



2024年版応募入賞作品「紅葉の岩出観音」(大桑村) 撮影者：鈴木典久様(上松町)

特集① JA木曾組織全体集会を開催します

特集② 2025年版

JA木曾カレンダー&広報誌表紙掲載写真が決まりました

特集③ 旬の冬野菜でヘルス&ビューティー

■ 営農情報だより…刈払い機を取扱う上での注意点



JA木曾 組織全体集会を開催します

JA木曾50周年記念 組合員組織全体集会のご案内



組合員の皆様の活動を共有することにより地域活性化に向けた取り組みを
活発化し、協同の力で木曾の未来を支えましょう。

日時

令和6年12月7日(土)
午後1時より(受付12時30分～)

会場

木曾文化公園文化ホール(木曾町日義)

時間	プログラム
13:10	表彰
14:00	協同活動体験発表
14:50	記念講演
15:50	記念抽選会

※終了時刻16時30分予定

参加記念抽選会

参加者全員の方に
JAの木曾牛レトルト商品進呈
更に抽選で
冬の豪華味覚をプレゼント

※会場へは自車でお越しください。

記念講演

「持続可能な農業を実現させる戦略とは何か
～農業所得を増大させる手法を公開～」

講師

(株) いろどり代表取締役社長

横石 知二 氏



【講師紹介】

1979年3月 徳島県農業大学校 卒業
同年4月上勝町農業協同組合へ営農指導員
として入社。

1986年彩を開発し、1996年4月上勝町に転籍。
産業情報センターと株式会社いろどりの責任者として彩をはじめ、
特産品の企画販売を行う。同年高齢者が使える情報ネットワー
クシステムを開発。

1999年に株式会社いろどり設立。
山の資源を生かした商品開発で全国的な注目を浴びる。

2009年5月代表取締役社長に就任。

2005年4月21日放送の奇跡体験アンビリバボー「元気をあなたに
…」では過疎と高齢化に悩む町を再生した再現ドラマが放送された。
2012年9月15日から映画「人生いろどり」全国で上映される。
近年海外からメディアの取材が多い。

★参加のお申込み・お問い合わせは下記の支所・営農資材センターまで

- 北部支所……………36-2027
- 中部支所……………22-2220
- 南部支所……………55-2185
- 南木曾総合センター……57-2032
- 開田営農資材センター…44-2001
- 王滝生活店……………48-2121



2025年版 JA木曽カレンダー & 広報誌表紙掲載写真が決まりました

カレンダー賞



春景
湯川喜義さん(木祖村)

「2025年版 JA木曽カレンダー & 広報誌表紙」掲載写真の最終選考会を9月27日、JA本所で行いました。ご応募いただいた作品の中から、カレンダーについては1点、広報誌表紙等に13点を採用させていただきます。



広報表紙部門賞



1月号 朝の静寂を作る
ししま
中西 章さん(木曽町)



2月号 冬の煌き
坪井 祐さん(木祖村)



3月号 新しい季節の訪れ
坪井 祐さん(木祖村)



4月号 満開の桜の下で
湯川喜義さん(木祖村)



5月号 百花繚乱
鈴木典久さん(上松町)



6月号 あやめ池公園
湯川喜義さん(木祖村)



7月号 満開のソバの花
青木敬次さん(木曽町)



8月号 御嶽山とソバの花
青木敬次さん(木曽町)



9月号 秋日和
中洞 勇さん(中津川市)



10月号 五穀豊穰を願う
鈴木典久さん(上松町)



11月号 初冬の風景
鈴木典久さん(上松町)



12月号 冬の序章幻想のあやめ池
坪井 祐さん(木祖村)




総代会資料表紙
語り
中西 章さん(木曽町)

※本ページの掲載写真については、応募写真の審査結果発表用として、採用者より提出された写真プリントサイズの縮小版で掲載してあります。したがって採用者の意図する写真仕様と合致するものではありませんのでご承知ください。

※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。

上松小学校 社会見学

9月26日 上松小学校3年生24人が木祖村の畑と、集荷場の予冷庫を見学し、「御嶽はくさい」の学習を行いました。

はじめに予冷庫を見学し、出荷される段ボールの数やハクサイの行き先など多くの質問にJA営農技術員が答えました。採れたてのハクサイの甘さを味わってもらった試食も行いました。児童は熱心にメモを取ったり、タブレット端末で写真を撮ったりしていました。畑の見学では、広い面積とそこで栽培される数の多さに驚いていました。



予冷庫の中を見学する児童

小学校 稲刈り「こしひかり」豊作

10月10日 JA木曽は、「お米作り体験会」を開催し、木曽町福島小学校の2年生26人と5年2組17人が参加しました。6月の田植えのあと田んぼの所有者中島伸治さん（木曽町）に管理をお願いし、大きく育った稲を鎌で手刈りし束ねてはぜに掛けました。天候の都合で2度の延期を経てようやくこの日を迎え、田んぼはぬかるんでおり泥に足を取られ泥だらけになりながら協力して刈ることができました。「初めてだけどうまくできた。プロだと言われた」と休憩時間も惜しんで喜んで刈り続ける児童もいました。

収穫した「こしひかり」は脱穀、精米して試食するほか木曽病院へも贈る予定です。



交替で稲を刈る児童

10月家畜市場 子牛共進会も開催

10月3日 長野県中央家畜市場で定例10月市場が開催され、328頭の取引が成立しました。子牛全体の平均価格は前回8月から40,329円下げて493,792円（税込み）で、枝肉相場の価格低迷の影響が続いています。木曽管内は出荷頭数が76頭、平均価格は前回より58,592円下げて465,734円（同）となりました。

セリ前に長野県知事賞の選考を兼ねた子牛共進会を開催しました。管内の受賞者は次の通りです。

雌の部 最優秀賞 井領 稔さん（上松）
去勢の部 優秀賞 下畑一広さん（木曽町）



セリにかかる井領さんの子牛

木曽牛を味わう商品発売

10月4日 JA木曽は木曽牛のキーマカレーとビーフシチューのお披露目会を開催しました。50周年を記念し、木曽牛をお手軽に味わえる商品を開発、牛肉消費に貢献し、生産農家を応援する気持ちも込められています。

取扱店舗は下記のとおりで今後は販路拡大も目指しています。

お取扱店舗	生活センター	☎ 23-2112
	小木曽営農資材センター	☎ 36-2045
	開田営農資材センター	☎ 44-2001
	王滝生活店	☎ 48-2121
	南木曽営農資材センター	☎ 57-2032
	グリーンファームきそ	☎ 22-3061



商品をPRする
田屋組合長

サービス向上を目指して スタンド職員の接客研修

9月27日 おんたけ燃料センターで職員の接客研修を行いました。研修はサービス向上を目指し、定期的に行っており、この日は接客対応の基本の言葉遣いや立ち振る舞いを確認し、お客様の誘導からお見送りまで一連の流れのほか車両点検などのサービスまでの内容を全農の職員が指導しました。また、指導を受けた2名の職員が10月9日に長野県JA-SSドライブウェイサービスコンテストに出場しました。

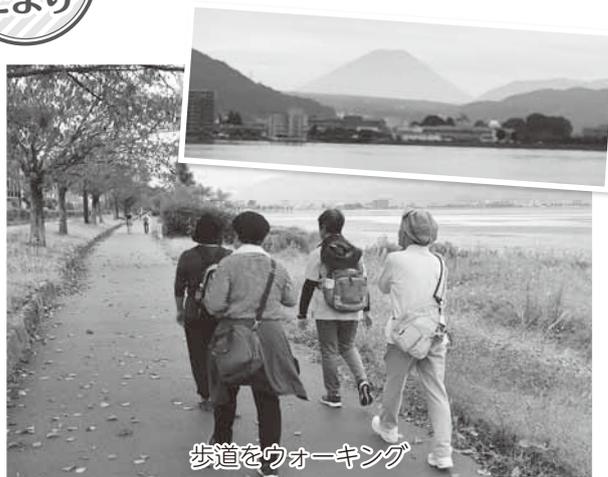
惜しくも入賞を逃しましたが、今後もお客さまへのサービス向上に努めてまいります。



指導を受ける職員（左2人）

女性部 だより

諏訪湖への日帰り旅行



歩道をウォーキング

10月16日 さわやか教室で諏訪へ日帰り旅行を開催し、17人が参加しました。午前には諏訪湖畔の歩道のウォーキングと高島城と街中を散策する2つのコースに分かれ、午後にはおいしい食事と温泉、お買い物を楽しみました。富士山を見ることができ、歩くのが気持ちよいお天気に恵まれ、6km位歩く参加者もいました。

「出掛ける『ずく』が出ないけど、参加すれば楽しいよね」と楽しい1日になりました。

歩きながら指のグー、パーの動きをはっきりと



労宮

【つば：労宮（ろうきゅう）】

中指と薬指の間にあり、手を握ると押すことができます。手のひらの中央、しわが最も寄っている場所です。ストレスや血流改善、不眠にも効果があるといわれています。



(1)背筋を伸ばし、肩、腕の力を抜いて歩きます。このとき、腕をリズムカルに振ります。歩き慣れてきたら、前の手はパーに、後ろの手はグーにします。往復10回行います。



(2)前の手をグーに、後ろの手はパーにします。往復10回行います。2、3分程度、(1)と(2)を繰り返しましょう。

ね。今回ご紹介する歩きながらのグーパー体操は、全身運動でありながら、握力が鍛えられて、脳ト

「握力が強い人ほど死亡リスクが低くなる」。世界的に知られている有名な研究があります。もちろん、握力さえ強ければ健康になれるわけではないのですが、握力は体全体の筋肉量の指標になっているようです。筋肉を鍛えることを日々の習慣にしたいものです。

ポイント

グーのときはしっかりと意識して手を握り、パーのときは指をしっかりと伸ばすことを意識して手を開きましょう。

レにもなります。外を出歩くのが気持ちの良い季節です。腕を振りながら、グー、パーの動きをしっかりと意識して歩いてみましょう。散歩時間の数分で構いません。続けることで、簡単に健康習慣を手に入れることができますよ。

脳トレ！ 手足の体操

健康生活研究所長
堤 喜久雄



刈払い機を取扱う上での注意点

刈払い機は地域の作業などで使う機会が多いと思いますが、知らないで機械の故障や事故につながる場合もあるので、いくつか注意点を今回はご紹介します。

1

4サイクルエンジンの刈払い機は通常のガソリンになりますが、2サイクルエンジンについては混合燃料（ガソリンとエンジンオイルを指定の割合で混合するもの）になります。必ず燃料の確認をし、エンジンを始動する前に間違えた燃料を入れてしまった場合、タンクから出して正しい燃料を入れましょう。そのまま作業してしまうと故障する原因になりますので気をつけましょう。

2

集団で草刈りをしていると、大きな音で周りの音が聞こえにくくなり、集中して周りが見えなくなることがあると思います。うっかり隣の人の刃が自分の刃とぶつかり、キックバック（機械の駆動力によって機械が跳ね飛ばされる非常に危険な現象）して最悪の場合刈払い機が吹っ飛ばすこともあります。こうならないように事前にお互いの作業範囲を決めておくことが重要です。

3

基本ですがよくあるのが、刃を逆につけてしまう場合です。逆につけるととても刈りにくいですし、間違えた使い方をすれば当然故障の原因にもなります。また作業時間がかかって体に負荷がかかるので必ず確認しましょう。

4

エンジンをかける際にリコイルスターターを引っ張ってエンジンをかけると思いますが、これもななめに引っ張ったりしていると紐が切れる場合もあり、直すのは困難になってしまいます。この原因は摩擦なので、リコイルスターターの出口から極力どこにも当たらないように真っ直ぐ引っ張って摩擦を生まないようにすると良いでしょう。

5

最後に冬場の長期保管する方法ですが、ガソリンを全部抜いておきましょう。ガソリンを抜ききった後、一度始動させてストップするまで運転させれば完全に燃料は無くなります。日の当たらない場所に保管すればバッチリです。



秀作

①彼の夏に癌告げられし夫なれど小さく燃えて農の明け暮れ
新開 池井 十与子

②猪に掘り起こされたる亡き義兄の畑の隅に彼岸花あかし
三岳 大豆 ふみ子

③近年の集中豪雨猛暑日も人為なるかや自然の驚異
木祖 田上 二枝

【選評】①以前に癌の告知を受け、手術されたのでしょうか。手術が成功し、お元氣になられて農業に励んでおられるご様子。朗報です。
②木曾では、猿ばかりでなく猪の出没もあって、被害をうけるのだ。その畑の隅に咲く彼岸花に、生前励んだ義兄様を偲ぶうた。
③地球温暖化が叫ばれて久しいが、その為か異常気象が顕著になって来ている昨今とも思う。

佳作

幾年も月に一度の集ひあり語り尽くせぬ夕暮までも
大桑 金澤 紀子

物干しに羽根を休める秋茜もの言いたげに小首かしげる
大桑 高橋 志げ子

戦争を知らぬ世代が声高に敵国つくり軍備増強
大桑 生路 聰

祭り終えコオロギ鳴きてさあ秋と思えど猛暑リズムの狂う
上松 野口 英作

一時の秋風入りてお茶の間に焼茄子香り昼餉のすすむ
三岳 小坂 信子

農繁期の稲刈り休みにザクザクと鎌にて刈りし音懐かしき
開田 梅戸 幸子

国有林を銀輪連ねしアスリート駆けて若人風になるなり
王滝 三浦 美春

夕暮れに涼しき風吹き黄揚羽がひとつ舞ひ来て足元回る
日義 倉本 恵子

名のごとく「スモウトリ草」と言う雑草四つん這いて抜く暮るる畑に
木祖 佐々木 千代子

猛暑でもアキアカネ舞い稲穂たれ虫のすだきて秋は近づく
木祖 武重 慧

落葉松の苗木を植えて六十年建材にと夢みてベニヤか今は
木祖 唐澤 達夫

ジャガ芋の葉の生き生きと風にゆれ雨後の朝日が降り注ぐなり
奈良井 工藤 勇三

選者的一句

鬻わっぱ作る職人秋の暮
提灯を畳みて果てる秋祭
蔓引けば南瓜ごろごろうつ笑い笑顔
秋の田の耀よふ光村静
雲ぬぎて霊峰の噴煙天高し
石仏の修復痕や秋の翳
黄金色の稲田を撮りに土手駆ける
鍬の柄にトンボ止りて小休止
野地蔵の脇の草むら振り花
早めぐる子の命日よ藤袴
名月に戯るが如雲忙し
前山をのぼりし月の大ききよ
灯を消て畳へ十五夜招き入れ
赤とんぼ群れなす駅の駐車場
百草丸買ふも木曾路の旅の秋
名月やはるかな友に想い馳せ
切株の年輪ねじれ秋の風
彼岸花二輪を供ふ父切に
天高し腰で舵切る一輪車
虫の音に昼間の暑さ癒さるる
台風も心がわりか西東
嫁の忌や孫にも会へて秋彼岸

南木曾 山田 富美子
上松 奥原 昭子
上松 村仲 徹子
上松 堀川 悦子
王滝 水宅 ゆき
大桑 木戸 信幸
大桑 吉村 行男
大桑 樋田 平好
上松 徳原 義一郎
南木曾 楯原 美江
上松 武居 和江
木祖 佐々木 千代子
上松 小澤 ゆずりん
上松 池田 郁代
上松 藤田 勇三
大桑 池田 なつ子
南木曾 藤原 孝治
上松 福原 忠勝
三岳 南村 美千代
上松 高柳 和義
上松 塚本 瑛子

【選評】●富美子さん：技を取得するのも大変なのに職人として打ち込んでいる姿に感銘を受けられた。技術的な事には感動すること多々あります。
●昭子さん：賑やかだった祭も終り来年への提灯を畳む。祭の余韻にひたりながら。
●徹子さん：……南瓜ごろごろう出たらつい笑顔になります。猿に取られずに…。猿害に困っているのに。

選者的一句 あちこちに火種の如き曼珠沙華

【お詫びと訂正】本誌10月号8p「JA俳壇」

(誤) 大桑 楠田 平好さん
(正) 大桑 樋田 平好さん
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》】

＼むくみ防止／ ハクサイ

生でも、加熱しても◎。カリウムは体内の余分な塩分を排出し、塩分の取り過ぎによるむくみの予防が期待できます。

主な栄養と効果

- カリウム
むくみ予防
- ビタミンC
コラーゲンの合成に欠かせない栄養。
美肌づくり

お薦めの食べ方

みそ汁・鍋料理



＼腸内環境を整える／ リンゴ

食物繊維が多く含まれています。腸内環境を整え便秘改善を期待できます。

主な栄養と効果

- ペクチン
水溶性食物繊維の一種。便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす
- セルロース
不溶性食物繊維。便の量を増やす

お薦めの食べ方

ヨーグルトに混ぜる



＼アンチエイジング／ シュンギク

ほろ苦さがくせになる野菜です。ベータカロテンは活性酸素の働きを抑えます。また体内で必要に応じてビタミンAに変換されます。

主な栄養と効果

- ベータカロテン
アンチエイジング、生活習慣病予防
- ビタミンA
皮膚、目などの健康を保つ

お薦めの食べ方

バターや油で炒める



＼美しい肌を保つ／ ブロッコリー

私たちの細胞は活性酸素によって日々ダメージを受けると、老化の進行が早まってしまう。スルフォラファンは活性酸素を除去し、若々しい肌を保つ働きがあります。

主な栄養と効果

- スルフォラファン
アンチエイジングや美肌づくり

お薦めの食べ方

ナッツ炒め。ゆでてナッツとオリーブ油であえる



＼胃もたれ防止／ ダイコン

消化酵素やすりおろしたときに生成される辛味成分イソチオシアネートが胃の不調に効果的です。

主な栄養と効果

- 消化酵素
アミラーゼ（ジアスターゼ）など。胃もたれ防止に
- イソチオシアネート
胃液の分泌を促す

お薦めの食べ方

大根おろし。しらすと一緒にご飯にのせる



冬野菜には、健康や美容に
役立つ栄養がたっぷり！
寒い季節をおいしく
元気に乗り切りましょう

栄養士：吉田理江
イラスト：服部新一郎

＼感染症を予防／ 長ネギ

香り成分のアリシンは血管を拡張して血流を良くし、免疫細胞も活性化させます。また、感染症にかかると消費されてしまうビタミンCを補えます。

主な栄養と効果

- アリシン
免疫細胞の活性化
- ビタミンC
免疫機能を正常に働かせる

お薦めの食べ方

スープ料理・トースターでホイル焼き



＼風邪予防／ ミカン

風邪予防に欠かせない栄養素のビタミンCがたっぷり！白い筋や薄皮にはペクチンが含まれているため、捨てずに実と一緒に食べると良いでしょう。

主な栄養と効果

- ビタミンC
免疫機能を正常に維持する
- ペクチン
便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす

お薦めの食べ方

間食や
食後のデザート



＼貧血予防／ ホウレンソウ

鉄にはヘム鉄、非ヘム鉄の2種類があります。ホウレンソウに含まれる非ヘム鉄は体内に吸収されにくいですが、ビタミンCと一緒に取ることで吸収率が上がります。

主な栄養と効果

- 鉄（非ヘム鉄）
貧血予防

お薦めの食べ方

おひたしにしてレモン汁をかける
牛肉などの赤身肉と一緒に炒める



J A からのお知らせ



理事会だより

●10月29日(火)開催

【協議事項】

- ① 9月末事業状況について
- ② (株)JAファームきそ期中決算状況について
- ③ 大口貸出先に対する貸出について
- ④ 理事者に対する貸出について
- ⑤ ミニディスクロージャー誌の発行について

【報告事項】

- ① 業務一般経過報告について
- ② 令和6年度期中決算監事監査報告について
- ③ 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等の報告について
- ④ 単体自己資本比率の状況について
- ⑤ 員外利用率の報告について
- ⑥ 令和6年8月末部門別損益計算書の報告について
- ⑦ 固定資産取得について
- ⑧ 自主(自店)検査結果について
- ⑨ JA木曾50周年記念組合員組織全体集会の開催について
- ⑩ 農業生活事業報告について
- ⑪ 金融共済事業報告について
- ⑫ 「国消国産」JAグループ統一運動への取り組みについて
- ⑬ 広報JAきそ「組合員の声を聴く」投稿報告
- ⑭ 組合員の脱退について

その他

生活センターより

「年末ごちそうメニュー(年末オードブル)」 休止について

例年ご好評をいただいております、「年末ごちそうメニュー」ですが、メーカーの都合によりお取り扱いができなくなりました。

大変申し訳ございませんが、ご理解をお願い申し上げます。

Aコープきそ店では、例年通り年末オードブルの予約販売を行いますのでぜひご利用ください。なお、商品の受け渡しは店頭のみとなりますのでご了承願います。



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
11/29 (金)	JA 虹のホールきそ	9時~17時
12/4 (水)		
12/10 (火)		
12/16 (月)		
12/22 (日)		

■人形供養祭開催のお知らせ

JA虹のホールきそにて今年も人形供養祭を開催いたします。

11月23日(土)9:00より受付いたします。供養料500円にて、何体でもお持込みできます。ガラス、陶器など、一部お受けできないものもありますので、詳細は14ページのチラシをご確認ください。ご不明な点については、お気軽にJA虹のホールきそへお問い合わせください。

多くのご来場を心よりお待ちしております。

☎ 0264-23-2513 担当：渡辺まで



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。

- ・12月4日(水) 南木曾金融店
相談時間 10:00~15:00



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。



北部支所・開田営農資材センター・王滝生活店の感謝祭とJA祭へ多くの皆さまのご来場ありがとうございました。

次号でその様子をお伝えします!

JAバンクからのお知らせ

令和7年2月から来店予約制を導入します

平素より木曾農業協同組合の各事業をご利用頂きまして誠に有難うございます。

この度、店頭での待ち時間解消やスムーズにお手続きがいただけますように、下記のとおり一部業務につきまして来店予約制を導入しますのでお知らせいたします。

導入後、ご予約のないお客さまには、当日の混雑状況などによりまして、お待たせする場合や改めてのご来店をお願いする場合がございますので、ご理解賜りますようよろしくお願いいたします。

記

ご予約開始日 令和7年2月3日(月) ※令和7年1月6日(月)から予約受付開始

ご予約対象お手続き

- 年金相談
- 貯金取引 相続手続き、代表者変更、お届け事項変更など
- 融資取引 お借入相談・手続き、現在お借入の内容変更など *南木曾店を除く
- 共済取引 新規加入、内容変更、請求手続き、お届け事項変更など

ご予約方法

QRコードまたはJA木曾ホームページ (<https://www.ja-kiso.iijan.or.jp/>) よりご予約いただけます。

*QRコードは12月以降に店頭、ホームページなどにてご案内させていただきます。

*「QRコード」は株式会社デンソーウェブの登録商標です。



Shall we
まねーふらん?

IE no HIKARI
Presents

「家の光」12月号・1月号
購読申込受付中!

1000
10000
5000

家の光
IE no HIKARI

お申し込みはお近くのJAへ

12月号 第1別冊付録
2025 家計簿
12月号 第2別冊付録
あたたかお金の
幸せな
お金の
使い方
1月号 別冊付録

定価(税込) ●家計簿付き12月号 1,027円 ●別冊付録付き1月号 922円

JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11 TEL:03-3266-9039
<http://www.ienuhikari.net/>

グリーンファームだより

(価格は税込みです)

注目商品特集

JAの豆炭

火もちよし!!

<12kg>

2,580円



バクマ
温風ヒーター用
省エネ
ダクト

2,180円



乾電池式
灯油ポンプ
(自動)

EP-305

1,350円



つけもの樽

丸形・角形
各種あります



トンボ つけもの袋

<2枚入り>

1斗用 320円

2斗用 370円

3斗用 550円



木曾牛

キーマカレー、
ビーフシチュー



≪好評販売中です!≫

11月のお休み：定休日（毎週水曜日）、30日(土)…棚卸し休業日

営業時間：午前8：30～午後5：00 グリーンファームきそ ☎22-3061

JAお役立ち生活情報

お問い合わせ・ご注文

JA木曾 生活センター ☎23-2112

お申込み締め切り日 11/25日 まで 厳守で
お願いします。

商品お届け日 12/30日

JAのおせち ご予約承り中!

紀文食品
正月



ごちそう感と華やかさのある高品質素材を詰め合せた三段重です。これ一つでお正月の食卓を飾れます。

和風3段4～5人前
30,240円 (税込)

カネハツ食品 彩鶴



厳選した食材33品目を使用し、丹精込めて作り上げたカネハツ一番人気の三段重です。

和風3段4人前
18,360円 (税込)

紀文食品
祝の幸



大人から子どもまで楽しめる和と洋を組み合わせたベーシックなお重です。

和洋3段4～5人前
19,224円 (税込)

カネハツ食品 初梅



海の幸、山の幸の縁起物を30品目盛り込んだ、お手軽な二段重です。

和風2段2～3人前
14,904円 (税込)

JA共済からお知らせ

JAの普通傷害共済 集団加入用



JAの普通傷害共済で暮らしをバックアップ!
さまざまなアクシデントから守ります!



死亡共済金額200万円コースの保障内容
(部位・症状別治療共済金額3,000円)

記名式集団契約共済掛金 年払い7,590円
0~49歳 職種1級の場合 被共済者数1,000人以上(裏面参照)

入院 通院	入院されたとき	○入院した時、または入院しなかった場合で通院した日数が5日以上の場合 部位・症状別治療共済金額 3,000円 × 支払倍率表の倍率 <small>※支払倍率表とは、災害を受けた部位および症状に対する「部位・症状別支払倍率表」をいいます。約款に定めています。裏面「支払倍率表」参照</small>	(災害にあわれた日から200日以内に入院または通院したとき)
	後遺障害のとき	○入院しなかった場合で通院した日数が5日未満で治療または手術が完了した時 部位・症状別治療共済金額 3,000円 × 2倍 = 6,000円	例) 頭を打撲し3日間通院した時 2倍 ⇒ 6,000円 手関節捻挫で5日以上通院した時 5倍 ⇒ 15,000円 足を骨折し1日以上入院し5日以上通院した時 65倍 ⇒ 195,000円
	重度後遺障害のとき	後遺障害の程度に応じて 200万円 ~ 10万円 重度後遺障害の程度に応じて 40万円 または 20万円	(災害にあわれた日から200日以内に約款に定める後遺障害[第1級~第10級]の状態になったとき) (後遺障害共済金が支払われることとなる場合で、災害にあわれた日から200日以内に約款に定める重度後遺障害の状態になったとき、(災害にあわれた日から30日以内に死亡したときを除く。))
	死亡のとき	200万円	(災害にあわれた日から200日以内に死亡したとき)
保障期間		令和6年12月15日午後4時から1年間	
契約手続きはカンタン 診査は不要です。(簡易な告知でご加入いただけます。)			

(注) 1回の事故で死亡共済金と後遺障害共済金を支払うときは、死亡共済金額が限度となります。
詳しくはJAの窓口へお問い合わせ下さい。

JA 木 曾

本 所 ☎0264-22-2782 北部支所 ☎0264-36-2027
 中部支所 ☎0264-22-2220 南部支所 ☎0264-55-2185
 南部支所南木曾会館店 ☎0264-57-2032

登録番号: [24169990283]

JA虹のホールきそ12周年 2024

人形供養祭

11月23日 土曜日(祝日)

受付 9:00~12:30
式典 13:00~
供養料 500円(一律・税込)

金属・ガラス・陶磁器等の不燃物をご遠慮ください



※剥製・木彫りは小型のものに限ります

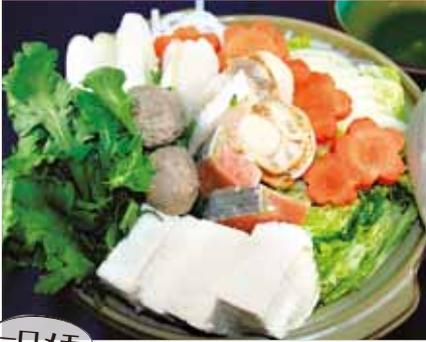
お問合せは 電話 0264 - 23 - 2513



お申し込み・お問い合わせは
JA木曾生活センター 0264-23-2112

～旬の食材やエコープマーク品を使ったお料理レシピ～

海鮮鍋



一口メモ

白菜や長ねぎは冬に向けて甘みを増し、おいしくなる季節です。冷えた体を温め、一つの鍋で色々な栄養が摂れる簡単時短レシピです。お好みの野菜や魚介類、肉などを入れてお召し上がりください。野菜は赤、緑、白など彩りよく使うことで色々な栄養素が摂れます。

作り方

- ① だし昆布は濡れふきんなどで表面をふき、水に入れ30分程度浸します。
- ② 塩鮭、真たら切身は骨を取り除き、3～4等分に切ります。
- ③ 木綿豆腐は食べやすい大きさに切ります。
- ④ 長ねぎは斜め切り、にんじんは輪切りにします。
- ⑤ 白菜は葉と芯を切り分け、葉はザク切り、芯は一口大の大きさのそぎ切りにします。
- ⑥ ①の昆布を取り出し、火の通りにくい材料から煮ます。
- ⑦ 小鉢に④を入れて混ぜます。
- ⑧ ⑥に火が通ったら⑦をくぐらせてお召し上がりください。

季節の野菜やお好みの具材でどうぞ！

材料 (2人前)

塩鮭切身 …… 2切	長ねぎ …… 適量	④	ポン酢 …… 適量
真たら切身 … 2切	にんじん … 適量		長ねぎ …… 2cm程度
ポイルホタテ … 4～6個	白菜 …… 適量		生姜・にんにく(すりおろし) …… 少々
木綿豆腐 …… 1/4丁	だし昆布 … 適量		ごま油 …… 少々

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
2024.11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6年9月中旬に
いただいたおたよりから

今年は40代の長男と30代の次男が各々休日に草刈の手伝いにやってきた。初めての事であったが2人とも手際よくやっていた。嬉しいものだ。(木祖：安原さん)

今からもう冬支度。年末に備えて薪を仕入れました。おじいさんが亡くなってから薪ストーブの薪も買うようになりました。(新開：黒田さん)

台風にもあわず黄金に波打つ田んぼ。刈取りもうすぐ。米不足と言われていた今待ちどおいしい。(開田：嶽見さん)

夏でも寒い ヨイヨイヨイ♪の木曾でも暑い暑い夏でした。クーラーを使ってすごした今夏です。(上松：大道さん)

大根の種まきをしましたが異常な暑さで枯れ、まき直しました。秋野菜が心配です。(上松：塚本さん)

JA木曾ホームページからも応募ができます。ホームページの「ご意見ご要望」をクリックしてお進みください。

頭の体操

まちがいさがしに

挑戦!

今回は福島小学校がお米を作った田んぼからの問題です。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。

きりとり線



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、JA木曾本支所窓口、A・コープきそ店備え付けの応募箱へお出しいただくか郵送してください。

JA木曾HP（「ご意見ご要望」をクリック）からの応募も可能です。

◎応募の締切 12月2日(月) 必着
投函日にご留意ください。

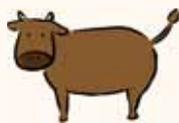
①	②	③
④	⑤	⑥
⑦	⑧	⑨

※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5名の方に「木曾牛キーマカレー」をプレゼント。



10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。

『②・④・⑨』
(間違い探しの答えは▼ここ)

きりとり線

POST CARD

料金受取人払郵便

3 9 7 8 7 9 0

木曾福島局
承認
1020

差出有効期限
令和8年5月
31日まで
(切手不要)

JA木曾
頭の体操
まちがいさがしに挑戦 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/>



2024.11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。