



新米の時期が始まりました！

●カメラレポート	2～4	●農業まつり案内	10～11
●年金友の会ハイキングの ご案内	5	●給油所からのご案内 他 ...	12～13
●国消国産	6～7	●理事会より 他	14
●支店レポート	8	●クロスワードパズル 他	15
●カートンセール	9	●インフォメーション	16





Camera Report!

JAはくい復興支援活動

8月27日(木)に石川県内で発生した大雨により浸水被害を受けた、JAはくい本店と羽咋支店の掃除を8月29日(土)、30日(日)の2日間、JA加賀職員が支援しました。

当日は2日間合わせて県内JA約200人の応援職員が集まり、建物内の泥出しや机、イ

スなどの運び出し、床下の清掃などを行いました。

JAはくいでは8月27日(木)の大雨による浸水被害で本店、羽咋支店のほか多くの店舗・施設で営業を休止しています。

その中で9月7日(月)からは本店前にJAバンクの機能を備えた移動金融店舗車を設置するなど業務再開に向けて動き出しています。

一日も早い復旧をお祈りいたします。



加賀ぶどう祭り

9月4日(金)から6日(日)までの3日間、JAグリーン加賀「元気村」で加賀ぶどう祭りが開催されました。

当日はシャインマスカットや巨峰、県産最高級ブランドのルビーロマンなど17種類のぶどうが並びました。

試食販売会や期間中元気村で3,000円以上お買い上げの方を対象としたガラポン抽選会なども開催され、祭り期間中は多くのお客様にご来店いただきました。



加賀しずく 初出荷報告

2 出荷を
はじめ

12 つくも夏は
つづき

8月25日(火)、JA加賀梨部会は加賀市役所に山田利明市長を表敬訪問し、21日(金)に初選果となった「加賀しずく」の出荷状況を報告しました。

当日は大玉で糖度13度以上の基準をクリアした「加賀しずくプレミアム」を持参しPRしました。

市内では「加賀しずく」のほか、「幸水」や「豊水」、「あきづき」などが順調に出荷されました。



ふれあい体験 農業定植作業

2 出荷を
はじめ

4 夏の暑い時期を
みんなに

11 日本梨の産地
をのびのび

8月23日(日)、JA加賀青壮年部・女性部主催の「ふれあい体験農業」の定植作業が加賀市作見町のJA加賀野菜集出荷貯蔵施設横圃場にて開催されました。

今回の「ふれあい体験農業」では県内から親子33名が参加し、ブロッコリーの苗約1000本の定植が行われました。



定植作業の説明会の後、子どもたちは楽しそうにブロッコリーの苗を一本ずつ手植えました。

当日は大変高温でしたが、参加いただいた子どもたちは一生懸命定植作業を行ってくれました。

作業後には参加者にお土産として、加賀梨をプレゼントしました。

「ふれあい体験農業」はJA加賀青壮年部と女性部が主催の行事で、9月に草取り作業を行い、10月～11月に収穫作業を予定しています。



Camera Report!

JA共済交通安全旗リレー引継式

9月1日(火)、JA加賀本店にてJA共済交通安全旗リレー引継式が行われました。

式では道田肇組合長が全共連いしかわの坂井副本部長より交通安全旗を手渡され、交通安全の呼びかけを引き継ぎました。

また大聖寺警察署山岸署長からのご挨拶や運転中気を付けることや生活道路における法定速度引き下げについての講習会を開催していただき、職員一同交通ルール、運転マナーを再確認し、安全運転を誓いました。

最後にJA加賀労働組合の久野委員長が交通安全宣言をして、交通安全への意識を高めました。



令和8年産新米初検査式

8月20日(木)、JA加賀低温倉庫で令和8年産「新米」の初検査式を行いました。今年も暑い日が続き、胴割れ米の発生防止のため盆前からの刈取が行われました。

初検査式では、加賀農林事務所の畝氏や丸谷検査員から令和8年産水稲の生育概況、検査概況の説明が行われました。

検査されたお米は新米として、JAグリーン加賀元気村や県内のスーパーの店頭で販売されています。



ハイキングのご案内

秋色の
上高地
募集定員
200名

11月2日(月) 全支店

参加費 11,000円 (弁当代込)

★らくらくコース

約3.5 km

歩行時間：約1時間

★頑張るコース

約7.0 km

歩行時間：約2時間30分

行程

JA加賀 6:00 — 片山津IC — 小矢部SA(集結) 6:50 7:10 — 小矢部砺波JCT — 飛騨清見IC —

—— 道の駅ななもり清見(休憩) 8:30 8:45 —— アルプス街道平湯(休憩) 9:30 9:45 —— 安房トンネル ——

—— 上高地駐車場・・・河童橋・明神池(散策)・・・上高地駐車場 10:20 14:15 ——
昼食はお弁当♪

○らくらくコース 大正池から河童橋を目指します！
○頑張るコース 河童橋から明神池を目指します！

—— 安房トンネル —— ますのすしミュージアム 16:30 17:00 —— 富山IC —— 片山津IC —— JA加賀 18:30



当日参加される方には改めて詳細をご案内させていただきます。

中央支店 ☎73-3931
東支店 ☎74-1562
南支店 ☎76-0880

江沼支店 ☎78-0280
西支店 ☎72-0443
北支店 ☎74-0147

LINE友達
募集中



◆支店名◆

支店

フリガナ

◆氏 名◆

◆性 別◆ (男・女)

◆生年月日◆ (年 月 日 歳)

◆住 所◆

◆携帯番号◆

フリガナ

◆氏 名◆

◆性 別◆ (男・女)

◆生年月日◆ (年 月 日 歳)

◆住 所◆

◆携帯番号◆

募集
締切日

10/16 金

※ご提供いただいた個人情報は、
今回の行事以外を目的に
使用することはいたしません。

キリトリ



美味ちゃん & キティちゃん

みんなで国消国産

ふたりで田んぼに行ってきたよ!

国消国産とは? 「私たちの国で消費する食べ物は、できるだけこの国で生産する」という考え方だよ



① 田起こし & 代かき

田植えの前にはトラクターで田んぼの土を掘り起こしたり、田んぼに水を引いたりするよ

水を張ったら代かきをして田んぼをならすよ

田起こし
代かき

② JAの営農指導員さんだ!

お米をつくる時に農家さんがどんな作業をしているか教えてくださーい!

JAの営農指導員は、農家さんの栽培や経営のサポートをしているよ

さあ、田んぼに到着したよ!

お米づくりについて見てみよう!

③ 田植え後

肥料や農薬などお世話しながら大切に育てていくんだよ

④ 田植え

田植えをする機械を田植え機と言います

育った稲を田んぼに植えていくよ。春から初夏にかけて行われるよ

これが稲の苗だよ

田植えの約1か月前から種まきをして、稲苗ハウスで育てるよ

稲の茎の中から、お米のもとになる「穂」が外に出てくることを「出穂(しゅっすい)」だよ

やがて稲が実っていくんだよ。これがその時の様子だよ

ここまできれば、もうすぐ稲刈りだよ

田んぼの水を抜いて、地面にひび割れが入るまで数日間乾かすよ。稲の成長のために、とても大事なだよ

⑤ 生育

色々な作業があるんだね

稲の成長や天候に合わせて水管理をするよ。肥料や除草、農薬をまいて病害虫から苗を守るよ

⑥ 稲刈り & 脱穀

これが稲刈りから脱穀までできるコンバインという機械だよ

脱穀は、刈り取った稲から「もみ」を外す作業だよ

これが収穫した「もみ」だよ。みんながお店で買うお米になる前のものだよ

⑦ 収穫

収穫はどうするのかな? その写真も見てみよう

さあ、次は何を調べに行こうかな?

国消国産
JAグループ

⑧ お米作りは1年を通して色々な工程があるんだね

今日は、お米ができる現場を見てきたよ。おながもすいてきたし

農家さんが手間と心をこめて作ったお米、今日もおいしくいただきます!

⑨ 乾燥 & 保管

農家さんが収穫した「もみ」は、JAのカントリーエレベーターという施設で乾燥し、保管されるよ

保管された「もみ」は、「もみすり」をして「玄米」になり、さらに「精米」されて、みんなの食卓に届くよ

JA
カントリーエレベーター

国産米を食べて 応援しよう!日本の農業

農家さんが一生懸命

つくったお米

みんなで、もっと食べよう

みんなで
国消国産。



もっと知ろう! お米のこと

今日食べたごはんは、どの地域で作られたのかな?



いっしょに
字ぼう! 国消国産

お米は、日本中で作られているよ

お米は北海道から沖縄まで、そして平地から中山間地まで、全国で作られています。米農家の平均作付面積は2.3haですが、実際は多様。大規模化して低コスト化に取り組んでいる地域もあります。一方、中山間地には小さな水田が多いですが、災害を防いだり景観を守ったりする役割を果たしています。

※水稲作付経営体の平均作付面積。農林業センサス



お米を食べて、米作りと
食の未来を支えよう!

加工したり、家畜のエサになったりいろいろなお米があるよ

お米には約1000品種ありますが、そのうち、食卓に並ぶごはん(主食)用になるのは約300品種です。

ほかにも、おせんべいや味噌などの原料になる「加工用米」や、米粉パン、米粉麺などの原料になる「米粉用米」、家畜のエサになる「飼料用米」など、お米には様々な用途があり、それぞれ専用の品種が育てられています。



主食用

約300品種



米粉用

加工用



飼料用

しりょうよう



お米は姿を変えて色々な
ところで使われているんだね

特設サイトは
こちら!



美味ちゃん × HELLO KITTY © みんなのよい食プロジェクト © 2026 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. L663809

耕そう、大地と地域の未来。 JAグループ



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

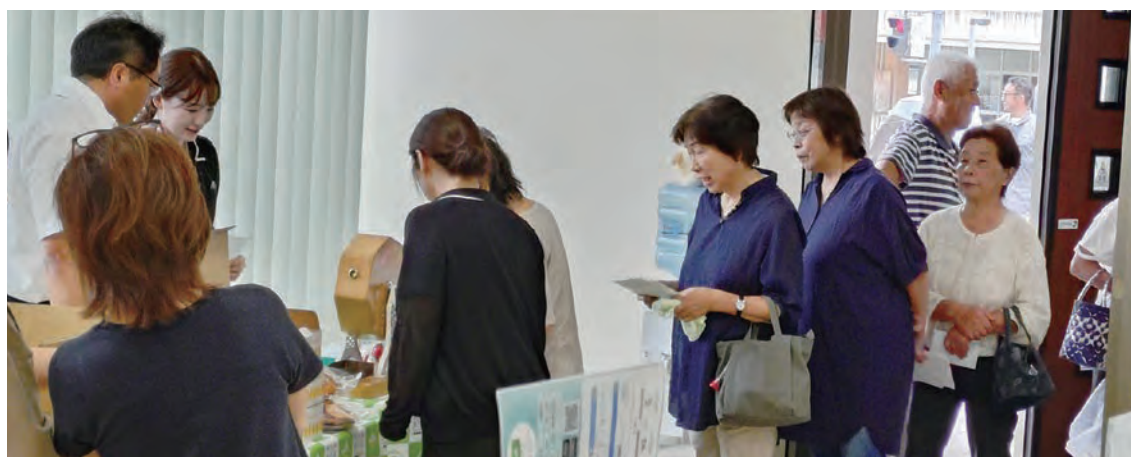


合同新米即売会

江沼支店・南支店

例年休日に開催しておりました新米即売会ですが、今年は9月8日(火)・9日(水)の平日の2日間、江沼支店前にて南支店と合同で開催させて頂きました。8日限定で加賀梨・栢野大杉茶屋の草だんご等の販売、貯金キャンペーン抽選券でのガラポン抽選会を行いました。大麥盛況で加賀梨・大杉茶屋の草だんごはお屋前には完売してしまい、お買い求めになれなかったお客様には大麥申し訳ございませんでした。

9日はお米の販売のみでしたが、多くの方にお買い求めいただきました。お天気の悪い中ご来場いただきまして誠にありがとうございました。



ご自宅迄
配達
致します。

まとめて買えば、グーンとお買得!!

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 10月13日(火) ▶ 23日(金)

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”仕上げて、
手ざわり感アップ

360枚(180組)×60入
〈税込価格〉 **¥7,200**
〈通常税込価格〉 ¥7,700

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〉 **¥3,000**
〈通常税込価格〉 ¥3,500

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〉 **¥6,920**
〈通常税込価格〉 ¥7,200

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〉 **¥4,890**
〈通常税込価格〉 ¥5,250

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〉 **¥5,100**
〈通常税込価格〉 ¥5,600

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、収納がスッキ
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。

45m×8ロール×8入
〈税込価格〉 **¥6,150**
〈通常税込価格〉 ¥7,000

お買得

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、収納がスッキ
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。

82.5m×8ロール×8入
〈税込価格〉 **¥6,150**
〈通常税込価格〉 ¥7,000

お買得

JA加賀 加賀農業協同組合

○中央支店 73-3931
○江沼支店 78-0280

○東支店 74-1562
○西支店 72-0443

○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。



今月の



元気村



〈営業時間／通年 8:30～18:00〉



10/17日±

8:30～16:00

18日日

8:30～15:30

元気村ハロウィンイベント開催!!



農業まつり大展示会



10/17日± 18日日

11:00～16:00 9:00～15:30

展示品目

トラクター・コンバイン・田植機・乾燥機・刈払機・
玄米保冷庫その他盛り沢山!!



直進&旋回作業はハンドル操作不要!
ISEKI 8条植 田植機



営農車も展示



スタッドレスタイヤ
特価販売



セニアカー
試乗できます!



お問い合わせはJA加賀 農機課 ☎73-1455

お問い合わせはJA加賀 自燃課 ☎73-1314

さあ、笑顔の産地へ

JA加賀

農業まつり

10/17^土 18^日

11:00～16:00

9:00～15:30

ステージ
総合司会

森開 こゆき
(元テレビ金沢アナウンサー)



JA加賀本店構内

18日^日

パフォーマー小次郎の愉快的なステージもあるよ！

17^土

必見! 冨木ゆう
マジックショー

12:00～

観覧
無料

オモテカホ

17^土

ミニライブ

加賀市出身の
ソロアーティスト
14:00～

観覧
無料

地元ダンスチームのHIPHOPダンスパフォーマンスもあるよ！

JA共済

アンパンマン
交通安全キャラバン

※参加券をお持ちでなくても観覧は可能です。
優先席は9月末をもって抽選を終了いたしました。

18^日

※諸般の事情でイベントが変更・中止
になる場合があります。

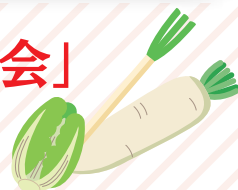
<1回目>11:00～
<2回目>14:00～

観覧
無料



「新鮮野菜の即売会」

ネギやダイコン、白菜などの
様々な野菜が販売されます。



「経済農機センター前で
トロ箱対面販売開催」

「青壮年部・女性部コーナー」

青壮年部では焼きそばや焼き鳥、フランクフルト
を販売します。
女性部では卑弥呼寿司、柿の葉寿司、うどんを販
売します。

「感謝のふるまいもち」

紅白餅を日ごろの感謝を込めてお渡しします。

大聖寺給油所

ハイオクガソリン 販売終了のお知らせ



日頃よりJA加賀給油所をご利用いただき、誠にありがとうございます。
このたび、給油設備変更に伴い、大聖寺給油所ではハイオクガソリンの販売を終了し、
現在のハイオク計量機を軽油計量機へ変更することとなりました。
ハイオクガソリンをご利用のお客様にはご不便をおかけいたしますが、
何卒ご理解くださいますようお願い申し上げます。

■ ハイオクガソリン販売終了

令和8年10月中旬 (予定)

※地下タンク内の在庫がなくなり次第、販売を終了いたします。
※在庫状況により、予定より早く販売を終了する場合がありますので、
あらかじめご了承ください。

ハイオク
販売終了

■ お知らせ

大聖寺給油所ではハイオクガソリン販売
終了に伴う工事のため、**10月23日(金)**を
臨時休業とさせていただきます。ハイ
オクガソリンをご利用のお客様は、庄・山代・
片山津給油所をご利用ください。



今後も皆様に安心してご利用いただける給油所運営に努めてまいります。
引き続きJA給油所をご利用くださいますよう、よろしくお願いいたします。

お問い合わせ先

JA加賀 大聖寺給油所



0761-73-2557

JA加賀

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 140 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6月/シルバー/未使用車 4WD 衝突被害軽減装置	R8 スズキ キャリイトラック 年式 KC AT 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R10年3月/グリーン/未使用車 4WD キーレス 衝突被害軽減装置	R8 ダイハツ ハイゼットトラック 年式 ジャンボ スタンダード CVT 4WD  総支払額 153 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2月/初付/未使用車 4WD 衝突被害軽減装置	R8 スズキ エブリイバン 年式 PC CVT 4WD  総支払額 173 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/グリーン/未使用車 キーレス 衝突被害軽減装置
31 スバル フォレスタ 年式 アドバンス 4WD  総支払額 283 万円 保証6ヶ月/6,000km 整備44,000円 リ済別 修無 保付 走行37,000km/検なし/ブルー/ナビ TV パワウィンドウ 衝突被害軽減装置	R5 トヨタ シエンタ 年式 HV Z 7人乗り 2WD  総支払額 297 万円 保証6ヶ月/6,000km 整備33,000円 リ済別 修無 保付 走行23,000km/検R10年3月/グリーン/ナビ TV パワウィンドウ 衝突被害軽減装置	R8 スズキ ハスラー 年式 タフワイルド 4WD  総支払額 233 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5月/ベージュ2/ナビ TV 全方位モニター 衝突被害軽減装置	R3 スズキ ワゴンRスマイル 年式 HYBRID S 2WD  総支払額 152 万円 保証6ヶ月/6,000km 整備44,000円 リ済別 修無 保付 走行23,000km/検なし/ブルー/ナビ TV 全方位モニター 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・JA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

理事会より

とき ● 令和8年8月24日(月) 午後7時より
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 マネー・ローンダリング
等の防止にかかる対応
状況等を踏まえた取組
みについて

第3号議案 「当組合における取引の
リスク評価書」の定例変
更について

第4号議案 共済規程の一部変更に
ついて

第5号議案 理事との契約について
第6号議案 令和8年度米の生産者
仮渡金及び留保金の設
定について

報告事項

1. J A 加賀不祥事再発防止策取組状
況について
2. J A バンク基本方針に基づく「経営
状況に関する事項の報告」について
3. (株)アグリサポート加賀 令和8年度
上期決算報告について
4. 令和8年度中生産種刈取適期調査
結果について
5. パレット返却特別運動の結果につ
いて
6. その他



あなたもチャレンジ!



園芸研究家 ● 成松次郎

冬にやっておきたい土作り

最初は軟らかい土も、野菜を作り続けると次第に硬くなり、水はけが悪くなって病害虫が出やすくなります。菜園に野菜が少ない冬の時期に、春に備えて土作りを始めましょう。

【水はけと通気の良い土】

根は水に溶けた酸素を吸って生長するので、水と空気が土粒の隙間を動きやすい土の構造（団粒構造）が大切です（図1）。水はけを良くするには土を深くまで耕し、下層の硬くて水の抜けにくい土層を壊します。

団粒を作るのは、砂や粘土をくっつける役割をする堆肥などの有機物です。寒起こしや天地返しに合わせて粗大な有機物（バーク堆肥、家畜ふん堆肥、落ち葉堆肥など）を混入しておきます。

【落ち葉堆肥とは】

落ち葉堆肥は、落ち葉に米ぬかや油かす、骨粉などの有機質肥料を加えて発酵させたもので、肥料分を含んでいます。クヤキ、クヌギなどの広葉樹は葉が柔らかく微生物により分解（発酵）されやすいため堆肥に適しています。

【落ち葉堆肥作りの手順】

①落ち葉を20cm程度の厚さに積みま
す。米ぬかや油かすなど（落ち葉の重さ
の1～2%程度）をサンドイッチ状に積
み重ね、水をたっぷりまいて踏み固めま
す。②これを繰り返して1mくらいに積
み上げます（図2）。③1カ月に1回程度
切り返し、半年から1年程度たって落ち
葉がボロボロに崩れてきたら完成です。
コンクリートパネルなどで囲う、壁を利用
するなどして堆肥場を作っても良いで
しょう。

【寒起こし】

同じ場所で野菜を長く栽培していると、
上層土には肥料などの養分が蓄積し、下
層土は根が入りにくく硬くなってきます。

また、上層土には土壌病原菌や有害セン
チュウが増えてきます。このような畑で
は連作障害が発生し、野菜の生育が悪く
なります。

寒起こしは、厳寒期に菜園を表面から
20～30cm荒く掘り起こし、土の塊を寒
気にさらす作業です（図3）。このとき、
大きな雑草などは取り除いておきましょ
う。土塊に含まれる水が夜間には寒さで
凍結し、日中には溶けて乾燥します。こ
れの繰り返しで土塊が次第に崩れて、通
気性・排水性が良く、農作物の根が張り
やすいふかふかの土になります。害虫が
寒さで死滅する効果も期待できます。

【天地返し】

普段耕す土層は軟らかくても、その下
に硬い「耕盤」がある場合があります。
特に、長い間トラクターのロータリーで
耕やしていると、表層は耕せても、その
下にはトラクターの重さで耕盤ができや
すくなります。天地返しで、この耕盤を
崩すことができます。

天地返しは、表面から30cm程度の上
層土と、その下60cm程度までの土を入
れ替える土壌改良法です（図4）。

これらの作業はきつい仕事なので、冬
に行うと良いでしょう。また、連作が心
配な菜園では、障害を避ける対策として
も考えてみましょう。

図1 良い土の組成

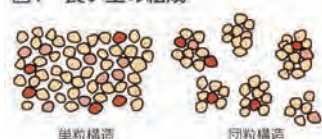


図2 落ち葉堆肥の作り方



図3 寒起こし

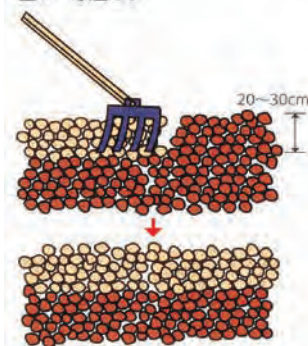
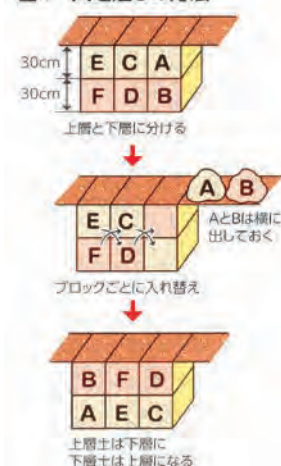


図4 天地返しの方法



クロスワードパズル

CROSSWORD ● 頭の体操

?

ヨリのカギ

- 食えば鐘が鳴るなり法隆寺(寺規)
- ヒトコブだったたりフタコブだった
- 味噌煮にしてもおいしい魚
- 元のものから分かれ出ること。新たな問題が—する
- 橋につけられた柵
- 油絵を描くのに使う布。画布ともいいます
- の上にも三年
- 転居、屋移りともいいます
- 漢字から作られました
- 歯を抜くときにかけるもの
- 付けている人は誰なのかが書いてあります
- 寺院に入るときくぐることも彼はクラスで—を抜いて足が速い

タテのカギ

- おでんにつける黄色い薬味
- アフリカ大陸北部に広がる—砂漠
- 仏花によく使われます
- 運動会の競技のひとつ
- 小豆は昔、赤い—と呼ばれました
- えんぺらがある魚介類
- ダーウィンが提唱した—論
- 夫の配偶者です
- 皮がむきやすい黄色い果物
- 秋桜ともいわれる花
- いざというとき、体を膨らませる魚
- 酒などを買う前に、味や香りを確認
- 『老るる人』で知られる彫刻家

★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、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
加賀市作見町
ホ10-1
JA加賀
広報係
922-0497
85

① ことえ
② 本誌の好きなコーナー
③ 住所、氏名、年齢、職業、電話番号

○Eメール件名に「JA加賀 広報パズル」と必ず書き
fureai@kaga-is-jp まで
★締切り
令和8年10月31日(土)当日消印有効
★今月号当選者発表
令和8年11月号誌上

景品

JA加賀特別栽培米
「加賀市産コシヒカリ」

8月号の答え及び当選者

1	5	7	シ	ユ	13	ウ	マ	20
2	リ	ボ	ン	6	ジ	コ	14	ナ
3	ク	6	シ	ユ	ウ	15	セ	ン
4	エ	レ	9	キ	16	カ	ク	ド
5	ル	10	ミ	ジ	ン	ギ	リ	

★応募総数72件
(メール応募47通)
★当選者
金石 典子 様
吉田 淑子 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

10月になると残暑も落ち着いた秋の気配が深まり、過ごしやすい秋の季節に移り変わってきました。季節の変わり目は体調を崩しやすい季節でもありますので、表紙に掲載しています新米を含め秋のおいしい食材を食べて健康に過ごしましょう。

また、今月は直売所キャンペーンが始まります。元気村に掲示してあるポスターやお買い上げいただいたレシートから抽選に申込できますのでぜひ元気村にご来店ください。



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

ご飯で美容

ご飯には、肌の調子を整えるなど、さまざまな美容に良い効果があります。



■エネルギー源として最適

炭水化物は糖質と食物繊維でできているため、摂取量が少な過ぎると、食物繊維の摂取量も減少します。また、タンパク質や脂質が体の構成要素として働くためのバランスが崩れ、肌のたるみや筋肉の減少などにつながることを考えられます。

さらに、ご飯を冷やすと、でんぷんの一部が「レジスタントスターチ(難消化性でんぷん)」に変化します。レジスタントスターチは、食物繊維と同様の働きをしたり血糖値の急上昇を防いだりする効果があるといわれています。一度作られたレジスタントスターチは再加熱してもほとんど減少しないため、冷やしたご飯を時間がたつてから食べても美容効果が期待できる点も魅力ですね。

■腸内環境を健やかに保つ
レジスタントスターチや食物繊維

は、美容の要である腸内細菌の餌となつて腸内環境を良好に保ちやすいという特徴があり、代謝アップや美肌効果も期待されます。納豆・みそ・ヨーグルトなどの発酵食品だけでなく、善玉菌の餌になるオリゴ糖や食物繊維・レジスタントスターチを含むお米に加えて、雑穀、野菜、果物、豆類、海藻、キノコ類などを組み合わせ、できるだけ毎日継続して取ることが大切です。

■栄養バランスが整いやすい

ご飯は、ビタミンB群やカルシウム、鉄分、マグネシウム、タンパク質など、美容に欠かせないさまざまな栄養が含まれているという点も魅力です。ご飯を献立の中心として、野菜たくさんのおみそ汁に、肉や魚、大豆製品や卵などのタンパク質を加えると栄養バランスが整いやすくなります。

なお、野菜や海藻・キノコ類を先に食べ、よくかむことを心がけると、食べ過ぎや血糖値の急上昇の予防、あご周りの筋力維持につながるため、さらなる美効果が期待できます。



税務相談のご案内

10月8日 木
午前9時～午後1時

〔場所〕JA加賀本店
2階総務部

11月7日 土

午前9時～午後1時
〔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。



10月
11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

10月6日(火)・20日(火)
11月17日(火)
午前9時30分～／にこにこランド

● 書道

10月13日(火)・27日(火)
11月10日(火)・24日(火)
午前9時30分～／にこにこランド

● 生け花

10月9日(金)・23日(金)
11月13日(金)・27日(金)
午前9時30分～／にこにこランド

● 俳句

10月19日(月)
11月9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

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!!

「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 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 (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

●江沼支店…………… ☎922-0101

●山中プラザ………… ☎922-0121

●南支店…………… ☎922-0322

●西支店…………… ☎922-0811

●東支店…………… ☎922-0304

●北支店…………… ☎922-0442

●営農推進課…………… ☎73-5311

●営農業務課(肥料・農薬) …… ☎73-5309

●自燃課(自動車)…………… ☎73-1314

●自燃課(燃料<LPガス夜間・休日対応>)…………… ☎73-5855

加賀市作見町ホ10-1

加賀市山中温泉中田町二32-2

加賀市山中温泉富士見町ム4-3

加賀市上野町子103-1

加賀市大聖寺南町二68-2

加賀市分校町へ20-1

加賀市篠原町609-1

☎73-3931

☎78-0280

☎78-0281

☎76-0880

☎72-0443

☎74-1562

☎74-0147

●経済課(米・生活用品)…………… ☎73-5555/FAX73-5319

●元気村…………… ☎75-7100

●農機課…………… ☎73-1455

