

ふれあいとなみ野

Tonamino



January

1

2021 Vol.311



迎春



今月の表紙

砺波切花研究会

チューリップの花束贈呈

▶ホームページに関連記事掲載

年頭のご挨拶



代表理事組合長
佐野 日出勇

令和3年の年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。
組合員をはじめとする皆様方におかれましては、ご家族お揃いで健やかに新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

併せて旧年中は当JAの各事業に対し、格別のご支援・ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。
昨年は新型コロナウイルス感染症の世界的な感染拡大の影響により、我が国ではインバウンド需要の減少や世界経済の下振れを背景に、輸出が大幅に減少したほか、緊急事態宣言の発令による外出・営業の自粛等により、企業活動や家計消費活動が大幅に低下するなど、現在も経済は大幅に落ち込み、極めて厳しい状況にあります。
一方ではワクチンの開発が進み、各国で投与を開始するなど明るい兆しも見えてきていますところですので。

JAをめぐる情勢は、農業就業者の高齢化と世代交代により農業者の減少に歯止めがかからず、正組合員の減少により組織基盤が変化しており、准組合員の拡大やJA運営への意思反映・運営参加に向けた取り組みが課題となります。
持続可能なJA経営基盤の確立・強化に向け、経済事業の収益向上・収支改善の取り組みや店舗再編の取り組みが必要になっていきます。
このような中、JAとなみ野では組合員の暮

らしを守り、農業者の所得増大をめざし、各事業に取り組みます。

営農面では、高温対策の為の計画的な土づくりを継続的に推進し、高品質で高収量の確保に取り組みほか、産地間競争に勝ち抜く米づくりをすすめ、複数年契約への取り組みや実需との連携した生産販売体制の強化を図ります。また、基幹施設である福野カントリエレベーターの改修を行い、農業者の経営の安定を図ります。

さらに、暗渠排水や大区画化による農地の汎用化、スマート農業技術の活用による生産性の向上とコスト低減を連動させた取り組みを加速するとともに、施設園芸を加えた「となみ野型複合経営」をさらに進め、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。

生活面では、総合農協の特色を活かした相談・提案機能の強化により、利用者満足度の向上に取り組みます。また直売所を拠点とした「食」と「旬」の情報発信と新鮮で美味しい地場産物の消費拡大に取り組み、健康で心豊かな暮らしの実現と食育や健康管理活動に力を注ぎます。

運営面では、令和4年に向けた店舗・ATM再編につきまして、昨年、支店運営委員・総代の皆様にお繋ぎさせていただきました。第26回通常総代会において承認を賜りまして、持続可能な経営基盤の確立・強化に努めてまいりますので、皆様方のご理解とご協力をお願い申し上げます。

今後は、さらなる自己改革をすすめ、組合員をはじめとする地域の皆様のニーズの変化と多様化に対応しながら組合員の利益を最優先の目標として取り組みます。

最後になりましたが、皆様方の益々のご健勝とご多幸をお祈り申し上げますとともに、今後ともJAとなみ野に対しまして、変らぬご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。年頭のご挨拶といたします。

新春を迎え
組合員・ご家族皆様方のご多幸をお祈り申し上げます



代表理事組合長

佐野 日出勇

常務理事

土田 英雄

荒川 弘章

代表・常勤監事

佐藤 章一

理事

山川 浩

堀田 昭久

南 賢二

横山 平男

宮川 清一

北井 栄一

重原 一雄

田邊 一彦

山本 弘

古瀬 悟

堀田 敬三

森松 敬

松平 信隆

稲垣 貢

澤田 秀継

梅本 恵子

松澤 景子

長谷川 英子

監事

瀧沼 美喜夫

上田 清信

上保 福夫

年頭あいさつ



青年部 委員長
平木 利幸

新年明けましておめでとうございます。

皆様には、輝かしい新春を迎えられましたことに心よりお慶び申し上げます。また、平素よりJAとなみ野青年部の活動に格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年は、年明け早々国内外が新型コロナウイルス危機に直面し、年間を通して暗いニュースに終始する状況でありました。全国的に緊急事態宣言が発せられる中、3密を回避する事を中心とした「新たな生活様式」を受け入れることで普段の生活環境が一変し、産業分野はもろんの事、教育、医療福祉方面においては非常に大きい影響を受けていることは周知のことと存じます。何より一日も早い新型コロナウイルスの終息を切に願うものがあります。

農業分野においても例外ではなく、国内で生産される農産物も多種行事の中止、外出制限等により生産者が丹精込めて育てた生産物が出荷停止と

なるなど、多大な影響を受けました。こうした厳しい環境下にあっても、当組合管内における主要作物のコメや大麦、大豆、たまねぎをはじめとする園芸作物等の栽培については計画的に作付け・生産が進み、おおむね順調に収量が確保されたものと考えております。

さて、当青年部活動においては同様に従来の活動が制限されることとなり、「新たなま祭」や「農業まつり」等における盟友同士の相互交流や、地域の皆様との触れ合いの場も残念ながら中止せざるを得ないこととなりました。そのような中でも各支部に於いては、感染拡大防止、ソーシャルディスタンスの確保を図りながら、作物栽培、庭木防除作業等に精力的に取り組み、農業を通じて地域に貢献する活動も、各支部の盟友一同が一丸となって取り組んでまいりました。

これからも厳しい農業事情ではありますが、様々な諸問題を見据え、率先して地域や政治等の国内情勢に目を向けながら課題解決に努めてまいります。また大地の恵みである農業を守り、未来の子供たちへ農業がもたらす恩恵を伝えていけるよう青年部活動を展開し、その輪をさらに広げて行きたいと思っております。

終わりになりますが、皆様方の益々のご発展と、ご健康、ご多幸をお祈りすると共に、今後とも青年部活動にご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。年頭のご挨拶とさせていただきます。

新年のご挨拶



女性部 部長
千々石 弥生

新年明けましておめでとうございます。皆様方におかれましては、ご家族お揃いで新たな年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃より、JAとなみ野女性部の活動にご理解とご協力を賜り、心よりお礼申し上げます。

新型コロナウイルス感染症、感染拡大の影響を誰もが大きく受けた2020年。地域コミュニティのあり方や、人と人とのつながり方をも変えることになりました。

JAとなみ野女性部は、個人会員を募り新たなJAとなみ野女性部として歩み始め、現在個人会員は、110名の方に登録いただきましたが、今までに経験したことのない感染症の流行により、恒例の「味噌作り講座」を開催したところでの後の活動停止を余儀なくされました。

その後、女性部役員会を開催し年内の活動について協議しましたが、県JA女性部の行事も年内中止の決定がなされたのを受けて、となみ野女性部も参加される方々の安全を考慮し活動を中止することにしました。女性部活動を楽しみに加入して下さった皆様には、ご迷惑をおかけすることになり大変申し訳ありません。役員会で来年度の活動に向けた意見の中に「エコープ商品研修」は是非やってほしい！「味噌作り講座」「ウオーキング講座」や「伝承料理講座」などの意見が出ました。女性部会員の皆様のニーズに合った活動が出来るように協議してまいりたいと思っております。

終わりに、この事態が一日も早く終息し、平穏な生活を取り戻し皆様と笑顔でお会いできる日が来ますようお祈り申し上げますとともに、今後とも女性部活動にご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



1 富山県農村文化賞を高波地区球根組合が受賞

JA となみ野 本店



▲受賞を報告する水越組合長(右から2人目)

県内で農業振興や地域活性化に努める団体を表彰する第69回富山県農村文化賞を、JAとなみ野管内の「高波地区球根組合」が受賞しました。12月3日、同組合の水越久男組合長らがJA本店を訪れ、JAの土田英雄常務に受賞の喜びを報告しました。

同組合は地域の合意のもと、作業を共同で行ったり補完し合うブロックローテーション方式で球根を栽培し、県の育成新品種や希少性が高い品種の生産拡大にも取り組んでいます。毎年4月に、圃場を開放し「高波チューリップまつり」を開催。チューリップの美しさや魅力を発信しています。

平成28年からはチューリップ球根の「ネット栽培」の実証を進め、作業の省力化・実用化を目指しています。水越組合長は「地域や各団体と連携し、チューリップ栽培を次世代に繋げたい」と話しました。

2 担い手農家・営農組織代表者懇談会を開催

JA となみ野 農業機械センター

JAとなみ野は12月8日、9日の両日、JA農業機械センターで担い手農家・営農組織代表者懇談会を開きました。管内の農家をはじめ県や市、JA役職員ら約200人が出席しました。

懇談会では、JAとなみ野が令和4年に予定している店舗・ATM(現金自動預払機)の再編計画や南砺市苗島の福野カントリーエレベーター改修計画について説明を行い、今年度の稲作反省と次年度対策、令和3年度の事業方針に関して報告しました。

佐野日出勇組合長は「経済の停滞や米消費の減少で農業関係者にとって大変厳しい環境となっているが、園芸品目による複合経営の確立と農地整備による生産性の向上に取り組み、農業所得の増大につなげたい」とあいさつ。

JA経済部が、業務用米の生産拡大や大豆生産に対する助成、ハウスを活用した小松菜栽培支援などの事業計画を伝えました。



▲担い手農家や営農組織の代表者約200人が出席

3 砺波切花研究会 チューリップ出荷開始

JA となみ野 本店

砺波切花研究会は12月14日、今シーズンのチューリップ切花の出荷を開始しました。翌年の3月末まで約50品種、27万本のチューリップ切り花の生産を予定しています。

今年は「カバナ」、「ディージェイパーロット」、「デルタストーム」などを新たに栽培します。切り花はクリスマスや正月、バレンタインなどの贈答品として注文販売し、1月中旬から、東京・日本橋とやま館や恵比寿三越でPRイベントを予定しています。

この日は清水穂会長、仙道秀松顧問、福島洋一理事がJAとなみ野本店を訪れ、荒川弘章常務に初出荷を報告し、色とりどりのチューリップを組み合わせた花束を手渡しました。清水会長は「例年より開花が早めだが、病気もなく順調に生育している」と話しました。



▲チューリップ切花の出荷準備をする従業員

○砺波切花研究会
<https://tulip-gift.jp/>



1 今季最後の営業 野菜求め盛況

砺波市福岡 梅檀野地場産野菜直売所



▲農産物を買求める来店客

砺波市福岡の梅檀野地場産野菜直売所は12月9日、今季最後の営業を行いました。午前9時の開店前から店の前には40人ほどの行列ができ、営業が始まるとともに買い物客が目当ての農産物を買求めました。

店内にはハクサイ、ネギ、ダイコン、カブなどの野菜や甘酢レンコン、ユズのマーメイドなどの加工品が並びました。砺波市庄川町の斉藤明江さんは「野菜の香りが強く、新鮮なものが揃っており今年は何度も来た」と話しました。開店1時間で店内のほとんどの商品が売り切れました。

直売所の山岸節子店長は「今年は地元だけでなく隣の射水市や高岡市からも店に来てもらい、店舗での売上は例年以上になった」と締めくくりました。

2 チューリップフェアへ 育てた球根植え込む

砺波市大門 富山県花卉球根農業協同組合

令和3年の4月に行われる「2021となみチューリップフェア」の開催に向け、砺波市内のチューリップ球根生産者が12月15日、自ら育てた球根を持ち寄り、プランターに植え込みました。

砺波市大門の富山県花卉球根農業協同組合に集まった組合員ら12人は、赤色の「とやまレッド」や「紅美人」、ピンク色の「アプリコットインプレッション」など9種類の球根を50基のプランターに30球ずつ植えました。プランターはフェア会場内にあるチューリップ四季彩館前の、いろどり花壇に飾られます。

同市の球根生産量は全国で最も多く、同組合は昨年チューリップ球根を560万球出荷しました。埜村丈雄組合長は「今年はチューリップフェア開催70周年を迎えるので、たくさんの方に来てもらいたい」と話しました。



▲プランターに球根を植える生産者

3 紅白の葉ボタン収穫

砺波市東保 農事組合法人田中営農組合

砺波市東保の農事組合法人田中営農組合で12月17日、葉ボタンの収穫が行われました。組合員3人は100号ほどに育った葉ボタンを抜き取り、はさみで根を切り60号の長さに揃えました。

同組合は平成28年から複合経営の一環として、ビニールハウス2棟に赤色の「恋姿」と白色の「晴姿」を栽培しています。今年は葉ボタンの周囲をマルチシートで覆う栽培技術を導入して作業工程の改善を図り、販売額60万円を目指します。

園芸担当の宮崎昭治さんは「今年は葉ボタンの色付きが良い。お正月の生け花や門松に利用してほしい」と話しました。葉ボタンは富山中央花き園芸と道の駅砺波の農産物直売所「となみ野の郷」に年末まで出荷しました。



▲葉ボタンを収穫する宮崎さん(中央)



4 五ヶ営農組合が設立

砺波市庄川町五ヶ 五ヶ集会場

農事組合法人「五ヶ営農組合」の設立総会が12月12日、砺波市庄川町五ヶの五ヶ集会場で開かれ、組合員や県、JAなど26人が出席しました。

前身の「五ヶ機械利用組合」は昭和51年に設立。組合員の減少や高齢化などに対応するため法人化しました。栽培面積は42畝で組合員47人で構成します。

同地区は全国でも有数の種もみ産地で、他に大豆やタマネギなどを栽培します。将来は庄川ネギやハクサイの栽培、育苗施設の取得を計画しています。

川田秋夫組合長は「種もみ生産を中心に経営基盤を強化し、さらなる発展を目指したい」と話しました。



▲議案について審議する組合員



2



1



5



4



3

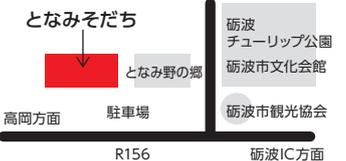
- 1 インバウンド（訪日外国人観光）向けに、日本の神社をイメージして作られた店舗
- 2 鳥居をくぐり太鼓橋を渡ったあと、正面に構える社
- 3 えごまや昆布、紅芋などが練り込まれた色とりどりの素麺
- 4 人気メニューの黒毛牛肉鍋うどん
- 5 炭火で焼かれた鮎はテイクアウトにも対応します

自家製麺 工場直送

となみそだち

砺波市宮沢町の道の駅砺波に11月30日、砺波市特産の大門素麺や鮎の塩焼きを提供する飲食店「となみそだち」がオープンしました。テーブル席では流しそうめんが楽しめるほか、手延べうどん、里芋田楽なども味わえます。席数は55席でテーブル席が11卓。営業時間は夏季11:00～20:00、冬季11:00～18:00で営業します。

富山県砺波市宮沢町3-11
TEL: 0763-33-6735



となみそだち
酒井亨人店長

当店の麺はすべて職人が作る自家製麺です。自社で製造したものを直接販売できる場を持ちたいと思い、オープンしました。たくさんのご来店をお待ちしています。



蟹座
6/22～7/22

【全体運】少しのんびりモードで進めるのが成功のコツ。大事な予定は下旬にセッティングすると星の加護が得られます。
【健康運】継続は力なり。いつもしている健康法が◎ 【幸運の食べ物】ダイコン

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%

さらに!

(令和2年11月2日現在)

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!

保証料は全期間助成致します!

※後取分割方式のみ、最大10年間全額助成致します。
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店頭の説明書、またはホームページの説明書をご覧ください。

※店頭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、各種営農ローンをお取り扱いしています。窓口にてご相談を受付けております。

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～

新規生産者 募集説明会

日時：令和3年2月21日(日) 午後2時より

場所：JAとなみ野農業機械センター 2階会議室

(砺波市五郎丸994)

「新しくニラを生産したい」

「栽培に興味がある」

そんな皆様へ、説明会を開催します。

●複合経営を目指す中核農家・営農組合の方々

●今後本格的に農業に取り組みたい方

●農業が好きで、やる気ある生産者の方 是非、お越しください!



生産と入会、その他
お問い合わせ先

JAとなみ野 井波中央支店 TEL (0763) 82-1552





とやまのカン(寒)・カン(甘)野菜 食べてみられ!

～とやまの寒は甘い! カンカン野菜 期間限定～

カンカン野菜ってどういう野菜?

富山などの雪国では、昔から雪が降る前に収穫した野菜を土の中(雪の中)に埋めて越冬保存しながら食べていました。寒さで凍結を防ごうと、野菜は糖分を増やし、蓄積するんです。だから冬の野菜はおいしいんですね。

そこで、冬期間の気象条件を活かし、「甘い」、「やわらかい」等の付加価値をセールスポイントにできる冬季野菜を『とやまのカン(寒)・カン(甘)野菜』と名付け、消費者の皆様へ冬季限定の美味しさを届けるために生産拡大を図っています。JAとなみ野でも、冬季間の雇用創出・有休ハウスの有効活用も兼ねて、生産拡大に取り組んでいます。

特性を活かした品目を指定

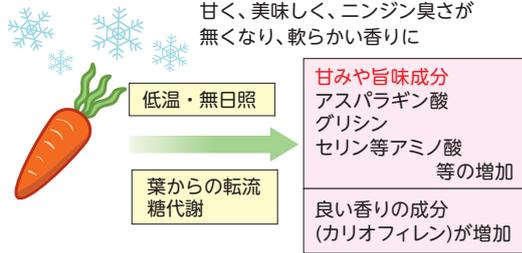
特 徴	品 目		
低温下でゆっくり育て、甘さをじっくり育む	露地栽培 (雪中栽培)	キャベツ にんじん かぶ だいこん	
	ハウス栽培	白ねぎ かぶ プチヴェール なばな アスパラ菜(オータムポエム) いちご	
		ハウス栽培	ほうれんそう ちぢみこまつな
			露地栽培

寒締めこまつ菜は、今期から『ちぢみこまつな』になり、より美味しさが増しました。肉厚で食感にすぐれ、ちぢれた葉で、見た目でも差別化を図りました。

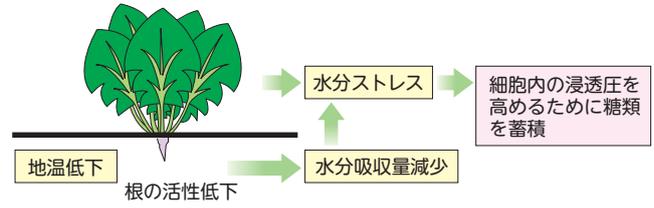


カン(寒)・カン(甘)野菜の美味しさの「ひみつ」

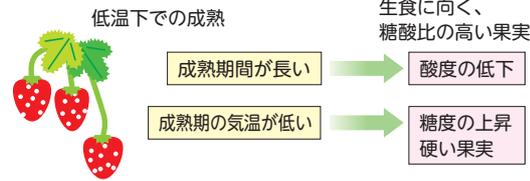
①雪下栽培



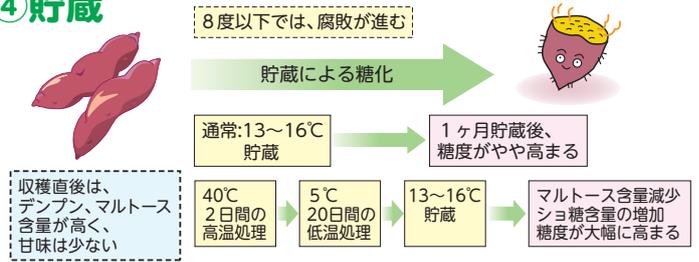
②寒締め栽培



③長期熟成



④貯蔵



●販売期間

R2年12月22日～R3年2月下旬(予定)

●販売場所

県内各スーパー野菜売り場にて

雪だるま
マークが
目印です!!



●いろいろな料理で食べてみられ!

カン(寒)・カン(甘)
野菜の豚しゃぶ

材料

- 豚肉(しゃぶしゃぶ用)
- 寒締めこまつな(ちぢみこまつ菜) 1袋(200g)
- 雪中にんじん
- ハウス白ねぎ

- こまつなは根元を切り落とします。にんじんは薄い短冊切りにします。ねぎは薄い斜め切りにします。
- 鍋に水とにんじんを入れて火にかけます。
- 沸騰したら弱火にして、豚肉を1枚ずつ、こまつな、ねぎを入れて、具材に火が通ったら完成です。
- 豚肉と野菜をお好みのたれにつけてお召し上がりください。

富山県園芸振興推進協議会・富山県野菜協会

寒締めこまつなの
ささみ和え

材料

- 寒締めこまつな(ちぢみこまつ菜) 1袋(200g)
- ささみの缶詰
- マヨネーズ
- 大さじ2
- しょうゆ
- 大さじ1
- ブラックペッパー 適量

- こまつなをゆでる。(約1分)
- 水けを切って3cmほどの大きさに切り分ける。
- ささみの水けを切る。
- こまつな、ささみ、マヨネーズ、しょうゆ、ブラックペッパーを和える。

ささみを
ツナ缶にしても
おいしいよ!

富山県園芸振興推進協議会・富山県野菜協会

甘・辛・旨!
寒締めこまつなのキムチ和え

材料

- 寒締めこまつな(ちぢみこまつ菜) 1袋(200g)
- 白菜キムチ 50g
- かつお節
- しょうゆ
- 大さじ2/3 (10cc)

- こまつなをゆでる。(約1分)
- 水けを切って3cmほどの大きさに切り分ける。
- 白菜キムチを食べやすい大きさに切る。
- こまつな、白菜キムチ、かつお節、しょうゆを和える。

こまつなを
ほうれんそうにしても
おいしいよ!

富山県園芸振興推進協議会・富山県野菜協会

生産者募集中です! お気軽にお問い合わせください。
経済部生産企画課 TEL 0763-32-8619



第4回介護研修

「のぼそう健康寿命」～いつまでも自分らしく生きるために～

12月5日(土)、農業機械センター大会議室において「JAとなみ野ほほえみの会 25周年記念講演会」を開催しました。

佐野日出勇組合長より、ご祝辞を賜り、その後に25年の歩みを振り返りました。

新型コロナウイルス感染予防対策を最大限に考え、今回は会員のみで行いました。

講師の厚生連高岡病院健康管理センター 管理栄養士 林睦美さんに「のぼそう健康寿命」と題して、ご講演いただきました。

映像を交えて「あなたの25年は…」と25年前、現在、そして25年後の自分はどのように過しているでしょうかと私たちに投げかけ、振り返ったり、想像する時間を与えて下さいました。

健康寿命とは、からだも心も健康で、自立した日常生活のできる期間です。認知症がなく、食事、更衣、排泄、入浴などができなくてはなりません。

生活習慣病にならないように「7つの習慣」を身につけましょう!!

健康寿命をのぼす「7つの習慣」

1. 生活習慣病を知って予防しよう
2. 適切な食生活を目指そう
3. 適度な運動をしよう
4. 十分な睡眠をとろう
5. 禁煙しよう
6. お酒と上手につきあおう
7. 歯・口腔の健康を守ろう



健康寿命をのぼす秘訣は、①血圧②血糖③生きがいです。

「7つの習慣」をもとに、自分の生活を見直し、健康でいつまでも自分らしく生きるための大切さをあらためて考えさせられた講演でした。



挨拶を述べる
則島淑江会長



祝辞を述べる佐野組合長



25周年記念講演会



講師の林さん





シェフ永井のおすすめ

茨城県笠間市にある「天晴(旧キッチン晴人)オーナーシェフ 永井 智一



「トマトと豚ひき肉の あえうどん」

材料(1人分)

豚ひき肉	200g
カットトマト缶	60g
タマネギ(みじん切り)	1/2個
カレー粉	小さじ2
かつおだし汁	1カップ
みりん	大さじ4
しょうゆ	大さじ2
ローリエ	1枚
生パジルの葉	10枚
冷凍うどん	1玉
サラダ油	大さじ1

作り方

- (1) フライパンにサラダ油を熱して豚ひき肉、タマネギをしっかりと炒めてからカレー粉、カットトマトを入れ、さらに5分ほど炒める。
- (2) (1)にかつおだし汁、みりん、しょうゆ、ローリエを入れ、煮詰めていく。
- (3) 汁が少し残る程度で火を止め、パジルの葉を粗く刻んで入れる。
- (4) ゆで上げたうどんが熱いうちに(3)を絡ませ、器に盛り出来上がり。

「アサリとイワシの ミネストローネ」

材料(2人分)

アサリ	250g
イワシ水煮缶	300g
カットトマト缶	180g
タマネギ(粗みじん切り)	1/2個
白ワイン	1/4カップ
水	2カップ
大豆水煮缶	100g
ローリエ	1枚
しょうゆ	大さじ2
塩・こしょう	適宜
生パセリ(細かく刻んだもの)	適宜
オリーブ油	大さじ2



作り方

- (1) フライパンにオリーブ油、タマネギ、アサリを入れ、弱火で5分ほど炒める。
- (2) (1)に白ワイン、水、カットトマト、ローリエ、イワシの水煮、大豆水煮、しょうゆを入れ、中火で20~30分煮込んでいく。
- (3) 塩・こしょうで味を調え、器に盛り付け仕上げにパセリを振り出来上がり。

私の食育日記

食育インストラクター

岡村 麻純



その夜、豆腐のおみそ汁を食卓に出すと、息子は「ママ、大豆を入れちゃってるよ」と笑いながら、普段残しがちなおみそ汁をきれいに飲み干してくれました。知ることによって、食育が楽しくなってきたことに、私も嬉しくなりました。

大豆のすごいところは、脂質・タンパク質共に豊富なことです。人間の体内のタンパク質は20種類のアミノ酸からできていますが、そのうち9種類は、体内では作ることができない必須アミノ酸です。大豆にはその必須アミノ酸が全部含まれています。そのうちのリシンやトリプトファンが多く含まれていますが、これは穀類には不足しがちなアミノ酸です。つまり、ご飯とおみそ汁というコンビは、少ない必須アミノ酸をお互いに補いつつ、最強コンビなのです。和食って素晴らしい。

大豆のすごいところは、脂質・タンパク質共に豊富なことです。人間の体内のタンパク質は20種類のアミノ酸からできていますが、そのうち9種類は、体内では作ることができない必須アミノ酸です。大豆にはその必須アミノ酸が全部含まれています。そのうちのリシンやトリプトファンが多く含まれていますが、これは穀類には不足しがちなアミノ酸です。つまり、ご飯とおみそ汁というコンビは、少ない必須アミノ酸をお互いに補いつつ、最強コンビなのです。和食って素晴らしい。

息子は大豆が大好きです。ケーキより和菓子を好みます。そこでいつも小豆をまどめて煮て小分けして冷凍し、アイスにのせたりパンに付けるのはもちろん、カボチャと一緒に煮たり、お米と炊いたり、おやつにも食事にも登場します。小豆はタンパク質が豊富で必須アミノ酸を多く含み、便通促進効果があるとされるサポニンも含まれているので、親としては、豆類、小豆や大豆製品をしっかりと食べてくれると安心です。そんな話を息子にしたら、まさか「大豆は食べてないよ」という返答が。いやいや、たくさん食べていますよ。というところで、おうちにある物で、大豆からできている物を探してみることにしました。

大豆探し



フレンドリー広場

ほの
ほの
夫婦

五鹿屋

かた た けい いち
堅田 敬一さん (72)
な お み
尚美さん (68)

一ご職業など、これまでを振り返って

- J-POWER (電源開発株式会社) 子会社の情報処理会社で、火力発電所を設計する際の構造計算や、原子力発電所のシミュレーションプログラムを設計・運用していました。入社当時の大型計算機が、今の家庭用パソコンより性能が低かった事もあり、深夜まで働く日が数ヶ月続いた事もありました。
- 看護師として3年間働いたあと結婚し、千葉県で専業主婦をしていました。40歳の時に子供3人と主人の実家で暮らし始め、その後やなげ苑や保健所に勤めました。富山での生活は特に不便を感じることもなく、新しい友達もたくさん出来ましたし、子どもたちも地域に馴染んでくれたと思います。

一趣味・楽しみなど

- 参加者を募り、毎年3月～10月に月1回程度、登山に行きます。地元の仲間や定年後に通った小矢部園芸高校の友達など、毎回10人前後が参加します。美しい景色や高山植物を見る楽しみのほか、体力づくりも兼ねています。
- 映画鑑賞と読書です。映画はイオンモールやファボーレに行ったり、Netflixでも観ています。アニメが好きで、特に名探偵コナンを気に入っています。劇場版の公開が1年延期になり、今から待ち遠しいです。



一夫婦円満の秘訣はありますか

- 時々、口喧嘩をしてガス抜きをしています。子どもや孫が間に入ってくれる事で、2人のコミュニケーションが円滑になっています。
- 主人が嫌がるので干渉しすぎないことを意識しています。仕事柄、人に構いすぎるところがあるので気をつけています。

一お互いに一言

- しっかり検診を受けて健康でいて下さい。
- これからも一緒に歩んで行きましょう。

選教の園

若茅旬会

鳴知るやこの堰この水四百年 砺波市庄川町	真鶴や生きる力も連れてきて 砺波市	脱皮する想ひで沈む初湯かな 砺波市	梵鐘や一打一打に散る銀杏 砺波市	丹田の少し力みて冬立ちぬ 砺波市	里山の小春だけのせバスが出る 砺波市	ストレッチしつつ声聞く渡り鳥 砺波市
藤井 雅晴	平岡千香子	中 邨 宗承	水 木 柳子	宮 田 衛	高 島 潤	西 出 紀子



庄 下

チーくん(10)
(雑種)

〈ご主人〉根尾 知道さん

10年前に、砺波市にある富山県西部体育センターに捨てられていたチー。そこで友達とポテトチップスを食べたら近寄ってきました。グルメなのは変わらず、最近太りぎみです。肥満猫用のキャットフードをあげていますが味が好みでないらしく、他の猫のものを食べてしまいます。ダイエットを頑張ってください。



山羊座
12/22～1/19

【全体運】金運に恵まれます。欲しかった物がお得に手に入る幸運も。アルバイトやサイドビジネスにもツキあり。
【健康運】体を鍛えるチャンス。筋力アップの運動を 【幸運の食べ物】 キンメダイ

うちの元気くん



東山見

もり た りょうや
森田 峻矢くん (5)

★おうちの人から一言
のびのびと自由奔放に
大きくなってね。

パパ：直樹さん
ママ：淑恵さん

はじめまして！大きくなったら警察官になりたい峻矢です☆去年は川へ行ってコアジやサヨリを200匹ぐらい釣ったんだ♪魚はお父さんとさばいた後、フライにして10匹以上食べたよ♪全部食べきれなくて親戚にもあげたんだ。今年は大好きなサッカーで、たくさんゴールを決めたいな。

うちの元気ちゃん



東別所

まん ぼ あかね
満保 彰音ちゃん (5)

★おうちの人から一言
兄弟仲良く元気に
すくすく育ってね！

パパ：順治さん
ママ：淑恵さん

こんにちは！最近、漫画の鬼滅の刃に出てくるキャラクターを描くことに熱中している彰音です♪大きくなったら鬼殺隊に入りたいんだ♪あとは家で飼っている黒猫のココに、おやつのCIAOちゅ～るをあげたりしているよ。今年は家族みんなで山へキャンプに行つて、ボートに乗ったりテントに泊まったりしたいな☆

健康百科

厚生連高岡病院
外科診療部長

はら たくお
原 拓央



ダヴィンチサージカルシステムXiによる 胃がん手術がはじまりました

〈外科手術の新たな潮流〉
2年前に高画質の4K腹腔鏡による外科手術についてお伝えしました。本年はさらに1台の4K腹腔鏡を増強し、各臓器の手術が精細に行える状況が整いました。また当院では次世代のロボット支援手術(ダヴィンチサージカルシステムXi)が導入されたことも紹介して参りました(2019年9月に泌尿器科から開始)。今回は外科・消化器外科におけるロボット支援手術導入後の状況についてお知らせいたします。
現在のところ当科で本術式の対象としているのは大腸がんのうち直腸がん、および胃がんです。直腸がんは2019年11月からロボット支援手術を開始し、導入後の1年間で標準的な手術はもちろん、きわめて難易度の高い側方リンパ節郭清や骨盤内蔵全摘術等を含む約70例の手術が安全に実施されました。当院の小竹消化器外科診療部長は術者資格に加え直腸がんでは北陸初の日本内視鏡外科学会プロクター(指導者)に認定

されました。また、羽田外科診療部長待遇も直腸がんの術者資格を取得し、順調に症例を積み重ねています。
さらに2020年8月からは胃がん手術にも対象を拡げました。私自身が術者資格を取得し、これまでに胃切除術(3分の2の切除)や胃全摘術など約10例の手術が行われました。ロボット支援手術は精細な3D画像を見ながら関節機能を有する器具を用いて行うため、非常に緻密な操作が可能になります。術後の経過も良好で、高難度手術の合併症(手術に起因するトラブル)を低減できる手段として大いに期待が持てるところで

す。
今後とも先進的な技術導入を怠らずに研鑽を重ね、地域の皆様に良質な外科治療を提供できるよう努めて参ります。



『おすすめの映画』 (3月号に掲載)

3月21日は「カラー映画の日」です。昭和26年の同日に、戦後日本初の国産カラー映画として「カルメン故郷に帰る」が公開されたことにちなみ制定されました。そこで今回は「おすすめの映画」をテーマにおたよりを募集します。映像が美しい、何度も観たくなる、好きな役者が出演している等、おすすめの映画をご紹介します。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

2021年
わたしの目標

今月のテーマ大賞



美

容院へ行った時のことです。「お客様さん、頭に…」と言われました。何と、直径3cm程で丸くハゲていました。仕事のこと、家族のこと…心配はつきません。来年は、深刻に考えず「人生何とかなるものだ」と楽観的に…と思っています。(T・Tさん)

家

庭菜園で野菜類を作っています。今年初めて少しの金時豆を作りました。採れた物は市販の物より大粒な物でした。来年は、沢山の金時豆を作った採れた豆を使い、金時豆食パンと金時豆の赤飯を沢山作って、友達に配りたいです。その目的に向かって頑張ります。(島田さん)

睡

眠時間確保で健康に！とても不規則・気まぐれな生活ぶりを改め、23時〜5時の6時間プラスアルファで7〜8時間寝て、人としての活力を維持(改善)することで、色々な事にチャレンジできると思っています。(高山さん)

1

週間に3回以上カーブスへ通い、ラフオール(温水プール)へも3回以上通って健康な体作りを努力します。そして、いつの日にか、ぴんぴんころりとなるのが私の願いです。(斎藤さん)

60

年振りに、傘寿記念富士山登山に挑戦。(安念さん)

体

力つけて、孫も再開するぞ!! (八田さん)

体

操を続けることです。毎晩、足にクリームを塗って寝ます。カサつきもなく、足の冷えがなくなりました。(てんちゃん)

昔

から健康に自信のあったつもりでしたが、私ですが、ヒヨンなことで「ぎっくり腰」が起きてしまいました。一瞬の出来事でしたが、訳の解らぬまま、全然身体のことの効かない日々を送り、健康の大切さを思い知らされました。今年こそ、スマートフォンの万歩計を離さず、小一時間歩いて(8000〜10000歩)健康を取り戻したいです。痛みよさようなら。(岩原さん)

昨

年は畑で初めて、生姜をつくってみました。意外とうまくいって喜んでおります。毎年、どうしてもうまくいかない作物が2品種あり、今年こそJAと相談しながら、頑張りたいと思っています。(マエチャン)

健

康に注意して、たくさん食べる！(おいしい物) (スーさん)

こ

の年になると、目標も大きな望みも私にはないので、ただ健康で毎日好きな音楽を聴きながら日常を送ることができ、夫と時々ドライブができれば十分な目標です。(R・Kさん)

私

は、血圧が高めなので毎日クスリを飲んでいきます。来年は塩分を減らし、ベストの血圧になる様に頑張ります。(高橋さん)

最

近、お腹周りが大変な事になっていきます。運動不足も有り、毎日ラジオ体操+腰のひねり運動を続けたいと思っています。(スーさん)

本

を月に2冊読む。(江田さん)

昨

年は、コロナで始まりコロナで終わった一年であった。今年はコロナが終息し、以前のような生活に戻ったなら、是非、3泊4日位で沖縄旅行に行きたい。この齢になると、長期の旅行等が望めそうもない。人生最後の旅行として計画をしたいが、そのためには家内共々健康で実現したい。家内の永年の夢であったが、是非実現して冥土の土産としたい。(須河さん)

今

年こそ、ジャガイモとサツマイモをイノシシに食べられないように、万全の方策を考えて親戚や知り合いにお裾分けしようと思います！(藤井さん)

フリー

最近あった事やちよとした発見など何でもどうぞ!

毎

年、山へなめこ採りに出かけていますが、70才を前にして卒業。今は、原木のしいたけ、なめこ菌をたくさん植えています。置き場所を忘れない様、メモとりながら、頑張っています。(岡本さん)

令

和2年あまり良い年でなかったのに、今年は家族みんなが良い年になりますように、野菜を作って道の駅へ出荷するようがんばります。(清水さん)

11

月14日、用事に出た途中、ガケから「クマ」が飛び降りて市道に。びっくりして足が震え大声を出した。体が、地面に立ったままです。どうすればいいのか、手を合わせ故夫に助けをもとめた。「クマ」が、私をジーンと見えます。5分くらいたったころ、祈る私を見ながら又、来た山の中へと帰って行った。無事であった事が不思議です。家に帰り、神・仏様にお参りした、朝の出来事でした。(山田さん)

携

帯からスマートフォンに変えて1年が過ぎた。少し慣れてきた。とにかく情報がどんどん入ってくる。ライオンもはじめ友達も増えた。今、コロナ禍の中で遠方の友人ともつながっているから良しとすべし！有効に活用している。今年も楽しみだ。(スマホちゃん)

こ

頃、老眼が進んでいるのか？小さい字が見えにくくアー?!目を細めても見えない。近眼と思っていたのに、めがね買わなくてはいけないかな!!(河合さん)

昨

年はいろいろあって、畑の世話もならず、草だらけになってしまったが、そんな草だらけの中でも、毎年咲くピンクの菊の花が、今年も咲いてくれ、心を和ませてくれました。きれいに咲いてくれてありがとう。来年も草に負わず、咲いて下さい。(福井さん)

昨

年は、キウイの収穫が沢山ありました。東京在住の長男に送ってあげていますとのこと。小矢部の孫も大好きなので、ありがとと電話をかけてきました。よかったです。(北島さん)

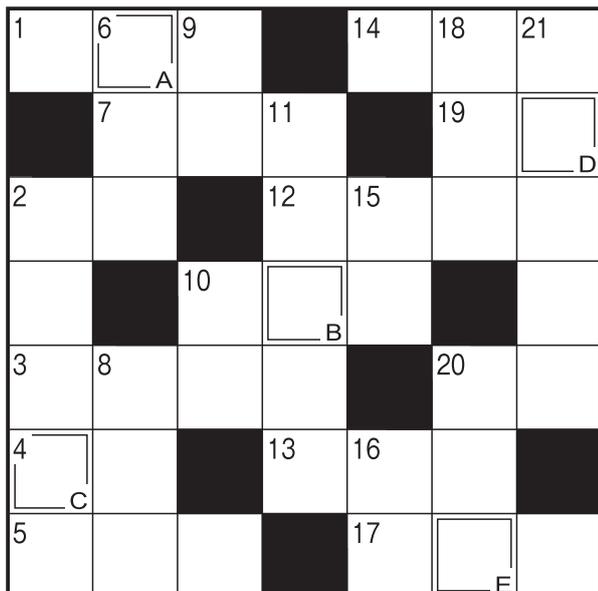


魚座
2/19~3/20

【全体運】 上昇運です。流れに任せて前へと進めれば良い方向へ。人の話はよく聞いて。問題解決のヒントあり。
【健康運】 運動は人と一緒にやると長続き。効果も上々 【幸運の食べ物】 不知火(デコボン)

クロスワードパズル

正解者の中から抽選で7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?

答え	A	B	C	D	E
----	---	---	---	---	---

郵便はがきに、①パズルの答え②おたよりコーナーの「次回のテーマ」について、または「フリー」③住所④氏名⑤年齢⑥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 2月15日(月) 必着
「ふれあいとなみ野」係

応募締切

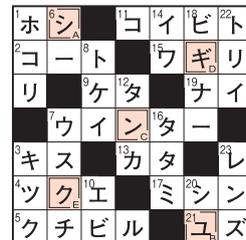


○E-mail:kouhou@ja-tonamino.or.jp

当選者 (敬称略)

【砺波市】柴田 明美
【砺波市】武部 琉子
【砺波市】岡田 淳子
【砺波市】清水 栄子
【砺波市】沖田留美子
【南砺市】岸 一雄
【南砺市】小西 孝明

11月号の答え [シュンギク]



ヨコのカギ →

- 最低気温が0度を下回る日のこと
- どら焼きに挟んである物
- 片仮名語でいうトリベンジ
- 節分にまきます
- 冬、雪国の家の軒にぶら下がる物
- の道も一歩から
- 牛肉はビーフ、鶏肉は——
- お釣りと一緒に受け取ることも
- 多くの人が眠っています
- チョコレートの原料になる植物
- アルコールを含む調味料
- 間違った答えに付ける印
- バレンタインデーに伝える人もいます

タテのカギ ↓

- たき火の——を念入りに行った
- チョコレートを——にかけて溶かした
- 構えてシャッターを切ります
- ジャムやピクルスなどを詰めます
- この——の輪、なかなか外れないんだ
- 就職活動の際に書きます
- シャープペンシルに入れます
- 浜辺に寄せては返すもの
- 文庫本に布製の——を掛けた
- 夕方になると家々の窓にとまります
- アシカに似た海獣

2021年もどうぞよろしくお願ひします

謹賀新年



本年も変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。
GOTOトラベルも6月末まで延長決定!
コロナ感染拡大状況を見ながら、近くの温泉・旅行を
少人数でお楽しみください。

となみ野セントラルツアー(株)スタッフ一同

お気軽にお問合せください! 旅はおまかせ となみ野セントラルツアー(株) TEL 32-8625

理事会だより

令和2年12月14日(月)

■ 付議事項

1. 令和2年度上半期末仮決算監事監査整理顛末報告書について
 2. 就業規則及び関連諸規程等の一部変更について
 3. 職員給与規程の一部変更について
 4. 自己資本比率算出要領の一部変更について
 5. 組合と理事との契約について
 6. 大口貸出金の承認について
 7. 固定資産の取得について
 8. 令和3年度経済部事業要綱の設定について
- 審議の結果、すべての議案が承認されました。

■ 報告事項

1. 令和2年度第3四半期末内部監査実施計画について
2. 土地賃貸借契約の締結について
3. コンプライアンス・プログラム及び個人情報保護計画の進捗状況について
4. 事務ミス等の発生状況について
5. 第3四半期苦情・クレーム受付状況について
6. 11月末財務状況及び10月末月次損益について
7. 11月末支店別組合員異動状況について
8. 第3四半期の余裕金運用状況及び第4四半期の余裕金運用方針・計画について
9. 令和元年産・令和2年産米の販売実績について
10. 令和2年産米・大豆の出荷状況について
11. 令和2年産水稲種子の検査結果について
12. 令和3年産たまねぎの作付実績について
13. 担い手農家座談会の開催報告について
14. 11月末事業実績について

● 詳細は各支店にお問い合わせ下さい。

私たちのJA

令和2年11月末現在		
正組合員	9,373人	(9,442人)
准組合員	4,326人	(4,352人)
貯金	1,826億8,836万円	(1,772億4,572万円)
貸出金	241億8,721万円	(240億7,227万円)
長期共済保有高	4,557億 653万円	(4,731億4,952万円)
購買品供給高	25億2,650万円	(28億9,075万円)
販売品販売高	45億2,639万円	(39億3,809万円)
出資金	28億1,361万円	(28億2,638万円)

※ () 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

- 2月12日(金) 南般若地区
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。

■ 予約注文書について JAとなみ野資材配送センター

- 注文締め切り 令和3年1月29日(金)まで
 - ・ 令和3年度 [春用] 土づくり資材注文書
 - ・ マルチ及びシート資材予約注文書
 - 注文開始
 - ・ 令和3年産 一般野菜苗予約注文書
- ※ 今年度から、個人ごとの注文書に変更いたします。

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 Tonamino 2021年1月号 令和3年1月10日発行 第311号

発行: JAとなみ野 〒939-1388 富山県砺波市宮沢町3-11 ○URL <https://www.ja-tonamino.jp/>
TEL 0763-32-8600 FAX 0763-32-8644 ○E-mail info@ja-tonamino.or.jp
印刷: 有限会社 アカマツ印刷



URL



E-mail



MAP