



- ◆ 地域間の連携へ
倶利伽羅地区3組織 合同調印式
- ◆ 高松紋平柿生産組合 総代会
- ◆ 令和4年度地域農業推進大会 開催
- ◆ 令和5年度 新規採用職員紹介



「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/リバース編集局

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 読者

ほくほくニュース

地域間の連携へ 倶利伽羅地区三組織合併調印式

三月十七日、当JA本店会議室にて倶利伽羅地区三組織合併への調印式が行われました。

農事組合法人竹橋宮農組合、同刈安宮農組合、富田宮農組合の三組織が令和五年四月二日を合併日と定め、新たに「農事組合法人倶利伽羅」が誕生します。

調印式では合併準備委員長で竹橋宮農組合の代表理事である加藤紘さんが「いかに持続可能な農業経営ができるかを考え、JA石川かほく職員二人を事務局に加え、

十二回の委員会を経て議論を重ねた」と経緯を説明した後、各代表が合併契約書へ署名・押印しました。その後、農事組合法人倶利伽羅の加藤紘新代表理事が「中山間地の課題は多いが仲間と協力し、



合併に調印した3組織の代表



合併契約書に署名・押印する3組織の代表

まい進したい」と挨拶。西川一郎代表理事組合長、矢田富郎津幡町長、友田毅農央農林総合事務所津幡農林事務所長が立会人を務め、祝辞を贈りました。

当JA管内には法人と任意の計四十集落宮農組合がありますが、管内での組織間の合併は初めて行われます。後継者不足や農業者の高齢化により組織の存続が危ぶまれる中、持続可能な農業経営を目指す、地域農業の経営強化を図ります。

役員が改選 高松紋平柿生産組合

高松紋平柿生産組合は三月三日、かほく市大海交流センターで令和五年の総代会を開催し、生産者・関係者約二十名が集まりました。

岩野伸一生産組合長は「計画を大きく上回る百六トンを出荷することができた。令和五年度も七十トン以上の出荷と高品質生産に向けて品質管理を徹底し一層のブランド化に力を入れていきたい」と挨拶し、油野和一郎かほく市長、沖津千万人県議会議員が祝辞を述べました。

総会では令和四年事業報告並びに収支決算承認の件・監査報告など四件の議案が慎重に審議され、原案通り可決。第四号議案の役員改選では、四期八年組合長を務めた岩野伸一さんが退任し、新たに池田昌健さんが組合長に就任しました。

令和四年度同組合は百六トンの高松紋平柿を出荷し、販売面では三千五十四万円と出荷量・販売金額ともに過去最高となりました。

最上位規格の「プレミアム」



慎重に審議する総代

（品質は秀品、重量は三百グラム以上、糖度十六度以上）では四年連続一箱（六個入り）十万円で競り落とされ、昨年八月には県ブランド農林水産物の証である「百万石の極み」に認定されました。また、東京市場へ本格出荷を行うなど魅力を県内外に発信し、販路拡大と消費拡大を図るとともに一層のブランド価値向上を目指します。

令和四年度 地域農業推進大会 開催

当JAでは三月九日、津幡町文
化会館シグナスホールで「低コス
ト農業の実現のために」をテーマ
とした令和四年度地域農業推進大
会を開催し、認定農業者・集落営
農組織など関係者約二百名が参加
しました。

西川一郎代表理事組合長が「生
産コストの高騰が農業経営に重く
のしかかる中、生産者の所得増大
に向け、JAグループとして総力
を上げ取り組んでいきたい」と挨
拶。その後、当JA職員が令和四
年度までの自己改革の取り組
み結果について報告しました。

「農業者の所得増大」「農業
生産の拡大」では米麦共同乾
燥調製施設の再編や地域農業
の核となる担い手育成、農産
物の新たな需要拡大と付加価
値増大に取り組み、所得増大
につながりました。また、かほ
く米トータルコスト低減運動
など所得増大に向けた支援策
についても示しました。

基調講演では「トータルコ
スト低減に向けた稲作技術の
現状と課題」と題し、協友ア



講演に聞き入る参加者

グリ株式会社常務取締役宗和弘氏
より稲作農業における課題や政策
について話すとともに解消に向け
たスマート農業の技術と資材を紹介。一俵あたりにかかる生産コス
ト低減を目指し農業者の所得向上
を図るため、高密度播種苗による
苗資材費の削減や省力材の導入に
よる作業の省力化、スマート農業
技術の効果等話しました。農業
者の減少・高齢化が進む中、参加
者は事業継続のヒントを得るため
真剣に耳を傾けていました。

長いも部会 通常総会

三月十七日、石川かほく長いも
部会は当JA宇ノ気支店で令和四
年度通常総会を開き、生産者十二
名が参加しました。

総会では第一号議案の令和四年
度活動報告並びに収支決算報告・
監査報告など四件の決議事項が慎
重に審議され、原案通り可決され
ました。

その後、当JA営農担当職員が
令和四年度長いも販売実績を報告



慎重に審議する生産者

し、県央農林津幡事務所職員が令
和五年度の栽培指針について示し
ました。

(株) JAアグリサポートかほく 定時株主総会 開催

三月三日、(株)JAアグリサポー
トかほくは当JA本店にて令和四
年度(第十二期)定時株主総会を
開催しました。

総会では、令和四年度の事業報
告並びに監査報告、令和四年度計
算書類の承認の件など二件の報
告・四件の決議事項が審議され、
いずれも原案通り可決されました。
令和四年度の稲作は、ドローン
及び豆粒剤併用による防除を実施



提出議案を慎重に審議する様子

し、昨年イモチ病が発生した地区
での被害は無く、収量は大幅に増
収となりました。

令和五年度は、生産管理部門を
中心に栽培の効率化によるコスト
低減に努めていきます。

J Aグリーンかほく周年祭 春の展示商談会 開催

三月四・五日の二日間にかけて当JA農機センター前で「農機・自動車春の展示商談会」と、十六周年を迎えた「JAグリーンかほく周年祭」を開催しました。

周年祭の催しでは、そくさいかみ女性部手作りの「めった汁」や「カレーライス」、「惣菜」が販売されました。自宅から持参した鍋いっぴいに出来立てのめった汁を買い求める方や、惣菜を両手に抱えて買い求める来場者で賑わい人気を集めていました。また、ジャガイモの種イモの販売ブースでは、当JAの森田恵子理事がアドバイザーとして店頭立ち、収穫期や肉質などの特徴を優しく伝えていました。

商談会では新車・中古車、ガステーブルなどが多数展示されました。四日には「トラクターセルフメンテナンクス安全講習会」、五日には「栽培講習会土づくり編」を開催しました。

「トラクターセルフメンテナンクス安全講習会」では当J



トラクターを見ながら説明に聞き入る参加者

A農機センター北崎隆さん、フボタアグリサービス(株)金沢事務所河村隆志さんが実演機を使ってメンテナンクス方法を説明。参加者はエンジンオイルやファンベルトなど各部分のメンテナンクス方法を目で見確認し、理解を深めていました。その後トラクターの転倒事故を再現した映像を視聴し、路肩に近づきすぎないように走行することなど運転中の注意点を学びました。

河北潟の環境を守ろう

三月七日、河北潟干拓地の幹線道路沿いで一斉清掃が行われました。

河北潟周辺の行政機関や民間企業、干拓地の生産農家など百十五名が参加。約三時間の活動でしたが、道路沿いに捨てられた空き缶や不法投棄物など二・三トンのゴミが回収されました。

また、三月二十五日には環境保全に向けて景観木の植樹が行われ、



ヤブツバキの苗木を植える当JA職員と関係者

約三十本のヤブツバキの苗木が植えられました。

かほく米づくりスタート

四月一日、令和五年産水稻の出芽・硬化苗の出荷が当JA西部・東部・北部育苗センターで始まりました。

運搬時の事故防止の観点から、トラクタの最大積載量を超えないように注意し、積み込み作業を行いました。五月初旬までにコシヒカリでは約十二万箱、ゆめみづぼ約四万箱、その他の品種を含め合計

約二十万箱の出荷を予定しています。



大型トラックに積み込まれる出芽苗

ほのぼの だより

最期まで

私の父は、真面目で曲がったことが嫌いな几帳面な性格で寡黙な人。子供のころから父親はどことなく怖い印象があったけど、本当はとても優しく温かい人です。芯が強く、頼まれたことは最後までやり切る。周囲からの信頼も厚く、仕事の上役や町内の区長も長い間就いていました。

父が年を重ね少し認知症の症状が出始めた時に、父と母が元気なうちに旅行へ行きたいと思い、一年に一回旅行を企画していました。ただ、出掛けた先がわからなかったり、忘れていたりするから「早く家に帰るぞ」と何度も何度も言っつけてせつかくの旅行が楽しめずモヤモヤした気持ちになりましたが、今振り返ると家族で笑い話になり、行けてよかったなと思っています。

ましたが、身の回りのことは自分で出来ていたので生活上、問題になることはありませんでした。

四年半前のお昼、父が母と一緒に納屋で仕事をした後、家に帰って来ないことがありました。先に帰宅していた母はおかしいと思い、区長さんらと父を探しました。警察から「家から離れた畑で倒れていた」と電話があり、駆けつけました。自宅に帰ってからも様子がおかしく翌日かかりつけ医に行くと、これは検査が必要だと言われてそのまま救急搬送され、脳出血だとわかりました。

そこから寝たきりになって八か月ほどの入院生活が続きました。主治医には「もう家には戻れない。全く食べなくなつたから長くない」と余命宣告までされましたが、父なら大丈夫だと信じて病院に通い続けた結果、食事が摂れるようになり、退院できるまでになりました。

誰の手も借りず自分のことは自分でしてきた父だけど、今はいろんな人に助けってもらいベッドの上で生活しています。

家族みんなで相談して決めた「万が一のことがあっても延命治療はしない。病院じゃなくてこの家で看取ること」

最期までみんなで穏やかに笑いながら生活を続けたい。

新着情報

ほのぼのデイサービス

ひな祭りと春の陽気に包まれる散歩

ほのぼのデイサービスに春を告げるひな人形が顔を見せてくれました。利用者の皆さまは、お内裏様とお雛様を見て「きれいやね」「家のはしばらく出してないから見られて嬉しい」と微笑みながら眺めていました。

3月3日のひな祭りでは昼食はちらし寿司、おやつはポン菓子と甘酒を楽しんでいただき、昔の話にも花が咲いていました。

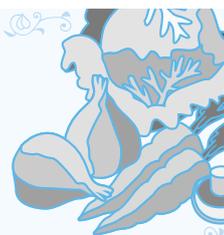
また、暖かくなり散歩にも出掛けています。利用者の皆さまに合った距離を歩き、体力増進・維持を心がけています。散歩を終えると皆さまのすっきりとした表情が見え、気分転換にもなっています。心と体の健康のために、これからも皆さまと一緒に運動習慣を身に着けていきたいと思ひます。

ほのぼのデイサービススタッフ一同



散歩を楽しむ利用者の皆さん





はじめよう 家庭菜園

澤出 隆

野菜の栄養

春本番を迎え家庭菜園も植え付け・水やりで忙しくなってきました。野菜が大きく育っていくのが楽しみです。今回は野菜を育てるのに必要な「野菜の栄養」について考えてみます。

糖分やビタミンなどが野菜を食べて摂取する栄養ではありませんので間違わないでください。

◎野菜の体を作る元素

野菜の体は繊維質やタンパク質でできていますが、繊維質やタンパク質は炭素・酸素・水素・窒素など元素からできています。これらの元素を野菜に吸収させることが栽培とも言えます。

野菜の生育にとって必要不可欠な元素を必須元素といい、その必

	元素名 (元素記号)	含有量 (乾物中%)
多量元素	炭素 (C)	49
	酸素 (O)	43
	水素 (H)	6
	窒素 (N)	1~3
	カリウム (K)	0.3~6.0
	カルシウム (Ca)	0.1~3.5
	硫黄 (S)	0.05~1.5
微量元素	マグネシウム (Mg)	0.05~0.7
	リン (P)	0.05~1.0
	鉄 (Fe)	0.001~0.15
	塩素 (Cl)	0.01~0.03
	マンガン (Mn)	0.0005~0.15
	亜鉛 (Zn)	0.0003~0.015
	銅素 (Cu)	0.0003~0.0075
	ホウ素 (B)	0.0003~0.0075

表1 必須元素と含有量

要量に応じて、多量元素と微量元素に大別されています(表1)。必須元素の中でも炭素、酸素、水素が大部分を占めています。これらは二酸化炭素や酸素として葉から吸収されるか水として根から吸収され、通常は不足することはありません。そのほかの元素は水に溶けて根から吸収されますが、過不足は生育に大きな影響を与えません。

特に吸収量が多く通常の土壌では不足しやすい窒素・リン酸(リン・カリ(カリウム))は肥料の三要素と

いい、積極的に施肥し野菜の生育を促します。カルシウムやマグネシウムも吸収量が多いので肥料として補給します。微量元素は吸収量がそれほど多くないので不足する場合のみ施肥します。

◎欠乏症と過剰症

表2に主要な元素の働き・欠乏症・過剰症をまとめておきました。症状を見るときのポイントは、葉の色の濃さや色合い、斑点などの現れ方、症状がでる部位(生長点や下葉など)などです。

水に溶けにくく野菜の体内で移動しにくい元素(カルシウムなど)は生長点(茎や根の先端)で欠乏症が現れやすく、水に溶けやすく体内移動しやすい元素は下位葉で欠乏症が発生しやすいです。具体的な症状はネット

元素	働き	欠乏症	過剰症
窒素	タンパク質・体をつくる/細胞の分裂・増殖を促す/養分の吸収・同化作用を促進	葉は黄色く小さくなる。生育不良。	葉の色はどす黒くなる。花や実がつきにくくなる。
リン酸(リン)	酵素をつくる/生長点や花・果実に必要/発芽力を高める	根張り不良。開花の遅れ。葉が小さく、やや紫色がかかる。	過剰害は現れない。病気に弱くなる可能性がある。
カリ(カリウム)	タンパク質合成に関与/開花・結実の促進/光合成能の維持	葉は黒ずんだ緑色になり、縁が褐色になる。葉肉に褐色の斑点が生じる。下葉から症状がでる。	カルシウム・マグネシウムの吸収を阻害。マグネシウム欠乏症を引き起こす。
カルシウム(石灰)	体内の有機酸を中和/タンパク質合成に関与/カリウム・マグネシウムの吸収を調節	葉の縁が褐色になり湾曲する。葉には褐色の斑点、激しければ生長点が枯死。生長点や根に症状。	土壌がアルカリ性になり、マンガン・ホウ素など微量元素欠乏を起こしやすくなる。
マグネシウム(苦土)	葉緑素をつくる/体内でのリンの移動を助ける	葉脈間が黄色になり、ひどいと枯死する。下葉から症状がでる。	土壌がアルカリ性になり、微量元素欠乏がやすくなる。
ホウ素	水分・炭水化物・チッソの代謝、糖やカルシウムの吸収・転流に関係	生長点が止まり、茎や根の中心が黒褐色に変化し、果実からヤニが出ることもある。	葉が黄化、枯死する。
マンガン	葉緑素・タンパク質の生成を助ける/酸化還元酵素の働きを強める	新しい葉の葉脈間が薄緑色になる。古い葉には症状が出にくい。	葉に小さい褐色の斑点ができる。ひどくなると葉がねじれ奇形化。

表2 各元素の働きと欠乏症・過剰症

などの写真で確認してください。



イワタバコ科の花

気温が高くなり熱帯産の花も育てやすくなります。最近、園芸店であまり見られなくなつたものにイワタバコ科の花があります。日本に自生するものもありますが多くは熱帯から亜熱帯原産の非耐寒性です。

◆イワタバコ

日本に自生します。水が滴り出るような岩肌に見えることが多く、石川県でも見たことがあります。自生株は保護のため採取しないようにしましょう。球根が売られているので、粒土を用いて浅めに植えます。初夏に星形の淡紫色花が咲きます(図1)。植えっぱなしにすると成育が弱つてくるので二、三年に一度は植え替えます。

◆セントポーリア

過去にブームになりましたが、今ではそれほど多くは出回らないようです。根元から放射状に出た葉の中から花茎が出ていくつもの花を着けます(図2)。イワタバコ科の植物は葉挿しできるものが多く、その方法をこの種で示しま

土屋 照二

す。葉を葉柄ごと掻き取り、葉柄を2cm位に切り詰め、葉身(葉の広がった部分)が用土に触れるまで挿し込み葉のふらつきを防ぎます。用土には私はピートモス主体の播種用土に小粒の赤玉土を二割ほど混ぜています。一か月もすると小さな芽が出て(図3)、やが

て植え替えできるようになります。一枚の葉からいくつも芽が出ますが、最も大きな芽だけを残り、他の芽は親葉から外します(図4)。複数の芽を残すとお互いが邪魔してきれいな形の株になりません。大きな芽を親葉に着けたまま植えて(図5)、しばらくは成育を促します。十分大きくなつたら親葉を切り捨てます。長く栽培しているとホコリダニが発生しやすく新葉が広がらないようになる(図6)

ので葉挿しによって株を更新すると良いでしょう。

◆グロキシニア

夏にグロキシニアの鉢物として出てくるのはシンニンギア・スペシオサ(図7)です。球根植物ですが生産者はタネから育てます。家庭では葉挿しで容易に増やせます。地中に球根ができますので鉢のまま暖かい室内で保存し、翌年五月以降に植え替えて栽培します。

◆ストレプトカープス

二つの型があります。地際から根出葉を出し花茎が伸びて花が咲く型(図8・数種が含まれる)と茎を伸ばして葉腋に花が咲く型(図9・サクスホルムが代表的)があります。前者は葉挿しで、後者は頂芽挿しで増やします。

◆その他

他に春植え球根のアキメネス、温室で栽培されるエスキナンスス、エピスシア、コルムネア、シーマニア等があります。この科の植物は気温より低い温度の水をかけるのと葉にシミができます。貯め置きした水が気温より少し温かめの水を用いましょう。

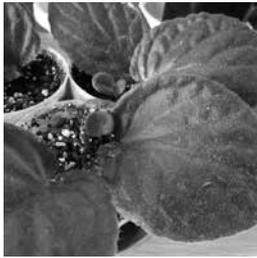


図3



図2



図1



図6



図5

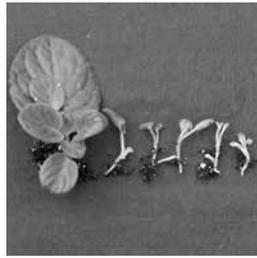


図4



図9



図8



図7

お便り OTAYORI コーナー

いつも楽しく読んでいます。野菜づくりが楽しくできます。内灘町 岡野のりこ
ご愛読、ありがとうございます。一言に「野菜づくり」と言っても土づくりや水管理、肥料をあげたり間引きしたりと、一種類の野菜を作るだけでもいろんな管理がありますよね。野菜たちの生長を見て一喜一憂し、愛着がわいてきます。これからもリバノスを参考に、様々な種類の「野菜づくり」に挑戦してみてくださいね。

春になったら野菜を植える準備をした
いと思います。今年はどうな野菜を植えよ
うかな 津幡町 寺井喜美子
風が冷たく少し肌寒い日とポカポカとした

暖かい日を繰り返すようになり、春が近づいてきたなと感じるようになりました。昨年と同じ野菜をもう一度作るのも、違う野菜を作ってみるのも、どちらも楽しいですね！何を植えるか決まったらまた教えてください。生長過程も楽しみにしています。

いつも楽しく読んでいます。雪も消え、春です。じゃがいもの植え付け頑張ります。今年ではメークインにします。

津幡町 山本 悦子
もう少しで春本番！カレーやシチューに合うメークインはホクホクでとっても美味しいですね。煮崩れしにくく煮物や揚げ物、炒め物に幅広く調理できるので嬉しい品種です。これからの収穫が楽しみです！植え付け頑張ってくださいね。

「骨粗しょう症」のお話よかったです
かほく市 金子 光広
掲載の中に「骨粗しょう症を防ぐには食事と運動が大切」とありましたが、どちらも日頃から気を付けようと思っても、なかなか続かないことだと思いました。牛乳などのカルシウムと卵やシイタケなどのビタ

ミンDを同時に摂取すると吸収率が上がるそうです。日光の下でのウォーキングも良いですね。将来の自分のためにも3日坊主ではなく、まずは「目指せ1か月」ですね！

畑の草とり大変ですが頑張ります。
かほく市 太田キヨコ
地道ですが畑での作業には必須の草とり。抜いても抜いても生えてくる雑草、本当にしつこくごわい相手です。根を強く張る前に早めに抜いておかないと心の中では思っただけでもなかなか手が動きません。重曹や塩、お酢を活用した除草方法もあるそうです。様々なアイテムを味方につけて戦ってくださいね！応援しています。



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石川かほくりバノス編集部

川柳

石本よし一選

題「月」

秀

貸し借りの無い月末でほっとする

古林 照子(長柄町)

評 ウクライナに戦争がおきてから、小麦の値が上がり、油の値が上がり、食料品や電気代など、全ての物品が値上げを続けている。月給や賃金の値上げは、嬉しいニュースでもあるが、せちがらい世の中にあつて、貸してもなく借りもない暮らしが出来れば、最高の幸せかも知れない。
国民の暮らしには、値上げラッシュの止まる日が待たれる。

佳作

戦場の子等も見てるかこの月を

松村小夜子(岩崎)

今月の電気料には目が点に

吉田 順子(川尻)

満月の明かりがくれた別景色

越野 郁夫(二ツ屋)

夜廻りの子等を見守る月明かり

山崎 洋子(横浜)

歳月がころがされては丸くなり

福田 貞子(岩崎)

入選

月旅行案内役はかぐや姫

井田 宏子(井野河内)

月給は振り込みなんて味けない

洲崎 昭子(太田)

今月もやりくり続く物価高

宮本由紀子(宮坂)

今月も足りずにねだるお小遣い

山崎 直樹(上天田)

月曜日週のはじまりメモを書く

澤本 昭子(内口角)

月並みの褒め言葉には惑わない

堂川 武久(領家)

うさぎ年月の中でも祝いもち

長谷川恵子(市谷)

月刊誌読まない内に次号着く

藏本 義弘(横浜)

孫二人さくら咲く月便り待つ

岡井 昭江(二ツ屋)

年金の振込待ちは奇数月

兼保 直美(瀧端)

月命日四人の父母にお仏飯

藤沢 充子(瓜生)

月うさぎ天の世界で餅をつく

池田ひろみ(夏栗)

月一回健康管理医者通い

田村 悦子(大根布)

毎月の家計簿眺め腕を組む

川端 春美(狩鹿野)

節約で月末試算黒字でる

河合 雅子(津幡)

産み月となった娘の腹なげる

瀬戸 恵子(二ツ屋)

平和ですまんまる月に感謝する

前山優美子(太田)

名月を見るよりスマホ見る窓辺

小田 和子(兵庫)

七月号題 「旅」三句マテ

八月号題 「行」三句マテ

八月号題 「行」三句マテ

八月号題 「行」三句マテ

八月号題 「行」三句マテ

八月号題 「行」三句マテ

八月号題 「行」三句マテ

※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。

令和5年度

新規採用

職員紹介



4月より4名の職員が新たに加わりました。配属された部署で精一杯頑張りますので、皆様よろしくお願いいたします。

- ①出身地 ②趣味・特技 ③自分自慢
④JA職員としての抱負 ⑤好きな言葉

ばんば えいき
馬場 瑛輝

- ① 津幡町
② サッカー、ラップを聴くこと
③ 諦めることが嫌いなので、何事も最後までやり遂げるところです。
④ 何事も自分から進んで物事に挑戦していきたいです。いろいろな方々に認

められるように頑張ります。

- ⑤ **【努力】**
努力して報われないことはないと思っ
ていて、誰にも負けないくらい頑張
りたいからです。



わた なべ じゅん
渡辺 純

- ① かほく市
② 歌うこと、映画鑑賞
③ 慎重で最後まで諦めずに取り組める
所が長所だと思います。計画的に最後
まで取り組むことができます。
④ 地域の方々に信頼され頼ってもらえ

るような職員になり、地域を支えてい
きたいです。

- ⑤ **【笑顔】**
周りも自分も幸せな気持ちになれ、
何事でも頑張れると思うから。



はし もと しど
橋本 志道

- ① 金沢市
② 歌うこと、読書、旅行、字や絵を描
くこと
③ 何事にも全力で取り組み、努力をし
たいと思っています。歌や、好き
なことの話をすることが好きなところ。
④ 私は仕事というものに一度も就いた
ことが無く、少し不安で怖いです。そ

の不安の中で、今の自分ができること
を全力で取り組みたいです。

- ⑤ **【今の自分に出来ることをやる】**
今、自分が出来ることややりたいこ
とをしっかり見て、取り組む人が私は
すごく格好いいと思います。自分もそ
うなりたいたいという思いを込めました。



やしき りょうが
矢鋪 怜雅

- ① 津幡町
② 音楽鑑賞、絵を描くこと
③ 失敗してもすぐに立ち直るところや、
何事もポジティブにとらえることがで
きます。
④ 地域の方々に安心・安全を提供でき

る存在になりたいです。

- ⑤ **【経験】**
今を生きていけるのは経験の積み重
ねだと思っていてこれからも大切にし
ていきたいから。



令和五年度 J A石川かほく 組織と職員一覽 令和五年四月(○は新任)

監査室

室長(嘱託)再雇用 ○松本 悟
課長補佐 ○酒井 博久
主任 長 伸也

総務部

部長 ○竹中 義和
部次長(審査課長兼任) ○木村 昭博

総務課

課長 中川 良美
主任 ○上野 真美
○大西 さくら
○山田 麻由
○山中 葉緒人
○山岸 康子
○山村 日南
○津田 明彦

審査課

(嘱託) 津田 明彦
(嘱託) ○山岸 康子
(嘱託) ○山村 日南
(嘱託) ○山中 葉緒人
(嘱託) ○山田 麻由
(嘱託) ○山岸 康子
(嘱託) ○山村 日南
(嘱託) ○津田 明彦

福祉課

課長 石塚 満
主任 東 知恵美
主任 荒戸 めぐみ
主任 ○岩本 大輝
主任 雲雀 晴香
主任 小川 和子
主任 嶋田 忍

(臨時) 北野 史織
(臨時) 森川 成美
(臨時) 西川 吉子
(臨時) 北村 美幸
(臨時) 谷口 進
(臨時) 亀野 麻美
(臨時) 中島 泰幸

総務部付

○服部 菜南
○今村 瑞恵

金融共済部

部長 ○南 由起雄
部次長(共済課長兼任) 奥本 敏美

金融課

課長 小室 秀明
課長補佐 ○安下 哲也
主任 ○坂口 珠生

融資運用課

課長(ローン営業センター長兼任) 田鍋 宏和
係長(ローン営業センター) ○坂倉 俊介
係長(ローン営業センター) ○南 翔太郎

ローン営業センター

係長(ローン営業センター) ○加藤 元起
係長 ○浜本 悠平
主任 端 亜里紗

共済課

課長補佐 ○本田 充
係長 ○飯田 正洋
主任 ○和森 友貴
(臨時) ○大田 幸江
(臨時) 中農 瑠夏

営農部

部長 脇田 琢也
部次長 ○山崎 志朗

営農販売課

課長 ○松田 将史
副調査役 中村 巧
係長 兼保 徹也
係長 ○井上 正輝
主任 ○松山 拓貴
○渡辺 保之
○新川 翼
○細川 翼

営農企画課

(嘱託) ○和田 森秀明
(嘱託) ○山田 正義
課長 前田 一
課長補佐(営農経済渉外) ○櫻井 和幸

営農経済渉外

係長(営農経済渉外) 山本 裕介
係長(営農経済渉外) ○板坂 和哉

営農経済渉外

主任 高森 静香
(臨時) 松本 真紀

経済部

部長 根来 勝則
部次長(自動車センター長兼任) ○向田 哲也

経済課

課長 ○山村 大介
係長 長 裕加子
主任(LPGガス担当) 小泉 全市
古坊 海杜
宮田 美由紀
長山 由貴子

津幡支店



支店長 徹
エリア統括 山本 ○

支店長代理 ○中嶋 友子
支店長代理(渉外管理) 中村 秀樹

支店長代理(複合渉外グループリーダー) ○今村 憲一

支店長代理(複合渉外) ○今村 憲一

支店長代理(複合渉外) ○今村 憲一

支店長代理(複合渉外) ○今村 憲一

支店長代理(複合渉外) ○今村 憲一



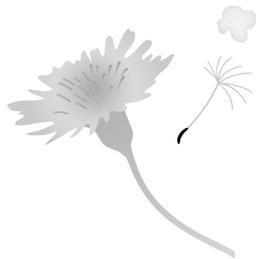
係長(複合渉外グループリーダー) ○林 隆之
係長(複合渉外グループリーダー) ○尾村 友里恵
主任 大久保 祐希
主任(複合渉外) ○松井 博暉
水野 貴仁
中嶋 宗
野村 知世
中村 菜衣
○真田 幸菜
東 晃己
吉川 大貴
酒井 海月
山崎 健太郎
○塚田 健之介
北 健之介
東谷 和香

支店長代理 ○村上和良
橋本和代



支店長
川上 勇人

津幡東支店



支店長代理 西田好美
主任 得田万智子
○松崎朱里

※新採○橋本志道



支店長
折戸 嘉弘

内灘支店

(複合渉外) ○佐藤慎吾
(臨時) 水谷由紀美
(臨時) 角谷和恵
(臨時) 髭律子

(複合渉外) ○岡本拓郎
(複合渉外) 寺岡滉希
(複合渉外) ○山田真夕
(複合渉外) 西川将生
(複合渉外) 表大樹
(複合渉外) 竹田翔太

(複合渉外グループリーダー)
前田彩香

(複合渉外グループリーダー)
櫻井翔太
西尾佳成子

宇ノ氣支店

主任 (複合渉外) ○真田拓弥
金木太久磨
加賀谷卓哉

主任 (複合渉外) ○瀧渕綾伽
山内美季

主任 (複合渉外) ○松橋啓祐
○山内美季



エリア統括支店長
小池田 巖

高松支店

○林美優
○今井優

主任 酒井和彦
係長 酒井和彦
副調査役 酒井和彦
調査役 酒井和彦

センター長 (課長待遇) 谷川誠一
農機センター 林茂則
配送センター 片山裕美

JAグリーンかほく

支店長代理 櫻井憲祐
真居杏珠
竹田歩実

※新採○矢鋪怜雅

店長 (課長待遇) ○宮木隆志
○廣瀬善久
○西田竜次
○片山裕美



支店長
中村 晃子

給油所

(複合渉外) ※新採○馬場瑛輝
※新採○渡辺純
(嘱託) 再雇用○松本裕美
(臨時) 中村ちえみ
(臨時) 森川早智



所長 (係長) ○布久純
○宮崎憲一
中條屋幸彦
気谷由里
川江裕一郎

(嘱託) 松井幸吉
係長 荒戸正喜
副調査役 高橋裕治
副調査役 越坂尚美
自動車センター 鍛冶裕子

(臨時) ○北川晃平
(臨時) 西川晃平
(臨時) 北川隆

三月三十一日付 退職者

- 東 由貴子
- 鳥 美保子
- 村 松優子
- 川 崎昭二
- 山 岸千夏
- 菅 田美乃里
- 加 藤美優
- 山 本賢一
- 松 本裕美
- 松 本悟

新しいメンバーを迎えて パワーアップ!



当JAの令和5年度入組式が4月1日に開催され、新入職員が4名加わりました。

西川一郎代表理事組合長は、常に立ち止まり、振り返り、検証をし、さらに効率的な方法がないか知恵を絞りながら自分の仕事に向き合い、組合員や地域の人から頼りにされるJA職員となるよう激励しました。

定年おめでとう

当JAを支えてくださった松本悟室長、松本裕美津幡エリア統括支店長が38年間の勤続を終え、定年を迎えました。

松本悟さんは引き続き監査室、松本裕美さんは宇ノ気支店勤務となりますので、今後もよろしくお願いいたします。



松本 悟

松本 裕美

私の趣味



かほく市 中田 幸彦さん

私の趣味は、約16年前から「少しやせようかな」と思ったことがきっかけで始めたサイクリングです。

ここ近年は、地域住民の方々のおかげもあり、本職のペンキ屋「中田塗装工業所」での仕事が忙しく、なかなか2代目となる愛車に乗る事が出来ていませんが、過去には能登半島を一周するサイクリング大会「ツール・ド・のと400」に出場したことや、近隣の富山・福井などでの大会にも出場していました。いつかはもう一度体を鍛え上げ、長野県の乗鞍高原で行われる「乗鞍ヒルクライム」への参加、また心身共に支えとなる家族との貴重な時間も大切にしながら挑戦します。

今月の表紙

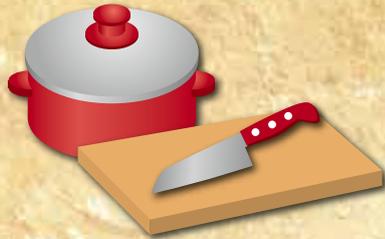


JAグリーンかほく 村上 和良 店長より

河北郡市在住の未就学児・小学生を対象に「第3回JAグリーンかほく生産者直売所そくさいかん こども絵画コンクール」を開催し、過去最大の98作品のご応募を頂きました。沢山のご応募、ありがとうございました。

2月に審査を行い、3月に津幡町文化会館シグナスにて最優秀賞・優秀賞に選ばれた8名の方への表彰式を行いました。

本コンクールは、当JA管内で生産する農畜産物の魅力を知り、農業への理解を深めていただく食育活動の一環として開催しています。来年も、子供たちの想像力あふれる作品をお待ちしております。



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

菜の花の梅肉あえ



材 料 (4人分)

ナバナ	100g	かつお節	適宜
ホタテ貝柱	4個	オリーブ油(エクストラバージン)	
料理酒	200ml		大さじ1
塩	3g	しょうゆ	小さじ1/2
梅干し(種抜き)	8個分		

作り方

- ナバナはさっと塩ゆでし、冷水に落として3等分に切る(茎の部分は斜めに切る)。ホタテ貝柱はアルコールを飛ばした料理酒に塩を入れ、強火で1分ゆで、細かくほぐしておく。
- ボウルに①と包丁で細かくたたいた梅干し、オリーブ油、しょうゆを入れよく混ぜ合わせる。
- ②を器に盛り付け、かつお節を天に盛り出来上がり。

タラの芽の磯辺揚げ



材 料 (3人分)

タラの芽	6本	天ぷら粉	100g
レモン	適宜	生のり	50g
薄力粉	適宜	サラダ油	適宜

作り方

- タラの芽に薄力粉を薄くはたいておく。
- 水(材料外)で溶いた天ぷら粉に生のりを混ぜ合わせ、①のタラの芽を衣にくぐらせ180度に熱したサラダ油で2分ほど揚げる。
- 器にタラの芽を盛り付ける。生のりの塩気が足りない場合は塩(材料外)を付け、レモンを添えて出来上がり。

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っておりますので、皆様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。)

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

宛先

〒929-0326
河北郡津幡町字清水チ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。

季節の変わり目の「揺らぎ肌」対策

栄養士 吉田 理江

季節の変わり目に吹き出物、かゆみ、乾燥などの不調を感じることはありませんか？一時的に不安定な状態になる肌のことを「揺らぎ肌」といいます。原因は、花粉、湿度、湿度などの変化による肌のバリアー機能の低下です。一時的な不調ですので化粧品を変えなくても、食事を見直すことで改善が期待できます。

今回は、肌を健康に保ち、揺らぎ肌を改善する効果が期待できる、お薦めの栄養素二つをお伝えします。

【一】タンパク質

肉、魚、卵、乳製品、大豆製品などのタンパク質は、筋肉、皮膚などの材料となります。美しい肌を保つためには、タンパク質を毎食取るのが好ましいですが、過剰に取るのは控えましょう。取り過ぎた分は、尿中に排出されるため腎臓に負担をかけます。一食で手のひらサイズのタンパク質を取るようによみましょう。

【二】亜鉛

カキ、豚レバー、納豆、油揚げなどに含まれる亜鉛はタンパク質

の合成や細胞の新陳代謝にも関わる栄養素です。亜鉛不足になると新陳代謝がスムーズに行われなくなり、肌荒れなどさまざまな肌トラブルの原因になります。みそ汁に油揚げを入れたり、朝ご飯に納豆を取り入れると良いでしょう。

【三】ビタミンE

オリーブ油、ナッツ、ゴマなどに含まれるビタミンEは、抗炎症作用や抗酸化作用があり、肌荒れ改善、アンチエイジング効果が期待できます。また、血行を促進させる働きがある栄養素です。血行が促進されると体の隅々の細胞にまで栄養素と酸素が運搬されるため、新陳代謝もスムーズになり、揺らぎ肌を改善する効果が期待できるでしょう。間食にナッツを取り入れるのもお勧めです。

体や肌は、日々の食事から取る栄養素でつくられています。肌の良い食事と良質な睡眠を心がけて健康な肌をつくりましょう。



育苗箱回収のご案内

回収場所	対象地域	回収日時	連絡先
西部育苗センター	津幡・井上・英田地区 内灘・中条地区	5月12日(金)・13日(土) 午前9時～午後3時	営農販売課 076-288-7555
東部育苗センター (カントリーエレ ベーター敷地内)	津幡東支店管内	5月19日(金)・20日(土) 午前9時～午後3時	東部育苗センター 076-288-1405
北部育苗センター	かほく市全域	5月19日(金)・20日(土) 午前9時～午後3時	北部育苗センター 076-283-5541

注意事項

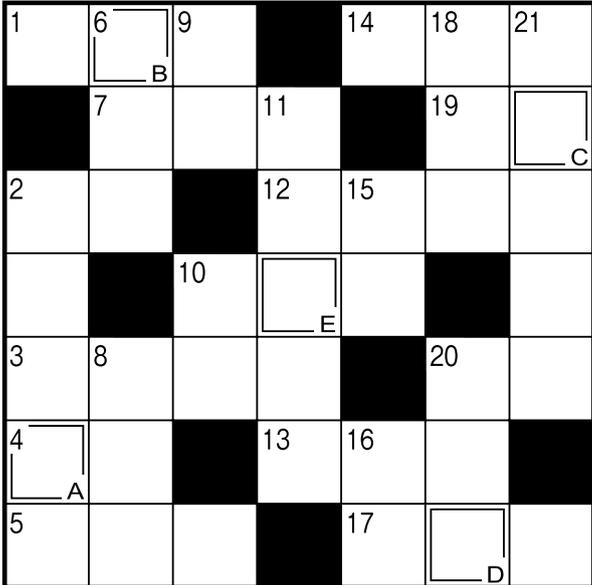
- 1 回収日時が都合の悪い場合は、ご利用の育苗センターまたは営農販売課までご連絡下さい。
- 2 箱は水洗いし、砂や根、色粉を除去して日陰で乾かしてください。
- 3 10箱ずつ同じ向きに揃え、箱がずれないようにポリ紐等でしっかり縛って下さい。
- 4 品種別に色を十分にとって下さい。(箱横に付着。水洗いでとれます。)
- 5 苗箱の種類別、破損した箱は別に梱包して下さい。





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

- 端午の節句に食べるもの1つ
- 竹林が似合う猛獣
- 感のある3D映像
- 母の日に贈るカーネーションの、定番の色の1つ
- 大正の1つ前の年号です
- 害獣や害虫を追い払うこと
- 淡水と海水が混じり合ったものの
- 鳴門海峡のものが有名
- 校内で「走らないように」と注意されやすい場所
- 京都三大祭の1つ、——祭は5月15日に行われます
- 煮切って使うこともある調味料
- メロンやスイカはこの仲間
- 街を——もななくろついた

↓ タテのカギ

- ザッと降ってサッとやみます
- 変わると寝付けられない人も
- お稲荷さんの——はキツネです
- 桃太郎のお供をした鳥
- 南の反対側
- 田んぼへ——から水を引き入れた
- 小野妹子が遣わされた国
- 潮干狩りに出かける所
- 12星座占いでは5月生まれの人は——座か双子座です
- 夜になると家々にとります
- ヤマネコは特別天然記念物です



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「リバノス編集部」
- ◆応募締切 5月10日（消印有効） ◆当選発表 リバノス7月号

3月号クイズ当選者

〈答え〉 **イチゴガリ**

- 中村 昭子 さん
- 本田由美子 さん
- 喜多多賀子 さん
- 辰島 敏子 さん
- 吉野つる子 さん



第13回 理事会だより 令和5年3月28日(火)開催

● 審議事項

- 第1号議案 令和5年度内部監査計画について
- 第2号議案 業務分掌および職務権限表（職制規程）の改定について
- 第3号議案 信用手数料徴収規程の一部変更について
- 第4号議案 所在不明組合員の法定脱退について
- 第5号議案 第29事業年度決算基本方針と決算見込みについて
- 第6号議案 理事に対する「貯金担保貸付金・共済担保貸付金」について
- 第7号議案 令和5年産米の出荷契約金、飼料用米前渡金の設定について

● 報告検討事項

- (1) 総務管理委員会の開催報告について
- (2) 令和5年2月末事業実績について
- (3) 令和5年度職員の異動内示について
- (4) 貸出金利率表の改定について
- (5) 令和4年産米集荷実績について
- (6) 令和5年度育苗センター出荷計画について
- (7) ゴールデンウィークの各事業所等の営業について
- (8) 共済事業向けの監督指針改正への対応について
- (9) その他

支店活性化委員から、こんにちは!

地域の皆さんが集まる農協へ

内灘支店活性化委員の中宮文哉です。同支店管内は広大な河北潟と内灘砂丘、北アルプスや立山連峰など大きな山々が見えて景色が良く、とても自然豊かで美しい所です。

私は会社に勤めながら米農家を営む兼業農家ですが、多くの方に「農業」を知ってもらう事が大切な事だと感じています。簡単な家庭菜園を体験するだけでも、楽しさや難しさなど「農業」へのイメージは変わるのではないかと思います。

そして農業との関わりが大きい農協だからこそ、農業を知ってもらうきっかけ作りが出来るのではないかと考えています。

地域の皆さんに喜んでいただけるよう農協らしい活動を徐々に増やし、地域に根ざした組織へと近づけるよう取り組んでいきたいと思っています。

内灘支店活性化委員

中宮 文哉



ゴールデンウィークの 事業所の営業について

■ 営業時間のご案内

年/月	日	曜日	本店・支店	給油所		農機 センター	JAグリーン かほく	自動車 センター	配送 センター	LPガス センター
				宇ノ気SS	津幡セルフSS					
令和5年 4月	29	土	休業	8:00~ 18:00				休業	休業	休業
	30	日								
令和5年 5月	1	月	8:30~ 17:30	7:30~ 19:30	7:00~ 21:30	8:30~ 17:30	8:30~ 18:30	8:30~ 17:30	8:30~ 17:30	8:30~ 17:30
	2	火								
	3	水	休業	8:00~ 18:00				休業	休業	休業
	4	木								
	5	金								
	6	土								
	7	日								
								緊急時は 288-4171 または 090-2371-0077 にご連絡 ください。	4月29日・ 5月6日の 土曜日は 配達のみと なります。	緊急時は 289-3995 または 090-8262-9120 にご連絡 ください