



2024年版応募入賞作品「元日」(奈良井宿) 撮影者：湯川喜義様(木祖村)

特集 2024年新春 今年の抱負と私の夢

- 新年スペシャル お正月パズル
- 営農情報だより…田んぼに除草剤をまくポイント
- 購買代金のご請求方法変更のご案内



謹賀新年



年頭のごあいさつ

代表理事組合長 田屋 万 芳

新年あけましておめでとうございます

組合員及び地域の皆様方におかれましては、輝かしい新春をご家族おそろいで、穏やかにお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

旧年中はJA木曾の各種事業に格別なるご高配を賜り、心より厚く御礼申し上げます。

長く続いた日銀の低金利政策は日銀総裁が代わられたと同時に、大きな変革期を迎え、長期金利は乱高下を繰り返しながら、上昇基調となっております。加えて、不安定な円安相場等により燃油・肥料・飼料などの生産資材価格は依然として高止まりの状態が続き、農家経営に深刻な影響を与えています。

一方で、生産コスト増嵩分の農畜産物販売価格への転嫁は難しく、依然として厳しい状況が続いておりますが、本年の食料・農業・農村基本法の関連政策の具体化に向けたJAグループとしての農政運動にも積極的に対応してまいりたいと考えております。



私どもJA木曾にとりまして令和6年度は、今年次3ヶ年計画の最終年度となります。併せて、本年はJA木曾合併50周年を迎える年となりました。

掲げた長期ビジョンの統一テーマ「農業と協同の力で木曾の未来をささえます」の実践にあたり、合併50周年記念行事として、組合員が元気になる施策や各種の記念イベントを実践していこうと考えております。

今後とも不断の自己改革を継続しながら、「持続可能な木曾農業の実現」また、「持続可能な経営基盤の確立」をめざして、役員一同更なる努力を重ねてまいりますので、組合員の皆様方の変わらぬご理解とご協力をお願い申し上げます。

新しい年が皆様方にとりまして、ご健勝でご多幸の年であることと、併せて災害のない一年となります様心より祈念申し上げます。年頭のご挨拶といたします。

代表理事組合長 田屋 万 芳

代表理事専務理事 青木 一 孝

常務理事 亀子 宗 樹

理事 小嶋 正 則

寺平 暁 夫

征矢 野 隆 夫

山下 清 人

志水 敏 春

原 保 弘

細 尾 正

久保 寺 益 美

新井 光 一

棚 垣 外 健

片 田 恵

代 表 監 事 鎌 亮 治

常 勤 監 事 高 樋 昌 憲

監 事 中 村 裕 子

大 畑 哲 也

尾 崎 利 輝

原 卓 男

木曾農業協同組合職員一同

※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。

郡内の学校で「木曽牛・すんき給食」の日

木曽地域の児童・生徒に「木曽牛、すんき」の理解を深めてもらうため「木曽牛、すんき給食の日」が11月末から1月末まで実施されます。木曽地域振興局農業農村支援センターが主催し、畜産農家やJA、行政でつくる木曽優良子牛生産パワーアップ協議会が、学校ごとの献立で提供される木曽牛を郡内の16校へ提供します。

11月29日に実施の王滝小学校では、参観日の給食試食会があり保護者や村関係者も参加し、「すんき入り木曽牛ハンバーグ」が提供されました。甘酢で味付けされた王滝かぶのおろしも添えられ、参加者は「初めて食べたがおいしい」と味わっていました。ほかの学校では、すき焼き風煮などの献立が予定されています。



ハンバーグを頬張る児童

生産者 各部会で1年の振り返り

11月末から12月にトマト生産振興部会、インゲン生産者、新規3品目（黄なんばん・ミニトマト・モロッコインゲン）生産者、特産振興部会（酒米）、地区の畜産部会が令和5年を振り返る反省会を行いました。

13人の生産者が出席したインゲン反省検討会では、今年度の生産販売経過の説明と来年度の栽培品種の検討がされました。生産者減と生育不良により数量は落ちたものの、金額は高値傾向が続き前年対比は変わりませんでした。市場からは若干のクレームはありますが、品質も良く金額も木曽の平均は県平均より高くなっており生産者の努力の結果が高く評価されています。



種苗会社関係者の説明を聞く参加者

12月家畜市場 前回より平均価格下がる

12月7日 長野県中央家畜市場（木曽町）で定例12月市場が開催され、331頭の取引が成立しました。子牛全体の平均価格は前回10月から13,691円下げて554,048円（税込み）となりました。木曽管内出荷頭数は82頭で平均価格は前回より30,565円下げて522,554円（同）となりました。全国的に子牛相場の低迷は続いており、より安い市場で購入するため購買者が少なく、系統と増体の良い牛に購買者の人気が集まるため個体間格差がより大きい市場となりました。



購買者の少なかった12月市場

中部支所で防犯訓練

12月8日 JAは中部支所で強盗を想定し対応の手順を確認する訓練を行い、職員や木曽警察署の警察官などが参加しました。訓練は犯人役の警察官2人が窓口の職員にお金を要求しガソリンと刃物をちらつかせ、現金を入手後に車で逃走するという設定で行われました。後方の職員に対しても大声で威嚇するなど犯人役の迫真の演技に圧倒されながらも冷静に対応しました。

訓練後中部支所の中支所長は「どのような対応をすればよいか難しかった。ほとんどの職員にとって初めての訓練でよい経験になった」と感想を話しました。



緊迫した訓練のようす

皆様からの情報提供をお待ちしています。
J A木曾企画管理部 ☎0264-22-2128

装飾用に人気高まる ヤドリギ東京の市場へ出荷

11月30日 郡内で採取された実付きのヤドリギ約70本が東京の大田市場へ出荷されました。集荷場所でJ Aの職員が大小のヤドリギを大型トラックへ積み込み、翌日の市場で高値で取引販売されました。

クリスマスの本場欧米では、ヤドリギは幸福をもたらす神聖な木として玄関に飾る風習があるということですが、日本でも装飾用として需要が増えており、東京の大手生花店も直接買い付けにきています。



トラックに積まれるヤドリギ

年金友の会 スマホ教室

12月4日 J Aは年金友の会会員を対象にしたスマホ教室を本所会議室で開催しました。ドコモショップ木曾店のスタッフ3人を講師に招き、午前と午後合わせて9人が参加しました。「楽しく便利にインターネットを使えるようになる」を目標に、スマホを使って自分の知りたい情報を調べる方法を学びました。参加者は講師から出された例題を音声検索やキーワード検索などで調べていました。スマートフォンは高齢者層まで普及している一方で操作に不安を抱えたり、便利な機能を使いこなせていなかったりする方も少なくありません。J Aは今後もこのようなお手伝いができる教室を企画して参ります。



教えてもらう参加者

J A虹のホールのイベント

●人形供養祭

11月26日 J Aは「J A虹のホールきそ」で毎年恒例の人形供養祭を開催しました。

組合員・地域住民ら125組が訪れ2,580体の雛人形や五月人形、ぬいぐるみ、盆提灯、掛け軸、こいのぼりなどが持ち込まれ祭壇に納めました。

法要は参列者とJ A関係者、同ホールのスタッフが出席し、木曾町福島の水無神社宮田宮司の祝詞奏上に続き玉串を捧げ、共に過ごした人形など思い出の品に感謝の心を込めて供養しました。



玉串を捧げる参列者

●虹の花束コンサート

当J Aと虹のホールグループの8 J A主催による「虹の花束コンサート」を、11月7日にまつもと市民芸術館、23日に長野県県民文化会館で開催しました。コンサートには、グリーンサポートの一環として「ご遺族の心に寄り添う時間を提供すること」を目的に、昨年4月から今年3月までにJ A虹のホールで葬儀をされたご遺族を招待しました。コロナ禍を挟み4年ぶり10回目の今回は、木曾管内からの34人を含め両会場1,200人を超える来場がありました。県内出身の4人の演奏家が出演し、演奏に合わせて歌う場面もあり、温かな調べが会場を包みました。





女性部だより



さわやか教室

革細工 牛革でカードケース作り

12月5日 「革細工講座」を虹のホールきそで開催し、午前と午後で18人が参加しました。

講師は昨年に続き木曾町三岳の田口雄太さんご夫妻にお願いしカードケースを習いました。

型取りされた線に沿って革を切る、ホックを取

り付けるなどの行程をていねいに教えてもらったり手伝ってもらったりしながら楽しく作業は進みました。ご主人用にと作る方もおり、素敵なプレゼントになったのではないのでしょうか。



さわやか教室 今後の予定

◆野菜・土作り講座

日時：1月24日(水) 10:00~11:30

場所：JA木曾本所第1会議室

申込みをしていない女性部員や一般の方で参加を希望される方は、事務局へご連絡ください。 ☎22-2128 JA木曾本所組合員課



◆閉校式

日時：2月6日(火)

13:00~15:30

場所：JA虹のホールきそ
詳細は個別にご案内します。

支部活動

三岳支部 健康な身体づくり相談会



足指でタオルを掴むトレーニング



講師は松本市のまつもと双葉接骨院の榎谷伸輔院長。シューフィッター資格を持つ講師に実際の施術も交え身体の構造や痛みの原因、正しい靴の選び方などをお話いただきました。

12月8日 膝、腰などの痛みや身体の悩みについての相談会を開き部員18人が参加しました。

講師は松本市のまつもと双葉接骨院の榎谷伸輔院長。シューフィッター資格を持つ講師に実際の施術も交え身体の構造や痛みの原因、正しい靴の選び方などをお話いただきました。

木祖支部 料理講習会



12月14日 地元産のハクサイや赤かぶを使った料理講習会を開き部員7人が参加しました。木祖村の管理栄養士さんに指導していただき、「ハクサイのあんかけ丼」や「炒りなます」赤かぶの入った「ビーフシチュー風煮込み」など4品を作りました。普段は漬物や鍋料理、汁物など定番の献立になりがちな野菜ですが、子どもから高齢者まで家族皆で楽しめるレシピで、参加者は家でも作ってみたいと喜んでいました。



私の夢

管内にお住まいの皆さんにお聞きしました

塩尻市贄川 在住

おざわ かえで
小澤 楓 さん
☆平成15年生まれ
大学生



今年の抱負

今年は自分の目標に向かって追い込みの年になります。幼い頃から描いていた憧れの資格が取得できるよう、日々の積み重ねを大切に頑張っていきたいです。

私の夢

友人と海外旅行にゆっくり行きたい。
旅行先にはディズニーが必須で、思う存分満喫したいです。

木曾町開田高原 在住

たむら ふとし
田村 太志 さん
☆昭和57年生まれ
自営業



今年の抱負

昨年は忙しく過ぎた1年だったので今年は効率よく行動をして余裕をもって楽しい2024年にしたいです。

私の夢

毎日を大切に過ごして穏やかで豊かに生活していきたいです。

木曾町三岳 在住

もとみみ さかえ
本南 栄 さん
☆昭和18年生まれ
主婦



今年の抱負

春になって米や野菜作りにと励み、秋の収穫を楽しみに身体と向き合いながら頑張ってみようと思います。

私の夢

シニアの皆さんとのマレットゴルフを楽しみに、脳トレや健康維持に気をつけて頑張っていけたらと思います。

上松町 在住

みなみ ゆたか
三並 裕貴 さん
☆平成4年生まれ



今年の抱負

小さい頃から続けている野球を今年も楽しくプレーしたいです。できれば社会人野球でホームランを打ちたいです。

私の夢

宝くじで一攫千金！で仕事なんてやめてしまいたいです。普段は宝くじを買わないのですが…

王滝村 在住

きじま えいじ
木島 栄次 さん
☆昭和29年生まれ



今年の抱負

今年は「断捨離START」です。古希の意味は「(此処迄生永える者) 古来稀也」であり、現世離脱幽界誕生へ向けて、想念を正し一切感謝徹底感謝で毎日笑顔で過ごしていく事。

私の夢

将来の願いは、安全運転機能低下自覚、記憶力思考力協調性劣化自覚、我利欲削減利他愛増強、健ラン愛和交流多発、敬神崇祖日々是好日です。

2024年新春 今年の 抱負と

木祖村 在住

たけしげ ようこ
武重 洋子 さん
☆昭和48年生まれ



今年の抱負

息子が少年野球クラブ「オール木曾」でがんばっています。私はスコアブックのつけ方をマスターしてチームのお手伝いをしたいです。

私の夢

いつか伊勢神宮参りをしたいです。去年は膝を痛めてしまったので、しっかり治してスキーやスノーボードをたくさん滑りたいです。

木曾町日義 在住

みさわ みほ
三澤 美穂 さん
☆昭和51年生まれ



今年の抱負

古いによると、私は今年から大きな夢や願いが叶い始めるそうです。その第一歩として「気持ちは謙虚に行動は大胆に」をモットーに、目指している資格を取得したいです。

私の夢

私の夢は、私の周りにいる人たちに、本当に安全で安心して口にすることのできる食の知識を広める仕事を一生かけてすることです。

木曾町福島 在住

しばた けいと
芝田 慧翔 さん
☆平成17年生まれ
高校生



今年の抱負

抱負は一つ一つの物事を確実に行うことです。今年の春に就職し、自分の行うこと全てに責任が伴うので慎重に検討してから判断したいです。

私の夢

3年後に大型の免許を取る。
あと、家をリフォームするぞ！

南木曾町 在住

しのはら まい
篠原 舞 さん
☆平成5年生まれ
地域おこし協力隊



今年の抱負

今年はメインの活動の空き家について、新規開拓や情報発信、空き家活用事業に力を入れ、より多くの人に空き家に関心を持ってもらえるよう取り組みたいです。

私の夢

古い家やものなど、時の中で埋もれてしまった素敵で可愛いものたちを見つけて届けることと、好きなものに囲まれた暮しをすること。

大桑村 在住

ひらやま しゅんた
平山 隼大 さん
☆平成11年生まれ
会社員



今年の抱負

昨年は仕事を通じて色々な出会いや経験をさせていただきました。今年はその出会いや経験を活かして更なる技術の向上をし、お客さまへ還元していきたいです。

私の夢

趣味のバイクで色々な所へツーリングに行き、新たな地を開拓したいです。



お正月パズル

お正月ぼけを吹き飛ばすパズルで頭スッキリ。
気持ちを新たに幸先の良い一年のスタートを切りましょう！

答えは
12ページに
掲載

お正月のごあいさつのシークワーズ

あ ま だ し と お は た
た け ん た め て つ の
じ ね ま で く ら も し
ん こ と し も か う い
じ う ろ と て い で つ
や よ う こ い も へ て
に ど う よ し の も き
い ち ね ん に も と し

リストにある言葉を、左の盤面から探しましょう。

どの言葉も縦・横・斜め8方向のいずれか一直線上に読みます。つまり下から上や、右から左に向けて読むこともあります。途中で曲がったり、飛ばして読むでは駄目です。同じ文字を複数の言葉で使うこともあります。小さい文字は大きい文字として探してください。

言葉を全て探すと、何文字かが使われずに残ります。その残った文字を上から順に読んでできる言葉は何でしょう？

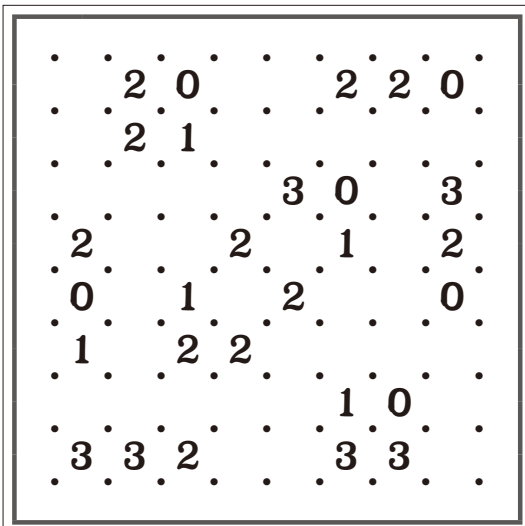
リスト

しんねん あけまして おめでとう
ことしも いちねん よろしく とともに
きもの きて おてらか じんじやに
はつもうでへ いこうよ もらった
おとしだま ためて かいものも しょう
たのしい としで いいよね

スリザーリンク

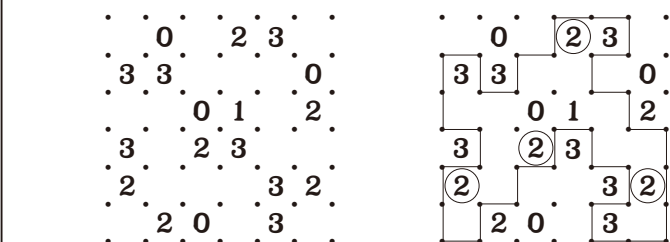
- ルール**
- ① 点と点の間を縦・横の線で結び、全体で1つの輪を作りましょう。
 - ② 4つの点で作る正方形に囲まれた数字は、その正方形の辺に引く線の数を表しています。数字のない正方形には、何本の線を引くか分かりません。
 - ③ 線を交差させたり、枝分かれさせたりしてはいけません。

問題 出来上がった輪の中に、2は何個入ったでしょうか？



考え方 数字の周りにその数字の数だけ線を引いて、全体で1つの輪を作るパズルです。線を引かないところには×などの印を付けると分かりやすいですよ。例題の左上に、0と3が縦に並ぶところがありますね。0の周りには線を引かないので、その下の3は0と接しない3辺に線を引くことが分かります。そうすると、その左にある3の線の引き方も決まりますね。どこにもつながらない線ができたり、輪が2つ以上になったりしないように、注意しながら解いてください。

例題 出来上がった輪の中に、2は何個入ったでしょうか？



例題の答え…4個

営農情報だより



ご相談・お問い合わせは 農業生活部 農事園芸課 ☎(0264)23-3310

農事園芸課 鈴木 航

田んぼに除草剤をまくポイント

今年も無事稲作りを終えられましたでしょうか？

田起こし、代かき、田植え、草刈り、稲刈りと1年間お疲れ様でした。今回は田んぼの除草剤をまく時のポイントを押さえて、上手に除草剤を効かせましょう！

1. 代かきを丁寧に

除草剤はいかに土が均一になっているかで効果が大きく変わります。田植え前に田起しをし、その後代かきをすと思いますが、「荒代」と「本代」の2回するとより凹凸がなくなり平に整えることができるため、おススメです。



2. 初期剤と中期剤の2回散布

より除草効果を高めたいなら、初期除草剤と中期除草剤の2回散布がおススメです。

初期剤（例：サキドリ、ピラクロン）と中期剤（例：バッチリLX、アッパレZ）を散布し、それでも抑えられない場合、後期剤（例：ヒエクリーン、アトトリ）の出番となります。上手に除草剤を使い分けましょう。



3. 水管理

水持ちの良さも大きく効果を左右します。水が一定の状態で張られているかが重要ですので、特に水持ちの悪い田んぼは深水（溢れない程度に水深を深くする）にし、できれば2～3日は水を張った状態で、7日間は落水、かけ流しをしないことを心がけましょう。

使用農薬の例
左からサキドリ、バッチリLX、ヒエクリーン

市場出荷向け

ミニトマト・黄なんばん・モロッコインゲン 新規栽培者募集

令和4年度から始まり現在62軒が出荷している3品目の新規生産者を募集中です！

農業初心者の方も栽培できる簡単な品目ですし、栽培から出荷まで講習会を行いますので、この機会にチャレンジしてみませんか？興味がある方はぜひお越しください！お待ちしております。

●新規農家向け野菜3品目（ミニトマト、黄なんばん、モロッコインゲン）事前講習会

開催日時：令和6年2月4日(日)10:00～

開催場所：JA木曾 本所第1会議室（合庁前）

申込み締切：令和6年1月31日(水)



令和5年の
栽培・出荷講習会

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



秀作

- ① 庭の手入れ出来得ぬままを詫びて立つ亡夫よ明日は結婚記念日
大桑 科野 八重
 - ② 寒き日に「坊に真綿を背負わせろ」と母に指図の祖母の懐かし
南木曾 藤原 勝
 - ③ 冬枯れの池に舞ひ降りし野の鳥ら旅の話を聴かせくれぬか
兵庫県明石市 小田 慶 喜
- 【選評】① 謙虚な生活態度が窺える、九十五歳の作者の瑞々しい作品。益々のご健詠をこ期待申しあげます。
② 「発熱ベスト」なる物が発売される昨今だが、かつて真綿は防寒に使用された。そんな時代が思い浮かぶ懐かしい一首。
③ 発想が豊かで洒脱。小林一茶の句が連想される作品。

佳作

- 収穫の終りて田んぼに初穀を焼く白煙の幾筋もたつ
奈良井 工藤 勇 三
- カートなしで歩ける足に戻れたら白髪や皺などどうでもよろし
木祖 佐々木 千代子
- マルチ除き耕作済みし畑仕舞う休みつつ今年何とかなりぬ
木祖 武重 慧
- 古の隠れ村なる集落は時代の流れか廃村となる
木祖 田上 二枝
- ニユースに知る戦禍の人ら思いつつ漬菜とる背に秋の日ややし
日義 越取 思正子
- すずなりの小粒の柿を食べざれば花瓶に挿して秋を愉しむ
新開 池井 十与子
- 山里のところでどこに煙たち薪の香して冬は来向かう
開田 梅戸 幸子
- 錦秋の山に囲まれて里芋掘り重き鍬振る腰庇いつつ
三岳 小坂 信子
- さざ波のごとき手の皴撫でながらラグビーを観る薄暮の一人居
上松 古田 澄子
- スタッフと障害者われら朝夕に楽しき一日と笑顔のあいさつ
大桑 金澤 紀子
- 若き日の面影探す同級会これで終りか傘寿の祝
大桑 高橋 志げ子
- 賃上げも教育予算も後回し軍備拡張もう歯止めなし
大桑 生路 聰

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2800 「JA木曾本所企画管理部 JA歌壇 係」行
【3月号掲載作品を募集中です】編集の都合により、1月末日までの到着はがきにて選考いたします。

燃上る金山錦紅葉かな
藁を打つ音の懐し夜なべの灯
太腿の如き大根引き抜きぬ
娘の帰国異国が匂ふ文化の日
信楽の狸を濡らす秋時雨
地に積もりなほ樂します散紅葉
夕映えや野菊が呼んでる好きな道
かさこそと落葉踏みゆく木曾古道
お菜洗ふありつたけの空真つ蒼に
灯を消して月を我が家へ入れにけり
立冬や深き溪谷暮なすむ
煮返して味の調ふ煮大根
掃き寄せる箒に残る朴落葉
着ぶくれの我が影笑ふ散歩道
玄冬に刻む一步や老の道
病院のバスくぐり行く冬紅葉
秋仕舞片付かぬま、日は落ちぬ
十五夜の友の病院照しおり
校庭の黄色に染まる落葉かな
道の駅何処も美脚の大根あり
晩秋に染まる湖異邦人
ふわふわと綿虫の舞ふ日暮れどき

- 上松 徳原 義一郎
- 王滝 小山 誠
- 上松 村仲 徹
- 上松 武居 和江
- 南木曾 山田 富美子
- 大桑 目谷 勝義
- 王滝 水宅 ゆき
- 上松 石田 なつ子
- 大桑 木戸 信幸
- 奈良井 工藤 勇三
- 上松 池田 郁代
- 木祖 佐々木 千代子
- 上松 福邑 忠
- 明石市 小田 和喜
- 明石市 小田 慶子
- 南木曾 楯 美江
- 開田 梅戸 幸子
- 大桑 北原 早苗
- 上松 吉村 行男
- 木祖 岩原 政広
- 賛川 小澤 ゆずりん
- 大桑 加藤 孝治

【選評】 ● 義一郎さん……いつ迄も夏日の暖かさに今年の紅葉は期待できないと思って居たところ、気候の変動により美しい紅葉を見ることができ感動しました。

● 誠さん……藁を打って何を作るだろうと……ひと昔前には草履や縄を編んだり
の夜なべ仕事でしたが正月の飾かもと懐かしく思い出しました。

● 徹さん……大根作りの頃は雨も少なかったのに大きな大根が取れたとのこと
と。太腿の表現が面白い。

選者の一句 冬木の芽明日への色を育てをり

【お詫びと訂正】 本誌12月号7p「JA俳壇」佐々木千代子さんの作品
(誤) 括られて枯菊なほも白ひけり
(正) 括られて枯菊なほも匂ひけり
以上、お詫びして訂正いたします。

俳句募集

※一人ハガキ1枚に未発表作品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。
【投稿先】〒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、いつでもご投稿ください。《毎月発表しています》】



脳トレ！手足の体操

健康生活研究所所長
堤 喜久雄

指先マラソンで脳への血行を促進

寒い季節は外に出るのもおっくうになりがちです。活動不足を補うためにも、効率良く短時間で血行を促進できる体操をご紹介します。

手首も回転させ、指先をこすり合わせながら動かします。脳の血流をアップさせ、創造力や記憶力も高める効果が期待できます。

繰り返し行う習慣を身に付け、脳の若さを保ちたいですね。ゆっ

くりで構いませんので、正確な動作を心がけましょう。慣れてくると楽に動かせるようになりますよ。

いずれかの指先を合わせる

(1)~(5)の動きを5回繰り返します



(1)右手の人さし指と左手の親指、右手の親指と左手の人さし指を合わせます。



(2)右手の人さし指と左手の親指は支点として付けたまま、右手の親指と左手の人さし指を離します。



(3)右手の親指を手前へ、左手の人さし指は奥へ回転させ、上で指先同士を合わせます。



(4)右手の親指と左手の人さし指は支点として付けたまま、右手の人さし指と左手の親指を離します。



(5)右手の人さし指は奥へ、左手の親指は手前へ回転させ、上で指先同士を合わせます。

ポイント 1セット5秒程度の速さで練習し、少しずつ速く動かしてみましょう。



なくそう食品ロス

食品ロス問題ジャーナリスト
井出 留美

余った野菜の使い道

カレー、ギョーザ、みそ汁、スムージー……。これらに共通することって、何か思い浮かびますか？

実はこれ、「野菜が半端に余ったらどうしますか」と聞いたときの答えの献立なのです。例えば、野菜が半端に余ったら「みそ汁に入れちゃいます」っていう人がいました。「カレーに入れます」という人や、ギョーザの具に刻んで混ぜるとい人も。

私の場合は、前日に作った夕飯でキャベツやレタスなどの野菜が半端に余ったら、毎朝作っている野菜と果物のスムージーに入れていきます。野菜じゃないけれど、豆腐が半端に余ったときも入れてしまっています。

「え、豆腐？」って思うかもしれませんが、豆腐スムージー、意外とおいしいんですよ。高校時代の文化祭でクラスの出し物として提案し、採用されたこともありました。当時はスムージーがはやっていてたわけではないので時代を先取りしたかもしれません。

毎朝スムージーを作るときの材料は、チンゲンサイなどの青菜や

青ジソ、レモン、熟して凍らせたバナナ、黒ごまきな粉、おからパウダー、100%果汁のジュースなどです。

バナナは、シュガースポットが出ている割引の物を買ってきて、家でつるして熟させた後、皮をむいて凍らせておきます。

バナナも廃棄が多い食品です。バナナの加工食品を製造・販売するバーナナ社の共同創業者マツト・クリフォード氏は「毎年1500億本のバナナが輸出用として生産され、その半分の750億本が廃棄されている」と話しています。

家庭で最も捨てられるのは野菜です。「これに入れればOK」というレパートリーがあると、たとえ食材が余っても心強いですね。

他にも、野菜炒めやオムレツの具、野菜のキッシュ（パイ生地やタルト生地）、卵液と野菜を入れて焼いた料理、ミネストローネなど、工夫して使うことはできません。野菜が余ったら試してみませんか。



JAからのお知らせ



理事会だより

●12月27日(水)開催

【協議事項】

- ①令和5年度第3四半期決算(11月末)状況について
- ②木曾地域振興(株)第3四半期決算について
- ③(株)JAファームきそ第3四半期決算について
- ④資産自己査定結果について
- ⑤諸規定の改正について
- ⑥新NISA開始に伴う規程の一部変更について
- ⑦理事者に対する貸出について
- ⑧大口貸出先に対する貸出について
- ⑨JA木曾自己改革工程表令和5年度の取り組みについて
- ⑩組合員の出資口数の減資について (ほか)

【報告事項】

- ①業務一般経過報告について
- ②組合員の状況報告について
- ③令和5年度期中決算監事監査結果に対する改善状況報告
- ④農業生活事業報告について
- ⑤金融共済事業報告について
- ⑥令和5年度第3四半期余裕金の運用について
- ⑦令和5年度第4四半期余裕金の運用方針について
- ⑧自主(自店)検査結果の報告について
- ⑨広報JAきそ「組合員の声を聴く」投稿報告
- ⑩組合員の脱退について (ほか)

介護センター 聞こえの相談会 日程変更のお知らせ

聞こえの相談会を毎月1回金曜日に開催して
おりましたが、今後は木曜日に変更致します。

当面の予定 1月11日(木)・2月1日(木)

※不測の事態により中止する場合があります。

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。

・1月18日(木) 中部支所 ・2月8日(木) 南部支所
相談時間 10:00~15:30

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。



8ページ パズルの答え

お正月のごあいさつの
シークワース

答え たつどし(辰年)

あ ま だ と と 林 ぼ 林
た げ ん た だ そ の
し ね ま す く あ も し
ん こ と ち ゃ か う い
じ ゅ り と せ い で
や よ う こ い も へ す
に ど う よ し の も ち
い ち め ん に も と し

スリザーリンク

答え 4個

「組合員からの情報提供受付窓口」ご案内

当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、農協法(第35条の5理事の職務の執行監査)および農協法施行規則(第81条監査の為の情報収集)に基づき、理事の職務の適正な遂行を阻害する行為に関する情報(組合経営に関する事象に限る)の提供を求めています。

当組合の理事の組合経営に関する気になる行為について、見たり聞いたりした事柄があれば封書にて下記宛に送付くださいますようお願いいたします。(住所・氏名・電話番号をご記入ください)

木曾農業協同組合 監事会

【送付先】〒397-0001

住所: 木曾郡木曾町福島2800

電話: (0264) 22-2128

木曾農業協同組合 監事室

(受付監事) 常勤監事 高樋 昌憲 宛

*当組合の業務に関する一般的な苦情については、別途窓口を設置しておりますので、そちらをご利用ください。

*ご好意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので予めご了承ください。

【一般苦情相談窓口】

住所: 木曾郡木曾町福島2800

電話: (0264) 22-3997

木曾農業協同組合

担当部署: 企画管理部リスク管理課 宛

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
1/13 (土)	JA 虹のホールきそ	9時~17時
1/19 (金)		
1/25 (木)		
1/31 (水)		
2/6 (火)		
2/11 (日)		

■新年のごあいさつ

明けましておめでとうございます。本年も相変わらぬご愛顧賜りますよう、宜しく願い申し上げます。

今年もJA虹のホールきそでは葬儀・法事はもちろんのこと、事前相談も承ります。どうしても聞きにくいことがあるかと思いますが、出来る限りお力添えをさせていただきます。ぜひご相談ください。



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

購買代金のご請求方法変更のご案内

令和6年1月より当JAの購買事業システムの切り替えに伴い、組合員・利用者様に対する購買代金のご請求の取扱い方法が変更となります。

- 当JAより発行する請求書類様式が「購買品請求書兼入金書」から「請求明細書」に変更となります。
- 期日までに代金決済されなかった場合に発生する利息の計算方法が変更になります。
現行：当JA所定の利率により日割で計算し、日次で利息を計上・加算します。
変更後：計算方法は現行と同じです。月次（請求明細書の発行日）で利息を計上・加算します。
(令和6年1月から発行する請求明細書より変更致します)
- 上記の利息計算の変更を含め、口座引落による購買代金の決済方法に関する当JAのご利用約款として「購買代金決済規定」を制定します（以下は抜粋版です）。令和6年1月以降のお取引より適用します。

組合員・利用者様にはご迷惑をおかけしますが、当JA購買事業を引き続きご利用頂きますようお願い致します。

購買代金決済規定

- (目的) 第1条 この購買代金決済規定（以下、「規定」という。）は、木曾農業協同組合（以下、「当組合」という。）が、組合員・利用者・取引先等（以下、「組合員等利用者」という。）に供給する購買品の貯金口座振替決済（以下、「振替決済」という。）について定めるものである。
- (適用) 第2条 購買代金の決済にあたっては、即時決済（現金決済、クレジット決済）を除き当組合所定の決済日より行うものとする。
- (決済方法) 第3条 購買代金の振替決済方法は、当組合の貯金業務に係る諸規定に基づき、所定の日指定口座から引落を行う。
- (決済日) 第4条 当組合の決済日は、原則として次のとおり設定するものとする。
1 購買品の当用供給（購買場所での即時供給）については、供給月ごとの締め日時点の購買代金を翌月決済する。決済日は供給月の翌月16日（当日が非営業日の場合は翌営業日）とする。
2 購買品の予約供給については、予約注文ごとに決済日を別に定める。
3 当組合と個別に決済日を定めた場合は、それを決済日とする。
- (与信限度額) 第5条 当組合と組合員等利用者との購買取引に関する個別の契約を締結している場合には、契約書に定める与信限度額とする。
- (遅延利息) 第6条 第4条に定める決済日に決済されない購買代金に対して損害金を遅延利息として徴する。遅延利息の取扱いは次による。
1 利率 年7.5%とし、日割計算を行う。
2 適用日 前号により計算した遅延利息を毎月の締め日で適用する。
3 計算開始日 決済日より60日を経過した翌日より計算を開始する。
4 徴収開始日 前号に定める日以降の最初の締め日より徴収を開始する。
5 購買品の供給日から決済日までの遅延利息は発生しない。
②前項に関わらず、当組合と組合員等利用者との購買取引に関する個別の取扱いをしている場合には、その取扱いによる。

「購買代金決済規定」の全文は、HPのURLよりご参照ください。 URL : <https://www.ja-kiso.iijan.or.jp>

ご不明な点は下記へお問い合わせください。

農業生活部購買経理課 ☎0264-24-2555
小木曾営農資材センター ☎0264-36-2045
南木曾営農資材センター ☎0264-57-2032

中央営農資材センター ☎0264-23-3350
開田営農資材センター ☎0264-44-2001
王滝生活店 ☎0264-48-2121

……組合員・地域のみなさまへ……

地産地消

長野県産大豆100%・国産米100%使用



仕込みそ祭

限定

仕込みそ



桶詰替不要はダンボールのままです。仕込みはめんどろだと思われる方におすすめします。

自家用の桶に入れ替えていただくタイプです。



数量限定

① 桶詰替不要 10割
20kg ダンボール

税込 **7,970円**
(本体価格 7,380円)



数量限定

② 桶詰替不要 10割
10kg ダンボール

税込 **4,480円**
(本体価格 4,149円)



数量限定

③ 糀づくり 10割
20kg ダンボール

税込 **7,690円**
(本体価格 7,121円)

長野県産大豆使用の仕込みそは3月中旬以降のお届けとなります。

限定品ですのでお早めにお申し込みください!! (なくなり次第、国産大豆100%使用「エコーブ仕込みそ」となります。)

国産米100% 国産大豆

健康を見守ってきた伝統の味噌食品
だから毎日のお味噌汁や味噌に
醗酵のチカラ

食へ頃仕込み味噌

すく召し上がれます



⑦ 食へ頃仕込み味噌【赤】

10割こうじ

税込 **4,730円**
(本体価格 4,380円)

⑧ 食へ頃仕込み味噌【白】

8割こうじ

塩分20%カット

⑩ 食へ頃仕込み味噌

減塩【赤】 10割こうじ

税込 **3,440円**
(本体価格 3,186円)



⑨ 食へ頃仕込み味噌【赤】

10割こうじ

税込 **2,790円**
(本体価格 2,584円)

⑩ 食へ頃仕込み味噌【白】

8割こうじ

1,500ケース限定

⑫ 食へ頃まろやか

仕込み味噌【赤】

12割こうじ

税込 **2,790円**
(本体価格 2,584円)

仕込みそご購入感謝キャンペーン

令和6年1月～3月末までにエコーブ仕込みそ・食へ頃シリーズを2,000円以上ご購入いただくと

抽選で50名様に「JAまごころ商品券」

※詳しくは、JA 担当者まで

2,000円分が当たります!!

対象 令和6年1月～3月末
までにご購入の方

応募方法

商品お届け時にお渡しする、応募はがきに必要な事項をご記入の上ご投函いただくか、JA担当者にお渡しください。

応募期間

令和6年1月～4月末まで

抽選

令和6年5月下旬
※商品券の発送は6月中の予定です。

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

真だらの唐揚げ ～ねぎソースかけ～



作り方

- ① 真だらは2～3等分に切り、水気をふき取ります。
- ② ボウルに①と④を入れて混ぜ合わせ、10分程度おきます。
- ③ 長ねぎはみじん切りにし、⑥と混ぜます。
- ④ ②の水気をふき取り、片栗粉を薄くまぶします。
- ⑤ 揚げ油を170℃程度に熱し、④を揚げます。
- ⑥ 皿に⑤を盛り、③をかけます。

材料 (2人前)

- | | |
|------------------|----------------|
| 真だら切身 …………… 2切 | ⑥ しょうゆ・酢…各大さじ1 |
| 塩・こしょう … 少々 | 砂糖・ごま油…各小さじ1 |
| ④ 酒 …………… 大さじ1 | 片栗粉 …………… 適量 |
| 生姜汁 …………… 小さじ1 | 揚げ油 …………… 適量 |
| 長ねぎ …………… 1/3本程度 | |

一口メモ

主に白い部分を食用とする「長ねぎ」。葉味や鍋物、スープ、炒め物、焼き物など色々な楽しみ方ができます。ねぎ独特の辛味成分には、血行促進、疲労回復、殺菌作用、免疫力を高めるといった効果があり、風邪の症状に効くと言われています。また、青い部分にはカルシウムやβカロテンなどの栄養素が含まれています。

きりとり線

住所 (〒)			
ふりがな氏名		年齢	性別 男・女
電話番号		職業	
組合員資格 (いずれかに○)	正組合員	准組合員	その他
2024.1月号 クイズ答え (番号)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

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。)

おたよりコーナー

令和5年11月に
たたいたおたより
から

かぶと大根を収穫して洗って漬けたり保存したり、畑のマルチを取る手伝いをしました。次は「なっば」の作業です。秋も終わりですね。
(日義：向澤さん 60才)

原木のしいたけがちょこちょこ出てきました。松茸にはお目にかかれませんでした。我が家のきのこに気持ちはハッピーです。
(新開：奈良尾さん 74才)

家の周りの木々が紅葉してとてもきれいです。来年も素敵な紅葉が見られるといいです。
(新開：野田さん 86才)

今年は栗がたくさん収穫でき、妻と一緒に栗きんとん50個超甘露煮などもういいという位いただきました。栗の木も剪定しました。この栗の木は10年程前にJAで購入した木です。
(大桑：下原さん 74才)

近所に漬物のとても上手な人がいます。赤タツ、たくあん、カブの酢漬、野沢菜漬等お手伝いさせていただきました。私は専ら食べる方です。
(南木曾：青木さん 79才)

頭の体操

まちがいがしに

挑戦!

今回はお正月の縁起物からの問題です。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 1月31日(水) 必着
投函日にご留意ください。

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。

※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。

今月のプレゼント

正解者の中から抽選で
10名の方に

冬期寒冷地用

「ウインドウォッシャー液」(2ℓ)

をプレゼント。



12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・⑤・⑨
(間違い探しの答えは▼こ)

きりとり線

POST CARD



料金受取人払郵便



差出有効期限
令和6年5月
31日まで
(切手不要)



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)

長野県木曾郡木曾町福島2800

☐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/>



2024.1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。

