

広報

おとどけします 地域と人へ夢のせて

おおぞら



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：桜滝（門前）



今月も、前月号の竹内さんに引き続き若手農家さんのご紹介です。今回は水稻農家の干場さんにお話を伺いました。

コシヒカリを約4町歩作付している干場さんは、JAからの委託で、ドローン防除のお仕事もして頂いています。(今年は25町歩ほど散布予定だそうです。)

「農業をはじめたきっかけについては特にはないです。うちは代々農家なので、昔からずっと農業を営んでいて、小さい頃から手伝いもしていました。今まで父親と一緒に仕事をしていたのですが、5年前に他界したので、それ以降自分一人で農業をしています。」と干場さん。

農業をしていて、嬉しいことと大変なことをお聞きすると、

「自分の作った米を食べた人が『美味しい』と言ってくれる時と、ドローンで除草剤や肥料といった粒剤等を散布したときに『助かったわ!』と言われた時は、この仕事をしていて良かったと思います。」

大変なことは、用水路がなく水を田んぼに入れることと、毎年あるドローンの車検。あとは農業とは別に仕事をしているので兼業が大

高温多湿の時期に注意したい水虫

蒸し暑くなる季節に感染したり悪化しやすい皮膚の病気の一つに「水虫（足白癬＝あしはくせん）」があります。水虫は「白癬菌」と呼ばれるカビの一種が原因です。公衆浴場やプールの足拭きマット、スリッパの共用などで感染しやすく、家族間での感染も多く見られます。

水虫の症状には、足の裏の皮がむけたり、水膨れができたり、足の指と指の間が白くふやけたり、皮がむけて赤くなったりすることがあります。こうした症状は高温多湿になるこれからの季節に悪化しやすくなります。また、季節にはあまり関係なく、足の裏が硬くなる症状もあります。

さらに白癬菌が爪に入ると「爪白癬」になります。爪が白く濁り、分厚くなって、ポロポロ折れやすくもろくなります。

夏は素足にサンダルを履く機会も増えます。足白癬で足の指の皮がむけていたり、赤くなったりすると素足やサンダルでは、目立つことがあります。また、爪白癬になると爪が白く厚くなって艶がなくなるため、意外に目に付くものです。白癬は感染する病気でもあるため、不潔な印象を与えがちです。すてきなサンダルでおしゃれをしても、足に水虫が見えていると台無しになります。

水虫は、接触性皮膚炎など似ている症状の病気もあるため、まずは皮膚科を受診して診断をしてもらいましょう。そして適切な治療を根気よく続けることが大切です。治療薬が効いて治ったように見えても、皮膚に白癬菌が潜んでいることもありますから、完治したか否かも皮膚科で判断してもらいましょう。

プールの足拭きマットなどで白癬菌が足に付着しても、感染するまで時間がかかるので帰宅したら予防のために、せっけんを使って足を丁寧に洗ってください。靴や農作業で履く長靴などは2日続けて履かず、履いたら乾かすことも心がけましょう。



健康科学アドバイザー・福田千晶



▲「太陽フレアの影響でドローンのGPSの調子が悪くて…」と干場さん。1回につき10～15分程度の飛行時間なので、バッテリーは欠かせないと言います。ご厚意で、操縦もして頂きました★

「高齢化が進んでいく中で、放置された田んぼや畑が結構あって、そういうのを見ると何とも言えない寂しい気持ちになります。これから農業を始めようとする人や同じ農業を営

う干場さん。最後に新規就農者と同じ農業で頑張っている皆さんに一言頂きました。

「大変な思いをしながら兼業農家をしている一方で、耕作するときには体を動かすこと、ストレスをためないこと、お酒をとにかくたくさん飲むことが元気の源だと言います。その他にも（最近してないけど）、ゴルフと輪島周辺の海でエギング※によるイカ釣りをするのが趣味で、気分転換になっているそうです。

来年は棚田米も作付け予定だという干場さん。最後に新規就農者と同じ農業で頑張っている皆さんに一言頂きました。

※古来より漁師がイカを獲るための漁具の一種だった餌木を、生き餌ではなく疑似餌（ルアー）を使う釣り（ルアーフィッシング）用に改良したエギを使った釣りのこと。手軽に楽しめるため、人気のイカ釣法。

「父親が亡くなった後も、兼業農家で頑張っている干場さん。お酒もほどほどに、くれぐれもお身体に気をつけて、能登の農業を盛り上げて行なって下さいね。」

編よもやま話

2022

7

vol.326

今月は、門前町深見の桜滝が表紙です。輪島市の観光スポットとしても紹介されていますね。桜滝には男滝と女滝がありますが、表紙の物は男滝になります。滝の裏を見れるのも桜滝の魅力の一つですね☺️表紙で少しでも涼んで頂けたなら嬉しいです。今年は梅雨が短かったですね☹️毎日暑い日が続いています。こまめな水分補給と休息で、熱中症に気を付けましょう！



第27回通常総代会 開催

6月26日(日)穴水町のおおぞら本店にて、第27回通常総代会を開催しました。

昨年度までは、コロナ禍により出席人数を制限しての開催でしたが、今年は感染対策をした上での通常開催となりました。

来賓には、衆議院議員の西田議員、参議院議員の宮本議員のほか、坂口輪島市長、吉村穴水町長、田代能

登町副町長、県中央会より牧専務、赤崎女性協会会長が出席し、祝辞を頂きました。

総代577名中、内本人出席104名・書面議決400名での議案審議となり、議長には、町野支店区域の元井孝司総代が選任されました。

提出された4議案を慎重に審議し、全議案原案通り可決承認されました。

第27回通常総代会提出議案

- | | |
|---------|---|
| 第1号議案 | 第27事業年度事業報告及び剰余金処分案の承認について |
| 第2号議案 | 第28事業年度事業計画の設定について |
| 第3号議案 | 定款の一部変更について |
| 第4号議案 | 理事及び監事の報酬について |
| 報告事項(1) | 第26事業年度貸借対照表、損益計算書、注記表、附属明細書並びに会計監査人及び監事の監査報告について |
| 報告事項(2) | J Aバンク基本方針の変更について |

町野防犯委員会で園児たちとサツマイモ定植

町野防犯委員会主催による恒例のサツマイモ(紅あずま)定植を6月10日(金)に町野町広江にある防犯農園圃場で行われました。今年には町野保育園の園児たちと保護者の皆さんがお手伝いに駆けつけ、防犯委員の皆さんやJ A町野女性部さんに優しく教えてもらいながら、「大きなうれ」と小さな手で上手に植えていました。



また、作業前には、おまわりさんから防犯標語「いかのおすし」(※)のお話があり、知らない人には絶対に付いていかないことを約束しました。園児たちは、秋の収穫にも参加予定だそうです。

(※) 防犯上、子どもが簡単に覚えられるよう構成された5つの行動指針。①知らない人には、「いか」ない。②声をかけられても、車には「の」らない。③知らない人に連れていかれそうになったら、「お」お声を出す。④声をかけられたり、追いかけられたりしたら「す」ぐに逃げる。⑤怖いことにあったり、見たらしたら、すぐに大人に「し」らせる。

町野女性部で花いっぱい運動

女性部の地域活動の一環として、毎年実施している花いっぱい運動が今年も6月24日(金)に行われました。

町野女性部の高安登美子支部長が特養施設のみやびさんと町野保育園へ出向き、ベコニアとペチュニアのポットの花を30ポットずつプレゼントしました。町野保育園の児童たちは、お花を見てみんなにっこり。女性部さんたちに「ありがとうございます」と上手にお礼を言っていました。



能登町に 芝刈機寄贈

J A おおぞらでは、「地域貢献活動」の一環として、能登町にある藤波運動公園に、乗用芝刈機を寄贈しました。それに伴い、6月6日(月)に能登町役場にて、藤田組合長より大森町長へ目録を手渡しました。

この公園は、当J A 年金友の会主催で、毎年開催しているグラウンドゴルフ大会の練習の場や競技の場所として、会員の方も利用しており、芝刈機を寄贈することで、グラウンドが整備され、会員の方のみならず、地域住民や多くの方が利用して頂けることを願い実施したものです。



◀ 寄贈した乗用芝刈機



農作業安全講習 会を開催

6月16日(木)、穴水町役場にて、農作業安全講習会が開催されました。

穴水町農業振興協議会が主催し、J A おおぞらが協賛して開かれ、町内の農業者40名が参加しました。講習会では、奥能登農林総合事務所の浅沼専門員による農作業安全対策と、やまびこジャパン(株)の岡島主任による刈払機の安全対策についての講習が行われました。町内では昨年トラクターによる農作業中の死亡事故も発生しており、参加者は、事故防止のポイントについて熱心に耳を傾けていました。



優績でL A 5名 が表彰

昨年度の共済事業において、県下J A で優秀な成績を修めたL A (ライファードバイザー) の表彰式が6月1日(水)にホテル日航金沢にて開催され、おおぞらでは、5名のL A が表彰されました。

※()内は、昨年度の所属店舗

◎銅賞 坂下 一也(門前支店)

池浦 直美(町野支店)

高林 明雄(門前支店)

◎新人賞 坂田 勝海(輪島支店)

小栗真紀子(穴水支店)

今後もお客様により良いご提案が出来るよう努めて参ります。



▶ 表彰された(上段左から時計回り)
高林、坂田、坂下、池浦、小栗

事業推進に向け キックオフ!

6月14日(火)、令和4年度事業推進キックオフ大会をおおぞら本店で開催しました。

藤田組合長が挨拶し、令和3年度の決算と事業実績について、中田専務と舟木常務が説明しました。

信用事業では、J A カード獲得のため直売所やA コープでのカード獲得イベントを実施。取引メリットをアピールし、カード入会予約を推進するとし、経済事業では、自動車展示会にて、目玉商品を設定し、誘客の促進を図ることなど、各部の担当者から、令和4年度各事業に向けた取組みを発表しました。

また、それに伴い各支店担当者からも取組方針を発表し、最後に事業達成に向け、全員でガンバロウ三唱をし、結束を強めました。



親子で サツマイモ定植

6月25日(土)にJAおおぞら青壮年部主催のサツマイモ定植を能登町武連の圃場にて行いました。

植えたのは、おおぞらの干し芋やアイスに使用する「兼六イモ」という品種。甘味が強く、しっとりしているのが特徴です。

参加した親子は、棒で穴を開け苗を植えたり、スコップで土をかぶせたりと楽しそうに作業していました。

収穫作業は、10月頃を予定しています。



自動車・ 農機展示会 開催

7月1日(金)～2日(土)にかけて、JAすずし・内浦町・おおぞら合同で、自動車・農機展示会を今年の1月にオープンした、能登北部JA農機センター(輪島市三井町洲衛)にて開催しました。暑い日差しが照りつける中、朝から多くのお客様が来場されました。

屋外には、自動車の展示のほかにも、野菜や果物、かき氷、焼きそばなどの軽食コーナーが設けられ、屋内の農機コーナーでは、組合員さんが集まり、農機話に花を咲かせていました。



種苗費助成要領

能登おおぞら村、顔の見える食材市場出荷物に係る作付拡大、新規出荷品目の推進を目的として、種苗費助成を致します。要領を以下の通りと致します。

1. **種苗は能登おおぞら村より購入した種苗に限ります。**
右記に記載するものについては、対象外とします。
2. **出荷実績は能登おおぞら村、顔の見える食材市場向けに限ります。**
※共選品目は対象外となります。
3. 管内生産者、申請書提出者に限ります。
4. 受付場所：能登おおぞら村穴水・輪島
5. 種苗費は半額助成とし、購入履歴(レシート写し可)、出荷履歴が必要です。
6. 1農家当たり上限30,000円とします。
(助成金額上限50万とし超過した場合は一農家当たりの助成金額の調整あり)
7. 助成申込期間は、令和4年4月1日(金)～令和5年3月20日(月)

対象外となる種苗について

- ①果樹品目
- ②椎茸種菌(種駒・形成菌含む)
- ③部会予約注文書、『野菜苗』予約注文書、共同購入より購入した種苗
- ④苗販売のために供した種子
- ⑤明らかに出荷実績の伴わない(出荷数量が極めて少ない)もの

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

直売所
能登おおぞら村穴水 ☎52-3810
能登おおぞら村輪島 ☎23-4500

おおぞら

さつまいも^{あい}愛す 新発売!!

— 能登産の兼六いもを使用した愛すべきアイスです♡ —



2022年7月7日 **デビュー!!**

能登おおぞら村穴水・輪島で販売中

#さつまいも愛す で感想待ってます♡

※トッピングの干し芋は演出上のものです。実際の商品には付きませんが、直売所で干し芋も販売中です。どちらも食べてみて下さいね。



2022 JAおおぞら 対象 個人の方

夏の感謝祭

令和4年6月13日月 ~ 令和4年8月31日水

定期貯金 通帳式

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

店頭
表示
金利

× **20** 倍

(ただし、年金定期、年金福祉定期を除く)

30万円以上の
新規・増額取引の方

食器用洗剤

もしくは

デニム風保冷
ランチバッグ
プレゼント!!

定期貯金 証書式

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

店頭
表示
金利

× **10** 倍

(ただし、年金定期、年金福祉定期を除く)

定期積金

期間1年以上かつ契約額24万円以上の
新規取引 (再契約含む)

店頭
表示
金利

× **10** 倍

(ただし、やすらぎ定積、満期分散式を除く。また、掛金の全額前納取引を除く)

●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。

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
門前支店
輪島支店

52-1170
42-1166
22-1210

町野支店
能都支店
柳田支店

32-1107
62-2130
76-1236

安心をひとつの保険にパッケージ

JA 安心倶楽部

標準傷害保険

「JA安心倶楽部」は、仕事、趣味、レジャーなど日常生活でケガをされた場合に、24時間、日本国内外を問わず補償する**JA組合員とそのご家族専用**の傷害保険です。ケガだけでなく、日常生活や住宅の所有に関わる賠償責任や、カメラを落として壊してしまったときなど、持ち物（携行品）の損害も補償する総合補償型の保険商品です。

●こんなときに保険金をお支払いします。

傷害保険金



地震による建物の倒壊により死亡した。



自転車・バイクで転倒し、入院した。



〈充実プランのみ〉
熱中症で倒れ、入院した。



〈充実プランのみ〉
新型コロナウイルスに感染し入院した。

個人賠償責任保険金（示談交渉サービス付）



自転車で通行中にケガをさせてしまった。



ショッピング中にお店の商品を壊してしまった。



旅行中にカバンを盗まれてしまった。

携行品損害保険金

災害生活支援費用保険金 〈充実プランのみ〉



地震で自宅が全壊し、被災生活を余儀なくされた。

ホールインワン・アルバトロス費用保険金 〈オプション〉



ホールインワンを達成して、祝賀会を催した。

被災時の諸費用や熱中症・食中毒、
特定感染症（**NEW!** 新型コロナウイルス含む）も補償する
充実プランをおすすめします！

保険金の種類		保険金額	
		基本プラン	充実プラン
ケガ（傷害）※1	傷害死亡保険金	120万円	240万円
	傷害後遺障害保険金 第1級～第3級限定。後遺障害の程度に応じて、保険金額の78%～100%をお支払いします。	60万円	120万円※2
	傷害部位・症状別保険金 ケガの部位・症状に応じて、保険金額に所定の支払倍率（1～120倍）を乗じた額をお支払いします。	3,000円	3,600円※2
個人賠償責任保険金 （電車等運行不能賠償追加型・示談交渉サービス付）		1億円	2億円
携行品損害保険金 （自己負担額3,000円）		20万円	20万円
被害事故補償保険金		2,000万円	2,000万円
弁護士費用保険金		300万円	300万円
法律相談費用保険金		10万円	10万円
災害生活支援費用保険金		—	100万円
年間保険料		15,800円	21,000円

※1 天災補償付

※2 熱中症・食中毒・特定感染症補償

（**NEW!** 新型コロナウイルス含む）付 **プラス** オプションで補償します

オプション

ホールインワン・アルバトロス費用保険金	20万円 （年間オプション保険料2,110円）
---------------------	----------------------------

※ ホールインワン・アルバトロス費用保険金を補償する他の保険契約等がある方、およびゴルフの競技・指導を職業としている方は、オプションにご加入いただくことができません。

補償期間：令和4年11月1日（火）より1年間

募集期間：令和4年8月末日まで

- お支払いいただく保険料（年額）は、被保険者ご本人の職業、年齢、性別にかかわらず、上表の金額となります。
- 補償開始日時点で被保険者ご本人の年齢が満80歳未満の方にご加入いただけます。
- ご継続は、補償終了日時点で被保険者ご本人の年齢が満89歳まで、脱退のお申し出がない限り自動的に継続されます。

- JA安心倶楽部は、全国共済農業協同組合連合会（JA共済連）を保険契約者とし、おおぞら農業協同組合の組合員の皆さまを加入者（被保険者）とするJA団体傷害保険制度です。
- ケガによる死亡や重度の後遺障害、入院・通院、他人への賠償責任、携行品の損害など、日常生活のリスクを補償する制度です。
- 詳しい内容は最寄のJAの支店までお問い合わせください。

取扱代理店：おおぞら農業協同組合
本店 共済部 ☎52-3809

引受保険会社：共栄火災海上保険株式会社

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

B20-0501-20210619



能登地方を震源とする地震により、被災された皆さまに 謹んでお見舞い申し上げます。



お住まいや家財などに何か被害はございましたか？

JA共済では安心をお届けできるよう努めて参りますので、今回の被害に関するお問合せ・ご相談は、最寄の支店までお尋ね下さい。

皆さまの一日も早い復旧をお祈り申し上げます。

令和4年7月 おおぞら農業協同組合



いつでもどこでも

手

軽

に

健

康

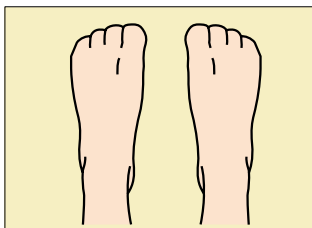
※決して無理をせず、出来る範囲で行って下さい。

その1

手指体操 手足じゃんけんで脳トレと健康チェック

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

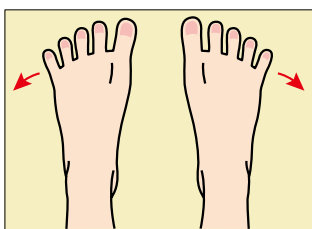
基本の動き 足指でグー・チョキ・パーを出す



①椅子に座り、両足をそろえて指の関節をしっかり曲げます。手の握りこぶしのような見た目がグーです。



②チョキは、親指だけを上に立て他の指はそろえて地面に着けた状態です。



③パーは、両足の幅を開けて5本の指先を広げます。指と指が等間隔に開くように意識します。

ポイント▶「グー、チョキ、パー」と声に出しながら行うとやりやすいです。

じゃんけんは、手指遊び、手指体操の原点です。手だけでなく、足でもグー・チョキ・パーを表現することで集中力アップ！楽しみながら全身運動にもなります。

まず手指と足指で別々にグー・チョキ・パーを出す練習をしましょう。手指のグー・チョキ・パーは慣れ親しんだ動きですが、繰り返すことで指の関節の動きの確認にもなり、また、動きが滑らかになります。

足指は図①～③を参照してください。手指の動きとは異なるので意外と難しいかもしれません。また、体を支える土台になる足の指が自由に動けるかのチェックにもなります。ゆっくりでよいのでしっかり曲げ伸ばしできるように練習しましょう。

最終的には手と足で1人じゃんけんができることを目指します。脳トレだけでなく、足裏の筋力アップ&ストレッチや、血行促進、足の冷え性の改善、むくみ解消、外反母趾の改善にも役立ちます。

セレモニーセンター 移転のお知らせ

平素は格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

門前支店2階にありました、セレモニーセンターは、輪島市東中尾町（旧輪島農機センター）へ移転し、**7月11日(月)**より営業しています。

今後も組合員・地域の皆さまのご希望に沿える様努めて参りますので、引き続き、ご利用の程宜しくお願い致します。

※**やすらぎ会員特典・組合員特典には変更ありません。**

JAおおぞら セレモニーセンター

住所：石川県輪島市東中尾町
イの部12番地1
(旧輪島農機センター)

TEL：0768-23-1230

FAX：0768-23-1231

JAグループ石川 高強度鋼管 令和4年9月末まで!

期間限定「ハードパイプα」

**パイプハウス早期予約
キャンペーン**

3年間補償します!

掛金無料!

災害補償付
(納品は11月末迄となります)

風害 雪害 水害

などの被害にも
これで安心!!

ご注文はお早めに!(9月末までに)
※鋼材価格が高騰のため令和4年10月より値上げとなります。

ご予約受付中!

JAグループ石川 (株)JAアグリライン石川 資材センター

やっぱりJA
をとの内容で
ご購入後も万全!

ご購入後も全力サポート!

ご購入後は
定期点検に
伺います!

3年間
補償します!

掛金無料!

工事希望のお客様には3年間の災害補償付
などの被害にも
これで安心!

資材センターが負担します!

1年目	2年目	3年目
100% お客様の負担なし!	90% お客様10%負担	80% お客様20%負担

※ご購入金額(税別)のうち、灌水資材を除く上取とした修繕費用の負担率です。

対象物件

1. 資材センターが設計、施工した新設物件に限ります。
2. パイプハウス、鉄骨ハウスが対象となります。
3. ビニール、クリンテートの被覆資材は対象外です。



気持ちこめて
楽しく歌って
います！



宇出津公民館「シャンソン能登教室」



シャンソン大好きさんが集まっています！
月2回の教室では、新しい歌を習い、ピアノ
伴奏で楽しく歌っています。シャンソンで能
登を元気にしたいと、かほく市から指導に
通って来られる北口先生のもと、15名の生徒
の心は一つ。年1回の発表会でも頑張ってい
ます。歌の好きな方、一緒に歌いませんか!?



おおぞら文芸

◆おもふ句会 (柳田支店管内)

柔らかき葉を吹き千切り青嵐
黄菖蒲の色も写つして植田澄む
梅雨寒や明治生まれの死に絶えて
力満ち水蠶が背を割る夏の朝
傘二本持ちて人待つ梅雨の入り
野地蔵に白衣一枚衣更
真緑の青葉の中に我が家あり
中庭のいとあざやかに葉さんしょう
湯上りの髪濡れしまま蜜狩
梅雨深し苔艶やかに膨らみて

◆投稿作品

藤袴旅する蝶の宿となり
ふらここ※をゆらす母子の夏帽子

※ブランコのこと

いかづちや戦禍の空に鳥の影
草花の香りをのせて初夏の風
また傷を増やして戻る恋の猫
日盛りや翳す手の中シーグラス
梅の実が風にゆすられ落ちてくる
父の日や身の置き所むずむずし
川蜻蛉水嚙む岩の先に座す
能登金剛遊覧船で巖門めぐり

今を生き父母との思いよみがえる
蛭追いかけ姉妹とともに
我住みし在所の真中つぎつぎと
田畑消え行きネオン輝く

小谷 哲夫
桶屋 利吉
秋常 隆彦
小谷内博之
竹田 桐生
鳥越よし女
水上十三子
鳥越 京子
松島キリ子
表野けいこ

横道 宏子
安原 弘子
平下 友子
立岩 昌子
竹田 正信
前川 公子
岡須美重子
小田 慶喜
小田 和子
今岡きよ子
新田 幸子
清坐キクエ



今月はエコープ
マーク品を使った
さっぱりレシピです!



トマトの はちみつマリネ

材 料
ミディアムトマト(中玉サイズ)…10個 | 玉ねぎ…1/4個
| エコープはちみつ…大さじ1 | レモン汁…大さじ1 | 塩…少々 | こしょう…少々

作り方
①トマトはくし型切り、玉ねぎはみじん切りにする。
②はちみつ、レモン汁、塩、こしょうをよく混ぜる。
③玉ねぎを加えてよく混ぜる。
④最後にトマトを加え、しっかりあえて冷蔵庫で冷やす。



夏野菜の 彩りキムチ

材 料
ミニトマト(黄・赤)、ズッキーニ、きゅうり、タマネギ等…合計で500〜600g程 | エコープらっきょう酢…50cc | エコープキムチの素…1袋(15g)

漬け方
①ミニトマトはヘタを取り縦半分に切ります。
②きゅうりは1cmの斜め切りに、ズッキーニは縦半割りにし1cmの斜め切りにします。
③玉ねぎは縦に切り、熱湯にくぐらせ、冷水で冷まします。
④以上の材料をポリ袋などに入れ、分量のエコープらっきょう酢・エコープキムチ漬の素を混ぜ合わせ、冷蔵庫で半日ほどでおいしく食べられます。



レモン入り 鶏つくね

材 料 (3人分)
鶏ひき肉…200g | レンコン…5cmほど | 卵…1個 | 片栗粉…大さじ2 | 味付けのタレA【和風だし…小袋1袋 | みりん…大さじ1 | しょう油…小さじ2 | 料理酒…大さじ1 | 砂糖…小さじ1】 | 付け合せの白髪ねぎ、卵黄(お好みで)

作り方
①レンコンは洗って皮をむき、小さめの角切りにします。
②鶏ひき肉に、①と卵と片栗粉を加えて粘りが出るまで混ぜて、一口大に丸めます。
③フライパンに油(分量外)を引き、つくねを並べて中火でよく火を通します。
④火が通したら、タレを加えて煮詰め、照りを出します。お好みで薬味や卵黄と一緒に召し上がりください。



夏野菜の 冷やしカレー

材 料 (2人分)
ご飯(冷たいものでよい)…1合 | トマト(中サイズ)…1個 | 長いも…100g | ズッキーニ…1/2本(100g程度) | オクラ…8本 | エコープ和風だし…小袋1袋 | 水…250ml | 醤油…大さじ2 | カレー粉…小さじ1

作り方
①トマトは皮を湯剥きし、長いもは皮を剥き、ズッキーニは皮つきでそれぞれ1cm程度の角切りにします。
②オクラは食べやすい大きさに輪切りにします。
③鍋にエコープ和風だしと水を入れて火にかけ、沸騰したら3〜4分煮だし、分量の醤油・カレー粉とトマト・長いも・オクラ・ズッキーニを加えて煮立たせ、冷ましておきます。
④器にご飯を盛り、③をかけて完成です。
※素麺・うどん等にかけていただいても美味しいです。



きゅうりと ササミの中華風和え

材 料 (4人分)
きゅうり…1本 | ササミ…2本(代わりにハムでも可) | もやし…1袋 | にんじん…1/2本 | エコープきゅうり漬の素…1袋 | 米酢…小さじ2 | ごま油…少々 | 塩…少々 | 料理酒…少々

作り方
①きゅうりとにんじんは千切りにします。もやしは洗って水を切り、耐熱容器に入れレンジで600Wで2分加熱します。
②ささみは耐熱容器に入れて塩・料理酒を少々振ってラップをし、600Wで2分加熱します。(加熱時間はお好みで加減してください)
③加熱したささみの粗熱が取れたら手で裂き、加熱したときに出了汁に漬けて冷まします。
④具材をボールに入れて、エコープきゅうり漬の素と分量の米酢を入れて混ぜ合わせれば完成です。
※お好みでごま油を少々加えますと更に風味が増します。



モナ・カサンドラの

あなたの運勢☆8月

♈ 牡羊座
3/21~4/19

【全体運】 活気があります。レジャーは華やかでいつもよりぜいたくなものがお勧め。目的を絞ってお金を使うと好循環が

【健康運】 運動は友人と一緒に始めると楽しく長続き

【幸運の食べ物】 サヤインゲン

♉ 牡牛座
4/20~5/20

【全体運】 まず問題解決に尽力を。手のかかるものから片付けます。後には楽しい予定が待っています。下旬から運氣好転

【健康運】 食べ過ぎたら体を動かしてカロリーを消費

【幸運の食べ物】 オクラ

♊ 双子座
5/21~6/21

【全体運】 意見の食い違いは時間が経たなくても調整を試みて。見切り発車で行動を起こすと後退することに。整理整頓にツキ

【健康運】 頭痛や眼精疲労に気を付けて。歯科検診は◎

【幸運の食べ物】 マクワウリ

♋ 蟹座
6/22~7/22

【全体運】 難しい役回りを任せられそうですが見事に切り抜けられます。あなたの笑顔が場を和ませます。にっこりほほ笑んで

【健康運】 メンタルにダメージの恐れ。心をガードして

【幸運の食べ物】 ゴーヤー

♌ 獅子座
7/23~8/22

【全体運】 好調運ですが、とても多忙。やることを整理して効率的に動きましょう。スケジュールには遊ぶ予定も組み込んで

【健康運】 規則正しい生活を心がけて。温かい食べ物にツキ

【幸運の食べ物】 桃

♍ 乙女座
8/23~9/22

【全体運】 恵みの多いときですが波乱の要素も秘めています。危ないものは近寄らないで。機器の整備や安全対策も入念に

【健康運】 ハードな運動も可能。レジャーも楽しんで

【幸運の食べ物】 パプリカ

♎ 天秤座
9/23~10/23

【全体運】 少しずつ条件が整ってきます。交渉は粘り強く続けましょう。協力者が現れる予感も。説明書はよく読んで

【健康運】 持病のケアに力を入れて。良い対処法を発見

【幸運の食べ物】 ツルムラサキ

♏ 蠍座
10/24~11/22

【全体運】 厳しい運氣となつています。思うように進まなくても慌てないで。無理せず体力を温存。次の機会に備えましょう

【健康運】 けがややけどに注意。安全確認を忘れずに

【幸運の食べ物】 イチジク

♐ 射手座
11/23~12/21

【全体運】 勢いのある好調運ですが下旬からは荒れ模様。用事もレジャーも前倒しで。後半は頼まれ事で忙しくなりそう

【健康運】 ストレッチやつぼ押しで血行を促進

【幸運の食べ物】 トマト

♑ 山羊座
12/22~1/19

【全体運】 これまでの頑張りが認められ成果が上がりだします。安定運ですからマイペースで。うれしいニュースも飛び込んできそう

【健康運】 思い切り遊ぶのが健康の秘訣(ひけつ)。早起きも◎

【幸運の食べ物】 スモモ

♒ 水瓶座
1/20~2/18

【全体運】 対人運が活性化。良いことも大変なことも外から飛び込んできそう。返事は慎重に。言葉を選んで話すよう心がけて

【健康運】 ヨーグルトや発酵食品で腸を元気に

【幸運の食べ物】 梨

♓ 魚座
2/19~3/20

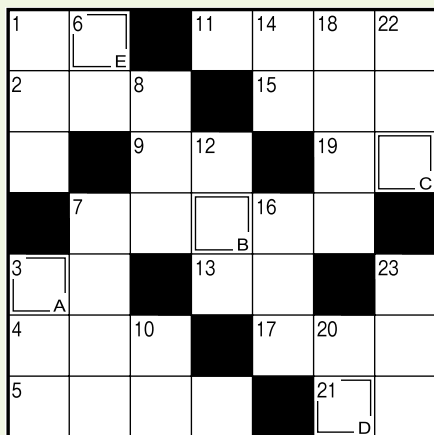
【全体運】 1人より誰かと一緒に動いた方がたくさんの実りを得られます。休日は映画や音楽を楽しんで。下旬は謙虚に

【健康運】 評判のいいストレッチや健康食品にトライ

【幸運の食べ物】 ニンニク

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前の反対側
- ③梅雨が明ければ夏本番。——が増します
- ⑥神社で神事に奉仕する女性
- ⑦土用干しをする漬物
- ⑧窒素(78%)、酸素(21%)などが含まれます
- ⑩音を聞き取る器官
- ⑫波——を上げて船が進む
- ⑭七夕飾りや短冊をつるします
- ⑯カブトムシが集まる木の一つ
- ⑰歌謡曲などの前奏のこと
- ⑲唱歌『夏の思い出』の歌詞に出てくる地名
- ⑳継続は——なり
- ㉑列車を走らせるために敷きます

→ ヨコのカギ

- ①7月の第3月曜日は——の日。国民の祝日です
- ②お遍路さんが巡ります
- ③ムチとの使い分けが大切
- ④開くと花が咲きます
- ⑤そうめんをゆでている途中に入れる人もいます
- ⑦泳げない人の強い味方
- ⑨夏の土用の——の日にはウナギを食べると良いといわれます
- ⑪輪島や呼子のものが有名
- ⑬蚕の繭から作る繊維
- ⑮鉄がさびるのはこの化学変化によるものです
- ⑰京都の夏を彩る——祭
- ⑲酔うとこの猛獣になる人も
- ㉑1-1=



クイズ正解者の中から抽選で12名の方に、まだまだ暑い！残暑バテ対策に使う「らっきょう酢」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4年8月15日(月) 必着

●当選者は9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。

5月号の答え『エメラルド』

◆クイズ当選者(応募総数106名)

浜野ゆり子様	林 龍子様
山下 幸子様	本谷 静子様
山本栄美子様	長平真智子様
田辺 とみ様	斉藤 光子様
正武田佳子様	山本 幸子様
出村チヨ子様	滝上 雅子様



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

5月号への投稿より

- 広報おおぞらは私の楽しみの一つです。15ページまで見るのが楽しみです。野菜づくり、虫防除から、おそろ文芸、句会の人の名前も思い出しています。すばらしい作品がありますね。広報おおぞらがいままで continué するように願っています。私もクイズ頭の体操頑張ります。
- 能登町 K・Y 89歳
- 5月の誕生石「エメラルド」宝石言葉は「幸運・幸福・夫婦愛・安定・希望」なんとステキな言葉ばかりですヨね。町野町 T・T 65歳
- (編)ホントですね！私5月生まれで誕生石なのですが、知りませんでした。欲張りですが、全て欲しい言葉です(笑)
- みんなのお絵描き版のM・Sさんの黒猫さんは、涙を流して何にひらめいたのかしら。輪島市 T・S 64歳
- (編)「ネンドマツ」というクイズの答えにちなんでお絵描きを送って頂きました。忙しさと、あまり決算(家計)の数字がよろしくなかったのかもしれないね。
- 毎日の料理に欠かすことが出来ないと言っても過言ではない玉葱の価値が続いていて、頭の痛いことです。後少して我が家の玉葱も収穫ですが、それ迄はと値段をにらんでいます。何もかも値上げで家計を護るのが大変です。門前町 E・Y 72歳
- (編)めちゃくちゃわかります！玉葱もそうですが、ガソリンも高い！石油を
- 使った包装や輸送費も上がってるので、結局、何でもかんでも値上げして、困りもんです。早く、平穩な日々に戻りますように。...
- こんにちは、おおぞらさん！は表題の通り、元気をもらっています。高齢者の方の営農は自分もやろうという気になります。
- 門前町 Y・T 70歳
- (編)そうなんです！よくお便りでも農業者の方が頑張ってる姿を見ると、「私も頑張ろう！」と思って下さる方がたくさんいたので、そのようなタイトルにしました。元気を届け出たてよかったです。
- 略語カタカナ語が多くてわかりにくい世の中。LAって何？TACって？穴水町 Y・U 92歳
- (編)説明不足でごめんなさい。LAはライフアドバイザーの略で、共済の外回りの職員(保険外交員)です。TACは、担い手農家を回る外回りの職員です。
- ふれあい伝言欄の編集の方のコメントがおもしろいです。お便りの内容よりもコメントがおもしろかったり、「そうだなあ...」とうなずいたり、コメントは男性？女性？私は女性の方と思っています。いつも応援しています。これからもよろしく！(絵文字も参考になります。スマホの使い方下手くそで。)
- 金沢市 Y・S 65歳
- (編)いつもお便りありがとうございます。応援なんて嬉しいですよ。女性で正解です！私も伝言欄で皆さんとお話してるの楽しいです！こちらこそ、これからも宜しくお願いします。またお便りでお話ししましょう★



THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS

日本農業新聞 電子版



日本農業新聞は電子版を創刊。新聞本紙を基軸に、デジタルでの情報発信を強化します。農業所得と生産力を高め、地域活性化にも役立つ情報を伝えます。

電子版でできること



いつでも、どこでも

スマホやタブレットで、情報収集ができます。



過去記事検索が30日分

見逃した記事もさかのぼって読むことができます。



クリップ機能で記事を保存

気になる記事を最大200件まで保存できます。

紙面ビューアーの特徴



読みやすさ、そのまま

いつもの紙面と同じレイアウトです。



文字を大きく

紙面を拡大・縮小できます。



紙面丸ごと印刷できる

大事な記事の保存やスクラップに役立ちます。



8月から新価格! 月額料金 2,403円(税込み)*

●初回登録月は、月末までの料金がかかりません。●電子版のみの料金です。紙版を併せて購読する場合は紙版の購読料が別途、発生します。※7月までは**2,623円(税込み)**です。

電子版のお問い合わせやお申し込みは、お近くのJAまでご相談ください。



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。

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							

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				

料金受取人払郵便

穴水局
承認

2205

差出有効期間
令和5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

〒

名前

ふりがな

電話番号

歳

広報おおぞら

2022年7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