

花むすび

Hanamusubi

2020 July

7



新型コロナウイルス
感染拡大の影響により、
花むすびの誌面を変更して
発行しております。



特集 | 令和元年度 きのこと担当技術員
試験研究発表内容について

暮らしのメモ |

JA中野市で
年金受給をされている皆さまへ

令和元年度

きのか担当技術員試験研究発表内容について

先月の特集に引き続き、今月はきのか担当技術員の試験研究発表の内容について要約したものを紹介いたします。それぞれの詳細についてはきのか課(技術担当)までお問い合わせ下さい。

0269・22・4315

エリンギの種菌作成方法の検討

湯本 幸孝

エリンギの種菌について、慣行の継代維持方法より変異等の発生しにくい手法の検討を目的に、慣行法である子実体由来の組織分離種菌(慣行区)と、子実体収穫後の培地から作成した種菌(試験区)で比較試験を行った。

慣行区、試験区とも大きな差はなかったが、



試験区において慣行区よりも生育が遅れるものも見られた。収穫後培地由来の種菌の平面培地に採取する培地部位の検証など試験を継続することにより違いを究明したい。

菌糸体の透過スペクトルに着目した液体種菌培養技術の確立

山口 真弥

えのき茸の液体種菌は大規模な生産を可能とする一方、時に「菌塊」という症状により数十万本の発芽不良を発生させ、農家に深刻な損害を与えるリスクがある。本研究の成果は、液体種菌の原種菌に菌塊の兆候が出現することを明らかにし、菌糸体の透過光スペクトル比分析による迅速な物理的検査手法を確立したことである。これにより、昨年度製造された原種菌10,012枚の検査を実現し、菌塊による発芽不良を完全に防ぐことに成功した。

オガコ代替培地におけるブナシメジ種菌の開発

村端 広介

ブナシメジの異物混入に木片が報告されている。ブナシメジにおける木片の異物混入の原因は、種菌による可能性があると考えられるため、種菌培地基材にコーンコブを利用した栽培試験を行った。試験区は、慣行区

に比べ種菌の培養熟成は進行していることが確認できたが、生育では遅れが見られた。今後もオガコの代替資材選定を進めていく。

茶エノキの二核系統特性調査

樋口 航希

JA中野市ではエノキタケ次期後継品種の作出において茎太形質を育種目標としている。そのため茎太形質を持つ茶エノキを育種素材として着目し、その二核系統の特性調査を試みた。茶エノキ分生子由来の100系統の菌株を作出し、菌糸伸長とコロニーの形状から5系統の選抜を行った結果、5系統全てが同一タイプの構成二核系統であることがわかった。また、作出した交配株はTR19と比較し茎の太さが同程度で子実体の色が黄色であり、供試した一核系統では茎太形質の付与ができないこともわかった。今後はもう片方の一核系統株の特性を調査し、茎太形質のための育種素材として検討したい。



異物混入ゼロを目指して「毛髪混入対策への取り組み」

土屋 洋介

これまでの異物混入状況、毛髪混入対策の取り組み内容を分析し、新たな取り組みを行った経過・結果を報告する。JGAP上級指導員として現場における指導ポイント等を活用し、収穫物の移動箇所(培養基・収穫物の動線)を基礎に、毛髪混入リスクを考えて実践し、改善が図られた。生産者の理解(危機管理意識が高い)と実践により、結果が伴ったと考える。「生産者の意識向上」と「新たな対策手段」を各部会と共に考える、一方通行の指導とならないよう目標としている「異物混入ゼロ」の実現のために取り組む。

エノキタケ築野MIX・コメヌカ30%代替試験

横田 陽平

コメヌカ代替資材「築野MIX」自体の栄養剤としての安定性を確認する為、30%代替での試験を行った。築野MIXはコメヌカの30%代替として使える結果であった。コストについては1本当り1円の削減に留まるため、代替率アップおよび流通コストを含めた資材全体の削減が必要と考える。今後も各種培地資材の試験栽培を行い、生産者の手取り確保に向けた取り組みを進めていく。

エノキタケ交配株RT8の栽培試験について

小島 正和

エノキタケの後継品種の作出として年間約300株の交配試験を実施しており、モニター担当者の栽培試験にて良好な結果が得られた菌株「RT8」が培養センター培地でどのようなものになるのか確認するため慣行品種「TR19」との比較試験を実施した。RT8は培養期間の短縮、栽培期間の短縮が可能となる菌系ではあるが、培養での温度管理が課題となり新品種育種選抜においてはオガ培地以外にもコーンコブ培地での耐性確認も実施していくことが必須である。

クロアワビタケ安定栽培の確立について

渡邊 雅樹

クロアワビタケの栽培は通年高温多湿の維持が必要であるが市場性が高いことから、有望品目である。年間を通じた安定栽培方法(書

ブナシメジ築野ミックス米ぬか30%代替試験

市川 智宏

菌、収量)の確立を目指し各種調査を実施した。①詰め重・当初より10・20g軽く詰めるように設定した。培地密度を下げ殺菌効率を上げることを行った。その結果、害菌発生は減少した。②培養環境：過去の状況から培地内温度が最大で30℃超えると収量が増加した経過から、最高培地内温度30℃以上とし、CO₂濃度は通常1,400ppm、外気温低下時3,000ppm(栽培、収量に影響ないことを確認)を基準に培養環境を設定した。③生育環境：温度23℃、湿度99%、CO₂2,000ppmに設定した。これら設定から目標80g/本以上の92g/本の収量を得ることができた。

エノキタケ同様にコメヌカ代替資材「築野MIX」の30%代替試験を行った。品質は、培養日数が長くなるにつれて試験区・対照区



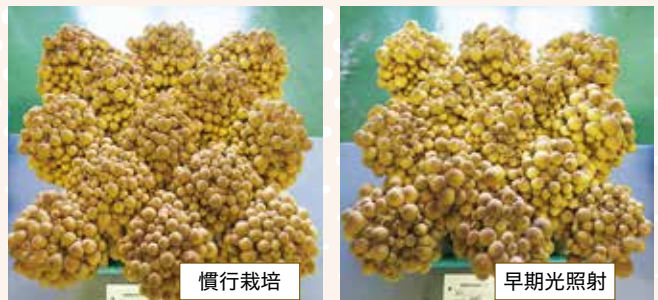
ぶなしめじ栽培における抑制灯照射開始日数別生育試験

村石 直樹

出荷後のぶなしめじ抽出検査において「傘摘み不良」が見受けられ、生産者によって芽出し

ともに品質も良く、収量は試験区の方が70・89日培養まで収量が多く、100日培養でほぼ同等であった。生育日数は70日培養で生育日数は遅れた(対照区同様)が、培養日数が伸びることに生育は安定し対照区よりも生育日数が早い結果となった。

時の抑制灯照射開始日数に差があり、早期の抑制灯点灯は傘摘み不良の原因と考えられたため、抑制灯照射開始日数別の生育試験で収穫時における「傘摘み」を検証した。結果、早期の抑制灯照射開始は、収穫時の「傘摘み不良」となる要因の一つと認められた。今回の結果を踏まえた上で、ぶなしめじの品質向上及び安定栽培のため、今後の栽培指導に繋げていきたい。



7月号 目次

- 2 特集
令和元年度 きのか担当技術員試験研究発表内容について
- 4 園芸にチャレンジ
夏秋まき野菜
- 6 営農情報
農作業中の熱中症対策について
JA長野県グループ農業求人サイトについて
- 8 各地の話題
- 10 暮らしのメモ
JA中野市で
年金受給をされている皆さまへ
お得なサービスがいっぱいです
アップルちゃんカレンダー-佳作作品紹介
- 12 みんなのページ
家族の健康
食中毒に気を付けて
私の食育日記
絵本と食事
まちがいさがし/短歌・俳句
- 14 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
島田副組合長

今月のよみどころ

- 園芸にチャレンジ! P4へ
→今月は、これからの時期にオススメの「夏秋まき野菜」をご紹介します。気になっていた野菜があれば是非挑戦してみましょう!
- 暮らしのメモ P10へ
→JA中野市で年金を受給されている皆様へ、お得なサービスがいっぱいの「年金得タカード」をご紹介します。



大石早生 紅りょうぜん

【今月の表紙】

今月は陽の光をいっぱい浴びながら、成長するプラムの畑にお邪魔しました。表紙のプラムは大石早生という種類で、JAでは6月24日に出荷が始まりました(P9『各地の話題』にて紹介)。大石早生の次は「紅りょうぜん」という名前のプラムが出荷されます。さっぱりとした酸味を持つ大石早生に比べ、紅りょうぜんは甘みと酸味のバランスが取れた食味をしているのが特徴です。品種により、味が異なるプラム。今年はぜひ食べ比べをしてみませんか?

ハクサイ ～植付けしたら、すぐに防虫ネットで虫対策～

種まき時期：8月上旬～8月下旬(定植は9月上旬～9月中旬)
※遅くなると結球しなくなるため注意してください。

種まき：種まき時期が高温のため、管理しやすいポリポットで育苗すると失敗しにくいです。
1ポットに3～4粒まきます。 ※寒冷紗をかけて気温をやわらげると健全な苗が育ちます。



肥料と生理障害



肥料のチッ素成分が多すぎると、
ゴマ症や芯腐れ等の生理障害が出
やすくなります。

肥料名	施肥量(kg)
有機ハツラツA	20
苦土石灰	10
ユウキオール8号	15

施肥量(100㎡当り)

定植

本葉が4～5枚の時が植付け適期。遅くなると根づきにくなるので注意しましょう。
植える際は植え穴に水を注ぎ、水が引いたら苗を植えるようにすると根づきやすくなります。

※定植後すぐに防虫ネット等でトンネルを作ると、葉っぱが虫に食べられてボロボロになってしまうのを防げます。

不明な点やご相談がありましたら、お気軽に園芸課 野菜担当までお問い合わせ下さい。

JA中野市 営農センター内 園芸課 TEL:0269-23-3933

JA自己改革実践事業

今月の

資 材
情 報

「葛城山 鎌」

草刈り・稲刈り・
野菜などの収穫に!!



是非この機会にお申し込み下さい!

品 名	特別価格(税込)
①葛城山 鋸鎌	330円
②葛城山 小鎌	330円
③葛城山 うす鎌	330円
④葛城山 ねじり鎌	330円
涼かちゃん各種	3,000～3,500円

◎特別価格期間 2020年7月17日～2020年8月31日

【お知らせ】

○7月27日まで秋肥料の予約注文を受け付けています。
○特別推進品目の「ニュー果じゅっこ」「マイティー
黒ぐる」「天然ボカシ肥」は

20袋以上(1品目で)の注文で予約価格より41円引き
30袋以上(1品目で)の注文で予約価格より82円引き
の「大口価格」もあります。

○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)に対し、一律3%の値引き(後戻し)を行います。

※一部除外品目あり

「こいつは、すごい!!」

「涼かちゃん」

- 熱中症、紫外線対策におすすめ!(紫外線95～99%カット)
- ダイオミラー(遮光率約80%)で光をはね返し、風通しが
良く、炎天下で10℃も涼しい。
- 男性用、女性用各種取扱いあります。

光りをはね返す

風通しがよい

とっても軽い



WH710
たためるハットワイドメッシュ ブラック



WH882
迷彩デンガロン ネイビー

紫外線、
熱中症対策に
強い味方!!

紫外線・熱中症からあなたを守る

※ご注文品のみ特別価格にて配達いたします。

お求めは、各事業所または営農資材店・資材集中配送センター TEL:0120-20-4312 まで



園芸にチャレンジ!

夏秋まき野菜

今月は、これからの時期にオススメの夏秋まき野菜をご紹介します。

ニンジン ～発芽と雑草対策～



種まき時期：6月下旬～8月下旬

種まき・覆土：「すじまき」か、6cm間隔で1か所5粒の「点まき」でまきます。覆土は5mmほど、うっすらと覆土します。

発芽させるためのポイント

- ①種の吸水力が弱いので、コーティングされていない種子は一晩水に浸けてからまきます。
- ②発芽するまでは湿っている状態を保つことが重要です。表面が乾燥していたら、うっすらと散水しましょう。
乾燥防止にワラやモミガラを敷くのも有効です。
- ③光を感じて発芽する性質があるので、覆土やワラをかけすぎないようにしましょう。

雑草対策

雑草が少ないようなら、発芽後の間引き時に合わせて抜いてしまいましょう。

草取りを少しでも省きたい方は、除草剤の活用を!

- ①種まき直後(発芽前)・・・ゴーゴーサン乳剤(100㎡当り：水15ℓに40mℓ)を全面散布。
- ②生育期間中(ニンジン3～5葉期、収穫30日前まで)・・・ロロックス(100㎡当り：水15ℓに15g)。
※ロロックスは水和剤です。粒剤ではありません。

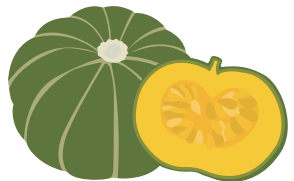
施肥

肥料名	元肥(kg)	追肥1回目(kg)	追肥2回目(kg)
有機ハツラツA	20		
苦土石灰	20		
ユウキオール8号	10	7	7

※有機ハツラツAと苦土石灰については追肥の必要無し

施肥量(100㎡当り)

冬至用力ボチャ ～夏まきの一本仕立て～



種まき時期：7月中下旬

種まき・株間：深さ2センチ程度で畑に直接まきます。(1か所1粒まき)

雑草対策に黒マルチを使用し、株間40cmとなるようにします。

※育苗期間が短いため、直まきがオススメです。育苗する場合は7.5センチのポリポットへ1粒まきで育苗します。
(本葉が1.0～1.5葉となったところが定植時期です)

施肥

【肥料と生理障害】肥料のチッ素成分が多すぎると、ゴ
マ症や芯腐れ等の生理障害が出やすくなります。

整枝方法は親づる1本仕立てとします。雌花が咲くま
では側枝を取り除き、以降の側枝は放任しましょう。実
がついた後は基本放任でかまいませんが、ツル先の実を
摘果すると品質が良くなります。

肥料名	施肥量(kg)
有機ハツラツA	20
苦土石灰	10
ユウキオール8号	15

施肥量(100㎡当り)

健康教室「ストレッチヨガ体操」を開催します！

新型コロナウイルス感染防止のため、しばらくお休みしていた健康教室「ストレッチヨガ体操」を下記の通り再開いたします。再開にあたり、信州版「新たな日常のすゝめ」ガイドラインを参考に感染対策を講じた中での開催といたします。なお、完全予約制といたしますので、参加ご希望の方は、JA総務企画課まで申し込みをお願いします。

- 【開催日】 令和2年8月17日(月)
午後1時30分～(概ね1時間程度)
- 【会場】 中央公民館 2階 210体育室
- 【参加費】 無料
- 【申込締切日】 定員30名になりしだい締め切ります
- 【持ち物】 ヨガマット(大型バスタオルでも可)

- 【新型コロナウイルス感染防止対策】
- マスク着用でご参加ください
 - ご自宅で検温いただき、体調の悪い方は、参加をご遠慮ください
 - 参加者全員、手指の消毒を行っていただきます
 - 参加者全員の氏名、住所、連絡先をご記入いただきます
 - 概ね30分に1回、5分間程度、窓を開けて換気を行います
 - 部屋の定員を守り、参加者同士の間隔を2m(最低1m)空けて実施します
 - 参加者同士が対面することを避けて実施します
 - 水分補給のための飲料水等以外の飲食は禁止です

【その他】
状況に応じ、中止になる場合もありますのでご了承ください

【お申し込み・お問い合わせ先】
JA総務企画課 TEL:22-4191



事前の予約をお願いします

常時人手が足りない…

農繁期だけお手伝いしてくれる人が欲しい…

そもそもパートさんの集め方がわからない…!

人材確保に悩んでいる組合員にお知らせです！

JA長野県グループの「農業求人サイト」が運用中です！



こちらからチェック！

人手が欲しい方(きのこと栽培、ぶどう栽培、りんご栽培、荷造り等何でもOK!)
月額3,000円で農業求人サイトに掲載することができます。

人材確保については、お気軽にお問い合わせ下さい。
また、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、労働力不足が心配される方も
JA中野市本所営農支援課(☎22-4221)までご相談下さい。

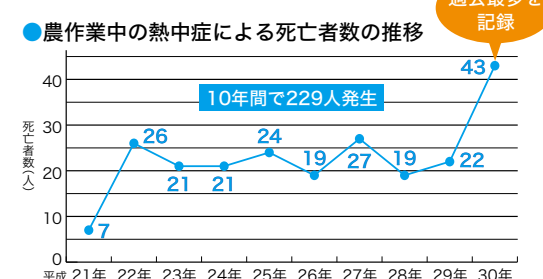
農作業中の熱中症対策について

農林水産省によると「平成30年に発生した農作業死亡事故の概要」において、「熱中症」によるものは43人に上り、同区分で調査を開始した平成16年以降、最多の死亡者数となりました。

農業作業中、知らず知らずの内に熱中症にかかっているケースが多く発生しています。特に高齢農業従事者は発汗量が多く脱水しやすいため、こまめな水分と塩分の補給や休憩を周囲の方が協力して声かけを行う等、重点的な対策が必要です。

農作業中の熱中症による死亡事故の発生状況

熱中症による死亡事故は、決して他人事ではありません。
熱中症が疑われた場合にはすぐに適切な処置をしましょう。



熱中症が疑われる場合の処置

① 暑い環境で体調不良の症状がみられたら、すぐに作業を中断しましょう

- 代表的な症状は以下のとおりですが、熱中症には特徴的な症状がなく、「暑い環境での体調不良」は全て熱中症の可能性あります。



② 応急処置を行いましょう

- 涼しい環境へ避難しましょう
- 服をゆるめて風通しをよくしましょう。
- 水をかけたり、扇いだりして体を冷やしましょう。
- 水分・塩分を補給しましょう。



脇の下、両側の首筋、足の付け根を冷やすと効果的です

③ 病院で手当を受けましょう

- 意識がない場合、自力で水が飲めない場合、応急処置を行っても症状がよくなる場合は、すぐに病院で手当を受けるようにして下さい。

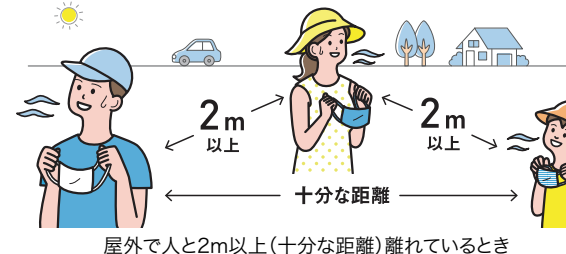


引用：農林水産省ホームページ「農作業安全対策」 https://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen/

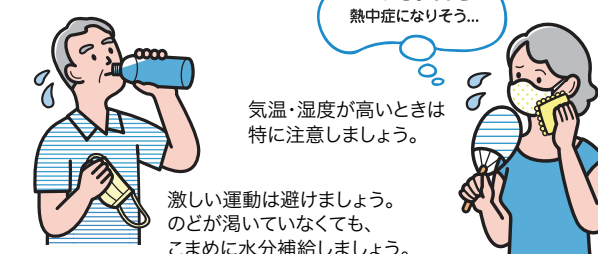
「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

マスクは飛沫の拡散予防に有効で、「新しい生活様式」でも着用が求められていますが、使用時には皮膚からの熱が逃げにくくなり、気づかないうちに脱水になるなど、体温調節がしづらい状況にあります。熱中症と感染拡大への予防を両立させるべく、下記の対策を意識しましょう。

熱中症を防ぐために、マスクをはずしましょう



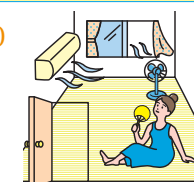
マスク着用時は



エアコン使用中もこまめに換気をしましょう(エアコンを止める必要はありません)

- 窓やドアなど、2か所を開ける。
- 扇風機や換気扇を併用する。
- 換気後はエアコンの温度をこまめに再設定しましょう。

【注意】 一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません。



引用：厚生労働省ホームページ「新しい生活様式における熱中症予防行動のポイント」 https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_coronanettyuu.html

さくらんぼ狩り、無事開催に「嬉しい」

JAさくらんぼ部会観光部が主催する「さくらんぼ狩り」が、6月初旬から約1か月間、行われました。新型コロナウイルス感染拡大により、一時は開催が危ぶまれましたが、緊急事態宣言解除を受け、感染防止策を徹底する中で行われました。

同観光部の黒岩悠介副部長は、「今年の開催について、問い合わせを受ける度に中止の可能性を伝えることに心を

痛めていたが、無事開催できてとても嬉しい。今年来れなかった方も、お互い健康に気を付け、来年までの楽しみにしていただけたらありがたい。」と語りました。

また、黒岩副部長は、NBSにて6月11日に放送された「ふるさとライブ」にも出演。JA中野市マスコットキャラクターの一員である「えのたん」も駆けつけ、さくらんぼ狩りをPRしました。



さくらんぼの出来具合を確認する黒岩悠介副部長



NBS長野放送「ふるさとライブ」に出演



SBCラジオ「坂ちゃんのずくだせえぶりっ」で女性部・青年部の活動をPR

SBCラジオ「坂ちゃんのずくだせえぶりっ」に、JA女性部・青年部の代表者が出演し、日ごろの活動をPRしました。同番組は毎週水曜日に、JA中野市の農産物やイベント情報などを紹介しています。

6月24日の放送では宮島美津子部長が出演。当日は、ラジオレポーターの竹井純子さんが、JA女性部の「野菜」と「花」グループが講習会で利用する「いきいき菜園」に訪れ、生放送を行いました。宮島部長は「今年は、新型コロナウイルスの影響で活動の場が限られている。一日も早く活動を活性化させたい」と話し、リサイクル活動や地産地消運動などを紹介しました。

また、翌週の7月1日にはJA青年部の宮川昌康委員長が出演し、部員から新型コロナウイルスの影響についてヒアリングを行った事例を紹介しました。宮川委員長は「単価の低下や、労働力確保の厳しさといった状況が浮き彫りになったため、行政や全農に陳情できるよう努めていきたい。」と語り、「災害時でも何かあった時に皆で集まり、助け合えることが青年部の強みだと思うので、多くの方に仲間に加わって欲しい」と呼びかけました。



組織活動をPRする宮島部長(写真上:右)と宮川委員長(写真下:右)、インタビューをする竹井レポーター(左)

「今年も良いぶどうを」シャインマスカット講習会、各地で

JAとJAぶどう部会は、高品質なシャインマスカット生産のために、作業時期に応じて様々な講習会を開催しています。6月には管内の計23か所で「房切り・シベリン処理講習会」が実施されました。

ぶどう部会では十数人単位で構成される支部ごとに栽培講習会を行うのが慣例となっています。それにより生産者同士の距離が近く、運営もしやすくなることから、課題や目的の共有をしっかりと行って、「良いぶどうづくり」ができる環境が整っています。

また、これらの講習会とは別に「新規栽培者」と年々増加する「冷蔵ぶどう栽培者」向けの内容でも実施し、様々なニーズに応えながら、今年もJA中野市産ぶどうの品質と栽培者の技術向上を目指しています。



新規栽培者向け講習会の様子。本年度は10名が参加しました。

中野市のプラム、今年も日本各地へ

JAは6月24日より、プラムの出荷をスタートさせました。出荷されたプラムは、品種の豊富なプラムの中でも、先陣を切って店頭に並ぶ早生種、大石早生。出荷当日は、JAの出荷担当者が、外観のチェック等の品質確認を行いました。

出荷時期は去年より5日早く、生育は平年よりも、やや進んでいます。4月の凍霜害により、着果量こそ少ないものの、その分、玉伸びはよく、実の大きなプラムに仕上がりました。中野市のプラムは今年も関東・中京・関西等、日本各地へ出荷され、爽やかな味とともに夏の訪れを告げています。

現在、JAプラム部会は、116人の生産者で構成されており、数多くの品種を栽培しています。今後は菅野中生、貴陽、太陽、秋姫等、品種リレーが続き、およそ9月末まで夏の味覚を楽しむことができます。



品質をチェックするJA出荷担当者



たかやしろ保育園で園児がサツマイモを植え付け

たかやしろ保育園は6月24日、保育園近隣の園地で毎年恒例のサツマイモの植え付け体験を行いました。サツマイモ苗は園児の祖父母より提供されたもので、栽培の管理を含め、様々な協力を得て実施されています。園児たちは用意された苗を大事そうに抱えながら植え付けを行い、最後には大きな声で「よく育つおまじない」をかけました。

富岡園長は「おかげ様で今年も園児たちは大変楽しく植えることができ、貴重な体験となりました。こういった食育ができるのも、地域の方の協力があったからこそです。保育園だけでなく地域全体で子ども達を育てて頂いており、とてもありがたいです。」と感謝していました。植え付けたサツマイモは、秋に「焼き芋大会」で味わいます。

たかやしろ保育園では他にも様々な種類の夏野菜を栽培しており、積極的な食育が行われています。



さつまいもに手を向け、「おいしく育ってね!」と、おまじないをかけました



【ずっと まってたよ あさがおさん】
 渋谷 菜那さん 長丘小学校 1年



【夏の花火】
 伊東 紅葉さん 南宮中学校 1年

凜とした
 風鈴の音
 心地よい

【俳句】
 倉田 莉瑚さん 高社中学校 3年

JA中野市で 年金受給 をされている 皆さまへ

特典
 1

お誕生月に 鉢花をプレゼント

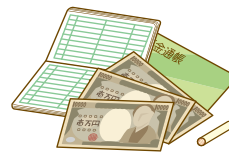
お誕生月に季節のお花を
 お届けします
 ※ 一部地域を除きます



特典
 2

特別金利の 定期貯金・定期積立

- 定期貯金「四つ葉」
 店頭金利に金利上乘せいたします
 (契約期間1年)
- 定期積金
 「ネクストステージ」
 店頭金利に金利上乘せいたします
 ※ 詳しくはお近くのJA窓口
 にお問い合わせください



特典
 3

ジェイエイ・アップル(株) しゃぼん玉館の セレモニー

特典内容は条件によって異なりますので、
 詳しくは
 ジェイエイ・アップル(株)会館窓口
 にお問い合わせください

☎26-1122

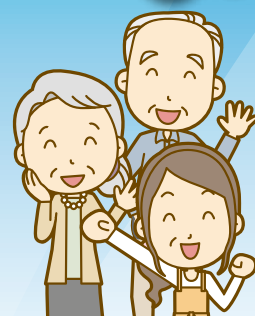


お問い合わせはお近くの JA 金融窓口へ

- 金融店本所……………☎22-3148
- 金融サテライト店……………☎23-2285
- 金融推進課……………☎22-4192

暮らしのメモ

お得なサービスが いっぱい!



日頃は、大切な年金のお受け取りに、
 JA中野市をご指定いただき誠にありがとうございます。
 今月号は、当JAの年金受給者の皆さまに日頃の感謝の気持ちを込め、
 お得な特典をご紹介します。
 この機会に是非、ご利用ください。



特典
 4

年金得とくカードサービス

事業提携協力店舗でお得なサービスを受けられます (令和2年4月1日現在)

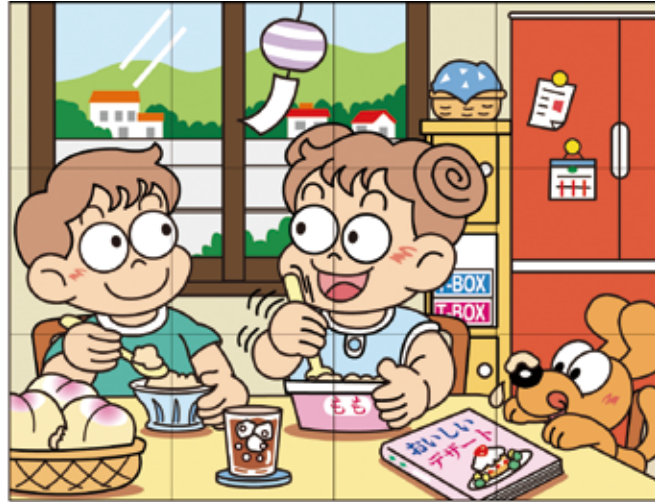


店舗・施設名	住所 電話番号	サービス内容
金太樓	中野市吉田768-11 0269-23-3465	得とくカード提示者は100円引き(60歳以上の個人。団体のお客様は除きます)
アートオブヘアー Ks	中野市吉田44-3 0120-25-6725	カットされた方で、得とくカードを提示された方に粗品をプレゼント
一楽食堂	中野市西1-2-10 0269-22-3554	60歳以上の個人で、お会計時に得とくカードを提示された方は50円引き(60歳以上の個人で団体のお客様は除きます)
食堂 美里	中野市草間1735 0269-26-4649	得とくカード提示者は「平日 定食100円引き、麺類50円引き」
戸隠手打ちそば処 善八	中野市草間1538-4 0269-26-0757	注文時に得とくカードをご提示していただいたお客様に、「自家製そば団子」をサービスいたします
山どり食堂	中野市江部1367-1 0269-23-0888	お会計時に年金得とくカードをご提示していただいたお客様は、みそソースかつ丼を1,100円のところ1,000円にてご提供(団体のお客様は除きます)
くまろう食堂	中野市草間1511-6 0269-26-2763	毎週木曜日に限り、得とくカードをご提示いただいたお客様は10%引き
中華料理 蘭 蘭	中野市金井101-1 0269-23-3664	得とくカード提示者は50円引き(60歳以上の個人。団体のお客様は除きます)
元祖 つけめん丸長	中野市新保56-2 0269-26-7108	得とくカード提示者は、麺類1品につき100円のトッピング1品無料(お持ち帰りのお客様は除きます)(カード提示者本人に限らせていただきます)
そうげんラーメン	中野市草間1554-1 0269-23-3867	得とくカードをご提示いただいたお客様は、餃子一皿(350円)を100円引きでご提供(平日限定)
有限会社 すきやき(福田屋)	中野市中央1-11-20 0269-22-2919	得とくカード提示者で、800円以上お食事をされた方50円引き(ただし現金支払いのみ)
有限会社 マツヤスポーツ	中野市中央1-4-23 0269-22-4706	得とくカードをご提示いただいたお客様は店頭価格より3%引き
株式会社 鈴木 鈴木書店	中野市中野1612 0269-22-5125	得とくカードをご提示いただいたお客様は店頭価格より5%引き(ただし本関係は除く)
有限会社 竹内製印社	中野市一本木475-3 0269-22-5505	得とくカードをご提示いただいたお客様は一万円以上の実印・銀行印をご注文の場合5%引き
アップルシティーなかの	中野市吉田519 0269-26-1122	毎月第3水曜日の「ランチバイキング」を割引価格にてご提供(大人1,300円のところ1,050円)
野尻レイクサイドリゾート(株) 信濃ゴルフ倶楽部	上水内郡信濃町大井高山2433 026-255-6700	通常料金より平日2,600円、土日祝日3,000円引き ※ 但しビジター様に限る(メンバーは除きます) ※ コンベ料金との併用はできません
斑尾高原カントリー倶楽部	中野市豊津8156 0269-38-3766	通常利用料金より平日1,000円割引、休日2,000円割引 会員(メンバー)についてはメンバー料金から500円割引 ※ セミシーズン、夏季特別、コンベ等特別料金時は対象外

※ 詳しいサービス内容については各店舗、施設へお問い合わせ下さい。

まちがいさがし

出題・イラスト:酒井栄子

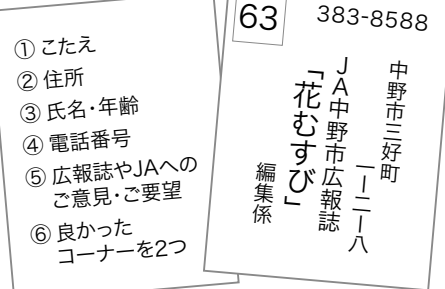


左上のイラストには右のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。

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 … てるてる坊主の数が違う
- 6 … 口の大きさが違う
- 7 … ようじの長さが違う
- 9 … こぼれた量が違う
- 12 … 梅が1個多い



●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。

私の食育日記

絵本と食事

食育インストラクター 岡村麻純

子どもたちには、食べること、お料理することを大好きになってもらいたい。そこで活用しているのが絵本です。

絵本が大好きな子どもたち。私の趣味でたくさんのお豆に関する絵本があります。娘がお豆を食べ始めたときは、お豆が出てくる絵本を読み聞かせてからお豆デビュー。娘は今でも、お豆マンと呼んで、豆類が大好きです。果物に関する絵本や、野菜に関する絵本、たくさんありますが、食べる前に読めば「わあ、絵本に出てきたやつだ」と喜んで食べ始めます。そして、少し大きくなった今は、一緒にお料理する前に、関連の絵本を読むことにしています。

先日は『ぐりとぐら』(福音館書店)という絵本を読んでカステラ作りに挑戦しました。まず、キッチンへは行かず、絵本を読み聞かせます。そして、「作ってみたい人?」と聞くと2人とも大きな声で「はい」。では、「作るには何が必要だったかな?」と聞くと次々回答が。そうやって材料を探すところからやってもらおうと、クイズのようで楽しめます。絵本みたいに一生懸命泡立て器を回し、焼くときは「いい匂いしてきた?」と何度もぞきに来ていました。出来上がったフライパンのカステラを見て、「動物たちと食べなくちゃ」と、動物のぬいぐるみを並べて食べる子どもたち。絵本の世界に入った気分です。そんなふうにして、絵本の世界に入って、お料理してもらおう。そうすると、苦手な物にも挑戦してくれることもあります。サンドイッチが苦手な息子には、サンドイッチの絵本を読む。すると、作ってみたいという気持ちになるようで、自分で作ると自然と食べてくれます。

他にも、ホットケーキ作りの絵本や、野菜ができるまでの絵本などもあります。食べてもらいたい物の絵本を探してみるのもいいですね。絵本と料理を組み合わせるだけで、楽しいイベントになります。ぜひ挑戦してみてください。

岡村 麻純(おかむら ますみ) 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: <https://ameblo.jp/masumiokamura/>

家族の健康

食中毒に気を付けて

健康科学アドバイザー 福田千晶

食中毒は細菌やウイルスなどが原因になり一年中起こりますが、特に夏は要注意です。

細菌による食中毒を予防するには、まず、細菌を「食品に付けないこと」、そして「増やさないこと」、さらに「やっつけること」が大切です。食中毒の原因になるウイルスは人から人に伝わって感染するだけで、食品中では増えません。ですから「ウイルスを食品に付けない、広げない」が予防になります。

食品管理に気を付け病原菌が付きやすい肉や魚などは生で食べない、室温で放置したり冷蔵庫でも長期の保存をして細菌が増えた不潔な肉や魚は食べないようにします。調理用具や調理する人の手は清潔にし、みんなが食事やおやつの前には、よく手を洗うことも忘れないように。

隅々まで丁寧に手を洗うことが必要です。まず、手を水でぬらしせっけんを使い、手のひらや指の腹、次に手の甲と指の背側、指先と爪の周囲、指の間、特に親指の付け根は洗い残しやすいのでしっかり洗い、流水で20秒間くらい流します。その方法で2度洗いをして、仕上げに乾いた手をアルコール消毒するのが理想です。ただし、ノロウイルスなどはアルコール消毒だけでは死滅しないので危険です。

土には食中毒の病原菌も存在していますから農作業やごみ処理の後には、丁寧に手を洗いましょう。手が荒れていると、皮膚の傷んだ部位は不潔になりやすいので、日頃から手のスキンケアも行いましょう。農作業、紙や段ボールを扱う作業は手が荒れやすいので、ハンドクリームでのケアをしておきます。

便には食中毒の原因になるウイルスや細菌も存在し得るため、トイレの後には念入りに手を洗います。また、水洗トイレで流すときに、水流の勢いで便中のウイルスや細菌が空気中に舞い上がるので便座のふたを閉めることも食中毒予防には大切です。タオルを共有することも感染を広げてしまうのでやめましょう。



夏の展示商談予約会開催

スタッフが総力を挙げて集めた、自信の《特選車》《特選農機具》を展示販売する熱い2日間!! ぜひご来場ください

8/8(土) 午前9:00~午後4:30
9(日) 午前9:00~午後4:00

ご来場の方全員に熱中症・新型コロナウイルス対策として、冷たいペットボトルのお茶1本とマスク1枚を差し上げます

さらに!

当日ご成約の方には

《記念品》をプレゼント



来場記念品

- 洗車プリカ500円分(1組1枚)
- オイル交換半額券(1組1枚)

ご予約特典

洗車プリカ5,000円分
(30万円以上の商品が対象)



お問い合わせ:ジェイエイ・アップル(株)工機センター ☎ 0269-22-4531

俳句募集

松井義典 選
ひと息をつく時楽し 茄子の花
栄養剤飲んで作業の 薄暑かな
笹餅の 吾を祝ふや 誕生日
あぢさゐの 寺を巡りて 藍に酔ふ
夏薔薇や 香りの流れ 車椅子
雪消えて 緑映えるや 高杜山
茄子トマト 妻の菜園 豊作だ

短歌募集

武田良文 選
コロナ禍に 外出恐れ 庭に咲く 花々を愛で 草取り励む
外出の 自粛続きで 満開の 桜の木下 人影の無し
晴れた日の 太陽の回りに 虹かかり 吾は川畑に 声上げ見上ぐ
代掻きの 済みたる 広田の 水の澄み 里山冴えて 水面に映る
叔父叔母の 健やかなりし 母の里 家裏に古りし からたちの咲く
今にして 思ひ出したる 歌人の 歌声出しよみて 認知試しぬ
子の好む 釜あげうどんの 煮立つ湯気 厨は仄かに 温もりをます
沖繩の 梅雨入りの ニュース 聴く午後を ひとときわ高く 蛙鳴き立つ
翳りたる 桜に日差し 戻るまで シャッターチャンス 時かけて待つ
庭畑の 枯葉もたげて 芍薬の 長き一畝 角芽立ち来る
咲き初めし 豊後梅の 枝しない 深々と今朝 大雪積る
コロナ禍に 如何にあますや 遠き友 薔薇と撮りし アルバム見つむ
スーパーマーケットに マスク付けずに 買物し 気不味くなりて 早々出でし
腰痛め ためらふ 吾に 豆蒔くを 急かせて朝を 郭公しき鳴く

吉原 路子
芋川 菊水
山口 耕一
大塚 茂子
青木 芳子
藤沢 渥子
松井 義典

俳句募集

みなさまの作品をご応募ください

【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」宛
TEL.0269-22-4191
FAX.0269-22-7883
【締切日】 毎月20日

JA中野市の概要 (2020年5月末現在)

- 組合員数・・・7,956人
(2020年2月末 7,961人)
(正組合員)・・・4,130人
(准組合員)・・・3,826人
- 出資金・・・25億9,952万円
- 貯金・・・823億4,583万円
(年間計画826億2,700万 年間達成率:99.65%)
- 貸付金・・・357億8,570万円
(年間計画400億9,600万 年間達成率:89.25%)
- 長期共済契約高・・・63億5,010万円
(年間計画200億0,000万 年間達成率:31.75%)
- 購買品供給高・・・13億5,785万円
(年間計画60億4,000万 年間達成率:22.48%)
- 販売品販売高・・・44億5,857万円
(年間計画293億7,560万 年間達成率:15.17%)

年金無料相談会

～毎月第3火曜日は年金相談の日～

【開催日】2020年
7月21日(火) 8月16日(日) 8月18日(火)
※8月は休日相談会も開催されます。

【開催時間】午前10時～午後3時まで

【会場】JA中野市 金融店本所 (中野市三好町1丁目2-3)

【ご連絡先】JA中野市金融推進課(TEL:22-4192)



※当日は消毒液の設置等、新型コロナウイルス感染拡大防止策を徹底し、開催いたします。

お越しの際は、認印、年金手帳のほか、「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

- 各専門委員会等の報告
- 令和元年度内部統制報告
- 内部監査報告
- 組合員の加入脱退等の報告
- コンプライアンスの実施状況について
- 組合員協同活動事業の実施状況について
- 大口貸出の取り下げについて
- 仕組商品のリスク管理について
- 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
- ジェイエイ・アップル(株)5月末実績報告について
- その他

監事報告事項

- 第1・四半期監査報告について

協議事項

- 5月末実績検討について
- 事業収支シミュレーションについて
- 整理検討すべき課題について
- 組合員からの意見・要望事項について
- その他

決議事項

- ディスクロージャー誌について
- 「信用事業規程の変更について」字句の修正について
- 園芸特別対策事業について
- 固定資産の取得について
- 理事との利益相反取引について
- 大口貸出の承認について
- 大口貸出並びに理事に対する貸出の承認について
- 労組からの夏季要求について

常勤役員のメッセージ

副組合長・総合企画本部長

島田

忠美

今年4月、上伊那・北信地域に発生した凍霜害・低温は、果樹・花きに大きな被害を与えました。JA中野市の被害状況は、プラム112,828千円、もも22,916千円、サクランボ3,288千円、アスパラ1,399千円、シャクヤク9,052千円と、合計にして149,483千円という額に達しました。特にプラムでは暖冬の影響で生育が進んでいたにも関わらず、開花期間中に最低気温が氷点下になり、低温が続いたことにより結実に大きく影響し、被害が大きくなりました。被害に遭われた皆様には心よりお見舞い申し上げます。JAでは園芸特別対策委員会を開催し、被害状況の報告とプラムの営農支援について検討を行いました。安定した生産に向け、自然災害に強い園地への転換に際し、苗木購入の助成・融資について進めて参ります。

日頃から新型コロナウイルス感染対策基準が緩和され、県をまたぐ移動が全国的に解禁となりました。飲食店など3業種への営業自粛要請も解除となり、経済回復への兆しは見えているものの、世界的な経済活動の停滞は、まだまだ日本経済に多大な影響を与え続けているのが現状です。日銀短観において、大企業・製造業の業況判断指数は、平成25年3月調査以来、マイナス8ポイントを記録しました。また非製造業についても、インバウンドの減少や外出営業自粛要請を受け、宿泊・飲食等のサービス業を中心に業況が悪化しています。世界経済は、今後大幅なマイナス成長に陥ると思われ、ウイルス感染拡大の収束が見えない中、経済完全回復への道のりは大変厳しいものになると言わざるを得ません。

農業においても、感染拡大の影響を受け、外出自粛・冠婚葬祭などの中止や規模縮小をしていることから、一部の農産物が価格低迷しています。加えて農業・農協を取り巻く環境は人口減少・高齢化などの社会的な問題に加え、金利低下などによる収益の悪化などの多くの課題を抱えています。現在取り組んでいる経営基盤強化の取り組みを反映させた経営シミュレーションを作成し、必要な対策を検討していきます。

困難な社会情勢下にあっても、JA中野市は生産を中心とした総合農協として、これからも組合員の負託に応え続けていくため、必要な見直しを組合員の皆様と共に進めてまいります。今後とも皆様方のご理解を賜ると共に、ご支援・ご協力をお願い申し上げます。

フルーツフォトコンテスト「パシャフル!」開催

JA全農長野ではSNSを活用したフルーツフォトコンテスト「パシャフル!」を7月から10月まで開催しています。皆様からのご応募をお待ちしております!



応募方法

Instagram公式アカウント「@shinshufruits」をフォローして
#パシャフルをつけて投稿してください。

テーマと
応募期間

- 7月・・・『元 氣 × 旬の信州産フルーツ』 7月1日～ 7月31日
- 8月・・・『贈り物 × 旬の信州産フルーツ』 8月1日～ 8月31日
- 9月・・・『健康 × 旬の信州産フルーツ』 9月1日～ 9月30日
- 10月・・・『美容 × 旬の信州産フルーツ』 10月1日～ 10月31日

詳細は検索サイトで「パシャフル」と入力するか、右記QRコードより
パシャフル公式キャンペーンサイトをご確認下さい。

パシャフル 検索



★ ★ ★

アップルシティ・ビアホール

BEERHALL

7.2*~8.8*の期間中

週末 木 金 土 18日間の営業

15:30~18:30 (ラストオーダー PM 8:20)

完全予約制

料金 飲み放題 プレート料理付き 3,000円 (税込)

※飲み放題にはおつまみのプレート料理が付きまます。

仕入れ状況によりメニュー内容を変更することもあります。(写真はイメージ)

本年度はコロナウイルス対応として、
屋台で出来たての料理を販売いたします

料理は、別途販売 300円から
ご用意してございます

料理購入チケット
料金 1シート 1,500円 (税込)
(300円×5枚)

FOOD MENU

- ・えのき餃子
- ・きのこピザ
- ・天ぷら盛り合わせ
- ・鶏の唐揚げ
- ・本日のお任せフライ
- ・やきとり
- ・おでん
- ・ウインナー
- ・カツオのたたき
- ・サーモンミネソラダ
- ・ラーメン
- ・煮のこカレー
- ・えだ豆
- ・イカ焼き
- ・モツ煮
- ・ジンギスカン
- ・焼きそば

DRINK MENU

Beer ビール
アサヒエクストララード (ドライ)
アサヒエクストララード (ブラック)

Sour サワー・酎ハイ
レモンソーダ
グレーフルーツソーダ
ぶどうソーダ
焼酎 (芋・麦・シモ・芋焼)

Nihonshu 日本酒
冷酒 燗酒

カクテルも各種充実

お問い合わせ
ご予約は

アップルシティ・なかの

10名様以上でマイクロバス無料送迎を承ります。(要予約)

TEL (0269) 26-1122 (代)
中野市大字吉田519 FAX (0269) 23-0120

◎コロナウイルス対応としてテーブルに限りがございます。お早めにご予約ください。
◎暴力団関係者の利用をお断りいたします。 ◎アップルシティ・なかのは飲酒運転放逐運動を推進しています。飲酒後の運転はご遠慮下さい。 ◎妊娠中や授乳期の飲酒は、胎児、幼児の発育に悪影響を与える恐れがございます。



なが い ともかず
永井智一

茨城県笠間市にある
天晴(旧キッチン晴人)
オーナーシェフ

レシピ
1

ホタルイカと花ワサビのチャーハン

【材料】(2人分)

ご飯…………… 200g
鶏卵…………… 1個
ホタルイカ …… 50g
(ゆでて目と口を取っておく)
花ワサビ …… 1わ
—— 漬 け だ れ ——
煮切り酒………… 1/2カップ
煮切りみりん …… 1/2カップ
しょうゆ………… 1/4カップ
塩・こしょう………… 適宜
サラダ油………… 適宜

【作り方】

- 1 花ワサビのしょうゆ漬けを作る。水洗いした花ワサビを塩でもみ10分ほど置く。鍋に70度に沸かした湯でゆで、熱いうちに漬けだれに漬けて密封し一晩置く。
- 2 ボウルに卵を入れかき混ぜ、ご飯を入れよく混ぜておく。
- 3 熱したフライパンにサラダ油をひき、2をパラパラになるまで炒める。
- 4 漬けておいた花ワサビはざく切りにし、ホタルイカ、大さじ1の水(材料外)を3に入れ、強火でサッと炒め、塩・こしょうで味を調え器に盛り付ける。

レシピ
2

和風ポテトサラダ

【材料】(2人分)

ジャガイモ………… 中3個
ゆで卵…………… 1個
(細かくほぐしておく)
—— ポテトサラダ調味料 ——
マヨネーズ………… 大さじ4
塩・こしょう………… 適宜
酢…………… 小さじ1/2

—— ウドきんぴら ——

ウド…………… 1/2本
酒…………… 大さじ1
みりん………… 大さじ1
しょうゆ………… 大さじ1/2
ごま油………… 小さじ1/2
いりごま………… 大さじ1
温泉卵…………… 1個
トマト…………… 1/2個
粉さんしょう………… 適宜
アサツキ…………… 適宜

【作り方】

- 1 鍋に水、塩少々(共に材料外)を入れ、ジャガイモをゆでる。ゆでたジャガイモをボウルに入れてつぶし、熱いうちにポテトサラダ調味料とゆで卵を混ぜ合わせる。
- 2 ウドのきんぴらを作る。フライパンにごま油をひき、千切りしたウドを炒め、酒、みりん、しょうゆを入れてさらに炒め、仕上げにいりごまを振る。
- 3 器に1、温泉卵、2、小口切りにしたアサツキの順に盛り付け、トマトを添え、粉さんしょうを振って出来上がり。



みなさまからのオリジナルレシピを募集しています。
食材は旬の地元農産物であれば何でもOK!編集部までご連絡ください。お待ちしております。



スマートフォンからも
レシピを紹介しています。
こちらからどうぞ。