



あおば

私たちの農業コミュニケーション情報誌

2023

9

Vol.271

特集

STOP!老人脳

脳寿命を延ばす健康生活



朝から多くのお客様でにぎわう みのり館夏祭り



▲新鮮野菜を求めてお客様でにぎわうみのり館

JAあおば農産物直売所「あおばの里みのり館」で7月30日（日）、大沢野地区のふれあい活動として夏祭りイベントが開催されました。支店職員やふれあい委員も参加し、イベントを盛り上げました。

特設コーナーでは、かき氷や焼きとうもろこしの販売、すいかの直売など夏らしさ満点の内容でお客様をお出迎え。ほかにも小学生以下のお子様を対象にした夏野菜すくいやとうもろこしの収穫体験コーナーなどが企画され、家族連れなど多くのお客様でにぎわいました。

みのり館では、人気のソフトクリームに限定トッピングを追加。多くのお客様にご注文をいただき、普段と違う味わいとして大変好評でした。

一呼吸を置いた運転で事故防止 交通安全教室



大山営農経済センターで7月12日（水）、交通安全教室が開催され、富山県富山南警察署交通課の署員が出前講座を行いました。

講師の溝口大輔係長は、自身の経験を踏まえながら「どんなに交通ルールを守っていても防げない事故はある。少しでも事故を起こさないようにするには、やはり速度を抑えることが大事。一呼吸置いた運転を心がけてほしい。車を運転することは鉄の塊、凶器を扱っているのと同じ。民事的に運転責任が重くのしかかっている。そのことを忘れずに運転してほしい」と参加者に呼びかけました。

続いて、同署員の杉下あゆみさんから、安全運転相談窓口の紹介や免許返納後のさまざまな選択肢があることが紹介されました。



▲過去の事例を参考に速度を抑えることの大切さを呼びかけた

協同の力

(7月末現在)

		前月比
正組合員数	6,666 人	-23
准組合員数	7,395 人	17
出資金残高	3,337,721 千円	
貯金残高	114,077,063 千円	
貸出金残高	13,701,442 千円	
長期共済保有高	24,944,032 万円	
年金共済保有高	241,809 万円	
購買品供給高	1,014,316 千円	
販売品取扱高	431,011 千円	

水稲情報	10
特集 ST-OP 老人脳 脳寿命を延ばす健康生活	12
みんなのSDGs	14
窓／厚生連だより	15
おたよりコーナー	16
チャレンジ！頭の体操	17
お知らせ information	18
歌壇／理事会だより	19
9月予定表	20
おいしいミルクレシピ	20
特殊詐欺にご用心	20
News Topics	2
われらアグリ応援団	5
営農経済部よりご案内	6
あなたもチャレンジ！家庭菜園	7
アウトドアを楽しみながら キャンプ道具で防災対策	8

私たちの農業コミュニケーション情報誌



9

Vol.271

研修会で知識を深め 情報交換 JAあおば畜産協議会

JAあおば畜産協議会（畔田正一会長）は7月28日（金）、本店で研修会を開き、関係者17人が参加しました。

畔田会長は「異常な暑さで、人間だけでなく家畜も苦しい状況です。そして、暑さ以外にも様々な課題に直面しているが、少しでも知識を深めるため、しっかりと研修を受講しましょう」とあいさつ。

研修会では、富山県広域普及指導センターの五箇大成副主幹から「生乳検査項目」について、続いて富山県東部家畜保健衛生所の中村吉史宏主任から、「飼養衛生管理基準」について講演がありました。研修会の後には、意見交換の時間も設けられ、有意義な情報交換が行われました。



▲講師の話に耳を傾ける生産者の皆さん



秋冬野菜の栽培ポイントを学ぶ JAあおば女性部婦中支部



▲営農教室の様子

JAあおば女性部婦中支部（打尾洋子支部長）は7月28日（金）、婦中営農経済センターで営農教室を開催しました。部員約30人が参加。「秋冬野菜の栽培について」と題して、富山農林振興センター担い手支援課園芸振興班林斐主任を講師として、基本的な土作りの方法や畝立て播種作業の手順、そして秋冬野菜として栽培が盛んなキャベツやブロッコリーの栽培の失敗事例や改善策を確認しながら、栽培方法を学びました。

参加した部員からはさまざまな質問や意見があり「今日知った事を活かして、秋冬野菜を作りたい」と、教室は好評を得ていました。



朝日すいかを求めて 県外からもお客様 スイカまつり

婦中町青果物出荷組合朝日支部（金田修一支部長）は7月30日（日）、JAあおば旧朝日倉庫前でスイカまつりを開催しました。毎年、消費者に感謝の気持ちを込めて開催される同まつりには午前9時の販売開始前から「婦中朝日スイカ」を求めて多くのお客様が来場されました。県外からのお客様も多く見受けられ、人気の高さがうかがえます。整理券を受け取ったお客様は真剣な眼差しで、目的のスイカを選んでいました。

今年は、7月中旬の大雨による被害がありましたが、「かがやき」や「紅まくら」などの5品種約140玉を用意。

店頭にはスイカのほかに、婦中地区産のタマネギやジャガイモなども並びました。



▲スイカを選ぶお客様



夏播きニンジンの作業が本格化 播種を前に研修会



▲研修会の様子

夏播きニンジン7月にかけて行う播種作業から栽培が本格化します。JAあおばにんじん出荷組合（山崎英一組合長）は7月24日（月）、夏播きニンジンの播種を間近に控える生産者に向けて、（農）宮川中部営農組合の圃場で播種研修会を開催しました。耕起から播種、そして播種後の管理や実際に播種機を使用し、播種深度の確認をしました。

播種作業が重要なニンジン栽培。収穫量の確保につなげるため、富山振興センターの職員から適期の播種や土壌硬化による発芽不良を防ぐよう呼びかけられました。



時速5^{キロ}の衝突体験 シートベルト着用の大切さを知る



シートベルトの着用の大切さを知ってもらおうと、富山県富山西警察署は7月19日（水）、八尾支店の駐車場で支店やウインズの来店客に向けて、特別な機械で事故の衝撃を体験するイベントを開きました。

「シートベルトコンビンサー」と呼ばれる機械を使い、時速5^{キロ}で走っている時の事故の衝撃を再現しました。体験した人は「5^{キロ}と聞いて油断していたが、衝撃が大きかった。シートベルトがなかったら大変なことになると思いました」と話されました。



▲シートベルトの重要性を体感

新鮮で色鮮やかな切り花がたくさん お盆切花フェア



▲早朝から大勢の人が訪れた

JAあおばの農産物直売所「あおばの里 みのり館」「あおばの里 ほほえみ館」は8月11日（金）から15日（火）まで、小菊などのお盆用切花を販売する毎年恒例の「お盆切花フェア」を開きました。

フェア期間中は専用の販売エリアを店舗前に設け、色鮮やかな切花が豊富に並びました。午前8時の販売開始から花を買い求めに、多くのお客様が来店され、今年は5日間で約3万束を販売しました。

花き担当者は「今年は異常な暑さが続くなど天候があまり良くなかったが、生産者の皆さんが適期管理に努め、良い仕上がりととなりました。お盆以外にも直売所には一年を通して季節の花が並びますので、ぜひお求めください」と話しました。

夏イベントを開催 デイサービスあおば

デイサービスあおばは8月8日（火）～9日（水）、毎年恒例の「夏イベント」を開催し、利用者様に夏気分を味わってもらいました。

8日は、高齢者施設訪問活動をしている東部アマチュアマジシャンズクラブの澤田保さんを招いて、マジックを披露してもらいました。衣装のマフラーから、次々と鳩が飛び出すたびに拍手が起こり、マジックに引き込まれました。

9日は、「和玲の会」の皆さんによる演奏会を開催。利用者様の大好きな懐かしの曲が披露されると、会場は大盛り上がり。遊び歌「お弁当箱のうた」に合わせての体操では、元気に手足を動かしました。

夏のイベント期間中は「夏祭り」をイメージしたメニューで、屋台風焼きそばやたこ焼き等を提供しました。



▲鳩を繰り出す澤田さん



▲楽しく手足を動かす

親子体験料理教室を開催 JAあおば女性部



▲料理に挑戦する参加親子



▲完成したてまり寿司

JAあおば女性部（細田かずゑ部長）は婦中営農経済センターで7月22日（土）、親子体験料理教室を開き、親子14組35人が参加しました。地元農産物に興味を持ってもらおうと、あおば産の米や野菜を使用した「てまり寿司」を作りました。

女性部員とJA生活指導員の指導のもと、親子で具材を並べ、色鮮やかなたまり寿司を仕上げ、作り上げた後には参加者全員で試食を行いました。

JA担当者は「楽しく親子で料理するなかで、少しでも食と農に興味をもってもらえれば」と話しました。

われら アグリ応援団

第12回 伊藤さんの伝言



▲インタビューに応える伊藤さん

会長室は富山県農協会館の七階にあり、花時計や噴水のある県庁前公園を見下ろすことができる。明るい光が差すその部屋で、前富山中央会長

の伊藤孝邦さんが、ソファにゆつくりと腰を下ろした。社会人になって半世紀。J A生活が終わりを迎えようとしているその日に、グループ

の第一線で働き続けた伊藤さんに、インタビューの時間を割いてもらった。

まあ、歓談の話題がふくむのが、伊藤さんの良さである。

たとえば退任後にやりたい趣味があるかと尋ねると、「趣味と言ってもゴルフぐらいかなあ。それも、ただのゴルフではありませんよ。下手なゴルフです」などとサーブス精神旺盛に語ってくだ

さる。さばさばしているというか、根底に明るいユーモアがあり、これまでも、お会いするたびに人としての奥深さを感じたものだ。次々と来客がある中、取材時間は長くて二十分ほどとみていたが、楽しい雑談についてを忘れてしまった。それもよしとしよう。伊藤さんの半世紀に及ぶJ A生活をかいつまんでご紹介する。

人の温かみを大切に

日本農業新聞富山通信部ライター 本田 光信

立山町の稲作農家に長男として生まれた伊藤さんは、大学卒業後に地元に戻った。農協組織を身近に感じていたこともあって一九七一年に経済連に入会。富山中央会では農業対策部長や専務を歴任し、その後、地元のJ Aアルプス組合長（同時に中央会副会長）を経て、中央会の会長職を三期七年勤め上げた。全中でも役員として米政策の要請活動などに力を尽くしたという。

「長かったからね、そりゃあ思い出はいろいろありますよ。中央会長時代の七年に絞っても、語り出せばきりがありませんなあ」

農協法の改正から始まり、国が米の生産数量目標の配分をやめるなど政策を転換、その後も新型コロナウィルスが猛威をふるい、ロシアのウクライナ侵攻を背景に資材価格は高騰した。時代は激しく動いている。伊藤さんが気にかけていたのが、農協の経営環境が厳しさを増す中、「小規模J Aの行く末がどうなるか」だった。任期中に二つの合併

を実現し、胸をなでおろしたという。

法改正で中央会の立ち位置が変わり、「職員にはできる限り農協へ出向くようにと伝えてきました。協同組合の基本はフェイス・トゥ・フェイス。任期の後半はコロナで身動きが取れない時期も続きましたが、みんなよくやってくれた」と目を細める。

農協組織の良いところ。「それは人と人とのコミュニケーションでしよう。温かみを大事にしている。わたしも若いころから、周りのみなさんに支えられてきた。先輩に恵まれ、目標にもしてきました。特に思い出深いのが、中央会の専務時代です。三期九年やりましたが、会長だった江西さんや穴田さんから多くのことを教わりましたね」

地域になくてはならない農協、スピード感をもって会員の負担にこたえる富山中央会であってほしい。農協の良さはたくさんある。これから人とのつながり、温かみを大切に、J Aグループを発展させていってほしい。そんな伝言を残し、伊藤さんは六月三十日の午後、職員の拍手に包まれて農協会館を後にした。

令和 5 年産米の取扱いについて（各農業倉庫）

1. 倉庫米集荷運賃について

項 目	条 件	単 価（税込）
紙袋1袋	30kg	132円
フレコン	1フレコン単価（端量も1本の計算）	1,720円
くず米	1 袋単価（端量も1袋の計算）	31円

2. その他注意事項について

- ①米出荷申込書（兼）検査請求書については、必ず出荷予定日の前々日正午までにご提出ください。
- ②集荷について、時期によっては計画通りに行えず、産米集荷をお待ちいただく場合がございます。
集荷に際して、出荷申込書と現物数量が違う場合、集荷いたしません。
- ③米の余マスについては、
紙袋→皆掛重量30.5kg フレコン→充てん重量1,086kg で出荷をお願いします。
- ④米の水分は、保管等の都合上、14.5～15.0%に仕上げて出荷いただきますようお願いいたします。



JAあおば管内の引き換え店舗についてご案内

富山市のすべての子どもに 富山市産のお米10キロプレゼント中！

在庫については十分に確保してありますが、状況により品切れの場合もございますのでご了承ください。
在庫状況については、特設サイト<http://toyama-nouka-kodomo-genki.jp/>で確認できます。

引換店舗	住所・店舗	定休日	引換可能時間
みのり館	富山市上大久保1359-2 076-467-2322	年末年始 (12/31～1/3)	[8月～10月] 9:00～18:00 [11月～2月] 9:00～17:00
ほほえみ館	富山市婦中町羽根940-1 076-469-0023	同上	同上
大山営農経済センター	富山市田畠640-1 076-483-3950	[8月～10月] 無休 [11月～2月] 土日祝日	[8月～10月] 平日8:30～18:00 土日祝日8:30～17:00 [11月～2月] 8:30～17:00
八尾営農経済センター	富山市八尾町井田444 076-455-3277	同上	同上
Aコープ ウインズ	富山市八尾町井田447-1 お問合せは、八尾営農経済センター	年末年始 休業あり	9:00～19:30 [1月～2月] 9:00～19:00
山田出張所	富山市山田中村244 076-457-2211	土日祝日	8:30～17:00

キャンペーン期間：令和5年8月1日(火)～令和6年2月29日(木)



今月のあなたの運勢
双子座 5/21 ～ 6/21

【全体運】調子に乗り過ぎてしまったと思うことが。何でも1人でやろうとせず協力し合う方向で検討してみて。金運は良好
【健康運】適度な運動でパワーアップ！ 筋トレもお勧め 【幸運の食べ物】 ジャガイモ

サイシン 夏に強い中国野菜

園芸研究家 ● 成松次郎

図1 畑の準備

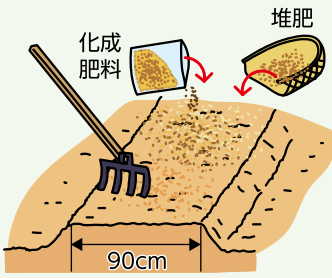


図2 種まき

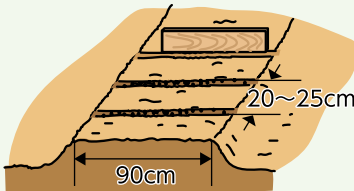
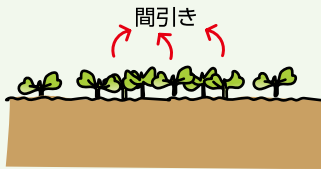
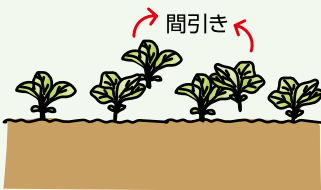


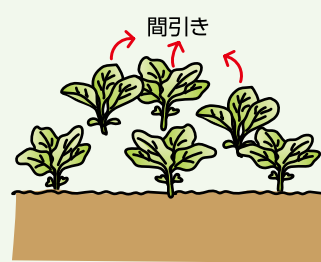
図3 間引き



①子葉の重なる所を間引く

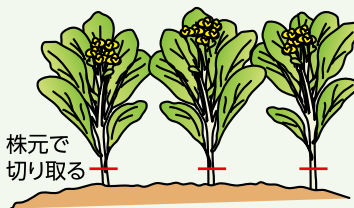


②本葉2、3枚の頃
株間5cm間隔に間引く



③本葉5、6枚の頃
株間15~20cm間隔に間引く

図4 収穫



「畑の準備」あらかじめ土の酸性を改
す。
「サイシン」中国には収穫までの生育日数の
短い早生品種から、生育日数の長い晩
生品種までいろいろありますが、日本
では早生系の品種が作られています。
「早生系サイシン」(タキイ種苗)、「中
国菜心」(サカタのタネ) などがありま
す。

「種まき」ベッドに直角に条間20~25c
mの種まき溝を切ります。まき溝は木
板を土に押し付け、溝を付けると深さ
が一定になります。じかまきとし、ま
き溝に2、3cm間隔に筋まきします
(図2)。その後、べたがけ資材を使えば、
乾燥や強い雨を防ぐと同時に害虫の予
防にも有効です。

「間引き」1回目は発芽後、子葉が重な
る株を間引き、2回目は本葉2、3枚の
頃に株間5cm程度、3回目は本葉5、
6枚の頃に株間15~20cm程度に間引
きます(図3)。

ナバナに似た中国野菜で、莖葉と花
蕾(からい)を食べます。草丈30~40
cmと小型で暑さに強く、高温でもと
うがよく立つので幅広い時期に栽培が
できます。茎は柔らかく、黄色い花を
付けます。ナバナと同様にさつとゆで
ておひたしや、油炒めにしていただき
ます。中間地では4月から9月まで種
まきができ、夏まきでは40日程度、春
と秋まきでは60日程度で収穫期とな
ります。

善するため、1平方m当たり苦土石灰
100gをすき込んで耕しておきます。
次に、種まきの1週間前に幅90cm程
度の栽培床(ベッド)を作り、1平方
m当たり化成肥料(NPK各成分10%)
100gと堆肥2kgを全面に施し、
土と混ぜ、くわでベッドを平らになら
します(図1)。

「追肥」最後の間引き後に1平方m当
たり化成肥料50g程度の追肥をし、軽
く土寄せします。なお、畑が乾くときは、
十分灌水(かんすい)します。
「病害虫の防除」アブラムシには粘着く
ん液剤などの気門封鎖剤で防除します。
アオムシ、コナガにはアファーム乳剤、
トアロー水和剤CTなどを使います。
なお、べたがけ資材を除いた後は、防
虫ネットで被覆するのが良いでしょう。
「収穫」とう立ち後、30cmくらいに伸
び1、2花が咲き始めたら株元から切り
取って収穫します(図4)。なお、下の
葉を3、4枚残して切り取ると、脇芽か
ら再び茎が伸びてくるので、さらに追
肥して長い間収穫ができます。

栽培カレンダー(サイシン)

月	3	4	5	6	7	8	9	10	11
冷涼地			●	■	■				
中間地 暖地		●	■	■					

● 種まき ■ 生育 ■ 収穫



寒川 一 (さんがわ はじめ)

1963年生まれ、香川県出身。アウトドアライフアドバイザー。東日本大震災や自身の避難経験を経て、災害時に役立つキャンプ道具の使い方・スキルを教える活動を積極的に行っている。



キャンプ道具で防災対策

夏から秋、キャンプに出かけてみませんか？

アウトドアで過ごすための技術や知識は、災害などで避難した際にも確実に役立ちます。

キャンプに行けなくても、キャンプ道具について知っておくことをお勧めします。



アウトドアでの技術が
なぜ防災に役立つの？

近年、空前のキャンプブームが続いています。家族や友人と、あるいは1人でのソロキャンプを楽しむ人たちが増え、それに合わせてキャンプ道具もかなり進化してきました。

寝る場所や電源なども整ったキャンプ場もありますが、基本的なキャンプでは、野外での住まいとなるテントを設営し、食事や温かい飲み物を得るために水を運んできて火もおこし、昼夜の寒暖差には防寒具などで備えます。つまり、普段の日常のインフラがほとんどない状況での衣食住を楽しむわけです。

では、自然災害によって自宅から避難する場合を考えてみましょう。全国で地震や洪水、土砂崩れなどで避難を余儀なくされるが増えています。その際はまず自治体指定の避難所に行くことになるでしょう。けれども避難所で備蓄している備品や食品は限られています。プライバシーの保てない環境、体育館などの硬く冷たい床も、体や心へのストレスになりそうです。

そんなときアウトドアに使える道具とスキルがあれば、避難所を出てテントを張り、自主避難ができます。安全が確認できる場所なら駐車場でも公園や野山でもいいでしょう。キャンプしながら自分たちで衣食住を確保し、情報収集や配布品の受け取りには避難所に向き、被災復旧を待つのです。そうした自律的な避難をすれば、避難所も混雑を避けられ、備品の使用にも余裕が出ます。



普段から楽しみながら
スキルを磨いておこう

普段から遊びとして楽しみつつ、被災時を想定したキャンプ経験を重ねることをお勧めします。

衣食住の中では例えば衣。夏でも夜間は冷え込むこともあります。ましてや災害はどの季節に起きるか分かりません。暑さ・寒さ対策にはどんな衣類や防寒具がどのくらい役立つかも経験しておくべきでしょう。

住では、テントの設営に慣れておくこと。風向きや日差し、斜面の状況などを考えた場所の選定も大切です。夜間の明かり、トイレをどう確保するかも重要要素です。

食に関しては、まずは水と火を得なければなりません。水道が使えない状況では水は川や池、雨水、湧き水などから得られますが、そのままでは飲めません。細菌を除去する高機能の浄水器も出ていますが、それが無い場合、ろ過した後、火にかけて数分間煮沸する必要があります。



理だけでなく、安全な水を得るためにも火は必須なのです。

カセットコンロやバーナーなら火を得るのは簡単です。でも燃料が尽きたら？ そう、たき火です。たき火はキャンプの大きな楽しみの一つ。ライターやマッチはぬれると使えないため、第三の火おこし法として、メタルマッチという火おこし道具の使い方も経験しておくといいでしょう。

どんなキャンプ道具があると便利？

基本的に必要なのはテント、寝袋、マット、ヘッドライトです。これだけあれば野外で寝泊まりはできます。衣類は手持ちの物であっても、できれば春夏秋冬のキャンプで経験して、何が足りないかを体感すると良いでしょう。ただし、これだけだと寝泊まりの道具のみ。料理するには、鍋や網、食器、地面で火を使えない場所ではたき火台などが必要です。アウトドア専門店の他、最近は100円ショップでもさまざまな道具を扱っています。あれこれ試して楽しみ、災害時にも余裕を持って自主避難できるスキル習得を目指しましょう！

寝袋



季節に応じて性能もさまざまですが、寒い季節の避難を考えて、寝袋カバーなども考慮してみてください。

テント



表示されている人数は寝袋がギリギリ並ぶ数です。4人用は2人、8人用なら3~4人で使うのが適切です。

マット



これも1人ずつ必要。寝袋だけでは地面の凹凸や冷気が相当につらいので、マットを下に敷きます。

火おこし道具



メタルマッチという物。金属の棒をナイフの背などで強くこすると火花が出るので、それを火種に移します。

ヘッドライト



1人1つ持っていてほしい必需品。トイレなどに移動するにも、手元を照らして作業するにも必要です。

ランタン



野外で過ごすのに明かりは必須。電池式でも役立ちますが、ソーラー充電式ライトがあればより安心です。

キャンプの知恵



安全な水が少ししか確保できないときでも、工夫次第。密封できる保存袋を使えば、温かい主食が作れます。キャンプに行ったら、ぜひ試してほしい技です。

保存袋を使ってご飯を炊いてみよう

清潔な水がわずかにあれば、ご飯が炊ける方法



1 保存袋に米と清潔な水を同量入れる。



2 鍋で沸かすのは浄化していない泥水でもよい。米と水が入ったジッパー袋を入れ、15分ほどゆでる。



3 鍋から出し、10分ほど置けばOK。袋のままおかずをのせて食べたり、外側から握っておむすびにも。

スパゲティを水で戻してみよう

火力の使用をできるだけ抑える方法の1つ



1 乾麺のスパゲティを、清潔な水に漬けておく。



2 漬ける時間は1時間以上、一晩でも。白くふやふやになるくらいが良い。鍋でゆでるのは短時間でOK。



3 9分ゆでなどの表記の物も1分ほどでゆで上がり、歯応えもしっかり。他の乾麺にも応用できる。

- コシヒカリの出穂期は概ね近年並みの7月30日頃となりましたが、出穂後の気温が高く推移しているため、刈取り開始時期は近年より早まり 9月3日頃からと予想されます。
- 圃場ごとに籾の黄化状況を確認して、適期の刈取りに努めてください。
- 適切な乾燥・調製で、胴割米などによる品質低下を防ぎましょう。

猛暑
胴割注意!!

1. 刈取りまでの水管理

～間断かん水で最後まで稲の活力を維持しましょう!～

- (1) 刈取りの5～7日前までは「間断かん水」を行い、根の活力を維持して、胴割米の発生を防止しましょう。
※フェーン等の高温が予想される時は、事前に入水!
- (2) クサネム・ヒエなどの異物混入につながる雑草は、刈取り前に必ず抜き取りましょう。



2. 適期刈取

～適期刈取で胴割米の発生を防止!～

- (1) 高温下での登熟となっているため、籾の黄化率80%から刈取りを開始し、適期内に刈取りを終えましょう。
- (2) 刈取りは、黄化の早い圃場から始めましょう。また、砂壤土や枯上がりりが早い圃場は、特に刈遅れによる胴割米の発生に注意しましょう。

表1 移植「コシヒカリ」と「てんこもり」の刈取開始時期の目安

出穂期	7月30日頃(移植コシカリ)	8月3日頃(てんこもり)
刈取開始(目安)	9月3日頃	9月10日頃

※成熟期が高温の場合、刈取適期の期間が短くなるので注意しましょう。
※各地域の「刈取適期表示」(刈取始期を表示した表示札)を参考に時期を決めてください。

◎直播栽培においても、刈遅れによる胴割米の発生に注意しましょう!

点線内の籾が黄化し始めたら、黄化率80%程度です。



(枝梗が9本程度の穂を3～4本調査)

3. 適正な乾燥で胴割米・過乾燥米の発生防止

～玄米水分は

14.5～15.0%に仕上げる!～

【乾燥作業の留意点】

- (1) ヤケ米の発生防止のため、刈った籾は4時間以内に乾燥機に張り込み、直ちに乾燥前に2～3時間程度、常温での通風循環を行いましょう。
- (2) 適正な送風温度や、二段乾燥(籾水分が17%台になったら一時中断し、水分を均一にする)により、急激な乾燥を避け玄米水分を14.5～15.0%に均一に仕上げましょう。
- (3) 籾水分が低い場合や、乾燥時の気温が高い場合などは、送風温度を機種基準より下げるなど急激な乾燥を避けましょう。
- (4) 青米の混入程度を確認し、表2を参考に乾燥機の停止水分を設定しましょう。

表2 青米の混入程度と乾燥機の停止水分の目安

100粒中の青米数	乾燥機の停止水分	乾燥機停止後の水分変化
0～5粒	15.0～15.5%	乾く(-0.5%)
6～10粒	14.5～15.0%	ほとんど変わらない
11粒以上	14.0～14.5%	もどる(+0.5%)

※玄米水分が17%を切ったら、手動水分計でこまめに測定しましょう。

【調製作業の留意点】

- (1) 籾摺りは、乾燥後2～3日置いて玄米水分を均一にしてから行い、肌ずれ米の発生を防ぎましょう。
- (2) 選別は1.9mmの篩目(つくばSD2号は1.85mm)を使用し、機種ごとの適正流量を守り、完全粒歩合を高めましょう。

! 今年はお穂後の気温が非常に高いので、**胴割れしやすい米**になっています!!



事前点検でコンバイン事故などを防ぐとともに、秋も熱中症予防に取り組みましょう!!

秋の農作業安全運動期間 8月20日～10月20日



今月のあなたの運勢

天秤座 9/23～10/23

【全体運】上昇運です。少し気がせくかもしれませんが後半を待った方がうまくいきやすいとき。前半は準備に力を入れて

【健康運】頑張り過ぎて疲労のためがち。休憩を入れて

【幸運の食べ物】エノキタケ

令和6年産米に向けて！ 美味しいあおば米は、まず土づくりから！！

管内の土壌中ケイ酸は不足しています！ 改善に向けて取組みましょう。

1. 土づくり資材の施用 ～地力向上のため、施用を継続しましょう！～

- (1) アルカリ成分を含むケイ酸質資材は毎年、適正量を施用しましょう。
- (2) 土壌pHが低いとカドミウムが吸収されやすくなります。カドミウムの吸収を抑えるため、土壌pHは6.0～6.5を目標に施用を継続しましょう。
- (3) 籾殻、わらはは重要な土づくり資源です。絶対に燃やさず、すき込みましょう。
- (4) 営農組織や集落単位で、効率的な土づくりに取り組みましょう。

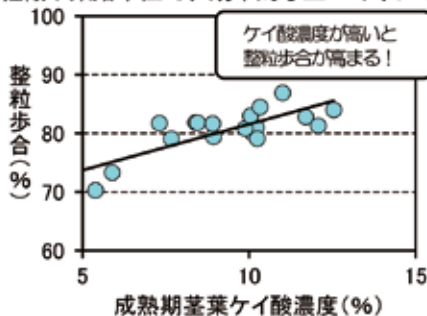
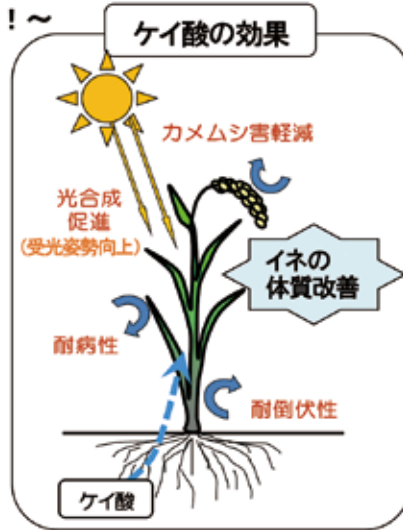


図1 成熟期の茎葉のケイ酸濃度と整粒歩合の関係

- ケイ酸の施用により
- ① 高温条件でも品質が安定
 - ② 倒伏に強くなる
 - ③ 割れ籾の発生を抑え、カメムシによる被害が軽減される
 - ④ いもち病などの被害が低減



【土壌改良（ケイ酸&アルカリ分）資材の施用の目安】

J A あおばでは、ケイ酸質資材の購入代金に対して、1%の助成があります。

資材名	施用量 (kg/10a)	主な成分	ポイント
あおばフミンエース	100	ケイ酸22%、7&分30%、鉄11.7%、苦土2.5%、腐植酸10%	ケイ酸や腐植酸を含む、各成分をバランスよく配合した、高機能土づくり資材。
スーパーケイサン+	90	ケイ酸40%、7&分31.1% (分析値)	ケイ酸含有量が高く、pHも矯正。
シリカロマン	100	ケイ酸25%、7&分45%、リン酸5%、鉄5%、苦土7%	ケイ酸、リン酸を補給、pH矯正効果が高い。
有機加里入 シリカロマン	100	ケイ酸20%、7&分36%、リン酸5%、カリ4%、鉄4%、苦土5%、有機20%	シリカロマン+ 有機質・く溶性カリ 穂肥のカリ・リン酸を秋・春先に省力散布。
鶏糞良好	80～100	ケイ酸26.5%、7&分26%、リン酸3%、カリ5%、苦土1.5%、マグネシウム1%	運動性のカリ成分が高く、中間追肥の省力化につながる経済的。
グリーンウェイブDX(ペレット)	90～120	窒素1.45%、ケイ酸24.9%、腐植19.8%、リン酸3.56%、カリ2.47%、石灰9.13%、その他微量元素	ケイ酸、腐植、微量元素を一挙に施用でき、窒素を補給する事で、基肥の減肥が可能。

※上記の他にも土壌改良資材を各種取り揃えていますので、各地区営農経済センターへご相談ください。

2. 有機物の活用 ～有機物の散布で「あおば米」の食味向上！！～

- (1) 牛ふん、豚ふん、籾殻堆肥や発酵鶏ふんの散布に努めましょう。
- (2) 堆肥が確保できない場合は、地力増進作物を作付け、すき込みし、腐植を増やしましょう。

【堆肥】(秋施用)

堆肥名	散布量(10a 当り)
牛ふん堆肥	1～2t
豚ふん堆肥	
籾殻堆肥	2t
発酵鶏ふん	75～105kg

【地力増進作物】(秋播き)

＜ヘアリーベッチ＞

品 種	晩生品種
播種時期	水稻刈取後～10月中旬
播種量	3～5kg/10a
すき込み時期	4～5月

転作(大豆、ニンジンなど)の前作におススメ！！



ヘアリーベッチのすき込み

富山県土づくりスローガン
いざ土づくり！
美味しい富山米を届けよう！

3. 深耕で作土層を拡大 ～根を深く伸ばし、稲の活力を向上！～

- (1) 耕起時は、トラクターの作業速度を落とし、作土深15cm以上を確保しましょう。
- (2) 秋耕後は、排水溝(深さ20cm以上)を設置し、排水口と連結しましょう。



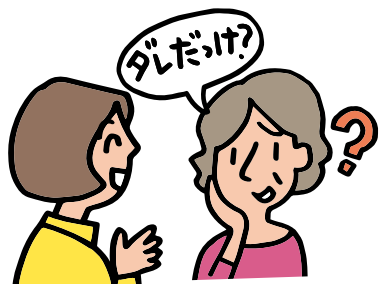
秋の土づくり運動

期間 9月15日～11月15日

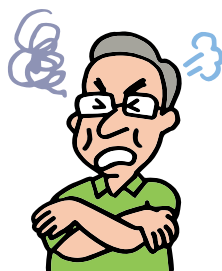
※水稻情報ホームページ

<https://ja-aoba.jp/>でも掲載しています。





もしかしらあなかも……? 老人脳の5タイプ



脳寿命を延ばす 健康生活

いくつになっても前向きで若々しく暮らすには、「脳」の健康を気遣うことも大切です。老人脳にならないために「脳寿命」を延ばす生活を始めてみませんか。

「記憶脳」の老化

- ☐ 人の顔や名前が覚えられなくなった
- ☐ 同じことを何度も言うようになった
- ☐ 「あれ」「これ」などの指示語が多い

これで
予防!

毎日違う道を
歩いてみましょう

GPSを使って生活の中の移動距離と脳の衰えの関係を調べた実験では、「移動すると記憶力がアップする」ということが分かりました。これは新しい場所を覚えようとする脳細胞を使うことで、脳全体が活性化するためです。例えば毎日の買い物でも、違う道を通るようにすると、記憶力の衰えを防ぐことができます。

「やる気脳」の老化

- ☐ 流行に付いていけなくなった
- ☐ 昔が懐かしいと思うことが多い
- ☐ 食べたい物が思い付かない

これで
予防!

「新しい体験」を
毎日取り入れましょう

新しいことやワクワクすることがあると脳は活性化します。老人脳を予防するためには、新しい体験を、毎日少しずつ取り入れることが大事です。「歩くスピードを変えてみる」「いつもは見ないテレビ番組を見る」など、ちょっとしたことでOK。ただしストレスも脳を老化させますので、負担にならない程度にとどめましょう。



西 剛志 (にしたけゆき) 先生

●脳科学者(工学博士)
●分子生物学者
●T&Rセルフイメージデザイン
代表取締役



『80歳でも脳が老化しない人が
やっていること』
西 剛志 著
アスコム刊 1540円

「聴覚脳」の老化

- ☐ 聞き間違いが増えた
- ☐ テレビの音のボリュームが大きいと言われる
- ☐ 子どもの声など高い音が聞こえにくいことがある

これで
予防!

聞こえにくく
なったら補聴器を

認知症の12の危険因子で最も危険度が高いのが難聴だといわれています。音は目が覚めている間ずっと脳を刺激し続けていますが、それがなくなるためです。特に若い頃から大音量で音楽を聴く習慣があったり、音の大きい職場にいた方はご注意ください。補聴器は、認知機能の低下を防ぐのにも役立ちます。

「共感脳」の老化

- ☐ 人の話を聞かなくなった
- ☐ 服装に気を使わなくなった
- ☐ 人を傷つけてしまうことが増えた

これで
予防!

ダンスや
お手玉に挑戦

認知機能を高めるのに最も効果的なのが、リズム、バランス、スピードなど複数の動きを同時にする「コーディネーション運動」です。ユーチューブで動画などを見て動きをまねするのもお勧めです。体を動かすのが苦手な方でしたら、お手玉などでもいいでしょう。

「客観・抑制脳」の老化

- ☐ すぐにイライラするようになった
- ☐ 感情を抑えられないことが多い
- ☐ 物事を客観視できない

これで
予防!

利き手ではない方の
手で作業をしてみる

常にイライラしているなどの自覚がある人は、脳の機能が低下して、感情の抑制や注意力が弱まっているのかも。1日5～10分、利き手ではない手で生活してみましょう。手を動かすことに意識が集中するため、心身をコントロールするいいトレーニングになります。



手軽に始められる「脳寿命」を延ばす食生活

脳の機能のピークは人によって違う

「高齢になると脳が老化する」というイメージがありますが、脳の老化現象はもっと早くから始まっています。さまざまな研究機関の調査データをまとめると、脳の機能のピークは「情報処理能力が18歳」「人の名前を覚える力が22歳」「顔を覚える力が32歳」「集中力が43歳」となっています。

このピークは、人によって振れ幅が大きく、ピークを70代、80代まで持続させる人もいます。ピークを長く保てる人は、脳の衰えを緩やかにしたり、脳を若返らせたりする工夫を日常の中で無意識に行っているのです。特に重要なのが、脳内物質の生成を大きく左右する食生活。以下の工夫を取り入れて、老人脳を予防しましょう。

かめばかむほど、脳は若返ります！

よくかんで食べるだけで、運動機能や健康機能が向上、やる気が出る、記憶力が高まる、認知症を防ぐ、免疫力を高めるなどの効果があります。中でも効果が高いのが「やる気脳」の低下防止。そしゃくするとやる気の源であるドーパミンがよく出るようになるのです。

準備が簡単だからという理由で朝食をパンにしている人も多いですが、やる気を高めるためにはパンよりかむ回数が多いご飯がお薦めです。硬い物を食べる方がいいということではなく、軟らかい物でもかむ回数を増やせばいいのです。

動物性タンパク質が脳の衰えを防ぐ

100歳を超えても脳機能が衰えない、いわゆる「スーパージェネ」の約6割が、牛肉や乳製品などの動物性タンパク質を毎日取っています。牛肉や乳製品などの動物性タンパク質の中には、やる気ホルモンであるドーパミンの原料になるチロシンというアミノ酸や、リラックスホルモンのセロトニンを作り出すアミノ酸（トリプトファン）などが含まれているためです。

「プチゼいたく」で脳を活性化

私たちの脳は制約を受けると活性化しにくくなり、やる気ホルモンのドーパミンが出にくくなります。ですから、自由な人の方が老若しにくいのです。例えば好きな物を食べているときの「おいしい」という感情は、味覚への刺激だけでなく嗅覚や視覚などさまざまな感覚への刺激になります。またおいしいと感じる食品はよく味わって食べるため、自然とかむ回数が増えて、脳を刺激します。

老人脳を防ぐためのお薦め食材

マグロのトロ、サバの水煮缶

脳細胞を活性化し、老化予防に効果的といわれるEPA（エイコサペンタエン酸）とDHA（ドコサヘキサエン酸）は、青魚の脂肪に多く含まれています。ですから、旬の脂が乗った青魚を食べると効率良く取ることができます。マグロのトロもお薦めです。DHAは1日につき5gの摂取が必要ですが、マグロのトロならすし1貫で3.2g取れるため、2貫食べれば十分です。



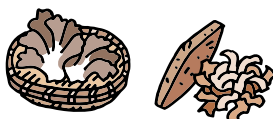
アセロラ飲料

1日に1gのビタミンCを摂取すると若返り遺伝子が活性化することが分かっています。お薦めは100g中に1700mg（レモンの約34倍）もビタミンCを含んでいるフルーツ、アセロラです。アセロラ入りの飲料なら手軽に取ることができます。



マイタケ・かつお節

若返り遺伝子を活性化させるナイアシンを豊富に含んでいます。たっぷりのかつお節でだしを取り、かつお節ごと食べてマイタケを具にしてみてもいいでしょう。



野菜だけ&粗食は脳を萎縮させる

「年を取ったら粗食の方が体にいい」というイメージがありますが、61歳から87歳の人に対して記憶テストや身体機能のチェック、脳のスキャンなどを行ったところ、野菜中心で肉や魚、卵に多く含まれるビタミンBが不足している人は、5年後に脳の萎縮が見られたそうです。野菜ももちろん大切ですが、動物性食品と組み合わせ、バランス良く取るようにしましょう。



田んぼソムリエになろう

田んぼソムリエ●林 鷹央

秋の田んぼの生きものたち

秋の田んぼで生きもの観察をしたことはありますか？

稲刈りイベントとセットで秋の生きもの調査が行われることがあります。水面に空が映る初夏の風景とは打って変わって、黄金に実った稲が穂を垂らしています。水生昆虫たちは夏までには翅（はね）が生え、水が抜ける頃には近くの水路や池に移動します。

お盆の頃から大きなショウリョウ（精霊）バッタの成虫になった姿が見られます。そこから秋の稲刈りまでイナゴやササキなどが稲の周りでたくさん見られます。地面からはコオロギの声も聞こえてきます。クモは稲の上をピョンピョン跳ねるハエトリグモ、大きな巣を張りイナゴなどを食べるナガコガネグモがいます。トンボも西日本ではだいたい色のウスバキトンボが飛び回り、東日本では成熟して赤くなったアキアカネが山から帰ってきていたりします。

稲刈り直後などは、隠れる場所を失ったケラ（おけら）やバッタ、コオロギ、カエルたちを食べに、サギたちがトラクターの後を付いて歩く姿を見られることもあります。

辺りを見回せば秋の七草のススキ（尾花）やクズなどが見えることでしょう。春～夏の湿地から、秋は草原的な生態系に変わるのも田んぼの魅力です。



モグラのような手をしたケラ



コンバインの後を付いて歩くサギ



なくそう食品ロス

食品ロス問題ジャーナリスト●井出留美

ローリングストック

2023年5月5日、石川県能登地方を震源とする地震がありました。石川県珠洲（すず）市では震度6強の揺れを観測しました。ちょうどゴールデンウィークだったので、旅館やホテルでは一時的なキャンセルもあったようで、大変なことだったとお察しします。

日本で暮らしている以上、地震から逃れることは難しいです。昨今では、気候変動の影響で、地震以外の自然災害も毎年、発生しています。

そのような背景もあり、自宅では食品や飲料水を備蓄している世帯も多いでしょう。ただ、悩ましいのが、非常用持ち出し袋に入れてしまうと、めったにその中身を確認しないということ。9月1日の防災の日など、年に1回、どこかのタイミングで必ず確認する習慣ができていればいいのですが、私はそのような習慣付けができていませんでした。以前、非常袋に入れっ放しにしていたレトルトがゆを、賞味期限が数年過ぎた状態で発見しました。賞味期限は「おいしさの目安」なので、多少過ぎたくらいなら、五感を使って確認して食べればいいのですが……。

そんな食品ロスを防ぐ備蓄方法があります。それが「ローリングストック法」です。台所や食品庫など、よく目に付く所に、普段から使っている常温保存の食材を備蓄しておき、使ったら使った分だけ買い足していく方法です。これなら、非常袋に入れっ放しで気付かないうちに期限が切れていたということが少なくなります。この方法は、11年3月11日の東日本大震災以降、注目されるようになりました。

普段から使っている食材、そばやそうめん、パスタなどの乾麺や、レトルトカレーやパスタソース、パックご飯、魚の缶詰などを備蓄しておきます。仕事が忙しいとき、大雨や雪で買い物に行けないとき、この備蓄を使ってカレーライスやパスタ、麺類などを作ることができます。ぜひ、試してみてくださいね。





インバウンドの声 農産物価格に思うこと



常務理事

埜田 幸雄

まずは、先般7月12日線状降水帯の発生による記録的な豪雨により、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

さて、この広報誌が発刊される頃には、米の概算金も決定していると思いますが、皆様方の期待に応えられる概算金だったのかどうかは…。

今年は、特に肥料・農薬価格の高騰や燃料費や電気料金などの大幅な値上げなど、生産コストは増大していますが、この生産コスト増大分が販売価格になかなか繋がらない状況が続いています。

以前から、日本農業は小規模で生産性が低く、大規模農場で効率よく生産する諸外国や、労賃の安い東南アジアに比べて、国産農作物価格は割高だと思ひ込んでいました。

しかし、最近、訪日する外国人観光客が日本で期待することの第1位は、「日本食を食べること」への期待であり、その一例で、東京の高級店で寿司や天ぷらなどを堪能している外国人が、味や食材の新鮮さを称賛する中で、「安い」と答えているシーンがやけに印象に残りました。「高級店の食事が安い？」急激な円安の恩恵がある事は分かりますが、何か今までの常識が覆されたような気分になりました。

さて、農産物価格が市場原理に委ねられるのは理解できるし、まして米は一年一回の収穫でもあり、概算金は年間の流通経費を考慮して一年間で売り切ることができる価格で設定する必要もあります。

ただ、改めて生産者が再生産できる価格は、決して無理難題ではなくて、あらゆる機会を訴えて、粘り強く働きかけていかなければなりません。

厚生連
厚達

バイオ医薬品とバイオシミラー(No.1)

厚生連高岡病院 薬剤部部長 船本 哲生

皆さんは、バイオ医薬品についてご存じでしょうか？

バイオ医薬品とは、遺伝子組換え技術や細胞培養技術を用いて製造したタンパク質を有効成分とする医薬品です。医療機関においてバイオ医薬品は生物学的製剤や遺伝子組換え医薬品などと呼ばれることもあります。

バイオ医薬品は、これまで治療薬のなかった病気や、従来の医薬品では満足度の高い治療を行うことのできなかった病気への効果が期待されています。

【バイオ医薬品のはたらき】

バイオ医薬品には、体の中でつくられるタンパク質を補うものや、病気の発症にかかわる分子の動きを抑えるものがあります。

1 足りない生理活性タンパク質を補う働き(補充療法)

ヒトの体の中では、血糖値を調節するインスリン、赤血球を増やすエリスロポエチンなど健康を保つために必要な様々な生理活性タンパク質が働いています。また、ヒトの体には、生理活性タンパク質を作る仕組みも備わっています。例えば、インスリンは膵臓、エリスロポエチンは腎臓で作られています。このような大事なタンパク質が不足すると、糖尿病や貧血といった病気になります。そこで、足りなくなったタンパク質を補って病気を治すために、遺伝子組換え技術を用いてタンパク質を人工的に作り、薬にしたものがバイオ医薬品の始まりです。

2 病気の原因になる分子の機能を抑える働き

外来性の異物に対して体の中で作られる免疫グロブリン、すなわち抗体は様々な標的に特異的に結合する性質を持っています。この性質を利用して、がん細胞の表面分子や様々な疾患の原因になる分子に対して、特異的に結合する抗体を人工的に作り、医薬品にしたものが、バイオ医薬品の中でも特に「抗体医薬品」と呼ばれるものです。

今回はバイオシミラー医薬品についてお伝えします。

おたよりコーナー



テーマ

一番衝撃だった豆知識

60年近く、人間をやっている初めて知った驚きの事実！鼻息は片方の穴だけでできていて、2〜3時間ごとに交互に入れ替わるそうです。早速確かめてみたら、やはりそうでした。皆さんも試してみてください。

（八尾地区 ラムネ色さん）

「8月号で紹介されたギボウシ」。鑑賞するものと思っていました。

芽吹きの際は食用になるのを、とある地場産販売所で知りました！美味でした！家の周りじゅうに植えたいと思っていました。（婦中地区 田中 正博さん）

ラムネのビンに入っている玉はビー玉（B玉）ではなく、エー玉（A玉）。

（大沢野地区 ギジコさん）

ウエットティッシュを引っ張ると2枚目も繋がってくるので、片方に輪ゴムをつけると一枚ずつ取りだせる。

（大沢野地区 さくパパさん）

最近、深海8,000メートルに魚類が存在できることが分かったこと。（大沢野地区 林 暁代さん）

担 最近、NHKで特集が放送さ

れていて、ロマンがあるなあと思って見えました。地球には自分が死ぬまでに知れない、見れないことがたくさんあるんだろうなと思いました。

富山県は日本で一番地震が少ない県。

（婦中地区 梅澤 祐治さん）

農家に嫁いで数十年。最近まで田んぼに水を張るということを、特に意識して考えたことがなかった。しかし、苗が成長するうえで、水を張ることは色々な意味（風よけ、栄養）で大切だということが分かりました。私には説明できないことがたくさんありますね。

（八尾地区 坂本 悦子さん）

納豆の内セロハンを取るとき、真ん中に箸をさして回すと取れます。

（大山地区 さくちゃんじいじさん）

猫が好きでよく猫の出ているテレビ番組を見ています。そうしたら、猫はオスとメスで利き手が違うと放送していました。オスは左手、メスは右手を使う傾向があるそうです。知らなかったなあ。

（婦中地区 シンバにゃんさん）

フリートーク

昔と今とでは子育てに違いはあるのはわかっているつもりでしたが、孫ができ、沐浴後に体にオイルやローションをぬるのには少し驚きました。

（大沢野地区 yokoバアさん）

夏菊を春の新芽が出た頃に挿し木をしたところ、たくさん芽が出て友達のお墓参りに持って行くことが出来て嬉しかった。

（大沢野地区 佐藤 照子さん）

先日孫娘が、曾孫を連れて遊びに来てくれました。2歳8ヶ月になる女の子。仏壇が珍しいのか何度も「おおばあちゃんきて」と手を取ってお参りしていました。「おおじいちゃん、喜んでいるだろうな」と嬉しくなりました。

（大沢野地区 川上 ふじ子さん）

2、3年前に主人が「スイカ作らんがけ。いっぱい食べたいから」との事で作りましたが、カラスとタヌキに食べられてショックを受けていました。今年は早くにガードをしたおかげで甘くてみずみずしいスイカを食べています。

◎ （大山地区 おだんごさん）

毎日うだるような暑さに参っています。夏野菜の消費しきれない分を干し野菜にして無駄のないようにしています。キノコやニンジン、ナス、トマト。干すと甘みや栄養が凝縮され、保存もきくし、良いこと尽くめです。

（大山地区 柴田 靖子さん）

線状降水帯！まさか、富山にはこないだろうと思っていたのは甘かった。畑の土が流されてビックリ…。大雨の後が連日の猛暑で2週間以上まともな雨が降っていない。畑の作物も悲鳴をあげている。昔話ならぬ雨乞いにも助けを求めたいが…。なんともしや。

（婦中地区 高ちゃんさん）

担 線状降水帯。あおば管内でも多くの被害が出ました。今までの常識が常識じゃなくなってきたいます。今一度、ハザードマップを確認しておきましょう。

今年の夏は異常な暑さです。この暑さに耐えるのが大変です。たまには自然の冷風が欲しいです。

（婦中地区 大澤 恵美子さん）



チャレンジ! 頭の体操



穴ぼこ熟語パズル

問題

全部の熟語を漢字で書くと、リストの漢字が1つ余ります。その漢字は何? 出題●ニコリ

解き方

熟語の読み方が並んでいます。読み仮名はどれも5文字ですが、2文字目と4文字目を隠してしまいました。残った文字から推理して、熟語を漢字で書きましょう。漢字はリストにあるものを1回ずつ使ってください。「ツ」や「ヤ」などは「ツ」や「ヤ」などと同じに考えます。

ジ□シ□キ→□□□

ユ□マ□ラ→□□

ウ□ン□ツ→□□□

ゴ□ツ□ン→□□□

ヤ□イ□ク→□□□

例題

タ□ジ□ウ→□□

ト□ヨ□ツ→□□□

エ□カ□ワ→□□□

タ□ジ□ヨウ→卓上

ト□ヨ□ツ→図書室

エ□カ□ワ→英会話

リスト 英会室書上図体卓話

答え 体

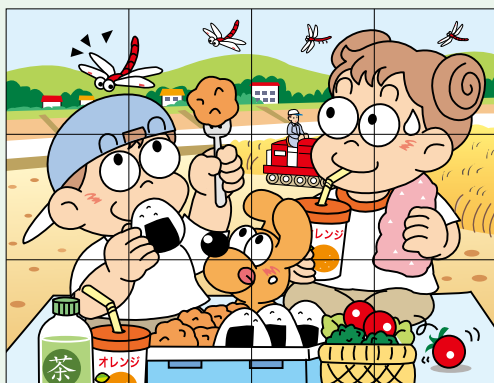
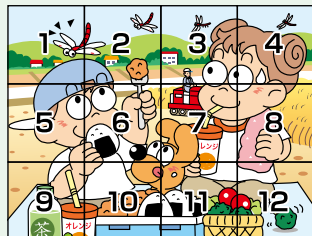
リスト

右会機後室受信心
進談日服枕夢夜

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左下の枠内の数字で探しましょう。

出題・イラスト: 酒井栄子



穴ぼこ熟語パズル・まちがいさがし 応募要項

ハガキに必要な事項を明記して、**9月10日まで**にお送り下さい。正解者の中から抽選で**10名**の方に農協全国商品券(全農)をお届けしますので、多数のご応募お待ちしております。なお、**当選者は10月号にて**お知らせします。

裏面

- ①穴ぼこ熟語パズル答え
- ②まちがいさがし答え
- ③〒・住所 ④氏名・年齢 ⑤電話番号
- ⑥意見・要望や身近にあったできごと、情報のほかに募集テーマ「私の秋の楽しみ方」をお寄せ下さい。「おたよりコーナー」で紹介させていただきます。

※収集した個人情報については、当JAで厳重に管理し、他の用途には使用しません。

クイズ当選者(8月号)

応募総数 64通
(内正解者 61通)

★大沢野地区

林 暁代様
荒木 清美様
増田 義孝様

★大山地区

西野 香代子様
大山の
ガンちゃん様

★婦中地区

松井 信之様
下田 尚未様
ぼんデリング様

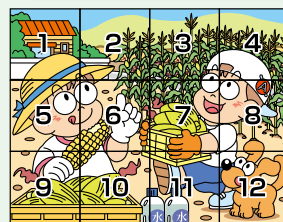
★八尾地区

みなじ様
岸 秀子様

前月穴ぼこ熟語パズル正解

スナドケイ→砂時計
イワタオビ→岩田帯
カイスイギ→海水着
ワンリヨク→腕力
リクジヨウ→陸上

前月まちがいさがし正解



- 1...家がレンガ造りから木造になっている
- 3...雄花が1株長くなっている
- 6...トウモロコシがかじられている
- 8...帽子のバッジの文字が違う
- 11...ボトルが増えている

正解者の中から抽選で
10名様にプレゼント!



答え 旅

JAカード限定!

2023年9月・10月は

JA直売所のご利用が

15%おトク!

JA直売所（JAカード5%割引実施店舗）で、対象期間中にJAカードをご利用いただく、ご利用金額合計の10%相当分をポイント還元！
いつもの5%割引と合わせて、15%相当おトクにご利用いただけます！

※還元ポイントの上限は2,500ポイント（10,000円相当）です。

いつもおトクなJAカード特典!

JA直売所のご利用は
請求時
5%割引!

期間限定キャンペーン

JA直売所のご利用金額の
10%相当をポイント還元!

対象期間 2023年9月1日（金）～10月31日（火）
還元時期 2024年1月

対象期間中のJA直売所でのご利用金額合計の10%相当分を還元ポイント（4円＝1ポイント）を計算します（小数点以下は切り捨て）。
還元ポイントの上限は2,500ポイント（10,000円相当）です。
※還元ポイントは「JAカード」の「ポイント」または「JAカード」の「ポイント」でご利用いただけます。※還元金額はポイント交換でキャッシュバックをご選択された場合の金額（1ポイント＝4円換算）を記載しています。

※一部対象外の店舗がございます。

※本誌掲載の情報は2023年4月現在のものです。特約については予告なく終了や内容の変更を行う場合がございます。

※JAバンクカード、JAコーポレートカード、JCBブランドのJAカードは本特典の対象外です。

※JAカードでのお支払いの対価です。電子マネーやコード決済等での支払いは、JAカードを登録されている場合でも本特典は適用されません。

JAバンク
三菱UFJニコス株式会社

JAカードの
ご入会方法

WEBから
店頭で

WEBからのお申し込み、
お近くのJA店舗の特典、
特典の詳細などはこちら
<https://www.jacard-tokuten.jp/cp2023>

取扱期間：令和5年3月1日（水）～令和6年2月29日（木）

**住宅ローンをお持ちのお客様を
ご紹介ください!**

「JAとのお取引はこれから」というお客様もお気軽にご相談ください

①期間中に他行でお借入れ中の住宅ローン返済予定表をご持参いただき、
借換試算される方をご紹介いただいた場合（紹介者の方に）

三菱UFJニコスギフトカード 1,000円分プレゼント!

②さらに、①でご紹介いただいたお客様が当JAにてお借換のお申込みのうえ、
契約（実行）いただいた場合（紹介者の方に）

三菱UFJニコスギフトカード 1,000円分プレゼント!

JAあおば 詳しくは下記JAあおば各支店窓口までお問い合わせください

本店 076-454-3181
大山支店 076-467-2321
大山支店 076-483-1411
中津支店 076-469-5311
八尾支店 076-455-2131
山田出張所 076-457-2211

線状降水帯で大雨被害が!

JA共済

ご自宅等の建物で被害はありませんでしたか?
JA共済の建物更生共済にご加入の方で被害がありましたら、
まずはご契約の支店までご連絡ください。

**JAの「むてきプラス」は火災から自然災害まで
いへの安心をサポートします。**

「むてきプラス」の特長

特長① 火災はもちろん、台風や地震などの自然災害にも高い保障です。

特長② 修繕費ではなく、保固期間満了時に、修理共済金が受け取れます。

特長③ 建物壊れりかたづけ費用、共済金などさまざまな費用共済金をお支払いいたします。

特長④ 火災や自然災害によるケガにも補償されます。

特長⑤ 迅速かつ適正な調査・査定を行う自然災害損害査定員が、安心のサポート

※お支払金額には、一定の条件があります。

詳しくは JAあおば お近くの支店までお問い合わせください。

人事異動 人事異動が発令されましたので、ご案内致します。

あおば農業協同組合

令和5年7月21日付

新役職名

氏名

旧役職名

総務部

人事総務課

金融共済部

貯金共済課

大山支店

あおば興産(株)

令和5年8月1日付

介護センター

(株)グリーンパワーあおば

杉原事務所

3ヵ月試用

新規採用

中土 隆治

原田 陽平

山田 日向子

澤田 遥

中川 怜美

金融共済部貯金共済課

総務部人事総務課

育児休業

歌壇

選者：長岡 瑩子

【歌壇投稿】

毎月20日まで、〒939-2372 富山市八尾町館本郷1324 長岡瑩子宛
はがき1枚に2首、FAXはA4用紙に2首、FAX 076-454-2751宛

静謐な夜の病室冷たき君「さあ帰りましよ 貴方の家へ」

谷井 昭美

評 悲しいとも、寂しいとも一言も書いてないが作者の淋しさが良く出ています。良き歌の見本の様な歌です。こんな歌はなかなか作れません。

身の周り全て片付け手を振りて君、逝きたまふ星祭りの夜

小嵐 春代

評 前作の歌の様に一番大切な方が亡くなられた歌です。七夕の夜と結ばれたのが、また悲しく美しい印象を与えます。

不慮の事故に甥身罷りぬわが朽ちし身とかはれざる責に苛む

池口 敏子

評 若き方が、大事な人が自分より先に亡くなって逝かれたという事は、本当に変われるものなら変わりたいと作者は思われたのでしょうか。その方の分も元氣を出して下さい。

遺品整理出でし夫の古日記恋に悩みし胸の内知る

福田美智子

雉駆けぬ！「そこが棲みよいかよく逢うね」車前を横切り放棄田へと

水上 研二

高瀬舟 猿之助とは違えどもなぜか結びて切なく為りぬ

広川 照子

社協より喜寿の祝いに杖届く探偵ポワロ風にハイポーズ

武部 国雄

梅雨晴れ間強き日差しに射ぬかれて青きあじさい老婆に变身

高澤 洋子

癒されし孫の手作りし苔玉を玄関に飾るまあるく丸く

杉林さち子

慣れぬ手で剪定できたと風に言い「おう、ありがとう」と亡き夫の口真似す

大窪 敬子

小雨振る畦で動かぬ貫郎さんひのきの笠だけじつと田を見て

林島由美子

軽トラの荷台に子犬のポチ乗せて農夫は早朝の水廻りする

大上 正弘

笹竹を担ぎ先頭ゆくパパを追いかける子に峽の梅雨晴れ間

老月 一枝

つばめの子巢立ったその日が衣替え鮎の掛け軸夏の座ぶとん

杉林けい子

紫陽花に子規の句添へていただきぬ「墨田の花火」見事に咲きて

小谷 剣司

静かなる御堂に胡弓の奏でられ恩徳讃を經典に読む

笹川 照子

松川の遊覧船は通り過ぎ波よ立ちたり揺るる花いかだ

松田 光枝

待望の上げ膳据え膳露天風呂冷酒もすすむ夫と飛驒の夜

寄川久美子

驚草は白き翼で空を飛ぶ鷺に似優雅ゆとりの姿

花木と志子

道端の立葵の花咲き始む咲き切るまでのまだまだ長し

坂井 重之

昨夜の大雨耐えた稲株は誇らしげに立つ小暑の朝

藤井久美子

選者

9月行事予定表

25日㊦ 定例理事会

支 店

9日㊦ 休日相談会（大沢野・婦中・八尾各支店）

20日㊦ お客様感謝デー

女性部

大山支部

29日㊦ 秋の交通安全呼び掛け運動

場所：大山宮農経済センター前道路

婦中支部

7日㊦、21日㊦ レインボー体操

場所：婦中宮農経済センター

直売所

毎週水曜日 ポイント2倍デー 

毎週木曜日 ソフト50円割引 

農業機械センター

全日営業

理事会だより

令和5年7月25日

附議事項

1. 出資金減口申込について
2. 固定資産（屋外広告物看板切詰工事）の取得について

報告事項

1. 月次財務報告及び事業実績について
2. JA財務モニタリングの県域・全国への報告について
3. コンプライアンス委員会報告について
4. 自主検査結果報告について
5. その他





牛乳をもっと食卓に
おいしい
ミルクレシビ



チーズと生クリームでリッチな味わいに

キノコのチーズオムレツ

出典●JミルクWEBサイト「ミルクレシビ」

シメジ…1/2パック
生シイタケ…4枚
マッシュルーム…5個
卵…4個
パルメザンチーズ…大さじ3
生クリーム…50ml

材 料 (2人分)

塩、こしょう…各少々
オリーブ油…大さじ2
ミニトマト、ルッコラ…適量

作 り 方

- ①食べやすい大きさに切ったシメジ、生シイタケ、マッシュルームを炒める。
- ②①に卵、パルメザンチーズ、生クリーム、塩、こしょうをボウルに入れて混ぜ、卵液を作る。フライパンにオリーブ油を入れて卵液を流し入れ、フォークでかき混ぜながら焼く。
- ③②にミニトマト、ルッコラをあしらう。

～特殊詐欺にご用心～

全国で相次ぐ特殊詐欺ですが、JAあおば管内でも特殊詐欺等らしき不審な電話が掛かっております。

市役所などの公的機関やJAなどの金融機関職員が、ATMの操作をするように連絡することは絶対にありません。

もしも不審な電話がありましたら、最寄りの警察やJAへ連絡・相談ください。



また、JAあおばではATMコーナーで携帯電話を利用しながら操作をされているお客様には、犯罪被害防止の観点から、職員からお声がけをさせていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

お問い合わせはこちらまで

大 沢 野 支 店 467-2321
山 田 出 張 所 457-2211

大 山 支 店 483-1411
八 尾 支 店 455-2131

婦 中 支 店 469-5311
本店貯金為替課 454-3181

あ と が き

全国で相次ぐ特殊詐欺ですが、JAあおば管内でも被害が後を絶ちません。最近の特殊詐欺はかなり巧妙になっていると聞きます。それでも、よくよく考えると、つじつまが合わないことがほとんどです。何か少しでも、引っかかることがあれば、家族や知り合い、そしてJAなどに相談してください。奪われるために貯めたお金ではないはず。大事な財産を失わないよう、皆さんで気をつけましょう。(林)