

こうほう JAなんど

2021

1

January

No. 238

令和2年12月18日発行



大かぶで作った羽子板
4ページ今月の表紙「大かぶ」



大地がくれる絆を、もっと。 JAグループ

新年のごあいさつ

謹んで新年のご祝辞を申し上げます



なんと農業協同組合
代表理事組合長

上田 憲仁

新年明けましておめでとうございます。

組合員の皆様におかれましては、すがすがしい新年をお迎えのこととお慶びを申し上げます。昨年中は、農協の各事業につきまして、格別のご協力とご利用を賜りましたこと、厚く御礼を申し上げます。

さて、国内の景気は、ゆるやかな回復基調が続いていた中、新型コロナウイルス感染症の世界的拡大の影響を受け、経済活動が急速に収束して大幅に悪化しました。後半には、経済活動の再開や、政府の経済対策の効果で徐々に持ち直しましたが、経済の動きと連動するかのようには、第3波の新型コロナウイルス感染症の増大を見ることがなりました。

一方、日米貿易協定におきましては、昨年1月1日より発効し、重要視しているコメにおいては保護している一方で、乳製品や牛肉に関しては日本に輸入が迫られることとなりました。また、アジア15カ国によるRCEPの合意においては、関税の撤廃率

は品目数で見ると91%とTPPより低いものの、多くの品目で関税が撤廃または引き下げられることとなります。

さて、令和3年度は、第7次中期3ヶ年経営計画の最終年度となります。金融緩和政策が継続する中、取り分け、信用事業において一段と厳しい状況が続いております。このため、次期3ヶ年経営計画の期間にあたります令和4年度に、西部支店と東部支店が統合できるよう準備を進めてまいります。このような状況下ではありますが、引き続き農業者の所得増大と地域の活性化に全力を尽くす「創造的自己改革の実践」を経営方針として、基本理念に沿ったそれぞれの目標に取り組んでまいります。

本年も、組合員皆様方の負託と地域の期待にお応えするため、役員一同、一生懸命努力いたしますので、一層のご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

代表理事組合長

常務理事

常務理事

代表・常勤監事

理事

同

同

同

同

同

同

同

同

同

監事

同

同

上田 憲仁

北村 英男

永井 克一

辻 精二

岩井 清美

山土 修一

中川 慎一

中澤 英輔

竹中 秀夫

窪田 重好

山本 敏

松林 富子

柳田 由紀

平田 敏一

松平 健一

中山 誠信

中島 修一

職員一同

丑

新年明けましておめでとうございます。
日頃より、JAなんと青壮年部活動にご理解とご協力を賜り、感謝申し上げます。
昨年は、新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、さまざまな社会活動が自粛され、経済に多大な影響が出ました。今もなお、収束の兆しは見えませんが、今年は少しでも普通の生活に戻ることが切に願います。
さて、昨年は本部の活動が出来ませんでした。したが、各支部では恒例の子供たちに収穫の喜びを体験してもらう農業体験が行われました。
大鋸屋地区のサツマイモ掘りと焼きイモ大会では、参加された方々がコロナを吹き



JAなんと青壮年部部长

山本 行男

飛ばす勢いで、どんどん掘り起こしていき
ました。子供たちがイモの大きさを競い合
い賑やかになり、大人も力が入り大盛況と
なりました。掘り起こした後の焼きイモも
美味しくいただきました。「来年もお願い
します」のお言葉をいただく嬉しく、ま
た頑張つて活動していこうという気持ちに
なりました。


青壮年部全体でこのような行事ができ
たら、部員同志の交流が図れ、地域の活性
化につながるのではないかと思います。
最後になりましたが、皆様のご健康とご
多幸をお祈りし、新年のご挨拶とさせてい
たきます。



旬野菜「大かぶ」

重さ1〜2kgほどもある「大かぶ」。純白で肉質が緻密なので、大かぶ漬けや千枚漬け、富山の郷土料理「かぶら寿司」などに使われます。収穫は10月〜2月ごろまで県内の市場に葉付きで出荷されます。甘みがあつてみずみずしいと好評です。

南砺市城端地域でも11月〜12月には、「かぶら寿司」が盛んに作られ、贈答用として人気商品となっています。雪が積もる時季には、かぶを雪の中から収穫し3月ごろまで続きます。

おつまみ  かぶのジューシーひき肉のはさみ蒸し焼き



材 料 2人分

- ・大かぶ……………1/4個
(かぶはお好みの分量で)
- ・片栗粉……………大さじ1
- ・合い挽き肉……………100g
- ・味塩こしょう……………少々
- ・ごま油……………小さじ1

漬け物だけ
じゃない!!
簡単レシピです

作り方 調理時間 15分

- ①かぶを薄めの半月切りにし、片栗粉をまぶす。
合い挽き肉と味塩こしょうを混ぜ合わせ、かぶにはさむ。
- ②ごま油をひいたフライパンに①を入れ、5分ほど蓋をして蒸し焼きにする。
- ③蓋をとって2分ほど焼き、焼き色がいたら出来上がり。

【JAグループのホームページより】

も く じ

2……………	新年のあいさつ	12〜13……………	新年の年男年女
4……………	今月の表紙	14……………	J Aなんと俳壇・クロスワードパズル
5……………	営農情報	15……………	砺波税務署よりお知らせ
6〜8……………	なんとニュース	16〜18……………	J Aインフォメーション
9……………	エコーブマーク品紹介	19……………	理事会報告・他
10……………	福祉課	20……………	おもしろい野菜
11……………	厚生連通信		

営農情報

令和2年産 水稻検査結果集計表

令和2年12月10日現在(単位:60kg個)

品 種	面積(ha)	出荷重量(t)	合 格	特 等	1 等	2 等	3 等	合 計	上位等級比率(%)
五 百 万 石	230.1	967.9	0.0	0.0	16,131.0	0.0	0.0	16,131.0	100.00
【特裁】五百万石	1.3	5.4	0.0	0.0	89.5	0.0	0.0	89.5	100.00
雄 山 錦	60.2	282.5	0.0	62.0	4,646.0	0.0	0.0	4,708.0	100.00
山 田 錦	98.7	382.7	0.0	0.0	6,377.5	0.0	0.0	6,377.5	100.00
酒造好適米 計	390.3	1,638.4	0.0	62.0	27,244.0	0.0	0.0	27,306.0	100.00
コシヒカリ	422.1	1,145.9	11,221.0	0.0	7,031.5	675.5	170.0	19,098.0	95.57
【特裁】コシヒカリ	79.0	281.2	3,052.0	0.0	1,634.0	0.0	0.0	4,686.0	100.00
てんたかく	15.0	41.4	0.0	0.0	671.5	0.0	18.0	689.5	97.39
てんこもり	78.7	365.7	5,609.5	0.0	457.5	27.5	0.0	6,094.5	99.55
富 富 富	6.2	27.9	0.0	0.0	331.0	0.0	134.0	465.0	71.18
うるち米 小計	601.0	1,862.0	19,882.5	0.0	10,125.5	703.0	322.0	31,033.0	96.70
【加工用米】コシヒカリ	11.7	60.8	0.0	0.0	998.0	10.0	5.5	1,013.5	98.47
【加工用米】てんたかく	0.5	3.4	0.0	0.0	0.0	0.0	57.0	57.0	0.00
【加工用米】てんこもり	33.6	176.7	0.0	0.0	2,918.0	26.5	0.0	2,944.5	99.10
加工用米 小計	45.8	240.9	0.0	0.0	3,916.0	36.5	62.5	4,015.0	97.53
【備蓄米】コシヒカリ	9.5	54.2	0.0	0.0	895.5	3.0	4.5	903.0	99.17
【備蓄米】てんたかく	0.6	2.8	0.0	0.0	0.0	0.0	46.5	46.5	0.00
【備蓄米】てんこもり	27.6	141.0	0.0	0.0	2,328.5	22.0	0.0	2,350.5	99.06
備蓄米 小計	37.7	198.0	0.0	0.0	3,224.0	25.0	51.0	3,300.0	97.70
うるち米 合計	684.5	2,300.9	19,882.5	0.0	17,265.5	764.5	435.5	38,348.0	96.87
新 大 正 糯	24.2	76.4	0.0	0.0	1,244.5	29.0	0.0	1,273.5	97.72
もち米 計	24.2	76.4	0.0	0.0	1,244.5	29.0	0.0	1,273.5	97.72
合 計	1,099.0	4,015.7	19,882.5	62.0	45,754.0	793.5	435.5	66,927.5	98.16

今年産の早生（酒米）は例年より単収が半俵ほど少なくなりましたが、品質は高評価となりました。また、コシヒカリは平年並みの出荷数量となりましたが、等級の格落ち理由の大半がカメムシによる被害粒でした。



除雪機 初売り!

令和3年

1月4日(月)~

8日(金)の5日間



お問い合わせ

JAなんと 農機センター
南砺市蛇喰1008 TEL 64-2013

ご成約者様には
粗品福袋
プレゼント!!



新型トラクター登場

クボタ トラクター実演会

10月29日、久保（井口地域）でクボタ主催の「トラクターの実演会」が行われ、県内の生産者やJA関係者が訪れました。

実演会では、直進アシスト機能搭載で直進時のハンドル操作が自動的に行えることや、作業状態の確認がしやすく作業精度の向上につながるなどが紹介されました。

クボタの担当者が実際にトラクターを動かして、参加者は機械が大きくなり馬力がアップした高性能トラクターの機能を確認しました。



青空の中、行われたトラクター実演会 久保（井口地域）

乗用車・農機具 最新機種ぞろい

オートパルなんと 農機センター 展示会

JAなんとのオートパルなんと、農機センターの展示会が11月7・8日、当JA本店の敷地内で開催されました。

オートパルなんとでは、普通・軽自動車や軽トラックなどが並び、秋の収穫作業が一段落したお客様などが来場されました。

農機センターでは、冬を目前に除雪機をメインに展示。担当者が静音や低燃費で、快適に除雪作業ができる小型から大型の最新機種をご案内しました。



新車、中古車の展示（オートパルなんと）



最新機種が揃った除雪機や農業機械の展示（農機センター）

秋の味覚「収穫市」赤かぶ人気

カフェよりあい処丸池（上平地域）

新屋（上平地域）のカフェよりあい処丸池は快晴となった令和2年11月14～15日、「秋の味覚収穫市」を開き、五箇山特産の「赤かぶ」や「ぼべら」、「キクラゲ」など地元野菜を販売しました。

今年度の赤かぶも鮮やかな紅色で、良品質で甘みがあるものが採れ、新鮮な赤かぶが人気となりました。特産の「ぼべら」を使った最中やプリン、ロールケーキなど、かぼちゃの風味豊かなスイーツも店内に並びました。

この施設は、直売所とカフェを兼ねた住民の憩いの場として令和2年3月にオープンしました。特産品開発と地域活性化を目指しています。



青空の下、色鮮やかな赤かぶが並んだ「よりあい処丸池」

高桑文夫さん最優秀賞を受賞

北陸三県合同和牛子牛共進会

北陸三県合同和牛子牛共進会が令和2年11月20日、金沢市の北陸三県家畜市場で開かれました。雌と去勢合わせて180頭が出品され、JAなんと管内の高桑文夫さんが北陸農政局長賞の去勢牛の部で最優秀賞を受賞されました。

受賞牛の血統は、父が「美津照重」、母の父が「芳之国」。250日齢で体重が300kg。日齢より体重が大きいことなどが評価されました。

高桑さんは30年ほど前から畜産農家を営んでいます。「素晴らしい賞をいただいてびっくりしている」と笑顔をみせられ、また「コロナ禍で肉牛の需要が減少しているので、早く回復してほしい」と話されました。



去勢牛の部 最優秀賞を受賞した高桑さん 大谷島(城端地域)

動物たちの尊い命に感謝

南砺市畜魂祭

南砺市畜魂祭が令和2年11月25日、JAなんと西部カントリー敷地内の畜魂碑前で執り行われ、家畜生産者や関係者など24名が参列しました。

動物達の尊い命に感謝し冥福を祈り、参列者が焼香した後、南砺市畜産協議会の梅木邦昭会長が「健康な家畜を育てることが我々の使命です」と挨拶されました。

大鋸屋養豚組合が残念ながら令和2年10月で廃業されましたが、杉本さん、中道さんも参列され、最後の祈りを奉げられました。



住職が読経を唱え、関係者が次々と焼香をしました。

「富山干柿」お待たせ

富山干柿出荷組合連合会

富山干柿出荷組合連合会の集荷施設で、令和2年12月1日から南砺市特産の「富山干柿」の集出荷作業が始まりました。城端、福光地域の170戸の生産者から、あめ色に仕上げた干柿が次々と運び込まれ、12月4日からAコープなど店頭に並べられました。

今年度は色づきが遅い所が見られましたが、生育中盤に追いつき大きく育ちました。11月の雨や高温が続きましたが、熟練された生産者の乾燥・調製作業も順調に行われました。出荷量は昨年より1割多い330万個を予想しています。



干柿を包装機に並べる作業員



富山県「ごはん・お米とわたし」

作文・図画コンクール

入賞者

令和2年度富山県「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクールが行われ、県内の小・中学生から1,096点の応募があり、JAなんと管内からは作文91点、図画24点が出品されました。個人表彰の他、学校奨励賞では図画部門で南砺市立城端小学校が選ばれました。なんと農協組合長賞を含め、おめでとうございます。

富山県表彰

・作文部門

努力賞	城端小学校	5年	牧	優花
努力賞	城端中学校	2年	川平	遥仁

・図画部門

優秀賞	城端小学校	1年	山田	基裕
努力賞	城端小学校	2年	安達	新



なんと農協組合長賞の選考

なんと農協組合長賞

・作文部門

城端小学校	5年	牧	優花	(県努力賞)
城端小学校	5年	松本	珠希	
井口小学校	6年	山田	晟生	
城端中学校	1年	南	芹菜	
城端中学校	1年	和田	陽樹	
城端中学校	1年	中井	愛菜	
城端中学校	1年	平田	想奈	
城端中学校	1年	鷺尾	結衣	
城端中学校	1年	林	咲花	
城端中学校	1年	中西	和香奈	
城端中学校	1年	沖田	莉空	
城端中学校	1年	中嶋	優	
城端中学校	2年	川平	遥仁	(県努力賞)
城端中学校	2年	盛田	香里奈	
城端中学校	2年	澤	優	
城端中学校	2年	山下	咲貴	
城端中学校	3年	幅田	更紗	
城端中学校	3年	荒木	優希	
城端中学校	3年	大村	遙隼	
城端中学校	3年	山瀬	彩花	
城端中学校	3年	大川	こはる	

・図画部門

城端小学校	1年	山田	基裕	(県優秀賞)
城端小学校	1年	横山	暖空	
城端小学校	2年	安達	新	(県努力賞)
城端小学校	2年	喜多	亜咲未	
城端小学校	4年	高畑	ひな子	
上平小学校	4年	山本	歩実	
城端小学校	6年	喜多	千咲人	
城端小学校	6年	細川	莉乃亜	



城端小学校 1年 山田 基裕 (県優秀賞)



城端小学校 2年 安達 新 (県努力賞)



図画作品 令和2年11月 Aコープなんととセフレ店での展示



安全

安心

エコープマーク品紹介



安心と信頼の
くらしの良品

【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】

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。

添加物を極力排除し安全・安心にこだわった商品です。

詳細につきましては「JAなんと生活課」へお問合せ下さい。(☎62-2500)

今月のおすすめ商品

炊き込み鮭ご飯



材料 2~3人分

- ・玉ねぎ……………50g
- ・塩鮭……………2~3切れ
(200g~250g)
- ・しめじ……………60g
- ・米……………2合
- ・エコープ簡単和風だし旨!
だしパックで引いただし汁
……………320cc
(500ccに対して
だしパック2パック使用)
- ・薄口しょうゆ……………大さじ2

作り方 調理時間20分(炊飯時間は含みません)

- ①材料を切る。玉ねぎは2~3センチにスライスし、塩鮭は皮を取って骨を抜く。
- ②炊飯器にお米、だし汁、薄口しょうゆを入れて、材料を上から入れる。
- ③炊飯器のスイッチを入れて炊く。(普通の炊飯でOK)
- ④お好みで三つ葉を散らし完成。

だしパックの中身もお料理にお使いいただけます。



かつお節をふんだんに使用し、さば節、昆布でバランスを整えた本格派のだしパックです!

様々なお料理にご利用いただけます。

簡単和風だし
旨!だしパック

128g(8g×16袋) 554円

食用油特集



こめ油

1,500g 865円
750g 588円

食材の持ち味が活きる
さらりと軽〜いおいしさ
精米した時にできる米ぬかと米胚芽から抽出・精製された、良質な食用油です。



ぶどうのオイル

920g 1,808円
460g 1,029円

コレステロールが気になる方に
コレステロールはゼロ、ポリフェノールとビタミンEを豊富に含んだぶどうの種からできた健康油です。

富山県産品



えごま油

110g 1,800円

100%富山市産のえごまを
油に搾りました。
搾油に適した在来種のえごまを
非加熱低温圧搾しています。

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。



第5回 やすんごと会

11月19日、東部支店において、11月のやすんごと会を開催いたしました。新しく3名の方を迎え、19名の参加がありました。

今回は、「なんと土笛の会」によるオカリナの演奏鑑賞を楽しみました。なんと土笛の会の皆さんは、久しぶりの演奏で緊張の中、美しい音色を響かせていらっしゃいました。男性1人、女性9人のオカリナ及びギターによる演奏は13曲にも及び、朝ドラの『エール』でお馴染みのとんがり帽子から始まり、童謡や昭和歌謡を織り交ぜ演奏されました。曲によっては打楽器も使われるようであり、懐かしい曲を一緒に歌って楽しむことが出来ました。



「なんと土笛の会」の皆さん



『城端線発車オーライ』



かわいい狸のおはやし



身体をトントン マッサージ



頭を働かせて!



赤あげて！白下げて!



じゃんけんゲーム勝って、負けて...

やすんごと会へのお誘い

お友達も誘って
皆で楽しみませんか？

次回：令和3年1月21日

『お正月遊び かるた・トランプ他』

会費：500円

お申込み：JAなんと 福祉課 (Tel 62-8588)

最新鋭CT装置を導入しました

厚生連高岡病院では、2020年11月より県内初、最新鋭CT装置に入れ替えることになりました。導入から10数年経過していた1台、9年経過していた2台のCT装置の代わりに、GE社製 Revolution CT1台、Revolution Maxima CT2台が稼働しています。Revolution CTは大きな検出器を搭載し、全身を約3秒で撮影できます。心臓や頭部全体をすばやく撮影することが可能なため、体動や呼吸が激しい場合でもブレの少ない画像が撮影できるようになりました。今回の更新で、より安全で高品質な検査が可能になりました。

①被ばく量の低減

最近話題とされるCT検査での被ばくを画像再構成技術の進化に伴い、従来比より最大82%低減が可能になりました。それに加え画質も向上し、ノイズ低減も実現したため従来よりも少ないX線量で高画質な検査が可能になりました。

②AI技術搭載カメラの採用

AI技術を搭載したカメラを採用することにより様々な患者さんの自動位置決めが行えるようになりました。AI搭載カメラで体厚などの体格に関するデータを取得し、基準点・中心を設定します。位置決め自動化により高精度、検査時間の短縮、再現性、標準化が容易になりました。



③金属アーチファクト（偽像）の低減

近年増加している体内金属（クリップ、ステント、ボルト、プレートなど）は従来のCT装置では体内留置後の周辺部位は金属の影響で見えにくくなって診断困難でしたが、金属アーチファクト除去の技術の進歩に伴い体内金属の影響を大幅に低減することができ診断範囲が広がりました。

④撮影時間の短縮

高速撮影が可能になり、息止め時間の短縮、鎮静剤使用の回避、動きによる画質低下が減少しました。心臓の冠動脈検査においても高心拍、不整脈、息止め困難な患者さんに対して従来よりも高画質で診断しやすい画像を提供することができます。

JA広報通信

家族の健康

寒い季節の農作業で注意したい脳出血

健康科学アドバイザー 福田千晶

寒さが誘引する病気の一つに脳出血があります。動脈硬化や加齢で傷んだ脳の血管に急に大きな圧力がかかると、脳の血管が破れて脳出血になります。

脳出血は、ほとんど前兆がなく発症し死に至ることもあります。命が助かっても後遺障害が一生残る場合も多いのです。手足が自由に動かせなくなるまひ、言葉や視界の障害、記憶力や集中力の低下などさまざまな障害が残る可能性があります。場合によっては介護が必要になることもあります。

前日より気温が一気に下がった朝や温度差が大きい日に血圧は上がりがちです。血圧が高いのに、生活改善や必要な治療を行わず放置していると、脳出血を起こしやすくなりとても危険です。

日頃から塩分の取り過ぎ、多過ぎる飲酒量、喫煙、ストレスなどの生活習慣は、高血圧につながります。思い当たる人は、高血圧予防のために生活習慣の見直しも大切です。

脳出血の予防には、まず、高血圧の人は適切な治療が必要です。今まで控えていた人も、通院を再開しましょう。血圧がやや高めになってきた人も、食生活や運動、睡眠など生活を見直してみてください。

農作業はトラクターで生活は自家用車、そんな運動不足の人はウォーキングなどの運動を継続しましょう。食生活は栄養バランスを考え、塩分控えめにして薄味に慣れましょう。冬になって寒い日に農作業をするときは、時間をかけて寒さに慣れてから作業を始めます。急に寒い場所に出たり、グツと腕に力を入れると血圧が上がります。毎日血圧を測定し、高い日や気分が悪い日は農作業を休む勇気も大事です。



コロナ禍で「医療機関には新型コロナウイルス感染者がいて怖いから、行かない方が良い」と、定期的な通院を中止し、病気の治療が中断したままの人もいます。



井口地区

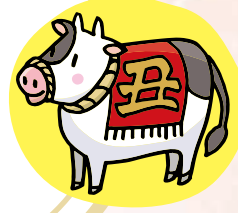
昭和60年生まれ **小林 雄太さん**



選手の目標が私の目標

私はサラリーマンですが、傍ら富山県スキー連盟のアルペンコーチとして十年以上、子供たちと関わらせてもらいました。

昨シーズンは、異常な雪不足とコロナ拡大で選手たちにとっては不完全燃焼なシーズンとなりました。今シーズンもどうなるか先は見えませんが、目標を見失わず私のできる精一杯のサポートをしていきたいと思っています。



新年の

年男 年女



北野地区

平成9年生まれ **中根 翔さん**



社会人一年生

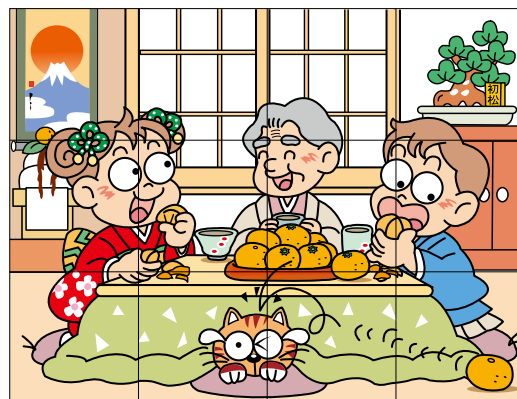
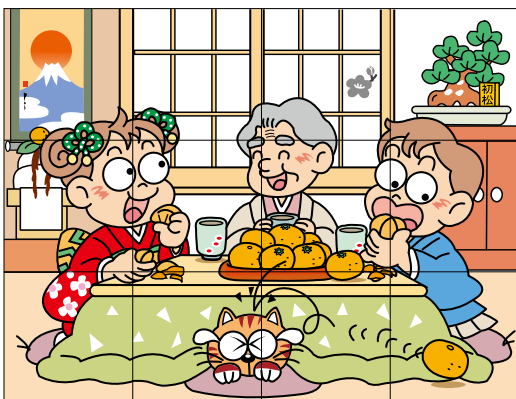
今年から社会人です。分からないことだらけだと思えますが、精一杯努力していきたいです。

また、趣味の尺八も楽しみながら上達させていきたいと思っています。

新年の頭の体操 まちがいさがし

右のイラストには左のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を右下の枠内の数字で探しましょう。

(答えは19ページ)





南山田地区

昭和36年生まれ **山瀬 敦子さん**



5つのSの実践

今年、5つのSを実践します。

- * 整理・整頓 身の回りのスリム化
- * 集大成 指導者として最高の結果を出す。
- * 探す 生き方の新たなベースを見つける。
- * 締めくくる。これまでの出会いに感謝。

ありがとうございますを形にする一年とします。



城信地区

昭和48年生まれ

境 宣人さん

つながりを大事にしたい

新年あけましておめでとうございます。昨年、世界中が新型コロナウイルスに悩まされました。そんな中、長女が孫息子を出産、次女が就職しました。

今年、三女が成人式、長男が高校入学、妻とは銀婚式を迎えます。家族みんなが健康で幸福となれるよう、地域の皆さんとのつながりを大事にし、一日一日を楽しく過ごしていきたいです。



大鋸屋地区

平成21年生まれ **野村 亮太さん**



サッカーでもっと強くなりたい!!

明けましておめでとうございます。今年、下の学年と一緒に昨年も頑張ったサッカーをもっと頑張りたいと思います。今年、目標は砺波地区で一番になることです。コーチの言うことをしっかり聞いて、もっと練習して強くなりたいです。



令和3年
お正月スペシャル

謹賀新年 丑年「牛」クイズ

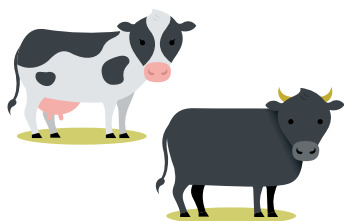
新年明けましておめでとうございます。今年の干支は丑（うし）。牛にちなんだクイズをお楽しみください。（答えは19ページ）

Ichini!



Q1 日本で飼育されている乳牛と肉牛の頭数はどっちが多い？

- 乳牛
- 肉牛



Q2 無脂肪乳の脂肪分は0%である。

- ○
- ×

Q3 牛乳を温めるときは電子レンジで加熱した方が栄養素が多くとれる。

- ○
- ×



◆ 寿句会

山に雪等高線の地図を見る
小春日を追うて鉢もの並べ替へ
窓際にちぢみて十本懸大根
月の出のまあるくなる迄待つ二分
草の葉に負んぶばつたの重さかな
ずつしりと重き白菜いただきし
落葉踏みよちよち歩く笑顔かな
千乾びる足まつすぐに鴟の贅
久々に日光あびて冬ぬくし
堀越しに金木屋と銀木屋
お手次の三世代座す御取越

昭生
欣正
みのり
家々にいのちの灯り夕時雨
雪吊りの年々人目気にとめず
大囃囃に厚みのありにけり

◆ 利波川社句会

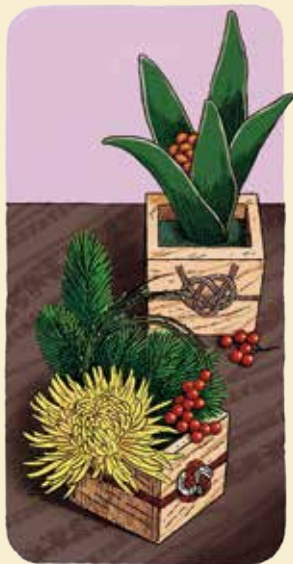
打橋の外せし跡や草紅葉
まだ背ナに艶のありけり穴まどひ
語りかけお礼肥施し秋日和
大寺の紅葉且つ散り山をなす
飛石の先とほせんぼ石路の花
近道の仇となりたる草じらみ
ぼちぼちと葉にもしるしや杜鵑草

淑枝
志美枝
不二
一椿
日登美
孝
達
城子
孝臣
真理子

◆ クローバー社句会

菊ながめ自作自評の目尻かな
掃かれゆく落葉の中に猫の鈴
里芋を転がし遊ぶ犬がゐて
村沈むダム湖の水輪照紅葉

文子
悦子
志子
茂美
冬晴やりハビリ用は赤き靴
不安なき暮しに苦言懐手
降りしきる银杏落葉にはしゃぐ子等
清美
正美
純尚
昭代
やす子



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/D順に並べてできる言葉はなんでしょう？

クロスワードパズル

ヨコのキーワード

- ①一富士二タカミナスビは、何に見ると縁起の良いもの？
- ②キャンパスの大きさを表すときに使う言葉
- ③港を表す地図記号はこの形
- ④強烈な悪臭がする液をお尻から噴射して身を守る動物
- ⑤1/100はセンチ、1/1000は
- ⑦なぜか猫が入りたがる物
- ⑨大豆や緑豆の種子を暗い所で発芽させた物
- ⑩物事をするのにちょうど良い頃合い
- ⑬おせち料理に入れる煮豆
- ⑮鶴は千年、——は万年
- ⑯ご飯のこと。カレー——
- ⑰ぬいぐるみに詰めます
- ⑲ピーヒョロロと鳴く大きな鳥

タテのキーワード

- ①羽根突きに使う道具
- ④すずりですります
- ⑥止まらず次に進むこと
- ⑦重さを知りたいときに使います
- ⑧テレビやエアコンに向けてボタンを押します
- ⑩ご飯のこと。焼き——
- ⑫いんいちがいち、いんにがに……
- ⑭——付きのタイで成人を祝った
- ⑰車が動きださないようにタイヤにかませます
- ⑱同種の事例は枚挙に——がない
- ⑳凍った場合は氷瀑(ばく)と呼ばれます
- ㉑ひもの——が固くてほどけないよ

12月号の正解と当選者

応募総数8名のうち左記の方が当選されました。

伊藤孝太郎さん

竹内喜代志さん

山田さき子さん

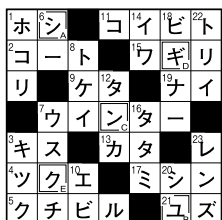
(五十音順)

正解

- シ A
- ユ B
- ン C
- ギ D
- ク E

〒939-1843 南砺市金戸二六八
JAなんと総務課
クロスワード係

①答え
②広報・JAに対する意見
③〒・住所・氏名
電話番号



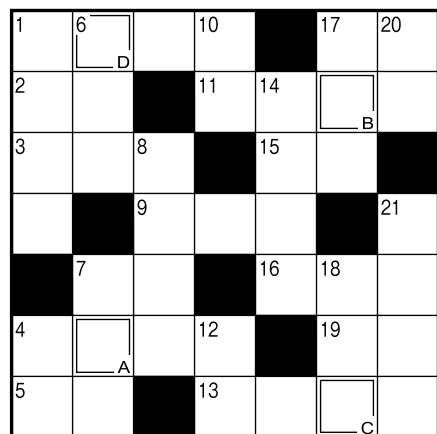
令和3年1月8日(金) 必着

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。

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!!

応募方法



確定申告書の作成・送信は 国税庁ホームページから！ (感染症の感染拡大防止にも役立ちます)

自宅で

STEP 1 「国税庁ホームページ」へアクセス

1 税務署に行く手間がかかりません！

確定申告

スマートフォンはこちらから



STEP 2 申告書を作成

2 パソコン、スマートフォンなどから画面の案内に従って金額などを入力するだけで申告書が作成できます！

STEP 3 e-Taxで送信して提出

又は

マイナンバーカードを使って送信

用意するものは、次の2つ！

- ① マイナンバーカード
- ② ICカードリーダライタ 又は
マイナンバーカード対応のスマートフォン



(注) マイナンバーカード対応のスマートフォンの機種については、HPでご確認ください。

IDとパスワードで送信

マイナンバーカード等をお持ちでない方も、お近くの税務署で「ID・パスワード」の発行を受ければe-Taxで送信できます

・「ID・パスワード」の発行を希望される方は、申告されるご本人が顔写真付きの本人確認書類をお持ちの上、お近くの税務署にお越しください。

(注) ・ID・パスワード方式は暫定的な対応です。

※ 印刷して郵送等で税務署に提出することもできます。

砺波税務署

御隠居と熊さんの
税金こぼなし

確定申告は、ぜひ、自宅から！

砺波税務署

御隠居…明けましておめでとう、熊さん。これは少ないがお年玉じゃ。

熊さん…ありがとございやす。ところで御隠居、正月と言えば、もうすぐ確定申告でやんすねえ。医療費の支払いがたくさんあって、今年も確定申告が必要なんやんすよ。

御隠居…そうか、ところでお前さんは確定申告は自分でできるのかい？

熊さん…それがやんすね。あつしは毎年、確定申告会場で相談しているんでやんすが、昨年も、えらい混みよつで。今年も混んでいると思うと、密になるのが不安でやんす。

御隠居…熊さんや、会場になんか行かんでもな、自分で申告書は作成できるんじやよ。感染症リスクを避けるためにも、自宅からの申告に挑戦したらどうじや。

熊さん…自分で作成でやんすか？どうすれば良いんでやすかね。

御隠居…申告書は、パソコンやスマートフォンから、国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」を利用すれば、意外と簡単に自分で作ることができるぞ。

熊さん…政府もデジタル化推進とか、言ってるやすからね。

御隠居…そうじや。「確定申告書等作成コーナー」なら24時間利用できるし、自動で計算してくれるから、計算間違いもなく安心じや。それに事前にマイナンバーカード又は

税務署発行のID(利用者識別番号)とパスワード(暗証番号)を取得しておけば、パソコンのほか、スマートフォンやタブレットでも「確定申告書等作成コーナー」を利用してe-Taxでそのまま送信(申告)できるんじやよ。

熊さん…なるほど。ということは、混雑した申告会場に向くことなく、自宅等から手続き完了というわけでやんすね。

御隠居…その通りじやな。あとはマイナンバーの記載を忘れずすれば良いんじやが、e-Taxを利用して送信(申告)する場合は本人確認書類の写しの提出は不要となるんじやよ。

また、医療費控除を受けるには、領収書ではなく、医療費の明細書を付けなくては

いかんのじやが、その明細書も「確定申告書等作成コーナー」で作成できるんじやよ。

熊さん…それでも、自分一人の力で申告書を作るか心配でやんす。

御隠居…申告書の作成で困ったときは1月中旬から開設される「税務相談チャットボット」に相談するとよいぞ。質問を入力すると、AIを活用した「税務職員ふたば」が答えてくれるんじや。チャットボットで解決しない場合は、国税庁ホームページの「タックスアンサー」を利用するか、最寄りの税務署に電話すると「確定申告コールセン

ター」で問い合わせができるぞ。

熊さん…分からない事も気軽に質問できるなら安心でやんすね。では早速、うちへ帰って「自宅からe-Tax」にチャレンジでやんす。

御隠居…熊さん、これ、待ちなさい。お年玉を忘れておるぞ！やれやれ、今年も先が思いやられるのう。

東部支店・西部支店の統合について

情勢

農業・農協を取り巻く環境の変化による経済事業基盤の弱体化や、マイナス金利に象徴される「量的・質的金融緩和政策の長期化」により信用・共済事業収益が低下しています。中でも、信用事業収益の大半を占める農林中金奨励金の段階的引き下げ、購買事業の伸び悩みに加え、コロナ禍の影響による消費低迷など、農協全体の収支動向は厳しさを増しています。

令和2年3月をもって城信・井口・上平各事務所を西部・東部・五箇山の3支店への統合、カートピアいのくちの統合、加工事業の廃止等の店舗再編や事業の見直しを行ってきましたが、今なお厳しい環境の中にあります。

このため、信用事業検討特別委員会を立ち上げ、さらなる支店再編に向けて検討を重ねてきました。委員会からの答申を受け、理事会での協議を経て支店統合による経営基盤の確立・強化を目指します。

- 本店を含め、現在の4店舗から東部支店と西部支店の統合により3店舗とします。**統合支店となる城端支店は、現在の東部支店施設とします。**
- 東部支店は、統合する2支店対象地域の中心に位置する点や、駐車場や店内スペース等の面でもご来店される方の利便性が確保できることを利点と考えました。
- 本店貯金為替課を現在の本店内（金戸）に残すことにより、定期性貯金解約を除く貯金取引に限りませんが、入出金・振込等については近隣のお客様に引き続きご利用いただくことができます。

統合時期
令和4年
4月11日(月)

統合内容

現在、統合対象の2支店でお取り扱いさせていただいている信用事業をはじめとする業務や受付（取り次ぎ）等については、統合店舗へ引き継ぎさせていただきます。

貯金口座お取引については次の通りです。

- ①**現在、東部支店（統合店舗）でのお取引について**
 - ・原則そのままのお取引となりますが、店舗名等が変更になります。
 - ・各種振込や自動受取り等に関するお手続きが必要な場合は事前にご案内いたします。
- ②**現在、西部支店（被統合店舗）でのお取引について**
 - ・店舗番号（3ケタ）、店舗名が変更となります。
 - ・一部の口座については、口座番号が変更となる場合があります。
 - ・各種振込や自動受取り等に関するお手続きが必要な場合があります。
 - ・該当するお客様には事前にご案内いたします。

支店統合スケジュール

地区	現行店舗	統合スケジュール		統合
		令和2年	令和3年	令和4年4月11日
城端	本店	・総代向け地区説明会 ・理事会 決定 ・理事特別委員会 検討	・冬季集落座談会 ・組合員説明 ・統合準備作業	本店
	西部支店			城端支店
	東部支店			
井口				
平	五箇山支店			五箇山支店
上平				

令和2年～令和3年 JAなんと「年末年始業務」のご案内

	令和2年12月				令和3年1月			
	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	1日(金)	2日(土)	3日(日)	4日(月)
Aコープなんとセフレ店	9:00～20:00			9:00～18:00	休業	10:00～18:00		
生活センター	通常営業				休業		通常営業	
生産センター	通常営業			日直対応(8:30～17:00)			通常営業	
車輛課(オートパルなんと)	通常営業		日直対応(8:30～17:00)				通常営業	
農機課	通常営業			休業(降雪の多い日は対応します)			通常営業	
カートピアかねと	通常営業	通常営業 特売日	通常営業	8:00～18:00	休業	8:30～17:00		通常営業
カートピアたいら	通常営業	通常営業 特売日	通常営業	8:00～18:00	休業	8:30～17:00		通常営業
旅行センター	通常営業			休業			通常営業	
共済業務・普及センター	通常営業			休業			通常営業	
福祉課	通常営業			休業			通常営業	
本店・西部支店・東部支店・五箇山支店	通常営業			休業			通常営業	
キャッシュコーナー(A・J・M)	Aコープなんとセフレ店	8:00～20:00			8:45～17:00			8:00～20:00
	五箇山支店	8:45～19:00		8:45～17:00	休 止	8:45～17:00	8:45～19:00	
	東部支店・共済業務センター (旧)井口事務所・(旧)上平事務所	8:45～19:00			休 止			8:45～19:00
ヨッテカーレ 城 端	直売所	8:00～18:00						
	軽 食	9:00～18:00	8:00～18:00	8:00～17:00	9:00～18:00	8:00～18:00		9:00～18:00

【人事異動】 令和2年12月1日付

- 異 動 北島 充宏 【新職務】 総合企画室室長兼コンプライアンス課課長兼支店再編準備室室長
【旧職務】 総合企画室室長兼コンプライアンス課課長
- 異 動 今井 悟 【新職務】 金融共済部貯金為替課主任兼監査室監査課兼支店再編準備室事務局
【旧職務】 金融共済部貯金為替課主任兼監査室監査課
- 異 動 山本 雅美 【新職務】 生活部生活課課長代理外販営業係(生活指導員)
【旧職務】 生活部生活課課長代理(生活指導員)
- 異 動 今井 鉄也 【新職務】 生活部生活課主任外販営業係
【旧職務】 生活部生活課主任
- 異 動 池田 清文 【新職務】 生活部生活課外販営業係
【旧職務】 生活部生活課
- 異 動 勇崎 翔 【新職務】 生活部旅行センター兼生活課外販営業係
【旧職務】 生活部旅行センター兼生活課
- 異 動 原田菜緒美 【新職務】 東部支店
【旧職務】 総合企画室総務課付け(育児休業)

「tenohikari」
家の光 1月号

表紙の人 大竹しのぶさん



食と農から始まるJAグループのファミリー・マガジン

暮らしの役立つ情報が満載!!

特集1 コツコツ長く続けるコツ

仕事や趣味は長く続けることで質の高いものを生み出せます。一つのことを長く続けて人生を楽しむ人たちに、その秘訣を伺いました。また習慣化コンサルタントの古川武士さんから、人生をより豊かにするための習慣の見直し方、習慣づけの方法を伺いました。



特集2

魅惑の手作りプリン

干支の丑年にちなんで、牛乳をたっぷり使ったおやつ「手作りプリン」のレシピをご紹介します。

第2別冊付録

暮らしを楽しむ 二十四節気手帳

農業とのかかわりの深い二十四節気・七十二候が記入されたカレンダーと、季節の行事や風物の解説で構成された手帖です。

第1別冊付録

**カラダにうれしい
症状別 養生レシピ**

体調がすぐれないときの簡単・栄養たっぷりレシピ。いざというとき、手元にあると便利です。



ぜひ、ご購入ください!!

お問合せ・お申込み...JAなんと生活課 ☎ 62-2500

ヨッテカーシ しょうはな 城端
Yottekare-johana

今月のおすすめ品!!

「肉うどん 肉そば」

期間限定!!

温かうどんに盛りもりの
味付牛肉で暖かに!

元気もりもり!!

そばもあります!!



各々(税込)

710円

理事会報告

審議事項は左記のとおりです。

第9回定例理事会 11月25日開催

附議議案

第1号議案 令和2年度上半期決算監事監査指摘事項顛末報告

前回理事会で監事会から報告された改善を要する事項を協議し、その回答について項目毎に説明し承認された。

報告事項

①10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、損益計算書により実績報告を行う。

②㈱リーフの月次報告

10月末の事業実績進捗表や10月の日別売上表を基に実績検討を行った。

③ふれあい訪問の反響結果について

「農機・車輛課展示会」、「お得な旅行プラン」、「生活共同購入」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わった肯定的、否定的な意見を報告した。

④理事 金融共済委員会報告について

金融共済委員会が11月20日に開催され、平田委員長より総代・准組合員代表者向け説明会資料の内容検討及び開催日程について協議したことを報告した。

理事委員会報告

審議事項は左記のとおりです。

第1回委員会 11月20日開催

金融共済委員会

(1) 支店統合に向けた資料について

(2) 総代・組合員説明会開催日程

A・COOPなんと セブシ からお知らせ

① 初売り

実施期間：令和3年1月2日(土)～4日(月)

1月2～4日の営業時間は10:00～18:00です。
5日から通常営業となります。

初寄合い、新年会などのオードブル、
お寿司、お刺身盛り合せ、ご予約
承ります!



② 毎月19日はセフレの日セール

※詳しくは当日のチラシをご覧ください。

③ セフレの「ひまわり特価市」1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 …「とうふの日」 日 …「お米の日」

皆様のご来店をお待ちしております!!

安心新鮮

営業時間

A M 10:00 ▶ P M 8:00

南砺市野田52 TEL 0763-62-8811

JAなんと 協同の成果 (前年同月比)

正組合員数 2,232人(▲28) 貯蓄高 630億円(10)
正組合員戸数 1,901戸(▲14) 貸付高 43億円(0)
准組合員数 1,831人(▲4) 共済保有高 1,321億円(▲45)
准組合員戸数 1,266戸(▲13) 販売品販売高 10.1億円(▲0.5)
令和2年10月末現在 購買品供給高 11.4億円(▲2.6)

令和3年1月の予定

1日(金) 元旦

2日(土) 年始休日

3日(日) 年始休日

4日(月) 除雪機 初売り ～8日まで

8日(金) ガソリン・軽油 特売日

15日(金) ガソリン・軽油 特売日

21日(木) やすんごと会

22日(金) ガソリン・軽油 特売日

25日(月) 第11定例理事会

29日(金) ガソリン・軽油 特売日

12ページ 新年の頭の体操 まちがいさがしの解答

1…太陽の大きさが違う 3…障子に梅の模様がいない 6…茶わんの形が違う 10…猫の目が違う 12…ミカンの位置が違う

13ページ 令和3年お正月スペシャルの解答

A1 肉牛

日本で飼育されている乳牛は135万2000頭、肉牛は255万5000頭と肉牛の方が多いです(2019年)。乳牛は雌のみのため、乳牛から生まれた雄は肉牛として飼育されていることも、肉牛の方が多理由の一つといわれています。

A2 ×

脂肪分が0.5%未満の場合に無脂肪乳といい、脂肪分は0%ではありません。低脂肪乳は脂肪分が0.5%以上1.5%以下で生乳から成分(水分、脂肪分など)の一部を除去した物です。牛乳は生乳100%かつ成分無調整の物をいいます。

A3 ×

牛乳に含まれる栄養素であるタンパク質、ビタミンAなどは加熱に強い栄養素ですが、電子レンジで加熱すると急激に温度が上昇するため、ビタミンB12の量が半減してしまいます。牛乳を温めるときは鍋に入れて、ゆっくり加熱すれば栄養を損失しにくいのです。



応募者：今井 政徳さん
(上平地域)

おもしろい野菜「赤かぶ」
珍しい赤かぶの変化?!

おもしろい 野菜



おもしろい、珍しい野菜や果物の
写真を募集しています!!

広報誌を通して紹介いたします。
ご提供いただいた方には抽選で、
農協商品券1,000円を進呈いたします

宛て先・お問い合わせ
〒939-1843 南砺市金戸268-1
電話62-2123
JAなんと 総務課 広報担当 (中田) まで
各支店窓口にもお申し付け下さい

皆様とともに JAなんと 各施設電話番号

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| ・本店 …………… 62-2123 | ・上平野菜山菜加工場…67-3443 |
| ・西部支店 …………… 62-1111 | ・生活センター ………62-2500 |
| ・東部支店 …………… 62-1313 | ・福祉センター ………62-8588 |
| ・五箇山支店 ………66-2241 | ・旅行センター ………62-3013 |
| ・共済普及センター …… 62-4148 | ・車輛課(オートパルなんと)…62-3571 |
| ・共済業務センター …… 62-4128 | ・カートピアかねと …… 62-2125 |
| ・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 | ・ヨツテカーレ城端 …… 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 |
| ・農機課 …………… 64-2013 | |

～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

アドレス <https://www.ja-nanto.or.jp>



2次元コード
検索はこちら→



編集後記

新年、明けましておめでとうございます。1月号の表紙はお正月らしく華やかにと、野菜の飾り切りに挑戦してみました。人参の花形は最初に切る五角形がうまく出来ず、失敗作がたくさん出来ました。野菜の飾り切りはYou Tubeで見られますので、皆さんも挑戦してみてください。いかがでしょうか。(中田)

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：令和2年12月25日(金)～令和3年1月24日(日)

ACOOOPなんと セフレ クリーニングの 白光舎

☎ 62-0019