

広報 おおぞら

おとどけします
地域と人々の夢のせて

地方巻き大作戦!



人・夢・心(ち)・能登半島
おおぞら農業協同組合

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

表紙：恵方巻き大作戦！（輪島）

密かに始めてます！
@aohzora



JAおおぞら

検索



2020 ● VOL. 297



産地から元気をお届け

こんにちは！おおぞらさん！

能登町 (柳田支店管内)

今月のおおぞらさん

いま まさひろ
今 正広さん



今月は、のとキリシマツツジを栽培されている今さんにお話をうかがいました。

—のとキリシマはきれいですね〜どのくらい植えられているんですか？

のとキリシマを中心に庭造りをしていて、家の周りに約300本あります。

—300本??たくさん植えられているんですね
👉作り始めたきっかけを教えてください。

10年前に定年退職後、能登に帰ってきたのを機に、栽培を始めました。

—Uターンされたんですね👉のとキリシマを栽培されていて、嬉しかったこと、苦労していることはなんですか？

4月下旬〜5月上旬にかけては、庭をオープンガーデンとして開放しています。

訪れた方が、”とてもきれいですね”と喜んでもらえる時が一番嬉しいですね。

苦労していることは、皆さんに、きれいなのとキリシマを見てもらうために、草むしりや肥料やり、病害虫の予防、雪吊りなど、一年中世話が必要なので、大変です👉

—時期外れの管理も必要なのですね。農作物と同じように大変なんですね👉年中忙しく作業されている今さんですが、元気の素はありますか？

きれいに咲く花や、庭に訪れた皆さんの

間もなく花粉症シーズン到来

地域にもよりますが、スギ花粉が多く飛散するのは、バレンタインデーからゴールデンウィークころの期間。春の日差しを楽しめる時期なのに、花粉症でうとうとしい日々を過ごす人も多いはず。

花粉症で毎年とても不快な思いをする人は、今年もまずは薬で対処するはず。自動車の運転、危険を伴う作業、高い所での作業がある人は、眠くなりやすい抗アレルギー剤の内服は危険です。医師や薬剤師に、仕事やライフスタイルも話して、適した薬を選んでもらいましょう。薬での治療は、症状がひどくなってから始めるより、早めに開始の方が効果的です。特に抗アレルギー薬は、内服し始めてから効果が出るのに1~2週間かかります。地域によりますが、スギ花粉が飛び始めるのが2月中旬ですから、1月末か2月初めころには内服し始めると良いでしょう。そして花粉症シーズンになり、出現する症状に応じて他の内服薬、点眼薬、点鼻薬などを組み合わせることで症状を抑えましょう。

花粉症で大切なことは、なるべく花粉を浴びないこと。屋外での作業や外出時には、衣服はナイロン素材で花粉がツルリと落ちる物を選び、家に入るときは上着や帽子を脱ぎ、室内に花粉を持ち込まない工夫が大切です。これは、花粉症でない人も家族や職場で花粉症の人がいる場合は、協力しましょう。室内ペットが散歩から帰ったときも、体を洗ったり、ぬれタオルで拭くなど、花粉を落とす入室することも忘れずに。

例年、花粉症でつらい思いをしている人は、長期にわたり効果が期待できる免疫療法や手術療法も検討してはいかがでしょうか？免疫療法は舌下免疫療法が保険適用になり、3~5年かかりますが毎日、少しずつ花粉エキスを入れることで花粉を異物と感じなくなる方法です。手術療法は耳鼻科を受診して適用になるか相談します。

花粉症の症状が原因での仕事の効率低下や事故を防ぎ、不快感を減らして乗り切りたいですね。



健康科学アドバイザー・福田千晶

before



見頃になると鮮やかなのとキリシマが見れます

after



楽しく作業されてるといふ今さん。

ありがとうございます。とても世話のかかるのとキリシマを

最後に、今後の目標を教えてください。のりとキリシマと一緒に栽培する仲間を増やしたいです。

相手は生きもの。手をかければかけるほど、きれいに咲いてくれると思うので、根気よく続けることです。

一年通しての作業、訪問される方の笑顔が、今さんの活力になってるんですね。では、同じように花きの栽培を頑張っている皆さんへ一言お願いします。

感動される顔を想像しながら、楽しく作業することです。



きつと今年の春にも、きれいな花を咲かせてくれ、笑顔を運んでくれます！
これからお身体に気をつけて、すてきなお庭作りに励んで下さい。

編よもやま話

2020

2

vol.297

今回は、輪島市立河原田保育所の園児たちと一緒に、恵方巻きづくりをした時の一枚を表紙にしました。

自分たちで作った恵方巻きは格別★作っている時も、みんな楽しそうに巻いていましたよ😊これからの園児のみんなの成長が楽しみです★

ご協力頂いた保育所の皆さん、女性部の皆さん、ありがとうございます。



赤ちゃんもバクリ



美味しく出来たよ！



おおぞら管内



行

事

の と



題

恵方巻き、完成!!



始まる前に、上手にご挨拶してくれました。



よろしくおねがいます

巻き簾にのりとごはんをしいて…



ほくはたまご2本!

好きな具をのせます!
たまご、かにかま、きゅうり、かんぴょう、椎茸、でんぶなどなど

やったー!おいしそう♥



今年の恵方はこっち!口いっぱい頬張って…年中・年長さんは1ぼんぜんぶたべました!(^◇^)



…おいしい(*´艸`)

ほくたちも作ったよ!

またきてね!

早く食べたーい!



最後にお礼にと、手書きの可愛いお手紙もらいました(*^_^*)



ひよこくみさん(0歳児)の分は作ってもらいました!



ぐるぐるまいて、ぎゅっぎゅっぎゅっ!



▲お礼にもらったお手紙

園児たちは、自分の恵方巻きが出来る
と、「できた!」と嬉しそうな顔を見せて
くれました。みんな作り終えると、今年の
恵方の方向(西南西)を向いて口いっぱい
頬張っていました。
最後は、園
児たちから女
性部の皆さん
へお礼のお手
紙をもらいま
した。

恵方巻き大作戦!

1月24日(金)に輪島市の河原田保育所にて、
輪島女性部の皆さんにご協力いただき、園
児たちと恵方巻きづくりを行いました。
女性部さんにひとつひとつ教えてもらい
ながら、海苔の上にご飯ときゅうり、たま
ごなどを乗せ、小さな手でぎゅっぎゅっとして上手に
巻いていました。

TAC活動で3部門受賞

▲末政本部長(左)から賞状を受取りました



▲大会の締めには大会決議を発表しました

営農部営農推進課のTAC室谷優典が、【出

向く訪問活動コンテスト優秀賞(期間10月〜12月)】【優秀新人TAC賞】【担い手推進担当ロールプレイ大会 優秀賞】(TAC役:室谷、お客様役:地藏堂(営農部)、融資担当役:浦西(金融部)の3名で出場)の3部門を受賞し、1月15日(水)にホテル金沢で開催された「JAGグループ石川TACパワーアップ大会」にて表彰され、末政満JA全農いしかわ県本部長より賞状を受取りました。

今後も地域農業のために、担い手の皆さんの力になれるよう努めていきます。

※TACとは…(T)とことん(A)会って(C)コミュニケーションを合言葉に、担い手農家さんを訪問し、意見・要望を伺ったり、経営に役立つ情報などをお届けする、JA担当者の愛称です。



▲TACロープレのようす



▲TACロープレでは優秀賞を受賞(左から浦西、室谷、地藏堂)

女性協 対話活動開催

JAおおぞら女性組織協議会では、1月17日(金)おおぞら本店にて女性協と役員との対話活動が行われました。

各支部代表者が出席し、日頃JAに対して思っていることや感じたことを、役員とじっくり話し合いました。組合員などが利用しやすくなるような要望や改善点など、積極的な意見が交わされ、とても有意義な活動となりました。



穴水高校「のとてまり」 初セリで10万円

石川県立穴水高校の学生が、丹精込めて作った「のとてまり」の初セリが、1月25日(土)に金沢市中央市場にて行われ、8個入り1箱に10万円の値が付きました。

初セリを見守った高校生は、「10万円という値段がついて嬉しい。今年は暖冬で形がうまく丸まらなかったが、苦勞が報われてよかった。」と話していました。

競り落とした(株)モミジグループさんは、金沢市内で7店舗の飲食店を経営しており、この「のとてまり」は、経営する和食店やイタリアンなどのお店で振る舞われるそうです。初セリ終了後には、高校生が近江町市場で、「のと115」を使ったキッシュを販売しました。



▲穴水高校の学生と競り落としたモミジグループさん(中央)

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(木)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	220(円/鉢)	5月中～下旬

- 1) 栽植本数の目安、わらび：50～60本/a
- 2) 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。
- 3) 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。

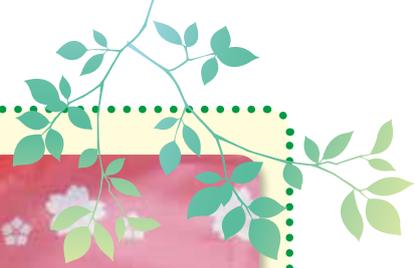
保険料は月2万円から6万7千円まで、自由に選べます。

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。 ●



Aコープもんぜん



店長のおすすめ品

Aコープマークの “しょうが湯&米こうじ甘酒”

今回は、寒い季節に恋しい2つの商品をご紹介します★

Aコープしょうが湯

体も心もほっかほか。体の芯から温まります！風邪予防対策にいかがですか？

1袋：182円(税込)

米こうじ甘酒

100%国産の米を使用し、原材料は米こうじと食塩のみと、とてもシンプルに作られている、米こうじの甘酒。お米を米こうじの酵素で発酵させて甘味を出しています。冷やしても・常温でも・温めても美味しい♪無加糖の甘酒を気軽に楽しみましょう！

1本：124円(税込)

※上記の金額は時期により変動する場合があります。詳しくは、最寄のAコープ店舗へお尋ねください。



これを飲んで、この冬、温まってください(店長)

【Aコープもんぜん】

輪島市門前町本市12-117-1
営業時間/9:30~19:00
電話番号/0768-42-1000
定休日/不定休



いつでもどこでも



コンテナを使って体側部、肩と背中を伸ばす

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

コンテナなど身近にある物を使って、体の横(体側部)、両肩と背中上部の筋肉(広背筋)を伸ばします。大人の片腕は約4kgの重さがあり、何も持たなくても常にこの重さがかかっています。体全体のバランスを取ったり、血行を良くし、肩凝りの予防につなげましょう。



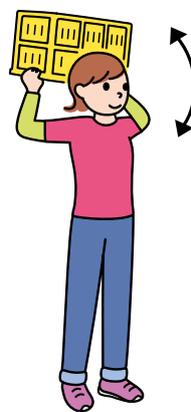
1 空のコンテナを両手で持ち上げ、ゆっくりとコンテナを右に傾け、左体側部を伸ばします。



2 右体側部も伸ばします。2、3回繰り返しましょう。



3 空のコンテナを両手で持ち、ゆっくりとコンテナを頭上に持ち上げます。

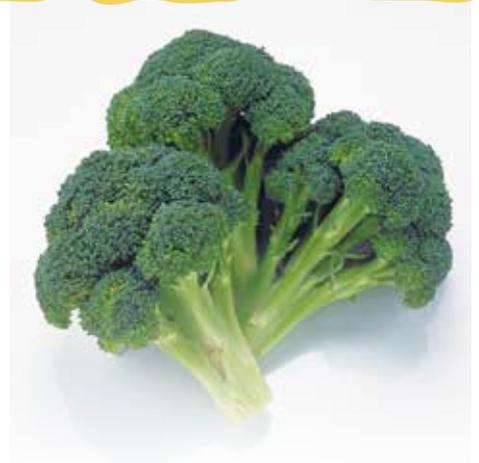


4 コンテナを頭の後方に下ろします。2、3回繰り返してください。

※決して無理をせず、出来る範囲で行って下さい。

家の光2019年3月号より

ブロッコリー

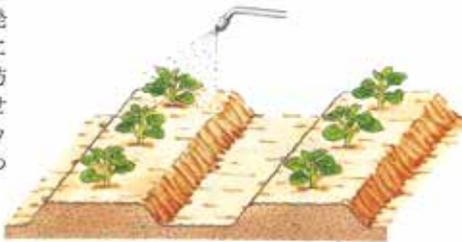


栽培層	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき初夏どり栽培						種まき	植えつけ	収穫				
夏まき・秋冬どり栽培(早生種)								種まき	植えつけ	収穫		
夏まき・冬どり栽培(中～晩生種)									種まき	植えつけ	収穫	

5

害虫防除

生育後期に害虫が発生すると花蕾の中に入るので、早めに防除することがたいせつ。コナガ、ヨトウムシ、青虫などがつきやすい

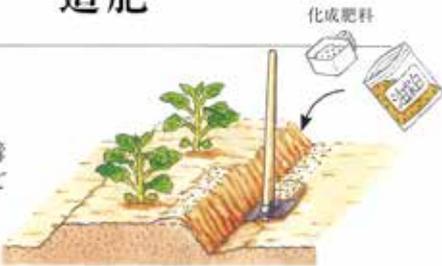


6

追肥

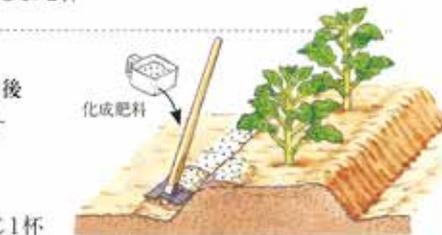
第1回
植えつけ20日後

畝の片側にかかる溝を掘って施す。土ごと畝の肩に寄せる



- (1株当たり)
- ・油粕——大さじ1杯
 - ・化成肥料—大さじ1/2杯

第2回
第1回の15～20日後
前回と反対側に施す



- (1株当たり)
- ・化成肥料—大さじ1杯

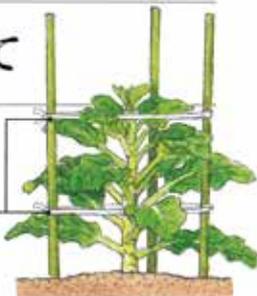
*支柱は省略しています

7

支柱立て

丈が高くなると風で倒れやすいので、支柱を立てる

ポリエチレンのひも



8

収穫

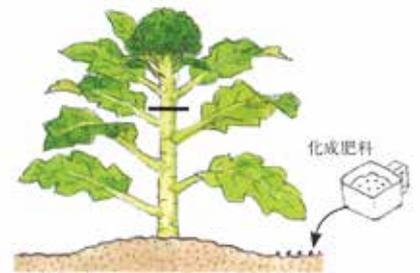
頂花蕾用品種の場合

小さな花蕾がはっきり見えるようになり、全体が堅く締まってきた頃が収穫適期。茎を15cmほど、葉を2,3枚付けて切り取る



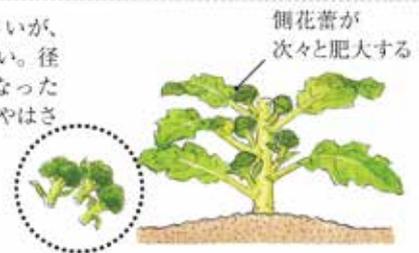
頂・側花蕾用品種の場合

頂花蕾はやや早めに茎を短く切り取り、側枝の発生を促す。収穫期には10～15日に1回、株のまわりに追肥し、側花蕾を出させる



(列の長さ1m当たり)
・化成肥料—大さじ2杯

側花蕾は小さいが、味に遜色はない。径3～5cmになったものから、手やはさみで取る



茎ブロッコリー

茎立ちを多くした改良品種。長期間続けてたくさん収穫できる。茎の部分がアスパラガスのような味でおいしい

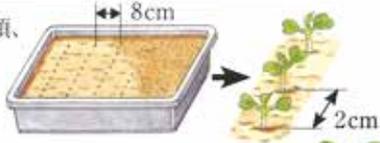


1

苗作り

苗床で育苗する場合

- ① 本葉が出始めの頃、2cm 間隔に間引く



- ② 本葉2枚の頃に苗床に15cm 間隔で移植する



- ③ 苗床で育苗した苗は極早生・早生種は本葉5,6枚、中生・晩生種は本葉6,7枚で畑に植えつける。苗床にたっぷり水を与え、根をたくさん付けて苗を取る



セルトレーを利用する場合

- ① 128穴のセルトレーが便利。セル苗専用の用土を使う。1穴に2,3粒まく



- ② 発芽そろいしたら間引いて、育ちのよいもの1株にする



- ③ 本葉3枚ぐらいで畑に植える。大きくしすぎると根が密になり、後の育ちが悪くなる



夏の育苗



よしず、または黒寒冷紗を掛ける。夏の日ざしを防ぎ、風通しをよくする



日ざしの強い日は木陰など、涼しい所に移動するのもよい

2

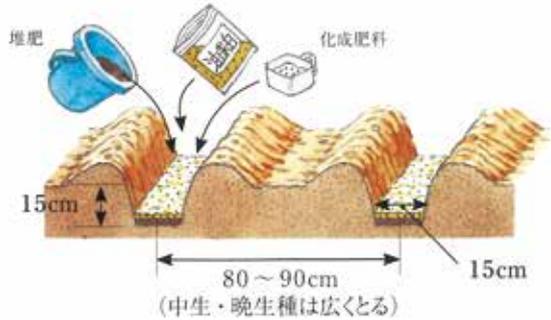
畑の準備

前作が終わったら早めに少量の石灰をまいて、20cm ぐらいの深さに耕しておく



3

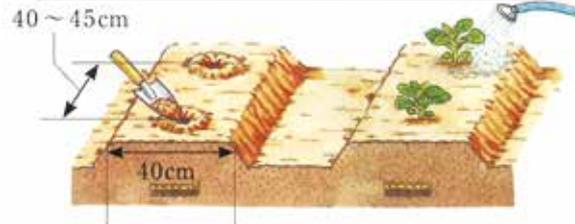
元肥入れ



- 〈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

4

植えつけ



植え終わったら株のまわりにたっぷり水を与える。秋雨期を迎える作型では、畑の周囲の排水に注意する

植えつけ位置の目安

- 最適 株元が少し高くなるぐらいがよい
- × 深植えすぎる 株元が低すぎる 降雨のさい、株元が多湿となり、病害が発生しやすい



JAグループ

農機お買得市

日時

令和2年 3月6日 金
10:00~15:30

開催場所

JA全農いしかわ
農機施設課 特設会場
(金沢市松島1-1)

中古農機
抽選申込締切
11:30

※抽選開始時間
11:40予定

中古機・旧型機・試乗機が一堂に大集合!!

◆トラクター ◆田植機 ◆コンバイン ◆その他農機



当日、会場お問い合わせ先

穴水農機センター Tel.52-2228 町野農機センター Tel.32-0448
門前農機センター Tel.42-1929 東部農機センター Tel.76-1144
輪島農機センター Tel.23-1230



ホームページでも御覧いただけます。
<http://www.is.zennoh.or.jp/material/noki/index.html>

JAグループ石川

農林年金の特例一時金をお支払いいたします

令和2年4月1日の農林年金改正法の施行日以降、対象者全員に特例一時金をお支払いして農林年金のお支払いは終了します。



私ももらえるのかも

でも

農林年金に住所登録がないとお届けできません

※対象者には農林年金から特例一時金のお支払いのご案内をお送りいたします。

お心当たりがある方、こちらまでご連絡をお願いします。

連絡窓口 農林年金管理徴収課 **03-6811-0550**



農林漁業団体職員共済組合（農林年金） <https://www.norin-nenkin.or.jp/>

令和2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月より令和2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）	721 円	633 円
能登ひかり（消毒済）	678 円	612 円
カグラモチ（消毒済）	739 円	673 円
白山もち（消毒済）	724 円	652 円

J Aバンクからのお知らせ

「定期性貯金期日のご案内」の発送終了のご案内 「定期積金期日のご案内」

お客さま各位

さて、このたびJAバンクでは、定期性貯金（定期貯金、定期積金など）のお取引をいただいているお客さまに発送しております右記のご案内状につきまして、誠に勝手ながら、発送を終了させていただくことになりました。当JAにつきましても、令和2年3月31日作成分をもちまして、発送を終了させていただきます。

ご案内状でお知らせしている満期日などにつきましては、お手元の通帳、証書などをご確認いただきますよう、お願い申し上げます。

なお、JAネットバンクをご契約のお客さまを対象に、ご案内状と同様の内容をEメールで受け取ることができるサービスがございますので、この機会に、JAネットバンクのご利用をご検討いただきますようお願い申し上げます。

今後もお客さまにご満足いただける商品・サービスの提供に努めてまいりますので、変わらぬご愛顧を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

● 発送を終了するご案内状

【定期性貯金期日のご案内】

対 象 商 品	定期貯金、積立式定期貯金、譲渡性貯金
内 容	満期日、中間利払日などのご契約内容
作 成 時 期	原則として満期日、中間利払日の2か月前の月末
発 送 を 継 続 する 先	法人・団体のお客さま 課税区分がマル優の口座をお持ちのお客さま

【定期積金期日のご案内】

対 象 商 品	定期積金
内 容	満期日などのご契約内容
作 成 時 期	原則として満期日の2か月前の月末
発 送 を 継 続 する 先	法人・団体のお客さま

輪島支店
管内

わじまこうしゅうだいて
輪島高洲太鼓



輪島高洲太鼓は、太鼓の練習、演奏を通じて青少年の健全育成と親子の絆、地域の発展の一助になればと平成13年11月に結成されました。

現在は、輪島市内の小・中・高生15名で、県内外のイベントや太鼓のコンテスト等に出演しています。高校生が中心となって、小中学生のメンバーをまとめ、互いに切磋琢磨しながら日々の練習を頑張っています。

メンバー募集中

一緒に叩くメンバーを募集中です。
毎週火曜・金曜 夜7:00~9:00まで
鶴巻公民館で練習をしています。見学
がてら見に来て下さい。
問合せ先/090-3297-9078(中橋)
または、輪島高洲太鼓のFacebook
ページ内のメッセージより



募集

あなたも『おおぞら文芸』に投稿しませんか？ 俳句や短歌川柳も大歓迎です。
①作品(必ず『投稿作品』とお書きください) ②住所 ③氏名 ④ペンネーム(ペン
ネームでの掲載をご希望の方)を、ご記入のうえ、郵送してください。
発表は広報誌で、作品と氏名(ペンネーム)を掲載します。

おおぞら文芸



◆遠島句会(能都支店管内)

寒晴や海も青さを取り戻し
カルタ取り孫泣きいだし札散らす
喪の家は兔狩りせし辺りかな
初春や良きことのみを言の葉に
アルプスの雪見ゆ三階暮しかな
大いなる夕月屋根に松の内

開敷 洋司
長平 久栄
真岸 米子
久田あや子
越坂千代子
齊藤みつ子

◆投稿作品

鯉起し轟きさりて法話聞く
うすらひの隠れし目高春の音
初詣終えて帰れば山に虹
こがらしと木の葉がみんなおどってる
笹子鳴く背戸の居場所のつつがなし
初春のビューサンセットの温泉へ
さわやかな銀木犀の香りにて
草とりの手もしばし休らむ
日あし延ぶ令和の空はかがやきて
ご来光を待つ老いのしぐさよ
静けさに目覚める朝の窓越しに
しばしの陽ざしつららの雫

立岩 昌子
前川 公子
加部 涼子
岡須美重子
平下 友子
今岡きよ子
森 貴美子
竹田ふじゑ
新田 幸子

Cooking

今回は、春野菜と冬野菜を使ったレシピをご紹介します★

ブロッコリーとベーコンのポタージュ ～茎も使って～



家の光2015年5月号別冊

イチゴのチーズケーキ



家の光2010年1月号別冊

フキの炒めナムル



家の光2014年1月号別冊

油揚げのネギピザ



家の光2014年1月号別冊

材料 (4人分)
フキ(ゆでたもの)…4束(250g) | ニンニク(みじん切り)…小さじ1/4(1.5g) | 長ネギ(みじん切り)…大さじ2(20g) | **A**【しょうゆ…小さじ1 | 塩…小さじ1/4 | 砂糖…小さじ1/2 | 一味トウガラシ…少々】 | 白煎りゴマ…少々 | ゴマ油 | 酒

作り方
①フキは8mm幅の斜め切りにする。
②フライパンにゴマ油大さじ①を熱し、フキを中火で炒める。油がなじんだらニンニク、長ネギを加えて炒め、酒大さじ1をふり、**A**を加えて炒め合わせる。仕上げに白ゴマをふり混ぜる。

材料 (4人分)
長ネギ…4本(450g) | 油揚げ…4枚 | 豚ばら薄切り肉…200g | ピザ用チーズ…120g | 塩 | コショウ

作り方
①油揚げは長い1辺を残して3辺を5mm幅で切り落とし、1枚に広げる。長ネギは薄い輪切りにする。豚肉は2cm幅に切る。
②ボウルにネギ、豚肉の全量と、チーズの1/2量、塩小さじ2/3、コショウ少々を合わせて混ぜる。
③オーブントースターの天パンにアルミ箔を敷き、油揚げ1枚を内側を上にして広げる。②の1/4量を平らにのせ、残りのチーズの1/4量をちらす。オーブントースターで7～8分焼き、食べやすく切り分ける。同様にあと3枚焼く。

材料 (8人分)
ブロッコリー…330g | ご飯…茶わん1/2杯(80g) | 厚切りベーコン…80g | 固形スープの素…1個 | バター…10g(大さじ1弱) | 生クリーム…適量 | オリーブオイル…小さじ1 | 塩 | コショウ

作り方
①ブロッコリーはつぼみの部分の小房を2本切り取り、飾り用としてゆでておく。
②残りのブロッコリーは茎と共に約1cm幅に切り、鍋に入れる。ご飯と水1L、スープの素も入れて火にかけて、沸騰したら弱火で約5分ゆで、あら熱を取る。
③ミキサーに②の具のみを入れてかくはんし、鍋に戻す。
④バターを加え、弱火で5分煮て、生クリームを加え、塩小さじ1、コショウ少々で味をととのえる。
⑤ベーコンは棒状に切り、オリーブオイルを熱して炒める。
⑥④を器に入れ、①⑤を飾り、生クリームを回し入れる。

材料 (卵豆腐の型1個分)
イチゴ…250g | レモン汁…小さじ2 | クリームチーズ…200g | **A**【プレーンヨーグルト…100g | 生クリーム…1/2カップ】 | 板ゼラチン(1.5gのもの)…5枚 | 梅酒…大さじ1 | クッキーまたはビスケット…適量 | 砂糖…50g

作り方
①イチゴは50gを飾り用に取り分け、残りはへたを取ってフォークでつぶし、レモン汁をからめる。
②ゼラチンは水に浸してどめず。
③クリームチーズは500Wの電子レンジで40秒加熱してやわらかくし、泡だて器でふんわりと混ぜる。砂糖を加えてざらざらがなくなるまで混ぜ、**A**と①のイチゴを加えて混ぜる。
④②のゼラチンは、梅酒を加えて湯煎にかけて溶かし、③に加えてなめらかに混ぜる。(③が冷たすぎるとゼラチンが固まってしまうので、その場合は③を湯煎で少し温めてから加えるとよい)
⑤型の底に好みのクッキーを敷き、④を流し、冷蔵庫で4時間ほど冷やし固める。
⑥⑤を好みに切り分けて器に盛り、飾り用のイチゴを添える。



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】上昇運です。周りの様子を見ながらゆったり進めましょう。いい感じでまとまり、あなたへの信頼も深まります
【健康運】無理は禁物です。疲れたら早めに休んで
【幸運の食べ物】フキのとう

♉ 牡牛座
4/20～5/20

【全体運】良好です。疎遠だった人とも連絡が取れ、うれしいニュースも。近距離の旅行にもツキが。お花見の計画を立てて
【健康運】体力アップのチャンス。運動量を増やして
【幸運の食べ物】サワラ

♊ 双子座
5/21～6/21

【全体運】予定通りに進まずイライラすることが。でも、下旬には解消。連絡の悪さは小まめな確認でカバーしましょう
【健康運】以前やっていた健康法を復活させると◎
【幸運の食べ物】春キャベツ

♋ 蟹座
6/22～7/22

【全体運】ハブニング運ですがラッキー要素もいっぱい。予想外のことを楽しむ気持ちが開運につながります。臨機応変に
【健康運】何でもやり過ぎず規則正しくを心掛けて
【幸運の食べ物】カラシナ

♌ 獅子座
7/23～8/22

【全体運】春がそこまで来ています。暖かくなってからすることの準備を先取りすると、幸運の呼び水に。新プランにツキ
【健康運】リラックスを心掛けて。温かい飲み物を
【幸運の食べ物】レモン

♍ 乙女座
8/23～9/22

【全体運】行動的なほどツキに恵まれます。歓送迎会の計画を立てるなど、人と会う行事を大切に。うれしいハブニングも
【健康運】筋力アップの好機。ハードな運動も◎
【幸運の食べ物】ツクシ

♎ 天秤座
9/23～10/23

【全体運】あちこちから声が掛かり、交通整理が大変かも。自分の意見をちゃんと伝えて。あいまいにしておくに困ることに
【健康運】準備体操と休憩が大事。無理のない運動を
【幸運の食べ物】ルッコラ

♏ 蠍座
10/24～11/22

【全体運】対人運が活発化。待っていた吉報も入りにつこりでさう。ただ交際費がかかるのが玉にきず。家計簿を付けて
【健康運】ダンスやグループで楽しむスポーツが◎
【幸運の食べ物】シラス

♐ 射手座
11/23～12/21

【全体運】問題続出で頭が痛いかも。失言には気を付けて。下旬から運勢は急上昇。相手を思いやる気持ちが困難解消へ
【健康運】暴飲暴食に注意。漢方薬の効果に期待
【幸運の食べ物】タラの芽

♑ 山羊座
12/22～1/19

【全体運】滞っていたことが進みだし波に乗れます。リーダーシップを発揮して◎。仲間外れをつくらない気遣いで人気者に
【健康運】頑張り過ぎないで。発熱、歯痛には注意
【幸運の食べ物】タケノコ

♒ 水瓶座
1/20～2/18

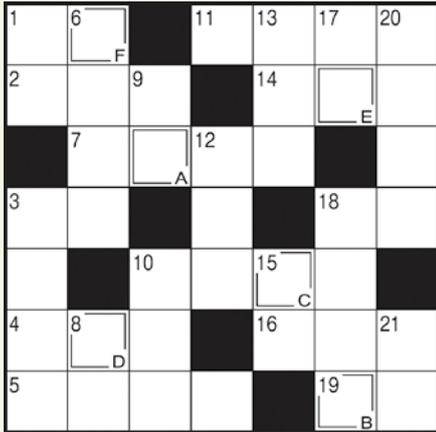
【全体運】お金の問題が持ち上がり慌てそう。冷静に対処すれば大丈夫です。防犯を心掛け家族で詐欺対策の話し合いを
【健康運】質の良い睡眠が健康を支えてくれます
【幸運の食べ物】ニシン

♓ 魚座
2/19～3/20

【全体運】活発に動くほどラッキーに巡り合えます。外出、人と会う予定を優先して。ショッピング運も好調。くじ運あり
【健康運】新しい健康法を試してみよう
【幸運の食べ物】ナバナ

クイズ★頭の体操

Q二重マスの文字をA～Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



↓ タテのカギ

- ①雲が浮かんだり星が輝いたり
- ③2月23日は——誕生日。国民の祝日です
- ⑥受験生が縁起を担いで食べることもある揚げ物
- ⑧人が並ぶとできます
- ⑨港——。城下——。——工場
- ⑩良いだしが出る海藻
- ⑫しばしば野党とやり合います
- ⑬2020年は——年。2月が29日まであります
- ⑮将棋の盤面に並べる物
- ⑰走り高跳びの選手が跳び越えます
- ⑱読経に合わせてボクボクたたきます
- ⑳縁、結、続に共通の部首
- ㉑XとZの間

→ ヨコのカギ

- ①鬼は——、福は内
- ②天井とかもいの中に作られます
- ③元素記号はFe。身近な金属です
- ④銭湯へ入るときにくぐることも
- ⑤床側に腹を向けて寝そべります。——寝
- ⑦自然の美しい風景を表す言葉、——風月
- ⑩ちらしやCMもこの一手法
- ⑪赤い花が咲く梅のこと
- ⑭√の記号で表します
- ⑯出発——になって忘れ物に気付いた
- ⑱寺院へ入るときにくぐることも
- ⑳酒を飲むと回る人もいます



クイズの正解者の中から抽選で6名の方に、春からの新生活・農作業に力つけてね♪「能登米5kg」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 総務部総務課

応募締切 令和2年3月16日(月) 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『クリスマス』

◆クイズ当選者(応募総数157名)

- | | |
|----------|---------|
| 一本木つる子 様 | 豊原紀美子 様 |
| 濱崎 源治 様 | 刀祢 勝二 様 |
| 西原 千代 様 | 花 美桜子 様 |
| 浜片 洋子 様 | 一谷千代子 様 |
| 小島ひとみ 様 | 加藤 昭子 様 |
| 日南 貞子 様 | 谷中美枝子 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

12月号への投稿より

●令和初めての正月。雪もなく穏やかな新年を迎えましたが、暖冬と喜んでいられますね。今年も健康に注意していこうと思っています。誕生日が来るといよいよ80歳。寂しくなります。広報おおぞらは、毎月楽しみに読ませ

●今年暖冬??今年我が家に2人目の孫が生まれました。毎日2人の孫に囲まれ、楽しく幸せな時を過ごしています。みんなで「うちの家族紹介します」で、いつでいいのかなくって毎月楽しみに見ているのですが、ダメだったのかな?? (編)お孫さん生まれたんですね♪おめでとございます!赤ちゃんはずっと見ている飽きませんよね♪★お孫さんの成長が楽しみです!家族紹介の掲載が遅くなつてすみません。この号の裏表紙にシュガーちゃん掲載させて頂きましたので、見てみて下さいね。またお便りお待ちしております。

●クルーズで、リッチな気分と、ステキな出会いを、待ちながら、過ごしたい。と願っている今年の(編)過ごします。と願っている今年の(編)町野町 Y・M 67歳 (編)座布団一枚!いいですね♪★私も一生に一度は、豪華客船に乗って旅行したいです。クリスマスはいかがでしたか?ステキな出会いありましたか?またお便りで教えて下さいね。

●いつもご愛読ありがとうございます。野菜づくりへの嬉しいお便り。他にもたくさん頂きました。ありがとうございます。ぜひ作ってみてください。上手にできたら、直売所への出荷もお待ちしております(笑)

●12月号にアスパラの作り方が書いてありました。かねてから、植えてみたかった。さっそくおぞら村へ苗を買に行きます。また一つ楽しみができました。(編)いつもご愛読ありがとうございます。野菜づくりへの嬉しいお便り。他にもたくさん頂きました。ありがとうございます。ぜひ作ってみてください。上手にできたら、直売所への出荷もお待ちしております(笑)

●「金沢で能登やさいをPR」で、関東にも来てほしいです。 (編)能登やさいでは、あまり関東に行く機会はないかもしれませんが、毎年、食品スーパーの京王ストアさんやアンテナショップにお邪魔して、東京へお米や加工品をPRさせて頂いています。お見かけの際は、ぜひお立ち寄り下さいね。

●「金沢で能登やさいをPR」で、関東にも来てほしいです。 (編)能登やさいでは、あまり関東に行く機会はないかもしれませんが、毎年、食品スーパーの京王ストアさんやアンテナショップにお邪魔して、東京へお米や加工品をPRさせて頂いています。お見かけの際は、ぜひお立ち寄り下さいね。

●今年暖冬??今年我が家に2人目の孫が生まれました。毎日2人の孫に囲まれ、楽しく幸せな時を過ごしています。みんなで「うちの家族紹介します」で、いつでいいのかなくって毎月楽しみに見ているのですが、ダメだったのかな?? (編)お孫さん生まれたんですね♪おめでとございます!赤ちゃんはずっと見ている飽きませんよね♪★お孫さんの成長が楽しみです!家族紹介の掲載が遅くなつてすみません。この号の裏表紙にシュガーちゃん掲載させて頂きましたので、見てみて下さいね。またお便りお待ちしております。

●クルーズで、リッチな気分と、ステキな出会いを、待ちながら、過ごしたい。と願っている今年の(編)過ごします。と願っている今年の(編)町野町 Y・M 67歳 (編)座布団一枚!いいですね♪★私も一生に一度は、豪華客船に乗って旅行したいです。クリスマスはいかがでしたか?ステキな出会いありましたか?またお便りで教えて下さいね。

●いつもご愛読ありがとうございます。野菜づくりへの嬉しいお便り。他にもたくさん頂きました。ありがとうございます。ぜひ作ってみてください。上手にできたら、直売所への出荷もお待ちしております(笑)

●12月号にアスパラの作り方が書いてありました。かねてから、植えてみたかった。さっそくおぞら村へ苗を買に行きます。また一つ楽しみができました。(編)いつもご愛読ありがとうございます。野菜づくりへの嬉しいお便り。他にもたくさん頂きました。ありがとうございます。ぜひ作ってみてください。上手にできたら、直売所への出荷もお待ちしております(笑)

●「金沢で能登やさいをPR」で、関東にも来てほしいです。 (編)能登やさいでは、あまり関東に行く機会はないかもしれませんが、毎年、食品スーパーの京王ストアさんやアンテナショップにお邪魔して、東京へお米や加工品をPRさせて頂いています。お見かけの際は、ぜひお立ち寄り下さいね。

●今年暖冬??今年我が家に2人目の孫が生まれました。毎日2人の孫に囲まれ、楽しく幸せな時を過ごしています。みんなで「うちの家族紹介します」で、いつでいいのかなくって毎月楽しみに見ているのですが、ダメだったのかな?? (編)お孫さん生まれたんですね♪おめでとございます!赤ちゃんはずっと見ている飽きませんよね♪★お孫さんの成長が楽しみです!家族紹介の掲載が遅くなつてすみません。この号の裏表紙にシュガーちゃん掲載させて頂きましたので、見てみて下さいね。またお便りお待ちしております。

●クルーズで、リッチな気分と、ステキな出会いを、待ちながら、過ごしたい。と願っている今年の(編)過ごします。と願っている今年の(編)町野町 Y・M 67歳 (編)座布団一枚!いいですね♪★私も一生に一度は、豪華客船に乗って旅行したいです。クリスマスはいかがでしたか?ステキな出会いありましたか?またお便りで教えて下さいね。

●いつもご愛読ありがとうございます。野菜づくりへの嬉しいお便り。他にもたくさん頂きました。ありがとうございます。ぜひ作ってみてください。上手にできたら、直売所への出荷もお待ちしております(笑)



広報おおぞら

2020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
ジユル 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

青果物出荷カレンダー

金沢市中央卸売市場

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	29
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				

輪島市 Sさんの家族



シュガーちゃん
 (メス・11歳・ミニチュアダックス)
 散歩が大好き! 家族の癒しです♪

うちの家族紹介します

どしどし投稿
 お待ちしています!

※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!

ペット お宅の家族紹介しませんか?

郵便はがき

料金受取人払郵便

穴水局 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

9 2 7 8 7 9 0

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