

地域の食と農を応援する快適マガジン

Leaf

リーフ

目次

営農アドバイス	2
ニュース&トピックス	3
きらり	6

立春号

2026年 Vol.335

JA能登わかば
<https://wakaba.is-ja.jp>



JA能登わかば



JA能登わかばLINE



営農経済部LINE



彩りレシピ

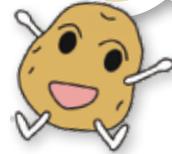


check point



ジャガイモ栽培

種イモオススメ情報はp6農産物直売所「JAグリーンわかばの里」に掲載してあるよ



■ ジャガイモの植付け時期

ジャガイモは春と秋の2回、植付け時期があります。

- ・春 … 3月中旬～4月上旬
- ・秋 … 8月下旬～9月初旬

初心者に向いているのは春の植付け。秋の植付けは、以下の理由などから、栽培や収穫が難しくなります。

- ・夏～秋の暑さで種イモが腐りやすい
- ・冬の寒さが早いとジャガイモが大きく育ちにくい

■ 植え付け

種イモを水はけのよい場所に植え付けます。畝幅80cm程で深さ30cmくらい深く耕します。植え付け幅は30cm間隔で切り口を下にして植え付けます。植え付けが深すぎると芽が出にくくなるので、土が5cm上にのるくらいが目安です。

■ 芽かき

ジャガイモから出てきた芽が5cm程度に伸びたら、硬くてよい芽を2～3本残して残りは引き抜きます。種イモが動かないようしっかり押さえ、土の下の方で芽を切るようにしましょう。

■ 1回目の土寄せと追肥

芽かきが終わったら軽く土寄せを行います。土に追肥を混ぜた後に土寄せをすると、効果的です。また、雑草が生えてきたら適宜抜きましょう。

■ 2回目の土寄せと追肥

草丈が30cmほどに成長したら、2回目の土寄せと追肥をします。1回目同様、土に追肥を混ぜた後で土寄せをしましょう。ジャガイモが大きくなってくると土から出てしまうことがあります。太陽光に当たると緑色になり有害物質であるソラニンの含有量が増えるため、土から出たジャガイモは土寄せをして埋めるようにしましょう。

緑色になったジャガイモはソラニンを多く含むため、食中毒を起こすので食べないようにしてください。

■ 花が咲いたら取り除く

花が咲くと種ができ、トマトのような実になります。大きな影響はありませんが、ジャガイモの成長に必要な栄養分が実の方に取られてしまうので、できれば花は取り除くようにしましょう。

■ 収穫

一般的には6月中旬ごろが春植えジャガイモの収穫時期ですが、品種や天候により収穫時期が変わってきます。葉の7～8割が黄色くなって枯れてきたころを収穫目安としてください。ジャガイモは雨天や雨上がりに収穫すると腐りやすいので、晴天が続いて土が乾いているときに掘り上げます。

掘ったジャガイモは風通しのよい日陰で土がさらっと落ちるまで乾かし、早めに取り込みます。長時間日に当てると水分が飛んでシワシワになったり、ソラニンの含有量が増えたりするので注意しましょう（ソラニンは早く収穫しすぎても残るので注意が必要です）。

ジャガイモのいろいろな栽培方法

① ブランター栽培

ブランターは深さ30cm以上の深型ブランターを用意します。横幅が30～40cmで1株、80cm程度で2株植えられます。土は市販の野菜用培養土が使用できます。

② 培養土の袋を使った栽培

ブランターを置くスペースがないという方は、収穫量は少なくなりますが、培養土の袋で育てることもできます。袋の底に排水用の穴をいくつか開けるのを忘れないようにしましょう。

③ 畑で栽培

通常は石灰を入れて土の酸度調整をしますが、ジャガイモは酸性の土が好きな野菜なので、ジャガイモを育てる土には石灰を入れないようにします。植え付けの1週間以上前までに1㎡あたり完熟堆肥2～3kgと成分8-8-8程度の化成肥料や有機配合肥料を100gほど施してよく耕しておきます。

病害虫対策

暖かくなるとテントウムシダマシなど、害虫が出始めるので防除します。害虫は見つけたら捕殺が基本ですが、直接捕まえるのに抵抗がある方は殺虫剤などを散布してください。

① そうか病

ジャガイモに出やすい病気です。そうか病にかかるとイモの表面にかさぶたのような病斑ができます。健全な種イモを選び、連作を避け、未熟な堆肥を使わないこと、アルカリ性の資材を控えると防ぎやすくなります。一度病気になったら防除できませんが、皮を厚くむけば食べることができます。

② 疫病

葉が黒くなります。疫病になっても収穫でき、状態がよければ食べることも可能ですが、雨などで病原菌が土壌に残ると腐ります。



モナ・カサンドラ

今月のあなたの運勢

2026年3月1日～3月31日

モナ・カサンドラ プロフィール ●占いを学術的に解析する「ルネ・ヴァン・ダール研究所」の研究生となり、占星学のロジックを徹底的に解説・探究。コンピュータによるホロスコープ作成の道を開いた。現在は執筆活動を始め、さらなる占星の研究を重ねている。
ルネ・ヴァン・ダール研究所 <https://www.rene-v.com/>

米の価格は需要と供給のバランスなどで決まります!

米の価格が決まるしくみ

量が増えると価格が下がり、足りなくなると価格が上がる。私たちの身の回りにある商品と同じように、米の価格も「需要と供給のバランス」などを基に決まっており、「生産にかかるコスト」も考慮していく必要があります。

最近の米の価格高騰の背景には、①国による需要と供給の見通しが実際とズレたこと（農家は国が示す目安を参考にして米を作っています）②米の不足感が強まり、米を確保する競争が激しくなったこと——などがあります。これらを含む複数の要因が重なり合い、今の米の価格となっています。

図1. 価格の決まり方



図2. 農水省の需要の見通しと実績



「JAが米価をつり上げている」は誤解です



近年、米の不足感があるなか、JA以外にも様々な集荷業者等が投機的な目的も含め、個別に農家を回り、より有利な価格を提示するなどして農家との取引を拡大しようとしています。そのため、農家は販売先の選択肢が増え、

集荷競争が起こっています。こうした状況が、米の価格形成に影響を与えています。米価は一般的な商品と同じように市場原理に基づいており、JAが米価を操作し、無理につり上げるようなことはできません。JAは年間を通じた安定供給を目指しています。

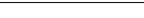
図3. 米の流通経路別流通量の状況 (令和5年度)



農産物流通に詳しい公益財団法人流通経済研究所の折立 俊輔さん

NHKクロステレック現代など、メディア出演多数

米流通に関する折立さんの詳しい解説はこちら



資料: 農水省資料を基に作成。注1: 集荷業者団体には、全業連系を含む。注2: 卸小売等には、加工業者等を含む。注3: 四捨五入の関係で、計と内訳が一致しない場合がある。

耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

JAグループは米の安定供給に取り組んでいます

日本国内の多くの地域で、米は年1作が基本です。年1回の米作りで消費者の食卓や弁当、外食などの需要を満たすには、年間を通して安定的な量・価格・品質で供給することが欠かせません。

もし米が安定供給されなかったら…?

時期によって量が変動しやすい

仕入れ量が不安定で困る

価格が乱高下しやすい

価格が安定しないと困るわ

国産のお米が手に入りにくい

おいしい日本のお米が食べられないなんて嫌!!

安定供給に向けたJAグループの取り組み例

複数年で契約栽培

生産者とJAの間の、3~5年などの複数年契約の取り組みを進めています。複数年にわたる安定的な販路を確保することで、農家は安心して生産に取り組むことができます。JAは外食業者や小売店に米を安定的に届けられます。

収量や品質の安定

異常気象の中でも収量^{※1}や品質を安定させるため、JAの営農指導により、技術向上を図っています。また、必要な時に必要な量を、そして品質にバラつきのない米を年間を通して出荷するため、JAが共同乾燥調整施設^{※2}や低温倉庫を運営しています。

コスト削減や物流改善

JAグループは、低コストの肥料・農薬の普及や、共同購入コンパイン^{※3}の供給に取り組んでいます。物流でも、鉄道や船舶による輸送に力を入れ、より効率的な輸送に成果をあげています。

JAグループサポーター 林 修先生

JAグループの様々な取り組みが、生産者が安心して農業を続けられ、私たちが日本のお米を食べ続けられることにつながっています。

ニュース & トピックス

NEWS & TOPICS

12/13(土) わかばキッズクラブ修了式 & 親子でクリスマス満喫



七尾市の本店で修了式が行われ今年度の活動を締めくくりました。修了式では寺西清悟代表理事組合長から一人一人に修了証を手渡されました。寺西組合長は「地域の農業や食への関心を深めてもらえてうれしいです。」と挨拶しました。

修了式後は、「クリスマス小物作り」や「クリスマスケーキデコレーション」を親子で楽しみました。参加した保護者は「家庭では体験できない事ができ、生産者の声も直接聞いて勉強になりました。親子の絆も深まり楽しかったです。」と感想を話されました。

わかばキッズクラブは4月発行の広報誌リーフ陽春号で募集しますので、参加されたい方はお申込みをお願いします。

わかばキッズクラブ

11/22(土) 収穫したサツマイモで干し芋作り



10月に収穫したサツマイモ「紅はるか」を使って「干し芋作り」と「サツマイモ料理」を行いました。干し芋作りは、キレイに洗ったイモを炊飯器に入れ、炊きあがったら熱いうちに皮をむき、冷めたら0.5~1cmの幅に切り、120℃のオーブンで20分、裏返して15分加熱しました。干し芋を触ると弾力があり、表面が乾いてべたつきが少なくなると色が濃くなったら完成の目安になるので、べたつくようなら時間を追加して加熱していきました。他にもサツマイモをたっぷり使った蒸しパンやクラムチャウダー風スープを作りみんなで楽しく食べました。

3月の運勢

牡羊座 3.21~4.19



【全体運】運勢は次第に上昇。ちょっとした気遣いが相手の心に響きます。1人で動くよりも協力者を募りましょう 【健康運】冷え、むくみ対策を。足のストレッチがお勧め 【幸運の食べ物】キュウリ

11
26水

野菜作り教室受講生「冬の寄せ植え」

「はじめての野菜作り教室」の苗を栽培している菜花Sai-Kaの高木さんを講師にガーデンシクラメンや4種類のハボタン、パンジーなど12種類の冬の季節の寄せ植え教室を行いました。受講生は、それぞれ好きな色の花を選び、寄せ植えを完成させました。植えた後の水やりや追肥の時期を習った後は、高木さんがハウスで栽培している野菜や花の苗を見学させてもらいました。



11
27木

能登の「今」震災の記憶風化させない ～岩手県 JA広報担当者視察～

能登半島地震からの復興が進む七尾市に岩手県の3JAの広報担当者とJA岩手県中央会の職員が生産者やJA能登わかばの視察に訪れました。北部農産物出荷場で能登白ねぎ部会の福田教導部会長と交流し、震災を機に白ネギの栽培をやめた生産者が多い事など担い手の離脱が深刻な問題となっていることなどを伝えました。JA本店に移動し震災直後に能登わかば管内の施設が被災した事などを説明し、水道など使えずため池の水をくんでトイレに使ったり、地域住民の井戸水を分けてもらったりしたことなど、当時の混乱した様子を振り返りました。

岩手県から訪れた「いわて花巻、江刺、いわて平泉」の各JAの広報担当者は東日本大震災発生当時は幼く、被災経験の記憶が薄く、今回広報担当者として「被災地の今を伝えて支援の輪を継続させることが風化を防ぐことにつながる。」と決意をあらたにしていました。



11
28金

なかのと姫みかんPR

道の駅「織姫の里なかのと」は中能登町産「なかのと姫みかん」を同町と県中能登農林総合事務所、JA能登わかばにそれぞれ5キロずつ贈呈しました。前多昭良駅長は同町役場総務庁舎を訪れ、宮下為幸町長へ手渡しました。

道の駅の田治裕敏宮農技術指導員によると「猛暑の影響で木が枯れかかったが、生産者が小まめに水やりや害虫防除をしっかり行い生育は順調です。」と話しました。

試食した宮下町長は「濃厚でおいしい。ふるさと納税の返礼品として今後も使っていきたい。」と話していました。



11
27木

能登白ねぎ調製作業体験 ～田鶴浜小学校3年生 12名～

JA羽坂集出荷場で市場に出荷される前の調整作業を体験しました。児童は土がついた白ネギを1本ずつ手でむき、圧縮空気を高速で噴射し表皮を吹き飛ばす皮むき機に通し、規格ごとに選別したものを結束機を使ってテープでとめる作業を体験しました。児童は「目が痛くなるけど楽しく作業できました。」と話し、作業後は畑からどのようにネギが運ばれてくるのか、作業時間はどのくらいかかるのかなど児童の質問にJA職員が回答していました。



11
29土

秋の収穫祭 JAグリーンわかばの里

JAグリーンわかばの里で「秋の収穫祭」が行われました。大特価での地元産新米フェアや新鮮野菜が店頭に並んだほか、農産物直売所生産者が地元産の野菜をたっぷり使った真心こもった豚汁など販売されました。また、ひやくまん穀のおにぎりが配布され多くの来店者で賑わいました。



12
8月

「後山ころ柿」 出荷開始

贈答用やパック詰めされた中能登町名産の干し柿「後山ころ柿」が同町後山ころ柿集荷場へ持ち込まれ初出荷を迎えました。JA能登わかばの担当者が目視で色合い、硬さ、異物がないかなどを検査し、規格ごとに真空で包装して箱詰めしました。

JA後山ころ柿生産組合の棚田幸男組合長は「今年は収量が増え、上手く仕上がりました。待っている人達に食べてもらいたいです。」と話していました。



12
2月

万々に備えて金融防犯訓練

JA能登わかば七尾支店で金融防犯訓練を行いました。七尾警察署協力の下、役職員約30名が参加し、緊急時の対応や役割分担を確認して、防犯意識を高めました。

強盗事件の訓練は犯人役の署員が模造ナイフを手に女性職員に大声で現金を要求しました。異変に気付いた他の職員が非常通報ボタンを押して警察に緊急通報しました。現金を持って犯人が逃走すると犯人の身長や服装などの特徴を皆で確認し、駆け付けた警察官に報告しました。

七尾警察署生活安全課の宮脇辰一郎課長は「犯人が逃走する際、出入口に貼ってある身長ステッカーを見ること、安全な距離を保ちながらカラーボールを投げることも良いです。」と話しました。日本防犯通信協会石川県支部の南野広明支部長は「非常通報ボタンは触ったことがないといざという時に使えないので訓練の時に体験してほしいです。」と指導されました。



12
17水

JA共済アンパンマンこどもくらぶ

金融共済部普及推進課は、「アンパンマンこどもくらぶ」を開催しました。5カ月から1歳未満の子を持つ家族が参加し、クリスマスデコレーションやお菓子リース作りを楽しみました。参加者はスポンジケーキに生クリームを塗り、フルーツを添えてアンパンマンやイチゴサンタクロースを作るなど思い思いのデコレーションを楽しみました。



12
22月

切り花ハボタン最盛期

正月飾りや新年の生け花、寄せ植えにも人気が高い切り花ハボタンが最盛期を迎えました。七尾鹿島フラワーメイツの生産者が七尾市中島町にあるJA北部野菜集出荷場に白色系の「冬うらら」、「円 春の宴」や「円 春の紅」など今季は6種類約6,000本を持ち込みました。JA担当者が色づきや葉の巻き、茎の曲がり、大きさなどを検査し、関西市場へ出荷されました。



12
17水

くりかぼちゃ部会 次年度へ向けて反省会

JA能登わかばくりかぼちゃ部会は、JA本店で令和7年産の栽培反省会を開催しました。部会員26名が参加し、今年度の出荷、販売実績を共有し次年度へ向けた栽培管理の徹底を確認しました。

JA担当者は今年度の出荷、販売実績を報告した他、出荷先である企業側からの販売情勢や市場での課題、要望についても説明しました。県中能登農林総合事務所の大西知子技師は、今年度の気象や栽培状況、次年度の課題を部会員に話しました。



3月の運勢

双子座
5.21~6.21



【全体運】 駄目なものに執着しないように。気持ちの切り替えが大切です。仕事は大きな計画変更を避けて取り組んで 【健康運】 ウォーキングなど骨を丈夫にする運動にツキ 【幸運の食べ物】 グリーンピース

エンジョイ農業



おおたに れいこ
大谷 禮子さん (58歳) 中能登町大槻



義母の栽培メモを参考にしています！

野菜作りはいつから始めたのですか？

4年前に退職した時に義父母から畑を任せると言われ、今まで手伝い程度でしか畑に関わっていませんでしたが義母から野菜の本を譲り受けて見よう見まねで始めました。1年目は植えれば生ると思っていましたが、そんな簡単ではなかったです(笑)それからは野菜作りのテレビを見たり、本を読んだり、義母が肥料の量や栽培ポイントなどをメモにして納屋に貼ってくれたものを見て、私なりに勉強しました。

大変な事がありますか？

今は自分のペースで仕事をしていますが、畑に出るタイミングが天候などで合わない時もあり、間引きや追肥が遅れたりするので、もどかしい時もあります。

うれしい事はどんな時ですか？

2年前に初めてブロッコリーを植えた時、大きな花蕾を収穫したので、もう終わりだと思い、株を抜いてしまいました。「まだまだ収穫できるよ」と教えてもらい、慌てて株を戻したところ、たくさん収穫できました。いろいろ失敗しながらですが、娘たちに収穫した野菜を送ると「美味しい！」と喜んでくれるので、また頑張ろう！という気持ちになります。今は自分で作った野菜で漬物やおでん、煮物など料理して食べられることも嬉しいです。

とても立派な大根ですね！

『大根10耕』ということを知りました。「畑を10回ほど耕して土をふかふかにし、石などを取り除くと良い大根ができる」というそうです。手間を惜しまず、しっかり耕したのが良かったのかなと思います。

今後やりたいことはありますか？

まだまだ初心者なのですが、まずは簡単なものからしっかり収穫できるようにしたいのですが少しずつ今まで植えた事のない野菜にも挑戦していきたいと思います。



みんなが農業応援団 JAグリーン わかばの里

JA能登わかば 農産物直売所



キタアカリ



メークイン



男爵



種イモ
おススメ品種

ジャガイモには「男爵薯(だんしゃくいも)」、「メークイン」、「キタアカリ」、などさまざまな品種がありますが、品種による育てやすさにはそれほど差がないので、料理での使いやすさや食感の好みなどで、好きな品種を選んで大丈夫です。

種イモの選び方

農林水産省の検査機関の検査に合格し、品質がきちんと保証されているのが種イモです。スーパーなどで売られているジャガイモではなく、合格証の付いた種イモを購入するようにしましょう。より初心者が失敗しないための選び方のポイントは、切らずにそのまま植えられるくらい小さな種イモを選びます。

芽出し(浴光催芽)

浴光しながら10℃~20℃程度で、5mm~1cmくらいの丈夫な芽を育てます。温度や品種によっては芽の期間は違いますが、3~4週間必要です。夜間温度が下がる場合は、凍結しないよう自宅に取り込むようにしてください。

種イモを切る

育芽の完了した種イモは、芽を見て一片の重さが30~60g程度で2~3個の芽がつくように切断してください。切断は原則として頂部から基部にタテ切りします。切った種イモは切り口から腐るのを防ぐため、切り口に「草木灰」や「マイルドシリカ」などを付けてから、直射日光で1日天日干しして乾かします。長時間乾かすとしなびてしまうので注意しましょう。

3月の運勢

蟹座

6.22~7.22



【全体運】 朗報の予感がしています。今の状態で難しいなら新しい情報を求めるのがお勧め。研修や施設の見学などにツキ 【健康運】 皆で楽しめるスポーツで体力もアップ! 【幸運の食べ物】 ツマミナ

JA能登わかばの
お米や野菜を使用されている

お店紹介



ランチメニュー
もあります

◆コースMENU◆

※コースの内容が変わる場合がございます。

3,500円
(税込 3,850円)

4,500円
(税込 4,950円)

生ハムサラダ、
キムチ盛り合わせ、
タン塩、
カルビ3種類、
豚バラ、豚トロ、
鶏もも、ホルモン、
ミニ冷麺

七牛サラダ、
キムチ盛り合わせ、
タン塩、
カルビ5種類、
豚バラ、豚トロ、
鶏もも、ホルモン、
ミニ冷麺、アイス

※コースをご注文された方のみ飲み放題プランが
ご注文できます。



写真はイメージです

単品でのご注文できます!

今回ご紹介させていただくのは、御祓川沿いに店舗を構え2021年9月にオープンした焼肉七牛(しちぎゅう)さんです。和牛を中心に能登牛や地元産の野菜や米を提供しています。

店主の野村正造さんは、コロナ禍で飲食店の経営が厳しくなった時、もともと焼肉が好きだったことや焼き肉店を営む方との良い出会いもあり、焼肉店は換気が良くコロナ禍にも適していると感じました。さらにネットやニュースで高性能換気の情報を知ったことで「これなら安心して来てもらえる。」と思い焼肉店を始める決意をしたといいます。焼肉店は初めての経験という事で立ち上げのために焼肉店の店主の方にノウハウを習い、オープンしましたが、最初の1,2年はうまくいかずネットや口コミ等で厳しい意見を耳にしたといいます。いろいろな意見を聞き「たくさんの焼肉店へ食べに行き、お肉を提供する時の見た目や出し方などを学び実践に活かしています。」と話していました。

野村さんは「お店に来てくれることは当たり前と思わず、常に感謝の気持ちを持っています。」と話していました。

美味しい和牛を食べにぜひ足を運んでみてください。



のむら しょうぞう
店主 野村 正造さん



- 住所/七尾市檜物町57-5
- 電話/0767-57-5635
- 営業時間/昼11:00~14:00
(焼肉ラストオーダー13:30)
夜18:00~22:00
(ラストオーダー21:50)
土日祝 夜17:00~22:00
(ラストオーダー21:50)
- 定休日/水曜日(不定休あり)
- 駐車場/有り



わが家の エンジェル

【名前】きなこちゃん
(7カ月・メス・ゴールデンレトリバー)

【投稿者】ヘベール・セバスチャンさん(中能登町久江)

朝の散歩コースは中能登の畑道。野鳥を探すきなこは海辺やドックランも大好き。人懐っこくて家庭菜園のカボチャとサツマイモは彼女の特別な幸せの味です。元気いっぱいに育っています。



3月の運勢

獅子座
7.23~8.22



【全体運】あれもこれもと思いがちですが時間は限られています。あらためて取捨選択を。下旬には勢いを取り戻し前進 【健康運】油断大敵。いつもの健康習慣をしっかりと継続 【幸運の食べ物】パセリ

女性部の活動

JA能登わかば女性部は、JAを中心とした女性の社会的・経済的地位の向上や住みよい地域づくりをすすめるために、積極的な活動を行うことを目的とした組織です。

11月26日水
JAグリーン長野女性部
被災地復興願い 交流会

12月3日水 クッキングフェスタ



地元産能登野菜の「中島菜」「能登白ねぎ」を使用してレシピを習得し、地産地消に繋げる「地場産クッキングフェスタ」をJA本店で開催しました。

初めに営農経済部販売課の森本純一係長が「中島菜」「能登白ねぎ」についての歴史や特徴などを説明し、女性部員は初めて聞く内容もあり熱心に耳を傾けていました。

料理教室ではエコープマーク品の供給元である大興産業、厚生産業、築野食品工業の講師3名が新しく考案したレシピ「中島菜のかき揚げ」や「能登白ねぎと豚肉の黒酢炒め」など12品の中から3品を実際に調理しました。

完成した料理は9マスの弁当箱に詰め、試食しました。



能登半島地震で被災したJA能登わかば女性部を支援するため、JAグリーン長野の女性部83名が七尾市を訪れ交流会が開かれました。被災地の復興を願い、同JA女性部から義援金と長野県特産のリンゴが手渡されました。

意見交換では地震発生時の経験談や避難所での生活、その際に直面した課題などについて活発に議論されました。女性部活動でも意見を交わして新たな活動のヒントを見出されました。

12月9日火 愛の助け合い運動



アットホームイースト



つばさの会



青山彩光苑



楓の家



なたうち三三三



ほのぼの



悠々



和光苑



一青の家



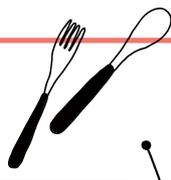
秀楽園

女性部員6名が3班に分かれJA管内の七尾市と中能登町にある障がい者支援施設や介護老人施設など10施設を訪問しました。施設の利用者に元気になってもらうために1969年から「愛の助け合い運動」を行っており、各支部から寄せられた募金総額は4万円、タオルは919枚、紙パンツ等約300枚を各施設に手渡しました。

施設の利用者から感謝を述べられ、三野待子女性部部長は「私たちが元気をもらえました。いつまでもお元気でいてください。」と話していました。

エコープ商品を使って

かんたん!
cooking
クッキング



中島菜のかき揚げ

作り方

- 1 中島菜はよく洗い、4~5cm位に切る。
- 2 ボウルに中島菜と桜えびを入れて混ぜ、あげらく天を加えてよくまぶす。
- 3 全体を混ぜながら、衣がからむ程度まで冷水を入れる。
- 4 170℃位のごめ油に、ヘラ等で平らにしながら入れて、底面がカリッとしたら裏返し、両面揚げる。
- 5 器に盛り、塩を振りかける。

※塩は添えても良い。

材料(4人分)

中島菜……………1袋
エコープあげらく天……………1袋(100g)
冷水……………80~100cc
桜えび……………10g
エコープごめ油(揚げ油)……………適量
塩……………適量



家の光 年間予約購読誌代 (税込)

家の光

定価
※毎号統一価格

900円

年間定価
合計

10,800円

前納誌代

9,900円

お得な前納申し込みは
3月10日(火)までに
最寄りの支店まで!

3月の運勢

乙女座
8.23~9.22



【全体運】運勢は吉凶混合。良いも悪いも入り乱れ忙しくなりそう。臨機応変に対応していきましょう。良い方に目を向けて◎ 【健康運】無理は禁物。適度な運動と食事を心がけて 【幸運の食べ物】 タケノコ

入院・手術の共済金は、 スマホやパソコンから最短 5分 ご請求いただけます。

※ご利用には一定の条件がございます ※Webマイページへのご登録が必要となります

必要書類は、領収証や診療明細書を アップロードするだけで完了！

※入院のみのご請求は、領収証のみでも請求できます
※画面はイメージです

ご請求いただける共済

- 医療共済
- 全入院特約付契約



JA共済アプリ・Webマイページから 3ステップでカンタンお手続き

JA共済アプリ Webマイページ



1 請求する契約を選択

Web請求可能な契約一覧から
今回ご請求したい契約を選択



2 必要情報の選択・入力

入院期間など、ご請求される
入院や手術についての情報を入力



3 画像をアップロード

領収証や診療明細書など必要
となる書類・画像をアップロード

詳しい手順は、当チラシ裏面をご参照ください

大切なご案内

いざというとき共済金を忘れずに請求するために、加入している共済の契約内容をしっかり把握しておくことが大切です。JA共済では、全てのご契約者様に対して、一緒にご契約内容を確認する3Q活動を実施しております。

JA共済アプリ ご登録ガイド

QRコードから「JA共済アプリ」
をインストールしてください。

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。



iOS版 ダウンロード



Android版 ダウンロード



Q JA共済アプリ

各ストアから検索も
可能です。

25489000292

3月の運勢

天秤座
9.23~10.23



【全体運】小さなことが気になって大局を見失いがち。ゆっくり深呼吸を。いつものバランス感覚を取り戻せば快方へ 【健康運】発酵食品やたっぷりの野菜が健康の味方 【幸運の食べ物】タマネギ

確定申告について

① 自宅等e-Tax申告の推進

自宅等でいつでもe-Tax申告！

税務署では、来署せず、自宅等から申告手続が完了する「e-Tax申告」を推進しております。

「マイナンバーカード」とお持ちのスマホやパソコンがあれば、いつでも自宅等からe-Taxで申告書等を提出することができます。



↑詳しくはこちら

② 確定申告会場の運営方法等

申告相談の受付期間と入場整理券のお知らせ！

申告相談の受付期間は、令和8年2月16日（月）から3月16日（月）です。

受付時間は、9時～16時 月曜日～金曜日（祝日を除く）です。

申告会場への入場には、「入場整理券」が必要となりますので、国税庁LINE公式アカウントでのオンライン事前予約をご利用ください。

※会場において当日受付も行っておりますが、当日の相談枠に限りがありますので、ぜひ、オンライン事前予約をご利用ください。

※「入場整理券」に関するご質問は、「税務相談チャットポット（税務相談ふたば）」にご質問ください。

※駐車場には限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

国税庁LINE公式アカウント友だち追加はこちら



チャットポットの利用はこちら



マイナンバーカードを利用したスマホによる申告相談の実施等

確定申告会場では、ご自身のスマホ等をお使いいただき、ご自身で申告書を作成していただいております。

マイナンバーカードをお持ちの方は、署名電子証明書の暗証番号（英数字6文字以上16文字以下）及び利用者証明用電子証明書の暗証番号（数字4桁）について、有効期限切れにご留意の上ご持参ください。

③ キャッシュレス納付の利用拡大

国税の納付はキャッシュレス納付が便利です！

キャッシュレス納付（①振替納税、②ダイレクト納付、③インターネットバンキングによる納付、④クレジットカード納付、⑤スマホアプリ納付）をご利用ください。

※特に、初回の手続（振替依頼書の提出）がオンラインで提出ができ、次回以降も自動的に口座引落としになる振替納税が大変便利です。

振替依頼書のオンライン（e-Tax）提出はこちら



④ 申告と納税の期限

納税は期限内に！

令和7年分の申告と納税の期限は次表のとおりです。

税目	期限
申告所得税及び復興特別所得税	令和8年3月16日（月）
贈与税	令和8年3月16日（月）
消費税及び地方消費税	令和8年3月31日（火）

※税務署からの納付書の送付は行っておりません。

納付書による納付のほか、キャッシュレス納付（①振替納税、②ダイレクト納付、③インターネットバンキングによる納付、④クレジットカード納付、⑤スマホアプリ納付）による納付方法があります。

申告所得税・消費税の納税は安心・便利な振替納税をご利用ください！

振替日	税目	振替日
	申告所得税及び復興特別所得税	令和8年4月23日（木）
	消費税及び地方消費税	令和8年4月30日（木）

※振替納税のご利用に当たっては、「口座振替依頼書」の提出が必要です。

確定申告は自宅からスマホで！

おすすめする3つの理由
 ① 24時間いつでもできる！
 ② スマホで保存した申告データを翌年も利用できる！
 ③ 自動計算で誤りなくできる！

① まずはスマホでアクセス

作成コーナー

対応ブラウザを確認
 iPhoneの方 Safari
 Androidの方 Chrome

② マイナンバーカードをお持ちの方
 提出方法の選択は、「e-Tax（マイナンバーカード方式）」を選択して、次へお進みください。

③ 税務署発行のID・パスワードをお持ちの方
 提出方法の選択は、「e-Tax（ID・パスワード方式）」を選択して、次へお進みください。

「マイネポータルアプリ」をインストールし、マイナンバーカードをスマホで読み取り

「ID・パスワード方式」の提出方法を選択し、お持ちのID・パスワードを正確に入力

「ID・パスワード」は正確に入力する必要があります。マイナンバーカードの活用をお願いします。

給与所得の源泉徴収額はスマホのカメラで自動入力できます！

カメラを起動して源泉徴収額を撮影

読み取り内容が自動入力

青色申告決算書や収支内訳書もスマホで作成できます！

事業・業種、不動産所得がある方も使いやすくなりました。

あとは案内に沿って進むだけ！

七尾税務署

書かない確定申告 マイナンバーカードで 自宅からe-Tax

すでに約4人中3人がe-Taxで申告しています！！

自宅から申告可能

24時間利用可能

受付時間外も24時間受付可能

受領通知のメール内容確認

受付時間外も24時間受付可能

受付時間外も24時間受付可能

早期受付（3週間前まで受付）

受付時間外も24時間受付可能

早期受付（3週間前まで受付）

✓ 確定申告書等作成コーナーなら金額等を入力するだけで自動計算で申告書が完成！

✓ マイネポータル連携で給与、ふるさと納税、医療費等が自動入力できる！
 ※ご利用には事前準備が必要です

国税庁 法人番号 7000012050002

確定申告書等作成コーナーのご利用に当たって

e-Taxに必要なもの

- ✓ マイナンバーカード※1
- ✓ マイナンバーカード読取対応のスマホ※2（又はICカードリーダーライター）
- ✓ マイナンバーカードのパスワード2つ

① 利用者証明用電子証明書のパスワード（数字4桁）

② 署名用電子証明書のパスワード（英数字6～16文字）

※1 マイナンバーカード及び電子証明書の有効期限にご注意ください

有効期限を過ぎた場合、e-Tax手続等の利用ができません。特に、確定申告期は、更新窓口（市区町村）の混雑が予想されますので、お早めに更新手続をお願いします。

> 有効期限や更新手続等の詳細は、「デジタル庁公式note」をご確認ください。

※2 スマートフォンのマイナンバーカードの利用で認証時も手間いらず！

- マイナンバーカードをスマホで読み取らなくても、申告書がe-Taxで送信できます！
- 利用者証明用電子証明書のパスワードはスマホの生体認証機能を利用できます！（機種によって異なります）

※ご利用には、マイネポータルからスマートフォンのマイナンバーカードのインストール・登録が必要です。

申告に困ったときは

▶ 動画で見る確定申告
 確定申告書等作成コーナーの操作方法などを動画でご案内

▶ チャットポット「ふたば」
 ご質問したいことを入力するかメニューから選択いただくことで、税務職員ふたばが回答

R7.8



切手を貼ってください。もしくは各支店の窓口までお待ちください。

9 2 6 0 0 1 5

七尾市矢田新町イ部6番地7

JA能登わかば本店

総務部 行

〒

あなたの住所

ふりがな氏名 ()歳

電話番号

2月の運勢

2026年2月1日~2月28日【全体運】

- 牡羊座 3/21~4/19
牡牛座 4/20~5/20
双子座 5/21~6/21
蟹座 6/22~7/22
獅子座 7/23~8/22
乙女座 8/23~9/22
天秤座 9/23~10/23
蠍座 10/24~11/22
射手座 11/23~12/21
山羊座 12/22~1/19
水瓶座 1/20~2/18
魚座 2/19~3/20



玉ネギの作付けについてなのですが、私は11月に定植し年末と2月、3月に追肥をしています。本誌の清秋号「読者の声」に追肥の時期を3

~4月に行うよう載っていましたが本当はどちらが良いのか地域によって違うのか教えてください。(A・T)

A [肥料を施す時期] 元肥... 植え付けの1~2週間前までに畑に混ぜ込みます。追肥①... 植え付けから一ヶ月後(12月頃)。年を越す為の肥料。追肥②... 2月中~下旬。玉を肥大促進させる肥料。追肥③... 3月上~中旬。最後の止め肥料となり、生育状況に応じて調整します。...

大根を切ると時々、中が黒くなっているものがあるのですが肥料のせいでしょうか。教えてください。(J・T)

A 生育期(種まきから約30日~40日)に高温や乾燥条件で土壌水分が少なかったり、逆に過湿になり過ぎたり

すると、生理障害として発生することがあります。また、微量元素として必要な「ホウ素」が足りなかったため生育障害が発生したものなどが考えられます。

今年の白菜は成長が遅く、色も薄く、なかなか巻いてくれません。昨年、一昨年はすごく大きく満足していたのに何が足りなかったのか残念です。(M・M)

A ①苗の生育不良②定植時の植え傷み③害虫による葉の食害、以上の条件により初期の外葉生育が低下します。外葉は播種日から約50日~55日ぐらいまで旺盛に生育することで結球が進みます。...

土壌の消毒、葉物の消毒などわからないまま育てていますが、きちんとした方法をしっかりと学びたいと思っていますが野菜教室を開いてほしいです。(T・M)

A いつも広報誌をご愛読いただきありがとうございます。能登わかばでは、野菜作り始めたい、野菜作りの基礎を学びたい方を対象とした「はじめての野菜作り教室」の受講生を募集しています。...

3月の運勢

射手座

11.23~12.21



【全体運】決まっていたことがひっくり返りトラブルに見舞われがち。下旬からは挽回できるのでこじらせないよう配慮を 【健康運】体調がイマイチなときは休息を。受診は早めに 【幸運の食べ物】キウイフルーツ

お買得中古車情報

R7 スズキ キャリイトラック
 年式 KCEiアノン[®]ワステ AT SS 4WD



総支払額 **143万円**

保証6ヶ月6,000km 整備0円
 リ済別 修無 保付 No.落
 走行10km/検R9年9月/初付/未使用車 4WD キーレス 衝突被害軽減

R7 ダイハツ ハイゼットトラック
 年式 スタンダード 5MT 4WD



総支払額 **126万円**

保証6ヶ月6,000km 整備0円
 リ済別 修無 保付 No.落
 走行10km/検R9年10月/ホワイト未使用車 4WD 衝突被害軽減装置

R7 ダイハツ タフト
 年式 Gダーククロムベンチャー-4WD



総支払額 **208万円**

保証6ヶ月6,000km 整備0円
 リ済別 修無 保付 No.落
 走行52,700km/検R9年9月/グレー/4WD TV 全方位モニター

30 ホンダ N-BOX
 年式 G・L 4WD CVT



総支払額 **158万円**

保証6ヶ月6,000km 整備44,000円
 リ済別 修無 保付 No.落
 走行33,450km/検なし/ブルー-M/ナビ フルセグTV バックカメラ

29 ダイハツ キャスト
 年式 アクティブG 4WD CVT



総支払額 **118万円**

保証6ヶ月6,000km 整備44,000円
 リ済別 修無 保付
 走行45,600km/検なし/レッドM/ナビ フルセグTV 4WD

R3 ニッサン ルークス
 年式 X 2WD CVT



総支払額 **127万円**

保証6ヶ月6,000km 整備44,000円
 リ済別 修無 保付
 走行33,400km/検なし/シルバー/ナビ TV アラウンドビューモニター

R3 ホンダ ヴェゼル
 年式 ハイブリット RS 2WD



総支払額 **182万円**

保証6ヶ月6,000km 整備44,000円
 リ済別 修無 保付
 走行43,100km/検なし/ブラック/ナビ フルセグTV バックカメラ

R2 スバル インプレッサXV
 年式 2.0i-S アイサイト



総支払額 **208万円**

保証6ヶ月6,000km 整備33,000円
 リ済別 修無 保付
 走行25,300km/R8年5月/シルバー/LEDライト ナビ バックカメラ

在庫車両の一部です。

詳しくはJAオートなお 担当 狭間まで！

JAオートなお

TEL0767-53-1049

JAオート
 車両情報は
 コチラから！



令和8年度健康教室 受講生募集

健康教室 ゆるゆる自分DE整体

第1回 4月21日(火)

- 講師 自力整体ナビゲーター 室田 久美江 氏
- 日時 毎月第3火曜日 午前の部 9:30~11:00
 午後の部 13:30~15:00
- 募集定員 各20名(応募者多数の場合抽選になります。)
 ※午前・午後のご希望が変更になる場合がございます。
- 会費 毎月400円
- 募集締切 令和8年4月1日(水)
- 持ち物 タオル、お茶(水分等)
 ※動きやすいゆるゆるとした服装で
- 受講資格 参加者本人がJA能登わかばの組合員であること。
 (出資金1,000円で組合員になることが出来ず。手続きは各支店まで)

自力整体とは

- ・自分で自分を治療し、免疫力を高めます。
- ・東洋医学の考え方がベースです。
- ・ツボや経路を刺激して自律神経を整えます。
- ・コリをほぐし姿勢(背骨)を正します。



お問い合わせ先 JA能登わかば本店 総務部 ☎0767-53-8500

JA能登わかば 令和8年度健康教室 参加申込書

フリガナ				生年月日	年	月	日
申込者氏名				※番地まで記入してください。			
住所	〒						
連絡先	自宅				携帯		
ご希望の部を○で囲んでください 午前の部 ・ 午後の部 ・ どちらでもよい							

マネロン・金融犯罪対策への取組強化について

令和8年1月5日

代表理事組合長 寺西 清悟

近年、金融犯罪が巧妙化しており、多くの組合員・利用者の方々が不安を感じているのではないかと思います。当組合は国際的に金融機関が取組むべき課題として、マネー・ローンダリングやテロ資金供与対策（以下「マネロン対策」）について信用事業を営む当組合の重要な責務と考え、これらの対策を強化してまいります。

当組合では、金融機関としての信頼性を確保するため、そして、組合員・利用者の方々の大切な財産を金融犯罪からお守りするために、一層力を入れて取組んでいきます。

このたび、組合全体としての取組みの定着化・高度化に向けて、金融共済部金融課の職員2名をマネロン・金融犯罪対策リーダーに任命し、職員の先頭に立って取組みを進め、私を含め常勤理事の指揮の上、マネロン・金融犯罪対策が組合内で徹底されるよう組合員・利用者の方々に安心して当組合をご利用いただける環境を築きます。

第10回理事会報告

- とき 令和7年12月18日（木）
- ところ JA能登わかば本店 大会議室

【審議事項】

- 第1号議案 令和8年度育苗センター利用料金について
- 第2号議案 組合員の出資減額について

以上の議案が、可決決定及び承認されました。

第8回監事会報告

- とき 令和7年12月12日（金）
- ところ JA能登わかば本店 中会議室

【審議事項】

- 第1号議案 令和7年度仮決算監事監査結果について
 - ①支店・事業所往査の取りまとめについて
 - ②各部署の取りまとめについて

JA能登わかば 葬祭センター

自宅、寺院、集会所などあらゆる場所でのご葬儀にも誠心誠意お世話させていただきます。

〒926-0834

七尾市東三階町マ部31番地
TEL 0767-57-2700

やすらぎ会館



おだやかな眠りを祈り
心のやすらぎをお手伝い

和の家

家族葬・ご親戚葬



親しい方々とゆっくりと偲ぶ
大切な故人とのおわかれ

JA能登わかばは軽装勤務を通年実施します！

Information インフォメーション

- ・監査室 53-8519
- ・総務部 53-8500
- ・営農経済部 57-6005
- ・金融共済部
- 金融課 53-8505
- 融資課 53-8506
- 共済課 53-8504

❁支店

- ・中能登町支店 76-1026
- ・七尾支店 53-7011
- ・中島支店 66-0333

❁農機センター

- ・七尾農機センター 57-2001
- ・中能登町農機センター 76-1807
- ・中島農機センター 66-1881

❁アグリセンター

- ・なんぶ 76-2280
- ・ちゅうぶ 53-8541
- ・ほくぶ 66-2222

❁各事業所

- ・ふるさと米販売所 76-2611
- ・灯油配送センター 57-3711
- ・LPガスセンター 57-3135
- ・鹿島給油所 76-0989
- ・能登島給油所 84-1727
- ・葬祭センター 57-2700
- ・鹿島ライスセンター 76-1608
- ・鳥屋ライスセンター 74-0777
- ・田鶴浜ライスセンター 68-3515
- ・中島ライスセンター 66-1520
- ・藤ノ瀬ライスセンター 66-1981

JAグリーンわかばの里
54-0202

「道の駅」織姫の里なかのと
76-8000

旅行取次先
57-6005

自動車事故のご連絡先
☎0120-258-931 (24時間受付)

JAバンクコールセンター
通帳、証書、キャッシュカード等の紛失、盗難は各お取引支店にお電話ください。
■営業時間外 ☎0120-001-571

3月の運勢

水瓶座
1.20~2.18



【全体運】運勢は穏やか。美術展や演奏会に出かけるなど趣味の時間を多めに取って。季節限定のメニューを食べに行くのも◎ 【健康運】おいしく食べるのが健康に。旬の食材にこだわって 【幸運の食べ物】ウド

3月の運勢

魚座
2.19~3.20



【全体運】運勢は好調。勢い良く動きましょう。細かいことは気にしないように。寛容さが開運の秘訣（ひけつ） 【健康運】目の使い過ぎに気を付けて。適度に休憩を 【幸運の食べ物】ソラマメ

3月講習会

鯉のぼり飾り作り講習会

【3月19日(木)開催】
お申し込みはがき

ふりがな			
氏名			
住所	〒 ※番地まで記入してください。		
連絡先	自宅 携帯		
性別	男・女	年齢	

ご希望の部を○で囲んでください

午前の部 ・ 午後の部

出資金1,000円で組合員になることができます。
手続きは各支店まで。

応募締切 3月3日(火) 本店必着

鯉のぼり飾り作り講習会

参加者募集



※イメージ

日時

令和8年3月19日(木)
午前の部 9:30~11:00
午後の部 13:30~15:00

場所

J A能登わかば本店 2階 中会議室
七尾市矢田新町イ部6番地7

- 持ち物 はさみ
- 参加費 500円
- 募集定員 各部15名限定
- 参加資格 参加者本人がJ A能登わかばの組合員であること。
- 募集締切 3月3日(火) 本店必着
※応募多数の場合は抽選とさせていただきます
※電話での受付は致しかねます
※午前・午後のご希望が変更になる場合がございます
※案内文書は、後日郵送させていただきます

お問い合わせ J A能登わかば本店 総務部
Tel. 53-8500

講師 女性部 徳田支部 古屋 均美氏

4月講習会

スマートフォン教室

【4月17日(金)開催】
お申し込みはがき

ふりがな			
氏名			
住所	〒 ※番地まで記入してください。		
連絡先	自宅 携帯		
性別	男・女	年齢	

ご希望の部を○で囲んでください

午前の部 ・ 午後の部

出資金1,000円で組合員になることができます。
手続きは各支店まで。

応募締切 4月1日(水) 本店必着

スマートフォン教室講習会

参加者募集



日時

令和8年4月17日(金)
午前の部 9:30~11:30 午後の部 13:30~15:30

場所

J A能登わかば本店 2階 中会議室
七尾市矢田新町イ部6番地7

受講内容

地図アプリを使いこなそう！
[内容] ・目的地までのルート検索
・行きたいお店の情報を調べる

ネット動画を楽しもう！
[内容] ・動画配信サービスを活用して好みの動画を自由に視聴しよう
・動画視聴の注意点や通知の多さを改善しよう

※その他お困り事、相談承ります。

- 持ち物 ご自身のスマートフォン
※スマートフォンをお持ちでない方はお申し込み時にお知らせください。
- 参加費 無料
- 募集定員 各部12名限定
- 参加資格 参加者本人がJ A能登わかばの組合員であること。
- 募集締切 4月1日(水) 本店必着
※応募多数の場合は抽選とさせていただきます
※電話での受付は致しかねます
※午前・午後のご希望が変更になる場合がございます
※案内文書は、後日郵送させていただきます

お問い合わせ J A能登わかば本店 総務部 Tel.53-8500

講師 ドコモショップ 七尾店
梶濱 結有子氏・磯辺 知佳氏

郵便はがき

9 2 6 0 0 1 5

切手を貼ってください。もしくは各支店の窓口までお待ちください。

七尾市矢田新町イ部6番地7

JA能登わかば本店

総務部 行

棚卸休業のお知らせ

3月31日(火)は棚卸し作業のためお休みさせていただきます。

- JAグリーンわかばの里
- 道の駅「織姫の里なかのと」織姫市場
- アグリセンターなんぶ
- アグリセンターほくぶ
- アグリセンターちゅうぶ

全日休業



JAグリーンわかばの里 営業時間変更のお知らせ

令和8年1月より営業時間に変更になっております。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申し上げます。



変更後の営業時間 午前9時から午後5時30分

ちょっとまって! 詐欺の可能性がります

フィッシング詐欺やキャッシュカード詐欺、運付金詐欺など、特殊詐欺は年々多様化しています。警察や検所などから、不安を感じる電話やメールが来ませんか? すぐに行動に移すのではなく、まず詐欺を疑いましょう。

キャッシュカード詐欺
あなたの口座が不正利用されています。カードの凍結が必要です!

フィッシング詐欺
名目〇〇〇〇 電話番号:XXXXXXX
HP情報入力

その他の手口
あなたの口座が犯罪に利用され、あなたに対し被害届が出ています。逮捕されないために、指定する口座に振り込みをしてください。
保険料の支払いが滞ります。手続きのため、指定する口座に振り込みをしてください。

- 特殊詐欺チェックリスト**
- 電話番号を数えてください
 - お金が戻ってきます
 - カードの交換が必要です
 - カード・口座が凍結されています
 - 警察にご自宅に伺います
 - このままだと逮捕される可能性があります
 - このやり取りを口にするとうるせいはありません
 - 毎日または対面を行わないと取引は継続されません
 - 勝手にATMの操作をしてみてください
- 詐欺にだまされないためには**
- 警察・公的機関を名乗る者から陌生な電話が来ても、一度電話を切り、申し込み内容が正しいか確認するための電話をかけましょう。その際、電話番号は自分で調べましょう。
 - 少しでも怪しいと感じたら、家族や友人など身近な人に相談しましょう。事前に家族間で話し合っておくのも効果的です。
 - 詐欺の手口は電話が最新鋭なものであるため、常に最新の情報に基づいて、被害防止に努めましょう。
 - 警察・検察は個人のスマートフォンに突然ビデオ通話をするのではなく、直接電話で連絡することはありません。予断なき点がないか、落ちついて確認しましょう。

JAバンクは被害拡大防止に向けて、店舗での「声掛けの徹底」に取り組んでいます。

あしがき 暦の上では春を迎え、畑や田んぼの準備を始める頃ですね。まだまだ寒さが厳しいですが皆さんいかがお過ごしでしょうか。寒い日が続きますが、広報誌を通して少しでもほっこり温かい気持ちになってくれると嬉しく思います。

(Y・K)

郵便はがき

9 2 6 0 0 1 5

切手を貼ってください。もしくは各支店の窓口までお待ちください。

七尾市矢田新町イ部6番地7

JA能登わかば本店

総務部 行