

その笑顔、ひとりひとりが宝物。

# Smile

2026年 3 月号

vol.719



P2-3

JAあづみ創立60周年記念ツアー-GOGOハワイAgain閉幕

P8-9

職員人事異動



ANNIVERSARY  
JAあづみ 1965-2025



INDEX

04・05.....安曇野豊穰堂農メモ

06・07.....ほっとレポート

10・11.....すまいる情報チャンネル

12.....あつまるつながるみんなのあした

13.....あしたへのあんしん

14・15.....うれし楽し交流広場

※表紙写真 育てた大豆をミキサーにかける豊科北小学校の児童たち



# 60周年記念ツアー TAgain閉幕

J A あづみ創立60周年を記念し、「GO GO ハワイ TAgain」が実施されました。本企画は当初、創立55周年を機に実施を予定していましたが、新型コロナウイルスの影響により延期となり、この度60周年という節目の年に実現しました。

ツアーは、令和7年11月17日から21日、令和8年1月13日から17日、さらに1月19日から23日までの全3工程に分けて実施し、総勢約50名の方にご参加いただきました。それぞれの工程で参加者同士が親睦を深め、南国ならではの景色や文化を楽しみながら、特別な時間を共有しました。

参加者からは「楽しい思い出を残すことができ、時間が経つのがあっという間だった。こうした機会があればまた参加したい」といった声が聞かれました。



ホノルル  
5日間の旅!!





# JAあづみ創立 GOGO! 17



豊かな安曇野の大地が育てる安全・安心な自然の恵み。皆さんと一緒に元気な農業をお手伝い!

## 果実

## 剪定の見直しと発芽前管理

厳しい冬を乗り越え、樹が活動し始める時期となりました。冬作業の見直しを進めて、春の芽吹きに備えていきましょう。

## 1. 整枝剪定の見直しと、

## 幹や枝の病気チェック

・仕上げと見直しの時期となります。内枝に十分に日光や農薬が届くかを想定して見直して下さい。

・特にブドウは春の水あげが早い品目ですので、見直しは早めに実施して下さい。

・リンゴの腐らん病やモモの穿孔細菌病枝病斑など、幹や枝に出る症状が確認し易い時期です。剪定の見直しに併せて確認と治療をして下さい。治療の際に出た削りカスや病枝は焼却処分して下さい。

## 2. 発芽・開花に向けた管理

・モモは自家用でお問合せが多い縮葉病の防除時期です。3月下旬

(梓川地域宮農センター主任 西牧 雅史)

旬頃を目安に実施して下さい。また、月末頃からは摘蕾の時期となります。蕾が小豆大になる頃が適期です。

・ナシは芽すべり(花芽整理)の時期です。スレ果になりづらい斜め上向きの芽を残して下さい。

## 3. 苗木の定植

・苗木は品種名などがしっかりとわかるものを選んで購入して下さい。購入時に付いているタグは幹に食い込んでしまつ事がある為、外して別途管理して下さい。

・3月下旬から4月初旬頃を目安に、地温が十分上がってきたら定植します。苗木は定植前に水が凍らない場所で一昼夜以上吸水させて下さい。

・近年は春先に乾燥する事が多くなりました。植えた苗木が乾燥枯死してしまわないよう、定期的に水をやって下さい。

詳しくは各地域宮農センター果樹指導員までお問い合わせ下さい。

## そ菜

健全な野菜を生産するため  
に土づくりをしましょう。

土壌診断を行い土の状態を把握し、健全な野菜を栽培するための土づくりを行いましょう。

野菜が健全に生育するためには、根が深く土壌中に伸長し十分に養水分を吸収できることが大切です。そのためには土壌の水はけや通気性がよく、保水力があり、酸度が適正で、肥料分に富んでいることが必要です。

## 有機質資材の投入と深耕

土壌の水はけや通気性をよくするためには、土の団粒化を促す必要があります。有機質資材を十分に施すことで土の団粒化を促進させることができます。また、作土層を厚くすることで根域を確保し、湿害などに対応するため、有機物資材投入時に深耕するように心がけましょう。

## PHの矯正

畑の土は、石灰・苦土が作物の吸収や雨による流亡で減少する場合や、窒素肥料によるアンモニアの硝酸化によって、酸性化する傾向にあります。逆にハウス作型の土壌は石灰の蓄積によってアルカ

リ性に偏る傾向にあります。どちらに偏っても肥料分が吸収しにくく作物がうまく生育できません。野菜により適した土壌酸度は違いますが、PH6〜7を目安に適正な資材を施し、矯正して下さい。

## 玉ねぎの防除関係

たまねぎの代表的な病気の一つに「べと病」があります。気温15℃前後の多雨条件で発生が懸念され、甚大な発生をしてしまうと大きな減収に繋がってしまうため、必ず予防防除を心掛けましょう。

防除時期	使用農薬	希釈倍率	10a散布液量	使用時期	使用回数	病名
3月中旬	ゾーバックエンテクタSE	3000倍	200L	収穫7日前	2回以内	べと病
3月下旬	コサイド3000	1000倍	200L	—	—	軟腐病 りん片腐敗病
4月上旬	リドミルゴールドMZ	1000倍	200L	収穫7日前	3回以内	べと病 白色疫病
4月中旬	ランマンフロアブル	2000倍	200L	収穫7日前	4回以内	べと病 白色疫病
4月下旬	ベトファイター顆粒水和剤	2000倍	300L	収穫7日前	3回以内	べと病 白色疫病

詳しくは各地域宮農センター又は、各地区担当指導員までお問い合わせください。

(穂高地域宮農センター 古川 翔太)

# 水稲

3月は種籾消毒・浸種作業等が始まります。昔から「苗半作」とも言われているように、苗作りはその年の作柄を大きく左右します。天候不良等に負けない苗作りを目指しましょう。

## ◆水稲種籾の準備と種子消毒

種籾は全量種子更新をお願いします。準備する種籾の量は10a当り3〜3.5kg程度を標準に用意し、厚播きにならないように注意しましょう。苗箱1枚当たりの播種量は乾籾量で160gが適量です。

※米トシサビリティー法に基づき種子購入伝票は3年間保存して下さい。保存していなければ罰則規定が適用になります。

## ◆種子消毒に『エコホープ剤』を使用する際の注意事項

この剤は生菌なので、種子消毒後は乾かさずにそのまま水浸して下さい。また殺菌剤の『タコレート』を使用すると『エコホープ』の菌を殺してしまいますので、使用しないで下さい。育苗期間中に青カビが見られますが、『エコホープ』の菌によるもので生育に影響はありません。

※種子消毒の残液は河川への流入や地下水への影響がないよう適正な処理をお願いします。



## ◆浸種

浸種温度は10〜13℃とし、積算水温で1000℃を目安に行ってください。この時、水温が5℃以下だと発芽勢が低下することもありますが、15℃以上ではバカ力苗病が発生しやすくなるので、適温で管理をお願いします。浸種中は停滞水で行い浸種始め2〜3日は換水せず、4日目以降に種籾が酸欠にならない様に換水します。

## ◆催芽

催芽時の適正温度は28℃です。30℃以上では細菌性病害が発生しやすくなるので注意して下さい。

当JAでは「JA長野県安心基準米」への取組みをしています。JA長野県安心基準米は次の要件を満たしたお米です。

- ① JA長野県安心基準米チェックシートに取組み生産された米であること。
- ② 種籾の種子更新を行い、品種名が確認された種子で生産すること。
- ③ JAの防除基準に基づいて、農薬ラベルの確認を行い使用すること。
- ④ 栽培日誌を正しく記帳し、JAへ提出すること。

1つでも要件を満たしていない場合はJA長野県安心基準米から外れてしまいますのでご注意ください。

ご不明な点は、各地域営農センターまたは各地区指導員までお問い合わせ下さい。

(穂高地域営農センター係長 下田 裕貴)

# 花き

## 『花き栽培を始めてみませんか』

露地でも栽培が可能で出荷できる品目や栽培方法があります。今回は、比較的管理が容易な露地品目を紹介します。

## ひまわり

ひまわりは露地栽培が可能な切り花で、直播での栽培のため、育苗の手間が掛かりません。播種後から開花の日数が読め、作業日程が組みやすい品目となります。近年では新規で取り組む生産者も増え、長野県の産地の中でトップクラスの生産量となります。

出荷の時期★6月〜10月★

長期間の継続出荷が販売的に有利です。一斉に播種をすると開花が重なり、収穫が間に合わなくなるため、播種時期をずらして栽培を行います。主に夏場の花のため、9月中旬出荷位までの需要が見込めます。

※あづみ産のひまわりは市場の評価も高く、生産量の拡大が望まれています。

## 基本作型

発芽適温 25℃  
生育適温 30℃〜20℃  
露地

5月上旬〜8月中旬 随時  
圃場準備・は種  
生育期 水・消毒管理

は種後、50〜60日でお荷  
ハウス  
ハウス栽培は露地に比べ、春は早くから、秋は遅くまで栽培可能です。

## アスター

盆花として、露地で栽培が出来、栽培管理も比較的容易に出来ます。市場からは貴重な品目とされ、栽培面積の拡大を要望されています。7割〜8割が注文で推移しており、通常の販売も各産地の生産量の減少から高値で推移しております。※同じ圃場で連作が出来ない為、各産地で栽培面積が減っておりません。ぜひ作付けをお願いします！

## 基本作型

- ・ 3月下旬〜4月上旬 是種
- ・ 4月下旬 仮植(本葉が見え出す頃)
- ・ 5月中旬 定植〜ネット張り
- ・ 7月下旬 管理(水・消毒等)
- ・ 7月下旬〜 切り花(収穫)

※ひまわり・アスター栽培講習会の開催

3月16日(月) 午後2時〜

営農経済事業部2階会議室

今回ご紹介した切り花以外にも興味がある方・花き栽培に興味を持たれた方は個別にご対応をさせて頂きますので、各地域営農センターまたは農産課へお問い合わせください。



(農産課主任 小山 幸亮)



1月  
19~22日



### 将来の安曇野の農地を守る JAと安曇野市農業委員会が初の農地相談会開催

JA あづみと安曇野市農業委員会は、農地の貸借や売買などに関する悩みや疑問に応える「農地相談会」を初めて開きました。相談会は豊科、穂高、三郷、堀金の4地域で実施。どの地域でも「後継者がいないため今後どうしたらいいかわからない」といった相談が寄せられました。農業企画課の吉澤大和課長は「予想を上回る人が訪れ、定期的な相談の場が必要だと感じた。反省点などを農業委員会と共有し、積極的な農地の利用調整をしたい」と話しました。



1月  
15日



### 梓川支所で小正月に合わせ甘酒のふるまい

JA あづみ梓川支所ではくらしの活動の一環として小正月に合わせ来店者に甘酒の振る舞いを行いました。無病息災、五穀豊穡を祈願し当日は朝9時の開店に合わせ甘酒を用意し正午までに約70人に配布。麴で作った甘酒は程よい甘さで「飲む点滴」とも言われており、支所や営農センターに訪れた組合員や利用者からは「寒い日に甘くて温まってちょうどいい」「酒粕の甘酒は苦手だがこれは飲みやすい」と好評でした。



1月  
20日



### 女性部梓川支部で簡単帽子作り

JA あづみ女性部梓川支部は、優ふれあいセンターで簡単帽子作りを開催し、部員やJA職員ら16人が参加しました。講師には古畑美津子さんを迎え、オリジナル帽子作りに取り組みました。参加者は古畑さんが用意した赤や青、水色といった綿の布を丁寧に縫い合わせていき、会場は終始和やかな雰囲気に包まれました。参加者は「難しかったが、上手に仕上がって嬉しい。料理や外出するときにも早速使いたい」と笑顔で話しました。



1月  
17日



### 社協と連携「餅つき大会」を開催

JA あづみ女性部有明支部は、安曇野市社会福祉協議会が運営する穂高北部児童館と連携し、餅つき大会を開きました。乳幼児や保護者、小学生、支部員、JA職員らが参加しました。子どもたちは、職員や保護者に支えられながら元気よく臼に振り下ろしました。ついた餅はきな粉やごま、雑煮などにしました。部員の秋山やよいさんは「子どもたちの心に温かい思い出が残ってほしい」と述べました。



1月  
21日



### 女性部と常勤役員が懇談 女性の声を事業に活かして

JA あづみ女性部は本所で「女性部と常勤役員、室・事業部長」との懇談会を開きました。女性部員やJA役職員ら28人が出席し約2時間にわたり、様々な話題について話し合いが行われました。同会は女性の視点からJAの運営などに関する意見や要望を提案し、JA役職員らと直接話し合う機会として毎年開催しています。矢口美智子部長は「女性部とJAが連携を強化し、組織力の向上を図っていきいたい」と話しました。



1月  
19~20日



### 金融窓口担当者の提案力強化へ セールス・トレーニング研修を実施

JA あづみ金融課は堀金支所と三郷支所で、金融窓口職員を対象とした「窓口担当者セールス・トレーニング研修」を実施しました。同研修は、株式会社日本マネジメント協会の井上昌美さんを講師に迎え、お客様のニーズに寄り添った提案力の向上と、窓口担当者のスキルアップを目的に行われました。研修ではお客様アンケートを活用したヒアリングを実施し資産運用の状況などを確認しながら、ニーズに応じた推進方法を学びました。

2月  
18日1月  
24日

### ハイジの里で節分イベント開催

安曇野市豊科の JA あづみ大型農産物直売所安曇野スイス村ハイジの里で、節分イベント「福まめまき」を開催しました。穂高神社でご祈祷いただいた当たり付き福豆や紅白餅などを、「鬼は外」「福は内」と威勢のよい掛け声でまきました。会場には約 200 人以上の来場者が集まり、今年の福をつかもと懸命に手を伸ばしました。また店内の「北陸豊鮮」では新鮮な魚貝をふんだんに使った特選海鮮恵方太巻を販売し、会場は盛況となりました。

### 資産運用のポイントをわかりやすく解説「資産運用・資産形成セミナー」開講

JA あづみ金融共済事業部貯金課は「資産運用・資産形成セミナー」を開催し、組合員や地域住民ら約 20 人が参加しました。セゾン投信株式会社の谷村一樹氏を講師に迎え、「NISA が創る新しい未来」と題し約 120 分講演を行いました。セミナーでは昨今の経済情勢を踏まえて資産運用の必要性や投資のコツ、NISA（小額投資非課税制度）の概要など、資料を用いてわかりやすく解説しました。

2月  
8日1月  
28日

### ペット供養祭を初開催 思い出を胸に冥福祈る

JA あづみと（株）長野エコープサプライは JA 虹のホールとよしなで初のペット供養祭を開催しました。当日は松本市の金松寺副住職による読経のなか、参加者一人一人が焼香。これまで共に過ごした大切な家族との別れを惜しみながら、それぞれの冥福を祈りました。（株）長野エコープサプライの小野寺悟課長は「ペットはかけがえのない家族の一員。少しでも心を落ち着かせる時間になれば」と話しました。

### 営農指導員らが玉ねぎ生育状況を調査

JA あづみ営農指導員らは、管内で玉ねぎの苗の生育調査を行いました。生育状況と欠株の状況を把握し、今後の栽培管理や収量予測に役立てるため、毎年定植後に行われています。調査は、管内 4 地域の圃場で行い、葉数と葉長を測定。25 年 12 月の厳しい寒さが影響し全体的に欠株が例年よりも多い傾向が確認されました。今後は、苗の生育状況を踏まえた上で栽培管理などに役立てていきます。

2月  
9日1月  
31日

### 今年もおまたせ「うんめえ漬け（ぬか漬け）」の販売始まる

JA あづみ女性部西穂高支部の「牧大根プロジェクト」が作る漬け物「安曇野うんめえ漬け」の主力商品「ぬか漬け」の販売が、安曇野スイス村ハイジの里やファミリーマート堀金烏川店、穂高農産物直売所で始まりました。2月9日、西穂高ふれあいセンター加工所で袋詰め作業を行い、メンバーの 9 人は、ぬか漬けを袋にいれ、真空パックにシラベルを貼り付けました。ぬか漬けは税込 550 円（1 袋 = 200 g）で、約 2500 袋の出荷を予定しています。※売り切れ次第終了。

### 住宅ローン控除活用セミナー開催 制度の概要をわかりやすく解説

JA あづみ金融共済事業部は本所で「住宅ローン控除活用セミナー」を開講し、住宅ローン新規利用者ら約 32 人が参加しました。講師には関東信越税理士会大町支部の中村一雄税理士を招き、住宅ローン減税の概要と令和 7 年度分の申告手続き等について学びました。セミナーでは制度の概要や控除の適用要件について具体例を交えながら説明を行い、控除額の計算明細書や所得税申告書等の記入方法を解説しました。

## 令和 8 年度記帳代行サービスのお知らせ

JAでは、組合員の皆さんの農業所得申告の決算書作成のお手伝いをしています。下記のようなことでお困りの場合JAにお任せください。

○記帳の仕方が良くわからない ○取引を記帳する時間がない ○書類作成が難しくて誰かに頼みたい  
記帳とは

○JAがあなたの代わりに簿記記帳をします。

○複式簿記により貸借対照表や損益計算書、総勘定元帳を作成するので55万円または65万円の特別控除を受けることができます。

※記帳代行には利用料金が必要となります。

※募集期間 令和8年4月末締切



<お問い合わせ先>

JA あづみ宮農経済事業部 担い手支援室 TEL 72-2933

## 企業説明会のお知らせ

令和9年3月卒業予定の学生(大学、短大、専門)を対象に下記の通り説明会を開催いたします。当日は、企業概要の説明や職員への質問コーナーなどを予定しております。

- 日 時** 令和8年3月27日(金) 午前の部:10時~12時 午後の部:14時~16時
- 場 所** JA あづみ本所 2F 中会議室
- 申込方法** マイナビ2027の応募フォームまたは下記お問い合わせ先までご連絡ください。

総務開発事業部 人事教育課【TEL 0263-72-2930 担当:三澤】

※上記説明会の他、随時、個別の説明会も実施いたしますので、お気軽にお問い合わせください。

## JAファーム みどりの店からのお知らせ

3月に入り、種ジャガイモの植付け時期です。じゃがいもの生育におすすめの肥料を紹介します。

		
<p><b>いも専用肥料(元肥)</b> 「いも」の育成に必要な、チッソ、リンサン、カリがバランスよく配合されています。 <b>1㎡あたり110g~130g</b></p>	<p><b>有機堆肥</b> 牛ふん+樹皮堆肥を丹念に発酵処理。土壌がやわらかくなり、保水性・透水性・通気性が良くなり、健全な土壌に若返ります。 <b>1㎡あたり2kg~3kg</b></p>	<p><b>苦土石灰</b> 酸性土壌を中和して地力を高めるとともに有機質の分解を助け、植物の葉緑素や根の生育には不可欠なものです。 <b>1㎡あたり100g</b></p>

※じゃがいも種子不作のため、入荷が大変不安定となっておりますので品切れの際はご了承ください。

# 水稻一発肥料「あづみ水稻一発 zerocoat」(省力15kgタイプ) を使用される皆さまへ

## ◎全面散布の方

10a あたり 4 袋 (60kg) の散布となります。散布量に注意してください。  
フレコンで全面散布する際も散布量に注意してください。

## ◎側条施肥田植機で使用される方

10a あたり 3 袋 (45kg) の散布となります。散布量に注意してください。

### キセキ田植機 側条施肥 目安表

F型施肥機 (PRJシリーズ) ※ (比重) 0.90kg/m<sup>3</sup> ・ (kg/10a)

本機施肥目盛	40	45	50	55	60
本田への施肥量	39.9kg	44.8kg	49.7kg	55.7kg	60.2kg

### クボタ田植機 側条施肥 目安表

本機型式施肥 NWシリーズ … 計量値入力画面で「590」または「595」と入力する  
本機型式施肥 WDシリーズ … 仕様目盛は「標準」を使用する

本機型式施肥 AWシリーズ (比重) 0.90kg/m<sup>3</sup> ・ (kg/10a)

本機施肥目盛	45	50	55	60	65
本田への施肥量	36.9kg	41.0kg	45.1kg	49.2kg	53.3kg

### ヤンマー田植機 側条施肥 目安表

本機型式施肥 YR-D・YR-DAシリーズ (比重) 0.90kg/m<sup>3</sup> ・ (kg/10a)

施肥調量ダイヤル	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0
本田への施肥量	37kg	42kg	46kg	51kg	56kg

- 圃場条件、スリップ率、ロール、ブラシの摩耗等によっては、施肥量に誤差が生じます。
- この資料は標準的施肥量であり、各種条件によっては異なりますので目安値として活用してください。
- 上記以外の田植機を使用されている方は、JAあづみ農業機械センターへご相談ください。
- 肥料の使用方法などは、最寄りの地域営農センターへご相談ください。

施肥目安のお問合せ : JA あづみ農業機械センター TEL73-6886

# 女性部フェスティバル開催

～想いをひとつに生き生きと活動～

2月7日

JAあづみ女性部

安曇野スイス村サンモリッツで毎年恒例の「女性部フェスティバル」を開きました。13支部の部員やJA役員ら約190人が参加。支部活動の発表や記念講演のほか、農産物・手芸品など販売しました。開催前にはフードドライブを実施し、集まった食料品は生活支援に役立ててもらうため、同市のまいさば安曇野に届けました。

矢口美智子部長は「他支部の部員と交流ができる大変貴重な機会。ぜひたくさんの人と会話をして親睦を深めてもらいたい。本年度も盛りだくさんの内容になっていますので、最後まで楽しんで欲しい」とあいさつしました。

同フェスティバルは、部員同士の絆を深めるとともに想いをひとつに生き生きと活動するため毎年開催されていて、他支部の発表を聞くことで次年度の活動意欲向上にも繋がっています。



▲同部理事らによる本年度の活動発表と「マツケンサンバのダンス」



▲北穂高支部の活動発表と童謡唱歌の披露



▲西穂高支部の活動発表と東京ブギウギのダンスを披露



▲シャベラーズ26による演奏

## 活動の成果披露



▲元NHK「きよの健康」キャスターの久田直子さんによる記念講演

北穂高支部や西穂高支部の年間活動発表やダンス、シャベラーズ26によるスコップ三味線の演奏、令和7年度の女性部理事が活動報告とダンスを披露するなど1年間の取り組みを元気づけたいと披露しました。発表した部員は「ステージでは緊張したが、仲間たちと気持ちをひとつにして練習してきた成果が出せたと思う」と笑顔で話しました。

また会場には、支部・サークルの活動で作った紙細工や手芸品、ランプなどを展示。手作りの生こんにゃくや葉付き荳わさびなども販売しました。

活動発表のあとには、元NHK「きよの健康」キャスターの久田直子さんが「病気の予防につながる食事と運動とは？」と題して記念講演を行いました。

## 各支部とサークルの展示品

〈有明支部〉



〈北穂高支部〉



〈穂高支部〉



〈西穂高支部〉



〈烏川支部〉



〈三田支部〉



〈南穂高支部〉



〈上川手支部〉



〈高家支部〉



〈温支部〉



〈梓川支部〉



〈SAKAIファミリー〉



# あしたへのあんしん

デイサービス  
あんしんの里  
**楡**

新しい年を迎え、あっという間に日々が過ぎていきます。今年も大寒波や最強寒波といった寒い日が続いていますが、利用者様は元気に通われています。

季節の行事として、毎年恒例の繭玉作りを行いました。利用者様は手慣れた手つきで様々な形を作り、柳の枝に色鮮やかな飾り付けを施しました。皆で無病息災を願いながら、楽しいひとときを過ごしました。

また、この寒さを利用して、氷餅作りにも挑戦しました。利用者様が豊富な知識を持っており、包み方や縛り方、干し方を教えていただきながら進めました。氷餅を作る過程で思い出話も弾み、干されている氷餅が完成するのを楽しみにしています。



デイサービス  
あんしんの里  
**南穂高**

2月に入り、寒さが一層厳しくなってきましたが、利用者の体調にも気を配りながら、楽しく過ごしています。

午後のレクリエーションの時間には、久しぶりにおやつ作りを行いました。今回は「蒸しパンを作ってみよう」との提案があり、初めての挑戦でした。粉を捏ねる作業は慣れた手つきで進められましたが、チョコレートやハチミツを使って模様をつける段階では、「私、うまくできないかも」「どんな模様になるかな」と悩みながらも楽しんでいました。出来上がったパンを見て、皆さんとても喜んで美味しく召し上がっていました。

そして、2月3日の節分の日には、毎年恒例の豆まきを行いました。今年は、落花生の代わりに、古紙を皆さんに協力して丸めてもらった玉を豆として使いました。鬼に変装した職員が登場すると、「鬼は外、福は内！」の掛け声に合わせて、鬼目がけて一斉に玉を投げました。「皆さんのお家では豆まきをしますか?」、「厄も払えたので、今年も健康で過ごせるといいですね」などと話しながら、楽しい時間を過ごしました。



## 令和8年度NPOあんしんの事業のご案内

特定非営利活動法人JAあづみくらしの助け合いネットワーク“あんしん”では、令和8年度に次の事業を実施しますのでぜひご参加ください。

- 五づくり畑 毎月2回土曜日（野菜販売、交流、情報交換）
- 健康体操教室 毎月2回土曜日（健康体操、体力づくり） 会費500円/回

日程の詳細は令和8年度になって改めてご案内します。



## 年金相談室

年金の専門家（社会保険労務士または年金相談員）がわかりやすく相談に応じます。

夜間や週末も開催しております。お仕事帰りやお休みの日にもお気軽にお越し下さい。

日	時	場所
3月12日(木)	17:00~19:00	三郷支所
3月17日(火)	9:00~15:00	有明出張所
4月15日(水)	9:00~15:00	三郷支所
4月16日(木)	17:00~19:00	梓川支所

## 家族で楽しむおいしい一皿

料理研究家 和田麻紀子

目にも体にも優しい野菜の彩りを楽しむ料理

### ブロッコリーのオイル蒸しとしらすの Pasta



ブロッコリーの栄養を逃さず食べる春色パスタ

#### ポイント

ブロッコリーをくたくたになるまでゆでるのがポイントです。味見して塩味が足りなければパスタのゆで汁を少し加えましょう。

#### 材料(2人分)

ブロッコリー……1株(200g) 塩……………大さじ1+2つまみ  
ニンニク……………2片(10g) パスタ……………200g  
唐辛子(お好みで)……………少々 しらす……………20g  
オリーブ油……………大さじ2 こしょう……………少々  
水……………2ℓ +300ml

#### 作り方

- ① 水(2ℓ)に塩(大さじ1)を入れて沸かしておく。ブロッコリーは小房に分けて、軸は外側をむいて細かく切る。ニンニクはみじん切りにする。
- ② ニンニク、唐辛子、オリーブ油をフライパンに入れて弱火で加熱する。香りが出てきたらブロッコリー、水(300ml)、塩(2つまみ)を入れてふたをし、中火でオイル蒸しにする。10分たったらフライパンの中でブロッコリーをよくつぶし、しらすを混ぜ合わせておく。
- ③ パスタを袋に表記された時間通りにゆで、ゆで上がった②に絡める。仕上げにこしょうとオリーブ油(分量外)をかけて出来上がり。

#### アレンジ

- しらすの代わりにアンチョビやたらこを使う
- レモンを搾ったり、粉チーズをかける

## パズル

これまで親しまれてきたクロスワードパズルは、3月号をもって終了します。4月号からは新しいパズルをスタート予定です。これまでご愛読いただきありがとうございました。新パズルにもぜひご期待ください。

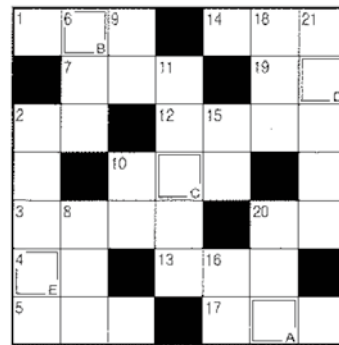
### タテのカギ

- ② 卒業生代表が壇上で卒業——を受け取った
- ⑥ チューナーで選局して聞きます
- ⑧ わんこそばやじゃじゃ麺で知られる県
- ⑨ 精算するために並びます
- ⑩ アルファベットの7番目
- ⑪ 通知表ともいいます
- ⑮ 走ること。ウイニング——
- ⑯ 日本庭園の池に似合う魚
- ⑰ 熱波師が活躍しているところもあります
- ⑳ 糖度計の——を読み取った
- ㉑ 夫婦——で旅行に行った

### ヨコのカギ

- ① お雛様にひな——をお供えした
- ② カ士が土俵にまくもの
- ③ オーストリアの首都
- ④ 眉間に寄せるもの
- ⑤ スケジュール帳に書き込みます
- ⑦ ——は小説よりも奇なり
- ⑩ ——、雷、火事、親父
- ⑫ タロットカードや水晶玉などを使っておこないます
- ⑬ 出身校をこういうことも
- ⑭ パーが紙ならチョコキは
- ⑰ ショートケーキの真っ赤な彩り果実
- ⑱ 鳴門海峡には大きなものが発生
- ㉑ 社社の参拝時に鳴らすこともあります

Q. 二重マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



(JA広報通信より引用)

### 応募ハガキの記入方法

(皆様の声をお寄せ下さい)

85 399-8283  
JAあづみ  
マイレ編集委員会

- ① クイズの答え
- ② 郵便番号・住所  
氏名・年齢・職業  
電話番号
- ③ JA・広報誌への  
ご意見、日頃の  
出来事など

応募締切  
3月19日(休)必着

正解の中から抽選で3名の方に、JAまごころ商品券(1,000円分)をプレゼントします。(毎月20日頃発送)

### A.2月号の答え



解答 A B C D  
① ② ③ ④

応募総数 48通

当選者 安曇野市 米倉さん  
安曇野市 山本さん  
安曇野市 林さん

## 戸籍謄本の取り方

相続税は、相続人とその相続分が確定しないと計算することができません。相続人を確定させるためには、被相続人(亡くなった人)が生まれてから亡くなるまでの一連の戸籍を取得する必要があります。

戸籍は基本的に本籍地の役所で取得するため、被相続人が本籍地を変更していた場合には、複数の役所での手続きが必要となります。郵送でも申請できますが、大多数の役所では定額小為替という普段使わないもので支払う必要があるため、郵便局へ定額小為替を買いに行くという手間がさらに加わります。

このように大変面倒であった被相続人の戸籍の取得でしたが、令和6年3月1日から本籍地以外の市区町村の窓口でも戸籍謄本や除籍謄本を請求できる広域交付制度が始まりました。広域交付制度は、本籍地の市区町村の窓口に行

### 広域交付制度



くことなく、最寄りの市区町村の窓口で請求できるため、特に本籍地が遠方にある人にとっては手続きが大幅に簡素化されます。留意点としては、広域交付制度は郵送による請求はできず、請求者本人がマイナンバーカードなどの顔写真付きの身分証明書を持参して窓口に向く必要があります。また、代理人による請求もできないため、司法書士や税理士などの専門家が代理人となつて職務上請求を行うこともできません。また、戸籍抄本や戸籍の附票、一部のコンピュータ化されていない戸籍・除籍謄本はこの制度の対象外です。システムへのアクセス状況や戸籍のポリシーにより交付までに時間がかかり、即日発行できない場合などもあるようです。

この制度により請求できる戸籍謄本は、請求者本人および配偶者・直系尊属・直系卑属に限られ、兄弟姉妹の戸籍謄本は広域交付制度では請求できません。従つて第3順位の兄弟姉妹やおい・めいが相続人となる相続の場合には、基本に立ち返り、本籍地の役所の窓口へ赴くか、郵送により請求することとなります。

## みんなの声

今年も「営農×

「E」を参考に農作業を楽しみたいと思います。早速、栽培計画を立て、柿の木の剪定を行いました。

(安曇野市 下枝さん)

これから暑くなつてきます。

外の仕事が気になつてくると思います。自分に合ったように「日」を過ごしていきたいです。

(安曇野市 深澤さん)

ちよつとした野菜作りでも天気次第で、肥料なども難しく、また毎年高くなつていくのでおいしいものを食べるのにも大変です。

(安曇野市 田中さん)

主人も私も70歳近くなりJAさんの保険の見直しをしたいと考えていました。近所にJAにお勤めしている方がいたので相談することができて感謝しています。いつでも親切に接してください。

(安曇野市 山田さん)

毎月のクロスワードパズルを楽しみにしていたのですが3月号で終了、とても残念です。でも4月からの新しいパズルを楽しみにしたいと思います。

(安曇野市 山本さん)

## 編集後記

ミラノ・コルティナ2026オリンピックが閉幕し、各国代表選手との真剣勝負に胸打たれました。4年に一度の大舞台に挑む選手たちの姿は「一步踏み出す勇氣」の大切さを教えてくれます。大きな挑戦も小さな一歩から。新年度も新たな気持ちで邁進していきたいと思つています。(S・M)



## 今月の星占い



### 牡羊座(3/21~4/19)

運勢は次第に上昇。ちよつとした気遣いが相手の心に響きます。1人で動くよりも協力者を募りましょう



### 牡牛座(4/20~5/20)

周りの好意に甘えてしまつて◎。持ちつ持たれつです。あなたも力を貸してあげましょう。旅行や花見の計画が吉



### 双子座(5/21~6/21)

駄目なものに執着しないように。気持ちの切り替えが大切です。仕事は大きな計画変更を避けて取り組んで



### 蟹座(6/22~7/22)

朗報の予感がしています。今の状態で難しいなら新しい情報を求めるのがお勧め。研修や施設の見学などにツキ



### 獅子座(7/23~8/22)

あれもこれもと思いがちですが時間は限られています。あらためて取捨選択を。下旬には勢いを取り戻し前進



### 乙女座(8/23~9/22)

運勢は吉凶混合。良いも悪いも入り乱れ忙しくなりそう。臨機応変に対応していきましょう。良い方に目を向けて



### 天秤座(9/23~10/23)

小さなことが気になつて大局を見失いがち。ゆつくり深呼吸を。いつものバランス感覚を取り戻せば快方へ



### 蠍座(10/24~11/22)

好調運です。あなたの意見が通りますから丁寧に分かりやすく説明しましょう。味方を増やせます。宴会にツキ



### 射手座(11/23~12/21)

決まっていたことがひっくり返りトラブルに見舞われがち。下旬からは挽回できるのでこじらせないよう配慮を



### 山羊座(12/22~1/19)

楽しい話題が増え、心が弾みます。好奇心を発揮してあれこれやってみましょう。視野が広がりさらに招運!



### 水瓶座(1/20~2/18)

運勢は穏やか。美術展や演奏会に出かけるなど趣味の時間を多めに取つて。季節限定のメニューを食べに行くのも◎



### 魚座(2/19~3/20)

運勢は好調。勢い良く動きましょ。細かいことは気にしないように。寛容さが開運の秘訣(ひけつ)

### 理事会報告

(2月26日開催)

- 令和8年度事業計画の設定について 他

### スクラム

2月17日現在

- 直売所「安曇野スイス村ハイジの里」登録会員 / 710

JAキャッシュカードを紛失されたときは

JAバンクキャッシュカード紛失共同受付センター  
(365日、24時間対応)  
☎0120-024-040

JAカードを紛失された時は

NICOS盗難・紛失受付センター  
(365日、24時間対応)  
☎0120-159-674

# 営業時間のお知らせ

3月から10月までは下記の営業時間となります。

業務区分	営業時間(月～金)	休業日	
金融・共済業務	8:30～17:00 【窓口9:00～15:00】	土・日・祝日	
ローンセンター	9:00～16:30	水・祝日 ※上記を原則とし、状況により営業する場合もある	
地域営農センター	(3月・6月～8月) 8:30～17:00 (4月～5月) 8:30～17:00 土・祝日 8:30～12:00 ※梓川地域営農センターは4月～7月まで (9月～10月) 8:30～17:00	(3月・6月～8月) 土・日・祝日 (4月～5月) 日 (9月～10月) 土・日・祝日 ※上記を原則とし、地域の状況により営業する場合もある	
地区営農センター	9:00～16:00 ※高家・倭は9:00～17:00 ※小倉は8:30～17:00	土・日・祝日 ※状況により上記以外にも休業する場合があります。詳しくは最寄りの各地域・地区営農センターまでお問い合わせください。	
みどりの店	(3月) 8:30～18:00 (4月～9月) 8:30～18:00 (10月) 8:30～17:00	無休	
安曇野スイス村ハイジの里	9:00～18:00 (8月11日～14日 8:00～18:00)	毎月1日が休業日(4/1、6/1、7/1、9/1、10/1) ※3月・5月・8月は休まず営業	
安曇野スイス村ハイジの里別館	9:00～17:00	水・木 4/29、5/6、8/12・13、9/23は休まず営業	
穂高農産物直売所	9:00～16:30	土・日・祝日	
そ菜特産流通センター	(3月～4月) 日～金 8:30～16:00 (5月～10月) 日～金 8:00～17:00	土・祝日の前日 市場休みの前日	
果実流通センター	(3月) 8:00～15:00 (4月～7月) 8:00～16:00 (8月～10月) 8:00～17:00	(3月～10月) 土・日・祝日 (季節により変更あり)	
耐久資材センター	8:30～17:00 (土曜日は緊急対応のみ)	日・祝日	
生活課			
農業機械センター	8:30～17:00	土・日・祝日	
プロパンセンター			
給油所	有明・温・倭	7:30～19:00	
	烏川	月～土 7:30～19:30 日・祝日 7:30～19:00	無休
		大野川	日～土 8:30～17:30
	奈川	月～土 8:30～17:30	水・日
	安曇野インター	全日営業 7:00～21:00	無休
灯油配送センター	(3月) 8:30～17:30 (4月～10月) 8:30～17:00	無休	
福祉課	月～土 8:30～17:00	日	
ふれあいセンター	9:00～16:00	土・日・祝日 ※上記を原則とするが、地域の状況により営業する場合もある	
その他一般業務	8:30～17:00	土・日・祝日	

## あづみ農業協同組合

- スマイル/No.719 2026年3月1日発行
- 発行人/宮澤 清
- 編集/スマイル編集委員会 編集事務局/総務開発事業部総務課  
〒399-8283 長野県安曇野市豊科 4270-6
- http://www.ja-azumi.iijan.or.jp/ ●印刷/有限会社安曇印刷



JAあづみHP

＼SNSで旬な情報を投稿しています／



MATSUMOTO Yamagata F.C.

JAあづみは松本山雅F.C.を応援しています