



2019年応募入賞作品「梅雨晴れ」（上松町見帰） 撮影者：池戸健二さん（上松町）

特集① 第46回通常総代会開催 ② 新役員執行体制が決まりました

- 女性部だより…さわやか教室、各支部の活動からの話題
- 営農情報だより…(家庭菜園アドバイス) 追肥について
- 「農薬危害防止運動」実施中！
- JA共済こどもくらぶ会員募集中！
- 手軽に健康 手指体操…指の間とんとんたたき



出羽海部屋の木曾合宿に、御嶽はくさいなど長野県産農畜産物を贈って応援



県産農畜産物の籠盛を持つ御嶽海関と田屋組合長（左）ら

6月19日 JA全農長野とJA木曾は御嶽海関が所属する出羽海部屋に県産農畜産物を贈りました。同部屋が6月20日から3日間、木曾町民相撲場で合宿するのに合わせて、合宿の成功と御嶽海関の健闘を祈念して寄贈しました。木曾町日義の宿泊施設で寄贈式を開催し、全農長野の佐藤利久管理部長とJAの田屋万芳組合長が、同部屋の高崎親方と御嶽海関に、目録と県産農畜産物の籠盛を手渡しました。

高崎親方は「環境の素晴らしい木曾で一生懸命



木曾合宿に臨む出羽海部屋の力士たち

命稽古して、7月の名古屋場所に向けて良い成績を残したい」とあいさつし、御嶽海関は「名古屋場所に向けて、この合宿で稽古を積んで頑張りたい」と決意を語りました。

贈呈したのは 木曾牛、御嶽はくさい、御嶽ぶなしめじをはじめとした肉、野菜、きのこ、乳製品などの県産農畜産物160キロ。

田屋組合長は「県産農畜産物のPRができて良かった。夏場所に向けてしっかりと食べて稽古をしてもらいたい」と話しました。

木曾地域農業入門講座

花の苗定植とインゲン間引き作業など学ぶ

6月13日 野菜や花などを作って収入を得たい人を対象に農業の基礎を学ぶ「農業入門講座」の圃場実習3回目がJA日義支所の圃場で行われました。アスターやトルコギキョウの苗の定植、5月に播種したサヤインゲンの間引きと支柱立て作業などを行いました。受講者はJA営農技術員の指導で、苗の植え方、間引きの仕方、フラワーネットや支柱の立て方などを学びました。アスターなどはJAで用意した苗を



間引きしたインゲンの周りに支柱を立てる受講者

マルチを張った畝に穴をあけて植えました。5月に2粒まいて生長したインゲンはハサミで切って1本にする間引きを行いました。

中学生の車いす体験学習にJAが協力

6月18日 木曾町中学校3年生2クラス56人が、7月の木曾郡内の福祉施設での福祉体験の前に、高齢者や障害者の身体と心を理解する疑似体験と車いす介助の方法を学ぶ体験学習を行い、木曾町社協とJA木曾介護センターが合同で指導しました。車いす体験を指導するJA介護センター職員が、車いすの仕組みや操作上の注意について説明し、特に乗る人の気持ちを思いやり、声掛けをしながら操作することの大切さを教えました。生徒たちは二人一組で操



段差での車いす操作を体験する生徒

作と乗車を交互に体験しました。体験した生徒は「段差のある所での操作が難しかった」と話していました。

皆様からの情報提供をお待ちしています。
JA木曾総務管理部 ☎0264-22-2128

6月家畜市、和牛子牛平均価格下げる

6月6日 JA全農長野は、長野県中央家畜市場（木曾町伊谷）で定例の6月市場を開きました。和牛子牛287頭が上場し、全頭が成立しました。子牛全体の平均価格は前回4月市場から33,923円下げて780,084円（税込）。血統や個体差が価格に大きく反映され、人気系統でも体重が軽いと安値になり、平均を大きく下げる原因となりました。セリ前に行われた子牛共進会の木曾管内の結果は次の通りです。
去勢牛＝最優秀賞 田中昭人さん（木曾町）。
雌牛＝最優秀賞 尾崎文雄さん（木曾町）、優秀賞＝丸山幸一さん（木曽村）。



セリを見守るJA関係役員や生産者ら

人形供養祭で思い出詰まった人形など供養

6月8日 JAは葬祭施設JA虹のホールきそで、人形供養祭を開きました。組合員や地域住民の家族連れら約200人の来場者が訪れ、思い出の詰まった雛人形やぬいぐるみなど約1,300体が持ち込まれ、供養しました。供養祭には約70人が参列し、王滝村の鳳泉寺住職の読経の中、参列者が焼香し手を合わせました。参列者は「長年愛用した人形を粗末に処分するよりは供養してもらったほうが安心。まだ家に残っているが、また来年も来て納めたい」と話していました。



住職の読経の中、焼香する参列者

犬山中学校2年生、木曾で農業体験

5月30日 毎年恒例の愛知県の犬山中学校2年生による木曾の歴史や文化について学ぶ「木曾総合学習」が5月29日から3日間行われ、班ごとの体験学習でJA木曾の営農担当職員が日義と開田高原での農業体験などの指導に協力しました。日義では田植え体験に4人が参加し、地元農家の田屋宗喜さんから苗の植え方などを教わり、裸足で水田の中に入り苗を植えました。

開田地区へは5人が参加し、木曾や開田地区の農業の歴史と特色などを営農担当職員から説明を受けた後、(株)JAファームきそで栽培している「玉ねぎ」の定植体験を行いました。



初めての田植えを体験する犬山中学の生徒

ヒペリカム7月中旬出荷を前に仕上げの芽整理

6月4日 南部花卉生産部会は、不要な枝を取り除くヒペリカム芽整理講習会を南木曾町柿其で行いました。芽整理は春の台刈り後、萌芽した芽を必要本数に整理する作業です。芽整理をして不要な枝を取り除く事により1本の莖をしっかりと仕上げる品質向上の為の大切な作業です。今年は春の低温と霜害により生育が1ヶ月遅れ、更に生育にもバラつきがありました。生産者も「芽整理も苦労しそうだ」と話していました。芽整理後1ヵ月半の生育期間を経て7月中旬からの出荷をめざします。



芽整理の方法を学ぶ生産者

第46回 通常総代会開催

「地域の農業とくらしに」「なくてはならないJA」をめざす

5月28日、第46回通常総代会を木曾文化公園文化ホールで行いました。総代総数508人のうち、書面を含め487人が出席しました。平成30年度の事業報告、長期構想・次期3カ年計画と令和元年度の事業計画、定款変更、役員選任などの10議案を審議し、承認可決しました。また、「日米貿易交渉とJA自己改革に関する特別決議」を提案し承認しました。



組合員との対話活動を通して、さらなる自己改革に取り組み



冒頭挨拶した高橋徳組合長は、「変化する環境に対応するため、

将来にわたって維持する経営基盤の確立とともに『持続可能な農業の実現』『笑顔あふれる地域づくり』『なくてはならないJA』の三つをJA木曾の目指す姿として、組合員との対話を通してさらなる自己改革を進める。令和の時代を役員一丸となつて取り組む」と話しました。



議長を務めた邑上豊美さん（左）と中田真司さん（右）

30年度経常利益、計画を上回る

JA自己改革3年目の平成30年度は、「農業とくらし地域とともに歩み続けます」をビジョンとして掲げた長期構想後期中期計画の最終年度として、主軸とされる農業生産力の維持に努め、農業関係の事業実績は農産畜産ともに計画を達成することができました。

信用共済事業はマイナズ金利政策の影響により資金運用先の選定や確保が困難な状況が続く中、資金量や保有高は減少したものの事業利益は計画を上回ることができました。

こうした中、JAを取り巻く環境を鑑み、事業と経営の見直しをすすめるとともに、公認会計士監査に対応する内部統制の再整備、また、財務会計の精度を更に高めるために購買品棚卸評価方法の変更に取り組んでまいりました。

平成30年度の決算については、厳しい事業環境であったものの、事業総利益は13億5千万円余（計画比103.1%）、経常利益1億円余（計

画比134%）を確保しました。経営の健全性を示す単体自己資本比率は、16.87%となりました。

第46回通常総代会提出議案

第1号議案

平成30年度事業報告、剰余金処分案の承認について

第2号議案

定款の変更について

第3号議案

木曾農業協同組合規約の変更について

第4号議案

定款変更に伴う監事監査規程の改定について

第5号議案

会計監査人の選任について

第6号議案

JA長期構想・次期3カ年計画の策定について

第7号議案

令和元年度事業計画並びに収支計画の設定について

第8号議案

役員の選任について

第9号議案

令和元年度における理事及び監事の報酬決定について

第10号議案

役員退職慰労金の支給について

長期構想ビジョン

「農業とくらし、地域とともに歩み続けます」

農をつくる

意欲をもって取り組める持続可能な農業を実現します。

【農業生産基盤強化による産地の維持】

県域と連携した農業労働力支援や、多様な担い手への総合事業を生かした農業支援を強化し、木曾地域農業を維持するための施策に取り組めます。

くらしをつくる

笑顔あふれる地域をつくります。

【地域とのつながり強化】

訪問活動を基軸とした相談機能発揮による組合員満足度の向上や、総合事業を生かしたPR活動、また、JAへの参加参画を促す活動を行い、地域での存在意義を高めます。

JAをつくる

地域の農業とくらしに『なくてはならないJA』となります。

【持続可能な経営基盤の構築】

総合事業として木曾に根差し続けるJAであるために、事業改革への取り組み、「事業拠点再構築方針」に基づく事業拠点の効率化・合理化をすすめながら経営の安定を図り、組合員利用者みなさまに安心してご利用いただけるJAを再構築します。

組合員・地域住民の事業利用例



令和元年度事業計画 基本方針

令和元年度は新3カ年計画初年度にあたり、次段の重点項目を掲げ、農業生産基盤の強化による産地の維持、組合員とJAのつながりの強化に向けた取り組みを行ってまいります。そして「総合事業だからこそ」の強みを活かし、地域にとつてなくてはならない組織であり続けるため、改めて協同組合の原点に立って自己改革をすすめ、組合員の皆さんとの話し合いを深めながら、安心してご利用いただけるJAを再構築してまいります。

重点項目

- ① 生産性向上による所得増大につながる施策を実施し、未来を担う農業者の維持・拡大に取り組めます。
- ② 地域・組合員のニーズに沿った提案と、イベントの発信と参加による地域とのつながり強化に取り組めます。
- ③ 木曾に根差し続けるJAであるために、経営基盤の安定に努めます。



定款の変更と役員選任の承認賛否は総代による投票で行われました。



賛成多数で全10議案が可決しました。

新役員執行体制が決まりました

任期満了に伴う役員選任が5月28日の第46回通常総代会で承認され、翌日の29日に開催された理事会・監事会においてJA運営の新執行体制を審議し、決定しました。



代表理事組合長
田屋 万芳

この度の役員改選におきまして、代表理事組合長に就任いたしました。木曾の農業・JA木曾を取り巻く環境が厳しい中での就任ということで、その責任の重大さに身の引き締まる思いがしております。これからは今回の総代会にて承認されました次期3力年計画を着実に実行していくことが我々新役員の使命だと考えています。

地域組合員や地域住民のために、微力ではございますが専心努力する所存でございますので、従来と変わらざるの皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。



代表理事専務理事
中島 拓也

この度の役員改選により代表理事専務に選任されました。改めましてその重責を痛感しております。微力ではあります。専心努力して参りますので、役員員の皆様は基より、組合員皆様のご指導ご支援をお願い申し上げます。

木曾の農業を取り巻く環境は厳しく、少子高齢化、人口減少の中で後継者の育成は大きな課題であり、深刻な問題であります。運営も大きな転換期を迎えており、協同組合としての役割を果たしながら、農業と地域に根差した組織であり続けるために、財務の健全化にも努めて参りたいと考えます。組合員皆様の一層のご協力をお願い申し上げます。就任のご挨拶とさせていただきます。



常務理事
青木 一孝

このたび、理事会のご推薦により常務理事に就任いたしました。農業を取り巻く環境が大きく変わり、JAの存在意義が改めて問われています。また、農村の過疎化、正組合員の減少等による事業量の低下や金融緩和策の影響による信用共済事業の収益悪化と、JAの経営は厳しさを増している状況にあります。組合員や地域にとって無くてはならないJAであるために、組合員・地域とJAを結び関係を深める役割を自覚し、持続可能な経営基盤の確立に向け、微力ながら誠心誠意取り組んでまいりる所存です。ご支援のほどよろしくお願い申し上げます。

理事

総務金融担当理事会



副理事長
三尾 章



理事長
小椋 一三



片田 恵



久保寺 益美



梶原 隆彦

生産経済担当理事会



征矢野 隆夫



副理事長
寺平 栄



理事長
新屋 良弘



桶野 直紀



織田 晴久



細尾 正

監事



中村 裕子



常勤監事
古田 一昭



代表監事
鎌 亮治



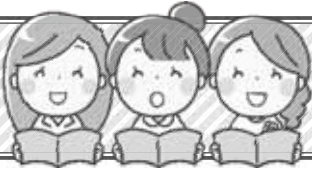
原 卓男



瓜尾 豊



大畑 哲也



女性部だより



各本支部の
主な活動について
紹介します。



さわやか教室

東京・横浜をめぐる優雅な一泊旅行を楽しむ



6月17日～18日 東京・横浜をめぐる旅行に23人の部員が参加しました。1日目はホテル雅叙園東京を見学した後、品川プリンスホテルでビュッフェ、午後は味の素川崎工場で製品工程の見学。夜は横浜港クルーズで洋上からの夜景を眺めながら本格的ディナーを堪能しました。2日目は港の見える丘公園を散策後、赤レンガ倉庫で買い物、お昼は中華街で中華料理を楽しみました。2日間とも優雅で豪華な食事が続き、部員も笑顔が絶えない旅行となりました。

さわやか教室

エコープマーク品などを使って簡単料理教室



6月7日 家の光記事を活用した活動として、木曾町文化交流センターで、エコープマーク品などを使った料理教室を開催し、10人の部員が参加しました。メニューは、サバのアイデアおこわ、納豆とモズクのかき揚げ、鶏ささみと水菜のサラダ、具だくさん味噌汁、ナガイモムースの5品で気軽に簡単にできる料理を学びました。サバ缶を使ったおこわは缶詰の汁ごと炊いたので、ご飯にほんのり味がつき、彩り豊かなおかずと共に美味しくいただきました。

5月31日 さわやか教室・ゆったり日帰り温泉 信州花フェスタと美ヶ原温泉で楽しむ



バス3台で73人の部員が参加し、信州スカイパークの「信州花フェスタ」での散策、美ヶ原温泉の「ホテル翔峰」でおいしい食事と温泉を堪能し、楽しむことができました。

6月14日 日義支部研修旅行（23人参加）

上越の水族博物館とJA農産物直売所を見学



日本海の海の幸の昼食と買い物を楽しんだ後、リニューアルした上越市立水族博物館やJAえちご上越が運営する大規模農産物直売所や鮮魚売り場を併設する「上越あるるん村」を見学しました。

6月17日 奈良井支部

ほう葉巻きを作る（場所：奈良井公民館）



木曾の季節のお菓子として、親戚・知人に届けたり、家で食べるほう葉巻を部員7人が参加して作りました。匂いに誘われて外国観光客がのぞき込む一幕もあり、楽しく会話を交わしながら作りました。

6月17日 福島・上田・黒川支部合同

木曾養護学校でほう葉巻き作り交流会



恒例行事となっている木曾養護学校の寄宿舍生との郷土作り交流会に3支部合同で参加しました。木曾町食生活改善推進協議会からJA女性部に引き継いで今年で6年目となりました。

営農情報たより



ご相談・お問い合わせは 農業生活部 農事園芸課 ☎(0264) 22-2128
 グリーンファームきそ店 ☎(0264) 22-3061

家庭菜園アドバイス

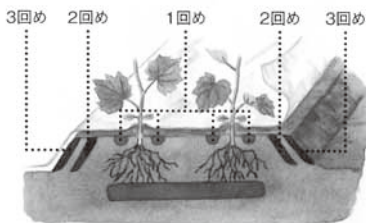
追肥について

7月に入り、これから夏野菜等の収穫が始まる季節となりました。より長く収穫を楽しむためには追肥が大切になってきます。今回は追肥についてご紹介します。

1. 追肥の意味

多くの野菜は、生長するにつれて必要とする肥料の量が増えます。そこで、元肥の効果が切れてくる前に、追肥として適量の肥料を根が吸収しやすい場所に与えます。畝の肩のほか、通路、株間や条間など、根が伸びていく先にまくことがポイントです。野菜によってまき方や回数は異なります。

畝の両側に



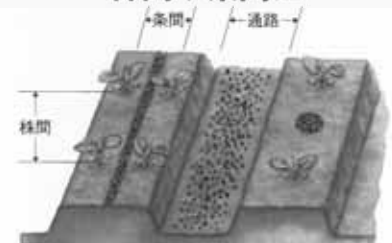
果菜類は株元に1回め、以降は根の伸びに合わせて株から少し離れた位置に。マルチを張っている場合は、マルチをめくって施す。

畝の片側に



トウモロコシやサヤインゲンなどは、畝の片側に。畝の肩に1回め、通路に2回めを施し、土と混ぜ合わせる。

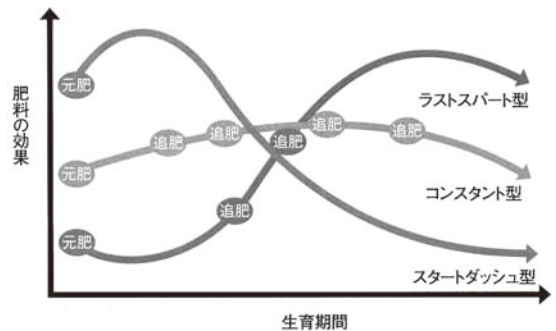
株間や条間に



キャベツやダイコンなどは、株間、条間に穴や溝を掘って施す。通路に施してもよい。

2. 野菜別 肥料の効かせ方

野菜は種類によって肥料を必要とする時期が異なります。生育初期に多くの肥料を必要とするスタートダッシュ型、生育後期のほうが必要となるラストスパート型、ほぼ一定の間隔・量の施肥が必要なコンスタント型に分けることができます。



型	野菜名	施肥のポイント
スタートダッシュ型	ハウレンソウ、コマツナ、サツマイモ、ジャガイモ、エダマメ、小カブなど	元肥が主体で全面に肥料をまく。
セミスタートダッシュ型	ハクサイ、キャベツ、タマネギ、ニンジン、ナガイモなど	元肥が主体で肥料の効果が長持ちする肥料をまく。生育中期までは肥料切れに気をつけて追肥を行い、後半は控える。
コンスタント型	キュウリ、トマト、ピーマン、ナス、サヤインゲン、ネギなど	元肥は緩やかに効果が持続するものをまく。追肥は回数を多くして、後半の肥料切れを防ぐ。
セミラストスパート型	エンドウ、トウモロコシ、イチゴなど	元肥はやや控えめにする。追肥は早くから、一定頻度で行う。
ラストスパート型	カボチャ、スイカ、メロン、ダイコン、ゴボウなど	元肥は控えめにする。着果した後や根の部分が大きくなる時期にかけて、追肥をして生育を調整する。

※イラスト・表：2018年家の光4月号別冊付録「覚えておきたい畑仕事のきほん～追肥の施し方」より抜粋

農薬の適正使用で 「農作物・生産者・環境」の安全を守りましょう

農薬を知る

理解する

適正に使う

農作業が本格化し、病虫害防除のための農薬使用が多くなる時期になりました。
農薬による事故を未然に防ぎ、安全な農産物を作るために、以下の点に注意しましょう。

① 農薬使用前には、必ず農薬ラベルの内容を確認しましょう。

- ◎農薬ラベルには、その農薬の適作物や使用量、時期、回数などの「**使用基準**」が記載されています。
- ◎使い慣れた農薬でも、**今一度ラベルをよく確認**しましょう。



② 散布器具を点検しましょう。

- ◎前回使用した農薬が散布器具に残ったまま使用すると、薬害や収穫物に農薬が残留する場合があります。
- ◎農薬使用前には、**散布器具がきちんと洗ってあるかどうか確認**し、使用後には、散布器具を速やかに洗いましょう。

③ 農薬が周辺に飛散しないよう、注意して防除を行いましょう。

- ◎周辺農作物や、一般住宅、畜舎などに**飛散しないよう**、風の向きや強さに気をつけるなど、細心の注意を払いましょう。
- ◎散布の際には、近くの住民や農家、散布時期、使用する農薬などを**事前に連絡**しましょう。



④ 農薬は鍵のかかる専用の保管庫に入れて管理しましょう。

- ◎農薬の誤飲や誤使用などによる被害を防ぐため、農薬は食品などと分けて**鍵のかかる場所に保管**しましょう。
- ◎農薬をペットボトル、ガラス瓶など飲食品の空き容器などに**移し替えて保管することは絶対にしない**。



⑤ 健康管理に注意し、農薬中毒などの事故を防ぎましょう。

- ◎農薬事故の多くは、マスクや防除衣などの整備が不十分であったり、体調が万全でないまま作業に従事したり、強風下で散布するなど、作業者の不注意により発生しています。
- ◎日頃の健康管理に十分留意するほか、体に異常を感じたら、すぐに医師の診察を受けましょう。



秀作

- ① 整ひし水張田の面澄みわたり薫る若葉と青空写す
日義 越取 思正子
 - ② 開発に消えし故郷の春竜胆か偲び購ふ店に並ぶを
三岳 大豆 ふみ子
 - ③ 乗り降りの客まばらなる駅前八重桜ひそと散りて日暮るる
大桑 科野 八重
- 【選評】 ①五月は田植のシーズンでした。田植の準備が万端整った水を張った田を見ての叙景歌。初句に作者の感慨が籠る。
②東名高速道路インターの開設により故郷の自然が失われたことを嘆く作者。望郷の思いにかられ春リンドウを買いました。味わい深い一首。
③利用者が減り、駅前が寂しくなりました。味わい深い一首。

佳作

- シヤガの花朝日さし込む裏庭に藤色淡くさみしく咲けり
奈良井 工藤 勇三
- タンポポの踏まれちぎられなお咲かす生命力に憎さと絶賛
木祖 武重 慧
- 蛇くわえ垂らして空を飛ぶ鷹を息のみて見る山裾の畑に
木祖 佐々木 千代子
- 親四人はらから六人と別れしが今宵穏しく送る平成
新開 池井 十与子
- 五月晴れ初めて乗れた自転車に孫も若葉も光りみなぐる
開田 梅戸 幸子
- 見わたせる萌ゆる葡萄棚みずみずし無事の手術に安堵する車窓に
開田 嶽見 和子
- 鳥追ひに張りしテープの効果あり朝露光り唐黍発芽す
三岳 小坂 信子
- ことしこそ多に蕎麦の花咲かせたいと夫と決めて電柵を張る
王滝 三浦 美春
- プリンスホテルの二十二階より街並遠くスカイツリーは忽然と建つ
上松 古田 澄子
- 朝日さし雪被く山金色なりふるへて汽車待つ孫は入学
上松 原 ぎよ子
- 令和にとバトンタッチし穏やかに年重ねつつ時流れ行く
大桑 金澤 紀子
- ネパール瓦礫の下の子供たち星降る夜は怯え泣くかや
南木曾 藤原 勝

短歌募集

※一人ハガキ1枚に未発表作品2首以内を記入し、住所・氏名・電話番号を明記のうえ、下記へ投稿してください。
【投稿先】〒397-0001 木曾郡木曾町福島3807-1 「JA木曾本所総務管理部 JA歌壇 係」行
【編集の都合により、7月末日までの到着はがきにて選考いたします。《9月号掲載作品を募集中です》】

- 清々し令和の朝の新樹かな
一声の音頭に蛙大合唱
媒を迎へ桜湯まず勧め
山吹の沢を隠して咲き競ふ
母の日や絵文字の花束抱きしめる
菖蒲湯にはしゃぐ子等の騒がしや
直角に飛ぶ燕や武家屋敷
補聴器のいらぬ草取りいと楽し
木々を縫い球音響き夏に入る
植樹祭目指すは樹齢百余歳
高く積む桶材匂ふ若葉風
望郷の木苺ことに甘きこと
木曾古道一步一步に蝉の声
葉桜の大樹静かに風そぼふ
一人居に食欲の無き薄暑かな
打つ雨に薔薇は無惨に地に散りぬ
長閑さや猫に貰いし大欠伸
デコルテのお后凛と新樹光
誰知るや母の青春母子草
墨絵めく夏霧覆ふダム真下
五月雨やワルツを奏で降りしきる
ゴールデンウィーク通帳記入利子一円
- 上松 高柳 恒男
上松 徳原 義一郎
上松 清水 庄助
上松 高柳 和義
日義 明嵐 久子
南木曾 山田 富美子
木祖 佐々木 千代子
奈良井 工藤 勇三
大桑 目谷 勝義
上松 村仲 徹
大桑 勝野 五月
南木曾 楯野 美江
王滝 小山 誠
上松 福邑 忠
木祖 岩原 政広
大桑 垣外 安喜子
大桑 加藤 孝治
上松 武居 和江
贄川 小澤 典子
木祖 宮島 三男人
南木曾 藤原 勝
南木曾 平田 さち子

【選評】

- 恒男さん……心持も清しく迎えた令和の朝。これからへの期待を抱いて、新樹が気持を現わしている。
- 義一郎さん……夕方又は雨降の日等、田蛙の一声が大合唱となる。あの雰囲気はなんとも云えない風物詩だ。
- 庄助さん……仲人さん、迎える日桜湯を勧め、いい話になりそうと感じ。お祝い事には桜湯が定番の地方でもある。

選者の一句

山際の茜の空へ桐の花

俳句募集

※一人ハガキ1枚に作品3句以内を記入し、住所・氏名・電話番号を明記のうえ、下記へ郵送してください。
【投句先】〒397-0002 木曾町新開2795-2 「古坂 房 先生」宛
【締切日は設定しません、いつでもご投句ください。《毎月発表しています》】

子育て中のみなさまにうれしいお知らせです！



JA共済 こどもくらぶ

会員募集中!!



入会金・年会費無料

募集期間 令和元年7月末まで



会員特典 その1

2ヶ月に一度、育児雑誌を無料配布！

会員特典 その2

出産時のお祝いとして、こどもくらぶ特製おくるみタオルをプレゼント！

会員特典 その3

各種イベントのご案内などお得な情報をお届けします！

会員資格

JA木曾管内在住・在勤の妊婦、または1歳までのお子さまをお持ちのお母さま。

申込方法

JA木曾各支所の窓口を設置している所定の申込書に必要事項をご記入の上、最寄りの窓口またはお伺いした職員へお渡しください。



【お問い合わせ】JA木曾 本所共済部 こどもくらぶ事務局（電話：0264-22-2782）
または支所共済担当者まで

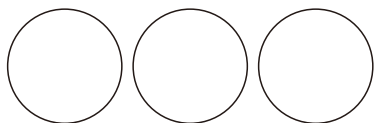
きりとり線

おもて

16ページ 「頭の体操 まちがいさがしに挑戦」 解答用紙

7月号 No.365

答え（番号）



〒

-

☎

ご住所

お名前

男・女

年齢

才

*応募の締切 7月31日(水)

*ご応募は、お1人様1枚を有効とさせていただきます。用紙が足りない場合は各支所窓口にご用意しておりますのでお尋ねください。

*ご記入いただいた個人情報は、景品の発送以外には使用いたしません。

*ご意見ご要望や情報は、クイズの解答に関係なくこの用紙のウラをご利用ください。

こちらの用紙を切り取っていただきJA木曾本支所窓口およびA・コープきそ店舗え付けの応募箱へお出しください。



手軽に健康 手指体操

健康生活研究所所長
堤 喜久雄

指の間とんとんたたき

水分不足により夏バテしやすい時期です。気力も落ちやすいので、元気をキープしたいところ。暑い時期にぴったりのつぼ刺激を意識した体操をご紹介します。

指と指の間をつぼは両手を合わせて8カ所あり、まとめて八邪（はちじゃ）と呼ばれています。八邪は東洋医学では健康に良くない気が滞りやすい場所と考えられており、つぼに刺激を与える

ことで邪の気を解消していきまします。やる気が出ないときや眠気を覚ましたいときにも効果的。簡単なので、起き抜けやパソコン作業中、あるいはおしゃべりしながらなど、気付いたときにやってみると良いですね。
たたき方は力を入れ過ぎず軽い感じでOKです。速さやたたく回数に変化をつけるのもお勧めです。

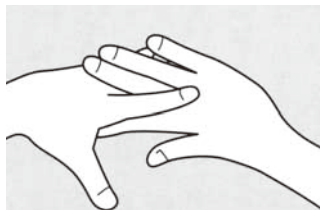
軽くりズミカルにとんとんたたき

ステップ1

POINT このとき左右両方の腕を動かします。



(1)左右の手の親指と人さし指の間同士をとんとんと軽くたたき合わせます。1秒1~2回程度のペースで、20回繰り返しましょう。



(2)同様に人さし指と中指の間同士、中指と薬指の間同士、薬指と小指の間同士をたたき合わせます。

ステップ2



(3)手の上下を変えた動きを加えます。(1)の体操を行った後、手を入れ替えて親指と人さし指の間同士をたたき合わせます。



(4)同様に人さし指と中指の間同士、中指と薬指の間同士、薬指と小指の間同士もそれぞれ手を返し同じ体操を繰り返します。



お天気カレンダー

気象予報士（株式会社ハレックス）
檜山 靖洋

やませ

オホーツク海で高気圧が優勢になると、北海道から関東にかけての太平洋側では、冷たい東寄りの風が吹き、低温と日照不足になります。この風は「やませ（山背）」と呼ばれ、夏に冷害をもたらします。

1993年は、やませが吹いた日が多く、東北の太平洋側を中心に記録的な低温になり、水稻の生育が遅れるなど農作物への被害が大きくなりました。この年は、九州から東北にかけての梅雨明けが特定できないほどで、夏らしい夏にはなりません

でした。
極端な低温が続かなくても、オホーツク海に高気圧ができれば、数日間低温が続くことはあります。この時期は、オホーツク海の高気圧に注目して天気図を見ると良さそうです。ただ、天気図を見て「やませを『止（や）ませ』て」と言ったところで、どうすることもできません。少しでも低温対策を取って被害を最小限にしたいところです。

きりとり線

う ら

「頭の体操 まちがいさがしに挑戦」 解答用紙

1、JAや広報誌へのご意見・ご要望（どんなことでも、お聞かせください）

.....

2、身近な出来事・話題など、情報をお寄せください（広報誌にて紹介させていただく場合がございます）

.....

J Aからのお知らせ



虹のホールきそからのお知らせ

■「なんでも相談会」の開催

① 7月17日(水)

② 7月29日(月)

会場：JA虹のホールきそ

時間：午前9時～午後5時

※上記以外でも可能ですが、状況により承れない場合があります。自宅等訪問の出張相談を随時承りますので、先ずはご連絡ください。

■お盆を迎えるにあたり

今年新盆を迎える方々、盆提灯や返礼品などはお決まりでしょうか？

虹のホールで承り中ですので是非ご用命ください。新盆ではない方々も、ご先祖様を迎える機会に仏具など揃えてみてはどうでしょうか？こちら虹のホールで承ります。



JA虹のホールきそ

長野県木曾郡木曾町福島6448番地1

☎ 0120-23-2513 ☎ 0264-23-2513

JAバンク 年金相談会のお知らせ

年金の専門家が分かりやすく相談に応じます。ご相談には基礎年金番号通知書（夫婦）、年金定期便（夫婦）、雇用保険被保険者証、印鑑をご持参ください。

今月の年金相談会

7月9日(火) 木祖支所
(開催済み)

来月の年金相談会

8月21日(水) 大桑支所

理事会だより

● 6月26日(水)開催

【協議事項】

- ① 5月末（第1四半期決算）事業状況について
- ② 木曾地域振興(株)第1四半期決算の状況について
- ③ 従たる事務所の所在地の変更について
- ④ 大桑支所解体撤去工事の発注について
- ⑤ 参与の承認について
- ⑥ 平成30年度ディスクロージャー誌について
- ⑦ 職務規程・職務権限表の改正について
- ⑧ 固定資産の取得について
- ⑨ 信用事業方法書の一部変更について

(ほか)

【報告事項】

- ① 業務一般経過報告について
- ② 組合員の状況について
- ③ 大桑支所建設の経過報告について
- ④ 令和2年度新採用職員募集（2次）について
- ⑤ 内部統制報告について
- ⑥ 第1四半期余裕金運用状況について
- ⑦ 令和元年度第2四半期余裕金運用方針の報告について
- ⑧ 農業生活部・金融部・共済部各事業報告について

(ほか)

おたよりコーナー

令和元年5月中にいただいたおたよりから

4月の晩霜のため、遅れていた山畑のジャーマンアイリスが咲き始めました。畑へ行く楽しみが増えました。

(奈良井：工藤さん 88才)

ようやく選挙も終わり農作業を始める。今年は例年になく4月が寒く、成育が遅れている感じがする。今年も豊作を願うばかりである。

(木祖：安原さん 66才)

雪が降らなかつたり異常気象の今年。「沖縄の大雨」など「作物」等大丈夫な年なのか心配です。そういえば、「こぶし」の花も今年は不良です。

(開田：中村さん 73才)

5月23日、御嶽海の応援に両国へ行って来ました。国技館の雰囲気は何とも言えない感じで好きです。

(南木曾：藤原さん 60才)

JA木曽

サマー キャンペーン

Summer Campaign!

2019.8.30 Friまで

ほくのお菓子やグッズがもらえるよ!

JA木曽

※詳しくはお近くのJA支所までお問い合わせください。

Tohato
Caramel Corn x YORIZO

よりぞう
キャラメルコーン

よりぞう
トートバッグ

よりぞうタオル

いずれの景品もなくなり次第終了となりますのでご了承ください。

©よりぞう
JAバンク新キャラクター

介護センターからのお知らせ

介護福祉用具展示品を 豊富に揃えました!

(JA共済地域・農業活性化積立金活用購入見本品展示)

介護用靴の種類が充実!

- 症状に合わせて靴を選べます。
- 自分に合った靴に部分調整ができます。
- サイズ違いや片方の靴だけでもご購入いただけます。

徳武産業(株)のあゆみシューズ

あゆみ カーブでつまずきにくい

年とともに変わる歩行の変化を考え、つま先は適度な反り返りでつまずきを防止します。

あゆみカーブはやさしさの角度でつまずきを防止します

靴の内側でも調整できる

中敷を取り外したり挿入することで微調整ができます。

カップインソール

ダブルマジックⅢ

軽量

軽量でありながら安心の履き心地です。

かかとをしっかり支える
カップインソールが足をやさしく包み、かかと部のカウンターがしっかり支えます。

調整しやすい

足の状態に合わせてベルトやひもで調整が可能です。

マジックベルトで簡単調整



JA共済

◎用途や症状に合わせて選べますのでお気軽にご相談ください。

◎介護センターでは、手すりやスロープ等設置の住宅改修のご相談も承ります。

ご相談・お申込み：JA木曽 介護センター TEL：0264-21-2113

グリーンファームだより

(価格は税込みです)

草刈り用品各種販売中!!

刈払機

工進充電式 ライトトリマー

バッテリー式だから
静かで軽!

〈SLT-1820〉

14,800円



工進手押し式 エンジン草刈機

押すだけで草刈りできる
ラクラク草刈機!

29,800円



草刈刃

一般草刈り、小石が多い場所に。

青龍チップソー

230mm×36P
255mm×36P

1枚
2,080円



畔草や雑草刈りに

飛龍チップソー

230mm×36P
255mm×40P

1枚
2,080円



背丈のある柔らかい草刈りに

金龍チップソー

230mm×36P
255mm×40P

1枚
2,800円



山林用、竹・笹刈りに

白龍チップソー

230mm×36P
255mm×40P

1枚
2,200円



定休日：毎週水曜日。

営業時間：午前8:30～午後6:00 グリーンファームきそ ☎22-3061

JAお役立ち生活情報

《注文・お問い合わせ》

JA木曾 生活センター ☎23-2112

今年もご家庭で、身体にうれしいお漬物を作りませんか。

漬物用

クミアイ 酒粕

変わらぬ品質

やっぱり信頼の
クミアイ酒粕



セロリ、なす、大根、人参、きゅうり等、
季節の野菜もおいしく漬かります。

奈良漬の漬け方

- 生瓜7～8本(約3.5kg)に対し酒粕3.5kgの割合でご利用ください。食塩はお好みでご使用ください。
- 生瓜を縦二つ割りにして種を除き、一日程度塩漬けた後、布で水を拭き取り陰乾しをします。
- 酒粕にみりん又は砂糖を混ぜて、瓜と交互にキッチン詰めます。
- 上手に漬けるコツは、漬かる素材より粕を多めに使用することです。

酒粕の健康効果

酒粕は血液中のコレステロール値を下げ、高血圧や糖尿病などの予防に役立ちます。糖分が脂肪に変わるのを防ぐため、ダイエット効果も。さらに肝臓の保護やアレルギー症状の改善など、うれしい健康効果をたくさん持っています。

規格	価格
3.5Kg ポリ袋入り1袋	1,290円 (税込) (参考本体価格1,194円)
10Kg ダンボール入り1箱	3,500円 (税込) (参考本体価格3,241円)



今回は5月28日、第46回通常総代会の会場で展示された女性部の手芸作品からの問題です。上と下の写真を比べると、3カ所の間違いがあります。挑戦して下さい。

①	②	③
④	⑤	⑥
⑦	⑧	⑨

※出題エリアNoは、左図の通りです。番号を確認のうえ、ご記入ください。

クイズの解答を募集します。

解答用紙はJ A木曾本支所窓口または本誌11ページ下段の用紙を切り取ってご利用ください。答えとJ Aや広報誌への意見・要望を記入し、ご応募ください。

※ただし、お一人様一通の応募としてください。

正解者の中から抽選で8名の方に

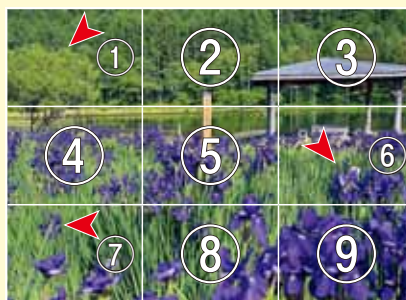
イヤな虫をすぐに退治!

「**三層ネット ナイス蚊っち**」をプレゼント。

◎応募の締切 7月31日(水)

※印刷によるキズや汚れは関係ありません

頭の体操
まがいがしに
挑戦!



6月号の答え
①・⑥・⑦でした。
(間違い探しの答えは▼ここ)

おめでとうございます
5月号当選者は
武重 慧さん
原 由紀恵さん
吉村 光三さん
森 幸子さん
田中 源次さん
森 ふみゑさん
以上6名

暮らしを応援!!

毎日の暮らしに必要な日用品などをご自宅までお届けする宅配サービス

J Aまごころ宅配

～旬の食材やエコープマーク品を使ったお料理レシピ～



お申し込み・お問い合わせは
J A木曾生活センター 0264-23-2112

いわしのピカタ～磯部風～



一口メモ

真いわしは5月～10月が旬です。いわしには悪玉コレステロールを減らして善玉コレステロールを増やす、脳・神経組織の発育や機能を高める、降圧効果、血中中性脂肪を減らす、血液をサラサラにする効果があるDHA、EPAをバランスよく含んでいます。また、カルシウム、ビタミンB₂も多く含んでいます。

作り方

- ① いわしは頭と内臓を取り除いてから開き、塩水で汚れを落とし、キッチンペーパーなどで水気を拭きとります。
- ② 大根は千切り、かいわれ大根は3等分に切り、混ぜ合わせます。
- ③ 卵を溶き、②と混ぜ合わせます。
- ④ ①の両面に塩・こしょうを振り、片栗粉をまぶします。
- ⑤ ④を③の卵液にくぐらせます。
- ⑥ フライパンにサラダ油を熱し、⑤を焼きます。
- ⑦ 皿に②と⑥を盛りつけます。

材料 (2人前)

- | | | | |
|--------|--------|-------|------|
| 真いわし | 2尾 | 片栗粉 | 適量 |
| 塩・こしょう | 少々 | サラダ油 | 小さじ1 |
| 大根 | 50g | ④ 生姜汁 | 適量 |
| かいわれ大根 | 1/2パック | ④ 青のり | 適量 |
| 卵 | 1/2個 | | |

□発行:木曾農業協同組合
長野県木曾郡木曾町福島3807-1 〒397-0001 ☎(0264)22-2128
□発行人:代表理事組合長 田屋 万芳

〈ホームページ〉
<http://www.ja-kiso.iijan.or.jp>
2019.7月1日発行(印刷)木曾オールプリント(株)



環境に優しい再生紙とベジタブルインキを使用しています。

