

広報

おとどけします 地域と人へ夢のせて

おおぞら



2018 ● VOL. 281

ハッピー
ハロウィン

秋はや
「自然の恵み」
でしよ

人・夢・ふれあい・能登半島
おおぞら農業協同組合 <http://www.ohzora.is-ja.jp/>

表紙：栗とちよりえ (穴水町)

密かに始め
てます！
@ohzora



JAおおぞら  検索





平成30年度 宮中新嘗祭献穀田御抜穂式

きゅうちゅうにいなめさいけんこくでんおんぬぎほしぎ

宮中行事の1つである、新嘗祭に用いる新米を収穫する抜穂式が、9月26日(水)に輪島市の坂下さんの献穀田で行われました。

刈女姿の小学生6人が田んぼに入り、たわわに実った黄金色のコシヒカリの穂を、一本一本丁寧に抜き取っていました。



▲上段右から、宮司さん、県農林水産部遠藤部長、坂下さんご夫妻、梶市長、坂下さんのご家族、下段は、刈女の皆さん

来賓として、梶市長や宮下県議、

藤田組合長が祝辞を述べ、式を終えた坂下さんは、「御田植式から約4ヶ月、立派な米になったかなと思います。県や市、農協、地域の皆さんの後押しがなければ出来ませんでした。改めて厚くお礼を申し上げたい。」と謝辞を述べました。

収穫した新米は、10月下旬に精米された5合が皇居に献上されます。

輪島市では8年ぶりの献穀者となり、今年は、平成最後の献穀となる記念すべき年でもあります。

今季の異常気象が猛威を振るう中、坂下さんが丹精込めて作られた

能登の新米。無事に皇居へ届けられることを願っています。



▲穂を刈る刈女と丁寧を抜く皆さん

千枚田で結婚式

輪島市の白米千枚田で、9月23日(日)に19回目となる一般公募の結婚式が執り行われました。

式を挙げたのは、輪島市出身の木戸勇貴さん²⁶と里奈さん³⁰、滋賀県の岩崎諒士さん²⁸、輪島市出身の彩香さん²⁹の2組。前日におおぞらで収穫し、ハザに掛けた稲の間を花嫁行列が通り抜け、特設神殿での式となりました。その後、稲田に進んだ2組は、鎌で稲を刈り、満面の笑顔で初めての共同作業を行いました。当JAから記念品として、藤田組合長より能登米5kgと能登栗3kgを贈りました。式を終えた木戸さんと岩崎さんは、「たくさんの方に祝福してもらえて本当に嬉しい。幸せです。」と力強く答えました。最後に、千枚田で採れた新米をおにぎりにして、お互いに食べさせ合うファーストバイトを行い、会場は幸せな空気に包まれました。



▲おおぞらのハザの間を通る花嫁行列



千枚田で採れた新米でファーストバイト



▲藤田組合長から能登米と能登栗を贈呈しました



初めての共同作業で稲刈りをした木戸さんご夫婦²⁶と岩崎さんご夫婦²⁸

グラウンドゴルフ おおぞら大会 開催



J A おおぞら年金友の会では、9月6日(木)に穴水町のあすなる広場にてグラウンドゴルフおおぞら大会を開催しました。

地区大会も兼ねているこの大会では、各地区予選を勝ち抜いた24チーム・143名の選手たちが、日頃の練習の成果を存分に発揮し、白熱したプレーが繰り広げられました。

個人成績上位24名は、10月12日(金)にかほく市高松グラウンドゴルフ場で開催される「第14回J Aバンク石川年金友の会グラウンドゴルフ大会」に、おおぞら代表として出場します。

上位入賞者は次の通りです。
(敬称略)

- | 【団体の部】 | |
|--------|----------------|
| 第1位 | 浦上A (門前) |
| | 井原 久嗣・榊 富士男 |
| | 金田 とし・杉崎 孝子 |
| | 坂口 勝子・北角美智枝 |
| 第2位 | あばれまつり(能都) |
| | 坂本 勝利・畠屋 珠美 |
| | 坂本 弘勝・安田 幸三 |
| | 本谷 正治・藪下加代子 |
| 第3位 | 能都A |
| | 長坂 博・田崎 憲子 |
| | 鳥本 要治・隅屋 昌子 |
| | 藤田 進次・中道 浩二 |
| 【個人の部】 | |
| 第1位 | 端 清俊 (あなみずD) |
| 第2位 | 秋間美知子 (輪島D) |
| 第3位 | 坂本 弘勝 (あばれまつり) |



▲個人1位の端さん(上段右から2番目)、2位の秋間さん(下段右端)、3位の坂本さん(上段右端)と団体1位の浦上Aチームの皆さん



▲団体2位のあばれまつりチームの皆さん



▲団体3位の能都Aチームの皆さん

小学生が稲刈り

県の事業の一環として毎年行っている、小学生の農業体験「田んぼの学校プロジェクト」の稲刈りが行われました。

9月18日(火)には、合同で作業を行っている河井・鶴巣小学校でコシヒカリの稲刈りをしました。

同日に行われた三井小学校では、航空学園の生徒も応援に駆けつけ、作業を行いました。



三井小学校



鶴巣・河井小学校

児童たちは、連日の雨でぬかるんだ田んぼを、田植えの時のようにどろんこになって刈り取っていました。

柳田小学校では、10月4日(木)にカグラモチの稲刈りを行うそうです。

千枚田で稲刈り

輪島市の国名勝で、世界農業遺産にも認定された「白米千枚田」にて、9月22日(土)におおぞらが管理する約100枚の棚田の稲刈りを行いました。

この耕作支援は、J A おおぞらが発足した翌年の平成8年から実施しています。

今年も曇天の中、毎年参加してくれている石川県立大学の学生と女性部、全農など関係機関と役員を合わせ約100名での作業となりました。朝までの雨で足元が悪い中、作業に慣れていない学生らに刈取り方や、わらの縛り方などを役員が丁寧に教えていました。

収穫した新米の一部は、10月下旬頃に県立大学へ届けられます。



ハザが高いので、稲をポーンと投げてのハザ掛け作業です

JAグループ石川

担い手応援フェア

～未来へつなごう、石川の農業～

平成30年

12月8日(土)

時間 9:30～15:30

会場 石川県産業展示館3号館
金沢市袋島町南193 TEL.076-268-1121



これからの農業がわかる！明日がかわる！

最新の農機から農業研究まで！

展示・体験・相談

全国から出展、県外の事例も多数



●ハイテック&スマート農業機械ゾーン

●水稲&園芸ゾーン

●省力化! 低コスト化ゾーン

●マネージメント農業ゾーン

●アイデア農業ゾーン

●石川の農業研究ゾーン

●所得増大 ●生産拡大 ●地域活性化

3つの目標を実現! JA自己改革ゾーン

知りたいこと聞きたいことをテーマに

ワークショップ(ミニ講座)

2会場で開催・各回30分

●高密度播種育苗田植え ●Z-GIS

●ドローン省力防除 ●排水対策

●無人農業機械ロボトラ ●GAP

●働き方改革 ●水田園芸土づくり

●農業経営効率化 ●水稲除草剤

●事業承継 ●野生鳥獣害対策

●農業リスクへの備え

農業を取り巻く最新の話題と実践的講座

ステージセミナー

(内容・時間等は変更する場合があります。)

①「日本農業の将来」

日本経済新聞社
編集局経済部編集委員

10:00～10:45 吉田 忠則氏

②「流通業界から見たこれからの農産物販売」

JA全農チーフオフィサー
元イトーヨーカ堂代表取締役(石川県出身)

11:00～11:45 戸井 和久氏

③「最近の気候変動と将来の予測」

株式会社通研研究所シニアアドバイザー
前気象庁長官(石川県出身)

12:00～12:45 西出 則武氏

④「農業ICT・AI等先進技術の進展」

NARO 農研機構
スマート農業推進統括監

13:00～13:45 吉田 智一氏

⑤「成功に導く人材育成」

学校法人 矢谷学園 理事長
鳥取城北高校相撲部総監督(石川県出身)

14:00～14:45 石浦 外喜義氏

明日の農業をともに語ろう!

担い手ふれあいゾーン

●大鍋ふるまいコーナー

●災害復興支援募金コーナー

農業者の皆さまの多数のご来場をお待ちしております!!

主催 JAグループ石川「担い手応援フェア」実行委員会

お問い合わせ ☎076-240-5051

後援

石川県、(公財)いしかわ農業総合支援機構、いしかわ農業振興協議会、石川県農業青年グループ連絡協議会
石川県農業法人協会、石川県農業会議、石川県農業共済組合、石川県農協青壮年部協議会、JA石川県女性組織協議会



能登おおぞら村穴水

産直 クッキング

直売所店員直伝

秋の味覚♪ 炊飯器で簡単「栗ご飯」

材 料

- 米……3カップ
- 栗……12個（お好みで）
- 昆布(5×10cmくらい)…2枚
- 塩……大さじ2

作 り 方

- ① 栗は、鬼皮・渋皮を取って水に浸けておき、米は、洗っておきます。
- ② 炊飯器に米と塩を入れ、炊飯の目盛り3まで水を加えます。その上に、昆布と栗を乗せ、いつも通り炊飯します。
- ③ 炊き上がったら、昆布を取り出し、全体にふんわりかき混ぜます。
- ④ 茶わんによそい、お好みでごま塩や海苔などを乗せて出来上がりです。



栗は美味しいけど皮をむくのがチヤット…という方必見!

鬼皮渋皮同時にむける皮むき道具「栗くり坊主」がありますよ★
能登おおぞら村で購入出来ますので、ぜひお買い求め下さいね♪



直売所の栗を使って、ぜひ作ってみてくださいね★

能登おおぞら村穴水
Tel 52-3810



ストップ!

農作業事故

畜産作業の安全

人間工学専門家・石川 文武

畜産は作業上、飼料生産作業、飼養管理作業に分けられ、対象とする動物は、牛、豚、鶏などが挙げられます。肉牛、乳牛を念頭に置いて作業安全を考えましょう。

飼料生産作業では、大型の機械が導入されており、畜産農家自らが飼料生産作業を行う場合と、コントラクターが作業を行う場合があります。事故情報の多い作業は堆肥管理、牧草収穫・調製です。堆肥の切り返しなどでの転倒と、機械との接触などで、打撲やフォークを足に刺すなどです。モアーやフォーレージハーベスターでの収穫作業では、詰まり除去時のエンジン停止の怠りによる挟まれや伴走車との接触がとて多くなっています。また、ロールバールのハンドリングで荷崩れ、下敷きなどが多くなっています。基本を守っていれば事故は起きにくいのですが、雨が予想されて時間的に焦っていたり、共同作業者とコミュニケーション不足が原因となって発生しています。

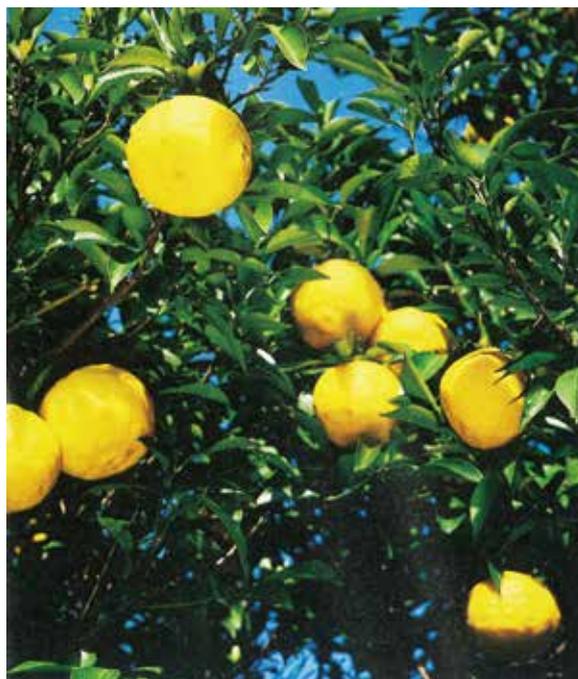
飼養管理作業では、畜舎内の衛生管理が重要ですが、ポロ出し時の転倒やベルト・プリーへの巻き込まれがよく発生しています。床面の清掃だけでなく、照明や換気も適切に管理することが必要です。牛は大きく重いので、牛との良好なコミュニケーションを保つとともに、不測の行動に備えておく必要があります。角で突かれたり、足で蹴られたり、頭を急に振って綱を絡ませたりします。予測しておけば対応できますが、予測しない刺激が牛に加わったときは思わぬ挙動をすることを忘れてはいけません。出産直後の牛は興奮しているので普段以上の緊張感が必要です。飼育頭数の増加によって、作業時間も増えがちですが、適正な労働力配分を心掛けましょう。

豚は、きれい好きです。畜舎内が汚れないように小まめな清掃が必要です。鶏は、採卵用では、工場のようになっていますが、羽毛やふんなどが浮遊していることが多いので、換気を継続して行いましょう。



たのしい果樹栽培

食卓の味をぐっと引き立てる ユズ



● ミカン科
● 原産地 中国



種あり品種⑤と『多田錦』

ユズは香りがよく、日本料理にはなくてはならないものですが、マレードの材料としてもたいへん優れています。

●種類と品種

ユズは従来、実生で殖やして来ました。そのため、品種名のついたものは種子なしの『多田錦』ぐらいです。しかし、主産地では果実の大きさや品質、病害虫にたいする抵抗性などから、系統名のついたものがたくさんあります。よく知られている

ものに「木頭系」「山根系」がありますが、「山根系」のほうが結実は早いです。

家庭用には『多田錦』がお勧めです。果実は小ぶりですが、種子がなく、搾ってから種子を取り除く手間がありません。また、果皮も薄く、大きなユズと同じくらいの果汁がとれます。

なお、一オユズと呼ばれるものはハナユズで、ユズとは別の種類です。

●苗木の購入ポイント

一般的には接ぎ木1〜2年生苗か、実着きの鉢植えが入手できます。

●栽培適地

柑橘類の中では耐寒性が非常に強いです。温州ミカンなどの一般的な柑橘類が育つ地域より、北の地域でも可能です。

●栽培のポイント

果実の表面が黒くなるサビダニの被害に注意します。

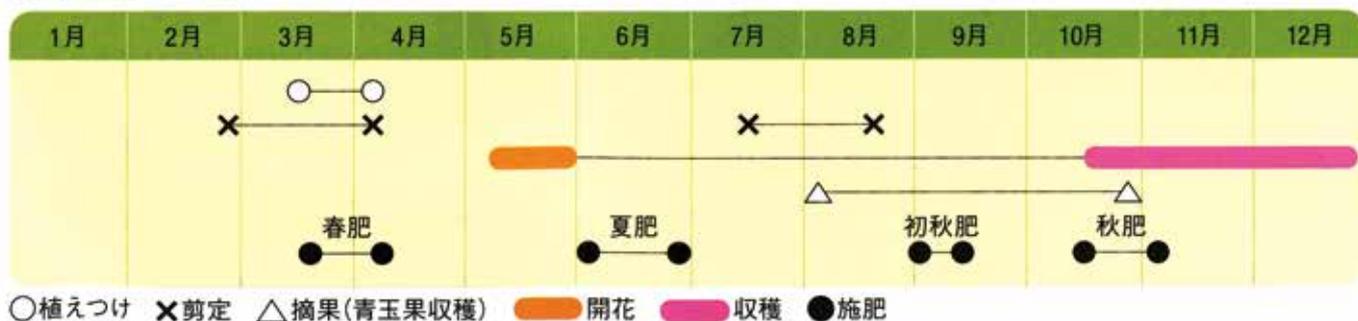
整枝・剪定 樹形は一般的には開心自然形に仕立てますが、庭木としては幹1本の主幹形が無難です。ユズは直立性で、まっすぐに伸びる性質があります。

分枝角度を大きく取って誘引し、生長を抑えることがたいせつです。それでも樹勢が強すぎる場合は、環状剥皮などで樹勢を調整する必要があります。

施肥 秋に肥切れすると葉が落ちやすいです。日ごろから有機物を与え、夏から秋にかけて、窒素中心に施しましょう。

摘果と収穫 ユズは隔年結果しやすいです。結果調整を兼ねて、夏ごろから間引き収穫するとよいでしょう。

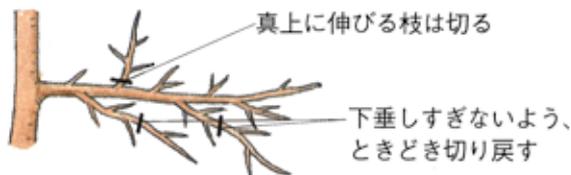
栽培カレンダー



苗木は注文出来ます。最寄の支店にお問合せ下さい。

●剪定の仕方

垂主枝や側枝（主幹形に仕立てる場合）の上には、直立した強い枝を作らない



春の剪定 2月下旬～4月上旬、極端な重なり枝をなくし、枝葉全体に日光が当たるようにする

夏の剪定 樹冠を大きくしたくないなら、夏秋梢が伸びた場合、小さいうちにかき取り、伸ばさない。若木で、樹冠を大きくしたい場合は伸ばす

3 摘果

ユズは隔年結果しやすいので、摘果が必要。一般家庭では果実が小さいうちから間引き利用するとよい。摘果の目安は1果につき、小果系で葉20枚くらい、大果系なら葉50～60枚は必要。それでも隔年結果しやすいので、太い枝（直径3cm以上）単位で年ごとに交互に結果させるとよい

4 病虫害防除

病気ではかいよう病、そうか病、黒点病。害虫では主なものにサビダニ、カイガラムシ類、アブラムシ類、カミキリムシ、エカキムシなど。

幼木を早く大きくするには、夏枝や秋枝のエカキムシ防除がたいせつ。なかでも、果実の外観を損ねるサビダニ、かいよう病にはとくに注意

5 収穫と果実の利用

●収穫

8月以降、果汁は徐々に増える。果実は青くても利用できる。摘果を兼ねて随時、間引き利用するとよい。果汁と酸が多く、香りも強くなるのは果実が七～八分色づいた10月中・下旬ごろが収穫適期。貯蔵の仕方は、果実が2～3段重ねられる程度の浅い箱に並べ、ふたを開けたまま、風通しのよい所で収穫時重量の6～7%の水分を自然乾燥で減らしてから貯蔵する

●果実の利用

生果で、または果実酒、酢としての果汁の利用のほか、ジャム、ゆずみそ、ゆずごしょうなどにできる

ゆず酢を作るときの果汁の搾り方

丸ごとハンドジューサーで搾る。搾りすぎると皮の苦みが出る。不純物が浮いてくるので、何回かろ過する。長く保存するには製氷トレーなどに小分けして冷凍する

マーマレード、ジャム

マーマレードは果皮と果汁を利用。ジャムは果皮だけを使う

1 植えつけ

3月中旬～4月上旬が適期。ユズは初期の生育が遅い。根を四方に広げ、それよりふた回りほど大きな穴を掘り、元肥に有機物を与えて植えつける。十分に有機物を与えて生育を促進すると結実も早まる

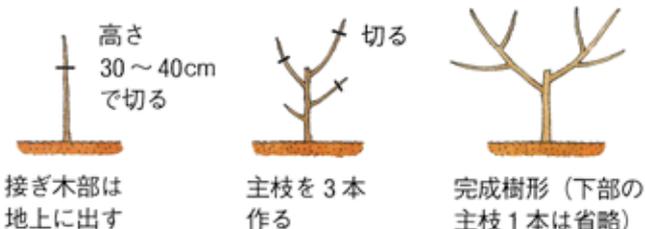
2 整枝・剪定

ユズは直立性なので、誘引などによって枝を下垂させ、生長を抑えて結実を促進し、管理しやすい樹形にする

●樹形の仕立て方

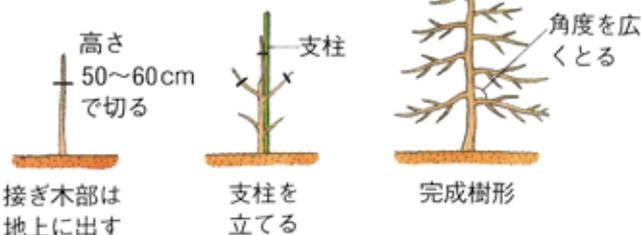
開心自然形

主枝を3本作り、よく開いたゆったりした樹形。落葉樹と違い生長が緩慢なので、ある程度不要な枝もつけておかないと、木が育たない。その意味では4～5年間はある程度伸びるに任せ、それから整枝してもよい



主幹形

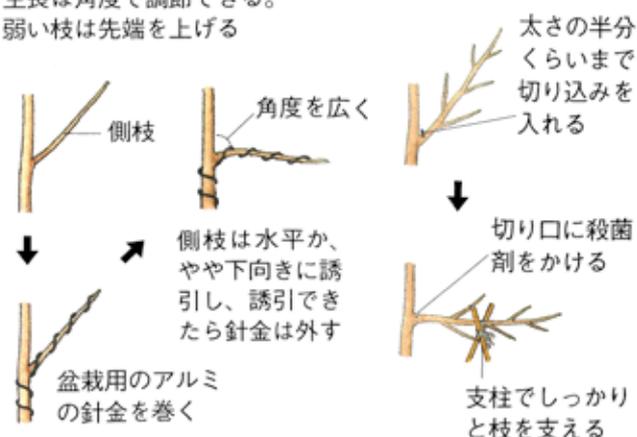
庭ではスリムな主幹形がよい。角度を広くとった側枝をまんべんなく作ることがたいせつ



角度の広い側枝の作り方

細く、若い側枝の場合 生長は角度で調節できる。弱い枝は先端を上げる

太くなった側枝の矯正法





車の購入・車検・修理費をサポート!

JAマイカーローン

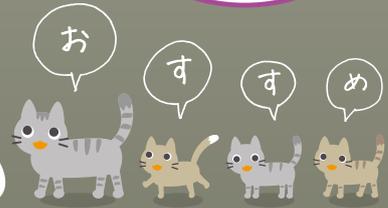
最軽減金利適用期間 平成30年 10月1日(月) ~ 平成31年 4月30日(火)

期間中、
マイカーローンをご契約された方に、もれなく

**JA商品券
1,000円分
プレゼント!**

※詳しくはJA窓口まで
お問い合わせください。

最軽減金利
変動金利 **年1%**



ご新規お借り入れの方

変動金利

店頭基準金利

年**3.00%**

[最軽減金利]

年**1%**

最軽減金利(年1.00%)でお借入の場合、店頭基準金利(年3.00%)に比べてこんなにお得!

お借入金額300万円、ご返済期間5年、保証料(年0.4%)で金利変動なしの場合、総支払額は約**15万円**もお得です。

※試算額は一例です。

JAマイカーローンやJA住宅関連資金(住宅ローン、リフォームローン等)のお借り入れがある方、または完済後2年以内の方

変動金利

店頭基準金利

年**3.00%**

[最軽減金利]

年**0.8%**

自動車・バイクの購入資金
(新車・中古車)

カー用品の購入資金

免許取得に要する資金

点検・車検パック・修理費用
共済掛金などの諸費用

カーポート等の建設費用
(100万円まで)

インターネットなら24時間いつでも簡単・便利にお手続き!!

- ご来店いただくお時間がとれないお客様
- 借り入れ可能かどうか事前に知りたいお客様

スマートフォン・タブレットでもご利用可能

※20歳以上の方に限らせていただきます。 ※正式なお申し込みは、窓口への来店が必要です。

特設ページ および
インターネット仮審査申込サービス

詳細およびインターネット仮審査については、JAバンク石川ホームページでご確認ください。

JAバンク石川



- 適用金利は金利情勢の変化により見直しさせていただく場合があります。
- 最軽減金利適用にはJA所定の要件(給与振込、定期積金等)があります。
- 商品の詳しい内容については裏面をご覧ください。

詳しくは、お近くのJA窓口またはホームページでご確認ください。



年金相談会のご案内

年金にかかる疑問・質問に専門家(社会保険労務士)が個別に無料でご相談に応じます。
どなたでもお気軽にご相談ください。



開催日	開催場所	開催時間
平成30年11月14日(水)	能都支店	9:00~12:00
平成31年1月16日(水)	穴水支店	9:00~15:00
平成31年1月18日(金)	柳田支店	9:00~15:00
平成31年1月19日(土)	輪島支店	9:00~15:00
平成31年1月25日(金)	門前支店	13:00~16:00



公式Facebook、Instagram 始めてます!

直売所や営農情報、イベントなどの各種情報を随時更新していきますので、気軽に「いいね!・フォロー」宜しくお願いします!

Facebook内「JAおおぞら」、
Instagram内「jaohzora」と検索して下さい。

  このアイコンが目印です★



変わるJA 広がる地域のぎずな

監修=広島大学
助教 小林元

Q、JAは地域にとってどんな存在なの?

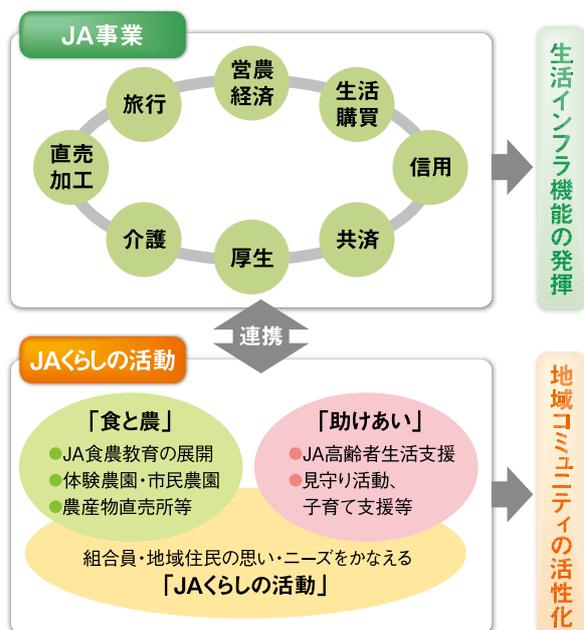
A、地域の食やインフラ機能を支え、地域を元気にします。

協同組合は組合員自らが、くらしや生業(なりわい)の願いやニーズを共有して、事業を運営しています。JAは、営農・経済事業(生産資材の共同購入や生産物の共同販売)を通じて、組合員である農業者の所得の向上や農業生産の拡大を進めています。また、くらしの願いやニーズに対応した信用、共済、生活購買、厚生(医療)、旅行、介護などさまざまな事業を行っています。

そして「JA健康寿命100歳プロジェクト」などを通じて高齢者福祉活動を展開、食農教育や組合員・地域住民の交流活動、直売所の運営などにも取り組んでいます。これらの取り組みは、組合員の願いやニーズを叶えると共に、食と農を通じて地域を豊かに、そして元気にする取り組みです。

JAは、地域に根ざした協同組合として、組合員だけでなく地域住民が必要とするくらしに関わる事業を総合的に提供しています。JAは、地域になくてはならない協同組合として、地域を支えるインフラ機能を発揮しているのです。

JAが地域社会に果たす機能・役割



 耕そう、大地と地域のみらい。



Cooking

2010年家の光
7月号別冊より

★ 繁忙期の農家さん!
あと一品欲しい奥さま!
1人暮らしで献立に
悩んでいる方へ
『フライパンで5分のおかず』
をご紹介します★

焼きニンジンの 梅肉和え



- ①ニンジン大2本(360g)は皮をむいて2~3mm幅の輪切りにし、レタス4枚は手でちぎって塩少々をふってもむ。
- ②梅干し4個は種を取ってたたき、みりん小さじ2、しょうゆ少々と混ぜておく。
- ③フライパンにゴマ油大さじ2を熱し、ニンジンを入れて火を弱め、やわらかくなるまでじっくりと焼く。火を止め、あら熱が取れたら、レタスと合わせ、②で和える。

キノコの ドレッシングソテー



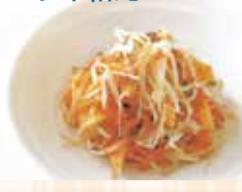
- ①生シイタケ2枚はいしづきを取って縦4等分にし、シメジ1パック(100g)は小房に分ける。エリンギ2本は輪切りにする。
- ②フライパンにサラダ油小さじ2とパン粉大さじ1を入れて弱火にかけ、パン粉が少し色づいてきたら①、フレンチドレッシング(市販品)大さじ2、バター小さじ1を加えていためる。
- ③キノコがしんなりしたら、しょうゆ小さじ1を加えてひと混ぜする。

ダイコンの ペペロンチーノ



- ①ダイコン1/4本(300g)は皮をむき、皮むき器で縦に薄く削る。
- ②フライパンにオリーブオイル大さじ2、ニンニクのみじん切り1かけ分、赤トウガラシの輪切り(種を取る)1本分を入れて弱火にかけ、香りが出てきたらダイコンを加えて強火でさっといため、塩、コショウ各少々で味をととのえる。
- ③器に盛り、粗びき黒コショウ少々をふる。

カリカリ油揚げの ザーサイ和え



- ①油揚げ2枚は熱湯を回しかけ、油抜きする。
- ②フライパンを弱火にかけ、①をこんがり焼き、細めの短冊切りにする。
- ③長ネギ20cmは4~5cm長さの細切りにし、ザーサイ(瓶詰め)30gは千切りにする。
- ④②と③を合わせて混ぜ、好みで七味トウガラシをふる。

豆腐のカニかまあなか



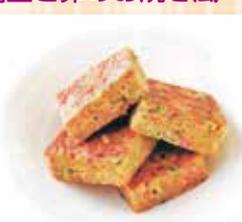
- ①ククラゲ(乾物)5gは水でもどしておく。かたい部分を切り落として千切りにする。カニ棒かまぼこ4本はほぐす。
- ②絹ごし豆腐2丁は半分に切る。耐熱皿にのせてラップをかけ、電子レンジで2分ほど加熱して器に取り出す。
- ③フライパンにめんつゆ(ストレートタイプ)3/4カップ、①を入れて温め、カタクリ粉大さじ1を倍量の水で溶いて加え、②の豆腐にかける。おろしたショウガを天盛りにする。

ちくわのラー油いため



- ①ちくわ4本(60g)は斜め切りにし、エノキタケ1袋(100g)は半分に切る。
- ②フライパンに油(サラダ油またはゴマ油)とラー油合わせて小さじ2とショウガの千切り10gを入れて弱火にかけ、香りが出たら①を加えて強火でいため合わせる。

納豆と卵のお焼き風



- ①細ネギ4本は小口切りにし、紅ショウガ20gは粗く刻む。
- ②納豆2パックに卵2個、①、小麦粉大さじ2、塩小さじ1/3を合わせ、よく混ぜる。
- ③フライパンにゴマ油少々を熱し、②を流し入れて中火で焼く。底がこんがり焼けたら返し、裏面もこんがり焼く。食べやすく切り分ける。



モナ・カサンドラの あなたの運勢★11月



牡羊座
3/21~4/19

【全体運】考え方が後ろ向きになりやすい期間かも。意識的に笑顔を手付けましょう。また、感謝できることを探すと開運に
【健康運】良好。運動で体を動かすと、なおグッド
【幸運の食べ物】カボチャ



牡牛座
4/20~5/20

【全体運】あれこれ余計なことまで気にして動けなくなり、つきを逃しがち。開き直りの気持ちを大切に。花を飾るのも吉
【健康運】ストレスを感じそう。スポーツで発散を
【幸運の食べ物】ヒラメ



双子座
5/21~6/21

【全体運】うわさに興味を持つのは避けた方が無難です。それより、自分が好きなことに意識を向け、それを満喫するのが正解
【健康運】楽しく体を動かせば体調アップの呼び水に
【幸運の食べ物】エノキタケ



蟹座
6/22~7/22

【全体運】クリエイティブな能力が開花しやすい月。絵を描くなど、やってみることに注目を。お芝居を見に行くのも◎
【健康運】運動不足になりがち。小まめに動くこと
【幸運の食べ物】野沢菜



獅子座
7/23~8/22

【全体運】思い込みが激しくなりそう。人の話を早のみ込みしないよう、ご用心。気分リフレッシュには手作りにトライを
【健康運】上質な睡眠を目指して。心身とも元気に
【幸運の食べ物】ゴボウ



乙女座
8/23~9/22

【全体運】人脈のネットワークを広げる好機。飲み会などの誘いには気軽にOKを。初対面の相手でも気さくに話し掛けて
【健康運】健康術に凝り過ぎ。ほどほどがベストです
【幸運の食べ物】ミカン



天秤座
9/23~10/23

【全体運】頼まれ事など、まずは必要な作業から手を付けましょう。その後、プライベートの充実を図ると喜びが倍増
【健康運】快適に過ごせます。アクティブに行動を
【幸運の食べ物】レンコン



蠍座
10/24~11/22

【全体運】幸運期。自分の考えやアイデアなどを思い切ってオープンにすると好結果に。新しい世界に飛び込むのも大賛成
【健康運】適度に休息を取り、英気を養いましょう
【幸運の食べ物】タラコ



射手座
11/23~12/21

【全体運】サービス精神を見せることで、周囲と円満な関係を築ける時期。縁の下の力持的役割も快く果たし、人気者に
【健康運】耳寄りな健康情報をゲット。試してみても
【幸運の食べ物】ユリ根



山羊座
12/22~1/19

【全体運】知的好奇心が旺盛になる兆し。調べてみたいことがあれば、じっくり探究して。サークルやグループ活動にもつき
【健康運】暴飲暴食はNG。食事の中身にも考慮を
【幸運の食べ物】リンゴ



水瓶座
1/20~2/18

【全体運】やたらとプレッシャーを感じる暗示。誰かと比べず、自分らしさを大切に。気晴らしにはハーブティーを飲んで
【健康運】自然の中を散歩すると体調に好影響あり
【幸運の食べ物】こんにゃく

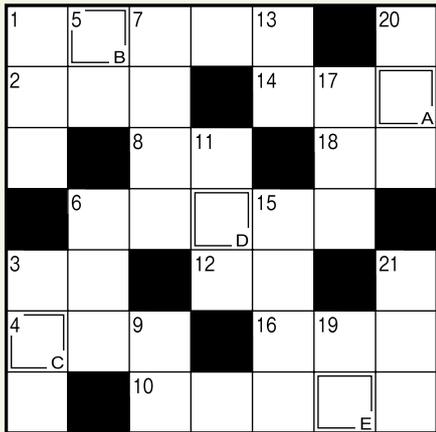


魚座
2/19~3/20

【全体運】開放的な気分になれる予感。過去に駄目だった挑戦にリベンジできそう。海外に関することにも幸運があるはず
【健康運】生活ベースが乱れがち。リズムを整えて
【幸運の食べ物】そば

クイズ★頭の体操

Q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？



↓ タテのカギ

- ①馬に乗る人のこと
- ③マガモを改良して作られました
- ⑤お金を借りると付くことも
- ⑥日本海軍が造った世界最大の戦艦
- ⑦軍配を持って土俵に上がります
- ⑨神社で神事に奉仕する女性
- ⑪泡立ててメレンゲを作ります
- ⑬田畑を耕す道具の一つ
- ⑮首都はハノイ。米の生産が盛んな国です
- ⑰——あれば憂いなし
- ⑲野球でランナーが滑り込む所
- ⑳カトリックでは神父、プロテスタントなら
- ㉑リレーの選手がつなぐ物

→ ヨコのカギ

- ①ギーチョンと鳴く秋の虫
- ②図書館で専門的な仕事をします
- ③海に潜って貝などをとる職業
- ④目のこと。つぶらな——
- ⑥ゆらゆらとバランスを取る玩具。長い腕を持つ人の形をしています
- ⑧子（ね）と寅（とら）の間
- ⑩警察官や消防士、裁判官はこれ
- ⑫黄門様のお膝元です
- ⑭決まった時間に寝起きする、——正しい生活
- ⑯渦巻き模様が付けた練り物
- ⑰二十世紀、新高などの品種があります



クイズの正解者の中から抽選で10名の方に、ほめられ酢・漬けもの酢・らっきょう酢の3本が付いた「レシピ付♪味くらべセット」をプレゼントします。ハガキに必要事項をご記入のうえ、どしどしご応募ください。



応募方法

ハガキに、①答え②住所③氏名（ふりがな）④年齢⑤電話番号⑥本誌に対するご意見やあなたの好きなコーナーをお書きください。（ふれあい伝言欄に掲載する場合があります）

あて先

〒927-0026 鳳珠郡穴水町字大町ほの95
J A おおぞら コミュニティ課

応募締切 平成30年11月15日（木） 必着

●当選者は12月号の紙面に氏名のみ掲載させていただきます。応募の際にご記入いただいている個人情報とは広報以外の目的では使用いたしません。

8月号の答え『ナツマツリ』

◆クイズ当選者（応募総数113名）

- 仲田 等 様
室市 洋子 様
関山 淳子 様
東 絹子 様
中谷 玉子 様



たくさんお便りをいただき、ありがとうございます。一部しかご紹介できず申し訳ありません。今後も皆様からのお便りお待ちしております。



ふれあい伝言欄

8月号への投稿より

●「おおぞらの下での久地さんの元気あふれる笑顔と野菜畑がとても素敵ですネ!!思わず笑顔になってしまふ魅力があります。頑張ろうと勇気がわいて来ます。カボチャの冷製スープとても美味しかったです。」
能登町 F・S 73歳
（編）久地さんへの素敵なお便り他にもたくさん頂きました。私も年齢を聞いて驚きました。F・Sさんもそうですが、今の70代、80代の方はとても若々しくて、イキイキしています。年を重ねても元気にイキイキが私も理想です★産直レシピ10月号にも掲載したので、ぜひ作って見て下さいね◎

●今年5月で5つの支店がなくなりました。大変に都合が悪くなりました。せめてそれぞれの支店には地域に愛された尊い歴史があります。その沿革史なるものを作成してくれませんか。そして組合員のみなさんにお配りして欲しいものです。
輪島市 H・S 78歳
（編）ご不便をお掛けしまして、大変申し訳ございません。お便りの内容は、また内部で検討させて頂きます。涉外担当者も巡回しておりますので、どうか引き続きのご利用をお願い致しますね◎

●「独身なので、栄養のバランスを考え、料理コーナーを参考に日々頑張っています。野菜を多く取れる様に心がけてます。他、野山の自然の草花が好きです。」
門前町 T・T 70歳
（編）参考にして頂きありがとうございます。10月号は、簡単に出来るおかずを何点か載せさせて頂きました。ぜひ作って見て下さいね。そろそろ野山も紅葉シーズンでしょうか。楽しみですね◎

●「ニンニク」作りは、いつも自己流でやっていました。大変参考になります。来年はちゃんと作ってみたいと思います。ニンニクはどうしてもいっつも揃いな出来ですが、小さいものはラッキョウ酢でラッキョウのように漬けて食べています。臭みもかなりきついで、大量には食べられません。が、とてもおいしいです。作ってみて下さい。
輪島市 H・Y 76歳
（編）いつもお便りありがとうございます。へえ、ニンニク漬けにするんですね◎臭いけど、元氣出そうですね◎他にも美味しいレシピありましたら、またお便りお待ちしております★

●（8月号伝言欄内）赤飯の蒸し方についてのお便り拝見しました。その家の蒸し方はあると思いますが、私はあずき汁をうつ時だいたい3回位します。3回目に赤飯を全体的に裏返してやると、色むらもなくなるし、べちゃべちゃになつた事はないです。裏返してやる事で、全体的に蒸気が回ります。
穴水町 M・K 69歳
（編）お便りありがとうございます。門前町のM・Tさん。見て頂けると嬉しいですね。ぜひ参考にしてみてくださいね◎

●「うちの家族紹介しますのコーナーを見ました。とても可愛いです。うちにもペットが来て約3ヶ月がたちました。まだまだ小さいなりに毎日にごやかしです。雑種ですが、毎日家族にアイドル的な存在でいます。もう少し大きくなつたら写真にのせて下さい。
穴水町 M・M 55歳
（編）ご覧頂きありがとうございます。どのペットも可愛いですよね。私も癒されてます。ぜひ掲載させて下さい。また撮影に伺いますので、その時はお便りなどで教えて下さいね。



広報おおぞら

2018年10月号

発行/JAおおぞら 〒927-0026 石川県鳳珠郡穴水町字大町ほの九十五番地 電話0768(52)3800(代)

印刷/株式会社アクセス金沢 編集/JAおおぞら本店 総務部コミュニティ課 発行人/代表理事組合長 藤田 繁信

SOS 緊急連絡先

|| 通帳・キャッシュカードが盗難・紛失した場合は…

通帳・キャッシュカード等が盗難に遭ったり、紛失した場合はただちに、JAお取引窓口、もしくはJAバンク石川コールセンターへご連絡ください。

【平日 9:00 ~ 17:00】
最寄の支店へ

【平日 7:40 ~ 9:00, 17:00 ~ 21:00】
【土日祝日 8:40 ~ 19:00】

JAバンク石川コールセンター ☎ 0120-001-571

|| 交通事故に遭われた場合は…

交通事故に遭われた場合は、ただちに、JAお取引窓口、もしくはJA共済事故受付センターへ、ご連絡ください。

【営業時間内】 平日 8:30 ~ 17:00
最寄の支店へ

【営業時間外】
年中無休 24時間受付
JA共済事故受付センター ☎ 0120-258-931
ジユウ クミイ

|| 自動車が故障した場合は…

自動車が故障した場合は、自動車整備工場までご連絡ください。休日・営業時間外においても、事故や故障等の対応を行っています。

【お問い合わせ先】
おおぞら自動車整備工場
TEL 0768-52-1242

ご葬儀は安心と信頼のJAへ

遺体搬送・葬儀受付・年中無休・24時間電話受付

☎ 0768-42-1881

セレモニー会館
おおぞら天翔穴水 TEL0768-52-3044
●利用料金●全館利用・祭壇付き 378,000円(税込)

セレモニー会館
おおぞら天翔輪島 TEL0768-23-1555
●利用料金●全館利用・祭壇付き 378,000円(税込)

セレモニー会館
おおぞら天翔河原田 TEL0768-23-0983
●利用料金●全館利用・祭壇付き 378,000円(税込)

セレモニー会館
おおぞら天翔門前 TEL0768-42-1885
●利用料金●全館利用・祭壇付き 226,000円(税込)

JAおおぞらご葬儀特典のご案内

組合員特典

①会館利用料を20,000円割引
②自宅等での祭壇料を10,000円割引

●組合員資格●
1口(10,000円)以上の出資をされている方

※葬儀のご利用と同時に組合員加入をしていただければ特典を受けることができます

やすらぎ会員特典

①会館利用料を30,000円割引
②自宅等での祭壇料を10,000円割引
③会葬礼状 300枚(23,760円)まで無料サービス

●やすらぎ会員資格●
3,000円以上/月×36回以上の「やすらぎ定期積金」を継続中の方

やすらぎ会員特典と組合員特典は併用して受けられます

※上記価格は全て税込です

金沢市中央卸売市場 青果物出荷カレンダー

ピンク色で塗りつぶしてある日は、集荷・出荷できません。

10月	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

11月	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	

郵便はがき

料金受取人払郵便

穴水局 承認

19

差出有効期間 平成31年6月15日まで

鳳珠郡穴水町字大町ほの95

JAおおぞら本店

総務部コミュニティ課 行

〒

住所

ふりがな

名前

歳

電話番号