

ふれあい

となみ野

110111
八月
月号



今月の表紙

(有) 泰栄農研
トウモロコシ選別

▶ 4 ページに関連記事掲載

ふれあい
となみ野



2022 8月号 もくじ

02 **JAトピックス**
TOPICS

05 **ほっとライン**
HOTLINE

07 **インフォメーション**
INFORMATION

08 **アグリガイド** 

09 **家庭菜園** 

10 **Welcome** ウェルカム女性部 **ハートtoハート** ほほえみの会's Report

11 **農産物直売所**

13 **知っ得! インフォメーション**

14 **フレンドリー広場**

18 **健康百科**

20 **おたよりコーナー**

21 **クロスワードパズル**

JAトピックス
TOPICS

砺波・南砺両市に「雪たまねぎ」を寄贈

砺波市役所 南砺市役所

JAとなみ野たまねぎ出荷組合とJAとなみ野は、砺波市と南砺市に令和4年産「雪たまねぎ」を寄贈しました。

6月28日、砺波市役所で行われた贈呈式では、同出荷組合の齋藤忠信組合長が白江勉教育長に、「雪たまねぎ」が入ったダンボールを手渡しました。寄贈したタマネギ290㎏は市学校給食センターで調理され、7月1日の学校給食で提供されました。JAとなみ野の永田勝巳課長が同行しました。(5ページに関連記事掲載)

7月4日は、齋藤組合長と永田課長が南砺市役所を訪れ、松本謙一教育長に「雪たまねぎ」を手渡しました。タマネギは南砺市内の各学校に合計250㎏配りました。同組合長は「農家が作ったタマネギを味わってたくさん食べてほしい。子どもたちが喜んでくれたらうれしい」と話し、同教育長は「給食で地元産のものを児童や生徒に食べさせられる。タマネギの価格が高騰しているのありがたい」と感謝を述べました。南砺市からは、同組合に感謝状が贈られました。



▲ 白江教育長(右)にタマネギを手渡した齋藤組合長(中央)と永田課長



▲ 松本教育長(右)から感謝状を受け取る齋藤組合長

防犯訓練を実施

JAとなみ野 庄東支店

JAとなみ野庄東支店で7月13日、防犯と特殊詐欺の防止訓練を行い、砺波警察署指導の下、職員は非常時の手順を確認しました。

防犯訓練は、一般客を装った犯人に窓口で現金を要求された場合を想定。犯人役の警察官が拳銃を突きつけ「金を出せ」と威嚇すると、職員は刺激しないように落ち着いて対応しました。犯人が逃走後、店内の証拠を残すためにテープで規制線を張り、駆け付けた署員に逃走方向や特徴などを伝えました。

特殊詐欺訓練は、多額の現金を引き出そうとする被害者に、職員が振り込み詐欺の可能性を指摘。「200万円を振り込みたい」と話す男性に職員が理由を聞き出し、家族に相談することを促しました。

訓練後、砺波署の西野誠巡査部長が「冷静に対応できていた」と講評。特殊詐欺への対応には、「被害者が他行でお金を引き出さないように警察官が来るまで引き留めてほしい」とアドバイスしました。JAの山田正樹支店長は「防犯は声かけからというように、お客様への大きなあいさつを実践し、万が一の場合は人命を最優先とした対応をしたい」と話し、安全・安心な支店づくりに努めるとしました。



▲ 犯人役の警察官(左)に対応する職員

高校生が地域農業に触れる

砺波市庄川町青島 有限会社「泰栄農研」

南砺福野高校農業環境科の生徒8人が7月14日、「庄川おんせん野菜」を生産する砺波市庄川町青島の有限会社「泰栄農研」とJAとなみ野を見学し、地域農業への理解を深めました。

泰栄農研では同校OBで社長の柴田泰利さんが、地元の温泉水を使って栽培する「庄川おんせん野菜」を作り始めたきっかけや特徴を説明。農作物を生産するための機械や施設を案内しました。

JAでは、担い手農家を育成する「新規就農者育成研修」の紹介や、園芸作物を栽培する低コスト耐候性ハウス、従来の水田を大区画化した大規模実証圃などを見て回りました。

この研修は、地域を担う若手農業者の育成を目的に、砺波市と南砺市の担い手育成総合支援協議会や県砺波農林振興センターなどが企画しました。



▲ 生徒を案内する柴田社長(右)

直売所出荷会員 圃場を視察研修

砺波市安川

JAとなみ野は7月15日、生産者現地圃場視察研修会を開き、JA農産物直売所生産者協議会の会員42人が参加しました。出荷会員は、管内で園芸作物の栽培に力を入れる農業法人や専業農家を見学し、生産者の意気込みに触れました。

午前は、南砺市山見の農事組合法人「ファームハ乙女」と砺波市安川の農家、坂井晋輔さん方を視察しました。坂井さんは昭和58年から転作作物としてキウイフルーツの生産を開始。果樹の中でも生産量と消費量が伸びていると話す一方で、枝の剪定作業の手間や、霜や強風で生育被害が発生するなど、生産する上の苦勞についても伝えました。

参加した砺波市庄川町天正の加藤彰さんは「市場に求められる作物を選ぶことの重要性を感じた」と話しました。午後は、県砺波農林振興センターの向井和正班長を講師に招き、冬季野菜の栽培を学びました。



▲ キウイの栽培について話す坂井さん(中央)





トウモロコシを初収穫

JAとなみ野 大規模実証圃

JAとなみ野は7月19～22日の4日間、砺波市五郎丸の大規模実証圃で4月から栽培を始めたトウモロコシを収穫しました。作業は、JAが委託した砺波市庄川町青島の請負農家、有限会社「泰栄農研」が行い約5トンを収穫。トウモロコシは同社で調製・選別し県内スーパーに出荷されました。

JAは、圃場を大区画化し付加価値の高い作物を栽培しようと、昨年度から大規模実証圃の整備に着手。5枚の水田を1枚1.75畝の畑に区画整理し、トウモロコシ「ゴールドラッシュ」を播種しました。

19日は、同社の柴田泰利社長を中心に、社員やJA職員らが専用の機械で収穫したり、手作業でもぎ取って次々とコンテナに積み込んでいきました。収穫後の圃場はトウモロコシの残渣で土壌改善を行い、10月にタマネギを定植します。

JA経済部の雄川勉部長は「実証圃における園芸作物の栽培は、経営導入におけるメリットと所得の増大に資する必要な実務データの収集になると考えている。実践内容を基に結果と考察についてフィードバックしたい」と話しました。

「つくばSD2号」の青田まわりを実施

砺波市野村島

コンビニエンスストアの弁当に使われる業務用米「つくばSD2号」の青田まわりが7月19、20日の両日、JAとなみ野管内で行われました。砺波市野村島の水田では、生産者とJA職員、住友化学社員が圃場3カ所を巡って生育状況を確認。JA職員が稲を引き抜き、幼穂の長さや葉色を調べました。

住友化学の前田道弘さんは、7～9月に高温になるという予想を伝え、「今後は稲体の消耗が懸念されるため、追肥を施用し減収と品質の低下を防いでほしい」とアドバイス。収穫までの水管理や防除について情報共有しました。

JAの山田邦義課長代理は「1等米の反収が600㌦を超えるよう施肥管理を指導していきたい」と話しました。



▲ 幼穂を調べるJA職員ら

「となみ野の郷」でJAカードのご利用をおすすめ

道の駅砺波「となみ野の郷」

JAとなみ野金融共済部は7月下旬から8月上旬に、JAが発行するクレジットカード「JAカード」のキャンペーンに合わせ、道の駅砺波の農産物直売所「となみ野の郷」店頭でアンケートを実施しカードのご利用をおすすめしました。キャンペーンは9月末まで。

職員は来店客に、カードのご利用でJAの直売所やガソリンスタンドの利用代金が割引になるなどの特典を紹介し、入会を呼びかけました。期間中の加入者には1,000円の商品券がプレゼントされるほか、8月末までの申し込みで、商品券に加え同直売所の利用券500円がもらえます。JA金融共済部の権堂恭視次長は「ぜひこの機会に、JA直売所をお得に利用できるJAカードにご入会ください」と話しました。



牡牛座

4/20～5/20

【全体運】 好調運。遊びに行く話には積極的に参加しましょう。おしゃれに時間とお金をかけるのもお勧め。芸術鑑賞にツキ
【健康運】 腹八分目で健康に。野菜はたっぷり取って 【幸運の食べ物】 サラダカラシナ

学校給食で「雪たまねぎ」を味わう

砺波市立般若中学校



▲ タマネギを使った給食を味わう生徒

砺波市の幼稚園1園と小中学校12校で7月1日、令和4年産の「雪たまねぎ」を使った給食がふるまわれ、児童や生徒約4,100人が味わいました。JAとなみ野が地産地消や食農教育を目的に、タマネギ290㎏を提供。市学校給食センターが「となみの雪たまねぎ献立」として、ハヤシライス、ハンバーグソース、ドレッシングサラダに調理しました。

市立般若中学校では、学校栄養教諭の坪野智子さんが、タマネギが地元で生産されたことや、価格が高騰していることなどを説明。生徒らは、3種類のタマネギ料理を次々と頬張りました。同校の高畠光希さんは「雪たまねぎソースがかかったハンバーグが、タマネギの甘さを感じられておいしかった」と笑顔で話しました。

チューリップ球根出荷

富山県花卉球根農業協同組合

富山県花卉球根農業協同組合で7月11日、チューリップ球根の出荷作業が始まりました。生産者が持ち込んだ球根を専用の台に広げ、検査員が傷や病気の有無を調べました。作業は8月1日まで続き、9月には販売店の店頭に並びます。

今季は農家51戸が223品種を49.5畝で栽培。好天が続いたため品質は良く、昨年並みの1,350万球の出荷を見込んでいます。

ロシアのウクライナ侵攻や円安で、来季に使う肥料が最大4割値上がりし、燃料価格も高騰しているといいます。石田智久組合長は「生産者への影響を懸念している。少ない肥料で栽培する方法も考えていかなければならない」と話しました。同日に入善支所でも作業が始まりました。



▲ チューリップ球根を調べる検査員

砺波市学校給食センターが研修会を開催

JAとなみ野 農業機械センター

砺波市学校給食センターは7月26日、JAとなみ野農業機械センターで「学校給食衛生管理講習会」を開き、学校給食を作る調理員26人が参加しました。JA経済部の雄川勉部長が「学校給食における地場産食材の活用について」をテーマに講師を務めました。

野菜をめぐる情勢について、国内生産量が約8割で輸入量が2割であることや日本列島の地域特性を活用し、季節によって産地を切り替えながら安定供給を行っていること、外食が減少する一方でカット野菜や冷凍野菜の購入額が増加していることなどを講義。JAが水田でタマネギ生産を開始し、特産化を進めた取り組みについても伝えました。

調理員の香村奈美さんは「輸入野菜の状況を改めて確認する良い機会になった」と振り返りました。この他、県砺波厚生センターが「学校給食における適正な塩分濃度について」をテーマに講義しました。



▲ 野菜をめぐる情勢について話す雄川部長

直売所新装オープン

砺波市東別所 農産物直売所

砺波市東別所の生産者団体「ふく福柿出荷組合」は7月18日、組合の農産物直売所をリニューアルオープンしました。店舗はJAとなみ野の旧東別所支店を活用して営業。新たに約20平方メートルの広さの加工場を設け、加工品の他、かき氷などを提供します。

初日は、スイカ「ふく福すいか」が店頭で約40個並びました。地元産の米や野菜が販売され、多くの来場客が詰め掛けました。スイカは農家5戸が約80アールで、「羅皇ザ・スウィート」や「ピノ・ダディ」など4種類を栽培し、今季は約2,000個の販売を見込んでいます。

同組合では過疎化が進む地域を農業で盛り上げようと、平成9年から園芸作物の栽培を始めました。柿、スイカ、カボチャを生産し「ふく福ブランド」として特産化を目指しています。

組合長の宮木武司さんは「店をコミュニティーの中心として活用し、地域の活性化につなげたい」と話し、農産物を直接販売する場を作ることで生産者を増やしたいと意気込みました。



▲「ふく福すいか」を販売する宮木組合長



▲JAとなみ野旧東別所支店を活用した農産物直売所



▲かき氷を買い求める来場客



▲地元産の米や野菜も販売された



▲「たま吉くん」が浮かぶ田んぼアート

田んぼアートが見頃を迎える

南砺市高堀

南砺市高堀の自治会組織「キラリ高堀実行委員会」は7月28日、見頃を迎えたJAとなみ野のたまねぎキャラクター「たま吉くん」の田んぼアート鑑賞会を開きました。

黄色や赤、紫など6色6品種の稲を植えた田んぼは約300平方メートルで、タマネギを手に持った「たま吉くん」と「JA・たま吉くん」の文字が描かれました。地域住民ら約60人が参加。JAの土田英雄常務や南砺市の田中幹夫市長も観覧に駆け付けました。

新旧住民同士の融和を目的に始め、毎年、JAや南砺市のマスコットキャラクターをモデルに制作しています。

福野小4年の裏田凜子さんは「大きくてはっきり分かる絵を作ることができた」と喜びました。委員長の窪辰夫さんは「気温の高い日が続く、明るい色を出すのが難しかった。子どもたちが楽しみにしているので翌年以降も続けたい」と話しました。



蟹座

6/22～7/22

【全体運】交流が活発化。聞きたくない話もありますが良い話の方が多め。好情報もキャッチできます。うわさ話は控えて
【健康運】よくかんで食べて。脳の働きにも好影響 【幸運の食べ物】ルッコラ

続 おいしい！ 米粉 の出番です。

日本人におなじみの米粉が脚光を浴びています。日本において自給率100%で賄える、小麦の価格が高騰している昨今、どんどん利用していきたいものですね。おいしくてヘルシーな食材ですから。



yasming's kitchen 主宰
米粉マイスター協会相談役

陣田 靖子
(じんだやすこ)

国内各所で米粉のパンやスイーツ、料理講座を開催するとともに、お米の食文化を次世代につなげるための食育指導や講演を行っている。
<https://yasming.net>

米粉の賢い使い方

ポイント①

カレーやシチューの とろみ付けに

カレーやシチューのとろみ付けに米粉を簡単に使えます。小麦粉と違ってダマになりませんので、お料理の初心者の方でも滑らかに作れます。

片栗粉と同じように米粉を水溶きして流し入れ、満遍なくかき混ぜて、火が通るまでしっかりかき混ぜ続けていけば、滑らかなカレーやシチューの出来上がりです。もう市販のルーを買う必要がないほどです。



水分の多いさらさらカレーに、水溶きの米粉を加えてぐるぐるとかき混ぜながら火を通すと、とろとしたカレーの出来上がり。

ポイント②

材料をまとめる つなぎとして



米粉100%で作ったミニバンズパンにハンバーグ(お肉のつなぎに米粉を入れたもの)を挟んだミニバーガーです。

ハンバーグや肉団子のつなぎとして使うのも、簡単に取り入れられる使い方です。

注意点としては、米粉のでんぷんの特性で、時間がたつと小麦粉よりも締まった感じになるので、温かいうちに食べる場合は、小麦粉と同じ感覚で使い、お弁当に入れるなど、冷めた状態で食べる場合は、作るときに、いつもより軟らかめに出来上がるように米粉の量を調整すると、冷めても締まって硬くなったような違和感がありません。

ポイント③

カラッと 揚げ物の衣に

小麦粉と比べて吸油率が低い(油を吸い込みにくい)のでヘルシーな上、米粉のでんぷんの特徴で少ない水分量で調理すると硬くなるため、揚げ物がカリッと仕上がります。また、時間がたっても衣がしんなりしないので、おいしさが持続する感じがします。料理の腕がなくても、カリカリサクッとおいしい揚げ物ができるなんてうれしいですね。



おからを使った具を丸めて、米粉の溶き粉にくぐらせ、米粉の加工品である玄米フレークを砕いてパン粉代わりに付けて、油でからりと揚げたコロッケです。

ポイント④

しっとりもちもち スイーツを作る

小麦粉にはグルテンというタンパク質が含まれるので、パンはふくらみ焼き上がります。米粉より脂質も多いため、クッキーなどはサクサク感が増します。グルテンがない米粉でパンを焼く場合には、ちよつとしたこつが必要なのです。

食パンを作るには水分を多めにドロドロした状態で、米粉に足りない脂質や繊維を加えること、パン酵母の量を多めにすることで対応します。卵を使えば、米粉のケーキは小麦粉のケーキと同じように焼けるので、ぜひ試してみてください。

米粉には米粉の良さがあって、それを生かしたスイーツ作りが成功の秘訣だと思います。小麦粉のパンとまったく同じように作れることが必ずしも良いわけではありません。シフォンケーキやパンケーキ(ホットケーキ)は、しっとりもちもちとして米粉の良さがよく出ているものの一つです。チーズケーキやブラウニーみたいに目が詰まってどっしりした感じのケーキは簡単に代替できます。



しっとりもちもちの米粉マフィン。豆乳を使ってよりヘルシーに!ココアをたっぷり入れて、チョコレート風味にしています。





令和4年産米出荷・集荷について

①秋期繁忙期において、**休日の支店日直は廃止となります。**

このことから、令和4年産米の出荷申込受付は下記にて行います。

平日（月曜～金曜日）→ **各支店にて**これまで通り承ります。

受付開始 令和4年8月22日（月）より

受付時間 9:00～17:00

休日（土日、祝祭日）→ **経済部、農業施設等**にて承ります。

受付開始 令和4年8月27日（土）～9月25日（日）

受付時間 9:00～17:00

- **各カントリー・資材配送センター・販売課（農業機械センター）**は事務所等で受付。
- **北部倉庫、東部倉庫**は下記のポストへ投函ください。

・北部倉庫（大豆乾燥調製施設前）



・東部倉庫（事務所前）



★簡単にお手続きできる **Web申込**（24時間受付）にご協力願います。

JAとなみ野ホームページをクリック



経済部担当者がWeb登録をお手伝い致します。※自己搬入申込には使用不可
どうぞお気軽にお問合せ下さい。 ➡ 経済部販売課 TEL 32-8620

②米紙袋の取扱いについて ※施設営業時の対応となりますのでご注意ください。

・ **出荷米紙袋**は **事前申し込みにより配送**いたします。

不足の場合は資材配送センターにてお求めください。

・ **くず米紙袋**は **無料**といたします。

各カントリー、北部倉庫、東部倉庫、資材配送センター、販売課にてお求めください。





秋冬野菜の播種

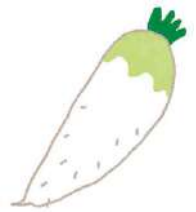
まだまだ残暑が続きますが、秋冬野菜の播種の準備時期です。
ダイコン、かぶなどの直根性の野菜は移植せず、必ず直播きしましょう。
また、種まき後は乾かさないように注意し、防虫ネットのトンネル掛けや、べた掛けで害虫対策もおきましょう。

だいこん

播種時期 8月下旬～9月中旬

品 種 <8月播き>夏つかさ <9月播き>耐病総太り、役者横丁、おでん大根

播 種 ・排水のよい圃場を選び、石ころや草木片は取り除き、深く耕しておきましょう。
・畝幅120cm、畝高30cm、株間25～30cm以上、条間40cm以上の2条播種とします。(越冬用栽培の場合、畝幅90cm、株間25～30cm以上の1条播種とする。)



はくさい

播種時期 8月15日～20日

品 種 <中早生>黄ごころ65、黄福65 <中生>黄ごころ75、黄苑75

播 種 ・排水のよい圃場を選びましょう。
・畝幅150cm、畝高25cm以上の高畝、定植は株間40cmの2条植えとします。



だいこん・はくさいの害虫対策

キスジノミハムシ、アブラムシの被害が特によく見られます。表面がかさかさになっていたり、葉に小さな穴が多く開いていたりするのは、キスジノミハムシ、葉の裏について葉を吸収し、葉がしおれたり、巻いたりするのはアブラムシが原因となっていることが多いです。播種時にフォース粒剤やスタークル粒剤を土壌に散布し、混和しておきましょう。



キスジノミハムシ

体長約2mm。黒色の翅に黄色スジのような模様があるのが特徴。



アブラムシ

葉の裏に集団でつき、葉を吸収し、そこから病気が発生することもある。



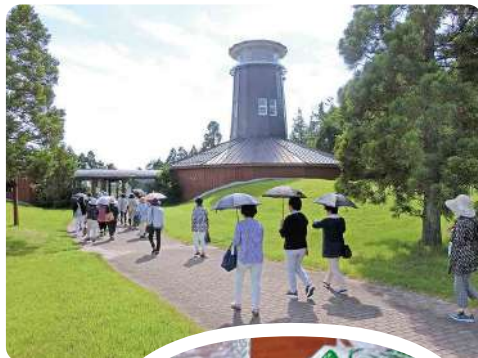
女性部セミナー 県内研修会



7月9日に『いかなまいけ! 「食」と「農」再発見ツアー』として、「バター作り体験と杉沢の沢スギ、道の駅KOKOくろべ」の県内研修会を実施いたしました。

くろべ牧場「まきばの風」では、牧場には3種類の牛がいて毎日搾乳している話などを聞きながら、牧場で搾乳された牛乳を使ってバター作りを行いました。道の駅KOKOくろべでは直売所等で土産の買い物を楽しみました。最後に杉沢の沢スギへ行き、小川のせせらぎに耳を傾けながら散策をしてきました。

県内にもまだまだ知らない場所があり、新たな発見・体験ができました。暑い中でしたが元気に帰ってくることができ、有意義な研修会になりました。



いつでもどこでも! レインボー体操



肩こり・腰痛の予防・解消に
手軽に安全に健康づくり
アンチエイジング、転倒予防に
生活習慣病予防に
リフレッシュに
いつでもどこでも簡単にできる!

レインボー体操とは?

- 昭和58年にJA共済が開発した健康体操で、考案者の二村ヤン子先生がご自身の体を痛め、そのリハビリ体操から生まれました。
- 「手を振る、たたく、伸ばす」「足踏みする」など日常動作の組み合わせなので、いつでも、どこでも、どなたにでも簡単にできる体操です。
- 心臓に負担をかけないやさしい動きで、体が温まり、全身の血液の流れがよくなるので、日頃運動をしていない方は高齢の方でも、安全に無理なく続けることができます。



蠍座

10/24~11/22

【全体運】心配事は杞憂(きゆう)に終わりそう。会話の機会を多く持つよう心がけて。おけいこ事やセミナー参加にツキ
【健康運】冷えに注意。おなかや下半身は特にガードを 【幸運の食べ物】新ショウガ

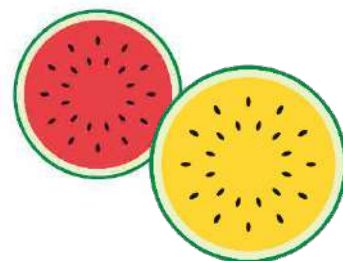


スイカが盛りだくさん! 今年も大好評!

直売所生産者協議会では、美味しいスイカをお客さまにお届けするために研修会を開催し栽培に取り組んでいます。

当店おすすめのスイカは…幻の超・糖度ゴールドデンスイカ! 大玉すいかの「金色羅王」、赤肉でもなく、黄肉でもない、オレンジ色の中玉すいか「サマーオレンジ」甘くてシャリシャリ! 種まで食べられる小玉スイカ「ピノガール」その他に「紅まくら」「羅王乙」「新世界」どれも口では言い表せないおいしさ! 全部食べ比べしてほしいスイカ達です!

甘〜い野菜? 果物? では、アンデスメロンや甘瓜も盛りだくさん! 果物では、桃、梨、リンゴが出荷されています。旬の時期は…そんなに長くないので、「今年はまだ買えないかも」…ご来店時に見かけたら…なくなる前にすぐ購入! をおすすめ♪



スイカ・メロンは野菜? 果物?

植物分類では、どちらもキュウリやカボチャと同じウリ科。農林水産省によると、苗を植えて1年で収穫する植物は「野菜」。2年以上栽培する植物で、果実を食用とするものを「果物」と定義してるんだって! …ということは、スイカやメロンなどは、栽培方法から果樹ではなく「野菜」に該当!

いろんな作物があって面白いですね!

となみ野の郷
農産物直売所

イベント情報

「てんたかく」新米セール 8月下旬~9月上旬予定!



令和4年産の早生品種「てんたかく」がそろそろ収穫時期を迎えます! 今年は暑いので平年より収穫が早そう…「てんたかく新米セール」は8月下旬から9月上旬を予定しています!

「てんたかく」は…ほどよい粘りと甘み、もちもち感があり、粘りすぎず味わいは、ややさっぱり…粒が大きく、揃いがいいので、ふっくらときれいに炊きあがります。お米のかたちが崩れにくく冷めても美味しいお米です! 最近「てんたかく」ファンも急増中!

新米セールで是非ご購入! お待ちしています。

毎月第2週は  の日

9月の特売品

9/5(月)~9/11(日)

- ・トマトケチャップ
- ・まぜわかめシリーズ

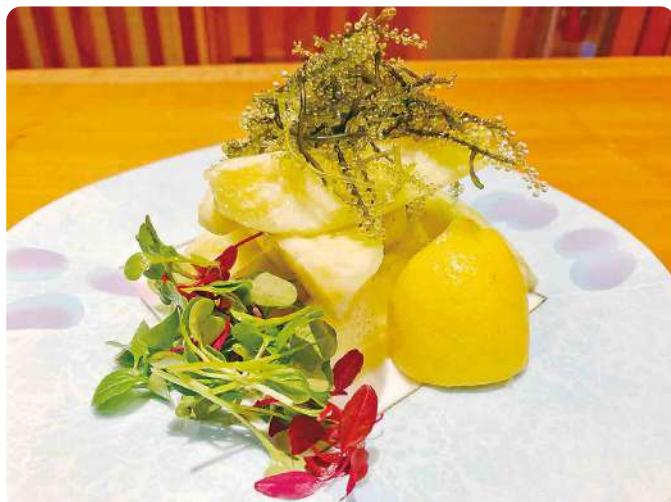




シェフ永井のおすすめ

茨城県笠間市にある
天晴(トキッテン晴人)
オーナーシェフ

永井 智一



水ナスのサラダ

材 料 (2人分)

水ナス	2個
岩塩	小さじ1
オリーブ油(エキストラバージン)	大さじ1
レモン汁	大さじ1
すりおろしニンニク	1片分
海ぶどう	適宜

作り方

- (1) 水ナスは上下を切り落とし皮をむき、縦に4等分する。
- (2) ボウルに(1)の水ナス、岩塩、レモン汁、ニンニク、オリーブ油を入れ、手でよくもみ、なじませる。
- (3) (2)を器に盛り付け、海ぶどうのをせ出来上がり。

トウモロコシの 炊き込みご飯

材 料 (4人分)

米	400g
鶏がらスープ	400ml
トウモロコシ	1本
塩	小さじ1/2
しょうゆ	小さじ1



作り方

- (1) 米を研ぎ、ざるにあげておく(20分)。
- (2) 炊飯器に(1)の米、鶏がらスープ、塩、しょうゆを入れて20分浸す。
- (3) トウモロコシは皮をむいて2等分にし、実を外して芯と一緒に炊飯器に入れて炊き上げる(写真右)。
- (4) 炊き上がったら芯を取り出しよくかき混ぜ、器に盛り付け出来上がり。



食育インストラクター

岡村 麻純



お水を飲んでいますか

暑い日が続くこの時期、子どもたちが水を飲む機会を増やすようにしています。人の体重の約60%が水分です。子どもでも、さらに割合が多くなります。人が一日に必要な水の量は、その人の運動量や代謝にもよりますが、平均して体重の4%、体重50kgの人なら2リットルとなります。体内水分量の多い子どもは、幼児期で体重(kg)×100mlとされます。時々、家族それぞれの必要な水分量を計算して、意識するようにしています。

一日を振り返ってみるとこの水分、どんな飲み物で取っていますか？例えば朝、子どもは牛乳、親はコーヒー、おやつ時間はジュースなど、大人はカフェイン飲料の割合が、子どもは甘い飲み物の頻度が多い多くなってしまう。しかし、汗を多くかくこの時期に一日の水分量を満たす量を水以外で摂取すると、明らかにカフェインや糖類の取り過ぎになってしまいます。コーヒーを飲む前に水を1杯飲むなど、水分摂取の半分でもいいので水を取り入れてみてはいかがでしょうか。お茶も魅力的ですが、それに併せて、最も体に浸透しやすい水を飲むことも大切にしていきます。

運動するときの水分もできるだけ水にしています。体内の筋肉には70%以上の水分を含んでいます。運動中に水分が不足すると、筋肉の細胞内の水分が出され、血流が悪くなり、足がつるなどのトラブルも起こしてしまいます。胃の弱い子どもは運動後一気に水を飲むと、吐き戻してしまうこともあります。運動中の水分は刺激が少ない水を小まめに飲むように伝えていきます。

暑い夏、30分のお散歩をしただけでも、コップ半分の水分補給は必要になります。朝起きたとき、帰宅後、おやつ後、お風呂上がりなど、軽く1杯水を飲むだけでも一日の水の摂取量は増やすことができます。喉が渇いたと感じる前に、小まめに水を飲むことを習慣にしたいと思います。



山羊座

12/22~1/19

【全体運】 努力が実を結び結果を出せます。さらに上を目指して歩みを進めましょう。意思表明すれば協力者も集まるはず
【健康運】 夜更かしは控えて。規則正しい生活で安泰 【幸運の食べ物】 アマエビ

知っ得! インフォメーション



What's?

スマート農業

農業分野では、担い手の減少・高齢化の進行等により労働力不足が深刻な問題となっています。また、依然として人手に頼る作業や熟練者でなければできない作業が多く、省力化、人手の確保、負担の軽減が重要な課題となっています。

「農業」×「先端技術」＝「スマート農業」

「スマート農業」とは、ロボット、AI、情報通信技術（ICT）などの先端技術を活用する農業のことです。農業の省力化・精密化、高品質生産を可能にすることを目指します。

スマート農業の効果

① 作業の自動化

ロボットトラクタ（自動走行）、スマホで操作する水田の水管理システムなどの活用により、作業を自動化し人手を省くことが可能に！



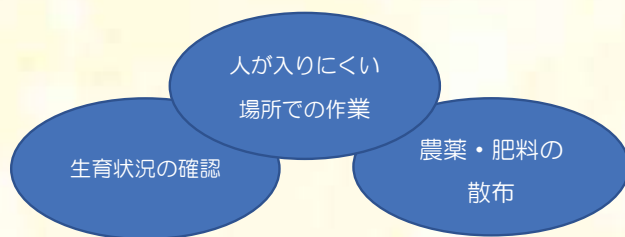
② 情報共有の簡易化

GPS（位置情報）と連動した経営管理アプリの活用により、作業の記録をデジタル化・自動化し、スキルやノウハウの継承を、システムの的に完成させることができる！



③ データの活用

ドローン・衛星による分析データや気象データのAI解析により、農作物の生育や病虫害を予測し、高度な農業経営が可能に！



超省力・高品質生産を実現する新たな農業の実現を期待して
農林水産省もスマート農業を推奨しています！



フレンドリー広場

ぼの夫婦

野 尻

さいとう
齋藤

たけし
武 さん(79)

としえ
寿枝 さん(75)

一 ご職業など、これまでを振り返って

□ 家が農家だったので、田んぼをするために福野高校の農業科に進学しましたが、社会情勢が変化したこともあり、富山食糧事務所に就職しました。主に、米・麦・大豆の農産物検査を担当し、定年まで42年間勤めました。現在も穀物検定協会から要請があれば、中核農家や営農組合の倉庫に向いて検査をしています。

○ 高校を卒業し、合成樹脂製品などを製造する太平に就職し、その後結婚し専業主婦をしていました。子育てが一段落した後は、大和証券の高岡支店に17年間勤めました。証券会社では、日中に個人宅を訪問し、奥様方と世間話などをしながら、公社債や投資信託の営業をしていました。

一 趣味・楽しみなど

□ 旅行です。旅先ではスマートフォンで花や風景を撮影してFacebookに上げたりもします。10年ほど前から始めましたが、日記代わりになりますし、数年前の今日は何をしていたかといった通知も来ますので、非常に便利です。

○ 元々手先を動かすことが好きなので、退職してから表具や造形盆栽を作る教室に通っています。現在は、古布を使った吊り雛作りと押絵に没頭しています。また、以前勤めていた会社の仲間と年に数回行う食事会も楽しみの一つです。



一 二人の思い出

□ ○ 金婚祝いに夫婦で和倉温泉に行った事です。こだわった料理や器、館内各所に展示してある美術品、心のこもったもてなしなどどれも素晴らしく、一番の思い出です。

一 夫婦円満の秘訣

□ ○ 喧嘩をしたときはお互いに「ごめんなさい」と謝り、日々「ありがとう」と感謝の気持ちを自然に伝えられている事が長続きした理由だと思います

一 お互いに一言

□ 様々な面で助けてもらい感謝しています。おかげで今まで仕事を続けてこられました。健康に気を付けて花の栽培や手芸を楽しんで下さい。一病息災でいくので、これからもよろしく。

○ どんな時でも主人の「大丈夫、大丈夫」の言葉と思いやりで、今日まで来られたと思います。感謝しています。これからはのんびりと楽しく暮らしていきましょう。

選歌の園

螢火や万葉かなに恋の詩

砺波市 八田 幸子

石楠花や朝時雨きて庭の主

砺波市 平木 和一

昼寝覚残る仕事に見る時計

砺波市 八田 尚子

フルートの調べとともに草を引く

砺波市 坂東 國香

七夕の飾りの中へねがい込め

砺波市 平岡千香子

母誘ひ石楠花寺の迷い道

砺波市 武部 昌子

紫蘇をもむ指先染まり若返る

砺波市 森田 和子

若茅旬会

我が家の
アイドル



若 林

サリーちゃん(6)
(チワワ)

〈ご主人〉 林 敏昭 さん

私の誕生日に子供から、犬とエサやケージなどの育成セット一式をプレゼントされました。サリーは人懐っこい性格で、頭を撫でてもらう事とイチジクの枝をかじる事が大好きです。思いがけない出会いでしたが、今は同じ部屋で寝て旅行も一緒に行く、仲の良い家族になりました。



魚座
2/19~3/20

【全体運】 不安を感じるなら取りやめを。先読みがされています。周囲の動きに惑わされず淡々とやるべきことを進めて
【健康運】 消化の良い物をチョイス。発酵食品にツキ 【幸運の食べ物】 レタス



うちの元気くん



東野尻

かわべ そら
川邊 大空 くん(4)

パパ: 司さん ママ: 良子さん

はじめまして! 大空(左)と弟の咲来(さく)です。いつもは庭で虫探しをしたり、弟と一緒に「越中いさみ太鼓」の練習をしているよ。それからこの前、家の畑でタマネギを拾うお手伝いをしたんだ♪トラクターにも乗ったよ♪僕は消防車にも乗りたいし、火を消すのが好きだから、大きくなったら消防士になりたいんだ☆

★おうちの方から一言★

コロナに負けず、
元気に育ってね。



うちの元気ちゃん



庄川

こにし さら
小西 咲空 ちゃん(3)

パパ: 神音さん ママ: 未来さん

こんにちは! 咲空(左)と妹の惺絆(せな)です。この前、お父さんとアンパンマンの映画「ドロリンとバケ〜るカーニバル」を見に行ったんだ。大好きなドキンちゃんが出てきて楽しかったよ。保育所の日、電車ごっこやパズルをして遊んでいるよ。でも一番好きなのはプールの時間なんだ。だから今年の夏休みは、井波のラフォーレにたくさん泳ぎに行きたいな☆

★おうちの方から一言★

いつも元気でニコニコな
咲空ちゃんできてね!

職員紹介



たかやま しんいち
高山 真一

所属部署
金融共済部
渉外推進課
複合渉外(MA)
(山野)

仕事で心掛けている事は何ですか
お客様の気持ちを第一に考え行動し、明るく笑顔で接客することを心がけています。

休日はどのように過ごしていますか
最近では野球とゴルフをしています。スポーツを通してチームメイトや地元の方とのつながりもでき、とても充実しています。

最近、仕事やプライベートで嬉しかったことは何ですか
結婚式をあげました! 準備も含めとても楽しかったです!

今後の意気込み
お客様に喜んでもらえるよう、これからも精一杯努力していきます。



かわはら かずき
川原 和樹

所属部署
金融共済部
渉外推進課
複合渉外(MA)
(中野)

仕事で心がけていることは何ですか
外回りのため、色々な方のお宅へ訪問する機会が多くあります。その際には、小さなことでも役に立てそうなことはないかなと考えて訪問しています。

休日はどのように過ごしていますか
コロナであまり外出ができないので、ネットでレンタルした映画等を見ることが多いです。

最近、仕事やプライベートで嬉しかったことは何ですか
以前、共済に加入していただいた方が、入院の請求をして頂いた際に入っていて良かったと言って貰えたことです。

今後の意気込み
新しい担当地区になったので、まずは顔を覚えてもらえるように頑張っていきたいです!

夏の防災天気予報

夏は自然災害が多く発生する季節です。

お出かけ前に天気予報をしっかり確認して防災に役立てたいものですね。

朝のニュース番組でおなじみの気象キャスター・檜山靖洋さんに、

注意すべき気象用語を解説してもらいました。

非常に激しい雨

1時間に50mm以上を「非常に激しい雨」、1時間に80mm以上を「猛烈な雨」といいます。いずれも水しぶきで辺り一面が白くなるくらいで、傘はまったく役に立ちません。1時間に50mm以上の雨が降ると、道路の冠水などが発生することが多く、何か被害が出るかもしれないと警戒する目安の一つでもあります。天気予報に「非常に激しく降る」という表現が付いたら、あらかじめ警戒してください。

記録的短時間大雨情報

おおむね1時間に100mm以上の雨が観測された場合に発表されます。数年に1度程度しか発生しないような短時間の大雨で、非常に危険な降り方です。すでに浸水などが発生している可能性があります。すぐに安全の確保が必要です。



気象予報士・防災士
檜山靖洋
(ひやまやすひろ)

ゲリラ豪雨

天候が急激に悪化して集中豪雨に見舞われるタイプの雨です。発達した積乱雲がもたらすため、雷やひょう、竜巻などの突風を伴うことも。安全な建物の中などで落雷や突風から身を守ってください。ひょうが降れば、農作物への影響もあります。気象情報で「大気の状態が不安定」というキーワードが出たら、ゲリラ豪雨に要注意です。

大雨特別警報

数十年に1度しか経験しないような大雨のときに発表されます。すでに災害が発生しているにもかかわらず、無理に移動せず、その場で命を守る行動を取ってください。特別警報を待たず、特別警報が出る前に避難を終わらせる必要があります。

線状降水帯

活発な積乱雲が線状に並ぶと、同じ場所に次々と雨雲がかかり、非常に激しい雨が数時間続き、記録的な大雨になる恐れがあります。線状に連なる雨雲により、3時間の雨量が150mm以上の所があり、災害の危険度が高まっているとき「顕著な大雨に関する情報」が出ます。このようなときは危険な場所からは直ちに避難することが必要です。



危険半円

台風の通過が予想される際は、中心のどちら側に入るかにも注目してください。台風の進行方向右側は危険半円と呼ばれ、左側に比べて風が強くなるため、注意が必要です。なお雨の降り方は右側と左側に関係なく、台風によってさまざまです。



高潮

台風や発達した低気圧が接近すると、気圧が下がることで海面が吸い上げられ、強い風によって海水が海岸に吹き寄せられます。このため潮位が上がリ、沿岸に海水が流れ込むことがあります。湾の奥に向かって暴風が吹くときは、特に警戒が必要です。

塩害

台風が近づいてきたときに、強い風が海上から陸地に向かって吹くと、塩分粒子も運ばれます。植物にその塩分が付着して枯れたり、電線に付着して停電したりすることがあります。建物の外壁に塩分が付着して、腐食の原因にもなります。塩風が収まって、その後雨が降れば塩分が落ちますが、雨が降らないときは、水で洗い流すなど対策が必要です。

猛暑日

最高気温が35度以上の日のことです。近年の高温傾向を背景に、2007年から正式な用語になりました。猛暑日の日数は増加傾向で、最近30年の平均は、1900年代前半と比べて約3倍です。なお、最高気温40度以上が観測されることも、2007年ごろから増えています。

熱中症

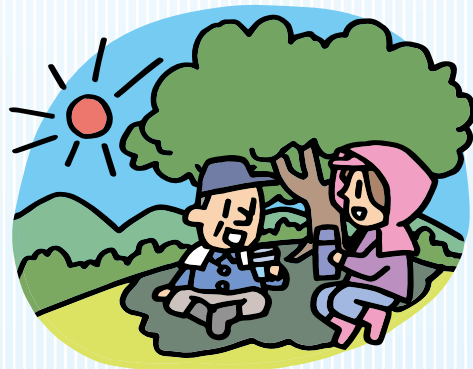
警戒アラート

2021年から全国で発表されています。当日、翌日の暑さ指数が33以上になると予想されるとき発表されます。暑さ指数は、気温だけでなく湿度や日射などの要素も入れて計算されるため、熱中症の危険度を表しているといえます。



熱中症対策

熱中症対策の基本は、暑さを避けることと水分を補給することです。室内では冷房を適切に使い、室温が28度を超えないようにしてください。屋外作業では、日陰、風通しの良い場所、冷房の効いた場所で小まめに休憩を取りましよう。水分補給は、喉が渇く前に行い、30分に1回コップ半分飲むなどと決めておくのが良いでしょう。



オホーツク海高気圧

1993年の夏、梅雨明けは特定できず、日本は冷害に見舞われて、米の生育が記録的に悪くなりました。オホーツク海に冷たい高気圧ができると、北東から冷たい風が吹き、東北の太平洋側や関東などに低温をもたらします。オホーツク海高気圧が強い夏は要注意です。

今回は、PET-CT検査の流れについてお話しします。

検査6時間前から絶食です。水は飲んでも構いません



来院し検査室へ入室します



検査着に着替えて検査に必要な問診と身長・体重・血糖測定をおこないます



検査薬を静脈注射します。5分位で終わります



服に着替えてください。お疲れさまでした



体の中の放射線が少なくなるまで30分間、お休みください



排尿後、PET-CT撮影を行います。約20分間です



検査薬が全身にいきわたるまで約1時間、安静にしています



来院から帰宅となるまで、およそ3時間が目安となります。

PET-CTにより検査前に気が付いていなかったがんが見つかることもあります。撮影した画像だけではわからないこともあるため、検査の前には詳しい問診を行い、これまでの病歴や他の検査結果を参照しながら注意深い読影や総合的な判断を行います。

次回はPET-CTの将来性や当院での活用についてお話しします。

御隠居と熊さんの ぜい・きん・小話

— 税に関する作文募集 中学生・高校生 —

砺波税務署

熊さん 御隠居、今日も暑いでやんすね。これだけ暑い日が続くと、もううんざりでやんす。できることなら、夏休みが欲しいもんでやんす。

御隠居 夏休みといえば、国税庁は、「税に関する高校生の作文」を募集してあるし、中学生の「税についての作文」も納税貯蓄組合と国税庁が共催して募集してあるぞ。

令和3年度には、「高校生の作文」は全国の1,563校から178,807編、「中学生の作文」は全国の6,482校から450,142編の作品が応募されたそうじゃ。

熊さん なんと!ものすごい数でやんすね。それだけ多くの学生さんが税について考えているってことでやんすね。

御隠居 そうじゃな。特に、最近では、税金の使われ方について、関心が高まっているからのう。多くの学生さんも税の意義や役割について考えておるのではないかのう。

熊さん なるほど。あっしも、近所の中学生と高校生にも応募を勧めてみようと思うんですが、募集要項をご存知でやんすか?。

御隠居 募集要項は次のとおりじゃ。

【応募資格】	中学生・高校生
【文字数】	中学生 1,200字以内 高校生 800字以上 1,200字以内
【テーマ】	税に関すること(税に関して自分で考えたこと、感じたこと、体験したことなど何でも結構です)。

【応募点数】 1人1編

【締切り】 中学生 令和4年9月5日(月)
高校生 令和4年9月6日(火)

【提出先】 砺波税務署

【表彰】 優秀作品には賞状と記念品を贈呈

【発表】 優秀作品は、国税庁ホームページや国税当局が作成する広報誌等に掲載するほか、報道機関等に資料を提供するなど、広く発表します(作品は返却いたしません)。

熊さん なにか参考になる資料があったほうが考えやすいかもしれないやせんねえ…

御隠居 そうじゃな、募集用資料を掲載したパンフレットが税務署に備え付けられてあるし、各学校にも配られてあるぞ。また、国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp>)の「税の学習コーナー」では募集要項や、原稿用紙のひな形なども掲載されてあるぞ。「税の学習コーナー」では、税について詳しく知ることができるから、作文を書くときの参考にするとよいぞ。

熊さんなら、いい作文が書けそうじゃのう。

熊さん いやあ御隠居、あっしは毎月、御隠居と税について、とことん語り合っておりやんすから、作文といわず長編小説でも書けそうでやんすよ～

御隠居 だとよいのじゃが……。



リンゴ

毎年、店頭に並ぶニュージーランド産のリンゴ。小ぶりでサクツとして甘酸っぱい。リンゴの表面は色むらがありますが、気になりません。

日本の場合、リンゴがむらなく真っ赤になるように「葉取り」します。青森県弘前市で1000年以上続くリンゴ園「もりやま園」の森山聡彦さんは、開発アプリで労働時間を計測しています。小規模農家の労働生産性を上げるためです。もりやま園は全労働時間の75%を主に三つの「捨てる作業」に使っていました。一つ目が摘果、二つ目が枝の剪定、三つ目が葉取りです。海外の農家では葉取りをしていません。葉取りをしないことで果実の糖度が上がることは複数の論文で発表されています。そこで、もりやま園では葉取りをやめました。摘果したリンゴは3年がかりで「テキカカシードル」という名前のお酒に商品化しました。ジャパン・シードル・アワード2019では大賞を獲得し、全国に出荷されて好評です。

長野県の「マツザワ」は、摘果リンゴを農家から買い取り、土産用の菓子「りんご乙女」に活用しています。以前は捨てていた摘果を売ること、7、8月



図 購入したニュージーランド産のリンゴ (著者撮影)

の収入がゼロだったリンゴ農家は、月20万〜30万円の収入になりました。摘果リンゴは地元のJ-Aが各農家から集めてくれます。

「ふじ」だと10kg40玉(250g/個)が標準で、大きければ大玉、小さければ小玉です。日本の品種は大きなサイズが多いですが、消費者側を見ると、以前と比べて世帯人数が減り、1、2人で食べ切れる小さなサイズが好まれてきているようです。摘果は実を大きく実らせるためのものですが、ここに食品ロス削減のヒントがあるかもしれません。

貧血は美容の大敵。体調不良の原因にも

貧血とは血液中のヘモグロビンが減った状態です。ヘモグロビンは酸素を吸着して全身に運搬するので、貧血になると体内の酸素が不足して、息切れや立ちくらみ、ふらつき、疲労感、動悸や息切れ、意欲低下などの症状を感じる場合があります。

さらに肌や爪や髪にも貧血の影響が及びます。顔色が悪くなる、肌の染みができる、ニキビがでやすい、爪が変形したり折れやすくなる、抜け毛などが現れることもあります。つまり、貧血は全身状態を悪くする上に、美容の大敵でもあるのです。

貧血の原因は、いろいろありますが、女性には月経により血液が失われるため、貧血になりやすいといえます。他にも胃腸の病気で出血が続いたり、悪性腫瘍など重篤な病気で貧血になる可能性もあります。まずは、定期的な健康診断で貧血の有無を調べ、貧血の人は医療機関を受診し原因を調べましょう。

鉄は血液中のヘモグロビンの材料なので、鉄が欠乏するとヘモグロビンが十分には作られず貧血になります。貧血になりやすい女性がダイエットや偏食などで摂取する鉄が足りない、鉄欠乏性

貧血が起こりやすくなります。

食品の鉄には2種類あり、動物性食品の赤身肉(豚肉、牛肉など)、レバー、魚介類に含まれる「ヘム鉄」は体内での吸収率が良いのでおすすめです。農作物の小松菜やホウレンソウなど緑黄色野菜や豆類に含まれる「非ヘム鉄」は体内での吸収率が低めです。しかし、「非ヘム鉄」も一緒にビタミンCや肉類などのタンパク質を摂取すると吸収率が上がり、効率良く鉄を吸収できます。暑い時期はサッパリ系の炭水化物中心の食事が多く、鉄不足になっていた人も多いはず。この時期に食生活を見直し、バランスの良い食事で貧血の予防や対策を心がけましょう。



『私が政治に期待すること』（10月号に掲載）

第26回参議院議員選挙が終わり、全ての当選者が確定しました。結果は、自由民主党が改選前を大幅に上回る議席を獲得し、与党が単独過半数を確保しました。そこで今回は「私が政治に期待すること」をテーマにおたよりを募集します。衆議院を解散しない限り2025年まで大きな国政選挙がない中、私が政治に期待することをご紹介します。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！

今月のテーマ大賞

最近
私がした良いこと

満

期日が近くと「ワクワク」。
金満期になり、自身のバッグを買いました（内緒）。二人の孫へも、お裾分け（お小遣い）。あとは、毎日の「おかず代」です。みんな美味しくいただいています。笑…

（斉藤さん）

母

の介護です。父は脳血管障害で半身で車椅子で過ごしましたが、10年以上在宅で過ごしていましたが、今年90才になった母が、老衰という形で亡くなりました。比較的前向きでしたが、見守り、手伝いという形で接してきました。両親ともそばに長くいられて、これで良かったのだなと感じています。助け合って暮らしてこれた事です。（Nさん）

ほ

んのわずかですが、国境なき医師団に寄付しました。（ハッピーさん）

自

己満足ですが、野菜作りをして知人に配る事です。作る楽しみもあり、知人の喜び顔を見るのも嬉しいです。最近、タマネギが喜ばれました。沢山採れて良かったです。（尾田さん）

献

血。人の役に立つし、自分の健康診断にもなるから。（石崎さん）

暑

い日が続きます。まずは、自己管理をします。迷惑がからないように！（本村さん）

●周りの人に何かしたい時、自分自身が心も体も健康でなければいけないと思います。だから、自己管理すべし、自分自身に期待することをご紹介します。（なつば）

先

日スーパーに出かけた時、重そうに荷物を持って出てこられたおばあちゃん。大変喜ばれたこと、私自身一年前に亡くなった母の事を思い出してホッしました。（渡辺さん）

横

断歩道では、歩行者がいたら停まる、レジでは、子供連れや高齢の人には順番を譲るなど当たり前のことですが、日頃から心がけています。「自分がされてうれしかったことは相手にもしたい」今後も続けたいです。（小西さん）

●当たり前でも、なかなかできないです。ね。相手を思いやる気持ちを大事にされているんですね。これからも続けて下さいね！（きなこ）



今月のたま吉くん賞

ソ

ファ、サイドボードが3個ずつあるのでセカンドストリートに買い取りをお願いしたのですが、今の時代、大きい家を建てるので、欲しい人はいないので買い取りは出来ないとわれ、介護施設に寄付したら大変喜ばれて良かったと思いました。（林さん）

家

の周りのちよとした草刈り用にと、草刈り機を買いに妻と一緒に「JA行っか！アナタ素敵！！」で、JAとなりへ行きました。女性も気軽に使える、お勧めの電動草刈り機を買いましたよ！早速使ってみて、これがいい感じで、奥さんもうる気満々です。（中居さん）

駐

車場から、出るに出来ないかった大型トラックを入れてあげたこと。すごく喜んで下さって、何度も頭を下げておいてました。（はるさん）

公

衆の、トイレを掃除することです。みんなが気持ちよく使えたら、いいなあと思いました。（はたけさん）

自

宅が県道沿いにあり、道路の側溝に空きペットボトルやコンビニ弁当などのゴミが捨てられています。折に触れて、これらのゴミ拾いをしています。皆さん、車内にゴミ袋用意して自分で始末しましょう。（高山さん）

着

物がタンスの肥やしになっていることが残念で、還暦手前です。まだまだ浴衣で四苦八苦していますが、一つでも帯結びができるとうれしくなります。浴衣や帯も喜んでくれるんじゃないかな。（猫のスーちゃん）

お

墓の掃除をしました。（山森さん）

嫁

い、あれから四十年以上です。家の中、タンスの中をすっきりさせて、断捨離を始めました。年を取ったら、シンプルライフがいいと思います。（チーちゃん）

5

月の末に、長寿会で植えた花壇（中央ガーデン）の花の苗が、今年は特に綺麗に咲いているのが良かった。（森綱さん）

大

型店で、写真顔が入ったカードのような物を見つけた。自分では、拾わなかったが店の人に知らせた。（今井さん）

亡

き実母の後、一人暮らしの義母を病院に連れて行ったり、義母が作らないハイカラおかずを持って行きます。大変喜んで食べてくれて嬉しく思っています。（中山さん）

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！

我

が家の上空はヘリコプターの通り道になっていて、現場や病院へと急ぎ任務を終えて、又富山へと戻って行く白いドクターヘリ。月に1度ほど天気の良い日に庄川の河川敷で救助訓練を行う為にやってくる県の赤い防災ヘリ。空からパトロールしている県警の青いヘリなど音が聞こえると、その姿を探してつい空を見上げてしまいます。どれも皆、大切な役割を担っているのだと、いつも感謝とご苦労様の思いでいっぱいです。（山本さん）

あ

る日、ペタンク仲間のMさんが、スイカ栽培圃場巡回に行こうとさそれ、見学して来ました。皆さんの丹精込めて育てておられる姿を見て感動しました。作り方を詳しく教えて頂き勉強になりました。早速、実行して甘いスイカを作ります。（清水さん）

定

年退職してから、丸三年が過ぎましたが、退職後の生活を楽しみにしていましたが、一年目は不眠症、二年目はめまいと顔面神経麻痺に悩まされました。三年目の後半になると、ようやく生活も落ち着いてきました。「何をやるにも健康が一番ですね。」（Mさん）

デ

イサービスに行っています。食べ物もおいしいし、入浴も私にピッタリ合っています。ゲームやイベントも楽しく、職員さんに感謝です。（尾田さん）

毎

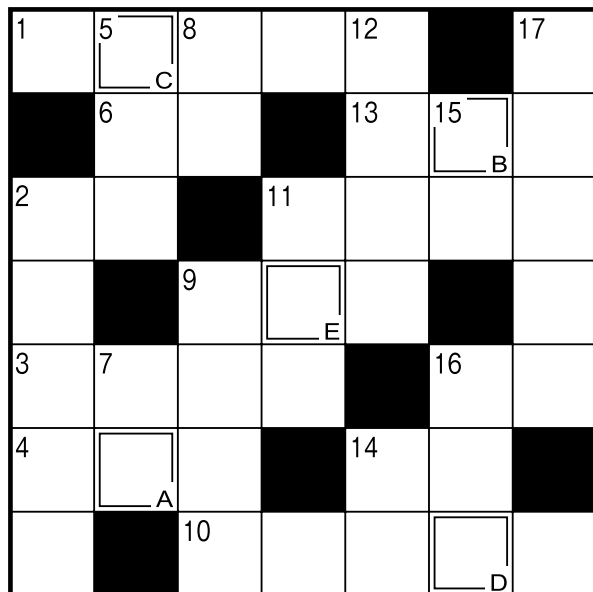
年の事ですが、らっきょうを漬けました。この作業をすると、夏本番だ!!と気合いが入ります。（あーちゃん）

東

京にいる息子が都内を案内してくれるので、二人で行ってきます。（中島さん）

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「私が政治に期待すること」、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。

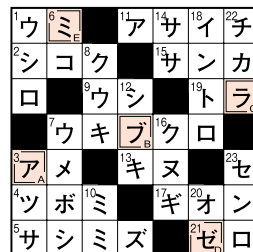
あて先 ○〒939-1388 砺波市宮沢町3-11 「ふれあいとなみ野」係
応募締切 9月15日(木)必着
 ○MAIL kouhou@ja-tonamino.or.jp



当選者 (敬称略・実名掲載)

【砺波市】 河口千恵子
 【砺波市】 南治雄
 【砺波市】 今井純子
 【砺波市】 上田昇
 【南砺市】 中山美智代
 【南砺市】 河原祥滋
 【南砺市】 山本治美
 【南砺市】 富田好子

6月号の答え [アブラゼミ]



ヨコのカギ →

- 1 女郎花と書く秋の七草。同じ——科の植物にオトコエシというのもあります
- 2 頭隠して——隠さず
- 3 すいっちゃんと鳴く虫
- 4 インフレのときに上がります
- 5 贈答品に付けます
- 6 風が吹くともうかるかも
- 7 フェルメールの代表作『真珠の——の少女』
- 8 店の中に他の客はいません
- 9 葉の——は徐々に表れた
- 10 紙を燃やすと残ります
- 11 10を3回掛け合わせると

タテのカギ ↓

- 2 令和4年9月23日は——の日。国民の祝日です
- 5 秋は稲や粟、ブドウなどいろいろな作物が——を迎える季節です
- 7 竹や梅と並んでめでたい植物
- 8 幸水や豊水が広く作られています
- 9 『赤ずきん』ではおばあさんに化けました
- 11 節約のために——簿を付け始めた
- 12 楽団の前でタクトを振ります
- 14 お彼岸には掃除に行って手を合わせる人が増えます
- 15 ピンチなんです！
- 16 長く続けると足がしびれることも
- 17 ——コーヒー、——フットボール

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8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

JAカードをお申込み
いただいたお客様に

更に!!

令和4年7月11日～8月31日までのお申込みで

道の駅 砺波となみ野の郷 500円分
ご利用券プレゼント!!

商品券 1,000円分
プレゼント!!!



お客様に、農協直売所等で利用できる商品券1,000円分のプレゼントキャンペーンを実施しています。JAカードの特典には、商品券のプレゼント以外にも、お得な特典をご用意しています。是非この機会にJAカードに入会されませんか?

キャンペーン期間

令和4年4月1日～令和4年9月30日

詳しくは、JA窓口までお問合せ下さい。



あぐり館の営業時間短縮について

いつも資材配送センターおよびあぐり館をご利用いただき、誠にありがとうございます。
 ございます。

この度、棚卸しのため、下記実施日において営業時間の短縮についてご案内
 申し上げます。

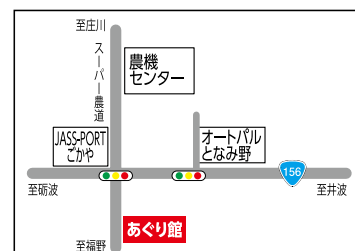
実 施 日	営 業 時 間
令和4年8月30日 (火)	8:30～15:00 (18:00まで電話でのみ対応)

お問い合わせ先

JAとなみ野資材配送センター

〒939-1327 砺波市五郎丸111-1

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



今年はお早めに!

除雪機はJAへ

第1弾 除雪機キャンペーン!

実施期間 2022年8月31日(水)まで

対象メーカー 井関/和同/クボタ/ヤマハ
ヤンマー/やまびこ/ヤナセ

ご成約特典

mont-bell
防水透湿性素材

ジャケット

モンベル製品の中から
どちらか1点

グローブ

または

**対象期間にご成約されたお客様に
2点セットでプレゼント!**

ガソリン
携行缶

または

除雪機カバー

除雪機はお早めのご検討を!!

お問い合わせ先 **JAとなみ野農業機械センター**
 砺波市五郎丸994
 TEL: 0763-58-5520 FAX: 0763-58-5568

エンジンなどの部品不足により、昨年よりも入手困難となっています。

理事会だより

令和4年7月14日(木)

●詳細は各支店にお問い合わせ下さい。

■付議事項

1. 臨時傭員就業規則の一部変更について
2. 組合と理事との契約について
3. JA賃貸住宅ローン(一般型)融資要項の制定について

●審議の結果、すべての議案が承認されました。

■報告事項

1. 北陸監査法人期中監査日程について
2. 定款の一部変更に係る字句の修正について
3. 第1四半期自主検査結果報告について
4. 「コンプライアンス・マニュアル」の一部改正について
5. JAバンク、JA共済、JA事業相談苦情等対応の一部改正について
6. 理事との契約にかかる報告について
7. 6月末財務の状況及び5月末月次損益について
8. 6月末支店別組合員異動状況について
9. JA住宅ローン「全国保証型」貸出金利の制定について
10. 理事との契約にかかる報告について
11. 令和3年産米の販売進捗状況について
12. 令和4年産たまねぎの出荷状況について
13. 令和4年度施設運営計画について
14. 6月末事業実績について

私たちのJA

令和4年6月末現在

正組合員	9,106人 (9,245人)
准組合員	4,233人 (4,292人)
貯金	1,895億8,416万円 (1,864億1,983万円)
貸出金	240億6,437万円 (240億3,239万円)
長期共済保有高	4,330億2,477万円 (4,478億4,621万円)
購買品供給高	14億7,915万円 (14億3,409万円)
販売品販売高	14億8,809万円 (15億3,721万円)
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

- 10月3日(月) 全地区
- 10月5日(水) 全地区
- 10月6日(木) 全地区

(検診日の1ヶ月前までに、生活総合課(☎32-8624)へお申し込みください)

■人事異動 (令和4年8月1日付)

[新] 庄川支店 斉藤 杏梨

[旧] 経済部 生産企画課 営農指導員

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8月号 令和4年8月10日発行 第330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

印刷: 有限会社 アカマツ印刷



URL



MAIL



MAP



Twitter



採用Twitter



YouTube