

t-jan

広報たかおか

takaoka JA news
の頭文字から名付けられました
「食と地域貢献を大切にするJAの情報誌」

JA高岡
2019 4
vol. 659
平成31年4月発行



特集

高岡産チューリップの挑戦 JA全国大会開催 STOP! 農作業事故

2～3 高岡産チューリップの挑戦

4 JA全国大会開催

5 STOP! 農作業事故

6～7 ホットライン

8 ベストスマイル

9 たかおか日記

10～11 食彩の泉

12～13 営農情報

14 園芸情報

15 知得情報

16～17 インフォメーション

18 協同のあしあと・理事会だより

19 カレンダー・パズル・おたより・運勢

高まるバルバスプランツ(球根植物)の人気

近年はテーブルフラワーやインテリアとして、バルバスプランツ(球根植物)が人気を集めています。『ファーマーズオブチューリップ』では独自の栽培技術を確認し、球根付きのミニチューリップをはじめ『ムスカリ』や『フリチラリア』と品目数も増え、年々出荷量を拡大しています。



暮らしにチューリップを

春の風物詩として幅広い世代に愛されるチューリップ。色鮮やかで可愛らしく、見ただけで気持ちが明るくなります。そんなチューリップのもう一つの魅力といえば、なんといってもその生命力。切り花になった状態でも茎が伸びるだけでなく、花びらが開いたり閉じたりと、驚くほどよく動き、日々違った表情を見せてくれます。チューリップを素敵に飾る方法は様々で、その時その時の茎の曲り方や花の状態に合わせて、飾り方を変えるのもまた、チューリップを飾る際の醍醐味です。



あぐりっち佐野店で「早春を彩る高岡チューリップフェア」を開催



3月8日(金)～10日(日)にかけてあぐりっち佐野店で「早春を彩る高岡チューリップフェア」が行なわれ、鮮やかなチューリップが店内を彩りました。

このフェアは、地域の皆様にチューリップに興味を持ってもらい、地域の特産として知っていただくため毎年開いているもので今年が7回目。特設コーナーでは、様々な色や形のチューリップの切り花が展示され、合わせて販売も行なわれました。

卒園児にチューリップの切花をプレゼント

3月14日(木) 高岡市農業センターで、戸出地区のチューリップ切り花や球根の生産農家などで作る「チューリップを語る会」(吉江知則会長)が、卒園を控えた園児に高岡産チューリップの切り花をプレゼントしました。贈呈式には、市内の代表園児10人が出席。この切り花の贈呈は、1996年から毎年行なわれており、3月に行われた卒園式で、高岡市内の卒園児1,238人に1本ずつ贈られました。



高岡産チューリップの

挑戦



新たな仲間も募集中！
一緒にチューリップを
栽培しませんか

高岡産チューリップを全国へ

高岡の豊かな自然の中で、ミネラルをたっぷり含んだ水と土壌、生産者の熱い思いで育まれた高岡産チューリップ。奥深くも力強い発色とバラエティーに富んだ多品種栽培が魅力で、延命剤処理を施すことで日持ちが良いのが特徴です。今シーズンは全国各地の市場へ3月までに昨年より約10万本多い180品種100万本を出荷。生産者とJAが一丸となり、県外の市場へ出向いてその魅力を発信したり生花店からのニーズを調査するなどして、新たな市場開拓にも力を注いでいます。

オランダ式ボックス栽培の導入

今年度から最先端のオランダ式ボックス栽培を導入したことで、生産量は格段に増加しました。球根は地植えではなくボックスに植えて発根させた後、氷点下2度で貯蔵し、出荷計画に合わせてハウス内へ移動。ボックスは生育順に並べてベルトコンベアのようにレールの上を動かして順次出荷していくため、作業負担が軽減できます。また、現行の土耕栽培に比べ畝が不要なため、ハウスの面積を有効活用できるほか、年2作から最大4作に増やすことが可能で、生産効率も上がります。



金沢のカフェで チューリップをPR

金沢市寺町にあるカフェ『乗越（のりこえ）』で、2月21日（木）に第8回乗越チューリップ祭りが開催され、高岡産チューリップ50品種1,750本を販売。近県に向けて多品種栽培が魅力の高岡産チューリップをPRしました。



『POP UP TULIP SHOP』を開催

まるで専門店のように色とりどりのチューリップが並ぶ『POP UP TULIP SHOP』が高岡市内の2会場で開催されました。

このイベントはバラエティーに富んだ多品種栽培が魅力の高岡産チューリップを地元の方々にもっと知っていただきたいと、フリーフロリストの荒幡侑美さんが企画したもので、会場には数多くのチューリップが勢ぞろいし、訪れた来店者を楽しませました。



創造的自己改革の実践
～組合員とともに農業・地域の未来を拓く～

第28回JA全国大会



3月7日（木）第28回JA全国大会が東京都港区のザ・プリンスパークタワー東京で開催され、全国のJA代表者ら約1,600人が参加しました。

全国大会は3年に1度開催され、JAグループ全体の意思や今後3年間の方針を内外に示すもので、「創造的自己改革の実践」を主題とし、引き続き「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」を基本目標とし、実現に向けてさらなる自己改革を実践することを決議しました。

具体的な取組方向

1 「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」へのさらなる挑戦

JAグループは、地域農業をリードする「担い手経営体」や地域農業を支える「中核的担い手」、地域・農村を支える「多様な担い手」が相互に連携・補完し合い、地域住民である准組合員が応援団となり、人・農地・地域資源をフル活用して、農地保全も含めて地域農業が維持・発展していく姿を明確化し、その実現をめざします。

2 連携による「地域の活性化」への貢献

JAグループは、地域農業の振興を核とするとともに、組合員に求められる総合事業やJAくらしの活動の展開、地域の関係団体との連携を通じて、地域の活性化に貢献します。

3 自己改革の実践を支える経営基盤強化

JAは、自己改革の実践を支える業務執行体制の強化をはかるとともに、持続可能なJA経営基盤を確立・強化します。

4 組合員の「アクティブ・メンバーシップ」の確立

JAは、総合事業による経営の強みを活かし、組合員のニーズに合った事業、活動、組合員組織活動等の取り組みを展開することで、組合員のアクティブ・メンバーシップを確立し、JAの組織基盤強化に継続して取り組みます。

5 「食」「農」「協同組合」にかかる国民理解の醸成

JAグループは、食や農への社会的関心や協同組合に対する国際的な評価の高まり等をふまえ、「食」「農」の価値とそれを支える「協同組合」としてのJAの役割について、JAグループの一体感ある情報発信の「実践」により、幅広い国民理解の醸成に取り組みます。



JAグループ

耕そう、大地と地域の未来。

STOP 農作業事故(トラクター・耕耘機編)

農業機械の安全作業について春作業前に再確認を行い、事故の発生を未然に防ぎましょう。

トラクター

作業機取替・修理時は、機械の落下や倒れ込みに注意

- 本来の手順を必ず守る
- 一人で作業を行わない

機械の大型化に伴い乗降時は転倒・転落に注意

- 機械の乗り降りは後ろ向きで特に降車時は気をつけて

走行中は転倒・転落に注意

- 草むらや風化で路肩が不鮮明な箇所を事前確認
- 安全フレームのセット・シートベルトの着用
- 昇降路や道の走行は、ブレーキの連結ロックを忘れない
- 狭い道、坂道、カーブはスピードを出しすぎない

異常時の点検・異物の除去は巻き込まれに注意

- エンジンを必ず停止して作業を行う



耕耘機

運搬車からの昇降時は転倒・転落に注意

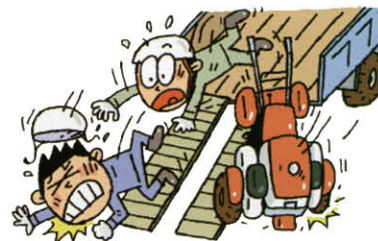
- 適切な方向でゆっくり進む
- 昇降時はクラッチや変速操作を行わない

段差のあるほ場の出入りやあぜの乗り越えは転倒に注意

- 進入角度は直角で行う

後進時は転倒に注意

- 路面やほ場の状態や障害物を事前に確認
- ハンドルをしっかり押さえゆっくり進む



室内・ハウス内の作業は一酸化炭素中毒に注意

- 換気をしながら作業を行う

異常時の点検・異物の除去は巻き込まれに注意

- エンジンを必ず停止して作業を行う
- 機械周囲の安全確認



高岡地区選抜の女子ミニバス選手が憧れのコートでプレー

「J A高岡カップ2019」開催



阿部選手から「万葉ごはん」を受取る笑顔の女子選手

高岡地区女子ミニバスオールスターゲーム「J A高岡カップ2019」が2月10日(日)に富山市総合体育館で開催され、20人の選手が富山グラウジーズのホームゲームコートで試合を行い、コート狭しと駆けまわりました。

J A高岡と高岡J A会館、富山グラウジーズは、青少年の健全な育成を図るため、スポーツ育成パートナーシップ事業に取り組み、富山グラウジーズホームゲームの前座イベントとして「J A高岡カップ」を開催しているもので、高岡地区から選抜された女子選手が憧れのコートを使用して試合を行っています。

出場した選手たちはコートで最高のパフォーマンスを披露し、試合後には阿部友和選手から「越中高岡万葉ごはん」を受け取り笑顔があふれていました。

県内の生産者らが集結

「富富富」生産者推進大会開催



「富富富」のブランド化へ意気込む参加者

2月22日(金)富山国際会議場で「富富富」生産者推進大会が開催され、登録生産者やJ A、市町村関係者など約400名が参加しました。

大会では、今年度の作付けを前に改訂された栽培マニュアルの理解を深め、きめ細やかな栽培技術の周知徹底を図るため、「富富富」の生産・販売状況や栽培マニュアル、県内産地での取組みについて説明が行なわれました。また、平成30年産は一等米比率が98.9%と高温に強い特性を存分に発揮した一方で、「青未熟粒」の発生がやや見られたことから、1穂粒数の適正確保が呼びかけられました。大会の終わりには「富富富」ブランド化に向けた大会宣言があり、参加者全員で高らかに「ガンパロー！」と声を合わせました。

J A高岡管内の今年度の作付けは47経営体で67haを予定しており、高品質で美味しく安全・安心な米の生産・供給を目指します。

◀ TAKAOKA HOT LINE

県内の季節の野菜や自慢の加工品が集結

オカジマ農産で『なやマルシェ』開催



一日限定で格納庫がマルシェに

3月2日(土)中田地区の有限会社オカジマ農産の格納庫で、畑パーティーとやま『なやマルシェ』が開催され、季節の野菜や生産者自慢の加工品を求めて、大勢の来場者でにぎわいました。

これは富山県が農村女性起業ネットワーク推進事業の一環として行なったもので、県内の女性農業者が農産物や開発商品を持ち寄り販売することを通して、消費者へ農家の魅力を発信したものです。

会場では「農家のパン」をテーマに、地元の特産品を使用したパンやスイーツのほか、パンにあうジャムやドライフルーツなどの加工品なども多数販売。また、ミニブーケ作りのワークショップやカフェも開かれ、生産者はお客様との交流を楽しみながら、農産物へのこだわりや農業のよさを伝えていました。

春彼岸も近く多くのお客様にぎわう

J A紀の里直売所でJ A高岡の特産物をPR



大好評のアルギット里芋の詰め放題

3月16日(土)和歌山県J A紀の里ファーマーズマーケット「めっけもん広場」で、J A高岡農産物直売所「あぐりっち佐野店」のPRとして販売会を開催しました。

「めっけもん広場」は、2000年11月に開店し、出荷生産者約1200人、年間約70～80万人の来客数があり、10年連続で売り上げが25億円を達成する大型の直売所で、大阪近郊からもアクセスしやすいこともあり、県外ナンバーの車が多く見受けられました。

朝9時の開店と同時にイベントスペースで、高岡産「アルギット里芋」の詰め放題や富山県産もち米「新大正糯」の試食対面販売を行ないました。その他、直売所を通じて高岡産チューリップ切花も発送しており、お客様にも好評です。またあぐりっち各店では「めっけもん広場」より仕入れた和歌山県産柑橘を販売しております。

地場農産物直売事業生産者大会



事業発展を目指して直売会員が集結

3月2日(土)高岡J A会館で第8回J A高岡地場農産物直売事業生産者大会が開催され、直売会員約130人が出席し事業発展へ生産意欲を高めました。

大会ではJ A高岡地場農産物直売運営委員会の委員長を務める萩原代表理事組合長が「皆さんと共に安全、安心な農産物を消費者に届けるよう努めたい」とあいさつし、優良生産者4人と1団体に表彰状を手渡しました。

研修では、J A白山の竹内文雄代表理事組合長から「直売所で地域活性化」と題して講演いただき、平成27年に設立した大型農産物直売所『よらんかいねえ広場』の品揃えの工夫などの紹介のほか、ファーマーズマーケットの今後の在り



組合長から表彰を受ける優良生産者

方について、全国のデータをもとに詳しく説明されました。またトキタ種苗の黒田充宏さんからは「直売所でのトレンドお勧め品種紹介」という演題でご講演いただき、ヨーロッパ茄子の品種紹介など、今後の直売所での販売に適したおすすめ品種の紹介がありました。

【優良生産者のみなさん】

鷺北光則さん (北部地区)

杉野美智子さん(守山地区)

愛彩グループ (佐野地区)

石田亜津子さん(野村地区)

竹田昌子さん (戸出地区)



高岡商業高校生が就業体験

2か所の事業所で実施



お客様が手に取りやすいように陳列

3月4日(月)から6日(水)にかけて、高岡商業高校の1年生は高岡市内を中心とする事業所で就業体験(インターシップ)を行ないました。これは生徒の職業観を育み、コミュニケーション能力を高めることを目的に行なわれたもので、J A高岡ではあぐりっち佐野店と戸出給油所の2か所で実施されました。

あぐりっち佐野店を訪れた生徒は、レジのサポートや陳列棚の整理、産地間交流を行なう県外の品物の袋詰めを体験しました。また、カントリーエレベーターなどを巡り、万葉米が店頭に並ぶまでの工程をツアー形式で学習しました。就業体験を行なった生徒は「明るく楽しい職場で、普段できない貴重な体験ができた」と話し、さまざまな業務があることを学びました。

各メーカーの最新機種を展示

農業機械展示会開催



最新農機が勢ぞろい

各メーカーのトラクターや田植機、防除機械、刈払機など大型から小型の最新農機を出店した『2019春 農業機械展示会』が3月9日(土)・10日(日)の両日、戸出伊勢領にある農機センターで開催され、大勢の来場者でにぎわいました。

会場にはヤセキ・ヤンマー・クボタなど17社の農業機械が所狭しと展示され、来場者は最新の機械にふれながら説明を受けていました。

今回の展示会には農業生産法人や担い手等、お客様のニーズに応じた機械を多数取り揃えたほか、農業散布用のドローンやGPSを搭載し直進をアシストする田植機など、農業のIT化に対応した最新機種も展示され注目を集めていました。

れがやのアイドル



上北島(福田地区)

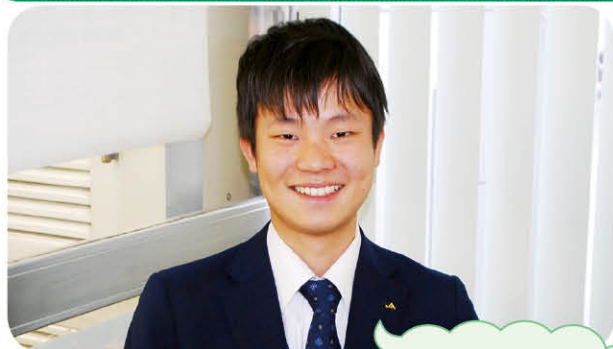
いしうら あおい ゆい
石浦 葵くん(10歳)・唯くん(8歳)

身体を動かすのが好きで、スポーツに夢中の兄弟。葵くんはサッカーを習っていて、週3回の練習の他に、上手くなるためにドリブルやシュートのコツなどを自分流にノートにまとめています。また、パワーの源は大好きなご飯で、必ず手作りのおにぎりを持って練習に向かっています。

唯くんは最近習い始めた野球に夢中で、休みの日にはお兄ちゃんに付き合ってもらいキャッチボールをしています。4月からは練習日も増えるので、あこがれのエースを目指してますます意気込んでいます。

【父：肇さん 母：友香さん】

JA-Staff ~the young generation~



立野支店
なかむら しゅうご
中村 稔心

笑顔で元気に
初心を忘れず
がんばります！

■ 趣味 ■

魚釣りが大好きです。新湊や能登の海へ出かけ、自分で釣った魚をさばいて食べています。

■ 好きな本 ■

小学生の頃から野球を続けていて、『高校野球監督の名言』という本から、人としての在り方や経験談などを学び、参考にしています。

■ 好きな食べ物 ■

自分で捕ったホタルイカで作った沖漬けがとても美味しかったので、今シーズンも時間があれば捕りに行きたいです。

■ 日頃心がけていること ■

当たり前のことにもこそ感謝を忘れないように心がけて行動しています。



太田支店
きたむら ゆうこ
北村 優子

何事も
楽しく明るく！！

■ 趣味 ■

読書が好きです。休みの日はよく図書館へ出かけています。

■ 好きな本 ■

恩田陸先生の『蜜蜂と遠雷』が好きです。音楽コンクールの話で、読んでいると「音」が聞こえてくるようで、一気に読み進めることができました。

■ 好きな音楽 ■

最近では米津玄師が好きです。ドラマの主題歌になった『Lemon』を好きになったのがきっかけで、他の曲も聴くようになりました。

■ 日々の目標 ■

困ったときには一番に頼られる職員になれるよう努力します。

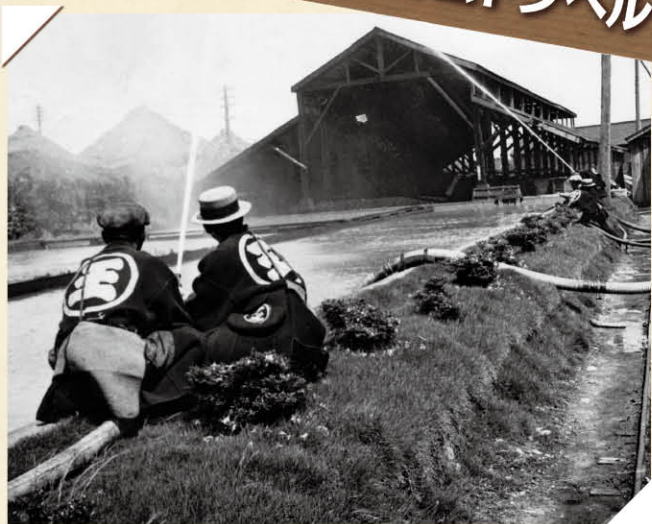
高岡タイムトラベル



伏木古府元町（伏木地区）

写真提供

とべ たつのり
戸部 龍紀さん



写真は昭和15年頃のもので、王子製紙株式会社伏木工場で行なわれた消防訓練の様子です。当時は父が勤めており、燃えやすい製紙を扱うこともあって工場内には貯水池が整備されていて、会社の職員が総出で訓練を行っていたと聞いています。カンカン帽など、昭和初期の服装も懐かしく感じられます。

王子製紙は昭和24年に十條製紙、平成5年に日本製紙と改称。現在は日本総合リサイクル株式会社に姿を変えています。

新企画!!

発見! 高岡

とれたて高岡

たけのこの巻

Hiroko Takao

たけのこむくちXE

たけのこは 食べごたえがあるのに 低カロリー。
食物繊維やカルシウムが豊富。
便秘や大腸ガンの予防。
むくみや 高血圧に効果アリ!!

春の味覚を代表する食材たけのこ!!
旬は3月下旬から5月上旬。

タケノコと書いて たけのこ 旬

もうどうせ 孟宗竹という種類のたけのこ 甘みも含んだ竹みと歯ごたえ!!

たけのこ掘り

たけのこは、ぶつう 茹でてアクリキをしますが、西田のたけのこは 茹でないで、そのまま 煮てOK!

その他にも ほうれん草(年通) 小松菜(年通)も しいたけ(年通)も 今が旬!!

朝採れ うまい!!

さいだ 西田のたけのこ

太田の国泰寺近くで たけのこ料理が食べられます。

たけのこごはん

焼きたけのこ

天ぷら

たけのこの しゃみ

若竹汁

煮物

とにかい ママ!!

旬の時期の 期間限定。
(4月から5月中旬 くらいまで)

家族の健康のためにエコープマーク品を利用しましょう

JA高岡のいち押し!!エコープマーク品紹介



「エコープマーク品」は……

- ◆安全・安心な国内産食品原材料を優先使用
- ◆地球環境に優しい商品を開発

- ◆安全・健康に配慮した品質基準や表示基準を設定
- ◆JAグループ（全農）が品質を保証

エコープ 純正ごま油

香ばしく煎ったごまを昔ながらの製法（圧搾法）で香り高く仕上げました。2週間以上静置して、和紙・布などで何度もろし、雑味のない整った味わいのごま油に仕上げました。香ばしい（ごまの香りが強い）タイプのごま油のため、炒め物、和え物、汁物などに使用できます。

電子レンジで簡単！

レンコンとひじきの甘辛煮

材料

- ・芽ひじき …………… 20g
- ・レンコン …………… 100g
- ・さつまあげ …………… 3枚程度
- しょうゆ …………… 大さじ2
- 砂糖、酒 …………… 各大さじ1½
- エコープ純正ごま油** …………… 大さじ1
- 水 …………… 100ml

作り方

- ① ひじきはたっぷりの水に浸してもどす。ざるに上げ、流水でさっと洗ってしっかりと水気をきる。レンコンは皮をむいて薄い半月切りにし、さっと水にさらして水気をきる。さつまあげは薄切りにする。
- ② 耐熱性のボウル（直径20cm程度）にAを入れて混ぜ、①を加えてざっと混ぜる。ふんわりとラップをかけ、電子レンジで（600W）6分程度加熱する。ラップをはずして全体を混ぜ、またラップをかけて粗熱をとり、味をなじませる。



エコープ純正ごま油は
あぐりつつ佐野店で
販売中



料理研究家 波多野充子

タケノコとアサリの煮物

材料(2人分)

- ゆでタケノコ …………… 150g
- アサリ …………… 10個
- 生ワカメ …………… 20g
- インゲンマメ …………… 4本
- だし汁 …………… カップ3

1食当たり約72kcal

調味料

- 酒 …………… 大さじ1
- 塩 …………… 小さじ1/2
- しょうゆ …………… 大さじ1
- みりん …………… 小さじ1

春の香りがいっぱいの一品です。おいしいだしが出ていますので、お汁としてどうぞ。タケノコは良い香りが出てきたら食べごろです。アサリともども火の通り過ぎには注意しましょう。

作り方

- (1) タケノコの穂先は縦に、根元は横に食べやすい大きさに切る。
- (2) アサリは塩水で砂抜きし、よく洗う。
- (3) ワカメとインゲンマメは食べやすい長さに切る。
- (4) だし汁に調味料を入れ、一煮立ちさせてからタケノコを加え、3～4分煮てからアサリとインゲンマメを入れる。
- (5) アサリの口が開き始めたら、ワカメを加える。
- (6) アサリの口が全て開いたら火を止め、器に盛り付ける。



期間限定販売!!

スタファーム にんじんの飲む酢

ニンジンから醸造したまろやかな酢に、鮮やかな赤みと甘みが特徴のニンジン『京くれない』のペーストを加えてつくった、スタファームの『にんじんの飲む酢』。ツンとしないこだわりの酢に自然な甘みが加わることで飲みやすく、炭酸水や牛乳で割ってドリンクとしていただくのはもちろん、オリーブオイルと合わせてドレッシングとして使うのもおすすめです。5月末までの期間限定商品ですので、お早めにお買い求めください。



あぐりっち佐野店・
アグリピア店で
好評販売中

販売は5月末まで

にんじんの飲む酢

有限会社
スタファーム

住 所
高岡市醍醐568
メー ル
sutafarm-sh@star.ocn.ne.jp



代表取締役

ひろち さとし
廣地 聡 さん

ペースト状にして加えている『京くれない』は、健康維持機能を持つ成分を多く含み、なおかつ食味にすぐれた「機能性野菜」のひとつとして注目を集めているニンジンです。リコピンとカロテンをバランスよく含み、ニンジン特有の臭いも少なく甘みに富んだ品種で、赤みの強い鮮やかな根色も魅力。ジェラートやジュース、にんじん担々麺など新たな6次産業化商品の開発にも積極的に挑戦しています。



野菜ソムリエ ちあき 食にまつわるエトセトラっ!

●プロフィール ちあき / チューリップテレビ社員で野菜ソムリエ。

ぬか漬けガールに仲間入り の巻

私の大好きな本の一つ『くさいはうまい』。発酵仮面こと、農学博士の小泉武夫先生が、発酵の神秘を追って、世界中の臭いものを取り上げた匂い立つエッセイ。とんでもなくクサイものは遠慮したいけど、ほどほどに香るものには、確かにウマイものが多い気がする。チーズとか、納豆とか、酒粕とか、ぬか漬けとか。

で、このぬか漬け。近年、女優やモデル、アイドルまでもが自家製のぬか床をインスタにアップするなど、ぬか漬けガールの広がり、私、注目していたのです。漬物大好きだし。お米いっぱい食べたいし。いつか、ぬか漬けに挑戦したいなあと、ぼんやり考えていたところ、ついに、その日がやって来た!

以前、伺った“ぶどうフェス”(←初めてルビーロマンを食べた)の主催者、FRUCRUの梶澤さんが「ぬか床講座」を開いているという。捨て漬けの必要がなく、毎日のかき混ぜ不要なタイプだそう。なんて私にピッタリな!本来、ぬか床を発酵させるために捨て漬けから始めるところを、お米の乳酸菌を使うから省けるのですって。乳酸菌といえば、ヨーグルトが頭に浮かびますが、これは動物の乳から生まれた動物性の乳酸菌。一方、ぬか床から生まれる乳酸菌は植物性。塩分や酸性の強いぬか床で育つので、腸まで届く乳酸菌が多いらしい。へ〜



ぬか床



米ぬかと塩

さっそくぬか床講座へ。米ぬかは、魚津市ひえばた園産の無農薬のものを使用。「ひとくち、米ぬかを食べてみて」と梶澤さん。フワフワと甘くて香ばしい。ぬか臭さが無い。続いて、塩や昆布水などを混ぜてコネコネする。再び、ひとくち。おっ、しょっぱい。けど、コク深いぞ。なんだか、後を引く美味しさ。

ち：これ、クラッカーに乗せたら、ワインが進むわぁ〜
梶：まだ熟成前なんで(笑)

ち：ですよ〜

あっという間に作業終了。梶澤さんが漬けたニンジンとゆで卵、米ぬかディップ、とけるチーズを入れたホットサンドでランチタイム。熱々のぬか漬けを初めて食べましたが、芳醇な香りがたって、チーズとの相性も抜群!こんなシャレオツな食べ方もあるのねん!ぬか床ちゃんの始動まで、数日間寝かせるらしい。どんなぬか漬けができるのか!?またの機会にご報告します!



ランチ

★ 高岡市農業委員会からのお知らせ ★

農業委員会では、実勢の賃借料情報を収集して、農地賃借料の目安となる参考賃借料及び農作業参考料金を情報提供しますので、目安として下さい。

農地参考賃借料

区 域	平 均 額	最 高 額	最 低 額
高 岡 市 全 体	8,613 円 / 10a	13,000 円 / 10a	2,560 円 / 10a
旧高岡市区域	8,894 円 / 10a	13,000 円 / 10a	2,560 円 / 10a
旧福岡町区域	7,844 円 / 10a	13,000 円 / 10a	4,000 円 / 10a

※上記の金額は、平成30年中の契約を基に算出した金額です。

※市街化区域内の農地は含まれません。

※支払いを現物支給と定めている契約は、平成30年産出荷契約米概算金(13,000円/60kg)で換算した金額を賃借料として算定しています。

農 作 業 参 考 料 金

区 分		標 準 額
賃 金 (1 日)	労働賃金	9,600円
農業機械料金 (10a当たり)	水 稻	トラクター（耕起から代かきまで一貫作業）
		14,900円
		トラクター（秋起こし）（耕起、溝切り）
		8,800円
	麦	コンバイン（刈取り、脱穀）
		22,000円
		側条施肥田植機（苗・肥料委託者負担）
		8,200円
	大 豆	トラクター（耕起・溝切り・碎土・播種）
		15,700円
		トラクター（耕起・溝切り）
		8,800円
		コンバイン（刈取り・脱穀）
		18,700円
		トラクター（耕起・碎土・播種）
		14,300円
		コンバイン（刈取り・脱穀）
		23,000円

※実際の契約料金は上記を参考に、圃場の形状や土質などを勘案し、当事者が協議して決めてください。

※賃金は実働8時間で、超過労働賃金は25%増です。

※圃場整備済みの面積30aの農地を基準とします。

※機械の移動にかかる運搬車などの料金は含みません。

※上記の料金には消費税は含まれません。

お問い合わせ先 高岡市農業委員会事務局 TEL 20-1473

いざ土づくり！ 美味しい富山を届けよう！

春の土づくり運動
3月～4月

- ① 土づくり資材の散布
- ② 有機物の施用
- ③ 深耕の実施

富山県土づくり資材技術連絡協議会 / JA全農とやま

育苗日数（播種～田植えまで）は20日間を目安にし、老化苗にならないように注意しましょう！！
コシヒカリの浸種開始の目安は 4/16頃です。（田植日 5月15日の場合）

コシヒカリの場合

浸種（4/16頃） → 催芽（4/24頃） → 播種（4/25頃） → 出芽、搬出（4/28頃）

浸種の適温は
10～15℃
積算温度は100℃
(15℃×7日)

2日に1回程度
の水交換

ハト胸から
芽長2mm
程度に芽出し

育苗器で30℃、18時間を
目安とし、芽の長さをみて
催芽時間を調節する

乾籾120g播き
(催芽籾150g)

30℃超えは
厳禁

育苗器内で30℃、
2.5～3日間

芽長1cm程度を
確認後搬出する

※ 浸種初日24時間の水温を12.5℃にすることで出芽揃いを確保！

※今年度の種籾は全体的に休眠が深い傾向があります。てんたかく、コシヒカリでは
110℃～120℃を目安に、てんこもりでは130℃を目安に浸種を行ってください。

4月からは育苗作業など水稻作業が本格的に始まります。営農記録ノートの

農作業のあしあと



と

GAPチェック！



に記録をつけて、安全・安心な農産物の生産を心がけましょう。

 たのしい家庭菜園

フジマメ



低温下ではインゲンマメなどよりも育ちにくいので、十分暖かくなってから栽培しましょう。
一方で、高温や乾燥には強いので夏の生育は旺盛になります。

栽培カレンダー

露地栽培



1 畑の準備

〈1㎡当たり〉

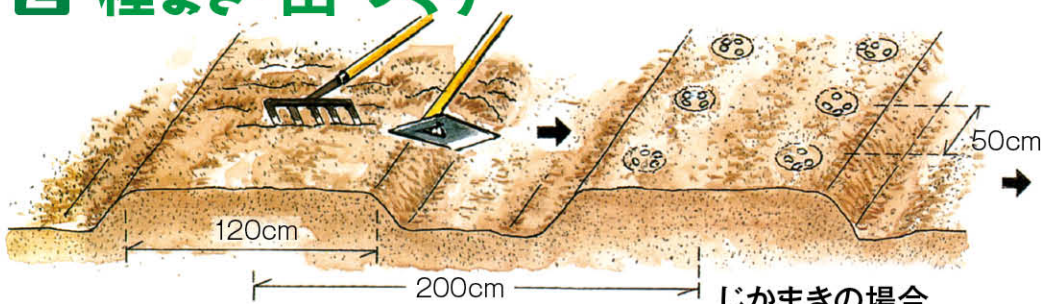
堆肥 4～5にぎり

石灰 大さじ5杯

元肥は堆肥と石灰を
全体にばらまき耕す



2 種まき・苗づくり



じかまきの場合

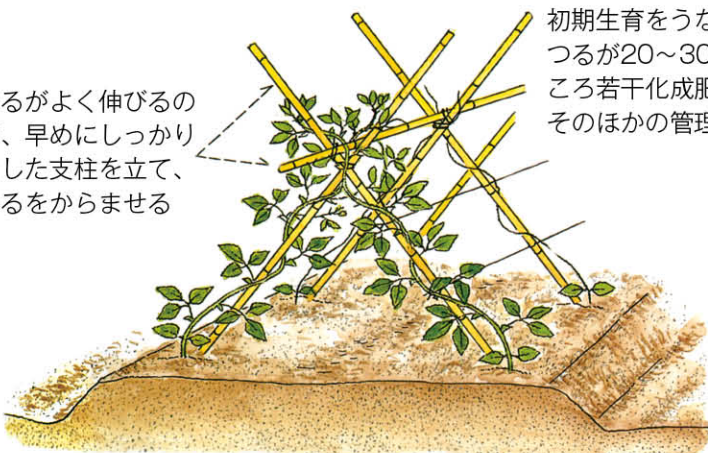
1か所に4～5粒種をまき、
3cmの厚さに土をかぶせ、
手のひらで軽くおさえる

ポット苗の場合

本葉3枚の苗に仕上げて、
畑に植え出す

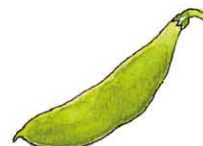
3 支柱立て・管理

つるがよく伸びるの
で、早めにしっかりと
した支柱を立て、
つるをからませる

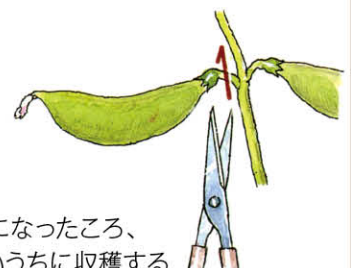


初期生育をうながすために、
つるが20～30cmに伸びた
ころ若干化成肥料を追肥する。
そのほかの管理は不要

4 収穫



さやが8～10cmになったころ、
かたくなりすぎないうちに収穫する



●福祉のこと・介護のことお気軽にご相談ください

J A高岡もえぎの里 ☎(26)7470

(J A高岡もえぎの里) ケアマネジャー 佐藤 圭悟

介護が必要となったとき、自宅で介護を行なっていくか、施設に入所して介護を受けるか、二つの選択肢があります。どちらにもメリットとデメリットがあります。ご本人やご家族の意向と家庭環境をふまえて、十分に検討しましょう。

自宅での介護は、住み慣れた場所で環境を変えないことが大きなメリットです。また、必要なサービスの種類や回数を調整することで、費用についても考慮できます。デメリットは、家族に介護負担がかかる

点です。介護量と介護負担を比較することが必要です。

施設への入所は、ご本人の気持ちを取り上げてあげることが大切です。施設を利用すれば医療や介護の面では安心ですが、料金が高いというデメリットもあります。これからの暮らしを考えて検討しましょう。

もえぎの里は、施設サービスではなく、自宅でいつまでも元気で暮らし続けることをサポートしています。

介護が必要となったら「自宅」か「施設」どちらを選ぶ？

ひな祭り会を開催しました

もえぎの里
いきいき
だ・よ・り



3月3日の桃の節句に、ひな祭りのお祝いをしました。昼食はみなさんと一緒にちらし寿司をいただき、午後からはご利用者のご家族によるフルート演奏がありました。

日常を忘れてしまう優雅な一日を過ごしました。

そくさい掲示板

厚生連

子どもの発達について シリーズ③

「発達障害について—その2」

発達障害を疑う訴えには、①言葉が遅れている：言葉がなかなか出てこない、こちらの言うことがわからない様子、言葉はあるが会話にならない。②落ち着きがない：幼児期の子どもは落ち着きがないのが自然であり、それが正常か異常か判断するのは難しいものです。多動とは、ちよろちよろ動き回る、高い所に駆け上る、急に道路に飛び出す、迷子になりやすいなど、移動を伴った落ち着きのなさです。過動とは、常にモゾモゾして手足を動かしているような移動を伴わない落ち着きのなさです。③不注意：忘れ物やなくし物が多い、約束を忘れるなどです。④親の言うことを聞かない：これは親に反抗している場合と、全く親の呼びかけや指示を聞いている様子がないものに分かれます。いずれも発達障害の特徴ですが、不適切な養育(虐待など)や軽度から中等度の難聴が原因のこともあるため注意が必要です。⑤友達と遊べない：一人遊びはできるが他の子どもを避ける、公園など人のいる所へ行きたがらないなどです。友達が自分の

世界を混乱させる不安な存在だと感じる子、嫌われて孤立する子、どちらかと言えば遊んでももらえない子などです。⑥乱暴：相手に恐怖心を抱き攻撃開始する子、言葉で上手く自分の気持ちを言えない子、躰ができていない子に認めます。⑦親から離れにくい：親の愛情不足または甘やかしすぎでも認めます。園や学校での人間関係、または家庭の家族関係に心配や不安があるかもしれません。⑧偏食がひどい：食べ物の好き嫌いは誰にもありますが、特定の味や臭いを受けつけません。ヒトの五感触・聴・視・嗅・味に偏りを認めることもあります。以上の内容に当てはまり困っておられる方は医療機関を受診してください。



厚生連高岡病院 小児科診療部長
くはた 窪田 ひろみち 博道

建物更生共済

むてきプラス

に、またまた



しちゃいました。

平成31年4月、JAの建物更生共済はより充実した保障を求めてパワーアップ。これからもよりいっそう、火災に、地震・台風などの自然災害に、幅広い保障を提供してまいります。

失火見舞費用共済金は50万円に！

火災、破裂または爆発で他人の所有物に滅失、損傷または汚損の損害が生じたときにお支払いする「失火見舞費用共済金」を20万円⇒50万円に増額します（1回の事故・1被災世帯あたり）。

水道管凍結の修理費用も対象に！

建物の水道管の凍結により損害が発生した場合、その修理費用を「水道管凍結修理費用共済金」としてお支払いします。



ドアロック交換費用も対象に！

カギが盗難された場合、ドアロックの交換費用を「ドアロック交換費用共済金」としてお支払いします。

※【失火見舞費用保障共済金】火災共済金額の20%を限度とします。
 ※【水道管凍結修理費用共済金】（建物・特定建築物）1回の事故につき10万円が限度です。火災共済金の支払事由に該当しない場合に限りします。
 ※【ドアロック交換費用共済金】（家財・営業用什器備品）1回の事故につき5万円が限度です。火災共済金または持ち出し家財共済金の支払事由に該当した場合に限りします。
 ※共済金のお支払いには所定の条件があります。

上記変更は既契約にも適用します！

上記の各費用保障の拡充については、平成29年4月1日以後に契約された建物更生共済契約（むてきプラス）にも遡って適用します。だから、既に参加された方も安心です。 ※平成31年4月1日以後の罹災に適用します。



「争族」の時代は、もう終わりました。

【対象年齢】
0~75歳
※契約者＝被共済者



子や孫への資産継承に！

生存給付特則付

平成31年4月新設仕組み

一時払終身共済（平28.10）

- ① まとまった資金を活用して一生涯の万一保障（死亡保障）を確保できます。
- ② 死亡共済金を相続（税）対策として活用できます。
- ③ 簡単な告知でお申込みいただけます。（医師による診査はありません）

告知内容／・現在、病気や外傷で、安静療養中ですか？ ・今後、入院または手術の予定がありますか？

「生存給付金」を生前贈与として活用できます。生存給付金は贈与税の課税対象となりますが、基礎控除（毎年110万円）を利用でき、贈与の都度、贈与契約書を作成する必要がありません。

※【生存給付金】被共済者が生存されている場合、毎年お支払いします。
 ※上記は契約者と生存給付金受取人が異なる場合の取扱いです。契約者以外に生存給付金受取人に指定する場合、指定する生存給付金受取人に生存給付金のお受取りについて必ず事前にご自身で説明し、了解を得ていただく必要があります。
 ※JAが発行する生存給付金支払証明書で贈与の記録として利用いただけます。



長生きするから、「老後」も長くなる。
 まだまだ生きるから、まだまだお金が要る。
 そんな時代のニーズにお応えし、平成31年4月1日より、JAの年金共済は、18~85歳までご加入いただけるようになりました。

※【参考】平成31年3月31日以前は18~65歳まで（一時払契約は18~74歳、税制適格特約付契約は18~60歳）。



予定利率変動型年金共済
ライフロード

詳しくは、資料請求していただくか、JA高岡までお問い合わせ下さい！



※この資料は概要を説明したものです。詳細は「重要事項説明書（契約概要・注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」によりご確認ください。【19184600013】

お問い合わせはお近くの窓口まで

JA高岡
給油所

お客様感謝デー！

各給油所先着150名様

4月13日(土)・27日(土)

4月はボックスティッシュ2箱プレゼント！

ガソリン（軽油）10L以上満タン給油のお客様にボックスティッシュ2箱プレゼント

四屋給油所・カーポート中田・戸出給油所



写真はイメージです

ゴールデンウィークの営業ご案内

○は通常営業、通常稼働 △は一部営業、一部稼働 ―は休業、休止

	4/27 (土)	4/28 (日)	4/29 (月)	4/30 (火)	5/1 (水)	5/2 (木)	5/3 (金)	5/4 (土)	5/5 (日)	5/6 (月)
本 支 店	―	―	―	―	―	―	―	―	―	―
J A 高 岡 A T M	○	△ (注1)	△ (注1)	△ (注1)	△ (注1)	△ (注1)	△ (注1)	△ (注1)	△ (注1)	△ (注1)
J A 系 統 ・ 提 携 銀 行 コ ン ビ ニ 等 の A T M	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
農 機 セ ン タ ー	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
資 材 セ ン タ ー	○ (注2)	○ (注2)	○ (注2)	○ (注2)	○ (注2)	○ (注2)	○ (注2)	○ (注2)	○ (注2)	○ (注2)
あ ぐ り っ ち	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
生 活 セ ン タ ー	―	―	―	―	―	○ 配達は米のみ	―	―	―	―
も え ぎ の 里	○	△ 小規模多機能 のみ営業	○	○	△ 小規模多機能 のみ営業	○	○	○	△ 小規模多機能 のみ営業	○
自 動 車 共 済	― (注3)	― (注3)	― (注3)	― (注3)	― (注3)	― (注3)	― (注3)	― (注3)	― (注3)	― (注3)
自 動 車 セ ン タ ー	○	― (注4)	― (注4)	― (注4)	― (注4)	― (注4)	― (注4)	― (注4)	― (注4)	― (注4)
L P ガ ス	― (注5)	― (注5)	― (注5)	― (注5)	― (注5)	― (注5)	― (注5)	― (注5)	― (注5)	― (注5)
給油所	四屋 7:30~19:00	―	―	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	―	―	―	―
	戸出 7:30~19:00	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)
	中田 7:30~19:00	―	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	○ (注6)	―	○ (注6)

(注1) 一部稼働ATMは本店・西部・佐野・野村・国吉・立野・伏木・中田・戸出
キャッシュカードや通帳などの盗難・紛失…フリーダイヤル 0120-794-551

(注2) 資材センターの営業時間は8:30~17:00

(注3) 自動車事故等は全共連事故受付センター フリーダイヤル 0120-258-931

(注4) 自動車故障等は自動車センター 0766-23-5337

(注5) ガス切れ等は燃料センター 0766-63-7700

J A カードの盗難・紛失…フリーダイヤル 0120-159-674

(注6) 4/28~5/6の給油所営業時間は8:00~17:00

JA高岡 住宅ローン

10年固定金利特約型

新築 土地購入 リフォーム 借換

10年 固定金利特約型

JA住宅ローン最軽減金利【保証料込】

店頭金利 年1.2%
【保証料込】 → **年0.80%**

※特別金利の対象になる住宅ローン商品は、富山県農業信用基金協会の保証付住宅ローンで、保証料利息方式（金利に保証料を含めてお支払いいただく方式）の10年固定特約型となります。
※分割後取保証料は、お客様からJAへお支払いいただく利息の中からJAが富山県農業信用基金協会へ支払いします。

特典① ご融資時にお支払い
いただく定額保証料
30,000円が無料!

特典② JA特産品プレゼント
も実施中!! 【富富富など】

※右記【対象期間】中に限ります。
※詳しくはJAまでお問い合わせください。

【対象期間】
2019年12月末日まで資金
実行のできる方
(ただし2019年9月末日まで正式
審査を完了された方)

【金利軽減条件】 下記①または②の
いずれかの条件を満たせる方

① 給与振込(自動送金含む)を
いただける方
② 当JA正組合員の方
(ご家族の方)

保 証 料

【定額保証料】 上記期間中は **無料**
(通常 30,000円)

【定率保証料】 金利に **含みます**

新規取扱手数料 **無料**

**固定期間再選択
手数料** **無料**

JA各店ローンインターネット申込

スマホ&パソコンでもお申込み可能!

JA高岡 検索

※商品内容について詳しくはお近くのJA窓口までお問い合わせください。 ※当JA店頭で説明書をご用意しています。
※金融情勢により取扱いを中止する場合がございます。 ※詳しくは、ホームページの説明書をご覧ください。 ⇒ <http://www.ja-takaoka.or.jp/>

JA高岡ローンセンター TEL: (0120) 18-4160

「JAとのお取引はこれから」というお客様もお気軽にどうぞ (ご利用に関しては、組合員加入のための出資が必要となります)。

隔月刊 家庭菜園雑誌

やさい畑

定価:905円(税込)

初夏号5/2、夏号7/3、秋号9/3、
冬号11/2、春準備号1/4、春号3/1
(予定)

あなたの菜園ライフに
役立つ情報満載!

育てる

初心者からベテランまで
失敗しない野菜づくりのノウハウ

楽しむ

菜園生活をもっと楽しく!
アイデアあふれる栽培テクニックなど

お申込みはお近くの支店または組織広報課 (☎26-7410)

2019

4.29

祝

高岡といで菜の花

第19回

フェスティバル

AM10:00~PM2:30

in 高岡オフィスパーク

イベント

- 菜の花マラソン
- ストロー細工実演
- モデル撮影会
- バルーンアート
- フォトコンテスト
- ポニーとあそぼう
- ステージイベント
- お楽しみ抽選会
- テントコーナー
- ミニ新幹線

理事会だより

● 第33回定例理事会

(平成31年2月20日開催)

1. 承認事項

- ①第56回通常総代会招集の件
- ②第56回通常総代会提出議案決定の件
- ③第56回通常総代会に提出する議案の内容決定の件
- ④経済事業にかかる理事と組合間の取引の包括承認の件
- ⑤内部統制システム基本方針策定の件
- ⑥平成31年度コンプライアンス・プログラム設定の件
- ⑦平成31年度余裕金運用方針決定の件
- ⑧農林中央金庫に対する劣後ローン実行の件
- ⑨農林中央金庫に対する後配出資増資の件
- ⑩出資口数減少承認の件

2. 報告事項

■内部監査室関係

- ①J A 全国監査機構による財務諸表等監査の実施について

■営農部関係

- ①第13回 J A 高岡農業者大会の開催について
- ②農機下取りキャンペーンの実施について
- ③第8回 J A 高岡地場農産物直売事業生産者大会の開催について

■総務企画部関係

- ①第56年度(平成31年度)役員報酬額に対する役員報酬審議会の答申について

■経済部関係

- ①J A 高岡「春の自動車展示会」の実績について

協同のあしあと

※()内の数字は前年同期比

平成31年2月末日現在

正組合員 7,300人(△32人)

出 資 金 残 高	27億2,558万円(2,906万円)
販 売 品 受 入 高	30億8,737万円(△7,834万円)
購 買 品 供 給 高	27億6,322万円(△4,794万円)

准組合員 9,624人(90人)

貯 金 残 高	1,779億7,561万円(13億8,601万円)
貸 出 金 残 高	266億8,328万円(3億9,500万円)
長期共済新契約高(保障)	457億2,264万円(21億925万円)

22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月
万葉米特売日			東五位ふれあいホーム 監事会	国吉ふれあいホーム 臨時理事会	能町ふれあいホーム 野村ふれあいホーム				給油所お客様感謝デー	牧野ふれあいホーム 二塚(鰻)ふれあいホーム 税務相談日	佐野ふれあいホーム 小勢ふれあいホーム	西部ふれあいホーム 守山ふれあいホーム	二上ふれあいホーム				税務相談日				辞令交付式

4

月

行事予定

パズル?

頭の体操

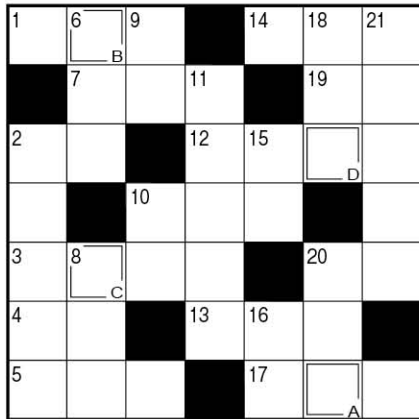
出題◎ニコリ

3月号の答え

A B C D E F

ホワイトデー

応募締切
4/23



Q 二重マスの文字をA～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

→ ヨコのカギ

- 春の山菜の一つ。スギナの胞子茎です
- 和——中の料理が味わえるレストラン
- 絵の具を混ぜ合わせるときに使う板
- 開店祝いに胡蝶(こちょう)——を贈った
- 水が湧き出てくる所
- 奈良県の桜の名所
- あまり飾り気がありません
- 北海道で生まれた馬や人をこう呼びます
- 火のない所に——は立たぬ
- 米寿は数え年88歳のお祝い、——は77歳のお祝い
- 「!」は感嘆符、「?」は——符
- はさみを振りつつ横歩き
- 一、十、百、千、——

↓ タテのカギ

- お酒にのまれている人
- 先祖の冥福を祈り 追善——を行なった
- 眼鏡のフレームにはめます
- 両手と両足のこと
- 彼は質問に——なく答えた
- 首の前部にある出っ張り
- 牧場の周りによく立てられています
- 踏むことでよく育つ穀物
- 楽しいとすぐに過ぎてしまいます
- 阿寒湖の物は特別天然記念物
- 一角獣とも呼ばれる想像上の生き物

賞品

正解者の中から10名の方に「さけ味まぜわかめ」「しそ風味まぜわかめ」を2袋セットにしてプレゼント。炊きたてご飯にまぜて、たくさんご飯を食べましょう!



ハガキの送り先

〒933-8502 高岡市あわら町1-1
JA高岡 クロスワードパズル係

●クイズの答え ●住所 ●氏名(ふりがなをお忘れなく) ●年齢 ●電話番号

●今月のテーマ「結婚式の思い出」

友人や親戚の結婚式での思い出、もちろんあなたご自身のエピソードも大歓迎。おたよりをお待ちしています。

応募される方へ

お寄せいただいたおたよりは「おたよりコーナー」で紹介させていただくことがあります。お名前を掲載しますので、匿名を希望される方はその旨を書いてください。ペンネームも受け付けます。応募の際の個人情報(住所)は商品の発送およびJAからのご案内にのみ使用いたします。

お願い 景品を確実にお手元へお届けするため、応募の際の氏名はペンネームではなく本名をご記入ください。ペンネームはおたよりコーナーへ掲載する際に使用させていただきます。

おたよりコーナー

お題「わが家のエコ活動」

大根は捨てるところなく食しています。葉もよし等にして食べますが、干してお風呂に入れるとお湯もやわらぎ、ほこほこ湯冷えしにくくなります。(南悦子さん)

なかなかエコ活動はできませんが、車を運転するときは、急発進や急ブレーキをかけないようになど意識して乗っています。(ヤッサンさん)

毎晩お米のとぎ汁を捨てないで、翌朝お花にやっています。おかげさまでいきいきときれいに咲いています。(今井登美子さん)

曾祖母の古いタンスを洗い、塗装してインテリアとして飾っています。(松崎千恵美さん)

子どものころの母を思い出し、「何でも手作りにしてくれていたな～」と思い出します。「エコ」とは「手をかける」ことだと思います。(節約パーバさん)

家族7人なるべく一部屋に集まり、寝る時間になると各自の部屋へ行きます。少しでも電気代の節約を心がけ、家族に呼びかけ協力してもらっています。(松井春美さん)

今月のテーマを見て「ドキッ」としました。言葉は簡単に使っているのに・・・エコのことを考えて何も実行していない私。これを機会にみんなで話し合います。(頑固さん)

今月のあなたの運勢★4月★

モナ・カサンドラ



牡羊座

3/21～4/19

【全体運】公私共に活躍の場が広がりそう。やりたいことがあれば、積極的に自己アピールを。にぎやかな場所につきあり【幸運の食べ物】モズク



牡牛座

4/20～5/20

【全体運】あれこれ考え過ぎてしまう時期です。開き直りの気持ちを大切に。丁寧に水回りを掃除すると、開運します【幸運の食べ物】ゴゴミ



双子座

5/21～6/21

【全体運】交友関係が活発化する予感。飲み会の席や旅先で良い出会いに恵まれそう。趣味や習い事に力を注ぐのも正解【幸運の食べ物】蜂蜜



蟹座

6/22～7/22

【全体運】環境などの変化がもとでプレッシャーを感じがち。気張らず、気楽に構えましょう。絵本を読むとリラックス可能【幸運の食べ物】アシタバ



獅子座

7/23～8/22

【全体運】持ち前の行動力を発揮できる月。興味を引かれるジャンルがあれば、ぜひ挑戦してみてください。サポート運も強力です【幸運の食べ物】トリガイ



乙女座

8/23～9/22

【全体運】感傷的になりやすい期間。落ち込みを感じたら、親しい人に話を聞いてもらうなどして、気晴らしを。お香も吉【幸運の食べ物】ウド



天秤座

9/23～10/23

【全体運】まずまずの運氣。ただ、決断力が乏しくなるため、1人で考え込むより、周囲に相談を。音楽鑑賞もラッキー【幸運の食べ物】オレンジ



蠍座

10/24～11/22

【全体運】物事を深刻に受け止めやすい傾向が。意識して良い面を探しましょう。部屋の整理整頓をすると心も穏やかに【幸運の食べ物】ニラ



射手座

11/23～12/21

【全体運】努力が認められるなど、うれしい出来事が期待できます。リーダー役に抜てきされやすいので意欲的に引き受けて【幸運の食べ物】サヨリ



山羊座

12/22～1/19

【全体運】思うようにならないことが多くなる気配。特に家族など、身近な人たちから干渉されがち。感情的にならないで【幸運の食べ物】ヒジキ



水瓶座

1/20～2/18

【全体運】コミュニケーション運が上々。初対面の相手ともフランクに話すことで、耳寄りな情報が。ネット検索にもつき【幸運の食べ物】ゼンマイ



魚座

2/19～3/20

【全体運】周りへの気配りを発揮することで、運が上向く兆し。余暇はオペラやミュージカルを見に行くと、良い刺激に【幸運の食べ物】ミツバ

編集後記

今まで電子レンジは「あたためる」には効果があるけれど、「調理する」にはむいていないと思っていました。以前は「電子レンジでつくるカップケーキ」「簡単お手軽電子レンジで卵焼き」などというチャレンジしましたが、まったくもってうまくできたためしがありません。でも今月号の広報誌10ページに掲載した「レンコンとひじきの甘辛煮」は成功です。コツはボウルにラップをきっちりとかけて粗熱をとるところだと思います。冷めていくあいだに味がしみていきます。もうひとつ、できればエコープのごま油をお使いください。市販のものとは香りが違います。この香りがおいしさに一役かっていると思います。みなさんぜひお試しください。(エリママさん)

30	29	28	27	26	25	24	23
火	月	日	土	金	木	水	火
			給油所お客様感謝デー		定例理事会 二塚(黒田)ふれあいホーム 中田ふれあいホーム	石堤ふれあいホーム	万葉米特売日

自然の風で乾燥させるからはさがけ米の風味

越中高岡 万葉米

大特売



4月

22日(月)・23日(火)

万葉米10kg **3,980円**(税込)

万葉ごはん12個入り **1,540円**(税込)

ご注文はお近くの支店または生活センター ☎27-8890

**JAカード会員様に
うれしいお知らせ**

**あぐりっち
佐野店で**

JAカードを
ご利用いただくと
ご請求時に

**5%
割引に!**

ご好評につき
期間が延長に
なりました

詳細は三菱UFJニコスWEBサイトでご確認ください

ご注意事項

- 対象店舗は、JAが運営する直売所・ファーマーズマーケットです。一部対象外の店舗があります。
- 対象店舗でお買い物の際にJAカードでお支払いいただくと、そのご利用分はJAカードご利用代金ご請求時に、割引いたします。一部、割引対象外の商品・サービスがあります。
- Apple Payでのお支払は、割引対象外となります。
- JAビジネスカード、JAコーポレートカード、JCBブランドのJAカードは、本特典の対象外です。
- 本特典は、2019年3月現在のものであり、予告なく割引率の変更や本特典を終了する場合があります。

