



2021年応募入賞作品「初冬の頃」(開田高原地蔵峠) 撮影者:岡部洋平様(上松町)

## 特集 人と地球の明るい未来のために エシカル時代の農業と食品ロスを考えよう

- 営農情報だより…秋の水田管理について
- 手軽に健康 手指体操…親指グーパーで巡りも脳も活性化



※各ニュースには、SDGs（持続可能な開発目標）の17の目標を表示しています。

## 小菊栽培希望者増え、熱心に講習会を受講

9月6日 来年度の盆向け市場出荷をめざした量販小菊の定植講習会が大桑村の小菊栽培生産者、中振田勇さんの畑で開催されました。参加者は新規栽培者6人を含め18人。全農の北沢高則監理役を講師に苗の定植と除草の仕方を中心に学びました。定植では「一条植え」と「千鳥植え」について実演して見せ、植えた後に水やりをたっぷり行うことや定植後の除草をしっかり行うポイントについて説明を受けました。栽培歴4年目の中振田さんからは「市場に出荷する量販小菊を作るという目的を第一目標にしっかりと学び、皆で出荷をめざして頑張ろう」と呼びかけました。



小菊定植「一条植え」の実演を見学する参加者

## 秋の野菜出荷に向け意思統一、中間検討会開催

開田野菜部会と木祖村野菜部会は所属する現地の集荷施設である予冷库で開田は8月30日、木祖は9月7日に野菜生産販売中間検討会をそれぞれ開催しました。JAの担当者より御嶽はくさいの生産販売情勢や市場からの要望などを聞き、秋の収穫期を迎えるハクサイの出荷規格を確認しました。9月以降になって全国の野菜相場が高騰している中、御嶽はくさいも長引く曇雨天の影響による日照不足で、生育が遅れが生じ、出荷量が伸びない状況となっております。収穫の後半に向けての天候の回復に期待し、生産者は品質管理の徹底とともに出荷量の増加をめざします。



小木曽予冷库で開催の木祖村野菜部会中間検討会

## 新本所・中部支所建物が完成 10月4日の業務開始に向け準備

9月10日 JAは木曽町福島塩淵に新築した本所・中部支所事務所の引き渡し式を同事務所で開きました。JA役職員、施工業者ら18人が出席し、田屋万芳組合長が施工業者から新事務所の鍵を受け取りました。田屋組合長は「素晴らしい事務所が完成し感謝している。この事務所を拠点として木曽の農業振興と地域の活性化をめざして役職員一丸となって努めていきたい」と挨拶しました。新事務所は1階に中部支所、2階に本所を配置し、1階は明るく広々とした空間を活かした店内が特徴です。



施工業者からキーボックスなど受け取る 組合長ほか役員

## 初検査、大桑・南木曽の新米コシヒカリ

9月16日 JAは南木曽町の南部ライスセンターで2021年産米の初検査を行いました。南木曽町や大桑村管内で収穫したコシヒカリ470袋（1袋30キロ）をJAの検査員が検査しました。JA農事園芸課によると、長引く曇雨天による影響が心配されましたが、全般的に生育は平年並みと見込んでいます。この日は検査初日で農産物検査員全員が参加して目合わせ会を開きました。農家ごとにまとめた米袋の山から玄米を抜き取り、胴割れや乳白の有無、カメムシによる斑点米の発生状況などを確認しました。今年はJA管内で年間210トンの集荷をめざし、検査は11月中旬まで続く予定です。



米袋の新米を抜き取り、外見などを調べる検査員

2 新緑をゼロに



4 質の高い教育をみんなに



8 働きがいも経済成長も



11 住み続けられるまちづくりを



17 パートナシップで目標を達成しよう



2 新緑をゼロに



12 つくも責任 つかう責任



15 陸の豊かさも守ろう



17 パートナシップで目標を達成しよう



2 新緑をゼロに



12 つくも責任 つかう責任



17 パートナシップで目標を達成しよう





# 女性部だより

## さわやか教室

## 地元食材やA・コープマーク品を使った 料理講習 メニュー4点を調理

料理講習は9月14日と22日に上松町公民館と木曾町文化交流センターの各調理室の2会場でそれぞれ行い、36人が参加しました。新型コロナウイルス感染防止による人数制限を講じ、午前と午後に分けて行いました。

メニューは調理に手間をかけない簡単レシピを用意し、

①豚しゃぶと野菜をふんだんに使った「香味野菜の冷しゃぶ」



②「アスパラガスと塩昆布の春巻き」

③「ジャガイモとニンジンのなます」

④わらび餅風の「かたくり餅」

の4点について調理しました。

それぞれのレシピを分担し、楽しみながら短時間で美味しい料理が出来上がりました。

コロナ禍のため試食会は行わず、持ち帰って食べました。



## 事務局から お知らせ

### 女性部員・JA役職員・地域の皆さまへ タオル寄付のお願い

毎年1月に福祉施設へ女性部員から集まったタオル・シーツ類を寄贈しております。

毎年多くの方々からご提供いただいておりますが、今年はまだまだ足りません。

そこで、**お一人1枚の提供に是非ご協力**をお願いいたします。

提供していただくものは、タオル・バスタオル・シーツです。タオルの大きさに決まりはありません。使用済のタオルも受け付けます。包装はそのまま大丈夫です。

◆受付期間 令和3年12月30日(木)まで

◆受付場所 JA各支所又は  
新・本所2F女性部事務局(組合員課) (☎22-2128)

### JA木曾女性部特製

## 五平餅たれを 販売します



●販売日 10月16日(土)~17日(日)

●場所 A・コープきそ店外

●数量限定ですので、お早めにお買い求めください(完売次第終了)。



たれを作る女性部員

# 人と地球の明るい未来のために

## エシカル時代の農業と食品ロスを考えよう

イラスト…ゆきたけし



### 他人事では済まされない

### 食品ロス問題

コロナ禍で一時、マスクの買い占めが起こりました。誰かが過剰なほど買いだめすれば、本当にマスクが必要な人が困ってしまいます。

同時に食料品の買い占めも問題になりました。野菜など生鮮食品を宅配する会社には注文が殺到し、注文できない人も出てしまいました。高齢や障害などで近所の店まで買い物に行けない人にとって、宅配は食材を確保する頼みの綱です。直接店まで買いに行ける人までが一気に注文すれば、宅配でしか買えない人の機会を奪うことになってしまいます。

飲食店で食べ切れないほど料理を注文して食べ残し「お金を払っているんだから食べようが残そうが自分の勝手」と言う人もいます。飲食店で食べ残せば、生産者やお店の人が苦労して作った食材や料理、かけた

時間やお金など、全てが無駄になります。残された料理は家畜の餌や肥料にリサイクルすることもできませんが、外食産業のリサイクル率は決して高くなく、ほとんどが「事業系一般廃棄物」として、家庭ごみと一緒に焼却処分されます。廃棄コストはお店が払うだけでなく、私たち市民が市区町村に納めた税金でも賄われるのです。東京都世田谷区の場合、

事業系一般廃棄物の処理コストは1kg当たり59円（2021年4月発表）。焼却すれば二酸化炭素が排出されて気候に悪影響を与え、自然災害が起こりやすくなり、農作物もできにくくなります。

### エシカルとは人や社会、

### 環境を思いやること

「エシカル消費」という言葉は中学校で習います。家庭科の教科書には「個人の満足だけでなく、人、社

会、環境、地域などの側面にも配慮した倫理的な消費」とあります。自分のことだけでなく、他の人や環境にも配慮することが大切だということです。

### 食品ロスを減らすため

### 私たちができること

それでは、エシカル消費で食品ロスを減らすことはできるのでしようか。

● 家にある食材を確認しリストを作って買い物をし、無駄買いを防ぐ。

● 一人暮らしでキャベツを丸ごと使い切れないなら2分の1個、4分の1個を買う。

● 野菜は市販の野菜保存袋に入れて品質を保ち、日持ちを良くする。

● 冷蔵庫に入れる食品は容量の約70%に収め、管理しやすくする。

● 余った野菜はカレーやスムージー

に入れたりして使い切る。

● 家庭用生ごみ処理機にかけたりコンポストに入れたりして生ごみを減らす。

「エシカル」といわれると難しく感じますが、他の人や社会、環境を思いやるということではないでしょうか。

「買い物は投票」ともいわれます。自分の消費行動は、他の人や社会、環境に大きな影響を与える、ということなのです。

ある市場で廃棄されるキャベツ。300ケースほど積み上がっていた（筆者撮影）

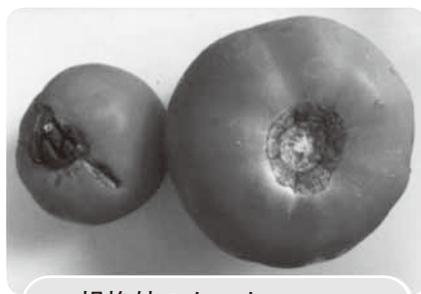


# 農業の視点から食品ロス削減を考えましょう！

## 規格外

不ぞろいでもおいしい野菜たち

決められた大きさや形から外れた野菜は「規格外」と呼ばれ、流通させることができません。でも形も大きさもバラバラなのが自然の姿。例えば、野菜宅配の「大地を守る会」では「もったいナイシリーズ」として規格外の農産物が販売され、野菜販売サイトの「みためとあじはちがう店」では、規格外青果物を箱詰めして大田市場から直送しています。「コ罗纳禍で」ポケットマルシェや「食べチョク」など、規格外を含めて生産者から直接購入できるサイトが大人気になりました。



規格外のトマト (筆者撮影)

## 労働生産性

捨てる作業は無駄な作業

日本最古のリンゴ園、青森県弘前市のもりやま園では、全労働時間を計測した結果、主に3つの「捨てる作業」に全労働時間の75%を費やしていることが判明しました。摘果、枝の剪定（せんてい）、葉取りです。海外では葉取りをしていますが、葉を取らない方が味が良い場合もあります。そこで葉取りをやめました。摘果したリンゴは世界初の摘果果によるお酒「テキカカシードル」として商品化しました。代表の森山聡彦（としひこ）さんは農家の労働生産性を上げるために尽力しています。



摘果したリンゴ (もりやま園提供)

## 鮮度

ニーズが違えば値段も変わる

「鮮度が落ちたら値引きする」のが一般的だと思います。2021年2月、経済産業省と複数企業は、鮮度が高いほど標準価格よりも値段を上げ、徐々に値段を下げる実験をネットスーパーで行いました。すると、値段が高くても、毎回鮮度が高い物を選ぶ消費者がいたので、生産者にとっては利幅が増え、電子タグでどこかの地域で買われたのかも追跡できて、興味深い結果となりました。



鮮度が高い物は標準価格よりも高く、鮮度が落ちてきたら値引きする実証実験（2021年3月18日付Yahoo!ニュース掲載、筆者による記事、筆者撮影）



食品ロス問題  
ジャーナリスト  
井出留美

奈良女子大学食物学科卒。博士（栄養学/女子栄養大学大学院）・修士（農学/東京大学大学院農学生命科学研究科）。311食料支援で廃棄に衝撃を受け誕生日を冠したoffice3.11設立。『食料危機』（PHP新書）、『あるものでまかなう生活』（日本経済新聞出版）、『賞味期限のウソ』（幻冬舎新書）、『捨てられる食べものたち』（旬報社）、『捨てないパン屋の挑戦』（あかね書房）など著書多数。



## 秋の水田管理について

米の収穫シーズンも終わりに近くなりました。収穫作業終了後は、作業機械の整備・点検を進めるとともに、来年に向けて今年の稲作の反省検討を行いましょ

う。秋は良質米の安定生産に向けて、土づくりの時期でもあります。来年に向けた準備を行いましょ

### ■ 秋起こしについて

#### 《秋起こしの効果》

- ① 稲ワラの腐熟を促進させ、次年度の浮ワラを抑える
  - ② 雑草の種子・塊茎を凍結させ死滅させる
  - ③ 肥料養分の流亡を抑える
- などの効果が期待できます。

#### 《ポイント》

- ① 秋起こしするときは、土を細かくする必要はありません。ロータリーの回転を遅くして大きな土塊にします。  
※ 標高の高い地域または水持ちの悪い水田は、秋起こしによって透水性が高まるのでおすすめできない場合があります。
- ② いもち病の発生したワラ・籾殻は翌年の伝染源となります。  
水田から出し、腐らせるか焼却処分する。その後起こすと良いでしょう。
- ③ 3～4年に一度深耕します。深耕することによって根が深く張れるようになります。
- ④ クログワイやオモダカなどの塊茎がある雑草が多く発生した場合は、秋起こしを行い、塊茎を傷つけ凍結させ死滅させると翌年の発生が抑えられます。  
※ ただし、ヒエが多発していた場合は土にすき込むと越冬するため、秋起こしはせず、種子を凍結させ死滅させた方が翌年の発生抑制になります。

### ■ 土づくり肥料「稲穂の力」の散布

- ・「稲穂の力」は秋起こしする前に散布しますが、来春の散布でもかまいません。

〈写真〉

・「ルーラル電子図書」(水田の雑草)より

水田の雑草



クログワイ



オモダカ



ヒエ

グリーンファームだより

(価格は税込みです)



# オータム特集



青森県産にんにく種

## ホワイト6片にんにく

粒が大きく、引き締まっており、濃厚な独特の甘みがあるといわれます。

500g **2,150円**  
1kg **4,100円**



島根県産にんにく種

## ジャンボにんにく

大きさはジャンボですが、味はマイルドです。

250g **900円**



有機入り

## ねぎ・たまねぎ専用肥料

にんにくにも使えます。撒きやすい粒状タイプです。

10kg **1,570円**



有機入り

## 玉ねぎ・ネギ一発肥料

玉ねぎの植え付け時に混ぜるだけで収穫まで肥料効果が続きます。

2.5kg **1,200円**



有機含有  
花ごころ

## ねぎ・たまねぎの肥料

有機質20%配合、味のよいネギ・タマネギを育てます。

1.6kg **721円**



スクッと伸びてパツと咲く

## 花ごころ 球根の肥料

ゆっくりと長く効く球根用の配合肥料です。

400g **222円**



野沢菜・タマネギ用

## 穴あき黒マルチ

95×50m 4列穴

家庭菜園用につくられたマルチで、めんどろな穴あけ作業がいりません!

**965円**



一坪菜園用

## 穴あきマルチ

95×5m 5列穴

穴あけ作業不要

**303円**



## オータムセールご案内

10/16(土)~17(日)

### 水野刃物

漬物用品、暖房器具、各種刃物 ほか

### 信濃三ツト

冬物衣類を豊富にご用意いたします。

10月のお休み：定休日（毎週水曜日）、31日(日)…棚卸し休業日。  
営業時間：午前8：30～午後5：30 グリーンファームきそ ☎22-3061



隔月刊 家庭菜園雑誌

## やさい畑 2021年秋号

9月3日発行

定価 922円(税込)

あなたの野菜づくりを  
応援します

- \* 〈特集〉雑草で土を変える! ……驚くほど野菜が育つ究極の土づくり
- \* これから作れる秋冬野菜……品種選びと“布団掛け”が決め手
- \* タマネギ栽培の極意……とう立ちとべと病を防ぐ
- \* クリスマスイチゴとれちゃいました……冬と春にダブルで収穫
- \* 寒締めハウレンソウのまきどき実験……極甘肉厚の葉を確実にとるには…

発行：JAグループ一般社団法人 家の光協会

※お申し込みは最寄りのJA支所へ

木曾川の崖家を崩す秋出水  
 ふるさとの水まず飲みて墓詣  
 雨しとど傘差しかけて門火焚く  
 曼殊沙華片道切符の夫の旅  
 中干しを終へし田圃に走り水  
 新涼の風の吹き抜く無人駅  
 夕日浴び風を呼びたるねこじやらし  
 夏霧に浮かぶ大樹に光さす  
 若僧の棚経凜と澄みし声  
 散髪を済ませ転寝に秋風鈴  
 ご無沙汰を詫びつ清掃墓参り  
 手を染めて紫蘇もむ母の小さき背  
 振花見つけて和むウォーキング  
 山深く分けゆく風や秋の声  
 部屋巡り風を求めて端居かな  
 駅前の空車の暑し客を待つ  
 若人の炎天めげず金メダル  
 三輪車一人遊びの日焼の子  
 コロナ禍と酷暑の中借金メダル  
 まどろびに響く終電熱帯夜  
 久々に縁に陽の差す秋日和  
 盆踊大雨により中止され

福島 柴山安子  
 南木曾 楯美江  
 大桑 木戸口信  
 大桑 小澤典子  
 上松 徳原義一郎  
 福島 和田迪子  
 上松 堀川悦子  
 開田 橋本和子  
 上松 徳原キヨ子  
 木祖 岩原政広  
 上松 村仲政徹  
 南木曾 山田富美子  
 開田 梅戸幸子  
 南木曾 平田さち子  
 南木曾 北原早苗  
 大桑 北原忠  
 上松 福田郁代  
 上松 池田郁代  
 王滝 水宅ゆき  
 大桑 目谷勝義  
 新開 奥原まさ代  
 大桑 垣外安喜子  
 南木曾 藤原勝

【選評】●安子さん：近年の雨の降り方は異常とさえ思える。あちこちに大小の災害をおこした。木曾川も大変でした。水の恐ろしさを感じる昨今です。

●美江さん：墓参りに訪れたふるさと。おいしかった懐かしい水をまず飲んでからお参りに…。ふるさとの実感が出て居ると思う。

●信さん……盆中雨でした。こんな盆は珍しい。傘さして門火、コロナ禍と共にさびしい盆でした。

選者の一句 朝顔の実生。ピンクに野を染めり

俳句募集

※一人はがき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》]

秀作

- ①とどまらぬ感染症の広がり不安を煽る降り続く雨 日義 神村裕子
- ②いのち終へし蟬のなきがら手に載せて昨日の声をしばし偲びぬ 大桑 科野八重
- ③コロナ禍でもマスク外して深呼吸夏の野菜はいま収穫期 大桑 池口剛代

【選評】

① 新型コロナウイルスが収まらず、以前にもまして罹患者の増える八月、木曾に大雨が降り続いた。それは、不安を募らせる。共感。  
 ② 蟬の命はひと夏限りと短い。蟬の亡骸を手にとつて、作者は昨日聞いた鳴き声を思い返している。長寿者の作品で無常を思う。  
 ③ 夏の畑での収穫が、密にならずマスクを外せると爽快感を表出。

佳作

秋祭り神事のみとて境内の人影まばら鐘の音さびし 奈良井 工藤勇三

短歌詠むは少女の頃に戦地の兄思いて詠みしあの一首より 木祖 佐々木千代子

雑草を刈つても刈つてもすぐ伸びるこの生命力に我あやかたし 木祖 武重 慧

梅雨に入り夏バテ防止に青梅のシロップを飲まむ今年も漬ける 木祖 田上二枝

息子のもとへ送るもろこしに平仮名を覚えし孫への文も添えたり 日義 越取 思正子

この真夏五輪とコロナ禍にざわひて共に戦ふ不思議な日本 開田 梅戸幸子

「腹減った飯にしてくれ」と病む夫が夢に出て来て急ぎ起きたり 三岳 大豆 ふみ子

塩むすび「持つ」それだけで嬉しかり家中総出の夏の刈り干し 上松 古田澄子

猛暑日とコロナ禍のなか国旗揺れ笑いも涙も世界は一つ 上松 原 きよ子

大雨に盆参りの人待てど来ずひとり仏間に静かに座せり 大桑 金澤 紀子

朝まだき夏鶯の声響き今日の暑さをしばし忘るる 大桑 高橋 志げ子

無人駅構内に咲くヒメジヨオン中学時代の賑はひ憶ふ 大桑 生路 聰

短歌募集

※一人はがき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。  
 【投句先】〒397-0001 木曾郡木曾町福島2800 「J A 木曾本所企画管理部 J A 歌壇 係」行  
 [編集の都合により、10月末日までの到着はがきにて選考いたします。《12月号掲載作品を募集中です》]



# 手軽に健康 手指体操

健康生活研究所所長  
堤 喜久雄

## 親指グーパーで巡りも脳も活性化

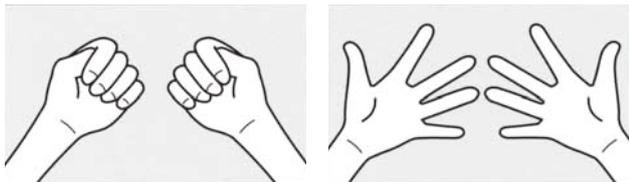
手を結んで開いて、を繰り返すグーパー体操は、脳を活性化する手軽な体操として認知症予防や介護予防などさまざまなシーンで取り入れられています。親指をしつかり握ることは、東洋医学では全身にエネルギーを送り込むといわれ、健康維持にも効果が期待できそうです。

グーには、親指を手のひらの中に入れる場合と親指を外に出す場合があり、グーの握り方に変化を与えることで左右の脳を使い分ける運動になります。ステップ1でベーシックなグーパー体操を行い、慣れてきたらステップ2に挑戦してみましょう。

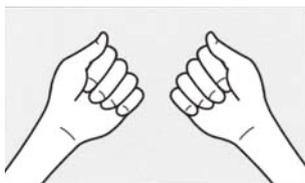
### ポイント

ゆっくりで構いません。「グー、パー」と声に出すと楽しくできますよ。

### STEP 1

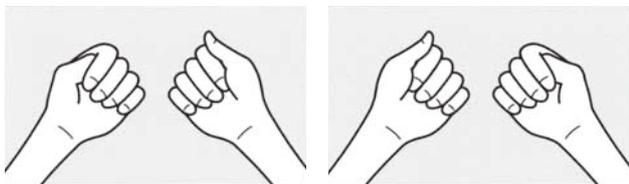


(1)両手同時に同じグーパーを5セット繰り返します。最初は親指を手のひらの中に入れるグーで行います。



(2)次に親指を外に出すグーで、グーパーを5セット行います。

### STEP 2



(3)グーパー体操を繰り返します。このとき、1回目のグーは右手の親指を外に出し、左手の親指を中に入れ、2回目は逆で行います。これを5セット行います。



## 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

## 今どきの衣替えを

10月1日は衣替えです。6月1日から夏服、10月1日から冬服となったのは明治時代だといえます。ただし、近年は5月初めから半袖日和の暑い日もあり、10月でも真夏日になる日が少なくありません。10月1日から冬服と決めてしまうと、熱中症などで健康を害してしまう可能性もあります。そうかと思えば雨が降る日には肌寒いこともあり、気候に服装を合わせるのが難しい時期です。

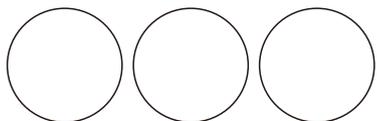
昔のように、一気に夏服から冬服へ、という衣替えではなく、段階的に衣替えしていくのがお勧めです。クローゼットの中也、10月はまだ夏服を半分くらい残しておき、秋服を半分入れるようにして、暑い日も肌寒い日も対応できるようにしておきましょう。その後、秋が深まってきたら冬服を出すなど、徐々に変えていくと良さそうです。学校や職場の制服も、臨機応変に対応できるといいですね。

きりとり線

## おもて 14ページ 「頭の体操 まちがいさがしに挑戦」 解答用紙

10月号 No.392

答え(番号)



〒

-

☎

ご住所

お名前

男・女

年齢

才

- \*応募の締切 11月1日(月)
- \*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・コープきそ店備え付けの応募箱へお出してください。

# J A からのお知らせ



## J Aバンク休日ローン相談会のお知らせ

休日にゆっくり相談したいという地域の皆様のニーズにお応えして、休日ローン相談会を開催いたします。住宅・マイカー・教育など、ローンのことなら何でもJAにご相談ください。

- 開催日 10月17日(日)、11月7日(日)
- 場所 ローンセンター(中部支所内)
- 時間 10時~15時  
(10月17日は15時30分まで)

## J A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。

- ・10月17日(日) 中部支所
  - ・11月10日(水) 南部支所(旧大桑支所)
- 相談時間 10時~15時30分

インターネットで年金相談会予約受付中!  
JA木曾のホームページより予約できます。



## 理事会だより

### ●9月28日(火)開催

#### 【協議事項】

- ①8月末期中決算状況について
- ②木曾地域振興(株)期中決算状況について
- ③(株)JAファーム期中決算状況について
- ④旧把の沢出張所の解体について
- ⑤支所運営委員会規程及び支所運営委員会総代その他関係団体者慶弔金支給規程の変更について
- ⑥農産物検査業務規程の変更について
- ⑦JA木曾事業継続計画(BCP)の変更について
- ⑧資産自己査定結果について
- ⑨令和3年度農政負担金の徴収について (ほか)

#### 【報告事項】

- ①業務一般経過報告について
- ②内部監査総括(中間)報告について
- ③苦情内容及び対応状況、事務ミス等の発生状況(令和3年度上半期)について
- ④疑わしい取引の届け出状況(令和3年度上半期)について
- ⑤令和2事業年度農協等一斉調査に係る調査票の提出について
- ⑥農業生活・金融・共済各事業報告について
- ⑦余裕金の運用状況について (ほか)

## 虹のホールきそからののお知らせ

### ■「なんでも相談会」開催ご案内

月日	場所	時間
10/23(土)	JA 虹のホールきそ	9時~17時
10/29(金)		
11/4(木)		
11/9(火)		

### ■葬儀・法事のQ&Aコーナー

- Q: お葬式に念珠(数珠)は必要なの?  
A: 持っていないでも失礼にはあたりませんが、持参が望ましいです。

宗派によって形は様々ですが、自分の宗派の物を使って差し支えはありません。

左手に掛けて持ち、お焼香の際は右手でお香をつまみ香炉の炭の上に落とし合掌・礼拝をします。



## 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

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)

.....  
.....

## 事務所移転のご案内

### 新築 本所・中部支所 令和3年10月4日(月) オープン



日頃は当JAをご利用いただき誠にありがとうございます。この度、当JAは、本所・中部支所を移転新築し、10月4日から営業を開始いたしました。

組合員、地域の皆さまのご期待に添えるように、より一層のサービスに努めてまいります。

#### ■新事務所住所（本所・中部支所）

〒397-0001

長野県木曾郡木曾町福島2800番地

（長野県木曾合同庁舎様 向かい側）

※農業生活部【農事園芸課・施設燃料課・畜産課】は旧建物にて引き続き業務を行っておりますのでお間違いのないようご注意ください。

#### 新事務所案内図



#### ■電話・FAX（今までと変更はございません）

【本所】（2階）

TEL：22-2128（代表） FAX：22-2049

【中部支所】（1階）

TEL：22-2220 FAX：22-3119

#### ■営業時間（1階 中部支所）

《窓口業務》 9：00～15：00

《相談業務》 9：00～17：00

《A T M》 平日 8：45～19：00

土・日・祝 9：00～19：00

※12月中旬まで隣接の旧事務所が改修工事のため、駐車場が狭くなります。ご迷惑をお掛けいたしますがよろしくお願いいたします。

## おたよりコーナー



久しぶりに自分の手で作ったもろこしを食べたい、そんな願いもあと数日で収穫という朝、すべて猿に取られた。悔しいやら、やはり駄目かとあきらめたり…。 （奈良井：工藤さん 91才）

昨年失敗し、収穫できなかったキュウリ。反省を活かし、今年は予想以上にたくさんとれてびっくりです。じゃがいも、ナスも昨年より立派なものでおいしくいただきました。ししとうも辛いながらに家族でたくさんいただいています。夏野菜カレーにも使ってもらっていて、夏野菜っていいなあと改めて感じました。次は秋に向け、カブの準備も進めていきたいです。 （上松：下野さん 14才）

令和3年8月中にいただいたおたよりから

勤め人にとっては、畑仕事も日曜しかない。しかし、この頃雨ばかり降っていると畑が一番草が元気になって困ります。

（新開：黒田さん 60才）

今年初めてグラスジェムコーンを作っています。受粉のやり方を調べて今日やってみました。何から何まで初めてで上手くいくのかわかりませんが楽しみです。昼には間引いたヤングコーンをゆでてみんなで食べました。おいしかったです。 （上松：花川さん 72才）

背中丸みが気になり、朝の起きたてに3～5分の体操を続けて2カ月。お腹が少しへこみ、ウェストが3cm細くなりました。美しく健康な体でありたいと日々小さな努力をしています。 （南木曾：小原さん 64才）

# 日本農業新聞

購読してみませんか??

- ✓ 他紙では見れない充実した農業・JA情報
- ✓ 毎日の農産物価格・最新の農業技術・農薬情報
- ✓ 身近な農業情報

農業とJAの最新情報が毎日手に入る  
媒体は全国で日本農業新聞だけ

信州農業とJAの  
魅力をお届けします

信州版

全国の農業・  
JA情報は  
1面から

1面



お問い合わせは  
こちらまで

Tel.0264-22-2128  
JA木曾本所 組合員課

期間限定

# JA木曾 本所・中部支所 新築記念

## マイカーローン&教育ローン 0.1% 金利優遇キャンペーン

### JAマイカーローン

変動金利

基準金利 年 **1.1%**

↓  
年 **1.0%**

インターネットからの  
仮申込みなら  
さらに **年0.1%軽減!**  
ネットローン特設ページはこちら



©よりぞう



### JA教育ローン

変動金利

基準金利 年 **1.35%**

↓  
年 **1.25%**

インターネットからの  
仮申込みなら  
さらに **年0.1%軽減!**  
ネットローン特設ページはこちら



- 期 間：令和3年10月4日～令和3年12月31日
- 対 象 者：上記期間内に店舗窓口またはネットにて事前申込みをされた方
- 金利優遇商品：マイカーローンまたは教育ローンの変動金利型
- 優 遇 内 容：本申込時における店頭金利から0.1%引下げ

※お申込み、詳細についてはお近くのJA支所窓口までお問い合わせください。

### 抽選でもらえる

お預け入れ金額20万円につき  
抽選権を1本お付けいたします  
信州各地の自慢の逸品と地域活性化を  
応援するジビエ食品をプレゼント!

### 信州の食&ジビエセット

#### セカンドチャンス

信州の食&ジビエセットに当選されなかった  
方の中から抽選で300名様に!

くりのみ園自慢の「おぶせのたまご」を  
たっぷり使った農福連携商品

くりのみ

### 「くりのみ たまごカステラ」

プレゼント!



長野県JAバンク  
Slow風土2021  
令和3年12月30日まで



人形/高橋まゆみ 撮影/嶺村裕 (日本写真家協会資料)

- 取扱期間：令和3年10月1日(金)～令和3年12月30日(日)  
※取扱期間中であっても募集を締め切らせていただく場合があります。
- やむを得ず満期日前に中途解約する場合、JA所定の中途解約利率が適用されます。また抽選権および当選権は失効します。
- 詳しくはお近くのJA金融窓口へお問い合わせください。

長野県JAバンク  
長野県JAバンクは県下JAと長野県信連の総称です  
 JA木曾



今回は開田高原西野の開田予冷库横で咲いていたJA女性部開田支部が作った花壇(9/24撮影)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JA木曾本支所窓口または本誌9ページ下段の用紙を切り取ってご利用ください。答えとJA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10名の方に

「さば水煮缶&

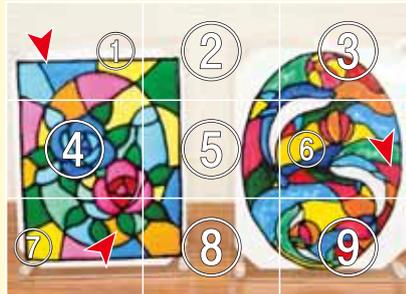
キューピーマヨネーズ(350g)」をプレゼント。

◎応募の締切 11月1日(月)

※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!



おめでとございます  
8月号当選者は  
奥谷ミホ子さん  
岩井孝雄さん  
太田国孝さん  
細田晴さん  
池口芳和さん  
山口さん  
ほか5名

9月号の答え ①・⑥・⑦でした。(間違い探しの答えは▶ここ)

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

# JA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  
JA木曾生活センター 0264-23-2112

## かつおたたきの和風カルパッチョ



一口メモ

かつおの旬は初夏と秋の2回。初夏の初かつおはさっぱりとした味わい、戻りかつおは脂ののった濃厚な味わいが特徴です。初かつおと戻りかつおを比べてみると、戻りかつおの方が脂質が10倍以上多いですが、そのほかの成分にさほど差はありません。かつおには血中脂質のバランスを整える不飽和脂肪酸、疲労回復を助けるビタミンや鉄分が多く含まれています。

### 作り方

- ① 玉ねぎは薄くスライスし、水にさらして、辛味が抜けたら水気を切ります。
- ② かいわれ大根は半分に切ります。
- ③ にんにくは薄くスライスします。
- ④ フライパンにオリーブオイルと③を入れ、弱火にかけます。
- ⑤ にんにくを焦がさないように炒め、きつね色になったら取り出し、オリーブオイルは冷まします。
- ⑥ かつおたたきは食べやすい厚さに切り、①と②を加えて混ぜ合わせ、皿に盛り付けます。
- ⑦ ボウルに④を入れてよくかき混ぜ、⑤のオリーブオイルを少量ずつ混ぜ合わせ、ドレッシングを作ります。
- ⑧ ⑥に⑦を回しかけ、⑤のにんにくを散らします。

### 材料 (2人前)

新物かつおたたき … 150g  
玉ねぎ …………… 1/4個  
にんにく …………… 1片  
かいわれ大根 …… 適量

オリーブオイル … 大さじ2  
A [ わさび …… 適量  
ポン酢 …… 大さじ2

□発行:木曾農業協同組合  
長野県木曾郡木曾町福島2800 〒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〉  
<https://www.ja-kiso.iijan.or.jp>



2021.10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クを使用しています。

