

かがやき

今月の表紙 第10回満点ウォーキング

特集

P2

みりよく満点秋祭り開催

P3

第10回 満点ウォーキング開催

P4

年金友の会グラウンド ゴルフ大会を開催



06 座談会Q&A

07 かがやきNEWS

11 みりよく満点農業者

12 ひと

14 営農ナビ

15 今月のレシピ

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

みりよく満点物語開催

秋祭り開催!

10月26日、27日に
みりよく満点秋祭りを開催!
両日とも開店前から行列ができ、
先着限定の紅白もち振舞いも
あっという間に終了してしまいました。



先着限定の振る舞い餅



特賞は福島牛!!
須藤会長より手渡されました!



大人気の味噌掬いは、開店と同時に
長蛇の列ができるほど! 終了までほぼお客様が
途切れることなくお求め頂きました!



豚汁無料配布と若手生産者による
直接販売会!



味噌掬いの様子

第10回 満点ウォーキングを開催しました!

10月27日、棚倉町のみりよく満点物語をスタートで山本不動尊まで歩くウォーキングを開催しました。今回のイベントは県内外から153人が参加しました。参加者は色づき始めた景色を楽しみながらご家族やご友人と談笑する様子が見られ、有意義な時間を過ごしました。



みりよく満点物語



山本不動尊



アロマの森



山本不動尊でパンGet!
&
ひと休み♪



景色を楽しみながら...



たくさんのご参加ありがとうございました!



女性部だより

管内のお祭りに参加!



J A東西しらかわ女性部は、各支部で管内のお祭りに参加しました。

また、女性部フレッシュミズではみりよく満点秋祭りにあわせてバザーを開催しました。

再利用ではありますが、お求めやすい価格で嬉しいとの声がありました。

10月6日
やぶぎボランティア祭りにて



▶バザーの様子



玉こんにゃくと
▼炊き込みご飯を販売!



▲餅作りから販売まで行いました!



10月4日 ふるさと白河表郷まつりにて

10月8日 やまつり元気祭にて

～第7回年金友の会グラウンドゴルフ大会開催～

11月1日、ルネサンス棚倉多目的広場にて「第7回年金友の会グラウンドゴルフ大会」を開催しました。本大会は、健康増進と各支部の交流、親睦を図ることを目的としており、今年度は59人の選手に参加いただくことができました。お天気にも恵まれた中参加者は日頃の練習の成果を発揮し、はつらつとしたプレーで腕前を競い合いました。

第7回年金友の会グラウンドゴルフ大会の結果は以下の通りになります。



総合優勝した緑川さん

総合優勝 **緑川 光雄** (棚倉支部)



プレーの様子

【男性の部】

- 第一位 **緑川 光雄** (棚倉支部)
- 第二位 **鈴木 清一** (棚倉支部)
- 第三位 **緑川 栄四郎** (表郷支部)

【女性の部】

- 第一位 **塩田 とも子** (表郷支部)
- 第二位 **岡部 ヒロ子** (矢吹中央支部)
- 第三位 **角田 智子** (表郷支部)

※敬称略

市町村へ「満点米キューブ」3,000個を贈呈!

9月から10月にかけて、管内6市町村へ「みりよく満点コシヒカリ」(キューブ型300g)を贈呈しました。この取組みは、「JA共済連福島地域・農業活性化積立金」を活用したもので、当JAの特産品としてみりよく満点米の美味しさをPRし、新規消費者確保を通して米の消費拡大に繋げていきます。JA東西しらかわは今後も地域に寄り添い、様々な地域貢献活動を行っていきます。



11月4日
ふるさと白河表郷まつり



10月6日
やぶきフロンティア祭りにて来場者に贈呈しました



10月20日
たなぐら"まるごと"フェスタ



9月15日
さめがわマルシェにて来場者に贈呈しました

11月3日
はなわの秋まつり



11月3日
やまつり元気祭



令和6年度 下期集落座談会意見集約

9月25日、26日の2日間、各支店にて下期地区別座談会を開催しました。148人が参加し、理事やJA職員らが、令和6年度上期仮決算の事業概況や自己改革の進捗状況についての説明があり、各会場では出席した組合員の方々からJA事業の活性化に向けてたくさんの貴重な意見や要望が出されました。

特集では、座談会で寄せられた主な意見や要望、それに対するJAとしての考え方をQ&Aで紹介します。今後も組合員や利用者の皆さまの負託に応える事業展開を進めてまいります。

【下期集落座談会参加状況】

支店	出席人数
表郷	7
矢吹中央	32
棚倉	28
矢祭	32
埴	34
鮫川	15
合計	148

総務部門

Q 職員数の減少について対策しているのか。

A 働き方改革として特に支店についてはお昼休みの導入や、農閑期の購買の休日営業の休止で職員負担を軽減しています。ハローワーク、リクルート、学校等に募集をかけています。

金融共済部門

Q 農林中央金庫の赤字見込みについて、JAの経営に影響はないのか。

A 報道でもあるように、ご心配をおかけしておりますが、JAの経営に大きな影響はありません。

営農部門

Q 米の値段についてコシヒカリ18,000円ということだが、精算金額の見直しは出ているのか。

A 10月から2,000円の追加払いを行い、概算金は20,000円となっております。今後は、来年9月に最終精算する中で、少しでも多く支払いできるよう努力していきます。

Q 米の保管料とはこういったものなのか。

A 倉庫や空調機等の維持管理にかかる費用です。

Q 出荷用の検査請求書等の書類が9月外務で配布されたが、今年は刈取りが早まったこともあり、余裕を持って書類を配布していただきたい。

A 今後、間に合うように対応していきます。

Q 9月配布の広報誌の中の無条件委託・共同計算の説明で、全農と農協で手数料を取っていると書いてあるが、詳しい説明をいただきたい。

たい。また、それ以外の野菜についても全農と農協で手数料を取っているのか。

A 手数料を取っていますが、全農のシステムを利用していることから、システムの利用料となります。野菜についても同様となります。

Q 米の損害賠償について、ほかの業者は令和5年度まで請求を終えていると聞くが、JAは遅いのではないのか。

A 請求の要件として、対象者全員の請求書類が揃ってからの請求となるため時間がかかっています。現在は令和3年度産までの精算となっております。

Q みりよく満点レストランは今後どうなるのか。

A 現在テナント及び料理人を募集中ですが、要件に合致している人材が見つからない状況です。

Q カントリーエレベーターの老朽化や今後の存続についてどうなるのか。

A 現時点では、修繕か建替えか検討中です。

については今後とも検討します。

経済部門

Q 米の集荷運賃はどうなるのか。
A 共計となって、今年から控除項目の中に運賃を含めるので口座からの引落しはしません。買取りは別途口座引落しさせていただきま

す。
Q 飼料用米の価格も上がりますか。

A 適正流通に関する契約に基づいて実施しておりますので、価格に大きな変動はありません。

Q ドローンの農薬散布は水稻だけですか。大豆もお願いしたい。

A ドローン農薬散布はJAで取りまとめを行い外部委託先で行っています。外部委託先と協議します。

Q デントコーン刈取機械が故障しており、刈取りが遅れる連絡があった。刈取り時期を過ぎると発酵しないため、飼料にできなくなる。昨年も故障して刈取りが遅れ農家は困っている。刈取り前に機械を点検して故障がないようにしてほしい。機械が駄目なら新しい機械に更新してほしい。

A 故障にしましては刈遅れがないように早急に対応します。更新

Q 農薬の予約注文書について、除草剤の種類が減っているように感じるが、単価を下げるために種類を集約しているのか。
A 品目数については変わっていませんが、新しい品目・販売数量が多いものを仕入れています。ぜひともお得な予約注文をお願いいたします。

Q 矢吹中央給油所をこの時期は毎日開けてもらえないか。価格も下げてもらえないか。

A 矢吹中央SSは現在、日、月、火曜日の営業となります。ご理解をお願いします。軽油、灯油は春秋農作業用に特別価格を設定しています。

貴重なご意見
ありがとうございました



かがやき ニュース

1 秋冬野菜・果実の 販売強化に向けて



対策会議の様子

10月24日、新富家にて令和6年度秋冬野菜・果実販売対策会議を行いました。

取引市場や関係機関、専門部会代表者、JA役職員など31人が出席しました。

令和5年度における販売実績や令和6年産の作柄概況を報告し、本年産の販売対策・出荷契約や市場の取組みについて協議しました。

今後、量販店での販売促進活動を実施し、生産者所得向上に努めていきます。

2

健康教室「出前講座」開催



健康教室の様子

JA東西しらかわ健康教室推進協議会は10月10日、塙厚生病院にて第1回健康教室を開催しました。

今年は表郷と棚倉町から参加者を募集し、22人の申込みをいただきました。講座では簡易健康診断やAED(自動体外式除細動器)実技の講習を受け、救命装置の重要性を学びました。その後、栄養バランスの良い病院食を試食しました。

5

櫛隆祭に参加出店!



販売ブースの様子

10月20日、福島県農業総合センター農業短期大学の第36回櫛隆祭にJ A東西しらかわも出店しました。

当日は天気も良く多くの来場者があり、特設ステージではさまざまなイベントも行われました。当J Aの店舗にも多くのお客様に足を運んでいただきました。

櫛隆祭を通じて農業短期大学校との連携協力を図りつつ、地域の方々との交流を深めることができました。

6

真名畑Aチームが優勝!



ゲートボール大会の様子

10月22日、常豊地区運動場で秋晴れの下J A東西しらかわ塙支店杯ゲートボール大会を開催しました。今回は節目の第10回の大会であり、6チーム約35人の組合員・利用者が参加し、大熱戦を繰り広げました。(結果は下記のとおり)

- 優勝 真名畑Aチーム
- 準優勝 真名畑Bチーム
- 親善優勝 上渋井チーム

3

「家族を描こう」絵画コンクール表彰式



受賞した龍琥さん



矢吹中央支店で
作品を探す園児達

10月25日、J A福島ビルにて「家族を描こう」絵画コンクールの表彰式ありました。当J A管内からは笹原幼稚園で出品した作品がみごと受賞しました。受賞した園児には賞状の授与と、副賞として福島県産の農産物とJ Aバンクイメージキャラクター「よりぞう」のぬいぐるみが贈呈され、素敵な笑顔を見せてくれました。

入選作品は県内の直売所など各地で掲示されます。

【受賞者】

J A東西しらかわ組合長賞 法隆寺 龍琥さん

【入賞者】

高久 小春さん、下田 凌嗣さん、菊池 笑叶さん

4

利用者側の立場に立った 満足のいく介護サービスを!



介護福祉実演の様子

10月11日、棚倉町保健福祉センターにて町主催による「家族介護教室」が開催されました。いきいき福祉センターでは、介護の資格をもつ福祉用具専門相談員が講師となり介護福祉用品の種類をはじめ、利用者にあった商品の利点、使い方などの紹介をしました。

参加した皆さんからは、日頃の生活を快適に過ごすための補助サポート用品についての質問が多数あり、熱心に受講されていました。

JA東西しらかわ **正職員募集!** 社会人枠

- 資格 / 40歳までの健康な方(省令3号のイ)
募集人員 / 若干名
職歴 / JA業務全般(営農指導員/事務総合職)
勤務地 / JA東西しらかわ管内(白河市表郷・矢吹町・棚倉町・矢祭町・埴町・鮫川村)
給与 / 当組合規定による
時間 / 8:30 ~ 17:00
休日 / 土曜・日曜・祝日(一部出勤あり)
待遇 / 通勤手当、社会保険完備 他
受付時間 / 令和6年11月29日(金)まで
応募 / 下記連絡先までお電話ください。(平日8:30~17:00)



東西しらかわ農業協同組合 総務課

〒963-5663 棚倉町流中豊88番地

Tel. 0247-57-5923

金融・共済窓口店舗と経済業務営業時間等 変更のお知らせ

令和6年9月2日(月)から

- ・全支店 9:00 ~ 15:00 まで営業
- ・矢吹中央支店、棚倉支店、埴支店 12:30 ~ 13:30 までお昼休み
- ・表郷支店、矢祭支店、鮫川支店 11:30 ~ 12:30 までお昼休み
- ・全給油所 8:00 ~ 18:00 まで営業

土日祝日営業の休止についてのお知らせ

矢祭支店、鮫川支店

令和6年**10**月 から 令和7年2月 までの期間
休日営業を休止とさせていただきます。

各営農センター および
物流センター

令和6年**11**月 から 令和7年2月 までの期間
休日営業を休止とさせていただきます。

正・准組合員拡大運動実施中!!

JA東西しらかわの組合員になりませんか?

JAは、組合員が主人公の組織として、組合員が力を合わせて、みんなの願いを叶える組織です。組合員になって、地域で暮らす協同組合の仲間として、JAの事業を利用してみませんか?

〈正組合員〉

- ・農業を営む方または農業に従事している方
- ・1年のうち30日以上農業に従事する方



〈准組合員〉

- ・JAの地区内に住所を有する方または地区内に勤務地を有する方
- ・JAの事業を利用している方



組合員の特典

当JAの各事業で、組合員だけの特別なサービスが受けられます。

- ・総会での議決権や役員選挙権等のJA運営に参画できます(正組合員に限る)
- ・出資金に対して配当金をお支払いいたします*
- ・事業利用に応じて一定の基準で事業分量配当金をお支払いいたします*
- ・厚生病院利用者の優遇(個室利用の割引、PET健診の割引、人間ドック割引)
- ・飯坂温泉にある摺上亭大鳥の宿泊2,000円割引
- ・みりよく満点農業応援定期貯金における金利優遇(R6.11.1~12.30)
- ・低金利各種ローンの融資
- ・各種充実した共済保障の加入 など

※出資金の配当及びその配当率の内容ならびに事業分量配当の基準は、毎年総代会で決定します。(経営状況により年度によって異なります)

実施期間

令和6年11月 ~ 令和7年2月末

出資による組合員新規加入(正・准)及び
准組合員から正組合員へ変更する方には…

500円の商品券を進呈!!

詳しくは、お近くの支店窓口へお問い合わせください。



東西しらかわ農業協同組合

蛭田 武良さん
ひるた たけよし

(76歳)

「矢吹町寺内」

ごぼう	10a
ニンジン	5a
長いも	5a
ジャガイモ	8a
ゆうさや	5a
カリフラワー	
シャインマスカット	
米	120a
(水稲 70a、モチ 50a)	



体が健康なうちは
農業を続けていきたい!!

矢吹町で幅広く農作物を栽培している蛭田さんの畑へ伺いました。

蛭田さんは元々別の職業に就いていましたが、60歳の定年を機に家業である農業を引き継いで就農しました。

今年の生育状況について聞いたところ、ほとんどの野菜が良好で、特に春先の「ゆうさや」は相場も良く大変満足のおいしく出来とのことでした。

水稲でのこだわりは、ミネラル成分の入った肥料を使い育てられた「みりよく満点米」を作っていることです。

大変なことは、農業は自然が相手であり、思うようにならないこともあることだと話してくれました。逆に農業をしているとストレスを感じないとのことでした。

今後の抱負について、体が健康なうちは農業を続けていきたいと話してくれました。



取材後、畑に連れて行っていただき、エンボでごぼうを掘るところを見せていただき、ありがとうございました。



次は「東部地区」を予定しています。



かがやき キッズ

元気いっぱい 仲良し兄弟!!



今回ご紹介させていただくのは伊織くんと千廣くんです。

お兄ちゃんの伊織くんは魚釣りや走ることが大好き！学校の教科は体育が得意です。弟の千廣くんはお兄ちゃんと遊ぶのが大好きで二人一緒にかけっこをしたりYouTubeを楽しく見ているそうです。ケンカもするけどすぐ仲直りして一緒に遊ぶ仲良し兄弟。

そんな二人にご両親からは「これからも元気にいろいろなことに挑戦してね」とメッセージをいただきました。

いつまでも元気いっぱい仲良し兄弟でいてくださいね！

つのだ いおり
角田 伊織くん(6歳)
ちひろ
千廣くん(2歳)

●お父さん 貴宏さん ●お母さん 新奈さん
矢吹町田内



仲良し兄妹、先日も サツマイモ堀り!!

今回ご紹介させていただくのは、仲良し兄妹の奏心ちゃんと優斗くんです♪

面倒見の良い優斗くんが帰宅すると、奏心ちゃんは嬉しそうに一緒にブランコや、シャボン玉、キャッチボールなどで一緒に遊びます！先日もお兄ちゃんとおサツマイモ堀りを楽しんだそうです。素直で明るい奏心ちゃんは今ひらがなの勉強を頑張っています!! 好きな食べ物は苺と山本不動尊饅頭でお話を聞かせてくれた時とても嬉しそうな顔を見せてくれました。

ご両親より「健康で毎日楽しく過ごしてください。」とメッセージをいただきました。



こまつ ゆうと
小松 優斗くん(14歳)
かなみ
奏心ちゃん(3歳)

●お父さん 清勝さん ●お母さん 典子さん
埴町堀越



元気満点 人生



棚倉町南町

いとう かつみ

伊藤 勝美さん

(85歳)

としこ

利子さん

(86歳)



今回ご紹介させていただくのは、ご結婚65年目を迎える伊藤さんご夫婦です。

伊藤さんご夫婦は当初タバコ農家を経営していましたが、その後勝美さんは酒店に45年間70才まで勤め、退職した後もシルバー人材で8年間働いたそうでとても働き者の勝美さんです！同じく利子さんも仕事と子育てを両立させて3人のお子さんを立派に育てました。伊藤さんのお宅のお庭にはきれいなお花がたくさん!! お花が大好きな利子さんが育てています。今はたくさんの菊がきれいに咲いています。

若いころから北は北海道、南は沖縄まで農協の旅行でもいろんなところに行ったそうで、楽しそうにその話を聞かせていただきました。また、兄妹夫婦16人で1000才祝を開催し新聞に載ったことがあるそうです。

そんな伊藤さんご夫婦は、二人でお住まいですが、ダジャレが好きな勝美さんとニコニコ笑顔の利子さん、これからも仲良く元気でいてください!!



白河市表郷番沢

我が家の ペット



飼い主 みずのや こういち
水野谷 幸一さん

名前

けん
玄ちゃん(メス11ヶ月)
犬種:ヨークシャテリア



チャコちゃん(オス1歳4カ月)
犬種:チワワ



コマツナの栽培について

栽培カレンダー

月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
播種		■										
収穫	■											



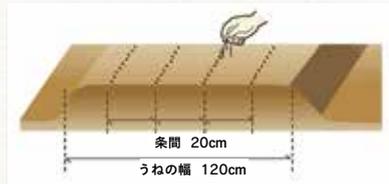
1. 特性・品種

コマツナは日本生まれの冬の代表的な葉菜で、耐寒性・耐暑性に優れほぼ周年栽培が可能です。代表的な品種にはよかった菜、楽天、菜天子などがあります。



2. 播種

うね幅を120cm程度とし条間20cmを目安に指でまき溝を作り、播種したあと5mm～1cmほど覆土し灌水します。



3. 管理

ハウス栽培でも、冬はビニールトンネルかべた掛け資材を使用するなど保温したほうがよいでしょう。気温が高い日は適度に換気をしてください。コマツナは害虫がつきやすいので防除にもなります。

発芽後、本葉が1～2枚になった頃に3cm程度の間隔になるよう間引きます。その後草丈が8cmほどになったら、さらに5～6cm程度の間隔で間引きます。



4. 土、肥料(10㎡当り)

また酸性が強い土壌の場合は必ず石灰を施してください。連作には比較的強いですがなるべくなら1年ほど空けて栽培してください。

基肥	野菜配合	1kg
土壌改良剤	苦土石灰	1.5kg
完熟堆肥		20kg



5. 防除法

病虫害	防除方法	備考
苗立枯病	オーソサイド水和剤80子重量の0.2～0.4%	播種前に種子粉衣
白さび病	ランマンフロアブル 2,000倍	水はけが悪いと発生しやすい。間引きをこまめに行う。
アオムシ	カスケード乳剤 2,000倍 ゼンターリ顆粒水和剤 1,000～2,000倍	
アブラムシ類	アクタラ顆粒水剤 2,000倍 スタークル顆粒水溶剤 3,000倍	

※参考文献：農業電子図書館



ハウス栽培 コマツナ

私をご紹介します！



東部営農センター
白石 智裕
(営農指導担当)





とっておきの旬のレシピ

Cold Fish Sauce Iriish (魚の冷製)

ポイント

赤いサケと緑のキャベツ、2色のクリスマスカラーでお祝いしましょう。アイリッシュソースは水気が出てくるので食べる直前にあえるのがお勧めです。

材料 6人分

生サケ(1切れ80g)	6切れ
塩・こしょう	各少々
ニンジン・タマネギ	各20g
白ワイン	大さじ2
スープ	大さじ2
ポテトサラダ	
ジャガイモ	200g
キャベツ	100g
タマネギ(みじん切り)	大さじ1
サラダ油	大さじ2
酢	大さじ1
塩	小さじ1/4
こしょう	少々

アイリッシュソース

ピーマン	小1個
タマネギ(みじん切り)	大さじ3
マヨネーズ	大さじ4
ケチャップ	大さじ1

作り方

- ①生サケは皮と小骨を取り、塩・こしょうを振って15分ほど置く。
- ②①を皿に並べ、ニンジン・タマネギの薄切りをのせ、白ワイン・スープをかけてラップをし、電子レンジ(600W)で2分ほど加熱して冷ます。
- ③ポテトサラダを作る。ジャガイモは皮をむき四つ割りにし、5mm厚さに切って塩ゆでし、キャベツは熱湯に通して千切りにする。タマネギのみじん切りは水にさらす。
- ④サラダ油・酢・塩・こしょうを混ぜてフレンチドレッシングを作り、③をあえる。
- ⑤アイリッシュソースを作る。ピーマン・タマネギはみじん切りにしてマヨネーズ・ケチャップを加える。
- ⑥皿に②のサケを盛り、⑤のソースをかけて④のポテトサラダを添える。



ポイント

豚の塊肉を丸ごと煮込みに使って、しっとりジューシーなごちそうに。いつものゆで卵にひと手間加えて添えることで、食卓がぐっと華やかになります。

とっておきのパーティーレシピ

ゆで豚と花卵の盛り合わせ

材料 4人分

豚ロース肉(塊)	600g
塩・こしょう・ニンニク	各適宜
セロリ	適宜
パセリ	適宜
花卵	
ゆで卵	6個
塩・こしょう	各少々
マヨネーズ	大さじ6
ピクルス	適宜
イクラ	適宜
サニーレタス	1/2株
キャベツ	4枚
からし	適宜

作り方

- ①豚ロース肉は塩・こしょう・刻んだニンニクをよくすり込み、たこ糸で縛る。
- ②ひたひたの水に①とセロリ・パセリを入れ、あくをすきながら1時間ゆで、そのまま冷まして薄切する。
- ③花卵を作る。ゆで卵は殻をむき、上下を切り、花形の飾り切りにし、黄身を取り出す。黄身に塩・こしょう・マヨネーズを混ぜる。
- ④卵の白身にピクルスのみじん切りを入れ、上に黄身を絞り、イクラを飾る。
- ⑤皿にサニーレタス・キャベツの千切りを敷いて、①、②を盛り、からしを添える。

経済部からのお知らせ



『令和7年作用肥料・農薬注文書 ご提出のお願い』

10月の外務にて予約申込書を配布しております！
必要事項をご確認の上、申込期日までに購買窓口へのご提出をお願い致します！！



締切日にご注意ください！！

ご提出
締切日

肥料：11月29日まで【12月中 配送・自己取り】
12月30日まで【令和7年1月中 配送・自己取り】
令和7年1月31日まで【令和7年2月中 配送・自己取り】
農薬：令和7年1月31日まで



JAふれあい食材

新規ご加入ダブル キャンペーン

令和6年 11月1日 ▶ 令和6年 12月28日

JAのふれあい食材は、3つのコース(セット品)とお好きに選べるオンリーワンメニューがあります。

毎回ふれあいさんがまごころ込めてお届けします。

お試し特典 キャンペーン期間中にお試しいただいた利用者様へ
下記の商品をお試しください!!
1,000円(税込)でお届け!!

<p>1 鶏手羽元 150g</p>	<p>2 やわらかモモトンカツ 2枚</p>	<p>3 鶏手羽元の炙り焼き 4串</p>
<p>赤魚粕漬 2切</p>	<p>北海道産真たら切身 2切</p>	<p>鮭切身(うず塩味) 2切</p>

※新規加入者を対象とし、キャンペーン期間中のご利用は、一世帯1回のみとなります。
※お試し特典は1週間3回に分けてお届けいたします。

ご成約特典 新規ご加入いただいた利用者様へ
初回お届け時にJAふれあい食材おすすめ品をプレゼント!!

金ごま入りしそ味ひじき 50g×2p

※ご注文いただいた商品と一緒にお届けとなります。
※写真は全てイメージです。

合計2,817円(税込) ▶ **65%OFF**

JA東西しらかわ 食材センター東西しらかわ ☎0247(23)1355 ☎0247(23)1357



11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・埜：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)**



《中部営農センター 購買》 TEL / 0248-32-3511

休日営業時間 / 4月・9月 → 8:30 ~ 12:00、5 ~ 8月 → 8:30 ~ 17:00、10・3月 → 8:30 ~ 12:00 土曜のみ

※令和6年11月から令和7年2月まで休日営業を休止



JAを装った不審なメールにご注意を!!



このたび、JAバンクを騙^{かた}ったフィッシングメールが不特定多数に送信され、JAネットバンクを装ったサイトが開設されていることが判明しました。一例として「システム切替のため手続をしないと預貯金の入出金ができなくなる」との内容ですが、当組合では、**システム切替の為手続をしないと預貯金の入出金ができなくなる事はありません**。このようなメールは詐欺ですので、メールを削除いただくか、メール本文に記載されたリンク先へアクセスは行わないようお願いいたします。

実際に送信された不審メールの一例

【JAネットバンク】【重要】お客様の口座がブロックされました

JAネットバンクつきをご利用いただきありがとうございます。

お客さまの当ウェブサイトのご利用につきまして、パスワードの誤入力が続いたため2024年10月11日午前1時01分よJAネットバンクウェブサイトおよびスマートフォンアプリのご利用を一時的に制限させていただきます。

お客様にはご不便をおかけし、誠に申し訳ございません。何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

◆本人確認が完了次第、制限を解除いたします。以下のボタンより本人確認を行ってください。

本人確認

※本人確認が完了すると、通常通りログインの後のお手続きが可能になります。

※24時間以内に本人確認が取れない場合、アカウントの取引を制限させていただきます。

ご不明な点がございましたら、下記までご連絡ください。

連絡先 0120-058-098

これからもJA〇〇〇〇をよろしく申し上げます。

注意
偽サイトへの
誘導リンク
です!

JAネットバンクの IDやパスワードを入力してしまった場合は、
速やかにJAネットバンクヘルプデスクまでご連絡ください。



JAネットバンクヘルプデスク

フリーダイヤル ☎ 0120-058-098

©よりぞう



©よりぞう

みりよく満点農業応援定期貯金

預入期間3年

預入期間5年

組合員

組合員

0.30%

0.40%

(税引き後0.239%)

(税引き後0.318%)

組合員外

組合員外

0.25%

0.35%

(税引き後0.199%)

(税引き後0.278%)

商品名	「みりよく満点農業応援定期」
預入金額	お一人様2,000万円まで(50万円以上)
募集期間	令和6年11月1日～令和6年12月30日
預入条件	新たにお預入頂く貯金に限りますので、当JAの定期貯金満期、中途解約金等からの預入は対象外です。
預入商品	スーパー定期貯金(自継可)・大口定期貯金(自継可) (証書・通帳の取扱いといたします)
預入期間	3年または5年 満期後は満期日の定期基準金利にて自動継続
募集金額	10億円(募集金額に到達した時点で終了とさせていただきます。)

- ※満期日(自動継続日)以降は、その時点での店頭表示金利が適用されます。
 - ※中途解約される場合は、JA所定の中途解約利率を適用させていただきます。
 - ※対象商品の商品内容については店頭備付の商品概要説明書をご確認ください。
 - ※**農業者以外の方でも簡単なお手続きで組合員への加入ができます。**
- くわしくはお近くのJA窓口へお問い合わせください。



東西しらかわ農業協同組合



表郷支店 (0248)32-2135
 矢吹中央支店 (0248)42-4141
 棚倉支店 (0247)33-3141

矢祭支店 (0247)46-3145
 塙支店 (0247)43-0209
 鮫川支店 (0247)49-3131

《矢祭支店 購買》 TEL / 0247-46-3145

休日営業時間 / 4月→8:30～12:00、5月→8:30～17:00、6～9月→8:30～12:00 土曜のみ

※令和6年10月から令和7年2月まで休日営業を休止

こんにちは 埼厚生病院です

「こころのサイン」に気づいていますか？

ストレス社会と言われる現代では、こころの病にかかる人が増えています。「こころのサイン」を見逃さず、正しい対処と早期治療を行うことが大切です。また、こころの病気は家族や職場の仲間など周囲の人が病気のことを理解し温かくサポートしてくれることが重要なカギになります。

⇒自分が気づく変化

1. 何事にも興味がわかず、楽しくない
2. 疲れやすく、元気が出ない
3. 寝つきが悪くて、睡眠不足・食欲がなくなる
4. 人に会いたくなくなる
5. 夕方より朝方の方が気分・体調が悪い
6. 心配事が頭から離れず、考えが堂々めぐりする

⇒自分がした方がよいこと

1. 一人で悩まず誰かに相談しましょう
2. 休養が必要な場合があります
3. 早期に対策をとることが大切です
4. 解決できない場合には専門家に相談しましょう

⇒周囲が気づく変化

1. 以前と比べて元気がない、表情が暗い
2. 体調不良の訴えが多くなる
3. 仕事や家事のミスが増える
4. 周囲の交流を避けるようになる
5. 遅刻、早退、欠勤が増える
6. 食事が減る



⇒周囲の人がした方がよいこと

1. 話しかけてください
 2. 休養を進めてください
 3. 専門科への相談を進めてください
 4. 自殺のサインも見逃さないでください
- ◎自殺のサイン
- ・自殺をほのめかず言葉を口にする
 - ・遺書を書く ・自殺未遂を図る
 - ・身辺を整理する



* 子供たちのこころの変化に気づいていますか？

⇒周囲が気づく変化

1. はっきりした理由もなく休む
2. 学校の出来事を(聞いても)ほとんど話さない
3. 勉強の意欲や成績が落ちる
4. 相談できる親しい友達がいない など

⇒アドバイス

1. 不登校にはタイプがあるので、把握した上でそれぞれに応じた対応が必要です
2. 「見守り」は手遅れになることがあります
3. 休み始めたら、すぐに対応することが大切です
4. 親も一人で悩まず、誰かに相談しましょう

* 今すぐできる「こころのお手入れ」…セルフケア7か条

1. **規則正しく食事をする** …… 食事の偏りは、こころにも大きく影響します。
2. **夜更かしせず朝起きて日光を浴びる** …… 朝に光を浴びると生体リズムがリセットされ、良質な睡眠がとれます。
3. **適度に体を動かす** …… 適度な運動は、免疫力や心肺機能を高めると言われています。
4. **安心できる人に素直な気持ちを話してみる** …… ストレスを感じた出来事を人に話してみると、自然と思考が整理されて、気持ちが落ち着いてくるもの。雑談だけでもこころの安らぎに。
5. **気持ちを自由に書き出してみる** …… 素直な気持ちを紙に書き出すだけでもOK。
6. **ちいさな「ご褒美タイム」をつくる** …… 気持ちが下がっているときは楽しい事は忘れがちです。ちょっとしたことを自分のご褒美にしましょう。
7. **ストレスはためこまずこまめに発散する** …… 汗、声、涙、笑、排泄など出すものを出してストレスを追い出そう。

※セルフケアを続けても効果を感じられない場合は、専門家に相談しましょう。



精神科認定看護師 兼田 彰央

休診のお知らせ(12月)

日	月	火	水	木	金	土
1	2 泌尿器科	3	4 泌尿器科	5	6 整形外科 内科(阿部和道)	7
8	9 泌尿器科	10	11 泌尿器科	12	13 整形外科	14 小児科 産婦人科 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 小児科 産婦人科 泌尿器科
29	30	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。



JA福島厚生連 埼厚生病院

〒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



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

信頼を何処かに棄てて立候補

近藤一雄さん (白河市表郷)

宿命で守りし農地今重荷

野田一雄さん (白河市表郷)

風呂入り鼻歌ひびき歌手気分

山口花子さん (白河市表郷)

野菜達日増しの霜に甘くなる

芳賀友子さん (矢吹町)

秋の雲夜空染ぬる露天風呂

芳賀ミツエさん (矢吹町)

にぎやかで季節感なし庭の花

片野ユリ子さん (棚倉町)

おいばりお国はどこなのあわだち草

金澤謙次さん (棚倉町)

河村&富永のNBA挑戦

金沢久喜さん (棚倉町)

「諦めたら試合終了ですよ」

菊池栄陽子さん (棚倉町)

アキアカネすいすい飛んで涼しそう

小林明美さん (棚倉町)

凜と咲くつわぶきの花ブレません

小林公子さん (棚倉)

雨の音聞きつつ昼寝幸の時

斉藤フミさん (棚倉町)

里芋葉宿どす露玉零く垂れ

塩田和さん (棚倉町)

冷蔵庫開けてちよい待て何持ちに?

秦範子さん (棚倉町)

百年の紅葉色つく秋しくれ

須藤利正さん (棚倉町)

友とゆくお囃子追い秋祭り

丹治とし子さん (棚倉町)

鞭打ちて歩く夫の愛おしさ

緑川千恵子さん (棚倉町)

心身は秋冷浴びて冬備え

青砥安彦さん (矢祭町)

あだたちの紅葉見るのにゴンドラで

金澤美千代さん (矢祭町)

初年金こんなうれしいものなのか

RIKU パアバ (矢祭町)

ふと見上ぐ紅葉もよし山櫻

石井久雄さん (塙町)

夕暮れの風と語らう赤とんぼ

大森キヨ子さん (塙町)

秋雨にこうべ打たれて接ぐだけ

上妻喜也さん (塙町)

服迷う真夏日つづく乱高下

近藤いつ子さん (塙町)

セーヌ川船の数数えてみたが

佐藤庄衛さん (塙町)

金婚をむかえて笑顔菊日和

鈴木喜代子さん (塙町)

年間かればけたふりして若く言う

富田ゆかりさん (塙町)

大根引く力の少し余りけり

八幡文子さん (塙町)

終活といえど捨てるに惜しい服

鈴木和代さん (鮫川村)

囲炉裏ぜん紅葉を添える湯西川

我妻トシ子さん (鮫川村)

ゆきりんは30代どくしんだ

高橋光輝さん (塙玉泉)

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

裏金で思い出すのわ三億円(これも一種の裏金だろう) 我妻さん(白河市表郷)
 仏前に新米供い感謝して今年の出来をゆつくり味わう 小林サエ子さん(白河市関辺)
 五能線姉妹夫婦と日本海弘前一泊錦秋の空 中川敏子さん(白河市関辺)
 めずらしくいっぱいになった柿の実が残らず落ちて木だけ残る 石井克己さん(棚倉町)
 黄色を刈り取る音のコンバインあとからツバム鳥のむれかな 金澤榮子さん(棚倉町)
 ひいまこの満アオの誕生日5才の妹ひとり盛り上げる 高橋イエさん(棚倉町)
 那須ホテル朝も夕げもバイキング兄弟皆で牛肉シヤブシヤブ 高橋治男さん(棚倉町)
 早朝の朝もやに包まれ闊歩する送れますよう素敵な日々を 伊達久美子さん(棚倉町)
 ガーベラにワイヤー差し込み額を立て童心あふれるアレジメント 原慶子さん(棚倉町)
 柿の実に夕陽光りて美しき明日も佳き日と手を合わせたる 藤田泰代さん(棚倉町)
 ギイギイと秋風にきしむ旗竿の今も変わらぬ古の響きは 藤田祐子さん(棚倉町)
 孫たちが山栗ひろいその上アケビ見つけて秋を味わう 菊池美三江さん(矢祭町)
 盆過ぎに義妹の持ちくれし西瓜あり甘露なることこの上なし 星フミエさん(矢祭町)
 選挙区変更支持者なしどうする投票マジで悩み日が暮れる 井坂甲子広さん(埴町)
 タやみに湯舟でゆつくりリラックス香り豊かな金木犀が 関根次子さん(鮫川村)
 朝と夜寒さが心に刺す強さ冬へのしたくをいそいでる 高坂あさみさん(鮫川村)
 虫の声遠くになれば霜降りてひと雨ごとに山錦織る なんやかんや(鮫川村)
 バズル解き短歌を書いて名前書き物忘れなのか投函忘れ 藤田智枝子さん(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

10月号に寄せられたアンケート

◇出来事

10月2人、11月も2人の誕生日が待っています。楽しみです。10月上旬には兄弟会もあり楽しかったです。【棚倉町Tさん】

➔ 楽しいなことがたくさんあって幸せな気持ちになりますね！またの投稿をお待ちしています！

◇出来事

私の体どうなっているのでしょうか。腕は痛いし、足も痛いし悲しいです。【矢祭町Kさん】

➔ ご投稿ありがとうございます！これから寒い日が続きますがどうぞご自愛ください！

応募締切は
11月29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

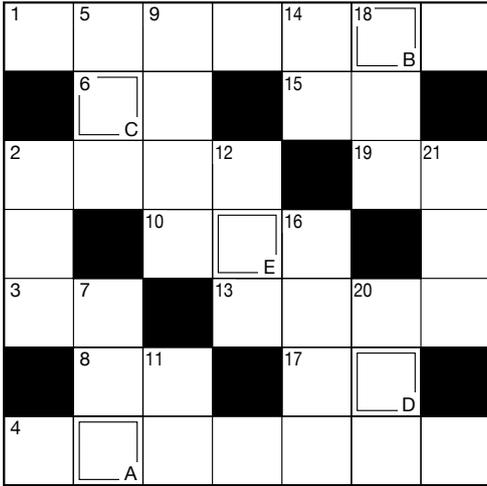


住所: 棚倉町大字塚原上野越91-6
TEL: 0247-33-1059 FAX: 0247-33-2527

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

- 2 墨をするときに使います
- 5 英国の文化について学び、——を深めた
- 7 外為の「為」を略さずという
- 9 氷の張った湖で楽しむ人もいるスポーツ
- 11 令和6年の干支(えと)は——、令和7年は巳(み)です
- 12 残ったおでんに具を——して煮直した
- 14 ズボンを買ったあとで上げることも
- 16 使ってはいけない技のこと
- 18 だしを取るのに使う小魚の干物
- 20 ゴルフクラブの一種です
- 21 風邪の予防に、ガラガラガラ

→ ヨコのカギ

- 1 12月24日の夜のこと。聖夜ともいいます
- 2 甘いお菓子のことです
- 3 ——の授業で、冬の星座について学んだ
- 4 昭和の頃の録音媒体。たるむと鉛筆で巻きました
- 6 ギャンブルです
- 8 どてらに詰められているもの
- 10 安心したときにホッともらします
- 13 忘年会で部長が——の音頭を取った
- 15 サンタクロースの乗り物
- 17 彼は——ともに認める本の虫だ
- 19 ——、乙、丙、丁

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・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

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 11月29日(金) 当日消印有効

10月号答えは『ホシガキ』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
2026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			

11月・12月行事予定カレンダー

11月

22 (金) 常勤役員会議

23 (土) 肥料農業相談会

25 (月) 第42回JA福島大会

26 (火) 第9回監事会
第9回理事会

12月

2 (月) JAはだのによる役員視察研修会

4 (水) 第4回出荷者協議会役員会

5 (木) 常勤役員会議
渉外担当者検討会
常勤役員による店舗巡回

6 (金) 令和6年度ビジネススキルアップ研修会
部長・センター長・支店長会議

9 (月) 常勤役員による組合員訪問
(表郷、矢吹、鮫川地区)

10 (火) 常勤役員・部長会議

11 (水) 金融共済課長会議
購買担当者ロールプレイング県大会

12 (木) JA介護保険事業東北地区ケース発表会

13 (金) 第10回広報編集委員会
第6回(株)やすらぎの杜取締役会

来月の総員外務は、

12月16日(月)、17日(火)、18日(水)、
19日(木)、20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。

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
10月	雌	302	437,753	▲6,362
	去	397	578,378	39,074
	計	699	517,622	15,900

前年同月比【平均価格】 28,285

《編集後記》

11月に入り寒さを感じる日が多くなりました。空気が乾燥するこれからの時期、インフルエンザやコロナに罹らないよう免疫力を高めて感染予防に努めましょう。

(責)

令和6年度 第8回理事会提出議案

と き：令和6年10月30日(水)

と ころ：本店第1会議室

- 第1号議案 令和6年度上期仮決算監事監査の結果について
- 第2号議案 令和6年度半期開示について

※議案は全て原案通り承認されました。

令和6年度 第8回監事会提出議案

と き：令和6年10月30日(水)

と ころ：本店検査監査室

- 第1号議案 令和6年度上期仮決算監事監査の結果について

※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

◆X(旧Twitter) @jatouzai



私たちのなかま (2024年10月31日現在)

- 組合員数 9,294人 (21)
- 組合員戸数 8,020戸 (30)
- 正組合員数 5,242人(△20)
- 正組合員戸数 4,723戸(△12)
- 准組合員数 4,052人 (41)
- 准組合員戸数 3,297戸 (42)

※()内は前年度比



今年も大盛況！ 修明笑店！！

11月2日(土)みりよく満点物語中央ホールで修明高校『修明笑店』が今年も開店しました。あいにくの天気ではありましたが、開店待ちの方も多くみられ、パウンドケーキや葉牡丹、カブ等は即完売！直売所より賑わっていました。

2階では、吹奏楽部とコーラス部によるステージも実施されました。毎年大好評な修明笑店。来年もぜひお願いいたします！



第2回講習会



10月16日(水)みりよく満点物語で、福島県県南保健福祉事務所食品衛生チーム主査鈴木氏を講師に、『食品表示』と『HACCP』についての講習会を開催しました。惣菜、加工品等を出荷している会員を対象に、直売所スタッフも含め33名が受講しました。

参加者は、日常の衛生管理はもちろん、より安全、安心なものを届け、食べて頂くために真剣な表情で受講していました。今後も責任をもって製造、販売に努め、定期的な講習会を開催していきたいと思ひます。

～みりよく満点物語～ 《今後の予定》



- 11/16・17 JA秦野 はだのじばさんず第22回周年祭 出店
 - 11/19 FM店舗運営視察研修『んめ〜べ』 ※定休日
 - 11/26 出荷者協議会全体視察研修会 福島観光物産館他
 - 12/15 みりよく満点物語 冬祭り
- ※年末年始営業日については、12月号に掲載いたします。

毎月29日は **肉の日** 地元で育った牛肉

- ・上カルビバラ
- ・肩ロース
- ・切り落とし
- ・すき焼き用 等

20%OFF

国産豚肉、鶏肉も販売中

出荷会員募集中！

みりよく満点物語出荷者協議会では**新規出荷会員**を募集しています。野菜、加工品など直売所で販売してみませんか？

登録要件など詳細は、**みりよく満点物語 (Tel.0247-33-1212:担当 蛭田)**へお問い合わせください。

満点の日!

毎月10日は、お楽しみ企画(棚倉) **12月10日(火)**

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

〒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

《直売所・ミルク工房》

12月の定休日

17日(火)

かかやき **11** 2024

No.285
2024年11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

