

暮らしに彩りを添える JAマガジン「ジャン」 JAN

暮らしに彩りを添える
JAマガジン「ジャン」 JAN

2025年5月号 no.566

発行日：2025年5月10日

発行：能美農業協同組合 代表理事組合長 作田 実善秋

印刷：鶴川印刷株式会社 編集：総務部 総務人事課

特集

こんにちは
Hello 生産者さん

ニンニク農家米田さん、
健康の秘訣は農業にあり！



no.566

5

MAY 2025

JA能美

創立50周年の感謝を込めて

募集総額
10億円
募集総額に到達次第終了いたします

預入金額
新規50万円以上
当JA以外からの預け替え等



1年定期金利
年0.50%

組合員限定 税引後 年0.398%

対象者 組合員様、同居のご家族様も取組できます！
新たに組合に加入いただける方含む

記念定期キャンペーン

令和7年5月1日(木)～8月29日(金)



定期貯金 新規ご契約の方に

※対象商品：スーパー定期(自動継続契約) ※個人の方に限ります

※市場金利および経済情勢により、適用金利を変更させていただく場合がございます。
※自動継続契約とし、満期以後は同キャンペーンとしての取扱いはいたしません。
※継続後の適用金利は継続日における店頭表示利率となります。
※中途解約における注意事項：やむをえず満期日前に解約するときは、当JA所定の中途解約利率を適用します。
※利息には20.315%(国税15.315%・地方税5%)の分離課税が適用されます。

お問い合わせは

●本店金融課 ☎(0761) 57-3505 ●中央支店 ☎(0761) 57-0036 ●寺井支店 ☎(0761) 57-1141 ●辰口支店 ☎(0761) 51-3115 ●川北支店 ☎(076) 277-1288



JA能美

あなたの暮らしのそばに

監査室、総務部 ☎(0761) 57-3505

金融共済部 金融部門 ☎(0761) 57-3505
共済部門 ☎(0761) 57-3508

営農経済部 営農部門 ☎(0761) 57-2655
経済部門 ☎(0761) 57-2288

JAグリーン

農業機械課

自動車課

本店セルフ給油所

辰口セルフ給油所

☎(0761) 57-4831

☎(0761) 57-2654

☎(0761) 57-2653

☎(0761) 57-4292

☎(0761) 57-4710

川北給油所 ☎(076) 277-1789

LPガスセンター ☎(0761) 51-5525

加工センター ☎(0761) 57-1140

葬祭センター ☎(0761) 57-4004

配送センター ☎(0761) 52-0531

●中央支店
☎(0761) 57-0036

●寺井支店
☎(0761) 57-1141

●辰口支店
☎(0761) 51-3115

●川北支店
☎(076) 277-1288

ホームページ
www.is-ja.jp/nomi/



Instagram
情報発信中！
インスタグラムでも





家庭菜園から小さく始め 今では立派な畑が広がるまでに

現在、200～300㎡の畑で中国ニンニクや無臭ニンニク、ネギをメインにつくられています。ニンニクの収穫量はなんと約3000個を超えるほどになりました。

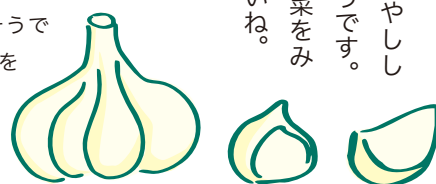


手間暇かけた無農薬栽培なので、米田さんのニンニクは安心安全！



米田さんが栽培されている 無臭ニンニクと中国ニンニク

農薬の散布は一切行わないので、虫やカタツムリがつくこともあります。手作業で取っているそうです。ご自身が病気されたこともあり、安心安全を第一に手間暇かけて栽培されています。



ニンニク農家の米田さん

健康増進に役立ちそうな、ニンニクやネギを育てることに。当初はご自身で食べる分だけ栽培していましたが、今ではJAグリーン能美へ出荷するまでに至りました。

手塩にかけて育てたニンニクなどの野菜をお客様が手にされた時は、何よりも嬉しいそうです。「農業は、やりがいがある楽しい」と語る米田さんにニンニクのおすすめレシピを教えてくださいました。

それは、揚げニンニクを味噌汁に入れることです。揚げニンニクは、臭みも取れ香ばしくて美味だそうです。

これから迎える夏には、ピーマンやししとう、ゴーヤなどの栽培も始まるそうです。

JAグリーン能美で米田さんの野菜をみかけたら、ぜひ手にしてみてくださいね。



ニンニク農家 米田敬さん（能美市）

健康の秘訣は農業にあり！

農業を始めたきっかけは、仕事の傍ら趣味として始めた家庭菜園。もともとは4人グループで畑を楽しまれていたそうです。ある日、メンバーの一人から「所有している畑を管理してくれないか？」と頼まれ、断るに断れず、今のようにお一人で畑を管理することになりました。農業に関しては、ほとんど素人同然でしたが、YouTubeの動画を見て独学で学び深められたそうです。

そんな米田さんでしたが、60代の時に体調を崩されました。病気のリハビリと運動不足解消のため、これまで以上に農業に本腰を入れるようになったそうです。ご自身の病気をきっかけに栽培する作物も、



回は能美市の
ニンニク農家米田
敬さんの畑にお伺い
しました。

JAグリーン能美 能美の市では、年中通して様々な野菜やお米が並んでいます。多種多様な季節の野菜を皆さんに提供できるのも、生産者さんのおかげなんです。ということで、食卓を支えてくれている生産者さんをご紹介します。





J A 能美 女性部加工部会 代表 米一美雪さん

女性加工部では、
毎日違う献立のお弁当や
惣菜を作っています。

し合い、新メニューを考えたり、市販の商品と食べ比べてより良い商品開発を行っています。なんといっても女性加工部のお弁当やお惣菜の特長は地元野菜をふんだんに使っていることです。

定番の人気商品は「おかずセット」。郷土料理の「てんばおくもじ煮」も店頭に並べばすぐさま売り切れになるほどの人気です。5月から売り出される押し寿司も大好評です。

女性部加工部会では只今メンバー募集中です。若い方も、定年退職された方も、興味がある方はぜひお気軽にご相談ください。和気あいあいとした楽しい職場ですよ。



メンバー募集中!

J A 能美の女性部加工部会ではメンバーを募集しています。美味しく楽しく、メンバーで和気あいあいと活動を行っています。朝は早いですが、午後からは自由な時間もできますよ。興味のある方はお気軽にご連絡ください。

加入相談窓口
園芸振興課 しょうだ TEL 0761-57-2655

いしろう J A グリーン能美店
内のお弁当や惣菜コーナーから聞こえてくるお客様の声。お弁当や惣菜が店頭で並べられると瞬間に売れていくほどの人気です。これらの商品を作っているのは J A 能美の女性部加工部会です。平成25(2013)年に発足し今年で12年目。現在は6名で活動しています。今回はお弁当やお惣菜の製造現場にお伺いし、代表の米一さんにインタビューさせていただきました。

「女性加工部の活動にお弁当やお惣菜づくりがあります。J A グリーン能美の隣にある加工施設で、毎週金・土・日・月の朝6時から活動しています。J A グリーン能美で仕入れた食材や畑で採れた旬の野菜を素材に献立を考え、一日150〜180個ほど作っています。できたての商品は、J A グリーン能美の店頭で並べられます。

皆さんは、J A 能美の女性部加工部会（女性加工部）をご存知ですか？今回は、女性加工部の活動の様子をお届けします。

私たちは、
J A 能美
女性部加工部会です。





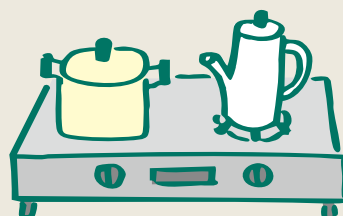
JA能美プロパンガス事業のご紹介

☆JAクミアイプロパンではお客様にLPガスを安心快適にご使用いただけるよう、専門資格を有する担当者が常時サポートしております。

1

JA能美は、災害時に強いプロパンガスをお勧めします！

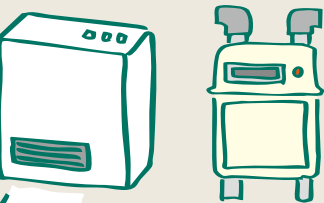
停電時でもガスコンロは使用することができます。プロパンガスは災害からの復旧が早いです。



2

「集中監視システム」・「緊急時対応」

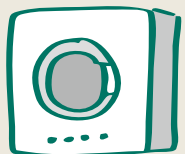
ガスメーターで常に異常がないか確認しています。24時間365日いつでもJA職員が駆けつけます。



3

ガスファンヒーターの無料貸出し

JA能美のプロパンガスをご利用の方は、無料で貸し出します。また、特別ガス料金プランもご用意しています。



4

ガス機器のお試し利用制度！

ガスファンヒーター（給油不要、5秒で点火します）、衣類乾燥機（短時間でタオルがふっくら仕上がります）。一度、お気軽に使ってみてください！

JA能美LPGセンターでは、日々、お客様の安心・安全を第一に業務に取り組んでおります。クミアイプロパンのご利用や、ガス機器のお試し利用等、何なりとお申しつけ下さいませ！

お問い合わせ LPGセンター：しもなか・わき TEL 0761-51-5525

農協観光からのお知らせ

昨年好評のツアーが復活！大人気ツアーにつきお早めに！

大自然 歴史と美食の島 八丈島の旅

3日間

伝統の八丈太鼓や踊りに魅了！
名物島寿司や郷土料理に舌鼓！



旅行期間：令和7年7月7日（月）～9日（水）

旅行代金：124,800円（税込）＊2名1室の場合

詳しくは専用チラシをご請求ください お問い合わせ 農協観光北陸エリアセンター TEL076-240-5088



これで初心者でも不安なし！

今月のピックアップ

セルフ洗車機の基礎知識

車を保有していると、車のメンテナンスは避けて通る事は出来ません。車の汚れもその1つで『いつも綺麗な状態にしておきたいけれど…』という気持ちが正直なところ。そんな洗車機初心者の為に、【難しくないセルフ洗車機】のポイントをご紹介します。

POINT 4

拭き上げこそが洗車の最大の重要ポイント！
私は拭き上げこそが洗車の最大の重要ポイントだとも思っています。ここで水滴を残すと水垢が付着してしまいます。ドアを開けて入り込んだ水を拭き、ボディの水滴も拭き上げ、車内清掃も完了すれば洗車は終了です。ぜひ、お近くのセルフ洗車機で愛車をピカピカにしてみてくださいね。

POINT 3

洗車が終わったら、頑張って拭き上げます！
洗車が終了したら、拭き上げコーナーに車を移動させます。本店セルフ給油所では自由にタオルをご使用いただけますが、辰口セルフ給油所では監視室前まで取りに行く必要があります。この場所には、タイヤの空気入れやマット洗浄機・掃除機もありますので車内清掃も出来ます。

POINT 2

タッチパネルで何を選べばいいの？
タッチパネルで選ぶのは、下記の洗車メニューです。但し、コーティングを施した車の場合はシャンプー洗車又は特殊コーティング施工車専用のメニューをお選びください。

POINT 1

洗車の前にすべきことってある？
アンテナなどの収納可能な突起物があれば収納しドアミラーを畳んでください。昔はリアワイパーなど突起物にガムテープを貼るイメージがありました。今は突起物を選ぶ項目がありますので安心して洗車機を使用してください。



洗車メニュー

全コース 1往復高圧ジェット洗浄付き！

洗車半額デー 本店セルフ給油所 毎週 火・水 辰口セルフ給油所 毎週 水・木

基本メニュー

	会員様価格	通常価格
リフレッシュドライブ 強力撥水！ツヤ輝きが復活	2,200円	2,400円
プリズムグラス 当店おすすめ！究極の輝き	2,000円	2,200円
FK-2 ハイパー トリプル FK-2 ハイパーの3回掛け	1,400円	1,600円
FK-2 ハイパー 高品質ポリマーコーティング	1,000円	1,200円
シャンプー さっと綺麗にお手軽洗車	800円	1,000円
特殊コーティング施工車専用 ディーラーコーティング等に	1,200円	1,400円

セットメニュー

	会員様価格	通常価格
リフレッシュドライブ プレミアム リフレッシュドライブ ＋下部洗浄＋泡洗浄＋1往復乾燥	2,600円	2,800円
プリズムグラス プレミアム プリズムグラス ＋下部洗浄＋泡洗浄＋1往復乾燥	2,400円	2,600円
FK-2 ハイパー プレミアムトリプル FK-2 ハイパートリプル ＋下部洗浄＋泡洗浄＋1往復乾燥	1,800円	2,000円
FK-2 ハイパー プレミアム FK-2 ハイパー ＋下部洗浄＋泡洗浄＋1往復乾燥	1,400円	1,800円

オプション

- 各種＋200円
- 下部洗浄（スイング式）
- 泡洗車
- タイヤ泡洗浄
- ＋1往復乾燥

セルフ洗車機設置場所：JA能美 本店セルフ給油所・辰口セルフ給油所 営業時間 7：00～21：00





Lets Cook!

JA女性部だより

食と農を中心に楽しく学べる大人の部活動

お手軽レシピ

ゴマた〜っぱり「ビビンバ」

ビビンバは、韓国語で「ビビン（混ぜる）」と「パプ（ご飯）」を意味する混ぜご飯料理のこと。日本語で発音しやすい「ビビンバ」とも呼ばれてます。



材料 2〜3人前

- 小松菜 … 1把
- にんじん … 1/2本
- 豆もやし … 1袋
- ひき肉 … 約250g
(牛ひき肉または合い挽き肉)
- キムチ … お好み
- 卵 … 人数分
- ごはん … 適量

調味料 2〜3人前

- ★はエコープマーク品です
- 純正ごま油 ★ … 炒める用
- おろしにんにく ★ … 炒める用
- ごま和えの素 ★ … 大さじ 1.5
- 焼き肉のたれ … 適量
- すりごま（白） ★ … 大さじ 4
- コチュジャン … お好み
- 胡麻辣油 ★ … お好み



〈下準備用 調味料 ④〉

- 純正ごま油 ★ … 大さじ 1.5
- しょうゆ … 大さじ 1
- 鶏ガラスープの素 … 小さじ 1
- おろしにんにく ★ … 大さじ 1〜2
- すりごま（白） ★ … 大さじ 3

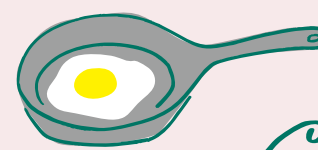
下準備

- ① 小松菜は洗って3〜4cmの長さに切り、茎と葉の部分にわけておく。
にんじんも3〜4cmの長さに千切りしておく。
- ② ④の調味料をボウルで混ぜ合わせ、さらに4分程度ゆでた豆もやしを入れてよく和える

つくり方

- 1 フライパンにごま油を入れて、にんじんと小松菜の茎の部分を炒め、半分火が通ったら、ごま和えの素を入れて混ぜる。
小松菜の葉とすりごま（大さじ1）を加え、さらに炒めて全体に火が通ったらフライパンから取り出しておく。
▶ 味見のうえ、しょうゆ・鶏ガラスープの素を少量加えて味を整えてください。
▶ フライパンは次で使うのでそのままOK！

- 2 同じフライパンにごま油を入れて、ひき肉を炒め、火が通ってきたら焼き肉のたれを入れて混ぜる。
すりごま（大さじ3）を加え、お好みでコチュジャンまたは胡麻辣油を少量入れてよく混ぜ合わせ、煮汁が半分になるくらいまで煮詰める。
▶ ごま油と一緒におろしにんにくを入れてもGOOD！



- 3 目玉焼きを作る。
▶ 半熟がオススメ！

- 4 丼にごはんを盛り、つくった具材（豆もやし、小松菜、にんじん、ひき肉、目玉焼き）、お好みで刻んだキムチとコチュジャンを乗せる。
▶ スプーンで具材とごはんをよく混ぜて食べてください。
▶ 辛いのが好きな方は、コチュジャンや胡麻辣油で調整を！



祝！JA能美女性部 受賞！

4月24日(木)開催の第74回JA石川県女性組織協議会通常総会において、JA能美女性部は以下の賞を受賞しました。

- 重点活動優良JA女性組織表彰【地産地消運動部門】 最優秀賞
- 「一人がひとりを」仲間づくり運動 最優秀賞
- 令和6年度JA女性組織活動体験発表 最優秀賞



*活動体験発表については、今年7月開催の東海北陸地区(7県)リーダー研修会内のブロック大会において石川県代表として出場します。

女性部活動 今後の予定

- 6月上旬(日程未定) グリーンレディースカレッジ②ウォーキング
- 7月19日(土)午前10時〜 グリーンレディースカレッジ③食品添加物の勉強会

5月1日より“春の共同購入運動”が始まっています！

安心・安全のエコープマーク食品や日用品をはじめ、県内各JAの特産品もこの機会に購入できます。各支店の窓口にカタログがありますので、ご近所さんやご友人と回覧するなどして一緒にご注文されることをお勧めします。管内の方ならどなたでもご利用いただけます！

*注文後、商品のお届けまで1〜2週間ほどかかりますのでご了承下さい。

ご注文は各支店窓口へ 春の運動は7月末まで

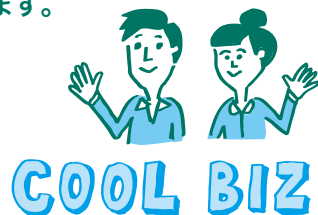
女性部・フレッシュカレッジ・ボランティアグループ・家の光などのお問い合わせ・お申込みは、お気軽に電話ください。

お問い合わせ・お申込み 総務部 女性部事務局：よしだ・のほら TEL 0761-57-3505



組合員様へお知らせ

JA 能美は、地球温暖化防止対策に取り組んでいます。



- 地球温暖化防止対策として、冷房時の室温を 28℃にしています。
 - COOL BIZ（クールビズ）を実践しています。
- 役職員の「ノーネクタイ・ノー上着」等の軽装に、皆様方のご理解・ご協力をお願いします。

取り組み期間 令和 7 年 5 月 1 日(木)から 10 月 31 日(金)まで

5・6月の主な行事

- 5月22日 第1回監事会
- 5月30日 第2回監事会
- 6月21日 第27回通常総代会
- 5月30日 第2回定例理事会
- 6月19日 第3回定例理事会

理事会だより

令和 7 年 4 月 25 日（金）開催の第 1 回定例理事会で、次の事項が審議・報告され、審議事項は原案通り可決しました。



1 審議事項

- (1) 第 2 7 回通常総代会の開催について
- (2) 全般統制評価の結果に基づく内部統制システム基本方針の見直しの要否について
- (3) 令和 7 年度不測事態に対する情報セキュリティ管理体制と対応について

2 報告事項

- (1) 「JAバンク基本方針」の変更について
- (2) 理事と組合との契約行為について
- (3) コンプライアンス委員会報告について
- (4) 組合員の加入及び脱退の状況について
- (5) 余剰金運用の状況報告について
- (6) 第 1 回財務管理委員会報告について
- (7) 令和 7 年 3 月末実績報告について
- (8) 令和 7 年 5 月次業務日程について
- (9) その他
- (10) 反社会的勢力との取引排除及び組織犯罪防止に係る対応状況について
- (11) 自店検査実施状況について
- (12) 苦情の受付と対応状況について
- (13) 事務ミス等報告の状況について
- (14) 長期職場離脱実施状況について
- (15) コンプライアンス・プログラムの進捗状況について



編集後記



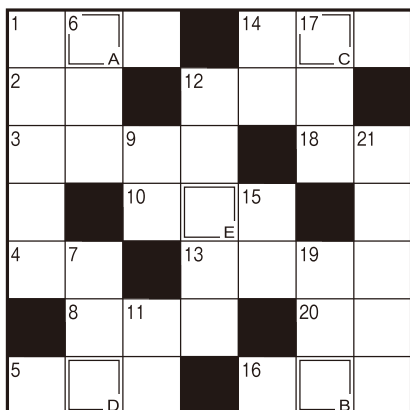
先月号から広報誌『JAN』もリニューアルし、まだまだ若葉マークがとれない新人です。今後、組合員・地域の皆様の手にとって読んでもらえるように試行錯誤しております。地域の身近な話題やそこに暮らす人々。皆様に興味のある話題。今世間で問題になっていること。JA ならではの特集記事など、興味の持ってもらえるような話題の提供が出来ればと思っています。ぜひ、アンケートハガキにご要望をお聞かせください。

大方の田んぼには苗が植り、そろそろ大麦が黄金色に実る時期になりますね。色々な作物もはじめは小さな種ですが、大地に根を張り、大きく育ち、作物を实らせる。この広報誌『JAN』もまだまだ小さな種ですが、今後大切に大きく育つように頑張って参りますので皆様の応援をよろしくお願いいたします。

Thank you

クロスワードパズル

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？



★タテのカギ

- ① ひげそりに顔に押し当てる人もいます
- ⑥ その泉は——的な空気に包まれていた
- ⑦ 日本には謙譲の——の精神があります
- ⑨ 周囲より小高くなっている土地のこと
- ⑪ 大きなビルが——のタケノコのごとく増えてきた
- ⑫ ひじをグッと曲げて出します
- ⑭ 雑穀の一つ。アワやキビと並んで知られています
- ⑮ ちらしやにざりがあります
- ⑰ 大勢の人が床のあちこちで眠ること
- ⑲ 結んでお吸い物に入れることもある葉野菜
- ⑳ 5月の空を泳ぎます

★ヨコのカギ

- ① 端午の節句に——人形を飾った
- ② 鉛筆にもリングにもあるもの
- ③ 2018年ごろに大流行した——ミルクティー
- ④ 漢字などの読み方を示す小さな文字
- ⑤ 小学校で一番授業が多い科目
- ⑧ 福島県の——は浜通りと呼ばれます
- ⑩ カアカアと鳴きます
- ⑫ スロバキアと分離してできた国。首都はプラハ
- ⑬ フラダンサーの腰で揺れるもの
- ⑭ 初夏でも強く照りつけることがあります
- ⑯ 漢字では雲雀、日晴鳥などと書く鳥
- ⑱ 三毛、トラ、サバといえば
- ⑳ ギュッと押すと気持ちいい

4月号クロスワードパズル

2025 年 4 月号の答えは『イースター』でした。
当選者の発表は送品の発送を持って代えさせていただきます。

2025 年 5 月号応募締切 5月30日(金)

ハガキに

本誌 JAN に挟み込みのハガキに「①答え②支店名③住所・氏名・年齢④本誌へのご意見・ご感想、身近な話題など」をご記入の上、本店総務人事課まで郵送、または最寄りの支店にご持参ください。

〆切り：2025年5月30日 抽選で若干名の方に景品をお送りいたします。当選者の発表は発送を持って代えさせていただきます。

※ご意見やご感想は誌面で紹介する場合がございます。ご記入いただいた個人情報広報以外の目的では使用いたしません。

JAグリーン能美 来店者300万人突破しました！

JA グリーン能美は2011年4月5日のオープンから多くのお客様にご来店いただき、4月8日（火）に来店者数が300万人を突破いたしました。これまでお越しいただいた皆様に心より感謝申し上げます。

記念すべき300万人目のお客様は、近くにお住まいの西田久子さんです。記念セレモニーでは、中出代表理事専務より記念品の贈呈が行われました。

西田さんは、「家庭菜園をしているから苗や肥料を購入するのはもちろん、様々な形の野菜が売られているのも魅力、自分で作っているからこそわかる！」「女性部加工部会のお惣菜もスーパーにはないものがあるのが良い！」と話されていました。

これからも地域の皆様にご愛顧いただけるよう、魅力ある店舗づくりを目指してまいります。



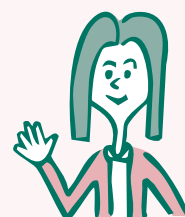
大麦無人ヘリ防除の実施

大麦の無人ヘリ防除を4月17日（木）・4月18日（金）、4月24日（木）・4月25日（金）に実施しました。この防除は大麦の赤カビ病防除が目的です。当日は早朝より作業音等で迷惑をおかけしましたが、皆様のご理解により防除作業を実施することができました。今後は、5月に刈取適期調査を実施し、大麦の刈り始めが決定する予定です。



女性部通常総会を4月16日(水)に開催

令和7年度通常総会に部員71名が出席しました。東美津女性部部長は挨拶で令和6年度をボランティアや次世代層参加型の活動に積極的に取り組んだことを振り返りました。議案では役員交代や規約変更が承認され、新しい体制で活動展開していくことになりました。総会終了後は、グリーンレディースカレッジを開講し、笑いヨガを取り入れた「体操教室」が行われました。



● 令和7年度の役員は以下の通りです。（☆印は新任）

JA能美女性部部長	東 美津子	副部長	作田 紀子☆
寺井支部長	今川 登美子☆	同副支部長	樋口 喜代美☆
中央支部長	杉本 裕美子	同副支部長	田中 由美
辰口支部長	道下 和子☆	同副支部長	西田 知代☆
川北支部長	丸山 早百合	同副支部長	北 好美☆
監 事	小水 和子☆、酒井 正美☆		

地元 能美産・川北産 たまねぎ箱売りいたします

規格 L 20 kg (約70個) 単価 3,000円(税込)
ご注文期限 6月13日(金)

ご注文・お問い合わせ 販売施設課 TEL 0761-57-2655

JA能美管内で収穫・乾燥したたまねぎを販売！新鮮で美味しい地元産のたまねぎをぜひご賞味ください。

