



- ◆ほくの里ライスセンター 完成
- ◆新米「ゆめみづほ」検査はじまる
- ◆賑わいを見せた「新鮮野菜市」と「夏祭り」



「ほくの里」

支店フリーダイヤル

内灘支店 ☎ 0120-968-971
津幡支店 ☎ 0120-968-972
津幡東支店 ☎ 0120-968-973
宇ノ気支店 ☎ 0120-968-974
高松支店 ☎ 0120-968-975

「みんなのよい食プロジェクト」を推進しています。



発行/石川かほく農業協同組合
編集/リバノス編集局

石川県河北郡津幡町字清水子329番地
〒929-0326 TEL. 076-288-3331
月刊：毎月10日発行
印刷：宮下印刷株式会社

<http://www.kahoku.is-ja.jp/>



JA石川かほく 投稿

ほくの里 ライスセンター 完成

完成なんだな！



施設概要

所在地／河北郡津幡町字舟橋250
 施設面積／延べ床面積 3,117㎡
 対象品種／ゆめみづほ、ハナエチゼン、つきあかり
 コシヒカリ、ひやくまん穀、あきだわら
 モチ、飼料用米、大麦等

荷受／トラックスケール…………… 2基
 荷受3系列…………… 15t/h 籾×2系列
 10t/h 籾×1系列

乾燥／ラック式乾燥システム …… 1t 籾×120基
 ビン乾燥システム …… 50t 籾×22基
 遠赤外線乾燥機…………… 20t 籾×2基

籾摺／籾摺装置…………… 3.6t/h 玄米×2基
 色彩選別機…………… 7.2t/h 玄米

精米／小口精米…………… 500kg/h



玉串奉奠を行う西川一郎代表理事組合長



起動スイッチを押し完成を祝うセレモニーの様子



ラック式乾燥システム設備を見学する参加者

昨年十月二十一日に地鎮祭を行い、約十カ月かけて建設していた「ほくの里ライスセンター」が今夏完成しました。ほくの里ライスセンターは、火を使わずより自然に近い乾燥を行う除湿乾燥方式の導入や、一トン単位で受入れできるラック式乾燥システム設備など、これまでに以上に高品質で、また多品種に対応した乾燥調製施設となりました。

さらに施設内には、衛生管理を徹底した最新の精米設備が取り入れられています。

修祓式・竣工式

八月七日、ほくの里ライスセンターの修祓式及び竣工式が行われました。修祓式では約三十名、竣工式では約八十名の当JA、行政関係者らが出席。出席者は工事の無事感謝し、運営の安全を祈願しました。西川一郎代表理事組合長は「農業政策の大きな転換や産業構造の変化に伴う地域ニーズは多様化しており、JAが組合員や地域の活力づくりに関わるニーズに対しての役割は大きくなっている。農業経営の将来像を深く考え、

持続可能な地域農業の実現に向けて、地域の皆様に貢献できるJAとなっていきたい」と挨拶しました。

また、起動式セレモニーでは当JAのキャラクター「ほくの里」も登場し、ほくの里ライスセンターの完成を祝福しました。

見学会 開催

八月十二日、管内生産者を対象としたほくの里ライスセンターの見学会を開催しました。午前と午後に行われた説明会には管内の生産者ら約百二十名が参加しました。

説明会では、三密を考慮して参加者を二班に分けて実施。生産者が持ってきたお米を計量する入庫計量室や、除湿乾燥方式を導入したラック式乾燥設備など約一時間かけて施設内を見学しました。参加者は「ライスセンターの中までじっくり見られて良かった。息子が仕事で来られなかったのが家に帰ったら息子に説明したい。稼働が楽しみ」と話していました。

ほくの里ライスセンター 米荷受スタート

ほくの里ライスセンターは八月二十一日、令和二年産「ゆめみづほ」の荷受けを開始しました。

同施設は、お米をトラックに積んだまま計量できるトラックスケール方式を取り入れました。入庫時に計量した車両は、荷受ホッパーに籾を投入し、出庫時に再び計量。入庫時と出庫時に計量した値の差で荷受量が算出され、従来に比べ大幅に計量時間が短縮されま



計量した値を確認する様子

す。生産者の負担を減らしたスムーズな荷受作業となり令和二年産がほく米の幸先よいスタートを切りました。

産 業用マルチローターで 「ひやくまん穀」農薬散布

当JA宮農経済部は八月十六日から十八日の三日間、石川県オリジナル品種「ひやくまん穀」の害虫防除を目的とした農薬散布作業を行いました。管内作付面積約半分、六十ヘクタールを産業用マルチローター（農業用ドローン）により実施。



農業用ドローンによる散布防除

ひやくまん穀の出穂がコシヒカリより一週間〜十日程度遅いことから、この時期にあわせ管内二十

六か所で行いました。農家支援と石川かほく米のブランド力を更に高め、品質向上を目指していきます。

新米「ゆめみづほ」検査はじまる

当JAは八月二十五日、令和二年産米の早生品種「ゆめみづほ」の検査を開始しました。初日は宇野気倉庫で九十九袋が検査され全量一等に格付けされました。

品質を格付けする厳正な検査では、穀物検定協会検査員がサンプルを取り、粒の形や色、水分、被害粒の割合など入念に検査しました。

今年は梅雨の長雨による日照不足で作物への影響が心配されましたが、梅雨明け後、好天に恵まれ稲は順調に生育。一部でカメムシ

注意報が出ていたものの、被害はみられず出来具合は良好で、収量、品質ともに昨年を上回ることが期待されます。

また、二十六日は、ほくの里ライスセンターではじめての検査が行われました。約三二トンの「ゆめみづほ」がJA職員によつて検査され、高品質な一等米を市場に出荷していきます。

今後は早生品種に引き続き、「コシヒカリ」の検査も九月月上旬ごろ始まる予定です。



形や色、水分などを検査する検査員（宇野気倉庫）



ほくの里ライスセンターで検査するJA職員

「産地づくり」による農業生産の拡大に向けて

八月五日、津幡町市谷の農事組合法人市谷は水稻育苗ハウスや遊休ハウスを有効的に活用したJA全農式トク箱液栽培システム「ういずOne」に取り組み「ういずOne」研究会の現地巡回を行いました。

同研究会にはJAグループ石川営農戦略室、生産者や当JA職員など六名が参加し、「ういずOne」によって栽培されたミニトマト、ア

ンジエレグやプレミアムルビーの葉・莖などの長さや幅などを測定し生育状況を観察しました。



生育状況を観察する関係者

また、今後の高温・保湿を防ぐためのハウス外遮光やハウス内を散水し、湿度を確保する重要性など管理方法について説明がありました。

高松ぶどう若手の会 勉強会開催

かほく市高松でブドウを生産している「高松ぶどう若手の会」は八月八日、かほく市内の圃場にて、ブドウ収穫後の防除方法や新しい技術の導入に向けた勉強会を開催しました。同会メンバー十名のほか県央農林総合事務所、当JA関係者ら約二十名が参加。

りによる根づくり、病虫害防除による早期落葉の防止について学びました。



スピードスプレーヤーの説明を聞く参加者

また、傾斜地や狭い圃場に最適なクローラ式スピードスプレーヤーなどの実演が行われ、新しい技術の導入や今後の圃場管理について意見交換が行われました。

賑わいを見せた「新鮮野菜市」と「夏祭り」

一軒店一協同活動

宇ノ気支店は八月十四日、同支店敷地内にて、年金受給日に合わせた恒例の「新鮮野菜市」と「夏祭り」を約半年振りに開催しました。

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、開催への検討を十分行い、新しい生活様式を実践・徹底し、支店活性化化委員をはじめ、同支店管内の理事の協力のもと開催。

賑わいを見せていました。

松本裕美同支店長は「久しぶりに皆さんの笑顔が見られ、喜んで頂き嬉しかった。これからも熱中症やコロナ対策をしっかり行い、また元気に来店して欲しい」と話しました。

また、年金来店感謝デーとして窓口では、日頃の感謝の気持ちを込めて、年金受給者に小松菜や玉葱がプレゼントされました。

新鮮野菜市では、地元生産者が栽培した旬の野菜、ナス・ピーマン・オクラなど約二十種類が販売されたほか、切り花・赤飯や漬物など加工品も店頭に並びました。また、今年のかほく市特産「高松ぶどう」デラウエアを安価で販売し、いずれも人気を集め、開店後一時間で完売するほどの盛況振りでした。



楽しみながら買い物をする来場者

笑顔をお届けたい 年金感謝デー

津幡支店と津幡東支店は、八月十四日と十七日に年金受給者に日頃の感謝の気持ちを込めて、プレゼントを渡しました。

新型コロナウイルス感染症により、毎年賑わいをみせる屋台での販売や野菜直売などのイベント活動を自粛していましたが、日頃の感謝の気持ちを伝えたいという思いから実施。飛沫飛散防止のための透明フィルムを設置したなかで、



小松菜のプレゼントを受け取る来店者

津幡支店はふりかけ、津幡東支店は小松菜がプレゼントされました。来店者は嬉しそうに笑顔でほほえみ、支店内は明るい雰囲気になりました。

「つなぎり」強化へ

八月十二日と十三日、J AグリーンかほくでJ Aカードについてアンケート調査を行いました。各支店の信用渉外と融資渉外が集まり、二日間に渡って実施。アンケートを通じて、お客様の声を聞き取りました。

また「J A共済アンパンマンこどもくらぶ」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため講座を中止しましたが、会員の皆さんに



アンケートを実施するJ A職員

喜んでもらうとうと親子で離乳食を楽しむための離乳食応援セットをプレゼントしました。

当J Aでは、総合事業を通じた地域社会との「つなぎり」を強化し、今後も取り組んでいきます。

スマイルスクール

小物づくり「クレイアート」

～素敵な作品を作ろう～

8期生

J A石川かほく女性大学スマイルスクール8期生27名は8月19日、当J A本店にて第16回講座小物づくり「クレイアート」を受講しました。

かほく市高松を中心に活動する高井エリ美さんが講師を務め、樹脂粘土を使う「クレイアート」シロツメクサに挑戦。固まっても弾力性がある樹脂粘土を丸め、側面をハサミの先端で三角にすくようにカットして、シロツメクサの花を作ります。細かい作業に受講生らは少し緊張気味。綺麗な花びらを作るため何度もハサミを入れて練習し、可愛く仕上げていました。最後に、ピンク色と白色のシロツメクサとクローバーを思い思いに飾り、手のひらサイズの独自の「クレイアート」が完成。

受講生は「難しかったけど、可愛くできてよかった。さっそく家に飾りたい」と嬉しそうに作品を見つめ、充実した時間を過ごしました。



樹脂粘土で作ったシロツメクサを飾る受講生

「森林ウォーキング」

～緑の癒しを体験！～

9期生

J A石川かほく女性大学スマイルスクール9期生24名は8月26日、津幡町の石川県森林公園にて第6回講座「森林ウォーキング」を受講しました。

石川県森林公園インフォメーションセンター長 内藤善太さんが講師を務め、園内の森の空気を浴びながらウォーキングしました。ウォーキング中は、植物の葉や枝を観察したり香りを楽しむなど五感を使って大自然を満喫。また木陰に入ると心地良い風が通り、涼しさを感じさせてくれました。

森林ウォーキングには癒し効果があり、リラックスした状態や緊張を和らげる効果があると期待されています。自分のペースでゆっくりと歩き、最後まで歩き終わるとスッキリとした表情が見られました。外で体を動かす楽しさを改めて感じ、心も身体も清々しい1日となりました。



森林ウォーキングを楽しむ受講生

ほのぼの だより

星に祈りを

四・五月は、新型コロナウイルス感染症対策の一つとして在宅介護サービスが制限され、ほのぼのヘルプやほのぼのデイサービスもサービスの休止を余儀なくされました。

利用者がサービスを受けることのできない日常となり、利用者からは「休みになってあいそまない、家にばかりおつて、あるけん足がさらに動けんくなった」、家族からも「怒らなくていいことに声を荒げたりして母も自分もつらい思いをした」という声が多く寄せられました。

団塊の世代（一九四七～四九生まれ）が二〇二五年までに後期高齢者に達することで、介護・医療費などの社会保障費急増が懸念される「二〇二五問題」が予想されるなか、

政府は、地域単位で「医療」と「介護」の連携が強まるようにさらなる在宅サービスの充実を図っています。

私たちも、住み慣れた地域で、住み慣れた家で利用者や家族が笑って暮らせる生活をおくれる様に支援していきたいです。

今、ほのぼのヘルプには手作りの笹飾りが飾られ、短冊には、「夏空とわれらのパワーでコロナをぶつとばせ」と、安心・安全な日常を取り戻せるようにスタッフからの願いがたくさん込められています。

ほのぼのヘルプ

居宅介護支援専門員

北村 里美



スタッフの願いをかかげた
手作り笹飾り



自由に思いや願いが
記載出来る短冊

私の趣味



津幡町 瀬戸 すみ子さん

私の趣味は、お裁縫や編み物などによる「小物づくり」です。町内で介護の仕事をしていた時に利用者さんと一緒に作っていたのが始まりです。今では小物の他に壁飾り、お人形の洋服など挑戦しています。作ることが楽しくて、毎日あつという間に時間が過ぎてしまいます。

かばんや小物入れは、使わなくなった着物の生地を再利用して作っています。今は買い物に行くときレジ袋が有料化になっているので、エコバックをお友達にプレゼントすると喜ばれ、使っている姿を見かけるととても嬉しかったです。

健康に気遣って中々遠くには出られないけれど、作ったものを見に、お友達が家に集まってくれたり、たくさん話したりできるのでそれが何より一番の楽しみです。まだまだこれからも新しいものに挑戦して色んなものを作りたいと思います。

また津幡支店の窓口に置いてありますので、ぜひ一度ご覧になってみて下さい。

ほくの里ライスセンター 竣工のごあいさつ

石川かほく農業協同組合

代表理事組合長 西川 一郎



当組合では管内の基幹作物である水稲について、津幡カントリーエレベーター、内灘、中条、西部、宇ノ気のライスセンターと計5か所の共同乾燥調製施設で組合員の皆様の大切に育てたお米を乾燥調製し、消費者にお届けしてまいりました。

しかし、各施設とも建設からおおよそ30年が経過し、老朽化とともに修繕費の高額化が大きな課題となっていました。そこで、10年先、20年先のJAの役割、そして管内組合員の農業経営の将来像を深く考え施設の再編について検討し「ほくの里ライスセンター」の建設に至りました。

「ほくの里ライスセンター」は、より自然に近い乾燥を行うため50tビンで22基備えた除湿乾燥方式で、さらに近年の消費者ニーズの多様化に対応するため、特別栽培米等を1t単位に細分化できるラック乾燥機、麦や飼料用米等を効率的に乾燥する遠赤外線乾燥機を備え、組合員の精魂込めた美味しいお米をこれまで以上に高品質の乾燥調製が可能となりました。

また、これまででも取り組んできた地産地消をさらに推進するため、施設内に衛生管理を徹底した最新の精米設備の導入を図り、管内消費者の皆様には美味しいかほく米を、さらに美味しくお届け致します。



ご飯をおいしく 食事を楽しく

「天晴」のオーナーシェフ 永井 智一 氏

野菜のチーズ焼き



材 料 (2人分)

シイタケ……………	大2個	パルメザンチーズ	
ナス……………	1本	……………	大さじ1
ズッキーニ……………	1/2本	オリーブ油……………	適宜
ミニトマト……………	2個	塩……………	少々
カマンベールチーズ	……………	削り節……………	適宜
……………	1/4缶	しょうゆ……………	適宜

作り方

- ① シイタケは石突きを落とし縦に2つに切る。他の野菜は厚めの輪切りにして、塩少々を振っておく。
- ② シイタケ以外の野菜にオリーブ油を掛けパルメザンチーズを振る。シイタケにはカマンベールチーズをのせる。
- ③ 180度に熱したオーブンで②を6~8分焼き上げ、皿に削り節を敷きその上に盛り付ける。シイタケにしょうゆをひと垂らして出来上がり。

アドバイス

アルミホイルを敷いたトースターでもOK

ツナとゴーヤーのサラダ



材 料 (2人分)

ツナ缶……………	2缶	ナンブラー……………	大さじ1
ゴーヤー……………	1/2本	シュンギク、トレビス	
レモン……………	1/4個	(赤チコリ)……………	適宜
トマト……………	1個	塩……………	適宜

作り方

- ① ゴーヤーは半分に切って種を取り、薄切りにして塩を振って5分ほど置き、熱湯でサッとゆで、冷水に落とし水気を切っておく。
- ② ツナ缶はざるにあげ、油を切っておく(軽く絞ったような状態)。
- ③ ボウルに①と②、ナンブラーを入れ混ぜ合わせ、皿に盛る。食べやすい大きさに切ったシュンギク、トレビス、トマトを盛り付け、レモンを搾って出来上がり。

料理レシピ 募集

ご家庭で簡単にできる、地物・旬の食材を使ったレシピを募集しています。投稿くださったレシピをリバノスやホームページで紹介したいと思いますので、皆さんのご自慢料理を送ってくださいね！また、いろいろな食材の保存方法をご存知の方も、併せて募集しています。たくさんのレシピをお待ちしております。

募集方法 (封書でお送りください。)

1. 住所、氏名、電話番号
2. 料理名または食材名
3. レシピまたは保存方法 (簡単にお書きください。)
4. 一言コメント ※1~5の事項を必ずご記入ください。
5. 写真

宛先

〒929-0326
河北郡津幡町字清水水子329
JA石川かほくリバノス編集局

※レシピが多い場合は、リバノス編集局で選定させていただきます。



さあ作ろう！ 家庭菜園

森田 恵子

秋野菜の収穫が楽しみな時期になりましたね。我が家では毎年盆過ぎに一回目のだいこんの種まきをするのですが、雨待ちして遅れたため十月中の収穫は難しい状況です。にんじんの水やりにかかりきりだったため、だいこんまで手が回らなかったです。

はくさいの追肥

はくさいやキャベツは、外葉を大きく育てることが大玉を育てるコツです。一回目は定植後二週間後に施用します。二回目は結球のために内側の葉が立ちあがり始めた頃にNK十七号をa当たり四kg、畝の肩に施用します。但し、砂地の畑では肥料がながれやすいので追肥の回数を増やしてください。



茎ブロッコリー

我が家では、今年茎ブロッコリーを作っています。中心部の花蕾が目立つようになったら、この頂花蕾は早めに収穫して、側花蕾の伸びをうながしてください。次々に伸びてくる側花蕾は柔らかく折り取れるところで折って収穫します。茎が甘くてとてもおいしいのです。十日間隔で追肥をしてください。

ブロッコリー

同じように、大玉のブロッコリーも収穫後に追肥をすれば、脇芽から次々と側花蕾が収穫できます。



カリフラワー

我が家では白とオレンジの二種類を作っています。白は花蕾が見え始めたたら葉を持ち上げて花蕾を包み込

み、太陽光をさえぎり白く仕上げます。オレンジはそのままで光があたることので色づきます。オレンジのほうが手間いらずです。

春取りキャベツの定植

下旬は来年の五月収穫の春系キャベツの植え付け次期です。春系は巻きがゆるく、柔らかいのでサラダにするとおいしいですね。ちなみに我が家では九月二十五日頃に種をまき、一か月後に定植という段取りです。雪解けの過湿に弱いので畝は高めにします。冬を越す野菜は、基肥にリン酸肥料をやや多めに施用するのがコツです。今年の我が家の成果はというと、冬の間とうさぎと思われるのですが大事な外葉を食害され小玉になってしまいました。このような被害は初めてのことでした。今年は越冬前に不織布をべた掛けしようと思っ



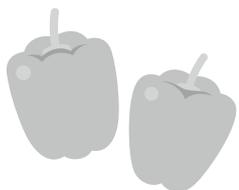
たまねぎの定植

苗が出回る前に畑の準備をしておきましょう。酸性に弱いので、早め

に苦土石灰で土の酸度をpH六〜六・五に矯正します。苗は茎径五〜八ミリ程度の苗で、根元が乾燥しないように植え付けるようにしましょう。大苗は春先にネギ坊主になりやすく、小苗は越冬しにくく欠株になったり小球になったりします。根は丁寧な埋め、葉の分岐点が土の中に埋まらないように注意します。我が家も毎年、今年こそネギ坊主になりませんようにと願いながら植え付けています。今年もマルチ栽培にして除草の手抜きをします。一穴ずつ追肥をするのは腰が痛くてつらいのですが、草取りはもっとつらいので。

カラーピーマン

今年の我が家のカラーピーマンは、カメムシやタバコバの被害が多く収穫は思わしくありませんでした。十月になると気温が下がってくるので、完全に着色するまで待たずに半分着色した状態で収穫し、窓辺において太陽光に当て、色づくのを待ってから料理して食べます。



変わった球根植物を育てよう

土屋 照二

この時期になると球根の植え付けが頭に浮かびます。今年は少し変わった種類を植えて、来年の春にご近所さんと話題にして楽しみましょう。

◆ポタニカル（野生種）

この中には普通にイメージしているものと異なるものがあります。ここでは三〜四号鉢で作れるものを中心に紹介します。

チューリップの小型種にはタルダ（図1）、マキシモビッチ（図2）等があります。四号鉢で栽培したもので、両



図3



図2



図1

種とも草丈約10cmで一球多花、前者は黄花、後者は赤花で弁先が尖ります。クルシアナ（図3）とワリサンタはどちらも草丈六十cm位で細い花びら（花被）で縦長の花を咲かせ、前者は白で外花被（外側三枚の花弁）の外側が赤、後者は黄花で外花被外側が赤の二色咲きです。最近では原種でなく園芸品種として両種が混ざったものが良く売られています。次いでスイセンのポタニカル二種ですが、トリアンドリュース（図4）は花被片が反り返っているのが特徴です。ブルボゴジウム（図5）は副冠（ラップ）が花の割に大きく開いてい



図6



図5



図4

ます。アイリスでは黄花、幅広弁のダンフォルディエ（図6）や紫花長細弁のレティキュラータがあります。その他には草丈5cmほどのシラー・シベリカや石川にも自生しているキクザキイチゲに似たアネモネ・ブレンドラ等が育てやすいです。

◆普通種と色や形が異なる

チューリップでは最近では切り花用主要品種以外の品種が売られています。チューリップのイメージとしては小学校時代から書きなれた一球（一茎）一花咲きですが、コッテージ咲きというグループでは枝咲きする品種（ジヨゲッティ、オレンジブーケ等）があります。枝咲きが良く分かるようキューケンホッフ（図7）、チューベルゲニ（一種）で示しました。百合咲き、羽状弁咲き、緑花等変わりものも多くあります。他の花では桃色花スイセン（ピンクチャーム、ピンクブライド、ロマンス等）や八重



図7

咲きユリ等はどうか。

◆大型種

あまり見かけないものにバイモヤフロユリの仲間のフリチラリア・インペリアリス（図8）とペルシカ（図9）があります。ともに1m近くになり、前者はベル型橙色5cm大花を花茎頂部に下向きに多数着け、



図9



図8

その上にパインアップル果みたいに見える葉を着けます。後者は黒紫褐色花を穂状に下向きに咲かせます。比較的見られるものに大型のアリウム・ギガンチウムがあります。径十五cm程にもなる桃紫色のネギ坊主を咲かせます。

鉢植えでは大型種は八号以上を用い一球植えし球根頂部を五〜十cm埋めます。小型種は四号で、その他は五〜六号で三〜五球を浅植えします。植え付け時から年内までに鉢縁に緩効性化成肥料（1B・1S1等）を与えます。

お便り O T A Y O R I コーナー

年齢が1つ増えるごとに1年がたつのがはやい。畑で逢うお姉様方は自分より皆様とても元気そうです。今年もはや白菜の畑の準備されている方が…1年はやくて、はやくて！
津幡町 道井 邦子

今年も半分過ぎてしまい、白菜を準備されている事を知ると、より一層1年が早く感じますね。旬の野菜を育てていると、季節が過ぎていくごとに収穫を待つ楽しみもでき、心も身体も元気に過ごせるのでしょね。

長雨の為、野菜の成長が悪く（ナス・ピーマン）キュウリはもう枯れたよ。
津幡町 正元 美砂

今年は例年より遅い梅雨明けとなり、長雨・日照不足から野菜作りの大変さを感じた夏になりましたね。また、梅雨が明けてから連日の猛暑になっていますが、太陽の光をいっぱい浴び、これからの旬の野菜の生長を願って爽やかな秋を迎えたいですね。

コロナのおかげで以前の日常生活がいかに幸せだったか痛感しました。またいろんなイベントを開催まっています。

かほく市 東中 千代枝

新型コロナウイルス感染症の影響により自粛生活を送ることで、気付かされたことがたくさんありますよね。コロナに負けず、皆様が安心して参加できるようなイベントなどを企画し、地域の方に最高の笑顔と元氣をお届けできるよう頑張ります。

初心者マークの家庭菜園をしている私、「さぁ作ろう！家庭菜園」がすごく勉強になります。今月号に書いてある「なすの管理」を読んで、すぐに自宅のナスを見

に行きました。まずまずの出来！肥料をもっとこまめにあげるネと声掛けてこれからの収穫を楽しみにします。

かほく市 能任 有為子
ご愛読ありがとうございます。

ご自宅で栽培されている、ナスの生育が順調そうでよかったです。

あれから、愛情こもったツヤのある、色鮮やかなナスが収穫できたでしょうか？

生育状態を知る事で、野菜作りの自信にも繋がると思っています。

これからもおいしい野菜作りを目指して頑張ってください。



その他、たくさんのお便りが届いています。紙面の都合上、全員の方のお便りを載せることができない場合もございます。ご了承下さい。実名で載せさせていただきますいておりますが、匿名希望の方は明記してください。お便りをお待ちしております。

<お便りのあて先>
〒929-0326 河北郡津幡町字清水チ329
JA石川かほくりパノス編集局

川柳

石本よし一選

題「村」

秀

人情の村に孫子が帰る盆

福田 貞子(岩崎)

評 新型コロナウイルス感染症が、再び国内で増え続けている。孫や子の帰省にも、待たがかかると雲行きが強い。一年に一度の里帰り、その里帰りを待ちわびる里のばあちゃん、八月十五日の村の風情である。過疎の村も、この時期だけはにぎわいを見せる。虫を追う子供たちの歓声が聞こえたりもする。古里はいつお帰りになってもあたたかい。

佳作

園児たちひまわり村に笑顔見せ

洲崎 昭子(太田)

助っ人に若者雇い村祭り

加藤 秀子(五反田)

村はずれお地藏さまもマスク付け

竹田 盈子(緑が丘)

井の中のかわすのよう村で生き

松村小夜子(岩崎)

禁酒して学校建てた村誇り

藤沢 充子(瓜生)

入選

帰省する孫子待ちわび過疎の村

井田 宏子(井野河内)

小さな村内灘闘争名を広め

田村 悦子(天根布)

心地良い村の空気ですつ長居

古林 照子(長柄町)

村雨をうらんで干した梅を拭く

松田 妙子(浅田)

笛太鼓子供獅子舞つ村まつり

河合 雅子(津幡)

花迷路ひまわり村の子等の声

田中 介之(上田名)

少子化で空き家が目立つ村の中

越野 香(二ツ屋)

方言の親しい村に住みなれる

前山優美子(太田)

幼少期村の神社でかくれんぼ

河本 巴子(内日色)

人も無くコロナもない過疎の村

兼保 直美(瀧端)

神事のみ村の祭りも様が変わり

宮本由紀子(宮坂)

宮の森太鼓響いて村祭り

松本 義隆(岩崎)

獅子舞の伝統守り村起し

堂川 武久(領家)

競り上がるルビロマンに村歓喜

一羽トモ子(南中条)

村人夫環境保全もままならぬ

長谷川恵子(市谷)

村祭り中止続出コロナの禍

吉田 順子(川尻)

散居村眺めて過ぎるハイウェイ

瀬戸 恵子(二ツ屋)

赤い下駄カタカタ鳴らし村祭り

山崎 洋子(横浜)

十二月号題 「力」三句マテ

● 締切り 十月十日必着

一月号題 「朝」三句マテ

● 締切り 十一月十日必着

投句先

〒929-0326 河北郡津幡町字香提寺ワ三

石本よし一宛

※投句の際、住所・氏名をお書き忘れのないようお願い致します。

睡眠時無呼吸症候群

健康科学アドバイザー 福田 千晶

睡眠時間を確保しても昼間に眠くなる、こんな悩みはありませんか？

同室で寝る家族から「寝ている間に呼吸が何秒か止まっている」とか「いびきが時々止まる」。こんな指摘があるなら、睡眠時無呼吸症候群かもしれません。

睡眠中に十秒以上の無呼吸が一晩三十回以上、もしくは一時間当たり五回以上ある場合は睡眠時無呼吸症候群です。太った男性に多いですが、下顎が小さい人などは、睡眠時無呼吸症候群があり得ます。睡眠中に呼吸が停止して、目覚めて睡眠が中断されることもあり、浅い睡眠を繰り返すため、質の良い睡眠が取れません。

そのため昼間に眠気が出やすく、農作業の途中で休みたくなり、作業の途中で集中力が途切れたり、車やトラクターの運転中でもウトウトしたり、危険もあります。無呼吸や低呼吸を繰り返す低酸素状態はいろいろな病気の原因にもなり、最悪の場合は突然死の原因にもなるので侮れません。

原因は、睡眠中に喉（上気道）が狭くなることです。原因としては、肥満で喉の周囲が脂肪で圧迫されることと、下顎が小さく喉の断面積が小さいことがあります。

肥満の人は減量が大切です。食事の見直しと運動する習慣を継続し、肥満の解消を目指しましょう。大量の飲酒をした夜に呼吸が止まりやすい人は、飲酒も控えめに。

睡眠時無呼吸症候群の治療法としては、装着した鼻マスクから呼吸に合わせて空気を送るCPAPという装置がよく用いられます。また、マウスピースを使用して下顎を前方にずらすことで、喉を広げる方法もあります。睡眠時無呼吸症候群の心配がある人は「睡眠外来」のある医療機関、もしくは耳鼻咽喉科か呼吸器内科を受診して相談してみましょ。



新着情報

ほのぼののデイサービス

ほのぼのの野菜の収穫

今年は長雨からの梅雨明けと共に連日の猛暑日となり、新型コロナウイルス感染症の恐怖と戦いながら特別な夏を過ごしています。

現在、ほのぼののデイサービスでも様々なイベントを中止していますが、施設の隣接したビニールハウスで栽培している野菜は、暑さに負けず収穫時期を迎えています。

8月19日、利用者に収穫する喜びを味わってもらおうと午前中の涼しい時間帯に合わせて、金時草やミニトマト、大葉、つる紫の収穫体験を行いました。

涼しい時間帯にもかかわらず、いざハウスの中に入ると汗がジワジワと出てきましたが、利用者はそんな暑さを感じさせず、食べごろの野菜を見つけ出そうと品定めする真剣な眼差しで「ほのぼのの野菜」を収穫しました。

収穫後、昼食時に「ほのぼのの野菜」を使った料理を

美味しくいただきました。

利用者の皆さんは、野菜の知識は豊富で育て方のコツやおいしい食べ方など色々なことを教えてください。スタッフも勉強になっています。今後もほのぼののデイサービスの活動を通じて「達成感、や「楽しみ、を感じながら、利用者と共に生活の質の向上を目指していきます。

ほのぼののデイサービス
スタッフ一同

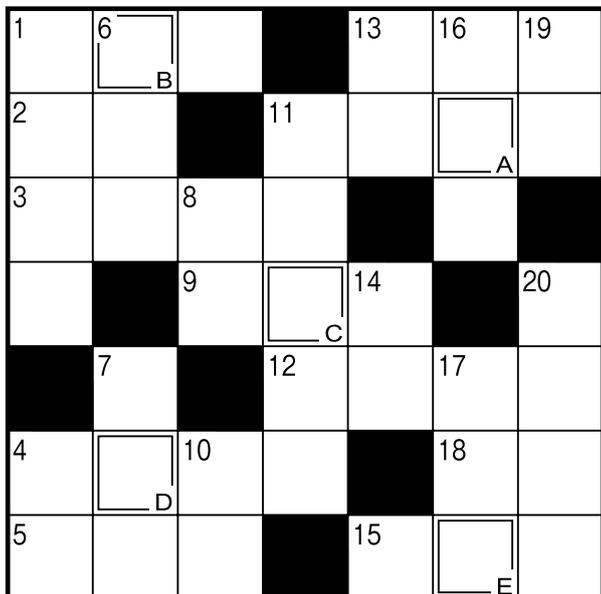


つる紫を収穫する利用者



クロスワードクイズ 頭の体操??

Q 二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



ヨコのカギ

- 匂いマツタケ、味——。おいしいきのこです
- 日が暮れてすぐの頃
- 晴れた日にはかどりやすい家事
- 油を付けて日本髪を整えた
- 世界遺産の一つ、——古道
- 千葉県にある市。大きな国際空港があります
- 運動会の競技の一つ
- 配偶者のことです
- 徳川家の家紋に使われている植物
- 眠ったまま話します
- ベンチもこれの一種

タテのカギ

- 本のこと。電子——
- 釣った魚を入れておく籠
- 今日の——ディッシュはステーキです
- 漢字では秋刀魚と書く青魚
- ここからぼた餅が落ちてきたらラッキー？
- 牛の頭に生えています
- この下駄箱は——だから動かせません
- ドリルで開けるもの
- 焼き肉を漬けたりかば焼きに塗ったり
- うわさが広まるときに付きやすい
- 10月10日は目の——デーです
- やぼではありません
- 腰をひねるようにして踊るダンス



PRESENT

- ◆応募方法 ハガキに①答え②住所・氏名・電話番号③本誌に対するご意見・身近な役立つ情報などをご記入の上、下記あて先までご応募ください。正解者の中から抽選で5名の方に1,000円分の商品券をプレゼントします。
- ◆あて先 〒929-0326 津幡町字清水チ329 JA石川かほく「リバノス編集局」
- ◆応募締切 10月10日（消印有効） ◆当選発表 リバノス12月号

8月号クイズ当選者

〈答え〉モウシヨビ

- 中井 正彦さん
- 細川 敏子さん
- 坂本奈保美さん
- 能口喜美代さん
- 浅野和喜男さん

第5回 理事会だより

令和2年8月20日(木)開催

●審議事項

- 第1号議案 新規就農支援事業の取り組みについて
- 第2号議案 理事と組合との契約承認（業務委託取引）について
- 第3号議案 理事と組合との契約承認（購買取引）について
- 第4号議案 常勤理事の他の団体理事等への就任承諾について
- 第5号議案 令和2年産米仮渡金の設定及び開示について
- 第6号議案 農産物検査業務規程の一部変更について

●報告・検討事項

- (1) 令和2年7月末事業概況について
- (2) 令和2年度第1四半期事業損益状況について
- (3) 令和2年産米受検計画書について
- (4) 令和2年度会計監査人監査期中Ⅰの監査日程について
- (5) その他

支店活性化委員から、こんにちは！

「挨拶が一番」地域の為の支店を

津幡東支店活性化委員の由田一夫です。
津幡東支店は高齢者が多い地域です。支店職員の笑顔と挨拶でホッとしていました。何気なく聞いていた言葉が、新型コロナウイルス感染症で声が掛けづらくなった現在、でも…挨拶が一番だと思います。

今は新型コロナウイルス感染症の感染拡大によって活動は中止となっています。ウイルスと付き合わなければいけない日常を送るためには、感染症対策を踏まえ、どう活動すればいいのか考える時期かと思えます。

支店長を中心に、支店職員・支店活性化委員の協力のもと、地域の為の支店、また地域の中心になる支店を目指し組んでいきたいと思えます。

皆様もお気軽にご来店下さい。また、熱中症対策も忘れずをお願いします。

津幡東支店活性化委員 由田 一夫

不要農薬回収のご案内

回収日 令和2年12月5日(土)
午前9時～正午

※事前の回収、お預かりは行いませんので
予めご了承ください。

回収場所 JAグリーンかほく前倉庫

処理費用 (封袋込みで1キロあたり、税込)

一般農薬 …… 430円 不明農薬 …… 730円
くん蒸剤 …… 3,900円

※水銀剤は回収できませんのでご了承ください。

精算方法 当日現金または当JAで
お取り引きされている口座より
引落としさせていただきます。

●申込書は11月号のリバノスに折込、またJA石川かほく各支店窓口
に10月頃配置いたします。

※回収には「委任状」の取り交わしが必要のため、**印鑑**をお持ちください。

お問い合わせ先

経済課 TEL 288-7555

JAグループ石川 高強度鋼管 アルファ 10月15日まで

期間限定 『ハードパイプα』
パイプハウスキャンペーン

パイプハウスは
11月末迄の精品と
なります。

ビニールも
工事費も全部
ひっくるめて

●パイプハウスとセットでご注文いただいた
ビニール膜・工事費を割引いたします。
●他の購入補助制度との併用はできません。

50%OFF
にてご提供!

工事希望のお客様には3年間の災害補償付
などの被害にもこれで
風・雪・水 安心!!!

ご予約受付中!
お問い合わせ先 経済課 TEL 288-7555

新型コロナウイルス感染症の影響により

国税庁

国税の申告・納付が難しい方へ

(法人・個人のすべての方が対象)

期限までの申告が難しい方

- 申告期限を
延長する制度があります。
- 延長の申請については
柔軟に対応しています。
- 申告期限の前だけでなく、
期限を過ぎた後でも、延長の
申請が可能です。

詳しくはこちら

国税庁 検索



※地方税の取扱いについては、都道府県・
市区町村にお尋ねください。

資金繰りで納付が難しい方

- 申請により納税を猶予する制度が
あります。納税が猶予されると、
延滞税が軽減又は免除
されます。

まずは /
「金沢国税局猶予相談
センター」にお電話ください

0120-948-364

フリーダイヤルに変わりました!

【受付時間】8:30～17:00(土日祝日除く。)

詳しくはこちら

国税猶予 検索



※地方税や社会保険料についても同様
の制度があります。

国税に関する一般的なご相談は「電話相談センター」
をご利用ください。

金沢税務署 電話番号 076-261-3221 (代表)

音声案内「1」で「電話相談センター」、音声案内
「2」で「税務署の面接相談」につながります。

JAグリーンかほくからの お知らせ

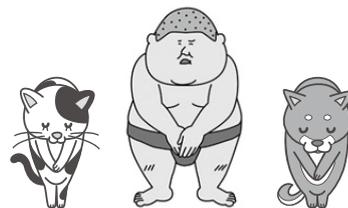
大変ご迷惑をおかけしますが、

店内棚卸しのため

令和2年

9月30日(水)は

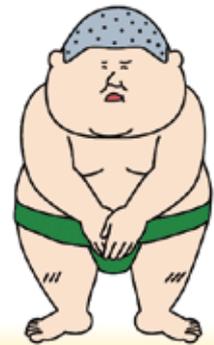
休業とさせていただきます。



「笑顔ほくほく秋祭り2020」 開催中止について

10月に開催を予定していました「笑顔ほくほく秋祭り2020」は、新型コロナウイルス感染症の収束が見えない状況を受け、皆様の健康と安全を最優先に考え、中止と致しました。

多くの皆様が開催を心待ちにされていたと思いますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。



農業用廃プラスチックの回収について

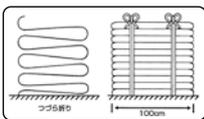
ハウス用ビニールや肥料用ビニール袋、畦波や育苗箱など不要になった農業用廃プラスチックの回収を行います。日時、場所等につきましては、次の通りです。

日時 10月6日(火) 午前9時～午後3時

場所 高松集出荷場(かほく市夏栗い20)

回収料金 1キログラム当たり70円程度(税抜)を予定しています。後日精算。

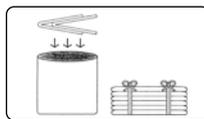
梱包の方法



ハウス用ビニール・農ポリ等



農薬・除草剤等



肥料用ビニール袋等

使用済農業資材を運搬する際には、その運搬車の両側面に、次の事項を表示する事が法律で義務付けられています。

1. 産業廃棄物を収集運搬している旨の表示
2. 排出事業者名

■お問い合わせ先 営農販売課 TEL 288-7555

農家の皆様へお願い

道路に泥を落とさないよう 注意しましょう!

秋の農作業が始まり、農機具から落ちた泥による道路の汚れが目立つことが多くなりました。公道に落ちた泥のかたまりは、環境美化ばかりでなく、スリップ事故の原因になり大変危険です。

田や畑から道路に出る前に、泥を落としてから走行するようお願いいたします。

やむを得ず道路を汚した場合は、速やかに清掃するなど、住み良い地域づくりへのご理解・ご協力をお願いいたします。



農作業時の事故に注意!

農繁期に入り、農業機械の使用が増えてきました。

作業の前に、運転・使用方法や作業手順などを確認し、事故のないよう注意しましょう。