



ふれあい



2026

# となみ野

5月号

2026年5月号 vol.375 令和8年5月10日発行





ふれあい  
2026 5月号  
となみ野

—もくじ—

02 JAトピックス

05 ほくとライオン

07 家庭菜園 

08 ハートtoハート  
ほほえみの会 

09 新しいっておいしいよね!  
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

JAトピックス

仲間とともに学ぶ  
令和8年度新規採用職員研修を実施

JAとなみ野 本店ほか

令和8年度の新規採用職員研修を実施しました。

3月27日は、JA職員としての心構えや各事業部の概要説明を受けたのち、配属先を順次訪問しました。新入職員同士が顔を合わせる初めての機会でもあり、自己紹介を通して同期の絆を深めました。

4月6、7日には、富山市のホテル森の風立山にて、株式会社よしもコミュニケーションズ代表取締役の高沢由美氏を講師に迎え、ビジネスマナー研修を行いました。コミュニケーションの重要性や言葉遣い、来客・訪問時の対応などを、ロールプレイングを交えて学びました。研修ではグループワークとして劇の発表も行われ、互いに意見を出し合いながら仲間と協力する姿が見られました。新規採用職員の紹介は4月号20ページに掲載しています。



◀◀ JAでの研修



▲ビジネスマナーを学ぶ



▲講師の高沢氏

## 雪たまねぎの生育調査を実施

砺波市太田

3月30日、JAとなみ野管内の対象圃場にて、雪たまねぎの生育調査を行いました。調査では葉の長さや茎の太さ、葉の枚数を計測し、現在の生育状況を確認しました。この調査は各地区内で標準的な圃場8箇所を、積雪の多い1月と2月を除いた12月から収穫までの期間中、毎月2回実施しています。

調査に同行した県砺波農林振興センター担い手支援課園芸振興班の浅井雅美班長は、「今年は雪解けが早く、成長も順調に進んでいます。昨年以上の収量が期待できそうです」と話しました。

現在、令和9年産のたまねぎ生産者を募集しております。詳細につきましては、JAとなみ野 経済部 園芸振興課（電話32-8660）までお問い合わせください。



▲一株ずつ計測するJA営農指導員

## 自転車の安全走行を呼びかけ 自転車交通安全教室を開催

富山県立砺波高等学校



▲スタントマンが事故を再現

4月14日、JAとなみ野とJA共済連富山は、富山県警察本部と連携し、県立砺波高等学校にて「自転車交通安全教室」を開催しました。本年4月1日の改正道路交通法施行に伴い、自転車利用者のさらなる交通安全意識の向上が求められています。

当日はスタントマンによる事故の再現実演が行われ、生徒たちは衝突の衝撃を目の当たりにすることで、ルール遵守の重要性を改めて実感しました。参加した加羅田桜子さんは「普段意識していない行動で事故につながる怖さを知りました。これからは正しいルールを守り、自転車を利用したいです」と安全走行への決意を新たにしていました。

## 今年度第2回花卉研修会を開催

JAとなみ野本店

JAとなみ野農産物直売所生産者協議会花卉部会は、4月16日に今年度第2回目となる花卉研修会を開催しました。

当日は、県砺波農林振興センター担い手支援課園芸振興班の谷口操枝主任専門員を講師に招き、アスターやケイトウの播種から生育管理について説明を受けました。昨年的高温乾燥による開花の遅延や害虫発生状況を踏まえ、令和8年度の作付計画に向けた具体的なアドバイスが行われました。

参加した生産者は、お盆の需要期に合わせた出荷ができるよう、作業ごとのチェックシートと照らし合わせながら、栽培の重要ポイントを熱心に確認していました。



▲コツや重要点について説明をする谷口主任専門員

## 全農とやま新規採用職員がJAとなみ野管内で研修

JAとなみ野管内

4月6日から17日までの2週間にわたり、令和8年度に採用された全農とやまの新規採用職員7名が、JAとなみ野管内で実地研修を行いました。

初日の6日には、土田英雄組合長よりJAの役割や組織との関わりについて講話があり、「この研修で学ぶことを、今後の業務にしっかりと活かしてください」と激励の言葉が贈られました。

7日以降は、稲種センターや農業機械センターといったJAの各施設に分かれ、現場の業務を体験しました。また、実際の農業現場への理解を深めるため、庄川町の有限会社泰栄農研にご協力いただき、種まき作業やほ場の巡回、除草剤の散布作業などを体験しました。



各部署で業務を体験



# 農業と、地域と、くらしのために。



みらい

子どもたちに食と農の大切さを伝える

あんしん

安全・安心な日本の食を支える



だいち

地域の農業の発展を支える

JAグループは地域に寄り添い  
色々な分野で活動しています

農業を通じて日本の自然と環境を守る

みどり



高齢者や家族の健康を支える

けんこう



くらし

豊かで安心なくらしを支える



JAグループの活動の場は、多岐にわたります。

それは、地域の皆さんのくらしの様々な課題にお応えしたいから。

地域の一人ひとりに寄り添い、組合員の皆さんと共に歩みを進めていく。

それが、私たちJAグループの変わらない使命です。



耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

Q JAグループ



## 直売所からつながる支援の輪 フードロス削減の取り組み3年目

砺波市深江

農産物直売所「となみ野の郷」では、フードロス削減の取り組みが3年目を迎えました。取り組みに賛同したJAとなみ野農産物直売所生産者協議会の会員が、直売所の専用ボックスへ農産物を提供し、地域の支援活動に貢献しています。

集まった野菜は連携先の「もったいないフードバンクとなみ」を通じて、グループホーム等へ配布や、「一服茶屋ふかえ」で開催されている子ども食堂の食材として活用されています。理事長の嶋村信之さんは「物価高の中で野菜の提供は非常に助かっています。利用者は年々増えており、今後もこの活動が続いていくことを願っています」と感謝を語りました。

同団体ではフードドライブの寄付も随時受付中です。フードバンクとなみまでお問い合わせ下さい。



▲ナバナやネギ等を使用したメニューが提供された



お問い合わせは  
こちら→

## となみ野学校給食食材出荷組織連絡会 令和7年度定期総会を開催

JAとなみ野 庄西支店



▲根尾会長

4月21日、JAとなみ野庄西支店にて、となみ野学校給食食材出荷組織連絡会の令和7年度定期総会が開催されました。

開会にあたり、根尾正廣会長は「近年の気象状況や会員の高齢化など、栽培面で苦労も多いですが、子供たちのためにこれからも安全で安心な食材を皆さんと一緒に届けていきましょう」と挨拶しました。

総会では第1号議案から第3号議案まで審議され、すべての議案が原案通り承認されました。

## 【お詫び】 広報誌掲載内容の誤りについて

平素より、JA事業にご協力ご賛同いただき誠にありがとうございます。

このたび、JAとなみ野広報誌4月号「JAとなみ野たまねぎ出荷組合 第17回定期総会」において記事内容に一部誤りがございました。

誤った情報をお伝えしたことにより、読者の皆さまおよび関係者の皆さまに大変ご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。

### 優良生産者表彰

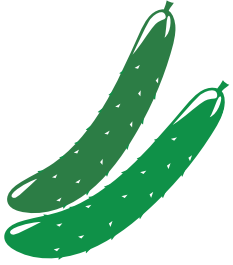
#### 組織の部

- 最優秀賞 (農)太田北部営農組合
- 優秀賞 (農)ファーム野尻古村
- (農)太田西部
- (農)ひまわり営農組合

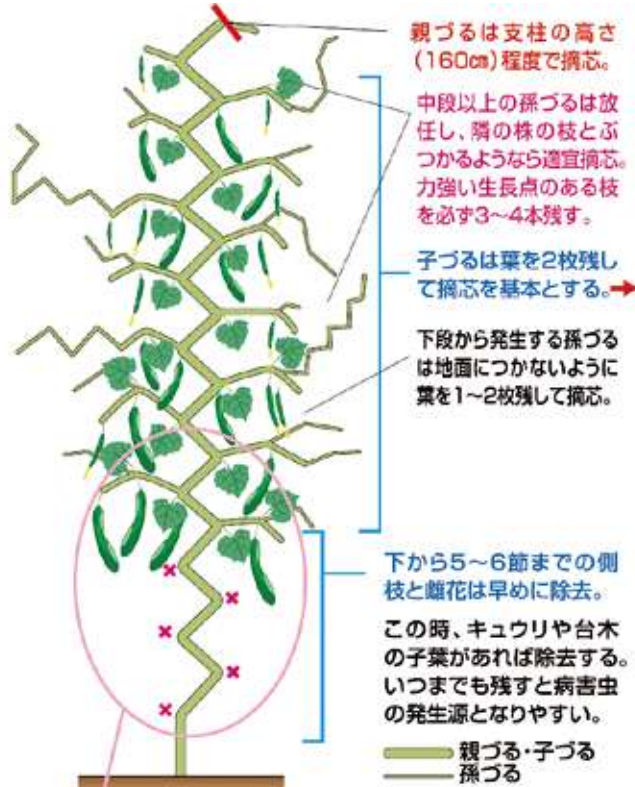


(農)太田北部 営農組合 齋藤忠信 前組合長 (農)ファーム 野尻古村 (農)太田西部

# キュウリ



まず支柱を立てましょう。キュウリネットに親蔓を這わせて、日当たりと風通しを確保しましょう。子蔓は2節で止めて、親蔓を上へ向いて伸ばすようにしましょう。



この部分が茂りすぎると病害発生や収穫忘れが多くなるので注意。スッキリ摘葉がイチバン!

子づるは本葉2枚を残し、その先で摘芯する。子づるの1節目に着果する。



1 キュウリの整枝。中段以降の子づるは2葉残して摘芯する。

## たまねぎ施設作業員

未経験者  
歓迎!

- 仕事内容 たまねぎの選別作業
- 勤務地 砺波市五郎丸
- 勤務時間 18時~20時
- 期間 6月29日(月)~7月31日(金)  
(平日のみ)
- 時給 1,200円



週3日以上  
働ける方  
大歓迎です!



お気軽にお問い合わせください!

ご応募は下記担当者まで!

JAとなみ野 販売施設課 (金森) TEL 0763-32-8635



# 家庭菜園

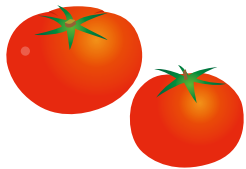


©よい食P

## 夏野菜の管理

夏野菜の定植も終わり、皆様の畑では野菜が日々成長していることと思います。ここでは、今頃の野菜に必要な手入れについて、改めて振り返ってみたいと思います。

### トマト



支柱を立てていない場合は支柱を立てましょう。また週に2回はわき芽の摘芯を行い、トマトが茂らないように手入れを行いましょ。株元から生えてきた大きなわき芽は、そっとゆすってねじり取ります。

トマトは一本仕立て(整枝)が基本になります。

最終収穫段の横が見えたら、その上の本葉2枚を摘んで摘芯

第4花房

第3花房

第2花房

第1花房

節間の長さも一定(高気温、水分過多、日照不足だとやや長くなる)

気根が多く出ているときは、乾燥が根の腐りが原因

下葉は元気な方がよい

芽かき(花房の下の旺盛なわき芽は早くとりぬく)

必ず晴天時に行う

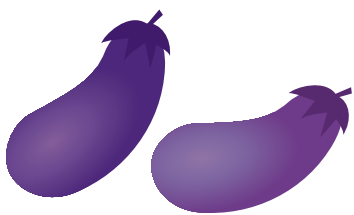


5cmくらいまで取る

適切な栄養生長をしていれば、わき芽は小さいうちに除去するのが基本。もしも忙しくて、芽かき作業が遅れている場合は、先に果房直下の旺盛な側枝を除去します。その後、ほかのわき芽を取るようになります。



### ナス



まず支柱を立てましょう。わき芽は上から3つを残して、その下は全てかき取ります。

徐々に葉っぱが大きくなってきますが、形がおかしかったり縮れたりしている場合はアブラムシなど害虫の影響が考えられます。早期に害虫の確認を行いましょ。

①主枝を伸ばす

1番花

③側枝を伸ばす

取り除く

一番花のすぐ下と、その下にある勢いのよい側枝を伸ばす

②側枝を伸ばす

取り除く

①主枝 ↑

②側枝

③側枝

1番花直下のわき芽は強く伸びる

伸ばした枝を、それぞれ誘引する。内部に枝が込みあう時は、枝を整理する。



# 令和7年度 JAとなみ野ほほえみの会 通常総会



3月28日(土)、本店2階大ホールにて通常総会を開催し、土田英雄組合長よりご祝辞を頂き、あわせて1年間の活動について報告しました。

感染の観点から福祉施設でのボランティア活動の制限は今も続いておりますが、介護研修を重ね自己研鑽に努め、会員一同協力のもと活動していきたいと思っております。

記念講演では、医療法人 真生会富山病院の「劇団チップス」をお招きし、『オーラルフレイル』をテーマに寸劇を披露していただきました。ドラえものの扮装をした方や、大きな歯ブラシを持った歯科衛生士が登場したり、お母さん役の管理栄養士とお父さん役の理学療法士が役になりきって演じるなど、楽しくわかりやすい内容で、参加者からも好評でした。



バランスの良い食事で  
体を整え、  
免疫力を高める  
食事が大事!



一度の転倒で  
その後の生活が  
大きく変わるので、  
バランス力を養い  
体幹を鍛える!

## 自分の口の健康状態を知って、 オーラルフレイル対策を

4点以上で危険性が高い!!



### オーラルフレイルのセルフチェック表

質問事項	はい	いいえ
<input type="checkbox"/> 半年前と比べて、堅い物が食べにくくなった	2	
<input type="checkbox"/> お茶や汁物でむせることがある	2	
<input type="checkbox"/> 義歯を入れている*	2	
<input type="checkbox"/> 口の乾きが気になる	1	
<input type="checkbox"/> 半年前と比べて、外出が少なくなった	1	
<input type="checkbox"/> さきイカ・たくあんくらいの堅さの食べ物を噛むことができる		1
<input type="checkbox"/> 1日に2回以上、歯を磨く		1
<input type="checkbox"/> 1年に1回以上、歯医者に行く		1

\*歯を失ってしまった場合は義歯等を適切に使って堅いものをしっかり食べることができるよう治療することが大切です。

#### 合計の点数が

- 0～2点 オーラルフレイルの危険性は低い
- 3点 オーラルフレイルの危険性あり
- 4点以上 オーラルフレイルの危険性が高い

出典：東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規、飯島勝夫

かかりつけ歯科医に定期的に通い、  
ずっと笑顔で“健康長寿”を目指しましょう!

いつまでも元気で、  
おいしく食べられるように...



発行：2018年12月

むせるのは  
口の機能の低下の  
サインであり、口  
の中の運動を  
しましょう!



▲口の体操のバタカラ運動をしましょう!



## となみチューリップフェア開催 県内外のお客様も、大勢ご来店!

4/22(水)～5/5(祝)

となみチューリップフェア期間中は、となみ野の郷も大盛況! 特産品の大門素麺が人気でしたが、山菜も好評でした。特に行者ニンニク・せんなが注目を集めていました。モニターで上映しているせんなの調理法を興味深そうに眺めていたお客様が、お買い上げされる様子が何度も見受けられました。



## いよいよ野菜苗登場、春の植え付けシーズンが到来!



あたたかい日も増えて、夏野菜の植え付けにもってこいの季節です。

屋外の苗売り場では、キュウリ・トマト・キャベツ・ブロッコリーなどの野菜苗が、売り場いっぱいにならんでいます。お花の苗もバラエティ豊かにそろえて、お客様をお迎えしています。畑はもちろん、プランターに植えてもよし。何を植えようかなと悩むのも、きっと楽しい時間ですね♪

### イベント情報

## 6月に「おいしい旬の野菜まつり」 6月13・14日(土・日)開催!

6月といえば、徐々にトマト・キュウリなどの夏野菜が直売所に並び始める季節です。

野菜の出荷量も増え、おいしい野菜がよりどりみどり! となみ野特産たまねぎも、そろそろ売り場に出てくる予感…。季節の新鮮野菜を取り揃えて、皆様のご来店お待ちしております!



大好評

となみ野特産  
たまねぎ

今年も  
やります!

たまねぎ祭り

6月下旬～  
7月上旬開催予定!



# フレンドリー広場

今月の表紙を紹介します

## となみ野 便り

みのぐち  
袁 口

はじめ  
肇 さん

東石黒地区で水稲16畝、海藻アルギットにら1.4畧を栽培



一緒に働いて  
くださる方を募集  
しています。  
ハローワークで  
「袁口農産」と  
お問い合わせ下さい。

### ○就農したきっかけ

平成30年3月からです。工場関係の仕事をしていましたが、屋外でする仕事に転職を考えていた時に、近くの農家の方から「農業をしてみないか?」と声をかけてもらったのがきっかけです。自宅は元々兼業農家で、子どもの頃は田植えや稲刈りなどの手伝いをしていました。

### ○仕事内容や気をつけていること

4月からスタッフを雇用することになったので、スマート農業支援アプリを導入し、情報共有や作業の進捗などを記録しています。スタッフが働きやすく、できるだけ肉体的労働を少なくする環境作りに努めています。特に事故や怪我を起こさない様、心掛けています。

また、年々経営面積が増加している中で、支援アプリにより計画的に作業を行い、衛星による栽培管理システムを活用して、ほ場毎の生育状況を把握して追肥を実施したところ収量が増加しました。

### ○農業に関わって

子どもの頃より「農業は大変!」と思っていました。実際に従事してみると想定していたより労力が掛かり、気象変動にも左右され、計画通り作業が出来ない事が多々あります。しかし、苦労して栽培したお米を息子たちが「おいしい!」と食べてくれるのが励みになります。また、『海藻アルギットにら』を栽培して3年目になりますが、甘味が強く、煮ても焼いてもシャキシャキした食感が癖になります。炒め物に良く合いますが、特に焼きそばに入れると『とても美味しい』です。是非、皆様にもお買い求めいただきたいと思います。

### ○これからの目標や夢

農業を通じて地域に貢献することです。地域の景観を守りながら持続的に農業を続けていきたいです。



リハビリのタオル体操寒明くる	雪解けの水音響く過疎の村	鳥の羽無惨に残る雪の上	カーテンやすき間から見る雪の嵩	走り根の苔匂い立つ二月かな	登校を見守る旗に風光る	新調の夫が選びし春帽子
砺波市	砺波市	砺波市	砺波市	砺波市	砺波市	砺波市
砂田春汀	石崎和男	北村富美子	石附照子	野村邦翠	堺井文夫	小西とみ

## 選歌の園

砺波辛夷句会



## 我が家のアイドル



野尻 アンくん(3) 種類:柴犬

〈ご主人〉高瀬 広樹さん

家族全員犬が好きで、「アンちゃん」と呼んでいます。力持ちの男の子です。「富富富」やドッグフードを食べて大きくなりました。夏の暑い日に、寒冷紗でアンちゃんのお家に日除けをしないと、ご機嫌になります。



## 募集中!!

9月号掲載からの元気くん・元気ちゃんを募集中です。

お子様の「とびっきりの笑顔」をJAとなみ野の広報に掲載しませんか？

掲載された方にはとなみ野の郷商品券を差し上げます。

詳しくは、ホームページのお知らせ欄をご覧ください。



←詳しくは

### お問い合わせ先

JAとなみ野 総務人事課(担当:嶋)

TEL 0763-32-8600

### メールアドレス

kouhou@ja-tonamino.or.jp

## うちの元気くん



庄 東

かなもり そうし  
**金森 壮史くん(3)**

### ★おうちの方から一言★

すくすく大きくなってくれて、パパとママは本当に嬉しいよ。これからもたくさん笑って過ごそうね。

パパ: 達哉さん

ママ: 早紀さん

**Q** 好きな食べ物は？

**A** お肉が大好きです。BBQでもパパやママよりたくさんのお肉を食べました。

**Q** 好きな遊びは？

**A** お友だちと一緒に話しをしながら遊ぶことが好きです。進級してもお友だちとたくさん遊びたいと思います！

**Q** 得意なことは？

**A** レゴブロックでロボットや建物を作るのが得意です。最近では小さいブロックにも挑戦中です。



## 「さくら」

投稿者 南砺市 山さん

今年の桜はあっという間でした。

いつも綺麗に咲いてくれてありがとう。



### 令和8年度 ふれあいギャラリー 写真大募集

## 募集「私のお気に入りの写真」

今まで撮影された写真の中で、お気に入りの写真を応募された中から毎月1枚ふれあいギャラリーコーナーに掲載いたします。掲載された方には薄謝を差し上げます。

締め切り  
**6月15日(月)**  
7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。

**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(ペンネーム可)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

「私のお気に入りの写真」を募集します。

皆さまのご応募

お待ちしております！

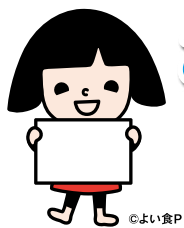


← 投稿はこちらからもできます。



『最近、心癒やされたこと』(7月号に掲載)

忙しい日常の中で、ほっとする癒しは大切ですね。そこで今回は「最近、心癒されたこと」を募集します。庭に咲いた花やペットの仕草など、日常の中で見つけた小さな癒しを出来事と共にお寄せください。たくさんのおたより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 行ってみたい 場所

今月のテーマ大賞

**日** 本は広い! 元氣な内に都道府県全部におりたつて制覇したい。あと、鹿児島・宮崎・山口・鳥取・愛媛・秋田の6県。無理かもなあ…… (K・Oさん)



**長** 野尻尾瀬ヶ原へ。50歳後半に職場の仲間と尾瀬ヶ原へ行き、木道を歩きながら左右の水芭蕉や高山植物を見て、自然の草花に癒され、感動しました。今70歳代になって、再度体験したい所です。 (Yちゃん)

**姫** 路城。 (土谷さん)

**ハ** ワイヘ行ってみたかったけど、足が都合悪いので、せめてベルモンタに乗って氷見の海沿いを見てみたい。 (重原さん)

**大** 塚国際美術館と鳴門渦潮クルーズです。国内で、本物そっくりの美術品を間近で見られます。 (武部さん)

**函** 館・小樽です。以前には、札幌・富良野・知床を旅したので、今度機会があればゆっくり歩いて観光したいです。 (小森さん)

**フ** ルーズ船に乗ってみたいと思いましたが、まずは、パスポートの取得から始まり船内ディナーに着る服が無い等々と考えると、もう少し先になりそう!! (片山さん)

**以** 前はヨーロッパ。今は15年も経ちましたが、東北の震災復興を見てみたいかなあ。 (原野さん)

**沖** 縄島。台風の来ない時期に、サンゴ礁の海でダイビングを一度してみたい!! (H・Tさん)

**花** 粉症が辛いので、花粉の飛ばない南の国に行きたい! (佐野さん)

**60** 年前、修学旅行で行った、長崎の大浦天主堂です。もう一度、ステンドグラスを見てみたい。 (ソトちゃん)

● NYTの「2026年に行くべき52ヶ所」にも選ばれましたよね!私もぜひ行ってみたいです。 (あずき)

**N** HK朝ドラ「はげばけ」もう終わりました。毎日楽しく見せてもらいました。島根県出雲大社と、八雲家族が住んでおられたお家にぜひ行ってみたいくなりました。 (山本さん)

**樹** 齢が1000年を超えるといわれる、福島県の「三春滝桜」を見たい。 (八田さん)

**旅** 先のホテルのラウンジで、たまたま隣り合わせた80代のご夫婦と話す機会があった。話題は「オーロラ鑑賞」。2人は昨年アラスカを旅し、期間中4日連続で見ることができたと、その幸運話を聞き入っていた。私も体力、氣力を充実させ、それを達成したい。 (中川さん)

**小** 学生の頃、春の遠足は覚願寺へ歩いて桜の花見でした。写真会も弁当持参で覚願寺でした。現在は、曲水の宴が催されていて、とっても静かな美しい所です。隣の調子が良い時に、ゆっくりと歩いてみたいと思います。 (小倉さん)

**私** は山梨県に行ってみたくて、山梨にある「富士山びりん」というお店のプリンが食べてみたいです。1年ほど前にたまたま見つけ、通販はやっていないそうなので現地に行つてからのお楽しみだなーと考えています。 (今井さん)

つか行きたい! (飯田さん)

**妻** が大好きで新婚旅行先に選んだ本場のディズニールランドですかね。子供が二人出来てから東京ディズニールランドには行ったのですが、海を渡って行くのはハードルが高いか……。 (八田さん)

● 海を渡って行くのはハードルが高いですね。私もディズニーが大好きで、いつか本場のディズニールランドへ行ってみたいです。 (いちご)

**行** つてみたい場所は、沖縄県です。首里城が再建されたら、すぐに行きたいです。美しくなっているだろうな。 (千秋さん)



今月のたま吉くん賞

**行** つてみたい場所は、これから水の張った水田の散居村を見られる夢の展望台に実は行ったことなくて、夕暮れに行つてみたいです。 (干場さん)

**新** 新しくできた北海道日本ハムファイターズの本拠地「エスコンフィールド北海道」です。外観が何処となく「チューリップ四季彩館」に似ていますよね。直行便があるのを利用したいです。 (齊藤さん)

**41** 年前、格安の航空券で3週間インド1人旅をした。宿もわからず、バス、汽車もわからず。驚きの旅。見るもの、食べるものすべてが珍品。ドヤ街の安宿。ガンガー(ガンジス河)の岸辺に寝かされた乳飲み子。バスの窓には板が張りつけてあり、汽車の中では盲目の老婆が子供に手を引かれ、金を乞う。あのインドへまた行きたい! (今井さん)

**行** つてみたい場所は南米ペルー。天空の城ともいえる、マチュピチュ

遺跡に身を置いて、「コンドルは飛んで行く」の名曲をじっくり聴きたいです。 (五月女史朗さん)

● 世界遺産で有名なマチュピチュ遺跡。私もいつか行って、オカリナの調べに包まれながら、今は無き文明に思いを馳せたいです。 (いね)

**温** 泉へ行きたい。熱海とか……テレビで見ているけど、行った事ないのでどこかゆっくり過したい。 (きしさん)

**フリー** 最近あった事やちよつとした発見など何でもどうぞ! (きしさん)

**石** 油燃料の不要な技術開発を! 日本は9割以上の原油輸入を中東地域に依存しています。過去の紛争でも日本は経済や国民生活に大きな影響を受けています。石油燃料を必要としない車や品物の開発が重要ですね。電気自動車の低額販売してほしいですね! (吉田さん)

**フ** キノトウの天ぷらと、キノトウみそを作りました。 (中島さん)

**田** 圃の仕事が始まりました。いろいろ手間をかけ苗を作り、今年もいよいよお米がとれます様に。 (お米ちゃん)

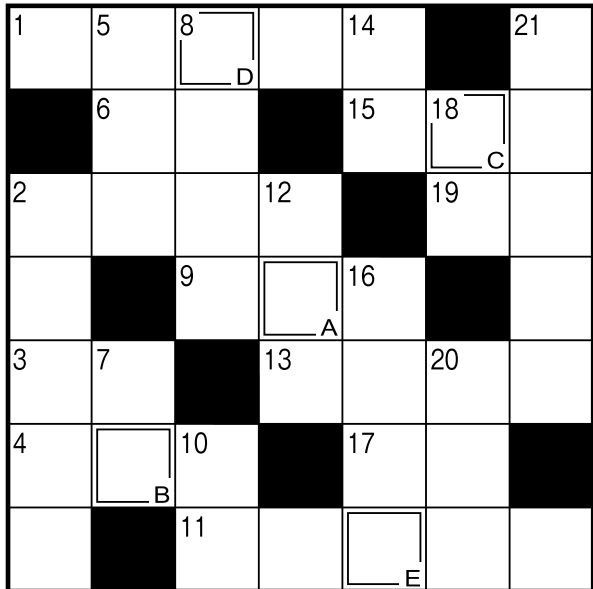
**3** 月30日、ツバメが住まいの確認にやってきました。どこから旅してくるのか、ツバメの目線で旅に同行してみたいものです。 (得永さん)

**私** が最近、お気に入りのキャラクターはアニメポケémonの、ノコッチです。何故ハマったのかと言うと、ポケémonのゲームをしていくうちに、そのノコッチの動きに癒されたからです。ついには、ぬいぐるみを購入するまで好きになりました。 (村元さん)



# 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～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	E
---	---	---	---	---

郵便はがきに、① パズルの答え ② 次回のテーマ「最近、心癒やされたこと」、または「フリー」③ 郵便番号 ④ 住所 ⑤ 氏名 ⑥ 年齢 ⑦ 電話番号を書いて、ハガキかEメールで送ってください。

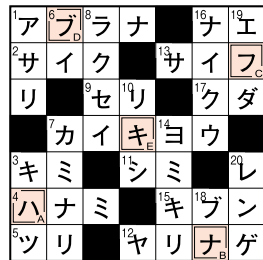
**あて先** ○〒939-1388 砺波市宮沢町3-11 「ふれあいとなみ野」係  
**応募締切** 6月15日(月)必着  
 ○mail kouhou@ja-tonamino.or.jp



## 当選者 (敬称略・実名掲載)

- 【砺波市】山本 香
- 【砺波市】清原登志子
- 【砺波市】小倉恭子
- 【砺波市】斉藤光俊
- 【南砺市】河原久代
- 【南砺市】井上 裕
- 【南砺市】大橋正美

3月号の答え ハナフブキ



## ヨロのカギ

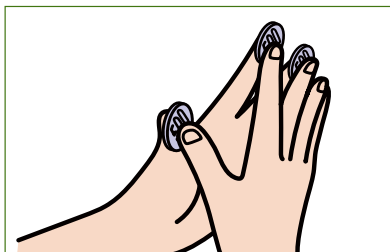
- 傘を忘れたときに軒先を借りてすることも
- 赤外線やX線もこれの一種
- 梅雨入りすると、梅雨——がいつ頃なのか気になります
- 簡単には意見を曲げません
- 損の反対語
- 親しいつきあいのこと。昔の——でなんとかしてよ
- アメリカ原産の大きなカエル
- 自宅を離れて観光などをします
- ウメやブルーベリーの食べる部分
- 合唱部が練習するもの
- 一年で一番昼が長い日

## タテのカギ

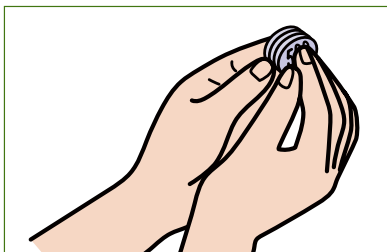
- 2 完成しました!
- 5 成長した羊の肉です
- 7 ペンは——より強し
- 8 彼は大舞台で面目——を果たした
- 10 手のひらや足の裏の反対側
- 12 旬よりも時期が早いもの
- 14 この教科の時間にアサガオを育てた人も多いのでは
- 16 古くから、夏バテ防止にも食べられてきた野菜
- 18 ウィッグや付け毛ではありません
- 20 クイズを出されて考えるもの
- 21 中学校で教育——をおこなう大学生

## コインで指開き体操

### 基本編



(3)親指同士、人さし指同士、中指同士で500円玉を挟んで指先を伸ばします。

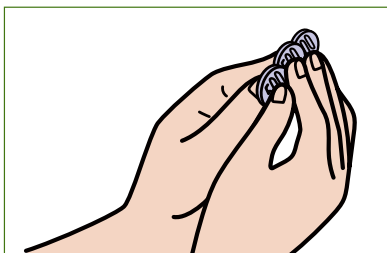


(1)両手の指先を合わせて、500円玉を3枚重ねて持ちます。

### 応用編



慣れてきたら、500円玉を5枚に増やしてみましょう。5本の指それぞれで、500円玉を1枚ずつ挟みます。



(2)指先を小刻みに動かして、3枚の500円玉を前後に少しずつずらしていきます。

※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。



## 脳トレ! 手足の体操

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

## コインを使った指開き体操で指先を鍛える

加齢などにより指先の力が減少すると、ものをつまんだり何かを包んだりといった日常動作が難しくなっ てきます。指開き体操で指先の力を 鍛えましょう。コインを落とさない ためには、指先にしっかりと力を入 れることが大切です。難しい場合は 500円玉1枚から行いましょう。

## 編集 後記

去年は雪解けが遅かったのですが、今年は雪も残らず暖くなるのが早いようですね。いつもの予定でファンヒーターに使う灯油を確保していたのですが、今年は来シーズンへ持ち越しになりそうです。暖かいのはいいのですが、また猛暑になるのか心配です。(シマ)

日本の人口動態は出生率低下に伴い、少子高齢化が進んでいます。急速な高齢化に伴い、**認知症患者が増加し**、2025年は65歳以上の高齢者の約5人に1人が認知症かMCI(軽度認知障害)に該当するといわれています。

### ◎ MCI と認知症の違い

・**MCI(軽度認知障害)**は認知症の前段階で、記憶力低下などはあるものの**日常生活は自立している状態**です。そのまま放置して過すと約5年でその半数が認知症に進行するといわれています。**MCI**は「認知症の予備群」です。

・**認知症**は、記憶力や判断力などの認知機能が低下し、**日常生活や社会生活に支障がでる状態**で**助けが必要になる状態**です。

・**認知症は健常者に戻れませんが、MCIは健常者に戻ることができます**。MCIは認知症への移行を防ぐ「最後のチャンス」とも言われ、早期の段階で適切な治療を行えば認知症を予防できる可能性があります。MCIの早期発見が重要です。

記憶力の低下、会話中に同じ話を繰り返す、日常生活の計画や管理が難しくなる、趣味や活動への興味が減少するなどの症状がみられましたら、物忘れ健診や物忘れ外来(精神科、心療内科、脳神経内科、高令心療科で行っている)の受診をおすすめします。

### ◎ 認知症を予防するために

#### ○ 食事により栄養をしっかりとること

青魚(サバ、イワシ、サンマ)に多く含まれる「オメガ3脂肪酸」は脳の働きを活性化、ナッツ類に含まれる「ビタミンE」や、緑黄色野菜に多い「抗酸化成分」も脳の老化をゆるやかにする効果があります。また砂糖の取り過ぎは、

脳の血管に悪影響を及ぼします。全粒穀物、野菜、魚介類等を中心とした和食がおすすめです。

#### ○ ウォーキングや水泳などの有酸素運動をする

有酸素運動は脳の血流を改善し、記憶や注意力などの認知機能を維持します。ウォーキングは、1回30～40分、週3日以上継続が効果的です。

#### ○ 規則正しい生活と良質な睡眠をとる

睡眠をとることで脳をしっかり休ませ、脳の疲労回復や記憶の整理につながります。毎日約7～8時間が最適と言われています。よく眠るためには、同じ時間に起床し、就寝することを心がけましょう。

#### ○ 社会参加や趣味を持つ

社会参加は脳の活性化につながります。地域の行事やボランティア活動に参加し、人との関わりを保つ機会を大切にしましょう。また楽しむ趣味を持つことは脳への良い刺激になります。

#### ○ 健康管理

高血圧や糖尿病、高脂血症などの生活習慣病は認知症のリスクを高めます。定期的な健康診断や、生活習慣病と診断されたら医療機関を受診し治療をしましょう。

#### ○ 目や耳の機能を維持する

外界から入ってくる情報を取り入れられるようにしておくことは、認知機能の維持につながります。耳が聞こえづらくなると会話を控えてしまい、外界からの刺激が減るため、認知機能の低下につながります。自分の視力に合った眼鏡や、耳が聞こえづらくなったと感じた場合は、補聴器を装着することも考慮しましょう。

**気づくことが、未来を守る第一歩です!!**



砺波税務署

## — 相続で財産をもらったときの税金 —

**御隠居** どうしたんじゃ熊さん、難しい顔をして。

**熊さん** 実は親戚の親父さんが亡くなったでやんすが、ふと相続税がどうなるか気になって。

**御隠居** ほほおー。まず、相続税の申告が必要かどうかは、もらう財産の課税価格等が「遺産に係る基礎控除額」を超えるかどうかで決まるぞ。

**熊さん** き、基礎控除って何でやんすか。

**御隠居** 「遺産に係る基礎控除額」は、3000万円+600万円×法定相続人の数で計算するんじゃ。

**熊さん** 法定相続人って誰が該当するでやんすか。

**御隠居** 配偶者は常に相続人になるんじゃ。そのうえで、第一順位:子(亡くなっていれば孫)

第二順位:父母(亡くなっていれば祖父母)

第三順位:兄弟姉妹(亡くなっていればおい・めい)と定められておるぞ。

例えば、配偶者と子2人なら法定相続人は3人で、基礎控除は3000万円+600万円×3=4800万円となるんじゃ。

**熊さん** なるほど。この基礎控除を超えると申告が必要になるでやんすね。

**御隠居** そうじゃ。相続の開始があったことを知った日の

翌日から10か月目の日までに、被相続人の住所地の税務署に申告書を提出し、納税する必要があるんじゃ。例えば、1月6日に亡くなった場合、11月6日が申告期限となるぞ。遅れると加算税・延滞税がかかるから注意が必要じゃ。

**熊さん** ところで、相続税はどんな財産にかかるでやんすか。家とか預金だけでやんすか。

**御隠居** 土地、建物、預貯金、株、現金など亡くなったときに持っていた**全ての財産**じゃぞ。海外にある財産も含むほか、名義が家族でも実質的に被相続人の財産なら課税対象となるぞ。

**熊さん** 保険金はどうでやんすか。

**御隠居** 死亡に伴い支払われる生命保険金や退職金も「**みなし相続財産**」として課税対象となるぞ。ただ、**500万円×法定相続人の数までは非課税**じゃ。

**熊さん** ところで、亡くなる前にももらったお金はどうなるでやんすか。

**御隠居** 相続時精算課税の適用を受けた財産や加算対象となる**暦年課税の贈与財産**は、**贈与時の価額を相続税の課税価格に加算**する必要があるんじゃ。

**熊さん** 亡くなる前にももらった財産も確認が必要でやんすね。いろいろと含まれるでやんすね。

**御隠居** だからこそ、早めに状況を整理して準備するのが大切なんじゃ。

**熊さん** 御隠居のお陰で、相続税のことが随分わかりやんした。スッキリしたから、いつもの店で一杯ひっかけてるでやんす。

**御隠居** こらこら熊さん、知識が増えたそばから、肝臓に負担をかけるでないわい。



# 家族で楽しむおいしい皿

レシピ提供 料理研究家 和田麻紀子

## 初夏の恵みを世界の料理で楽しもう



### 南フランス トマトファルシ

トマトを丸ごと大胆な肉詰め

#### 材料(4人分)

- |                              |                 |
|------------------------------|-----------------|
| トマト… 4個(1玉200g程度)            | 卵 …… M1個(60g)   |
| ニンニク(みじん切り)                  | パン粉 …… 大さじ2(6g) |
| …………… 1/2片(2.5g)             | A 塩 …… 小さじ1     |
| オリーブ油 …… 大さじ1                | カレー粉 …… 1つまみ    |
| タマネギ(みじん切り) …… 80g           |                 |
| 合いびき肉 …… 350g                |                 |
| 好みのハーブ(バジルやタイム、オレガノなど) …… 適宜 |                 |

#### 作り方

- ①オーブンを200度に予熱しておく。トマトはへた側を1cmくらいの厚さでスライスしてふたにする。残りの部分は中身をくり抜いて器にし、切り口を下にして水気を切っておく。ふたとくり抜いた中身は取っておく。
- ②ニンニクとオリーブ油をフライパンに入れて弱火で熱し、香りが出たらタマネギを加えてしんなりするまで炒めて冷ます。
- ③ボウルに合いびき肉とA、②を入れてよくこねる。トマトの器にそれぞれ1/4量ずつ詰めてふたのをせ、深めの耐熱容器に入れてオーブンで30分焼く。
- ④くり抜いた中身を塩少々(分量外)と好みのハーブで煮詰めてソースを作り、③にかけて出来上がり。

#### ポイント

堅めのトマトを使うと焼いても崩れにくいです。崩しながら食べるので崩れてしまってもおらかな気持ちでOK。座りの悪いトマトはほんの少しだけ底を切り落とすと安定します。

#### アレンジ

- 溶けるチーズをかけて焼く、中にモッツアレラチーズを入れる
- ズッキーニやパプリカなどの野菜も耐熱容器と一緒にに入れてグリルに

朝食にも。ズッキーニの味を生かしたさっぱりケーキ



### 英国 ズッキーニケーキ

#### 材料(直径15cmケーキ型1台分)

- |                     |               |
|---------------------|---------------|
| ズッキーニ …… 1本(200g)   | 卵 …… M1個(60g) |
| 薄力粉 …… 200g         | 砂糖 …… 120g    |
| A ベーキングパウダー …… 小さじ1 | 塩 …… 1つまみ     |
| 重曹 …… 小さじ1/3        | 油 …… 90g      |
| シナモンパウダー …… 少々      | レモン汁 …… 20g   |

#### 作り方

- ①オーブンは180度に予熱しておく。ズッキーニは粗くすりおろす。Aはふるっておく。
- ②卵と砂糖、塩をボウルに入れてよく混ぜ、油を少しずつ入れて乳化\*するように混ぜ合わせる。ズッキーニとレモン汁を入れて混ぜ、Aを入れてゴムべらでこねないようにさっくりと混ぜ合わせる。
- ③クッキングシートを敷いた型に②を流し入れ、型を5cmくらいの高さから落として空気を抜く。オーブンに入れて180度で50分程度焼き、竹串を刺して生地が付いてこなくなったら網の上で冷まして出来上がり。

\*水と油など、本来は溶け合わないものを混じり合った状態のこと。ここでは卵の水分と油

#### ポイント

油は米油や菜種油など癖のないものがおすすめです。また、②では一度に加える油の量が多いと乳化が進まず分離してしまいます。必ず少しずつ加えましょう。

#### アレンジ

- レモン汁と粉砂糖を混ぜ合わせたアイシングをかけて甘く仕上げる
- ナッツやチョコレートを入れる
- サワークリームやクリームチーズなどを塗る



## 私の食育日記

食育インストラクター 岡村 麻純



## おやつに大活躍の干し芋

一番下の息子は、間もなく2歳になります。体力も付いてきて、その食分量も増えてきました。まだ胃も小さく一度にたくさんを食べるこのできない時期には、10時と15時におやつ(の時間)が必要です。食事だけでは賄いきれない栄養の補助的役割のため、お菓子よりは、パンやバナナなど、エネルギー補給になり、かつ子どもが喜ぶものを選びたいです。その中で一番人気なのは干し芋です。

干し芋は、干す前に比べて水分量が減っているため、水溶性のビタミンCなどは減少してしまいますが、脂溶性であるビタミンEや食物繊維、鉄分などはより凝縮されて栄養豊富になります。ビタミンEは抗酸化作用があり、成長期の子どもにも必要な栄養素ですが、野菜嫌いの子どもの場合には不足しがちなビタミンの一つです。また、便秘を防ぐ食物繊維や、子どもの脳の成長に欠かせない鉄分も大切な栄養素です。

干し芋は干す前に比べて水分量が減った分だけ甘さが増し、かみ応えもあるためかむ癖が付き、たくさんかむことで少しの量でも満足感が得られるため食べ過ぎを防ぐこともできます。

このように干し芋を頻りに買っていると、干し芋にもいろいろな種類のサツマイモが使われていることが分かります。子どもたちに人気なのが「べにはるか」です。きれいな黄色で甘さも強くおやつにぴったりな干し芋です。また、干し芋専用とされる品種の「いずみ」の干し芋は、かめばかむほど甘くなるおいしさです。また「シルクスイート」のねっとり感はスイートポテトのようです。上の子どもたち2人も一緒に買って、さまざまな種類の干し芋の味比べを楽しんでいます。

干し芋は水分が少ないため、一緒に水やお茶をしっかりと取ることも必要です。子どもたち3人が干し芋をトースターに並べてほんのり焼いてわくわくしながら食べている姿は、見ているこちらまで幸せになれる大切なおやつの時間です。



ひと手間でもっとおいしく!

# 親子で夏野菜を 楽しもう



イラスト：小林裕美子

太陽の恵みを蓄え、みずみずしく育った夏野菜たち。一口かじれば、旬の味わいが口いっぱい広がりますが、

味に敏感な子どもたちにとっては、

その個性豊かな食感や香りが苦手の原因になることもあります。

しかし、苦手は無理に克服しなくても大丈夫。調理の工夫次第で、

驚くほどおいしく食べられるかもしれません。

夏野菜のおいしい食べ方を、親子で試してみませんか？

## 暑さを乗り切る夏野菜パワー

### 夏バテしない体づくり

暑さに負けない体づくりのサポートが期待できるビタミンCや体内の塩分濃度を調整するカリウムなどが多く含まれています。

### 紫外線によるダメージ対策

紫外線によるダメージを対策する効果が期待できるリコピンやナスニン、ペーカロテン、ビタミンCなどが多く含まれています。

### 旬の時期は栄養もたっぷり

旬の時期はその他の時期に比べ栄養豊富になるとされています。トマトの場合では、ペーカロテンの量が約2倍になるといわれています。

## ピーマン



### 夏にうれしい成分

ベータカロテン／ビタミンC／カリウム

### 油やスパイスと調理

油やスパイスと調理すると青々としたにおいが和らぎます。また、ピーマンのビタミンCは加熱しても壊れにくいとされています。



#### 焼きピーマン

弱火でじっくり焼くとピーマン特有の香りが弱まり、甘さも引き出されます



#### ガバオライス

ニンニクやハーブなどの風味で食べやすくなります



## ナス

### 夏にうれしい成分

ナスニン／カリウム

### 皮が気になりにくい切り方を

ナスの皮の紫色が、子どもに未知の味への警戒心を抱かせることがあります。切り方やむき方を工夫してみましょう。



#### ミートソース

みじん切りにすると、皮を気にせず食べられます



#### ナスのラザニア

薄切りにすると皮が目立たなくなります



## トマト

### 夏にうれしい成分

リコピン／ベータカロテン／ビタミンC

### 油やスパイスと調理

油やスパイスと調理すると青々としたにおいが和らぎます。また油と調理するとリコピンの吸収率が高まります。



#### 焼きトマト

オリーブ油と塩をかけ200度のオーブンで10～15分焼くと甘さが増します



#### トマトカレー

特にガラムマサラ、クミン、コリアンダーなどの組み合わせがおすすめです

### 監修者の声

親子で「おいしいね」と幸せを分かち合う食事の時間。無理をせず、苦手なものは食卓に並べるだけでも十分です。親子で「どうしたらおいしくなる?」と探究して、子どもに興味を持たせるのもいいでしょう。冒険するように夏野菜の世界を楽しんでくださいね。

管理栄養士 小嶋絵美  
保育園の管理栄養士として食育や献立作成に携わり、2018年に独立。幅広い世代に健康・家計・環境に優しいレシピや食生活を伝えている。



# アンパンマン ANPANMAN CARAVAN 交通安全キャラバン



それいけ!  
アンパンマン

©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

アンパンマンと  
交通ルールを  
学ぼう!



**日時** 2026年6月14日(日) 1回目 11:15~(開場10:30) 2回目 14:15~(開場13:30)

**場所** 南砺市福野文化創造センター ヘリオス

参加無料  
チケット制

富山県南砺市やかた100

主催: JAとなみ野・JA福光

お問い合わせ先: JAとなみ野 0763-32-8614 (金融共済部 渉外推進課)

JA福光 0763-52-1332 (金融共済部 共済直通)

応募期間: 2026年4月24日(金)~5月25日(月)

**応募方法**

参加ご希望の方は、右記の2次元コードよりお申し込みください。

応募多数の場合は抽選となりますのであらかじめご了承ください。

応募はこちらから



- ・当選メールがチケットの代わりとなります。入場時に画面の提示をお願いいたします。
- ・チケットを他人に譲渡したり、金品に交換することはできません。

※ご提供いただいた個人情報は、JAおよびJA共済連の事業および各種サービスの提供、ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。また、JAおよびJA共済連は「個人情報保護方針」を定め、個人情報の保護に努めております。  
※状況により開催内容が変更または中止となる場合もございますので、あらかじめご了承ください。その場合はJAホームページにてお知らせいたしますのでご確認ください。  
※カメラやビデオカメラでショー内容を撮影するのはご遠慮願います。※個人によるトラブルや事故については、主催者は責任を負いかねます。

笑味ちゃん × HELLO KITTY



いっしょに、

こく しょう こく さん  
**国消国産!**

「国消国産」は、「私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産する」という考え方です。子どもたちの世代に「食」の安心をつなげていくために。いっしょに「国消国産」を進めていきましょう。



© 2025 笑味ちゃんプロジェクト © 2025 HELLO KITTY CO., LTD. APPROVAL NO. 1000059

# JAとなみ野 洗車でピカピカキャンペーン

期間中40,000円（税込）以上の  
灌水ポンプ高圧洗浄機をご購入の方に  
ワンタッチエプロンをプレゼント！  
期間限定！2026年4月1日（水）～9月30日（水）



お問合せ先

JAとなみ野 農業機械センター  
TEL 0763-58-5520 砺波市五郎丸994

週末の贅沢 すこし遠くまで “雪月花” と  
越後ときめきリゾート 長野県最大級の湯量と癒しの宿 上林温泉 2名1室 確約  
仙壽閣で過ごす夢の2日間

2026年  
旅行実施日 8月21日(金)~22日(土)  
旅行代金 おとなお一人様 (2名1室利用) 99,800円  
募集人員 18名様 (最少催行人員18名様)  
申込金 30,000円 (一括お支払いでも構いません)  
添乗員 同行いたします。  
利用バス会社 高岡交通  
申込締切日 6月26日(金) (但し、満席になり次第締切ります)

旅行ポイント  
Luxury points  
① 大人気の越後ときめき鉄道“雪月花”に乗車し、絶景・美食の特等席へ  
② ご宿泊は長野県最大級の湧出量を誇る上林温泉の高級旅館“仙壽閣”  
③ お部屋はゆったり2名1室利用でのご案内  
④ らくらく地元からの出発と安心の添乗員付き

8月21日(金)~22日(土) 2泊2日

取消料	区分	取消料(お一人さま)
旅行開始日の前日から起算してさかのぼって	1) 21日前までに解除の場合(日帰り旅行にあっては11日目)	無料
	2) 20日~8日前(日帰り)にあっては10日前)までの解除の場合	旅行代金の20%以内
	3) 7日~2日前までの解除の場合	旅行代金の30%以内
	4) 旅行開始日の前日に解除の場合	旅行代金の40%以内
	5) 旅行開始日当日の解除の場合(6を除く)	旅行代金の50%以内
	6) 旅行開始後の解除または無連絡不参加の場合	旅行代金の100%以内

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支払いがなかつた場合、または当社が契約を解除した場合、旅行代金に対してお一人さまにつき左記の料率で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。  
※オプション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%となります。

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。

旅行企画・実施

観光庁長官登録旅行業第939号  
株式会社 農協観光 富山エリアセンター  
〒939-8153 富山市吉岡466-1  
TEL(076)461-8755  
総合旅行業務取扱管理者/中島 伸幸

旅行のお申込み・お問合わせ

富山県知事登録旅行業 第2-314号  
となみ野農業協同組合  
総務人事課 旅行担当  
〒939-1388 富山県砺波市宮沢町3-11  
TEL(0763)32-8625  
(一社)全国旅行業協会正会員 国内旅行業務取扱管理者 林 博美

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。

秋の桜の郷  
コスモス  
葬祭会館

正社員募集中  
他業界からの転職も歓迎



総合葬祭の株式会社 コスモス  
フリーダイヤル 0120-16-1059  
年中無休・24時間対応

葬祭会館 秋桜の郷  
〒939-1383 富山県砺波市高道11-1  
TEL (0763)32-6623 FAX (0763)32-6618



https://cosumosu.org

●詳細は各支店にお問い合わせ下さい。

■委員会報告

1. 第11回本店施設整備検討委員会の報告について

■監査報告

1. 令和7年度決算監事監査報告について

■付議事項

1. 令和7年度北陸監査法人および監事の監査報告書について
2. 第31年度(令和7年度)業務報告書について
3. 第32年度(令和8年度)事業計画の一部変更および総合財務計画の設定について
4. 自己改革工程表の一部変更について
5. 第31回通常総代会の開催および付議議案について
6. 役員賠償責任保険加入について
7. 就業規則の一部変更について
8. JAバンク経営戦略シートについて
9. 組合と理事との契約について(経済部)

●審議の結果、すべての議案が承認されました。

■報告事項

1. 監事監査規程の一部改定について
2. 第31回通常総代会およびブロック別総代協議会について
3. 理事との契約にかかる報告について(管理室)
4. 3月末財務状況について
5. 3月末支店別組合員異動状況について
6. 有価証券の取得及び保有状況について
7. 金融円滑化にかかる貸付条件の変更等の実施状況について
8. 理事との契約にかかる報告について(金融共済部)
9. 強風によるとなみ野管内の被害状況について
10. 理事との契約にかかる報告について(経済部)
11. 農業施設における強風被害の状況と対応について
12. 令和8年産米出荷契約金単価について
13. 令和7年産米の販売進捗状況について
14. 令和8年産たまねぎの生育状況について
15. 令和8年産大麦(小麦)の施設受入計画について
16. 3月末事業実績について

私たちのJA

(令和8年3月末現在)

正組合員	8,647人	( 8,733人)
准組合員	4,032人	( 4,064人)
貯金	1,822億1,088万円	(1,839億9,690万円)
貸出金	230億3,750万円	( 227億2,570万円)
長期共済保有高	3,743億7,523万円	(3,891億3,307万円)
購買品供給高	1億9,921万円	( 1億6,259万円)
販売品販売高	3億3,875万円	( 1億3,162万円)
出資金	27億3,639万円	( 27億5,412万円)

※( )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  
6月9日(火)・22日(月) 中野・庄下地区

検診日の1ヶ月前までに生活総合課(☎32-8624)へお申し込みください。

- 年金来店感謝デー  
6月15日(月) パックご飯 1パック



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

となみ野 2026年5月号 令和8年5月10日発行 第375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



エックス (旧Twitter)



Instagram



YouTube