



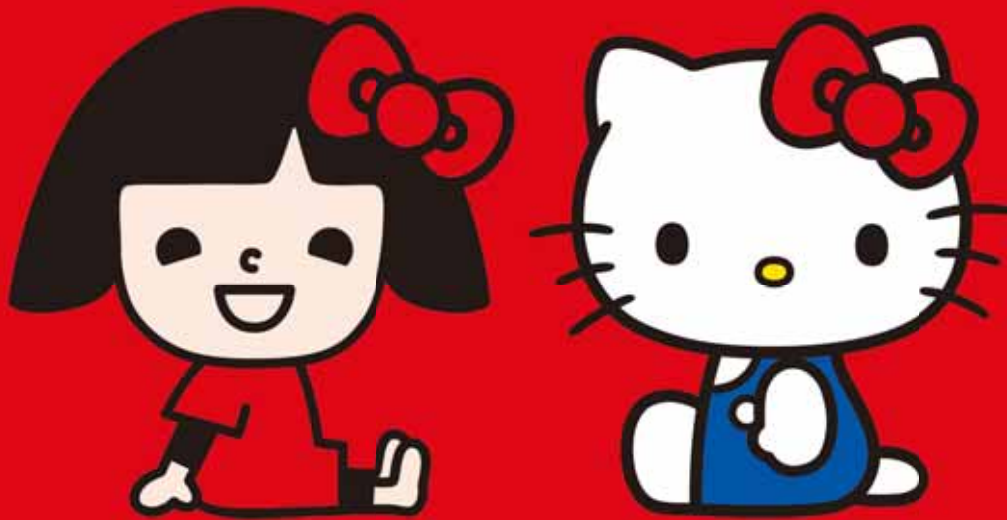
2025 年版応募入賞作品「秋日和り」(大桑村) 撮影者：中洞 勇様(中津川市)

特集 防災 自然災害に2つの備え

- 営農情報だより…市場出荷品目の花卉紹介かき
- まごころ宅配 会員募集中



笑味ちゃん × HELLO KITTY



いっしょに、国消国産！



「国消国産」は、「私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産する」という考え方です。子どもたちの世代に「食」の安心をつなげていくために。いっしょに「国消国産」を進めていきましょう。

国消国産推進委員会（事務局：JAグループ）

将来にわたり食料を生産していくための

取り組みが進んでいます。

生産資材の高騰が生産者を直撃

農業に必要な肥料や家畜のエサ、燃料の価格が高止まりしています。これらのコストが農畜産物の価格に反映されない状況が続けば、農業が続けられず、消費者の皆さんに安定して食料を届けることができなくなってしまいます。



持続可能な農業と食の実現に向けた環境づくり

消費者の理解のもと、生産から消費までの各段階の関係者が協調し、持続可能な食料システムの実現を目指す法律が、今国会で成立しました。令和8年4月の全面施行を予定しています。

農業と食の安心を、未来へ

生産から消費に至るまで、どこかに過度な負担が生じることなく、再生産可能な農畜産物の価格を実現することは、私たちが安全・安心な国産農畜産物を食べ続けられることにもつながります。コストを考慮した適正な価格の形成は、農業と食の安心を、未来につなげていく取り組みといえるでしょう。

コストを考慮した価格で農畜産物が販売されると・・・



耕そう、大地と地域の未来。JAグループ



トピックス & ニュース

地域、JAのさまざまな情報をお届けします

※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。



「御嶽はくさい」生産者激励とトップセールス

8月4日と8日にJAの亀子組合長、糸魚川専務らが、出荷最盛期を迎えた「御嶽はくさい」の圃場巡回を行いました。冷涼な木祖村や開田高原でも高温が続いており、品質管理と安定生産に励む生産者を労い、激励しました。



生産者と生育状況を確認（木祖村）

8月12日に木曽町の原久仁男町長、木祖村の奥原秀一村長とJAの亀子組合長が京都市中央市場内の京都青果合同㈱でトップセールスを行い「御嶽はくさい」をPRしました。セールス直後の競売では2,200～3,500円の高値で落札いただきました。



セリ台でPRする
上段左から原町長、
亀子組合長、奥原村長

農産物品評会「野菜・花」

8月19日 令和7年度木曽郡農産物品評会の野菜と花の審査を行いました。主要品目の御嶽はくさいをはじめ、トマト、ピーマン、インゲンなどの野菜と小菊などの花卉合わせて30点の出品があり、最優秀賞2点、優秀賞3点、優良賞3点を選びました。10月末に玄米の審査を予定しており、受賞者の表彰は地区組合員総集会でを行います。



審査のようす

審査結果（敬称略）

入賞名	品名	氏名	地区
最優秀賞 (木曽地域振興局長賞)	はくさい	中田 真司	開田
最優秀賞 (木曽農業協同組合長賞)	スターチス	水澤まどか	上松
優秀賞	小 菊	田中 芳男	大桑
	はくさい	藤原 大	木祖
	ミニトマト	山下 香織	王滝
優良賞	ト マ ト	倉本由美子	日義
	ピーマン	川上 知浩	木祖
	黄なんばん	永瀬 健弘	木祖



旬のトウモロコシを味わって

JAは、食と農に触れ理解を深めていただく活動の一環として、開田高原産のトウモロコシ560本余りを管内全ての認定こども園と保育園へ贈呈しました。8月21日に木曽町開田こども園で贈呈式が行われ、亀子組合長らが訪問しました。

亀子組合長は、子どもたちへ開田で採れるトウモロコシは甘くおいしいので大勢の人たちに買ってもらっていると話し、「疲れた体を元気にしてくれるからいっぱい食べて」と呼びかけました。「おもーい！」と言いながら1本ずつ受け取った園児は、喜んで皮をむいていました。

掲載できなかった写真はホームページでもご覧いただけます。



三岳こども園



日義こども園



木曽こども園



開田こども園



王滝保育園

振興3品目出荷講習会

8月4日 振興3品目の「黄なんばん」「ミニトマト」「モロッコインゲン」出荷講習会を開催し12人の生産者が参加しました。市場への出荷は4年目となり、収穫や追肥のタイミングや箱詰め方法などをJAの技術員が説明しました。

高温が続くため水やりが重要になっていること、市場からの信用を維持する意識を持ち、統一した出荷規格を守ることが確認されました。

JAでは上記3品目と、ピーマンを振興4品目として市場出荷する生産者を募集しております。来年度に向けて興味のある方はぜひご連絡ください。



黄なんばんの収穫適期の色を確認する参加者

8月家畜市場

8月7日 長野県中央家畜市場（木曽町）で定例8月市場が開催され、279頭の取引が成立しました。子牛全体の平均価格は前回6月と比較し18,839円上回り665,808円（税込み）、木曽管内の出荷頭数は63頭で平均価格は前回より36,065円上回り664,522円（同）となりました。枝肉相場は相変わらず低迷していますが、前回と同様に増体がある人気の種雄牛が多かったことや、全国的に子牛不足となっていることで平均価格が上回ったとみられます。



前回は上回った8月家畜市場

地域協同活動

8月14日 木曽町日義地区で開催された木曽義仲旗挙げまつりに中部支所が出店し、おもち・野菜すくいと、新米が当たる野菜の重さ当てクイズを行いました。会場は、帰省中の家族連れや地元の子もたちなど大勢の方でにぎわいました。



8月15日 年金支給日に合わせて開催する南木曽店の軽トラ市は3年目になりました。



軽トラ市を目的とした来店者も増えており、今回もトウモロコシなどたくさんの夏野菜を買い求めています。

「御嶽はくさい」種まきと収穫の体験

7月27日 木曽町開田高原でJA職員ら11人が参加し「御嶽はくさい」の種まき体験を行いました。生産者の志水敏春さんの圃場で、畝のマルチに開けられた2つの穴に1粒ずつ種をまきました。ふだんは事務職の職員が多く、「さわやかな暑さで気持ちよく作業できた、収穫が楽しみ」と感想が聞かれました。



この日は木曽町が主催する農業のインターンシップも開催されました。関東や東海からの参加者と一緒に職員3人も体験させていただきました。志水さんの指導でハクサイを刃物で切り



取って収穫し箱詰めする作業を行いました。どちらも難しくコツの必要な作業で悪戦苦闘していました。



市場出荷品目の花卉紹介

今月は、市場出荷品目として推進していく品目をご紹介します。

小 菊

J A木曽では7年前より取り組みを始め、2年前に大幅な栽培方法の見直しを行い市場へ安定供給が行えるようになりました。東京の市場と連携し品質向上と生産量増大に向けて8名の生産者で取り組んでいます。今年のお盆出荷では4名で2万本の出荷を行いました。

栽培難易度はかなり高めですが、市場からの出荷要請も強く需要期にはしっかりとした引き合いが見込まれている品目です。今後も生産拡大と品質向上に取り組んでまいります。



宿根スターチス・ブルーファンタジアマリン

近年、トルコギキョウが作り難くなり代替品目として導入したのが宿根スターチス・ブルーファンタジアマリンです。

一般的な1年生ブラシ型のスターチスとは異なり多年草でカスミソウ型のスターチスです。鮮やかなラベンダー色とボリューム感が特徴です。

ハウス栽培が必要条件となりますが、乾燥や耐暑性・耐寒性に優れており管理しやすい品目です。

テマリシモツケ・ディアボロ

J A木曽では令和5年度より出荷を開始しました。赤紫～黒色の葉色が特徴的で秋のブライダルやハロウィン需要にピッタリな品目です。チョウモク類の食害や降雨時の湿害など防除や対策が必要ですが、露地栽培で比較的育てやすい品目です。

メインの出荷時期は秋になりますが、今年より試験的に初夏と秋の2回出荷をすることで収益性を高める取り組みを行っております。



この3品目につきまして **新規生産者を募集** しておりますので
興味を持たれた方はお気軽にお問い合わせください

なお、いずれの品目も市場出荷を前提としておりますので1アール以上の面積と定植数をお願いしております。



秀作

- ① 名を変えてチューク諸島と呼はるるもトラック諸島に父は眠れり
王 滝 三浦 美春
- ② 徳音寺の山門くぐれば清々し打ち水しあり暑さ知らず
日 義 倉 本 恵子
- ③ 久に会い曾孫とお絵描き楽しみぬピカソを師とする絵とも思える
南木曾 小 椋 シガ子
- 【選評】 ①第二次世界大戦の戦場となったトラック諸島が名称を変更しチューク諸島となった。戦後八十年、戦死のお父様は還らない。
- ②木曾の名刺、徳音寺は作者の地元のお寺であり、親交もあるのでしょうか。暑いこの夏、打ち水に心身ともに癒されている歌。
- ③幼子の絵から「ピカソ」を発想し、「師とする」との表現に謙虚さを感じる。曾孫さんとの久々のお絵描きが良い歌になった。

佳作

- 刻まれてまだ新しき夫の名をなぞれば墓誌に涙落ちたり
木 祖 佐々木 千代子
- 友を頼み痛む足腰にムチを打ちブルーベリーに蜂よけ網を張る
木 祖 武 重 慧
- 新緑の緑と若葉の山並は英知と涼を木曾人に譲す
木 祖 唐 澤 達 夫
- 木曾節に夏でも寒いと唄われど七月の日々は三十二度超す
日 義 越 取 思 正 子
- 諍ひの素となりたる猿害に老いて居られぬ活力を貰ふ
新 開 池 井 十 与 子
- 朝ドラの「あんぱん」に激動の時を生きたる父母が重なる
開 田 嶽 見 和 子
- 働きつつ学びし工場の閉鎖知り過ごしし日々を言ひ合ふ友と
三 岳 大 豆 ふ み 子
- 猛暑には負けじと家に引きこもり庭の草木はただ伸び放題
上 松 野 口 英 作
- いさぎよく落ちては消ゆる星くずをなにごともせず大空広し
大 桑 科 野 八 重
- 空梅雨にまだ鮮やかな紫陽花を折りくれし人あり仏前へ
大 桑 金 澤 紀 子
- 遠くより夏鶯のさえずりが聞こえ来る朝こころ安らぐ
大 桑 高 橋 志 げ 子
- 逆ハの字のせまき歩幅の身となりて歩け歩けの人羨まし
大 桑 樋 田 平 好

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 「J A 木曾本所企画管理部 J A 歌壇 係」行
[《11月号掲載作品を募集中です》編集の都合により、9月末日までの到着はがきにて選考いたします。]

木曾住ひいよいよクーラー必需品
見るからに行儀よろしき雨蛙
朝採りの紫陽花に合ふ大徳利
炎帝に負けじと振れり誘導棒
極暑かな鯉も木陰へ避難せり
宵闇に祭囃子の遠音聞く
雨上り揃い鳴き出す蝉時雨
冷し麦薬味揃へて夫を待つ
夏草を蹴散らし進み刈り尽くす
栗の花谷を渡りて匂ひくる
極まりし暑さ方言丸出しに
心地良く差し込む窓辺夏の月
あれこれと準備忙しき夏祭り
ゴーヤ蔓自由気まゝに空掴む
夕立に畑の野菜の色深く
井戸水に白桃浮べ裏通り
いろいろと告げることあり墓参り
夏草や隣の畑へ猿来る
冷麦や細くて白い女房似で
無人駅旅の終りの蝉時雨
薯採れてポテトサラダに満足す
散歩路の青き毬栗よけて行く

【選評】

- 徹さん……連日の暑さに木曾節の謡のようなわけにはならず、クーラーの欲しい時がきたようです。年々暑くなり心配になります。
- 昭子さん……雨蛙の四つ足ついでにの姿に思わず微笑んでしまいました。いろいろな生き物が消える中雨蛙は元気だと……。
- 政広さん……紫陽花を徳利に活けたとのこと。水あげもよいかも。座りもよいしよいですね。

選者の一句

それぞれに揺れ新涼の千の枝

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、いつでもご投句ください。《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

指の間たたき体操で指の疲れを癒やす

農作業やデスクワーク、家事などで手や指が疲れたときにお薦めの体操です。指と指の付け根のつぼ（八邪）を小刻みにたたいて刺激します。指先から温まり、じん

わりほぐれて指の動きが軽くなるのを感じられるはずです。初めは無理をせず、できる範囲で続けましょう。

(1)両手の親指と人さし指の間同士を、トントンと2回軽くたたき合わせます。1秒に1、2回の速さで20回程度繰り返し返します。

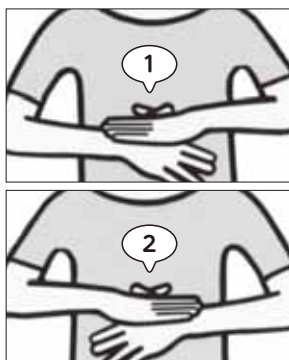


(2)同様に、両手の人さし指と中指の間同士、中指と薬指の間同士、薬指と小指の間同士をたたき合わせます。

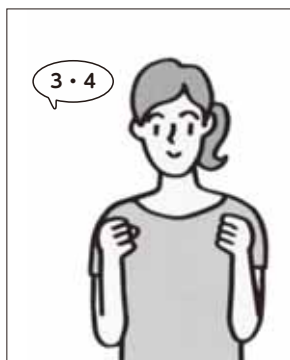


応用

(1)両手の親指と人さし指の間同士を1回軽くたたき合わせ、手の向きを変えてもう1回たたき合わせます。



(2)両手を2回握ります。(1)と(2)のリズムカルに10セット程度繰り返し、他の指でも同様に行いましょう。



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

救缶鳥プロジェクトから考える食品ロス

9月は防災月間。2009年に始まった備蓄食品の食品ロスを削減する取り組み「救缶鳥（きゅうかんちょう）プロジェクト」をご存じでしょうか。栃木県那須塩原市でパンの缶詰製造・販売を展開する株式会社パン・アキモトが展開している取り組みで、災害時の備蓄食品などとしてパンの缶詰を購入した客のうち、再度購入を希望する人に対して、半年から1年間の賞味期限が残っているものを引き取り、世界の飢餓・紛争地域や国内外の災害被災地などへ届けるプロジェクトです。

この取り組みが始まったきっかけは、1995年1月17日に発生した阪神・淡路大震災でした。被災地に普通のパンを届けたものの、混乱の中で配り切ることができず、その多くを捨てることになってしまいました。その後、パン・アキモトでは試行錯誤を重ね、賞味期限が最長で5年間保存できるパンの缶詰を開発しました。また、パンの缶詰開発だけでなく、回収・支援の仕組みを構築することで、さらに食品ロス削減にも貢献しています。売ってしまい、買っておしまいではなく、その後のこと

も考えているそうです。

私たちも、備蓄食品を購入

入する際に賞味期限が長いものを選ぶことで、食品ロスを削減することができそうです。特にお薦めの備蓄食品はアルファ米です。水やお湯を入れるだけでご飯ができ、賞味期限は長いもので5年以上あります。



災害時の支援食料はおにぎりや菓子パン、カップ麺など炭水化物に偏りがちなので、タンパク質が補給でき、長期間保存できる魚や豆類の缶詰もお薦めです。また、常温で5年間保存できる野菜ジュースもあります。被災時に不足するビタミンやミネラルなどを補給できます。炊飯時に水の代わりに野菜ジュースで炊くと栄養素を補えます。

備蓄食品は、買った方がいいけれど保管後の入れ替え時に捨てられ食品ロスとなってしまうことがあります。賞味期限が近づいたら計画的に食べるようにすると、さらに食品ロス削減につながりますね。

私たちが寄り添えることを、もっと。

JA共済 × 全農 × JAバンク

今回のテーマ

防災

“自然災害に2つの備え”

ナビゲーター
田中 律子さん

備え
1

いざという時も、日常に近い生活が続けるために
知恵・工夫・練習で備える
日常防災を、家族と一緒に楽しもう

日本各地で甚大な被害をもたらしている自然災害。「ライフラインの復旧が遅れる」「復興半ばに再び被災し、再建の目的が立たない」など、避難生活が長期化するケースも発生しています。これらの「防災」は、長引く避難生活のストレスを減らすために「被災時に、いかに普段と変わらない生活を送るか」という視点が大切です。

例えば食事。「アルファ化米などの備蓄食を買ってある」という方も多いかもしれませんが、いざ食べてみると、子どもやシニアが「食べ慣れないから嫌だ」と受け付けないことも。「アルファ化米を食べてみて、味に慣れておく」「食べ慣れたお米も備蓄する」など、日常生活と避難生活のギャップを減らしましょう。また、「防災グッズ」は使い慣れない専用品を買わなくても、家にある物で代用できます。記事下では、災害時に役立つおすすめアイテムを紹介합니다。自作して試してみてください。ほかにも、避難所に入れない・たどり着けないといったケースも。「避難所を3箇所は想定しておく」「避難所までの経路を複数考えておく」など、臨機応変に行動できるように考えておくほか、普段から防災について家族で話し合うことも大切です。

被災時は想定外のことが多く発生し、様々なストレスがかかります。「防災リュックを用意したから大丈夫」と油断せず、家族で日常防災に取り組みしましょう。（国際災害レスキューナース 辻直美）

家にある物を活用!

災害時に役立つ

P・P・G・S

P ペットシート

※紙おむつ・ぼろ布でも代用可

ゴミ袋の中に新聞紙と一緒に入れて「災害用トイレ」に。



P ペットボトル

懐中電灯の上に置くと「ランタン」になり、室内灯の代わりに。



G ゴミ袋

リュックサックの中に二重に被せて「給水タンク」に。

※運ぶ際はゴミ袋の口を縛ってください



S 新聞紙

くしゃくしゃにして首や手首、足首などに巻き、「防寒グッズ」に。



CHECK

日常防災にJA共済アプリを!

避難場所やハザードマップなど
防災対策に役立つ情報が満載!

JA共済アプリ

検索



私が拠点を置く沖縄は台風が多いので、日常的に防災用品を使っています。皆さんもぜひ、日常防災を実践してみてください!

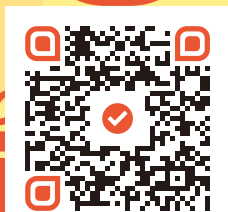
[監修]
一般社団法人育母塾
代表理事
国際災害レスキューナース
辻直美さん

もっと

安心と満足をお届けするため…

ライフイベントなど
皆さまの暮らしのことお聞かせください！

聞かせ？！
暮らしのこと
アンケートキャンペーン



アンケートの
回答はコチラから！

簡単なアンケートに答えると
抽選で合計**600名**様に
豪華賞品が当たる**チャンス！**

さらに！
W
チャンス！

その場で当たる**デジタルクーポン**
合計**100,000**名様

【 災害による損害の自己負担 】

火災や風水災等で

建物が全損した場合



保障が不十分だと建替えや修理費用が重くのしかかってきます…。

建物の**再建築**に必要な
再取得価額に合わせた**保障**を！

さらに、**見落としがちなコト**

家財・家具の保障

家財・家具の総額(例)

1,270

万円※


※実際の総額は異なる場合があります。大人2人、子供2人の4人家族
住宅面積(延べ面積)66㎡以上 132㎡未満の場合 JA共済「家財簡易評価基準」

もし被災してしまっても、保障が十分で
あれば新しい一歩も踏み出しやすいですね。



そこで！

建物・家財を幅広く保障

建物更生共済

むてきプラス

建物更生共済

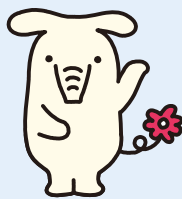
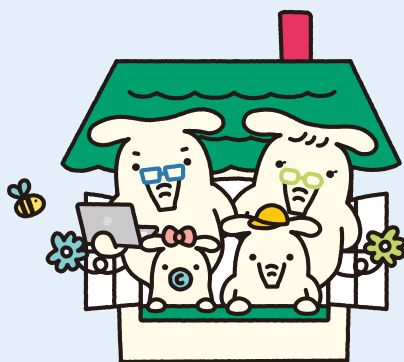
My家財プラス

備え
2

激甚化が進む自然災害。高まる災害リスク
保障内容に不足はありませんか？

25481050193

コラム



あなたの夢を、確かなカタチに。

JAの住宅ローン

CHECK！

JAバンクの住宅ローンが選ばれる理由

様々な住宅プラン にフィット



新築・増改築、建売住宅やマンションの
購入など、お客さまの様々なマイホーム
プランにお役立ていただけます。

ゆとりある計画で 無理なく返済



返済方法・融資額・融資期間等、お客さま
のライフプランにあわせて、無理のない
返済計画をご提案いたします。

リフォームも おまかせください



増改築や間取りの変更から、インテリアや
外装の工事などリフォームにも幅広くご利
用いただけます。

©よりぞう

J Aからのお知らせ

理事会だより

●8月28日(木) 開催

【協議事項】

- ①7月末事業状況について
- ②令和7年度産米の米穀共同計算にかかる委託契約内容について
- ③諸規程の改正について
- ④債権の特別処理について
- ⑤組合員の出資口数の減資について

【報告事項】

- ①業務一般経過報告について
- ②令和7年度固定資産確認監査報告について
- ③令和6年度事業年度農業協同組合及び同連合会一斉調査の報告について
- ④県常例検査検査書の受領について
- ⑤農業生活事業報告について
- ⑥金融共済事業報告について
- ⑦自主（自店）検査結果について
- ⑧広報JAきそ「組合員の声を聴く」投稿報告
- ⑨組合員の脱退について ほか

JA祭開催のご案内

令和7年度JA祭を下記のとおり開催します。
組合員・地域の皆さまの日頃のご利用に感謝し、楽しんでいただける多彩な催しを計画しております。皆さまのご来場をお待ち申し上げます。

●開催日：10月18日(土)

A・コープきそ店及びグリーンファームきそのセールは18日・19日の2日間開催します。

●会 場：A・コープきそ店周辺 JA木曽本所・中部支所

●詳細は10月の広報誌、新聞折込チラシ、JA木曽公式LINE等でもお知らせします。

**親子で楽しめる企画もあるよ！
みんなで来てね！**



虹のホールきそからのお知らせ

■「なんでも相談会」開催ご案内

月 日	場 所	時 間
9 / 22(月)	JA 虹のホールきそ	9時～17時
9 / 28(日)		
10 / 4 (土)		
10 / 10(金)		
10 / 16(木)		

■虹のサークルについて

第2回虹のサークルへのご参加ありがとうございました。次回も楽しいサークルになればと思います。ご近所、ご友人をお誘いのうえご予約ください。

今回は、10月4日(土)ハーバリウムペンスタンド&ペンの制作です。

ご予約・お問い合わせは
JA虹のホールきそへお電話ください。



作品イメージ

電話：0264-23-2513 担当 渡辺



JA虹のホールきそ

長野県木曽郡木曽町福島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。

- ・10月7日(火) 北部支所
 - ・10月16日(木) 中部支所
- 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木曽のホームページより予約できます。**

JA祭に出店しませんか？

10月18日(土)のJA祭の出店者を募集します。
希望される方は、9月末までに下記へご連絡ください。

電話：0264-22-2128 JA木曽企画管理部組合員課

- 出 店 料：1,000円（組合員は無料）
- 販売できるもの：ハンドメイド雑貨、服飾等
ワークショップ可
無許可の飲食物は不可

災害時に役立つ 薬の備え



「何を」「どれだけ」「どこに」がポイントです。

クミアイ家庭薬です。



協同薬品工業株式会社

〒339-8101 安曇野市三郷明盛1113-3
松本営業所

お問い合わせ先 平日 9時～17時

TEL (0263) 88-6724

グリーンファームだより

掘り出し物半額セール実施中!

稲刈り用品特集

(価格は税込みです)



**吉利
稲刈鎌**

ステンレス製

840円



**丸光
稲刈鎌**

330円



**コンバイン袋
片取手**

540円



**保有米用
紙袋**

(30kg)

80円



米 袋

(5kg)

125円

(10kg)

138円



**クボタ純正
バインダー用
ジュート**

(麻ひも)

1巻長さ870m

3,100円



9月のお休み：毎週水曜日、30日火…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

Rinnai

ハイブリッド給湯器

ECO ONE

エコワン

ハイブリッド給湯器 ECO ONE設置で



給湯省エネ
2025事業

補助金 **15** 万円

※電気温水器からの取替で
+4万円
蓄熱暖房機撤去で
+8万円（2台まで可）

※予算が上限に達し次第終了となります。

エコワンって…？

ガスと電気のいいとこ取りで優れた省エネ性能を実現



電気
(ヒートポンプ)
空気熱を利用し、
使用する電気エネルギー
効率を高めます。



ガス
(エコジョーズ)
暖発力があるため、
お湯をたくさん使う時や
温水暖房時に力を発揮します。

家庭内のエネルギーの

42%を
「給湯」が消費

住宅の省エネ化促進には
給湯器のかしこい選択が重要

省エネ基準
一次エネルギー消費量割合





まごころ宅配

会員
募集中!



商品のご案内

(株)長野県A・コープまごころ宅配センター(千曲市)

から全県にお届けいたします。

- ・お届けは**お昼前後から17:30頃**の予定となります。また、配送曜日は現状と変更になる場合があります。
- ・お届け手数料は**税込370円/回**になります。※一部地区はお届け手数料が異なります。

**管理栄養士監修によるバランスのとれた食事づくりを
ご提案します。** ・お料理アドバイスや、食と農の情報誌をお届けいたします。

県産・国産の農畜産物を優先し、

新鮮・安全・安心・健康にこだわった商品をお届けします。



※写真はイメージです。

- ・店舗の幅広い品揃えの中から、長野県A・コープ自慢のオリジナル商品や「信州ポーク」、パイヤーおすすめ品などもお届けします。店舗のご当地フェアなどと合わせ魅力ある商品も提案します。

ご利用コース

おまかせコース[8品~10品] **週2回** お届け

例:2人用 月額 税込約29,000円

お届け予定商品の量は調整できます。

いきいき便利コース[9品~10品] **週1回** お届け

小セット(1~2人用) 月額 税込約10,000円

※お届け曜日は月・火・水のいずれかとなります。

選べるコース[宅配新鮮だより] **週2回** お届け

長野県A・コープの人気商品など
毎週約110品からお選びいただけます。



定期配送品

毎日必要な食品や、長野県A・コープ
オリジナル商品など約17品に集約しました。



A・コープ友の会会員様にお得な特典!

年間税込10万円以上ご利用の方に、

長野県A・コープ友の会ポイント**500ポイント**プレゼント!



長野県A・コープ
友の会会員サービスは
こちらをチェック!



公式ホームページ

お問い合わせ

(株)長野県A・コープまごころ宅配センター

〒387-0001 千曲市大字雨宮317

TEL:026-214-7817

[受付時間] 9:00~17:00(土日祝日・年末年始除く)



まごころ宅配



お申し込み・お問い合わせは
株長野県 A・コープまごころ宅配センター
026-214-7817

～旬の食材やエコープマーク品を使ったお料理レシピ～

さんまピリ辛煮



一口メモ

秋の味覚のさんまは、DHAやEPA、ビタミンB群、良質なたんぱく質を豊富に含む栄養価の高い魚です。DHAやEPAは心血管の健康や、脳の発達や機能維持に影響を与えるとわれています。また、ビタミンB群や良質なたんぱく質は肌や髪を健康をサポートし、美容にも良いとされています。

作り方

- ① にんにくと生姜はみじん切り、長ねぎは4cm程度に切ります。
- ② さんまは頭と尾を取り除き、3等分に切り、内蔵を取り出して水洗いします。
- ③ ②の水気をキッチンペーパーなどでふき取り、片栗粉をまぶします。
- ④ 鍋に①のにんにくと生姜、④を入れて火にかけ、一煮立したら③と①の長ねぎを加えます。
- ⑤ ④が一煮立したら落し蓋をし、弱めの中火で汁気が半分程度になるまで煮込みます。

材料 (2人前)

生さんま	2尾	しょうゆ	大さじ1
にんにく	1片	酒	大さじ1
生姜	1片	砂糖	小さじ2
長ねぎ	1本	豆板醤	小さじ1
片栗粉	適量	水	1/2カップ

きりとり 藤

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
2025.9月号 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。)			

おたよりコーナー

令和7年7月にい
ただいたおたより
から

父親が残してくれたブルーベリー。昨年肥料をまいたら今年は大粒に育ち毎朝の収穫が楽しみです。(新開：飛田野さん)

うえきばちで育てているトマトの実が1つ赤くなりました。あまずっぱくて、つめたくておいしかったです。(上松：山戸さん)

小さい畑で夏の野菜を少しずつ収穫して食べていて、子どもが毎日楽しく野菜を採ってきてくれます。自分たちの作った野菜をたくさん食べてくれて親はうれしいです。(大桑：桶野さん)

庭の草は取ってもすぐに生えてきますがそこへセキレイが毎朝夕に飛んできて虫か何かをついばんでいます。かわいいですね。(南木曾：里村さん)

父から野菜作りを引き継いで30年経ちましたが、毎年1年生です。近年の温暖化、気候の変化により播種の時期等も考慮しなければ…(南木曾：西さん)

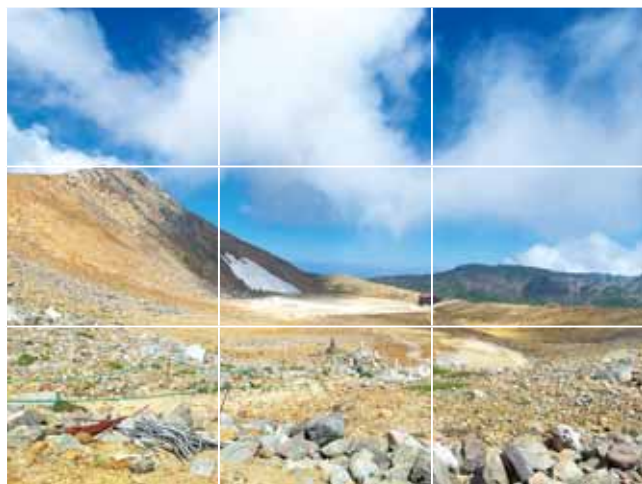
昨年のキュウリから取った種から育て収穫が始まりました。(南木曾：三石さん)

頭の体操

まちがいさがしに

挑戦!

今回は御嶽山二ノ池（職員撮影）からの問題です。左右の写真を比べると、3ヵ所の違いがあります。挑戦してください。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、JA木曽本支所窓口、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木曽HPからの応募も可能です。

◎応募の締切 9月30日(火) 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
チューリップの球根をプレゼント。



8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。

『③・④・⑤』
(間違い探しの場合は③)

□発行:木曽農業協同組合
長野県木曽郡木曽町福島2800 〒397-0001 ☎(0264)22-2128
□発行人:代表理事組合長 亀子 宗樹

〈ホームページ〉

<https://www.ja-kiso.iijan.or.jp/>

2025.9月1日発行(印刷)木曽オールプリント(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。



POST CARD

料金受取人払郵便

木曽福島局
承認

1020

差出有効期限
令和8年5月
31日まで
(切手不要)

3 9 7 8 7 9 0

JA木曽
頭の体操

まちがいさがしに挑戦 宛
(JA木曽「組合員の声を聴く」兼)

長野県木曽郡木曽町福島2800

