

広報

おとどけします 地域と人へ夢のせて

おおぞら



2019 ● VOL. 289



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：藤の花（輪島市）

密かに始めてます！
@jaohzora



JAおおぞら

検索





おおぞら管内



行

事

の と

話

題

令和初の カレッジ開校！



J A おおぞら女性組織協議会では、5月24日(金)に令和元年度のグリーン・カレッジ開校式を、おおぞら本店の4Fホールにて開催し、216名中127名の受講生が出席しました。

活動目的・活動方針を唱和後、赤崎会長の挨拶、来賓として藤田組合長が祝辞を述べました。

講演会では、公正取引委員会事務総局の福田氏を招き、「かしこい消

費者になるために「ウソつき表示と競争のはなし」と題して、お話し頂きました。

午後からは、「笑う終活講座」を浜崎行政書士事務所所長の浜崎氏による講演会を行いました。

今様々などところで取り上げられている終活の話しに、参加した受講生は、メモをとるなど熱心に話しを聞いていました。



▲ 浜崎さんには、終活について講演頂きました



▲ 福田さんには、かしこい消費者になるためのお話しをして頂きました

小学校で田植え

県の事業の一環で、毎年行われている、米づくり体験農園「田んぼの学校プロジェクト」が、今年も管内の小学校5校で行われました。

5月10日(金)には、河井・鶴巣小学校(合同)と柳田小学校で、15日(水)には、三井小学校と町野小学校で行われました。10日に行われた柳田小学校では、5年生26名が晴天のもと、学校近くの田んぼで田植えを行いました。初めて田植えをする子供たちが多く、泥のぬかるみに恐る恐る入っている子供たちもいました。

この日の気温は25度と、とても暑い日でしたが、楽しく田植えができました。どの小学校も秋の収穫が楽しみです。



▲ 河井・鶴巣小学校



▲ 町野小学校



▲ 柳田小学校



▲ 三井小学校



◀ 谷本知事（中央）と中瀬さん親子

5月25日(土)に金沢市のしいのき迎賓館にて開催された、「能登牛まつり」内で、能登牛の年間出荷1000頭への達成に尽力された方々を表彰しようと、功労者表彰が行われました。

当日は、谷本県知事やJ A いしかわ県連の西沢会長、県内の畜産関係者など多くの方が出席しました。

おおぞら管内からは、能登和牛改良組合として中瀬晴夫組合長と、中瀬牧場として、息子さんの中瀬英巳さんが表彰され、知事から賞状を受け取りました。おめでとうございます！今後ますます、能登牛の出荷数が増えることを期待しています。

能登牛 1000頭達成 記念式典で表彰

子牛市場で 3名が受賞

5月30日(木)に金沢市の家畜市場にて、北陸三県子牛市場が開催されました。

おおぞら管内から出品された牛の内、和牛子牛共励会の繁殖雌牛の部で、能都支店管内の安田博さんの「ふじ4597」が優等賞一席。柳田支店管内の中瀬英巳さんの「なかひめ200」が優等賞。柳田支店管内の西原光臣さんの「つばめ2」が一等賞を受賞しました。

おめでとうございます！



▲ 優等賞一席を受賞した「ふじ4597」と安田さんの息子の豊さん

▼ 優等賞を受賞した「なかひめ200」と中瀬さん



小学校で 野菜苗植え体験

5月15日(木)に、能登町の事業の一環として、宇出津小学校の2年生が、ミニトマト・きゅうり・ピーマンの苗を、校内の畑で植えました。

役場の方以外に、能都女性部の方にもお手伝い頂きました。児童のみならず、教わりながら、そとと土をかぶせたり、お水をあげたりと楽しく作業していました。

植えた野菜は、7月下旬頃収穫予定です。収穫後は、給食に使用し食べるそうです。体験を終えた児童たちからも「ぜひ、食べに来てください。」と声を掛けてもらいました。その日が待ち遠しいです。



千枚田で田植え

輪島市の「白米千枚田」で、5月11日(土)にJ A おおぞらが管理する約110枚の棚田の田植えが行われました。

天候も快晴に恵まれ、絶好の作業日和となり、毎年応援に駆け付けてくれている石川県立大学の学生、女性部、J A 全農など関係機関の皆さん、そして、合併後初の田植えということで、町野支店の職員も含めた役員とで総勢約140名が参加しました。

高低差がある足場の悪い棚田での作業とぬかるみに悪戦苦闘していたようでしたが、泥だらけになりながらも楽しそうに植えていました。

作業は約40分ほどで終了し、学生を代表して、荻田優里香さんが「前日に校内の圃場で練習をしました。実際は整備された学校とは違い大変でしたが、貴重な体験をさせてもらいました。ありがとうございました。」と感想を述べました。

今後は、職員が管理しながら、9月下旬頃に稲刈りを行う予定です。



冬至用のカボチャを作ってみませんか？



♡冬至のカボチャは美容食♡



能登地区のカボチャは冬場でも甘味があり、**市場でも評価が高く、安定した収入**が（H30 178円/kg、平均反収650kg）見込まれます。副収入も見込める冬至用カボチャを作って出荷してみませんか！？

	7月			8月			9月			10月			11月		
	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下
抑制		○		◎			★						■	□	
		25日		10日			15日						30日	5日	

○播種 ◎定植 ★着果 ■試し切り □収穫

栽培して出荷された方には、
作付奨励金などの助成があります。

詳しくは、各支店までお問い合わせください。

乾燥ヨモギの出荷者募集



J Aおおぞらでは乾燥したヨモギの出荷を行っています。

あなたもワラビ・山ぶきの出荷が終わった後、ヨモギを乾燥して出荷してみませんか？

1) 収穫の手順について

①地面から1～2cm上のところから刈り取りをする。

（根を残しヨモギを絶やさないようにするため）

②刈り取りしたものから葉っぱだけを取る。

（先端から根の方に向かって引っ張ると取りやすい）

③ヨモギの葉をパリパリになるまで天日で干す。

（天気の良い日で3～4日間程度が目安）

2) 出荷について

・出荷は2kg（乾燥重量）から受け付け致します。

・個人での出荷はもちろん、グループでの出荷でも結構です。

（グループ出荷の場合は代表者を決めて下さい）

・集荷日は支店によって異なりますので、確認願います。

・集荷対応のみとします。集荷の際、J A担当者が重さを量ります。

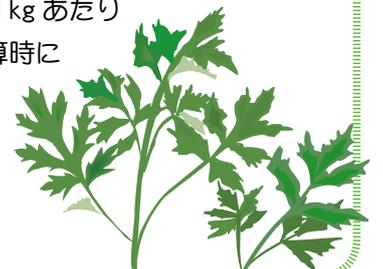
3) 精算について

精算単価 1kgあたり540円（税込）

※集荷作業料として1kgあたり

2円（税別）を精算時に

控除致します。



ストップ! 農作業事故

スピードスプレーヤーの事故事例

人間工学専門家・石川 文武



【事例1】水田転換の盃状仕立て梨園で千リットルクラスのスピードスプレーヤー（SS）で農薬散布作業をしていた。後方を振り返りつつノズルからの散布状況を確認していたが、機体が幹に近寄り過ぎ、垂主枝に頭をぶつけた。ヘルメット型の防除マスクを着用していたが、頭を強打し、頸椎（けいつい）損傷で6カ月入院した。

対策……果樹園での防除では、運転席が幹側ではないように位置取りをすると安全性が若干高くなります。主枝側で運転すると幹に近づき過ぎて頭や肩や首をぶつけないように注意を続けなければなりません。キャブ付きのSSも市販されていますからそれらの導入も考えましょう。走行しながら噴霧状況を確認しなくてもよいように、樹形や樹高によって噴射ノズルを適切に設定しましょう。また、農薬のドリフトを防止するとともに、農薬被ばくも抑えるように工夫しましょう。柵作り果樹園では幹だけでなく、支柱やワイヤーなどにも接触の可能性があります。ワイヤーには目立つ色のリボンなどを付けて事故防止を図りましょう。

【事例2】傾斜果樹園で農薬散布をし、隣接果樹園に移動していた。農道も傾斜していたためタンク内の薬液が動揺し機械のバランスが悪くなり、大きなカーブで谷側に転落・転倒し、運転者は機械から放り出され下敷きとなって死亡した。

対策……SSのタンクは農薬と水を均一に攪拌（かくはん）するために、効果のある液体の揺れ止めは装備されていません。満タンに近いときはそれほど重心移動はありませんが、薬液が減ってくると車体の揺れによって液体も動きます。地面の凹凸によって、急な重心移動も起こり得ます。傾斜地での移動は薬液が動揺しないように速度を抑え、確実なハンドル操作をしましょう。特に、運転席が谷側に来るような場合は、とっさに逃げることもできません。遠回りになっても運転席が山側に来るような経路を選択すると、いざというときに山側に脱出できることもあります。

農業を拓く協同組合

J A と 農業

監修=JCA
(日本協同組合連携機構)

J A グループの 基本的な取り組み

2019年3月に開催した第28回JA全国大会では、3つの危機を突破し、「組合員とともに農業・地域の未来を拓く」ことを取り決めました。3つの危機とは、担い手不足や高齢化などの「農業・農村の危機」、JA組織基盤の弱体化と事業取扱高の減少という「組織・事業・経営の危機」、`わがJA、意識の低下などによる「協同組合の危機」です。

これに対する、JAの基本的な姿勢は「協同組合の原点に立ち返り、組合員の『声』に基づく運営を徹底する」ことにあります。JA役職員は日常的な対話を通じて組合員との相互理解を深め、自己改革の取り組み実績等を伝えるとともに、組合員の評価や新たなニーズを把握します。そして、地域の特性を生かして、創意工夫を凝らした個性ある取り組みを展開します。

語
句
解
説

【JA全国大会】(じえい いぜんこくたいかい)

3年に1度、全国のJAの代表者が集まり、JAグループの目指す方向などを決定する大会。第28回大会では、自己改革の基本目標である「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」へのさらなる挑戦と、それを支える持続可能な経営基盤の確立・強化を重点課題として、「創造的自己改革の実践」を提起しました。

第28回JA全国大会 創造的自己改革の実践

組合員とともに
農業・地域の未来を拓く



食と農を基軸として地域に根ざした協同組合としての総合力発揮



J A グループ自己改革



持続可能な経営基盤の確立・強化

「食」「農」「協同組合」にかかる国民理解の醸成



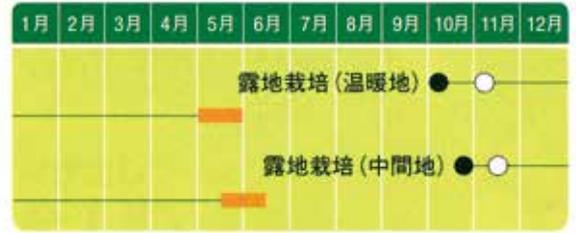
耕そう、大地と地域の未来。

●栽培のポイント

生育適温は15～20度。幼苗期は寒さに強く、0度以下でも寒害に遭うことはありません。しかし、冬までに大きく育ちすぎると寒害に遭いやすくなります。まき時は関東南部以西の平たん地なら10月20日ごろが適期です。寒害が心配な寒冷地ではそれより遅くし、温暖地では少し早めるなどの見極めが必要です。

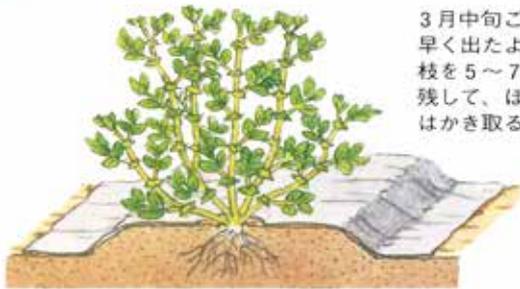
種子が大きいので、発芽には酸素と水分を多く必要とします。とくに大粒系の品種ではこのことが重要なので、あまり深まさせず、おはぐろ（へそ）を斜め下に向けてまきましよう。セルトレー育苗なら穴が大きいめの72穴を使い、水不足にならないように注意します。

《栽培暦》



●種まき ○植えつけ ■収穫

5 芽かき・土寄せ・追肥



3月中旬ごろ、早く出たよい枝を5～7本残して、ほかはかき取る

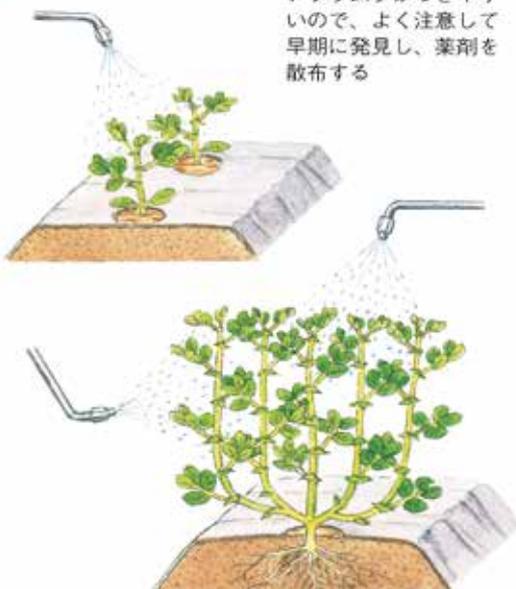
放任すると分枝部分が地上に出て倒れやすくなるので、土寄せをする。生長の様子をみて必要なら追肥をする



追肥
(1株当たり)
化成肥料
小さじ1杯

マルチをめくって、株元へ土を寄せて倒れないようにする。作業後、マルチを元に戻す

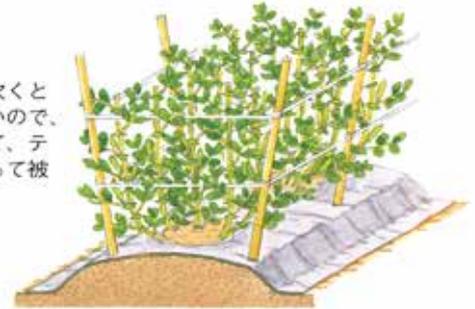
6 害虫防除



アブラムシがつきやすいので、よく注意して早期に発見し、薬剤を散布する

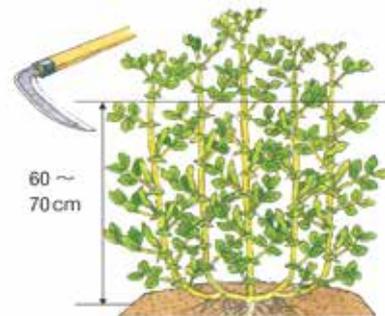
7 支柱立て

強い風が吹くと倒れやすいので、支柱を立て、テープを張って被害を防ぐ



8 せんよう剪葉

春になって茎葉が伸びすぎると、倒伏のおそれがある。その場合は、上の方を刈り取る



上の方で遅く開花したものは収穫が見込めないため収量には影響がない

育ちぐあいで違うので、さやのつきぐあいをよく見て、刈り取る高さを決める

9 収穫

さやの背すじが黒褐色になり、光沢が始め、下に垂れてくる頃が収穫の適期

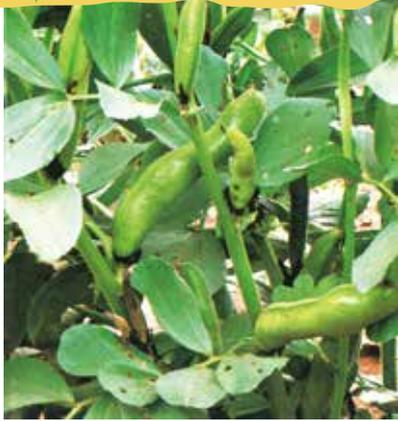


さやが下方に垂れてくる

背すじが黒褐色になってくる

光沢が始める

中の豆がじゅうぶん肥大していることを確かめてから収穫する



ソラマメ

家の光2017年9月号より

とりたての味と香りは格別

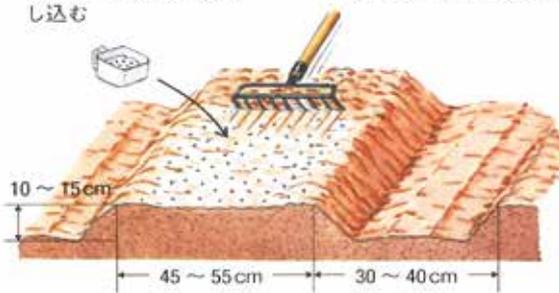
さやが空に向かって実るのでソラマメ（空豆）と呼ばれますが、マメが蚕の繭に似るところから蚕豆と記されることもあります。

収穫期間はひと月余りと短いですが、ほのかな甘みは初夏の風物詩。通常はさやからむいた実をゆがいて食べますが、さやごと蒸し焼きで食べるのも人気があります。

1 畑の準備

ベッド全体にばらまき、15cmほどの深さに耕し込む

〈1m²当たり〉
化成肥料 大さじ3杯

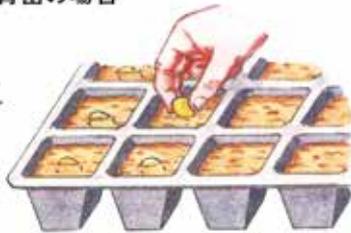


マメ科なので、元肥を多く施す必要はない

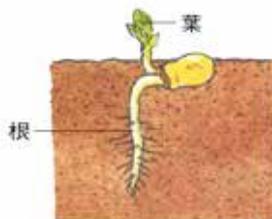
2 苗作り・種まき

セルトレーによる育苗の場合

種子が大きいので、大きい穴のセルトレー（72穴）を使う



おはぐろの部分の斜め下に向け、押し込む



仕上がった苗

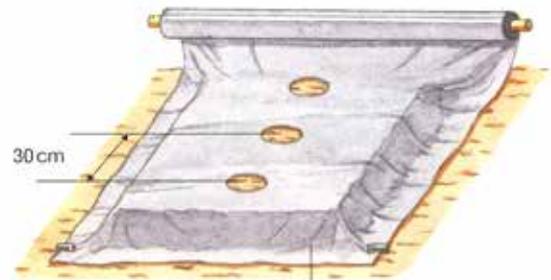


じかまきの場合

1か所に1粒ずつ種子をおはぐろを下にして押し込む

3 フィルムマルチ

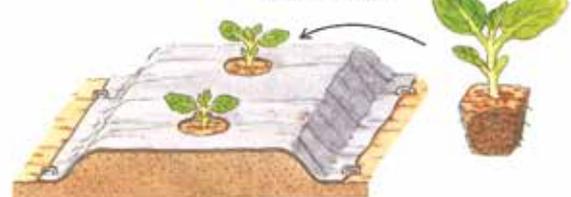
地温上昇、保湿、雑草抑制に効果がある



黒色フィルム
アブラムシの飛来防止には、シルバーフィルムが有効

4 植えつけ

仕上がった苗



本葉2枚の頃、本畑に植えつける。苗が大きくなりすぎると植え傷みが激しい

花も実も楽しめる プランター栽培

ソラマメはプランター栽培もお勧めです。長型のプランターに株間30cmで3か所、1か所に2粒まき、発芽して伸びだしたら1本立てにします。

日当たりのよい場所に置けば、3月から開花が始まります。室内に持ち込めば、にぎやかに咲く花とその甘い香りも楽しめます。





JAおおぞら 夏の感謝祭 2019

令和元年
6月17日(月)~8月30日(金)

定期貯金

対象
個人
の方

定期積金

期間**1年**
預入額**10万円以上**の
新規取引又は増額継続取引

期間**1年以上**
契約額**24万円以上**の
新規契約取引又は再契約

店頭表示
金利

×

5倍

(ただし、年金定期、年金福祉定期を除く)

店頭表示
金利

×

5倍

(ただし、満期分散式を除く)

- 定期貯金の適用金利は初回満期日まで適用され、継続時の適用金利は継続時の店頭表示金利となります。
- 今回のキャンペーン特典は、他のキャンペーン特典と重複しないものとします。
- 中途解約された場合は、JA所定の中途解約利率を適用させていただきます。
- ATMでのご契約は対象外となります。
- お利息は20.315%（国税15.315%・地方税5%）の分離課税がかかります。
- 定期積金は掛金の全額前納によるお取引は本キャンペーンに該当いたしません。

お気軽に窓口までお問い合わせ下さい

JAおおぞら

穴水支店 52-1170
門前支店 42-1166
輪島支店 22-1210

町野支店 32-1107
能都支店 62-2130
柳田支店 76-1236

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(1,000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



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
2019年 7月6日(土)	穴水支店	9:00~12:00
2019年 7月10日(水)	柳田支店	9:00~15:00
2019年 7月20日(土)	町野支店	9:00~15:00
2019年 7月26日(金)	門前支店	13:00~16:00

いつでもどこでも

手軽に体操

ストレッチで動き軽やかに 背と腹のストレッチング

日本体育大学健康体操運動学群体操研究室教授 ● 荒木達雄

背筋と腹筋を伸ばすストレッチです。前かがみの姿勢が多い農作業ですが、背と腹を伸ばすことで気持ち良さが感じられるでしょう。



腰の痛い方は無理して行わないでください。

*膝立て姿勢で後ろに反るときには、首をゆっくりと上にかけてください。決して大きく後ろに反らないでください。



*片腕を上上げて腰をねじる動作では、上げた手の先を見ながらゆっくりと腰を軽くねじってください。



1 両腕を抱え背中を丸めるようにして、膝を曲げてから背中を伸ばします。

2 膝立て姿勢から胸を反らすようにして、くるぶしをつかみます。

3 膝立て姿勢から左手を床に付け、腹を伸ばすようにして右手を引き上げます。次に反対側も同様の動きで腰をねじります。

※決して無理をせず、出来る範囲で行って下さい。

今回は、獲れすぎる夏野菜の消費レシピをご紹介します!



ピーマンのうまみみそ

材料(作りやすい分量)
ピーマン…10個(400g)
ちりめんじゃこ…20g
サクラエビ(乾)…10g
A【みそ…大さじ4|酒…大さじ2|砂糖…大さじ1~2|しょうゆ…大さじ1】
削り節…5g|サラダ油

作り方

①ピーマンは縦半分切ってへたと種を取り、5mm角の粗いみじん切りにする。②フライパンにちりめんじゃこ、サクラエビ、サラダ油大さじ1/2を入れ中火で炒め、香りが出てきたら①を加えて炒め合わせる。③ピーマンがしんなりしてきたらAを加えて弱火にし、ときどき混ぜながらしっかりとやわらかくなるまで炒め煮する。仕上げに削り節を加えて混ぜる。



トマトカツ

材料(4人分)

トマト…2個(300g)|豚しゃぶしゃぶ用肉…300g|青ジソ…8枚|スライスチーズ…8枚|A【溶き卵…1個分|水…大さじ1|小麦粉…大さじ3】|パン粉…適量|キャベツ…250g|ニンジン…40g|B【酢…サラダ油…各大さじ1・1/2|塩・コショウ…各少々】|塩|コショウ|小麦粉|揚げ油

作り方

①トマトはへたを取り、1個をそれぞれ横4枚に切る。②豚肉は8等分にして広げ、トマト、青ジソ、チーズを1枚ずつ重ねて包み、塩・コショウ各少々をふり、小麦粉を薄くまぶしつける。これを全部で、8個作る。混ぜたA、パン粉の順に衣をつけ、170℃に熱した揚げ油でカラッと揚げる。③キャベツは5~6mm幅に、ニンジンは千切りにしてともにかるく塩ゆでし、水けを切ってBで和える。④②を食べやすく切って器に盛り、③を別盛りにして添える。



ナスとツナのトマトグラタン

材料(4人分)

ナス…4本(400g)|トマト…2個(300g)|ツナ缶(油漬け)…小2缶(140g)|A【白ワイン…大さじ3|砂糖…大さじ1/2|塩…小さじ1/3|コショウ…少々】|ピザ用チーズ…30g|オリーブオイル|塩|コショウ

作り方

①ナスはへたを取って縦半分になり、さらに縦1cm幅に切る。トマトはへたを取り、2cm角に切る。②フライパンにナス、オリーブオイル大さじ1、塩・コショウ各少々を入れて中火にかけ、ふたをしてときどき揺すりながら2~3分蒸し焼きにする。取り出して、耐熱皿に広げる。③②のフライパンにオリーブオイル大さじ1を熱してトマトを炒め、くずれてきたらAを加えて汁けが少なくなるまで煮つめる。④②の上に、かるく油を切ったツナをのせて③をかける。チーズをちらし、220℃に予熱したオーブンで12分ほど焼く。



キュウリとひき肉のそぼろ

材料(4人分)

キュウリ…3本(300g)|豚ひき肉…250g|ショウガ(薄切り)…3枚|A【酒…大さじ2|しょうゆ…大さじ1/2|オスターソース…大さじ2|豆板醤…小さじ1】|ゴマ油(あれば太白ゴマ油)

作り方

①キュウリは縦8等分に切って種をそぎ取り、8mm角に切る。ショウガはみじん切りにする。②鍋に湯を沸かして豚ひき肉を入れ、ほぐしながら色が変わる程度にゆでるまで上げる。③フライパンにゴマ油大さじ1・1/2、ショウガを入れて中火にかけ、香りが出たら①のキュウリを加えて強火でさっと炒める。④②のひき肉を加えて炒め合わせ、Aを順に加え、汁けがなくなるまで煮つめる。

*ひき肉をゆでることで脂が落ち、時間がたっても脂が白く固まらないので食べやすい。冷蔵庫で4~5日おいしく食べられます。*②でひき肉をゆでた湯は、あくを取ればスープに使えます。



ズッキーニボート

材料(4人分)

ズッキーニ…大2本(400g)|タマネギ…1/4個(50g)|ニンニク…1/2かけ|A【パン粉…大さじ3|粉チーズ…大さじ2|塩・コショウ…各少々】|ツナ缶(油漬け)…小2缶(160g)|マヨネーズ…適量

作り方

①ズッキーニは縦半分になり、縁を7~8mmほど残して中身をスプーンなどで削り取り、中身はみじん切りにする。②タマネギとニンニクはみじん切りにし、ボウルに入れる。①のズッキーニのみじん切り、A、油を切ったツナも加えて混ぜる。③ズッキーニを器にして②を詰め、上に細くマヨネーズを絞る。190℃に予熱しておいたオーブン(またはオーブントースター)の天パンに並べ、15分ほど焼く。

*オーブントースターの場合は、2回に分けて焦げ目がつくまで焼きます。

モナ・カサンドラの

あなたの運勢★7月



牡羊座

3/21~4/19

【全体運】自己主張が強くなる暗示。特に家族など、親しい人に強引さが出やすいので、反省を。気分転換には散歩が有効
【健康運】良好。体を動かすことで、開運の兆し
【幸運の食べ物】桃



牡牛座

4/20~5/20

【全体運】知的好奇心が旺盛になる時期。人気ジャンルほど耳寄りな情報をキャッチしやすいかも。日帰り旅行もお勧め
【健康運】体力の過信はNG。準備運動も忘れず
【幸運の食べ物】ズッキーニ



双子座

5/21~6/21

【全体運】感受性が豊かになっています。オペラやお芝居などの舞台作品を楽しんでみては。美術館を巡るのも良い刺激に
【健康運】運動を日課にすれば、体調が向上くはず
【幸運の食べ物】エダマメ



蟹座

6/22~7/22

【全体運】自己アピールに最適。やってみたかったことにチャレンジを。外出するとラッキーハプニングに出合える予感も
【健康運】食生活を見直す好機。体質改善に効果が
【幸運の食べ物】ズッキーニ



獅子座

7/23~8/22

【全体運】何かと迷いが生じやすい傾向に。1人で悩まず、信頼できる相手に相談を。リフレッシュするには足湯が正解
【健康運】行動力は増すものの、小さなけがに注意
【幸運の食べ物】アワビ



乙女座

8/23~9/22

【全体運】共通の楽しみを持つ仲間との交流が幸運。飲み会などに誘われたら、気軽に参加を。新しい趣味を始めるのも◎
【健康運】睡眠の質を高めれば、調子が上がりそう
【幸運の食べ物】ニンニク



天秤座

9/23~10/23

【全体運】注意力が散漫になりやすい月。慣れている作業でも確認は必須です。また、独断で動くとは問題を呼ぶ可能性あり
【健康運】安泰。血行促進を図ると、なおグッド
【幸運の食べ物】シジミ



蠍座

10/24~11/22

【全体運】伸びやかムード。活躍の場が広がりそうなので、積極的にアクションを起こしてみよう。国際交流イベントにつき
【健康運】暑さ対策を怠りなく。適度な水分補給を
【幸運の食べ物】ナス



射手座

11/23~12/21

【全体運】対人運が不安定。苦手意識を抱いている相手と意見がぶつかりがち。また、過去を蒸し返しても収束はなさそう
【健康運】動きたくなくなる期間。スポーツを満喫して
【幸運の食べ物】アンズ



山羊座

12/22~1/19

【全体運】極端な考え方をして、トラブルメーカーになりやすいもよう。すぐ行動に移さず、まずは周囲の助言に耳を傾けて
【健康運】体の柔軟性アップで運氣にも良い影響が
【幸運の食べ物】オクラ



水瓶座

1/20~2/18

【全体運】平凡な日々にも物足りなさを感じがち。でも、刺激を求め、行き当たりばったりで動くとは失敗する気配。計画的に
【健康運】調子が悪いときはケア優先。休養に努めて
【幸運の食べ物】青トウガラシ



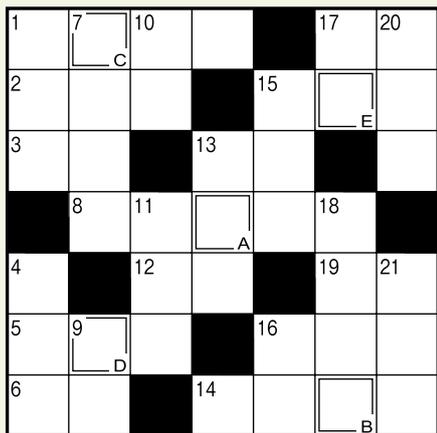
魚座

2/19~3/20

【全体運】オープンな態度が好運の呼び水に。みんなに笑顔で話し掛けて。レジャー運良好なので、仲間との外出も大賛成
【健康運】生活のリズムを整えて。ラジオ体操も吉
【幸運の食べ物】大葉

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人に相談すると解消することも
- ④障子やふすまをはめます
- ⑦ガ口のヒット曲『——街の喫茶店』
- ⑨改札やホームがあります
- ⑩漢字では「茱萸」や「胡頹子」と書きます。サクランボに似た実がなります
- ⑪舞台の上で演じられるもの
- ⑬子守熊ともいわれるオーストラリアの動物
- ⑮太陽の光がよく当たる場所
- ⑯——遣い ——口 ——足
- ⑰夏至は一年で最も——が短い日
- ⑱日本三景の中で一番北にあるのは
- ⑳平熱よりも少し高め
- ㉑人家の軒先に巣を作ることもあります

→ ヨコのカギ

- ①雨の多い時期に活躍する履き物
- ②ネギやごま、七味唐辛子など
- ③ショッピングモールにはたくさん並んでいます
- ⑤新進——の芸術家
- ⑥吸ったり吐いたりします
- ⑧融通が利かない人
- ⑩父の日に、黄色い——の花を贈る習慣もあります
- ⑬物を非常に細かく砕いた状態
- ⑭未熟なうちに収穫した大豆
- ⑮ランチの後にうとうと
- ⑯歯磨きをして予防します
- ⑰もしものときのために準備しておく物。スベアともいいます
- ⑲トイレットペーパーの芯やちくわのような形のこと



クイズの正解者の中から抽選で12名の方に、夏はやっぱり食べたい！「涼味麺セット」をプレゼントします。ハガキに必要な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 総務部総務課

応募締切 令和元年7月16日（火） 必着

●当選者は8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。

4月号の答え『モクレン』

◆クイズ当選者（応募総数78名）

仲田 隆宏 様	林 くに子 様
田尻 恒子 様	堀井 絹子 様
川端 春枝 様	横田としみ 様
小谷内忠子 様	藪下 欣子 様
河内 節子 様	国盛 芳子 様
渡嘉敷明丸 様	山口 幹子 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

4月号への投稿より

●女性部で千枚田の田植えに参加しました。五月晴れのいい天気、1時間近くの間、苗植えを楽しんでました。自分の手で植えた苗が、やがては稲穂をつけてくれるかと思うと、とても楽しみです。稲刈りも体験してみたいと思います。金沢から県立大学生も一緒に参加しており、和気あいあいとしたイベントでした。

穴水町 E・K 71歳

●長い入院生活を送っていますが、主人が持ってきてくれる広報が楽しみです。いつも頭の体操楽しんでます。今は病院食にあきて、Googleを見るのが楽しみ。家に帰ったら、これを作ろう、これを食べたいと食べることに集中しています。ありがとうございます。

輪島市 F・T 79歳

●おおぞらと合併する事によって「広報おおぞら」を初めて手にしました。活動の一部しかわかりませんが、面白く拝見致しました。今後広報がくるのが不明ですが、楽しみにしています。

町野町 K・H 62歳

●いつもご愛読ありがとうございます。東さんに関する嬉しいお便り他にもたくさん頂きました。イノシシ檻と電気柵を設置されてるそうで、今のところ（取材時）は、被害はなかったと聞いています。息子さんが戻られたら、少しでも一息つけたらいいですね。

門前町 H・H 81歳

●花見!!でリフレツシユ。桜の花見に久しぶりに金沢城跡公園に行って来ました。みごとにきれいに咲きほころび、空の青と城の白、そして花のピンクのコントラストに無心で見入ってしまった。そこで「令和元年」は「花」づくりに挑戦しようと思つてます。

能登町 K・S 72歳

●楽しみのクイズ。解答がわかって気分爽快になりました。

門前町 M・I 78歳

●いつもご応募ありがとうございます。引き続き、6月号のクイズへの応募もお待ちしておりますね。

●おおぞらさん！を見るのがとてもうれしいです。イノシシが出て作物を食べて困っている声をよく耳にします。東明忠さんの栗は大丈夫なので、しょうか？どうぞお元気で頑張ってください。お祈りしています。



発行

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 総務部総務課
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
ジヨウ クミヤ

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

柳田支店管内の新谷さん宅にある「クンシラン」です。
 奥さんが以前、勤務されていた中学校の職員さんから株分けをして頂いて、約40年近く育て続けています。
 黄色のクンシランはまだ蕾でしたが、目にも鮮やかで心癒されるひと時でした。

ちよつと
一息

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。

6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						
7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
承 認
2

差出有効期間
令和3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
 総務部総務課 行

〒

住所

ふりがな

名前

歳

電話番号