



- ◆ルビーロマン 初出荷・初競り
- ◆高松ぶどう トップセールス開催
- ◆ブルーキャッツ石川かほく選手  
ワイン造りに挑戦
- ◆ホクホク感が魅力 「くり大将」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 読者

# ほくほくニュース

## ルビーロマン 初出荷・初競り

七月十八日、石川県産高級ブドウ品種「ルビーロマン」が出荷を開始しました。

初日は、生産者一軒から六房が持ち込まれました。糖度は十八・九度と出荷基準の十八度を上回る上々の出来となりました。

翌十九日には、金沢市中央卸売市場で初競りが行われました。

開市に先立ち、吉田健一石川県農林水産部長が「ルビーロマンは今年で市場デビュー十七年目を迎えた。これからも魅力を発信していきたい」と挨拶しました。

かほく・加賀・金沢・羽咋・能登地区から百三十三房が出荷。そのうちの粒の大きさ・色などの厳しい基準をクリアした「特秀Gクラス」一房一キロに百万円の値がつきました。

購入したのは、台湾でスーパーを展開する「株式会社祐源」の謝明達社長。謝社長の代理で市場に



競り落とされた100万円のルビーロマン

訪れた妻の悦子さんは「地震があった中でも素晴らしいブドウが育った。一日でも早く日常生活に戻ってほしい」と復興を願いました。謝社長は、落札金額と同額の百万円を能登への復興義援金として贈る予定です。

今年も、九月末まで出荷を予定し、県全体で三万房の出荷を目標としています。

## 高松ぶどう トップセールス開催

七月八日、金沢市中央卸売市場で「高松ぶどう」デラウェアのトップセールスが行われました。

油野和一郎かほく市長、西川一郎当JJA代表理事組合長、大田昇高松ぶどう生産組合長らが出席。油野同市長は「高松ぶどう生産者はエコ農業者に認定されている。安心して、自信をもって消費者にお届けできる」と市の特産品をアピールしました。

トップセールス後には、デラウェア千九百九十三キロが競りにかけられました。糖度・粒の大きさなどの基準をクリアした、最高ランク「特秀」一箱（九房入り）が五万円で落札。過去最高落札価格だった昨年の十万円には及ばなかったものの、過去二番目の高値となりました。



競りをする様子

始。初出荷時の糖度は二十一度と、出荷基準の十九度を上回る上々の出来となっています。大田同生産組合長は「地震にも負けず、美味しいぶどうに育ってくれた。多くの方に食べていただきたい」と話しました。

今年も八月中旬まで約五十トンの出荷を予定しています。

## 旬の特産品を求めて さとやまマルシェ開催

七月十四日、道の駅高松にて、「さとやまマルシェ」が開催されました。かほく市特産の農産物や繊維商品が販売されたほか、キッチンカーも並び、県内外の人で賑わいました。

農産物販売テントでは高松ぶどう生産組合が「高松ぶどう」、大崎園芸生産組合が「大崎すいか」を特別価格で販売しました。

生産者らが特産品の魅力をアピールする中、来場者との会話も弾み、開始早々から売れ行きは良好。追加販売も行い、合計で高松ぶどう二百ケース、大崎すいか四十五玉が完売しました。

小雨が降る中での開催でしたが、旬の味覚を求める来場者で長蛇の列ができ、盛り上がりを見せました。



大きな大崎すいかを購入する子ども



高松ぶどうを買い求める来店客

## ブルーキャッツ石川かほく選手 ワイン造りに挑戦

七月九日、大田昇高松ぶどう生産組合長のブドウ園にて、PFUブルーキャッツ石川かほくの選手が「高松ぶどう」デラウェアの摘房作業を行いました。

選手たちは、地域に愛されるプロバレーボールチームを目指し、高松ぶどうを活用したスパークリングワイン造りに挑戦します。

ワインには、本来ならば捨てるはずのブドウを利用。大田同組合長は「今までは廃棄していたブドウをワインにできるのは驚きだった。この活動がお互いのPRになれば良い」と話しました。

選手・スタッフを含め約四十名でデラウェア六百五十キロを摘房。同組合員のブドウと合わせて約千キロが広島県の醸造所へ運ばれました。



ワインに使うブドウを摘房する選手

ワインの完成は十二月末を予定。七百五十ミリリットルのスパークリングワインが九百本製造で見込みです。ホームゲーム会場、オンラインショップなどでの販売を予定しています。

## ホクホク感が魅力 「くり大将」初出荷

七月二十五日、当JA管内で栽培されたカボチャ「くり大将」が初出荷を迎えました。

強い甘みと、栗のようなホクホクとした食感が特長。生産者十三軒から十・四トンと平年並みの初出荷量となりました。昨年からの栽培を開始した「栗天下」は生産者二軒から一・二トンが出荷されました。

昨年は七月の豪雨災害の影響で多くのカボチャが浸水。疫病の感染や実の腐りが確認され、出荷目標の三十三トンを大きく下回る十五トンの出荷となりました。昨年の状況を踏まえ、今年には新しい品種「MV1161」の試験栽培を開始しました。くり大将と同程度の強い甘みがあり、「腐りにくい」の



初出荷を迎えた「くり大将」

が特長。三軒の生産者から一・五トンが出荷されました。「作りやすく、玉の大きさも良い」と生産者から好評が寄せられています。今年には八月中旬まで出荷を予定。三品種合わせて三十五トンの出荷を目標としています。

## かほく白ねぎ 圃場巡回

七月九日、JA石川かほく白ねぎ部会は生育状況の確認のため、四か所の圃場を巡回しました。

津幡農林事務所職員が講師を務め、同部会会員、当JA職員らが参加しました。

巡回では、各圃場ごとに生産者が現在の生育状況を説明。近日の多雨により土寄せができていない圃場もあり、高温期になる前に天候の推移を見て晴れ間に土寄せを



生育状況を確認する生産者ら

するよう呼びかけられました。夏にかけて病気や害虫の発生が多くなることが予想されるため、発生初期に防除をするよう促しました。

## 排水対策研修会 実施

七月三十日、かほく市元女の圃場で排水対策研修会が開催され、関係者ら約三十名が参加しました。

県央農林総合事務所職員が講師を務め、排水対策の施工時期などを説明。その後、圃場管理者が実際に溝堀機を使い額縁明渠を設置しました。

当JAでは「水田フル活用」を推進。湿田に排水対策を実施し畑作物を導入することで、生産者の



額縁明渠を設置する様子

収益向上を目指しています。

## コシヒカリ 現地検討会開催

七月十一日、JAGグリーンかほく周辺の圃場で「コシヒカリ」の現地検討会が開催され、生産者・関係者ら約二十名が参加しました。県央農林総合事務所職員が講師を務め、現在の生育状況の確認や高温期に向けた今後の栽培管理について説明しました。

今年は春先に若干生育が遅れたものの、現在の生育状況は前年並み。今後の管理として、カメムシ



穂の長さを確認する生産者

が多発する予報が出ているため、防除の徹底を呼びかけました。また、高温により乳白粒が多く出る可能性が高いため、昨年発生した圃場では上乗せ追肥をするよう促しました。

## ひやくまん穀 穂肥現地研修会

七月十七日、当JA管内の圃場で「ひやくまん穀」の穂肥現地研修会が開催され、生産者・関係者ら約二十名が参加しました。

県央農林総合事務所職員が講師を務め、現在の生育状況や今後注意が必要な病気について説明。

今年は、葉色は良いものの茎数が昨年より少ないと報告がありました。六月に曇天で気温が高い日が続いたことで、紋枯病が発生し



生育状況を聞く生産者ら

ている圃場があり、防除の徹底を促しました。いもち病の発生も確認されているため、毎年発生している圃場は注意するよう呼びかけました。

## 無人ヘリで病害虫防除

七月中旬から八月中旬にかけて、管内の水稻圃場で無人ヘリコプターによる病害虫防除が行われました。

コシヒカリ、ゆめみづほ、ひやくまん穀を栽培する圃場、約千五百ヘクタールに薬剤を散布しました。

七月二十七日から行われた防除では、殺虫・殺菌剤を散布。

本年大発生しているカメムシ類に対するの防除とともに、ウンカ類や穂いもち病の予防にも効果が期待されます。

無人ヘリによる防除は管内作付けの五割程度。

生産者の作業・労力の軽減を図るとともに一斉防除による効率的な散布は、防除効果を高められます。



無人ヘリコプターによる薬剤散布の様子

営農担当職員は「病害虫による被害があると米の収量が落ちてしまう。トータルコスト低減と品質向上を進めるためにも、管内全域に基幹防除が広がってほしい」と話しました。

## 中条小学校 「マコモタケ」について学ぶ

七月十日、津幡町立中条小学校三年生約五十名は同町特産品「マコモタケ」の学習会を行いました。

津幡まこも生産組合の森山時夫組合長が講師を務め、マコモタケの特徴や栽培方法について説明。

児童から、収穫時期や美味しい調理方法などについて多くの質問があがりました。

「マコモタケはどろろとして他の作物に比べて値段が高いのか」という質問には「登録農薬がなく、今でも栽培から除草、収穫まで機械を使わず手作業で行っており大量には作れないからだ」と説明がありました。収穫時期が限られていることや保存がきかないことなども学び、地域の貴重な特産品への知識を深めました。

最後に、バケツで栽培されたマコモタ



マコモタケの葉の感触を楽しむ児童ら

ケを観察。実際に葉っぱに触れた児童は「葉の端つこがギザギザしていた」と初めての感触を楽しみました。

このマコモタケは秋の収穫に向け、児童らが協力して育てます。

## 大海味噌づくり学習 大豆土寄せ

七月十一日、かほく市立大海小学校三年生七名は、「大海味噌づくり学習」の二回目となる大豆の土寄せを行いました。

同市瀬戸町の高崎武義さん・高崎政勝さん兄弟指導の下、自分たちと同じ背丈ほどの大きな鍬を使い土寄せしました。近日の雨の影響で土が重たく苦戦した児童もいましたが「鍬が重たかったけど楽しかった」「高崎さんに教えても



大きな鍬を使って土寄せを行う児童

らってできるようになった」と初めての体験を楽しみました。九月には枝豆の収穫体験を予定しています。

## きれいな海浜を護る 海浜一斉清掃

七月七日、かほく市で海浜一斉清掃が行われました。

この取り組みは、白浜青松の海浜を護るとともに、環境保全意識を啓発するため、市民ボランティアにより毎年実施しています。

当JAからは宇ノ気支店・高松支店職員が参加しました。約一時間かけ砂浜のゴミを拾い、海岸をきれいになりました。



ゴミを拾う当JA職員

## 夏の展示会・産直市開催

七月十九日から二日間、当JAは夏の展示会を開催しました。

J Aグリーンかほく周辺にて新型農機具や新車・中古車を展示し、特別価格で販売。来場者は農機具の使い方などを当JA職員に質問しました。また、能登復興支援として農協牛乳を百円で販売。多くの来場者が買い求めました。

J Aグリーンかほく「そくさいかん」では、七月二十日から二日間、産直市を開催しました。一袋百円のミニトマト詰め放題や初心者向け秋冬野菜栽培講習会の開催のほか、数量限定で大崎すいか、高松ぶどうを特別価格で販売しました。そくさいかん女性部は手作りのカレーライス・笹ずしを販売。販売開始前から長い列ができ、賑わいを見せました。



袋いっぱいミニトマトを詰める来店客



コンバインについて当JA職員に質問する来場者

## サマーフェスタ 新鮮野菜市開催

七月二十七日、かほく市役所前にてかほく四季まつり「サマーフェスタinかほく」が開催されました。

当JA宇ノ気支店では同日、同支店前にて新鮮野菜市を開催。大崎すいかや高松ぶどう、惣菜など約三十種類を販売しました。野菜詰め放題やメロンの試食販売を実施し、早朝から多くの来場客で賑わいました。



1袋200円の野菜詰め放題に参加する来場客

## つばたまつりに出店

七月二十七日、津幡中央公園でつばたまつりが開催されました。

当JAからは津幡支店・津幡東支店が合同で模擬店「ほくの里」を出店。かほく市特産豚肉「豚輝」を使ったカレーライスと、津幡ブランド「まこも焼酎ほくの里」を使ったサワーなどのお酒を販売しました。

気温の高い日となりましたが、カレーライスを求めて多くの来場



カレーライスを買い求める多くの来場客

客が訪れ、盛り上がりを見せました。

# 組合員からの理事に関する 情報提供窓口の設置について

当組合の監事会は、経営の健全な発展に資するため、農協法（法第35条の5）および農協法施行規則（第81条）および当組合監事監査規程（第16条）に基づき、理事の職務の適正な遂行を阻害する行為に関する情報（組合経営に関する事象に限る）の提供を求めています。

当組合の理事の組合経営に関する気になる行為について、見たり聞いたりした事柄があれば電話または封書にて下記宛にご連絡くださいますようお願いいたします。

石川かほく農業協同組合 監事会

## 連絡先

- 住所 〒929-0326 石川県河北郡津幡町字清水チ329番地
- 電話番号 (076) 288-4179
- 部署名 監査室
- 受付監事 常勤監事 山下 充晃 宛

お電話の場合は、月曜日～金曜日、午前9時～午後3時にお願いします。

※当組合の業務に関する一般的な相談や苦情については、下記窓口を設置しておりますので、そちらをご利用ください。  
※ご好意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承ください。

## お客様 相談窓口

- 住所 〒929-0326 石川県河北郡津幡町字清水チ329番地
- 電話番号 (076) 288-3331
- 担当部署 総務課

- |                 |      |         |                     |
|-----------------|------|---------|---------------------|
| ◆金融に関するもの       | 担当部署 | 金融共済部   | 電話番号 (076) 288-2323 |
| ◆共済に関するもの       | 担当部署 | 金融共済部   | 電話番号 (076) 288-3914 |
| ◆営農・経済・販売に関するもの | 担当部署 | 営農部・経済部 | 電話番号 (076) 288-7555 |

この他、各支店・事業所で受付けております。

## 令和5年度 ディスクロージャー誌(情報開示)について

JA石川かほくの令和5年度における決算内容や事業内容について、情報開示を行います。

QRコードより  
確認できます！





## ご飯をおいしく 食事を楽しく

### トウモロコシと鶏もも肉のスープ 「天晴」のオーナーシェフ 永井 智一 氏



#### 材料 (4人分)

トウモロコシ (皮をむいて4等分) ……1本	サラダ油……………大さじ1
鶏もも肉(1枚を4等分) ……………2枚	料理酒……………100ml
ネギ(3cm幅) ……1本	水……………1200ml
ニンニク(つぶす)……………1片	塩……………小さじ1と1/2
	黒こしょう……………適宜
	小松菜……………1/4わ

#### 作り方

- ① フライパンにトウモロコシ、鶏もも肉、ネギ、ニンニクを入れ、サラダ油を回しかけ、中火で両面に焼き色をつける。
- ② ①のフライパンに料理酒、水、塩を入れ、中火で30分ほどあくを取りながら煮込む。
- ③ 黒こしょうを入れて味を調え、細かく切った小松菜を入れて、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。たくさんの方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

※1～5の事項を必ずご記入ください。

宛先

〒929-0326 河北郡津幡町字清水水子329  
JA石川かほくリバノス編集局

※レシピが多い場合は、リバノス編集局で選定させていただきます。

#### 私の趣味



内灘町 田中 よし子さん

私の趣味は「グラウンド・ゴルフ」です。20年前から始め、地域の方と楽しく交流しながら練習に励んでいます。スコアの計算を自分でしなければならないので、頭も体も動かせる健康に良いスポーツです。私は現在大会にも出場しており、今年5月には全国グラウンド・ゴルフレディス交歓大会へ出場。576名の出場者の中から優勝することができました。全国優勝できたことは嬉しかったですが、グラウンド・ゴルフの1番の楽しみは地域の方と顔を合わせてお話しできること。地震で練習場所の確保が難しく、交流できる機会は減りましたが、長く健康でいるためにグラウンド・ゴルフをこれからも続けていきたいと思っています。

#### 第2弾

### 「食と農」講座開催

7月28日、当JA女性理事による「食と農」講座を開催しました。

今回は第2弾として「夏野菜たっぷりピザ焼き体験」を実施。准組合員の親子など13組31名が参加しました。

受講者らは、麺棒で丸く伸ばしたピザ生地には採れたてのミニトマトやとうもろこしなどの夏野菜を自由に並べました。今回は米粉を使った生地と小麦粉を使った生地を食比べ。「米粉の生地はモチモチしている」と食感の違いを楽しみました。

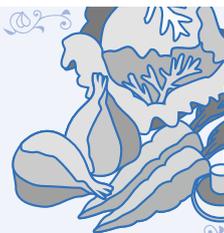
次回は「ミニ大根のプランター栽培」を予定。詳しくは「リバノス7月号」の裏表紙をご覧ください。



麺棒を使って生地を伸ばす子ども

FOOD

AGRICULTURE



# はじめよう 家庭菜園

澤出 隆

## 敷きわらマルチ

今年梅雨入りが遅く梅雨明けも八月一日と遅くなりました。梅雨の間は全国各地で土砂災害が発生しました。県内では正月の地震で地盤が緩み少しの雨でも土砂災害が発生する可能性が高い地域が多いです。畑の様子を見に出かけるなど危険な行動は控えてください。また、真夏日など高温や高湿度の時には朝夕の涼しいときに農作業をするようにしてください。

九月になると少しずつ暑さも和らいでくると思いますが、まだまだ暑い日も多いです。畑に植えたキャベツ・ハクサイやダイコンの水やりが大変です。高温で土が乾きやすいためたい肥などで保水性の高い土づくりをすることが大事です。また、表面からの蒸発を防ぐためマルチをすることも有効です。マルチといえは農ポリ（ポリエチレンフィルム）ですが熱が逃げにくく地温が下がりにくいため、夏期に定植するキャベ

ツやハクサイではあまり利用されません。

敷きわらでマルチすると通気性が高いので土壌水分が蒸発する時に熱が奪われ地温が下がることが期待できます。今回は敷きわらを使ったマルチについて考えてみます。

### ◎マルチ利用の目的

土壌表面を覆う（マルチングといいますが）目的の第一は、細かく柔らかく耕した土が雨などで流れだすのを防ぐことです。覆う資材として農ポリが一般的となっていますが、昔は稲わらや刈り取った雑草を敷いていました。現在では、目的に応じて様々なフィルムが利用されています。春先の気温が低いときには、太陽光が地面にまで届き地温を上げる効果が高い透明マルチが利用されます。雑草の発生が気になる場合は、黒マルチをすることで太陽光を遮断し雑草の光合成を妨げます。また、アブラムシなどはキラキラと光るものをきらいますので、シルバーマルチを

表 マルチフィルム（農ポリ）の種類

	目的	種類	種類
低温期に使うもの	地温上昇	農ポリ（透明）	地温上昇効果が高い順に、透明＞緑色＞黒色＞シルバー
	地温上昇 +雑草防止	農ポリ（緑）	着色フィルム（透明以外のもの）…光合成に必要な可視光線を遮り雑草の生育を抑制する。色が濃いほど効果が高い 黒＞緑＞透明
	地温上昇 +雑草防止 +アブラムシ忌避	農ポリ（黒）	光の放射によってアブラムシの飛来を防止する。透明・黒色フィルムに銀色の筋を一定間隔に印刷したもの 透明・緑・黒フィルムに少量のアルミ粉末を添付したもの
高温期に使うもの	地温上昇抑制 +アブラムシ忌避 +雑草防止	農ポリ（銀黒）	シルバーフィルム 白（銀）黒フィルム…表面が白（又は銀）、裏面が黒色 地温上昇抑制効果 白黒＞銀黒、シルバー アブラムシ忌避効果 銀黒、シルバー＞白黒
	地温降下	有機物 （稲わらなど）	敷きわら…イネ、ムギ、刈り草などを用いる。 マルチの中で、地温を下げる効果ももっとも高い

利用すると防虫効果が期待できます。キャベツやハクサイの植え付け時期は気温が高く、移植後の苗には大きなストレスがかかります。表にもあるように、有機物（敷きわらなど）

は地温を下げる効果が期待できる唯一のマルチ材料です。

### ◎敷きわらの特徴

農ポリと比較しながら敷きわらの特徴について考えます。わらはイネ科植物（稲、麦、ススキ、ヨシなど）の茎を乾燥したもので、腐りにくくマルチとして利用可能です。光を遮るくらいに敷くためには大量の資材が必要なことと敷く手間が大きいので大規模にはできません。家庭菜園規模であれば少し手間をかければ利用する価値は高いと思います。有機物なので作付け終了後は畑に直接すき込むことができます。有機物を土壌に投入するので土づくりに役立ちます。除草を兼ねてイネ科雑草を事前に刈って干しておけば有効利用できます。また、雨粒が優しく土中に入るので、土が締まりにくいです。追肥は敷きわらの上に置くだけで土の中に入ります。

このほか、モミガラもマルチとして利用できますが、風で飛ばないようにする工夫が必要です。使い古しの畳（稲わらで作ったもの）や上敷もうまく解体と裁断ができれば利用できます。少し手間をかければ、身の回りのものが夏場のマルチ資材として活用できそうですね。

## 挿し木について

## 土屋 照一

花では、他分野に比べていろいろな繁殖方法が利用されます。タネから増やす種子繁殖（実生・みしょう）が浮かびますが、球根類の分球、親株から切り離れた部分を挿し床に挿して増やす挿し木、親木に着けたまま発根させてから切り離す取り木、増やしたい植物の枝や芽を他の株（台木）に接いで増やす接ぎ木があります。他にも特殊な繁殖方法もあります。今月は、家庭でも良く行われている挿し木について取り上げます。

## ◆なぜ挿し木で殖やすのか？

草花、樹木を問わず多く行われるのは、①簡単な方法で短期間に親と同じものが得られる、②挿し木苗は実生苗より成育、開花が早い、③挿し木苗は直根がなく細根が多いので植え替えしやすい等が主な理由です。しかし倒伏しやすい、樹形が乱れやすい等の欠点もあります。キウヤカーネーションのように挿し木苗から栽培されるのが普通になっているものもあります。

## ◆挿し木の方法

（葉挿し）：セントポーリア、ペロニア（図1）、グロキシニア、サンセベリアや一部の多肉植物は葉の基部を挿せば発根、発芽してきます。親葉はいずれ不要となるので苗が大きくなったら除きます。複数の芽を形成するものでは大きい芽を一つずつに分けて育てます。（葉芽挿しと一節挿し）：葉の脇にある芽を着けて挿す方法ですが、細かい作業を省くため葉の着いている節の上下で切って（一節にする）挿せば（図2・インドゴムノキ）良いでしょう。一株から沢山の挿し穂が採れます

が、始まりが小さいので成育は遅れます。

（茎挿し）：枝挿しとも言い、頂芽を用いる芽挿し（図3）、樹木では新芽の伸長が止まり木化し始めた枝を六〜八月に挿す緑枝挿しがあります。芽挿しが多いけど数節着いた中間の茎を用いることもで



図2

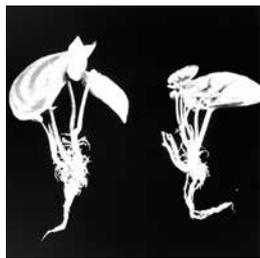


図1



図4



図3

きます。緑枝を用いるのは比較的活性の高い若枝であると同時に、環境や病害に対する抵抗性がある程度あるからです。常緑広葉樹に良く使われますが、環境を整えれば（図4・明るい木陰等）落葉樹でも利用できますし、三月後半から九月前半まで（温度低下に備えて）挿すことができます。

（熟枝挿し）：落葉樹で良く使われる方法で落葉期に枝を採り挿す方法で、乾燥を防いで保存して春の萌芽前に挿すのが一般的ですが、採穂後すぐに挿しても良いでしょう。私の経験では株立ちする種類に有効なようです。針葉樹では古い茎部分を付けて萌芽前に挿します。（根挿し）：一般の挿し木では発

根、発芽しにくい種類で根を挿すと増やせる場合があります。

## ◆挿した後の管理と注意点

一般的な植物は挿した後一週間は葉が萎れるのを防ぐために十分水を与えます。葉の萎れが和らいで来たら過度の水やりを控えます。葉にだけ水をかける葉水を併用して挿し床の水分過多を防ぎます。多肉植物とサボテンは少し湿った用土に挿して、以後一週間は水やりをしないようにします。これらは乾燥に耐えられ、水が不足する状態で発根が進むからです。斑入り植物では緑のない枝（図5左）や緑だけの枝が生じます。挿し木する際これらは避けましょう。前者は枯れ、後者は斑が出ません。

挿し木の難易はありますが、増やしたい種類を是非挿し木してみましょう。草花では新芽を、樹木では緑枝を用いて挿すのが着きやすく、一か月以上は待ちましょう。何本か着けば楽しくなります。



図5

# お便り OTAYORI コーナー

高松小学校のみんなが雨の中、仲よく田植えをしていました。おこめがたくさん取れますように！！

かほく市 角井 玲子

5月、管内では多くの小学校が田植え体験を行いました。農業に触れるというあまりない貴重な体験に、苦戦しながらも楽しんでいました。9月には稲刈り体験を行う小学校もあります。暑い日が続きますが、立派な稲に成長してほしいですね。

いつも私がクイズを頭の体操と言いながら解いているのを見ている小学3年生の孫娘が今月は「私が考える」と言い、一緒に考えました。

津幡町 宮崎百合子、仁奈（孫）

宮崎さんがいつも楽しそうにクイズを解いている姿を見て、お孫さんも「解いてみたい」と思ったのかもしれませんがね。クイズの回答、大正解です。ひとりで解くのももちろん良いですが、誰かと相談しながら一緒に解くという楽しみ方のひとつですね。

リバノス便り来るのが楽しみです。

津幡町 前山 知代

いつもご愛読ありがとうございます。毎月届く皆さまからの温かいお言葉、とても嬉しく励みになります。より良い広報誌が作れるよう、皆さまからのご意見・ご感想をお待ちしております。

料理レシピをいつもよんでいます。毎日のおかずにも少しでもみて、作ってみたいと思っています。野菜はトマトとピーマンを作っています。

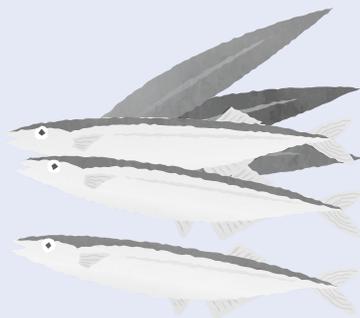
津幡町 中井 小夜子

料理レシピには、旬の野菜を使ったレシピも多く載っているので参考になりますよね。トマト、ピーマンはまさにこれからの時期が美味しい野菜。中井さんの自家栽培野菜を使った料理レシピもお待ちしております。

川柳の欄にとっても共感できる句があり嬉しくなりました。

かほく市 安下 礼子

毎月たくさんの方から川柳のご感想を頂きます。お題は同じでも、ひとつひとつの句にどれも個性があって面白いですよね。内容に共感したり、新しい考え方を知ることができたり、川柳は読むだけで楽しいですね。



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石川かほくりバノス編集部

# 川柳

石本よし一選

## 題「菜」

秀

百歳は一汁一菜守りぬぎ

洲崎 昭子（太田）

評 高齢化社会と言われる昨今、ちらりほらりと百歳を生きぬいた元気な方々の話を聞くことがある。  
百歳を生きぬいた秘訣は、決して美食に恵まれたからではあるまい。「馳走を食べ過ぎても、うまい酒を飲み過ぎても、百歳を生きる力にはならない。  
一汁一菜の粗末な食事が、かえって長生きの力になっているかも知れない。  
菜園の野菜も感謝して食べたい。

## 佳作

煮炊きした根菜料理が口に合い

松村小夜子（岩崎）

菜園は老いをなごます遊びの場

岡井 昭江（二ツ屋）

食卓に今日の一品そろえ菜が

川端 春美（狩鹿野）

菜園の野菜が並ぶ老いの食

山本 節子（清水）

乗り継いで食べに來ました加賀野菜

小田 和子（兵庫）

## 入選

欲ばらず家庭菜園趣味とする

吉田 順子（川尻）

新鮮な野菜が人気道の駅

藤沢 充子（瓜生）

デパ地下の惣菜財布つい緩む

兼保 直美（瀧端）

手作りの白菜キムチ試食会

山崎 洋子（横浜）

余暇過ごす家庭菜園あればこそ

山崎 直樹（上天田）

白菜でみんな喜ぶ鍋料理

澤本 昭子（内日色）

副菜を何にしよつか料理本

河合 雅子（津幡）

雨にぬれ菜の葉の色もあざやかに

喜多 弥生（北中条）

食べなさい苦手の野菜目の前に

加能 準一（北中条）

シルバーはおもに菜食心がけ

山崎 邦夫（横浜）

白菜の漬け上がる頃待ち望む

藏本 義弘（横浜）

ダイエットアイス代わりに夏野菜

井田 宏子（井野河内）

菜の花の色あざやかに負けぬ蝶

東 康子（能瀬）

日本食野菜の色で食進む

長谷川恵子（市谷）

菜も花も首をしゃがめて長い梅雨

古林 照子（長柄町）

生きがいを野菜作りで取り戻す

堂川 武久（領家）

野菜食べベタミンとって健やかに

池田ひろみ（夏栗）

菜の花にちよつちよひらりご飯です

田村 悦子（大根布）

十一月号題 「上」三句マテ

● 締切り 九月十日必着

十二月号題 「良」三句マテ

● 締切り 十月十日必着

### ▲投句先▼

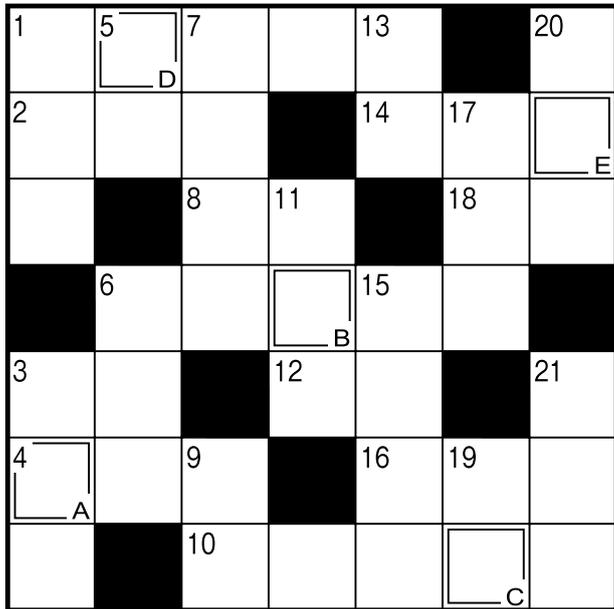
〒929-0326 河北郡津幡町字香堤寺ワ三

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 9月2日は——の日。ハズレくじ対象の抽選もあります
- 2 ドミノとかドファラとか
- 3 握りずしを数えるときに使う言葉
- 4 ミョウガはこの部分や若い茎を食べます
- 6 前身は江戸です
- 8 敬老の日——へ日本酒を贈った
- 10 素晴らしい考えのこと
- 12 南の島に似合う植物
- 14 ——手振りを交えて説明した
- 16 急須のお茶を注ぎます
- 18 ノブを持ってあげます



**⬇** タテのカギ

- 1 わらなどで編んで米や炭を詰めます
- 3 「 」や( )のこと
- 5 長く連れ添った夫婦は似てくるとか
- 6 アキアカネ、オニヤンマといえば
- 7 からすみはボラなどの——を加工したものです
- 9 食パンのふちの部分
- 11 筒に強く息を送り込んで矢を飛ばします
- 13 派手なところがありません
- 15 明日の授業に備えて——をした
- 17 房で売られる果物
- 19 神の起こした洪水を箱舟で乗り越えました
- 20 天竺牡丹(てんじくぼたん)とも呼ばれるキク科の花
- 21 一時的に寝ること

**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 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〉サルスベリ

- 田村 悦子 さん
- 高田ふさえ さん
- 谷内 寿美 さん
- 北村 孝子 さん
- 瀬戸 奏心 さん



## 第4回 理事会だより

令和6年7月25日(木)開催

● 審議事項

- 第1号議案 令和6年度会計監査人との監査契約(電子契約)の締結について
- 第2号議案 令和5年度ディスクロージャー誌(情報開示)について
- 第3号議案 令和5年産米共同計算結果及び互助制度(非主食用米)最終精算について
- 第4号議案 令和6年産米共同計算の実施単位、収入・支出項目の設定について

● 報告検討事項

- (1) 各委員会の開催報告について
- (2) 令和6年6月末事業概況について
- (3) 令和6年度第1四半期監事監査結果について
- (4) 組合員からの情報提供窓口の明示について
- (5) 令和6年度第1四半期内部監査の実施報告について
- (6) 令和6年度第1四半期コンプライアンス関連事項の報告について
- (7) JAバンク基本方針に基づく「経営管理資料」のうち農林中金が定める事項の報告について
- (8) JAバンク基本方針に基づく「体制整備モニタリング報告」について
- (9) 令和6年度第1四半期余剰金の運用状況報告及び運用限度報告について
- (10) 令和6年度第2四半期余剰金の運用方針について
- (11) 令和6年度第1四半期組合員の加入及び脱退状況について
- (12) 令和6年産米集荷販売要領及び特定米穀集荷販売要領の制定について
- (13) 令和6年度ライスセンター・カントリーエレベーター稼働計画について
- (14) 令和6年度米検査計画について
- (15) 株式会社JAアグリサポートかほく事業進捗状況について
- (16) 能登半島地震損害調査報告について
- (17) 30周年記念事業について
- (18) その他

支店活性化委員から、こんにちは!

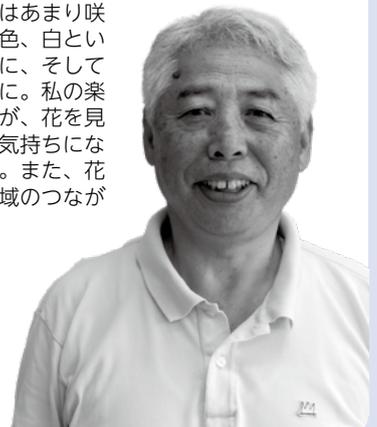
### 笑う門には福来る

津幡東支店活性化委員の山崎達夫です。津幡東支店には、笑顔が素敵な職員がたくさんいます。いつも生き生きとした明るい雰囲気があり、来店するだけで笑顔になります。

私は年に数回、自分で育てた花を支店前に飾る美化活動を行っています。支店は山に囲まれた緑豊かな地域にありますが、花はあまり咲いていません。ピンク、黄色、白といった彩りが支店前を華やかに、そして来店者の気持ちを晴れやかに。私の楽しみのひとつではありますが、花を見た来店者が少しでも明るい気持ちになってくださると嬉しいです。また、花を通じて会話が生まれ、地域のつながりをより強いものにできたらと思っています。

これからも、入り口から笑顔になれるような支店を目指していきます。

津幡東支店活性化委員  
山崎 達夫



# 残暑の時期の胃腸トラブル対策で美しく

栄養士 吉田 理江

残暑の続くこの時期は、「寝ても疲れが取れない」「常に体がだるい」など日常的に疲労を感じていませんか？もしかしたら、食事が原因かもしれません。疲労回復と美肌づくりにお薦めの栄養素を二つお伝えします。

## ■タウリン

イカ、タコなどに含まれるタウリンには、疲労回復効果が期待できます。タウリンはアミノ酸の一種で細胞を正常に保つ働きがあるため、体の状態を良好に保つために必要な成分です。胆汁酸の合成や分泌を促進し、肝臓の健康をサポートします。肝臓は代謝や解毒などさまざまな機能を担っている臓器です。肝機能が低下すると体の疲労につながるため、肝臓に負担をかける、食べ過ぎ、アルコールの過剰摂取に気を付けましょう。肝臓に負担がかからない食生活を心がけることが大切です。暑い日は、冷製パスタにタコ、トマトを加えるとおいしく、そして手軽にタウリンが取れます。

## ■ビタミンB1

豚肉、そば、玄米などに含まれ

るビタミンB1は、炭水化物に含まれる糖質をエネルギーに変えるために必要な栄養素です。エネルギーの代謝が活発になれば体の機能も高まり、疲労回復に役立ちます。不足すると疲労物質の乳酸が体内に蓄積されるだけでなく、イライラしやすくなったり、食欲が低下しやすくなることがあるため、意識してビタミンB1を取るようにしましょう。タマネギ、ニラなどのネギ類に含まれるアリシンがビタミンB1の吸収を高めてくれるため、豚肉と一緒に炒めて食べると良いでしょう。そうめんやそばにそばを食べるとビタミンB1を効率良く取れます。

暑い日は喉越しが良い麺類ばかりになりがちですが、栄養のバランスが偏り疲労が蓄積されやすくなります。野菜やタンパク質も取るようにしましょう。バランス良く食べることは、美肌づくりにも役立ちます。



## 令和6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

# 4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  
津幡セルフ給油所 TEL 289-3221  
宇ノ気給油所 TEL 283-5035

9月・10月はさらにおトク!

JAカード限定!直売所キャンペーン

JA直売所の  
ご利用が  
**15%** おトク!  
いつでも! 5%割引 + 9月・10月限定! 10%相当ポイント還元



JA直売所(JAカード5%割引実施店舗)で、対象期間中にJAカードをご利用いただくと、ご利用金額合計の10%相当\*をポイント還元! いつもの5%割引と合わせて、15%相当おトクにご利用いただけます!  
※還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

いつでもおトクな  
JAカード特典!

JA直売所のご利用は  
請求時  
**5%割引!**  
※一部対象外の店舗がございます。

9月・10月限定!キャンペーン

JA直売所のご利用金額の  
還元時期 2024年9月1日(日)~10月31日(金)  
還元時期 2025年1月  
対象期間のJA直売所でのご利用金額合計の10%相当分を還元(4円=1ポイント)を計算します(小額決済は切り捨て)。還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。  
※ポイントはJAカードのWAU(ワウポイント)またはJAカードゴールドポイントプログラムでご利用いただけるポイントです。※還元金額はポイント交換でキャッシュバックをご選択された場合の金額(ポイントを4円換算で交換)を記載しています。

特典の詳細はこちら <https://www.cr.mufjg.jp/jafarmmarket2024/>

※本誌記載の情報は2024年4月時点の内容です。特典については予告なく終了や内容の変更を行う場合がございます。  
※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、ICBブランドのJAカードは本特典の対象外です。  
※JAカードでのお支払いが対象です。電子マネーやコード決済等のお支払いは、JAカードを登録されている場合でも本特典は適用されません。



## 笑顔で収穫

ほのぼのデイサービスのハウスで、5月にご利用者と野菜の苗植えを行い、すくすくと育ち収穫の時期を迎えました。

現在ハウスには、おくら、大葉、ピーマン、きゅうり、なす、緑なす、ゴーヤ、ミニトマト、一口メロン、スイカ、さつまいもと様々な野菜を育てています。

毎日の水やりをしながら育てている野菜を見ると、自然と愛着が湧き、水やりが楽しくなってきます。

この時期は、ご利用者同士でも「あんたんとこ、どうやいね」などのやり取りが聞こえてきて「畑仕事は楽しいわ」とご自宅での畑のお話などで会話が盛り上がっています。

7月9日、ほのぼののハウスでご利用者と一緒にかきゅうりの収穫を行ないました。

「あっ！ここになつとるわ、ここにもなつとるわ」「どこやいね」と覗き込んで探し収穫を楽しんでいました。

ご利用者と一緒で育てた大切な野菜を、皆さんと一緒に美味しくいただき、夏本番を元気に過ごしていきたいと思います。

## ほのぼのデイサービススタッフ一同



野菜を収穫する様子



収穫したきゅうりと利用者

ほのぼの  
だより

## 七夕お茶会

普段、ケアマネジャーは、自宅へ訪問して利用者様やご家族様から、要望や普段の様子をお聞きし、サービスの調整などを行っていただきます。ケアマネジャーの事務所とデイサービスはほのぼののハウスを挟み隣同士ですが、様子を知らずにはデイサービス職員からの報告がほとんどです。

ある日、「デイサービスの利用者様と一緒に何か楽しみたい。七夕お茶会を開いたらどうか？」と心得のある職員からの提案を受け、七夕お茶会を企画することになりました。

当日は、デイサービス職員も一緒に準備し、雰囲気作りの音楽や、お茶菓子の盛り付け、利用者様が作った七夕の笹かざりは、さらに気分を高め



てくれました。

着物を着た職員がお茶をたてる姿を見て、「私も昔、お茶をたてたわ」「母親がお茶をたてていたことを思い出す」「作法はわからんけど、おいしいです」など利用者様から沢山の声が聞こえ、あちこちで笑い声もありました。ケアマネジャーも一緒に利用者様と話をしながらお茶をいただいたりすると、のどがうるおったのか、カラオケ大会が始まりました。

利用者様の歌声は力強く、つられて皆さん歌いだし、にぎやかなお茶会となり、つかの間でしたが、職員と利用者様が一緒に楽ししいひと時を過ごすことが出来ました。

自宅とは違った表情をみる事が出来たので、ご家族様にも報告したいと思います。そしてみんなで楽しめることをまた企画していこうと思います。

ほのぼのヘルプ  
スタッフ・ケアマネジャー一同

# アンパンマン キャラバン

交通安全

ANPANMAN  
CARAVAN



おれいけ!  
アンパンマン  
©やなせたかし/フレーベル館-TMS-NTV



アンパンマンと  
交通ルールを  
学ぼう!



キャラバントラックは  
緑・青・黄・赤  
どの色に会えるかは、お楽しみ♪

**日時** 2024年10月19日(土) 1回目 11:00~ 2回目 14:00~  
**場所** 津幡町文化会館「シグナス」ホール 石川県河北郡津幡町北中条3丁目1番地

参加無料  
チケット制

主催: JA石川かほく  
問合せ: 電話 076-288-3914 (金融共済部 共済課)  
応募期間: 2024年8月1日(木)~9月15日(日)

☆状況により開催内容が変更または中止となる場合もございますので、あらかじめご了承ください。  
その場合はJAホームページにてお知らせいたしますのでご確認ください。

※所定の場所以外でのカメラやビデオでの撮影はご遠慮願います。※個人によるトラブルや事故については、主催者は責任を負いかねます。※交通事情等により中止になる場合がございます。あらかじめご容赦ください。

参加ご希望の方は、右記の二次元  
コードよりお申し込みください。  
応募多数の場合は抽選とさせて  
いただきますので、あらかじめご  
了承ください。

