



- ◆ルビーロマン今季初競り
- ◆夏の展示会開催



「ほくの里」

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 読者

ほくほくニユース

ルビーロマン初競り 百十一万円

石川県オリジナル高級ぶどう品種「ルビーロマン」の初出荷が七月六日、県内三JAで行われ、当JAでは高松集出荷場で始まり、翌七日早朝には金沢市中央卸売市場で初競りが行われました。

市場出荷十年目を迎えた初競りは、生産者をはじめ、谷本正憲石川県知事、油野和一郎かほく市長、県内JA関係者など大勢が見守る中、開始されました。

出荷された三十九房のうち、一房が百十一万円の過去最高の値がつきました。今回最高のルビーロマンは重さ六百グラム、実が三十粒あります。競り落としたのは、七尾市の老舗旅館「加賀屋」で、創業百十一年にちなんだ額となりました。

ルビーロマンは、糖度十八度以上、粒径三十一ミリ以上の厳しい基準をクリアした、「赤い宝石」。どこまで輝きが増すのか、関係者



111万円で競り落とされたルビーロマン



競りにかけられるルビーロマン

の期待が膨らんでいます。当JA管内では、九月中旬までに、四千九百房の出荷を見込んでいます。

小菊かぼちゃ 初出荷

高松小菊南瓜生産組合は七月三日、当JA高松集出荷場で平成二十九年産小菊かぼちゃの出荷を開始し、十キロが運び込まれました。今年は朝夜の気温が低く、少雨やカラ梅雨の影響で、初出荷は十日遅く、量も昨年の百六十キロに比べかなり少なめとなりました。高松小菊かぼちゃは直径十〜十五センチ前後の小ぶりの南瓜で、重さが三百〜八百グラム。見た目

が菊の花に似ていることから名付けられました。甘さは控えめ、しっとりあっさりした味わいのため、いろんな料理に合わせやすく、特に天ぷらや肉料理に合うのが特長。



規格基準を確認する生産者

スキンシップが大切

当JAは七月二十七日、地域貢献活動の一環として「JA共済アンパンマンこどもくらぶ」を開講し、第一回目としてベビーマッサージ教室を開きました。

今回五十八名の会員のうち、十七組が参加し、体に触れてスキンシップを取ることが大切、と学びました。歌遊びが入ったマッサージを行うと、赤ちゃんは満面の笑みでお母さんを見つめ、手足を動



歌いながらマッサージをする会員

かしうれしさを表現していました。最後に、お母さんが赤ちゃんを抱き上げ、「がんばったね」と褒めることの大切さも習いました。次回の講座は九月を予定しています。

夏の展示会と マグロ解体ショー

当JAのJAグリーンかほく・

農機センターで七月二十一、二十二日、夏の展示会が開催され、多くの来場者で賑わいを見せました。今回は紫インゲン豆「いけなら紫」を加工したうどんとおこわが販売され、うどんが百五十食完売するなど、来場者に好評でした。また、おこわを持ち帰った来場者からは「美味しかった、どこで販売していますか。いつから販売しますか」との問い合わせもありました。

屋外会場では、そくさいかんの産直会員による青空テント市が開かれ、今が旬の新鮮野菜が並び、買い求める来場者が多く、同女性部手作りの笹寿司も好評でした。その他、JA職員による屋台コーナーは、やきそばや焼き鳥、か



いけなら紫おこわを求める来場者



野菜を求める来場者



解体されるマグロ

き氷を求める来場者や金魚すくいなどで楽しむ親子連れもいました。「ほくの里」も会場を回り、多

くの来場者と親交を深めました。二十二日には航空防除の実演会も開催されました。最近話題のGPSが搭載されたドローンを使い、操作方法や圃場での散布など、多くの来場者の注目を浴びていました。

二十三日には、JAグリーンかほくでマグロの解体ショーが行われ、早朝からたくさんのお客様が詰めかけました。

長崎県産の本マグロ七十五キロが、解体職人によって捌かれていくと、会場内から「おおっ！」と響めきがあがるなど、来場者の目を引きつけていました。きれいに捌かれたマグロは、大とろや中とろに分けられ、販売されました。瞬く間に完売しました。

アンジェレ 初収穫・初出荷

七月二十八日、津幡町市谷の農事組合法人市谷で、五月に定植したJA全農式トロ箱養液栽培システム「ついでOne」によるミニトマト「アンジェレ」の初収穫・初出荷を迎えました。

初の収穫作業では、カラーチャートと出荷サイズの実物大写真と見比べながら、ひとつひとつ丁寧に摘みとられました。

七月三十一日には、同町池ヶ原の農事組合法人池ヶ原ファームでも初収穫・初出荷が行われました。それぞれ同町河北潟干拓地の集

出荷場に運ばれ選別後、JA全農



（農事組合法人 市谷）
丁寧に摘み取り作業を行う生産者



（農事組合法人 池ヶ原ファーム）

青果センター(株)大阪センターに出荷されました。アンジェレは、手軽に食べることができる「スナック

ク感覚のミニトマト」で、甘みが強く酸味が苦手な子供も食べやすく、旨味系アミノ酸や抗酸化作用のあるリコピンが豊富です。またヘタが無く、とても食べやすいのが特徴です。

JA全農式トロ箱養液栽培システム「ついでOne」の取り組みは、当JAの自己改革の一環として今年度津幡町の二営農組合で導入し、TAC（営農経済涉外）指導の下、栽培・出荷を行っています。

当JAでは、今年の成果を見て、次年度の拡大を図る予定です。

ゲストティーチャーに感謝を込めて

かほく市立高松小学校二年生六十九名が七月十二日、野菜パーティーを同小学校で行いました。

このパーティーは五月十二日に児童が、校内の畑で夏野菜の苗を定植し、その育った野菜を使って児童が調理した。ピザとつけものを食べてもらいたいと、畑作に協力頂いた方への感謝を込めて開催したものです。

招待されたゲストティーチャーは、畑を耕し雑草管理をした近所の森茂さん、野菜苗の定植と生育管理の指導をした石川県農林総合事務所の大徳真理子さん、野菜苗の準備や定植指導をした当JA職員の櫻井和幸さんの三名です。

児童は、「手伝って頂いた方へ感謝を込めて野菜パーティーを開催しました」と挨拶し、順番に夏野菜の絵と観察記録を発表しました。各テーブルには児童とゲストティーチャーの人たちや担任の先生と一緒に座り、児童が作ったピザとつけものを食べました。児童はみんな楽しく味わいながら、調理したときの心境やいままでの



笑顔でピザを食べる児童



児童が作ったピザとつけもの

野菜の生育状況をゲストティーチャーの人たちや先生に順番に話をするなど、楽しいひとときを過ごしました。

最後に、児童みんなで「感謝を込めて、ゲストティーチャーの皆さん、ありがとうございました！」とお礼を言いました。

この食と農の教育により、ピーマンが嫌いな児童が今では喜んで食べるようになったと先生は話しました。

マコモタケについてお話を聞こう

津幡町立中条小学校三年生七十五名が、七月五日に同町特産のマコモタケについて学習しました。

津幡まこも生産組合の森山時夫組合長と当JA職員からマコモタケの由来をはじめ、特長や育て方などの説明があり、児童は一生懸命メモを取りました。

次に教室から正面玄関前の駐車場へ移動し、並べられたバケツマコモタケ四つを使って、実際に



マコモタケを観察する児童

見て触れての学習を行いました。五月に定植し、二カ月ほど成長したマコモタケを手に取り、自分の身長と比較するなど、細かく観察しようとバケツの周りは児童でいっぱいになりました。秋の収穫まで児童は水の管理を行い、観察し育てます。

ひまわり村開村

津幡町湖東の河北瀧干拓地「ひまわり村」で七月二十六日、開村式が行われ、夏を代表する鮮やかなヒマワリが園児たちを楽しませました。

式典では、五月に種まきをした園児を含む関係者二百八名が参加し「立派なひまわり村ができました」とひまわり村長の矢田富郎津幡町町長があいさつしました。

テープカット終了後、園児たち



展望台から一望する園児たち

は、高さ一・五から二メートルに育つ約三十五万本のヒマワリ「ハイブリッドサンフラワー」の迷路に入り、一路展望台へ。

展望台からは一面に広がるヒマワリが一望でき、その光景に園児たちは歓声をあげていました。

元 気内灘とれたて市 開催

「支店」協同活動

河北郡市農業振興協議会内灘町支部は七月二日、「元気内灘とれたて市」を内灘町役場庁舎前駐車場で開き、鮮度・安心・旬を売りにした野菜、小松菜、枝豆など約三十種を販売しました。

生憎の小雨にもかかわらず大勢の人が訪れ、テント前は賑わいを見せる中、当JA内灘支店職員と支店活性化委員が集い、生産者と



一緒に対面販売を行いました。「元気内灘とれたて市」は今年度の開催を五回計画しており、次回は九月を予定しています。

美化活動に汗

「支店」協同活動

かほく市の海岸一斉清掃が七月九日、同市二ツ屋地区から白尾地区にかけて開催され、同市民・企業団体約二千三百人が参加しました。

同市では毎年、白砂青松の海岸の環境保全意義を啓発することを目的に実施しており、当JAの宇ノ気支店と高松支店の職員が参加し、早朝からゴミ拾い作業に汗を

流しました。

職員は浜辺に散乱しているペットボトルや流木、発砲スチロールの破片などのゴミを分別しながら作業を行いました。

また、作業中に油野和一郎市長が「苦勞様です」と笑顔で当JA職員などに声をかけ、参加者を労いながら一緒に作業を行いました。約一時間余りの作業で、海浜は美しさを取り戻しました。



作業をするJA職員

スワンの会がプランターに花苗を定植

「支店」協同活動

当JA津幡東支店の女性大学卒業生で結成された「スワンの会」が七月十四日、プランターに花苗を植えました。

花苗には、夏は鮮やかな緑で秋に真っ赤に紅葉するコキア（別名ほうき草）をはじめ、カラフルなコリウス、ケイトウの仲間セロシア、サンクエールなど色彩鮮やかな種類を選びました。

山田同支店長は「暑い中、皆さんのおかげで美しい支店になります」と労いました。

また、同市笠舞にある加賀料理店「八百辰」では、旬の食材を使った治部煮御膳を味わいました。夏本番を迎える城下町金沢の伝統食に触れる体験となりました。



花苗を定植する会員

気温二十四度と猛暑の中、会員は汗だくに

和菓子手作り体験

当JA津幡支店の女性大学スマイルスクールの卒業生で構成された「ひまわりの会」が七月十二日、今年度二回目の活動として和菓子手作り体験を行い、十名が参加しました。

金沢市大手町にある老舗和菓子屋「森八」で、落雁づくりに挑戦。原料を木型に指で押し込んで作る作業では、参加者は苦戦する姿もありましたが、花や貝、動物の形



落雁作りを体験する会員

ほのぼの だより

今こそ助け合いの
力をいかそう

助け合い組織「につこり百彩会」のつどいが、津幡町竹橋の道の駅俱利伽羅源平の郷俱利伽羅塾で開かれ、七チーム三十八人の協力が員が情報交換を行いました。

当JAの種本代表理事専務と今年度就任しました山崎保子新会長のあいさつ後、事務局から平成二十八年度活動報告と収支報告があり、拍手で承認されました。

続いて、各地区のチームリーダーが活動を発表し、介護予防を意識して積極的に外出を取り入れた行事の紹介がされました。

その後、今年度は協力会員の熱いニーズに応え、基調講演は「心身ともに美しさを磨こう」というスローガンのもと、かなざわ・凜やの美容家・健康管理士の藤元澄



メイクレッスンを受ける会員

代氏を講師に迎え、「六十歳からの愛されメイク」と題して、メイクセミナーを行いました。

講義終了後、モデルを募りメイクレッスンが実際に行われ、二人のモデルさんのビフォー、アフターに熱い歓声と称賛が上がり、会場は熱気につつまれました。

こうして今年度の新たな活動に向けての意思の統一が行われ、みんなの表情は全員メイクされたように美しく輝いていました。

事務局 緑 真澄

私の趣味



かほく市 山田 正子さん

私が以前勤めていた事務所の近所の方が、よく大正琴を弾いていました。ほぼ毎日、その音色を聞きながら、私もやってみたくて思っていました。それが、退職後大正琴を習い始めたきっかけです。

大正琴を習いながら、友達と水墨画もしてみようと、その時は8名が集い、親睦会を結成しました。数年後、最初的水墨画の先生が引退を迎えたことから、新しい先生と平成16年に蘭墨会と改名しました。

水墨画の難しさは筆の使い方とぼかしの技術で、いかに2色（白と黒）で躍動感を表現できるかです。また、よくいろいろな場所へ行き、対象となるものを探して楽しく描きます。

ただ年齢を重ねるにつれて、いつまで道具を持ち習いに行けるか少し不安になることがありますが、ずっと続けていきたい気持ちで毎日楽しく描いています。

かほく じい〜ん

かほく市 長田 太洋さん・一枝さん（鉢伏ハーブ&ベリー園代表）



15年前、能登空港が開港した年、旧柳田村公社運営のブルーベリー園を見学。その景色と圃場に魅力を感じ、定年後の生きがいに30aの土壌を改良して、ブルーベリーの苗を400本植えつけました。

ブルーベリーは、わがままな植物で根が浅く乾燥に弱い反面、加湿には根腐れを起こします。2年実がならず、改良を重ねて今では大粒の美味しいブルーベリーを安定供給できるようになりました。

3年前から妻がハーブを栽培して、今の「鉢伏ハーブ&ベリー園」に改名。

最近では、県外（関西や中京）からもインターネットの申し込みがあり、第6次産業で開発した独自のオリジナル商品が売れたときには、大きな感動があります。

小さな第6次産業で儲かる農業のモデルを目指して、日々努力しています。



ご飯をおいしく 食事を楽しく

「キッチン晴人」のオーナーシェフ 永井 智一 氏

温野菜サラダ ~ニンジンドレッシングで~



カルパッチョソースとしても、ゆでた豚肉などに掛けてもグッド。

材 料

(1人分)

ニンジンドレッシング

米酢……………	100ml	すりおろしニンジン	……………	1/2本
EVオリーブ油…	100ml	塩……………	小さじ1	
サラダ油…………	100ml	こしょう…………	少々	
すりおろしたマネギ	……………	しょうゆ…………	大さじ1	
……………	1/2個			

温野菜

アスパラガス……	1本	ジャガイモ…………	1個
ブロッコリー……	2房	ベビーキャロット	……………
カブ……………	1/2個	……………	2本
ミニトマト…………	2個		

作 り 方

- ① ドレッシングの材料を混ぜ合わせる。
- ② ジャガイモは下ゆでした後、素揚げにし、その他の野菜はそれぞれ沸騰した湯で歯応えが残るようにゆでる。
- ③ ②を器に盛りカットしたミニトマトを飾り、ニンジンドレッシングを回し掛ける。

ニンジンの冷製ポタージュ



ゆでたジャガイモを合わせて温製ポタージュにしてもおいしいです。

材 料

(4人分)

ニンジン……………	1本	塩……………	適宜
かつおだし…………	1カップ	こしょう…………	適宜
牛乳……………	1/2カップ	EVオリーブ油 ……	少々
生クリーム (35%)	……………	パセリ……………	少々
……………	1/4カップ		

作 り 方

- ① ニンジンは皮をむき、一口大に切り、塩少々を入れた湯で軟らかくなるまで下ゆでする。
- ② ①をかつおだしと合わせミキサーでペースト状にする。
- ③ ②に牛乳・生クリームを合わせ、塩・こしょうで味を調える。
- ④ パセリを散らし、EVオリーブ油を数滴掛けて出来上がり。

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。



さあ作ろう！

家庭菜園

森田 恵子

秋野菜の手入れ

今年の夏も暑いですね。気温三十度を超えるとスーパー猛暑といわれるので、私達はクーラーの効いた室内で涼むことができますが、植物はただ耐えるしかないのです。早く涼しい秋がくることを願っていたことと思います。これからは野菜たちも適温を迎えて大きく生育します。丁寧に管理して収穫を楽しみましょう。

①キャベツ、ブロッコリー、カリフラワーの管理

涼しくなってきたら、コナガ・アオムシに注意してください。特にコナガには早めの対策を取りましょう。農薬を使いたくない場合は寒冷紗や防虫ネットをトンネル掛けして防ぎます。暑い夏を乗り越え生育適温に近づいてきたので追肥をしましょう。外葉を大きく育てると玉も肥大するので追肥を忘れないで。十月上旬収穫の早生キャベツは、雨後の軟腐病

が懸念されます。雨前にZボルドーで予防してやりましょう。

②はくさいの植え付け

苗は上旬には植え付けを終えましょう。遅くなれば玉の肥大が悪くなることもあります。その後はキャベツなどと同じように管理します。八月早めに植え付けたはくさいは、今後の雨が続く天候のときは軟腐病に注意してください。

③レタスの植え付け

レタスは雨が降ると土の跳ね返りがあるので、できればマルチ栽培をしましょう。八月末から九月初旬植え付けは白黒マルチを利用すると地温を抑えることができますので試してみてください。

④越冬用・たくわん用だいこんの種蒔き

我が家では越冬用のだいこんを十日頃に蒔きます。越冬用には緑輝という品種を納屋の横の小さい菜園畑

で栽培して必要な時に畑から抜き取って料理しています。十日頃というのがミソです。早すぎると肥大しすぎ、遅いと太りが悪く細いだいこんになってしまいます。我が家ではたくわんを漬けることが少なくありませんが、たくわんだいこんも十日頃に蒔いています。おでん用のだいこんもこの頃に蒔きます。

④かぶの種蒔き

我が家ではかぶら寿司用に百万石青かぶを十日頃を目安に種蒔きします。小かぶも上旬から順次蒔いていきます。家庭菜園ではかぶの間引きを雨あがりに行い、その間引き菜を植え替えると遅れて収穫することができますので種蒔きは一回で済ませることができます。かぶら寿司用に収穫時期がずれるので重宝します。出荷用には不向きですが、家庭菜園ならではの小細工ですかね。

⑤ほうれんそうの種蒔き

上旬は暑い日も続きますが、そろそろほうれんそうの種を蒔きましょう。五日程ずらして数回播種すると連続して収穫できます。発芽まで乾燥しないように灌水しますが、気温の高い上旬は水のやりすぎに注意してください。猛暑が続くようなら気

温が下がるのを待ってから蒔くのが無難です。

⑥たまねぎの種蒔き

十日前後に種を蒔きましょう。有機入り特Aを基肥として丁寧に耕し筋状に蒔きます。薄く土を掛け寒冷紗又は不織布をべた掛けて、ジョウロで灌水し、発芽まで乾燥しないよう水やりをしましょう。

去年、暑いので育苗バットに蒔いて涼しいところに移動させながら育苗したのですが、本葉三枚頃までの生育は順調だったのにそれ以降はほとんど生育せず、立ち枯れ症もでて結局苗を買って植え付けしました。たまねぎの根の張りには長く広いので育苗バットの限られた根域では限界だったのかなと思いました。ただたまねぎ産地ではセル育苗して機械定植するところもあるので、特別な用土や育苗技術があるのでしょうか。

これからは台風も心配ですね。事前に溝切りをして排水対策を、また風であおられるの防ぐために寒冷紗を掛けるとか支柱を立てるなどの対策を取りましょう。



園芸植物の真夏の管理

田中 和人

この夏も暑い日が続いていますね。熱中症にならないよう十分気を付けてください。植物にとってこの暑さは大変です。本誌の昨年八月号で、植木鉢の土中温度と暑さ対策について触れましたが、

庭木でも根の浅いツツジやドウダンツツジなどは暑さ対策が必要です。図1に樹齢十数年のツツジ、

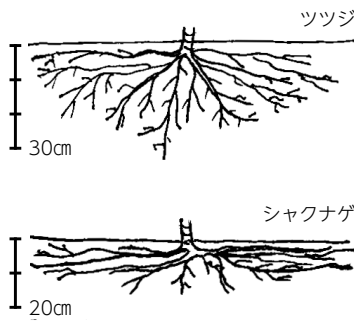


図1 根の位置
〔樹木根系図説〕参照

シャクナゲの地中での根の張りを模式的に示しましたが、もともと細根で、地中20cm程度と浅く横に張り、酸素を好み通気性の良いところでよく育ちます。このため逆に夏場には地表面の温度上昇に伴い乾燥や、蒸れによる酸欠などで根の活性が低下し枯れやすくなります。猛暑日の水やりはもちろ

下草や敷き藁をするなどのサポートが植物体の疲労を軽減してくれると思います。低木でもボケなどは1m前後まで深く根を張り、暑さには強いと考えます。

【今月の園芸作業】

◇アサガオの摘心について

これから九月にかけてアサガオの季節ですね。仕立ては生育初期に二、三回心を摘み、子蔓、孫蔓を伸ばして花をつけます。もし心摘みをしていない場合は、今からでも伸びた蔓の先端を二〜三回摘んでやると、子蔓、孫蔓が発生し見栄えが良くなり、花つきもよくなるでしょう。肥料は葉色が濃いつきまは控え、黄緑色になったら固形肥料や液肥を施します。

◇アサガオの害虫

エビガラスズメ

(図2)・・・名前はかわいいのですがアサガオの葉が大好きで、ひどいときは食害を受けると一晩でポロポロに



図2 エビガラスズメの幼虫

なります。色は緑や褐色と周りの色に溶け込み、また老齢幼虫は土

の中にもぐり蛹になるため見つけにくい害虫です。葉が食害を受け周辺に丸い糞が散乱していれば葉の裏などを探してください。大きいものは鉛筆ぐらいの太さで長さも5cm以上になります。見つけた幼虫は捕殺し、ヨトウムシなどに効果のある殺虫剤を散布します。

ハダニ・・・葉につやがなく葉表に針で突いたような小さな白点が現れ、被害が拡大すると葉が枯れてきます。葉裏には1mm以下の赤いハダニが多数みられます。防除は殺ダニ剤を散布します(ケムシやアブラムシの殺虫剤では効かない)。

◇草花の刈込(図3)

サルビア
やペゴニア
(センパー
フローレン
ス)は七月
から秋まで
咲き続けま
すが、花後の株は弱っています。そこで追肥をすると同時に草丈をそろえて刈り込みを行います。

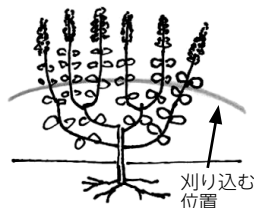


図3 サルビアの刈り込み

ペチュニアやマリーゴールドは草丈の低い株に合わせ、長い枝や込み合った枝の切り戻しを行うと、通気もよくなり株元の蒸れによる枯れこみも少なくなるでしょう。

う。

◆余談ですが

水やり不要のコノフィツム・・・私は夏に全く水やりをしない植物の栽培を試しています。メセン類(多肉植物)のコノフィツムです。水のやり方がまずいのか腐らせました(図4丸)。諸説ありますが六月から断水して室内で管理しています。九月中頃までこのままにしておくつもりですが、秋に花が咲いたら?報告いたします。

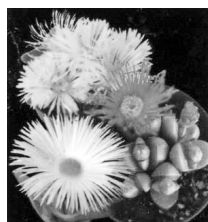


図4 コノフィツム(右)と花(丸内が枯れた部分)

暑さに強いエキナセア・・・図5は、いただいた苗を育てたエキナセアの花です。南側に置いていますが真夏の太陽や乾燥に対して強く、他の草花より肥料や水やりを控えています。また、宿根草で寒さにも強く、来年も花を楽しむことができそうです。



図5 エキナセアの花

介いたしました。

お便り OTAYORI コーナー

「内灘ラッキョウ」今年も歯ごたえのある中ぐらいを求めました。台所の隅にビンが並んでいるのを見ると食生活の豊かさを感じます。

津幡町 池田 悦子

ラッキョウは夏バテ防止や美肌効果がありますから、食の豊かさは感じられますね。私たち編集局は、最近夏バテを感じますので「内灘ラッキョウ」を食して頑張ります。

いつも楽しく読ませてもらっています。自分も家庭菜園をしています。野菜を育てるのはむずかしいですね。

かほく市 山口 桂子

ご愛読ありがとうございます。今後も皆さんの役に立てる情報を掲載してまいりますので、よろしくお願いします。

毎月がたのしみです。午前中畑仕事、午後よりグラウンドゴルフ日々楽しいです。

津幡町 水野 道代

これから夏本番です。アウトドアは熱中症などに気をつけて楽しんでください。

久しぶりにクロスワードに挑戦！ぼけない様に頭の体操頑張ります。

かほく市 川端 春美

クロスワードは楽しみというご意見もいただいていますから、これからもチャレンジしてください。

家庭菜園参考にさせていただいています。

津幡町 坂本 朱美

参考にさせていただきありがとうございます。「さあ作ろう！家庭菜園」は好評で、参考にされているご意見がたくさん編集局

に届きます。引き続き掲載していきますので、よろしくお願いします。

健康百科「野菜と健康」の記事を拝読して、野菜に対してもっともっと食卓にのせて一日でも健康でいられる様にと思いました。日々の生活に参考になります。

津幡町 山名 秋子

ご愛読ありがとうございます。野菜中心の食生活は大切です。これからもお役に立てる情報を発信いたしますね。



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329
JA石川かほくりパノス編集局

川柳

石本よし一選

題「買」

秀

買い物も孫のセンスに追いこされ

加藤 初美(牛首)

評 買い物に孫をつれて出かけると、子供は子供だと思っていた孫が、ばあちゃんそれよりもこれが良いとか、これが似合うとか、いつの間にか流行の先端を知っている。子供たちの小さな頭脳は、いつも早いスピードで進歩している。「老いては子に從え」とか、ばあちゃんの嬉しい孫の発見である。これからも、孫の成長が楽しみなことでしょう。

佳作

メモくわえ買物に出る介助犬

洞庭 泰(川尻)

買物の気配感じて子も用意

沢野しげ代(木津)

押し入れにバーゲンで買った品ねむる

古林 照子(長柄町)

試食して買わずに帰りますみません

長谷 豊枝(牛首)

買い物へカートを押して回る役

専能 専父(能瀬)

入選

梅を買い自分好みで漬ける味

澤本 昭子(内日角)

買い物に孫の好物目に止まる

河本 巴子(内日角)

認知予防計算しながら買い物

福田 貞子(岩崎)

お似合いといひのせられて買うはめに

松村小夜子(岩崎)

買い忘れメモした紙を置き忘れ

井田 宏子(井野河内)

即売所名前確かめ買つ野菜

藤沢 充子(瓜生)

バーゲンの列へつられて無駄を買い

吉田 順子(舟橋)

買い物でできぬ物でも見るチラシ

山下アヤ子(牛首)

晩ご飯買得品が仕切ってる

加藤 秀子(五反田)

お買物夫の同伴ごめんです

竹田 盈子(緑が丘)

バーゲンで買って後悔先に立つ

松田 妙子(浅田)

爆買の外国人とバスツアー

押切 幸子(川尻)

家計簿とにらめっこするお買物

善 すすえ(川尻)

欲しい物一桁高く買うの止め

越野 香(二ツ屋)

また値上げ負けおれずとまとめ買い

一羽トモ子(南中条)

買い物も免許返納ままならぬ

河合 雅子(津幡)

買い物もおつづくになる八十路坂

吉本 成子(気屋)

たたき売り買つか買わぬか名せりふ

村田 由枝(竹橋)

十二月号題 「沢」三句マテ

● 締切り 九月十日必着

十一月号題 「山」三句マテ

● 締切り 十月十日必着

▲ 投句先 一九二九〇三〇八 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。

スマイルスクール

地産のフルーツを知ろう 5期生が収穫体験

5期生

地元で栽培している農産物の知識を深めてもらおうと、7月7日、女性大学スマイルスクール第5期生の第15回講座を開催し、32名が参加しました。

石川県農林総合センター砂丘地センター稲葉清弘所長から、砂丘地の特徴を生かしたスイカやカンショ、ブドウのルビーロマンの栽培について説明を聞きました。

その後、かほく市鉢伏に場所を移し、ハーブ園を見学しました。色々なハーブについての説明を受けながら観察と香りを楽しみました。

ハーブ園に近いブルーベリー園では収穫体験を行い、味わいながら摘み取りを楽しみました。園主の長田太洋さんから手作りジャムの試食を受け、さらにハーブをブレンドしたお茶などを試飲するなど、地産のフルーツの栽培管理を知り、収穫する喜びを実感するなど有意義な時間を過ごしました。



ブルーベリーを収穫する受講生

食生活を考えて内側からキレイに 6期生が老化防止について学習

6期生

女性大学スマイルスクール6期生の第5回講座を7月13日に開催しました。受講生28名は「アンチエイジングと食事」をテーマに、浅ノ川病院管理栄養士の西田雅美さんを講師に、毎日の食事による老化防止について学習しました。

毎日、栄養バランスのよい食事を摂ることで体内の代謝を高め、エネルギーがスムーズに作られて体がしっかり動かせることや食材選びが大切であること。また、咀嚼を多くすることで筋肉が鍛えられ、たるみが少なくなるなどを学びました。

説明後、多くの受講生から質問があり、講師の西田雅美さんがアドバイスをすると、受講生は深く頷きながらメモを取りました。

受講生は「バランスのよいおかず、今晚何を作るのか」と苦笑いしながら話していました。



講師に質問をする受講生

新着情報

ほのぼののデイサービス

今回は、調理訓練として“クレープ作り”に挑戦しました。その中には、何10年ぶりにフライパンを握ったという女性の方や、人生で初めて料理をしておっしゃる男性の方などが参加者にいました。



クレープの生地をひっくり返すことに悪戦苦闘されている方や焼き過ぎたり、穴が開いたり、ハプニングや笑いなどもありました。クレープの生地には、旬の果物や生クリーム、ソースを思い思いにトッピングするなど、上手に巻いて完成することが出来ました。そして、楽しくきれいにできたクレープを満足気いただきました。出来栄えについて感想をお聞きすると、「最高や!」「美味い!」「また他のモノも作ってみたい!」と充実した時間を過ごされました。

当施設では『食は人が生きていくための源である』

をコンセプトに、旬のものを美味しく召し上がって頂き、元気の源になっていただけるような調理訓練もありますが、昼食にはとことん力を入れています。

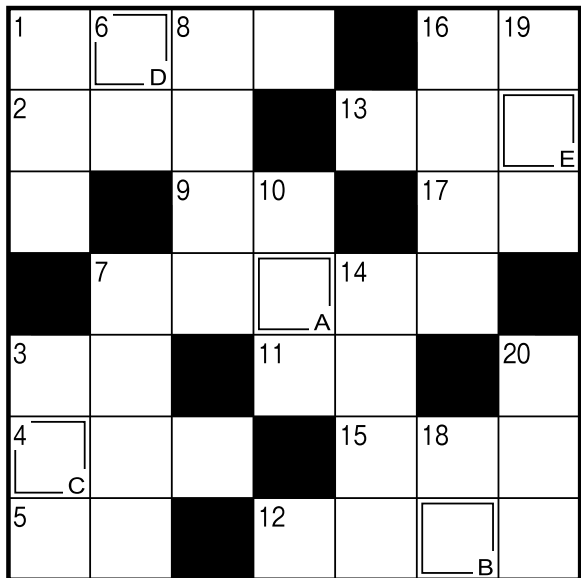
心も体も元気いっぱい、毎日笑顔で楽しく過ごしていただけるよう、栄養満点の献立やたくさんの企画も考えておりますので、今後ともよろしく願いいたします。

ほのぼののデイサービス管理者

岩本 大輝

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 エジプトを流れる大河
- 3 品物をしまっておく建物
- 6 ピカソ、ゴッホ、ルノワールといえ
- 7 山伏が吹き鳴らす物
- 8 えびす様が持っている道具
- 10 手の指を握り込んで作ります
- 14 立ち上がって膝の——運動をした
- 16 水を入れて植物への水やりに使います
- 18 面取りをして落とす物
- 19 首の長い動物
- 20 芋がらともいう食材



ヨコのカギ

- 1 陰暦9月の異称
- 2 船が停泊するときを下ろします
- 3 青く晴れ渡るもの
- 4 □に水を含んでガラガラガラ
- 5 出会った瞬間に落ちることも
- 7 リスが餌を詰め込むところ
- 9 漢字で書くと雑魚。取るに足らないもの
- 11 量より重視されることもあります
- 12 角度を測るときに使います
- 13 一番近い所。——の駅まで徒歩3分
- 15 目で見える範囲のこと
- 16 ——外れの花が咲いた
- 17 ——を天に任せて勝負した

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「リバノス編集局」
- ◆応募締切 9月10日（消印有効） ◆当選発表 リバノス11月号

7月号クイズ当選者

〈答え〉カブトムシ

- 寺井きみ子 さん
- 岩坪ふじ子 さん
- 出和 梓 さん
- 田辺 和子 さん
- 多々見美枝子 さん



第4回 理事会だより

平成29年7月28日(金)開催

● 審議事項

- 第1号議案 平成28年度ディスクロージャー誌（情報開示）について〈別冊1〉
- 第2号議案 常勤理事の他の団体理事等への就任承諾について
- 第3号議案 不祥事対応規程の一部改正について
- 第4号議案 コンプライアンス・マニュアルの一部改正について
- 第5号議案 平成29年度理事報酬額の配分（案）について
- 第6号議案 JASTEMシステム基盤更改危機管理計画書の制定について
- 第7号議案 津幡セルフ給油所洗車機の更新について
- 第8号議案 農産物検査業務規程の一部改正について
- 第9号議案 米麦等に係るJA手数料の設定について
- 第10号議案 米の事務手数料の設定について
- 第11号議案 平成28年産米共同計算結果の生産者開示について

支店活性化委員から、こんにちは!

社会的役割を果たしたい

津幡東支店活性化委員の荒木恵子です。
 昨年は1支店1協同活動として、支店役職員と協力し「振る舞い鍋」、「振る舞い餅つき」などを行い、来店者から好評でした。また支店周辺の清掃・美化活動にも取り組みました。
 今後も、この協同活動が長期にわたり定着する様な企画を提案し、取り組んでいきます。

現在、担い手問題や後継者不足など農業が見直されている中、農協の在り方を理解してもらうためにも、地域のみなさんのニーズに合った社会的役割を果たせるよう、支店役職員と支店活性化委員が一丸となり、活性に努めたいと思います。



津幡東支店活性化委員 荒木 恵子

てんかんについて

佐久総合病院名誉院長 松島 松翠

てんかんという病気は、突然意識を失ったり、けいれんを繰り返す脳の病気です。

脳には非常に多くの神経細胞があります。これらは通常バランス良く活動しています。ところが、神経細胞の一部に異常な興奮が発生して、周りの神経細胞に拡大したり、脳全体に広がる場合があります。その結果、てんかん発作が起こります。

てんかんは放っておくと、次のような危険性があります。発作から事故につながりやすいこと、それから脳の機能に影響を及ぼすことです。従って、早期に発見して適切な治療を受けることが大切です。

てんかんはどの年代でも発症します。特に多いのが小児と高齢者です。

小児の場合は、胎児のときの「脳の形成異常」、あるいは出生後の細菌やウイルスの感染による「髄膜炎」や「脳炎」などから発症することがあります。

高齢者の場合は、「脳卒中」や「脳腫瘍」などの合併症として、

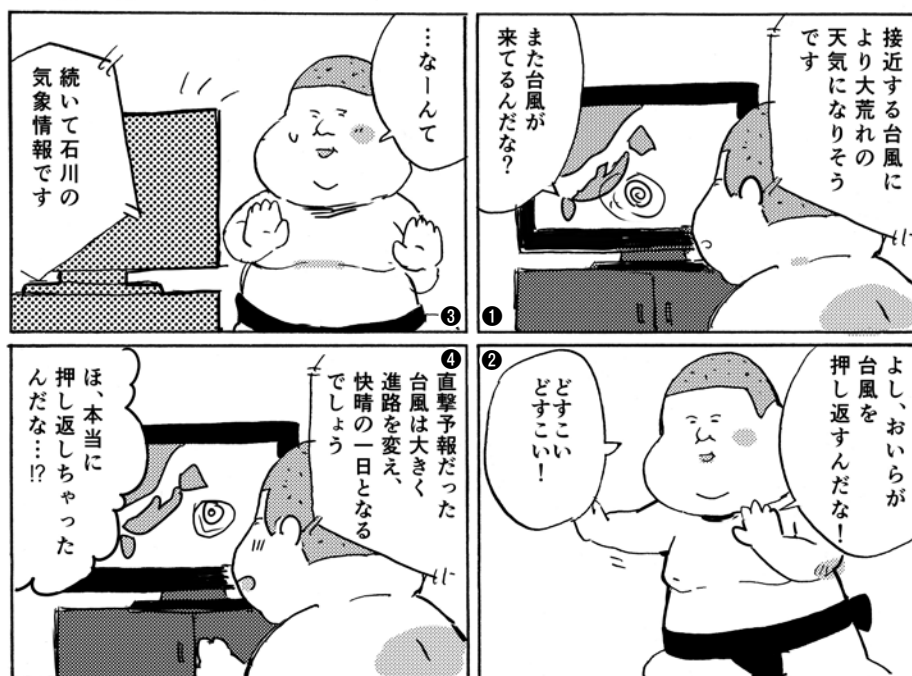
てんかんが起こるケースがあります。

てんかんの診断でまず行われるのは、時間をかけた「問診」です。診察に当たっては、発作の前触れの有無、発作の起こった時間や起こり方を聞かれますから、あらかじめ整理しておく方が良いでしょう。発作の前触れは、脳の興奮の部位を調べるための重要な情報です。できるだけ具体的に伝えると良いでしょう。代表的な前触れには、上腹部の不快感や、実際には見たことがないのに見たことがあるように感じる「既視感」を繰り返すなど。

問診の次に大切なのは「脳波検査」です。その他、脳のCT検査やMRI検査を行うこともあります。



ほくの里



笠野夏まつり、太鼓が響く

「ほくの里」が、今年も笠野夏まつりに参加し、太鼓に挑戦。リズムカルに太鼓を叩き、本人は大満足。地域の皆さんと交流を深め、楽しい時間を過ごしました。



進めよう！ 組合員のための農協改革 Vol.4

農業者の所得増大に向けた取り組みについて、今回は売上高をいかに伸ばすかについてお話しします。売上高を増やすためには、2つの方法があります。その1つが、従来に比べ単位当たりの収量を増収させることであり、もう1つは商品の単価を高めることです。それぞれ、代表的な取組についてJAが重点化している取り組みについて紹介します。

収量向上については、当JAでは一昨年から石川かほく米555共励会に取り組んでいます。収量についての当面の目標は、管内平均で10a当たり平均単収を5kg増収することです。毎回かほく米米情報でお知らせしている10の技術の実践と5つの1カ月対策を通して全体のレベルアップをねらっています。3年目になりますが、昨年は土づくりと中干しの励行を基本に技術の徹底をはかり10aあたり552kgの多収を実現し、津幡町の中川 進さんが受賞されています。昨年は、このような運動と相まって作況指数104というかつてないような高収量を達成することができ



調理用米 東京での売り込み

ました。

次に、単価水準の向上の取り組み事例としては、調理用米（カレー用米、寿司用米、リゾット用米）の試験栽培と買い取り販売の実証があります。試作及び試験販売3年目になり、徐々に面積を拡大しています。本年より、直接実需者への販売、SNSを利用した販売に取り組み評価を得たいと考えています。また、園芸作物では、水稻育苗ハウス跡地利用による養液栽培によるトマト栽培や高級ブドウのルビーロマンの取り組みのように、高品質に重点をおいたもの、希少価値を売りものにしてブランド力を高めるものがあり、JAとしてはブランド戦略により販売強化につなげていきたいと考えています。



米555共励会受賞者

河北潟野菜を学ぶ

宇ノ気支店「あじさい倶楽部」が7月13日、河北潟で栽培されている野菜について、参加者17名が学びました。

河北潟生産集出荷組合集出荷場で、スイカ・小松菜の出荷を視察。また枝豆やネギなどを栽培している生産者の農園を巡回、イオン農場を含む4カ所で野菜栽培の取り組み方や農業の厳しさを教わりました。

巡回後、かほく市宇野気の欧風料理「ポムポムポム」で、各生産者より提供された野菜を使ったスムージーやサラダ、デザートを楽しみました。



生産者から説明を受ける参加者

農協人文化賞を受賞

多年にわたり献身的な農協運動の発展に寄与した功績者として、当JAの井上信一代表理事組合長が第39回農協人文化賞の共済事業部門で表彰されました。

5月に選考委員会が開かれ、17名の受賞が決定。7月5日、東京で表彰式と記念パーティーが開催されました。



表彰される井上信一代表理事組合長

夏季の熱中症対策について

夏場の暑い中での作業は、熱中症を生じるおそれがあるので、次の事項に注意して下さい。熱中症の予防は、水分をとることと体温の上昇を抑えることが大事です。高齢の方は、特に注意してください。

1. 作業は気温の高い時間帯を外す。
2. 休憩をこまめにとり、作業時間を短くする等の工夫を行う。
3. のどの渇きを感じる前に、水分をこまめに摂取し、汗で失われた水分を補給する。
4. 気温や湿度が高くなりやすいハウス等の施設内は特に気を付ける。
5. 帽子の着用、汗を発散しやすい服装をする。
6. できるだけ日陰で作業する。
7. 作業施設内の温度が上がらない工夫をするとともに、風通しをよくする。
8. 加熱された空気は屋外に排気するように。
9. 暑いときでも作業を行う際は、体調の変化等に気をつける。
10. 携帯電話を身につけ、緊急連絡先を登録しておく。



組合員のみなさまへ

組合員届出事項に関する 変更手続きについて

重要

組合員届出事項や資格要件に変更が生じた場合は、定款の定めるところにより、書面にて届出をお願いしております。

下記のいずれかに該当する場合は、お手数ですが最寄りの支店にてお手続きいただきますようお願い申し上げます。

- ① 住所または氏名の変更
- ② 死亡・転居等による資格の喪失
- ③ 就農・離農等による資格の変動



Nツアー北陸3県ふれあい企画旅行

北陸新幹線で行く

皇居一般参観と赤坂迎賓館・ 雅叙園百段階段と 西洋美術館

全観光
食事付

旅行実施予定日 1班 平成29年9月25日(月)~26日(火)
2班 平成29年9月26日(火)~27日(水)

旅行代金 大人お一人様 **59,800円**

(お部屋は洋室2名一室利用・お一人様利用の場合:5,400円追加)

募集人員 **45名様** (最少催行人員35名)

添乗員
同行
致します

	行程	食事
1 (D) (M) (A)	北陸新幹線かがやき506号 金沢駅 → 富山駅 → 東京駅(駐車場) → ホテル雅叙園東京/昼食	朝: × 昼: ○ 夕: ○
	20集合/08:48 東京新都市文化館 世界のVIPをもてなす 職役者を記名 マグロ王将校社のお店 = 百段階段/見学 = 迎賓館赤坂迎賓館/見学 = 靖国神社/見学 = 築地すしざんまい奥の院/夕食 ~14:00 14:30/15:00/16:00 16:30/17:15 18:00/19:00	
2 (S)	大田市東京の夜景観賞 = [レインボーブリッジ] = 東陽町(泊) (宿泊ホテルは東陽町) (ホテルイースト21東京(お部屋は洋室利用)) 19:30迄	
	※お客様にお並び頂きます。 市内内覧車による案内で参観 ホテル → 皇居/受付 → 皇居一般参観(桔梗門)/見学 → 土風伊波路町店/昼食 8:00 8:20/8:45 9:30/11:20 11:45/12:45	朝: ○ 昼: × 夕: ×
	世界遺産に登録 北陸新幹線はくたか569号 = 国立西洋美術館/見学 = 東京駅 → 富山駅 → 金沢駅 13:15/14:00 14:30/15:24 18:24	

※上記コースは予定です。変更になる場合もございます。

お問い合わせ 専用パンフレットをお渡しいたしますので、ご覧いただいた上でお申込みくださいませ。

旅行企画・実施 **TOUR (株)農協観光 石川支店** (観光庁長官登録旅行業第939号)
石川県金沢市古府1-220 ☎(076)240-5088 総合旅行業務取扱管理者/飯島伸也・前田伸哉

平成29年 秋期 農業用灯油・軽油の お知らせ

平素は当JA給油所をご利用いただき誠にありがとうございます。

10月31日まで

農業用灯油・軽油を受付いたします。

掛け売り(店頭・配達)の価格より

5円引き

※現金・クレジット価格よりの値引ではありません。

石川かほく農業協同組合給油所

津幡セルフ給油所 TEL 289-3221
宇ノ気給油所 TEL 283-5035
俱利伽羅給油所 TEL 288-4172



農業・バックアップ資金

農業者の様々な資金ニーズにスピーディーに対応できる
JAの農業資金です。

一定の条件を満たすことにより、お借入金利の一部をJAバンクが負担し、更に、石川県農業信用基金協会の保証料相当額をJA石川かほくが助成することにより、農業者の負担軽減を図り、農業経営の安定化と農業所得の拡大に資することを目的としています。

ご利用いただける方 農業生産または加工・流通を行っている農業者等

お使いみち

- (1) 農業生産用設備資金 …… 農業用建物（農舎・倉庫等）、ハウス、機械器具等の取得・改良、修理・修繕
- (2) 加工流通用設備資金 …… 農産物の加工施設、機械器具等の取得・改良、修理・修繕
- (3) 農地取得改良資金 …… 農用地の取得・改良・造成
- (4) 長期運転資金 …… 肥料・農薬等の購入など、農業経営に必要な運転資金
- (5) 借換資金 …… 上記(1)～(4)の借換
- (6) 災害資金 …… 被災された方の農業経営維持資金
- (7) 発電・蓄電設備資金 …… 農業利用を目的とした発電・蓄電設備の取得・改良、修理・修繕

お借入条件

お使いみち	お借入限度額		お借入期間（据置期間）
	個人	法人等	
(1) 農業生産用設備資金	3,000万円	5,000万円	15年以内（3年以内）
(2) 加工流通用設備資金	3,000万円	5,000万円	15年以内（3年以内）
(3) 農地取得改良資金	5,000万円	1億円	20年以内（3年以内）
(4) 長期運転資金	500万円	1,000万円	5年以内（2年以内）
(5) 借換資金	500万円	1,000万円	10年以内（2年以内）
(6) 災害資金	300万円	500万円	5年以内（2年以内）
(7) 発電・蓄電設備資金	1,800万円	1,800万円	10年以内（2年以内）

お借入方法 証書貸付金

お借入利率

(平成29年8月1日現在)

お使いみち・お借入期間により、お借入金利が異なります。

基準金利
変動金利 年 0.95%
利子補給後
下限金利
0.20%
固定金利 年 1.25%～1.41%
0.25%～0.41%

ご返済方法

- ①元金均等または元利均等の年賦償還
- ②元金均等または元利均等の半年賦償還
- ③元金均等または元利均等の月賦償還
- ④元金均等または元利均等の月賦と半年賦の併用償還

※店頭にて返済額の試算を承っております。

担保・保証

原則として、石川県農業信用基金協会の債務保証をご利用いただき、必要により担保または保証人をご提供いただきます。※別途保証料（年0.32%～0.72%）が必要です。

※参考 お借入金額 200万円 借入期間 5年 変動金利型 最優遇金利 0.20% の場合の保証料
保証料率 0.47%の場合 19,546円～28,162円 一括前払い（JAが助成いたします。）

- 上記お使いみちの、(1)、(2)、(7)については、お借入期間が10年以内でお借入金額100万円以上の場合、お客様が負担する金利の一部をJAバンクが負担します。（当初3年間、お客様が負担する金利について最大年1.0%利子補給します。ただし、利子補給後の金利は年0.2%を下限とします。）
- お客様が石川県農業基金協会へ負担する保証料相当分についてはJA石川かほくが助成いたします。
※平成31年3月末までのお借入が対象となります。



農業関連資金（農業近代化・バックアップ）のご利用について、詳しくはお近くの支店までご相談ください。