

JAHOO

ジャツホー

3

2025(令和7年)

Vol.301



第25回フォトコンテスト入賞作品「願い」 池田 正夫さん(佐久市)

特集 JA相模原市と友好JA協定を締結

- 笑味ちゃんのエコープマーク品活用術
ダイコンと鶏肉のうま煮
カボチャサラダ
- スマイルJA女性会 JA健康教室2024
- 家庭菜園便利帖 ピーマン・パプリカ



J A相模原市を紹介します



創立：昭和38年10月
 本店所在地：相模原市中央区千代田1-2-17
 支店数：14支店
 農産物直売所：ベジたべーな・ベジたべーな mini・相模原協同病院直売所

| | |
|---------------|---------------|
| 組合員数 | 31,146人 |
| 正組合員 | 3,712人 |
| 准組合員 | 27,434人 |
| 出資金 | 8億2,430万円 |
| 貯金 | 5,425億2,083万円 |
| 貸出金 | 1,581億7,895万円 |
| 長期共済保有高 | 6,769億7,519万円 |
| 販売取扱高 | 5億8,807万円 |
| 購買取扱高(幹旋購買含む) | 50億8,445万円 |
| 職員数(パート等含む) | 520人 |

令和6年2月29日時点

- 政令指定都市
- 行政合併前の旧相模原市(南区、中央区、緑区の一部)
- 管内人口：66万人
- 東京・横浜などへのアクセス良好(リニア駅工事中)

主な農畜産物



やまといも



露地野菜



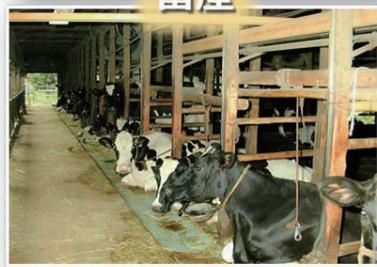
果樹



水稻



ハウス野菜



畜産

露地野菜では少量多品目ですが、管内は黒ボク土に広く覆われているため、根菜類が多く栽培されています。



J A相模原市キャラクター「さがみはらっこ」

さがみはらっこのプロフィール

特 技：みんなを和ませること・お友達づくり
 性 格：ヤンチャで明るく、人なつっこい
 好きな物：相模原産のもの、みーんな大好き
 苦手な事：水泳(水に浮かぶことは出来るが、実はかなづち、ラッコなのに畑の方が大好き)
 座右の銘：小さいことから、コツコツと・・・だから、J A貯金も大好きなんです



ホームページ



X公式アカウント

「ありがとう」と「笑顔」あふれるJ A相模原市



高柳組合長

落合組合長

特集 J A相模原市と友好 J A協定を締結

2月10日、当JAと神奈川県JA相模原市(落合幸男組合長)が友好JA協定を締結しました。
 両JAの管轄区域である佐久市と相模原市はともに「銀河連邦」として交流を深めています。同連邦は、宇宙航空研究開発機構(JAXA)の研究施設が縁で交流を始めた全国7都市が手を取り合い、人々の笑顔あふれるユートピアの創造を目指しています。
 その関係性から互いの取り組みに賛同し意見交換など協議を進め、JA間連携に向け検討し、合意しました。

協定締結後の交流計画

- ①自然災害など不測の事態が発生した場合、組合員の生活の安定を支え、迅速な災害復旧に向けて、食料など物資の支援や人的支援を行う
- ②組合員同士の相互交流を深め、地域農業の発展のため、農畜産物等の販売で業務提携に取り組む
- ③役職員の資質向上と研鑽・育成をはかるため、積極的な交流に努める



最新資材を生産者にPR 肥料・農薬・資材品目説明会

新開発の資材や省力化に役立つ資材などの最新情報をJAと生産者が共有するとともに、生産者が普段疑問に思っていた使用方法などを直接メーカーに質問できる機会をつくることを目的に1月28日、佐久市の市民創縁センターで「肥料・農薬・資材品目説明会」を開きました。参加者は、肥料と農薬、生産資材など合わせて60社のブースで、商品の説明を受けながら最新情報を収集しました。また、JA共済の地域農業活性化積立金を活用し、アンケートに答えると指定混合肥料「望ちゃん」をプレゼントしました。



担当者から商品の説明を受ける参加者



剪定方法を学ぶ生産者ら

冬場に学ぶ 県育成品種「シナノパール」剪定研修会

当JAはスモモ「シナノパール」の生産振興に力を入れています。安定生産に向け1月29日、シナノパール剪定研修会を佐久市の圃場で開き生産者ら15人が参加しました。研修会では、品種特性と剪定、管理方法について佐久農業農村支援センターの内田飛鳥技師が説明。県農政部農業技術課の半田智子副主任専門技術員が剪定を実践しました。参加者は「新しい剪定方法を知り、切り方がわかりやすく実践してみたい」と話しました。

15 花の豊かな暮らしを フラワーアレンジで交流を 花き女性の集い

日頃の会議や講習会は男性の割合が高いことから、女性が参加しやすい場を提供し、フラワーアレンジメントで親睦を深めるとともに、今後の生産に役立ててもらおうと当JA花き専門委員会は2月6日、本所で花き女性の集いを開き、花き農家の女性50人が参加しました。集いでは、管内産のカーネーションやアルストロメリア、レンギョウのほか、他産地の花に触れてもらおうとバラやガーベラなど7種の花を使ったフラワーアレンジメント教室を開催。花の生け方やバランスの取り方などを学びました。



完成したアレンジメントを見る参加者

8 働きがいも 経済成長も 地域を守り農家所得の向上を 営農指導全体研修会

当JAは2月3日、地域農業の振興を目的とした営農指導員全体研修会を本所で開き、営農指導員ら120人が出席しました。次期3カ年計画や営農・経済事業の成長・効率化プログラム、中核人材研修レポートの発表、独禁法などの研修のほか、高柳組合長が営農・経済事業について講義。「組合員や地域のために永続的に発展することがJAの使命。地域農業を守り農家所得を向上させて、農家や組合員から慕われる職員を目指していこう」と話しました。



次期3カ年計画などを確認する営農指導員ら

11 積み重ねられる まちづくりを 良い年を願って あぐりの湯こもろ

当JAが小諸市から指定管理を受けて運営する日帰り温泉施設「あぐりの湯こもろ」は2月2日、節分の豆まきを行いました。利用者に季節のイベントを楽しんでもらおうと企画。小山支配人は「一緒に鬼を追い払い、今年一年笑顔で過ごせるようたくさんの福を呼び込みましょう」とあいさつしました。年男と年女の職員が「鬼は外、福は内」の掛け声で、ロビー特設会場で無料入浴券や望月高原のむヨーグルトなどの引換券が入った福豆約1200袋をまきました。



福豆に手を伸ばす来館者

9 産業と技術革新の 基盤をつくらう 若手で産地を盛り上げよう 花き若手産者の集い

当JA花き専門委員会は1月30日、佐久グランドホテルで花き若手産者の集いを開き、生産者やJA関係者ら21人が出席。カーネーション後継者グループやキク青年部など、品目ごとに活動する若手産産者が一堂に会しました。集いでは、カーネーションやキク、アルストロメリアなど品目ごとの令和6年度の実績を振り返り、佐久農業農村支援センターの担当者から花きの安定生産に向けて土づくりなどの講習を受けました。



土づくりのポイントを説明する担当者

17 パートナシップで 目標を達成しよう 地域の医療体制充実へ 生体情報モニタ寄贈

JA共済連長野は1月31日、地域貢献活動の一環として交通事故被害者の救命や社会復帰の支援を目的に、生体情報モニタを浅間南麓こもろ医療センターに寄贈しました。生体情報モニタは、心電図や呼吸、体温、血圧などの生体情報をリアルタイムに測定・記録し手術室や集中治療室で刻一刻と変化する体の状態を把握する機器。同医療センターで行われた導入式で高柳組合長は「組合員や地域住民が安心して暮らせる地域社会づくりのために活用してほしい」とあいさつしました。



あいさつする高柳組合長

4 質の高い継承を みんなに 円滑・円満に相続を 相続・遺言セミナー

当JAは2月6日、ベルウィンこもろで相続・遺言セミナーを開き、組合員や利用者など39人が参加しました。組合員や利用者に相続や贈与に関する正しい知識を身に付けて、遺言を活用するなど円滑・円満に大切な資産を次世代に承継するための相続対策の一環として開催。JA長野県信連FP一級技能士の宮川ルリ子さんが「円滑な相続の実現のために遺言を活用した相続」と題し、相続税や改正相続法などの基本的なポイントや遺言の概要について説明しました。



相続の仕組みを説明する宮川さん

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

今月のテーマ
「好きなおかず」

豚の生姜焼き

佐久市下平尾
依田 修さん (51歳)



私の好きなおかずは、豚の生姜焼きです。生姜焼きに使われている食材といえば・・・豚肉と生姜です。これだけシンプルな組み合わせですが、豚肉と生姜は体を元気にするビタミンB1とショウガオールとジンゲロールが多く含まれているスタミナメニューで、私も仕事に疲れた時などには、豚の生姜焼きを食べて次の日も頑張ろうという気持ちになります。

今、日本の経済は物価高騰に対して、賃金の上昇が届いていない厳しい情勢ですが、家族で食べ歩きなどをして楽しい日常を送っていければと思います。

神津島から届く金目鯛

小諸市御影新田
土屋 信吾さん (30歳)



好きなおかずと考え、はたとはいふかんだのが伊豆半島の南、神津島から届く金目鯛だった。発泡スチロールの箱に2、3匹。長野の美味しいリンゴのお返しだと毎年やってくる。刺身は甘く弾力があり、家族各人食べ応えのある量が盛りされる。ヒレや骨周りに残った身は畑で穫れたダイコンやネギなどと一緒にあら汁になる。甘塩っぱい煮付けにして食べた年もあった。

新米をおともに、新鮮な海の幸を堪能する・・・。私にとって格別な体験だ。



えみ 笑味ちゃんの エコープマーク品 活用術

エコープマーク品は「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。



お酢でやわらか

ダイコンと鶏肉のうま煮

●材料 (4人分)

- ・ダイコン……………400g
- ・鶏もも肉……………300g
- ・みりん……………大さじ3
- ・細ネギ……………1~2本
- ・しょうゆ……………大さじ1 1/2
- ④・エコープほめられ酢……………大さじ3
- ・バター……………大さじ1

●作り方

- ①ダイコンは皮をむき5mm幅のいちょう切りにし、鶏もも肉は3cm角、細ネギは小口切りにする。
- ②鍋にダイコンとみりんを入れて蓋をし、弱火で約6分煮る。
- ③②に鶏もも肉と④を加え再び弱火で6分煮込む。煮汁が薄い場合は、蓋を開けて軽く煮詰める。
- ※時々かき混ぜながら煮るとおいしく仕上がる。
- ④器に盛り、細ネギをちらす。



エコープほめられ酢

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。

とっても簡単

カボチャサラダ

●材料 (3人分)

- ・カボチャ(中)……………1/4個
- ・エコープほめられ酢……………大さじ3~4
- ・レーズン……………適量
- ・アーモンドスライス……………適量

●作り方

- ①カボチャは種を取って皮をむき、電子レンジなどで柔らかくなるまで加熱する。
- ②ボウルにカボチャを入れてつぶし、エコープほめられ酢を入れて全体をよく混ぜる。
- ③レーズンを混ぜ込み、アーモンドスライスを飾る。



料理に酢を加えると味が引き締まるため、塩分を減らしても美味しいと感じやすく、塩分の削減に効果的です。上手に酢を活用してみましょう。



©みんなのよい食プロジェクト

エコープマーク品は、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

JA健康教室 2024

～ためになる健康講話 + 『家の光』の活用手芸～



健康体操

JA佐久浅間長期ビジョンの施策「健康管理活動並びに教育文化活動の強化、組合員の満足度向上」に取り組む活動として女性会では、JA厚生連佐久総合病院、浅間南麓こもろ医療センターと連携し1月27日から2月6日にかけて8会場で健康教室を開催しました。

さく・みなみ会場では若月先生の農村医療や予防医療、健康管理活動の歴史と健康寿命延伸のための骨・カルシウムのお話、あさま・しらかば会場では体力測定と理学療法士の体操指導がありました。

家の光を活用した手芸では、2024.7月号掲載の『軍手ホルダー』をつくり、各自持ち帰りました。



一映画上映会のお知らせ

日時 3月25日(火) 10時~12時
場所 佐久市 市民創練センター 大会議室
参加費 女性会会員無料
※ 事前にお申し込みください

■女性会に参加したい、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





営農経済部営農企画課

ピーマン・パプリカ



一般的に販売されている緑色のピーマンは、未熟な状態で収穫されたもので、そのまま収穫せずに放っておくと完熟して赤くなります。
(品種によってはオレンジ色や黄色になるものもあります) ちなみに「ピーマン」は和製英語で、フランス語の唐辛子を意味する「piment」が変化したものではないかと考えられています。

| | 2月 | 3月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 |
|------|----|-----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|
| 露地栽培 | | 種まき | | 定植 | | 収穫 | | | | |

特徴

ビタミンが豊富で暑さや病害虫に強く、夏〜秋まで長い間収穫できるナス科の野菜です。
ピーマン・パプリカは寒い時期に長期間の育苗が必要となり、種から育てる難易度は高めです。家庭菜園で少数の栽培であれば、市販の苗を購入するのがおすすめです。

ピーマンは、かつて独特の香りや味から敬遠されたこともありましたが、今は肉厚・ジューシーでピーマン臭のない食べきりサイズや超ジャンボサイズの品種も登場しています。また、天日乾燥野菜にする料理での用途も広がります。

ピーマンの概要

トウガラシ属は多くの仲間があり、辛味のない中果種以上のものをピーマンと言い、一般的に流通している緑色のピーマン、完熟すると赤色ピーマンになります。甘味の強い大型のピーマンはパプリカで、果肉が厚くジューシーな食感で、苦味や青臭さがないので生のままでもおいしく食べられます。サラダはもちろん、炒め物やマリネにしても美味。赤やオレンジ、黄色のパプリカにはβカロテンが豊富に含まれていて、赤色のものはカプサンチンも含まれています。ちなみにパプリカもピーマン

と同様に未熟なものは緑色です。この他にも果実の大きさが15〜20cmで長円筒型のピーマンもあります。小果で長形のシシトウは花落ち部分が獅子頭に似ることから付けられた名前によります。

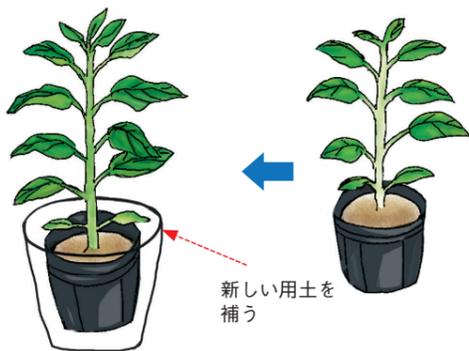
畑の準備

- ①日当たり・排水の良い所で、生育期間が長いので根を深く伸ばせるように深耕します。
- ②1㎡当り堆肥3〜4kg、化成肥料100gを入れてよく混ぜ、床幅60cm、高さ10cmくらいの畝をつくりまします。
- ③黒マルチをして地温を上げておきます。また、トマトのように雨よけ栽培をすると病気の抑制になり効果的です。
- ④ピーマン・パプリカは連作障害を避けるために、同じ場所での栽培間隔を3〜4年あけるようにします。連作を避けられないときは、接木苗を利用するようにします。

育苗

育苗箱に培土を入れ、深さ1cmの溝を8cm間隔でつくり、種を5mm間隔に条まきします。覆土は5mmほどとし水やり後、箱を保温(25〜30℃)します。1週間ほどで発芽します。発芽後は夜温を25℃位で管理し、本葉2枚になったらポットに移植し、夜温20℃程度で管理しながら育苗します。苗

が定植適期になるまで種まきから45〜60日程度かかります。

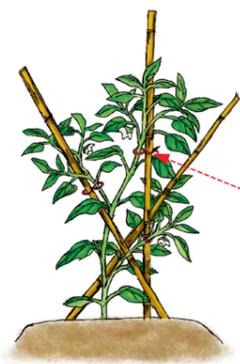


定植

- ①購入苗が小さい場合は、大きなポットに植え替え、鉢の間隔をとり育苗して大苗にします。
- ②生育適温は25〜30℃と高めなので、気温が十分上がってから植えます。本葉7枚前後展開している、節間が詰まっている苗(一番花が咲いている苗)が良いです。
- ③暖かい日を選んで午前中に植えると活着が良いです。
- ④株間50〜60cmでやや大きめの植え穴を掘り、十分に灌水後深植えとならないようにし、植付け後再度灌水します。
- ⑤カラーピーマン類は、成熟させる期間が長いので草勢確保のため、株間に余裕をもたせまします。



②株は外側に向かって伸びるので全体を盆形にし、小枝がV字形に開くようにすると、収量が多くなり長期化できます。



誘引 茎が太れるようにゆとりをもたせて8の字にしぼる

⑥定植後、凍霜害対策のため保温・防風をするとともに仮支柱を立て、苗を安定させます(肥料袋等を利用したアンドンをしまします)。
①次々と花が咲くため、草勢によつては小さなピーマンになるか、開花後、落果してしまいがちです。このため、花が咲き始め枝が伸びてきたら2〜3本仕立てとし、枝は折れやすいので支柱に誘引・余裕を持たせて固定し、風通しと日当たりを良くします。

整枝・支柱立て

- 3本仕立て：一番花の下のワキ芽2本と主枝の計3本とし、これより下のワキ芽は早めに摘み取ります。
- 2本仕立て：支柱をX型にし、枝を支柱に沿ったV字形の2本仕立てにすると簡単な形となり、わかりやすいです。

放っておくと過繁茂になり実がつきすぎて樹が弱ってしまうため、葉が茂りすぎたら枝を間引いたり、収穫の時に内側に向かって伸びる茎を摘芯して花の数を減らすなど、草勢の維持に努めまします。

追肥

最初の実が付き始めたら、マルチの中や敷きわらの下に、一株あたり軽く一握り(20g)の化成肥料を施まします。液体肥料を施す場合は、週に1回程度、水やりの代わりに施まします。

追肥は、2〜3週間に1回の頻度で、9月頃まで続けるのが目安です。肥料が不足すると、花が咲いても実がならなかったり、果実の肥大が不十分で収穫量が少なくなることがあります。逆に肥料が多すぎると、木が過繁茂になり花が咲いても落花して結実しなくなってしまうです。草勢を見ながら定期的な追肥を行います。ま

た、日当たりが悪いと落花するので、葉が込んできたら枝の間引き、日光の光が入るよう枝の整理をします。

病害虫

害虫はアブラムシ、ヨトウムシ、オオタバコガなどに注意し、早期に発見して薬剤を散布まします。
葉にモザイクが現れたり、株全体が萎縮してきたら、それはウイルス病です。他に感染しないよう、抜き取って廃棄まします。

収穫

ピーマンは、花が咲いてから2週間ほどで、収穫の時期を迎えます。果実は6月下旬から、長ければ9月下旬まで収穫できます。
ピーマンの果実が5〜6cmほどに生長したら食べごろです。ハサミでヘタを切って収穫まします。果実が多すぎると株の負担になるので、早めに収穫するのが長い期間収穫するコツです。

パプリカは開花から50〜60日で収穫です。ピーマン同様に緑色の実をつけ熟して色がつき始め赤色・黄色になります。完熟して色むらがなく、ツヤが出てきたら収穫まします。
収穫までの期間が長いので品質を上げる為に露地栽培よりもハウ

Bloomサロペットキャンペーン

キャンペーン期間
令和7年5月23日まで



| サイズ | M | L | LL | 3L |
|-----|---------|---------|---------|---------|
| 身長 | 150~160 | 160~170 | 170~180 | 180~190 |
| 胸囲 | 74~82 | 78~86 | 82~90 | 84~94 |
| 胴囲 | 76~88 | 82~94 | 88~100 | 92~102 |
| 股下 | 68 | 70 | 72 | 74 |

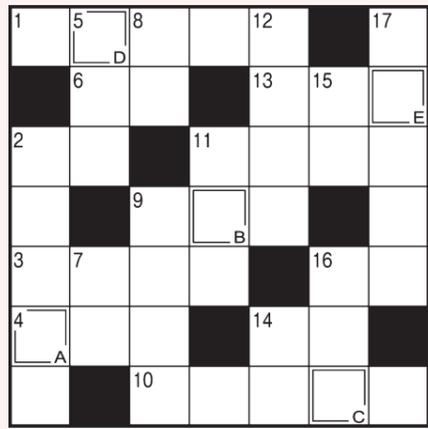
(単位: cm)

メーカー希望小売価格(税込)
26,400円

キャンペーン特別価格
19,800円 (税込)

■ご注文・お問い合わせは、お近くのJA営農センター、資材店舗へ





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富山湾でとれるものが有名な春の味覚。青く光ります
- ②茶わんのセットや重箱を数えるときに使う言葉
- ③手品、マジックともいいます
- ④来週の火曜日〇〇〇にもう一度来てください
- ⑤祝い事につきものの魚
- ⑥麻雀である前にかけることも
- ⑦これが終わると新学期。入学式もあります
- ⑧インクを付けて押します
- ⑨テニスの試合で〇〇〇の応酬が続いた
- ⑩鬼さんこちら、手の鳴る〇〇へ
- ⑪よく×(バツ)と対比されます
- ◆◆タテのカギ◆◆
- ⑫タイヤにつないでシュコシュコ
- ⑬柔道場に敷かれているもの
- ⑭新しいクラスで〇〇紹介をした
- ⑮〇〇は友を呼ぶ
- ⑯茶道では表千家、裏千家など
- ⑰真新しい〇〇〇を着て入社式に臨んだ
- ⑱漢字で書くと枸橘、枳殻。春に白い花を咲かせます
- ⑲海のパイナップルと呼ばれる海産物
- ⑳肥料の三要素は窒素、〇〇酸、カリウム
- ㉑パソコンの入力装置のひとつ
- ㉒4月のこと。〇〇〇〇〇・フール



先月号の答えは
「ウグイス」
でした。

応募総数 102 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)

我ながら元氣と自信を持っていた身体。73歳の誕生日を目の前に、急に節々の痛みで悩まされる毎日。只々春が待ち遠しい。

佐久のじーじ (佐久市)

お料理に興味が出て来た孫とパンケーキを焼きました。卵が上手にわかれて満面の笑み。フライパンの中をジッと見つめる瞳が真剣。「またつくろうね」とご満悦でした。

まん丸 (佐久市)

あまりの寒さに出不精になっています。そこで沢山頂いてあるリンゴを煮て干したりダイコンやハクサイの大量消費を考えたりの日々です。

春 (佐久市)

この4月から、3人兄弟の長男が小学1年生に、次男が保育園年少さんに、三男は未満児で保育園に入れませんでしたが、それぞれの成長が楽しみです。男の子3人なので喧嘩が絶えないのが同性同士仲良くなれるかな?!

合の幸 (佐久市)



きなこ (佐久市)

庭に福寿草が咲き出しました。玄関先に置きたいので素焼きの鉢ヘソッと2株程つぼみがついているものを移しました。まだ寒いので夕方は家の中へ(土間に)入れてあげます。もう春がやってきています。でもまだ冷たい日が続いています。

サザンカ (立科町)

昼間は太陽が出ると、暖かいですが、朝晩はかなり冷えるので健康に気をつけたいと思います。

ゆみちゅ (小諸市)

日に日にかの中へ差し込む陽が少なくなってきた。地球はまだまだ寒いですが、地球は公転しているのですね。春が待ち遠しい!

ピロコ (佐久穂町)

ついこの間入学したと思っていた娘も、春から4年生になります。高学年の仲間入りをして、クラブ活動や児童会も始まるようで、期待に胸を膨らませています。娘の姿に自分が小学生だった頃の事を思い出して懐かしくなります。

まっちゃん (小諸市)

家の前にはえていた桜の木が20cm以上の大木になってしまい、倒れたら危険と考えると伐採の見積りを取った所、目玉が飛び出す様な金額でした。家の周りには木を植えるべきではないと感じました。

ミマキヤマ (東御市)



朝 (佐久市)

寒い中、畑を少し掘りおこし残った野菜をうめてい

K・T (佐久市)

両親と3人で草津温泉に出かけ、晴れてとても良い日でした。雪があり日陰は凍っていました。滑らないように、母の手を支え、注意を促しました。「あなたに心配されるようになるなんてね」と母が一言。たしかに、大人になってもいつまでも子供扱いで私のことを心配してくれる母。でも、母も70代。最近、膝の痛みもあるようなので身体に気をつけてもらいたいから一緒に楽しみたいです。

べるー魔の母 (小諸市)

鬼がくるから保育園はおやすみ。こわいから」と少し前から言っていた孫と当日はゆつくりのんびり過ごしました。家での「豆まき」は喜んで参加していました。

ハナちゃんのばあば (佐久市)



K.ばあば (御代田町)

定年退職してお金は無いが時間には有る生活が始まった。茅に占領され荒れ放題の広大な畑と刈払機で戦ったが、流石に手強かった。無駄な抵抗はやめろと言われても続けた結果、テニス肘になり通院している。情けない。

オスカル (立科町)

まだまだスーパーの野菜は高いですね。昨年の我が家のダイコンは豊作で毎日、煮物や漬物と利用していますが、そろそろ切り干し大根にしてお天道様に助けてもらおうと思っています。

しいちゃん (東御市)

毎年苗箱に種もみをまく頃に聞こえてきます。疲れている時にウグイスの声が聞こえるのが最高。元気がもらえて嬉しいです。早く春よ来い!

なまけ者 (佐久市)



ブルーン (御代田町)

お米が高い。やつと農家にも春らしき年が来た。これからの位続いてくれるのか...。苦勞が少しでもむくわれる事を願っているが...

りんごちゃん (立科町)

こちらのQRコードからも応募できます



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)
- ③Aページ「みんなの広場」で取り上げてほしいテーマ
- ④〒・住所・氏名・年齢・電話番号・ペンネーム

〒385-8585 佐久市猿久保八八二
JA佐久浅間
JAHOO
「遊YOUポスト」
係あて

★クイズ正解者の中から抽選で5名の方に「まごころ商品券(2,000円分)」を差し上げます。



●記載された個人情報、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。

私の一句 【俳句・川柳ほか】

外歩き涙鼻水浸たれる 福わうち (御代田町)

一輪咲く待ちし山茶花珠のごと 竹 (東御市)

ゲートボール打ち合う音や名残雪 花木権 (佐久市)

福寿草散歩の土手の玉手箱 山ひこ (佐久穂町)

春立ちて鳶輪をかく浅間空 丁子 (佐久市)

大雪の情報入りし足踏み 仏の雅 (佐久市)

音なしに春こそ来たれ犬ふぐり かほ (佐久市)

遊きし夫にバレンタインのチョコ供う FF (軽井沢町)

ばかばかと一時過ぎし寒もどり ひでりん (小諸市)

私の一首

遠方より早雪の中花便り 爾楽庵 (佐久市)

凍てつく里は皆が春待ち 起きがけの傷む足腰庇いつつ 節の変わりに百歩を挑む 徳ブジ (佐久市)

見わたせる野山一面茶褐色 H・S (佐久穂町)

遙か向こうの山は白雪 祥枝 (小諸市)

福寿草咲くかたわらの庭石に 灰色小鳥餌をついばむ

2025 げんき塾・みのり塾受講者募集

JA をよりどころに組合員（正・准）、地域住民が学習できる場としてげんき塾・みのり塾を開講します。講座の中で毎回、JA の旬の話題もお伝えします。



両講座 共通事項 募集条件 全日程（9回）の受講が可能で家の光購読者または購読可能な方
会場 本所（佐久市猿久保）、佐久岩村田支所ほか

■げんき塾
テーマ「いつまでも生きいき若々しく」
募集人員 概ね70歳以上の方（要相談）男女問わず50名
第1回 4月25日（金）開講式・健康寿命、新茶の話
時間 午前10時～12時
受講料 年間5,000円（材料費等別途）
※ご本人が組合員（正・准）の方は4,000円

■みのり塾
テーマ「郷土食・郷土の食と文化を学ぶ」
募集人員 概ね69歳以下の方（要相談）20～50名
第1回 4月26日（土）開講式・癒しの音楽会・新茶の入れ方、飲み比べ
時間 午前9時30分～11時30分
受講料 年間5,000円（材料費等別途）
※JA女性会会員、組合員（正・准）ご本人の方は4,000円

◎以降の講座予定はJAホームページをご覧ください。

■お申し込み・お問い合わせ先 ふれあい広報課 TEL 0267-68-1112 業務携帯 070-4808-7931

理事会 2月25日開催

- 決議事項
- 第1号議案 令和6年度長野県常例検査書および改善状況等の報告について
 - 第2号議案 JA佐久浅間長期ビジョン令和7年度～9年度3カ年計画について
 - 第3号議案 令和7年度事業計画および収支計画について
 - 第4号議案 令和7年度賦課基準について
 - 第5号議案 職制規程の改正について
 - 第6号議案 担当理事委員会運営規程の改正について
 - 第7号議案 総合リスク管理規程の改正について
 - 第8号議案 育児・介護休業法改正に伴う関連規程の改正について
 - 第9号議案 令和7年度余裕金運用方針について
 - 第10号議案 令和7年度貸付金利率の最高限度及び借入金の最高限度並びに同一人に対する信用の供与等の最高限度額について

- 第11号議案 大口融資について
 - 第12号議案 令和7年度内部監査計画について
 - 第13号議案 出資金減口について
 - 第14号議案 令和7年度役員報酬について
- 主な報告事項
- ①1月末部門別損益計算書について
 - ②資産自己査定結果（11月末基準）について
 - ③令和6年度決算実施要領について
 - ④令和7年度コンプライアンス・プログラムについて
 - ⑤令和7年度第1四半期余裕金運用計画について
 - ⑥有価証券の購入について
 - ⑦あさま地区予冷庫施設再編計画について
 - ⑧内部監査実施状況について
 - ⑨令和7年度新採用職員について

監事会 2月25日 / 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
- ③1月内部監査実施状況報告について
- ④令和7年度内部監査年間計画（案）について

各種相談会のご案内

年金相談
■相談日（4月）
12日（土）御代田支所 15日（火）北御牧支所
22日（火）小諸支所
■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 午後1時30分～午後5時
■相談日 3月21日（金）・4月21日（火）
■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 開催日の1週間前まで
※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

シャインマスカット栽培入門 園地見学会・作業体験会 参加者募集

ぶどう栽培に興味のある方は、実際にどんな作業をするのか見学・体験してみませんか。

●園地見学会

| 期間 | 内容（見学時間30分位） |
|----------------|--------------|
| 4月7日（月）～11日（金） | 剪定後の樹形や樹づくり |
| 9月1日（月）～5日（金） | 収穫期の出来栄 |

●房づくり作業体験会 先着30組 ※平日開催

| 作業 | 時期 | 内容（作業時間：1時間位） |
|-----|------|------------------------|
| 1回目 | 6月中旬 | 房切り |
| 2回目 | 7月中旬 | 摘粒・袋掛け |
| 3回目 | 9月下旬 | 収穫（自分で作業したぶどう1房をプレゼント） |

参加費 無料
参加条件 3回の作業体験に参加できる方

●見学体験会時間 午前10時～午後3時
●場所 佐久市中佐都JAぶどう栽培実証圃（旧JA中佐都店西200m）
●募集期間 3月24日（月）～28日（金）

■お申し込み
花卉果樹振興センター 担当：柳澤
TEL 0267-68-1115
午前9時～午後5時（平日のみ）



JA共済 自然災害への備えを

「共済」は「助け合い」。地震などの自然災害が多発するなか、真価が発揮されています。地震への備えは、万全でしょうか。建物はもちろん、家財の被害にも備えておくと日常を取り戻すのに役立ちます。



【共済金支払】
令和6年1月 能登半島地震
122,424件 1,511億円
うち家財 15,794件 97億円
（令和7年1月末時点JA共済調べ）



■詳しくはお近くのJA支所・店共済窓口へ

新規出荷会員募集中

あなたのこだわり野菜・果物・花などをJA直売所で販売してみませんか。少量でも大丈夫!! 会員登録をお待ちしております。



■さくさく市場
●募集期間 通年
●店舗所在地 佐久市岩村田5502-21（A・コープファーマーズ佐久平店内）
■お問い合わせ 営農経済部 直売課 TEL 0267-68-1117

■さわやかグリーンセンター
●募集期間 4月1日～4月30日まで
●店舗所在地 佐久市猿久保27-1
■お問い合わせ JAファーム佐久店 TEL 0267-66-3300

■あぐりの湯こもろ直売所
●募集期間 通年
●店舗所在地 小諸市大字大久保1145-1
■お問い合わせ あぐりの湯こもろ TEL 0267-24-4126

■みどりのひろば軽井沢
●募集期間 3月～12月
●店舗所在地 北佐久郡軽井沢町長倉2966-1
■お問い合わせ みどりのひろば軽井沢 TEL 0267-45-5086

ヘルシーテラス佐久南

『春のお彼岸フェア』を開催します

毎年好評いただいております彼岸用切り花や天ぷら商材などをご用意しておまちしております!!
●開催期間 3月15日（土）～23日（日）
■お問い合わせ 道の駅ヘルシーテラス佐久南
TEL 0267-78-3383
営業時間 午前9時～午後6時

ガス器具・レンジフード展示会を開催

ホームエネルギーセンターでは、下記展示会でガス器具を展示します。当日ご成約の方に特典があります。皆様のお越しをお待ちしております。
（株）オートパル佐久浅間R7春季展示商談会（農業機械、自動車同時開催）
●期日 3月22日（土）午前9時～午後3時30分
●会場 JAファーム佐久店 西側駐車場
展示予定商品 リンナイ社、パロマ社製ガスコンロ（テーブルコンロ、ビルトインコンロ）、レンジフード、リンナイ社衣類乾燥機「乾太くん」
■お問い合わせ （株）オートパル佐久浅間ホームエネルギーセンター TEL 0267-78-3990



くるまの保障は、おトクがそろったJAで!

負担を軽減! うれしい割引! JA共済だけの掛金割引も
 幅広く備える! あんしん保障! お相手・ご自身・ご家族・お車まで
 ほとんどときも親身に! たよれる対応! 24時間365日受付・急行
 自動車保険証券を撮ってかんたん!

JAの自動車共済 お見積りキャンペーン 豪華賞品が当たる!

特典1 今ならスマホで見積るだけで **史上最多! 抽選で総計 14,000名様に当たる!**

| | | | | |
|--|---|---|--|---|
| A賞 200名様 (各期50名様) Dyson Dyson Supersonic Shine ヘアドライヤー | B賞 200名様 (各期50名様) BALMUDA The Plate PRO バルミューダ ザ・プレート プロ | C賞 200名様 (各期50名様) Yogibo Yogibo Pyramid | D賞 200名様 (各期50名様) Aladdin アラジン グラファイトトースター | W賞 13,200名様 (各期3,300名様) A賞~D賞に当選されなかった方に! THERMOS 真空断熱タンブラー ステンレス |
|--|---|---|--|---|

応募期間 2025年3月31日まで

※賞品のデザイン・仕様・機種等は変更となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。※画像はイメージです。

特典2 JA 佐久浅間 限定 JAの自動車共済のお見積りをしていただいた方に

BOXティッシュ 5箱プレゼント!!

※プレゼントの数量には限りがあります。なくなり次第終了となりますのでご注意ください。 ※お車1台につきおひとつプレゼントします。同じ車の複数回のお見積りは1回とさせていただきます。



※イメージ

ご家庭のお車一台一台がお見積りキャンペーンの対象です!! ぜひご検討ください。

●現在ご加入の保険証券(共済証書)をお持ちください。 ●JAの自動車共済にご加入の無いお車が対象となります。

※ご提供いただいた個人情報は、JA・JA共済連の事業および各種サービスのご提供・ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。また、JA共済は「個人情報保護方針」を定め、個人情報の保護に努めております。 ※本キャンペーンにご応募いただいた場合であっても、法令等により、JA共済にご加入いただけないことがあります。 ※当選の権利を譲渡したり、金品に交換することはできません。

詳しくはお近くのJA佐久浅間窓口までお気軽にお問い合わせください。

令和7年 4月1日火曜日より

友の会カードは A'kubo カードに生まれ変わります!



ポイントカードに 電子マネー機能がプラス!

お買い物がいっしょに♪

毎月15・30日は チャージボーナスデー 1回のチャージ金額に応じて A'kuboボーナスをプレゼント!

| | | | |
|--------|---------|---------|-----------|
| チャージ金額 | 10,000円 | 20,000円 | 30,000円以上 |
| ボーナス金額 | 50円 | 100円 | 400円 |

※令和7年4月30日より実施

電子マネーとは?

お金をデジタルの形で使う方法のことです。現金の代わりに、専用カードやスマートフォンにお金を入れてお支払いに使えます。

令和7年9月30日(火)をもって「友の会カード」はご利用いただけなくなります。

お早めにA'kuboカードへ切り替えをお願いいたします。

※詳しくは最寄りのA・コープ店舗へお問い合わせください。



まごころ宅配

令和7年 6月より スタート!! 4月より受付開始

(株)長野県A・コープまごころ宅配センターから 全県へ、生鮮食品を中心にお届けします。

お届けは週1~2回。別途お届け手数料として370円/回(税込)頂戴します。



※写真はイメージです。

ご利用コース例

注文いらず お料理する方に
週2回 お届け おまかせコース[8品~10品]
例:2人用 月額 税込約29,000円
※お届け予定商品の量は調整できます。

簡単調理品を中心に
週1回 お届け いきいき便利コース[9品~10品]
小セット(1~2人用)
月額 税込約10,000円

毎週発行するカタログから注文できるコースや、毎日必要な牛乳・卵などの「定期配送品」もごございます。

お問い合わせ 株式会社長野県A・コープ まごころ宅配センター ☎026-214-7817 〒387-0001 千曲市大字雨宮317 [受付時間] 9:00~17:00(土日祝日・年末年始除く)





『まなみ』

を味わってほしい

佐久市入澤 小泉 真奈美さん (60)

就農10年目の小泉真奈美さんは、父の岩松今朝市さんが愛知白桃と千曲を交配した『まなみ』を中心に「あかつき」や「なつっこ」など7品種の桃の栽培に取り組んでいます。

今朝市さんが桃の栽培を始めたのは真奈美さんが小学生の頃。実生から選抜・育成して新品種が完成したのは約40年前、出荷には名前が必要なので娘の名前を品種登録しました。自身は、長期休みと出荷の時期が重なり家族で出掛けることができず農業はやりたくないと思っていました。しかし、父が体調を崩した事と子供が独立した事をきっかけに就農しました。

真奈美さんは「自分の名前が桃に登録された当時は少し恥ずかしい気持ちだったが、果肉が固く糖度が高い『まなみ』を多くの人に味わってほしい」と話しています。



4月撮影



8月撮影

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

