

夢あわせ

2026

1

Vol.402

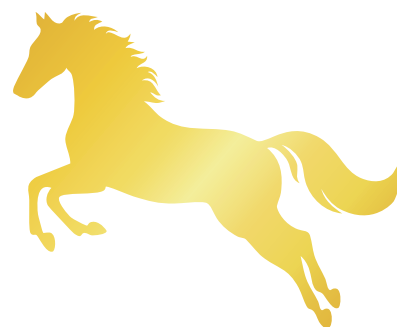
JA Matsumoto Highland



特集

年頭のごあいさつ

2026 謹賀新年



フォトコンテスト作品 **タイトル** 朝焼けと富士

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



年頭の
ごあいさつ

明けましておめでとうございます。
組合員の皆さまにおかれましては、
健やかにご家族で新春をお迎えのことと
お慶び申し上げます。

代表理事組合長 田中 均

昨年は「令和の米騒動」で米価が高騰し、一時JA悪玉論が
流布されました。生産者・JAは安定供給による安定価格を
願ひ、農水省の需要見通しを踏まえた生産数量目安値を誠
実に守ってきました。しかし、農水省の需要見通しが過小で
あったため需給バランスが崩れ価格が上昇したのです。高騰に
拍車をかけたのは、一部業者による投機的思惑による買い取り
です。ところが今、買い集めたコメが売れずに困っているようで
す。「今だけ、金だけ、自分だけ」の結果です。JAは、将来に
わたつて安定量を安定価格で供給する取り組みをこれからも
すすめてまいります。

26年前に「農業基本法」が「食料・農業・農村基本法」という
法律に変わりました。70年前に600万戸あった農家数は、
175万戸になってしまいました。基本法の名称に「食料」と
「農村」が加わったのは、食料の安定供給のためには農家だけ

でなく、人々が力を合わせて取り組まなければならない、とい
う意味があります。JAでは支所担当理事が中心となつて、
3年前から協同活動に取り組んでいます。食と農に関する地
域の課題・悩み・願いをテーマに、その解決に地域のみんなで取
り組もうというものです。組合員地域のみなさまの活動をサ
ポートすることがJAの役割です。

今年も引続き気候変動・生産コスト高騰への対応など課題
山積ですが、組合員のみなさまの結集力があつて初めてこの難
局を乗り切ることができます。JAのビジョンは「わたしたち
は、食と農を育み、笑顔があふれる地域をみんなで実現しま
す」です。「みんな」で、日本の食と農を守っていきましょう。

今年もみなさまのお力添えをお願いするとともに、新しい
年が組合員のみなさまにとってより良き年となることを願つ
て、年頭のごあいさつとさせていただきます。

謹んで
新春のお慶びを
申し上げます

代表理事組合長
田中 均

代表理事専務理事
平沢 昭久

常務理事
小野 靖彦

常務理事
上條 満

常務理事
神田 温躬

代表監事
小松 丈史

代表監事代理
中川 眞

常勤監事
高梨 雅浩

ほか役職員一同

生産者に贈る消費者からの応援メッセージ

当JAの公式Instagramや地域みなさんにむけて「市民タイムス」と信濃毎日新聞折込の「MGプレス」に掲載している「おむすびコミュニティ」では安全・安心で旬な地元農産物の情報提供のほか、JAや組織が行っている食育活動などを紹介し、食と農の大切さを伝えています。毎号、読者のみなさんから、生産者へ心あたまるたくさんの応援メッセージが寄せられています。ここでは、その一部を紹介します。

姉が長野県の方とご縁があり長野県在住になったので果物を贈ってくれるのですが、長野県の果物はおいしさが違います!!本当においしいです。

今入院しているのですが、長野県在住の母親が「りんごが体にいいから毎日でも食べてほしい」とたくさん持ってきてくれました。

普段からりんごがだいすきですが、生産者のみなさんの思いのこもったりんごは別格です。

退院したら、母親に感謝の気持ちを伝えて、JA松本ハイランド産りんごジュースでいっしょに乾杯したいです。

デイワークでりんご農家さんのお宅に伺いました。植えておけば勝手にしてくれると思っていたら大違い。沢山の手間がかかり、ちょっとした傷があると規格外。とっても厳しいんだなと思いました。生産者のみなさんに感謝し、農産物をいただきたいと思います。

夏の猛暑日や資材価格などが高騰しているなか、生産者のみなさんのおかげでおいしい農産物をいただくことができます。生産者さんの情熱が詰まった農産物、しっかり味わって応援したいです。

うちの家族は毎食ごはんでもいけるくらいのお米好きです。米生産者さんへの感謝を忘れず一粒一粒大切にいただいています。気候変動が深刻化しているなか、おいしいお米を育ててくれてありがとうございます。

Instagramの3JA合同キャンペーンの投稿を見て長野県、石川県、福岡県の特色や農産物や特徴がわかってとてもよかったです。投稿動画を見てみて箱推しになりました。そのなかでも特にJA松本ハイランド推しです。



JA松本ハイランド公式
Instagramはコチラ

農業夢追人

麻績・日向 堤 純一さん

自分の手で育てた 果実を届けたい



Profile

休日には農業に関する知識やSNS発信について学びながら、妻と2歳になる娘と過ごす時間を大切に、心身ともにリフレッシュしている。26年4月からは妻も加わり、栽培面積はりんご60アール、ワイン用ぶどう10アールへと広がる予定。



「第4回全国りんご選手権」で第3位に輝く



葉っぱに見立てた品種ラベル



都内の食品専門商社で、海外からの買い付けや販売業務に携わっていた堤さん。そんななかで芽生えたのが「自分の手で農産物を作り、消費者に届けたい」という想いでした。その想いを胸に、5年前、麻績村への移住を決意。果樹栽培に興味があったことから、地域おこし協力隊・農業班に着任しました。「仕事を始めてみて、特産品であるりんごを守ることに、農業の担い手不足、耕作放棄地の活用といった課題があることに気づきました」と、当時を振り返ります。

協力隊として、地元の人ごを農家の指導を受けながら果樹の栽培管理に取り組み、基本に忠実な技術を学んでいきました。「麻績村の山間部は標高が高く、昼夜の寒暖差が大きい。だからこそ濃厚な味わいで、果肉が引き締まったシャキッとした食感のりんごが育つんです。このりんごを自分の手で育て、出荷したい」と思い、新規就農を決めました」と語ります。

現在は、自ら育てたりんごを消費者に直接届けることにも力を入れており、県外の直売会ではお客さんに試食してもらうなど、積極的にファンづくりに取り組んでいます。また、葉っぱに見立てた品種ラベルを手作りするなど、ブランドとしての魅力を伝える工夫も欠かしません。さらに、就農1年目にして日本野菜ソムリエ協会(東京都)主催の「第4回全国りんご選手権」に出品。実力と情熱が高く評価され、銀賞(第3位)を受賞しました。「新規就農者でもおいしいりんごが作れることを証明できたし、麻績村という産地の知名度を高められたこともうれしく思います」と笑顔です。

「これからも1本1本の木をていねいに管理しながら、おいしいりんごを育てていきたい」と語り、今日もほ場へ向かいます。

物価高騰対応

松本市

こそだて支援
電子クーポン

MATSUMOTO

使える店舗は
こちら

ファーマーズガーデンうちだ
ファーマーズガーデンやまべ
畑の彩り館きろろ



〒399-0704 塩尻市広丘郷原1350-1



おいしい発見!

旬菜NAVY 新鮮市場ききょう

ナガイモを食べて
心も体も温まりましょう

寒さ厳しい季節、体を温める食材が恋しくなります。「新鮮市場ききょう」では、地元産のナガイモや、りんごなどが並びます。

ナガイモは定番のところで飯はもちろん、煮ても焼いても揚げてもよいのでどんな料理にも相性抜群です。寒い日には鍋がおすすめ。旬の味覚を食卓に取り入れて、心も体も健やかに。みなさまのご来店を心よりお待ちしております。

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	
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	



JA松本ハイランド助けあいネットワーク

夢あわせの会 会員募集!

地域のためにいっしょに活動しませんか?

手助けが必要な方 利用会員

概ね65歳以上で身の回りのことに手助けを必要とする方。
入会金1,000円/年会費1,000円
(なお協力会員または賛助会員から利用会員に変更された方は入会金1,000円が免除されます)

有償サービスを利用できます ※組合員価格あり

身体介護(食事・入浴・通院介助など)
家事援助(炊事・掃除・洗濯・買い物代行など)

手助け(資金援助)をする方 賛助会員

ボランティア活動はできないけれど、活動資金の援助ができる方。
年会費1口1,000円(何口でも可)

利用会員

地域に広げよう
助けあいの輪!

賛助会員

協力会員

手助け(活動)をする方 協力会員

心身ともに健康であり、会の活動趣旨に賛同し活動できる方。
年会費1,000円

仲間と楽しく
福祉活動



地域に寄り添い
16支部・6グループで
活動中!



お問い合わせ

JA松本ハイランド 助けあいネットワーク「夢あわせの会」
(事務局:組合員文化広報課) ☎26-2301



今月の1枚
クリスマスリースが完成



ジューズ用トマト部会員が受賞

ジューズ用トマト部会員が、一般社団法人全国トマト工業会から表彰されました。「優良農家表彰多収穫の部」で、百瀬郁夫さんが「全国トマト工業会長賞」を受賞。部会で単収8トンを収穫目標とする

なか、県内トップとなる約15トンを達成しました。「優良農家表彰・大規模生産の部」では、中川廣さんが「全農長野本部長賞」を受賞。45アールのほ場で農福連携事業を展開し、活躍しています。



表彰状を受け取る中川さん(左)と百瀬さん(右)

生活指導普及員視察研修旅行

生活指導普及員は11月27日、視察研修旅行を実施し、新潟県の燕三条と寺泊方面に出掛けました。JAえちご中越農産物直売所を訪れ、れんこんなどの地元農産物を視察しました。また、藤次郎オーブンファクトリーを訪問し、量産品と職人が作る2種類のナイフアトリエを見学、買い物を楽しみました。参加者は「貴重な体験ができた」と話しました。



ナイフについて学ぶ参加者

農閑期の学習会を開催

青年部は12月3日、松本市の松本市会館で「俺たちの冬期学習会」と題した自主学習会を行い、34人が参加。部員の経営手法を参考にし、自ら学習を進め、活力ある青年部活動を展開しよう

と開催しているもので、今年で8年目をむかえます。農閑期となる冬の学習会として定着化しており、若手盟友の自己研鑽の場となっています。



講話する講師

野菜部会、実績検討会

野菜部会は12月2日、グリーンパルで野菜部会実績検討会を開催。生産の代表や市場関係者など106人が参加し、2025年度を振り返るとともに次年度にむけた取り組みを検討しました。同部会の野村哲部会長は「生産者の実情を販売実需者に理解いただき、生産者がより良い出荷にむけて前向きに取り組めるよう協力をお願いしたい」とあいさつしました。



あいさつする野村部会長

高品質なすいかをこれからも

すいか部会は11月26日、波田支所を中心に山形支所をオンラインで結び、すいかの栽培講習会を開催。両支所合わせて部会員計65人が出席しました。講習会では、JA担当者

が今年度の反省点や次年度にむけた対策、販売情勢について説明。特に真夏日が続いた影響で消費が上向き、昨年を上回る高単価で推移したことなどが報告されました。



次年度の生産計画を確認する参加者

本所くらしの専門委員会視察研修

本所くらしの専門委員会は12月8日、「だいき味の素」の製造元である山梨県の株式会社アミノ武田へ視察に行き、「だいき味の製造工程を見学しました。山越友子委員長は「いつも料理や漬物に使っているだいき味が安全に作られており安心した」と話しました。



参加した各支所の委員

長野県畜産共進会入賞

11月13日、長野県中央家畜市場で開催された「第78回長野県畜産共進会」で、2人の生産者が特別優秀賞を受賞しました。肉用牛種牛の部では有限会社高原牧場が、肉用牛交雑牛の部で小林和義さんが受賞しました。受賞した高原牧場は特別優秀賞のなかでも「農林水産省生産局長賞」に選ばれました。



農林水産省生産局長賞を受賞した高原牧場代表者

こども食堂へ支援の輪を

新村支所は、地域のこども食堂を支援しようと、支所協同活動運営委員会や青年部新村支部、女性部新村支部などと協力し、さまざまな取り組みを行っています。昨年から毎週火曜日に生産者が農産物を同支所へ持ち込み、翌水曜日に地区のこども食堂へ寄贈するなど、積極的に支援の輪を広げています。



農産物を寄贈

ぶどう・もも・なし実績検討会

ぶどう部会とももなし部会は12月5日、合同で生産販売検討会を松本市のJ A 中信会館で開催し、約70人が出席。全体会議後は、品目ごとに分かれて分科会を開き、次年度の生産販売方針などを確認しました。ぶどう部会の佐々木浩志部会長は「来年度も生産者、市場がワインウインの関係となれるよう務めていきたい」と意欲を見せました。



市場関係者と活発に意見を交わす生産者

きのこ汁の振る舞い

当J AとJ A全農長野で組織する全農中信事業所J A園芸事業推進協議会は12月6日、国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高)で、来場者500人に長野県が生産量日本一を誇るきのこを使用したきのこ汁を振る舞いました。会場には開始前から列ができ、予想を上回る盛況ぶりで、30分程度で配り終えました。



県内産きのこをふんだんに使ったスープを配布

収穫祭でよろこびを分かち合う

青年部島立支部は、島立小学校の5年生といっしょに米づくりを行っています。児童たちは日頃の感謝の気持ちを伝えようと、同支部の部員7人を「収穫祭」に招待しました。収穫した米を炊き出し、全員で新米の味を楽しみました。さらに、感謝の気持ちを込めた歌と作文を披露し、収穫祭を締めくくりました。



収穫祭で新米を味わった

3県JA合同Instagramキャンペーン開催

当JA、石川県のJA能美、福岡県のJAむなかたは10月31日より合同でInstagramキャンペーンを開催。抽選で50人に各JAの新米「コシヒカリ」2キロ（計6キロ）の食べ比べセットが当たるもので、JA間で連携することそれぞれの農産物認知と販売促進、フォロワー獲得につなげることがねらい。アク



キャンペーンのサムネイル

りんごシール

青年部今井支部は10月21日、今井保育園の年長・年中園児約40人と絵入りりんごの収穫を行いました。9月上旬、着色前のりんごに絵や文字を描いたシールを貼りつける作業を行い、りんごの色づきを待つ収穫。園児たちは自分のシールの絵柄を思い出しながら収穫し「お家の人に見せる!」と自慢げに話しました。



絵入りりんごを収穫する園児

クリスマスワークショップ

女性部フレッシュミズ部会は12月10日、松本千夏さんを講師に招き、生木とドライフラワーを使ったクリスマスリース作りを開催。8人が参加しました。参加者は「生木が乾くことを考慮しながら、葉をつけ足し、リースのバランスを整えるのが難しかった」や「華やかに完成し満足している。玄関に飾って楽しみたい」と話しました。



真剣に作る参加者

地域と農業の未来を語る

12月4日、第9回の協同活動みらい塾の講座を開催しました。今回の講座では、同塾7期生で「信州さかやしおはらファーム」の代表を務める塩原正長さんをゲスト講師に招き「農業経営と地域協同活動」〜地域や農業の課題は支所協同活動で〜と題して講義を行いました。その後は班に分かれてグループワークを行いました。



活発な意見が交わされた

女性部全体旅行

女性部は12月5日から6日の2日間、女性部全体旅行を実施し、18支部、106人が参加。滋賀の国宝「彦根城」を見学した後、観光船で琵琶湖クルージングを楽しみました。宿泊先の琵琶湖グランドホテルでは、部員同士が歌や踊りなどを披露し、大いに盛り上がり、交流を深めました。翌日は京都の世界遺産「龍安寺」や、東山をめぐる、おぼんざい料理を楽しみました。



大宴会で盛り上がる



クルーズ船の前で



女性通信員からの話題

朝日村内の女性生産者を中心とするグループたんぼぼは、朝日村役場テラスで運営される「よつてきましょつぷ」で5月下旬から10月末まで毎週、野菜の店頭販売をしています。ていねいに育てた新鮮野菜を販売し、種類も豊富で村内外で注目を集めています。



新鮮野菜を購入する消費者

女性通信員
朝日

毎年開店し、40年目！

朝日村内の女性生産者を中心とするグループたんぼぼは、朝日村役場テラスで運営される「よつてきましょつぷ」で5月下旬から10月末まで毎週、野菜の店頭販売をしています。ていねいに育てた新鮮野菜を販売し、種類も豊富で村内外で注目を集めています。

女性通信員
里山辺

食育活動

里山辺地区の小学生親子ら29人は、里山辺公民館行事の一環として食育を目的に野菜、米作りに取り組んでいます。9月27日、自分たちで作った野菜を使い、地域のボランティアが協力しカレーを作りました。みんな美味しく味わった後、ショートムービーで半年間の活動を振り返りました。



親子でカレーを味わう

女性通信員
島内

JAまつりのため

女性部島内支部は11月6日、公民館でJAまつりの豚汁振る舞いを使用するこんにやくを製作し、10人が参加しました。参加者は「生芋からつくる作業は大変でしたが、JAまつりへ参加するお客さんによってもらえるようがんばって作りましたと話しました。



こんにやくを作る参加者

女性通信員
中山寿

ドーム菊

女性部中山支部は女性部班長役員会を11月5日に開催し、10人が参加しました。5月にドーム菊の苗を植える講習会を開催し、役員会では大きく育った鉢植えを持参し披露しました。今年は猛暑でしたが、部員たちの努力により、きれいなドームに仕上がりました。



菊の前ではほえむ役員たち

女性通信員
和田

やしうまづくりを指導

女性部和田支部は11月21日、芝浜小学校5年生の児童40人にやしうま作りを指導しました。米作りを体験する5年生から、米を活用する伝統的なやしうまを作りたいと意見が上がり、女性部に依頼がきました。参加者は「きれいにできた。自宅でも作りたい」と話しました。



カラフルに完成

女性通信員
世賀

加工実習で交流

女性部世賀支部は11月11日、中山加工所でパンと豆腐のつくり方を教え合いながら交流を深めました。各部員が持ち寄った漬物などをつまみながら地域の情報や日常の工夫、これからの女性部活動について話し合いました。参加者は「人気の加工実習。来年も開催したい」と話しました。



豆腐をつくる部員

女性通信員
今井

冬を彩る

女性部今井支部は12月3日、暗くなりがちな冬の玄関を彩ることを目的にJAファーム今井で寄せ植え講習会を開催し、8人が参加。参加者は「同じ種類の花を使用しているのに、似た寄せ植えはひとつもなく、世界で1つだけの作品になった」と話しました。



世界に1つの寄せ植えが完成

女性通信員
四賀

かんたん手芸教室

女性部四賀支部では、研修旅行で手作り景品にした「猫ピンチ」「うさちゃんピンチ」を作りたいと要望があり、11月25日かんたん手芸教室を開催。9人が参加しました。参加者は「個性が出てモノ作りは楽しい時間だった」と話しました。



2種類のピンチが完成



農政運動のあゆみ

令和7年度JA長野県農政集会開催

農業構造転換集中対策の具体化にむけ、

生産現場の声を国政へ！

5年間の「農業構造転換集中対策期間」における予算確保、共同利用施設の再編集、約支援の拡充、水田政策見直しなどの具体化を訴えるため、全国各地で働きかけが行われています。本県においても、12月2日に「令和7年度JA長野県農政集会」が長野市のアクティホールで開催され、県内各地からオンラインを含め約350人が参加しました。

集会では、まず自民党の宮下二郎総合農林政策調査会長より、農業構造転換委員会で議論されている水田政策の見直しに関する内容や、来年4月に施行予定の食料システム法にむけた検討状況など、現在の農政をめぐる情勢について報告がありました。続いて、JA長野中央会の新芝正秀専務から、「農業関連予算総額の拡大と人件費・物価高騰を踏まえた対応」「農業構造転換集中対策の具体化と強力な推進」「持続可能な水田・畑作農業対策の早急な確立」「農業農村の持続的な発展にむけた施策の拡充」などについて、代表要請が行われました。

さらに、生産現場からの意見表明として4名の生産者代表が登壇し、それぞれの立場から課題や要望を述べました。最後に、JA長野県青年部協議会の鶴見亮太会長が「現場の課題はまだ山積しているが、我々は後ろを向いてはいない。生産者の思いを形にし、地域社会を支えるために、そして次の世代に、農業つてのいいもんだい」と自信をもって言えるように、JAグループと長野県、全国の仲間とともに行動し続ける」と決意を表明し、ガンバロー三唱で集会を締めくくりました。



ガンバロー三唱で意思を結集する生産者代表ら

福祉だより

在宅介護サービスについて

Q 在宅で介護保険サービスを利用した場合の自己負担額はどれくらいですか

A 介護保険サービスを利用する場合、65歳以上の方（第1号被保険者）は、前年度の所得に応じ、サービス費の1割、2割または3割をご負担いただくことになります。

【例】要介護2の方が、週2回のデイサービスと歩行器のレンタルをした場合のひと月の費用の目安（自己負担1割の場合）

● デイサービス

1回あたり約1000円程度
（事業所の定員や利用時間、入浴やリハビリなどの加算等により異なります）

＋お昼代、おやつ代実費1回800円程度
（事業所により異なります）

月8回利用として月14400円程度

● 歩行器レンタル

月400円程度（歩行器の種類により異なります）

自己負担額合計 月15000円程度

※なお、介護度に応じた支給限度額を超えてサービスを利用する場合は、超過分は全額自己負担（10割）となります。

また、個々の事情により料金等が異なりますので、詳しくは、ご担当の居宅支援事業所のケアマネージャーもしくは、最寄りの地域包括支援センターにご相談ください。



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！

5年ぶりに米粉料理教室開催 JAこめ粉ろりん倶楽部

JAいしのまきこめ粉ろりん倶楽部は12月6日、JA本店で米粉料理教室を開きました。新型コロナの影響で中止が続いていましたが、5年ぶりに開催し会員15人が参加しました。

JA管内産米「ひとめぼれ」を使ったJAのオリジナル商品「さらりんこめ粉」で、チーズケーキ、中華風コンスープ、油淋鶏の3品を調理したほか、ショウガご飯も作りました。

会員は「すごく楽しみに待っていた。どれもおいしく調理できたので、家でも作ってみたいし、次回も参加したい」と笑顔で話しました。

同倶楽部はグルテンフリーでアレルギー対応の食材として注目を集めている米粉を幅広く活用してもらうため、「簡単でおいしい」をコンセプトに料理教室を開いています。



協力しあいながら調理する会員ら

マイホビー

ガンプラがつなぐ、地域と心

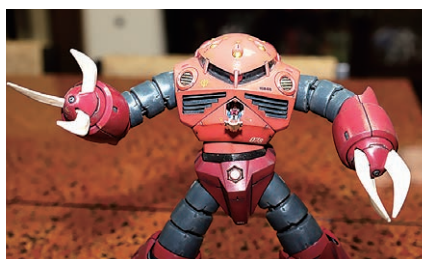
聖南・筑北 竹原 吉昭さん

小学生の頃から戦車や兵隊、ジオラマなどのミリタリープラモデル作りに夢中だった竹原さん。「買ってもらったプラモデルを持ち帰る車の中で、箱を開けてビニールに包まれたパーツや完成図を眺めながら『どう作るのか』とワクワクした気持ちは、今でもはつきり覚えているよ」と笑顔で語ります。当時は書店で手に入れた模型図鑑を頼りに、細部へのこだわりを研究していました。

「社会人になり。模型店でアニメガンダムのプラモデルが35周年を記念して発売されたシリーズをきっかけにさらにのめり込んで行ったよ」と振り返ります。熱中しているのは塗装や加工を自由に楽しめるキット。「原作に忠実な配色になるよう、機体のパーツをていねいに塗り分けたり、面相筆でキャラクターの細部を描き加えたりしているよ。再現したいアニメのシーンに合わせて『汚し塗装』を施し、リアルさとオリジナリティを追求しているんだ」と真剣な表情です。

住職を務める竹原さんは、お寺の魅力を発信する研修に参加したことをきっかけに、法事以外にできることはないかと考えるようになりました。「地域の『コミュニティづくりを大切にしたい』と考えて、お寺をガンプラ作りができる空間として開放しました」と語ります。社交の場になり、得られた気つきも多かったといいます。「人はひとりで生きていけないし、まとまった時間を誰かと過ごすことが大切だと思うんだ。工作はすぐに上手くならないけれど、失敗を重ねながら思い通りに仕上げられるようになる。プラモデルの面白さは、モノづくりの楽しさ。想像力を使って、自分だけの世界を形にできるんだ」と話します。

挑戦したいことはまだまだ尽きないと語る竹原さん。目を輝かせながら、今日も地域を見守ります。



汚し塗装と面相筆で細部を加えたアニメガンダムのキャラクター



細部まで塗り分ける

ハイランドキッズ

島立・堀米

深澤 陽太くん (12歳)

寛太くん (10歳)

豪太くん (5歳)

(母)佳世さん

(父)友也さん

兄弟3人でサッカーをやっているよ。夢は3人揃ってプロサッカー選手になること!!おばあちゃんたちが野菜や果物をつくっていて、お手伝いもするよ。



家族からひと言 兄弟仲良くサッカーを楽しみながら元気に育ってね



保育園ではおもちゃとブロックを楽しんでいるよ。きゅうりが大好き!

学校ではUNOや鬼ごっこをして遊んでいるよ。家ではロボボックスを楽しんでいるよ。

サッカーの練習をたくさんするよ!おばあちゃんたちがつくった野菜や果物を食べてがんばっているよ。

みんなの声

■先日、家族でぶどう狩りに行きました。生産者の苦勞が伝わってきました。県外にも送りよるこばれました。

(小松博夫さん)

■新品種のさつまいも「栗かぐや」がとてもおいしかったです。

(鳥羽秀明さん)

■本格的な冬を前にやっておくことを考えいくつか手をつけました。自動車のタイヤ交換、田畑の草取り、樹木の枝切り、落ち葉の片づけと様々あります。1日では終わらず結構大変です。

(赤芝義久さん)

■恵比寿様が1年の働きを終えて帰って来ます。この季節ならではの「きんつば」を予約しました。きんつばの由来も興味深いです。

(ジャックと天)

■年々月日が流れるのが早く感じます。人は慣れる生き物だそうです。年を重ねる度、一年が早く感じるのでしょうか。

(麻績SORAさん)

■今年の紅葉はとてもきれいで安曇野公園まで行ってきました。ついでに足をのびし延命水まで行き、おいしい水をいただけてきました。もうやかなとてもおいしい水でした。

(羽田野アイ子さん)

■毎回、みんなの声の投稿を楽しませていただいております。

(藤原誠子さん)

■日中、農道を散歩しているとすめが麦畑にいました。種が落ちていて格好の餌場になっており、数日見ることができました。

(三村富美江さん)

■昨年は除草剤が行き届かなく、草がいつぱいで大変な状況でした。今年は農産物をうまく作ることができ、たくさん収穫量があり、うれしい年になりました。

(宮川幸子さん)



(はるっこさん)

■朝、暗かりの玄関を開けてびっくり。何か得体のしれないものが横たわっていました。「もしや熊？」と大声を上げてしまいました。よく見ると旬の野菜がどつさり。新鮮で見事な野菜を届けてくれる知人からでした。いつも感謝していただいています。

(柏原みつよさん)

■11月の始め、干し柿づくりを始めました。昨年は気候変動のせいなのか全滅してしまいました。今年はいまのところ順調に乾き、白い粉が少しずつ吹いています。12月には食べられるようになるかと思えます。

(宮原啓子さん)

■干し芋をストープであぶって食べるのが楽しみです。

(神戸敦子さん)



(みゆさん)

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



工機センター波田

トラクターや刈払機などの農業機械の季節ごとの点検・整備や各種修理をはじめ、自動車の販売、車検、ボディーのキズ修理などの板金整備、さらにタイヤ・オイル交換やトラブル対応といった一般整備まで、幅広いサービスを行っています。組合員のみなさまをはじめ、ご利用いただくすべての方に、笑顔でお帰りいただけるよう心を込めて対応いたします。



ていねいに整備する

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 夢追人 堤さんは、
「第4回全国●●●選手権」で
第3位に輝く
●に入ることをばを答えてね。
ヒントは4,5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

■12月号のクイズの答え 食と農

■11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8年 2月6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、小話、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

■決議事項

- ①理事との契約の締結
- ②令和8年度事業方針の樹立
- ③支所別総代会規約の改正
- ④新人事制度導入に伴う関連諸規程の改正
- ⑤出資口数減少の承認
- ⑥広域指導体制の一部見直しに伴う職制規程及び文書規程の改正
- ⑦虹のホールはたの改修

■報告事項

- ①みのり監査法人期中監査Ⅲの受け入れ
- ②コンプライアンスプログラムの取組状況
- ③固定化債権回収状況
- ④部分直接償却実施債権の回収状況

令和7年12月25日・グリーンパル 西館

- ⑤第3・四半期事業実績・決算結果
- ⑥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
- ⑦賃貸住宅取得資金等特別貸出要項の実行状況
- ⑧余裕金運用状況及び次月余裕金運用計画
- ⑨行政懇談会の開催
- ⑩令和7年度夢づくりサポート事業の進捗状況

監事会だより

令和7年12月28日・グリーンパル 東館

■決議事項

- ①令和7年度第3・四半期監事監査まとめ

■協議事項

- ①会計監査人(みのり監査法人)期中Ⅲ監査の受入
- ②常勤監事報告
- ③今後の日程
- ④その他

JAの状況 令和7年11月末現在

正組合員数	22,377人	貸出金	1,046億6千万円
准組合員数	18,045人	農産物販売高	181億8千万円
貯金	3,974億1千万円	購買品利用高	98億3千万円

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 1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

多彩な味! 伝統の味!!

商品番号

① 黒かりん糖

265g×4袋

1箱 **2,290円**
(税込)

たっぷり楽しめる
お徳用大袋サイズ

【8大アレルゲン】小麦



商品番号

② こだわりのかりんとう

70g×8袋

1箱 **1,690円**
(税込)

たべきりサイズの
アルミパック入り

【8大アレルゲン】小麦



商品番号

③ 3色かりんとう(落花生・黒糖・牛乳)

85g×6袋(3種)

1箱 **1,690円**(税込)

個性際立つ、3つの味わい
食べやすい細めの仕上げ

【8大アレルゲン】小麦・乳成分・落花生



商品番号

④ 茶話ごのみ

30g×4袋・2枚×6袋(2種)



1箱 **1,890円**(税込)

揚げ煎とおせんべい
3種類の詰め合わせ

【8大アレルゲン】小麦

商品番号

⑤ みのり揚

32.5g×12袋



1箱 **1,990円**(税込)

粗挽きの揚げ餅に
しょう油の素朴な味付け

【8大アレルゲン】小麦

商品番号

⑥ 海老揚煎

30g×10袋



1箱 **1,890円**(税込)

香ばしい海老味の
揚げせんべい

【8大アレルゲン】えび

商品番号

⑦ 胡麻美人

33.5g×12袋



1箱 **1,890円**(税込)

玄米と黒ゴマを使った
食べやすいおせんべい

【8大アレルゲン】小麦

お好みの振袖 袴と出会えるチャンス!!

振袖・袴のご予約・ご相談会随時開催中

JA指定呉服卸問屋常設展示場

開催場所

京呉服販売株式会社 (岡谷市塚間町店舗)

住所 岡谷市塚間町1丁目3-1

ご来店予約

 0120-17-0529へ



振袖 卒業式用袴

フルセット・単品
必要な物だけお貸します
レンタル&販売

**前撮りや式典当日の
着付け安心**

商品紹介

《全て揃った振袖セット レンタル》

正絹振袖・襦袢・袋帯・帯メ・帯揚げ・重ね襟・バック・ショール
66,000円(税込)～

《全て揃った卒業着物 袴 レンタル》

小振袖・襦袢・袴・半巾帯・バック・ショール
48,000円(税込)～

《単品レンタルOK!!》

振袖・帯・重ね襟等小物・袴



おうちで楽しむかかしさんのJA通信販売

取扱い商品

ベッド・家具・寝具・インテリア・敷物・生活雑貨・家電・趣味・衣類品・服飾雑貨
エクステリア商品・お米関連・農具関連・掛軸・印鑑・仏壇・暖房器具・食品など

組立商品

おまかせ設置



ご注文からお届けまで

お客様のご注文①

1. お電話でご注文
- 農協購買センター
- 各支所営農生活課

JA 様受付各部署にて
(株)ダイワに発注



お客様のご注文②

2. 電話・FAX・ネットでご注文
- かかしさんの通販フリーダイヤル
- かかしさんの通販ホームページ

(株)ダイワから
お客様のご自宅へ
商品をお届け



職員が毎月カタログを
お届けしています



フリーダイヤル

商品に関するご質問に
お答えします。

- 引出しの内寸は?
- もっと大きなサイズはある?
- 消耗品の別売りは?
- いつ届きますか?



お困り事がございましたら

万一、お届け品に
不具合やお困り事が
あった時は

かかしさんのJA 通販
フリーダイヤルへ
お電話ください。
対応致します。



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: 1 月末日

JAクミアイプロパンをご利用のお客様へ

いつもJAクミアイプロパンをご利用いただき誠にありがとうございます。

近頃、各地で訪問勧誘によるガス会社の切替が発生しています。ガスに限らず訪問販売によるトラブルが全国的に増加していますので、不安に思ったらJAまでご相談ください。

LPガスの訪問販売には ご注意!!!

訪問業者がよく使う勧誘方法

- ①「ガス料金がもっと安くなりますよ」
- ②「今の販売店の検針票を見せてください」
- ③「契約中のガス会社から委託されました」
- ④「委任状を書くだけであとはお任せください」
- ⑤「近所の皆様も申し込んでいますよ」

訪問業者は、お客様の不安をあおり
委任状に捺印を求めてきます!

「しつこい」「強引」などの不適切な勧誘がありましたら
JAのガス販売所までご相談ください!



JAバンクからのお願いです

日頃より、JA事業をご利用いただきありがとうございます。

さて、社会的にも増加している金融犯罪を減らしていくため、当組合では、マネー・ローンダリングなどの防止に向けて、「口座開設等における本人確認手続」、「郵送書類等における取引確認手続」等を徹底して行っております。組合員・利用者の皆様の大切な財産をお守りするため、ご理解とご協力をお願いいたします。

当組合は、マネー・ローンダリングおよびテロ資金供与等の金融サービスの濫用の防止に取り組むとともに、反社会的勢力等に対して断固とした姿勢で臨みます。また、組合員・利用者に組織犯罪等による被害が発生した場合には、被害者救済など必要な対応を講じます。

ご協力が必要です！ 金融犯罪の減らし方

JAバンクの取り組み



金融犯罪を減らすためにご利用のお客さまにお願いしたいこと

窓口での確認手続

JAバンクでは、口座開設の際などに法令に基づくご本人さまの確認を行っております。また、盗難通報や偽造印鑑による不正な払戻し、口座の不正利用を防ぐため、貯金の払戻し時などに改めて確認書類のご提示をお願いしたり、ご利用目的をお伺いすることがあります。ご理解とご協力をお願いいたします。



郵送書類等による確認手続

JAバンクでは、お客さまの口座が第三者に不正利用されることを防ぎ、安心して取引いただくために、定期的にハガキや封書を送付してお取引目的等のご確認をさせていただきます。なお、お客さまの情報確認させていただいたり、対面でお客さまのキャッシュカードをお預かりすることや暗証番号をお聞きすること、郵送やメールからのご案内を通じてウェブサイトへ誘導し、ネットバンクのIDやパスワード、暗証番号の入力を求めることはございません。JAバンクをかたる上記のような依頼は、すべて詐欺ですのでご注意ください。

すぐにご相談を

相手がだれであるかわからず、電話やメールによる次のような内容は詐欺です。何かおかしいと思ったら、すぐにお取引店舗や最寄りの警察までご連絡ください。

- 「口座が停止されます」
- 「未払い料金があり裁判になります」
- 「暗証番号を教えてください」
- 「キャッシュカードを回収します」
- 「返付金があるのでATMで操作してください」
- 「確実にもうかる投資話があります」

協力すれば、金融犯罪は減らせる。

JAバンクでは警察と連携し、金融犯罪撲滅に向けて取り組んでいます

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

■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

■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

編集畑から

今年もハイランド管内の「旬」をしっかりと届けていきますので、どうぞよろしくお願いいたします!取材でおじゃますることもあるかと思いますが、そのときはぜひあたたかく迎えていただけたら幸いです。広報誌へのご意見やご感想も、気軽にお寄せください。本年もどうぞよろしくお願いいたします!㊥

JAカレンダー

1月17日～2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きます。

■くらしを応援! みんなの相談会

1	21日(水)	宅地建物相談会(松本支所、13:30～15:00、要予約) 年金相談会(神林支所、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
	23日(金)	年金相談会(麻績支所、9:30～15:30)
	27日(火)	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
	28日(水)	宅地建物相談会(グリーンバル東館1階、13:30～15:00、要予約) 年金相談会(今井支所、9:30～15:30)
2	4日(水)	年金相談会(島立支所、9:30～15:30)
	6日(金)	年金相談会(和田支所、9:30～15:30)
	8日(日)	葬儀事前相談会(虹のホール芳川、虹のホール筑北)9:00～17:00
	13日(金)	年金相談会(女鳥羽支所、9:30～15:30)
	14日(土)	葬儀事前相談会(虹のホールはた、虹のホール岡田)9:00～17:00

※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 土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)



JAファーム今井だより

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。今年も身近でお役にたてる店づくりをすすめます。農業・園芸資材のことなら「JAファーム今井」にお任せ下さい。

●1月27日(火)は、JAファーム今井店空調設備更新工事のため、勝手ながら臨時休業とさせていただきますのでよろしくお願いいたします。

セールの
お知らせ

訳あり品大放売セール!!

2月6日(金)～14日(土)

今回限りの特価品をご用意してお待ちしています!

お問い合わせ JAファーム今井 ☎59-1088

12月～2月の営業時間 8:45～16:30 定休日 11月～2月 毎週日曜日



山辺ワイナリーだより

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

弊社は1月8日より3月26日までの間、木曜定休となります。本年も変わらぬご愛顧のほど心よりお願い申し上げます。





イチゴのサラダ

材料(4人分)

イチゴ	1パック	きゅうり	1本
りんご	1個	ミニトマト	1パック
みかん	3個	マヨネーズ	200cc
バナナ	3本	砂糖	大さじ4

作り方

- ①りんご、きゅうりを5mm幅、バナナを1cm幅、ミニトマトとイチゴを半分に切り、ボウルに入れる。その後、みかんを剥きボウルに入れる。
- ②マヨネーズと砂糖を入れ、よく混ぜて完成。

つくり方動画



イチゴの主な栄養素と効果

イチゴはビタミンCが豊富で、免疫力の向上や美肌効果、コラーゲン生成を助けます。アントシアニンなどのポリフェノールによる抗酸化作用で老化や生活習慣病の予防にも役立ち、さらに食物繊維が腸内環境の改善をサポートします。



今月の レシピ提案者

女鳥羽・浅間温泉 堀内 綾子さん

イチゴの甘酸っぱさを活かしたメニューで、かんたんにサッとつくることができます。家族団らんの場や出かけた先などでワイワイ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-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

