



- ◆令和3年度地域農業推進大会 開催
- ◆春の展示商談会 開催
- ◆令和4年度 新規採用職員紹介



「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/リバース編集局

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

令和三年度 地域農業推進大会 開催

三月八日、津幡町文化会館シブナスにて令和三年度JA石川かほく地域農業推進大会を行い、認定農業者・集落営農組織など関係者約百五十名が参加しました。

今大会は、「持続可能な農業

の実現のために」をテーマとしており、計画的な担い手確保を目的とした次世代総点検運動の説明を行った後「稲作農業のこれから」と題し、井関農機株式会社顧問の鈴木良典氏の基調講演が行われました。講演会では稲作農業における課題や政策について話すとともに、解決に向けたスマート農業の資材を紹介しました。当JAからは農業労働力確保対策や園芸ハウス導入支援など、令和四年度営農部・経済部支援策について説明がありました。



稲作農業のこれらについて話す鈴木氏

また、第二回JAグリーンかほく生産者直売所「そくさいかん」絵画コンクールの表彰式も行われ、入選された末就学児・小学生八名に賞状と記念品が贈られました。

協力して河北潟をきれいに 河北潟干拓地一斉清掃

三月八日、河北潟干拓地の幹線道路沿いで、一斉清掃が行われました。当JAが所属するグリーン・アース農地・水・環境保全組織をはじめ、河北潟周辺の行政機関や民間企業、干拓地の生産農家など百二十四名が参加しました。

参加者はゴミの不法投棄が減ることを願って、道路沿いに捨てられている不法投棄物を、約三時間かけて回収しました。

この活動は、河北潟干拓地の環境保全の一環として、年二回行われています。



ゴミを拾う当JA職員と関係者

かほく米づくり スタート

四月一日、令和四年産水稻の出芽・硬化苗の出荷が当JA西部・東部・北部育苗センターで始まりました。

運搬時の事故防止の観点から、トラックの最大積載量を超えないように注意し、積み込み作業を実施。五月初旬までに約二十一万箱の出荷を予定しています。



積載量に注意し苗を積み込む様子

春の展示商談会開催

三月五日・六日の二日間にかけて「農機・自動車 春の展示商談会」が開催されました。来場者にはパックごはん「ほくの里 ほくほくごはん」がプレゼントされました。十五周年を迎えた「JAGグリーンかほく周年祭」も同日開催の予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により延期になりました。

商談会では新型農機や自動車、ガステーブルなどが多数展示されるほか、五日には「トラクタセルフメンテナンス安全講習会」、六日には「土づくり講習会」が農機センター前にて開催されました。「土づくり講習会」は当JA初めての開催となり、JAグリーンかほくの園芸担当の西田竜次さんが初心者向けの土づくりについて説明をしました。良い土の条件とは①排水性・



土づくり講習会の様子

通気性がよいこと、②保水性がよいこと、③肥料分に富むこと、④病原菌や害虫が少ないこととしたうえで、どういった肥料を使えば良いのか、農薬は使っても大丈夫なのかなど土づくりの基本について説明し、参加者からはたくさん質問がありました。

キャリア教育 生きると働くを考える

三月八日、かほく市立河北台中学校にて進路学習の一環としてキャリア教育「生きると働くを考える」の授業が行われました。

同授業は一年生を対象に行われており、総合的な学習の時間に講師を招き、進路について考えるきっかけを作るものです。講師には、

欧州料理ポムポムポムの江川智覚さんや繊維業を営む吉田司(株)の大澤拓也さんなど、かほく市で活躍する多種多様な職業人十四名が招かれました。

当JAからは、営農担当でTAC(タック)の松井博暉さんが講師として招かれ、生徒たちにTACの仕事ややりがいについて話しました。松井さんは「農家さんと関わるうえで一番大切な事は信頼関係を築くこと。農家さんの悩みに寄



TACの意味を説明する松井さん

りそうなど、少しずつの積み重ねが信頼へと繋がる」と信頼関係の大切さを伝えました。生徒を代表して金田凱喜(かいき)さんは「農家さんとの関わり方など聞いて、勉強になった。これから進路を考えていく参考にしたい」と話しました。

(株) JAアグリサポートかほく 定時株主総会開催

三月三日、(株)JAアグリサポートかほくは当JA本店にて令和三年度(第十一期)定時株主総会を開催しました。

総会では、令和三年度事業報告並びに監査報告、第一号議案の令和三年度計算書類の承認の件、第二号議案の損失処理

案承認の件、第三号議案の令和四年度事業計画の設定の件、第四号議案の取締役及び監査役の報酬に関する件が審議され、いずれも原案通り可決されました。

令和三年度の稲作は、長雨や日照不足の影響により「いもち病」が発生し、収量が大幅に減少しました。ソバについては、新たに増備したトラクタ及びコンバインの効果により、昨年より多い収穫量となりました。

令和四年度は、生

産管理部門を中心とした栽培の効率化により、コスト削減に努め、生産性及び品質の向上に努めていきます。また、新規就農希望者の受け入れを行い、就農支援を行うと共に、管内農業の持続的発展に貢献していきます。



開会の挨拶をする西川一郎代表取締役

ICT農機を体感 トラクタ実演会開催

当JA農機センターは(株)中セキ、(株)クボタと共同でトラクタ実演会を開催しました。「JA&中セキ春のミニ実演会」が三月九日にかほく市二ツ屋、「JA&クボタトラクタ実演会」が十五日にかほく市下山田、十六日に津幡町刈安にて開催され宮農組織や生産者、JA職員など三日間で約百名が参加しました。

実演会では、最新のICT(情報通信技術)農機を各メーカー社員が説明。圃場の条件に合わせてハンドルから手を放した状態で旋回まで行うことができるトラクタやスマートフォンで水田の水位確認ができる水位センサなどが紹介されました。最新の機械により労力軽減や作業効率の向上、また、慣れない人も高精度な作業が行えるので人手不足の解消などに繋がります。

最新トラクタを試乗した参加者は「作業に合わせて最新の機能を使えるようになればとても便利。作業効率が向上することはとても嬉しい」と話しました。



水位センサの説明をする中セキ社員



トラクタの実演をするクボタ社員

新型コロナウイルス感染症に関する 大切なお知らせ

このたびの新型コロナウイルス感染症により影響を受けられたみなさまに、心よりお見舞い申し上げます。

オミクロン株をはじめとした新型コロナウイルス感染症が急速に拡大しておりますので、

JA共済では、ご加入の保障をしっかりとお役立ていただけるよう、

新型コロナウイルス感染症に伴う共済金のご請求忘れがないかを確認させていただいております。

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)にかかる 入院保障の取扱いについて

新型コロナウイルス感染症に被患され、下記の事由に該当された場合、
「疾病による入院」として、入院保障の対象となります。

— 1 —

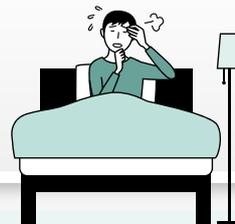
入院されたとき



— 2 —

医療機関等の事情により、
宿泊施設や自宅等での
療養を余儀なくされたとき

(療養された期間に関する所定の証明をご提出いただく必要があります)



※ 共済金のお支払いは、ご契約ごとに定められている所定の条件を満たす必要があります。

※ 今後の政令改正等によっては、本取扱いを終了する場合があります。



お心あたりのある方や、ご契約内容にご不明な点等がある方は、
お近くのJAまでお問い合わせください。



お問い合わせは

内灘支店／286-3636 津幡東支店／288-1116 高松支店／281-1181
津幡支店／289-2111 宇ノ気支店／283-1122

この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書(契約概要・注意喚起事項)」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

[21193140300]

便秘は美肌の大敵

健康科学アドバイザー 福田 千晶

便秘で悩む人は特に女性に多く見られます。日本内科学会では便秘を「三日以上排便がない状態、または毎日排便があっても残便感がある状態」と定義しています。

便秘になると、スッキリせず不快であり、下腹がポッコリ出るので薄着の季節には気になります。さらに、美肌の大敵でもあるのです。

便秘は腸内環境が悪くなり、有害物質が腸内に蓄積されやすくなります。その有害物質が腸壁から血液中に吸収され、全身を巡ります。そのため、肌荒れや吹き出物などの原因になります。便秘は美肌の大敵なのです。

便秘を起こしやすい運動不足、ストレス、冷え、睡眠不足などは、全身の血行を悪くします。肌は全身を巡る血液によって酸素や栄養分が届けられ、老廃物も血液によって運び去られます。ですから、血行が悪いと肌の酸素や栄養分が不足し、老廃物が滞るため、肌のコンディションは悪くなります。肌と腸は密接に関わっているといえます。

便秘を解消し美肌を目指すなら、

食物繊維が豊富な野菜やキノコ、海藻などを豊富に食べましょう。

農業に従事している家庭は新鮮でおいしい野菜を食べる機会が多いでしょう。さらに、腸内環境を良くするヨーグルトやみそなどの発酵食品もお勧めです。また、適度な運動をしたり、ストレスを上手に発散したり、睡眠をきちんと取ることは便秘解消につながり、美肌のために欠かせません。春は風が吹くと意外に冷えやすいので、農作業や屋外で過ごすとき、衣服の調節をして冷えない工夫をしましょう。

便秘にも種類があり、大腸の病気や腸の癒着により起こる場合もあるので、生活改善で解消しない場合は、消化器科で相談することが望めます。



新着情報

ほのぼのデイサービス

喜ばれるデイサービス事業所になるために…

ほのぼのデイサービスは津幡町川尻に事業所があり、利用者様の尊厳を保持しつつ、自立支援を基本としたデイサービスです。施設内には介護士と看護師（2名）、作業療法士（2名）、柔道整復師が利用者様のケアを行っており、たいへん喜ばれています。

また、マシン運動や平行棒で機能訓練などを行い、利用者様の機能向上に努めています。

お昼には厨房スタッフによる手作りにこだわったおかずと精米したての、当JAのお米を提供しています。

春にはお花見ドライブ、秋には紅葉ドライブ、事業所隣にあるハウスでの野菜作り、施設内

でも季節ごとにイベントをおこなっています。

ぜひ、自宅に訪問で来ているヘルパー、ケアマネージャーに相談してはいかがでしょうか？体験も行っていきますので、お気軽にご相談ください。

元気なほのぼのデイサービススタッフ一同お待ちしております。

ほのぼのデイサービス

スタッフ一同



機能訓練の様子



手づくりこだわったお昼ごはん

にしかわ しょうせい
西川 将生

- ① かほく市
- ② 野球、釣り、プラモデル
- ③ 私は様々なことに積極的に取り組み、一つでも多くのことができるように心掛けています。
- ④ 地域の方々に信頼されるJA職員を目指します。
- ⑤ **『挑戦』**
何事もやってみないと分からないので、自分から挑戦する気持ちを大切にしています。



令和4年度

新規採用

職員紹介

4月より5名の新規採用職員が加わりました。
配属された部署で精一杯頑張りますので、
皆様よろしくお願いたします。

- ①出身地
- ②趣味・特技
- ③自分自慢
- ④JA職員としての抱負
- ⑤好きな言葉

やまぎし ちなつ
山岸 千夏

- ① 津幡町
- ② 歌うこと、音楽鑑賞
- ③ 人と接するのが好きです。物事を前向きにとらえることができます。
- ④ 地域の方々とたくさん関わって、信頼されるJA職員として地域を支えられるようになりたいです。
- ⑤ **『人のふり見て我がふり直せ』**
周りの人の姿から学べることは多いと感じるため。



やまだ まゆ
山田 真夕

- ① 羽咋市
- ② ドラマ、映画鑑賞
- ③ 前向きなところが長所だと思います。失敗しても引きずらず、その失敗から学び、次に活かそうと努力することができます。
- ④ 最初は恐れずたくさん失敗をして、その経験から成長していき、いつか胸を張れるような自分になりたいと思います。
- ⑤ **『謙虚』** 私が尊敬する方々は謙虚な人が多いので、私もそういった人間になりたいと思いました。



さとう しんご
佐藤 慎吾

- ① 内灘町
- ② 音楽鑑賞、水泳
- ③ 私はどんなことでも集中して取り組むことができます。
- ④ 職員の方々や頼りにしていただいているお客様の期待に応えられる存在になりたいと思います。
- ⑤ **『挑戦』**
人生は挑戦の連続だと思っていて、新しいことに挑戦するのは楽しいから。



ひがしたに わか
東谷 和香

- ① 津幡町
- ② 音楽、映画鑑賞
- ③ 私は思いやりの心を持ち、人に寄りそって会話や話を聞くことができます。
- ④ 一日でも早く仕事に慣れ、たくさんの人たちから信頼されるJA職員になれるように精一杯頑張っていきたいです。
- ⑤ **『笑顔』**
自分も周りも笑顔になれば、どんなことも笑顔を大切にしていきたいと思っています。



令和四年度 JA石川かほく 組織と職員一覧

令和四年四月
(○は新任)

監査室

室長 松本 悟
係長 酒井 博久
主任 長 伸也

総務部

部長 (企画管理課長兼任) 竹中 義和
部次長 (審査課長兼任) 山本 徹
課長 中川 良美

総務課

主任 中川 良美
松崎 朱里
中村 日南
津田 明彦

企画管理課

(嘱託) 再雇用 ○津田 明彦
伊藤 みさき
大西 さくら
山中 麻由
山中 葉緒人
山岸 康子

審査課

(嘱託) 虎谷 薫
金木 重之

福祉課

課長 石塚 満
雲雀 晴香
小川 和子
東川 知恵美

嶋田 忍
羽田 めぐみ
北野 史織
岩本 大輝
森川 成美
西川 吉子
北村 美幸
谷口 進
鳥井 美保
亀野 麻美
中島 泰幸

金融共済部

部長 (普及企画課長兼任) ○南 由起雄
部次長 (共済課長兼任) ○奥本 敏美
課長 小室 秀明
係長 ○安下 哲也
主任 大多 幸江

金融課

主任 大久保 祐希
加藤 美優
真田 幸菜
林 美優

融資運用課

課長 (ローン営業センター長兼任) 田鍋 宏和

主任 (ローン営業センター) ○南 翔太郎

主任 (ローン営業センター) 加藤 元起

主任 浜本 悠平

主任 ○端 亜里紗

主任 坂口 珠生

主任 川崎 昭二

主任 (嘱託) 相談役 松村 由美

主任 (嘱託) 相談役 中村 克美

主任 ○和田 友貴

主任 飯田 正洋

主任 脇田 琢也

主任 山崎 志朗

主任 中村 巧

主任 兼保 徹也

主任 渡辺 保之

主任 塚田 凌

主任 細川 翼

主任 前田 一

主任 (臨時) 松本 真紀

主任 松田 将史

主任 松山 拓貴

主任 新村 愛

主任 和田 秀明

主任 (嘱託) 山田 正義

主任 (嘱託) 和森 秀明

主任 (嘱託) 根来 勝則

主任 (臨時) 木村 昭博

主任 (臨時) 宮木 隆志

主任 (臨時) 長 裕加子

主任 (臨時) 小泉 全市

主任 (臨時) 古坊 海杜

主任 (臨時) 宮田 美由紀

主任 (臨時) 長山 由貴子

主任 (複合渉外) 坂倉 俊介

主任 (複合渉外) 井上 正輝

主任 (複合渉外) 林 隆之

主任 (複合渉外) 尾村 友里恵

主任 (複合渉外) 廣瀬 善久

主任 (複合渉外) 水野 貴仁

主任 (複合渉外) 上野 真

主任 (複合渉外) 中嶋 孝宗

主任 (複合渉外) 北橋 孝道

主任 (複合渉外) 野村 知世

主任 (複合渉外) 中村 茉衣

主任 (複合渉外) 東 晃己

主任 (複合渉外) 吉川 大貴

主任 (複合渉外) 酒井 海月

主任 (複合渉外) 山崎 健太郎

主任 (複合渉外) 今井 健之介

主任 (複合渉外) ○北 健之介

主任 (複合渉外) *新採 ○東 和香



エリナ統括支店長 松本 裕美

津幡支店

支店長代理 山村 大介
支店長代理 (渉外管理) ○中村 秀樹
係長 ○用川 邦栄
係長 (複合渉外) 今村 憲一



内灘支店



支店長
○折戸 嘉弘

支店長代理 西田 好美
主任 得田 万智子
白畑 歩花
東 由貴子
(臨時)

宇ノ氣支店



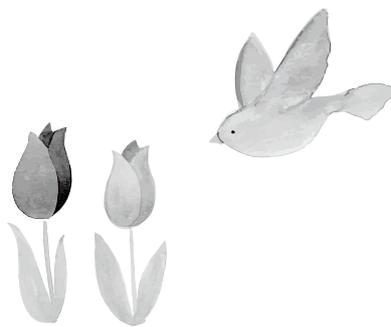
エリア統括支店長
○小池田 巖

支店長代理 ○向田 哲也
支店長代理(渉外管理)
吉田 健
磯貝 幸子
係長(複合渉外グループリーダー)
本田 充
係長(複合渉外グループリーダー)
板坂 和哉
主任(複合渉外)
布 久純
主任(複合渉外)

津幡東支店



支店長
○川上 勇人



支店長代理 中嶋 友子
橋本 和代
*新採○佐藤 慎吾
(臨時) 角谷 和恵

高松支店



支店長
中村 晃子

(複合渉外)
*新採○西川 将生
(複合渉外)
*新採○山岸 千夏
*新採○山田 真夕
(臨時) 中村 ちえみ
(臨時) 森 早智

JAGグリーンかほく
店長(調査役)

支店長代理 櫻井 憲祐
真居 杏珠
竹田 歩実
村松 優子
(嘱託)

配送センター

センター長(調査役)
再雇用○林 茂則
(嘱託)

農機センター

センター長(課長待遇)
○谷川 誠一

三月三十一日付 退職者

調査役 ○北瀬 登彦
係長 端野 寿彦
係長 関口 俊明
主任 酒井 斉和
北崎 晃平
西川 路子
田川 路子
鍛冶 妥
(臨時)
副調査役 ○越坂 尚美
係長 山本 賢一
係長 高橋 裕治
係長 荒戸 正喜
(嘱託) 松井 幸吉
◇給油所
所長(調査役) 奥崎 憲一
(嘱託) 再雇用○宮崎 憲一
(臨時) *新採○川江 裕一郎
(臨時) 気谷 由里
中條屋 明彦
津田 明彦
宮崎 憲一
林 茂則
吉田 真五子
橋爪 めぐみ
石田 梓織
川端 美緒
岡山 伸太郎
松本 修一
市野 成美
松村 外志美
孫田 佑樹
山田 早苗



ほのぼの だより

善すゞえさん 祝 100 歳

100歳おめでとう！！

こんなに長生き出来るなんて、母自身、そして家族もビックリです。95歳の春まで元気で畑仕事をしていました。いつも口グセは自分の力ではない神様にいつも守られて、させてもらっていると云ってました。圧迫骨折で二度の入退院を繰り返しましたが退院する度に元気が増し今も自分の足で歩いています。大好きなパンやおはぎを喜んで食べています。先日「長生きの秘訣は何ですか?」と聞かれたらどう答えるのと聞いた所「感謝の日ぐらし」と一言返ってき



善すゞえさん（左）と娘の吉田順子さん（右）

ました。その一言に母の生き方、心の中がすべて理解できました。頑張りやで情の深い人。とりわけ家族には深い愛を注いでくれます。後どれだけの寿命を頂いているかはわかりませんが家族一同母の生き様をしっかりと心に焼き付け命尽きるまで、家族一同心合わせて、サポートして行きたいと思っています。母は皆の生き方手本です。

娘 吉田 順子



お祝いの表彰状を読みあげる西川組合長



仲
良
し
夫
婦

かほく市 中村 清さん・陽子さん

卓球が共通の趣味だった私たち。高松公民館で行われていた県体の合同練習で出会い、結婚して51年になります。お互いにスポーツが大好きでボウリングや登山など様々な運動をしてきたおかげか、仕事も元気に勤め上げることができました。今では2人でグラウンドゴルフに没頭して、毎日のようにグラウンドゴルフ場に通っています。大会での優勝や、国体の選手に選ばれるなどグラウンドゴルフを通してたくさんの友人もでき、大切な趣味になりました。

今では生活の一部となっている2人の大好きなグラウンドゴルフをこれからもずっと続けていきたいです。また、しばらく行けていなかった旅行にも行きたいので、それまで元気に過ごしていきたいです。

今月の表紙

JAグリーンかほく
中村 秀樹 店長より

日頃より、JAグリーンかほくをご利用いただき、誠にありがとうございます。

第2回JAグリーンかほく生産者直売所「そくさいかん」絵画コンクールを行ったところ、管内の未就学児・児童

より57作品の応募がありました。たくさんのご応募、ありがとうございました。

このコンクールは、2月に選考会、3月に部門ごとに入選された8名への表彰式を行いました。入選された方々、おめでとうございます。

来年もコンクールの開催を予定しておりますので、管内子供たちの想像力豊かな力作をお待ちしております。

今後も皆様から選ばれ、喜ばれるJAグリーンかほくを目指し、職員一同取り組んでまいりますので、ご来店をお待ちしております。

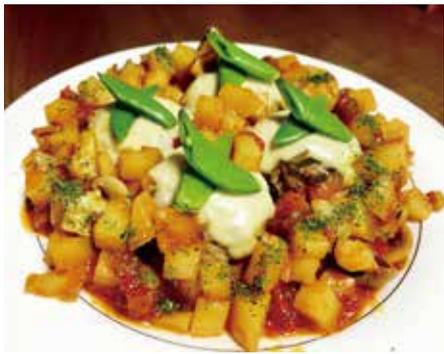




ご飯をおいしく 食事を楽しく

「天晴」のオーナーシェフ 永井 智一 氏

切り昆布の煮込みハンバーグ



材 料 (4人分)

Aハンバーグのパテ			
合いびき肉	300g	料理酒	大さじ1
切り昆布(細かく切る)	30g	塩	3g
タマネギ(粗みじん切りにする)	1/4個	みそ	小さじ1
Bトマトソース			
カットトマト缶	120g	顆粒だし	小さじ1/2
水	60ml	みりん	大さじ1
塩	適宜	しょうゆ	小さじ1
こしょう	適宜	料理酒	大さじ1
新ジャガイモ	中2個	スナップエンドウ	4本
マッシュルーム	4個	ドライパセリ	適宜
スライスチーズ(溶けるタイプ)	2枚	オリーブ油	大さじ2
		ニンニク	1片

作り方

- ① 新ジャガイモはさいの目に切って水にさらしておく。マッシュルームとスライスチーズは半分に切る。スナップエンドウは下ゆでし半分に切っておく。
- ② ボウルにAを入れ、粘りが出るまでよく混ぜ合わせ4等分し成形する。
- ③ フライパンにオリーブ油、ニンニク、新ジャガイモ、マッシュルーム、②のハンバーグのパテを入れ、中火で両面を焼き上げる。
- ④ ③のフライパンにBを入れふたをし、中火で10分煮込む。ハンバーグに①のスライスチーズをのせ火を止める。
- ⑤ 皿に④を盛り付け、スナップエンドウとパセリをあしらい出来上がり。

ホタルイカと新ゴボウの炊き込みご飯



材 料 (4人分)

米	300g	ホタルイカ(ボイルしたもの)	20杯程度
Aだし汁		新ゴボウ	1/4本
かつおだし	280ml		
しょうゆ	大さじ1		
みりん	大さじ1		
料理酒	大さじ1		

作り方

- ① Aの材料を鍋で合わせ、ひと煮立ちさせて冷ましておく。
- ② ホタルイカは目とくちばしを取り除く。新ゴボウはささがきにし、水にさらしておく。
- ③ 米をとき、ざるにあげて20分置く。
- ④ 炊飯器の釜に①、②、③を入れ、さらに20分置く。
- ⑤ 炊飯器のスイッチを入れ、炊き上がったらく混ぜ合わせ皿に盛り付ける。

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。



はじめよう 家庭菜園

澤出 隆

夏野菜（果菜類）の定植

五月になると夜の冷え込みもなく過ごしやすくなりますが、植物も本格的に活動を始め新緑の季節となります。家庭菜園も栽培がスタートします。今回は、果菜類の定植とその後の管理などについて考えてみます。

◎ 植付間隔

野菜を植える時にあまりにも細かく植えると風通りが悪くなり病気が発生しやすくなります。また、粗く植えると雑草が生えやすくなります。病気等の発生を抑え健全な生育を促すには、野菜の種類や整枝法（仕立て方）などに応じて適正な間隔で植えることが必要です。通常、栽植密度（植付間隔）は、畝幅（畝の中心から中心までの距離）、株間（株と株の間隔）、条数（畦内に設置する列の数）などで表現されます（図）。代表的な野菜の栽植密度の例を表にまとめましたので参考にしてください。

◎ 整枝と支柱

果菜類は葉で生産した糖を花や実に送ることで大きく美味しい実を収穫することができません。葉を収穫終了まで健全に保ち、光を十分に当てることが重要です。

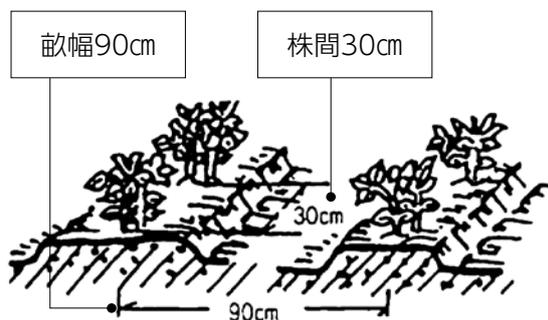


図 エンドウ（畝幅 90cm 株間 30cm、1 条植え）の例

そこで、枝や葉が込みすぎないように枝葉を除去したり枝を均等に配置したりして光が十分に当たるようにする作業が整枝作業です。野菜の中には、カボチャやスイカのように横に広がる性質が強い種類もあれば、

キュウリのように上に伸びる性質の野菜もあります。その性質を生かして整枝します。

カボチャやスイカは、定植後、風除けを兼ねてトンネルやホットキャップで保温します。遅霜の心配がなくなつてから、トンネル等を除去します。トンネル除去後、子づるを目標本数となるように整理し均等に配置します。果実は子づるに成らせるので、子づるの本数によって収穫できる果実数が決まってしまうので、親づるを摘み取る時には、残す子づるの本数に応じて摘み位置（残す葉数）を決めます。なお、子づるの本数は、栽植密度に応じて決まっています。

野菜名	畝幅 (cm)	株間 (cm)	条数 (本)
トマト	140	40~45	2
キュウリ	140	40~50	2
ナス	160	80~90	1
カボチャ	250	90	1

表 主要野菜の栽植距離の一例

キュウリやトマトは、主枝を上に乗ばしていく一本仕立てで整枝します。このため、長く伸びた主枝が倒

れることのないように支柱を設置します。プラスチック被覆の鋼管を地中に三十 cm 程度斜めに差し込み合掌型に組みたてます。上部で交差させ横支柱に縛ります。筋交いを入れれば強度がアップします。キュウリの場合、支柱にネットを張れば便利です。

ナスやピーマンは、主枝と側枝数本を伸ばし二〜四本に仕立てます。支柱は伸ばす枝に沿って外側に開くように差し込み低い位置で交差させ上部に向かって開くようにします。

トマトは主枝に成る果実だけを収穫しますが、キュウリ、ナス、ピーマンはわき芽に成る果実も収穫しますので枝が込み合わないよう側枝を間引き光が内部に入るように整枝します。トマト、ナス等は最初の花が咲き始めたころ定植するようにして下さい。早く植え過ぎると実どまりが悪くなります。

なお、支柱を設置する野菜では定植時に割り箸などで仮支柱を設置し支柱を設置するまで苗が倒れないようにしてください。

家庭菜園では、様々な野菜を作りたい一心で細かく植えてしまいがちですが、無理をせずのびのびと野菜を育ててあげましょう。

遊べる園芸植物

今月は、今から栽培して子どもと遊んだり観察したりして楽しめる園芸植物を紹介します。

◆アサガオ

アサガオでは翌朝いくつ咲くかと推測したものです。またアサガオには幾つかの楽しめることがあります。手軽にできるのが色水です。アサガオの花色は赤から青までの水溶性の色素アントシアンによります。赤または青花を選び、水の中で揉むと色素が溶け出てきます。この色素は酸性で赤に、アルカリ性で青（しばしば青がかつた緑）に変化します。酸性には食酢を、アルカリ性には重曹を用いて変化を見ましょう。どちらも料理に使うので安全ですが、誤飲や目に入るなどを防ぐために大人が見守りましょう。

◆オシロイバナ

以前はあちこちにあったオシロイバナ（図1）ですが、最近はありません。子ども期にタネを割って中の白い粉を鼻筋や頬に塗った人もいると思います。

土屋 照二



図1

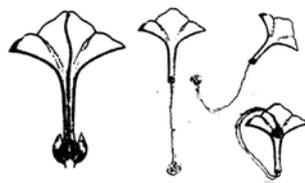


図2

ここでは花のけん玉遊びを紹介します。開花中の花を付け根から取り、タネ（果実）部分を被っている苞を除きま（図2左）。タネ部分を持って雌しべ先端の膨らみ（柱頭）が花筒最下部で止まるまで注意深く引き下げます（図2中）。花筒を持って斜めにタネ部分を振り上げて（図2右上）、タネ部分を花の中心に乗せます（同右下）。タネが大きく扱いやすい栽培容易な宿根草です。

◆ホウセンカ

ホウセンカ（図3）は開花後に紡錘状の果実を着けます。果実が黄ばんできたら指先で摘まんでみましょう。果実がパチと弾けて皮が丸まり、中からタネが飛び出

てきます。この性質は他のインパチエンス属の植物にもあり、良く見かけるアフリカホウセンカ（インパチエンス、図4）



図4



図3

でもできます。野生のツリフネソウやキツリフネも同じです。属名のインパチエンスは「耐えられない」の意味で、花言葉は「触らないで」です。ホウセンカはタネから容易に育てられますが、アフリカホウセンカはやや難しいので苗を求めると良いでしょう。

◆オジギソウ

属名はミモザで、その和名がオジギソウ（図5）です。タネは小鉢に数粒ずつまいて、本場が三四枚になったら大鉢に植えるか植えします。

刺があるのので扱いに注意がいりま



図5

しまいます。子どもが喜ぶので触りすぎにならないようにしましょう。触りすぎると株が弱るからです。春に黄色い花を咲かせるフサアカシア（ミモザアカシア）を単にミモザと呼ぶことが多々あります。混同を防ぎたいものです。

◆フウセンカズラ

風船状の果実ができ（図6）、紙風船のように遊んだり、手で挟んでパチンと割ったりして遊びます。中のタネはダイズよりやや小さい黒色で、ハート型の白い部分があります。つる性なので絡みつけるものを添えましょう。



図6

◆その他

食虫植物には捕捉型（ハエトリソウ）、落とし穴型（サラセニア他）、トリモチ型（モウセンゴケ他）があり、虫捕りの様子が観察できます。野生種ではホウノキのプロペラ、ゼンマイの飛行機、カラスノエンドウの笛等いろいろな遊びがあります。

お便り OTAYORI コーナー

「ご飯をおいしく食事を楽しむ」のコーナーでのカキの酒煮を作ってみました。能登のカキを買って石川の食材はやっぱりいいなとチューハイのつまみに美味しく食べました。簡単に作れて良かったです。

津幡町 本田 由美子
能登のカキはおいしいですね。地元の食材で改めて地元の良さを感じられることは素晴らしいことです。石川の食は誇りですね。

「得とくウインターキャンペーン」に当選しました。何でも応募してみるものですね。ありがとうございます。

津幡町 中島 玲子

当選おめでとうございます！JAグループではさまざまなキャンペーンを行っています。キャンペーンが開催される際にはリバノスへの掲載も行いますので、みなさんのご応募どしどしお待ちしております。

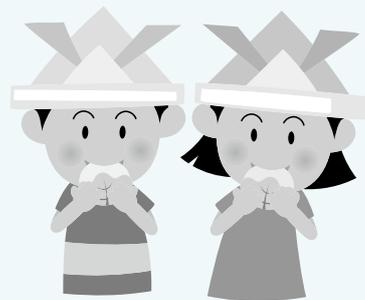
昨年購入しました小型の耕耘機！我畑で活躍しています。使用後の手入れも抜かりなくしています。これから春に蒔く種を買いに行きます。かほく市 村上 好雄
畑作業でも便利な機械がどんどん登場しています。機械を使う楽しみも増えますよね！3月中旬から一気に春モードに入り、畑作業も本番！頑張ってください。

孫といっしょに頭の体操をやり、答えがわかっていくたび、大喜びでした。

かほく市 松井 春美
お孫さんとの挑戦ありがとうございます。クロスワードクイズは穴が埋まっていく楽しさがありますよね！また、おふたりでの挑戦をお待ちしています。

コロナ禍でもみなさんそれぞれに元気に過ごしているのが本誌を通してよくわか

ります。特に知った名前に出会うと心からうれしく感じています。特別に頭の体操に感謝します。かほく市 瀬川 登貴雄
コロナ禍も3年目に突入し、制約がある中での過ごし方も上手になってきました。収束するのがなにより一番ですが、与えられた環境の中で明るく元気に過ごしていきたいですね。



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チ329
JA石川かほくりバノス編集部

川柳

石本よし一選

題「無」

秀

仕送りの汗を知らない子の無心

古林 照子(長柄町)

評 学歴が尊重される社会の中で、親元を離れて勉学に励む子供たちも多い。大学へ納める学費や協力費、下宿代、食費など、親元の仕送りも大変な高額である。学生もバイトをしながら、補充はしているものの、親元からの仕送りに甘え続けている。大学を卒業して就職するまでの長い年月、親元の流す汗を子供たちは知っているのかどうか。親の苦労も大変である。

佳作

無我夢中平凡に生き八十路越え

洲崎 昭子(太田)

こわいのはケンカの後の妻無言

加藤 秀子(五反田)

無理なことわかっていても神だのみ

越野 郁夫(二ツ屋)

買い物リュックで背負い無事帰宅

澤本 昭子(内日角)

無地よりも柄物を着て軽い足

勝泉とき子(清水)

無一文帰りが恐い家のママ

東 康子(能瀬)

無理なこと言って困らすお年頃

松村小夜子(岩崎)

パン生地を無心で捏ねる日曜日

山崎 洋子(横浜)

無心でと思うが欲が前に出る

吉田 順子(川尻)

ダイエット無理に痩せてもすぐ戻り

井田 宏子(井野河内)

無一文なつて気がつく無駄使い

永多 澄枝(牛首)

無事故にて免許返納おめでとう

村田 由枝(竹橋)

無意識にマスクはずして大慌て

中町 春江(宇ノ気)

神佛に無心に祈る高齢期

長谷川恵子(市谷)

大事無く家族揃って晩ごはん

藏本 義弘(横浜)

迷い無く五年日記買ってくる

福田 貞子(岩崎)

齢自覚野菜作りも無理せずに

堂川 武久(頌家)

無理せずにコソコソやれば不可もなし

永下 茂和(坂戸)

正直が試されている無人駅

兼保 直美(潟端)

無農薬自慢の野菜食卓に

川端 春美(狩鹿野)

久しぶり外出浮かれ無駄使い

河合 雅子(津幡)

無理をせず老後楽しくおだやかに

田村 悦子(大根布)

無我夢中幼児混えてカルタ取り

瀬戸 恵子(二ツ屋)

七月号題 「人」三句マテ

八月号題 「気」三句マテ

八月号題 「気」三句マテ

八月号題 「気」三句マテ

▲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。

振り込め詐欺にご注意ください!!

全国的に特殊詐欺が多発している中、当JAの管内でも特殊詐欺の被害が増加しています。
最近では犯罪の手口が複雑化しているので、十分にご注意ください。

こんな種類の特殊詐欺があるんだな



オレオレ詐欺

「オレだよ、オレ。」と身内のフリをして電話をかけ、現金を振り込ませるやり口。



還付金詐欺

市役所や税務署を装い、還付金を受け取るためと言ってATMの操作を指示し、犯人の口座へ資金を振り込ませるやり口。



融資保証金詐欺

「JA」などの名称を不正に使用して、融資の文書を送り、申し込んできた者に現金を振り込ませるやり口。



架空請求詐欺

架空の料金を請求する文書を送り、現金を振り込ませるやり口。



詐欺にあわないために・・・

☑振り込む前に、まずはご確認

すぐに振り込まず、ご家族などに連絡を取り、本当に支払う必要のある請求か、事前に必ずご確認ください。少しでも「なにかおかしい?」と思ったら最寄りの警察に連絡をしてください。

☑ATM利用限度額の引き下げ

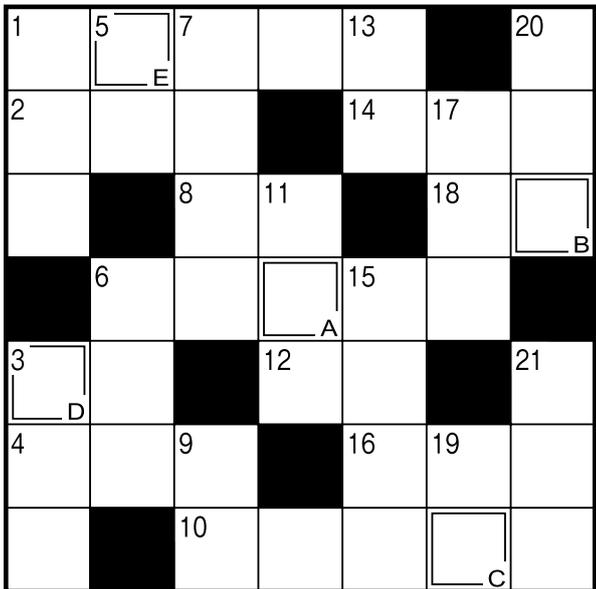
振り込め詐欺被害を未然に防ぐためには、ATMによる1日あたりの利用限度額をあらかじめ低く設定しておくことが有効です。普段、高額の出金を行うことが無い方は、万一に備えATM利用限度額を引き下げることをおすすめします。



現金の振り込み指示や、ATMでの還付金返還の連絡を電話などで受けた場合は、家族や親戚、当JA、警察などに相談するんだな!

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

- 1 5月4日は——。国民の祝日です
- 2 3拍子の曲に合わせて踊ります
- 3 野球のグラウンドに4つあります
- 4 調理中の料理から一口分を取って……
- 6 食事制限などで体重を減らすこと
- 8 ちらしやにぎりがあります
- 10 柱・傷・5月5日・ちまきから連想される童謡
- 12 届いた手紙の——を切った
- 14 バスやタクシーから降りること
- 16 屋外で写生するときに机代わりにする道具
- 18 マニキュアを塗るところ

タテのカギ

- 1 ハナショウブとカキツバタは——をつけるのが難しい
- 3 擬餌鉤（ぎじばり）の一種です
- 5 米国の通貨単位
- 6 ——の前の小事
- 7 ——の余地もないほど混み合った会場
- 9 商品を並べて売る場所
- 11 料理長をフランス語でいうと
- 13 あごや鼻の下に生えます
- 15 高校の最寄り駅までの——定期券を買った
- 17 ジェラシー、焼きもちともいいます
- 19 プリンセス・ミチコという品種がある花
- 20 カキツバタに似た花が咲きます
- 21 燃料ガスや酸素などを詰めます

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 津幡町字清水チ329 JA石川かほく「リバノス編集部」

◆応募締切 5月10日（消印有効） ◆当選発表 リバノス7月号

3月号クイズ当選者

〈答え〉 **ネンドマツ**

- 八幡富美代 さん
- 林 浜子 さん
- 赤坂喜久男 さん
- 根布千栄子 さん
- 瓦 彰子 さん



第12回 理事会だより 令和4年3月28日(月)開催

●審議事項

第1号議案 令和4年度内部監査計画について
 第2号議案 第28事業年度決算基本方針と決算見込みについて
 第3号議案 定款の一部変更について<<総代会附議議案の審議>>
 第4号議案 配送センター、津幡セルフ給油所の営業時間の変更ならびに関係規程類の一部変更について
 第5号議案 育児休業等に関する規程、介護休業等に関する規程の改正について
 第6号議案 個人情報保護に係る方針・規程の改正について
 第7号議案 「当組合における取引のリスク評価書（特定事業者作成書面等）」の定例改正について
 第8号議案 理事に対する「貯金担保貸付金・共済担保貸付金」について
 第9号議案 株式会社JAアグリサポートかほく定款の一部変更について
 第10号議案 株式会社JAアグリサポートかほく臨時株主総会の日程等について
 第11号議案 当組合と株式会社JAアグリサポートかほくとの契約承認（賃貸借契約）について
 第12号議案 当組合と株式会社JAアグリサポートかほくとの契約承認（購買取引）について
 第13号議案 役員改選日程等について
 第14号議案 令和4年度産米の出荷契約金、飼料用米前渡金の設定について

●報告検討事項

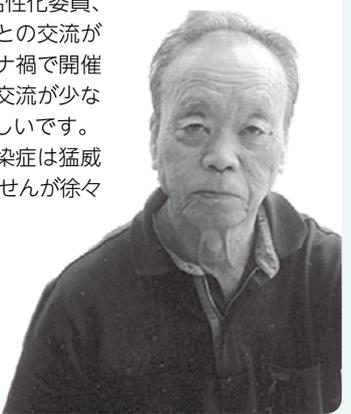
- (1) 各委員会の開催報告について
- (2) 令和4年2月末事業実績について
- (3) 令和4年度職員の異動内示について
- (4) 貸出金利率表の改定について
- (5) 令和4年度育苗センター出荷計画について
- (6) ゴールデンウィークの各事業所等の営業について
- (7) その他

支店活性化委員から、こんにちは!

みなさんとの交流を楽しみにして

内灘支店活性化委員の廣瀬武志です。
 当支店は、親しみやすく明るい職員が多く、困った時には電話をするとすぐに駆けつけてくれる頼りになる支店です。
 以前は「元気内灘とれたて市」などのイベントの開催が年に何回かあり、支店職員、支店活性化委員、地域の方々など多くの人たちとの交流が楽しめました。現在は、コロナ禍で開催が減り、地域のみなさんとの交流が少なくなっていることがとても寂しいです。
 未だ新型コロナウイルス感染症は猛威を振るっており、収束が見えませんが徐々に活動を再開して、みなさんと楽しく会話をできる日が来ることを楽しみに待ちわびています。

内灘支店活性化委員
廣瀬 武志



育苗箱回収のご案内

回収場所	対象地域	回収日時	連絡先
西部育苗センター	津幡・井上・英田地区 内灘・中条地区	5月13日(金)・14日(土) 午前9時～午後3時	営農販売課 076-288-7555
東部育苗センター (カントリーエレ ベーター敷地内)	津幡東支店管内	5月20日(金)・21日(土) 午前9時～午後3時	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20日(金)・21日(土) 午前9時～午後3時	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下さい。
- 2 箱は水洗いし、砂や根、色粉を除去して日陰で乾かしてください。
- 3 10箱ずつ同じ向きに揃え、箱がずれないようにポリ紐等でしっかり縛って下さい。
- 4 品種別に色を十分にとって下さい。(箱横に付着。水洗いでとれます。)
- 5 育苗の種類別、破損した箱は別に梱包して下さい。



農業者・利用者へお知らせ

● 軽油を携行缶で購入される皆様へ

軽油は軽油専用のポリ容器または携行缶での販売となります。

● ガソリンを携行缶で購入される皆様へ

ガソリンの適正な使用を徹底するため、ガソリンを携行缶で購入される方に対して、

消防法で **① 本人確認** (運転免許証の提示など)

② 使用目的の確認 を行うとともに、**販売記録を作成すること**が義務付けられています。

⚠ ガソリンを取り扱うときの注意事項 ⚠

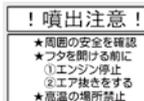


灯油用
ポリ容器



ガソリン
携行缶

ガソリンは、灯油用ポリ容器に入れることはできません!!



ガソリン携行缶に貼られている注意事項に留意して取り扱ってください!!



セルフスタンドにおいても、ガソリン容器への詰替えは、ガソリンスタンドの従業員が行う必要があります!!



皆様のご理解とご協力をお願いいたします



農家の皆様へお願い

道路に泥を落とさないよう 注意しましょう!

春の農作業が始まり、農業機械から落ちた泥による道路の汚れが目立つ時期になりました。

公道に落ちた泥のかたまりは、環境美化ばかりでなく、スリップ事故の原因になり大変危険です。

田や畑から道路に出る前に、泥を落としてから走行するようお願いいたします。

やむを得ず道路を汚した場合、速やかに清掃するなど、住み良い地域づくりへのご理解・ご協力をお願いいたします。



農作業時の事故に注意!

農繁期に入り、農業機械の使用が増えてきました。作業の前に、運転・使用方法や作業手順などを確認し、事故のないよう注意しましょう。

ゴールデンウィークの 各事業所等の営業について

■ 営業時間のご案内

年/月	日	曜日	本店・支店	給油所		自動車センター	農機センター	LPガスセンター	配送センター	JAグリーンかほく
				宇ノ気SS	津幡セルフSS					
令和4年 4月	28	木	8:30~ 17:30	7:30~ 19:30	7:00~ 21:30	8:30~ 17:30	8:30~ 17:30	8:30~ 17:30	8:30~ 17:30	8:30~ 18:30
	29	金	休業	8:00~ 18:00		休業		休業	休業	
	30	土		7:30~ 19:30		8:30~ 17:30				
令和4年 5月	1	日		8:00~ 18:00		休業				
	2	月	8:30~ 17:30	7:30~ 19:30		8:30~ 17:30		8:30~ 17:30	8:30~ 17:30	
	3	火	休業	8:00~ 18:00		休業		休業	休業	
	4	水								
	5	木								
6	金	8:30~ 17:30	7:30~ 19:30	8:30~ 17:30	8:30~ 17:30	8:30~ 17:30				

※自動車センターは、288-4171または090-2371-0077にご連絡いただければ対応いたします。

※LPガスセンターは、289-3995または090-8262-9120にご連絡いただければ対応いたします。

■ 配送センター配達のご案内

年/月	日	曜日	配達	連絡先
令和4年 4月	28	木	○	【電話番号】 076-283-6170 ※ご注文いただいた商品は、翌日以降の配達となります。 また、ゴールデンウィーク中に在庫切れとなった商品については、 入荷次第配達いたしますのでご容赦ください。 (注) ○は、通常配達いたします。 △は、前日注文分の肥料・農薬・資材のみ配達となります。 ×は、配達できません。
	29	金	△	
	30	土	△	
令和4年 5月	1	日	×	
	2	月	○	
	3	火	×	
	4	水	×	
	5	木	×	
6	金	○		

※ご不便をおかけしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。

給油所からの
お知らせ

津幡給油所 営業時間変更のお知らせ
変更日/令和4年4月1日(金)から 時間/AM7:00~PM9:30
 ご不便をおかけしますが、なにとぞご理解賜りますようお願い申し上げます。

