

広報

おとどけします 地域と人へ夢のせて

おおぞら

2022 ● VOL.331

12



人・夢・未来(ち)・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：まるおかウリニツク（穴水）

産地から元気をお届け

こんにちは！おおぞらさん！

門前町 (門前支店管内)

今月のおおぞらさん

しも の
下野

しょう じ

昭治さん(50)・

さ や か

沙綾香さん(38) ご夫妻

今月は、下野農園として、能登おおぞら村にも出荷して頂いている、下野さんご夫妻にお話しを伺いました。

下野さんは、160aの敷地に、夏はピーマン、万願寺とうがらし、秋冬は紅はるか、赤かぶ、もののすけ(サラダかぶ)、カラー人参を主に作付けしており、昨年からは規格外の野菜を使った加工品づくりにも取り組んでいます。

農業を始めるまで、大阪で造園業に長年従事していたというご主人の昭治さん。「仕事柄、もともと土や植物に触れる機会が多く、能登へ移住してきてからも関連することを仕事にしたいと考えていました。」

タイミングよく能登島で畑を借りられることになり、農業をスタートしたのがきっかけです。」と話していました。

農業を通じて、人とつながりが増えていくことにやりがいや喜びを感じると話す下野さん。反対に苦労していることを伺うと、「どんなに手をかけて作物を作っても、必ず規格外の野菜が出来てしまうことです。それを活用出来ないかと、昨年から野菜の加工品づくりを始めました。干し芋、割干し大根をはじめ、野菜のお菓子づくりにも取り組んでいます。」と教えてくれました。お二人の元気の素は、何といっても3歳になる息子の広空くん。



「疲れて帰ってきてても、子供の顔を見ると疲れも吹き飛びます。」と笑顔で話していました。

また、昭治さんはルアーフィッシング、沙綾香さんは絵を描く事が趣味だそうです。野菜販売時のPOPなどのイラストも沙綾香さんお手製。おおぞら村に出荷された下野農園さんの野菜のそばにも、温かみのある沙綾香さんのPOPが設置されています。いつも仲良くイベントなどで野菜販売をしている下野さんご夫妻。夫婦円満の秘訣は、「たくさん会話すること！何でも話し合っています。」と教えて頂きました。

今後の目標は、「昨年から、野菜の加工に取り組んだり、イベント出店の機会を増やしたり、活動の幅を自分たちなりに広げてきました。こんな農業のやり方ってあるんだ、やってみたい！楽しそう！と思ってもらえるようなそんな農園にしていきたいです。」と話す下野さん。

最後に、新規就農を考えている方と同じ農業で頑張っている皆さんに一言ずつ頂きました。

「**農業を始めたと思っています皆さん**。新規就農する前の農業のイメージは多くもくと自分の作業をこなしていく、というイメージでした。実際はじめてみて、色々な方達と繋がってはじめて成り立っていくんだと改めて感じました。お客様、納品先、取引先など自分の周りで関わってくださる方への感謝の気持ちを忘れずにいたいなと思っています。」

乾燥小じわ

空気が乾燥する冬は、肌の表面にある角質の水分が低下して、細かい「乾燥小じわ」が気になります。特に皮脂の分泌が少なく、皮膚も薄い、目の周囲や口元に乾燥小じわはしやすいのです。

乾燥小じわは、高齢者だけではなく、若い人でもできるため年齢にかかわらず、対策が大切です。まずは、乾燥を防ぐため室内では加湿器を使用したり、屋外ではマスクやマフラーで肌を覆うことが望めます。肌を覆うことは、やはり小じわの原因になる紫外線も防いでくれます。さらに保湿効果もある日焼け止めクリームやファンデーションは適した量を塗ることが大切です。

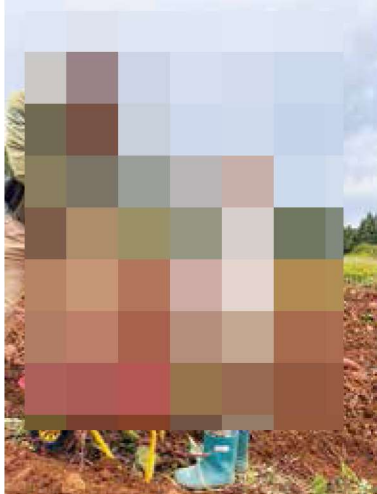
乾燥小じわを作らない、目立たせない、減らしたいときには、正しいスキンケアが必須です。クレンジングや洗顔は、肌を強くこすらず、すすぎまで丁寧に行います。その後は化粧水を肌になじませ潤いを補充します。そのとき目をギュッと強くつぶると目の周囲の皮膚はまつ毛で覆われたり、大きなしわができて深部まで化粧水がなじみません。コットンにたっぷりの化粧水を染み込ませ、目の周囲や口元は何度も重ねるように付けることもお勧めです。

さらに乳液やクリームを肌に塗り、肌の水分を逃さないようにします。製品によっては、乳液の後でクリームを重ねても良いです。また、各メーカーから小じわ対策の製品も出ているので、それらを使用するのも良いでしょう。

肌の健康は食生活や睡眠とも大きく関わります。肌でコラーゲンを生成するときに必要なビタミンCが豊富な野菜や果物、鉄分が豊富なレバーや赤身肉なども取ることをお忘れなく。そして、十分な睡眠やストレス解消も乾燥小じわ対策には欠かせません。笑ったときの小じわが魅力的な人もいますが、若々しさ維持のために乾燥小じわは防ぎたいものですね。



健康科学アドバイザー・福田千晶



↑さつまいもの収穫には、知り合いの子にも手伝ってもらったそう

カラフルで見ただけで元気が出そうな下野農園の野菜たち



おおぞら村でもたまに出張販売している紅はるかの石焼き芋。甘くてトロトロです



←昨年からはめたという規格外品を使った野菜のお菓子



月に数回門前の商店街で「下野農園青空カフェ」を出店しています

下野さんご夫妻。これからもお身体に気をつけて、ご夫婦仲良く、楽しみながら農作業頑張ってください。



下野農園

〒927-2171
石川県輪島市門前町本市2-66-1
(畑)石川県七尾市能登島別所502-1
☎ 090-1025-5673
@shimono_nouen
shimono.nouen@gmail.com



「同業者の皆さん。自然相手の農業は暑い、寒い、雨、雪全てに左右され、体力勝負でもあり大変な仕事でもあります。同じ生産者の方とお会いし、共に励まし合い、お互いに高め合ってコラボしていけるような関係性を築いていきたいなと思います。一緒に頑張りましょう！」
ありがとうございます。
カフェのようにほっこりと温かい印象の

編よもやま話

2022
12
vol.331

今月は、穴水町川島にあるまるおかクリニックさんのクリスマスイルミネーションが表紙です。能登地区では冬の風物詩の1つとなっていますね。毎年少しずつ変化していて、町内の静かな冬の夜を明るく彩ってくれています★



早いもので、2022年も残りわずかとなりました。今年も大変お世話になりました。2023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。よいお年をお迎えください。

管内の行事と話題 / 今月のそらトピ

— ohzora topix —



▲ 加工場（干し芋・むき栗）



▲ 穴水ライスセンター



▲ 直売所
（能登おおぞら村穴水）

准組合員モニターで施設巡回

広報6月号で募集しました、准組合員モニターの施設研修が11月10日(木)に開催されました。

年2回の活動の内、1回目の活動として、夏頃にアンケートを実施。今回2回目の活動として、アンケート結果の報告、意見交換会と併せて、農業施設を巡回しました。

視察したのは、穴水ライスセンターと、むき栗や干し芋を作っている農産物加工施設、農産物直売所能登おおぞら村穴水の3か所。

普段は見る事が出来ない施設の裏側や、品物が出来るまでの流れを担当職員が、丁寧に説明しました。

参加したモニターの皆さんは、メモを取ったり、写真を撮るなどして興味深そうに話に耳を傾けていました。

能登牛と秋の味覚市 盛況

11月6日(日)に能登町主催で、能登牛と秋の味覚市が、3年振りに内浦町内浦総合運動公園で行われました。

当JAでも、テントを構え、能登・柳田支店の職員が中心となり、大学いもやさつまいも他におおぞらの加工品（干し芋、さつまいも愛す）なども販売。お陰さまで干し芋は完売となりました。

当日は、久しぶりのイベントとあって、たくさんのお客様が来場し、賑わいを見せていました。



新採職員も頑張ってくれました▶



顔見え 即売会 開催

11月12日(土)に顔の見える能登の食材即売会が、石川県立図書館において開催され、奥能登3JAの生産者から出荷された野菜を販売しました。

コロナ禍ではありましたが、イベントチラシで訪れたお客様や図書館の利用者などがブースに立ち寄り、野菜を手にとっていました。

久しぶりのイベントで集客が心配でしたが、大勢の方に「顔の見える能登の食材」の取組紹介が出来たこと、また、お客様の喜ぶ笑顔が見れました。



市勢功労で 上田農園さんが 特別功労

11月3日(木)輪島市文化会館にて、市勢功労者表彰式が行われ、上田農園さんが特別功労を受賞しました。

上田さんは、昭和48年の設立以来、野菜苗の販売や、色彩豊かな野菜を作付けし、市内飲食店・スーパーのほか、当J A管内では、能登おおぞら村輪島にも出荷されており、輪島市の地域農業の活性化、振興発展の貢献と、これまでの多大な功績が評価され、今回の受賞となりました。おめでとうございます。



無人ヘリ・ ドローン部会 開催

11月14日(月)に今年度2回目の開催となる、農業用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がおおぞら本店にて開かれ、生産者を始め、県・市町、J A関係者が出席しました。

会議内では、防除費精算、防除実績について協議され、令和4年度は、無人ヘリで36集落へ430.2ha、ドローンでは、58集落へ334haの水稲圃場に散布しました。



トキ放鳥に係る視察研修

令和4年8月、能登地区がトキの放鳥候補地となったことを受け、11月8日(火)～10日(木)の3日間、県・羽咋以北9市町・農業者・J A関係団体の担当者が参加し、トキ放鳥の取組内容等について、先進地である新潟県佐渡市へ訪問しました。

訪問先では農家、行政、J Aが一体となり環境保全型農業を取組んでいる圃場や保護センターなどの見学も行いました。人とトキが共生できる環境づくりや野生復帰などが重要視されており、トキにとって良好な環境整備等の色々な取組が行われていました。

トキの放鳥に際し課題はたくさんありますが、いつかトキが能登の空に羽ばたいている姿

を思い、関係団体が一体となり取組んで行かなければと実感しました。



首都圏で県産農 畜産物をPR

石川県産のブランド農畜産物をPRするため、J A全農いしかわ主催の食談イベントが、11月18日(金)～20日(日)に東京都内の日本料理店で開催されました。

県内J A関係者のほか、首都圏の流通業者などが一堂に会し、能登牛や加賀野菜を使ったコース料理が振舞われました。

イベント参加者は食談をしながら、季節感溢れる料理やお酒を十分に堪能していました。



柳田公民館へ 太鼓を寄贈

J A おおぞらでは、自己改革の重点課題の一つである「地域の活性化」の活動の一環として、能登町柳田公民館に長胴太鼓2台を寄贈しました。

それに伴い、11月19日(土)・20日(日)に3年ぶりに開催された、柳田文化まつりの2日目(20日)に寄贈式が行われ、J A おおぞらの藤田組合長が、梅彦十郎公民館長に目録を贈呈しました。

柳田公民館では、地域の伝統あるまつりを傳承しようと昨年から「祭り笛伝承教室」を開催しています。これに太鼓を加えた祭りばやしの傳承を目標に太鼓教室の開催も行いたいとのことで、今回の太鼓の寄贈となりました。

この活動は、J A 共済「地域・農業活性化助成金」を活用して実施しています。



▲ 藤田組合長㊦と梅館長

J A カードを P R

11月21日(月)〜25日(金)にかけて、J A カードのP R イベントを管内Aコープ、給油所、能登おおぞら村で実施しました。

職員は、来店されたお客様に声を掛け、AコープでJ A カードを使うと、通常ポイントに+2ポイントが還元。J A 給油所で使うと、1ℓにつき請求時に2円引き、直売所で利用すると請求時に5%割引されることなどを説明しました。イベント当日に入会した方には、J A 商品券を進呈しました。



▲ J A カードをP R する職員 (Aコープもんぜんにて)

いつでもどこでも

手 軽 に 健 康

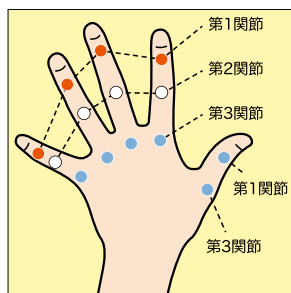
※決して無理をせず、出来る範囲で行って下さい。

手指体操 関節の曲げ伸ばしで動きを滑らかに

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

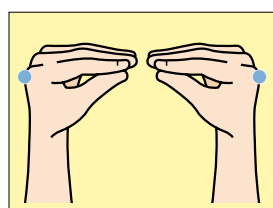
手指は多くの関節で構成されています。指の関節は骨とそれらを取り巻く腱・靱帯、筋肉が複雑に絡み合っていて動いています。寒くなると筋肉が縮こまりがち。関節にも不具合が出やすくなってきます。また、年齢を重ねるに従って、指の曲げ伸ばしがスムーズにいかなくなるケースも出てきます。今回は、関節にフォーカスした体操とストレッチをご紹介します。筋肉の衰えを予防し、関節の動きを滑らかにするために体操とストレッチの両方を行うことがポイントです。指を伸ばすときに使用する「伸筋」と、指を曲げるときに使用する「屈筋」を意識することで、ストレッチ効果が高まります。まずは指を1本ずつ動かしていき、慣れたら全部の指の関節を動かします。

【指の関節】

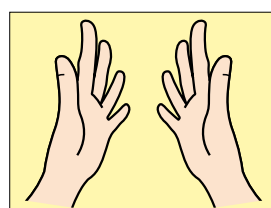


※分かりやすいようにここでは指の関節を上図のように呼びます(親指は関節が2つなので第1関節と第3関節にしました)

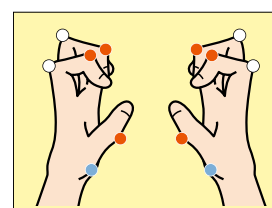
基本の動き



①両手の指を第3関節で曲げ指先を合わせます。他の関節と親指の関節2つは伸ばした状態で5秒間キープします。



②5本の指をパーの形に開き、指全体を伸ばして5秒間キープします。



③親指以外の第3関節を伸ばした状態で、他の第1関節と第2関節を曲げます。親指から順に関節を動かしていきます。

ポイント▶ 曲げ伸ばしにくい薬指と小指は、意識しながらゆっくりと動かしてみましょう。



【おおぞら・すずし JA合併事務局より】

おおぞら・すずし JA合併だより

「おおぞら・すずしJA合併推進協議会」では現在、新生JAの事業方針や目指すべき姿について検討を行っているところです。今回は、「目指すべき姿」をふまえた、2JA合併のねらいについてご報告いたします。

基本的な考え方

新生JAでは、職員の適材配置による専門性・組合員対応・渉外体制・相談機能の強化や、活力ある地域社会の実現、そして能登ブランドやスケールメリットを活かした競争力のある営農経済事業の実現に向けて尽力して参ります。また、事業機能の高度化や専門化を実現することを目指します。

人材確保・人材育成の実現

おおぞら・すずしの両JAでは、近年、定年退職者・中途退職者の増加ならびに、新規就労希望者の減少により、職員数が減少しています。職員数の減少に伴い、各店舗や事業所を運営する職員の不足が顕著となっており、今後の安定的な事業継続が困難となる危惧が高まっています。

今回、2JAの合併を実現することにより、現在各JAで行っている事務の集約をはかり、組合員の皆様へ提供するサービスの質・量を維持するとともに、組合員や利用者に対する営農指導や渉外活動等、出向く体制の強化を目指します。

あわせて、合併を機として、積極性のある職場風土の実現をはかり、職員のモチベーションの向上をはかります。これにより、活力あるJAの実現を目指し、これからの能登を盛り上げる拠点とすることを目指します。



将来を見越した施設整備計画や天災対策の実現

管内地域では、本年6月に震度6弱の地震が発生する等、断続的に地震が発生している状況にあります。一方で、両JAの本店・支店・事業所は、建築より年月が経過している建物も多くなっており、組合員の財産や生活をお守りする拠点としての施設整備が必要となっています。しかしながら、現在の単独JAでは、収支上の観点もあり、その整備もままならない状況となっています。

今回、2JAの合併を実現することにより、能登地区全体を見渡した広域的な目線や、中長期的な目線にたった、施設整備計画の策定が可能となります。今後、管内地域の人口減少が更に加速することにより、一定の施設集約が必要になった際にも、能登地域が一体となった計画的な施設整備が可能になるよう、合併実現後も検討を続けていくこととします。

また、地震以外にも近年、豪雨等による水害の被害も増加しており、管内農地や施設に被害が生じるリスクも高まっています。合併の実現により、万一このような被害が生じた場合においても、管内地域で相互に人員の派遣を行ったり、臨時の拠点整備を行うこと（仮に本店に被害があった場合にも、他拠点を仮の本店とすることで、事業継続を行うこと）が可能になるよう、対応を行うことを想定しています。

現在、各事業において、近時の環境要因や事業の強化方策を含めた詳細な議論を進めていますので、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。

JA共済にご加入のみなさまへ

JA共済
からの
お知らせ

全国で増加 住宅等の建物修理に関する トラブルにご注意ください!

こんな勧誘に
ご用心!JA共済から指定されていますので、
安心してください。

お宅の屋根瓦ゆがんでいますよ。共済金の支払対象になりますし、
共済金の範囲内で修理しますので、お客さまの**自己負担はありません!**
もし請求手続きが面倒であれば、手続きも代行しますよ!

あら、それは
いいわね。

と、うっかり応じてしまうと...

こんなことも...

1

うその理由での請求を
勧められた!

「台風が原因と言えば問題
ないですから」と、**うそ
の理由**で共済金請求を
するように勧められた!

うその理由による共済金請求は、
共済金詐欺に該当する
おそれがあります。

共済金詐欺に
あたらないかしら...

こんなことも...

2

法外な解約料金を
請求された!

見積書の金額が高すぎる
ので、知り合いの業者に
頼もうと思い解約し
ようとしたら、**高額な解
約料金を**請求された!

支払われた
共済金の50%なんて
聞いてないよ!

こんなことも...

3

ずさんな工事をされた!

見積書の内容どおり
の工事をしてもらえ
ず、引渡後すぐに**雨
漏り**が発生した!

お金を
返して!
ご注意 建物修理トラブル

「**共済金**が使える」と言って建物
修理の勧誘を受けたときには、
**建物修理契約を締結
する前にまずJAに
ご相談ください!**



JAって選択、ありでしょ?!

自動車共済。JAで見積ると見直せる・当たる・得をする。

JAの自動車共済

お見積り
キャンペーン

JAの自動車共済
お見積りキャンペーン

史上最多!

抽選で
総計

13,500名様

A 賞

200名様
(各期50名様)



Dyson
Dyson Supersonic Ionic
ヘアードライヤー
過度の熱によるダメージを防いで、
髪を乾かすことができます。

B 賞

200名様
(各期50名様)



象印
STAN. 自動調理なべ
ホワイト
ほったらかし調理で毎日簡単に
こだわりの料理を楽しめます。

C 賞

200名様
(各期50名様)



ANKER
Nebula Capsule
モバイルプロジェクター
最大100インチの鮮明な映像。
自宅の壁や天井がシアターに。

D 賞

200名様
(各期50名様)



iRobot
ロボット掃除機 ルンバ i3
掃除中でも自動で充電、自動で再開し、
掃除を最後までやり遂げます。

W 賞

12,700名様
(各期3,175名様)



A賞～D賞に当選できなかった方に!
MOTTERU
クルリト クーラービッグマルシェバッグ
コンパクトにたためるレジカゴ対応
大容量クーラーバッグ。

※賞品のデザイン・仕様・機種等は変更となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。※画像はイメージです。

応募方法	JAの自動車共済お見積りキャンペーンWebサイトに必要事項をご入力の上、ご応募ください。 ※JA共済のタブレット端末「Lablet's(ラブレッツ)」から、JAの担当者を通じてご応募いただくこともできます。
応募資格	JAの自動車共済に加入していない車両の所有者で、JAの自動車共済のお見積りをしていただいた方。
抽選について	厳正なる抽選の上、当選者の決定をいたします。 なお、当選者の発表は、賞品の発送またはJA・JAの共済代理店からのお届けをもって代えさせていただきます。
応募期間	2022年4月1日～2023年3月31日
応募締切	第1期:2022年6月30日 / 第2期:2022年9月30日 / 第3期:2022年12月31日 / 第4期:2023年3月31日

※ご提供いただいた個人情報は、JA・JA共済連の事業および各種サービスのご提供・ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。また、JA共済は「個人情報保護方針」を定め、個人情報の保護に努めております。※当キャンペーンにご応募いただいた場合であっても、法令等によりJA共済にご加入いただけない場合がございます。
※当選の権利を他人に譲渡したり、金品に交換することはできません。

JA共済ホームページ

JA共済

検索

https://www.ja-kyosai.or.jp

お申し込み・
お問い合わせは
お近くのJA窓口
または、右記まで

[22239999010]

JA共済

●JA自動車共済掛金見積り依頼シート

ご記入日 月 日

フリガナ	性別	生年月日(西暦)	電話番号
お名前	男・女	年 月 日	- -
ご住所 〒	賞品 A賞 / B賞 / C賞 / D賞 (ダイソン ヘアードライヤー) (象印 自動調理なべ) (アンカー モバイルプロジェクター) (アイロボット ロボット掃除機)		
登録番号(お車ナンバー)	免許証の色 ゴールド・ゴールド以外	自動車保険ご加入先 未加入・他損保等(加入先:)	
メーカー・車名	終期日(西暦) 年 月 日		

●JA記入欄

応募ID			担当者コード			担当者名			Web入力日		
県	JA	支店(所)							月	日	
2	3										
代理店コード			代理店名			同一応募の確認		系統外応募の確認		担当者印 責任者印	
						☐		☐			

令和5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済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	2,440円	2,270円
男 爵 5kg	1,410円	1,300円
メークイン 10kg	2,650円	2,470円
メークイン 5kg	1,510円	1,390円
キタアカリ 10kg	2,560円	2,390円
キタアカリ 5kg	1,470円	1,350円


 "Ienohikari"
 家の光

**2023年1月号
購読申込受付中**
**12月1日発売
定価/922円(税込み)**

※企画・タイトルは変更することがあります。



〈特集1〉どうする？ コロナ時代の冠婚葬祭
 〈特集2〉筋肉をつくる高たんぱくレシピ
 〈健康〉2分で効果大 口腔トレーニング

〈第1別冊付録〉
 手と頭をフル活用！
 筆ペンでかくイラスト
 ラスト&ゆる文字

〈第2別冊付録〉
 2023わたしノート
 賢くつながる
 相続虎の巻



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5年1月21日(土)	穴水支店	9:00~12:00
令和5年1月19日(木)	門前支店	9:00~12:00
令和5年1月21日(土)	輪島支店	9:00~12:00
令和5年1月19日(木)	町野支店	9:00~12:00
令和5年1月25日(水)	能都支店	9:00~12:00
令和5年1月18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時にお願ひいたしま
 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16条)に基づき、理
 事と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
 く求めております。

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 (金)	31日 (土)	1日 (日)	2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)	5日 (木)	6日 (金)
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	休	休	休
町野給油所	休	営業 (8時～18時迄)	休	休	休	休	休	休
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



イキイキと
体操している
参加者の皆さん



ズンドコ会

代表者より一言

毎週月曜日にふれあい健康センター2階で
10:00~11:30で活動しています。
ラジオ体操、みんなの体操をしてからボール
とチューブを使った体操を一週間ずつ交
互にしています。最後にズンドコダンス
(体操)をして終わりです。体が柔らかく
なり、健康になります。87歳の方が14年
間続けて元気に体操をしています！
みんなで一緒に体を動かしましょう！みな
さまのご参加をお待ちしております。



おおぞら文芸



◆布戸句会（町野支店管内）

過ぎし日をたどって歩む枯野かな
柚子味噌のほひを連れて応待す
農便り添へ栗お強届きけり
栗落ちて元の静寂に戻りけり
鼻水のたるも忘れ蕎麦する
枯葉散るこの道が好き風が好き
潮騒や石垣の萩ひそやかに
雨もよひ障子明りの針仕事
柚子香るデイスービスのほっこり湯

◆投稿作品

ペラペラになりし暦や柿落葉
孫と行く手に鬼灯のウェルビー
平等寺野仏の笑み紅葉散る
五尺玉響きで吾子が泣きさけび
炭に火のじんわり染みる根深汁
寒雨にぬれて咲いてる朝顔や
動かざる寒さを擦る両手かな
冬の星眺め願ふのは平和
どうして人は争ひたがる

ふつくらと赤く可愛い薔薇の花
晩秋の庭にやさしく薫る
良き友と心身ともに健康に
平和な日が続くよう祈る
土に生く大根畑満たす雨
老母の味添え宅急便

※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。

大瀧 武恭	大瀧 和賀子	大向 信子	大向 裕	乙脇 善仁	國田 欽也	刀祢 利雄	仲谷 由美	山下 陽子	安原 弘子	平下 友子	立岩 昌子	前川 公子	岡須美重子	小田 慶喜	小田 和子	今岡きよ子	清坐キクエ	新田 幸子
-------	--------	-------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------



もういくつかねると〜今月はエコーブマーカー品を使ったおせち料理をご紹介します！

黒豆は2022年広報9月号。まずは2022年広報11月号のCookingコーナーに掲載されています。併せて作ってみてくださいね★



芋きんとん

材料 (3〜4人分)
サツマイモ…大1本(350g)
| 甘酒…1本 | お好みでバター…10g

- 作り方**
- ①サツマイモをよく洗って厚めの輪切りにし、竹串がスーッと入るくらいまで蒸します。
 - ②サツマイモの皮をむいて、熱いうちにマッシャーでよくつぶします。
 - ③小さめの鍋につぶしたサツマイモと甘酒を入れて、弱火にかけ、混ぜながら煮詰めます。
 - ④お好みでバターを加えて混ぜ合わせてください。

塩こうじで錦卵

材料 (4人分)
卵…8個 | 黄身用[砂糖…大さじ3 | 塩こうじパウダー…1/2袋 | 片栗粉…小さじ1] | 白身用[砂糖…大さじ1 | 塩こうじパウダー…1/2袋 | 片栗粉…小さじ1]

- 作り方**
- ①卵をかた茹で卵にします。茹で上がった水にとって粗熱をとり、殻をむいて黄身と白身に分けます。
 - ②黄身と白身をそれぞれ裏ごしします。
 - ③黄身用の調味料、白身用の調味料をそれぞれ混ぜ合わせ、流し函に白身をきっちり詰めます。上から黄身を詰めます。流し函にラップをひくと、蒸した後に取り出しやすいです。
 - ④蒸し器で5分ほど蒸します。よく冷ました後に函から取り出して食べやすい大きさに切ります。

塩こうじ鶏ハム

材料 (3〜4人分)
鶏むね肉…大1枚(350g) | エコーブ塩こうじパウダー…小袋1袋 | お好みでブラックペッパー…適宜 ※保存用のチャック付ポリ袋があると便利です。

- 作り方**
- ①鶏むね肉の皮を取り除き、表面に塩こうじパウダーをまんべんなくふりかけます。お好みでブラックペッパーと一緒に入れてもOKです。
 - ②鶏むね肉をラップでキャンディ型にぴっちり包み、一晩冷蔵庫で漬込みます。
 - ③保存用のチャック付袋に②の肉を入れて、沸騰した湯の中に入れて、5分たったら火を止めて、30分放置し、余熱で火を通します。
 - ④肉を取り出して、十分に冷ましたらできあがりです。薄く切ってお召し上がりください。

うまあま田作り

材料 (2〜3人分)
ごまめ(カタクチイワシの幼魚の乾燥品)…40g | ミックスナッツ…40g | 調味料[エコーブ和風だし…小袋1袋 | みりん…大さじ3 | 砂糖…大さじ3 | はちみつ…大さじ1]

- 作り方**
- ①ミックスナッツはポリ袋に入れて麺棒で軽くたたき、粗く砕いておきます。
 - ②耐熱皿にごまめとナッツをのせて、ラップをせずにレンジで600W・8分加熱します。
 - ③小さめの鍋に調味料を入れて中火にかけ、ゆすりながら煮詰めます。表面が泡立ってきたら、火からおろして、②にかけ、手早く絡めます。
 - ④料理バットにオーブシートを引いて③を広げて、十分に冷ましてできあがりです。

簡単昆布巻き

材料 (3〜4人分)
早煮昆布…3枚 | たらこ…3本 | エコーブ和風だし…1袋 | 水…適量 | 料理酒…大さじ2 | みりん…大さじ1 | 砂糖…小さじ2 | 醤油…小さじ2 | ようじ…3本

- 作り方**
- ①料理バットに昆布を並べ、昆布が浸るくらいの水を入れて、15分ほど戻します。戻し汁は捨てずにとっておきます。
 - ②昆布の水気を拭いてたらこ1本のせて手前から巻いていき、巻き終わりをようじで止めます。
 - ③小さめの鍋に昆布巻きを並べて入れ、昆布の戻し汁300ml、和風だし、酒、みりん、砂糖を入れて、弱火でじっくり30分以上煮ます。
 - ④醤油を加えて、さらに15分ほど煮ます。火を止めて冷ましたらできあがりです。

モナ・カサンドラの

あなたの運勢☆1月

♈ 牡羊座
3/21~4/19

【全体運】気持ちを引き締め丁寧な所作を心がけて。高めの目標設定が良い運氣を呼び込みます。あいさつ回りと宴席にツキ
【健康運】楽しみながらできる運動がお勧めです
【幸運の食べ物】シュンギク

♉ 牡牛座
4/20~5/20

【全体運】早めのスタートが勢いに乗るコツ。予定は前倒しに進めましょう。伝統文化に触れる機会を大切に。和服も◎
【健康運】腹も身の内。バランスの良い食事で安泰
【幸運の食べ物】もやし

♊ 双子座
5/21~6/21

【全体運】礼儀正しい態度で好感度が上昇。やりたいことがあるときほど周囲の話をよく聞いて。協力者が現れる予感です
【健康運】頑張り過ぎてバテないようにペース配分を重視して
【幸運の食べ物】ブロッコリー

♋ 蟹座
6/22~7/22

【全体運】あれこれ言われてキャバオーバーになりがち。全部やろうと思わないで。状況整理から入ると良い案が浮かびます
【健康運】血行促進を心がけて。頭の体操も大切です
【幸運の食べ物】芽キャベツ

♌ 獅子座
7/23~8/22

【全体運】運勢は活気づき活躍の場が増えていきます。フットワーク良く動けるよう身軽な状態にしておきましょう
【健康運】食物繊維が多めの食事を心がけて。腸活にツキ
【幸運の食べ物】カレー

♍ 乙女座
8/23~9/22

【全体運】初心に返り謙虚に、着実に動いていきましょう。大きな実りが期待できます。うれしいニュースを届けてくれる人も
【健康運】食事は彩りが大切。おいしく食べて元気倍増
【幸運の食べ物】ハクサイ

♎ 天秤座
9/23~10/23

【全体運】時間調整の難しいとき。1人で動いた方がストレスは少なそう。共同作業が必要なことは丁寧に説明を
【健康運】乾燥を防いで風邪を予防。スキンケアにも効果あり
【幸運の食べ物】山芋

♏ 蠍座
10/24~11/22

【全体運】情報収集に力を入れて。問題解決に近づきます。いつもの作業にも新たな気付きがありそう。清掃や洗濯にツキ
【健康運】デトックス効果のある食材で元気を回復
【幸運の食べ物】野沢菜

♐ 射手座
11/23~12/21

【全体運】ピンチをチャンスに変える力強さがあります。状況は厳しくても諦めないで。反対意見に耳を傾けると逆転へ
【健康運】適度な運動が大切。何事もやり過ぎないで
【幸運の食べ物】ミカン

♑ 山羊座
12/22~1/19

【全体運】勢いのある好調運ですが独り善がりにならないように。周りの人のことを思って行動すると好結果に。金運も良好
【健康運】ゆったりティータイムで心の疲労も改善
【幸運の食べ物】ホウレンソウ

♒ 水瓶座
1/20~2/18

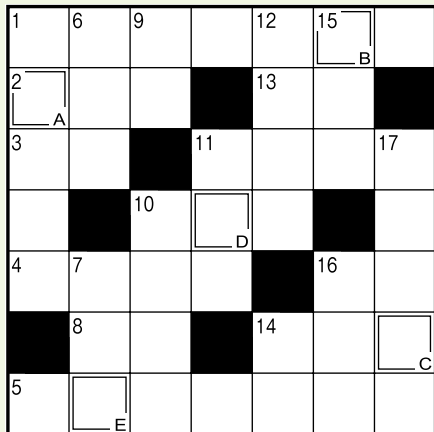
【全体運】上昇運です。周囲が協力してくれ良い方向に進みます。1人で悩まずに相談を。良い知恵も貸してもらえはらず
【健康運】手足を冷やさないように、しっかり保温を
【幸運の食べ物】レンコン

♓ 魚座
2/19~3/20

【全体運】自分の意見を少し譲ると思っていた以上にスムーズに進みます。予定や計画も実行しやすいよう手を加えてみて
【健康運】ホットミルクでカルシウムを補給して
【幸運の食べ物】イカ

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年末年始の学校に行かない期間
- ②牛の脂はヘット、豚の脂は
- ③げっずのこと。——にも出さない
- ④赤・青・黄・緑など
- ⑤ポニーテールをすると襟足にちょろり
- ⑥美川憲一のヒット曲『——座の女』
- ⑦豚の形をした——箱
- ⑧今年の来客数は去年の3割——だ
- ⑨珍しい書物のこと
- ⑩いろいろと考えあぐねて悩むこと
- ⑪良い考え。——が浮かんだ

→ ヨコのカギ

- ①日本のクリスマスパーティーでよく食べられる鶏肉料理
- ②フランスやイタリアなどの通貨単位
- ③旅先で泊まります
- ④バットが出せず——の三振！
- ⑤カーナビは「カー——システム」の略
- ⑥年末、年の瀬ともいいます
- ⑦物が汚れたり傷んだりすること
- ⑧これから起こることを予測します
- ⑨葦（アシ）の別名
- ⑩イエス・キリストの母です
- ⑪陸・海・——



クイズ正解者の中から抽選で12名の方に、2023年も良い一年でありますように、皆さまにエコープマーク品の「福袋」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

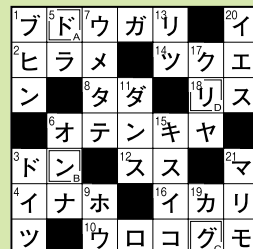
応募締切 令和5年1月16日（月） 必着

●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『ドングリ』

◆クイズ当選者（応募総数112名）

川端祈征子 様	高水小夜子 様
大濱 政敏 様	谷内口枝利子 様
谷 やす子 様	里 留美 様
坂下 啓子 様	町中とも子 様
高野 清美 様	諸井 珠江 様
宮腰 静子 様	国盛 芳子 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

- 今回のCookingのレシピがとっても簡単でおいしくて、よかったです。さつまいもやりんご、旬のものがいろいろな調理でおいしくいただけるのはとってもステキです。
能登町 T・M 66歳
- いつも楽しく拝見しています。今年うちの2本の栗は大豊作で、保存方法に悩みました。皮をむいて真空パックで冷凍したり皮付きのまま真空パックで冷凍したり…。ただ美味しい食べ方を発見!! 渋皮をつけたまま、中温で素揚げして、味塩をふるだけですごく美味しく食べられました。お試しを!!
町野町 K・H 66歳
- (編) いつもご愛読下さりありがとうございます。大豊作すごいですね! きっとK・Hさんが丹精こめて作ったからですね◎美味しそうなレシピもありがとうございます★また来年も宜しくお願ひしますね!
輪島市 H・T 76歳
- クッキング欄がお菓子で思わずにんまり。作って見たくなりました。家庭菜園のかぼちゃが大量に穫れたので、ゆでマッシュして、塩・クリームチーズ、からしを混ぜて冷凍保存してあるので応用してみようと思います。おかずの一品になればと。
輪島市 H・T 76歳
- (編) 素敵なお知らせがとうございます。お菓子大事ですよね。笑 ぜひ作って見て下さいね◎
穴水町 K・K 65歳
- 10/29、30の収穫感謝祭の野菜づくり講習会に出席したいと思ひます。種まきの時き時、苗の植え付けのコツと植え時を是非覚えてたいです。
穴水町 K・K 65歳
- (編) 収穫感謝祭ご来場頂きましたか? 野菜づくり講習会は、イスが足りなくなるほど大盛況でした。来年もまた開催してもらおうよう、担当部署に伝えておきますね。
- (編) 想像しただけで、めちゃくちゃ可愛いですね♡目に入れても痛くないという、おじいちゃんおばあちゃんの気持ちがよくわかります(笑)
輪島市 Y・M 55歳
- 何といっても「こんにちは・おおぞらさん」です。能登各地で一生懸命頑張っている姿が好きです。毎回楽しみにして見えています。
門前町 Y・T 75歳
- (編) おおぞらさんのコーナーは、毎月「元気をもらえた。あの人が頑張っているなら私も。」というようなお便りを頂いています。12月号も皆さんに元気を届け出来たら嬉しいですよ。
- おいしい野菜づくりのページを楽しく読ませてもらってます。今度トマトシリーズをお願いします。
穴水町 M・K 72歳
- (編) いつもご愛読ありがとうございます。トマトのご要望他にも頂いてるので、スペースが出来たら掲載しますね◎リクエストありがとうございます。
穴水町 K・K 65歳

素敵なイラスト
ありがとう
ございます！

[illegible]

下にもあるし
ココロ しょうか

門前町 M・M 76歳

[illegible]

19
ツイズの巻 **ドンゲリ**
本日はツイズでつくった「団圓の巻」の巻物をご紹介します。
「団圓」は「丸い」という意味で「団圓の巻」は「丸い巻物」のことです。



輪島市 M・T 65歳

[illegible][illegible]

19
10月

ツイズの巻 **どんぐり**

赤いツイズはこころが、12月にはお菓子でいっぱい
「お菓子」がテーマの巻です。お菓子でいっぱいお楽しみください。



能登町 T・M 62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。

12
月号

※ひらがな、またはカタカナで答えを書いてください。

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

第7回 理事会報告

(令和4年11月25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 役員定年制に関する内規の変更について
 - 第3号議案 出資配当金の取扱の変更について
- 協議事項
 - 協議事項1 新生J Aの総代定数(案)について
- 報告事項
 - (1) 令和4年度上期内部監査活動報告について
 - (2) 令和4年度上期ディスクロージャー(半期開示)について
 - (3) 合併協議について
 - (4) 2 J A 合併説明会について
 - (5) 令和4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。

わが家のらっきょう酢レシピ®

輪島市 Uさんからのレシピ

- そうめんかぼちゃをサイコロ状に切って、
● らっきょう酢に漬けるとおいしいです。
● 一晩で食べれますよ。
● 切るのが大変ですが、おいしいので
● がんばれますよ。



らっきょう酢以外の酢や
漬物の素などを使った
レシピ也大募集です

広報裏面のハガキ、または下記
Eメールまでレシビを送って下さい。
jaohzora@gmail.com
※レシビは広報誌に掲載させて頂く場合
があります。

※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

2022年12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

農産物直売所 能登おおぞら村

新春初売り

令和5年1月6日(金) 9:00~

能登おおぞら村 穴水・輪島

同時開催!

お楽しみ
福袋

先着50名様に
モチ無料配布

カード会員様
ポイント還元!

能登おおぞら村は、
令和4年12月30日~令和5年1月5日まで
棚卸し等のため休業させて頂きます。
ご不便をお掛けしますが、よろしくお願い致します。



本年もたくさんのご利用ありがとうございました。
2023年も引き続きご愛顧頂きます
ようよろしくお願い致します。

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



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				

能登町
Hさんの家族



コロちゃん
(メス・ミックス・7歳)

お父さんが仕事から
帰ってきて、食事(エサ
をくれる)をするのを
楽しみに待っています。



← コロちゃんの
動画はこちら

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?

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	歳
電話番号		