

こうほう

# JAなんと

10  
2017 October  
No. 199



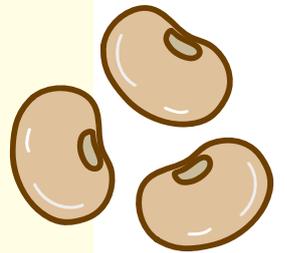
(表紙の説明は18ページ)

## 目次

営農情報	2	エコープマーク品紹介	11
家庭菜園	4	みんなの広場	12
タイムスリップ・みんなのJA	5	JAなんと俳壇・税金こぼなし	14
なんとニュース	6	こんにちは福祉課です	15
<b>特集 生活習慣病予防</b>	8	JAインフォメーション	16
女性部活動	10	料理ステップアップ・JAなんと連絡先	20

# 営農情報

## 大豆 収穫の作業ポイント



### コンバインの調整

●刈り始めに「刈取り高さ」、「刈取り速度」、「脱穀選別・排塵調整」等の確認を行い、収穫口スの低減や安全作業に努めましょう！

### 雑草等の除去

●収穫前に雑草や青立ち株を取り除き、畦間の雑草は刈払機等による除去を徹底するなど、汚損粒の発生を防止しましょう！

### 適期収穫

●早刈り↓子実や莢の水分が高いため、汚損粒や破碎粒の原因となる。  
●刈り遅れ↓立毛中の裂莢やヘッドロスにより収穫ロスが増加するとともに、子実の光沢低下やしわ粒増加の要因となる。  
●下記を目安に適期を判断し、速やかに収穫を開始してください。

- ① 子実水分22%以下
- ② 豆が球形で固い
- ③ 子実に爪跡が5mmつく程度

## 農作業別の安全確保 組み作業編



### ストップ！ 農作業事故

乗用型農業機械の普及によって、1人作業が多くなってきました。しかし、全ての作業が1人でできるようにはなっていません。栽培方法や生育状態によっては補助作業が必要で、伴走車や選別作業者が必要になります。また、防除や草刈りでも組み作業を行うことがあります。今回は組み作業を安全に行うために配慮しておくことをお伝えします。

ぜの草刈りを行うときは安全距離5mの確保を忘れてはいけません。自分だけの速度で作業せず、全体の作業速度に合わせましょう。斜面では、下側の人が先行し、上側の人はそこから斜め後方へ5m以上離れた位置から刈り始めましょう。

コンバイン作業では、倒伏稲を起す補助作業者は機械に近づき過ぎないようにしましょう。オペレーターも補助作業も常に相手の位置を確認しなければいけません。グレンタンクからオーガによる排出に際しては、急激な操作は厳禁です。補助作業業者や、電柱、建物にぶつける可能性もあります。

ポテトハーベスターやビートハーベスター作業では、選別作業者の負荷が大きくなるような配慮がオペレーターに求められますし、選別作業者が危険を感じたら、ためらうことなく、作業部を補助作業側から停止させましょう。

どんな作業でも、危険を予知したら、ためらわずに止める勇気を忘れないでください。作業に適した安全保護具も人数分を用意しましょう。



ザーを鳴らして一呼吸置いてから始動するのが基本です。土手やあ

# 混合油(2サイクルオイル+ガソリン)のミニ知識

大切な農業機械を長く使ってほしいから…

正しい混合油の作り方と保管の仕方をおさらいしましょう!

「JAなんと」では最高品質のFDランクの2サイクルオイルを使用しています。

## ① 役割

- ア 燃焼室や点火プラグの汚損を防ぐ洗浄性
- イ 高温下でも十分な潤滑作用と油膜強度
- ウ きれいに燃え尽きる

2サイクルエンジンオイルには、ランクがあります。

JASO規格

高品質

- FB・・・普通クラス  
(煙が多く、マフラーが詰まりやすい)
- FC・・・上記より排気煙が少ない
- FD・・・上記より洗浄性能を向上

JAスタンドの  
混合油は  
このオイルを使用



両方とも農機課で販売中

## ② 作り方

50:1の場合 オプティミックス50の1本(400ml)を20リットルガソリンに混ぜる

100:1の場合 ケムナイトエコDXを200mlを20リットルガソリンに混ぜる

(チェーンソーに使用時は、50:1にして下さい。)

※混合割合を濃くするとマフラーづまりやエンジンの高速回転不良になり、薄くするとエンジンの焼付きの原因になります。

## ③ 保管の仕方

ガソリン等の石油類(危険物)を運搬する場合、消防法令で定められた基準に従って行わなければならない。スタンドで販売する混合油専用携行缶や農機課で販売している混合油専用ポリ容器に保存しましょう!!

お問合せ先 農機課 ☎64-2013

ちょっと休憩

## とてもめずらしいサトイモの花



▲サトイモの花

花は1日だけ咲いてすぐにしぼみました。  
茎のふくらんだところに種ができるようです。



▲一日後のサトイモの花

9月21日、城端・林道地区の長草さんの畑でとても珍しいサトイモの花を撮影させていただきました。

長草さんによると、「茎の色が濃いサトイモに花がつくようです。長い間育てていますが、花がついたのは初めてです。」とのこと。

近所の方がサトイモの花を見に来られ、長草さんの畑はとても賑わっていました。



# 家庭菜園



## 取れ立ての新鮮な味が格別なサヤエンドウ

栽培管理が楽で、失敗も少ないサヤエンドウ。店頭売りでは得られない新鮮さが魅力で、家庭菜園にはぜひ取り入れたい野菜です。

カロテン含有量が多く、分類は緑黄色野菜。ビタミンC、食物繊維も豊富。使い道はサラダや汁の実、煮物にと広く、飽きずに重宝します。育て方のポイントを列挙します。

(1) 連作畑を避ける。

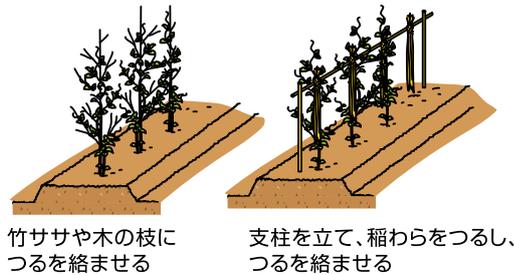
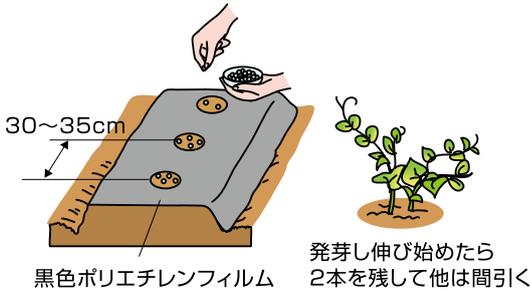
(2) まきどきを誤らない。

(3) 冬に株が風で振り回されないよう仮支柱、風よけを設ける。

(4) 伸びだしたつるがよく絡むよう、しっかりとした支柱を立てること

などです。

サヤエンドウは野菜の中でも特に連作を嫌う性質があります。4〜5年



しっかりと雪・寒さ対策ができないと枯死します。

はサヤエンドウを作ったことのない畑を選びましょう。

種まきの適期は関東南部以西の平坦地では10月20日前後ですが、これより寒い地域では少し遅く月末ぐらい、暖かい地域では少し早くまくぐらいに差をつけましょう。寒い地域で早まきすると、大きく育ってから厳しい寒さに遭うため寒害を受けやすくなります。地域の慣行をよく調べてください。

サヤエンドウは茎葉が柔らかく、越冬中に株が風に振り回され、茎が折れたり枯死したりしやすいので、草丈が15〜20cmに伸びたら短い支柱を交差させて立て、株を固定したり、畝に沿って稲わらを半折れにし、下方を土に埋め、簡単な風よけを作ったり、べた掛け資材で覆ったりして寒風から守ってやります。

越冬後草丈が20〜25cmぐらいにな

る頃には巻きひげも出るので、早めに支柱を立て、これに絡ませるようつるを誘引してやりましょう。支柱

材としては、細枝のたくさん付いたササや、子枝の付いた木の枝などが最良ですが、入手できない場合は、木杭に横竹を渡し、所々に稲わらを小束にしてつるす方法、それらがなければ果菜用の支柱材を立て、横に3段ほどプラスチックひもを渡したり、キュウリの誘引ネット(網目15cm)を取り付けるなど、いろいろ工夫してみてください。

肥料分は多くは必要ないので、前作に野菜を育てた畑なら、越冬前に畝に沿って軽く溝を作り、1株当たり化成肥料大さじ2杯ぐらい、本支柱を立てた後に、畝の反対側に同量を施し、土を盛り上げて畝を形作るぐらいで足りるでしょう。

お問い合わせは…  
JAなんと生産センター(☎6210261)

# タイムスリップ〜!

昔懐かしいステキな写真

を募集します!!



ちょっと  
一息



平成4年1月12日  
川上中の圃場(ほじょう)で左義長準備をした時の記念写真です。当時は  
砺波南部地区広域農道が開通する前で田畑が広がり、毎年左義長の場所が  
変わっていたそうです。

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、左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

〒939-11843 南砺市金戸268-1 ☎62-2123  
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 JAがさまざまな事業を行うのはなぜ?

A 農家が安心して農業に専念できるよう、暮らしの基盤を支えるためです。

日本の農業の大部分は、家族経営で支えられています。農家は、所有する土地や農機具、家族の労働力などを使って農作物を作り、販売して現金収入を得ます。これらの収入の一部を家計に回して生活必需品を購入するほか、貯蓄したり共済に加入したりしています。

JAは、組合員である農家が安心して農業に専念し、農業所得を上げて豊かな暮らしを実現できるよう、さまざまな事業を通じて応援しています。これらの事業は組合員以外も利用ができ、地域住民の暮らしを支えています。

このように、JAは組合員や地域住民を総合的に支えることから「総合農協」とも呼ばれます。家族経営を大切に  
する日本らしい組織といえます。

(監修=広島大学 助教 小林元)

## 組合員とJAの関わり

### 教育・広報活動に関わる事業

学習会の開催、広報誌の発行、新聞情報事業、出版・文化事業など

### 指導事業

技術や経営の指導、サポート、くらしの活動など

### 信用事業

将来に備えての貯蓄、融資



### 購買事業

生産資材、生活資材の供給

### 共済事業

万一に備えての保障

### 利用・加工事業 販売事業

選果場等の施設利用、農畜産物の加工、農畜産物の集出荷

医療・福祉事業、健康増進活動、旅行事業など

### その他生活に関わる事業

市場・消費者

農畜産物の販売



耕そう、大地と地域の未来。

「五箇山ぼべら」のブランド化を目指す

五箇山ぼべら推進協議会 設立

五箇山の伝統野菜「五箇山ぼべら」が、大手総合スーパーのイオンリテール(株)の行う日本の優れた食文化継承を目的とした「フードアルチザン(食の匠)」活動として取り上げられることになり、9月8日、南砺市役所福野庁舎で協議会設立総会が開催されました。フード



▲イオンリテール株式会社 ▲五箇山ぼべら生産者部会 ▲南砺市 ▲砺波農林振興センター ▲JAなんと ▲合掌の森再生協議会



▲「五箇山ぼべら」(ぼべらは、五箇山地方の方言でカボチャを意味します)

アルチザン活動の富山県内での実施は「五箇山ぼべら」が初となります。  
 「五箇山ぼべら」は、合掌造り家屋の屋根を葺(ふ)き替えた古カヤを圃場にすき込んだり、敷いたりして栽培します。五箇山地方の昔ながらの栽培方法で、現在は上平の生産者12人が本格的に栽培しています。ラグビーボール型のカボチャで加熱する事で甘みが増し、柔らかくみずみずしいのが特徴です。  
 設立総会では、概要の説明の後、JAなんとの上田憲仁組合長や五箇山ぼべら生産者部会代表ら6人が趣意書に署名しました。  
 JAなんとは、五箇山地域で大切に種を受け継いできた「五箇山ぼべら」のブランド化と地域活性化を目的に、栽培や販売面で協力していきます。

1.2.3位独占!

JA-ISS接客サービスコンテスト



▲櫻井職員 ▲池田職員 ▲吉田職員

JA全農大坂石油事業所は8月30日、富山市月岡新の富山県農業総合研修所でJA-ISS接客サービスコンテストを開催しました。JAなんとのカートピアから3人が出場し、池田清文さんが最優秀賞、櫻井柚紀さんが優秀賞、吉田真生さんが優良賞と1.2.3位をJAなんとが独占し、優秀な成績をおさめました。  
 このコンテストは、スタッフの接客に対する意識や接客技術・商品知識の向上をはかるために毎年行っています。  
 今後も組合員や地域の方に長く愛される給油所を目指してよりよい接客サービスを提供してまいります。



## 葉ネギの品質良好

特産 葉ネギの収穫

9月18日から、南砺市立野原東の野菜集出荷場で、葉ネギの出荷が始まりました。

近年、葉ネギは、外食産業から需要が増えており、大麦やニンニク収穫後の圃場に栽培することと土地の有効活用ができることから今年よりJAなどの地域特産作物に指定しています。

8月の天候不順により一部で葉先枯れの発生が見られましたが、曲がりがなく香りもよい葉ネギの出来栄えに今後の作付面積拡大が期待されます。

管内の栽培面積は60アールで今年は10〜12トンの出荷を目指しています。



▲葉ネギを収穫する生産者

## 力強く熱意伝わる作品355点

小・中学生書道コンクール



▲慎重に審査する様子

9月15日、管内の小・中学生から集まった書道作品（半紙335点、条幅20点）から「JAなんと組合長賞」および「JA共済全国小・中学生書道コンクール」に出展する作品の審査を南砺農業会館で行いました。

児童・生徒の力のこもった全作品は11月12日に南砺農業会館で開催する「2017JAなんと農業祭」で展示、厳正なる審査で選んだ優秀作品は当日、表彰を行う予定となっています。

このコンクールを通じ、次代を担う小・中学生の書写教育に貢献することを目的として、今後も継続的に取り組みます。

## 初めての体験にドキドキ！

14歳の挑戦

9月25日から5日間、JAの各施設で城端中学校2年生5人が職場体験を行いました。

「14歳の挑戦」は、学校外で様々な活動に参加することで成長期にたくましい力を身につけることを目的とした活動です。

中学生は「カートピアかねと」や「農産物直売所ヨッテカール城端」で初めての接客に一生懸命に取り組んでいました。

子ども達にはたくさん吸収できるこの時期にいろいろな体験をして、地域の将来を支えていく大きな力となっていくってほしいと思います。



▲ヨッテカール城端  
カートピアかねと▶



# 生活習慣病予防

生活習慣病は、生活習慣を見直すことで  
予防や改善に導くことができます。

専門医である日本生活習慣病予防協会の

池田義雄理事長にお話を伺いました。



池田 義雄  
(いけだ よしお)

医学博士。専門は内科学(糖尿病・肥満)、健康医学(生活習慣病・メタボリックシンドロームなど)。日本生活習慣病予防協会理事長の他、糖尿病治療研究会名誉顧問、タニタ体重科学研究所名誉所長、セルフメディケーション推進協会会長などを務める。『量る・計る・食べるダイエット』(アスペクト)ほか著書多数。

## 生活習慣病とは

生活習慣病とは、さまざまな疾患の総称です。偏った食事や運動不足、睡眠不足、喫煙、過度の飲酒、過度のストレスなど、好ましくない生活習慣や環境の積み重ねが、発症のリスクを高め、疾患の進行にも深く関わっています。

具体的には、糖尿病、高血圧、脳卒中に動脈硬化、高尿酸血症/痛風、脂質異常症(高脂血症)、心筋梗塞、狭心症、脳梗塞、脳出血、肺がん、大腸がん、骨粗しょう症、肥満症/メタボリックシンドロームなどが挙げられます。

## 「一無、二少、三多」のライフスタイル

生活習慣病予防のため、日本生活習慣病予防協会では「一無、二少、三多」のライフスタイルを提唱しています。

一無 禁煙

二少 少食、少酒

三多 多動、多休、多接

## 生活習慣病リスクをチェック！

### 生活

- 40歳以上である
- 20歳時より体重が10kg以上増えている
- おなか回りがぼっこり出ている
- 大食漢である
- たばこを吸う
- お酒をよく飲む
- 体を動かすのが嫌い
- 夜更かしが多く、睡眠不足である
- 多忙で休養が取れない
- ストレスがたまっている

### 食事

- ご飯やパンなど(炭水化物)の摂取量が多い
- 脂っこいものが好き
- ほぼ毎日間食をしている
- 深夜の時間帯によく飲食する
- 朝食は食べたり、食べなかったり
- 早食い、ドカ食い、ながら食が多い
- 濃い味付けが好きである
- 外食やファストフード、レトルト食品をよく利用する
- 甘い清涼飲料水をよく飲む
- 野菜や海藻類の摂取量が少ない

### 運動

- 運動不足だと実感している
- 1日の歩数は7000歩未満が多い
- 移動には車をよく使う
- つい階段での移動を避けてしまう
- 継続して行っているスポーツはない

「二無、二少、三多」のこれら6項目のライフスタイルを実行できている人ほど、肥満の程度、血圧、血糖、中性脂肪、コレステロール、尿酸などの検査値が良くなるのが分かっており、罹患（りかん）率も実行できていない人に比べて低いという研究データが出ています。1項目実行できなくなるとに罹患率は高まります。

6項目のうち「少食」については腹八分目を心掛けることです。これは、現在の自分の食欲や満腹感に対する八分ではなく、20代前半の食事量の八分です。生きていくために最低限必要なエネルギー（基礎代謝）は、20歳をピークに徐々に落ちていくので、加齢とともに食べる量も減らす必要があります。20代の頃と同じエネルギー量を取っているのは肥満につながります。

「多動」は、十分な運動を意味します。運動は、通勤や買い物で歩いたり、エレベーターを使わず階段を上げるなど、頭では分かっているつもりでも意識しなければできません。運動はその気になって、心でするものと考えてください。

「多接」とは、多くの人や事、物に接するという意味です。人との出会いや交

流により絆も生まれ、いろいろな物事に触れることで好奇心が満たされます。何歳になっても好奇心旺盛で、精神的に豊かであることが、生活習慣病を遠ざける一つの要因にもなるのです。これはストレス軽減とも深い関係があります。

### 年齢に応じて

日々の積み重ねが発症につながるため、まだ病気とは縁のない20代から「二無、二少、三多」を実践し、生活習慣病予防を心掛けてほしいものです。重大な合併症の発症に至るまでには20年も30年もかかる場合が多いのが生活習慣病です。

近年は定年の年齢も上がっています。年を取っても仕事ができる体づくりが大切です。今現在、生活習慣病を抱えている人も、その疾病の性質をよく知って、それ以上悪化させないよう、生活習慣を見直していきましょう。

取材協力：一般社団法人日本生活習慣病予防協会  
<http://www.seikatsusyukanryo.com/>

## 判定やいかに……

### 生活の項で5個以上当てはまる人は、要注意！

40歳を超えると、生活習慣病リスクは高まります。加えてたばこやお酒、ストレスが、さらに生活習慣病を誘引。おなか回りがメタボ（腹囲が男性…85cm以上、女性…90cm以上）になっている人は、食事や運動をはじめとする生活習慣全般の見直しが必要です。

### 食事の項で5個以上当てはまる人は、要注意！

外食やファストフードが日常で、夜更かししながら寝る前まで食べているような人は、血糖値や中性脂肪が上昇します。さらに濃い味付けが好き、魚より肉、野菜や海藻類など食物繊維の取り方が少ない、などの食生活は動脈硬化を促進します。食事は規則正しく、腹八分目でバランス良く食べることが大切です。

### 運動の項で3個以上当てはまる人は、要注意！

日頃から通勤以外は歩かない、という人は週3回以上、30分以上は歩くよう意識して生活してみてください。運動量は、ご自身の体力・体調を見ながら調整を。体を動かすことは心身の諸機能を高め、ストレス解消にもつながります。

三つのカテゴリーのうち二つ以上に「要注意」が出たら、生活習慣病リスクが高く、すでに予備軍になっている可能性があります。これらの不摂生は、短期間ではそれほど体に影響を及ぼさないため、なかなか気付かないものですが、10年、20年とその習慣を続けていくうちにある日突然発症する、それが生活習慣病の怖いところです。

手遅れになる前に、年に1回は健康診断を受け、数値異常が見つかった際は生活習慣の改善に取り組みしましょう。最寄りの医療機関で受診することをお勧めします。

# 親子料理教室

女性部活動



▲皆で記念撮影



▲新鮮野菜を使って親子で楽しくレッツクッキング!

JAなんと女性部は8月20日、エコープマ  
ーク品を使った「JA・親子料理教室」を愛菜ふ  
れあい館で開催し、40人が参加しました。  
今回は、「家の光」や「ちゃぐりん」に掲載さ  
れているレシピから女性部員が選んだ「カラフ  
ルランチ」に子ども達が挑戦です。  
主食には、紙コップを使って簡単に楽しく作  
れる「シヤカシヤカおむすび」を4種類作り、  
汁物には、みそに削り節や薬味などを混ぜて丸  
めてつくる「みそ玉」のみそ汁と、前日に収穫  
したシカクマメを使った「野菜のゆかり和え」、  
苦いゴーヤが苦手な子供達も食べられるよう工  
夫した「カリカリ野菜ギョーザ」を作りました。  
デザートには食べられる花をゼリーに閉じ込め  
たカラフルなエディブルフラワーゼリー（エディ

ブルとは、食べるという意味）です。  
なんと米を使ったおにぎりと、なんと産の新  
鮮な野菜を使ってカラフルで美味しい料理がた  
くさんできあがり、子ども達は、楽しんで作っ  
た料理を美味しく頬張っていました。  
「みそ玉が新たな発想でした」という声や、「ゴ  
ーヤの苦さは全く感じず、子供もぺろっと食べ  
ました」と、嬉しい声が聞かれ、大変喜んで  
もらえました。  
食事の後は、大切な歯のお話や食農クイズ・  
お米に関するクイズをして盛り上がりました。  
JA女性部では、安心安全な食の学習や料理  
教室を行っています。一緒に楽しい活動をしま  
しょう。



## JA女性まつり おにぎりフェスタ

日時 10月22日 10時～16時  
場所 富山県庁前噴水公園

おにぎりや特産品、野菜の販売やア  
ンパンマンショーなどのステージが  
あります。

おにぎり1個100円です。5個お買い上げの方は富山米新品種「富富富」が試  
食できます。



▲たくさん採れたよ!

8月19日、親子料理教室に参加す  
る親子に自然と触れ合う体験をして  
もらおうとゴーヤ・シカクマメの収  
穫体験を開催しました。  
子ども達は緑いっぱいの中から、  
ゴーヤもシカクマメもあつという間  
にみつけ、お母さんと楽しく収穫す  
ることができました。

ゴーヤ・シカクマメの  
収穫体験



安全 安心

# エコープマーク品紹介



## エコープマーク品とは

エコープマーク品はJAグループのプライベートブランド商品です。食品・日用品・衣料品など私達のくらしに必要な商品が1700点！添加物を極力排除し安全・安心にこだわった商品です。A-coopなんとセフレ店では一部取扱わない商品がございます。詳細につきましてはJAなんと生活課へお問合せ下さい。(062-25500)

エコープマーク品はJAグループのプライベートブランド商品です。食品・日用品・衣料品など私達のくらしに必要な商品が1700点！添加物を極力排除し安全・安心にこだわった商品です。A-coopなんとセフレ店では一部取扱わない商品がございます。

JA富山県女性組織協議会・富山県JAグループは健康で快適なくらしを応援します。

## 今月のおすすめ商品

はちみつ使用  
のり佃煮 130g



共同購入価格  
403円

- 原材料の「のり」と「はちみつ」は国産にこだわりました。
- 原料には風味豊かな焼きのりを使用しています。
- 糖分は国産はちみつのみを使用し、まろやかな味に仕上げました。
- 原材料はのり、醤油、はちみつ、本みりん、鰹削り節、寒天のみを使用しており、化学調味料は不使用です。
- お茶漬けや和え物、焼き物など、さまざまな料理で楽しめます。

## ごまのり納豆

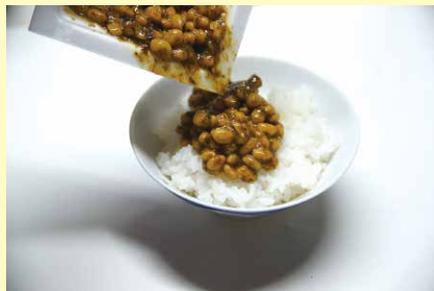
### 材料(1~2人分)

- 納豆……………1箱
- はちみつ使用のり佃煮……………小さじ1
- いりごま……………少々
- 胡麻油……………少々



### 作り方

- ① 納豆に付属のタレをかけ、海苔佃煮をのせ、いりごまをトッピング、仕上げに胡麻油を数滴。お好みの回数混ぜてください。
- ② あつあつのごはんのうえにかけて完成です。



### 作ってみた感想



ひと手間かけるだけでのりの風味がおいしい納豆ごはんにグレードアップ！はちみつ入りで甘めの味付けなのでお子様のごはんのおともにもいかがでしょうか。

JA全農とやまのホームページ「にぎわいレシピ」(<http://www.ty.zennoh.or.jp/recipe/>)ではエコープマーク品を使ったレシピをご紹介します。ぜひご覧ください。レシピはこちらからご覧になれます。





# みんなの広場

## 仲良しご夫婦

北野地区

荒木

秋雄さん

佐久子さん



昭和52年4月10日 ご結婚

パートナーの好きなところはどこですか？

秋雄さん 「思いやりがあるところ」

佐久子さん 「外見は怖そうでも内面は優しいです」

佐久子さんのつくる料理で一番好きな料理は？

秋雄さん 「全て満足しています」

佐久子さん 「得意料理は特にありませんが、何でもおいしいと完食してくれるので嬉しいです」

これから挑戦してみたいことはありますか？

秋雄さん 「生涯学習」

佐久子さん 「ダイエット」

パートナーに一言！  
「ボケ防止に努めよ(笑)」  
「お互い良い年をとっていきましょう」



## ★今月のあなたの運勢★

♈ 牡羊座 3/21 ~ 4/19

【全体運】 それなりに勢いはあるものの、小さな失敗で落ち込みやすいよ。開き直りの気持ちも大切。まめに気分転換を  
【健康運】 食べ過ぎに注意。胃腸のケアを忘れずに  
【幸運の食べ物】 サトイモ

♉ 牡牛座 4/20 ~ 5/20

【全体運】 神経質になりやすい月。重箱の隅をつつくような発想はやめて、どしどし構えましょう。クラシック音楽につき  
【健康運】 安定期です。スポーツを始めると刺激大  
【幸運の食べ物】 エノキタケ

♊ 双子座 5/21 ~ 6/21

【全体運】 イベントや祭りなど、にぎやかな行事を満喫するのに最適です。文化祭やコンサートにも気軽に足を運ぶと幸運が  
【健康運】 ストレス発散が大事。体調に好変化あり  
【幸運の食べ物】 栗

♋ 蟹座 6/22 ~ 7/22

【全体運】 何かと感情的になりやすい時期。特に身近な人とつまらぬ口論をしがちなので、悪いと思つたら、すぐ謝つて  
【健康運】 ますます。話題の健康法を試すとグッド  
【幸運の食べ物】 サンマ

♌ 獅子座 7/23 ~ 8/22

【全体運】 性格の良い面がアピールされ、円満な人間関係が築けそう。初対面の相手にも気さくに話し掛けて。旅行も吉  
【健康運】 運動不足になりがち。しっかり動くこと  
【幸運の食べ物】 小豆

♍ 乙女座 8/23 ~ 9/22

【全体運】 やるべき作業を真っ先に済ませたら、後は自分の時間を楽しんで。新しい趣味を持つとうれしい発見がありそう  
【健康運】 疲労が蓄積気味。適度に解消しましょう  
【幸運の食べ物】 カツオ

こんにちは



信地区

アトリエCHINOCO 松田小百合さん

友人に誘われて京都から城端に移住し、元酒屋さんをお借りしてハンドメイドを中心とした雑貨店をしています。

地元京都に似た美しい町並みに惹かれ移住しましたが、移住後に和紙や絹織物など、もの作りが盛んな町だと知り、より一層城端が好きになりました。城端と手作りの良さを多くの方に知ってもらいたいと考え、城端の古民家でジジょうはなはなまるしえ〜というイベントも定期的に開催しています。

これからも様々な方法でもの作りと城端を発信していきたいと思っています。

我が家のアイドル

井口地

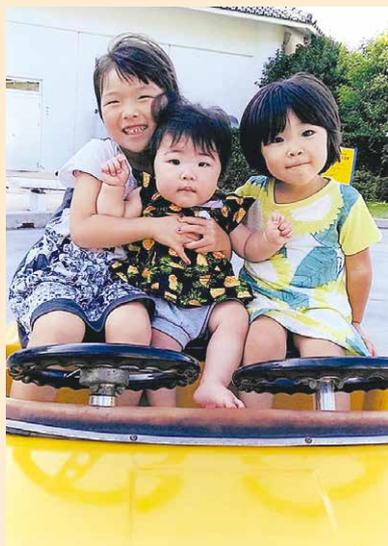
高田

奈緒ちゃん(4歳)

玲奈ちゃん(3歳)

希奈ちゃん(10ヶ月)

お父さん 芳憲さん お母さん 祥子さん



ブランコが大好き！甘えん坊な奈緒。字を書いたり本をよく読んでいます。

おままごことが大好きな玲奈は、よくおちゃらけるお調子者です。

ふたりとも歌や踊りが好きで、音楽が流れてくると喜んで踊りだします。

希奈はそんなお姉ちゃん達をじーつと見てよく食べ、よく動きすくすく大きくなっています。最近はずたい歩きができるようになり、目が離せません。

3人の泣き声や笑い声で、にぎやかな毎日です。たくさんのぬくもりをありがたう。これからも姉妹仲良く思いやつて成長してほしいと思います。

♎ 天秤座 9/23 ~ 10/23

【全体運】自己アピールに最適です。温めていたプランがあるなら、オープンにすると◎。素晴らしい協力者が現れる予感  
【健康運】不規則な生活の改善を。好転の呼び水に  
【幸運の食べ物】 サツマイモ

♏ 蠍座 10/24 ~ 11/22

【全体運】縁の下の力持ち的な役割を任されることが多い時期とはいえ、サービスマインドを発揮すれば確実に信頼アップへ  
【健康運】ストレッチや体操が好調キープの秘訣(ひけつ)に  
【幸運の食べ物】 ごま

♐ 射手座 11/23 ~ 12/21

【全体運】知的好奇心を刺激され、いろいろとやってみたくなくなるはず。カルチャーセンターなどに足を運んでみるのが正解  
【健康運】不安定。運動前には念入りに準備運動を  
【幸運の食べ物】 ユズ

♑ 山羊座 12/22 ~ 1/19

【全体運】責任ある立場を任されるなど、重圧を感じやすいかも。肩の力を抜いた方が好結果に。気晴らしには散歩が有効  
【健康運】体力増強を目指して。健康に近づけよう  
【幸運の食べ物】 ポラ

♒ 水瓶座 1/20 ~ 2/18

【全体運】とても前向きになれる。攻めの姿勢をモットーに思いつく通り行動することで、順調に物事が進展するでしょう  
【健康運】日々、身軽に動けば体調改善に効果あり  
【幸運の食べ物】 シメジ

♓ 双鱼座 2/19 ~ 3/20

【全体運】やたらと不安になり、心配しやすくなります。マイナス方向に考えず、いい面を探そう。開運には花を飾って  
【健康運】健康法に凝り過ぎる暗示。ほどほどがベスト  
【幸運の食べ物】 リンゴ

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いる。  
ルネ・ヴァン・ダール研究所 <http://www.rene-v.com/>



点滴を受けて心は盆支度	孝	熊注意看板よこの墓掃除	淑枝
ブランドを誇る香であり稲の花	日登美	手花火に後退りして小さき手	一椿
ボタン三つはづし取り込む青田風	昭代	新盆の兄懐かしき筆のあと	純尚
独り言話かけては墓洗ふ	澄女	老鶯や墓あるだけに訪ね来し	達
手料理のどれにも入る茄子かな	貞子	先祖にも合へる気のでて墓洗ふ	清美
生かされてひたすら今日の汗をか	喜美女	巖 <small>いわひば</small> 松葉の絶えるでもなく増えもせず	やす子
シナリオの無き人生に原爆忌	志美枝	雨あとの倒伏の田に飛蝗とぶ	正美
一服の爺の肩にも赤とんぼ	友之	大根の種蒔く呪文掛けながら	城子
振り返る山たちまちに霧に消ゆ	欣正	鬼やんまプロペラ無しにこの速さ	田螺坊
缶けりの音の響きや天高く	友子	虫刺され背中 <small>せなか</small> の搔けぬ犬もまた	志子
秋の田に仲よさそうねすずめさん	外志男	芋茎干す見やう見まねの母のまね	茂美
夜店あり少し賑やか過疎の村	香織	電柱の影も影なり秋 <small>いづ</small> 没日	汀留子
下宿先かつて料亭百日紅	昭生	大方は乾き切ったり敗戦忌	悦子
峰白く大夕立の向ひ山	光子	帰省子のいつの間 <small>ま</small> にやら諭す側	真理子
懐かしき人人人や墓参道	秀子	おほかたは昭和一桁講をどり	未知
雷鳴や烏いっせい飛び立ちぬ	玲子		
うたた寝のテレビ鳴ってる日の盛り	みのり		
茄子干しの日向いのちと匂ひ立つ	敏子		
蓮の花三年ぶりにただ一つ	千恵子		
夕方のぼとりぼとりと木槿落つ	忠代		
蝉時雨厨に聞きつ夕支度	澄江		
練り言の多き齢や蝉しぐれ	美智子		
風鈴のむりやり動く風雨かな	小夜子		
葛の花はびこり川を塞ぎけり	みつ子		
かなかなを仕事上りと決めてをり	不二		



御隠居と熊さんの税金こぼなし

「国税庁のインターネット番組 (Web-TAX-TV) JN5N」

砺波税務署

熊さん…御隠居、あつしは、悔しくて、悔しくて…。

御隠居…おいおい、どうしたんだい。大人が大きい声で泣くんじゃありませんよ。一体何がそんなに悔しいんだい。ちゃんと話してみなさい。

熊さん…実は隣の八つつあんが、「税金に詳しい熊さんは、国税庁のホームページも当然くまなくチェックしているだろうから、国税庁動画チャンネルにあるインターネット番組 (Web-TAX-TV) は当然もう見ているよな。」て言うんでやんすよ。そこで、あつしはね、「えつ、ああ、あれね。まだ見てねえけど、国税庁の人のドラマかなんかだろう。」て言ってやっただやんすよ。そして、八つつあんときたら、「おめえ、いつも税金のことは俺に任せるとか何とか偉そうなこと言ってるくせに、肝心のところは俺に任せるとか。ドラマだけじゃなく、国税庁の仕事や取組、税の手続きについて紹介してる番組もあるって知らねえのか。今は、全国の国税局や税務署の取組を紹介してる動画もあるってえのによ。」ってね。そんな八つつあんの勝ち誇ったような言い方ときたら、思い出しただけでも悔しくて…。

御隠居…ほほお、そりゃあ八つつあんの言い方は悪かったかも知れんが、お前さんが勉強不足だったことは紛れもない事実。熊さんや、そこにあたしのパソコンがありますから、そのインターネット番組を見てみようじゃありませんか。

熊さん…わかりやんした御隠居。まずは、国税庁のホームページ (www.nta.go.jp) を開いてと。あー、ありやんした。画面下にある「動画で見る。税の情報・税の仕事」をクリックしてみやんす。おー。Web-TAX-TVと書いてありやんす。たくさん番組がありやんすが、これから先に見ていものやら。6つのドラマのダイジェスト版「国税の現場を目撃せよ。」なんてのもありやんすよ。「番組紹介」もありやんすね。どれにしようか、御隠居。

御隠居…おいおい熊さんや、落ち着きなさい。番組は逃げはしませんよ。いつでも好きな時に、無料でいろんな番組が見れますよ。特にこれは、動画なんで、楽しくわかりやすくなってますね。全部で60番組くらいありますよ。英語版でもありますね。そういえば平成31年10月から消費税の軽減税率制度が実施されるようですから、「消費税の基本的なしくみ」で今から消費税について勉強するのもいいですね。

熊さん…御隠居、やっぱり時代やんすね。これからはこうじゃなやだめでやんす。これを教えてくれた八つつあんに、あつしは感謝感謝雨あられでやんす。

御隠居…おいおい、さっきまで八つつあんのこと悔しがって泣きじゃくってたくせに、なんだい、すっかり感謝感激かい。これぞまさに「泣きっ面に八(はち)」だわい。

# こんにちは 福祉課 です



▲きれいな折り紙から選びます



▲▼カラフルなクレヨンで自由に描きます



▲▼音楽に合わせてみんなで体操



**第5回やすんごと会**

第5回やすんごと会を9月20・21日 東部支店において開催し、のべ27人が参加しました。

今回は11月に行われる農業祭に出品する作品作りです。事前に用意してある折り紙の花や蝶々・草などを色紙に貼って行きました。2日に分けての開催なので、作業のお手伝いもでき、一緒に考えながら楽しんで作ることができました。クレヨンで風景を描き足すなど、豊かな発想で個性的で素敵な作

## 第5回やすんごと会

品に仕上がりました。

午後からはリンゴの唄・きよしのズンドコ節の体操で身体をほぐし、トランプ遊びを楽しみました。

ババ抜きゲームでは、カードに手をかけた時の相手の顔色を伺いながらいろいろな駆け引きあり笑いあいの楽しい時間となりました。

お友達も誘って皆で楽しみませんか？  
 次回は10月18日劇団ひまわり座による「新舞踊・マジック・民謡ほか」です。

会費 1回500円  
 お申込み 福祉課 62-8588



▲すてきな作品がたくさんできあがりました！



▲ババ抜きで大盛り上がり

# 年金相談会

ご不明な点は、  
各支店・事務所まで

開催日時	11月19日(日)	11月26日(日)
場所	東部支店	南砺農業会館2階
時間	13:00~16:00	
専門の社会保険労務士がお受けします!!		

- ご来店の際ご持参いただくもの
- 年金手帳、基礎年金番号通知書  
(ご本人と配偶者の方)
  - 年金証書(年金を受給されている方)
  - 年金記録のお知らせ(ねんきん定期便)
  - 認印(調査・手続きをご希望の方)



お手続きの仕方や  
受給している年金に  
ついてなど・・・  
お気軽にご相談ください!!

## 平成29年産「なんとなのお米」新米発売中!!

お問合せ・ご注文は・・・  
生活課まで TEL62-2500



品名	5kg	10kg	30kg
特別栽培米 名水コシヒカリ	2,360円	4,720円	14,160円
新玄入り コシヒカリ	2,260円	4,520円	
城端産・椿米(井口産) コシヒカリ	2,160円	4,320円	12,960円
てんこもり	2,000円	4,000円	12,000円

(税込)

## 第16回丹波黒大豆枝豆収穫大会

1mの縄で束ねられるだけ  
持ち帰れます!!

日時 平成29年 10月21日(土)・22日(日)  
両日とも：9:00~15:00

場所 南砺市蛇喰地区

雨天決行

料金 縄1本(1m) 2,000円(お土産付き)

お申込み  
お問合せ JAなんと井口事務所 ☎64-2011 FAX64-2234  
南砺市井口行政センター ☎64-2211 (お問合せのみ)

申込締切り 平成29年10月18日(水)

剪定鋏、軍手、長靴、雨具等を用意下さい。



主催：井口丹波黒大豆出荷組合  
後援：南砺市・JAなんと・北日本新聞

# 2017 JAなんと農業祭

日時 11月12日(日) 10:00~15:00

場所 南砺農業会館(南砺市金戸268番地の1)



他にも  
いろいろ  
企画中!!

## 秋冬野菜市



## 第2回ゴム長靴飛ばし大会

遠くへ飛ばそう!

参加者  
大募集!



## ジャンボかぼちゃ選手権大会



## 富山米新品種

## 「富富富」の試食会

毎年大人気!  
今年もやってくるよ!

## 出張ふれあい動物園

ラマ・ミニチュアホース・  
ひつじ・やぎ など



## 農産物品評会

自慢の野菜・おもしろ野菜の  
出展をお待ちしております。

お問合せは生産センター  
(62-0261)まで



## 草刈機格納整備 1,000円 キャンペーン

日時 11月11日(土) 12日(日) 9:00~15:00

場所 南砺農業会館に持込み(農機センターでは受付しません)

持込み・後日引取に限ります。  
エンジン部掃除・グリスアップ故障箇所交換工賃コミコミ!!  
部品代は別途請求いたします。  
配達の場合は、別途配達料2,160円をいただきます。

## 除雪機・小型農機整備点検キャンペーン

期間 10月1日(日)~11月30日(木)

エンジンオイル(2ℓまで)  円です。

但し、オイル交換料1,740円・出張料2,160円その他部品工賃は有料です。  
持込み引取の場合は、出張料はかかりません。

お問合せ先・・・農機課 ☎64-2013

表紙の紹介

城端・立野原東地区の約50アールの畑に13種類、30本のリンゴを栽培している中田修さんにお話を伺いました。  
 こたわりは油かすや米ぬか、魚粉などを混ぜて1年間発酵させて作った肥料を施用することで、甘みがあり蜜の入った美味しいリンゴになりました。  
 多品種栽培で毎年お盆過ぎから11月中旬頃まで収穫・貯蔵し、翌年2月まで農産物直売所ヨッテカール城端やセフレ店の生産者市場でリンゴを販売しています。

家の光 10月号の読みどころ

これを食べれば笑顔で長生き！ニッポンの長寿食

生活習慣病や認知症に悩まされず、元気で長生きするためには日ごろの食生活がたいせつです。  
 長寿の地として知られる3か所を訪れ、ふだんの食卓を拝見しました。一見、素朴に見える食事のなかには、長寿に必要な要素がたくさん詰まっています。これを読んで、あなたも健康寿命100歳をめざしましょう！



ヨッテカール城端 今月のおむすび

コシヒカリと合うバジルの香り

**「バジル明太」**

バジルの香りが広がり、明太子と旨くタッグを組んでいます。ちょっと洋風な味わいが楽しめます。

**期間限定**です。  
お早めにお試しください。

税込1個 **200円**

○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

- ① 唱歌『虫のこえ』で最初に出てくる虫
- ② 江戸——はガラスをカットして作られる工芸品です
- ③ よく内科と対比されます
- ⑤ マタタビ科の果物。鳥の名にちなんで名付けられました
- ⑥ リビングともいいます
- ⑧ 季節によって住む場所を変える鳥
- ⑫ 箸を数えるときに使う言葉
- ⑬ 舟をこぐ道具
- ⑭ こしあんと——、どちらがお好き？
- ⑮ 秋においしい魚の代表格
- ⑯ 牛などに食べさせる牧草のこと
- ⑰ 白と一緒に働きます
- ⑲ 吸盤がたくさんある海の生き物

タテのキーワード

- ① くるくるとカールした髪
- ④ ふすまや障子はこの上を動かします
- ⑦ 電車の中にぶら下げられています
- ⑨ くらを置いて乗ります
- ⑩ 自分の娘の夫のこと
- ⑪ ——に無勢だ、勝てないなあ
- ⑬ せき止めに良いといわれるバラ科の果物
- ⑮ 車を止めて——ブレーキを引いた
- ⑯ スズシロはダイコン、スズナは
- ⑰ 黄色い貴金属。元素記号はAu
- ⑱ 競技などを途中で棄権すること
- ⑳ 眠るときに着る物
- ㉑ 猫に——豚に真珠

9月号の正解と当選者

応募総数17名のうち左記の方が当選されました。

- 池田 美鳥さん    南田真理子さん    山岸かよ子さん    (五十音順)

正解

- ブA  
ドB  
ウC  
ガD  
リE

① 答え  
② 広報・JAに対する意見  
③ 〒住所・氏名  
電話番号

〒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



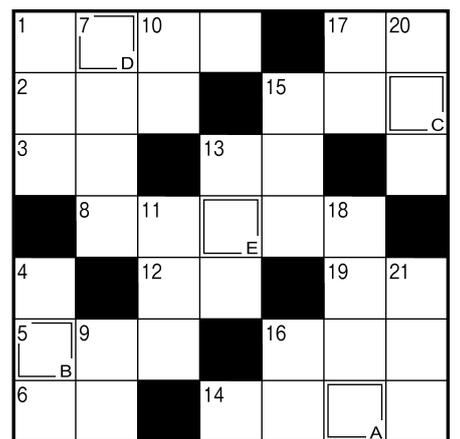
平成29年10月20日(金) 必着

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7回定例理事会

9月25日開催

#### 報告事項

① 8月末経営実績及び事業の実施報告

合計残高試算表及び主要勘定検討表、損益計算書により実績を報告した。

② 余裕金運用状況報告書（第II・四半期）について

6月1日から8月末日までの期間における余裕金運用状況を報告した。

③ 管理債権（第II・四半期）の状況報告

管理債権残高管理表により内容を検討し、償還後残高について報告した。

④ 年金信託財産時価について

8月末現在における年金信託運用状況について、時価・元本・差額を報告した。

⑤ 上半期資産査定済み確定結果について

回収の危険性から4段階に分類された信用貸出金・購買未収金、及び固定資産・外部出資等の引当処理について報告した。

⑥ ふれあい訪問の反響結果について

「年金受給者へ来店感謝デー」「農業祭への野菜品評会出品案内」「お盆の花即売会」の3種類のチラシを配付するため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 ㈱リーフの経営状況について

3月1日から8月末日までの事業実績進捗表、貸借対照表、及び損益計算書により実績を報告した。

⑧ 平成29年度産米の直売予定数量について

平成29年度産米における直売取引先および品種別予定数量について報告した。

⑨ 平成29年度産米のCE・共乾施設受実績及び集荷・検査報告

9月22日までの水稻荷受実績（前年対比64%・検査の途中経過を品種別に説明し報告した。

⑩ コンプライアンスプログラム進捗状況

コンプライアンスプログラムについて上半期の進捗状況を報告した。

⑪ 事務リスク管理規程に基づく報告について

6月1日より8月末日までの期間において、信用事業における事務ミス発生状況について、件数、傾向、対策を報告した。

⑫ ALM委員会の協議決定事項の報告

9月20日に信用事業の調達・運用実績や農中への預金に対する利回り予測等を検討し、今後の資金運用環境の見込みについて協議したこと報告した。

⑬ 平成29年度上期分自主検査結果報告について

各部署より毎月提出されている自主検査チェックリスト結果について取りまとめ、改善策について報告した。

⑭ 顧客属性システム（CCS）定期確認報告について

国からの総合的な監督指針で求められている定期的な「反社会的勢力等との取引排除にかかる事後検証の実施」結果について報告した。

#### 附議議案

第1号議案 平成29年度上半期決算について

貸借対照表、損益計算書に基づき当該期間中の決算状況を説明し承認された。

第2号議案 ローン融資要項の一部改正について

農協が取り扱う各種商品について、他金融機関に劣後しない商品性への見直しを図ることを目的とし、要項の一部を改正することを説明し承認された。

第3号議案 JA教育ローン（当座貸越型）融資要項の制定について

JA教育ローンにおいて、顧客の利便性向上を図るべく新たに教育ローン（当座貸越型）を制定することを説明し承認された。

第4号議案 改正育児・介護休業法による就業規則等の改正について

「育児休業・介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律」が改正施行されることに伴い、育児休業・育児短時間勤務等規程の一部変更について説明し承認された。

## JAなんと 協同の成果

(前年同月比)

正組合員数	2,284人(▲23)	貯金高	638億円(14)
正組合員戸数	1,941戸(▲8)	貸付高	41億円(▲6)
准組合員数	1,861人(▲14)	共済保有高	1,461億円(▲46)
准組合員戸数	1,316戸(▲13)	販売品販売高	3.4億円(0.3)
		購買品供給高	11.1億円(0.4)

H29年8月末現在

## A・COOPなんと セブシ からお知らせ



### 1. 駅弁・空弁大会

**実施期間** 平成29年10月7日(土)～8日(日)

全国各地から有名駅弁・空弁大集合!!  
数に限りがありますので  
お早めにご来店くださいませ。



### 2. セブシの「ひまわり特価市」10月企画

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10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 P8:00 TEL 0763-62-8811

## JAカレンダー

### 10月

(行事予定)

10	火	ふれあい訪問(～11日)
11	水	
12	木	
13	金	年金受給者ご来店感謝デー カートピアお客様感謝デー
14	土	
15	日	
16	月	
17	火	五箇山支店展示会(～18日)
18	水	やすんごと会
19	木	
20	金	
21	土	井口丹波黒大豆枝豆収穫大会(～22日)
22	日	JA女性部 女性まつり(県庁前公園)
23	月	
24	火	上平事務所展示会(～25日)
25	水	第8回定例理事会
26	木	第7回農協長杯争奪力ローリング大会 蓑谷旅行友の会 会津芦ノ牧(～27日)
27	金	ガンリン・軽油特売日
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	

### 11月

1	水	
2	木	
3	金	
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	
8	水	ふれあい訪問(～10日)
9	木	

# 料理 楽しく ステップアップ

## サトイモの パルミジャーノフリッター



### ■材料(1人分)

- サトイモ……………3個
- 衣
- 薄力粉……………1/2カップ
- ビール……………1/2カップ
- パルメザンチーズ……大さじ2
- パセリ……………少々
- 塩……………少々
- サラダ油……………適宜

### point /

時間がたってもサクサクなのでお弁当にも。白身魚でもおいしいです!

### ■作り方

- ① サトイモは皮をむき、水大さじ1 (材料外) を入れた皿に載せ、ラップフィルムを掛け柔らかくなるまで電子レンジで加熱する。
- ② 衣の材料をボウルに合わせ、ホイッパーでゆっくりと混ぜ合わせる。
- ③ ②に粗熱を取ったサトイモを入れ、170度のサラダ油で揚げる。
- ④ 油を切り、塩とパセリを振って出来上がり。付け合わせにラディッシュなど (材料外)。

## 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(オートパルなんと)…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

ガソリン特売日もかなり周知されて当日はたくさんの車が給油を待っている様子が見られます。県内各地でイベントがあり、外に出るのが楽しい季節です。いろいろなところに行って楽しみたいと思います。(長谷川)

## セフレ 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10月10日(火)～11月9日(木)

ACOOOPなんと セフレ クリーニングの 白光舎  
☎ 62-0019