

こうほう

JAなんと

2018
5

May
No. 206



(表紙の説明は18ページ)

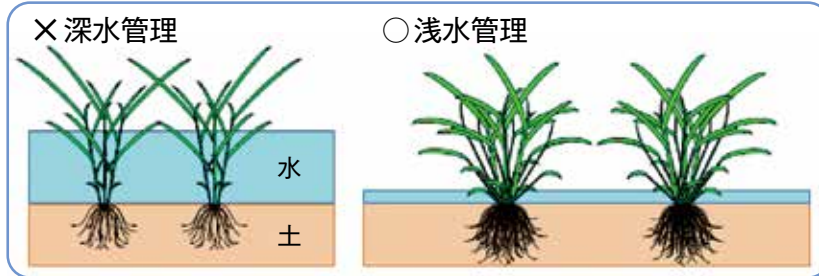
目次

宮農情報	2	エコーブマーク品紹介	11
家庭菜園	4	みんなの広場	12
タイムスリップ	5	JAなんと俳壇・税金こぼなし	14
特集 小学校入学式	6	こんにちは福祉課です	15
なんとニュース	8	JAインフォメーション	16
女性部活動	10	今日の朝ご飯・JAなんと連絡先	20

水 稲

◎田植作業のポイント◎ ～多苗、深植えは厳禁。

- ①植付本数は、3～4本／株
- ②植付深さは、3cm程度
- ③品種毎の栽植密度の確保：(例) コシヒカリ：70株／3.3㎡



▲田植作業の様子

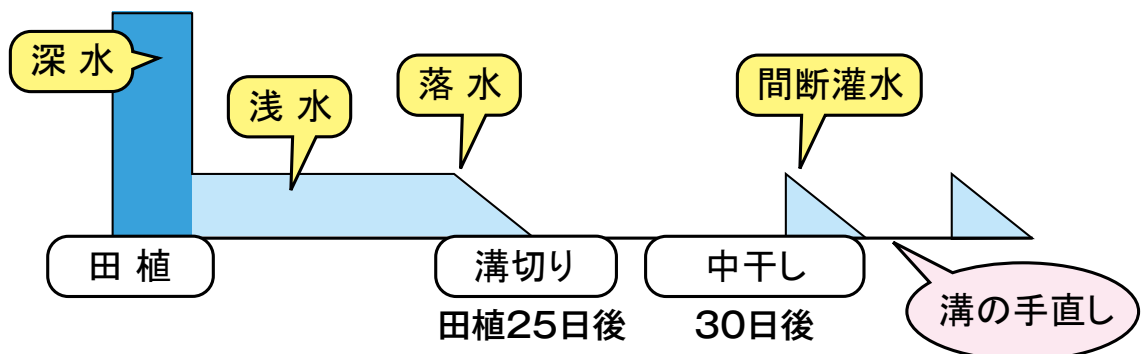
◎田植後の水管理◎ ～活着後は浅水管理で穂になる分けつを早期に確保しましょう。

- ①田植後3～4日程度はやや深水管理（4～5cm）
 - ②活着後は、浅水管理（水深3cm程度）
- ※長期の深水管理は、分けつが遅れるだけでなく藻類や表層剥離の発生を招き、地温が上がらず生育を更に抑制させます。

◎溝切り・中干し◎ ～適期に干して登熟期間の湛水管理に備えましょう。

- ①溝切り：6月上旬に15条に1本程度の溝切りを行いましょう。
- ②中干し：田植後1ヵ月目頃（7.5～8期頃から）中干しを開始しましょう。
無駄な分けつを抑制し、根の張りを良くします。
3～5日間隔で田干し、湛水を繰り返し田面に小さなヒビ割れが入るくらいが基本です。
黒ボク田や肥効調節型基肥田ではやや控えめにしてください。

水管理のイメージ



田植25日後に溝切り、そのまま中干しを開始

大麦

刈り取り

- ◎穂軸・茎葉が完全に黄化し、粒の大部分が爪で押さえてもつぶれない状態となった頃（子実水分30%以下）に収穫する。
- ◎刈取り前に指定のコンバインを整備点検し、異種穀粒の混入防止に努めましょう。
- ◎刈り取りは農協の指示に従い、西部カントリーに搬入して下さい。



▲刈取りを迎えた大麦

大豆

排水対策 ～大豆の生育の良し悪しは排水対策で決まります。

排水不良により発芽が悪いとその後の生育量が確保できません。排水対策は大豆の要の技術です。播種前に、額縁排水溝や心土破碎を行い、好条件で播種できるよう対策をとりましょう。

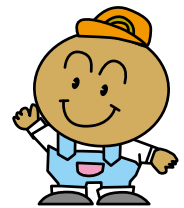
播種

目標栽植本数を確保するために圃場で播種量を確認しましょう。

◎播種量・基肥 エンレイ（大粒は33g/100粒、中粒は27g/100粒とした場合）

播種時期	目標栽植本数 (本/10a)	播種量(kg/10a)：苗立率90%	
		大粒の場合	中粒の場合
5月25日～ 6月上旬	16,000	5.8程度	4.7程度
6月中旬～	18,000	6.5程度	5.3程度

5月25日
以降に播種



※供給される大豆種子の大きさに合わせて、種子量を準備しましょう。

平成30年度 平・上平地域生産組合長名簿

平地地域

地区名	生産組合長	地区名	生産組合長
下梨第1	辻 寿 一	杉 尾	上 村 欽 也
下梨第2	九 里 保 二	祖 山	和 田 義 久
下梨第3	北 口 裕 康	上 松 尾	山 崎 忠 造
下梨第4	近 藤 隆 志	小 来 栖	新 谷 大 昌
下梨第5	池 田 清 文	来 栖	安 田 良 明
大島第1	野 原 武 次	中 畑	久 保 年 弘
大島第2	山 崎 庄 平	見 座	岩 井 勉
籠 渡	保 市 敏 文	相 倉	中 田 章 友
下 出	西 村 佳 雅	上 梨	高 桑 孝 則
東 中 江	中 元 毅	田 向	吉 田 章 生
高 草 嶺	藤 井 信 一		
夏 焼	北 村 長 作		
入 谷	谷 口 和 年		
寿 川	栃 原 正 雄		
大 崩 島	水 口 浩 巳		
渡 原	明 瀬 吉 央		

種苗、肥料、農薬等の取りまとめや毎月の配布物などお世話いただきます。一年間よろしくお願ひします。

上平地域

(敬称略)

地区名	生産組合長
成 出	長 沢 清 一
楮	下 崎 美 磨
真 木	久 保 国 勝
東 赤 尾	鉢 蠟 圭 伸
新 屋	村 田 祥 宣
田 下	中 谷 栄 伸
菅 沼	荒 井 重 和
小 瀬	山 崎 宏
漆 谷	高 野 清 繁
下 島	南 口 富 士 夫
西 赤 尾 町	大 道 喜 由
細 島	生 田 登
小 原	和 田 修 健
猪 谷	酒 井 美 雪
高 草 嶺	高 桑 四 郎
皆 葎	山 本 諭



家庭菜園



板木技術士事務所 ● 板木利隆

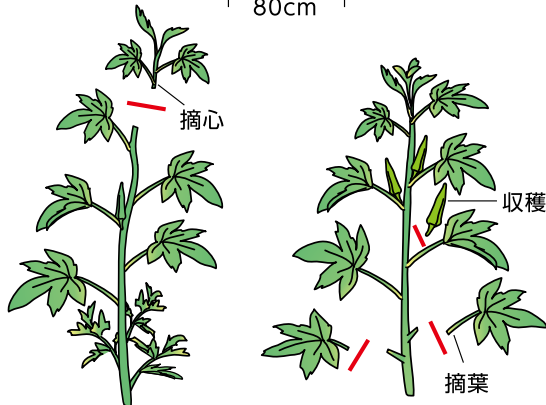
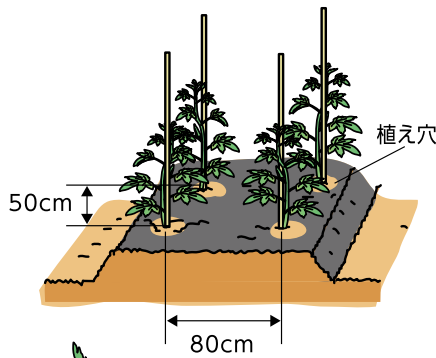
栄養豊か、花も楽しめるオクラ

夏を越して晩秋まで果実(莢果)を取り続けることができ、フヨウに似た黄色い花は観賞用としてもめでられ、家庭菜園や庭先、プランター栽培共にお勧めです。アオイに似た花は観賞価値もあり、秋遅くまで咲き続けます。花も実もある重宝な野菜といえます。

独特の粘りがあり、夏のスタミナ補給にうってつけの野菜として知られて

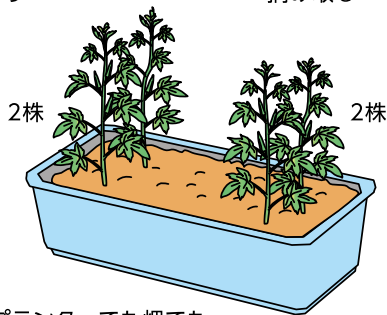
います。食べ方は刻んで生のままだけでなく、ゆでたり炒めたり、サラダやてんぷら、みそ漬け、かす漬けにと、使い道が広いのも魅力です。

高温性で昼は25〜30度、夜は20〜23度が適温で、10度以下の低温では生育がまったく停止し、葉が黄変、落葉してしまいます。畑に植えたが一向に伸びず、落葉、枯死するという声がよく



株が大きくなったら
主枝を摘心し側枝を
伸ばす

果実を収穫したら
その下方の葉は
摘み取る



プランターでも畑でも
1カ所2株ずつ植える

育てる方、市販の苗を買い求め、暖かい場所で再育苗し、十分暖かくなつてから畑に植え出します。最近はずいぶん早くから店頭で苗が並びますが、買い急ぎは禁物、失敗して再び苗を

求めなくてはならない状態になってしまいます。

図のように黒色ポリフィルムをマルチし、地温を上げてから植えることをお勧めします。

オクラの育ちをよく見ると、初期には枝分かれせず、1株当たりの花・果数は少ないので、それを補い、早期収量を高めるために、畑でもプランターでも、1カ所に2株ずつ植えることを勧めます。前半は葉もあまり込み合わないで、これでちょうど良いのです。

盛んに育ち枝が伸びだしてきたら、主枝の上の方を摘除し側枝に日を当て、健全に伸びるようにします。

半月に1回、1株当たり小さじ1杯ぐらいの化成肥料を追肥します。

近頃各地で葉を筒状に巻き食害するワタノメイガの発生が見られます。発見次第捕殺するか、適応殺虫剤を散布して防ぎましょう。

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



昭和28年7月25日
 城端の神明通りで開催された第2回東砺波郡畜産共
 進会会場の様子です。共進会とは、農耕馬などの家畜
 を集めて並べ、その優劣を競う品評会です。
 戦時中の労働力不足から昭和20年頃にはほとんどの
 水田の耕起や代かきが農耕馬を利用して行われていま
 したが、昭和30年代半ばには耕運機などの機械が普及
 し、畜力作業にとってかわりました。

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、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

〒939-1184 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

「白内障」

厚生連高岡病院
 眼科診療部長

木村 雅代



「晴れた日に出るとすぐくま
 ぶしい」「最近眼がかすんではつき
 り見えない」「物が二重・三重に見
 える」といったことはありません
 か?これらの症状は、白内障が原因
 かもしれません。

白内障とは、眼の中でレンズの役
 割をしている水晶体が濁って視力が
 下がる病気です。その原因としては、
 加齢によるものがほとんどです。

白内障を治す目薬があれば良い
 のですが、残念ながらそのような目
 薬はありません。治療法は手術だけ
 です。白内障により運転や日常生活
 にお困りの場合は手術をすること
 をお勧めします。

手術では、眼の中の濁った水晶体
 を透明な人工のレンズに入れ替えま
 す。眼の中に入れる人工のレンズに
 は、単焦点レンズと多焦点レンズが

ありますが、保険適応になるのは単
 焦点レンズのみです。単焦点レンズ
 は一つのところにピントが合うレン
 ズで、それ以外のところにはピント
 が合いにくく、必要に応じて眼鏡を

使っていたくこととなります。多
 焦点レンズは、遠近両用めがねのよ
 うに、広い範囲にピントが合うので、
 眼鏡への依存度を減らせることが多
 いです。単焦点レンズ、多焦点レン
 ズはそれぞれメリット・デメリット
 があるので、眼の状態に応じて選択
 されることをお勧めします。また、
 多焦点レンズは保険適応外になるの
 で高額なレンズですが、先進医療に
 認定されておりますので、民間の生
 命保険の、先進医療特約の対象に
 もなり、これを使うことにより患者
 さんの経済的負担は軽くなります。

白内障手術は、長く付き合っ
 た眼鏡を新品に取り替えるような
 手術です。かすんで見にくく、日常
 生活にもお困りの時は、一度眼科で
 検査をしてみてください。



ご入学おめでとうございます

4月6日、JAなんと管内の3小学校で平成30年度入学式が行われ、生き生きと希望に満ちた表情の1年生が入学しました。楽しくのびのびと学校生活を送ってほしいと思います。

(氏名写真の掲載はご家族の了承を得ています。掲載順不同)



▲山本 颯志さん



▲中嶋 里愛さん



▲坂田 和優さん



▲田原 和奏さん



▲西田 弥市さん



▲杉本 結音さん



▲川田 康晶さん



▲中筋 空志南さん



▲木下 馨さん



▲河内 優来さん



▲西坂 賢司さん



▲有田 奈生さん



▲西嘉山 恵太さん



▲細川 彩良さん



▲川田 芽生さん



▲石橋 正基さん



▲今井 羽琉さん



▲中藪 唯翔さん

紙面の関係上、城端小学校は一部の方に限りご紹介いたします。

井口小学校



今井 蒼空 さん 木下 悠晴 さん 中山 陽愛 さん 野原 朝陽 さん 吉井 蒼翔 さん
北村 健登 さん 櫻井登和 さん 長田 滯奈 さん 山田 翔暉 さん

上平小学校



藤田 明人 さん 圓山 央翔 さん 宮崎 昌将 さん 山田 鉄心 さん 横田 若菜 さん 辻 千鶴 さん
相田 舞衣 さん 坂本 桜香 さん 坂本 子龍 さん 前本 杏 さん

より良い品質へ講習会開催

直播栽培講習会



▲メモをとる参加者



▲直播作業の様子

城端区域直播研究会は4月10日、南砺農業会館で平成30年直播栽培講習会を開催し、29人の生産者が参加しました。

講習会では、砺波農林振興センター

ター南砺班の上野香織主任普及員から、鉄コーティングとカルパーコーティングの栽培の播種から苗立ちまでの水管理、雑草対策について説明がありました。

水稲の直播栽培は、育苗にかかる労働力・時間の軽減ができると取り組む生産者が多く、JAなんとでは、栽培面積が広がっています。

水稲苗順調に生育中

水稲育苗施設巡回

城端区域育苗施設連絡協議会は4月24日、第1回水稲育苗施設巡回を開催しました。巡回では、営農組織代表者・育苗施設担当者29人が22施設の早生品種「五百万石」「雄山錦」の苗の生育状況を確認しました。

この育苗施設巡回は、苗丈や葉の枚数、根の張り具合を確認し、健苗育成で収量・品質の向上を目指すことを目的としています。

巡回では、砺波農林振興センター南砺班の上野香織主任普及員から、今後の管理方法や留意点について説明がありました。



▲苗の状態を確認する参加者

感謝の気持ちで2年目突入

カートピア感謝デー



▲感謝の品を渡す職員

4月13日、各カートピアで恒例の感謝デーが開催され、多くの利用者が賑わいました。

カートピアの「お客様感謝デー」は、当JAの各カートピアでガソリン・軽油を来店して購入された方にプレゼントする企画で、ご利用の皆様へ感謝の気持ちを表そうと約1年前に始めました。

JAなんととの各カートピアの「感謝デー」は毎月第2金曜日、地域1番の価格に挑戦する「ガソリン・軽油の特売日」は毎月第4金曜日に実施しています。ぜひこのお得な機会にカートピアのサービスを体験してください。



次郎丸営農組合が受賞

次世代につながる農業農村へ

(農)次郎丸営農組合は3月12日、金沢広坂合同庁舎で「北陸農政局未来につながる持続可能な農業推進優良事例表彰」を受賞しました。

(農)次郎丸営農組合は、地域ぐるみで化学肥料や農薬の削減に向け農村環境を守る活動を継続的に行っています。畦畔へのシバの植栽によるカメムシの抑制と畦畔管理の負担軽減、持続的な土づくりによる地力向上で更なる化学肥料の削減が可能となっている点などが評価され、受賞となりました。

片山康雄代表理事組合長は、今後も集落内での農薬の使用を最小限に抑え、次世代に豊かな生態系を持つ農村を残していきたいと話されました。



▲表彰状をもつ片山康雄代表理事組合長

良いものを安くオークション盛況

春の農機展示会



▲草刈機を確認する来場者

3月17・18日、春の農機展示会をJAなんと農機センターで開催しました。会場には人気の家庭菜園用の農業機械や除雪機などたくさんの商品が並び、お目当ての機械をメーカーやJAの職員に確認しようとたくさんの方々が賑わいました。

また、農業機械のオークションでは、高品質の新・中古機械を通常より低価格で買える大変人気でした。

たくさんの方の御来場ありがとうございました。農業機械の整備などご不明な点は、農機課職員までお気軽にお問合せください。

農林中央金庫富山支店から表彰

JAなんと・西部支店が受賞

4月5日、JAなんととは、農林中央金庫富山支店からマイカーローンについて優秀な成績をあげたため、表彰されました。

また、JAなんと西部支店が定期貯金単品取引者数の減少率につき優秀な成績をあげたため、表彰されました。

これからもJAなんとは、ご利用の皆様の財産を守るためにしっかりと要望をお聞きし、農業融資から生活融資まで皆様のニーズに合った商品の提案と提供をしていきます。



▲賞状を渡す農林中央金庫富山支店の はせがわひとし 沙魚川 均 副支店長

第64回通常総会

女性部活動



▲綱領・五原則の唱和

J A富山県女性組織協議会の総会が4月14日、富山市の富山県農協会館で開催され、なんと支部からは9人が参加しました。

冒頭、谷井悦子会長より、「安心・安全な地域の食文化を学び伝えていくことが私たちの役割。女性組織の活動を通じてJ Aの自己改革を後押しし、農業の大切さやJ Aの良さを伝える活動を推進していきたい」と挨拶されました。

議事では、平成29年度の事業報告と収支決算報告、平成30年度の事業計画と収支予算案について審議され、全会一致で承認されました。



▲来賓



▲青雲乗英氏

総会終了後、浄土真宗本願寺派光覚寺住職の青雲乗英氏より「心を映す鏡」と題して記念講演が行われました。日常生活でのお母さんと奥さんとの会話のやりとりを例にしてユーモアを交え話され、会場は笑いの渦に巻き込まれていました。人と比べるといろいろと自分はまだ足りないと思うこともありますが、よく考えてみると十分に満たされておられ、人や物に対して感謝の気持ちを持つことが大切だと教えられました。

部員達は、記念講演を聴いて普段家族に感謝の気持ちを伝えていくか考えていたようです。

よろしくお願いします



新役員紹介

- ▲山口 あつみ
委員・家の光
(上平支部)
- ▲中島 陽子
副部長・書記
(平支部)
- ▲細川 一美
部長
(南山田支部)
- ▲中谷 佐裕里
会計
(大鋸屋支部)
- ▲中盛 眞由美
委員・環境
(菘谷支部)

第16回 ギャ・地産地消家の光料理コンテスト 出場者募集

あなたの「地産地消」を
私たちに届けてください！



募集内容 ごはんがすすむ作りおきおかず部門
スイーツ部門

募集期間 平成30年5月7日～7月6日

主催：(一社)家の光協会 JA全国女性組織協議会

応募・お問合せは・・・

家の光協会

「ギャ・地産地消 家の光料理コンテスト」係

TEL:03-3266-9038

FAX:03-3266-9337

メール:cooking@ienohikari.or.jp

詳しくはこちら





安全 安心

エーコープマーク品紹介



安心と信頼の
くらしの良品

エーコープマーク品とは

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コープ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)

エーコープマーク品は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

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

大麦の恵み(ゆで麦)

100g×3袋



共同購入価格

527円

- 国産大麦(はだか麦) 100パーセントを茹で上げたレトルト食品です。料理にそのまま混ぜるだけで手軽にご利用できます。
- やわらか加工であらゆる料理にそのまま使えます。

大麦と生姜のスープ

材料(4人分)

- 大麦の恵み……………100g
- トマト(中)……………1個
- 人参(中)……………1/2本
- じゃがいも(中)……………1個
- 玉ねぎ(中)……………1/2個
- ベーコン……………40g
- ウインナー……………4本
- コンソメ(固形)……………2個
- 水……………600ml
- 塩・コショウ……………少々
- 生姜(すりおろし)……………適量



作り方

- ① トマトはざく切りに、人参、じゃがいも、玉ねぎをさいの目状に切る。
- ② ベーコンとウインナーを食べやすい大きさに切る。

- ③ 水600mlにコンソメを加え、切った野菜、ベーコン、ウインナー、大麦の恵みを入れ10分ほど煮込む。
- ④ 全体に火が通ったら、トマトを加える。一煮立ちさせ、塩・コショウで味を調え火を止める。
- ⑤ 器に盛り付け、すりおろした生姜をのせる。

作ってみた感想



袋を開けてそのまま使えてとても便利でした。袋中にゆで麦のレシピ集が入っていたのでいろいろな料理に入れて活躍しそうです。

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/>)ではエー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

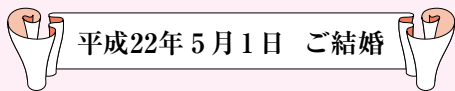
大鋸屋
地域

中嶋 直幸 さん

枝里子 さん



平成22年 5月1日 ご結婚



パートナーの好きなところはどこですか？

直幸さんから「甘えさせてくれるところ」

枝里子さんから「決断力があるところ」

パートナーに直してほしいところはどこですか？

直幸さんから「おつちよこちよいなところ」

枝里子さんから「服を脱ぎっぱなしなところ」

奥様が作る料理で一番好きなものは？

直幸さんから「全部」

枝里子さんから「ハンバーグ」

結婚してパートナーに変化はありますか？

直幸さんから「特に変わってない。優しいまま」

枝里子さんから「2回り大きくなった(プラス20kg)」

パートナーに一言！

直幸さんから「家も新築したし、これからも一緒に

頑張ろう！」

枝里子さんから「これからもよろしくね」



★今月のあなたの運勢★

♈ 牡羊座 3 / 21 ~ 4 / 19

【全体運】 ゆったり過ごせる期間です。好きなことに意識を向け、のんびり自分の時間を満喫しましょう。散歩もお勧め
【健康運】 栄養バランスに配慮すると、さらに好転
【幸運の食べ物】 トリカヤ

♉ 牡牛座 4 / 20 ~ 5 / 20

【全体運】 積極性が高まる兆し。未経験の分野でも前向きにトライすれば、手応えがありそう。体を動かすことにもつき
【健康運】 体力アップを図る好機。より健康体に
【幸運の食べ物】 ゼンマイ

♊ 双子座 5 / 21 ~ 6 / 21

【全体運】 面倒見の良さを発揮することで、対人面に好影響が。持ち前の社交性を生かして。気分転換には音楽鑑賞が最適
【健康運】 軽いスポーツを楽しむと体調に好変化が
【幸運の食べ物】 キャベツ

♋ 蟹座 6 / 22 ~ 7 / 22

【全体運】 知的好奇心を刺激されやすい時期。やってみたいことがあれば、じっくり情報収集を。ネット関連の事柄も幸運
【健康運】 スキンケアを丁寧に。調子が上向きでつ
【幸運の食べ物】 カツオ

♌ 獅子座 7 / 23 ~ 8 / 22

【全体運】 意地を張りやすい傾向大。人の意見やアドバイスには素直に耳を傾けた方が好結果に。開運には土いじりが有効
【健康運】 無理をしがち。疲れたら、十分な休息を
【幸運の食べ物】 ワカメ

♍ 乙女座 8 / 23 ~ 9 / 22

【全体運】 フットワークが軽くなる月。興味を引かれることに即チャレンジするなど、スピーディーな行動を。スポーツも◎
【健康運】 快適に過ごせます。大いに体を動かして
【幸運の食べ物】 ニンニク

こんにちは



井口地域

ボランティアグループ 寄りまい会

皆さんこんにちは。南砺市川上中地区のボランティアグループ「寄りまい会」です。和らぎの集い（サロン）、清掃活動、高齢者宅訪問、パットゴルフ大会や室内ゲーム大会を定期的開催しています。婦人会、育成会など地区の各団体の協力を得て、主に三世代交流を行っています。

写真は、室内ゲーム大会の時の紙リングの皮むきの様子です。当日は、オセロ、トランプ、ビンゴなどを楽しみ、最後に大鍋カレーを食べて終了しました。

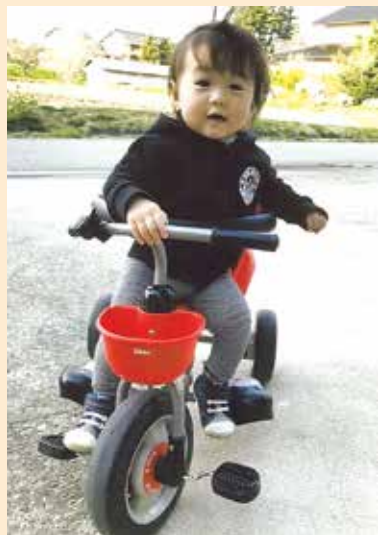
我が家のアイドル

北地域

桜井

快くん(1歳)

お父さん 光太郎さん お母さん 亜耶さん



4月から保育園に通い始め、毎朝泣きながらも頑張っているようです。とにかくやんちゃで体を動かすことが大好きで元気いっぱいです。お兄ちゃんが大好きでいつもくっついていています。よく喧嘩しますが、負けじと立ち向かっていきます。これからもたくましく元気に育ってね。

♎ 天秤座 9 / 23 ~ 10 / 23

〔全体運〕 あれこれ考え過ぎてしまいそう。肩の力を抜き、気楽に構えましょう。リフレッシュには森林浴やハイキングへ
〔健康運〕 小さなけがに注意。慎重に行動すること
〔幸運の食べ物〕 モスク

♏ 蠍座 10 / 24 ~ 11 / 22

〔全体運〕 勢いがあるときはいいけれど、小さなことでつまずきやすい暗示。失敗を引きずらず、サッと気持ちを切り替えて
〔健康運〕 ストレス解消には軽い体操が効果的です
〔幸運の食べ物〕 ココミ

♐ 射手座 11 / 23 ~ 12 / 21

〔全体運〕 珍しく神経質になりがち。やたらと後ろ向きな発想をしやすいので、意識してプラス方向に捉えるのが賢明
〔健康運〕 運動不足で太りやすい。クヨクヨもNG
〔幸運の食べ物〕 ジャガイモ

♑ 山羊座 12 / 22 ~ 1 / 19

〔全体運〕 楽しいことに縁あり。飲み会や旅行などに誘われたら、気軽に参加してみるとラッキー。芸術鑑賞も良い刺激に
〔健康運〕 適度な気晴らしが健康キープのポイント
〔幸運の食べ物〕 ゴボウ

♒ 水瓶座 1 / 20 ~ 2 / 18

〔全体運〕 親しい人に対して、つい口うるさくなってしまつ心配。見守る姿勢を大切に。リラックスするには足湯がベスト
〔健康運〕 開運には不規則な生活習慣の改善が必須
〔幸運の食べ物〕 メロン

♓ 水瓶座 2 / 19 ~ 3 / 20

〔全体運〕 コミュニケーション運が活性化。初対面の人とも楽しく話が弾みそう。人脈を広げた分、チャンスも広がります
〔健康運〕 姿勢を正せば健康面につれしいご褒美あり
〔幸運の食べ物〕 アジ

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/>



雪囲ひ解く縄の目の痛々し	孝	北窓を開けし納戸の薄埃	淑枝
捨て子猫瞳に負けてしまひけり	日登美	残雪を踏んで女等笑ひこけ	不二
畦焼の火を守りつつ走る人	喜美女	道狭く移動購買春祭	清美
おしゃべりは女の癒し桜餅	貞子	囲ひ取る春の日射しの机にも	一椿
畑打のまだまだ慣れず筋肉痛	志美枝	雨の日の馳走となりし春炬燵	純尚
畑打の根性と根気卒寿とや	昭代	菜をさざむ遠くに響く春の雷	やす子
大水柱今日は一変軒しづく	芳子	風少し梅のほころぶ今宵かな	正美
褒め言葉素直に聞いて四月馬鹿	香織	スプレーの空缶に穴田螺鳴く	城子
露天湯に栓の香る朧かな	欣正	春の雨鴉の鳴かぬ村のどか	田螺坊
知りつつもつかとのせられ四月馬鹿	友之	運転は人口知能春愁	志子
紅白の椿の咲きて風なごむ	外志男	屋敷林伐つて椿の赤あかと	茂美
老人も少し昂ぶる木の芽時	昭生	セーラーにネクタイ靡かせ入学す	汀留子
春場所の本場へ馳せる旅支度	みのり	土筆生ふやがては我の手に負へず	悦子
友と会ふ歩も軽やかに風光る	千恵子	戦前に近づく気配兜太逝く	真理子
沈丁花囲ひの中に匂ひけり	忠代	花冷に肝心なこと言ひそびれ	未知
思ひ出す言葉すぐ出ず春寒し	玲子		
小川より雪解け水のしぶきあげ	澄江		
春光のおしゃべりサロン卓たたき	秀子		
待ちかねし光眩しく木々芽吹く	小夜子		
転作の雪の下より麦青む	敏子		
再診の安堵の疲れ春の雨	美智子		
今日ことに人の来る日よ春炬燵	光子		
逝きて知る母の大いさ実南天	友子		
古草の中にちんまり草の色	みつ子		
へこみたる穴に臍あり地虫出づ	達		



御隠居と熊さんの税金こぼなし

確定申告が間違っていたとき

砺波税務署

熊さん…御隠居、すっかり春の陽気になりやんしたな。

御隠居…いい季節になってきたのう。ところで、田植えの準備は進んでおるか。抜かりはないかのう？

熊さん…はい。田植えの準備は抜かりないでやんすが、平成29年分の所得税の確定申告に抜かりがあったでやんす。

御隠居…おお。それは大変じゃ。「確定申告書作成コーナー」を利用すれば自動で計算してくれるから計算誤りはないはずじゃが、いったい何を抜かしておったのじゃ？

熊さん…実は、御隠居。生命保険の一時金を申告に含めるのを忘れていたでやんす。御隠居…そつじやったか。生命保険の一時金の申告が漏れておったり、扶養控除が多かったなど、税額を少なく申告していたときは、「修正申告」をして正しい税額に修正する必要があるのう。また、「修正申告」で新たに納める税額には、延滞税もかかる場合があるぞ。これらは、修正申告書の提出の日までに納める必要があるのじゃ。更に、申告内容の誤りなどを税務署から指摘されて「修正申告」を行う場合には、加算税もかかる場合があるから注意が必要じゃ。

熊さん…御隠居、それは大変でやんす。早速、税務署に行つて、「修正申告」をしてくるでやんす。

御隠居…熊さん、慌てるでない。生命保険の一時金が漏れているだけか、きちんと見直してから「修正申告」をするのじゃぞ。ちなみに、申告期限を過ぎたら、税額を多く申告していたことに気付いたときは、「更正の請求」をして正しい税額へ訂正を求めることができるぞ。請求内容が正当と認められたときは、正しい税額に減額されるのじゃ。更正の請求ができる期間は、平成29年分は確定申告書の申告期限から5年以内じゃからな。

熊さん…わかりやんした。では、早速、見直してから、税務署へ行くでやんす。

御隠居…まあ待て、熊さんや。修正申告書や更正の請求書も、国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」で作ることができるのじゃぞ。修正申告や更正の請求の手続については、国税庁ホームページにも掲載されておるから参考にするとよいのう。それとじゃ、修正申告書や更正の請求書を提出する際には、マイナンバーの記載と本人確認書類の提示又は写しの添付が必要じゃから忘れないようにな。

熊さん…わかりやんした。忘れないうちに手続きを済ませるでやんす。

御隠居…そつじや、熊さんの場合は深酒で記憶を失う前がよからう。

熊さん…御隠居、それはないでやんす。トホホホ…。

熊さん…わかれやんした。忘れないうちに手続きを済ませるでやんす。

御隠居…そつじや、熊さんの場合は深酒で記憶を失う前がよからう。

熊さん…御隠居、それはないでやんす。トホホホ…。

こんにちは 福祉課 です



申込み締切

平成30年5月14日(月)

(副食は用意いたします。ご飯やおにぎりなどをお持ちください。)

会費

500円

対象者

概ね75歳以上の方

(対象地域：城端全区域)

時間

午前9時より午後3時ごろまで

場所

東部支店 (和室・洋室会議室)

若葉をわたる風も心地よく感じられる今日このごろ。今年も「JAやすんぽくご会」を開催します。みんなでゆったりと、楽しいひとときを過ごしましょう!! 地域のいろいろな話をして、今年も元気を分けあい、健康な方はさらに元気になって健康寿命を延ばしましょう。

JAやすんぽくご会へのお誘い

お申込みは...

福祉課

62-8588

東部支店

62-1313

または、JAふれあい

ハーモニ―地区役員、

会員まで



▲農業祭の作品作り



▲フラワーアレンジメント



▲楽器遊び

平成31年			平成30年								開催日	内容	備考
3月14日(木)	2月14日(木)	1月17日(木)	12月20日(木)	11月15日(木)	10月17日(水)	9月19日(水) 20日(木)	8月23日(木)	7月19日(木)	6月14日(木)	5月17日(木)			
ゲーム・五箇山深山会	お話を聞きましょう	お正月遊び	「DVD(映画・歌謡)鑑賞」	おはぎ・デザート作り	ゆっくりお風呂に 入りましょう・手品他	農業祭作品作り	フナダンス	厚生連 大浦栄次氏 「私の骨は元気かな?」	フラワーアレンジメント	開講式 認知症予防運動			
	法話	かるた・トランプ他			井波交流館 ラフォーレ			骨密度測定			ハーモニ―会員		

「行事予定」

第17回通常総代会

◆日時：平成30年5月26日(土) 午後2時～

◆場所：南砺農業会館 3階ホール



事前説明会

地区名	会場	日程
南山田・城信	南砺農業会館3階ホール	5月14日(月) 午後6時から
大鋸屋・北野・菘谷・井口	南砺農業会館3階ホール	5月15日(火) 午後6時から
平・上平	五箇山支店2階会議室	5月16日(水) 午後6時から

定期積金キャンペーン

平成30年4月2日(月)～5月31日(木)

掛込方法が口座振替扱いのご契約は

店頭金利の

H30.4.2現在
店頭金利0.01%

7倍

個人のお客様限定

契約金額12万円以上のご契約者様には、
ちょきんぎょトイレットロール2ヶをプレゼント!



※写真はイメージです
※数量に限りがあります

目的いろいろ!
積み立ては計画的に!



お問い合わせ・ご相談はお気軽に窓口・金融渉外担当者へ

日帰り人間ドック抽選

募集定員を超える多数の応募があり、4月13日に組合長による厳正な抽選を行いました。

JAなどでは、組合員や地域住民がより一層「健康で心豊かな暮らし」を応援する健康管理活動を積極的に推進していきます。



お問合せ:生活課 TEL62-2500

第12回農協長杯争奪 ペタンク大会開催

参加者
大募集

日時:平成30年6月8日(金) 9:00～

場所:城南屋内グラウンド

★3名1組で1チームです。
お気軽にお申込み下さい。

主催:なんと農業協同組合
主管:城端ペタンク協会
井口ペタンク協会
上平ペタンク協会



お問合せ:総務課
TEL62-2123

JA共済 × ハッピーくらぶ

産声プロジェクト

忘れられない幸せな瞬間をみんなで分かち合おう!

あなたのとおきのおきの一枚を送ってください!



シンガーソングライター
北村 瞳

応募方法

「ハッピーくらぶ」サイト内にある「産声プロジェクト」ページの専用応募フォームから、写真データをアップロード(投稿)してください。また、合わせてその写真につけるタイトルも12文字以内で送ってください。



タイトルは
12文字
以内です

応募特典

ご応募いただいた方には、もれなく「JA共済オリジナルグッズ」をプレゼント!

詳しくはHPをご覧ください!

ハッピーくらぶ 検索



思い出の
一枚を
募集中!!

お便りコーナー

読者の声

毎月、広報誌やJAに対する要望・意見が届いております。いただいたご意見の一部をご紹介します。



● 農業生産資材を安くしてほしい。
 ★ 早期予約の注文を取りまとめることにより低価格で仕入れ、販売価格に反映する取組を行っています。

生産資材課長

● 私は家庭菜園をしておりますが、城信事務所でも種などが買えるのでしょうか？

★ 城信事務所には生産資材を置いていませんが、窓口でご注文いただければご自宅に配達をいたします。

生産資材課長

● 「なんとこの酒米」はこの酒蔵で使われているか。また、銘柄等を紹介するコーナーを掲載してほしい。

★ 生産者が丹精こめて作られた酒米は、県内外のそれぞれの酒蔵で特色ある酒となります。県内有数の酒米産地として生産者の栽培意欲がわくよう、各蔵で造られた自慢の酒の特徴をわかり

やすく紹介できるようにしたいと思えます。

広報担当

● 身近な知恵袋のような記事もあれば良いと思います。(例…干しナス、ぜんまいの戻し方、イモ類の越冬方法の紹介など)

★ 皆様のお役に立つ情報を掲載していきたいと思えます。

広報担当

● セフレ店で毎日のように〇倍デーがあり、ポイントがすぐにたまります。主婦にとってはありがたいがたかほかの店に行く気がしません。ずっと続けてください。

★ これからもお客様に喜んでいただける企画を考えていきます。

セフレ店長

● セフレ店の買い物カゴを入口だけでなく奥にも置いてほしい。

★ 通路が狭くなり危険なため、店内奥にカゴを設置しております。ご了承ください。

セフレ店長

● セフレ店のレジが人員不足なのか、遅いのでは。

★ レジの待ち時間短縮に向けてスタッフの応援体制を強化します。

セフレ店長



▲森店長

カートピアの大感謝祭

お客様感謝デー…ガソリン・軽油購入の方にプレゼント
 特売日…ガソリン・軽油の特売日(地域No.1の価格)

感謝デー	特売日
5月11日	5月25日
6月 8日	6月22日
7月13日	7月27日



▲カートピアかねと村上所長

カートピアかねとの 営業案内

平日・土曜日	7:30~19:30 (3~12月)
祝 祭 日	8:00 ~ 18:00
日 曜 日	8:00 ~ 18:00

土日・祝祭日も営業します
 (元旦は休業)

JA共済にご加入の皆さまへ

JA共済をご利用いただきまして、ありがとうございます。

6月に「JA共済加入状況表」が郵送されます。「JA共済加入状況表」は、ご契約者様に共済の加入状況等をご確認いただくため、JA共済フォルダーにご登録の契約をまとめた一覧表です。

ご契約者様やご家族の方がいつまでも安心して毎日をお過ごしいただくため、ぜひご利用ください。

《確認いただく際のポイント》

1. 保障内容をご確認ください。
2. ご不明な点や気になる点など、お気軽にJAまでお問い合わせください。
 - ・数年後に保障期間が終了する。
 - ・保障内容・保障額が気になる。
 - ・保障の見直しを相談したい。
 - ・もう少し詳しく説明してほしい。など



※専任LAが対応します。何でもご相談ください。

お問合せ:共済センター 0763-62-4148

表紙の紹介

今旬の朝掘りタケノコをセフレ店やヨッテカーレ城端に出荷されている城端・上見地区の笹田一元さん所有の竹林でお話を伺いました。

笹田さんは、タケノコが土の上に顔を出す頃になると毎朝、山の竹林で収穫されています。苦味・えぐみが1日のうちで一番少ない早朝の数時間のうちに収穫し、美味しい採れたてを提供したいとの一心で、1日で収穫する竹林の面積を限っているそうです。適度な湿度を保つため、あえて杉の木は切らないのがこだわりだとおっしゃいました。

家の光 5月号の読みどころ

暮らしの達人大集合!

わたしたちの仲間や、暮らしている地域には、キラリと光る技を持った達人がいます。全国的には知られていないけれど、地元ではちよつとした有名人!

古布を使ったネックレス作りの達人や古布を使ったネックレス作りの達人など10人が披露してくれた、生活密着の「すこ技」には、毎日を楽しく、豊かにするヒントがいっぱいです。



ヨッテカーレ城端 今月のおむすび

初夏の味を天ぷらに!



新鮮な山菜を天ぷらにしてみました。春から初夏の味をお楽しみください。その日の新鮮な「アスパラ」の天ぷらと特製天つゆとコシヒカリのコラボ。**「旬菜天ぷらむすび」**お召し上がりください!
(5/8より) 税込1個 **190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か?

ヨコのキーワード

- ① 潮の引いた浜で貝を探します
- ② マジシャンが披露するもの
- ③ ストー夫人の著書『アンクル・トムの——』
- ④ 輪のある惑星として知られています
- ⑥ 急いで記した文字のこと
- ⑧ 野球部の監督が選手に——を飛ばした
- ⑩ 動物がよく通る所にできます
- ⑫ 魚やイカの呼吸器官
- ⑭ 化粧をするときののぞきます
- ⑯ イースター島の巨大な石像
- ⑱ 同伴者のこと

タテのキーワード

- ① ここには——・力点・作用点があります
- ③ 5月5日は——の日。国民の祝日です
- ⑤ 父や母の兄弟です
- ⑥ 川の流れの急な所
- ⑦ 別名は虞美人草、ポピー
- ⑨ 日本庭園だとコイが泳いでいることも
- ⑪ 刃物で紙に描きます
- ⑬ 生物や化学を学ぶ教科
- ⑮ 無地ではない衣服
- ⑰ バイオリンや笛のこと
- ⑲ 鳥よけに張ることもあります
- ⑳ 唱歌『春の小川』の歌詞に出てくる花
- ㉑ レイシとも呼ばれる果物

4月号の正解と当選者

応募総数11名のうち左記の方が当選されました。

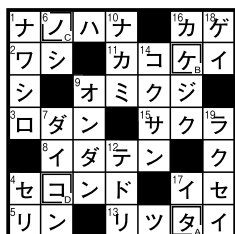
- 高田 恵子さん
- 真井 初枝さん
- 山本はるみさん

正解

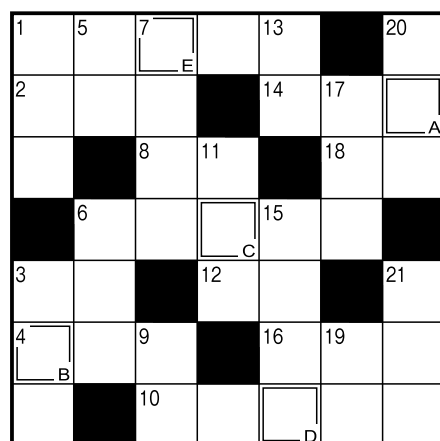
- タ A
- ケ B
- ノ C
- コ D

〒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



応募方法
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。
締め切り 平成30年5月21日(月) 必着



理事会報告

審議事項は、左記のとおりです。

第2回定例理事会

4月25日開催

附議議案

第1号議案 総代会へ提出する業務報告書の承認について

校正刷り段階の業務報告書に基づき全附議案件を説明し、各理事からの提言をもって校了とし、総代会提出資料として承認された。

第2号議案 (株)リーフの株主総会の開催について

子会社管理規程にもとづき「株主総会の招集及び議題」について理事会の承認が必要ことから、開催日並びに議案について説明し承認された。

第3号議案 総代会における「JAGグループの自己改革実践の加速化に関する特別決議(一案)」について

第46回JA富山県大会決議に基づき、「元気な富山県農業の創造とJA自己改革の実践」を鋭意取り組んできており、引き続きJAGグループ組織をあげて取り組む3項目について総代会へ特別決議として上程する事を説明し承認された。

第4号議案 給与規程の改定について

給与規程に定める家族手当について、近隣JAを勘案し子育て中の職員を支援すべく改定内容を説明し承認された。

第5号議案 農産物検査業務規程の一部変更について

「富山県農産物検査に関する事務処理要領」及び「農産物検査を行う産地品種銘柄について」一部改正が行われたことに伴い、所要の見直しを行う事を説明し承認された。

報告事項

①3月末経営実績及び事業の実施報告
合計残高試算表により実績報告を行う。

②平成29年度本決算の単体自己資本比率計算報告
自己資本を資産の種類別、リスクによって、加重平均された資産(リスク・アセット)で除した結果、平成29年度決算における自己資本比率は、パーゼルIII適用の影響を受け、13.98%となったが、引き続き自己資本の増強に努めていくことを報告した。

③平成29年度セフレ店実績および平成30年度事業計画の報告
事業実績進捗度表、貸借対照表、損益計算書等、営業費用明細表により平成29年度末の結果を踏まえ、平成30年度事業計画について報告した。

④(株)リーフの月次報告
3月度の事業実績進捗度表・日別売上表から実績を報告した。

⑤ふれあい訪問の反響結果について
「お得な旅行プラン」、「ガソリン・軽油特売日」、「建物共済」のチラシ配付と共に組合員宅へ訪問し、その際に職員が賜った意見を報告した。

⑥平成29年度決算監事監査報告について
組合の目的に沿って効率的に運営されているか、合法性の観点から法令、定款、規約、諸規程の遵守状況に重点を置き、業務執行状況を4日間に亘って監査した結果、改善を要する事項7項目について、回答日を設け理事会からの回答を要することを報告した。

⑦平成29年度産米検査結果報告
平成29年度産米の最終検査結果を品種ごとに説明し、上位等級比率及び糊摺り増を含む確定数量について報告した。

⑧総代会へ提出する平成29年度決算監事監査報告及び独立監査人の監査報告について
JA全国監査機構が第17年度の監査を実施し、財務諸表・剰余金処分案の妥当性が認められ、同様に監事監査でも決算書の内容を公正妥当として、総代会へ報告することが報告された。

JAカレンダー

5月

(行事予定)

10	木	五箇山地区生産組合長会議
11	金	カートピアお客様感謝デー
12	土	
13	日	
14	月	総代会事前説明会(南山田・城信地区)
15	火	総代会事前説明会(大鋸屋・北野・蓑谷・井口地区)
16	水	総代会事前説明会(平・上平地区)
17	木	やすんごと会
18	金	
19	土	
20	日	
21	月	
22	火	
23	水	
24	木	
25	金	第3回定例理事会 ガソリン・軽油 特売日
26	土	第17回通常総代会
27	日	
28	月	
29	火	
30	水	
31	木	

6月

1	金	
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	
6	水	井口地区年金友の会総会
7	木	
8	金	ふれあい訪問(～11日) 第12回農協長杯争奪ペタンク大会 カートピアお客様感謝デー
9	土	

JAなんと 協同の成果

(前年同月比)

正組合員数	2,276人(▲16)	貯金高	644億円(37)
正組合員戸数	1,934戸(▲9)	貸付高	44億円(2)
准組合員数	1,856人(▲14)	共済保有高	1,450億円(▲41)
准組合員戸数	1,307戸(▲18)	販売品販売高	1.1億円(0.7)
		購買品供給高	1.7億円(0)

H30年3月末現在

先月号の協同の成果は平成30年2月末現在の数値の誤りでした。大変申し訳ありませんでした。

A・COOPなんと セフレ からお知らせ

1. 「Aコープフェア2018」

おかげさまで満19歳!

「安全」「安心」のEコープ品を是非ご利用下さい。

Eコープマーク品まつり

期間 5月24日(木)～25日(金)の2日間

※詳しくは当日朝刊折込みチラシをご覧ください。

2. 「母の日セール」

期間 5月12日(土)～13日(日)の2日間

●料理でお母さんに感謝の気持ちを伝えませんか?
Aコープでは母の日のごちそうメニューをご提案します。

●お母さんの似顔絵募集中
店内に置いてある用紙にお母さんの絵を書いてお持ちください。店内に掲示いたします。

募集期間:平成30年5月11日(金)まで
参加対象:小学生以下のお子様

3. セフレの「ひまわり特価市」5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	「96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」

セフレは5月休まず営業します。

安心新鮮

営業時間 南砺市野田52
M10:00▶M8:00 TEL 0763-62-8811

おいしく食べて 今日スタート

今月の朝ご飯

針野菜たっぷり ジャージャー麺

レシピ

■材料(1人分)

- 中華麺……………1玉
- トマト……………1/4個
- ゆで卵……………1/2個
- 針野菜
- キュウリ……………1本
- ミョウガ……………2個
- シュンギク……………1/5わ

肉みそ

- ひき肉……………150g
- てん麺じゃん…大さじ1と1/2
- 豆ちじゃん……………小さじ1
- 砂糖……………小さじ2
- しょうゆ……………小さじ1
- おろしニンニク……………少々
- おろしショウガ……………小さじ1
- 塩、こしょう……………適宜
- 料理酒……………大さじ1
- 水……………3/4カップ
- がらスープのもと…小さじ1
- 水溶き片栗粉……………大さじ1
- サラダ油……………大さじ1
- ごま油……………小さじ1

point /

ゆで上がった麺にがらスープのもと(分量外)を少量入れ混ぜておくと、おいしさアップ



朝ごはんの献立
針野菜たっぷり ジャージャー麺 レシピ
トマトジュース
フルーツ入りヨーグルト



■作り方

- ① フライパンにサラダ油を熱しひき肉を入れ、塩・こしょうをして炒める。料理酒、てん麺じゃん、豆ちじゃん、砂糖、しょうゆ、おろしショウガ、おろしニンニクを入れ、さらに炒める。水、がらスープのもとを入れ、水溶き片栗粉でとろみをつけ、仕上げにごま油を入れる。
- ② 別鍋に湯を沸かし、中華麺をゆで、皿に盛り付け、肉みそ、針野菜、トマト、ゆで卵をのせて出来上がり。

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

消費者の健康志向の高まりにより、もち麦が人気となっているようです。もち性大麦は、米に混ぜて炊くともちもちした食感が美味しく、かつての「貧しい食事」のイメージはありません。今月のエコープマーク品でゆで麦を紹介しています。こちらはご飯に混ぜるだけでなく、すぐに食べられますので、ぜひ食べてみてください。(長谷川)

セフレ クリーニング割引券

見本 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30年5月10日(木)～6月9日(土)

ACOOPなんと セフレ クリーニングの 白光舎
☎ 62-0019