

広報

おとどけます 地域と人へ夢のせて

おおぞら

今年の恵方は
東北東

恵はそと〜♪

福はうち〜♪



人・夢・ふれあ、能登半島

おおぞら農業協同組合

<http://www.ohzora.is-ja.jp/>

表紙 8 飾り (門前支店)

密かに始め
てます！
@ohzora



JAおおぞら

検索

2019 ● VOL. 285



顔見え生産者大会 開催

奥能登の特色ある農産物を金沢市など周辺地域の皆さんに知ってもらおうと、平成21年より珠洲市、輪島市、穴水町、能登町から金沢中央卸売市場への直行便、「顔の見える能登の食材（奥能登直行便）」の取組みが始まっています。

この大会は、生産者、関係機関が一堂に会し、栽培技術の向上、栽培意欲の高揚、親睦を図ることを目的として、毎年行っています。

今年も、1月9日（水）～10日（木）に開催され、初日は金沢国際ホテルにて、優良生産者、殿堂入り生産者の表彰式を行いました。

おおぞらでは、おおぞら農業協同組合長賞に門前町の山



▲ 2日目は早朝から市場を視察



▲ インタビューを受ける受賞者の皆さん

崎紘太郎さんが選ばれ、能登町の山岸好子さんが殿堂入りを果たしました。受賞された皆さんおめでとうございませう。

2日目は、早朝から金沢中央卸売市場へ移動し、市場視察を行いました。市場の職員から、販売概況などが説明されました。

特別支援学生が 加工作業体験

繁忙期の人手不足が課題の「農業」と障害者の就業機会の確保などを旨とする「福祉」が連携し、それぞれの課題解決につながる「農福連携」の取組みの一環として、七尾特別支援学校輪島分校の生徒さん5名が、1月9日（水）からの3日間、穴水町の加工施設で、干し芋の袋詰めなどの作業を体験しました。

5名とも嫌がることなく、楽しんで作業しており、実際に干し芋を試食すると、「美味しい！」と好評でした。



千枚田米を贈呈

12月26日（水）に、毎年千枚田耕作支援ボランティアとして、田植えと稲刈り作業に参加して頂いている、石川県立大学の皆さんに、今年度も、作業にご協力頂いた感謝を込めて、30年産の千枚田米7袋を、当J.Aの日裏専務より、県立大学の熊谷学長へ手渡しました。

贈呈したお米は、校内の学食などに使われるそうです。

また来年度も、学生の皆さんの参加をお待ちしております。



▲ 熊谷学長（左）に千枚田米を渡す日裏専務

穴水高校の「のとてまり」が11万円

おおぞら管内にある石川県立穴水高校では、世界農業遺産である「能登の里山里海」を守り、能登の魅力を全国に伝えようと取組を行っており、その一環として、平成24年から学生たちが「のとてまり」の栽培を行っています。

今年も、1月26日(土)に金沢市中央卸売市場で、初セリにかけられ、過去最高の11万円(8個入)の値が付けられました。

競り落としたのは、七尾に本社を置く、食品スーパー「どんたく」さん。こののとてまりは、どんたく西南路店に置かれ、翌日来店客に振る舞われたそうです。

学生たちが一生懸命育てた「のとてまり」。来年も楽しみます。

▲ 穴水高校の皆さんと競り落としたどんたくさん(前列中央)

◀ 11万円ののとてまり



穴水カレッジで料理講習

1月25日(金)穴水町平野の女性部調理室で、グリーン・カレッジ穴水支部の料理講習会が行われました。

参加した受講生23名は、しばたけを使った「すりわり汁」、ワラビやしいたけなど、季節の野菜を使った煮物。他にも、エコープの五倍酢を使った「鮭としらす干しのちらし寿司」、ほめられ酢を使った「簡単コールスロー」の計4品を作りました。

終始、和気あいあいと楽しく調理していた受講生の皆さん。お料理も美味しく出来上がり、仲間との絆も深まりました。



野菜がたくさん食べられるメニューとなりました



能都女性部で味噌作り

J A おおぞら能都女性部では、1月23日(水)〜25日(金)にかけて、あつさり漬の素やなす漬の素でおなじみの「厚生産業」の浅田さんを講師に招き、各地区6カ所で味噌作りを行いました。

女性部員の皆さんが、あらかじめ煮てきた大豆を各自持参してもらい、塩切り米麹と混ぜたものを、機械にかけて、煮汁を加えました。その後、耳たぶほどの硬さになるようにこねていき、平にしてから塩をかけました。

浅田さんから、今後は、重しをのせて寒暖差の少ない場所に保管するよう教わりました。

作った味噌は、10月頃に出来上がりです。

出来上がりが今から楽しみですね。



TACパワーアップ大会で表彰

地域農業の担い手農家に向くJ A 担当者(愛称TAC II タック)の営農指導・TAC活動のレベルアップを図るため、毎年開催されている「TAC パワーアップ大会」が、1月16日(水)金沢の農業会館にて開催されました。

県内J A の関係者が多数出席するなか、大会内では、先日行われた、TACのロールプレイング大会の表彰式も行われ、おおぞらからは、営農部の橋本章代、室谷優典、金融部の浦西悠任が参加し、全農いしかわの穴田本部長より、賞状を受け取りました。

惜しくも最優秀賞には届かなかったものの、優秀賞を頂きました。

これを励みに、今後も、担い手農家の声・要望を収集し、能登の農業に貢献出来るよう努めていきます。



山菜苗のご案内

能登地域のJ A、市町や県では、能登野菜の生産振興に取り組む中、「能登山菜」について、山採りだけに頼らない「育てる」山菜出荷を実現するため、山菜の栽培を推進しています。

そこで、春夏植えの山菜苗を以下の表の通り販売致しますので、ご希望の方は、**3月5日(火)まで**に最寄の支店までご注文くださいますようお願いいたします。

■ 山菜苗・規格単価表 ■

種類	規格	料金(税込)	配送予定
わらび (限定 1,000 本)	ポット苗	216(円/鉢)	5月中～下旬
野ぶき	72穴セルトレー (苗数は70本保証)	2,905(円/トレー)	6月下旬

- 1) 栽植本数の目安、わらび：50～60本/a、野ぶき：60本/a
- 2) 野ぶきはセルトレー単位の販売に限ります。
- 3) 苗の栽培・注文状況によっては注文数を確保できない場合があります。その際は協議しご連絡致します。
- 4) 代金決済については、一般資材同様供給月の翌月処理と致します。

栽培・出荷等に関する相談は最寄の支店までお問い合わせください。

新・農業者
年金の
お知らせ

国民年金に加入している 農業者の皆様へ



20歳以上、60歳未満である国民年金の第1号被保険者で、年間60日以上、農業に従事していれば誰でも加入できます。

保険料は月2万円から6万7千円まで、自由に選べます。

認定農業者など若い担い手を対象に、保険料を一部補助する制度があります。

● 詳しい内容などは、各支店へお問い合わせください。 ●

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おおぞらで葬儀特典のご案内

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

平成31年用

水稻種子の価格

をお知らせします

種もみの予約注文書を提出された方は次の予約価格で決済させていただきます。

なお、2月より平成30年用水稻種子の配達を開始しております。種子に添付されている『水稻種子保証票』は生産履歴の確認や万一事故があった時の証拠書類となりますので、米出荷時まで必ず保管してください。

(税込)

品 種 名	当用価格	予約価格
コシヒカリ (消毒済)	707 円	621 円
能登ひかり (消毒済)	665 円	600 円
カグラモチ (消毒済)	726 円	661 円
白山もち (消毒済)	711 円	640 円



ストップ!

農作業事故

春季作業の安全

人間工学専門家・石川 文武

耕種農業では積雪地帯を除いて春作業の準備が始まります。人も農業機械も本格的に活動を始めますが、作業に取り組む前に事前準備を忘れないでください。

水田では、春の耕耘(こううん)からですが、人の健康、機械の健康確認は済んでいますか。どちらかまたは両方が不調であれば予定通りの作業は期待できません。人の健康には、自治体などが実施している定期検診を受けておきましょう。不調を感じていないときにいろいろなデータを取っておくことが重要です。

機械についても、オイル交換やベルト・チェーンの点検、ボルト・ナットの増し締め、安全装置の動作確認は自らの手で行いましょう。安全カバーなどを外した場合には、必ず元通りにしなければなりません。手に負えない点検整備は専門家に依頼しましょう。

前シーズンに収量マップを作成するなど、先進技術を利用している場合は、そのデータを活用して圃(ほ)場内での耕耘や施肥を効率的に行うことができます。先進技術を使っていなくても、過去の経験から圃場内各所の耕耘方法や施肥量調節に生かすこともできます。これらは作業時間や資材の節約にもつながります。

耕耘作業では、圃場表面の硬さを把握し、ダッシングを起こさないように注意しましょう。作業の1行程目は直進を維持することと、枕地のラインをそろえることで緊張が続きますが、隣接耕ではUターン後に幅寄せして、作業機を下ろしたら前行程に倣うだけとなります。しかし、圃場端部に近づいたら緊張モードに入ってください。緊張モードへ戻るタイミングを失うと枕地旋回がうまくいかず水路への転落、畦畔(けいはん)への乗り上げ、枕地ラインの不ぞろいなどとなります。

耕耘に続く、種子準備、苗作り、施肥など、忙しい時間が続きます。農繁期を安全に過ごせるようスタートを大事にしてください。

健康第一





家の光2016年2月号より



●栽培のポイント

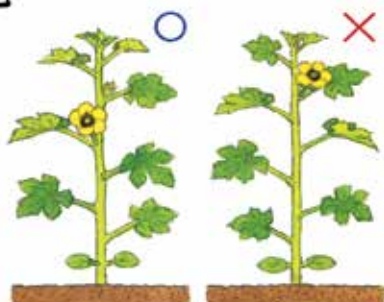
高温性の野菜（昼間25～30度、夜間20～23度が適温）なので、早まき、早植えは失敗のもと。苗作りは保温・加温に気配りして、植えつけはじゅうぶんに暖かくなってからおこなうことがたいせつです。一方、秋は、徐々に気温が低下するのによく耐えて、晩秋に至るまで、よく花を咲かせ、収穫することができます。

多湿に弱いので、排水をよくして植えつけます。また、ネマトーダなどの線虫類に弱いので、前作に多発した所は避けるか、土壤消毒をしてから作付けるようにしましょう。

葉が混み合ってきたら下葉を摘除し、通風・採光を図ります。

4 追肥

植えつけ後20日、その後15～20日に1回くらい追肥する



花が頂部に近い所で咲くのは、栄養不良によって起こる。果実を思いきって若採りし、追肥をする

(1株当たり) 化成肥料 大きじ1杯



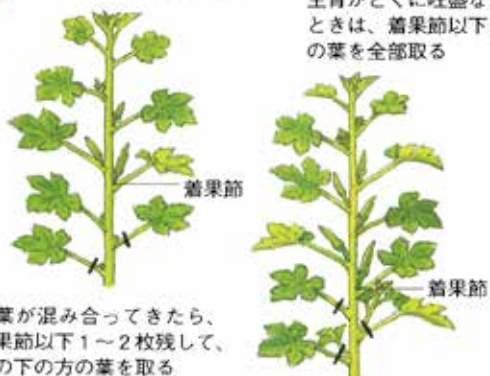
畝の肩から通路にかけて化成肥料をばらまき、土をやわらかく起こしながら畝に盛り上げる

5 敷きわら・灌水



日光が強く、乾燥する頃は敷きわらをする。乾きが激しければ灌水を

6 整枝・摘葉



生育がとくに旺盛なときは、着果節以下の葉を全部取る

下葉が混み合ってきたら、着果節以下1～2枚残して、その下の方の葉を取る

7 害虫防除



先端部にもていねいに

害虫が発生したら、早めに適剤を散布する



下葉の裏にもていねいに

8 収穫

五角系の品種

開花後7～10日ぐらいで、長さ6～7cmの頃がいちばんおいしい収穫適期

着果部位をよく見て、とり遅れないように注意して収穫する



丸さや系の品種
とり遅れても堅くなりにくいので、やや長めで収穫する

プランター栽培

長型のプランターで4株育てられる

1株につく花の数は少ないので、プランター栽培では1か所2株植えにすると果数が多くとれる。混み合ってきたら葉を適宜摘み取る。灌水と追肥を入念におこなう。





オクラ

粘りがおいしいスタミナ野菜

〔栽培暦〕



主な成分は、食物繊維のペクチンと糖タンパク質のムチン。血中のコレステロールを減らし、整腸効果や消化器を粘膜で覆って保護する効果があり、夏のスタミナ野菜として優れています。

アオイに似た花は観賞価値も高く、花も実も楽しめる家庭菜園向けの野菜としてお勧めです。

1 苗作り

硬実種子は発芽しにくいので、まく前に一昼夜浸水しておく



3号のポリ鉢に3~4粒の種をまく



本葉3枚の頃、1本立てに

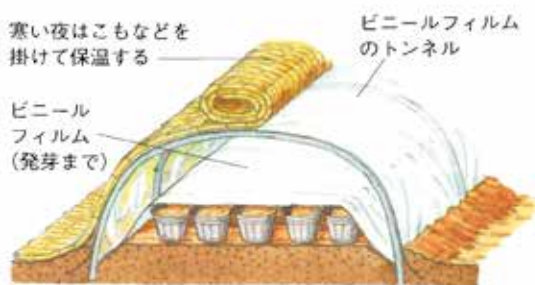


鉢は編みかごに入れておくと、移動や運搬に便利

幼苗時の保温には、じゅうぶんに注意する

寒い夜はこもなどを掛けて保温する

ビニールフィルム (発芽まで)

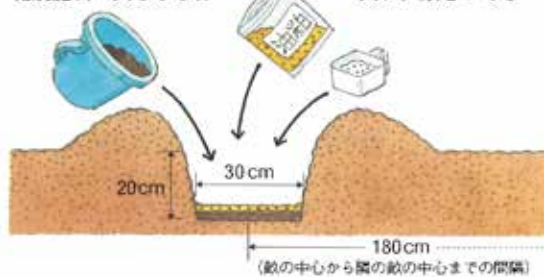


低温に弱いので、小さいうちは保温に努める

2 元肥入れ

〔畝の長さ1m当たり〕
堆肥 7~8握り
油粕 大さじ5杯
化成肥料 大さじ3杯

溝を掘って肥料を入れ、畝をつくる



3 植えつけ

植えつけの数日前までに畝をつくり、ポリマルチをして地温を上げておく



ここがポイント

植えつけは1か所2株ずつ

オクラの成葉は切り込みが深く、また側枝の伸びもそんなに旺盛ではないので、他の果菜に比べると葉の混み合いが少ないです。そして主枝上に果実が1個ずつ着生するので、収穫果数の増え方が少ないのです。これを補うため、1か所に2株植えるのが得策となります。

育ち盛りになり、茎葉が混み合いすぎるようなら、下の方の葉や側枝をどんどん切除して、すいてやればよいのです。





皆さまに大切なお知らせ



共済掛金振替払特約付 建物更生共済 My家財

建物の保障をしながら、まとまった資金を活用できます！

ご契約例

家財主契約 住宅物件 木・防火造 10年満期 年払 口座振替扱い 共済価額1,000万円
火災共済金額・満期共済金額1,000万円 家財費用共済金等不担保特約付き

払込共済掛金累計

9,792,567 円

共済掛金振替払特約充当額+年払共済掛金
(=9,780,567円+1,200円×10年分)

差額 **207,433 円**

満期共済金額（課税前）

10,000,000 円

10年後

各種満期プランのご案内 保障期間10年

火災共済金・満期共済金	お支払共済掛金合計	内 訳
500万円	4,912,635円	共済掛金振替払特約充当額 4,906,635円+年払共済掛金 600円×10年分
300万円	2,956,719円	共済掛金振替払特約充当額 2,953,119円+年払共済掛金 360円×10年分
200万円	1,977,901円	共済掛金振替払特約充当額 1,975,501円+年払共済掛金 240円×10年分
100万円	995,931円	共済掛金振替払特約充当額 994,731円+年払共済掛金 120円×10年分

※表中の共済掛金は上記のご契約例における火災共済金額および満期共済金を変更した場合のものとなります。共済掛金はご契約内容により異なります。

※この資料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」ならびに「保障見直し設計書」を必ずご覧ください。

※満期日前に解約された場合は、お支払する解約返れい金がお払込みいただいた共済掛金を下回る場合があります。

【18199990244】

詳しくは、最寄の支店窓口へ

Cooking

ひな祭り、
春のお祝いに*

鶏肉だんごの吸い物



家の光2015年3月号より

材料 (4人分)
鶏ひき肉…150g | **A**【塩…少々 | 酒…大さじ1 | 水…大さじ1 | かたくり粉…大さじ1/2】 | かまぼこ…4切れ | ミツバ…2〜3本 | とろろ昆布…10g | だし汁…4カップ | 塩 | しょうゆ

- 作り方**
- ①ボウルにひき肉を入れて混ぜ、**A**を加えてさらに混ぜる。
 - ②鍋にだし汁を入れて煮たて、ぬらしたスプーンで①を丸めながら入れる(1人分2〜3個)。ふたたび煮たらあくを取り、3〜4分煮て、塩小さじ2/3、しょうゆ少々で調味する。
 - ③かまぼこは食べやすく切り、ミツバは飾り用に葉を残し、軸の部分の小口切りにする。
 - ④わんに鶏肉だんご、4等分にしたとろろ昆布、③を入れ、汁を注ぐ。

●メモ ひき肉を混ぜてから調味料を加えると味がよくなじみます。

つくだ煮ご飯の いなりずし



家の光2016年3月号より

材料 (4人分(8個))
手作りつくだ煮…1/2袋 | 米…2合 | 油揚げ…4枚(240g) | 甘酢ショウガ…50g | **A**【酢…大さじ5 | 砂糖…大さじ3 | 塩…少々】 | **B**【だし汁…150mL | 酒…大さじ3 | ざらめ…40g | しょうゆ…大さじ3】

- 作り方**
- ①油揚げは熱湯を回しかけて、油抜きをしてから半分に切る。甘酢ショウガはみじん切りにする。
 - ②米はかために炊く。炊きあがったら、**A**を回しかけて混ぜ合わせ、うちわであおぎながらあら熱を取る。
 - ③②に手作りつくだ煮と甘酢ショウガを入れて混ぜ合わせ、ぬれ布巾を掛けておく。
 - ④鍋に**B**を入れて火にかけ、ざらめが溶けて沸騰してきたら、油揚げを加える。落としぶたをして中火で15分ほど煮含めたら、火を止めてあら熱を取る。
 - ⑤④の汁けをかるく絞り、切り口から開いて袋状にしたものに、③を等分に詰める。

ひし餅パバロア



家の光2018年3月号より

材料 (1Lの牛乳パック型1個分)
パバロアの素(抹茶、ヨーグルト味、いちご味)…各1/2袋 | 牛乳…300mL
《牛乳パック型の作り方》
牛乳パックは注ぎ口を開き、側面を一面切り取る。開いた注ぎ口をホチキスとセロハンテープなどでしっかりと閉じて、完成。パバロアを外しやすくして便利。

- 作り方**
- ①ボウルに熱湯50mLを入れてパバロアの素(抹茶)を加え、混ぜて溶かす。冷たい牛乳100mLを加え、泡だてすぎないように注意しながら、泡だて器で1分ほど混ぜる。
 - ②牛乳パック型に流し入れ、冷蔵庫で30分ほど冷やし固める。
 - ③①と同様にパバロアの素(ヨーグルト味)を溶かして牛乳を混ぜ、②にゆっくり流し入れて冷蔵庫で30分ほど冷やし固める。
 - ④①と同様にパバロアの素(いちご味)を溶かして牛乳を混ぜ、③にゆっくり流し入れて冷蔵庫で1時間ほど冷やし固める。
 - ⑤型の四隅を切ってそと開き、型の上でひし形に切って器にのせる。

鶏そぼろと菜の花のおすし



家の光2015年3月号より

材料 (4人分)
米…2合 | **A**【酢…1/4カップ | 砂糖…大さじ1 | 塩…小さじ1】 | 鶏ひき肉…200g | **B**【だし汁…1/4カップ | しょうゆ…大さじ1と1/2 | 酒・みりん…各大さじ1 | 塩…少々】 | 菜の花…100g | 卵…2個 | カニ缶…小1缶(135g) | ショウガ汁…小さじ1/2 | 塩 | しょうゆ | 砂糖 | 酢

- 作り方**
- ①米は洗ってざるに上げ、炊飯器に入れて2合の目盛りまで水を入れ、1/4カップ分の水を除き、30分おいて炊く。炊きあがったら盤台に移し、よく混ぜ合わせた**A**を加えて混ぜ、すし飯を作る。
 - ②鍋にひき肉と**B**を入れて混ぜ、火にかけて菜箸3〜4本で混ぜながら煮て、汁けがなくなったらショウガ汁を加える。
 - ③菜の花は塩ゆでして水に取り、水けを絞って穂先を2cm切り、残りは小口切りにしてしょうゆ小さじ1をふって絞る。
 - ④卵はよくし、砂糖少々を加えていり卵に、カニ缶は汁けを切ってほぐし、酢小さじ1/2、砂糖少々を加えて混ぜる。
 - ⑤①に②、菜の花の小口切りを加えて混ぜ、器に盛り、④、菜の花の穂先を飾る。



モナ・カサンドラの

あなたの運勢★3月

♈ 牡羊座
3/21~4/19

【全体運】珍しく優柔不断になりやすい月。1人で悩まず、信頼できる人に相談を。半身浴や足裏マッサージが幸運
【健康運】平穩。ただし、食べ過ぎは体重増の原因に
【幸運の食べ物】オレンジ

♌ 獅子座
7/23~8/22

【全体運】思い込みが失敗を招く原因になりがち。柔軟な発想を心掛けて。リラクセスには好きな香りの入浴剤が最適
【健康運】ゆったり構えて過ごすのが健康の秘訣(ひけつ)に
【幸運の食べ物】シイタケ

♋ 射手座
11/23~12/21

【全体運】感情的になりやすい期間。特に家族など、身近な人に口うるさくしないよう、冷静に。開運には手料理を作って
【健康運】健康を気にし過ぎ。気楽に考えましょう
【幸運の食べ物】セリ

♉ 牡牛座
4/20~5/20

【全体運】グンと視野を広げられそう。興味のあるセミナーを受けたり、体験教室に参加したりすると、新発見があるかも
【健康運】運動を習慣化することで、良い変化あり
【幸運の食べ物】アオヤギ

♊ 乙女座
8/23~9/22

【全体運】小さなミスを連発しやすいよう。慣れている作業でも確認を忘れずに。周囲のアドバイスには謙虚に耳を傾けて
【健康運】運動することで、より健康に近づけます
【幸運の食べ物】パセリ

♈ 山羊座
12/22~1/19

【全体運】人との交流からうれしい刺激をもらえる予感。普段付き合う機会の少ない相手ほど、斬新な驚きを与えてくれそう
【健康運】運動するの日に良い月。何か目標を立てて
【幸運の食べ物】カブ

♊ 双子座
5/21~6/21

【全体運】ストレスを感じやすい時期です。背伸びをせず、着実な一歩を重ねていくのが◎。気晴らしには陶芸がお勧め
【健康運】睡眠が不足気味。質を高める努力が大事
【幸運の食べ物】クレソン

♎ 天秤座
9/23~10/23

【全体運】気持ちが不安定になる気配。身の回りを片付けると気持ちが落ち着くので、試してみてください。念入りな掃除も効果大
【健康運】体力過信はNG。定期的に休息を取って
【幸運の食べ物】タイ

♏ 水瓶座
1/20~2/18

【全体運】何事も急がず、マイペースにやることで、物事がスムーズに運ぶはず。結果より、充実感を優先するとグッド
【健康運】胃腸に優しい食事にすると運氣好転へ
【幸運の食べ物】シラス

♏ 蟹座
6/22~7/22

【全体運】運が味方してくれる好調期。やりたいことがあるなら、あれこれ考えず、思い切って飛び込んで。海外にもつき
【健康運】上々。整体などで体のバランスを整えて
【幸運の食べ物】ワケギ

♏ 蠍座
10/24~11/22

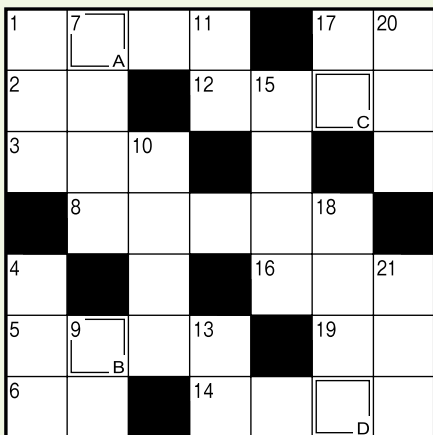
【全体運】前向きな気持ちになります。ためらっていたことにも積極的に取り組めば、好変化が。自己アピールも成功の兆し
【健康運】体をいたわって。無理なダイエットは×
【幸運の食べ物】ズワイガニ

♏ 魚座
2/19~3/20

【全体運】自信が芽生える星回り。さまざまな分野に挑戦したくなるので、動いてみて。意見やアイデアの発表も正解
【健康運】話題の健康法に注目を。体質に合いそう
【幸運の食べ物】ワカメ

クイズ★頭の体操

②二重マスの文字をA～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



↓ タテのカギ

- ①佐々木小次郎はとても長い物を使っていたとか
- ④うわさが広がる際につくことも
- ⑦鉄道のレールの下に並べます
- ⑨人数を数えるときに使う言葉
- ⑩パソコンのマウスのボタンをカチッと押すこと
- ⑪子羊の肉のこと
- ⑬3.14159……と続く円周——
- ⑮道端のこと。—— 駐車
- ⑰寝不足で目の下にできる人もいます
- ⑱小説家・尾崎紅葉の代表作『—— 夜叉』
- ⑳ショートケーキによく似合う赤い果実
- ㉑マンションの—— 人さんにあいさつをして出掛けた

→ ヨコのカギ

- ①雪を積み上げ、中を掘って作る雪室
- ②マージャンをするとき囲みます
- ③劇場の舞台や花道の地下にあります
- ⑤1日に1枚ずつ剥がすカレンダー
- ⑥起立！ ——！ 着席！
- ⑧バレンタインデー、彼氏や夫へではなく知人や上司へ、感謝の気持ちを込めて贈ります
- ⑫足利尊氏が開いた—— 幕府
- ⑭片時もそばを離れせん
- ⑯漢字で書くと浮塵子。稲の害虫です
- ⑰地面につちなどで打ち込みます
- ⑱カクテルのベースに使う蒸留酒の一つ



クイズの正解者の中から抽選で10名の方に、もう食べてみた？「県産新品種米“ひやくまん穀2kg”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31年3月15日（金） 必着

●当選者は4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は広報以外の目的では使用いたしません。

12月号の答え『トシワスレ』

◆クイズ当選者（応募総数117名）

- | | |
|---------|---------|
| 小林百合子 様 | 橋本 壽昭 様 |
| 道端 明美 様 | 竹山 好子 様 |
| 岡本八重子 様 | 石谷 良美 様 |
| 伊藤ひとみ 様 | 覚田 尚子 様 |
| 永田貴美子 様 | |
| 岩崎 佑輝 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

12月号への投稿より

●ふれあい伝言欄に「美味しい赤飯が出来ました」とありましたが、私も祭りに赤飯をするのですが、いつも下の

（家の光2015年12月号、2016年1月号より）

私は漬物に興味があり、今年も簡単に来る様な漬物を教えてほしいです。やっとかぶらずしが出来、自分でほつとしていきます。色々教えて下さい。

輪島市 K・S 73歳

（編）かぶらずしは手間暇かかりますよね。出来たという事なので良かったです。★簡単にできる漬物を2品ご紹介します。ぜひ作って見て下さいね。

《カリフラワーの甘酒漬け》

- ・材料（4人分）：カリフラワー400g、塩適量、A「麴の甘酒（市販の薄めていないもの）400g、薄口しょうゆ大さじ2、練りがらし20g、塩小さじ1」
- ・作り方：①カリフラワーは小房に分け、塩を加えた熱湯で30秒ゆでる。②保存袋にAを入れて混ぜ、カリフラワーを入れる。③空気を抜きながら保存袋の口を閉じ、冷蔵庫で1時間漬ける。④カリフラワーから水がにじみ、漬け汁が上がったら、漬け汁ごと盛りつける。※冷蔵庫で4〜5日保存できる。

《コマツナのナムル漬け》

- ・材料（4人分）：コマツナ1束（300g）、A「ニンニク（すりおろし）1かけ分、白すりゴマ大さじ1、塩・薄口しょうゆ各小さじ3/4、ゴマ油小さじ1/2」
- ・作り方：①コマツナは3cm長さに切り、ジッパー付きの保存袋に入れる。②Aを混ぜて全体にまぶし、10分置いたらもう一度混ぜ合わせる。空気を抜きながら保存袋の口を閉じ、冷蔵庫で30分以上漬ける。③全体をもみ合わせ、てかるく絞る。器に盛ってゴマ油をかける。※冷蔵庫で1週間ほど保存できる。ミズナ等の他の青菜でも可。

（家の光2015年12月号、2016年1月号より）

●うちの家族紹介コーナーで可愛いハムスター、インコ、うさぎ、犬、猫など、本当に毎月見て癒されます。顔や目元が本当に可愛い！大切に飼っていらっしやるのが分かります。これからも楽しみにしています。

能登町 K・M 62歳

（編）いつもご愛読ありがとうございます。どの動物も本当に可愛いですよ。私も癒されています。このコーナーもご好評頂いて、「ウチにも猫がいるよ！」や、「撮りに来て！」などのお便りが増えて嬉しいですね。これからも皆さんの癒しになるように続けて行ければと思っておりますので、今後とも宜しくお願いします♪

●おおぞらの下でをよんで、こんなに大きなズッキーニがあると初めて知りました。

（編）私も知らなかったです。しかも、元々大きな品種ではなくて、ふつうの品種のものを大きくしているそうですよ。どこまで大きくなるのか注目ですね。

輪島市 F・Y 67歳

（編）広報10月号の伝言欄で掲載した穴水町のM・Kさんのお便りをまたご紹介させて頂きますね。「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つ時だいたい3回位します。3回目には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。」との事でした。ぜひ参考になさって下さいね。

門前町 M・T 61歳

方かべたつきます。どのように蒸したら、美味しく出来るでしょうか？教えて下さい。



小町(奥)と小麦
(どちらもメス・ミックス)
冬毛でもこもこしてます★
【輪島市 こまこむさんの家族】



たま(オス・ミックス・1歳7ヶ月)
やんちゃだけど、とってもカワイイ!!【能登町 Tさんの家族】



ぴよん(メス・ミックス・10歳)
名前を呼べば返事する、おしゃべり好きな
ネコです♪【能登町 Nさんの家族】

うちの家族紹介します

どしどし投稿
お待ちしております!

※スペースの都合上、全て掲載できない
場合があります。

随時掲載
します!

お宅の家族紹介しませんか?

撮影しに伺いますので、裏に付いているハガキ、もしくは最寄の支店へお伝え下さい!

家の光

食と農から始まる。JAグループのファミリー・マガジン
をぜひご購読ください!

読まずには
いられない!
新10連載
スタート!!

12月号から誌面を大幅リニューアル!

今知りたい! とっても気になる!!
フリー特集を毎月3本

女性組織活動にすぐ役立つ
手芸・健康のミニ特集を
毎月掲載!

家の光

定価(税込) ●普通月号 617円
●付録月号(1・4・5・7・9月号) 906円
●家計簿付き12月号 1,008円



料理記事は
ぱっと見やすく



年6回別冊付録付き
ひとつのテーマを掘り下げて紹介



協同や助け合いのたいせつさを
伝える記事、JA自己改革関連記事なども
タイムリーにわかりやすく掲載!

※タイトル・内容に変更することがあります。



料理講習会

3月23日(土) 開催

お申し込みハガキ

名前	ふりがな		
住所	〒		
連絡先	自宅		
	携帯		
性別	男 ・ 女	年齢	歳

2月号 クイズの答え

◆どんなことでもご自由にお書きください。
(本誌に対するご意見やあなたの好きなコーナーなど)

※お寄せいただいたご意見、情報等については「ふれあい伝言欄」に掲載させていただく事もありますので、ご了承ください。

料理講習会 参加者募集



旬の農産物を使って、
体にやさしい料理を作りましょう！

★メニューは当日のお楽しみです★

日時 平成31年3月23日(土)
午前10時～12時

場所 JAおおぞら女性部調理室 (穴水町平野)
おおぞら天翔穴水の裏側が入口になります

- 募集定員 20名 (男女不問)
- 参加費 500円
- 持ち物 エプロン・三角巾
- 応募締切 3月8日(金)

ご応募お待ちしております!

第9回 理事会報告

(平成31年1月25日開催)

- 審議事項
 - 第1号議案 不祥事再発防止計画の策定について
 - 第2号議案 石川信連の自己資本増強策にかかる対応について
 - 第3号議案 株式会社ファーム菜四季への外部出資と事業協力について
 - 第4号議案 出資口数の減少について
 - 第5号議案 「経理規程」の一部改正について
 - 第6号議案 「米の直接販売実施要領」の一部改正について
 - 第7号議案 「信用手数料徴収規程」の一部改正について
 - 第8号議案 「共済規程」の一部変更について
 - 第9号議案 平成30年度上期監事監査意見に対する回答について(案)

 - 報告事項
 - (1) 営農委員会の協議結果について
 - (2) 平成30年度12月末決算について
 - (3) 平成30年度12月末の各事業実績について
 - (4) 組合員の加入及び脱退の状況について
 - (5) 相談・苦情等の対応状況について
 - (6) 事務ミス等の発生状況について
 - (7) 反社会的勢力等との取引排除および組織犯罪等の防止にかかる対応状況について
 - (8) 貸出金等の自己査定結果について
 - (9) 余剰金の運用状況及び第4四半期の運用計画について
 - (10) 会計監査人選任手続について
 - (11) 平成30年度上期内部監査活動報告について
 - (12) 平成30年度第3四半期の自店検査の結果について
 - (13) JAおおぞら合併委員会の協議内容について
 - (14) その他
- 出席役員：20名/22名(監事含む)

内容について知りたい方は、本店担当部署までご連絡願います。



広報おおぞら

2019年2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 クミキ

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

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。

2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			

3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							

郵便はがき

料金受取人払郵便

穴水局承認
20

差出有効期間
平成31年3月31日まで

郵便切手はいりません

鳳珠郡穴水町字大町ほの95

JAおおぞら本店
営農部 営農推進課 行

〒927-0026

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

郵便切手はいりません

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