

こうほう

# JAなんと

6

2017 June

No. 195



(表紙の説明は18ページ)

## 目次

営農情報	2	タイムスリップ・みんなのJA	11
家庭菜園	5	みんなの広場	12
なんとニュース	6	JAなんと俳壇・税金こぼなし	14
<b>目次</b> <b>新発売パックごはん</b>	9	こんにちは福祉課です	15
女性部活動	10	JAインフォメーション	16
		料理ステップアップ・JAなんと連絡先	20

## 水稻情報

稲の活着は順調に進んでいます。今後は、**中干し**を遅れず実施し、中干し完了後は浅水管理から間断かん水へ移行して下さい。

藻が発生しているほ場では、軽い田干しを行なうなど水の入れ替えを行いましょう。

### 田植え25日後の溝切りの実施、そのまま中干しを開始

- ・溝の設置（15条に1本程度）により、効率的に入水・落水できるようにする。
- ・6月上旬に中期除草剤を散布する場合はその前に溝切りを行う。
- ・溝切り後、そのまま中干しを開始

#### 〈中干しの効果〉

- ① 無効分げつの発生を抑制
- ② 根の伸長促進
- ③ 排水性・地耐力の確保  
(秋のコンバイン作業に支障をきたさないように)

### 中干し完了後

#### 間断かん水



乾きやすいほ場：1～2日湛水→2日落水  
乾きにくいほ場：1～2日湛水→3日落水

### 残草処理剤の散布 (中干し後に雑草が残る場合)

雑草	除草剤名	散布量(10a)	散布時期	使用回数	注意
ノビエが残った場合	クリンチャー 1キロ粒剤	1kg	移植後7日～ ノビエ4.0葉期まで (収穫30日前まで)	2回	・深水の <b>湛水状態</b> で散布する。 (水深3～5cm位)
		1.5kg	移植後25日～ ノビエ5.0葉期まで (収穫30日前まで)	2回	
	ヒエクリーン 1キロ粒剤	1kg	移植後15日～ ノビエ4.0葉期まで (収穫45日前まで)	1回	
残った場合が 広葉雑草	バサグラン粒剤	3～4kg	移植後15日～55日 (収穫60日前まで)	1回	・ <b>落水状態</b> (雑草が水面上に出る状態)にして水の出入りを止め、撒きムラの無いように均一に散布する。
	バサグラン液剤	500～700ml	移植後15日～55日 (収穫50日前まで)	2回	
ノビエと 残った場合が 広葉雑草	クリンチャー バスメ液剤	1,000ml	移植後15日～ ノビエ5.0葉期まで (収穫50日前まで)	2回	・ <b>落水状態</b> にして水の出入りを止め、 <b>散布後3～4日は落水状態を保つ。</b>
	ヒエクリーン バサグラン粒剤	3kg	移植後15日～ ノビエ4.0葉期まで (収穫60日前まで)	1回	・ <b>落水状態</b> の浅水で散布し、水口水尻を止め2～3日は落水状態を保ち、その後入水し、 <b>湛水状態を保つ。</b>

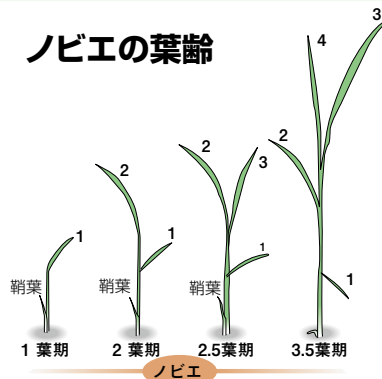
※特栽米区の残草処理剤は、ヤイバ1キロ粒剤の補完除草剤とし必要に応じて散布する。

ヒエクリーンバサグラン粒剤は、本剤 **1回のみ** 散布可能。

ヒエクリーン1キロ粒剤およびバサグラン粒剤(液剤)は、**各々1回のみ** 散布可能。

※残草処理剤の詳細使用方法・使用時期については、営農のてびきP.30～37参照をお願いします。

### ノビエの葉齢



ノビエ2.5葉期

# 大豆情報

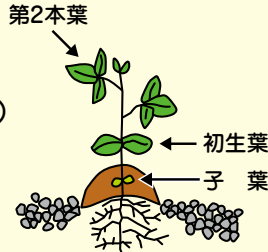
## 1. 培土

～1回目は遅れずに、2回目は確実にいきましょう～

培土は大豆の収量・品質を大きく左右するので、晴れ間を見て確実に実施しましょう。

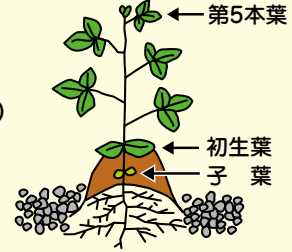
### 1回目

本葉2～3葉期  
(播種20～25日後頃)  
子葉が埋まる程度  
まで培土する



### 2回目

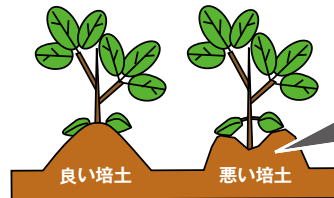
本葉4～5葉期  
(播種30～35日後頃)  
初生葉が埋まる程度  
まで培土する



- ☆培土効果
- ①排水の促進
  - ②根圏の拡大
  - ③雑草防除
  - ④倒伏防止

培土後、雑草が残る場合は除草剤を散布しましょう。  
また、溝と排水溝の手直しをしましょう。

培土における株元への土寄せ方法



これでは新根の発生を促せず雑草が残る!

## 2. 追肥

生育不良のときのみ

2回目の土寄せの直前に追肥を施用してください。

- 一作大豆は LPコート50号・または尿素 ⇒ **10kg/10a**施用
- 麦跡大豆は LPコート50号・または尿素 ⇒ **15kg/10a**施用

## 大豆除草剤と使用方法

- 除草剤は濃度と散布量を必ず守りましょう。
- 薬剤は周辺の作物にドリフト(飛散)しないよう注意しましょう。

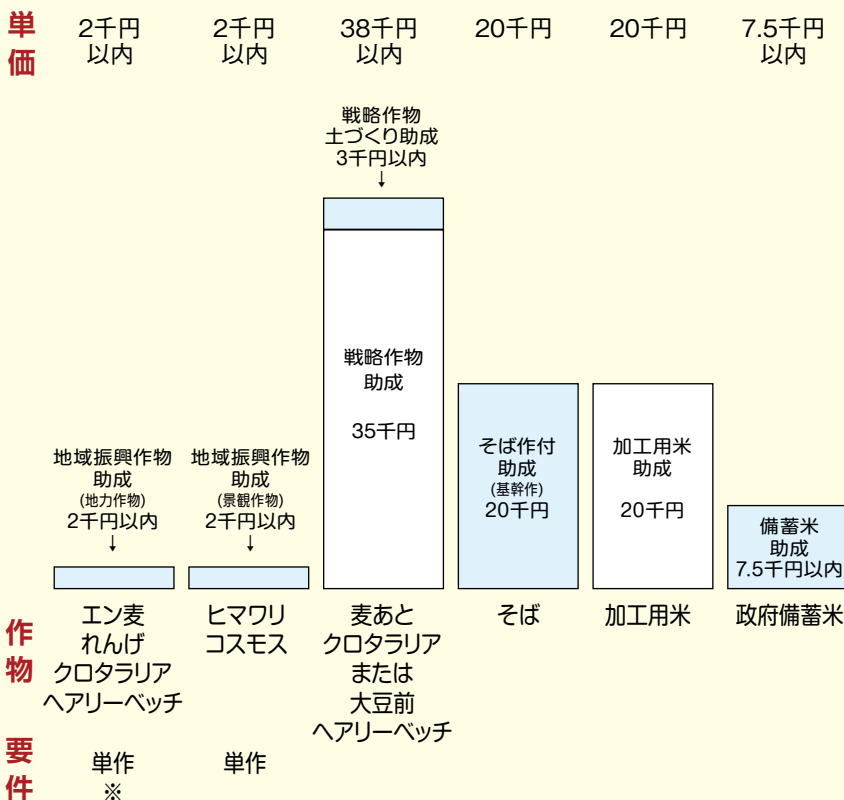
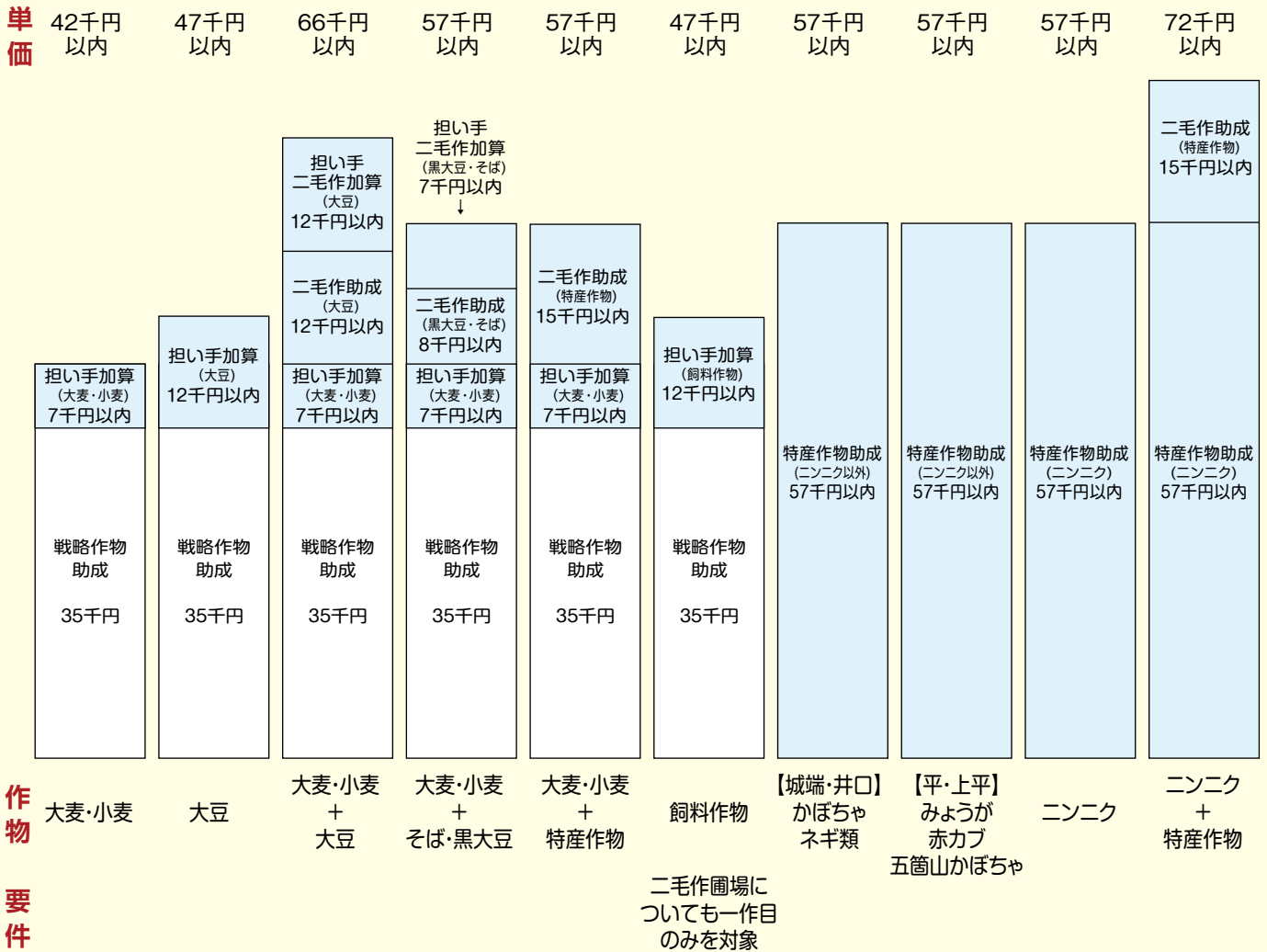
除草剤名	適用雑草名	使用時期	使用方法	10a当り 施用量	使用回数
トレファノサイド 粒剤2.5	畑地1年生雑草 (ツククサ、カヤツリグサ、 キク、アブラナ科を除く)	播種後発芽前	全面土壌散布	4～6kg	1回以内
トレファノサイド 乳剤				200～300mℓ (水量100ℓ)	

### ★培土後雑草の発生が見られたら!!

ポルトフロアブル	イネ科1年生雑草 (スズメノカタビラを除く)	イネ科雑草 3～10葉期	雑草茎葉散布	200～300mℓ (水量100ℓ)	1回	収穫 30日前まで
大豆バサグラン 液剤	畑地1年生雑草 (イネ科雑草を除く)	大豆2葉期 ～開花期 雑草生育初期 ～6葉期	雑草茎葉散布	100～150mℓ (水量100ℓ)	1回	収穫 45日前まで
バスタ液剤	畑地1年生雑草	雑草生育期	畦間処理 ※大豆にかからない ようにする	300～500mℓ (水量100～150ℓ)	3回 以内	収穫 28日前まで
ザクサ液剤						



# H29水田活用の直接支払交付金(産地交付金を含む)の助成内容



## 産地資金とは…

国からの予算額の範囲内で地域特性を考慮して分配できる助成金

…「水田活用の直接支払交付金」による助成内容

…「産地交付金」による加算・助成内容(総交付額が予算額を超えた場合は単価調整を行います)

※… 単作の地力増進作物については、昨年度に【振興作物基本助成(地力増進作物)】の助成対象となった圃場は対象としない

# 家庭菜園



板木技術士事務所 ● 板木利隆

お問い合わせは：  
JAなんと生産センター(☎6210261)



## 高温好みで乾燥を嫌う、サトイモ作りのポイント

山で採れる山芋に対し、人の住む里にできることからサトイモの名があり。原産はマレー半島付近の熱帯の多湿地。日本には中国を経て渡来、稲作以前は日本の主食であったとされる野菜の大先輩です。

主成分はでんぷん質。加熱すると糊化(こか)し消化吸収しやすくなり、カリウムが豊富に含まれ、意外に低カロリー。体脂肪や生活習慣病が気になる人にもお薦めです。

親芋が中心にあり、子芋、孫芋がその周りに付くサトイモには、通常子芋、孫芋を食べる子芋用と親芋を食べる親芋用、葉柄を食べる葉柄用があります。通常は子芋用の「土垂」や「石川早生」などを選びますが、好みによって親芋用の「京いも」や親子兼用の「八つ頭」、葉柄用の「蓮芋」なども用います。

サトイモは連作障害が出やすい野菜なので、少なくとも3〜4年作ったことのない場所を選んで栽培しましょう。

高温性で生育適温は25〜30度、植え付けは十分地温が上がってから、植え付けの深さは7〜8cm。植え付けたら畝上にポリマルチをし、地温の上昇を図ります。

マルチの下で、芽が伸び始めたら遅れずにフィルムを破り芽を上にごかせます。

芽が勢い良く伸びだしたら、太い芽1本だけを伸ばし、小さな芽は早いうちにかき取ります。土寄せ前なら

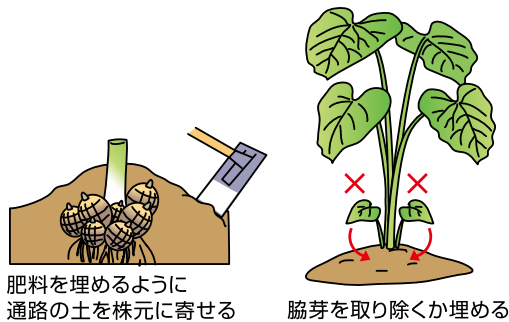
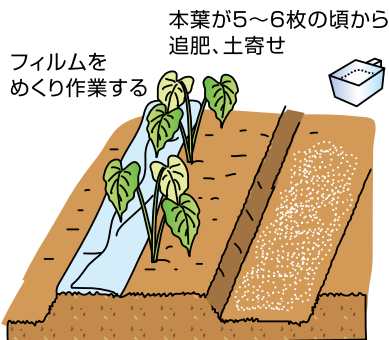
芽を倒して土で埋めてしまうのも良い方法です。

本葉が5〜6枚になった頃、畝の通路側に肥料(1株当たり油かす大さじ3、化成肥料大さじ2が目安)をばらまいて、土と混ぜ合わせながら株元に土寄せをします。

マルチフィルムは片寄せして作業し、再び覆います。土寄せの厚さは4〜5cm程度にし、2〜3週間置きに3回ほど行います。第2、3回の土寄せの前にも第1回同様に追肥しますが、葉が茂り過ぎなら肥料は控えめにしてください。第3回はマルチを除去して作業します。あまり遅くまでマルチをしておくと高温と乾燥のために芽つぶれやひび割れなど、子芋の障害の原因になるので注意します。

サトイモは日照り不作といわれるほどに、夏の乾燥には弱いです。降雨が少なく、土が乾き過ぎるようでしたら灌水(かんすい)を心掛けましょう。

例年乾きが激しい畑には作付けない方が良いでしょう。



芽かき、土寄せが足りないと細長い不良品が多くなる

### 順調な育ち

花の上方に数枚の葉が付いている



栄養不良の育ち  
花が先端近くに付いている



栄養不良になったら思い切って若取りする

【訂正とお詫び】  
5月号のイラストに誤りがございました。

これからの技術対策について確認

生産組合長会議



▲上田組合長の挨拶

5月9日、城端区域生産組合長協議会・営農組織代表者全体会議が南砺農業会館で開催され、城端・井口地域の組織代表者や関係者が参加されました。

会議では、砺波農林振興センター農業普及課の藤牧班長より、水稲や大麦の当面の技術対策が説明され、6月上旬に収穫が予想されている大麦の圃場では収穫前に雑草を抜き取るようお願いがありました。また、南砺市農林課から、地力の増強や土壌成分を整え、カメムシの増殖を抑制する効果があると言われる緑肥作物の土づくり事業の説明がありました。

参加者は時々メモをとりながら熱心に話を聞いていました。

親子野菜苗植え体験

青壮年部蓑谷支部

J Aなんとと青壮年部蓑谷支部は蓑谷公民館と合同で5月7日、蓑谷地区の圃場で親子野菜苗植え体験を開催し、親子など14人が参加しました。地区内の子どもたちに「作物を育てる難しさ」や「収穫の喜び・達成感」と「食すことが出来る感動」をこの体験を通して学んでもらえればと平成26年から取り組んでいます。

販売指導課の営農指導員から植え方の注意点について説明を受けた後、さつまいも、じゃがいも、ごまを親子で協力しながら楽しく植えました。

収穫後のじゃがいもは「夏休みお泊り会」のカレー材料に、今回初挑戦のごまは7月に植える小豆と合

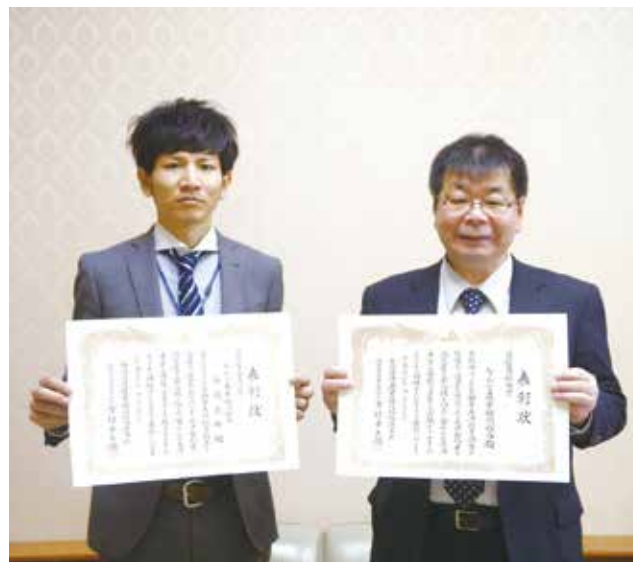


▲楽しく会話しながら苗植えする親子

わせておはぎを作る予定となっております。11月の蓑谷地区文化祭で皆さんに活動の成果を報告する予定としていきます。

満足の調査サービスで安心のカーライフを

J Aなんとが最優秀組合に



▲中嶋職員

▲山下職員

平成29年度J A共済富山県推進大会が4月26日に富山県農協会館で開催され、県内J Aの優績組合・優秀組合、優績L A・審査員の表彰が行われました。

平成28年度J A自動車共済損害調査サービス優秀組合表彰では、J Aなんとが最優秀組合に、優秀審査員表彰では、共済業務課事故処理担当の中嶋宏樹職員が最優秀事故処理担当審査員として表彰を受けました。

これからもひとりひとりのお客様に「安心」と「満足」をお届けするために知識・技術を向上させてまいります。



## 野菜の育て方学ば

### 小学生夏野菜苗植え

5月17日、管内にある城端小学校2年生児童55人が学校の中庭にある畑と各自の鉢に夏野菜を植えました。

特産振興課職員と営農指導員が「土に穴を開けて苗を逆さまにしてポットを取り、苗を植えたらたっぷり水をあげよう」と植え方のポイントを説明しました。児童らは各自の鉢にはミニトマト、畑にはピーマンやナスなどを植え、慣れない作業で戸惑いながらも楽しんでうちに植えていました。

7月中旬の収穫まで児童が毎日水やりをして教室の窓からいつでも生長を観察することができます。



▲丁寧に野菜苗を植える児童ら

## 環境に優しく米の品質向上

### 緑肥研修会



▲ヘアリーベッチを裁断

5月25日、JA福光とJAなんとで組織・運営される「南砺うまい米推進協議会」主催による地力増進作物栽培研修会が南砺農業会館および城端・千福で開催され、管内の農業者や関係者37人が参加しました。

大麦栽培後に夏作緑肥を作付けし、地力向上とカメムシの発生を抑制することで翌年以降の米の品質向上を目指します。

南砺農業会館で地力増進作物栽培方法と地力向上効果について研修を受けた後、千福のヘアリーベッチ作付圃場でフレールモアの裁断方法の説明と実演が行われました。

地力増進作物の栽培は経費と労力がかかりますが、保肥力の向上、肥料成分の流亡防止に良いと注目されています。

## 栽培普及拡大に向けて

### 葉ねぎ育苗講習会

5月18日、大鋸屋地内において葉ねぎの育苗講習会が開催され、生産者や関係者13人が参加しました。

昨今、中食や外食の普及で加工用葉ねぎの需要が増えています。大麦の収穫後の圃場に栽培ができる葉ねぎは、鮮度が長持ちする泥付きのまま出荷でき、生産者の省力化も計れます。

講習会では、一度にたくさん種をまくことができる播種板を使って行われ、播種後には今後の栽培方法のポイントを確認しました。

今年はい件の営農組織が新しく葉ねぎに挑戦し、JAなんとと葉ねぎ耕地面積は約80aとなります。



▲播種板に葉ねぎの種をまく参加者

# 「創造的自己改革への挑戦」

## 全7号議案が原案どおり可決・承認

### 第16回通常総代会 開催



代表理事組合長  
上田 憲 仁

JANAなどの第16回通常総代会が5月27日(土)午後2時より、南砺農業会館3階多目的ホールで開催されました。

総代会開催日現在の総代数497名のうち、358名(内、書面議決175名)の出席のもと、全7議案が慎重・審議され、原案通り承認されました。

当JAでは、第6次中期3ヶ年経営計画の2年目の年として、農業者の所得増大と地域の活性化に全力を尽くし、住み慣れた地域での相互扶助による助けあい活動を実践します。

#### 協同の成果(第16年度事業報告)

28年産米は、春先の二度の強風により生育が心配されましたが、田植え以降好天に恵まれ、近年にない高収量という結果になりました。また、上位等級比率においては、98.2%となりました。今後もしも上位等級比率100%を目指し、取り組んでまいります。

平成28年度事業は、組合員の皆様のご理解とご協力により計画通り進捗させていただき、平成28年度決算は経常利益1億5,258万円、当期剰余金8,471万円、当期未処分剰余金1億1,114万円



議長  
山田 八 司 総代



を計上することができました。  
主な事業活動の成果は、年度末貯金残高628億1,206万円、貸出金残高44億7,074万円、長期共済保有契約高1,491億7,336万円などの実績を上げることができました。

#### 協同の目標(第17年度事業計画)

指導事業では、後継者不足をはじめとした生産構造の変化や激変する農業情勢の中で、当地域として農業経営が安定的に継続されるよう取組みを進めます。農業の6次産業化の取組みにより農業所得を増やす創意工夫に努め、「生き残れる農業」を模索して事業を進めてまいります。

生活文化事業では、「地域の活性化」を目標に組合員とその家族・地域住民の豊かでゆとりのある暮らしができるよう、事業を展開します。教育情報事業では、地元農業やくらしの情報を発信してまいります。

信用事業では、組合員・利用者に合った商品・サービスを提案し、現金自動預払機や窓口現金預払機を更新し、より迅速にお客様の取引や要望に応えられるよう事務の効率化を進めます。

共済事業では、タブレット端末による建物共済のペーパーレス契約を実施し、新登場の建物共済「むてきプラス」の普及により、万が一に備えるの保障充足をご提案します。

購買事業では、担い手農家や営農組織のニーズに沿った農業機械の導入や農作業の安全指導で続けられる農業をサポートします。生活購買では、米の需要拡大

を目指して新商品「バックごはん」を販売します。カートピアかねと・たいらの年中無休営業により、ご利用者の利便性と満足度を高めます。

販売事業では、JANAなどの農畜産物の高付加価値化に取組み、米・農産物取引先業者への訪問による、なんと農産物のPRと販路拡大を目指します。

特産物振興事業では、「ふるさと産品の会」販売額の増加を目指します。保管事業では、品質、品位の保持に十分注意を払い、適切な運営に努めてまいります。

生産施設利用事業では、水稻をはじめカントリー施設の全利用で均一な乾燥調整のもと産地評価を高めるよう努めてまいります。

高齢者福祉事業では、ホームヘルプサービス「ふれあい訪問」などの充実した活動の実施と利用者へのニーズに応える福祉事業を提供してまいります。

旅行センター事業では地域の皆様に「ふれあい」と「きずな」と「感動」を創る旅行を提供してまいります。



▲会議の様子



新発売!

富山県なんと産特別栽培米  
コシヒカリ100%使用

ごはん



販売価格 1パック160円(税込)  
内容量 200g

J Aなんとは、管内で栽培・収穫された特別栽培米コシヒカリを100%使用した無菌包装米飯「ごはん」の販売を5月15日から始めました。

パッケージには当JA管内にある世界文化遺産「五箇山合掌造り集落」や平成28年12月にユネスコ無形文化遺産に登録された城端神明宮祭の春季祭礼「城端曳山祭」が印刷されています。電子レンジや熱湯で加熱するだけで1人分の美味しいごはんが簡単にできあがります。また、常温で8カ月保存ができ、保存食としても最適。加熱したごはんは一粒一粒につやがあり、ふっくらと仕上がっています。

当JAの堆肥センターで製造される完熟堆肥の施用など土づくりを基本に減農薬減化学肥料の特別栽培米コシヒカリの栽培に力を入れており、今年は80haの特別栽培米コシヒカリを作付しました。

J Aなんと自信作の「ごはん」をぜひご賞味ください。

調理方法は簡単・スピーディー

熱湯で15分間の加熱か電子レンジなら500Wで2分の加熱ですぐ美味しい



とっても美味しいよ!!

特別栽培米とは...

農林水産省のガイドラインにそって有機質肥料を使い、慣行栽培(一般的な栽培方法)の半分以下の農薬成分を使用して栽培されたお米です。

1パック販売の他に3パック(袋入り)、12パック(箱入り)、36パック(箱入り)がございます。

無菌包装米飯「パックごはん」は生活課やホームページ、農産物直売所ヨツテカーレ城端で販売中です。  
県外への宅配も受け付けます。

お問合せは……生活課 (TEL: 0763-62-2500)  
(FAX: 0763-62-3340)  
ホームページアドレス <http://www.ja-nanto.jp/>



▲ゴーヤとヘチマの苗を植えました (5月10日)



▲混ぜ合わせて栄養たっぷりの土にします (5月6日)



▲シカクマメの芽が出てきました!! (5月24日)



▲アサリナの芽です



▲フウセンカズラも大きくなってきました

今年、毎年定番のヘチマ・ゴーヤに加えて今年の家の光4月号の別冊付録「育てて味わおう!個性派野菜」に載っていた「シカクマメ」も育てることにしました。「シカクマメ」は暑さに強く、つる先やさや、花、イモ(塊根)など、ほとんどの部分が食べられるとてもお得な野菜です。

緑のカーテンは、日光を遮る「遮蔽(しゃへい)作用」と、葉の裏から水蒸気を放出する「蒸散作用」があり、この2つの効果によって室内の温度を下げる事ができます。JAなんと女性部では、夏場のエアコンの使用を抑え、省エネ・節電の効果が期待できる緑のカーテンをひとりひとりの女性部

員宅でも育て、少しでも地球環境に貢献したいと考え、緑のカーテンの取組みを始めて今年で3年目になりました。

5月10日に植えた苗もずいぶん大きくなってきました。日当たりと風通しの良い場所育て、水の蒸発や吸収を見ながら朝夕に水をたっぷりあげていきます。今年もJAなんと生活課や各部署の節電効果が期待できるような緑のカーテンに育つように頑張ります!

ゴーヤとヘチマ収穫は7月上旬から9月の予定となっています。収穫の様子も女性部活動の中で報告したいと思います。

### 健康教室

## 骨密度測定&ペリーダンスのお知らせ

腰のくびれ・バストアップ・二の腕の引き締め・老廃物の排出効果・肩こりや腰痛の改善に効果があると言われていたペリーダンスの基本的な動きに挑戦してみませんか?

みんなで楽しく身体をうごかしましょう!!

また、骨密度を測定して骨粗しょう症予防に役立てましょう!!

**日時** 平成29年7月30日(日)午後1時30分より

**場所** 西部体育館(野田78-2)南砺農業会館横

\*骨密度測定 厚生連高岡管理センターより

\*ペリーダンス 講師: 齊藤 真希先生

**参加費** 無料 お茶準備予定

**持ち物** タオル

**服装** 動きやすい服装(Tシャツ、ジャージなど)

**応募締切日29年6月末日**

お申込み・お問合せは…JAなんと生活課 長尾まで 62-2500



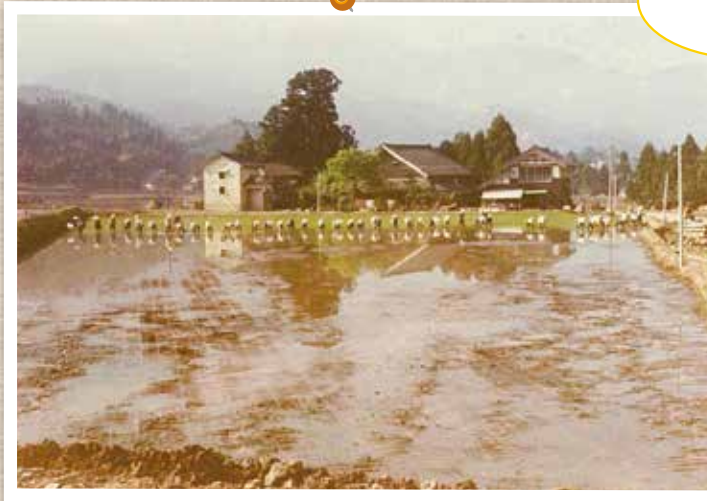
# タイムスリップス〜!

昔懐かしいステキな写真

を募集します!!



ちょっと一息



昭和44年頃

城端・次郎丸の圃場整備が実施された最初の年は地盤がぬかるんだところが多く、そのころ出始めの4条の田植え機が使えませんでした。整備後の大きくなった圃場に近所の人が総出で田植えをしました。

昔の地域の風景や建物など、懐かしい素敵な写真を掲載しています。氏名、住所、撮影場所を明記し、下記の宛先までお送り下さい。また、各支店窓口・渉外担当者にお渡しになっても構いません。採用された方には粗品をプレゼントいたします。

※写真はお返しいたします。

あて先・お問合せ

〒939-1843 南砺市金戸268-1 ☎621-2123  
JAなんと 総務課 広報「タイムスリップ」係 担当：長谷川

## 知って納得JA

—協同組合の力—

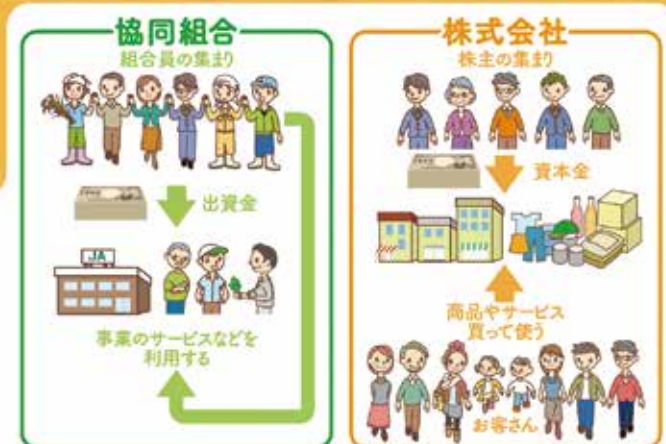
Q 協同組合と株式会社はどこが違うの?

A 組合員が自ら運営し、共通の願いを実現することを目的にしていることです。

株式会社は、より多くの利潤を得ることを目指す組織です。株式会社の構成員は株を所有する株主であり、株をたくさん持っている人の思いや願いが優先されます。また、株式会社がより高い利潤をあげれば、株主はより高い配当を得ることができます。

他方で協同組合は、共通の願いを実現するために組合員が結集した組織です。出資した組合員自らが組織の事業を利用、一人一票で運営を行い、これを協同組合の三位一体性(出資、利用、参画)と言います。協同の利益は組合員に分配されるほか、組合員の暮らしをよりよいものにするための取り組みに活用され、好循環を生み出すことができます。

(監修=広島大学 助教 小林元)



「協同組合」と「株式会社」の違い

	協同組合	株式会社
目的	組合員の生産と生活を向上させること	利潤の追求
組織している人たち	農業者、漁業者、森林所有者、勤労者、消費者、中小企業の事業者などの組合員	投資家、法人(株主)
運営する人たち	組合員とその代表者	株主の代わりに運営する経営者
運営方法	1人1票制 (民主的な運営)	1株1票制 (株式を多く持つ人が支配)



耕そう、大地と地域のmiraい。



# みんなの広場

## 仲良しご夫婦

谷地 蓑

北井 康仁さん

ひとみさんご夫婦



平成19年6月30日 ご結婚

### 2人の馴れ初めは?

城南スタジアムで野球をしていた旦那様がウグイスをしていた奥様に一目ぼれしたことが馴れ初めです。

### パートナーの好きなおところはどこですか?

旦那様 「顔」

奥様 「いつも家族や地区のために頑張っているところ」

### これから挑戦してみたいことはありますか?

旦那様 「息子とキャッチボール」

奥様 「フルマラソン」

### パートナーに一言!

旦那様から「これからも尻に敷かれます」

奥様から「結婚10周年なので今年は2人でお祝いしましょう」



## ★今月のあなたの運勢★

♈ 牡羊座 3/21 ~ 4/19

【全体運】コミュニケーション運が活性化。初対面の人とも会話が弾み、すぐ親しくなれそう。飲み会などには積極参加を  
【健康運】無理をしやさい月。十分な休養を取って  
【幸運の食べ物】 キクラゲ

♉ 牡牛座 4/20 ~ 5/20

【全体運】趣味や習い事を楽しむと、新たな発見や驚きがあるかも。おいしいお茶や料理を堪能するのにも向いています  
【健康運】耳寄りの情報入手。体調改善が可能に  
【幸運の食べ物】 マタコ

♊ 双子座 5/21 ~ 6/21

【全体運】自分に自信が生まれます。やってみることに思い切ってトライすれば成功させられるはず。スポーツ観戦も◎  
【健康運】生活リズムに乱れが。規則正しい生活を  
【幸運の食べ物】 カワハギ

♋ 蟹座 6/22 ~ 7/22

【全体運】あれこれ気にし過ぎて、やるべき作業を忘れてしまいがち。優先順位を間違えないように。深呼吸で心を静めて  
【健康運】睡眠の質を改善することで、好転しそつ  
【幸運の食べ物】 レタス

♌ 獅子座 7/23 ~ 8/22

【全体運】知的好奇心を大切にしたい時期。興味を引かれることがあれば、チャレンジしてみよう。読書を満喫するのも正解  
【健康運】食事内容に気を配って。薬膳にも注目  
【幸運の食べ物】 ラッキョウ

♍ 乙女座 8/23 ~ 9/22

【全体運】つまらない意地を張りやすみたい。間違っていると思ったら素直に反省を。身近に植物を置くとか開運効果あり  
【健康運】ヨガやマッサージなどが体調に好影響大  
【幸運の食べ物】 キュウリ



こんにちは



上平区

上平老連カローリング部会

平成24年のJ.Aさんとカローリング大会に誘われたことが結成のきっかけになりました。

平成26年に南砺市老人クラブ連合会の協力によりカローリング用具一セットをいただき、上平老人クラブ連合会に部会が設立し、現在、会員数18人で上平公民館アリーナを練習場にして、楽しく健康寿命を延ばせるようにと活動しています。

これからも各種大会に参加してたくさんの方と交流していきたいと思っています。

我が家のアイドル

平地区



藤田大智くん(8歳)

明人くん(5歳)

日菜子ちゃん(0歳)

お父さん 智晃さん お母さん 真理子さん

長男の大智は、いつも元気いっぱい、人見知りもせず、堂々と初対面の人でもどんどん話しかけます。

次男の明人は声が大きく、どこにいるかすぐにわかります。お兄ちゃんと一緒に倍以上の大きさになります。1人だと案外静かで絵を描いたり工作をしたりしています。

そんな2人に昨年妹が生まれました。2人とも妹が可愛くて仕方がないようです。日菜子もお兄ちゃんに似て元気です。そんな3人のこれからの楽しみです。ずっと仲の良い兄弟であってほしいと思います。

♎ 天秤座 9/23 ~ 10/23

【全体運】 発想力が高まる兆し。ひらめいたことをメモしておく。後々に立ちそう。リーダー役を引き受けるのも大賛成  
 【健康運】 散歩などで体を動かせばストレス解消に  
 【幸運の食べ物】 ジャガイモ

♏ 蠍座 10/24 ~ 11/22

【全体運】 親切にされても裏があるように感じてしまう暗示。考え過ぎないで。いつも笑顔で心掛けると運が巡ってきます  
 【健康運】 スポーツに励んでみて。上達が早いはず  
 【幸運の食べ物】 メロン

♐ 射手座 11/23 ~ 12/21

【全体運】 勢いがあるときはいいけれど、ささいなことでもつまづきやすい月。失敗を引きずらず、気持ちを切り替えて  
 【健康運】 簡単な体操を。日課にするのがお勧め  
 【幸運の食べ物】 パプリカ

♑ 山羊座 12/22 ~ 1/19

【全体運】 物事を深刻に受け止めやすくなる気配。開き直りの気持ち忘れずに。リラックスするにはハーブティーが有効  
 【健康運】 ちょっとしたけがに注意。行動は慎重に  
 【幸運の食べ物】 ピワ

♒ 水瓶座 1/20 ~ 2/18

【全体運】 開放的な気持ちになり、何事にも前向きに取り組める期間です。親しい友人と遊びに出掛けるのも良い刺激に  
 【健康運】 オーバーワークになりがち。休息も必要  
 【幸運の食べ物】 アユ

♓ 双鱼座 2/19 ~ 3/20

【全体運】 感情的になり、対人関係に悪影響を及ぼしがち。自身の心を振り返る、1人の時間を持つのが運気好転の鍵  
 【健康運】 良好。問題なく快適に過ごせる時期です  
 【幸運の食べ物】 インゲン

モナ・カサンドラ 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くる。  
 ルネ・ヴァン・ダール研究所 <http://www.rene-v.com/>



出立 <small>しゅつだち</small> の下駄音高く神輿供奉 ほかほかの筍飯を隣から 祭見の人の流れに添うてゆく 君子蘭手品のごとく花を上ぐ 花散るや風の行先見せながら 春の空加賀白山の白く見ゆ うららかや百円シヨップ品定め グラランドにドローン操り春の雲 落椿なほ華やいでゐる一つ 迷路めく右に曲がって花の下 立ち話つひ長くなりうららかや 畑を打つ急に蛙も飛び出して 春寒や巡回バスに人見えす 種芋の逆さま植ゑに挑戦す 風の出で振り返る丘花吹雪 活け時は咲く寸前の小米花 <small>こめばな</small> 蛇穴を出てこの庭を良しとせし <small>さうしな</small> 晒札 <small>さらしな</small> にかかる枝先春の月 景ゆがみ玻璃戸震はす春嵐 <small>はり</small> 花笠を払ひ泣く児や灌仏会 弁当の片隅飾る桜餅 花祭稚児の動きにシャッター音 黄水仙今ぞとばかり咲きほこる 若鮎 <small>わが</small> を頭から食み香の通る 花蘇枋 <small>すぼう</small> アチャコの顔のやうに咲く	欣正 友之 香織 友子 昭生 秀子 千恵子 みのり 忠代 小夜子 玲子 澄江 光子 敏子 美智子 淑枝 達 不二 やす子 一椿 清美 純尚 正美 城子 田螺坊	母の日やいまだ頼りの母のゐて 髪の中ひと廻りして光る風 伸びる爪生きてる証夏立てり 麦の田の日々変わりゆく芒 <small>のぎ</small> の色 若葉風走るや時に泣くことも 景色ごと飛ばすがごとく春疾風 風あとのしだれ桜を遠ながめ 青麦の風と和みておさげの子 捨てあるも命逞し茎立てり 庭若葉映りそめたる水田かな 一と鉄に方向音痴の初蛙 囀や鳥に負けじとクラス会 久方の一万歩なる花疲れ 葉桜や蛙に座りて一休み 花街の名残りの庵に春の昼	茂美 志子 汀留子 悦子 真理子 孝 芳子 昭代 喜美女 貞子 日登美 澄女 志美枝 みつ子 未知
--	---	---	---



### 御隠居と熊さんの税金こぼなし

## 仕送りと贈与税

砺波税務署

**御隠居**…どうしたんじや熊さん、むずかしい顔をして。何か困りごとかい？  
それともまた二日酔いかの。

**熊さん**…すんません御隠居。二日酔いはもう醒めたでやんすが、実は、親戚のおばさんから相談を受けたでやんす。それがどうにもむずかしくて、考えるのがおつくになつてきたんでやんす。

**御隠居**…ほはお。熊さんでも考えることがあるのかい。どれ、わしにも聞かせてくれんかの。

**熊さん**…御隠居も一緒に考えてくれるでやんすか。

実は、親戚のおばさんの子供が4月から東京の大学に進学したでやんす。それで、おばさんは毎月の生活費を仕送りしてらんでやんすが、毎月送金するのが面倒になつたらしく、4年間分まとめて子供の口座に振り込んでしまおうと考えたんでやんす。

ところが、4年間分という大した金額になるんで、まとめて振り込むと贈与税がかかるんじやなかるうかと思つてあつしに相談したという具合でやんす。

**御隠居**…ほはお。それで熊さんはどう答えたんじや。

**熊さん**…はい。あつしは、まとめて振り込んでも、子供は大学や生活費に必要な分だけしか使わないんで、贈与税はかからないと思つてやんすが、おばさんは、子供がその都度必要な分を使うことにしても、やっぱり多額のお金を一時に子供に与えていることには違いないので、贈与税がかかるんじやないかと言つてやんす。

確かにおばさんの言うことにも一理あるんでやんすが、あつしの言うことにも一理あると思つてやんす。

**御隠居**…なるほど。そついうことだつたのかい。子供のために仕送りする親も大変じゃのお。しかし、一度にまとめて振り込むと、おばさんの言つとおり贈与税がかかるのじや。

でも、教育資金については、平成25年4月1日から平成31年3月31日までの間に子や孫名義の教育資金口座を金融機関等で開設して、父母・祖父母などが教育資金を一括して信託等をした場合、この資金については子や孫ごとに一千五百万円までは贈与税がかからないことになつておるんじや。

**熊さん**…えっ。そつなんでやんすか。

**御隠居**…教育資金の対象には、学校等に対するもののほか、塾や習い事など学校等以外のものに支払われる場合でも、一千五百万円の枠の中で五百万円まで対象にすることができるのじや。

**熊さん**…わかりやんした。早速おばさんに知らせてあげるのでやんす。手続きや詳しいことは国税庁ホームページ（www.nta.go.jp）で確認してもらつておるんじや。

**御隠居**…これで一件落着いたかの、熊さん。

**熊さん**…御隠居のお陰で肩の荷が下りたでやんす。今晚の酒は格別でやんすよ。



# こんにちは 福祉課 です



▲経田博子氏と楽しく会話が弾みます



▲皆で元気に体操



▲身体がほぐれて笑顔がこぼれます

初夏を思わせる5月18日、東部支店において平成29年度「やすんごと会」の開講式を開催し、37人の方に参加いただきました。上田組合長、伊藤東部支店長が出席し、JAふれあいハーモニー会長藤盛明子さんから「元気で参加して下さい」と挨拶があり、協力スタッフの紹介で今年もスタートしました。

第1回のやすんごと会は、企業向けに話し方やコミュニケーションなどの講演をされている経田博子氏をお招きし、『笑顔ですこやか』『だってだって』と「大丈夫」と題して高齢者向けにわかりやすく講演をしていただきました。

## 第1回やすんごと会



▲経田博子氏



▲藤盛明子さん

まず、ジャンケンゲームで場が和み、「人と交流することは脳に刺激を与え、笑顔と「ありがとう」の言葉で若々しく生きられる」の講演に皆さん納得の笑顔が見えました。

午後からは元気に体操を行い、テーマに合う言葉探しゲームをし、思いがけないくらいたくさんの方の言葉が飛び出しました。

「やすんごと会を楽しみに心待ちにしていた」との声も聞き、皆さんに楽しんでいただけるやすんごと会になるよう計画を立ててお待ちしております。

3月30日(木) 細野地区 男性2名 女性5名



▲大きな声で歌いました

体操・トランプ・うたを歌うなど男性の参加もあり、楽しく笑って盛り上がりました。

4月22日(土) 西明地区 女性5名



▲体操を楽しみました

似顔絵描きやお手玉投げゲームなど若い頃の遊びを思い出して楽しい時間を過ごすことができました。

5月9日(火) 長楽寺地区 女性14名



▲パズルで頭の体操

「今回の集いを楽しみにしていた」とたくさんの方に集まっていたとき、会話が弾みました。

5月20日(土) 東西原地区 女性4名



▲手作りのお手玉で楽しむ

お手玉投げゲームから、昔のお手玉遊びに話が弾みました。

# 高齢者の集い



大麦加工食品消費拡大運動

麦とろ麺



富山県産大麦  
100%使用  
国内産小麦粉使用  
南アルプス山麓系水使用  
国内産山芋粉使用

200g×10袋  
**1,836円**  
(税込)

本格焼酎 白麴仕込 麦焼酎

FIBER SNOW



富山県六条大麦  
収穫キャンペーン

期間 6月7日～6月20日  
ファイバースノウを2本  
ご購入の方にロックグラス  
1個プレゼント!!



お湯割り、果実ジュース  
割り、ロックなど、お好  
みでお楽しみください。

容量720ml詰  
**1,300円**  
(税込)

お酒は20歳から。  
アルコール分25度

お問い合わせは生活課  
TEL:62-2500

越中  
はとむぎ茶

通常価格

350mlペットボトル  
24本入 2,400円



職員推進特別価格

・1～4ケースまで 2,160円/箱  
・5ケース以上 1,920円/箱

期間 平成29年6月7日～6月20日

特別価格は期間内に  
注文書が届いた場合に限りです。

お問い合わせは…生活課 Tel62-2500

JAグループ・JA全農とやま

# 農機フェア 2017

第35回農業機械総合大展示会

2017.7/8(土) 9(日)

[7/8] AM9:00～PM5:00 [7/9] AM9:00～PM4:00

高岡テクノドーム  
高岡市三郷322-5 TEL:0766-26-5151

会場アクセスMAP

家庭用から大型機械まで一堂に揃う2日間!

メーカー別展示 / 作業機展示 / ミニ耕転機実演  
小物販売 / オシャレ作業着販売 / 写真展示 / 営農  
ICT / 共済相談 / 資金相談 / リース相談 / 健康相談

特設コーナー

拡大キャンペーン  
ご予約受付中!

- 玄米保冷庫
- 白米保冷庫
- 高圧洗浄機

女性の方限定プレゼント  
花のポット苗プレゼント

# 着物フェア

日時 7月8日(土) 10:00～18:00  
7月9日(日) 10:00～17:00

会場 いのくち椿館 南砺市宮後188  
TEL:0763-64-2202

振袖お値打ち品

振袖レンタル **99,000円**より  
振袖フルセット **198,000円**より

特別企画  
振袖、ブラックフォーマル  
に成約のお客様に  
パールのルース2珠  
プレゼント!!

BAG COLLECTION

クロコダイルコレクション  
高級素材バッグ  
オーストラリア  
バイロン  
バックフローなど

その他各種バッグ  
**1万円&  
3万円**  
均一!!

大処分  
**50%off**

着物のリメイク

着なくなった着物  
をお持ちください。  
あなた好みの洋服  
にお仕立てします。

ブラックフォーマルや  
京都西川のふとんがございます。

お問い合わせは生活課へ  
TEL:62-2500



# 定期貯金サマーキャンペーン

平成29年6月1日(木)～8月31日(木)

対象のお客様	個人のお客様
対象金額	新規お預入10万円以上 (書替継続は含みません)
期間	1年
適用金利	店頭金利の <b>5倍</b> を適用 <small>(参考) 6/1現在 店頭金利 0.015%</small>

**JAカード(一体型)**  
をお持ちか、同時申込みされれば、  
店頭金利の  
**7倍**を適用

●ATMによるお預入や  
年金定期貯金「結いの  
恵み」にも左記の  
金利を適用します。

お問い合わせ・ご相談はお気軽に、JA窓口・金融渉外担当者へ

ご契約者様には下記粗品  
から1点を進呈!!



クーラーバッグ  
24X21X16 cm  
(TOKYU HANDS)



フロストポーチ  
24X16X6 cm  
(Loft)

※数量に限りがありますので、  
ご希望に添えない場合があります。予めご了承ください。  
※( )内:コラボレーション企業名

※ATMによるお預け入れの場合は、  
粗品対象外となりますのでご了承ください。

JA共済

アンパンマンと  
歌って、踊って  
交通ルールを  
学ぼう!



※お子さまの記念撮影以外でのカメラや  
ビデオ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ことがござ  
います。あらかじめご了承ください。

おれい! アンパンマン  
©なせたかし/フレール&藤-TMS-NTV

**日時**  
平成29年7月23日(日)

1回目 11:00～(開場10:00)

2回目 14:00～(開場13:00)

**場所**

福野ア・ミュージーホール

富山県南砺市寺家新屋敷366

(ショッピングセンター ア・ミュージー2階)

主催: JAとなみ野・JAなんと・JA福光

問合せ: 詳しい内容は、お近くのJAへ  
お問い合わせください。

応募期間: 平成29年6月12日(月)～7月7日(金)

観覧無料  
チケット制

※観覧ご希望の方は、所定の応募用紙に必要事項をご記入  
の上、JA職員に直接お渡しいただくか、JAの金融窓口  
までお持ちください。

☆内容等に関しましては、変更となる場合もありますので、あらかじ  
めご了承ください。

JA共済

アンパンマン ANPANMAN CARAVAN  
交通安全キャラバン

表紙の紹介

城端・金戸の江大作さんの畑で無農薬露地栽培の「いちご」を撮影させていただきました。伺ったときに試食させていただきましたが、みずみずしくて甘くとてもおいしいいちごでした。「鳥獣害から守るための覆いが、強すぎる日差しからも守れて色つやの良いいちごがたくさん収穫できた。もっと良いいちごを生産するために、今から来年の栽培方法のことを考えているよ」と笑顔で話されていました。

家の光 6月号の読みどころ

梅名人になろう！

今年も、梅仕事に取りかかるときの梅の一大産地、和歌山県の農家のみなさんに、ふだん食べている梅干しの漬け方や梅干しを使った料理レシピを教えてくださいました。

さらに、梅加工グループやJA直伝の梅酒、梅ジャム、梅エキスなど、さまざまな加工品の作り方も紹介します。

日本の食卓に欠かせない食材の一つ、梅を目いっぱい楽しみましょう！



ヨッテカレー城端 今月のおむすび

「とんかつ」  
とんかつとコシヒカリ  
とんかつソースが旨味を引出す！

がっつり食べたい人に最適！  
元気モリモリのおむすび！

1個 220円＜税込＞

○各行事における「おむすび」の予約を承っています。お気軽にお申し込み下さい。(062-8888)

クロスワードパズル

タテ、ヨコのそれぞれのマス目に文字を入れ、二重マスの文字をA-E順に並べてできる言葉はなんでしょう？

ヨコのキーワード

- 6月の第3——は父の日です
- 収穫物を——・優・良に仕分けした野菜
- 梅干しの色付けにも使われる
- 止まらずに行ってしまいました
- 近付くと雨が降りやすくなります
- 草を刈るときに使います
- 長崎の麺料理。ちゃんぽんと並ぶ名物です
- 願い事を書いて奉納する板
- ナガス、マッコウ、ミンクといえ
- お手洗い、ご不浄などともいいます
- 鬼が出るか——が出るか

タテのキーワード

- 身を立てて故郷へ——を飾った
- 肩や腰が痛むときに貼ることも傷や病気が治ること
- これが生命線で、これが運命線……と見えています
- ろくろ首やのっぺらぼうなど
- 梅雨どきには差す機会が増えます
- 漆で描いた文様に金粉などを付けて仕上げます
- 釣った魚を入れます
- お酒よりもお菓子が好きな人
- 本当にあったこと
- つるべで水をくみ上げます
- 1階建ての建物のこと
- 居酒屋や料理屋の入り口によく下げられています

5月号の正解と当選者

応募総数14名のうち左記の方が当選されました。

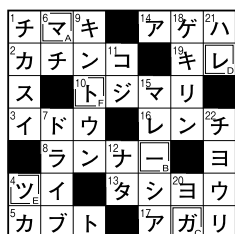
- 田島みゆきさん 西川 靖子さん 早川 浩美さん (五十音順)

正解

- MAIBGALETTEF

〒939-1843 南砺市金戸二六八一 JAなんと総務課 クロスワード係行

① 答え  
② 広報・JAに対する意見  
③ 〒住所・氏名 電話番号



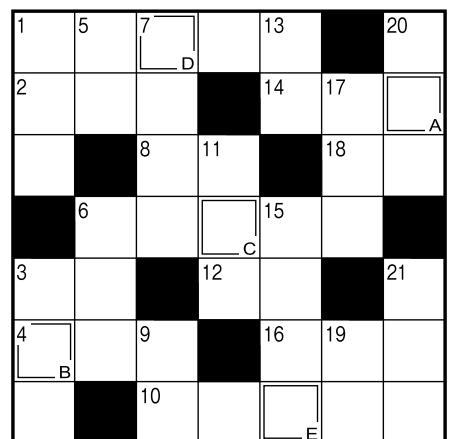
平成29年6月21日(水) 必着

締め切り

左記の要領で官製はがきに必要事項を明記しご応募下さい。  
②のご意見はどんな小さなことでも構いませんのでお書き下さい。

応募方法

正解者の中から抽選で3名の方に「Aコープ商品券」を進呈します!!





## 理事会報告

審議事項は、左記のとおりです。

### 第3回定例理事会

5月25日開催

#### 報告事項

- ① 4月末経営実績及び事業の実施報告  
合計残高試算表、主要勘定検討表、及び損益計算書により実績報告を行った。
- ② 事前説明会での質問、意見の報告  
5月15日から3日間にかけて開催した総代会事前説明会において、総代からの質問、意見の報告を行った。
- ③ JA財務モニタリング報告  
全中、農中が単位農協毎の事業年度末の経営管理状況を調査するもので、2月末日を基準日とした組合の概況やコンプライアンス、資産自己査定等を説明し、全中、農中へ報告すると報告した。
- ④ ㈱リーフの月次報告  
4月末の事業実績進捗度表・日別売上表から実績を報告した。
- ⑤ アイカホールの決算について  
平成19年度から平成28年度までの期間における業績推移表や変動損益計算書等により、経営状況を報告した。
- ⑥ ふれあい訪問の反響結果について  
「年金感謝デー」、「定期積金キャンペーン」、「ジャンボかぼちゃ選手権」、「ひ鍼の販売」のチラシ配布と共に組合員宅へ訪問し、その際に職員が受け賜った意見を報告した。
- ⑦ 平成28年度優良JA・職員の表彰について  
平成28年度における、全共連富山県本部より表彰を受けた職員について報告をした。
- ⑧ 堆肥製造・保管マニュアルについて  
良質で均一な堆肥の製造を継続的に行うため、作業留意点をまとめたマニュアルを策定し、その内容について報告をした。
- ⑨ 平成28年産検査結果について  
平成28年産米の初摺り増が確定し、その数量について報告をした。

#### 附議議案

- 第1号議案 平成28年度決算監事監査に基づく回答について  
4月4日から7日にかけて実施された決算監査で指摘を受けた事項について、改善意見を説明し承認された。
- 第2号議案 総代会の書面議決書賛否欄の取扱いについて  
総代が書面をもって議決権行使する場合、賛否表示欄の取扱いを予め取り決めておくもので、記載事例と提出期限を説明し承認された。
- 第3号議案 平成29年度産米の出荷契約金にかかる資金対応について  
平成29年度産米の出荷契約金について、内部資金にて対応することを説明し承認された。
- 第4号議案 組合員持分の出資口数の減少について  
定款第21条第1項の定めるところにより組合員にやむを得ない事情がある場合、理事会の承認を得て出資口数の減少することが出来ることになっており、1名の方から申出があったことから、減資口数、氏名を告げて説明し承認された。
- 第5号議案 個人情報保護に関する規程類の改廃について  
「個人情報保護の保護に関する法律および行政手続きにおける特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律の一部を改正する法律」が5月30日より全面施行されることを踏まえ、規程類の改廃を説明し承認された。
- 第6号議案 就業規則及び臨時職員就業規則の一部変更について  
「労働契約法の一部を改正する法律」の施行から5年が経過し、就業規則等の変更が必要なことから変更点を説明し承認された。

## JAなんと 協同の成果

(前年同月比)

正組合員数	2,292人(▲31)	貯金高	638億円(19)
正組合員戸数	1,943戸(▲17)	貸付高	42億円(▲6)
准組合員数	1,870人(▲2)	共済保有高	1,492億円(▲45)
准組合員戸数	1,325戸(▲11)	販売品販売高	1.2億円(0.7)
		購買品供給高	3.2億円(▲1.2)

H29年4月末現在

## A・COOPなんと セブシ からお知らせ

### 1. Aコープ共同企画

『父の日』お父さんありがとうセール

実施期間 平成29年 6月17日(土)～18日(日)の2日間

●お父さんの似顔絵募集中

応募いただいた作品は店内に展示します。  
たくさんのご参加をお待ちしています。  
応募対象…小学生までのお子様  
応募期間…平成29年6月18日まで



### 2. お中元ギフト無料宅配セール

実施期間 平成29年 7月1日(土)～7月31日(月)  
(ただし、クール便扱い品は別途料金になります。)

※詳細は、店内ポスター・チラシをご参照下さい。

### 3. セブシの「ひまわり特価市」6月度企画

当店は、毎曜日「特別価格」にてご奉仕いたしております。

月・火	「95円均一の日」	金	「たまごの日」
水	「アイスクリームの日」	土	「牛乳の日」
木	「冷凍食品の日」	日	「パンの日」
	「とうふの日」		「お米の日」

セブシは6月休まず営業します。

安心新鮮

営業時間 南砺市野田52  
A10:00 ▶ M8:00 TEL 0763-62-8811

## JAカレンダー

6月

(行事予定)

10	土	
11	日	
12	月	
13	火	
14	水	平地区年金友の会総会
15	木	年金受給者ご来店感謝デー やすんごと会
16	金	農業用廃プラスチック回収(担い手組織向け)
17	土	
18	日	農業用廃プラスチック回収
19	月	農業用廃プラスチック回収(担い手組織向け)
20	火	第17回農協長杯争奪ゲートボール大会
21	水	
22	木	
23	金	ガンリン・軽油特売日 上平地区年金友の会総会 城信地区年金友の会総会
24	土	
25	日	
26	月	第4回定例理事会
27	火	菘谷地区年金友の会総会
28	水	大鍋屋地区年金友の会総会
29	木	
30	金	北野地区年金友の会総会

7月

1	土	
2	日	
3	月	
4	火	
5	水	南山田地区年金友の会総会
6	木	
7	金	ふれあい訪問(～11日)
8	土	農機フェア・高岡テクノドーム(～9日) 着物フェア(～9日)
9	日	

# 料理 楽しく ステップアップ

## ピーマンのきんぴら

### ■材料(4人分)

- ピーマン……………6個
- ごま油……………大さじ2
- いりごま・一味とうがらし ……適宜
- 合わせ調味料
  - しょうゆ・料理酒……………大さじ1
  - みりん……………大さじ1
  - 料理酒……………大さじ1
  - 砂糖……………小さじ1

### point /

できるだけ短時間で調理して、食感を残しましょう。



### 「キッチン晴人」のオーナーシェフ

永井 智一 (ながい ともかず)  
1975年茨城県水戸市生まれ。高校卒業後、都内のすし店で修業後、帰郷し懐石料理を学ぶ。2013年12月に畑とつながるをコンセプトとした「キッチン晴人」をオープンし、地元農産物を生かした料理を提供中!



### ■作り方

- ① ピーマンは縦半分に切り種を取り除き、細切りにする。
- ② フライパンにごま油をひき、強火で煙が出るまで熱する。
- ③ 細切りにしたピーマンを強火のまま20秒炒め、合わせ調味料を入れ10秒炒める。
- ④ 器に盛り、上から一味・いりごまを掛けて出来上がり。

## 皆様とともに JAなんと 連絡先

- |                        |                         |
|------------------------|-------------------------|
| ・本店 …… 62-2123         | ・農機課 …… 64-2013         |
| ・西部支店 …… 62-1111       | ・上平野菜山菜加工場…67-3443      |
| ・城信事務所 …… 62-1114      | ・生活課 …… 62-2500         |
| ・東部支店 …… 62-1313       | ・福祉センター …… 62-8588      |
| ・井口事務所 …… 64-2011      | ・旅行センター …… 62-3013      |
| ・五箇山支店 …… 66-2241      | ・車輛課(オートバールなんと)…62-3571 |
| ・上平事務所 …… 67-3311      | ・カートピアかねと …… 62-2125    |
| ・共済センター …… 62-4128     | ・カートピアいのくち …… 64-2051   |
| ・生産センター …… 62-0261     | ・カートピアたいら …… 66-2243    |
| ・西部カントリーエレベーター…62-2250 | ・ヨッテカーレ城端 …… 62-8888    |
| ・広域カントリーエレベーター…62-4115 | ・Aコープなんとセフレ…62-8811     |

### ～緊急連絡先～

- ・自動車共済事故受付(24時間・365日)  
0120-258931
- ・キャッシュカード 夜間・休日事故受付  
(紛失・盗難)0120-794551
- ・JAカード(クレジットカード)  
事故受付・24時間対応  
(紛失・盗難)0120-159674
- ・プロパンガス(24時間対応)  
各カートピアSSへ

ホームページをご覧ください JAなんと

アドレス <http://www.ja-nanto.jp/>

### 編集後記

5月中旬に縄が池の水芭蕉を撮影しに行きましたが、熊が池周辺にいるということで厳重警戒中。一步手前で足止めされてしまいました。しかし、標高約1000mの高さから見る散居村は霞がかかり、とてもきれいでした。来年はしっかりと熊情報を確認して晴れた日に行きたいなと思いました。(長谷川)

## セフレ キリトリ クリーニング割引券



# 25%off

※必ず本券をお持ちください  
(Yシャツ・特殊品・セール品は除きます)  
有効期限：平成29年6月10日(土)～7月9日(日)

ACOPなんと セフレ クリーニングの 白光舎  
☎ 62-0019