

花

HANA
MUSUBI

10

2021 OCT

むすび



06p > 特集

クイーンルージュ®
生産振興への取り組み

08p > 園芸にチャレンジ

干し柿に挑戦!!





10月号目次

02 JA中野市 News

06 特集

JA中野市クイーンルージュ®
生産振興への取り組み

08 園芸にチャレンジ

干し柿に挑戦!!
今月の資材情報

10 販売情報

きのこ販売情報

11 JA共済からのお知らせ

変わる医療に新保障をスタート

12 みんなのページ

手軽に健康/介護ハンドブック
工機センターからのお知らせ
まちがいがし
健康教室開催のお知らせ

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 清水金融常務

「秋映」目揃え会開催

JAとJAりんご・もも部会は9月24日と27日の両日、JA営農センターと高社共選所で「秋映」の出荷目揃え会を開催しました。2日間で100人の部会員が出席し、着色、熟度、サビ、日焼けなどの集荷基準を確認しました。

今年度の「秋映」も降雹による被害を受けましたが、果肉成熟が昨年に比べ5日ほど早く、糖度上昇も良い傾向で着色、食味ともに上々に仕上がっています。

「秋映」は一本木の故・小田切健男さんが育成した中野市生まれの品種で全面が濃赤色になるのが特徴。甘味、酸味ともに程よくシャキシャキとした食感のりんごです。

JA管内では、南部地区で9月24日、北部地区で9月27日に収穫が始まり11月中旬まで出荷される予定です。



「秋映」出荷目揃え会で集荷基準を確認する部会員

第29回ぶどうコンクールを開催

JAとJAぶどう部会は9月22日、JA営農センターで「第29回ぶどうコンクール」を開催しました。コンクールは基幹品種の良房生産の推進、栽培技術と品質向上を図ることを目的に毎年開催しています。

今年度のコンクールには「シャインマスカット」、「種なし巨峰」、「ナガノパープル」、品種や房数を問わない「我が家自慢」の4つの部門に計65点が出品され、糖度、着色、房型、粒重などを基準に審査しました。



審査する部会役員とJA職員

入賞したぶどう

受賞者は次の通りです。(敬称略)

シャインマスカットの部 29点出品

▽最優秀賞 清水貴志(平岡)

▽優秀賞 小林 進(中野)

▽優良賞 池田一則(科野)

田川耕介(白野)

清水謙二(平岡)

酒井康世(日野)

滝澤 敏(中野)

佐藤忠(科野)

市川和仁(平岡)

種なし巨峰の部 17点出品

▽最優秀賞 池田武久(科野)

▽優秀賞 春原 匡(平岡)

▽優良賞 阿部敏春(平岡)

山田達也(平岡)

黒崎資展(平岡)

ナガノパープルの部 9点出品

▽最優秀賞 市川和仁(平岡)

▽優秀賞 武六園 武田将希(平岡)

▽優良賞 湯本 章(平岡)

我が家自慢の部 10点出品

クイーンルージュ®

▽優秀賞 佐藤博樹(平岡)

ピオーネ

▽優秀賞 池田新一(平岡)



シャインマスカット

波田陽区さん、農産物直売所をPR

9月24日、SBC信越放送のラジオ番組「坂ちゃんのずくだせえぶりでい」の企画「美味しい秋の感謝祭」で、タレントの波田陽区さんが「農産物産館オランチェ」と「信州中野いきいき館」を訪れ、JA管内でとれた旬の農産物をPRしました。

「農産物産館オランチェ」では、目玉の一つである「100円市」を紹介。きこの類や果物等の農産物が100円均一で売られている事に驚いた様子でした。また、「信州中野いきいき館」では、中野の新名物「えのき餃子」と、シャインマスカット、ナガノパープルを挟んだフルーツサンドを試食。波田さんのレポートに会場が盛り上がり、収録の後には記念撮影を求める行列ができていました。



農産物を紹介する波田陽区さん(左)とオランチェ店員の町田学さん

クイーンルージュ®

いよいよ出荷が本格的にスタート

JAとJAぶどう部会は、9月27日から露地栽培のクイーンルージュ®の出荷を本格的にスタートしました。

9月13日には、JA管内3か所の会場でクイーンルージュ®の出荷目揃え会を開催。3会場で合計172人の部会員が出席し、県の定める目標果実品質と収穫基準、販売時の商標の扱いなどを確認しました。

出荷当日には、露地栽培されたクイーンルージュ®がJAぶどう集出荷センターに持ち込まれ、検査員による粒の大きさ、色、房型のチェックの後、市場に出荷されました。



多くの部会員が出席した目揃え会



検査員よりチェックを受けるクイーンルージュ®

クイーンルージュ®は、長野県果樹試験場が「ユニコーン」と「シャインマスカット」より育成した皮ごと食べられる赤色大粒種で、ぶどう部会員約250人が約43ヘクタールで栽培。赤系品種として品質、食味ともに市場からの評価が高く、海外からも注目を集めています。今後は、視覚、聴覚に訴えた商品PRと認知度向上に向けて需要喚起を目指すほか、シャインマスカット、ナガノパープルと合わせた長野県産「ぶどう三姉妹®」による宣伝、販売企画提案に力を注ぎ販売の相乗効果を図っていきます。

【今月の表紙】

今月の表紙は露地物の出荷が本格的に始まった「シャインマスカット」です。「シャインマスカット」は種なしで皮ごと食べることができ、甘みの強さとマスカット香が特徴。JA中野市では「食味重視」を基本に掲げ、糖度18度以上を最低基準に設定し、非破壊センサーで検査後、出荷しています。美味しいシャインマスカットの特徴は、より黄色がかったものと言われています。選ぶ際はぜひ参考にしてみてください。また冷蔵保存により比較の日持ちもする品種なので、長い期間楽しむことができます。

「食事の時は気を休めて」 北信総合病院に農産物寄贈

JA青年部は9月29日、長野県青年部協議会が行っている厚生連病院への農産物寄贈事業の一環として、北信総合病院に青年部盟友が育てた「シャインマスカット」、「クローアワビタケ」、「トモロコシ」、「キュウリ」の4品目を寄贈しました。

農産物を手渡した矢岡太一委員長は「新型コロナウイルスによる未曾有の事態ですが、我々地域住民が安心して生活できるようにご尽力いただきありがとうございます。食事の時だけでも農産物で気を休めていただければ幸いです」とあいさつ。洞和彦院長は「改めて地域の皆様に見守っていただいていることを実感しました。皆様も体調にはくれぐれも気を付けて、美味しい農産物を作ってください」と感謝しました。



農産物を持つ青年部役員(左)と洞和彦院長(右)



農産物を盗難から守る！ 青年部盗難パトロール開始

JA青年部は近年、農産物の盗難が増加していることを受け、9月15日から青年部全8支部による農産物盗難パトロールをスタートしました。

9月30日には、南宮支部の盟友が前年の盗難多発場所を中心に園地のパトロールを行いました。南宮支部の滝沢洋行支部長は「我々農家にとって日頃の苦労が報われるのが収穫の時。日ごろの成果を盗難するというのは許せない。今後もパトロールを継続し、盗難防止につなげたい」と話していました。

青年部による盗難パトロールは、今後もJAとJA果樹部会協議会の協力を得ながら11月中旬まで続ける予定です。



園地を巡回する盟友

笑顔あふれる地域交流の場

JAアップル・デイサービスセンター遊湯『オレンジカフェ』に来ませんか？

JAアップル・デイサービスセンター遊湯では、地域の方が懇談し交流できるスペースとして、『オレンジカフェ』を設置しています。

○認知症カフェ(オレンジカフェ)とは

認知症カフェは、認知症の方やそのご家族、介護・医療の専門職、地域の方などなたでも気軽にお越しいただける集いの場所です。コーヒーやお茶を飲みながら、参加者同士の交流、情報交換をしています。

○デイサービスセンター遊湯のオレンジカフェとは

デイサービスセンター遊湯のオレンジカフェは今年の7月から開始し、認知症の方、障がいのある方はもちろん、ご家族やご友人、**地域の方**などたでもご参加いただける交流の場です。高齢者から子どもまで、老若男女問わずお越しいただけます。また、どなたでも参加**自由!**いつでも出入り**自由!**過ごし方**自由!**お茶やお菓子をご用意してお待ちしています。

毎月第3日曜日 午前10:00~12:00まで

○デイサービスセンター遊湯のオレンジカフェ名称&シンボルマーク決定!

中野市立日野小学校の児童の皆さんから45点の名称とシンボルマークが寄せられました。オレンジカフェの参加者に投票していただいた結果、日野地区は作曲家「中山晋平のふるさと」として知られていることから、名称を「**シャボン玉カフェ**」に決定、また、シンボルマークも色鮮やかに描かれた「シャボン玉」の作品に決まりました。サブマークには、日野地区ゆかりのタヌキをイメージした作品を選出しました。

シャボン玉カフェ



○シャボン玉カフェ『今後の予定』

令和3年	11月21日	血压測定友の会による血压測定 ワークショップは折り紙を使った作品を作ります 😊
	12月19日	何でも相談!専門職に直接相談できます! 保健・医療・福祉(高水福祉会)の3分野が勢ぞろいします レクリエーションは朗読や歌、手遊びをおこないます! JA中野市女性部の方によるオカリナ演奏会 🎵
令和4年	1月16日	新年初笑い!運動は笑いヨガを行います! 血压測定友の会による血压測定! ワークショップはおり姫さんによる折り紙をします 🎵
	2月20日	勉強会を行います。高水福祉会の方が講師でお見えになります。一緒に学びましょう!
	3月20日	令和3年度最後のオレンジカフェとなります! ワークショップは何をするのかお楽しみに 😊



○シャボン玉カフェボランティア募集

シャボン玉カフェでは、会場準備や受付、来所者の対応などのお手伝いをいただけるボランティアを募集しています。お手伝いいただける方は、下記の連絡先までお気軽にお問い合わせください。
※デイサービスセンター遊湯は中野市介護支援ボランティアポイント事業に登録しています。

【連絡先】 JAアップルデイサービスセンター遊湯 担当:竹内、柄戸 TEL:0269-24-6021



ももの秋季せん定学ぶ

JA女性部「果樹」グループは9月10日、草間の園地でももの秋季せん定講習会を行い、部員8人が参加しました。JAの内山技術員は「秋のせん定は、せん孔細菌病対策として秋季ポルドーの散布に備えて実施すること、園地の日当たりを良くすることが重要」と話していました。参加者は技術員の手本を興味深く観察し、せん定の進め方や樹の特性について積極的に質問していました。このほか、「りんごふじ」の徒長枝切りと現在発生しているりんごの病気について学びました。

割田はま子グループ長は「今年は凍霜害や降雪害、夏の長雨と例年になく栽培管理が難しい。講習会に参加することで、日ごろの悩みが共有でき、部員間の交流も深められる」と話していました。



ももの秋季せん定を学ぶ部員

J A 中野市クイーンルージュ® 生産振興への取り組み



実りの秋を迎えJA管内では多くの農産物が盛んに出荷されています。
今月号は今年度より出荷が本格化するクイーンルージュ® 生産振興に対する取り組みをご紹介します。



クイーンルージュ®とは

クイーンルージュ®は長野県果樹試験場が「ユニコーン」に「シャインマスカット」を交配して育成され、平成31年に品種登録された期待の赤系ぶどう品種です。果皮色は紫赤色で、糖度が20%~21%と高く、香気はマスカット香で、種がなく皮ごと食べることができるという特徴があります。



クイーンルージュ®



クイーンルージュ®の糖度

生産振興への取り組み

令和元年度	苗木導入開始(約2,000本・面積約10ha分)
令和2年度	ぶどう部会・JAタイアップで「SAN×SUN (サンサン) ルージュ生産振興」を樹立。苗木導入約1,000本・面積6ha分
令和3年度	クイーンルージュ®単独での栽培管理講習会(苗木植え付け・摘粒・新梢管理他)・出荷前目揃会・視察研修会開催実施

JA中野市ぶどう部会ではクイーンルージュ®を、シャインマスカット、ナガノパープルに次ぐ、3番目の柱として、令和元年度から組織的に導入を開始し、令和3年度で導入3年目となりました。加えて、令和2年度から、「クイーンルージュ3(SAN)年後、3(SAN)万ケースの出荷を目指す」、「太陽の光を燦燦(SAN×SUN)浴びて、着色・食味ともに高品質なぶどう生産に努める」の2項を大きな柱に「SAN×SUN (サンサン) ルージュ生産振興」を樹立しました。導入から3年目を迎えた本年も組織的な生産基盤拡大及び高品質生産に向けた講習会等を積極的に開催しました。講習会では、理想的な房作りや具体的な摘粒方法、新梢管理など収穫前の管理について多岐にわたり質問が出され、初出荷に向けた意思統一を図りました。また、JAの収穫前の調査では、9/20前には糖度20%を超える房が多数ありました。

9月13日に開催した目揃え会では初出荷に向けた着色・収穫基準等の統一を図りました。導入者の高品質栽培への意欲も高く、目揃えには200名近い参加者がありました。導入者からは、「糖度が非常に高く食味が良い。長野県オリジナルで期待の赤系品種だけに大事に育てていきたい。房作りや着色向上技術を高め、更に品質の良いものを出荷したい」など意欲的な声があがりました。また、去る9月27日には露地物の初出荷を迎え、今年度は約3,000房、約12tの出荷量を見込んでいます。今後も長野県、全農長野と連携しながら「ぶどう3姉妹®」(ナガノパープル、シャインマスカット、クイーンルージュ®)として各種イベント、消費宣伝を行っていきます。



「ぶどう三姉妹®」
左からナガノパープル、シャインマスカット、クイーンルージュ®

生産目標

令和3年から3年後に30,000ケース/4kgを第一次生産目標とする

年度	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年
出荷量	689ケース	3,000ケース	10,000ケース	20,000ケース	30,000ケース

苗木導入は計画的に年間1,000本を目標に進めていく

年度	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年
本数	1,724本	3,172本	932本	1,000本	1,000本	1,000本

生産者の声

就農して9年目の清水貴志さん。主にぶどうとりんごを生産し、令和元年からクイーンルージュ®を約25アールの面積で栽培しています。

県のオリジナル品種ということで期待感もあり、3年前に苗木が販売された時からクイーンルージュ®を導入しました。樹勢が強いのと成木した時の着色がどうなるかが気になっていますが、栽培方法が確立されていないので現状は探り探りで栽培をしています。単価もいいですし、県を代表する品種なので産地化するためにも多くの方に栽培して貰いたいと思います。



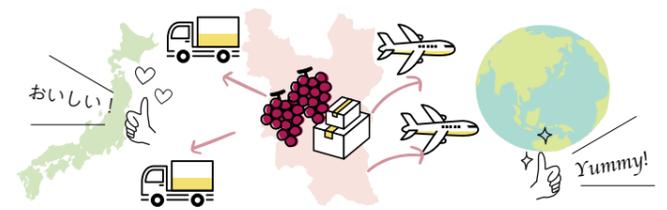
クイーンルージュ®を栽培する清水貴志さん

市場からの評価



市場に出荷されるクイーンルージュ®

市場からは赤系品種として品質、食味ともに高い評価を得ています。国内だけでなく海外でも注目度が高く輸出においても手ごたえがあり、露地期には赤系が少ないため、売り場確保はできる見込みです。



今後の取り組み

JAとJAぶどう部会は、令和6年度の出荷3万ケース必達に向けて、更なる高品質化を目指し、生産基盤拡大と栽培技術向上を目的に、講習会を積極的に開催してまいります。

詳しい内容につきましては、園芸課技術担当までお問い合わせください。(TEL:0269-23-3933)

干し柿に挑戦!!



この時期になると家の軒下に柿が垂れ下がり濃い柿色のカーテンをかけているよう…そんな風景が懐かしく思い浮かぶ季節になりました。最近では干し柿は美容や栄養価が高いということで注目されています。今回はそんな干し柿の作り方についてご紹介します。是非おうちで干し柿に挑戦してみませんか？

柿を干す作業



皮を剥いて柿のれんにかけた直後の様子。ここから果実内の水分が約40%になるまで乾かします。



だんだん水分が抜けてきました。乾燥してくるときれいな濃いオレンジ色になってきます。



はざおろし直前の写真です。果実面に大きな縦ジワが2本見えてきました。触り心地がべたつかず、中身が羊羹状になった頃がベストタイミングです。



天日干し、柿もみをした後米袋等の紙袋に入れ涼しいところで寝かせ込みを行います。寝かせ込みの最中も数日に一回柿もみを行うとよりしっかりと粉が出てきてきれいに仕上がります。



完成するとこのように上品に白い粉が出てきます。白い粉の正体は、ブドウ糖の結晶です。乾燥させた柿を揉むことにより、中の水分と一緒に糖分がにじみ出てきて結晶になります。

① まずは皮をむいた柿を吊るします。“柿のれん”を軒下で見たことはありませんか？1本の紐に数果実つけ、のれんに見えることからその名がついたとされます。干し方は“柿のれん”に軸をかけるか紐に軸を括りつけ柿同士が当たらないよう吊るします。

② 硫黄燻蒸:家で作る干し柿は黒くて硬い…というイメージはありませんか？硫黄燻蒸には黒変を防ぐ働きとカビの働きを抑制される効果があるので燻蒸を行うことによってきれいな色に仕上がります。

燻蒸量:市田柿など小柿 10g/1㎡ で30分間
(硫黄華) 平核無など大柿 15g/1㎡ で30分間 密閉した空間で燻蒸してください

！注意！硫黄は、燃焼させると有毒なガスが発生するので、処理する際には吸い込むことのないよう十分に注意してください。(室内では行わないこと)

③ 前期乾燥:乾燥は大きく分けて2つあります。1つ目が前期乾燥。もう一つが柿をのれんからおろした後の後期乾燥です。前期乾燥は柿のれんに吊るし、風通しの良い場所で2~3週間ほど乾燥させます。

- ポイント
- この時、日中直射日光にあたりすぎると黒変や硬く乾燥してしまう原因になります。できるだけ日に当たらない日陰で干すことが大切です。
 - 天候によって乾きにくいことがあります。乾かないときは扇風機等で風乾させてください。
 - 吊るしている最中はできるだけ触らないようにしましょう！こちらも柿を変色させる要因になります。

④ 後期乾燥:柿の水分が皮を剥いた時に比べて35%の重さになった頃柿のれんから柿を下ろします。(はざおろしという作業です)

はざおろしするタイミングは、外観は大きく縦ジワが2本でき中身が羊羹状になったところがポイントです。

はざおろした後は、軽くもみ(柿もみ)、天日乾燥を行います。

夜間は室内に取り込み、日中は天日で1~2日干します。

そのあとは米袋等の紙袋に入れ、涼しいところで寝かせ込みます。

寝かせ込みをして数日すると白っぽい粉が出てきます。

柿もみを何回か行うことによって上品な粉が発生しやすく見た目もおいしく仕上がります。柿もみはすればするほど白い粉が厚く発生することができます。

Question 干し柿にする柿って？

干し柿は基本“渋柿”という種類の柿を使います。中野市で栽培されている主な渋柿は“市田柿”と“平核無(ヒラタネナシ)”の2種類です。渋柿は、生で食べると渋が強く、とても食べられるものではないのですが、実は糖度が約20度と、とても高いのです！干すことによって渋が抜け、和菓子のように甘くておいしい干し柿ができます。

JA中野市では管内で栽培されている品種のうち市田柿を使った干し柿を“おひな柿”というオリジナルブランド名で販売しています。



平核無(ヒラタネナシ)



市田柿

Step 1 収穫

干し柿にする柿の種類が分かったところで、まずは収穫です。色づいてきたら収穫してもいい！というわけではありません。よりおいしい干し柿にするためには適熟をねらって収穫するようにしましょう。

- 収穫適期
- 果面のツヤと弾力がでてきた頃
 - 果頂部は赤みが強くなり、ヘタ部(肩部)は陰光面*2が橙黄色となる
 - ヘタは青みが抜けて中心付近まで黄色になり、そり返る

収穫時期(目安) ● 市田柿:10月25日頃～ ● 平核無:11月5日頃～

※2太陽の光が直接当たらない面のこと



Step 2 干し柿に挑戦!

収穫をしたら、次は干す工程です。収穫をしたらすぐに皮をむくのではなく、3~5日程追熟を行うとよりおいしい干し柿ができます。

- 用意するもの
- 渋柿、包丁、柿のれん(紐でも可)、米袋(紙袋)
 - (きれいに仕上げるためにあったら良いもの:硫黄華、手袋、消毒液)
 - ※柿のれん、硫黄華は各資材店で取り扱っています。

皮むき 皮残りがないようにしっかりと皮をむきます。ヘタは中心の軸を残してとります。

！干し柿は保存期間が長く、冷蔵に入れて保管すると長期間おいしく食べられます！ぜひ、干し柿に挑戦してみてください！

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

営農センター内 園芸課 果樹担当 TEL:0269-23-3933

資料課より今月号の
オススメ資料をご紹介します

JA自己改革実践事業

今月の資料情報

特別価格の期間 10月15日~11月30日まで

特別価格 //
アロン てみ(大) 980円(税込)

- 各種農作業に便利
- 「集める・掬う・運ぶ」など様々な用途に使用可能
- 規格:51cm×54cm×高さ18cm



特別価格 //
アロン 散布桶3型 1,180円(税込)

- 広口で肥料散布に便利な目盛付
- ベルトの長さが調節でき、取り外しも可能
- さびず・腐らない万能容器
- 規格:43cm×32cm×高さ21cm



お求めは、営農資材店、西部センター、北部センター、園芸資材店 TEL:0120-20-4312(営農資材店)まで

きのこ販売情報きのこ課(販売)

昨年に引続き新型コロナウイルスによる感染終息の目途が立たぬ中、私たちの生活も変化しました。そのひとつに行動制限に伴う経済活動の縮小があります。食に関しては外食産業を中心に業務関係が縮小した反面、量販店などでは内食・中食が拡大しました。

今回は需要期を迎えております菌茸類における宣伝事業の一部をご紹介します。
今後も消費拡大に繋がる取り組みを積極的に実施し、生産者の手取り向上に向けて努めてまいります。

WEB広告による 宣伝活動

Advertisement

きのこ課(販売)では9月13日~27日まで「Yahoo」「Facebook」「Instagram」の検索で「グルメ」「健康」「美容」などのキーワードを検索または、閲覧者の趣味・嗜好を分析し、その該当する属性に所属する国内在住の方を対象に広告を配信しました。

広告内容は

- 1きのこの健康効果
 - 2きのこの栄養を効率よく摂取する方法
 - 3きのこのうま味を引き出す調理方法
 - 4家族で楽しめる簡単きのこレシピ
- を紹介しました。



(株)ミツカン コラボキャンペーン

Campaign

東海エリア・北陸エリアの取引先量販店約200店舗で10月または11月のどちらか一カ月間、JA中野市のきのこ3袋とミツカンの鍋スープ1袋を購入いただき応募していただくキャンペーンを行います。

景品には抽選で中野市産シャインマスカット2房セット100箱または、ミツカン鍋スープときのこの詰合せセット300箱が当たります。(※景品数は3社合計数となります)



キューピーコラボキャンペーン

Campaign

キューピー(株)とJA全農長野では、『自宅で「気軽に簡単に」「旬を楽しめる」食べ方提案を通じて購買行動を促進する』ことを目的に10月~11月にかけてタイアップ企画を行います。

対象商品はキューピーすりおろしドレッシングと菌茸類で商品陳列の変更やレシピカードの配布等で訴求します。



店内POP

レシピカード

FROM JA KYOSAI



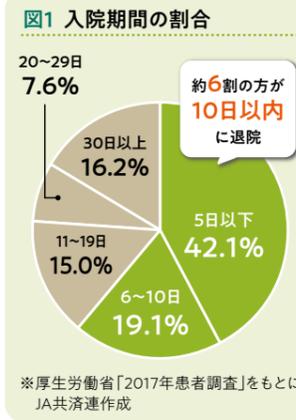
変わる医療に新保障をスタート

コロナ渦以前から徐々に進んでいた社会の変化に合わせて、JA共済が4月1日から新しくスタートさせた医療共済「メディフル」。その背景とポイントを紹介!



■入院1日目から一時金保障
これまでの医療保障では入院1日あたりに対して数千円という形(日額保障型)で共済金(保険金)が支払われているのが一般的でした。しかし、入院の短期化や通院在宅治療の増加、総医療費(自己負担)の増加など、医療をとりまく環境の変化に応じて、新しい医療共済「メディフル」では入院後の治療にも対応できるように、日帰り入院を含め、入院1日目から30万円といった、まとまった一時金としてお支払いできる支払い方法(一時金型)による医療保障をスタートしました。(契約

一方で、医療技術の発達や生活習慣病などの長期治療を要する病気が増えてきていることから、通院在宅治療を行う患者は確実に増えています。また、社会保障制度の変更により医療費の自己負担割合も増えてきている影響もあり、入院日数が減っているにもかかわらず総医療費の自己負担額は確実に増加しています。今後も社会保障制度の改正の度に自己負担割合が増えていく可能性も十分にありま。



■入院が短期化しても自己負担は大きい?
厚生労働省の「2017年患者調査」を元に医療の実態をJA共済連がまとめたところ、入院日数は減少傾向で約6割が10日以内に退院しています(図1)。そこへこのコロナ禍。入院を含め、医療機関にかかることすら思うようにいかない事態が出現しています。専門病床の不足で新型コロナウイルスに感染しても症状によっては自宅待機(療養)を強いられるケースも増えています。

図2 メディフルのポイント

日帰り入院※1からまとまった一時金を受け取れます
新型コロナウイルス感染症で入院・自宅療養でも一時金を受け取れます※2

日額型	1日目	2日目	3日目	入院日数に応じて給付金をお受け取り
金額	¥	¥	¥	

NEW 一時金型	1日目	日帰り入院を含め、入院1日目からまとまった一時金をお受け取り!
金額	¥	¥

※1日帰り入院は、入院基本料の支払いの有無などにより判断されます。
※2ご契約ごとに定められている所定の条件を満たす必要があります。
この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。
21165800255

内容によって一時金の額を選べます(図2)。医療共済「メディフル」では、新型コロナウイルス感染症での入院治療はもちろん、医師の指示により医療機関以外の宿泊施設や自宅での療養を余儀なくされた場合にも一時金をお支払いします。(※2)入院期間が短くなっているとはいえず、入院ともなると医療費にも個室や少人数の病室に入った場合の差額ベッド代をはじめ、健康保険が使えない先進医療などさまざまな費用が発生します。また、働けなくなったことによる収入の減少や住宅などのローン返済にも備えなくてはなりません。医療保障を検討される際は、入院前の検査、退院後の通院やリハビリ費用など前後の負担を含め、総合的に備えができていくか考えておく必要があります。

一時金で支払う医療共済「メディフル」では、入院日数が1日で支払う「1回型」のほか、30、60、90日でも支払う「4回型」、さらに120、150、180日でも支払う「7回型」を用意し、もしもの長期入院にも備えられます。

JAの窓口では「ライフアドバイザー(LA)」という専門資格を持った職員がお待ちしております。JA共済のご利用は農業従事者に限らずどなたでもご利用いただけます。お気軽にご相談ください。



JAの医療共済が生まれ変わりました!

時代の変化に応じて生まれた、新しい医療保障のカたちです。

Point 1 日帰り入院からまとまった一時金を受け取れます

日額型の場合
1日目 2日目 3日目
¥ ¥ ¥
入院日数に応じて給付金をお受け取り

NEW 一時金型(メディフル)の場合
1日目からお受け取り
日帰り入院を含め、入院1日目からまとまった一時金をお受け取り!
入院前から退院後まで、さまざまな費用にお使いいただけます。

お受け取りのイメージ
(共済金額30万円、4回型の場合)
1日目 30万円 30日目 30万円 60日目 30万円 90日目 30万円
入院日数が1、30、60、90日の各日数に達するごとに、治療共済金30万円をお支払いします(合計120万円)。

※1日帰り入院は、入院基本料の支払いの有無などにより判断されます。

Point 2 新型コロナウイルス感染症で、入院または宿泊施設、自宅療養でも一時金を受け取れます

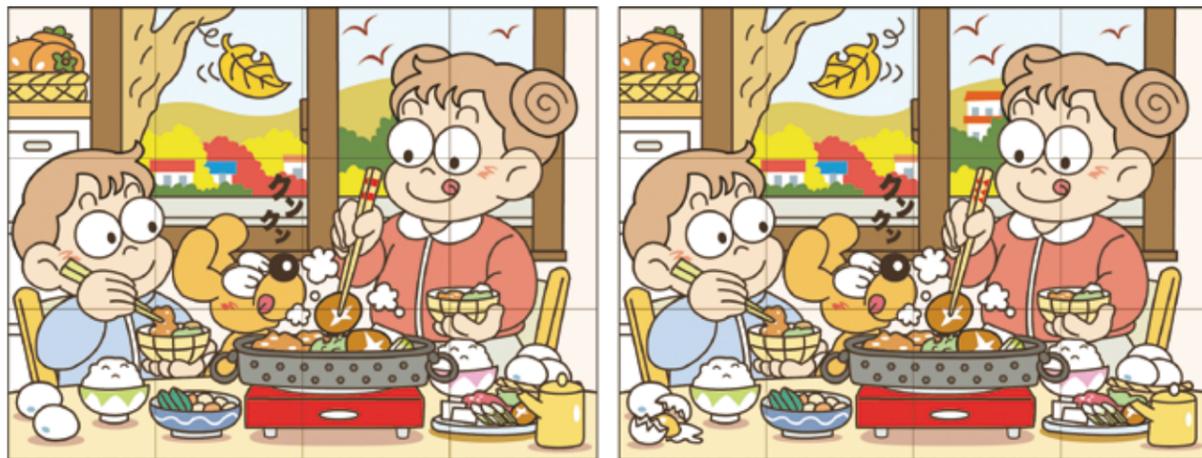
新型コロナウイルス感染症のお取扱い
新型コロナウイルス感染症※1の療養により、入院された場合、「療養による入院」として、入院共済金のお支払い対象となります。※1(医療機関等の療養により、宿泊施設や自宅等での療養を含めなくなった場合も、所定の証明書を提出したことで入院共済金のお支払い対象としてお取扱いします。)*2

Point 3 一生保障や先進医療保障などライフプランにあわせて自由に設計できます

●ご加入にあたりましては、お近くのJA(農協)へお問い合わせください。
●この資料は、概要を説明したものです。ご契約にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご確認ください。また、ご契約の際には「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご確認ください。

資料請求キャンペーン実施中! 資料請求はコチラ▶



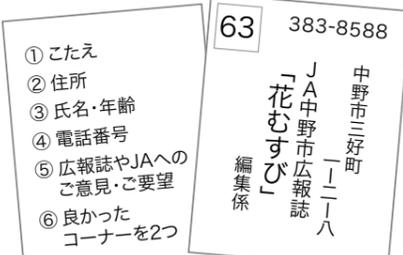


左上のイラストには右のイラストと違う部分が**5カ所**あります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。

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)

【9月号の答え】

- 2 … 網の長さが違う
- 3 … ジャンプした魚の高さが違う
- 6 … 犬の尻尾が下がっている
- 9 … いすの背もたれがない
- 12 … 水が減っている



- 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

*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。

応募の締め切りは10月29日(金)

健康教室

参加費 無料

「ストレッチヨガ体操」を開催します!

JA中野市では、健康寿命創造運動の一環として、健康教室「ストレッチヨガ体操」を下記のとおり開催いたします。開催するにあたり、新型コロナウイルス感染対策を講じた中で実施いたします。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3年11月17日(水) 午前10時~(概ね1時間程度)
 - 【会場】 中央公民館2階 208、209和室
 - 【内容】 ストレッチヨガ体操 講師:黒岩あずさ氏
 - 【申込締切日】 定員20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)
 - 【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
- 【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
 - 参加者全員に手指の消毒を行っていただきます
 - 参加者全員に氏名、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

参加ご希望の方は、事前に予約をお願いします

【お申し込み・お問い合わせ先】 総務企画課 TEL: 0269-22-4191

手軽に健康 手指体操

鍵引き運動で指の力を鍛える

健康生活研究所長 堤喜久雄

私たちは日々の生活の中で無意識のうちに指先を動かしています。食事で箸を使うときや、何かをつまむときなど、それぞれの動作に合った力加減で、指や手首の角度を調整し一連の動作を生み出します。しかし、指先の力が衰えてしまうと、日常生活のさまざまな動作が面倒になってしまいます。長年親しんだ手先を使った趣味なども苦になってしまい、気持ちが落ち込むことにもなりかねません。

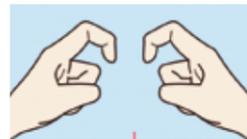
指先を動かす動作は、脳の若さにも関わってきます。今回ご紹介する指を引き合う運動は、5本の指の力を鍛えます。体力低下を防ぎ、体と心、脳の若さを保ちましょう。

ポイント

引っ張り合うときは、勢いをつけず徐々に力を入れます。人さし指だけでなく、普段鍛えることがない他の指も意識して鍛えましょう。

第1関節同士を引き合う

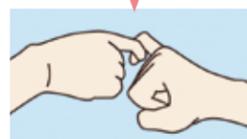
1 両手の人さし指を鍵のように曲げます。



2 人さし指の第1関節同士を絡めて、左右に引っ張り合います。1回10~20秒程度。



3 中指、薬指、小指と順に同じ運動を行います。各指5回程度行うと良いでしょう。



介護ハンドブック

母親が入院! 父親の世話でへトへトに…

介護者メンタルケア協会代表 橋中今日子

介護者が疲弊する要因として、実質的な介護以外の負担も挙げられます。ゴミ箱のゴミを袋に入れて出す、トイレトペーパーの補充といった名もなき家事に、地域の交通立ち番や町内会など、要介護者が担ってきた役割が、介護者に一気にのしかかります。

■家事代行・宅食サービスは必須

母親(70歳)が脳梗塞で入院した、営業職のFさん(40代女性)のケースです。主治医から「リハビリをすれば、歩けるようになる可能性が高い」と言われてホッとしたのもつかの間、思わぬ問題が起きました。それは1人残された父親(73歳)が、洗濯機や電子レンジの使い方が分からないほど生活能力がなかったことです。Fさんは、介護が必要な母親よりも、元気なはずの父親の世話で疲れ果ててしまいました。

このような場合は、介護保険外サービスを積極的に活用してください。負担をゼロにできなくても、時間の余裕ができ、心理的負担が大きく減るからです。Fさんの場合、母親が入院中の2カ月間と退院直後の1カ月間、水回り掃除の家事代行を週1回、宅食を週3回利用しました。介護保険でも生活支援サービスで掃除をお願いすることはできませんが、家族の共有スペースであるトイレやお風呂などの掃除は対象外です。その後は、母親が司令塔になり、父親が家事経験を積めるようになるまで、保険外サービスをピンポイントで利用しながら乗り切りました。

■サービスの利用に慣れておく

介護保険サービスをフルで利用しても、介護による負担は何かしら残ります。夜間や早朝などは家族が介護を担わざるを得ませんし、地域の役割を交代してくれるサービスはありません。だからこそ優先順位を付け、保険外サービスで代替できるものはどんどん利用しましょう。

「他人に家に入ってほしくない」「それぐらい自分でしなければ……」と抵抗を感じる人も多いかもしれません。元気なうちに外部サービスの利用をお試しで体験してみるのも一案です。



ジェイエイ・アップル(株)工機センター

秋の軽トラックキャンペーン

期間:令和3年11月30日(火)まで

全メーカー対象

新車軽トラックご成約の方全員にドーンと!! 荷台いっぱいのをプレゼント!!

- ティッシュボックス 60箱
- トイレトペーパー 48コ
- キッチンペーパー 48ロール



JAサンバー 価格(税込み) 1,111,000円 4WD 5速MT



JAキャリー 価格(税込み) 1,111,770円 4WD 5速MT

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

年金無料相談会

年金受給を、より便利に、より安心に

【開催日】令和3年11月21日(日)・12月21日(火)

相談会には事前予約が必要です

【開催時間】午前10時～午後3時まで

【会場】金融サテライト店(中野市大字吉田902-1)

【ご連絡先】金融推進課(TEL:0269-22-4192)
金融サテライト店(TEL:0269-23-2285)

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。

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

令和3年度 凍霜害対策資金のお知らせ

令和3年4月以降の凍霜害により被害を受けた皆様に対し、生産等の立て直しを図る為の資金について融資を行います。

- ① 貸付限度額：500万円以内(ただし、被害認定額の範囲となります)
- ② 貸付利率：0.00%
- ③ 貸付期間：5年以内(うち据置1年以内)
- ④ 取扱期限：令和4年3月31日(木)

凍霜害対策資金融資の申込を希望される方につきましては、被害認定申請書等の書類が南部・西部・北部・営農センターに用意してありますのでお取り寄せをお願いします。

【お問い合わせ先】
営農支援課 TEL:0269-22-4221
融資課 TEL:0269-26-1184

令和3年度 農作業標準労賃・機械作業標準料金表

中野市農業委員会 JA中野市 JANAがの豊田支所 令和3年10月1日(適用)

作業名	単位	金額(円)	付記	
田植	1時間当り	900		
一般作業	//	880		
動力耕耘作業	耕起	10a当り	8,830	
	一度掻き	//	10,030	
	代かき	荒代	//	7,350
		植代	//	7,710
農機具	田植機	10a当り	8,060	
	バインダー	//	11,040	
	ハーベスター	//	11,290	
	自脱コンバイン	//	20,850	
畑作業	動力耕耘作業	10a当り	6,760	
	一般作業	1時間当り	880	
果樹作業	剪定	1時間当り	1,580	
	摘花・摘果	//	880	
	袋掛け	//	880	
	一般作業	//	880	
	SS防除作業	10a当り成木、1回	4,270	
	バックホー	15PS以上	1時間当り	5,900
15PS未満		//	5,270	
肥料散布作業(マニアスプレッター)		10a当り	1,170	
			3,350	
菌茸作業	1時間当り	880		

※ 圃場条件、作業条件により作業料金を増減できます。領収書については、必ず発行してください。消費税は含んでいません。(但し、労賃には消費税が掛かりません。)

アップルシティーなかの総合受付及び相談ブース設置のお知らせ

日頃よりアップルシティーなかのをご利用頂き、誠にありがとうございます。当施設改修に伴い、9月17日より総合受付及び相談ブースを正面ホール内に設置させていただきました。なお、受付はインターホンによるご案内となりますので、ご了承下さいますよう、お願い申し上げます。



人間ドックを受診される組合員の皆様へ

組合員割引価格でのドック受診には、『資格証明』が必要となります。資格証明は下記のJA施設にて行っておりますのでご案内申し上げます。



【資格証明できる施設】
南部センター、西部センター、北部センター、営農センター、営農資材店、きのこ資材センターおよび総務企画課(本所2F)

【受付時間】平日:午前8:30～午後5:00

9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) 組合員協同活動事業の実施状況について
 - (5) コンプライアンスの実施状況について
 - (6) JA共済コンプライアンス点検結果について
 - (7) 仕組商品のリスク管理について
 - (8) 令和3年度凍霜害対策資金の要項制定について
 - (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(解体工事)価格交渉結果について
 - (11) ジェイエイ・アップル(株)8月末実績報告について
 - (12) ジェイエイ・アップル(株)、中野市農協運輸(株)の8月末期中決算について
- 議事事項
 - (1) 特別管理先債権について
 - (2) 地区懇談会の出席者について
 - (3) その他
 - ① 監事報告事項
 - ② 8月半期監査報告について
 - ③ 協議事項
 - ④ 8月末実績検討について
 - ⑤ その他
 - (4) 8月未期中決算について並びに令和3年度上半期JA事業のあらましについて
 - (5) 農産物検査業務規程の変更について
 - (6) 公印管理規程の変更について
 - (7) 任期満了に伴う役員改選の日程等について
 - (8) 固定資産の取得について

JA中野市の概要 (2021年8月末現在)

● 組合員数	7,830人 (2020年8月末 7,916人)
(正組合員)	3,999人
(准組合員)	3,831人
● 出資金	25億6,435万円
● 貯金	863億1,460万円 (年間計画886億0,000万 年間達成率:97.42%)
● 貸付金	317億3,999万円 (年間計画300億7,800万 年間達成率:105.52%)
● 長期共済契約高	63億8,385万円 (年間計画200億0,000万 年間達成率:31.91%)
● 購買品供給高	27億3,727万円 (年間計画63億0,000万 年間達成率:43.44%)
● 販売品販売高	85億166万円 (年間計画300億1,300万 年間達成率:28.32%)

常勤役員のメッセー

常務理事・金融事業本部長 清水 稔

本年度の上半期は、4月の凍霜害、6月の雹害、8月中旬の長雨被害など、度重なる気象災害に見舞われ、加えて新型コロナウイルス感染症の余波が続く厳しい環境下のもと事業が終了いたしました。組合員皆様のご理解とご協力により8月末の主な実績は販売取扱高8,501百万円(計画対比94.7%)、購買品供給高2,747百万円(計画対比104.4%)、貯金残高86,314百万円(計画対比102.8%)、貸出金残高31,739百万円(計画対比100.5%)となり、事業利益段階で前年を上回る23.9百万円を確保することができました。しかしながら、当JAの事業は下期に集中することから、さらに手綱を引き締め、年間の事業計画の達成に向け全力で取り組んでまいります。さて、コロナ禍のもと開催された東京オリンピック・パラリンピックは、賛否のなかそれぞれに盛り上がりを見せ、私達に大いなる感動を与えてくれました。パラリンピックの最終日に行われた男女マラソンでは、女子視覚障害クラスで道下選手が見事に金メダル、男子では長野市出身の堀越選手が銅メダルを獲得しました。視覚障害者のマラソンでは、輪にしたロープを共に持ち併走しながら、他選手との距離やコース状況を伝えたり、給水を手伝ったりするパートナーとして伴走者が存在します。伴走者はランナー

にコースを誘導しますが、誘導する際は何かメートル先に左(右)カーブ、何センチの段差など、より具体的かつ的確なタイミングで状況を伝える必要があります。ランナーは伴走者から適切な情報が伝達されることで不安が解消され、安心して走れることとお互いの信頼関係が築けるといいます。この伴走者とランナーの関係を言い換えると、まさに組合員とJAの関係そのものであり、JAは組合員皆様の伴走者でなければなりません。過日開催された第72回JA長野県大会議案審議会でも、JA長野県グループ次期3カ年計画の重点的テーマの中に「組合員との対話運動」を基本にJAへの信頼を高め、継続して関係を強化するとともに、その声をJA事業・活動への意志反映につなげることで、組合員とともにその達成(10年後のめざす姿)に向けた課題解決に取り組んで行く事が謳われています。ちなみに10年後の目指す姿とは、JA長野県グループの長期ビジョンである『食と農で地域に笑顔をつくります』を実現するための具体的な取り組みとして①『持続可能な長野県農業の実現』②『食と農を基軸とした協同組合の役割発揮』をしながら、SDGs達成にむけて貢献して行くことをイメージされています。現在、当JAでも後期中期3カ年計画(令和4～6年)を作成中ではありますが、組合員・ご利用者の皆様とともに、持続可能な発展が遂げられる計画作成に取り組んでまいりますので、宜しくお願い申し上げます。

懸賞品付定期貯金
スローふうど

Slow
風土

人形／高橋まゆみ
撮影／額村裕（日本写真家協会会員）



食で信州を元気に！

信州各地の自慢の逸品と地域活性化を応援するジビエ食品をプレゼント！

抽選で
もらえる

信州の食&ジビエセット

商品に関する概要

商品名	懸賞品付定期貯金「Slow風土」
取扱期間	令和3年10月1日～令和3年12月30日
販売対象	個人の方
貯金の種類	スーパー定期貯金 または 大口定期貯金
預入期間	1年以上10年以下
預入金額	20万円以上

懸賞品の抽選 『信州の食・ジビエセット』
①抽選権について お預け入れ金額20万円につき1本の抽選権(抽選番号)をお付けします。 なお、連続した抽選番号20本(ご契約額400万円)につき必ず1本が当選します。
②当選番号の発表 当選番号は令和4年1月中旬に決定し、店頭に掲示します。
③賞品の申込方法 当選者には、令和4年2月に当選通知(懸賞品カタログおよび申込専用ハガキ)を送付いたしますので、専用ハガキにより希望賞品をお申し込みいただけます。

詳しい内容につきましては 金融店本所 ☎ 0269-22-3148 までお問い合わせください。



第199号 2021年10月15日発行
毎月1回発行

発行/中野市農業協同組合
〒383-8588 長野県中野市三好町1丁目2番8号

編集/総務企画課 印刷/PO印刷株式会社
広報に関するご意見・お問い合わせはこちらへ

E-mail n-kouhou@nkn.nn-ja.or.jp

TEL 0269-22-4191 FAX 0269-22-7883 URL <https://www.ja-nakanoshi.ijian.or.jp/>