

# 広報

おとどけします 地域と人へ夢のせて

# おおぞら



2021 ● VOL. 309



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/>



密かに始め  
てます！  
@jaohzora



JAおおぞら

検索



表紙：おおぞら産味噌と大豆（町野）

産地から元気をお届け

# こんにちは☀️おおぞらさん！

輪島市

今月のおおぞらさん

なかち  
中地

みつお  
光雄さん

えいこ  
英子さんご夫妻



今月は、キウイ農家の中地さんにお話を伺いました。

中地さんは、元々金沢で電気工事や機械メンテナンスの会社を営まれていましたが、名舟で暮らしていた父親の武雄さんが平成29年に亡くなったのを機に地元に戻られました。

30年程前に、国の事業で名舟地区の山が開発され、栗の木が多く植えられた際、一緒にキウイの木も定植・栽培していた武雄さん。生前、地元の人に40〜50本のキウイの木を残していたそうです。

キウイは、熱帯の暑い地域での栽培というイメージがありますが、寒さに強い一面もあります。

「今季はキウイを1トンほど収穫した。来年は作付面積を今の倍の600坪にする予定。」と話していました。

また名舟漁港前では、直売所も営まれており、友人が中地さんのキウイを購入した際に、「どうせなら売ればいいんじゃない？」とアドバイスをもらったのが直売所を始めたきっかけなのだとか。現在は、キウイの他にも紋平柿、いちじく、紫ワラビなどの生産も行っています。

「直売はお客さんと生産者を直につながる場なので、生でお客さんの声が聞ける点にメリットがある。生産意欲

## 冬は深刻、 夜間頻尿の悩み

寒い夜中に布団から出てトイレに行くのは避けたいことですが、40歳以上の男女約4500万人が、夜間に1回以上排尿のために起きる「夜間頻尿」の症状があります。夜間頻尿は、加齢とともに頻度が高くなり、夜間に起きたときに転倒し骨折するなどの危険があります。また、夜間の睡眠が中断され昼間の自動車やトラックの運転中にも眠くなれば事故の原因です。農作業で体が疲れているのに夜間の排尿のために熟睡ができず、疲れがたまります。疲労の蓄積は腰痛、高血圧、心臓疾患などの発症や増悪（ぞうあく）、うつ病などのメンタル疾患の引き金になる可能性さえあります。

夜間頻尿の原因は、夜間の尿量が多い（糖尿病や夜の多過ぎる水分摂取など）、膀胱（ぼうこう）の容量が減少（前立腺肥大症や過活動膀胱など）、睡眠の障害（眠りが浅く軽い尿意でもトイレに行く）が挙げられます。原因がはっきりしないときは、泌尿器科を受診して検査を受けることをお勧めします。

対策としては、思い当たる病気や睡眠の障害を治すことが大切です。また、昼間の農作業中などは頻回に排尿しないのに、夜間だけトイレに行きたくなるのは、夜の水分摂取が多いか、飲酒が原因かもしれません。アルコールの利尿作用で尿量が増えることもあり、夕食に塩分が多過ぎると水分も多く取ることになり夜間頻尿の原因になります。水分摂取は脳梗塞予防などで必要ですが、多過ぎると夜間頻尿になります。さらに、冬は冷えによる排尿回数の増加もあり得ます。

夜間頻尿に悩む人は、自分の健康状態を再確認することと、食事と飲酒と摂取する水分の見直し、寝間着や住居の寒さ対策をもう一度、考えてみてはいかがでしょうか？就寝中にトイレに起きることなく、朝までぐっすり眠り、翌朝は疲れが取れて気持ち良く目覚めたいですね。



健康科学アドバイザー・福田千晶



▲ 中地さんの直売所は、名舟漁港のすぐ前にあります

り、こたつを囲んで、地域の憩  
ウイフルーツのみの販売をして  
いるが、場所を提供し、他の生  
産者の色んなものを販売した

い。これからもお身体に気を付け  
て、地域の活性化のため、能登  
の農業のために頑張ってください。

「集落の活性化のためには、  
誰かが手を上げないと何も始ま  
らない。一度動き出せば雪だる  
ま式に動く。だから、自分がそ  
の役をかっていきたい。今はキ

す。今季の販売は終了となるそう  
で、開始し、在庫がなくなり次第、  
毎年12月からキウイの販売を  
パークにて販売しています。

「集落の活性化のためには、  
誰かが手を上げないと何も始ま  
らない。一度動き出せば雪だる  
ま式に動く。だから、自分がそ  
の役をかっていきたい。今はキ  
ウイフルーツのみの販売をして  
いるが、場所を提供し、他の生  
産者の色んなものを販売した

中地さんのキウイは、名舟の  
直売所もしくは千枚田ボケツト  
パークにて販売しています。

も高まる。もっと勉強し、もつ  
とおしく作っていききたい。そ  
して、食べたい人に食べてもら  
いたい。父親が残したかけがえ  
のない財産をみんなに伝えてい  
きたい。」と話す中地さん。

いこの場としても提供していき  
たい。また、若者が都会から来  
て働く場所を確保していき、地  
域全体の活性化もしていきたい。」  
と今後の目標を熱く語っていま  
した。

## 編よもやま話

2021  
2  
vol.309

今月の表紙は、2月とい  
えば節分！節分といえば豆  
→大豆→味噌（無理矢理？  
（笑））ということで、町野

で作っている、おおぞら産の味噌「平家の里」  
を節分っぽくレイアウトしました。「平家の里」  
は、町野支店売店、能登おおぞら村、Aコープ  
もんぜん・能都店などで販売しています。見  
かけた際は、ぜひ一度ご賞味下さい。



今年こそ鬼（コロナ）は外！福は内！で、皆さまに普段通りの日常が戻り  
ますように★



# おおぞら管内の行事と話題

## 穴水高校のとて まり〴〵過去最高値

1月30日(土)金沢市中央市場にて穴水高校の生徒たちが丹精込めて作ったのとてまりの初競りが行われました。

今回は、コロナ禍ということもあり、生徒たちは市場に來れませんでした。リモートで参加し、市場関係者に思いを伝えていました。生徒たちの代わりに校長先生が届けてくれたのとてまりは、119,200円と過去最高値が付きました。

競り落とした、加賀屋グループの金沢茶屋さんは、「コロナを克服して、良い国(1192)にとてまりの願いを込めて値を付けた。」と話していました。



## 特別支援学生が 干し芋作業体験

七尾特別支援学校輪島分校の生徒さん3名に、1月21日(木)から22日(金)にかけて、穴水の旭ヶ丘にある農産物加工施設にて、干し芋の袋詰めやラベルシールを貼る作業などをしてもらいました。

この活動は、障がい者や高齢者の方たちが農業分野で活躍することにより、就労や自信・生きがいを持って、社会に携わっていく農福連携の取組みの一環として実施しています。

参加した生徒の皆さんは、職員の話にしっかり耳を傾け、丁寧に作業を行っていました。



## 能登地区JA 合併だより 第1号

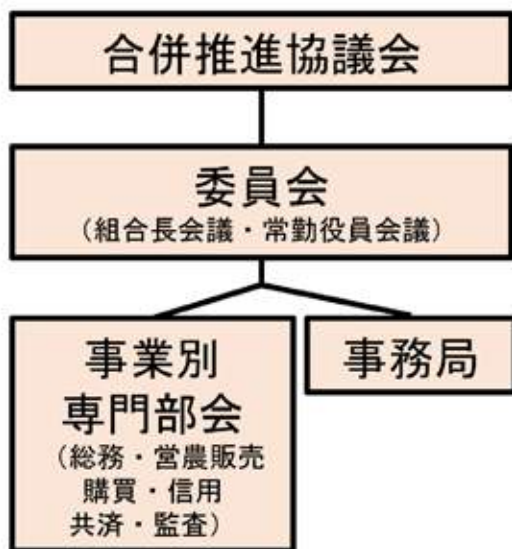
〔能登地区JA合併事務局より〕

令和2年11月に、能登地区3JA（能登わかば、おおぞら、すずし）による「能登地区JA合併推進協議会」が発足しました。

この協議会は、能登地区の農業と農地を守り、活力ある地域社会を目指すために、将来を見据えた合併による新たなJAづくりを行うことを目的としています。

検討の状況については、本広報誌において継続的にお知らせするとともに、各種説明会でもご案内していきたいと考えています。組合員や地域住民の皆様との期待と信頼に応えるJAづくりを全力を挙げて取り組んでいきますので、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

### 能登地区JA合併 推進協議会の組織図



次号以降、各協議会における  
検討状況を報告いたします！

# #チャレンジレシピ

## 「Aコープ米こうじの甘酒」を使った “ひとくち糍甘酒おはぎ”

※春は「ぼたもち」、秋が「おはぎ」という説もありますが、レシピ名のとおり記載しています。



↑動画はこちら



**材料**  
A米こうじの甘酒…360cc(約3本)|米…1合|きなこ…適量  
|黒すりごま…適量|[A]抹茶…大さじ1|きなこ…大さじ3



お米を15分浸水させる  
ことがポイントです

1  
米は研いでざるに上げる。炊飯器に米、米こうじの甘酒を入れて15分ほどおき、通常とおりに炊きます。



2  
炊き上がったらおこげも合わせて全体を混ぜ、しゃもじで米粒を軽くつぶします。ボールに移し、ラップをかけて粗熱をとります。



3  
粗熱がとれたら、15等分(1個約30g程度)に丸めます。



4  
それぞれ、きな粉・黒すりごま・【A】を混ぜたものをまぶします。



5  
3種盛り付けて完成です。



春にぴったり！  
簡単なので  
ぜひ作ってみて  
くださいね。

米こうじの甘酒は、能登おそら村にて販売しています★

## いつでもどこでも

### 手 軽 に 体 操

### 手指体操

## 「肩呼吸で指先までリラックス」

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

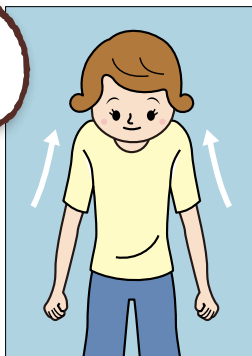
少しずつ暖かさが増してきます。

寒さで凝り固まった体を温めていく運動をご紹介します。

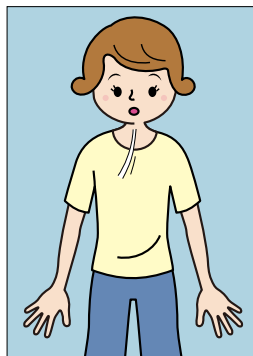
手の親指には、呼吸器系と密接な関係がある経絡(東洋医学でいう気の通り道)が通っています。この経絡は気持ちを落ち着かせる効果があるとされています。親指を意識して握り方を変えながら深く呼吸をすることで、全身へエネルギーが流れ、首や肩、腕の疲れを和らげていきます。

5~6秒かけて鼻から息を吸い、同じく5~6秒かけて口から吐きます。30秒ほどこの運動を繰り返します。

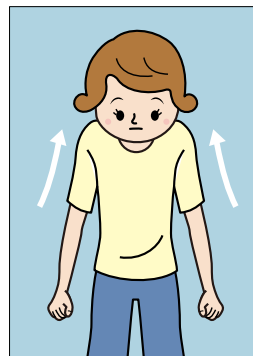
親指の位置を変えて刺激を入れる



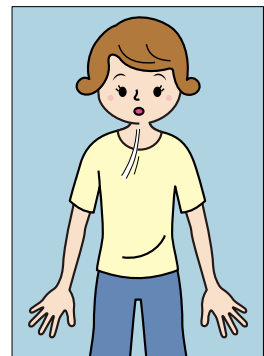
①手を握り(親指は手の中で握る)、息を鼻から吸いながら両肩を上げていき、疲れている首や背中にも力を込めます。



②息を口からゆっくり吐きながら両手、首、肩の力を抜いていきます。このとき、姿勢を真っすぐに保ちます。



③次に、親指は手の外で握り、①と同じように息を鼻から吸いながら両肩を上げていき、疲れている首や背中にも力を込めます。



④②と同じ動きをします。①から④を数回繰り返します。

## 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12日(金)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 ■

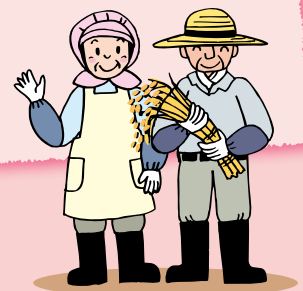
種類	規格	料金(税込)	配送予定
わらび (限定 1,000 本)	ポット苗	220(円/鉢)	5月中～下旬

- 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。 ●

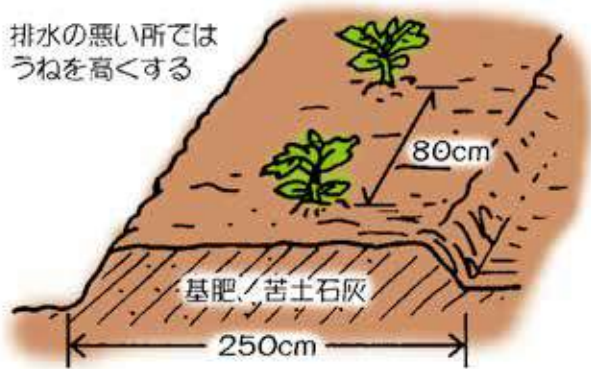


## スイカ

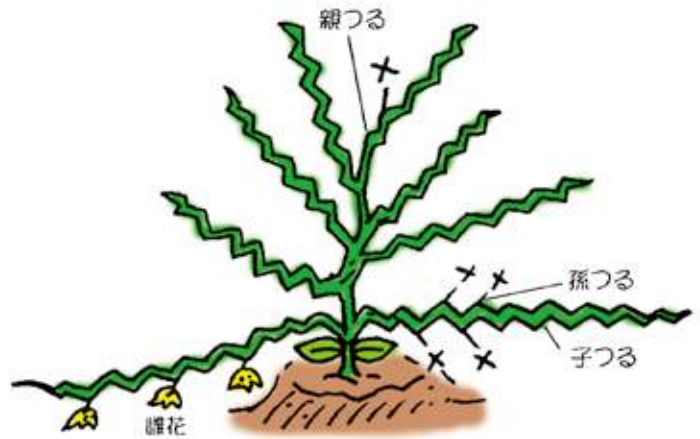
作型	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
普通栽培			●	○	○			■				

●種まき ○植えつけ ■収穫

### ① 畑の準備・② 植えつけ



### ③ 管理/整枝



着果節までの孫つるは除去しておく  
3~4番花に着果させる  
子つるは左右に振り分ける  
つるを株元へ引き戻し草勢を調節する

## 育て方のポイント

### ①畑の準備

- 排水の悪い所ではうねを高くしておく。
- 植えつけの2週間前に基肥と石灰を施し、よく耕うんする。
- 地温を上げるため、植えつけ前にマルチをしておくといよ（目安は地温15℃以上）。
- 株間は80cmを目安にする。

### ②植えつけ

- 本葉4~5枚の苗を植えつけ、十分に灌水する。

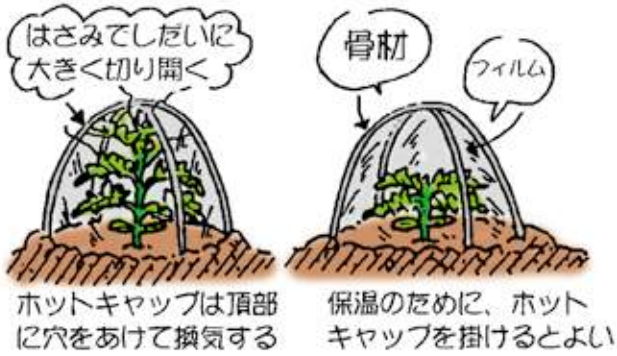
### ③管 理

- 親づるの摘心は本葉9~10枚で行う、子づるは8本仕立てとする。
- 着果節までの孫づるは除去しておく（但し、着果節以後の葉は果実の品質に影響するので残しておく）。

裏面へ続く

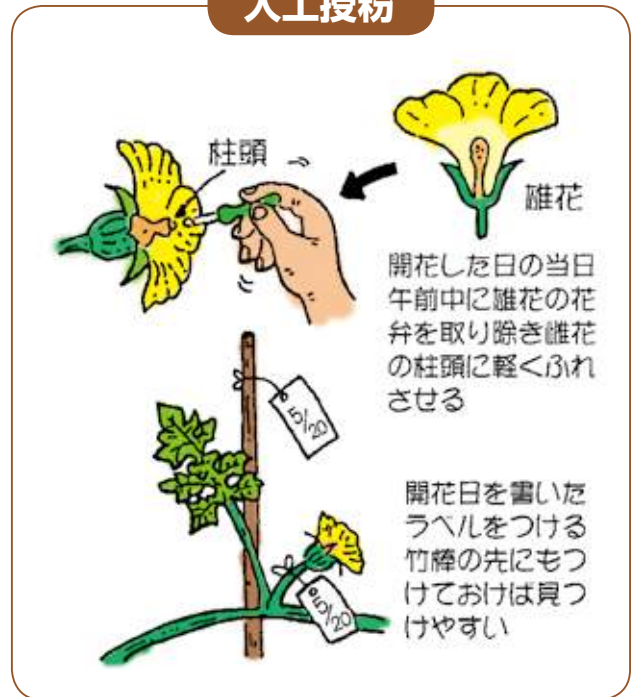


### ③ 管理 / 整枝

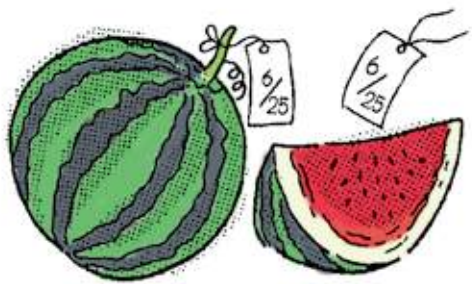


- 人工交配を行う場合は、開花した日の当日午前中に行う。
- 着果は1株に4個を基準とし、3～4番花に着果させる。

### 人工授粉



### ④ 収穫



開花後40日後を目安に収穫する  
試し採りして食べてみるとよい

### ④ 収穫

- 開花から40日前後を目安に収穫する（小玉は35日前後）。
- 適熟収穫をするために、日付けを標示しておくとうよい。



### ワンポイント

- 土壌病害の回避と低温時の生育をよくするには、接木苗を使用するとよい。
- 基肥が多いと着果不良を起こすので注意する。

施肥例（1㎡あたり）

肥料・堆肥	基肥	追肥		備考
		①	②	
サンフルーツ	100g	40g	40g	
苦土石灰	100g			
牛ちゃんパワー2kg				





農業者の様々な資金ニーズにスピーディーに対応できるJAの農業資金です。

# 農業バックアップ資金

期間限定 令和2年 令和3年  
4月1日 ~ 3月31日

借入当初3年間、最大年1.0%  
JAバンクが利子補給します。

金利については、お近くのJAまで

期間限定金利負担 → 年 **0.2%**  
(変動金利)

・お借入金額100万円以上の場合、お客様が負担する金利の一部をJAバンクが負担します。(当初3年間、お客様が負担する金利について最大年1.0%利子補給します。ただし、利子補給後の実行時の金利は年0.2%を下回らないものとします。)

・変動金利については、期間限定での金利のご案内とさせていただきます。なお、4月、10月に年2回基準金利の見直しを行います。

保証料負担

→ **ゼロ**

・お客様が石川県農業信用基金協会へ支払う保証料についてもJAバンクが負担します。

農業の発展に資する事業のための  
様々な資金ニーズにご利用いただけます。  
JAの農業資金ですので、  
スピーディーな対応が可能です。  
更に、一定の要件を満たすことにより、  
お借入金利の一部及び保証料相当分を  
JAバンクが負担致します。



農業バックアップ資金の詳しい内容については、お気軽にお問い合わせください。

大雪や強風により倒壊したビニールハウスの再建にもご利用頂けますので、  
最寄の支店までご相談下さい。

穴水支店 52-1170  
町野支店 32-1107

門前支店 42-1166  
能都支店 62-2130

輪島支店 22-1210  
柳田支店 76-1236



## 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、J Aお取引窓口、もしくはJ A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】

J A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、J Aお取引窓口、もしくはJ A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

J A共済事故受付センター ☎ 0120-258-931

ジヨウ クミダ

### 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】

おぞら自動車整備工場

TEL 0768-52-1242



令和3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3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
白山もち (消毒済)	724 円	652 円

## 雪害によるハウス資材を値引きします!

昨年12月中旬と1月上旬からの大雪および暴風による、農業用パイプハウスやビニールの損傷などの被害が多発しており、組合員の皆さまの復旧費用負担軽減のため、供給価格に対し、被覆資材で20%、骨材で25%の値引きを実施中です!

(雪害などによる管内組合員の供給価格に対しての値引きとなります。)



ご不明な点は

本店経済部

TEL : 52-3811

までお問合せ下さい。



柳田支店管内

柳田保育所



先生より一言

4歳児たんぽぽ組11人です。豆まき会に向けて鬼のお面を作りました。ティッシュ箱を切り抜き、思い思いの鬼さんにしました。4月から年長のすみれ組になるのを楽しみにしています。



おおぞら文芸

◆真名井短歌会（穴水支店管内）

梅酒にと青梅水に沈めれば産毛に光る玉のはじける 毛利  
蝶ひくく飛ぶ冬畑の日溜りにみづから爆ぜし白菜残る 若林  
雪に明け雪に暮れたり今日ひと日心にひとり言葉をつむぐ 菅原  
師走来て雪呼ぶ雷の轟きと光る稲妻伏して聞きをり 中田  
密という心の絆大切と清水寺の貫首の言葉 菅谷  
コロナ禍を報じる紙上の片傍に百万羽埋めらる小さき記事読む 西川

◆投稿作品

雪の朝大地の香り青菜摘む 平下 友子  
ドカ雪に養生忘れし庭の木々右に左に枝垂れ下り 佐藤 佳子  
「こうてくだ」売り声高く市はじめ 立岩 昌子  
我老い手友に最後と書く賀状 横道 宏子  
野蔭煮て夫のおとしべ義母と待つ 前野富美子  
いっぶくの山水画のよう雪景気 北方 秋美  
ボタン雪眺めてコーヒ老い二人 岡須美重子  
さざんかが雪の重さにたえている 森 貴美子  
コロナ禍の終息願う除夜の鐘 小田 慶喜  
風のこえ聴く無人駅冬深し 小田 和子  
太陽を閉じ込め水柱光る里 前川 公子  
シニアアザラリ海苔掻き春の風 春田美保子  
1輪の花に心のとさめきて短歌にめざめし87才 今岡きよ子  
初春の西日明るい海岸で沖ゆく船の柿の色を追う  
初日の出母偲びつつ合わす手に  
ひとひらの雪涙とともに 新田 幸子

# Cooking

今回は、春のレシピです。  
ぜひ作ってみて  
くださいね^^

2017年家の光4月号別冊より

前月の野菜づくりにて、スイスチャードの食べ方が知りたいとお便りをいただきました。ぜひ作ってみてくださいね^^



## スイスチャードの煮びたし

材料 (4人分)

スイスチャード…100g | 油揚げ…1枚(20g) | だし汁…1・1/2カップ | A【ショウガ(薄切り)…2枚 | 酒…大さじ2 | 薄口しょうゆ…大さじ1】

作り方

- 1 スイスチャードは3cm長さに切る。油揚げは熱湯を回しかけ、縦半分に切ってから5mm幅に切る。
- 2 鍋にだし汁を入れて中火にかけ、煮たったら油揚げとAを加えてさっと煮る。
- 3 ①を加えてふたをして、しんなりしたらふたを取り、しばらくおいてだし汁を含ませる。

2016年家の光1月号別冊より



## きゃらぶき

材料 (作りやすい分量)

野ブキ(新鮮なもの)…600g | A【しょうゆ…大さじ6 | みりん…大さじ6 | 酒…大さじ6】 | ハチミツ…適量

作り方

- 1 ブキはたわしで洗い、産毛を取る。かたい根元と、細い葉先は切り落とし、4~5cm長さに切る。切ったものはすぐ水にさらす。
- 2 たっぷりの熱湯に水けを切った①を入れる。3分ほどゆでざるに取り、あら熱を取る。
- 3 大きめの鍋に②とAを入れて火にかける。煮たったら弱めの中火にしてふたをし、ときどき混ぜながら、30分ほど煮る。しんなりとしてほとんど水けがなくなったら、弱火で10分ほど煮る。試食してまだかたいようなら、水適量を加えて全体を混ぜながら煮る。
- 4 汁けがなくなったら、弱めの中火にしてハチミツを加えて混ぜ、さっと煮る。

2009年家の光1月号別冊より



## イチゴの桜餅

材料 (10個分)

A【薄力粉…90g | 白玉粉…10g | 砂糖…10g | 水…1カップ】 | こしあん(市販)…150g | イチゴ…10個 | サクラの葉の塩漬(市販)…10枚 | サラダ油

作り方

- 1 ポウルに薄力粉、白玉粉、砂糖を入れて混ぜ、水を少しずつ加えてなめらかになるまで混ぜる。
- 2 こしあんは10等分にして丸め、イチゴはへたを取る。
- 3 こしあんをぬれぶきんなどに広げ、中央にイチゴをのせて包む。これを10個作る。使うまでぬれぶきんをかけておく。
- 4 サクラの葉は水に10分ほど浸して塩抜きし、水けを切る。
- 5 フッ素樹脂加工のフライパンにサラダ油をごく少量ぬり、玉じゃくしで①の1/10量をすくい、楕円形に流し入れる。
- 6 表面が乾いてきたら裏返し、さっと焼いて出す。残りも同様にして10枚焼き、冷ます。
- 7 ⑥の皮で③のあんを巻き、④で包む。



## 黒豆ずし

材料 (6~7人分)

米…2カップ | 水…2・1/2カップ | 黒豆…1/2カップ(約70g) | ★合わせ酢【砂糖…大さじ5 | 塩…小さじ1 | エーコープ五倍酢原液…大さじ1・1/2~2】 | 巻きずし用のり…5枚 | たくあん…30g | きゅうり…1本 | 卵(厚焼き卵)…2個(砂糖・塩・油…適宜) | 紅しょうが…少々

作り方

- 1 米は洗ってザルにあげ、分量の水を加えて30分くらいおき、スイッチを入れる直前に黒豆を加え、豆ご飯を炊く。
- 2 黒豆は、布巾で汚れをふき取り、弱火でひびが入るくらいまで煎って、すぐに炊飯器へ加える。
- 3 たくあん…せん切り。きゅうり…5mm角、長さはのりに合わせて切る。卵…砂糖、塩で味付けし厚焼き卵を作り、1cm角、長さはのりに合わせて切る。紅しょうが…水気をきっておく。のり…ガスコンロの火であぶっておく。
- 4 ご飯が炊き上がったら、すし桶に移し砂糖と塩を合わせたものをふりかけ、五倍酢原液を混ぜ合わせてすし飯を作る。
- 5 (1)巻きすの上のにりを広げ、向こう側を2cmほど残して、すし飯を平均に広げる。(2)手前2~3cmくらい残して、具を彩りよく並べて巻く。※あまり太くしないほうが、食べやすい。
- 6 乾いたまな板の上で、包丁を酢がきんでぬらしながら1本を8等分くらいに切る。



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】春に心躍りそう。これからの計画を立てると良いアイデアが浮かぶはず。下旬から運勢は上昇を開始!  
【健康運】ゲーム感覚でできる運動にツキがあります  
【幸運の食べ物】アスタバ



牡牛座  
4/20~5/20

【全体運】友人に連絡を取ってみましょう。グッドニュースをキャッチできる可能性大。買い物は慎重に。比較検討が大事  
【健康運】つい食べ過ぎてしまいうら。動いて消費を  
【幸運の食べ物】春キャベツ



双子座  
5/21~6/21

【全体運】気持ち引き締まりポジティブシンキングに。開拓したいことがあればチャレンジのとき。ただ暴走には注意が必要  
【健康運】体を鍛える好機。ハードなトレーニングも◎  
【幸運の食べ物】ナバナ



蟹座  
6/22~7/22

【全体運】頑張ったかいありの結果が待っていて思わずにっこり。困り事はネットで検索すると解決のヒントが。相談も吉  
【健康運】心安らぐ音楽でメンタルが回復。ダンスも◎  
【幸運の食べ物】サヨリ



獅子座  
7/23~8/22

【全体運】高齢者との交流から幸運が舞い込みます。新企画は経験談や前例を参考に。転ばぬ先のつえが大きな力を発揮します  
【健康運】人気の健康法にツキがあります。お試しを  
【幸運の食べ物】タマネギ



乙女座  
8/23~9/22

【全体運】気になっていた問題が急浮上しそう。用事は早めに片付け憂いを残さないように。物やお金の貸し借りは回避を  
【健康運】疲れが出がち。休憩、休養でリフレッシュ  
【幸運の食べ物】パセリ



天秤座  
9/23~10/23

【全体運】努力が認められスポットライトが当たりそう。いつも通りのことを丁寧に進めておくのが幸運の秘訣(ひけつ)  
【健康運】スポーツなど上達しやすいつき。レッスンにツキ  
【幸運の食べ物】シタケ



蠍座  
10/24~11/22

【全体運】楽しみにしていたことが実現しそう。途中で諦めず継続するのは大賛成。話し合えば味方になってくれる人も  
【健康運】おいしい物を食べて、睡眠もしっかり取って  
【幸運の食べ物】ワカサギ



射手座  
11/23~12/21

【全体運】怠け心に流されないうで。面倒なことから取り掛かる人運気が好転。反対意見を持つ人の話にも耳を傾けましょう  
【健康運】無理をしないのが一番。自分自身をいたわって  
【幸運の食べ物】ハッサク



山羊座  
12/22~1/19

【全体運】人の輪の中に入っていくでしょう。「三人寄れば文殊の知恵」、1人で解決できないことにも光が見えてきます  
【健康運】話題のエクササイズにトライ。早起きは吉  
【幸運の食べ物】シュンギク



水瓶座  
1/20~2/18

【全体運】調子に乗ってOK。やらないよりやった方がラッキーに出合えます。金運は回復。欲しかった物に手が届きそう  
【健康運】ハードなトレーニングで大躍進。鍛えて◎  
【幸運の食べ物】キウイフルーツ



魚座  
2/19~3/20

【全体運】誠意を見せて。あなたの本気に周りの人が触発される力になってくれます。困難なことほどやりがいを感じられるとき  
【健康運】準備運動が大切。急な温度変化に気を付けて  
【幸運の食べ物】セリ



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。

●新聞紙で作るエコバッグを見て、毎日のように作っています。今ハマっています。また楽しみにしています。

穴水町 Y・I 66歳

●(編)レジ袋が有料になったので、エコバッグが欠かせなくなりましたね。素敵な柄の包装紙で作ってもいいかもしれませんね◎今年も宜しく願いますね★

●最近はいつでも新鮮な野菜が店先にならんでいますよね。いつが旬なのかわからないようになりました。

穴水町 Y・U 91歳

●(編)私もそう思います。一般的な野菜は年中ありますよね。でも今季の大雪で、お店から野菜がなくなりませんでしたか??特に葉物野菜がなくて困りました!◎

●ふれあい伝言欄を読むのが楽しみです。時々自分と同じ意見の人もいてホッとすることがあります。家の片づけをと思い、出しているもの、再びしまってしまう、何をしているの自分分には聞いてあげてほしい。

門前町 M・T 85歳

●(編)いつもご愛読ありがとうございます。コロナで行事もないので、2月号は拡大版にしてみました。またホッと頂ければ嬉しいです◎片づけの件わかります。懐かしい物を見つけてしまったりすると、そこから作業が止まって進みません(笑)

●11月号のクイズに当選してお餅を頂きました。ありがとうございます。暇にまかせて色々なクイズに挑戦するのですが、当選するなんて今までなかった

た事なのでビックリ!私にも当たる事があるんだーと思い、気を良くして又応募させていただきました。

門前町 T・H 70歳

●(編)この度は当選おめでとうございませう。この勢いで、T・Hさんの2021年はきつと良い一年になるのではないのでしょうか◎毎月クイズ開催してしますので、引き続きご応募お待ちしておりますね♪

●11月号の表紙もとてもきれいでよかったです。12月号もクリスマスが楽しさがよく出ていますね。今年も新型コロナウイルスで暗い世の中でしたが、せめて表紙だけでも明るく楽しくなる気分を届けていただきありがとうございます。

輪島市 M・G 68歳

●(編)嬉しいお便りありがとうございます◎2月号は誌面も表紙も一番悩む月なんです。楽しんでいただけましたか??一日も早いコロナの終息を願っていますね。

●今年早く雪になって除雪に大変です。皆様の所はいかがでしょうか。

輪島市 S・H 78歳

●(編)今季大雪になるとは聞いてましたが、外に出られないくらいひどかったですね◎もしJ・A共済のご加入者で建物など傷んだところがあれば最寄りの支店にてご相談下さいね。

●明けましておめでとうございませう。今年も宜しく願います。干し芋の「ヘチッコ君」やわらかくていい味でした。ありがとうございます。

町野町 Y・T 71歳

(編)こちらこそ今年も宜しく願います。

します。そう言って頂けると嬉しいです★正規品の端っこだけを集めたものなのですが、私は好きです◎直売所でも販売しているので、宜しければまたぜひ♪

●春菊を使ったレシピ投稿が届きました★



●町野産だけじゃないけど大葉・春菊は、先端の方を天ぷらにして、やわらかな葉はサラダも良いし、さつと湯通しして、熱いうちにゴマ油と塩でナムルにするととても美味しくいただけます。鍋ばかりでなく、色々楽しみたい食材です。

町野町 K・H 64歳

●春菊はサラダが美味しい。洗って水を切る。ドレッシングは乾燥小エビをサラダ油でいため、しょうゆと酢、ちよつと砂糖を入れて熱したら、あつあつを春菊にかけてサイコーです!グリーンサラダに入れても美味ですよね。毎日でも食べたいほど好きです。

能登町 Y・H 65歳

●(編)お二人とも美味しそうなレシピありがとうございます。私自身、春菊は鍋にしか使ったことがないので、違う食べ方のレシピは助かります★さつそくやってみます!他にも素敵な春菊のレシピご存じの方、お便りお待ちしておりますよ◎

●「みんなのお絵描き版」皆さん絵がお上手ですね。私も書いて見ようかな?と思うだけで、いざとなると手が委縮してやめてしまいます。2021年は一度で良いからチャレンジしてみようと思つています。

●(編)いつもお便りありがとうございます。ホント皆さんお上手ですよ。それぞれ個性があつて見てるだけで楽しいですね◎K・Aさんの投稿楽しみに待っています♪

能登町 K・A 71歳

●コロナで明けて、コロナ禍で暮れようとしています。厚く雲におおわれ、大雨が降つて嵐がよようと必ず風が雲を動かし、その上には太陽が出てきます。夜には星も見られます。コロナ雲もそのようなものです。がんばつて「おそろ」を毎月これからも届けて下さい。よい年末年始を。

能登町 T・M 71歳

●(編)あけましておめでとうございませう。年末年始はゆっくり過ごされましてでしょうか?2020年はコロナに振り回された年でした。2021年はコロナ雲が終息して「大空」が見える事を願っています。広報誌は今後も毎月お届けいたしますので、本年も引き続きご愛読の程宜しくお願いします◎

能登町 C・A 70歳

●寒いのでコタツに入り、静かな中でじっくり読みます。今月号ではおおぞらさんと家族の健康が最初に書いてあつて興味を持ち、次々と楽しく読ませてもらいました。

●(編)集中して読んで頂いてるんですね◎ありがとうございます★コロナのせいで行事もなく、伝言欄を拡大版にしてみました。C・Aさんを含めたくさんの方とお話し出来て嬉しいです。2021年も宜しく願います◎

能登町 C・A 70歳

●(編)ありがとうございます。2021年も宜しく願います◎

◆お願い◆ 鉛筆などで薄く描いてあると、見えにくくなりますので、ペンなどを使って濃くお絵描きして下されると助かります m(\_ \_)m

# みんなのお絵かき版

素敵なイラスト  
ありがとうございます  
させていただきます！



穴水町 N・K 11歳



穴水町 I・N 11歳



穴水町 M・S 59歳



穴水町 C・K 78歳



輪島市 M・S 68歳



輪島市 A・G 79歳



門前町 T・H 69歳



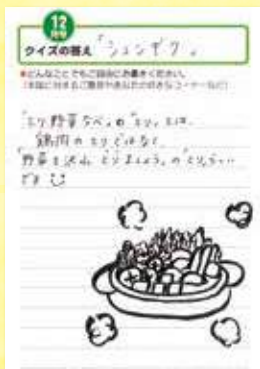
門前町 N・N 71歳



穴水町 Y・T 5歳



輪島市 N・N 12歳



輪島市 Y・H 31歳



輪島市 A・K 36歳



輪島市 A・N 49歳



輪島市 M・T 63歳



能登町 C・M 67歳



能登町 T・S 82歳



町野町 S・M 60歳



輪島市 R・K 7歳



輪島市 A・K 8歳



能登町 Y・M 7歳



能登町 A・H 11歳



能登町 S・T 58歳



能登町 T・T 60歳

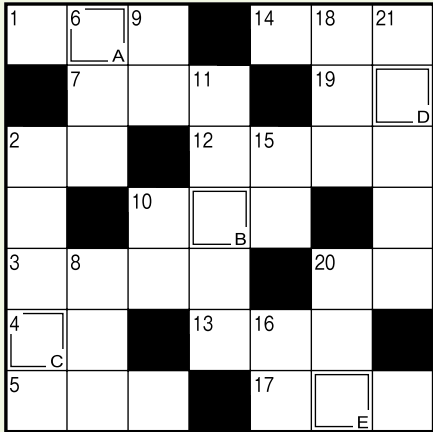


能登町 K・T 65歳

※スペースの関係上、全てのイラストを載せられない場合があります。あらかじめご了承ください。

# 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

- ②たき火の——を念入りに行った
- ⑥チョコレート——にかけて溶かした
- ⑧構えてシャッターを切ります
- ⑨ジャムやピクルスなどを詰めます
- ⑩この——の輪、なかなか外れないんだ
- ⑪就職活動の際に書きます
- ⑮シャープペンシルに入れます
- ⑯浜辺に寄せては返すもの
- ⑱文庫本に布製の——を掛けた
- ⑳夕方になると家々の窓にとりまします
- ㉑アシカに似た海獣

## → ヨコのカギ

- ①最低気温が0度を下回る日のこと
- ②どら焼きに挟んである物
- ③片仮名語でいうとリベンジ
- ④節分にまきます
- ⑤冬、雪国の家の軒にぶら下がる物
- ⑦——の道も一歩から
- ⑩牛肉はビーフ、鶏肉は——
- ⑫お釣りと一緒に受け取ることも
- ⑬多くの人が眠っています
- ⑭チョコレートの原料になる植物
- ⑰アルコールを含む調味料
- ⑱間違った答えに付ける印
- ㉑バレンタインデーに伝える人もいます



クイズの正解者の中から抽選で12名の方に、春ですよ～♪「グリーン栽培セット」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。



※色は選べません。

### 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3年3月15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『シユンギク』

◆クイズ当選者（応募総数127名）

- |         |         |
|---------|---------|
| 小杉 幸子 様 | 林 龍子 様  |
| 金谷美津枝 様 | 堀井 絹子 様 |
| 安本 峰子 様 | 天幸 誠志 様 |
| 猪野越光子 様 | 障子 文子 様 |
| 西 勝廣 様  | 谷内 茂子 様 |
| 上田 信江 様 | 瀧平 昭一 様 |



## 第10回 理事会報告

（令和3年1月28日開催）

### ●審議事項

- 第1号議案 出資口数の減少について
- 第2号議案 信用手数料徴収規程の一部改正について
- 第3号議案 理事に対する信用供与について
- 第4号議案 令和2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（委員長報告）
- (2) 雪害の状況と対応について
- (3) 令和2年度12月末仮決算について
- (4) 令和2年度12月末の各事業実績について
- (5) 不祥事再発防止計画の進捗について

- (6) 組合員の加入及び脱退の状況について
- (7) 相談・苦情等の対応状況について
- (8) 事務ミス等の発生状況について
- (9) マネー・ロンダリング及び反社会的勢力等との取引排除にかかる対応状況について
- (10) 令和2年度第3四半期の自店検査結果について
- (11) 貸出金等の査定結果について
- (12) 余裕金の運用状況及び第4四半期の運用計画について
- (13) 理事に対する信用供与取引結果について
- (14) その他
  - 1. 新型コロナウイルス感染者との接触について
  - 2. 新型コロナウイルス感染症対策について
  - 3. 令和2年度常勤役員行事一覧について

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。

## 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）

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

キリトリ線



※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。



広報おおぞら

2021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

# 遊休資産の処分を行います

【土地（更地）】 営農または住宅での使用に限ります。

所在地		備考
登記地目	面積	
鳳珠郡能登町字笹川口-50他		旧笹川給油所跡地
田	709.00㎡	
輪島市門前町道下101-1-24		旧諸岡資材倉庫跡地
宅地	1,542.03㎡	

【建物】 営農施設での使用に限ります。

所在地			備考
建物	延床面積	敷地面積	
鳳珠郡能登町字瑞穂10-136			旧瑞穂資材倉庫
木造平屋建	247.50㎡	462.00㎡	

※敷地は、賃借地のため別途契約が必要となります。

— お問い合わせは、JAおおぞら本店総務部 —  
(☎0768-52-3800) まで



## 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			

門前町 Tさんの家族

リクくん (オス・チワワ・9歳)  
人懐っこくて甘えん坊です★

お風呂タイム♪

ペット  
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。

← 動画はこちら

随時掲載  
します!

## ペット お宅の家族紹介しませんか?

料金受取人払郵便

穴水局 認  
承 認

2

郵便はがき

9 2 7 8 7 9 0

差出有効期間  
令和3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

総務部総務課 行

〒

住所

ふりがな

名前

歳

電話番号