

# JAきそ

JA木曾広報誌

1

January

2026

No.443

Monthly Magazine JA KISO



2026年版応募入賞作品「寒晴れ」（木曾町三岳）撮影者：岡部洋平様（上松町）

特集① 2026年新春 今年の抱負と私の夢

特集② お正月パズル

■ 営農情報だより…リン酸と友だちになろう！



© よい食P



# 謹賀新年



代表理事組合長

亀子 宗 樹

謹んで新春のお慶びを申し上げます

組合員並びに地域の皆様におかれましては、輝かしい令和8年を穏やかに迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

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

昨年、令和7年を振り返りますと、国際社会ではアメリカ新政権の発足による貿易構造の変化、国内では高市新総理の下、食料安全保障政策の具体化が進むなど、大きな転換期を迎えました。社会情勢は依然として不透明感を増しており、農業におきましても生産資材の一層の高騰と気候変動が農家の経営を圧迫している厳しい状況が続いています。

こうした中ではございますが、私は、人間にはいかなる苦境をも乗り越える強い潜在力があると確信しております。被災地で一日も早い復興を信じて支え合う人々の姿は、まさにその力の現れで

す。我々が未曾有のコロナ禍を知恵と団結で乗り越えてきたように、この力こそが未来を切り開く鍵となります。

私どもJ A 木曾は、長期ビジョン2030めざす姿「農業と協同の力で木曾の未来をささえます」の実現にむけ、令和7年度から始まりました2期目となる3か年計画の実践にあたり、「食」と「農」を基軸とした互いに助け合い協力し合う「協同の力」を最大限に発揮した事業・活動によって、組合員の皆様が安心して農業を続けられること、また、地域共生社会の確立として金融・共済事業とくらしの支援をもって、地域にとってさらに存在価値が高められるよう、役職員一丸となって努力を重ねてまいります。我々がめざす農を核とした地域社会の未来は、決して平坦ではありませんが、地域組合員と協同の力を結集し、共に歩みをすすめてまいりる所存でございます。

末広がりの令和8年が皆様にとって、ご健勝でご多幸であるとともに、地域農業が豊かな実りをもたらす年となりますよう、心よりお祈り申し上げます、年頭のご挨拶といたします。

令和8年 元旦



「待春」撮影：中洞勇様

代表理事組合長 亀子 宗 樹

代表理事専務理事 糸魚川 光弘

理事金融共済部長 芝波田 豊

理事 寺平 曉夫

志水 敏春

澤口 久美子

新井 光一

常盤井 博幸

長 淵 英治

代表 監 事 唐澤 清七

常 勤 監 事 高 樋 昌憲

監 事 山 岸 哲夫

木曾農業協同組合職員一同





# 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。

## 振興品目野菜出荷反省会

12月2日 インゲンと振興品目4種（ミニトマト、黄なんばん、モロッコインゲン、ピーマン）の出荷反省会を本所会議室で開催し、のべ29人が出席しました。

インゲンは全国的な生産量の減少で高値販売だった昨年を上回る高単価となりました。品質が市場で高く評価され、木曽の平均も長野県の平均を大きく上回りました。

振興品目も市場で人気のあるモロッコインゲンをはじめ、概ね高単価での販売ができました。

今年度より一般に普及し生産者が10軒となったピーマンを除き生産軒数が減少しており、JAでは生産農家を募集しています。



意見交換する参加者

## 12月定例家畜市場 全国平均上回る

12月5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、282頭の取引が成立しました。木曽管内の出荷頭数は51頭で、平均価格は742,197円（税込み）で前回より81,922円上回りました。

全国的に子牛不足で和子牛の全国平均が3年半ぶりに70万円を超えましたが、それも上回り全体の平均が740,588円でした。（税込み・前回比82,389円増）

人気種の雌牛と増体のある子牛が多く、新たな購買者も加わり活発な取引となりました。



セリのように

## ～虹のホールより～

### ▶虹のサークル ハンドメイド体験

虹のホールきそのハンドメイド体験イベントの今年度4回目が12月6日に開催され6人が参加しました。このイベントは昨年度から開催しており、長野市の自宅でサロンを開いている清水薫先生にお越しいただき、毎回違うアレンジの作品を習っています。今回は、三角の木製の器に木の実や花を入れて作る「三角ボタンアレンジ」を作りました。次回は2月14日の開催です。年齢問わずどなたでも参加できます。



出来上がった作品

### ▶虹の花束コンサート

当JAと虹のホールグループの8JA主催による「虹の花束コンサート」を、11月13日に長野県松本文化会館、同19日に長野県県民文化会館で開催しました。当コンサートには、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」を目的に開催。12回目の開催となる今回は、昨年4月から今年3月までにJA葬祭で葬儀をされたご遺族を招待し、合計1,041名の方にご来場をいただきました。



## 「家の光」活用手芸講座



中に必要なものを詰めて防災ボトル完成

さわやか教室は、12月9日に手芸講座を開催し、5人が参加しました。コットンコードのランタンとボトルホルダーの2種類を作りました。100円ショップで手に入るドリンクボトルに緊急連絡先のメモ、小銭、携帯簡易トイレや防災用アルミシートなど最低限必要な物を入れて携帯する「マイ防災ボトル」。ボトルに取り付けると丈夫で多目的に使えるアウトドアコードのボトルホルダーを家庭雑誌「家の光」をテキストにJA職員の指導で作りました。自分が携帯しておきたいものは何か考え防災意識も高めました。

## リン酸と友だちになろう！

みなさん、リン酸と仲良くしていますか？リン酸は「開花・実付き・根の発育等を促進する肥料」で、人間でいうと「若者みたいな」肥料成分です。肥料を思う時、目的・数量だけでなく「効かせ方」が重要です。リン酸を効果的に効かせること…これを「リン酸と友だちになること」と仮定します。本稿では、リン酸の特性を知り、友だちになる方法について考えます。

### リン酸の特性

- ①肥料の三要素のうち、最も吸収効率が悪い。(チッソ・カリ40～70%、リン10～20%)
- ②土壌中の鉄・アルミと結合しやすく、結合すると植物が吸収できない肥料になりやすい。
- ③土壌中の苦土(Mg)と仲が良く、苦土と一緒に植物に吸収されやすい。
- ④弟がいる(亜リン酸)。弟は植物体内での移行性(スピード)が高い。
- ⑤堆肥中のリン酸は、植物に吸収されやすい。

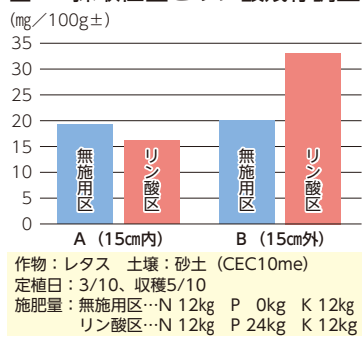
### ◆友だち方法1…地表から5cm以内が好きです！

下図をご覧ください。これはリン酸を施肥後にレタスを栽培し、収穫後土壌のリン酸残存量の調査です。地表半径15cm内と外で、リン酸残存量が**2倍**も違いました。

図1 リン酸残存調査



図2 採取位置とリン酸残存調査



この調査からリン酸を施肥するときは…

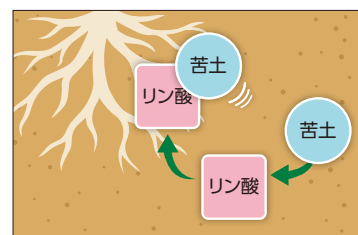
- ・地中深くではなく、地表5cm以内に来てください。
- ・リン酸は「根」に当たっても問題なく、根との接触面積の大きい方がより吸収されます。**細い根の多く集まる場所へ局所的にまくこと、これがポイントです。**

「地中深くへの重焼リン施肥は、もったいない」です。

### ◆友だち方法2…マグネシウムと仲良しなんです！

リン酸は苦土(マグネシウム)と仲良しです！

カルシウム、カリウムとのバランスもありますが、右図のように苦土はリン酸の吸収移動を助ける働きがあります。また、リン酸も苦土の吸収移動を助けます(リン酸と苦土の相助効果)。



### ◆友だち方法3…弟もいます(亜リン酸)。兄弟で頑張ります！

リン酸には、「亜リン酸」という弟がいます。亜リン酸は、通常リン酸に比べ、①土壌ミネラルと固まりにくい ②水によく溶解吸収されやすい ③植物体の中での移行が早い等の特徴があります。「ならば通常リン酸から替える」となりがちですが、**通常リン酸と併用すること、ここがポイントです。**

現状、亜リン酸は液肥使用が多く、追肥型の対応が有効です。

通常リン酸との比率等詳細については、担当技術員までご連絡下さい。

**野菜4品目(ミニトマト・モロッコインゲン 黄なんばん・ピーマン)栽培説明会を開催します！**

●開催日時：令和8年2月8日(日)

●会場：JA木曽本所第1会議室(木曽合同庁舎向かい)

お問い合わせ先

JA木曽農事園芸課 ☎0264-23-3310



## 秀作

はらから

① 十人の同胞つひにわれ一人今朝まで食せし兄のデスマスク

新開 池井 十与子

② 沢庵を漬ける母の背思ひ出づ白き大根干しある小径

明石市 小田 慶喜

③ 木屋の香り漂う秋の日は何やら少し優しくなりぬ

大桑 高橋 志げ子

## 【選評】

① 同胞は兄弟姉妹のこと。十人のご兄弟姉妹も皆さん亡くなられて私一人になりました。とお兄様の死に顔に感慨に耽る歌。

② 食の好みが変わり、沢庵漬けが少なくなっているが、散歩の途次で見かけたのでしょう。干し大根にお母様を偲ばれる作品。

③ つねに花々に関心を寄せる作者。その気持を素直に表現していて良い。木屋では南部の方でないと木屋の花は見られない。

## 佳作

秋の日に音楽会を聞きに行くかわいい声に心和めり

木祖 田上 二枝

村駅伝の出場選手去り行きて往年選手われは寂しき

木祖 唐澤 達夫

諦めず一つ一つに向き合いし心から成りぬノーベル賞とぞ

開田 嶽見 和子

不自由がひとつふたつと増えてきて老いる自分を許して暮らす

開田 梅戸 幸子

さそわれて始めた絵画が趣味となり文化展に出品す八十路を過ぎて

上松 野口 英作

霜月の下旬になりても木曾駒の山肌黒く冠雪を待つ

上松 野口 英作

庭一面のマリーゴールドに寒露が宿る老いの行くさき思ひたらずむ

大桑 金澤 紀子

税金の還流疑惑は維新の会国民あざむき質の改革ぞ

大桑 生路 聡

秋深し生前受戒の本堂に管長猊下の声肅々と

大桑 樋田 平好

しみじみと「俺の人生良かった」と笑顔に話しき遺影なる兄

南木曾 小椋 シガ子

新蕎麦を食べに行かうと妻誘ひカーナビに木曾路を入力したり

明石市 小田 慶喜

冬耕の翁に深く頭下げ登校の児の列は蛇行す

明石市 小田 和子

## 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。]

※今月の掲載は、休載中に投稿された作品です。

雑草に敗けて菜園鋤納め

かいしきや色づく柿の葉を添へて

燦々と恵の陽を浴び冬耕田

木曾路には木曾路の時雨ただ淋し

姉逝きぬ胸に滴る冬の雨

枯草の野道夕日と風の音

北風を背負いて歩む散歩道

霜柱踏めば心の憂さも晴れ

枯草にマレットボール潜り込む

星月夜何処へ行くのか点滅機

夕風に地面彩どる柿落葉

谷紅葉さざなむ湖に色こぼす

荒れてゆく地球を冷やせ秋時雨

身構えて大根引き抜く老いの腰

日短や色鮮やかな池の鯉

短日や早々とどくカレンダー

蟬螂の死骸は花ぶとんなり

初雪や木曾駒ヶ岳衿正す

湯気囲み家族揃へば鍋パーティー

のんびりと枯草に座し句を案ず

柵の端西の靴干す冬うらら

日に晒し漬け時を待つ干し大根

大桑 樋田 平好

大桑 加藤 孝治

王滝 小山 誠

木祖 佐々木 千代子

上松 堀川 悦子

上松 奥原 昭子

木祖 岩原 行政 広

上松 吉村 行男

大桑 早川 孝

大桑 吉村 郁子

王滝 水宅 ゆき

明石市 小田 和子

上松 村仲 徹

大桑 梶田 三千代

大桑 松田 米子

福島 園中 英実

上松 高柳 和義

大桑 池口 剛代

上松 福邑 忠

賛川 小澤 ゆずりん

南木曾 赤坂 ひで子

## 【選評】

● 平好さん…雑草の強さ、肥料も雨も季節も左右されずに…草取りに変。鋤を納めてまた来年の仕事。

● 孝治さん…柿の葉の色づいたのを添えて…お祝い事でしょうか。御馳走は映えるでしょう。

● 誠さん…冬のうちに耕しているのをよく見かけるから土地にはよいのでしょうか。

## 選者の一句

束の間の夕日溜まりや暮れ早し

## 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》]



# 私の夢

管内にお住まいの皆さんにお聞きしました

## 塩尻市奈良井

こじま たかゆき  
**小島 貴幸** さん  
☆昭和39年生まれ  
漆器製造販売



### 今年の抱負

還暦を迎え妻の親の介護を視野に入れた2拠点生活が始まり私にとっては新地での暮らしがより良く楽しいモノになるよう正しく0才の子どもに帰り冒険してみようと考えています。

### 私の夢

夢は果てしなくありますが、現在チャレンジしていること（親子でサーキット走行）をちょっとだけ突き詰めてみたいです。

## 木曽町開田高原

まつだ しゅうか  
**松田 柊花** さん  
☆平成21年生まれ  
高校生



### 今年の抱負

高2となる今年は進路についてしっかり向き合い、オープンキャンパスなどに足を運びながら志望校を考えていき、その実現のために勉強にもより一層励んでいきたいです。

### 私の夢

昨年アニメをきっかけにミュージカル鑑賞が好きになったので今年も色々な作品を見て楽しみ、価値観を広げていけたらいいと思います。

## 木曽町三岳

たぐち ちづ  
**田口 千津** さん  
☆昭和43年生まれ  
保育士



### 今年の抱負

三岳こども園には、昔から受け継がれてきた独自のものがあります。山の遊び場一本桜、園歌、木曽節サンバです。これからも三岳の子どもたちに伝えて繋げていけたらと思います。

### 私の夢

年齢と共に体調にも変化がみられてきているので、健康に気をつけ、日々の楽しみを見つながら過ごしていきたいです。

## 上松町

からさわ そうた  
**唐澤 蒼太** さん  
☆平成28年生まれ  
小学生



### 今年の抱負

漢字と算数のテストで100点をとりたいです。そのために漢字練習をがんばりたいです。算数は授業で習ったことを毎日復習したいです。

### 私の夢

しょうらいラリードライバーになりたいです。いろいろな勉強をがんばりたいです。

## 王滝村

やました かおり  
**山下 香織** さん  
☆昭和55年生まれ  
農業



### 今年の抱負

就農4年目を迎える今年は、より効率よく作業を進めながら、年間を通して計画的に動けるよう意識して取り組んでいきたいです。

### 私の夢

山間地でも心から快適に楽しく暮らすこと。その実現に向けて、日々もっとクリエイティブな自分を目指していきたいです。



木祖村

おくたに るーと  
奥谷 琉人 さん  
☆平成27年生まれ  
小学生



今年の抱負

活心術峰丈流護身武道で空手を習っています。去年は全国大会に出場できました。今年の目標は全国大会で優勝することなので稽古を頑張りたいです。

私の夢

お姉ちゃんが沖縄でダイビングインストラクターをやっているのと一緒に海に潜ってウミガメやマンタを見たいです。

# 2026年新春 今年の抱負と

木曽町日義

なが や えいいちろう  
長屋 詠一郎 さん  
☆平成5年生まれ  
自営業



今年の抱負

木曽駒ヶ岳の麓に木曽谷の手仕事溢れる宿「玄草」、宮ノ越の本陣近くに築150年以上の古民家宿「藤本屋」、2つの宿泊施設をオープンします。地域の魅力を伝えられる、そんな場所にしていきます。

私の夢

木曽谷に移住をして早6年になろうとしています。大好きなこの場所を世界に届けていきます。



木曽町福島

み さわ なつみ  
三澤 菜摘 さん  
☆平成2年生まれ  
地方公務員



今年の抱負

3回目の年女を迎える午年、木曽町消防団に入団して5年目となります。自分の健康にも気をつけながら地域の皆さんの安全啓発にも取り組んでいきたいと思っています。

私の夢

今は情報発信の業務に少し携わっているのでより分かりやすい発信方法を研究したいです。

南木曽町

ひぐち のぶお  
樋口 信雄 さん  
☆昭和23年生まれ  
(一社) 南木曽町観光協会



今年の抱負

人生100年時代と言われ久しいが、いつの間にか後期高齢者の仲間入り。この年になると健康で毎日が過ぎれば幸いか。体力増進のために長野県の温泉巡りで健康維持かな。

私の夢

生涯現役とはいかないが、白を白と言える人生を送りたい。

大桑村

まつや まなぶ  
松谷 学 さん  
☆昭和55年生まれ  
大桑村社会福祉協議会



今年の抱負

22年勤めた消防団活動にも区切りがつき自分のために使える時間が増えました。これまでの不摂生を反省して健康第一の生活を心がけたいです。

私の夢

妻に内緒でバイクの免許をとりに行こうか思案中。



# 脳トレ！ 手足の体操

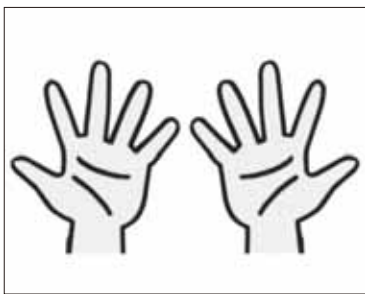
健康生活研究所所長  
堤 喜久雄

## 右脳も左脳も鍛える 指のウェーブ体操

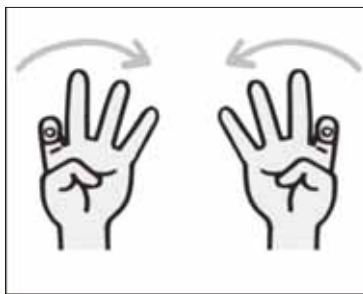
指を素早く滑らかに折ったり伸ばしたりする体操です。右脳と左脳のやりとりが多いほど、また両方をバランス良く使うほど脳は活

性化し、豊かな言語表現ができるようになるかとされています。手軽に行えるので自己紹介や打ち合わせ前にもお勧めです。

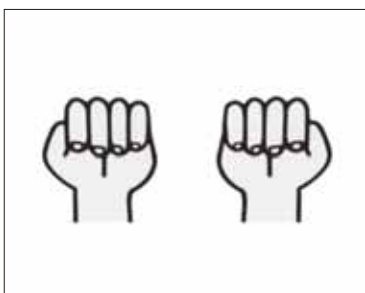
### 指のウェーブ体操



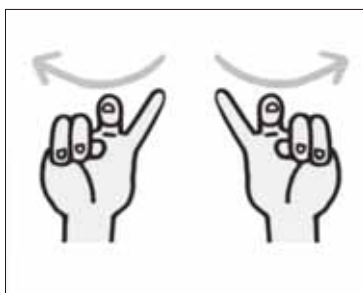
(1)胸の前で両手をパーにします。



(2)両手の指を親指から小指の順で同時に素早く折り曲げます。



(3)全ての指を折り曲げて両手をグーにします。



(4)両手の指を小指から親指の順で同時に素早く伸ばします。(1)~(4)を10回程度が目安です。

※余裕のある方は、小指から親指の順で曲げ、親指から小指の順で伸ばしてみましよう。  
※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましよう。



# 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

## 「ベジブロス」と残り野菜のカレーで食品ロス削減

1月22日は「カレーの日」です。1982年1月22日、学校給食創立35周年を記念し、全国の小中学校の児童およそ800万人にカレーライスの給食が提供されたそうです。

私は毎週末、カレーを作っています。市販のカレールーは使わず、20種類のスパイスを混ぜたカレー粉を使います。そして、水ではなく「ベジブロス」を使って作ります。

ベジブロスとは野菜だしのこと。タマネギの皮やエダマメのさやなど、調理の過程で出る不要な部分を密閉用袋に集め、冷蔵保存しておきます。深鍋に移し、1Lの水を入れ、30分程度煮出すと出来上がりです。週に1度ベジブロスを作り、搾りかすは家庭用生ごみ処理機で乾かした後、コンポストに入れていきます。

最近読んだ医学系の論文によれば、カレー粉の主成分ターメリック（ウコン）に含まれるクルクミンという物質は、認知症予防に役立つ説があるそうです。アルツハイマー病の発症メカニズムはいまだ解明されていませんが、アミロイドベータやタウというタンパク

質が脳内に異常蓄積することで発症すると考えられています。クルクミンは、このアミロイドベータの蓄積を抑制するとされています。カレーはいろんな作り方を試しています。最近はカレーで有名な新宿中村屋のチキンカリーのレシピを参考にしています。中村屋のチキンカリーは、インドの独立運動に関わったラシュ・ビハリ・ボース氏の秘伝のレシピを受け継いだもので、本場のインド式カレーだそうです。1927年からメニューに登場しており長い歴史があります（『カレーの神髄』河出書房新社）。登場当初は新宿の名物だったそうです。

元のレシピにある野菜はタマネギとジャガイモですが、ナスやパプリカなどを合わせてもいいでしょう。中村屋のレシピではニンジンすりおろしを入れていますが、冷蔵庫に少しだけ残ってしまった野菜などを使うと、さらに食品ロス削減につながりますね。





新年明けましておめでとうございます

答えは  
10ページに  
掲載

# お正月パズル

一年の始まりに頭の体操はいかがでしょう。解ければすっきり爽快感！  
じっくりやれば絶対解ける！こいつは春から縁起がいいや！  
正月ぼけを吹き飛ばし、晴れやかに新年のスタートを切りましょう。

出題：ニコリ イラスト：信吉

## シークワーズ

ハ ハ ツ ハ ツ モ ウ デ  
ツ ヒ デ ツ デ ツ ハ ノ  
モ ツ デ ノ ヒ ツ ハ ヒ  
ウ ハ ヒ モ ヒ ハ ハ ツ  
デ ツ ノ ノ ウ ツ ツ ハ  
ハ モ デ ハ モ ヒ ハ ツ  
ツ ウ ツ ウ ノ ノ ツ ノ  
モ デ デ モ ウ デ ハ ハ

問題

「ハツヒノデ」と「ハツモウデ」は、  
どちらが多いでしょう？

盤面に隠された言葉を見つけ出すパズルです。探すべき言葉は、タテ、ヨコ、ナナメ45度で、一直線に読めるように入っています。途中で文字を飛び越えたり、折れ曲がって読んだりしてはいけません。同じ文字を何度か使うこともあります。

例題では「はつゆめ」だけを探しますが、左の問題では「ハツヒノデ」「ハツモウデ」の2種類の言葉を、それぞれいくつあるか探してください。

どちらの言葉のほう  
がたくさん入っている  
でしょうか？

例題

は つ ゆ め は  
め つ め め は  
は ゆ ゆ つ つ  
つ つ つ め ゆ  
は つ は は め

は つ ゆ め は  
め つ め め は  
は ゆ ゆ つ つ  
つ つ つ め ゆ  
は つ は は め

例題の答え…6個

## スリザーリンク

問題

出来上がった輪の中に、  
2は何個入ったでしょう？

点と点をタテヨコに線でつなげ、盤面全体で、交差や枝分かれない1つのループ（線で作られた囲い）を作るパズルです。どの数字の周りにも、その数と同じ本数の線を引かねばなりません。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。

ルール

- ① 点と点の間をタテ・ヨコの線で結び、全体で1つの輪っかを作りましょう。
- 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。

考え方

例題で解き方を覚えましょう。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。数字のない正方形は何本の線を引くのか最初は分かりませんが、他の部分の線を伸ばしていくと、全体の線のつながりが見えてきて、引き方が決められますよ。どこにもつながらない線ができたり、輪っかが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？

0 2 3  
3 3 0  
0 1 2  
3 2 3  
2 3 2  
2 0 3

0 2 3  
3 3 0  
0 1 2  
3 2 3  
2 3 2  
2 0 3

例題の答え…4個

ほか



# JAバンクからのお知らせ

## 教育用カードローン

最大 **700** 万円まで

ご契約金額の上限は、JAにより異なる場合がございます。

必要なだけ  
いつでも!  
何度でも!



幼稚園 から  
大学院 まで  
就学期間内の安心を!

©よりぞう

### 教育用カードローン **3** つの特徴

#### 幼稚園から大学院まで

幼稚園から大学院まではもちろん、予備校や専門学校などに入学または在学中のお子さまをお持ちの方がご利用いただけます。

#### 在学中はお利息のみ

在学中はお利息のみのお支払いでOK!元金のご返済は卒業後にスタートします。

※任意での元金返済も可能です。

#### 必要なとき、何度でも

お子さまが在学中であれば、お借入れ都度の審査や書類提出は不要です。最寄りのATMでお借入れいただけます。

ご利用いただける  
CD・ATM

●全国のJAバンクのCD・ATM ●JFマリンバンク、三菱UFJ銀行、セブン銀行のCD・ATM\*  
※その他個別提携金融機関のCD・ATMにつきましては、お近くのJA窓口にお問い合わせください。



**金利**の確認や**事前申し込み**はこちらから▶

 JAバンク

ご利用に際しては組合員加入のための出資が必要になる場合がございます。  
※詳しくはお近くのJA木曽融資窓口へお問い合わせください。





JAお役立ち生活情報

JAの仕込みそ

ご予約注文  
承り中!!

..... 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発酵しますので、  
詰替えはめんどう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。

① 桶詰替不要 10割  
20kg ダンボール② 桶詰替不要 10割  
10kg ダンボール③ 糀づくり 10割  
20kg ダンボール

9,500 税込円



5,300 税込円



9,400 税込円

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「エーコープ仕込みそ」となります。)

⑦～⑫の商品は、すぐお召し上がりいただけます。

⑦ 食べ頃仕込み味噌【赤】  
⑧ 食べ頃仕込み味噌【白】

1.8kg 4個入 5,050 税込円

⑨ 食べ頃仕込み味噌【赤】  
⑩ 食べ頃仕込み味噌【白】

1kg 4個入 3,000 税込円

⑪ 食べ頃仕込み味噌  
塩分20%カット 減塩

750g 6個入 3,630 税込円

⑫ 食べ頃まるやか  
仕込み味噌

1kg 4個入 3,000 税込円

やまじろしみのりみそ

⑬ 白みそタイプ ⑭ 赤みそタイプ



2kg 6袋入 6,300 税込円



2kg 6袋入 6,300 税込円

仕込みそご購入感謝キャンペーン実施中!

JAまごころ商品券

2,000円分を

プレゼント!!

対象 令和8年1月～3月末までにエーコープ仕込みそ・食べ頃シリーズを2,000円以上ご購入の方

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8年1月～4月24日(金)まで

抽選 令和8年5月下旬

※商品券の発送は6月中の予定です。

〈お申し込み・お問い合わせ〉

JA木曽 生活センター

TEL 0264-23-2112





# まごころ宅配



お申し込み・お問い合わせは  
 株式会社 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～



一口メモ

冬本番になり、寒いが続いています。体を温める働きがある生姜を日々の食生活に取り込んでみてはいかがでしょうか。生姜には血行を促進し、体温を上昇させる効果や風邪をひきにくくする効果、消化促進、美肌効果などがあるとされています。生姜の効果は3～4時間程度持続すると言われており、こまめに摂取すると良いと言われていますが、摂りすぎると胃腸を荒らす原因になる可能性がありますので、摂り過ぎにはご注意ください。

## 豚ロース肉の味噌生姜焼き

### 作り方

- ① 生姜はすりおろし、⑥と混ぜ合わせます。
- ② 豚肉は筋切をし、2cm幅に切ります。
- ③ ②に④を揉み込み、小麦粉を薄くまぶします。
- ④ フライパンにサラダ油を熱し、③を焼きます。
- ⑤ 豚肉に火が通ったら①を加えて全体にからんだら火を止めます。
- ⑥ 付け合わせの野菜と共に皿に盛り付けます。

### 材料 (2人前)

- |                   |               |
|-------------------|---------------|
| 豚ロース肉カツ・ソテー用 … 2枚 | 味噌 …… 大さじ1    |
| ④ 塩・こしょう …… 少々    | 砂糖 …… 小さじ2    |
| 酒 …… 小さじ1         | ⑥ みりん …… 大さじ1 |
| 小麦粉 …… 少々         | マヨネーズ …… 大さじ1 |
| 生姜 …… 1片          | サラダ油 …… 大さじ1  |
|                   | 付け合わせ野菜 …… 適量 |

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
2026.1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7年11月に  
 たいたおたより  
 から

長くて寒い冬がやってきます。風邪をひきませんようにバランスの良い食事で乗り切りましょう。  
 (平沢：広田さん)

今年のネギ作りは上出来でした。仕事をしながらなので日曜日だけの百姓でしたができることは一生懸命やりました。(新開：黒田さん)

木曽町駅伝に参加しました。知らない人も応援してくれたので頑張って走れました。  
 ありがとう。(開田：太田さん)

いよいよ雪との戦いが近づいてきました。でも白菜をたくさん使った鍋料理が楽しみです。  
 (南木曾：深谷さん)



### 私の『推し』紹介します

冬もアイスクリームを食べたい私みたいな人へ。Aコープきそ店で見つけた「農協ミルクモナカ」です。国産素材にこだわっており(ラクトアイスじゃない!)後味もすっきり美味しいモナカです。北海道ミルクと京都宇治抹茶の2種類楽しめます。(紹介者：広報誌編集者S)



## 頭の体操

まちがいさがしに

挑戦!

今回は干支飾りからの問題です。左右の写真を比べると、3カ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。

きりと線



### 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 2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。

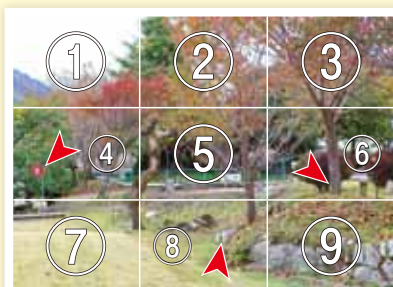
※ただし、お一人様一通の応募とさせていただきます。  
※印刷によるキズや汚れは関係ありません。

### 今月のプレゼント

正解者の中から抽選で12名の方に  
Aコープ野菜と食べる味噌らーめん  
3人前入り1袋をプレゼント。



### 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。

『④・⑥・⑧』  
(間違い探しはここ)

POST CARD

料金受取人払郵便

3 9 7 8 7 9 0

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)

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

□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/>



2026.1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クターラインキを使用しています。

