



- ◆宮中に献上 献穀田で御田植式
- ◆青空の下 かほっくり定植体験
- ◆小学校 こども田植え体験
- ◆まもなく初出荷!!



「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/リバンス編集局

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

宮中に献上 献穀田で御田植式

五月十五日、宮中行事「新嘗祭」に献上される米の御田植式が十年ぶりに津幡町で行われ、同町仮生の井上信一さん所有の水田で関係者・地元住民らが神事を見守りました。新型コロナウイルスの感染防止の為、受付では参加者の検温と手指消毒を実施しました。

早乙女は井上さんの孫の井上碧唯さんをはじめとする小中高生五名が務めました。かすりの着物に身を包み、耕作長である井上雅和さんの合図のもと、コシヒカリの苗を丁寧に植えま

した。その後、玉串奉奠で参列者たちは御田植えされたコシヒカリの成就を祈願。当JAの西川一郎代表理事組合長ほか、寺崎信二県央農林総合事務所長（県知事代理）、矢田富郎津幡町長、焼田宏明県議会議員より祝辞が延べられ、献穀者の井上さんは



苗を丁寧に植える早乙女

「順調に秋の収穫ができるように、厳粛に管理したい」と話しました。十一月二十三日の新嘗祭に向け、九月下旬に稲を収穫する抜穂式を行い、十月下旬、精米した五合（約〇・九リットル）を宮中に献上します。

内灘砂丘地らつきよう 出荷はじまる

内灘町の砂丘地で育った「内灘砂丘地らつきよう」の本格的な出荷が五月二十七日、内灘集出荷場にて始まりました。

この日持ち込まれた土付きのラツキヨウは約二十キロ。大きさは形などを確認し、箱詰した後、金沢中央市場に運ばれました。

「内灘砂丘地らつきよう」は、シャキシャキとした食感や歯応えがあるのが特長です。県内のスー

パーや生協にて販売されています。



形や大きさを確認する当JA職員

五月二十七日は 小松菜の日

河北潟生産出荷組合施設園芸部会は五月二十七日の「小松菜の日」と二十八日の両日、お米を購入したお客様に「河北潟こまつな」をプレゼントしました。

イベント中止が続くコロナ禍、少しでも多くの人に「河北潟こまつな」を知ってもらおうと、今年からは生産者直売所「そくさいかん」と協力して活動を行いました。

お米を購入した来店者は「今日



「河北潟こまつな」を受け取る来店者

はとてもいい日だわ」と笑顔で「河北潟こまつな」を受け取り、お買い物を楽しみました。

青空の下 かほつくり定植体験

かほく市立宇ノ気小学校の二年生百十人は五月二十八日、大崎園芸生産組合甘藷部会の喜綿和彦さんの圃場で、かほく市特産サツマイモ「かほつくり」の定植体験を行いました。

まず、喜綿さんがイラストを見せながら児童達に苗の植え方を説明。初めて見る

「かほつくり」の苗に「芽はどこですか」などの質問があがりました。

苗を五本ずつ受け取った児童は、自分の名前が書かれた木札を畝に立て、生産者に教わりながら丁寧に苗を植え進めました。

児童は「かほつくりは食べたことがあるけど、自分で植えるのは初めて。どう成長するか楽しみ」と収穫を心待ちにしました。



喜綿さんに植え方を教わる児童

喜綿さんは「大きくなるように頑張つて育てます。掘り起こし時にはまた元気な顔を見せてください」と児童に話しました。

この体験は、同市の食育活動の一環として行われており、十月には収穫体験を予定しています。

スマイルスクール

こんにやく芋の栽培に挑戦

9期生

5月に予定していたこんにやく芋の栽培講座は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となりましたが、ほくの里ライスセンターでこんにやく芋種を植え付けたプランターの受渡しを行い、ご自宅でこんにやく芋の栽培にチャレンジします。

受講生はこんにやく芋を大きく育てるために、プランターの設置場所や肥料のやり方、イモムシの駆除についてなど、資料を参考にしながら入念に確認。「上手く育てられるかな」と心配する声も聞こえましたが今後の栽培に意欲を示し、秋の収穫を楽しみにしていました。

11月の講座で、収穫したこんにやく芋を使って“こんにやく作り”に挑戦します。



イモムシの駆除についての説明を聞く受講生

味噌づくり学習開始

五月十四日、かほく市立大海小学校三年生十七名は同市瀬戸町の一・五アールの畑で大豆「エンレイ」の種を植えました。

児童達は同所の高崎武義さんと政勝さんの兄弟から栽培の計画や種の植え方を聞いた後、竹の棒で三センチの穴を掘り、二粒ずつ種を入れました。児童達は「雀に食べられないように植える」と意気込み、お互いに教え合いながら



大豆の植え方を教わる児童

つかりと土をかぶせました。最後にハトから大豆を守るため、防鳥テープを畑一面に張り、カラスのかざりを設置。順調に育ちますようにと願いました。

味噌づくり学習は一年をかけて行われる予定で、次回は六月中旬に土寄せを行います。

小学校 こども田植え 体験

達成感の笑み

5月に各小学校で
田植え体験が行われました。



大根布・白帆台小学校

大根布小学校五年生四十四名と白帆台小学校五年生六十八名は五月二十四日、内灘町向栗崎にある米づくり体験農園で同町の高道栄治さんの指導の下、カブラモチの田植え体験を行いました。

初めに各小学校の代表者が「ころがし」を体験。網目のついた木の枠を転がし、田んぼに苗を植える為の目印をつけました。その後、事前に苗代づくりで用意した自分達の苗を持ち、田んぼへと入りました。初めて田んぼに足をいれる児童は、歩くのに苦戦しながらも「どろどろし」とる「あつたかい」などと田んぼの感触を楽しみました。慣れてきた頃には「田植えて意外と楽しい」と笑顔で話し、最後まで丁寧に苗を植えました。

秋には両校が稲刈り体験を予定しています。



清湖小学校

五年生二十四名は五月十九日、内灘町向栗崎にある米づくり体験農園で同町の高道栄治さんの指導の下、カブラモチの田植え体験を行いました。

最初に、六人の児童が「ころがし」を体験。「イチ・ニ」と掛け声をかけながら田んぼに苗を植える為の目印をつけ、その後「失礼します」の大きな声とともに田んぼへと足を入れ始めました。

初めての田んぼに最初は足を入れられなかった児童も、慣れた頃には「田んぼの感触が気持ちよくなってきた」と田植えを楽しみました。

同小学校ではお米プロジェクトの第一弾として四月にミニ苗代づくりを実施しており、今回植えた苗の中には、自分たちで育てた苗もありました。



大海小学校

五年生十九名は五月七日、中沼生産組合の協力の下、学校横にある米づくり体験農園でゆめみづほの苗を植えました。

児童達は田植機による田植えの様子を見学した後、植え方の説明や注意点を聞き、各自苗を持ち田んぼに入りました。

普段入ることのない田んぼに、はじめはゆっくりと苗を植えていましたが、泥だらけになりながらも笑顔で植え終え、児童達は「はじめてだけど楽しかった」「腰が痛くて、思ったより大変だった」などの感想があがりました。

最後に、同生産組合の東憲治さんは「六月末から株が大きくなってるので、登下校の途中で見に来てください」と児童達に話しました。

九月上旬には、稲刈りの体験をし、調理実習で使用する予定です。



笠野小学校

三〜六年生の児童十九名は五月十四日、農事組合法人市谷が管理する田んぼで田植え体験を行いました。

同組合法人組合長の森屋信作さんから植え方の説明を聞き、児童らは苗を受け取り一列となつてスタート。初めて田植え体験をする三・四年生は組合員に教えてもらいながら一つ一つ確認して植え、五・六年生は今までの経験を生かし着々と植え進めました。植え終わると「楽しかった」と達成感に溢れた声がたくさんあがりました。

六年生の嶋田皐慥さんは「小学校最後の年だったので、田植え体験ができてよかった」と貴重な体験をできた喜びを改めて感じ、秋の稲刈り体験も楽しみにしていました。



刈安小学校

全校児童十九名は五月十二日、刈安営農組合の協力の下、学校横にある米づくり体験農園でカグラモチの田植え見学を行いました。

新型コロナウイルスの感染防止の為、体験会から見学会へと変更。同営農組合の向正則さんから田植えについての説明を聞いた後、田んぼの近くへ行き、田植機での田植えを見学しました。児童達は間近で見る田植機に興味津々で、育苗箱を積む作業では滑り台のように流れ落ちる苗を見て「気持ちよさそう」などの声があがりました。実際に機械を使う様子を見たり、昔の田植えの大変さを聞くことで、児童達は機械のおかげで農作業が便利になったことを実感していました。

最後に向さんは「観察しながら、稲の花がいつ咲くのかを見てください」と話し、児童達はこれから苗がどうやって成長していくのかを楽しみにしていました。





ご飯をおいしく 食事を楽しく

エビ春巻きエスニックソース

「天晴」のオーナーシェフ 永井 智一 氏



材料 (3人分)

春巻きの皮(小) …… 6枚	しょうゆ …… 小さじ1
あん	ごま油 …… 小さじ1
むきエビ(包丁で粘りが 出るまでたたく) …………… 120g	砂糖 …… 小さじ1/4
タケノコ水煮(みじん切り して湯通しする)… 60g	ナンプラー …… 小さじ1
青ネギ(みじん切り) …………… 大さじ1	片栗粉 …… 小さじ1
シヨウガ(みじん切り) …………… 小さじ1	のり(小麦粉1:水2) …………… 適宜
塩 …… 小さじ1/4	サラダ油 …… 適宜
こしょう …… 少々	エスニックソース
	マヨネーズ …… 大さじ1
	ナンプラー …… 大さじ1
	レモン汁 …… 大さじ1
	豆板じゃん …… 小さじ1

作り方

- ① むきエビから片栗粉までの材料をボウルに入れてよく混ぜてあんを作る。
- ② 春巻きの皮を広げて、あんを巻き上げて、皮の縁にのりを付けてとじる。
- ③ サラダ油を160度に熱し②をきつね色に揚げる。
- ④ ③を器に盛り付け、レモン・パクチー(材料外)を添え、エスニックソースの材料を混ぜ合わせ、別の器に入れて添えて出来上がり。

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ハノスやホームページで紹介したいと思っておりますので、皆さん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
5. 写真

宛先

〒929-0326 河北郡津幡町字清水子329
JA石川かほくりハノス編集局

※レシピが多い場合は、リハノス編 集局で選定させていただきます。

新着情報

ほのぼののデイサービス

田植え

ほのぼののデイサービスは5月14日、利用者さんと福祉課職員でコンテナを利用した田植えを行いました。ほのぼののヘルプとほのぼののデイサービスの間に当J A 営農部協力の下、コンテナ20箱を並べて実施。晴天で少し暑いぐらいでしたが、時折涼しい風も吹き、とても良い田植えの日になりました。



田植えを楽しむ利用者

利用者さんの中には昔、自分の家で田植えをしていた方もいれば初めての方もおられ、わいわいと楽しい時間を過ごしました。今後も利用者さんと一緒に苗の成長を観察していきます。

コンテナいっぱい苗が成長する頃には、新型コロナウイルスが収まり、楽しいイベントがまた開催できることを願っています。

ほのぼののデイサービス スタッフ一同

かほく じい〜ん



内灘町 永井 一義さん・浜本 正勝さん



生まれ育った内灘町の砂丘地で、ブルーベリーを育ててみたいと思い4年前から栽培を始めました。約40aの圃場で800本のブルーベリーを育て、昨年からは収穫体験も行っています。「甘

い」「美味しい」という声をたくさん聞くようになり、とても嬉しく励みになります。

ブルーベリー栽培をしている方に教えてもらってスタートしましたが、砂丘地での栽培は県内でもめずらしく、適した栽培方法を探すため、日々の研究は欠かせません。

今年は6月中旬から生産者直売所「そくさいかん」で販売します。また今後、6次産業にも挑戦し、もっと多くの人に内灘砂丘地のブルーベリーを知ってもらい、地元を盛り上げていきたいと思っています。



まもなく

初出荷



高松ぶどう

かほく市学園台にある山森政周さんの約六十アールの圃場にはブドウが一面に垂れ下がっており、徐々に紫色の粒へと色づき始めています。ぶどう園を継承し、就農一年目の山森さんは、「自分の名前です」と初出荷を心待ちにしていました。

「高松ぶどう」は糖度の高さと、粒が大きく食べ応えがあるのが特長。順調に生育しており、初出荷は六月下旬を予定しています。



大崎すいか

かほく市大崎にある西川和久さんの一・四ヘクタールの圃場では、きれいな縞模様しまもようのついたスイカが丸々と成長しています。出荷までに太陽の陽を浴び、さらに大きくなります。今年日照不足の心配がありますが、生産者は出荷にむけ、今後も栽培管理をしっかりと行っています。

「大崎すいか」は砂丘地で栽培されており、甘味が強くシャリシヤリとした食感が特長。初出荷は六月下旬を予定しています。



プレミアムルビー

ミニトマト「プレミアムルビー」がまもなく出荷を迎えます。農事組合法人市谷のハウスには多くの実がなっており、鮮やかな赤色へと色づき始めています。同組合の前田衛さんは「実がしっかりと色づき、糖度も申し分ない」と出荷を楽しみにしていました。

「プレミアムルビー」は酸味が少なく、甘みが強いのが特長。食べやすく、リピーターになる方が多いです。初出荷は六月下旬を予定しています。



さあ作ろう！

家庭菜園

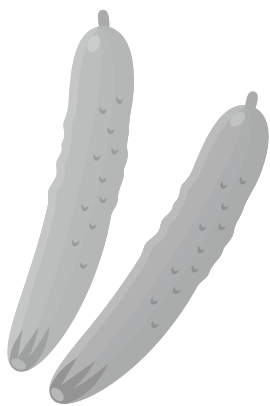
森田 恵子

7月の家庭菜園

我が家の夏野菜類の植え付けは、連休後半すぎまでに順調に終えることができました。待ち望んだ降雨の後、リーフレタスは葉がとろけるように腐敗がすすみました。はくさいは、結球後半にアオムシとカブラハバチに攻撃され、ぼろぼろになりました。寒冷紗のトンネルを掛ければ予防できたのにと後悔しました。皆様の春野菜の出来栄はいかがでしたか。今年は、北陸はまだ発表がありませんが、全国的に梅雨入りが早かったですね。

去年の日記を見ると大雨警報が出たので、納屋を片つけるとありました。梅雨期の警報級の土砂降り、今年はどうなるのでしょうか。災害が発生しませんようにと願っしかありません。また、晴れ間を見つけシソの漬け込みをしたとありました。我が家の梅干しは小梅なのでシソも早めに漬け込みしています。

初旬にきゅうりの種をまきポット育苗します。三週間ほどで畑に植え付けることができます。五株ほどなのでさほど場所をとりませんが、自根のため土壌病害が心配なので、うり類を三年間植え付けたことがない場所を選んでいきます。梅雨明け後の植え付けをねらっています。

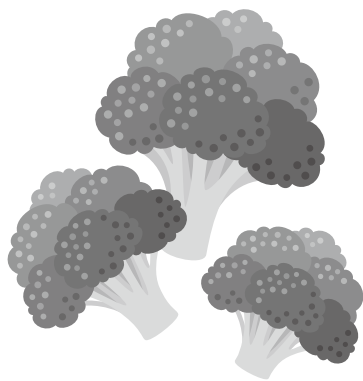


スイートコーンも収穫時期ですね。皆様の出来栄はいかがですか。去年のことですが、我が家は収穫直前にハクビシンとカラスの被害を受けました。今年は防鳥ネットを張って予防しようと思います。カラスはなんとか防げるのですが、ハクビシンの被害は防げるか思いやられます。

食べられる前に収穫するしかないかもしれません。

さつまいもですが、去年はコガネムシの被害を受けました。今年は除草の手抜きのためマルチを張りましたが、通路がはだかのため、ダイアジノン粒剤五を梅雨明け後を目途に葉の上からバラツと散布します。予防時期は七月上旬から八月下旬です。収穫二十日前まで使用可能です。

二十日過ぎにキャベツ、ブロッコリー、カリフラワーの種をまきます。暑い時期の育苗には気苦労が多いのですが、自分の好きな品種を選べるので毎年種まきしています。キャベツは「あまゆたか」、「彩風」を作っています。猛暑が常識になった近年は、十月上旬収穫はかなり難しい作



型になりましたが、「初秋」の種が残っているのでまきます。「あまゆたか」より早く収穫できるのです。去年挑戦した芽キャベツは今年はやめました。この時期の育苗は、高温と強い太陽光の最も厳しい条件下での育苗です、充分に曇さ、遮光、害虫対策を講じてください。去年も書きましたが、高温対策として、高床式の育苗をお勧めします。ブロッコリーと垂木を使って地面から10cm以上離れた棚を作り、棚の上で育てます。寒冷紗又は遮光資材のトンネル掛けにすると良いでしょう。遮光資材はいまや必須かもしれません。

さて、梅雨が明ければ、暑い夏到来です。なすやトマト、ピーマンのしきわらを厚くして、地温の上昇を抑えましょう。パプリカは蒸し暑い夏が苦手なので、支柱を利用して天にすだれ又は遮光資材を掛けるなどの保護対策を講じましょう。

現時点ではオリンピックは開催される予定ですが、オリンピック需要で農産物が高く取引されることを期待しているところです。野菜が高い時期に親戚に自慢の野菜をおすそ分けすることが何よりの幸福なのです。



アジサイ二種、ハボタンのタネまき

土屋 照二

アジサイの花が終りに近づき、花後の手入れがはじまります。今月は一般的なアジサイと開花習性の異なる二種を紹介します。併せて一般的なアジサイの低位着花法も紹介します。

◆アジサイ二種

一般的に栽培されているアジサイはガクアジサイとヤマアジサイ由来で、九月下旬に枝頂部の充実した芽にツボミが着き翌年開花します。秋までに頂部の芽を充実させるためには注意が必要です、また秋以後にむやみに切り戻すと開花しなくなります（一昨年九月号掲載）。紹介するのは春に出た当年枝にツボミが着き、そのまま開花する習性の二種です。これらの種ではどこで切っても開花することになるので、剪定の仕方に惑わされる必要がありません。先ず、アメリカアジサイ（図1、アメリカノリウツギ）ですが、近年になってアナベルの名で売られているものです。一般のアジサイより小さな白花を密集させ花房を形成します。花の盛期には鮮やかな純白



図1



図2

でとても美しいものです。白以外にはピンク、ライム、ルビーがあります。性質は非常に強く育てやすい植物ですが、一日中カンカン照りの場所よりは少し陰がでる場所が良いでしょう。次には日本の山地に普通に自生している白花のノリウツギ（図2）です。野生種は花房外側だけ修飾花（ガクが大きく発達した花）で、内側は大きな花のない小さな花からなりますが、ほとんどの花が修飾花になっ

たミナヅキという品種もあります。この種も強健で強い日差しにも耐えます。二種とも当年枝に花を着けるといふ習性から、花後の切り戻しによって再度開花することもあるので、試してみても良いでしょう。

一般的なアジサイの開花については冒頭で簡単に説明したとおり、枝頂部の芽にツボミができるため背丈が高くなりがちです。それを防ぐには伸びすぎた枝の間引き、早い時期（当地では七月上旬までの切り戻し）によります。昨年、開花習性の似たボタンの着花方法（昨年九月号掲載）が適用できるのではないかと思ひ鉢植えのもので試してみました。花後に下から二側芽を残すようにして、それから上



図3



図4

に生じる側芽が掻き取れる大きさになったら順次除去しました。結果は成功してほぼすべての枝にツボミが着きました（図3と4、4は低位発生枝の様子）。地植えの株に処理するのは手間が大変ですが、鉢植えでしたらできると思えます。

◆ハボタンのタネまき

ヨーロッパでは古い時代から同じ植物起源のキャベツ類（キャベツ、ブロッコリ、メキャベツ、コールラビ、ケール等）が発達して主要な野菜になっています。キャベツ類の基本種は同じで、それぞれ植物学上の変種として扱われています。ハボタンはケールに近いものとされています。基本的にはキャベツと同じなので、秋冬キャベツのタネまき適期七月下旬がまき時になります。昭和期まではこの時期にタネまきされ、暮れに大型に育ったハボタンが出荷、販売されていました。大阪花博ころから寄せ植えが流行り、寄せ植え用に適す小型ハボタンが好まれるようになり、現在では小型なものが主流です。門松や大鉢に用いる大株が欲しいなら七月下旬〜八月上旬まで地植えして、小株にしたのなら八月中旬まで三〜四号鉢でつくりましょう。

お便り OTAYORI コーナー

☑️ コロナ禍の中のゴールデンウィーク、安近短で穴場は探せばけっこうあります。まず手近に津幡町誇りの森林公園。新緑や花々が今、盛りで散策にもって来いです。更にレストランのランチ、コーヒーが最高！お試しあれ!! 津幡町 山本 節子

旅行が自粛されているコロナ禍で、改めて地元の穴場を探すのはいいですね。森林公園は自然豊かなので心も体もリフレッシュされます。ほかにも地元の穴場があればぜひ教えて下さい。

☑️ 初めて送らせて頂きました。クロスワードクイズは毎回楽しみにしてます。家庭菜園を始めて、まわりの方々をお手本に自

分で出来ることから楽しんでいます。
津幡町 奥村 久美子

初めてのご投稿ありがとうございます。家庭菜園はコロナ禍でも楽しめる素敵な趣味ですよ。出来ることが増えてくるとこれからはもっと楽しくなりますね。

☑️ 少し難しい問題もあったけど、家族で楽しく解くことができました。

津幡町 船木 惇平

クロスワードクイズ、家族で楽しんでいただけでよかったです。みんなで解いていると、大人が子どもに教えられることもありますよね。

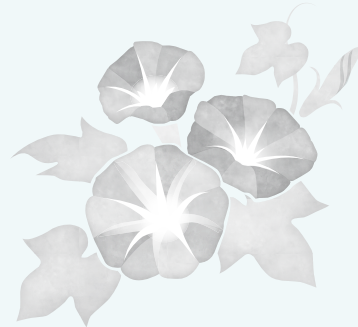
☑️ 今年もコロナの影響で外出が出来ず、子供も私もストレスがたまります。せめておいしいごはんが食べたーいと言う子供たちといっしょにタケノコごはんを作り食べました。それもとても幸せな事です。

かほく市 山岸 ふみ恵

外出自粛中の一番の楽しみは「食」ですよ。一緒に作ったタケノコごはんは、きっと子ども達にとっても良い思い出になりますね。

☑️ いつも料理レシピを参考にしています。かほく市 今村 志津子

ご愛読ありがとうございます。地物や旬の食材を使ったご家庭での料理レシピも随時募集しているので、ご自慢のお料理があればぜひ教えてくださいね。



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チ329
JA石川かほくりパノス編集局

川柳

石本よし一 選

題「医」

秀

カレンダー医者へ行く日は赤丸で
二羽トモ子 (南中条)

評 加齢とともに、月に一回定期的に病院に通うお年寄りが多い。病院に行く日を楽しみに待っている方々もいる。

大切な身体を医師と相談しながら、九十才、百才と生き抜く元気な高齢者も数多い。

カレンダーに赤丸をつけて、病院へ行く日を忘れまいとする高齢者の生きがいを感じる。

「一病息災」と言う諺もある。病氣と仲良く暮らすのも、長生きの秘訣かも知れない。

佳作

退院日主治医看護士ありがとう
長谷川恵子 (市谷)

医者通い薬の山に神頼み
洲崎 昭子 (太田)

結局は加齢ですネと言つ主治医
加藤 秀子 (五反田)

診察日デートのようにいそいそと
藤沢 充子 (瓜生)

樹木医に診てもらいたい老桜
瀬戸 恵子 (二ツ屋)

入選

パソコンに医師との会話奪われる
山崎 洋子 (横浜)

医療費の値上げの前に歯の治療
越野 郁夫 (二ツ屋)

医師不足タライ回しの救急車
前山優美子 (太田)

八十路坂病氣と付きあい医者通い
田村 悦子 (大根布)

外泊を医師に頼んで喜寿祝つ
澤本 昭子 (内日角)

弱体が卒寿の声聞く医のおかげ
村田 由枝 (竹橋)

コロナ禍で医療現場も悲鳴あげ
吉田 順子 (川尻)

ためらうもマスク帽子で医者通い
松田 妙子 (浅田)

医学生ヒナに帰る日心待ち
宮本田紀子 (宮坂)

コロナ禍で医療崩壊迫り来る
堂川 武久 (領家)

ワクチンの予約で迷う医者嫌い
兼保 直美 (瀧端)

国々の医学かなわぬコロナ菌
松村小夜子 (岩崎)

田や畑まめに働き医者知らず
井田 宏子 (井野河内)

コロナ禍に医療の現場波高し
永下 茂和 (坂戸)

三時間待つて医師とは三分間
福田 貞子 (岩崎)

聞こえるよ医療現場の嘆く声
川端 春美 (狩鹿野)

元看護士医療現場で日々努力
河合 雅子 (津幡)

医院にて能登きりしまの便り聞く
岡井 昭江 (二ツ屋)

九月号題 「進」三句マテ

● 締切り 七月十日必着

十月号題 「歩」三句マテ

● 締切り 八月十日必着

△投句先▽

〒929-0326 河北郡津幡町字香堤寺ワ三

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。

目の疲れは眼科的病気の症状かも

健康科学アドバイザー 福田 千晶

日差しが強くなると、屋外での農作業が終わる頃には、目の疲れを感じることもあるでしょう。強い光を浴び続けたり、小さな物を見続けると、目の疲れは現れやすいのです。特に、左右の視力に差があったり、合わない眼鏡を使用したりすると目は疲れやすいので、眼科を受診して適した矯正をしましょう。

「単なる目の疲れ」と思っても、実は目の病気ということがあるので要注意です。例えば、加齢に伴い増える白内障では、目のレンズが濁って物が見えづらくなりますが、それをピントを合わせて見ようとするため、目が疲れがちです。やはり加齢に伴いまぶたが下がる眼瞼（がんけん）下垂では、目の上部にある筋肉でまぶたを挙上するため、農作業で広い田畑を短時間見ているだけでも、目の疲れを感じます。

糖尿病の人は、目の疲れは糖尿病性網膜症によるかもしれません。網膜の細い血管が傷んで眼底出血を起こしていることがあります。目の疲れの自覚症状で特に気を

付けたいのが、緑内障です。わが国では、人生の途中での失明原因の第二位です。四十歳以上の二十人に一人が緑内障を発症しているのですが、自覚していない人も多いのです。緑内障は目の内部の圧力が上がる、もしくは他の理由で視神経が圧迫されて部分的に見えなくなる病気です。健康診断や人間ドックで「眼底検査」や「眼圧検査」を受けることが勧められます。普段から、左右の目で見え方が異なるか、見えない部分がないかなど、見え方のチェックもしておくべきです。少しでも異常を感じたら、すぐに眼科を受診してください。わが国では、人生を百歳までと考える時代になりました。目の健康管理はより重要視すべきとの意見もあります。眼科的な定期検査と、症状があるときは眼科で詳しい検査を受けることで、病気の有無や治療の必要性などを検討してもらいましょう。



サービス提供 責任者になって

ほのぼの だより

今春よりサービス提供責任者として務めることになりました、「北村 美幸」です。

初めは右も左もわからなかった私ですが、ほのぼののヘルプで日々の業務に懸命に従事するうちに三年が経ちました。

その三年の中で様々な出会いがありましたが、ある利用者様に言われた言葉が深く心に残っています。それは訪問の仕事を始めずの頃「あんたらに手伝わってもらうのはありがたいけど他の時間は自分でせんなん。だから自分でするのを見てくれ」と言われたことです。訪問介護の訪問時間は二十四時間の中のほんの一部です。出来ない部分を支援するだけではなく、訪問時間以外も安心して暮らせるよう、利用者様の持っている力を生かせるようなサービスの提供が望まれます。利用者様との関わりの中でそのようなサービスを提供することが私の理想です。

思い出の詰まったご自宅で利用者様がご自分らしく過ごせるように今後も支援させて頂きます。これからもよろしくお願いたします。

サービス提供責任者 北村 美幸

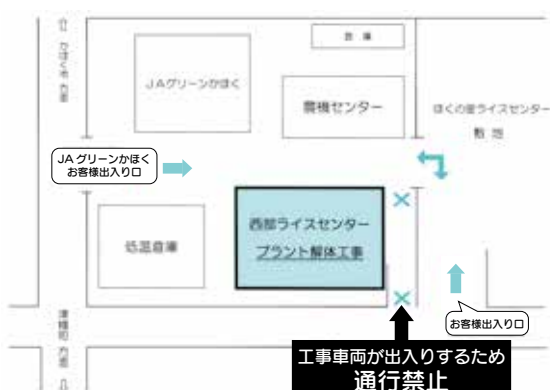


西部ライスセンター プラント解体工事にかかる 通行規制のお知らせ

西部ライスセンタープラント解体工事に伴い、下記のとおり通行規制を行います。

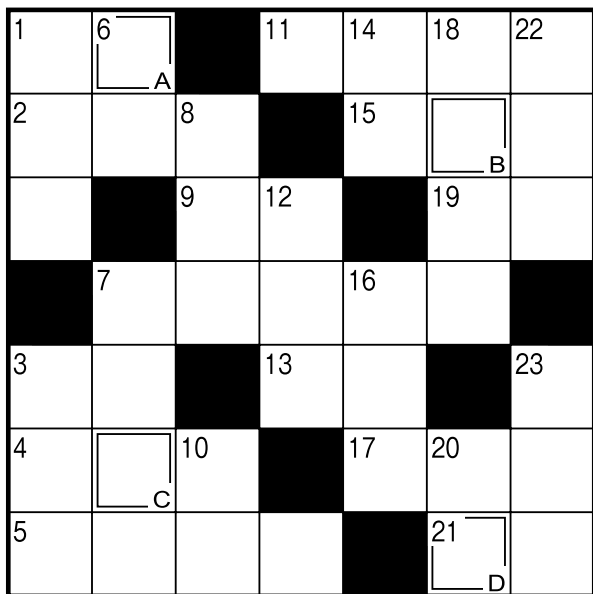
JAグリーンかほく及び農機センター等をご利用する皆さまには大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

規制期間 8月31日まで



クロスワードクイズ 頭の体操??

Q 二重マスの文字をA~Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか?



→ ヨコのカギ

- 1 雨や日光を避けるために差します
- 2 緑に黒のしがある果実
- 3 増(ぞう)の反対語
- 4 ヤッホーと叫ぶとヤッホーと返します
- 5 片目をパチンとつぶります
- 7 キャッツアイとも呼ばれる宝石
- 9 木材を薄く加工した物
- 11 一つ目小僧とか小豆洗いとか。——変化
- 13 量より重視されることもあります
- 15 爽やかな香りのするハーブ。ペパー——
- 17 つぼ焼きにするとおいしい貝
- 19 漢字で書くと雑魚。取るに足りないものこと
- 21 みんな出掛けている状態

↓ タテのカギ

- 1 仙人が食べているというもの
- 3 学校を出て家まで帰ること
- 6 年齢を数えるときに使う言葉
- 7 ラジオから1970——の曲が流れてきた
- 8 この虫が作る繭から絹が取れます
- 10 下から5桁目です
- 12 ものは一だ、まずやってみよう
- 14 サーフィンやヨットを楽しむ場所
- 16 「やれ打つな蠅(はえ)が手をすり足をする」は小林——の句です
- 18 日本髪に挿す飾り
- 20 ゆでたそうめんの水を切るときに使います
- 22 親同士が兄弟姉妹です
- 23 将棋に似た西洋のゲーム

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 7月10日(消印有効) ◆当選発表 リバノス9月号

5月号クイズ当選者

〈答え〉 **コドモノヒ**

- 小泉 啓子さん
- 永多 澄枝さん
- 能任有為子さん
- 金子由紀子さん
- 角井 玲子さん



第2回 理事会だより

令和3年6月4日(金)開催

● 審議事項

- 第1号議案 共済規程の変更について
- 第2号議案 内部統制システム基本方針の評価結果について
- 第3号議案 第27回通常総代会提出議案について
 - 第1号議案 第27年度事業報告、剰余金処分案の承認の件
 - 報告事項1 第27年度貸借対照表、損益計算書、注記表、附属明細書並びに会計監査人及び監事の監査報告について
 - 第2号議案 第28年度事業計画の設定の件
 - 第3号議案 第28年度以降建物土地処分計画の設定の件
 - 第4号議案 共済規程の変更の件
 - 第5号議案 理事及び監事の報酬に関する件
 - 報告事項2 株式会社JAアグリサポートかほくの運営状況について
 - 報告事項3 「JAバンク基本方針」の変更について
- 第4号議案 米麦等に係るJA手数料の設定について

● 報告検討事項

- (1) 令和3年4月末事業概況について
- (2) 理事と組合との契約締結報告について
- (3) 第27回通常総代会の開催案内について
- (4) 総代選挙結果について
- (5) 第27年度単体自己資本比率の状況報告について
- (6) 株式会社JAアグリサポートかほくの運営状況について
- (7) 西部・中条RCプラント解体等工事入札結果について
- (8) 令和3年度農業用無人ヘリコプター農業散布実施(受託)要領の制定について
- (9) 令和3年度水稲溝切り料金の設定について
- (10) 金融機関貸付の実行報告について
- (11) 信用供与の審査と決定にかかる報告について
- (12) その他

JA石川かほく独自企画

夏の貯金

キャンペーン2021

対象者 個人の方に限定させていただきます

募集期間 令和3年7月1日(木)～8月31日(火)

ニューマネー限定企画

① 農業おうえんプラン

定期貯金 50万円 ごとに

預入期間 3年

募集総額 10億円

JA商品券 500円分 プレゼント

●対象商品：スーパー定期貯金（複利型）
●預入期間：3年（自動継続方式）
●契約金額：新規預入50万円以上
●お一人様上限：500万円

② 金利上乘せプラン

預入期間 1年

10万円以上の新規契約または増額契約

ポイント会員様

店頭表示金利 × 5倍

ポイント会員以外の方

店頭表示金利 × 3倍

●対象商品：スーパー定期（単利型）
●預入期間：1年（自動継続方式）
●お一人様上限：1,000万円

JA石川かほく

年金受給者ご紹介キャンペーン

第1期：令和3年6月1日(火)～令和3年7月30日(金)

【対象者】 JA石川かほくで年金を受給されている方

☆JAで年金をお受け取りできるご友人・お知り合いの方をご紹介いただければ、

「JA商品券 1,000円分」をプレゼント致します！

年金受給者特典

- JAを選んで頂いた方に粗品プレゼント！
- 定期貯金の金利上乘せ！
- グラウンドゴルフ大会への参加！
- 温泉旅行・歌謡ショーや健康ウォーキングにご参加いただけます！
- おケガがあればお見舞金が受け取れます！

あのお友達と一緒にグラウンドゴルフしたいなぁ～♪

ウォーキング行きたいなぁ～♪

お友達 誘っちゃあー!!

詳しくは、お近くの窓口へお問い合わせください

お申込・お問い合わせは最寄りの支店まで

JA石川かほく 内灘支店 ☎0120-968-971 津幡東支店 ☎0120-968-973 高松支店 ☎0120-968-975 河北郡津幡町字清水チ329 津幡支店 ☎0120-968-972 宇ノ気支店 ☎0120-968-974 本店金融課 ☎076-288-2323

JA'ss 2021 第2弾

プレゼントキャンペーン

石川県産の高級農畜産物が当たる!!

レシート有効期間 2021年 7月1日(木)～7月31日(土)

応募締切 2021年 *当日消印有効 8月4日(水)

A 石川県最高峰のぶどう ルビーロマン

1房

30名様

B 石川県のブランド牛 能登牛焼肉セット

2～3人前

70名様

※写真はイメージです。
※当選発表は賞品の発送をもって代させていただきます。賞品発送時期：8月下旬ごろ予定

【応募方法】 ガソリン・軽油の給油20ℓ以上を1口として、レシートを専用封筒に入れ、A・Bいずれかのコースを選択、必要事項記入の上、店頭設置の応募箱へ投函下さい。複数口数での応募も可能です。詳しくは、店頭スタッフまでお尋ね下さい。

JAグループ石川

JAより購入の新車・中古車・車検車 限定商品

メンテナンスパック

JA石川かほく

JA石川かほく自動車センターでは、お客様のお車のメンテナンスをサポートさせていただきます。メンテナンス会員にご入会頂きますと、以下の通りメンテナンス料金を割引させていただきます。

サービス内容

- オイル交換 ￥1,100 割引
- タイヤ交換 通常料金の半額 夏冬タイヤ交換時(3月1日～3月31日は対象外)
- 定期点検 法定12ヶ月点検料金 半額 (中古車・車検車は終)
- 特典 次回車検割引 普通車・軽四 各 ￥5,500 割引

入会金 普通車・軽四 各 ￥5,500

期間 次回車検まで

- JAより購入の新車・中古車・車検車が対象です。(軽貨物も対象です。外車、普通小型貨物車、特殊車両(特殊部品を含む)は対象外です。)
- 入庫時の引取り、納車は行っておりません(ご希望のお客様は別途料金を申し受けます)。
- 法定12ヶ月点検を受けられる際は事前にご予約をお願い致します。
- 点検時で必要となった部品、作業料は別途料金が発生します。
- エンジンオイルはJA石川かほく自動車センター指定のオイルです。
- 期間中のエンジンオイルフィルター交換も工賃無料となります。
- 基本的に中途解約は出来ません。また入会金の返金もありません。
- メンテナンスはJA石川かほく自動車センターのみのサービスです。
- 土曜日も受付しております。
- 期間は、次回車検満了日までです。
- メンテナンス料金は毎年8月1日に見直すことがあります。 上記は消費税込みの価格です。

夏の かほく市特産品

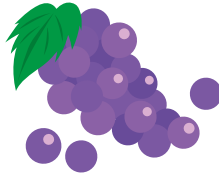


高松ぶどう

かほく市高松特産『高松ぶどう(テラウエア:種なし)』は、砂丘地で栽培されています。太陽の恵みをいっぱい浴び糖度が高く、一粒一粒が大きいので食べ応えがあるのが特長です。

生産者はエコ農業推進団体に認定され、環境に優しく、安全・安心なぶどう作りに努めています。生産者が真心込めて育てたぶどうを、是非ご賞味ください。

高松ぶどう生産組合



販売期間: 7月初~中旬

お問い合わせ先

営農部
JAグリーンかほく

TEL 076-288-7555
TEL 076-288-8400

FAX 076-288-7660
FAX 076-288-7955

砂丘育ちの味自慢

甘さ満タン

大崎すいか



生産者が真心を込めて育てました。旨さがたっぷり詰まった産地自慢のすいかです。ご家庭・ご贈答用にどうぞ!

直売所(宇ノ気野菜集出荷場)での販売期間

7月初旬~7月末まで 午前9時~正午

日によっては時間が変更となります!

7月12日まで 月・水・金曜日 13日以降は 火・土曜を除く毎日(予定)

※随時、JAグリーンかほくにて販売いたしますので、直売所が休みの日はJAグリーンかほくをご利用ください。



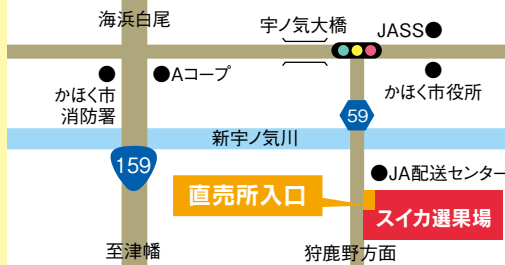
◆JA石川かほくのホームページをみてプレゼントに応募しよう!

抽選にて1玉入りすいかを5名様にプレゼント。(締切7月20日)

当選発表: 応募期間終了後、抽選の上、商品の発送をもって発表に代えさせていただきます。※お客様の個人情報は、抽選および商品の発送を利用目的とし、当方にて大切に管理させていただきます。

お問い合わせ先

営農部 TEL 288-7555 FAX 288-7660
宇ノ気野菜集出荷場(かほく市森ワ44-1) TEL・FAX 283-4531



宇ノ気大橋信号から約500mです。

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 850円~1,200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、
大崎園芸生産組合
(事務局) 営農部 営農販売課
☎076-288-7555