

特集

P2

令和5年産米出荷のみなさまへ
(共同計算の経費上限見通について)

P3

女性部「健康ウォーキング」開催

今月の表紙 女性部「健康ウォーキング」
in鹿角平観光牧場



04 かがやきNEWS

10 営農ナビ

11 みりよく満点農業者

12 ひと

14 今月のレシビ

19 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

令和5年産米出荷の皆さまへ

大切なお知らせ

共同計算の実施に伴い、経費の上限見通しをお知らせします。

なお、翌年販売終了後に販売代金より経費を控除し精算金をお支払いいたします。

① 共同計算の経費上限見通しについて

単位：円 / 60kg (消費税等含む)

項目	上限見通し額	内 訳
流通・保管等に係る経費	594	保管料、入出庫料、安全・安心検査費用
手数料	1,094	JA手数料、全農手数料
生産・集荷・販売等に係る経費	111	広告・宣伝費等経費、検査手数料
その他費用	101	その他の経費
合 計	1,900	

② 共同計算実施区分ごとに設けられた格差等について

みりよく満点米：1等のみ委託米概算金に **300円** を加算。

令和5年度下期地区別座談会を開催

棚倉



9月25日、26日に下期地区別座談会を開催しました。全地区で多くの組合員が出席し、下記の内容について役職員から説明を行いました。座談会にて寄せられた意見の回答については、来月号にて掲載いたします。

- (1) 令和5年度上期事業の概況について
- (2) 令和5年度上期事業取扱高の報告について
- (3) 令和5年産米の買入・販売対策について
- (4) 令和6年度肥料・農薬の予約について
- (5) 自己改革の進捗状況について
- (6) 各事業からのお知らせ

鮫川



ご出席ありがとうございました。

表郷



歩いて健康!

鹿角平観光牧場を ウォーキングしてきました!!

女性部は9月15日、鮫川村の「鹿角平観光牧場 クロスカントリーコース」をウォーキングしました。JA職員、部員合わせて70人が参加。部員の健康増進と交流の場を設けることを目的に実施しました。参加者は「楽しく完歩することが出来た、参加できてよかった。」と笑顔で感想を述べました。ウォーキング後は、併設するバーベキュー場にて昼食をとり、ビンゴ大会やクイズ大会を行い有意義な時間を過ごしました。



美化運動「花植え」の実施!

9月25日、女性部鮫川班（矢吹眞智子班長）は、美化運動として役員の方々と支店前に「葉牡丹」の苗植えを行いました。



NHK福島ラジオ 番組名：「ふくどん!」の【絶品市場】で収録 《福島の特産品を紹介しているコーナー》

NHK福島ラジオ番組「ふくどん」に女性部東部支部鮫川班の鈴木ミチ子さんが出演しました。自ら作る大豆を使った「大豆ミートハンバーグ」を紹介。合いびき肉と合わせて大豆ミートも加えることでヘルシーなレシピになります。大豆を作ったくずを油かす・米ぬかと混ぜ、発酵させてまた次の作付けに堆肥として使っている無駄のない活用法を紹介し、地元鮫川産の大豆を宣伝しました。



新入職員紹介

JA東西しらかわの新しい職員をご紹介します。組合員の皆様の温かいご支援とご指導をよろしくお願いいたします。



塙支店 金融共済課(金融)
あおと ももか
青砥 桃花



矢吹中央支店 金融共済課(共済)
おすが ゆりか
大須賀 由了佳



棚倉支店 金融共済課(金融)
ふか やまきこ
深谷 麻希子



3 やぶきフロンティア祭り2023が開催!



販売ブースの様子

9月10日、県南地区最大級のお祭り「やぶきフロンティア祭り2023」が矢吹町文化センターで開催されました。今年も当JAではいろいろな物を取り揃え出店しました。地元産の新鮮な野菜や旬の果物、手作りのおこわやもちなどの軽食を販売。他にもグルメブースや企業による展示品、矢吹町出身の中畑清氏のトークショーや津吹みゆ氏の演歌ライブなど、ステージショーで大いに盛り上がりを見せました。

4 良品のニラ出荷にむけて



講習会の様子

9月11日、ニラ専門部会西部支部による栽培講習会を開催しました。

生産者10人が出席し、県南農林事務所の専門員より、今後の病害虫防除や被覆管理について説明を頂きました。

現地では新品種を導入しており、現行品種との品種差を比較しながら今後の生育経過等を踏まえ、これからの出荷に向けて良品のニラを出荷できるよう確認しました。

1 劇を通して交通安全を学ぶ



「魔法園児マモルワタル」の劇の様子

9月4日、矢吹町立中央幼稚園にてJA共済連による交通安全ミュージカルを開催しました。

「魔法園児マモルワタル」は、園児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。園児たちは歌とダンスで交通ルールを学び、最後まで元気に楽しく体験することができました。

2 安全な自転車使用を学ぶ



シミュレータを体験する児童たち

9月5日、棚倉町立社川小学校にてJA共済連による自転車シミュレータ「すまいる号」を使った交通安全教室を開催しました。

3年生から6年生が参加した自転車シミュレータは実際の交通状況を再現しており、運転時に起こりうる危険な事態を体験できます。児童一人一人が事故回避の為の学習と、事故に遭わないための注意点などを確認することが出来ました。

7

代理店との交流を



参加者と菊池組合長

9月16日、大玉カントリークラブにて「第14回共済代理店組織連絡協議会ゴルフ大会」を開催しました。

参加者は、「日頃の練習の成果を発揮でき、良い運動になった」と好評をいただきました。

また、交通遺児チャリティー募金を同時開催し、参加者から多くの募金が集まりました。ご協力ありがとうございました。



8

令和5年産米コシヒカリ初検査、全量1等



検査を行う柳沼検査員と立ち会う菊池組合長

9月19日、令和5年度農産物検査員進発式を開き、初検査を実施しました。新たに2人の検査員を迎え、JA役職員14人が参加しました。

菊池組合長は「新たに2人の検査員を迎えスタートすることになるが、しっかりと連携をとり公正かつ公平な検査に努めてほしい。」と検査員を激励しました。

初検査ではコシヒカリ146袋を検査し、1袋あたりの量目を確認後、検査手順に従って全量1等米となりました。

5

第一原子力発電所を視察



富岡町の原子力発電所を見学した役職員

9月12日、JA東西しらかわ役職員による福島第一原子力発電所の視察研修を行いました。

現地ではALPS処理のプロセスについて研修し、役職員はALPS処理水の安全性の確認と理解を深めました。

また、東京電力に対して風評被害が起きないように要請し、あわせて万が一風評被害が発生した場合の損害賠償についても協議を行いました。

6

安全祈願！
中畑種子センター稼働開始！

安全祈願を行う生産組合員たち

9月13日、矢吹町の中畑種子センターにて、稼働に伴い安全祈願祭を行いました。

中畑種子生産組合のオペレーターとJA職員が参加し、総鎮守矢吹神社の宮司より安全祈願を行いました。

こがねもちから始まり、ひとめぼれ、天のつぶ、コシヒカリを順次刈り取り、次年度の作付けに向けた種もみの生産に取り組めます。

11

夏秋野菜販売に向けて市場訪問



市場関係者と検討する後藤専務

夏秋野菜の販売先である京浜市場3社へ訪問し実績検討や産地作柄情報交換を行いました。

東京シティ青果、横浜丸中青果、JA全農青果センターを訪問し出荷販売実績の検討、産地生育概況報告、品質管理の検討等が行われました。

今年の夏秋野菜については、高温干ばつによる影響が大きく出荷数量の減少となりました。例年ではトマトは11月下旬まで収穫され市場へ出荷されます。

12

「第64回県農業賞〈集団活動部門・農村青年活動の部〉」を受賞



役員へ受賞報告をしたSAF会一同

S A F 会（しらかわ農業友の会）が集団活動部門・農村青年活動の部で「第64回県農業賞」を受賞しました。S A F 会では、会員が興味を持った最新技術を積極的に導入してきました。

近年では、令和3年に開発されたビニールハウスの遠隔監視システム「通り農業支援システム」を導入。Wi-Fiルーターを用いる仕組みで温度や湿度、日射量などハウス内の状況をスマホで確認できるようになりました。

今後もS A F 会では様々な技術を体験し農業技術の発展の為に貢献していきます。

9

肉用牛代表9頭が出場



出場した生産者たち

9月26日、令和5年度J Aグループ福島肉用牛共進会が福島県家畜市場（本宮市）で開催されました。

J Aから9頭が出品され、各区ともに激戦の中、第4区と第5区で優等賞に選ばれました。

成績は以下のとおり。（敬称略）

第1区	1等賞	矢吹 秋男
〃	1等賞	佐川 一男
第2区	1等賞	長久保一弥
〃	1等賞	菊池 一裕
第4区	優等賞 2席	小林 輝男
〃	優等賞 4席	堀川 重子
第5区	優等賞 2席	高野 長二
〃	1等賞	高野 富一

10

MA・窓口交流大会に参加



グループディスカッションの様子

9月27日、郡山「KIOKUNOMORI」にて「J Aバンク福島MA・窓口交流大会」が開催されました。

県内の各J AからMA・金融窓口業務を担当する職員が集い、グループディスカッションや記念講演が実施されました。当J Aからは埴支店の角田佳代子職員と、矢祭支店を代表して本田恵美子職員が出席し学びある大会となりました。

MAの部（Aグループ）6位 角田 佳代子
窓口担当者全体表彰（Bグループ）10位 矢祭支店

14

青年連盟でかかし製作



本店南側水田に設置したかかし

9月29日、JA東西しらかわ青年連盟各支部で制作したかかしや看板を本店南側水田に設置しました。

今年は、西部支部「農家のラグビー選手」、中部支部「私達の作った安全安心な農畜産物を楽しんで」、東部支部「農業の無限の可能性」と題した作品となっており、地域の方々へ食農や青年連盟活動に興味を持ってもらえるよう制作しました。

現在、かかし、看板を設置した水田には収穫間際のそばも実っておりますので、近くをお通りの際は、是非ご観覧ください。

13

令和5年産米の集荷稼働式



安全祈願の様子

各営農センターにて、ライスセンター及びカンントリーエレベーターの稼働式を行い本年の作業安全を祈りました。

職員で連携を図りながらスムーズかつ安全に作業し、全量出荷を目標に取り組んでいきます。

知りタイガーのJA虎の巻



第29回
JA全国大会決議
JAグループの実践

【今回のテーマ】



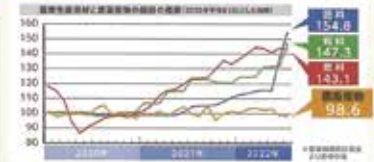
JAグループがすすめる「国民理解の醸成」って、具体的にどういった取り組みなの？



林修先生のミニレッスン動画
みんなの食料安全保障(約7分)



農畜産物は値上げしにくい



JAグループサポーター
林先生と学ぶ
みんなの食料安全保障

JAグループサポーターの林修先生が、「国産国産」の意義や農畜産物の適正な価格形成の重要性について、分かりやすく解説する動画です。

私たちが生きていくうえで欠かせない「食」と、それを生産する「農」を未来につなぐため、その大切さについて国民全体で理解を深めていただくための取り組みです。



ロシアによるウクライナ侵攻等による影響で食料価格が世界的に上がったことで、食料の約6割を外国に頼ることの危うさが浮き彫りになりました。加えて、肥料や家畜のエサ、燃料など、農業生産に欠かせない資材の価格上昇が、生産現場に打撃を与えています。

こうした課題に対しJAグループは、「国」民が必要として「消」費する食料はなるべく「国」内で生「産」する「国産国産」という考え方の意義や、農畜産物を外的環境もふまえた適正な価格で販売することの重要性について、分かりやすい情報発信に取り組んでいます。

※2021年、カロリーベース



耕そう、大地と地域のみらい。

組合員のみなさまへ

白色申告者にも 記帳・帳簿等の保存が 義務化されています

事業所得（農業所得）、不動産所得又は山林所得を有する全ての白色申告の方も、売上などの収入金額と仕入れやその他の必要経費を記帳し、その帳簿を保存しなければなりません。

白色申告のみなさまも「記帳・帳簿の保存の義務化」にJA情報マネジメントをご活用ください。

JA情報マネジメントは、みなさまの農業経営を支援するため、JAとの販売・購買・貯金等の取引内容を、農業簿記の標準勘定科目毎に集計して提供するシステムです。

情報提供を希望される方は、「利用申込書」に必要事項を記入、署名・押印のうえ、最寄りのJAにお申込みください。

また、確定申告等の税務資料も作成しております。希望される方は、JA情報マネジメントといっしょにお申込みください。

「JA情報マネジメント」の提供内容

(1)提供データの内容（単式簿記・複式簿記による仕訳、集計が選択できます）

①提供データ

販売・購買取引データ、振込みや引落等の「貯金取引データ」等を「摘要コード」で連携させ、単式簿記による収支計算、または複式簿記による仕訳により集計して提供します。

②提供する帳票（データ）

ア 単式簿記による提供帳票（白色・青色10万円控除コース）

取引明細表（日々の取引の明細）、科目別集計表、損益計算書（収支決算書）、按分表を提供。希望により貯金出納帳も提供します。

イ 複式簿記による提供帳票（青色55万円（65万円※）控除コース）

取引明細表（日々の取引の明細）、科目別集計表、損益計算書、貸借対照表、按分表を提供。希望により貯金出納帳も提供します。

※「e-taxによる申告を行っている」または「優良な電子帳簿の保存の要件を満たして電子データでの備付及び保存を行い、事前に届出書を提出している」場合

ウ 税務申告ソフトとのデータ連携

「ソリマチ農業簿記Ver.12」を利用するみなさまへ、電子化した取引データ（帳票も併せて）を提供します。

(2)消費税申告への対応

課税売上・仕入に係る科目毎の消費税額を集計し、表示しています（科目別集計表）。

〈注意事項〉

JA情報マネジメントを利用した農業所得の決算と申告書作成に当たっては、その他の取引（例えばJA以外の業者等との取引）を加えることや、「按分表」を利用して、事業・家事の按分計算により適正額を算出する等の決算額の修正が必要となります。

JA情報マネジメントでは令和5年10月から開始される適格請求書保存方式（インボイス制度）における各取引がインボイスによる取引かどうかの判定を行っておりません。

そのため、消費税課税事業者のうち本則課税の場合はインボイス以外による取引を確認のうえ自ら修正する必要があります。

なお、本帳票はインボイスには該当しませんので各取引にかかるインボイスを保管する必要があります。

JA情報マネジメントの利用申込に当たっては、みなさまの申告方法に応じた帳票類の選択と、料金のお支払い方法（引落し口座指定等）を明記くださるようお願いいたします。

◆料金等詳しい内容は最寄りのJAまでお問合せください◆

購買からのお知らせ



《令和6年作用肥料・農業・資材申込について》 【予約で更にお得なJA肥料・農薬予約申込】

9月広報でお知らせしました「肥料・農薬予約申込書」につきまして過去2年間予約申込を頂いた方への配布とさせていただきます。

お手元に届かない方でご注文をお考えの方はお手数でも最寄りの購買店舗へ来店頂き、お求め願います。

「令和6～8年作用JA水稲そさい手引書」は今まで通り配付させていただきます。

★自己取りでお得!!
★代金決済でお得!!
★予約奨励で更にお得!!

令和6年作用

肥料・農薬 予約申込書

予約で更にお得なJAの肥料・農薬!



肥料・農薬全戸予約推進運動

申込期限①	令和5年11月30日(木)【肥料12月 配送希望者】
申込期限②	令和5年12月30日(土)【肥料1月 配送希望者】
申込期限③	令和6年1月31日(水)【肥料2月 配送希望者】【農薬】

○西部営業センター 0248-42-4142	○中部営業センター 0248-32-3511	○東部営業センター 0247-43-1141
○物流センター(棚倉) 0247-57-5928	○矢祭支店 0247-46-3145	○鮫川支店 0247-49-3131



10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・塙・矢祭: **特売日▶ 20日(金)・21日(土)・22日(日)**

矢吹中央: **特売日▶ 22日(日)・23日(月)・24日(火)**



ホウレン草の栽培について

ホウレン草は、栄養が豊富で食卓に欠かせないお馴染みの野菜です。冬の寒さに当たると、肉厚で甘い濃厚な味を楽しむことができます。

栽培カレンダー

月旬	9月	10月	11月	12月	1月	2月
主な作業		種まき			収穫	



1. 畑の準備

種まきの2週間前までに、苦土石灰を畑全体に多めに入れて耕して中和しておきます。1週間前になったら、堆肥と化成肥料を入れて耕し、畝を立てます。



2. 植え付け

15cm間隔で浅いまき溝を作り、1cm～2cmの間隔で種をまき、土を1cmほど被せます。種まき後はたっぷり水をやり、発芽するまでは乾燥しないように注意してください。



3. 間引き

- 1回目：本葉が2枚になった頃。
- 2回目：本葉が5枚になった頃。
- 最終：株間が10cmくらいになるように。



4. 追肥と土寄せ

2回目の間引きの後に、化成肥料を株の周りに軽くまいて、土寄せをします。



5. 収穫

大きくなった株から順次間引きながら収穫して、背丈が20cm～25cmになった頃から収穫を始めます。

☆病害について☆

べと病の発病適温は10～20℃。

曇雨天が続くと多発しやすくなります。

発病してからでは手遅れのため、防除を徹底しましょう。

- ランマンフロアブル など

※農薬を使用する際には、
ラベルを良く読み、適正に使用しましょう。



ホウレン草

私がご紹介
します！



西部営農センター
奥村 良昭
(営農指導担当)



橋本 公夫さん
はしもと きみお
(72歳)
「白河市表郷番沢」



水稲 …… 180a
果実類

これからも体を大切に、農業を楽しむ

橋本さんは、養蚕、養豚、葉たばこ、水稲を経営する忙しい農家に生まれ、特に養蚕は当時1トンを超える収量があり、目が回るくらいの忙しさだったそうです。そのような環境のもとで育った橋本さんは必然的に就農することになりましたが数年後、米の減反生産調整政策でやむをえなく農業から離れることになり、上京し当時の国鉄に就職。それからは何度かの転勤を経験し地元白河でも11年間務めました。

退職後は、JAの健康増進活動を知り毎年積極的に参加。それからは活動を通して知りあった方が弾み、その出会いをきっかけにJAの柿部会に参加するようになりました。現在、柿とモモの栽培にはまってしまったそうで収穫の楽しさを実感したそうです。また多くの人と交流するようになったことが楽しいと感じ、「人との出会いはこれからも大切にしたい」と話してくださいました。

小さいころに食べた卵の味が忘れられずニワトリの飼育もスタート。毎年JAでひなを購入し、えさは自分で調



次は「西部地区」を
予定しています。

合するなど工夫しています。ニワトリは放し飼いで卵のびと飼育していて、卵の味も家族の評判は上々とのこと。
今は水稲180a、柿やモモの他にキウイや梅、栗、ポポー、梨などを多岐にわたって栽培していて1年中忙しく過ごしているそうです。苦には思わず、農業に生きがいを感じながら楽しんでいくそうです。

退職後に元気に農作物を栽培している姿はとても生き生きとされていてパワーをもらえました。これからもJAの健康増進活動に参加していただきながら健康に気を付けて、農業を楽しんでください。



かがやき キッズ



友達を大切に

3姉弟仲良く元気に
育てほしい!!

この夏、3姉弟のブームだったのはお風呂に
キューキューに入って水鉄砲で遊ぶこと。(笑)

それぞれに夢中になっていることは長女の結徠
ちゃんはキーホルダー作りとゲームで、次女の怜
桜ちゃんはTikTokの音楽でダンスを踊ることと
ゲーム、長男の凱斗くんはトミカとブロック遊び
だそうです。

「自分を大切にしてお人の気持ちを考えられる優
しい子に育てほしい、自分なりの幸せを見つけ
てね」と両親からメッセージをいただきました。

わたなべ ゆら
渡邊 結徠ちゃん(10歳)
れお
怜桜ちゃん(5歳)
がいと
凱斗くん(3歳)

●お父さん 清貴さん ●お母さん 有美さん
白河市表郷三森

ウルトラマンに夢中な 仲良し姉妹!!

今回ご紹介させていただくのは仲良し姉妹です。

長女の一花ちゃんはプリキュアとウルトラマン
が大好きでしっかり者のお姉ちゃん。おままごと
遊びがマイブームでみんなを楽しませてくれます。
次女の玲花ちゃんはお姉ちゃんと同じウルトラ
マンとアンパンマンに夢中。また、ボール遊びが好き
でお外で元気いっぱい遊びます。

最近は2人でよく遊ぶようになり、ご両親も微笑
ましく見守っているそうです。お母さんからは「喧
嘩をすることもありますが、これからも元気に育っ
てくれますように」と話してくださいました。ずっ
と仲良し姉妹の元気な姿を見せてくださいね♪



さくち いちか
菊池 一花ちゃん(3歳)
れいか
玲花ちゃん(2歳)

●お父さん 拓弥さん ●お母さん 恵久美さん
矢祭町内川



元気満点 人生



矢吹町根宿

こぼり おさむ さちえ
小針 修さん 幸枝さん
(85歳) (81歳)



これからも農家を 続けていきたい!!

今回ご紹介するのは、結婚55年を迎える小針さんご夫婦です。お2人は現役で農業を営んでいます。今もトウモロコシや米を出荷していて、他にも趣味で色々な野菜を作っているそうです。

数年前まではトマトを作っていて、修さんはトマト専門部会西部支部で部会長を8年勤めました。とても仲の良いご夫婦で、取材中も楽しく思い出を語ってくださいました。修さんは兄弟で忙しい時期が終わると温泉旅行などへ行くそうです。かつては、農短大の生徒の実習を受け入れていた事もあり、今でも連絡が来るほど、たくさんの人から慕われています。最近は息子さんも農作業を手伝ってくれるので、これからも農家を続けていきたいと明るく話してくださいました。

鯨川村赤坂西野

我が家の ペット



名前 あんこちゃん
(メス1歳10カ月)

犬種 ポメチワ

飼い主 いしい すずお ひでこ
石井 進さん・秀子さん



名前 もなかちゃん
(メス2カ月)

犬種 ポメマル



今月のレシピ

テーマ:「じゃがいも」と「海苔」
 今月はじゃがいもと海苔を使ったお料理です。おやつにぴったり!
 いも餅はビニール袋で混ぜて洗い物も少なく済みます。



根岸 祐シェフ

材料 [1人分]

- じゃがいも …………… 1個
- 砂糖 …………… 小1.5
- 塩 …………… 小0.5
- 片栗粉 …………… 大1



「いも餅の磯辺巻き」

作り方

1. じゃがいもは皮をむき小さくカットし、ジップロックなど加熱対応の袋にいれ電子レンジで 500W 7分ほど火を通す。(途中裏返し均等に熱を加える)。

2. じゃがいもが柔らかくなったら袋の中に砂糖、塩を加えてヘラ等で混ぜつぶして滑らかにする。(熱いうちに潰しましょう。火傷に注意!) 滑らかになったら粗熱をとり片栗粉を加える。(熱いまま加えるとダマになるので熱くない程度に冷ましてから)。



3. まとまったら等分に分けて形を整える。フライパンに油を引いて両面をこんがり焼く。



4. 焼けたら醤油を塗り海苔を巻いて完成。

ポイント

- 材料も簡単で袋だけで準備できます！油で揚げないのでフライドポテトよりヘルシーですね♪
 いも餅の味付けは砂糖醤油や甘味噌、みたらし餡などお好みで仕上げてください。

来月のレシピ

指定野菜

「さといも」



備食材

「小麦粉」



11月は???
 次回お楽しみに。

JAグループ福島

大丈夫!?日本の食べもの

食料自給率の問題を考えよう

福島発!

大地のごちそう プレゼントキャンペーン

絵画・動画大募集!!

受賞者には
福島県産農畜産物を
プレゼント!

動画を見て応募しよう!

動画を見た
感想を
絵画や動画で
表現しよう!



最優秀賞



福島牛 満喫コース 5名

優秀賞



旬のフルーツ
定期便コース 10名

審査員特別賞



ふくしまの米+
農産加工品詰め合わせコース 20名

作品応募要綱

JAグループ福島制作動画「大丈夫!?日本の食べもの～食料自給率の問題を考えよう～」(後援:福島県教育委員会)を視聴し、感想を絵画や動画で表現してご応募頂きます。※YouTubeの動画データの掲載は、予告なく終了する場合があります。

- 例えば...
 - ・食料自給率を上げるために、みんなは何ができるかな?考えてみよう
 - ・食料自給率を上げるために頑張っている農家さんの様子
 - ・農業体験の様子・みんなで国産の農畜産物を食べる様子
 - ・国産の農畜産物を使った食事のメニュー(お家のご飯や給食のメニューなどなんでもOK!)

動画はこちら <https://youtube.com/OhQ-XUD10bw>



絵画部門

- 応募資格** 福島県内の小学校3年生～小学校6年生
- 応募規定** お一人につき1作品まで(絵画部門・動画部門両方での応募は不可)
・応募専用紙(リーフレット)または、任意のA4用紙に自由な画材を使用して作成してください。
- 応募方法** 必要事項(住所、お名前、性別、学年、電話番号、絵のタイトル、絵の説明)を必ず記載の上、郵送にてご送付ください。
郵送先:〒960-8041 福島市大町7-25 アクティ大町ビル6F(イダテン内) TEL.024-529-7187

県内直売所は
こちらから
確認



- 【応募専用紙で作成する場合】
・応募専用紙(リーフレット)は、福島県内のJA直売所に設置しております。
なお、県内のJA直売所の店舗情報は、左記QRよりご確認ください。
・汚れ等防止のために絵を内側に二つ折りにし、テープ等で止めてポストへ投函することをおすすめします。(切手不要)
- 【任意のA4用紙で作成する場合】
必要事項を必ず添えて(様式は問いません)、掲載の応募先までご郵送ください。(送料はご負担いただけます。ご了承ください。)

動画部門

- 応募資格** 年代不問。親子でのご参加を推奨しております。
- 応募規定** お一人につき1作品まで
(絵画部門・動画部門両方での応募は不可)
・最短30秒以上～1分程度の動画の作成
- 応募方法** 横画面で撮影ください。撮影方法は自由
WEB指定のフォームからご応募ください。

動画応募
フォーム



※応募作品はキャンペーン記録、広報等で使用させて頂くことがあります。
※いただいた個人情報は、当選した場合の商品の発送、作品に関する問い合わせ、取材、本キャンペーンに関するご案内のみに使用し、それ以外の目的での使用や第三者に譲渡することはありません。

応募期間

2023年10月1日(日)～11月30日(木)

キャンペーン
特設サイトはこちら



問い合わせ

福島発!大地のごちそうプレゼント
キャンペーン事務局 (株式会社イダテン内) TEL.024-572-6404 受付時間 9:00～17:00(土日祝除く)

JAバンクでも 投信取扱い はじめました



©よりぞう

投資信託を始めるなら、身近なJAバンクが便利で安心。
専門のJA職員に気軽に相談できて、さまざまな投資信託をご検討いただけます。

投資信託のこと、資産運用のこと、お気軽にご相談ください！

お買い物は、ぜひ直売所へ！

JAカード
限定!

2023年9月・10月は

JA直売所のご利用が

15% おトク!

©よりぞう



JA直売所 (JAカード5%割引実施店舗) で、対象期間中にJAカードをご利用いただくと、ご利用金額合計の10%相当分*をポイント還元！
いつもの5%割引と合わせて、15%相当おトクにご利用いただけます！

※還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

いつもおトクな
JAカード特典!

JA直売所のご利用は
請求時

5% 割引!

JA CARD

※一部対象外の店舗がございます。

期間限定キャンペーン

JA直売所のご利用金額の

10%相当 をポイント還元!

対象期間 2023年9月1日(金)～10月31日(火)

還元時期 2024年1月

対象期間のJA直売所でのご利用金額合計の10%相当分から還元ポイント(4円で1ポイント)を計算します(小数点以下は切り捨て)。
還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

※ポイントは「JAカード わいわいプレゼント」または「JAカード ゴールドポイントプログラム」でご利用いただけるポイントです。※還元金額はポイント交換でキャッシュバックをご選択された場合の金額(1ポイントを4円換算で交換)を記載しています。

詳しくはこちら

<https://www.cr.mufg.jp/jafarmmarket2023/>



※本紙記載の情報は2023年4月時点の内容です。特典については予告なく終了や内容の変更を行う場合がございます。
※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、JCBブランドのJAカードは本特典の対象外です。
※JAカードでのお支払いが対象です。電子マネーやコード決済等でのお支払いは、JAカードを登録されている場合でも本特典は適用されません。

おいしく食べて美しく

栄養士 吉田 理江

食事でインフルエンザ感染予防!!

秋から冬にかけては、インフルエンザが流行するシーズンです。今の時期にインフルエンザが流行するのは、空気中に浮遊しているウイルスが口や鼻から体内に侵入しやすくなるためと考えられています。マスクの着用や手洗いうがいなども予防には欠かせませんが、感染しにくい体づくりのためには食事も大切です。今回は、インフルエンザ予防にお勧めの栄養素を二つご紹介します。



★タンパク質

タンパク質は、ホルモン・免疫物質などの材料になります。肉、魚、卵、乳製品、大豆製品に含まれるタンパク質は、不足すると体力や免疫機能の低下などが起こるので注意しましょう。過剰に取ると余剰分は、尿と一緒に排出されるため、毎食、手のひらにのるくらいが目安量になります。朝、時間がない方は、牛乳を飲む、作り置きしたゆで卵を取るとタンパク質不足になりにくいです。おやつにチーズ、ヨーグルトを取るのも良いでしょう。

★ビタミンA

ビタミンAは、皮膚や目などの健康を守り感染症を予防する働きがあります。ニンジン、ホウレンソウなどの緑黄色野菜、レバー、ウナギなどに含まれるビタミンAは、皮膚の乾燥を防ぐ働きもあるため、美肌づくりにも欠かせない栄養素です。食事で取り過ぎる心配はありませんが、サプリメントで取り過ぎると余剰分が体内に蓄積され、頭痛などを起こす可能性があるので注意しましょう。脂溶性ビタミンのビタミンAは、油と一緒に調理することにより、体内への吸収率が高まります。緑黄色野菜を入れたみそ汁にごま油を加えると、コクが出るのでおいしく食べられるでしょう。インフルエンザにかかりにくい体づくりに必要なのはバランスの良い食事です。タンパク質、野菜だけではなく、米、パンなどの炭水化物もしっかり食べるようにしましょう。



穴ぼこ熟語パズル

出題：ニコリ

問題 全部の熟語を漢字で書くと、リストの漢字が1つ余ります。その漢字は何？

解き方 熟語の読み方が並んでいます。読み仮名はどれも5文字ですが、2文字目と4文字目を隠してしまいました。残った文字から推理して、熟語を漢字で書きましょう。漢字はリストにあるものを1回ずつ使ってください。「ッ」や「ャ」などは「ツ」や「ヤ」などと同じに考えます。

- モ□ガ□リ → □□
- ミ□カ□ン → □□□
- ジ□ベ□ゴ → □□□□
- ガ□シ□ク → □□
- リ□ジ□ン → □□□

リ ス ト	加 学 減 己 語
	護 時 自 宿 水
	物 便 弁 臨 食

例題

- タ□ジ□ウ → □□
- ト□ヨ□ツ → □□□
- エ□カ□ワ → □□□

リ ス ト	英 会 室
	書 上 図
	体 卓 話

答え 体

- タクジヨウ → 卓上
- トシヨシツ → 図書室
- エイカイワ → 英会話

こんにちは塙厚生病院です

介護で悩んでいませんか？

当院には、地域包括ケア病棟が、あるんですよ!!
毎日、毎日、一人で介護をするのは本当に大変ですよ。
買い物もできない、旅行にも行けない、お友達とも過ごせない・・・
自分ばかり・・・と寂しくなってしまうですよ。そんな時！

- ▷ 誰かに甘える！
- ▷ 誰かに協力してもらう！
- ▷ 誰かの手を借りる！

いつも頑張っています。自分の時間を過ごすことも大切です。
少し離れてリフレッシュする！ したら、また頑張れますよ!!

*** 利用のご相談については、主治医や私たち看護師に声をかけてください！**



通院で悩んでいませんか？

当病院では、訪問看護を利用してくださっている患者様に訪問診療
を行っております。

寝たきりの方など、通院が困難な方を対象としております。

月に一度内科の先生と外来看護師が自宅へ伺います。詳しくは外来看護師に声をかけてくださいね。

*** 当病院は、往診は行っておりませんのでご了承ください。**
往診とは、患者様の具合が悪いとき、医師と看護師がお宅
まで伺い診察することです。

*** 自宅でのお看取りも行っておりません。**



休診のお知らせ(11月)

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	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 泌尿器科	25 泌尿器科
26	27 泌尿器科	28	29 泌尿器科	30		

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

みんなの広場



青砥 安彦さん (矢祭町)



小室 恵子さん (埴町)



菊池 栄陽子さん (棚倉町)

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くと幸いです。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

風評を柳に風と受け流す

近藤茂男さん (白河市表郷)

利用されてもまた出馬不思議だな

野田一雄さん (白河市表郷)

長生きを楽しむための自分流

奥屋かね子さん (矢吹町)

虫の声長い夜大合唱や

芳賀友子さん (矢吹町)

さつまいも人生いっぱい詰まっている

芳賀ミツエさん (矢吹町)

おだかけに収穫祝い赤トンボ

片野ユリ子さん (棚倉町)

バスケット杯の感動が今夏の酷暑吹き飛ばす

金沢久喜さん (棚倉町)

あきかせにたんぼのいなほがゆれている

小林明美さん (棚倉町)

亡き人と心で語る思い出を

齊藤フミさん (棚倉町)

月見団子兔ぎ喜ぶ十五夜よ

塩田和さん (棚倉町)

暑くともほつと一息赤とんぼ

秦範子さん (棚倉町)

満月の青葉照らすつゆの玉

須藤利正さん (棚倉町)

満月やうさぎをさがす孫ふたり

丹治とし子さん (棚倉町)

草の群船来ものに乗っ取られ

青砥安彦さん (矢祭町)

ダリアの花二年目にしては上出来だ

金澤美千代さん (矢祭町)

農相よ処理した水を何故汚す

菊池勇一さん (矢祭町)

人の波境内賑わす秋祭り

鈴木幸一さん (矢祭町)

日曜はネコも一緒に野良仕事

RKD パアバ (矢祭町)

九十一歳彼岸の墓の草を刈る

荒川とくさん (埴町)

曼珠沙華時季違わずに今年も咲く

石井久雄さん (埴町)

秋を待つ染らぬ葉っぱは黄金

大森キヨ子さん (埴町)

くずの葉の花はやさしきつる憎し

鈴木喜代子さん (埴町)

秋茗荷ひと夜に花を開きけり

八幡文子さん (埴町)

コスモスを手折りに一輪彼岸来る

鈴木和代さん (鮫川村)

足止まる甘い香りのクズの花

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

コンバイン出番が来たぞ目をさませ黄金の波の田んぼまつてる 我妻さん（白河市表郷）
 白露下り茶の葉も重く仰け反て残暑に負けず秋の日終う 小林サエ子さん（白河市関辺）
 敬老の日花プレゼント孫夫婦今度来る時ひ孫を連れて 中川敏子さん（白河市関辺）
 新盆に子ども孫たちつどいきてせんこうたむけ故人をしのぶ 石井克己さん（棚倉町）
 農道の簡易舗装を突き破り彼岸花はも赤く花咲く 金澤榮子さん（棚倉町）
 ヨーイドン幼児二人かけ走る運動会の練習をする 高橋イエさん（棚倉町）
 夏長く酷暑猛暑の連続に心折れかけあとひとふんばりへ 高橋治男さん（棚倉町）
 猛暑去り耳に虫の音秋の気配夕の刻にはこころ寂しか 伊達久美子さん（棚倉町）
 朝露に麦わら帽子揺れている快音響く草刈りの空 藤田泰代さん（棚倉町）
 耳澄ます待ち合い室の昼下がりに名を呼ぶ声に我は未だかと 藤田祐子さん（棚倉町）
 絵手紙に孫たち笑顔サプライズ照れかくしする敬老の日よ 菊池美三江さん（矢祭町）
 河童橋川面に光る梓川穂高の風が髪なびかせて 熊田クニ子さん（矢祭町）
 コンバイン音高らかにプラモデル動かす仕草老夫の笑 佐川陽子さん（矢祭町）
 連日の円安更新原油高助長溜め怠つきつき燃料給油 井坂甲子広さん（埴町）
 帰省した曾子が集まり語り部昔むかしの花咲かじいさんを！ 関根次子さん（鮫川村）
 秋桜の優しい笑顔思い出す逢いたい人への感謝状 高坂あさみさん（鮫川村）
 立秋をすぎて残暑のこあいさつ「暑すぎますね」とため息ばかり 藤田智枝子さん（鮫川村）
 黄金田を戦車の如くコンバイン昭和の稲刈り想いつ見つむ 矢吹トシエさん（鮫川村）
 この暑さ季節知ってかトンボ舞つ収穫終り心休まる 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お知らせ ④みりょく満点農業者
 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す。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

9月号に寄せられたアンケート

◇出来事

今年の夏は猛暑で雑草ばかり伸び野菜の成長がマイチでした。来年は良く育つことを願います。
【棚倉町Dさん】

→ 記録的な猛暑、野菜などの農作物にも影響がありました…。毎年同じとはいかないのが農業の難しさですね。来年の作物のラインナップや出来ばえ、良いご報告をお待ちしています♪

◇出来事

暑い暑いといってもやはり彼岸には涼くなりましたね。今年の夏には参りました。皆様も気候の変化にはとまどったのではないのでしょうか？
【矢祭町Hさん】

→ 夜にはグッと気温が下がる日もあり秋らしい天気ですね。季節の変わり目、風邪をひかないように気をつけたいですね。

応募締切は
10月27日(金)

【送り先】

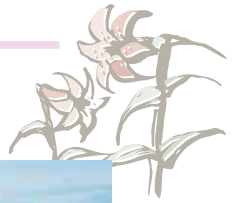
〒963-5663 福島県東白川郡棚倉町大字流字中豊 88 番地
 JA東西しらかわ『かがやき』係

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

✂ 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

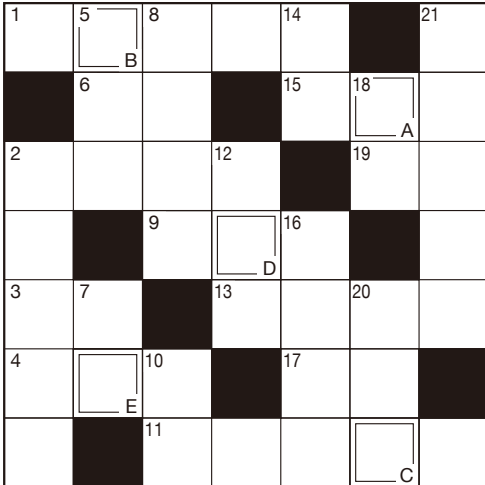


住所: 棚倉町大字塚原字上野越91-6
TEL:0247-33-1059 FAX:0247-33-2527

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~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

→ ヨコのカギ

- 2 日光の紅葉の名所。48個のカーブがあります
- 5 ——大敵、運転中は気を引き締めて
- 7 白——に身を包んだ花嫁さん
- 8 ジョギングや水泳、筋トレなどはこの一種
- 10 ハウスを使わず作物を育てる——栽培
- 12 考えるときにひねるもの
- 14 応用に移る前にしっかりと
- 16 1カ月の後ろ3分の1
- 18 ペンのはキャップと呼ぶこともあります
- 20 東京都中央区の地名。豊洲へ移転した東京都中央卸売市場があった場所
- 21 2人でおそろいの服を着ます

- 1 甘柿の王様と呼ばれることもあります
- 2 屋内のこと。——派
- 3 ボンレス——、——サンド
- 4 漢字では石榴、柘榴などを書く果物
- 6 たき火に手をかざして取ります
- 9 飲んで食べて話して楽しめます
- 11 山野で生まれ育ったヤマノイモ
- 13 奇術師が披露するもの
- 15 ベンチよりふかふかしています
- 17 富士山の山頂を白くします
- 19 漬物やワインを詰めます

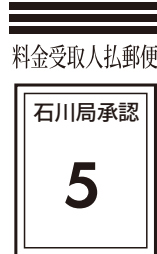
クイズ&アンケートに答えてプレゼント!!

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 10月27日(金) 当日消印有効

9月号答えは『カラスウリ』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			

10月・11月行事予定カレンダー

10月

- 19 ㊦ 企画会議
- 23 ㊦ 監事と代表理事等との定期的会合
- 24 ㊦ 常勤役員会議
JA東西しらかわ瑞支店杯ゲートボール大会
- 25 ㊦ JA東西しらかわ年金友の会グラウンドゴルフ大会
- 26 ㊦ 秋冬野菜・果実販売対策会議
- 28 ㊦ それゆけ!アンパンマンショー
みりよく満点秋祭り ～29日まで
- 29 ㊦ 第9回満点ウォーキング
- 30 ㊦ 第8回コンプライアンス委員会
第8回監事会
第8回理事会

11月

- 1 ㊦ 常勤役員会議
- 2 ㊦ 秋冬野菜・果実市場要請活動
- 7 ㊦ 常勤役員会議
女性部復興視察研修(相馬市)
- 8 ㊦ 部長・支店長・営農センター長会議
- 10 ㊦ JAグループ福島地域美化統一運動
- 13 ㊦ 常勤役員朝礼(棚倉地区組合員訪問)
常勤役員朝礼(矢祭地区組合員訪問)
常勤役員朝礼(塙地区組合員訪問)
- 14 ㊦ 常勤役員・部長会議
第9回広報編集委員会
- 16 ㊦ 夏秋野菜販売実績検討会
- 17 ㊦ 令和5年度第2回健康教室「出前講座」

来月の総員外務

11月15日(水)、16日(木)、17日(金)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5年度 第7回理事会提出議案

と き：令和5年9月28日(木)

ところ：本店第1会議室

- 第1号議案 リスク評価書の改正について
- 第2号議案 令和5年度上期仮決算について
- 第3号議案 令和5年度下期経営対策について

※議案は全て原案通り承認されました。

令和5年度 第7回監事会提出議案

と き：令和5年9月28日(木)

ところ：本店第2会議室

- 第1号議案 令和5年度上期仮決算実地棚卸監査の結果について
- 第2号議案 令和5年度上期仮決算監事監査の実施について

※議案は全て原案通り承認されました。

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



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
9月	雌	313	429,281	▲53,415
	去	360	630,951	▲13,218
	計	673	537,158	▲38,817

前年同月比【平均価格】 ▲70,017

編集後記

夏の猛暑が嘘のように朝晩すっかり気温が下がりました。さつまいもや栗、秋鮭などのワードを耳にすると秋が来たなと感じますね。

さっそく栗ごはんを母が作ってくれ今年も大満足です♪季節の変わり目、体調管理にお気を付けてください。



私たちのなかま (2023年9月30日現在)

- 組合員数 9,586人(△13)
- 正組合員数 5,390人(△44)
- 准組合員数 4,196人(31)
- 組合員戸数 8,047戸(△2)
- 正組合員戸数 4,816戸(△32)
- 准組合員戸数 3,231戸(30)

※()内は前年度比

P18 『穴ぼこ熟語パズル』の答え

答え. 宿

- モ^リガ^リ → 物語
- ミ^ンカ^ク → 水加減
- ジ^コベ^ンゴ → 自己弁護
- ガ^クシ^ヨク → 学食
- リ^ンジ^ビン → 臨時便

—お詫びと訂正—

かがやき9月号のP4「JA営農指導実践福島大会」において、開催年度に誤りがありましたので訂正しお詫び申し上げます。

正)令和5年度 誤)令和4年度



みりよく満点

2023

秋祭り

10月28日(土)～29日(日) 9:30～15:30

両日



紅白もち振舞い
両日9:30～
【数量限定】



海産物
特別販売

大抽選会!!

2,000円以上
お買い上げで1回抽選
【なくなり次第終了】

28日のみ



キッチンカー
『☆天☆』
【やきとり・玉こん他】

女性部フレッシュ・ミズ
バザー
【子供服ほか】

新米販売!!



29日のみ

融資課 住宅新築
相談会

棚倉町
木工体験教室
【数量限定】
森林環境交付金事業

内池醸造
味噌すくい
【数量限定】



秋の味覚 新鮮野菜
旬のくだものたくさん!



チュロスほか
【数量限定販売】

場所：みりよく満点物語 棚倉町下山本字愛宕平15-1 TEL.0247-33-1212

満点の日!

毎月10日はお楽しみ企画(棚倉)
11月10日(金)

お得な商品やプレゼントをご用意!!
ぜひお誘いあわせの上、ご来店ください。
※商品、プレゼント品は数に限りがございます。

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

11月の定休日

《直売所》

21日(火)

《旬彩レストラン・山ぼうし》
《ミルク工房》

毎週 火・水

かかやき 10

No.272
2023年10月16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

