

JAHOO



第25回フォトコンテスト入賞作品「秋ソバ咲いて」 奥原 静男さん (佐久市)

特集



『望ちゃん』
『もちづき有機ペレット』
を使ってみませんか!?

家庭菜園便利帖

ハクサイ

今月の知っ得

体を動かすためのヒント
手軽に体操

すまいる JA 女性会

さく地区

！今月のレシピ

ドルマ

(トルコ風ピーマンの肉詰め)



国消国産

こくしょうこくさん

©みんなのよい食プロジェクト



JA佐久浅間

堆肥を施用する効果は？

1 土壌物理性の改善効果

土が柔らかくなり、通気性や水はけ・水持ちが改良されます。
⇒根張りが良くなり、養水分の吸収促進が期待できます。

3 養分供給・土壌化学性の改善効果

窒素、リン酸、カリ等に加え、微量元素が含まれているため、それらを供給できます。また、腐植が増加することにより保肥力が向上する他、pHや濃度障害、干ばつ、低温などの土壌の急激な環境変化を防止する緩衝能が増大します。

堆肥は単年では効果が得にくいいため、**継続して施用**するようにしましょう！

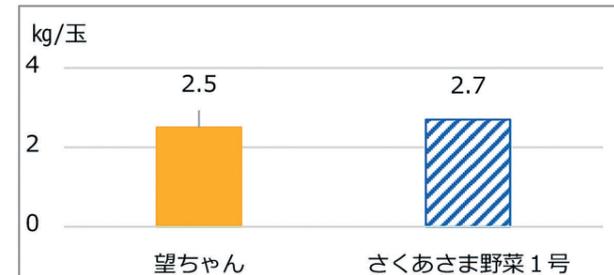
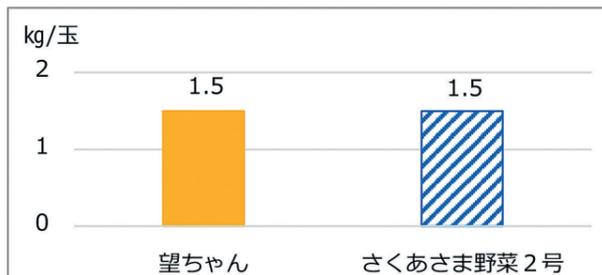
2 土壌生物性の改善効果

多種多様な土壌微生物が増えます。
⇒病害虫被害の原因となる**有害微生物が優先されるのを防ぎます。**

「望ちゃん」や「もちづき有機ペレット」はどのように使えばいいの？

○「望ちゃん」は「さくあさま野菜1号、2号」と同様に使用できます！

「望ちゃん」を用いてキャベツ及びハクサイを栽培した結果、化学肥料と同等の生育・収量を得ることができました。また、調査依頼農家から「結球してからの**玉伸びが良かった**」との声が聞かれました。



令和5年 キャベツにおける肥料の違いによる収量の差
佐久市(標高968m)で各肥料、窒素成分を合わせて栽培

施用窒素成分：14kg/10a、施肥日：7月12日、
定植日：7月20日、収穫日：10月5日、
品種：「改良愛輝」、前作：レタス、
栽植密度：畝幅50cm×株間30cm、
収穫調査株数：各区10株、グラフの数値は10株の
平均値。

令和6年 ハクサイにおける肥料の違いによる収量の差
御代田町(標高980m)で各肥料、施肥量を合わせて栽培

施肥量：100kg/10a、施肥日：9月2日
施用窒素成分：「望ちゃん」12kg/10a、
「さくあさま野菜1号」：15kg/10a、
定植日：9月4日、収穫日：11月8日
品種：「秋の祭典」、前作：キャベツ
栽植密度：畝幅45cm×株間50cm、収穫調査株数：
各区10株、グラフの数値は10株の平均値。

○「もちづき有機ペレット」の散布は肥料散布機「まきっこ」が便利です！

「もちづき有機ペレット」1袋を肥料散布機「まきっこ」で施用する際にかかる時間は**約2分**です。

もちづき有機ペレット施用に係る作業時間

使用機材	1袋(15kg)の施用時間
肥料散布機(まきっこ)	2分
背負い式肥料散布機(GREENサンパー)	4分30秒

肥料散布機はカンリウ株式会社製、
型式：MF760、エンジン：1.6kW～
/1800rpmを使用し、散布量目盛10、
エンジンを最大出力で施用した際の時間。
背負い式肥料散布器はヤマト農磁株式会社製、V型を使用。
両機材とも堆肥を袋から機材へ移す時間
(30秒)を含む時間。



肥料散布機「まきっこ」

ご不明な点はお近くのJA営農センターまたは佐久農業農村支援センターまで
(佐久農業農村支援センター電話：0267-63-3167)

特集 「望ちゃん」「もちづき有機ペレット」を使ってみませんか!?

JA佐久浅間・佐久農業農村支援センター

「望ちゃん」及び「もちづき有機ペレット」は佐久管内の酪農家から生まれる堆肥を使用しています。地元の資源を活用した資源循環型栽培をすすめ、持続可能な農業や地域社会を構築するための核となる資材として開発された商品です。

「望ちゃん」とは？



○特徴

- ・「もちづき有機」(堆肥)と化学肥料を1粒化しているため、**肥料効果とともに堆肥の効果を引き出すことができます。**
- ・リン酸やカリが過剰となっているほ場にも考慮して、これらの成分量を抑えています。
- ・管内乳用牛の排せつ物を堆肥化したものなので地域資源を畑に還元した栽培ができます。

○メリット

- ・**堆肥と化学肥料の同時施用が可能です。**
- ・化学肥料の量を抑えたことで低価格化を実現しています。
- ・ペレット状なので撒きやすくなっています。

○成分例(%) 20kg/袋

窒素	リン酸	カリ	マグネシウム	マンガン	ホウ素	堆肥使用割合 乾物換算値
12.0	3.4	6.0	1.3	0.4	0.2	約30%

10a当たりの施用量の目安：野菜 60kg(3袋)～160kg(8袋)

「もちづき有機ペレット」とは？



○特徴

- ・「もちづき有機」(牛糞堆肥)をペレット化した商品です。
- ・化学肥料は使用していません。
- ・もちづき有機を乾燥させて圧縮しているため、**1袋で従来のもちづき有機の2倍量撒くことができます。**

○メリット

- ・堆肥のため土壌改良効果があります。
- ・大型機械が無くても散布可能です。
- ・**もちづき有機より散布の手間を半分にできます。**

○成分例(%) 15kg/袋

窒素	リン酸	カリ	水分含有量
2.46	3.59	5.12	10～20

10a当たりの施用量の目安：野菜類 40～60袋

地域で循環

稲発酵粗飼料



管内各地で、稲発酵粗飼料（ホールクroppサイレージ=WCS）の刈り取り作業が8月に行われました。WCS用稲は、もみが完熟する前に収穫するため、主食用米より約1カ月早く刈り取ります。1日当たりの刈り取り面積は約1.5haから2ha。今年度は、37戸が約28haで、ロール約3000個を生産し、酪農と肉用牛肥育農家18戸に年間を通して供給します。



専用収穫機でのWCS用稲の刈り取り作業

ぶどう5トンの出荷を目指す

ぶどう栽培振興プロジェクト



摘心の方法を学ぶ参加者

当JAは8月6日、「欧州系ぶどう大粒品種短梢剪定樹の新梢管理講習会」をぶどう栽培実証圃で開催し、30人が参加しました。講習会ではシャインマスカットやナガノパープル、クイーンルージュ®の収穫の前に摘心や着果量の見直し、かん水、病害虫防除について学びました。今年は6月の高温、7月の少雨の影響で灌水が重要と説明しました。同プロジェクトは、発足4年目を迎え今年度は5トンの出荷を目指します。

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。市内の女性客は「頼まれて2軒分の花を買いに来た。喜んでもらえる花が豊富にあり、選びがいがあふ」と話していました。



7月30日 JAファーム佐久店 お墓参り用花市
8月12日 ヘルシーテラス佐久南 お盆用花市

適期収穫を呼びかける

初摺調整技術者講習会



説明を聞く受講者

当JAでは本格的な米の収穫を前に8月19・20・25日、管内4会場で初摺調整技術者講習会を開きました。佐久農業農村支援センターの担当者が、適期収穫と乾燥調製作業の留意点について説明。「温暖化の影響で出穂期は早まっている。平年に比べ収穫期が早まると予想されるため、極端な刈り遅れによる品質低下に注意してほしい」と呼び掛けました。今年度、新規需要米を含め14万5000俵（1俵60キロ）の集荷を予定しています。



ガラポン抽選会で盛り上がる選手と来場者



ドンリー選手（左）と生原選手（右）

バスケット選手と農産物をPR

2025信州ブレイブウォリアーズ公開練習 & バスケ教室



当JAは8月7日、佐久市総合体育館で開かれた「2025信州ブレイブウォリアーズ公開練習&バスケ教室」で加工品などを販売し、選手のサイン入りグッズが当たる企画を行いました。このイベントは、日頃の感謝を込めファンクラブの会員や地域住民に練習を公開し、佐久地域の子どもの心身の成長とバスケットボールへの関心を高め、競技人口の増加を目的に小・中学生を対象にバスケ教室を開催。約300人のブラスター、小・中学生が参加しました。特設ブースでは、望月高原ヨーグルトなどを販売し、購入者を対象としたガラポン抽選会には、選手3人が登場。選手のサイン入りグッズなどをプレゼントしました。JAは子どもたちにJAを身近に感じてもらうことを目的に第1回目からサポートし、イベントに参加しています。また、当日はエリエット・ドンリー選手と生原秀将選手が来組。高柳組合長と柳澤専務がチームに桃とプルーンをプレゼントし、激励しました。

30万パック出荷へ

プルーンのシーズン到来



当JAではプルーンを果樹の重点生産品に位置付け、佐久市や佐久穂町を中心に264戸が積極的に栽培しています。7月下旬から早生種の「アーリーリバー」、



プルーンの品質を確かめる担当者

「ツアー」を出荷。8月中旬からは県育成品種の「サマーキュート」、9月には主力品種の「サンプルーン」と約20品種を組み合わせた品種リレーでシーズンを通した安定出荷に取り組み、10月上旬まで計30万パック（1パック400グラム換算）を県内や関東方面に出荷する予定です。

順調に仕上がる

あさま果実共撰所



選果作業をする担当者

当JAでは、標高が高く湿気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いかに、主に小諸市や佐久市、立科町で桃を栽培しています。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、下旬から晩生種「川中島白桃」などを出荷しました。選果所では生産者が収穫した桃を光センサーで色や熟度、糖度を測定し選果。傷が付かないように手作業で丁寧に箱詰めしました。

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

風越公園

軽井沢町長倉
中里 好宏さん (20歳)



私の住む軽井沢町では、白糸の滝や雲場池など様々な観光スポットがありますが、私のおすすめスポットは風越公園です。風越公園はカーリング場やプールといった総合運動公園となっており、その中でもトレーニングジムをおすすめします。夏場はキャベツの出荷など農作業を行うため、なかなかトレーニングをする時間はありませんが、冬場はよくトレーニングを行っています。

トレーニングを行うことで来シーズンへ向けた体力の維持、向上を目的としています。なので私はこのスポットをおすすめします。

山

佐久市中込
櫻山 和義さん (58歳)



私は6年前から登山を始め、毎年違う山を楽しんでいます。今までに長野県や山梨県を中心に200座以上の山に登りました。中でもお薦めは金峰山の五丈岩やハケ岳横岳のツクモグサ、燕岳のコマクサです。五丈岩は大きな岩が積み重なり不思議で神秘的です。ツクモグサは、本州だと白馬岳と横岳でしか見られないので、時期を狙って行きます。燕岳は北アルプスの女王と言われ、優しい山容に魅了されます。

最近は登山者が多くゴミ捨てや事故の多発が深刻化しています。みんなで楽しむ場なので、みんなで良い環境にしてほしいと感じます。

今月のテーマ
「おすすめスポット」



残暑の時期 カレー粉を使った料理で野菜をおいしく食べよう



ピーマンの甘さに
カレー粉がマッチ

ドルマ (トルコ風ピーマンの肉詰め)

材料(3人分)

ピーマン	6個	カレー粉	小さじ1/4
タマネギ	1/4個(50g)	塩	小さじ1/4
昆布	適宜	ケチャップ	小さじ1
水	500ml	ローリエ	適宜
合いびき肉	150g	酒	大さじ2
ご飯	100g	みりん	大さじ1
		薄口しょうゆ	大さじ1
		塩	小さじ1/2

作り方

- ①ピーマンはへたの部分の部分を少し厚めに落として、軽く種を取る。へたはふたとして使うので取っておく。タマネギをみじん切りにする。昆布は水に浸しておく。
- ②ポウルに合いびき肉と①のタマネギ、ご飯、Aを入れてよく練る。
- ③②を①のピーマンに詰め、ピーマンのへたをふたのようにかぶせてようじで留める。
- ④③を重ならないように鍋に並べ、①の昆布と水、Bを入れて弱火で20分煮込んで出来上がり。

ポイント

じっくり煮込むことでピーマンの甘さが引き出されるので、子どもも食べやすい一品です。ピーマンの種は食べられるため、きっちり取らなくてもOKです。

アレンジ

- お好みの野菜と一緒に煮込む

さく地区 (東、浅間、中込、野沢支部)



勉強になるなあ

上桜井地区ほほえみ広場防災学習会



草津節で体操指導してます!

コーラスグループが
デイサービスでボランティア活動



頭も使うから
ボケ防止になる!!

岸野地区ほほえみ広場「モルック」体験中



『JAスマホ教室』参加者募集!!

JAスマホ教室を計画しました。希望者は、申込をお願いします。

期 日	時 間	内 容
10月 1日(水)	午前 10時~	①基本編 (60分) スマホに慣れる、アプリを楽しむ、ほか
	午後 2時~	②応用編 (60分) アプリのインストール、JAアプリの導入
10月 15日(水)	午前 10時~	③LINE編 (60分) LINEをはじめよう、楽しもう
	午後 2時~	④応用編 (60分) アプリのインストール、JAアプリの導入

- 会 場 JA 佐久望月支所 2階会議室 (佐久市協和 2361-1)
- 参加費 無料
- 定 員 各回20名
- 持ち物 自分のスマホ (ない方は連絡ください)
水分補給用飲み物・筆記用具

お問い合わせ・お申し込み 企画総務部総務組員課
TEL 0267-68-1112 業務携帯 070-4808-7931まで

今月の知っ得 体を動かすためのヒント 手軽に体操

2拍子と3拍子で体を動かしてみませんか? 日本体育大学准教授 ●伊藤 由美子

まだまだ暑い日が続きますが、お変わりなくお過ごしですか? 暑さのため、屋外での作業や、運動・スポーツに取り組む時間帯には工夫が必要です。特に外出時は、日差し対策や水分補給を忘れずにお過ごしください。

さて今回は、脚を上げ、腕を曲げ伸ばす運動をご紹介します。脚(2拍子)と腕(3拍子)を同時に動かしながら体の器用さ(巧緻性:こうちせい)を高めま

しょう。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。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。次に、腕は「横・肩・下、横・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ましょう。イラストを参考にしながら、初めは無理をせず、ゆっくりとチャレンジしてみてくださいね。

レッツ、トライ! 2拍子で脚を上げる +3拍子で腕を曲げ伸ばす運動



- 1 いすに座って準備をします。
- 2 左脚を上げ、右腕を横に伸ばします。
- 3 左脚を下げ、右手で右肩をタッチします。
- 4 左脚を上げ、右腕は下げます。
- 5 左脚を下げ、右腕を横に伸ばします。
- 6 左脚を上げ、右手で右肩をタッチします。
- 7 左脚と右腕を下げ、1の姿勢に戻ります。

1~7を反対側も同様に行いましょう。

日本体操協会公認
体操プログラム
「The Taizo
(ザ・タイソウ)」

号令あり



号令なし



便利帖

営農経済部営農企画課

ハクサイ



ハクサイは葉を利用する代表的な野菜です。葉が重なり合って葉球をつくる「結球ハクサイ」「半結球ハクサイ」「非結球ハクサイ」の3タイプがあります。結球ハクサイは、原産地の中国北部を中心にアジアで栽培が広がりました。日本には明治時代に導入され、品種が育成されました。水分が多く栄養価はあまり高くありませんが、漬け物、煮物、炒め物、鍋物などに幅広く利用されています。

	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
春まき	種まき	定植		収穫					
秋まき						種まき	定植		収穫

特徴

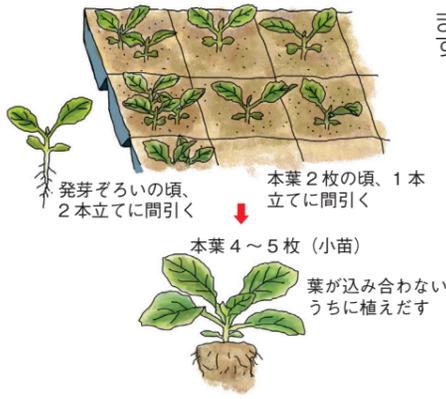
冷涼な気候を好み、高温下の栽培では病害や生理障害が発生しやすくなります。特に結球を開始してから平均気温が15℃以上の日が続くと、軟腐病が多発しやすくなります。結球前の平均気温が20℃、25℃くらいで、結球開始期頃から15℃以下の気温になると、品質が良い大株になります。秋から冬にかけて味が良くなる野菜の代表で、霜に遭うとさらに美味しくなります。

品種

品種による生育期間の差が大きいので、種まきや収穫の時期に合った品種を選ぶことが大切です。最近では葉が黄色い黄芯系が人気です。

育苗

植え付けの手間は掛かりますが、水やりなどきめ細かい管理が



できます。夏に種をまくハクサイは、病害虫や台風などの気象災害の被害を受けやすいため、育苗してから植え付けることをお勧めします。

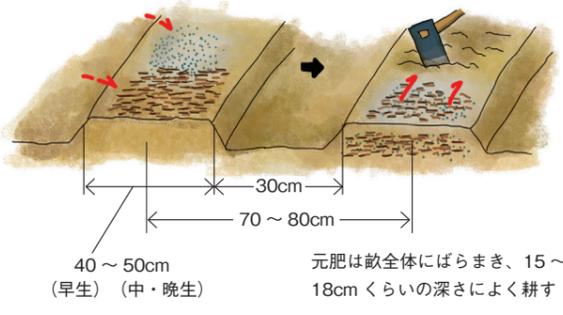
自作の用土は病原菌が混入する危険があるので、市販の育苗培土が安全です。無病用土で育てると、畑で黄化病や根こぶ病に一部感染しても被害が大きくなるまでに結球が進み、減収の程度が軽くなります。ポットの下にはビニールを敷き、土と根が直接触れないようにします。連結ポットやポリポットに種を3〜4粒まき、好光性のため薄めに覆土して軽く押さえて灌水します。本葉1枚の頃に形の悪い物や生育の遅い物を抜いて2〜3本にし、本葉4〜5枚頃まで育てます。

畑の準備・定植

アブラナ科に属しているため、

以前にキャベツ・野沢菜・チンゲンサイなど、同じ科の栽培を行った圃場を避けて輪作を行います。

①排水が良い畑で酸度矯正後、元肥1㎡当たり堆肥2kg、化成肥料100gを全面散布し、よく土と混ぜて床幅40〜50cm、通路30cmで70〜80cmの畝をつくりまします。



②種まき後約1カ月、本葉3〜4枚の苗を株間40cmで植えます。

③植え付け前の植え穴と植え付け後に十分灌水します。

ポリマルチ栽培
夏まき栽培でも効果は大きく、乾燥防止や土を軟らかく保つ効果があります。地温の抑制と雑草防除も兼ねて白黒ダブルマルチやシ

ルバーストライプマルチを使用します。

マルチ張りの注意点は水分の変動が少なくなるため、土壌が適湿のときを見計らって張ることが大切です。マルチ張りの労力や費用は掛かりますが、アブラムシや病

追肥・土寄せ

①本葉7〜8枚頃、化成肥料を1㎡当たり30g株間に追肥し、土寄せをして株がぐらつかないようにします。

直まき栽培

生育そのものは直まきの方が早い。

①ピンなどの底で浅い穴をつくり、灌水後に水が引いたら3〜5粒を点まきし、覆土後に手やクワで軽く押さえます。

②間引き：本葉1〜2枚の頃に2本に、本葉5〜6枚の頃に1本にします。

病害虫対策

害虫の発生が多い場合は、農薬を上手に使うことで防除します。防虫ネットの利用も効果的です。

病害

病害では、軟腐病・べと病・黒斑細菌病の発生予防のため、圃場の排水対策と環境整備を行います。

●高温・多湿条件で軟腐病が、低温・多湿条件で黒斑細菌病が発生しやすくなります。どちらも発生してからの防除では手遅れになる細菌性の病気のため、結

球が始まる頃に殺菌剤「ドイツポルドーA」を散布します。また、根こぶ病や軟腐病、白斑病は、アブラナ科の連作を避けたり、耐病性品種を選んで早まきを避けたりするなど、薬剤散布に頼らない、または散布回数を減らす栽培が可能です。

結球について
●株の大きさ：結球開始は外葉18〜20枚の頃、外葉の大きさが球の大きさが決まるので、適期の追肥である程度大株に育てます。

●温度：10℃以下では結球しないため、結球までの適温期（15〜20℃、佐久地方では10月上旬頃）に一定の枚数まで生長していること。

収穫

種まき後70〜90日くらいの生育日数と葉球の締まり具合から判断し、固く結球したものから順次収穫します（10月下旬頃）。軽い霜に2〜3回あてた後、外葉で結球を包んで、ワラやビニールひもで縛っておくと、遅くまで畑におくことができます。

佐久地方では寒気が強く畑で越冬できないため、収穫後4〜5日陰干しした後に1個ずつ新聞紙に包み、温度変化が少ない、1〜2℃の冷暗所に立てて保存すれば春まで保存できます。

●高温・多湿条件で軟腐病が、低温・多湿条件で黒斑細菌病が発生しやすくなります。どちらも発生してからの防除では手遅れになる細菌性の病気のため、結

害虫から「ハクサイ」を守る

ダントツ粒剤

●「定植時における適用害虫」
・アブラムシ類、ハイマダラノメイガ、コナガ、アオムシ

●「特長」
●浸透移行性に優れ、各種害虫に高い防除効果を発揮する。
●稲、野菜、花卉と幅広い作物に使用できる。

●商品のご購入・お問い合わせはお近くのJA営農センターまたは資材店舗へ

JAファーム佐久店

おすすめ商品

●野菜類の軟腐病、べと病を予防。野菜類以外にも使えて汎用性が高い。
●「使用上の注意」
●アブラナ科野菜類（キャベツを除く）に対しては、薬害を生ずるおそれがあるので、高濃度液の散布はさける。

●「特長」
●野菜類の軟腐病、べと病を予防。野菜類以外にも使えて汎用性が高い。
●「使用上の注意」
●アブラナ科野菜類（キャベツを除く）に対しては、薬害を生ずるおそれがあるので、高濃度液の散布はさける。

「ドイツポルドーA」

散布は結球が始まる前が効果的!!

銅水和剤500g
店頭価格 1,153円（税込）

ダントツ粒剤

●「定植時における適用害虫」
・アブラムシ類、ハイマダラノメイガ、コナガ、アオムシ

●「特長」
●浸透移行性に優れ、各種害虫に高い防除効果を発揮する。
●稲、野菜、花卉と幅広い作物に使用できる。

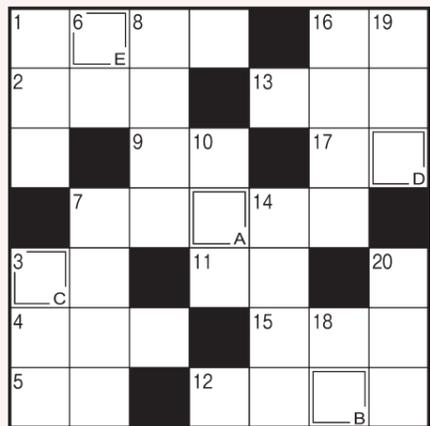
●商品のご購入・お問い合わせはお近くのJA営農センターまたは資材店舗へ

JAファーム佐久店

おすすめ商品

●野菜類の軟腐病、べと病を予防。野菜類以外にも使えて汎用性が高い。
●「使用上の注意」
●アブラナ科野菜類（キャベツを除く）に対しては、薬害を生ずるおそれがあるので、高濃度液の散布はさける。





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 9月の第3月曜日は〇〇〇〇の日。国民の祝日です
- ② 敷布団にかけます
- ③ ツナやビールを詰めます
- ④ 仕入価格のこと
- ⑤ 空振りしたらバットが切れるもの
- ⑦ 高知市の景勝地。坂本龍馬像があります
- ⑨ 重い〇〇を上げて出かけた
- ⑪ ダリアやコスモスはこの植物の仲間
- ⑫ 文は主語、〇〇〇〇、目的語などからできています
- ⑬ 鶏卵の重量の60%を占めます
- ⑮ 兄が一人いる男性
- ⑯ しめ縄から下げる白い紙。「垂」「四手」と書きます
- ⑰ なくて七〇〇

- ### ◆◆タテのカギ◆◆
- ① 車窓を流れていきます
 - ③ おしゃべりではありません
 - ⑥ アルファベットの5番目
 - ⑦ 9月1日は〇〇〇〇大震災の起きた日。現在は防災の日になっています
 - ⑧ あばら骨ともいいます
 - ⑩ 塗装していない、〇〇〇のカウンター
 - ⑭ 数え年99歳のお祝いです
 - ⑰ ホッキョクグマの別名
 - ⑱ 終わったら秋になります
 - ⑲ 祭りの〇〇〇で焼きそばを買った
 - ⑳ 十五夜に供える月見〇〇〇



先月号の答えは
『ウミホテル』
でした。

応募総数 62 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。



サザエ (佐久市)

工 アコンのない家が少なくない、時代遅れの生活です。それにしてもこんな夏がくるとは想像しなかった...

山の家のポニヨ (佐久市)

毎 毎日日うだるような暑さ。でも田んぼでは稲が穂を出して元気です。台風などこないでほしいですね。9月にはコンバインが動きだして忙しくなります。

しいちゃん (東御市)

立 秋が過ぎたら猛暑・酷暑が一段落して良かったです。熱中症にならないようにしっかりと食べたら、しっかりと体重も増えてしまいました。

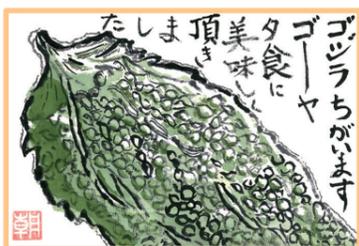
なまけ者 (佐久市)

秋 ナスを楽しみに毎年丁寧に手入れをしますが、今年は害虫に負けました...。わずかなナスを大切に食べます。

エリ (佐久市)

9 月で結婚50年となります。2人で長いことががんばりました。

K・U (御代田町)



朝 (佐久市)

近 年の猛暑で人間は勿論、畑の夏野菜もパテ気味です。モロヘイヤとオクラです。近年の日本の気候は、暑い地域を故郷とする野菜達にとっては最適な環境なのでしょう。暑さに強い野菜をたくさん頂いて私たち人間も元気にあやかりたいと思います。

さいちゃん (佐久市)

4 月から隣の席で働いている方はベテラン母さんで「料理は実験」と言い、私の知識にはない、いろんな料理をつくっている。時々持ってきて食べさせてくれたり、レシピなど教えてくれる。私もいろんな新しい違った食べ方をした。新たな出会いに感謝。

全力母さん (小諸市)



ルピナス (佐久市)

坊 ちゃんカボチャの苗を買った。ゴロゴロたくさん実がなり毎日おいしく頂いています。家族の顔や手のひらがなんだか黄色になつてくるようです。煮つころがしや素揚げ、コロケ、サラダ...。この夏は坊ちゃんカボチャに感謝です。味は一番いいです。

パンパン (立科町)

小 さなお客さんを迎え、庭で流しそうめん。竹の節をつくり、ヤスリをかけ、脚をつくりと準備はなかなか大変でしたが、大人も一緒に楽しい時間になりました。

金太郎 (佐久市)

お 盆はずっと仕事。新盆見舞いも夕方と、忙しい日々を過ごしました。

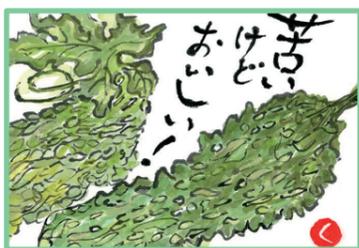
まっちゃん (小諸市)

事 情で畑の作業ができないのを知って、ご近所の方が野菜を届けてくれます。やはり、地元のとれたての野菜の味は格別においしくまた、その優しさがありがたいです。

スナフキン (立科町)

今 年は雑草がすく、草むしりが追い付きません。ストレスです。ストレスは免疫力を低下させると聞きました。この頃から顔中に湿疹ができて、痕まで残ってしまいました。これもストレスと関係あるのでしょうか。

えりちゃん (佐久市)



ピー子ちゃんのママ (佐久市)

お 盆に母と子供と一緒に、お団子をつくりました。丸いお団子をつくる予定が、うさぎの形や蛇の形など色々なお団子が出来上がり、見た目も賑やかでした。

まっちゃん (小諸市)

21 日に雨が降って少し涼しかったです。

R・H (佐久市)



ブルーン (御代田町)

稲 穂がほぼ出揃いました。来月は稲刈りです。色々準備しないと...

S・Y (東御市)



K.ばあば (御代田町)

夏 休み、娘や孫達の家族が帰ってきてわが家はいつも以上にぎやかで、食事づくりにも大忙し。肉や魚、野菜料理といろいろつくり、久しぶりに小豆の煮っころがしをたくさんつくったらとてもおいしい！とみんなバクバク。喜んでおいしく食べていただけ良かったです。

アッコ (佐久市)

私の一句

【俳句・川柳ほか】

- 厳かに神社の名を認める 仏の雅 (佐久市)
- 夏休み遊んで学ぶ子どもたち Kazu (佐久市)
- 父が持つ真っ赤な色のミニトマト パンジー (東御市)
- 夕立ちを期待して待つ雲の峰 山ひこ (佐久穂町)
- 田水満ち稲穂揃えば晴れ続けねこ (佐久市)
- お辞儀する稲穂の数の多くなり 花木権 (佐久市)
- 空深き朝の初穂や露きりり 竹 (東御市)
- 皆元気毎日食べる肉料理 丁子 (佐久市)
- 出穂早くておろおるとおろおると ベーター (佐久穂町)
- 湯に浸かりそつと目を閉じ秋の虫 ひでりん (小諸市)
- コオロギの鳴きて夢路へ入りたる 綾 (小諸市)
- 色づきの稲穂の波は佐久平 かほ (佐久市)
- 芋掘りの汗を拭いて侍めば デブジ (佐久市)
- 頬じわ掠めひとすじの風 爾楽庵 (佐久市)
- 病葉か、初秋告げ知らす一枚か H・S (佐久穂町)
- 夕陽に染まる紅の美し
- 盆送り帰り行く娘を見送りて 落つる涙は母親ゆえか

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)
- ③ 今月の知っ得「手軽に体操」の感想
- 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 JAHOHO
「遊YOUポスト」係あて

★クイズ正解者の中から抽選で3名の方に「まごころ商品券(3,000円分)」を差し上げます。



- 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。

●締切9月26日(金) (消印有効)



秋の収穫祭「さくあさマルシェ」

みどりのひろば軽井沢で秋の収穫祭「さくあさマルシェ」を開催します。みなさまのご来場をお待ちしております。



- 内容
 - ・令和7年産米「おにぎり」の販売
 - ・フラワーアレンジメント教室
 - ・あったか汁の振る舞い
 - など
- 開催日 10月11日(土)・12日(日)
- 時間 午前9時～
- 場所 みどりのひろば軽井沢(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

農産物価格低迷に対する金融支援のご案内

昨今の農産物価格の低迷による農業経営への影響緩和と経営安定化に資することを目的に金融支援を実施いたします。

- 資金名 アグリマイティローン
- 対象者 農業資材購入のための資金を必要とする野菜、園芸農家
- 資金用途 農業用資材、燃料代(固定化未収金の整理等は対象外)
- 貸付限度額 「購入代金+借入諸費用」の範囲内
- 貸付期間 5年以内(据置1年以内)
- 保証 長野県農業信用基金協会
- 貸付金利 JA利子補給により低利でご利用いただけます
- 詳しくはお近くのJA融資取り扱い店舗へ

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13日(土)・14日(日)・15日(月)・20日(土)・21日(日)・22日(月)・23日(火)
 - 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



令和7年度ライスセンター利用料金のご案内

今年度のライスセンター利用料金は下記の通りです。

■ ライスセンター利用料金表 (1俵/60kg)

項目	料金(税抜)	備考
籾摺料	750円	あさま地区は900円
精米料	1,080円	
乾燥料(個別張込)	1,470円	
乾燥料(共同張込)	1,110円	対象施設 ※1
半乾燥料	750円	はげかけ米・水分16%以下のもの
包装料	168円	
施設利用料(色彩選別機導入施設のみ)	144円	対象施設 ※2

※1: 高瀬・中佐都・平賀・野沢・白田・中沢・芦田・北御牧
 ※2: 平根・東・高瀬・中佐都・平賀・中込・野沢・田口・佐久町・御代田・中沢・八幡・芦田・西部・東部・北御牧

■ 色彩選別料金 (1俵/60kg)

項目	料金(税抜)	備考
選別料(JA出荷)	216円	持ち帰りの場合720円 ※3
再包装料(JA外)	168円	※4

※3: 一定量の雑草イネ(赤米)等の異物を確認した玄米
 ※4: JA施設で籾摺調整品の場合は無料で再包装します

■ 令和7年度出荷経費 (1俵/60kg)

項目	料金(税抜)	備考
検査施設利用料	72円	出荷米の検査施設利用料

JA委託ライスセンター施設は利用料金が料金表と異なる場合があります

- お問い合わせ 営農経済部米穀畜産課 TEL 0267-68-1117

令和7年産米概算金

JA佐久浅間安心基準米概算金一覧

1俵(30kg紙袋×2袋) 単位:円(税込)

品種名	等級	令和7年産米紙袋110円×2含
コシヒカリ特A	1等	28,780円
	2等	27,340円
	3等	26,320円
コシヒカリA ミルククイン	1等	28,240円
	2等	27,220円
	3等	26,200円
コシヒカリ® (70%以上75%未満・1等)	1.9mm選別	27,940円
	上記以外	27,640円
あきたこまち	1等	27,820円
	2等	26,800円
	3等	25,780円
風さやか	1等	27,700円
	2等	26,680円
	3等	25,660円
つきあかり	1等	27,700円
	2等	26,680円
	3等	25,660円
その他全銘柄	1等	27,220円
	2等	26,200円
	3等	25,180円
もちひかり・水もちその他 (令和7年11月30日集荷まで以降600円減額)	1等	26,260円
	2等	25,240円
	3等	24,220円

※概算金の支払い後に米販売情勢が大きく変わった時には、追加精算金が見込めます。
 ※JA長野県安心基準米外の一般米は概算金支払時に1俵(60kg)マイナス300円の価格差が生じます。
 (一般米とは、種子更新の確認ができない、栽培日誌が未提出の出荷米をいう)

JA佐久浅間加工用米概算金一覧

1俵(30kg紙袋×2袋) 単位:円(税込)

全品種共通	等級	令和7年産米紙袋110円×2含
加工米(うるち米) (集荷期限:令和7年11月30日)	1等	21,340円
	2等	21,040円
	3等	20,080円

- お問い合わせ 営農経済部米穀畜産課 TEL 0267-68-1117

理事会 8月26日開催

決議事項
 第1号議案 自己資本比率算出要領の全部改正について

- 主な報告事項
- ① 7月末部門別損益計算書について
 - ② 令和7年度期中決算実施要領について
 - ③ リスク管理強化にかかる実践支援プログラムの取組成果について
 - ④ 令和7年度第3四半期余裕金運用計画について

- ⑤ 有価証券の購入について
- ⑥ 農産物価格低迷に対する金融支援について
- ⑦ 内部監査実施状況について

監事会 8月26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
- ③ 7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7日(火) 三岡店 18日(土) 佐久望月支所
 - 相談役 JA長野信連 社会保険労務士 湯本 久美
 - お申し込み 支所金融窓口または本所金融部 TEL 0267-67-0610

- 営農・就農相談
- 相談日 10月20日(月) 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 10月14日(火)
 - ※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

NISA・資産運用に関するご相談はJAまで!

JAではNISA制度や資産運用に関するご相談を受け付けております。「NISAって話題になっているけど、どんな制度なの?」「興味はあるけど、どうしたらいいのかわからない・・・」など、些細な疑問にもお答えいたします。みなさま一人ひとりのライフプランに合ったご提案をさせていただきます。詳しい内容につきましては、ライフサポートセンターまでお問い合わせください。※ご来店の際には事前にご予約をお願いいたします。

- お問い合わせ 金融部 ライフサポートセンター TEL 0267-78-5960

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7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【25160440258】

[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・細粒

- ポイント**
- ① ガスわきによる根傷み防止、うきワラ軽減
 - ② 酵素資材のため土壌環境の影響を受けません
 - ③ 散粒機・動力散布機・ドローンで撒けます

**10aに2kg(1袋)で
ラクラク散布**



アグリ革命 メニコン 検索

有機物腐植化促進材
バイオフィミン
BIOHUMIN

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)**



バイオフィミン、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
 土壌酵素活性化剤
ワラクサール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)。

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

令和7年度 稲わら腐食促進材予約注文書 切り取り線 申込締切日 令和7年9月26日まで

お名前	アグリ革命	わらゴールド	バイオフィミン	ワラクサール	引取方法
チラシ価格	2,874円	1,509円	1,953円	3,697円	自己取・配達
電話番号	2,858円	1,501円	1,942円	3,675円	
	袋	袋	袋	袋	

※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、商品の配達のみご使用します。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。

まごころ宅配
 A-COOP



商品のご案内

(株)長野県A・コープまごころ宅配センター(千曲市)
 から全県にお届けいたします。

- ・お届けはお昼前後から17:30頃の予定となります。また、配送曜日は現状と変更になる場合があります。
- ・お届け手数料は税込370円/回になります。(物流費高騰により何卒ご理解願います)

**管理栄養士監修によるバランスのとれた食事づくりを
ご提案します。** ・お料理アドバイスや、食と農の情報誌をお届けいたします。

**県産・国産の農畜産物を優先し、
新鮮・安全・安心・健康にこだわった商品をお届けします。**



・店舗の幅広い品揃えの中から、長野県A・コープ自慢のオリジナル商品や「信州ポーク」、
 バイヤーおすすめ品などもお届けします。店舗のご当地フェアなどと合わせ魅力ある商品も提案します。

ご利用コース

おまかせコース[8品~10品] 週2回お届け
 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。

いきいき便利コース[9品~10品] 週1回お届け
 小セット(1~2人用) 月額 税込約10,000円
 ※お届け曜日は月・火・水のいずれかとなります。

選べるコース[宅配新鮮だより] 週2回お届け
 長野県A・コープの人気商品など
 毎週約110品からお選びいただけます。

定期配送品
 毎日必要な食品や、長野県A・コープ
 オリジナル商品など約17品に集約しました。

A・コープ友の会会員様にお得な特典!
 年間税込10万円以上ご利用の方に、
 長野県A・コープ友の会ポイント**500ポイント**プレゼント!



長野県A・コープ
 友の会会員サービスは
 こちらをチェック!



お問い合わせ

(株)長野県A・コープまごころ宅配センター
 〒387-0001 千曲市大字雨宮317
 TEL:026-214-7817
 [受付時間] 9:00~17:00(土日祝日・年末年始除く)

農を拓く



新しい化高密植栽培で安定した収穫量を目指したい

佐久市協和 藤平 成寿さん (40)

佐久市協和の藤平成寿さんは1.3haの圃場で「ふじ」や「シナノスイート」「シナノリップ」など7品種のリンゴ栽培に取り組んでいます。

高校卒業後から祖父母の圃場で荷物の運び出しや剪定後の枝の片付けなどの手伝いをしていました。手間をかけた分、収穫量が増える事を面白く感じ、平成17年に就農しました。新しい栽培方法や資材の情報を聞いたら「とりあえずやってみる」をポリシーに取り組んでいますが、近年は高温多湿や霜、カメムシなどの影響で平年との比較が出来ず難しいと感じています。

藤平さんは「3年前から取り組んでいる新しい化高密植栽培の面積を増やし、安定した収穫量を目指したい」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

