

こうほう JAなんと

2021

10

October

No. 247

令和3年9月17日発行



耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

上平地域・皆禰の櫻井さん



2~3 **特集「JA共済・地域貢献活動」**
4 今月の表紙
5 家庭菜園
6~7 営農情報
8~10 なんとニュース
11 野菜もの知り百科・税金小話

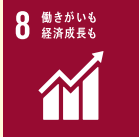
12 福祉課
13 厚生連通信
14 みんなの広場
15 JAなんと俳壇・クロスワードパズル
16~19 JAインフォメーション

地域貢献活動の取り組み

「助け合い」の精神でさまざまな活動に取り組んでいます。

健康で豊かな生活への貢献

健康管理・増進や介護・福祉に資する取り組みにより、健康で豊かな生活づくりに貢献します。



小・中学生 書道・交通安全ポスターコンクールの開催



次世代を担う小・中学生の皆さんに、「相互扶助」と思いやりの大切さを伝えるとともに、書写教育に貢献することを目的に書道コンクールを、交通安全への意識を高め幅広く社会に呼びかけることを目的に交通安全ポスターコンクールを全国ならびに各都道府県にて開催しています。

笑い与健康教室の開催



「笑い」が心や体によいということは医学的にも証明されつつあり、最近では病気の予防や治療においても注目されています。ゲームや音楽体操などいろいろな活動を通して、脳や身体を活性化させ健康増進に役立つ「高齢者の集い」を開催しています。

安全・安心を実感できる地域社会づくり

防災・減災・事故防止に資する取り組みにより、安全で安心を実感できる社会づくりに貢献します。



交通事故の未然防止と減少を願い、平成4年度から秋の全国交通安全運動期間中、県内の市町村にカーブミラーを寄贈しています。これまでに新設と交換を合わせて2,900基のカーブミラーを設置できました。

富山県の市町村にカーブミラーを寄贈し安全対策強化に貢献



地球環境への貢献

温暖化防止や環境保護に資する取り組みにより、気候変動に代表される地球環境問題の解決に貢献します。



健全な食生活を実現するために、地域の農産物などをを用いた食農教育活動に取り組んでいます。農業体験学習は、小学校と連携した取り組みも多く、多様な組織と連携して実施することから、地域とのつながり強化にも貢献しています。

食育イベント・農業体験の開催支援



はじめに

JA共済は、組合員・利用者の皆さまが、住み慣れた地域で、健康で安心して暮らせる豊かな環境づくりに貢献するために、地域の皆さまとの絆を大切にしながら、共済事業と地域貢献活動に取り組んでいます。

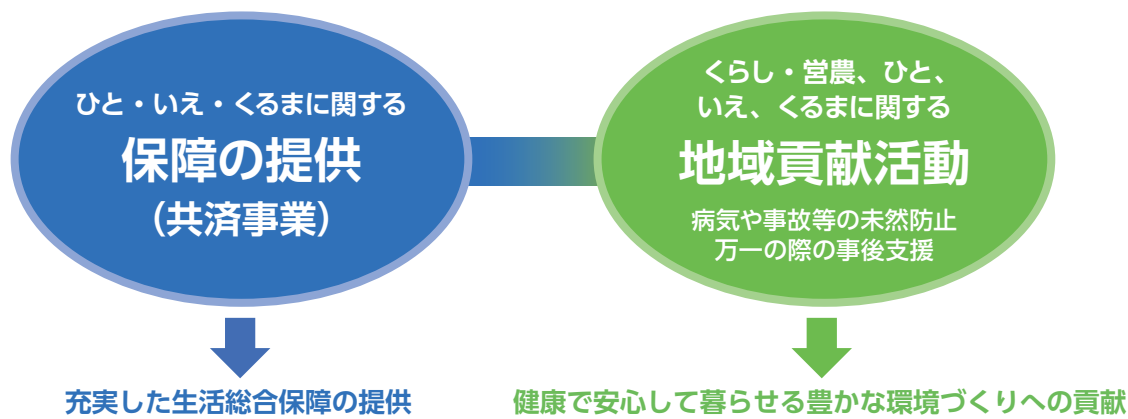
本広報誌では、JA共済が取り組むさまざまな地域貢献活動を紹介します。

JA共済事業の使命

- JA共済は、農業協同組合が理念とする「相互扶助」を事業活動の原点とし、常に組合員・利用者の信頼と期待に応え、「安心」と「満足」を提供します。
- JA共済は、最良の保障・価格・サービスによる「ひと・いえ・くるまの総合保障」の提供を通じて、組合員・利用者の豊かな生活づくりに努めます。
- JA共済は、事業活動の積極的な取り組みを通じて、豊かで安心して暮らすことのできる地域社会づくりに貢献します。

JA共済の取り組み

JA共済が実施する保障の提供と地域貢献活動（病気や事故等の未然防止と万一の際の事後支援）は車の両輪の関係にあり、相互に機能することにより「安全・安心」の輪を広げてきました。



JA共済の取り組みとSDGsがめざす世界

このような取り組みの一つひとつが、SDGsの実践そのものであり、SDGsがめざす世界の実現につながると考えています。

◆JA共済の事業活動◆



「一人は万人のために、万人は一人のために」
豊かで安心して暮らすことのできる地域社会づくり

◆SDGsがめざす世界◆



「誰一人取り残さない」
世界の実現



【JAグループのホームページより】

ニンジン カロテン豊富な緑黄色野菜！ 油と一緒に取って吸収率UP

β-カロテンの多さは緑黄色野菜の中でもトップクラスで、カロテンの名は英語の「キャロット」に由来しています。皮の近くに多く含まれているので、皮ごといただくか、薄くむいて食べましょう。

ニンジンには江戸時代に伝わった東洋系と明治以降に入ってきた西洋系があり、現在、主に流通しているオレンジ色のニンジンは、西洋種。赤く細長い「金時ニンじん」は数少ない東洋系で、今でも正月料理の彩りに欠かせない食材のひとつです。他にも紫や白、黄色や10cmほどの小型種など、さまざまな品種があります。

ニンジンといんげんのシンプルナムル

ニンジンとインゲンをごま油やごまとあえて韓国風に。カンタンに作れるナムルサラダです。

材料 2人分

- ニンジン……………1/2本
- インゲン……………4本
- A {
 - ごま油……………小さじ1
 - 塩……………小さじ1/4
 - すりごま……………大さじ1
 - 白ごま……………小さじ1
 - ニンニク……………小さじ1/4



作り方 調理時間10分

- ① ニンジンは皮をむいてせん切り、インゲンは斜め薄切りにする。
- ② ニンジンとインゲンをさっと塩ゆでし、水気をしっかりとぎっておく。
- ③ Aとすりおろしたニンニクをボウルに合わせ、②を入れてあえる。



料理上手のワンポイント!!

ニンジンは中心部よりも皮の近くのほうが甘みがあります。ひと手間かけるならなるべく皮を薄くむきましょう。

★ニンジンの栄養★

β-カロテンは、体内で必要に応じてビタミンAに変化し、皮膚や粘膜を丈夫にするため、免疫力を高めることに役立ちます。また、抗酸化作用が強いので、肌の老化防止にも。高血圧の予防に役立つカリウムや食物繊維も含んでいます。

★ニンジンの保存方法★

キッチンペーパーなどに包んでビニール袋に入れ、冷暗所もしくは冷蔵庫の野菜室に立てて保存しましょう。使いかけのニンジンはラップで包み、野菜室に。葉付きのものは、葉と根をわけて、しおれないように新聞紙に包んでこちらも野菜室に。葉は風味が落ちやすいので早めにいただきましょう。



家庭菜園



園芸研究家 ● 成松次郎

お問い合わせは…
JAなんと生産センター(☎6210261)

ソラマメ

マメ科野菜の連作を避ける



ソラマメはサヤが上向きに付くので空豆、サヤの形が蚕の繭に似ているので蚕豆とも書きます。タンパク質と糖質が主な成分で、代謝を円滑にするビタミンB群や高血圧予防に効果的なカリウム、貧血を予防する鉄分などのミネラルが豊富です。

図1 畑の準備

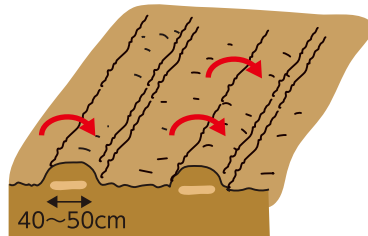
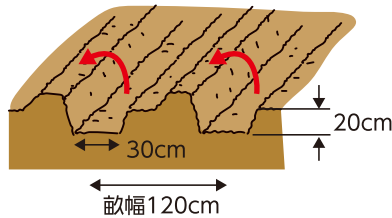
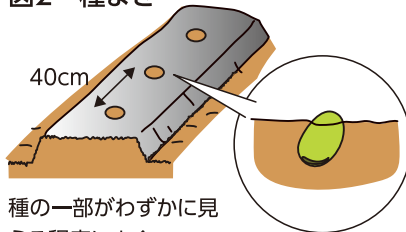
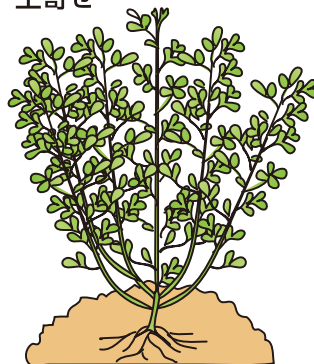


図2 種まき



種の一部がわずかに見える程度にまく

図3 土寄せ



品種

「陵西一寸」(みかど協和)、「仁徳一寸」(タキイ種苗)、「打越一寸」(サカタのタネ) など。

① 畑の準備

種まき2週間前に畑1平方m当たり苦土石灰100gを全面に施し、土とよく混ぜておきます。次に、1週間前に畝幅120cmを取り、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100g(窒素成分で10g)と堆肥1kgを入れ、土とよく混ぜて幅40~50cmの栽培床を作ります(図1)。

② 種まきと育苗

温暖地では10月中旬~11月上旬が適期で、早まきして年内に生育が進み過ぎないようにすることが大切です。じかまきは、株間40cm程度、種の黒い筋(おはぐろ)を斜め下に浅く差し込んで種の一部がわずかに見える程度に1カ所2粒をまきます(図2)。発芽がそろったら、1本を残して間引きます。育苗する場合は、ポットに1粒をまき、本葉2枚の頃に畑へ植え付けます。寒い地域では冬の間、寒冷紗(しゃ)のトンネル掛けで、霜よけをすると良いでしょう。

③ 追肥と土寄せ

春先に生育の勢いが良くなり始めたころと開花始めごろに化成肥料を畝1m当たり30g程度(窒素成分で3g)追肥します。追肥後は株元に土寄せをします(図3)。

④ 支柱立てと整枝

早春から生育が盛んになり、10本程度の側枝が出てくるので、太い枝を6、7本残すように細かい枝を切り取ります。そして、株の中に土入れし、株の両側にテープを張り、倒伏を防ぎます。

⑤ 病害虫の防除

春になるとアブラムシが飛来し、新葉に群生します。先端を20cm程度切り取っておくと、倒伏の防止にもなります。

⑥ 収穫

サヤが重みで下がり、光沢が出て黒い斑点が現れ、背筋が黒く変色するころが収穫適期です。

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

米生産者の皆様へ

① 令和3年産出荷契約米の概算金 (JA米、紙袋60kgあたり、消費税込み)

種類	銘柄	等級	概算金金額	(参考)令和2年産概算金
うるち米	富 富 富	1等	11,000円	14,500円
	コシヒカリ	1等	11,000円	13,000円
	てんたかく	1等	9,500円	11,500円
	てんこもり	1等	9,500円	11,500円
	その他	1等	9,000円	11,000円
酒 米	全 銘 柄	1等	10,500円	11,000円
もち米	新大正糯	1等	13,500円	14,000円



- 特裁コシヒカリは上記の金額に加算金1,550円プラスされます。
- バラ、フレコンについては上記金額から出荷契約米・備蓄米・加工用米は▲172円となります。
- 「JA米」の要件を満たさない「一般米」は、上記金額から▲300円となります。
- 令和2年産概算金単価には追加概算金は含みません。

② 令和3年産加工用米の概算金 (紙袋60kgあたり、消費税込み)

種類	等級	概算金金額	(参考)令和2年産概算金
うるち米・もち米	1等	6,700円	8,200円

③ 令和3年産出荷契約米等に係る流通経費の項目別単価上限見通し

令和3年産米穀出荷契約書の約定事項で、流通経費の項目別単価上限見通しについて明らかにすることとしており、下表のとおりとなります。

なお、需給環境の急激な変化等により、項目別上限単価を超えた場合は、その理由等の説明を行います。

(単価:円/60kg個、消費税込)

流通経費項目名	うるち米	酒 米	もち米	加工用米	備蓄米
流通・保管等に係る経費	1,620	1,432	1,790	1,490	1,185
事故処理費用	10	10	10	10	10
手数料	165	165	165	165	165
生産・集荷・販売等に係る経費	152	35	155	0	0
需給調整経費	22	0	0	0	0
全国監査委員会費用	2	2	2	1	1
その他	40	0	0	0	0
合計	2,011	1,644	2,122	1,666	1,361

- フレコン使用料については、流通・保管等に係る経費に含まれています。
- うるち米のその他については、産地精米の品質向上に係る経費です。
- 令和3年産米が1年間で販売出来ず、複数年にわたって販売せざるを得なくなった場合は、別途、対策経費が必要となる場合があります。
- うるち米の需給調整経費については、米穀周年供給・需要拡大支援事業に係る経費です。

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、収穫ロ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、汚損粒や破砕粒の原因となる。
- 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



令和3年 秋の農作業安全運動

実施期間：8月20日～10月20日



熱中症予防を！



水路転落注意！



用水路沿いの草刈り



- ・あなたも農作業中に「ヒヤリ」とした経験はないですか？
- ・秋も引き続き熱中症予防に取り組みましょう。

コンバインによる収穫作業など、秋の農繁期は農作業事故が発生しやすい季節です。用水路等の危険個所の把握や余裕をもった作業計画、各作業に応じた服装の着用など、事故を未然に防止する対策を徹底しましょう。

- ① 農場の危険箇所や危険な作業を事前に把握し、改善に努める。
- ② 余裕をもった作業計画を立て、複数人での作業を心がける。
- ③ 各作業に応じた服装、保護具を着用する。
- ④ 機械等の使用前には点検整備を徹底する。

コンバイン使用時の注意事項

- 衣類が巻き込まれないよう、袖口や裾が締まった服装を着用する。
→ 手袋は使用しないか、手に密着したものを着用する。
- 詰まったワラを取り除く時は必ずエンジンを切る。
- 後進時には、死角が多いので補助者による誘導や確認を行う。
- 緊急停止装置や手こぎ作業時の安全装置が正しく動作するか確認する。

広報9月号2・3ページの特集で営農組合の名称が間違っておりました。訂正しお詫びいたします。申し訳ございませんでした。

・大鋸屋営農組合→(農)大鋸屋営農組合 ・野田営農組合→(農)野田営農 ・いのくち営農組合→(農)いのくち

令和3年「夏季集落座談会」開催

JANAなんととは8月2日から6日まで、南砺農業会館において、「夏季集落座談会」を開催しました。各地区の組合員や生産組合長173名が出席する中、常勤理事の挨拶後、各支店より貯金商品や新サービス等のお知らせをしました。営農事業では、令和3年産の水稲・大豆の今後の技術対策として、適切な水管理や病害虫防除などを徹底することを説明しました。

また、これから収穫を迎えるカントリー稼働計画や、令和4年度の酒造好適米やうるち米の作付計画について説明し、高品質で求められる米生産を目指すことをお願いしました。

ご意見・ご質問(回答)

Q 令和3年産大麦の反収は282kgとなっているが、過去5年の平均と比べて多いのか、また、畑作物の直接支払い交付金の数量払いが行われる反収は何kgなのか。

A 反収の過去5年間の平均は258kgなので多いです。また、数量払いが行われる反収は、昨年の単価の5,550円/俵として181kgあれば数量払いがあると思います。

Q 酒米の来年度産の需要は前年に比べてどのような見込みか。また、2年産の在庫はまだあるのか。

A 来年度産の需要見込みにより五百万石は20haの増産、雄山錦8ha程度の減産、山田錦は現状維持で全体で38%の増産を見込んでいます。在庫については、令和3年度に持ち越した分が残っています。

Q 令和3年産米の仮渡金はいくらぐらいか。

A 6月末の民間在庫は219万tと前年対比で19万tと多く、需要量は前年実績を10万t下回っている需給状態です。これらをふまえると仮渡金価格は、令和2年産コシヒカリが1俵13,000円でしたが、これに対して最低1,000円は下がると思われます。また、五百万石も500円程下がると思われます。

Q Jコートコシヒカリ特2号の早期引き取りの価格は、春の時の予約価格と同じか。また、この分の決済は令和3年度にするというのが、大口奨励金への対象は何年度の分とするのか。

A 価格は春の時と同じです。大口奨励金の対象は、来年の令和4年度分とします。

Q 紙袋への記入で「年産」の箇所は「令和」も記入しなくてはならないのか。

A 3年産ということで、「3」の数字だけ記入して下さい。

Q 来年度の転作で大麦はどのくらい作付すれば良いのか。

A 生産目標面積の正確な数字は来年1月でないとお伝えできないが、現状をふまえると減ることが予想されます。転作としては面積を増やす必要があると思います。



たくさんのご出席ありがとうございました。皆様からいただきましたご意見・ご質問はJAの事業に反映させてまいります。

艶やか紅色 五箇山合掌みょうが

五箇山合掌みょうが生産部会

「五箇山合掌みょうが」の出荷が8月10日から始まりました。

ミョウガは、湿り気と乾燥を繰り返すことで生育しますが、収穫間近の7月中旬から雨量が少なかったため、出荷は昨年より1週間ほど遅くなりました。8月に入り雨量が多くなったことにより、良好に収穫が進み、9月末まで出荷される見込みです。生産者は20名で1.6haで栽培しています。

ミョウガは、昼夜の寒暖差が大きい自然条件を活かし、芽を敷いて栽培されます。艶やかな紅色で、大きく実が締まり、香味が強いのが特徴。ミョウガの甘酢付けや和え物など伝統料理が人気で、県内外からの需要が多い食材です。

ミョウガを選別する、JAなんと営農職員



今年もお盆の花人気

JAなんと「朝市」開催

JAなんと特産振興課は8月13日、恒例行事となっているお盆の花を販売する「朝市」をAコープなんとセフレ店で開きました。今年は雨の中の開催でしたが、大勢の方にお越しいただきました。

会場には、管内の花き生産者が栽培した菊、蓮、アスター、ケイトウ、ユリなどが並び、来場者の皆さんは色とりどりの商品を買って求めました。

今年も新型コロナウイルスの感染防止対策として、来場者にはマスクの着用と人数を制限し実施しました。



色とりどりの仏花を買求める来場者

そうめんかぼちゃ TVで紹介

(公財)世界遺産相倉合掌造り集落保存財団

平地域・相倉の「そうめんかぼちゃ」が8月27日、北日本放送局の生中継で紹介されました。

「そうめんかぼちゃ」は、(公財)相倉合掌造り財団が休耕田を活用し栽培。日本の原風景を再現し、観光客に地元をめずらしい野菜を見て楽しんでもらおうと活動しています。

放送では、そうめんかぼちゃの特色やサラダ、酢の物、粕漬の美味しいレシピも紹介しました。



(公財)相倉合掌財団の職員が「そうめんかぼちゃ」を紹介

令和3年産 早生品種「五百万石・雄山錦」 順調に収穫 初検査1等に格付け

城端・井口地域で8月22日から9月8日まで、早生品種「五百万石・雄山錦」の収穫が行われました。5月～6月の低温により出穂期が平年より2日遅くなりましたが、梅雨明け後の高温により登熟が進み、8月24日頃に概ね成熟となり、平年並みの収穫スタートとなりました。

8月30日の初検査では、五百万石の17,220kg分（フレコン、紙袋）を検査し、全量1等と格付けされました。品質概況は、粒形・水分は平年並みで、被害粒は前年より少なく、総体的に平年並みのやや良となっています。新型コロナウイルスの影響により日本酒の需要が減少したことから、管内の酒造好適米の作付面積も昨年より約90ha減り、今年度の作付面積は303.5ha（山田錦含む）となりました。来年度に向けて需要回復することを期待し、更なる酒造好適米産地として高品質原料の生産に取り組みます。

是安地区（8月23日）



大鍋屋地区（8月26日）



初検査の様子（8月30日）



「五箇山ぼべら」今年も豊作!!

上平地域・新屋 田中 進さん

五箇山地域特産の伝統野菜「五箇山ぼべら（カボチャ）」の収穫が8月中旬から9月中旬まで行われ、県内のスーパーや地元直売所に出荷されています。

「五箇山ぼべら」は、世界遺産の五箇山合掌造り家屋の屋根に使われた古いカヤを畑に敷く、昔ながらの農法で栽培されます。代々受け継いできた種を使用し、ラグビーボールの形をしたカボチャで、食感が柔らかく濃厚な甘味があるのが特徴。

上平地域・新屋の田中 進さんは「五箇山ぼべら」の栽培は15年目。今年は15aの畑で、収量は約1200kgとなりました。



ぼべらの収穫に汗を流す田中さん

田中さんは「今年7月の雨量が少なく、天気が続いたおかげで大きいものが採れた。一番大きいもので3.5kgほどになる。今年も豊作だ。」と喜んでおられました。

サツマイモ (ヒルガオ科サツマイモ属)

土壌医 ● 藤巻久志

サツマイモ (スイートポテト) もジャガイモ (ポテト) も救荒作物です。どちらも原産地は中南米で、コロンブスの新大陸発見により欧州、アフリカ、そしてアジアに伝えられました。サツマイモは根が肥大した塊根 (かいこん)、ジャガイモは茎が肥大した塊茎 (かいけい) です。

野菜の名前には歴史や逸話があつて面白いです。サツマイモは薩摩国から江戸に伝わったから「薩摩芋」。薩摩国には琉球から伝わったから「琉球芋」。琉球には唐から伝わったから「唐芋」(からいも)。中国では甘い薯(いも)だから「甘藷」(かんしょ)です。

沖縄県のサツマイモは、植物防疫法によって、本土に持ち込むことが規制されています。本土には生息していないイモゾウムシのまん延を防止するためです。沖縄県はウリミバエ根絶で開発された技術を基に防除事業を行っていません。近い将来、肉色が赤や紫の「紅イモ」が本土でも食べられるようになると思います。

収穫直後のサツマイモは甘くありません。でんぷんが糖化するのに2〜3週間かかります。貯蔵期間が長くなると甘味は強くなりま

すが、ホクホク感は薄れます。貯蔵適温は13度で、10度以下の低温に長く置くと中が黒く腐敗します。一般家庭では購入後できるだけ早く使い切ることをお勧めします。

サツマイモはあくが強く、切り口が空気に触れると黒く変色します。きんとんやサラダなど色を美しく料理したいときは、皮を厚めにむき、すぐに水に漬けます。漬け過ぎると水溶性のビタミンCが流失してしまうので短時間にします。

戦中から戦後にかけて、アルコール製造用の多収の品種が、まさに救荒作物として国民を飢餓から救いました。しかし、アルコール製造用の品種は粘りも甘さも少なく、サツマイモを見るのも嫌だという人が増えました。今は「安納芋」や「べにはるか」などとてもおいしい品種が栽培され、ケーキやアイスクリームにもなっています。



御隠居と熊さんの

ぜいきん小話

砺波税務署

「国税に関する各種手続はご自宅等から」

熊さん：御隠居、新型コロナウイルス感染症がなかなか収まりやせんね。あつしは、税金の相談をしたいのでやんすが、外出するのも不安なご時世でやんすから、どうしたものかと思ひやしてね。

御隠居：税金の一般的な質問であれば、税務署に行かなくても国税庁ホームページ (<https://www.nta.go.jp>) の「タックスアンサー」を使って、よくある税の質問に対する一般的な回答を税金の種類やキーワードごとに調べることができるぞ。電話による相談であれば、電話相談センターで受け付けておるぞ。

熊さん：さすが御隠居、よくご存じでやんすね。あつしの質問に御隠居が答えてくれるように、タックスアンサーや電話相談センター以外に税に関する質問に答えてくれる方法はないんですかい？

御隠居：タックスアンサー以外にも、所得税の確定申告や年末調整に関する疑問や、医療費控除や住宅ローン控除などの問い合わせが多い質問については、年末調整や確定申告の時期に併せて、チャットボットによる**税務相談**を受けておるんじやよ。AIを活用して自動で回答してくれるのじや。利用可能期間中は土日、夜間に関係なくいつでも利用できるから、税務署に行かなくても税について調べられるのじやよ。

熊さん：具体的に書類や事実関係を確認する必要がある場合など、電話での回答が困難な相談内容はどうすりゃいいんですかい？
御隠居：税務署では、電話での回答が

困難な相談内容については、事前に所轄の税務署に電話等で相談日時を予約してもらっておるんじやよ。

熊さん：へえ、なるほど。国税庁ホームページを利用して調べることができるんでやんすね。税務署の窓口で相談する場合も、事前に予約したほうが必要な書類なんかも確認できやすしね。そーいやあ、申告書の作成も税務署に行かなくてもできましたよね？

御隠居：おおそうじや。熊さんも、少しは税金の手続きが分かるようになったのう。熊さんの言うとおり、申告手続も、パソコンやスマートフォンから国税庁ホームページにアクセスして画面案内に従って入力すれば、申告書の作成や送信ができるのじやよ。毎年2月から始まる確定申告では、多くの人が利用しているのじやよ。

熊さん：混雑した申告会場に向かなくても、自宅から手続きが完了できやすからね。税務署に行かなくてもいいのは助かりやすね。
御隠居：熊さんや、税金の納付も、税務署の窓口や金融機関に向かなくてもできるのじやよ。税務署や金融機関に行かなくても納付手続ができる「**キャッシュレス納付**」が便利じや。キャッシュレス納付には、ダイレクト納付やインターネットバンキングから納付するなど、様々な方法があるのじやよ。

熊さん：そいつは便利でやんすね、御隠居。日頃からの準備が大切でやんすから、帰って国税庁ホームページを見てみるでやんす。

介護者がサービスの利用を拒むケース

介護者メンタルケア協会代表 ● 橋中今日子

介護者がサービスの利用を拒むケースがあります。男性の主介護者がサービスを拒み、見かねた家族から相談が寄せられることが多いです。男性介護者は「他人に頼らず自分で解決する」ことが美德とされる社会で生き抜いてきた方ばかり。他者の協力を得る経験そのものが少ないのですから、当然のことでしょう。



■「本当の困り事」は見えにくい

大手メーカー管理職のBさん（50代男性）の事例です。「父（80歳）が、認知症の母（75歳）を実家で介護しています。母の世話は自分一人で大丈夫だと言い張り、要介護認定の申請を説得するのに3年かかりました。その後も、宅食などの保険外サービスは利用していますが、介護保険サービスは拒否し続けています」。

この場合、キーパーソンはケアマネジャーのCさんでした。様子を見に来たCさんが「今日は少しお疲れのようですが、何かありましたか？」と父親に尋ねると、「夜中まで薬を整理しててね……」と語ったそうです。父親は、夫婦合わせて4カ所から処方される小さな錠剤やカプセルを、通院のたびに自分で丁寧に仕分けしていたのです。Cさんは「薬剤師さんが薬を整理してくれますよ」と薬剤師訪問サービスの利用を勧めました。

■小さな信頼を積み上げる

疲れ果てた父親は「話だけ聞いてみよう」と提案を受け入れました。薬剤師は主治医と薬局と連携して薬の種類を減らし、朝昼晩と1回分ずつパックにまとめる指示を出してくれたのです。小さな薬の仕分けから解放された父親は「専門家は頼もしいな！」と感激。その後「デイサービスに行くと活動量が多くなって、足腰にいいですよ！」とCさんから勧められ、母親のデイサービスの利用を前向きに検討し始めました。

Cさんの提案を父親が受け入れたのは、頻繁に顔を見せて関係性を深め、本当に困っているタイミングで手を差し伸べたからでしょう。説得したい気持ちは少し横に置いて、本人が訴えていない困り事を探してみるのも一案です。

手軽に健康 手指体操

手首回して柔軟性アップ!

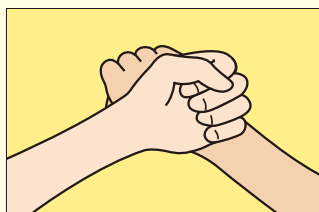
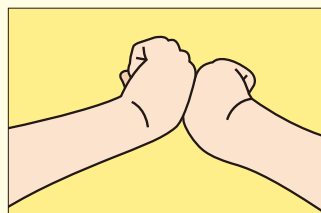
健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

両手を離さずぐるりと1回転

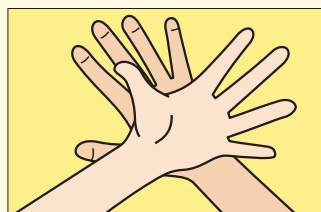


① こぶしを軽く握り、右手を上にして手の甲同士を合わせます。

② 手の甲同士をこするようには手首を回転させていきます。ゆっくりでよいので両手が離れないように注意して。



③ 1回転したら、左手が上に来ます。



④ 回転し終わったところで指をパツと開きます。再びこぶしを握り、逆回転させて1セットです。これを3セット続けて行いましょう。

「皮膚癌」

厚生連高岡病院

形成外科診療部長

杉下 すぎした
和之 かずゆき

皮膚癌の多くは日光にあたる顔面や四肢に発生します。高齢者に多いため、高齢化社会を迎える今後、皮膚癌の発生増加が予想されます。皮膚癌は目に見える部位に発生するため、早期での発見が可能であり、適切な治療を行うことにより完治する皮膚癌も数多くあります。

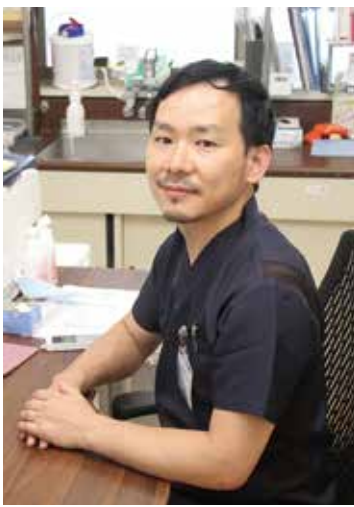
皮膚癌の種類には放置しておくことと癌化する前癌病変である日光角化症、ボーエン病、ほとんど転移を起こすことのない基底細胞癌、皮膚癌の中では比較的多く、転移をきたすこともある有棘細胞癌、外陰部に発生して湿疹と勘違いされやすい乳房外パジェット病、転移することが多く、悪性度が高い悪性黒色腫、メルケル細胞癌など様々な特徴を持ったものがあります。皮膚癌はそのまま放置しておくことと徐々に大きくなり、全身の他の臓器に転移して、最終的には生命を脅かす可能性があります。そのため診断されれば必ず治療を受けていただく必要があると考えます。

治療前には、ダーモスコピーという拡大鏡を用いたり、リンパ節や他臓器へ転移している可能性を疑えば超音波、CT、MRIやPET-CTなどの画像検査を行う必要があります。また癌を疑った場合に腫瘍の一部を切除して病理検査（腫瘍の種類を決定するために細胞の検査）

を行い、診断を行ってから手術を行うこともあります。いつも全ての検査を必要とするわけではありませんが、適切な治療を選択していただくためにこのような検査を受けていただく場合があります。

手術は腫瘍の悪性度などにより切除範囲が異なります。悪性度が高いものほど幅広い切除が必要です。基本的には切除後に皮膚を縫い縮めますが、大きく切除する場合など腫瘍を切除した部位が縫い縮められなかった場合には、人工の皮膚、別の場所からの皮膚移植、周囲の組織を使った皮弁術などを組み合わせる可能な限り術前の見た目と機能を取り戻す再建を行います。

気になる皮膚病変がある場合は形成外科を受診していただき、相談していただければ幸いです。最善の治療方針を提案させていただきます。



厚生連高岡健康管理センターからのお知らせ

JAなんと広報
9月号掲載

肺機能(呼吸機能)検査 中止について

厚生連高岡健康管理センター所長 亀谷 富夫

令和3年8月上旬より肺機能（呼吸機能）検査を再開しましたが、日本全国で新型コロナウイルス感染者数増加に歯止めがかからず、富山県でも感染者数が急増していることから、8月11日より再び肺機能（呼吸機能）検査を中止しております。

肺機能（呼吸機能）検査を実施できない期間が長くなっておりますが、ご協力をお願い致します。



みんなの広場



地域の

活動紹介

平壮年会

「人形山登山道整備」

平壮年会の年間行事で最も力を入れている活動は、人形山の登山道整備です。毎年、5月と10月の年2回活動しています。

6月第1日曜日の山開きに向け、今年は13名の会員が頂上まで約6キロの草刈りや危険個所のロープ張りなど、安全に登山が出来るよう心がけて整備しました。山開きには、300名以上の登山客が訪れ、事故もなく無事に行事を行うことが出来ました。

これからも、毎年多くの登山者が訪れる人形山の整備を行い守っていきたいと思います。

平地区



我が家のアイドル

南山田地区

飼い主：安達亮太
種類：フレンチブルドッグ
愛称：ゴン太（オス 13歳）



ゴン太は、亮太が3歳になる誕生日に弟として家にやってきました。そのブサカワイイ見た目からゴン太と名付けました。遊んでもらうことが大好きで、ゴン太の姿に家族みんなが癒されています。今では13歳と高齢になりますが、病気もなく元気です。

JAなんと俳壇



◆ 利波川社句会

炎昼のわが歩わが身を運びをり 達
 端居して言はず語らず過去思ふ 孝
 青柿のたわわな枝の道にあり 一 椿
 雨なれど雨も明るし立葵 不 二
 空蟬の足に力のなほ残る 昭 代
 水足りて青田に力ゆきわたる 日 登 美
 繕ひの小さき跡や古簾 淑 枝
 救急車今日三度目の極暑かな や す 子
 降り立てば風鈴の音の迎へあり 純 尚
 夏草を刈る鎌の音滑らかに 清 美
 べつたりと張り付くシャツに首に汗 志 美 枝

◆ 寿句会

星月夜ナイトカフェに杯交す 欣 正
 紅くとも白粉花といふ名前 忠 代
 面会に無事確かむる今朝の秋 香 織
 よく熟れしトマトとオクラ頂きし 千 恵 子
 筒抜けに蟬の鼓動の茶の間まで 敏 子
 落伍せぬ事を願ひて登山杖 みのり
 諸を握る茎まで食べし戦時ふと 光 子
 緑蔭や猫長々と寺の堀 美 智 子
 朝夕の水撒くことも一仕事 小 夜 子
 再生のらくらくスマホ生身魂 未 知

◆ クローバー句会

雨上り青嶺の峰が湖の面に 文 子
 色鳥やドロップス缶の蓋開く 悦 子
 ぼたぼたと汗の落ちゆく草の上 好 子
 酷暑かな未明のメール誤着信 茂 美
 ほどほどに記事斜め読み秋暑し シ ゲ
 雨上り秋撒きの芽のつぎつぎと 真 理 子
 農薬の誘惑断ちて蕎麦の花 孝 臣
 つづれさせ鉄を分けて紙と布 城 子

◆ 短歌 個人参加

明日採ろう 一番成りだ あの西瓜
 むじな野郎めが その晩 盗む
 暑も過ぎて 空に無数の 秋あかね
 夜は 草むらに 虫の声きく
 のり子 (上平地域)

～個人の方の俳句や短歌 お待ちしております～

ご希望の方は、JAなんと総務課、または各支店までご持参下さい。Eメール、郵送でもお受けいたします。

JAなんと総務課 〒939-1843 南砺市金戸268-1
 Eメール kouhou@ja-nanto.or.jp
 Tel62-2123
 西部支店 Tel62-1111
 東部支店 Tel62-1313
 五箇山支店 Tel66-2241

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・F順に並べることができる言葉はなんでしょうか？

ヨコのキーワード

- ①野山の散策を楽しむレジャー
- ②鶏肉の部位の一つ。羽の一部です
- ③イノシシを家畜化したもの
- ④沖縄にいる飛べない鳥、ヤンバル
- ⑥南米にある南北に細長い国
- ⑨定期的に刻まれているもの
- ⑪アイボリーとも呼ばれる淡い黄白色
- ⑬スマートフォンにはさまざまなデータが—されています
- ⑮軽く硬い金属。元素記号はTi
- ⑰ギョーザや中華まんの中身をこう呼ぶことも
- ⑲漢字から作られました

タテのキーワード

- ②押し入れの上に作られた物入れ
- ⑤青物—へ野菜を卸しに行った
- ⑦祝い事に付きものの魚
- ⑧とても小さな滴が降ってきます
- ⑩知識やひらめきを駆使して解きます
- ⑫感謝の—を込めて花束を贈った
- ⑭つらいことが続くとこぼしたくなることも
- ⑯船の積み荷を地上に移すこと
- ⑰能ある—は爪を隠す
- ⑲サツマイモには食物—が豊富に含まれます
- ⑳陰暦10月の異称

応募方法

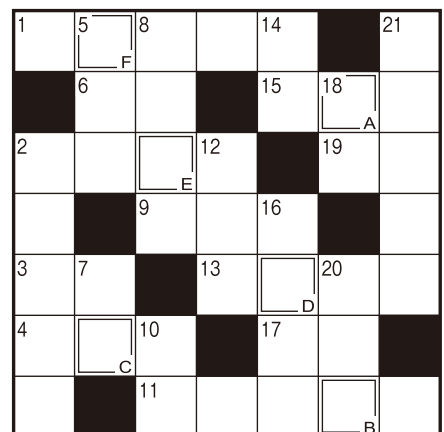
下記の要領で官製はがきに必要事項を明記しご応募下さい。

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

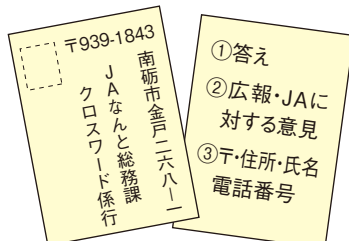
令和3年
10月7日(木)
必着

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!!



正解

イ	ネ	カ	リ	ヒ	マ
ラ	タ	ン	テ	グ	ス
ク	ケ	タ	マ	ラ	ク
ア	イ	ン	ウ	シ	ツ
マ	ロ	ン	ミ	サ	キ
ド	ウ	ア	ツ	ガ	ミ



- ①答え
- ②広報・JAに対する意見
- ③〒・住所・氏名 電話番号

9月号の正解と当選者

応募総数13名のうち左記の方が当選されました。

赤尾 素子さん 橋場 恵子さん 吹上 都さん (五十音順)

提携コンビニATM利用手数料改定のお知らせ

平素は格別のお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。

当組合では、誠に勝手ながら以下のとおり提携コンビニATM利用手数料の改定を予定しております。

今後とも、当組合ではサービスの充実を図り、お客様のご満足や利便性の向上に努めてまいりますので、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

JA店舗内のATM手数料は引き続き「**無料**」でご利用いただけます。

2021年10月1日(金)より改定となる手数料(消費税込み)
※セブン銀行・ローソン銀行・イーネットのATM利用手数料

【現 行】

		お引き出し	お預入れ
平 日	8:00~8:45	110円	110円
	8:45~18:00	無料	無料
	18:00~21:00	110円	110円
土 曜	8:00~9:00	110円	110円
	9:00~14:00	無料	無料
	14:00~21:00	110円	110円
日曜・祝日	8:00~21:00	110円	110円



【改定後】

		お引き出し	お預入れ
平 日	8:00~8:45	220円	220円
	8:45~18:00	110円	110円
	18:00~21:00	220円	220円
	土曜・日曜・祝日	8:00~21:00	220円

※いずれも当組合キャッシュカードご利用の場合の手数料です。
※残高照会につきましては、引続き無料でご利用可能です。
※稼働時間はATMによって異なる場合がございます。

なお、2021年9月25日より、お客様の取引状況に応じて提携コンビニATM・ゆうちょ銀行ATM利用手数料等を優遇するサービス「JAバンク富山優遇プログラム」が開始となります。[詳細は17ページをご参照ください](#)。
またはJA店舗窓口にお尋ねください。

西部支店(62-1111) 東部支店(62-1313) 五箇山支店(66-2241)

除雪機 点検キャンペーン

積雪前の点検は
お済みですか?!

受付期間 10月1日(金)~11月末

エンジンオイル(2ℓ)まで  円です。

但し、オイル交換工賃1,800円、引き取り配達料、その他部品工賃は有料です。

お問合せ … JAなんと農機センター 電話 0763-64-2013



2021年9/25(土)サービス開始!

JAバンク富山 優遇プログラム

振込も入出金もおトクに!新しいサービスが始まるよ!

優遇対象となった方について、翌月25日から翌々月24日まで
提携ATM入出金手数料が最大3回まで無料!

※提携ATM(セブン銀行・ローソン銀行・イーネット・ゆうちょ銀行)の入出金手数料が対象です
 ※2021年9月25日~2021年9月30日のお取引については、キャッシュバック対応となります

JAネットバンクでの振込手数料が最大2回まで無料!

※JAネットバンクにおいて振込手数料の発生する取引が対象です

対象となる方は?お申込方法は?

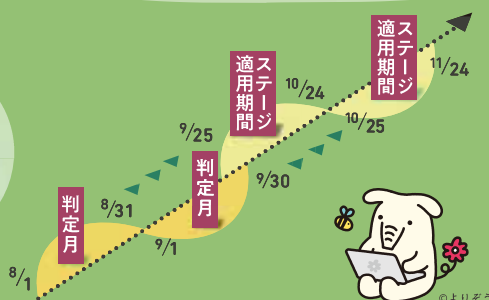
個人のお客さまであればどなたでも対象になります。面倒な申込手続きは一切不要で、自動的に申込となります。申込費用・年会費等も一切かかりません。

JAバンク富山優遇プログラムって?

JAとのお取引内容に応じて、3段階のステージをご用意し、ステージに応じて各種手数料の優遇等を行うサービスです。

3段階のステージとは?判定月や適用期間は?

- お客さまとJAとのお取引内容を毎月末時点でポイントに換算します。
- 合計得点に応じて、お客さまごとにステージ1、ステージ2、ステージ3の3段階のステージを設定させていただき、翌月25日~翌々月24日までの1か月間、ステージに応じて各種手数料の優遇を行います。



ステージ別の優遇内容と回数※ 自身のステージはJAネットバンクログイン画面で確認いただけます!

優遇内容	ステージ1 (0点~49点)	ステージ2 (50点~99点)	ステージ3 (100点以上)
1 提携ATM入出金手数料無料 (セブン銀行・ローソン銀行・イーネット・ゆうちょ銀行)	—	2回	3回
2 JAネットバンク振込手数料無料	—	1回	2回

※ステージ適用期間内の上限回数です 回数はお取引内容に応じて 適用期間ごとに更新されます

得点対象取引とポイント ※下記合計点により、お客さまのステージが決定いたします。

得点対象取引	取引内容 (ポイント条件)	ポイント
給与・賞与受取	判定月またはその前月に5万円以上の振込をお受け取りいただいていること	50
年金受取	一定期間内に公的年金(農林年金、農業者年金、新国民年金・国民年金、厚生年金、共済年金等)として振込をお受け取りいただいていること	50
JAカード利用	判定月またはその前月、前々月にJAカードをご利用され(ショッピングや引落し等)、その代金をJAの口座からお支払いいただいていること	50
組合員資格	判定月の月末時点で、当組合の正組合員資格・准組合員資格をお持ちであること、または当組合員の正組合員の家族であること	20
ローン残高500万円以上	当組合所定のローン(住宅資金・生活関連資金等)を判定月の月末時点で合計500万円以上ご利用いただいていること	50
ローン残高500万円未満	当組合所定のローン(住宅資金・生活関連資金等)を判定月の月末時点で合計500万円未満ご利用いただいていること	30

留意事項

●ローンの種類によっては、ローン残高に含まれない商品もございます。●記載されている年金以外も対象となる場合がございます。●ご返済が遅れているローンの残高はポイント加算の対象となりません。●組合員にご加入いただくには出資が必要です。●同一項目で複数契約がある場合でも二重に集計はいたしません。●金融情勢の変化等により、当サービスの内容を予告なく変更・停止する場合があります。●詳しくはお近くのJA店舗にお問合せください。

JAバンクのキャッシュカードなら…!

JAバンクATMは全国どこでも無料で利用可能!

※稼働時間はJAごとに異なります。



【お申込み・お問い合わせは JAなんと本支店窓口まで】

「井口丹波黒大豆エダマメ収穫大会」中止のご案内

「井口丹波黒大豆エダマメ収穫大会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止とさせていただきます。毎年、ご来場いただいている皆様には申し訳ありませんが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。なお、枝豆の販売もいたしません。

井口丹波黒大豆出荷組合
お問合せ…JAなんと 生産センター Tel.0763-62-0261

ヨッテカーシ しょうはな 城端
Yottekare-johana

今月のおすすめ品!!

明太クリームチーズ

明太子と
クリームチーズ入り!!

明太子にクリームチーズが絡み、
まろやかに仕上がりました。
温かいうちにお召し上がりください!!



1個
(税込)

210 円

9月30日(木)は「交通事故死ゼロを目指す日」です

秋の全国交通安全運動

期 間 令和3年 9月21日(火)～9月30日(木)

スローガン ゆずり合い 心でひろがる 無事故の輪



運動重点

1. 子供と高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
2. 夕暮れ時と夜間の事故防止と歩行者等の保護など安全運転意識の向上
3. 自転車の安全確保と交通ルール遵守の徹底
4. 飲酒運転等の悪質・危険な運転の根絶



南砺警察署

南砺市交通安全協会

人事異動

令和3年8月31日付 ●退職 田中 真尋 【退職事由】依願退職 【旧職務】西部支店

理事会報告

審議事項は左記のとおりです。

第6回定例理事会 8月25日開催

附議議案

第1号議案 令和3年産米の直売予定数量について

令和3年産米の集荷予定数量に対して、直売予定数量を説明し承認された。

第2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、出資口数の減少をすることが出来ることから、減資口数、氏名を報告して説明し承認された。

報告事項

①7月末経営実績及び事業の実施報告

合計残高試算表、主要勘定検討表により実績を報告した。

②夏季座談会の意見集約

城端・井口地区の夏季座談会を、8月2日から6日にかけて実施し、その際に寄せられた意見・要望とそれに対する回答等を報告した。

③株リーフの月次報告

7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。

④組合員の加入・脱退状況

全部譲渡による新規加入者2名、一部譲渡による新規加入者1名、相続による新規加入者9名、死亡による脱退者13名、譲渡による脱退者3名、任意脱退者4名と報告した。

⑤ふれあい訪問の反響結果について

「JAバンク優遇プログラム」、「旅行センター」からのお知らせ」のチラシ配付と共に組合員宅を訪問し、その際に職員が賜った意見を報告した。

⑥令和2年産米の直売状況について

令和2年産米における直売取引状況について、品種別数量を報告した。

⑦令和3年産 大麦収量及び検査結果について

令和3年産の大麦の検査結果及び収量について、集落別に報告した。

⑧永久劣後ローンの参照金利について

農林中央金庫との永久劣後ローンについて参照金利が変更となることを報告した。

⑨貯金口座の不正利用防止等に関する対応について

「架空名義口座」や一定期間ご利用の無い「不活動口座」について不正利用防止等の観点から、強制解約などの対応について報告した。

JAなんと

協同の成果

令和3年7月末現在

(前年同月比)

正組合員数 2,211人(▲28)
正組合員戸数 1,896人(▲10)
准組合員数 1,827人(▲4)
准組合員戸数 1,259人(▲8)

貯金高 631億円(1)
貸付高 46億円(2)
共済保有高 1,290億円(▲49)

販売品販売高 1.5億円(▲0.7)
購買品供給高 8.0億円(0.3)

A・COOPなんと **せつし** からお知らせ

安心新鮮

営業時間
A10:00▶P8:00

南砺市野田52
TEL 0763-62-8811

①10月1日リフレッシュオープン 1周年!!

日頃のご愛顧に感謝を込め企画いたします。

(※詳しくは当日の朝刊折込チラシをご覧ください。)

②駅弁大会

実施期間:令和3年10月9日(土)・10日(日)

全国各地から有名駅弁大集合!!

※数に限りがありますので、お早めにご来店下さい。



③毎週、月・火・水曜日は
税抜**2,000円以上**
お買い上げのお客様へ、
日曜日に使える100円券を進呈中!!



★せつしの「ひまわり特価市」10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」
…「冷凍食品の日」 日 …「お米の日」
木 …「とうふの日」

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



靴23cm



応募者：中路千津子さん（城端地域）

『オニフスベ』田んぼ横の雑木林で発見!!
どんどん大きくなってビックリ!

『カボチャ』 仲良くつついちゃった!

オニフスベ：ハラタケ科のキノコ
日本特産で夏から秋、庭先や畑などの地上に生じる。白色の球状で直径20~50cmもあり弾力がある。白い時のみ食用可能。
(ウイキペディア、きのこ図鑑より)

～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 (各支店窓口でも受け付けいたします。)

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 課 ……………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(オートバールなど)…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)
ジコは クミアイ
0120-258-931
- キャッシュカード 夜間・休日事故受付
失くしたらここへ番
(紛失・盗難)0120-794-551
- JAカード(クレジットカード)
事故受付・24時間対応
イゴク ロウナシ
(紛失・盗難)0120-159-674
- プロパンガス(24時間対応)
各カートピアSSへ
LPガス保安センター 0763-22-5595

編集後記

実りの秋です。新米や秋の食材が豊富な季節になりました。秋野菜をたっぷり食べて夏の疲れを癒やし、コロナに負けない身体づくりをしたいものですね。今は遠出が出来ないので産地直送便で取り寄せるのもいいかも…食べ過ぎには注意ですが。(中田)

JAなんと 令和3年 10月の予定

- | | | |
|--------|----------|-----|
| 1日(金) | ガソリン・軽油 | 特売日 |
| 8日(金) | ガソリン・軽油 | 特売日 |
| 15日(金) | ガソリン・軽油 | 特売日 |
| 22日(金) | ガソリン・軽油 | 特売日 |
| 25日(月) | 第8回定例理事会 | |
| 29日(金) | ガソリン・軽油 | 特売日 |

セフレ クリーニング割引券



25%off

見本

※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3年9月25日(土)～令和3年10月24日(日)

ACOOPなんと セフレ クリーニングの 白光舎

毎週水曜日:定休日 ☎ 62-0019