

ふれあい

# となみ野

110111  
六月  
月号



今月の表紙

JAとなみ野アルギットにら生産組合  
「海藻アルギットにら」初出荷式

▶ 2ページに関連記事掲載



ふれあい  
**となみ野**



2022 6月号 もくじ

02 **JAトピックス**  
TOPICS

04 **ほっとライン**  
HOTLINE

07 **家庭菜園**

08 **ウェルカム女性部**  
*Welcome*

**ハート to ハート**  
ほほえみの会's  
Report

09 **農産物直売所**

11 **知っ得! インフォメーション**

12 **フレンドリー広場**

14 **健康百科**

16 **おたよりコーナー**

17 **クロスワードパズル**

**JAトピックス**  
TOPICS



▲ 海藻アルギットにらを選別する寺西組合長(左)ら

## 海藻アルギットにら初出荷

JAとなみ野 苗島農産物集出荷施設

富山県の特産「海藻アルギットにら」の初出荷式が5月31日、南砺市苗島のJAとなみ野苗島農産物集出荷施設で3年ぶりに開かれました。生産者や流通・行政関係者、JAなど約20人が出席しました。

「海藻アルギットにら」はカルシウムやビタミン、鉄分などを含む海藻肥料を土に施し育てたニラ。葉が肉厚で日持ちすることから県内外で人気が高まっており、県内では南砺市や砺波市、魚津市、小矢部市などの農家50軒が約5.3畝で栽培。今年は、夏の暑さに強い品種「エナジーグリーンベルト」を定植し、出荷量150ト、販売額1億3,000万円を目指します。

式典でJAとなみ野の土田英雄常務が「ニラは販売額が毎年1億円を超える園芸作物となった。生産者は品質の向上、市場は高く売ることを目指していただき、さらに取扱量を増やしてもらいたい」とあいさつ。県砺波農林振興センターの向井和正班長、JA全農とやまの石崎泰輔課長らが祝辞を述べました。

ニラは冷蔵庫で予冷し、6月1日から県内のほか、石川、岐阜、名古屋、大阪などの青果市場に出荷します。6月13日からは、北陸3県と新潟県のセブン-イレブンで県産の海藻アルギットにらを使った「ニラ玉丼」が発売されます。

JAとなみ野アルギットにら生産組合の寺西雅典組合長は「気温が高い日が続いたため、ニラの成長が旺盛で出来がいい」と今年産を評価。「葉が大きく肉厚なアルギットにらを食べて暑い夏に備えてほしい」と話しました。

# 高収益で高所得な農業経営の確立へ

## 第27回通常総代会

J Aとなみ野は5月28日、砺波市花園町の砺波市文化会館で第27回通常総代会を開催しました。総代数495人のうち、436人(本人出席78人、書面議決358人)出席のもと、第27年度事業報告及び剰余金処分案、第9次中期3カ年計画、第28年度事業計画、固定資産の取得を含む8議案が慎重審議され、すべて原案通り可決承認されました。



▲ あいさつを述べる佐野組合長



▲ 祝辞を述べる野上参議院議員

令和3年度の事業総利益は24億7,700万円、当期利益は1億8,600万円、当期剰余金は1億1,000万円、自己資本比率は13.24%となりました。

総代会で佐野日出勇組合長は「農業者の協同組織として、農産物の販売力強化による所得増大、地域農業の発展と地域の活性化に結び付く事業を積極的に行い、次世代に繋がる持続可能な農業の取り組みを進める」とあいさつ。野上浩太郎参議院議員、山田俊男参議院議員、夏野修砺波市長が祝辞を述べました。議事では、野尻地区の芝井広総代が議長を務め、提出された全議案の進行に尽力されました。今年度の基本方針として、J Aとなみ野では店舗再編計画を着実に実行する一方、老朽化が進む農業関連施設の改修を進め、引き続き組合員の暮らしと地域農業の活性化を図ります。

営農面においては、農業者の所得増大への取り組み、農業生産拡大への取り組み、地域の活性化と貢献を基本方針とし、

気象変動に強い計画的な土づくりにより農産物の品質・収量を高め、産地間競争に勝ち抜くブランド産地育成へ取り組みます。また、新技術を活用した生産性の向上と、コスト低減を連動させた農業生産を加速させるとともに、土地基盤整備モデルを活用した「となみ野型複合経営」の取り組みを拡大し、高収益で高所得を実現する農業経営の確立を目指します。

運営面では、店舗再編後の円滑な組織運営に努めるとともに、経済事業を中心とした収益力の改善と地域社会に貢献できる人材育成に取り組み、持続可能な経営基盤の確立に努めます。

今年度より新たに始まる第9次中期3カ年計画を基軸とし、組合員の利益を最優先の目標として取り組みます。



▲ 議案を審議する総代のみなさん

### 〈第27回通常総代会付議議案〉

- 第1号議案 第27年度事業報告及び剰余金処分案承認の件
- 第2号議案 定款の一部変更の件
- 第3号議案 第9次中期3カ年計画設定の件
- 第4号議案 第28年度事業計画設定の件
- 第5号議案 第28年度賦課金の額、賦課方法、徴収時期及び徴収方法決定の件
- 第6号議案 固定資産の取得に関する件
- 第7号議案 第28年度における理事の報酬に関する件
- 第8号議案 第28年度における監事の報酬に関する件
- 報告事項 「J Aパンフ基本方針」の変更について





## 理事会をペーパーレス化

JAとなみ野 本店



▲ タブレット端末で資料を閲覧する理事

JAとなみ野は5月27日、会議で紙を使わないペーパーレスの理事会を開きました。会議の参加者全員に貸出したタブレット端末で資料を確認します。紙で配布していた会議資料を電子化することで、業務の効率化やセキュリティの強化、環境の保全につなげます。

JAは毎月1回理事会を開催し、毎回1人当たり100枚ほどの資料を配っていました。今回からは資料をPDFファイルにし、配信しました。

この日は、理事とJA役職員29人が参加し、端末の画面をスクロールして資料を閲覧したり、カラーマーカーで線を引いたりしていました。

理事からは「端末では文字を拡大できるので見やすい」「資料をたくさん持ち歩かなくてもよくなった」などの意見が聞かれました。JAは同時に、内部で行う管理職会議もペーパーレス化します。

## ほっとライン

HOTLINE

## 給食への食材出荷増へ

JAとなみ野 庄西支店

となみ野学校給食食材出荷組織連絡会は4月28日、JAとなみ野庄西支店で令和3年度定期総会を開きました。会員やJA、県砺波農林振興センターなど約30人が出席。令和3年度収支決算や令和4年度事業計画、役員改選など3議案を審議し全議案承認されました。

活動の基本方針として、農薬の使用基準遵守、地産地消率の向上、規格に準じた品質向上に努めることを目標に掲げました。役員の改選では、根尾正廣会長を再任し、副会長1人、幹事4人、監事1人を選任しました。

根尾会長は「子どもたちから毎年お礼の手紙をたくさんもらっている。会員のみなさんと協力し、給食センターへの食材供給量をさらに増やしたい」とあいさつしました。

◇令和4・5年度となみ野学校給食食材出荷組織連絡会役員

▽会長 =根尾正廣

▽副会長=堅田潔

▽幹事 =田中一夫 鈴木正彦 山本亮一 山田稔

▽監事 =丹羽光代

再任された根尾会長 ▶



▲ サツマイモの苗を植える児童

## サツマイモを定植 自ら学習の時間に

砺波市立鷹栖小学校

砺波市立鷹栖小学校の学校畑「ふれあい農園」で5月6日、4年生24人がサツマイモの苗を植えました。学校畑の作物栽培は、児童が自発的に学習する総合的な学習の時間の一環。地元農家から無償で借り受けた畑に「べにはるか」300本を植えました。砂土居良江校長は「野菜を作る過程で、分からないことを自分で調べ学ぶ機会にしてほしい」と話します。

この日は、JAとなみ野の営農指導員や鷹栖長寿会連合会の会員ら9人が定植をサポート。同会の会員に植え方を教わった児童は、マルチシートがかけられた約30畝の畝4本に、シャベルを使って苗を植え水をまきました。

定植後に児童の佐伯莉央さんが「植え込みは思っていたよりも簡単だった。みんなで協力して水やりし、収穫まで頑張って育てたい」とあいさつ。指導員や会員の協力に感謝を述べました。

サツマイモは10月中旬に収穫期を迎えます。同会の辻直道会長は「作物を育て収穫する喜びを味わってほしい」と話しました。



牡牛座

4/20～5/20

【全体運】努力の成果が目に見えやすく、やりがいを感じられるとき。新しいチャレンジも吉と出ます。予定は早めに立てて  
【健康運】目の疲れに注意を。頭痛は甘く見ないで 【幸運の食べ物】サクランボ

## 今年も新鮮野菜安く

砺波市福岡 梅檀野地場産農産物直売所

砺波市福岡の梅檀野地場産農産物直売所が5月4日、今年の営業を開始しました。初日は地元農家8軒が、レタスやホウレンソウ、ネギ、タネノコ、ワラビ、フキなどを出荷しました。今季のオープンを記念し、先着100人にマリーゴールドのポット苗がプレゼントされました。

直売所は旧JAとなみ野梅檀野支店跡地を利用して営業。地元で採れた野菜や山菜、農産加工品が店頭に並びます。直売所の山岸節子店長は「新鮮な野菜を、安くたくさん出していきたい」と話しました。

12月中旬まで毎週水曜日に開きます。時間は午前9時～正午。



▲ 農産物を買求める来店客

## 福野小学校でサトイモ定植

南砺市立福野小学校



▲ サトイモの種芋を植える児童

南砺市立福野小学校で5月20日、5年生102人がサトイモ「大和」を定植しました。児童は学校に隣接する学校田で1人1個ずつ種芋を植え、秋の収穫に期待を膨らませました。

サトイモは同市の特産品で、山野地区は「ふる里いも」、焼野地区は「やまる」のブランド名で生産されています。児童に、地元で作られている農産物について知ってもらおうと、同校がJAに依頼し毎年栽培しています。

この日は、JAとなみ野の谷田一浩営農指導員らがランチルームでサトイモの植え方や育て方を説明。児童らは圃場へ移動し、マルチシートがかけられた畝に穴を開けたあと、種芋を入れ土をかぶせました。

サトイモは児童が水やりなどの世話をし、サトイモ生産者の話を聞く機会も予定されています。児童の佐々木花凜さんは「何度もやり直したけれど、うまく植えられた」と笑顔を見せました。育てたサトイモは9月中旬以降に収穫し、授業でサトイモ料理を作るほか給食で提供されます。

## 高瀬神社で御田植祭

越中一宮高瀬神社

南砺市岩屋で5月21日、越中一宮高瀬神社の献穀田御田植祭が開かれました。地域の農業者でつくる井波地域農業者会や県砺波農林振興センター、JAなど関係者約30人が参列して神事を行い、豊作を願いました。

今年は岡田麗奈さん(高1)、岡田渚さん(小6)、岡田遥さん(小6)、上野莉愛さん(小5)、上野恋緒さん(小3)が早乙女を務めました。5人は宮司が祓い清めた苗を受け取り、「わくころがし」で目印がつけられた水田に次々と植え付けました。田植えを終えた上野莉愛さんは「苗をたくさん植えられた。大きく育ってほしい」と話しました。

米の品種は「コシヒカリ」で、同市の片田豪詞さんが奉耕者として1年間稲を育てます。実った稲穂は同神社に供えるほか、10月に伊勢神宮で行われる神嘗祭に奉納されます。



▲ コシヒカリの苗を植える早乙女



▲ 人形を供養する参列者

## 人形を供養

砺波市高道 葬祭会館「秋桜の郷」

古くなった人形に感謝し、別れを告げる「人形供養祭」が5月29日、砺波市高道の葬祭会館「秋桜の郷」で開かれました。地域住民から、五月人形やアニメのキャラクターまで7,000体以上が持ち込まれました。

祭壇に並べられた人形を、昌寿寺(砺波市中野)の藤井妙光住職が塩で清め、お経を読み上げました。参列者は手を合わせ、それぞれの思い出が詰まった人形を供養しました。





JAとなみ野

# 雪たまねぎ 生産者拡大大会



JAとなみ野では雪たまねぎの生産者を大募集しております。

平成20年から始まったとなみ野産たまねぎ栽培は、作業の機械化による省力化と、栽培技術の向上による収益性を両立しており、当JAの主力園芸品目です。

大規模経営体の方のみならず、個人生産者の方も大歓迎です！ご興味のある方は是非お越し下さい。

| 開催日         | 開催時間   | 開催場所                     |
|-------------|--------|--------------------------|
| 令和4年7月5日(火) | 14:00～ | JAとなみ野農業機械センター<br>2F 会議室 |

会場ではマスクの着用、検温、手指の消毒の実施にご協力をお願いいたします。

状況によっては開催を中止する場合もございますので、ご理解をお願いいたします。

申込みは必要ありませんが、当日の受付にて氏名・住所・電話番号のご記入をお願いします。

お問合先：経済部生産企画課 TEL32-8619

## 電子メールによる JAとなみ野メールマガジンの登録について

このたび、JAとなみ野では、営農情報の発信を新聞折込からメールマガジンによる情報提供に変更いたしました。農作物の栽培管理情報や気象情報と災害防止等の対策に関する情報を発信いたします。

### 【登録の手順】

- 迷惑メール対策で受信指定されている場合は、  
**ja-tonamino-einoubu@joinplus.jp** を受信登録可能にしてください。
- JAとなみ野からメルマガ登録するための、指定のURLを入力(パソコンの場合)します。  
(もしくは右のQRコードを読み込んでください。)

**<https://joinplus.jp/mg/JA-Tonamino>**

- 登録するメールアドレスを入力し、「確認」を押します。間違いがないか確認して「送信」を押します。
- メール送信完了画面が表示され、登録したメールアドレスに登録案内のメールが送信されます。
- 4.で受信したメールに記載されているURLにアクセスします。
- 「お名前」や情報が欲しい「栽培品目」などの必要項目をチェックし、「確認」を押します。
- 内容に間違いがないかを確認し、「登録」を押して完了です。
- 登録したメールアドレスに登録完了のメールが送信されます。



メルマガ登録用  
QRコード



蟹座  
6/22～7/22

【全体運】 太陽の恵みを受けて大きな成果が期待できます。気になっていたことを調べたりするのもお勧め。うれしいお誘いも  
【健康運】 友人と過ごす何げない時間が元氣回復に 【幸運の食べ物】 スイカ



## 夏野菜の管理・防除

6月に入り、夏野菜の収穫も近づいてきました。収穫前の管理をしっかりしてたくさん収穫できるようにしましょう。また、梅雨時期は高温多湿で病害虫の発生が多くなることから、防除をしっかり行って下さい。

### トマト

- 実が付き始めたところに1回目、20日後に2回目の追肥を施用しましょう。  
※1株当たり化成肥料軽く1握り程度
- わき芽は早めにかき取りましょう。(出来れば晴天日の午前中に!)
- 実に養分が届きやすくするため、4~6段目の花房ができる頃に、最も上の花房より上に出て  
いる2~3枚の葉を残して摘芯しましょう。  
また、風通しと日当たりを良くするため、第1果房より下の葉を全て取り除  
きましょう。
- 灰色かび病、疫病は多湿条件が続くことで発病することから、枯れた葉や  
花は早めに取り除きましょう。



### ナス

- 定植後、約3週間後に最初の追肥、その後は2~3週間に1回のペースで追肥しましょう。  
※継続的に追肥することが重要です。
- 一番花が咲いたら花の下にある側枝2本を残し、他のわき芽は切り取ります。  
※葉が混み合ってきたら、古い葉や枯れた葉はこまめに取り除きましょう。
- 青枯病、半身萎凋病が出たら抜き、アブラムシやダニ類は発生前や虫を見  
つけたときに薬剤を使用して被害が進むのを防ぎましょう。



### キュウリ

- キュウリは次々と実をつけるので、定期的に追肥して肥料切れさせないようにします。  
1本目の果実が取れ始めたら1回目の追肥を行い、後は2~3週間に1回のペースで追肥を  
施用しましょう。
- 摘葉は、風通しや日当たりを良くして果実品質を高めることから、枯れた  
葉や病害虫に侵された葉は適時取り除きましょう。
- 多湿条件では「べと病・褐斑病」などが発生し乾燥条件では「うどんこ病・  
ダニ類」が発生しやすくなります。早期発見、早期防除に努めましょう。





## 学校田の田植え協力



5月10日に砺波市立庄南小学校5年生31人が田植えを行いました。今年も女性部から協力致しました。児童らは普段入らない田んぼの中を歩きながら、一生懸命に手植えを行いました。千々石女性部長は「秋の収穫まで成長を楽しみにしましょう」と話しました。



### JA女性部 今後の活動予定

6月21日 エコープマーク品研修会

7月 9日 日帰り県内研修会

※どちらも要申込（人数制限あり）  
秋以降は決まり次第お知らせ致します。

**女性部員募集中です！**

家の光の取材があり、農家レストラン大門の境嘉代子さんに「ナスと大門素麺」を作っていただきました。8月号に掲載されますので、ぜひご購入お願いします。



8月号629円(税込)です。



## 第1回介護研修会



5月24日に第1回介護研修会『季節の寄せ植えと農園カフェで癒しのひととき』を庄川地区の(有)梅香園にて開催しました。沢山の種類の中から花苗を選び、講師の梅本英孝さんから寄せ植えのコツや水のやり方、肥料の与え方等アドバイスをいただきました。会員の皆さんは熱心に育て方を聞いていました。温室で寄せ植えをした後は、隣接のカフェ梅香にて親睦を深めました。



乙女座  
8/23～9/22

【全体運】あれこれやりたいことが出てきそう。状況を整理して優先順位をつけて。頼まれ事を引き受けると、そこから開運  
【健康運】スポーツにツキあり。体を動かして 【幸運の食べ物】エダマメ





## 直売所に初夏の訪れ...

## 6月に美味しい旬の野菜まつり (6/6~6/12)

直売所には6月が旬の野菜のほか、徐々にトマトやキュウリなど…夏野菜が多く入荷しています。6月にしか採れない葉たまねぎやにんにくの芽など是非食べてほしいです! 夏野菜も並びはじめ、直売所には初夏の訪れ…旬の野菜っておいしいよね! 季節ごとに旬の美味しい野菜が今日も入荷していますよ~!!



となみ野の郷  
農産物直売所

## イベント情報

## となみ野特産「雪たまねぎ」収穫はじまりました!

新たま祭り 6月25日(土)・26日(日) 開催

6月 25 SAT 26 SUN

となみ野の郷 たまねぎ × 道の駅 砺波

**新たま祭り**  
New onion festival  
**となみ野特産 たまねぎ**  
収穫はじまりました!

**特設会場にて販売**

とれたての  
**となみ野の郷 たまねぎ**  
を  
山盛りにして  
販売!

**2日間限定価格**

※たくさん準備しておりますが、無くなり次第終了となります

レトルトカレー  
**極旨カレー**

**期間限定価格**  
雪たまねぎ使用

旬の野菜が盛りだくさん

切花・花苗・山野草

となみ野産  
コシヒカリ 10kg

**特別価格**

道の駅 砺波  
**となみ野の郷**  
営業時間 9時~18時  
☎ 58-5831

6月中旬からとなみ野のたまねぎがいよいよ収穫!

となみ野の郷では、収穫開始に合わせ「新たま祭り」を2年ぶりに開催!

今年のたまねぎ相場は? 国内産・外国産とも品薄傾向で高値...

しかし! 「JAとなみ野の特産たまねぎを皆様にたくさん食べてもらいたい!」JAだからできる精一杯の価格でたまねぎを山盛りにして2日間限定で販売します。

尚、コロナ感染対策・混雑を避けるため会場は「特設会場」となみ野の郷横 旧農機展示場で販売です。たくさんのご来店お待ちしております。



## 毎月第2週は A-coop の日

7月の特売品

7/4(月)~7/10(日)

- ・ゼリーの素各種
- ・純粋はちみつ







## タケノコの香草焼き

### 材 料 (1人分)

|                          |      |
|--------------------------|------|
| タケノコ<br>(下ゆでして縦に4等分したもの) | 1/4本 |
| フルーツマト                   | 1/2個 |
| ズッキーニ                    | 1/8本 |
| マッシュルーム                  | 1個   |
| ホタルイカ(ホタテでも可)            | 5尾   |
| タイム                      | 2本   |
| オリーブ油                    | 大さじ2 |
| 塩・こしょう                   | 適宜   |
| パルメザンチーズ                 | 大さじ1 |

### 作り方

- (1) タケノコは皮から外し、ズッキーニ、フルーツマトと共に大きめのさいの目に切る。マッシュルームは半分、ホタルイカは目とくちばしを外しておく。
- (2) ボウルに(1)の材料を入れ塩・こしょう、オリーブ油とパルメザンチーズを入れ混ぜ合わせる。
- (3) タケノコの皮に混ぜ合わせた材料とタイムをのせ、180度に熱したオーブンで7〜8分焼き上げて出来上がり。

## マコモタケとカキの もろみそ焼き

### 材 料 (1人分)

|       |      |
|-------|------|
| マコモタケ | 1本   |
| カキ    | 5粒   |
| もろみそ  | 大さじ1 |
| 料理酒   | 適宜   |
| 塩     | 少々   |
| しょうゆ  | 少々   |

### 作り方

- (1) マコモタケは元の白い部分の堅い皮をピーラーでむき半分に割る。
- (2) カキはよく水洗いし、熱湯で30秒ほどゆでざるにあげ水気をよく拭きボウルに入れ、もろみそ、しょうゆとあえておく。
- (3) 180度のオーブンで、料理酒をかけ塩を振ったマコモタケを5〜6分焼き、いったん取り出してカキをのせ、さらに3〜4分焼き上げ出来上がり。



## シェフ永井のすすめ

茨城県笠間市にある  
三晴(旧キッチン晴人)  
オーナーシェフ

永井 智一



食育インストラクター

岡村 麻純



## カビを防ぐ

先日、娘が自分で作って大切にしていたきれいな色のスライムにうつすらとカビが生えていました。慌てて娘を説得して破棄しましたが、娘は悲しんで、どうしてカビが生えるのかと何度も聞いてきました。高温多湿な日本で暮らしていると身近なカビ。この微生物であるカビには、アレルギーやぜんそくの原因になるカビや、なかには発がん性のあるカビもいます。では、カビを防ぐためにはどうしたら良いのでしょうか。カビの生存には、水分、pH、温度、酸素が大きく関わっています。

まず、カビの発生には水分が必要です。そのため、食品の貯蔵性もこの水分含量を指標として考えられています。カビの種類によってはわずかな水分でも生息できるため、粉類でも発育することがあります。小麦粉やお好み焼き粉などは、湿度の低い所への保存が必要です。次にpHとは、酸性・アルカリ性で表すものです。ラーメンやこんにゃくなどの一部の加工品はアルカリ性ですが、食品の多くは中性から弱酸性で、多くのカビが弱酸性を好みます。そして、温度ですが、カビは5度以上で発育できるといわれているので、冷蔵庫の中でも増殖してしまいます。しかしながら、カビにとつての適温は20度弱から30度ほどです。冷蔵保存することで増殖を遅らせることができます。カビの心配な物は冷凍保存をお勧めします。そして最後に、人間と同じようにカビも生きるためには酸素が必要です。多くの食品がこの酸化を防ぐために包装に工夫がされています。賞味期限は開封前のものです。と注意書きがあるのもそのためです。開封前後では酸素と触れる量が違ってくるので、理解した上で、保存期間を考える必要があります。

気温も上がり、はじめとするこの時期はカビの性質を理解して、保存に細心の注意を払いたいです。



蠍座  
10/24〜11/22

【全体運】ハプニングの気配が。ドキッとするものがあっても冷静に。災いを転じて福となします。臨機応変に動きましょう  
【健康運】体を動かす前に準備体操を。腰は大切に  
【幸運の食べ物】トウガン

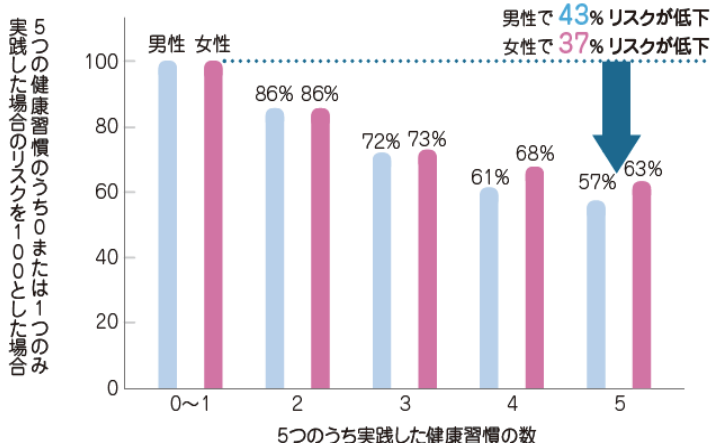


# 知っ得! インフォメーション

今、日本人の2人に1人が、一生のうち一度はがんになるというデータがあります。がんは日本人にとって身近な病気で、その予防は多くの人の関心を集めるテーマです。そこで、1人でも多くの方がより健康的な生活習慣を生活に取り入れていただけるようがん予防に向けた5つの健康習慣をご紹介します。

## がん罹患リスクを低くする

▶ **5つの健康習慣**でがんになるリスクが低くなります。



Sasazuki.S et al:Prev.Med.,2012;54(2):112-6 より作成



※国立がん研究センター社会と健康研究センター予防研究グループ  
科学的根拠に基づく発がん性・がん予防効果の評価とがん予防ガイドライン提言に関する研究  
http://epi.ncc.go.jp/can\_prev/

## がん予防に資する5つの健康習慣

### ■ 節酒する…1日の飲料量の目安

飲酒量の目安 (1日あたり純エタノール量換算で23g程度)

毎日飲む人は以下のいずれかの量までとどめましょう。

- 日本酒…1合
- ビール大瓶(633ml)…1本
- 焼酎・泡盛…原液で1合の2/3
- ウィスキー・ブランデー…ダブル1杯
- ワイン…ボトル1/3程度



### ■ 禁煙する…禁煙の方法について (専門医へ相談)

禁煙の方法～一人でやろうとせず専門医に相談～

まずは禁煙のリスクを理解することから始めましょう。禁煙外来など専門家と共に取り組む事も成功への近道です。医療保険で受診できる場合もありますし、現在では、禁煙補助薬を使った禁煙プログラムなどもあります。地域の医療機関を探し、ぜひ禁煙に取り組んでみましょう。

### ■ 適正体重を維持する…BMI値の目安

自分のBMI値を計算してみよう!

$$\frac{\text{体重 (kg)}}{\left[ \frac{\text{身長 (m)}}{100} \right]^2} = \text{BMI 値}$$

例) 身長 165 cm 体重 60 kg の場合  
 $60(\text{kg}) \div (1.65(\text{m}) \times 1.65(\text{m})) = 22.0$

自分のBMI値の目安

男性はBMI値 21-27、女性はBMI値 21-25の範囲になるように体重を管理するのが良いでしょう

### ■ 身体を動かす…1日の身体活動量は60分

推奨される身体活動量

例えば、保障またはそれと同様以上の強度の身体活動を1日60分行いましょう。また、息がはずみ汗をかく程度の運動は1週間に60分程度行いましょう。

### ■ 食生活を見直す…食塩摂取量の目安など

食塩摂取量の目安

日本人の食塩摂取基準 (厚生労働省策定「日本人の食塩摂取基準2015年版」) では、1日あたり食塩摂取量を**男性は8.0g未満、女性は7.0g未満**にすることを推奨しています。塩蔵食品、食塩の接種は最小限にするように心がけましょう。



野菜と果物の摂取について

果物や野菜不足にならないようにしましょう。厚生労働省策定「健康日本21」では**1日あたり野菜を350g**とすることを目標としています。**果物もあわせた目安としては、野菜小鉢で5皿分と果物1皿分**を毎日食べる心がけて、**400g程度**になります。

熱い飲食物について

熱い飲み物や食べ物は少し冷ましてから口にするようにしましょう。



# フレンドリー広場

## ぼの夫婦

東般若

せき 関

くにひろ

邦弘 さん(83)

さちこ

幸子 さん(81)

### 一 ご職業など、これまでを振り返って

□ 高校を卒業後、印刷会社に就職しましたが、営業をするのが嫌で航空自衛隊に転職しました。自衛隊では通信士として、本部や各基地との暗号通信業務を担っていました。隊内では、部隊を支援する職種でしたが、ソ連の戦闘機が領空を侵犯するたびに、基地に駆け付けなければならず大変でした。

○ 東般若土地改良区（現砺波市土地改良区）で働いていました。当時、地区に高速道路が開通するという事で、各家の田んぼを区画整理し登記する手助けをしていました。その後、砺波市森林組合（現西部森林組合）に転職し、現場のサポートをしたり、組合が運営する「もりもりハウス」で木工品や工芸品の販売、林業で使う道具の仕入れを担当しました。

### 一 趣味・楽しみなど

□ 囲碁を30年以上やっています。白と黒の碁石で陣地を取り合うシンプルなゲームですが、打ち方が豊富で奥深いところが魅力です。以前は、北日本新聞社や砺波市老人クラブ連合会が主催する囲碁大会に毎年出場していました。

○ カローリングは主人と共通の趣味で、ほかにグランドゴルフをやっています。グランドゴルフは毎月のように大会があるため、毎週日曜日は近くの公園で地区のメンバーと練習をしています。今は7月にある市民体育大会での上位入賞が目標です。



### 一 二人の思い出

□ ○ 全国各地に旅行に行ったことです。

□ 車で出かけることが好きで距離も多く走るので、当時は一回目の車検が来る前に何台も買い替えていました。

○ 宮城県の松島にある、観光船での島巡りが良かったので、2人でもう一度行きたいと思っています。

### 一 夫婦円満の秘訣

□ 特に考えたことはないですが、なんとなく今まで続きました。

○ 私は口ごたえをしないので、大きな喧嘩もありません。

### 一 お互いに一言

□ いろいろな面で無理を聞いてくれてありがとう。

○ 健康に気を付けて、仲良くやっていきましょう。

## 選歌の園

若芽旬会

除草剤かけて草見るみどりの日

砺波市

砂田 春汀

掘りたての筍今朝もありがたく

砺波市

林 正子

初燕老犬すくと小屋を出づ

砺波市

二俣れい子

夏めきて木綿さらりと風を着る

砺波市

宮田 衛

田蛙の闇を揺らして鳴きにけり

砺波市

大谷 こうき

春動く広告裏の日程表

砺波市

藤井 雅晴

新じやがに戦後の生活偲びけり

砺波市

源通ゆきみ



種 田

豆たろう(2代目)くん(8)  
(柴犬)

〈ご主人〉土居野 哲 さん

購入時、あまりにも小さかったことから娘がこの名前を付けました。見知らぬ人が家の近くを通ると吠えますが、新聞・郵便配達員やJA職員など顔見知りには温厚で、賢い番犬です。散歩の際もマーキングを一切しないので助かっています。頭が良く素直な豆たろうは、いつも家族を和ませてくれます。



山羊座

12/22～1/19

【全体運】信頼できる人に話を聞きに行つて。明るい兆しが見えています。こうでなければと決め付けて考えないように

【健康運】ハードなスポーツを楽しめます。散歩も吉 【幸運の食べ物】ナス





## うちの元気くん



若 林

し どう き お  
紫藤 稀生 くん(2)

パパ：匡俊さん ママ：さおりさん

はじめまして！最近、おやつにリンゴゼリーを食べるのが楽しみな稀生です。僕は、散歩をするのが好きだから、保育園から帰ったら、お母さんと家の近くに置いてあるトラクターを見に行くんだ♪夜もお父さんと星や月を観察しに行ったりするよ♪今は怖いけれど、大きくなったら、家で飼っているラブラドルレトリバーのリンちゃんとも散歩に行きたいな☆

★おうちの方から一言★

元気にすくすく育ってね！



## うちの元気ちゃん



南山見

さ わ だ か ほ  
澤田 佳歩 ちゃん(5)

パパ：充朗さん

ママ：みゆきさん

こんにちは！佳歩(左)と弟の悠誠です。今から弟とトンボを採るよ。今日は保育園でもダンゴムシをたくさん捕まえたよ。私は最近、ピザとパンを作っているんだ♪ピザはトマトやタマネギ、エダマメをのせて、パンはクルミやレーズン、クリームを入れるのが好きなんだ♪出来上がったら、お父さんやおばあちゃんにも分けてあげるし、わたしもたくさん食べるよ☆

★おうちの方から一言★

毎日、元気に楽しく  
過ごしてね！

## 職 員 紹 介



か さい か な  
笠井 奏

所属部署  
金融共済部  
渉外推進課  
複合渉外(MA)  
(安居)

仕事内容を教えてください  
金融と共済の外回りをしています。

仕事で心掛けている事は何ですか  
お客様にとって相談しやすい雰囲気を作るために、挨拶をしっかりとすること、会話することを心掛けています。

休日はどのように過ごしていますか  
アウトドアなことが好きなので、最近はキャンプをしたりしています。

今後の意気込み  
外回りの仕事は初めてですが、身近な相談役になれるように努めていきたいと思いますので、よろしくお願いします！



お お や け い す け  
大矢 圭祐

所属部署  
金融共済部  
渉外推進課  
複合渉外(MA)  
(般若)

仕事内容を教えてください  
貯金と共済業務の担当をしています。

仕事で心掛けている事は何ですか  
お客様が感じる不安を共済により安心に変えられるようお客様目線でお客と一緒に考えることを意識しています。

休日はどのように過ごしていますか  
所属しているサッカーチームの試合参加やスポーツのコーチ、BBQ、デイキャンプなどをして過ごすことが多いです。冬はスノーボードによく行きます。冬に雪が積もっている中でキャンプするのが夢です。

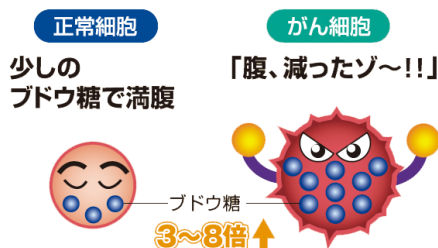
今後の意気込み  
信頼され皆様のお力になれるよう精進します。



厚生連高岡病院では2022年4月より診療機能の充実としてPET-CT検査が始まりました。

導入された装置は、半導体検出器の最新PETと最新のAIを搭載した64列CTを組み合わせた機種です。日本全国には500台を超えるPET装置があり、北陸では21台目のPET-CTとなります。その中でも半導体検出器を備えたPET-CTは北陸には4台しかなく、3台は石川県にあり、富山県では初の半導体PET-CT装置ということになります。

では、PET検査についてお話しします。PETとは、Positron Emission Tomography(陽電子放出断層撮影)の略です。体の中の細胞の働きを断層画像として捉えることで病気の原因や病巣、病状を的確に診断する事が出来ます。



体を構成している細胞は、生きてゆくためのエネルギー源として「ブドウ糖」が必要で、このような細胞の性質に着目して、がんを発見します。ブドウ糖にごく微量の放射線を放出するフッ素-18(18F)という「放射性同位元素」をくっつけた薬剤(FDG)を体内に注射し、PET装置を用いてFDGの全身分布を撮影します。

がん細胞にはFDGが正常細胞よりたくさん集まります。そこから放出される微量の放射線をPET装置(当院では半導体検出器を装備したPET装置)でとらえて、がん細胞の位置や大きさだけでなく、がんの進行度合いを調べます。

今回は、半導体検出器を装備したPET-CTの有用性についてお話しします。

## 御隠居と熊さんの ぜい・きん・小話

## — 教育資金援助と贈与税 —

砺波税務署



**御隠居** どうしたんじゃ熊さん、むずかしい顔をして。何か困りごとかい。

**熊さん** そうなんでやんす。実は親戚のおばあさんから相談を受けたでやんすが、どうにも難しくて、困ってるんでやんす。

**御隠居** ほほおー。それは大変じゃな。どれ、わしにも聞かせてくれんかの。

**熊さん** 御隠居も一緒に考えてくれるでやんすか。実は、おばあさんの孫が4月から東京の大学に進学したんでやんす。それでおばあさんが大学の入学金や授業料を出してあげたいけど小分けにすると面倒だからまとめて1回で孫に渡したい。でも、4年間分という大した金額になるんで、贈与税がかかるんじやなかるうかって、心配になって、あつしに相談したという具合でやんす。

**御隠居** ほほおー。それで熊さんはどう答えたんじゃ。

**熊さん** はい。あつしは、まとめて一回で渡しても教育費だから贈与税はかからないんじゃないかって答えたんでさ。

**御隠居** なるほど、そういうことだったのかい。お孫さんに大学の学費を出してあげるなんて立派なおばあさんだねえ。しかし、おばあさんが心配したように、まとめて1回で学費を渡してしまうと贈与税がかかるんじやよ。

**熊さん** そうなんでやんすか。そりゃまいった。何かいい方法がありやせんかねえ。

**御隠居** そうじゃな、こんな方法があるぞ。教育資金につい

ては、令和5年3月31日までに30歳未満の子や孫名義の教育資金口座を金融機関等で開設して、父母・祖父母などが教育資金を一括して信託等をした場合、この資金については子や孫ごとに1,500万円までは贈与税がかからないことになっているんじや。

**熊さん** そうなんでやんすか。ところで、対象になる教育資金ってどんなものでやんすか。

**御隠居** 保育園や小中学校、大学などの学校等に対して支払われる授業料や入学金などじゃ。また、子や孫が23歳未満の場合には、学校等には該当しない学習塾やそろばんなどの習い事、スイミングやピアノ教室などへの支払いについても、1,500万円の枠のうち500万円までは教育費として認められるんじや。

**熊さん** さすが御隠居。早速おばあさんに知らせてあげるでやんす。

**御隠居** 非課税の適用を受けるためには要件等もあるから注意が必要じゃ。提出すべき「教育資金非課税申告書」など詳しい手続の方法と併せて、一度、おばあさんに国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp>)を見てもらうとよいぞ。

**熊さん** わかりやんした。御隠居のお陰で肩の荷が下りたんで、今から自宅で一杯やるでやんす。

**御隠居** 熊さんときたら、早速おばあさんに知らせてあげるんじやなかったのかの





## お米のおいしさを決める流通・精米工程

お米の味を決定付ける大きな要素は、品種・栽培方法・産地環境の三つです。

ところがお米の味はそれだけでは決まりません。収穫後、消費者の食卓に上るまでにどのような工程を経たのかによっても変わってきます。

(1) もみをどのように乾燥調製し、玄米に仕立てたか。

(2) 玄米を適切な温度・湿度で保管していたか。

(3) 玄米を上手に精米したか。

それぞれ見ていきましょう。

(1) お米は一年草のため、次の年に新米ができるまで長期保存する必要があります。そのためもみの乾燥が必要なのですが、この乾燥をいかにお米に過度なストレスを与えずに行うかが



大事です。なるべく時間をかけてじっくりと低温で乾燥させるとお米の味を損ないません。天日干しのお米が高値で取引されているのは「手間賃」の面もありますが、明らかにおいしいからです。

(2) 玄米の品質を損なわず、かつ虫が付かない程度の温度・湿度で保存することが大事です。かつては空調設備が十分でなかったため夏になると極端に古米化していましたが、今では生産者の敷地内や街中の精米工場では、玄米を定温倉庫にしっかりと保存しているケースが多くなっています。

(3) むか層と胚乳の間には「亜糊粉層」という、アミノ酸が豊富に含まれている箇所があります。以前は白米は白ければ白いほど良いといわれていましたが、今ではほんの少し薄皮を残すイメージで精米しています。また「割れ」にも気を付けます。米粒は割れてしまうと炊飯時にべちゃつきの原因になるからです。

お米のおいしさが実は多様な要素で決まることがご理解いただけたかと思います。流通業者や精米業者での取り組みも、お米の味に大きな影響を与えているのです。

## 高温多湿の時期に注意したい水虫

蒸し暑くなる季節に感染したり悪化しやすい皮膚の病気の一つに「水虫（足白癬）あしはくせん」があります。水虫は「白癬菌」と呼ばれるカビの一種が原因です。公衆浴場やプールの足拭きマット、スリッパの共用などで感染しやすく、家族間での感染も多く見られます。

水虫の症状には、足の裏の皮がむけたり、水膨れができたり、足の指と指の間が白くふやけたり、皮がむけて赤くなったりすることがあります。こうした症状は高温多湿になるこれからの季節に悪化しやすくなります。また、季節にはあまり関係なく、足の裏が硬くなる症状もあります。

さらに白癬菌が爪に入ると「爪白癬」になります。爪が白く濁り、分厚くなったり、ポロポロ折れやすくなるようになります。

夏は素足にサンダルを履く機会も増えます。足白癬で足の指の皮がむけていたり、赤くなったりすると素足やサンダルでは、目立つことがあります。また、爪白癬になると爪が白く厚くなったり、艶がなくなるため、意外に目に付くものです。白癬は感染する病気でもあるため、不潔な印象を与えがちです。すてきなサンダルでおしゃれをしても、

足に水虫が見えていると台無しになります。

水虫は、接触性皮膚炎など似ている症状の病気もあるため、まずは皮膚科を受診して診断をしてもらいましょう。そして適切な治療を根気よく続けることが大切です。治療薬が効いて治ったように見えても、皮膚に白癬菌が潜んでいることもありますから、完治したか否かも皮膚科で判断してもらいましょう。

プールの足拭きマットなどで白癬菌が足に付着しても、感染するまで時間がかかるので帰宅したら予防のために、せっけんを使って足を丁寧に洗ってください。靴や農作業で履く長靴などは2日続けて履かず、履いたら乾かすことも心がけましょう。



『最近私がした良いこと』(8月号に掲載)

8月21日は献血記念日です。昭和39年に日本政府が「輸血用血液を献血によって確保する体制を確立」することを閣議決定したことによって定められました。そこで今回は「最近私がした良いこと」をテーマにおたよりを募集します。私がした良いことについてのエピソードをご紹介します。たくさんのおたよりをお待ちしています。

# おたよりコーナー



今月の「テーマ大賞」と「たま吉くん賞」に選ばれた方に、道の駅砺波「となみ野の郷」で使える商品券をプレゼント!

今月のテーマ

私が怖いもの

今月のテーマ大賞



「一」 古いですかね。今はまだ二階まで上がって洗濯物を干したりしてしま

すが、いつまで出来るのかな?とか…普段は下で寝ているので、続けて上ったり下りたりしただけでしんどい。(吉田さん)

「饅」 頭の次に怖いのは、お茶です。(中田さん)

「最」 近、物忘れを自覚しています。このまま認知症になるのではないかと不安です。先日、3種類の買い物のつもりで家を出て、店で2種類しか思い出せないことがありました。最近、用事が多いときはメモをもっていくようにしています。それでも、運転免許の認知テストは合格しました(笑)。(作田さん)

「コ」 コロナ感染です。後遺症もひどいそうですし、絶対かかいたくない。それにしても、いつになったら好きな旅行に行けるのやら。(としちゃん)

● 新型コロナウイルスが、社会の生活様式を大きく変えてしまいました。行動制限のない大型連休後の感染者数が気になります。「コロナをうつさない」「うつらない」を心に刻み、お互いに小さな幸せに感謝し日々生活していきたいと思います。コロナの感染者数が減少した頃、大好きな旅行を存分に楽しんでください! (ふみ)

「高」 い所。屋上やハシゴ。上に登る場所は足がすくみます。(山本さん)

「や」 っぱり、ヘビですね。黒くて長いものを見るとドキッとして、何もしたくなくなります。嫌ですね。(T・Kさん)

「な」 ンと言っても火事でしょう!!一瞬にしてすべてを失うので一番怖いと思います。泥棒なら、欲しいものだけとっていけば済みますが…自宅だけなら良いが、延焼しようものなら住み慣れた所にもいられなくなります。(片山さん)

「30」 代半ば頃でしたが、高速道路を走っていたら、突然運転が怖くなり、一般道へ降りたことがあります。その後、一般道の長いトンネルや橋梁を通るときも同じ思いをし、10年以上は続いたでしょう。ネットを見ると、4人に1人は高速道路は苦手と回答されており、少しは安心した記憶があります。(斎藤さん)

「台」 所のドアがそ〜っと音もなく開く時が一番「ドキッ」とします。歩けないと思っていたばあちゃんがつまにか歩き出し、煮物や料理酒などの調味料、食器洗いのスポンジがなくなっています。今のところ、食器洗剤は大丈夫そうなのでほっとしています。(見守り隊)



今月のたま吉くん賞

「私」 の怖いものは、かみさんです。悪い事をする訳でもないのですが、すぐにバテしてしまうとか、かみさんの勘がすごすぎるので、悪い事ができないのが正直なところ。(金田さん)

「一」 冬の寒さに恐怖。越冬対策をしたつもりの野菜たち(さつま芋、里芋)が冬の寒さで傷んでしまい全滅です(涙)。(ひまわり大好きさん)

「お」 酒です。飲み始めると調子に乗ってどんどん飲み続けることもあり、家族にも注意されます。タバコはやめられたのですが、お酒は未だやめられませんが、お酒に飲まれないよう、気をつけたいです。やっぱり怖い…です。(山本さん)

「小」 さい時に猫に腕をかまれ、猫の目がひかっているの、にらまれているようで、いつ又被まれるか怖いです。(林さん)

「私」 が怖いものは「お化け、ゆうれいの類」です。怪談物は本・TVなど一切だめです。「いい年をして」と笑われますが、こればかりはダメなので仕方ありません。夜、家で一人だけいる時は、電気をつけたまま寝ます。もったいない私です。(小西さん)

「体」 重計です。幸せぶとり今がMAX。毎日計っていますが一向に減りません。甘い物大好きで、なかなか改善出来ません。自信持って体重計に乗れる様頑張ります。(武部さん)

● 私と同じく甘い物が大好きで体重計と仲良くできない人間です。たまに本当にこの数値で正しいのかと疑ってしまいます。でも武部さんの「幸せぶとり」という表現、とても素敵だと思います! こういう前向き思考がなくなることが、一番の恐怖かもしれませんね。(なっぱ)

「夢」 に出てくる、深く暗い穴。どれだけ、もがいても叫んでも出られないのです。何回か、夢の中で体験しました。(今井さん)

「春」 から田植え終り頃まで、いつも毎年、風。強風が一番怖いです。(池田さん)

「私」 が怖いもの、それは「慣れ」です。人生に変化はあるもの。そんな時、初めは緊張してある意味「前向き」に物事を捉えているもの。しかし、時間が経つと「あとからやる」とか「無理しなくても何とかなる」と自分の都合に合わせてしまい、ブレーキがかかってしまします。折に触れ自らを振り返り、向上心をもち「人生死ぬまで勉強」と改めてリフレッショして再スタートしたいものです。(高山さん)

フリー 最近あった事やちょっとした発見など何でもどうぞ!

「今」 年も田植え終わりました。長い苗が水田に植えられ、美味しいお米になりますように! (八乙女嬢)

「G」 Wチューリップフェアに5月5日、大阪桐蔭高校吹奏楽部のメンバーに、大阪勤務時代に大変お世話になった先輩のお孫さんがおり、家族で来訪されます。先輩は10年前にお亡くなりになりましたが、私は皆さんのチケットを用意し、美味しいとなみ野米や名産品、お土産と、あれこれ思案しています。

(テルさんありがとつさん)

● 昔、お世話になった先輩のご家族と久しぶりにお会いできて良かったですね。砺波を満喫して大阪に帰られたことでしょうかね! (きなこ)

「今」 年はホタルイカはさっぱりだめでしたが、友だちが山へよくさそって下さって、「ごみ、ぜんまい、うどん、ぶき、わらびなど採らせていただきました。山の人は、お礼の品を持って行きましたよ。(辻さん)

「兄」 が就職しました。遠方のため自宅を出て生活しています。家のなかで静かになり、さびしくなりました。(めがねさん)

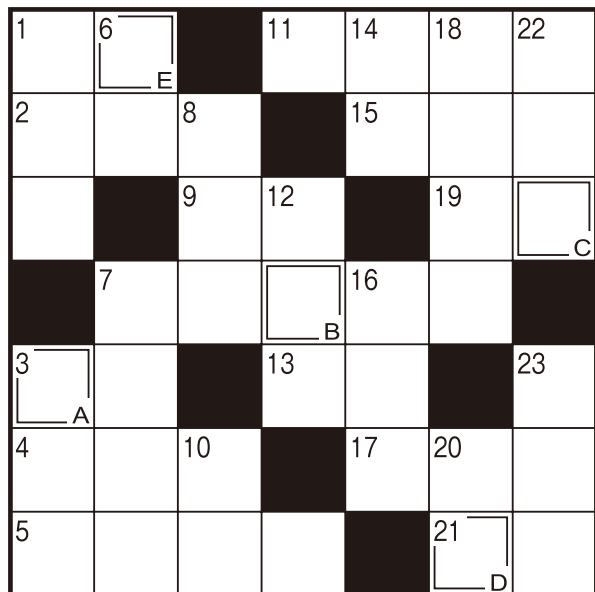
「友」 達がおいですると嬉しい。心がさわやかになる。(金平さん)

「数」 年前より、90代叔父、叔母の家を時折訪問していましたが、現在、施設入所は叔母、入院中は叔父と様変わり。そういう自分は高齢者。先日もバックで車を少々ゴツン!!運転気を付けます、でした。(あわてもの)



# クロスワードパズル

正解者の中から抽選で8名の方に、道の駅砺波「となみ野の郷」で使える商品券をプレゼント！



二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

答え

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| A | B | C | D | E |
|---|---|---|---|---|

郵便はがきに、①パズルの答え ②次回のテーマ「最近私がした良いこと」、または「フリー」③郵便番号 ④住所 ⑤氏名 ⑥年齢 ⑦電話番号を書いて、ハガキがEメールで送ってください。

あて先

〒939-1388 砺波市宮沢町3-11 7月15日(金)必着  
「ふれあいとなみ野」係  
○MAIL kouhou@ja-tonamino.or.jp

応募締切



当選者 (敬称略・実名掲載)

【砺波市】 林 美子  
【砺波市】 武部 由美子  
【砺波市】 作田 克喜  
【砺波市】 今井 富美子  
【砺波市】 上田 美恵子  
【南砺市】 高山 光夫  
【南砺市】 片山 ひとみ  
【南砺市】 宮田 和江

4月号の答え [エメラルド]



## ヨコのカギ →

- 7月の第3月曜日は——の日。国民の祝日です
- お遍路さんが巡ります
- ムチとの使い分けが大切
- 開くと花が咲きます
- そうめんをゆでている途中に入れる人もいます
- 泳げない人の強い味方
- 夏の土用の——の日にはウナギを食べると良いといわれます
- 輪島や呼子のものが有名
- 蚕の繭から作る繊維
- 鉄がさびるのはこの化学変化によるものです
- 京都の夏を彩る——祭
- 酔うとこの猛獣になる人も
- 1-1=

## タテのカギ ↓

- 前の反対側
- 梅雨が明ければ夏本番。——が増します
- 神社で神事に奉仕する女性
- 土用干しをする漬物
- 窒素(78%)、酸素(21%)などが含まれます
- 音を聞き取る器官
- 波——を上げて船が進む
- 七夕飾りや短冊をつるします
- カブトムシが集まる木の一つ
- 歌謡曲などの前奏のこと
- 唱歌『夏の思い出』の歌詞に出てくる地名
- 継続は——なり
- 列車を走らせるために敷きます

# 剪定枝 落ち葉の 収集運搬



太さ10cm以上・長さ2m以上の  
剪定枝・樹木・竹・枝打ち・根っこの処分、  
宅地の除草草刈りお任せください。

最低料金 運搬1回

5,500円より

軽四トラック荷台までの  
高さ・竹以外の剪定枝の  
み・1カ所にまとめてある場  
合の料金です



お見積  
無料



お困りの方は! まずはお電話を!

JAとなみ野 グループ 一般廃棄物処理業 (砺波市、南砺市)  
となみ野セントラルツアー株式会社  
ガーデンサポート事業部

住所: 砺波市宮沢町3番11号 電話: 0763-32-8625  
営業時間: 月曜～金曜 9:00～17:30 (土日祝休業)

直通電話

080-2960-8766

【電話受付/8:00～18:00】

# JA農機ハウスローン



農機具や農業施設等を JA となみ野農機センター・資材配送センター  
オートパルとなみ野で購入申込された場合

【基準金利】

1.65%



1.35%

(令和 4 年 6 月 1 日現在)

さらに!

100万円以上のお借入で  
利子補給後 3 年間

0.35%

JA となみ野は農業資金を

全力でサポートします! 

- ① 農業経営の促進、改善のお手伝い!  
農機具の購入から、購入に付帯する諸費用  
まで、資金調達をお手伝い!
- ② ゆとりの返済計画  
お借入期間は1年以上10年以内で  
返済方法もいろいろ!
- ③ 経営規模に応じた資金対応  
お借入額は最高3,600万円までなので  
様々な農機具・農業施設に対応!

保証料は最大3年間助成!

※後取分割方式のみ。但し、延滞しているものは対象と致しません。

※ローン商品の詳しい内容についてはホームページをご覧ください。

※融資課にて返済額の試算を承っております。

※金利はお申込日ではなく、実際にお借入れいただく日の金利が適用されます。

※審査の結果、ローン利用のご希望に添えない場合もございますので、ご了承ください。

※ローンをご利用中に繰上返済を行う場合や返済条件を変更する場合には、別途当JA所定の手数料が必要となります。

※その他、各種営農資金を取り扱っておりますので、融資課までご相談ください。

お問い合わせは融資課 (TEL 0763-32-8613) まで

非選択性茎葉処理除草剤

**ザクサ**  
液剤

先着数量限定!

**ザクサ用台車プレゼント**



**20Lを  
1本以上  
購入でザクサ用  
台車進呈!**

(※価格については店頭にて  
お問い合わせください)

「ザクサ液剤の特徴」

- ① 畦畔を崩さず、様々な雑草を枯らします(スギナ、オオアレチノギク)
- ② 突然の雨でも効果を発揮します(散布1時間後でも大丈夫)

お問い合わせ先

JAとなみ野資材配送センター

砺波市五郎丸111-1

TEL: 0763-32-5440 FAX: 0763-32-5799





## 米麦水分計の修理検定実施について(ご案内)

**受付期限** 令和4年 7月15日(金)

**受付場所** 農業機械センターまでお持ち下さい。

砺波市五郎丸994

(必ず水分計とケースに住所と氏名の記入をお願いします。)

**返却日** 令和4年7月27日(水)以降に引取りをお願いします。

**検定料** 1,100円(税込)／台

(水分計の修理・部品代は実費をいただきます。)

**検定機種** 農協取扱水分計

(対応できない機種の場合はご了承願います。)

**推奨機種** ライスタ f (株式会社ケット科学研究所)

組合員価格 53,570円(税込)

(この機会に更新される場合、メーカーを問わず3,000円／台で下取りします。)

**お問合せ** 農業機械センター ☎0763(58)5520



購入後5年以上経過した水分計は、精度に不安があります。  
検定を受けましょう。

# 夏のうきうき

## キャンペーン!

【キャンペーン期間】  
2022 6月1日(水)～7月31日

☎0763(58)5520  
農業機械センター

### Wチャンス!

期間中に対象メーカー  
(丸山・やまびこ・マキタ・アサバ)の  
製品を1万円(税込)以上で契約されたお客様に **記念品を進呈!**

**さらに!**  
3万円(税込)以上の製品をご契約されたお客様に  
応募用紙をお渡しいたします。必要事項をご記入のうえ、  
ご応募いただいた方の中から抽選で100名様に、  
**富山県産和牛ロース肉(焼肉用)400gまたはグルメギフトをプレゼント!**

農機GOGO  
入路進運動

応募締切  
8月5日(金)まで

**対象メーカー**

※一部対象外の商品がございます。

MARUYAMA  
M LINE

YAMABIKO

Makita

ASABA

## 理事会だより

令和4年5月27日(金)

●詳細は各支店にお問い合わせ下さい。

### 付議事項

1. 総代の皆様からの質問・意見とその対応策について
2. 行政庁提出用業務報告書及び連結業務報告書について
3. 令和3年度資産自己査定延滞債権等の処理方針について

4. ヘルプライン運営要領の制定について

5. 令和4年度たまねぎ施設利用料金について

6. 令和4年産米・大麦・大豆の手数料設定について

7. 令和4年産水稻種子共同計算基本規程について

8. 令和2年産水稻種子の最終精算について

●審議の結果、すべての議案が承認されました。

### 報告事項

1. 4月末財務の状況及び3月末月次損益について
2. 4月末支店別組合員異動状況について
3. 令和3年産米販売実績について
4. 4月末事業実績について

## 私たちのJA

令和4年4月末現在

|         |                               |
|---------|-------------------------------|
| 正組合員    | 9,103人 ( 9,247人)              |
| 准組合員    | 4,226人 ( 4,289人)              |
| 貯金      | 1,889億7,417万円 (1,820億4,499万円) |
| 貸出金     | 240億1,604万円 ( 239億3,227万円)    |
| 長期共済保有高 | 4,359億3,864万円 (4,508億 757万円)  |
| 購買品供給高  | 5億2,241万円 ( 4億8,069万円)        |
| 販売品販売高  | 7億9,685万円 ( 8億6,353万円)        |
| 出資金     | 27億8,502万円 ( 28億 950万円)       |

※( )内は昨年同期

## お知らせ

### ■日帰り人間ドック 厚生連高岡健康管理センター

- 7月13日(水) 五鹿屋・東野尻地区
- 7月14日(木) 庄川地区
- 8月1日(月) 庄川地区
- 8月2日(金) 鷹栖・油田地区

(検診日の2週間前までに、生活総合課(☎32-8624)へお申し込みください)

## 新規就農者

応援  
します!

## 新規就農者を募集しています

JAとなみ野では、新たに農業を始められる方の育成や支援を目的に研修制度を開始しました。  
詳細はJAとなみ野のホームページ又は下記まで、お問い合わせ下さい。



農業を通じて  
地域で活躍して  
みませんか?

お問い合わせ先

JAとなみ野 経済部 生産企画課

TEL 0763-32-8619

ふれあい **となみ野** 2022年6月号 令和4年6月10日発行 第328号

発行：JAとなみ野 〒939-1388 富山県砺波市宮沢町3-11  
TEL 0763-32-8600 FAX 0763-32-8644

□URL <https://www.ja-tonamino.jp/>

□MAIL [info@ja-tonamino.or.jp](mailto:info@ja-tonamino.or.jp)

印刷：有限会社 アカマツ印刷



URL



MAIL



MAP



Twitter



採用Twitter



YouTube