

特集

P2 第42回JA福島大会

P3 合格祈願米祈祷、美化運動

P4 FGAP取得報告、青年連盟だより

P5 女性部だより

06 年末年始営業時間のご案内

07 かがやきNEWS

10 営農ナビ

11 みりよく満点農業者

12 ひと

19 靖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

第42回 JA 福島大会が開催

11月25日、福島市のパルセイロにて第42回 JA 福島大会が開催され、2025年〜2027年度に取り組む基本方針を決定しました。

県内JA、連合会、協力組織から約1100人が参加。農業とJAを取り巻く現状と、「持続可能な『福島の農業』と地域と食をつなぐ『JA』をめざして」をスローガンとした「JAグループ福島がめざす姿」を共有しました。JAグループ福島の一員として、次期3カ年計画「地域農業振興」「組織基盤強化」「経営基盤強化」「人づくり」の四つを重点戦略とした基本方針に沿って、地域農業と組合員、地域社会に貢献する組織を目指していきます。



JA 理念

第42回 JA 福島大会の重点戦略

地域農業振興

- 担い手確保
- 農畜産物生産拡大
- 食料安全保障確立

組織基盤強化

- 総合事業による還元
- 農業の県民理解
- 多様な仲間づくり

経営基盤強化

- 事業力強化
- メリット最大還元

人づくり

- JA 理念共有
- 人材育成

地域農業と多様な仲間(組合員)の豊かな暮らしづくりに貢献する組織

以上が決議しました。

管内中学校3年生 合格祈願米へ願いを込めて

11月19日、山本不動尊にて当JAオリジナルブランド「みりよく満点コシヒカリ」を祈禱してきました。

こちらは、12月4日～17日にかけて、管内6中学校の3年生、全473人へ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。



祈禱の様子



マナーを守り美しい環境を守りましょう！



11月8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、始業前の1時間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。



綺麗で住みやすい地域づくりを

近藤 正人さん F G A P 取得 !!

11月15日、近藤正人さん（棚倉町）が水稻栽培のF G A Pを取得され、本店へ報告にられました。今回のF G A P取得で管内の水稲F G A P取得者は3人目になりました。東白川郡での取得は初めてになります。



F G A Pの取得について、「土壌分析や空間線量のデータ提出が大変だった。F G A P取得者が後に続くよう広めていきたい」と話しました。

青年連盟だより

青年連盟でかかし製作!!

11月12日、JA東西しらかわ青年連盟各支部で製作したかかしや看板をみりよく満点物語に設置しました。

今年は、西部支部「今人気のオリンピック選手」、中部支部「国産農作物の消費拡大」、東部支部「新しい一歩を踏み出そうとする若手農業者」を表現した作品と持ってもらえるよう製作しました。

現在もみりよく満点物語に設置しておりますので、近くをお通りの際にはぜひご覧ください！



西部支部作品



東部支部作品



中部支部作品



女性部だより

東部支部研修旅行！

女性部東部支部（矢祭班、埴班、鮫川班）は11月19日、合同企画に34人が参加し、東京宝塚劇場へ行き、星組公演の「記憶にございません！」を鑑賞しました。

当作品は、三谷幸喜脚本、監督により2019年に上映され、大ヒットを記録した映画を宝塚歌劇で舞台化。歌って踊って華やかな舞台を見て素敵な一日を過ごすことができました。



劇場前で記念撮影

矢祭ふれあい駅伝に出店！

12月1日、女性部矢祭班は「矢祭ふれあい駅伝競走大会」へ出店参加しました。
地元をはじめ県内各地から参加者が来られるため、「おもてなしの心」として玉こんにやくを販売しました。
寒空の中で熱々の玉こんにやくは大変好評でした！



熱々の玉こんにやくに笑顔

西部支部研修旅行！

女性部西部支部は11月10、11日、新潟県へ研修に行きました。部員17人が参加。弥彦神社へ参拝し、翌日は寺泊や燕三条へ立ち寄り買い物を楽しみました。旅行を通して部員同士の交流を深めることができました。



弥彦神社で集合写真

美化運動で華やかに！

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もご覧ください。

11/27
東部営農センター



12/2
みりよく満点物語



11/30
表郷支店



JA東西しらかわ 年末年始営業時間のご案内

店舗名		12/28 (土)	12/29 (日)	12/30 (月)	12/31 (火)	1/1~3 (水・木・金)	1/4 (土)	1/5 (日)				
本店	事務所			通常営業								
	ローンセンター											
	物流センター											
西部地区	矢吹中央支店	休業				休業						
	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											

※本店・支店・営農センターは、年末年始は当番を配置せず完全休業とします。

JA SS	表郷給油所	通常営業	通常営業	配送のみ	休業	通常営業	通常営業
	矢吹中央給油所	休業		通常営業		休業	
	中央給油所	通常営業		配送のみ		通常営業	
	埴給油所	↓	↓	↓		↓	↓

直売所	みりよく満点物語 ミルク工房	通常営業	通常営業	通常営業	営業(~15:00) ミルク工房は休業	休業
	旬彩レストラン 「山ぼうし」	休業	休業	休業	休業	
	みりよく満点物語 矢吹店	通常営業	通常営業	営業 (9:30~15:00)	↓	
	みりよく満点物語 矢祭店	↓	↓	営業 (8:30~15:00)	↓	

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 学生向け就農相談会に出展



参加した学生に説明する滑川さん

11月20日、学生向け就農相談会～ふくしま農業人フェア2024 for Student～が新白信ビル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、県南地方の高校2校と福島県農業短期大学校を対象に農業に関する相談を受けました。

当JAのブースでは花卉鉢物ナメカワ園芸の滑川裕之さんが学生たちの相談に応えました。

今後も関係機関と連携し、新規就農者へ向けたサポートを積極的に行ってまいります。

4 経営戦略を学ぶ



研修会の様子

11月26日、本店にて新規就農者育成研修会を開催し、管内で就農予定の技術研修生や新規就農者など10人が参加しました。

研修会は卓上ゲームを通じて経営リスクや収支決算など実際の経営者の視点で経営内容を学びました。参加者からは「実際の農業経営に置き換えながら取り組み、充実した研修となった」との声がありました。

1 令和6年度夏秋野菜実績検討会の開催



検討会の様子

11月19日、令和6年度夏秋野菜販売実績検討会を実施しました。

取引市場や関係機関、専門部会代表者、JA役員など33人が出席しました。

令和6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・要望について協議しました。また、専門部会ではより一層の販売強化を図るため、関係機関との情報共有に努めるとともに、次年度に向けた作付け検討を行ってまいります。

2 東部支部で視察研修



視察研修の様子

11月14、15日、東部営農センター管内の夏秋野菜専門部会で実績検討会を実施しました。実績検討会では、主要品目の生育概況と実績について、今年度の特徴を事務局より説明がありました。

また、視察研修として、農業メーカーのシンジェンタ・ジャパン中央研究所(株)にて研究内容について説明を受け、その後研究施設を見学させていただきました。

今回の検討会に参加された生産者は、今年度の反省と次年度対策を協議し、来年度への生産意欲を高めていました。

7

神奈川県JA秦野との交流



視察研修に来組されたJAはだの役職員

12月2日、JA東西しらかわ本店に友好JAであるJA秦野の役職員28人が来組し、当JAの概要や自己改革の取り組みについての研修を行いました。特に組合員拡大運動について討論が行われ、お互いの取り組みや考え方に理解が深まりました。

8

JAバンク福島ロールプレイング大会



授賞式の様子



根本職員の発表の様子

11月21日、JA福島ビルにて第14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からは塙支店の根本菜穂職員と、矢吹中央支店の長田菜々美職員が出演しました。

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

5

最優秀賞を受賞



最優秀賞受賞の枝肉の前で購入者(左)にブロンズ像を手渡す菅野五連会長

11月16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(株)沼野畜産様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110cm²、バラ厚8.7cm、歩留り81.5、BMS12と見事な枝肉でした。(管内の受賞者は次の通り)

【受賞者】

(株)沼野畜産様 最優秀賞 諒太郎-安福久 BMS12

※BMSとは、「^{ビーフ マーブリグ スタンダード} 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シ(霜降り)が入っているかを示したものです。

6

いちご専門部会研修会を開催



現地視察する部会員ら

11月28、29日、いちご専門部会東部支部で研修会を実施しました。

全農出資型農業法人「(株)やまとファームみらい野」にて、震災後の創造的農業復興として設立された施設でのヤシ殻を培地にした高設栽培を視察しました。2日目は福島県農業総合センターで県のオリジナル品種「ゆうやけベリー」の品種特性や栽培方法について説明を受け、試験栽培の現地視察を行いました。

参加した部会員は熱心に耳を傾け、意見交換を行い有意義な研修となりました。

11

県境を越えて連携



訓練の様子

11月19日、矢祭支店にて棚倉署と茨城県大子署合同の広域緊急配備訓練が実施されました。

金融機関への強盗を想定した対応訓練も兼ねており、刃物を持った男が押し入り、現金を奪って茨城方面へ逃走した、との想定で行われました。

職員は、駆け付けた警察官へ犯人の特徴や逃走車両のナンバーなどを報告し、犯人検挙へとつなげた。

12

安全で適正な管理を



実技研修の様子

11月17日、矢吹町田内集落農事集会所にて刈払い機特別教育講習会が開催されました。

国の多面的機能支払交付金の交付団体である「田内地区自然を守る会」の主催で、「刈払い機取扱作業者に対する安全衛生教育カリキュラム」に基づいて、南湖建設機械講習所（白河市）の真船氏を講師に迎え講習会を行いました。

当日は5時間の座学研修と1時間の実技研修を行い、地域の戸数の半数以上の23人が参加者。管内の組合員も多く参加しました。今まで自己流で行っていた草刈り機の作業や安全衛生管理等について、安全で適正な管理の方法などについて学ぶことができました。

9

書道・交通安全ポスターコンクール に受賞!



賞状を授与された薄井さん

11月16日、摺上亭大鳥にて令和6年度のコンクール「金賞」および「特別賞(後援・協賛団体賞)」を受賞された31人の児童・生徒を招き表彰式が開催されました。

当J A管内では「条幅の部」にて、表郷中学校3年の薄井悠さんが福島県知事賞を受賞されました

交通安全の意識向上や児童・生徒の書写教育に貢献する事を目的とし、J A共済が毎年実施しております。



薄井さんの入賞作品

10

ザル菊で沿道を彩る



村内のザル菊

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。



ルッコラの栽培について

ルッコラは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さじ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
北條 勇人
(営農指導担当)



鈴木 智大さん
(21歳)

「鯨川村大字西山」



菌床シイタケ… 4,000菌床
きくらげ …………… 200個
ヒラタケ…………… 30個
ぶどう

品質重視にこだわり、 少しでも良い農産物の生産を!!

収穫の秋も一段落し、晩秋にしては平年よりも暖かく感じられたこの日に、今年度から親元就農した鈴木智大さんの農場へお邪魔しました。

智大さんは、今年の春から実家の家業であるシイタケ栽培を中心とする農業に携わっています。幼いころから家業の農業に興味を持ち、休みの日には農作業を手伝うことが当たり前で、徐々に農業に興味を持ったことが就農のきっかけと話してくれました。

経営の中心であるシイタケは、順調に生産されていますが、暑さ、寒さや地震などの気象変動により、一気にきのこが発生してしまうこともあり非常に栽培管理が難しい作物です。今年の秋は気温が暖かかったため、冬用のきのこの発生は遅れ気味に生育しているそうです。

「農業を行う上で、生産量の確保はもとより品質重視にこだわり、少しでも良い農産物の生産に努めている。」と話す智大さん。今後は、一日でも早く生産技術を習得し、納得いく栽培方法を身につけることを目標として毎日作業にあたっています。

また、地域のイベントにも積極的に参加して消費者との交流を深めており、購入いただいたお客様に喜んでもらえた時にはとても嬉しく、やっけていて良かったと感じることもあります。「今後も丹精

込めて喜んでもらえる農産物を栽培していくのと、将来的には規模拡大も考えており今後さらに努力を重ねて頑張る。」と意気込みを話してくれました。

そんな智大さんは、休日には大好きな車でドライブをして息抜きしたり、地域の野球チームに所属してプレーしたり地域の方々との交流も行っています。

最後に、家族みんなで様々な野菜を愛情込めて栽培し、近くの直売所で販売していますので近くにお越しの際にはぜひご購入いただければありがたいです。



次は「中部地区」を
予定しています。



かがやき キッズ

たくさん遊んで食べて 仲良し姉妹!!



長女の郁芽ちゃんは、お友達と幼稚園の先生ごっこやお歌を歌ったり、ダンスをしたりすることが大好きです!! 習い事のピアノも練習を毎日頑張っています。秋のお祭りでは早く大きくなって太鼓をたたきたいと意気込んでいました。マイペースで負けず嫌いな一面もあるお姉ちゃんです。

次女の奏芽ちゃんは、あまえ上手で笑顔がチャームポイント♡ 大好きなアンパンマンのおもちややぬいぐるみもたくさんあり、最近では、靴下や靴・帽子など身に着けるものにはまっています。何より大好きなのはやっぱりお姉ちゃんかな!!

両親からは「たくさん遊んでたくさん食べて姉妹仲良く元気に育てて欲しい。」と話してくれました。

た や あやめ
田谷 郁芽ちゃん(5歳)
かなめ
奏芽ちゃん(1歳)

●お父さん 冨二郎さん ●お母さん 早苗さん
棚倉町大字宮下



運動大好き華緒ちゃん 好奇心旺盛な大蒔くん

華緒ちゃんは「逆上がりができる連続で5回以上出来るんだよ! あとねミニバスも始めて、一年生は一人だけど、今はミニバスが一番楽しいんだ!」と話してくれました。お姉ちゃんがミニバスをやっていて、赤ちゃんの頃から見ていたそうです。

大蒔くんは生き物、絵本、トミカ大好き! 沢山のトミカを嬉しそうに説明してくれました。好きなものが沢山あって、「華緒ちゃん大好きなの」と笑顔で教えてくれました。人見知りもなく、興味があることには「やってみる!」と元気いっぱい。

「優しく素直に何事にも挑戦する事を恐れないで育ててね。」とご両親からメッセージをいただきました。



わがつま か お
我妻 華緒ちゃん(6歳)
たいし
大蒔くん(4歳)

●お父さん 伸一さん ●お母さん 咲子さん
鮫川村西山



元気満点 人生

矢祭町大字関岡

きくち とも なり
菊池 奉平さん
(78歳)

こ
ヒロ子さん
(74歳)



今回ご紹介させていただくのは結婚52年目を迎えられた菊池さんご夫婦です。

お二人はお見合いでの出会いだったそうでお互いがビビッと惹かれたそうです。奉平さんは15歳から61年間大工さんとして勤め上げ、今は家相アドバイザーをしています。ヒロ子さんは55歳から農業を始め、3年前からお二人で農作業を楽しんでいるそうです。

お二人の趣味は奉平さんが現役でソフトボールの試合に参加したり、實生流小謡で仲間たちと披露したり、ヒロ子さんもお休みの日にご夫婦で直売所巡りをされるそうでとっても仲良しなご夫婦でした。

そんなお二人に仲がよい秘訣をお聞きすると「それぞれの自由を束縛しない」と教えていただきました。これからも素敵な笑顔で、元気に過してください。



矢吹町中畑



我が家の ペット

飼い主 おかざき ちょういちろう
岡崎 長一郎さん

名前 ハナちゃん(メス14歳)

犬種 雑種

ジャンプが得意!



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

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・塙町・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12月27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、塙支店 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。

経済部からのお知らせ



11月23日(土)、各営農センター及び物流センターにて肥料農薬相談会を開催しました。合計136人に足を運んでいただきました。たくさんの方にご来場いただきまして、ありがとうございました!



西部営農センター

肥料や農薬について等、様々なご相談をいただきました。



中部営農センター



東部営農センター

来年も開催予定です。よろしくお願ひします! ありがとうございます!



物流センター



JAでんき

4つのポイント!

1 JA担当者が何うので **簡単!**

2 JAグループなので **安心!**

3 電気料金が **おトク!**

4 解約手数料なし

JAでんきとは?

組合員のみなさまが日々ご利用されている電気料金をお安く提供できるJAグループが取り扱うおトクな電気メニューです。お乗り換えは簡単、現在の電力会社への解約の連絡も原則不要です。

JAでんきのお問い合わせはお近くの代理事業者までお気軽にご連絡ください。詳細はここをクリック!

最大 3,000円(税込) おトクキャンペーン

JAでんきへの新規お申込みで3か月間 毎月1,000円^{税込}おトク!



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: 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)



《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

みりよく満点農業応援定期貯金

預入期間3年

組合員

年0.30%

(税引き後0.239%)

預入期間5年

組合員

年0.40%

(税引き後0.318%)

組合員外 年0.25%

(税引き後0.199%)

組合員外 年0.35%

(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 (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
 埴支店 (0247)43-0209
 鮫川支店 (0247)49-3131

脳トレ！ 手足の体操

健康生活研究所所長
堤 喜久雄

手のひら2回転で脳の血行促進

手のひらにはたくさんのつぼがあります。今回は、手のひらを回転させ多くのつぼをこする体操を紹介します。皮膚に刺激が与えられ、血管が拡張して血行を促進させます。腕や肩の筋肉をひねるので、肩や首の凝りほぐしにも効果的です。

手のひらを回転させるときは鼻から息を吸い、腕の伸ばし始めとともに口から息を吐き、伸ばし切ったときには息も吐き切ります。ゆっくりでよいので丁寧にいきましょう。

レッツ、トライ！ 手のひらをこすりながら動かす！



①両手を合わせ、手のひらの中心を軸にして離れないようにしながらそれぞれ反対方向に回転させます。



②両手首をそのまま回転させながら、腕を下に伸ばしていきます。



③腕を下へ伸ばし切ったら、手のひらが離れないように①の位置に戻していきます。



④同様に①の位置から、①とは反対方向へ回転させ、戻します。①～④を5回繰り返します。



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。

フ□ン□ク → □□□
 ク□ウ□ン → □□□
 ワ□シ□ウ → □□
 ラ□テ□カ → □□□
 イ□ア□マ → □□

リ ス ト	家 楽 句 章 人 石
	天 点 頭 読 婦 服
	福 腕

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

「怒り」とは？



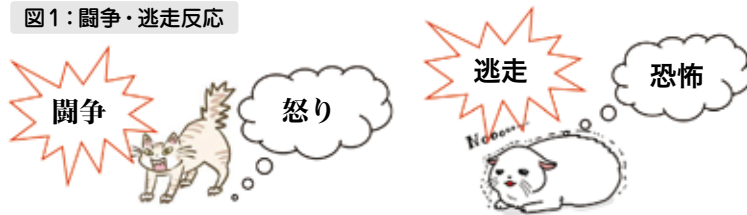
皆さんは誰かに怒られたことはあるでしょうか？ また、誰かを怒って自分でも止められないことはあるでしょうか？ 今回は、「怒り」とは、どんなことで起きるか。そして、怒らないで人間関係を円滑にしていくにはどうしたらよいのか考えてみましょう。

* 怒りとその生理学的反応

怒りは人間の基本的感情の一つです。動物が何かに恐怖や不安を感じるとそれに立ち向かうか、逃げるかの判断を頭の中で行います。(闘争逃走反応：図1)

戦うという判断をした時に現れるのが「怒り」という感情です。

図1：闘争・逃走反応



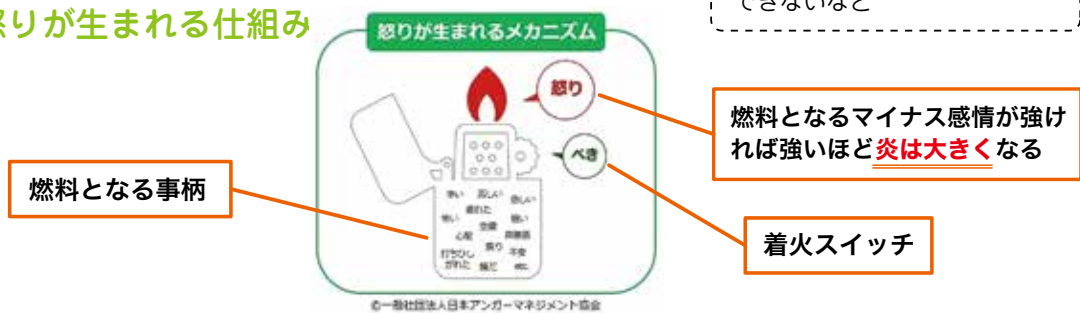
身体の変化：

心拍の上昇、発汗、口渇、頭痛、呼吸促進、血圧の上昇など

こころの変化：

不安なことに意識が集中する、理性が無くなる、集中力が無くなる、人の話が聞けなくなる、判断力が無くなる、意思決定ができないなど

* 怒りが生まれる仕組み



怒りの燃料となるもの(マイナス感情)

辛い、悲しい、疲労、罪悪感、空腹、恐怖、不安、焦り、嫌だなど

生活上で現れる具体的な例

「健康の心配」「先の見えない不安」「仕事の忙しさ」「家族との関係」「生活リズムが整わないつらさ」など
ため込まない工夫が大事です!!

「べき」を緩める(「べき」が裏切られるとイライラします)

自分にとって、他人にとっても健康的かという視点で「べき」を見直す必要があります。

「べき」の具体的な例

「咳エチケットは守るべき」「仕事はしっかりやるべき」「母親は子供を守るべき」「地域の行事は参加するべき」など
ため込まない工夫が大事です!!

「怒り」は人間にとって大事な行動です。うまくコントロールすることで生活が楽になります。
・・・試してみてください。

休診のお知らせ(1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 小児科 産婦人科 泌尿器科
12	13	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 整形(中絶審判)	23	24 整形外科	25 小児科 産婦人科 泌尿器科
26	27 泌尿器科	28	29 泌尿器科	30	31 整形外科 脳神経内科	

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。



みんなの広場



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

物価高お米もやつと仲間入り
我妻さん(白河市表郷)

亡き妻に夢で論され休肝日
近藤茂男さん(白河市表郷)

押し車音のさいづり冬間近
山口花子さん(白河市表郷)

サンタさん悩んでいるよプレゼント
芳賀友子さん(矢吹町)

白い息ふきかけこする洗濯干し
星香奈子さん(矢吹町)

背をまるめ夫婦で作る柿すだれ
片野ユリ子さん(棚倉町)

クリスマス我が家は「空海」
でもケーキ「食うかい?」
金沢久喜さん(棚倉町)

白むくのさみしいうれし父のかお
菊池栄陽子さん(棚倉町)

白鳥並んで飛んでさげんてる
小林明美さん(棚倉町)

小春日和空仰いで深呼吸
小林公子さん(棚倉町)

孫、曾の笑顔を見れば疲れ飛ぶ
斉藤フミさん(棚倉町)

秋晴や爽やかウオーク心地好き
塩田(和さん)(棚倉町)

干柿カーテン作れず残念柿不作
秦範子さん(棚倉町)

イチヨの葉ヒラヒラおちるせんす型
須藤利正さん(棚倉町)

昼に咲く季節は無ようか帰り花
須藤ハルエさん(棚倉町)

高野山わが里同じモミジ色
丹治とし子さん(棚倉町)

落葉掃く早き一年感じつつ
緑川千恵子さん(棚倉町)

新米の土産喜ぶ米価高
青砥安彦さん(矢祭町)

こちよう蘭每晚お風呂で芽吹き待つ
金澤美千代さん(矢祭町)

早いよね!!
時間がすぎていくの今年も:
荒川百合子さん(塙町)

初霜に田で遊ぶ鳥大慌て
石井久雄さん(塙町)

ほろ酔いの酒と煮えたつ音の鍋
大森キヨ子さん(塙町)

宅配にイモガラいれて里便り
鈴木喜代子さん(塙町)

大霜の草も畑地もさめやらす
八幡文子さん(塙町)

錦色に染まる会津路夫と行く
鈴木和代さん(鮫川村)

風に舞い地面をかざるさざんかが
我妻トシ子さん(鮫川村)

ゴルフ部の女子高生がっこいい
高橋光輝さん(埼玉)

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

秋野菜冬越野菜儘ならず陽気の制に今年も反省 小林サエ子さん(白河市関辺)

秋なしの風花みちるしも月にかれ葉舞いちる初冬の庭に 中川敏子さん(白河市関辺)

地に伏すも起き上がりたいたいさるなしに実いっばいと支え棒つける 石井克己さん(棚倉町)

初冬の残花の彩りあざやかさ一輪添えてお茶を飲む 金澤榮子さん(棚倉町)

我庭の葉ボタン生きて4年越しその生命力はすばらしきもの 高橋イエさん(棚倉町)

故友人想う会つてもえし白檀の木が目通り7才太くなりぬる 高橋治男さん(棚倉町)

背を丸め切干し作るわが母よありがたき幸せ元気な姿よ 伊達久美子さん(棚倉町)

少子化の原因たどれば嫁不足職場増やして地域活性 原喜久男さん(棚倉町)

オリオンの青き光よ幾千の地上の涙見てきたことか 藤田泰代さん(棚倉町)

ハイポーズミザル真似て幼立つ思い出刻む秋浅し日光 藤田祐子さん(棚倉町)

発表会孫の成長しみじみと真剣な目に婆は涙目 菊池美三江さん(矢祭町)

季節くれば大根蒔いたが葉は植えしか兄の言葉を励みに生きる 星フミエさん(矢祭町)

枯葉散る晩秋釣瓶落として日暮れスピード早く逆送したい 井坂甲子広さん(埴町)

パリーの街中凱旋門想像以上にどてかいのには驚き成り 佐藤庄衛さん(埴町)

豊年だ万作祝う秋祭り道の駅にも穀物山に 白坂和彦さん(埴町)

メダカ達夏にもまけず泳ぎよるふ化した命守り続けて 関根次子さん(鮫川村)

12月心がおどるクリスマス幸せ運ぶハナちゃんはサンタさん 高坂あさみさん(鮫川村)

癒されて触癢されてへポ一句みんなの広場にすまして並ぶ なんやかんや(鮫川村)

立冬の朝のガラス戸に霜ついていたずらに字を書いてみたりする 藤田智枝子さん(鮫川村)

肌寒し今年もすぐに去って行く歳を重ねて元気で生きたい 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。

✂ キリトリ

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

白内障で両目を手術してきました。とてもよく見えるようになりました。先生、看護師さんのおかげです。ありがとうございます。これからも家族の皆さんにお世話になり長生きします。「感謝」【埴町Yさん】

➔ 退院おめでとうございます。順調に回復なされたとのことうれしく思います！いつまでもお元気で長生きしてください！

◇出来事

寒い季節が大好きです。コタツを出しストーブを用意して冬の生活を楽しみにしています。【鮫川村Yさん】

➔ 私は寒い日に部屋を暖かくして食べるアイスが大好きです。お互い冬の生活を楽しみましょうね♪

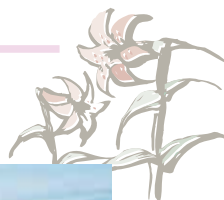
応募締切は
12月27日(金)

【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。

24時間体制で迅速対応 **JA齋苑やすらぎの杜**



棚倉齋場

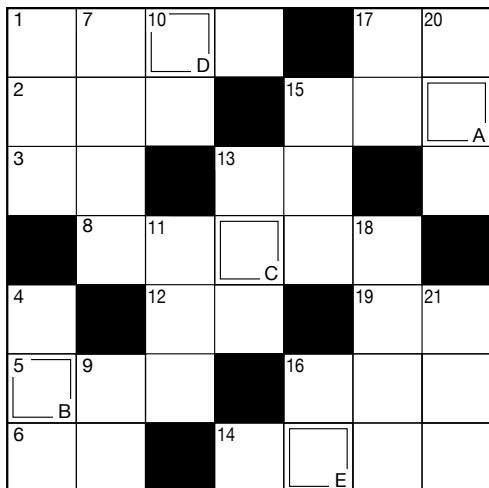


住所: 棚倉町大字塚原字上野越91-6
TEL:0247-33-1059 FAX:0247-33-2527

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 年賀状をコレからSNSなどに切り替える人も増えました
- 4 サトイモの親芋のまわりにできます
- 7 コートなどに用いる毛織物
- 9 ここで話していても——があかないから見に行こう
- 10 しんしんと降り積もるもの
- 11 箱根駅伝は10——、計217.1kmで競います
- 13 さんずい、うかんむりなど
- 15 ほうきに乗って飛べるとか
- 16 10を3回かけ合わせると
- 17 縁起をかついで食べる受験生もいます
- 18 おせち料理に入れる紅白の食材といえば
- 20 チャールズ・チャップリンは——の王様です
- 21 可燃ではありません

→ ヨコのカギ

- 1 宝船の絵を枕の下に入れておくといもが見られるとか
- 2 窓を開けて取り込みます
- 3 カード式のホテルもあります
- 5 中東の国のひとつ。首都はテヘラン
- 6 きねと臼でつくもの
- 8 「本の虫」と呼ばれることも
- 12 七草を入れて炊くことも
- 13 初詣で一年の——を祈った
- 14 「見通しがきく」ことを願っておせち料理に入れます
- 15 マスカラを付けるところ
- 16 脊椎動物にはあります
- 17 「Rがつかない月には食べるな」といわれる貝
- 19 耳が冷えないようにイヤー——をつけた

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 12月27日(金) 当日消印有効

11月号答えは『セイカタイ』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

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



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

24	(火)	令和6年度第4回ALM委員会
25	(水)	第57回JAG福島肉牛枝肉共励会 入賞祝賀会
26	(木)	各専門委員会 第10回理事会
30	(月)	仕事納め式

1月

6	(月)	仕事始め式 常勤役員年頭挨拶
7	(火)	常勤役員会議
8	(水)	みのり監査法人「期中監査II」(~10日) 渉外担当者検討会
9	(木)	部長・センター長・支店長会議
10	(金)	常勤役員・部長会議
14	(火)	金融共済課長会議 第11回広報編集委員会
16	(木)	JA東西しらかわ冬季枝肉研究会
17	(金)	健康増進活動(西部地区)
20	(月)	常勤役員による組合員訪問 (表郷、鮫川地区)
21	(火)	企画会議

来月の総員外務は、
**1月15日(水)、16日(木)、17日(金)、
20日(月)、21日(火)**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		
		頭数	平均価格	前月比
11月	雌	279	433,652	▲4,101
	去	385	540,900	▲37,478
	計	664	495,837	▲21,785

前年同月比【平均価格】 ▲73,493

《編集後記》

あっという間に12月も半ばになりました。1年が終わり、また新しい1年の始まりが近づいています。来年は皆さんにとって素敵な1年になりますよう、体調管理に気をつけて新年をお迎えください。

(責)

令和6年度 第9回理事会提出議案

と き：令和6年11月26日(火)

ところ：本店第1会議室

- 第1号議案 組合員規程の一部改正について
- 第2号議案 令和6年度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6年度 第9回監事会提出議案

と き：令和6年11月26日(火)

ところ：本店検査監査室

※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 ◆X(旧Twitter) @jatouzai



私たちのなかま (2024年11月30日現在)

- 組合員数 9,325人 (52)
- 組合員戸数 8,045戸 (55)
- 正組合員数 5,252人(△10)
- 正組合員戸数 4,730戸(△5)
- 准組合員数 4,073人 (62)
- 准組合員戸数 3,315戸 (60)

※()内は前年度比

P.18 『穴ぼこ熟語パズル』の答え

答え. 福

- フジ^ンフク → 婦人服
- ク^トウ^テン → 句読点
- ワ^シシヨウ → 腕章
- ラク^テンカ → 楽天家
- イ^シア^タマ → 石頭

お詫びと訂正

かがやき11月号のP.20において、名前に誤りがありましたので訂正しお詫び申し上げます。

正) 近藤 茂男 誤) 近藤 一雄



県内FM店舗運営研修会



11月19日(火) 棚倉直売所スタッフ全員でJAふくしま未来管内で開催されたFM店舗運営研修会に参加しました。直売所『んめ〜べ』店舗内を臨店用チェックシートを用いて、自分達の店と比較しながらの研修後、座学では(株)シンセニアの勝本様を講師に、直売所発展に向けた講義を受けました。スタッフ1人1人の意識改善に取り組めた研修会でした。

出荷者協議会視察研修会



▲んめ〜べのイケメン菊池店長 ▲櫻田館長より説明を受ける

11月26日(火)みりよく満点物語出荷者協議会全体視察研修会として、福島市方面に行ってきました。JAふくしま未来『んめ〜べ』では、菊池店長より店舗概要等の説明を受けた後、店内を視察。2件目の福島観光物産館では総会で講演頂いた櫻田館長よりおススメ商品の説明や商品やエリアごとの年間売上等を説明いただきました。今回の研修で得た刺激を、今後の出荷、店舗運営に活かしていきたいと思います。

2025年も
よろしくお祈りします!
みりよく満点物語
新年イベント
開催

矢吹・矢祭店 1月6日(月)
棚倉 1月11日(土)

※イベント詳細については、各店舗でご確認ください。

JA秦野『じばさんず』22周年祭



11月16、17日と友好JAであるJA秦野『じばさんず』22周年祭に出店しました。両日とも大変多くのお客様で賑わい、シュークリームとアップルパイは初日の午前中には完売。

初搾り牛乳やプリン、牛串など今年一番の売り上げを達成。大好評に終わり、大変楽しい2日間となりました。

毎月29日は 地元で育った肉の白 牛肉

20%OFF

・上カルビバラ
・肩ロース
・切り落とし
・すき焼き用 等

国産豚肉、県内も販売中

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) 1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 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》

1月の定休日

21日(火)

かがやき 2024 12

No.286 2024年12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

