

# 花 むすび

HANA  
MUSUBI

9

2023 SEP

06p > 特集

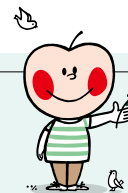
ソルガムを利用した  
きのこ栽培循環型農業の  
取り組み

08p > 園芸にチャレンジ

2023年度  
果樹施肥基準の解説







## 9月号目次

- 02 JA中野市 News
- 06 特集  
ソルガムを利用したきこ栽培循環型農業の取り組み
- 08 園芸にチャレンジ  
2023年度 果樹施肥基準の解説  
今月の資材情報
- 10 営農情報  
JA中野市が発行するインボイスについて  
販売開発課便り
- 12 ジェイエイ・アップルからのお知らせ  
体バランスチェック&歪み調整体験会のご案内  
秋の軽トラックキャンペーン
- 13 みんなのページ  
まちがいがし  
~体を動かすためのヒント~手軽に体験
- 14 JAインフォメーション  
理事会から  
常勤役員のメッセージ 佐々木常務

# シナノリップ出荷迎える

JAとJAりんご・もも部会は、8月11日から「シナノリップ」の出荷をスタートさせました。「シナノリップ」は、長野県果樹試験場が「千秋」に「シナノレッド」を交配させて作られた早生種のりんご。甘味と酸味のバランスが良く、果汁が多くみずみずしいため、暑い夏にも食べやすい「夏りんご」として売り出されています。

この日は、JA平岡共選所で選果作業が行われ、選果後は全国各地の市場に出荷されました。今年は太陽の光をたっぷり浴び、糖度が高くパリッとしたさわやかな食味に仕上がっています。



品質をチェックする選果担当者

JAとJAりんご・もも部会は、8月27日から露地ぶどうの出荷を開始しました。当日は「種なし巨峰」や「ナガノパープル」などがJAぶどう集出荷センターに持ち込まれ、選果担当者らが房形や糖度などの品質検査にあたり、東京や大阪など各地の市場へ出荷されました。

今年は、春先の凍霜害や連日の猛暑、降水量の不足など厳しい生育環境でしたが、部会員の努力により粒肥大や食味、着色が整った良質なぶどうに仕上がっています。9月中旬頃には「シャインマスカット」の出荷が始まり、24日からは「クイーンルージュ®」の出荷も始まる予定です。

同部会の部会員は548人で、栽培総面積は350畝。令和5年度の販売目標68億円の必達に向けて、食味重視の徹底や部会員の技術向上に取り組む、消費者や市場から選ばれる産地を目指しています。



外観や糖度などを検査する選果担当者

# 露地ぶどうの出荷がスタート 選ばれる産地を目指して



ぶどう生産者の畔上義男さん(左)と園芸課の宮澤芽衣技術員(右)

## 【今月の表紙】

今月の表紙は、ぶどうを生産している柳沢の畔上義男さんと、園芸課の宮澤芽衣技術員です。宮澤技術員は指導販売係で倭地区のぶどうを担当しており、入組して2年目。この日はナガノパープルの園地で成熟状況を確認し、デジタル糖度計と食味による出荷前の糖度検査を行い、出荷計画の相談をしていました。

# えのき茸部会設立60周年を祝う

JAえのき茸部会は8月28日、生産販売対策会議と部会設立60周年の記念大会をアップルシティーなかので開催、部会員や市場、行政、JA関係者など80人が出席しました。

浅沼正勝部会長は「昨今の生産コスト高騰を受け、生産者の経営は未曾有の窮地に陥っている。生産者の立場を変え、求める商品・産地とは何かを考えた、結果を出すのが大切。えのき茸生産シニア日本一の部会であることを誇りに

持ち、部会一丸となって課題解決に取り組む」とあいさつしました。

対策会議では、上半期の販売経過や需要期販売対策について協議。農家所得向上に向けた「品質向上対策」と「生産コスト削減対策」の実施、アメリカ・カナダを中心とした戦略的輸出や、消費宣伝事業の拡大など行うことを確認しました。

記念大会では、平成24年度から10年間の歩みや、歴代三役常任委員を務められた32人に感謝状が贈られました。



部会設立60周年を迎え、あいさつをする浅沼部会長



歴代三役常任委員への感謝状贈呈式

# 「太陽」コンクール開催 高品質なプラムが出揃う

JAとJAプラム部会は8月24日、JA営農センターでプラム「太陽」コンクールを開催しました。

同コンクールは、品質と技術の向上、中野市産プラムのPRを目的に開催され、今年で6回目。

審査会では、北信農業農村支援センターやJA全農長野、同部会役員、JA職員が「糖度」や「着色」「玉揃」「果形」などを基準に厳正に審査し、出品された24点の中から最優秀賞など6点を選びました。

武田茂蔵部会長は「春先の凍霜害の影響が大きかったにもかかわらず、部会員の

努力で高品質なプラムが出揃った。市場からも中野市産プラムの需要が高まっているので、コンクールを通じて生産者の技術力や生産意欲を高め、より多くの消費者にPRしていきたい」と話していました。

- 入賞された生産者は次の通り(敬称略)
- ▽最優秀賞 上原 祐(科野)
- ▽優秀賞 塩野谷 忠彦(科野)
- ▽優良賞 武田 陵汰(平岡)
- ▽部会特別賞 塩野谷 幸夫(科野)
- ▽全農長野特別賞 丸山 清憲(倭)
- ▽最高糖度賞 三井 源夫(倭)



審査にあたる部会役員ら



最優秀賞に選ばれたプラム「太陽」



# 露地ぶどう生産者大会開く

J AとJ Aぶどう部会は8月21日、J Aぶどう集出荷センターで、令和5年度露地ぶどう生産者大会を開催しました。

大会には、部会員や市場関係者、J A役職員ら約100人が出席。販売方針や出荷計画、市場情勢、今後の生産の取り組みなどについて協議しました。

武田直人部会長は「4月の凍霜害や7月以降の猛暑など厳しい生育環境が続いたが、部会員の徹底された栽培管理により、収穫量は順調。出荷に向けて、品質の統一と向上に努めてほしい」とあいさつ。

販売方針では、生産者の手取りアップを目指すために、売れる商品が売れる時期に出荷することで新たなファンやリピーターを獲得することや、事前販売の拡大による売り場確保に取り組みすることを決めました。

また、シャインマスカットの全国的な産地化が進み、産地間競争の激化が予想されるため、食味重視の出荷の徹底、試食宣伝会の強化や計画販売の実施を行うことを確認しました。



出荷に向けて、品質の統一・向上の徹底を図った生産者大会

# 大阪の高校生がももの収穫を体験

8月4日、学校法人樟蔭学園樟蔭高等学校(大阪府)の「フードスタディコース」で食の知識や技術を学ぶ2年生が、管内の園地でもの収穫を体験しました。

同コースでは食への感謝の気持ちを育み、自然体験を通じ五感を活用することで、食に関する知識や関心を高めるとともに、知性を磨くことを目的として農業体験を実施しており、持続可能な社会のために貢献できる「食のスペシャリスト」を育成しています。

当日は、J A担当技術員から中野市産のももの品種や栽培技術について学んだあと、「あかつき」と「川中島白桃」の収穫を体験。袋を外し、慎重にもぎ取りました。収穫後は取れたたのももを試食し「こんなに甘いももを食べたのは初めて。中野市産のももについて多くのことを学べたので、今後の実習に活かしていきたい」と話していました。



ももの収穫を体験する生徒

# 社会科見学で中野市のぶどうを学ぶ

J A園芸課は8月31日、高社小学校の社会科見学で、3学年の児童65人を受け入れました。同校では、社会科の授業で「農家のお仕事」を題材に、中野市で生産されているぶどうについて学習しています。

当日は、J A営農センター裏のほ場で、J A担当技術員がぶどうの品種や生育方法について説明。説明を聞いた児童は「1日にどれ

くらい収穫していますか」「ぶどうを育てる際に大切なことは何ですか」「ぶどうを甘くするにはどんなことに気を付けていますか」など、多くの質問をしていました。

また、J Aぶどう集出荷センターに移動し、出荷作業を見学。コンベアーに流れる選果された「ナガノパール」や「シャインマスカット」を間近で見、「美味しそう」「粒が大きい」と目を輝かせていました。



ぶどうの生育について学ぶ児童



# 新規就農者を激励

8月9日、地元で就農した農業者が意欲を持って農業経営に取り組みよう、新規就農者激励会が開催されました。

激励会は、北信管内に新たに就農した農業者が同じ志を持つ地域の仲間や、先輩農業者と交流を深めることを目的に、北信農業農村支援センターが毎年開催しています。

当日は中野市、飯山市、山ノ内町管内で就農した12人が参加。地元農業

者や関係機関の代表者などが、新しい仲間を温かく歓迎しました。

先輩農業者として出席したJ A青年部の三井透委員長は、青年部活動の紹介をしました。「何か困ったときや、一人ではできないことをみんなで協力して行うところが青年部の魅力。同世代の盟友も多いので、互いに競い合っヘルアップできる。ぜひ青年部や農業者団体に所属し、一緒に地域農業を盛り上げていきましょう」と激励しました。



新規就農者を激励する三井委員長



# 伝統野菜「ぼたんこししょう」を使った料理講習会開く

8月3日、J A女性部は中央公民館で、信州の伝統野菜「ぼたんこししょう」を使った料理講習会を開催しました。同部では活動テーマの一つに産地消費を掲げ、食料自給率向上を目的に、今年5月にぼたんこししょうの苗を配布し、各自で栽培を行ってき

ました。当日は金井地区の岩下友申氏を講師に招き、ぼたんこししょう糎づく

りを体験しました。辛いイメージのあるぼたんこししょうですが、辛味の強い種と綿の部分の調整することで、お好みの辛さで作ることができます。

また、ぼたんこししょうをトッピングに使ったピザも生地から作りました。参加した部員は「ぼたんこししょうにこんな食べ方があることを知れて良かった。家でも作って家族に振舞いたい」と話していました。



講師から作り方を学ぶ部員

# 令和6年度果樹先導的 取組支援事業説明会を開催

J Aは8月24日と25日の両日、J A営農センターで、国の補助事業である「令和6年度果樹先導的取組支援事業」の説明会を開催しました。

この事業は、需要の変化に対応するため、産地計画に位置付けられた担い手となる農業者等を対象として、優良品種・品種への改植・新植、未収益期間の幼木管理等を支援し、果樹経営支援対策事業を円滑に行うため、令和3年度補正予算から新たに設けられた事業です。主な内容は、新植と一体的に行う果樹棚、簡易雨よけ設備、用水・かん

水施設の整備に関わる苗木代や資材費などの補助になります。当日は、J A営農支援課の担当者から、対象者や品目などの説明および、事業着工のスケジュールや必要書類などの確認がされ、参加者は積極的に質問していました。



熱心に説明を聞く参加者



## 5 令和4年度ソルガム大規模試験栽培

### (1) 概要

場 所:中野市古川地籍、栽培面積:2.5ha  
栽培品種:雪印テキサスグリーン1.35ha、雪印ハイブリッドソルゴー1.15ha

### (2) 作業経過

7月14日	耕起:ロータリー耕縦横各1回
7月25日	播種:条間28cm、3kg/10a
8月1日	除草剤散布、ゲザプリム
9月8日	圃場周囲草刈り
10月5日~11月25日	刈り取り
10月6日~11月25日	解繊加工
10月7日~11月26日	きのこ培地詰め込み: 信州培養センター(A・B棟)



播種(7月25日)

除草剤散布(8月1日)



ソルガム刈り取り(10月5日~11月25日)

刈り取り後ソルガム茎葉の状態



刈り取ったソルガムのフレコンバック運搬

解繊加工場へフレコンバック搬入



解繊機での加工(10月6日~11月25日)

解繊加工後(製品)の状態

### (3) ソルガム栽培結果

品種	収量 t/10a	備考
テキサスグリーン	4.82	倒伏無し
ハイブリッドソルゴー	4.57	倒伏有り

- 圃場排水対策必要:大型トラクター、運搬車スタック回避
- 播種条間:刈り取り機に合わせた幅で播種必要、収穫ロスの低減(トラクターで踏みつけてしまう)
- 栽培品種:テキサスグリーン良好(倒伏に強い)
- 解繊加工:解繊機は水分が必要で解繊加工までは良いが、加工後のフレコンをきのこ培地調整ミキサーへ投入する際、水が染み出てフレコンが解けづらい、フレコンから落ちないなど扱いにくい⇒乾燥処理が必要

### (4) R4ソルガム培地釜単位試験

#### ① 試験概要

試験協力者:信州培養センター、培養センター構成員  
試験内容:ソルガム収穫・粉碎後、翌日培地へ1釜300~500kg使用(コーンコブの約10%代替)。A棟・B棟にて1~2釜/日(1釜10,240本)詰め、接種、培養、菌掻きを実施。詰め込みは96釜分、生ソルガムは約43t使用。

#### 【平均収量・生育日数】

	ソルガム培地	一般培地
平均収量	356.34 g	356.38 g
最大収量	369 g	374 g
収穫日数	26.52日	26.63日

#### ② 状況まとめ・考察

- 今回の生ソルガムはpH5.5~6.3の範囲であり、菌廻り等へ影響を及ぼす数値ではなかった。
- 詰め込み状況については、やや詰まりづらさはあったが、詰め機の振動板調整で問題なく詰めることができた。
- 生育状況については、菌糸再生・芽出しについては差はなく、生育日数についてはソルガム培地の方が若干早い結果となった。
- 収量性、品質面ともに問題なく、一般培地と同等の結果となった。
- 結果として、ソルガムはコーンコブ約10%代替資材として使える可能性は十分に考えられるが、今後の課題として代替率の向上(コーンコブ50%程度)がある。また、資材単体の生ソルガムについても、日持ちや資材の扱い難さ等課題が確認されたので、その点についても改善が必要である。

### (5) 今後の展望

今後、遊休農地を中心に土地集積を進め、ソルガム栽培農地を確保するとともに、機械・設備を整え、きのこ産地ならではの取り組みとして展開していきたい。

## 6 中野浄化管理センター東側農地におけるソルガム利用による循環型農業の取り組み

農地集積状況 目標計画550a、浄化管理センター南側借用農地(江部)5,933㎡を含め、現状合計44,174㎡  
引き続き周辺農地の土地集積を中間管理事業の活用により進める予定  
⇒9月4日より、使用済み培地の搬入を開始しています

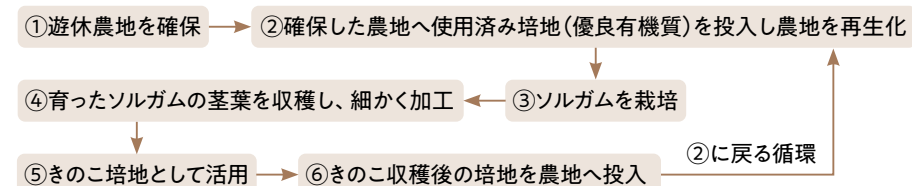
お問い合わせ先:営農支援課(高橋) TEL:0269-22-4221 きのこ課(技術) TEL:0269-22-4315

農業分野で循環型農業と生産資材の高騰対策が重要な課題となっている中、J A中野市では令和4年から、イネ科の植物「ソルガム」を使った循環型のきのこ栽培に取り組んでいます。今回は、ソルガムを利用したきのこ栽培の取り組みについてご紹介します。

### 1 課題・目的

- きのこ培地資材の確保 (コーンコブを中心とした培地資材の多くは、外国からの輸入品)
- 中野市内遊休農地の有効活用 (遊休農地解消)
- きのこ使用済み培地 (きのこ収穫後の培地)の中野市内での有効活用

### 2 解決策・取り組み



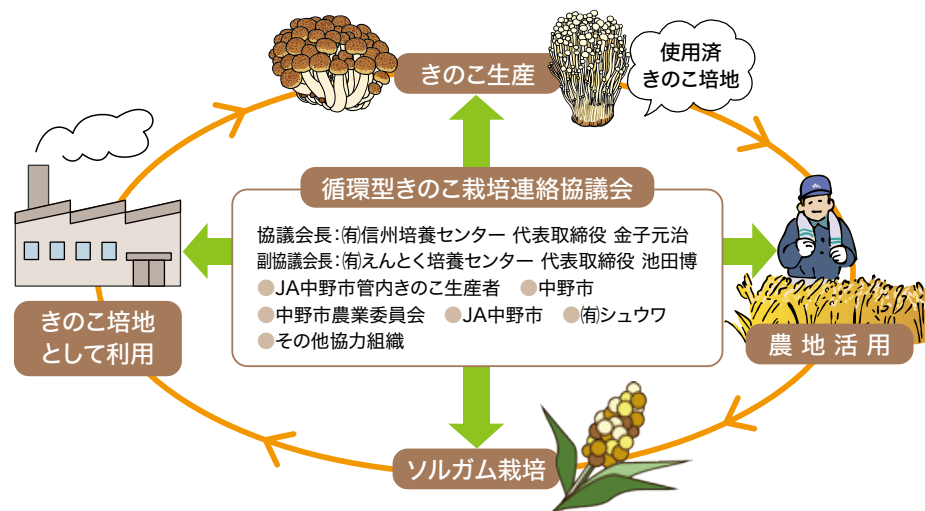
### 3 経過

平成22年に長野県主導の「きのこ家畜を育てるソルガムプロジェクト推進事業」で、ソルガムをきのこ培地資材として利用可能であることを確認。当時、農地集積や機械確保などの課題解決が難しく、また、培地資材も潤沢に確保できていたことから実現には至らなかったが、昨今の世界情勢・経済情勢により、培地資材の確保が課題となってきたことから、土地集積方法、ソルガムときのこによる循環型の検証に取り組むため、令和4年2月に中野市内関係者による組織「循環型きのこ栽培連絡協議会」を立ち上げた。

### 4 事業主体

循環型きのこ栽培連絡協議会  
構成員:市内きのこ培養センター4社、JA中野市、市内農業法人 協力:中野市、中野市農業委員会

### 未来につながる「循環型」農業を目指して ～持続可能なきのこ生産への取り組み～



# ソルガムを利用した きのこ栽培循環型農業の取り組み



# 2023年度果樹施肥基準の解説



果実の収穫終了後から元肥の施用時期となります。施肥・時期施肥量を確認し、次年度の果樹生産向上に向けて管理作業・準備を進めてください。また、最近地力窒素の蓄積により、全品目樹勢がやや強くなっている傾向です。前年度施肥量・樹勢を確認し、適正量に努めてください。

## ● 土壌別の施肥量の目安

土壌の種類	土壌別窒素の施肥量
火山灰土壌(黒ボク土)	肥沃地は施肥基準の50~60%施用する
壤土・植壤土(粘度)	中庸土壌は施肥基準の100%施用する
砂壤土(ガラ地)	やせ地は施肥基準の120%施用する

## 【ニュー果じゅっこ】

● 中野市の果樹園地の土壌分析結果に基づき、成分調合し開発したオリジナル肥料です。窒素の50%が速効性窒素であり、素早く吸収することができます。有機50%により、ゆっくりと養分を吸収させることができます。



## 【種粕】

● 早めに効果を発揮させる有機質肥料です。食味向上の働きが期待できます。



## 【天然ボカシ肥】

● 数種の動植物有機100%を発酵させた肥料です。ゆっくりと養分吸収・土壌改良させることができます。

## 【サンライム】

● カキ殻有機石灰です。ゆっくりとカルシウム補給とpH調整をすることができます。ゆっくりと効かせることにより、土壌の硬化を防ぐことができます。



## ● 樹齢別施肥量の目安

樹齢	りんご	核果類
3年生	窒素無施用	施肥基準の30%
4年生	施肥基準の10%	施肥基準の50%
5年生	施肥基準の30%	施肥基準の80%
7・8年生	施肥基準の60%	施肥基準の100%
10年以降	施肥基準の100%	

## 【注意事項】

- 3要素(窒素・リン酸・加里)が過剰な園地は「ニュー果じゅっこ」に代えて「新有機ハツラツA」を3袋(60kg)施用する。
- 施肥時期は遅すぎると肥料の吸収期間が短く、吸収できずに流亡する可能性があります。収穫終了後、直ちに施用することにより養分吸収・樹体内蓄積が進みます。施用時期を守って施用しましょう。
- 樹勢が強い場合(側枝先端の新梢の長さが平均30cm以上)は無施肥とし、次年度の樹勢を見て施肥量を減肥しましょう。または「新有機ハツラツA」を3袋(60kg)施用してください。
- 凍霜害等で、着果量が少なく強樹勢となった場合は、元肥をゼロにするのではなく、1/2~1/4に減肥して様子を見ましょう。樹勢を見ながら追肥で調整してください。
- 多肥・強樹勢による影響で、果実の着色・品質が低下している園地は、果実の品質向上を目的に施肥量の見直しを検討してください。ご相談は、園芸課各品目担当までご連絡ください。

## 最後に

元肥施肥は次年度の生育に大きく左右します。近年、気温が高く適度の降水があるため、土壌中の養分吸収が今まで以上に吸収し、樹勢強化している傾向です。自園の樹勢確認と土壌分析による肥料の残量を確認し、次作に向けて適量施肥を心がけてください。

ご不明な点やご相談がありましたら、お気軽に下記までお問い合わせください。

【土壌分析の土壌持ち込みについて】 営農資材店 TEL:0120-20-4312  
 【施肥基準について】 営農センター内 園芸課技術 TEL:0269-23-3933

資材課より今月号の  
オススメ資材をご紹介します

## 今月の資材情報



獣よけ線香 20巻入

【価格】1,600円(税込)

通常の線香原料に唐辛子粉末を練り込んでおり、臭覚に敏感な獣に効果的です。



携帯防虫器

【価格】1,400円(税込)

獣よけ線香専用の線香皿です。

お求めは、営農資材店、西部センター、北部センター、園芸資材店 TEL:0120-20-4312 (営農資材店)まで

## Topic 1 ぶどう

元肥施用時期: ① 収穫終了後~10月上旬(ぶどうの葉がある時期)  
 ② 3月(ぶどうの樹液が動き、水上がりを確認して動き始めてから)

	マイティー黒ぐる	アヅミン苦土石灰	ニューエコマグ
肥沃地(火山灰土壌)(高社山山麓、千曲川河川敷等)	1袋(20kg)	3袋(60kg)	1袋(15kg)
中庸(壤土、植壤土)(中野市内全域)	2袋(40kg)	—	—
やせ地(砂壤土)(夜間瀬川周辺等)	3袋(60kg)	—	—

- ぶどうは春先の発芽に樹体内養分が十分あれば、発芽状況・発芽揃いが良くなります。
- ぶどうの葉がある時期は、根から養分を吸収し樹体内蓄積します(10月末まで)。11月以降は落葉が始まり、根の活動が弱まり、土壌中の肥料は下層土へ流亡したり雑草に吸収されます。10月9日(スポーツの日)までに施用するのが理想です。

## 【マイティー黒ぐる】

● 中野市のぶどう園地の土壌分析結果に基づき、バランスよく調合し開発したオリジナル肥料です。窒素の50%以上は速効性窒素であり、素早く吸収することができます。樹勢の回復や養分を蓄積させることが期待できます。

## 【アヅミン苦土石灰】

● 土壌中に肥料を保持する働きのあるアヅミンと、葉を健全に保つ働きのある苦土(マグネシウム)、土壌のpH調整とカルシウム補給のための石灰をバランスよく調合した土壌改良剤です。石灰肥料ですが「マイティー黒ぐる」と同時に施用することができます。ガラ地や傾斜地の園地では、同時施用により肥料の流亡を防ぐことができます。

## 【ニューエコマグ】

● 苦土の成分比率が高く遅効性の肥料であり、春までゆっくりと効いてくる肥料です。白色粒状でまきやすく、苦土欠乏予防に最適な肥料です。

## 【注意事項】

- 施肥基準の肥料と有機質肥料(堆肥・鶏糞・種粕等)を施用すると、窒素の過剰施肥となる可能性があります。その場合は「マイティー黒ぐる」を減肥してください。
- 肥料は局所に大量施用するのではなく、ぶどうの根域(主幹から3m周囲)を中心に均一に施用してください。ぶどうの根を伸ばすためにも、主幹から離れた場所にも施肥してください。
- 強樹勢の園地では「マイティー黒ぐる」+「アヅミン苦土石灰」に代えて「新有機ハツラツA」を3袋(60kg)施用することにより、窒素のみを減肥し土壌改良することが期待できます。



## Topic 2 りんご・核果類(もも・プラム・サクランボ)・ナシ・柿・キウイ

元肥施用時期: ① 収穫終了後~10月(樹に葉がついている時期) ② 3月(樹液流動を確認し、動き始めてから)

	りんご	もも・プラム・サクランボ	ナシ	柿・キウイ
ニュー果じゅっこ	2袋(40kg)	3袋(60kg) 春施用は2袋	4袋(80kg)	3袋(60kg)
種粕	2袋(40kg) 春施用は0袋	—	—	—
天然ボカシ肥	2袋(40kg) 春施用は0袋	収穫終了後5袋(100kg)	5袋(100kg)	3袋(60kg)
サンライム	2袋(40kg)	2袋(40kg)	2袋(40kg)	2袋(40kg)



# JA中野市公式オンラインショップが 開店しました！

本年の7月より、JA中野市公式オンラインショップ(インターネット通販)を立ち上げました。試験営業を続けオペレーションの確認など行っておりましたが、9月からのぶどう、りんご、きのこの本格シーズンを目前に控え、今後はPR活動も積極的に行います。

好調なぶどうのふるさと納税返礼品の箱にオンラインショップQRコードを付する他、きのこ関連SNSとの連携、Instagram・グーグルへのPR実施を進めます。

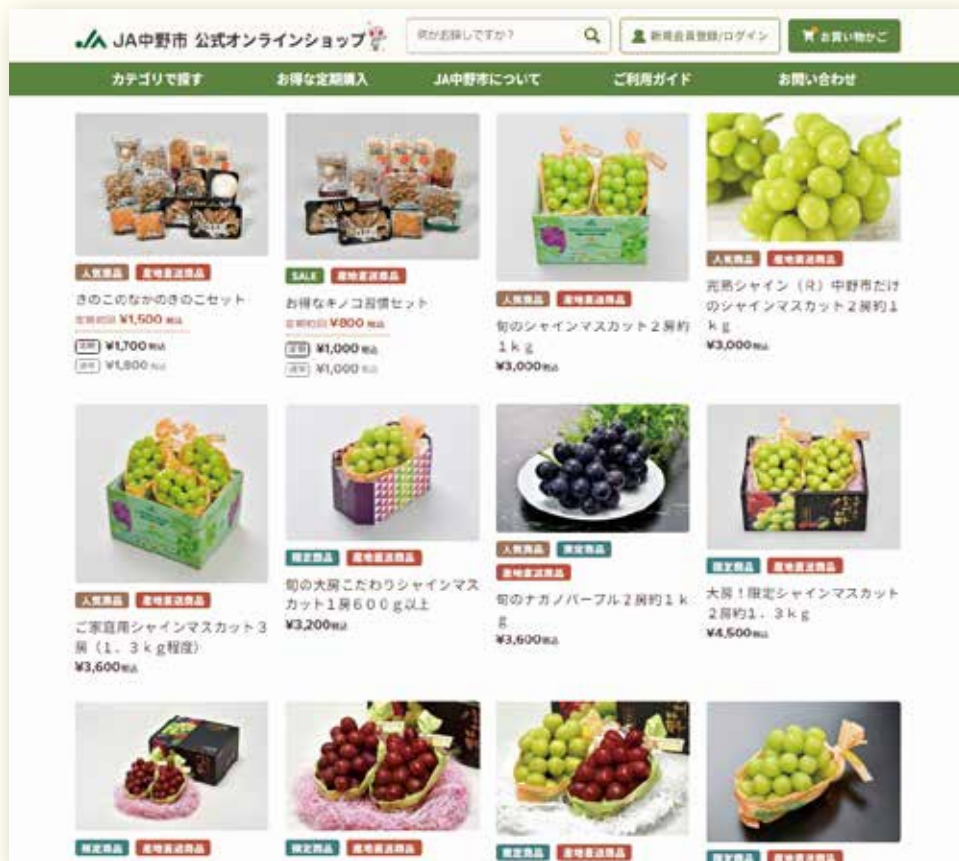
また、復活してきたイベント関係でもオンラインショップの案内を行い、イベント単発でのPRから継続的な中野市ファンの獲得を目指します。

JAの共選品の他、今後は特徴的な少量生産品目などの取り扱いも進めてまいります。

公式オンラインショップへのアクセスは、JAnakanoshi.comをURL欄にご入力ください。下記QRコードからもアクセスできます。見やすく買やすいシンプルなオンラインショップですが、写真の入れ替えや季節の風景など更新を行ってまいりますので、皆様の園地やきのこ工場へ伺うこともあるかもしれません。皆様のご協力をいただきながら、オンラインショップを盛り上げてまいりますので、よろしくお願いいたします。



▲JA中野市公式オンラインショップトップページ



▲販売商品紹介ページ

こちらのQRコードからアクセスできます



## 消費税を「本則課税」で申告・納付されている組合員の皆様へ JA中野市が発行するインボイスについて

10月1日から消費税インボイス制度がスタートします。JA中野市が発行するインボイスは次の通りとなります。消費税を「本則課税」で申告・納付されている組合員の皆様におかれましては、これらのインボイスを保存の上、申告をお願いいたします。

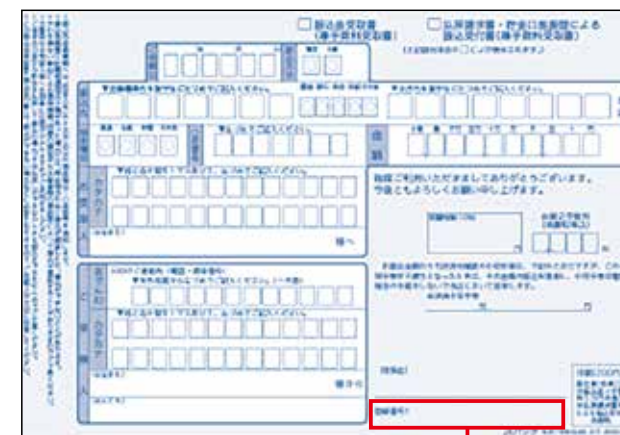
簡易課税で申告されている方、免税事業者の方につきましてはインボイスの保存は不要ですので、引き続き、今までの申告で利用した帳票の保存で構いません。

### JA中野市が発行する書類のうち…

**登録番号:T3100005005213** が記載されているものがインボイスになります

#### 信用のお取引(振込手数料等)は…

手数料受取書、振込依頼書、後納手数料のご案内に登録番号が記載してあります。



振込依頼書の場合はここに記載

#### 資材の購入は…

納品書、購買品納品書、レシートに登録番号が記載してあります。  
※毎月発行される購買品請求書はインボイスではありませんのでご注意ください。



納品書の場合はここに記載

#### 農畜産物の出荷に係る経費控除は…

園芸販売代金精算書、米穀検査表兼概算金明細書、最終精算通知書、畜産販売代金精算書に登録番号が記載してあります。

#### その他…

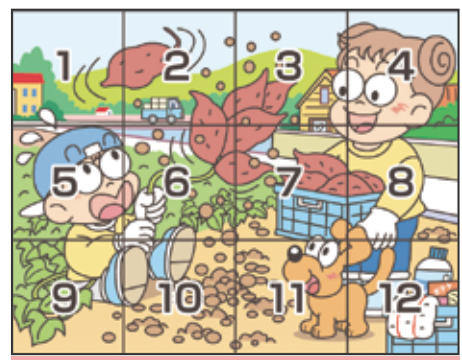
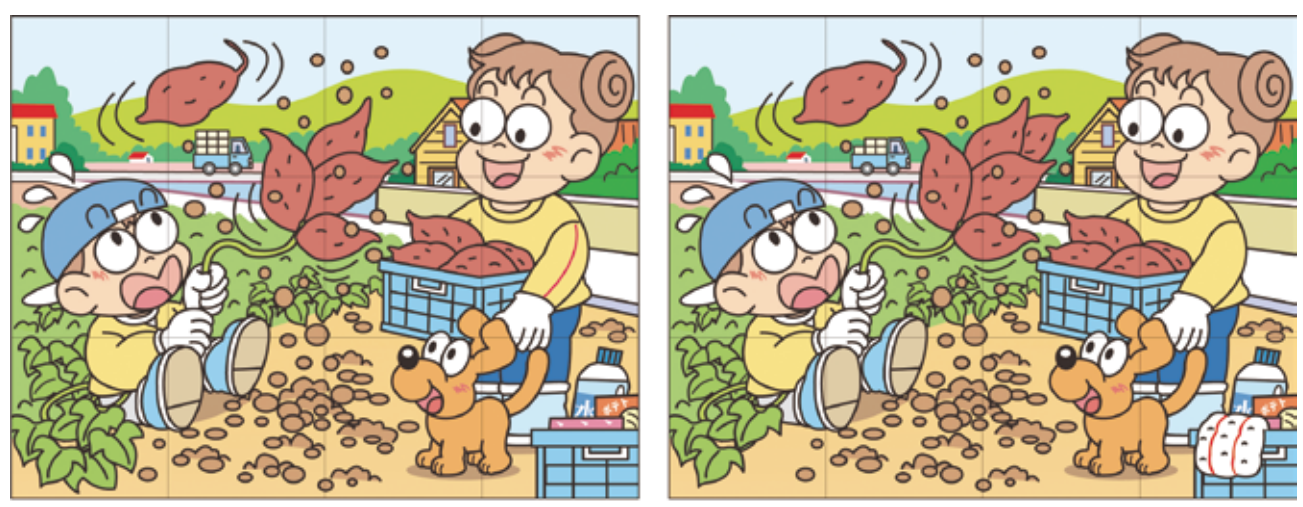
その他、登録番号が記載してある納品書、請求書、領収書がインボイスとなります。共済のお取引には消費税が含まれないためインボイスの発行はありません。

お問い合わせ:営農支援課 TEL:0269-22-4221



# まちがいさがし

出題・イラスト:酒井栄子

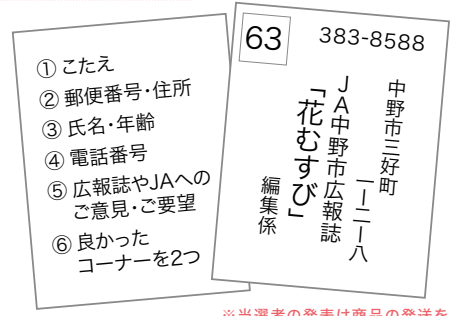


左上のイラストには右のイラストと違う部分が**5カ所**あります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。

正解者の中から抽選で5名様に粗品をプレゼントいたします。Eメール、FAXでの応募も受け付けています。(裏表紙参照)

**【8月号の答え】**

- 2 ... 唐揚げの大きさが違う
- 5 ... 帽子のつばが上がっている
- 9 ... ストローが真っすぐ
- 11 ... おにぎりが1つかじられている
- 12 ... トマトがブロッコリーになっている



※当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

応募の締め切りは9月29日(金)

## ～体を動かすためのヒント～ 手軽に体操

### 9月は健康増進普及月間!

日本体育大学准教授 伊藤 由美子

厚生労働省は2023年9月1日から30日までを「健康増進普及月間」として定めています。この期間、全国各所で健康にまつわる普及啓発活動が行われる予定です。統一標語は、「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ ～健康寿命の延伸～」です。

健康寿命とは、日常生活において制限なく、心身共に自立して生活できる平均期間を表す指標になります。

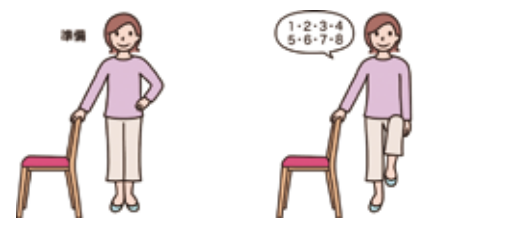
皆さんはご自身の健康づくりのためにどのようなことを心がけていますか? 手軽に取り組みやすい運動は、散歩やウォーキングでしょうか。秋のシーズン、季節の移ろいを感じながらの散歩も良いですよ。運動のみならず、食生活なども見直してみましょう。

さて今回は、片脚立ちのバランス運動を紹介します。いすの背もたれなどを利用して無理なく行いましょう。

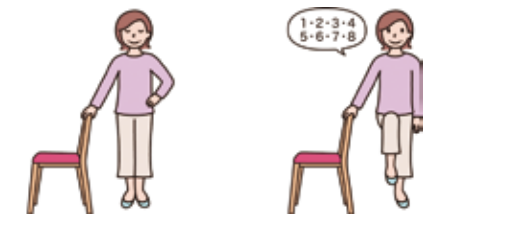
日本体育大学 准教授 伊藤 由美子 (いとうゆみこ)

千葉県生まれ、農業を営む両親の元で育つ。日本体育大学大学院体育科学研究科博士前期課程体育科学専攻健康科学・スポーツ医科学系修了。専門領域は体操。(公財)日本体操協会一般体操委員会委員長。体操や健康に関する情報をお届けします!

### レッツ、トライ! 片脚立ちのバランス運動



- 1 いすの背もたれを軽く持ち、準備をします。
- 2 片脚を引き上げてバランスを取ります。



- 3 1の姿勢に戻ります。いったん、ひと息つきましょう!
- 4 もう一方の脚を引き上げてバランスを取ります。その後、1の姿勢に戻ります。

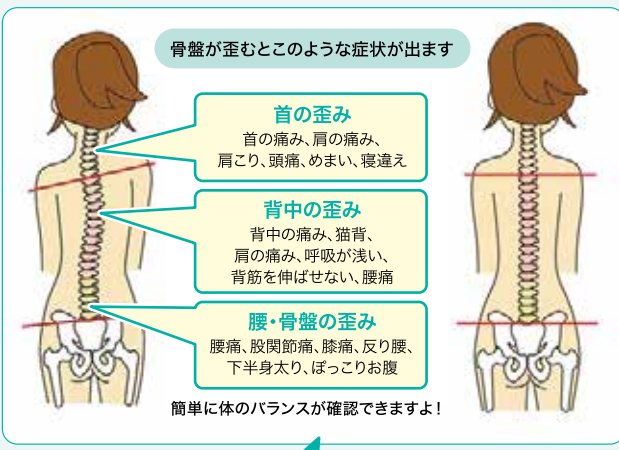
健康の要、骨盤・筋肉の歪みをチェックしましょう!

無料で!

## 体バランスチェック & 歪み調整体験会

わずか15分で骨盤の歪みを調整します。気になる姿勢も改善されます。

こんな注意信号は出ていませんか?!



骨盤の歪みを、ご自分の目で確認してみませんか? 痛み等はありませんので、ご安心ください。

- 日 時: 10月7日(土)・8日(日)・9日(月・祝) 9時~15時まで
- 場 所: アップルシティなかの内 特設会場 ●主 催: 株式会社 フジ医療器

お問い合わせ先: ジェイエイ・アップル(株)生活課 ☎0269-26-6900

ジェイエイ・アップル(株)工機センター

スバル・ダイハツ・スズキ 全メーカー対象

## 秋の軽トラックキャンペーン

令和5年 11月30日(木)まで

新型JAサンバーは最速1週間で納車できます



選べるボディカラー ホワイト シルバー

### JAサンバー

- 5MT 車両本体価格(税込) 1,138,500円~
- CVT 車両本体価格(税込) 1,215,500円~

ご成約特典 物価高騰中の今!! 新車軽トラックご成約の方全員に ドーンと!! 荷台いっぱいのもをプレゼント!!

- ティッシュボックス 60箱!!
- トイレトペーパー 48コ!!
- キッチンペーパー 48ロール!!

さらにWチャンス!! JAアップル車検を受けたあなた!

### 新車に乗り換えキャンペーン

特典1 車検代10万円をキャッシュバック値引き  
★乗り換え車両代金の総額からお値引きします!! 前回車検の金額にかかわらず、10万円お値引き保証! だからワンランク上の車に乗り換えることも可能です。 ※乗り換えのご購入車種によっては適用外となる場合がございます。詳しくはスタッフまでお問い合わせください。

特典2 工機センターで車検を受けられたお客様はもっとお得! 新車ご成約特典もついてくる!!  
オイル交換無料券プレゼント! 洗車プリカもプレゼント! さらにガソリン満タン納車など盛りだくさんな特典付き ※新車契約形態によって特典が変わります。詳しくはスタッフまでお問い合わせください。

特典3 期間限定 査定額UP!!  
キャンペーン期間中に限り、愛車の査定額を大幅UP!! 今がチャンスです

お問い合わせ先: ジェイエイ・アップル(株)工機センター ☎0269-22-4531



### 介護予防教室

## 「認知症サポーター養成講座」の開催について

JA中野市では、健康寿命創造運動の一環として、介護予防教室を下記のとおり開催いたします。なお、完全予約制といたしますので、参加ご希望の方は、JA総務企画課まで参加申込書を提出してください。

- 【日 時】令和5年10月25日(水) 午後2時～(概ね1時間程度)
- 【場 所】JA南部センター2階会議室 (旧延徳事業所)中野市三ツ和 1031-1
- 【内 容】介護予防教室「認知症サポーター養成講座」  
※「認知症養成講座」を受講した方が「認知症サポーター」となります。受講後は、「認知症の方を支援します」という意思を示す目印の「オレンジリング」が渡されます。  
講師: キャラバン・メイト 柄戸 弓子 氏
- 【開催場所】JA南部センターです。お間違えないようにお集まりください
- 【申込締切日】定員30名になりしだい締め切ります
- 【持ち物】● 筆記用具 ● 水分補給の飲み物 ※こちらでペットボトルを1本用意します
- 【新型コロナウイルス感染防止対策】  
● マスク着用は個人の判断が基本となりますが、ご参加の際はマスク着用にご協力ください  
● 体調の悪い方は、参加をご遠慮ください  
● 水分補給のための飲料水等以外の飲食は禁止です

参加ご希望の方は、事前に予約をお願いします

【お申し込み・お問い合わせ先】 JA総務企画課 TEL:0269-22-4191



### イベント告知

コロナ禍で中止していました「JA感謝祭」については、令和5年10月7日(土)に「アップルシティーなかの」にて開催いたします。本年度はジェイエイ・アップル株の「オータムフェア」と同時開催です。皆様のご来場をお待ちしております。なお、詳しくは前日の新聞折り込み広告をご覧ください。



## 大切な財産について、JAとともに次世代へと繋ぐ準備をしませんか？ 相続発生前の無料個別相談会を開催します

JA中野市では、下記のとおり相続発生前の無料個別相談会を開催します。悩みや不安がある方は、この機会にJAにご相談ください。なお、完全予約制になりますので、10月10日(火)までに、JAバンクホームページに事前予約登録いただくか、金融推進課までお問い合わせ下さい。

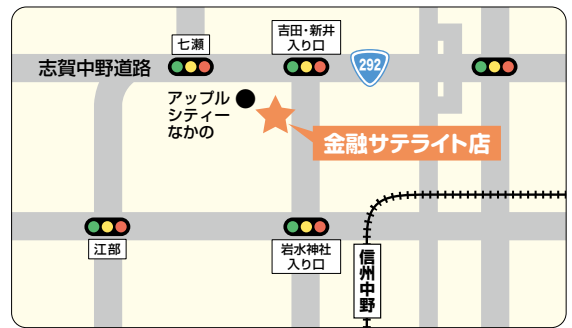


- ～相談例～  
✓ 相続税がかかるかどうか不安  
✓ 相続対策として、何ができるかわからない  
✓ 子や孫に財産を残したいがどうすればいいか等々
- 【開催日】令和5年10月12日(木)
- 【開催時間】午前10時～午後3時
- 【会 場】金融店本所 1階 会議室 (中野市三好町1-2-3)  
※ご予約いただいた方は、上記の会場にお越しください。  
※先着5組様になりしだい締め切ります。※1組様あたり45分間の個別相談となります。  
※当日は長野県信連の専門職員と会場をオンラインで繋ぐ「リモート相談会」になります。

【お問い合わせ先】 金融推進課 TEL:0269-22-4192

## 年金受給を、より便利に、より安心に 年金無料相談会

事前に予約をお願いします



- 【開催日】令和5年10月17日(火)・11月19日(日)  
※ご予約状況により、相談会の開催を中止させていただく場合がございます。なお、「予約なし」でご来場された場合、ご予約者様を優先するため、ご相談いただけない可能性があります。ご予約方法など、ご不明な場合には、金融推進課にて承りますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
- 【開催時間】午前10時～午後3時まで
- 【会 場】金融サテライト店 (中野市大字吉田902-1)
- 【ご連絡先】金融推進課 (TEL:0269-22-4192)
- ※ 当日は消毒液の設置等、新型コロナウイルス感染拡大防止策を徹底し、開催いたします。

お越しの際は、認印、年金手帳のほか、「ねんきん定期便」などの年金に関する書類をお持ちください。皆様のご来場をお待ちしています。



## 秋の農作業安全運動実施中！

長野県では、令和4年に9件、令和5年は既に5件の農作業死亡事故が発生しています。事故が多発する秋の農繁期を迎え、9月を秋の農作業安全運動月間とし「徹底しよう！農業機械の転落・転倒対策」をテーマに重点的に農作業安全対策を推進します。

期間 令和5年9月30日(土)まで

- 農作業にあたり  
● ゆとりを持って作業をしましょう  
● こまめに休憩、水分補給をしましょう  
● 1人での作業はできるだけ避けましょう

- 農業機械に乗る時は  
● シートベルト・ヘルメットを着用しましょう  
● ほ場周辺の危険箇所を確認しましょう  
● 農業機械の点検・整備を行いましょ

【お問い合わせ先】 長野県農政部農村振興課 ☎026-235-7242(直通)

● 組合員数	7,777人 (2022年7月末 7,774人)
(正組合員)	3,857人
(准組合員)	3,920人
● 出資金	25億2,528万円 (2022年7月末 25億3,494万円)
● 貯 金	921億6,427万円 (2022年7月末 886億3,457万円)
(年間計画924億0,000万 年間達成率:99.7%)	
● 貸付金	307億5,442万円 (2022年7月末 312億6,929万円)
(年間計画286億0,000万 年間達成率:107.5%)	
● 長期共済新契約高	29億6,353万円 (2022年7月末 45億1,155万円)
(年間計画123億2,000万 年間達成率:24.0%)	
● 購買品供給高	25億2,723万円 (2022年7月末 23億6,663万円)
(年間計画69億5,800万 年間達成率:36.3%)	
● 販売品取扱高	74億6,420万円 (2022年7月末 65億6,926万円)
(年間計画307億8,200万 年間達成率:24.2%)	

- 8月の理事会(主な内容)
- 報告事項
  - 金融専門委員会正副委員長の選出について
  - 各専門委員会等の報告
  - 内部監査報告
  - 令和5年度みのり監査法人の監査について
  - 理事減員に伴う対応について
  - 大口貸出金について
  - ジェイエイ・アップル株7月未実績報告について
  - その他
- 決議事項
  - コンプライアンス・マニユールの変更について
  - MRF累積投資約款の改正について
  - 特定農地貸付規程の変更について
  - 大口貸出金について
  - 旧平野給油所跡地並びに西部センターの利活用について
  - 旧日野事業所跡地の利活用について
  - 固定資産の取得について
  - 出資口数の減少について

常勤役員へのメッセージ  
常務理事・経済事業本部長 佐々木 真

JA事業も令和5年8月末をもって上半期が終了致しました。上半期は4月の低温、凍霜害や梅雨明け後の高温干ばつ等、気象災害に悩まされた半期でした。こうした中、JAの上半期事業実績は、ほぼ計画どおりに推移することが出来ました。組合員の皆様のご理解、ご協力に感謝申し上げます。9月からは下期に入ります。年度のうちでは半分が過ぎたことになりませんが、JAの生産販売事業は下期のウエイトが全体の約70%を占めるため、まだ三分の一を過ぎたところですが、新型コロナウイルス感染症の再拡大やロシア・ウクライナ戦争等、先が読めない社会、経済動向のなか、これからも最悪の事態を想定しながら今まで以上に気を引き締めて事業に取り組んでまいります。

尚、上半期の事業報告については、10月18日(土)20日に開催を予定している秋季地区懇談会でご報告させていただきます。

さて、花むすび本年2月号の常勤役員メッセージで「食料・農業・農村基本法」の見直しについて記しましたが、6月に農水省から中間取りまとめが公表されました。詳しくは農水省のホームページに掲載されていますのでご覧ください。

中間取りまとめを行うにあたり、出席委員の一人から今回の議論を振り返って「様々な変化に耐えうる農業経営者を作る観点からすると、あまり国が色々な事をやるというのはいかがなものか。最後は国が何とかしてくれるという考えは農業構造を弱くする」という意見がありました。ある意味、的を射た発言だと思えます。先ずは「自助(組合員)」と「共助(組織)」悩みながらも努力する姿があつての「公助」です。

JAは人と人の組織であり、その事が最大の強みです。事業目的である組合員のために最大の奉仕をする事と農業所得の増大に最大限の配慮をするため、組合員と役員が良いコミュニケーションの取れる環境づくり、体制づくりを進めてまいります。

今後とも、組合員の皆様のJAへの結集とより一層のご支援ご協力をお願い申し上げます。



地元野菜で  
かんたん  
クッキング

# きのこを使った 万能常備菜レシピ

スマートフォンからも  
レシピを紹介しています。  
こちらからどうぞ。



今回は、そのまま食べてもおいしく、日々の食事を助けてくれるきのこの入った常備菜をご紹介します。「あと1品ほしい」という時に活躍してくれる常備菜。忙しい朝のお弁当作りにもおススメです!

## ハムとしめじのマカロニサラダ

2人分 カロリー:489kcal 糖質:29.7g



調理時間  
15分

### 材 料 (2人分)

しめじ……………1/2袋(100g)  
マカロニ……………30g  
ハム……………2枚  
きゅうり……………1/2本  
塩……………小さじ1/4

### 調味料(◆)

酢……………小さじ1/2  
マヨネーズ……………大さじ3  
砂糖……………小さじ1  
こしょう……………少々  
レタス……………1枚

### 作り方

- ① きゅうりは薄い小口切りにして、塩で揉み、水気を絞る。ハムは短冊切りにする。
- ② しめじは、小房に分ける。
- ③ 熱湯にマカロニとしめじを入れ、マカロニの茹で時間通りに茹でてザルにあげて水気を切る。
- ④ ボウルにきゅうりと③を入れて◆調味料を加えてよく混ぜる。
- ⑤ レタスを敷いた器に盛り、こしょうを振る。

### ひとくち メモ

しめじを加えてボリュームアップ!  
マカロニサラダの味付けに、ほんの少し砂糖とお酢を混ぜると味にメリハリが出ます。

## きのこのバルサミコきんぴら

2人分 カロリー:314kcal 糖質:46.5g

### 材 料 (2人分)

エリンギ……………1袋(100g)  
ごぼう……………1/4本  
にんじん……………1/4本  
ごま油……………小さじ1

### 調味料(◆)

みりん……………大さじ3  
醤油……………大さじ1  
バルサミコ酢……………大さじ1  
白いりごま……………大さじ1

### 作り方

- ① ごぼうは包丁の背で皮をこそげ落とし、3~4cmの長さに切って太めの千切りにし、水に5分ほどさらしたら、ザルにあげて水気を切る。
- ② エリンギと皮を剥いたにんじんは3~4cmの長さに切り、太めの千切りにする。
- ③ フライパンにごま油を熱し、ごぼう、にんじん、エリンギを入れて強火で2~3分、全体に薄く焦げ目がつくまで炒める。
- ④ ◆調味料を加えて水気がなくなるまで、混ぜながら炒める。
- ⑤ 器に盛って、白いりごまを振る。

### ひとくち メモ

バルサミコ酢を入れた洋風のきんぴらです。箸休めやお弁当におススメ。



調理時間  
20分



組合員専用サイト「HANAMUSUBI web」の最新情報や、組合員の皆さまに役立つ情報などを  
随時JA中野市LINE公式アカウントにて配信していますので、**お友達登録をお願いします。**



第222号 2023年9月14日発行  
毎月1回発行  
発行/中野市農業協同組合  
〒383-8588 長野県中野市三好町1丁目2番8号  
TEL 0269-22-4191 FAX 0269-22-7883  
URL <https://www.ja-nakanoshi.ijjan.or.jp/>



私たちは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

自然環境に配慮し再生紙、  
リサイクル対応型インキを使用しています。

編集/総務企画課 印刷/PO印刷株式会社  
広報に関するご意見・お問い合わせはこちらへ E-mail [n-kouhou@nkn.nn-ja.or.jp](mailto:n-kouhou@nkn.nn-ja.or.jp)