



JA東西しらかわ

かがやき

2026

5

No.303

特集

P2 みりよく満点物語周年祭

P3 ちやぐりん・交通安全傘贈呈

05 女性部だより、青年連盟だより

06 かがやきNEWS

09 みりよく満点農業者

12 ひと

15 営農ナビ

19 増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

今月の表紙 田植えスタート! (棚倉町)



JAは子どもたちへの
食農教育を応援しています



特集

みりよく満点物語

13周年祭



4月11・12日(土・日)の2日間「みりよく満点物語13周年祭」を開催しました。両日とも初夏を思わせる快晴に恵まれ、早朝より多くのお客様にご来店いただきました。

周年祭恒例の「みすすくい」「お茶満杯詰め」は開店より大行列!不動の人気ぶりを発揮。屋外ブースでは県内外の提携JA直売所による販売会、北海道フェア、管内産牛肉の試食販売会など様々な催しを行い、多くの方々のご協力のもと過去最高の来場者数を更新することが出来ました。

これからも、大小様々なイベントを開催していきたいと思っておりますので、よろしくお願いたします。イベント情報については、店舗掲示板、インスタグラム、夕刊等でお知らせいたします。

管内12小学校へ
「ちやぐりん」と「農業と私たちの暮らし」、
交通安全傘を贈呈



社川小学校



近津小学校



棚倉小学校



関辺小学校



鮫川小学校



表郷小学校



矢祭小学校

各小学校の1年生には「交通安全傘」の贈呈を行いました。
当JAでは、食農教育応援事業の一環で管内の小学校への教育本贈呈を行っており、今年で19年目となります。菊池教夫組合長は「贈呈したちやぐりんを読んで、農業に関心を持ってほしい。食の大切さを学んで、毎日ご飯をしっかり食べ、元気に過ごしてほしい」と挨拶しました。児童たちは「毎月楽しみにしています。みんなで大切に読みます」と答えました。



笹原小学校

4月8日から27日にかけて、管内の6市町村12小学校に家の光協会が発行する子ども向け雑誌「ちやぐりん」とJAバンク補助教材「農業と私たちの暮らし」、さらに



塙小学校



善郷小学校

教材を通して農業へ関心を深め、多くのことを学びながら健やかに育ってもらいたいと思います。



中畑小学校



矢吹小学校



第26回 年金友の会総会を開催



挨拶する鈴木会長



受賞した下重公則さん

4月27日、第26回年金友の会総会が本店にて開催されました。鈴木庄一会長と後藤正一郎専務より挨拶をいただき、令和7年度年金受給者紹介運動による表彰が行われました。令和7年度の事業報告や令和8年度の事業計画の終了後、増厚生病院より講師を招き「元気はつらつ健康体操」について学びました。

会員一同熱心に耳を傾け、とても充実した記念講話となりました。

「年金友の会会員による年金受給者紹介運動」表彰

最優秀賞

緑川 栄四郎様 (表郷支部)

下重 公則様 (棚倉支部)

優秀賞

鈴木 はついで様 (表郷支部)

小山田 久様 (表郷支部)

令和8年度 JA 共済自動車・自賠責代理店連絡協議会総会を開催



挨拶をする後藤専務

4月17日、令和8年度JA共済自動車・自賠責代理店連絡協議会総会を開催しました。総会では、優績代理店の表彰を行うとともに、令和7年度の事業報告を行いました。また、令和8年度の事業計画についても原案どおり承認されました。優績代理店の表彰者は以下のとおりです(敬称略)。

●自動車共済の部(掛金)

最優秀賞

佐藤自動車整備工場

優秀賞

(有)田谷自動車整備工場

優秀賞

ガレージヨシナリ

優秀賞

加藤ホンダモーター

●自賠責共済の部(台数)

最優秀賞

(有)田谷自動車整備工場

優秀賞

ガレージヨシナリ

優秀賞

花栄自動車

佐藤自動車整備工場



表彰の様子



青年連盟だより

女性部だより

3月末、JA福島ビルにて「福島県青年連盟総会」が開催されました。県内各連盟より盟友が集結し、前年度の活動報告や活動における各表彰が行われ、優良連盟表彰として東部支部が表彰されました。

また、役員改選では当JAの菊池一裕さんが委員長に再任しました。



あいさつをする菊池委員長(左)



受賞する小松さん

福島県青年連盟総会を開催！



4月25日、女性部中部支部は本店にて手芸会を行いました。

部員35人が参加し、交流を図りながら手先の運動を兼ねて小物づくりをしました。

楽しくお話をしながら、皆さん器用な手つきで、干支の飾り物が完成しました！



作品を手に、みんなで集合！



制作する部員たち

手芸会を行いました！



令和8年度 広報編集委員のご紹介

毎月発行しています、広報誌「かがやき」は、各支店・営農センターの職員が取材、記事作成を担当しています。

作成にあたり取材やお写真の提供をお願いさせていただきます。また、広報誌につきましてご意見・ご要望がございましたら、広報編集委員へお声かけください！

皆さまからの出来事や素敵な写真お待ちしております。



塙支店

【金融共済課】
すずき たくま
鈴木 拓磨

皆さんに楽しんでいただける広報にできるよう頑張ります。

棚倉支店

【金融共済課】
いちかわ なお
市川 奈央

皆様に楽しんで見ていただけるような広報誌を目指して頑張ります！

矢吹中央支店

【金融共済課】
おさだ ななみ
長田 菜々美

皆様に毎月楽しんでいただけるように頑張ります！

東部営農センター

【営農指導販売担当】
ほうじょう はやと
北條 勇斗

よりよい記事を作れるよう頑張ります。よろしくお願いたします。

中部営農センター

【営農指導販売担当係長】
やまもと ひる ゆき
山本 洋行

農業や暮らしに役立つ広報誌となるよう取り組んでいきます。よろしくお願いたします！

西部営農センター

【営農指導販売担当】
ささき あきひと
佐々木 章人

初めて担当します。不慣れですがよろしくお願いたします！

JA東西しらかわの「みりよく」をお届けします！
一年間よろしくお願いたします！



3 JAバンク福島推進大会にて各賞を受賞



決意表明をする長田職員

表彰を受けたローンセンターの関根職員

4月9日、郡山市「ビックパレットふくしま」にて、2026年度JAバンク福島推進大会が開催されました。同大会では、令和7年度の実績による金融各種部門の表彰が行われ、当JAも様々な部門で表彰されました。

また、当JAの代表として矢吹中央支店の長田菜々美職員が決意表明をしました。

表彰については下記の通りです。

総合推進部門・窓口担当者全体表彰部門：表郷支店
農業融資部門：矢祭支店

ローンセンター表彰：JA東西しらかわローンセンター

4 福島県JA共済事業躍進大会が開催



決意表明する佐藤部長

4月23日、福島市パルセいいざかにて「令和8年度福島県JA共済事業躍進大会」が開催され、県内各JAの役職員約600人が出席しました。

本大会では、共済事業の普及・推進において優れた成果を挙げた職員が表彰されました。

また、決意表明では金融共済部の佐藤匡彦部長が登壇し、今年度の活動に向けた決意を述べました。

当JA職員の受賞者は下記の通り。

【がん共済の部】

鈴木絵美子職員、金澤なつき職員、高力夢芽職員、大槻千佳職員

【こども共済の部】

金澤なつき職員、奥村香織職員、江田あゆみ職員

【自動車共済グレードアップの部】

松本絵美職員、蛭田こずえ職員

1 管内産いちごをPR



PRするJA職員



売り場の様子

4月11日、いわき市の量販店2店舗で「みりよく満点いちご」の消費宣伝活動を行いました。青果売り場正面に設けられたコーナーでは、試食とともにJA職員が管内産いちごをPRしました。

今後も産地とみりよく満点ブランドを多くの消費者に伝えるため、PR活動に取り組んでまいります。

2 交通安全教室を実施



スタントの様子

4月15日、矢祭町立矢祭中学校にて、JA共済連による自転車の交通安全教室を実施しました。

当日は全校生徒が参加し、事故現場を再現したスタントを通じて、交通事故の危険性や交通安全の重要性について理解を深めました。

また、自転車運転時のみならず、歩行者として行動する際においても交通ルールを遵守し、安全確保に努めることの重要性を再認識する機会となりました。

7 いちご専門部会総会を開催



総会の様子

4月21日、矢祭町のユールパル矢祭にていちご専門部会総会を開催しました。

開催に際し優良生産者の表彰が行われ、令和7年度事業報告、令和8年度事業計画、役員改選など協議し全議案承認されました。

懇親会では、資材メーカーを交えての情報交換が行われました。

受賞者と新役員は下記の通りです。

■表彰受賞者(敬称略)	■新役員(敬称略)
【中部支部】須藤 芳浩	【部会長】菊池 良信
【東部支部】金澤 重光	【副部会長】大槻 栄吉
	【監事】鈴木 治
	渡邊 清人
	【委員】金澤 俊夫
	近藤 典夫

8 グリーンファームがテレビ出演!



インタビューに応える小峰農場長

4月21日、子会社の(株)JA東西しらかわグリーンファームがKFB福島放送「ふっくん&しまちゃん天気予報」コーナーの取材に応じました。

和牛繁殖のモデル農場として誕生して以来、資材高騰や猛暑など様々な影響を受けながらも日々経営に取り組んできた小峰尚貴農場長にインタビューをしました。「苦労も多いが、この農場からより良い牛を送り出していきたい。目標を見据えて、職員力を合わせてがんばります」と、今後の農場経営について想いを話してくださいました。

5 各地区で座談会を実施



座談会の様子

4月23日から27日にかけて、上期地区別座談会を開きました。

令和7年度の事業報告や、令和8年度の事業計画及び各事業からのお知らせについて説明しました。各座談会ではJA役職員が質疑に答え、活発な意見交換がなされました。

詳しい内容につきましては、集約しまして6月号に掲載いたします。

6 園芸協議会・各専門部会で連携を



協議の様子

4月23日、本店にて園芸協議会・各専門部会合同会議を開きました。

各専門部会の役員とJA役職員の30人が出席しました。令和7年度の事業報告や令和8年度の計画について協議がなされました。

園芸協議会の藤田雅彦会長は「猛暑や情勢の変化の影響の中でも取り組んできた生産者とJA職員に感謝いたします。次年度についてもさらに信頼される産地づくりに努めていきましょう」とあいさつしました。

また、園芸協議会については役員改選がなされました。新役員は下記の通り(敬省略)

【会長】近藤 有明
【副会長】乾 徹、菊池 良信
【委員】近内 直輝、小峰 一寿



営農経済部からの
お知らせです



きゅうり栽培 始めてみませんか!

令和8年6月よりJA東西しらかわ本店のきゅうり選果施設が稼働します。
新たにきゅうり栽培をしてみたい方や現在栽培されている方は規模拡大してみませんか？
栽培技術については県職員やJAの営農指導員、種苗会社等のサポートがあります。
また、JAや全農から資材費等への助成もあります。
きゅうり選果場稼働に伴い、選果場で働く作業員さんも募集しています。



きゅうり選果施設利用のポイント

- 技術や経験が必要な選果選別作業がなく新規栽培者でも始めやすい
【収穫し、きゅうりを搬入(出荷)するだけです。但し一部出荷できない規格外品があります。】
- 選別、箱詰め作業時間の削減(約23%)により管理作業に時間が使えます。
- 出荷シーズンを迎え、生産者のきゅうり出荷量も次第に増えています！



選果場作業員さん 若干名募集中

《労働条件》

- 期 間 6月～9月 ※
- 勤務時間 9時00分～15時00分※
- 時 給 1,040円
- 選果施設内 冷房完備

※期間・勤務時間は取扱量により異なる場合あり。

【問い合わせ】 営農経済部 園芸課 TEL：0247-57-5927

佐藤 広樹さん
(37歳)

「矢吹町弥栄」



きゅうり……………60a

ネクタイを外して、畑に立つ!!

まだ寒さが残る4月下旬、この時期にきゅうりの出荷ピークを迎えた佐藤さんに取材をしました。ハウスの中はグッと温度が高く、きゅうりがたくさん実をつけていました。多忙の中取材を受けてくれた佐藤さんは、元々会社員として働いていたそうです。「いつかは農業を」という想いがあり、代々続いてきた農家を7年前に継ぎました。

現在は半促成、雨よけ、抑制の3回の栽培方法で作付けしており、4月下旬の今は、半促成のきゅうりが出荷最盛期を迎えています。そのため、現在は早朝5時頃から収穫作業を始めて、午前中には出荷を行っています。そんな厳しいスケジュールの中、気持ちをリフレッシュするために休日には、趣味のDIYをしているそうです。自宅にある納屋を改装し、ご家族とくつろげる休憩所を制作しているんだそうです。完成が楽しみですですね!

今後の目標を聞いてみると、「新しい栽培形態にチャレンジしてみたい」と語ってくれました。設備導入に向けて動いているそうです。

普段はご両親と奥様、4人で力を合わせて作業をしています。人手が足りない最盛期などは、友人に手伝いをしてもらっているとのこと。多忙の中でも助けてくれる仲間に囲まれて、佐藤さんの農家ライフは続いていきます。

当JAはこれからも挑戦する農家さんのサポートを続けていきます。



次は「東部地区」を
予定しています。



第8回

JA東西しらかわゴルフ大会

参加者大募集!

豪華景品多数!

- ・福島県産牛肉 etc..
- ・レディース賞
- ・ベストスコア賞
- ・全員に参加賞有り!

実施日時 令和8年6月13日(土)

開催場所 棚倉田舎倶楽部

〒963-6122 福島県東白川郡棚倉町仁公儀川原田286

募集定員 30組120人

コース 3コース使用

(西コース・中コース・東コース)

参加対象者 組合員、組合員の家族、
JA事業を利用している方

プレー方式

新ベリア方式 18H集計

WバーカットHD36、同スコア 年齢上順

料金 12,500円

内訳

アトラクション

(プレー費10,400円 昼食込・**昼食時ワンドリンクサービス**)

(参加費1,000円 パーティ料金1,100円)

※ロッカー使用税込み330円が別途自己負担となります。

午前中のみ

各コース、ドラコン2・ニアピン2

募集締切 令和8年5月29日(金)まで

※各コース AM7:51からスタート。

※当日は雨天決行ですが、天候によっては中止となる場合もあります。

※順位は1ラウンドプレーでのスコアとなります。

申込

JA東西しらかわ

総務部

☎0247-57-5923

お問い合わせ

矢吹中央支店：0248-42-4141

表郷支店：0248-32-2135

西部営農センター：0248-42-4142

棚倉支店：0247-33-3141

鮫川支店：0247-49-3131

中部営農センター：0248-32-3511

塙支店：0247-43-0209

矢祭支店：0247-46-3145

東部営農センター：0247-43-1141

JAの食材セット定期便

新規ご加入 キャンペーン



期間 令和8年6月1日(月) ▶ 令和8年7月31日(金)

お試し
特典

キャンペーン期間中にお試し特典をお申し込みいただいた方へ

お肉・お魚バランスセット らくちんセット いろいろ亭おかずセット
ミールキットセット 日配品セットA 日配品セットB 日配品セットC

のいずれか1回分を

各セット通常価格の**半額**でお届け!!

さらに

新規ご加入いただいた方に

わくわく商品

何が届くかは
箱を開けてからの楽しみ!
をプレゼント!!

※月2回以上ご利用の方限定

新しくはじまりました!!

《キャンペーン期間にぜひお試しください》

豊富なセット内容からご自身のスタイルに合った商品をお選びいただけます!



食材セットの特徴

- 週に1回、宅配便でご自宅にお届けします
- 買い物に行く手間が省けます
- 原料と味にこだわった食材です
- 主菜と副菜がバランス良く食べられます
- 食べきりサイズで経済的
- 献立を考えなくてOK

お届け方法について

- 1週分から注文可能です
 - ヤマト運輸 クール宅急便でお届けします
 - 不在時は再配達するので必ず手渡しができます
 - 冷凍・冷蔵便のため夏場でも安心
 - 注文者以外のお届け先を指定できます
 - お忙しい方にはお届け時間を指定いただけます
- ※天候や荷量、道路事情により配送が前後する場合があります

ご注文方法

①ご希望セットをお選びください。

お肉・お魚バランスセット らくちんセット いろいろ亭おかずセット
ミールキットセット 日配品セットA 日配品セットB 日配品セットC

※週1回のご注文になります

②商品のお届けは週1回です。毎週木曜日にお届けします。 **時間指定可**

※お届け宅配スケジュールによりお届け日が変更になる場合もございます。

- ヤマト運輸 クール宅急便でお届けします。
※お肉・お魚バランスセット、らくちんセット、いろいろ亭おかずセット…冷凍
※ミールキットセット、日配品セットA・B・C…冷蔵
- 天候の影響または換便等の状況により、やむを得ず「予定変更又は商品変更」がある場合がございますのでご了承ください。
- 宅配をお休みされる場合や、セット変更、退会等につきましては、お届けのメニュー表のお客連絡日までに食材センターへご連絡をお願いします。

③お近くの食材センターへご連絡ください。お申込手続きさせていただきます。

④お届け開始日を食材センターよりご確認ください。

お支払い方法

①代金はJAにお持ちの口座から自動振替(自動引き落とし)になります。JAに口座をお持ちでない方は、新たに口座を開設いただくようお願い致します。詳しくはお取扱いの食材センターよりご確認ください。

②代金引換でもお支払いいただけます。代金引換手数料はお客様ご負担になります。

代金引換手数料

～ 9,999円	330円(税込)
～ 29,999円	440円(税込)
～ 99,999円	660円(税込)



お問い合わせ先 | JA東西しらかわ本店 営農・経済部 購買課 TEL 0247(57)5928 FAX 0247(57)7888



かがやき キッズ



は が りん
芳賀 凜ちゃん(8歳)

きょうすけ
恭介くん(6歳)

★好きな遊び:

凜ちゃん: 絵を描くこと
恭介くん: 段ボールで工作すること

★今頑張っていること:

凜ちゃん: 漢字の勉強
恭介くん: 給食を残さず食べること

- お父さん 聖さん
- お母さん 明香さん
- 鮫川村渡瀬



★ご家族からメッセージ

これからも仲良し姉弟で元気に育ってね!



すずき はると
鈴木 晴斗くん(13歳)

ゆりな
結理奈ちゃん(10歳)

あやと
絢大くん(8歳)

★頑張ってること・好きな遊び:

晴斗くん: 部活での空手
結理奈ちゃん: 絵を書くこと
絢大くん: 運動すること

- お父さん 修一さん
- お母さん 公美子さん
- 矢吹町弥栄



★ご家族からメッセージ

自分の個性を活かして、楽しく頑張るってね!

元気満点 人生

棚倉町大字金沢内

すずき みのもろ こ
鈴木 實さん ヒロ子さん
(76歳) (76歳)



今回ご紹介させていただくのは、結婚54年を迎えられた鈴木さんご夫婦です。

たな菜館の頃から野菜の出荷を続け、当初の数種類から年々増え、去年は約20種類を出荷。今年も15~20種類を予定され、生産者の少ない「パンダ豆」づくりにも励まれています。じゃがいも・ネギ・キャベツ・大根などを中心に、ヒロ子さんが主体となり、實さんが支える形で営まれています。

天候による収穫量の減少も悩みの一つですが、それ以上に、猪やハクビシンに丹精込めた野菜を食べられてしまうことが何よりも悲しいとのことでした。

7人のお孫さんと、3人のひ孫さんに恵まれ、仲の良いお二人は、お友達と一緒に温泉へ出かけるのも楽しみの一つです。そんなお二人が大切にされている言葉は、「現状維持で健康であれば何も言う事なし」その言葉どおり、これからもお二人仲良く、農業への思いを大切に歩んでまいります。

白河市表郷金山

我が家の ペット



飼い主

たかはし のどか
高橋 和さん

名前

でん君 (オス5才)

犬種

ゴールデンレトリバー

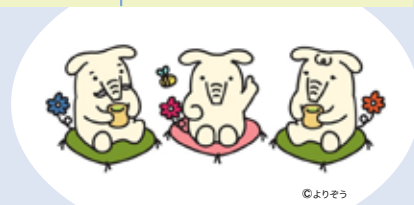


2026年度 年金相談会開催日

開催日	開催店舗	開催時間	社労士
6月7日(日)	表郷支店	10:00～16:00	金山 圭子
6月7日(日)	塙支店	10:00～16:00	鈴木 千佳子
6月14日(日)	矢吹中央支店	10:00～16:00	早野 和夫
6月21日(日)	棚倉支店	10:00～16:00	金山 圭子
6月28日(日)	矢祭支店	10:00～16:00	金山 圭子
6月28日(日)	鮫川支店	10:00～16:00	鈴木 千佳子



年金請求の手続きや働きながらの年金額など、
社会保険労務士の方と一対一で相談できます。
予約制となりますので各支店へお問合せください。



©よりぞう

第19回 JA東西しらかわ年金友の会ゴルフ大会



- 開催日時：2026年6月19日(金)
- 開催場所：「棚倉田舎倶楽部」TEL.0247-33-3191
- 参加資格：JA東西しらかわ年金友の会会員（JAへの年金受給予約者含む）
- プレー費：7,300円（乗用カートセルフ・昼食付）
（プレー費 6,300円 + 参加費 1,000円）
※70歳以上シニア 6,650円（プレー費 5,650円 + 1,000円）
【ロッカー利用時(別途) 330円（当日は年齢確認の為、免許証等をご持参ください）】
- プレー終了後、ゴルフ場クラブハウスにて表彰式を行います。
- 申込締切：6月5日(金) 各支店へお申込みください。



矢吹中央支店：Tle.0248-42-4141 矢祭支店：Tle.0247-46-3145
表郷支店 : Tle.0248-32-2135 塙支店 : Tle.0247-43-0209
棚倉支店 : Tle.0247-33-3141 鮫川支店：Tle.0247-49-3131

***豪華賞品が盛りだくさんです! ぜひご参加ください!!**

シソ (大葉) の栽培について

シソはシソ科の一種で、特有の爽やかな香りが特徴です。シソの香りはペリルアルデヒドという成分によるもので、強力な抗菌・殺菌効果があります。また、カロテンやカルシウム、鉄分など豊富な栄養素を含むことから体の免疫力を高めてくれる野菜です。また、青シソは生食や天ぷら、赤シソはアクが強いため梅干しやしそジュースなど加工するのに適しています。

栽培カレンダー

月旬	5月			6月			7月			8月			9月			10月		
	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下
直播き		播種				収穫												

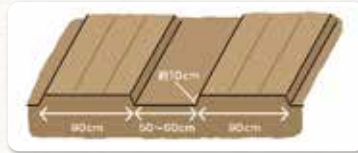


1. 準備

直播きの2週間以上前までに苦土石灰を散布して耕します。1週間前に基肥を施してよく耕し、畝を作ります。保温と雑草防止のため黒ポリマルチをします。畝は幅90cm・高さ10cmで2条植え、通路は50~60cmあると作業がしやすいです。

【基肥施肥例】

区分	肥料名	施肥量 (1a当り)
土壌改良材	顆粒苦土石灰	10kg
基肥	そさい2号	10kg



2. 播種

深さ1cmに作った溝に、種を5cm間隔でまきます。覆土は薄く5mm程度にして、手のひらで軽く押さえます。発芽まで8~12日かかるため、十分に水やりをして、乾燥させないように気をつけます。



3. 追肥・間引き・水やり

シソは葉を摘み取っていく作物なので、肥料を切らさないように、月1~2回、磷硝安加里S646で株あたり10g程度を追肥します。シソは根が浅く横に張り、風で倒れてしまうことがあるので、追肥のときに除草を兼ねて中耕しながら軽く土寄せします。

間引きは本葉2枚の始まって株間10~15cm、本葉が4~6枚に育ったら株間30cmに間引いて、1本立ちにします。

基本的に水は雨任せで水やりはしませんが、真夏に日照りが続いて極端に乾燥するときは、早朝か夕方にとっぷり水やりします。



4. 収穫

本葉が10枚以上になったら下の葉から順に摘み取ります。シソの香りを日持ちさせるには、手で葉を触りすぎないように葉軸を持って摘み取ります。



5. 病虫害

梅雨明けに乾燥が続くとハダニが付きやすくなるので、水やりのときに葉水をかけて洗い流します。

また、ヨトウムシ、ハマキムシ、バッタの食害を受けることがあるので見つけ次第、捕殺します。



シソの大葉

私をご紹介します！



根本 浩伯
(東部堂農センター)





退職金 相続 など まとまった資金を 有効活用しませんか？



人生100年時代といわれるいま。「やりたいこと」「考えておくべきこと」もさまざま。
お金の活用方法にも多様な選択肢があります。

これからの
人生をより豊かに
楽しみたい

余暇活動の年間平均費用
(一人あたり)



公益財団法人 日本生産性本部
「レジャー白書2025」をもとにJA共済運営作成

ためる

要介護状態も
他人事ではないかも…

年代別人口に占める要支援・
要介護認定者の割合



厚生労働省「介護給付費等実態統計(令和7年4月審査分)」/
総務省「人口推計(2025年4月1日現在)」をもとにJA共済運営作成

そなえる

やがてくる
最期のときへの
準備もしたい



のこす

JA共済では、3つの選択肢で安心をサポートします。

一時払養老生命共済

一時払介護共済

一時払終身共済 (平28.10)

JAの3つの仕組みをご紹介します



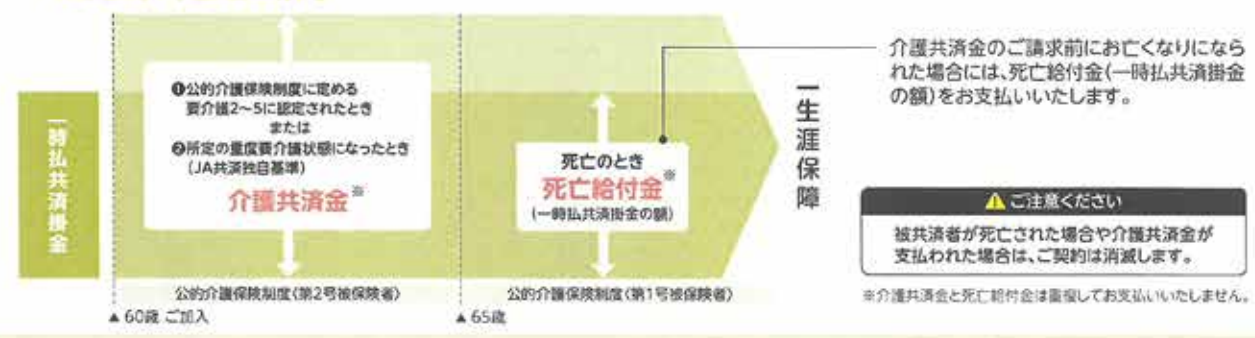
共通
ポイント

- ☑ まとまった資金を使って、**共済掛金のお支払いを一度で完了**できます。
- ☑ 3つの共済いずれも、**死亡保障が組み込まれています**。
もしもの場合には**相続税対策**にもつながります。

一時払養老生命共済 満期共済金の楽しみと死亡保障の組み合わせが魅力



一時払介護共済 介護リスクへの高い保障性と一生涯続く死亡保障が魅力



▲ご注意ください
被共済者が死亡された場合や介護共済金を支払われた場合は、ご契約は消滅します。

※介護共済金と死亡給付金は重複してお支払いいたしません。

一時払終身共済 (平28.10) 一生涯続く手厚い死亡保障で相続対策に



節税対策(非課税枠の活用)

死亡共済金・死亡給付金には、相続税の非課税枠が設けられており、現金で財産をのこすより、相続税額を軽減する効果があります。相続税法第12条 相続人が取得した死亡保険金(死亡共済金)の非課税枠

契約者(掛金負担者)=被共済者で、死亡共済金受取人が相続人である場合、**<500万円×法定相続人の数>の非課税枠**が利用できます。
例えば、法定相続人が4人の場合、非課税枠は、**500万円×4人=2,000万円**となります。

*被相続人の死亡によって取得した共済金等で、その共済金を被相続人が負担していたものが、相続税の課税対象になります。*死亡共済金受取人が、相続人の場合に限り、非課税枠の適用があります。*記事の税務の取扱いは、2026年1月末現在の法令等に基づくものです。今後取扱い変更される場合もあり、将来を保証するものではありません。

ご契約時の予定利率に応じた共済掛金の設定について

予定利率は、金利情勢に応じて毎月1日に設定され、月末まで同一となります。このため、ご契約される月によりお払込みいただく共済掛金が増減(変動)する場合がございます。なお、ご契約時の予定利率は、共済期間を通じて固定して適用されます。現在の共済掛金については、「掛金シミュレーション」にてご確認ください。お近くのJAにお問い合わせください。

※共済掛金優待を付加した契約(一時払終身共済(平28.10)、一時払介護共済)または、共済掛金優待の契約(一時払養老生命共済)については、お払込みいただく共済掛金に応じて共済金額が定まるため、ご契約される月により共済掛金ではなく共済金額が増減いたします。

掛金シミュレーションページ
<https://shiryu.ja-kyosai.or.jp/simulator/>



JAでは、まとまった資金を活用する上記共済だけでなく、ひと・いえ・くるまの総合保障を取り扱っております。お気軽にお問い合わせください。

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意事項等)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

お問い合わせは

詳しい情報は
ホームページをご覧ください

JA共済ホームページアドレス
<https://www.ja-kyosai.or.jp>

26481020212

健康食材活用レシピ



健康食材活用
レシピ集

日本の伝統食材 みそ(8) /

鶏つくねのしそ挟み(みそ風味)



※写真は盛り付け例

家族愛を表現するみそ汁

みそ汁は、小説やドラマ、歌などで、単なる食事だけでなく、日々の暮らしや家族愛、郷愁などを象徴するものとしても使われます。例えば、余命宣告された母が、娘の健康を祈りみそ汁の作り方を教える……などです。また、地域性の違いを表現する手段として、異なる地域で育ってきた二人が結婚したときに、みそ汁の味の違いに戸惑ったりするのも定番の設定になっています。

参考：みそ健康づくり委員会ウェブサイト

材料 作りやすい分量

鶏ももひき肉……………100g	B	みそ……………大さじ1
みそ……………小さじ1		酒……………大さじ2
A		砂糖……………大さじ1
片栗粉……………小さじ1		しょうゆ……………小さじ1/2
しょうが汁……………小さじ1		青ジソ……………8枚
タマネギ……………1/4個(50g)		
サラダ油……………大さじ1/2		

レシピ提供：みそ健康づくり委員会

作り方

- ①ボウルにひき肉とA、タマネギのみじん切りを入れてよく混ぜ、8等分して小判状にまとめる。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、①を焼く。よく火が通ったら、余分な油を紙などで軽く拭き取り、Bをよく混ぜてから入れ、蒸絡める。
- ③②の粗熱が取れたら青ジソで挟んで出来上がり。小さめに作って串に刺しても良い。

健康食材活用
レシピ集

日本の伝統食材 こんにゃく(7) /

こんにゃくとミニトマト、豆のマリネ



※写真は盛り付け例

こんにゃくに味を染み込ませるコツ

こんにゃくをサラダや中華料理などに使用する際は15～30分ほど冷凍して、こんにゃくの周囲だけ凍らせてから水気をよく切りましょう。水っぽさが減り、表面がざらついてドレッシングなどがよく絡むようになります。煮物にするときは、鍋に入れ中火でからいりしたり、電子レンジにかけたり(100gの場合は600Wで1分程度)するとこんにゃくの身が締まり、歯触りが良くなります。また、煮込んだ後に少し冷ますと、こんにゃくの内部にある無数の空洞に煮汁がよく染み込みおいしくなります。

参考：日本こんにゃく協会ウェブサイト

材料 2人分

板こんにゃく……………100g	ミックスビーンズ……………50g
ミニトマト……………10個	パセリ(みじん切り)……………少々
A	
おろししょうが……………1かけ分	
白ワインビネガー……………大さじ2	
オリーブ油……………大さじ1	
塩……………小さじ1/2	
黒こしょう……………少々	

レシピ提供：日本こんにゃく協会

作り方

- ①板こんにゃくは沸騰した湯に入れてひと煮たちさせ、3分下ゆでする。ざるにあげて粗熱を取り、1cm角に切って水気を拭く。ミニトマトは横半分に切る。
- ②ボウルにAを入れて混ぜ、板こんにゃく、ミニトマト、ミックスビーンズ、パセリを加えてあえたら出来上がり。

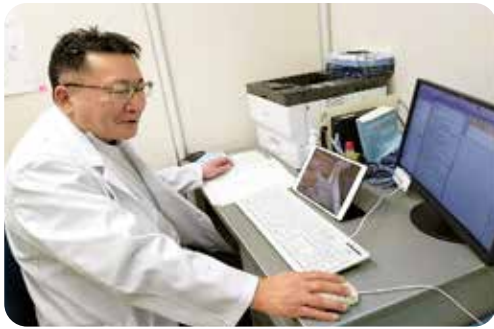
こんにちは 塙厚生病院です

オンライン診療開始について！

塙厚生病院では、令和8年2月よりオンライン診療を開始しました。当院の訪問看護を受けている方への一部限定的な内容ですが、対面診療とオンライン診療を交えて地域の健康を支え、「自分らしい生き方」を支援してまいります。



オンライン診療時は、訪問看護ステーションの看護師がお家を訪ねます。看護師のサポートを受けながら、病院所属の通信機器（タブレット）を用いて、医師の診察をお家で受けられる仕組みとなっております。



～安心できるポイント～

- ・看護師がその場にいるので安心
- ・必要な処置や検査にも対応可能
- ・医師と直接話ができる

●オンライン診療には、以下の注意点がございます。

1. 当院訪問看護を受けていること。
2. 初回診察は、対面診察となること。
3. 慢性疾患の定期的なフォローアップであり、緊急性の高い症状や重篤な病状と判断された場合には、オンライン診療を中止し、対面診療に切り替わること。
4. 安全管理が必要な薬剤（依存性の高い薬、効果・副作用の管理が厳格に求められる薬等）は、オンライン診療では、処方できないこと。
5. 原則3ヶ月に1回は対面診察となること。

●お問い合わせ、ご相談については、塙厚生病院地域連携室までご連絡ください。

Tel. 0247-43-1362（14時～17時）

休診のお知らせ(6月)

日	月	火	水	木	金	土
	1 泌尿器科	2	3 泌尿器科	4	5 整形外科	6
7	8 泌尿器科	9	10 泌尿器科	11	12 整形外科 (予約のみ診療)	13 小児科 産婦人科 泌尿器科
14	15 泌尿器科	16	17 泌尿器科	18	19 内科(阿部和道) 整形外科 (予約のみ診療)	20
21	22 泌尿器科	23	24 循環器内科 泌尿器科	25	26 整形外科 (予約のみ診療)	27 小児科 産婦人科 泌尿器科
28	29 泌尿器科	30				

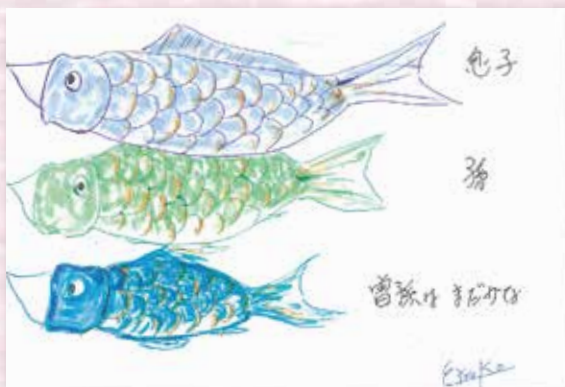
第1、第3土曜日、日曜日、祝日は、休診となります。変更になる場合もございますので、ご不明な点は、受付又は各科外来にお尋ね下さい。お電話でも結構です。



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



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

八十路坂今日も一日終りてす

我妻さん (白河市表郷)

トランプのハートにだきつくさなえさん

近藤茂男さん (白河市表郷)

庭先に真赤なつじ咲きほこる

山口花子さん (白河市表郷)

ウォーキング聞えてくるよウグイスや

芳賀友子さん (矢吹町)

デイサービス今日も楽しい友達と

芳賀ミツエさん (矢吹町)

制服の真新しさに目を細め

片野ユリ子さん (棚倉町)

新入生4月になつたらもう運動会

金沢久喜さん (棚倉町)

こいのぼり青空高くおよいでる

小林明美さん (棚倉町)

曾が来る我が身忘れて童心に

斉藤フミさん (棚倉町)

「花粉症」山菜採りは止められぬ!

秦 穂子さん (棚倉町)

ハイポーズスマホ自撮り桜旅

丹治とし子さん (棚倉町)

直売所売り手買い手に不満なし

青砥安彦さん (矢祭町)

山吹見太田道灌ふと惚ぶ

石井久雄さん (塙町)

羽音立て黄色まみれの蜜の蜂

大森キヨ子さん (塙町)

朝目がさめて一句「今日も生きてた良かったね」

金澤 広さん (塙町)

結婚記念日いつもながらの木の芽冷え

近藤いつ子さん (塙町)

思い出を語る人なく雨の音

鈴木喜代子さん (塙町)

見れてるいつもえがおでにつこりと

八幡文子さん (塙町)

連休だおばあちゃんとウォーキングト

山田初佳さん (塙町)

クサボケの咲きてそよそよ春の風

鷲野谷弘行さん (鮫川村)

えものから作物守るかかしたち

我妻トシ子さん (鮫川村)

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

田園にひびき渡るよトラクター米の高佃に祈りをこめて 金澤榮子さん (棚倉町)

自家産の旬物を食べ凡々とくらせる事が何よりうれし 高橋イエさん (棚倉町)

いつまでも働くのかと他人は問うすこやか保つ為と答える 高橋治男さん (棚倉町)

一日の終わり告げる西の空無事に過こせて感謝し明日へ 伊達久美子さん (棚倉町)

トランプの交渉闇が明けぬままひとり芝居のサイコパス人 原慶子さん (棚倉町)

たんぽぽに嬉し事あり話しかけ花びら揺れて鶯の声 藤田泰代さん (棚倉町)

新学年不動明王ご加護受け交通安全お守り三つ 藤田祐子さん (棚倉町)

庭先で孫たち無邪気にひぎを折り四つ葉さがし「見つけた」 菊池美三江さん (矢祭町)

喜多方の桜求めて磐西線山のこぶしは会津の匂いせり 星フミエさん (矢祭町)

アメリカのサンディエゴを訪ねて見れば多くの戦艦が停泊する港成り 佐藤庄衛さん (塙町)

鮫川の下流に続く桜花桜ふぶきわいわきの海へと 関根次子さん (鮫川村)

竹の子と心も一緒に成長すると嬉しいな平和な日々が訪れる 高坂あさみさん (鮫川村)

梅桜拳水仙連翹桃躑躅里山満開春爛漫 なんやかんや (鮫川村)

昨日まで枝だけだったいちようの木今日は小さな葉を身にまとい 藤田智枝子さん (鮫川村)

庭先の桜満開スイセンも春風涼し一人安らぐ 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

4月号に寄せられたアンケート

◇出来事

昼間、暑くて体がびっくりしています。こんなで夏大丈夫かな…と心配しています！【白河市Kさん】

→ 気温差が激しいですね。昼間の暑さは「もう夏かな？」なんて思ってしまうですね！

◇出来事

竹の子たちの芽、色々山菜が豊富で楽しんで食べています。幸せを感じます。春は良いですね。【棚倉町Mさん】

→ 山菜を食べると春を感じますね。美味しいものが多いこの季節はつい食べ過ぎてしまいます！

応募締切は
5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、予めご了承くださいませ。

JA齋苑やすらぎの杜

プラン・プラチナ
 こだわりの装具・備品
 クオリティーの高い
 特別な高級プラン

プラン・ゴールド
 最期のひとつときを
 気品と心配りで彩る
 充実した基本プラン

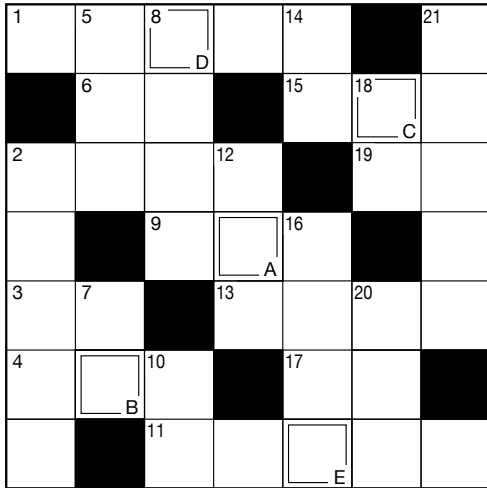
プラン・シルバー
 故人とお別れに
 必要なものを揃えた
 シンプルなプラン

プラン・パール
 ごく身近な方だけで
 お別れしたい方向け
 まごころプラン
 [家族葬等]

選べる
4つの
プラン

【正組合員・准組合員の方】
 やすらぎの杜の様々な**会員特典**がご利用いただけます。

年中無休・24時間受付
 (テngoク)
【棚倉斎場】 TEL: 0247-33-1059



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?

↓ **タテのカギ**

- 2 完成しました!
- 5 成長した羊の肉です
- 7 ペンは——より強し
- 8 彼は大舞台で面目——を果たした
- 10 手のひらや足の裏の反対側
- 12 旬よりも時期が早いもの
- 14 この教科の時間に
アサガオを育てた人も多いのでは
- 16 古くから、夏バテ防止にも
食べられてきた野菜
- 18 ウィッグや付け毛ではありません
- 20 クイズを出されて考えるもの
- 21 中学校で教育——をおこなう大学生

→ **ヨコのカギ**

出題：ニコリ

- 1 傘を忘れたときに軒先を借りてすることも
- 2 赤外線やX線もこれの一種
- 3 梅雨入りすると、
梅雨——がいつ頃なのか気になります
- 4 簡単には意見を曲げません
- 6 損の反対語
- 9 親しいつきあいのこと。
昔の——でなんとかしてよ
- 11 アメリカ原産の大きなカエル
- 13 自宅を離れて観光などをします
- 15 ウメやブルーベリーの食べる部分
- 17 合唱部が練習するもの
- 19 一年で一番昼が長い日

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
 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 5月29日(金) 当日消印有効

4月号答えは『レンキュウ』でした。
 たくさんのご応募ありがとうございます。
 ☆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
 2028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			

5月・6月行事予定カレンダー

5月

18 ㊦ きゅうり選果場竣工式

19 ㊦ みりよく満点物語出荷者協議会総会

第3回コンプライアンス委員会

20 ㊦ 企画会議
中畑・矢吹地区総代説明会
鮫川地区総代説明会

21 ㊦ 表郷地区総代説明会
鳩地区総代説明会

常勤役員会議

22 ㊦ 矢祭地区総代説明会
棚倉地区総代説明会

第25回通常総代会

28 ㊦ 第3回理事会
第3回監事会

29 ㊦ 第17回ファームサポート定時株主総会
第19回やすらぎの杜定時株主総会

6月

1 ㊦ 第1四半期購買品等棚卸

8 ㊦ 常勤役員による組員訪問(鳩地区)
渉外担当者検討会

10 ㊦ 部長・支店長・センター長会議

11 ㊦ 女性部レディースセミナー

12 ㊦ 常勤役員・部長会議

13 ㊦ 第8回JA東西しらかわゴルフ大会

15 ㊦ 常勤役員による組員訪問(矢祭地区、鮫川地区)

16 ㊦ 常勤役員会議

19 ㊦ 年金友の会ゴルフ大会

来月の総員外務は、
**6月15日(月)、16日(火)、17日(水)、
18日(木)、19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8年度 第2回理事会提出議案

と き：令和8年4月28日(火)

ところ：本店第1会議室

- 第1号議案 令和7年度決算監事監査の結果について
 - 第2号議案 令和8年度固定資産取得計画の変更について
 - 第3号議案 繰延税金資産の計上額の変更について
 - 第4号議案 令和7年度決算書類及び剰余金処分案の承認について
 - 第5号議案 令和7年度部門別損益計算書の承認について
 - 第6号議案 令和8年度における理事及び監事の報酬について
 - 第7号議案 役員の選任について
 - 第8号議案 役員退職慰労金の支給について
 - 第9号議案 第25回通常総代会の提出議案および運営について
 - 第10号議案 総会参考書類の記載事項及び書面による議決権行使の取扱について
 - 第11号議案 JA東西しらかわ自己改革実践(監督指針への対応)について
- ※議案は全て原案通り承認されました。

令和8年度 第2回監事会提出議案

と き：令和8年4月28日(金)

ところ：本店第5会議室

- 第1号議案 令和7年度決算監事監査の結果について
 - 第2号議案 令和7年度監査報告書の総代会提出について
 - 第3号議案 監事の選任議案に対する同意について
 - 第4号議案 会計監査人再任の適否について
- ※議案は全て原案通り承認されました

令和8年4月 和牛子牛セリ実績

市場：福島県家畜市場

単位：頭数・円(税込)

性別		頭数	平均価格	前月比	前年同月比
雌	市場	271	776,730	40,867	246,227
	東西しらかわ	31	773,158	45,958	245,501
去勢	市場	385	895,940	23,099	224,921
	東西しらかわ	46	869,216	14,548	189,101
計	市場	656	846,693	33,697	236,632
	東西しらかわ	77	830,543	37,734	205,868

《編集後記》

田植えも始まり、農家の皆さんも忙しくなりますね。

すでに暑い日が増えてきましたので、早めの熱中症対策を心がけてください!



JA東西しらかわのSNS



JA東西しらかわ

イベント情報や地域の旬な情報を発信しています!

◆公式HP



◆Instagram
JA_TOUZAI



◆X @jatouzai



私たちのなかま (令和8年4月30日現在)

- 組合員数 9,479人 (5)
- 組合員戸数 8,008戸 (6)
- 正組合員数 5,170人 (△3)
- 正組合員戸数 4,606戸 (△1)
- 准組合員数 4,309人 (8)
- 准組合員戸数 3,402戸 (7)

※()内は前年度比



みりよく満点物語 棚倉

毎週水曜日は、

お米の日!



令和7年産 各種玄米
1キロあたり **100円引き**

※サービスカウンターにて精米承ります。

レストラン「山ぼうし」からのご案内

～ディナー予約受付中～

シェフおまかせ料理と2時間飲み放題付



1人 **5,000円**(税込み)～

★飲み放題メニュー (セルフになります)
【瓶ビール・日本酒・焼酎・レモンサワー・ハイボール・ノンアルコール類・ソフトドリンク】
※予約人数：5名以上からお願いします。
※お食事のみのご予約も承ります。ご相談ください。

～お弁当・オードブル等も承ります～

●ご予約は3日前までをお願いします。 ●配達には行っていません。



営業時間

ランチタイム 11:00～14:30 (ラストオーダー 14:00)

ディナータイム (要予約) 17:00～20:30 (ラストオーダー 20:15)

定休日 毎週 火・水曜日

お問い合わせ：TEL 0247-33-1212 (事務所)

みりよく満点物語
『野菜の苗市』開催中!



今年はエリアを少し拡大して開催しております『野菜の苗市』。GWも相まって、連日多くのお客様にご来店頂いており、人気の苗はすぐ売り切れるなど好評をいただいております。5月末まで開催となっておりますが、苗の搬入状況などにより延長する場合がございますので、お問い合わせください。

みりよく満点物語 出店・イベント情報

～5月末まで開催中

『野菜の苗市』

5月19日(火)

「第14回出荷者協議会総会」

5月23日(土)

「近津幼稚園 野菜販売体験」

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 高信)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)

6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

●レストラン「山ぼうし」11:00～14:30 (L.O.14:00)

〒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

レストラン TEL(0247)23-0831

定休日

《直売所》
6月16日(火)

レストラン「山ぼうし」
毎週 月・火

5月19日(火) 出荷者協議会総会

かがやき 5

2026

No.303

2026年5月13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

