



- ◆ 第30回通常総代会 開催
- ◆ 大崎すいか 初出荷
- ◆ 高松ぶどう デラウェア 初出荷
- ◆ ミニトマト プレミアムルビー 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

第三十回 通常総代会を開催



議案 4 件が可決される

6月22日、第30回通常総代会が津幡町文化会館シグナスにて開催され、総代数511名のうち本人出席246名、書面議決による出席229名あわせて475名の出席を得ました。

議長に高松支店区域の森田善明氏を指名。議案4件、報告事項3件が慎重に審議され原案通り可決されました。

第1号議案の第30年度事業報告、剰余金処分案の承認の件では、当期末処分剰余金3億4,886万円、2.0%（令和5年度配当率1.4%、災害支援・周年記念等による特別配当率0.6%）の出資配当金4,105万円を行うこと、事業分量配当金は価格対策として米出荷高1俵（60kg）に対し150円、肥料の供給高1万円に対し200円と増額を決めました。

第2号議案の第31年度事業計画の設定の件では、令和5年度の豪雨、地震で農地の亀裂・液状化、農道、ため池、用水路など農業施設の損壊、JA施設についてもライスセンター等の共同利用施設が破損するなどしており、生産力の減退が懸念される中、組合員に寄り添った活動を展開するとともに復旧・復興支援への取り組みを進めることとしました。



議長を務めた森田善明氏

第30回 通常総代会提出議案

【決議事項】

- 第1号議案 第30年度事業報告、剰余金処分案の承認の件
- 第2号議案 第31年度事業計画の設定の件
- 第3号議案 定款及び定款附属書総代選挙規程の一部変更の件
- 第4号議案 理事及び監事の報酬に関する件

【報告事項】

- 1 第30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
- 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
- 3 「JAバンク基本方針」の変更について

永年勤続職員表彰

松田 将史（営農部 営農販売課）
今村 憲一（津幡支店）

ほくほくニユース

大崎すいか 初出荷

大崎園芸生産組合は八月十七日、当JA宇ノ気野菜集出荷場にて「大崎すいか」の目合わせ会と初出荷を行いました。

同組合の西川和久さんが持ち込んだ約二百四十玉が富山県の市場へと運ばれました。寒暖差が激しい日が続きましたが、糖度は十二・四度と上々の出来となりました。目合わせ会では、JA全農いしかわ職員が選別基準と規格格付けについて説明。生産者らは表面を軽く叩いて果肉の詰まりを調べ、大きさを確認しながら等級分けしました。

大崎すいかは、三戸の生産者が約四ヘクタールの砂丘地で栽培しています。甘みが強くシャリシャリした食感が特長。かほく市を代表する特産品として、高い人気を誇っています。

喜綿和彦同組合長は、「能登半島地震の影響で圃場の一部が液状



大崎すいかの選別作業を行う生産者

化した。雨が降ると砂丘地にぬかるみができてしまう。当初は生育が悪かったが、なんとか持ち直した」と話しました。

今年は七月末まで出荷予定。富山県や関西方面の市場に約一万九千玉（約九百五十トン）の出荷を見込んでいます。また、地域住民に大崎すいかの魅力を伝えるため宇ノ気集出荷場で直売。JAグリーンかほくでも販売予定です。

高松ぶどう初出荷

六月二十七日、かほく市特産の「高松ぶどう」デラウェアが当JA高松集出荷場にて初出荷を迎えました。

高松ぶどう生産組合の竹田尋平さんから約百五十箱（三百二十九キロ）が持ち込まれ、当JAの職員によって糖度や色味などが検査されました。春先からの好天に恵まれ、粒張り・着色も良く、糖度は平均二十一度と出荷基準の十九度を上回る上々の出来栄となりました。七月八日には出荷ピークを目前に金沢市場でのトップセールスが予定され、七月末までには約五十トンの出荷を見込んでいます。集荷された「高松ぶどう」は石川、富山、岐阜、大阪へ出荷されます。

高松ぶどうは、大房・大粒で糖と酸のバランスがよく、食べ応えがあるのが特徴。

七月四日には、かほく市大海交流センターにて高松ぶどうの目合わせ会が開催されました。生産者・当JA職員・関係者を含め約五十名が参加しました。開会にあたり、高松ぶどう生産組合の大田昇組合

長が挨拶。津幡農林事務所からは、気象・生育概況について、ハウスの湿度調節と摘房・摘粒管理の徹底が呼びかけられました。

また、出荷規格の確認のため、生産者は見本に用意された高松ぶどうを観察し、等級区分の判断基準について意見交換を行い、高品質な高松ぶどうを出荷する為、意思を統一させました。



出荷規格を確認する生産者



初出荷された高松ぶどうをアピールする生産者

プレミアムルビー 初出荷

六月六日、農事組合法人市谷はミニトマト「プレミアムルビー」の出荷を開始しました。

プレミアムルビーは酸味が少なく、甘みが強いのが特長。出荷初日の糖度は八・一度となりました。同組合の前田衛さんは「今年は、昨年よりも与える水の量を少なく

化により、「農業者の所得増大」の実現に繋がっています。

今年は十一月末までに一・二トンの出荷を予定しています。出荷されたプレミアムルビーは県内のスーパーで販売。学校給食にも提供されます。

栽培方法には、JA全農式ト口箱養液栽培システム「ういずOne」を利用しています。システムの設置に大掛かりな電気・水道工事を必要としないため、導入コストが安価。また、栽培管理が容易なため、計画的で安定した栽培を可能にします。生産コストの低減と作業の効率



プレミアムルビーを収穫する前田さん

高峰ファーム 復興願ってひまわり種まき

六月十二日、農事組合法人高峰ファームはかほく市気屋地区の圃場にて、ひまわりの種まきを行いました。県央農林津幡事務所職員指導のもと、トラクターを使い緑肥・景観作物である品種「ジューニアスマイル」を植えました。

昨年はカラスによる被害があったため、種まき後は石川県立看護大学生六名が圃場全体に鳥よけの糸を張りました。体験した学生は「貴重な体験を通じて地域住民の方と仲良くなった」と話しました。同学の取り組みは授業の一環として行っており、地域の方の生活や文化を知ることが目的としています。

この圃場は水稻を中心に栽培していますが、昨年秋季に大麦を植え五月下旬に刈り取りが終了。ひまわりの栽培後はすき込み、来年五月からは水稻の栽培に戻す予定です。緑肥作物の栽培により、水稻の化学肥料を少なく



棒に鳥よけ糸を結ぶ看護学生

する、環境にやさしい農業に取り組んでいます。

種本博同組合法人代表は「気屋地区は能登の入り口。今年は県道から見える位置にひまわりを植えた。元気に咲く姿が復興のシンボルになれば」と話しました。

今回植えたひまわりは約一・五メートルまで生長し、八月に咲く予定です。

高松小学校 「高松ぶどう」の歴史を学ぶ

六月二十日、高松小学校三年生約六十名は特産品「高松ぶどう」の学習会を行いました。

当JA職員が講師を務め、高松ぶどうの歴史について学びました。

平成三十一年、高松ぶどうの礎

を築いた市村栄次郎さんがぶどう栽培を始めてから百年が経ち、長い間多くの人に愛されてきました。

約百年前、高松地区は砂地でぶどう栽培には適していないとされていた。しかし、市村さんが「砂地は昼も夜も気温が一定」ということに目を付け、大正八年にぶどうの栽培を開始しました。「初収穫ではぶどう七十五キロが三十円という高値で売れ、当時の米百五十キロと同じ価格だった」という話があり、児童からは驚きの声がありました。

高松小学校では、地



当JA職員に質問をする児童

域の特産品を知るために例年高松ぶどうの学習をしており、圃場見学なども行っています。歴史について学んだのは今回が初めて。学習した内容をまとめ、校内で発表会を開く予定です。

西 荒屋小学校 笠間農園で農業体験

六月十九日、内灘町立西荒屋小学校一・三年生十八名は、河北潟にある株式会社笠間農園で農業体験学習を行いました。

初めに園主の笠間勝弘さんから、栽培している野菜の種類について説明があり、児童らはメモをとりながら話を聞きました。その後、ハウスに入り小松菜の収穫体験を行いました。ひとり四株ずつ収穫し、袋詰めも体験。体験した児童は「早く帰って帰ってお母さんに見せたい」と笑顔で話しました。新しい体験として、種まき機を使った小松菜の種まきを実施。「意外と軽かった、もっとしてみたい」と初めての体験を楽しみました。約一か月後には収穫体験も行い、収穫した小松菜は内灘町の学校給食に提供される予定です。

自分たちが種まき・収穫を行った小松菜が給食に出ることに、児童らは待ちきれない様子でした。

同校は令和六年能登半



小松菜を収穫する児童

島地震の影響で、現在も敷地内の十分な安全確保ができておらず、五キロほど離れた同町立鶴ヶ丘小学校を間借りして授業を行っています。木山ちさ西荒屋小学校校長は「本校舎で授業をすることはまだまだ難しい状況。そういった中でも、元気に体験を行う子どもたちの様子を見ることができてよかった」と話しました。

高松紋平柿 摘果講習会開催

六月二十一日、高松紋平柿生産組合は、八野団地の圃場で「高松紋平柿」の摘果講習会を開催しました。

生産者・関係者ら約三十人が参加。池田昌健同組合長は「今年は初めて岐阜の市場に出荷を予定している。良いものを届けられるよう頑張らましよう」と挨拶。津幡農林事務所職員が講師を務め、現在の生育状況の確認と摘果方法の説明をしました。

摘果を行うことで、果実の肥大を促し品質の向上に繋がります。また、変形果や病害虫被害果を今の段階で取り除くことで、収穫作業を省力化できます。講習会では、講師と生産者が話し合いながら実際に摘果作業を行いました。



実際に摘果をする生産者

よると、今年の夏も気温がかなり高くなる見込みです。今後の管理として、着色管理と雑草の刈り取りのほか、炭疽病の発生が多くなる予報が出ているため、枝葉に隠れた果実にも十分に薬剤散布をする必要があると呼びかけられました。今年は七十トンの出荷量を目標としています。

ゆめみづほ 現地講習会

六月二十一日、JAグリーンがほく周辺の圃場にて早生品種「ゆめみづほ」の現地講習会を開催され、生産者十名が参加しました。

県央農林事務所職員が講師を務め、管内の生育状況や今後の管理について説明がありました。今年は気温が高く紋枯病が多発する予報が出ているため、防除を徹底するよう呼びかけられました。また、雑草地における斑点米カメムシ生



穂を確認する生産者

切り花葉ぼたん 栽培講習会

六月二十八日、JAグリーンがほく二階にて、切り花葉ぼたん栽培講習会が開かれました。石川がほく花卉部会の会員ら約十名が参加しました。

県央農林総合事務所職員が講師を務め、高品質な葉ぼたんを目指して栽培管理方法や草丈、着色等の栽培ポイントについて説明しました。また、同部会員は昨年使用した農業資材・農薬について、種



話し合う同部会員

類や効果について情報を共有しました。

息数が平年の二・四倍と過去十年で二番目に多いことから、農道の除草など早めの対策を促しました。

集落営農組織連絡協議会 研修会開催

六月二十五日、津幡町文化会館シグナスでJA石川かほく集落営農組織連絡協議会の研修会が開催されました。

集落営農組織関係者約五十名が参加。税理士や県央農林事務所職員が講師を務め、インボイス制度や水田フル活用に関する研修を行いました。

令和五年十月から開始したインボイス制度により、会計変更を検討する各組織に対し、制度の仕組みと税負担軽減への対応策を紹介しました。

水田の新たな活用方法については、省力・低コストでできる品目として大麦を紹介。湿田でも、排水対策を徹底することで栽培が可能になります。農事組合法人かほくみずほファーマーズでは、今年初めて大麦の栽培を開始。五十二アールの圃場で単収約四百五十キロを達成しました。同



講師の話を聞く参加者

組合法人の瀬戸一孝さんは「手間がかからず、労働力も少なくて済む。今後は圃場面積を広げていきたい」と話しました。大麦栽培を以前から積極的に行っている農事組合法人高峰ファームは、経費が少なく済むため所得増加に繋がるなどのメリットを挙げ、水田フル活用の取り組みを推進しました。

河北潟をきれいに

六月八日、河北潟干拓地の幹線道路沿いで清掃、除草が行われました。

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、河北潟干拓地周辺の行政機関や民間企業、生産農家など約二百五十名が美化活動に参加しました。

参加者は一斉に幹線道路沿いに不法投棄されている空き缶やペツ

トボトル等を回収しました。雑草は草刈り機を使って除草。河北潟干拓地では例年六月と十月に美化活動、三月には農家独自の植樹が行われており、ボランティア活動によって河北潟の自然環境は守られています。



ゴミ拾い、除草を行う参加者

農業用廃プラスチックの回収について

JA石川かほく営農販売課では、今年度もハウス用ビニールや肥料用ビニール袋、畦波や育苗箱など不要になった農業用廃プラスチックの回収を行います。日時、場所等につきましては、次の通りです。

第1回 日時：8月8日(木) 午前9時～午後3時
場所：ほくの里ライスセンター(津幡町舟橋 250)

第2回 日時：10月8日(火) 午前9時～午後3時
場所：高松集出荷場(かほく市夏栗い 20)

●回収料金 1キログラム当たり90円程度(税込)、後日精算。

梱包の方法



ハウス用ビニール・農ポリ等 農薬・除草剤等の入れ物 肥料用ビニール袋等

使用済農業資材を運搬する際には、その運搬車の両側面に、次の事項を表示する事が法律で義務付けられています。

1. 産業廃棄物を収集運搬している旨の表示
2. 排出事業者名

■お問い合わせ先 営農販売課 TEL 288-7555

年金来店感謝デー&新鮮野菜市

六月十四日、日頃の感謝の気持ちを込めて当JAの全支店窓口で「年金来店感謝デー」を開催しました。来店者は、ボックスティッシュや河北潟こまつなを嬉しそうに受け取りました。

津幡支店、宇ノ気支店、高松支店では「新鮮野菜市」を開催。キュウリ、トマトなどの旬の野菜や、笹もち、梅ゼリーなどの加工品が並びました。夏を感じられる商品に多くの来店客が集まり、賑わいをみせました。

内灘支店



河北潟こまつなをプレゼント

津幡東支店



ボックスティッシュをプレゼント

他3支店ではボックスティッシュをプレゼント

新鮮野菜市

職員との会話を楽しむ来店客



宇ノ気支店

高松支店



笹もちを買い求める来店客

津幡支店



梅を購入する来店客

またたび友の会 あじさい倶楽部 合同企画開催

六月二十六日、宇ノ気支店は「またたび友の会」「あじさい倶楽部」合同で「か歩くつまみ食いウォーキング」を開催しました。

二十四名が参加し、かほく市横山地区周辺の農園やスイーツ店を巡りながら約三キロのコースを散策しました。「今本どう園」では、今年初物のデラウェアを試食し、「ハインファーム」では、自家農園で「ぎくらげ」の栽培方法を学

び、新鮮なきくらげを味わい、各店自慢の品を堪能しました。

参加者は、季節の移り変わりを肌で感じながら、改めて地元産の食材に関して理解を深めました。

協力店舗
・今本どう園
・ハインファーム
・お茶とお菓子のアトリエ「お茶のこ」
・村谷菓子舗

*ありがとうございました



ウォーキングをする参加者ら

JA石川かほく独自企画

ポイント会員限定

夏の貯金キャンペーン

募集期間
令和6年 6月10日(月) ~ 8月30日(金)

対象者
個人の方に限定させていただきます

定期貯金
50万円以上の新規契約または増額契約
預入期間3年
お一人様1,000万円まで
【自動継続扱い】スーパー定期貯金(複利型)

ニューマネー限定

適用金利

0.15%

(税引後0.119%)

※ポイント会員新規ご加入の際は、別途組合員加入及び所定の申込が必要となります。
詳しくは、支店までお問い合わせください。
※本キャンペーンは、本チラシ表面の能登半島地震復興定期貯金キャンペーンの対象となります。
※お利息には20.315% (国税15.315%、地方税5%) の分離課税がかかります。
※満期継続後の利率は、満期日における店頭金利になります。
※中途解約される場合には、解約日におけるJA所定の利率にて計算されます。

お申込・お問い合わせは最寄りの支店まで

JA石川かほく
河北郡津幡町字清水チ329

内灘支店 ☎0120-968-971 宇ノ気支店 ☎0120-968-974
津幡支店 ☎0120-968-972 高松支店 ☎0120-968-975
津幡東支店 ☎0120-968-973 本店金融課 ☎076-288-2323

夏の胃腸トラブル対策で美しく

栄養士 吉田 理江

夏になると下痢、食欲不振、胃もたれなどの不調が現れることがあります。原因は、冷たい食べ物や飲み物の過剰摂取で胃腸が冷え、機能が低下するためです。今回は夏の胃腸トラブル対策にお薦めの食べ物を二つお伝えします。

■夏ダイコン

夏ダイコンには、さまざまな消化酵素が豊富に含まれています。でんぷんの消化を助けるアミラーゼ（ジアスターゼ）、タンパク質を分解するプロテアーゼ、脂質を分解するリパーゼなどが含まれているため、夏の胃腸トラブル対策にお薦めです。夏ダイコンには染み対策として、コラーゲンの合成には欠かせないビタミンCも含まれています。美肌になりたい方にもお薦めです。温かいご飯に大根おろし、しらすをのせて食べると暑い夏でもおいしく食べられます。

■スズキ

スズキは低脂肪の白身魚のため、胃腸に負担がかかりにくいです。サバ、牛肉などの脂質が多く含まれる魚や肉は、消化に時間がかかってしまいます。下痢、胃もたれな

どの不調があるときは控えるといいでしょう。スズキには、糖質の代謝を助けるビタミンB1が含まれており、不足すると疲労物質の乳酸が体内に蓄積されてしまいます。エネルギーの代謝が活発になれば体の機能も高まり、夏バテに負けない体になるでしょう。胃腸の不調があるときは、煮る、蒸すといった調理法がお勧めです。料理が苦手な方は、耐熱皿にスズキをのせ、少量の酒を振り、電子レンジで加熱すると手軽に食べられます。

暑い夏は、かき氷、アイスコーヒー、ビール、そうめんなど、冷たいものを取る人も多いでしょう。しかし、過剰に取ると胃腸のトラブルを招くため、日々の食事にみそ汁などの温かい食べ物を取り入れるようにしましょう。おいしく食べて元気に暑い夏を乗り切りたいですね。

ほのぼの
だより

八重咲ききょう

初夏の庭には今年も「ささゆり」の花が次々と咲き、何とも言えない良い香りを放っています。そのささゆりは、五十年以上も前には亡き母が近くの山から球根を持ち帰り植えたものです。種からもどんどん増えて、毎年百輪以上も

咲いています。

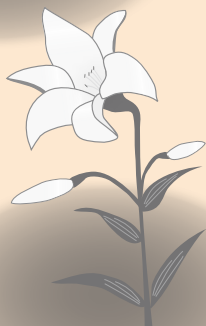
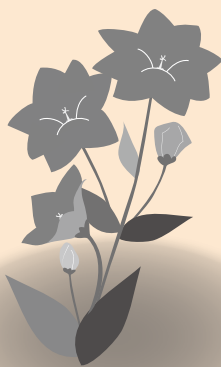
また、お盆の頃には珍しいと言われる「八重咲ききょう」が咲きます。これも母（存命なら一〇四歳）が十八歳の頃に、勤務先の会社の社長宅から株分けして頂いたそうです。それを嫁ぎ先の庭に植えたのです。さらに私は、その八重咲ききょうを今も大切に育てています。

ささゆりと八重咲ききょうが咲くと特に母を思い出します。お盆には、八重咲ききょうを毎年供えています。

花っていいですね。独居老の寂しさを暫し忘れさせてくれるようです。

につこり百彩会 河合谷チーム

永多 澄枝



新着情報

ほのぼのデイサービス

楽しく体を元気に

ほのぼのデイサービスでは、機能訓練として様々な運動や体操を行っていますが、その一つとして散歩を取り入れています。

散歩の有酸素運動で心肺機能の持久力の向上や足腰の筋力が向上し転倒予防に繋がります。

また、歩行で骨に刺激を与えることができ骨粗しょう症の予防も期待できます。

日光を浴びると脳内で「セロトニン」という物質が分泌されます。幼児が母親に抱っこされると安心するように、セロトニンは精神の安定をもたらすといわれています。不足すると意欲の低下、ストレスやイライラを感じやすくなったりするそうです。

ストレスが軽減でき適度な運動で睡眠の質の改善も期待でき、散歩といっても体にとって良いことばかりです。

毎回、ご利用者は季節の草花や景色を見て楽しくお話をしながら散歩をされています。

これからも楽しく運動し健康を保って、元気に夏を乗り切っていこうと思います。

ほのぼのデイサービススタッフ一同



散歩を楽しむ利用者

私の趣味



かほく市 中町 春江さん

私は、油絵を描くのが好きです。昔から絵を描くことが好きで、油絵は20年前から始めました。

今、自分の中で嵌っているのはワイヤー・アート『トンボ』。頂いたブローチを見ながら自己流でインテリアグッズを作っています。ワイヤーをトンボの形にし、目と尾にビーズを付けます。気に入ったビーズを探すのが楽しいです。しばらくの間、宇ノ気支店に私の作品が飾ってありますので、立ち寄った際はぜひ見て下さい。

JAバンク石川

～能登のために、石川のために～

能登半島地震復興応援

定期貯金

キャンペーン

2024 8/30(金)まで

実施対象者 個人

キャンペーン対象取引 対象貯金商品 定期貯金取引[スーパー定期(複利)、自動継続]

預入期間 3年以上(金利は店頭金利)

預入金額 新規(ニューマネー)50万円以上

キャンペーン期間中、県内JAの窓口で対象取引をされた方に50万円を1口として能登応援商品を抽選でプレゼント!

取引開始時、対象貯金商品を取引された方に右記の景品をいずれか1つプレゼント

石川県産ひゃくまん穀ごはん 2パック

能登地区JA(はくい・能登わかば)のお茶 2本セット

JA石川かほく 詳しくはお近くのJAにお問い合わせください。



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

夏野菜の南蛮漬け



材 料

(4人分)

鶏もも肉(薄切り)……1枚 輪切りトウガラシ 適宜
 カボチャ(1cm幅)…… 1/4個 ●南蛮酢
 パプリカ赤、黄(5mm幅)…… 各1/2個 かつおだし… 450ml
 新タマネギ(薄切り)…… 1個 酢…………… 270ml
 オクラ(下ゆでしたもの) 揚げ油…………… 適宜
 …………… 4個 薄力粉…………… 適宜

作り方

- ① ボウルに新タマネギ、赤・黄パプリカ、輪切りトウガラシ、薄力粉をまぶし油で揚げた鶏もも肉、カボチャを入れる。
- ② 小鍋に南蛮酢の材料を沸かし、①に熱いまま注ぎ入れ、クッキングシートを落としラップで密封する。
- ③ ②の粗熱を取ってから冷蔵庫で冷やして器に盛り付け、オクラを飾り出来上がり。

朝取りヤングコーンの天ぷら



材 料 (4人分)

ヤングコーン(皮付き)… 天ぷら粉(市販品)… 適宜
 …………… 4本 パルメザンチーズ… 少々
 薄力粉…………… 適宜 塩…………… 少々
 揚げ油…………… 適宜

作り方

- ① ヤングコーンは皮から、ひげ、実を取り出し、薄力粉をはたいておく。
- ② 油を190度に熱し、水で溶いた天ぷら粉に①をくぐらせ、揚げて天ぷらにする。
- ③ トースターなどで焼いた皮を器に飾り、ひげ、実の順に盛り付け、パルメザンチーズと塩を振り出来上がり。

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チ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

有機物の話

毎年毎年夏の暑さが厳しくなっているような気がします。今年は梅雨入り前から梅雨明けのような暑さが続いています。梅雨が空けると三十五℃を超える猛暑日が続くのでしょうか。

お盆を過ぎると秋野菜の種まきや植え付けが本格的になります。暑く乾燥が続いている中での作業となりますので、熱中症に十分注意してください。野菜にとっても大変な時期なので、野菜の育つ環境を整えてなるべくストレスをあたえないようにすることが大切です。野菜は根から吸った水分を葉から蒸発させることで体温が上昇するのを防いでいます。水やりした水が土の中に長く保持される土壌環境（団粒構造が発達した土）を築くことが重要です。このような土壌環境を築くには有機物が不可欠となります。

今回は良い土壌環境を維持するうえで必要な有機物について考えてみ

ます。

◎有機物の役割

有機物は「生物が作り出す物質」で炭素（C）原子を含んでおり燃やすと二酸化炭素（CO₂）と水（H₂O）が発生します。有機物以外を無機物といいます。野菜は根から水と一緒に無機物を吸収して葉で有機物（ブドウ糖）を作り出します。土壌に有機物を投入しても野菜は根から有機物を吸収できません。土壌中の微生物が有機物を食べて徐々に分解していき無機物にまで分解されたら野菜に吸収されます。分解の過程でいろいろな物質になり粘土や植物の破片をくっつける糊の役割を果たすものや肥料成分（無機物）を土壌中に保持する力があるものが生じます。有機物投入の効果は、①野菜の栄養分になる②微生物が増え土壌病原菌が増えるのを抑える③団粒構造を促進し保水性透水性通気性を高める④肥料分が雨などで流れてしまつのを防ぎ肥料の利用率が向上することな

どがあげられます。

◎堆肥について

実際に有機物を入れるには堆肥を投入するのが最も現実的な選択になるのではないのでしょうか。栽培した野菜の残渣（葉や茎など）や雑草も微生物の分解を受ければ有機物としての効果は期待できます。しかし、病原菌の増殖や雑草繁茂のリスクが大きくなります。緑肥（畑にすき込んで肥料とする）も有効ですが栽培中は野菜を栽培できません。堆肥は、家畜の糞尿や稲藁などを発酵させ有機物の分解を進めたものです。発酵の際にでる熱で雑草種子や病原菌がある程度死滅しますので、きちんと発酵管理された堆肥は安心して利用できます。また、植え付け前に散布でき緑肥のように畑を占有することもありません。

堆肥は有機物を発酵させたものですから材料として有機物が必要です。その材料を分解する微生物も必要ですが、有機物に付着している微生物や土の中にいる微生物をそのまま利用しますので材料として特に加える必要はありません。微生物の活動を活発にするには適度な温度と水分に加えて適切に酸素を供給することが大事です。これは堆肥を手間ひまか

けて作ることです。いったん積み上げた材料を発酵の進み具合を見ながら切り崩し新たに積みなおします（切り返しといいます）。こうすることで温度水分酸素を適切に保ちます。

◎有機物の種類

堆肥化する有機物にはその組成によつて微生物による分解が進みやすいものと進みにくいものがあります。微生物の体を作るたんぱく質の材料となる窒素（N）を多く含むものは腐りやすいです（牛糞などの家畜糞尿、米ぬかなど）。一方、微生物の活動エネルギーとなる炭素（C）が多いと腐りにくくなります（稲わらやもみ殻など）。この炭素と窒素の比率をC/N比といい、種々の材料を混ぜてC/N比二十〜三十となるようにして堆肥の材料とします。植物由来のものは繊維質が多くC/N比が大きく動物性の材料は小さい傾向があります。

未熟な堆肥はいろいろと弊害がありますので、完熟したものを利用するようにしてください。市販されているものは扱いやすく便利です。

秋まき草花のタネまき準備

土屋 照二

九月上旬は秋まき草花のタネまき適期です。早めに種類選定とタネの入手をしましょう。タネは種苗会社から通販で直接入手すると

確実な種類、品種を得ることができ、たまに新聞広告でカタログの無料または有料配布が載っているのを利用してきます。カタログには写真とともにタネまきや栽培要点の説明があります。絵袋にも説明があります。絵袋入りタネは店舗で陳列しているものがありますが、陳列場所をチェックしてください。直射日光が当たると発芽が悪くなるからです。

◆カタログ等の記載

一般的に日当たり程度、適す用途（地植え、鉢植え、切り花）、タネまき時期、発芽温度、開花時期、草丈等ですが、タネまき時期は寒冷地、中間地、暖地に分けて文字か図で示してあります。当地は中間地になります。耐寒性や、キンギョソウのように好光性（タネに光が当たっていないと発芽が劣る性質）であることを示している場合があります。生育特性と栽培の簡単な説明も書いてありますので

カタログと絵袋の記載をきちんと読みましょう。

◆タネまき

鉢まき、箱まきが一般的ですが、セルトレーまきを奨めます。前者は発芽後の小苗を植え替えるときに抜き取るので根を傷めることになり、一時的な生育遅れや植え傷みが起こりますが、後者ではそれらが防げます。もう一つセルトレーの便利なのは少数多種のタネまきをするとき、そのまき穴（セル）数だけまけばよく、タネの無駄が出ないことです（図1…空いているセルは鉢上げした種類）鉢や箱では砂や混合土を使うのが一般的です。セルトレーでは専用土を使いましょう。通常タネまき後にはタネの保護のため覆土（土かけ）をしますが、覆土の厚さにムラがあると発芽ムラ（図2…ブロッコリー）が生じます。好光性と微細なタネの場合は覆土をしません。この場合は受け皿等に浅く水を入れ底面から吸水するか、霧吹きや極細かい目のジョウロで水やりします。タネまき適期は九月上旬ですが、ハボタンの大株づくりは七

月下旬まき地植えでづくり、寄せ植え用小株づくりは八月中旬まきし9cmポットで育てます。パンジーは本来春咲きですが、最近の品種は八月中旬まきで十月中旬から翌六月まで咲き続けますから是非挑戦しましょう。どの方法でまいても本葉三〜五枚になったら九〜十二cmポット（私は七・五cmで土約四十％節約）に植え育苗します。根が張れば植え替えですが根鉢は崩さないようにします。育苗ポットはもともと植え傷みを防ぐためのものです。なお、また日、発芽日、鉢上げ（育苗ポットへの植

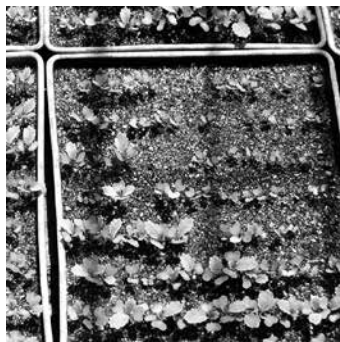


図2



図1

え替え）日、定植日を記録（図3）しておくとして翌年以降の参考になります。

◆余ったタネはどうする？

購入したタネや自家採種タネは一回で使いきれないことがあります。その場合は湿気を防いで、自家採種タネは使用済み封筒に入れて冷蔵庫で保存します。室温、特に夏の高温はタネの消耗を促し発芽の劣化を招きます。冷蔵保存した場合は種類にもよりますが数年使えます。

パンジー	8・27	9・2	10・2		8・21	8・28	10・2	10・30
ピオラ	8・27	9・2	10・2	まきなし				
スミレ	9・25	10・7	11・2					
ルピナス	9・10	9・23	鉢まき		9・10	9・15	鉢まき	
ナハケ	9・10	9・13	鉢まき		9・11	9・14	鉢まき	9・25
ジギリス	9・10	9・15						
キンギョソウ	9・10	9・15						

図3

お便り OTAYORI コーナー

家庭菜園のページを参考に野菜作りを夫と2人でガンバっています。わからない時は畑のとなりの人にも聞いてがんばっています。津幡町 岡崎 美喜子 相談できる方が近くにいるのは心強いですね。野菜は何を育てているのでしょうか。とれたての新鮮な野菜を食べることが出来るのが家庭菜園の醍醐味です。今年の夏も暑くなりそうですから、熱中症には気を付けて野菜作りを楽しんでくださいね。

昨年、畑に玉ネギの苗を200本植えたのですが肥料をやりすぎたからなのか、5、6本しか残っていません。もっとリバノスを読んで勉強しなければと思います。

匿名希望

家庭菜園はなかなか難しいものです。リバノスの記事が助けになれば嬉しいです。直接お困りごとを相談したい場合は、JAグリーンかほくに足を運んでみてください。職員が親身になって対応いたします。

健康百科のページは楽しみに見ます。血糖値の乱高下をなくすため、野菜から食べるベジタブルファーストで生活します。

かほく市 栗山 幸子 いつもの食事の内容を変えなくても、野菜を先に食べるだけで血糖値を下げる効果があります。食べる順番を変えるだけで健康な体に近づくことが出来るのはすごく手軽ですね。これからの暑い夏、体調を崩さず元気に過ごすために皆さんも今日から意識して取り組んでみましょう。

4月下旬、おとなりさんよりタケノコを頂きました。昆布を入れ煮ました。とてもおいしかったです。健康百科、ほのぼののよりも楽しみにして読んでいます。ありがとうございます。

かほく市 根布 節子

お隣さんからの旬のおすそわけ、嬉しいで

すね。シンプルな味付けがタケノコ本来のおいしさをより引き出します。凝った料理も良いですが、旬のものは素材の味を楽しむのが一番ですね。

いつも楽しみにして見えています。今では中に入っている物が見える入れ物に入れる様にしています。

かほく市 東谷 汪子

ご愛読ありがとうございます。毎月の表紙は、旬のものや当JA管内の特産品の魅力が伝わるものになっています。リバノスを読むことが、特産品や地元の良さを再確認するきっかけになれば嬉しいです。



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石川かほくりバノス編集局

題「野」

秀

トンカツの肉より高い添え野菜

井田 宏子（井野河内）

【評】野菜の値が高くなるのは、決して農家の性ではない。需要と供給のバランスがくずれ、野菜の値が急に高くなったり、また反対に安くなり過ぎて農家を泣かせることもある。野菜が高過ぎて、学校給食が献立に困ったり、町の食堂が経営に行きづまることもあると言っから大変だ。肉は肉の値段で、野菜は野菜の値段でいつも安定することが望まれる。

佳作

春野菜脇芽も花も皆食べる

松村小夜子（岩崎）

野次飛はすだけなら俺にでも出来る

小田 慶喜（兵庫）

懐かしいおやつに野いちごつんだ夏

山本 節子（清水）

見て楽しい食べておいしい野菜畑

岡井 昭江（二ツ屋）

赤い傘野点の席に色添える

喜多 弥生（北中条）

入選

野良仕事腰を伸ばして気合い入れ

山崎 直樹（上矢田）

野仏にうの花供え朝散歩

藤沢 充子（瓜生）

夏野菜高値品薄音を上げる

加能 准一（北中条）

よみがえる父の思い出野辺送り

吉田 順子（川尻）

塩むすび野良でいただくうまい味

長谷川恵子（市谷）



石本よし一 選

行き帰り野仏さまに見守られ

東 康子（能瀬）

野の風にトンビゆつくり空に舞い

田村 悦子（大根布）

雨のあとグンと成長夏野菜

兼保 直美（瀧端）

野の花のけなげに咲いた田んぼ道

池田ひろみ（夏栗）

父祖の田もいつしか荒野風が吹く

洲崎 昭子（太田）

思い出す昔遊んだ草野球

堂川 武久（領家）

激闘の高校野球汗光る

永下 茂和（坂戸）

野の花に可愛さ見つけ日々通う

藏本 義弘（横浜）

友からの届く野菜は無農薬

山崎 洋子（横浜）

野の花を活けて涼しいガラスビン

福田 貞子（岩崎）

ホームラン野球選手のあの笑顔

川端 春美（狩鹿野）

野ぶきつむ湯気のかおりが旬の味

河合 雅子（津幡）

老いしても野菜づくりが楽しくて

前山優美子（太田）

十月号題 「売」三句マデ

● 締切り 八月十日必着

十一月号題 「上」三句マデ

● 締切り 九月十日必着

△ 投句先

〒929-0326 河北郡津幡町字香堤寺ワ三

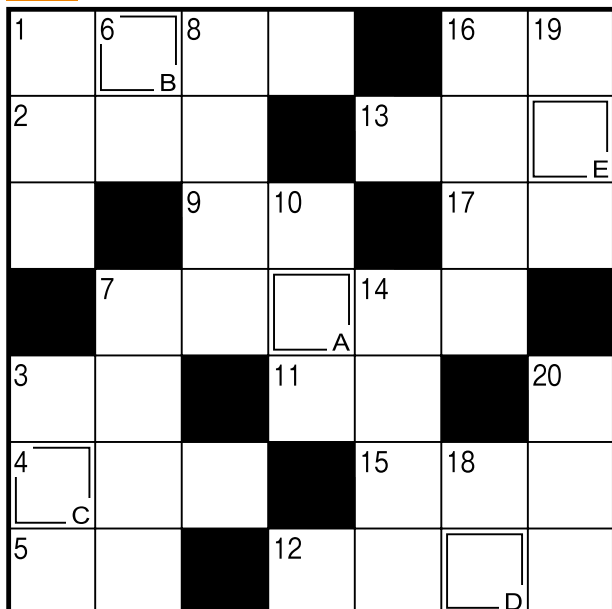
石本よし一 宛

※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。



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 トマトやスイカに含まれる赤い色素
- 2 海で水上——を楽しんだ
- 3 独特の香りから香魚とも書く川魚
- 4 無駄遣いをすること
- 5 セーラー服のものは大きめ
- 7 孫悟空の乗り物です
- 9 酒などを入れる四角い容器
- 11 ザーザー、しとしとと降ります
- 12 夏にはくズボン下
- 13 アップの反対語。イメージ——
- 15 パンダの遊具にも使われるゴム製品
- 16 小さな船を数えるときに使う言葉
- 17 MB=——バイト、GB=ギガバイト

⬇ **タテのカギ**

- 1 文系より——系の教科の方が好きです
- 3 医者いらずと呼ばれることもある植物
- 6 数え年70歳の祝い
- 7 精霊馬に使われる野菜の1つ
- 8 肉詰めにするのも定番の夏野菜
- 10 コンビニエンス——、チェーン——
- 14 関西国際空港や中部国際空港は、——地に造られています
- 16 夏場によく食べられる麺
- 18 ——座は蠍(さそり)座と山羊(やぎ)座の間にあります
- 19 パナマやスエズのものがある有名
- 20 エビに見た目が似ているすしネタ

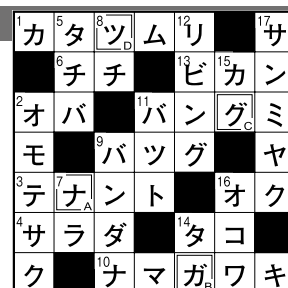
PRESENT

- ◆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 8月10日(消印有効) ◆当選発表 リバノス10月号

6月号クイズ当選者

〈答え〉 **ナガグツ**

- 山崎 小夜子 さん
- 小谷 外志子 さん
- 東谷 真紀子 さん
- 小原 優美子 さん
- 能任 有為子 さん



第3回 理事会だより

令和6年6月20日(木)開催

●審議事項

- 第1号議案 第30年度業務報告書の行政庁への提出について
第2号議案 令和6年度産米事務手数料の設定について
第3号議案 令和6年度理事報酬の配分について

●報告検討事項

- (1) 令和6年5月末事業概況について
- (2) 令和6年度産大麦集荷販売要領について
- (3) 令和6年度職員給与の定期昇給ならびにベース・アップについて
- (4) 令和6年度上期賞与の支給について
- (5) 株式会社JAアグリサポートかほくの運営状況について
- (6) 金利リスク量基準該当に関する報告について
- (7) コンプライアンス関連事項の報告について
- (8) 令和5年度場所別損益について
- (9) 能登半島地震調査報告について
- (10) 宇ノ気給油所の臨時休業について
- (11) 夏の展示会の開催について
- (12) その他

支店活性化委員から、こんにちは!

内灘支店と地域の農業者を後押し

内灘支店活性化委員の七田満男です。
内灘支店は、明るい雰囲気、支店です。支店職員は親しみやすく、いつも思いやりを持って接してくれます。
支店活性化委員活動の一つ「元気内灘とれたて市」では、生産者や支店職員と協力して地元野菜等を販売しています。開催の度に長蛇の列が出来る程の人気のイベントになっています。
来場された地域の皆さんには内灘で採れた新鮮な野菜の美味しさを感じ、広がっていくことで地元野菜の消費量が増加し、農業者の応援に繋がればと思っています。

支店活性化委員として、JA・内灘支店と地域の農業者を応援していきたいです。

内灘支店活性化委員

七田 満男



JA石川かほく

2024

夏の展示会

日時

7/19 金・20 土

19日 金 午前9:00～午後4:00

20日 土 午前9:00～午後3:00

場所

JAグリーンかほく 農機センター周辺

石川県河北郡津幡町字舟橋253

展示内容

自動車・農機・仏壇・墓石・ガス器具・リフォーム相談
タイヤ・宝飾品・婦人服・バッグ・補聴器

ご来場の方
には
粗品進呈!!

地元の!
キッチンカー
勢ぞろい!

お楽しみに!!

7/20(土)のみ



JAグリーンかほく店内にて

高松ぶどう
大崎すいか



超特価 販売

家族で楽しめる
ゲームコーナー

スーパーボールすくい
千本つり

※チランの引換券を
お持ちください。



未使用車

※展示車の色はチランと
異なる場合があります。

ダイハツ
ハイゼット
トラック
当日
特価!!

会場にて発表!

能登半島
復興応援!

やっぱりおいしい!!



1本

100円 (税込)

※19日(金) 9:00～
20日(土) 9:00～

農協
牛乳
1000ml



※お一人様1本まで、
数に限りがあります。

新車・中古車を多数展示!

取扱メーカー 日産、トヨタ、ホンダ、スズキ、
ダイハツ、スバル など

夏タイヤ 特価販売!



水分計 無料点検実施

展示会開催期間中のみ点検無料

※上記期間以外は550円(税込)の点検料を頂きます

ガステーブルも多数展示販売!

パロマ ガステーブル
(PA-A98WCR)



水なし両面焼きグリル

定価 123,200円(税込)

特価 61,000円
(消費税・工賃込)

リンナイ ガステーブル
(RTS65AWK14RG)



水なし両面焼きグリル

定価 123,200円(税込)

特価 57,700円
(消費税・工賃込)

新型農機・コンバイン他多数展示!



クボタ
陽菜Smart
TRS6000-U (6.3PS)
メーカー希望小売価格
291,500円(税込)

特価 250,000円



クボタ
フロント菜ビ
FTR3500 (3PS)
メーカー希望小売価格
184,800円(税込)

特価 131,000円

特別価格 JAは低コスト農業を応援します



除雪機早期
予約受付中
(7月末まで)

除雪機はアフターサービスも
万全のJAで!

仏壇・仏具
墓石展示



相談も
承ります!

補聴器相談会

補聴器電池パック 6個入り

定価660円 ▶ 500円 (税込)

お一人様
10パックまで

リフォーム相談

リフォームに関するご相談も
JAにお任せください。



宝飾品
婦人服・バッグ
展示販売

展示会に関するお問い合わせは

経済部

☎288-7555 まで

宇ノ気給油所
臨時休業のお知らせ

7月27日(土)
11:00～

かほく市サマーフェスタによる道路の交通規制のためお休みさせていただきます。お客様には大変ご不便をおかけいたしますが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。