

夢あわせ

2025

9

Vol.398

JA Matsumoto Highland



特集

今年もお米はJAへ!



フォトコンテスト2024 組合長賞

タイトル 新米おにぎりいただきます!

SNSで旬な情報を発信しています



 JA松本ハイランド

農業夢追人

波田・見附久保

波多腰力也さん

おいしいすいかを いつまでも



Profile

大玉露地すいか80アール、米30アールを栽培。農閑期にはすいか仲間とゴルフを楽しむ。奥様の小百合さんと2人で作業にあたっている。



奥様と孫とともに



会社員として働きながら、休日や農繁期には奥様の実家のすいか農園で手伝いを30年ほどしてきた波多腰さん。定年を機に本格的に生産者として働き始め、今年で3年目を迎えます。

「自然な流れですいか農家になったんだけど、100m以上あるほ場の長さに圧倒され、いつ終わるんだろうと思っていたこともあったよ。初年度は暑いなかの屋外作業に慣れず、体を壊したこともあったんだ。手伝いをしていたときには分らなかった生産者同士の話が理解できるようになって、生産の奥深さを知り、どんどのめり込んできたよ」と就農当時を振り返ります。

高品質なすいかがづくりについて「集荷後、その日出荷したすいかの出来高表が送られて来るんだ。そこには大きさや等級、値段などが書いてあるんだよ。すいかは手かけた分だけ良い品質に仕上がるから、消毒や日除け対策など、日々の成果がこのときによくわかる。天候に左右されながら、高品質なすいかをつくることは大変なこと多いけれど、やりがいがあるよ」と笑顔です。一番うれしいことは、毎年すいかを購入してくれる会社員時代の仲間から「今年のすいかができるのが待ち遠しいよ」や「おいしかったよ。また来年も楽しみにしているね」などの感想をもらえることと話します。

今後について「生産者としてはまだまだ分からないことだらけだから、多くの人の意見を聞いて成長していきたいんだ。すいか部会波田支部の副部長をつとめているんだけど、若い人の意見を積極的に取り入れて地域を盛り上げていきたいと思ってるよ」と話し、今日もほ場に向かっています。



おいしい発見!

旬菜NAVI ファーマーズガーデンうちだ

旬の味覚をお届け

見ているだけでもわくわくする色とりどりの秋の味覚が、店頭には並ぶ季節になりました。シャインマスカットやナガノパープルなどの地元産ぶどう各種、みずみずしく甘さが口広がる梨、香り豊かなりんごなど旬のフルーツが盛りだくさんです。ネギはくさいなどの地元産秋野菜も続々入荷中です。旬の味をぜひお楽しみください。スタッフ同みなさまのご来店お待ちしております。



〒399-0023 松本市内田792-7



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	
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	

新規出荷会員を募集中

ファーマーズガーデン各店、畑の彩り館きろろ、新鮮市場ききょうでは、新規出荷会員を募集しています。

※詳しくは直売所各店舗までお問い合わせください。



最低賃金が改定されます!

令和7年10月3日から適用されます!

長野県最低賃金
[時間額] ※予定
1061円



- 最低賃金1061円を下回らないように注意しましょう。
- 現在締結している労働契約の賃金が1061円を下回っている場合は必ず見直しをしましょう。
- 「令和7年度 農作業標準労賃・農業機械標準作業料金表」の一般作業労賃額が1061円に変更となりますのでご注意ください。
(各地域の労賃表も変更となります)

※詳細につきましては長野労働局のホームページをご覧ください。

今年もお米はJAへ!

現在の米穀情勢は、集荷や流通の複雑化による不透明感など様々な要因で品薄感が継続しています。令和7年産米の販売動向を推測することは難しいですが、JA松本ハイランドでは積極的に販売を推進し、これまで通り生産者のみなさまに最大限の精算をさせていただきます。

令和7年産につきましても変わらず、JAへの出荷をお願いいたします。

JAグループは、生産者のみなさまとともに 国産米の安定生産・安定供給の使命を果たします

- ①実需者・消費者へ確実に国産米を届け、国産米需要を守ります
- ②流通コストの最小化につとめます
- ③持続可能な生産者手取りの確保につとめます

令和7年産米集荷・販売方針について

JA松本ハイランドは、卸・実需者などの需要に応じた生産販売計画に基づき、集荷率の向上と競争力を最大限に発揮し「生産者手取りの最大化」を図り、次世代へつなぐ農業の実践を目指します。

■基本方針について

米生産は、在庫水準の推移や消費量など情勢を踏まえつつ、需要に応じた生産を基本とし、JA集荷量の確保・拡大に取り組み、安定した取引を継続して行う環境づくりにより生産者の手取り確保を目指します。

①集荷については適期収穫、乾燥調製技術の徹底などの指導をすすめ、胴割れ米の少ない「売れる米」の集荷数量確保を図ります。

また、JA松本ハイランドの特色である色彩選別機・低温保管施設の機能を生かし、販売強化に取り組みます。

②販売については「松本ハイランド産米」の総合ブランド力を高め、系統出荷は需要の高い業務用米の更なる販売強化を行い、直接販売は地産地消を目的に地域流通を基本に取り組みます。

③米の集荷販売は「長野県安心基準米」を基本とします。

■集荷対策について

令和7年産米では新たな集荷施策として①概算金決定時期の前倒し②状況に応じた追加概算金の設定③令和6年産米追加精算(令和7年5月実施)により集荷量の確保に努めます。

令和7年産米 概算金の設定について

長野米の概算金設定の考え方

- 本精算金(最終、翌々年春精算)より概算金に重点をおいた金額設定となっています。
- ひっ迫した需給環境により全国的な値上げ基調を受け、相対基準価格も概算金並みの値上げが見込まれます。

主要品種概算金価格(1等フレコン60kg、JA長野県安全安心基準米)

コシヒカリA	あきたこまち	風さやか	つきあかり
28,020円 (全農ベース前年比 +11,940円)	27,600円 (全農ベース前年比 +11,940円)	27,480円 (全農ベース前年比 +11,940円)	27,480円 (全農ベース前年比 +12,000円)

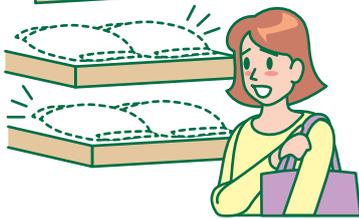
※追加概算金が発動される場合(9月16日食糧専門委員会にて決定)上記金額に加算されます。

米の価格高騰の要因

天候や需要に左右されるお米の値段

お米の出来は天候に大きく左右されます。令和6年は過去最高の猛暑を記録し、お米の生育に大きなダメージを与えました。インバウンドによる和食の需要が増えたことや、南海トラフ地震への不安も重なって、一時的に品薄になりました。

お米売り場

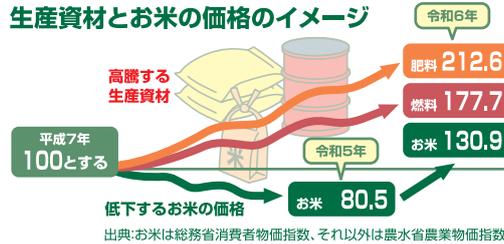


肥料や燃料の値上がりも影響

実はお米の値段は令和5年まで低下傾向が続いていました。一方で、生産に必要な肥料や燃料などは値上がりし、生産者の経営を圧迫しています。農業を続け、これからも消費者のみなさんにお米を届けるには、そのコストを適正に価格に反映させていくことが必要です。

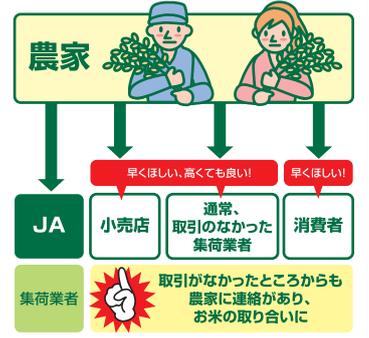
それが、おいしくて安全・安心な日本の「食」を、子どもたちの世代につなげていくことになります。

生産資材とお米の価格のイメージ



お米の取り合いで高値に

お米が品薄になったので、消費者や多くの業者が早くお米を手に入れたいと動きました。その結果、通常の流通ルートではないところでもお米の取り合いが起き、お米の値段が上がったのです。



需給見通し

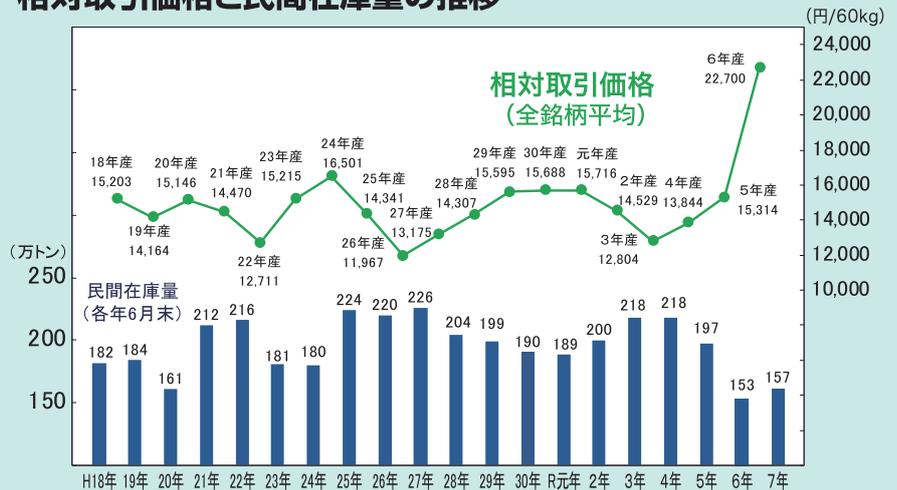
農林水産省による主食用米の需給状況を表す指標となる令和7年6月末時点の民間在庫量**157万トン**から試算すると令和8年6月末在庫見通しは**174~226万トン**となります。

JAグループを含めた民間筋では、通常6月末現在の在庫量として**約180~200万トン**が適正な在庫量と考えられています。

渇水・高温障害による生産量への影響、米価高騰による消費動向、外国産米の供給拡大による影響等、変動要素が多く、過剰・緩和どちらの状況にもなり得る状況です。

近年の世界的な気象変動は農作物に対して様々な影響をもたらしており、さらに日本の農業は深刻な後継者不足と高齢化問題を抱えています。昨年来の米価高騰の根底にはさまざまな要因があると思われますが、消費者を含め、日本人の主食である米について真剣に考える良い機会ではないでしょうか。

相対取引価格と民間在庫量の推移



注: 相対取引価格は、当該年産の出回りから翌年10月まで(令和5年産は出回りから6年9月までの速報値、令和6年産は6年9月の速報値)の年平均価格であり、運賃、包装代、消費税相当額が含まれている。

出典: 農林水産省農産局

食の安全性がいま求められています。お米の栽培日誌は提出されましたか?

(未提出の方は、早めに支所営農生活課へ提出して下さい)

- 農業機械の取り扱いなど、農作業事故には十分ご注意ください。
- 農業機械の掃除を十分行い、雑草などの異種穀粒や異品種粒の混入がないようにしましょう!



今月の1枚 大きいトマトみつけた!



もも、生育順調で高品質

ももなし部会も専門部は7月24日、「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。今年は春先の凍霜害もなく、その後温暖で推移したことや適度な雨によって色づきもよく生育は順調。糖度も高く高品質に仕上がっています。今後は中京や関西、四国などの市場に出荷していきます。



出荷規格を確認する生産者

白ネギ目揃会

野菜部会ネギ専門部は8月5日、個選白ネギ出荷規格目揃会を山形支所で開き、生産者やJA職員ら約100人が出席。市場関係者を招き、出荷最盛期にむけて規格を確認しました。当JA産の白ネギは高品質で、市場からの引き合いが強く、年々栽培面積が増加しています。中京や関西、九州方面などへ出荷する予定です。



白ネギの出荷規格を確認する生産者

甘いぶどうをお届け

ぶどう部会は7月26日、管内4箇所で露地デラウェア目揃会を開催しました。山辺ぶどう集荷所で開催した目揃会では生産者約150人が参加。営農指導員が粒ぞろいや着色を説明したほか、高温による品質低下への注意を呼びかけました。販売面では当JA産を求める声が強く、市場の需要が増える盆前に重点を置き全量出荷を呼びかけました。



ぶどうの出荷規格を確認する生産者

ナガイモのポスターとキャラクター完成

根菜部会は5月中旬、当JA産ナガイモをより多くの人にPRすることを目的に、エクセラシオン高校美術科彫刻・工芸専攻の生徒7人に「ポスター等に使用するデザイン画」と「ナガイモキャラクター」の作成を依頼しました。作品の完成に合わせ8月6日、山形支所で根菜部会ナガイモ専門部役員とJA全農長野職員、JA役職員が選考を行いました。ポスター4点とキャラクター11点のなかからそれぞれグランプリを決定。ポスターとキャラクターは以前より使用していたものがありませんでしたが、今回選考された作品を採用していきます。今後は、10月21日開催予定のナガイモ目揃会において選考された生徒へ表彰を行った後、選考内容を部会員に周知する予定です。ポスターやキャラクターは役員会などで活用方法を検討していきます。



選考をする根菜部会員ら

高品質なグラジオラスを

花き部会共選部グラジオラス専門部は7月11日、夏作グラジオラスの出荷最盛期を前に、山形支所で目揃会を開催。生産者21人が出席し、規格の統一や荷造り方法を確認しました。また、市況、販売情勢、出荷対応などをメールで配信することで専門部内での円滑な情報共有に取り組み、部会全体のレベルアップにもつとめていきます。



出荷規格を確認する生産者

カーネーションのあゆみ伝える

花き部会個選松本支部の手塚稔幸さんは7月18日、松本市立芝沢小学校3年児童の社会科見学を受け入れました。農業に触れて、地域の特産品について知ってもらうことを目的に開催しており、今年で6年目をむかえます。3年生児童ら約60人は手塚さんのカーネーションハウスを順番に見学し、歴史を学びました。



カーネーションの説明を聞く児童たち

りんごの季節到来

りんご部会は今井果実共選所や波田集荷所など9会場です。今年は凍霜害もなく玉伸びは順調で、例年どおり高品質に仕上がっています。営農指導員が大きさや着色などの出荷規格について説明したほか、着色が良好なものからこまめに収穫を行うことなどを呼びかけました。



出荷規格を確認する生産者

よい食子どもひろば

女性参画センター運営会議は8月9日「よい食子どもひろば」を本所グリーンパルで開催し、親子連れなど478人が参加。地域の子どもたちに食や農を体験してもらう食育イベントで、今年で3回目の開催となります。参加者は食のクイズコーナーや乳搾り体験などさまざまなブースをまわり、食について学びを深めました。



食について学ぶ参加者

水稲用除草剤購入キャンペーン

1月1日から3月31日までに、水稲用除草剤「サラブレッドGO」を予約注文した方のなから、抽選で携帯ゲーム機やカタログギフトなどが当たるキャンペーンを実施しました。8月27日に抽選会を開催し、上條常務理事が抽選を行いました。当選のお知らせは商品の発送をもって代えさせていただきます。ただきです。



抽選を行う上條常務理事(右)、協友アグリ(株)担当者(左)

幸水目揃会

ももなし部会なし専門部は8月13日、管内3会場です。出荷時期を迎えたなし「幸水」の目揃会を開催しました。波田果実集荷所でひらかれた目揃会では生産者17人が参加しました。同専門部の中野一男専門部長は「出荷の開始が例年より少し早い。規格を統一し、お盆後から本格的に出荷できるよう準備していこう」と呼びかけました。



規格を確認する中野専門部長(右)

学都松本の歩み

はつらつ大学は8月7日、今年4回目となる講座を開きました。松本市博物館の遠藤正教さんを講師に迎え「松本の歴史」学都松本の歩み」について講義。松本は寺子屋が多く、明治時代には開智学校が学びの中心地となり子どもへの教育をいち早くすすめていたことなどを学びました。



真剣に学ぶ参加者

フラワーショー授賞

J A全農長野が7月24日、25日の両日開催した「第55回信州フラワーショーサマーセレクション」で当J Aの福島るみさんの出品したアルストロメリア



表彰状をうけとる福島さん(右)

が長野市長賞を受賞しました。



長野市長賞を受賞

ジューズ用トマトの魅力発見

8月10日、朝日支所と朝日ジューズ用トマト生産組合、株式会社ナガノトマトが協力し「朝日のおいしい農産物みつけた!」【第1弾】ジューズ用トマト」を開催。事前に募集した親子連れ20人が参加しました。参加者はトマトのクイズに答え学びを深めました。その後はトマトの収穫体験と採れたてのトマトを使ったトマトジュースとパスタを味わいました。



ジュースをつくる参加者

女性部フードドライブ

女性部は信州やまびこドームで開催した「女性の楽しいつどい」にあわせて、家庭で発生した未利用食品の有効活用する取り組みとしてフードドライブを行いました。事前に女性部全体へ通知し、当日は参加者から缶詰、乾麺、レトルト食品などが寄せられ、松本市を通じて寄付しました。



食品を持ち込む役員ら

みなみ信州女性部との交流会

7月24日、女性部とJ Aみなみ信州女性部との交流会を開催。みなみ信州女性部員は午前中、すいか共選所を見学した後ファーマーズガーデンやまがたで買い物を楽しみました。午後は当J A女性部員と合流し、交流会を実施。発表や質疑応答を行った後、グループごとに別れお互いの地区の活動事例などを共有し学びを深めました。



笑顔が溢れる交流会

夢あわせ農園

8月19日、山形支所は「夢あわせ農園」で、山形保育園の年長園児と、じゃがいもの収穫体験を行いました。園児たちは「両手よりおおいじゃがいもが取れた」などと話しながら、バケツに溢れるほどのじゃがいもを収穫しました。収穫したじゃがいもはカレー会で活用する予定です。年少園児がじゃがいもを洗い、年中園児が皮を剥き、年長園児が調理しみんなで味わう予定です。



じゃがいも堀りをする園児



女性通信員からの話題

参加者は協力しながら作業をすすめ、パンと豆腐をつくり上げました。



パンと豆腐が完成

女性通信員
本郷

パンと豆腐のつくり方学ぶ

女性部本郷支部は7月上旬、中山加工所でパン加工と豆腐作り講習会を開催し8人が参加。部員同士の交流を図るとともに、地元でとれた大豆を使用することで地産地消を目的に開催しました。

女性通信員
笹賀

免疫力アップ！

女性部笹賀支部と若妻大学O G会は笹賀支所でリンパマッサージ講習会を開催し、部員ら16人が参加しました。講習会では講師を招きセルフマッサージのやり方や注意点などを学びました。参加者は「以前から興味があったので参加できてよかった」と笑顔で話しました。



セルフマッサージを学ぶ参加者

女性通信員
塩尻

快適な眠りを

女性部塩尻支部は7月23日、東洋綿業(株)視察講習会&メロン狩りを開催し、部員ら30人が参加しました。東洋綿業(株)で寝具を購入した後、メロン狩りを行い部員同士の交流を深めました。参加者は「バスの移動時間も和気あいあいと楽しく過ごすことができた」とよろこびを語りました。



甘いメロンに舌鼓

女性通信員
入山辺

心を込めて飾り付け

女性部入山辺支部目的別グループ「陽だまりの会」は7月18日、入山辺地域交流センターで七夕飾り付けを行いました。グループ員5人が参加し、それぞれ持ち寄った七夕飾りを竹に心を込めて飾り付けていきました。できあがった作品は特別養護老人ホーム「うつくしの里」に寄贈しました。



七夕飾りを寄贈

女性通信員
四賀

こども料理教室開催

女性部四賀支部は7月29日、四賀支所の調理室でちゃぐりんこども料理教室を開催。四賀小学校の児童と保護者26人が参加しました。ホイコーロー風冷しゃぶサラダやきゅうりとカニカマの甘酢あん冷やっこなどをつくり、夏らしいメニューをおいしく味わいました。



料理をつくる参加者

女性通信員
朝日

じゃがいも掘り

朝日支所青年部は7月28日、朝日小学校児童館の4年生から6年生の生徒を対象に食育活動の一環としてじゃがいも掘りを開催。4月7日に種まきを行なった分を収穫しました。収穫後は、社会福祉協議会が主催するカリー大作戦に使用する予定です。



じゃがいもを収穫する小学生たち

女性通信員
本郷

ふれあい健康教室開催

本郷地区の農家組合は地域の組織と連携し、7月15日稲倉公民館でふれあい健康教室を開催。夏の農作業中の熱中症対策や水分・食事のとり方について理解を深めました。また、近年増加している特殊詐欺について寸劇を通じて学び、被害防止への意識を高めました。



特殊詐欺の寸劇を見る参加者

女性通信員
朝日

収穫体験

朝日支所協同活動の一環として行っている朝日保育園のふれあい農園では7月29日、とうもろこしとじゃがいもの収穫を行いました。年長年中児童60人が参加し、2種類のとうもろこしを収穫したあと、4種類のじゃがいもを手分けして収穫しました。



とうもろこしを収穫する児童



農政運動のあゆみ

J A長野県青年部協議会

令和7年度 国会議員との現場視察・意見交流会

8月2日、J A長野県青年部協議会は上田市にて、現地視察および意見交換会を開催しました。

農業を巡る情勢や改正された食料・農業農村基本法によって食料安保体制の強化が図られた一方で、食料課題が鮮明になってきている状況を踏まえ、長野県選出与野党国会議員および組織代表議員に生産現場の現状課題を実際に視察いただきました。あわせて今後の展望などについて、これからの農業を担う青年部盟友と意見交換を行いました。

参加したJ A青年部員からは、「農地集約は今後ますます重要になる。高齢化で所有者不明の土地が増える前に、税制優遇など制度整備が急務」「米騒動のなか米農家は転作を前提に営農している、急に米を増産しろといわれても難しい。米大豆への助成継続と、面積ではなく出荷量に応じた助成への転換が考えられないか」など多くの意見が出され、参加した国会議員と活発な意見交換が行われました。



発言する青年部員



参加した国会議員



福祉だより

要介護度について

Q 要介護度について教えてください

A 「要介護度」とは、日常生活の中でどれくらい介護が必要を示す「ものさし」です。介護保険サービスを利用するためには、まずこの「要介護認定」を受ける必要があります。

◎申請から認定までの流れ

1 申請…お住いの市町村役場、包括支援センターなどに申請します。

2 訪問調査…市町村の職員などがご自宅を訪問し、心身の状態を調査します。

3 主治医意見書…主治医が心身の状態について意見書を作成します。

4 審査会で判定…調査結果と意見書をもとに、介護の必要度を判定、最終的な「要介護度」が決定されます。

◎要介護度の区分

要支援1・2…日常生活の一部に介助が必要

要介護1〜5…日常生活の多くの場面で介護を必要とする。数字が大きいほど介護の必要度が高い

◎要介護度で何が違うの？

- ・利用できる介護サービスの種類
- ・月ごとのサービス利用限度額
- ・福祉用具のレンタル対象品
- ・施設入所の条件 など

要介護度が高くなるほど、利用できるサービスの幅や量が広がります。要介護度が上がると、利用できるサービスは増えますが、自己負担額も増える可能性があります。詳しくは、担当もしくは最寄りの居宅支援事業所のケアマネージャー（介護支援相談員）にお尋ねください。

（所得に応じて1〜3割の負担が必要です。）

【文責…ゆめの里和田福祉相談センター】



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！

高品質なものを出荷 オクラ出荷査定会

JAいしのまきは7月23日、2025年度から栽培普及に乗り出しているオクラの出荷査定会を、東松島市のやもと青果物集出荷センターで開き、生産者ら約15人が参加しました。オクラの出荷規格や曲がり程度、箱詰め方法などについて確認。本年産は気温が高く順調に生育が進み、鮮やかな緑色でみずみずしく、高品質の仕上がりになっています。

カネコ種苗の佐々木淳課長は「今後は暑さによる乾燥と病害虫に気を付けてほしい。虫は朝晩活動するので、防除を徹底しよう」と呼びかけました。

出荷は7月下旬から最盛期を迎えており、10月までに約4000ケースを目指します。25年度は生産者19人が63㍍で栽培しています。



オクラの規格を確認する生産者ら

マイホビー

小さな機関車に 大きな夢を乗せて

松本県 三代澤 英明さん



「昭和40年代に廃止がすみすがたを消していく蒸気機関車の雄姿を写真に収めたい——その思いから、カメラを手に取ったことがすべての始まりです。蒸気を吹き出しながら力強く走るすがたは電気機関車とは違い、生きている機械のような躍動感があって「瞬で心を奪われました」と笑顔で話す三代澤さん。

写真撮影からさらに歩踏み込み、自作のミニSL製作に挑戦します。旋盤やフライス盤で材料を切り出して製作を進めますが、蒸気機関車の心臓部ともいえるボイラー製作の難しさ、特に銅製のボイラーの溶接に挫折します。しかし、この挫折が転機となり、製作を通じて同じ趣味を持つ仲間たちとの出会いから、「信州ミニ鉄道倶楽部」を結成。白馬にある鉄道テーマパーク「白馬ミニトレインパーク」を拠点に、活動を始めました。

仲間の協力を得ながら試行錯誤を重ね、10人ほどが乗車できるミニSLを完成させます。そして、仲間とともに公民館や児童センターの夏祭り、さまざまな祭事などでミニSLを走らせています。特に、「子どもたちが本物の石炭で動く機関車に目を輝かせ、蒸気を吹き出すように歓喜の声をあげる瞬間がなによりうれしいですね」と笑顔です。

ミニSLは繊細な整備が欠かせず、燃料となる高純度石炭の入手も難しいなど、活動を続けるうえで課題は少なくありません。それでも、「交換部品の自作や仲間と知恵を出し合いながら問題を解決していくことも、楽しみの一つなんです」と話し、子どもたちの笑顔のためにもこれからも熱を燃やし、白煙をあげ続けます。



発車にむけ準備をすすめる

ハイランドキッズ

塩尻・桔梗ヶ原
黒木 颯亮くん (10歳)
陽向くん (8歳)
陸くん (4歳)
👨 (父) 友貴さん
👩 (母) 有紀子さん

おじいちゃんとお父さんがぶどうをつくっているよ!忙しい時期にはみんなで箱にスタンプを押したり、お手伝いするんだ。



家族からひと言 元気に育ってね

プラモデルづくりが得意だよ。大きくなったら海上保安官になりたいんだ。

鳥や恐竜が大好きだよ!大きくなったら空を飛びたいな!

タイピングゲームにハマっているよ。大きくなったら発明家になりたいな。



みんなの声

■今年、初めてすいかを植えました。大きくなってきて楽しみです。

(神戸敦子さん)

■いろいろ対策しているのですが、みみずを探すのか、近所の畑に猪が出て広く掘り起こされています。

(絹さん)

■JA松本ハイランドすいかがおいしいので、毎週購入しています。都内の友人2人に贈ってもよろこばれました。

(太田京子さん)

■今年、初めてプランターで中玉とミニトマトを栽培しました。順調に大きくなり、毎日家族の口のなかでよろこんでいるようです。真夏のトマトが大好きです。

(中川明子さん)

■家の畑に小さなすいかの実が付きました。たった一つですが大切に世話をして食べられるようになればと思います。気温の変化も大きいので重ねて注意したいです。

(赤芝義久さん)

■暑過ぎたり、雨が降り過ぎたり、米は少な過ぎたりと、いい塩梅にはならない時代でしょうね。

(増田尚己さん)

■旬感クッキングの7月号レシピがとても参考になりました。白ネギの肉巻きフライをつくってみました。とてもおいしかったです。

(羽田野アイ子さん)

■梅雨が明け、想像以上に暑い日が続く農作物に影響が出ているようです。特にトマトとピーマンの高値が続いていると耳にしました。生産者の方のご苦労に感謝しながらいただいています。

(三村富美江さん)

■空梅雨かと思いきや最近の降雨でしおれていた野菜たちも生気を取り戻したようです。35℃以上の異常な暑さに人もうんざりです。

(内川さつ子さん)

■広報誌の夢あわせに挟まっているチラシの情報が盛りだくさんで目を通しています。役に立っています。

(日瀬浩志さん)

■毎年、年初めにたるま貯金をして、賀状ホルダーと卓上カレンダーをいただいています。ホルダーの背と上ぶたに西暦と和暦が入るとうれしいです。

(市川艶子さん)

■ネギの畝間の草取りをしているとすぐ後ろにキジがいました。お互い驚いて大声を出してしまいました。キジは急いで逃げていきました。夢中になっているとお互い気が付きませんね。

(山本幸恵さん)

■麦が黄金色に染まるなか、穂先が茶色で長い種の畑があることに気が付きました。JAの職員に「タロムギ」という品種と教えてもらいました。最近健康ブームにのり麦茶やパンに利用しているそうです。

(小松博夫さん)

JA松本ハイランド組合員総合ポイント制度(愛称:夢あわせポイント)終了のお知らせ

事業利用の還元方法の多様化に加え、システム管理費用の負担が大きく、今後の運営継続が困難な状況となり、令和8年5月29日(金)をもちまして、JA松本ハイランド組合員総合ポイント制度(夢あわせポイント)を終了いたします。これまでのご利用に、深く感謝申し上げます。

夢あわせポイント終了に伴う内容は以下の通りとなります。

- 1.ポイント交換・ポイント有効期限日時(夢あわせポイント終了日):令和8年5月29日(金)15時(金融窓口終了時間)
- 2.ポイント付与最終日:令和7年12月30日(火)のお取り引き分まで
- 3.付与終了後の最終のポイント残高通知書は、令和8年2月に送付いたします。残高ポイントをご確認のうえ、500ポイント以上お持ちの場合は、ポイント交換期限日時までに「まごころ商品券」への交換をお願いいたします。
なお、「まごころ商品券」には使用期限はありません。

お問い合わせ先 最寄りのJA松本ハイランド各支所・本所

JAネットバンクを装った フィッシングメールにご注意ください!

JAバンク利用者を狙ったフィッシングメールが継続して確認されており、偽のJAネットバンクサイトがかつてない規模で開設されています。

確認されているフィッシングメールの件名は以下のとおりであり、不審なメールと気付かず認証に必要な情報を入力してしまい、不正送金の被害に遭う可能性があります。

不審なメールを受信された場合は削除いただき、メールに記載されているURLには絶対にアクセスしないようご注意ください。

〈確認されているフィッシングメールの件名例〉

- セキュリティ設定未完了の方へ(振込制限の可能性)
- 振込サービスのご利用に制限がかかる可能性があります
- 取引目的等の定期的なご確認にご協力ください
- 本人確認未完了による一部機能停止

〈注意事項〉

- ▶JAバンクでは、メールでご利用者の個人情報や重要な情報をお聞きすることはありません(口座番号・暗証番号・ログインID等)。
- ▶JAバンクを装ったメールを受け取った際は、返信をしないようにしてください。
- ▶JAバンクでは電子メールを経由した取引目的の確認・本人確認依頼は行っておりません。
- ▶フィッシングメールには、宛名がありません。
※正規の利用停止メールにはご利用者の氏名を記載しています。
- ▶フィッシングメールの電話番号は、JAネットバンクヘルプデスクと同じ電話番号であるため、正規のメールとお間違えないようご注意ください。

【JAネットバンクヘルプデスク】

フリーダイヤル:0120-058-098

お問い合わせ時間:平日 9:00~21:00

土日祝日9:00~17:00



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 今年もお米は●●へ!

●に入ることをばを答えてね。



ヒントは4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
JA松本ハイランド
「みんなの声」係
(住所不要)

- 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

■8月号のクイズの答え 相続

■7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 10月10日(金) 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8月28日・グリーンパル 西館

■決議事項

- ①令和7年度上半期事業報告、下半期対策
- ②購買未収金取扱要項の改正
- ③協同活動みらい塾要項の改正
- ④組合と理事との契約の締結

■報告事項

- ①米穀の情勢
- ②県常例検査受け入れ
- ③令和7年度第2・四半期棚卸監事立会の実施
- ④令和7年度第2・四半期監事監査の実施
- ⑤みのり監査法人期中I監査の受け入れ
- ⑥コンプライアンスプログラムの取組状況
- ⑦固定化債権回収状況

⑦7月末事業実績・決算結果

⑨リスクマネジメント委員会の協議結果

⑩職員の懲戒処分

⑪新人事制度の設計経過

⑫余裕金の運用状況および第3・四半期運用方針

⑬令和7年産米の集荷販売対策及び概算金の設定

⑭令和7年度ライスセンター再編整備対象施設の入札結果

⑮令和7年度葉野菜緊急需給調整事業発動に伴う支援対策実施要領の制定

⑯農機・工機センター拠点体制の再構築

監事会だより

令和7年8月28日・グリーンパル 東館

■決議事項

- ①役員体制
- ②県常例検査の受入
- ③その他

JAの状況 令和7年7月末現在

正組合員数	22,501人	貸出金	1,040億8千万円
准組合員数	17,816人	農産物販売高	60億8千万円
貯金	3,921億0千万円	購買品利用高	60億5千万円

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

※チラシ有効期限 9月末 ※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

秋の味覚をお届けします

商品番号

① JA松本ハイランド シャインマスカット

※2Lサイズ 約10房~11房入 1箱
ご家庭用 5kgオープン箱

配達予定
10月上旬

注文締切 9月29日(月)厳守 **9,500円**(税込)

大好評!!



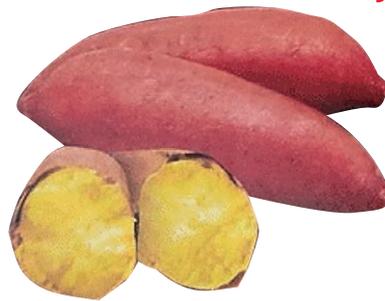
商品番号

② さつまいも (茨城県産) (栗かぐや)

Lサイズ 約5kg 1箱

配達予定
10月中旬

注文締切 9月30日(火)厳守 **2,880円**(税込)



紅あずまと紅まさりの
かけ合わせで、【ホク
ホク+ねっとり系】、紅
あずまより糖度が高い
事が特徴です。煮ても
焼き芋にしてもおいし
く楽しめる品種です。

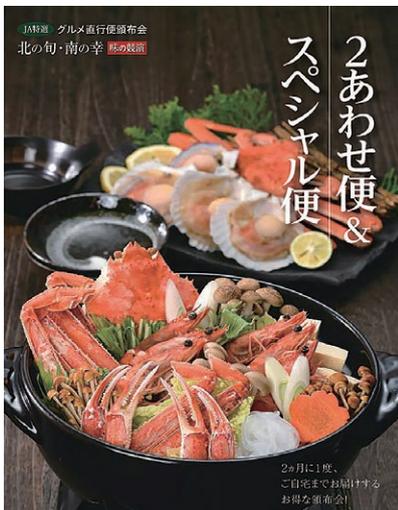
※天候等により価格及びお届け時期が変更となる場合がございます。 ※写真はイメージです。

JA特選 グルメ直行便頒布会

予約販売

北の旬・南の幸 味の競演 2あわせ便&スペシャル便 カタログ

カタログ注文締切 10月3日(金)



食の宝庫!北海道と九州

その多彩な美味しさを食卓までお届けします。
12月スタートで2ヶ月に1度、
ご自宅までお届けするお得な頒布会!!

お客様の声をご紹介いたします

1つは我が家で、もう一つは近くの息子家族用として選んでいます。孫が喜ぶ姿を見ると良かったなあと思います。

カタログ希望の方は、お気軽に
お電話ください。

★2ヶ月に1度のお届けで1回 **7,992円**(税込) 1商品あたり **3,996円**(税込) 3~4人前 写真はスペシャル便です

組合員のみなさまに寄り添うJAのご葬儀

JA虹のホール

家族葬

故人様を病院・施設からご自宅または各JA虹のホールへ直接お連れし、ご納棺・お通夜からご葬儀、その後のご法要まで一貫してお手伝いします。



火葬式プラン

ご家族・故人様の想いを大切に、近い方だけのお見送りを…

組合員価格 **154,000円**～(税込)

一般価格 **165,000円**～(税込)

※上記金額は、JA虹のホール芳川・岡田適用時に限ります。
※JA虹のホールはた・筑北は上記金額に加えて、22,000円(税込)の代金が功かります。
※あんしん会員値引きについては、各ホールへお問い合わせください。

火葬式プランとは

宗教礼儀を伴わない、火葬をお別れの場の中心に置いた方式です。他のオプションサービスと組み合わせ、ご家族様、故人様にとって唯一無二の葬儀にすることも可能です。

火葬式プランの流れ

ご安置 ▶ ご納棺 ▶ 火葬

※プランの写真は全てイメージです。



ホールプラン

快適な空間でゆったりと、温かなご葬儀を…

組合員価格 **418,000円**～(税込)

一般価格 **473,000円**～(税込)



菩提寺プラン

格調高く、荘厳な雰囲気にお包まれながら故人様を偲んで…

組合員価格 **385,000円**～(税込)

一般価格 **440,000円**～(税込)



自宅葬プラン

思い出のつまったご自宅でゆっくりと最期のお別れを…

組合員価格 **330,000円**～(税込)

一般価格 **385,000円**～(税込)

年中無休

24時間受付

お困りの時は、まずはお近くのホールにご相談ください。

JA虹のホール芳川

TEL **85-0022**

住所 松本市小屋南1-15-20

JA虹のホールはた

TEL **92-3414**

住所 松本市波田1909-1

JA虹のホール岡田

TEL **45-0700**

住所 松本市岡田町555

JA虹のホール筑北

TEL **67-1155**

住所 東筑摩郡麻績村麻4120-1

朝日地区・塩尻地区の皆さんへ

塩尻造花グループ

しおじり会館

JA松本ハイランド 塩尻くらしの相談センター指定

家族葬承ります

※ご寺院でのお葬式も承ります



家族だけのお葬式



しおじり会館でのお葬式



お問合せ・相談は **JA松本ハイランド 塩尻くらしの相談センター**

電話 **0263-53-5350**

※休日・夜間のお問い合わせは直通番号へご連絡ください。

直通電話 **090-4833-5040**

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

筑北LPガス販売所 ☎66-3131

川手・四賀LPガス販売所 ☎62-2024

塩尻LPガス販売所 ☎52-7586

注文締切:9月末日

共働きや子育て世代の方へ『ガス衣類乾燥機』のご提案です!



乾太くん でゆとりある生活♪

天候に左右されない

外干不要だから
雨の日のお洗濯も安心!
急な雨にも慌てません。



外干しのリスクがない

花粉や黄砂、またカメムシや
ハチなどの虫による
外干しの被害もありません。



干し場所に悩まない

洗濯後は、乾太くんに入れるだけ!
干さなくて済むから室内もすっきり。



急に言われても大丈夫

「洗濯物出し忘れてた!」
「明日の朝までお願い!」
そんな場合も全然問題なし!



乾太くんに関するよくあるご質問

Q1 オール電化でも設置できるの?

A オール電化のお客さまでも設置可能です。ガス工事が必要ですので、ご自宅にお伺いし現場調査を行い、設置工事費用をお見積りいたします。

Q3 コインランドリーと比べるとどう?

A 1回あたりにつき、6キロで96円、9キロで149円と比較的低コストでご使用いただけます。ご自宅でコインランドリーと同じガス乾燥ができて、行く手間が省けるのも魅力です。

※コスト数値はリンナイカタログより抜粋。

Q2 設置するのにどのくらいの時間がかかるの?

A おおむね1日で設置が可能です。 ※現場状況により変動します。

Q4 家の中に設置スペースがない場合は?

A 軒下設置仕様の商品ラインナップがあり、雨や水が直接かからない軒下・バルコニーにも設置可能です。

Q5 乾燥時間はどのくらいかかるの?

A 約6kgの洗濯物で約60分です。(6kgタイプ目安時間)
参考:電気乾燥機の場合約165分



リンナイ 乾太くん デラックスタイプ



1

乾燥容量
6kg
タイプ

RDT-63 寸法:高さ671mm×幅653mm×奥行594mm
メーカー希望小売価格 211,200円(税込)

※別途専用台、排湿管セット、ガスコードが必要になります。

特別価格 **150,000円**(税込) 工事費別途

2

乾燥容量
9kg
タイプ

RDT-93 寸法:高さ671mm×幅653mm×奥行674mm
メーカー希望小売価格 246,400円(税込)

※別途専用台、排湿管セット、ガスコードが必要になります。

特別価格 **175,000円**(税込) 工事費別途

※その他、シンプル機能でお手頃価格のスタンダードタイプもご用意しております。詳しくはお問い合わせください。

今月のおすすめ家電

エアコン取付キャンペーン

見積り無料
在庫限り

残暑厳しい予報がでております。この機会にぜひエアコンの新設、交換をお勧めいたします。
お気軽にお問い合わせください。

3 パナソニック ルームエアコン

CS-254DFL(8畳用)
室内機サイズ:幅780mm×高さ290mm×奥行229mm

残りわずか

特別価格 **64,000円**(税込)(取付工事費別途)



4 日立 シンプルエアコン

SRAS-AJ28RW(10畳用)
室内機サイズ:幅780mm×高さ280mm×奥行215mm

残りわずか

特別価格 **76,000円**(税込)(取付工事費別途)



※省エネ基準の改正:経済産業省が定めた省エネ基準が2027年度から適用され、家庭用壁掛けエアコンは現行基準より13.8%~34.7%の省エネ改善が必要になり**価格上昇**:新基準に対応したエアコンは、現行モデルに比べて1万円から2万円程度高くなる可能性があります。物価変動を考慮すると、さらに価格が上昇する可能性があるため、この機会に買換え、新規取付のご検討をお願いいたします。

在庫なくなり次第特別価格での販売はできなくなります。お早めにお問い合わせください。

※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。

お願い

組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事があります。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。

クルマ時間を「もっと自由に」「もっと快適に」

買う・売る

修理する

相談する

お車のこと、なんでもお任せ!

受付時間 9:00~17:00(土日・祝日除く)

ご注文
問い合わせ先

自動車センター松本 ☎27-2005
工機センター塩尻 ☎54-0010

工機センター波田 ☎92-2277
工機センター筑北 ☎67-2081

軽トラックのことはJAおまかせ!!

農業者応援隊



【ダイハツ】JAハイゼット

働くあなたのいちばんへ

車両本体価格

1,188,000円(税込)~



【スズキ】JAキャリイ

力強く、快適に、安心とともに。

車両本体価格

1,311,970円(税込)~



【スバル】JAサンバー

毎日が安全で安心、頼りになるパートナー

車両本体価格

1,188,000円(税込)~

詳しくは、工機部 自動車課 ☎25-7542までお問い合わせください

田んぼからDIYまで。暮らしに寄り添うJAお勧めの軽トラック

JAファーム今井だより

あなたの大切な農産物を盗難から守る防犯カメラ展示販売中
収穫資材も取り揃えみなさまをお待ちしています。

まだまだ暑熱対策も油断なく！
空調服、冷え冷えドリンク、アイスクリームも好評販売中！



お問い合わせ

JAファーム今井 ☎59-1088

営業時間 8:45-18:00

店休日 無休 ※但し 棚卸し前日午後、当日はお休み

10/25(土)は、JAまつりのため休業

山辺ワイナリーだより

燕が南の空に帰ってゆくころになりました。
日本ワインコンクール2025で、
19ナイアガラ甘口・22シャルドネ樽熟成が
銅賞を受賞しました！
受賞を記念して22シャルドネ樽熟成新発売！
西洋料理のお供におすすめです。



新発売

2022シャルドネ樽熟成
3,000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

農業機械 秋の繁忙期対応のお知らせ

各農機・工機センターでは、9月6日(土)から10月5日(日)まで、土日祝日休まず営業します。
ほ場での急な故障など、土日祝日も修理対応いたしますのでお気軽にご相談ください。なお、
連絡先は折込チラシをご確認ください。

営業時間 8:30～17:30



ゴスペルグループ ばあば天使 10周年記念コンサート

会場 虹のホール芳川 **日時** 10月26日(日) **受付** 13:30～

入場料 1,000円(事前予約および当日券あり)

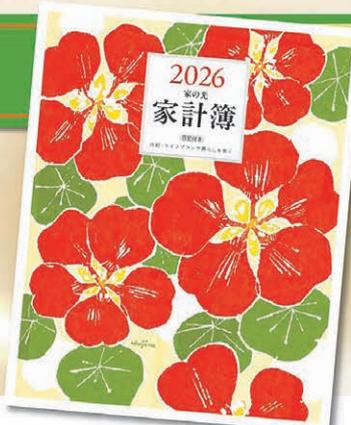
住所 松本市小屋南 1丁目15番20号

お問い合わせ先・事務局 塩尻支所営農生活課 ☎0263-53-4785



◎今年度より増刊号として家計簿のみの販売をします◎

(「家の光」12月号に別冊付録としては付きません)



家の光

『家の光』増刊号
2026年 家の光 家計簿 日記付き

●定価 660円(税込) (11月1日発行)

IE no HIKARI

お申し込みは最寄りの支所へ

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

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8月26日現在)

集荷数量 187,277俵
出庫数量 156,048.5俵
出庫率 83.3%

JAカレンダー

9月17日～10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

9	17日(水)	年金相談会(笹賀、9:30～15:30) 葬儀事前相談会(虹のホールはた、虹のホール筑北)9:00～17:00 宅地建物相談会(松本支所、13:30～15:00、要予約)
	19日(金)	年金相談会(女鳥羽、9:30～15:30)
	22日(月)	葬儀事前相談会(虹のホール岡田)9:00～17:00
	24日(水)	年金相談会(麻績、9:30～15:30) 宅地建物相談会(グリーンパル東館1階、13:30～15:00、要予約)
	28日(日)	葬儀事前相談会(虹のホール芳川、虹のホールはた、虹のホール筑北)9:00～17:00
10	4日(土)	葬儀事前相談会(虹のホール筑北)9:00～17:00
	8日(水)	宅地建物相談会(広丘支所、13:30～15:30、要予約)
	10日(金)	年金相談会(朝日、9:30～15:30) 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
	15日(水)	宅地建物相談会(松本支所、13:30～15:00、要予約)
	16日(木)	葬儀事前相談会(虹のホールはた、虹のホール筑北)9:00～17:00
	17日(金)	年金相談会(塩尻、9:30～15:30)

※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

10 6日(月) 支所別総代会(～14日まで)

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)

9	19日(金)	波田地区(すいか共選所、9:00～12:00、農ビ・農ポリ・その他)
	24日(水)	山形地区(すいか共選所、9:00～11:30、農ビ・農ポリ・その他)
10	9日(木)	和田地区(あぐり和田、9:30～11:30、農ビ・農ポリ・その他)
	17日(金)	波田地区(すいか共選所、9:00～11:00、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、処理は有料となります。

JA虹のホール岡田で人形供養祭を開催します!!

思い出のつまった人形や大切にかわいがっていたぬいぐるみを、ていねいに供養してお見送りしませんか?

日時 10月26日(日) 会場 虹のホール岡田

受付 9:00～11:00 法要 11:30～

供養料 1,000円(税込) 住所 松本市岡田町555

数珠づくり教室も同時開催 先着20名

参加料 2,000円 開催時間 9:30～11:00

人形のガラスケースも回収いたします。

(供養料と別途1,000円にて)

お問い合わせ、数珠づくり教室の予約は 虹のホール岡田 ☎45-0700



旬・感
クッキング

ぶどうのパイ

材料(2人分)

ぶどう 12粒 水 60cc
小麦粉 適量 粉ゼラチン 5g
冷凍パイシート 1枚 砂糖 20g

カスタードクリーム

卵 1個 片栗粉 大さじ1
牛乳 120cc バター 10g
砂糖 大さじ2 バニラエッセンス 2,3滴

作り方

- ①冷凍パイシートを解凍するため、冷凍庫から取り出しておく。
- ②カスタードクリームをつくるため、卵・牛乳・砂糖をボウルに入れよく混ぜ、片栗粉を加えさらに混ぜる。
- ③弱火にかけながら焦がさず固まらないよう泡立て器で混ぜる。
- ④バターを加え混ぜたあと、バニラエッセンスで香りをつける。
- ⑤カスタードクリームは冷蔵庫で冷やしておく。
- ⑥オーブンを200℃で15分に設定し、予熱する。
- ⑦土台をつくるため、小麦粉をふった台にパイシートを広げる。麺棒で伸ばしフォークなどで小さく穴をあけたあと、必要な大きさに切り、フチに土手をつくる。
- ⑧カスタードクリームを混ぜ馴染ませたあと、パイシートの上に乗せて焼く。
- ⑨耐熱容器に水と粉ゼラチンを入れてふやかし、ラップをして600Wのレンジで30秒加熱し溶かし混ぜる。砂糖を加えて溶けるまでしっかり混ぜる。
- ⑩⑨をハケでぶどうの表面に塗り光沢を出し、冷蔵庫で冷やす。
- ⑪⑩の表面が乾き、パイの粗熱が取れたらぶどうを飾り完成。

作り方動画



ぶどうの主な栄養素と効果

主成分の糖質に加え、カリウムが豊富です。皮や種には、抗酸化作用のあるアントシアニンやレスペラトールが含まれています。活性酵素を取り除き老化を防いだり、動脈硬化などの循環器系疾患の予防、眼性疲労の抑制効果が期待できます。



今月の
レシピ提案者

山辺・原 大澤 昌子さん

かんたんに作ることができるカスタードクリームと旬のぶどうをふんだんに使ったパイを紹介させていただきました。家族だんらん場で食べていただきたい一品です。

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-miijan.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

