



ふれあい

となみ野

2025

11
月号



輝く農業人 寺西 雅典さん

▶ 10ページに関連記事掲載



ふれあい
となみ野
月号
11

02 JAトピックス
TOPICS

05 ほっとライン
HOTLINE

07 家庭菜園

08 ウエルカム女性部
Welcome
ほほえみの会's Report

09 農産物直売所

10 フレンドリー広場

12 おたよりコーナー

13 クロスワードパズル

14 健康百科

JAトピックス
TOPICS

南砺市地場産食材活用推進協議会が 視察研修を実施

JAとなみ野 福野カントリー

9月26日に南砺市地場産食材活用推進協議会が、学校給食への地場産食材活用拡大を目的に研修を実施されました。南砺市内小中学校の学校栄養教諭・管理栄養士8名が参加し、JAとなみ野福野カントリーを視察。生活総合課の谷田一浩主任が、米の受け入れから出荷までの工程や受け入れ品種について分かりやすく説明しました。参加者は大規模な設備に感心し、積極的に質問していました。視察後は、福野地域でサトイモを栽培する百生真さんのは場も見学し、地場産食材への理解を深めました。



設備の説明を熱心に
聞く参加者 ▶

雪たまねぎの育苗管理巡回を実施しました

JAとなみ野 太田育苗ハウス他

9月26日、雪たまねぎの育苗管理技術を共有し、安定生産と品質向上を目指すことを目的に、管内の育苗ハウス巡回を実施しました。参加者は育苗管理者17名、県砺波農林振興センター扱い手支援園芸振興班の浅井雅美班長、JA営農指導員6名。JAとなみ野の太田育苗ハウスをはじめ、育苗を行う6経営体を巡回し、各管理者から灌水時間や栽培管理の工夫について説明がありました。また、現在大量発生しているシロイチモジヨトウムシによる食害被害や育苗管理作業の進捗状況などを確認し、発生している場合は、追加防除の指導を行いました。

参加者同士で活発な意見交換も行われ、有意義な情報共有の場となりました。



▲ 説明を聞く参加者



▲ 施設の説明に耳を傾ける辻口所長(右から1人目)

種子生産の現場を視察

JAとなみ野 稲種センター

10月2日に日本銀行富山事務所の辻口康弘所長と、農林中央金庫富山支店の斎藤真二支店長、川島良史副支店長がJAとなみ野稻種センターを視察されました。松本憲一経済部長と藤崎実所長より、当地の風土や歴史、栽培についてDVDや資料を用いた説明があり、種子の生産や転作、販売などについて様々な質問が寄せられました。

また、品質管理や圃場管理の内容に感心され、取引先から「種が綺麗」「発芽率が良い」といった声が寄せられていることに納得されました。

令和7年度 JA 親睦野球大会出場 準優勝を獲得

富山市五福

10月4日に富山市五福野球広場にて、令和7年度JA親睦野球大会が開催され、JAとなみ野野球部が昨年に引き続き出場しました。

昨年は1部準優勝のため、決勝リーグからの参戦。初戦はJA全農とやまと対戦し、4対2で勝利しました。決勝戦は、昨年も対戦した第1シードのJA高岡。接戦となり6回時点で同点のため、特別ルール(無死一、二塁から開始)が適用され、先攻のJA高岡に6対4と惜しくも負け、1部準優勝となりました。普段は異なる部署で勤務している部員ですが、声を掛け合いチームワークが発揮された試合になりました。



▲ 勝利を喜ぶメンバー



本店ATMを増設しました

J A となみ野 本店

本店のATMを増設し、10月15日より2台体制で稼働しております。これまで年金受給日など、多くのお客様にご来店いただく際には、大変お待たせすることがございましたが、増設により待ち時間が短縮されました。今後もサービスの向上に努めてまいりますので、ぜひご利用ください。

なお、工事期間中はご利用のお客様にご理解とご協力を賜りましたこと、心より感謝申し上げます。

増設されたATM ▶



小学校で「お金」の授業を実施

砺波市立庄川小学校



▲ グループワークの意見発表をする児童

10月20日、砺波市立庄川小学校の3年生19名を対象に、お金の基本的な知識を身につけてもらうことを目的とした「お金のキホン・モノの値段のきまり方」の授業を行いました。プロジェクトを使ってお金に関する基本的な知識を説明したほか、外国の紙幣に実際に触れる体験や、子どもたちの身近なお小遣いに関するクイズやグループワークも実施しました。JAとなみ野としては初めての取り組みでしたが、参加した児童たちは活発に意見を交換しながら、楽しく学んでいました。

なお、JAとなみ野では、こうした授業をはじめとした地域貢献活動にも積極的に取り組んでいます。

イベントで「雪たまねぎ」を販売

富山市

10月18日・19日に富山駅南北自由通路で開催された「Buono ! #とやまイタリアン2025」と、10月25日・26日にテクノホールで開催された「とやまグルメ・フードフェス2025」において、JAとなみ野特産の雪たまねぎや海藻アルギットニアのPR販売を行いました。「とやまテロワールベジ」に選定されている雪たまねぎと海藻アルギットニアの魅力を、来場者の皆さんにお伝えしました。

※「とやまテロワールベジ」とは、富山県の自然環境と、そこに暮らす人々が紡いできた風土や伝統などの文化・歴史が織りなす、土地の個性(テロワール)を感じられる野菜や果物、花などの生産・販売の取り組みのことです。



▲ 富山駅南北自由通路でのPRの様子



富山の野菜がおもしろい!
とやまテロワールベジ!



牡牛座

4/20～5/20

【全体運】上昇運。しっくりいかなかったことも次第に整ってきます。周囲との和を大切に、流れに乗って。忘年会にツキ
【健康運】体にいいことを続けて。手応えを感じられるはず **【幸運の食べ物】**アンコウ

地元産豚肉で笑顔広がる トントンの日会食会

砺波市立砺波南部小学校

10月7日、砺波市学校給食センターは「トントンの日」を開催しました。砺波市頼成の有限会社たかはた養豚より豚肉300kgが寄贈され、そのうち150kgは「豚肉とさつまいものみそからめ」として調理されました。残りの150kgは、翌10月8日の給食で「トントンハヤシライス」として提供されました。当日は、たかはた養豚の高畠豊世さんが砺波南部小学校を訪れ、ランチルームで児童たちと一緒に給食を味わいました。児童たちは地元の豚肉を使った料理をおいしそうに食べ、生産者との交流を楽しんでいました。



▲児童と会食を楽しむ高畠さん ©砺波市

ふく福柿の販売始まる

砺波市東別所



▲一つひとつ丁寧に袋詰めをする

となみブランドに認定されている「ふく福柿」の販売が、10月19日より、ふく福柿出荷組合直売所にて始まりました。今年は暑さが続いたため、昨年より色づきが遅れ、出荷のピークは10月下旬になる見込みです。生産量は昨年と同じ約9トンを見込んでおり、今年は小ぶりながらも甘みが強いのが特徴です。

ふく福柿出荷組合直売所のほか、農産物直売所「となみ野の郷」や砺波市内のスーパーでも販売される予定です。ふく福柿出荷組合の宮木武司組合長は「皆様のご期待に応えられるよう丹精込めて育てました。ぜひ味わっていただきたい」と話しました。

「大きなサツマイモ掘れたよ!」 園児がサツマイモの収穫体験

南砺市安清

10月22日、福野青葉幼稚園の年長児22名が南砺市安清の向井花子さんの畑でサツマイモの収穫体験を行いました。園児たちは一生懸命に畑の土をかき分けながら、サツマイモを一つひとつ掘り上げていました。大きなサツマイモを見つけた園児からは「大きい!」と喜ぶ声が上がり、また、畑から出てくる虫に驚く様子も見られるなど、賑やかな声が響いていました。畑の散歩も行い、唐嶋田鶴子園長は「貴重な体験をさせてもらっています」と笑顔で話しました。

収穫したサツマイモはしばらく保管し、後日、焼き芋などにして味わう予定です。



▲「サツマイモ掘れた!」



◀ 向井さんからの
サトイモクイズに手を上げる園児



根菜類

ダイコン



ニンジン

- 少量の場合は、ポリ袋に入れて室内の冷涼な場所に保管します。
- 多量の場合は畠にそのまま置き、ダイコンが霜の害を受けないように、肩まで土寄せをして自然貯蔵します。3月頃まで置く場合は、葉を切って、頭を下に斜めにして土に埋めておきます。
- 畠で、肩が土から出たものを先に収穫し、冬用は葉が半分ほど隠れるように土寄せをしておきます。



イモ類

ジャガイモ

- 貯蔵適温は5°Cで寒さに強く、凍らない限り冬も常温に置けます。



- 光に当ると緑変するので冷暗所で保存します。芽が出た場合は早めにかき取り調理してください。

サトイモ

- 貯蔵適温は8~10°Cです。
- 収穫は晴れた日に葉柄を地ぎわで切って、なるべく株のまま掘り起し、1~2日乾かしてから貯蔵します。なお簡易な貯蔵法としては、ダンボール箱を利用した貯蔵法もあります。



サツマイモ

- 寒さに弱く、12°C以下で黒変して傷みます。正月までに食べる分は新聞紙を厚めに巻き、箱に入れて室内保存をおこないます。



畠作業

エンドウは連作を嫌うので、4~5年作られていない場所で、排水の良い圃場を選びます。

播種は10月下旬~11月中旬に1穴あたり3粒播き覆土します。(早すぎたり、遅すぎると湿害や雪の害を受けやすいので注意しましょう)

エンドウには絹莢エンドウ・スナップエンドウ・実取りエンドウ等がありますので好みに合うものを選んでは種します。収穫は来年5月ごろからです。

エンドウ

アブラナ科の作物が5年ほど作られていない、水はけの良い圃場を選んで夕方に定植します。

翌春5月から6月に収穫するキャベツの定植は、がっちりした苗を遅くとも11月中旬までに植えましょう。その際、ダイアジノン粒剤等を使用するとネキリムシの被害を軽減することができます。

(弱小苗や遅植えの場合は、品質低下のおそれがあります。)

春キャベツ



蟹座

6/22~7/22

【全体運】大掃除は早めにスタート。余裕を持って予定を立てるとうまくいきます。いつものお店や集まりに幸せの予感

【健康運】疲れたら早めにケアを。危険な場所は避けて **【幸運の食べ物】**ダイコン



秋冬野菜の保存方法

本格的な冬が近づいてまいりました。これからは時期に、簡単な方法で野菜を保存してみませんか？野菜の保存は冷やすのが一般的ですが、低温下で傷むものもあります。そこで野菜のもつ耐寒性を知り、それぞれの野菜に合った方法で保存し、冬を乗りきり美味しいましょう。

葉菜類

ハクサイ

- 晴天日に、ハクサイの頭を押さえ硬く締まったものを収穫します。
- 1個ずつ新聞紙に包み、温度差のない所に縦にならべて貯蔵します。



キャベツ

- 寒さに強いので、そのまま畑に置いて必要な分だけ収穫します。
- 収穫後は、新聞紙に包んで保存すれば長持ちします。



ネギ

- 畑のすみに溝を掘り、ネギを立てて置き軟白部分まで土をかけて貯蔵します。
- 少量なら土つきのまま肥料の空き袋などに入れて、納屋のすみなどに保存しておいても良いでしょう。



その他の葉菜類

- 結球しない葉菜類は、収穫したら長期間の保存はできません。
- ホウレンソウやコマツナ、カラシナなどの耐寒性が高い野菜を作れば、真冬でも収穫できます。また掛け資材で保温すると、葉の傷みも少なくきれいなものがとれます。



女性部セミナー「寿司巻きづくり」



10月22日(水)女性部セミナー「寿司巻きづくり」を開催しました。

最近では、家庭で手作りする機会も少なくなった海苔巻き寿司。11月の農業まつりに向けた練習も兼ねて、女性部員13人が参加し、韓国のキンパ風巻きやサラダ巻きを作りました。つい具をたくさん入れすぎて形が崩れる場面もありましたが、笑い声が絶えず、和やかで楽しい時間を過ごしました。



第4回介護研修



10月17日(金)医療法人 真生会富山病院 理学療法士 種田啓之氏による「腰痛・膝痛・股関節痛 予防エクササイズ」の介護研修会を行いました。

それぞれの予防ストレッチを教えていただき「3か月続けたら普段使わない筋肉を使うので新陳代謝が良くなり痩せますよ」の励ましで、みんなのやる気を引き出していました。

一番良いのは寝る前のストレッチで、心身をリラックスさせ睡眠の質も良くなるそうです。種田氏の楽しいトークで笑いがあふれるひとときとなりました。



お知らせ

JAとなみ野ほほえみの会
30周年記念講演会
開催のご案内
12月6日(土) 午後1時30分
農業機械センター2階大会議室

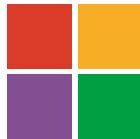
●記念講演

演題：『おひとり様 一人生』
講師：音楽療法士 高本 恭子 氏
参加費：無料 ※参加希望される方は事前にお申し込み下さい。
申込締切：11月25日(火)
申込先：生活総合課 (担当：鍛治澤) TEL : 0763-32-8624
FAX : 0763-32-8628



乙女座
8/23~9/22

【全体運】気が多くなりがちなので欲張り過ぎないように。用事はリストアップし優先順位を整理。後半は助けてくれる人あり
【健康運】香りの良い入浴剤で、ゆったりとバスタイムを 【幸運の食べ物】野沢菜



「ハロウィーン🎃 & 秋に食べたい旬の野菜・果物」祭り 10月25日(土)・26日(日)に開催しました!



利賀の白爵かぼちゃ、里芋、さつまいも、リンゴ、柿など…秋の旬の野菜をたくさん取り揃えて、「ハロウィーン🎃 & 秋に食べたい旬の野菜・果物」祭りを開催しました。

イベント期間中には、里芋を特価販売。

味は変わらないのに、形が整ってない等の理由で訳ありとなってしまった里芋を販売しました。また、砺波市の特産品で梅檀山地区にて栽培されている「ふく福柿」も入荷がありました。

この時期にしか販売されない地元の味に、お客様も大変喜ばれていました。

利賀村特産の「白爵かぼちゃ」は、甘味が強くホクホクしていて貯蔵性が高いのが特徴です。皮が硬めなので、ためしに半分にカットして販売したところ、好評でした。また、期間中はお買上げのお客様へハロウィーン🎃お菓子をプレゼント🎁しました。

となみ野の郷
農産物直売所

イベント情報

～冬といえば! なんといってもお鍋の季節～

お鍋におすすめ! 冬の野菜祭り／11/22土～11/24月

ハクサイ・ダイコン・ほうれん草・白ネギなど…冬に旬を迎える野菜は、寒さから自分の身を守るために糖分を蓄積します。そのため甘くておいしいのが冬野菜の特徴ですが、甘くておいしいだけではありません。特に白ネギなどは、塩分を体から排出してくれる、カリウム成分が豊富です。

冬はどうしても濃い目の味付けが多くなりがち…毎日白ネギを食べて、余計な塩分を出しませんよう! がんばるカラダに、いいことづくしの冬野菜。鍋や煮物など、体が芯から温まる料理に使って、寒い冬に備えませんか?

直売所では、お鍋にピッタリな冬の野菜をいっぱい取り揃えています。また、おすすめの「鍋つゆ」各種もご用意していますので、是非ご来店お待ちしています。



フレンドリー広場



てら にし まさ のり
寺西 雅典さん

井波高瀬

就農場所 三清かぶらずし酵房 代表
JAとみなみ野アルギットにら
生産組合 組合長
栽培品目 水稲、海藻アルギットにら、
カブ、バレイショ、サツマイモ、
ハクサイ、ナス

栽培面積 水稲1.5ha、水稻(アルギット栽培)1.4ha、海藻アルギットにら42ha、カブ32ha、バレイショ14ha、サツマイモ9ha、ハクサイ7ha、ナス7ha

いつ就農されましたか

30歳の頃です。

就農のきっかけは

父親がニラの栽培を始めた時からです。当時は全く農業に関わっていましたが、初出荷時に親が入院してしまい、出荷するために農業に携わるようになりました。これも「天命」のように感じました。

仕事のこだわりは

アルギット農業の考え方を取り入れ美味しい野菜になるよう育てています。カブは3年前から、かぶら寿司用に栽培を始めました。カブにもアルギット資材を使い、美味しいかぶら寿司になるよう作っています。三清かぶらずしは農業まつりでも販売予定です。

新しい栽培方法にも取り組んでいます。気候や栽培状況が変わっており、海藻アルギットにら栽培は遮光ネットを使用して暑さ対策をしています。また散水チューブを利用してカブの発芽率を上げる方法も考えており、この先も有効な手段を探しながら取り組んでいきたいです。



農業に関わってみて

多岐にわたって多くの人と知り合えたことが良かったです。農業に携わったから出会えたと感じています。大変なのは、昨今の気候の変化が大きく、暑さのせいで発芽率が悪くなったり、雪が多く栽培期間が短くなったりして、判断が難しくなっています。植物の状態は見た目で判断するしかないので大変です。ですが、美味しいものを自分で栽培できるのがやりがいになります。

好きな料理は?

ニラを牛肉と一緒に炒めたものや、ニラよごしが好きです。特にニラよごしはご飯にとても合います。将来、商品化できたらいいなと思っています。

目標や夢は

かぶら寿司は全国的にはまだ知名度が低いので、もっと全国の人に知ってもらいたい北陸の郷土料理の代名詞になるようにしていきたいです。一緒にチャレンジしてくれる人を増やしたいです。

選歌の園	向懇会
落葉掃く吾を急がす 月今宵夫と語らふ八十路かな	庭仕舞農の恵みに頭垂れ
星月夜逝きし人へとチエ口響く	おちばは つきこよいまつま つきこよいまつま
住み古りし柱鎮もる十三夜	砥波市となみ町
枝おろし秋の愁ひをばつと切る	砥波市神島
高岡市戸出放寺	砥波市東保
砺波市矢木	砺波市深江
ひらひらと風吹くままに秋の蝶	宮村毅
宮村毅	宮浦純子
二俣れい子	西田満寿子
長久尚	今堀富佐子
今井秀昭	今井秀昭



南山見

でんぱくん(10)

ネザーランドドワーフのミックス

（ご主人）池田 浩吉さん

元々東京にいる息子が飼っていましたが、引っ越し時に飼えなくなり我が家へ来ました。家の畑で採れたニンジンが好きです。前は部屋の中を駆け回ったりしていましたが、今は食べたり寝ていることが増えました。ツンデレな所もありますが、可愛い子です。



蠍座

10/24~11/22

【全体運】欲張りになりがち。たくさんのものが手に入るときだからこそ、いらないものにはノーを。取捨選択を心がけて

【健康運】食事は彩りが大事。よくかんで食べましょう 【幸運の食べ物】ハクサイ



うちの元気くん



東般若

すがの みつき
菅野 珠月くん(5)

★おうちの方から一言★

大きくなってね

パパ:成則さん ママ:美鈴さん

元気いっぱいの珠月です! よろしくね。お店に来る仲良しのお客さんと一緒に走って遊んだり、おじいちゃんやおばあちゃんとプラレールで遊んだりするよ♪運動会が楽しみなんだ。ねるねるねるねとかの、混ぜたりするお菓子が好きなんだよ。



うちの元気ちゃん



野尻

かみや くうな
神谷 空那ちゃん(6)

★おうちの方から一言★

頼れるお姉ちゃん、いつもありがとう

パパ:諒さん ママ:真央さん

初めまして、コギャルにハマっている空那です♪日焼けキティちゃん可愛いでしょ。ヒョウ柄が好きで、仲良しのお友達と服をお揃いにしたり楽しいよ。あと、スポーツも好きで逆上がりを頑張ってるよ!お父さんから柔道も習ってるんだ。

ふれあいギャラリー

「秋真最中」

投稿者 南砺市 バッタといな穂さん

幾何学模様が田圃に描かれた時。今年も収穫祈りました。



ふれあいギャラリー 写真・イラスト大募集

令和7年度
募集テーマ 「となみ野の四季」

締め切り
12月12日(金)
2月号に掲載
いたします。

募集要項

郵送 下記の宛先まで。サイズはL、又は2Lサイズ。

メール添付 データは1枚まで。JPEG形式(5MB以内)。

SNS投稿 JAとなみ野のXもしくはInstagramを

フォローし「#JAとなみ野フォト」のハッシュタグをつけて投稿してください。ハッシュタグがあるもののみ対象となります。

「タイトル」と「説明もしくはコメント」を添えてご応募・投稿してください。/郵送、メールの場合は必ず、氏名、郵便番号、住所、電話番号を記載してください。SNSの場合は採用時にメッセージで確認致します。※郵送応募の場合、応募作品は返却いたしません。/掲載時にはお住いの市とお名前(ペネネーム可)を掲載致します。

応募先 〒939-1388 富山県砺波市宮沢町3-11

JAとなみ野「ふれあいギャラリー」係

メールアドレス kouhou@ja-tonamino.co.jp

「となみ野の四季」を募集します。
皆さまのご応募お待ちしております!



← 投稿はこちらからもできます。



射手座

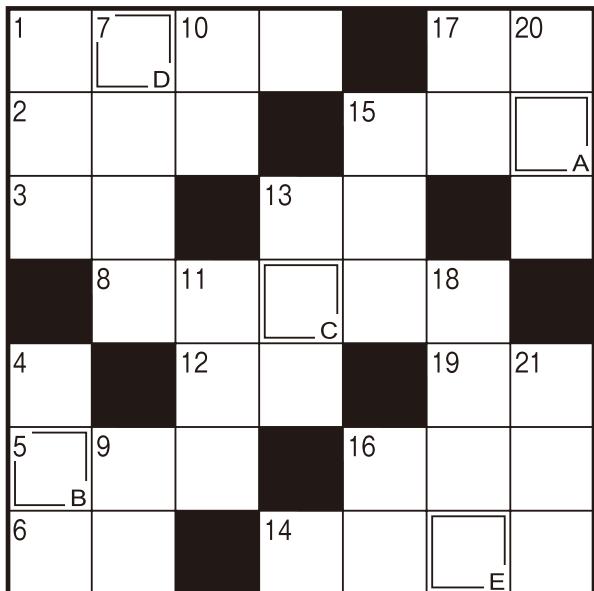
11/23～12/21

【全体運】やりたいことに向かって一直線に進めば大きな成果が。こぼれ落ちるものには縁がないと割り切りましょう

【健康運】旬の食材は元気の源。野菜と魚を多めに 【幸運の食べ物】クワイ

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か？

答え

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

郵便はがきに、①パズルの答え ②次のテーマ「私の好きなお正月料理」、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、ハガキをEメールで送ってください。

あて先

応募締切

○〒939-1388 砺波市宮沢町3-11 12月12日(金)必着
「ふれあいとなみ野」係

○mail kouhou@ja-tonamino.or.jp

当選者 (敬称略・実名掲載)

【砺波市】山本京子
【砺波市】清原秋美
【砺波市】天野依子
【砺波市】中島雅夫
【南砺市】高橋眞智子
【南砺市】杉原幹夫
【南砺市】野原明美

9月号の答え 【タマイレ】

1タ	6イ	11ク	17ナス
2ダ	シ	12マ	15タケ
7カ	9イ	16デ	18ツ
ニワ	カ	17カ	19マチ
ノス	カ	18ク	
アマ	ミソ	19ギム	
シイ	ウ	20ク	レレ

1 サンタクロースが乗るソリを引きます

2 練り物や大根などを煮込みます

3 ごはんのこと。握り——

5 和服の袖の下、袋状の部分

6 ——を憎んで人を憎まず

8 南米の北端にある国。首都はボゴタ

12 漢字では独活と書く山菜

13 木を切り倒すときに使います

14 dBと表記される、音などの強さを示す単位

15 蓁れのあいさつとして贈ります

16 人間は二足——をする生き物です

17 疲れたときには出して、おいしいときには落ちるもの

19 泣き顔になること。——をかく

← ヨコのカギ →

↑ タテのカギ ↓

1 夜目——笠の内

4 足を中に入れて暖を取ります

7 サッカー日本女子代表の愛称に使われている花

9 クリスマスツリーに使われる木

10 日本酒を温めること

11 じょうごとも呼ばれる道具

13 忘年会で乾杯の——を取った

15 高いところに載せたもの取るとときの体勢

16 クリスマスツリーのてっぺんにも飾ります

17 青い染め物に使われる植物

18 物ごとの順序などがさかさまになっていること

20 ささがきにすることも多い根菜

21 韓国の首都

富山空港発着 露天風呂のある弊社Aランクホテルに連泊でゆったり

一度は行ってみたい 太平洋に浮かぶ 常春の楽園

大自然・歴史と美食の島 八丈島 3日間

旅のポイント

- 1 太平洋に浮かぶ伊豆諸島の一つ八丈島をゆっくり巡るツアーです。八丈島まで航空機利用ですので楽々です。
- 2 宿泊は2015年7月にリニューアルオープンした弊社Aランクホテルのリバーパークリゾート八丈島に連泊します。
- 3 ご昼食、ご夕食とともに島の名物をご用意いたします。

ふれあい牧場 黄八丈染元「ゆめ工房」

2~3名様で1部屋ご利用 東京都八丈町

八丈島 2月の最高気温 12°C 最低気温 9°C

海岸から運んだ玉石の石垣。陣屋跡、旧家、有力者の家に築かれています。(イメージ)

弊社基準 Aランクホテル

名物 島寿司

旅行出発日 2026年2月16日(月) ~ 2月18日(水)

旅行代金 大人お1人様(2~3名様で1部屋ご利用) 富山空港起点 115,000円

旅行企画・実施

観光庁長官登録旅行業第939号

TOUR 株式会社 農協観光 中部支店

〒460-0003 名古屋市中区錦3-3-8 JAあいちビル西館9F

TEL(052)951-2124

総合旅行業務取扱管理者/三品 孝之・畔柳 豊

株式会社農協観光は、

ボンド保証会員

旅行業公正取引協議会会員

一般社団法人日本旅行業協会(JATA)の正会員です。

総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う営業所での取引に関する責任者です。この旅行契約に関し、担当者からの説明にご不明な点があれば、ご遠慮なく上記総合旅行業務取扱管理者までお尋ねください。

契約成立後、お客様の都合により契約を解除される場合、または旅行代金が所定の期日までにお支払いがなく当社が契約を解除した場合、旅行代金に対して一人さまにつき取消料または同額の違約料をいただきます。

※出発日・コース等の変更も左記取消料の対象となります。

※オプショナルプランおよび宿泊等各種追加料金も左記料率による取消料が利用日を基準として別途適用されます。ただし旅行開始後の取消料は100%になります。

詳しい旅行条件を説明した書面をお渡しいたしますので、事前にご確認の上お申込みください。

お申込み
お問合せ

となみ野農業協同組合 TEL 0763-32-8625

砺波市宮沢町3-11 富山県知事登録 第2-314号

編集
後記

いつもたくさんのおたより、ありがとうございます。そのおたよりですが、時々お名前がなかったり、ご住所の番地がなかったりと記入もれがあります。必要事項に記入がない場合は抽選の対象外となってしまいますので、おたよりを送られる際は記入もれがないか再確認してから送ってくださいね。(シマ)

健康百科

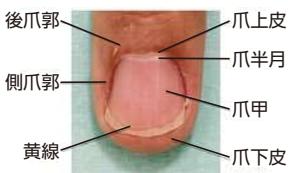
「爪の形態変化について」

厚生連高岡病院 皮膚科 野嶋 孝則

指の爪の伸びる速さは10日で1mm(余談ですが大陸移動の速度も同じ位です)、足の爪は半分程度です。年をとると爪の伸びる速さは遅くなり、爪のシワもできますが、加齢だけで形・色の変化は起こらず、正常であれば100歳でも20代と同様な爪を保てます。

つまり爪の形・色に変化が見られる場合、何らかの病気や外的な影響が後から起こった可能性があります。

爪の根元にある白っぽい部分(爪半月)が乳白色なのはできればばかりの新しい爪で、水分を多く含んでいるからです。爪全体が薄いピンク色に見えるのは、下にある皮膚(爪床)からちょうど水分が送られ



ているためです。

でも、爪先(黄線)は爪床から離れて水分が届かなくなるので、白っぽく見えるようになります。

爪は何も力が加わらなければ自然とカールする性質があります。(寝たきりの人が巻き爪になる理由)。普通は指の腹から上向きにかかる力と爪がカールしようとする力がちょうど釣り合ってきれいなカーブを保っています。しかし、



加齢による爪甲縦条

そのバランスが崩れると巻き爪等の変形が起こります。写真ではヒールの高いパンプスを履くことで足に負担がかかり、親指(第1趾)の爪が巻いてしまった様子が写っています。また、爪が褐色に変わっているのは「爪甲内出血」と呼ばれるものです。強い力が加わると爪を作る部分(爪母)で内出血が起き、血液の成分が混ざり込んで爪が茶色っぽくなります。また爪の下の皮膚(爪床)が傷ついて出血すると爪の下に“かさぶた”ができる黒く見えることもあります。爪が伸びていくにつれて、こうした血のかたまりも前に押し出され、時間がたつと元の色に戻っていきます。

健康な爪であれば爪の下に垢(あか)はたまりません。しかし、爪の下の皮膚(爪床)に刺激が加わったり、水虫の原因である白癬菌(はくせいきん)に感染したりすると「爪甲下角質増殖」と呼ばれる状態になります。垢がたまると爪床から爪への水分の通り道が塞がれてしまうため、透明さが失われ白く濁って見えるようになります。爪を美しいままに保つには、「外力を避ける」「感染を避ける」こと、つまり窮屈な靴を履かない、清潔を心掛ける、等が大切と思われます。



25歳、女性、両第1趾爪甲の巻き爪

御隠居と熊さんの ぜ・い・き・ん・小話

— 税を考える週間と租税教室 —

砺波税務署

熊さん 御隠居！御隠居！！

御隠居 「…」

熊さん 御隠居！！！

御隠居 うん？わしとしたことが…つい、
考えごとをしておったんじや。

熊さん 「考える」と言えば、国税庁ホームページ (<https://www.nta.go.jp>) に、

11月11日から17日まで「税を考える週間」とありやした。

御隠居 お～そうじや。もうそんな時期じやのう。今年は「これから社会に向かって」をテーマに、国税庁の取組などについて紹介するそうじやな。

熊さん 国税庁の取組でやんすか。いつ聞いても、難しそうでやんすね。

御隠居 熊さん、そうでもないんじや。国税庁のホームページ内に特設ページを設けて、これまでの「税を考える週間」の歴史や国税庁のいろんな取組について、最新のデータで分かりやすく紹介するそうじや。

熊さん 特設ページでやんすか。見てみるでやんす。

御隠居 それからのう、「税を考える週間」の実施に合わせて、YouTube「国税庁動画チャンネル」に、新着動画を掲載するほか、X (旧Twitter)で各種情報を発信するそうじや。

熊さん 他にはどんなことをしてやんすか。

御隠居 税についての小学生の書道や中・高校生の作文、税の標語などで表彰された作品の展示をするそうじや。そうそう、



社会人や大学生等を対象とした講演会や説明会も開催しどのう。ところで熊さん、熊さんは租税教室を受けたことはあるかい。

熊さん 租税教室ってなんやんすか。

御隠居 租税教室とは、税の意義・役割・必要性や、この国の財政の状況などについて、小学生や中学生、高校生に学んでもらうための教室じや。子供のころから税金に関する興味を持ち、健全な納税者意識を養っていこうと、国税庁では、租税教育にも力を入れておるようじや。

熊さん そうでやんしたか。あっしも税金についてもっと勉強したいでやんす。

御隠居 さすが熊さんじや。国税庁ホームページの「税の学習コーナー」には、租税教育に関連した資料を掲載しておるよじや。

熊さん わかりやんした。早速帰ったら見てみるでやんす。

御隠居 「税の学習コーナー」には、小学生向け動画のリンクがあるから、そこから始めてみるとよかろう。

熊さん ご隠居、小学生向けとはあんまりでやんす。ところで、先ほどまでの考え方とは、何でやんしたんで？

御隠居 熊さんがどうすれば、税についてもっと考えてくれるようになるかを思案してたんじやが心配なさそうじやな。「税を考える週間」には、しっかり税の意義や役割について考えておくれ、熊さん！

QRコード
国税庁HP
取組紹介ページ
二次元コード



水瓶座

1/20～2/18

【全体運】周囲からの手助けに感謝を。1人で動かない方が順調に進みます。大きな計画変更はもう少し時間をかけて◎

【健康運】スポーツがストレス発散に。爪のケアを 【幸運の食べ物】ニンジン

冬に食べたい根菜料理 特別な日やおもてなしにも

レシピ提供 料理研究家 和田麻紀子



作り方

- 鶏肉を一口大に切り、塩・こしょう・小麦粉をもみ込んでおく。タマネギは5mmの薄切り、サトイモは皮をむいて1cmの厚さに切っておく。
- 鍋にバターを入れ、鶏肉とタマネギ、サトイモを入れて炒める。鶏肉の色が変わったら水を加えてひたひたにし、ふたをして中火で10分蒸し煮にする。サトイモに箸が通らなければさらに数分加熱する。
- 牛乳とみそを加えて、軽くサトイモをつぶすようにしてさらに5分煮る。好みのとろみになるまで火を入れたらグラタン皿に移し、チーズをかけて200度のオーブンで10分焼く。焦げ目が付いたら出来上がり。

サトイモと鶏肉の みそグラタン

材料(2人分)

サトイモ	4個	小麦粉	大さじ2
鶏もも肉	1枚	塩	小さじ1/2
タマネギ	1/2個	こしょう	少々
バター	15g	みそ	大さじ1
牛乳	150ml	とろけるチーズ	70g
水	250ml		

ポイント

サトイモはとろみが強く焦げ付きやすいです。作り方②の途中で一度混ぜると焦げ付きにくくなります。

アレンジ

- ご飯の上にのせてドリアに
- 牛乳を豆乳に変えてより軽い味に

皮に栄養が多い根菜を
そのまま保存食に

サツマイモと レンコンのピクルス

材料(4人分)

サツマイモ	1本
レンコン	1本
(野菜は合計250gくらい)	
酢	100ml
水	200ml
ピクルス液	
砂糖	50g
ローリエ	1枚
黒こしょう(粒)	5粒
唐辛子	1/4本

野菜が多くピクルス液に漬からないときは、ラップをかけて落としぶたのようにしてください。

アレンジ

- レンコンをニンジン・ダイコン・カブなどに替える(いずれも生のまま漬ける)
- ミョウガやシナモンなどを入れる



作り方

- ピクルス液の材料を鍋に入れて火にかけ砂糖を溶かし、粗熱を取っておく。
- サツマイモは皮ごと5mm幅の輪切りに(太ければいちょう切り)、レンコンは皮をむいて5mmのいちょう切りにして軽く水にさらして水を切っておく。別的小鍋に水600ml(分量外)と塩大さじ1(材料外)を入れ

- 沸かし、レンコンとサツマイモを一緒に入れて2分、すっと箸が通るまでゆで、水にあげる。
- 水分をよく切って清潔な保存瓶に入れ、ピクルス液を注ぎしっかりと液に漬かるように保存する。30分すれば浅漬けになり食べられる。2週間ほどで食べ切る。

私の 食育日記

食育インストラクター

岡村 麻純



冷凍保存を上手に使おう

家庭で冷凍する際は、速く凍結するように小さく切つて小分けで冷凍する。金属のトレーにのせて冷凍するなどの工夫も必要です。ホワイトソースや野菜だし、火を通した鶏ささみやサケを細かくしたもの、炒めたタマネギ、湯通ししたホウレンソウや小松菜、トマトなどさまざまなものをお分け冷凍するなど、冷凍保存を上手に活用していきたいです。

離乳食にはできるだけ多くの食材を使いたいと思いますが、少量の離乳食のためにたくさんの材料を準備するのはとても大変です。そこで便利なのが冷凍保存です。しかし、家庭の冷凍庫での凍結はゆっくりと冷凍させる緩慢凍結しかできないため、瞬間凍結された冷凍食品と同じような品質で冷凍できるわけではありません。家庭で冷凍するときは、緩慢凍結でも品質変化が少ない食材を選び、冷凍する方法を工夫することが必要です。

家庭での冷凍に適した食材というと、食感の変化が気にならないもの、例えば炒めたタマネギのみじん切りや、炒めたひき肉、スープなどが挙げられます。パンや米などのでんぶんを多く含む食品も比較的冷凍しやすいです。他には、煮豆やあんこなど味が濃くで水分の少ない食品も冷凍に向いています。肉や魚は加熱調理をしてから、野菜も軽く加熱してから冷凍した方が良いとされています。生の野菜や果物が冷凍に向きとされるのは、水分が多いため冷凍した際に細胞が壊れ、凍解すると水分が抜け出で食感が変わってしまうからです。しかし、あえてその変化を利用することもあります。例えば、トマトはへたを切り落として冷凍しておくと、流水に当てるだけで簡単に皮がむけ、形も崩れやすくなるためソース作りに適しています。また、冷凍したデラウェアなどのブドウも解凍するどつりと皮がむけて便利で、ヨーグルトソースとして使えます。ダメイコンもカットして冷凍しておくと細胞が壊れて味が染みやすくなり、手早く煮物を作ることができます。



人事異動 令

(令和7年11月1日付)

新職務

氏名

現職務

金融共済部

金融共済部 貯金為替課 課長代理

酒井 祐美

庄西支店 副支店長

経済部

経済部 販売課 課長代理

安念賀世子

福野支店 副支店長

経済部 稲種センター 所長代理

橋場 善史

経済部 稲種センター 係長

経済部 園芸振興課 係長 常農指導員

花島 充

経済部 園芸振興課 主任

経済部 資材配送センター 主任

安念 博史

経済部 資材配送センター 係長

経済部 販売施設課

西部 考紗

経済部 資材配送センター

試採用 中央支店

平瀬 加代子

中途採用職員

庄西支店

庄西支店 副支店長

福野支店

福野支店 副支店長

中央支店

中央支店

令和7年11月13日付 【産前産後休暇・育児休業】

新職務

氏名

管理室 総務人事課付

管理室 総務人事課付

令和7年11月29日付 【産前産後休暇・育児休業】

新職務

氏名

管理室 総務人事課付

新職務

氏名

押田 良奈

中央支店

現職務

林 愛莉

氏名

複合涉外 金融共済部 現職務

水木 博美

氏名

金融共済部 販売課 課長代理

堀田 久美子

氏名

金融共済部 貯金為替課 課長代理



ドカ雪・重い雪が増加傾向! 雪シーズン前に考えたい

危険な雪害への備え



大雪による 地球温暖化により、大雪の危険性が増大。
被害の事例 をご存知ですか?



知る

もしものとき、安心して再出発ができるように

備えは 満額加入 で不安を安心に

物価高騰が続く今の時代、現在の保障内容では、生活再建にかかる費用が不足することも。実際の災害の現場では、満額で加入していなかったために十分な保障を受けられないということが起こります。現在の保障内容で十分なのか改めて確認しましょう。

▶ 詳しくは、お近くのJAへお問合せください

屋根の折れ・貫通の修理
(軒樋の破損を含む)
約420万円



※損害額は一例です。損害額は損害の程度・被害の量・建築部材等により異なります。

建物更生共済
むつきプラス

建物更生共済
My家財プラス

建物・家財を幅広く保障

ご契約者さまの声



山梨県
60代 男性

大雪の重みで雨樋が破損してから3ヶ月後くらいにJAへ相談したところ、すぐに査定してもらいました。自己負担もなく、新しい雨樋に取り替えられて助かりました。

25481050294

●この広告は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

お問合せ先 JAとなみ野 涉外推進課 TEL 0763-32-8614
共済保全課 TEL 0763-32-8615



ほつと あつと なんと

ぐるめフェスタ in いなみ 2025 井波の味

先着
100家族

つきだてお餅配布
1家族1パックプレゼント!
12時00分~

日時 令和
7年11月30日 **日**
SUN

午前9時~午後1時

会場 JAとなみ野井波中央支店前



人気のキッチンカーもやって来る!

- トコトコテッチ(米粉のベビーカステラ)
- むすびや(おむすび)
- 富よし商店(たこ焼き)

山野さといも組合



規格外も
あります。
売り切れ御免!



里芋詰め放題



井波の味 ぐるめコーナー

- | | |
|----------------|-----------------------|
| ◆里芋いも鍋 | ◆里芋田楽 |
| ◆里いもコロッケ | ◆里いもおはぎ |
| ◆地元そば粉使用 手打ちそば | |
| ◆ポン菓子 | 100食
限定
10時より販売 |



自慢の一品! 展示即売コーナー

- | | |
|-----------|-----------|
| ◆秋冬野菜etc | ◆新米コシヒカリ |
| ◆アルギット農産物 | ◆チューリップ球根 |
| ◆りんご | ◆ |

※数に限りがあります。売り切れの際はご了承ください。



主催/ぐるめフェスタinいなみ2025実行委員会 共催/南砺市・JAとなみ野

事務局 JAとなみ野井波中央支店 ☎(0763)82-1551

J Aの除雪機点検キャンペーン

新車への更新もご相談ください。

受付期間

令和7年11月21日(金)~12月10日(水)



対象機種

J A販売機種

基本点検内容

エンジン・電装・操作レバー・クローラ・除雪部
各部の状態を点検します。

キャンペーン料金

基本料金 通常 13,200円(税込)→ **6,600円(税込)~**

注意1 部品・オイル類は基本料金に含まれません。また、修理が必要な場合は別途
修理料金が発生します。(ご相談下さい。)

注意2 出張または引取・配達料金が別途必要になります。



お問合せ先

JAとなみ野 農業機械センター

TEL 0763-58-5520 研波市五郎丸994



URL

X エックス
(旧Twitter)

雪が降る前に除雪機の点検をしませんか。



JAとなみ野2025 ウインターフィンターキャンペーン定期貯金

【募集総額】10億円

スーパー定期1年 適用金利

募集期間

令和7年 11月4日火→12月30日火

※募集総額に到達次第終了致します。

対象者 個人(新規預入に限る)

あ預入金額 10万円~500万円以内(一口あたり)

■個人の方に限ります。 ■途中解約をされた場合、当JA所定の中途解約利率が適用されます。 ■お利息は20.315% (国税15.315%地方税5%)の分離課税となります。 ■自動継続の場合には、満期日以降は自動継続時の店頭表示金利が適用されます。 ■商品の詳細は、店頭またはHPでご確認ください。

窓口
店頭表示金利含む

年 **0.500%**

(税引後年0.3984%)

©よりぞう



お問合せ・ご相談は、お気軽にJA窓口または専門担当者まで

12月17日(水)より
配達希望承ります

※生育状況により遅れる
場合があります。

大切な方の特別な日

チューリップを贈ろう

Anniversary / Birthday / New year / Gift / wedding



30本ギフト包装



20本ギフト包装



20本簡易包装

JAとなみ野

砺波切花研究会
いいはなとなみ
0120-187-173

〒939-1327 富山県砺波市五郎丸994 TEL 0763-33-4187

お届け時期 12月中旬～3月

※終了時期は生育、在庫状況によって変わります。

各種クレジットでお支払いをご希望の方は、
JAとなみ野ホームページよりご注文ください。

JAとなみ野

検索

<http://tulip-gift.jp>

ご注文は
今月号折込の
注文書チラシを
ご利用下さい



給食調理 スタッフ募集



砺波駅
南口 市営
駐車場 現地

年齢
不問

勤務地

砺波市山王町2番12号
ちゅーりっぷの郷

時 給

1,100円

JAとなみ野が運営する施設で、
高齢者が活躍する職場です！

勤務時間

9:00～19:00

※ 土・日・祝日 歓迎！

休 日

シフト制

業務内容

入居者用食堂における食事
(朝昼夕3食)の提供、予約制
のため食数は決まっています。

勤務の時間例

- ① 9:00～13:00
- ② 13:30～17:30
- ③ 17:00～19:00 など

ご応募 &
お問い合わせ

■電話後、履歴書(写貼)をご持参ください。まずはお気軽にお電話下さい。

■砺波市山王町2番12号 JAとなみ野 高齢者福祉施設ちゅーりっぷの郷

TEL 0763-32-8655 (担当: 清原)

理事会だより

■委員会報告

- 第6回本店施設整備検討委員会の報告について

■付議事項

- 育児休業・育児短時間勤務等規程の一部変更について
- 令和7年度上半期ディスクロージャーについて
- 固定資産(ラック倉庫システム)の取得(更新)について

●審議の結果、すべての議案が承認されました。

●詳細は各支店にお問い合わせ下さい。

令和7年10月16日(木)

私たちのJA

[令和7年9月末現在]

正組合員	8,671人	(8,804人)
准組合員	4,065人	(4,104人)
貯金	1,858億3,293万円	(1,864億9,664万円)
貸出金	225億 466万円	(221億5,408万円)
長期共済保有高	3,807億2,704万円	(3,940億5,885万円)
購買品供給高	25億7,554万円	(22億6,550万円)
販売品販売高	43億9,164万円	(28億7,579万円)
出資金	27億5,412万円	(27億6,756万円)

※()内は昨年同期

お知らせ

■年金来店感謝デー

12月15日(月) となみ野産にんじん 1袋

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
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 2025年11月号
令和7年11月10日発行 第369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



エツクス
(旧Twitter)



Instagram



YouTube