

購読課
今月のオススメ
商品

防寒テムレス

やわらかい“ボア”タイプの裏起毛。
寒くても柔らかい！



¥1,296
(税込)

十一月の川柳
連続の
台風不安に 神の守護
蜜入りの
はじける甘さ 挽く笑顔
入庫車と
輸送車と交錯 大賑わい



(田沢 勝衛)

編集部のつぶやき～編集後記～

寒さが増す今日この頃。岩木山は、紅葉と雪化粧で色鮮やかに相馬地区を見守っていました。リンゴの収穫もピークを迎え、フルーツステーションでは連日入庫作業が進められています。これからは、贈答用リンゴの出荷が繁忙期に突入し、並行して選果荷造り作業もピークとなります。全国の皆様に飛馬りんごの魅力を発信できるよう、広報「林檎の森」でも相馬の旬な情報と歴史ある産地を伝えていきたいと思ひます。行け！ 行け！ 飛馬！！ (S.daiki)

今月の表紙
サンふじの収穫がピークを迎える

理事会だより

10月22日 (月)

- 1) 9月末残高試算表について
- 2) 直売所りんご祭り開催要領について
- 3) 平成31年用春肥料・りんご袋取扱要領について
- 4) 貸出業務実施細則の一部改正について
- 5) 信用事業における事業運営モデル選択について
- 6) 農林中央金庫の平成30年度資本対策にかかる要請への対応について
- 7) 平成30年度「JAバンク青森冬の貯めトクキャンペーン」の実施について
- 8) 貸付関係について
- 9) 不良債権四半期報告について
- 10) りんご販売関係について

今月のあなたの運勢 ★ 12月 ★

モナ・オサンドラ



<p>♈ 牡羊座 ★ 3/21 ~ 4/19</p> <p>全体運 興味のあることに思い切ってトライしてみたい時期。攻めの姿勢が幸運のポイントに。遠出のドライブも刺激的</p> <p>健康運 不規則な生活リズムを正すと好転の兆し</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 エリンギ</p>	<p>♉ 牡牛座 ★ 4/20 ~ 5/20</p> <p>全体運 マイナス思考になりやすく、周囲ともめそう。意識的に笑顔を手掛けて。気分転換にはハーブを使った料理を</p> <p>健康運 ストレッチなど、ゆったりした運動が◎</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 シュンギク</p>	<p>♊ 双子座 ★ 5/21 ~ 6/21</p> <p>全体運 勢いはあるものの、ちょっとしたことでペースを崩しがち。いつまでも過去を引きずらないで。芸術鑑賞につき</p> <p>健康運 リラックスしていると運氣に好影響あり</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 サツマイモ</p>	<p>♋ 蟹座 ★ 6/22 ~ 7/22</p> <p>全体運 あれこれ考え過ぎてしまいそう。悩むより、ぶつかってみるのがベストです。開運には部屋の掃除や整理整頓を</p> <p>健康運 スポーツに励むと、大いに楽しめるはず</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 イタゴ</p>
<p>♌ 獅子座 ★ 7/23 ~ 8/22</p> <p>全体運 楽しいことに縁がある時期。遊びや旅行のお誘いには快くOKして、出掛けて。アートの触れるプランもグッド</p> <p>健康運 歩くなど、ちょっとした運動がラッキー</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 ハクサイ</p>	<p>♍ 乙女座 ★ 8/23 ~ 9/22</p> <p>全体運 余計なおせっかいかからトラブルを招きがち。見守る気持ちを大切に。趣味や好きなことに励む時間を持ってみて</p> <p>健康運 生活リズムを整えること。寝不足はNG</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 ナガイモ</p>	<p>♎ 天秤座 ★ 9/23 ~ 10/23</p> <p>全体運 コミュニケーション能力が活性化。誰とも気軽に親しくなれそう。グループレジャーを企画すると良い刺激に</p> <p>健康運 暴飲暴食に注意。よくかんで食べることに</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 ブリ</p>	<p>♏ 蠍座 ★ 10/24 ~ 11/22</p> <p>全体運 やるべき作業を早めに片付け、自分の時間を満喫したい月。やったことのない趣味を始めるのにも向いています</p> <p>健康運 体を動かすことで、元気が上向く時期</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 芽キャベツ</p>
<p>♐ 射手座 ★ 11/23 ~ 12/21</p> <p>全体運 気力が増し、いろいろなことにチャレンジしたくなる予感。どんどん動いていけば、確かな手応えを得られそう</p> <p>健康運 体力的な無理は避けて。休みも必要です</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 ユズ</p>	<p>♑ 山羊座 ★ 12/22 ~ 1/19</p> <p>全体運 優しさや思いやりを大切にすることで、人間関係にうれしい変化が。気分リフレッシュにはフットケアがお勧め</p> <p>健康運 軽い体操で体のリズムを取り戻そう</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 フグ</p>	<p>♒ 水瓶座 ★ 1/20 ~ 2/18</p> <p>全体運 知的ジャンルに興味を持つと、新鮮な驚きや出会いがあります。講演会に行ったり、体験教室に参加したりして</p> <p>健康運 運動不足は体重増のもと。日頃から運動を</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 小豆</p>	<p>♓ 魚座 ★ 2/19 ~ 3/20</p> <p>全体運 ストレスを感じやすいかも。1人の時間を持つなどして、心を穏やかにキープして。鉢植え植物の世話につき</p> <p>健康運 疲労の解消を。リラックスタイムが大事</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 シヤモ</p>