



- ◆カボチャ生産者会議 開催
- ◆生産者直売所「そくさいかん」産直部会総会
- ◆地元応援「和菓子フェア」



「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 検索

# ほくほくニュース

## 高松ぶどう若手の会 勉強会

高松ぶどう生産組合は二月五日、かほく市夏栗の大海交流センターで、「高松ぶどう若手の会(仮称)」による令和三年度の活動について勉強会を開催しました。同会メンバー九名をはじめ、関係者ら十三名が参加。

石川県農林総合事務所職員から高松ぶどうの産地継承に向け、産地が主体となった新たな担い手の受入体制の確立について説明がありました。同会メンバーは、生産技術の継承など課題をあげ、お互いの意見を交換し共有しました。

また、同会代表に、同市高松の竹田尋平さんが就任し、「とにかく一生懸命にやりたいと思う。ベテランの生産者と連携を図り、一緒に頑張っていきたい」と挨拶しました。

「高松ぶどう若手の会」は、新規就農者や次世代を担う生産



勉強会の様子

者のため生産技術の向上や農業生産の拡大を目指し、勉強会や技術講習会など定期的な活動を行っています。

次回は、四月にジベレリン処理などについて学ぶ予定です。

## カボチャ生産者会議開催

当JAは二月三日、本店にて、カボチャ生産者会議を開催しました。六経営体を含む生産者十九人をはじめ、関係者ら約三十名が参加。

村井一宏代表理事専務が「第二次地域農業振興計画では、水稲と園芸品目との複合化チャレンジ品目としてカボチャを推進している。令和五年度には十八クタールの作付面積を目標に、皆様方にはご協力を頂きたい」と挨拶しました。

栽培講習会では、講師に県農林総合事務所の松本淳課長より、令和三年産カボチャ栽培指針と栽培ポイントについて説明がありました。生産者からは、施肥基準や生産資材の注文について多くの質問が飛び交いました。

また、栽培計画の検討では、令和三年産のカボチャ出荷品種の選考について、栗のようなホクホク感と甘みが特徴の「くり大将」を選考。これからの農業生産の拡大と有利販売に繋げるため、同年産の栽

培から試験的に取組み、将来的には「くり大将」への移行を図ることを話しました。

当JAでは、三年前から生産者の作業省力化や、資材コスト低減に向けた取り組みとして、カボチャの共同乾燥と専用鉄コンテナによる全量簡易出荷を行っています。今後も更なる実証を重ね、産地拡大と普及を目指します。



栽培講習会の様子

## 今春のエアリーフローラを贈る

かほく市の農事組合法人高峰ファームは、同組合が栽培した河北郡市初となる石川県オリジナル品種フリージア「エアリーフローラ」をかほく市長に贈りました。

同組合が取り組む「エアリーフローラ」の育苗箱栽培は、出荷時期を長くするため、自然に開花する「季咲栽培」と、球根を冷蔵処理して出荷時期をはやめる「促成栽培」の二種類です。

一月下旬に収穫を開始。同市役所の来庁者や職員に、暖かな春の始まりを感じてもらおうと二月二十四日、種本博同組合代表と村本照美さんが、油野和一郎か



(農) 高峰ファームのエアリーフローラ



エアリーフローラを受け取る油野かほく市長

ほく市長に「エアリーフローラ」のフラワーアレンジメントを手渡し、イエロー・ピンク品種など開花を披露しました。また、同組合が鉢から手作りしたエアリーフローラは、同市役所の子育て支援センター入口に飾られました。

種本博同組合代表は、「育苗箱栽培によって、ひと足早い春を皆さんにお届けすることができた。今後は、収量や品種を増やすとともに、エアリーフローラが広がる」と話しました。

## そくさいかん産直部会総会開催

二月六日、第十四回生産者直売所「そくさいかん」産直部会総会が開催されました。

今回は、新型コロナウイルス感染症拡大防止を踏まえ、産直部員の皆様には書面による議決権の行使をお願いした形での総会となりました。会員数二百六十名のうち書面議決による百五十七名の出席を得ました。

第一号議案の令和二年度活動報告並びに決算報告の件、第二号議案の令和三年度活動計画(案)並びに収支予算(案)の件、第三号議案の運営委員選任(案)の件が審議され、原案通り承認されました。

また、二月十八日、第一回運営委員会が開催され、笠間勝弘氏(内灘町)が新部会長に就任しました。

役員は次の通りです。



「そくさいかん」産直部会女性部

会長	笠間 勝弘(内灘町)
副会長	川端 憲治(かほく市)
監事	圓山 博彦(かほく市)
//	瀧川 嘉孝(津幡町)
同部会	女性部
会長	喜多 久子(かほく市)
副会長	中嶋美智子(津幡町)

## コロナに負けるな 地元応援「和菓子フェア」

「和菓子フェア」協同活動

宇ノ気支店は二月十五日、年金受給日にあわせて支店初企画となる「和菓子フェア」を行いました。今回の「和菓子フェア」は、地元のお店や生産者に向けた応援企画として開催。

和菓子コーナーでは、地元食材を使ったおはぎや、どら焼き、桜を感じさせる桜餅や三食団子など、色とりどりの和菓子が並びました。来店客からは、「いろんな種類の和菓子があって嬉しい」「つついっ



和菓子コーナーで買い物を楽しむ来店客

い込んでしまった」と話し、甘い和菓子に癒されようと笑顔が溢れていました。

また、生花コーナーも人気を集め、フリージアの甘く爽やかな香りに来店客は一足先に春の訪れを感じていました。

松本裕美同支店長は、「協力頂いた皆さんのおかげで、たくさん笑顔がみることができた。これからも、地元の輪をを広げて、元気になるようなイベントをお届けしたい」と話しました。



フリージアを買い求める来店客

## 感謝チョコを届けたい 年金感謝デー

内灘・津幡・津幡東・高松の四支店は、二月十五日と十六日に、バレンタインデーにちなんで年金受給者にチョコレットを贈りました。

日頃の感謝の気持ちを伝えようとプレゼントしたチョコレットは各支店、様々。色んな味が楽しめる

る小袋チョコや、メッセージ付きのオリジナルチョコなどが用意されました。

チョコレットをプレゼントされた来店者は、「ありがとう」と嬉しそうに話し、支店内は明るい雰囲気に包まれました。

### 津幡支店



### 内灘支店



### 津幡東支店



### 高松支店



Valentine's Day



## 販 わう大感謝セール

JAグリーンかほくは二月二十日、大感謝セールを開催しました。店内では、キャベツ、レンコン、ニンジンなどの新鮮野菜が安価で販売。店内入口では、「そくさいかん」産直部会女性部の「めった汁」や、手作りの加工品がズラリと並びました。

販売時間前から長蛇の列ができ、ここでしか味わうことのできない手作りの味を求めて、鍋やタッパ



お惣菜を購入する来場客

を持つ姿や、購入するお惣菜のトレイを高く積み上げて持つ姿がみられました。来場客は、「出来たてが買えるのが嬉しい」「並ぶと、ついつい買い込んでしまふ」と、喜びの声が聞こえてきました。

## 確 定申告相談会開催

当JA職員と北陸税理士会金沢支部職員は、津幡町文化会館シブナスで確定申告相談会を開催しました。この取り組みは、当JA職員が令和二年分確定申告の農業収支内訳書から所得税の確定申告書までを作成し、電子申告の推進として組合員への周知、及び電子申告の普及に努めています。二月九日には、多くの相談者が訪れ、当JA職員が申告内容について、一



申告書を作成するJA職員

つ一つ確認しながら説明していました。

相談会は三月四日までの十回に分けて、津幡町・内灘町・かほく市で開催されました。

# スマイルスクール

## 和菓子作りを楽しく学ぼう

9期生

女性大学スマイルスクール9期生24名は2月16日、当JA本店にて第12回講座「プロに教わるお菓子づくり」を受講しました。

講師に河北果業青年部の小泉明洋さんと岡田剛さんを迎え、上生菓子を作る技術を教わりました。

今回受講生が挑戦した上生菓子は、名前に春が使われている『椿』と、春の訪れを告げる『まんさく』、『ふきのとう』の3種類です。作業にとりかかる前に、中に入れる餡やピンク、緑、黄、など花や植物の色を表す餡が用意され、講師の説明を聞きながら、一つ一つ作っていきました。

餡を色のついた餡で包む作業では、



プロジェクターを使って説明をする小泉さん

きれいに包み込むのが難しく、見本と同じものを作る難しさや職人技の凄さを感じました。特殊な文様をつける際に使用する道具についての説明もあり、老舗和菓子屋にしかない創業から受け継がれてきた道具を知るなど、職人のこだわりについて理解を深めました。

受講生らは「自分で上生菓子を作ることができて感動した」「食べるのがもったいない」など、職人技を体験でき楽しい時間を過ごしました。



まんさくの花びらを作りあげる受講生

# ほのぼの だより

## ヘルパーの神髄

ヘルパーの空き時間にストレス解消に好きなものでもみようと大型店の駐車場に車を止めた。携帯のベル。見るとほのぼののヘルプ、急いで出るとサービス提供責任者から。今朝Hさんが亡くなりまして。エッ悪い冗談はよしてくれと心に叫んだが、□からは「ホントカヨ〜」と大声で口走っていた。

幸い周りに人がいなかったからよかったものの。そうやこの人は冗談を言う人ではない。

信じられん人の命ってそんなに簡単かよ。

あれは二日前の夕方五時半に安否確認と水分補給に訪問した。もうさらに声が小さくなっていった。それでも水を横のみに三十CC程、牛乳五十CC程飲んでもらう。

□もばさばさでやっとな開く、血

圧はエラーになって何度しても測れない。

そのうち布団を跳ね除けて廊下に向かいトイレへふらふらと行かれた。どうやら飲んだものがすぐ出てしまうらしい。ヘルパーの頭の中に腸に穴でも開いているのやろうかとふと思う。病院が嫌いな方でした。

翌朝、救急搬送されたという。

この世と別れる二日前のあの時、トイレから戻ると掛布団に手をかけ「ありがとう」と一言言って枕に頭をつけられた。

いつも聞くこの言葉が今日は私の心にずしりと重たい。しばらく返事ができない。なんとすばらしい心のこもった腹の底から絞り出すような声に私は絶句。こちらこそありがとうございましたと言いながら涙があふれて止まらぬ。

この心のざわめきはなに。ご自分の命をわきまえておられる。なぜかそう思った。

この世の一番きれいな言葉「ありがとう」。

ヘルパーの神髄を教えてもらった。そして十七年間頑張ってきました。

介護福祉士 勲甚 信子

# かほく じい〜ん

津幡町

## 農事組合法人 ガイア領家



前身の営農組合が20年目になる昨年3月に新組織で発足しました。

【組合員：11名（常駐3名）、耕作面積：約20ha、作物：水稲100%】

20年間の時代の流れは、組合員全員

の内面、外面ともに大きな変化が生じていますが、組織運営にも衝撃的な変化が生じました。これまでは後継者は心配ないと思っていましたが、社会での雇用機会が伸び、農業に帰ってくる年齢が一気に10年余り遅くなったのです。

先日開催した第2回総会でも、高齢化が話題になりましたが、当面は老朽化した設備をいかに魅力ある設備に更新し、次世代に魅力ある農業を表現していくがここ数年の私達の使命・役割と認識しています。

法人化の利点を最大限に活用し、「持続可能な地域農業」に向かって前進したいと思っております。

関係各位のご指導とご支援を賜りたく、お願い申し上げます。

私は趣味で陶芸をやっています。きっかけは3年前、老人センターの園芸クラブへ出かけた時、温室の隣にある陶芸教室を覗いて、話を聞いたり、見たりしているうちに面白そうだなあと感じた事です。そして私自身、趣味として盆栽や山野草を楽しんでいたのですが、鉢植えをよく割ってしまう事があったことから、自分で植え込む草木に合う鉢を作ってみたくと思いました。



かほく市 福田 清春さん

## 私の趣味

これまで、鉢植えをはじめ、茶碗や、皿類などを作ってきました。陶芸は作品の特徴を把握しながら粘土のこね方、釉薬の付け方など細かい作業が色々あるなか、基本をしっかりと守り、自分自身の感覚を大事にして作る事が一番だと思っています。

また、小さな子どもが紙粘土で遊ぶ様な気持ちで作ると、面白い作品が出来上がる事もあり、作る楽しさから次への意欲に繋がっています。

今後は、春に向かって芽吹き、花を付ける草木にあった植木鉢と、花瓶（一輪挿し）、抹茶碗等を作っていきたいです。



# ご飯をおいしく 食事を楽しく

「天晴」のオーナーシェフ 永井 智一 氏

## ホタルイカとナバナのおひたし



### 材 料 (4人分)

ホタルイカ……………20杯	だし汁
ナバナ……………1わ	かつおだし
おろしショウガ……………適宜	……………1と1/2カップ
トマト……………1個	薄口しょうゆ
	……………大さじ1
	みりん……………大さじ1

### 作り方

- 鍋に湯を沸かし、目・口を取り除いたホタルイカを入れて湯通ししてざるにあげる。同じ鍋に塩少々を入れてナバナをゆで、冷水に落として水気を切る。
- だし汁の材料を鍋に入れて沸騰させ、冷ましてから①を入れて味を含ませる。
- 器に盛り付け、おろしショウガ、食べやすい大きさに切ったトマトを添えて出来上がり。

## アサリとトマトのオイル蒸し



### 材 料 (4人分)

アサリ……………200g	オリーブ油……………大さじ1
トマト……………1個	白ワイン……………大さじ2
小松菜……………1/2束	塩昆布……………少々
ニンニク……………1片	

### 作り方

- ①フライパンにオリーブ油をひき、アサリ、角切りにしたトマト、つぶしたニンニクを入れてふたをして弱火にかける。
- ニンニクの香りが立ったら、白ワイン、塩昆布、切った小松菜をさらに入れてふたをする。
- アサリの口が開いたら器に盛り付け出来上がり。

## 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手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

### 四月の家庭菜園

今年は大雪でした。ここ数年は暖冬だったので害虫の密度が高まり、虫の被害が多発していたところですが、今年は虫の被害は少ないと思います。また夏季の水不足もないと思います。

じゃがいもの植え付けは終わりましたか。今年も新しい品種が出回っていましたね。さて、四月は本格的な家庭菜園のスタートですが、果菜類の植え付け準備は早めに行いましょう。

#### レタスの植え付けと

##### インゲンの種まき

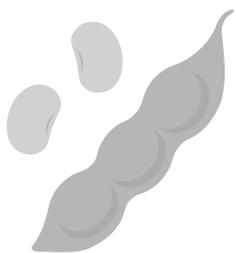
施肥後、黒マルチをしてレタスを植え付けます。一部に不織布をトンネル掛けし、早期収穫をねらいます。その後、白黒マルチを使って植え付けます。春のレタスは気温が高くなる収穫後半で高温による腐敗病が多発するので、白黒マルチで地温を下げ病気の発生を抑えてみようと思

ます。昨年、苗不足で植え付けできなかった穴を利用して、間隔をあけてインゲンをまいてみました。草取りも不要で多くの実りを得ることができました。支柱を立てて倒れないようにすれば、かなり長く収穫を続けることができたいと思います。今年は計画的に種をまき、長期連続収穫をねらってみたいと思っています。

#### スイートコーン、

##### えだまめの育苗

中下旬には苗が豊富に出回るので、今年も新たな品種を試してみするために、露地栽培用にトンネル保温しながらゆっくりと育苗します。我が家の消費量は少ないので数株作れば良いのですが、畑の空き場所を埋めるように作付けるので、草取り



や土寄せ、水やりに手がかかることが困りどころです。

#### やっぴいもの芽出しと植え付け

三月下旬頃からポリポットにさともを伏せ込み、トンネルで保温しながら芽出しを行います。霜の心配がなくなった頃から植え付けをします。初期の生育を促すために黒マルチをしておく草取りがいらす省力できます。我が家はもつと手抜きをするために、今年は軽く畝をたて黒マルチをして芽出しをせずに種いもを深めに植え付けし、一回目の追肥・土寄せの時にマルチをはがす予定です。欠株対策として数株ポット育苗しておきます。

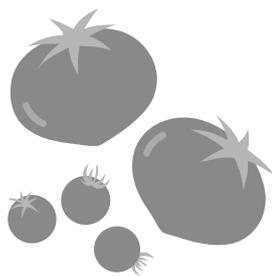
#### ミニトマトの

##### 植え付け準備

私の大玉トマトの施肥は、植え付け時は基肥を少なめとし、第一花房の果実がピンポン玉の大きさのころから追肥を始めるのですが、ミニトマトはぐつしても樹勢が弱めになり、追肥が追いつかなくなってしまうの



です。今年はミニトマトの基肥を多めにして樹勢を強めに維持して長い花房を作りたいと思っています。



#### 果菜類の定植準備

春先の果菜類の植え付けは、地温の確保が重要です。ハウスでも露地でも植え付け前に基肥を施用しマルチをして地温を上げておくことで、根張りを良くし収量をあげる株になります。畑の準備は一週間ほど前に行い地温を上げておきましょう。家庭菜園でもすいかやかぼちゃはマルチをしてトンネル掛けをしますが、きゅうりやトマト、なす、ピーマンは風除けで防寒するだけです。できればマルチを張り地温を上げて根の生育を促しましょう。マルチの色によって地温を上げる力に差があります。透明ポリがもつとも地温を高めてくれますが、草が繁茂することが欠点です。黒色は地中の深いところまで温度を上げる力は劣り、緑色は黒色より深く地中まで上げることができません。

## 多肉植物を育てる

土屋 照二

花づくりで大変なことのひとつに水やりがあります。今回はほとんど水やりをしないで育てられる多肉植物を取り上げます。

### ◆多肉植物とサボテン

植物体の一部または全部が肥厚して水を貯める機能を持ち、乾燥に耐えるようになったものを多肉植物といい、一般的な植物が生活できないような乾燥地、寒冷地、高山、海岸などの砂礫地に生育しているものが多くあります。多肉化した植物にサボテンもあります。が、園芸上は「サボテンとその他の多肉植物」と区別します。

サボテンはサボテン科植物のみ、多肉植物はその他の科のものをいい、キク科、ツルナ科、スベリヒユ科、トウダイグ



図2



図1

サ科、ベンケイソウ科等多くの科にまたがって形が多様です。多肉植物のユーフォルビア属の二例(図1、2)を示しますが、玉サボテンと区別できないくらい形態が似ています。ユーフォルビア属で有名な植物にポインセチアがありますが、同属とは思えないほど形が異なります。これぞサボテンというものに有名な北米産大型種金鯱(図3)がありますが、湿度の高い森林の樹上に生えているサボテンらしくないサボテン(図4・アシサボテン)もあります。さらに普通の植物のよ



図5



図4



図3

うなサボテン(図5・モクキリン)もあり、普通の茎に普通の葉が生えていてその側芽部からトゲが出ています。普通の茎は長枝といい、そこから出る葉が普通の葉となり、葉の脇の側芽は非常に短い茎(短枝・刺座)で、そこから生える葉がトゲとなります。トゲのある多肉植物もありますが、こちらのトゲは皮部が変化したものでバラのトゲと同様です。ですからトゲが脱落した場合、多肉植物では再び生えることはないですが、サボテンのトゲは本来葉ですから再発生してきます。

### ◆多肉植物の栽培

多くの科にまたがっていることと、分布範囲が広いため種類によって性質が異なります。成育は主に自生地 of 降雨期に左右され、夏降雨地に自生する温暖期成育型と、冬降雨地に自生する冷涼期成育型に分かれます。ともに生育期には日当たりと風通しの良い所で過湿にならないように気を付けて水やりをします。もともと乾燥に強いので、極端には雨水のみでも良いくらいです。水が十分に与えられた場合には大きく育ち過ぎることがありますので、小さく保ちたい場合は雨水のみで良いでしょう。

肥料は時折薄い液肥を与える程度で良いでしょう。植え替えは温暖期成育型では四〜五月、冷涼期成育型では九月中下旬が適し、栽培土は市販のサボテン用土か粗目の川砂に赤玉土を約二十%混ぜたものを用い、小さめの鉢に植え、植え付け後一週間ほどは水やりをしないようにします。種類によって耐寒性が異なりますが、多くの種類で凍らせなければ冬越しできます。多様な種類があるので小鉢で種類を集めて(図6)楽しんで、寄せ植えで飾って(図7・野々市にて)楽しむのも良いでしょう。



図7



図6

### ◆春まき草花のタネまき

四月下旬からは温度も上がり、春まき草花の本格的なタネまき期になります。花壇用苗はタネから育てれば、安価に多くの種類と苗を得ることができます。

# お便り OTAYORI コーナー

毎週、さあ作ろう！家庭菜園を楽しみにしています。たまねぎは雪解け後2月中に追肥するとのこと。実行します。

津幡町 沢山 武良

ご愛読ありがとうございます。雪も解けて、家庭菜園もいよいよ忙しくなりますね。これからも参考にして頂き、家庭菜園を楽しんでください。

お正月の玄関花として葉牡丹をプランターに入れて（ポットのまま）後ろに金屏風・鶴などを置きました。土を使わず、室内にも飾れて良かったです。

津幡町 宮川 明美

お家にあるものを少し工夫するだけで、華

やかなお正月飾りに仕上げることができるのですね。室内でも観賞できて、楽しいお正月を過ごされたのでしょうか。

昨年の産直部会女性部の活躍に感心しました。カブラずし・大根ずし人気商品等々、大変うれしく思いました。まだまだ頑張ってください。津幡町 多田 哲夫  
昨年からイベントの中止が続いている中、そくさいかん女性部は、人気の手作りお惣菜のほか、地元食材をふんだんに使ったカレーライスやめった汁など、大人も子どもも喜ぶような企画を考えて活動しています。これからもJAグリーンかほくのご利用よろしくをお願いします。

宇ノ気支店に行ったら、「リバノス」に載っていた手作りの丑が置いてありました。本当に上手に作ってありました。

かほく市 山口 桂子

嬉しいお言葉、ありがとうございます。季節に合った飾り付けや皆さんと楽しめる企画など、これからもお客様の笑顔が見られるような支店作りに励んでいきます。

1月は久しぶりの大雪に疲れました。だけど小さい子供達は昔も今も喜ぶことが多いのかも。買い物帰り雪だるまを作っている子供をみてふと昔を思い出しました。

かほく市 館 一美

大雪は通勤や除雪など、大人にとっては少し頭を悩ますものになってしまいがちですが、雪で遊ぶ子どもたちを見るとつい当時のワクワク感など思い出させてくれますよね。



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きますいておりますが、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石川かほくリバノス編集部

## 川柳

石本よし一選

### 題「聞」

#### 秀

畑仕事ラジオを友に聞くニユース

田村 悦子（大根布）

雪融けの畑へ出ると、早くも草取りの仕事が待っている。黙々と手を動かしている時ラジオのニユースは、何よりの友たちである。コロナの感染が広がったのか。オリンピックの開催はどうなっているのか。秋の政局はどうなるのか。ニユースの話題は多い。中央のニユース、地方のニユース、それに毎日の空模様だって、畑作物にとっては大切なお知らせである。

#### 佳作

聞き込んだ噂話に花が咲き

二羽トモ子（南中条）

老いの耳聞こえぬふりも処世術

加藤 秀子（五反田）

聞き上手本音引き出す取り調べ

藤沢 充子（瓜生）

嫌な事聞こえぬ耳で母長寿

吉田 順子（川尻）

老化して耳が聞こえぬ淋しい日

河本 巴子（内日角）

#### 入選

ワラ布団で寝た思い出を子に聞かせ

古林 照子（長柄町）

新聞にのらぬ日のない高齢者

松村小夜子（岩崎）

目覚ましは未明新聞受ける音

洲崎 昭子（太田）

新聞を今日も賑わす新コロナ

北川 一郎（八ノ谷）

コロナ禍は聞きたくもない感染数

長谷川恵子（市谷）

妻の愚痴聞こえぬふりで又出かけ

越野 郁夫（二ツ屋）

新聞の穏やかならぬ大見出し

前山優美子（太田）

聞く耳を持たずモヤモヤ持ち帰る

松田 妙子（浅田）

ステイホーム笑顔引き出す聞き上手

宮本由紀子（宮坂）

雪どけの音を聞いているふきのとう

福田 貞子（岩崎）

要注意聞き耳立てる話好き

堂川 武久（頌家）

若い頃聞く耳持たず突っ走る

井田 宏子（井野河内）

赤べこはただ頷いて聞き上手

兼保 直美（瀧端）

聞きなれた声にだまされ詐欺被害

河合 雅子（津幡）

長談議ねむり半分聞き終り

松本 義隆（岩崎）

これなあに聞かれ紐解く知恵袋

川端 春美（狩鹿野）

孫たちの子供新聞共に読む

山崎 洋子（横浜）

猛吹雪外出ひかえラジオ聞く

瀬戸 恵子（二ツ屋）

六戸号題 「達」三句マテ

● 締切り 四月十日必着

七月号題 「医」三句マテ

● 締切り 五月十日必着

### ▲投句先▼

〒929-0326 河北郡津幡町字香提寺ワ三

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。

## 高齢者の自動車運転

健康科学アドバイザー 福田 千晶

わが国では、七十五歳以上の人の三割以上が運転免許証を保有し、特に農業従事者では、自家用車やトラクターなどの運転をする高齢者も多いと思われます。しかし、自動車運転に必要な能力は加齢により変化します。運転の技能は個人差が大きく、また、加齢による変化にも個人差があります。さらに、加齢による変化は通常は徐々に出現するため、本人は自覚しにくいことがあります。

自動車は、便利な乗り物ですが、使い方によっては人の命を奪う「走る凶器」にもなります。ですから、運転の可否の判断を本人の希望だけに任せるのは心配されます。

運転は、目的地までの経路を考え、周囲の様子を目や耳からの情報で察知し、さまざまな判断をします。走行中は前方を見ながら、バックミラーで後方の状況を確認、同時に速度などの計器類を見ます。状況に合わせてアクセルやブレーキを踏みながらハンドル操作をします。こうした運転に必要な瞬時の判断と複合的な動作が、高齢者は苦手です。

視力低下や視野の狭小<sup>（視野狭窄）</sup>、聴力低下、記憶力低下、判断力の低下、筋力低下、四肢の感覚が鈍くなるなど、さまざまな能力が加齢によって低下します。高齢になると心臓病、高血圧や血糖値異常などの病気を有する人も増えます。そのため、頭がボーっとする、目まいがする、イライラする、眠くなるなどが運転中に出現すれば、交通違反や事故の危険も増すわけです。

高齢者の運転は、悪天候の日や体調不良の日は避け、慣れた道だけ进行し、車選びも格好良さとより、運転しやすさと安全性で選んでください。そして、運転時に危険を感じるようになったり、同乗した家族や仲間から「運転は危ない」と忠告されたら、早めに運転免許を返上する勇氣も大切です。



### 新着情報

## ほのぼののデイサービス

### 節分の行事

ほのぼののデイサービスでは、2月2日に利用者さんたちと節分の豆まきを行いました。

今年の節分は、124年ぶりに例年より1日早い2月2日でした。節分の豆まきは、豆を投げて邪気や魔物を追い払い、新しい年に幸運を呼び込むためと言われています。

ほのぼののデイサービスでは、節分を手作りで楽しんで頂こうと、豆の代わりに、お花紙を手で丸めたものを利用者さんと一緒につくりました。

豆まきが始まると、赤い鬼が登場し、利用者は、鬼を追い払うため、手作りの豆を「鬼は外～福は内～！」の掛け声に合わせて元気良くなげていました。

また、昼食では恵方巻きを美味しくいただき、笑顔とともに今年1年の健康や幸せを願いました。



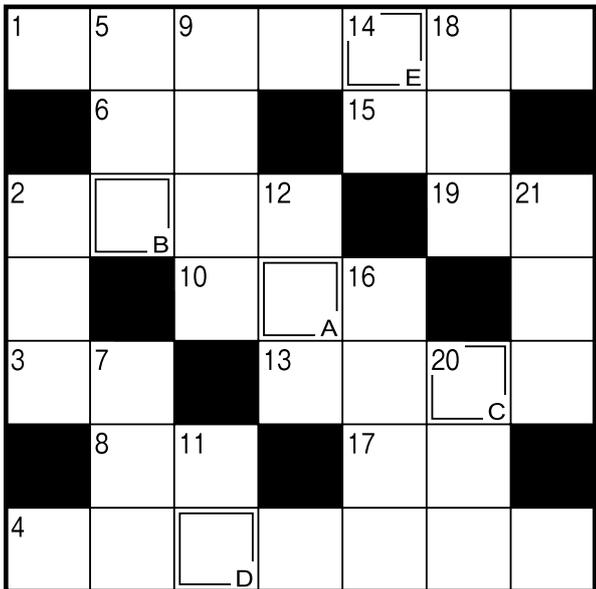
ほのぼののデイサービス 北野 史織



豆まきを楽しむ様子

# 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?



**ヨコのカギ**

- 東京の桜の名所。西郷隆盛像があります
- ランチュウやコメットはこの一種
- ドライバーで締めたり外したり
- 威力があって速い球のこと
- ムジュンのムが表す物
- 矢をつがえます
- スマホの検索——を削除した
- うずら豆は、——豆の品種の一つです
- 靴を数えるときに使う言葉
- 1000kgは1——です
- 漢字で書くと木瓜。美しい花が咲く植物です

**タテのカギ**

- お稲荷さんのお使いです
- 小さな子どもに読み聞かせることも
- 一を聞いて——を知る
- ひいて木を切ります
- 赤、白、八丁といえは
- 授業が始まる前に鳴ります
- 4月1日のエイプリルフールにはついてもいいとか
- 金太郎は長じて坂田——となりました
- にっこりするとへこみます
- 精製してガソリンを作ります
- 日光市の景勝地の一つ、——の滝



**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 津幡町字清水チ329 JA石川かほく「リバノス編集部」

◆応募締切 4月10日 (消印有効) ◆当選発表 リバノス6月号

2月号クイズ当選者

〈答え〉ユキマツリ

- 由雄 邦子 さん
- 納口 昌子 さん
- 中村 たつ子 さん
- 北村 孝子 さん
- 栗山 幸子 さん



**第11回 理事会だより** 令和3年2月25日(木)開催

● 審議事項

第1号議案 組織機構の改正について  
第2号議案 株式会社JAアグリサポートかほく令和3年度事業計画(案)について

● 報告・検討事項

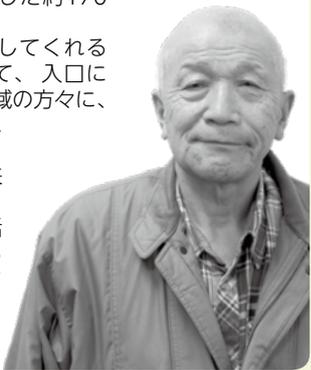
- (1) 総務管理委員会の開催報告について
- (2) 令和3年1月末事業実績について
- (3) 令和2年度会計監査人監査期中Ⅲの監査日程について
- (4) 令和2年度固定資産処分報告について
- (5) 株式会社JAアグリサポートかほく令和2年度事業報告及び収支決算並びに剰余金処分案について
- (6) 令和2年度冬期低気圧にかかる損害調査等の風雪害状況報告について
- (7) 令和3年1月冬期風雪害による園芸・水稲ハウス等被害再建支援について
- (8) LPガス基本料金の改定(値上げ)について
- (9) その他

支店活性化委員から、こんにちは!

**新たな生活様式に沿った活動にむけて**

高松支店活性化委員の宮本外與司です。  
令和2年度は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響によりイベントの中止が続きましたが、昨年12月23日は、同委員と管内理事、支店職員と協力し、毎年恒例の門松づくりを行うことができました。当日は、久しぶりの顔合わせでもあり、変わらない和気あいあいとした雰囲気の中作業が行われ、支店入口に松や南天などで飾り付けをした約170センチの門松を作り上げました。  
門松は、一年の幸福をもたらしてくれる年神様を迎えるための目印として、入口に飾られますが、今回は利用者や地域の方々に、1日も早く平穏な生活が訪れるよう、門松に願いを込めました。  
まだまだ気を緩めることは出来ませんが、感染リスクが高まる「5つの場面」を念頭に、新しい生活様式に沿った行動を行い、今後も支店の活性化に努めたいと思います。

高松支店活性化委員 宮本外與司



4月の運勢 **射手座** 11/23~12/21

【全体運】 あれこれ課題が出てくるときですが、正面から取り組めばクリアできます。考えを整理整頓して。部屋の片付けも◎  
【健康運】 注意力が散漫に。切り傷に気を付けて 【幸運の食べ物】 ノビル

# JAグループ石川 TACパワーアップ大会 開催

地域農業の担い手に向くJA担当者（愛称TAC=タック）の活動を推進するJAグループ石川の「TACパワーアップ大会」が2月19日、金沢市の農業会館で行われ、令和2年度の優秀TAC賞など表彰が行われました。県内JAからTAC約100人が参加。

当JAからは、優秀TAC賞に営農企画課の櫻井和幸さん、松井博暉さん、優秀新人TAC賞に浜本悠平さんが受賞しました。

櫻井さんは、全国大会で通算2回目のTAC表彰を受賞したことから特別表彰を受賞。活動の事例紹介を行い、取り組み意欲や活動レベルの向上に向け、担い手や地域の課題解決に向き

合うTACの役割を広く共有しました。

和2年度 JAグループ石川 TACパワーアップ大会



受賞した櫻井さん（後列右から1番目）  
受賞した松井さん（前列右から1番目）  
受賞した浜本さん（後列右から3番目）

## 令和3年 春期 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。

農業用灯油・軽油の受付は  
5月31日まで

通常価格（配達）より

# 5円引き

※現金・クレジット価格からの値引ではありません。

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

※倶利伽羅給油所での受付は、3月31日までとなります。

## 配送センター 定休日変更の お知らせ

令和3年4月1日(木)より  
引き続き

土曜日・日曜日・祝日を  
定休日とさせていただきます。

- 肥料・農薬等の対応は、JAグリーンかほくにて承ります。
- 配送業務は、通常通り行います。

組合員・利用者の皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力のほどお願い申し上げます。



# JAグリーンかほくの種馬铃薯品種比較表



品 種 名	特 徴	調理適性	貯蔵性	肉色	煮崩れ	肉質	収穫	食味	備 考
調理用途色々 一番の人気者!! <b>男 爵</b> 	「ジャガイモと言えば男爵!!」と言われるくらい人気が高く、メークインと並ぶ代表品種です。 球状で目が深く、やや粉質です。やや煮えにくく、煮崩れはやや少なめです。	コロッケ じゃがバター 等	長	白	やや少	粉	中早生	中	
人気急上昇!! 美味しさ一番 <b>キタアカリ</b> 	別名「黄金男爵」。球状、黄肉、肌粗、粉質で、舌ざわりは、やや滑らか。カロチン含有量が高く、また、ビタミンCも多い。 電子レンジで加熱しただけでも美味しく食べられます。	粉ふきいも じゃがバター 等	やや短	黄	多	粉	中早生	中上	高畝にし排水を良好に！ 疫病の防除を！
煮崩れしにくい 煮物に適する!! <b>メークイン</b> 	楕円形、淡黄肉、やや粘質で舌ざわりの良いのが特徴です。 通常の作り方をすれば、煮崩れが少なく、カレーやシチューの煮込み、サラダなどに向いています。	カレー シチュー 等	やや長	淡黄	少	やや粘	中生	中	
男爵より甘み ホクホク感が上です!! <b>十勝こがね</b> 	ホクホクしたジャガイモが大好きと言う方に!!ホクホクするけど、崩れも少ないのが特徴です。 食べたときのホクホク感、甘み、風味が男爵を超えているとも評判です。	フライドポテト コロッケ ジャーマンポテト 等	極長	淡黄	やや少	やや粉	中早生	中上	冷めても美味しいポテトです。 浴光育苗要。
緊急入荷!! 次世代のじゃがいも!! <b>こがね丸</b> 	十勝こがねを父に持ち、多収・高調理加工適性の品種育成を目標とし、選抜された次世代品種! とにかく油との相性が良く、フライドポテトは格別皮もなめらかなので料理もしやすい。	フライドポテト ポテトサラダ 煮物 等	極長	淡黄	小	やや粉	中晩生	上	十勝こがね同様、芽が出にくいので浴光育苗を行いましょう。
栄養満点!! <b>アンデスレッド</b> 	形は扁円形で、皮色は赤、肉色は黄。 カロチノイドやビタミンCが多く、粉質でなめらかな舌ざわりなので、サラダ、マッシュポテトに向く極めて食味の良い品種です。	コロッケ フライドポテト ポテトサラダ 等	やや短	淡黄	やや多	粉	晩性	上	粗植で初期生育の確保を！

特性は、日本いも類研究会、株式会社ジャパンポテト調べです。

## JAグリーンかほく からのお知らせ



**3月31日(水)**は  
決算棚卸のため臨時休業  
させていただきます。

## 特殊詐欺被害の未然防止に向けた取組みについて

令和3年3月  
JAバンク石川

JAバンク石川では、警察庁等からの特殊詐欺被害の未然防止に向けた取組み要請も踏まえ、一部のお客さまを対象に、下記のとおりJA貯金口座でのお取引を制限させていただくことといたしましたのでお知らせいたします。

全国的に特殊詐欺（振り込め詐欺、還付金詐欺など）が多発する中、昨今は犯罪グループが、ATM操作に不慣れな高齢の方をATMに誘導して多額の貯金を振り込ませるなど、手口も巧妙化し、被害がますます拡大していくことが懸念されています。

今回の取組みは、このような詐欺被害を未然に防止し、お客さまの大切な貯金をお守りするための対策ですので、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

### 1 対象となるお客さまの貯金口座

満70歳以上のJAの貯金口座をお持ちのお客様で、過去2年以上、JA窓口・ATMでお取引がない方のキャッシュカード発行口座

※年金のお受取りや口座振替等、定期的なお受取りやお支払いがある口座は対象外です。

※ただし、条件により対象とならない場合がありますので、詳しくはキャッシュカード発行の支店窓口にお問合せください。

### 2 お取引制限について

JAのキャッシュカードを利用した1日あたりの「ご出金（お引出し+お振込み）の合計金額」を10万円に制限させていただきます。

※通帳・印鑑による窓口でのご出金については制限の対象外です。

### 3 お取引制限の開始日

毎年12月末を基準日として、翌年4月に実施させていただきます。

（今回は令和2年12月末を基準日として、令和3年4月22日(木)に実施）

### 4 その他

キャッシュカードを利用した10万円を超えるご出金の取引を希望される場合は、キャッシュカード発行の窓口にご相談ください。

お問い合わせは、最寄りの支店まで

第1回

# JAグリーンかほく生産者直売所 「そくさいかん」 絵画コンクール

## 入選作品の発表

### 未就学児の部



最優秀賞

やさいをたくさん  
たべよう!  
前田 玲那



優秀賞

りんごの  
しゅうかく  
中條屋 湊士

### 小学1～2年の部



最優秀賞

農産物PARTY  
唐川 遥



優秀賞

思いを込めて  
林 奈那

### 小学3～4年の部



最優秀賞

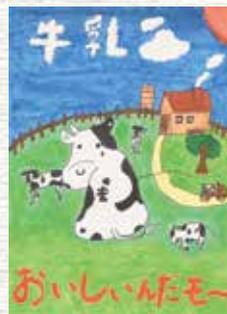
かほくのやさいの  
七福神  
櫻井 勇翔



優秀賞

やさいとほくの里君  
吉田 流唯

### 小学5～6年の部



最優秀賞

牛乳サイコー!  
高島 多聞



優秀賞

農家のみなさん  
ありがとう  
菊井 琴美



今回応募いただいた作品につきましても、JAグリーンかほくの店内にて3月末まで展示しています。子どもたちの作品をぜひご覧下さい。

