

今月の表紙 いちごのサンタクロース  
(管内産みりよく満点とちおとめ)

## 特集

P2 管内中学校に合格祈願米を贈呈

P9 各施設の年末年始営業時間のお知らせ

- 10 かがやきNEWS
- 12 ひと
- 14 みりよく満点農業者
- 15 根岸シェフによる今月の一品
- 16 営農ナビ
- 18 埴厚生病院からのお知らせ
- 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



JAは子どもたちへの  
食農教育を応援しています

# 管内中学校3年生、 全455人に 合格祈願米を贈呈!

**ガンバレ受験生!!**



11月15日～25日にかけて、管内6中学校の3年生455人に合格祈願米の贈呈をしました。当JAオリジナルブランド「みりよく満点コシヒカリ」を、11月8日に棚倉町の山本不動産で祈祷したものになります。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。

薄葉組合長は「祈願米を食べてそれぞれの目標、進路に向けて全力で挑み頑張ってください」と受験生を激励しました。

自己改革の一環として、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の地域貢献事業として始まり今年で14年目となりました。



表郷中学校



矢吹中学校



鮫川中学校



棚倉中学校



矢祭中学校



埴中学校



11月11日、福島市のパルセ飯坂にて「JA福島女性部協議会創立70周年記念大会」が開催されました。表彰式では当JAから小泉栄子さん（棚倉町）がJA全国女性組織協議会の副会長を平成9年4月から平成10年3月まで勤め特別功労者として表彰されました。

3年ぶりに女性部「健康ウォーキング」を開催しました！

部員の健康増進を目的として始まり、3年ぶりにウォーキングを開催！小雨が降る中でしたが矢祭山（遊歩道）からみりよく満点物語矢祭店まで歩き、紅葉の景色を楽しみました。



●色鮮やかな花を植えました♪



表彰を受ける小泉さん

●10月25日、中部支部で福島スカイラインの日帰り旅行！



●11月27日、西部支部で栃木県のあしががフラワーパークへ♪



《綺麗で住みやすい地域づくりを》  
美化運動を実施！

11月11日、JA役員がゴミのないキレイな地域づくりを目指し美化運動を行いました。

地域貢献、環境美化のため管内の主要道路沿いや公園、JAの各施設周辺を中心に、7時～8時の1時間の清掃活動に取り組みました。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月を統一期間として定め、県内JA全体で行われました。

マナーを守り  
美しい環境を  
守りましょう！



# 消費税法改正のお知らせ

令和4年4月  
国税庁

令和4年4月に消費税法等の一部が改正されました。インボイス制度についての主な改正内容は以下のとおりです。

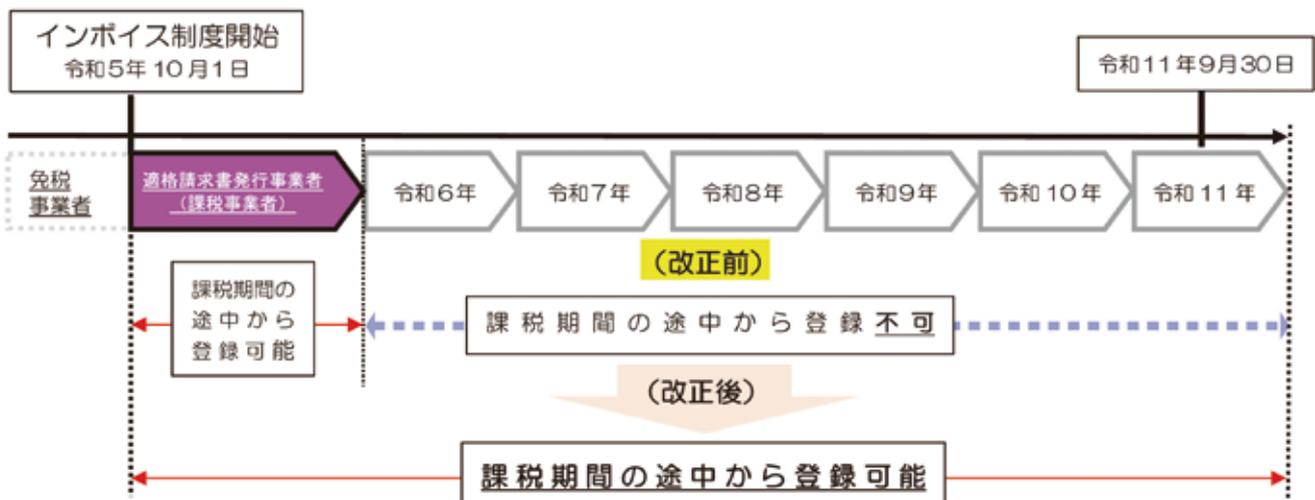
## I 適格請求書発行事業者の登録に関する経過措置の適用期間の延長

適格請求書発行事業者の登録については、免税事業者が、令和5年10月1日の属する課税期間中に適格請求書発行事業者の登録を受けた場合は、登録を受けた日から適格請求書発行事業者となることのできる経過措置が設けられていますが、当該経過措置の適用期間が延長され、**令和5年10月1日から令和11年9月30日までの日の属する課税期間**においても、**登録を受けた日から**適格請求書発行事業者となることのできるものとされました。【具体例1参照】

なお、上記経過措置の適用を受けて適格請求書発行事業者となった場合、登録を受けた日から2年を経過する日の属する課税期間の末日までは、免税事業者となることはできません（登録を受けた日が令和5年10月1日の属する課税期間中である場合を除きます。）。【具体例2参照】

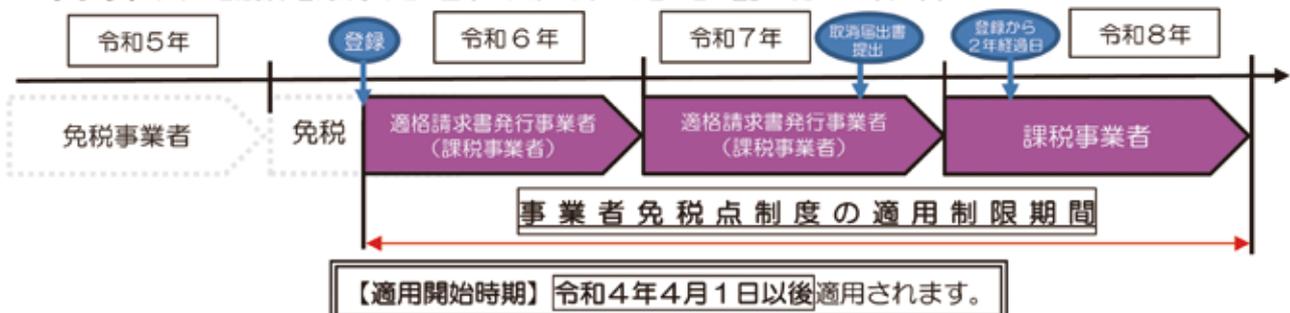
また、上記経過措置の適用を受けた場合、延長された期間においても**登録を受けた日の属する課税期間中に**消費税簡易課税制度選択届出書を提出することにより、その課税期間から簡易課税制度を適用することができます。

### 具体例1（個人事業者又は12月決算法人の場合の課税期間中の登録）



### 具体例2（個人事業者又は12月決算法人が、経過措置により令和6年2月1日に登録を受け、令和7年9月30日に取消手続を行った場合の事業者免税点制度の適用制限期間）

この場合、令和8年12月末までは免税事業者となることはできませんので、登録の取消手続（注）を行ったとしても、基準期間の課税売上高にかかわらず課税事業者となります。したがって、取消し後基準期間の課税売上高が1千万円以下となり、免税事業者となることのできるのは、令和9年以降となります。（注）「適格請求書発行事業者の登録の取消しをを求める旨の届出書」の提出が必要です。



## II 納税管理人の届出を行っていない場合の登録拒否及び取消し 虚偽記載を行って登録を受けた場合の登録の取消し

納税管理人を定める必要のある特定国外事業者以外の事業者が納税管理人の届出を行っていない場合の申請についても、登録を拒否する（納税管理人を定める必要のある適格請求書発行事業者が納税管理人の届出を行っていない場合は、登録を取り消す）ことができることとされました。

また、事業者が、虚偽の内容を記載した適格請求書発行事業者の登録申請書を提出して登録を受けた場合には、税務署長は、その登録を取り消すことができることとされました。

【適用開始時期】令和4年4月1日以後の申請に係る拒否及び同日以後の取消しから適用されます。

## III 適格請求書発行事業者以外の者からの課税仕入れに係る経過措置の見直し （区分記載請求書に係る電磁的記録の提供を受けた場合における仕入税額控除）

適格請求書発行事業者以外の者からの課税仕入れに係る経過措置（80%控除又は50%控除）の適用については、売手から「書類」で交付された区分記載請求書の保存が要件とされていましたが、区分記載請求書に係る電磁的記録の提供を受け、これを保存する場合にも、経過措置の適用を受けることができることとされました。

【適用開始時期】令和5年10月1日以後の課税仕入れから適用されます。

## IV その他の改正

### 1 仕入明細書等による仕入税額控除の適用要件の見直し

インボイス制度開始後は、買手が作成する一定の要件を満たした仕入明細書等を保存することによる仕入税額控除の適用について、売手（課税仕入れの相手方）において課税資産の譲渡等に該当するもののみが対象とされました。

### 2 経過措置期間における棚卸資産に係る消費税額の調整規定の見直し

免税事業者である期間において行った課税仕入れについて、適格請求書発行事業者から行ったものであるか否かにかかわらず、免税事業者が課税事業者となった初日の前日において有する棚卸資産に係る消費税額の全額について、仕入税額控除の適用を受けることができることとされました。

### 3 公売等において適格請求書を交付する場合の特例

公売等（強制換価手続）において、事業者（適格請求書発行事業者）が執行機関を介して課税資産の譲渡等を行う場合には、執行機関は当該事業者から適格請求書発行事業者の登録を受けている旨の通知を受けることなく、執行機関の名称及び公売等に係る特例を受ける旨を記載した適格請求書を交付することができることとされました。

### 4 特定収入を課税仕入れに充てた場合の仕入税額控除の調整規定が整備されました。

【適用開始時期】令和5年10月1日以後適用されます。

- お分かりにならないことや、更に詳しくお知りになりたいことがありましたら、最寄りの税務署にお尋ねください。
- 税務署での面接による個別相談（関係書類等により具体的な事実関係を確認させていただく必要がある相談）を希望される方は、あらかじめ電話により面接日時等を予約していただくこととしておりますので、ご協力をお願いします。



# 肥料価格高騰対策のごあんない



～肥料価格高騰に直面する農家の皆様を支援します～

**肥料価格の高騰**による農業経営への影響緩和のため、化学肥料の低減に向けて取り組む農業者の皆様の**肥料費を支援**します。

## 支援の対象となる肥料

**令和4年6月以降令和5年5月に購入\***した肥料

※【本年の秋肥と来年の春肥として使用する肥料】が対象です。



## 支援の内容

化学肥料低減の取組を行った上で前年度から増加した肥料費について、その**7割**を支援金として交付します。

$$\text{支援金} = \left[ \text{当年の肥料費} - \left( \frac{\text{当年の肥料費} \div \text{価格上昇率}^* \div \text{使用量低減率}}{\left[ \begin{array}{l} \text{秋肥: 1.4} \\ \text{(春肥: 未定)} \end{array} \right] \left[ 0.9 \right]} \right) \right] \times 0.7$$

※国が統計データを基に決定

## 申請に必要なもの

- 1 本年秋肥** (令和4年6月～10月に注文)、**来年春肥** (令和4年11月～令和5年5月に注文) の**購入価格がわかるもの** (注文票など\*)

※領収書などの証拠書類を提出する場合は、写しでも差し支えりません。

**本年秋肥**と**来年春肥**は、それぞれをまとめて、別々に申請してください。

- ▶ 予約注文したもの: **注文票+請求書**又は**注文票+領収書**
  - ▶ 予約注文なしで購入したもの (当用買い): **領収書 (レシートでも可)**\*
- ※領収書やレシートで肥料の名称等が判断できない場合は肥料袋 (表・裏) の写真を添付

- 2 化学肥料低減計画書** (次ページチェックシート参照)

● 化学肥料低減に向けた取組に2つ以上取り組むこと

- 3 農畜産物の販売実績が分かるもの**

(例: 直近の出荷伝票、売上傳票 等)

※取組実施者で確認できるものであれば差し支えありません。

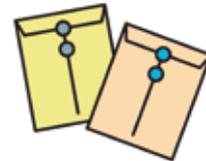


## 申請方法

農業者グループ（取組実施者）で申請してください。申請方法や申請期限等は福島県にお問い合わせください。（※ 申請を希望される方は、肥料を購入している農協、肥料販売店にも御相談ください。）

農協や肥料販売店などでまとめてグループ申請していただくことを想定しています。※5戸以上のグループで申請してください。

秋肥申込期限（JA東西しらかわ）：**12月20日（火）まで**  
春肥申込期限（JA東西しらかわ）：未定



## Q & A



### 問い

### 答え

① 化学肥料が足りなくなるということを聞いたのですが。

- 肥料メーカーや輸入事業者の皆様のご努力により**当面必要な肥料原料は確保**されています。
- 今後も、調達状況を注視して、肥料の安定供給に取り組んでまいります。

② 化学肥料の使用量を実際に2割減らすことが支援の要件ですか。

- 化学肥料の2割低減に向けて、取組メニューのうち2つ以上行っていただければ支援対象となります。
- 選択された取組について、適切にフォローしていきます。

③ 既に化学肥料の低減に取り組んでいるため、更に低減することは難しい。

- 既に取り組んでいるものもカウントします。
- その際は、既に行っている取組の拡大や改善で良いので、新たな取組みを1つ以上行ってください。

④ 低減に向けた取組をしたいが、準備が必要なのですぐには行えない。

- 本年に取り組めない場合は、来年に取り組んでいただければ結構です。
- 国内資源の利用など体制整備に時間を要する取組は、期間内に取り組んでいただければ結構です。

⑤ いつ頃までに申請すれば良いですか。また、いつ頃支援を受けられますか。

- 基本的に秋肥、春肥でそれぞれまとめて申請してください。
- 秋肥について、早めに申請いただければ、できるだけ年内に支払えるようにします。

⑥ 領収書の提出が間に合わない場合はどうすれば良いですか。

- 領収書が間に合わない場合は、請求書を提出いただければ、支援金をお支払いすることができます。
- 肥料を購入した農協や販売店に御相談ください。



JA東西しらかわ



# ほっかぶえ通信

12月

## 購買トピックス



### 《購買店舗 1月の休日営業時間のお知らせ》

下記のとおりとなっておりますのでご確認ください

物流センター	土曜日、日曜日、祝日▶ 通常営業 8:30～17:00
西部営農センター	土曜日のみ午前営業▶ 8:30～12:00
東部営農センター	土曜日のみ午前営業▶ 8:30～12:00
中部営農センター	土曜日のみ午前営業▶ 8:30～12:00
矢祭支店	土曜日のみ午前営業▶ 8:30～12:00
鮫川支店	土曜日のみ午前営業▶ 8:30～12:00
表郷SS	金曜日、土曜日、日曜日▶ 7:30～18:30
棚倉中央SS	金曜日、土曜日、日曜日▶ 7:30～18:30
埴SS	金曜日、土曜日、日曜日▶ 7:30～18:30
矢祭SS	金曜日、土曜日、日曜日▶ 7:30～18:30
矢吹中央SS	日曜日、月曜日、火曜日▶ 7:30～18:30

各支店・センターに投函箱を設置し24時間受け付けるとともに、受領店舗より確認電話をさせていただきます。

(新型コロナ対応策：直接対面減少策)



### 12月のJA給油所みりよく特別価格! お得な3日間のお知らせ!!

表郷・棚倉中央・埴・矢祭: **特売日▶ 23日(金)・24日(土)・25日(日)**

矢吹中央: **特売日▶ 25日(日)・26日(月)・27日(火)**



# JA東西しらかわ 年末年始営業時間のご案内

店舗名		12/31 (土)	1/1 (日)	1/2 (月)	1/3 (火)	1/4 (水)	1/5 (木)
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	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	西部営農センター						
中部 地区	表郷支店						
	棚倉支店						
	中部営農センター						
東部 地区	矢祭支店						
	埴支店						
	鮫川支店						
	東部営農センター						

※通常営業は 8:30～17:00 となります。

JA・SS	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	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	棚中央給油所						
	矢祭給油所						
	埴燃料センター	↓	↓	↓	↓	↓	↓

※通常営業は 8:30～18:30 となります。

直売所	みりよく満点物語	特別営業 (9:30～15:00)	休業	休業	休業	休業	通常営業 (初売)
	旬彩レストラン「山ぼうし」 ミルク工房	おせち お渡しのみ (10:00～14:30)	↓	↓	↓	↓	休業
	みりよく満点物語 矢吹店	休業	↓	↓	↓	↓	通常営業 (初売)
	みりよく満点物語 矢祭店	休業	↓	↓	↓	↓	通常営業 (初売)

※直売所の通常営業は 9:30～18:00 となります。

ATM	各 ATM	9:00～ 19:00	9:00～ 19:00	9:00～ 19:00	9:00～ 19:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00
-----	-------	----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	----------------

### 3 ニラ出荷本番



目そろえ会、栽培講習会の様子

11月18日、中部営農センター表郷集出荷場、28日に西部営農センター中畑集荷場で「ニラ専門部会出荷目ぞろえ会・栽培講習会」を開催しました。

中部支部では、県南農林事務所、部会員、JA関係者など約20人が参加しJA営農指導員から販売情勢や出荷規格の確認、農薬の適正使用について説明を行いました。今年のニラの生育状況は良好であり、今後の圃場の管理、栽培方法について改めて確認しました。

角田正憲中部支部長は「部会全体で規格統一を行い、さらに品質の良いものを作っていく」と話しました。

### 4 最優秀賞を受賞



11月19日、JAグループ福島肉牛枝肉共励会が「(株)福島県食肉流通センター」で開催されました。県内から和牛60頭が出品され、棚倉町の大河内則子さんが和牛去勢牛で最優秀賞を受賞しました。受賞牛は、ロース芯面積87cm<sup>2</sup>、バラ厚12cm、歩留り78.3、BMS12と見事な枝肉でした。(管内の受賞者は次の通り)

受賞者：

大河内則子様 最優秀賞 金太郎3-勝忠平 BMS12  
(株)沼野畜産様 優秀賞 茂晴花-芳之国 BMS12

※BMSとは、「Beef Marbling Standard (牛脂肪交雑基準 最大は12)の略 赤みの肉にどれだけサン(霜降り)が入っているかを示したものです。

### 1 秋冬野菜出荷が始まる



県内市場との協議の様子

11月2日に郡山大新青果、11月4日(株)平果の県内2市場へ、いちごやニラ・柿等の秋冬野菜・果実の販売に向けた要請活動を実施しました。

11月上中旬から、いちごやニラの出荷が始まる中で昨年を踏まえた今年度の出荷について協議しました。

昨年の秋冬野菜・果実販売実績や今年の作柄等を踏まえ販売価格の底上げを図るため、今後も消費宣伝活動等を実施しながら農家所得の向上を図っていきます。

### 2 やぶきフロンティア祭り2022



出店したブースの様子

11月6日、矢吹町の文化センターにて「やぶきフロンティア祭り2022」が開かれました。当JAからも旬の野菜などを取りそろえて出店いたしました。

町内最大級のこのお祭りでは、グルメや展示品、様々なステージやショーで盛り上がりを見せ、約5,000人が来場しました。JAブースでは地元産の野菜や果物、おこわなどの軽食を販売、女性部西部支部はバザーを出店しました。新鮮な野菜などを手に取りお買い求めになるお客様の姿が見られました。

## 6

## 組合員へより良い提案を



県大会での発表の様子

11月22日、福島市のJ A福島ビルにて第12回J Aバンク福島ロールプレイング大会が開催されました。本大会は県内の各J Aにて開催されたロールプレイング大会予選で優秀賞を受賞した金融窓口担当者やMAが参加する県大会となっており、当J Aからは塙支店の角田佳代子職員がMA部門で出場しました。

この大会は金融窓口担当者やMA担当者の金融知識、推進話法、提案力を高め、更なるサービス向上を図ることを目的に毎年開催されており、県内5J Aの代表者が貯金知識・提案・話法を競いロールプレイングを行いました。

## 5

## 来年度の作付けにむけて



検討会にて説明を受ける参加者

11月22日、J A本店にて令和4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、J A役職員など32人が出席しました。

令和4年度における販売実績や活動内容を報告し、来年度の意見・要望など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、より一層の販売強化を図るため、関係機関との情報共有等に努めるとともに、次年度に向けた作付け検討を行ってまいります。

## 地域密着トピックス

## 《学童軟式野球全国大会出場を応援!!》

## 輝け!! 棚倉キッズスポーツ少年団!!

棚倉町の“棚倉キッズスポーツ少年団”が6月から開催されている「第3回くら寿司・トーナメント2022学童軟式野球全国大会 第16回ポップアスリートカップ 星野仙一旗争奪」において福島県大会及び、東北第一クライマックスにて優勝の快挙を成し遂げ、12月17日より東京都の明治神宮野球場にて開かれる全国大会(ファイナルトーナメント)の切符を見事勝ち取りました。大会は全国の代表13チームが参加します。

11月25日、薄葉組合長より激励の意味を込めてあいさつと金一封を手渡しました。

選手代表で氷見 廉主将は「全国大会では優勝目指してがんばります」と決意表明しました。



代表であいさつした棚倉キッズスポーツ少年団選手たち



# かがやき キッズ



ほんごう そうと  
本郷 想人くん(8歳)

●お父さん 長幸さん ●お母さん めぐみさん  
鮫川村西山

## 空手が好き!

## 将来は道場の館長!!

想人くんは元気いっぱいの小学2年生。体を動かすことが大好きで、1年半ほど前から空手を習っています。黒帯を目指して一生懸命練習をしていて、将来は道場の館長になるのが夢です。学校では得意な絵を描いたり、算数の九九に挑戦するなど勉強も頑張っています。

これから「心身ともに強くなって、思いやりの持てる子に育ててほしい」とご両親からメッセージをいただきました。

## “おかあさんと いっしょ”と バナナが大好き!!

もうすぐ1歳になる元気いっぱい梨亜ちゃん。

“おかあさんといっしょ”が好きで、毎日楽しんで見ているそうです。

最近では保育園に通うようになりました。大好きな食べ物はバナナ!

ご両親からは、「たくさん食べて、元気にすくすく育ててほしい。」とメッセージをいただきました。



ささき りあ  
佐々木 梨亜ちゃん(11ヵ月)

●お父さん 光大さん ●お母さん 由美さん  
棚倉町下手沢

# 元気満点 人生

矢祭町宝坂

ましこ しゅういち しずこ  
益子 修一さん 静子さん



## 野菜づくりが趣味、 直売所で人気です!!

野菜づくりに日々奮闘され、JA直売所にも一年を通して出荷されている益子さんご夫婦。もともと野菜づくりが趣味で徐々に規模を拡大していきました。今では直売所でも人気の生産者です。

修一さんはゴルフや読書など多趣味の一方、お茶葉や養鶏にも力を入れているとのこと。静子さんは漬物も麴からしっかりと作り上げこだわって漬けているそうです。

今後2人で旅行に行きたいと話してくださいました。



矢吹町根宿

## 我が家の ペット



名前

くーちゃん(メス・5才)

飼い主

のざき ひさし  
野崎 久さん

犬種

柴犬



しっかりしておとなしい。  
久さんお手製のフクロウと一緒に!!

こまつ たかし  
**小松 孝次さん**  
 (38歳)

「鮫川村渡瀬」



いちご……… 20a

## 次世代を担う担い手へ

今回取材に伺ったのは、令和4年度から新規就農された小松孝次さんです。小松さんは現在、いちご(20a)の栽培に励んでおります。ご両親も長年に渡りいちごを栽培しており、その姿に影響を受け就農を志しました。

現在は、「とちおとめ」を作付けして、ご両親をはじめ、多くの方々からのアドバイスを受けながら栽培管理を行い、順調に生育しています。

栽培のこだわりは、ミネラルを多く含む資材を活用することだそうです。多くの人の体内からミネラルが不足している現状を知り、少しでもその力になれるようにとの思いで活用しています。また、地域で作られる資材にも目を向け、地元の堆肥やぼかし肥料を活用するなどこだわりを持って栽培しています。

農業を営むなかで大変なことは、「気象変動などによる影響を大きく受けやすい、そういった現状にめげずに挑戦して行きたい」と意気込みを話してくださいました。

次に良かったことを聞いてみると、まず



『家族で過ごす時間が増えたこと』、『失敗してもまた挑戦できる楽しさが農業にはあること』だそうです。

趣味はキャンプや風景撮影、ランニングで、ランニングでは地元のチームで大会に参加し楽しく活動しています。

今後の目標は、品質の向上や廃棄ロスを減らすことで、そのためにも生産管理の改善や自ら売り先へ声掛けを行うなど積極的に活動しています。

目標に向け取り組む小松さんを今後も応援していきます。

次は「中部地区」を  
 予定しています。



今月のレシピ

パーティーメニューの付け合わせに… 日頃のおやつに…♪  
野菜の食感が楽しめる簡単でおいしい、そして揚げるときのコツも  
ふまえてご紹介します。すてきなクリスマスをお過ごしください☆

特別版クリスマスメニュー

「シャキシャキ食感! フライド冬野菜」



レシピ紹介メニュー 《フライド冬野菜》

- 材 料 (4人前)**
- ダイコン ..... 150g
  - にんじん ..... 150g
  - ごぼう ..... 150g
  - ヤーコン ..... 150g
  - 醤油 ..... 大さじ3
  - にんにく又は生姜(すりおろし) ..... 少々
  - 小麦粉 ..... 50g
  - 片栗粉 ..... 適量
  - 油 ..... 適量

- 作り方**
1. 野菜は全て約長さ10cm×幅1cmにカットする。
  2. ポウルに1を入れ、醤油、すりおろしたにんにく(又は生姜)を加え下味をつける。
  3. 2に小麦粉を加え混ぜる。
  4. 3に片栗粉を薄くつける。
  5. 天ぷら鍋に油を入れ、180℃で野菜がカリッとするまで揚げる。(約5分程度) お皿に盛り付けたら完成!
- <コツ・ポイント>
- 野菜は縦切りにするため、揚げた後もシャキシャキした食感が残ります。
- 3で小麦粉を加えることで、片栗粉が野菜の表面につきやすくなり、揚げた時に衣がはがれにくくなりサクとした食感が生まれます。



いつもの野菜が新食感!  
みんなでつまめる  
パーティー料理。  
下味がついているので、  
何も付けずに  
食べられるのも嬉しい♪



ボリューム満点 《サラダちらし寿司》



メインを彩る 《鶏の和風チャトーラ》



優しい甘さの 《お米のミルク煮》

Cookpad (クックパッド) に掲載されていますのでぜひ検索してみてください!  
<https://fukushima.cookpad-blog.jp>  
検索ワード▶「福島クックパッド 根岸」

## 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	種まき	収穫		種まき	種まき	収穫		種まき	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、一か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します。  
(葉と葉が触れ合っているもののどちらか、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間隔に間引きしましょう。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  
藤田 茂  
(営農指導担当)



皮ごと味わう小さなかんきつ

# キンカン

【分類】ミカン科キンカン属

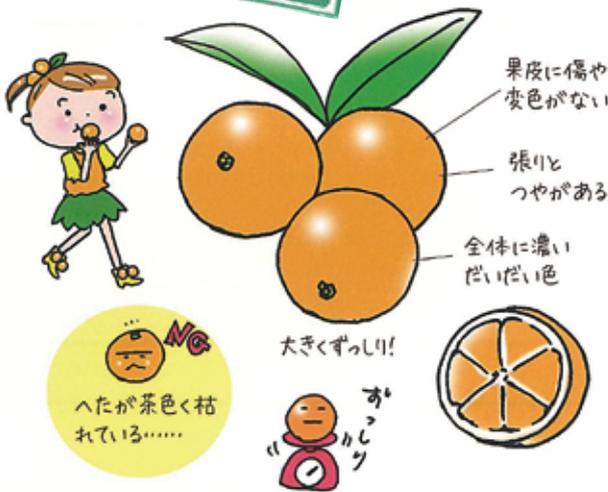
【原産地】中国

【旬の時期】冬(1~3月)

【主な栄養成分】ビタミンC、ビタミンE、カルシウム、ペクチン、ヘスペリジン、ペーダクリプトキサンチン、テルペン、クエン酸など

## プロフィール

## 選び方



# フルーツパラダイス



## 保存方法

乾燥しないようにラップで包むか保存袋などに入れ、冷暗所または冷蔵庫の野菜室へ

長期保存

砂糖漬け、甘露煮など



日持ち

冷暗所の場合は1週間、冷蔵庫の野菜室で2週間程度

## チカラ

ビタミンC  
免疫力向上、風邪予防、肌荒れ改善に



クエン酸  
疲労回復や筋肉痛の軽減



ビタミンE  
血行促進、冷え性改善、老化予防、生活習慣病予防



皮ごと食べて、冬に摂りたいビタミンCなどの効果的に摂取!

テルペン  
植物に含まれる精油成分のリラックス効果や血圧の抑制に

カルシウム  
骨や歯の強化、骨粗しょう症予防



ペクチン  
皮や果肉の袋に多い。便秘改善に



ペーダクリプトキサンチン  
視力や消化器官の健康維持やがん予防の老化予防

ヘスペリジン  
高血圧や動脈硬化の予防

## 楽しみ方



2、3回ゆで「二ぼして」から加工すると苦味や雑味が取れておいしい

デザートに



和菓子



タルト、ケーキ



ゼリー



菓子

加工



甘露煮



ジャム  
マーマレード



ドライフルーツ



砂糖漬け  
蜂蜜漬け



ソース



きんかん酒など

## いろいろ

ネイハキンカン(ニホンウキンカン・寧波金柑)



日本で主に栽培の皮が薄く食べやすい品種。宮崎県産「たまたま」などのブランド名がある



マルキンカン  
マメキンカン(金豆)



ナガミキンカン(ナガキンカン)

日本で主に栽培



新品種

「ぶちまる」「スウィートシュガー」など

## ヒミツ

名の由来

金色のかんきつであることからおせち料理「金冠」の喜らしがより豊かになるようにという願いが込められている

生薬として

金橘(キンキツ)古くからせき止めや喉の痛みを抑えるなど風邪症状の緩和に利用

観賞用

鉢植え、庭木など中国の広東省、香港などでは、旧正月に飾る習慣も





# 乳癌について



● 乳癌を発症する日本人女性は11人に1人なんです!!

● 乳癌は早期発見、早期治療で90%が治るのです!!

乳癌は、乳腺にできる悪性の腫瘍です。  
乳房のしこりや皮膚のくぼみ、乳頭の陥没、乳頭からの分泌物など症状はさまざまです。

● 乳癌のピークは40代～50代!!

毎年86,000人の女性が乳癌と診断されています。40歳以上の方は少なくとも2年に1回の検診を受けて下さい。乳癌は自分で発見できる数少ない病気です。

● 今日から始めましょう!! セルフチェック!!

- ① 乳房の形や色をよく鏡で見ましょう  
くぼみやひきつれ、乳頭のへこみ、湿疹のようなただれはないですか?
- ② 仰向けの状態でしこりをチェック  
乳房の脇の下に触れたとき、固く小さなしこりはないですか?
- ③ 指でつまんでチェック  
左右の乳頭をギュッとしぼった時、血のような液体はでませんか?
- ④ 手術療法  
関節鏡視下手術、骨切り術、人工関節置換術



※当院の乳癌検診は外科を受診のうえ、触診、エコー検査、放射線科にてマンモグラフィーを行なっております。  
住民検診をお忘れの方、年齢に関係なく異常を感じたら外科外来を受診、または健康福祉課までご相談して下さい。



休診のお知らせ(1月)

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

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。



わたしのために、  
わたしの大切な人のために。



NEW いつまでもわたしらしく  
**認知症共済**

一生涯にわたって備えられる認知症の保障

ポイント1

認知症はもちろん、認知症の前段階の  
軽度認知障害(MCI)まで  
幅広く保障します。

ポイント2

認知症の予防・早期発見から  
発症後までをトータルでサポートする  
各種サービスがご利用いただけます。

ポイント3

簡単な告知で  
ご加入いただけます。

※ご加入いただける年齢40～75歳

共済金のお支払いには所定の条件があります。

●ご加入にあたりましては、お近くのJA(農協)へお問い合わせください。●この広告は概要を説明したものです。ご契約の際には「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

現金シミュレーションをして、資料請求するだけで、  
**豪華賞品**が抽選で**当たる!**  
ひとまとめで安心!  
資料請求 キャンペーン  
いますぐチェック! キャンペーンWebサイトはこちら  
<https://www.ja-lifeadvisor.jp/ntomabomecp>

JA共済相談受付センター(JA共済連 全国本部)

☎ 0120-536-093

※白曜日、祝日および12月29日～1月3日を除きます。  
※メンテナンス等により予告なく変更する場合があります。  
受付時間: 9:00～18:00(月～金) 9:00～17:00(土) ※電話番号は、おかけ間違いのないようご注意ください。

●JA共済をもっと身近に、もっと便利に。●Webマイページにワンタッチで!  
●もしものときの連絡もアプリから! ●くらしに役立つコンテンツも満載!  
※アプリに利用時の通信料は、ご利用者さまのご負担となります。※スマートフォン向けアプリのため、フィーチャーフォンの場合はご利用いただけません。また、お使いのスマートフォンの機種・設定等によってはご利用いただけない場合があります。

Webマイページにご登録いただいた方の中から、  
抽選ですてきな賞品が当たる  
「Webマイページご登録キャンペーン」実施中!  
<https://mypagecp.ja-kyosal.or.jp>

くらしの保障、相談するなら **JA共済**

耕そう、大地と地域のみらい。JAグループ

22461050074

# みんなの広場



青砥 安彦さん (矢祭町)



菊池 栄陽子さん (棚倉町)



小室 恵子さん (埴町)

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

秋みやげ庭一杯の落葉かな

井上 恵子さん (白河市表郷)

伊豆の国富士と義時あとわさび

近藤 茂男さん (白河市表郷)

晴れた日にクオネコ届く秋の味

奥屋 かね子さん (矢吹町)

年末は大そうじ等気ぜわしい

芳賀 友子さん (矢吹町)

秋の夜歌を習う友達と

芳賀 ミツエさん (矢吹町)

甘くなれ柿のカーテン北風を待つ

片野 ユリ子さん (棚倉町)

飯食べた?と何食べた?の違いで紙重

金沢 久喜さん (棚倉町)

寢白し手がかじかんで大根漬

菊池 栄陽子さん (棚倉町)

あさしもてくるまのまどがこおってる

小林 明美さん (棚倉町)

友と逢う話題がつづく時忘れ

斉藤 フミさん (棚倉町)

泉み湧く匠みの技が腕光る

塩田 和さん (棚倉町)

軒下の干し柿狙いカラス鳴き

秦 範子さん (棚倉町)

散歩する落ち葉ふみしめ木が寒い

須藤 利正さん (棚倉町)

銀杏櫓枯葉舞う音耳すま

丹治 とし子さん (棚倉町)

夫婦歴長けりや生える苔とカビ

青砥 安彦さん (矢祭町)

雪虫を子らが追いかけて夕陽にひびく

片野 幸子さん (矢祭町)

ブロッコリー寒くなるほど甘くなり

金澤 美千代さん (矢祭町)

松の葉と笑顔届けて風の中

鈴木 千代さん (矢祭町)

わか影と紅葉写して川静か

荒川 とくさん (埴町)

銀杏の葉落ちて変身黄の絨毯

石井 久雄さん (埴町)

酌返し辛い交わす暮の夜

大森 キヨ子さん (埴町)

抱く外ないほどの白菜渡される

小林 章さん (埴町)

おでん煮えさまさまの顔通りけり

近藤 いづ子さん (埴町)

ローマの街中散策すれば遺跡遺跡の宝庫成り

佐藤 庄衛さん (埴町)

庭先が枯葉の舞台踊りだす

鈴木 喜代子さん (埴町)

ありがとうこれぞ宝は言葉なり

八幡 文子さん (埴町)

錦秋につつまれ落葉手に受くる

鈴木 和代さん (鮫川村)

冬の空星が手元にとれそう

芳賀 正人さん (鮫川村)

あざやかに一株の菊咲きみだれ

我妻 トシ子さん (鮫川村)

## 作品募集中

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)

# 短歌

パラピック裏で動いた金メダルいくつ取ってもまだまだねらう 我妻さん (白河市表郷)  
 夏の日に「ボサボサ」枝を剪定し今年も終演山茶花の花 小林サエ子さん (白河市関辺)  
 人生は過去は事実で現在は進行中であすはどうなる 高橋ヨネさん (白河市表郷)  
 朝陽うけ那須の初雪南湖(水面)に写し紅葉のいかだどこに流るる 中川敏子さん (白河市関辺)  
 寒い夜白いゆげでてる野菜達(ころわくわく)家族団欒 鈴木久美子さん (矢吹町)  
 さざんかは枝一面に咲きほこる手入れやらんでもいやしてくれ 石井克己さん (棚倉町)  
 福島駅伝はしる我孫に手作り旗でタスキの絆 金澤榮子さん (棚倉町)  
 ひいま(と)撮りし祝いの七五三願いはいつもこやか育てと 高橋イエさん (棚倉町)  
 五年ぶり話は尽きぬ兄弟会甲子のホテルの夜はふけゆく 高橋治男さん (棚倉町)  
 一年の役割終えし田園が新米かかえて更衣室から 伊達久美子さん (棚倉町)  
 西空に白き月浮き夜が明けて朝露光り今日のはじまり 藤田泰代さん (棚倉町)  
 雑草と戦い過ぎし実る秋大汗忘れ食味一入 藤田祐子さん (棚倉町)  
 孫たちの大声ひびく秋空に落ち葉ちらちら雪虫ふわり 菊池美三江さん (矢祭町)  
 師と仰ぐ人より歌集戴きて雲の上なる喜び足るや 熊田クニ子さん (矢祭町)  
 晩秋時木々葉色つき落ち葉に我が身の人生と重なり季節繰り返す 井坂甲子広さん (埴町)  
 冬晴れの中仲間とワイワイグランドゴルフスコアは? 吉成和子さん (埴町)  
 ペンをとり夜に文字が動き出すうまく気持ちが届くかな 高坂あさみさん (鮫川村)  
 川べりの土手にピンクの桜花くるい咲きかな寒桜かな 藤田智枝子さん (鮫川村)  
 ありがとうの思いで見送る我が愛車小さく角を曲がるまで見つむ 矢吹トシエさん (鮫川村)  
 冬近し茜の空に飛行雲(一直線)に輝きそよぐ 関根次子さん (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お知らせ ④みりよく満点農業者  
 ⑤営農ナビ ⑥ひと ⑦レシピ ⑧みんなの広場  
 ⑨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。

皆様からたくさんのご意見・ご感想を大切に読ませていただいております。ありがとうございました。絵はがき、短歌・俳句、アンケートお待ちしております! (名前は伏せさせていただきますのでご了承下さい。)

## 読者の声

### 11月号に寄せられたアンケート

**(出来事)** 3年ぶりに開催された満点ウォーキングに参加して10kmを完歩する事が出来又、かがやきに写真を載せて頂き嬉しかったです。来年も参加したいと思います。又、JAの職員さんと一緒に歩いて心強かったです。お世話になりました。【棚倉町Kさん】

→ご参加ありがとうございました。皆様からの好評のご意見をいただき3年ぶりに開催できたこと嬉しく思います。来年も開催した際にはご参加をお待ちしておりますのでまた楽しく歩きましょう!

**⑦レシピ** 白菜が美味しい季節になってくるので自分も作ってみようと思った。  
【棚倉町Kさん】

→この季節、畑にもスーパーにも白菜などの立派な冬野菜が並び冬の訪れを感じますね。身近な野菜を使った献立をシェフが考えました。シンプルな味付けで冬野菜のあま味を感じられる一品ですのでぜひ作ってみてください!

応募締切は  
12月27日(火)

【送り先】

〒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、予めご了承いただけますようお願いいたします。

✂ キリトリ

24時間体制で迅速対応

# JA齋苑やすらぎの杜



棚倉齋場

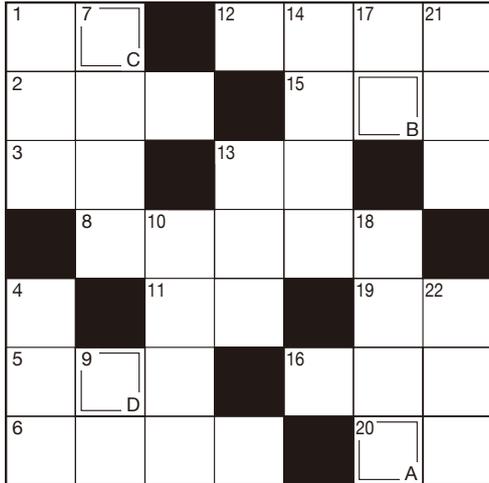


住所: 棚倉町大字塚原字上野越91-6  
TEL:0247-33-1059 FAX:0247-33-2527

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~D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 初詣で、受験を控える子の難関——を祈願した
- 4 2つで1組の——茶わん
- 7 客のためにワインを選びます
- 9 師匠の下で学びます
- 10 親から子へ受け継がれます
- 13 ——・中期・末期
- 14 年賀状によく書かれる2文字の熟語
- 17 湖に張った氷に穴を開けて楽しむこともあります
- 18 登山やキャンプで使う寝袋
- 21 コンコンと鳴く動物
- 22 警察は原則として——不介入です

→ ヨコのカギ

- 1 正月に飲む薬酒。お——気分がなかなか抜けない
- 2 髪の毛の渦巻き
- 3 エッフェル塔がある都市
- 5 練り物やダイコンを煮込んで作ります
- 6 自分より後に生まれた人はみんなこれ
- 8 食事の管理や指導を行います
- 11 去年はナスの——がとても良かった
- 12 太鼓や木琴やトライアングルなどのこと
- 13 毛筆でしたためることも
- 15 大学入学共通テストは国公立大学だけではなく——大学も利用しています
- 16 計画のこと。お得な宿泊——
- 19 京都・三十三間堂の通し矢で新成人が引きます
- 20 ——、ニタカ、三ナスビ

## 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。

農産物直売所「みりよく満点物語」や  
旬彩レストラン「山ぼうし」、  
JAガソリンスタンドで使える  
『レインボー商品券1,000円分』を  
抽選で6名様にプレゼント

アンケート締切日 12月27日(火) 当日消印有効

11月号答えは『ユキアソビ』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。



差出有効期間  
2024年2月  
17日まで  
切手不要

✂ キリトリ

### 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			

## 12月・1月行事予定カレンダー

12月

- 15 (木) 第9回営農経済委員会
- 19 (月) 第55回JAG福島肉牛枝肉共励会祝賀会
- 20 (火) JA東西しらかわ青年連盟そば打ち体験活動  
第6回コンプライアンス委員会
- 23 (金) 第7回総務委員会  
第7回金融共済委員会  
第10回営農経済委員会  
第10回理事会  
第10回監事会
- 27 (火) 令和4年度第3回ALM委員会
- 28 (水) 第3回経営改革プロジェクト会議
- 30 (金) 仕事納め式

1月

- 4 (水) 仕事始め式
- 6 (金) 常勤役員会議
- 10 (火) 部長・支店長・営農センター長会議
- 13 (金) 常勤役員・部長会議  
第11回広報編集委員会

### 来月の総員外務

1月16日(月)、17日(火)、18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。

## 令和4年度 第9回理事会提出議案

と き：令和4年11月29日(火)

ところ：本店第1会議室

- 第1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4年度 第9回監事会提出議案

と き：令和4年11月29日(火)

ところ：本店第2会議室

- ※報告事項のみとなりました

## 「いきいき福祉センター」配達職員募集!!

- 仕事内容：福祉用具の配達
- ◆募集要件：健康な方（資格、性別、年齢は問いません）  
普通自動車免許（AT限定可）
- ◆その他：通勤手当、制服支給、社会保険加入、賞与あり(年2回)
- ◆お問い合わせ：  
JA東西しらかわ いきいき福祉センター 担当：樋口  
TEL. 0247-33-2556 FAX. 0247-33-7295  
mail: ikiiki-01@touzai7.com
- ※詳細は担当者までご連絡ください。

## 和牛子牛セリ 結果について

(単位:頭数・円)

和牛子牛 せり		全農福島県本部		
		県家畜市場 JAグループ		
開設月	性別	頭数	平均価格	前月比
10月	雌	323	590,772	▲56,702
	去	462	667,593	▲5,358
	計	785	635,984	▲28,809

前年同月比【平均価格】 ▲100,869

## 編集後記

あっという間に12月となり、今年も残すところあと半月となりました。冬野菜がおいしい季節になりましたね。ビタミン豊富な野菜やくだものを食べて体の内側から健康に、風邪などに注意してお過ごしください。本年は大変お世話になりました。来年も何卒よろしくお願ひ申し上げます。

③

## JA東西しらかわのSNS

イベント情報や地域の旬な情報を発信しています!

◆Instagram JA\_TOUZAI

◆Twitter @jatouzai



## 私たちのなかま (2022年11月30日現在)

- 組合員数 9,673人 (27) ●組合員戸数 8,107戸 (45)
- 正組合員数 5,507人(△11) ●正組合員戸数 4,911戸(△8)
- 准組合員数 4,166人 (38) ●准組合員戸数 3,196戸 (53)

※( )内は前年度比



# 修明笑店の皆さんに来ていただきました!!

11月23日(水)修明高校生による、今年最後の「修明笑店」がみりよく満点物語で開催されました!

開店前から行列が!



販売会ではひよこタルトや各県の名物などを求め、たくさんのお客様にご来店いただき直売所とともに大盛況でした!



山ぼうし特製\*  
2023 おせち

一つ一つ心を込めて  
おつくりいたします。  
保存料等不使用ですので、  
一月一日までにご家族皆様で  
お召し上がりください。

三段おせち  
10,000円(税込)

## おせちの注文 承っております!

締切日: 12月19日(月)

【お渡し日: 12月31日(10:00~14:30)】

※お渡しはみりよく満点物語のみになります。  
※注文確定後のキャンセルは致しかねます。  
ご了承ください。

Xmasケーキ、オードブルについても  
お問い合わせください!

みりよく満点物語は、今後も感染症対策を徹底していきます。引き続きお客様のご協力をお願いいたします。

### 満点の日!

毎月10日はお楽しみ抽選会(棚倉店)  
1月10日(火)

直売所お買い上げ1,000円で1回の抽選になります!  
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。  
※数に限りがございます。ご了承ください。

### 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」  
11:00~14:00 / 17:30~20:00(予約制)

〒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

### 1月の定休日

《直売所》

1~5日  
17日(火)

《旬彩レストラン「山ぼうし」(ミルク工房)

毎週 火・水

1~5日、10日、11日、17日、  
18日、24日、25日、31日

かがやき 2022 12

No.262  
2022年12月15日発行



JAは子どもたちへの  
食農教育を応援しています

発行: 東西しらかわ農業協同組合 福島県東白川郡棚倉町大字流字中豊88番地

info@touzai7.com https://touzai7.com (0247)57-5923 (0247)23-0015 印刷: 株式会社 帆風

