

かか[★]やき

今月の表紙

第41回JA福島大会に
寄贈した「女性部 農の生け花」

特集 P4 管内中学校に合格祈願米を贈呈

P5 統一美化運動を実施



JAは子どもたちへの食農教育を応援しています



赤舘公園から見る 『棚倉町』



〈かがやき目次〉

- 06 かがやき NEWS
- 08 みりよく満点農業者
- 09 根岸シェフによる今月の一品
- 12 ひと
- 14 営農ナビ
- 20 みんなの広場
- 22 インフォメーション
- 24 みりよく満点物語



受験生にエール!!

管内中学校3年生、 全443人に合格祈願米を贈呈

11月11日から24日にかけて、管内6中学校の3年生443名に合格祈願米の贈呈を行いました。贈呈したお米は、当JAオリジナルブランド「みりよく満点コシヒカリ」で、11月4日に棚倉町の山本不動産で祈祷したのになります。ブランド名にちなみ、全員が「満点」で合格できるようお願いが込められています。また新型コロナウイルスの観点から無病息災についても祈りを込めております。

薄葉功組合長は「コロナ禍に負けず志望校や資格試験合格に向けて学業に取り組んでほしい」と受験生を激励しました。

この事業は、次世代を担う子どもたちに農業や農畜産物への理解を深めてもらうという目的も兼ね、JAの地域貢献事業の一環として、今年で13年目となりました。



※写真撮影時のみマスクを外しております。

《綺麗で住みやすい 地域づくりへ》 美化運動を実施！

11月11日、管内の主要道路沿いや公園などで、JA役員がゴミ拾いを実施し、環境美化活動を行いました。7時～8時の1時間の清掃活動で、ゴミのないキレイ地域づくりを目指し取り組みました。この運動は、JAグループ福島の地域貢献活動の一環として農協法交布の日（11月19日）に合わせて11月を統一期間と定め、県内JA全体で行われました。

総務部【本店周辺】



金融部・共済部【棚倉城址公園周辺】



営農部・経済部【みりよく満点物語棚倉店周辺】



表郷支店・中部営農センター【支店・センター周辺】



矢吹中央支店・西部営農センター【支店・センター周辺】



棚倉支店【支店周辺】



矢祭支店【支店周辺】



塙支店【支店周辺】



東部営農センター【センター周辺】



鮫川支店【支店周辺】



3 販売数量、前年上回る



熱心に話を聞く生産者

11月19日、西部営農センター会議室で、トマト専門部会西部支部実績検討会を開催しました。

実績報告として、現時点での販売数量は約692トン、前年対比102.4%となりました。

今年度は、トマト黄化葉巻病やトマトフザリウム株腐病の発生が確認されたため、次年度に向けた病害虫対策を県南農林事務所より説明いただきました。また、JA全農福島より、今年度の販売経過の報告をいただきました。

4 こんにゃく芋を収穫



収穫作業を行う児童ら

11月16日、笹原小学校5年生がこんにゃく芋の収穫作業を行いました。

生徒達は、5月に定植したこんにゃく芋を観察しながら大事に育ててきました。

11月を迎え収穫の時期となり、生徒たちはスコップでこんにゃく芋を掘り起こして収穫作業に励みました。綺麗に畑は掘り起こされ、授業の中で農作業の楽しさを実感していました。

今後は、収穫した芋を実際にこんにゃくにしておくと食べるの事で、美味しく食べていただきたいです。

1 来年度の作付けに向けて



販売実績の説明を受ける参加者

11月22日、本店第1会議室で「令和3年度夏秋野菜販売実績検討会」を開催しました。取引市場や関係機関、専門部会代表者、JA役職員など40人が出席しました。

今年度の作柄概況、販売経過や実績、各市場の販売情勢や取組結果についての報告があり、次年度に向けた意見、要望等について協議しました。

各専門部会では、今年度の実績を踏まえ、関係機関との情報共有をより一層強め、次年度に向けた作付けおよび販売力強化に努めてまいります。

2 信頼される産地づくりを目指して



販売戦略を協議する参加者

11月8日、本店第1会議室で「令和3年度秋冬野菜・果実販売対策会議」を開催しました。取引市場や関係機関、専門部会代表者、JA役職員など35人が出席しました。

昨年の秋冬野菜・果実販売実績報告や今年の作柄概況や販売対策、出荷計画などが協議され、各市場からは昨年度の販売状況、今年度の販売取組についての報告がありました。

今後も安全・安心な「みりょく満点ブランド」の生産販売に努め、信頼される産地づくりを目指してまいります。

7

久々の女性部活動で笑顔



バザーに参加した女性部員

10月2日、みりょく満点太郎の四季創業祭に合わせて「女性部矢祭班バザー」を開催しました。

新型コロナウイルス感染拡大により、活動自粛が続いておりました。班役員会で開催を決定してから当日までワクワクしながら準備を行いました。

晴天の下、久々の活動に班長さんが大きな声で呼び込みし笑顔いっぱいで行いました。無事、皆様のご協力を頂きながら女性部バザーは大盛況に終わることができました。

8

交通安全ミュージカル「魔法園児マモルワタル」の開催



出演者と一緒に交通ルールを学ぶ園児たち

12月2日、JA共済による交通安全ミュージカルを棚倉幼稚園で開催しました。

「魔法園児マモルワタル」は出演者と一緒に横断歩道の正しい渡り方など、交通ルールを楽しく学ぶことができる体験型ミュージカルです。新型コロナウイルス感染防止対策により規模を縮小し、2回に分けて実施しました。園児たちは歌とダンスで交通ルールを覚えたり、最初から最後まで元気に楽しく学ぶことができました。

5

キレイな花を寄せ合って



参加した女性部員

11月26日、西部営農センターで女性部西部支部は「花の寄せ植え教室」を開催しました。防寒対策、コロナ対策を徹底しながら、25人と多くの部員が集まりました。

管内の花屋さんよりいただいた見本を参考に、みんなで楽しく寄せ植えを作り、個性溢れる作品を完成させました。

その後、直売所前の花壇の花植えも行いました。西部営農センターに来た際は、出入口にある花壇の花で癒されてください。

6

長寿をお祝い



100歳を迎えた矢吹富子さん

11月16日、矢吹町で100歳を迎えた矢吹富子さんのご自宅を訪問しました。JAでは、一昨年から「JA健康寿命100歳プロジェクト」の一環として、組合員・利用者と100歳を迎えた方へお祝い金と花束等を贈呈しています。今回で3回目の贈呈となりました。

薄葉組合長は「100歳を迎えられたことを心からお祝いする。JAでも健康寿命を応援していきたい」とあいさつしました。

株式会社すずき農園

鈴木 治さん

恵さん

「矢祭町下石井」



いちご 36a
 水稲 25ha

JGAPが安全・安心の証

今回取材に伺ったのは、矢祭町で経営する「株式会社すずき農園」です。代表取締役の鈴木治さんは、25歳の時に就農しました。現在作付けしているのは、いちごと水稲を主に作付けし出荷しています。

水稲は、主食用米の他にも飼料用米やWCSも作付けしています。現在は、いちご「とちおとめ」の出荷時期を迎え、米の収穫シーズンから休むことなく大変との事でした。

今年のいちごの生育状況を探ねてみると生育は順調とのことでこれからの出荷も楽しみにしていました。美味しいいちごを目指して栽培に取り組んでいるそう、法人化して4年目となり、2020年には、JGAPを取得し、安全・安心ないちごを届けられるよう努めているとの事でした。

大変なことを聞いてみると、自然災害の影響を受けることや奥さんの恵さんからは子育てしながらの仕事は大変

とのことでした。しかし、家族で仕事ができることやいちごの収量が上がる嬉しいと笑顔で語ってくれました。治さんは、ゴルフや読書が趣味で今年はずいぶりにゴルフができたと言っていました。（※コロナ対策を実施しながら）

抱負を聞いてみると、「これからも持続して経営していく事、消費者へ安全な農産物を届けられるように頑張っていきたい」と話してくれました。また、「すずき農園」では事務所でもいちごを販売しているので、矢祭にお越しの際は、ぜひ立ち寄って自慢のいちごをご賞味頂きたいです。



次は「中部地区」を
 予定しています。



今月のレシピ

今月は「いちご」です。いちごは火を入れると甘みが減り、酸味が増えていきます。その性質を利用して、さっぱりと仕上げていきます。



根岸 祐シェフ

「エビといちごの炒め物」

～ナンプラー風味～



材料 (2人前)

- エビ..... 8匹
- いちご..... 4粒
- しめじ..... 1/2パック
- しいたけ..... 2枚
- 長ネギ..... 1本
- 春菊..... 2枚
- せんべい..... 適量
- にんにく..... 少々(みじん切り)
- ナンプラー..... 大さじ2杯
- 酢..... 大さじ1杯
- オリーブ油..... 大さじ2杯
- 塩、胡椒..... 少々

作り方

1. 写真のように材料を切る。(いちご 1/4、しいたけくし切り、長ネギななめ切り、春菊 1/2、せんべい砕く)
2. フライパンにしめじとしいたけを入れ、少量の油を加え焼いていく。(きのこ類を焼く際には表面を焼くイメージであまりいじらないこと。水分が出てしまうため)
3. きのが色づいたら、にんにく、エビ、長ネギを加える。(生エビを使用した場合は先にエビを炒める)
4. 酢をまわし入れて酸味を飛ばす。ここから強火にする。ナンプラーをまわし入れし、香り付けをする。
5. 火を止めていちごと春菊を加える。予熱で軽く和えながらせんべいを加える。
6. 仕上げにオリーブ油、塩、胡椒で味を調べて完成。

最後に…

管内産のいちごはとても甘くおいしいので、火を加えても甘さが残り、しっかりといちごの存在感が生きて他の食材を引き立てます。せんべいのアクセント、エビのぷりぷりした食感、きのこの旨味、ナンプラーの風味、これらをまとめるいちごといった一品となっています。ぜひご賞味ください。



① 《材料》



②



③



④



⑤

始めよう！ 健康生活

手軽に健康《手指体操》

両手握りで集中力アップ！

健康生活研究所所長 堤 喜久雄

東洋医学では、人体には経絡(けいらく)と呼ばれる気と血液のエネルギーの通りがあるとされており、その経路上につぼが点在しています。経路は全身を巡り、さまざまな臓器や筋肉につながっているため、つぼを刺激することは全身にアプローチすることになります。

手のひらにもたくさんのつぼがあります。つぼを刺激する方法として、「押す」「なでる」「たたく」「震わせる」「こねる」の六つがあり、今回は「押す」と「なでる」を合わせた体操をご紹介します。

手のひらを合わせ、つぼを押しなでるように互いをこすりながら回転させます。気と血液のエネルギーの巡りが良いと健康な状態が保たれます。どこでもできる簡単な体操なので、思い出したときにやる習慣を付けると良いでしょう。

〈ポイント1〉

正しい姿勢を意識して背筋を伸ばし、できるだけ腕の高さを保ったまま行くと上半身の体幹も強化されます。



①手のひら同士を合わせます。両肘を張って腕を肩の高さまで上げ、床と平行になるように構えましょう。



②手のひらの中心を軸にして、手のひらをこすりながら指先が上向きに動くよう回転させます。



③途中で合掌のポーズになりますが、そのまま回転を続けます。



④

〈ポイント2〉

両手を組んだら一度、ぎゅっと握ります。両手を広げるときは指を伸ばすことを意識してください。

地域密着トピックス

《全国大会出場を応援!!》

ガンバレ!! 善郷小学校吹奏楽クラブ!!

11月6日、千葉市の千葉県文化会館で行われた「第10回日本学校合奏コンクール2021全国大会グランドコンテスト」小学校の部で、金賞と全国2位となる千葉県教育長賞を矢吹町立善郷小学校吹奏楽クラブが見事受賞されました。

大会出場にあたり、薄葉組合長が同小学校を11月2日訪問し、吹奏楽クラブの部員に御祝の言葉と激励金を手渡しました。



金賞と千葉県教育長賞を受賞した矢吹町立善郷小学校吹奏楽クラブの児童ら

こんにちは 塙厚生病院です

「あなたの中性脂肪いくつですか？ 確認してみましょう。」

中性脂肪(TG)は、体を動かすエネルギー源です。

中性脂肪は、食物から接種されたり肝臓で合成されたりします。

生命を維持するための活動に利用されますが、余ってしまうと内臓脂肪や皮下脂肪として蓄えられてしまいます。

つまり！身体にとって必要な物質ですが、増えすぎることによって様々な問題が生じてしまいます。

中性脂肪が増えすぎると動脈硬化が進みやすくなります。



血管に溜まりやすい(超悪玉コレステロール)の増加や動脈硬化の予防に働く善玉コレステロール(HDL-C)と、非常に深い関係を持っています。血管にコレステロールが溜まると、血管の内側が狭くなり、やがて血管が固くなる動脈硬化が進みます。

放っておくと血管が詰まります。中性脂肪は、体に溜まってしまうのです!!!

中性脂肪は、生活習慣が大きく影響を受けるといわれています。

《空腹時の中性脂肪150/dl未満》を目標に対策していきましょう!!!

まずは食事の改善を…

特に控えめにしたい… 食事炭水化物

積極的に摂りたい… 魚(できれば青魚)



毎日体重を測定し意識を高めるなど、生活習慣の見直しから始めてみませんか!?

休診のお知らせ(12月)

日	月	火	水	木	金	土
			1 泌尿器科	2	3 整形外科	4
5	6 泌尿器科	7	8 泌尿器科	9	10 整形外科	11 泌尿器科
12	13 泌尿器科	14	15 泌尿器科	16	17 整形外科	18
19	20 泌尿器科	21	22 泌尿器科	23	24 整形外科	25 泌尿器科
26	27 泌尿器科	28	29 泌尿器科	30	31	

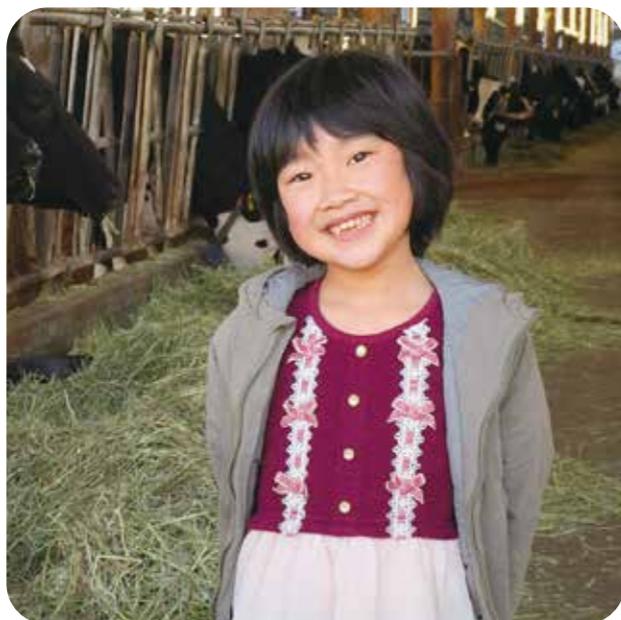
年末年始の休診日は12月30日(木)～1月3日(月)までとなります。

第1、第3土曜日、日曜日、祝日は、休診となります。変更になる場合もございますので、ご不明な点は、受付又は各科外来にお尋ね下さい。お電話でも結構です。



JA福島厚生連 塙厚生病院

〒963-5493 福島県東白川郡塙町大字塙字大町1-5
TEL.0247-43-1145 FAX.0247-43-3394



せきね みゆ
関根 光優ちゃん (7歳)

●お父さん 靖さん ●お母さん 光知子さん
鯉川村西山

かがやき キッズ

夢はパティシエ!

毎日元気いっぱい!!

お父さんたちが働く牛舎で猫と遊ぶのが大好きな光優ちゃん。他にもお絵かきや、一輪車に乗って遊んだりして毎日元気いっぱいです。最近ではピアノ教室に通っていて、疲れているときでも休まずに一生懸命練習しています。そんな光優ちゃんの将来の夢はパティシエです。みんなに美味しいと言ってもらえるクレープを作るのが目標です。ご両親からは、「頑張っている光優ちゃんをいつも応援しています」と話して下さいました。

毎日元気いっぱい!

仲良し兄弟!!

玄関のドアを開けると、元気よくあいさつをしてくれた一嘉くんと蒼くん。2人とも外で遊ぶことが大好きです。お兄ちゃんの一嘉くんはスポーツ少年団でサッカーをしており、「シュートを決めた時がとくに嬉しい」と話してくれました。将来はプロサッカー選手になることです。弟の蒼くんも体を動かすことが好きで、最近では自転車に乗ることが楽しいそうです。またウルトラマンも大好きで、「将来はウルトラマンゼロになりたい」と話してくれました。ご両親からは「2人とも元気よく、そして人の痛みがわかる優しい人に育ってほしい」とメッセージをいただきました。寒さに負けず、毎日元気に過ごしてくださいね。

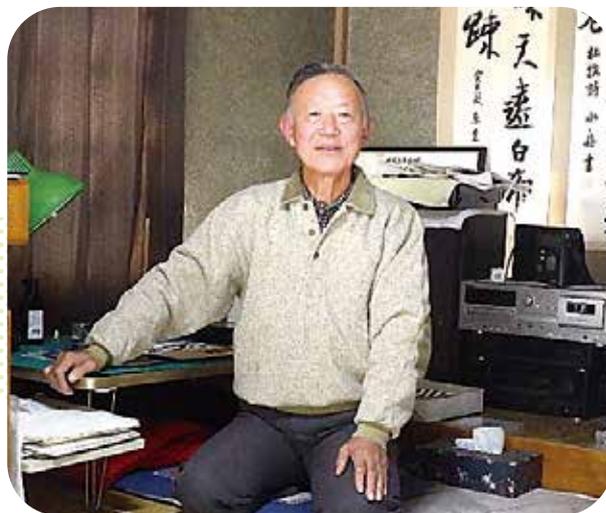


こばやし いちか
小林 一嘉くん (7歳)
蒼くん (4歳)

●お父さん 嘉隆さん ●お母さん 千紗子さん
棚倉町一色

元気満点 人生

おの ひろし
矢祭町東館 小野 博 さん



書は人なり!

今回ご紹介させていただくのは『書道で精神統一』この道を歩んで30数年の小野博さんです。一枚の真っ白な半紙と筆を向かい合わせ、心穏やかにして一時間ほどで書きあげる。今では毎日の日課となっておりますが、条幅を書する際は全集中で書き上げる為、なんとも言えない達成感を味わえるそうです。

最近では隷書（紙幣などの書体）を書ることが日課とのお話ですが、趣味程度で始めたという書道の道も気づけば師範の域までたどり着き、地域の方からも指導をお願いされる腕前です。

ご本人からは「年を重ねるごとに更なる課題が増えるばかり」と談笑されましたが、部屋の片隅には心のこもった書体の「年賀状」が早く届けてほしいと言わんばかりに積み重なっていました。



矢吹町諏訪清水

我が家の ペット



オカメインロ
ちーちやん (♀)



オカメインロ
めめこちやん (♀)



オカメインロ
あひちやん (♀)

飼い主

さいす ちから
斎須 力さん



オカメインロ
ちーちやん (♀)



オカメインロ
ちーちやん (♀)



オカメインロ
ちーちやん (♀)



オカメインロ
ちーちやん (♀)

ルッコラの栽培について

ルッコラといえば、イタリア料理のサラダなどで定番のハーブです。栄養価も高く健康にもいいルッコラは、実は家庭菜園の中でも難易度が低く、ベランダでも簡単に育てられます。中でも、育てやすい品種は、「ロケット」です。

栽培カレンダー

月旬	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
主な作業	種まき		収穫		種まき		収穫		種まき		収穫	
	←				←				←			
		間引き				間引き				間引き		



1. 植え付け

- 種が重なったり、一カ所に固まらないように、全体にまんべんなく種を蒔きます。
- 種を蒔いたら、土を軽く手で押さえて種を固定し、ふるいなどを使って薄く土をかぶせましょう。深く埋めすぎると種が呼吸できず、発芽しにくくなります。通常4～7日で発芽します。



2. 水やり

- 種が流れてしまうため、土をかぶせた後は水をやりすぎないように気を付けましょう。芽が出るまでは、土が乾いたら水やりをしましょう。



3. 間引き

- 【1回目の間引き】
ルッコラの発芽がそろい、双葉が開いたら、まずは3～4cm間隔になるよう間引きます。(葉と葉が触れ合っているものどちらか、葉の形が悪いもの等は間引く)
- 【2回目の間引き】
ルッコラの本葉が4～5枚程度になったら、今度は4～5cm間隔に間引きましょう。まずは成長の悪い株や害虫の被害がある株を、葉同士が触れ合わなくなるくらいまで間引いていきます。



4. 追肥

- 液体肥料を使用するときは、株元に軽く土寄せし、土が流れて株が倒れてしまうのを防ぎます。化学肥料の場合は、株間を少し耕してから大きじ2～3杯の肥料を撒き、それを根元に寄せるようにします。



5. 収穫

- 葉が10cmくらい、もしくは草丈が20～25cmくらいが収穫のベストタイミングです。下の葉から1枚ずつ清潔なハサミで刈り取っていきましょう。ルッコラは収穫中もどんどん成長します。株を抜いてしまうと、それ以上収穫できなくなってしまうので、抜き取らないように注意しましょう。下側・外側の大きい葉から収穫していけば長い期間収穫できます。



ルッコラ

私をご紹介します！



中部営農センター
金澤 達典
(営農指導担当)



香りと苦味が春を告げる山菜

フキのとう

【分類】キク科フキ属

【原産地】日本

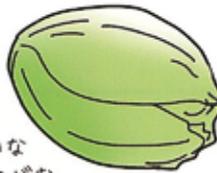
【旬の時期】12～4月ころ

【主な栄養成分】カリウム、アルカロイド、
ケンフェロール、フキノリド、食物繊維、ビタミン類

プロフィール

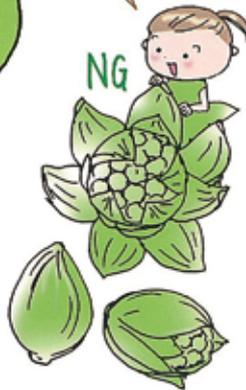
選び方

すがすがしい香り
葉(がく)が開いていて締まっている
つぼみが固い
根元の切り口や葉が黒ずんでいない



食べ過ぎ
育ち過ぎていない小ぶりのものがお薦めの花芽がほんの少し見えるくらいに葉(がく)が開いている

つぼみが開いて花が開いているのは収穫適期を過ぎているよ



チカラ

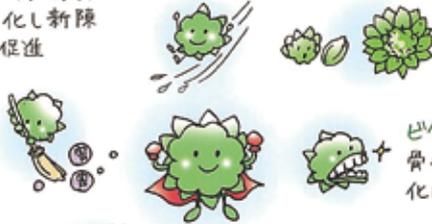
アルカロイド^① (苦味成分)

体内の有害物質を排出、さらに肝機能を強化し新陳代謝を促進

カリウム
高血圧などの生活習慣病予防、むくみ解消に効果的

ビタミン類

各種ビタミン、葉酸などをバランス良く含有。代謝促進作用、抗酸化作用に期待



ビタミンK
骨や歯の強化に効果的

フキリド^② (香り成分)

胃腸の働きを整え、消化を促進する効果に期待

食物繊維
整腸作用を促し、便秘解消や肥満予防に効果

ケンフェロール^③ (苦味成分)

免疫力を高め、ウイルス感染予防や風邪予防効果に期待

ベジタブルライフ



保存方法

冷蔵保存

鮮度が落ちるとあくが強くなり、苦味やえぐ味も増す

鮮度が大切



乾燥を防ぐ
軽く湿らせた新聞紙に包んでポリ袋に入れて保存

下ゆでして水(または塩水)に漬けておく
と、あくが強くなり変色しない

冷凍保存

下ゆでしてあく抜きしてから冷凍庫へ

自然解凍であえ物や汁物などに利用



ふきみそ
長期保存可能

楽しみ方



特有の香りと苦味を香辛料として活用
天ぷらやあえ物に広く利用



パスタ、ピザ、バターソテー、フリッターなどにしてもおいしいよ



3分

あく抜き

塩を加えて沸騰した湯に入れて、パーパータオルなどで落としぶたをし3分程度ゆでる
冷水に取り、しばらくさらして冷ましておく

ふきみそ

下ゆでしたフキのとう(または水にさらしたもの)をみじん切りにして油で炒め、みそ、日本酒(みりん)、砂糖を加えてとろ火でかき混ぜながら炒め煮に仕上げやすいので注意!

みき肉を入れるとうま味もアップ!



ヒミツ

特徴
日本原産の山菜 全国の山野に自生
ハウス栽培物 12～4月ごろまで
天然物 2、3月ごろ



春を告げる風物詩
北国では雪解けとともに目を迎える

フキとフキのとうは同じ?

フキはつぼみと葉柄が別々の時期に地下から出てくる。雪解けの春先(2、3月ごろ)に咲くフキの花(からい)がフキのとう。開花後(4～6月ごろ)に地下茎から出てきた葉柄がフキ

名の由来

冬に黄色い花を咲かせる「冬菜(ふゆき)」→「ふき」になった(語説あり)

漢字
「冬季花蕾」
「蕨の蕾」など



JA東西しらかわ 年末年始営業時間のご案内

店舗名		12/31 (金)	1/1 (土)	1/2 (日)	1/3 (月)	1/4 (火)	1/5 (水)
物流センター		休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
西部 地区	矢吹中央支店	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
	西部営農センター	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
中部 地区	表郷支店	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
	棚倉支店	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
	中部営農センター	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
東部 地区	矢祭支店	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
	塙支店	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
	鮫川支店	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
	東部営農センター	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
J A ・ S S	表郷給油所	特別営業 (8:30~17:00)	休業	休業	休業	特別営業 (8:30~17:00)	配送のみ
	矢吹中央給油所	特別営業 (8:30~17:00)	休業	休業	休業	特別営業 (8:30~17:00)	配送のみ
	棚中央給油所	特別営業 (8:30~17:00)	休業	休業	休業	特別営業 (8:30~17:00)	配送のみ
	矢祭給油所	特別営業 (8:30~17:00)	休業	休業	休業	特別営業 (8:30~17:00)	配送のみ
	塙燃料センター	特別営業 (8:30~17:00)	休業	休業	休業	特別営業 (8:30~17:00)	配送のみ
直 売 所	みりよく満点物語	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
	旬彩レストラン 「山ぼうし」	おせち引渡しのみ (9:30~12:00)	休業	休業	休業	休業	休業
	みりよく満点物語 矢吹店	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
	みりよく満点物語 矢祭店	休業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
A T M	各 ATM	9:00 ~ 19:00	9:00 ~ 19:00	9:00 ~ 19:00	9:00 ~ 19:00	通常営業	通常営業



JA東西しらかわ

ほっかふえ通信



各種ご案内



《食材宅配》

日本中の厳選されたご当地商品が盛りたくさん！お忙しい方、毎食レシピを考えるのは大変だと思う方には必見！JAには、食材の定期配達などもございますのでお気軽にお問い合わせください。

《肥料・農薬予約》

来年使用する肥料・農薬の予約を受け付けております。お安くなっておりますのでこの機会にぜひ予約してみたいかがでしょうか？申し込み期日は令和4年1月28日までです。

《家の光》

12月号は家計簿、1月号はレシピブックが付いてきます。人気商品のため売り切れご免!!販売中ですのでお早めに。

《醤油・四季のつゆ予約》

1月28日までに1ケース(6本入り)お買い求めのお客様に、さらに同商品を1本サービス致します。



物流センター イベントのお知らせ



家電フェア開催!!



12月のイベントは**17日・18日・19日**です。
物流センター購買店舗で開催いたします。

イベント

予告

1月のイベントは防災用品の展示並びに販売を予定しています。自然災害はいつどこで起こりえるかわかりません。大切な家族を守るため今できる備えを早めに考えてみませんか？備えあれば憂いなし!!



12月と言ったら大掃除ですね。普段あまり使わない保存食や調味料も一度確認してみたいかがでしょうか？意外と賞味期限切れてるときって多いんですよ!?

JA自動車共済

ご加入者の皆様へ

もしもの時にも強い味方

ご存知
ですか?

JAの「自動車共済安心サービス」

JA共済
事故受付センター



0120-258-931

ジコは クミアイ

24時間365日受付

次の安心サービスをご利用の際は、各種サービス受付時間にJA共済事故受付センターまでご連絡ください。



事故等の場合には

夜間休日現場急行サービス

受付時間 平日:0時~8時、17時~24時 土日・祝日:終日

事故現場にALSOKの対応員が急行し、事故状況の聞き取りなどを行います。
※一部対応できない地域等がございますので、JA共済事故受付センター（フリーダイヤル）に連絡の際にご確認ください。
※事故現場からお電話いただき、利用者が現場急行をご希望された事故が対象となります。



夜間休日初期対応サービス

受付時間 平日:17時~21時(対応は22時まで) 土日・祝日:9時~21時(対応は22時まで)

初期対応専任のスタッフがご契約者や事故の相手方と連絡を取り、修理工場への連絡等必要な対応を迅速に行います。
※対人賠償事故（人身傷害事故も含まれます）、対物賠償事故、車両諸費用保障特約のついた車両単独の事故が対象となります。



休日契約者面談サービス

受付時間 金曜・祝前日:17時~24時 土曜日:終日 日曜・祝日:0時~17時

専任スタッフがご契約者との面談を行ない、事故に関する質問・相談をお受けします。
※対人賠償事故で事故の相手方が入院または死亡された場合が対象となります。
※JA共済より業務委託を受けた休日面談専任のスタッフが対応します。



レッカー移動や事故等の
緊急対応が必要な場合には



JA共済
サポートセンター



0120-063-931

レッカーロードサービスは クミアイ

24時間365日受付

レッカーサービス・ロードサービスをご利用の際は、事前にJAまたはJA共済サポートセンター（JA共済事故受付センター）までご連絡ください。（ご自身で手配された場合は本サービスの対象外となります。）

レッカー・ロードサービス

- ・事故または故障により自力走行不能となった場合に、レッカー車で現場へ急行し、最寄りの修理工場等まで、お車をけん引します。
- ・現場から100kmまでのけん引に要する費用が無料となります。
- ・故障・トラブルにより自力走行不能となった場合に、対応業者が現場へ急行し、お車の応急対応を行います。
- ・30分程度で対応可能な応急対応に要する費用が無料となります。



サービスご利用にあたっての注意事項

※トラブルの状況や手配内容によっては、ご利用者さまに費用のご負担が発生する場合があります。また、JAF会員であるご利用者さまについては、ご利用者さまのご了承のもと、JA共済事故受付センターまたはJA共済サポートセンターからJAFを手配する場合があります。その場合、レッカーサービスのけん引距離、ロードサービスの作業時間について、上記のサービス範囲を拡大します。

※各種サービスについて、交通事情、気象状況等により、サービス業者の到着に時間がかかる場合またはサービスのご提供ができない場合があります。※各種サービスのご利用にあたっては、その他所定の条件があります。詳細については、「ご契約のしおり・約款」をご参照ください。

JAの営業時間内は
ご契約のJAまで
ご連絡ください。

表郷支店：0248-32-2135
棚倉支店：0247-33-3141
埴支店：0247-43-0209

矢吹中央支店：0248-43-4141
矢祭支店：0247-46-3145
鮫川支店：0247-49-3131



JAネット マイカーローン



©よりぞう

変動金利

年**1.70%**
～年**3.2%**(保証料込み)

※上記金利は2021年11月お申込時の適用金利です。
※金利などのご融資条件は各JAによって異なりますので、実際の適用金利は各JAにお尋ねください。

●金利引下条件

JAに給与振込ご指定の方(新規含む)	▲0.2%
JAカードご契約の方(新規契約を含む)	▲0.1%
公共料金口座振替指定1件以上の方(新規契約を含む)	▲0.1%
インターネットからのお申込みの方	▲0.1%

※引下げ前の金利は、審査結果に応じて年2.2%または年3.2%になります。

●金利引下幅

24時間・365日受付

仮申込みはこちらから→
ja-netloan.jp/guides/mycar/0700



商品概要

お使いみち	自動車・バイク・除雪機(新車・中古車)の購入、購入に付帯する諸費用、車検・修理費用、運転免許の取得資金、車庫建設資金、自動車共済掛金に必要な資金、他金融機関等から借入中の自動車資金の借換資金(残価設定型クレジット含む)	担保	原則として不要です。
ご利用いただける方	お借入時年齢が満18歳以上75歳未満で、最終返済時の年齢が満80歳未満の方	ご返済方法	元利均等返済(毎月返済とボーナス返済の併用可)
お借入期間	6か月以上10年以内	事務取扱手数料	最大2,200円(消費税等含む)
お借入限度額	1,000万円以内	保証	三菱UFJニコス株式会社の保証をご利用いただけます。原則として保証人は不要です。
お借入利率	上記記載の金利は、お借入当初のみに適用されるものです。お借入後の利率は、基準日(4月1日、10月1日)の各JAの基準金利(パーソナルプライムレート)により、年2回の見直しを行います。	ご用意いただく書類	①資金用途に関する書類 お見積書(写)、または契約書(写) ②所得に関する書類 お勤めの方/農業者の方/源泉徴収票、所得証明書または住民税決定通知書 自営業者の方/納税証明書および確定申告書(写) ③ご本人であることを確認する書類/運転免許証、健康保険被保険者証、住民票(家族全員記載のもの)等

※ローンのご利用は、JA所定の資格・要件を満たす方に限らせていただきます。※店頭にてご返済額の試算を承っております。※ローンの詳しい内容については、店頭にて説明書を用意しております。※なお、審査の結果によっては、ご希望に沿えない場合があります。※本ローンを利用中に、繰上返済を行う場合や返済条件等を変更する場合には、別途JA所定の手数料が必要な場合があります。

その他各種ローンを取り扱っております



JAネットローン
教育ローン

お子さまの教育に必要な
資金に使える!

ja-netloan.jp/guides/kyoiku/0700/



JAネットローン
リフォームローン

住宅の増改築・改装・補修などの
リフォームに使える!

ja-netloan.jp/guides/reform/0700/



JAネットローン
フリーローン

結婚、旅行、レジャー等、
プランに合わせて自由に使える!

ja-netloan.jp/guides/free/0700/



JAネットローン
カードローン

いつでも何回でも
繰り返し利用することが可能!

ja-netloan.jp/guides/card/0700/



今すぐアクセス!! [JAネットローン](https://ja-netloan.jp/) <https://ja-netloan.jp/>

「JAとのお取引はこれから」というお客さまもお気軽にご相談ください。ご利用に際しては、組合員加入のための出資が必要になります。

JAバンクアプリ

いつでもすばやく口座残高のチェックや明細の照会ができるサービスです。

詳しくはこちら <https://www.jabank.org/app/>



JAネットバンク

インターネットにアクセスするだけで、振込や公共料金支払い等のさまざまな取引ができるサービスです。

詳しくはこちら <https://www.jabank.jp/>



みんなの広場



菊池 栄陽子さん (棚倉町)



青砥 安彦さん (矢祭町)



小室 恵子さん (塙町)

平素より数多の作品を応募いただきまして誠にありがとうございます。【俳句・川柳・短歌】につきましては、掲載本数に限りがあるため応募多数の場合には厳選により掲載とさせていただきます。また、文字の解読が困難な場合には掲載を見送ることがございます。そのため、送りがな等までご記入いただけると幸いです。ご理解・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

俳句・川柳

八十路坂杖と築りは離せない

我妻さん (白河市表郷)

百萬で激震はしる永田町

近藤 茂男さん (白河市表郷)

行く秋を県民割で楽しむや

増子 絹代さん (白河市表郷)

実る日を楽しみに待つりんこの木

大野 真理さん (矢吹町)

今日する仕事は無駄を無くそう

加藤 茂敬さん (矢吹町)

甘柿を今年も実のり仏に上げ

芳賀 ミツエさん (矢吹町)

空くじ夢のせて大みそか待つ

片野 ユリ子さん (棚倉町)

苦勞して育てた干し柿にらめっこ

金沢 久喜さん (棚倉町)

ゆつやけにだれをさがすかあかとんぼ

小林 明美さん (棚倉町)

旅先で我が家忘れつかの幸

斉藤 フミさん (棚倉町)

とばつちり受けて叱れず水鉄砲

塩田 和さん (棚倉町)

収穫だ草虫鳥と戦って

秦 範子さん (棚倉町)

太ったの言われて直ぐに着ぶくれよ

陣野 頼子さん (棚倉町)

遅咲きにもみじ散つてく菊の花

須藤 利正さん (棚倉町)

朝霜やクリスマスローズ顔をだす

丹治 とし子さん (棚倉町)

木の間から日がさしこんで柚子香

蛭田 三枝子さん (棚倉町)

餅ついて田の神様へお疲れ様

蛭田 和子さん (棚倉町)

秋茄子を嫁に食わせぬ思いやり

青砥 安彦さん (矢祭町)

紅葉に観光気分気持ち行く

金澤 美千代さん (矢祭町)

ふまれても根づよく生きよ道芝の

荒川 とくさん (塙町)

東空に寝そべり始めたオリオン座

石井 久雄さん (塙町)

吹く風に踊る白髭土手すすき

大森 キヨ子さん (塙町)

コロナ明け紅葉そまる露天風呂

金川 トモさん (塙町)

読者の皆様から、絵手紙・写真・俳句・短歌などの作品を募集致します。

作品と住所・氏名・年齢・電話番号を明記のうえ、左記宛先までハガキまたは封書にてお送りいただくか、各支店までお持ち下さい。(俳句や短歌は、左のアンケートハガキでも応募いただけます)

作品募集中

短歌

園芸を学ぶ孫よりシクラメン窓辺に置いて家族和ます 小林サエ子さん（白河市関辺）
 あれこれとサプリメントに頼らずに適度の運動正しい食事 高橋ヨネさん（白河市表郷）
 霜かれて野草花も土の中春待球根早芽を出して 中川敏子さん（白河市関辺）
 目が覚めて今ある生に感謝しつかに生きるぞ残された日々 野田一雄さん（白河市表郷）
 春雨よ晴耕雨読口ぐせの重荷下ろして夫旅たつ 星野ふじのさん（矢吹町）
 外孫の夫婦2人が5年めでやっとさずかる子によるこびぬ 石井克己さん（棚倉町）
 夢にでるいわれてみだし歌詠みとわれの非力をかえりみもせず 佐藤のばあば（棚倉町）
 店先に妹植えたバラの苗みごとくに咲いて別れを偲ぶ 金澤榮子さん（棚倉町）
 歎休めしばし里山見渡せば今が見頃と樹々が競艶 金澤芳江さん（棚倉町）
 縁族で会津路たどり東山へゆったり浸り苳まで温む 高橋イエさん（棚倉町）
 今朝10km走って来たとほらしげ10年ぶりの同級生はかがやいており 高橋治男さん（棚倉町）
 夕刻にあいさつ交す人々とおばんがたす暖かき言葉 伊達久美子さん（棚倉町）
 晴れ姿お宮参りと千歳鮎孫の成長願いたりけり 菊池美三江さん（矢祭町）
 釣便落として日が暮れすく夜にたつぷり充電日々頑張る体力増強を 井坂甲子広さん（塙町）
 かがやきのクイズのページヨコとタテユズの香匂う晩秋の夜長に 関根次子さん（鮫川村）
 青空をつんぎくような大いちよう黄色い葉の色空にも地にも 藤田智枝子さん（鮫川村）
 紅葉もこがらしと共に落葉し山肌が見え様に1年の早さに老を感じる 松本君子さん（鮫川村）
 やわらかき秋陽を受けて青豆を打つビールの空き箱腰掛にして 矢吹トシエさん（鮫川村）
 たまに会うひ孫とあそび若返り歳を忘れて夜更しもする 吉田孝子さん（鮫川村）

✂ キリトリ

「かがやき」へのアンケート

1. 今月号で面白かった、あるいは参考になった記事の番号に○を付けて下さい。(複数回答可)
- ①表紙 ②特集 ③かがやきニュース ④みりよく満点農業者
 ⑤営農ナビ ⑥ひと ⑦グッとライフスタイル ⑧レシピ
 ⑨みんなの広場 ⑩その他

理由

2. JAに対しての要望や意見、身の回りの出来事など自由に記入してください

3. 作品応募【俳句・川柳・短歌（○で囲んで下さい。）】

作品応募については、ふりがなまでご記入ください。

✂ キリトリ

雪虫にうすうす目鼻ありにけり 小林章さん（塙町）
 湯豆腐にうつくしき火の廻りけり 近藤いつ子さん（塙町）
 ハリツドの街中敷築すれば映画のセットの建物多し 佐藤庄衛さん（塙町）
 山かげの列車音ひびく冬近し 鈴木喜代子さん（塙町）
 新米を研ぐ指はしけおどりけり 八幡文子さん（塙町）
 秋日和コロナ忘れて農急ぐ 鈴木和代さん（鮫川村）
 待つてたよコロナ解除で墓参り 鈴木克枝さん（鮫川村）
 冬空に白いすすきに赤とんぼ 緑川勝美さん（鮫川村）
 里の秋軒下飾ざり吊し柿 矢吹由栄さん（鮫川村）
 パーベキュー舞ってもみじも仲間入り 我妻トシ子さん（鮫川村）

【送り先】

応募締切は
12月29日(水)

〒963-5663 福島県東白川郡棚倉町大字流字中豊 88 番地
JA東西しらかわ『かがやき』係

※ご応募いただいた作品は返却致しませんので、予めご了承くださいませ。よろしくお願いいたします。

24時間体制で迅速対応

JA齋苑やすらぎの杜



棚倉齋場

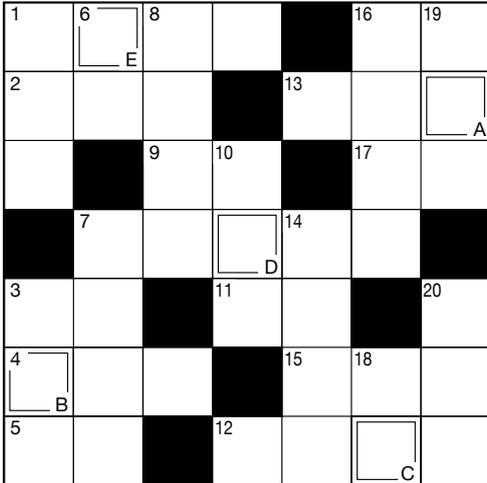


住所: 棚倉町大字塚原字上野越91-6
TEL: 0247-33-1059 FAX: 0247-33-2527

矢吹齋場



住所: 矢吹町本町283 TEL: 0248-42-2221



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?

出題: ニコリ

タテのカギ

- 1 オイルショックともいわれる——危機
- 3 分度器で測ります
- 6 栗の実のトゲトゲ
- 7 春の七草の一つ。ダイコンのことです
- 8 遊園地で——コースターに乗った
- 10 おでんに添える黄色い葉味
- 14 年下の女きょうだいのこと
- 16 屋外で行うことも多い教科
- 18 ミカンのものは手でむけます
- 19 おしゃれな——でランチを楽しんだ
- 20 「オリオン」「おおいぬ」「カシオペア」といえば

ヨコのカギ

- 1 1月の第2月曜日は——の日。国民の祝日です
- 2 旅支度で、旅行かばんに——を詰めた
- 3 下手な鉄砲も——撃ち当たる
- 4 北海道東部の市。自然豊かな湿原が有名です
- 5 水が混じって軟らかくなった土
- 7 これが三つで三振
- 9 土を盛り上げて作ります
- 11 植物の葉や車の窓などに氷の結晶がついたもの
- 12 「住めば都」とか「猫に小判」とか
- 13 果物——を使ってリンゴをむいた
- 15 遠回りをすること
- 16 初夢で見ると縁起が良いといわれる鳥
- 17 やっぱり自分の——が一番落ち着くなあ

クイズ&アンケートに答えてプレゼント!!

広報誌「かがやき」へのご意見・ご感想をお寄せ下さい。専用はがきに、アンケートの回答と必要事項・クイズの答えを記入し、投函して下さい(切手は不要です)。
※読者アンケートはがきでお寄せいただいた個人情報は、「誌面作りの参考」と「プレゼント当選者の発表・発送」のみに利用します。

抽選で6名様にプレゼント

A賞



ACかりんとう
1箱

B賞



ACクロワッサン
1箱

はがきの裏面、希望の商品に○を付けてください。
アンケート締切日 12月29日(水) 当日消印有効

11月号答えは『プレゼント』でした。
たくさんのご応募ありがとうございました。
☆当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

※在庫状況により、プレゼントが異なる場合がございます。

✂ キリトリ

料金受取人払郵便



差出有効期間
2022年2月
17日まで
切手不要

郵便はがき

9 6 3 - 5 6 6 3

福島県東白川郡棚倉町大字
流字中豊88番地

東西しらかわ農業協同組合
広報誌「かがやき」係 行

✂ キリトリ



氏名	フリガナ	年齢	歳
住所	〒		
電話番号	- -		
クイズの答え	希望商品	A賞・B賞	

12・1月行事予定カレンダー

12月

17 (金)

JA東西しらかわ役員コンプライアンス研修会

第10回理事会

JA東西しらかわ青年連盟そば打ち

20 (月)

第11回監事会、監事会研修

植物工場利用組合臨時総会

22 (水)

福島県農業センター農業短大との連携協定締結式

30 (木)

仕事納め式

1月

4 (火)

仕事始め式

来月の総員外務

1月17日(月)、18日(火)、19日(水)です。

詳しい内容につきましては、総務課までお問い合わせ願います。

和牛子牛セリ 結果について

(単位:頭数・円)

開設月	性別	全農福島県本部 県家畜市場 JAグループ		
		頭数	平均価格	前月比
11月	雌	334	706,009	44,652
	去	419	816,951	18,905
	計	753	767,742	30,889

前年同月比【平均価格】 61,352

編集後記

各地で早い積雪を観測していますね。寒暖差の激しい時期なので体調管理をしっかりしていきましょう。

(森)

令和3年度 第9回理事会提出議案

と き：令和3年11月29日(月)

ところ：本店 第1会議室

- 第1号議案 就業規則の一部改正について
- 第2号議案 連携協力に関する協定書の締結について
- 第3号議案 創立20周年記念式典の開催について
- 第4号議案 年末手当の支給について

※議案は全て原案通り承認されました。

令和3年度 第10回監事会提出議案

と き：令和3年11月29日(月)

ところ：本店 第2会議室

- 連絡・報告事項のみとなりました。

「(株)JA東西しらかわグリーンファーム」正社員募集!!

- ◆募集人数(正社員) 1名
- ◆年齢 18歳～50歳くらいまで
- ◆業務内容…牛への給餌作業、子牛哺育作業、管理、その他農場にかかわる作業
家畜人工授精(有資格者、取得希望者)

「(株)JA東西しらかわグリーンファーム」パート募集!!

- ◆募集人数(パート) 1～2名
- ◆年齢 18歳～60歳くらいまで(健康で長く働ける方)
- ◆時給900円
- ◆作業時間…1日合計6～7時間程度(時間については相談可能)
- ◆業務内容…1日2回、牛への給餌作業。その他農場にかかわる作業(経験・未経験問わず)

詳しくは担当者までご連絡又はご来場願います。

連絡先: ☎090-7066-0200 担当:小峰

私たちのなかま (2021年11月30日現在)

- 組合員数 9,757人 (19) ●組合員戸数 8,139戸 (43)
- 正組合員数 5,610人(△58) ●正組合員戸数 4,989戸(△38)
- 准組合員数 4,147人 (77) ●准組合員戸数 3,150戸 (81)

※()内は前年度比



みりよく満点物語

『秋まつり』開催しました!!



11月13日・14日の2日間、みりよく満点物語秋まつりを開催しました。旬の野菜、新米、みそ、お茶、海産物販売、抽選会などたくさんのお客様にご来店いただきました。



毎月8日は『ごはんの日』!!

毎月8日は「ごはんの日」。JAでは直売所を中心に地元のおいしいお米のPR、消費拡大に向け取り組んでいます。旬彩レストラン山ぼうしのご飯は100%地元産「みりよく満点コシヒカリ」を使用し、お客様に大変好評いただいております。毎月8日を「お米、ご飯の良さ」を再確認する日としてみてはいかがでしょうか。

満点の日!

毎月10日はお楽しみ抽選会(棚倉店)
1月10日(月)

お値引商品やプレゼント企画など、ちょっとお得な一日!
是非、お誘いあわせの上、ご来店くださいませ。

JA東西しらかわ 農産物直売所 みりよく満点物語

営業時間... ●直売所・ミルク工房 9:30~18:00
●旬彩レストラン「山ぼうし」 11:00~15:00 / 17:30~20:00(予約制)

定休日... 毎月第3火曜日 旬彩レストラン「山ぼうし」... 毎週火曜日

〒963-5683 福島県東白川郡棚倉町大字下山本字愛宕平15-1

直売所 TEL(0247)33-1212 FAX(0247)33-3770 レストラン TEL(0247)23-0831

