

花 むすひ

HANA
MUSUBI

9

2025 SEP



02p > 特集

令和6年度
きのこ技術員試験研究発表
について

04p > 園芸にチャレンジ

クイーンルージュ®
収穫のポイントについて



多くの人と出会い、気持ちが通じ合う そんな縁を大切にしたい

 JA中野市

ナメコ栽培施設浄化対策について

沼田 拓也

ナメコ生産では高湿度環境が微生物やカビの繁殖を助長するため、衛生管理が重要である。本研究では栽培棚の衛生状態を調査キットで確認し、害菌コロニー数を評価して浄化方法の効果を検証した。その結果、「水洗浄+高圧洗浄機」が最も効果的であり、水洗浄のみでは流量・圧力・時間に課題がある場合もあった。継続的な水洗浄により、生菌数が1〜2桁減少する効果が確認された。今後も安全・安心・高品質なナメコ生産に向け、衛生指導と改善を継続していく。

エノキタケの優良栽培事例について

出澤 勝政

近年の異常気象の影響により、エノキタケの栽培にもさまざまな課題が発生している。昨秋の収量低下報告を受け、安定して高収量を維持している生産者をモデルに詳細調査を実施。発芽から収穫までの各工程において、温湿度・換気・光抑制などのバランス調整が品質・収量に影響を与えることが判明。特に、湿度保持と季節に応じた環境制御が安定栽培の鍵となる。今後は、調査結果を基にした栽培カルテの活用と情報共有で、高品質・安定供給の実現を目指す。

エノキタケ育種株開発状況について

村端 広介

JA中野市では、農工研と共同開発したエノキタケ品種を活用し、品質の安定と供給体制の強化に継続的に取り組んでいる。現在、さらに優れた品種の創出を目指し、交配育種による品種改良を積極的に進めている。今年度は790通りの交配を実施し、その中から251通りの育種株を作出。試験栽培した結果、形質や収量などの点で優れた特徴を示す候補菌株「FB41」を選抜した。現在、「FB41」について生産者による実証試験を実施しており、品種としての有意性の評価を行っている。有意性が確認された場合には、拡大試験の実施や品種登録を視野に入れ、さらなる展開を図る方針。今後も生産者や消費者のニーズを反映し、栽培効率・収益性・品質向上などを目指した育種目標を設定し、技術開発を進めていく。

エノキタケ菌糸の状態別栽培比較試験

樋口 航希

本年度のきのこ低収量を受け、JA中野市種菌センターでは液体種菌の元となるシャーレの選抜方法を検証。菌層が薄い・分裂子が多いPDA培地を用いた試験区と、普段使用する対照区を比較。生育初期は差がないが、試験区は芽出し後の生育が遅れ、生育日数・収量ともに劣る結果。菌層の薄さは菌体量の不足、分裂子の多さは変異による形質異常が要因と考えられる。現行のシャーレ選抜基準が妥当であると再確認され、今後も均一な選抜に努める方針。

「農工研B-4号」における培養発芽種菌栽培比較試験

村石 直樹

「農工研B-4号」は従来品種に比べ、発熱後の培養温度の低下が遅いため、培養管理では適正温度の維持が重要である。特に夏場はクーラー稼働頻度が増加し、冷風の刺激により種菌の培養発芽を誘発しやすい傾向がある。本試験では培養発芽に対する影響を評価するため、発芽した種菌を用いた栽培試験を実施した。その結果、発芽種菌であっても元種部の処理を確実に行えば、栽培に支障がないことが確認された。しかし、培養発芽の進行は環境条件や保管期間に大きく左右され、種菌ビンのキャップが持ち上がることで雑菌混入や種菌劣化のリスクが高まる。よって、種菌の取り扱いにおいては長期保管を避け、配送後1週間以内の使用が望まれる。

■対照区



■試験区



エリンギ新品種導入に向けた取り組みについて

岩垂 真生

JA中野市では、独自選抜のオリジナルのエリンギ種菌を使用しており、長野県農村工業研究所と連携して、現在の品種よりも優れた交配株を生み出すための新品種開発の共同研究を行っている。今年度は11系統172菌系の交配株を作出し、試験栽培を実施。その中から「3S5」「5K15」「5R11」の3菌系を選抜した。これらは現行品種「B01」に比べて劣る点もあるが、同等または優れた形質が確認されたため、育種素材として活用予定。選抜基準である「傘の巻き込みが強い」子実体が多く確認され、今後は収量性の高い優良菌系の作出を目指す。また、液体種菌方式への導入可能性も考慮しながら育種選抜を進めていく。

詳しい内容につきましては、きのこ課(技術担当)までお問い合わせください。(TEL:0269-22-4315)

令和6年度

きのこ技術員

試験研究発表について



JA中野市では、きのこの生産振興と技術員の技術習得を目的に、毎年一人一研究を実施しています。先月の園芸技術員試験研究発表に引き続き、令和6年度きのこ技術員の試験研究発表についてご紹介します。

長期保管ソルガムの培地資材検証試験

小島 正和

本研究では、きのこ栽培における省力化と人件費削減を目的に、収穫後長期保管したソルガムの培地資材としての有効性を検証した。ソルガムはロール密封後2カ月間保管され、水分・におい・pHにおいて資材として問題なしと評価された。解繊粉碎後、信州培養センターの培地に1.3%の割合で添加し比較試験を実施。長期保管の利点により作業時間の制約が緩和され、詰込本数や代替率の増加も可能となった。今後は、さらなる省力化と代替率拡大に取り組む。

マイタケ培地栄養材削減試験

市川 智宏

令和6年7月、乾燥オカラの価格高騰を受け、マイタケの培地コスト削減試験を実施。乾燥オカラ使用量を25%減らした試験区は、対照区と比べ収量が平均約18g多く、生育日数や品質も同等で良好だった。2回目試験は結果不一致のため、現在3回目を実施中。乾燥オカラ削減により年間約89万円のコスト削減が可能。今後は資材高騰が懸念される中、低コスト培地開発と生産者の所得向上を目指し、試験を継続する。

■対照区



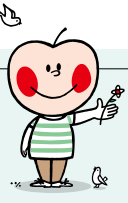
■試験区



エノキタケ種菌「iQ2」栽培試験

中山 翔太

近年、エノキタケ農家の経営は資材・電気料・人件費などの高騰により厳しい状況にある。所得向上を目的に、1ビン収量増加を目指し「iQ2」種菌の栽培試験を実施した。現行品種「QS2」と比較し、芽出しや品質は良好だったが、収量にバラツキが見られ導入には至らなかった。ただし、「iQ2」は生育が早く、適切な栽培管理により同等以上の収量が期待できる。栽培難易度も低く、ロス軽減につながる可能性があるため、再試験による栽培管理を提案し経営の安定・向上を目指す。



9月号目次

02 特集

令和6年度
きのこ技術員試験研究発表について

04 園芸にチャレンジ

クイーンルージュ®収穫のポイント
について

今月の資材情報

06 営農情報

果実袋回収のお知らせ
園芸施設共済のご案内
秋の農作業安全運動実施のご案内
農作業中のクマとの遭遇について

08 ジェイエイ・アップルからのお知らせ

人形・盆提灯供養祭のお知らせ
スマイルフェアのご案内

09 みんなのページ

まちがいがし
～体を動かすためのヒント～手軽に体操

10 JAインフォメーション

理事会から



露地ぶどう「ナガノパープル」の初出荷

【今月の表紙】

8月24日から露地ぶどうの出荷が始まりました。当日は黒系ぶどうの「ナガノパープル」がJAぶどう集出荷センターに持ち込まれ、検査員らが房形や着色などの品質検査にあたり、各市場に出荷されました。5月の降雹や、高温・水不足による生育の心配もありましたが、生産者の徹底された栽培管理により着色・食味が整った高品質なぶどうに仕上がりました。

クイーンルージュ® 収穫のポイントについて

② 破袋・除袋

【目 安】収穫の3週間前～
(平年で9月上旬頃～)
気温が下がり始めた頃(夜20℃以下になる頃)。
破袋から除袋の順で段階的に徐々に外気に慣らしていても良いです。
日焼けや獣害予防のため、傘は掛けたままが望ましいです。
乳白傘から透明傘に掛け替えても良いです。



破袋の様子



透明傘の使用

③ その他

夕方の灌水を行い、夜温を下げて着色を進める環境を作りましょう。

J A 中野市では令和元年にクイーンルージュ®の導入を開始し、今年で7年目となりました。過去の栽培歴の中で着色管理方法や収穫時期の把握などが分かってきており、現地に普及されています。甘みが強く、鮮やかな赤色が魅力である市場期待の長野県オリジナル赤系品種クイーンルージュ®の良品生産を目指しましょう！

信州中野いきいき館イベント

ぶどうフェア開催!

旬の中野市産ぶどうが大集合!!

日時 令和7年 9.27(土)・28(日)
午前9時00分～午後6時00分

場所 信州中野いきいき館(中野市吉田519)

イベント内容

- JA 中野市ぶどうコンクール出展作品の特別販売会
- 数量限定! ぶどうギフトの予約受付会
※商品発送は後日になります。
- 人気のぶどう各種のジェラート特売
- ぶどうジュース・ワインの特売

お得な内容が盛りだくさん! 皆様のお越しをお待ちしております。

ご不明な点やご相談がありましたら、お気軽に園芸課・ぶどう担当までお問い合わせください。

営農センター内 園芸課・ぶどう担当 TEL:0269-23-3933

資料課より今月号の
オススメ資料をご紹介します

今月の資料情報

ソーラー防獣ライト三脚付 BL001

【特別価格】1,250円(税込)
【通常価格】1,350円(税込)

用途

- 赤と青のLEDが交互に点滅することにより、イノシシやシカなどの警戒心を刺激するため、田畑の農作物被害に対して有効です。
- 防犯や歩道の目印にも最適です。

【仕様】

- ソーラー充電式のため、電気代不要です。
- 昼は消灯し、夜になると自動で点灯します。
- 付属の三脚で取り付け簡単です。
- 市販の結束バンドで取り付け可能です。
- 1個ではなく複数個設置することで、より効果を発揮します。

【規格】

- 製品サイズ: 9.5x9.5x16cm
- 重さ: 240g

お求めは、営農資材店または、園芸資材店、北部センターまで TEL:0120-20-4312(営農資材店フリーダイヤル)



露地ぶどうの出荷が最盛期を迎え、色鮮やかなぶどうが中野市の秋を彩っています。中でも「ぶどう3姉妹®」として知られ、今年で5年目の出荷を迎える「クイーンルージュ®」は、赤い果皮色と甘くてジューシーな味わいが人気の品種です。今回はクイーンルージュ®の魅力をも最大限に引き出す収穫のタイミングと、今からできる着色管理についてご紹介します。

Topic 1 特性と今年の傾向

クイーンルージュ®の収穫は、露地栽培では満開110日後(満開後積算2600℃)程度、例年9月下旬頃が一つの目安です。しかし、今年は梅雨期間の降雨量が過去にないほど少なく、平年に比べ小粒傾向であることや、果粒軟化期以降の日照量が平年比125%と非常に多かったことで、糖度上昇が比較的早く進んでいる状況でした。加えて、7月は歴史的な高温となり連続猛暑日を観測。昼夜の気温日較差が10～15℃ほどと大きかったことも着色が早まった一因にあげられます。今年は糖度と着色上昇が早かったため、昨年より早い収穫・出荷傾向となっています。



8月15日頃、雨よけハウスでの着色具合



収穫を迎えた果実

【収穫時の確認点】

- 果実全体が赤く色づき、果底部の青みがないもの(地色が抜けて着色ムラがないもの)。
若木や小房は着色過多により黒く仕上がらないよう気を付けましょう。
- 目標糖度は20%(最低でも18%以上)。
- 糖度や酸抜け状態を食味にて確認してから収穫しましょう。

目標とする果実外観品質



目標とする果実の色

Topic 2 栽培課題と対策例

赤系ぶどうであるクイーンルージュ®は樹や樹勢、房の大きさによって着色がばらついてしまい、現状まとまった収穫ができないのが課題です。そこで、9月にできる着色管理の一例を紹介します。

① 反射資材の利用

【目 安】収穫予定の1カ月～3週間前(平年で9月上旬頃～)
【おすすめ資材】タイベックシート(白)
【商品サイズ】1.5×100m

枝管理後の園地に十分光が入る状態で使用。シルバーの反射材と比べ、果実温度を上げずに着色促進することが可能。タイベックで乱反射した光が房内部まで光を届ける効果が期待できます。



タイベックシート使用時の園地

秋の農作業安全運動実施中!

ただ今、秋の農作業安全運動の月間中です。
長野県においては、令和7年1月1日～8月4日までに死亡5件、重傷10件、併せて15件の農作業事故が発生しております。農作業事故は特に高齢者や、トラクター等農業機械によるものが多く発生しています。シートベルトやヘルメットの装着、乗用型トラクターにおいては安全フレームの装着など、農業機械の安全な使用方法について今一度確認しましょう。また、家族や仲間同士で互いに声を掛け合い、できるだけ2人以上で安全に農作業を行いましょう。

いのちを守る作業安全はすべてに優先

期間：令和7年9月30日(火)まで

事故防止のきほんの“き”

- ゆとりを持って作業をしましょう。
- こまめに休憩しましょう。
- 水分を摂り、熱中症に注意しましょう。
- 1人での作業はできるだけ避けましょう。



農業機械を使用する時は

- シートベルト・ヘルメットを着用しましょう。
- 農地周辺の危険箇所を確認しましょう。
- 農業機械や服装の点検を行いましょう。



長野県農作業事故防止
啓発動画をYouTubeに公開中!!



トラクター編



乗用草刈機編



高所作業機編



スピードスプレーヤー編



刈払機編

お問い合わせ先 長野県 農政部 農村振興課 TEL:026-235-7245(直通)

農作業中のクマとの遭遇にご注意ください!

農作業中にクマに襲われる人身被害が各地で多発しています。
クマとの不意の遭遇を防ぐため、以下の取り組みを確実に行うように心がけましょう。

クマの出没を防ぐためには…

農作業を行う際に注意すべき事項(クマと会わない!)

- 作業中にラジオなど音の出るものを携帯し、自分の存在をアピールすること。
- 市町村等が発信するクマの出没情報に留意し、クマの行動が活発になる早朝・夕方の作業時には、周囲に気を付けること。
- 森林や河川林に近い農地は、クマの出没ルートとなりやすいので特に注意し、周囲の灌木の刈払いなどを行うことで見通しを良くしておくこと。
- 頻繁にクマ類が出没する地域においては、できるだけ単独での作業は避けること。

誘引物の適切な管理(クマを寄せ付けない!)

- クマ類を誘引する生ゴミや野菜・果実の廃棄残等とは適切に処理すること。
- 農地では果樹園が最も被害を受けやすいところであり、収穫後の放置果実は適切に除去すること。
- クマ類は、収穫物を収納した倉庫等に侵入し採食することもあるため、倉庫等はきちんと施錠するなど管理を徹底すること。
- 草刈機などに使われるガソリンなどの揮発性物質も、クマ類の誘引物となるため、保管場所等に注意すること。
- 有害鳥獣駆除により捕獲した個体がクマ類の誘引物とならないよう、処理施設への持ち込みや焼却を行わずに埋設する場合には、十分な深さに埋設するなど適切に処理すること。

もしクマに遭遇してしまったら…

対策をしていたのにクマと遭遇してしまった場合は、落ち着いて以下の対応を取りましょう。

クマに背を向けずにゆっくりその場から離れる

クマは背を向けて逃げるものを追いかける習性があります。慌てずにゆっくりとその場を離れましょう。

大声を出さない、音を出さない

クマとの遭遇を防ぐためには、音を出して自身の存在をアピールするのは効果的ですが、遭遇した時はクマに威嚇したと勘違いさせてしまう恐れがあります。大きな声や音は出さないようにしましょう。

万が一襲われてしまったら…

人間の急所である顔や首、後頭部や腹などを守る姿勢(地面に伏せて両手で首の後ろをガードするなど)をとるようにしましょう。



お問い合わせ先

長野県北信地域振興局 林務課 林務係 TEL:0269-23-0215
中野市 経済部 農業振興課 TEL:0269-22-2111

果樹栽培に使用した「果実袋」を 廃プラスチックの集団回収で回収します!

果樹栽培で使用した「果実袋」は事業系廃棄物のため、市で回収する一般ゴミでは回収できません。処分を希望される方は、廃プラスチック集団回収(11月実施)にて回収いたしますので一緒にお持ちください。

回収の申し込み(3月31日締め切り済)をされていない方は、「令和7年度 農業用廃プラスチック 5月・11月集団処理申込書 兼 委任状」の提出をお願いいたします。

提出期限：10月20日(月)

提出先：各センター、回収ボックス 経由 営農支援課

廃プラスチック回収 持ち込み時のお願い (再確認)

持ち込みの際は分別を徹底してください。

※分別されていない場合はその場で分別・結束、またはお持ち帰りいただく場合があります。

- 果実袋のみでまとめる。
- 「農ポリ」と「農ビ・塩ビ」は分ける。
- 持ち運びしやすい大きさにまとめ結束する。
- 金属類は絶対に入れない。
- 農薬の空袋は入れない。▶ 不要農薬回収に出す。

お問い合わせ先：営農支援課 ☎0269-22-4221

園芸施設共済でハウスを守ろう!

自然災害で大切なハウスが破損したら…
園芸施設共済に加入し、
もしもの災害に備えましょう!



【掛金等の目安】

(サイズ:間口14.6m、奥行39.9m、3連棟の雨よけハウス)

補償割合	補償金額	加入者負担額
80%	2,028,144円	17,695円/年

本体:アーチパイプ 19~25mm 被覆材:農PO 0.15mm(新品)

被覆期間:12ヵ月、加入期間:1年

オプション加入(附帯施設、復旧費用、撤去費用)別途承ります。

風害



雪害

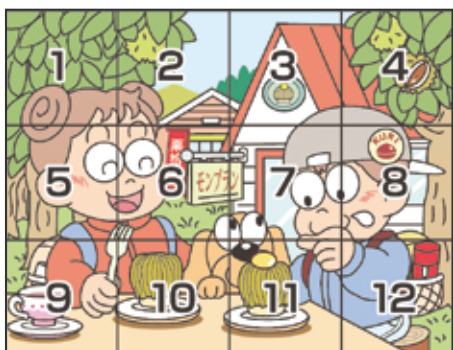
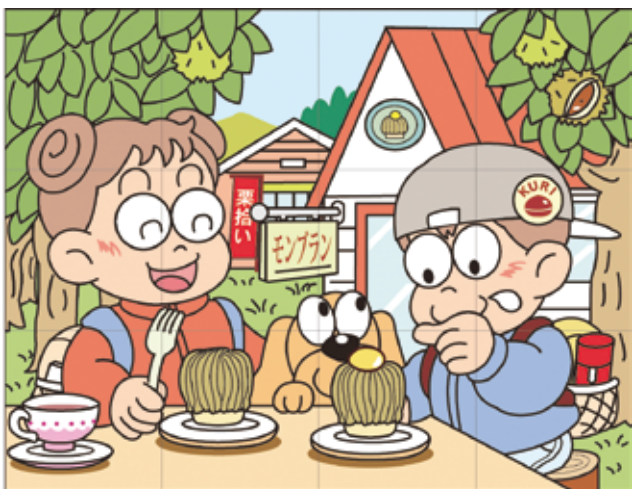
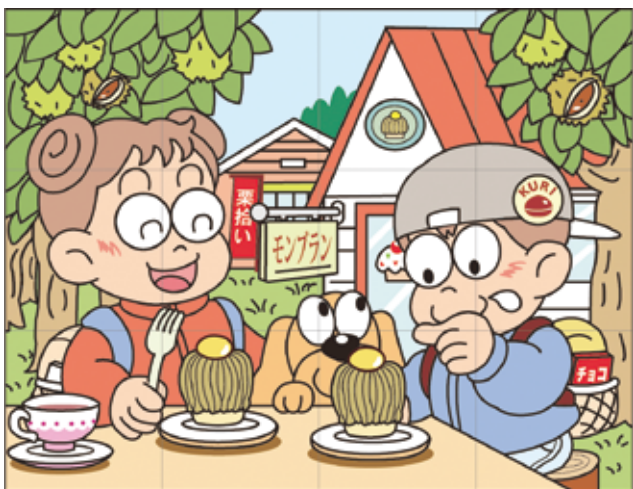


※詳しい説明をご希望の方は、下記連絡先までお願いいたします。

【お問い合わせ先】長野県農業共済組合 北信支所 園芸施設係 TEL:026-219-2892

まちがいさがし

出題・イラスト:酒井栄子



応募の締め切りは9月30日(火)

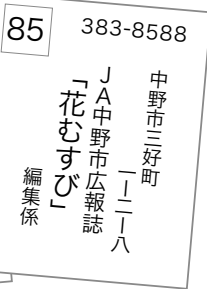
左上のイラストには右のイラストと違う部分が**5カ所**あります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。

正解者の中から抽選で3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 … お月さまの目が違う
- 7 … 家が2階建てになっている
- 8 … 梨が柿に変わっている
- 9 … 茶わんの形が違う
- 11 … 鼻にあんこが付いていない

- ① こたえ
- ② 郵便番号・住所
- ③ 氏名・年齢
- ④ 電話番号
- ⑤ 広報誌やJAへのご意見・ご要望
- ⑥ 良かったコーナーを2つ



※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。

人形・盆提灯供養祭

～たくさんの思い出をありがとう～

【開催日】令和7年10月16日(木)

【受付】午前8時30分～午前11時00分

【供養祭】午前11時30分～
お寺様による読経がございますのでご参列ください。

【会場】JA 虹のホール シャボン玉館本館

【供養料】エンジェル会員様：●5個単位で500円加算 ●5個以内:500円 ●10個以内:1,000円
一般の方：●5個単位で2,000円加算 ●5個以内:2,000円 ●10個以内:4,000円

【供養可能な品物】ひな人形、五月人形、ぬいぐるみ、掛け軸、盆提灯(コードは可)

【不可な物】プラスチック製品、ガラスケース、陶器、金属類、電球、電池などの不燃物

※小さいぬいぐるみ類は一般的な買ひ物籠1籠で5個とします。

※当日入会も可能ですが、現地の混雑を避けるため、事前の入会をお勧めします。業者の方はお断りいたします。

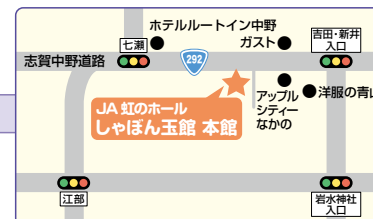
※お預かりできない品物はお返しする場合がございます。

※会員を証明するもの(会員証・マグネット・エンジェル通帳)を持参されますとスムーズです。

※混雑状況により、会員確認にお時間をいただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

お問い合わせ(年中無休・24時間対応)

ジェイエイ・アップル(株) JA虹のホール シャボン玉館
中野市大字吉田519 TEL:0269-26-1122



～体を動かすためのヒント～ 手軽に体操

体を器用に動かしてみよう!

日本体育大学准教授 伊藤 由美子

今回は「巧緻性(こうちせい)の運動」をご紹介します。
一般的に、巧緻性とは手先の器用さを意味します。また、巧緻性は体力の構成要素の一つとして挙げられており、体を器用に巧みに動かす能力のことを指します。巧緻性を高めるための運動プログラムはさまざまあります。脳の活性化を目指して、体の各部位を異なるリズムで動かしてみよう。
脚と腕を同時に動かす前に、まずはそれぞれの動きから実施してみましょう。脚は、「上げる・下げる、上げる・下げる、上げる・下げる」を2拍子で繰り返します。腕は「上・肩・下、上・肩・下」を3拍子で繰り返します。
慣れてきたら脚と腕を同時に動かしてみよう。

日本体操協会公認
体操プログラム
「The Taiso(ザ・タイソウ)」
20秒バージョン



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 Gymnastics for All委員会 委員長
国際体操連盟(FIG) Gymnastics for All委員会 委員

2拍子で脚を上げる+3拍子で腕を曲げ伸ばす運動②



1～7を反対側も同様に行いましょう。
※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。

スマイルフェア

お出かけの楽しみ
と笑顔がふえる!!

ジェイエイ・アップル工機センターで開催中!!
ET40



当社オリジナル特典

当社でススキセニアカーを
ご成約の方には



ステッキホルダー ボディカバー
2つをプレゼント

車両本体
価格
418,000円

消費税
別添

●アリアントホワイチパールは15,000円増
車両本体価格には、オプション品やその他の費用・保険料は含まれておりません。車両本体
価格は販売店が独自に定めていますので、詳しくは各販売店にお問い合わせください。

写真はアリアントホワイチパール

セニアカーの試乗体験もできますので
お気軽にお声がけください!

新車市場 信州なかの
ジェイエイ・アップル(株)工機センター
☎0269-22-4531



JAバンクを装った フィッシングメールにご注意ください!

現在、JAバンク利用者の貯金を狙ったフィッシングメールが不特定多数に送付され、JAネットバンクを装った偽サイトが開設されている事例が確認されております。
当管内においても、JAネットバンクを装ったフィッシングメールが送付される事案が複数確認され、実際に不正送金等の被害も発生しております。
JAバンクにおいては、**口座番号・暗証番号等を電子メール等でお尋ねすることはございませんので**、そうしたものに回答しないようにご注意ください。

確認されている フィッシングメールの件名例

- 振込(出金)、ATMのご利用(出金)利用停止のお知らせ
- お客様情報等の確認について
- ご本人確認未完了のお知らせ
- 利用停止のお知らせ
- 緊急停止のご案内
- お取引を保留しました(必ずご確認ください)
- ※他にも増える可能性があります。

被害に遭わないためのポイント

- フィッシングメールなどに記載されているURLにはアクセスしない!
- 偽サイトにはID・口座番号・パスワード等は絶対に入力しないでください。

要注意

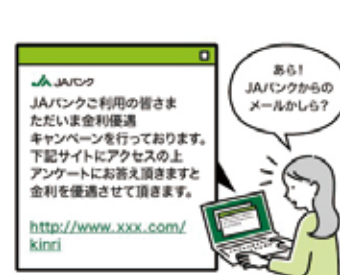
特にワンタイムパスワードを漏洩すると、犯人側で送金が可能となり、**貯金残高の全額を不正送金されるリスクがあります。**

偽サイトに気を付けてください

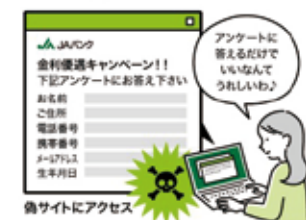
- ① JAバンクを装ったメールがくる



- ② 偽サイトにアクセスを促すメールが届く



- ③ 偽サイトにアクセスし重要な情報を入力してしまう



- ④ 知らない人に入力した情報が送られ、情報を悪用される



フィッシングメールの被害に遭われたと思ったら… 緊急停止を実施してください。

【JAネットバンク ヘルプデスク】 ☎0120-058-098 (24時間対応)

併せて、JA中野市および最寄りの警察署までご連絡ください。



『旬の長野県産フルーツ』をテーマにした写真、動画を募集します!

応募方法

Instagram
公式アカウント

@shinshu_fruitsflower
をフォローして、



Follow me!
#バシャフル をつけ、
長野県産の推しポイントを
コメントして投稿してください。

応募期間

審査発表は翌月末日ごろ

第1弾 2025年7月1日～8月31日

第2弾 2025年9月1日～11月30日

入賞&賞品

グランプリ de 賞

各賞1名 長野県産産品詰め合わせ



JA全農長野賞

第5名 JA産旬のフルーツ

※賞品写真はイメージです。各賞の商品は予告なく変更になる場合がございます。

バシャフル 検索

お問い合わせ 全国農業協同組合連合会長野県本部(JA全農長野)果実花き課 フォトコンテスト係
Instagram公式アカウントのメッセージ機能を通じて、公式アカウントまでお問い合わせください。

健康教室

「ストレッチヨガ体操」を開催します

参加費
無料

JA中野市では、健康寿命創造運動の一環として、健康教室「ストレッチヨガ体操」を下記の通り開催いたします。
なお、完全予約制といたしますので、参加ご希望の方は総務企画課まで申し込みをお願いします。

【開催日】令和7年10月7日(火) 午前10時00分～ 【持ち物】

【会場】中央公民館2階 208・209和室

● ヨガマット(大型バスタオルでも可)

【内容】ストレッチヨガ体操 講師:黒岩 あずさ氏

【申込締切日】定員20名になり次第締め切ります。

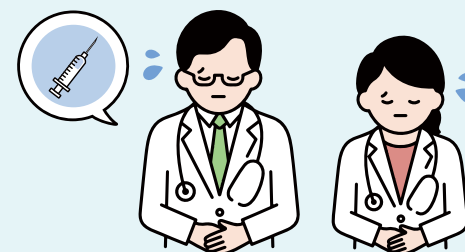
参加ご希望の方は、事前に予約をお願いします。

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



破傷風予防接種取りまとめおよび 助成廃止のお知らせ

破傷風ワクチン(沈降破傷風トキシイド「生研」)出荷停止に伴い、全国的に入手困難な状況となっております。北信総合病院でも接種の中止をせざるを得ない状況となったことに加え、入荷の見通しが立たず安定的な接種の案内が困難であることから、今後の破傷風予防接種の取りまとめおよび助成を廃止いたします。



- 8月の理事会(主な内容)
- 報告事項
- (1) 各専門委員会等の報告
 - (2) 内部監査報告
 - (3) マネロン調査について
 - (4) 固定資産取得報告について
 - (5) ジェイエイ・アップル(株)7月未実績報告について
 - (6) その他
- 協議事項
- (1) 7月末実績検討について
 - (2) 地区懇談会の日程について
 - (3) その他

- 決議事項
- (1) 自己資本比率算出要領の全部改正について
 - (2) 農産物検査業務規程の一部変更について
 - (3) 大口貸出金について
 - (4) 固定資産の取得について
 - (5) 出資口数の減少について



JA中野市青年部主催

「畑コンBBQ～自然と恋に出会う日～」

JA中野市青年部では、下記の通り中野市の秋の味覚と出会いを楽しむ交流イベントを開催いたします。
ご興味のある方は、ぜひお申し込みください!

● 日 時: 令和7年 10月18日(土) 午前10時00分～午後3時30分

● 場 所: たかやしろワイナリー隣のぶどう園地(長野県中野市竹原1609-7)

● 内 容: ぶどう収穫体験、BBQ交流会、レクリエーションなど

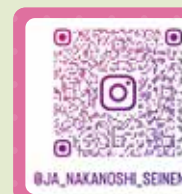
● 参加費: 男性6,000円(税込) / 女性3,000円(税込) ※当日、現金にて徴収いたします。

● 募集人数: 男女各15名(先着順)

男 性: 中野市内在住の20歳以上45歳以下
女 性: 全国の20歳以上45歳以下

● 申し込み: 下記電話番号またはメールアドレスにお問い合わせください。
Instagramのダイレクトメッセージからでも受け付けております。

※メールおよびダイレクトメッセージの際は、氏名・年齢・ご連絡先を記載して送信してください。



このたび、Instagramアカウントを作成しました! 各種イベントや活動報告などを投稿していきますので、QRコードを読み取ってぜひフォローをお願いします!

【お申し込み・お問い合わせ】 JA中野市青年部事務局 TEL: 0269-22-4191 メール: n-kouhou@nkn.nn-ja.or.jp

常勤役員のメッセージは、10月号より掲載いたします。

イベント告知

令和7年10月11日(土)に“アップルシティなかの”にて「JA感謝祭」を開催いたします。

本年度もジェイエイ・アップル(株)の「オータムフェア」と同時開催となります。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ませようお願いいたします。

当日の催し物

- ダンボール迷路 ●缶バッジワークショップ
- いきがい農業者の会 農産物の直売
- R&C ながの青果 農産物の直売
- 青年部コーナー 型抜き・スーパーボールすくい
- 女性部コーナー おでん販売 ●わたあめ・ポップコーン
- 射的コーナー ●バルーンアート
- JA 遠州夢咲青年部コーナー 静岡県産お茶の詰め放題・地元特産物の販売
- JA 共済アンパンマンイベントブース ●大人気! キッチンカー大集合!!

他にも楽しいイベントが盛りだくさん!!

※内容は変更になる可能性がありますのであらかじめご了承ください。



自宅で旅行気分♪ 世界の料理レシピ

今月は、きのこを使った世界の料理レシピをご紹介します。
 普段とは違う料理で食卓を彩り、自宅で旅行気分を満喫しちゃいましょう♪

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。



きのこのナシゴレン

2人分 カロリー: 934kcal 糖質: 91.3g

材料(2人分)

- | | |
|------------------------|-----------------|
| えのき..... 1/2袋(100g) | ◆合わせ調味料 |
| エリンギ..... 1/2袋(100g) | 豆板醤..... 小さじ1/2 |
| 長ネギ..... 1/2本 | 砂糖..... 大さじ1 |
| 油..... 大さじ1 | ナンプラー..... 大さじ1 |
| おろしにんにく(チューブ)..... 1cm | 醤油..... 大さじ1 |
| 鶏こま切れ肉..... 100g | 油..... 小さじ1 |
| ご飯..... 200g | 卵..... 1個 |
| | パクチー..... 少々 |

作り方

- ① えのきは根元を切って1cmの長さに切り、ほぐす。エリンギは3cmの長さに切り、0.5cm幅に切る。
- ② 長ネギはみじん切りにする。
- ③ フライパンに油を熱し、おろしにんにく・長ネギ・えのき・エリンギ・鶏こま切れ肉を加えて炒める。
- ④ ご飯を加えて、ほぐしながら炒める。全体がよく混ざったら◆合わせ調味料を回し入れ、手早く混ぜ合わせて器に盛る。
- ⑤ フライパンを洗ってから熱し、油を入れて卵を割り入れる。水大さじ1(分量外)を入れてフタをし、お好みの固さの目玉焼きを作り④にのせる。パクチーを飾る。



ひとくちメモ

「ナシゴレン」はインドネシアのチャーハンです。ナシはご飯、ゴレンは炒めるや揚げるという意味で、にんにくがほのかに香る甘辛い味わいが特徴です。具とご飯が混ざってから調味料を回し入れると、ムラなく仕上がります。



組合員専用サイト「HANAMUSUBI web」の最新情報や、組合員の皆様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246号 2025年9月16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/>



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

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。