

JA松本ハイランド

夢あわせ

2022

8

Vol.361

特集

夏場は食中毒に注意!



スマイルリレー

～笑顔でつなぐ、協同の輪～

表紙の詳細は
7ページ!



農業夢追人

山辺・東桐原

中澤 匠さん



地域の農業を次世代へ

「同じやりがいを得るなら、農業の方が自分らしいと感じています」と笑顔を見せる中澤さん。ホテルに勤務し、関東近郊を転々としていましたが、いつかは地元に戻りたいという思いから30歳になるのを機に仕事を辞め、両親のもとで就農。ぶどう農家への道を歩み始めました。

農業の基本は、祖父母の代からぶどうづくりに携わってきた母から学び、さらに先輩農家からのアドバイスを参考にしながら、自分なりのやり方を試行錯誤。「農業は生勉強です。10年やっても毎年違うし、その年の成実はぶどうが箱に入るまでわからない。こればかりは、

経験を積んでいくしかないですね」と日々真剣にぶどうと向きあいます。

現在は、両親から受け継いだぶどう園に加え、地域でつくり手がなくなった農地などを借り受けながら少しずつ園地を広げています。地域の遊休農地を活用しながら自身が専業農家として確立することをめざすとともに、「ファームワーク山辺」の二員としていちご栽培を通じて冬期の雇用確保に携えることで、地域の農業を元気にし、ぶどうの産地としての山辺を次世代へ繋げていくことを目標にしています。

「これまで先人の農家さんから受けてきた農や食の恩恵を、これからの未来を担う人たちに繋いでいくことが自分の役割かなと思っています。これから地元に戻返ししていけたらうれしいですね」と地域の未来を見据える中澤さんです。



Profile

デラウェア43アール、巨峰、ピオーネ、シャインマスカットなどの大粒種40アールを栽培。青年部山辺支部支部長や山辺果樹部会副事業部長を務める。家族で楽しむ時間も大切に、「コロナが収束したときには家族旅行に行きたい」と話す。



一つひとつ房を確認



ていねいに副梢管理を行う

直売所イベントカレンダー

モウ〜!とこトン食べてね! お肉の日

8月20日(土)・21日(日)
ファーマーズガーデン全店・新鮮市場ききょう
8月27日(土)・28日(日)
畑の彩り館きろろ



*販売内容が店舗により異なりますので、詳しくは店舗へお問い合わせください。
*予告なく内容・日程が変更となる場合があります。ご了承ください。



今月のオススメ! 灰焼きおやき、円揚げ



ファーマーズガーデンあかしな

店頭にはぶどう、もも、なし、りんごなど旬の果物が並びます。とくに、ぶどうはこれからが最盛期となり、おすすめは地元生坂産の巨峰です。また、野菜、くだもの人気を二分するのが地元産野菜を使った加工食品で、地区特産の灰焼きおやき、饅頭、サンドイッチのつくりたてが毎日入荷。ニジマスの円揚げも大人気です。

ファーマーズガーデンやまがた...	☎98-5231	8:00~17:00	} 月曜定休
あかしな...	☎62-1230	8:00~17:00	
うちだ.....	☎88-3012	8:00~17:00	
やまべ.....	☎32-3644	8:30~17:00	無休
畑の彩り館きろろ.....	☎92-6003	9:00~18:00	月曜定休
新鮮市場ききょう.....	☎52-1965	8:30~17:30	無休



©よりぞう

令和4年9月1日より、
全支所で投資信託の取扱いを開始いたします!
人生100年時代に備えて、資産形成・運用のご相談は、JAにお任せください♪

令和4年9月1日 JA松本ハイランドは発足30周年を迎えます

発足30周年記念定期

これまでも、これからも ~ALWAYS~

- 予約開始：令和4年 9月1日(木)から
- 取扱期間：令和4年10月3日(月)~12月30日(金)
- 取扱商品：定期貯金
- 預入金額：30万円以上
- 預入期間：1~5年



特典内容 特別金利：乞うご期待★
一部キャンペーンとも併用可能♪

※詳しい内容につきましては、お近くのJA松本ハイランド金融窓口までお問い合わせください。



JA松本ハイランド夢あわせ大学組合員セミナー 発足30周年記念講演会

JA松本ハイランド発足30周年を記念して、組合員のみなさんを対象としたセミナーを開催します。

講師 小平 奈緒さん(スピードスケート選手 相澤病院所属)
日時 令和4年12月14日(水) 13:30~ 場所 長野県キッセイ文化ホール
申込方法・申込期間など詳細は広報誌「夢あわせ」9月号にてお知らせします。

夏場は食中毒に注意!

食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも起こることがあります。普段、当たり前に行っていることが、思わぬ食中毒を引き起こすことも。厚生労働省が8月を「食中毒予防月間」と定めるほど、気温や湿度が上がりやすい夏の季節は要注意です。楽しい食生活を送るためにも、正しい知識で食中毒を予防しましょう。



食中毒の3原則

「つけない」「増やさない」「やっつける」

つけない ①手洗い

手洗いはこまめにしましょう。多くの場所に触る手には、多くの菌が付着しています。以下の場合には特に、**石鹸を使った手洗い**を必ずしましょう

- ・調理を始める前
- ・食事の前
- ・調理の途中で、鼻をかんだり、トイレに行った後
- ・動物を触った後
- ・生肉や魚、卵を取り扱う前後
- ・残った食品を取り扱う前

つけない ②分ける

- ・生肉や魚などを調理する場合:
まな板などの調理器具を他のものと使い分ける
使用の都度、きれいに洗い殺菌する
- ・焼肉:生の肉をつかむ箸と焼けた肉を挟む箸は分ける
- ・食品保管の場合:ラップをかける、密閉容器に入れる

増やさない

- ・適切な温度で保管する
- ・調理後は速やかに食べる

やっつける(加熱処理)

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅する
特に肉料理は中心までよく加熱することが大切。
(中心部を75℃で1分以上加熱が目安)
調理器具はきれいに洗った後、**熱湯をかけて殺菌**する
台所用殺菌剤の使用も効果的!

正しい手の洗い方

手洗いの前に ●爪は短く切っておきましょう
●時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした
後、石けんをつけ、手のひ
らをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこす
ります。



指先・爪の間を念入りにこ
すります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗
います。



手首を忘れずに洗いませ
う。

持参弁当の食中毒予防(4つのポイント)

- 1 お弁当を作る前の手洗いは基本!**
手に細菌がついている場合があるので、おにぎりを握るときは、ラップに包んでから握りましょう。
- 2 お弁当の食材はしっかり加熱**
食材はできるだけ新鮮なものを。食材に菌がついている場合もあるので、卵や肉、魚は特にしっかり加熱調理をしましょう。
- 3 お弁当に詰めるのは、冷めてから**
できるだけご飯とおかずは分け、中身がしっかり冷めてからふたをしましょう。
- 4 食べるまで、お弁当は涼しいところで保存**
暖かいところでは菌が増えるため、冷蔵庫などの涼しい場所に置くのがおすすめです。

《場面別》予防のための6つのチェックポイント

このチェックポイントといっしょに普段の生活を振り返ってみてください。

1 買いもの

- 賞味期限などの表示を確認
- 魚や肉などの生ものをそれぞれ分けて袋に入れる(できれば保冷剤などといっしょに)
- 生鮮食品や要冷蔵、要冷凍食品は、買い物の最後に購入し、寄り道せず真っすぐ帰宅

2 家庭での保存

- 帰ったらすぐ食品を冷蔵庫へ
- 冷蔵庫の開閉回数を少なくする
- 肉や魚は汁がもれないよう包んで保存
- 入れる食品は冷蔵庫の7割程度までにおさめる

3 下準備

- こまめに手を洗う
- 冷凍食品の解凍は冷蔵庫で
- タオルやふきんは清潔なものに交換
- 野菜は流水でよく洗う
- 肉や魚は生で食べるものから離す
- 包丁は肉や魚を切ったら、洗って熱湯をかける
- 包丁などの器具、ふきんは洗って、熱湯や塩素系消毒剤で消毒

4 調理

- 調理前に必ず手を洗う
- 加熱は十分に行う(電子レンジを使う場合には均一に加熱されるように、ふたやラップをしたり、途中で混ぜたりする)
- 調理を途中でとめたら、食品は冷蔵庫へ
- 冷凍食品は使う分だけ解凍(一度解凍した食品を再冷凍→解凍は危険)

5 食事

- 食事前に手を洗う
- 長時間室温に放置しない
- 盛りつけは清潔な器具、食器を使う

6 残った食品

- 手洗い後、清潔な容器で保存
- 早く冷えるように小分けにする
- 温めなおすときは十分に加熱する(目安は75℃以上)

夏におすすめ食中毒予防レシピ

梅醤番茶漬け

材料/1人分

梅干し _____ 1個
 生姜 _____ 少々
 しょうゆ _____ 小さじ1
 冷茶 _____ 150~180cc
 ご飯 _____ 1膳(140g程度)
 シソ _____ 2枚
 ミョウガ _____ ½個
 ワサビや香味野菜(万能ねぎなど) 適量

作り方

- ① 梅干しの種を取って包丁でたたきます。
- ② ご飯を盛り、梅干し、生姜、シソ、ミョウガ、ワサビなどを乗せます。
- ③ しょうゆ、冷茶をかければ完成です。

詳しい作り方は
こちらから



Instagram QR



暑くジメジメして食欲が減退していても、サラッと食べられる梅醤番茶漬け。風邪気味のときや肌寒い日は、熱いお茶をかけてもおいしくいただけます。



地域の問題

露地すいか出荷始まる

甘さ十分 高品質な仕上がりに

露地すいかの出荷が7月4日スタート。初日は生産者9戸が2770玉をすいか共選所に持ち込みました。4月以降、低温で推移していましたが、6月からの気温の上昇と、玉回しや適度なかん水など生産者のこまめな栽培管理により平年なみの出荷開始。当日試し切りしたすいかの中心糖度は12.5度と今年も高品質に仕上がっています。



すいかの荷降ろしをする生産者

白ネギ目揃会

高品質な出荷を

野菜部会ネギ専門部は7月19日と26日の2日間、管内3会場で行った出荷最盛期を前に目揃会を行いました。今年は、梅雨明け以降、高温で推移したことで生育が停滞気味になっているものの、生産者のこまめな管理により順調な生育。本木倫吉専門部長は「今年も、品質のいいものができている。目揃会で再確認したことを徹底して、高品質なネギを出荷していく」と意気込みました。



出荷規格を確認する生産者

すいか村オープン

新鮮なすいかを味わって！

あぐり資材センター和田前広場に今年も「すいか村」が開村しました。すいかの直売ブースを設け期間限定で営業。今年は2戸の農家が、朝収穫してきたばかりのすいかを販売しています。百瀬芳明村長は「今年も作柄がよく、よいすかに仕上がったのでぜひ新鮮おいしいすいかを味わってもらいたい」と話しました。



すいかを買い求める来場者

天候に恵まれ甘みたっぷり

スイートコーンで夏の訪れを

野菜部会スイートコーン専門部は7月12日、管内3カ所で目揃会をおこないました。今年は6月中旬から気温が上昇したことで、例年より1週間ほど早く出荷が始まりました。350戸の生産者が7月中旬から下旬を最盛期に13万8000ケースを中京や関西を中心に出荷する計画。同部会の山本貴明専門部長は「品質のいいものができているので、収穫時期を逃すことなく、出荷して頂く」と話しました。



目あわせをする生産者

中生種も目揃会

見本を使って規格を確認

ももなし部会も専門部は7月20日、ももの主力品種「あかつき」など中生種ももの収穫を前に、管内4カ所で目揃会を開きました。目揃会では、販売担当者が生育状況や販売情報について報告。営農指導員が出荷規格表をもとに、大きさや熟度、色、形といった8項目の出荷基準を説明。見本のももを示しながら確認し、出荷規格の統一を行いました。今年度より塩尻地区との規格の統一や販売の一本化を行うことで、販売強化と生産者の手取り確保をめざすことを確認しました。また、曇天や降雨がつづくことで色づく前に収穫時期を迎えてしまうおそれがあることから、反射シートなどを設置するなど対策をとり、盆前の最需期にむけて適期出荷を呼びかけました。



規格を確認する生産者

今年もは霜の影響も少なく、生育は順調。数量も期待でき、例年通り安定した品質に仕上がっています。



見本を示しながら説明

地域の問題

農家組合長全体研修会を開催 協同活動で生活の質向上へ

7月9日、グリーンパルで農家組合長全体研修会を行い、支所農家組合長やJA役員ら約80人が出席しました。農家組合の意義と役割を再確認するとともに、協同活動の実践と農家組合長のけん引力向上をめざし実施。岡山大学の小松泰信名誉教授を講師に、支所協同活動を通じ「賑わいの場」を提供し「協同の力」を発揮することで、組合員と地域住民の生活の質向上につながることを学びました。



あいさつする加々美会長

青年部がすいかをプレゼント

地元の農産物のおいしさを知ってね

地元の子どもたちに農業の大切さや地元でとれた農産物のおいしさを知ってもらおうと、7月19日と20日に、管内の公立保育園・幼稚園67園に「JA松本ハイランドすいか」205玉をプレゼント。新村保育園を訪れた中平真悟後継営農部長は「地元でとれたおいしいすいかを食べて農業に少しでも興味を持ってもらえたらうれしい」と話しました。



園児にすいかを手渡した

消費者にとどけ！3年ぶりの結成

地元農産物の魅力を発信

地元農産物のおいしさを地域にPRする農産物販売促進隊「美味しさとどけ隊」の結成式を7月5日、グリーンパルで行いました。食育活動や地産地消、地域PRなどに取り組む、同JA女性参画センターのメンバーを中心に結成し、17人が委嘱を受けました。田中均組合長は「消費者へ直接アピールできるのが強み。農産物のおいしさをアピールしてきてもらいたい」と激励しました。



委嘱を受けた「美味しさとどけ隊」のメンバー

今月の表紙



農家の仕事を学ぶ

鮮やかなカーネーションが咲くまで

花き部会共選部カーネーション専門部の手塚聡幸さんは7月8日、松本市立芝沢小学校の社会科見学「農家の仕事」の受け入れを行いました。農業に触れ、地域の特産品を知ってもらおうと開催。手塚さんは「地元産のカーネーションに興味を持ってもらい、将来この子どもたちのなかから担い手が生まれてくれたら最高にうれしい」と期待を込めました。



手塚さんからカーネーションの説明を聞く児童

班長研修で理解を深める

支部長がわが町自慢！

女性部は7月12日と13日の2日間、3グループに分け、「女性部班長研修会」を行い106人が参加しました。管内の施設や特産物の情報を共有して、地域活性化につなげようと、支部長による「わが町自慢」を実施。地元のおすすめや女性部活動で力をいれていることなどを3分程度で発表しました。森田治子部長は「仲間とともに支えあい、協同の力を発揮して、地域や自分を輝かせてほしい」と話しました。



スライドを活用しながらわが町自慢をする支部長

地区の景観を守る

きれいな桜林をめざして

中山寿支所は7月8日、支所協同活動の二環として中山霊園入口の桜林の整備を行いました。同支所農家組合長、女性部中山支部の部員や支所役員など18人が参加。中山地区の環境整備を目的に活動を始め、今年で10年目を迎えます。戸田豊則担当理事は「地区の看板である中山霊園の整備をいっしょに行うことで交流を図っていききたい」と話しました。



交流をしながら作業をすすめる参加者

信越代表としてがんばってね

地元農産物などを手渡し激励

7月17日、「文部科学大臣杯JA共済トーナメント第56回全日本リトルリーグ野球選手権大会」に信越代表として出場する「松本南リトルリーグ」を応援しようと、選手14人分の松本ドーナツ、すいか、りんごジュースなどを贈りました。選手は「優勝をめざして頑張つていきます。ありがとうございます」と意気込みました。



地元農産物などをわたす田中組会長

もろこしまつり大盛況

地域住民が買い物を楽しむ

女性部塩尻支部と広丘支部の生産者が運営する農産物直売所「勇氣野菜館」が7月21日「もろこしまつり」を行いました。部員が育てた新鮮なスイートコーンをイベント価格で販売。開店直後から多くの近隣住民らが訪れ、買い物を楽しみました。直売所運営委員会の山田由美子委員長は「地元産のおいしいもろこしを食べて、夏を元気に過ごしてほしい」と話しました。



スイートコーンを買いもとめる来場者

サステイナブルな活動を

地産地消を促進

青年部波田支部は7月10日、波田支所の駐車場で地産地消を促進しようと初の「訳ありすいか」の対面販売を行いました。準備した280玉のすいかが販売開始から45分で完売するほどの盛況。同支部の大月秀俊副支部長は「地元産すいかのPRをすることができた。今後も部員と連携して子ども食堂への食材提供など、サステイナブルな活動を広げていきたい」と力を込めました。



対面販売を行う青年部員

女性パワー全開！

息のあった演奏を披露

スコップ三味線グループ「JAB4080」は6月30日、塩尻市のふれあいセンター広丘で開かれた「片丘地区ミニコンサート」で演奏を行いました。「帰ってこいよ」や「美空ひばりメドレー」などを披露。代表の小澤博子さんは「グループ単独での演奏は3年ぶりだったが、息のあった演奏ができ、お客さんにも楽しんでほしい。今後も活躍の場を広げていきたい」と話しました。



楽しみながら披露するメンバー

FM長野に出演！

きゅうりづくりのこだわり発信へ

7月13日に放送されたFM長野「Oasis79」に塩尻市の後藤渉さん、しのぶさんがご夫婦で出演されました。自身が生産するきゅうりのこだわりポイントを説明。「野菜嫌いだった子どもが、自身のつくったきゅうりを好んで食べてくれたことが日々の活力。たくさんの方にきゅうりの魅力を届けたい」と話しました。



ラジオに出演した渉さん(左)と伊織智佳子アナウンサー(中央)としのぶさん(右)

防災について考えよう

助けあい、守りあう

女性部新村支部と新村支所くらしの専門委員会は7月7日、新村支所で防災講習会を開き、23人が参加しました。万が一災害が発生したとき、自分や身近な人の安全を確保し、被害の拡大防止などに備えることが目的。講習会を通じ、災害を身近なものとして捉え、地域住民が一体となり「助けあい、守りあう」意識を高めました。



救急救命士の話を聞く参加者

女性通信員からの話題

女性通信員
和田

楽しくパンをつくろう！

女性部和田支部の目的別グループ「あやめ会」は5月26日、中山加工所でパンづくりを行い、8人が参加しました。食パンや6種類の菓子パンなど、部員同士の交流を深めながら楽しくパンづくりを行いました。これからも定期的に活動していく計画です。



パン作りを行う参加者

女性通信員
中山

心いやす花壇を

女性部中山支部の役員や地区のボランティアなど約30人が集まり、6月4日、県道63号線沿いにある畑に花を植え、通る人の目を楽しませようと花壇づくりを行いました。戦争が早く終息することを願いながら、ウクライナ国旗に花を配植。きれいに咲くことを願いながら心を込めて植えました。



1つ1ついねいに花を植えた

女性通信員
笹賀

今年も大きい玉ねぎを収穫！

女性部笹賀支部は6月10日、「玉ねぎドレッシング」の材料となる玉ねぎの収穫を行いました。ドレッシングの材料である玉ねぎを自分たちの手でつくりたいと、種まきから手塩にかけて育てました。参加者は「おいしいドレッシングが完成するのがたのしみ」と話しました。



玉ねぎを収穫する女性部員たち

女性通信員
新村

直売所がオープン

女性部新村支部の直売所グループが運営する「新村女性部直売所」が6月15日、今年も新村支所の駐車場にオープンしました。新鮮な農産物や花などをテーブルいっぱいにならべて営業を開始。開店前から開催を心待ちにしていた人たちが大勢訪れ、あつという間に売り切れるほどのにぎわいを見せました。



農産物を買求める来場者ら

女性通信員
四賀

正しい姿勢で悩み解消！

6月20日、女性部四賀支部は東洋綿業の担当者を講師に足マッサージとインソール体験を行いました。農作業中のひざや腰の改善とともに、正しい姿勢を保つことの大切さを学習。参加者は「ネックしてもらった姿勢をこれからも保てるように心掛けた」と話しました。



足マッサージの体験を行う

女性通信員
入山辺

心を込めて飾りつけ

女性部入山辺支部の目的別グループ「陽だまりの会」は6月22日、特別養護老人ホームうつくしの里に寄贈する七夕飾りの作成を行いました。代表の小澤秀子さんは「コロナ禍で施設利用者には直接渡せなかったのは残念だが、心をこめて飾りつけた」と話しました。



七夕飾りをつくる女性部員

女性通信員
麻績

生ごみ処理はEM菌におまかせ！

女性部筑北支部本町班は6月22日、EM菌を使ったぼかしづくりとエコープマーク品の商品研修を行いました。つくったぼかしを使って生ごみ処理を行う計画。参加者は「いいぼかしができた。これで生ごみ処理を行うことで環境にも配慮して生きたい」と期待を込めました。



ぼかしづくりを行う参加者

女性通信員
麻績

山野草にうつとり

6月26日、27日の2日間、女性部筑北支部山野草の会は、山野草の展示即売会を行いました。コロナの影響で中止としましたが、3年ぶりに復活し開催。展示会には、開催を心待ちにしていた山野草好きが大勢集まり、にぎわいを見せました。



展示している山野草を見る参加者

命を育むために最も大事な「食」 SDGsの観点でも、自分事として捉えていきたい

なぜ今？
^{こく しょう こく さん}国消国産

世界の平和にも大切な「食」の安定

世界の紛争地域や自然災害の被災地で食料支援を行う「WFP」という国連機関が、2020年のノーベル平和賞を受賞しました。あらためて、食料の安定供給が、その国の安定や世界の平和にとっていかに大事であるかが示されました。受賞を報じるこちらの新聞記事にもあるように、世界の9人に1人が十分な食料を得られないといわれています。私たちは飢餓の実態を他人事のように捉えがちですが、自然災害や人口増加などによって、世界における食料の安定供給のリスクは、確実に高まっています。



出典：朝日新聞(2020年10月10日付)
朝日新聞社に無断で転載することを禁じます(承諾番号21-0896)

食料を輸入することについて、環境面からも考える意識

例えば、同じ100円のレモンでも、米国産と国産では何が違うのでしょうか？もちろん、味や品質も違いますが、米国産は1万キロ以上を大型船舶で、国産は数百キロをトラックで運んでおり、

輸送にかかるエネルギーや環境負荷が大きく異なります。食料を輸入するとはどういうことか、食料の安定という面だけではなく、環境面からも考える必要があります。

だから今！
^{こく しょう こく さん}国消国産

SDGsの達成にもつながる「^{こく しょう こく さん}国消国産」



「国民が必要とし「消費する食料は、できるだけその「国」で生「産」していくという「^{こく しょう こく さん}国消国産」をすすめることは、食料を輸入に依存しないということにつながり、ひいては、食料の安全保障と持続可能な農業の促進を目標とするSDGsのゴール2「飢餓をゼロに」や、ゴール12「つくる責任 つかう責任」、ゴール13「気候変動に具体的な対策を」にも通じるものです。

- ① 食料の安定は、世界の平和にもつながっていく
- ② 食料の輸入について、食料の安定という面だけでなく環境面も意識が必要
- ③ 「^{こく しょう こく さん}国消国産」で、SDGsの達成にも貢献

ここがポイント！

JAグループサポーター・林修



※全8回にわたって、林 修先生と「国消国産」について学ぶコーナーを掲載しています。

笑顔の花咲く女性たち

すいかで夏を満喫

女性部波田支部は7月15日、社会福祉法人松本ハイランドが運営する特別養護老人ホーム「ゆめの里和田」と「ゆめの里今井」の2カ所に同支部の部員が育てたすいか9玉を寄贈しました。同施設の利用者に夏を感じてもらい、喜んでもらおうと実施。当日は、同支部の役員2人で施設を訪れ、すいかを手渡しました。同支部の森田治子支部長は「部員がつくったすいかを食べて夏の暑さを乗り切ってもらいたい。利用者の方々によるこんでもらえればうれしい」と話しました。



同施設の役職員にすいかを手渡す女性部員

スコープ三味線の音色響く

女性部のスコープ三味線グループ「ハイランドフラワーズ」は、松本市のアルピコプラザで開かれたイベントのオープニングでスコープ三味線の演奏をしました。メンバー20人が演歌「浪花節だよ人生は」など全3曲を披露。イベント来場者が曲にあわせて手拍子をするなど、盛り上がりを見せました。同グループ代表の渡辺公子さんは「久しぶりに演奏会をすることができた。みなさんの元気いっぱい盛り上がりで、演奏していた私たちも見ていた人たちも元気になれたと思う」と話しました。



スコープ三味線の演奏を披露するハイランドフラワーズ

農政運動のあゆみ

長野県議会農政林務委員会への陳情

令和4年7月11日(月)、長野県松本合同庁舎において長野県議会農政林務委員会の現地調査が行われ、その現地調査の場において、JA松本ハイランド、JAあづみ、松本広域森林組合の3団体が陳情を行いました。

当JAからは三村晴夫営農経済担当常務理事が出席し、「食料安全保障に関する事項」「価格高騰対策」「食肉処理施設の整備に関する事項」「米の有利販売に関する事項」「農業関連施設の設置・更新に係る支援」の、農業の振興並びに活性化に関する5点に点において陳情を行いました。



陳情を行う三村常務

JAいしのまき通信

姉妹JA「JAいしのまき」からの旬な情報をお届け!



児童がネギの栽培学ぶ 中津山第一小学校3年生が体験

石巻市立中津山第一小学校の3年生15人が7月4日、JAいしのまきスリムねぎ部会の佐々木拓郎さんのハウスを訪れ、同市桃生町のブランド野菜として知られる「スリムねぎ」の栽培から袋詰め作業までを体験しました。この体験は、20年以上つづく同校の恒例行事となっています。

土をやわらかくする作業では、佐々木さんは「もみ殻を混ぜていい土・やわらかい土をつくるのが大事」と説明。出荷場で、袋詰め作業を体験した児童は「ネギが目にしみたけど、上手にいれることができた」とうれしそうに話しました。

児童らには、お土産に袋詰めしたスリムねぎと、スリムねぎ部会の青年部がつくった「特製お好み焼き風ねぎ焼き」がプレゼントされ、給食で味わいました。



佐々木さんからスリムねぎについておそわった

手まりに囲まれて

島内・新橋 小岩井 佳代子さん



手まりが所狭しとならぶ部屋のなかで「昔から編み物など、手先を使うようなことが好きだったのよね」とこやかに子どものころを語る小岩井さん。父が亡くなったのをきっかけに、母が「何かしなくては」と手まりの講習会通いをスタート。「送り迎えをしているうちに、自分も待ち時間を有効活用しようと思って、いっしょに手まりを始めたの。最初は、違うものをしていっていただけど」と亡き母との思いでを振り返ります。

1年間通った講習のほかに、教えてくれる人がいると聞けば、母と2人、手弁当片手にどこまでも出かけました。本に載っているような新しい技術にも挑戦したいと母が東京へ3年間通い、そこで交流が始まった全国の講師たちが家に訪れた際に自分も、手まりの技術を磨きました。市役所からオファーを受け、母といっしょに県外からの修学旅行生に手まりを教えることも。「毎年いろいろな生徒さんがいて、おもしろかったね。人数が多いから教える人を自分たち以外にも15人ほど集めたりする準備は大変だったけど、浅間温泉でやったり、生徒さんが家にきて教えることもあったね。子どもは大人より飲み込みが早いからどんどんつくれるようになるのよ」とほほ笑みます。

ふぐ提灯やなかにオルゴールを入れたものや鶴のデザインなど、常に新しいものに挑戦してきた小岩井さん。今も友人たちに頼まれ、手まりづくりを行います。



広丘・野村

御子柴 靖久くん (8歳)

健史くん (3歳)

哲矢くん (1歳)

(父) 晃生さん

(母) 怜美さん

今年の春、家のハウスでイチゴの収穫をお手伝いしたよ。お父さんがつくるいちごはとっても甘くておいしいんだ!

ハイランドキッズ



家族からひと言 元気に兄弟仲良く育ってね



今年の夏はお祭りや花火大会に行きたいな〜

プール大好き!
今日もララ松本に行くよ!

はやくお兄ちゃんたちといっしょに遊びたいな〜

■霜が降りたと思ったら、梅雨入り…。雨の量はまだ少ないですが、どしゃ降りになることも。不安定な天候です。
(明科／内川さつきさん)

■今年は各地で史上最短の梅雨明けにびっぴり。さらに異例の猛暑。畑の野菜に高温障害が発生してがっかりです。
(麻績／SORAさん)

■静岡の友人によるとアク抜きをしてゆでたタケノコが袋入りで販売されているそうです。直売所でもゆでたタケノコの販売があればいいと思います。
(明科／湯口洋子さん)

■今年は梅と赤しそがよくとれたので梅仕事に励んでいます。梅シロップ、梅酒、梅ジャム、らっきょう酢や塩漬け土用干しまでいろいろ楽しんでいます。
(広丘／ユーミンさん)

■コロナ禍で北海道の孫に会えないので、地元の野菜やくだものを送ります。
(塩尻／山本睦子さん)

■コロナ感染の状況が収まらないなか、3回目のワクチン接種を済ませました。早く収束して今まで通りの生活に戻ってほしいです。これからの季節は好きなきなすが食べられるので楽しみです。
(波田／塩原好子さん)

■恒例の「寄せ植え教室」に参加しました。1か月後、花も根付いて見えたのがあるまでに成長！「コロナ、猛暑のときこそ花一來年も開催してほしいです。」
(松本／スーちゃんさん)

プレゼントクイズ クイズに答えてプレゼントをもらおう!

問題 発足●●周年記念定期
●に入ることばを答えてね。

ヒントは、3ページ!

今月のプレゼント
まごころ商品券
(3,000円分)を
1名様にプレゼント



390-8555
(住所不要)
JA松本ハイランド
「みんなの声」係

●クイズの答え
●住所・氏名・年齢
職業・電話番号
●身近なエピソード
イラストなど
●本誌・JAへのご意見
・ご要望、参考になった
・ならなかった
コーナーなど

みなさんの声を
ひと言添えて
ください



応募の締切
9月8日(木) 消印有効

Eメールでもお気軽にどうぞ。
kouhou@mhl.nn-ja.or.jp

■7月号のクイズの答え
選果機

■6月号の当選者
賞品の発送をもってかえさせていただきます。

お便りをお待ちしています!

身近なエピソード、地域の情報、イラスト、短歌・俳句、赤ちゃん・ペットの写真など、どしどしお寄せください。また広報誌各コーナーへのご質問やご感想などもお寄せください。

※作品・写真は返却できません。お便りは、誌面に掲載する場合があります。
※応募で記載された個人情報は「みんなの声」への掲載、プレゼントの抽選・当選者発表以外には利用いたしません。

短歌

あおきまま音をたてて燃ゆ
枝の香を放ちつつ

ペンネーム／きいちゃんばあば

【講評】 花の香を放ち燃える枝の生命力。幻想的に展開されているので、映像が鮮明となっています。実体験から表現されているので、映像が鮮明となっています。

短歌

紫陽花の葉に潜みたる
雨蛙朝露に濡れきらりと光る

ペンネーム／農業プラボー

【講評】 じっとしているアマガエル。そこに朝露が輝くことで、美しい景色と なっています。作者が心密かに見つけた喜びが感じられます。

夢あわせ大学のカルチャー部門として、昨年6月から今年の1月まで、全8回「通信制短歌教室」を開催いたしました。毎月投稿いただいた短歌のなかから講師の塩尻短歌館藤森森田先生の講評とともにおひとり二句ずつご紹介いたします。

福祉だより

ゆめの里朝日です

特別養護老人ホームゆめの里朝日は、地域密着型介護老人福祉施設です。朝日村、山形村、松本市今井との境あたりに位置しており、周囲は畑と山と緑に囲まれた自然豊かな地で、家庭的なサービスを心がけています。

新型コロナウイルス感染症については、圏域レベルが高止まりし、第7波に突入しているというような報道がされております。

このような状況ですが、当施設では感染症対策を講じながら入居者様の気分転換になればと思い、朝日村地域包括支援センターと朝日村公民館で共催しているあさひオレンジカフェに参加しています。楽器の演奏や寸劇、簡単な工作などがあり、入居者様も楽しんでいます。今後、新型コロナウイルス感染症が一日も早く終息し今までの生活が戻る事を心から願っています。

高齢者福祉のことでお悩み・ご相談などがございましたら、いつでもお気軽に声をかけてください。(特養:0263-99-5066、宅老所:0263-99-5069)



朝日村オレンジカフェの様子

📷 フォトコンテスト2022



募集テーマ 未来に残したい ふるさと
～文化 暮らし 伝統 笑顔 農業～

募集期間 10月31日(月)17時まで
詳しくはQRコードよりホームページをご覧ください。

🍷 山辺ワイナリーだより

8月、山辺ワイナリーもオープン20周年を無事迎えることができます。日ごろご利用いただいているみなさまのおかげでございます。ありがとうございます。今後も山辺ワインをよろしく願いいたします。20周年を記念して「松本ブレンド」「プレミアムブレンド」発売中。ご賞味ください。

松本ブレンドロゼ [甘口]
●720ml ●アルコール度10.5% 1,980円(税込)

松本プレミアムブレンドロゼ [辛口]
●720ml ●アルコール度14% 5,080円(税込)

お問い合わせ 山辺ワイナリー ☎32-3644

営業時間 8:30～17:00 ※レストランマリアージュは11:00～、不定休



🔍 JAファーム今井だより

セールのお知らせ

JAファーム 収穫資材大集合!

9月9日(金)～9月12日(月)

秋の収穫資材大集合!各種農業資材、多数揃えてご来店をお待ちしています。

お問い合わせ JAファーム今井 ☎59-1088

営業時間 8:30～18:00(無休) ※8月31日(水)は決算棚卸のためお休みとなります

JA組合員の皆さまへ

県内の協同組合が連携し、「健康づくり」のきっかけとして「信州まるごと健康チャレンジ」をご案内しています。多くの県民の皆さまのご参加をお待ちしております。

気軽にできる健康づくりで コロナ禍を乗り切ろう!

信州まるごと健康チャレンジ2022

参加費 無料
チャレンジ期間:8月1日～11月30日のうち60日間
結果提出締切:2022年12月15日

《コースを選んで60日間実行しよう!結果報告者には抽選でステキなプレゼント》

- | | | | |
|-----------------------|---------------------|----------|-------------|
| 1 つづけよう
「減塩生活」 | 2 いいこといっぱい
早寝早起き | 3 きっぱり禁煙 | 4 お酒は上手に |
| 5 運動習慣をもつ | 6 バランスの良い食事 | 7 あいうべ体操 | 8 だれかとおしゃべり |
| 9 じぶんで決めよう
マイチャレンジ | | | |

信州健康
チャレンジ
倶楽部

ご登録の方に

- 役立つ健康情報や応援メールが届きます
- 登録の方に抽選でステキなプレゼント差し上げます
- ※プレゼントの締切は2022年9月30日(金)



参加方法は専用ホームページから▼

<https://shinshu-kenkou.com/>



主催 信州まるごと健康チャレンジ2022実行委員会/長野県協同組合連絡会

お問合せ先 【長野県生活協同連合会】☎026-261-1380

【JA長野中央会 総合企画室】☎026-236-2016

※厳正なる抽選のうえ、当選者を決定いたします。なお、当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

抽選で 500名様に 信州まるごと健康チャレンジ オリジナルタオル
結果報告者の中から プレゼント!!

(イメージ)

各支所の窓口にチラシを置いてありますので、必要な方は支所までお申し出ください。

緊急連絡先

市外局番は全て0263となります

自動車共済事故受付(24時間・365日)

☎0120-258931

プロパンガス(24時間対応)

☎26-3015

葬儀(24時間受付)

JA虹のホール 芳川:☎85-0022

岡田:☎45-0700

はた:☎92-3414

筑北:☎67-1155

塩尻地区葬祭直通携帯:090-4833-5040



くらしの連絡先

灯油の定期配送

中西部配送基地 ☎47-0105

東部配送基地 ☎36-5206

四賀・川手配送基地 ☎64-4560

筑北配送基地 ☎66-3939

朝日配送基地 ☎99-2018

塩尻配送基地 ☎52-0346

料理の注文

支所営農生活課

JAまごころ宅配の注文変更・休止など

生活購買センター

☎0120-157118

塩尻支所くらしのセンター

(塩尻地区葬儀含む) ☎53-5350

家電製品の注文・修理

LPガス住設課 ☎26-3015

米・KOME通信

令和4年産米の出庫状況

(令和4年7月20日現在)

集荷数量 202,296.0俵

出庫数量 99,876.0俵

出庫率 49.4%

JAカレンダー

8月17日～9月17日

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期とさせていただきます場合があります。

くらしを応援! みんなの相談会

8	17日(水)	土地建物相談会(広丘支所、13:30～17:00、要予約)
	24日(水)	土地建物相談会(グリーンパル東館1階、13:30～17:00、要予約) 年金相談会(松本支所、9:30～15:30)
9	2日(金)	年金相談会(山形支所、9:30～15:30)
	5日(月)	年金相談会(聖南支所、9:30～15:30)
	8日(木)	年金相談会(波田支所、9:30～15:30)
	13日(火)	年金相談会(女鳥羽支所、9:30～15:30)
	15日(木)	年金相談会(女鳥羽支所、9:30～15:30)

※虹のホールへ相談を希望される方は、各施設にご連絡ください。

お問い合わせ 土地建物相談会は資産相談課 ☎88-1314
土地建物相談会 塩尻地区の方は資産相談課広丘支所駐在 ☎53-4781
年金・相続相談は総合相談センターライフサポートプラザ ☎46-1562
年金相談会は各支所金融共済課(年金相談会へ出席される場合は事前にご予約ください)

組合員組織・生産部会などの予定

8	17日(水)	幸水目揃会
	20日(土)	資産管理部会相続個別相談会
	27日(土)	ぶどう大粒種目揃会

廃プラなどの回収日程(廃プラの野外焼却は法律で禁止されています)

8	19日(金)	麻績地区(北部集荷所、8:30～11:30、農ビ・農ポリ・その他)
	24日(水)	朝日地区(育苗センターガラスハウス横駐車場、9:00～11:00、農ビ・農ポリ・その他) 塩尻地区(田川ライスセンター、9:00～12:00、農ビ・農ポリ・その他 ※そ菜出荷者対象)



JAまつり中止のお知らせ



毎年、多くの組合員・地域のみなさまにご来場いただいております、JAまつりにつきまして、本年度も開催を中止とさせていただきます。新型コロナウイルス感染症につきましては、ワクチン接種もすすんでおりますが、第7波といまだ予断を許さない状況が続いております。イベントの特性上、密集・密接などを避けられないことから、みなさまの安全と健康を第一に考慮した結果、中止と判断させていただきました。

わたしたちのJA

理事会だより

令和4年7月25日・グリーンパル 西館

■協議事項

- ①組合と役員との契約
- ②内部通報制度(ホットライン)運営要項の制定
- ③第2四半期決算方針

■報告事項

- ①コンプライアンスプログラムの取り組み状況
- ②令和3年度末基準体制整備モニタリングの報告
- ③コンプライアンス委員会の協議結果

- ④固定化債権回収状況
- ⑤6月末事業実績・決算結果
- ⑥リスクマネジメント委員会の協議結果
- ⑦労組夏期要求
- ⑧JAまつりの中止
- ⑨余裕金の運用状況および次月余裕金運用計画
- ⑩5.25降雹害に伴う関係行政への要請
- ⑪飼料価格高騰対策
- ⑫まごころ宅配配達手数料の改定
- ⑬機センター対応エリアの見直し

監事会だより

令和4年7月25日・グリーンパル 西館

■協議事項

- ①令和4年度第2四半期棚卸監事監査の実施
- ②令和4年度第2四半期監事監査の実施

■報告事項

- ①みのり監査法人期中1監査の受入
- ②常勤監事報告

伊藤会長退任のあいさつ

JA長野中央会と各連合会の会長職を6月29日、任期満了による退任となりました。あわせて、7月末日を持って、JA松本ハイランドの会長及び理事の退任の申し出を行いました。平成17年に常務理事として選任されてから、一期一会を大切に個性豊かな、組合員、理事、そして役職員の皆さんと真摯にむきあうことで、大きな出会いがあったことに感謝いたします。近年は、コロナやウクライナ問題など暗いニュースが多いですが、世の中悪いことばかりはつづかない、必ずやいい時代がくると期待しながら、立場は変わっても、1人の農業者として微力ながらもJAを応援しつづけてまいります。



JAの状況 令和4年6月末現在

正組合員数	24,469人	貸出金	886億7千万円
准組合員数	15,965人	農産物販売高	29億4千万円
貯金	3,984億3千万円	購買品利用高	49億円

旬・感
クッキング今月の
レシピ提案者

パプリカいなりカツ

材料(3~4人分)

パプリカ(赤・黄)	各1個	油揚げ	5枚
ミックスチーズ	大さじ5	スパゲッティ	3本
A マヨネーズ	大さじ3	小麦粉	適量
塩コショウ	適量	卵	2個
		こめ油	適量

作り方

- ①パプリカのヘタと種を取り1cm角くらいの大きさに切る。
- ②①にAの材料を混ぜあわせる。
- ③油揚げを半分に切り、袋状にする。
- ④油揚げのなかに②を詰め、中身が出ないように口をスパゲッティでとめる。
- ⑤④に小麦粉をまぶし、溶き卵を絡めたあと、パン粉をつける。
- ⑥160~170℃のこめ油で2~3分ほど揚げたら、ひっくり返してさらに2~3分揚げる。

パプリカの主な栄養素と効果

ビタミンCやビタミンEのほか、α-カロテン、β-カロテンなど抗酸化作用のある栄養素が多く含まれる。なかでも豊富に含まれるビタミンCは、皮膚や細胞を構成するコラーゲンの合成に欠かせない成分であり、シミ予防や美白などに期待できる。



神林・下神 山本 美栄子さん

パプリカの甘味が引き立ち、子どもから大人まで楽しめる一品です。油揚げを使うことで冷めても固くならず、おいしく食べられるので、お弁当にもおすすめ。チーズを増やしたり、ピーマンや辛こしょう、ツナなどを入れたりしてもおいしいので、お好みでアレンジしてみてくださいね。


松本ハイランド農業協同組合

〒390-8555 長野県松本市南松本1-2-16 TEL.0263-26-1400 FAX.0263-27-6621
<https://www.ja-m.iijan.or.jp/> / [✉kouhou@mhl.nn-ja.or.jp](mailto:kouhou@mhl.nn-ja.or.jp)

国産農産物を大切に!

スマートフォンで
アクセス

大豆油インキと再生紙を使用しています。