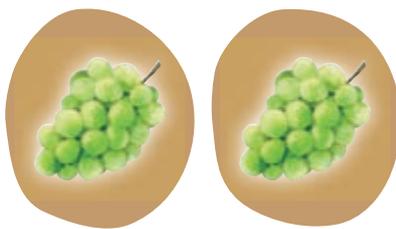


JAHOO

ジャツホー



9

2024(令和6年)

Vol.295



第24回フォトコンテスト入賞作品「陽溜まりに咲く」 井出 昭重郎さん（佐久穂町）

特集 お買い物で賢く防災 日常備蓄のすすめ

- 笑味ちゃんのエコープマーク品活用術
シイタケの黒酢あん
黒酢ポテサラ
- スマイルJA女性会 食農体験イベント
- 家庭菜園便利帖 ダイコン



©みんなのよい食プロジェクト



備えあれば憂いなし。防災は日頃からの準備が大切です！

4 ベビー用品・介護用品

赤ちゃんのおむつや肌着、ベビーフードなどは、日頃利用しているものが安心です。介護用品も同様です。「これしか駄目」な製品は、多めにストックしておいた方が良いでしょう。



3 衛生用品

トイレトーパーやティッシュペーパーは多めに買っておくようにしましょう。ウエットティッシュ、せっけん、消毒用アルコールも役立ちます。女性は生理用品やおりものシートも多めに備えましょう。



2 生活用品

ラップ、ポリ袋、ゴミ袋、ガムテープなどは、避難生活で何通りにも使えます。カセットボンベ、乾電池、軍手やビニール手袋なども多めに備えておきましょう。



1 食料品・飲料

食料・水の備蓄は、最低3日分を目安に食べ慣れたもの・好きなものを少し多めに買ってストック。賞味期限の近い順に食べていき、減った分はその都度補充します。最低3日分、さらに先も見越して備えましょう。



チェックリスト

- 持ち歩いてそのまま食べられるもの
あめ・チョコレート(リラックス効果大) / ナッツ(カロリー・栄養価が高い) / チーズ(栄養価・満足度が高い) / ドライフルーツ(ビタミン・ミネラルが豊富)
- 火や水を使わなくても食べられるもの
肉・魚加工品(おかずにも最適、パワーが付く) / 缶詰(保存食の王様、家族の好みに合わせる)
- お湯を注ぐか、温めるだけで食べられるもの
レトルト・フリーズドライ食品(日持ちする上、バラエティーに富む) / 細い麺(ゆで時間が短いそうめんや極細のパスタなど、麺つゆやパスタソースも一緒に)
- 食欲を促す菓子など
せんべい(香ばしさで食欲増進、個包装のものを) / ようかん(小腹が空いたときに一口タイプを) / 野菜・果物チップス(ビタミン補給に)
- 栄養バランスを整えるもの
シリアル・バランス栄養食(手軽な栄養補給) / 栄養機能食品(食事で取れない栄養をカバー)
- 災害時にもお薦めの飲み物
野菜ジュース(野菜不足を解消) / 粉末スープ(みそ汁など、体が温まる) / 機能性飲料(健康保持に)

家族の好物をストックしよう

お父さんはトマトジュース、お母さんは豆乳、娘はカフェオレ……など、家族が好きなものを箱買いしてはいかがでしょうか。好きな飲み物が箱買いされていたら、幸せな気分になりますよね。「次は何にしようかな!」なんて、日常備蓄が楽しみになりますよ。



災害が発生した瞬間に持ち出すものと、避難生活に必要なものを分けておきましょう

《 すぐに避難しなければならないとき 》

緊急避難時には、大きくて重いバッグは文字通り重荷になってしまいます。本当に必要なものだけを緊急避難リュックに入れて、すぐに持ち出せるように玄関などに準備しておきましょう。

《 避難生活であると便利なもの 》

在宅避難する場合や、避難所から一時帰宅する場合に備えることも大切です。避難生活用には、以下のリストにあるものを準備しておくといいでしょう。

チェックリスト

- 携帯トイレ
- ヘッドライト
- ヘルメット(折り畳み式が便利)
- レインコート
- 防災用ホイッスル
- タオル
- 水(500mlのペットボトルを1、2本)
- 掃除用具
- マスク
- ゼリー飲料など
- 応急手当用品
- モバイルバッテリー
- 給水器
- 乾電池

チェックリスト

- 携帯トイレ・簡易トイレ
- ウエットティッシュ
- 液体歯磨き
- マスク
- 飲料(1週間分)
- 長期保存できる食べ物(1週間分)
- カセットコンロ・ボンベ
- 給水袋
- 掃除用具
- 水を運ぶ道具(ポリタンクなど)
- ランタン
- アイマスク・耳栓

「おうちキャンプ」のススメ

普段からキャンプを楽しんでいる人は、「おうちキャンプ」を試してみましょう。被災してライフラインが途絶えたとき、自宅でも過ごすか。アウトドア感覚で実践してみると「あれも用意しておけば良かった」などと、気が付くことが多いものです。カセットコンロや備蓄品で食事タイムを楽しむ、簡易トイレを使ってみる、電源や明かりを確保するなど、被災生活を疑似体験してみましょう。



資料：JA広報通信

「いつもよりちょっと多め」がポイント

特集

お買い物で賢く防災

日常 ローリングストック 備蓄

おすすめ

皆さん、災害への備えは万全ですか？ 大切なのは日頃の心構えです。いつもの買い物を少しだけ変えることが防災につながります。

日常備蓄とは？

「日常備蓄」とは、食料品や生活必需品など、普段から食べている・使っているものを少し多めに購入してストックしておくこと。災害時は、食料品や生活必需品が一時的に入手しにくくなるのが考えられます。「買って・ストックして・使う」ため、**ローリングストック**とも呼ばれています。



花き栽培のイメージを 栽培見学ツアー



花卉果樹振興センターは7月21日、佐久穂町で出荷用花き栽培見学ツアーを初開催しました。新規栽培希望者が圃場を見学し、具体的な栽培イメージを持ち実際に生産につなげるのが狙い。ツアーには40代から80代までの7人が参加し、カーネーションや輪菊、小菊、トルコギキョウ、アルストロメリアの圃場を見学。生産者から花の育て方や出荷までの流れなどの説明を受けました。参加者は「耕作放棄地を利用し栽培したいと思い参加した。生産者から話を聞きとても参考になった」と話していました。



栽培方法を聞く参加者



選果作業をする職員

桃 順調に仕上がる あさま果実共選所



当JAは、標高が高く湿度が少なく清涼な内陸性気候と、適度な降水量で果実栽培に適した条件を生かし、主に小諸市や佐久市、立科町で桃を栽培。今年7月8日から出荷が始まり、早生種の「日川白鳳」を皮切りに、8月上旬には中生種の「あかつき」がピークを迎え、8月下旬から晩生種「川中島白桃」などを出荷しました。今年は低温や降ひょう被害にあいましたが、糖度と食味も順調に仕上がりました。

ミニトマト最盛



ミニトマト出荷査定会

当JAさく野菜部会は8月2日、さく農産物総合集荷所でミニトマト出荷査定会を開き、部会員ら36人が参加しました。さく営農センターの担当者が品質や形状、色澤など出荷規格を説明。裂果やヘタどれ、収穫遅れによる軟果に注意するよう呼び掛けました。JAでは8月を最盛期に11月まで35万パック（1パック210g）を管内や中京方面に出荷する予定です。



ミニトマトの色や形を確認する会員

岐阜県で農産物をPR



佐久浅間フェア開催

佐久浅間果菜専門部会は8月3日、岐阜県大垣市のスーパー「平和堂アルプラザ鶴見店」で佐久浅間フェアを開催しました。朝9時のオープンから大勢の来店者で賑わい、ズッキーニやミニトマト、キュウリなどの果菜類を中心にPR。試食用に「ズッキーニとミニトマトのチーズ焼き」をつくり「色合いがきれい」「子どもが美味しいと言ってあるので家でもつくってみたい」などと好評でした。スーパーの関係者からも毎年佐久浅間フェアを開催したいと要望されました。



来店者で賑わう店内

豊かな老後へ



資産形成セミナー

当JAは、人生100年時代に豊かなセカンドライフを迎えるための資産運用、資産形成を学んでもらおうと8月5日、資産形成セミナーを開き、組合員や利用者ら24人が参加しました。農林中金全共連アセットマネジメント（株）の柏木輝久さんが、資産形成の必要性や投資の基本、新NISA（少額投資非課税制度）などを解説。「資産形成とは、貯蓄と投資を自分に合ったバランスでお金の置き場所を検討すること。国も個人の資産形成を促し、成長と資産所得の好循環を目指している」と話しました。



熱心に話を聞く参加者ら

トルコギキョウ出荷本番



トルコギキョウ専門部

花き主力品目の一つトルコギキョウの出荷が最盛期を迎えています。主に佐久市と佐久穂町の55戸が生産。今年は6月中旬に出荷が始まり、7月下旬から9月をピークに11月上旬まで、約25万本を出荷する予定です。出荷最盛期を前に7月20日、さく農産物総合集荷所で目ざろえ会を開き、部会員約20人が参加。花卉果樹振興センターの担当者が草丈や枝数、開花輪数など選別のポイントを説明。「これから出荷最盛期を迎える。一人一人が厳しい選別を心掛けて荷造りをしてほしい」と話しました。



出荷規格を確認する生産者ら

特設コーナーで彩りある花束を



お墓参り用花市・お盆用花市

JAファーム佐久店、道の駅ヘルシーテラス佐久南では、お墓参り用花市を7月30日から8月1日、お盆用花市を8月11・12日に開催しました。店頭の特設コーナーには小菊やヒマワリ、ガマの穂、オミナエシなどが並び、来店者が好みの切り花を選びました。市内在住の女性は「ここで毎年購入している。花の種類が豊富で選びがいがある」と話していました。



JAファーム佐久店
お墓参り用花市



道の駅ヘルシーテラス佐久南
お盆用花市

食と農を感じよう

ちゃぐりんフェスタ



地元農産物にふれて食や農業への関心を高めてもらおうと7月29日、道の駅ヘルシーテラス佐久南で食農教育イベント「ちゃぐりんフェスタ」を開きました。家の光協会が発行する『ちゃぐりん』の購読者を対象に募集し、野菜農家の話や調理実習、お米一合当てクイズなどで盛り上がりしました。調理実習では『ちゃぐりん』で「小島よしおの産地へGO!GO!」を連載する、小島よしおさんが取材で参加し、地元産のキャベツを使ったキャベツカレーとサラダをつくりました。



キャベツカレーを盛る小島さん（右）



みんなの広場

共通のテーマで皆さんの声をお届けします

目一杯楽しむ

御代田町間瀬口
古越 恭兵さん (25歳)



私の仕事においての目標にしていることは、あと3年と予備に2年の計5年以内に仕事の環境をしっかりと整えることです。古い機械を新しくして必要なものを買そろえて、道具だけでなく規模を拡大したいなとか新しく人を雇うことも考えています。5年もあれば周りの環境も大きく変わってしまうから、それに合わせられる柔軟な思考を持つことも目標です。6年目を降は貯蓄したいですね！

人生においての目標としては目一杯楽しむことです。人生楽しんでなんぼですからね！オフシーズンになったらいろんなところに行ってたくさんのお会いをして「あー今年もたのしかったなー、来年もまた仕事頑張っていっぱい楽しもう！」って毎年思えたらいいなと思います。

生涯現役

佐久市中込
原 千鶴さん (59歳)



私の目標は「生涯現役」で仕事をする事。25年前に健康に携わる仕事を始め、開業した5年後に大病をしてしまい手術を受け、その日から当たり前にしてきた事が全て出来なくなり、健康で働けるってとても有り難かったと痛感しました。病気になり初めて気づく事がたくさんありました。

そんな私の経験も含め、今は来店して下さる方々に健康の大切さをお伝えし、施術をさせていただき、お客様が笑顔になり、喜んでいただける事が私の原動力です。出来る限り好きな仕事を続けていきたいと思っています。

今月のテーマ
「目標にしていること」

食農体験イベントを開催

『ちやぐりんフェスタ2024』



子どもクッキング

女性会の協力のもと夏休みの小学生を対象に、食農体験イベント『ちやぐりんフェスタ2024』を開催しました。8月6・20日は子どもクッキングを開催。ドキュメント映画「弁当の日」の関連イベントとして、大人は手伝わなくて「弁当の日」は子どもが主体をコンセプトに、献立、買い物をグループで相談して行い、地元の卵や牛肉、野菜を調理し、ご飯を炊いて、弁当を作り持ち帰りました。お昼は、煮干しのみそ汁とご飯、おかずで、共食しました。8月9日には「JAグループ探検隊」と題して佐久市望月土づくりセンター（ペレット堆肥製造）

スマイル JA 女性会



JAグループ探検隊

やさらかばアイス・ヨーグルト工場、道の駅ヘルシーテラス佐久南、佐久総合病院佐久医療センター（ドクターヘリ）を見学しました。子どもたちにとって、思い出多き、楽しい夏休みのイベントとなりました。

どのイベントも、JAグループ「国消国産」運動の一環の活動として行いました。

女性会に参加したい、もう少し詳しく内容を知りたい方は
企画総務部ふれあい広報課
TEL 0267-68-1112・業務携帯 070-4808-7931まで



えみ 笑味ちゃんの Ecoマーク品 活用術

Ecoマーク品は「安全で健康を守る」をコンセプトに利用者の意見を反映し、JAの特色を生かしたプライベートブランドです。



Ecoマークほめられ黒酢
さわやかな風味で和洋中どんな料理にも合う調味酢。「かけるだけ」「つけるだけ」「まぜるだけ」など、手軽に酢の物やピクルス、マリネなどが作れます。

黒酢の酸味が絶妙

シイタケの黒酢あん

●材料 (2人分)

- シイタケ (生) …… 6 枚
- 片栗粉 …… 大さじ1/2
- ショウガ …… 1 片
- 油 …… 小さじ2
- 細ネギ …… 1 本

調味料

- 鶏ガラスープの素 …… 小さじ1/2
- オイスターソース …… 小さじ1
- Ecoマークほめられ黒酢 …… 大さじ1
- 水 …… 200cc

●作り方

- ①シイタケの軸は細切りにし、かさ部分は両面薄く片栗粉をまぶす。ショウガは千切りにし、細ネギは小口切りにする。
- ②フライパンに油とショウガを入れて熱し、シイタケのかさ部分を入れ、両面を軽くしんなりするまで炒める。
- ③シイタケの軸と調味料を加え、とろみがつくまで煮て器に盛り、細ネギを散らす。

黒酢が隠し味

黒酢ポテサラ

●材料 (4人分)

- ジャガイモ …… 3 個
- キュウリ …… 1 本
- ゆで卵 …… 1 個
- ハム …… 3 枚

調味料

- Ecoマークほめられ黒酢 …… 大さじ1
- マヨネーズ …… 大さじ3

●作り方

- ①ジャガイモは3cm角に切り、キュウリは輪切りにして塩もみし、水気を絞る。ハムは半分に切って細切りにし、ゆで卵は粗みじん切りにする。
- ②ジャガイモを柔らかくなるまでゆで、粗熱をとる。
- ③②を粗くつぶし、調味料を入れて混ぜる。
- ④キュウリ・ゆで卵・ハムを加えて全体を混ぜ合わせ器に盛る。



ポテトサラダに酢をちよい足しするのがおすすめ。酢はマヨネーズよりも先に入れるとジャガイモに下味がつくほか、マヨネーズがなじみやすくなるという利点もあります。

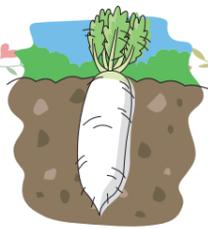


©みんなのよい食プロジェクト

Ecoマーク品は、JAファーム佐久店でお買い求めいただけます。

商品に関するお問い合わせ JAファーム佐久店 TEL 0267-66-3300





ダイコン



家庭菜園

営農経済部営農企画米穀課

中国から伝来したといわれるアブラナ科の野菜で、春の七草の「ずしろ」の名で知られ、古くから広く用いられてきました。各地で気象や土壌条件に適した品種（地方品種）がつくられ、全国で栽培面積が最も広い作物です。年間を通じて消費され、キャベツやハクサイとともに代表的な秋野菜の一つです。

	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
夏どり		← 播種		→ 収穫						
秋どり						← 播種		→ 収穫		

品種
品種選びのポイントは、つくる季節に応じて品種を選ぶことです。トウ立ちしにくい春どり用、暑さに強い夏どり用、秋から冬にかけて収穫できる秋どり用と、うまく選んで作れば、かなりの期間連続的に収穫することが出来ます。家庭菜園では最も栽培しやすい秋どり用がおおすすめです。

ダイコンの品種には、根の上部が緑になる青首種と緑にならない白首種がありますが、近年は生食にも漬物にも向いている青首種が主流です。形は長いもの、丸いもの、先太り、中太り、細いものなどさまざまです。辛みの強い薬味の品種や葉を食用とする専用の品種、肌や中身が緑や赤で彩りのきれいなもの、肌が黒く辛いもの、小型でプランター栽培に向くものなど、バラエティーに富んでいるので、用途別に選んで栽培しましょう。

畑の準備
耕土が深く、排水が良い場所が適しています。土中に石などの固形物や堆肥の固まりがあると、伸びてきた主根が傷つき、これを補う側根が太るために「また根」や「変形根」になりやすいので、土中の異物を取り除きます。種まきの約10日前までに炭苦土などの石灰分をまき、深耕して土を落着かせておきます。

肥料は全面散布、または種まき後の溝施肥とします。全面散布の場合、元肥は1㎡当たり堆肥2kg、化成肥料100gを施します。種まき後の施肥であれば、点まきした間に完熟堆肥を一握り、化成肥料を一つまみまきます。

種まき
ダイコンの発芽適温は15〜30℃と幅広いのですが、生育適温は15〜20℃と冷涼な気候を好みます。春まきは花芽がついたり「す」が入ったり、病害虫の被害にあうリスクが高いので秋まきがおおすすめです。種まきの時期にあわせて品種を選ぶようにしましょう。畝幅60cm、クワ幅で深さ6〜7cmのまき溝をつくり、ビンの底などをを使って円状に印を付けて、株間25

の約10日前までに炭苦土などの石灰分をまき、深耕して土を落着かせておきます。

肥料は全面散布、または種まき後の溝施肥とします。全面散布の場合、元肥は1㎡当たり堆肥2kg、化成肥料100gを施します。種まき後の施肥であれば、点まきした間に完熟堆肥を一握り、化成肥料を一つまみまきます。

種まき
ダイコンの発芽適温は15〜30℃と幅広いのですが、生育適温は15〜20℃と冷涼な気候を好みます。春まきは花芽がついたり「す」が入ったり、病害虫の被害にあうリスクが高いので秋まきがおおすすめです。種まきの時期にあわせて品種を選ぶようにしましょう。畝幅60cm、クワ幅で深さ6〜7cmのまき溝をつくり、ビンの底などをを使って円状に印を付けて、株間25

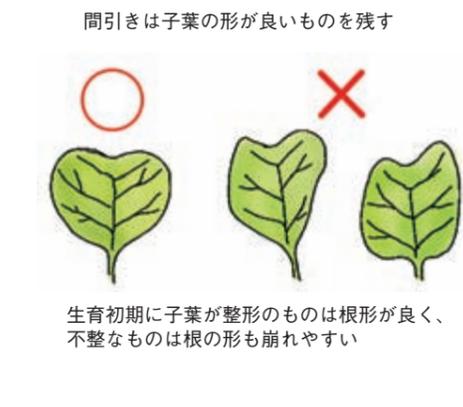
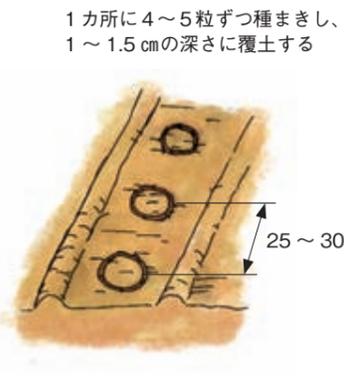
間引きは子葉の形が良いものを残す

生育初期に子葉が整形のものは根形が良く、不整形なものは根の形も崩れやすい

嫌光性種子のため、やや深めに覆土し、クワの背で軽く押さえて土と密着させます。乾燥を防ぐために切りワラやモミ殻をかけ、十分に灌水します。

種まき後2〜3日で発芽し、10日頃から本葉が出始め、次々と葉を増やしていきます。発芽後、地下部では根が真っすぐ深く伸びだし、20日頃から肥大が始まります。

間引き
発芽後、3回ほど間引きして徐々に根を太らせます。1回目は本葉1〜2枚頃3本に、2回目は本葉3枚頃2本に、3回目は本葉5〜6枚頃1本にします。



生育が良過ぎるもの、悪過ぎるもの、葉の色や形が異なるもの、病害虫の被害に遭ったものなどは抜き取ります。

追肥・土寄せ
3回目の間引き後、化成肥料を1株当たり6gほど畝にばらまき、土と混ぜるようにして土寄せします。さらに半月後、1株当たり10g程度を畝にばらまき、土と混ぜるようにして土寄せします。敵は土寄せのたびに高くなるため、最初から高くせずに土寄せできる幅をとりまします。



病害虫防除
キスジノミハムシの成虫は体全体が黒く、ノミのように跳んで葉を食べ、幼虫は根部の表面を食害します。ヨトウムシは生育初期に

地際から苗を食いちぎります。種まきの際に「ダイアジノン5%粒剤」を土壌混和することで被害を軽減できます。

ウイルス病
葉が萎縮黄化して斑点ができ、生育不良になります。羽があるアブラムシが媒介するため、防虫ネットや反射マルチを併用して早めに防除します。

萎黄病
本葉3〜5枚頃の苗で、しおれているものを抜いて根を切ってみると、導管部が黄褐色や黒褐色に変わっています。根の肥大期に下葉が黄変している株や下葉から枯れ上がる株などを抜いて切断し、導管部が褐色に変色していれば、萎黄病を疑います。葉が黄変小型化し、生育不良になるのが特徴です。早めに抜き取って畑の外へ持ち出します。

発病した圃場は輪作するか抵抗性品種を用い、多発圃場は連作を避けます。同じ場所でも継続して栽培を続ける場合は、土壌消毒が必要になります。防除薬剤には「ガスタード微粒剤」「バスアミド微粒剤」が有効です。

収穫
種まき後、70〜90日を目安に試

し掘りします。上方に向かって勢いよく伸びていた葉が開きぎみになり、外葉が垂れるようになったら収穫適期です。気温が低下し、凍結する前に収穫を終了します。

収穫が遅れて過熟・老化すると「す入り」になります。注意して早めに収穫しましょう。

トウ立ち（抽苔）の原因
ダイコンは、成長のどの段階でも花芽を形成して抽苔する野菜です。抽苔してしまうと、葉や根の食味が悪くなるだけでなく、根の成長が止まってしまいます。抽苔（花芽ができて花が咲く現象）する原因には温度の影響が大きく12度以下の低温とその後の気温により花芽を成長させます。特に春作ではこの現象が出やすいので極端な早い作型では特に注意が必要で、種まきから、本葉5〜6枚頃までは昼間5〜6時間ほど25℃〜30℃に保つ（トンネル被覆すること）で、抽苔しにくくなります。

たくさんある品種の中でも「晩抽性」と表示されている品種を選ぶと良い。

栽培時期に合った品種を選ぶ。

種まきの適期を守ること。

春まき栽培はトンネル被覆をすること。

「ダイコン」土壌消毒には

おすすめ商品

バスアミド微粒剤

店頭価格

1kg	2,124円	(税込)
5kg	8,448円	(税込)
10kg	15,061円	(税込)
20kg	29,992円	(税込)

【特長】

- 刺激臭が少なく使いやすい薬剤です。
- 広範囲の土壌病害・線虫・雑草種子に効果があります。
- 粒剤なので散布が簡単です。
- 作物の生育が良くなります。

※注意 ご購入には印鑑と身分証明書が必要となります。

商品のご購入・お問い合わせはお近くのJA営農センター（資材取扱店）または資材店舗へ

JAファーム佐久店

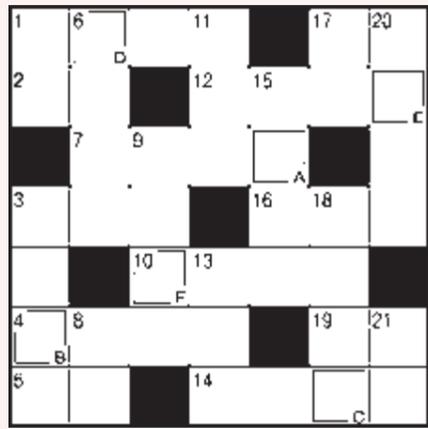
おすすめ商品

使用期限間近の農薬を9月17日より30%OFFで販売いたします。

「これから使うから期限は短いけど安い方がいい」という方は是非!!

数量限定ですのでお早目にご来店ください。





二重マスの文字を順に並べてできる言葉は何でしょうか？
答えを下記のあて先までお送りください。

◆◆ヨコのカギ◆◆

- ①香り高い高級キノコ
- ②環境問題に世界〇〇で取り組む
- ③のどの〇〇〇を覚えて水分を取った
- ④財布やスマホを入れます
- ⑤表ではありません
- ⑦レインボートラウトとも呼ばれる魚
- ⑩古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました
- ⑫命を持つものこと
- ⑭バンガローやロッジより設備が充実しています
- ⑯港を示す地図記号はこの形
- ⑰富有、次郎、市田といえは
- ⑲地震のときに感じるもの

◆◆タテのカギ◆◆

- ①たき火やかまどにくべるもの
- ③葛根湯は〇〇〇〇薬の一つです
- ⑥建物や壁に囲まれた小さな庭
- ⑧土の中で「ジーッ」と鳴く虫
- ⑨印刷ではなく〇〇〇〇のサイン
- ⑪将棋の駒で、表側に動物を表す漢字が入っているもの
- ⑬〇〇〇心と秋の空？ それとも女心？
- ⑮海水と淡水が混じり合っている湖
- ⑰アヒルの原種です
- ⑲勾玉のような形をした〇〇〇〇ナツ
- ⑳パンダの好きな遊びの一つ。落ちない心配
- ㉑近頃はセルフで済ませられるスーパーも増えました



先月号の答えは
『ツキアカリ』
でした。
応募総数 90 通

●「JAHOOクイズ」当選者の発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。ご了承ください。



ピー子ちゃんのママ (佐久市)

今 年もまた大量に野菜が採れたよー！と夏野菜のお裾分けをいただきました。これだけ立派なお野菜がつくれる農家さんに毎年感動します。うちでつくるキュウリはいつも曲がっているのに…。素人の栽培なので、それも愛嬌ですね。笑

もっちゃん(東御市)
と東京に行ってきました。とにかく暑いです。
よっちゃん(佐久市)

標 高900mの高地から下を眺めると田んぼの青がどんどん黄緑から黄色に変わってきているのがわかります。これから黄金色になっていくのがとても楽しみです。早くおいしい新米が食べたいなあ。

森のひつじ(小諸市)

最 近夜になると家の周りで獣臭がしていた。何かいるとは思っていましたが、遭遇したのが馬並みに大きい鹿。畑の枝豆や庭の朝顔の新芽などが食べられ、てしまい今後の対策に頭を悩ませています。

まるる(軽井沢町)

今 年は、ブルーベリーが豊富です。鳥が狙っています。私の方が早く採ってしまいます。

ヒロボメ(佐久市)



カイト (佐久市)

小 学生の孫が2人泊まりに来ました。今年は2週間いました。毎日ケガのないように見守っているのですが大変でした。ようやく帰って行きました。ホッと一安心しているところです。

S.H.ばあば(佐久市)

私の一句・一首、クイズの答え お便り、イラスト・写真など

- ①クイズの答え
- ②身近な情報や出来事(イラスト・俳句等)
- ③JAHOOでお気に入りコーナー
- ④〒・住所・氏名・年齢・電話番号・ペンネーム

●記載された個人情報は、広報誌の編集およびプレゼント発送等を目的とし、それ以外には一切利用いたしません。
●1人1枚を有効とします。
●お送りいただいたハガキ・イラスト・写真等は返却いたしません。

こちらのQRコードからも応募できます



★クイズ正解者の中から抽選で5名の方に「あぐりの湯こもる大人入浴券(ペア)」を差し上げます。



●締切9月26日(木) (消印有効)



朝 (佐久市)

毎 朝、畑の収穫物がカゴにいっぱいです。紹介していただくレシピにとびついてあれやこれと工夫したり、ご近所さんや友達に届けたりするので追いつきません(汗)。でもこの時期私のお気に入りにはトマトジュース！セロリやパセリを少し足して、栄養満点。この時期たくさんトマトが採れる農家ならではのスペシャルドリンクだと思っています。

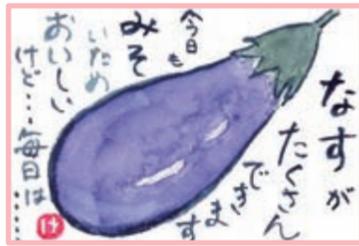
ホシガラス(佐久市)

主 人が昨年からシャドークイーンを栽培。今年はスマホでレシピを検索してポテトサラダをつくりました。紫色のちよつとお洒落なサラダになり気分も上々(笑)。

メリー(軽井沢町)

毎 年、畑につくっている青じそ。こぼれ種から今年も大葉の青じそが沢山できました。若葉をつんで天ぷらにしています。味、香りがとっても良くて最高です。

カタクリの花(立科町)



K.ばあば(御代田町)

毎 年つくっているオクラですが、いつも貧相な木にしかならず、あきらめて購入して食べていました。それが今年はどういうわけか、つばな木になり、幹も太く葉もいつもの数倍の大きさ。実も次々に大きくなり食べきれないほどです。これも暑さのせいでしょうか？

玄米(佐久市)

今 年も佐久市の花火大会に行ってきました。天候に恵まれ花火最高でした。浴衣を着た若い人達も多く来客が楽しみです。

みーちゃんのばあば(佐久穂町)

佐 久はお盆を過ぎると急に朝晩は涼しくなってきました。日も短くなってきているので何ともしみしいです。大好きな夏が終わってしまう！寒い冬がくると思うと憂うつです…。

T.N(佐久市)

私の一句 [俳句・川柳ほか]

暑過ぎて昼間は家に引きこもり
いけちゃん(小諸市)

元氣出し暑さに勝とう夏祭り
仏の雅(佐久市)

雨ふれば両手にいっぱい夏野菜
かほ(佐久市)

次備う残暑厳しき畑仕事
花木権(佐久市)

夕顔のうらやまし程白き花
F.F(軽井沢町)

原爆忌健診助手の思い出が
ねこ(佐久市)

兄と嬉々石の水切り夏帽子
竹(東御市)

何処から風の生まれて今朝の秋
すぐり(東御市)

雄日芝の根はる力や仁王様
しろくまちゃん(佐久穂町)

玉の汗昭和の母の野良の道
祥枝(小諸市)

夕立ちに追われて隣の軒を借り
綾(小諸市)

私の一首

帰省して庭のひまわり鮮やかで
父の野菜を食べる幸せ
とみちゃん(佐久市)

猛暑にも穂首をたらし秋を待つ
稲田に今日も鳥涼み来て
蘭楽庵(佐久市)

背に浅間山 勇壮に舞う龍神に
地変の安泰 願ひてやまぬ
デブジ(佐久市)

庭先に涼風吹いて虫たちの
合唱聞こえる夕暮れ時よ
マロニーちゃん(佐久市)

球児らの汗と涙の風物史
悲喜こもごも夏も過ぎゆく
H.S(佐久穂町)



ブルー(御代田町)

暑 い夏。夏野菜が美味しいです。野菜づくりに励んでくれる夫に感謝。食卓は野菜たっぷりです。幸せです。

でこやさん(佐久市)



特殊詐欺にご注意ください！

特殊詐欺の口は年々巧妙化し、歯止めがかからない状態です。日頃から危機意識を高め、詐欺から大切な財産を守りましょう。

特殊詐欺チェックリスト

- 暗証番号を教えてください
- キャッシュカードの交換が必要です
- カードが悪用されています
- 金融機関/警察がご自宅に伺います
- お金が戻ってきます

1つでも当てはまったら詐欺です！

すぐに電話を切って家族や身近な人に相談しましょう

詐欺にだまされないためには

- ・公的機関やJAの名前を出されても一度電話を切り、直接問い合わせを確認しましょう。
- ・少しでも様子がおかしいと感じたら、家族や友人など身近な人に相談しましょう。事前に家族間で話し合っておくのも効果的です。
- ・詐欺の手段は電話が8割近くを占めています。常に留守番電話機能を設定しておき、通話の録音や防犯機能が付いた迷惑電話防止機器を使いましょう。

フォトコンテスト作品募集中

第25回JA佐久浅間フォトコンテストの作品を募集しております。皆さまの力作を振るってご応募ください。

●テーマ 「魅力ある佐久浅間の自然・農業・暮らし」

●募集締切 11月29日(金)必着

●賞の内容

組合長賞 (最優秀賞) 1点	JAまごころ商品券 30,000円+副賞
優秀賞 3点	JAまごころ商品券 20,000円+副賞
入選 5点	JAまごころ商品券 10,000円+副賞
佳作 5点	JAまごころ商品券 3,000円+副賞
特別賞 若干	記念品

●応募は当JA管内にお住まいの方に限ります。作品は銀塩プリントで、四ツ切りサイズで応募してください。応募票に必要事項を記入し、作品裏面に貼付して提出してください。詳しくは応募用紙をご確認ください(用紙はホームページから印刷可)。

JA佐久浅間フォトコンテスト [検索](#)

●お問い合わせ 企画総務部ふれあい広報課
フォトコンテスト係 TEL 0267-68-1112

『家の光』年間購読受付中

暮らしに役立つ「家庭雑誌」

『家の光』は「食と農」「暮らし」「協同」「家族」の4つを大切にします。

年6回、別冊付録つき

1・4・5・7・9月号には、食や家庭菜園、健康など様々なテーマの別冊付録。12月号には家計簿が付きます。

●年間予約購読がお得です！

誌代1年分前納で1カ月分が無料
(年間誌代) 9,411円 → (前納予約誌代) 8,782円

●お申し込み・お問い合わせはJA支所・店窓口へ

ヘルシーテラス佐久南 プルーン祭り開催！！

地域の特産 プルーンが大集合！！

ご贈答もたくさんご用意しております。

●開催日 9月14日(土)・15日(日)・16日(月)・21日(土)・22日(日)・23日(月)

●時間 9時～(商品が終わり次第終了)

●お問い合わせ 道の駅ヘルシーテラス佐久南
TEL 0267-78-3383



**日常の様々なアクシデントへの備えを
～JAの普通傷害共済のご案内～**

日常生活で起きる様々なアクシデント。農作業中のケガ、段差につまづきケガをした、スポーツ中に転倒して捻挫したなど、JA共済では万一の保障として「普通傷害共済」のご加入をお勧めしています。

普通傷害共済のお勧めポイント

- ・スピーディーな共済金のお支払い
- ・集団加入※1により共済掛金がお得※2
- ・手続きが簡単。医師による審査は不要※3

※1 佐久普通傷害協議会を契約者とする契約に集団加入される場合、保障期間は令和6年10月11日から1年間となります

※2 職種により加入の制限があります。年齢により引受金額等の制限があります

※3 簡単な告知でご加入いただけます

●詳しくはお近くのJA支所・店共済窓口へ
登録番号【24169990281】

理事会 8月27日開催

主な報告事項

- ①7月末部門別損益計算書について
- ②令和6年度期中決算実施要領について
- ③JA3線モデル・リスク管理強化にかかる実践支援プログラムについて
- ④有価証券の購入について
- ⑤海外出張の報告について
- ⑥内部監査実施状況について

監事会 8月27日開催 / 報告事項

- ①子会社監査役からの諸報告について
- ②常勤監事からの諸報告について
- ③7月内部監査実施状況報告について



各種相談会のご案内

年金相談

- 相談日 (10月)
3日(木) 三岡店 19日(土) 佐久望月支所
24日(木) 佐久岩村田支所
- 相談役 JA長野野連 社会保険労務士 湯本 久美
- お申し込み JA金融窓口または金融部金融企画課
TEL 0267-67-0610

営農・就農相談

- 相談日 9月27日(金) 午後1時30分～午後5時
- 場所 本所2階201
- お申し込み 農家経営支援対策チーム
TEL 0267-68-1114 FAX 0267-68-1928
お申し込み締め切り 9月20日(金)
- ※開催日、場所等が変更になる場合があります

休日・夜間緊急連絡先

営業時間外の連絡時にご利用ください

■キャッシュカード・貯金通帳・印鑑の紛失

☎ 0120-02-4040

※受付：月曜～金曜 17時～翌朝8時 土日祝日 24時間

■自動車事故 (JA自動車共済)

☎ 0120-258-931 ※受付：24時間365日

相談・苦情受付ダイヤル

当JA各事業に関する相談・苦情を受付します

☎ 0120-677-882

※時間：9～17時 土日祝日を除く

子どもたちの未来に 食の安心をつなぐ **国消国産**

私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産する

その考え方を **国消国産** といいます。

日本は今、食料の約6割を輸入に頼っています。

もしも輸入が難しくなって、必要な食べものが足りなくなったら…農畜産物は、足りなくなってきたらと、すぐに生産を拡大することはできません。だから、日ごろから「国消国産」を進めることが、とても大事。「国産」をもっと食べましょう。

国産 を食べると、いいこといっぱい!

- 自給力アップで、いざというとき安心!
- 日本の農業を食べて応援できる!
- おいしくて安全・安心な食事を実現!
- 輸送で出るCO2を減らし、SDGsに貢献!

国消国産 が日本の食の未来をつくりまします。



連作のきめては『根友G』の活用で!!



コン ユウ ジー
根友 G (繊維素分解菌、放線菌、光合成細菌他)

<20kg 顆粒(砂状)> 40種以上の有効菌です!

- ◆連作をしていきますと病害の発生が多くなります
- ◎対策は有効菌の利用が不可欠な技術と考えられます

A. 稲ワラ・株のスキコミに 根友Gで有効堆肥化!!

◆使用量 10a 当り... 1~2袋 稲刈後、全面散布し耕起してください
※微細な粒子のため、風の無い日に散布してください ※散布だけでも効果があります

B. 野菜残さスキコミに 根友Gで有効堆肥化!!リサイクル

Q: 収穫後の野菜の残さはどのようにされていますか?

キャベツ、ブロッコリー、ネギ等、野菜の外葉、茎、根をそのままスキコミすると

- ⇒ ①病気、虫の「餌」となります。(病害菌の増加)
- ⇒ ②土壌消毒する場合「残さ」があると消毒の効果も低下します。

そこで!! 根友G と残さを一緒にスキコミすると

効果

- ① 有効微生物の繁殖が旺盛になります。
- ② 連作障害の軽減により、後作が良くなります。

使用量

10a 当り ⇒ 3袋 (残さスキコミ時)

◆堆肥作りの発酵菌として: 原料 1t 当り 1袋混合堆積

⇒良質堆肥に! ※コンポストにも使用できます!

◆野菜・果樹の元肥⇒有効菌の補給に! 3袋/10a 〆切: 令和6年9月30日

根友 G 広告予約申込書 ◇荷渡方法: 配達・自己引取 お引取りは 10月までに

組合員コード _____ お名前 _____ ☎ _____

税込特別価格 2,852円 (さくっとカート 税込価格 2,773円) 申込数量 _____ 袋

■荷渡方法に〇印をお願いいたします。 ※自己引取の場合は、表示額より 55円値引き致します。

※ご購入金額が 10,000円未満の場合、別途送料が 550円かかります。

※ご記入いただいた個人情報は、当 JA の商品・サービスの提供に伴う業務のみに使用いたします。

■ご注文・お問い合わせは、お近くの JA 営農センター (資材取扱店)、資材店舗へ



Menicon 〈業界初 酵素を使った分解材〉 稲わら分解促進材 アグリ革命

- ガスわきによる根痛み防止 浮きワラ低減
- 酵素資材のため土壌環境の影響をうけません
- 散粒機・動力散布機で撒けます

ラクラク散布
10aに 2kg (1袋)



アグリ革命 メニコン 🔍 検索

わらが土をつくり、土が稲をつくる

稲わらの腐熟促進に

わら ゴールド

- わらの浮き対策に。
- ガスの発生対策に。
- 土づくり作業も楽に。

稲刈り後の田んぼに
早めに(すぐでもOK)散布して
土に混ぜることで
微生物が稲わらの腐熟を
促進します。

施用量は
10a当たり 30kg (2袋)

供給 JAグループ
販売 富士見工業株式会社

有機物腐植化促進材

バイオフミン BioHumus

低温下でもワラを強力に
分解する菌を豊富に含んだ
“生ワラ腐植化促進材”

- ・規格 15kg
- ・防散細粒
- ・10a当りの散布量 2袋(30kg)



バイオフミン、おすすめポイント

- ① ワラの腐植分解が早いので、未熟有機物による有機酸やガスの発生を減少させます。
- ② 秋処理が基本ですが、春処理でも効果が期待できます。
- ③ 畑の野菜残渣や緑肥のすき込みでも使用でき、良質な土づくりに活用できます。

稲ワラの腐熟促進材

土壌酵素活性剤

ワラクサーL EX



- アミノ酸
- グルコースオリゴ糖
- キトサン複合鉄
- Bio活性炭

使用量
10a当たり / 9.5kg(1袋)

形状
粗粉末

ポイント

- ◎稲ワラに散布することにより、圃場にいる土着菌の活力素となり、繁殖を促して活性を高め、稲ワラの腐熟を促進していきます。
- ◎浮ワラ、湧きも軽減します。
- ◎刈取り後の稲ワラに直接散布し、浅くすき込んでください(年内散布・年内すき込みを心がけてください)。

令和6年度 稲わら腐食促進材予約注文書

申込締切日 令和6年9月27日まで

お名前	チラシ価格 (税込)	アグリ革命	わらゴールド	バイオフミン	ワラクサーL	引取方法
		2,611円	1,507円	1,934円	4,071円	自己取・配達
電話番号		袋	袋	袋	袋	
さくっとカートで注文の場合		2,538円	1,466円	1,881円	3,958円	

※自己引取の場合は、表示額より 55円値引き致します。 ※購入額が 10,000円未満の場合、送料が 550円かかります。
※ご記入いただいた個人情報は、商品の配達のみを使用します。なお、その際の情報管理につきましては適切かつ慎重に行います。

■ご注文・お問い合わせは、お近くの JA 営農センター (資材取扱店)、資材店舗へ



たくさん収穫した時は最高の喜びがある

東御市御牧原 酒井忠宏さん (53)



就農8年目の酒井忠宏さんは、家族で加工用トマトやブロッコリー、水稲などを栽培する複合経営に取り組んでいます。

祖父・両親と2代にわたり畜産や加工用トマトなどを栽培。小さい頃は褒められるのが嬉しくて牛の餌やりを手伝っていました。農業を引き継ぐことは意識せず自動車会社に就職し、整備士をしていましたが両親が高齢になり、祖父の代から続いてきた農業を引継ぎたいと就農を決意。甘いトマトを栽培するために堆肥を混ぜたり、固い土を柔らかくするため粉がらを混ぜるなど土づくりにこだわりをもち、昨年は約6トン出荷しました。

酒井さんは「8月から9月上旬に収穫するので、暑さとの戦い。たくさん収穫した時は最高の喜びがある。8トンの出荷を目指したい」と話しています。



わたしたちJAグループは、

「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に賛同し、

その達成に向けて、事業・活動に取り組みます。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

