

せ ば


JA 洗馬

150号にちょっと寄っていきましょ!!

令和6年12月 第150号
(年末年始合併号)



巳のちぎり絵(クレアせば)

特集 令和7年新春 ごあいさつ
～北沢泉代表理事組合長～(P2-3)
お正月に鏡餅を飾ろう(P4-5)

ホームページ



X(旧Twitter)



LINE



広報誌せば SDGsに挑戦中!!

謹んで新春をお祝い申し上げます



代表理事組合長

北沢 泉

組合員の皆様には、健やかな新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。昨年中も、当組合の事業運営に対して格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、昨年を振り返ってまず思い起こすのが元旦に発生した能登半島を震源とした大地震、まだまだ私達の記憶に新しいところですが、その後も各地で発生した自然災害、特に線状降水帯による集中豪雨があらゆる場所で発生した事も忘れられない出来事です。50年に1度とか100年に1度といわれる災害が毎年のように起きている事実、自然の計り知れない力をまざまざと見せつけられた一年となりました。

一方、政治の面ではトップの交代劇が日本、アメリカであり、岸田総裁から石破総裁へ、バイデン大統領からトランプ大統領へと移り行く中、国際的な経済の対応と一日も早い戦争の終わりに導く指導力を期待したいものです。国内では、少数与党での船出となる石破内閣が与野党との合意形成の難局をどの様に調整するかに注目が集まっています。もう一つの不安と言えば、農林水産大臣がわずかな期間に代わっていることです。農業の憲法ともいわれる「食料・農業・農村基本法」の改正案が審議されている最中の交代であります。本当に農業者を守ってくれる法律なのか心配は増すばかりで、現状では輸入の肥料・飼料などに価格の高止まりが続く農家経営を圧迫していますし、担い手不足は深刻化し耕作放棄地の増大に歯止めがかからず、食料安全保障の危機は迫っており、国民の



食を支える農家所得の確保・増大は急務であり具体策を早急に示してほしいものです。

そんな中、JA長野県大会においてJA長野県グループが目指す方向について検討を重ね現行の3カ年計画は、10年後の将来像実現のためにバックキャストイング型の計画策定を行いました。今回策定する次期3カ年計画は、JAグループが目指す10年後に向けた新たな一歩を踏み出すという決意を込め、サブテーマに「組合員、地域とともに食と農を支える協同の力」を付け加え「食と農で地域に笑顔をつくります」を引き続き長期ビジョンのメインテーマとしました。さらに、

① 魅力ある農業経営と活気ある産地づくり

②食と農を基軸としたJAの仲間づくり

③事業戦略を支える経営原動力の進化

を新たな3本柱として設定し、次期3カ年（令和7年～令和9年）の期間内で実現目標として計画を樹立し、農協事業に反映させていきます。詳細については、今後理事会で検討を重ね、通常総会にお計らいして参ります。

昨年の販売状況ですが、3月の低温で定植遅れはあったものの単価の面では、比較的順調なスタートが切れました。7月中旬の梅雨明け以降、連日最高気温が35℃前後の日が続き、特に8月13日、14日にかけて集中豪雨があり、出荷間近のレタス類が冠水等により数量が激減してしまい、春からの出荷数量の累計が野菜全体で20万ケースもの減少になってしまいました。販売金額は、単価高に助けられ野菜と果樹合わせて30億円を超えることが出来ましたが、決して手放しで喜べる状況ではありません。生産者一人一人の努力とJA結集がこの様な大きな実績を残すことが出来、改めて感謝申し上げます。

～このような常態化した異常気象に負けない土壌づくりをはじめ、営農指導を中心とした作柄、作付け、品種等の研究をし、生産者とともに希望の持てる産地づくりに繋がるよう検討を重ねて参ります。

食と農を基軸とし地域に根差した協同組合」として組合員の農業経営と生活に寄り添い、一体的に支援する組織であり、一人一人では実現困難な組合員の思いや願いを実現し総合事業を通じて組合員、地域の皆様に一体的なサービスを提供するという農協の理念を貫き、地域になくはないJA洗馬」であり続けるために役職員一体となり取り組んで参ります。本年が組合員の皆様や地域にとりまして良い年になりますようご祈念申し上げ、年頭の挨拶とさせていただきます。



農協青年部
農協女性部
園芸専門委員会
他 関係組織部会
職員一同

代表
監事

大熊 陽一
青柳 真治
田中 光博

理事

花岡 光寿
清水 みゆき
宮本 洋一
塩原 正彦
竹下 学
田中 喜一
征矢野 敏郎

代表理事専務理事 寺澤 武憲
理事金融部長 都筑 和彦

鏡餅各部の名称



おめでたい
おいしい

新しい一年を迎える縁起物 お正月に鏡餅を飾ろう

新年も豊かな実りがあるように、との祈りを込めてお供えする鏡餅。松の内が明けたらおいしくいただいて、一年を健康に過ごしましょう。

鏡餅と一緒に飾る縁起物



譲葉(ゆずりは)

新しい葉が大きくなってから古い葉が落ちることから、代々家系がうまくつながっていくことを祈ります。



裏白

古い葉の間から新しい2枚の葉が次第に伸びてくることから、久しく栄えわたるとの縁起を担いでいます。葉の形が左右対称なので、夫婦の相性を祝う意味も。



搗栗(かちぐり)

ゆでて干した栗の実。「勝ち栗」の語呂で縁起を担いでいます。



串柿

喜(よ)いことがやって来るといふ意の「嘉来」を表します。財(たから)が串で刺したように集まることの象徴ともいわれます。



昆布

「喜ぶ」の語呂合わせです。



橙

枝から落ちずに実が大きく育つことから、代々大きくなって落ちないという縁起物です。



海老(エビ)

腰が曲がるまでの長寿を祈ります。



鶴・亀

それぞれ長寿の象徴とされています。

鏡餅の丸い形は、人の魂(心臓)を模したものとわれ、さらに昔の鏡が円形だったことから「鏡餅」と呼ばれるようになりました。
1695(元禄8)年に出版された『本朝食鑑』に「大円塊に作つて鏡の形に擬(なぞら)える」との記載があることから、鏡餅は拝み見るべきものだったのかもしれない。大小二つは月(陰)と日(陽)を表しており、重ね合わせるのには、福徳が重なって縁起がいいと考えられたからとも伝えられています。

お正月にお供えする理由



近年は個包装餅入りや餅をそのまま充填(じゅうてん)し、上下の餅が一体になったパックが多く販売されています。



鏡開きに「お手軽」 お餅料理はいかが



管理栄養士
大槻万須美さん

お餅を楽しめる簡単料理を三つご紹介します。

軟らかく加熱したお餅に大根おろしとしょうゆを絡める「からみ餅」は、年末年始に胃腸の疲れが残っている方にお薦め。かい割れ菜などで彩りをプラスするのも良いでしょう。

一口大に切ったお餅を水にくぐらせて耐熱容器に入れ、ケチャップ、顆粒(かりゅう)鶏がらスープのもと、チーズ、キムチをのせて、電子レンジで加熱して作る「チーズトッポギ風」は、仕上げに青ネギやのりを散らしていただきます。

また、切り餅を使えば「大福」も簡単にできます！ 1cm角に切ったお餅と、切り餅1個当たり大さじ2ほどの水を耐熱容器に入れてふたをし、電子レンジで加熱して軟らかくします。砂糖を加えて練れば、冷めても硬くなりくいので、あんこを包みやすくなりますよ。フルーツを加えても良いですね♪



鏡開きとは

鏡開きの日に年神様の力が宿った鏡餅を食べることで、一年を健康に暮らせるといわれています。

鏡開き

関東地方 1月11日

関西地方 1月15日、1月20日

※地域により異なることがあります。

鏡餅から新しい生命を受ける

正月には、全ての人や物に新しい生命を与えるために年神様が現れると伝えられています。つまり全ての人や物が一年に1度新たに生まれ変わるといふことです。年神様の霊力は鏡餅に宿りますので、鏡餅を食べることで新しい生命をいただけるというわけです。

食べてこそ「鏡開き」

供えた鏡餅には年神様が宿っているとされるので、刃物を使わず木づちなどでたたいて割り(鏡を開く)、雑煮や汁粉などにして食べましょう。



お餅お役立ちコラム

【アスリートをサポート】

お餅には運動中の主なエネルギー源の糖質(炭水化物)が豊富に含まれているので、アスリートやスポーツ愛好家の味方になってくれます。

お餅ならコンパクトに栄養補給できます。茶わん1杯のご飯は食べられなくても、包装餅なら2個、3個と食べられてしまいます。緊張感から唾液の分泌が減少していてもお餅入り汁物なら食べやすいです。

糖質をエネルギーに変換する際に欠かせないビタミンB1が豊富なひき割り納豆を使った「納豆餅」などを、日常生活に取り入れてみるのも良いでしょう。

【包装餅と一緒に外遊び】

包装餅とキャンパスは相思相愛。お餅は、米に比べて少ない量でエネルギーを取れる上、腹持ちが良いので外遊びにもピッタリ。

包装餅には、次の四つのメリットがあります。

- コンパクトで持ち運びしやすい
- 水がなくても手軽に調理できる
- 栄養価が高くバランスも良い
- 長期保存できるから安心

包装餅があれば、外遊びの際の食事のバリエーションが広がります。いろいろなシーンに包装餅を活用しましょう。

【非常食に包装餅を】

包装餅の賞味期限は長いもので24カ月程度と長持ちです。その特性から保存食や非常食としても最適の食材といえます。中でも個包装のお餅はコンパクトで持ち運びやすく、災害時にも取り扱いが容易です。

役割りや流通を学習！

児童が岩垂予冷センターを見学

塩尻市立吉田小学校3学年の生徒約80名が10月18日に、JA洗馬の岩垂予冷センターに社会見学で訪れた。

同校は「わたしたちの住む地域のために働く人たちや施設の様子、工夫を学ぶ」目的で、農業が盛んな洗馬地区のJA洗馬野菜集出荷拠点の一つである「岩垂予冷センター」を見学した。JA洗馬はレタス栽培を通じて長年、地元の小学校と交流を行っている。

営農技術員の佐原さんが「レタス栽培の歴史」や「予冷センターの役割」「レタスが消費者まで届く過程」を説明した。児童は熱心にメモを取ったり、「野菜は何種類出荷されますか」「1日にトラックが何台来ますか」などの質問が出された。佐原さんは寄せられた質問に丁寧に答え、「生産者の皆さんは、美味しい野菜を一生懸命育てて、たくさんの方に食べてもらうのを楽しみにしています。」と感想を述べた。



予冷施設の説明をする佐原さんと児童ら

国産国産をPR！

第52回大農協祭を開催

JA洗馬は10月26日に第52回大農協祭をJA洗馬生活センターと本所で開催した。

青年部や女性部、直売部会、農産物加工部会の会員が五平餅や手作りてぬぐいエコバック、秋野菜や果物、赤飯まんじゅうなどの特産品を販売した。JAグループが取り組んでいる国産国産運動をPRするため各会員が統一のエプロンを身にまとい来場者に声をかけた。また、特別値引が行われたガソリンスタンドや農業資材、農業機械、自動車のイベント・展示販売にも多くの人が集まった。

イベント会場では、農産物加工部会の皆さんが作った紅白もち約7千個のもち投げが大盛況となったほか、塩尻市の郷土芸能である憑飛踊太鼓のめいおどりだいの演奏や、ハロウィンの仮装した子どもたちも大勢集り賑わった。北沢組合長は

もち投げのあいさつで部会の方達が身に着けている国産国産エプロンの説明をし、「これから投げるモチや野菜、果物など地元で採れた農産物がたくさんありますので、美味しく味わって下さい」と地元農産物をPRした。



紅白もちを投げる理事ら

トラブルを回避！

農業機械の整備会を開催

JA洗馬は11月11日から3日間、JA洗馬岩垂予冷センター駐車場でブームスプレーヤーやトラクターの整備会を開催した。関係メーカー3社14名と、JA洗馬の農業機械担当者2名が整備に携わった。3日間で約50台の整備を行った。

今年の作業を終えたブームスプレーヤーはオイル交換や水量計ホースの交換、凍結防止剤の施工等が行われ、トラクター部分もオイルとオイルフィルターとの交換、その他各種点検が入念に行われた。冬の間使うトラクターについても、この時期に定期点検としてメンテナンスを行っている。JA洗馬では、協同事業の一環としてこの整備会を毎年開催し、多くの農家が利用している。農業機械整備担当の田中さんは「農業機械を整備会にだ

してメンテナンスすれば来年使い始めた時にトラブルが少なくなる。来期の生産に向けて、機械トラブルを最小限に抑えるためにぜひ整備を行ってもらいたい。」と整備の重要性を呼び掛けた。



農業機械を整備する整備担当者

のう ねん 農年の特長



老後の備えは
農業者年金で安心

4つのメリット

1 積立方式で安心

自ら積み立てた保険料とその運用益により将来受け取る年金額が決まる方式です。

確実に
もらえるんだから
心強いね。



2 自由に保険料を設定

保険料は、月額2万円～6万7千円の間に選択でき、千円単位でいつでも見直せます。

(要件を満たせば月額1万円～)

支払いが苦しい時は
保険料を下げることも
出来るんだ。



3 節税効果が大きい

納めた保険料は全額が社会保険料控除の対象です。

有利さなら
他には
負けないよ。



4 終身年金

65歳から支給され(60歳までの繰り上げあり)一生生涯にわたり受け取ることができます。

長生きすれば
するほど
“加入して良かった!”
って思えるね。



農業者年金がもっと加入しやすくなりました!

POINT
1

若い農業者が加入しやすいよう保険料が引き下げられました
35歳未満で要件を満たす方は、月額1万円から加入できます。

POINT
2

農業者年金の加入可能年齢が65歳に引き上げられました
60歳以上65歳未満で、国民年金の任意加入者であり、
農業に従事(年間60日以上)している方に限ります。

さらに、受給もしやすく!

POINT
3

農業者年金の受給開始時期の選択肢が広がりました
年金の受給要件を満たした方は、受給開始時期をご自身で選択できます。

農業者老齢年金 65歳以上75歳未満

特例付加年金 65歳以上(年齢上限なし)

(通信欄)

お問い合わせは…信用共済課
電話:53-5123

詳しくは… 農業者年金

検索

農業者年金の内容やご相談については、最寄りの農業委員会がJAまたは農業者年金基金にお問い合わせください。

作成 JA長野中央会

☎026(236)2019

(一社)長野県農業会議

☎026(217)0291



[2024年10月]



第199号 営農技術情報



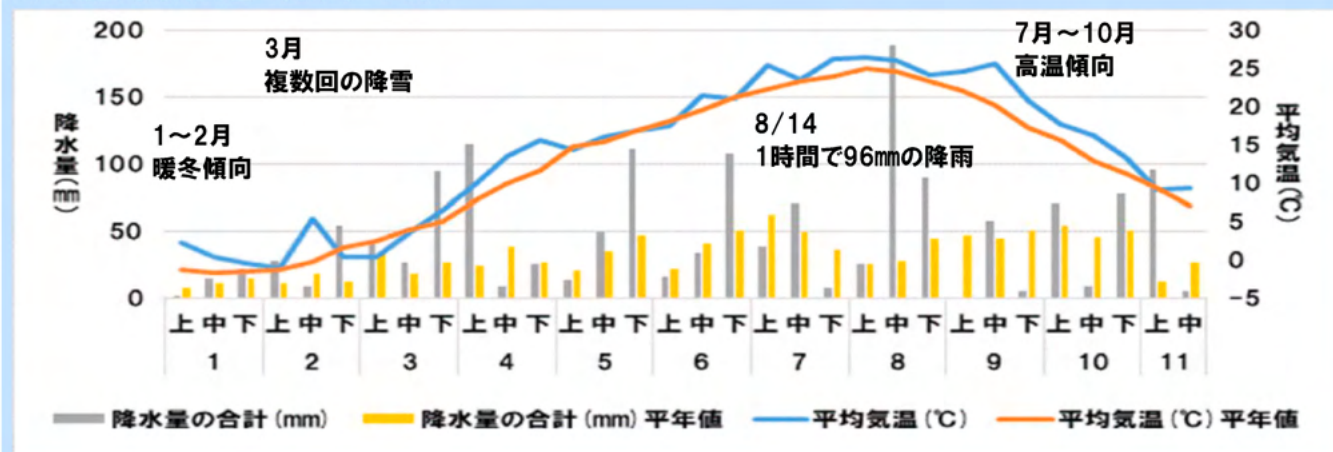
経済部
生産販売課

1.令和6年度販売実績(野菜・果樹ともに11月中旬までの累積実績)

		数量(c/s)	前年比	単価(円)	前年比	販売金額	前年比
野菜	ハクサイ(15kg換算)※1	14,021	94%	1,488	99%	20,863,656	93%
	キャベツ	162,072	91%	1,115	91%	180,710,280	81%
	レタス	734,644	90%	1,695	114%	1,245,221,580	102%
	サニーレタス	253,797	106%	1,423	113%	361,153,131	119%
	グリーンリーフ	110,360	90%	1,444	118%	159,359,840	107%
	パセリ(5kg換算)※2	8,728	65%	14,319	114%	124,973,210	73%
	ブロッコリー	18,620	81%	2,758	89%	51,353,960	72%
	ロメインレタス	15,175	87%	1,283	105%	19,469,525	91%
	レッドキャベツ	74,504	101%	1,557	93%	122,860,230	94%
	イエローコーン	123,266	91%	1,612	121%	198,704,792	111%
	中ピーマン(袋)	380,549	98%	95	114%	36,152,155	112%
	中ピーマン(バラ)	10,013	94%	1,776	94%	17,783,088	106%
	野菜販売金額 計					2,703,444,965	100%
果樹	桃 計	4,939	97%	3,078	106%	15,203,657	103%
	ブドウ 計	26,214	97%	6,860	94%	179,831,653	91%
	梨 計	2,429	105%	5,643	102%	13,704,153	107%
	果樹販売金額 計					211,045,000	93%

※1 ハクサイは加工抜き15kg換算値 ※2 パセリはコンテナ込みの5kg換算値

2.旬別気象経過(松本今井)



3.野菜関係(佐原)

①生産経過

今年は1月~2月にかけて暖冬温暖で推移し定植作業は2/13頃から始まったものの、3月以降15cmを超える降雪が複数回あり結果的に例年よりも定植作業は遅れた。そのため収穫開始時期の遅れが懸念されたが、4月以降急激に気温が上がったため、レタス類は概ね例年並みの4/23~出荷となった。



今年については凍霜害の大きな被害はなかったが、被覆資材除去後の焼けや、定植直後の浸水などによって生育のばらつきが見られた。5月中旬以降は、降雨の影響により斑点細菌病が見られたが、下葉で留まり大きな被害には至らなかった。また、5月下旬～6月にかけては出荷量がピークに差し掛かったものの、一時的に高温乾燥傾向となりチップバーン、巻き込みの発生が見られた。

7月中旬の梅雨明け以降、連日最高気温が35℃前後の日が続いたり、ゲリラ豪雨が発生したり、天気が不安定な状況が続いた。8/14の18時～19時にかけて1時間の降水量が90mmを超える経験したことのない豪雨となり、葉洋菜中心に被害をもたらした。

レタスでは収穫直前の物へ泥の混入、冠水の被害が見られた。9月上旬～中旬にかけては、「タフV」を中心に下葉の傷み・病虫害の発生・変形球などにより、出荷量は今年の7割程度となった。また、非結球レタスでは8月中旬～9月にかけチップバーンが多発した。9月中旬以降は豪雨後の定植となり、作柄が回復してきたものの、一部で腐敗病の発生が見られた。10月にかけ気温が高かったこと、適度な降雨があったことで生育は進み、例年より1週間～10日程早い切り上げとなった。

アブラナ科葉菜類についても、豪雨により定植直後の苗の流出や、根傷みから病害が発生した。特にブロッコリーでは、9月中旬から10月にかけ収穫する作型において、高温多湿が続いたこともあり、例年以上に黒ずす病が多発し、キャベツ類、ハクサイにおいても収穫前から細菌性病害が見られた。

ハセリは7月以降高温の影響を受け、越冬作型中心に葉の黄化・開きが見られた。露地作型については収穫前にかん水を実施した圃場もあり、大きな遅れは見られず7/26～出荷開始となった。しかし、8月中旬以降の高温、降雨の影響を受けて例年以上に芯腐症・軟腐病の発生が見られた。

スイートコーンについては、4月より播種作業が順調に行われ、大きな凍霜害もなかったためその後の生育が進み、露地物が7/7頃～出荷となった。梅雨明け以降の高温干ばつによって軽微であったもののしなび果の発生や、一部の品種で例年より俵が小さいものも見られた。

10月以降も気温が高く、降霜が遅かったことから11月中旬までピーマン、ハセリ等の収穫が行われた。また、今年については高温、降雨の影響を受け一時的に全国的に品薄であったこと、後段産地の生育が遅れたことで、ハセリ、レタス、キャベツを中心に収穫終盤まで高値が続いた。

②令和6年度品種試験の結果について

品目	品種名	対照品種	収穫時期	結果
レタス	パワフル 【NPY-016】 (カネコ種苗)	エスコート	5/下～ 6/中	葉数が多いため、斑点細菌病が入っても下葉で止まっていた。切った形もきれいなものが多かったが、見た目の割に重量がのりやすい。 ※R7年度補完品目として導入予定
	UC-101 (横浜植木)	タフV	8/下	タフVと比較し、葉の枚数が多く樹勢が強い。肥料が強いとホカ玉が発生する。タフVよりもタコ足の程度が軽かった。 ※R7年度も試験継続予定
サニー	長・野60号 (長野県)	晩抽タフレット	9/中	チップバーンは比較的少ないが、開帳性が強く箱詰めしにくい。
グリーン	UC-301 (横浜植木)	UC-055	9/上	UC-055と比較し、大きな差は見られなかったが、やや開帳性がある。(半立性)
スイートコーン	K9-002Y (サカタのタネ)	ゴールドラッシュ	～7/下	ゴールドラッシュと比較して、日数は数日早い程度。3L比率が高い。しなびに弱いので7月末までに収穫し、適期収穫を行う。マルチ作型で裂皮が出やすい。
	恵味スタンド88 (清水種苗)	ゴールドラッシュ90	7/末～	草丈は高いが、倒伏に強い。しなびにも強い。 幼苗期(3～4葉程度)で低温にあたると異型果が発生するため、早播きは避ける。

③種子情報について

・グリーンボール「SK9-545」

メーカーにて発芽試験を行った結果、既定の発芽率を確保できなかったため、令和7年度販売分より販売中止となります。代替品種は「リッチボール」・「SK9-533」になります。

・ハクサイ「ムーンピーチ」

令和6年10月以降販売終了となります。当JA管内では朝日育苗センターでの受託が多い現状となっており、来年度は実績に応じて按分となることが決まっているため、必要本数を確保できない可能性があります。代替品種としては、「桜こまち(トホク)」・「信州大福」を検討しています。但し、どちらもムーンピーチよりも生育が遅い品種になります。



4.果樹(担当:角谷)

本年は凍霜害による被害がなく、各品目で結実良好となった。5月から南信でカメムシ発生注意報が発表され、7月以降にはリンゴ、ナシ、モモを中心に果実への吸害による品質低下が目立った。

リンゴ:夏場の高温干ばつにより着色が進まず、内部先熟となり収穫遅れに繋がった。近年の夏は高温干ばつ傾向であり、特に早生品種では着色しにくく内部から熟するため食味が良好になったタイミングで収穫を開始する。中生種、晩生種については胴割れの発生が多くロスに繋がった。急激に雨が降ると果実肥大が進み胴割れの発生に繋がるため、かん水を行い土壌水分の変動を少なくする。

ナシ:凍霜害の発生無く各品種結実確保することができた。全体的に日焼け果やカメムシによる吸害が多く果実品質の低下が目立った。

モモ:近年、降雨が少なくせん孔細菌病の発生は少ない傾向となっている。4月の満開期に低温の影響でうまく受粉せず結実できなかった。夏場の高温干ばつの影響で果実肥大が進まず小玉傾向、また着色が進まず果肉先行となった。

ブドウ:満開期の降雨と低温により「ナイアガラ」で花振るいが多発し大幅な減収となった。7月の梅雨明後には「シャインマスカット」を中心に日焼けの発生、黒系品種を中心にカラスによる食害が目立った。「シャインマスカット」「クイーンルージュ」を中心に黒とう病の発生が散見され、「クイーンルージュ」については晩腐病の発生も見られた。8月末には降雨が続き、「クイーンルージュ」を中心に裂果が多発した。特に着粒過多、大房な果実に発生が多い傾向であり、着粒管理や房管理の徹底が必要である。「クイーンルージュ」は「ナガノパープル」や「シャインマスカット」よりも晩腐病・黒とう病の発生が目立つ傾向であるため、新梢管理や農薬防除の徹底が必要となる。

5.水稲関係(担当:松岡)

この1年を振り返って

①育苗段階(田植前まで)

4月に入り気温が上昇し、水稲育苗には適した状況で気温は推移していた。しかし、平年より暑い日も多く、軽度ではあるが一部でヤケの症状が見られた。5月初旬は遅霜の発生もあったが、著しい被害は確認できなかった。

②田植え後～稲刈り前後

田植え後はほぼ例年通りの推移となった。しかし、6月以降は雨が比較的少なく、中干しには適していたが、カメムシなどの害虫の発生が目立った。また、降る時は極端に多く降ることもあり、湿気のこもりやすい水田などでは稲こうじ病の発生もみられた。

稲刈り後に玄米を見てみると、高温により胴割れ、カメムシの多発による斑点米の発生がそれぞれ平年以上に確認された。

③来年以降の対策

カメムシに関しては除草管理やスタークル豆つぶなどの適期散布を行い、水田内にカメムシを入れない。

高温対策としては、猛暑日はできる限り水を入れ替え、水温をなるべく下げる。

6. 令和7年度に供給停止となる農薬について

下記の農薬について令和7年度において供給停止並びに販売終了となります。そのため、防除基準より削除となりますが、お手元にある場合は使用期限内なら引き続きご使用いただけます。

・カスケート乳剤(野菜・果樹殺虫剤)

メーカーにて2026年度で製造中止となるため。資材課の在庫分のみ販売が可能です。

・ハッチリルXジャンボ(水稲除草剤)

令和7年度以降、販売終了となるため。代替農薬は「サラブレッドGOジャンボ」になります。

7. 今後の予定について

◎青色専従者給与にかかる年末調整講習会

日時:令和6年12月25日(水)午後1時30分～ 場所:JA洗馬事務所2階大会議室

必要なもの:関連書類(源泉徴収簿、納付書、税額表、年末調整のしかた等)、印鑑

◎令和7年度栽培講習会 1月中旬～下旬予定 ※日程が決まり次第メールでご連絡します。

◎確定申告相談会

令和7年2月5日(水)～2月7日(金) ※予約開始等の詳細はまた後日メールでご連絡します。



新聞よりお得

月額料金 **2,403** 円 (税込)

電子版でできること



いつでも、どこでも

スマホやタブレットを使い、お好きな時間と場所で、情報収集ができます。



過去記事検索が 30日から90日に大幅拡大

見逃した全国版記事もさかのぼって読むことができます。検索で欲しい情報を効率的に集められます。

2024年7月から
もっと便利に



クリップ機能で 記事を保存

気になる記事を最大200件まで保存できます。「まとめ読み」にも役立ちます。

紙面ビューアーの特長



30日分持ち歩ける

いつもの紙面と同じレイアウトです。



もっと読みやすく

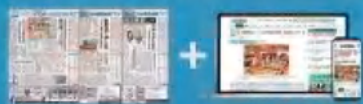
視覚の課題に合わせたレイアウトに切り替えることができます。



紙面丸ごと印刷できる

すべての面が印刷可能。大事な記事の保存やスクラップに役立ちます。

新聞とセット購読は



新聞購読料プラス **1,100** 円 (税込)

※「併読申し込み」はクレジットカード払い限定です



主なコンテンツ

① 記事カテゴリー

「営農技術」「ビジネス」「地方版」など、カテゴリーを選んで記事が読めます。

② アクセスランキング

電子版で多く読まれた記事トップ5を紹介。農業界で注目の話題や関心事、トレンドがつかめます。

③ 写真・動画

新しい技術や農業資材を、映像と音声で詳しく紹介します。

④ netアグリ市況

青果（野菜・果実）、花、畜産などの全国主要市場での取引結果を即日公開します。



●初回のみ、購読開始月は月末までの料金がかかりません（無料期間中の解約はできません）。

●電子版は個人向けサービスです。法人プランはございません。なお、法人代表者が個人でお申し込みいただくことは可能です。

お申し込み・お問い合わせは・・・総務管理課 電話：52-0108



信用・共済情報

令和6年度JA洗馬年金友の会研修旅行

令和6年11月13日～11月15日にかけて年金友の会研修旅行が行われました。本年は『北陸応援!! 福井永平寺・金沢兼六園を巡る あわら温泉・雨晴温泉3日間の旅』として、福井・石川・富山の北陸3県を巡りました。

1日目の永平寺では修行僧様が寺院を特別案内してくださり、2日目の金沢城公園では五十軒長屋などを見学し、秋晴れの兼六園を散策されました。最終日の瑞龍寺では国宝の建築技術を拝見しました。今回の旅行は天候にも恵まれ、各地の特産品を堪能し地域を超えた親睦を深めるものとなりました。



お問い合わせは・・・信用共済課 電話:53-5123



クレアせばからのお便り

担当：福祉介護課
奈良井 かおり・味澤 京子



今年も残りわずかとなりましたね。来年の干支は巳年ということで、巳年には、成長 変革 復活 再生 知恵を象徴する年と言われており、新しいことが始まる年とも言われているそうです。

今回の広報の表紙は、クレアの利用者様が作成した巳年のちぎり絵を掲載していただきました。作成に2ヶ月弱かかりました。

1枚1枚貼る作業は大変でしたが、利用者さん頑張って作成してくださいました。



お問い合わせ・ご相談などいつでもお待ちしております。

クレアせば・JA洗馬居宅介護支援事業所

電話：50-6177

せばSSだより



企画担当：生活課
中野 裕一



12月は・・・今年も「冬のあったかキャンペーン」実施中！

灯油が通常価格より**10円／ℓ引き！**（配送含む。12月30日まで）

さらに・・・12月23日～30日の7日間、**「年末キャンペーン」**として

ガソリン・軽油が店頭価格より**5円／ℓ引き！**

この機会にぜひ給油にお越しください。

自動洗車機につきましては、年末12月31日まで、年始は1月3日より営業します。（8:30～17:00）

※凍結による故障を防ぐため、営業時間が変わる場合がございますのでご了承ください。



お問い合わせは・・・生活課 燃料部門（ガソリンスタンド） 電話：52-2542



俺 たち の 一 品

～農機・自動車情報～



農機具の格納整備承っております



今期使用した農機具をそのまま格納すると、来期の畑が始まる時期に、エンジンがかからない・作業機が動かない等の不具合が起きてしまいます。

そうならないように、農機部門では**農機具の格納整備を承っております。**

また、冬に備えて**除雪機の整備も承ります**ので、この機会にぜひご利用ください。



お問い合わせは・・・生活課 農機部門（電話：54-2471）

企画担当：生活課
清水 直幸



夢ある「農」を目指して 株)ドリームファーム洗馬の圃場から

株式会社ドリームファーム洗馬は、JA洗馬100%出資の子会社です。

県内でも有数の葉洋菜生産量を誇る洗馬地区

農産物の生産及び販売、農業経営者の人材育成、食農教育や体験農業などを通じて、
洗馬地区の農業発展を目指しております!!



畑の排水対策

今年も残り僅かとなりました。

今年は、昨年を上回る猛暑、さらにゲリラ豪雨により畑の作物に浸水被害が幾度も発生し未曾有の年となりました。

ドリームファーム洗馬では、今年も冬期の間、圃場の耕盤破壊、排水改善の為にサブソイラーや反転耕起するプラウ作業を受け付けております。

畑の排水の悪い箇所や、しばらくの間ロータリーがけしかしていない圃場はありませんか？

お問い合わせ・申し込み：JA洗馬生産販売課 52-4476

農業に興味がある方・お仕事をお探しの方・収穫体験などのお申し込み、お問い合わせは・・・

株)ドリームファーム洗馬 代表取締役 寺澤 武憲 まで 電話：52-0108 (JA洗馬代表)



家の光 1月号のお知らせ



表紙は石川 佳純さん

<特集>

これからは、もっと自分を好きになる

人生を楽しく生きる幸せ習慣

人生100年時代、心も体も元気であるためのキーワードは「もっと自分を好きになる」こと。

他人の価値観ではなく、「わたしはどうしたいのか」と自分の「軸」を持つ方法や魅力を引き出すメイク術など、ありのままの自分を認めていたわる秘訣が満載です。

<農ライフのすすめ>

野菜作りは収納が8割!

達人に教わる農具の収納術

農具の収納スペースは片付いていますか?

農具が適切に収納されていると、作業の時短や経費の節約にもなります。整理収納アドバイザーで、理想の農具収納を完成させた長谷川有一さんに教わります。

<別冊付録>

高尾美穂のらくヨガカレンダー2025

らく～な体の動かし方ガイド

家の光図書は貸出しや、中古本の販売も行っております。

お問い合わせは・・・総務管理課 電話：52-0108

企画担当：総務管理課 竹原恵理香

旬風・

農産物直売所アピス

毎年ご好評!! 豆餅注文承り中!!

お申込み締切 **12月27日(金)**
販売・お引渡し **1月10日(金) / 11日(土)**



※アピス店内レジにてお会計となります。

※先月お配りさせていただいた

白餅・お飾り餅のご注文は12月14日(土)までとなっております。



12月3日に直売部会の反省会を開催しました。

北沢部会長のあいさつの後に開催した「園芸アドバイザー・山口正己さん」による学習会では、あらためて土壌管理の重要性を学ぶと共に「酢」による、作物や土壌への効用・効果についてお話しをいただきました。

今後も、昨今の異常気象（もうこれが通常なのか？）に負けず、安心・安全な野菜や果物を出荷していただけたと思います。

令和7年もアピスへのご来店をお待ちしております。

旬の農産物情報

旬の果物・野菜を食べよう!!

長いも・ねぎ・サンフジや、ほうれん草・小松菜・リーフレタスなどのハウス野菜が入荷予定です。

体調管理に気を付けたいこの季節。野菜や果物を食べてしっかり栄養補給しましょう!!

生産者直売部会員さん随時募集中!!

各種お申し込み・お問い合わせは...

生活課 電話：54-2302

農産物直売所アピス

月曜～土曜日 AM9:00～PM5:00まで営業中
日曜定休日 毎週土曜は特売日!! ぜひ来てね!!

みすゞ学生会館 MISUZU21

京王井の頭線「久我山駅」徒歩8分

学生入居者募集

長野県出身学生限定



安心で快適に！

さあ、首都圏で
新生活！

募集対象

大学生
短大生
専門学校生

室料**59,000**円/月(+共益費8,000円/月)

居室/23.3㎡・完全個室・ネット接続可

主要な駅へアクセス抜群！

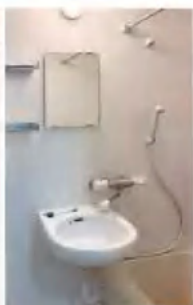


渋谷へ20分 新宿へ20分 吉祥寺へ6分

- ◎主要な駅へアクセス抜群！
- ◎万全のセキュリティーで安心の毎日！
- ◎管理人常駐！
- ◎完全個室の快適なワンルーム！
- ◎浴室・トイレはセパレート
- ◎クローゼット収納あり



※左記間取りのお部屋と左右対称のお部屋の2種類がございます。



お申し込みは
お早めに



入居には所定の条件があります。詳しくは長野県内の最寄りのJAまたはJA共済連長野管理部までお問合せください。

JA共済連長野
管理部
[土・日・祝は除く]

TEL.026-236-2325

<https://www.jakyosai-nagano.jp/>

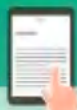


JA共済

JA洗馬 信用共済課共済係

TEL.0263-53-5123

プロの農家が「今」知りたい情報



毎月発行「信州のそ菜」「信州の果実」

ネットでは
探せない
技術や知識
が盛りだくさん

栽培技術から、販売、流通、最新のトレンドまで
農業に役立つ農業専門誌が

デジタル版で 持ち歩いて読める!

長野県農政部や農業試験場、
農業農村支援センターなどの
農業の専門家による詳しい解説で、
収量と売上アップの指南書です!



農業経営の発展に貢献する農業専門誌

✓ 毎月発行 ✓ 毎号約50ページ!

✓ 農業の最新情報 ✓ 栽培技術 ✓ 販売方法
✓ 流通情勢 ✓ 産地・生産者のご紹介 など

お持ちのスマートフォン、パソコン、
タブレットで読むことができます。

※アプリのダウンロードは不要です

毎月発行の「信州のそ菜」「信州の果実」

購読
特典

最新号から過去5年分の情報が
すべて読めます

JA全農長野が毎月発行するプロ農家のための園芸情報誌です。



信州のそ菜

野菜、花き、きのこの栽培
や販売などに関する情報
を写真やイラストを使っ
て分かりやすく紹介。
これを読めば、農業の「今」
が分かります。



信州の果実

リンゴ、ブドウ、ナシ、モモ
などの果実の栽培や販売
などに必要な知識を分か
りやすく紹介。
果樹農家が知っておきた
い情報が満載です。

農作業の休憩時間
に
読んでいます



購読料

長野県のJA組合員料金

信州のそ菜	信州の果実	信州のそ菜・信州の果実 両誌
4,400 円 (年額・税込)	4,400 円 (年額・税込)	8,800 円 (年額・税込)

※正組合員および准組合員



光と風と水のハーモニー
JA全農長野

生産振興部生産振興課 園芸情報誌電子版担当

✉ zz_nn_kajitsu_sosai@zennoh.or.jp

☎ 026-219-3811 (受付時間/平日 9:00~17:00)

詳しくはサイトを
チェック!



理事会より こんにちは!!

毎月定例開催しております理事会から、組合員の皆様や地域の皆様に「お伝えしたい内容」、「ご理解いただきたい内容」をピックアップしてお届けしております。

尚、議事録詳細につきましては、理事会議事録閲覧要領に基づき閲覧申込を行うことが可能です。

10月30日（水）理事会より

豪雨災害の被害状況と対応策について

8月以降の豪雨などの自然災害により、農作物の品質低下や収量の減少といった被害が生じました。このことについて、被害状況の把握が困難なため、出荷用種子※（1月播種用を除く）に対して10%の助成（生産販売ビジョンの助成を含む）を行うことが決定されました。

被害に遭われた生産者の皆様におかれましては、来年度への作付け意欲を保って頂くため12月中に還元を行いますので、購買の請求明細書でご確認下さい。

※対象種子：レタス、サニー、グリーンリーフ、ロメイン、キャベツ、グリーンボール、レッドキャベツ、ハクサイ、ブロッコリー、カリフラワー、パセリ、チンゲンサイ、ズッキーニ、きゅうり、エンダイブ、ピンクロースター、キセラ

11月26日（火）理事会より

協議事項および報告事項

◆協議事項

- ①貸出審議について
- ②個人情報保護法関連規程の改訂について
- ③令和7年度出荷組合活動費（案）について
- ④資産の取得について
フォークリフト

◆報告事項

- ①10月末事業実績について
- ②第3四半期決算日程について
- ③マネロン等の防止にかかる対応状況について
- ④貸出金にかかる基準金利の改定について
- ⑤10月末自主検査結果について
- ⑥豪雨災害対策金の処理について
- ⑦資産の除去について
- ⑧農協祭の実績について

JA洗馬からの伝言板

JA洗馬 年末年始の営業日程

	12月27日 (金)	12月28日 (土)	12月29日 (日)	12月30日 (月)	12月31日 (火)	1月1日 (水)	1月2日 (木)	1月3日 (金)	1月4日 (土)	1月5日 (日)	1月6日 (月)
A T M	8:45 ～ 19:00	9:00 ～ 19:00		8:45 ～ 19:00	9:00 ～ 19:00						8:45 ～ 19:00
信用窓口	9:00 ～ 15:00	休 業		9:00 ～ 14:00	休 業						9:00 ～ 15:00
共済 総務管理	8:30 ～ 17:00	休 業		8:30 ～ 14:00	休 業						8:30 ～ 17:00
生産資材 営農販売 自動車 農 機	8:30 ～ 15:00	休 業									8:30 ～ 17:00
スタンド	8:30 ～ 17:00		休業	8:30 ～ 17:00	休 業				8:30 ～ 17:00	休業	8:30 ～ 17:00
洗 車 機	8:30 ～ 17:00					休 業		8:30 ～ 17:00			
農産物直売所 アピス	9:00 ～ 17:00		休業	9:00 ～ 17:00	9:00～12:00 ※予約品の 引渡しのみ	休 業					9:00 ～ 17:00

今 後 の 予 定

- ・ 12月25日(水) 年末調整講習会
- ・ 1月中下旬 各出荷組合 野菜・果樹栽培講習会
- ・ 2月5日～7日 確定申告税務相談会

国消国産

こくしょう
こくさん

国産食材をおいしく食べよう!

「国産国産」とは、「私たちの国で消費する食糧のほとんどは、できるだけこの国で生産する」という考えが、
ここからの数歩も、おいしい食糧と、その食糧を国産国産が補えることのために、
乃木坂46は、国産の食材を「おいしく国産でいただくこと」で、農家の皆さんを応援します。

JAグループ

乃木坂46

メンバーが活躍を深しむ動画等を公開中! ぜひアクセスしてください!

頭の柔軟体操 3か所の まちがいに気づくかな？

企画担当：総務管理課 中野 沙緒理

今回の撮影：長芋の選荷

正



誤



歩きながら指のグー、パーの動きをはっきりと



【つぼ：労宮(ろうきゅう)】

中指と薬指の間にあり、手を握ると押すことができます。手のひらの中央、しわが最も寄っている場所です。ストレスや血流改善、不眠にも効果があるといわれています。



(1) 背筋を伸ばし、肩、腕の力を抜いて歩きます。このとき、腕をリズムカルに振ります。歩き慣れてきたら、前の手はパーに、後ろの手はグーにします。往復10回行います。



(2) 前の手をグーに、後ろの手はパーにします。往復10回行います。2、3分程度、(1)と(2)を繰り返しましょう。

「握力が強い人ほど死亡リスクが低くなる」。世界的に知られている有名な研究があります。もちろん、握力さえ強ければ健康になれるわけではないのですが、握力は体全体の筋肉量の指標になっているようです。筋肉を鍛えることを日々の習慣にしたいものです。

今回ご紹介する歩きながらのグーパー体操は、全身運動でありながら、握力が鍛えられて、脳トレにも

歩きながらグーパー体操

なります。

外を出歩くのが気持ちの良い季節です。腕を振りながら、グー、パーの動きをしつかり意識して歩いてみましょう。散歩時間の数分で構いません。続けることで、簡単に健康習慣を手に入れることができますよ。

ポイント

グーのときはしっかりと意識して手を握り、パーのときは指をしっかりと伸ばすことを意識して手を開きましょう。

脳トレ！ 手足の体操

健康生活研究所所長 堤 喜久雄