

おはようございます

JANAがの中条店 金融窓口担当
佐々木 英奈



入組2年目で金融窓口を担当。目標はお客さまの要望を聞きつつ、何気ない会話の中からニーズに合った商品を提案できるようにすることです。デジタル化が進む中、担当店舗は高齢のお客さまが多いため、円滑な手続きができるように分かりやすい説明と丁寧な言葉選びを日々心掛けています。趣味は音楽を聴くこと。車で好きなグループの曲を聴いて気分を上げています。

健康Q&A

带状疱疹ワクチンの定期接種

Q 带状疱疹ワクチンの定期接種について教えてください。(70歳、女性)

A 带状疱疹ワクチンの定期接種は、今年(2025年)4月に始まりました。基本は65歳の方(年度内に65歳になる方)が対象ですが、経過措置として今年から5年間、70歳から5歳刻みで対象となっています。高価な带状疱疹ワクチンを一生に1度だけ安価に接種できる機会です。経過措置は5年間のみですので、今年通知が来た方は、年度内に接種を終えないと生涯対象となりません。5年ごとに通知が来ると勘違いされている方もおられるようですが、通知は生涯に1度だけです。来年以降は通常価格での接種しか受けられませんので、ぜひ接種をご検討ください。

带状疱疹がやっかいなのは主に後遺症です。特に神経痛は時に深刻な悪影響を残します。強い痛みのために食欲が低下し、生活意欲が低下し、睡眠を満足にとれず、何もできないまま日々を過ごすような患者さんもおられるほどです。他にも、脳梗塞のリスクが上がる、認知機能低下リスクがある、など、やっかいな後遺症があります。顔の带状疱疹では、後々まで気になるような傷跡を残すこともあります。かからないのが最善であることは言うまでもないでしょう。

過去にかかっているからワクチンは不要と考えている方もおられますが、これは大きな間違いです。3年後に再発した患者さんを診ており、5年すれば再発リスクはかなり上がります。たとえかかってもワクチン接種は受けるべきです。せっかく安価に接種できる機会ですので、効果の高い不活化ワクチンをお勧めします。

(JA長野厚生連長野松代総合病院
皮膚科部長 瀧澤好廣)

お知らせボード

★1月に長野県農業法人等就業フェア

年明けの1月17日(土)午前11時～午後3時、長野市北石堂町のJA長野県ビル アクティーホールで。県内で農業を仕事にしたいと考える人が対象。県内の農業法人・個人農家、計約30団体がそれぞれ求人説明会を開く一方、県の就農コーディネーターらがブースを構え、新規就農や研修の相談に応じる。先輩社員が体験談などを披露する「農業法人就業セミナー」(正午～40分間)も。入場無料で予約も不要、入退場自由。参加団体は事務局の(公社)長野県農業担い手育成基金のホームページ(右QRコード)で公開。☎同基金 ☎026・236・3702。



私たちの国で消費するたべものは、できるだけこの国で生産する。国産消費国産にJAグループは取り組んでいます。



食と農で地域に笑顔をつくります ～組合員・地域とともに食と農を支える協同の力の発揮

教え合い高め合う農業を

JA松本ハイランド青年部
島立支部 横内 一志さん

PR動画全国コンテスト 県代表作を作成



長野自動車道松本インターを降りてすぐ。松本市島立地区は鉄道(JR篠ノ井線)と川(奈良井川)を挟んでお城(松本城)を中心とした市街地の西に位置する都市近郊地域です。出品作の制作を実質的に一人で担った横内一志さんは、ここで代々続く農家の13代目。現在はキュウリを中心に栽培しています。春先から始まったキュウリの収穫が最終盤に入ったハウスで聞きました。

最初の作品「時間(とき)の流れ」は「賞金がもらえたら、みんなで飲もうか」くらいの軽い気持ちで取り組んだそうです。県代表で出品すると関東甲信越ブロックでも好評で2位に。その実績を見込

若手農業者が集まるJA青年部組織。全国組織のJA全国青年部協議会は、それぞれの組織の活動を紹介する「PR動画コンテスト」を毎年、開いています。一昨年(2023年)と今年、長野県代表作品を作成したのはJA松本ハイランド青年部島立支部でした。誰が、どのような思いで取り組んだのでしょうか。訪ねると、新規就農者を含め和気あいあいと農業に取り組む地域にしたいと願う人物がいました。



編集画面に向かう横内さん

今年の出品作
「『農』の魅力を伝えよう!」



2023年の出品作
「時間(とき)の流れ」



まれ、本年の制作も依頼されました。

たくさんある素材

今年の作品「農」の魅力伝えよう!」について横内さんは「素材はたくさんありましたが、それを一つのストーリーにまとめ、1分以内に納めるのに苦労しました」と振り返ります。それでも編集時間は「3、4時間かかったかな」という程度。ちなみに前作は「2時間くらいで済みました」とさうり。

「4、5歳ごろからテレビ

を分解するなど機械好きだった」横内さん。高校(南安曇農業)時代は部活でビデオカメラの撮影と編集に熱中し「文化祭など学校行事を撮りまくった」そうです。「30年近い昔の話。アナログの時代で、編集作業はテープを再生する傍ら録画する、いわゆるダビングの繰り返しで大変な労力が必要でした。今はパソコンを使い、フレーム(1コマの静止画)単位で出し入れができますから、ずっと手軽です」

そんな横内さんがわずか1分の動画に込めたのは、子どもたちへの食農教育活動をはじめとした青年部支部の若者の紹介とともに、自身が主力として栽培する「島立のキュウリ」のアピール。「生産者は30人程度で産地としては小規模ですが、半分近くは新規就農者で年齢も30～40代が中心。市場でも若さに驚かれるほど。長く付き合いができるので信用も高いと思います」と横内さん。

その新規就農者の受け入れでも横内さんは積極的な役割を果たしています。分の動画に込めたのは、子どもたちへの食農教育活動をはじめとした青年部支部の若者の紹介とともに、自身が主力として栽培する「島立のキュウリ」のアピール。「生産者は30人程度で産地としては小規模ですが、半分近くは新規就農者で年齢も30～40代が中心。市場でも若さに驚かれるほど。長く付き合いができるので信用も高いと思います」と横内さん。

半分超が「教え子」

こうして新規就農者の半分以上が横内さんの「教え子」という産地ができました。横内さんが就農した30年ほど前は、同世代の就農者は2人だけ。寂しい思いもしましたが、現在は30～40代の世代がかたまり、青年部も機敏に動ける態勢ができています。PR動画はその成果です。

目下の悩みは「キュウリを作りたいという人はいいても栽培するハウスが空いていない」点。「資材価格の高騰で新規にハウスを作って始めるのは現実的ではありません。後継者がいない、などの理由で空いたハウスを利用したいのですが」と横内さん。

同時にJA松本ハイランド野菜部会キュウリ・トマト専門部長を務める立場から「数十年ぶり」というJAの出荷規格の簡素化にも力を注ぎ、来季からの実行にこぎ着けました。「現状では経験が浅い新規就農者には負担が大きすぎる」との理由です。

「簡素化といっても他の産地並みにするだけです。規格に合わせる選別と箱詰め作業にかかる労力を減らし、その分、管理作業に振り向けた方が質の向上につながりますから」

目下の関心は「一株のキュウリで安定して収穫できる技術の確立」。土壌改良剤などの研究に取り組む横内さんは「失敗も含めて工夫の成果を教え合うのが楽しいんですね」と農業に取り組む原動力を語っています。



収穫最終盤に入ったキュウリを見詰める横内さん

研修用動画や規格簡素化：技術確立へ若手を支援

実績があります。

新規就農者向けには県の里親制度をはじめJAの支援制度など、各種の支援の枠組みがあり、横内さん自身も毎年のように里親として里子(就農研修生)を受け入れていきます。背景には、行政やJAの制度が始まる以前から、横内さんの父や祖父が就農希望者を住み込みで受け入れてきた

横内さんは「技術は困り込むより、教え合うことで共に高めよう、というのが島立の伝統なんです」と力を込めます。「だから、研修生も困ったら周りに聞けばいいんです」とも。ビデオ編集の腕を生かして、今年は研修生向けの動画もつくりました。「いつもは11月ごろから(研修生を)迎えて、マンツーマンで作業を教えていくのですが、今年はたまたま都合で迎えるのが年明けになってしまったので(動

