

# 夢あわせ

2022

10

Vol.363

JA Matsumoto Highland



特集

ライフプランにあった  
資産形成をサポート!



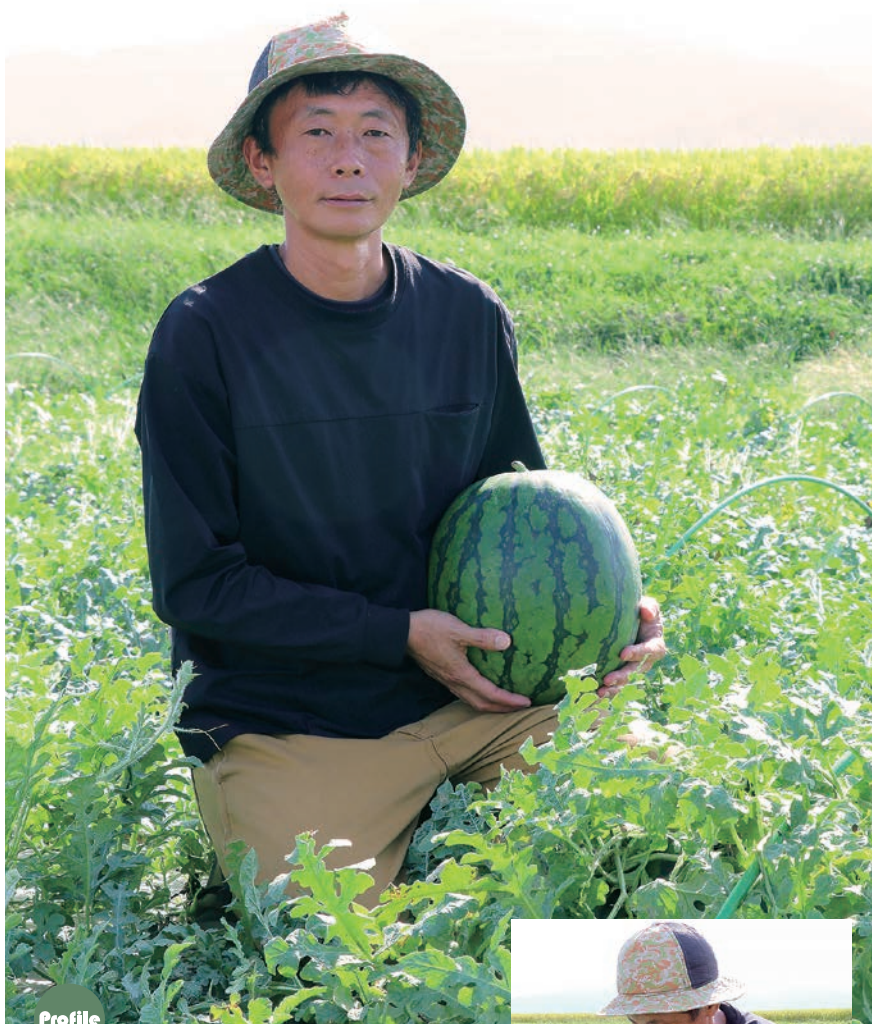
SNSで旬な情報を発信しています



 JA松本ハイランド

農業夢追人 和田・殿 高畑 聡志さん

# つながりを大切に



立派に生育したすいか

## Profile

両親、妻とともにすいか1.8ヘクタール、水稲4ヘクタール、春作セルリー8アールを栽培。繁忙期の前後には同年代の生産者同士、家族ぐるみで交流を深めている。音楽が好きで、コロナ禍以前はライブに出かけて楽しんでいた。「またはやく気軽にライブを楽しめるようになりたいですね」と話す。



ていねいに収穫を行う



澄み渡る青空のもと、今シーズン最後となるすいかの収穫作業に勤しむ高畑さん。大学進学をきっかけに上京し、卒業後は食品関係の会社に就職しましたが、都会での生活をつづけるなかで、自身の体調や生活環境のことを考え、地元へ戻り就農することを決意。両親のもとで農業を学びながら、すいかと水稲、セルリーを栽培し、11年が経ちます。「会社勤めをしていたころは室内にいるのが基本で、生活も夜型だったけれど、就農してからは真逆の生活。やっていることも全然違いますが、違うからこそのおもしろさがありますね」と笑顔です。

農業を始めて気づいたのは、生産者同士のつながりのあたたかさ。「ほ場で相談にのってもらったり、困ったときはお互いに助けあったり、家族だけでなく生産者同士が支えあえるのはとても心強いです」と地域の仲間への感謝を込めます。つながりをいかに、先輩農家からアドバイスを取り入れながら「先人が築きあげてきた産地としてのブランドに恥じないよう、いいものをつくりたい」という一心で農業に打ち込んでいます。「消費者に『JA松本ハイランド産の農産物はおいしい』『また買いたい』と思ってもらえたらうれしいですね」と目を輝かせます。

これまで、仲間助けられてきたからこそ「今後は、ますます地域のつながりが重要になってくる」と感じている高畑さん。「高齢で農業をやめる人も増えているので、そういった人たちの栽培技術や土地、機械などを『家』だけで継承しようとするのではなく、『地域』で継承し、新規就農者に繋げていくような仕組みをつくってほしい」と地域農業の今後を見据えています。

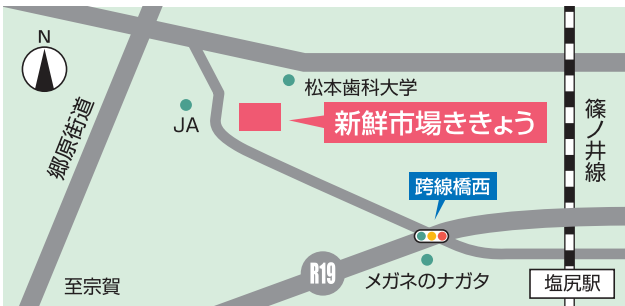


おいしい発見!

旬菜NAVY 新鮮市場ききょう

食欲の秋！  
おいしい農産物が  
ならびます

10月に入り、いよいよ秋本番。「新鮮市場ききょう」では、さつまいもや柿、くり、りんご、ぶどう、秋野菜などがおいしい季節になりました。毎朝、塩尻市の豊かな自然に育まれた、旬の農産物を生産者が持ち込み、とろろ狭しとならびます。食欲の秋、おいしい食べ物がたくさんある時期ですが、食べすぎには気をつけましょう！



〒399-0704 塩尻市広丘郷原1350-1



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

## 最低賃金が改定されました!

令和4年10月1日から  
適用となっています!

- 最低賃金908円を下回らないよう注意しましょう。
- 現在締結している労働契約の賃金が908円を下回っている場合は必ず見直しをしましょう。
- 「令和4年度 松本地域農作業標準労賃・農業機械標準作業料金表」の一般作業料金額が908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)

※最低賃金(確定版)につきましては長野労働局のホームページで確認できます。



# ライフプランにあった資産形成をサポート!

政府・日銀は景気回復をはかり、デフレからインフレへと流れを変えるための政策をこれまで行ってきました。しかし、最近では資源価格高騰やエネルギー価格の上昇が続いています。物価の上昇にあわせ、賃金(収入)もあがるのが正常な経済状態ですが、いまは、物価のみの上昇が続いています。毎月の負担が大きくなるぶん、「どう補うか」を考えておく必要があります。今後の生活に必要な資金は準備できていますか?ご自分の年代にあわせ、必要なお金のことを見直してみませんか。

## JAはライフプランをサポート

ライフプランサポートを通じて1人ひとりの資産を目的別に分け、「つかう・ためる・そなえる・ふやす・のこす」といった資産の性格に適した商品・サービスの活用について、専門職員が提案していきます。詳しくは、お近くのJA窓口までお問い合わせください。

ためる

### 定期貯金など

近い将来に使う予定のお金におすすめ

- 特徴** 固定金利  
元本保証
- 注意点** 普通/定期貯金を合算して、元本1000万円までとその利息が貯金保険制度\*による保護対象。固定金利の場合、インフレや金利上昇局面には不利になる場合がある

\*JAには独自のシステムがあります  
\*JAバンクシステムはHPIにてご確認ください

ふやす

### 投資信託など

しばらく使う予定のないお金におすすめ

- 特徴** 少額から手軽にはじめられる  
1つの商品で複数の投資対象に分散投資ができる  
運用はプロに任せられる
- 注意点** ・元本割れの可能性がある  
・分配金は増減や受け取れない場合もある  
・クーリングオフ・ペイオフ対象外

そなえる

### 長期共済・短期共済など

予期せぬ緊急資金などにおすすめ

- 特徴** 病気やケガに備える  
突然の事故、自然災害に備える  
介護・認知・年金として備える
- 注意点** ・社会保障を補完する役割がある  
・健康状態によっては加入いただけないケースがある  
・年齢により加入いただけない商品がある

## 40代

### 物価上昇にあわせ 建築コスト増

購入費のほかに、税金や登記費用、維持・管理、修繕費などがかかります。



### 住宅購入費用(新築)

建売

約3,605万円

出典:住宅金融支援機構「2021年度フラット35利用者調査」

## 30代

### 働くママには うれしい制度も

「出産手当金」など公的制度を利用すれば出産費用は抑えられます。



### 出産費用

約51万円

出典:公益財団法人国民健康保険中央会「出産費用 平成28年度」

### 結婚は、 人生の一大イベント

入籍のみなど、お互いの価値観で出費額は大きく変わります。



### 結婚式費用

約292万円

出典:株式会社リクルートマーケティングパートナーズ「ゼクシィ 結婚トレンド調査2021調べ」

## 20代

### 意外とかかる 食費・通信費

携帯電話代や食費、交際費など思いのほかかかるのが生活費。一人暮らしをする場合は、プラス家賃がかかります。



### 生活費用

約6万円

出典:日本学生支援機構「令和2年度学生生活調査」

ライフプランにあった資産形成をサポート!



お金についてのご相談はJAにお任せください

ゆとりある生活について考えよう!

「ゆとりある老後生活」を送るために費用はいくら必要でしょうか。旅行やレジャー、趣味などにかかる金額は人によって大きく異なります。2019年には金融庁の提出した金融審査会市場ワーキング・グループ報告書が30年間で約2000万円不足すると試算し、これが「老後2000万円問題」と話題になりました。みなさんは、どのように備えていますか?貯蓄についてJAへ相談しませんか?

本所ローンプラザ



☎88-5035

ローンのことならお任せ!  
いつでもお気軽にご相談ください。

総合相談センター  
ローンプラザ(芳川)



☎25-7281

総合相談センター  
ライフサポートプラザ



☎46-1562

年金・相続のプロフェッショナルが  
ご相談にお応えします。

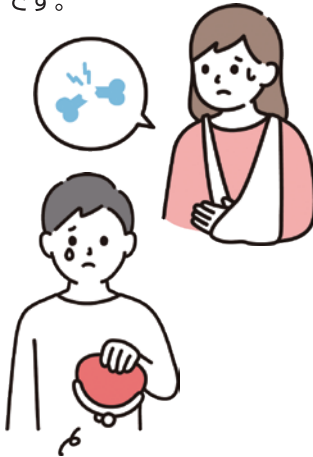
	令和3年度 (月額)	令和4年度 (月額)
<b>国民年金</b> (老齢基礎年金(満額):1人分)	65,075円	64,816円 (▲259円)
<b>厚生年金</b> <sup>※1</sup> (夫婦2人分の老齢基礎年金を含む 標準的な金額)	220,496円	219,593円 (▲903円)

※1 平均的な収入(平均標準報酬(賞を含む月額換算)43,9万円)で40年間就業した場合に受け取り始める年金(老齢厚生年金と2人分の老齢基礎年金(満額))の給付水準  
\*厚生労働省「令和4年度年金額」

収入

さらに…

病気やケガで働けなくなったときや、急な失業など緊急時のための備え(緊急資金)も大切です。



緊急資金

3カ月～1年分

1カ月の生活費が20万円なら  
60万円から240万円

70代～

施設入居は意外と  
大出費になる場合も

介護施設に入居する場合は、  
介護料などまとまったお金が  
必要です。



介護費用

約17万円

(1カ月あたり)

60代～

定年後の収入は  
年金が中心

これまでの貯蓄が大事。まずは  
JAにご相談ください。



老後の生活費用

約26万円

(60歳以上の世帯、1カ月あたり)

50代

子どもの塾や習いごとなど  
学校以外の出費も把握しよう

学校教育費のほかに、塾や習  
いごとの費用もかかります。



教育費用

幼稚園～高校(公立)、  
大学(私立)の場合

約608万円

出典:厚生労働省「令和3年度 介護給付費実態調査の概況」(保険給付額、公費負担額及び利用者負担額(公費の本人負担額を含む)の合計額)

出典:総務省「家計調査年報(家計収支編)2021年(令和3年)」

出典:文部科学省「平成30年度子供の学習費調査の結果」及び「平成30年度私立大学入学者に係る初年度学生納付金平均額(定員1人当たりの調査結果について)より試算



今月の1枚  
鯉捕まえたよ



## おいしいりんごをお届け

りんご部会は9月21日、管内6会場で「シナノスイート」を中心とした中生種りんごの目揃会を開きました。販売担当者が販売情勢について報告したほか、営農指導員が適期収穫を呼びかけました。野村拓部会長は「今年は凍霜害もなく順調に生育している。目揃会でしっかり規格を確認し、おいしいりんごをお届けしたい」と話しました。



りんごの規格を確認する生産者

## 消費者のよろこびにつながる出荷を

野菜部会は9月6日、秋作葉洋菜類目揃会を笹賀予冷库で行い、生産者ら関係者約70人が出席しました。今年の秋作の生育は上々で、順調な出荷がつついでいます。同部会の山本浩貴副部会長は「消費者によるこんでもらうことが一番。部会としてさらに高品質な出荷をめざしたい」と意気込みました。



出荷規格を真剣に確認する部会員

## 大粒種の生育順調

ぶどう部会は8月27日、大粒種ぶどうの目揃会を管内3カ所で開きました。今井ぶどう集荷所には生産者約130人が出席し、出荷規格や収穫期の適正管理などを確認。同部会の村田厚部会長は「玉伸びもよく、生育は順調。市場の求めに添って多くの品種を出荷してもらいたい」と呼びかけました。



見本のぶどうを見て目あわせをする部会員

## 地元の野菜を食べてね

女性参画センター運営会議は8月31日、やさい(oyasai)の日にあわせて、おいしい野菜を食べてもらおうと、地元産の農産物を配布する「よい食ブレゼント」をJR松本駅前広場で行いました。同運営会議のメンバーが「地元産の農産物を無料配布しています」と呼びかけると高校生や家族連れが足を止め、うれしそうに受け取りました。用意した500セットは1時間足らずで終了するほどのにぎわいを見せました。農産物を受け取った地元の高校に通う学生は「おいしいぞう。これで家に帰ったらみそ汁をつくってみます」とよろこび、同運営会議の大島澄子議長は「若い人たちにJA松本ハイランド産の農産物のおいしさを知ってもらいたい」と話しました。



農産物の詰め合わせを配布するメンバー



多くの人が笑顔で農産物の詰め合わせを受け取った

## 風味豊かなゴボウを楽しんで

山形支所を中心に栽培されているゴボウが9月中旬、出荷の最盛期を迎えました。今年は好天に恵まれ、生育は順調。高品質な仕上がりとなっています。肥沃な土壌で生産されたゴボウは、まっすぐで風味の豊かさが人気。今年度は12月上旬までに1万4000ケースを北陸方面の市場に出荷するほか、県内市場への販売強化をめざします。



掘り取り作業を行う青沼正行ゴボウ専門部長



ゴボウ掘り動画

## 地域農業を支えるインフラ整備を

昨年からすすめていた筑北ライスセンターの機械更新工事が完了し、8月31日に竣工式を執り行いました。JA役職員や生産組織の代表者ら20人が出席し、完成を祝いました。田中均組合長は「筑北米は品質の高さから、販売先が定着している。機械更新によってさらにスムーズで高品質な出荷を期待する」と話しました。



玉串を奉奠する田中組合長

## 適期収穫を呼びかけ

ももなし部会なし専門部は9月8日、管内3会場で出荷時期を迎えななし「豊水」の目揃会を開きました。生育は順調に進みシャリ感のある、高品質な仕上がりとなっています。同部会今井支部の丸山利明支部長は「今年は、全体的に出荷量も多く仕上がっている。高品質な出荷にむけて取り組んでいく」と意気込みました。



見本のなしを見ながら規格を確認する生産者

## 気温にあわせた荷造りを

花き部会共選部グラジオラス専門部は9月9日、山形支所で秋季グラジオラス出荷目揃会を行い、生産者や関係者ら28人が出席しました。目揃会では、彼岸需要や連休のブライダル需要にむけた数量の確保を呼びかけたほか、気温にあわせた品質管理と荷造りについて確認。中川保専門部長は「家のなかに花を飾ることで明るく生活してもらいたい」と話しました。



見本のグラジオラスを見ながら胴締めの確認をする参加者

## 地域農業を支える親元就農を応援

若手の親元就農者が安心して農業に取り組めるようJA独自の支援策「農業後継者支援事業」を実施しています。9月6日、グリーンパルで上期支援金授与式を実施し、事業申請者ら9人が出席。田中均組合長は「農業は自然相手。地道にコツコツと取り組むことが大切。就農することは地域に就職すること。地域での活躍を期待している」と激励しました。



田中組合長から認定書を受ける事業申請者

## 実りの秋 新米の季節到来

9月2日、水稲の早生品種「つきあかり」の品質検査を女鳥羽ライスセンターで開始しました。新米約14トンが持ち込まれ、検査員資格を持つ営農指導員が品質検査し、全量一等が格付けられました。検査員の飯沼崇さんは「今年も高品質な米を供給することができる。消費者のみなさんには新米を心待ちにしてほしい」と話しました。



新米の品質を入念に確認する検査員

## 盗難防止にむけ心を一つに！

青年部塩尻支部は8月29日、近年多発する農産物の盗難を防止するため、防犯活動の出陣式を塩尻支所宮農生活課前の広場で行いました。同支部の百瀬良樹支部長は「近年全国的に盗難被害が増加し、塩尻地区でも被害が発生している。地域全体で盗難を許さないという意識を高め、警戒に努めたい」と意気込みました。



ほ場にのぼり旗を設置する百瀬支部長(右)ら

## 地域活性化へ意見交換

9月9日、グリーンパルで協同活動みらい塾の第4回講座を開き、塾生10人が出席しました。卒業生である菅谷信さんが、NNGP中山東花園の取り組みから地元中山を盛りあげようとして取り組んできたことを事例紹介したほか、「経営戦略を考える」をテーマにグループワークで地域活性化にむけて熱い思いを交わしました。



グループワークで意見を交わす塾生

## 旅のひとときを花で彩る

JA松本ハイランドとJA全農長野は9月15日、松本駅の改札口に管内のトルコギキョウなどをを使ったフラワーアレンジメント作品を展示しました。今回は8種類200本の花で夏から秋の季節の移り変わりを表現。イベントを企画した同JA花きセンターの原千史さんは、松本が花の産地であることを知ってもらえたら」と期待を込めました。



秋をテーマに飾りつけられたフラワーアレンジメント

## 保育園児とシール貼り

青年部今井支部は、今井保育園の園児35人に農業へ興味を持ってもらうようと、今年初めて絵入りりんごに字や絵を描いた透明なシールを貼りつけ、日光にさらすと、絵の部分が出てくる仕組みの活動ができた。楽しみながら農業に親しんでもらう機会になればうれしい」と話しました。



青年部員といっしょにシール貼りを楽しんだ

## 笑顔はじける稲刈り体験

青年部島立支部は9月14日、島立小学校の学校田で5年生児童約50人に稲刈りとはげ掛けの指導を行いました。児童が田植えから収穫までのお米をつくる過程を学ぶことで食と農業の大切さを知ってもらおうと実施。同支部の浜禅支部長は「毎日なげなく食べているお米がどのくらいの間と労力がかかっているのか、食するときに出してもらいたい」と話しました。



青年部員に教わりながら作業をすすめる児童

## 相続登記を学ぶ

資産管理部会は9月6日、笹賀芳川・中山寿支部合同の研修会を芳川支所で行いました。司法書士の細川悠先生を招き、「改正民法・不動産登記法」について学習。令和6年4月1日より相続登記が義務化されることを中心に学びました。参加した部会員から活発な質疑もあり、3支部の親睦を深めながらの研修会となりました。



学びを深める参加者





## 女性通信員からの話題



ぶどうを袋から取り出す会員

**色とりどりのぶどうを収穫**  
生坂支所は9月21日、「ぶどうファンクラブ」の収穫体験を開催しました。会員9組14人が参加し、巨峰など3種類のぶどうを収穫。参加した小山妙子さんは「今年で4年目になるが、毎年生産者の大変さを実感している」と話しました。



田鯉の水揚げを楽しんだ

**お米に親しみを持ってほしい**  
今井地区有機低農薬米研究会は9月2日、松本市今井地区にある「田鯉米田」で今井保育園の年長園児21人を招いて田鯉の水揚げ作業を行いました。園児たちは「大きいのいたよー」「こっぼいよー」と歓声をあげながら鯉を追いかけ、次々と捕まえました。



じゃがいもの詰め放題を楽しむ来店客(左)

**旬の味を食べ比べ**  
女性部塩尻支部と広丘支部の生産者が運営する「勇氣野菜館」では、旬の農産物を楽しんでもらおうと、9月8日に「じゃがいもくだものまつり」を開催。同直売所運営委員会の山田由美子委員長は「さまざまな品種をそろえた。旬の味を楽しんでもらいたい」と話しました。



シャインマスカットをPRする中澤支部長(右)と伊織智佳子アナウンサー

**ぶどうを食べて笑顔になつてね**  
9月15日に放送されたFM長野「Oasis79.7」にぶどう部会塩尻支部中澤靖支部長が出演しました。秋の味覚シャインマスカットをPR。「昼夜の温度差の大きな地域で、こだわりをもって栽培したぶどうを味わって、笑顔になつてもらいたい」と話しました。



和気あいあいと作業する部員たち

女性通信員

岡田

### 大切な仲間とケチャップづくり

女性部岡田支部は8月2日、10日、19日の3日間、中山加工所でトマトケチャップづくりを行い、部員24人が参加しました。今年は良質なトマトが集まり、仕上がりは上々。トマトを煮詰めている間は、久しぶりに再会した仲間との会話に花が咲きました。

女性通信員

中山

### 冬の食卓をにぎやかに！



苗を配布する支部役員

女性部中山支部は9月1日、部員にはくさい苗の配付を行いました。冬に欠かせない野菜を育てようと、10年以上つづく活動。配付はスムーズにすすみ、部員は「今年もいい苗がありがとう」と笑顔で受け取りました。10月上旬にはパンジーの苗を配付する予定です。



楽しみながらフレイルチェックを行うグループ員

女性通信員

島内

### 楽しみながらフレイルチェック

女性部島内支部目的別グループいきいき百歳体操の会は8月23日、島内支所で百歳体操の効果チェックを目的に「フレイルチェックと予防」を行いました。グループ員18人が参加。保健師らから指導をいただき、1年間つづけてきた百歳体操の効果を確認しました。

女性通信員

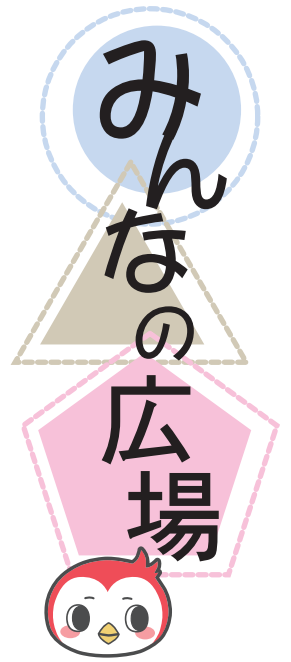
里山辺

### 3年ぶりの再会を



ズラリとならんだトマトケチャップ

女性部里山辺支部は8月21日、中山加工所でケチャップづくりを行いました。部員7人が参加。105キログラムの加工用トマトを使い、交替で大鍋をかき混ぜました。暑いなかの作業は大変でしたが、みんなで協力しながらおいしいケチャップが完成しました。



## 農政運動のあゆみ

### 令和5年度

### 農業関係施策・予算について

### 県知事・県議会議長要請を実施

9月6日、JA長野中  
央会各連台会の神農佳人  
会長、千國茂副会長らが  
長野県庁を訪れ、要請を  
行いました。

生産資材高騰対策とし  
て、国による肥料価格高  
騰対策事業の仕組みの恒  
久化などを求めたほか、  
施設園芸セーフティネット構築事業では、電気代や詰込



資材の高騰に対して影響緩和対策の実施、飼料高騰対  
策では、配合飼料価格高騰緊急対策事業の来年度以降  
の継続と拡充を要請。食肉処理施設の整備については、  
「お互いの役割を認識しながら、限りなく公設に近い形  
での実現にむけ、早めの方向づけ」を求めました。また、  
水田活用の直接支払い交付金の見直しでは、地域実態  
を踏まえた運用と畑作支援の交付金の充実のほか、イ  
ンボイス制度の導入に伴い、免税事業者である多くの  
農業者が不利益を被ることがないよう措置することな  
どについても要請を行いました。

## 福祉だより

### ゆめの里 入山辺です

社会福祉法人松本ハイランドゆめの里 入山辺は松  
本市入山辺地区にある認知症対応型共同生活介護施  
設で、18人の方が生活しています。

職員は「認知症の正しい理解をすすめる、専門性を高  
め、その人らしく生きるための支援を行う」を目標に、  
家庭的な環境のなかで利用者満足度向上のために、各  
種研修に参加し、知識や技術の向上を図っています。  
個々の生活歴や性格を把握することで自分らしく安  
心してゆっくりくつろげる居場所づくりを心がけてい  
ます。また、ご家族との関係性づくりも大切にしてお  
り、毎月個々にお便りなどで近況をお知らせし安心し  
ていただけるよう努めています。地域住民の方が採れ  
たての野菜や果物を寄付してくださり、畑や花壇の整  
備にも協力してくださいませ。

この夏は感染症対策を講じながら「夏祭り」を行  
いました。玄関先では炭をおこし、トウモロコシや畑で  
採れたじゃがいもなど焼いてふるまいました。夜には  
花火も行い、大好評でした。生活のなかでもメリハリ  
をつくり、コロナが落ち着き家族や地域の方といっ  
しょにイベントができることを願っています。

社会福祉法人松本ハイランドゆめの里 入山辺

☎0263-332-3370



## 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!

### 2023年カレンダーに掲載の13作品決まる

#### いしのまきフォトコン審査会

JAいしのまきは9月2日、石巻市にあるJAいしのまき農業情報センター  
で第4回フォトコンテスト審査会を開きました。13人から応募のあった82  
作品のなかから2023年カレンダーに掲載する13作品が選ばれました。

「伝えたい、わたしの四季」をテーマに、11月より募集を始め、石巻管内の  
四季を感じる風景やの農業風景を撮影した写真が集まりました。

審査員は「若手県からも応募があるなど広い範囲にわたって、フォトコン  
テストが浸透してきている。石巻地域の新しい建造物などを撮影した写真も  
多く、質が高く見ごたえのある作品が多数あった。4年目となる今回は芸術  
的な写真が多くなっている。」と作品を高く評価しました。

コンテストの結果は、JAの広報誌「まごころ」10月号とホームページで発  
表。入賞作品は23年版JAカレンダーに掲載し11月下旬から正組合員らに  
順次配布する予定です。



慎重に作品を確認する審査員

# マイホビー

## 趣味で

### 心も体も健康に

笹賀・神戸 上條一成さん



「やりたいことがたくさんあるから、毎日が楽しいよ」と笑顔で話す上條さん。定年退職をきっかけに、津軽三味線を始め、10年以上が経ちます。「小さいころは音楽の授業がとても苦手だったんだ。だから、どうせなら難しいものに挑戦してみようと思った」と始めた当初を振り返ります。

苦手だったはずの音楽をつづけてこられたのは、仲間がいたからこそ。「仲間と切磋琢磨することで、自分ももっとよくなるうと思える。やっぱり褒められればうれしいし、うまく弾けるようになれば楽しいしね」と日々練習に励みます。好奇心にあふれる上條さんは、津軽三味線のみにとどまらず、マジック、カラオケ、グラウンドゴルフ、料理、江戸時代の古文書を読むことなどさまざまなことに挑戦。いまでは、地域の福祉施設から依頼を受け、ネタや道具から準備し、演出などを考えて、マジックを披露することも。「中途半端でやめたくない。上手になりたい」という気持ちで打ち込むうちにすべてが趣味となり、仲間とともに充実した毎日を過ごしています。

「趣味がたくさんあるから、いろんな場面で頭をたくさん使うよ。それが自分の健康にもつながっているね。健康だから趣味が楽しい。趣味が楽しいから健康でいられる。あとであれをやっておけばよかったと後悔しないように生きていきたいね」とこれからも全力ですべての趣味を楽しもうと目を輝かせます。



## ハイランドキッズ

松本・両島

鎌倉 翔太くん (9歳)

敬太くん (7歳)

- (母) 正江さん
- (祖父) 八郎さん
- (祖母) 明子さん

去年から、二人いっしょに野球をはじめたよ。同じチームでプレーできて楽しい! 日曜日にはママといっしょに近くの図書館に行くのが日課なんだ。



家族からひと言 元気で面白いやりのある子に育ててね

将来は化石発掘家になりたい! いっぱい大昔の生き物を見つけるんだ。

ほうれん草と桃が好き! 恐竜とトミカで遊ぶことが多いよ。



# 発足30周年記念講演会 組合員セミナー

受講料無料

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記念講演会を開催します。

**講師** 小平 奈緒さん(所属:社会医療法人財団清泉会 相澤病院)

**演題** 「人とつながる」

**開催日** 令和4年12月14日(水)13:30開講

**場所** キッセイ文化ホール(松本市水汲)

**申込** 令和4年9月15日(木)午前9時～令和4年10月28日(金) \*定員になり次第、締め切りとなります

**注意点** 全席指定席(1階席または2階席になります)

\*通常席は、1席ずつ間隔をあけていますが、各列の両端に並びで座れるペア席を設置します。

\*座席は抽選により決定させていただきます。申し込み順ではございません。

\*ペア席の希望者が多い場合は抽選の結果、通常席となる場合がございます。

**お問い合わせ** 組合員文化広報課 電話0263-26-2301

組合員ならどなたでも参加可能! ふるってご参加ください。

**申込方法** 最寄りの支所へお申し込みください。



## みんなの声

■元気でなんでもやってみたいです。旅行に行けるときに行こうと思ひ、東北地方を一周しました。

(塩尻/山本睦子さん)

■今年は梅雨らしさがなかったものの、そのあとタ立が多く、どこのしほみがなく、うれしかったです。

(女鳥羽/大沢美子さん)

■今年の夏は暑かったですね。JA松本ハイランド産のすいかがとてもおいしくて元気にしてくれます。

(島立/モーツアルトさん)

■暑すぎて、とうとうクーラーを買ってしまいました。

(広丘/ふーちゃん)

■初夏のころにはハチに苦労しました。コロナが流行るなかにあつても静かなお盆を過ごせました。

(明科/内川さつ子さん)

■子どものお盆の準備を手伝いました。キュウリの馬とナスの牛をつくり、トウモロコシの毛をしっぽにゆでたそうめんを網として使います。仏壇からお位牌を取り出しイグサを敷いた箱に移し花やくだものを供えお墓と自宅の軒先で迎火のシラカンバを炊きました。盆提灯にろうそくを灯し家族全員がそろって迎え盆の長い一日から解放されたものです。

(芳川/小松博夫さん)

■小中学生が農業系の高校生と農作物栽培の体験学習をする話題をよく目にします。食料の多くを外国に頼っている日本はこうした児童、生徒の姿から農業について真剣に改革しなければと考えさせられます。

(塩尻/赤芝義久さん)

## 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** 地元産の農産物を配布する「●●●プレゼント」を松本市のJR松本駅前広場で行いました。



●に入ることばを答えてね。

ヒントは、6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

## 9月号のクイズの答え 組合員

### 8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

11月8日(火) 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。

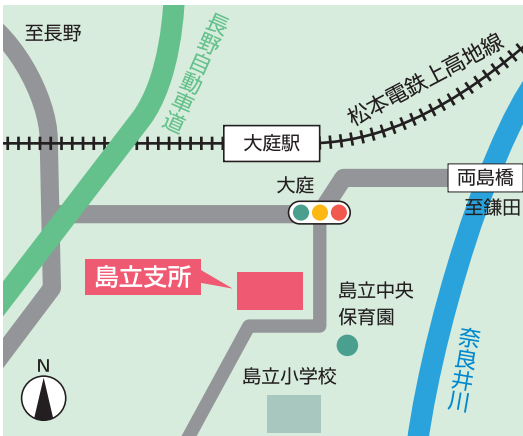
\*応募で記載された個人情報「みんなの声」への掲載、プレゼントの抽選・当選者発表以外には利用いたしません。



## 島立支所

島立支所は、信濃國三宮「沙田神社」や小学校など公共施設に隣接する閑静な住宅街にあります。朝には登校する小学生の「おはようございます」と元気なあいさつが聞こえます。

島立地区は古くからのそ菜生産の先進地で、いまでも野菜の施設栽培が盛んです。支所併設の直売所では季節には朝採れのキュウリ、トマトなどの野菜類が多くなります。



## 今月の支所紹介



紹介動画QR

**総務企画部** 新任部署  
氏名  
村松 香音 人事教育係  
〔人事教育課〕  
〔総務企画部付〕  
上條 寿信 J A 全農長野協同経営 S S 出向 松本臨空給油所  
**経済部**  
〔農機・自動車課〕  
上原 英朗 農業機械係 農機センター松本(調査役)  
百瀬 貴史 自動車係 工機センター波田

**山形支所** 山本 由里絵 金融共済課 金融共済係  
**波田支所** 野村 とき子 金融共済課 金融共済係  
**山辺支所** 小松 由紀子 金融共済課 金融共済係(調査役)  
**笹賀支所** 関 恵理 金融共済課 金融共済係  
氏名 新任部署

# 令和4年度職員人事異動

## 経営管理機構順(令和4年9月1日発令)

令和4年度第三次職員人事異動が発令されました。よろしくお願いたします。

## わたしたちのJA

### 理事会だより

令和4年9月29日・グリーンパル 西館

#### ■協議事項

- ①第2四半期事業実績・決算結果と今後の対策
- ②出資予約貯金の今後の対応
- ③育児休業等規程の改正
- ④介護休業等規程の改正
- ⑤介護職員給与規程の改正
- ⑥役員賠償責任保険契約の締結
- ⑦大口貸出金の契約
- ⑧組合と理事の利益相反取引
- ⑨出資口数の減少

#### ■報告事項

- ①令和4年度上期内部監査実施状況および指摘事項概要
- ②コンプライアンスプログラムの取り組み状況
- ③令和4年度上半期事務ミス報告
- ④固定化債権回収状況

- ⑤部分直接償却実施債権の回収状況
- ⑥令和4年度上半期不良債権の償却および利息の減免
- ⑦令和4年度10月支所別総代会の開催(最終判断)
- ⑧令和5年度経営計画の樹立
- ⑨地域交流センター・ふれあいセンターの今後の対応案
- ⑩余裕金の運用状況および次月余裕金運用計画
- ⑪賃貸住宅取得資金等特別貸出要項実行状況
- ⑫資産形成サポートプログラムの導入
- ⑬営農経済事業運営検討委員会での検討結果
- ⑭令和4年度産米概算金の設定

#### JAの状況 令和4年8月末現在

正組合員数	24,409人	貸出金	887億2千万円
准組合員数	16,026人	農産物販売高	82億7千万円
貯金	3.996億7千万円	購買品利用高	69億7千万円

## 冬期営業時間のご案内

**一般業務** **8:30～17:00** (土日、祝日は休み)  
 ※金融窓口は9:00～15:00

**農機・工機・自動車センター** **8:30～17:00**  
 (日曜、祝日、12月～2月の土曜は休み)

### 生産資材 窓口 (11月～3月)

窓口名	平日	土曜日	日曜日・祝日
JAファーム今井	8:45～17:00(11月～12月)/8:45～16:30(1月～2月)/8:45～17:00(3月)/毎週水曜日休業(11月～2月)		
あぐり資材センター和田		8:45～12:00(11月)/休業(12月～2月)/8:45～16:30(3月)	
あぐり資材センター寿	8:45～16:30	8:45～12:00/休業(11月～2月)	休業
あぐり資材センター山辺		8:45～12:00/休業(12月～2月)	
山形	8:45～16:30	8:45～12:00/休業(12月～2月)	
朝日		土曜・祝日休業/日曜8:45～12:00(休業12月～3月)	

※上記以外(島内、島立、神林、笹賀、芳川、女鳥羽、波田、あぐり資材センター川手、四賀、あぐり資材センター筑北、松本、塩尻)は平日のみ営業(8:45～16:30)  
 ※11月・2月の実地棚卸日が休みになります。また、営業時間が変更になる場合があります。

### 給油所 灯油配送 (11月～3月)

給油所・配送基地名	平日	土曜日	日曜日	祝日
島内(セルフ)		7:00～22:00		
松本臨空(セルフ)		7:00～21:00		
今井(セルフ)		7:00～20:00		
北小野(セルフ)		7:00～20:00		
波田	7:30～19:00		8:00～18:30	
山形	7:30～18:30		7:30～13:00	7:30～17:00
麻績	7:30～18:30	8:00～17:00	8:00～17:00	
笹賀	8:00～18:30		休業	
山辺・東部配送	8:00～18:00(火曜日は19:00まで)		休業	休業(火曜日は8:00～17:00まで)
聖南・筑北配送	8:00～17:00 (金曜日は18:00まで)	8:00～17:00(木曜休業)		
片丘・塩尻配送	8:30～17:00		休業	9:00～13:00
朝日	8:00～18:00		休業	休業(火曜日は8:00～18:00まで)
中西部配送	8:30～17:30			
四賀・川手配送	8:30～17:00		休業	8:30～17:00

※山辺・東部配送のみ10月～3月の営業時間となっています。 ※スタンド利用状況にあわせて(農繁期・連休など)臨時営業をします  
 ※各拠点ごとの時間帯別利用状況を考慮しています

## 山辺ワイナリーだより

いつもご利用いただきありがとうございます。  
 山辺ワイナリーオープン20周年ワイン大好  
 評発売中です。ぜひ、お買い求めください。  
 また、来月11月は新酒の時期です!スタッ  
 フが丹精込めてワインを造っております  
 ので、期待してお待ちください!



お問い合わせ

山辺ワイナリー ☎32-3644

## 米の概算金が決定

令和4年度産米の概算金(JA長野県あんしん基準米)が  
 以下の通り決定しました。JAへの出荷をお願いします。

1等	紙袋(30kg)	フレコン(60kg)
コシヒカリ	5,698円	11,220円
あきたこまち	5,488円	10,800円
風さやか	5,308円	10,440円
つきあかり	5,218円	10,260円

お問い合わせ 各支所営農生活課

## JAファーム今井だより

セールの  
お知らせ

**今井支所案山子祭り協賛セール** 10月29日(土)～10月30日(日)

深まる秋、今年の収穫に感謝しながら、冬の準備を始めましょう!  
 収穫資材から新作の冬物衣料まで、魅力あふれるJAファームへどうぞ。

お問い合わせ JAファーム今井 ☎59-1088

4月～10月の営業時間 8:30～18:00

11月～12月の営業時間 8:45～17:00

定休日 11月～2月 毎週水曜日

## 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

## 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

今年から広報担当として「夢あわせ」の製作に携わっております。取材でお会いした際にはどうぞよろしくお願いいたします。取材で管内を回っていると季節が変わっていくことを実感します。体調に気を付けていきましょう。(調)

# JAカレンダー

10月17日～11月17日

※新型コロナウイルスの感染状況により、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

10	19日(水)	年金相談会(新村支所、9:30～15:30) 土地建物相談会(広丘支所、13:30～17:00、要予約)
	26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)
11	4日(金)	年金相談会(芳川支所、9:30～15:30)
	9日(水)	年金相談会(島内支所、9:30～15:30) 土地建物相談会(グリーンパル東館1階、13:30～17:00、要予約)
	11日(金)	年金相談会(四賀支所、9:30～15:30)
	16日(水)	土地建物相談会(広丘支所、13:30～17:00、要予約)
	17日(木)	年金相談会(山辺支所、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)

## お気軽にお越しください! JAおすすめイベント

11 12日(土) 秋の味覚大市(ファーマーズガーデンうちだ・やまべ、畑の彩り館きろろ、～13日)

## 組合員組織・生産部会などの予定

10 26日(水) ふじ・晩生種りんご目揃会(～1日)  
11 5日(土) 青年部国会議員との農政懇談会

## 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)

10	18日(火)	今井地区(今井エンターローリー、9:30～11:00、農ビ・農ポリ)
	20日(木)	波田地区(すいか共選所、9:00～11:30、農ビ・農ポリ)
	25日(火)	山形地区(すいか共選所、9:00～11:00、農ビ・農ポリ)
11	9日(水)	四賀地区(旧四賀支所、9:00～11:00、農ビ・農ポリ・その他) 四賀地区(四賀営農センター、13:00～14:00、不要農薬・空容器)
	10日(木)	塩尻地区(塩尻支所営農生活課、9:00～11:00、不要農薬)
	15日(火)	山辺地区(山辺ぶどう集荷所、9:00～11:45、農ビ・農ポリ・不要農薬・空容器)
	16日(水)	波田地区(すいか共選所、9:00～11:30、農ビ・農ポリ)
	17日(木)	明科・生坂地区(あぐり資材センター川手、9:00～11:00、農ビ・農ポリ・その他) 明科・生坂地区(あぐり資材センター川手、13:30～15:00、不要農薬・空容器)

## 2022農業機械・自動車 秋の商談会開催のお知らせ

日時 10月22日(土) 9:00～16:00

場所 「あぐり資材センター和田」前広場  
「工機センター筑北」

お問い合わせ 経済部農機・自動車課 ☎26-9657 および  
各農機センター・工機センター・自動車センター



## コロナ感染拡大予防対策にご協力をお願いします





# 旬・感 グッキング

## ピーマンとチーズの肉巻き

### 材料(2人分)

ピーマン	3個	A	酒	大さじ1
豚バラ肉(うす切り)	6枚(300g)		みりん	大さじ1
ピザ用チーズ	100g		しょう油	大さじ1
塩・こしょう	少々		サラダ油	大さじ1/2

### つくり方

- ①ピーマンを縦半分に切りヘタと種を取る。そこへチーズをいれて豚バラ肉を巻きつける。
- ②中火で熱したフライパンにサラダ油をひき、①をいれて焼く。
- ③焼き色がついたら裏返し、ふたをしてさらに中火で3分焼く。
- ④豚バラ肉に火が通り、焼き色がついたら塩・こしょうで味をととのえ、Aをいれて中火で煮からめる。全体に味がなじんだら火からおろす。

## ピーマンとツナ缶のあえもの

### 材料(2人分)

ピーマン	6個	A	めんつゆ(2倍濃縮)	大さじ1と1/2
ツナ缶	50g		ごま油	小さじ1
			すりおろしニンニク	小さじ1/2
			白いりごま	適量

### つくり方

- ①ピーマンを縦半分に切り、ヘタと種を取ってから、横に細切りにする。
- ②お湯を沸かした鍋にピーマンを入れ、しんなりするまでゆでお湯を切る。(30秒ほど)
- ③ボウルにAを入れ、②と混ぜ、ツナ缶を加えてあえる。
- ④器に盛りつけ、白いりごまをかける。

今月の  
レシピ提案者



つくり方動画



### ピーマンの主な栄養素と効果

栄養価が高く、とくにビタミンCが豊富に含まれる。ピーマンのビタミンCは熱に強く、メラニン色素の沈着を防ぐため、シミやそばかすの予防に期待できる。



### 芳川・村井町 松澤 祐子さん

わが家ではおかずとしても、お酒のお供としても大好評。たくさんピーマンが採れたときにぜひ試してみてください。あえものは常備菜としても大活躍できますよ。

 **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

