：7月1日～8月31日

## 【お得な肥料の値引き】

- ・肥料の年間(1月1日～12月31日)購入金額が30万円以上(税抜き)を超えた場合は一律3%の値引き(後戻し)をいたします。(一部対応除外品有)
- ・推進品目の「ニュー果じゅっこ」「マイティー黒ぐろ」「天然ボカシ肥」は20袋以上の注文で予約価格より41円引き、30袋以上の注文で予約価格より82円引きの「大口価格」もあります。
- ・7月21日まで、秋肥料の予約注文を受け付けておりますので、是非お申し込み下さい。

お求めは、  
各事業所総務経済係または営農センター  
(☎0269-22-4312)まで

■ 不明な点やご相談がありましたら、お気軽に園芸課技術員までお問い合わせ下さい。(☎0269-23-3933)



幼虫と被害

## 【有効な薬剤】

トウモロコシの茎や雄穂、実などを食害します。トウモロコシの雄穂が出始める頃に成虫が産卵していきます。雄穂が出た頃が防除のタイミングです。

・ダイアジノン粒剤5  
(株の上からまく)

## アワノメイガ



## 【有効な薬剤】

様々な野菜に寄生して、主に葉の裏側で汁を吸い成長を妨げます。高温乾燥時に発生しやすく、葉の表側はかすれたような状態になります。

・コロマイト乳剤  
・スターマイトフロアブル

## ハダニ



特に枝豆(ダイズ)で被害が大きく、若いさやの汁を吸うため、さやの変色や、豆の変形・変色などの被害が出ます。カメムシは農薬による防除が難しいため、寄りつかないよう作物の周辺だけでなく、畑の外周の草刈りなどが重要になります。

## カメムシ

## 農薬散布の注意

まず、農薬の袋やラベルを良く読み、適用(その野菜に使えるのか)や希釈倍率、使用回数、収穫前日数を確認して適正に使用しましょう。

また、気温が高い時間帯での散布は薬害の発生する恐れがありますので、避けましょう。

## 薬剤散布は初期段階で

被害は特定の株や葉から始まり、気づくのが遅れてしまうと数日後に被害が全面に広がります。



## JA中野市管内にて 様々な食育活動が行われました。



### さつま芋の苗を植えたよ ～高丘小学校～

高丘小学校の全校児童（165人）が5月18日、JA高丘事業所やJA高丘青年部の皆さんにさつま芋の苗の植え方を教わりながら一人一本の苗を丁寧に植えました。秋には全員で収穫し、一番楽しみな焼き芋大会を行うことになっています。

このさつま芋の苗の植え付け、手入れ、焼き芋大会の一連の課外活動は、「高丘タイム」と言う高丘小学校独自授業の特別企画で「皆で仲良くなるため」をテーマにしています。通常の「高丘タイム」は「遊ぶ」をテーマに月一回、午前8時30分から15分間、二年生から六年生を24のグループに縦割りした「なかよしグループ」で仲良く遊ぶとことです。秋の焼

き芋大会は「高丘タイム」特別企画の総仕上げです。全校児童、きつと楽しく遊びながら、そして仲良く美味しい焼き芋を食べていることでしょう。

【高丘地区通信員／宮澤昇一】

### JA青年部が 食の大切さ伝える

JA中野市青年部長丘支部は、6月5日、管内にある長丘小学校の2年生と大豆の種まきを行いました。

当日は児童、青年部、JA新入職員など約40名が参加。等間隔に空けられた穴に、種をまく役と土をかける役に分かれ、分担を交代しながら作業を実施。児童からは「楽しい」「もつとやりた」と歓声があがりました。



大豆種まき体験をする児童らと参加者

### 「食と農の 大切さを伝えたい」 女性部の思い次世代へ

JA中野市女性部では6月6日、管内日野地区で、地域の小学生と食農教育授業を行いました。この日は、児童・女性部員ら合わせて36名が参加し、とうもろこし・枝豆・落花生の種まきと、さつま芋の苗を植え付けました。植えた種は育苗施設で管理され、後日小学生と一緒に定植されました。



さつま芋の苗を定植する様子

### 「色鮮やかに」花育も

JA中野市とシャクヤク部会には管内で生産されている花を地域にもっと知ってもらおうと、同JA管内の小・中学校と高校へシャクヤクの生花とポスターを贈りました。

贈呈されたシャクヤクは「サラ・ペルナール」。市内17校へ贈ら

れ、花卉協議会が製作したポスターと併せて展示されています。6月9日には中野平中学校で贈呈式が行なわれました。

### 平岡園児を サクランボ狩りへご招待

JAサクランボ部会と同部会観光部は、毎年市内の保育園児をサクランボ狩りに招待しています。今年は平岡保育園の年長組42人が、竹原地区でサクランボを栽培している「武六園」の栽培ハウスを訪れました。

サクランボの採り方などを教わった後、園児らの「いただきます」という元気な声でサクランボ狩りはスタートしました。



サクランボ狩りを楽しむ園児

### 科野小学生 さくらんぼ収穫体験

去る6月19日に浦野廣文氏園において、科野小4年生のさくら



んぼ収穫体験が行われました。雨避けハウスの香夏錦一本を園主さんのご好意で提供頂き、ここまで人工受粉、摘果と体験を重ねてきたそうです。今回は1年生も合流し、にぎやかなものとなりました。

金井技術員より、収穫の講習や美味しいさくらんぼの見分け方を教わり、おそろおそろの始まりました。その後次第に慣れ、はしごや連携プレーできれいに収穫を終えました。それぞれパックの荷造りを行いお持ち帰りとし、食べ放題競争、最高糖度探し競争、種飛ばし競争を楽しみました。勝者は、園主さんよりさらに賞品を頂き大変満足げでした。たくさんのお土産と美味しいさくらんぼ本当にありがとうございました。

【科野通信員／畔上慶二】



## 青年部が農産物PRのため、 事業者とコラボレーション

J A中野市青年部は同J A農産物のさらなるPR手段として、6次産業化推進企画「ロクジカフェ」に参加しています。

「ロクジカフェ」は生産者（農家）と事業者（製造・加工・飲食店等）がそれぞれの得意分野である生産技術、加工技術を連携、コラボレーションさせることで「信州中野」の魅力を創出する交流の場で、新しい特産品の開発や、地元中野市の農産物を広くPRすることを目的に今年から設立されたものです。気軽に生産者と事業者が出会える場を提供

したいとの想いから「カフェ」という名称を用いています。

5月22日の1回目の会合では市内の事業者、農業者あわせて40人以上が参加し、互いの希望やアイディアなどを発表し合い、意見交換を行いました。

同青年部の参加者からは「現在作っているプラムは、はみ出し品等で市場に出回らないものも多い。うまく有効活用していけたら」といった声や「えのきはどうしても鍋で食べるものというイメージが強く、これから夏にかけて需要が落ちる。何か

新しい食べ方を発見していけたら」といった要望が出されました。

「ロクジカフェ」は10月の「信州中野おごっこフェア」に向けて月1回のペースで開催し、市外からの来訪者に同企画で生まれた新たな特産品をPRする予定です。



ロクジカフェにて意見発表をする青年部員

## 農大生が 農業実習



農作業体験をする学生ら

東京農業大学の学生26人が6月5日から市内の農家へ1週間にわたる農業実習を行いました。J Aは1966年から同大学の農業実地研修を受け入れており、今年で52回目と半世紀以上もの長い歴史があります。研修は学生らが本格的に専門分野を学ぶ前に、農業農村の実態を知ることや農業に対する理解を深めてもらうことが目的です。受け入れ先農家では、ぶどうの房切りなどの作業を実習しました。作業を行った学生は「ブドウは

普段店頭に並んでいるものを見る機会しかなく、こうして実がなる前の状態を見るのは始めて。ひとつひとつの手作業で、こんなにも手間がかかっているとは思わなかった。」と話した。学生たちは慣れない作業に苦戦しながらも、貴重な体験に目を輝かせながら真剣に取り組んでいた。竹原地区の受け入れ先農家の黒崎裕介さんは「学生時代は様々なことを学べる貴重な時間。自然に触れた経験を今後の人生の中で活かしてもらえれば嬉しい」と語った。

## 先進地視察で「協同活動 実践研修会」を開催

平岡地区南間長瀬農家組合（山口恭一組合長）は6月11日、県外J Aの直売所や農産物の生産状況の視察と併せた「協同活動実践研修会」を開催しました。

当日は組合員やその家族なども含め42名が参加し、新潟県J A柏崎の農産物直売所「愛菜館」などや園地を視察したのち、会場を長岡市の民宿に移し研修会を行いました。

研修会では、J A中野市の海谷栄治総務企画部長が「J A中野市の事業概況と取巻く環境及び今後の方向性」と「J A中野市が実践する自己改革への取組み」と題した講演を行いました。

講演後の質疑では、「最近地区内にも耕作放棄地が出てきたのでJ Aとしても対策を講じて欲しい」、「エノキ茸との複合経営に取り組みたいが、栽培管理や出荷作業に重複しない花きや果樹品目を改めて提案して欲しい」、「新たに各事業所に設置した目安箱「皆様の声ボックス」の活用状況はどうか」、「中野市内に大型資材店が何店舗も展開しているが生産資材価格が負けないようさらに努力して欲しい」などの質問や要望が出されました。

同農家組合長の山口恭一さんは「当地区も最近若い人農業者が増え活気に溢れている。今回の視察研修会是非常に有意義で、地域農業の発展のためにも今後もこのような研修を継続していきたい。」と話しました。



J A柏崎農産物直売所「愛菜館」にて



安全・安心なJA中野市の農産物をギフトに贈れば、  
「信州なかの」のうまい!にきっと満足いただけます!  
JA中野市が自信を持っておすすめする農産物をもっとPRしませんか?  
「信州なかの」ファンを増やして、あなたも私もHAPPYに!!

## JA中野市

## 種無ぶどう4房セット

商品価格 全2種 冷蔵便 ¥5,000

ハウス栽培の特色である粒が大きく、この商品は粒無しでお届けします。  
◆商品内容/ 種無し巨峰 350g×2房  
ナミノパール 350g×1房  
シャインマスカット 350g×1房  
あやふさ栽培です。

◆賞味期間/ 常温4日・冷蔵7日

販売可能期間/ 7月20日から8月31日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

※選果場の都合上、ご希望のお日にちにお届け出来ない場合がございます。  
※使用する包装は予告なしで変更の場合がございます。

## 巨峰と千し巨峰のセット

商品価格 全2種 冷蔵便 ¥3,500

巨峰を千すことにより、甘味が凝縮されました。  
◆商品内容/ 巨峰 350g×2房  
千し巨峰 350g×1房  
千し巨峰 350g×1房

◆賞味期間/ 巨峰 常温4日・冷蔵7日  
千し巨峰 常温15日・冷蔵7日

販売可能期間/ 6月12日から8月25日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## 巨峰 1.4kg

商品価格 冷蔵便 ¥4,000

旬の時期の巨峰です。

◆商品内容/ 巨峰 350g×4房

◆賞味期間/ 常温4日・冷蔵7日

販売可能期間/ 6月12日から8月25日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## 巨峰と季節の桃セット

商品価格 冷蔵便 ¥4,500

旬の果物をセットにしました。

おしんこのコンビニーションです。

◆商品内容/ 巨峰 350g×2房  
桃 2房  
桃は時期により品種は異なります。

◆賞味期間/ 常温4日・冷蔵7日

販売可能期間/ 8月10日から9月5日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## 桃 5kg

商品価格 冷蔵便 ¥4,500

◆商品内容/ その時の旬の桃をお届けします。

巨峰、赤肉、白肉、白肉(10〜15kg) 5kg (12〜15kg)

※品種により包装は異なります。※時期により品種は異なります。

◆賞味期間/ 常温4日・冷蔵7日

販売可能期間/ 8月5日から9月10日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## 桃 3kg

商品価格 冷蔵便 ¥4,000

その時の旬の桃をお届けします。

◆商品内容/ 白肉、赤肉、白肉、白肉(10〜15kg) 3kg (9kg)

※時期により品種は異なります。

◆賞味期間/ 常温4日・冷蔵7日

販売可能期間/ 8月5日から9月5日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## 王道「露地巨峰」3房セット

商品価格 冷蔵便 ¥2,800

旬の巨峰(種有り)ならではのツクのある甘みをご堪能下さい。

◆商品内容/ 巨峰 3房 (1kg以上)

◆賞味期間/ 常温4日・冷蔵7日

販売可能期間/ 8月11日から10月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## JA中野市

このページは JA 中野市の  
自慢の一品です。

## 南水(和梨) 4kg

商品価格 冷蔵便 ¥3,800

粒が大きく、果汁が豊富な長野県産の和梨です。日持ちにも優れ長く楽しめます。

◆商品内容/ 南水 4kg (12〜16玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月2日から11月30日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## ラ・フランス 4kg

商品価格 冷蔵便 ¥3,800

芳醇な香りと、どろける食感が特徴の西洋梨です。過熟してお楽しみ下さい。

◆商品内容/ ラ・フランス 4kg (12〜15玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月2日から11月30日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## 南水とラ・フランスセット 4kg

商品価格 冷蔵便 ¥4,000

和梨と西洋梨のセットです。

◆商品内容/ ラ・フランス 4kg (12〜15玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月2日から11月30日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## りんご 秀 5kg

商品価格 冷蔵便 ¥4,000

高杉山の南麓に位置するりんご栽培地から生まれたりんごの味をお楽しみください。

◆商品内容/ りんご 5kg (18玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月10日から11月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## サンふじ(自家用) 10kg

商品価格 冷蔵便 ¥3,800

ツル割れ、傷果が食べられますが、味は正味と変わりません。

◆商品内容/ サンふじ(自家用) 10kg (32〜48玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 11月10日から1月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## 肌美人ふじ 4kg

商品価格 冷蔵便 ¥4,000

りんご栽培の原点に立ち帰り、手間と愛情をかけて育てたりんごです。

◆商品内容/ 肌美人ふじ 4kg (12〜16玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 12月1日から12月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## きのごセット

商品価格 冷蔵便 ¥2,800

中野市の特産きごを詰め合わせました。

◆商品内容/ きご 200g×4袋

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月10日から11月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## たっぷりきのごセット

商品価格 冷蔵便 ¥3,300

中野市特産きごをたっぷり詰め合わせました。

◆商品内容/ きご 200g×2P

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月10日から11月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

このページは JA 中野市の  
自慢の一品です。

## 南水(和梨) 4kg

商品価格 冷蔵便 ¥3,800

粒が大きく、果汁が豊富な長野県産の和梨です。日持ちにも優れ長く楽しめます。

◆商品内容/ 南水 4kg (12〜16玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月2日から11月30日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## ラ・フランス 4kg

商品価格 冷蔵便 ¥3,800

芳醇な香りと、どろける食感が特徴の西洋梨です。過熟してお楽しみ下さい。

◆商品内容/ ラ・フランス 4kg (12〜15玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月2日から11月30日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## 南水とラ・フランスセット 4kg

商品価格 冷蔵便 ¥4,000

和梨と西洋梨のセットです。

◆商品内容/ ラ・フランス 4kg (12〜15玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月2日から11月30日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## りんご 秀 5kg

商品価格 冷蔵便 ¥4,000

高杉山の南麓に位置するりんご栽培地から生まれたりんごの味をお楽しみください。

◆商品内容/ りんご 5kg (18玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月10日から11月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## サンふじ(自家用) 10kg

商品価格 冷蔵便 ¥3,800

ツル割れ、傷果が食べられますが、味は正味と変わりません。

◆商品内容/ サンふじ(自家用) 10kg (32〜48玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 11月10日から1月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## 肌美人ふじ 4kg

商品価格 冷蔵便 ¥4,000

りんご栽培の原点に立ち帰り、手間と愛情をかけて育てたりんごです。

◆商品内容/ 肌美人ふじ 4kg (12〜16玉)

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 12月1日から12月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## きのごセット

商品価格 冷蔵便 ¥2,800

中野市の特産きごを詰め合わせました。

◆商品内容/ きご 200g×4袋

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月10日から11月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## たっぷりきのごセット

商品価格 冷蔵便 ¥3,300

中野市特産きごをたっぷり詰め合わせました。

◆商品内容/ きご 200g×2P

◆賞味期間/ 常温7日・冷蔵15日

販売可能期間/ 10月10日から11月20日まで

追加送料対象地域 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島: +500円

## 中野市食の大匠

オリジナル

レシピ

中野市食の大匠

オリジナル

レシピ

中野市食の大匠

オリジナル

レシピ

中野市食の大匠

オリジナル

レシピ

中野市食の大匠

オリジナル

レシピ

中野市食の大匠

オリジナル

レシピ

中野市食の大匠

オリジナル

レシピ

中野市食の大匠

オリジナル

レシピ

中野市食の大匠

オリジナル

レシピ

中野市食の大匠

オリジナル

レシピ

※ご注文はカタログについている  
専用注文書にてお申し込み下さい。

杉浦太陽さん考案の  
きのごを使ったオリジナルレシピ付!

お問い合わせ

JA中野市 販売開発室

☎ 0269-24-7180

中野市 売れる農業推進室 推進係

☎ 0269-22-2111 (406)

E-Mail: urenno@city.nakano.nagano.jp



私事ですが、今2人目を妊娠中です。  
妊娠中、悩まされるのは貧血です。鉄分不足という成人女性のイメージが強いですが、実は乳幼児の鉄分不足も多いそうです。  
鉄分は酸素を体全体に送るという重要な役割をしています。神経伝達物質の合成にも関わっているため、脳の成長が著しい幼い時期にはとても大切な栄養素です。幼い子どもでも鉄分不足になると顔色が悪くなり、注意力が散漫になる、疲れやすいなどの症状が現れます。  
授乳中の産後6カ月くらいまでは母乳からの鉄分で十分ですが、離乳食が始まる頃からは少しずつ鉄分を意識した食事が必要になります。この頃、母乳の代わりになくさんの牛乳を与えてしまうことによる鉄分不足が多く見られます。牛乳は、おなかを満たしてくれますが、あまり鉄分が含まれておらず吸収も良くありません。鉄分を摂取できるよう離乳食を進めていくことが必要です。  
幼児期に必要なとされている鉄分は1日約4〜5mg。成人女性が12mgです。鉄分を多く含む食品はレバー、肉類、貝類、赤身の魚、ヒジキ、卵、大豆などが挙げられます。約1mgの鉄分を取るには、卵なら1個、豆腐なら100gです。4mgも摂取するのは難しいことに感じますが、まずは幼児食には毎食、肉、魚、卵、大豆製品などタンパク質を取り入れるように心

## 私の食育日記

## 「子どもと鉄分」

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/>





信州なかのファンを増やそう!

# 信州なかのギフトカタログ

大切なあの人へ...贈り物をするなら、中野市の特産品を贈りたい。  
 そんな時は、こちらのギフトカタログがおすすめです。  
 JA中野市の農産物や中野市内のお店の加工品など  
 ギフトがたくさん集まっているので、きっと気に入ったものがみつかるはず!  
 他にも、旬の農産物がわかる農産物出荷カレンダーや  
 姉妹都市のギフトなども掲載されています。  
 中野市を味わえる贈り物が、たくさんの笑顔につながりますように。

## 今の時期におすすめセット

### きのこセット

¥2,800

中野市の特産きのこを詰め合わせました。

#### 【商品内容】

- えのき茸 ..... 200g×4袋
- ぶなしめじ ..... 200g×2P
- 株取りエリンギ ..... 2P
- 黒あび茸 ..... 100g×2P
- 山茶茸 ..... 150g×2袋

【賞味期限】 常温2日・冷蔵7日

商品番号 A-21

冷蔵便



「きのこセット」は、  
種類豊富な中野産  
きのこの詰め合わせ。  
1年を通して頼めるので  
定番ながらも、  
人気のギフトです。

日本農業賞大賞を  
受賞した  
中野市のぶどうは  
「うまい!」  
味に自信をもって  
お届けします。

### 巨峰 1.4kg

¥4,000

旬の時期の巨峰です。

#### 【商品内容】

- 巨峰 ..... 350g×4房  
※ハウス栽培です。

【賞味期限】 常温4日・冷蔵7日

商品番号 A-9

冷蔵便



(写真はイメージ)

販売可能期間 / 6月12日から8月25日まで

### 巨峰と干し巨峰のセット ¥3,500

巨峰を干すことにより、甘みが凝縮されました。

#### 【商品内容】

- 巨峰 ..... 350g×2房  
※ハウス栽培です。
- 干し巨峰 ..... 80g×1袋

#### 【賞味期限】

- 巨峰 ..... 常温4日・冷蔵7日
- 干し巨峰 ..... 常温15ヶ月

商品番号 A-10

冷蔵便

販売可能期間 / 6月12日から8月25日まで

全品送料込!

追加送料対象地域: 北海道・四国・九州地方・沖縄県・離島 / +500円

今月の  
一台

SUBARU  
XV



価格  
(税込) 213.8万円~

大切な家族ができた。だから、  
初めてのマイカーは“安全”で選んだ。  
安心と愉しさを支える、  
先進の運転支援システム搭載。

「アイサイトVer.3」は、ステレオカメラで常に前方を監視し、必要に応じて車両を制御する先進の運転支援システムです。“Ver.3”ではステレオカメラを刷新し、視野角と視認距離を約40%拡大することで認識性能を向上。さらにカラー画像化によって先行車のブレーキランプの認識も実現しました。これにより従来の運転支援機能を進化させるとともに、ステアリング操作のアシストなど新たな機能も搭載。逆光などの悪条件下での作動安定性も高めています。



ステレオカメラ



ステレオカメラの認識イメージ  
※認識対象は高さ1m以上

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

掛けましょう。鉄分はビタミンCと一緒に摂取すると吸収率を高めてくれます。果物や野菜と併せて摂取したいです。  
 2歳の息子は食べ物のえり好みが出てきた時期。レバーを食べてもらおうなどは至難の業です。そこで、お肉やお魚は赤身の物を意識的に使い、きな粉や高野豆腐などの大豆製品を小まめに利用し、朝のヨーグルトにはフルーツと一緒にブルーベリーや全粒粉シリアルを混ぜています。意識しないと不足しがちな鉄分。幼い頃から意識的に食事に取り入れたいです。



## 新入職員の紹介

4月からJA中野市の一員となった新入職員18人を3ヶ月にわたって紹介しています。1日も早く仕事に慣れ、組合員皆様のお役に立てるよう頑張りますので、よろしくお願いします。（①配属部署 ②出身地 ③今後の抱負）



**佐々木 友美**

(ささき ゆみ)

- ① 店舗営業課 西部店
- ② 中野市 岩井
- ③ 一日でも早く仕事を覚え、皆様のお力になれるように精一杯頑張りますので、よろしくお願いします。



**小林 由佳**

(こばやし ゆか)

- ① 店舗営業課 北部店
- ② 中野市 吉田
- ③ 早く仕事を覚え、正確かつ丁寧に事務処理を行えるように務めます。精一杯頑張りますので、よろしくお願いします。

**三井 英樹**

(みつい ひでき)

- ① 販売開発室
- ② 中野市 岩井
- ③ 出荷者の会の売り場作りや県内外での消費宣伝会を通じ、生産者皆様のお役に立てよう頑張りますので、よろしくお願いします。



**工藤 義人**

(くどう よしと)

- ① 園芸課 (南部共選所勤務)
- ② 山ノ内町 佐野
- ③ 組合員の皆様に顔と名前を覚えていただけるように、明るく元気に仕事に取り組んでいきたいと思っています。どうぞよろしくお願いします。



**原澤 隼弥**

(はらさわ じゅんや)

- ① 園芸課
- ② 中野市 田麦
- ③ まだまだ分からないことが多いですが、組合員皆様のお役にたてるよう一生懸命頑張っていきますのでよろしくお願いします。



**市村 愛梨香**

(いちむら えりか)

- ① 園芸課
- ② 須坂市 墨坂南
- ③ 社会人一年目で、まだ不慣れで至らない点ばかりですが、精一杯努力してまいりますので、よろしくお願いします。

## 「ゆうがたGet!」にて、 農産物を生中継

6月7日、管内の川口晴夫さん、押鐘和貴さんの野菜・果樹栽培ハウスでテレビ信州の情報番組「ゆうがたGet!」の生中継が行われました。

前半は川口さんのハウス内できゅうりとパプリカが紹介されました。冒頭、伊東陽司アナウンサーは「今このハウスには1200本ものきゅうりが栽培されています。色艶も良く、トゲも痛いくらいにしっかりしています。」と興奮した様子でレポート。川口さんからは「同じ野菜でも温度・湿度管理が異なる。きゅうりは高温多湿。パプリカはそれよりも涼しい環境が必要になる」とそれぞれのハウス栽培のポイントの解説がありました。伊東アナウンサーは「美味しい野菜作りには微妙な温度管理が必要なのですね」と感心の声を上げました。

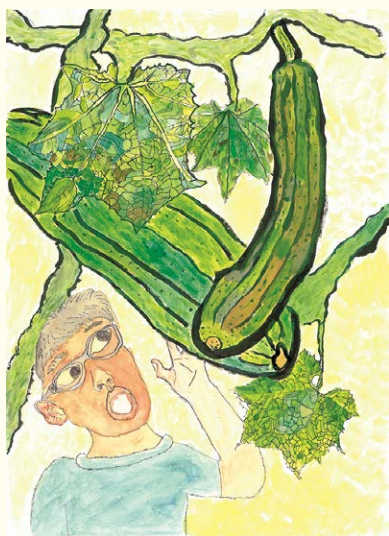
後半は出荷のピークを迎える押鐘さんのハウスさくらんぼが紹介されました。色鮮やかなさくらんぼを前に伊東アナウンサーは「見てください。この鈴なりになった見事なさくらんぼ。綺麗で輝いています。」とレポートにも熱が入ります。高砂、佐藤錦、香夏錦と様々な品種を美味しく試食する伊東アナウンサーの姿に押鐘さんからも笑みがこぼれました。



上:ハウス栽培のポイントを聞く伊東陽司アナウンサー(右)と川口晴夫さん(左)  
下:サクラんぼの説明を受ける伊東陽司アナウンサー(右)と押鐘和貴さん(左)



## アップルちゃんカレンダー 佳作作品紹介



【大きなヘチマだなー】  
高橋 快光 長丘小学校 4年



【旅先の向日葵】  
佐藤 月奈 南宮中学校 2年

毎日木をのぼる  
木の中でもくらす  
のぼるとちゆうにみつをのむ  
のぼっていく  
のぼるの楽しいな  
えだのわかれ道をのぼる  
のぼっていくと分かれ道  
どっちを選ぶと楽しいかな  
のぼっていく  
のぼっていく  
まっすぐのえだをのぼっていく  
とうとうちよう上だ  
楽しくのぼれてよかったな。  
ああ  
けしきがいいな

【かぶとむし】  
矢嶋 稜羽 高丘小学校 4年



JA中野市青年部員らと交流する  
杉浦太陽さん



JA中野市の「巨峰」を  
杉浦太陽さん(左)に贈る  
江口栄光組合長(右)

## 食の大使 杉浦太陽さんが 中野市の農産物をPR

5月28、29日の2日間、中野市食の大使の杉浦太陽さんが農産物PRのため、市内各地を訪れました。

29日にはJA中野市本所を訪問。役職員と中野市の農産物について意見を交わしました。午後にはきのこの夏の美味しい食べ方をテーマとしたバーベキューイベントに参加。エリンギを使用した「信州中野流ホットサンド」等、様々な料理が並ぶなか、2月に開催した食農フォーラムでも披露された「太陽流きのこ麻婆」を杉浦さん自ら調理実演する場面もありました。また、イベント後半にはエリンギやヒラタケのバーベキューを参加者に振る舞うJA中野市青年部員とも交流を深めました。

きのこのバーベキューを食べた杉浦さんは「家族とバーベキューをする時は、よくきのこを入れています。娘も大好きです。ヘルシーで、調味料を付けても素材のままでもどちらでも美味しい」と笑顔で話しました。



右:白熱した試合が  
展開されました

左下:優勝した  
平野チーム

右下:準優勝した  
平岡Aチーム



## JA青年部ソフトボール大会

5月19日、照り付ける日差しの中JA青年部ソフトボール大会が開催されました。試合は総当り方式で行われ、笑い声と歓声が飛び交う中6チームが力を尽くして戦いました。

優勝は平野チーム、準優勝は平岡Aチームでした。優勝した平野チームは、8月に行われる県青年部協議会親睦球技大会に出場します。



万一来備えよう わが家の防災

## 避難所とはどういう所か

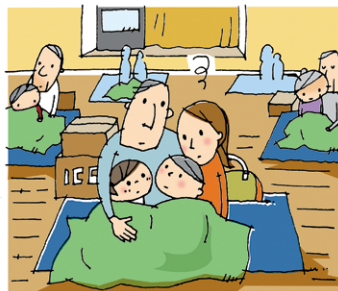
災害危機管理アドバイザー 和田 隆昌

2016年4月、一般には比較的地震の少ない場所とされていた九州・熊本を襲った震災は、過去前例のない「震度7が連続して発生する」という地震でした。

16日に現地入りする予定だった私は、閉鎖となった熊本空港から、急きょ鹿児島空港へと行き先を変更。ほぼ10分間隔で余震の警告が鳴り響く中、車で6時間かけて震源となった益城町に入りました。益城町役場と避難所となる予定だった体育館の敷地は地割れを起こし、天井は落ち、ガラスが割れたことによって使用不可になっていました。代替で用意された避難所は、当然スペースが圧倒的に足りず、受付や廊下にも避難してきた人があふれていました。周辺には入り切れない数千人の町民が自家用車で取り囲み、対応に苦慮する職員と町民とのトラブルが多発し、まさに混沌とした状態でした。

避難所は、市民が「災害によって自宅家屋に住むことができなくなった場合」に「一定期間滞在できる建物」のある場所ですが、備蓄や準備をまったくしていないと、配給のある避難所に頼らざるを得ない場合もあります。しかし、人口密度の高い避難所では感染症や体調不良が発生しやすく、熊本の避難所ではすぐにインフルエンザやノロウイルスなどの感染症が発生。また、避難所で起きやすい「エコノミクス症候群」による死者も発生しています。市民は2次的健康被害に備えるため、避難所に行かないで済むように耐震性の高い家屋に住むと同時に、十分な水・食料・生活用品の備蓄を日頃から用意しておく必要があります。

熊本地震では揺れによる直接的な死者50人の3倍の150人の方が、その後の避難生活の影響により亡くなっています。



健康百科

## 野菜と健康

佐久総合病院名誉院長 松島 松翠

高血圧、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病があるにもかかわらず、これらを放っておくと、動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞などの重篤な病気を引き起こす危険があります。これらを防ぐために、食生活の面で重要な鍵となるのが「野菜」の取り方です。

野菜を取ることが、体にどんな良い点をもたらすのでしょうか。



一つは、たっぷり取っても摂取エネルギー量が低いということです。野菜は、ほとんどが低エネルギー食品で、たくさん食べても摂取エネルギー量が抑えられるので、肥満を防ぐのに大いに役立ちます。

二つは、ビタミン、ミネラルが豊富に含まれるということです。ビタミンAやビタミンC、カリウム、鉄など、野菜には、さまざまなビタミンやミネラルが豊富に含まれます。これらは、エネルギーを作り出したり、消費したり、体内の細胞を新しくしたりする働きを助けます。

ビタミンやミネラルが不足すると、体の調子が悪くなり、高血圧や糖尿病、高脂血症などの生活習慣病につながる恐れがあります。

三つは、食物繊維が豊富に含まれることです。

食物繊維は、がん予防効果があります。米国や欧州での疫学研究によると、特に口腔（こうくう）がん、肺がん、咽頭がん、食道がん、胃がん、大腸がん、直腸がんの予防に有効であるという結果が出ています。

野菜といっても多くの種類がありますし、含まれている成分もいろいろですから、できるだけ多くの種類を混ぜて取るのが効果的です。野菜は、全体として1日に350g取ることが必要です。

高血圧の人は、1日の塩分量を6g未満にすることが推奨されています。また体内の余分な塩分を排出させて、血圧を下げる働きのあるカリウムを取るのもお勧めです。カリウムは、エダマメやホウレンソウなどの野菜に豊富に含まれます。

## ～ 年金得とくカード 提携店のご紹介 ～



アートオブヘア ケス

中野市吉田44-3 ☎0120-25-6725



特典

カットされた方で、  
得とくカードを提示された方に粗品をプレゼント

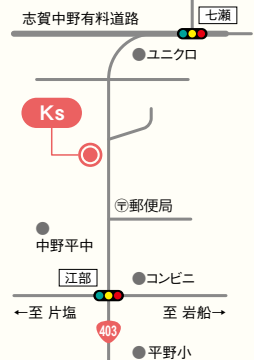
おすすめ

予約優先で、ご予約に合わせてご来店いただけますので、待ち時間もほとんどありません。カット内容についてはセット料金にしているため、カットのみ、カット&シャンプー、その他サービスをその日の気分に合わせてお選びいただけます。ご夫婦で経営されているので、女性のお客さんもシェービングにお見えになります。今なら得とくカードを提示された方に粗品をプレゼント中です。どなた様もお気軽に、ご来店下さい。ご予約は左記まで。

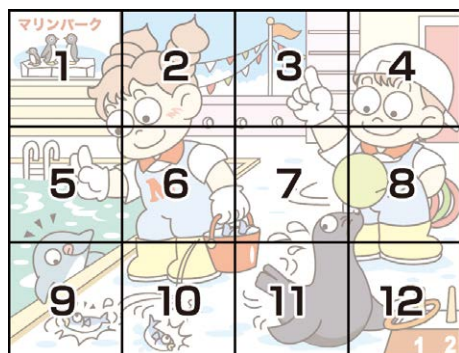
【営業時間】 10:00 ～ 21:00

【定休日】 月曜日／第2火曜日

【MAP】







応募の締切は7月20日(木)

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)

● 6月号の答え

- 1 … 牛の鼻輪が取れている
- 4 … 雨が降っている
- 7 … 牛の模様が違う
- 10 … 靴がスニーカーに変わっている
- 12 … わらが減っている

- 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

62 383-8588  
中野市三好町  
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

短歌 武田良文 選

俳句・短歌募集

みなさまの作品をご応募ください

一人3句・3首以内、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。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

年毎に 梯子が恐し 摘果かな  
路煮るも 亡母の腕前さずからず  
靑空に 大根祭りの 豊田かな  
見上げ待つ 幻の滝 響きけり  
炎天を 来て沢風に 癒されし  
回廊の 白壁に映ゆ 濃紫花  
大塚 茂子  
茅川 菊水  
青木 芳子  
山口 耕一  
吉原 路子  
松井 義典

残飯を見つけし 鶯は急降下 厨の外に 啄む早し  
風の無き 朝の早きを 蔓豆に 支柱を組み 夫と綱張る  
風温き 野焼の煙り なびく下 咲き揃ひたる 菜の花一面  
柵の 根方にひっそり 一人 静冬の野鼠に 荒らされず 咲く  
「議会だより」 朗読奉仕の 分担に パソコンを 打つひと日を 掛けて  
桜咲き 水仙チユリップ 次々に 春の花々 この道彩る  
昨夜の 雨物干し 竿に 垂れ残り 水滴なをも 朝日に 照らふ  
道沿ひに 菜の花 続けば 車の中 孫ら 喜ぶ 声のはずみぬ  
蔓草に 覆はれ果てし 休耕田 針のやうなる 月昇りきぬ  
母の日に 妻には 届かぬ カーネーション 三日遅れて 嫁より 届く  
何回も 聞き直す 我に 孫嫁は 笑顔を たやさず 教へくれたり  
マッサージ器に 裾を 捲れば 僕かにも 撒きし 堆肥の 臭ひの これり  
武田 良文  
豊田 知子  
小林 隆  
頓所 てる子  
小林 かつ子  
小林 民恵  
吉田 幸  
高野 園子  
豊田 富子  
千葉 和子  
西山 チエ子  
町田 豊子







## 年金無料相談会

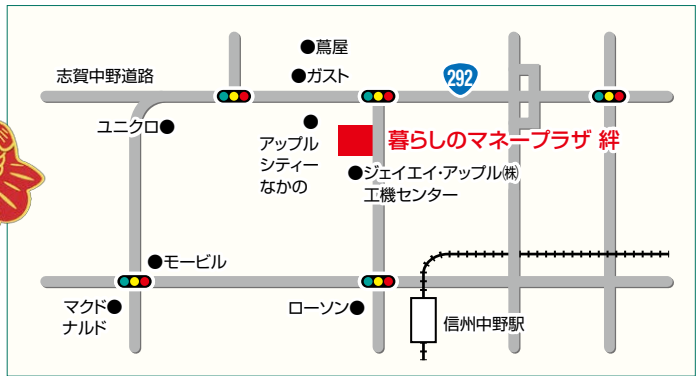
～ 毎月第3火曜日は年金相談の日 ～

【開催日】7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。



### 6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) 平成28年度内部統制報告
- (3) 平成28事業年度末基準体制整備モニタリング実施結果報告
- (4) 内部監査報告書
- (5) 組合員の加入脱退等の報告
- (6) コンプライアンスの実施状況について
- (7) 理事に対する貸出実行の報告について
- (8) この関連融資について
- (9) 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
- (10) 固定資産取得の報告
- (11) 組合員協同活動事業の実施状況について
- (12) 平成29年度役員・管理職・係長研修会について
- (13) ジェイエイ・アップル(株)の役員執行体制について
- (14) ジェイエイ・アップル(株)5月末実績報告について
- (15) 民事調停の申し立てについて
- (16) その他

#### ① 特別経営再建支援先について

② 信州ふるさと郷育ネットワーク報告について

#### 監事報告事項

(1) 第1・四半期監査報告について

#### 協議事項

- (1) 5月末実績検討について
- (2) ディスクロージャー誌について
- (3) 役員定数、選出見直しの検討について
- (4) 大口貸出並びに理事に対する貸出の承認について
- (5) 理事に対する貸出の承認について
- (6) 長野県JAバンク農機具等購入応援事業にかか
- (7) JA取組方針一部変更について
- (8) 固定資産の取得について
- (9) 労組からの夏期要求について
- (10) 小規模葬の葬祭施設建設研究委員会
- (11) 設置について
- (12) その他

#### その他連絡事項

① 理事会等日程について

### 常勤役員のメッセージ

常務理事 経済事業本部長 望月 隆

6月半ば過ぎから待望の雨が降り始めました。本年の梅雨入り宣言が6月8日ですから、2週間ほど空梅雨状態が続いた事になります。作物も組合員の皆様もホッとされているのではないのでしょうか。

さて、昨年来この「花むすび」でもそれぞれの常勤役員から国の規制改革推進会議による農協法の改正、JA改革の進捗状況等について報告されていますので、今回は見直し予定といわれている市場法改正について考えてみたいと思います。実際には平成30年に検討が始まりますが、今回は平成16年6月に一部改正施行された同法案の内容と現状について考えてみたいと思います。その前に、ここで言う市場とは卸売市場の事で、広義で言うマーケットとは異なります。卸売市場は、国民の食生活に欠かすことのできない生鮮食料品(青果・水産・食肉等)を全国から大量に集め、適正な価格で、すみやかに分配する公設の卸売市場と定義されます。このくだりには産地側の意向と少し乖離した感じがしますが如何でしょうか。まさに戦後の食糧難の時代、国民へ食糧を如何に平等に分配するかが主眼にあった時代の考え方です。よって農産物の輸出事業については本来の市場の事業にはそぐわない事になるわけです。しかもカリリー・ベースでの食料自給率は40%未満でありながらも、輸出事業に傾注する事は国内需要に対する不安定要素になりかねない、との意見がある事も事実です。一方、産地側からすれば国内価格の低迷からくる経営不安に対する対応策として、需要のあるマーケットに進出して行く事は経営者としては至極当然の事と言えます。前回も触れましたグローバルバリエーション・規制改革もこの辺りを見据えた考え方であるような気がしますが如何

でしょうか。今後さらにこの事に対する議論が活発になる事でしよう。さらに平成16年の法改正について見てみましょう。当時、既に流通も多岐に渡りその流通実態に合致させるための法改正でした。要点は次のようになります。

- ① 卸売市場における品質管理の高度化
- ② 卸売手数料の自由化
- ③ 商物一致原則の緩和
- ④ 卸、仲卸業者の事業活動の規制緩和
- ⑤ 財政基準の明確化
- ⑥ 卸売市場の再編の促進

このように見えてくるとこの13年間で確かに市場も変わって来たことが理解いただけると思います。県内外市場の合併、花市場の手数料の変更、取り扱いに強みを持つ品目、加工設備や低温輸送に欠かさない冷蔵庫の建設などがあります。半面、今まで野菜などは生産者→JA→市場→スーパーだったのが一部商品については市場の部分がなくなつて、JAの集荷場から直接スーパーへ送ることが可能になり、市場は伝票処理だけをする事が可能になりました(商物一致原則の緩和)。物流費の削減や市場の効率的利用にもなりました。

しかし、結局は大きなスーパーは、市場の伝票処理(価格決定機能)もなくし自分達で価格も決める「市場外流通」が増えてきたという実態もあるわけです。まさに市場の価格発見機能の低下をもたらしたと言えるでしょう。

現状の農産物価格形成には品目によって大きな違いがあると思いますが、その原理原則を体系立てて理解し、販売戦略の再構築を進めてまいります。また機会が有りましたら流通実態について報告させていただきます。

この梅雨も7月20日頃には明けののでしょうか。大きな災害もなく収穫の秋を迎えたいものです。組合員皆様のJAへのさらなる結果と支援ご協力をお願いし、経済担当常務からのメッセージとさせていただきます。



JA  
自己改革  
実践中!

JA中野市女性部 歩け歩け健康づくり

# 上高地ウォーキング

**中野**

午前7:00頃  
中野市内  
各地を出发。

**上高地**

午前9:40 上高地ウォーキング  
かっぱ橋周辺の遊歩道散策。  
ゆったりと自然を堪能します。

**上高地温泉ホテル**

午前11:30  
昼食・休憩  
おいしい昼食に、  
源泉かけ流しの温  
泉を楽しめます。

**中野**

午後7:00頃  
中野市へ到着。

**安曇野ちひろ美術館**

いわさきちひろや世界の絵本画家の作品  
に出会える美術館、今年は開館20周年で  
イベントも開催中です。

- 【主 催】 JA中野市 女性部
- 【開 催 日】 7月27日(木) ★雨天決行
- 【歩く時間】 約1時間30分 (行き帰り合わせて)
- 【募集締切】 7月13日(木) ※必着
- 【会 費】 8,000円 (女性部員 7,500円)
- 【昼食休憩】 上高地温泉ホテル  
(入浴タオル・バスタオル付)

- ※ 当日の行程 ※
- 中野[7:00] ⇒ 出発式[9:40]～上高地ウォーキング～[11:00] ⇒ 上高地温泉ホテル[11:30(昼食・休憩)]～ホテル出発[14:00]…徒歩…バスターミナル出発[14:30] ⇒ 安曇野ちひろ美術館[16:00] ⇒ 出発[17:00] ⇒ 中野各地[19:00頃]
- ☔ 大雨等の場合も同じ行程になります。  
カッパなど雨具をご持参下さい。
- ※乗り物酔いが心配な方は各自でご用意ください  
※上高地のバス乗入規制により、バスの停車場所が決まっているため、行きと帰りで同じ距離を歩くことになります。

キリトリ

— 歩け歩け参加申込書 —

☐ 女性部員 ☐ 一般 (どちらかに✓)

お 名 前 \_\_\_\_\_ 電 話 番 号 \_\_\_\_\_

ご 住 所 \_\_\_\_\_ 携 帯 電 話 \_\_\_\_\_ ※当日連絡が  
取れる番号

|                                                                                                  |            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <p>〈 会費引落口座 〉</p> <p>名 義 _____ 本 所 _____ 口座番号 _____</p> <p>(歩け歩け健康づくり終了後、上記口座より会費の振替処理を行います)</p> | <p>お届印</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|

※参加申込は、申込書に記入し該当のグループ長へ提出してください。グループ長 ⇒ 事務局へ

※女性部以外の方はJA事業所又は本所企画調整課まで提出してください。

ご記入いただきました個人情報、バスの配車手配・参加者数の把握・会費の口座振替以外には利用いたしません。