

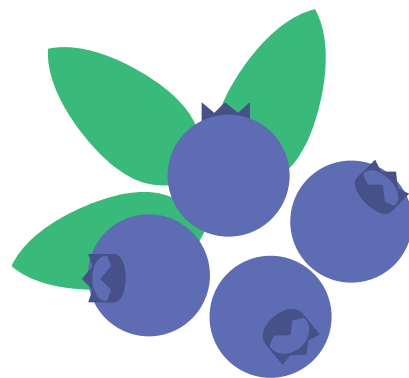
夢あわせ

2025

5

Vol.394

JA Matsumoto Highland



特集

STOP! 農作業事故



フォトコンテスト2024 入賞

タイトル

ブルーベリー収穫

SNSで旬な情報を発信しています

HP



Instagram



You
Tube



JA松本ハイランド

農業夢追人

聖南・坂北

佐野航太さん

自然とともに 生きる



Profile

水稻65アールに加えて今年から桜20アール、ユーカリ20アール、ヒマワリ1アールを栽培。休日には仲間とバスケットボールに汗を流す。昨年5月に産まれた愛娘の成長が日々の楽しみと話す。



実りの時期をむかえた米



仲間とともに田植え体験



千葉県出身の佐野さんは都会での生活を経て、4年前から奥さんとともに自然豊かな筑北村へ移住しました。きっかけは、地域おこし協力隊の募集。「コロナ禍にオンラインセミナーへ参加し『何もない村』という言葉が気に入り、実際に行ってみるとアルプスの美しい景色と、畑や田んぼのある暮らしに魅了されました」と話します。

農業は全くの未経験でしたが、地域おこし協力隊の活動のかたわらで家庭菜園をはじめたことで農業の魅力に気が付き、昨年4月から本格的に就農し水稻栽培をはじめます。「就農したばかりのころは戸惑うことばかりで、特に防除には苦労しました。わからないことがあればすぐに先輩生産者に相談して少しずつ知識と経験を積んでなんとか収穫をむかえられました」と就農当時は振り返ります。

農業の魅力をより多くの人に伝えたいと考える佐野さんは「地元の人にも『自分の食べるもの』をつくるという農業のたのしさを知ってほしくて、田植えとはげかけを体験してもらいました。土に触れて汗を流し、自然の中で生活する感覚は都会では味わえないことだから本当に尊いこと。そして、収穫した米を友人に食べてもらい『おいしかった』と後日連絡をうけたときはうれしさがこみ上げました」と笑顔です。

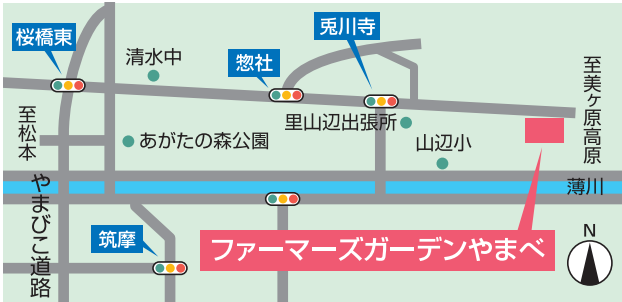
今後は機械化をすすめて、より効率的に環境に配慮した農業を目指すほか、今年から新たな品目へも挑戦します。「自身が育てた作物をより多くの人に手に取ってもらいたいから収量を増やすとともに、日々の生活に彩りを添えたいと考えて桜やユーカリなど花木栽培もはじめました。これからも自然とともに生き、農業の可能性を追求して、魅力を発信していきたい」と目を輝かせ、今日もほ場にむかいます。

おいしい発見!

旬菜NAVI ファーマーズガーデンやまべ

春の恵みが
続々入荷中!

いつもご利用ありがとうございます。生産者の畑作業も本格的にはじまり毎日新鮮な朝採れ野菜が続々と入荷しています。地元産のレタスやキュウリなどサラダ野菜や養鶏場直送の産みたてたまごが並んでいます。また、店頭には花苗や野菜苗も多く入荷していますので、ガーデニングや家庭菜園に挑戦してみたいかがでしょうか。みなさまのご来店をお待ちしています。年内は無休で営業いたします。



〒390-0222 長野県松本市大字入山辺1315-2



ファーマーズガーデンやまがた … ☎98-5231 8:00~17:00
あかしな … ☎62-1230 8:00~17:00 } 月曜定休
うちだ … ☎88-3012 8:00~17:00
やまべ … ☎32-3644 8:30~17:00
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

広報誌「夢あわせ」2025年4月号3ページ旬菜NAVIの記事内容(畑の彩り館きろろ営業時間)に誤りがありました。誤:8:30~17:00 正:9:00~18:00 読者のみなさまならびに関係者のみなさまにご迷惑をおかけおかけいたしましたこと深くお詫び申し上げます。

JA長野県グループ

ソリマチ

Web 農業簿記

青色申告・消費税申告を
簡単にしませんか!

Point 1

JAとの取引※が
自動仕訳されます!!

Point 2

インターネット回線に接続したパソコンが
あればどこでも使えます!

Point 3

青色申告特別控除65万円に
対応しています!

※JAの販売・購買・信用データ

令和7年1月1日からのJA取引データを連動希望の方は、5月30日(金)までにお申し出ください。ただし、利用開始は9月上旬からとなります。

+αの機能をお求めの方必見!! Web版とソフト版の連動によりさらに便利に☆



確定申告

所得税計算できます!

電子申告

e-tax連携できます!

Moneylink

金融機関、クレジット明細を取り込めます

料金表	初年度のみ	年間利用料
Web農業簿記	2,000円	8,000円
農業簿記12	JA価格 55,000円 希望小売価格 66,000円	11,000円
青色申告会*	-	2,000円

※表のすべては税込価格です。

※申告相談等にあたり原則として税理士と提携している青色申告会への加入を推奨しております。支部により会費が異なる場合がございますがご了承ください。

詳しくは最寄りの支所営農生活課へ♪

STOP! 農作業事故

農作業事故は全国で年間約6万件発生しています。そのうち、死亡事故は建設業の約2倍、全ての産業と比べると約9倍以上の発生率となっています。

農繁期をむかえたいま、改めて事例や予防方法を学び、事故を未然に防止しましょう。



農作業事故の事例

農作業事故の事例には、以下のようなものがあります。

トラクター事故——キャビンや安全フレームのないトラクターを運転中、田んぼ近くの斜面でトラクターが横転し、運転者が下敷きになるケース。

管理機・耕運機事故——機械の作動中にその場を離れたり、後退作業などにより機械に挟まれたり、回転部に巻き込まれるケース。

転落事故——無理な体制や足場の悪さにより、脚立や運搬機、田植機などから転落するケース。

刃との接触事故——草刈り機などを使用中に刃と接触して負傷するケース。

草刈り機の飛び石事故——草刈り作業中に飛び石によって負傷するケース。

これらの事故は、作業者、機械・用具、作業環境、周りの人や動物、安全管理体制など、複数の要因が重なって発生することが多くあります。事故を防ぐためには、危険な状況となる原因を把握し、未然に防ぐことが重要です。

事故を起こさないために

農作業事故を防止するためには、以下の点に注意することが重要です。

作業環境について

天候、地形、作業場所の安全性などを事前に確認して作業計画を立て、作業の障害となる小石や枝などの異物を事前に排除し、スムーズに作業が行えるようにしましょう。また、周りに危険がおよびそうになったときに、誰かが未然に気が付き、声かけができるよう、複数人で作業を行いましょう。視界が悪くなると危険が増すので、日没より前に作業を切り上げるようにしましょう。



熱中症対策について

天気予報を確認し、気温の高い時間帯の作業は避けましょう。ファン付ウェアやネッククーラーなどの体を冷やすことのできる衣類の着用や、こまめな休憩と水分・塩分補給を心掛けましょう。時間を忘れてしまいそうなときは、事前に仲間と連絡を取り合う時間を決め、お互いに休憩ができるようにしましょう。



機械・設備について

使用する農機具の安全性、保守状態を確認し、機械の定期的なメンテナンスを行いましょう。異常が見られた場合は、使用せず最寄りの農機センターにご連絡ください。また、使用する際に一度操作方法の確認を行いましょう。



作業者自身について

作業者の健康状態や疲労度を認識し、体に気を配りながら無理な作業を行わないようにしましょう。また、シートベルトやヘルメットなどの適切な保護具の着用は大げがに至らないために大切なものです。しっかりと着用して作業しましょう。



シーズン前にメンテナンスを行いましょう!

ワンシーズン安心してご使用いただくため、点検・整備が必要です



バッテリーの点検



冷却水の補充



エンジンオイルの
点検・交換



ベルトの点検



ツメの
点検・交換



農業機械を安心してお使いいただくために、
まずはセルフメンテナンスからはじめましょう。

農業機械でお困りごと・ご相談は、JA農機センターにお任せください。

MAFFアプリのすすめ

農林水産省から農林水産業に役立つ情報が直接届くアプリです。

●政策情報などを直接配信

農林水産省からユーザー(登録者)のスマートフォンに、農林水産業に役立つ政策情報やイベント情報などを記事形式で直接配信。

●ユーザーの作目や関心事項に応じた記事が届く

記事に付加されたタグ(分野・作目・地域・カテゴリ)と、ユーザーが登録するプロフィール情報や関心事項をマッチングすることで、ユーザーが必要とする情報を表示。

●大切な情報はプッシュ通知でお知らせ

特に重要な情報や緊急的な情報(熱中症警戒アラートなど)については、ユーザーのスマートフォンにプッシュ通知でお知らせ。



現場の情報を農林水産省に直接届けることもできます。

●現場の情報を直接、農林水産省に共有「マフちよく」

農林水産省のアンケートへの回答や、画像付きでの現場の情報を農林水産省に直接送付できる「マフちよく」機能を実装。

●様々な手続き・申請をオンラインで可能に

「農林水産省共通申請サービス(eMAFF)」と連携

ダウンロードはこちらから(無料)



Apple store QR



Google play QR



今月の1枚
畦畔管理サポート組合設立



春ねぎの目揃会開催

4月10日、笹賀予冷库で春ねぎ出荷規格目揃会を開催し4人が参加。ねぎ専門部の横川敦志部長はあいさつで「春ねぎは時期が限られている。健全な生産に努めてほしい」と話しました。販売情勢と出荷規格を確認し、今後の気候は高温で推移する可能性が高いことから、ねぎ坊主がでる前に出荷終了するよう呼びかけました。



春ねぎの品種についても確認

高品質なアルストロメリアを

花き部会共選部アルストロメリア専門部は4月10日、J A 中信会館でアルストロメリア生産販売検討会を開催。生産者や市場関係者ら27人が参加し、昨年度の生産販売経過を振り返るとともに、今年度の生産販売方針について確認。同部の矢嶋浩幸専門部長は「昨年度は環境に恵まれて販売高は過去最高となった。今年度は、より上を目指そう」と話しました。



あいさつする矢嶋専門部長

露地すいか定植

管内では4月に入り露地すいかの定植作業がスタート。定植した苗を凍霜害から守るため、対策を講じながら作業をすすめました。今年は管内生産者210戸が約200ヘクタールを作付けする計画。82万ケースを7月上旬から東京や大阪などの市場に出荷を予定しています。



すいかの苗を定植する生産者

旬の味をお届け！

4月17日から露地物のアスパラガスの出荷がスタートしました。3月上旬から気温の高い日が続く、生育は順調。色味が濃く、甘みが強いアスパラガスに仕上がっています。今年度は管内全域で90戸の生産者が22ヘクタールで栽培し、共選作業は4月下旬から5月上旬をピークに7月上旬までつづく予定です。出荷最盛期にむけて、4月17日には山形支所で目揃会を開催。出荷規格や荷造りの注意点について説明したほか、見本のアスパラガスと資料をみながら規格を確認。また、輸送時に穂先を傷めないよう、コンテナ内にクッション資材を使用することなどを呼びかけました。



規格を確認する生産者



次々で行われる共選作業

生産者所得向上を目指して

4月2日、園芸関係正副部会長会議を開催し生産者32人が出席。今年度のJA営農指導員販売業務体制、農産物安全安心対策などを審議しました。22～24年度の3年計画で行われたJA独自の支援「夢づくりサポート事業」で、396件、総額5470万円超を助成したことを報告。今年度も引きつづき同事業の積極的な活用を呼びかけました。



あいさつする田中均組合長

優良産地表彰

福岡市中央卸売市場青果部産地育成集荷対策協議会より、JA松本ハイランドが長年にわたり市場へ安定的に出荷を続け福岡市民の食生活の向上に貢献してきたことが評価され、優良産地表彰に選ばれました。3月24日、福岡大同青果株式会社果実部の松尾正俊部長より田中均組合長が市長感謝状を受け取りました。



田中組合長(右)に市長感謝状を手渡す松尾部長(左)

役員報酬答申

役員報酬審議会が3月10日に開催され、令和7年度の役員報酬について田中均組合長からの諮問に対し審議を行いました。農家組合長会・生産部会・青年部・女性部などの組織代表や行政などで構成するメンバーで審議を行い4月7日、農家組合長会長の原田範久会長が代表して答申書を提出しました。



田中組合長(右)に答申書を手渡す原田会長(左)

ナガイモ系統選抜会

根菜部会は3月12日、種ナガイモ選抜会を山形支所で開催。管内の生産者に配付する種ナガイモの大本となる原々種の栽培選抜を行いました。顧問の神通川さんが、種ナガイモ26系統のなかから1本ずつ厳選。同じ種ナガイモ1本から育った10本ほどのナガイモを並べ、後世に残していくためのナガイモを真剣に選びました。



選抜する神通川さん(中央)

畦畔管理サポート組合設立

和田支所は、生産者から「畦畔の草刈り作業の負担を軽減してほしい」という声を受け、支所協同活動として和田地区畦畔管理サポート組合を設立。同地区有志26人で草刈りサポート隊を結成し、業務委託を受けたほ場66ヘクタール(同地区の約1割)の畦畔の草刈り作業を計画。15日には、サポート隊の隊員が初の作業に汗を流しました。



畦畔の草刈りを実施

地域を担うリーダーを目指して

幅広い視野でJA運動をけん引するリーダーを育成する「協同活動みらい塾」の入塾式を4月15日、グリーンパルで開催し第11期生20人が入塾しました。自己紹介を取り入れたグループワークでは「さまざまなことにチャレンジしていきたい」などそれぞれの抱負を語りました。



グループワークを行う入塾生たち

夢あわせの会総会開催

3月31日、グリーンパルで助け合いネットワーク夢あわせの会総会を開催し、48人が参加しました。島田貴美子会長はあいさつで「助け合いは順番で、したことが自分に帰ってくる。昨年は災害の多い年だったので今年は事前に、できることがないか考えて動こう」と呼びかけました。総会後は折り紙でひな祭りの人形作りを行ない交流を深めました。



ひな人形を作る参加者

凍霜害キャラバン

今井支所で3月17日、長野県松本農業農村支援センターが主催する「令和7年長野県凍霜害防止啓発活動キャラバン出発式」を開催。今年も果樹などで生育の前進が予想されており、凍霜害発生が危惧されています。被害防止対策の早期準備を広く農業者に周知することで、発生予防と被害の抑制を図ります。



凍霜害防止啓発宣伝カーの出発を見送る参加者

ONE TEAM発揮

4月19日、キッセイ文化ホールで役員大会を開催しました。田中均組合長はあいさつで「今年はワンチーム発揮で連携をさらに進化させていこう」と話しました。各部の代表職員が部門間を越えて連携していくための取り組みについて発表しました。



取り組みを発表する職員

島立ちゃぐりん寄贈

青年部島立支部は4月9日、JAの子ども雑誌「ちゃぐりん」を島立小学校に寄贈しました。当日は部員ら4人が同校を訪れ、児童の代表者にちゃぐりん8冊を手渡しました。この活動は児童たちに地域貢献の環として、30年ほど前から行っています。同支部の横内一志支部長は「ちゃぐりんを通じて農業の魅力を学んでほしい」と期待を込めました。



ちゃぐりんを寄贈する部員ら

ふれあい活動担当研修会

4月15日、虹のホール芳川で(株)長野エーコープサプライと葬祭事業の研修会を開催し、各支所のふれあい活動担当者ら27人が参加。セミナー事業について学んだ後、法事料理の検討会を行いました。参加者は「研修で理解を深めた。利用者からの法事の相談に活かしていきたい」と話しました。



法事料理の説明を受ける参加者

畜産技術継承の場を

肉牛部会は4月15日、長野県食肉公社で肉牛枝肉研修会を開き、生産者や関係者ら合わせて18人が出席。部員から出品された12頭の枝肉を品評し、ロース芯の大きさや霜降り具合、色合いなどを確認。三村勉部会長は「技術を共有し次世代につなげていこう」と呼びかけました。



真剣な表情で枝肉の品質を確認する参加者



女性通信員からの話題

深め
交流を
ながら
しみ
観光を
たりと
ウに乗っ



寺院の美しさに感動

女性通信員
塩尻・広丘

貴婦人たちの修学旅行

女性部塩尻・広丘支部のゴスペルとスコップ三味線のメンバー20人は、3月14日から17日にタイのバンコクとアユタヤに行きました。84階の高層ホテルに泊まり、戦火を逃れた寺院や宮殿の遺跡を巡ったほか、ゾウに乗ったりと観光をながらしみながら交流を深めました。

女性通信員
麻績

フラワーアレンジメント講習会開催

女性部筑北支部は3月12日、令和6年度の女性部筑北支部総会を開催し、部員56人が参加。総会終了後、フラワーアレンジメント講習会を開催しました。春らしいピンクや黄色のカラフルな花を差し込みながら、華やかなアレンジメントをつくりあげました。



多くの部員が参加した

女性通信員
四賀

令和6年度通常総会開催

女性部四賀支部は3月11日、令和6年度通常総会を開催し23人が参加。総会終了後に包装紙やカレンダーを使って鍋敷きをつくりました。参加者全員で和気あいあいと小物をつくり、交流を深めました。参加者は「久しぶりにみんなに会えて楽しかった」と話しました。



チラシの鍋敷きを制作

女性通信員
波田

花鉢と清拭布寄贈

女性部波田支部は4月7日、ゆめの里和田で花鉢と清拭布の寄贈を行い10人が参加しました。女性部の役員が寄せ植えした花鉢と部員から集めた清拭布を施設利用者にしてもらうため、毎年寄贈しています。



寄贈する部員

女性通信員
島立

島立産大豆で豆腐を手作り

女性部島立支部の目的別グループ「料理の会」は3月27日、豆腐作りを行いました。誰でもかんたんに家庭でできる豆腐作りを覚え、地元産の大豆の消費拡大につなげることを目的としています。参加者は「豆腐用の木枠が家庭にないので工夫してつくってみた」と話しました。



しぼった豆乳を煮る部員

女性通信員
芳川

まり作りで交流

女性部芳川支部は3月7日、令和6年度芳川女性部通常総会を開催し19人が参加。総会終了後、部員指導のもとクラフトテープでまりづくりを行いました。お互いに教え合いながらつくりあげ、楽しい交流の場となりました。完成した作品はグリンパルの創作文化展に出品しました。



まりづくりを楽しむ部員

女性通信員
塩尻・広丘

地域の交流を深める

女性部塩尻支部・広丘支部は、3月12日にしおりり会館で合同通常総会を開催。その後、目的別グループ「スコップさわがき」と「ばあば天使」がスコップ三味線とゴスペルの発表をしました。わいわいクラブによるおもちゃなどの販売やフードドライブ、創作文化展も開催し、交流を深めました。



ゴスペルを発表した「ばあば天使」たち

女性通信員
入山辺

春を彩るひな飾り

女性部入山辺支部の目的別グループ「陽だまりの会」のメンバー9人は3月12日、特別養護老人ホーム「つつくしの里」へひな飾りを寄贈しました。メンバーは各自、材料を持ち寄り、華やかな飾りをつくりました。みんなの健康と幸せを願い、心を込めて送りました。



ひな飾りを手渡す部員



農政運動のあゆみ

基本計画閣議決定

令和7年4月11日、昨年改正された食料・農業・農村基本法に基づき、「食料・農業・農村基本計画」が閣議決定されました。本計画では、食料安全保障の強化を柱として、日本の食料システムを支えるための具体的な目標が設定されています。主な内容には、農業の構造転換、新規就農者の支援、多様な担い手の育成などが盛り込まれており、国内農業の持続可能性向上を目指しています。また、気候変動や自然災害への対応として、農地の維持や資源の適切な活用も重要な課題とされています。さらに、水田政策の見直しや農産物の価格形成といった施策の実効性を高めるには、それらの実施に必要な予算の確保が大きな焦点となっています。JAGグループとしても、計画の着実な実現に向けて、農政運動を力強く展開してまいります。

【ポイント】

食料自給率…新計画では、供給カロリーベースで45%を目指しています。現状（2023年度）は約38%とされており、大幅な向上が求められています。

農地面積の確保…412万ヘクタールの農地を維持する目標が掲げられていますが、現状では減少傾向が続いており、特に都市部での農地喪失が大きな課題です。

若手担い手の育成…49歳以下の担い手数を現状水準で維持することが目標とされています。しかし、農業従事者の高齢化が進んでおり、若年層の参入促進が急務です。

輸出促進…農林水産物・食品の輸出額を5兆円に増加させる目標が設定されています。2024年時点では約1.4兆円にとどまっており、目標達成にはさらなる取り組みが必要です。

環境負荷の低減…温室効果ガスの削減や化学農薬の使用量削減が目標に掲げられていますが、現時点では具体的な削減の進捗は限定的です。技術革新と政策支援の強化が求められています。

有機農業の推進…有機農業の取組面積を拡大する目標が示されていますが、現状では全農地の1%未満にとどまっており、技術指導体制の整備が必要です。

福祉だより

地域包括支援センターと

居宅介護支援事業所の違いについて

Q 介護に関する相談窓口として、地域包括支援センターと居宅介護支援事業所があると聞いていますが、それぞれがどんな相談に応じてもらえるところなのか教えてください。

A 地域包括支援センターは、高齢の方の身近な相談窓口です。生活の中で困っていること、心配なこと、もの忘れ（認知症）について、財産の管理や契約手続きなどの不安などの相談を受けます。高齢者のご家族（介護している方など）の相談も受けています。

必ず主任介護支援専門員、社会福祉士、保健師（または経験豊富な看護師）の3職種が配置され、連携して住み慣れた地域で安心して生活できるように、地域で総合的な支援を行います。また、状況により、関係各機関につなげます。

主な業務内容は、

- ・要支援者のケアマネジメント（ケアプラン作成など）
- ※要介護者のケアマネジメントはできない
- ・地域の高齢者の介護予防や権利擁護など
- ・高齢者の暮らしや地域でサポートする拠点、ネットワークづくり

・本人や家族だけでなく、近隣住民などからも広く相談を受け付けています

○居宅介護支援事業所は、在宅で介護サービスを利用したい高齢者の相談窓口です。

介護サービスの利用を希望している担当してくれる介護支援専門員（ケアマネジャー）を探している等の相談を受けます。

必ず介護支援専門員（ケアマネジャー）があり、業務内容、

・主に要介護1～5の利用者のケアマネジメント（ケアプラン作成など）

※包括支援センターから委託があれば、要支援者のケアマネジメントもします

・介護保険サービスと利用者をつなぐ役割です。



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！

支援の感謝と復興をPR いしのまき復興マラソンに出店

JAいしのまきは3月23日、石巻市の石巻市総合運動公園で開かれた「第8回いしのまき復興マラソン」（同実行委員会主催）に出店しました。

豚汁とJAの6次産業化商品「焼肉のタレ」を使ったタケノコご飯を振る舞い、炊飯パックなどのJAオリジナル商品や管内産イチゴなどを販売。震災後の支援に感謝し、復興をPRしました。

豚汁の振る舞いブースには女性部員24人が参加。管内産の大豆と米100%で造る「ものう熟成みそ」を使った豚汁を、参加申し込みがあったランナー約3000人分用意しました。

走り終えて「いしのまきの食」を堪能したランナーは「風が強く、寒かったので体が温まった。疲れた体にとっても染みて、おいしかった」と笑顔で語りました。



ランナーに豚汁を振る舞う女性部員ら④

マイホビー

自由に楽しく、

絵を描くよろこび

山形・小坂 住吉すみさん



33年前、庭に咲いていた月見草を描いた住吉さん。「娘に見せたら何の花かわからないと言われたの。誰でも楽しく絵が描けるようになる方法を探して、松本キミ子さんの著書『絵を描くっていいことは』と出会ったの。先生のもとで習いたいと思い、月に1度、東京の教室に通ったあと、通信制で学び始めたのよ」と当時を振り返ります。

教室で学んだのは、4色の絵具からすべての色を作りだせることや、紙の大きさを決めてから描くのではなく描きあがってから希望のサイズに切り出すなど新しいことばかり。「物事は型通り順番にすすめなければいけないと思っていたから新しく身につけた絵の描き方を通して考え方が変わったの。固まった考えが無くなり、子育てや日常生活でも起きることをおおらかに受け止めて対応できるようになったのよ」と笑顔です。

通信制で学んだ1年後には、指導免許を取得。その後もさまざまな題材の絵を描いていきます。「山形村ミラ・フード館で展示を行った際、東京から松本さんが来て、参加者に絵を描く魅力を講演してくれたの。参加者から学びたいと声が上がって、地元に住む講師として教えることになったのよ。それから山形村や松本、塩尻、波田で、30年ほど絵を教えただわ。絵から派生して絵手紙も描くようになり、県外に住む仲間と交換することも楽しみで、季節の素材をモチーフにした絵と文字を書いて交流を深めているの」と微笑みます。

「今後は、同好会で絵を楽しもうわ。生徒はみんな自由に描けるようになったから、教えることは止めて自分もじっくりと描くことに集中する時間をつくりたいの。描きたいなと沸き起こる気持ちを日々大切にしているわ」と話し、今日もキャンパスに向かいます。



4色の絵具からすべての色をつくる

ハイランドキッズ

明科・大足

瀧澤 愛珠ちゃん(10歳)

蒼くん (8歳)

(父) 章さん

(母) 里美さん

おばあちゃんとお父さんといっしょに畑で野菜を育てているよ!収穫の時期には毎日お手伝いするんだ。



家族からひと言 たくましく育てね



大きくなったらプロバスケットボールの選手になりたいな

学校では友達と鬼ごっこをして遊んでいるよ!

みんなの声

■待ち遠しかった春ー春の太陽は心身も元気にしてくれます。

(麻績支所／飯森加代子さん)

■現在、娘夫婦と3人の孫と暮らしています。趣味に手づくり手芸品をつくり『畑の彩り館さろろ』に出品して楽しく暮らしています。

(波田支所／水島和子さん)

■お彼岸前と彼岸中に降った雪は今年一番の積雪量で重い雪でした。野山は白一色となり、セキレイが餌を求めて軒下の車庫のなかを歩き回っていたので、パン粉を少しまいてあげました。

(笹賀支所／三村富美江さん)

■JAの役員だった仲間と毎年一回食事をしています。20年経ちましたがみんな気持ちは若いのです。

(塩尻支所／池田和子さん)

■先日、テレビでJAあづみの結婚式の様子を見ました。JA松本ハイランドでも農家の若い人に縁結びができるようなような組織ができればいいなと思いました。

(中山寿支所／冬空さん)

■学生時代に新型コロナウイルスの影響で思うように活動できなかった若者たちが新たなステージに立とうとしています。活躍を祈ります。

(塩尻支所／赤芝義久さん)

■今年も雪が少ないので水路に水が来なくならないかと心配しています。

(山辺支所／木下繁さん)

■お米が高いですが、JAの直売所でスーパーより安価に購入しています。

(塩尻支所／ふーちゃん)

■令和6年度の女性部通常総会に参加しました。総会のあとはフラダンスやハンドベル、スコップ三味線や支部長のお嫁サンバの発表がありました。先輩方の若さとパワーに感動しました。わたしも地元で元気に女性部の活動に参加したいです。

(四賀支所／宮川みさ子さん)

■現在、リハビリテーションのお世話になっていますが自分のモットーはできるだけ声を出す、多くの人と話し、笑うことです。努力していきたいと思います。

(聖南支所／窪田明子さん)

■食卓にふき味噌をつくり、春の香りを楽しみました。真っ白いコシヒカリの上に乗せて食べました。旬を味わい、幸せな気分になりました。

(芳川支所／小松博夫さん)

■今年もつばめが来ました。71年も来ています。つばめに負けないうよう、農業をがんばりたいです。

(四賀支所／匿名さん)

■3月になって降雪がありました。すぐに溶けてしまいました。カマキリの単の位置が低い場所にあり天気予報は当たりでした。そうかと思えば桜やつばめと季節の移り変わりが早いです。

(明科支所／内川さつ子さん)

ゆめピーちゃんの「問」

Vol.21



Q 女性部に興味があるのですが、どのような活動をしていますか？また、加入する場合、どちらに相談すればよいですか？

A 女性部は、地域の女性の地位向上と明るい豊かな地域社会を築くことを目的とし「みんなで幸せに生きる」ことを基本とした組織です。「農業」を軸に「食の安心・安全」と「福祉・健康」をテーマとして、女性部員一人ひとりが主役の仲間づくりと地域に根ざした活動を展開しています。女性部についてのお問い合わせは各支所または、組合員文化広報課まで。

活動の一例

地産地消 料理教室を開催



目的別グループ活動 全体旅行

女性部では部員の皆さんに「やりたい活動」、「楽しい活動」をしていただくために、目的別グループ活動をすすめています。手芸や農産加工、音楽や体操など同じ目的をもって、たくさんのグループが活動しています。



女性部では毎年楽しい旅行を企画しています。R6年度は「北陸金沢散策あわら温泉2日間の旅」を実施し、103名が参加、部員同士の絆を深めました。



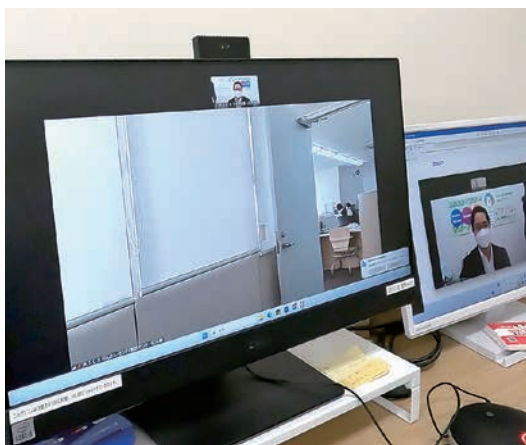
質問をお待ち
しています

JAに対して疑問に思っていること、知りたいことなどみなさまからの質問にゆめピーちゃんがお答えします。左記プレゼントクイズの宛先へ質問や疑問などをお知らせください。



ねんきん・そうぞく相談センター

当センターは、公的年金や相続に関する相談対応を専門としています。複雑な制度や仕組みを分かりやすく説明し、みなさまの疑問や困りごとを職員がていねいにお伺いして解決策をいっしょに考え、提案します。大切な財産やご家族の未来のために、法律などの専門家とも連携し、しっかりサポートいたしますので、お気軽にご相談ください。



リモート窓口相談システムで離れた場所からも相談いただけます

今月の支所紹介



支所紹介
動画QR

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 農業機械でお困りごと・ご相談はJA

- にお任せください。
●に入ることを答えてね。

ヒントは5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

■4月号のクイズの答え 食料・農業・農村

■3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。

■応募の締切 令和7年 6月11日(水) 消印有効

Eメールでもお気軽にどうぞ。kouhou@mhl.nn-ja.or.jp

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「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。

わたしたちのJA

理事会だより

令和7年4月25日・グリーンパル 西館

■決議事項

- ①独立監査人の監査報告書及び監事の監査報告書
- ②会計監査人の再任にかかる監査報酬
- ③令和6年度事業報告、事業報告の附属明細書、貸借対照表、損益計算書、剰余処分案、注記表、貸借対照表等の附属明細書及び部門別損益計算書について(監事監査、会計監査人監査後)(第34回通常総代会附議議案・報告事項)
- ④令和6年度子会社決算
- ⑤令和7年度不良債権回収方針
- ⑥第34回通常総代会における表彰・顕彰
- ⑦理事及び監事の報酬
- ⑧令和7年度農作業標準労賃及び農業機械標準作業料金の設定
- ⑨福祉事業の譲渡に伴う関連諸規程の廃止
- ⑩組合と理事との取引

■報告事項

- ①内部監査の品質評価結果の報告
- ②コンプライアンス・プログラムの取り組み状況
- ③JAバンクの内部管理態勢構築にかかる指針の変更
- ④コンプライアンス委員会の協議結果
- ⑤令和7年度コンプライアンス・プログラム
- ⑥固定化債権回収状況
- ⑦令和6年度員外利用率の調査結果
- ⑧令和6年度下期支所協同活動実施報告
- ⑨フィッシング詐欺等による不正払出し被害に対する補償実行
- ⑩余裕金の運用状況及び次月余裕金運用計画
- ⑪信用事業再編強化法第4条の規定に基づき農林中央金庫が定める基本方針
- ⑫令和7年度産米に対するJAとしての基本方針
- ⑬令和7年度産米の集荷対策

監事会だより

令和7年4月14日・グリーンパル 東館

■協議事項

- ①会計監査人の監査の相当性判断
- ②会計監査人の再任
- ③会計監査人への監査報酬

■報告事項

- ①内部監査の品質評価
- ②常勤監事報告
- ③今後の日程

令和7年4月17日・グリーンパル 東館

■協議事項

- ①令和6年度決算監事監査監査簿まとめ
- ②監事会開催通知の電子化および通知文書、会議資料の役員専用ページへの格納

■報告事項

- ①内部統制基本方針にかかる監事監査

- ②監事会開催通知の電子化および通知文書、会議資料の役員専用ページへの格納
- ③その他

令和7年4月25日・グリーンパル 東館

■協議事項

- ①会計監査人の監査報告書について
- ②監事の監査報告書について

■報告事項

- ①みのり監査法人期末Ⅱ監査の報告について
- ②その他

JAの状況 令和7年3月末現在

正組合員数	22,642人	貸出金	1,011億8千万円
准組合員数	17,156人	農産物販売高	5億8千万円
貯金	3,937億2千万円	購買品利用高	17億2千万円

サポーターです!! お気軽にご相談ください!

テレビ・冷蔵庫
洗濯機などの
家電販売・修理
部品発注

屋根・外壁塗装

LPガス お届け
あんしん点検
(法定定期点検は無料です!)
点検を装う業者に
注意しましょう

ガス器具・家電製品・リフォーム等、
家の内外に関することはLPガス住設課まで

☎26-3015 受付時間 9:00~17:00

または、お近くのLPガス販売所まで

川手・四賀LPガス販売所 ☎62-2024

筑北LPガス販売所 ☎66-3131

塩尻LPガス販売所 ☎52-7586

給油・洗車・配達灯油



洗車で愛車を
ピカピカに



おうちの灯油や
農業用燃料油を
お届けします



お問い合わせはお気軽に燃料課まで

☎26-2480

受付時間 9:00~17:00 (土・日・祝日除く)

スタンドでは

- ガソリン・軽油の給油
- タイヤ販売・交換
- オイル・バッテリー販売交換
- 灯油配達・ホームタンク取付
- エネオスカード・エネオスアプリ申込
- 洗車



お困りごとはありませんか? JAはくらしの

ご葬儀・法事・仏具など…

もしもの時のご相談から、葬儀の施行、法事や仏具もすべて対応いたします。年中無休・24時間対応受付にて(連絡先はインフォメーションコーナーをご確認ください。)

「特典付 あんしん定期積金」でお得に利用!!

【特典】ホールご利用の場合

葬儀セット価格より5~10%割引

その他法事や仏具・墓石利用、墓所クリーニング等がお得にご利用いただけます。特典付あんしん定期積金のお申込みは各支所金融窓口までお気軽にどうぞ!!

エアコン取付・修理

太陽光 発電 温水器

健康器具
補聴器

農業用倉庫
物置・車庫
設置・改修

断熱ガラス

害獣駆除

シロアリ防除

給湯器・ボイラー
設置

ガス・石油
暖房器具等の
販売・取付・修理

排水管洗浄

リフォーム(キッチン・バス・トイレ)

○リフォーム事業

補助金制度を活用してお得なリフォームのご提案!

JA職員が窓口です。「こんなことできるのかな?」とお考えの時はお気軽にご相談ください。

○家電製品/ガス器具販売取扱い

安全・安心・快適な生活のお手伝いを致します。

家電製品の配達・設置は私たちJA職員におまかせください。

くらしに必要なJAおすすめ商品が大集合!

夢あわせショッピング

季節商品、お買い得商品などくらしの便利をご提案! 下記の注文方法によりご注文ください。

注文方法

- 支所営農生活課窓口へ注文
- 生活購買センターへ電話注文▶▶
- 職員がご自宅へ訪問した際に注文

通話料
無料

生活購買センター
0120-157-118

TEL.88-1224

受付時間 9:00~17:00(土・日・祝日除く)

ご注文の際に「夢あわせショッピング」と
お伝えください。(併せて商品番号もお伝えください)

商品代には、ご自宅までの配送料を含みます

※商品(アレルギー等)に関するお問い合わせも上記フリーダイヤルへ

今月のおすすめ品

今が旬!! サラダ・オニオンフライ・かき揚げにどうぞ

商品番号

① 安曇野産 新たまねぎ

M・Lサイズ 約10kg 1ネット

1,850円(税込)

お届け予定
6月中旬~下旬



新玉ねぎは
長期保存には不向きです。
お早めにお召し上がり
ください。

高知県・和歌山県産 新生姜

商品番号

② L級 約2kg 1袋

3,280円(税込)

商品番号

③ L級 約4kg 1箱

5,180円(税込)

お届け予定
6月中旬



写真はイメージです

配達までに
水分が抜け、
重量が目減りする場合が
ございますので
ご了承ください。

初夏の味覚

商品番号

④ 熊本県産 肥後グリーンメロン

2L以上 2玉入 1箱 3,390円(税込)

糖度が高く、甘くジューシー。

外皮は細いネット状の

青肉系のメロンです。

*自家用としてのご利用をお奨めいたします。

*つるなしでのお届けとなります

お届け予定
6月上中旬



写真はイメージです

①~④の商品につきまして
※青果物につき、天候や生
育状況によって納品日
が前後する場合がございます。

※商品には万全を期して
おりますが、商品到着後
は速やかに現品の確認
をお願いします。

※納品後一週間以上経過
した商品の返品交換、お
客様都合(食味含む)に
よる返品交換はいたし
かねますので、ご了承
ください。



国産の小麦粉100%を使用し、なめ
らかでコシが強く歯ごたえがある食
感です。丸麺形状のためほぐれやす
く、のどごしの良いのが特徴です。

商品番号

⑤ ACOOP 丸細うどん

240g×14袋入 1箱

2,940円(税込)

小諸市で製粉した挽きたてのそば粉を5割使用し
た、手打ち風でつゆがらみがよいそば。人気テレ
ビ番組で「365日食べても飽きない」と紹介され
た話題の商品です。

商品番号

⑥ 星野物産

信州田舎そば 小諸七兵衛

340g×10袋入 1箱 3,400円(税込)



住まいに役立つ情報をお届けします

ガス器具

家電製品

リフォーム

等、家の内外に関することはJAへ!

このページの注文・お問い合わせはこちらへ

受付時間 9:00~17:00(土日・祝日除く)

ご注文
問い合わせ先

LPガス住設課 ☎26-3015

注文締切:5月末日

筑北LPガス販売所

☎66-3131

塩尻LPガス販売所

☎52-7586

川手・四賀LPガス販売所

☎62-2024

ビルトインコンロ ノーリツ

Orche オルシェ ラックリーナ



汚れが拭き取りやすいテフロン™加工
水や油をはじくテフロン™加工をほどこしているため、汚れも拭き取りやすくなっています

グリル調理の幅が広がる
「ロティプレート」が付属



N3WU4PWAAFBAEC(プラチナブラックアルミトップ)75cm
希望小売価格 298,650円(税込)

7 特別価格 **150,000円**(税込)(標準入替工事費込)

今月のおすすめ家電

戸建住宅用
宅配ボックスのご案内

- ※不在時にも荷物を受け取りたい方
- ※自宅でのプライベート時間を邪魔されたくない方
- ※配達時間を気にしたくない方
- ※盗難のリスクを減らしたい方
- ※対面での受け取りをしたくない方

パナソニック

宅配ボックス コンボライト
設置ベースセット付

CTNK6020RB(ブラック)ミドルタイプ W390×D473×H590/8.0kg

8 特別価格 **52,000円**(税込)

CTNK6050RB(ブラック)ラージタイプ W390×D473×H790/10kg

9 特別価格 **61,000円**(税込)



エアコン早期取付キャンペーン

見積り無料・在庫限り

快適な夏場を過ごすためにエアコンのご準備はお済みですか?

2024年度モデル数量限定でのご案内

三菱 ルームエアコン



MSZ-GV2524W(8畳用)

2台限定

10 特別価格 **65,000円**(税込)(取付工事費別途)

MSZ-GV2824W(10畳用)

3台限定

11 特別価格 **76,000円**(税込)(取付工事費別途)

※上記品以外で、他メーカー・他商品も取り扱っております。順次対応させていただきますので、お気軽にお問い合わせください。

空間の有害物質を抑制!!テレビ番組でも特集されたダイニチ製の空気清浄機のご案内

お手入れらくらくプレフィルタは4か月そのまま使用可能。お手入れは交換でカンタン。

ダイニチ

ハイブリット式空気清浄機

ホワイト×ブラウン

CL-HB924(適応床面積:主に38畳まで)

12 特別価格 **62,800円**(税込)



お願い

組合員様よりご注文を頂いた商品が製造の遅延等で納期が遅れてしまうことがあります。その際は納期の再確認、または別途商品をご案内いたしますので、ご了承ください。



JA松本ハイランド

新盆・法事 相談承ります

セレモニーフェア 盆提灯展示会

家紋入提灯
予約受付中

家紋入のご用命はお早めに
お願い致します

7月末日まで

会場／JA虹のホール芳川 松本市小屋南1-15-20

6月11日(水) 9:00~16:00 TEL.0263-85-0022

新盆を迎えるみなさまに盆提灯などを
多数とりそろえてお待ちしております!



盆提灯展示期間のお知らせ

お申し込み・新盆法事のお問合せは各JA虹のホールまで

6月19日(木)~7月21日(月) 10:00~16:00 ※各ホールの展示は一部商品となります

会場／JA虹のホール 岡田 TEL.45-0700
場所／松本市岡田町555

会場／JA虹のホール 筑北 TEL.67-1155
場所／東筑摩郡麻績村麻4120-1

5月27日(火)~7月27日(日) 9:30~17:30 ※JAメモリアル会館は盆提灯の展示のみとなります

会場／JAメモリアル会館 場所／松本市波田10331-1 TEL.87-0377 <定休日> 毎週月曜日

あれ?
こんな時に限って
お薬がない...

そんな時のために
**備えて安心。
いつでも便利。**

クミアイ家庭薬です。

お問い合わせ先 平日9時~17時
協同薬品工業株式会社
〒339-8101 長野県安曇野市三郷町盛1113-3

松本営業所
TEL(0263)88-6724



女性部 軽トラ市オープン!!

採りたて!新鮮!安全・安心な野菜を軽トラックの荷
台にのせて販売します

日時 5月31日(土) 15:30~(売り切れ次第終了)

場所 グリンパル駐車場

*オープン以降は11月22日(土)まで、毎週土曜日
に開催予定です

お問い合わせ

総務企画部 組合員文化広報課 ☎26-2301

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

■CDカード(キャッシュカード)

夜間・休日事故受付

☎0120-024040

■JAカード(クレジットカード)事故受付

☎0120-159674(24時間対応)

■ENEOSカード(クレジットカード)

紛失・盗難受付(24時間・365日)

TS3(トヨタファイナンス)

☎052-239-2811

NICOS(三菱UFJニコス株)

☎0120-159674

くらしの連絡先

■灯油の配達

山辺スタンド東部配送センター ☎36-5206

山形スタンド中西部配送センター ☎98-2323

聖南スタンド川手筑北配送センター ☎66-3939

片丘スタンド塩尻配送センター ☎52-0346

■料理の注文

支所営農生活課

■まごころ宅配の注文変更・休止など

A・コープまごころ宅配センター

☎026-214-7817

■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

CATV テレビ松本
TV MATSUMOTO CABLEVISION

毎日放送中!! JAお知らせ番組(15分)

「JA松本ハイランド情報」

6:45、7:30、12:00、18:30、23:30

※変更となる場合があります

JAのホットな話題をお茶の間に!

JA企画番組「JAグリーンタイム」

毎月第一週(日を除き毎日放送各15分)

※変更となる場合があります

9:30、13:30、18:30、22:30

米・KOME通信

令和6年産米の出庫状況
(令和7年4月21日現在)

集荷数量 187,277俵

出庫数量 94,417.5俵

出庫率 50.4%

JAカレンダー

5月17日～6月17日

※感染症のまん延などにより、中止・延期とさせていただく場合があります。

■くらしを応援! みんなの相談会

5	14日(水)	宅地建物相談会(松本支所2階、13:30～15:30、要予約)
	20日(火)	葬儀事前相談会(虹のホール芳川、虹のホール岡田)9:00～17:00
	21日(水)	年金相談会(山形、9:30～15:30)
	23日(金)	年金相談会(和田、9:30～15:30)
	26日(月)	葬儀事前相談会(虹のホール筑北)9:00～17:00
6	28日(水)	年金相談会(女鳥羽、9:30～15:30) 宅地建物相談会(グリーンパル東館1階、13:30～15:30、要予約)
	30日(金)	葬儀事前相談会(虹のホールはた)9:00～17:00
	4日(水)	年金相談会(塩尻、9:30～15:30)
	9日(月)	年金相談会(新村、9:30～15:30)
	11日(水)	年金相談会(四賀、9:30～15:30) 葬儀事前相談会(虹のホール芳川、虹のホールはた、虹のホール岡田、虹のホール筑北)9:00～17:00 宅地建物相談会(広丘支所、13:30～15:30、要予約)

※虹のホール事前相談会への参加を希望される方は、事前に各施設にご連絡ください。

お問い合わせ	宅地建物相談会	は資産相談課	☎26-1400
	年金・相続相談	はねんきん・そうぞく相談センター	☎46-1562
		ねんきん・そうぞく相談センター松本南	☎25-7281
	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

5	20日(火)	すいか共選所運営委員会
	21日(水)	ジュース用トマト部会役員会
6	10日(火)	施設ぶどう販売推進会議
	12日(木)	もも・なし県外販売推進会議

■廃プラ・不要農薬などの回収日程(廃プラの野外焼却は法律で禁止されています)

5	21日(水)	朝日地区(育苗センターガラスハウス横駐車場(苗祭り開催場所横駐車場)、9:00～11:00、農ビ・農ポリ・その他)
6	10日(火)	山形地区(すいか共選所、9:00～11:30、農ビ・農ポリ・その他)

※農業用廃プラスチック、不要農薬・空容器の持ち込みを希望の場合は、事前に申し込みが必要となりますので最寄りの支所へご確認ください。

※なお、処理につきましては有料となります。



自動車税の納付期限は5月30日(金) 期限内に納付しましょう!

自動車税と軽自動車税は各支所の金融共済窓口でお支払いできます。期限までに必ず納付しましょう。なお、「納税通知書が届かない」などのご相談は中信県税事務所 ☎40-1905、軽自動車税は市役所、村役場へお問い合わせください。



山辺ワイナリーだより

青葉を吹き渡る快い風が吹く頃となりました。

山辺から見渡した北アルプスの稜線を模った新ラベルワイン NVピノ・グリ新登場! キャンプで大自然を感じながら、ゆったりとしたひとときを過ごしませんか?

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10:00～、不定休

新発売

NVピノ・グリ
3,700円





レタスの春巻き

材料(4人分)

糸かんでん	3g
レタス	3分の1
固形チーズ	30g
薄切りハム	4枚
干しエビ	大さじ1
ごま油	大さじ2分の1
塩	少々
春巻きの皮	6枚
ポン酢	適量

作り方

- ①糸かんでんを水に10分浸け水を切る。
- ②レタスは皮に敷く分を残し、一口大にちぎる。
- ③チーズとハムを千切りにする。
- ④①～③の材料をボールに入れ、干しエビとごま油、塩を混ぜ具材を作る。
- ⑤春巻きの皮にレタスを敷き、中に具材を入れ包む。
- ⑥油で揚げ、半分に切り、ポン酢を添えて完成。



レタスとサバ缶のサラダ

材料(4人分)

レタス	3分の1	甘酢	大さじ1
サバ水煮缶	2分の1	ごま油	大さじ2分の1
塩昆布	大さじ1	カニカマ	3本
白ごま	大さじ1	粉チーズ	適量

作り方

- ①レタスを一口大にちぎる。
- ②サバ缶、塩昆布、白ごま、甘酢、ごま油を混ぜて盛りつける。
- ③盛りつけた上に、カニカマと粉チーズをかけて完成。

作り方動画



レタスの主な栄養素と効果

β-カロテン、ビタミンC、ビタミンE、カリウム、カルシウムなどが含まれています。レタスの茎を切ると出てくる白い液体はラクチュコピクリンと呼ばれる苦味成分のひとつで、催眠・鎮静作用があると言われています。



今月の レシピ提案者

塩尻支所 安藤 きみ子さん

野菜が苦手なお子様でもおいしく食べられる一品です。夏にレタスがたくさんあっても簡単に1つ消費することができます。油で揚げる料理ですが、さっぱりとしてたくさん食べることができます。

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

国産農産物を大切に!

スマートフォンで
アクセス

