

## 特集

P2

## 女性部だより

P3

## 合格祈願米祈禱、美化運動



- 04 年末年始営業時間
- 05 かがやきNEWS
- 09 営農ナビ
- 10 みりよく満点農業者
- 11 共同計算米の加算金支払について
- 12 ひと
- 14 今月のレシピ
- 19 塙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

相馬市へ：復興応援の視察研修!!

女性部は11月7日、相馬市へ「東日本大震災復興を知って買って応援」とし視察研修を行いました。部員39人が参加。

相馬市観光協会より当時の状況と現状を話して頂き、「相馬市伝承鎮魂記念館」では語り部の五十嵐ひで子さんの生死の間が話され頭から離れず津波被害の恐ろしさを感じました。



お昼は名物のホツキ飯を食べ、浜の駅松川駅では新鮮な地ものや各所の特産品が集まっており、沢山面白い物して応援してきました。



美化運動「花植え」を実施!

各支部は施設周辺の美化運動として花壇の手入れや花植えを実施しました。施設へご来店の際には色とりどりの花壇をご覧ください。



みりよく満点物語花壇



棚倉支店



東部営農センター

## 管内中学校3年生 合格祈願米へ願いを込めて

11月27日、山本不動尊にて当JAオリジナルブランド「みりょく満点コシヒカリ」を祈祷してきました。

こちらは、12月4日～13日にかけて、管内6中学校の3年生に贈呈する合格祈願米になります。ブランド名にちなみ、受験生が「満点」で合格できるよう願いを込めています。

合格祈願米について、12月中に管内中学校の3年生、全470人へ贈呈されます。 ※贈呈式の様子は来月号に掲載いたします。



マナーを守り、美しい環境を守りましょう!



11月10日、JA職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全体で行われています。

綺麗で住みやすい地域づくりを!

# JA東西しらかわ 年末年始営業時間のご案内

店舗名	12/28 (木)	12/29 (金)	12/30 (土)	12/31 (日)	1/1~3 (月・火・水)	1/4 (木)	1/5 (金)
-----	--------------	--------------	--------------	--------------	------------------	------------	------------

本店	事務所	通常営業	通常営業	休業	休業	休業	通常営業	通常営業
	ローンセンター			休業				
	物流センター			日直(時短営業) (8:30~12:00)				
西部地区	矢吹中央支店			休業				
	西部営農センター			日直 (8:30~12:00)				
中部地区	表郷支店			休業				
	棚倉支店			休業				
	中部営農センター			日直 (8:30~12:00)				
東部地区	矢祭支店			日直 (8:30~12:00)				
	塙支店			休業				
	鮫川支店			日直 (8:30~12:00)				
	東部営農センター	↓	↓	日直 (8:30~12:00)	↓	↓	↓	↓

JA・SS	表郷給油所	特別営業 (8:30~17:00)	通常営業	通常営業	休業	休業	特別営業 (8:30~17:00)	通常営業
	矢吹中央給油所	配送のみ	特別営業 (8:30~17:00)	特別営業 (8:30~17:00)	↓	↓	↓	配送のみ
	中央給油所	特別営業 (8:30~17:00)	通常営業	通常営業				通常営業
	矢祭給油所	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	塙給油所	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓

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

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

### 3 第26回ふるさと白河表郷まつりが開催!

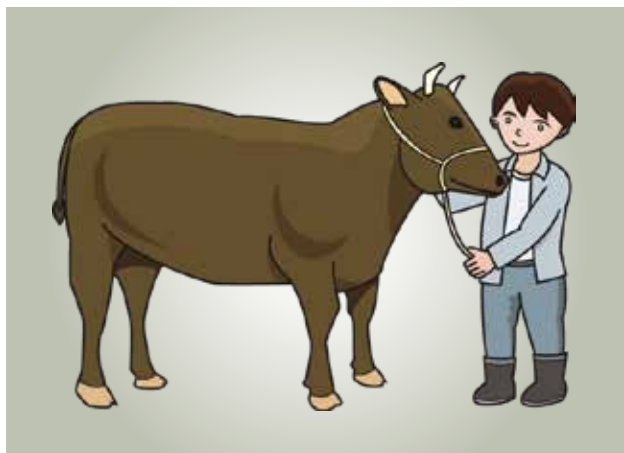


出店ブースの様子

11月5日、白河市表郷総合運動公園にて4年ぶりにふるさと白河表郷まつりが開催されました。

お楽しみイベントや様々な出店ブースの中、JA東西しらかわでは女性部中部支部によるお餅の販売や、野菜の重さを当てるひらめきやじろべえで大いに盛り上がりました。

### 4 最優秀賞を受賞



11月9日、JA東西しらかわ秋季枝肉研究会が東京食肉市場で開催されました。管内から和牛24頭が出品され、埴町の(株)ベルファームが最優秀賞を受賞しました。受賞牛は、ロース芯面積65cm<sup>2</sup>、バラ厚8.3cm、歩留り76.5、BMS12と見事な枝肉でした。

【受賞者一覧】(敬称略)

(株)ベルファーム	最優秀賞	BMS12
農業短大	優秀賞	BMS12
鈴木則隆	優秀賞	BMS11
農業短大	優良賞	BMS12
(株)沼野畜産	優良賞	BMS10
増子 洋	優良賞	BMS 8

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

### 1 西部地区健康増進活動



健康増進活動に参加した皆さん

11月2、3日、摺上亭大鳥にて宿泊での健康増進活動を行いました。

17人の参加者があり、血液検査や心電図といった基本健診からオプション検査として大腸がん、前立腺がん検査等を行いました。骨密度測定検査や血液の流れを検査して頂き、健康講話では、がんと食生活のお話を聴き、日々の食生活の大切さを感じました。

2日目には、朝の体操を行い美味しい朝食を皆さんと一緒に頂き、道の駅に寄り、帰路に着きました。

健康の大切さを再確認し、参加された方々と親睦を深めることが出来ました。

### 2 元気祭2023が開催!



組合長賞の当選者

11月3日、ユールパル矢祭にて4年ぶりにやまつり元気祭2023が開催されました。

イベントでは常陸プロレスによるパフォーマンスが盛大に行われ、チキチキききジュース選手権(オレンジジュースのききジュース)には前田埴支店長が参加し、惜しくも予選落ちでしたが盛り上がりました。

矢祭支店ではAコープ焼き肉のたれやみかん・柿、ゆず生産組合では矢祭特産のゆずを販売しました。

レクダンスでは女性部の方々が優雅な踊りを披露されました。祭りのメインイベント抽選会ではJA東西しらかわ組合長賞(家庭用精米機)が当選者の親子に贈られ喜ばれました。

## 7 令和5年度夏秋野菜実績検討会の開催



検討会の様子

11月16日、みりよく満点物語にて令和5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33人が出席しました。

令和5年度における販売実績や活動内容を報告し、次年度の意見・要望などについて協議しました。また、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。

## 8 第2回健康教室「出前講座」開催



講習を受ける参加者

JA東西しらかわは11月17日、埴厚生病院にて第2回健康教室を開催し、今回は15人の申込みをいただきました。

埴厚生病院佐川院長より「老後の生活どう生きるか」「上手な受診の仕方」について年齢ごとに注意すべき事など面白可笑しく講義を受けました。また、リンパ浮腫療法士の舟木恵美さんから、むくみの原因、むくみ解消法など詳しく聞きました。まさに今、私たちの身体に直面している事なのでとても勉強になりました。

## 5 吹奏楽部へ激励



激励金贈答の様子

11月13日、後藤専務、片野矢吹中央支店長は矢吹中学校を訪問し、全国大会に出場される吹奏楽部に激励金を贈りました。

矢吹中学校吹奏楽部は、10月に行われた県下小・中学校音楽祭において最優秀賞を受賞し、11月19日、千葉県館山市で開催された「第12回日本学校合奏コンクール2023 グランドコンテスト全国大会」に初出場されました。

同大会では、見事金賞を受賞！おめでとうございます！

## 6 ニラ目揃え会



指導を受ける参加者

11月15日、中部営農センター表郷集荷場にてニラ専門部会中部支部の目揃え会・出荷会議を開催し、県南農林事務所、JA全農福島、部会員計16人が参加しました。

JA全農福島からは他産地の情勢報告、県南農林事務所からは栽培方法についての指導があり、年内に2番刈りが終わるように調整していきます。

ニラ専門部会中部支部のニラは太くて柔らかいので、消費者にも大人気です。スーパーに並んでいた際には、是非とも購入してみてください。

# 11 学生向け就農相談会に出展



参加した学生に説明する職員

11月20日、学生向け就農相談会～ふくしま農業人フェア2023 for Student～が白河市中央体育館にて開催されました。福島県内の農業法人や各行政、関係機関がブースを設け、県南地方の農業高校3校の2年生と福島県農業短期大学の1年生を対象に農業に関する相談を受けました。

当JAのブースには畜産に関する相談が多く寄せられ、(株)グリーンファームの事業や取り組みの説明を交えながら学生たちの相談に応えました。

今後も関係機関と連携し、新規就農へ向けたサポートを積極的に行っていきます。

# 12 JAバンク福島ロールプレイング大会



発表の様子

11月22日、JA福島ビルにて「第13回JAバンク福島ロールプレイング大会」が開催されました。当JAからは、予選を勝ち抜いた塙支店の角田佳代子職員と、棚倉支店の深谷麻希子職員が出場しました。

限られた時間の中で、商品説明やニーズ調査を行い、角田職員はMA部門で見事優秀賞を獲得しました。

# 9 令和5年度福島県JA青年大会へ出席



出席した青年部

11月18日、JA福島ビルにて福島県JA青年大会が開催され、JA東西しらかわ青年連盟の支部長、副支部長の代表3名が出席しました。

青年の主張の部、組織活動実績発表の部では、これからの農業への向き合い方や減少していく盟友とどのようにして青年活動を盛り上げ、地域農業へどう貢献していくかなど県内各地の盟友の声を聴きました。多くの盟友と話を交わす場面もあり、様々な思いや意見に触れることができました。

発表者の思いや取り組みをはじめ盟友たちの意見を参考に今後の活動に活かしていきたいと思えます。

# 10 神奈川県JAはだので農業まつりが開催!



出店ブースの様子

11月18、19日、友好JAであるJAはだので農業まつりが開催されました。

盛大な開催は4年ぶり。生産者の農産物即売コーナーや女性部・青年部などの模擬店が並び、両日合わせて1万8,000人の来場者でにぎわいました。

当JAのブースでは満点ポークウインナーや牛串、みりよく満点物語へ出荷されている地域の農産物を販売。来場者に東西しらかわの特産品をPRしてきました。

# 14 農林予算要請活動



棚倉町



鮫川村

J A東西しらかわは、昨今の厳しい農業情勢をふまえ、11月から管内各市町村へ来年度の農林予算確保に向けた要請活動を展開している。

国・県の補助事業や市町村独自の予算確保により、新規就農者・担い手等の確保や、農家・組合員が再生産できる農業経営への支援・協力体制などについての要請活動を行っている。

# 13 ザル菊で沿道を彩る



西山地区のザル菊の様子

11月中旬ごろ、年金友の会鮫川支部で村内美化運動の一環として栽培している「ザル菊」が最盛期を迎えました。

村内の沿道に色とりどりの風景が広がり、道行く人たちの目を楽しませていました。



## 自己改革の取り組み

当JAの各事業で行っている自己改革の取り組みについてご紹介いたします。

### 【組合員の事業利用について】

J A東西しらかわの自己改革工程表に基づき、令和4年度における組合員資格別の利用状況について報告いたします。

### （令和4年度実績）

（単位：千円・％）

	信用事業		共済事業	購買事業	生産資材	生活物資	ガソリンスタンド
	貯金	貸出金					
正組合員	40,983,333	3,704,255	3,106,688	1,641,939	1,240,294	201,801	453,793
	66.4%	22.5%	82.0%	70.5%	91.6%	60.9%	70.5%
准組合員	9,669,656	8,496,848	307,734	124,803	41,912	43,915	40,057
	15.7%	51.6%	8.1%	5.4%	3.1%	13.3%	6.2%
員外	11,080,521	4,260,423	372,116	300,011	71,586	85,616	149,718
	17.9%	25.9%	9.8%	12.9%	5.3%	25.8%	23.3%
合計	61,733,510	16,461,526	3,786,538	2,328,692	1,353,792	331,332	643,568
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

### 准組合員の 利用状況と 今後の方針

組合員資格別の利用は上記のとおりです。当JAでは、准組合員を「農業振興の応援団」として位置づけ、准組合員の声を聴く仕組みを通して当組合に対するニーズを把握していきます。「農業者の所得増大」につながるよう正組合員と准組合員が一体となったJA運営を目指します。



# 水菜の栽培について

## 栽培カレンダー

月旬	12月	1月	2月	3月	4月	5月
主な作業		播種	収穫			



### 1. 品種・播種量

品種：千筋京菜、京みぞれ等



### 2. 土づくり

品質の良いものを育てるには、畑なら基肥に完熟堆肥の他に油かす、化成肥料を与え、プランターでは肥料入りの野菜用土を用いましょう。また、生育中、肥料切れをしないように大株なら2回、小株なら1回、化成肥料を畝間に施し、軽く中耕します。プランターなら液肥を与えます。

施肥例(1aあたり)

肥料名	施肥量
完熟堆肥	200kg
畑の達人	6kg
苦土石灰	8kg
BMようりん	2kg



### 3. 植え付け・間引き

播種したら種が隠れる程度に覆土し、軽く鎮圧します。理想の生育温度は18℃～20℃ですが、最低気温が13℃より下がらないようにすれば育ちます。ビニールを被せたり、トンネルを作るのも有効なので、工夫して温度を保ちましょう。日中は25℃以上にならないように換気します。根張りのよいガッチリした健苗に仕上げましょう。

本葉2枚のころ苗床に移植し、本葉5～6枚の苗になった頃、うね間40～50cm、株間35cmで植えます。(品種・栽培時期によって異なる) 長型プランターなら2列本葉2～3枚のころ6～7cmの株間になるよう間引きしましょう。



### 4. 収穫

草丈が15cm以上になったらそろそろ食べごろ。外葉から摘んでサラダなどで食べるとよいです。種まきから1ヶ月、草丈が20～30cmくらいまで伸び、葉の色が濃くなったら収穫時期です。根元のほうを握り、1株ずつ引き抜きます。

#### 【防除例】

病害虫名	農薬名	倍率・量	使用時期
立枯病	ダコニール1000	1,000倍	は種時土壌灌注 3L/m <sup>2</sup>
アブラムシ類	スタークル粒剤	600g / 1a	は種時播満土壌混和
	アディオソ乳剤	3,000倍	収穫14日前まで
ハモグリバエ類	アフアーム乳剤	1,000～2,000倍	収穫7日前まで
コナガ	スピノエース顆粒水和剤	5,000倍	収穫3日前まで

※農薬を使用の際は、ラベル等を必ず確認ください。



# 水菜

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)

尾亦 隼一さん  
おまた じゅんいち

(42歳)

「矢祭町下関河内」

## 品質向上を常に目指して、 毎日愛情をこめて栽培。

師走に入り何かと忙しい中、矢祭町でしいたけ栽培を行う尾亦さんのハウスへ伺いました。

隼一さんは、高校を卒業後関東の一般企業へ就職後、25歳で結婚を機に地元へ戻り、家業を継ぐ決心をしました。就農してからは、ハウス栽培ではありませんが、気候変動に左右され、集中発生してしまったり、猛暑できのこのへのストレスで収量が落ちたりと、管理にとても苦労すること。ここ最近の異常気象の対策として、エアコンを導入して周年安定的に発生を制御できるようにになりました。

経営は家族4人で行っており、栽培のこだわりは、品質面で厚みのある美しい果形に育てるため、日々の温度管理を徹底しております。去る今年2月に行われた全国サンマッシュ大会では、見事に最高賞であるゴールドサンマッシュ賞を受賞、さらには福島県林業祭で農業協同組合中央会長賞を受賞されました。これまで長年培われた技術と、栽培へのひた向きの探求心が実を結んだ結果となりました。

ちょうど今の時期は来年作の仕込みの時期で、この日も菌床しいたけの仕込みの最中でした。毎年11月から次の年の4月までの冬期間でおおむね一年分のブロックを作ります。

休みの日には、趣味の車いじりや、地域のソフトボールチームに所属しているのも、仲間と大会に参加したりしてリフレッシュしています。

最後に、「品質向上を常に目指して消費者に美味しいしいたけをお届けするため、毎日愛情をこめて家族で栽培し続けていきますので、たくさんの方々に、しいたけを食べていただきたいです。」と頼もしい意気込みをいただきました。



次は「中部地区」を  
予定しています。

菌床しいたけ … 4万菌床  
水稲 …………… 50a



# 令和5年産共同計算米の加算金の 支払いについて

大切な  
お知らせ

今年度共同計算の実施に伴い、最終精算が令和5年産米販売終了後となる仕組みですが、生産コストの上昇や等級欠落など営農継続や農家所得向上を鑑み、概算金に加算金として、全銘柄・全等級に400円を年内に下記のとおり支払うことを決定いたしました。尚、最終精算は令和5年産米販売終了時(翌年9～10月になる見込み)になりますので、お間違いないようお願いいたします。

**対象** 主食うるち米、もち米 全銘柄

加算後の概算金

主な品種 1等米(60kg)

コシヒカリ 概算金 **12,400円**

ひとめぼれ 概算金 **11,600円**

天のつぶ 概算金 **11,400円**

**対象期間** 令和5年12月15日までの検査買入分とします。

なお、大口出荷奨励金は別途お支払いいたします。

土壌を調べて  
みませんか？

〈地域農家の皆様へ〉

## 田んぼ・畑の土壌分析の助成支援をします!!

肥料価格の高騰が農業経営を著しく圧迫している状況にあつて、当JAでは「個別生産者の土壌分析に基づく施肥見直しの支援」の取り組みを行います。

### ★分析目標

1,200点(水田、畑地)

### ★分析料金

通常料金 1点 1,100円(税込)

JAが半額を助成(負担)します。

個人負担額 550円(税込)

### ★分析項目

置換性加里、可給態リン酸

土壌分析は次により取りまとめますので  
ご注意ください。

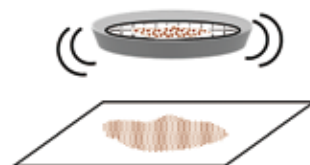
第1次: 締め切りました。

第2次: 令和5年12月末日締め切り

第3次: 令和6年 1月末日締め切り

**注) 土壌分析にあつては、時間を要します  
ので予めご承知おき下さい。**

詳細は、かがやき広報11月号「土壌分析の助成支援」を確認  
または、本店営農部・営農センターへお問い合わせください





# かがやき キッズ

## ダンス大好き! 転んでも泣かない!!



こない まい  
**近内 麻衣ちゃん(5歳)**  
たいち  
**汰地くん(1歳)**

●お父さん 亮太さん ●お母さん 利歩さん  
棚倉町棚倉

お姉ちゃんの麻衣ちゃんは体を動かすことが得意で、鉄棒で逆上がりや駆けっこをしたりYouTubeでダンスシーンを観ながら踊ることが大好きです。

性格は大勢の前に出るとちょっと内気な面もありますが、最近は汰地くんの面倒も見てくれるしっかり者のお姉ちゃんです。

弟の汰地くんの最近の趣味は車のおもちゃで遊ぶこと！特技は足が速いところで、転んでも泣かない強い子です。麻衣ちゃんとケンカしても負けじと向かっていくところが男の子とを感じる一面もあります。近頃は言葉を徐々に覚え始め興味のある物が増えてきたようです。

ご両親からは「これからも2人仲良く過ごしてほしいです」とお言葉をいただきました。

## 戦隊ヒーローごっこが 大好き!

仲良しな双子の兄弟のご紹介です。マイペースで心優しいお兄ちゃんの壮一朗くん。好奇心旺盛でやんちゃな一面もある弟の康之助くん。

2人は最近、ウルトラマンなどの戦隊ヒーローごっこ遊びに夢中で、よくどちらが怪獣役になるかでケンカになるそう。

そんな微笑ましい2人に、ご両親から「いろいろなものに興味をもって、様々な事にチャレンジしてほしい」とメッセージをいただきました。



えんどう そういちろう  
**遠藤 壮一朗くん(4歳)【右】**  
こうのすけ  
**康之助くん(4歳)【左】**

●お父さん 貴人さん ●お母さん 麻衣子さん  
鯉川村渡瀬

# 元気満点 人生

矢祭町宝坂

かたの かずみ

片野 一美さん

(80歳)

こ

エイ子さん

(73歳)



## 人との交流が 毎日の楽しみ!!

今回ご紹介させていただくのは結婚51年目を迎える片野さんご夫婦です。お二人は過去JAに勤めている際に出会ったそうです。今でも休日には二人で買い物に行くほど仲のいいおしどり夫婦です。

一美さんは矢祭山にある観光案内施設の管理をしていて「受け入れや施設の整備など大変だけどやりがいがあってお客さんの喜んだ顔を見るのが嬉しい」とお話しいただきました。

エイ子さんはお庭の手入れが好きで一人でも低木の選定をし、管理を徹底されているので雑草の一本もないそうです。そんなエイ子さんはたくさんの委員会の役員になっており、「人との交流が毎日の楽しみ」と語ってくれました。これからもお二人の元気な姿を見せてください。

矢吹町松倉

## 我が家の ペット



飼い主

とみなが なおみち

富永 直道さん

名前

うめ(メス)13歳

犬種

柴犬



人懐っこくとてもやさしいうめちゃん!  
特技はねること♡



今月のレシピ

テーマ:「にんじん」と「味噌」

今月のお題は「にんじん、味噌、クリスマス」です。今回のお料理にはオーブンが必要ですが、作業工程はとても簡単です。クリスマス、お正月と人が集まる季節、作ってみてはいかがでしょうか。



# 「にんじんと味噌のマフィン」



材 料

- 人参 …………… 1本(すりおろし)
- 卵 …………… 2個
- 上白糖 …………… 120g
- 米油 …………… 100cc
- 味噌 …………… 大2
- 薄力粉 …………… 180g
- ベーキングパウダー …………… 小2
- カップケーキの型  
(今回は100円ショップに売っていた  
直径8cm×高さ4cmのもの)



作り方

1. 人参をすりおろす。
2. ボールに卵を割りよく混ぜる。  
上白糖を加えてさらによく混ぜる。
3. 米油を加え、さらによく混ぜる。
4. 人参のすりおろしと味噌を加えさらに混ぜる。



5. 薄力粉とベーキングパウダーをふるっておき、4. に加え粉っぽさがなくなるまでゴムベラで混ぜ合わせる。(ホイッパーで混ぜない! 混ぜ過ぎるとグルテンができてしまい、ふっくら焼き上がらない。)



6. 型に流す。(7分目くらい入れます。入れ過ぎると溢れたり、固く仕上がってしまいます。)



7. 180℃に温めておいたオーブンに入れ10分焼く。その後 170℃に下げて8分焼く。(焼き時間は目安です。高さのあるものはもう少し焼かないと火が入りません。)

8. 竹串を指して何もついてこなければ出来上がり。

ポイント

- 人参の甘さが引き立つような甘さのレシピなので、甘さが足りないときは加えてください。  
焼き時間は調整してください。

来月のレシピ

指定野菜

『ねぎ』



×

備食材

『わかめ』



=



1月は???  
次回お楽しみに。

# 経済部からのお知らせ



## 《令和6年度肥料・農薬相談会開催しました!》



## 《肥料・農薬予約受付中!!》

来年使用する肥料・農薬の予約を受け付けています。お安くっておりますので  
申込期限までに各センター・支店までぜひお申込下さい。



**申込期限** ※注文記入の際、再度ご確認ください。

	自己取年月	申込期限
(肥料) 自己取り希望	令和6年1月	令和5年12月30日
	令和6年2月	令和6年1月31日

	自己取年月	申込期限
(肥料) 配送満車直行便希望	令和6年1月	令和5年12月30日
	令和6年2月	令和6年1月31日



- ※申込期限を過ぎたお申し込みは奨励の対象外となりますのでご注意ください。
- ※配送後の返品については、ペースト等の一部商品を除きお断りさせていただきます。
- ※農薬・資材注文は令和6年1月31日申込期限です。配送は3月を予定しております。



### 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・塙・矢祭: **特売日** ▶ **22日(金)**・**23日(土)**・**24日(日)**

矢吹中央: **特売日** ▶ **24日(日)**・**25日(月)**・**26日(火)**



JA東西しらかわより 管内の皆様へ

## 資産形成・運用セミナーのご案内

預貯金でお金は増やせない時代、充実したライフプラン実現に向けた「資産運用・形成」についてご案内致します

### 日時・場所

日時：2024年1月28日（日）

午前10：00～11：30

場所：JA東西しらかわ本店 第6・7会議室

定員：30名（お申込者様優先）

管内の方であれば、どなたでもご参加いただけますが  
定員になり次第締め切らせていただきます

### 主な内容

- ①お金を取り巻く環境と資産運用・形成の必要性
- ②効果的なリスクとの付き合い方
- ③NISA・iDeCoとは など・・・

### 講師

農林中央金庫福島支店 職員  
（推進企画支援一班）

### お申込先

JA東西しらかわ本店  
金融共済部金融課  
☎0247-57-5925  
担当：熊田 高橋 渡邊

どうぞお気軽に  
ご参加ください♪



## お金の準備、はじめませんか？

### 人生100年 時代

現役引退後の人生が  
長くなってきています。

### 年金制度 への不安

少子高齢化で1人の年金受給者を支える

現役世代の人数が減っています。

### 超低金利 時代

低金利時代では、預貯金だけで資産を

増やすことは限界がありそうです。



©ブルくん



©ベアちゃん



2023年12月1日現在



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)
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
お借入期間	6か月以上10年以内
お借入限度額	1,000万円以内
お借入金利	お借入金利は、ホームページまたは店頭でご確認ください。お借入後の金利は、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。

担保	原則として不要です。
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)
事務取扱手数料	最大3,300円(消費税等含む)
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。
ご用意いただく書類	①資金使途に関する書類 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 【自営業の方】確定申告書(写)および納税証明書 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。※店頭にて返済額の試算を受けております。※ローンの詳しい内容については、店頭にて説明書をご用意しております。  
※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。



24時間・365日受付

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



商品概要

お使いみち	入学金・授業料(高校・高専・短大・大学・専修学校・各種学校)の他に施設費など、学校へ納入する資金および就学のためのアパート等入居費用、既に支払い済みの教育資金(3カ月以内)、他社教育ローンの借換資金等にご利用いただけます。
ご利用いただける方	お借入時年齢が満20歳以上65歳未満で、最終返済時の年齢が満72歳未満の方
お借入期間	据置期間を含め最長15年以内(在学期間+9年)
お借入限度額	1,000万円以内
お借入金利	お借入金利は、ホームページまたは店頭でご確認ください。お借入後の金利は、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。

担保	原則として不要です。
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)
事務取扱手数料	最大3,300円(消費税等含む)
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。
ご用意いただく書類	①合格通知書または在学証明書 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 【自営業の方】確定申告書(写)および納税証明書 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

教育ローン(カード型)もお取扱いしております。商品概要につきましては、ホームページまたは店頭でご確認ください。  
※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。※店頭にて返済額の試算を受けております。※ローンの詳しい内容については、店頭にて説明書をご用意しております。  
※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。

JA東西しらかわローンセンターのご案内

平日9:00~17:00 日曜日9:00~12:00

※定休日:水・土・祝祭日・年末年始

毎週日曜日にも営業しています!お気軽にご相談ください!

〒963-5663

東白川郡棚倉町大字流字中豊88

TEL:0247-57-8071 FAX:0247-23-0017



脳トレ! 手足の体操

健康生活研究所所長  
堤 喜久雄

指先マラソンで脳への血行を促進!!

寒い季節は外に出るのもおっくうになりがちです。活動不足を補うためにも、効率良く短時間で血行を促進できる体操をご紹介します。手首も回転させ、指先をこすり合わせながら動かします。脳の血流をアップさせ創造力や記憶力も高める効果が期待できます。

繰り返し行う習慣を身に付け、脳の若さを保ちたいですね。ゆっくりで構いませんので、正確な動作を心がけましょう。慣れてくると楽に動かせるようになりますよ。

●いずれかの指先を合わせる【①～⑤の動きを5回繰り返します。】



①右手の人さし指と左手の親指、右手の親指と左手の人さし指を合わせます。



②右手の人さし指と左手の親指は支点として付けたまま、右手の親指と左手の人さし指を離します。



③右手の親指を手前へ、左手の人さし指は奥へ回転させ、上で指先同士を合わせます。



④右手の親指と左手の人さし指は支点として付けたまま、右手の人さし指と左手の親指を離します。



⑤右手の人さし指は奥へ、左手の親指は手前へ回転させ、上で指先同士を合わせます。

ポイント 1セット5秒程度の速さで練習し、少しずつ速く動かしてみましょう。



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。

オ□セ□チ → □□□  
ト□リ□ウ → □□  
シ□ク□ツ → □□  
ダ□イ□ポ → □□□  
マ□チ□キ → □□□

リスト	一 温 識 祝 植
	泉 第 知 地 豆
	頭 物 歩 領

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

## お口から始める健康生活 ～オーラルフレイルの予防～

### \*オーラルフレイルとは？

オーラル(oral)=口腔の

フレイル=加齢により心身が老い衰えた状態で生活の質を落とすだけでなく、さまざまな合併症も引き起こす可能性がある。

フレイルは早く介入を行えば元の健康な状態に戻る可能性がある。

→  
口を介した  
体の衰え

### \*どんな症状があるの？

- お茶や汁物でむせることがある
- 口がよく渇くようになった
- 滑舌が悪くなった、舌が回らなくなった
- 堅いものが食べにくくなった



→これらの症状を放っておいたり、適切に対処しなかったりすると…

- 食べ物を噛む力や飲み込む力が低下していき、食事がうまくとれず栄養状態が悪くなってしまう
- 滑舌が回らなかったりすることで人と話すことが億劫になり家に閉じこもってしまうことの原因になる

介護・死亡のリスクを高めることに繋がってしまう

「年のせい」と諦めず、しっかりと対処していくことが大切です!!

### ◎予防のための「グー・パー・ぐるぐる・ごっくん・べー」体操

口腔機能を維持・向上するには、顔の表情を豊かにする「顔面体操」、舌の動きを滑らかにする「舌体操」、唾液の分泌を促す「唾液腺マッサージ」などの「健口体操」が効果的です。健口体操を毎日続けると、口や舌の動きが滑らかになり、唾液も出やすくなります。この体操は5秒でもOK! 1分で効果十分です!!

- ①目はしっかり閉じ目玉は下方に。口は口角を上げしっかり閉じる
- ②目は大きく開き目玉は上方に。口を大きく開く。
- ③口を閉じたまま舌に力を入れ、口唇の内側をなめるように回す。(右、左回り)
- ④ココで溜まった唾をごっくん!
- ⑤舌の先に力を入れしっかりと前に出す。(そのまま10秒キープ)



【体操の効果】①～⑤を3回以上、毎日繰り返し続けることで…

- ☆オーラルフレイル予防になる!
- ☆脳の血流UPで頭スッキリ!
- ☆唾液分泌UPでお口も潤う!
- ☆舌の力で飲み込む力も向上!
- ☆フェイスラインもスッキリ!

この健口体操の他にも、日常生活の中で本や新聞などを音読したり、カラオケで楽しく歌ったりするのも口の筋力を維持するのに役立つと言われています。

### 休診のお知らせ(1月)

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

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



須藤 ハルエさん (棚倉町)



菊池 栄陽子さん (棚倉町)



小室 恵子さん (塙町)



青砥 安彦さん (矢祭町)

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、文字の解釈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

- |                                   |                                   |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 残り柿だれかと思えば熊が食べ<br>小林哲男さん (白河市表郷)  | 初霜のはく皷白い手がかじむ<br>須藤利正さん (棚倉町)     |
| 新米が着いたと弾む姉の声<br>近藤茂男さん (白河市表郷)    | なげく熊山の実不足柿拝謝<br>須藤ハルエさん (棚倉町)     |
| ルーティンのコーヒー苦し冬隣<br>テルゴロウさん (白河市表郷) | 朝霜にうたれし葉ボタン軒下に<br>丹治とし子さん (棚倉町)   |
| 妻の座をコンビンにゆずり温泉地<br>奥屋かね子さん (矢吹町)  | 大掃除やって気付いた普段の大事<br>青砥安彦さん (矢祭町)   |
| 年とると一年早いもう師走<br>芳賀友子さん (矢吹町)      | バンバント腹打つ力士ゴリラに似<br>片野礼子さん (矢祭町)   |
| 八十路迎えて笑顔友作る<br>芳賀ミツエさん (矢吹町)      | 愛ネコのフトンの中でぬつくぬく<br>金澤美千代さん (矢祭町)  |
| 立冬も半袖とはこれいかに<br>片野ユリ子さん (棚倉町)     | 庶民は税官僚賃上げ永田の冬<br>鈴木幸一さん (矢祭町)     |
| 初期設定教わる相手孫丸歳<br>金沢久喜さん (棚倉町)      | 唄ぶ会誰に花咲く昔話<br>大森キヨ子さん (塙町)        |
| さむすぎて布団からでれずあさねぼう<br>小林明美さん (棚倉町) | 古着まく水の凍結冬構<br>近藤いつ子さん (塙町)        |
| お陽さまが今日も宜しくと御挨拶<br>小林公子さん (棚倉町)   | 囲炉裏端餅焼く父の太い指<br>鈴木喜代子さん (塙町)      |
| 子、孫らで米寿祝に祖父に幸<br>斉藤フミさん (棚倉町)     | 沿道の声援受けて孫走る<br>長谷川昇さん (塙町)        |
| 冬帽子北風小僧隙間風<br>塩田和さん (棚倉町)         | 畑では大きな声よ秋白菜<br>八幡文子さん (塙町)        |
| 四年ぶり帰省し娘とシヨッピン<br>秦 範子さん (棚倉町)    | ひとときの温もりほしい曇り空<br>鈴木和代さん (鮫川村)    |
| 冬来たる白いパウダー舞い落ちる<br>陣野頼子さん (棚倉町)   | 小春日和に豆を刈り取るエンジン音<br>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

八十路坂半分までは来たけれど卒寿目ざして頑張りましょう 我妻さん (白河市表郷)

影伸びて陽は短くて小春日に薫岸焼いて来春を待つ 小林サエ子さん (白河市関辺)

霜とけて犬の散歩で草の種身体に付けて土産のつもり? 中川敏子さん (白河市関辺)

いつまで考えても出てこない私の頭はからっぽかあ 中村忠男さん (白河市表郷)

うえかえたさぎんかの花ひときわ目立つ花とつぼみにおどろき通る 石井克己さん (棚倉町)

軒下に五・六連ずつ千し柿の秋深まりて色つや甘く 金澤榮子さん (棚倉町)

軽快に一輪車乗るひいまこの姿に老夫目うるませている 高橋イエさん (棚倉町)

盛大に収穫祭開かれて直売所はにぎわい続く 高橋治男さん (棚倉町)

久々に訪ねし君の変わらぬ笑顔近況話す楽しげな様よ 伊達久美子さん (棚倉町)

秋うらら柿の実光り宙を漕ぐ水郡線の汽笛はるかに 藤田泰代さん (棚倉町)

木枯らしにくるくるワルツ落ち葉舞う吾が身は縮みざる菊を撮る 藤田祐子さん (棚倉町)

孫探す皆ジャージよ声援に北風伝うマラソン大会 菊池美三江さん (矢祭町)

玄くれし綿の木フワリ温もりと母と摘みしや小春日和に 熊田クニ子さん (矢祭町)

炎天に抗いつつ畑仕事10日見ぬ間の草のうみ 星フミエさん (矢祭町)

暑さ対策に追われつつ気がつけば冬となりけり 矢祭町マミママ (矢祭町)

異変事故の多い日々我が身保身に行動範囲の視野広く 井坂甲子広さん (塙町)

オランダの風車に住んでる管理人国家公務員とは驚き成り 佐藤庄衛さん (塙町)

里山の野辺に咲きるる花園に八子の働き寛みの百花 関根次子さん (鮫川村)

定れたい記憶の中で思い出す星に願った幸せを 高坂あさみさん (鮫川村)

仏壇の前で拝むこと一つ増え孫が大夫で育てよと願う 藤田智枝子さん (鮫川村)

やわらかき秋陽背に受け干柿を(ケ)ずつ結び軒端の下に 矢吹トシエさん (鮫川村)

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

### 11月号に寄せられたアンケート

#### ◇出来事

JAの第9回満点ウォーキング往復歩きました。16,500歩でした。仲間3人で満足でした。来年も参加します。【棚倉町Kさん】

→ 満点ウォーキングに参加いただきましてありがとうございます! またのご参加お待ちしております!

#### ◇出来事

小学校の孫の発表会とマラソン大会と色々な行事を見てきて、孫の成長がしみじみ伝わりました。嬉しいかぎりです。【矢祭町Kさん】

→ お孫さんの成長をみれるのは嬉しいですね! いつの間にか大きくなってしまおうので見逃し厳禁です!

応募締切は  
12月27日(水)

#### 【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

## 「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

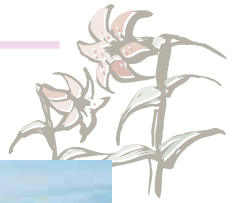
3. 作品応募【俳句・川柳・短歌(○で囲んで下さい)】

作品応募については、ふりがなまでご記入ください。

✂ キリトリ

24時間体制で迅速対応

# JA齋苑やすらぎの杜



棚倉斎場

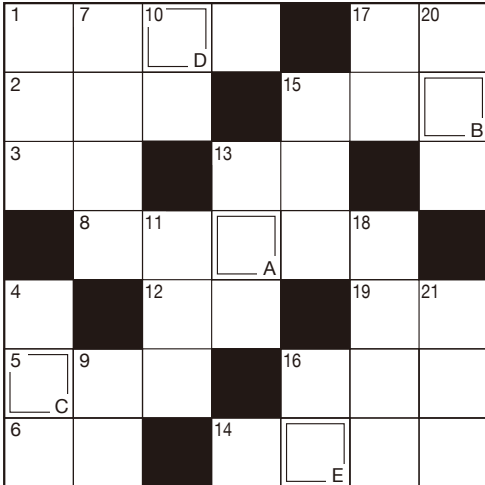


住所: 棚倉町大字塚原字上野越91-6  
TEL: 0247-33-1059 FAX: 0247-33-2527

矢吹斎場



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 大学入学共通テストの理科の科目の1つ
- 4 キウイやボンカンの生産量が日本一の県
- 7 エッセーともいいます
- 9 かつお節や昆布で取ります
- 10 ガラガラとうがいを洗うもの
- 11 ゆでた麺をざるにあけて行きます
- 13 大股の人は広めです
- 15 カメやカッパの背に付いています
- 16 ——や硯(すずり)を用意して書き初めをした
- 17 カラオケで楽しむもの
- 18 ——の計は元旦にあり
- 20 旧暦1月の異称
- 21 見張ること。——カメラ

### ヨコのカギ

- 1 おせち料理にも使うニシンの卵巣の加工品
- 2 旅行前に——ブックを買った
- 3 俳人が名作を生み出した地に建てられていることも
- 5 北を向いたとき西になる方向
- 6 丁寧にいうご飯です
- 8 横綱を先導して土俵に上がります
- 12 セイウチの口からよっつきり
- 13 農地——、道路交通——
- 14 DNAが含まれる体の設計図。——操作
- 15 猫が中で丸くなっているかも
- 16 不要物を可燃、——、資源ごみに分別した
- 17 彼女は——を言わず彼を外に連れ出した
- 19 エレベーターの表示では「B」

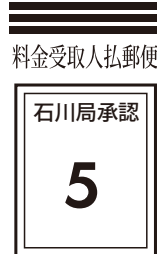
## クイズ&アンケートに答えてプレゼント!!

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(水) 当日消印有効

11月号答えは『シクラメン』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



フリガナ			
氏名		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

21 ㊟ 第10回理事会(東京JAビル)

25 ㊟ 常勤役員会議

27 ㊟ 次年度担い手支援事業計画策定に向けた打合せ

29 ㊟ 仕事納め式

1月

4 ㊟ 仕事始め式  
常勤役員年頭挨拶

5 ㊟ 仕事始め式(みりよく満点物語)

9 ㊟ 常勤役員年頭挨拶(ファームサポート)  
新春和牛初セリ  
渉外担当者検討会

10 ㊟ 部室長・営農センター長・支店長会議

12 ㊟ 常勤役員・部室長会議  
第11回広報編集委員会

16 ㊟ 常勤役員会議  
健康増進活動(東部地区)

18 ㊟ JA東西しらかわ冬季枝肉研究会

### 来月の総員外務

1月16日(火)、17日(水)、18日(木)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)

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
11月	雌	286	504,031	71,972
	去	387	618,656	85,368
	計	673	569,321	79,984

前年同月比【平均価格】 ▲79,852

## 編集後記

今年も残すところあとわずかになりました。  
私としましてはあっという間に過ぎた1年でしたが、みなさんはいかがでしょう？ これから  
の季節寒さも厳しくなりますので、風邪などにお気を付けてよいお年をお迎えください！ ㊟

## 令和5年度 第9回理事会提出議案

と き：令和5年11月29日(水)

ところ：本店第1会議室

- 第1号議案 マネー・ローンダリング等および反社会的勢力に関する基本方針の一部改正について
- 第2号議案 マネー・ローンダリング等への対応に関する規程の一部改正について
- 第3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5年度 第9回監事会提出議案

と き：令和5年11月29日(水)

ところ：本店第2会議室

※報告事項のみとなりました。

## 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



## 私たちのなかま (2023年11月30日現在)

- 組合員数 9,362人(△28)
- 組合員戸数 8,048戸(△1)
- 正組合員数 5,344人(△70)
- 正組合員戸数 4,801戸(△47)
- 准組合員数 4,018人(42)
- 准組合員戸数 3,247戸(46)

※( )内は前年度比

## P18『穴ぼこ熟語パズル』の答え

答え.

祝

- オ㊟セ㊟チ → 温泉地
- ト㊟リ㊟ウ → 頭領
- シ㊟ク㊟ツ → 植物
- ダ㊟イ㊟ツ㊟ポ → 第一歩
- マ㊟㊟チ㊟キ → 豆知識



# みりよく満点



今年1年のご愛顧に  
感謝を込めて

## 年末感謝祭

26日  
(火)

内池醸造  
味噌すくい

(数量限定)



12月26日(火)～29日(金)  
各日とも9:30～15:30

27日  
(水)

静岡県産  
お茶満杯詰め販売

(数量限定)



28日  
(木)

みかん特売

(数量限定)



29日  
(金)

福島県産  
牛肉特売

(数量限定)



その他、年末年始商品取り揃えております。  
皆様のご来店 お待ちいたしております!



12月31日(日)  
15:00まで



12月30日(土)  
ランチ営業致します。

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

※矢吹店、矢祭店は通常営業となります。

### 満点の日!

毎月10日はお楽しみ企画(棚倉)  
1月10日(水)

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 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》

16日(火)

《旬彩レストラン・山ぼうし》  
《ミルク工房》

毎週 火・水

かがやき 2023 12

No.274  
2023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

