

広報

おとどけます 地域と人へ夢のせて

おおぞら

残暑お見舞い
申し上げます



2021 ○ VOL. 315

今年も暑いね



人・夢・未来・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！
@aohzora



JAおおぞら

検索

表紙：トトロ岩（門前町）

産地から元気をお届け

こんにちは！おおぞらさん！

能登町字 (能都支店管内)

なかやま

中山

よしなる

善生さん(73)

れいこ

礼子さん(73) ご夫妻

今月のおおぞらさん

今月は、ご夫婦で農家民宿を営みながら、稲作、青果物の栽培にも精をだしておられる、中山さんを訪問させていただきました。中山さんの農家民宿「ぜんべ」は、春蘭の里という能登町及びその周辺に存在する農家民宿群の一軒です。取材させていただいたこの日もソフトテニスの北信越イン



ご夫婦で営んでいる
農家民宿「ぜんべ」

ターハイの競技開催の前日ということで、選手の方が宿泊に来る直前の非常にお忙しい時間の合間を縫っていただき、たくさんのお話をしてくださいました。思わずじっと眺めてしまう、美しい里山の田園風景。その中で、父親の代から受け継いだ水田で、能登ひかり、コシヒカリを

栽培、さらに菜園では金糸瓜がたくさん、美しい実をつけていました。ほかに、冬瓜、白ゴーヤ、ロロンかぼちゃ、無臭ニンニクといった珍しい野菜、栽培が難しいといわれるキウイフルーツも見事な柵木に豊富な果実を实らせていました。

水稻に菜園、農家民宿とご苦労も多いのでは、と伺ったところ、「田圃は子供のころからずっとやってきました。防除も一人でやってしまいます。圃場の水管理に関しては、水がいか所にしか溜まらない形状なので大変です。均等に行き渡らせるため、オリジナルのナイロンをホースにして圃場の真ん中までもって行く。そしてパツと手を放す。そうすると圃場の真ん中までうまく水を持っていくことができます。要領も大事ですが、何においても頭を使って工夫し、手間をかけてあげること。」

そう言って、繁茂したキウイフルーツの枝葉を指して「このように☺️」と笑顔で教えて頂きました。暑い中、畑の作物ひとつひとつ、圃場まで快く案内してくださり、本当に楽しんで農業に取り組んでおられることが伝わってきました。

田圃の畔で、「毎年、稲作体験をするため、都会から子どもたちがやってきます。団体によって異なる時期に来て刈り取りするので、夏と秋に収穫が体験できるようにあえて早生と中生を作っています。」と青々と育った早生の稲穂を見せてくださいました。

夏に増える痛風発作

「農作業の後の冷たいビールが最高」という人も多いでしょう。さらに「仕事の後の酒が楽しみだから夕方は水分摂取はしない」という人もいそうです。しかし、特に夏は痛風発作を起こしやすいので要注意です。

痛風は、足の親指などの関節が痛み「風が当たっても痛い」ほどの激痛が病名の由来です。

痛風の原因になりやすいのは血液中の尿酸が多過ぎる高尿酸血症です。高尿酸血症は、尿酸が多く作られる場合と、腎臓からの尿酸の排せつが不十分なときに起こります。

尿酸値は、人間ドックや健康診断などの血液検査で調べている場合が多いので、尿酸値が高いかどうか確認しておきましょう。高尿酸血症の原因は、一般的に生活習慣の乱れが関わりがちです。多量の飲酒、特にビールの飲み過ぎは高尿酸血症の原因になります。ビールなら大瓶1本まで、日本酒でも1合まででやめておくことをお勧めします。

また、肉類や魚など動物性食品を好み過食であり、肥満であることも高尿酸血症を起こしやすくなります。特にプリン体を多く含むビールをはじめとするアルコール、レバーなど動物の内臓、魚の干物、カツオやイワシなどは食べ過ぎず、肥満者は減量をしましょう。もちろん状況や高尿酸血症の程度によっては、内服薬での治療も必要になります。

また、夏の農作業やスポーツなどで汗をかいて脱水状態になると、高尿酸血症が起こりがちです。健診時の尿酸値は正常範囲内であっても、脱水で一時的に高尿酸血症になると痛風発作を起こすことがあります。

日頃から尿酸値を上昇させるような食生活は改め、飲酒は控えめに、汗をかくときは小まめに十分な水分摂取を行い、痛風発作を予防したいものです。ただし腎臓疾患や心臓疾患などで、水分摂取を制限されている人は主治医に相談してください。



健康科学アドバイザー・福田千晶

菜園で育てている野菜たち。
▼収穫後は、礼子さんが腕をふるい、民宿の食卓に並びます



▲「ここは稲作体験用の田んぼだよ」と中山さん

ご夫婦の会話も小気味よく、終始楽しく取材させていただきました。いろいろなことがあって、大きな病気も経験したが、何とか乗り越えてきた、と善生さん。ご夫婦笑顔で支えあっていることがお元気の源ではないかと感じさせるお話しぶりでした。

最後に、元経済連の職員であられた善生さんから、職員にも励ましのお言葉をいただきました。お忙しい中、お話を聞かせていただきありがとうございました。

まだまだ暑い日が続きます。これからもお体に気をつけて、楽しく里山を守っていきましょう。

編 ともやま話

2021
8
vol.315

今月は、門前町大泊にある**つるぎしごんげんいわ**、通称「トトロ岩」が表紙です。観光地でも有名な場所ですね。権現岩だけに、神様のイタズラでこんな形になったのでしょうか。目玉を付けるとほっこりしますね😊
今年も残暑厳しい年となりそうです。



体調には十分注意して、何とか乗り切りたいですね😊

無人ヘリ・
ドローン防除実施

7月27日(火)から8月12日(木)、管内50地区にて水稻航空防除が行われました。

昨年度からドローン・パイロット部会が設立され、農業用無人ヘリコプターと併せて、ドローンによる防除も実施されました。

航空防除は、作業の省力化や集落一斉防除により効果を最大に引き出していることが評価されており、令和3年度はヘリコプターで延べ626.7ha、ドローンで74.8haの水稲圃場に散布を行いました。



動画は
コチラ

中学生が
職場体験

夏休みを利用して、7月27日(火)から28日(水)にかけて輪島中学校の2名の生徒さんが、能登おおぞら村輪島の職場体験に参加しました。

店員に教わりながらレジを打ち込んだり、シール貼りや、袋詰め作業などのお手伝いをしてもらいました。



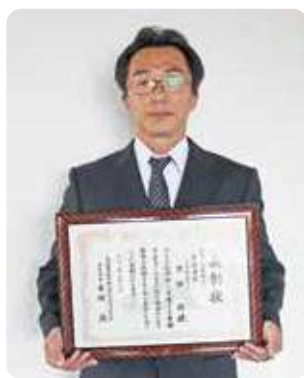
来店されたお客様に「頑張つてね!」と声を掛けてもらいながら、職場体験を終えた生徒の皆さんは、「想像以上に、レジ打ちや接客などが難しかった。」と話していました。

農機コンテスト
で黒田が最
優秀賞

年間の販売台数や整備実績を競うJA農機コンテストが行われ、東部農機センターの黒田修が令和2年度JA農機セールスコンテストの総合台数部門で最優秀賞を受賞しました。

また、黒田は他にも推奨型式部門とクボタ銘柄部門で第2位を受賞。同じくセールス部門の優秀賞には、町野農機センターの徳田啓一、整備コンテストでは門前農機センターの竹中俊之が敢闘賞を受賞しました。

今後もお客様サービスの向上に努めて参りますので、引き続きのご利用宜しくお願い致します。



▶ 最優秀賞を受賞した黒田

優績で
LA4名が表彰

昨年度の共済事業において、県下JAで優秀な成績を修めたLA(ライフアドバイザー)の表彰式が、7月6日(火)にホテル日航金沢にて開催され、当JAでは、4名のLAが表彰されました。

※()内は昨年度の所属店舗
★全国表彰 竹内 瞳(門前支店)
〈県下優績〉

◎金 賞 竹内 瞳(門前支店)
◎銅 賞 池浦直美(町野支店)
◎新人賞 高林明雄(門前支店)

池浦直美(町野支店)
坂下一也(門前支店)
池浦直美(町野支店)
高林明雄(門前支店)
今後、お客様により良い提案が出来る様努めて参ります。



▲ 前列左から池浦、竹内
後列左から高林、坂下

能登地区JA 合併だより 第7号

「能登地区JA合併推進協議会」では現在、事業ごとに「専門部会」を設け、検討を進めています。総務部門で検討を進めている、合併JAにおける重点取組事項の一部を、以下のとおりご報告いたします。

組合員・地域との接点づくりの強化

合併により、県内での最大規模のJAが誕生します。大規模JAにおいては、組合員の意思や意見を事業運営に反映するための取り組みがより重要になることから、以下の組織・制度を導入することを予定しています。

地区運営委員会の設置：地域の様々な意見をJA事業に反映するために支店や直売所等、地域の拠点となる場所の活性化策の検討や、JA事業運営にかかる意見交換を行うための組織として、地区運営委員会を地域ごとに設けます。

地区運営委員会は、総代代表者のほか、担い手農家、組合員組織の代表者等から構成し、地域の様々な課題やニーズを事業運営に反映するための組織とします。



モニター・アンケート制度の導入：組合員や事業利用者の意見を伺うために組合員や事業利用者の率直な意見や要望を把握し、JA事業運営の改善に繋げるために、モニター制度やアンケート制度を導入します。

モニター制度は、事業利用者からモニターを公募し、JA店舗・事業を利用いただいた感想や意見等について定期的に回答いただく制度です。事業利用者である准組合員を対象としたモニター制度の導入も含めて、検討を行います。

アンケート制度は、広報誌等を活用し、組合の事業運営等について広くご意見を伺う制度です。合併後のJAの取組や、今後のJAの事業展開に関する項目も含めて、ご意見を伺うことを計画しています。



職員の人材育成の強化

新JAにおいては、事業活動を通じて、組合員・農業・地域活性に対して最大の奉仕をするために、やる気と創意工夫にあふれた人材の確保・育成を推進します。これにより、活力ある職場・JAの実現を目指し、これからの能登を盛り上げる拠点としていきます。

新JAで行う人材育成強化策

- ・「創意工夫にあふれる職員や、努力を惜しまない職員」が報われる人事制度の設計
- ・現在の3JAのノウハウを共有化できる人事制度策の検討
- ・職員の資格取得の奨励
- ・「能登の農業・地域を盛り上げる人材」の確保を目指した、採用活動の強化

上記内容も含めた新JAの姿については、今後、広報誌や説明会でのご案内を行う予定としていますので、今後とも格段のご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。



南瓜を市場へ出荷してみませんか？

J A おおぞらでは、穴水町平野の選果場にて7月22日(木)より今季の南瓜の選果が始まっています。

農家さんから集荷してきた南瓜は、風乾・選別・箱詰めした後、主に京阪神の市場へ出荷されています。

関西の方では、能登の南瓜はとても人気があり、ブランドとして定着しています。

現在 J A おおぞら南瓜部会は64名の生産者の方々が在籍しており、昨年の実績として、夏冬合わせて276トンの出荷、約6,100万円の販売高となっています。

始めは少量出荷でも構いません。各支店で栽培指導もしていますので、能登の南瓜を市場へ出荷してみませんか？

詳細は、最寄の支店営農窓口へお越し下さい。



平野選果場

出荷待ちの南瓜

9月より！
直売所で
“営農相談”
受付けます
!!!

これから
何を植えれば
いいの？

こんな時
どんな薬
やればいいの？

作物がうまく
育たないん
だけど…。

など…

私がお答えします！



しんたに りゅうたろう
新谷 竜太郎

営農に関する**疑問・質問**など、お買い物ついでにお気軽にご相談下さい。

相談日

お問合せ先

毎週

水曜日：能登おおぞら村穴水

月曜日：能登おおぞら村輪島

能登おおぞら村穴水 ☎52-3810

能登おおぞら村輪島 ☎23-4500

時間

9:00~16:00

※的確にお答えしたいため、お電話での
ご相談はご遠慮下さい。

産米の検査について

- ①年産②銘柄③生産者の氏名④生産者の住所
⑤品種名を黒マジックまたは、サインペン等で記入！

① 検査証明書		検査人、包装及び仕入れの 事項を証明する。 おおぞら 農業協同組合
令和 3 年産	水稲うるち玄米	
銘柄 石川県産	②	
正味重量規格 30 kg		
皆掛重量 30.5 kg		

検査請求者記載欄

③ 検査請求者

住所 石川県鳳珠郡穴水町 ④

代理人 おおぞら農業協同組合

住所 石川県鳳珠郡穴水町大字大町ほの95番地

生産地 石川県鳳珠郡穴水町

品種名 (⑤)



紙袋の記入方法

紙袋については年産、銘柄、
生産者の氏名（生産者名は登
録してある氏名）・住所、品
種名を黒マジックまたはサイ
ンペン等で記入して下さい。
(鉛筆又は赤書等はしないこと)



正規の 包装荷造りの仕方

記載重量と実重量は
必ず一致すること。

**皆掛重量
紙袋 30.5 kg**

紙袋の包装は規定の通り正
確に荷造りしないと積荷がく
ずれる原因となりますので、
注意して下さい。

1 米を規定量目（皆
掛重量 30.5 kg）
入れ、紙袋の口を一直
線に揃えます。



2 袋口を裏側へ（紐のついている面が裏、印刷
してある方が表）折巾 3 cm ずつ 3 回きちんと
折り曲げ、さらに 4 回目を下の写真のように折り
曲げます。



3 折り曲げたら両端から 10 cm の部分に緑色の
折曲線がつけてありますから、その線からそ
れぞれ内側へ折り曲げて下さい。

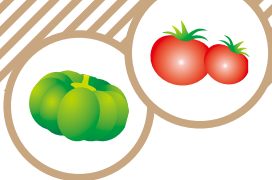


4 口紐を真結びにす
るとき、二本の紐
を 2 回からませてから
結んで下さい。



5 真結びが完了しま
すと写真のような
姿になります。





栽培のポイント

ニンニク作りを成功させるには、肥沃で排水がよく、耕土の深い土壌条件が必要です。栽培を予定している畑には早めに堆肥をじゅうぶん施し、石灰をまいてよく耕し、準備するようにしましょう。

種子は採れないので、地元の種苗店でよい種球を早めに買い求めましょう。地域により適品種が異なり、寒冷地ではおもに『ホワイト六片』、温暖地では『上海早生(しゃんはいはせ)』がお勧めです。

マルチは早めに、畑が湿っているときに敷いておきます。植えつけ後の管理は比較的楽ですが、1球から2芽以上伸びてきたら、1芽残してかき取り、とう立ちしたら、かならず適期に摘み取りましょう。

6 わき芽かき

分球し、芽が2本伸びた株があれば1本を取り除く



残す側の根元を押さえてかき取る

7 花蕾(とう)摘み



春になり、とう立ちして、葉の先端より長く伸び出たら、つぼみを早めに摘み取る。摘み取ったつぼみは食べられる

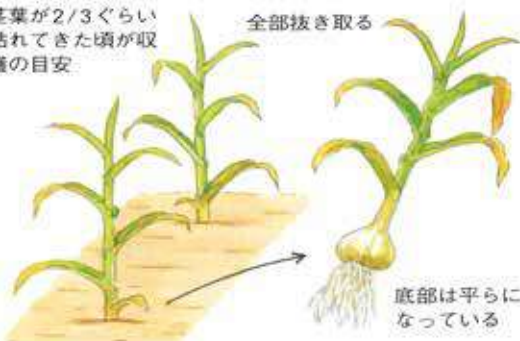
8 収穫



球がじゅうぶん肥大したら、葉が青くても適宜抜き取り利用してもよい

茎葉が2/3くらい枯れてきた頃が収穫の目安

全部抜き取る



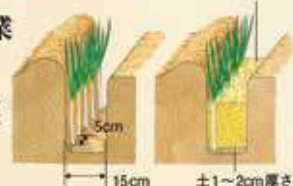
底部は平らになっている

いたぎ農園便り 8月

根深ネギの植えつけ作業

春まきのネギ苗は7月に入ると急に生育が進みます。鉛筆の太さ以上になったら本圃に植えつけです。暑いさなかでの作業はたいへんですが、植え溝は畝幅で側面を垂直に掘り上げます。そして、植え溝の側面に立て掛けるように、大、中と大きさをそろえた苗を

苗はできるだけ垂直に植える



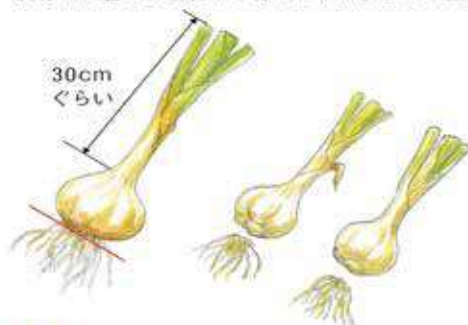
5cm間隔に植えつけます。そのあと、まず細根が埋まるように1~2cm厚さに土を入れてから、防乾と倒伏防止のために植え溝に

防乾材(稲わら、干し草など)

つばいに稲わらや干し草などを入れます。植えつけ時には肥料は与えず、秋風が立ってネギが伸びだしたら追肥を始めます。

9 収穫後の取り扱い

抜き取ったらすぐに茎葉を30cmぐらい残して切り、根も切り落としてそのまま畑で2、3日乾かす。根切りが遅れると硬くて切りにくくなるので注意



10 貯蔵



茎葉を10cm程度残して切り取り、7~10球ずつ束ねて、風通しのよい軒下などにつるしておく



小球は網袋に入れてつるしてもよい



怪奇小説の主人公ドラキュラは、ニンニクと十字架が大嫌い。襲われたらニンニクをかざすと難を逃れられるとか。ヨーロッパでは数珠つなぎにしたニンニクが玄関や店先に飾られているのをよく見かけます

家の光2017年8月号より



JAの自動車共済

自賠責に
加入できない

トラクター等

最高速度/時速35km未満

万一の事故に備えよう!

事故ケース(例)

ケース1 道路走行中に、
あやまって他人をはねて
ケガをさせてしまった。



ケース2 道路走行中に、
自動車との衝突事故を
起こしてしまった。



ケース3 農作業中に横転し、
運転者が下敷きになり
ケガをしてしまった。



農耕作業用小型特殊自動車(トラクター等)は自賠責共済(保険)に加入することができません。
ケース1のように自動車事故により他人を死傷させた場合、高額な損害賠償責任を負うことになる恐れがあります。

共済期間12か月の新規契約

年齢条件 年齢を問わず保障

等級	6D等級(事故有係数適用期間 0年)
対人賠償	無制限
対物賠償 (対物超過修理費用保障有)	無制限(免責0万円)
人身傷害保障	3,000万円 被共済者限定特則
傷害定額給付保障	死亡:1,000万円(標準型) 被共済者限定特則
割引	自動継続割引

基本プラン

共済掛金(一時払)

11,380円

※令和3年4月現在の共済掛金です。

『季節農業用自動車保障特約』を付加すれば、
所有・借用する農業用自動車をまとめて保障します!

平成30年4月から対象となる農業用自動車の範囲が広がりました。



○保障対象となるのは、所定の植付機・収穫機・農業用薬剤散布車に限ります。

○対象となる農業用自動車にかかる対人・対物賠償と自損事故(傷害)(※)を包括的に保障します。

※自損事故(傷害):対象の農業用自動車による単独事故(電柱・家屋等に衝突、転落等の事故)で、対象となる農業用自動車の運転者または保有者が死傷し、自賠責共済(保険)等で共済(保険)金が支払われない場合に共済金をお支払いします。

おすすめプラン(特約付)

共済掛金(一時払)

15,260円

※令和3年4月現在の共済掛金です。



詳しくは、最寄の支店にお尋ねください。

JA-SS

JA-SSで
QR決済
利用できます！

各種**QRコード決済**が
ご利用いただけます！

ご利用可能な決済サービス

PayPay

LINE Pay

d払い

Pay

au PAY

微信支付
WeChat Pay

支 支付宝
ALIPAY

※一部対象外店舗がございます。
詳しくは最寄りのJA-SSに
お問い合わせください。



QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

いつでもどこでも

手

軽

に

体

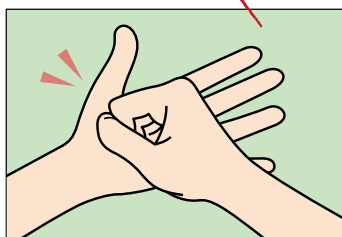
操

手指体操

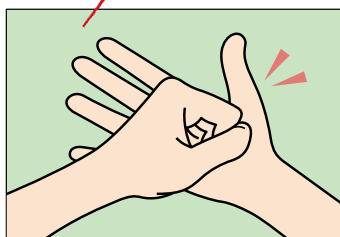
「手のひらたたきで眠気を解消」

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

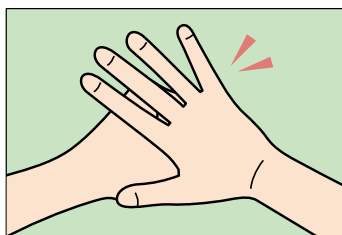
手のひら、
こぶしを続けてたく



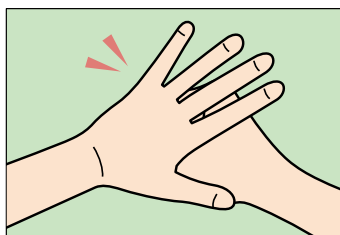
①右手のこぶしで、左手のひらをたたきます。



②左手のこぶしで、右手のひらをたたきます。



③右手のひらで、左手のこぶしをたたきます。



④左手のひらで、右手のこぶしをたたきます。以上の①～④の体操を続けて繰り返します。

※決して無理をせず、出来る範囲で行って下さい。

仕事や運転中に、いつの間にか眠気に襲われて……。そんな経験がある人は少なくないでしょう。日中の急な眠気は、集中力が低下して仕事の効率もダウンします。特に夏の暑さは自律神経に負担をかける要因になり、眠気や集中力の低下を招きやすくなります。

そんなときの対処法として、手のひらたたき体操をお勧めします。どちらがグーかパーか、どちらの手でたたくか、瞬間的に使い分ける運動能力が身に付いていきます。一見シンプルな体操ですが、集中力が必要で、脳への刺激も期待できます。

いつでもどこでもすぐにできる体操なので、覚えておくと便利です。ぬるめのお風呂、質の良い睡眠、栄養バランスの取れた食事を腹八分目など、生活習慣を見直すことも夏の暑さに負けない秘訣（ひけつ）です。

ポイント▶最初はゆっくりで構わないので、「イチ、二、サン、シ」と声に出しながら正確に行いましょう。3回ほどスムーズに繰り返せるようになったら、少しずつスピードを上げましょう。



法務局の出前講座

相続登記、遺言書の保管制度、法定相続情報証明制度など、
法務局の職員が地域の皆さまに分かりやすくお話しします。

職場や町内会などでの勉強会・研修会など
お気軽にご利用ください。

※ご希望の日時で調整させて
いただきますが、業務の都合上、
ご希望にそえない場合もあります。

無料です!

お問い合わせはこちらまでどうぞ。
金沢地方法務局（担当 篠田・水江）
☎076-292-7811 又は7846



遺言書ほかんガルー

おおぞら文芸

◆磯笛の会（輪島支店管内）

磯笛主宰

新橋 知子

青田風転がるやうに迫りくる

杉平町

池田 次郎

密やかに花南天のこぼれをり

河井町

上野百合子

空蟬や愁ひやどせり埴輪の眼

名舟町

桶師 由夫

陰干しの十葉句ふ峽の庭

鳳至町

柿本よし治

たまゆらの瞬きありぬ梅雨の星

河井町

角 捷子

夕涼み段に腰掛け密談す

河井町

金井 祥子

露深し一文字滲む便りかな

小伊勢町

新橋 知子

緑陰の風なぞりゆく文学碑

石休場町

中宮 章子

梅雨に入り寡黙な日々の続きをり

小伊勢町

西田富美子

◆投稿作品

雨の朝百合のつぼみにカタツムリ

岡須美重子

病みてより離ればなれの生活に夏風を背に我はたたずむ

立岩 昌子

立ち葵窓の高さで咲き終る

新田 幸子

夢の中親子で渡る天の川

平下 友子

ほろ苦き山椒佃の味初夏便り

安原 弘子

西日まで懐かしきかなふるさととは

小田 慶喜

毛虫這ふ道に園児ら立ち止まり声掛けている青空の下

小田 和子

短冊に願いをこめて笹に付け楓の家の七夕まつり

今岡きよ子

蚕豆よ早く下向け 酒の具に

横道 宏子

※注釈 蚕豆は、空に向かって実をつけます。実が完熟すると下向きになります。

前川 公子

家拳りて花火線香踊りけり

佐藤 佳子

クチナシの真白き花に魅せられて
定植してから早や三十年

※投稿される方は、句や歌の漢字にフリガナをお願いいたします。



コマツナとひじきの そうめん炒め

2014年家の光4月号より

材料 (2人分)

そうめん…1束 | コマツナ…1/4束
(約50g) | 芽ひじき(乾物)…5g |
ゴマ油…小さじ2 | 麵つゆ(スト
レートタイプ)…大さじ3 | 削り節
…少々 | 梅干し…1個

作り方

- 1 芽ひじきは水でもどし、水けを
しっかり絞る。コマツナは1cm
長さに切る。
- 2 そうめんは少しかためにゆで、
流水でもみ洗いし、ざるに上げ
て水けを切る。
- 3 フライパンにゴマ油を中火で熱
し、①を入れてさっと炒めたら、
②、麵つゆを加えてかるく
炒め、味をなじませる。
- 4 器に盛り、削り節をのせ、種を
除いて果肉をほぐした梅干しを
のせる。



ズッキーニの 甘酢漬け冷めん

2018年家の光7月号より

材料 (4人分)

ズッキーニ(緑・黄)…各1本
(400g) | そうめん…8束
(400g) | A【しょうゆ・酢…各
大さじ2・1/2 | 砂糖・ゴマ油…各
大さじ1 | 鶏ガラスープの素
(顆粒)…小さじ1 | トウガラシ
(小口切り)…1/2〜1本分】 |
B【タマネギ(薄切り)…1/2個
分(100g) | ツナ缶…小1缶
(70g)】

作り方

- 1 ズッキーニは両端を切り落
とし、長さを4等分し、7
〜8mm角の棒状に切る。
- 2 ボウルに水大さじ3とAを
入れてよく混ぜ合わせる。
- 3 耐熱皿に①のズッキーニを
並べ、ラップを掛けて電子
レンジ(600W)で2分加熱
する。熱いうちに②のたれ
に入れてBを加え、20分以
上つけこむ。
- 4 そうめんはゆでて流水でよ
くすすぎ、水けを切る。
- 5 器にそうめんを盛り、③を
つけ汁ごとかける。

ツナのそうめん 寒天しし

2014年家の光4月号より

材料 (14×11×高さ4cmの流し缶1台分)

そうめん(緑・赤・黄麺)…各1/4束 |
棒寒天…1/2本 | 粉ゼラチン…小さじ
1/2 | ピーマン…1/2個 | ツナ缶…小
1/2缶 | 麵つゆ(ストレートタイプ)
…50mL

作り方

- 1 寒天はたっぷりの水に1時間以上
つけてふやかし、水けを絞って細
かくちぎる。ゼラチンは大さじ1
の水でふやかす。
- 2 そうめんは色ごとに別々に少しか
ためにゆで、冷水でもみ洗いし、
ざるに上げて水けを切る。
- 3 ピーマンはへたと種を除き、縦に
細く切る。熱湯でさっとゆがき、
水に放してざるに上げる。
- 4 鍋に水300mLと寒天を入れて火に
かける。溶けたらゼラチンと麵つ
ゆを加えてよく混ぜ、火を止める。
- 5 流し缶を水でぬらし、ゆでたそう
めんを彩りよく入れ、汁けを切っ
たツナ、ピーマンの順にのせる。
- 6 ④の寒天液を静かに流し、あら熱
を取って、冷蔵庫で冷やし固め
る。固まったら四角く切って器に
盛る。

メモ/そのまま食べるか、からし酢み
そ、マヨネーズなど、好みのものをか
けて食べる。



揚げそうめん カレー風味あんかけ

材料 (2人分)

2014年家の光4月号より

そうめん…2束 | 豚薄切り肉…100g | 干し
シイタケ…2〜3枚 | タマネギ…1/2個 | ニ
ンジン…1/4本 | キヌサヤ…8本(約25g) |
A【固形スープの素…5g | 酒…大さじ1 | 薄
口しょうゆ・カレーパウダー…各大さじ1/2
| 塩…小さじ1/2 | かたくり粉…小さじ2 |
サラダ油・塩…各適量

作り方

- 1 干しシイタケは水でもどしておく(もど
し汁は捨てずに取っておく)
- 2 そうめんを少しかためにゆで、流水でも
み洗いし、ざるに上げて水けを切る。皿
を2枚用意し、均等になるように薄く広
げる。
- 3 油を160℃に熱し、皿を傾けながらそう
めんを滑り込ませる。箸で形を整え、そ
うめんがかたくなってきたら裏に返し、
からりと揚げ、油を切る。残り1枚も同
様に揚げる。
- 4 豚肉は2cm幅に切る。干しシイタケはい
しづきを除いて薄切り、タマネギは繊維
に沿って薄切り、ニンジンは短冊に切
り、キヌサヤはすじを取って塩少々を加
えた湯でゆでる。
- 5 フライパンに油少々を熱し、豚肉を炒める。
シイタケ、タマネギ、ニンジンを加えて
炒め、A、水300mL(シイタケのもどし汁
と合わせて)を入れて少し煮る。仕上げ
に同量の水で溶いたかたくり粉を回し入
れてとろみをつけ、キヌサヤを加える。
- 6 器に③のそうめんをのせ、⑤のあんをか
ける。

モナ・カサンドラの

あなたの運勢☆9月



牡羊座

3/21~4/19

【全体運】スムーズに進まずイ
ライラしがち。解決の糸口はコ
ミュニケーションにあります。
相手の話に耳を傾けて

【健康運】神経質に考え過ぎず
香りの良いお茶でリラックス

【幸運の食べ物】ブドウ



牡牛座

4/20~5/20

【全体運】好調です。駄目もと
でやってみるくらいの気持ちが
幸運を引き寄せます。問題は創
意工夫で乗り切ってニコリ

【健康運】間食は控えめに。野
菜たっぷりの食事が◎

【幸運の食べ物】ジャガイモ



双子座

5/21~6/21

【全体運】壁に当たりながら進
むことになりそうですが後半は
上昇！困ったときは相談を。助
けてくれる人が現れます

【健康運】軽いストレッチが凝
りの予防に効果的

【幸運の食べ物】サラダカラシナ



蟹座

6/22~7/22

【全体運】友人との会話でいい
ことを思い付きそう。SNSでの
やりとりも◎。趣味の時間を多
めに取ってリフレッシュ

【健康運】予定は前半に詰め込
み後半はのんびり

【幸運の食べ物】ルッコラ



獅子座

7/23~8/22

【全体運】買い物を楽しむ月で
す。下調べを入念に。お気に入りの
逸品が手に入りそう。連絡
役を買って出るとツキがアップ

【健康運】栄養バランスが大事。
何でも少しずつ

【幸運の食べ物】マツタケ



乙女座

8/23~9/22

【全体運】活気にあふれ華や
か。リーダーシップを発揮し
て。周囲に気配りしつつ動けば
信頼と結果を手にできます

【健康運】体からのサインを見
逃さずケアは早めに

【幸運の食べ物】サトイモ



天秤座

9/23~10/23

【全体運】注目度がアップ。気
持ちは強く持ち堂々と対応する
と良い方向へ。おしやれを楽し
むのにも良い時期です

【健康運】疲れを感じたら頭や
足つぼをマッサージ

【幸運の食べ物】レンコン



蠍座

10/24~11/22

【全体運】人運に恵まれ良好
です。自分から人の輪の中に入
っていきましょう。リモートの
活用も吉と出ます

【健康運】友人との散歩や運動
は楽しく続けられそう

【幸運の食べ物】イチジク



射手座

11/23~12/21

【全体運】有言実行でいきま
しょう。目的をはっきりさせると
効率がアップします。時には
周囲を巻き込むのもあります

【健康運】頑張り過ぎは禁物。
休憩でリフレッシュ

【幸運の食べ物】アサリ



山羊座

12/22~1/19

【全体運】好調なスタートです
が後半は下り坂。優先事項を割
り出し前倒しで進めると好結果
に。後半は方向性を維持して

【健康運】前半はハードに動き
後半はのんびりが◎

【幸運の食べ物】レタス



水瓶座

1/20~2/18

【全体運】じっくり進めれば下
旬に大きな実りを得られます。
苦しいときこそプレずに前進
を。耳の痛い意見こそ重要です

【健康運】弱い部分を大切に。
無理しなければ安泰

【幸運の食べ物】セロリ



魚座

2/19~3/20

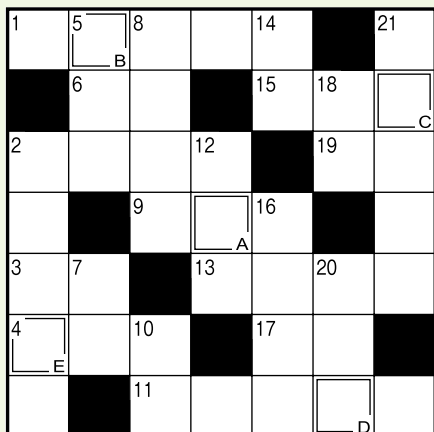
【全体運】怖がり過ぎてチャン
スを逃がさないように。失敗も
今後の糧になります。年長者が
あなたを導いてくれそう

【健康運】途中でバテないよう
ペース配分に留意して

【幸運の食べ物】カボチャ

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 鉱石を高温でドロドロにする装置。高炉とも呼ばれます
- ⑤ 川や池の土手のこと
- ⑦ 信号機で「止まれ」を示す色
- ⑧ 家屋を壊して新しく造り直すこと
- ⑩ 墨も料理に利用する魚介
- ⑫ 大きな魚はこの形でパック詰めされていることが多い
- ⑭ 令和3年の——の日は8月8日。国民の祝日です
- ⑯ ねぶた祭で知られる県
- ⑱ 「五七五七七」などの形式で作られます
- ⑳ 飛行機で人や荷物を運ぶこと
- ㉑ 井戸端会議中に楽しむもの

→ ヨコのカギ

- ① 最低気温が25度以上の夜のこと
- ② 寺子屋では字の——やそろばんを教えました
- ③ 地球の中心部にあります
- ④ 長良川で有名な伝統漁法
- ⑥ 親戚の——を頼って仕事に就いた
- ⑨ 高速道路のサービス——で一休みした
- ⑪ 親潮は千島——とも呼ばれます
- ⑬ 帰る客を玄関まで——に行行った
- ⑮ 力士が腰に締めます
- ⑰ 割、分、厘の次
- ⑲ 虫が入ってこないように布団の周りにつるします



クイズの正解者の中から抽選で12名の方に、「令和3年産 能登棚田米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

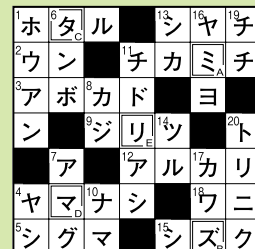
応募締切 令和3年9月15日（水） 必着

●当選者は10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。

6月号の答え『ミズタマリ』

◆クイズ当選者（応募総数116名）

新崎 弘子 様	窪田 正代 様
中村 栄子 様	井尻 桂子 様
寺二 實子 様	辻口 重夫 様
松井 弘子 様	山谷 里子 様
日南 貞子 様	上野志津江 様
牧 智美 様	谷口 順子 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

6月号への投稿より

- 「刈払作業のスズメ方」を見て、改めて気を付けなければと思いました。左足にどうしても負担がかかりました。今月脳トレも頑張りましたー！
- 町野町 R・H 73歳
- （編）刈払のコーナー好評で、やはり女性の方からの反響が多く、皆さんいつも苦勞されているんだなあと思います。今年も酷暑になりそうなので、休み休み作業してくださいね😊
- 暑くなると外仕事が多くなり、悩みは虫刺されです。防ぐ帽子、ネットの網など対策しますが、後で確認すると赤く虫刺されの跡が残っています。他の皆様はどんな対策や処置をしているのか教えてください。
- 金沢市 Y・S 64歳
- （編）いつもお便りありがとうございます。この時期は辛いですがね…皆さんの農作業時の虫刺され対策等またお便りで教えてください。知りたい方たくさんいらっしゃると思います！
- みんなのお絵描き版楽しく拝見しております。6月号の「うちの家族紹介します」に私の家のモモ（猫）が出まして、実物より写真の方がかわいらしくて喜んでおります。本当にありがとうございます。
- 穴水町 R・M 84歳
- （編）こちらこそ、その節は掲載にご協力頂きありがとうございます。可愛いくて癒されました😊モモちゃんにも宜しくお伝え下さいね😊
- JAおおぞらの合併は大変ですね。私達もだんだんと利用することがなくなってきましたね。なんか遠くに行ってしまうような気がして淋しいです。でも近くにある所を利用して淋しいです。で
- 門前町 H・K 73歳
- （編）淋しい思いをさせてしまい申し訳
- 1月に夫が亡くなってから、仏壇や遺影の前に飾るお花を買いに行きますが、季節の花を見ると、心もやわらぎます。普通の仏花も良いですが、たまには山野草や色とりどりの花も良いですね。いつもきれいな花を準備して頂いている生産者さん達に感謝致します。ありがとうございます。またよろしく願います。
- 輪島市 T・O 63歳
- （編）お盆が近づくとこれが仏花??と思うようなきれいな花も直売所に並びます。きつとご主人もいつも綺麗な花を用意してくれて喜んでいてと思います😊また引き続きのご利用宜しくお願いします。
- みんなのお絵描きコーナー。私は絵が本当にヘタなので、みんなの絵を見て感心しています。今年も各地のお祭りが中止で本当に寂しいですね。花火大会だけでも見たいものです。
- 輪島市 H・T 77歳
- （編）みなさん本当に絵が上手ですね。それぞれ個性があつて見るだけでも楽しいです。輪島大祭は今年も神事だけに寂しいので、寂しいですね😊
- 夏の気軽な料理で、梅を塩で漬けても農協のらっきょう酢を使えば、ふっくらして美味しいです。また試してみてもね。
- 能登町 M・K 73歳
- （編）美味しいレシビありがとうございます。また素敵なレシビご存じの方、お便りお待ちしております！



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。



穴水町 K・K 64歳



輪島市 A・G 79歳



輪島市 M・S 69歳



輪島市 K・Y 65歳



輪島市 M・T 64歳



輪島市 Y・N 59歳



輪島市 M・N 56歳



輪島市 C・T 12歳



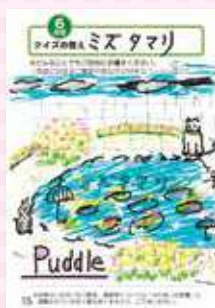
町野町 S・M 61歳



能登町 S・T 78歳



能登町 K・A 72歳



能登町 C・M 68歳



能登町 T・T 60歳



能登町 H・T 26歳



能登町 A・H 11歳

◆ お願い ◆
鉛筆は薄いので、ペンで描いて下さいね
m(ー)m

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)

[illegible]

キ・リ・ト・リ・線



(令和3年7月16日開催)

●報告事項

- 審議事項

第1号議案 理事の報酬について

第2号議案 解体処分工事の実施について

第3号議案 瑞穂地区解体工事にかかる指名競争入札の実施について

第4号議案 旧二俣ライスセンター機械設備撤去工事の実施について

第5号議案 遊休資産の売却処分について

第6号議案 出資口数の減少について

第7号議案 ディスクロージャー誌の発行について

第8号議案 令和2年度下期監事監査意見に対する回答について(案)

報告事項

(1) 令和3年6月末の各事業の実績について

(2) 不祥事再発防止計画の進捗について

(3) 組合員の加入及び脱退について

(4) 相談・苦情等の対応状況について

(5) 事務ミス等の発生状況について

(6) マネー・ロンダリング及び反社会的勢力との取引排除にかかる対応状況について

(7) 六水ライスセンター糶摺り機更新工事及びバケットベルト交換工事の入札結果について

(8) 固定資産の売却について

(9) 余裕金の運用状況及び第2四半期の運用計画について

(10) 地方公共団体等に対する信用供与について

(11) 理事に対する信用供与取引結果について

(12) 令和3年度第1四半期の自店検査の結果について

(13) その他

1. 令和3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。

※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」、「みんなのお絵描き版」等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8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)

発行人／代表理事組合長 藤田 繁信
編集／JAおおぞら本店 総務部総務課
印刷／株式会社アクセス金沢



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
ジュニア 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



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。

8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				

9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		

どしどし投稿
お待ちしております！

かい 海くん
(オス・トイプードル・9才)
トリミング行ってきました★
超怖がりだけど家では強気です(笑)
[町野町 Sさんの家族]

チーズちゃん
(メス・シーズー・9ヶ月)
撫でてもらうのが大好きな
甘えん坊です♪
[町野町 Yさんの家族]

ペット
うちの家族紹介します

※スペースの都合上、全て掲載できない場合があります。

ペット
お宅の家族紹介しませんか？

随時掲載
します！

料金受取人払郵便

穴 水 局
承 認

2101

差出有効期間
令和4年4月
15日まで

郵便切手は
いりません

郵便はがき

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