

広報 おおぞら

おとどけます 地域と人へ夢のせて



2021 ● VOL. 319



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！
@iaohzora



JAおおぞら

検索



表紙：白米千枚田あぜのきらめき（輪島）



今回は、若手農家の松林さんにお話を伺いました。

松林さんは、夏作で5 ha、抑制で2 haのカボチャを作付けしており、他にも白菜を2.5 ha、スイカを0.5 ha程作られています。

幼い頃から家の手伝いで、農作業をしていた松林さん。10年程前に、ご両親の跡を継ぐために勤めていた印刷会社を辞め、本格的に農業を始めたそうです。

「農業をされていて嬉しいことは、作っている作物が、たくさん収穫できた時や、品質の良い作物を収穫できたとき。あと、収穫した作物を近所の人や友人にあげた時に「美味しかった。ありがとう!」と感謝の言葉をもらった時です。」と松林さん。

その一方で、近年の天候の変化にはとても悩まされているんだとか。

「大変なことは、最近の天候の予測の難しさ。毎年梅雨の時期の雨は、しとしとの雨なら良いけど、豪雨だと困る。どこの農家もそうだと思うけど、夏の収穫期の暑さがキツイ…。どんだけ水分補給してもすぐに汗になって流れてしまうので…」と話していました。

変動が激しい天候に、ご苦労されているなか、毎日の早寝早起きが農

冬の「皮膚掻痒症」に 要注意

冬は空気の乾燥により、屋外での農作業中は皮膚が乾燥しがちです。特に高齢になると水分や皮脂の分泌が少なくなるため、乾燥による皮膚掻痒（そうよう）症が増えます。

肌の表面は皮脂膜により乾燥から守られ、さらにその下の角質層には、角質細胞間脂質と水分を保持する天然保湿因子が整っています。しかし、乾燥や加齢によって脂質や水分が失われると、皮膚を保護する機能が弱くなり、ほんの小さな外力でも刺激となつてかゆみを引き起こします。

皮膚が乾燥していると、本来は深部に位置しているかゆみを感じる神経が角質層まで伸びてくるので、わずかな刺激でもかゆみを感じるようになるのです。

乾燥によるかゆみの予防や対策として、屋外での農作業が終わったら、家の中では加湿器を使用して、湿度50%程度を目指し、室内の乾燥を防ぎましょう。

かゆみがあると入浴時に体をゴシゴシ洗いたくなりますが、強くこすると皮膚を守る皮脂膜が落ちてしまいます。熱過ぎる湯、ボディソープの大量使用、ナイロン製のたわしやタオルで洗うことなども、同様に皮脂膜が落ちてしまうのでやめましょう。入浴後は保湿剤を塗って乾燥を防ぎます。また、下着はかゆみを引き起こしやすい化学繊維より、木綿やシルクといった肌に優しい素材を選ぶと良いです。

激しいかゆみで苦痛が生じたり、市販の保湿剤を塗っても治らない場合は、皮膚科を受診してください。すでに治療中の病気のある人は、その病気がかゆみの原因になっていたり、薬の副作用で皮膚の異常が生じたりすることもあるので、主治医にも相談してください。



健康科学アドバイザー・福田千晶



▲カボチャの収穫作業中

業をする上で元気の素となっていると言います。

「早い時は、午前3時30分くらいに起きて仕事（農作業）をし、夜は午後9時くらいに子供と一緒に寝ます。あとは、毎日の作業が運動の代わりになるので、自然と健康になりますね。」と教えてくれました。

また、松林さんの趣味は、「最近行けてない」イカ釣り」と「農機具の展示会巡り」。色々な農機具を見て回るのが好きなのだそうで、これもまた、大変なお仕事をしている中での、活力の一つとなっているようです。

今後の目標は、カボチャの作付面積を5haから、最終的には10haまで拡大したいという松林さん。拡大するにあたり、法人化も視野に入れて

いるそうです。

最後に、新規就農を考えている皆さんと同じ農業で頑張っている皆さんへ一言ずつ頂きました。

「農業を始めると大変なこともたくさんあるけど、それと同じくらい良いこともたくさんあるので、新規就農する方には、挫けず頑張つて欲しいです！同業者の皆さん！これから野菜やお米で、もっと盛り上げて行きましょう！」

ありがとうございました。

農作業自体が、仕事のエネルギーであり、元気に働くための運動となっているパワフルな松林さん。これからも能登の農業のために、お身体に気を付けて頑張つて下さい。

編 よもやま話

2021

12

vol.319

12月号の表紙は、輪島市白米千枚田の「あぜのきらめき」です。毎晩このライトアップが始まると、県内外から多くの方が見物にいられていますよ★ライトアップは3月中旬頃までの予定だそうです。

今年もあつという間の一年。2021年も大変お世話になりました。皆さんにとってどんな一年でしたか？またお便りで教えてくださいね♪

2022年もJ A おおぞら共々広報おおぞらを宜しくお願い致しますm()m
よいお年を～(〇〇)／



町野文化祭で、
女性部生け花出展

毎年、町野地区の小中学生、地域の方々が参加し舞台発表や作品などを出展する「町野地区文化祭」が、10月31日(日)に開催されました。

会場には、JAおおぞら町野女性部の生け花サークル「花遊会」のメンバー8名が、生け花を出展しました。

今年のテーマは「身近な花材を生かした生け花」ということで、型にとらわれず、個性を尊重した自由な表現を楽しんで生けた作品だそうです。色とりどりの個性豊かな花たちが並び、来場した方々を楽しませていました。

無人ヘリ・ドローン
パイロット部会開催

11月17日(木)に無人ヘリコプター防除協議会とドローンパイロット部会の会議が本店で開催されました。

今年は、梅雨明けが例年よりも早く、7月下旬から8月上旬と高温が続き、カメムシが平年より多く捕獲されました。能登ひかりの収穫時期は前年並みでしたが、コシヒカリは倒伏により収穫作業が遅れ、収穫終期は前年より8日程度遅くなりました。

今年度の防除実績として、ヘリコプターで50集落へ627.7ha、ドローンで、34集落へ114.3haに散布を行いました。

世界農業遺産
国際会議 開催

「能登の里山里海」が、2011年に世界農業遺産に認定され、10年の節目となったのを記念し、七尾市和倉温泉「あえの風」で、「世界農業遺産国際会議2021」が11月25日(木)～27日(土)にかけて開催されました。

この会議は、認定10年を機に「能登の里山里海」における取組みや成果などを国内外に発信する国際会議です。

当JAの藤田組合長は、「能登の里山里海」地域のパネリストの一人として、「能登棚田米」や「奥能登直行便」などの取組みを発表し、他の参加者の皆さんと様々な意見を交わしました。



下期事業推進キックオフ大会 開催

11月12日(金)に下期事業達成に向け、職員の団結を図ろうと「令和3年度下期事業推進キックオフ大会」を本店4Fホールで開催しました。

初めに藤田組合長が挨拶した後、各部からJAカードや自動車共済、車検などの取組み発表が行われ、その後各支店から取組方針の発表となりました。

例年は各部・支店の所属長が発表していましたが、今回はすべて一般職員が発表しました。発表者は終始緊張した面持ちでしたが、最後は役職員全員で、事業達成に向けガンバロウ三唱をし結束を強めました。



令和4年1月4日

能登北部JA農機センター

オープン!!

J Aおおぞら、J A内浦町、J Aすずしの7農機センターを統合した「能登北部JA農機センター」が、令和4年1月4日(火)にいよいよ稼働致します！能登北部地区における農機事業の核として、農家・組合員の皆さまのご要望に沿えるよう努めて参りますので、ご利用の程宜しくお願い致します。



営業時間 (平日) 8時30分～17時

定休日 土・日・祝

※なお農繁期は、土日祝日も営業します。

住所：輪島市三井町洲衛へ1-1

TEL:0768-26-1008 FAX:0768-26-1009

来年から、農機のサービスカーが管内を走ります。ご不便をお掛けしないよう努めますので、皆さまのご利用お待ちしております。

J Aすずし、内浦町、おおぞらの3JA7か所の農機センターが統合した、「能登北部JA農機センター」が輪島市三井町に建設されました。その完成を祝い、竣工式が11月27日(土)に現地にて開催されました。

石川穴水町長、梶輪島市長をはじめ、西沢JA県中央会会長ら関係者が出席し、祝辞を述べた後、藤田組合長の発声で乾杯をしました。

新しい農機センターは、令和4年1月4日(火)から稼働予定です。おおぞら管内では、門前・町野農機センターのみ、1月以降も現行どおり営業します。

能登北部JA農機センター竣工式 開催





国産消費国



国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産



【今回のテーマ】

農業は食料を生み出す以外に
どんな役割があるの？

農業は国土や多様な生態系を守る
など、「農業の多面的機能」という
重要な役割も果たしています。



農業の多面的機能



農林水産省 (https://www.maff.go.jp/j/nousin/noukan/nougyo_kinou/img/zentai02.jpg) の図を加工して作成

田んぼや畑があることで、中山間地域などでは川の洪水や土砂崩れを防ぎ、市街地や都市では気温上昇を抑え、災害時の防災空間になるなど、多くの機能を発揮しています。さらに、多くの生きもののすみかになり、また、美しい景観を生み出しています。

「農業の多面的機能」は中山間地域や都市部を問わず、私たちの生活にいろいろな恵みをもたらしています。この機能を次の世代につないでいくためにも、「国産国産」を進めていくことが重要です。



耕そう、大地と地域の未来。



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
令和4年1月22日(土)	穴水支店	9:00～12:00
令和4年1月20日(木)	門前支店	13:00～15:30
令和4年1月15日(土)	輪島支店	9:00～12:00
令和4年1月20日(木)	町野支店	9:00～12:00
令和4年1月26日(水)	能都支店	9:00～12:00
令和4年1月19日(水)	柳田支店	9:00～12:00

【連絡先】

□住所 〒927-0026

鳳珠郡穴水町字大町ほの95

□電話番号 0768-5213803

□部署名 JAおおぞら監事会

□受付監事 常勤監事 櫻井 康子

※お電話での情報提供は、土・日曜日、祭日を除き、8時30分～17時にお願いたします。

※尚、当JAの職員等による業務に関する一般的な苦情につきましては、別途窓口を設置いたしておりますので、そちらをご利用ください。

情報提供受付窓口のご案内

当JAの監事会は、経営の健全な発展に資するため、農業協同組合法（第35条の5）、農業協同組合法施行規則（第81条）および当JAの監事監査規程（第15条）に基づき、理事がその職務を遂行する上で、JAにとって不適正な経営行為と思われる情報提供を、広く求めています。

当JAの理事の組合経営について、気になる行為や不適正な行為、法令もしくは定款に違反を疑わせる行為など、見たり聞いたりした事柄がありましたら、お電話または封書にて下記宛ご連絡くださいますようお願いいたします。

年末年始営業のご案内

年末年始の営業については、下記の通りとなります。

施設により若干、通常営業時間とは異なりますので、各支店・各店舗にご確認ください。

	30日 (木)	31日 (金)	1日 (土)	2日 (日)	3日 (月)	4日 (火)	5日 (水)	6日 (木)
本店・支店	営業	休	休	休	休	営業	営業	営業
穴水給油所	営業	営業 (8時～18時迄)	休	休	休	営業 (8時～17時迄)	営業	営業
諸岡給油所	営業	営業 (8時～18時迄)	休	休	休	営業 (8時～17時迄)	営業	営業
大屋給油所	営業	営業 (8時～18時迄)	休	休	休	営業 (8時～17時迄)	営業	営業
町野給油所	営業	営業 (8時～18時迄)	休	休	休	営業 (8時～17時迄)	営業	営業
上町給油所	営業	営業 (8時～18時迄)	休	休	休	営業 (8時～17時迄)	営業	営業
Aコープもんぜん	営業	営業 (9時半～18時迄)	休	休	営業 (10時～18時迄)	営業	営業	営業
Aコープ能都	営業	営業 (9時～18時迄)	休	休	営業 (10時～18時迄)	営業	営業	営業
農機センター	営業	休	休	休	休	営業	営業	営業
自動車整備工場	営業	休	休	休	休	営業	営業	営業
事故や故障の際には TEL 0768-52-1242(24時間受付)								
能登おおぞら村 穴水・輪島	休	休	休	休	休	休	休	営業
A T M	J A・コンビニ・ ゆうちょ	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00
	他金融機関	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00	8:00～ 21:00

【一般苦情相談窓口】

信用事業に関する苦情相談

- 住 所 鳳珠郡穴水町字大町ほの95
- 電話番号 0768-52-3806
- 担当部署 本店 金融部金融課

共済事業に関する苦情相談

- 住 所 鳳珠郡穴水町字大町ほの95
- 電話番号 0768-52-3809
- 担当部署 本店 共済部業務課

その他の事業に関する苦情相談

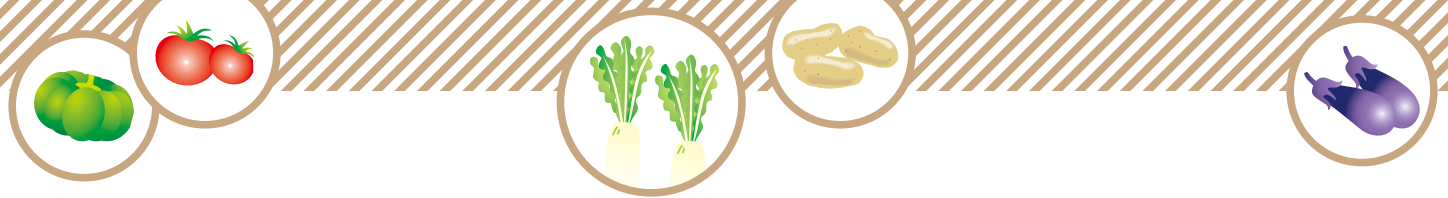
- 住 所 鳳珠郡穴水町字大町ほの95
- 電話番号 0768-52-3800
- 担当部署 本店 総務部総務課

※ご好意による情報提供であっても、誹謗、中傷に類似する内容のものは受付いたしませんので、予めご了承ください。

※ご提供いただきました情報の内容、ご提供者名簿につきましては、個人情報保護法、当組合の規程、要領に基づき厳重に管理するとともに、秘密を厳守いたします。

J A おおぞら 代表監事 村口 文男
監 事 会 常勤監事 櫻井 康子
(情報提供窓口受付担当)

監 事 下出 源一
監 事 道端 正実
員外監事 田中 良夫



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

育て方のポイント

育苗期（1 番果開花前） 昼間25～30度 夜間20度
以降生育適温 20～25度

①畑の準備

- 長期にわたって栽培するが、根が細く弱いので、排水の良い肥沃な土壌を選ぶ。
- 果実を多く成らせ、木に負担をかける為、多収には堆肥の施用が必要である。
- 過湿に弱く縦に根が伸びる為、地下水の高いところは高畦にする。
- 植え付け後すぐに活着し、肥料を吸収できるよう、基肥は定植 1 週間前までに施す。

②植えつけ

- 5月上旬以降に植える。早植えは生育を著しく遅らせるため行わない。
- 定植は畝幅180cm、株間60cmで浅植えにする。

③マルチング

- 黒マルチを敷き、雑草を予防する。夏場は高温予防の為、わらを敷く。
- 地温は15度を確保する。

④支柱立て

- 植え付け後、株の固定と側枝を支える為、長さ180cm程のカラー鋼管を用い支柱を立てる。

⑤整枝・誘引

- 1 番果のある分枝部から下位のわき芽は、早めに取り。
- 枝は最初2つに分かれ、以降も2つづつ分岐していく。枝は4本仕立てとする。
- 徒長した細い枝はかきとる。



ワンポイント

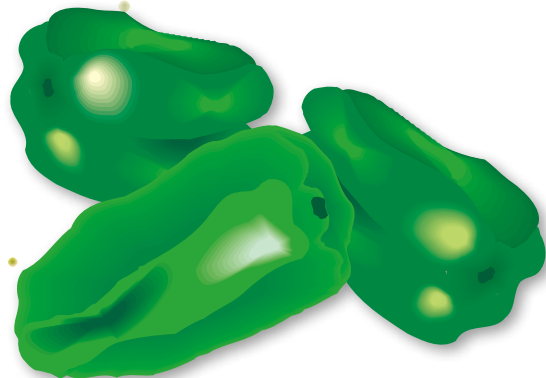
- 開花から約20日前後で果実が収穫できる。収穫果が多い為、見残しのないようにする。
- 高温時、乾かん水不足が続くと、尻腐れ果が発生しやすいので、畝間灌水を行う。
- 肥料不足・灌水不足になると形状の悪い果実が多く出来る為、たえず肥料を効かせてマメに灌水する。
- 奇形果（曲がり果や石果）は、見つけ次第除去する。

施肥例（1 m²あたり）

肥 料 ・ 堆 肥	基 肥	追 肥
I B化成-S 1	100 g	
グリーン1号	100 g	
苦土有機化成特A 801		40 g × 数回
苦土石灰	120 g	
牛ちゃんパワー2 kg		

おいしい野菜づくり

ピーマン



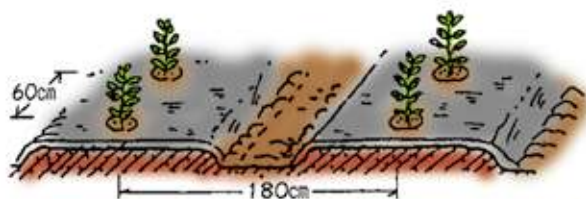
植えつけ

十字または円形に
穴をあける

排水の悪い所は高畝にする

早めに黒マルチを敷く
(雑草防止と地温の確保)

地温は15度以上が理想



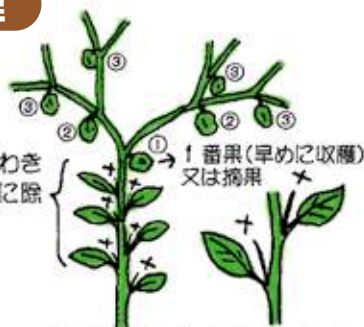
追肥

草勢を見ながら収穫初め頃から2~3週間
間隔を目途に穴肥やうね間に施す



敷きわらと梅雨明けからの灌水で夏の乾燥を防ぐことがたいせつ

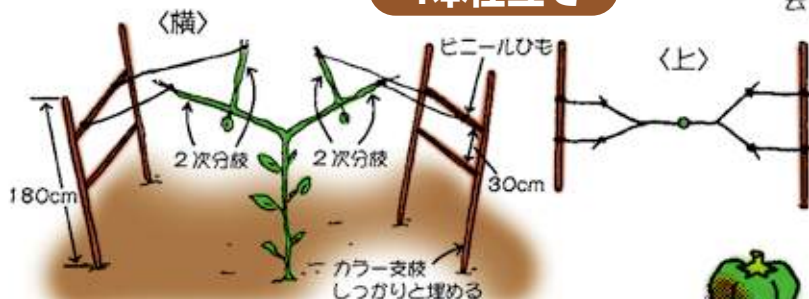
管理



この間のわき芽は早めに除去する

同じ番号のものはだいたい
同じ時期に着果してきます

4本仕立て



1 番果から伸びて来る2本の1次分枝とその
1 番果から伸びる4本の分枝を主枝とする

おうと色 →

日焼け果
夏場に多い
強い光が当たる為



しり腐れ果
カルシウム欠乏症
水分不足で夏場に多い



変形果
小さく形が変形している
1 番果又は草勢低下時に多い
摘果する

直売所
通信

能登おおぞら村穴水
TEL: 52-3810
能登おおぞら村輪島
TEL: 23-4500



今年は、自家製味噌づくりに チャレンジしてみませんか??

能登おおぞら村では、味噌づくりに欠かせない材料を取り揃えております。味噌は、1月下旬から2月にかけて仕込む「寒仕込み」がオススメです！

10月～11月頃に食べ頃となりますよ～★

我が家の味噌は手作りで

- ①茹でた大豆2kgと塩きり麴1袋(2.8kg)と厚生塩200gを混ぜます。桶の下に50gの厚生塩をひきます。
- ②ゆでた大豆を潰します。潰れた大豆は硬いので煮汁を入れながら空気を抜くようにこねて桶に平らにつめていきます。
※このときの硬さは耳たぶ程度
- ③混ぜた麴みそを入れたら桶のまわりふちを中心に200gの厚生塩をまき(カビ防止の為)、ラップ、中蓋をして重石1kg(500mlのペットボトル2本程度)のをせ、風通しの良い場所に保管して下さい。10月頃には食べられます。

*大豆2kgで仕上がりが約9kg前後くらいです。
*麴2=大豆2=厚生塩1です。



味噌づくりのポイント

- ①大豆は小指でつぶれるくらいまでゆでる。
- ②ゆで汁は捨てずに、大豆をつぶした後、塩、こうじに混ぜ合わせた時の固さ調節に使用します。
- ③保存する際のビニール袋は2重にする。

ぜひ作って
みてくださいね～
＼(〇)／

いつでもどこでも

手

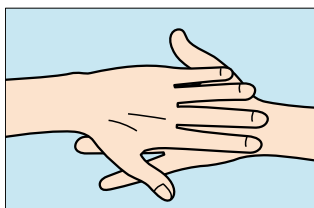
軽

に

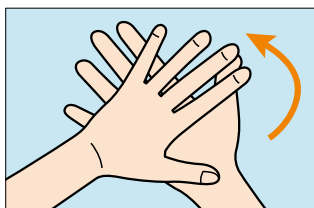
体

操

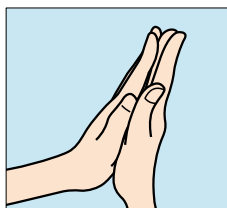
／ つぼをこすりながら動かす ／



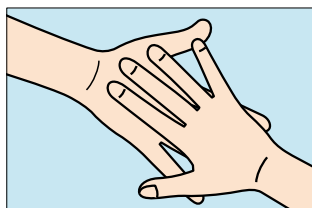
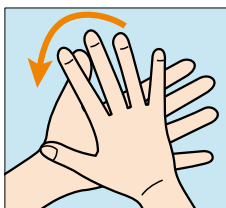
- ①手のひら同士を合わせます。両肘を張って腕を肩の高さまで上げ、床と平行になるように構えましょう。



- ②手のひらの中心を軸にして、手のひらをこすりながら指先が上向きに動くよう回転させます。



- ③途中で合掌のポーズになりますが、そのまま回転を続けます。



- ④180度回転させます。手前に来る手が左右交代します。逆方向へも同様に回転させて1セットです。これを5、6セット繰り返します。

※決して無理をせず、出来る範囲で行って下さい。

手指体操

「手のひら回転体操」

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

東洋医学では、人体には経絡と呼ばれる気と血液のエネルギーの通り道があるとされており、その経絡上につぼが点在しています。経絡は全身を巡り、さまざまな臓器や筋肉につながっているため、つぼを刺激することは全身にアプローチすることになります。

手のひらにもたくさんのつぼがあります。つぼを刺激する方法として、「押す」「なでる」「もむ」「たたく」「震わせる」「こねる」の六つがあり、今回は「押す」と「なでる」を合わせた体操をご紹介します。

手のひらを合わせ、つぼを押しながらどのように互いをこすりながら回転させます。気と血液のエネルギーの巡りが良いと健康な状態が保たれます。どこでもできる簡単な体操なので、思い出したときにやる習慣を付けると良いでしょう。

ポイント▶▶▶ 正しい姿勢を意識して背筋を伸ばし、できるだけ腕の高さを保ったまま行うと上半身の体幹も強化されます。

みんなともだち

諸岡グラウンドゴルフ愛好会



代表者より一言

晴れたら、門前グラウンドゴルフ場に集まり、運動がてらプレーを楽しんでいます。
健康促進が目的で、みんな和気あいあいと交流しています。

山崎 茂



おおぞら文芸

◆おもふ句会（柳田支店管内）

家前の昨日の稲田今朝刈田
秋の野にぽつんと一碑馬の墓
そこそこの野菜収穫秋深し
見えた筈野菊に包まれ道標
時雨虹能登の岬の陸跨ぐ
挽歌読む夏の終りの日曜日
ほおずきや廢屋となり母の里
嬉しさを合はせ新米炊き込めり
名月や今宵カーテン開けしまま
コオロギの居間で跳ね居し能登暮らし
野菊咲く更地となりし母校跡

◆投稿作品

中秋の明かり差し込む破れ窓
秋風に道を聞きたき一人旅
寒風におよいで咲くよコスモス花
太陽をいつぱいすってほし布団
旦那さんおんぶして跳ぶ蝗虫かな
音かすか賢く来ぬるかじけ猫
一人居の懐メロを聞く夜長かな
豆といえ今宵の月に栗御強
二日月健康祈る立冬夜

※「二日月（新月の次の日）に祈ると願いがかなう」という言い伝えがあります。

声援もマスクでおさえ体育祭
洪柿を剥いて縄へと結びつけ母のやさしい甘さの記憶
キノコ狩り終えて帰路の車中より山と海結ぶ虹見し
永年連れ添い先き亡く妻に
俺も後から行くからと体をさする夫婦愛
母思い髪も白々染まりつつ我もいつしか姿写さん
三日月が遙か彼方の海の上宵の明星きらりと光る

小 谷 哲 夫
鳥 越 よし 女
鳥 越 京 子
桶 屋 利 吉
水 上 十 三 子
秋 常 隆 彦
松 島 キリ 子
小 谷 内 博 之
表 野 けい こ
南 和 美
竹 田 桐 生

小 田 慶 喜
岡 須 美 重 子
中 崎 か い り
中 崎 か づ え
前 川 公 子
立 岩 昌 子
横 道 宏 子
安 原 弘 子
漆 瀬 善 巳
小 田 和 子
佐 藤 佳 子
前 野 富 美 子
新 田 幸 子
今 岡 き よ 子

のりとハクサイ、
歯ごたえと味わいの二重奏

ハクサイ漬けの 磯辺巻き

材料と作り方 (餅2個分)

- ①切り餅2個は半分に切り、オーブントースターなどで上火に注意しながら焼き色がつくまで4～5分かけて焼く。
- ②ハクサイ漬けの葉適量は、長さや幅を餅の大きさに合わせて切る。
- ③①の餅を上から少しつぶしてしょうゆ適量をかからめ、②を巻きつけて焼きのり(1/8カット)を1枚ずつ巻く。

和と洋がコラボした
甘さ控えめの大人のスイーツ

ココアあんこ餅

材料と作り方 (餅2個分)

- ①切り餅2個は半分に切り、オーブントースターなどで上火に注意しながら焼き色がつくまで4～5分かけて焼く。
- ②ボウルにココアパウダー(甘くないもの)大さじ1/2杯を熱湯大さじ3～4杯で溶き、ゆであずき(市販品)100gを加えて混ぜ合わせる。①の餅を加えて和える。

味の決め手は
隠し味のみそ!

納豆ネギみそ餅

材料と作り方 (餅2個分)

- ①切り餅2個は2～4等分に切る。長ネギ10cmはごく薄い小口切りにする。
- ②ボウルに納豆80gと①の長ネギ、みそ大さじ1・1/2杯、しょうゆ少々、好みで練りがらし適量を入れてよくかき混ぜる。
- ③沸騰した湯に①の餅を入れて、中がやわらかくなるまで3～4分弱火でゆで、熱いうちに水けを切り、②のボウルに入れてよく和え、青のり少々をちらす。

やさしい甘さと
イチゴの食感にほれほれ

イチゴ練乳餅

材料と作り方 (餅2個分)

- ①イチゴ4～6個はへたを取り、横に5mm厚さに切ってボウルに入れ、練乳大さじ4～5杯を加えて混ぜ合わせる。
- ②切り餅2個は6等分に切り、沸騰した湯に入れて、中がやわらかくなるまで3～4分弱火でゆで、熱いうちに水けを切って①とよく和える。

甘酸っぱいリンゴのほくほく感がくせになる

あつあつリンゴ餅

材料と作り方 (餅2個分)

- ①リンゴの甘煮を作る。リンゴ大1個は皮をむいて芯を除き、2cm大に切って鍋に入れる。グラニュー糖1/2カップとレモン汁大さじ1杯を加えて混ぜ、15分以上おいて水けが出るまでなじませる。中火に掛けて煮たら弱火にし、とろみが出るまで10～15分煮る。
 - ②切り餅2個は6等分に切り、沸騰した湯に入れて、中がやわらかくなるまで3～4分弱火でゆでる。熱いうちに水けを切ってボウルに入れ、①のあつあつリンゴの甘煮1カップ分とよく和える。
- *リンゴの甘煮は、作りやすい分量。冷蔵庫で保存し、ヨーグルトに入れたり、凍らせてシャーベットにしても。

ほっくりユリ根と、バターのコクが合う

ユリ根入りタラコ餅

材料と作り方 (餅2個分)

- ①ユリ根1/2個は1枚ずつはがしてさっと洗い、沸騰した湯でほっくりするまで3～4分ゆで、水けを切る。
- ②タラコ大1/2腹(約40g)は中身を取り出し、バター大さじ1杯とともにボウルに入れて合わせておく。
- ③切り餅2個は6等分に切り、沸騰した湯に入れて、中がやわらかくなるまで3～4分弱火でゆでる。熱いうちに水けを切って②のボウルに入れ、よく和える。全体になじんだら、①のユリ根を加えてさっと和える。

ピリッとした、
刺激がたまらない

ネギトウガラシの からみ餅

材料と作り方 (餅2個分)

- ①ネギトウガラシを作る。長ネギ1本はごく薄い小口切り、赤トウガラシ2本はへたと種を取って輪切りにし、ボウルに入れる。しょうゆ大さじ3杯、酢大さじ1杯を加えてよく混ぜ、10分以上おいて味をなじませる。
 - ②切り餅は半分に切り、沸騰した湯に入れて中がやわらかくなるまで3～4分弱火でゆでる。熱いうちに水けを切ってボウルに入れ、ダイコンおろし約1/2カップと①を大さじ3～4杯加えて和える。
- *ネギトウガラシは作りやすい分量。冷蔵庫で保存し、納豆に混ぜたり、湯豆腐にかけても。

モナ・カサンドラの

あなたの運勢☆1月

<お詫び>
11月号で掲載しました運勢は
12月の誤りでした。
お詫びして訂正いたします。



牡羊座
3/21～4/19

【全体運】やるべきことが多い中何に着手すればいいのかわかりにくくなります。計画を立て着実に。好結果が待っています
【健康運】適度に体を動かすのが一番の健康法
【幸運の食べ物】ナバナ



牡牛座
4/20～5/20

【全体運】好調運です。やりたいことをリストに今年の目標を立てて。実り多い年にできます。技術の取得にツキあり
【健康運】痛いところがあるときは無理をしないこと
【幸運の食べ物】ヒラメ



双子座
5/21～6/21

【全体運】つい、うっかりしてしまいがち。安全点検はしっかりと。いつも使う物は特に入念に手入れをしておきましょう
【健康運】記録にこだわり過ぎず運動を楽しんで
【幸運の食べ物】チコリ



蟹座
6/22～7/22

【全体運】交友関係が活発化。1人では難しいことも協力者を募れば何とかなります。知恵を借りるときは謙虚に話を聞いて
【健康運】食事はバランス良く。野菜多めが◎
【幸運の食べ物】フキノとう



獅子座
7/23～8/22

【全体運】「いつもと同じ」が幸運のキーワード。伝統や習慣を大切に。手間のかかる作業を丁寧に進めれば問題も解決へ
【健康運】好きな運動ほど健康効果が高そう。楽しんで
【幸運の食べ物】小松菜



乙女座
8/23～9/22

【全体運】少し暴走気味の傾向はあるものの発展的。周囲の意見を聞くよう心掛けて。一緒に喜んでくれる人がいるのが大事
【健康運】あったか靴下で足元を冷えからガード
【幸運の食べ物】ヤマトイモ



天秤座
9/23～10/23

【全体運】にぎやかなお正月に。忙しいはあるものの周囲の笑顔があなたを幸せな気持ちにしてくれます。連絡は小まめに
【健康運】グループで運動を楽しみながら健康維持
【幸運の食べ物】ダイコン



蠍座
10/24～11/22

【全体運】少し遠出をして行動範囲を広げると幸運をキャッチできます。小旅行も吉。手紙やメールの返信は早めに
【健康運】食事は目でも楽しみ、腹八分目を心掛けて
【幸運の食べ物】ミカン



射手座
11/23～12/21

【全体運】先を急ぐあなたに周りが右往左往。多少言い争いもあるものの楽しい期間です。話を聞く耳を持つともっと発展的に
【健康運】力を出せます。動き過ぎには気を付けて
【幸運の食べ物】シュンギク



山羊座
12/22～1/19

【全体運】ハッピーな年明けです。あなたの行動が周りの人も幸せな気分。楽しい予定を立てて。人の世話を焼くのも◎
【健康運】頭や首のつぼを刺激してストレスを軽減
【幸運の食べ物】ハクサイ



水瓶座
1/20～2/18

【全体運】上昇運です。定まらないことを形にしてい作業にツキがあります。年間予定を立てるなど前向きに動いて
【健康運】楽しみながらできる運動でパワーアップ!
【幸運の食べ物】クワイ

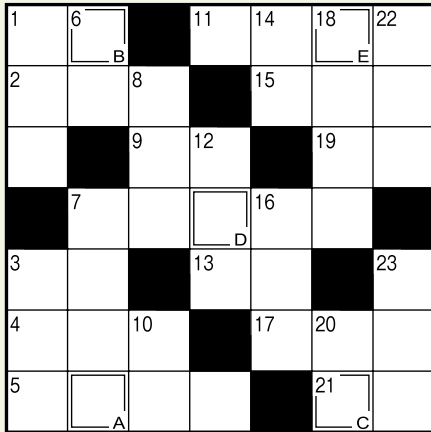


魚座
2/19～3/20

【全体運】考え過ぎは禁物。結論が出ないことは少し横に置いておいて。時の流れに任せた方がいい方向へ。おしゃべり吉
【健康運】質のいい睡眠は元気の源。枕選びにこだわって
【幸運の食べ物】マダイ

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石川県を代表する色絵磁器といえば——焼
- ③出生届を出すまでに決めます
- ⑥花などで作るハワイの首飾り
- ⑦ホップ・ステップ・——
- ⑧炭を入れて使う暖房器具
- ⑩kg、kmのk
- ⑫はがきを買ってきて——状を書いた
- ⑭弓に矢をつがえて狙うもの
- ⑯ソーセージの一種。薄切りにしたもののがピザのトッピングにも使われます
- ⑰サンタクロースのそりを引きます
- ⑲木枯らしも凧（おろし）もこれ
- ⑳原価に利益や経費を盛り込んで付けます
- ㉑まきをくべて使う暖房器具。ペチカはロシア風のこれです

→ ヨコのカギ

- ①一年の終わり。年の——
- ②広葉樹の落ち葉を発酵させて作ることも
- ③農機具などをしまっておく建物
- ④定期貯金が——を迎えた
- ⑤家事をする際に着ける前掛け
- ⑦家を建てるときに神主さんを招いてする儀式
- ⑨スプリングとも呼ばれる部品
- ⑪酒よりお菓子の方が好きです
- ⑬無地のものには付いていません
- ⑮お——の家に回覧板を回した
- ⑰食べ過ぎると手が黄色くなるかも？
- ⑲大みそかの空に響く除夜の——
- ㉑プラスでもマイナスでもないことを示す数字



クイズ正解者の中から抽選で12名の方に、ご愛読者の皆さまに愛をこめて♥大切な人にあげてもよし！自分で食べてもよし！「パレンタインチョコレート」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。

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4年1月17日（月） 必着

●当選者は2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。

10月号の答え『タイイクサイ』

◆クイズ当選者（応募総数111名）

小西 陽子 様	本谷 静子 様
浜中 洋子 様	鋪 美智子 様
水本真理子 様	浜駒 則子 様
喜田 妙子 様	島 敏明 様
平田美穂子 様	中山 文子 様
三隅美和子 様	金屋佐智子 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

10月号への投稿より

●よもやま話 能登町柳田のピオーネを買いたいと思いますが、どこで買えますか？
門前町 T・I 72歳

（編）ごめんなさい。取材先の方が問い合わせて殺到するので言わないでほしいというお約束のもと撮影させて頂いたの、お伝え出来ませんが、時期になると地元のお店に並んでいるそうなので、見かけた際はご賞味下さいね◎

●クイズの答えに自信がありません。
②のタテのカギ、⑪のヨコのカギが解けません。みんなのお絵かき版で97歳の方のイラストがのっていて、20歳も年上の女性の人ですね。絵の下の欄の文がよく読み取れなくて残念！今頃、大根・白菜、立派に育った事でしようね。近くの人なら会いたい◎
穴水町 S・Y 78歳

（編）いつもお便りありがとうございます。クイズ難しかったですかね？◎この本誌のP13で答え確認してみして下さいね。スペースの関係上、お絵かきが小さくなってすみません。「日々生きとつてもいいかいネー。たのしいもんネー」と書かれています。人生楽しんでおられますね◎

●みんなのお絵かき版。毎月楽しみにしています。お上手な絵ばかりで気持ちホッコリします。これからも続けて下さい。
穴水町 R・M 84歳

（編）いつもお便りありがとうございます。R・Mさん！私も同じ気持ちです◎皆さん個性があつて見ているだけで楽しいですよ★スペースや記事の関係でない月も出てくるかもしれませんね、出来るだけ毎月掲載していきますね♪

●おいしい野菜づくり毎回来しみです。できるだけ保存するようにしています。それで両ページがひと続きの見開きになるようになればいいなと思っています。
輪島市 M・O 72歳

（編）ご不便をお掛けしてごめんなさい。通常はP8・9の見開きで掲載していますが、どうしてもスペースの関係で見開きのページに掲載出来ない月がありますので、ご理解頂ければ嬉しいのです。今後ともよろしく願います◎

●らっきょう酢の使用レシピを答えます。野菜を切ったり、ちぎったりし、らっきょう酢をかけるだけ、チャチャッと作る簡単手抜き料理です。参考になりませんか？
町野町 R・H 73歳

（編）いつもお便りありがとうございます。そんな事ないですよ！簡単レシピがありとうございます◎簡単手抜き料理大好きです（笑）あと一品欲しい時にいいですね★他にも簡単レシピがありましたら、皆さまからのお便りお待ちしています！

●こんにちは。おおぞらさん！掲載後、知人等の皆さんから電話をもらい、ハズかしいうれしい。とにかくお礼を。ありがとうございます。
能登町 Y・N 73歳

（編）こちらこそです！掲載にご協力頂きありがとうございます◎「懐かしい。」「今度行ってみたい。」など嬉しいお便り頂いてます◎このコーナーをご覧になった方は、「元気をもらって」「私も頑張ろう」というお便りが毎月のように来ます。掲載者さんからも元氣をお裾分けして頂く意味合いも込めて作っています♪引き続き宜しくお願いしますね。

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！

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



門前町 M・M 75歳



輪島市 A・G 79歳



輪島市 T・M 68歳



輪島市 M・D 65歳



輪島市 M・T 64歳



輪島市 Y・N 59歳



輪島市 H・Y 58歳



輪島市 C・T 12歳



輪島市 J・Y 9歳



町野町 S・T 73歳



町野町 S・M 61歳



町野町 M・T 17歳



能登町 Y・T 71歳



能登町 E・T 32歳

◆お願い◆
鉛筆は薄いの
で、ペンで描
いて下さいね
m(__)m

令和4年用

種いもの価格をお知らせします

種いもの予約注文書を提出された方は次の予約
価格で決させていただきます。

(税込)

品種名・規格	当用価格	予約価格
男 爵 10kg	2,390円	2,220円
男 爵 5kg	1,390円	1,280円
メークイン 10kg	2,600円	2,420円
メークイン 5kg	1,490円	1,370円
キタアカリ 10kg	2,510円	2,340円
キタアカリ 5kg	1,450円	1,330円

第7回 理事会報告

(令和3年12月1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 能登北部農機協同事業契約書の締結について
- 第3号議案 広域農家戸配送業務委託基本契約書の締結について
- 第4号議案 貯金保険機構書面検査に対する回答について(案)

●報告事項

- (1) 令和3年度上期監事監査意見について
- (2) 令和3年度上期ディスクロージャー(半期開示)について
- (3) JA全中行動規範にかかる取組指標未充足JAの指定解除について
- (4) 解体完成検査について
- (5) 令和3年度内部監査の品質に関する内部評価報告について
- (6) その他 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。

未来にのこす 「わたしノート」講座

応募ハガキ

氏 名	ふりがな
性 別	男性 ・ 女性 該当の性別に○をつけてください。
住 所	〒
電話番号	— —

★参加者の方には別途改めて案内を送付致します。

※コロナウイルスの感染状況に応じて、
やむを得ず、開催を中止する場合があります。予めご了承下さい。

12
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)

[illegible]

15

※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。

もしものときも安心

**未来にのこす
「わたしノート」講座
参加者募集!**

**参加
無料**

家への光12月号
別冊付録

わが家の地図

加科座

時 日

令和4年1月27日(木)
午前10時00分～(1時間程度)

場所

JAおおぞら本店 3F会議室
(鳳珠郡穴水町字大町ほの95番地)

定員

10名（男女不問）
※定員に達し次第、締め切ります。

持ち物

筆記用具、(必要であれば)メガネ

参加方法

裏面ハガキ、または官製ハガキに必要事項を記入の上、
令和4年1月14日(金)必着で、下記宛先まで。

宛先：〒927-0026 石川県鳳珠郡穴水町字大町ほの95番地
JAおおぞら 総務部総務課「わたしノート」講座係

★参加者の方には別途改めて案内を送付致します。

※コロナウイルスの感染状況に応じて、やむを得ず、開催を中止する場合があります。予めご了承下さい。

あなたに“もしも”の
ことがあったら…

加入している共済や保険。
友人や頼りにしている
JA職員の連絡先。
普段作っている料理のレシピなど。
あなたの大切な人や物のことで、
あなたしか知らないことは
ありますか？

「わたしノート」は、
 “もしも”のときの備えだけでなく、

- 財産の把握
- 年金生活のシミュレーション
- ライフプランづくり
- 終活の準備

にも役立ちます。

みなさまの
ご参加お待ちしております!

遊休資産の処分を行います

【建物・土地】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	
鳳珠都能登町字上町11部16番1			東部農機センター
鉄骨造平屋建	425.55㎡	1,131.04㎡	

※敷地は、賃借地のため別途契約が必要となります。

【土地（更地）】

所 在 地		備 考
登記地目	面 積	
輪島市門前町道下101-1-24		旧諸岡農業倉庫跡地
宅 地	1,542.03㎡	
輪島市門前町馬場う23-2 他		旧馬場倉庫跡地
宅 地	362.55㎡	

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



広報おおぞら
2021年12月号

輪島市
Kさんの家族



メイちゃん
(メス・4歳・ミックス)
毎日おりに
お留守番しています。

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。

随時掲載
します！

ペット
お宅の家族紹介しませんか？



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。

12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		

1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						

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

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)

料金受取人払郵便

穴 水 局
承 認

2107

差出有効期間
令和5年3月
31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

「わたしノート」講座 係 行



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