



2023年版応募写真入賞作品「冬の菅橋」(木祖村菅) 撮影者：小林秀樹様(木祖村)

特集 ① エコで家計にやさしい 省エネ・節約術

特集 ② JA木曾 自己改革工程表令和4年度の取り組み

- 営農情報だより…①令和4年度新規品目野菜栽培活動実績と栽培方法について
②ミニトマト・黄なんばん・モロッコインゲンの生産者募集と講習会案内
- 令和4年 JA歌壇・俳壇年間賞発表
- 手軽に健康 手指体操…手指を反らして、心身の調和を図る



※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。



★南木曾中3年生・松原帆奏さんが金賞を受賞 ★南木曾中学校に学校賞「JA長野中央会会長賞」

12月15日 毎年実施しているJA共済全国小中学生書道・交通安全ポスターコンクールで南木曾中学校3年生・松原帆奏さんの作品が交通安全ポスターの部門で金賞に入賞し、特別賞としてFM長野賞が授与されました。また同部門の学校賞として南木曾中学校にJA長野中央会会長賞が授与される栄誉も受けました。JAの亀子宗樹常務が南木曾中学校を訪れ、各賞の表彰状と楯を渡しました。金賞を受賞した松原さんは「悪質な車のあおり運転が多いことから描いてみた。入賞の連絡を受けびっくり、貰えてうれしいです」と喜びを語りました。



金賞受賞の松原帆奏さんの作品

今回のコンクールに県内の小・中学校から書道コンクールに22,311点、ポスターコンクールには計3,029点の作品の応募がありました。

JA木曾管内の小・中学校からもたくさんの作品をお寄せいただき、書道コンクールでは30点、ポスター11点が入選し、その内、書道3点、ポスター4点が入賞しました。



金賞を受賞した松原帆奏さん(左)と学校賞を代表して受け取った生徒会長の榎橋凛々花さん(右)

木祖中・道徳学習でJA職員が講話

1月12日 木祖中学校（手塚俊彦校長、全生徒数57人）で行う道徳学習で年間6回にわたって開催している木祖村内で活躍する方々のゲスト講話講師に当JA農業生活部農事園芸課の巢山孝治営農技術員が招かれ話をしました。同校体育館に全校生徒や教職員、地元住民らが参集し聴講されました。巢山技術員は学校から依頼されたテーマ「勤労」について、自身の向上心やキャリアなどを交えて話しました。営農指導業務を担当する中で培った仕事に対する心構えについて、広い視野と興味を持つこと、失敗から学ぶこと、その道のプロをめざし挑戦し努力すること、人とのつながりを持つこと、仕事と遊びを両立することなどについて話をしました。



木祖中全校生徒に講話する巢山営農技術員

福祉施設へ米・タオルなど寄贈

1月11日 JA木曾と同JA女性部は、木曾郡内の高齢者や障がい者などの福祉施設6カ所を訪問し、地元産の米60キロやタオル450本などを贈りました。田屋万芳組合長と青木一孝専務、女性部の松下由喜江部長ら役員らが2班に分かれ、老人ホームや障がい者支援施設、児童養護施設を訪問しました。毎年実施している正月の恒例行事で、米は昨年秋に行った農産物品評会展示品の売上金などで購入し、タオルは女性部のボランティア活動で寄付を募り集めました。木曾町三岳のなんてんの里では木曾産米コシヒカリ「初恋」10キロとタオル90本を同施設管理者の湯川昭紀さんに手渡しました。



なんてんの里に米などを贈る 田屋組合長と松下女性部長





女性部だより



さわやか教室

正月用フラワーアレンジメントを飾る



正月向けフラワーアレンジメントを作る参加者

12月25日 JA虹のホールきそで正月花を飾るフラワーアレンジメントを学びました。フラワーアレンジメントは同教室のカリキュラムの中で毎年人気の教室であり、参加者は午前と午後に分け、67人が受講しました。花材は縁起の松竹梅をはじめ、葉牡丹、千両、菊、カーネーションなど9種類を使って生けました。講師がオアシスに挿す花材を順番に教えながら飾り付けていきました。部員たちはそれぞれ花材の丈や角度を何度も調整しながら、正月を飾る華やかなフラワーアレンジメントに仕上げていきました。

木曾青峰高校生にすんぎ漬けを教える



漬込み後、全員で「すんぎを守るぞ」と唱和し収録終える

12月22日 長野朝日放送のTV番組「農業高校生の青春チャレンジ」で木曾青峰高校森林環境科が取り組んでいる伝統野菜の栽培やすんぎ作りにJAが連携して、すんぎを活用した新たな発酵食品の開発を目指す生徒（1年生25人）の活動を収録しました。JA木曾女性部がすんぎ漬けを作る方法について指導しました。同女性部長の松下由喜江さんら4人の女性部員が、生徒が栽培し収穫したカブの茎葉を使って、茎葉の洗浄や湯通し、すんぎの種を混ぜて漬けるまでの作業を教え、全員が体験しました。体験した生徒は「伝統あるすんぎを後世に残したい」と話していました。

女性部員募集中!

JA木曾女性部は誰でも入れます!

女性部では次のような活動をしています

- ♥ さわやか教室で仲間と楽しく自分みがき 手芸・料理講習会、健康ウォーキング、軽体操など多彩な教室を開催しています。
- ♥ やりたいことを仲間といっしょに活動（グループ活動）フラダンス、手話ダンス、スコップ三味線
- ♥ 会費（部費）は所属する支部により異なりますが、年に1,000円程度です（さわやか教室は、入会金1,000円で受講できます）。
- ♥ お試しで女性部活動への参加もできます。

♥ お問い合わせ先：JA木曾女性部事務局
担当：蒲沼・小島（☎22-2128）

農家じゃなくても入れますよ〜

フラダンスで楽しくシェイプアップしませんか!



健康ウォーキング



料理教室



フラワーアレンジメント



フラダンス



令和4年度 新規品目野菜栽培活動実績と栽培方法について

令和3年度からミニトマト、令和4年度から黄なんばん、モロッコインゲンの市場出荷を普及している新規品目ですが、今回は令和4年度の活動の振り返りと栽培方法を見ていきたいと思います。

次ページでご案内していますが、令和5年度も3品目野菜の生産者を募集いたします。どの品目も簡単に少しからでも出荷できるので、農業初心者の方でも大歓迎です！

1. 令和4年度の活動（出荷実績は次ページ下段参照）

項目		ミニトマト	黄なんばん	モロッコインゲン
講習会	①栽培講習（座学）	3/24…旧日義支所、開田西野研修センター 2カ所開催		
		3/27…旧本所で開催		
		3/29…南部支所（旧大桑支所）		
	②栽培講習（実地）	5/26…旧日義支所裏の圃場で開催		
	③出荷講習	7/28開催(旧本所)	7/22開催(旧本所)	7/29開催(旧本所)

2. 栽培方法（ポイント）

(1)ミニトマト

「干果」という非常に甘さのある品種で、日々の芽かきをやっていれば問題ないですが、実が割れやすい品種なため、雨よけハウス（簡易ハウス）を使用することと、ポイントは実を大きくしすぎないために脇芽を伸ばして2本、3本仕立てにします。



(2)黄なんばん

畝幅60～70cm 株間40～50cm 1条植え。

木曽地域で馴染みがあり、作りなれている方も多いことから始めましたが、栽培は簡単でありながら多収の品目で、植えた後の作業は整枝作業が主となります。ミニトマト同様に脇芽を伸ばして2本～3本仕立てにすると収穫作業もしやすいです。



(3)モロッコインゲン

畝幅90cm 株間50cm～1m 2条植え。

従来木曽でつるなしインゲン（キセラ）を出荷していますが、今回はつるありで平莢のモロッコインゲンになります。播種してから2週間程度でつるが伸びてくるため、その前にネットを張る手間がありますが、多収の品目です。初収穫時には追肥をします。



市場出荷向け

ミニトマト・黄なんばん・モロッコインゲンの 生産者募集と講習会開催ご案内

JA木曾の野菜振興品目である、「ミニトマト・黄なんばん・モロッコインゲン」の生産者を募集しております。

3品目とも作りやすく、小面積から出荷が可能です。初心者の方でも栽培でき、栽培から出荷までの講習会を行います!!



種苗代一部助成あり

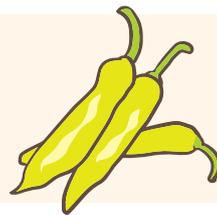
ミニトマト

品種は甘くてつやがある「干果」になります。
1パック(200g)から出荷可能、少量でも大丈夫!



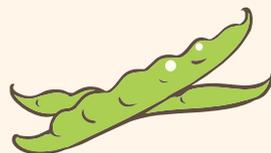
黄なんばん

辛さが特徴の黄なんばん。
虫が付きにくく、木曾でも多くの方が栽培されています。



モロッコインゲン

ネットなどを使って栽培します。
普通のインゲンと比べ大きく収穫・選別しやすいです。



新規3品目栽培講習会の開催について

- 日時：3月8日(水)…10時より、3月12日(日)…10時より
- 場所：両日とも JA木曾本所 第1会議室(合庁、道向かい)

お申込み・お問い合わせ：JA木曾農業生活部 農事園芸課 ☎23-3310

令和4年度販売実績 (参考)

品目	出荷数	金額(円)	単価(円)	出荷人数
ミニトマト	3,293パック	471,558	143	21名
モロッコインゲン	259箱	370,600	1,430	16名
黄なんばん	1,355箱	1,112,414	821	35名

エコで家計にやさしい省エネ・節約術

光熱費が気になるこの季節。ご家庭でできる省エネのこつをご紹介します

出典：「2022家庭の省エネハンドブック」（東京都環境局地球環境エネルギー部地域エネルギー課）／「令和3年度エネルギーに関する年次報告（エネルギー白書2022）」（資源エネルギー庁）
イラスト：出口由加子

電気やガスの使用量をあらためて見直しましょう

今、国際的なエネルギー価格の高騰を背景とした電気・ガス代の値上がりがあります。こうした中、できるだけ普段通りの毎日を過ごしながら、省エネを実現するにはどうすれば良いでしょうか。

それにはまず、図1にあるように、家庭内で使用する機会の多いエアコンなどの冷暖房機器や、お風呂や洗面、キッチンに用いる給湯機器を効率的に使うことがポイントです。また、電子レンジや電気炊飯器、ドライヤーなど、消費電力(W)の多い機器を上手に使うことを考える必要があります(図2)。

最近の家電製品は省エネ性能が向上しているため、耐用年数を超えて長く使用

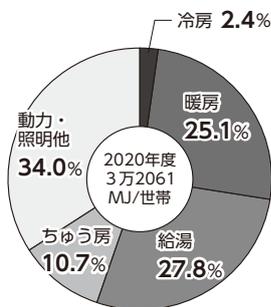


図1：世帯当たりの用途別エネルギー消費の割合

図2：家電製品の消費電力(W)はどのくらい？

家電製品	消費電力/ワット(W)数
電子レンジ	1400w
ジャー炊飯器（電気炊飯器）	1300w
浴室乾燥機（電気式）	1290w
オーブントースター・ドライヤー・掃除機	1000w
電気ポット（沸騰時）	800w
エアコン6畳用	450w
冷蔵庫	200~300w
液晶テレビ	50w
扇風機	34w

定格消費電力の一例。実際の使用時の消費電力は、製品の種類・使用方法で異なります。

している場合は、思い切って買い換えることで大幅な省エネ・節約が可能になります。今回はこうした基本的な考え方を基に、リビングルーム、キッチン、バスルームといった室内空間ごとに分けて、無理することなく実現可能な省エネ対策・節約術とその効果をご紹介します。ぜひ参考にしてください。



暮らしの知恵
LED電球は高いと思われがちですが、白熱電球をLED電球に交換した場合、LEDは消費電力を抑えられるので約9カ月で元が取れます。

③ 電気カーペットの温度を「強」から「中」にすると……
年間の節約・削減効果
4930円 186.0kwh 91.0kg
※3畳用で5時間使用/日 (期間は10月28日～4月14日)

② エアコン設定温度を21度→20度にすると……
年間の節約・削減効果
1410円 53.1kwh 26.0kg
※外気温6度で9時間使用/日 (期間は10月28日～4月14日)

① 白熱電球からLEDにすると……
年間の節約・削減効果
2440円 92.0kwh 45.0kg
※54wの白熱電球を8wのLED電球に交換した場合(使用時間2000時間/年)。

節約できる金額 電力の節約効果 ガスの節約効果 水道の節約効果 CO₂ 二酸化炭素削減量 ※節約・削減効果の数値はあくまでも目安です。

キッチン編



省エネポイント ① 冷蔵庫

詰め込み過ぎを避け、開閉する回数を減らしましょう。

省エネポイント ② 炊飯器

保温機能の消し忘れに注意！使わないときはプラグも抜きましょう。

省エネポイント ③ 食器洗い

お湯の温度は低めに設定し、使う湯量を減らしましょう。

暮らしの知恵

電気炊飯器は長時間保温するよりその都度炊く方が省エネにつながります。7～8時間以上保温するなら2回に分けて炊くとよいでしょう。まとめて炊いておいて冷凍保存するのもいいですね。

③ 食器洗いの湯量を10%減らすだけで……

年間の節約・削減効果



2140円 8.2立方m 4.7立方m 21.0kg

※手洗い(給湯器温度40度、使用水量65L/回、2回/日、冷房期間は給湯器を使用しない)の場合の、年間ガス使用量81.62立方m、年間水道使用量47.45立方mをそれぞれ削減した場合。

② 炊飯器で長時間保温をしないようにすると……

年間の節約・削減効果



1210円 45.8kwh 22.4kg

※1日7時間保温し、コンセントにさし込んだままの場合と、保温せずにコンセントからプラグを抜いた場合の比較。

① 冷蔵庫の温度設定を季節に合わせて調整すると……

年間の節約・削減効果



1630円 61.7kwh 30.2kg

※周囲温度22度で設定温度を「強」から「中」にした場合。

バスルーム・洗濯編



省エネポイント ① 風呂

お湯が冷めないうちに入浴を。シャワーの流しっ放しに要注意！

省エネポイント ② 洗濯機

軽い汚れならスピードコースでも十分。まとめ洗いで回数を減らしましょう。

省エネポイント ③ 衣類乾燥機

お天気の良い日にはできるだけ自然乾燥させましょう。

暮らしの知恵

少ない湯量でもしっかり体を流せるシャワーヘッドもあります。ヘッド部分にお湯を出し止めできるスイッチの付いたシャワーヘッドへ交換すれば、より水道代・ガス代が節約できます。

③ 衣類乾燥機と自然乾燥を併用すると……

年間の節約・削減効果



1万450円 394.6kwh 193.0kg

※自然乾燥8時間後、未乾燥で補助乾燥する場合と、乾燥機のみで乾燥させる場合の比較。2日に1回使用。

② 洗濯物をまとめて洗うと……

年間の節約・削減効果



3970円 5.9kwh 16.8立方m 14.1kg

※定格容量(6kg)の4割を入れて洗濯する場合と、8割を入れ回数を半分にして洗濯する場合の比較。

① シャワーを1日1分短縮するだけで……

年間の節約・削減効果



2670円 12.8立方m 4.4立方m 30.7kg

※45度のお湯を流す時間を短縮した場合。

令和四年

歌壇・俳壇年間賞発表

令和4年にJ A歌壇・俳壇コーナーへお寄せいただいた作品の中から、J A木曽役職員が各月ごと心に響く一句又は一首を選ばせていただきました。年間賞として発表いたします。(敬称略)

俳壇

一月	冬支度広き畑に一人立つ	開田	梅戸幸子
二月	待ちつくし凍てつく夜の流れ星	上松	池田郁代
三月	初日の出疫病の収束祈りけり	上松	石田なつ子
四月	あれこれとやりたしされど炬燵かな	木祖	佐々木千代子
五月	裏庭の日差しに五輪福寿草	上松	武居和江
六月	満開の櫻見ぬ間に花吹雪	上松	池田郁代
七月	新緑や診療所の医師ほめ上手	王滝	水宅ゆき
八月	夕暮れの巢立に親の声しきり	開田	橋本和子
九月	甚平に安らぎ夜の酒を酌む	南木曾	藤原勝
十月	糸蜻蛉風にさそわれ飛び立てり	王滝	森寿美恵
十一月	湯上りのほてり沈める庭の虫	王滝	小谷竹代
十二月	稲刈に孫の助っ人頼ましく	上松	徳原キヨ子

歌壇

一月	橋朽ちて通る人なき猿橋の溪谷を埋め紅葉の映ゆる	開田	嶽見和子
二月	ああそわか君はこの世にゐないのだ共に学びて短歌詠みし日の	上松	古田澄子
三月	寒き朝亡き妻手縫いの半纏に冷たき体暖まりゆく	奈良井	工藤勇三
四月	幾種もの花を育てし日のとほくビニールハウスは雑草のなか	大桑	科野八重
五月	かみ雪に枝のたわみし雪柳つぼみの固く耐ゆるはいく日	日義	越取思正子
六月	「どっこいしょ」語源知らねど吾の老い立つに「どっこいしょ」座るに「どっこいしょ」	大桑	樋田平好
七月	芽吹く木々色鮮やかな新緑は総ての物に力授ける	木祖	武重慧
八月	路傍に咲き踏まるるままのうつほ草朝露ふふみ立ちあがりくる	王滝	三浦美春
九月	雑草がこれ見よがしにはびこるも花咲き誇る景色よきかな	上松	原きよ子
十月	駒の峰夕焼けに染まり光る風里はお祭りお神酒に酔いぬ	上松	原きよ子
十一月	おいしいとわれの野菜を食みくるる孫を思いて畑へ向かう	上松	井上美知子
十二月	青空をゆうゆう泳ぐ赤蜻蛉に老いに打ち勝つ気力いたたく	大桑	金澤紀子

一言の添書きに笑む賀状かな

この寒さ戦の国の子等思ふ
振袖をつくる楽しみ孫成人

山眠る歴史の街の大鳥居

此世の悩み抱へて山眠る
柏手に込める平和の年新

御嶽の冠雪照らす薄化粧

風花や優しさ残し友逝けり
窓に寄り茶のベスト着て日向ぼ

冬ぬくし曾孫を抱いて庭めぐり

年惜しむ五年日記の終りけり

断捨離も出来ず悶々年の暮
新蕎麦や追分茶屋に潤へる

スンキ汁上手に出来て美味なりき

幾年も会へぬ友逝く年の暮
冬枯れの山の木々みな耐えて生く

母の居ぬ部屋の冷たき風籠る

採り終へて師走半ばに農仕舞
地に落ちてなほ輝けり銀杏散る

水墨画の如初雪の別世界

熟し柿人も鳥獣も食べもせず

初日の出柏手打ちて祈りけり

【選評】 ●千代子さん……若い人達はじめ、年賀を書く人が少なくなりました。淋しく
思います。交流ばかりでなく、暖かい句のように笑む気持ちに
なるのでしょうか。

●誠さん……いつまでも終りのない外つ国の戦、犠牲となる子供達が忍ば
れる。寒さが尚更に思う。

●ゆずりんさん……成人の孫に作る振袖、素晴らしいです。作る達成感と喜ぶ姿に
嬉しいことでしょう。

選者の一句

松が枝を階に昇る陽淑気満つ

木祖	佐々木	千代子
王滝	小山	誠
費川	小澤	ゆずりん
上松	徳原	義一郎
上松	石田	なつ子
大桑	木戸口	信
王滝	水宅	ゆき
上松	武居	和江
上松	吉村	行男
奈良井	工藤	勇三
南木曾	山田	富美子
木祖	岩原	政広
大桑	加藤	孝治
開田	梅戸	幸子
上松	池田	郁代
上松	福邑	忠
大桑	北原	早苗
上松	村仲	徹
大桑	目谷	勝義
南木曾	大畑	芳史
上松	高柳	和義
南木曾	藤原	勝

※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》】

俳句募集

秀作

- ①一枚になりたる唇に吐息つく疾風のごとく時の過ぎしに
木祖 田上 二枝
- ②朝霜に身震いしつつ豆炭熾す温もり嬉し冬は来向かう
三岳 小坂 信子
- ③朝夕に眺める駒の連峰は白さ増しきて雄姿なりけり
大桑 高橋 志げ子

【選評】

①月々めくって来た暦が一枚になってしまった。今年も後一月で終わってしまう
のか。と、ため息をつく作者。センスのある歌。
②上の句が丁寧に描写されていて実感があってよい。今冬は年末から雪が降り、
寒さ厳しい冬になった。頑張って春を待ちたい。
③木曾路を北上して、野尻あたりで駒ヶ岳が前方に見えて来る。岳は新雪を積む
と趣が増し美しい。朝夕に眺められるは幸せ。

佳作

大妻籠に慣わし古く元旦に宮に集いて玉杯交す

南木曾 藤原 勝

サッカーと戦争報ずる映像に慣れいる我らの日常異常

大桑 生路 聡

洋服を選びお出掛け宅老所へ老いても行く処あるは幸福

大桑 金澤 紀子

亡き嫁と同じ指先爪の形遺されし孫の末を案ずる

大桑 池口 剛代

たわわなる柿の赤きに初雪の積もりて空き家の庭ひそかなり

大桑 科野 八重

変動の気候や多くの国乱れ今宵の空に上弦の月

上松 野口 英作

深き皺赤銅色の肌にして農にいそしむ夫は八十八歳

上松 徳原 キヨ子

去年の秋義姉は逝きしもコロナ禍に見舞葬儀もかなわざりけり

上松 井上 美知子

あてもなく枯れ野ずんずんゆきたかり長く飼ひたる猫を葬りて

新開 池井 十与子

餅を搗き鏡餅八組とり終えてくり返し数え足るを確かむ

日義 越取 思正子

降り積もる雪に埋まり春を待つ冬菜の強さわが身に欲しき

木祖 佐々木 千代子

電気より炭火が温しと掘り炬燵の今に続けり古きわが家は

奈良井 工藤 勇三

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。

【投稿先】〒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

【《4月号掲載作品を募集中です》編集の都合により、2月末日までの到着はがきにて選考いたします。】



手軽に健康 手指体操

健康生活研究所所長
堤 喜久雄

手指を反らして、心身の調和を図る

体は前後左右どこかに偏った動きをしていないと疲労を招き、さまざまな不調が起きやすくなります。手指の動きも同様です。手の指は内側に向かって動きやすいため、反対の手の甲側に反らす動きは意識しないとなかなかできません。手指の動きは体全体だけでなく脳にも影響を与えるため、手指の動きのバランスを整えることは、心身を整えることにもつながります。

今回ご紹介するのは手指反らし体操です。簡単かつ効果の高い体操なので、ぜひ覚えてください。この体操は時間も場所も選びません。仕事終わりや就寝前などに行つて1日頑張つた手指をケアしましょう。また、朝の起床時にもお勧めです。寝ている間に硬くなった全身を伸ばし、脳にも良い刺激を送ることができます。

左右の指先を付けて反らす

STEP 1 基本の動き



(1)両手の指の間を開いた状態で、指先同士を軽く付けます。

ポイント
手のひら同士はくっつかないように意識しましょう。



(2)両手指にぐっと力を入れ、指先から指の付け根までくっつけたまま反らします。このとき、10秒ほどかけて息を吐きながら行います。

(3)(1)に戻り、(1)と(2)を1回1秒のペースで30回繰り返します。

STEP 2 応用



(4)(1)の状態から手首を外向きに倒し、親指が上を向く状態にします。そのまま手首を手前に倒し、小指が上を向く状態にします。10回ほど繰り返します。余裕があれば、指先に力を入れて反らしてみましよう。



お天気カレンダー

気象予報士 檜山 靖洋

一輪ほどの暖かさ

梅干しや梅酒などを作るため、6月には梅仕事をする人も多いと思います。私も毎年梅仕事を楽しみにしています。梅の種類を大きく二つに分けると、実を食用とするための実梅、花を観賞するための花梅があります。梅は梅雨時に収穫の時期を迎えますが、花が咲きだすのは1、2月ごろです。気象庁の生物季節観測によると、梅開花の平年は、東京で1月22日、大阪で2月13日です。一年の中で最も気温が低くなるのが、1月下旬から2月上旬ですから、梅の花は最も寒い時期に咲きだします。

2月4日は立春です。立春は寒さの底で、立春を境に暖かい季節に向かっていきます。冷たい空気の中に、ほっこりと咲く小さな梅の花に少しだけ春が感じられます。まさに「梅一輪一輪ほどの暖かさ」(服部嵐雪)です。梅の花一輪に暖かさを感じられる、繊細な心を大切にしたいとあらためて思いました。



気象予報士・防災士
檜山 靖洋 ひやまやすひろ

1973年横浜市生まれ。
明治大学政治経済学部政治学科を卒業後、印刷会社に就職。
1999年に気象予報士を取得し気象会社へ転職。
2005年からNHKの気象キャスターに。
朝のニュース番組「おはよう日本」の気象情報に出演中。

JAからのお知らせ



JA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（毎月第1・3日曜日）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 2月19日(日)
- 場所 ローンセンター
(中部支所内(旧 木曾福島支所))
- 時間 10時～15時

※休日ローン相談会の廃止について※

当ローン相談会は2月の開催をもちましてサービスを終了させていただきます。今後は、平日営業日での相談受付となります。お気軽にご相談ください。

理事会だより

●1月27日(金)開催

【協議事項】

- ①12月末事業現況について
- ②「当組合における取引のリスク評価書」及び「リスク統括表」の改正について
- ③日本所建物等に対する固定資産減損会計の適用について
- ④出資予約貯金の廃止について
- ⑤JA木曾自己改革工程表令和4年度の取り組みについて
- ⑥「お客さま本位の業務運営に関する方針」の決定について
- ⑦融資手数料の一部改正について
- ⑧「農産物検査業務規程」の改定について
- ⑨令和3年度米米穀共同計算結果の審議について
- ⑩令和5年度定期人事異動基本方針について ほか

【報告事項】

- ①業務一般経過報告について
- ②令和4年度下期中間監事監査報告書について
- ③単体自己資本比率の状況について
- ④早期警戒制度の実施に伴う農業協同組合に関する経営状況について
- ⑤員外利用率の報告について
- ⑥令和4年11月末部門別損益計算書の報告について
- ⑦JAバンクのiDeCo(みずほプラン)への参加報告について
- ⑧農業生活・金融共済各事業報告について
- ⑨自主(自店)検査結果の報告について
- ⑩広報JAきそ「組合員の声を聴く」投稿報告 ほか

グリーンファームきそからののお知らせ

■2月の営業時間・定休日について

当店の営業時間・定休日について、2月は下記の通りさせていただきます。

記

- ・営業時間：9：30～17：00
- ・定休日：毎週 水曜日と日曜日
及び28日(決算棚卸)

【お問い合わせ】グリーンファームきそ ☎22-3061

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
2 / 16 (休)	JA 虹のホールきそ	9時～17時
2 / 20 (月)		
2 / 26 (日)		
3 / 4 (土)		
3 / 10 (金)		

■葬儀等マメ知識…お香典のお返しに関して

昨今の社会情勢を踏まえ、葬儀は家族・親族等の近親者で行う事が主流となっています。頂いたお香典のお返しは原則同じ商品を返しますが、過大な金額や遠方の方が郵便書留等で送られてきた分のお返しは後日でも問題ありません。JAでは金額に応じた各種返礼品を用意していますので、先ずはお問い合わせ頂ければと思います。



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

職員の服装の軽装を通年で実施します

JA木曾では、地球温暖化防止対策の一環として、夏期の軽装「クールビズ」を実施してまいりましたが、令和4年12月19日より、SDGsと省エネルギーの取り組みとしてノーネクタイなどの働きやすい軽装での勤務を通年で実施することとなりました。

1. 室温に応じて、職員各自が上着及びネクタイの着用を判断します。
2. 職員として信用と品位を失わない節度ある服装を心掛けます。

JA木曾 = 農業と協同の力で木曾の未来をささえます =

長期ビジョン
2022-2024 3ヵ年計画

自己改革工程表 令和4年度の取り組み

JA木曾は「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」を基本目標とする創造的自己改革の実践に取り組んできました。今後も自己改革の実践を支える持続可能な経営基盤の確立・強化とともに、組合員との対話を通じ、総合事業を基本として「不断の自己改革」に取り組んでまいります。ここに令和4年度の取り組みを報告します。

農業者の所得拡大・農業生産の拡大

1. 病害対策強化による販売拡大

- ▶対象者……………中核的担い手など
- ▶令和6年度目標……………341,400c/s
- ▶想定：売上増加効果……………1C/S当り50円

令和4年度実績			目 標	
ハクサイ	303,690c/s	1c/s当り▲185円	令和4年度	341,400c/s
インゲン	8,533c/s	1c/s当り▲600円	令和5年度	341,400c/s
計	312,223c/s		令和6年度	341,400c/s

令和4年度の状況と令和5年度以降の取り組み

- ▶ハクサイ：自然災害や大きな病害無く豊作基調で価格高騰せず。令和5年度は品質維持と生産者規模拡大により単価令和4年度差100円UPをめざします。
- ▶インゲン：虫害・病害発生。市場価格値下がり傾向続き単価下。病害予防指導講習により品質向上、単価令和3年度並めざします。

2. 新品目野菜の取引の拡大を通じた売り上げ増加

- ▶対象者……………中核的担い手や多様な担い手など
- ▶令和6年度目標……………83,000パック・c/s
- ▶想定：売上増加効果……………単価150～1,500円

令和4年度実績			目 標	
ミニトマト	3,293パック	単価158円	令和4年度	27,760パック・c/s
黄なんばん	1,355c/s	単価821円	令和5年度	55,000パック・c/s
モロッコインゲン	259c/s	単価1,431円	(→目標変更内容)	33,500パック・c/s
計	4,907パック・c/s		令和6年度	83,000パック・c/s

令和4年度の状況と令和5年度以降の取り組み

- ▶取り組み初年度であり3品目延べ生産者数72名。特に黄なんばんは市場馴染み薄く価格が不安定でした。
- ▶令和5年度：総生産者数増加をめざします。令和4年度反省会での意見踏まえ、作付本数、出荷段ボール改良など改善対応します。また、令和4年度生産実績を踏まえた出荷数目標に変更し確実な実績を積み上げます。

3. 予約率向上によるコスト低減

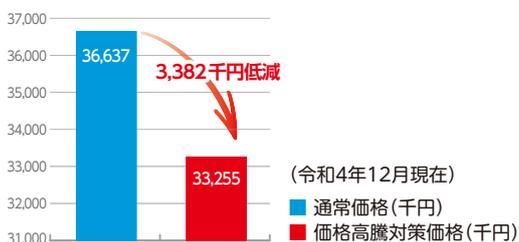
- ▶対象者……………必要とする全ての方
- ▶令和6年度目標……………予約率80%
- ▶想定：コスト低減効果……………1袋当り100円

令和4年度実績	目 標					
年度未確認	令和4年度	77%	令和5年度	79%	令和6年度	80%

令和4年度の状況と令和5年度以降の取り組み

- ▶生産資材予約率結果は年度末実績にて確認予定。
- ▶令和4年度は資源調達不安定化により、あらゆる生産資材価格が高騰したため、生産者支援のための取り組みを緊急実施しました。JA木曾の主な取り組みは畜産農家への飼料支援、園芸・米農家への農薬・肥料・資材価格の値上げ率抑制等を実施しました。
- ▶左のグラフは令和4年12月までの支援結果です。通常価格で提供した場合と比較して3,382千円の生産者コストが低減された形となりました。
- ▶JA木曾も厳しい経営環境下ではありますが可能な範囲での支援により、生産者コスト低減をめざします。

価格高騰対策によるコスト低減額



地域の活性化

食と農の体験プランの提案と活動

- ▶令和6年度目標……………延べ12回

令和4年度実績		目 標	
お米づくり体験 田植え	1回	令和4年度	4回
お米づくり体験 稲刈り	1回	令和5年度	4回
お米づくり体験 脱穀	1回	令和6年度	4回
とうもろこし収穫体験	1回		
計	4回		

令和4年度の状況と令和5年度以降の取り組み

- ▶福島小学校児童と田植えから脱穀まで年間を通じたお米作り体験会を実施しました。
- ▶准組合員である住宅ローン利用者を対象にとうもろこしの収穫体験と野菜予冷庫の見学会を開催しました。
- ▶令和5年度：開催にご協力いただける組合員がいれば開催地区を増加していきます。

経営基盤の確立・強化

1. 販売チャネルの拡大による生活購買収益増加

▶ 令和6年度目標…ネット注文・定期購入利用者数550人

令和4年度12月末実績		目 標	
宅 配	427人	令和4年度	480人
ネット注文	6人	令和5年度	520人
		令和6年度	550人

令和4年度の状況と令和5年度以降の取り組み

- ▶ 宅配会員は減少基調です。販売チャネル拡大策として全農主催のネット通販サイト「JAタウン」「らくJAお届け便」に出店しました。ペットボトル「お茶だにい〜」「赤かぶ漬・すんぎ」を出品しました。
- ▶ 令和5年度：ネット通販に更なる出品をしていきます。

2. 総合事業に対応できる職員育成

- ▶ 令和6年度目標…職員人事制度等の見直し
- ▶ 令和4年度実績…素案作成

目 標		変更内容目標
令和4年度	変更案策定	—
令和5年度	施行	内容検討
令和6年度	検証	施行

令和5年度以降に向けた変更点

- ▶ 令和4年度人事制度変更案策定、令和5年度施行の計画でしたが、更なる検討時間が必要であり、施行目標を令和6年度に延期します。

組合員との対話・意思反映の取り組み

項 目	令和4年度計画	令和4年12月末実績	令和5年度計画
正組合員との訪問・対話（人数）	1,000人	492人	1,000人
地区別懇談会（回数、出席人数）	60回 800人	23回 383人	60回 800人
運営委員モニター（意見提出人数）	10人	未実施	10人
女性部員モニター（意見提出人数）	10人	未実施	10人
組合員の意見はがき（回収数）	正組合員：100通 准組合員：100通	正・准計316通	正組合員：150通 准組合員：150通
組合員とJA職員の交流活動（回数）	10回	9回	10回（各地区年1回）

きりとり線

2023.2月号

住 所 (〒)			
ふりがな 氏 名		年 齢	
電 話 番 号		性 別 男・女	
電 話 番 号		職 業	
組合員資格 (いずれかに○)	正組合員 (家族含む)	准組合員 (家族含む)	その他
当JAが取り組んでいる自己改革について			
評価しない 1 ——— 2 ——— 3 ——— 4 ——— 5 評価する			
ハガキを切り取る前のページをご確認いただき、あなたのそう思うレベルに○印をつけてください。			
クイズ答え (番号) ○ ○ ○			
JAや広報誌へのご意見・ご要望など (ご意見・ご要望は事業運営の参考とさせていただきます。)			
身近な出来事、話題など (広報誌にて紹介させていただく場合がございます。)			

みなさまのお声をお聞かせください

自己改革の取り組み評価について

令和4～6年度の目標として掲げて取り組んできた内容のうち、以下の3点についての取り組みについてどの程度評価しますか。取り組み内容については前ページ(12p)をご覧ください。

- ① 中核的担い手の販売拡大
- ② 新品目野菜の売り上げ増加
- ③ 価格高騰対策によるコスト低減

自己改革の実践にあたっては、正組合員との対話や「正組合員とともに、地域農業や地域経済の発展を支える組合員」である准組合員の声も聴くことで、正組合員と准組合員が一体となったJA運営を実現します。併せて組合員の評価を踏まえながら必要な見直しを行います。

また、農業振興の応援団でもある准組合員の事業利用にあたっては、正・准組合員の利用状況を把握したうえで、改革の目的である「農業者の所得増大」につながるよう取り組みます。

頭の体操

まちがいがしに

挑戦!

今回は節分の行事にちなみ、豆まきと恵方巻からの問題です。左右の写真を比べると、3カ所の間違いがあります。挑戦して下さい。クイズの解答を募集します。



応募方法

右下のハガキを点線で切り取り、必要事項をご記入の上、郵送またはJA木曾本支所窓口へお持ちいただくか、A・コープきそ店備え付けの応募箱へお出しください。JA木曾HPからの応募も可能です。

◎応募の締切 令和5年2月28日(火) 必着

今月のプレゼント

正解者の中から抽選で10名の方に

丸美屋「筍釜めしの素」

(292g、お米3合用) をプレゼント。



11月号の答え



★当選者の発表は、賞品のお届けをもって代えさせていただきます。

①・⑥・⑦
(間違い探しの答えは▼ここ)

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。

※ただし、お一人様一通の応募とさせていただきます。
※印刷によるキズや汚れは関係ありません。

きりとり線

POST CARD

料金受取人払郵便

木曾福島局
承認
0813

差出有効期限
令和6年5月
31日まで
(切手不要)

3 9 7 8 7 9 0

長野県木曾郡木曾町福島2800
JA木曾
頭の体操
まちがいがしに挑戦 宛
(JA木曾「組合員の声を聴く」兼)



おたよりコーナー



令和4年12月中にいただいたおたよりから

子どもと夏野菜づくりに初挑戦。子どもがあれも！これも作りたい！と、気がついたら10種類以上の野菜たち…。苗代の元をとれるのか？心配だったけれど、子どもたちがお世話をよくしてくれたので、沢山収穫できました。来年も楽しみたいです。
(日義：丸山さん 44才)

地域では猿の被害が聞かれますが、我が家は毎年のししの被害に悩まされています。隣接地が山林のこともあります。電牧、ゴザ、色々工夫しますが、けもの知恵に負けているのか、毎月ため息ものです。いつまで野良仕事出来るか不安です。
(開田：木下さん 81才)

雨の少ない秋だったので少し遅れた野菜が成長しませんでした。白菜もふあふあ、大根はスマート、それなりに食べられます。鬼が笑うかもしれないけれど、来年はもう少し上手に出来たらうれしい、と遅咲きの農業ババは思っています。玉ネギがんばれー！
(大桑：高橋さん 78才)

悲しい事だが、80才を過ぎるとデジタル社会には対応できない。会計も機械と対応。会計くらいは人間と対応したいと感ずる歳かな？
(新開：青木さん 83才)

本格的に冬がやってきました。冬の楽しみは何といても「すんき」です。味噌を入れたすんき汁が人気です。お正月はお餅を入れてすんきの雑煮を食べるのが恒例です。あっさりしていて二日酔いにも効きますよ。
(開田：奥原さん 63才)

ゆずがたくさん収穫出来ました。ジャムに、砂糖菓子、漬け物、ゆずみそ、そして、そしてゆず湯、ポカポカです。
(南木曾：小幡さん 63才)

野菜作りに目もくれない夫でしたが、退職をしてから野菜作りに夢中になりビックリです。ジャガイモ、大根、落花生、黒豆等は本当に上手に作ります。感謝です。
(南木曾：林さん 68才)

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

ささみと春菊のごまくるみ和え



一口メモ

春菊は、β-カロテン、ビタミンB群、ビタミンCなどのビタミン類に加えて、鉄、カルシウム、マグネシウムなどのミネラルも豊富です。春菊といえば独特の香りが特徴ですが、この香りはα-ピネンやベリルアルデヒドという成分によるものです。これらには胃腸の調子を整える効果があり、食欲増進効果や消化促進効果が期待できると言われています。

エコープごまあえの素は国産雑穀を使用した商品で、味付けもされていますので、茹でた野菜と和えるだけでおいしい胡麻和えが作れます。

作り方

- ① ささみは筋を取り除きます。
- ② 鍋に湯を沸かし、沸騰したら④と①を加え、ささみに火が通るまで中火で加熱します。
- ③ にんじんは短冊切り、春菊は3cm程度に切ります。
- ④ 鍋に湯を沸かし、③を茹で、水気を絞ります。
- ⑤ ②が冷めたら食べやすい大きさにほぐします。
- ⑥ ボウルにすべての材料を入れ、混ぜ合わせます。

材料 (2人前)

鶏ささみ …………… 2本
にんじん …………… 30g
春菊 …………… 1袋
エコープごまあえの素 …… 適量

すりくるみ …… 大さじ1
酒 …………… 大さじ1
塩 …………… 小さじ1/2程度

新生活

長野県JAバンク 限定!

JAバンクで はじめると キャンペーン

ぞう



©よりぞう

応募期間 2023年 2/1(水) ▶ 4/30(日)

QUOPay QUOカードPay
クオ・カード ペイ

最大 4,000円分

全員もらえるぞう!



対象の
お客さま

- ステップ1** JAバンクで給与受取口座を新たに指定し、2023年2月～5月のいずれかの月に、新たに5万円以上の給与振り込み(賞与含む)が確認できる方※1
- ステップ2** ステップ①の条件を満たし、2023年5月末時点でJAネットバンクの登録またはJAカードの契約が完了している方※2

※1 キャンペーン期間以前にJAの口座で給与を受け取った事のある方は対象外となります。
 ※2 キャンペーン期間以前にJAネットバンクをご登録いただいた方、JAカードを契約されている方も対象となります。ただし、キャンペーン期間中に解約された場合は対象外です。

ステップ 1 全員にQUOカードPay 2,000円分をプレゼント!

JAバンクで給与受取口座を新たに指定

ステップ 2 ステップ①に加え、以下の条件も満たす方全員に、さらにQUOカードPay 2,000円分をプレゼント!

JAカードのご契約 または JAネットバンクの登録

お申込みページはこちら

- 応募に関するご注意**
- ・ご応募の受付はWEBとなります。
 - ・本特典は2023年2月現在のものであり、予告なく本特典の内容を変更または終了する場合があります。
 - ・JAカード発行まで3～4週間程度かかります。JAカード発行には審査がございます。
 - ・QUOカードPayのプレゼントは、2023年8月頃を予定しております。
 - ・申込時のメールアドレスを、キャリア変更により抹消、または受信拒否をされた場合についても本キャンペーンの対象外となります。
 - ・「QUOカードPay」はカードタイプのQUOカードとは異なるサービスです。「QUOカードPay」には発行日より3年間の有効期限がございますのでご注意ください。

詳しくは、お近くのJA金融窓口にお問い合わせください。 JA木曾

☐ 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>

2023.2月1日発行(印刷)木曾オールプリント(株)

