

2026

4

No.349

JA かが

さあ、笑顔の産地へ

JA 広報

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



新年度も
がんばっていきましょう!

●カメラレポート …………… 2~3	●元気村案内…………… 10
●支店レポート …………… 4	●中古車案内 他 …………… 11
●ゴールデンウィーク営業予定 …………… 5	●職員募集 他 …………… 12
●ATM休止について …………… 6	●LINEレシピ 他 …………… 13
●共済案内 …………… 7	●理事会より、家庭菜園…………… 14
●アルバイトオペレーター募集 他 …… 8	●クロスワードパズル 他 …………… 15
●バケツ稲体験案内…………… 9	●インフォメーション…………… 16



Camera Report!

JA加賀青壮年部通常総会



3月9日(月)にJA加賀本店3階ホールで、第29回JA加賀青壮年部通常総会が開催されました。執行部による令和7年度の収支決算報告、令和8年度の予算案報告が無事可決され、令和8年度より委員長に就任する滝口和範さんは「令和8年度の青壮年部活動をより活発に楽しく活動ができるように一丸となって活動に取り組んでいきたい」と述べました。



令和8年度も「バケツ稲体験」や「親子ふれあい体験農業」を行う予定です。ご参加お待ちしております。



JA加賀女性部通常総会



3月14日(土)に、JA加賀本店3階ホールにて第29回JA加賀女性部総会が行われました。令和7年度収支決算報告、令和8年度収支予算案等、全議案が無事可決されました。女性部の運営委員を退任される役員の方に道田組合長より記念品が贈られ、退任される役員は、「最高の仲間と楽しく活動ができたことをうれしく思います。」と話されました。



年金友の会 家庭菜園教室



3月13日(金)JA加賀本店3階ホールにて年金友の会「家庭菜園教室」が開かれました。
講師にはNPOいしかわ農林水産サポートネットの橋本 尚氏をお招きし、当日はたくさんの方の皆様に参加いただきました。

講演では、土づくりの基本や、野菜の育て方について説明があり、参加者はメモを取るなど熱心に耳を傾け、その後個別での質疑応答なども行われました。



みんなで土づくり表彰式



2月27日(金)、JAグループ石川で令和7年度に取り組んだ「みんなで土づくり」表彰式が行われました。
高温耐性や収量増の基本となる土づくりの拡大を目指し、JA全農いしかわが企画したもので、県内JAからTAC57名がエントリーした中、5名が表彰を受けました。

JA加賀からは山下TACが敢闘賞として表彰され、生産者への訪問を継続して行う中で相手の意向を理解し、土づくり資材を提供した取組事例を発表しました。石川県内では水稲作付面積のうち、昨年11月末時点での資材散布率は21%（全農いしかわ調べ）となっており、50%以上を目標としています。



山下TAC
(後列右から2番目)





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

南支店

来店感謝デーを開催しました！

南支店では1月22日(木)に来店感謝デーを開催しました。当日は、あいにくの大雪でしたが、たくさんの方々にご来店頂きました。

ガラポン抽選会もあり、当選された方も、されなかった方も皆さんおおいに盛り上がり頂きました。



江沼支店

江沼支店年金友の会親睦会

3月4日(水)、片山津温泉「かのや光楽苑」において年金友の会親睦会が開催され、39名の会員の方が出席されました。加賀市産コシヒカリやひやくまん穀・しょうゆ煎餅やすき焼き肉などが当たる恒例の抽選会を行ったり、カラオケを楽しんでいただき最後は「炭坑節」に乗せて踊ったりと楽しい時間を過ごされました。



JA加賀 ゴールデンウィークの営業 及び稼働時間のご案内

JA加賀営業日・営業時間

日時	令和8年 4月 29日(水祝)	30日(木)	5月 1日(金)	2日(土)	3日(日祝)	4日(月祝)	5日(火祝)	6日(水祝)
本店・支店	休業日	8:30~17:30		休業日				
経済農機センター	8:30~17:30 ※休日・祝日は農機センターのみ稼働しています							
自動車サービスセンター	休業日	8:30~17:30		休業日				
旧アグリサポート事務所	日直当番対応 (8:30~17:30)	8:30~17:30		日直当番対応 (8:30~17:30)				
あぐりセンターふらっと	休業日	8:30~17:30		休業日				
ローン営業センター	休業日	8:30~17:30			休業日			
JAグリーン加賀	8:30~18:00							
給油所 片山津・庄 (セルフ)	7:00~21:00							
山代	8:30~17:30	臨時休業日	8:00~19:00	休業日		8:30~17:30	臨時休業日	8:30~17:30
大聖寺	8:30~17:30	8:00~19:00	8:00~18:00	休業日		8:30~17:30		

ATMコーナー 稼働日・稼働時間

日時	令和8年 4月29日(水祝)~5月6日(水祝)
本店	通常稼働 8:00~21:00
江沼支店	
山中プラザ	
東支店動橋店	
西支店	
南支店山代店	
北支店	
イオン加賀の里店	通常稼働 9:00~21:00
アピオシティ加賀店	通常稼働 9:30~20:00

コイン精米機 稼働日・稼働時間

日時	令和8年 4月29日(水祝)~5月6日(水祝)
本店	通常稼働
旧南郷支店	
旧作見支店	
江沼支店	
東支店	
旧動橋支店	
旧西支店	
南支店	
北支店	



ATM一部休止のお知らせ

平素よりJA事業に格別のご協力を頂き、誠にありがとうございます。
この度、ATM保守作業等に伴い、一部ATMが休止致しますので、お知らせ致します。

皆様には、何かとご不便をおかけいたしますが、ご理解のほど、宜しくお願い申し上げます。

休止となるATM設置場所

南支店山代店 ・ 山中プラザ店

休止日時

令和8年5月15日(金) 午前8時～午後1時

休止となるATM設置場所

東支店動橋店

休止日時

令和8年5月15日(金) 正午～午後3時

※作業状況により休止時間が延長となる場合もございますのでご了承願います。

※上記以外のATMコーナーにつきましては、通常通り稼働致します。



JA加賀

令和9年4月から 犯罪収益移転防止法施行規則(略称:犯収法)の改正により、 本人確認手続きが大きく変わります!

従来、本人確認の主流であった「身分証の写真撮影」と「目視による確認」は令和9年4月以降原則として廃止され、
マイナンバーカード等に内蔵のICチップを直接読み取る方式※に変わります!

他社の生命保険会社においても本人確認方法を従来の免許証等の撮影からマイナンバーを使った本人確認に変更する等、
業界全体で法改正を見据えた切り替えが進んでいます。より安全でスムーズにお手続きいただける方法として、
JAにおいてもマイナンバーカードのICチップによる本人確認を推奨しています

※デジタル庁が令和7年6月に閣議決定

マイナンバーカードと
登録されているパスワードは
共済のご契約手続きに限らず
行政手続きや各種サービスの利用等
さまざまな場面で使用されます



事前にパスワード(6~16桁の英数字)をチェックしておく、手続きの際に「思い出せない…」といったトラブルを防止できます!
もしお忘れの場合は“今のうち”に確認・再設定しておけば、
本人確認手続きがとてもスムーズです!

● パスワードって何?

パスワードは**署名用電子証明書(6~16桁の英数字)**のことです。「作成・送信した電子文書が、利用者が作成した真正なものであり、利用者が送信したものであること」を証明することができます。マイナンバーカードの交付申請をする際に、電子証明書が不要である旨の申し出をいただかない限り、**原則としてマイナンバーカードに搭載されています。**

● 署名用電子証明書のパスワード(6~16桁の英数字)が分からないときは?

まずはマイナンバーカード発行時に市区町村から渡された**パスワードの控え用紙がないかをご確認ください。**控え用紙がない場合は、下記①②のとおり**再発行手続きが必要です。**

- ①住民票のある市町村の窓口でマイナンバーカードを持参し、再発行手続きを行います。
- ②マイナンバーカード利用者証明用パスワード(数字4桁)がわかる場合は、スマートフォンアプリとコンビニのキオスク端末を利用して初期化します。

再発行の詳細については、右記の二次元コードよりご確認ください▶

パスワードの
失念や紛失、
有効期限等について



コンビニでの
パスワード
初期化方法



● 署名用電子証明書を申し込んだか確認したい/有効かどうか確認したい

申込確認については、**住民票のある市区町村窓口**にお問い合わせいただくか、**マイナンバーカード利用者クライアントソフト(JPKIMobileアプリ)**にて確認可能です。



有効期間は電子証明書発行の日から5回目の誕生日までです。
有効期間が満了した場合や、転居や氏名の変更等により住民票の基本4情報(氏名、生年月日、住所、性別)の記載が修正された場合などは**署名用電子証明書が失効**となります。

署名用電子証明書の有効性確認については、住民票のある市区町村窓口にお問い合わせいただくか、マイナンバーカード利用者クライアントソフトにて確認可能です。

JPKIMobileアプリでの
申込確認について

iPhoneはコチラ

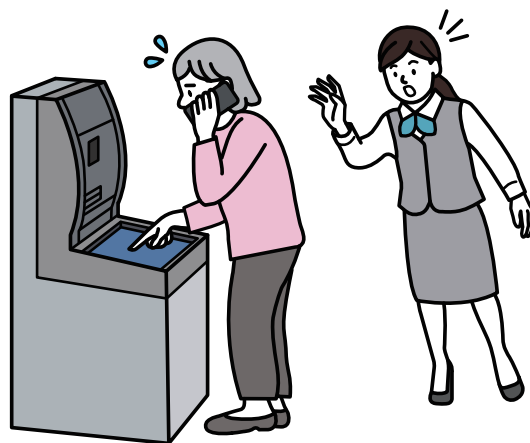
Androidはコチラ



高額な現金出金・振込時の警察への通報について

最近、様々な金融犯罪が発生し、その手法や手口も巧妙かつ高度になっております。お客様が金融犯罪の被害に遭われることのないよう、当組合においては、石川県警察本部からの指導により、お客様から一定基準に該当する高額な現金出金や振込のお申し出を受けた場合等は、職員からお声がけをさせていただくほか、警察への通報を行うことが求められています。

場合によっては、お客様からのお申し出に速やかに応じることができず、お待たせすることがございますが、お客様の大切な資産を金融犯罪からお守りするための取り組みですので、ご理解とご協力をお願いいたします。



令和8年3月13日
加賀農業協同組合

共同乾燥調製施設 アルバイトオペレーター募集!

- ◆勤務地 カントリーエレベーター(本店)
南部ライスセンター(森町)
西部ライスセンター(大聖寺三ツ町)
- ◆勤務期間 令和8年8月上旬～10月上旬
(天候及び収穫期間で変動します)
- ◆作業内容 お米(生粳)の荷受けや施設清掃作業、乾燥調整作業、他
- ◆勤務時間 アルバイト:午前8時30分～午後5時まで
(相談承ります)
オペレーター:夜勤がある為、変則となります。
(面談にて説明します)
※天候や繁忙期によっては終了時間が遅くなる場合があります。
- ◆時給 1,100円～
※夜勤の場合は割増あり
- ◆詳細 面談にて説明します。
- ◆お問合せ 営農部 施設課 ☎73-5311



参加募集

先着
30名様

JA加賀
青壮年部

親子バケツ稲体験

お米の学習！バケツでコシヒカリを育てよう！



内容

バケツにコシヒカリ苗を定植して、ご自宅にお持ち帰りいただき、育てていただきます。
生育過程を観察し、お米について学習していただきます。
農家さんに質問できます。

その他

参加費無料

日時

5月10日(日)
午前10時より

場所

JA加賀本店前駐車場

定員

先着30名(定員に達し次第、締め切らせていただきます。)
※お子様1人につき、バケツ稲1セットを配布します。

持ち物

軍手
※汚れてもよい服装でお越しください。



お申し込み
フォームは
こちら



申込締切

5月7日(木)
午後5時30分まで

お申し込み・お問い合わせ先

お申し込み先 : JA加賀本店企画管理課、JA加賀各支店

お問い合わせ先 : JA加賀本店企画管理課 ☎0761-73-5304



今月の



元気村



営業時間 <8:30~18:00> (通年)



JAの野菜苗

トマト・きゅうり・なす・かぼちゃ・ピーマン・スイカなど

地元生産者さん直送苗

4月中・下旬入荷予定!!



- ★ 自根苗
- ★ 接木苗
- ★ ブランド苗

入荷予定スケジュール

菊苗(4月上旬)

ブランド苗、花苗(4月中旬)

ブランド野菜苗・花苗(タキイ、サカタ、サントリーなど)



さつまいも苗
(5月中旬)



筍 (4月中旬ごろ)

※気候などにより、入荷が遅れることがあります。

お買得中古車情報

R8 **ダイハツ ハイゼットトラック**
年式 スタンダード CVT 4WD



総支払額 **134**万円

保証6ヶ月6,000km 整備0円
リ済別 修無 保付 No.落
走行10km/検R10年1月/シムバ/未使用車 4WD 衝突被害軽減装置

R7 **ダイハツ ハイゼットカーゴ**
年式 デラックス CVT 4WD



総支払額 **150**万円

保証6ヶ月6,000km 整備0円
リ済別 修無 保付 No.落
走行10km/検R9年12月/約付/未使用車 4WD キーレス 衝突被害軽減装置

R7 **トヨタ ライズ**
年式 HEV Z 2WD



総支払額 **290**万円

保証6ヶ月6,000km 整備0円
リ済別 修無 保付 No.落
走行10km/検R10年12月/パ-ル/未使用車 TV 衝突被害軽減装置

R8 **ダイハツ タフト**
年式 G・クロムパッチャー 4WD



総支払額 **207**万円

保証6ヶ月6,000km 整備0円
リ済別 修無 保付 No.落
走行10km/検R11年2月/グリーン/未使用車 TV 衝突被害軽減装置

R4 **トヨタ シエンタ**
年式 HEV Z 7人乗 2WD



総支払額 **290**万円

保証6ヶ月6,000km 整備44,000円
リ済別 修無 保付
走行43,000km/検なし/ペ-ジュ/ナビ TV パナミックビュー 衝突被害軽減装置

R2 **ホンダ シャトル**
年式 ハイブリッド ホンダ センシング 2WD



総支払額 **187**万円

保証6ヶ月6,000km 整備44,000円
リ済別 修無 保付
走行38,000km/検なし/パ-ル/ナビ TV パッカメラ 衝突被害軽減装置

30 **スバル ディアスワゴン**
年式 RS スマートアシスト 4WD



総支払額 **135**万円

保証6ヶ月6,000km 整備44,000円
リ済別 修無 保付
走行35,000km/検なし/パ-ブル/CD キーレス ETC 衝突被害軽減装置

R1 **ホンダ N-BOX**
年式 G・Lホンダ センシング 4WD



総支払額 **160**万円

保証6ヶ月6,000km 整備44,000円
リ済別 修無 保付
走行31,000km/検なし/グリーン/ナビ TV パッカメラ 衝突被害軽減装置

在庫車両の一部です。詳しくはJA加賀 自動車整備工場までお願いします！ TEL0761-73-1314

JAオート
車両情報は
こちらから！



給油所案内

片山津給油所 **木・土・日曜日**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!
大聖寺給油所 **火・木曜日**はガソリンがお得DAY!
山代給油所 **水・金曜日**はガソリンがお得DAY!

※現金会員・JACカード・JASSクレジットカード・プリカの方対象

片山津 (セルフ)	通常営業時間 (月曜日・火曜日・水曜日・金曜日)	特売日営業時間 (木曜日・土曜日・日曜日)	休業日	
	7:00~21:00			なし
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
大聖寺	通常営業時間 (月曜日・水曜日・金曜日)	特売日営業時間 (火曜日・木曜日)	休業日	
	8:00~18:00	8:00~19:00	土曜日 日曜日	
山代	通常営業時間 (月曜日)	特売日営業時間 (水曜日・金曜日)	休業日	臨時休業日
	8:00~18:00	8:00~19:00	土曜日 日曜日	火曜日 木曜日

※灯油・軽油の配送は庄・山代給油所管内の方は庄給油所、大聖寺・片山津給油所管内の方は片山津給油所までご連絡ください。

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

※ゴールデンウィークの営業につきましては5ページをご覧ください。

2027年度JA加賀企業説明会および職員募集

■ **募集人数** 大学、短大卒 若干名

■ **応募資格**

- (1)地域の発展と農家の幸せのために、自己の能力を活かそうという気概を持つ方
- (2)2026年3月卒業した方及び2027年3月末までに卒業又は卒業見込みの方

■ **提出書類** ※書類の返却は致しません。履歴書・成績証明書・卒業(見込)証明書

■ **提出先** JA加賀 本店 総務人事課(〒922-0497 石川県加賀市作見町ホ10-1)

■ **個人情報に関する取扱い**

受験申込に際し申込者から提供された個人情報、試験実施に伴い入手した個人情報(試験の採点結果、作文)は、本試験実施に伴う業務のみに使用し、他の目的には一切使用致しません。

■ **採用スケジュール** ※企業説明会に不参加でも一次試験に申し込みいただけます。

■ **日程** 《企業説明会》2026年4月3日(金)/7日(火)/9日(木)/10日(金)/13日(月)/15日(水)/17日(金)/21日(火)/22日(水)

《一次試験》 4月10日(金)/21日(火)

《二次試験》 一次試験通過者にご案内します。

■ **場所** JA加賀本店

■ **内容** 《一次試験》 (1)教養試験(言語判断、数的判断、論理的思考)
(2)適性検査(業務適性診断テスト) (3)作文(特定課題)

《二次試験》 (1)個人面接

■ **詳細** 【総務人事課(73-1313)】または【就職サポートサイト「マイナビ」】にてご確認ください。
企業説明会につきまちは**事前に申し込み**をお願い致します。



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、農協法(第35条の5)、農協法施行規則(第81条)および監事監査規程(第15条)に基づき、理事の職務の遂行上JAにとって不適切な経営行為と思われる情報(組合経営に関する情報に限る)の提供を求めています。

当JAの理事の組合経営において、気になる行為や不適切な行為など、見たり、聞いたりした事柄がありましたら、封書にて情報提供者の住所・氏名・電話番号を記名のうえ、下記宛に連絡くださいますようお願い致します。

■ **宛先**

住所 〒922-0497 加賀市作見町ホ10番地1

宛名 JA加賀監事会 行

※なお、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ちは、下記のとおり窓口を設置いたしておりますので、封書にて情報提供者の住所・氏名・電話番号を必ずご記名のうえ、下記宛にご連絡くださいますよう、よろしくお願い致します。

■ **宛先**

住所 〒922-0497 加賀市作見町ホ10番地1

宛名 JA加賀総務部 行

■ **《注意》**

ご提供いただきました情報の内容、ご提供者名等につきましては、個人情報保護法、当組合の規定、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。

なお、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、予めご了解ください。



お弁当のご飯とおかずの理想の割合は？

4月からの新生活でお弁当が必要になる方も多いかと思えます。今回はお弁当作りのポイントをお伝えします。

お弁当は、ご飯とおかずの割合が6対4になるのが理想です。子どもやアスリートを目指す方は7対3が良いとされています。年齢によっては子どもの運動不足も問題になっていますが、基本的に小さな子どもは常に動き回っていますので、大人以上にご飯を食べることが大切です。

近年では、穀類の摂取量が減少傾向で、肉や乳製品、脂質の摂取量が増えています。「ご飯を食べると太る」という誤ったイメージや糖質制限ブームなどの影響で、ご飯を抜いておかずだけを食べるとか、ご飯はほんの少ししか食べないという方も多いようです。しかし、ご飯を食べないと満足感が得られず、かえっておかずを食べ過ぎてしまうなど、脂質と塩分が多くなりがちです。現代の食生活は「でんぷん不足」と「脂肪過剰」の傾向があるといえるでしょう。現代では子どもの肥満が問題に

なっている他、子どもに血液検査を行っている自治体では、コレステロールや中性脂肪が基準値よりも高い「脂質異常」の子どもが増えていることも分かっています。

炭水化物は脂質に比べてエネルギーとして消費されやすく、特に白飯は水だけで調理できるため、お米が含有している脂質以外に余計な油脂類がありません。また、粒食であるため比較的消化や吸収が穏やかで、食後に高血糖を起さにくいといわれています。腹持ちが良いため間食に手が伸びにくくなります。昼にしっかりとご飯を食べておけば、夕食の直前に子どもがおやつを食べたがることも少なくなるのではないのでしょうか。

お弁当作りだけでなく普段の食卓でも「ご飯をしっかりと食べ、その比率を増やすこと」を意識してみてはいかがでしょうか。

LINE おいしい Recipe

調理時間20分



今回の料理

「ブロッコリーのチキンオムライス」

元気村の旬な野菜を使ったレシピをお届け!!

材料 (2人分)

ごはん	400g
鶏もも肉	1/2枚
玉ねぎ・ブロッコリー	各1/4個
①酒	大さじ1
①塩・コショウ	少々
①ケチャップ	大さじ4
卵	3個
②生クリーム	大さじ2
②塩・コショウ	少々
スライスチーズ	1枚
サラダ油	大さじ1
バター	20g
パセリ・ケチャップ	適宜

作り方

- 鶏もも肉は1cmくらいの角切り、玉ねぎはみじん切りにする。ブロッコリーは細かくきざみ、茎の部分も5mmくらいの角切りにし、塩ゆでて水気をよくきっておく。
- フライパンにサラダ油を熱し、①の鶏もも肉と玉ねぎ、ブロッコリーの茎を炒め、ごはんとブロッコリーを加えてさらに炒め合わせ、①で味付けして皿に盛る。
- 卵を溶きほぐして②を加える。フライパンにバター10gずつを熱し、卵を半量ずつ流し入れ、大きくかき混ぜる。半熟になりそうになったら火を止め、半分にしたスライスチーズをのせてフタをし、予熱でチーズを溶かす。
- ②の上に③をのせ、みじん切りにしたパセリとケチャップをかける。



理事会より

とき ● 令和8年3月4日(水)午後2時
ところ ● JA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 職員退職給与規程の一部変更について
- 第3号議案 令和8年度における同一人に対する信用供与等の最高限度額決定について
- 第4号議案 令和8年度における同一人自身に対する信用供与等の最高限度額決定について
- 第5号議案 令和8年度における貸付金の利率の最高限度について
- 第6号議案 令和8年度における借入金 の最高限度額決定について
- 第7号議案 令和8年度における大口貸付先の信用供与残高について
- 第8号議案 JA加賀 第4次地域農業戦略の策定について
- 第9号議案 令和8年度加賀市農業の振興方策について
- 第10号議案 令和8年度水稲作付基本構想について
- 第11号議案 令和8年度JA加賀営農支援措置について
- 第12号議案 令和8年度水稲育苗料金及び硬化苗委託料金の価格改定について

報告事項

- 1. 第30事業年度(令和7年度)決算見込みについて
- 2. 令和7年度シエイエイサービス(株)決算見込みについて
- 3. 令和7年度(株)加賀福祉サービス 決算見込みについて
- 4. 令和7年度(株)アグリサポート加賀 決算報告について
- 5. 第10期総代選挙にかかる総代の確定について
- 6. 就業規則等の一部変更について
- 7. 職員給与規程の一部変更について
- 8. 再雇用規程の一部変更について
- 9. JA加賀不祥事再発防止計画書取組状況について
- 10. 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

オクラ 密植栽培で生長を抑えて柔らかい実を楽しむ

アフリカ原産のオクラは暑さに強く、真夏に美しい黄色の花が次々に咲いて、実になります。一方で寒さには弱く、10度以下の低温になると生育が停止してしまいます。

[品種]

「アーリーファイブ」(タキイ種苗)、「ピークファイブ」(サカタのタネ)、「ブルースカイ」(ヴィルモランみかど)などの五角種や、大きく育っても堅くなりにくい丸さや種の「ヘルシエ」(タキイ種苗)、「みどり丸ノ助」(サカタのタネ)などがあります。

[畑の準備]

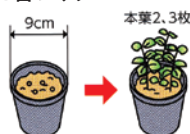
植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰100g程度を散布して耕耘(こううん)しておきます。次に、1週間前に化成肥料(NPK各成分10%)200gと堆肥2kgを施して土とよく混ぜておきます。元肥の窒素量が多いと実の付きが悪くなるので注意が必要です。2条植えではベッド幅は約90cmにし、地温を確保するため黒マルチを張ります。

[種まき]

高温性のため、まだ地温が低い時期に早まきしても発芽しにくく育ちも悪くなってしまいます。地温が15度以上になってから種まきします。

ポットで栽培して植え替える場合は、9cmポリポットに4、5粒まき、発芽後の間引きはしません(図1)。

図1 苗づくり



間引かず栽培することで生長を抑制し、実が堅くなる

ことを抑えます。じかまきでは株間30cm間隔に5、6粒の種をまき、1cmほど覆土して軽く鎮圧します。種は強く吸水しにくいので、一晩水に漬けてからまくと良いでしょう。

[管理]

2条植え(またはじかまき)では条間約40cm、株間約30cmとし、本葉2、3枚の間引きをしない苗を植え付けます(図2)。じかまきでは本葉2、3枚のときに間引いて4本残します。

図2 植え付け

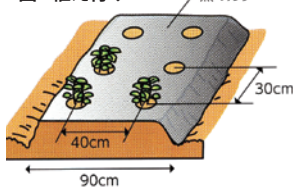
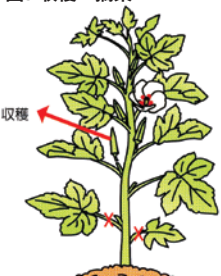


図3 収穫・摘菜



追肥は、1回目の収穫の開始時期に1平方m当たり化成肥料30g、それ以降は月2回、1回当たり1平方m当たり50gを与えます。マルチ栽培では、マルチをめくって畝の両側に化成肥料を散布します。

収穫ごとに着果した節の下の葉1、2枚を残し、その下の葉を取り除きます(図3)。摘葉は通風、採光が良くなり側枝の発生と着果を促します。

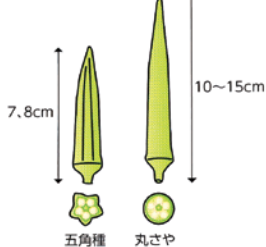
[病虫害防除]

アブラムシ、カメムシ、ハスモンヨトウは登録農薬で早めに防除します。なお、ネコブセンチュウが根に付くと生育が悪くなるので、前年作の野菜に被害があれば、他の畑または別の畝を選びましょう。

[収穫]

開花後7~10日の若いさを、五角種は長さ7、8cm、丸さや種は長さ10~15cmで収穫します(図4)。日照不足や低温が原因で、実に米粒大の突起物ができる「いぼ果」となる場合がありますが、食べても差し支えありません。

図4 収穫の目安



栽培カレンダー(オクラ)

	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
冷涼地			●	●	●	●	●	●
中間地		●	●	●	●	●	●	●
暖地	●	●	●	●	●	●	●	●

● 種まき ● 苗づくり ▲ 植え付け ○ トンネル
— 生育 ■ 収穫

クロスワードパズル

CROSSWORD ● 頭の体操

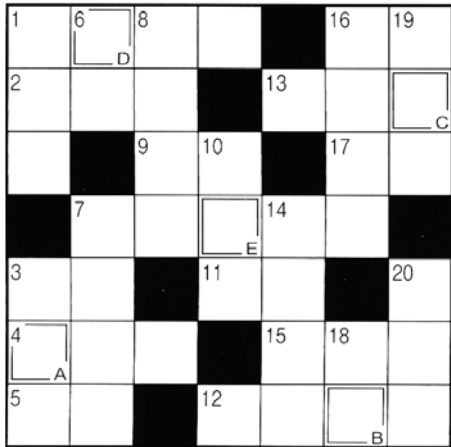
ヨコのカギ

- 1 ナノハナと呼ばれることもあります
- 2 —は流流仕上げを御覧しろ
- 3 若いメンドリが生んだものには二つ入っていることも
- 4 桜が咲く時期ならではのレジャー
- 5 竿や糸、針を使って楽しみます
- 7 津軽、関門、ドーバーといえは
- 9 セロリやミツバは—科の野菜です
- 11 うわ、服にコーヒーの—がついちやった
- 12 北口櫻花選手の専門種目
- 13 お金を入れます。春に買つと「お金で張る」から縁起がいいそうです
- 15 —転換しようと散歩に出た田植えに向けて育てます
- 16 酔っぱらって巻く人もいます

タテのカギ

- 1 潮干狩りでよくとれる二枚貝
- 3 ガソリンは—性の高い液体です
- 6 海に浮かべて目印にします
- 7 コゴロコゴロ…ピカッ!
- 8 工事が終わり建物が完成すること
- 10 相撲を取る人のこと
- 14 連載ではありません
- 16 伊勢神宮は—と外宮に分かれています
- 18 白神山地を象徴する木
- 19 トランプのJ、Q、Kのこと
- 20 唱歌「春の小川」に出てくる花

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
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
加賀市作野町
922-0497
ホ101
JA加賀
広報係
電話番号



「コウカク」

2月号の答え及び当選者

JA加賀特別栽培米
「加賀ほまれ」

景品

★締め切り
令和8年4月30日(休)当日消印有効
★今月号当選者発表
令和8年6月号誌上

○Eメール件名に「JA加賀
広報パズル」と必ず書き
fureai@kaga-is-jai.jp まで

★応募方法
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
加賀市作野町
922-0497
ホ101
JA加賀
広報係
電話番号

編集後記

4月から新年度となり環境が変化した方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

4月は社会的な環境はもちろん、激しい寒暖差があるシーズンになっており体調を崩しやすい時期です。規則正しい食事や生活習慣を心がけ、新しい生活に慣れていきましょう。今月号にはゴールデンウィーク営業スケジュールやバケツ稲体験の案内を掲載してありますので是非ご確認ください。

新年度もたくさんの情報をお届けしていきたいと思っておりますのでよろしくお願ひ致します。



おいしく食べて美しく

管理栄養士・フードスタイリスト
●大槻万須美

美容に役立つ朝食

新生活で慌ただしい朝を過ごしている方も多い時期ですね。忙しいとつい欠食してしまったり、飲み物だけがちで済ませるものでも済ましてしまいがちですが、美容のためにも朝食はぜひとも取りたいものです。朝食は「食べる美容ケア」ともいえます。

■きちんと朝食を取るメリット

朝食を取ることで体内時計がリセットされます。ホルモンの分泌のタイミングが正常化されたり、自律神経のオン・オフが整いやすくなったりするといわれています。朝からしっかりと体温が上がります。朝からしっかりと、日中の活動がスタートしやすくなることも、夜は睡眠の質が上がります。肌荒れやくすみも起きにくくなるという美容につながる効果も生まれます。また、朝食を取ると腸が動くスイッチが入り、便秘になりにくくデトックスに結び付くのもうれしいポイントです。

■美容に良い朝食のポイント

①炭水化物・タンパク質をそろえる
②野菜・海藻・キノコ・果物でビタミン・ミネラル・食物繊維を意識

③発酵食品で腸活強化④よくかむ⑤水分補給も



忘れない。五つがポイントです。朝食でタンパク質を取ると、睡眠中に細胞などの修復に利用されて減ったタンパク質を補給でき、修復活動の仕上げができるといわれています。大切なのは、タンパク質と炭水化物を一緒に取ることです。血糖値を安定させながらエネルギー源を確保でき、脂肪の合成が起きにくく太りにくい体づくりにも役立つと考えられます。また、消化・吸収のスピードが穏やかな固形や半固形の食品でタンパク質を取ると、腸への負担が少なく、肌や髪に役立つアミノ酸を持続的に供給できると考えられています。例えば、卵1個＋納豆1パックや、ヨーグルト＋サラダチキンの組み合わせで朝に取りたいタンパク質量15〜25gを摂取できます。表情筋を鍛えることにもつながるため、ゆで卵や焼き魚、厚揚げなど、よくかめる食材を取り入れるのも良いですね。



4月 5月 にこにこ倶楽部 予定表

どなたでも参加できます。見学も随時行っております。

- **パッチワーク**
4月7日(火)・21日(火)
5月19日(火)
午前9時30分〜/にこにこランド
- **書道**
4月14日(火)・28日(火)
5月12日(火)・26日(火)
午前9時30分〜/にこにこランド
- **生け花**
4月10日(金)・24日(金)
5月8日(金)・22日(金)
午前9時30分〜/にこにこランド
- **俳句**
4月13日(月)
5月11日(月)
午後1時30分〜/にこにこランド

【問合せ先】総務部企画管理課ふれあい係
☎73-5304

税務相談のご案内

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。

5月8日(金)
午前9時〜午後1時
〔場所〕JA加賀本店
2階総務部

4月8日(水)
午前9時〜午後1時
〔場所〕JA加賀本店
2階総務部

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!

公式LINE

JA加賀
LINEスタンプ
第3弾 販売中!

みなな
友だちになろうよ!

Instagram

JA加賀
(自動車・燃料)

フォローよろしくお願いします!!

「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
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

加賀市上河崎町才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 田川まで)



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5時間程度 週3~5日

- *勤務日・時間帯相談 *年齢不問
- *初心者も親切・丁寧に教えます。

●応募 TEL:0761-73-5335 (山本) 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

- *葬儀の施行(搬送~打合せ~施行)
- *葬儀の際に付随する業務全般

年齢: 40歳以下(長期勤務によるキャリア形成の観点から期間の定めのない契約で募集)

●応募 TEL:0761-73-5335 (山本) ご連絡お待ちしております。

初心者も親切・丁寧に教えます。

- | | | | |
|--------------------------|-----------|-----------------|---------------------|
| ●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 |
| ●山中プラザ………… | 〒922-0121 | 加賀市山中温泉富士見町ム4-3 | ☎78-0281 |
| ●南支店…………… | 〒922-0322 | 加賀市上野町子103-1 | ☎76-0880 |
| ●西支店…………… | 〒922-0811 | 加賀市大聖寺南町二68-2 | ☎72-0443 |
| ●東支店…………… | 〒922-0304 | 加賀市分校町へ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 | ●経済課(米・生活用品) …… | ☎73-5555/FAX73-5319 |
| ●営農業務課(肥料・農薬) …… | ☎73-5309 | ●元気村…………… | ☎75-7100 |
| ●自燃課(自動車) …… | ☎73-1314 | ●農機課…………… | ☎73-1455 |
| ●自燃課(燃料<LPガス夜間・休日対応>) …… | ☎73-5855 | | |

