

06

June

令和4年
Vol.327

地域に役立つ情報を発信!

広報 アルプス

注目

トピックス

JAアルプス「味覚の郷」
生産者と消費者をつなぐ交流の拠点へ

リニューアル
オープン!



自己改革 実践中!



ぜひお越しください!



オープンセレモニーテープカット



<https://ja-alps.jp/>

OPEN!



農産物直売所 JAアルプス味覚の郷



オープンセレモニーテープカットの様子

JAアルプスは4月21日、「JAアルプス農産物直売所味覚の郷」のオープンセレモニーを行いました。

「味覚の郷」は、JAアルプスが初めて経営を行う直売所として、生産者と消費者を結ぶ販売・交流拠点として安心・安全な農産物の提供を行い、農業生産の拡大・農業者の所得増大・新規出品者の掘り起こしに取り組みむことで安定した農業所得の維持と地域活性化を目指しています。

オープンセレモニーには、富山農林振興センター・富山県農業協同組合中央会・全農富山県本部・立山町・JAアルプスなど約60名が同席し、JAアルプス佐伯敏隆代表理事組合長の挨拶のあと、開設に尽力された生産者代表の宮崎勲子さんと設計・建設を行った建設関係者へ感謝状の授与式が行われました。

富山県農業協同組合中央会伊藤孝邦会長と立山町舟橋貴之町長の祝辞のあと関係者によるテープカットが行われ、店内の内見会が行われました。

店内は、旬の地場産野菜を中心に、地元養鶏場の新鮮なタマゴや全農のAコープ商品も多数取り揃えているほか、野菜苗や花苗の販売も行っています。

開店当日は、約350名が来店し、開店を心待ちにしていた買い物客が新しい店内とその品揃えを見て買い物を楽しみました。

今後は、ますます農産物の生産が本格化するため、アルプス管内の農産物と加工品など、地元食材の良さをPRしていきます。

皆様のご来店をお待ちしております。



今月の表紙



JAアルプス「味覚の郷」 生産者と消費者をつなぐ交流の拠点へ



自己改革 実践中!



インフォメーション

JAアルプス
農産物直売所
味覚の郷

営業時間 平日 9:00~16:00 土曜日 9:00~12:00
定休日 日曜・祝日 **TEL** 076-462-1012
住所 立山町前沢1216 たてやま支店敷地内

CONTENTS

- P2 今月の表紙「JAアルプス「味覚の郷」
生産者と消費者をつなぐ交流の拠点へ」
- P3 理事会だより
- P4 JAアルプスカレンダー
- P5 JAアルプスの各スタンドではお得がいっぱい!/ローン相談会
- P6~7 適期に適度な中干しと間断かん水の徹底により根の発達を促進!/営農指導員紹介
- P8~9 アルプスNEWS
- P10 集金業務の廃止について
- P11 農機フェア2022
- P12~13 かがやきLIFE
- P14 農業者年金加入者募集/音杉農産物直売組合ゆ〜市開催
- P15 ノー残業デーのお知らせ/編集後記
- P16 レシピ「豆乳坦々麦とろ麺」



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

広報アルプス2021年6月号でもご紹介したとおり、JAが行っている活動はSDGs(持続可能な開発目標)の基本理念と相通じるものがあります。広報アルプスでは、SDGsが掲げる17の目標のいずれかに添うものは、アイコンを付けて紹介しています。

SDGs 17の目標

1 貧困をなくそう 	2 飢餓をゼロに 
3 すべての人に健康と福祉を 	4 質の高い教育をみんなに 
5 ジェンダー平等を実現しよう 	6 安全な水とトイレを世界中に 
7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに 	8 働きがいも経済成長も 
9 産業と技術革新の基盤をつくろう 	10 人や国の不平等をなくそう 
11 住み続けられるまちづくりを 	12 つくる責任 つかう責任 
13 気候変動に具体的な対策を 	14 海の豊かさを守ろう 
15 陸の豊かさも守ろう 	16 平和と公正をすべての人に 
17 パートナーシップで目標を達成しよう 	

組合員数

正組合員数 8,297人(-7) 准組合員数 4,502人(-4)
(4月末現在) ※()内は前月比

協同の力	令和4年3月末
みなさんからの貯金高	926億5,649万円
みなさんへの貸出金	120億0,523万円
長期共済保障額	2,389億9,057万円
年金共済保有契約額	26億0,517万円
購買品供給高く(税抜)	4億0,091万円
販売品販売高く(税込)	913万円
みなさんからの出資金	19億2,750万円

※理事会報告より

組合員資格確認のお願い

組合員資格に変更があった場合は、お手数ですが最寄りの当農協支店・出張所で手続きをお願いします。

四月定例理事会

令和4年4月26日(火)開催

「理事会」だより

一 報告事項

- 一、総代会の対応について
- 二、三月末事業実績について
- 三、三月末販売実績・保管料・購買実績について
- 四、余剰金運用実績について
- 五、株式会社アルプス企画決算について
- 六、株式会社JAファームアルプス決算について
- 七、集金業務の廃止について
- 八、令和四年産大麦の受入について
- 九、組合員加入・脱退報告について
- 十、令和三年度末農協全県一斉監事監査実施報告書について
- 一〇、十については各担当部より報告がありました。

一 付議事項

- 第一号議案 定款の一部変更の件
店舗統廃合による定款の一部変更が承認されました。総代会へ付議されます。
- 第二号議案 第二十七回通常総代会招集及び付議議案の件
令和四年五月二十八日に開催されます。第二十七回通常総代会の招集及び付議議案が承認されました。
- 第三号議案 第二十七年度(令和三年度)決算の件
第二十七年度(令和三年度)の決算が承認されました。
- 第四号議案 令和四年産大麦乾燥調製施設利用料金の件
令和四年産の大麦乾燥調製施設利用料金が承認されました。
- 第五号議案 ヘルプライン運営要領制定の件
ヘルプライン運営要領の制定が承認されました。
- 第六号議案 組合員の出資金一部減資に係る理事会承認の件
組合員の出資金一部減資が承認されました。

詳細については、各部・支店・事業所へお問い合わせください。
理事会議事録は本店、及び各支店に備え置いています。

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	特売 1 レディースデー JAアルプス ノー残業デー	2 税務相談日 たてやま支店 13:00~15:00	3	特売 4
特売 5	6	7	特売 8 レディースデー JAアルプス ノー残業デー	9 税務相談日 本店 13:30~16:00	10	特売 11
特売 12	13	14	特売 15 レディースデー JAアルプス ノー残業デー	16 税務相談日 なめりかわ支店 13:00~15:00	17	特売 18
特売 19 ローン相談日 9:00~15:00 (各支店)	20	21	特売 22 レディースデー 定例理事会 JAアルプス ノー残業デー	23 税務相談日 本店 13:30~16:00	24	特売 25 農業者応援 展示会&講習会
特売 26	27	28	特売 29 レディースデー JAアルプス ノー残業デー	30	1	2

特売 …ガソリンスタンド特売日 レディースデー …ガソリンスタンドレディースデー

Information

JASSセルフ給油所

営業時間 平日・土・日・祝日 7:00~19:00

カーパーク立山給油所

立山町前沢2436 TEL 076-463-0405

カーパークつるぎ給油所

上市町法音寺2-2 TEL 076-472-1224

ユー・スポット滑川給油所

滑川市柳原79-5 TEL 076-475-1551



6月の配送センター営業時間のお知らせ

営業時間 平日 8:30~18:00 土・日・祝日 8:30~17:00

立山宮農経済センター(配送)

立山町前沢新町626 TEL 076-463-5523

上市宮農経済センター(配送)

上市町江上7-18 TEL 076-473-2766

滑川宮農経済センター(配送)

滑川市柳原79-1 TEL 076-475-0071

金融店舗営業時間

営業時間 平日 9:00~15:00

たてやま支店

立山町前沢1216 TEL 076-463-0560

上市支店

上市町若杉3-3 TEL 076-472-0580

なめりかわ支店

滑川市柳原79-5 TEL 076-475-0138

ATMサービス稼働時間

たてやま支店・上市支店

なめりかわ支店・舟橋ふれあいセンター
平日・土・日・祝日 8:00~21:00

厚生連滑川病院

平日 8:45~19:00

土曜日 8:45~17:00

7月の税務相談日(予定)

7/7 たてやま支店 13:00~15:00

7/14 本店 13:00~15:30

7/21 なめりかわ支店 13:00~15:00

7/28 本店 13:00~15:30

税理士の都合によって税務相談日
が変更になることがあります。
次回広報のJAアルプスカレン
ダーをご確認の上、お越しくだ
さいませ。

JAアルプスの各スタンドではお得がいっぱい!!

対象店：カーパーク立山・カーパークつるぎ・ユー・スポット滑川

毎週 **土日祝** は **給油 値引き 特売日**



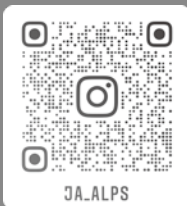
毎週 **水曜** は **レディースデー**

ガソリン・軽油が特価!! & ボックスティッシュ1箱プレゼント*



※③ ガソリン・軽油20ℓ以上給油の方が対象です。

JAアルプスが
Instagram &
公式LINEアカウントを
開設しました!



Instagram

フォロー
&
お友達登録
よろしく
お願いします!



LINE



ローン相談会のご案内

開催日時 6月19日(日)・7月24日(日) 9:00~15:00

※新型コロナウイルス感染症の影響により、開催を中止することがございます。中止の場合は、ホームページ等でご案内させていただきます。ご理解を賜りますようお願いいたします。

住宅ローン 	マイカーローン 	教育ローン 	フリーローン 	リフォームローン 	農業資金
-----------	-------------	-----------	------------	--------------	----------

開催
場所

たてやま支店 ☎076-463-0560
上市支店 ☎076-472-0580
なめりかわ支店 ☎076-475-0138

お気軽に
ご相談
ください

住宅新築の資金はもちろんのこと、他金融機関からの借換やリフォームのご相談も承ります。マイカーローン等、その他のお借入のご相談もお気軽にご相談ください。

JAアルプス 金融共済部 融資資金課 TEL : 076-472-5472

詳しくはホームページ **JAアルプス** 検索 をご覧ください。

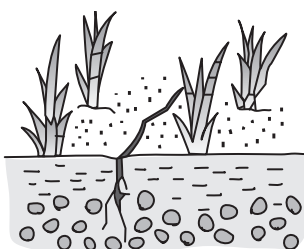
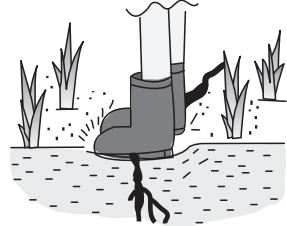
JAアルプス
金融情報はこちら

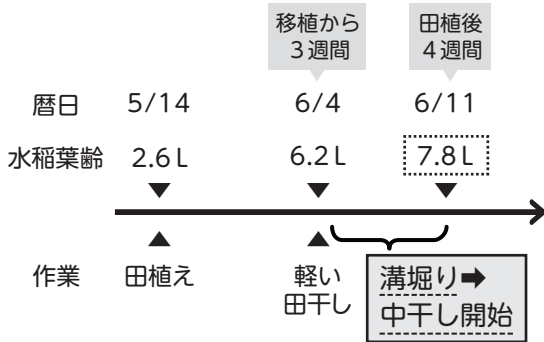


(イ) 中干しの時期と方法

- 中干しは、稲が8葉期頃となる「**田植後4週間まで**」に、遅れず開始しましょう。
- 土壌の硬さは、幼穂形成期頃までに足跡深さが3cm程度の硬さにしましょう。

圃場条件別の「中干し」の目安

	乾きやすい圃場 (砂質田・黒ボク等)	乾きにくい圃場 (半湿田・粘質田)
方法	3日間程度で弱めに干す	5～7日間程度で強めに干す
仕上げ程度	 ・小さなヒビが入る程度	 ・足が少し沈む程度



溝掘りと中干し実施のイメージ

注) 水稻葉齢：H23～R2県生育観測圃コシヒカリの平均値

③ 中干し後から幼穂形成期までは“**間断かん水**”

水稻の根の多くは中干し以降に発生し、「直下根」を中心に幼穂形成期までに急速に多くなります。このため、幼穂形成期までは湛水と落水を繰り返す『**間断かん水**』を徹底し、土壌に酸素と水を供給して根の発達を促しましょう。

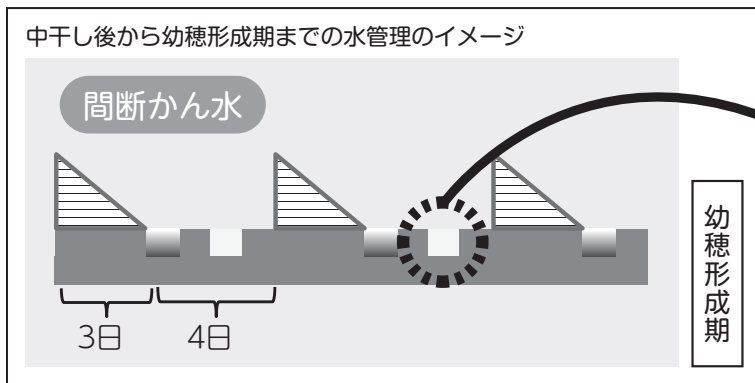
【間断かん水の方法】

乾きやすい圃場：入水→自然落水→2～3日落水
乾きにくい圃場：入水→自然落水→4～5日落水

幼穂形成期までに足跡深さが3cm程度の硬さになるように間断かん水を行ってね



中干し後から幼穂形成期までの水管理のイメージ



足跡水がなくなったら入水



詳しくは、令和4年(2022)JA冬期懇談会資料P68～P70を参照してください。

今月の
指導員
紹介



滑川営農経済センター(営農班)
浜加積地区担当

舟崎 浩平さん 【農協11年目うち営農指導員歴4年】

4月から滑川市の浜加積地区を担当させていただいています舟崎です。約5年ぶりに営農指導員になったため不慣れではありますが、浜加積地区の組合員の皆さんにもたくさん学ばせていただきながら一歩ずつ進んでいます。

6月は、水稻の溝掘りと中干しの時期です。水管理を円滑に進めるためにも必ず溝掘りを実施しましょう。

また根を深く張らせる「中干し」は、籾の着粒数などに影響するので適期に適切な管理をして美味しいアルプス米を生産しましょう！

適期に適度な中干しと間断かん水の徹底により根の発達を促進!!

頑張らしよう!

R4年度重点目標：溝掘り・中干し・間断かん水を確実に実施

営農部 営農企画課
谷吉 英樹 課長

① 溝掘り ～溝の連結を確実に～

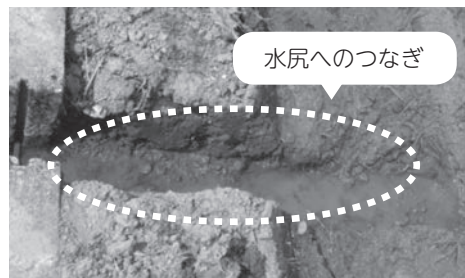
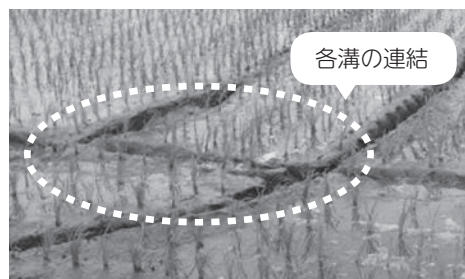
溝掘りは、中干しの効果を高め、効率的に水管理を行うための重要な作業です。中干し前に必ず掘りましょう。

(ア) 溝掘りの効果

- ・圃場への入排水を短時間で均一に行うことができ、水管理がしやすくなります。
- ・圃場の均平ムラや水口冷えによる生育ムラが抑えられ、稲の生育が揃います。
- ・圃場全体が同じように乾き、収穫作業が行いやすくなります。

(イ) 溝掘り作業のポイント

- ・溝掘り時期は、田植えの3週間後を目安とし、作業前に2～3日程度、軽く干しましょう。
- ・溝掘りは、圃場の排水条件に応じ、5mに1本程度を目安に行いましょう。
- ・溝掘りが終わったら、溝と溝をしっかりと連結し、水尻まで確実につなぎましょう。



溝の連結が不十分な圃場が多くみられます。連結が不十分では溝掘りの効果は低くなります。溝は必ず連結しましょう。

② 中干し ～適正な生育量への誘導～

中干しは、根を地中深く張らせるために大切な作業です。適期に中干しを行いましょう。

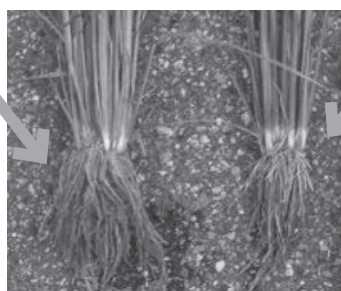
(ア) 中干しの効果

- ・発根の促進、稲体の健全化
- ・土壌内の有毒ガスの除去
- ・過剰分げつの発生抑制
- ・適正な葉色への誘導
- ・収穫時期に必要な地耐力の確保

適正な中干し

- ・葉が直立
- ・茎が太い
- ・根量が多い

Good!



中干し未実施

- ・下葉が枯れる
- ・茎が細い
- ・根量が少ない

NG



中干しの有無による稲の姿の違い

農業用水路への
転落事故に
気をつけて!!



県内の転落死亡事故のうち、
約8割は、65歳以上の高齢者です。
身近な末端水路でも事故が多く
発生しています。

【発行元】富山県 農林水産部 農村整備課
TEL.076-431-4111(代表)

とやま農業用水路の安全対策



4/20

上市町クリーン作戦2022 新人職員同士の交流

4月20日、上市町の5企業・団体が集まり「上市町クリーン作戦2022」が開催されました。

このイベントは、株式会社池田模範堂・富士化学工業株式会社・上市町・かみいち総合病院・JAアルプスが参加し、今年入った各社・各団体の新人職員たちが地域を学び、地元企業との交流を図る職員研修として企画されました。

清掃活動は、上市駅を中心にかみいち総合病院敷地内や周辺道路で行われ、参加者は「同じ目的を持つことでより交流が深まったように感じる。」と話し笑顔を見せていました。

地域貢献活動と新規採用職員の職員教育としても貴重な体験であり、各企業・団体は継続的に実施できればと次回の開催にも期待を寄せていました。



参加者たち



清掃活動の様子



4 質の高い教育をみんなに



8 働きがいも経済成長も



11 住み続けられるまちづくりを



17 パートナシップで目標を達成しよう

JAアルプス
インスタグラムにも
投稿しています



JA.ALPS

Check!

4/22

令和4年産大豆・ハトムギ栽培講習会 適期作業の徹底で収量の増加へ

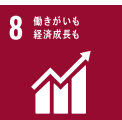
JAアルプスは4月22日、「令和4年産大豆・ハトムギ栽培講習会」を同農協本店において開催しました。

講習会には大豆・ハトムギ生産者・富山農林振興センター・全農とやま・富山農業共済組合・各市町村・JAアルプスなど関係者が集まりました。

富山農林振興センターから令和4年産大豆栽培について、「県産大豆の安定供給が課題であり、単収の向上が不可欠となる。そのため、適正な播種と適期の培土・畝間かん水、防除、適正な収穫作業が収量の増大につながることから、徹底し栽培に努めてほしい」と説明がありました。

また、ハトムギの栽培については「5月下旬から6月中旬頃までに播種作業を行い穂数の確保に努め、2回の中耕培土と防除作業を徹底し、天候に応じた畝間かん水を行って、不稔粒の発生を防ぎ収量の確保に努めてほしい」と述べました。

両生産者とJAアルプスは、高品質な大豆・ハトムギの生産と収量の増大を目指し、一丸となり栽培に取り組みます。



8 働きがいも経済成長も



11 住み続けられるまちづくりを



13 気候変動に具体的な対策を



15 陸の豊かさも守ろう

5 / 12 マリ共和国へ支援米(滑川市)
食とみどり・水を守る富山県民会議

食とみどり・水を守る富山県民会議は5月12日、藤井宗一さんの圃場(滑川市坪川)において、コシヒカリの田植えを行いました。

食とみどり・水を守る富山県民会議は、「アジア・アフリカ支援米運動」の一環として収穫した米をアフリカのマリ共和国へ贈る支援事業を目的に行われており、今年で21年目となります。

田植えには、食とみどり・水を守る富山県民会議とやなぎはら保育園年長園児・坪川福寿会・JAアルプスなどが参加し、3.7㍍の圃場にコシヒカリの苗を一つ一つ手で植えていきました。

収穫は9月中旬で、収量は210㍍を見込んでいます。



田植えに奮闘する園児たち

\\ RENEWAL OPEN! \\
JAアルプス農産物直売所
味覚の郷



地元の「美味しい」が
ぎゅっとつまった
直売所です



5月10日には
地元の園児さんたちが
野菜苗を買いに
来てくれました。



野菜苗も
販売しています!



JAアルプス農産物直売所 味覚の郷

- 営業時間 平日 9:00~16:00 土曜日 9:00~12:00
- 定休日 日曜・祝日
- TEL 076-462-1012
- 住所 立山町前沢1216 たてやま支店敷地内

ご来店お待ちしております!



集金業務の廃止について

平素より、当農協事業に格別のご高配を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、当農協ではコンプライアンス（法令等遵守）態勢の強化や防犯対策等の観点から、令和4年8月末日をもって集金業務を廃止させていただきますこととなりました。

つきましては、現在「JA共済」等をご契約いただいているお客様で、掛込方法が「集金」扱いになっているお客様には、口座振替等にご変更いただきますようお願い申し上げます。

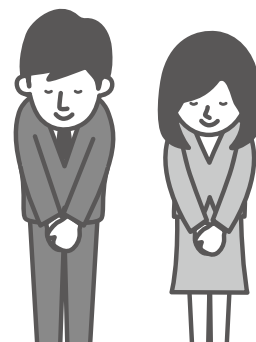
また、「普通貯金口座等のご入金」の場合は、支店窓口やATMをご利用いただきますようお願い申し上げます。

今後とも、組合員・利用者様の大切な財産を、安全に管理・運用する事業展開に努めて参ります。

皆様には、ご不便をおかけいたしますが事情ご賢察のうえ、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

本件に関するお問い合わせ

アルプス農業協同組合 金融共済部 金融課
TEL 076-472-5482





たのしさも、
おどろきも、
折り紙つき。

第39回 農業機械総合大展示会

農機 フェア 2022

7/9(土) 10(日) 9:00-16:00

富山産業展示館(テクノホール)
富山市友杉1682

小型農機から大型農機まで一堂に展示

ご成約特典

お花のポット苗
プレゼント!

※ご来場当日のご成約に限ります。
なくなり次第終了となります。

小学生以下の
お子様に
プレゼント!
もれなく

共同購入トラクター



JAグループの受注台数
2,500台突破!

JAグループ・JA全農とやま

ご来場の皆さまへ 新型コロナウイルス感染症予防対策へご協力をお願いいたします。

ふれあいコーナーおよび飲食のご提供は実施いたしません。また、状況により中止または内容が変更となる場合がございます。開催状況は、JA全農とやまホームページをご覧ください。





親と子のつどい 参加者募集!

JAアルプス管内にお住まいの方はどなたでもお申込みいただけます。
対象親子は、園児から小学生のお子様とその保護者です。
皆様の参加お待ちしております。



「ぶどう狩り&電気をつくるのっていがいとたいへん!?
～今日は、みんなで電気をつくってみよう～」

- 日時** 8月20日(土) 午前9時～受付開始 午前9時30分～午後12時30分まで
- 集合場所** 滑川市開公民館(滑川市開419 TEL:474-1761)
- 予定** 9:45～ 電気を作ってみよう! 11:30～ 谷川ぶどう園でぶどう狩り体験
- 参加費** 1組 1,000円 **募集人数** 15組(対象親子:園児～小学生)

申込先 **生活総合課** TEL:472-0581 mail:fukushi@ja-alps.or.jp

申込みの際は、「親と子のつどい参加」とお申し付けください。
メールで申込みの場合、保護者氏名、お子様氏名・学年、住所、電話番号を
ご記入ください。(申込締切:8月5日(金)まで) ※定員になり次第しめきります。



家の光

ファミリーマガジン
人が元気・JAが元気・地域が元気
家の光7月号

2022年7月号定価/
別冊付録とも922円(本体839円)
お申し込みはJA(農協)へ
企画・タイトルは変更することがあります。

次号 7月号のみどころはココ!

1回10秒で不調をリセット ねこ背改善ストレッチ

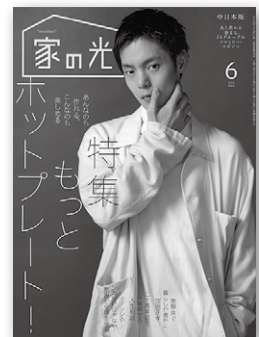
体の不調は、ねこ背が原因かも!?
空いた時間に手軽にできるス
トレッチを紹介します。

“いつか”では始まらない— 「代替わり」キックオフ!

ちょっと早めの世代交代を決意
した農家の親子をレポートし
ます。

素材が引き立つ 酢の魅力

もっと楽しく酢を食生活に。
製法や原材料に地域色が現れた
各地の酢を紹介します。



アルプス俳句

夫決めし免許証返納烏雲に

岩城 美恵

夜桜をめぐりて時を忘れぬ

島井 律子

舞ひ上がり舞ひもどりして散るさくら

長崎 桂子

海風の路地より来たる雪柳

平田ミドリ

夫はいま千の風らし連翹揺れ

稲田 雅子

夜桜にぼんぼり灯り華やげる

湯口しずえ

また逢ひしせせらぎの音水芭蕉

谷口ふみ子

一斉に裏葉を見せる東風

湯澤 清風

JAアルプスでは、組合員の健康を守る活動と組合員、准組合員およびその同居家族を対象に日帰り人間ドック費用の助成を行っています。

2022年度 JA日帰り人間ドック

場所 厚生連滑川健康管理センター

健診料

	一般健診料	厚生連助成	JAアルプス助成(最高)	個人負担金
男性	38,500円	8,000円	14,500円	16,000円
女性	46,200円	9,470円	14,730円	22,000円

◆厚生連助成…受診者全員(検査内容により助成金が異なります)
◆JAアルプス助成…出資されている組合員・准組合員およびその同居家族



☆健診内容は次の通りです。

問診・内科診察・健康相談・身体測定・血圧・視力・眼底・聴力・心電図・呼吸機能・胸部X線・胃検査・尿検査・便潜血・血液検査・腹部超音波、女性は、子宮がん健診・乳がん健診が加わります。

☆オプション検査(個人負担金にプラスされます・要予約) ※新しいオプションが追加になりました。

脳ドック(1日3人まで)	22,000円	骨密度検査	2,760円
肺CT検査	6,600円	ピロリ菌抗体検査(血液)	890円
喀痰検査	2,420円	ペプシノゲン検査	2,420円
CT内臓脂肪測定検査	2,100円	ABC検査(ピロリ菌+ペプシノゲン)	3,310円
PSA検査(前立腺がん検査)	1,550円	頸動脈超音波検査(1日3人まで)	3,850円
BNP検査	1,540円	(新)乳房超音波検査*	3,850円

*乳房超音波検査は、乳がん検診(マンモグラフィ)を受けられた方の追加オプション検査です。

☆受診日について JAアルプスの組合員が優先的に受けられる日がありますので、お問い合わせください。

お申し込みは 経済部 生活総合課(生活福祉) ☎ 076(472)0581まで



JAアルプスでは、組合員の皆様が健康で安心して暮らせる地域づくりに貢献するため定期的な人間ドックを推奨しています。厚生連滑川病院の協力のもと、健康の不安や疑問を解消し、JAアルプスの組合員の皆様に安心して人間ドックを受診いただけるよう、関連する様々な情報を掲載しています。



婦人科検診(子宮がん検診)

健康診断で行う婦人科の検査は、子宮がんの発見が主な目的になります。

●子宮がんの種類

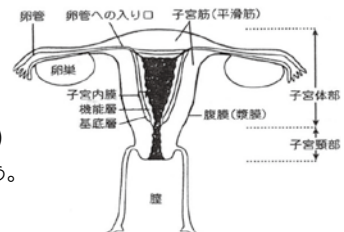
腔に続く[子宮頸がん]と胎児を育てる奥の部分の体部の内膜にできる[子宮体がん]があります。

●子宮がん検診では、どんな検査をするの?

子宮頸部: 子宮頸部の粘膜をへらのような器具やブラシのような器具でこすって細胞を採取し、顕微鏡で調べます。(対象は20歳から)

子宮体部: 子宮体部に細長い器具を挿入して細胞を採取します。(対象は閉経前後40~50歳から)

*厚生連の人間ドッグでは、体部細胞診は行っていません。気になる症状がある時は婦人科受診しましょう。



●主な婦人科の所見

子宮筋腫: 主に子宮体部の筋層にできる良性腫瘍。 卵巣腫瘍(のう腫・水腫): 卵巣が大きくなっている状態。

子宮頸管ポリープ: 子宮頸管の粘膜の一部が増殖してでき、ほとんど良性。

子宮内膜肥厚: 無排卵周期や更年期、ホルモン療法などにより子宮内膜が厚くなる。

腔炎(カンジダ腔炎・萎縮性腔炎など): 腔の自浄作用の働きの低下、出産後や閉経後などで低下していると、起こりやすくなる。

●子宮・卵巣がん

病名	子宮頸がん	子宮体がん	卵巣がん
原因	HPV(ヒトパピローマウイルス)	女性ホルモンバランスの乱れ	直接的な原因は不明
好発年齢	20歳代から増加 30~40歳代に特に多い	20歳代後半以降に増加 閉経前後40~50歳代が特に多い	40歳代から急激に増加
症状	早期はほとんど無症状 進行すると不正性器出血や茶褐色のおりもの、下腹部痛	早期から不正性器出血や茶褐色のおりもの、臭い、閉経後の出血	早期はほとんど無症状、がんが体に広がりがやすい・下腹部痛張り・膀胱や腸を圧迫することによる排尿排便障害

保険料全額控除

農業者年金加入者募集!

詳しくは各農業委員会またはJAへ

受給者は現況届を忘れずに提出を!

6/1~6/30 農業委員会まで

現況届は、年金を受給するために必要な毎年の手続きです。



アルプスホール

ゆうゆう館

ゆうゆう会員募集

ゆうゆう会員の詳細についてはアルプスホールゆうゆう館までお問い合わせ下さい。

ゆうゆう会員特典

- 基本祭壇料金の**15%**割引
- 返礼品は定価の**10%**割引
- 引出物は定価の**10%**割引



役場前 ●コンビニ

ハル(大阪屋 ショップ) 北文化センター 上市町役場

上市中学校

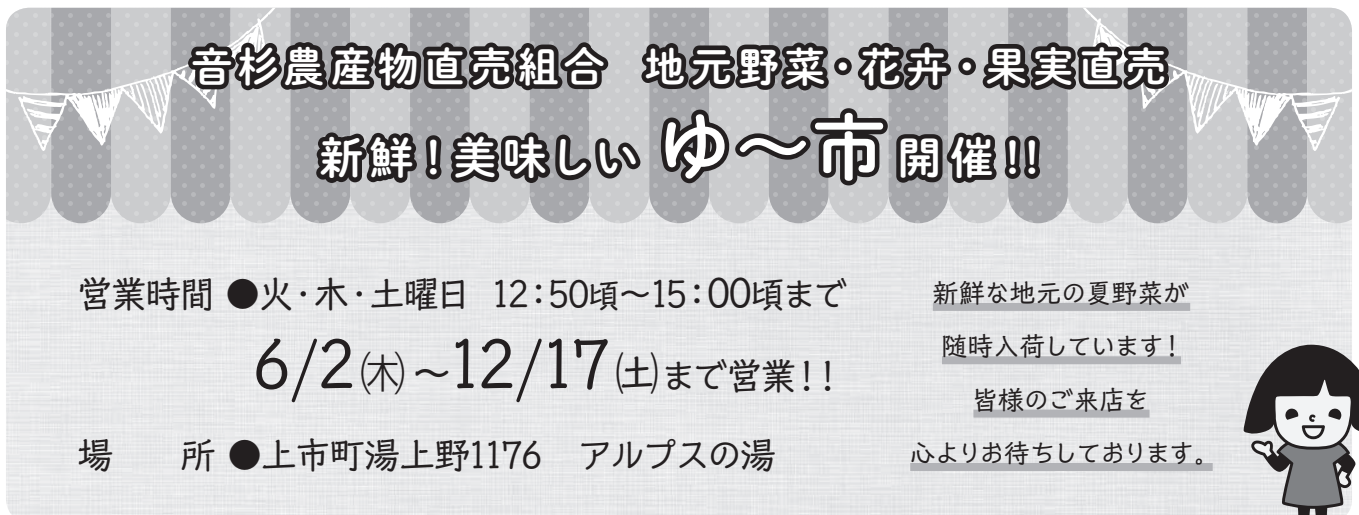
神田

至 富立大橋 辻(南) 最大収容人数…300名可 駐車可能台数…250台

至 立山 スーパー農道 女川 至 清川 陽南小学校

ゆうゆう館

お問い合わせは… **アルプスホールゆうゆう館**まで TEL.076-473-9046
(夜間及び土・日・祭日はゆうゆう館にお問い合わせ下さい)



音杉農産物直売組合 地元野菜・花卉・果実直売


新鮮!美味しい ゆ〜市 開催!!

営業時間 ●火・木・土曜日 12:50頃~15:00頃まで

6/2(木)~12/17(土)まで営業!!

場 所 ●上市町湯上野1176 アルプスの湯

新鮮な地元の夏野菜が
随時入荷しています!
皆様のご来店を
心よりお待ちしております。



組合員の皆様へお知らせ

JAアルプス ノー残業デーの お知らせ

6月1日(水)・8日(水)
15日(水)・22日(水)
29日(水)

ノー残業デーを
実施いたします!

何卒、ご理解を賜りますようお願いいたします。
JAアルプス

笑^{えみ}味^{ちゃん}も探してみよう!

JAアルプス広報の中に、よい食プロジェクト
イメージキャラクター「笑味ちゃん」
が隠れています。
さて! では、右の画像の
笑味ちゃんはどこにいるで
しょう。

(答えは、広報アルプス7月号に
掲載予定です)



5月号の答えは...
P2にSDGs(エスディージーズ)笑味
ちゃんがいきました。



意見・要望
窓口

フリーダイヤル
0120-727-375
8:30~17:00(土・日・祝除く)

ホームページ
<https://ja-alps.jp/>



編集後記

美味しくて
オススメです!



6月になりました!(●´ω`●)
5月中は田植え作業が最盛期を迎え、あちらこちらで
田植え作業を行う農家の皆さんの姿が見られました。
JAアルプスも職員総出で苗配達を行っており、今年入った
新規採用職員たちも作業服を着て配達を行い農家の
方々と交流をさせていただきました。
さて話は変わり、JAアルプス農産物直売所味覚の郷
オープンの記事を掲載させていただきました!!(´ω`)
9時開店と同時にお客様もたくさん来店されて店内は
活気に溢れていました。撮影していると、お客様の「これ
が美味しいらしい」「リピーター多いみたいよ」という会話を
聞きながら、次来たら是非買いたいと、野菜や特産品に
目星を付けながら撮影をしていました。
ちなみに左記の画像の全農商品ニッポンエールのグミ
シリーズがすごく美味しいですよ!

(広報担当 オオノ)

Let's cooking!

Recipe



『豆乳坦々麦とろ麺』

材料 (2人前)

- 麦とろ麺 … 200g
 - ゴマ油 … 大さじ1
 - 合い挽き肉 … 100g
 - おろし生姜 … 小さじ1/2
 - 豆板醤 … 小さじ1
 - 万能ネギ … 2本
- (A)
- 豆乳 … 300cc
 - ねりゴマ … 大さじ1
 - 白だし … 大さじ1
 - ラー油 … 小さじ1
 - すりゴマ … 大さじ1
 - 鶏ガラスープの素 … 小さじ1

JAアルプスの各営農経済センター(配送)や
JAアルプス農産物直売所 味覚の郷、
本店経済部ふれあいサロンでご注文いただけます。

作り方

- ① 麦とろ麺は約5分茹で、冷水であらい、水気を切って器に盛りつけておく。
- ② 鍋にごま油をひき、合い挽き肉、おろし生姜、豆板醤を入れ炒める。
(トッピング用に大さじ2杯ほど皿に移しておく。)
- ③ ②に(A)を入れ、中火で熱しながらよく混ぜ合わせ、①の器に盛りつける。
- ④ ②でとっておいた合い挽き肉と小口切りした万能ネギを③の上にトッピングして完成。



「麦とろ麺」

1箱 1,836円(税込)



「麦とろ麺」

1袋 184円(税込)

(本店経済部ふれあいサロン、味覚の郷のみ)