



- ◆ 私たちが皆様のお宅を訪問します！
- ◆ 「環境にやさしい」うまくてきれいなかほく米づくり開始

熊本地震で被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます
1日も早く復興されますようお祈り申し上げます

支店フリーダイヤル

内灘支店 ☎ 0120-968-971
津幡支店 ☎ 0120-968-972
津幡東支店 ☎ 0120-968-973
宇ノ気支店 ☎ 0120-968-974
高松支店 ☎ 0120-968-975

「みんなのよい食プロジェクト」を推進しています。



発行/石川かほく農業協同組合
編集/リバノス編集局

石川県河北郡津幡町字清水子329番地
〒929-0326 TEL. 076-288-3331
月刊：毎月10日発行
印刷：宮下印刷株式会社

<http://www.kahoku.is-ja.jp/>

JA石川かほく 投函



私たちが 皆様のお宅を 訪問します!



組合員や利用者の皆さまの多様化するニーズにお応えできるよう、また、ニーズに応じた情報の提供を通じて「相談してよかった」と言ってもらえるよう親切・丁寧・迅速な対応を心がけ、皆様に愛され、親しまれる渉外職員になるよう誠心誠意、努力いたします。お気軽にご相談ください。

内灘支店



共済渉外 飯田、磯貝、得田、橋爪



信用渉外 桶谷、前田



共済渉外
[後列] 長谷、用川、瀧川、兼保
[前列] 長、加賀谷、板坂、和田森



信用渉外
[後列] 葉名、奥、山本
[前列] 酒匂、原、道井

津幡支店



共済渉外 廣瀬、宮木、村井



信用渉外 気谷、越野、尾村

津幡東支店

宇ノ気支店



共済渉外 [後列] 浜本、早川、正元
[前列] 竹田、奥村、中嶋、林



信用渉外 [後列] 安下、今本、江丸
[前列] 松橋、北橋、杉本



共済渉外 [後列] 加藤、布
[前列] 吉田、高井、村松



信用渉外 櫻井、石山、丹羽

高松支店

ほくほくニュース

「環境にやさしい」うまくてきれいな かほく米づくり開始

当JA管内二カ所の育苗センターでは、四月一日から平成二十八年産米の出芽苗を十二日間、硬化苗は五月一日から約一週間出荷し、米づくりがスタートしました。今年は例年に比べ、気温が高く日照時間が多いことから、苗が順調に育ちました。

当JAでは、平成二十七年度に引き続き今年度も「JA石川かほく米555共励会」に取り組み、生産コストの低減、品質向上、安定収量の確保など、農家のかほく米生産技術の向上と生産意欲の拡大を図ります。

※JA石川かほく米555共励会については、本誌裏表紙をご覧ください。



出芽苗の積み込みを待つ生産者

育苗箱回収のご案内

回収場所	対象地域	回収日時	連絡先
旧井上育苗センター	中条・内灘地区	5月14日(土)・15日(日) 午前8時～正午まで	営農販売課 076-288-7555
西部育苗センター	津幡・井上・英田地区	5月21日(土)・22日(日) 午前8時～正午まで	
東部育苗センター	津幡東支店管内	5月19日(休)～21日(土) 午前6時～午後4時まで	東部育苗センター 076-288-1405
北部育苗センター	かほく市全域	5月26日(休)～28日(土) 午前9時～午後6時まで ※28日(土)のみ午後3時まで	北部育苗センター 076-283-5541

◇注意事項

- ①回収日時が都合の悪い場合は、ご利用の育苗センターまたは営農販売課までご連絡ください
- ②箱は水洗いをし、砂や根、色粉を除去して日陰で乾かしてください(箱を横にしておくと水が切れやすいです)
- ③10箱ずつ同じ向きにそろえ、箱がずれないようにポリひ

- ④品種別の色を十分洗いとってください(箱横に付着。水洗いでとれます)
- ⑤種類別、破損した箱は別に梱包してください

旬のタケノコ登場

春の味覚を代表するタケノコの出荷が昨年より五日早い四月十五日から開始され、九軒の農家が早朝に掘ったタケノコ約九百キロが、西部低温倉庫に集められました。

当JA職員が、色や大きさで等級別に仕分けし、箱詰め作業を行った後、金沢市中央卸売市場へ運ばれました。

また同日、石川県に初めて孟宗竹を導入した加賀藩土岡本右太夫の遺徳を偲ぶとともに、本県産タケノコや青果物の豊作と有利販売を祈願する「第四十九回たけのこ感謝祭」が金沢市寺町の妙福寺で行われ、当JAの井上信一代表理事組合長をはじめ、生産者・関係者など約四十人が出席。本堂では読経のうちに焼香がされ、地物のタケノコが供えられた岡本翁の墓前で出席者は手を合わせました。



西部低温倉庫に集められたタケノコ



墓前に手を合わせる出席者

県内のタケノコは甘みがあり、柔らかいのが特長。今年には収穫量の多い「表年」にあたる上、暖冬の影響で生育が早く、県内で七百トン、当JAでは五月上旬までに七トンの出荷を目標としましたが、イノシシによる食害を受け、出荷できないものも多々ありました。

出荷されたタケノコは、市場やJAグリーンかほくで販売されたほか、津幡町の学校給食にも供給されました。

生育を確認し意見交換

高松ぶどう研究会は四月十三日、かほく市内のブドウ園五カ所を巡回し、高松ぶどうの高品質出荷に向けた情報交換を行いました。

生産者約二十五人が、各園内のブドウの木を見てまわり、生育や栽培状況を確認しました。

今年は気温が高く日照時間が多いこと、また雨が少ないことから例年より早く生育しており、五月上旬までの霜に気をつけるよう話

があり、生産者は熱心に耳をかたむけていました。



木を見て情報交換を行う生産者

暴風でハウス等に多大な被害

県内は四月十七日、急速に発達した低気圧の影響で暴風に見舞われました。

当JA管内では、大崎スイカのトンネルや小松菜ハウスなどで多大な被害があり、高松のブドウハウスに関しては生産者の約九割がハウスバンドが切れたり、被覆資材の破損などの被害に遭いました。同日、当JA営農経済部職員が農家を回り被害を把握。ハウスの

倒壊やビニールの破損、骨組みの曲がり、苗の立ち枯れ状態などを確認し対応に追われました。



ビニールが破け風で舞っているハウス

満開の桜に囲まれ チャリティーもちつき

かほく四季まつり〜桜まつり〜が四月九日、高松中町通り額神社周辺で開催され、満開の桜で囲まれた会場は、大勢の人々で賑わい



力強く杵をふるう油野かほく市長

ました。

オープンングの後、地元高松支店職員と営農経済部職員が協力し、チャリティーもちつきを実施。油野和一郎かほく市長をはじめ、かほく市まつり実行委員のメンバーが交代で力強く杵をふるいました。つきたてのもちに当JA職員がきな粉をつけ、もちを求めてテント前に並ぶ来場者一人ひとりに手渡しました。



もちにきな粉をつける当JA職員

気軽に買える野菜 宇ノ気支店で野菜百円市開催

一支部一協同活動

宇ノ気支店で四月十五日、野菜百円市が行われ、店内では来店客がたくさんの野菜を購入しました。回を追うごとに品数が徐



百円市で販売した野菜（一部）

々に増えているこの百円市。今回は、ゴボウや春菊のほか、旬の食材である菜の花やその日の朝に収穫してきたタケノコなど十六種類の野菜が販売されました。また、一パック二百円のイチゴが四十八パック準備され、飛ぶような勢いで完売。来店客は安くて品質が良く、お得な商品を楽しみながら選んでいました。

※次回は六月十五・十八日を予定しています。

「さくららの会」が活動をスタート

高松支店管内の女性大学卒業生と在校生で構成された「さくららの会」が四月十九日、発足して初めての活動をスタートさせました。

初回は春らしく花の寄せ植えを実施。十四人が参加し、ガーベラやパンジー、ペロニカなど五種類の花を、配置を考えながら各々が丸いプランターに植えました。参加者は、久しぶりに会う友人との会話を楽しみながら作業し、お互いの出来を褒めあっていました。また、同支店前に設置するプランターにも協力して花を植え、作業はスムーズに行われました。

「さくららの会」は、さくらの花がきれいな時季から活動を開始することから名付けられました。今回の花の寄せ植えは、メンバーが自分たちのやりたいことを提案し行ったもので、今後は、八月に絵手紙、十二月にリースづくりを予定しています。



寄せ植え完了



寄せ植えを楽しむメンバー

お客様のお車のメンテナンスをお得にサポート



メンテナンス パック

加入申込み
受付中

詳しくは 自動車センター TEL 076-288-4171 までお問い合わせください。

シロアリ退治はJAに

あなたの住まいは
狙われています

おまかせ!

見積り無料

30秒でできる

危険チェック

当てはまる項目が多いほど
あなたの家は狙われています!

- 押入を掃除した時に砂が落ちていた
- 床(洋間、台所、廊下)を歩くとブカブカする
- お風呂、トイレ、お部屋で小さい羽を見かける
- ご近所でシロアリ駆除工事をしていたことがあった
- お風呂やトイレの柱に穴があいていたり黒ずんでいたりする

お問い合わせは

最寄りの各支店 または JAホーム 株式会社 JA建設エナジー 白蟻課 ☎076(240)0064 まで

6月の運勢 ♌ 獅子座
7/23~8/22

【全体運】 人脈を広げるチャンスです。飲み会やレジャーの誘いには気軽に応じて。美術館巡りも良い刺激に
【健康運】 うっかりしがち。慎重な行動を心掛けて 【幸運の食べ物】 ピーマン

(株)JAアグリサポートかほくからのお知らせ

うまい、きれいなかほく米づくりに欠かせない溝切のシーズンが迫ってきました。

手押しの溝切機による溝切作業は、猛暑の中で機械を押して歩く重労働でとても大変ですよ。

ただ今当社では、乗用溝切機による溝切作業の委託を受け付けております。

「排水が悪くガスが湧いて稲の根張りがわるい」「排水の悪い田んぼで稲刈りが大変だ」

「圃場が大きく、溝切機を押して歩くのが大変」そんなお悩みはありませんか？

乗用溝切機での施工は、手押しの溝切機より深い明渠を施工する事が出来るので確実な中干で田面を硬化させるとともに、有害ガスのガス抜きに効果があります。

この機会に、ぜひ当社へ溝切作業をお任せください!!



作業料金 (税込)

972円/10a

※合計面積 1ha 以上の作業依頼よりお受けいたします。

近隣耕作者で取りまとめてご依頼していただいてもかまいません。

※圃場の条件によりお受けできない場合があります。

詳しくは(株)JAアグリサポートかほくまでご連絡ください

TEL 076-288-3171

JA石川県農政対策本部では、「藤木しんや」氏を農業者及びJAグループの代表者として参議院全国比例の候補者として推薦することを決定しました。

藤木氏は19歳から30年間にわたり、農業一筋に米・畜産の複合農家として働くとともに、JA組合長としてJAグループの発展のために尽力しており、国政の場で農業者、JAグループの代表として、PPPや農協改革などの農政課題の解決に向けてその手腕が期待されています。

農家の声を国政に!!

「あとを継ぎたい」
安心してそう言える
農業政策を!



藤木しんや

○昭和42年生まれ(49歳) ○JA全青協会会長
○JAかみましき組合長 ○参議院全国比例区支部長
○経営内容:牛1,100頭・水稲8ha

かほくの
げんきっず

KAHOKU'S GENKIDS

「津幡ラグビースクール」(津幡町)



津幡ラグビースクールは、現在小学三〜六年生までの十名が活動しています。
練習は毎週月曜日(十九〜二十時三十分)と土曜日(九時三十分〜十一時三十分)に津幡運動公園多目的競技場で行っています。
「ワンフォアオール・オールフォアワン」をモットーに、今はヒーローズカップ全国大会出場を目指して練習に励んでいます。
津幡ラグビースクールでは、部員を募集しています。私たちと一緒に楽しくラグビーをしましょう。

リバノスでは、「げんきっず」に登場していただける元気なスポーツクラブを募集しています。当JA管内(かほく市、内灘町、津幡町)のスポーツクラブなら、どんな競技でもかまいません。ご応募お待ちしております。まずはお気軽にお問い合わせ下さい。

<応募お問合わせ>
JA石川かほくリバノス編集部
288-3331

組合員さん紹介



近年被害が多発している獣害を食い止めようと、日々奮闘している田川栄一さん。田畑がイノシシの被害に遭っているのを見て、10年前に一念発起し、現在に至ります。



津幡町 田川栄一さん

管理の大変な鉄砲は既に資格を持っていましたが、檻や罾の資格を新たに取得。檻は田んぼの周辺に、罾は獣の通り道などに設置し、毎日見回りを怠りません。10月上旬から3月までに捕獲したイノシシは、解体後に冷凍保存などして自分たちで食し、それ以外の時季は埋めて供養します。

「田畑を荒らされるのは、自分たちの生活にも多大な影響を及ぼす」と話す田川さん。「大変なことも多いですが、年々イノシシの被害が増えているので、すこしでも被害が減るよう頑張りたい」と意気込みを語ってくださいました。



かほく市 農事組合法人 鉢伏宮農組合



私たち農事組合法人 鉢伏宮農組合は、平成26年1月6日に設立しました。

水稻を中心としており、作付面積約27ヘクタールでコシヒカリ、ゆめみづほ、飼料用米を栽培。耕起・田植え・刈り取り・管理といった4つの部会を設け、スムーズな運営を行っています。

また、4棟あるハウスでは育苗のシーズンが終了すると、地区の女性組織がお盆に向けケイトウの栽培を行うなど、年間を通して有効利用しています。

秋にはおいしいお米ができるよう、みんなで力を合わせてがんばりたいと思います。



ご飯をおいしく 食事を楽しく

料理研究家 波多野充子 氏

ペンネアラビアータ・アスパラ風味



1食当たり約485kcal

アラビアータとは、トマトソースに赤唐辛子の辛味を利かせたソースで、語源は「怒りん坊」とか。トマトの酸味と唐辛子の辛味がおいしさの秘訣（ひけつ）なので、あまり火を通さず12～13分で出来上がるのもうれしいパスタ。アスパラガスの色と香りもお楽しみください。

材 料				
ペンネ……………	160g	グリーンアスパラガス	……………	3～4本
トマト水煮缶……………	1個	ブラックオリーブ……………	6粒	
ニンニク……………	1片	EVオリーブ油……………	大さじ2	
赤唐辛子……………	1本	塩……………	適量	

作り方

- ① ニンニクは芯を除き粗みじん切り、赤唐辛子は種を除き細切り、グリーンアスパラガスは根元の堅い部分の皮をむき3～4等分にす。種なしのブラックオリーブを輪切りにする。
- ② フライパンにトマトを手でつぶしながら入れ、ニンニク、赤唐辛子、EVオリーブ油大さじ1を加え中火で煮る。グツグツし始めたらオリーブを加えて弱火で煮る。甘味が出てきたら、塩少々とグリーンアスパラガスを加え火が通ったらソースは完成。煮詰まり過ぎた場合は、ペンネのゆで汁を加える。
- ③ ②と同時に、たっぷりのお湯に塩を入れ表記の時間でペンネをゆでる。
- ④ ゆで上がったペンネを②に入れて手早くソースとあえ、EVオリーブ油大さじ1を絡めて火を止め、熱々をいただく。

野菜とタイの紙包み焼き



1食当たり約276kcal

オープンペーパーでうま味や香りを閉じ込め、開けた瞬間に広がる香りも絶品な一皿です。中は密封されるのでお魚はふんわり軟らかに仕上がります。鍋いらずで後片付けも楽ちんなクイック料理。おいしいスープもパンなどに付けて忘れずにお召し上がりください。

材 料			
タイの切り身……………	2切れ	ケーパー……………	小さじ1
アサリ……………	6粒	レモン……………	1/2個
セロリ……………	1/2本	白ワイン……………	大さじ4
ピーマン……………	2個	EVオリーブ油……………	大さじ2
エリンギ……………	1本	塩・こしょう……………	適量
ミニトマト……………	6個		

作り方

- ① タイは塩、ワイン少々を振っておく。アサリは砂出し後、よく洗っておく。
- ② セロリは筋を除き、大きめのざく切り。ピーマンは縦4等分。エリンギは薄切り。ミニトマトは半分切る。
- ③ 30cm×40cmのオープンペーパーの中央より手前にタイを置き、その上に②の野菜とアサリを載せる。
- ④ 塩、こしょう、ケーパー、白ワイン大さじ2、EVオリーブ油大さじ1を加える。
- ⑤ ペーパーを向こうから手前に折り、2枚を合わせて数度しっかりと折り、左右も折り込みながら密封する。
- ⑥ オープンを220度に温め、⑤を入れ10～12分ほど焼く。
- ⑦ 器に載せてペーパーを開き、レモンを搾っていただく。

料理レシピ 募集

ご家庭で簡単にできる、地物・旬の食材を使ったレシピを募集しています。投稿くださったレシピをリバノスやホームページで紹介したいと思いますので、皆様のご自慢料理を送ってくださいね！また、いろいろな食材の保存方法をご存知の方も、併せて募集しています。たくさんのレシピをお待ちしております。

募集方法（封書でお送りください。）

1. 住所、氏名、電話番号
2. 料理名または食材名
3. レシピまたは保存方法（簡単にお書きください。）
4. 一言コメント ※1～5の事項を必ずご記入ください。
5. 写真

宛先

〒929-0326
河北郡津幡町字清水水子329
JA石川かほくりバノス編集部

※レシピが多い場合は、リバノス編集部で選定させていただきます。



園芸相談

Q & A

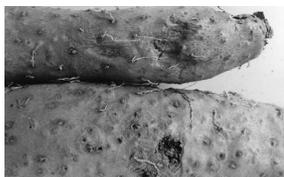
J Aグリーンかほく
営農指導担当
山辺 守

ヤマノイモの病虫害

Q 根腐病 褐色腐敗病

A 診断

根腐病、褐色腐敗病は土壌病害で、ともに糸状菌(カビ)です。根腐病は地際の茎を侵し、つる枯症をおこします。イモにもつる首部に近い上部に暗褐色の腐敗を生じます。九月以降では毛穴が侵された病斑イモになります。褐色腐敗病はイモの胴体や下部に乾腐状の陥没した小病斑を多数形成します。病徴から両病を区別することは難しいです。



根腐病、褐色腐敗病による被害

防除

①種イモは必ず未発生圃場で生産したものを準備し、植付け時、種イモ消毒をする。②未熟堆肥を施用しないこと、堆肥や窒素肥料の必要以上の多用は発病を助長する。③被害イモは放置せず、焼却等の処分。④土壌病害を防ぐには、計画的な輪作体系(三〜五年サイクル)をとる。

Q センチュウ被害

A 診断

イモ表層に寄生して表面が凹凸になり、寄生部は赤褐色の斑点になります。イモ表面に深い亀裂も走ります。生態 卵態で越冬し、地温十二℃を超えると発育を開始し孵化する。卵の中で一回脱皮し、卵から孵化するのは第二期幼虫と呼ばれ、根部への侵入ステージになります。センチュウの体長は約0.5mmで、生育適温は二十〜三十℃で卵から雌成虫になる日数は春秋期三十日、夏期十四日です。ヤマノイモに集まる雌成虫は三百〜八百個の卵を産み、イモの収穫期には高密度になっています。



センチュウ被害(右:ネコブ、左:亀裂、左上:センチュウ)

防除

立毛中の防除は困難なため、植付前に薬剤対応します。作付体系に余裕があれば、センチュウ密度を低下させる対抗植物の導入も有効です。

Q コガネムシ類被害

A 診断

堆肥や有機質資材の多用

で、幼虫によるイモの食痕が見られます。

生態

年一回の発生で六〜九月が成虫期で、飛来ピークは七月下旬、このころが産卵最盛期です。成虫の寿命は二十五日位で、その間摂食と土中産卵を繰り返します。一〜二齢幼虫は主に腐植を、三齢幼虫が加害(八月後半〜降霜期と蛹化前の四〜五月)します。



コガネムシ類幼虫と被害イモ

防除

殺虫剤は成虫の産卵期から孵化幼虫期(七月下〜八月上)に二〜三回株元散布します。

Q ウイルス病

A 診断

ヤマノイモのウイルスによる病気には、モザイク病とえそモザイク病の二種類があります。前者は葉に退緑斑のモザイク症状を、後者は壊死斑点をおこし、光合成能力の低い葉にしてしまいます。



ジネンジョのえそモザイク病葉

防除

ウイルス病はアブラムシ類によって媒介されます。アブラムシの密度が高まると、アブラムシに翅が生え、風に乗って他の株へ飛来して吸汁します。そのときにウイルスを媒介します。有翅のアブラムシの飛

来は、六月と八月にピークを迎えるので防除を徹底します。なお、圃場の風上に遮蔽植物(アントコーン等)や寒冷紗障壁を設けることでもウイルス汚染を軽減できます。

Q ハダニ類被害

A 診断

ハダニは主に葉裏に寄生して汁液を吸収し、葉緑素を破壊するため、加害された部位はカスリ状に黄色く退色し、枯死落葉します。



カンザワハダニ

生態

ハダニはクモの仲間で、高温乾燥を好み、梅雨明けから秋の枯凋期まで発生します。寄生種はカンザワハダニとナミハダニで、ともに体長は0.4mm程度で、体色は前者は暗赤色、後者は黄緑色で、年に十回前後発生します。ダニ密度が高まると下葉から順次上位葉に移動します。

防除

①ダニ類の主な発生源は周辺作物や草生地であり、雑草を除去して環境整備をする。②高温乾燥で急速に株全体に広がるので、初期(下葉)の防除を徹底する。③同じ薬剤を連用すると抵抗性個体群が発生するので、作用機作の違う薬剤を交互に輪用する。

参考資料 青森県(H22) 総合的病害虫・雑草管理(TPM)実践指標 ながいも

観葉植物レックス・ベゴニア類の葉挿しに挑戦!

田中 和人

【シャクヤクのお礼肥】「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」古くから美人の形容詞になっているボタンやシャクヤクは、その言葉のように姿形の美しい、五月を代表する花の一つかと思えます。シャクヤクは、江戸時代に多くの品種が改良されましたがこれらを和シャクとよび、中国からヨーロッパに渡って改良されたものを洋シヤクとよんでいます。また明治以降、洋シヤクが導入され和シヤクとの交配により多数の品種が作出されています。

シャクヤクを毎年楽しむには、開花後のお礼肥（五月下旬～六月上旬）が大切です。有機質肥料や緩行性肥料（固形30号など）を1㎡当たり五十～百g、株元から少し離して施します。お礼肥を施すと八月中下旬には根（根茎）の上部に充実した芽ができます。夏には暑さよけに軽く完熟堆肥の散布や土寄せをし、茎葉を刈り取り株元にかけます。また四～五年に一度株分け（九月中旬～十月上旬）をすると株の老化を防ぐことができます。



【ベゴニアの葉挿し】観葉植物の一つであるレックス・ベゴニアは、葉のゆがんだハート形や渦巻葉など変化が多く、さらに銀、緑、桃色系の模様や濃淡が複雑に入るなど、多種多様な面白い植物です。繁殖は葉挿しが可能であり、五～六月が適期です。用土は赤玉土（小粒）：ピートモス：バーミキュライトを2：1：1の割合で混ぜます。この時、肥料は不要です。用土は挿し芽前に挿し床（鉢や育苗箱）の底から水が出るくらい十分に灌水し、水が切れ適度な湿り気になったら挿し芽を行います。挿し芽中は日陰に置き、用土が乾かないようにします。新葉が出て二～三cmの大きさになったら根を傷めないように挿し葉も付けたまま鉢上げし、その後は薄い液肥を与えるなど普通に管理します。

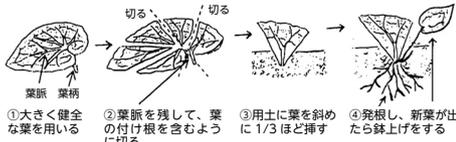


図 レックス・ベゴニアの葉挿し

歯の健康と8020運動

佐久総合病院名誉院長 松島 松翠

「ここに出てくる8020運動（はちまるにいまるうんどう）」という言葉は、わが国で展開されている歯の健康づくりのための運動のこととで、「八十歳になっても二十本以上の歯を常に保持しよう」ということを目標にしています。

歯が抜けてしまうのは、虫歯と歯周病が主な疾患です。ほとんどの人が毎日歯を磨いていますが、多くの人は虫歯になったことがあり、歯周病の疑いがある人も約八割に上ります。これは歯磨きのやり方が悪く、きちんと磨けていないことを示しています。

虫歯と歯周病を防ぐために、歯に付く汚れである歯垢（しこう）をしっかりと取り除くことが必要です。そのためのポイントとしては、歯と歯茎の間に、毛先がしっかりと入るくらいの力で磨きます。磨く力が弱過ぎると歯垢がうまく取れません。

歯周病を防ぐためには、歯と歯茎の境目を意識して磨きます。歯と歯茎の境目は、歯垢がたまりやすく、歯周病が起りやすい場所です。

歯の内側も一本一本丁寧に磨きます。最も磨き残しが多いのは歯と歯の間です。タフトブラシや歯間ブラシも使ってみましょう。どんなに丁寧に歯を磨いても、本当に磨けているかどうかは自分では分かりません。そこで重要になるのが歯科での定期検査です。歯科での定期検査では、虫歯の検査、歯周病の検査、歯石の除去などが行われます。積極的に受診してください。

歯垢が硬くなったのが歯石で、歯磨きでは除去できないため歯科で取り除く必要があります。虫歯は一年に一～二回、歯周病は約三カ月置きに定期検査を受けるといいといわれています。



お便り OTAYORI コーナー

幻のインゲン豆の甘納豆は大粒とのこと。ぜひ食べてみたいと思いました。商品化に期待しています。

かほく市 澤野 美千代
マスコミにとりあげられた“幻の豆の甘納豆”。粒は大きく、食べごたえがあります。豆自体の収量が少ないため大々的な販売はまだですが、今後、収量が増えたと加工品の生産量も増えてくると思いますので、一度食べてみてください。

防風林として、梨畑の周りに杉の木を植えてあります。鶯が巣を作り今年で4年目になりますが、同じ巣を毎回リフォームして使っています。鳥たちも住宅事情が厳

しいようですね！（落とした枝は拾ったりしませんので、巣の下は落とし物でいっぱいです）
津幡町 黒田 雅子
鶯もツバメと同じで、毎回同じ巣をリフォームしているのですね。知りませんでした。これから鶯の成長を観察する楽しみもできましたね。

今年は変な天候。この先どうなるのか心配です。毎年毎年農業の1年生。今年もまた一日一日を大切に、農作業を楽しみたいと思います。園芸コーナーを頼りにしています。
かほく市 川端 憲治
本格的に農作業を行う季節になりましたが、今年は、農産物の生育が少し早い気がします。園芸相談Q&Aや季節の花づくりを愛読いただき、農作業をがんばってください。

家のクンシランのつぼみが、少しずつ上に伸びてきています。美しい花が早く咲いてくれるよう楽しみにしています。
かほく市 根布 節子
クンシランはつややかな葉だけでも楽しめる多年草ですが、花が咲くとまた違った楽しみができますよね。開花が待ち遠しいですね。

ジェネリック医薬品は、毎日薬を飲まないといけな人にとってはうれしい金額です。いろいろなものが高いで助かりますね。
かほく市 舘 一美
物価が高いので、少しでも安く購入できるものがあればうれしいですね。ジェネリック医薬品は金銭的負担が軽減されるので、毎日薬を飲まなければならない人にとっては大助かりだと思いますが、できれば薬を飲まなくても良いになりたいものです。



その他、たくさんのお便りが届いています。紙面の都合上、全員の方のお便りを載せることができない場合もございます。ご了承下さい。実名で載せさせていただいておりますが、匿名希望の方は明記してください。お便りをお待ちしております。
<お便りのあて先>
〒929-0326 河北郡津幡町字清水チ 329
JA 石川かほくりパノス編集局



題「実」

石本よし一選

● 秀
誠実に生きて欲しいと親心
吉本 成子（気屋）

評 文明の世の中は、犯罪もまた多種多様である。
日頃のニュースの中にも、人殺し、詐欺、誘拐など、悪質なものが多く、
子を持つ親の立場からすれば、貧しくても他人を傷つけるような悪い子どもにはなつてほしくない。
競争の激しい社会の中にあつて、正々堂々と、隣り近所にも恥ずかしくない子どもとして、素直に成長してほしいと願っている。

佳作

真実を答えぬままに雲隠れ
村田 武信（竹橋）

軽る軽ると押した実印火の車
古林 照子（長柄町）

真実は一つコツコツ働く手
長谷 豊枝（牛首）

汁の実は前の畑で摘む青菜
藤沢 充子（瓜生）

このおかげ実にうまいと逝った人
松村小夜子（岩崎）

入選

宅配便実家の母の愛と汗
沢野しげ代（木津）

寝過ごして春を実感お欠伸
洞庭 泰（川尻）

実るほど感謝感謝のありがと
押切 幸子（川尻）

努力した成果が実り手を合わす
善 すすえ（川尻）

口と気は実年齢に勝っている
加藤 秀子（五反田）

実演のテレビ見て買ったフライパン
福田 貞子（岩崎）

畑物実る楽しみ待ちわびる
小島 隆子（平野）

何事も実のなる様に頑張ろう
加藤 初美（牛首）

蝶が舞う実のなる花にラブユーと
亀田佐智子（浅田）

毒舌家実は普段はねこかぶり
松田 妙子（浅田）

希望校合格できて夢実る
越野 香（二ツ屋）

今年こそ植えてみたいよ実のなる木
林 栄子（中沼）

実年齢聞いてびっくりつぞでしよう
河合 雅子（津幡）

実戦も頑張りますとアスリート
一羽トモ子（南中条）

自分史に植えて満足実の成る木
竹田 盈子（緑が丘）

実力は努力次第で進化する
澤本 昭子（内日色）

実業の道を進むと孫の夢
森山 邦子（田屋）

実母より姑とのドラマある暮らし
前山優美子（太田）

八月号題 「太」三句マテ
● 締切り 六月十日必着
九月号題 「陽」三句マテ
● 締切り 七月十日必着
▲ 投句先
〒929-0326 河北郡津幡町菩提寺ワ三
石本よし一宛

※投句の際、住所・氏名をお書き忘れのないようお願い致します。
秀の作品は、当JAのホームページでご紹介させていただきます。



今年度初めての「にっこり百彩会」のサロンは、新入会の方もいる中、

ほのぼの だより

オカリナの
音色やさしさや
春の雨

ボランティアによるオカリナ演奏会が行われました。ハマナスフレズ七名のオカリナの音色を聴きながら、懐かしい唄や思い出の唄を口ずさんだり、手拍子をしたり。時には、唄に合わせて体操や手話をしながら歌い、また南京玉すだれの曲芸もあり、楽しくてあっという間に時間が流れ…!!

初めて耳にしたオカリナの音色にうっとりとした心が癒され、会場は感動と素晴らしさで胸いっぱい!!

何度も何度も大きな拍手がわき起こりました。オカリナの演奏会という初めての体験は脳の刺激となり、認知症予防につながったのではないかと思います。

「にっこり百彩会のメンバーから「また何時か聴きたいわ」「楽しかったわ」という嬉しい声が聞かれ、開催して良かったと思います。

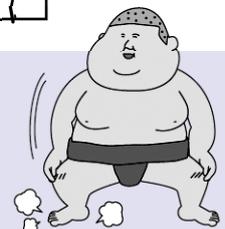
雨の中おいでくださったボランティアの方々、本当にありがとうございました。

にっこり百彩会

河合谷チーム

永多 澄枝

おーい ほくの里



「ほくの里」LINEスタンプ配信開始

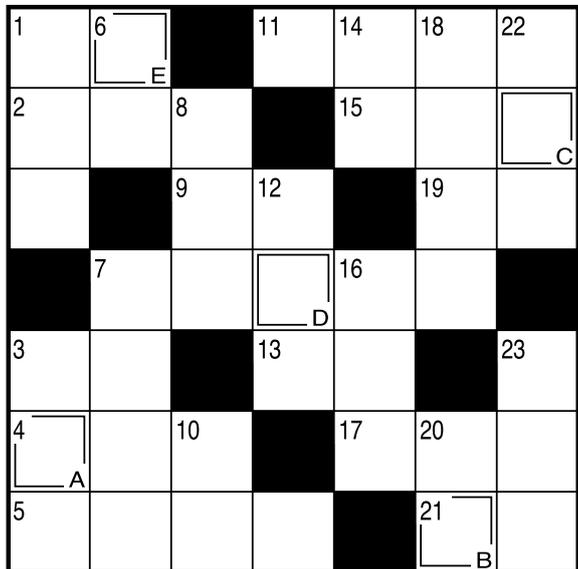
「ほくの里」のLINEスタンプが4月4日から配信開始となりました。

50コイン（120円）で購入できます。

あまり見たことのない「ほくの里」のスタンプもありますので、興味ある方は一度ご覧ください。

クロスワードクイズ 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 風呂場の中の体を洗める所。浴槽ともいいます
- 3 東大寺の大仏の頭には492個あつたといわれています
- 6 仏壇の前で鳴らします
- 7 グリーンピースは青——のこと
- 8 ランキングのトップ
- 10 釣り糸の途中に付けます
- 12 左右反対に映ります
- 14 真実ではありません
- 16 甲羅があり、キュウリが好きな妖怪
- 18 キャベツの名産地、孀恋——
- 20 ジャムの瓶の——が固くて開かない
- 22 塗りに塗ってある物
- 23 田んぼでゲコゲコ鳴きます

→ ヨコのカギ

- 1 テッポウ、クルマ、ヤマといえば何の花？
- 2 分数の棒の上部に書きます
- 3 1467年に起きた応仁の——
- 4 車は車道、人はここを通ります
- 5 自宅から職場へ向かうこと
- 7 スクリーンが複数ある所もあります
- 9 雑巾やモップで掃除します
- 11 飛行機が離着陸する施設。エアポート
- 13 植物が作る甘い液
- 15 韓国の首都
- 17 アイスcreamや果物を盛り付けて作るデザート
- 19 1年で一番昼が長い日
- 21 漬物や酒を詰めます

PRESENT

- ◆応募方法 ハガキに①答え②住所・氏名・電話番号③本誌に対するご意見・身近な役立つ情報などをご記入の上、下記あて先までご応募ください。正解者の中から抽選で5名の方に1,000円分の商品券をプレゼントします。
- ◆あて先 〒929-0326 津幡町清水チ329 JA石川かほく「リバノス編集部」
- ◆応募締切 6月10日(消印有効) ◆当選発表 リバノス8月号

4月号クイズ当選者

(答え) **サクラソウ**

- 寺井 令子 さん
- 出島 正子 さん
- 喜多智恵子 さん
- 得能早知子 さん
- 坪内香代子 さん



第1回 理事会だより

平成28年4月26日(火)開催

● 審議事項

- 第1号議案 同一人に対する信用の供与等(貸付金、手形の割引、債務保証、株式又は出資、私募の社債、コマースナル・ペーパー及び有価証券の貸付、短期社債等、コールローン、預け金、金銭の信託、公募の社債、金融債、コミットメントライン(融資未実行部分)、その他のオフバランス取引等の合計額)の最高限度額決定について
- 第2号議案 同一人自身に対する信用の供与等(貸付金、手形の割引、債務保証、株式又は出資、私募の社債、コマースナル・ペーパー及び有価証券の貸付、短期社債等、コールローン、預け金、金銭の信託、公募の社債、金融債、コミットメントライン(融資未実行部分)、その他のオフバランス取引等の合計額)の最高限度額決定について(受信者単体信用供与限度)
- 第3号議案 借入金の最高限度額決定について
- 第4号議案 貸付金の利率の最高限度決定について
- 第5号議案 平成28年度余裕金運用方針について
- 第6号議案 余裕金運用関連取引の信用供与等の決定にかかる組合長へ一任する限度額設定について
- 第7号議案 第22回通常総代会の開催について
- 第8号議案 JAバンク基本方針の変更について(総代会報告事項)
- 第9号議案 目的積立金の取り崩しについて
(1)リスク管理積立金取り崩しについて
・平成27年度固定資産減損会計
- 第10号議案 支店管理規程の別表の一部改正について

一年経って感じていること 職員から こんにちは!

高松支店 共済窓口担当の山田真穂です。
入組して一年が経ち、少しずつ業務に慣れ、お客様にもだんだんと自信を持って商品内容のご説明をすることができるようになってきました。
しかし、まだまだ失敗も多く、学ぶことや覚えることが多々あり、日々勉強していくことが大切だと感じています。
地域の方々へ信頼される職員になれるよう先輩方から学びながら、業務に励んでいきたいと思っておりますので、これからもよろしくお願いたします。



高松支店 山田 真穂

平成28年 キャンペーン中 JAの住宅ローンのご案内

新築・リフォームをはじめ、現在ご利用中の住宅ローンのお借換えまで住宅に関するさまざまな用途にご利用いただけます。お気軽にJAバンクにご相談ください。

固定変動金利選択型 (団体信用生命共済付)

3年固定
最大軽減金利

年 **0.7%**

店頭基準金利
3年固定 年1.8%

10年固定
最大軽減金利

年 **1.0%**

店頭基準金利
10年固定 年2.6%

5年固定 最大軽減金利 年 **0.95%** 5年固定 年2.25%

ご注意ください

※表示金利は、毎月見直します。(金利情勢の変化によっては、月中に見直しさせていただきます場合もあります)

※本商品は、お申込み時からお借入れ時までが6ヶ月以内の場合、お申込み時からお借入れ時のいずれか低い方の金利が適用されます。平成28年4月1日現在

住宅ローン
相談会

日時：5月21日(土) 午前9時～午後3時
本店(津幡・津幡東支店合同) 0120-968-972
宇ノ気支店 0120-968-974 に変更となりました

ローン商品の詳しい内容については、JA石川かほくローン営業センター(☎076-289-0234 <http://www.is-ja.jp/jabank/>) または各支店へお尋ねください。

JA年金無料相談会

開催日時・場所

平成28年

6月8日(水)13:00~19:00

宇ノ気支店

フリーダイヤル 0120-968-974

～年金・退職後のことを知らないと損をする～
お一人お一人に合った
年金受給方法を
社労士が丁寧に答えします。

(年金手帳・給与明細・認印をお忘れなく)



60歳以降も働くつもり、年金はどうなるの?

年金を増やすにはどうしたらいいの?

万が一、遺族となったらどうなるの?

国民年金はいつからもらえるの?

厚生年金はいつからもらった方が得なの?

退職後の手続はどうしたらいいの?

年金来店感謝デー

JAで年金をお受け取りの方で
期間中に窓口へお越しの方にもれなく素敵なプレゼント!!

開催
期間

平成28年

6月15日(水)・16日(木)



ご来店心より
お待ちしております。

内灘支店、津幡支店、津幡東支店、
宇ノ気支店、高松支店

年金来店感謝デーは年3回開催予定。次回は10月14日(金)・17日(日)

年金ご紹介キャンペーン

キャンペーン期間

平成28年6月30日(木)まで

1 キャンペーン対象者

JAで公的年金を受け取りしている方

2 キャンペーン内容

JAで年金をお受け取りいただけるご友人・お知り合いをご紹介ください。ご紹介いただいた方がJAで年金をお受け取りされた場合は紹介者に、「JA商品券1,000円分」をプレゼント致します!



年金振込をご指定いただいた方は、こんなにお得!!
ご紹介いただいた方にもれなく、粗品をプレゼント

さらに、

JA年金友の会
ご入会で...

① 定期貯金の金利上乘せ!

② JAのグラウンド・ゴルフ大会の参加ご招待!!

③ 年金友の会旅行にご参加いただけます!!!

詳しくは最寄りの各支店にお尋ねください

夏の味覚!
甘さ抜群の「大崎すいか」
の季節がやってきます。

作業員さん募集!

募集人数 約30名 *定員になり次第締め切ります

時給 750円～1,000円

期間 6月下旬～7月末頃迄

作業時間 午前8時～正午
(日によって超過、短縮あり)

作業場所 JA石川かほく宇ノ気野菜集出荷場
(かほく市森ワ44-1)

作業内容 スイカ箱詰め・積み込み等



簡単な作業です!
お気軽に
お電話下さい。
お問い合わせは、
営農経済部 営農販売課
☎076-288-7555 (松本まで)

「JA石川かほく米555共励会」参加者募集

食の多様化による米の消費量の低下、価格低迷の状況の中で、「JA石川かほく米555共励会」を通じて、安定収量の確保、品質の向上、生産費の低減など、農家技術の向上と生産意欲の拡大を図っていきます。

◎単収5kgアップ

単収を5kg/10a上げましょう

◎1等米比率5%アップ

品質を5%上げましょう

◎コスト5%ダウン

水稻生産費を5%下げましょう



□参加資格

JA石川かほく管内（かほく市、津幡町、内灘町）で水稻栽培を行う、農家・法人・集落営農組織

□参加申込方法

折込みの別紙参加申込書を期日までに営農経済部または最寄りの支店へ提出

□申込期日

平成28年5月末

□表彰

審査の結果、以下の賞を決定し表彰します。
・総合優秀賞・コスト低減賞・品質向上賞・収穫アップ賞

【お問い合わせ先】 営農経済部営農企画課 TEL 076-288-7555

平成28年度 第1回

JA石川かほく 地域農業推進大会開催のご案内



開催日時：平成28年6月1日（水）19：00～

会場：津幡町文化会館「シグナス」大ホール

※開催日時・会場は変更になる場合がありますので、ご了承ください。



【お問い合わせ先】 営農経済部営農企画課 TEL 076-288-7555

農薬散布時の注意について

農薬を散布する際は、 飛散を防止しましょう！

農薬を使用して病虫害・雑草防除を行う際、目的以外の作物へ飛散してしまう場合があります。農薬散布時の注意点を再度確認しましょう。また、農薬の特性を理解し、農薬による事故を未然に防ぎましょう！

JAグリーンかほくからのお知らせ

現金会員カードを
お持ちのみなさま

毎週水曜日は
現金カードポイントが
2倍になります!!



JAグリーンかほくでお買い物の際、ご提示ください。

※現金会員カードは、JAグリーンかほくと当JAの給油所でご利用いただけます。