

ふれあい

# となみ野

110114  
一  
月号



迎春

今月の表紙

キラリ高堀実行委員会  
収穫感謝祭と子どもクリスマス会

▶ 7ページに関連記事掲載

# 年頭のご挨拶



代表理事組合長  
土田 英雄

令和6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を申し上げます。

昨年は、いまだに続くロシアによるウクライナ侵攻や中東紛争、円安や物価高、燃料費や資源価格の高騰など予測不能な世界情勢に振り回され国民生活にとっても大きな影響を受けた1年でありました。

一方、新型コロナウイルス感染症においては5類に移行し、経済活動が再開され、コロナ禍前の活況を取り戻してきました。

農業情勢では、生産資材価格の高止まりが農業経営に悪影響を及ぼす中、過去に例を見ない猛暑によりコメの1等米比率が全国的に過去最低水準を記録し、当JA管内においても厳しい状況となりました。

JAをめぐる情勢につきましては、購買・販売事業を中心に関復基調にある一方、金融・共済事業では、長引く低金利政策や少子高齢化などの影響から、思うような収益確保が難しくなっております。

このような中、JAとなみ野では農業所得を下支えするため、生産資材のコスト低減対策をはじめ、化学肥料低減のための機械導入支援、たまねぎ生産拡大に関する助成など、農業経営体への支援事業を実施しました。

また日本一の種もみ産地として、更なる品質向上と生産性を高めるために稲種センターを新設・整備し、効率的な運営と実需者に求められる種子生産に努めてまいりました。

新しい年度におきましても、組合員の暮らしを守り、農業所得の増大をめざして、以下の事業に取り組んでまいります。

営農面では、高温等の気象変動に打ち勝つ米づくりに向けた生産基盤となる土づくりの強化、高温に強い品種への作付転換と適期田植の徹底により、収量・品質の向上につなげ農業者の所得増大に努めます。

加えて、担い手農家向けの肥料・農薬直送事業の取り組みを拡大し、スマート農業関連機械等の普及を進め生産者のコスト低減を支えます。

また農地の基盤整備による圃場の大区画化や畑地合経営の更なる拡大と販売強化により所得向上を図るとともに、地域農業の発展に努めます。

金融・共済面においては、農業・地域・利用者をつなぐ金融サービスや利用者ニーズに応じた商品の提供を行い、利用者満足度の向上に努めます。

またローン相談会や共済保障点検の休日対応、非対面チャネルの活用により、次世代層のライフスタイルに応じた相談機能を充実させていきます。

運営面においては、収益構造の見直しによる持続的な経営基盤の形成を図るほか、実務面の職員教育を積極的に進める一方、仕事と生活を両立できる働きやすい職場環境の整備に努めます。

今後は、更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多様化するニーズ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。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を申し上げます。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



### 理事

代表理事会長  
佐野日出勇

代表理事組合長  
土田 英雄

常務理事  
古瀬 悟

代表・常勤監事  
上保 福夫

### 監事

小幡和日出  
樋掛 雅彦  
横山 平男  
南 賢二  
林 忠男  
福田 豊  
荒川 弘章  
北井 栄一  
山本 弘  
吉田 信一  
片山 義昭  
堀田 敬三  
梅本 英孝  
松平 信隆  
稲垣 貢  
澤田 秀継  
松澤 景子  
長谷川 英子  
山本智恵美  
川邊 弘子



## 年頭あいさつ



青年部 委員長  
吉田 光成

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J.A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。

昨年一年間を振り返りますと、5月に新型コロナウイルス感染症法上の位置づけが5類に移行し、感染防止対策を基本としながらも社会経済活動も従来型に向けシフトし、住民生活や地域経済の活性化に向けて緩やかな回復傾向にあるものと考えます。

国内の各産業に目を向けますと、終息の見えない不安定な世界情勢も含め、燃油高騰や円安の進行等による急激な物価高により、原材料コストの増加はいまだ日本経済全体に多大な影響を及ぼしております。衣・食・住等の私たちの身近な暮らしにもその影響は続いておりますが、国内経済活動の停滞を防ぐべく各分野の事業活動の早期の正常化に期待を寄せるものであります。

農業分野においても例外ではなく、国内農産物にかかる生産コストの高止まりが続く、収益の低迷等、事業の持続的発展に向けた経営を圧迫する事態が続く、廃業・縮小等の苦渋の決断を余儀なくされた経営体も数多く発生していると伺っております。

物価高による国内の消費停滞や農業投

資低迷など日本の農業生産力低下等の不安材料も懸念されるところではありましたが、当管内においては「となみ野型複合経営」の展開のもと、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生産活動については、計画的に作付・生産が進められました。昨夏は記録的な猛暑となり、異常気象等による自然災害も発生するなど様々な影響が各生産物の品質に影響を落とす1年でもありましたが、こうした厳しい状況下において、おおむね順調に収量が確保されましたことは、今後の地域農業振興の更なる発展に向け大変心強いニュースでありました。

さて、当青年部活動においては、県組織主催の活動への参加のほか、各支部単位において、盟友相互、地域の皆様との触れ合いといった活動に積極的に参画するなど、農業を通じて地域に貢献する使命のもと、たまねぎやじゃがいも、里芋等の各農作物栽培や庭木防除作業等の活動に各支部の盟友一同が一丸となって取り組みを継続しております。

農業を取り巻く環境は厳しさを増しておりますが、盟友自らが率先して自分たちの地域のことや国内外の幅広い情勢に目を向け、農業従事者の育成や盟友数の拡大等の様々な諸課題の解決にも努めていきたいと考えております。

また、大地の恵みである農業を守り、今後を担う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考えております。

終わりになりますが、皆様方の益々のご発展と、ご健勝、ご多幸をお祈りするとともに、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、J.A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。

昨年5月に新型コロナウイルス感染症が5類に移行され、11月には4年ぶりに「となみ野農業まつり」が開催されました。女性部も「女性部の店」でうどんとぜんざいを販売しました。久しぶりで勝手も以前と違い、戸惑いながらも2日間無事に終えることが出来ました。大勢の皆様にお越しいただき誠にありがとうございました。

売上金の一部は、J.Aとなみ野ほほえみの会と合同で砺波市・南砺市の社会福祉協議会へ寄付致しました。

昨年の活動は、3月に毎年恒例の「みそ作り講座」から始まり、6月には東野尻青年部のご協力により「たまねぎ掘り体験」を開催し、10組35名の参加が

ありました。参加者からは大きなたまねぎに驚きの歓声が上がっていました。

また、水見の稲積梅を使って家の光6月号掲載の「梅のさしす漬け」講座を開催しました。さしす漬けは、砂糖・塩・酢だけで漬ける漬け梅で、秋にはこの梅を使った料理講座を開催。梅酢は酢飯やドレッシング、あえ物などに利用でき大変好評でした。

このほか、7月には食品サンプルの町、岐阜県郡上八幡へ日帰り研修会を、10月にはさつまいも掘りと親子料理教室を開催。大きなさつまいもを嬉しそうに抱えた子供たちの笑顔が印象に残りました。そして、12月には毎年要望の多い「かぶらずし」講座を開催しました。活動に参加した部員からは「大変だったけど楽しかった!」との声があり、少しずつ元の活動が出来るようになったことを大変嬉しく思います。

どうすれば多くの方に参加していただけるのか?まだまだ手探りの状況ですが、活動基本方針としている地産地消や食農教育、組織の活性化などに取り組み、地域に密着した活動を進め、健康で明るい社会づくりと女性の視点や能力を生かした魅力ある女性部活動を目指してまいります。

終わりに、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。



ふれあい  
**となみ野**



2024 1月号 もくじ

04 **JA**トピックス  
TOPICS

06 **ほ**っとライン  
HOTLINE

09 **農家の皆様へ**

10 **美** Welcome  
ウエルカム女性部  
**ハート** Report  
ほほえみの会's

11 **農産物直売所**

13 **知っ得! インフォメーション**

16 **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**

## 還付金詐欺被害を防止し 感謝状贈呈

JAとなみ野 本店

還付金詐欺被害を未然に防いだとして、山田正樹庄東支店長と藤井春乃職員に砺波警察署長から感謝状が贈られました。

11月10日に被害女性は電話を掛けながらATMを操作しましたが、うまくできなかったため一旦帰宅。再度、同店ATMを訪れ、電話をしながら操作をしているところへ藤井職員が声をかけました。女性の話を聞き不審に思い、電話を交代して対応をしたところ相手から電話を切りました。藤井職員は「声をかけて被害を防止することができて良かった」と話しました。

庄東支店は令和4年8月にも特殊詐欺被害を防止し感謝状を授与されております。



▲ 山田正樹庄東支店長(左)と藤井春乃職員

**ATMでお金が返ってくることは、絶対にありません!**

まずは家族や警察に相談を 警察相談専用電話 #9110



**牡牛座**  
4/20～5/20

**【全体運】** 困ったときこそ冷静に。状況を整理すれば打開策が見えてきます。下旬には力を貸してくれる人が出てくる予感  
**【健康運】** 前半は良好。後半は疲れをためないよう心がけて **【幸運の食べ物】** カラシナ

## 規格外じゃがいもをフードバンクへ 五鹿屋青壮年部

JAとなみ野 中央支店



▲じゃがいもを受け取る  
嶋村さん(左から2人目)

12月4日にJAとなみ野五鹿屋青壮年部(中澤豊和支部長)より「NPO 法人もったいないフードバンクとなみ」へ、じゃがいも100kgの贈呈がされました。

同青壮年部は秋植えのじゃがいもを栽培し、砺波市学校給食センターへ出荷していますが、規格外のじゃがいもは盟友に配布するか田んぼに破棄していました。そこにフードバンクとなみの取り組みを知り、今回初めて規格外のじゃがいもを寄贈することになりました。

もったいないフードバンクとなみ理事長の嶋村信之さんは「子供たちが喜びます。ひまわり子ども食堂でカレーライスを作る予定です。また市内にある他の子ども食堂や登録している高齢者宅へも配ります」と話しました。

## スマホ教室で キャッシュレス決済を学ぶ

JAとなみ野 庄西支店

12月7日に庄西支店にて年金友の会会員限定のスマホ教室が開催されました。今回は応用編として、スマホを使用しているキャッシュレス決済を体験しました。キャッシュレス決済は便利でポイントが戻ってくるとの話から始まり、決済の種類や利用方法などの説明がありました。その後、体験用のスマホを使い実際にPayPayアプリでQRコードを読み取る練習をしました。一つひとつの質問に対応し、真剣にメモを取る参加者もいました。また、JAバンクアプリの紹介もありました。



▲画像を使って  
わかり易く説明  
▶QRコードの  
読み取り体験  
をする参加者



## 令和6年産「富富富」生産者 募集説明会を開催

JAとなみ野 農業機械センター

12月13日に農業機械センターにて令和6年産「富富富」生産者募集説明会を開催しました。

富山県砺波農林振興センターの村岡裕一砺波班長より、令和5年産富富富の取り組み概要や生育概況、収量構成要素等の説明がありました。また令和5年度の反省点をふまえ、令和6年度の田植計画や基肥計画、生育管理の提案をされました。同センターの柳瀬美千代農業普及課長は「技術的なフォローをするので是非、富富富を作って欲しい」と、清原生産企画課次長からは、富富富の生産拡大にともない砺波ライスセンターで荷受を行う事と、施設利用奨励について説明がありました。

参加した(有)カントリー岩屋の岩崎修さんは「もともと富富富を作っているが、今回の一等米比率を考えると作付面積は増えてくると思っている。地球温暖化で気温が上がっているので作付け品種を考える必要がある」と話しました。

なお、令和6年産の「富富富」生産者募集は令和5年12月19日で終了しています。



▲説明を聞く生産者の皆さん



## つくりもんで「藤井聡太八冠」

南砺市福野軸屋 旬菜市場「ふくの里」

農産物直売所旬菜市場「ふくの里」で、毎年恒例の野菜を使ったつくりものの展示がありました。以前は大河ドラマの登場人物を作製していましたが、近年は話題を集めた人ということで、今回は21歳の若さで将棋界史上初の8大タイトルを独占した「藤井聡太八冠」を選びました。ふくの産地直売所運営協議会の橋爪忠則会長は「役員でデザインを考え、3種類作製した中から大根で作った顔が一番面白味があった。着物の表現が難しかったがキャベツの葉で作ったのが良かった」と話しました。かぼちゃで作った盤上には加藤一二三棋士も乗っており、訪れる人を楽しませていました。

12月10日には越冬野菜市が開催され、白菜や大根、里芋の田楽等の販売があり多くの買い物客が訪れていました。



▲ 入口で来店者をお出迎え

## 来店者に 交通安全を呼びかけ

道の駅砺波「となみ野の郷」

12月14日、富山県運転免許センターと砺波警察署が、年末の交通安全県民運動実施期間(12/11~20)と交通安全相談ダイヤルのPRに、道の駅砺波「となみ野の郷」正面入り口横にて交通安全ミニコンサートを行いました。富山県警察音楽隊OBの署員がユーフォニアムで「アメージンググレース」等7曲を演奏。曲と曲の間には交通安全や還付金詐欺への注意を呼びかけました。

また、砺波警察署員と専用相談ダイヤル広報キャラクターの「ハレバレサン♪」が、年末に向けて飲酒運転防止や高齢者の交通事故防止などのチラシを配りました。訪れた買い物客らは思わぬ演奏に足を止めて聴き入っていました。



▲ 演奏を聴く来店者

## 乾燥野菜を学校給食へ

JAとなみ野 野菜乾燥施設

砺波市の学校給食に乾燥野菜を納入している散居の会給食加工部は、大根の乾燥作業を行いました。大根を切る、皮をむく、千切り機械に入れる、容器に広げる、をそれぞれに分かれて手際よく進め、用意した大根60kgは1時間あまりで乾燥機に入れられました。水分量が5割までになるように乾燥させ、専用の保冷庫に入れ春まで保存し、献立に合わせて納入するとの事です。大根を育てたメンバーの丹羽光代さんは「美味しい大根が作れるように手をかけている。乾燥させると大根の糖分が凝縮し甘い」と話しました。

冬の間に大根300kg、ニンジン150kgを数回に分け乾燥させ、学校給食へ納入する予定になっています。



▲ 容器に大根を広げるメンバー



蟹座

6/22~7/22

【全体運】 刺激的な状況に少し慌てるかも。臨機応変に考えればイレギュラーな事態でも得ることが。下旬は幸運に恵まれます  
【健康運】 腰回りのストレッチは入念に。あったか下着も◎ 【幸運の食べ物】 ブロッコリー



▲ 9kgのお米をおにぎりに

## はさがけ米でおにぎりを

南砺市高堀

高堀自治会で住民の交流を目的として活動しているキラリ高堀実行委員会は、「収穫感謝祭と子どもクリスマス会」を12月17日に行いました。親子合わせて68名が参加し、クリスマスツリーの作成や自分でデコレーションしたケーキを食べました。また9月に稲刈りと稲架掛けを行い、自然乾燥で収穫したお米で作ったおにぎりが全員に配られました。おにぎりは塩むすびに海苔を巻いたもの、酢飯にし昆布をまぶしたもの、ラッキョウとちりめんじゃこに大葉とチーズの混ぜたものと3種類用意され、食べた子供たちからは「美味しかったよ」と声が聞こえました。実行委員会長の窪辰夫さんは「新型コロナウイルスにより3年間感謝祭を行うことができず、今年ようやく開催できて良かった」と話しました。

## 寒い冬にチューリップの彩りを

JAとなみ野 本店

12月18日よりチューリップ切り花の出荷が始まり、砺波切花研究会の会長で(株)フルール代表取締役の仙道秀松さんと今井花園の今井啓介さんがJAとなみ野本店を訪れ、土田組合長にチューリップの花束を贈呈しました。ハウスで栽培された切り花は年末に向けて出荷のピークを迎え、3月までの販売期間の内、半分以上がこの時期に集中すること。また、最近では卒業式や卒園式にも需要があり、出荷が増えているそうです。仙道会長は「県外の方はこの時期のチューリップは珍しがられる。ぜひ記念日等で贈っていただきたい」と話しました。

また同日、夏野砺波市長へも花束の贈呈が行われました。



▲ 7品種50本のチューリップを贈呈する仙道会長(右)と今井さん(中)

**となみ野**

春の温もりに  
あなたの思いを添えて…。

お誕生日、クリスマス、お正月、卒業・入学式、ブライダル・ブーケ  
大切な方の特別な日に  
チューリップの花束に思いを込めて…。

<http://tulip-gift.jp>

# チューリップを贈ろう

お届け時期  
3月末  
まで

15本入  
3,850円  
(税込)別途送料

20本入  
4,620円  
(税込)別途送料

30本入  
6,050円  
(税込)別途送料

お問い合わせ 0120-187-173

砺波切花研究会

〒939-1327 富山県砺波市五郎丸994 FAX 0763-32-8647



# にら選別作業場スタッフ大募集



短期間も  
歓迎

- ◆にらの簡単な選別・軽量作業です!
- ◆経験不要!  
重量物は扱いません!
- ◆選別は座ってできる作業です!

期間／令和6年5月30日～10月下旬頃まで  
※詳細については改めてご説明させていただきます。

時給 **950円**

勤務地：南砺市苗島305

(JAとなみ野施設内)

◎時間／8：00～17：00  
◎休日／基本 月・金曜日  
※状況により変動します。  
※休日、勤務時間についてのご相談に応じます。

お問い合わせ先

アルギットにら生産組合 TEL 0763-82-1242 (担当:板橋)  
JAとなみ野 園芸振興課 TEL 0763-32-8660 (担当:花島)



乙女座  
8/23～9/22

【全体運】丁寧な仕事で好感度が大幅アップ。あなたを気にかけてくれる人を大切に。下旬に出てくる問題は慎重に対応を  
【健康運】ハードな作業は前半のうちに。消化の良い食べ物大吉 【幸運の食べ物】ナバナ

# 農家の皆様へ

2023年度分(1月～12月)の主な農業収入、支出等についてご案内します。通帳等と合わせて参考にしてください。

令和6年1月  
となみ野農業協同組合 経済部

収支別	項目	入出金日	内容	会計処理		備考
				所得税	消費税	

## ○主要農産物収入

米	R5年産米	6/23	出荷契約金	6,000円/60kg	収入金に計上してもよいし、出荷時に計上してもよい。	課税	
			加工用米・備蓄米	3,000円/60kg			
		買入時	概算金	13,200円/60kg	収入金計上	課税	
		12/20	概算金追加払い	200円～300円/60kg	収入金計上	課税	コシヒカリ 300円/60kg つくばSD2号・あきだわら 200円/60kg
大豆	R5年産大豆	買入時	概算金 大粒合格	5,860円/60kg	収入金計上	課税	
	R4年産大豆	3/28	精算金 屑大豆(色選)	5,385円/60kg	収入金計上	課税	
			屑大豆(屑上)	5,373円/60kg			
			屑大豆(屑下)	3,809円/60kg			
大麦	R5年産大麦	10/24	概算金 1等	16.0円/kg	収入金計上	課税	
			精算金 規格外A	27.0円/kg	収入金計上	課税	
たまねぎ	R5年産たまねぎ	1/20	出荷予約金		前受金		
		8/10	概算払				
		10/25	R5年産精算金(中間)		収入金計上	課税	
	R4年産たまねぎ	2/27	R4年産精算金(最終)		収入金計上	課税	

※その他JAからの助成金は消費税の扱いが「課税」となります。

## ○経営所得安定対策

支出	R5年産生産者拠出金	8/22	収入減少影響緩和対策に加入した、水稲・大豆・麦作付面積に係る拠出金	必要経費としない	—	仮払金または預け金とし必要経費としない。(積立対象者のみ)
収入	R4年産水田活用の直接支払交付金	2/24	数量払(飼料用米)	収入金計上	不課税	営農取引報告書では雑収入として計上される
	R4年産畑作物の直接支払交付金	3/22	数量払(大豆・そば)			
	R4年産水田活用の直接支払交付金		戦略作物(大豆・麦・飼料作物)の加算、その他作物(球根・たまねぎ等)			
	R4年産米・畑作物の収入影響緩和対策	6/23	収入減少影響緩和対策(ナラシ)交付金			
	R5年産畑作物の直接支払交付金	8/21	面積払(麦)			
	R5年産畑作物の直接支払交付金	9/25	面積払(大豆)			
	R5年産畑作物の直接支払交付金	10/27	面積払(そば)			
	R5年産水田活用の直接支払交付金	11/29	戦略作物(大豆・麦・飼料作物、飼料用米、米粉用米、WCS用稲、加工用米)			
	R5年度産畑作物産地形成促進事業(旧リノベーション事業)	11/29	砺波市			
12/18		南砺市				
R5年産畑作物の直接支払交付金	12/20	数量払(麦)				

※上記以外の国庫金・地方公共団体からの助成金も消費税の扱いは全て「不課税」となります。

※上記に記載された事項は、2023年度すべての農業取引を記載した物ではありません。



## 冬の定番!かぶらずし

JAとなみ野女性部は、伝承料理であるかぶらずしを作るセミナーを、12月13日(下漬け)と15日(本漬け)に午後2時からと6時からの2回に分け開催しました。

元生活指導員の武田裕紀子さんと千々石弥生女性部長が講師となり、おいしく漬けるコツなどを聞きながら参加者は用意された地元のかぶを切りました。

下漬けはかぶの皮を厚めに剥き、切り目を入れて分量の塩で2晩漬け込みます。甘麴の作り方の説明を聞き、各自下漬けと甘麴作りまでは本漬けまでの宿題です。

本漬けの日は講師の武田さんに、宿題の甘麴を心配そうに確認してもらっていました。

今まで自己流で作っている人が多く、麴について色々質問もできました。簡単に短時間でできる甘麴の作り方を学び楽しそうでした。

これからも女性部では、「健康で心豊かにすごせるように」、地域に根ざした伝承料理をはじめ、安心・安全な地元の野菜を使った料理作りを広めるよう女性セミナーを開催していきたいと思います。



## 第5回 介護研修会



第5回介護研修会を12月7日に本店大ホールにて行いました。

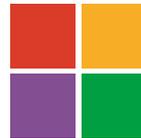
講師に市立砺波総合病院 摂食嚥下障害看護認定看護師の安田賢治主任をお迎えし、『**口から食べる**』～誤嚥を予防して心身共に健康に～と題して、口から食べることは単に栄養補給だけでなく『**食べる喜び・生きる喜びを得て、その人がその人らしく生活していくための最重要要素である**』などスクリーンを使っていろいろと教えていただきました。

フレイルや誤嚥性肺炎についても説明を受けました。誤嚥を防ぐには口をキレイにすることと、食事の前に嚥下体操を行うことです。

“はとぽっぽ”や“あんたがたどこさ”の歌は顎や口唇の運動にもなり、口や喉を鍛えられることを教わりました。たくさん質問がでて会員の方も熱心に聞いておられました。

早速、学んだことを今日から取り入れたいと思いました。





2024年も農産物直売所をよろしくお願ひいたします!

となみ野の野菜・果物たくさん揃えて♪ 来店お待ちしております



～今年一年の感謝を込めて～

「歳末感謝祭」

12/25(月)～30(土)



お正月の花、正月飾り、お餅、干し柿等お正月用品をたくさん取り揃えて歳末感謝祭を開催しました。

お正月の花大好評!! 正月の花がたくさん並び、店内が一気に華やかなお正月の雰囲気になりました。

また、年末年始に「となみ野の新鮮野菜」、おすすめのAコープ商品らっきょう酢、甘酒などの特売も好評でした!

## 「ふるまい餅」を開催! 12/28(木)

杵と臼の準備をしようと思ってみんなに聞いてみたら、「昔は家にあったけど…」って人ばかり。蒸し器もないって事がわかりどうしようってことに💧でも…なんとか準備出来ました! 昔は父と母が毎年餅つきしてたけど、いざ自分でやろうってことになるのと蒸し方も、つき方も知らないなあってことに気づき…。機械が全部やってくれる時代になって、杵と臼の餅つきも”今や伝承料理?”になってきているのかも…。JAの土田組合長が杵を持って雄川経済部長が手返しを「日頃の感謝を形に! ふるまい餅」を行いました♪

多くのお客様が来店され、大盛況! このような催し物を久しぶりに行うことができ、お客様に喜んでいただけてうれしくなりました♪



となみ野の郷  
農産物直売所

イベント情報

## 交流JA「南さつまの柑橘」を販売!

🍊 **デコポン** 【鹿児島ブランド/大将季】 1月中旬入荷予定

大将季は、糖度が高く酸切れの良く、濃い味が特徴

🍊 **ぼんかん** 1月中旬入荷予定

皮はむきやすくて果実が柔らかく、酸味が少ないのが特徴

🍊 **ハウス金柑** 【鹿児島ブランド/春姫】 2月入荷予定

樹上で熟させ、糖度16度以上、サイズL以上の紅のりしたきんかんが、「春姫」。ビタミンが多く含まれ、柑橘類にはめずらしくカルシウムが多く含まれています。



毎月第2週は **A-coop** の日

2月の特売品  
2/5(月)～2/11(日・祝)

・スープ 各種





## カキの酒煎り

### 材 料(2人分)

カキむき身	200g(生食用)
日本酒	200ml
塩	小さじ1/2
しょうゆ	小さじ1/2
ショウガスライス(皮付き)	2枚
小口ネギ	適宜
七味唐辛子	適宜

### 作り方

- (1) カキはよく水洗いし汚れを落とし、水気を切っておく。
- (2) 小鍋に日本酒を沸かしアルコールを飛ばし、ショウガ、塩、しょうゆ、カキを入れ、強火で2分ほど煎(い)り煮する。
- (3) 器にカキを盛り付け小口ネギをのせ、七味唐辛子を振り出来上がり。

## カキのみそ焼き

### 材 料(2人分)

カキむき身	200g
だし昆布	1枚(5×10cmほど)
田舎みそ	大さじ2
みりん	大さじ1
小口ネギ	適宜
七味唐辛子	適宜
日本酒	200ml+適宜
塩	小さじ1/2
しょうゆ	小さじ1/2
ショウガスライス(皮付き)	2枚



### 作り方

- (1) カキはよく水洗いし汚れを落とし、水気を切っておく。
- (2) 小鍋に日本酒を沸かしアルコールを飛ばし、ショウガ、塩、しょうゆ、カキを入れ、強火で2分ほど煎(い)り煮する。
- (3) だし昆布に日本酒を振りかけ、ふやかしてから布巾でよく拭いておく。
- (4) ボウルに田舎みそ、みりんを入れ混ぜ合わせ、(3)のだし昆布に塗る。
- (5) みそを塗った昆布に酒で煎ったカキを並べ、アルミホイルの上ののせ、オーブントースターで6分ほど焼き、みそを軽く焦がす。
- (6) 焼き上がったら器に盛り付け、小口ネギと七味唐辛子をかけ出来上がり。



食育インストラクター

岡村 麻純



## だしを活用して薄味を目指そう

子どもたちも成長とともに何でも食べられるようになってきましたが、家庭での料理はできる限り薄味で作るよう心がけています。そこで大切にしているのが、だしです。だしのうまみを利用すると、少ない調味料でもしつかりと味わうことができます。

このだしで感じるうまみという成分には代表的なものが入っています。かつお節に含まれるイノシン酸、昆布などに含まれるグルタミン酸、シイタケに含まれるグアニル酸です。これらのうまみ成分は合わせて使うと、相乗効果によりさらに強いうまみを感じることができます。

だしの中で、わが家で最も使われているのが、かつお節と昆布の合わせだしです。毎日のみそ汁や、煮物、炒め物にも大活躍しています。時間がないときは、お茶や紅茶を入れる湯飲みやポットの茶こしにかつお節を入れ、沸騰直前のお湯を注いで数分置くだけで、少量のかつおだしができるので、それを料理に使うこともあります。

他にも煮干しだしやトビウオから取るあじだしにもイノシン酸がたくさん含まれています。だしを少し替えるだけでも、いつもの料理が一味違ったものになるかもしれません。

だしという和食のイメージがありますが、実は他にもうまみ成分が含まれているものがたくさんあります。例えば、野菜。ニンジンやタマネギ、キャベツなどよく使う野菜の皮や切れ端を煮ておくと、簡単に野菜だしを作ることができます。野菜にはグルタミン酸が含まれており、そこに、イノシン酸が含まれる鶏肉やグアニル酸が含まれるキノコ類を加えると、うまみたっぷりの洋風スープの出来上がりです。メインで使った野菜の切れ端を煮ておくだけで簡単に作れるので、野菜だしは大活躍です。

素材の持っているうまみ成分を凝縮させただしを最大限に活用して、薄味でも大満足な料理を目指していきたいと思っています。

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



山羊座  
12/22~1/19

【全体運】マイペースでOK。やりたいことリストを作って順にやっていくのもお勧めです。お取り寄せグルメにもツギがあります  
【健康運】頑張り過ぎず適度に休憩を入れて。お茶が吉 【幸運の食べ物】セロリ

# 知っ得! インフォメーション

農業者年金で安心・豊かな老後の準備をしませんか?

～農業者の老後は国民年金だけでは不安です～

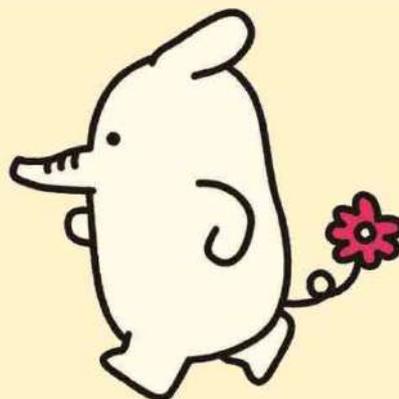


◎農業に従事する方の老後の安心に役立ちます。

国民年金 + 農業者年金

◎こんな方が加入できます。

- ① 国民年金第1号被保険者
- ② 年間60日以上農業に従事
- ③ 20歳以上60歳未満の方



◎積立方式だから自分がかけた金額は年金として生涯もらえます。

(仮に80歳前に亡くなった場合でも、死亡一時金が遺族に支給されます。)

◎保険料はいつでも変更できます。

月々2万円から6万7千円まで

◎支払った保険料は全額社会保険料控除となり、所得税や住民税等の節税になります。

◎政策支援(保険料の国庫補助)が受けられます。

例:認定農業者等で青色申告者で35歳未満の人は10,000円(5割)補助

問い合わせ先 お住まいの市町村農業委員会・JAの農業者年金担当

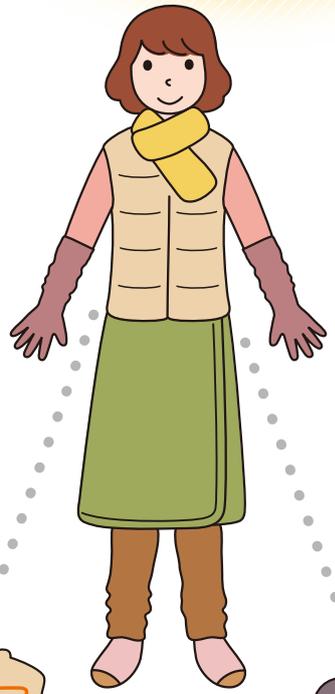
JAとなみ野 貯金為替課



# おうち温活

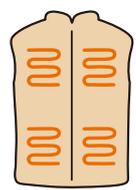
この冬を  
省エネ・快適に！

## 衣 で温活



### 首、手首、足首の 3つの首を温める

首、手首、足首にはそれぞれ太い動脈が通っているため、そこを重点的に温めると体全体が温まります。マフラー、手袋(ロング丈)、レッグウォーマーなどを使ってこの3カ所を温めましょう。

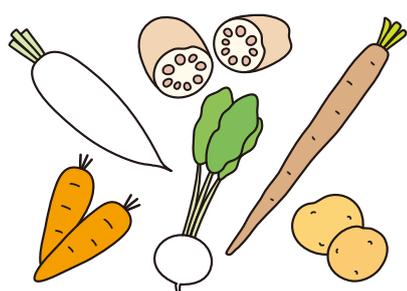


### 機能性素材は 温活の必須アイテム

薄く、軽く、暖かい機能性素材(吸湿発熱素材)を用いた肌着や靴下は、温活の必須アイテム。体が発する水蒸気を熱に換える技術が凝縮されています。着膨れしないので、おしゃれな着こなしができるのも魅力です。

### まさに着る暖房!! 電熱ウェアに注目

最近注目されているのが、ヒーターを内蔵した電熱ウェア。もともとは屋外用でしたが、室内で使う人も増えています。スイッチ1つでぬくぬく! エアコンなどの暖房機器の使用を減らせるため、光熱費の削減にもつながるでしょう。



### 冬が旬の根菜類など 体を温める食材を

冬に旬を迎えるダイコン、カブ、ゴボウ、ニンジン、レンコンなどの根菜類は血行を良くし、代謝をアップさせる「内側から体を温める野菜」です。温活はもちろん、健康維持のためにも日々の食卓に取り入れましょう。



### スパイスを多用し 体の中からポカポカ

寒い季節に意識して取りたいのが唐辛子、サンショウ、シナモン、ショウガなど体を温めるスパイス類。スープにショウガ、紅茶にシナモンなどを毎日の食事に取り入れると、冷えにくい体質になっていくといわれています。

## 食 で温活



### 鍋料理で室内を暖めて 暖房機器の使用を削減

家族で囲む熱々の鍋料理は、こんろの熱で室内全体が暖まる他、鍋からの湯気による加湿効果で体感温度も上がります。そのため食事中は暖房機器を使わなくても寒さを感じにくくなります。

イラスト:出口由加子

## 熱が逃げやすい 「窓」を断熱化

冬場は、室内で暖まった熱の約半分は窓から失われます。そこで、厚手のカーテンや断熱シートなどを取り付けて熱を逃がさない工夫をしましょう。窓を断熱すれば、室内の体感温度は大きく変わります。



## エアコン使用時は扇風機を併用

お風呂を沸かすと最初は上の方が温かいように、部屋の暖かい空気も上にたまります。エアコン使用時は扇風機を併用し、天井に風を送ると、天井付近の暖かい空気が降りてきて室内の温度が均一になり、部屋が効率良く暖まります。

### お役立ちコラム

## 温活効果を高める入浴タイムを大切に

### 半身浴は温まる上、 省エネ効果も

38～39度のぬるめのお湯に半身だけつかる「半身浴」でも体を芯から温めることができます。給湯温度を低めに設定でき、湯量も少なくて済むため、省エネにもなります。

### ゆず湯、しょうが湯で 温め効果アップ

ユズの皮やスライスしたショウガを布袋に詰めてお風呂に入れると、これらの成分が皮膚を刺激し、血行を良くしてくれるため入浴後も体がポカポカします。

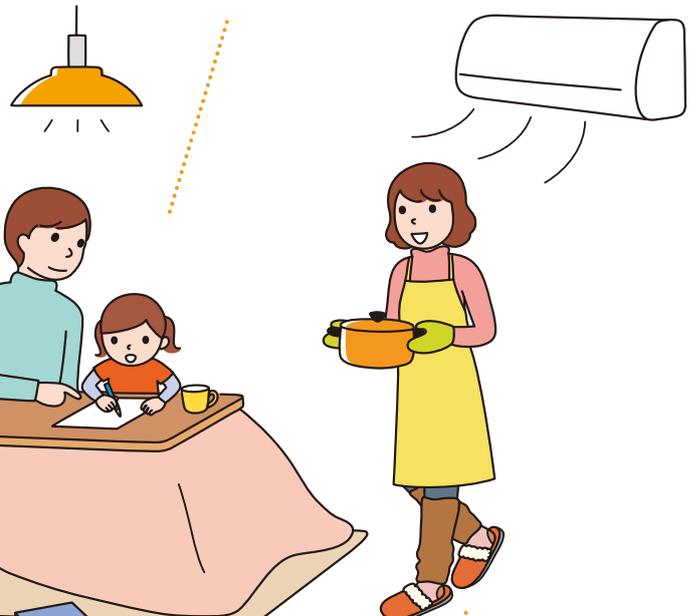
### 風呂上がりは 1枚多く羽織る

風呂上がりはパジャマの上にもう1枚羽織ると、湯冷めしにくくなります。体の熱が逃げやすい首にタオルをかけるだけでも暖かく過ごせます。

## 家族一緒に過ごす ウオームシェア

家族がそれぞれ自室でエアコンを使うと暖房費が高くなります。できるだけ皆と一緒にリビングで過ごし、暖房機器を共有するウオームシェアを始めませんか。暖房費の節約だけでなく、家族のコミュニケーションも深まります。

# 住 で温活



## 湯たんぼ、毛足の長いスリッパ などを活用

暖房機器になるべく頼らないようにするには、湯たんぼや毛足の長いスリッパなど「道具」「小物」の活用もポイント。湯たんぼは熱湯の入れ替えなどの手間がかかるので、蓄熱タイプもお勧めです。

# フレンドリー広場

## ほの の 夫 婦

寺尾

ふるい 古井 節雄 さん(80)  
こ うた子 さん(76)

### 一 ご職業など、これまでを振り返って

- 高校を卒業後、埼玉に5年間養豚の実習生として行き、農業をしながら養豚業をしました。養豚業は10年ほどで辞め、その後は土建会社に40年勤めました。その間も農業は続けており、水田や蕎麦、ハウスで野菜を作っています。
- お見合い結婚でした。農業を手伝いながら電気部品の機械を作る工場に勤務しました。その後は孫守りをしたり、地元の子菜加工グループのお手伝いをしました。今はまた孫守りをしています。

### 一 趣味・楽しみなど

- 寺尾の蕎麦屋の店長や砺波市有害鳥獣駆除隊に入りイノシシの檻の管理、自宅の薪ストーブの準備、田んぼや畑の世話もあって色々する事があります。その合間に夫婦で長野方面へ直売所巡りにドライブするのが楽しみです。
- 昔は折り紙などしていました。今は畑で自家用野菜を作ったり、鉢植えで花を育て部屋に飾っています。作った野菜を美味しいと言われるのが嬉しいです。

### 一 二人の思い出

- 農業まつりの農産物品評会穀物の部で2年連続して特別



賞を買ったことがあります。賞状は大事に額に入れてあります。

- 冬に子供が火傷をし、当時は自宅までの道がまだ除雪されてなかったので、除雪がしてある原野バス停に車を停めて、医者に通うために子供を背負って何度も歩きました。

### 一 夫婦円満の秘訣

- お互いに言い合えるところだと思います。良い加減に妥協をします。
- 喧嘩する事もありますが、いつまでも嫌な気持ちでいるより、共通の話題を探して仲直りしています。

### 一 お互いに一言

- お互い世話にならないように元気で、孫の成長を楽しみにがんばりましょう。
- 無理せず、健康に気をつけていきましょう。

## 選歌の園

若茅旬会

いろちが 彩 違え今朝も供花なす百日草	ひやくにちらそう	砺波市	堺井	洋子
とりわた 鳥渡る能登浦の津に公家訛	くげなまり	砺波市	般林	雅子
ほしひと 星一つ牙ゆる真下のすべり台	だいたい	砺波市	水木	柳子
ろうのう 老農の小春の納屋にかさこそと	なや	砺波市	田村	浩美
のこ 遺されし漢の庭に十日菊	とおかぎく	砺波市	八田	幸子
あおぞら 青空にどの色も合ふ秋桜	あきざくら	砺波市	家城久美子	
よなべ 夜なべして嫁ぐ娘の着物縫ふ	むすめ	砺波市	堺井	清美

## 我が家のアイドル



南野尻 **ココア** ちゃん(12)  
(ミニチュアダックスフンド)

〈ご主人〉城宝 秀伸 さん

愛称はココです。ドッグフードより犬用のおやつやリンゴ、キャベツ等が大好きです。帰宅すると待っていてくれるのが嬉しいです。一緒に出掛けることもあり、家族の癒しになっています。



## うちの元気くん



出 町

かなもり こうた  
**金森 航大**くん(6)

パパ: 吉亨さん ママ: 安希子さん

★おうちの方から一言★

春から1年生。  
がんばってね。

はじめまして。トミカのジョブレイバーが大好きな航大です! ジョブレイバーは敵と戦うヒーローロボットでとってもカッコいいんだ♪ お父さんとサンタさんからおもちゃを貰ったんだよ☆ おもちゃで遊ぶのも楽しいけど、お兄ちゃんとサッカーをして遊ぶのも大好きなんだ! お菓子はハリボーのグミが美味しいな。



## うちの元気ちゃん



太 田

あんねん みさき  
**安念 実咲**ちゃん(6)

パパ: 章司さん ママ: 千陽さん

★おうちの方から一言★

3人で仲良く大きくなっ  
てね。

三姉妹の真ん中の実咲です! 4月から1年生。ランドセル買ってもらったよ☆ 大きくなったらお母さんみたいな幼稚園の先生になりたいんだ。私は絵本を読むのが上手なんだよ。いしかわ動物園に行ったときに見たカワウソが可愛くて、大好きになっちゃった。ぬいぐるみを持っているの♪

## 職 員 紹 介



たにだ かずひろ  
**谷田 一浩**

所属部署  
経済部 生産企画課  
営農指導員  
(旧福野町 野尻・高儀・  
南野尻地区担当)

仕事で心がけていることは何ですか  
お目にかかるのは農家の方が主になるので、親しみやすく話しやすくを心がけています。農地を守り、農業を継続してゆくにはどうすればよいかを考えて話すようにしています。

休日はどのように過ごしていますか  
なるべく子供と過ごすようにしています。家事もありますが、折り合いをつけて遊びにいきたいです。

最近、仕事やプライベートで嬉しかったことは何ですか  
小3の長男が蝶結びを覚えてくれたことと、年長の次男に動物将棋で負けたことです。

今後の意気込み  
担当地区の課題とニーズに応じていけるよう、努めていきたいです。



とくち かずゆき  
**得地 和幸**

所属部署  
金融共済部 融資課  
(庄東・庄西地区担当)

仕事で心がけていることは何ですか  
最新情報を確認し、ご相談頂いたお客様に最善のご決断を頂けるよう日々努めています。

休日はどのように過ごしていますか  
温泉巡り(サウナ)・古本屋巡り。  
家族と休みが合う場合は日帰りで旅行に行っています。

最近、仕事やプライベートで嬉しかったことは何ですか  
仕事で現部署に赴任してからも、10月まで担当していた地区の生産者の方からご相談を頂いたことです。

今後の意気込み  
10月まで営農指導員を務めていました。生産者の皆様から教えて頂いた営農の知識・経験を活かしてこれからの業務に精一杯努めていきます。



認知症とは、新しいことが覚えられない、時間や場所がわからない、うまく言葉で伝えることができない、などの症状によって生活に支障が生じている状態をいいます。食べたメニューを思い出せないのは単なる物忘れですが、食べた行為自体を忘れる状態が続くようであれば認知症かもしれません。日本人高齢者の約2割弱が罹っている認知症は寝たきり原因の第1位であるため対策が急がれておりますが、原因ははっきりせず根本的な治療法はありません。ご本人だけでなく介護されている方々のご苦労は察するに余りあります。そこで認知症専門の看護師として年間約1300人の患者さんに接してきた経験から4つのアドバイスをさせていただきます。

第1に、喪失した記憶や問題行動ばかりに目をやるのではなく、その方の変わらぬ「人となり」をしっかり見つめて、援助は最小限に留め、それ以外は自発行動に委ねましょう。社会の一員として活動できるという自尊心が、豊潤な人生の継続につながります。

第2に、喪失するのは記憶だけで、喜怒哀楽という感情はなくなりません。そこで本人の言動に対しては敬意ある肯定から入りましょう。たとえ一般常識とはかけ離れた言動であっても、「あなたの世界にお邪魔する」という思いがあれば、お互いに心地よいコミュニケーションが可能となります。

ります。

第3に、認知症の自然経過を把握し今ほどの段階なのかを念頭に置きましょう。発症後3~7年目が介護者にとって精神的に最も苦しい時期です。ちょっと目を離れた際に徘徊する、あるいは「あなたが財布を盗んだ」と叱咤されるなど、病気によって引き起こされる行動や言葉だとわかっていても辛いものです。ただ、その後は穏やかな時期が訪れ、気持ち的には楽になります。一方、身体移動機能が衰えていくため、介護者の肉体的負担は重くなるかもしれません。代表的な疾患であるアルツハイマー型認知症であれば発症から約10年でご臨終の時が訪れます。

第4に、行政サービスを最大限に活用しましょう。最寄りの地域包括支援センターは、患者さんの介護や医療だけでなく介護者の負担軽減に対して最も頼りになる「駆け込み寺」です。認知症介護に、絶対的な正解はありません。いろいろな人の知恵をもらいながら、「もし自分が認知症になった時、こんな風に接してほしいな」という介護を模索して頂きたいと思います。

本稿が、認知症に苦しむ患者さんと介護者の方々に少しでもお役に立てばと思います。

### 御隠居と熊さんの ぜい・きん・小話

### — 確定申告は、ぜひ、ご自宅から! —

砺波税務署

**御隠居** 明けましておめでとう、熊さん。これは少ないがお年玉じゃ。

**熊さん** ありがとうございます。ところで御隠居、正月と云えばもうすぐ確定申告でやんすねえ。医療費の支払いがたくさんあって、今年も確定申告会場で相談しながら申告書を作成する予定でやんす。

**御隠居** 熊さんや、わざわざ混んでいる申告会場に行かなくてもな、自宅で申告書は作成できるんじゃないよ。今年は、自宅から申告したらどうじゃ。

**熊さん** 自分で作成するんでやんすか?どうすればいいんでやんすかね。

**御隠居** 申告書は、スマホやパソコンから、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、意外と簡単に作ることができるじゃ。「確定申告書等作成コーナー」なら24時間利用できるし、自動計算だから、計算間違いもなくて安心じゃ。

**熊さん** 去年は医療費の支払いがたくさんあって、集計が大変でやんす。

**御隠居** そんなときは、マイナポータルと連携して申告書を作成すればよいのじゃ。

**熊さん** マイナポータル連携とはどういうものでやんすか。

**御隠居** マイナポータル連携とはのう、申告書を作成する際に、マイナポータル経由で控除証明書のデータを一括取得し、申告書の該当項目へ自動入力してくれる機能じゃ。熊さんが去年支払った保険診療分の医療費情報も自動入力の対象となっておるぞ。

**熊さん** 支払った医療費をまとめて自動入力してくれるとは楽で

やんすね。

**御隠居** ちなみに、医療費のほかにはふるさと納税や生命保険・地震保険料も自動入力の対象になっておるぞ。詳しいことは国税庁ホームページ又はYouTube「国税庁動画チャンネル」で紹介しておるぞ。

**熊さん** ふるさと納税はワンストップ特例を利用するつもりでやんす。

**御隠居** これこれ、医療費控除を受けるなどのために確定申告する場合は、ワンストップ特例が無効になってしまうじゃ。そんなときはのう、ふるさと納税の全ての金額を寄附金控除額の計算に含めて申告する必要があるぞ。

**熊さん** そうだったでやんすね。知らずに提出するところやんした。提出は郵送でも大丈夫でやんすか?

**御隠居** 郵送よりも、申告書をe-Taxで送信すれば、印刷して提出するよりも還付が早くて、印刷や郵送の手間がかからないといったメリットがあるじゃ。

**熊さん** すごい便利でやんすね。でも、一人でできるか不安でやんす。

**御隠居** 確定申告で困ったときは、「税務相談チャットボット」を利用するとよいぞ。

**熊さん** 分からない事も気軽に質問できるなら安心でやんすね。では早速、うちへ帰って「自宅からe-Tax!」にチャレンジでやんす。

**御隠居** 熊さん、これ、待ちなさい。お年玉を忘れておるぞ!やれやれ、今年も先が思いやられるのう。



確定申告書  
作成コーナー

## 海外の人から見た日本のお米

海外の人から見た日本のお米はどのように見えるのでしょうか？

海外でのお米とは、あくまでも食糧としての「お米」でしかなく、品種による味の違いや料理に合わせたお米の選択などはあまり意識されていないようです。

ところが、私たち日本人にとって品種による味の違いを考えるのは一般的なことです。業界的には精米歩合の調整やブレンドにより味を変えることも普通のことです。

弊社は東京・原宿という場所柄、日本のお米に魅せられた外国の方がたくさん周りにいます。弊社との取引店で最も高いお米を使っているのは海外の方がオーナーのおにぎり店です。今、ある大きなホテルにお米を納めています。その総



料理長はフランス人です。以前勤めていた店でお米の魅力に目覚め、以後弊社をご指名いただいているのです。

先日、弊社に1人の米国人が来店されました。そして店頭に並んでいる「コシヒカリ」と「つや姫」を見て一言。「この二つの違いは何か?」。今や海外の方でも、日本のお米というくくりではなく、品種の違いまで意識している方もいます。

以前、海外の方向けにお米について講演する機会があり、その際にお米の食べ比べをしました。お米の品種ごとの味の違いを感じるのはかなり難しい技術なのですが、彼らの多くが味の違いをきちんと判別できていたのです。

私たち精米店が普通に行っているお米のブレンドの技法。今まで弊社を訪れたスペイン人、ポルトガル人、韓国人、いずれも皆さん、実は日本のすし店のしやりは、店舗によってブレンドされていて味が異なっていることに驚嘆するのです。

このような事例を通じて、私は海外の方がお米に熱視線を送っていることを肌で感じています。海外からの評価を見ると、私たち日本人もお米の素晴らしさにあらためて気付かされますね。

## 位置情報を利用する際の注意点

スマートフォンの設定で「位置情報サービス」をオンにして、アプリごとに利用時の位置情報の利用を許可すると、さまざまなサービスが便利に使えます。

Google マップなどの地図アプリ、ファストフードなどの店舗のアプリ、インスタグラムなどのSNS（会員制交流サイト）、位置情報ゲームなどは、位置情報をオンすることで便利に使えます。一方でリスクもあるので、注意点を伝えします。

◎ 多くの人に見てもらったり、健康促進にも

SNSには、アプリの設定から位置情報をオンにすることで、位置情報を付けた投稿ができる仕組みがあります。自分の居場所の情報を付けた投稿をしたり、「#京都グルメ」「#福岡観光」などの撮影場所が分かるハッシュタグ（#）をつけて投稿することも可能です。



位置情報を付けることで、その土地に興味がある人に見てもらいやすくなり、近くにいる人と合流しやすくなるなどのメリットもあります。投稿を多くの人にってもらいたい場合は付けるといいでしょう。

位置情報ゲームを使うと散歩が楽しくなり、健康促進効果にもつながります。ゲーム内で近くにいる他人とつながること、交流も広がり楽しめるはずですよ。

◎ リアルタイムでの投稿はNG、公開範囲制限も

一方で、不特定多数に位置情報を公開してしまうと、思わぬ被害に遭うこともあります。例えば、「明日から旅行」「札幌到着。3日間の旅行スタート」のように、自分の居場所や留守の期間を公開してしまい、空き巣被害に遭う事例も起きています。投稿の公開範囲を友だち限定にしたり、居場所はリアルタイムに投稿せず、帰宅してからまとめて投稿するのもお勧めです。

自宅や勤務先近くのローカルスポットに関する投稿をすると、自宅や勤務先が特定されるリスクにつながります。最寄り駅、行きつけの店、通勤経路などが分かる投稿はしないようにしてください。

『思い出の卒業ソング』(3月号に掲載)

3月は卒業式シーズン。そして卒業式には卒業ソングが欠かせないですね。そこで今回は「思い出の卒業ソング」をテーマにおたよりを募集します。小中学校で歌う定番の曲やお気に入りの卒業ソングなどをご紹介します。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

褒めてあげたい人・物・事



今月のテーマ大賞



父 一年中体を休めることもなく、家族のためによく働き、グチも言わず常に前向きに生きていました。父の背中を見て育った私は、少しでも父に近づけるよう、精進したいと思っています。(渡辺さん)

神

奈川県に住む中学生の孫が、神奈川県納税貯蓄組合連合会と国税庁が募集した「税について」の作文で、優秀賞をいただいたことで、孫を褒めてあげたい。(八田さん)

近

所のおじちゃん、おばちゃん。小学校へ通う近所の子供の見送りを毎日してくれています。雨の日も、雪の日もとてもありがたく感謝しています。(竹山さん)

● 本当に頭が下がりますよね。親御さんたちも安心して子供たちを送り出せます。「ありがとう」の感謝しありませんね!(きなこ)

毎

朝届く、新聞配達されている方ですね。本当にありがたいです。(北野さん)

将

棋の藤井聡太八冠です。最年少で史上初の八冠になりました。タイトル戦は19戦無敗です。食べた食事やおやつまでも、大きな話題になります。いつまで勝ち続け、どこまで記録を伸ばすのか?興味が残ります。爪の垢でも頂戴したものです。(H・Kさん)

孫

娘が休日に来て、ロールアップピアノの伴奏で懐かしい歌と一緒に歌ってくれること。ありがとう。(榎木さん)

人

は、褒められて伸びる人が多いと言います。昨今、パワハラとか、行き過ぎた指導等の問題事案が報道されていますが、人の悪いところは目につきやすいが、良いところは中々見つけられないのが現状。これからも、将来のある子供たちを小さなことでも褒めてあげたいと思います。(笑楽沖田さん)

う

ちの愛猫です。この16年間、病気にも負けずに。毎日のイヤな薬を飲んでくれてありがとう。長生きしてね。(リリコさん)

自

分で自分を褒めたい!

● 一番お手軽ですぐに幸せになれる方法にも関わらず、ついつい忘れがちです。よね...夜、一日ひとつでも自分を褒めて、そのままぐっすり寝たいですね。(なっば)

自

家菜園の越冬野菜です。雪の下で、甘みを増す大根からはじまり、無人参、ネギ等々。自分が育てた野菜は格別です。毎日、新鮮な野菜料理で冬を乗り越えまーす。(斉藤さん)

小

学校2年生の男の子が、3年前から週2回、スイミングクラブに通っています。その内1回は、私が送って練習を見ていますが、1時間の中で泳ぎを黙々と繰返し、だんだんときれいなフォームになってきている姿勢を褒めてあげたいです。(斉藤さん)

今

を一生懸命に生きている全ての人の心。争いの収束の兆しは見られないし...人間の心をほんの少し変えるだけで、現実がガラリと変わるのにな。今年1年、日本に限らず世界中の皆さんが、明るい出来事を数多く見聞されることを願うばかりです。(ふみ)

ウ

オシユレットを作った人を褒めてあげたいです。おかげで、毎日が快適です。(ハッピーさん)

娘

の愛車です。今年で10年経ちます。外見はピカピカですが、中の部品がガタガタ。ついに今年限りでお別れです。私もたま〜にドライブに乗せてもらいましたが、とにかく大切にしているのでも新車同様です。これを手放すのもさぞかし淋しい思いだろうと娘の心中を察します。長い間、ありがとう。そして、御苦労様でした。(山本さん)

我

が家の柿の木を褒めてあげたい。子供達の入学記念に植えた古木ですが、毎年小正月に成木責め行事を続けています。その結果が毎年沢山の美味しい実を付けてくれ、大勢の人達に配り、喜ばれています。今年(2023)は、熊の出没に柿の木がピンチ。かわいそです。(武部さん)



今月のたま吉くん賞

11 下旬だと言つのにプランターに植えたミニトマトが、今だに元気に実をたくさん付けています。暑い夏にもめげずサラダに色どりを頂き、野菜価格高騰の時期に感謝です!!(片山さん)

マ

マです!お仕事とかで忙しいけど、毎日おいしいご飯を作ってくれます。ママのご飯はぜんぶおいしいよ。ママいつもありがとう!(ゆずさん)

大

谷翔平選手。(山田さん)

社

会のためにつくされているボランティアの方々を褒めてあげたいし、感謝したいです。私も些細な事でもよいから気のついた事、実践していきたいです。(小西さん)

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!

昨

秋の農業まつりで、砺波市立庄西中学校による吹奏楽演奏に孫が出演することもあり出かきました。演奏会場は大変な人だかりで中腰に見ていました。しばらくして、不覚にも後ろにひっくり返り、尻もちをついてしまいました。起き上がるうとしましたが、人の足があり手がつかえません。横におられた方に助けられて立てました。さらに椅子を提供いただきありがとうございました。(霞田さん)

コ

ンテナボックスを頼み、家族に声を掛け:結局、八分目。後一分目は思い出の品々だそう。中々、片付かないです。(五島さん)

今

、学校でがんばっていることは、部活動です!バドミントン部で中学校から始めました!得意な技を磨きたいです!(本村さん)

農

業をやめて数年たちますが、毎月広報誌「ふれあいとなみ野」が届くのを楽しみしています。(小倉さん)

か

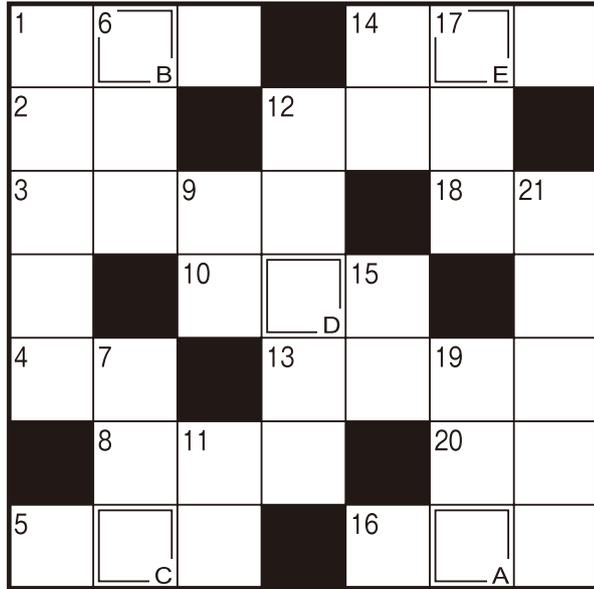
ぶら寿司を作ってみました。暖かい日が続いたので、山に雪が降ってきて気温が下がった頃を見計らって...この地方の風物詩ですね。(小かぶちゃん)

退

職して7年、今年から年金が満額支給になりました。楽しみながらボランティアやエクストラに参加しています。コロナ感染症もゴールデンウィーク明けから5類に移行し、富山県で映画やドラマの撮影も増えてきました。報酬はありませんが、芸能人に合えるので、ミスターな気持ちで参加しています。(吉田さん)

# 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「思い出の卒業ソング」、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 「ふれあいとなみ野」係  
○mail kouhou@ja-tonamino.or.jp

**応募締切** 2月15日(木)必着



## 当選者 (敬称略・実名掲載)

- 【砺波市】中島昭子
- 【砺波市】南部和子
- 【砺波市】米田康子
- 【砺波市】平田和己
- 【砺波市】今井えい子
- 【南砺市】山田とよ子
- 【南砺市】柄崎悦子
- 【南砺市】河合圭子

11月号の答え [シクラメン]



## ヨコのカギ →

- 最低気温が0度より低い日
- 現代人は電子——に囲まれて暮らしています
- 水筒に入れます
- ヒヒーン!といもなく動物
- スマホに入れたり消したりします
- ベッドが2つある部屋
- 頬のこと。——ダンス
- スラロームやモーグルなどの種目があります
- 人がいっぱいに入っている状態
- 西アジアの国の1つ。首都はアンカラ
- 空気が乾燥しているので——器をつけた
- 節分の豆を——の数だけ食べた
- 実がなるまでの期間が短めの品種のこと

## タテのカギ ↓

- フキの花茎のこと
- 銀世界を眺めて楽しみます
- ガイド——を片手に観光地を巡った
- 安倍川にして食べようかな、磯辺巻きもいいな
- 日没のことを日の——ともいいます
- 雪だるまを英語(片仮名語)でいうと
- 佐渡島にはこの鳥の保護施設があります
- 漢字には音読みと——読みがあります
- 平方根を表す記号
- 魚偏に「弱」と書きます
- 中国や台湾の旧暦の正月

大学・短大 卒業見込みの方

# 職業体験 してみませんか?

参加者  
募集中



## JAとなみ野 インターンシップ開催!

**開催日時** 令和6年2月7日(水) 9:30～16:50  
**場所** : JAとなみ野本店 大ホール

**参加条件** 令和7年3月に短大・大学卒業見込みの方  
又は、既卒者の方で、満30歳未満の方。

**応募方法** マイナビ2025より応募  
又は、下記メールアドレスへ直接メールにてお申し込みください。

**問い合わせ先** となみ野農業協同組合 管理室 総務人事課  
TEL0763-32-8600 E-mail jinji1@ja-tonamino.or.jp

詳細、ご応募はコチラ



マイナビ2025  
インターンシップサイト

令和6年 2月2日(金)まで受付中

# マイカーローンキャンペーン R6.6月末までの特別金利!!

※R6.6月末までのお申込で、ご融資日が7月末までの方が対象です

## Web申込限定!

**変金利型** 最大軽減後の金利

# 年 0.90%



- お借入金額 最高1,000万円
- お借入期間 最長10年

【保証料別途】  
0.60%~0.79%  
(基準金利年3.485%)

※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。  
 ※金利引下げ条件については店頭にて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。  
 ※お借入後の利率は基準日(4月1日および10月1日)の基準金利により、年2回の見直しを行います。



<https://ja-netloan.jp/>

24時間いつでも  
事前審査申込OK

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  
 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

お問い合わせ先

JAとなみ野 金融共済部  
 TEL 0763-32-8613 まで

融資課

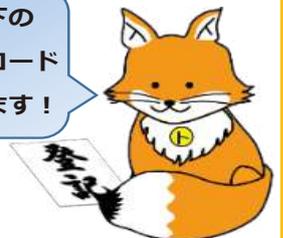
## 法務局からのお知らせです

お亡くなりになった方の名義のまま  
 相続登記をしていない方へ  
 令和6年4月1日から

# 相続登記の申請が 義務化されます!

※ 相続登記の申請手続は法務局で。ご不明な点は、末尾の「お問い合わせ先」にお尋ねください。

詳しくは、下の  
 二次元バーコード  
 で検索できます!



不動産登記推進イメージキャラクター  
 「トウキツネ」



法務局がお役に立つ制度があります。ぜひ、ご利用ください。

あなたの大切な遺言書をお預かりします

## 自筆証書 遺言書 保管制度

法務省HP



遺言書ほかんガルー

相続した不要な土地を手放したい!

## 相続土地 国庫帰属 制度

法務省HP



※ 本制度のお問合せは富山地方法務局登記部門まで。

お問い合わせ先

富山地方法務局	076-441-0550	富山地方法務局魚津支局	0765-22-0461
富山地方法務局高岡支局	0766-22-7372	富山地方法務局砺波支局	0763-32-2361

# 入居者募集

高齢者福祉施設 JAとなみ野  
ちゅーりっぷの郷



## 当施設の特徴

01

全館バリアフリーの  
人に優しい設定

02

ライフスタイルにあった  
快適なお部屋  
緊急用ボタン設置

※地域優良賃貸住宅「高齢者型」

03

安心でバランスの取れた  
楽しみの食事

04

家賃補助制度あり

(期限あり)  
(世帯所得による)

05

医療が近くにある安心

06

家庭的な雰囲気  
の  
デイサービス

### ■ 入居者資格(年齢その他の要件)

入居者は、次の条件をすべて満たしている方となります。

- ・ 60歳以上の者であること(高齢者世帯)
- ・ 介護を必要とせず入居時自立した生活ができること
- ・ 次に掲げる要件のいずれかに該当する者であること
  - ① 同居する者がいない者であること
  - ② 同居する者が配偶者、60歳以上の親族
- ・ 入居者及び同居者の所得の合計が、月額48万7千円以下の者であること
- ・ 家賃を払うことができる者であること
- ・ 賃貸借契約時に敷金を納入できる者であること
- ・ 市税等の滞納がないこと
- ・ 連帯保証人、身元引受人の立てられる方



見学・お問い合わせはこちら

高齢者福祉施設 JAとなみ野  
ちゅーりっぷの郷

〒939-1374 富山県砺波市山王町2番12号  
TEL:0763-32-8655 / FAX:0763-32-8636



<https://tulipnosato.jp/>  
ちゅーりっぷの郷

フリーダイヤル ☎ 0120-78-4101

[受付時間] 午前9:00～午後5:00まで  
土・日・祝除く

■ 付議事項

● 詳細は各支店にお問い合わせ下さい。

1. 令和5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. 本店施設検討委員会の設置について
3. 職制業務分掌規程の一部変更について
4. 店舗統廃合に伴う法人登記事項の変更について

● 審議の結果、すべての議案が承認されました。

■ 報告事項

1. 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
2. 事務ミス等の発生状況について
3. 第3四半期苦情・クレーム受付状況について
4. 11月末財務状況及び10月末月次損益について
5. 11月末支店別組合員異動状況について
6. 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
7. 令和5年産米概算金の追加払いについて
8. 令和5年産米の販売実績について
9. 令和6年産たまねぎの作付実績について
10. 令和5年産米・大豆の出荷状況について
11. 11月末事業実績について

私たちのJA

令和5年11月末現在

正組合員	8,917人	( 9,010人)
准組合員	4,149人	( 4,203人)
貯金	1,869億3,076万円	( 1,885億9,089万円)
貸出金	234億6,901万円	( 235億8,537万円)
長期共済保有高	4,062億8,155万円	( 4,224億7,549万円)
購買品供給高	28億2,111万円	( 26億6,889万円)
販売品販売高	55億8,532万円	( 37億3,899万円)
出資金	27億7,790万円	( 27億8,502万円)

※( )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8日(木) 南般若地区

(検診日の3週間前までに、生活総合課(☎32-8624)へお申し込みください)

■ お詫びと訂正

12月号15ページ「うちの元気くん」

野守祐志くん 年齢：誤(5) → 正(4)

関係者の皆様には大変ご迷惑をおかけしたことお詫び申し上げます。

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 **となみ野** 2024年1月号 令和6年1月10日発行 第347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



エックス (旧Twitter)



採用エックス (旧Twitter)



YouTube