

2024

2

No.323

JA かが 広報

さあ、笑顔の産地へ

<https://www.is-ja.jp/kaga>

カガッコーを探せ!

この広報誌のどこかにいつもとは違うカガッコーが隠れているので探してみてください!

ヒント

防犯訓練実施しました

令和6年1月1日に発生した能登半島地震により、被害を受けられた皆さまに対し、心よりお見舞い申し上げます

●能登半島地震	2	●元気村	10
●カメラレポート	3	●車の自己点検	11
●山中出張所統廃合	4~5	●税務署からのお知らせ	12
●支店レポート	6	●LINEレシピ 他	13
●共同購入	7	●理事会より 他	14
●カートンセール	8	●クロスワードパズル 他	15
●農機スプリングフェア	9	●インフォメーション	16



JA加賀

令和6年 能登半島地震におけるお知らせ

このたびの令和6年能登半島地震により、被害に遭われた方々に謹んでお悔やみを申し上げますとともに、被災されました皆さまに心からお見舞い申し上げます。

JA加賀では、管内をはじめとする被害地域の一刻も早い復旧・復興を目指し、支援に努めてまいります。

加賀農業協同組合
代表理事組合長 中村 眞

今回の被害に関するお問い合わせ・ご相談については最寄りの各店舗にご相談ください。

また、当JAのホームページにおいても能登半島地震にかかる対応等を掲載しておりますのでご確認ください。



各店舗連絡先

中央支店	☎ 73-3931	西支店	☎ 72-0443
江沼支店	☎ 78-0280	西駅前出張所	☎ 72-1763
山中出張所	☎ 78-0525	南支店	☎ 76-0880
東支店	☎ 74-1562	北支店	☎ 74-0147

加賀市においても建物の被害が多数発生しております。災害発生時には建物修理にかかる不正業者のトラブルが増加致します。

JAを騙り修理を勧誘する場合がございますのでお気をつけ下さい。

物資支援の取り組み

JA加賀では、義援物資としてこしひかり醤油煎餅とお茶を提供致しました。また、JAグループ石川では当JAの義援物資を含め、食品(パックご飯、レトルト食品等)・飲料品(水、お茶)・衛生用品(マスク、簡易トイレ等)の物資支援を実施しております。



加賀農業青年グループが 加賀市内の保育園等へ 農産物寄贈



12月18日(月)に加賀農業青年グループとJA加賀より加賀市産農産物(ブロッコリー、かぼちゃ、梨など)をたちばなこども園、新生保育園、清和保育園の3施設へ寄付しました。

同グループの中田徹会長は「頑張って栽培した野菜を皆さんで食べて、年末年始を元気に過ごしてほしい。野菜のことに少しでも興味を持ってくれると嬉しい」と話しました。



農産物は全て前日に収穫された新鮮なものが用意され、各施設に寄付されました。



JAグリーン加賀 元気村防災訓練



1月5日(金)にJAグリーン加賀元気村にて防災訓練を行いました。

この訓練は、加賀市消防本部の協力のもと、火災発生時の被害を最小限に食い止めるために、避難誘導並びに消防用設備等の取り扱いの周知を図ることを目的として毎年行われています。訓練では実際に起こり得るシチュエーションを想定して、火災が発生した際の通報連絡、火元の特定と初期消火の防火対象物防火訓練、消火器の取り扱い訓練を実施しました。



「山中出張所」・「西駅前出張所」 店舗統合のお知らせ

JA加賀では、永年お引き立てを頂いておりました「山中出張所」「西駅前出張所」につきまして、このたび下記のとおり統合させて頂くこととなりました。

業務を継承致します店舗におきましてもご利用者の皆様のご期待にお応えできるよう、より一層のサービス向上に努めて参る所存でございますので、大変ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解の上ご協力賜りますようお願い申し上げます。

詳細につきましては、各出張所ご利用のお客様へ、別途お知らせ致しますので、よろしくお願い申し上げます。

1. 出張所2店舗の統合日

- (1) 山中出張所 令和6年3月23日(土)
- (2) 西駅前出張所 令和6年5月25日(土)

2. 統合後のお取引店舗

- (1) 山中出張所 継承店舗：江沼支店(エヌマシテン) 店舗コード：5943 119
- (2) 西駅前出張所 継承店舗：西支店 (ニシシテン) 店舗コード：5943 101

3. 主な店舗統合に伴うお取引のご案内(出張所ご利用のお客様)

1) 通帳・キャッシュカードご利用の皆様へ

現在お使いのキャッシュカードは、そのままご使用いただけます。通帳については統合後、JA加賀の店舗にて切替させていただきます。(ATMでのご使用は可能です)

2) 給与振込をご利用のお客様へ

お手数をおかけいたしますが、勤務先のご担当者様へ新支店の店舗名へのご変更手続きをお願いいたします。

3) 年金振込をご利用のお客様へ

公的年金を受け取りのお客様につきましては、変更手続きはございません。ただし、一部の年金につきましては所定の手続きが必要となる場合がございます。その際には別途ご案内させていただきます。

4) 共済事業をご利用のお客様へ

現在のご契約は、継承店舗にて引き続きお取り扱いさせていただきます。

**出張所2店舗をご利用のお客様には、
後日、別途詳細についてご案内をさせていただきますので、
よろしくお願いいたします。**

新施設建設におけるATMのご利用について

現在ご利用いただいております、下記ATMにつきまして、店舗建設工事に伴い、ATMのご利用を休止させていただきますので、皆様には、当面の間ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解の程よろしくお願い申し上げます。

▶ 富士見(山中) ATM

休止開始日：令和6年3月1日(金)

休止時間：12:00より

※ATMの再開につきましては、新施設完成時を予定致しております。



休止期間中の近隣ATMのご案内

JA加賀
最寄りのATM

★江沼支店ATM
★山代店ATM

手数料無料で
出金手続き
可能な提携ATM

★北國銀行
各ATM

※入金手続きは出来
ません

その他の
提携ATM

★セブン銀行
★ローソン銀行
★イーネットATM
等

※手数料・利用時間等ご不明な点がございましたら、店舗までお問合せ願います。

西駅前出張所につきましては、**令和6年5月24日(金)** から
休止の予定となりますが、詳細につきましては、
改めてお知らせ致します。



支店レポート

各支店の活動の様子を皆様にご紹介致します



中央支店

中央支店来店感謝デー

令和5年12月15日(金)に中央支店にて来店感謝デーを開催いたしました。

160名を超える多くのお客様にご来店いただき、来店されたお客様皆様に管内で取れたプロッコーをお渡ししました。ご来店いただいた皆様、ありがとうございました。

また、当日ご来店いただき、定期貯金の取り組みをしてくださった方にさらにガラポンでの抽選をしていただき、フルーツ盛り合わせ等の賞品をプレゼントいたしました。

同日開催で資産運用相談会も行い、資産運用の必要性や新NISA制度についてお話をさせていただきました。



東支店

東支店来店感謝デー開催！

令和5年11月18日(土)に東支店にて、来店感謝デー・年金相談会を開催いたしました。

来店されたお客様に日頃の感謝を込めて、プロッコー・ひやくまん穀のおにぎりのプレゼントや野菜の即売会、また、お子様向けに射的やお菓子すくいゲームなどを用意し広い世代の方に楽しんでいただきました。

当日は、大変多くのお客様にご来店していただき、ありがとうございました。

これからも、支店職員一丸となつて皆様との交流を深め、親しみやすく安心して利用できる支店にしていきたいと思いますのでよろしくお願い致します。



エコープマーク品は、安心と信頼のくらしの良品です。

組合員の
皆様へ

共同購入

エコープは、お約束します。こだわります。みんなのために。

健康で豊かなくらしには、安全・安心な商品が何よりも大切です。エコープマーク品の開発指針にも「安心して使える商品」を掲げ、「安全・安心」にこだわりを持った商品開発を行っています。

冬の共同購入は、1～2月に実施します。

JA共同購入・女性部担当者のイチオシ商品はこちら！

は、
JA担当者の
声です

和え物、サラダ、
揚げ物、
いろんな料理に
ご使用できます。

鶏を煮たり、
ミニトマトを
さっと漬けて
食べてます

らっきょう酢

商品番号 0045
1.8ℓ [PET]

商品番号 0046
1ℓ [PET]

人気
No.1



880円 税込

530円 税込

米麴の味がおいしい
お漬物が手軽に
簡単にできます。

毎年
漬けてます！

麹漬けの素

商品番号 0001 乳 836g

大根 15kg用 980円 税込

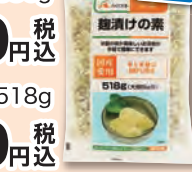
商品番号 0002 乳 518g

大根 8kg用 650円 税込

人気
No.2



人気
No.4



こめ油

商品番号 0042
1,500g [PET]

1,050円 税込

商品番号 0043
750g [PET]

630円 税込

商品番号 0044
180g [PET]

250円 税込

香ばしくカラッと揚げり冷めて
もべたつきが少ないです。風味
がよく、油酔い物質の発生が
少ないです。

人気
No.5



国産米ぬか
100%使用。
一度使ったら
ふつうの油に
戻れなくなっちゃ

良質の鰹と昆布のエキスを加え、
香りとコクを大切にした
自然の味の液体だしです。

液体だから
使いやすい！
おつけ、お好み焼き、
炊き込みごはん、
炒め物にも！

かつおだし

商品番号 0090
(400ml) 2本 (瓶)

1,050円 税込

2個で
お得に！



香味野菜 (にんにく・しょうが)
の香りと、豆板醤の辛味を効
かせた風味豊かな味わいです。

白菜と
炒めるだけで
一品おかずに

麻婆豆腐の素
中辛

商品番号 0098 小麦
(130g) 2箱

200円 税込

2個で
お得に！



甘藷でん粉の原料甘藷と馬鈴
薯でん粉原料馬鈴薯は
100%国産です。

サラダや
スープに入れたり
してます

はるさめ

商品番号 0075
140g (70g × 2袋)

220円 税込

2個で
お得に！



中華料理の調味料です。原材
料のかきは国産100%、着色
料・化学調味料不使用です。

国産のかきき
まるごとすりつぶして
いるのでかきの味が
濃い！！

オイスター
ソース

商品番号 0137 小麦
135g (瓶)

300円 税込



味わい深い茎茶を焙じて香ばしさを一層
豊かに引き出しました。爽快感が特徴
です。



くきほうじ茶

商品番号 0216
(100g) 5本

1,700円 税込

女性部の
グループラインで
おいしい話題に！
浅煎りで香ばしい、
香りもすごい！！

米ぬかから抽出した4種の保湿成分が、
お肌の自然なうるおいを守りながら、
しっとり、つややかに洗い上げます。

2個で
お得に！

泡立て
ネット付き

植物性石けん
米ぬか

商品番号 0224
(80g) 2個

900円 税込



JA女性部員の
リピーターさん続出!!
敏感肌や乾燥の
気になる方に
オススメです

4ロール入りですが
市販品の20ロール分！
交換回数も少なく楽ちん。
場所もとらないので
備蓄にも最適です



紙管なしロール
ワンタッチホルダー可
紙管なしロール
長巻タイプ (ダブル)

商品番号 0255

(125m × 4ロール) × 8袋

4,720円 税込

各支店までお問い合わせください。

まとめて買えば、グーンとお買得!!

ご自宅迄
配達
致します。

カートンセール

★オール特別価格で大提供!
この機会にぜひご準備ください。
★お申し込みは電話でOK!!

期間 2月16日(金)・19日(月)▶22日(木)

1 ティッシュペーパー ネピア プレミアムソフトティッシュ



さらに“ふんわり”、“なめらか”、
“やわらか”仕上げで、
手ざわり感アップ

360枚(180組)×60入
〈税込価格〉**¥5,500**
〈通常税込価格〉¥5,960

2 クレシア ティッシュペーパー スコッティ カシミヤ



ふんわりカシミヤのような
肌ざわりが支持される
ロングセラー商品。

440枚(220組)×10入
〈税込価格〉**¥2,530**
〈通常税込価格〉¥2,940

3 トイレットペーパー 県リサイクルロール 石川県リサイクル認定製品



地球にやさしい
100%再生紙。

ソフト90m×100入
〈税込価格〉

¥6,200
〈通常税込価格〉¥6,600

4 トイレットロールペーパー ソフト若葉



上質古紙を100%使用
しておりますので溶解に
は全く心配ありません。

60m×12ロール×8入
〈税込価格〉

¥4,500
〈通常税込価格〉¥4,920

5 ネピア asmori(アスモリ) シングル



6ロールで12ロール分
の長尺ロール。暮らしに
なじむデザインです。

120m×6ロール×8入
〈税込価格〉

¥4,840
〈通常税込価格〉¥5,340

6 クリネックスコンパクト ダブル



品質そのままに、1.5倍長持ちへ

12ロールから8ロールになり、収納がスツキ
リ。すぐなくなる心配もなく、
取り替える回数が減らせます。

超お買得

45m×8ロール×8入
〈税込価格〉**¥5,060**
〈通常税込価格〉¥6,300

7 クリネックスコンパクト シングル



品質そのままに、1.5倍長持ちへ

12ロールから8ロールになり、収納がスツキ
リ。すぐなくなる心配もなく、
取り替える回数が減らせます。

超お買得

82.5m×8ロール×8入
〈税込価格〉**¥5,060**
〈通常税込価格〉¥6,300

JA加賀 加賀農業協同組合

○中央支店 73-3931
○江沼支店 78-0280
○山中出張所 78-0525

○東支店 74-1562
○西支店 72-0443
○西駅前出張所 72-1763

○南支店 76-0880
○北支店 74-0147
○本店経済課 73-5555

ご注文はもよりのJA各店・支店へ

※ご注文が集中した場合、商品によってはお届けに時間がかかる場合がございます。あらかじめご了承ください。

JA加賀 2024

農機SpringFair

ご近所お誘いの上お越しください。お待ちしております。

日
時

3月1日 金

AM9:00~PM5:00

2日 土

AM9:00~PM4:00

人と大地のハーモニー
ISEKI
ISEKI & CO.,LTD.

さなえPRJ8



会場：JA加賀農機課

ご来場者には記念品進呈!

GPSによる操舵アシストで、
田植え作業が誰でも快適に。



For Earth, For Life
Kubota

スラッガー



人と大地のハーモニー
ISEKI
ISEKI & CO.,LTD.

NTA365



For Earth, For Life
Kubota

コンバインダイナライトネオ

展示品目 トラクター・コンバイン・田植機・籾摺機
乾燥機・刈払機・玄米保冷库・その他盛りだくさん

お問い合わせは JA加賀 農機課 ☎73-1455

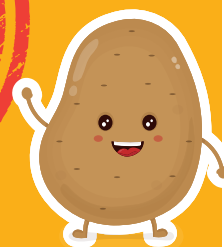
2月の営業時間〈8:30~18:00〉※1月・2月は火曜日定休日

種いも入荷! 植付け3月中旬~、収穫7月~

じゃがいもを作ろう!

- 男爵芋 ●きたあかり ●メイクイン
- インカのめざめ ●こがね丸 ●アンデス赤
- 十勝こがね ●とうや ●ホッカイコガネ ●シャドークイーン

家庭料理に
大活躍のじゃがいも!
野菜づくり
初心者でもOK
実はプランターでも栽培できて、
手間もかからないので、
初心者でもつくれる野菜なんです!
是非チャレンジしてみでは
いかがでしょうか!



じゃがいもの肥料はコレ!



病害虫対策も!

根付けまでに行けるものはそうか病と
ケラ対策です!

不明な点があれば
お気軽にスタッフまで
お声掛けください!



じゃがいも作り アドバイス

- ①窒素分が多すぎると茎葉ばかり大きくなりイモがちいさくなるので専用肥料を。
- ②弱酸性土壌を好むので石灰のやりすぎに注意。
- ③種いもは、明るく乾いた10℃ぐらいの暖かい所で芽出しさせましょう。

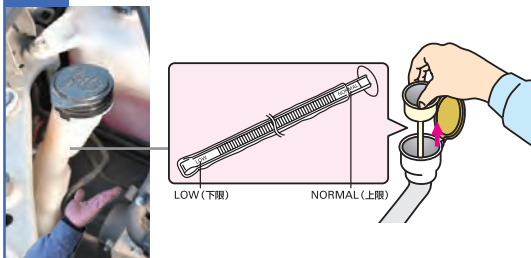
野菜苗を植える場合野菜づくりはまず土づくりから!



思いがけない故障は大変！
安全・安心のためにも

車の自己点検をしましょう!!

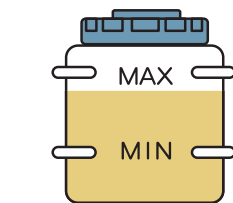
1. ウインド・ウォッシャ液の量



チェック欄



2. ブレーキ液の量

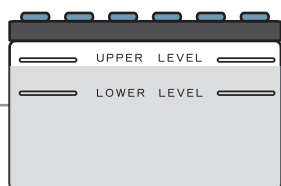


ブレーキ・リザーバ・タンク

チェック欄



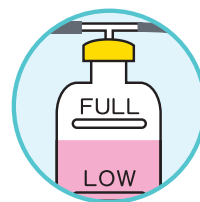
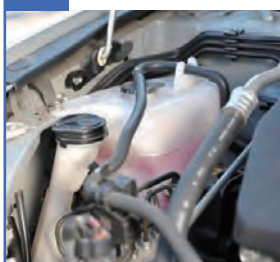
3. バッテリー液の量



チェック欄



4. 冷却水の量



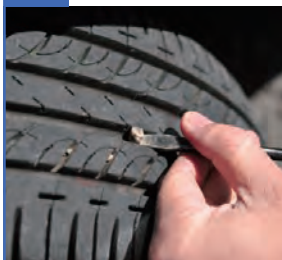
ラジエーター・リザーバ・タンク

冷却水の量が減ると
エンジンがオーバー
ヒートするよ！

チェック欄



5. タイヤの亀裂、損傷及び異状な摩耗

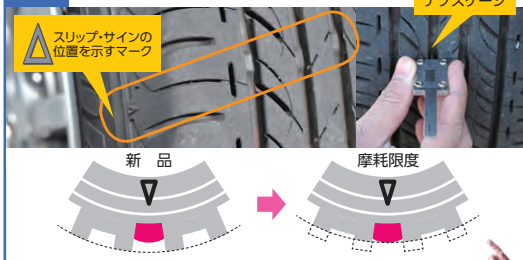


- ① 著しい亀裂や損傷がないかをタイヤの全周にわたり点検します。また、釘、石、その他の異物が刺さったり、かみ込んだりしていないかを点検します。
- ② タイヤの接地面の片側だけや一部だけが異状に摩耗していないかを点検します。

チェック欄



6. タイヤの溝の深さ



溝の深さが十分あるか点検！

チェック欄



1～6のチェック欄に×がある場合はJA加賀自動車サービスセンターまでお気軽にご連絡下さい。☎73-1314 一般社団法人 日本自動車整備振興連合会資料より

令和6年2月・3月はJA加賀自動車サービスセンターは土曜日も営業致します。

給油所案内

山代・大聖寺・片山津給油所 **水・金曜日**は **ガソリンがお得DAY!**
庄給油所 **水・土・日曜日**は **ガソリンがお得DAY!**

※現金会員・JAカード・JASSクレジット
カード・プリカの方対象

山代・大聖寺・片山津	通常営業時間 (月曜日・火曜日・木曜日)	特売日営業時間 (水曜日・金曜日)	洗車割引 DAY	休業日	祝日営業
	8:00～18:00	8:00～19:00	木曜日・祝日	土曜日・日曜日	8:30～17:30
庄(セルフ)	通常営業時間 (月曜日・火曜日・木曜日・金曜日) 特売日営業時間 (水曜日・土曜日・日曜日)				休業日
	7:00～21:00				なし

※灯油の配送は庄給油所、軽油の配送は各給油所までご連絡ください。

●庄給油所 74-3222 ●山代給油所 77-0825 ●大聖寺給油所 73-2557 ●片山津給油所 74-7377

税務署からのお知らせ

チャットボット及びタックスアンサーをご利用ください

「税務相談チャットボット(税務職員ふたば)」は、ご質問内容を自由に文字入力かメニュー選択いただくとAI(人工知能)が分かりやすく回答します。例えば、「入場整理券」に関するご質問のほか、確定申告が必要か否かの判断にも回答します。

また、「タックスアンサー」は、国税のよくある質問に対する一般的な回答について、キーワード検索や税金の分野別などの方法で調べることができます。



チャットボットの利用は
こちらから!



タックスアンサーは
こちらから!

インボイス発行事業者の方へ

適格請求書発行事業者(インボイス発行事業者)の方は、基準期間の課税売上高が1,000万円以下であっても消費税の申告が必要になります。

インボイス制度を機に免税事業者からインボイス発行事業者となった事業者は、2割特例(※)の適用が可能です。

(※)令和5年10月1日から令和8年9月30日までの日の属する課税期間に係る消費税の申告に必要な仕入税額控除の金額を売上税額の8割とすることができる特例です。



国税庁ホームページの
「インボイス制度特設サイト」は
こちらから!

乃木坂46と「国消国産」を学ぼう！ クイズキャンペーン実施中！

第3弾

2月29日(木)24時まで



国産和牛スライスセット冷凍

(黒牛バラスライス 300g×2P) 化粧箱入

200名様に抽選でプレゼント！



こちらのQRコードを読み取って、
クイズに答えてご応募ください



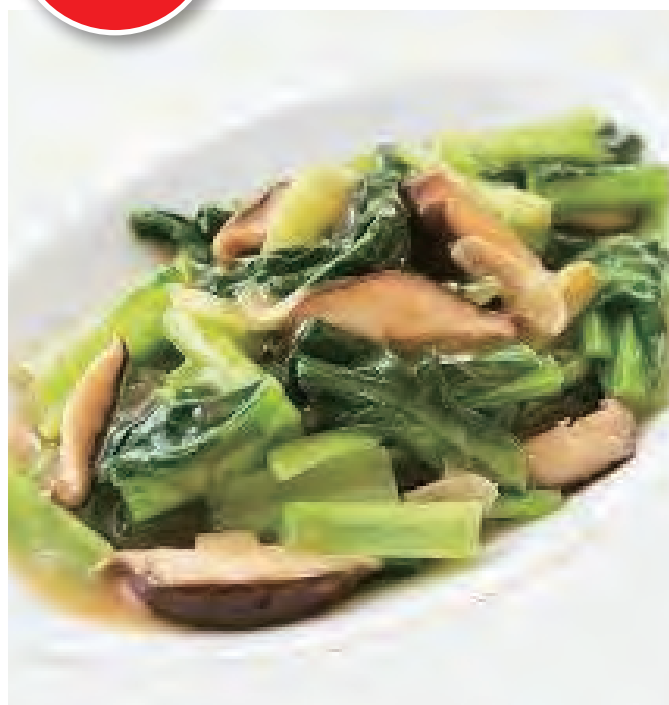
LINE ^{おいしい} Recipe

元気村の
旬な野菜を使った
レシピをお届け!!



今回の
料理

「椎茸と小松菜の炒め物」



材料(4人分)

椎茸	6枚	オリーブオイル	適量
小松菜	1把	(サラダ油)	
塩麴	大さじ1	こしょう	適量
		片栗粉	少々

作り方

- 1 椎茸は厚さ1cmに切り、小松菜は4cmの長さに切る
- 2 小松菜の葉の部分と椎茸は、オリーブオイル小
さじ1を合わせておく
- 3 フライパンにオリーブオイルをしき、小松菜の茎
を炒める
- 4 3にやや火が通ったら②を入れさっと炒め、塩麴
とこしょうで味付けする
- 5 4に片栗粉を振りかけ、さっと火を通したら完成

理事会より

とき ● 令和5年12月27日(水)

午前10時

ところ ● J A 加賀 本店 会議室

議 件

第1号議案 出資口数の減少について
第2号議案 総務・営農委員会役員の
編成について

報告事項

1. デイスクロージャー半期開示について
2. 理事に対する貸付実行について
3. 自動車展示会の開催について
4. 令和5年産コシヒカリ品質低下にか
かる施設及び支店別支払明細につ
いて
5. その他



あなたもチャレンジ!

家庭菜園

園芸研究家 ● 成松次郎

春まきキャベツ 育苗管理が肝心

キャベツなどのアブラナ科野菜は夏まき栽培が一般的です。しかし、低温期に種まきをする春まき栽培では、早期に花茎が伸びて収穫できないことがあります。適切な品種を選び、苗作りでの温度管理を上手にすれば、初夏に収穫する作型を成功させることができます。



[品種]

とう立ちしにくい晩抽性と収穫期の高温を避けられる早生性を兼ね備えた品種を選びましょう。

柔らかくジューシーな春系の「春波」(タキイ種苗)、「中早生二号」(サカタのタネ)などがお勧めです。

[畑の準備]

畑1平方m当たり苦土石灰100g程度をまいて、よく土を耕します。畝幅70~80cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり堆肥1kgと化成肥料(NPK各成分10%)100gを施し、土とよく混ぜて畝を立てます(図3)

図4 植え付け



[苗作り]

発芽温度は、おおむね5~35度で、適温は20~25度です。その後の温度は、日中15~20度、夜間5~10度を確保します。そのため、トンネル内に温床マットなどで温床を作り、最低10度を目安に加温しますが、日中は25度以上に上がらないように換気をします(図1)。7.5~9cmポリポットに3、4粒まきし、本葉2枚で1本とし、本葉5、6枚の大苗に仕上げます(図2)

[植え付け]

時期はソメイヨシノが開花する頃(気温10度以上)に、株間40cmに植え付けます(図4)

[追肥]

結球期まで肥効が残らないように、定植後2週間程度で株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいまいて、株元に土寄せします。

[病虫害の防除]

気温が上がるとアオムシ、コナガの発生が多くなるので、BT剤などで防除します。

[収穫]

球が固く締まる前に早めに収穫します(図5)

図5 収穫



図1 加温育苗

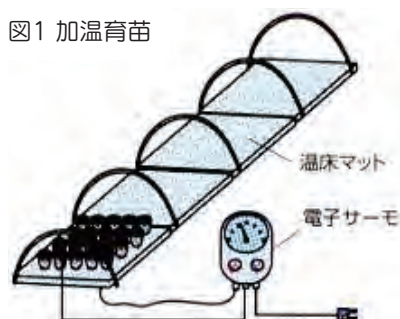
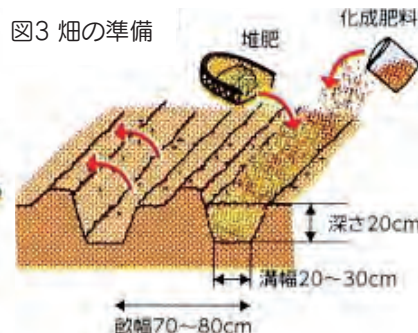


図2 苗作り



図3 畑の準備



クロスワードパズル

CROSSWORD 頭の体操

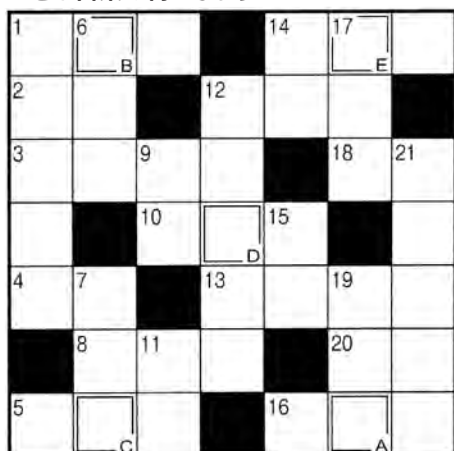
三ツのカギ

- 最低気温が0度より低い日
- 現代人は電子——に囲まれて暮らしています
- 水筒に入れます
- ヒビーン!といわなく動物
- スマホに入れたり消したりします
- ベッドが2つある部屋
- 類のこと。ダンス
- スラロームやモーグルなどの種目があります
- 人がいっぱいに入っている状態
- 西アジアの国の一つ。首都はアンカラ
- 空気が乾燥しているので——器をつけた
- 節分の豆を——の数だけ食べ
- 実がなるまでの期間が短めの品種のこと

タテのカギ

- フキの花茎のこと
- 銀世界を眺めて楽しめます
- ガイド——を片手に観光地を巡った
- 安倍川にして食べようかな、磯辺巻きもいいな
- 日没のことを日の——ともいいます
- 雪だるまを英語(片仮名語)でいうと
- 佐渡島にはこの鳥の保護施設があります
- 漢字には音読みと——読みがあります
- 平方根を表す記号
- 魚偏に「弱」と書きます
- 中国や台湾の旧暦の正月

二重枠に入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?



〈解き方〉普通のクロスワードの要領で全部を解いてください。次にA→Eの二重枠の文字を順に並べると、一つの言葉ができます。それが答えです。それをEメールかハガキに書いてご応募下さい。正解者の中から2名の方に景品を差し上げます。



★応募方法

応募はEメールまたは郵便ハガキで①答え、②本誌の好きなコーナーや本誌で気になったコーナー、③住所、氏名、年齢、職業、電話番号をご記入の上、左記までお送りください。

★あて先

○ハガキ

加賀市青見町
ホト11
JA加賀
広報係

922-0497
Eメール件名に「JA加賀 広報パズル」と必ず書き
furea@kaga-ja.jp まで

締切り
令和6年3月31日(日)当日消印有効
★今月号当選者発表
令和6年4月号誌上

景品

JA加賀
6次化商品詰め合わせ

12月号の答え及び当選者

「シクラメン」



★応募総数78件
(メール応募33通)
★当選者
谷中 真弓 様
二枚田義彦 様

*JA加賀所定の厳選なる抽選により決定しております。

編集後記



1月1日から能登半島地震と大変な年明けになりました。いま私たちにできることは少ないかもしれませんが、被災地への募金等、少しでも助けになればと思います。

今月号では、山中出張所の統廃合についてのお知らせや、農機展示会のお知らせを掲載しておりますので、ご確認ください。

家族の健康

栄養士●吉田理江

食べ物で花粉症対策

暖かい日が増え、過ごしやすい季節になってきました。しかし、鼻水など花粉症の症状でお悩みの方も多いのではないのでしょうか。免疫機能を高めると症状を和らげることができるといいます。今回は花粉症対策にお薦めの栄養素を三つお伝えします。

■ビタミンB6

肉・魚介類などの動物性食品に多く含まれるビタミンB6には、免疫機能を正常に保つ働きがあります。ビタミンB6は、光・加熱に弱く、冷凍・加工すると損失されやすい栄養素です。カツオ・マグロの刺し身など、新鮮な魚介類を食べると良いでしょう。生の魚介類が苦手な方は、バナナがお薦めです。バナナにもビタミンB6が含まれています。時間が無い朝やおやつにバナナを食べると良いでしょう。

■ポリフェノール

植物に存在する色素や苦み成分のポリフェノールにはアレルギーの炎症を抑える働きがあります。ブルーベリーなどの青紫色の色素に含まれるアントシアニンなどが有名です。ポリフェノールには、酸化を防ぐ働きがあ

るため、美しい肌を保ちたい方にもお薦めです。野菜、果物の皮にはポリフェノールが豊富に含まれているので皮をむかずに調理すると良いでしょう。緑茶にはカテキンという渋み成分のポリフェノールが含まれています。手軽にポリフェノールを取りたい方は、緑茶がお薦めです。

■食物繊維

野菜、海藻、果物などに含まれる食物繊維は腸内環境を整える働きがあります。免疫機能の約70%が腸内に存在するとされており、花粉症対策には、腸内環境を整えることが重要です。みそ汁に野菜をたくさん入れたり、おやつに果物を食べるなど食物繊維を取ると良いでしょう。

免疫機能を正常に保ち花粉症の症状を和らげるためには、規則正しい生活習慣も大切です。早寝早起きを心がけましょう。





税務相談のご案内

2月8日(木)

午前9時～午後1時

〔場所〕JA加賀本店

2階総務部

令和6年

3月8日(金)

〔場所〕JA加賀本店

2階総務部

所得、譲渡、相続、贈与税
などお気軽にご相談ください。
JA加賀顧問税理士が
ご指導します。



にこにこ倶楽部 予定表

2月
3月

● パッチワーク教室

2月6日(火)・20日(火)
3月5日(火)・19日(火)
午前9時30分～／にこにこランド

● 書道

2月13日(火)・27日(火)
3月12日(火)・26日(火)
午前9時30分～／にこにこランド

● 生け花

2月9日(金)
3月8日(金)・22日(金)

● 俳句

午前9時30分～／にこにこランド
(合) 同(2月19日(月))
(にこにこ) 3月11日(月)
(原) 石(3月18日(月))
午後1時30分～／にこにこランド

どなたでも参加できます。
見学も随時行っております。
〔問合せ先〕総務部企画管理課ふれあい係
☎73-5304

旬の情報を
いち早くお届け!!

JA加賀公式SNS配信中!

イベント情報や旬の野菜の出荷情報、レシピなどのお得な情報をお伝えします!

LINEスタンプ 第3弾 販売中!



公式LINE

JA加賀



JA加賀
(自動車・燃料)



Instagram

JA加賀



フォローよろしくお願いします!!

パートさん募集中

ジェイエサービス様からのお知らせ

8:00～16:00、15:00～20:00のシフト勤務
1日6時間程度 週3～5日
*勤務日・時間帯応相談 *年齢不問
*初心者も親切・丁寧に教えます。
●応募 TEL:0761-73-5335 (前田)
ご連絡お待ちしております。

男性正社員募集

ジェイエサービス様からのお知らせ

葬祭業務
教親初心者も
え切心者も
ます寧に
●応募 TEL:0761-73-5335 (前田)
ご連絡お待ちしております。

「えがお」と「まごころ」で「安心」

ケアセンター ヘルパーステーション
えがお えがお
訪問看護ステーション 輸送サービス
えがお えがお
☘(株)加賀福祉サービス
☎73-0294

小規模多機能ホーム なんごうえがお

加賀市上河崎町オ120
TEL.0761-75-7815
FAX.0761-75-7816

パートさん募集!



元気村で元気に
働きませんか!

詳細は下記までお気軽にお電話ください!
TEL.0761-75-7100
(担当: 店長 阪本まで)



- | | | | |
|--------------|-----------|--------------------------|----------|
| ●中央支店…………… | 〒922-0497 | 加賀市作見町ホ10-1 | ☎73-3931 |
| ●江沼支店…………… | 〒922-0101 | 加賀市山中温泉中田町二32-2 | ☎78-0280 |
| ●山中出張所………… | 〒922-0138 | 加賀市山中温泉栢野町ハ47-1 | ☎78-0525 |
| ●南支店…………… | 〒922-0322 | 加賀市上野町子103-1 | ☎76-0880 |
| ●西支店…………… | 〒922-0004 | 加賀市大聖寺上福田町ハ14-1 | ☎72-0443 |
| ●西駅前出張所… | 〒922-0811 | 加賀市大聖寺南町二68-2 | ☎72-1763 |
| ●東支店…………… | 〒922-0304 | 加賀市分校町ヘ20-1 | ☎74-1562 |
| ●北支店…………… | 〒922-0442 | 加賀市篠原町609-1 | ☎74-0147 |
| ●営農推進課…………… | ☎73-5311 | ●農機課…………… | ☎73-1455 |
| ●自燃課(自動車) …… | ☎73-1314 | ●自燃課(燃料(LPガス夜間・休日対応)) …… | ☎73-5855 |

