

tjan

広報たかおか

[ていーじゃん]

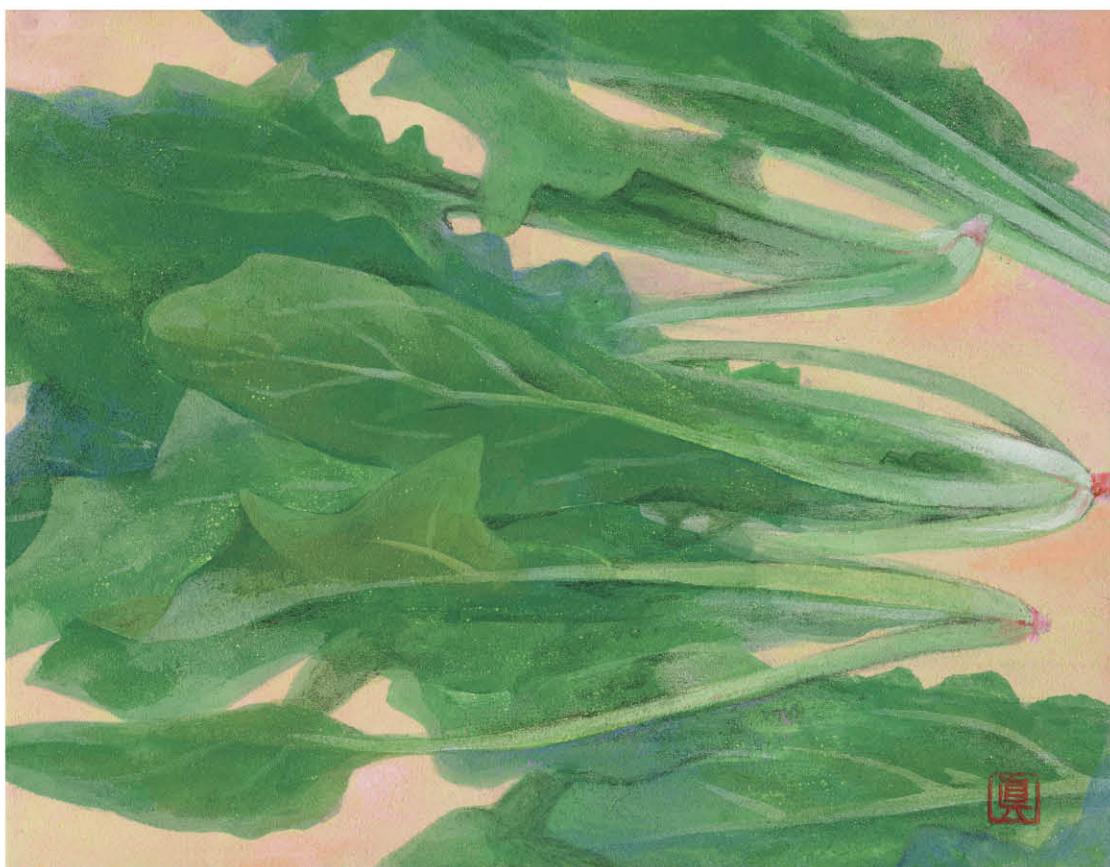
tjan

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
vol. 660 5

令和元年5月発行



特集

職員定期人事異動
新規採用職員紹介
ふれあいホーム開所
農家の組み体操 息を合わせてイチ、二、サン！

- | | |
|--------------------------|----------------------|
| 2 職員定期人事異動 | 10~11 食彩の泉 |
| 3 新規採用職員紹介 | 12 営農情報 |
| 4 ふれあいホーム開所 | 13~14 園芸情報 |
| 5 農家の組み体操 息を合わせてイチ、二、サン！ | 15 知得情報 |
| 6~7 ホットライン | 16~17 インフォメーション |
| 8 ベストスマイル | 18 協同のあしあと・理事会だより |
| 9 たかおか日記 | 19 カレンダー・パズル・おたより・運勢 |

定期人事異動

平成31年4月1日付

管理職

新任（旧任）	管理職	氏名
支店長代理・センター長代理	金融共済部長兼Aプロック長兼Bプロック長 兼融資運用課長(金融共済部長兼融資運用課長)	要藤 安宏
新任（旧任）	福祉事業センター担当部長兼福祉事業センター長 兼福祉事業センター事務長(福祉事業センター担当 部長兼福祉事業センター事務長兼総務企画部次長)	立川 友亮
二塚支店支店長代理（戸出支店支店長代理） (福祉事業センター係長)	Dプロック長兼戸出支店長 (Dプロック次長兼北般若支店長)	田中 秀和
野村支店支店長代理（醍醐支店主任）	経済部部長待遇資材担当 （株）A高岡キャリィ ライン出向(Aプロック長兼Bプロック長)	山田 勝彦
農産物販売課長（是戸支店長）	當農部次長兼あぐりつち統括長 (當農部次長兼農産物販売課長)	田中 立川 秀和 友亮
農産物販売課長（戸出支店長）	Dプロック次長兼中田支店長(中田支店長)	武内 昇
農産物販売課長補佐（農業振興課課長代理）	農産物販売課課長補佐(農業振興課課長代理)	山田 勝彦
西部支店副支店長（二塚支店副支店長）	は戸支店長（農産物販売課課長補佐）	竹田 幸子
戸出支店副支店長（西部支店副支店長）	農業振興課考査役[農地委託担当]（施設課考査役）	林 哲行
農業振興課考査役[農地委託担当]（施設課考査役）	は戸支店長（農産物販売課課長補佐）	平野 俊夫
矢富 宮岸 佐藤	橋 中崎 竹田 賴将	武内 昇
祐輔 帆浪 圭悟	直樹 塚本真由美	山田 勝彦



囑託職員

新 任 職 員	當農部農地受委託担当「アグリササポート担当」
島 利弘	関口 悦朗
北船若支店長	

新規採用職一般

新任（旧任）	一般職
農業振興課（国吉支店）	一 般 職
石堤支店（中田支店）	
国吉支店（佐野支店）	
高井	小栗 氏名
吉田	森生
幸菜	
彩希	

一般職

新任(旧任)	係長・主任	氏名
農産物販売課 係長 (施設課係長) 農機センター係長 (農機センター)	立浪 諭	
共済保全課 係長 (共済保全課) 国吉支店主任 (西部支店)	関 泰宏	
東五位支店主任 (東五位支店)	勘坂由香莉	
東部支店主任 (東部支店)	林 孝儀	
中田支店主任 (石堤支店主任)	北村 智佳	
吉田 幸代	頭川 麻希	上野友貴人

定期職員

所屬	農業振興課 課長代理	勤続年数
氏名	吉澤 正治	6年 42年
島田 夕紀		

退職者

長い間お世話になりました
平成31年3月

になりました
平成31年3月31日付

定期職員新規採

定期職員新規採用

二上支店（国吉支店）
国吉支店（西部支店）
醍醐支店（佐野支店）

宮下由美子
長江志津子
西岡文子

定期職員

定期職員

新任（旧任）

氏名
宮下由美子
長江志津子
西岡文子

新規採用職員紹介

[平成31年4月採用]

4月から新しく7名がJA高岡に入組いたしました。

わからないことばかりですが、少しでも早く一人前の職員になれるよう、がんばります。どうぞよろしくお願ひいたします。

農機センター

はら けんと
原 健人

● 夢 ●

時間をつくって、国内旅行に出かけたいです。

● 趣味 ●

読書です。自分と異なる考えがおもしろいからです。

● 食へのこだわり ●

おいしいものなら何でも

● 農業・農協のイメージ ●

農家だったこともあり、すごく身近に感じます。

● こんな職員になりたい ●

組合員から頼られる職員をめざします。



西部支店

や ご たかひろ
矢後 勇洋

● 夢 ● 環境問題に関心があるので、公私ともに携わっていきたいです。

● 趣味 ● 馬が好きです。乗馬をやりたいのですが、なかなか機会がありません。

● 食へのこだわり ● 何でもおいしくいただきます。提供する側でもされる側でも、食事中は幸せであるように心がけたいです。

● 農業・農協のイメージ ●

農業は国基盤だと思っています。農業とそれに携わる人々を支える農協は重要な役目を持っていると思います。

● こんな職員になりたい ●

農業だけでなく、生活や人生全般において、さまざまな知識や経験を積み重ね、組合員のよきパートナーとして信頼されるようになります。



佐野支店

おかもと みく
岡元 未来

● 夢 ●

世界のディズニーランドをすべて訪れることがあります。学生時代には香港ディズニーに行なったので、残りのパリ、中国、アメリカに行きたいです。

● 趣味 ●

海外旅行です。高校生のときにタイに行なったことがきっかけで、様々な国に行くようになりました。今行きたい国はフランスとデンマークです。

● 食へのこだわり ●

朝食にはご飯を食べることです。ご飯のお供で一番好きなものは明太子です。

● 農業・農協のイメージ ● 人が生きてゆくうえで、かかせない職業だと思います。日本は世界から見ても食の安全性が高く、品質のよい物が多いと感じています。

● こんな職員になりたい ●

地域のみなさんに寄り添い、組合員に信頼される職員になりたいです。



中田支店

こうさか まゆ
上坂 真由

● 夢 ●

幸せな家庭を築くことです。

● 趣味 ● 小さいころからピアノを弾いたり歌ったりしていたので、音楽を聴いたり演奏したりすることが好きです。

● 食へのこだわり ● 好き嫌いせず、いろいろなものを食べることです。

● 農業・農協のイメージ ●

農業を中心にさまざまな力を支えているイメージです。

● こんな職員になりたい ●

明るく笑顔で、頼りにされる職員になりたいです。



伏木支店

さかもと こたろう
酒元 虎太郎

● 夢 ● あたたかい家庭を持つことです。

● 趣味 ● 野球です。テレビ中継を見たのをきっかけで、高校生時代まで打ち込んでいました。好きな選手はイチロー選手です。

● 食へのこだわり ● 「いただきます」と言ってほかの命をいただいていることに感謝することです。

● 農業・農協のイメージ ●

農家の方は多くの時間と愛情を注いで農産物を作っています。また農協の職員は農家から信頼され、よりよいものを作るためのサポート役だと思います。

● こんな職員になりたい ●

どんなことでも頼りにされる親しみやすい職員になりたいです。そして少しでも多くの地域の方々の暮らしに貢献し、笑顔を増やしていきたいです。



醍醐支店

さいとう としふみ
犀藤 俊史

● 夢 ●

目標になりますが、仕事ではミスをしないことです。プライベートでは富士山登頂です。

● 趣味 ● 映画鑑賞です。友人に誘われて映画サークルに入ったことがきっかけです。

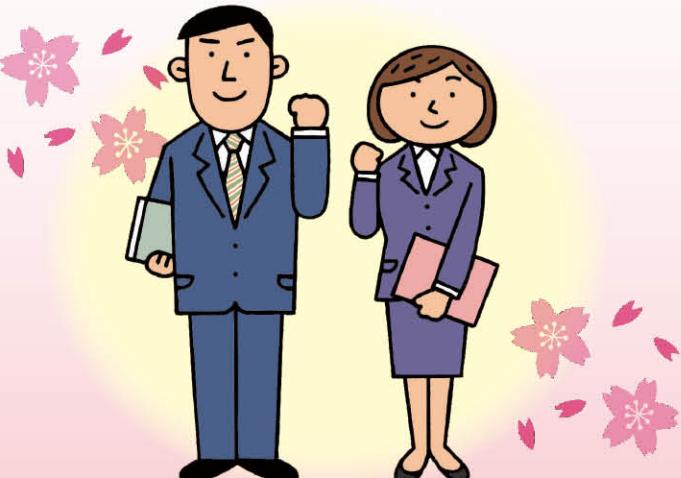
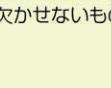
● 食へのこだわり ●

安全・安心なものが好きです。

● 農業・農協のイメージ ● 「農協」は農業という生活に欠かせないものを協力して守っていくというイメージです。

● こんな職員になりたい ●

人から頼りがいがあると思われる職員になりたいです。



13地区14会場でスタート!!

みんなのお茶の間「ふれあいホーム」

4月8日(月)～25日(木)にかけて、高岡市内の14会場で「ふれあいホーム」が開所しました。開所を待ちわびていた参加者らは、会場ごとに企画された踊りや催しを楽しんだり、久しぶりに再会する参加者同士の交流を深めたりするなど、会場はたくさんの笑顔であふれていました。



園児とふれあい笑顔の二上会場



レインボーボディ操に取り組む佐野会場



会員手作りの昼食を味わう小勢会場



参加者全員で輪踊りを楽しむ西部会場



ストレッチでリラックスする二塙[鎧]会場

J A高岡女性部助けあい組織萌ぎの会は、地域の高齢者が気軽に集まり住み慣れた場所でいきいきと過ごしてほしいという願いを込めて「ふれあいホーム」を運営しています。地域にお住まいの75歳以上の方ならどなたでも参加でき、9月を除く4月から11月の年間7回、楽しいゲームや介護予防の体操などを楽しんでいます。また、地元の園児とのふれあいや会員手作りの昼食を味わえるのも魅力の一つです。

平成8年に二塙地区で始まったこの「ふれあいホーム」の取り組みは現在、二塙、国吉、能町、守山、東五位、中田、野村、佐野、石堤、牧野、二上、小勢、西部地区で実施。13地区14会場にまで広がり、地域の高齢者の憩いの場になっています。

いつでも
どこでも
気軽に体操

農家の組み体操 息を合わせてイチ、二、サン！

いくつになっても、自分の足で歩き、おいしいものを食べ、家族や友人と楽しい時間を過ごしたいですね。そのためにはやはり、健康でいることが大切です。健康ながらだ作りは、気づいたときが、始めどき。できることから、始めましょう。今回はペアで気軽にできる体操を紹介します。できる範囲で無理をせずに行ないましょう。

ぐるっと1回転！

2人で体をぐるりと回転する動きを紹介します。腕や脇腹など無理せずに、ひねるように伸ばしてリフレッシュしましょう。ゆっくりと回りましょう。



1. 向かい合って両手をつなぎます。
2. 外側の腕をゆっくりと上げていきます。
3. あまり無理することなく半分回ってください。
4. 背中合わせになつたら少し止まりましょう。
5. もう半分ゆっくりと回ります。
6. 1回転した後反対側にも回ります。

バランスを取りながら押し合いましょう！

肩甲骨を動かすことで気持ち良さが感じられると思います。
ポイントは腕の屈伸運動ができるだけゆっくりと行なうことです。
互いの押し合うときの力を感じながらバランスを取ります。



1. 両足を前後に開いて互いに両手を合わせます。
2. 互いに力を入れながらゆっくりと押し合い、両腕を曲げ、上体を近づけます。
3. 互いに押し合って、バランスを取りながら片腕ずつ押し合います。
4. 反対の腕も同様に押し合います。

おんぶで1周

お子さんは、お父さんの背中におんぶしてもらって、1周回ってみましょう。
バランス感覚や腕の力ができます。お子さんが落ちないように注意しましょう。



1. お父さんの背中におんぶ。
2. ゆっくりと回り始めます。
3. お子さんが落ちないように、互いに注意しながら支え合います。
4. あと半周です。
5. もうすぐです！
6. 1周回ったら、反対回りにも挑戦しましょう。

安全安心な食材は大好評

音楽パーティにあぐりっちが出店



「おいしい高岡」がぎらりと勢ぞろい

高岡にかかる音楽愛好家20組による音楽イベント「高岡好きの音楽パーティー Mステ」が3月24日(日)12時からウイングウイング高岡で開催され、会場内に設置された高岡グルメ街にあぐりっちが出店しました。

あぐりっちで販売している高岡産の材料をつかった安全・安心な加工品を会場で販売することで、地産地消の推進と、あぐりっちを来場者やスタッフの皆さんへ知っていただく良い機会を取り組んだものです。

会場では万葉米のおにぎり、高岡産の野菜や万葉米をつかった弁当、旬の野菜をつかった総菜、おはぎ、パンなどを販売。訪れたお客様やスタッフは、音楽を楽しみながら高岡産の「食材」を味わっていました。

地域の特産化をめざして

馬鈴薯作付け開始



専用機械利用で効率的な作業をすすめる

持続可能な農業の実現をめざした農業者の所得増大と農業生産の拡大に向け、当JAでは専用機械のレンタルを行ない、馬鈴薯の特産化に向けて生産振興を進めています。

機械のレンタルを始めて3年目の今年は佐野地区で25aが新たに作付され、着実に特産化へと進んでいます。昨年に比べ降雪は少なく推移しましたが、あまり天候に恵まれず、3月20日(水)から27日(水)にかけて畝立て機と定植機を使って植え付け作業を行ないました。

種いものは、出芽促進の効果を高めるため2月からハウス内で「浴光育芽」を実施。また、額縁排水とサブソイラによる心土破碎により排水対策を徹底し高品質、高収量をめざしています。

◀ TAKAOKA HOT LINE ▶

春作業に向け安全作業の確認

太田支店でトラクター安全講習会



実際にトラクターを見ながら項目を確認

太田地区農業機械利用管理組合は4月7日(日)午前8時から太田支店でトラクターの安全講習会を開催し、約30名の生産者が集まりました。安全な農作業の実施に向け、安全作業の注意点や機械操作の事前点検、操作の手順などについて確認しました。

この講習会は、農作業事故の防止とトラクターの始業点検と取り扱いを目的に毎年開催しているもので、農機センター職員が講師として説明を行ないました。

路肩の狭い道や作業で使用する道を事前に確認する「作業環境の確認」、安全フレーム・シートベルト・低速車マーク・安全力バーなどの「防護装備装着の徹底」、これぐらいの作業なら大丈夫などと過信しない「油断防止の徹底」などを参加者で確認しました。

農地や農道のゴミを回収し地域の美化に貢献

青年部「自然環境美化運動」



地域の環境美化に努める青年部

J A高岡青年部は、ゆたかなうるおいのある地域社会づくりをすすめるため、環境美化と緑化運動の実践に努めています。

3月と4月は環境美化運動の一環として、地域の農地や農道に廃棄されている空き缶やゴミなどを回収する「自然環境美化運動」を行ない、3月には佐野、4月には北部、二上、国吉、太田支部で実施されました。

4月14日に実施した北部支部では、青年部員やJA職員など10人が参加。1時間の作業で5袋のゴミを回収しました。幹線道路や交差点付近の圃場に多くのゴミが投棄されており、参加者は地域の環境が少しでも良くなるよう願いながら回収に汗しました。

「高岡農業」の確立にむけて

第13回 JA高岡農業者大会開催



大勢の農業者が参加

3月27日(水)午後6時30分より、高岡JA会館で第13回JA高岡農業者大会が開催され、農業者約200名が参加し地域農業の発展へ結束を固めました。

大会では、地域の農業振興に貢献した農業功労者を表彰。優良生産組織として農事組合法人ファーム今市(小勢地区)、優良生産者として杉森修和さん(国吉地区)が表彰されました。

また、富山県高岡農林振興センター農業普及課高岡班堀井香織副主幹から「平成31年産米品質向上技術対策のポイント」、富山県農林水産部農業技術課研究・普及振興班吉田稔副主幹から「スマート農業技術の活用について」と題した講演を実施し、参加者は熱心に耳を傾けていました。

7戸の農家が29品種36点を出品

チューリップ切花コンクール開催



競うように咲き誇るチューリップ

4月16日(火)から19日(金)にかけて、第54回高岡市チューリップ切花コンクールが行なわれ、色とりどりのチューリップが高岡市役所のロビーを彩りました。

このコンクールは高岡市チューリップ球根組合が消費動向に即応する品種更新と栽培技術の向上を図ることを目的に毎年開催しています。受賞者は次の通りです。(敬称略)

	チューリップ品種名	受賞者
高岡市長賞	ハッピーファミリー	吉江正雄
高岡市議会議長賞	スマイルノフ	高畠豊仁
富山県花卉球根農業協同組合長賞	夢の紫	吉江知則
高岡市農業協同組合長賞	白雲	須田龍矢
高岡市花いっぱい連盟会長賞	ホワイトパレ	堂前農園
高岡市チューリップ球根組合長賞	キャンディープリンス	清都農園

高岡市内4団体へ要請

5月15日中心の田植え実施協力を申し入れ



高岡産米のさらなる品質向上を願い要請

4月12日(金)萩原組合長と渡辺高岡市産業振興部次長、須田農業水産課長、南富山県高岡農林振興センター所長、同斎藤農業普及課長は高岡商工会議所を訪れ、近年の高温傾向に対応した米の品質向上対策として「5月15日を中心とした田植え」推進への協力を要請しました。

5月15日を中心とした田植えのおかげで、平成30年産の高岡産うるち玄米の一等比率は昨年産に引き続き90%を超えるました。萩原組合長は「兼業農家率が高い高岡で高品質なよい米を作るためには、各企業のご協力が欠かせません。今年も5月15日を中心とした田植えへのご協力をいただきたい」と願い求めました。

この要請は高岡商工会議所のほか、高岡建設業協会、高岡市商工会、福岡町工場協会へも申し入れました。

労力軽減と経費削減を図る

乾田直播の拡大をすすめる



専用機械で乾田直播に取り組む

平成30年度より、管内担い手等への米の生産コスト低減に資するため、JA高岡が取得した乾田直播専用機械のレンタルにより、生産面積の拡大を推進しています。

直播栽培には、「湛水直播」と「乾田直播」があり、「乾田直播」は水を入れず乾いた水田で、「V」字に切った「溝」へ「直播」する栽培方法です。

種を直接「播種」することから、育苗・田植えの労力軽減と育苗関連経費の削減が図られ、通常の田植え栽培と比べて労働時間は三分の一以下、生産コストは7割程度への低減が見込まれます。すでに大きな経営体で取り組まれており、収量的にも安定していて、今年度の乾田直播は、10経営体が取り組む予定です。

わがやのアイドル



島崎(国吉地区)

荒谷 拓海くん(4歳)・寿珠ちゃん(2歳)

大好きな白いご飯を食べて、いつも元気いっぱいの拓海くん。家ではよく、消防車のおもちゃや車のブロックで遊んでいます。富山市ファミリーパークや高岡古城公園の動物園に出かけるのを楽しみにしていて、特に好きな動物はトラです。

寿珠ちゃんは、NHKで放送されている『おしりたんてい』や『かえるの合唱』などの童謡を覚えて歌うのが大好き。また、晴れた日には黄色いタンポポを取りにお散歩に出かけて楽しんでいます。

【父：竜司さん 母：綾子さん】

JA-Staff ~the young generation~



能町支店
佐賀 大輝

頼りにされる
職員をめざして
がんばります！

■ 趣味 ■

ドライブです。友達と一緒に、天気のいい日に音楽をかけて運転するのが最高です。

■ 好きな音楽 ■

MONGOL800の『小さな恋のうた』が好きです。高校生時代、文化祭でバンドを組んで歌った思い出の1曲です。

■ 好きな映画 ■

『ボヘミアン・ラプソディ』です。QUEENを全く知らなかったのですが、フレディ・マーキュリーの人生の壮大を感じることができ、とても楽しめました。

■ 好きな食べ物 ■

肉がパワーの源です。何かがんばった時は自分へのご褒美として、おいしい肉を食べています。



野村支店
川縁 千聖

今を大切に
がんばります！

■ 趣味 ■

数字をヒントにマス目を塗りつぶしていくお絵かきロジックに夢中です。徐々に絵が完成していく過程がおもしろいです。

■ 好きな本 ■

中学生の時に読んだ斎藤智裕の『K A G E R O U』が印象に残っています。命という重いテーマを扱った作品でありながらも、読みやすい作品です。

■ 好きな音楽 ■

バラード系の曲が好きです。特にいきものがかりの『真昼の月』をよく聴いています。

■ 好きな食べ物 ■

湯豆腐が大好きで、ポン酢と七味唐辛子で食べるのがおススメです。

高岡タイムトラベル



戸出市野瀬（戸出地区）

当時のお話

しみず かずお
清水 一夫さん

戦前の農家には鶏が付きもので、どこの家でも灰小屋や納屋の片隅などで数羽から10羽程度飼育されており、エサはイリゴや十分に実っていない穀、魚のザンなどを混ぜたものをやっていました。

戦後になり、労働に余裕のある農家には200羽養鶏が奨励され、昭和30年頃にはケージ養鶏が開発され数万羽飼育する農家も出現しました。しかしその頃になると卵の価格は低落し、生産調整が行われると中小の養鶏農家は淘汰されるとともに、昭和40年頃になると鶏は農家から姿を消しました。

この写真は昭和15年頃、戦争の状況下で家庭を支える婦人として、祖母と母が新聞に掲載された時のものです。



家族の健康のためにエーコープマーク品を利用しましょう

JA高岡のいち押し!!エーコープマーク品紹介



「エーコープマーク品」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

エーコープ ほめられ酢

お酢特有のツンとくる酸味を抑えているので、
お酢が苦手なお子様でも安心して食べられます。
さわやかな風味で和洋中さまざまな料理に合います。

ダイコンとハムのマリネ

材料

- ・ダイコン 1/4本(約300g)
- ・ハム 5枚程度
- エーコープほめられ酢 大さじ4
- A [しおゆ 小さじ1
エーコープこめ油 大さじ1]



作り方

- ① ダイコンは皮をむいて、いちょう切りに薄くスライスする。ハムは4等分に切る。Aはあらかじめあわせておく。
- ② ボウルまたはビニール袋に①のダイコンとハムを入れてAを加えて、全体をかるくもみこみ、20分以上漬け込む。
- ③ 器に盛りつける。お好みで、追加でエーコープほめられ酢をかけてもよい。



エーコープほめられ酢は
あぐりいち佐野店で
好評販売中



材料(2人分)

- 生地
(26~30cmのフライパン使用で5~6枚分)
そば粉 150g
水 300ml
卵 1個
塩 1つまみ

1食当たり約431kcal

- トッピング(2枚分)
キウイフルーツ 1/2個
イチゴ 4~5個
オレンジ 1/2個
蜂蜜 大さじ1
レモン果汁 大さじ1
アイスクリーム カップ1
ココナツ油 適量

シンプルにそば粉の生地を焼く、栄養豊富でヘルシーなガレットです。季節のフルーツやアイスクリーム、あんこやかな粉などとの相性も抜群です。フランスではバターを合わせることが多いのですが、今回はココナツ油を使用、さらにヘルシーに仕上げています。

新鮮食材で
楽しくクッキング

料理研究家 波多野充子

季節のフルーツガレット・ アイスクリーム添え

作り方

- (1) そば粉と塩に水を少しづつ加え、よく混ぜ合わせる(水は3~4回に分けて加える)。
- (2) 溶いた卵も加えてよく混ぜ、保存容器に移し替えて冷蔵庫で1時間以上休ませる(一晩置くとのびの良い生地になる)。
- (3) キウイ・イチゴ・オレンジは、同じ大きさにそろえて小さく切る。
- (4) 蜂蜜・レモン果汁・オレンジをむいたときに出る果汁を混ぜ(3)を入れる。
- (5) フライパンをよく温め、ココナツ油をキッキンペーパーでよくなじませる。
- (6) お玉1杯分の生地を(5)に入れ、フライパンを回しながら薄くのばす。火が通り、外側が浮いてきたら裏返す。
- (7) 両面焼けたら皿に取り出し、ココナツ油を塗り(4)のフルーツとアイスクリームをトッピングし、フルーツの漬け汁も全体に掛ける。



とろ~りなめらか 前崎養鶏 ゆめプリン

飼料にこだわった前崎養鶏のブランド卵『まんてん』と厳選した材料を使って仕上げた、とろ~りなめらかな濃厚プリンです。甘さは控えめでしつこくなく、ついつい手が伸びてしまう美味しさ。頑張った自分へのご褒美や大切な方へのプレゼントにも喜ばれる一品です。



ゆめプリン

有限会社 前崎養鶏 直売所「田舎のたまご屋さん」

住 所 高岡市西広谷247
電 話 0766-31-2006
営業時間 8:00~18:00
定 休 日 元日



生産者

まえざき
前崎 ひろみ さん

幅広い世代の方に直売所へ足を運んでもらいたいとの思いから、若い方にも喜ばれる商品として平成22年に開発したのがこの『ゆめプリン』です。「100点満点美味しいで安全な卵！」と自信を持って名付けた自慢の『まんてん』を使用し、なめらかな食感になるよう試行錯誤して完成させました。あぐりっち佐野店では、こだわりの卵やプリンの他にも味玉やシフォンケーキも販売しています。ぜひ、ご賞味ください。



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。

隣の愛読者 の巻

先日、会社の給湯室で、「お前の、あの～沢庵、うまそうやの～」と話しかけられた。

はて？沢庵？？それって、もしや“ぬか漬け”的こと！？時に廊下で、時に給湯室で。私の顔を見ては、コラムのダメ出しをしてくるオジサンがいる。その人は、隣のフロアにいる営業局のT局長。9年前から、コラムを書いているというのに、今頃か！とツッコミを入れたい気持ちを押さえつつ、いつも素直に耳を傾けていたわけですが。この度は、珍しく良い感想。（ちなみに9年前は、高岡支社勤務で。その時の支社長が、何を隠そう件のT局長なのでした。ウケる）

高岡市にお住まいのT局長は、なんでも、去年から畑を始めたらしく、今年は種から野菜を育てていると、実に得意げ。ゴルフ以外で天気を気にする様子に笑ってしまった。うまく野菜を育てるヒントがないかと「t-jan」を読み込んでいるらしい。そんなT局長に、食い付きの良かったネタが、前号の“ぬか漬け”だった。（沢庵じゃないし）

しかし、やらないと分からぬことってあるものですね。まず、ぬか床に対する野菜の量。ほら、よく料理をしない人（私？）が、材料を切り過ぎるミスティク。

ぬか床に隠せないほどの野菜を入れたり。ぬか床を触った手がツルツルして感動したり。漬かり時が分からなかったり。

水分を取り除く方法に悩んだり。2日とぬか床の様子を見ないと、なんだかソワソワして、昔やっていた野菜作りを思い出したりした。



そう！ぬか床ちゃんは生きている！目に見えない乳酸菌たちが、独自の世界を築いて味がどんどん変わるので。はじめ、柔らかなチーズのような香りと味わいだったぬか漬けが、最近、漬物らしい酸の香りと、ぬかのコク深さが加わってきた。どの野菜も抜群の美味さ！今は、どんな野菜を漬けようか？の楽しみから、ぬか床に唐辛子を足すか？いや、山椒投入か？と、ぬか床育ての楽しみに変わってきたところ。



T局長さま。きっと今年は、食べきれない野菜を収穫されることでしょう。ぬか床を育ててお待ちしております！手始めにい～アスパラ希望♪

★ 平成31年度生産利用施設利用料金について ★

利用者の農業所得の確保・拡大に考慮し、全ての料金について据え置きとさせて戴きます。

尚、10月には消費税率引き上げが予定されていることから、今年度の価格については、従来の税込表示から税別表示へと変更してあります。

1. 水稻苗価格及びコーティング種子価格

① 苗価格

項目	予約価格	当用価格	配達料 1枚当たり
発芽苗	468円	518円	50円
発芽苗(密苗)	551円	601円	
完成苗	748円	798円	120円
完成苗(密苗)	831円	881円	
管理委託料		280円	

※配達料はキャリィラインへ支払い

② コーティング種子価格

項目	価格 1kg当たり
等倍重	1,700円

2. 麦類(大麦、小麦)乾燥調製施設利用料金

項目	利用料金
乾燥調製	生麦 1 kg当たり 21.0円
調 製	乾麦 1 kg当たり 6.7円

3. 菜種乾燥調製施設利用料金

項目	利用料金
乾燥調製	製品重量 1 kg当たり 20.0円

4. カントリーエレベーター施設利用料金

① 施設利用料金

品種名	生 粉						1 kg当たり	
	粉水分(平日)			粉水分(土・日・休日)				
	18.0%未満	18.0~26.0%未満	26.0%以上	18.0%未満	18.0~26.0%未満	26.0%以上		
てんたかく	5.00円	6.00円	7.00円	5.00円	7.00円	8.00円		
てんこもり								
コシヒカリ	10.00円	16.70円	17.60円	10.00円	17.90円	18.90円		
直播コシヒカリ	10.00円	15.00円	16.00円	10.00円	16.00円	17.00円		

☆カントリー大口利用対策奨励

要 件	20 t 以上
助 成	8%

※大口利用対策奨励要領に基づき、その利用料金(税別)に一律8%を乗じた金額を助成します。12月上旬に支払い致します。

※対象者要件(対象者は①、②のいずれにも該当する利用者とする。)

①荷受重量が20 t 以上利用された方(営農組織含む)であること。

②利用料金の決済口座と対策奨励の受領口座が同一であること。

② 再調製料金

色彩選別	
製品重量 1 kg当たり	4.7円

③ 保有米保管料金及び配達料金

出庫月	10月	翌年3月	翌年5月	翌年7月	30kg/袋当たり
保管料金	0円	72円	119円	167円	
配達料金	110円	110円	110円	110円	

④ 粕殻代金

仕 様	料 金	施 設
バ ラ	無料	全 C E
くん炭(約10kg)	463円	戸出 C E

⑤ 飼料用米カントリーエレベーター利用料金

品種名	製品重量1kg当たり	
	粉水分	
	18.0%未満	18.0%以上
てんこもり	1.0 円	2.0 円
やまだわら		

※但し、利用日を指定させて戴きます。

5. バラ(玄米)施設利用料金

項目	利用料金	
精玄米	精玄米持ち込みによる再計量	製品重量 1 kg当たり 1.0円
粗玄米	粗玄米持ち込みによる調製・計量	製品重量 1 kg当たり 3.8円

6. 大豆乾燥調製施設利用料金

項目	利用料金	
乾燥調製	荷受重量1kg当たり	19.0円
調 製	荷受重量1kg当たり	10.5円
乾 燥	荷受重量1kg当たり	8.5円
色彩選別	製品重量1kg当たり	2.0円

お盆向け花卉管理

＜小菊＞

- ・定植から1週間～10日後、展開葉5枚程度残し、先端部分を折り取れる位置で摘む。
- ・GW後の定植では、摘心後に定植する。
- ・摘心後にダントツ粒剤を施用し、アブラムシ等の発生を予防する。
- ・うまく摘心が行われていない場合は速やかに再摘心する。



ポイント

- ・摘心位置をそろえると生育が揃う。
- ・側枝が出にくい品種は、摘心の位置を高めに行ない、整枝時に下から出る側枝を残す。
- ・摘心後に液肥をかん注すると、芽吹きが促進され、ボリュームも出やすくなる。

＜アスター＞

- ・発芽後は明るい場所で管理し、乾いてきたらかん水する。
- ・定植の目安：播種から4週間後、本葉3～4枚
- ・5月20日頃までに定植する。
- ・定植後は活着するまで乾かないようにかん水する。活着後も過湿（排水）・乾燥に注意。
- ・近くの大きい雑草は引き抜かない（根を痛めるため、ハサミで切る）。
- ・萎ちょう病・立枯病の罹病株は速やかに圃場外で処分する。

＜ケイトウ＞

- ・定植の目安：播種から4～6週間後、本葉が3～5枚
- ・遅くとも5月20日頃までに定植する。
- ・直根性なので、根を傷つけないように注意し、深植えにしない。
- ・除草剤には弱いので、雑草は手で取る。

＜シンテッポウユリ＞

- ・定植後はたっぷりとかん水するとともに、活着するまで土壤を乾燥させないよう、こまめにかん水する。抽苔するまでは、乾燥に注意し、晴天が続ければかん水する。
- ・活着後を目安に1週間毎に液肥を施用する（6週間目まで）。
その後は葉色が薄くなったら施用する。
液肥…野菜の達人または硝化燐安S540の500倍液を株元かん注

重 要：フラワーネットの引き上げ

- ・生育にあわせて、草丈の半分～2/3程度まで小まめにフラワーネットを引き上げる。



たのしい家庭菜園

トウモロコシ



高温・日当たりを好み、肥料を吸収する力が非常に強い野菜です。

葉や茎にはアブラムシ、花穂や実にはアワノメイガがよく発生するので注意が必要です。

栽培カレンダー

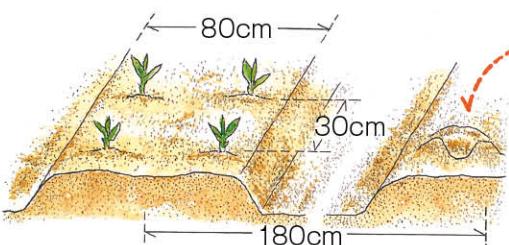
1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月

露地栽培(じかまき)

◆種まき ■収穫

1 植えつけ・種まき

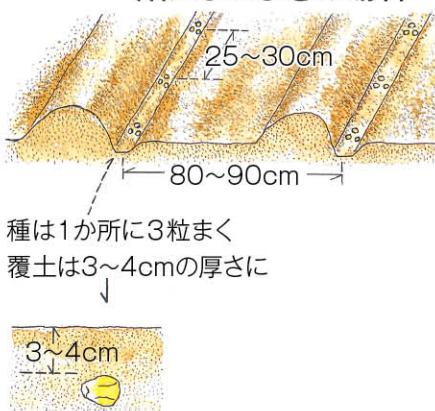
育苗した場合



成功のポイント

雄穂の花粉が雌穂によくつくためには2すじ植えとし、ある程度の株数をまとめて栽培することが望ましい。

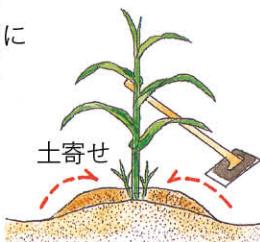
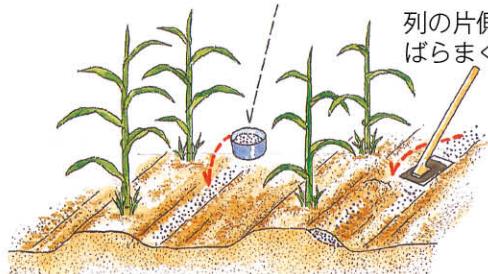
畑にじかまきの場合



2 追肥・土寄せ

<1株当たり>

化成肥料 大さじ1杯



成功のポイント

根の張り方は浅く風で倒れやすいので、生育前期に2回くらい追肥のあと株元にしっかりと土寄せをする。

追肥したあとで株元へ土寄せをする。
ポリマルチのあるときはやらなくてもよい

3 雌穂の整理



4 収穫

花粉がついて受精してから3週間くらいたち、
毛が茶色に縮れたころ



- 福祉のこと・介護のことお気軽にご相談ください
- 避難場所や避難経路は確認していますか
- 家族の安否確認方法は決まっていますか
- 食料・飲料の備蓄は十分ですか
- 非常用持ち出しバッグの準備をしていますか
- 最近は全国各地で地震や洪水などがあり、甚大な被害が発生しています。災害はいつ起こるかわかりません。普段からシミュレーションしてておくことが大切です。

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

最近は全国各地で地震や洪水などが起こそり、甚大な被害が発生しています。災害はいつ起こるかわかりません。普段からシミュレーションしておくことが大切です。

家庭の備えが確認できたら、地域の防災訓練に参加し、避難方法や避難場所を再度確認しましょう。町内での要配慮者への支援方法も考えておく必要があります。

災害区域の介護施設では、避難訓練を定期的に実施し、ご利用者の安全を確保していく必要があります。

久山町研究^{注1}では、80歳以上の50%にこの不整脈が生じていることが報告されています。心房収縮がなくなり心臓がバラバラに打つようになります。また、心房内に血栓ができやすく、それが流れて脳血管に詰まつて大きな脳梗塞を生じます(ミスター・プロ野球もこれが原因で脳梗塞に)。これらを予防するためには抗凝固薬(サランラ)や抗不整脈薬の服用が必要ですが、重い副作用が生じたり、効果が不十分なこともあります。そこで当科では、電極カテーテルを心房内の適切な場所にあてがい、高周波電流を流して不整脈の原因を焼灼^{注2}する治療(カテーテルアブレーション)を行っています。入院が必要ですが、成功すれば薬物より良い効果を得られます。

② 心血管動脈硬化症(狭心症・心筋梗塞・下肢閉塞性動脈硬化症)



災害から身を守るために

自主防災訓練に参加しました



3月21日(春分の日)二塚校下で自主防災訓練が開催されました。避難に必要な訓練を行ない、災害に関する講演会がありました。当日はもえぎの里の職員も一緒に参加し、災害に対する備えを万全にしておきたいと思いました。

「高齢化社会で問題となる

厚生連

循環器疾患について

2025年問題にあるように、団塊の世代がもうすぐ75歳以上の後期高齢者となり、日本は世界に類をみない速度で高齢化が進んでいます。現在、日本人の死因の第1位は「癌」ですが、こと85歳以上では、「心臓病」の方が第1位になります。人間は高齢になるとさまざまな心臓血管病が発症しますので、今回は特に重要な2つの病気を紹介します。

① 心房細動(不整脈の一種)

久山町研究^{注1}では、80歳以上の50%にこの不整脈が生じているこ

とが報告されています。心房収縮がなくなり心臓がバラバラに打つようになります。また、心房内に血栓ができやすく、それが流れて脳血管に詰まつて大きな脳梗塞を生じます(ミスター・プロ野球もこれが原因で脳梗塞に)。これらを

予防するためには抗凝固薬(サランラ)や抗不整脈薬の服用が必要ですが、重い副作用が生じたり、効果が不十分なこともあります。そこで当科では、電極カテーテルアブレーションを行っています。入院が必要ですが、成功すれば薬物より良い効果を得られます。

動脈硬化は、糖尿病・血圧やコレステロールが高い人・喫煙者などで生じやすく、脂質や炎症細胞が動脈内に溜まって、血流を阻害し重要な臓器に障害を起こします。そもそも動脈硬化は血管の老化現象そのものであり、高齢者に頻発します。心臓では狭心症や心筋梗塞になり、足の血管では閉塞性動脈硬化症になります。動脈硬化は薬剤で溶かせないため、心臓や下肢の血流を良くする処置が必要です。当科では心臓血管外科と協力して、バイパス手術やカテーテル治療で血流を改善する治療を積極的に行っています。



厚生連高岡病院
循環器内科診療部長兼CCU部長
桶家 一恭

ヒトは老化により心臓血管病を生じる宿命です。健康寿命を延ばすためにも、心臓検診をしっかりと受け、自覚症状のある方は我慢せず、病院を受診することが大切です。

注1：九州大学医学研究院による、福岡県久山町(人口8,400人)の地域住民を対象に、50年間以上にわたる生活習慣病(脳卒中・虚血性心疾患・悪性腫瘍・認知症など)疫学調査注2：ショウウシャク・焼くこと。特に、病気の組織を電気や薬品で焼いて治療すること。

10年固定金利特約型〈特別金利(保証料込)〉

JA高岡 住宅ローン

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
支払います。

ご融資時にお支払い
いただく定額保証料
30,000円が無料！

JA特產品プレゼント
も実施中!! [富富富など]

*上記【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。

【定額保証料】

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

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店頭に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)。

JA高岡
給油所

お客様感謝デー!

5月11日(土)・25日(土)

四屋給油所・カーポート中田・戸出給油所

ガソリン・軽油10ℓ以上給油された方に

ガソリン・軽油1ℓあたり

2円引き

(配達は除く)

令和2年
4月採用

JA高岡 正職員募集のお知らせ

JA高岡は令和2年度の正職員を募集します。詳細はホームページの採用情報からご確認下さい。

ホームページアドレス

<http://www.ja-takaoka.or.jp/>



ちゃぐりん 2019年5月号から「家の光AR」スタート！



アプリ「家の光AR」は、スマートフォン、タブレット専用のサービスです。

家の光協会が発行する雑誌などの指定の写真や図版にスマートフォンをかざすことで、料理や手芸などの動画を視聴いただけます。

アイコンが
出てきたら
チェック！



「家の光AR」のダウンロード方法

1. アプリ「家の光AR」をダウンロードする

スマホのホーム画面に搭載されているGoogle Playストア(Playストア)やAppStoreから「家の光AR」を検索して、ダウンロードします(無料)。

2. アプリを立ち上げ、写真や図版にかざす

アプリを起動すると、自動的にカメラモードになります。
カメラモードになったら 「家の光AR」のアイコンがついた写真や図版が、
スマホの画面に収まるように、水平にかざします。

3. 動画を視聴する

読み込みが終わると、自動的に動画や音声が再生され、
手軽に楽しむことができます。



このアイコンが目印です！

「家の光AR」のお問い合わせは 一般社団法人 家の光協会 記事活用促進部 TEL 03-3266-9012

好評発売中!!

ひと工夫でこんなに差が出る！

驚きの家庭菜園 マル秘技 58

58

家庭菜園雑誌『やさい畠』に掲載の、人気企画を再編集！ 収量・品質アップのためのアイデア栽培方法を、さらにわかりやすく解説！ 「マル秘技」と「ふつう」の栽培方法の違いを写真で比較！ メリットがひと目でわかる！

ワンランク上を
目指す人は必見！



検証結果が
ひと目でわかる！

定価:1,728円(税込)

お申し込みはお近くの支店または組織広報課 (☎ 26-7410)

第56回通常総代会が開かれます

日時 令和元年5月25日(土) 午後1時30分より

場所 高岡JA会館7階大ホール(高岡市あわら町1-1)

議案

- 第55年度事業報告及び剰余金処分案承認の件
- 会計監査人選任の件
- 第9次地域農業振興計画設定の件
- 第11次3ヵ年計画設定の件
- 第56年度事業計画設定の件
- 固定資産の取得・処分に関する件
- 第56年度における理事の報酬に関する件
- 第56年度における監事の報酬に関する件
- 定款の一部変更の件
- 監事監査規程の一部変更の件
- 役員全員任期満了につき改選の件
- 理事の退職慰労金贈呈の件
- 監事の退職慰労金贈呈の件

総代会附議議案事前説明会日程

午後7時開始(西部、二塚、東部、二上、国吉、伏木支店は午後6時30分開始)
最寄りの支店から案内がありましたら、ご参加くださいますようお願い申し上げます。

5月13日(月)	東部(18:30)・北部・伏木(18:30)	5月17日(金)	西部(18:30)・小勢・東五位
5月14日(火)	野村・二上(18:30)・能町	5月21日(火)	二塚(18:30)・太田・戸出
5月15日(水)	中田・北般若	5月22日(水)	佐野・石堤・是戸
5月16日(木)	国吉(18:30)・福田・立野	5月23日(木)	守山・牧野・醍醐

理事会だより

● 第34回定例理事会

(平成31年3月20日開催)

1. 承認事項

- ①平成31年度内部監査計画承認の件
- ②第56回通常総代会に提出する議案の内容決定の件
- ③平成31年度生産利用施設料金設定の件
- ④平成31年度固定資産取得の件
- ⑤総代選挙にかかる管理者・立会人決定の件
- ⑥マネロン及び反社会的勢力等への対応に関する規程類並びに特定事業者作成書面改正の件
- ⑦就業規則の一部変更の件
- ⑧管理職異動の件

■ 営農部関係

- ①第13回 JA高岡農業者大会について
- ②春の農業機械展示会の実績について
- ③平成30年度農産物直売事業販売実績について

■ 総務企画部関係

- ①組合員の加入及び脱退の状況について
- ②認定農業者の地区別・資格別状況について
- ③2019年(平成31年)ゴールデンウィーク期間中の営業について
- ④一般職・嘱託職員・定期職員の異動及び新規採用について
- ⑤第55年度(平成30年度)決算状況(経過報告)について
- ⑥理事と組合間の利益相反取引について

■ 金融共済部関係

- ①平成30年度第4四半期余裕金運用状況について

■ 経済部関係

- ①平成31年度第1回米特売について
- ②JA高岡キャリィライン平成30年度事業実績について

2. 報告事項

■ 内部監査室関係

- ①平成30年度内部監査業務活動報告について
- ②平成30年度内部監査の品質評価結果について

協同のあしあと

※()内の数字は前年同期比

正組合員 7,330人(△2人)

准組合員 9,622人(80人)

平成31年3月末日現在

出資金残高 27億2,599万円(2,684万円)

貯金残高 1,752億1,365万円(14億7,813万円)

販売品受入高 1億円(△6,257万円)

貸出金残高 255億8,927万円(△7億9,316万円)

購買品供給高 2億6,937万円(735万円)

長期共済新契約高(保障) 73億3,931万円(△27億8,235万円)

22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水
石野 堤ふれ あいホ ーム		監定 例理 事会		健康 ・介護相 談会 (あぐり づち佐 野店)	東五 位ふれ あいホ ーム	国税 務相 談日	能町 ふれ あいホ ーム	西部 ふれ あいホ ーム				給油所 お客様感謝 デー	牧守 山ふ れあ いホ ーム	二塚 (鎌 ふれ あいホ ーム)	小佐 野ふ れあ いホ ーム						

5月

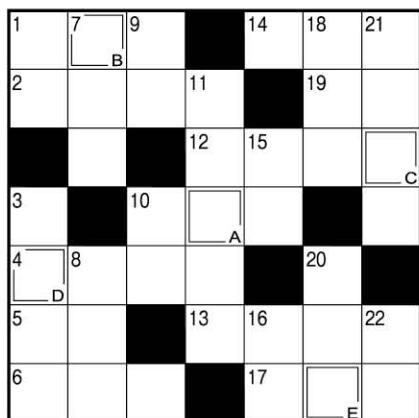
行事予定

パズル?

頭の体操

出題

4月号の答え
A B C D
モクレン
応募締切
5/24
金



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(ひがなをお忘れなく)
- 年齢 ● 電話番号
- 今月のテーマ「思い出に残るあの先生」

大切なひとときと一緒に過ごした先生、先生との楽しかったエピソードや思い出など、おたよりをお待ちしています。

賞品

正解者の中から10名の方にエーコープこめ油(1,500g)
1本プレゼント。こめ油は米ぬかと米胚芽から抽出・
精製された良質な食用油です。



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 「結婚式の思い出」

人生初列席の結婚式。従姉のきれいな花嫁姿をはやく見たくて、結婚式の前に会いに行きました。感極まった私は号泣し、花嫁さんから「私より先に泣いてどうするの?」と言われてしまいました。(笑) (葉亜人さん)

私の結婚式は平成元年3月です。当初、結婚式の招待状を「昭和64年3月」で印刷していました。昭和天皇の崩御に伴い、元号が変わり「平成元年3月」の招待状に印刷しなおしました。(かしわもちさん)

息子の結婚式で、息子が生まれたときの体重と同じ重さの「くまさん」をもらったとき。生まれたときは2800gしかなかったのに、結婚式のときはすごく重たく感じました。涙の分が重かったのかな? (タカちゃんさん)

49年前の結婚式は家の式で、そのうえ食事も一番膳、二番膳、三番膳もあり、本当に疲れたのを思い出します。(あ~ちゃんさん)

結婚式に招待されている日を間違っていたことです。友達から「用意できている?」の電話があり、準備は整えてあったのかうじて間に合った苦い思い出です。(T・Kさん)

私が結婚したのは1983年3月。新婚旅行で米原まで特急で行き、乗り換えて大阪まで新幹線で行く予定でしたが、当日停電のため、急行列車で大阪まで行ったのを覚えてています。(T・Oさん)

今月のあなたの運勢☆5月☆

モナ・カサンドラ



牡羊座

3/21~4/19

【全体運】落ち着いて行動できる月。やりたいことは、自分のペースでじっくり進めて。センスを磨ける趣味を持つと吉【幸運の食べ物】イサキ



牡牛座

4/20~5/20

【全体運】とても活気があり、新しいことを始めるチャンスです。積極的に動いて吉。環境改善に力を注ぐのも幸運【幸運の食べ物】イチゴ



双子座

5/21~6/21

【全体運】人との調和を大切にすることで、誰とでも円満な関係を築ける期間。余暇はお芝居やミュージカル鑑賞がベスト【幸運の食べ物】キクラゲ



蟹座

6/22~7/22

【全体運】カルチャー志向が高まる時期です。同じ楽しみを持つ仲間たちにぎやかに過ごすのに最適。遠出の旅行も刺激大【幸運の食べ物】ウニ



獅子座

7/23~8/22

【全体運】できる人と比べて対抗意識を刺激されやすいよう。背伸びをするより、マイペースを貫くのが開運のポイント【幸運の食べ物】ソラマメ



乙女座

8/23~9/22

【全体運】行動範囲が広がる予感。気になることは即やってみるのが成功の鍵。SNSでの情報収集にもつきがあります【幸運の食べ物】甘夏



天秤座

9/23~10/23

【全体運】後ろ向きな発想をしやすいかも。後悔するより、過去の出来事から学ぶ姿勢が大事。気晴らしには神社巡りを【幸運の食べ物】フキ



蠍座

10/24~11/22

【全体運】運気の浮き沈みが激しい暗示。一喜一憂せず、どっしり構えて。美術館に足を運ぶなど、芸術に触れる好転へ【幸運の食べ物】ホタルイカ



射手座

11/23~12/21

【全体運】何かと不安になりやすいもよう。暗い顔では、ますますつきを逃すので、笑顔を大切に。花を飾り、心を和ませて【幸運の食べ物】タケノコ



山羊座

12/22~1/19

【全体運】レジャー運が活性化。飲み会などの幹事は積極的に引き受け、楽しむとグッド。クリエイティブな分野にも注目を【幸運の食べ物】タラの芽



水瓶座

1/20~2/18

【全体運】すぐライラシやすく、周囲ともめうそう。悪いと思ったら、素直に謝って。運気アップには、アルバム整理が◎【幸運の食べ物】レタス



魚座

2/19~3/20

【全体運】好奇心を刺激され、意欲が高まる気配。気になる習い事があれば、挑戦してみて。トレンド情報も要チェック【幸運の食べ物】サザエ

どうせりが増すばかりでした。(T/N)
のですが、「連休の取材対応は、来月号の締め切りは、青年部活動の準備は」な

P.S.
いよいよ10連休がスタート。連休が近づくにつれワクワクするのかと思っていたのですが、「連休の取材対応は、来月号の締め切りは、青年部活動の準備は」な

づくにつれワクワクするのかと思っていたのですが、「連休の取材対応は、来月号の締め切りは、青年部活動の準備は」な

年に争いごとのない希望に満ちあふれる時代になればと願いながら、次代を担う子どもたちに食農教育を実践している青梅の花のように、日本人が明日への希望を咲かせる国でありますように」との令和の意味のことく、次代を担う子どもたちに寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合って、時代に争いごとのない希望に満ちあふれる時代になればと願いながら、次代を担う

子どもたちに寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合って、時代になればと願いながら、次代を担う

子どもたちに寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合って、時代になればと願いながら、次代を担う

子どもたちに寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合って、時代になればと願いながら、次代を担う

子どもたちに寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合って、時代になればと願いながら、次代を担う

子どもたちに寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合って、時代になればと願いながら、次代を担う

新元号が令和に決まりよいよ新たなスタートです。

平成最後の年におじいちゃんになった私にとって新たな時代は、「人々が美しい心を寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

く心を寄せ合う中で、文化が生まれ育ち

新元号が令和に決まりよいよ新たな

新社会人応援 キャンペーン

応募期間 2019.2/1~7/31



先着 **777名様** に
すてきな景品プレゼント!

対象者

実施期間中に、被共済者としてJAの生命総合共済、自動車共済の新規契約の保障設計書等の作成依頼をされた満18~25歳の方

*ご提供いただいた個人情報は、JA・JA共済連の事業及び各種サービスのご提供・ご案内等の目的以外には使用いたしません。※本キャンペーンにご応募いただいた場合であっても、法令等によりJA共済にご加入いただけないことがあります。※実施期間中、対象者1人につき1回限りの応募となります。

クッションが枕に変身!
あったか素材のマルチクッション



*写真はイメージです。色をお選びいただくことはできませんので、ご了承下さい。

お問い合わせはお近くの支店まで

麦とろ麺はじめました

富山県産六条大麦「ファイバースノウ」100%使用



1箱(200g×10袋入り)
1,836円(税込)

マヨサラダ麦とろ麺

[材料]

麦とろ麺1袋	200g	トマト	1/2個
かにかまぼこ	3本	ベビーリーフ	20g
わかめ(もどしたも)	50g	マヨネーズ	大さじ3
レタス	1~2枚	めんつゆ(ストレート)	大さじ3
きゅうり	1/4本		

[作り方]

- かにかまぼこは粗くほぐす。もどしたわかめは食べやすい大きさに切る。レタスは一口大にちぎる。きゅうりは斜め薄切りにする。トマトは2cm角に切る。
- マヨネーズとめんつゆを混ぜ、たれを作る。
- 鍋にたっぷりの湯をわかして麦とろ麺を入れ、ふきこぼれない程度の強めの火力でときどきかき混ぜながら3分ゆでる。ザルに上げて流水でぬめりをもみ洗いし、ザルに押しつけるようにして水気をよくする。
- ボウルに麦とろ麺を入れ、①とベビーリーフを加えて混ぜ、器に盛り、②をかける。



マヨネーズと麺の相性がピッタリ!
たっぷりの野菜とどうぞ
麺のゆで時間を短めにするのがコツ

ご注文・お問い合わせは お近くの支店または生活センター ☎27-8890