

ふれあい

となみ野

110111
九
月号



今月の表紙

砺波市高道
「てんたかく」刈り取り

▶ 2 ページに関連記事掲載

ふれあい となみ野



2022 9月号 もくじ

02 JAトピックス
TOPICS

04 ほっとライン
HOTLINE

06 米生産者の皆様へ

08 アグリガイドス 

10 ウェルカム女性部  Welcome
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



▲ 米を検査するJA職員

「てんたかく」を収穫

JAとなみ野 ライスターミナル

JAとなみ野管内で、水稻早生品種「てんたかく」の刈り取りが始まりました。

砺波市高道の請負農家、清水正司さん方では、地区内の田んぼ約8畝で「コシヒカリ」や「ミルキークイーン」などを生産。このうち、1.4畝で「てんたかく」を作っています。8月22日は、コンバインで黄金色に実った稲穂を次々と刈り取りました。

今年は、ロシアのウクライナ侵攻や円安の影響で肥料価格が高騰したことから、試験的に施肥量を昨年の半分にして栽培しました。清水さんは「収穫量が減ることを心配したが平年並みか少し多いくらいで一安心している。豊作に期待したい」と話しました。

JAとなみ野は8月26日、砺波市五郎丸のJAライスターミナルで令和4年産米の初検査を行いました。品種は「てんたかく」で、生産者が持ち込んだ12.6トンを全て1等と格付けしました。

JA職員が420袋(1袋30kg)から米刺しで米を抜き取り、被害粒や水分、千粒重などを調べました。初出荷にあたりJAの土田英雄常務があいさつしました。

JA全農とやま米穀園芸部の中野裕司部長は「『てんたかく』『コシヒカリ』『富富富』と出荷が続くが、JAは生産者に乾燥、調製、出荷の指導をお願いしたい。米は系統集荷を徹底し責任を持って販売したい」と述べました。「てんたかく」は、8月いっぱいまで刈り取りが行われ、JAでは2万8,000俵の集荷を見込んでいます。



▲ 300トンのサイロ10基

福野カントリーエレベーターが竣工 高品質米出荷に弾み

JAとなみ野 福野カントリーエレベーター

JAとなみ野は8月8日、南砺市苗島のJA福野カントリーエレベーターの修祓式と竣工式を開きました。今回の改修で、大型循環式遠赤外線乾燥機やフルカラー色彩選別機、サイロ冷却装置を導入し、出荷製品の品質を向上させました。

JAは、稼働から28年が経ち、建屋や機械装置が老朽化した同施設の増改築と、野尻ライスセンターの再編計画を令和2年から進めてきました。荷受棟を新設し、大規模経営体の大型車両を搬入できるようにしました。荷受対象面積は水稻560畝で施設規模は3,000ト。

式には県や市、JAなどの関係者約60人が出席。JAの土田英雄常務は「米価が低下する中、契約栽培を拡大し、流通業者との取引を広めることで需要を確保したい。そのために、カントリーエレベーターをはじめとする基幹施設を核とし、安全・安心でおいしいとなみ野米の生産を進めたい」とあいさつ。富山県農林水産部の堀口正部長は「カントリーエレベーターの整備が、高品質で高収益な米の生産につながると考えている。JAが進める、米を中心とした複合経営や先進的な取り組みが、地域農業の発展に寄与する事を期待したい」と祝辞を述べました。

神職が完成した建物全体をはらい清め、安全を祈願。土田常務や山田俊男参議院議員、田中幹夫南砺市長ら7人がテープカットしました。



▲ 工程監視システム



▲ 光選別機



▲ サイロ冷却装置



▶ 施設をはらい清める神職



▲ テープカットする関係者



独立リーグ協賛 大門素麺を提供

となみチューリップスタジアム

JAとなみ野は8月13日、砺波市柳瀬のとなみチューリップスタジアムで開催されたプロ野球独立リーグ「日本海オセアンリーグ」公式戦に特別協賛し、同市特産の「大門素麺」を提供しました。

試合は「富山GRNサンダーバーズ対滋賀GOブラックス」、「福井ネクサスエレファンツ対石川ミリオンスターズ」。

第1試合の5回終了後に、砺波、南砺市に関する景品が当たる抽選会が行われ、5人に大門素麺が贈られました。当選した望月道人は「息子がサンダーバーズの選手なので静岡県から応援に来た。試合を楽しめたし景品ももらえてうれしい」と話しました。

◀ 大門素麺が当選した望月さん

ほっとライン

HOTLINE

農村振興 学生視点で 砺波市五谷

農村の地域資源の掘り起こしや活用方法を考える「中山間地域フィールドスタディ政策協働推進事業」が8月8～13日に砺波市梅檀山地区で行われました。東京大学と富山県、砺波市などが共同で企画。学生10人と県立砺波高校の生徒8人が、4グループに分かれ、「夢の平コスモス荘の活性化」「地域産業の振興」「ICT(情報通信技術)及びデジタル技術の活用促進」「移住促進」について検討しました。

一行は、散居村展望台や農村集落センター、生産組合などを見学し、地元住民と懇談。10日は、砺波市五谷の「夢の平コスモス荘」で、地域特産のソバの種まきとそば打ちを体験しました。学生らは地区内を散策しながら人々の暮らしや施設を見学し、地域活性化策を探りました。最終日は、市役所で活動報告会を行いました。

東大4年の真下稜さんは「住民の方から様々な話を聞けた。地域にプラスになる成果を残したい」、同大2年の菊地愛麗さんは「認知されていない地元の良さをどうやって知らせるか考えたい」と話しました。



▲ そば打ちを体験する学生

親子で食育

JAとなみ野 農業機械センター

砺波市食生活改善推進員協議会は8月20日、砺波市五郎丸のJAとなみ野農業機械センターで「夏休みファミリークッキングセミナー」を開きました。地産地消と減塩をテーマに、材料は砺波・南砺市で生産された野菜が用意され、料理は塩を使わず食材に含まれる塩分のみで調理しました。

市内の五鹿屋、東野尻、鷹栖各地区の親子や同協議会の推進員約20人が参加しました。

メニューは「キュウリのたたき漬け」「豚肉・もやし・ニラの梅干し蒸し」「スイカとトマトのシャーベット」。参加者は推進員のアドバイスを受けながら、親子で協力し手際良く調理していきました。出来上がった料理は持ち帰り家で味わいました。

参加した西尾聖貴くんは「キュウ리를 たたくのが面白かった。作った料理を食べるのが楽しみ」と言い、母の真理さんは「親子で楽しく作ることができた。好き嫌いせず何でも食べる子になってほしい」と話しました。同協議会は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、栄養、食生活及び健康づくりに関する知識の普及活動を行っています。



▲ 料理を作る参加者



牡牛座
4/20～5/20

【全体運】肩の力を抜きましょう。自分のやり方にこだわり過ぎず周囲の意見を取り入れて。友人との交流が吉
【健康運】楽しみながらできる運動が◎。継続は力なり 【幸運の食べ物】ゴボウ



▲ 大阪屋ショップ戸出店に野菜を並べるJA担当者



▲ ヴァローレ砺波店

インショップへ地元産野菜を出荷

JAとなみ野本店 集荷場

JAとなみ野管内で夏野菜の収穫が最盛期を迎え、道の駅砺波の農産物直売所「となみ野の郷」やインショップ集荷場に出荷されています。

管内の生産者でつくるインショップ協議会の会員は53人で、昨年度の販売額は約2,200万円。毎朝、野菜や果物、切り花などが、JA本店にある集荷場に持ち込まれ、午前8時と11時にJAの担当者がトラックで、生産者が希望する店舗に運び、売場に並べます。

インショップとは、デパートやスーパーなど大型店舗の一角に出店している売り場で、英語のshop in shop(ショップインショップ)を略した言葉です。新鮮さや地場産といった特徴を明確にした販売をしています。

JAが販売コーナーを設けているのは、アルビスとなみ・戸出店、大阪屋ショップ砺波・戸出店、ヴァローレ砺波・庄川店、サンコー砺波店。

会員の中西正輝さんは「自分の作った野菜が売れてお金になることや、生産者同士の交流が楽しい。これからの時期はリンゴを出荷していく」と話しました。



▲ 農産物を持ち込む会員

インショップ協議会より

砺波市内の農家のみなさん。
私たちは、自慢の野菜をスーパーに出荷しています。
私たちと一緒に、畑で採れた野菜を出荷しませんか。
ただいま、出荷仲間を募集しています。

問い合わせ先

経済部生活総合課 丹羽
TEL 0763-32-8624

日本農業新聞の本田光信記者が書くエッセイ「われらアグリ応援団」がJAとなみ野ホームページで好評連載中です。

第20回「若さの特権」では、JAとなみ野管内の行事について執筆しています。ぜひご覧ください。

学生だった1980年代のこと。所属していたマーチングバンドが、競馬場のイベントに出演することになった。

主催者のリクエストはこうだ。

「まずは、ふた手に分かれろ。競馬場の両端から演奏をスタートし、馬が走るコースを歩いて真ん中あたりで合流してくれ」
そんな無茶な、と思った。音は秒速340メートルで進む。それはつまり、340メートル離れたところで演奏した音がこちらに届くまで、1秒もかかるということを意味する。

「伴奏が1秒ずれるカラオケで、あなたは歌えるのか」

そう言い返したかったが、予定していた…

続きはJAとなみ野ホームページでご覧ください



○本田光信(ほんだ・みつぶ) 1966年生まれ。平成の幕開けとともに一般紙記者になり、報道・編集の現場で仕事をしてきた。デスクなどを務めて退職し、フリーとして活動。2021年から日本農業新聞富山通信部ライター。著書や共同執筆による出版多数。「文藝春秋」、日本新聞協会「新聞研究」などに執筆歴あり。



平板測量競技に臨む
中央農業高校の生徒

リンゴジュースを販売して
全国大会を紹介する
南砺福野高校の生徒



米生産者の皆様へ

J Aとなみ野へ出荷される令和4年産米の買取価格をご案内いたします。

□ 令和4年産出荷契約米の買取価格

(J A米、紙袋60kgあたり、消費税込)

種 類	品 種	買 取 価 格		
		1 等	2 等	3 等
うるち米	富富富	13,100 円	11,300 円	10,300 円
	コシヒカリ	12,500 円	11,800 円	10,700 円
	てんたかく	10,300 円	9,600 円	8,500 円
	つくばSD2号	12,000 円	11,300 円	10,200 円
	あきだわら	11,200 円	10,500 円	9,400 円
	てんこもり	10,300 円	9,600 円	8,500 円
	その他うるち	9,800 円	9,100 円	8,000 円
酒 米	五百万石	12,000 円	11,300 円	10,200 円
	雄山錦			
	その他さけ			
もち米	新大正糯	13,500 円	12,800 円	11,700 円
	その他もち	12,700 円	12,000 円	10,900 円

○「富富富」栽培マニュアル基準を満たさない「富富富」は上記金額から△800円(1等・税込)とします。

○ばら、フレコンの場合は上記金額から△180円となります。

○「J A米」の要件を満たさない「一般米」は上記金額から△300円となります。

□ 令和4年産加工用米・備蓄米の買取価格

(紙袋60kgあたり、消費税込)

種 類	制 度	買 取 価 格		
		1 等	2 等	3 等
うるち米	加工用米	5,000 円	4,400 円	3,400 円
	備蓄米	7,000 円	6,676 円	5,596 円

○ばら、フレコンの場合は上記金額から△180円となります。

□ 奨励金

令和4年産米の買取価格のほか、下表の奨励事業を実施しております。

(60kgあたり、消費税込)

事業名	奨励金	要件及び対象米穀
業務用米生産拡大事業 (つくばSD2号・あきだわら)	300円	要件・令和3～5年産(3ヵ年)の作付・出荷計画により申請し複数年契約を行う 品種・つくばSD2号・あきだわら 対象・1等/俵
令和4年産米集荷向上対策事業(※)	100円	令和4年11月末日の出荷数量が、 0.5俵～500俵未満の出荷者に対し
	300円	500俵～1,000俵未満の出荷者に対し
	500円	1,000俵以上の出荷者に対し

※令和4年産米集荷向上対策事業の対象米穀は出荷契約米1等～3等となります。

参考例

●奨励金対象(1,000俵以上)の場合…

コシヒカリ1等 **13,000円**

買取価格12,500円 + 奨励金500円

つくばSD2号1等 **12,800円**

買取価格12,000円 + 拡大奨励金300円 + 奨励金500円

米生産者の皆様へ

みなさまご存じですか??

米の出荷申込みが「PC・スマホ」
より出来ます!!

- ◆JAとなみ野ホームページより
バナーをクリック!
- ◆申込の内容はEメールに送信される
ので、いつでも確認できます。

※申込にはGoogleアカウントが必要になります。

JAとなみ野ホームページ

<https://www.ja-tonamino.jp/>



紙を書く手間が省けて
とっても便利!!



お問い合わせ先

経済部販売課

TEL 0763-32-8620





水 稲

美味しいとなみ野米は 積極的な土づくりから！

近年地力の低下や、異常気象により土づくり資材を施用している圃場と、そうでない圃場の格差が大きくなっています。珪酸質資材・有機質資材の散布、緑肥作物の作付を行い、高品質で良食味の『となみ野米』や『特産野菜』を栽培しましょう。

① 土壌改良資材の施用

稲は珪酸を多く必要とし、成熟期の稲わらには10%程度の珪酸分を含んでいます。

珪酸質資材の施用により…

- ・ 稲の茎葉が強くなる
- ・ 病害の抵抗が増す
- ・ フェーン時における水分蒸散を制御する
- ・ 食味向上や割粳軽減により斑点米を減少させる

土作り資材は継続して施用することが大切です！



② 有機物の施用

稲わらの鋤き込みに加え、堆肥や地力増進作物を施用し、腐植の増加を図りましょう。

稲わら、粳殻の腐熟を進めるため、サブソイラや排水溝の設置による圃場の湯きの促進や、秋耕は地温の高い10月中に行いましょう。

☆ JAの完熟堆肥を散布しましょう ☆

畑の野菜の栽培においても堆肥散布は非常に効果的です。

JAでは良質な堆肥を生産・販売しています。配達だけでなく、圃場への散布も行っていますので、ぜひご利用下さい。

堆肥配達料金 (2t車1台) … **6,600円(税込)** (堆肥代4,400円 + 運搬料2,200円)

堆肥散布料金 (2t車1台) … **8,800円(税込)** (堆肥代4,400円 + 散布代4,400円)

堆肥散布ご希望の方は9月末日まで、JAとなみ野 販売施設課までお申し込み下さい。
散布時期は10月を予定しております。(申し込み状況によっては11月上旬になる場合があります)

お問合せ先：経済部販売施設課 TEL 0763-32-8635 砺波市五郎丸994



乙女座

8/23～9/22

【全体運】頭の痛い問題は早めに向き合うのが解決への近道。時には妥協も必要です。おいしいものが潤滑油になってくれます
【健康運】ストレッチやつば押しでストレス解消 【幸運の食べ物】国産ライム

冬季ハウスを利用した 野菜栽培研修会

開催のお知らせ

農閑期に水稻育苗ハウスを活用して野菜を栽培・出荷し「稼げる農業」へチャレンジしてみませんか。

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。

主催 富山県園芸振興推進協議会、となみ野農業協同組合

共催 富山県野菜協会

日時 令和4年 9月27日(火) 13:30～15:30

場所 となみ野農業協同組合 農業機械センター 2階大会議室

日程

時 間	内 容
13:15～	受付(となみ野農業協同組合 農業機械センター 2階大会議室)
13:30～14:00	(1) 室内研修(となみ野農業協同組合 農業機械センター 2階大会議室) ① リーディング経営体育成における冬季ハウス利用の有効性と先進事例について
14:00～14:30	② 冬季に出荷してほしい野菜品目
14:30～15:00	③ 冬季ハウス利用品目(中小かぶ、寒締めほうれんそう、寒締め小松菜、伏せ込みアスパラガス等)の栽培管理について
15:00～15:30	(2) 現地研修(富山県農林水産総合技術センター園芸研究所 ハウス) アスパラガスの伏せ込み床の作成方法について



- ◆ 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。

お問合せ先：経済部生産企画課 TEL 0763-32-8619 砺波市五郎丸994





未来を描く ハッピー マイライフ運動



12月号
第2
別冊付録



12月号
第1
別冊付録



1月号
第2
別冊付録

12月号・1月号
購読申込受付中

お申し込みはお近くの
JA本・支店(所)へ



定価(税込)

- 普通月号 629円
- 付録月号(1・4・5・7・9月号) 922円
- 家計簿付き12月号 1,027円

JAグループ家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11 TEL 03-3266-9039 <http://www.ienohikari.net>

お金は **夢** のおともだち

各支店窓口もしくは、生活総合課 TEL32-8624までお申し込みください。

第3回介護研修会

7月30日に第3回介護研修会を行いました。

講師に中伊豆リハビリテーションセンターの宮島嘉津雄氏、JA共済総合研究所の新井哲夫氏をお迎えし、認知症・介護予防について運動を交えながら講習をしました。

最近話題に上がる「フレイル(虚弱)」について話があり、「筋力の低下」や「70歳以上の6人に1人が栄養失調」「家族、友人との接触機会が少ない」など、フレイル予防は運動だけではないことを教えていただきました。特に人との繋がりがあっても予防になっており、このほほえみの会の活動に参加することも認知・フレイル予防に繋がっているとの事でした。

運動も日常のながら時間にできるものばかりで、毎日少しずつ続けていこうと思いました。

ハート to ハート
ほほえみの会's
Report



中伊豆リハビリテーションセンター
宮島嘉津雄氏



JA共済総合研究所
新井哲夫氏



今年も大盛況!お盆の切り花即売会 8/12(金)~14(日)



8月12~14日の3日間、特設会場にてお盆の切り花即売会を開催しました。

JAとなみ野農産物直売所生産者協議会花卉部会40戸のみなさんが栽培した品質にこだわった切り花、赤白黄色の小菊を中心に、ケイトウ、アスター、ユリ、輪菊、リンドウ、ひまわりなどたくさん出品されました。

お客さまからは「いろんなお店を見て回ったけど、ここのお花が一番きれい!」とお褒めの言葉も頂きました。

天候にも恵まれ、多くの方がご来場され大盛況!3日間約4,300人が来場し、1万9千束の切り花を販売!来年もきれいな切り花をたくさん取り揃えてお待ちしております!

花き生産者募集中

JAとなみ野農産物直売所生産者協議会花卉部会では、県砺波農林振興センターから講師を招き、年に数回花き研修会を行っています。みんなで品質の良いお花を出荷するために、栽培等について学んでいます。

花き生産者募集中です!直売所の会員さんと、花を作る楽しさ、売る楽しさを味わってみませんか。



となみ野の郷
農産物直売所

イベント情報

となみ野米「コシヒカリ」収穫キャンペーン 9月中旬予定



となみ野のおいしい新米できました!

お待たせしました!
となみ野の「コシヒカリ」新米 9月中旬入荷予定!
期間限定!新米キャンペーン特別価格にて販売します。
ますので、是非ご来店お待ちしております。



「秋のお彼岸セール開催」

9/23(金・祝)~9/25(日)

今年の秋のお彼岸は、9/20日に入り、26日に明けます。

お彼岸入りには仏壇・仏具を清め、お彼岸の期間は、お花やお供え物を供えて自然やご先祖様に感謝をしましょう。お彼岸日に合わせてセールを開催します。

お彼岸用のお花をたくさん取り揃えていますので是非ご来店お待ちしております!

毎月第2週は  の日

10月の特売品

10/3(月)~10/9(日)

- ・かつおだし
- ・炊飯器で赤飯おこわ



手羽元と サツマイモの甘辛煮

材料 (4人分)

手羽元	8本
サツマイモ	中2本
ショウガ(スライス)	10g
ごま油	大さじ1

煮汁

水	600ml
しょうゆ	100ml
料理酒	100ml
砂糖	大さじ6と2/3
みりん	大さじ3と1/3
酢	大さじ3と1/3
コチュジャン	大さじ1

作り方

- (1) サツマイモは厚めに皮をむいて乱切りにし、水にさらしておく。
- (2) 深めのフライパンにごま油を熱し、手羽元、サツマイモ、ショウガを入れ手羽元にしっかりと焼き色を付ける。
- (3) (2)のフライパンに煮汁の材料を全て入れ、キッチンペーパーで落としぶたをして中火で25分煮込む。
- (4) 器に盛り付け、カイワレなどお好みの青み(材料外)をあしらひ出来上がり。

キュウリの辛味炒め

材料 (3人分)

キュウリ	3本
ミョウガ	3本
タカノツメ	3本
ニンニク(みじん切り)	小さじ1/2
ショウガ(みじん切り)	小さじ1/2
サラダ油	大さじ1

A(調味料)

塩	小さじ1
しょうゆ	小さじ1
コチュジャン	小さじ1
ごしょう	少々
炒りごま	大さじ1

作り方

- (1) キュウリは3~4cm幅の拍子木切り、ミョウガは小口切りにする。タカノツメは種を取り除いておく。
- (2) フライパンにサラダ油を引き、タカノツメ、ニンニクとショウガのみじん切りを入れ、弱火で香りを出す。
- (3) キュウリを入れ中火で2分ほど炒め、A、ミョウガを入れ、さらに1分ほど炒める。
- (4) (3)を保存容器に移し粗熱を取り、冷蔵庫で一晩なじませ出来上がり。



シェフ永井の
おすすめ

茨城県笠間市にある
三ッ晴(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



生ごみゼロを目指して

日本は食品廃棄率の高い国です。日本の食品廃棄率は年間約600万t。これは、国民1人が毎日「ご飯茶わん1杯分の食料を捨てていることになるそうです(農林水産省HPより)。その約半分が家庭での廃棄です。これから世界が食料不足になるのでは心配される今、子どもたちには常に食品を無駄にしないかを意識してもらいたいと願っています。そのためにも、まずは、家から出た生ごみの量を見詰める習慣を付け、その肥料で作る野菜の大切さを実感してもらいたいと思います。

この家庭用の小さなコンポストでは、一日にあまりにも多くの生ごみを入れてしまうと分解が進みづらくなるため、大量に生ごみが出てもいいというわけではありません。生ごみはコンポストにちょうどいいぐらいの量に減らして、「わが家から捨てる生ごみはゼロにしよう」と目標を伝えると、子どもたちは毎日生ごみの量を気にするようになりました。残ってしまったときは、「僕が生ごみを増やしちゃう」と謝るようにもなりました。また、お手伝いをしてくれるときも、できるだけ捨てる部分が減るよう切り方を工夫し、今まで嫌がっていたジャガイモの皮も、きれいに洗えばおいしく食べられるよと食べてくれるようになりました。一日の生ごみを気にするようになっただけで子どもたちの意識が変わり、とても驚きました。

お庭での野菜作りが家族全員の趣味になっているわが家。夏には、トマトにキュウリ、トウモロコシにピーマン、ブルーベリーまで、たくさんの収穫を楽しみました。すると、必要になってくるのが栄養のある土です。そこで新たにコンポスト(堆肥化容器)で生ごみを肥料にすることに。最近では家庭用にも、小さなサイズのさまざまな形のコンポストがあります。うちではもともと精米機を使っていて米ぬかがたくさんあるので、小さな袋タイプのコンポストで手軽に肥料作りを始めました。



山羊座

12/22~1/19

【全体運】非常に厳しい時期ですが、次第に解消へと向かいます。ゆっくりとした動作を心がけて。最善のプランが浮かぶはず
【健康運】イライラしたら甘いものを食べて元気回復 【幸運の食べ物】アケビ

知っ得! インフォメーション

日本では現在、年間30万件以上交通事故が発生しています。およそ2分に1件、どこかで交通事故が発生しており、交通事故は、私たちにとって、とても身近な危険です。もし交通事故に遭っても、あわてず落ち着いて行動ができるように、今回、事故が発生した際の初期対応についてご紹介いたします。

交通事故の初期対応 3STEP

まず!

STEP 1

負傷者の確認



交通事故の当事者となった時、すぐに車を停車し負傷者の有無を確認するとともに、負傷者がいる場合は救急車を呼び、救護活動を行います。近くに人がいたら協力を求めましょう。

次に!

STEP 2

事故車両の移動



事故車両等が交通の妨げとなっている場合は、車両等を安全な場所に移動します。そして、非常点滅灯（ハザード）をつける、三角表示板を置くなど、事故車両に第三者の車が衝突する等の二次災害が起きない様に安全対策を行ってください

それから!

STEP 3

警察の届出



警察へ届けるのは義務行為です（道路交通法第72条第1項）
ケガの有無、損害の程度、当事者間で解決する等に関係なく、交通事故の際は必ず警察へ届出を行って下さい。届け出をされなかった場合、最悪、ひき逃げ、当て逃げの扱いになってしまうケースもあります。たとえ自損事故でも、警察への届出を行って下さい。

警察は民事不介入?

警察官の交通事故に対する業務は「交通事故の事実の確認」です。共済（保険）の事故当事者が警察に問い合わせを行っても、交通事故証明書に記載される情報（事故の当事者・車両等）以上は教えてもらえません。また、警察官が交通事故の過失の判断を行う事はありません。

その後の事故対応① 共済・保険会社に連絡をする

STEP 1～3が終わりましたら、ご加入の共済・保険会社への連絡を行ってください。
JA共済にご加入であれば、下記の「JA共済 事故受付センター」にご連絡ください。

JA共済 事故受付センター（自動車事故受付）

0120-258-931 （24時間受付）

事故現場では、必ず相手のお名前、住所、電話番号をメモしてください。その他、相手の車のナンバーや保険会社などをご確認頂き、確認した情報を共済・保険の事故当事者にご連絡ください。

その後の事故対応② レッカーを呼ぶ

事故車両が動かない場合等は、レッカーを手配してください。
JA共済にご加入であれば、下記の「JA共済 サポートセンター」にご連絡いただくことで、無料のレッカー・ロードサービスを受けられます。

（※ご自身で手配後にご連絡の場合、無料のサービスを受けられない場合がありますのでご注意ください）

（※一部有料のサービスとなります。また、車種によってサービスが受けられない場合があります）

JA共済 サポートセンター（レッカー・ロードサービス）

0120-063-931 （24時間受付）



フレンドリー広場

ぼの夫婦

とび た おさむ
飛田 修 さん(78)
やす こ
康子 さん(79)

一 ご職業など、これまでを振り返って

- 高校を卒業後、若林にある木工所に弟子入りし、約5年間、造作大工の修業をしました。職人として腕をみがいた後は引く手あまたで、少しでも給料の高い会社があれば変わっていました。10年ほど転々とした後、家の近くにある富山住機に転職し、定年まで勤めました。腕には自信があり、自宅の襖(ふすま)はすべて自分の手作りです。
- 美容専門学校で美容師の資格を取った後、大阪に引っ越し、昼は美容院、朝夕は喫茶店で働きました。都会での暮らしは非常に楽しかったのですが、母親から戻って来いと言われ、地元の富山で結婚しました。帰って来た後は、以前の生活を忘れ、JAの営農指導員に田んぼのやり方を一から教わり、米作りに取り組みました。

一 趣味・楽しみなど

- 機械いじりです。田んぼをしていた時に、田植え機やコンバインが故障した時は、ほとんど自分で直していました。仕事をしているという感覚がなく、部品を分解して組み直したりしていると時間を忘れます。
- もともと明るい性格なので、大阪にいたときは、食べ歩きをしたり洋服を買いに行ったりと、よく遊んでいました。お酒も好きで友達と飲みに行ったりもしましたが、地元に戻ってからは、無趣味と言っていいほど何もしなくなりました。



一 二人の思い出

- ○ 平成の終わりまで続けた稲作です。田んぼを引き継いだ時の反収は5俵ほどでしたが、2人で試行錯誤を重ね、多い年は13俵あまり収穫できるまでになりました。あとは、息子が島根県の出雲大社や広島県の厳島神社に、車で連れて行ってくれた事です。

一 夫婦円満の秘訣

- 田んぼをしていた事です。一人ではできないので仲良くせざるを得ません。
- 喧嘩をしない夫婦を想像できません。「喧嘩するほど仲がいい」でやってきました。

一 お互いに一言

- これからもよろしくお願いします。それ以上は何もありません。
- 健康第一です。具合が悪くなったとしても最後まで面倒を見ます。

選歌の園

若茅旬会

ふる 古すだれ灯さぬままの夕仕度 砺波市 二俣れい子
えだまめ 枝豆の塩かげんよくやめられず 砺波市 林 正子
にな 担い手の散布はドローン夏の朝 砺波市 藤井 雅晴
さばずし の味の変わらず太子伝会 砺波市 大谷 こうき
はしい 端居して風見る狭庭夕まぐれ 砺波市 宮田 衛
どようば 土用干し一衣一衣の物語 砺波市 源通 ゆきみ
しよちゅうみまいねこ 暑中見舞猫にワクチン案内状 砺波市 砂田 春汀

我が家のアイドル



梅檀野

ミミちゃん(7)
(ウェルシュ・コーギー)

〈ご主人〉西口美希 さん

ミミ(右)の他にペキニーズを2匹飼っています。仕事で帰るのが遅くなるので、朝、昼、晩の散歩とエサやりを父に任せています。軽トラックの助手席から顔を出して、景色を見ながら風を感じるのが好きなようです。父が3匹を可愛がりすぎて、食べ物何でもやろうとする事が心配の種です。



魚座
2/19~3/20

【全体運】スタートは難航しても次第に回復。交渉は丁寧に諦めずに続けましょう。助けてくれる人が現れるはず
【健康運】気になるところがあるなら早めに検診を 【幸運の食べ物】ヤーコン



うちの元気ちゃん



山 野

えの き え な
榎木 咲菜 ちゃん(5)

パパ：頌太さん ママ：温子さん

★おうちの方から一言★

笑顔を絶やさず、お友達をたくさん作ってね!

こんにちは! 咲菜とお兄ちゃん(左)、妹の紫希奈(中央)です。今年の夏は、お父さんがすごく大きなプールを買ってくれたから、家にお友達をたくさん呼んで、一緒に泳いだり、水鉄砲で遊んだんだ☆それから、6月からピアノを始めたよ! お兄ちゃんもやっているから、負けないように練習しているんだ。早く「浦島太郎」の曲が弾けるようになりたいな♪



うちの元気ちゃん



中 野

かわ だ
川田 ゆき ちゃん(1)

パパ：幹也さん ママ：あすかさん

★おうちの方から一言★

元気にすくすく育ってね!

こんにちは! たべつ子どうぶつのビスケットとお散歩が好きなゆきです。雨の日以外は1日に3回、近くの神社に狛犬やセミを見に行っているよ! 家の中だとお母さんの友達からもらった、猫の「ぐり」と「ぐら」と追いかけてをしたり、テレビでわんぱく相撲を見ながら四股を踏んでいるの♪わたしも大きくなったら相撲大会に出たいんだ☆

職 員 紹 介



あんねん もと き
安念 主基

所属部署
金融共済部
渉外推進課
複合渉外(MA)
(太田)

仕事で心掛けている事は何ですか
お客様との出会いを大切に、「一期一会」だと思い、面談することです。

休日はどのように過ごしていますか
コロナ禍であまり外出ができないため、自宅で読書や映画を見て過ごしています。

最近、仕事やプライベートで嬉しかったことは何ですか
今年の4月に自分の住んでいる地域の担当となり、普段お世話になっている方々と面談する機会や改めて地域を知る機会が増えたことです。

今後の意気込み
新しい担当地区になったので、皆様に顔を覚えていただけるように頑張ります。



しまむら たけ し
嶋村 越志

所属部署
金融共済部
渉外推進課
複合渉外(MA)
(井波本町・利賀)

仕事で心がけていることは何ですか
お客様目線で考えながら、アドバイスしたり、説明したり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
コロナ禍で機会は減りましたが、友人といっしょに美味しいお店やカフェ巡りをしています。

最近、仕事やプライベートで嬉しかったことは何ですか
過去に訪問させていただいたお客様のお宅へ再度訪問したときに、とてもあたたかく迎え入れていただけたことが嬉しかったです。

今後の意気込み
これからもお客様の気持ちを考えながら活動していきたいです。

「薬食同源」で元気に 漢方な食生活のすすめ

病気というほどじゃないけれど、ちょっと調子が悪い……。

そんなときは、漢方を意識した食生活で不調を改善し、心身を整えてみませんか？

誰でも手軽に取り入れられる、漢方な食生活のこつをご紹介します。

監修：櫻井大典（漢方コンサルタント） イラスト：林よしえ

病気になるってから薬を飲むよりも
毎日の薬食で「未病」を改善

「未病」という言葉を耳にしたことはありますか？ 「未病」とは、病気ではないけれども健康ともいえないという状態のこと。病気になる前から治療するのはなく、病気になる前の「未病」の状態を改善して、健康を維持しようというのが、漢方の考え方です。漢方では「薬食同源」といって、私たちが普段食べている食品は全て、薬と同じように体を元気にする力があると考えられています。それぞれの食物の働きを知って、毎日の食事に積極的に取り入れましょう。

体を構成している「五臓」は
五つの「味」の食品に養われています

漢方では、生命活動に必要な働きや機能を、「肝」「心」「脾（ひ）」「肺」「腎」の五つに分類しています（単に内臓器官だけではなく、より広い機能や概念を表しています）。そして全ての食材は、五臓を養っていると考えられているのです。不調を感じたときは、弱っている五臓を養う食品を積極的に摂取しましょう。五臓を養う食品は、「味」で分類する考え方と「色」で分類する考え方があります。どちらも覚えておくと、買い物をするときの食品選びに便利です。

弱っている「五臓」を元気にする5色・5味の食材

腎	肺	脾	心	肝	働き
人の成長や発育、生殖をコントロールし、ホルモンの分泌や、知能、知覚、運動系の発達と維持に働きかけます。	新鮮な空気を取り入れて全身に送る呼吸に似た働きの他、潤いや栄養分の運搬や分配も担っています。	胃と共に消化吸収を担い、エネルギーである「気」や「血」のもとや潤いを作って、全身に送り出します。	血を隅々まで巡らせるポンプとして働き、精神や意識を安定させる作用もあります。	血を貯蔵し、血流量をコントロールして、生理機能がスムーズに働くよう調節しています。	
塩味	辛味	甘味	苦味	酸味	味
昆布、エビ、豚肉など	シソ、ショウガ、ネギ、ニンニク、こしょうなど	小豆、米、芋、砂糖、蜂蜜、バナナなど	緑茶、ギンナン、ミョウガ、ゴーヤーなど	梨、グレープフルーツ、レモン、梅、酢、イチゴ、トマトなど	
黒	白	黄	赤	青	色
ゴボウ、ワカメ、ヒジキ、のり、シイタケ、黒米、こんにゃく、黒ごま、黒酢など	白身魚、レンコン、ダイコン、ハクサイ、カブ、ユリ根、白米、牛乳、豆腐、白ごまなど	梨、栗、卵、トウモロコシ、カボチャ、ジャガイモ、バナナ、ミカン、ユズなど	豚肉、レバー、マグロ、カツオ、サケ、トマト、赤ピーマン、ニンジン、イチゴなど	小豆、アスパラガス、レタス、キャベツ、小松菜、ホウレンソウ、ゴーヤー、ブロッコリーなど	

こんな不調があるときは、この食材で養生しましょう

風邪気味で下痢っぽい

しそ茶で 胃腸を活性化

漢方では、風邪のときに起こる下痢は、湿った風や湿気が「湿邪（しつじや）」となって体内に入ってくるのが原因と考えられています。対策は、体内の余分な水分を取り除きながら胃腸の調子を整えること。お薦めは、気の巡りを良くし、胃腸の調子を整える食材・シソです。赤シソの葉を細かく切ってお湯に入れて煮出した「しそ茶」にして飲むといいでしょう。発散作用のあるショウガを入れるのもお薦めです。



花粉症による目のかゆみ

きんぴらごぼうで 胃腸を整える

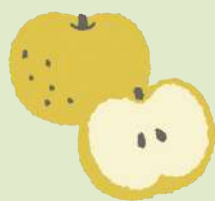
漢方では花粉症の主な原因は、外敵から身を守るエネルギーの不足であり、肺や胃腸が弱っている人は症状が出やすく悪化しやすいと考えられています。目のかゆみなど炎症が起きている場合は、胃腸を整えながら炎症を抑える力もあり、中国では古くから生薬として用いられているゴボウがお薦め。きんぴらもいいですが、細く切って天日干しにし、軽くいつて煮出した「ごぼう茶」もいいでしょう。



乾燥しやすい

甘酸っぱい 食品で潤う

漢方では潤いは「陰」によって作られるとされており、「酸甘化陰（さんかんかいいん）」といって、甘い物+酸っぱい物で「陰」を作ること、潤いが得られると考えられています。そこで、甘味と酸味がある梨、酢豚、おかゆに梅干し、蜂蜜にレモンなどがお薦めです。また乾燥を気にして水分をたくさん取ってしまうと、胃腸が弱り、潤いを作り出す力も弱まってしまいますため要注意。水分は食物から取るように心がけましょう。



しつこいむくみ

小豆汁で 体内の水分調整

小豆は利尿作用と解毒作用が高く、水分代謝を促すと考えられているので、小豆50gを1Lの水で15分から20分ほど煮出した「小豆汁」を飲むといいでしょう。

また中国医学では、胃腸の働きを担う脾・胃が体内の水分代謝を行っていると考えられています。そのため、脾・胃を助ける食材である米、ナッツ、ヤマノイモ、カボチャ、キャベツなどもお薦めです。



イライラする

グレープフルーツで 気の巡りを改善

怒っている人を絵で表現するのに、頭から湯気を出している様子を描きますよね。漢方でもイライラは「熱が火に変わった」状態とされ、気の不足や滞りが原因で起こると考えられています。気の巡りは肝によってコントロールされているため、まずは肝の熱を冷ますことが必要。そこで、気の巡りを良くするグレープフルーツジュースがお薦めです。ジュースにしないでもそのまま食べてもOKです。



頻尿・尿漏れに

むき栗で 腎を強くする

漢方では、腎は生命力の源と考えられており、加齢によって腎が弱ると、尿を出して止める力が弱まるとされています。お薦めの食材は、腎を補養し、老人性の筋肉の衰えに効果があるとされているむき栗。ただし、栗そのものは薬になります。砂糖を加えて焼いた甘栗はNGです。最近では加糖されていないむき栗が売られていますが、栗の他にはクコの実、クルミ、松の実もお薦めです。



今回はPET-CT装置の当院での活用と将来性についてお話しします。

PET-CT装置による検診(当院での活用について)

現在、当院では悪性腫瘍の検査が大半であり、保険診療での病期診断や治療効果判定に使用しています。今後、体制を充実させてPET-CT検診も実施していく予定です。

PET-CT検診では、一度に全身のがんについて調べることができ、がんの早期発見だけでなく、がんの転移や再発がないかを調べることに役立ちます。がんが小さい段階で見つけられ、早いうちから治療が始められるのは大きなメリットといえます。

使用する放射性医薬品である¹⁸F-FDGにより、わずかですが放射線被ばくがあります。しかし、人体にほとんど影響がないレベルだといわれていますし、当院が導入した半導体検出器を持つPET-CTでは投与量を減らすことができ、更に鮮鋭な画像を提供できる最新鋭の装置なので被ばく量もこれまでより少なくすることができます。

4回にわたりPET-CT検査・装置についてお伝えしてきました。私達は地域の皆さんに有効に利用していただける検査として確立できるよう努力してまいります。

PET検査と認知症(将来性について)

PET検査はがんの検査として注目されていますが、脳のエネルギー代謝や神経細胞活動の活動状態を調べることも得意とし、特にアルツハイマー型認知症では記憶を司るところの活動が低下するためPET検査で比較的早期に発見することができます。これらの検査をアミロイドPET検査といい、保険適応外とされており、まだまだ一般的検査とはいえません。しかしながら認知障害の発症前に異常蛋白の蓄積を画像化し、10~20年後のアルツハイマーの予兆を診断できることから期待される検査です。当院ではアミロイドPET検査製剤の調達が困難であることから実施することはできませんが、検査製剤の開発などにより幅広く発展していくことが期待されています。



御隠居と熊さんの ぜい・きん・小話

熊さん 御隠居、9月1日は何の日かご存知で？

御隠居 うむ。9月1日は、防災の日じゃろうが。

熊さん さすが御隠居でやんすね。

御隠居 備えあれば憂いなしじゃ。日頃から防災意識をもって生活することが大事じゃな。



熊さん ところで、御隠居、地震や台風などの災害で被害に遭った時に、税金面で助けてもらえるってことはあるでやんすか？

御隠居 所得税が軽減される制度があるぞ。地震、火災、風水害などの災害によって、住宅や家財などに損害を受けた時は、確定申告で、①「所得税法」に定める雑損控除の方法と②「災害減免法」に定める所得税の軽減免除による方法のどちらか有利な方法を選ぶことで、所得税の全部又は一部を軽減することができるんじゃ。

熊さん 二つの方法の違いはどこにあるでやんすか？

御隠居 まず、損失の発生原因じゃが、①雑損控除は、災害、盗難、横領による損失が対象じゃが、②災害減免法は、災害による損害だけなんじゃ。

熊さん ということは、「災害減免法」を選択できるのは、災害による損害を受けた場合だけなんでやんすね。対象になる資産に違いはあるでやんすか？

御隠居 ①雑損控除は、生活に通常必要な資産が対象、②災害減免法の場合は住宅と家財に限られておるんじゃ。

熊さん ①と②では、計算方法も違うでやんすか？

— 災害などにあったとき —

砺波税務署

御隠居 そうなんじゃ。まず、①雑損控除額は、④損害金額から所得金額の10分の1を差し引いた金額と③損害金額のうち災害関連支出の金額から5万円を差し引いた金額のいずれか多い方の金額になるぞ。災害関連支出とは、災害により滅失した住宅、家財などを除去するための費用などじゃ。次に②災害減免法の軽減額は、災害にあった年分の合計所得金額が1千万円以下であれば、段階的に所得税の免除又は軽減があるんじゃ。

熊さん へえ、なるほど。

御隠居 また、住宅借入金等特別控除の適用を受けている場合で、災害によって被害を受けたことにより住むことができなくなった住宅用家屋については、居住の用に供することができなくなった年以後の残りの適用年においても、引き続き、住宅借入金等特別控除の適用を受けることができるんじゃ。

熊さん ちゃんと税金面での配慮があるんでやんすね。でも、申告の期限までに申告できない場合はどうなるでやんすか。

御隠居 心配ご無用。災害等にあつて期限までに申告や納付ができないときは、申告や納付などの期限を延長したり、納税を一定期間猶予する制度があるんじゃ。詳しくは国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp>)を見るとよからう。

熊さん わかりやんした、御隠居。日頃からの準備が大切でやんすから、帰って国税庁ホームページを見てみるでやんす。

お米とおかずの相性

「このお米はどのようなおかずに合いますか？」

最近、お客さまから聞かれるようになった質問です。

「お米とおかずの相性」が論点になること自体、昔では考えられなかったことです。それくらいお米の品種が増えてきた証しです。消費者は少しでも品種の違いを理解するために、「おかずとの相性」という切り口を思い付くのです。

私は普段、次のように説明しています。例えば「飯の供」では……。

まず、「お米（ある品種）」と「飯の供」をいくつかの切り口で分解します。

お米は「うま味・粒の張り具合・粘り」の三つ、飯の供は「材料・調理方法・食感・味・形状」といった切り口で分類します。「食感」であれば「ねっとり系かぱりぱり系か硬い系か」、「味」であれば「しょっぱい系か甘い系か辛い系か」、「形状」であれば「まぶし系か固形かドロリ系か」など。そしてこういった切り口同士を表でまとめると「この品種にはどのような飯の供が合うのか」が分かるのです。

この切り口は私独自のものですが、その背景にあるのはいかに「口内調味」を実現できるかに尽きます。

口内調味とは「ご飯とおかずを同時に口の中でしゃくすることにより、

単品では味わうことのできなかった味へ昇華させ、楽しむこと」を指します。これは私たち日本人が昔からの食習慣の中で会得した独自の技、といわれています。

そう、実は表のように複雑に考えなくとも、「口内調味ができるか否か」で「お米とおかずの相性」は見ることでできるのです。

皆さんもぜひ、普段の食事からこの口内調味を意識してみてください。きっと違ったお米の楽しみ方が体験できると思います。

品種 飯の供の食感	うま味がある	粒が張っている	粘りがある
ねっとり系	相性普通	相性良し	相性良くない
ぱりぱり系	相性良し	相性普通	相性良し
硬い系	相性良し	相性良くない	相性普通

白髪

毛髪に色を与えるメラニン色素が何らかの原因で作られなくなると、髪は色素を失い白髪になります。

白髪の大きな原因は加齢です。老化によりメラニン色素を作る機能が低下して白髪になります。白髪は個人差があり、遺伝的な要素もあります。

大きなストレス、栄養不足、睡眠不足などでも白髪が増えることがあります。急に白髪が増えたときは、原因があるか考えてみましょう。

白髪は一度生えても、原因を取り除けば元の色の毛髪に回復できる場合もあります。老化や遺伝的要素が原因の場合



合は回復は望めませんが、ストレス、栄養バランス、睡眠などを改善することで、白髪が減ることはあります。

白髪を気にして白髪を抜くことはやめましょう。毛髪を抜くと毛髪が生えなくなることもあり、また毛を抜くと頭皮に炎症が起こり、色素細胞にもダメージを与えかねません。まだ白髪が少数の場合に、毛髪を根元で切ることは問題ありません。

徐々に増えてきているのが気になる人は、まずは、切ったり染めたりして対処しながら、生活の見直しをして白髪を減らすことを目指しましょう。また、艶のないパサパサ髪は、さらに白髪が多いように見えます。農作業や外出時も帽子をかぶり紫外線を浴びない工夫をし、トリートメントなどヘアケアを継続し、艶やかな毛髪を維持したいですね。

白髪になったからこそ、鮮やかな色の服やメイクが映えるなど、グレーヘアをおしゃれに生かすこともできます。白髪を染める場合も黒やダークブラウンだけでなく、青や紫などを入れたり、自由に髪色を楽しむのもおすすめです。

『私が守りたいもの』（11月号に掲載）

11月1日は自衛隊記念日です。自衛隊の創立に基づいて昭和41年に制定されました。そこで今回は「私が守りたいもの」をテーマにおたよりを募集します。国、文化、健康、趣味の時間など、私が守りたいものとその理由をご紹介します。たくさんのおたよりをお待ちしております。

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

最近あった
ラッキーな出来事

今月のテーマ大賞

初 ひ孫をこの手に抱っこ出来たこと。人生百年時代、玄孫を見れるよう頑張るぞ！
(和ちゃん)



今

青春から「クロスワードパズル」で、JAと新聞社の分て抽選に当たりました。プチなラッキーでした。パズルは脳の活性化にも役立ちます。しかもスポーツ、歴史、時事などや広いジャンルからの出題が楽しみです。改めて、ネットや地図・辞書で調べたりです。認知症予防にもなります。何しろ応募しないと当たりません。コツコツと応募してます。
(高山さん)

コ

ロナで、一年遅れのサブライズ。暦旅行をプレゼントされました。感激！！
(今枝さん)

あ

りがたい出来事です。うちの孫は、小学校の道のり、近所のじいちゃん、ばーちゃんがいつも見守ってもらっています。時には綺麗な花をもらって来たり、お礼のいい言葉もありません。(竹山さん)
●近所のじいちゃん、ばーちゃんもきくと、お孫さんから元氣と笑顔を貰っていると思いますよ。かわいい天使ですね！
(きなこ)

友

達からにんにくを買ったので、早速にんにく油を作りました。前に、NHKのためにガッテンの「丸ごと」にんにくオイルの作り方を思い出して、参考にしました。猛暑の中、熱々のラーメンに小さじ一杯を入れて、汗をふきふき主人とお昼に食べています。最高です。…笑。
(斉藤さん)

地

区の生涯学習教室作品展が南砺市のヘリオスで開催され、自分も出展したが観客から大好評で喜んでる(7月16日～18日)。
(富田さん)

浜

松特産のさつまいもが、早々7月中旬に送られて来ました。沢山の友達にお裾分けして喜ばれました。お返しは、毎年大門そうめんを送り、又、大変喜ばれうれしい出来事です。
(武部さん)

ラ

ッキーが無いのが、ラッキーでしょか？
●「人生楽あれば苦あり」とも言いますが、もちろんラッキーな日々ばかりではないですよ。それでもそう思える六兵衛さんの考え方こそが、すぐラッキーで幸せな生き方なんじゃないかと思えます！
(なっば)

2

ヶ月間ほど体調が悪く精神的にも辛い日々でしたが、食欲もでて発熱もなくなり、回復しました。健康に過ごせない、全てが病んでしまっています。今はこれほどラッキーなことはありません。
(よつばさん)

最

近あったラッキーなことは、テレビの「めざましじゃんけん」で、一日2回キリン生茶が当たったこと(城宝さん)

ご

近所さんから、野菜をたくさんいただきました。その中にあったイエローズッキーニ。これまで使ったことのない未知の野菜です。早速、クックパッドをみて調理してみたら「あら、おいしいー」。近所さんに感謝です。(ハッピーさん)

孫

の小学校でコロナのため学級閉鎖があったが、ようやく通学できるようになり、孫の顔も元氣で笑顔になった。ラッキーな出来事。
(今井さん)

5

年前の母の日に、お嫁さんに頂いたアジサイの花が、今年は見事に咲きました。
(五島さん)

顔

見知りの人から畑になったと言って、大きなスイカ2個もいただきました。高いのでなかなか買って食べようと思わなかったのですが、いただいたので家族6人で、ペロペロとたいてしましました。うれしかったです。
(斉藤さん)

マ

イナンバーカードの手続きをしたら、ポイントが入ってきた。何に使おうかな。
(はらさん)

初

めてネギを植えました。どうすれば良いのか分からなかったのですが、隣の奥さんが土かけや水やりの仕方、植え方等をサッと教えてくれました。お陰で初ネギは成長しています。楽しみ！
(石崎さん)

射

水市内で道路の除草作業をしていた所、ハチク(破竹)が繁茂しており、ちようど食べごろのハチクもあったので、モウソウチクとは違った時期にタケノコを味わう事ができた。
(鶴巻さん)

イ

オンで、くじ引き三等賞当たる。
(篠島さん)

友

達の子供が、高校三年生で怪我をしたが無事に治り、最後の野球の試合に出場できてよかったです。(はたけさん)

交

交通安全教室に県警音楽隊がやって来て、迫力ある演奏を間近で聴いたこと。ワクワクして楽しかったです。
●交通安全教室に県警音楽隊！？思いがけないラッキーでした。おたよりからあなたが体験された迫力のある演奏の雰囲気や伝わって来ました。県警音楽隊の皆さん、演奏を通しての心の取締、御苦労様でした。
(ふみ)

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

年初めて玉ねぎを作りました。玉ねぎの値段が高いので挑戦しました。上出来です。私にもできる！！来年は、数を増やそうと思っています。(池田さん)

一

畑のモグラの穴を通してネズミが、野菜をいろいろ食べていて困る」とと孫に話しました。そしたら、「穴に水を流し込んで、退治してあげると孫が言い、6月のじようろで6杯も入りました。何とそれを、夏休みの自由研究にしてみました。
(今井さん)

屋

敷の周りを片付け掃除して、さっと燃やしてすっきりしたいのですが、燃やせないのが残念です。
(鈴木さん)

夏

とえば、アサガオがかわいいですね。
(野村さん)

猛

暑に大雨、体だけは注意して過ごしましょう。
(齊藤さん)

ス

ズメバチが、20cm位の巣を作った中身が丸見え。だって、ガラスに作ったので家から中身が丸見えです。コワイ！コワイ！！
(菊野さん)

毎

年、かかさずに井波の「太子伝会」に行っています。今年も元氣にお参りでき、万人講を無事納めることができました。何よりうれしかったです。
(小西さん)

姉

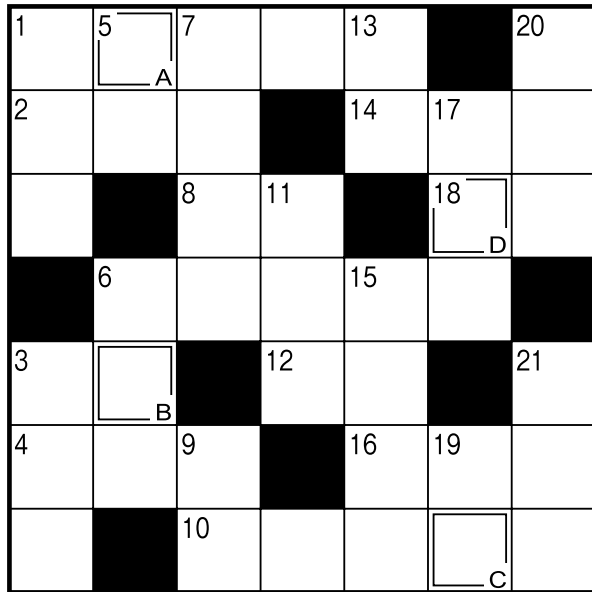
の子の空ちゃんが、3才になり「みわちゃんと呼んでくれ、遊べるようになったこと。
(ミリーちゃんおバちゃんさん)

群

馬島の富岡製糸場に行ってきました。
(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～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

答え

A	B	C	D
---	---	---	---

郵便はがきに、①パズルの答え ②次回のテーマ「私が守りたいもの」、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、ハガキか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 10月17日(月)必着
「ふれあいとなみ野」係
○mail kouhou@ja-tonamino.or.jp

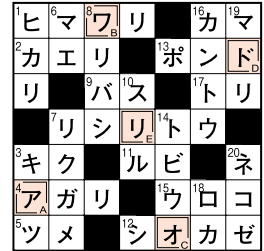
応募締切



当選者 (敬称略・実名掲載)

- 【砺波市】 佐武澄子
- 【砺波市】 佐藤玉代
- 【砺波市】 八田百合子
- 【砺波市】 大伴光子
- 【砺波市】 篠島司郎
- 【南砺市】 齊藤真知子
- 【南砺市】 金田淑子
- 【南砺市】 大窪真典

7月号の答え 【アワオドリ】



ヨコのカギ →

- 巨峰やピオーネ、デラウェアなどの収穫体験ができます
- 竜宮城で舞う魚
- 卵と鶏肉とご飯で親子——を作った
- 実るほど頭(こうべ)を垂れる——かな
- コロコロと気分が変わる人のこと
- 無料です。代金はいりません
- 秋の空にぼこぼここと浮かびます
- ろうそくの炎にガラス板を近づけると付きます
- 学校の教室に並べるもの
- 船が停泊するときに下ろします
- クルミが似合うげっ歯類

タテのカギ ↓

- 機械などのパーツのこと
- オクトーパフェスト発祥の国です
- 中国の大きな打楽器
- 好・始・娘・妹は——偏の漢字
- 池の——によって、土地を増やした
- 日本国憲法では——の下での平等が保障されています
- 学校の運動会で踊ることもあります
- 視聴——、円周——
- 海水の影響で塩分を含む湖
- 台所のこと。漢字で書くと「厨」
- たんすやソファなどのこと
- ノーの反対語
- 阿寒湖のものは国の特別天然記念物

チャーター便の運航は航空会社による
政府許可を条件とします。

富山きときと空港発着

富山からチャーター便で行く

国境の島と神秘の島をめぐる旅

対馬・壱岐

3日間

●旅行日

2022年11月2日(水)～4日(金)

●旅行代金(大人・子供同額/お一人様あたり) 旅行代金に燃油サーチャージが含まれております。

155,000円～188,000円

※写真はイメージです。写真提供:長崎県文化観光国際部観光振興課

ご旅行のお申込み・お問合せは

となみ野セントラルツアー

TEL. 0763-32-8625

住宅の新築、リフォーム、他金融機関からの借換をご検討の方へ

住宅ローン

3大疾病付10年固定



年0.90%

【保証料込】(基準金利年3.30%)

※基準金利は令和4年9月1日の金利です。
原則毎月見直しします。

※現在利用中のJA住宅ローンのお借換には
ご利用いただけません。

他金融機関でお借入中のローン(500万円まで)も含めることができます。

※ローン商品の詳しい内容については、ホームページの説明書をご覧ください。

※本店融資課にて返済額の試算を承っております。

※金利引下げ条件については本店融資課までお問い合わせください。

※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。

なお、ネットバンクからの一部繰上返済の手数料は無料です。

スマホからのWeb申込みはこちらのQRコードから
パソコンからのWeb申込みはJAとなみ野HPから
(24時間いつでも事前審査申込OK)



JAとのお取引が初めての方もお気軽にご相談下さい。

JAとなみ野



毎週日曜日営業中!!

AM10:00~PM5:00まで本店南館においてローン相談会を開催しています。
平日は仕事で相談に行けない、ゆっくりと相談したい、という方はぜひ日曜日にご来店ください。
また、事前に来店予約をしていただきますと、スムーズにご案内させていただきます。

保冷库キャンペーン

キャンペーン期間

令和4年 7月1日(金)~9月30日(金)

お問い合わせ先

JAとなみ野
農業機械センター
FAX TEL 砺波市五郎丸994
0766315815520
0766315815568



玄米 保冷库



キャンペーン対象メーカー

井関・静岡・やまびこ・丸山

白米 保冷库



キャンペーン対象メーカー

井関・クボタ・静岡



期間中

ご成約された
お客様にもれなく
プレゼント

富山県 JAオリジナル

ペットボトルお茶 プレゼント!

いずれか1ケース

※写真はイメージです。※本キャンペーンは、景品表示法にもとづき実施いたします。※お茶の種類は選べません。



JAとなみ野 ご来店予約サービス はじまりました！

ホームページよりご来店予約していただくと、お待たせする事がなく、スムーズにご対応させていただきます。（ご来店日の2日前までご入力下さい）

相続・ローン・共済についてご相談・お手続きがある方は、ぜひご来店予約サービスをご利用ください。



JAとなみ野 ホームページ> アドレス <https://www.ja-tonamino.jp/>

QRコード



JAとなみ野 YouTubeチャンネル

チャンネル登録
よろしくね！

おすすめ動画



JAとなみ野紹介



【となみ野特産】
大門そうめん早食い世界大会に
参加しました！【大門素麺】

JAとなみ野やJA管内であった出来事を
YouTubeとTwitterで随時配信中です！



理事会だより

令和4年8月24日(水)

付議事項

●詳細は各支店にお問い合わせ下さい。

1. 「資産査定要領」「資産の償却・引当要領」の一部改正について
2. 大口貸出金の承認について
3. 子会社の土地取得について
4. 令和4年度産米買取価格の設定について
5. 令和4年度産米集荷向上対策について
6. 農業機械センターの改良工事(固定資産取得)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 令和4年度監査計画概要について
2. 令和4年度第1四半期末内部監査報告書について
3. 令和3年度末基準体制整備モニタリングの結果について
4. 2022となみ野農業まつりについて
5. 理事との契約にかかる報告について
6. 7月末財務の状況及び6月末月次損益について
7. 7月末支店別組合員異動状況について
8. JA賃貸住宅ローン「一般型」貸出金利の制定について
9. 種子調製選別施設取得(製造請負工事)に伴う入札結果について
10. 令和3年度産米の販売進捗状況について
11. 令和4年度産たまねぎの出荷状況について
12. 令和5年度産たまねぎ「作付計画」について
13. 農機フェア2022実績 資材配送センターあぐり館感謝セール実績および担い手農家座談会開催結果について
14. 7月末事業実績について

私たちのJA

令和4年7月末現在

正 組 合 員	9,047人 (9,245人)
准 組 合 員	4,204人 (4,292人)
貯 金	1,889億 78万円 (1,864億1,983万円)
貸 出 金	240億7,308万円 (240億3,239万円)
長期共済保有高	4,302億 550万円 (4,478億4,621万円)
購買品供給高	16億7,997万円 (14億3,409万円)
販売品販売高	17億7,284万円 (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

■年金来店感謝デー

○10月14日(金) まると牛乳 1パック500ml

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9月号 令和4年9月10日発行 第331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