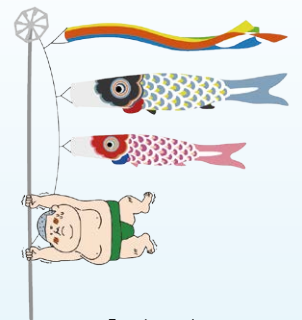




- ◆農業の可能性を考えて 地域農業推進大会
- ◆禁酒村 日本酒完成
- ◆女性参画推進に向け 女性理事視察
- ◆令和8年度 新規採用職員紹介

※今月号の「季節の花づくり」は、都合によりお休みさせていただきます。



「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 検索

ほくほくニュース

高松紋平柿生産組合 総代会開催

三月十一日、高松紋平柿生産組合はかほく市大海交流センターにて「令和八年高松紋平柿生産組合総代会」を開催し、総代数十八名のうち十一名が本人出席、五名が委任状出席しました。

油野和一郎かほく市長、金子健太郎石川県議会議員、小浦場卓津幡農林事務所長、村井一宏当JA代表理事専務が来賓。油野市長は「昨年はスマートフレッシュを導入したことで、長い期間消費者に紋平柿をお届けすることができた。市の大きなブランド品のひとつとして、生産者の皆さんには今後も産地を守ってほしい」と祝辞を述べました。

総代会では、池田昌健同生産組合長が議長を務め、令和七年事業報告並びに収支決算承認の件など二件の議案が審議され、原案通り可決されました。

総代会後には、県央農林総合事



議案を審議する総代

務所職員が令和八年度の防除暦を説明。高温により近年増加傾向にある炭そ病の発生を抑えるため、薬剤の散布時期を少しづつ遅らせ、防除期間を例年より長く保つよう呼びかけがありました。

J A石川かほく白ねぎ部会 通常総会開催

三月十八日、JA石川かほく白ねぎ部会は当JA分店会議室にて「令和七年度通常総会」を開催し、生産者八名が参加しました。

津田芳彦同部会長が議長を務め、令和七年度事業報告、収支決算承認の件など四件の議案が審議され、原案通り可決されました。

当JA営農職員からは、令和七年度の集荷・販売状況について報告。市場出荷量は除草対策の徹底により、前年比二百三十%の六トン超えとなりました。市場平均単価は、県内外ともに物流量が増加した上、軟白不足による優品中心の出荷となったため、前年比八十二・四%のキロ三百九十八円と目標のキロ四百円を下回る結果となりました。

令和八年度に向けては、県央農林総合事務所職員が栽培指針を説明。近年の高温を踏まえ、七月初旬から九月初旬までの期間は株を弱らせないため



議案資料を読み込む生産者

に、できるだけネギに触れないよう呼びかけました。生産者からは「株間に生えた雑草は処理が必要か」など質問が飛び交い、品質向上へ積極的な姿勢を見せました。

石川かほく長いも部会 通常総会開催

三月十八日、石川かほく長いも部会は当JA宇ノ気支店会議室にて「令和七年度通常総会」を開催し、生産者十八名のうち十四名が本人出席、三名が委任状出席しました。

圓山博彦同部会長が議長を務め、令和七年度活動報告並びに収支決算報告の件など三件の議案が審議され、原案通り可決されました。

県央農林総合事務所職員からは令和七年度の生育概要として、六月下旬から八月初旬までの期間は降水量が少なく、圃場のかん水対策が必要になったものの、八月月上旬に一気に増えたことで、一部の圃場で成そ病が発生したと報告しました。令和八年度の栽培指針では、「コガネムシ対策として幼虫に特化した新たな薬剤を紹介。生産者からは「撒くタイミングはいつがいいのか」「他の



品質向上へ一丸となる生産者

薬剤に比べて価格はどうか」など質問がありました。

また、令和八年度は長いも「ねばりっこ」の産地でもある鳥取県への視察研修を予定。圓山部会長は「同じ砂丘地がかほく市と生育環境が似ている。産地の取り組みや技術を参考にし、より良い砂丘長いもを届けられるようにしましょう」と生産者らに呼びかけました。

農業の可能性を 地域農業推進大会

三月十日、当JAは津幡町文化会館シグナスで「農業の可能性を考えて」をテーマに令和七年度地域農業推進大会を開催し、認定農業者や集落営農組織など関係者ら約二百名が参加しました。

基調講演では「スポーツと農業」と題し、プロバレーボールチーム「PFUブルーキャッツ石川かほく」のコーチを務めた石川県議会議員の金子健太郎氏が登壇。同チームが行った特産「高松ぶどう」を活用したワイン事業や、内灘町宮坂の復興田での米づくりなど、スポーツ選手に欠かせない「食」を生み出す現場を肌で感じ、スポーツと農業のそれぞれの長を生かして地域活性化につなげていきたいと話しました。

JA全農からは、「令和の米騒動」が起きた要因や今後の米価の動向を説明。令和七年は適正より少ない民間在

庫量だったため米価の高騰が起きたものの、今後は適正よりも多くなると予想されるため、米価が急落する恐れがあると指摘がありました。当JAからは、令和八年度の助成金や農作業委託などの支援について説明。散布奨励の対象となる土づくり肥料を増やすなど、農業者に寄り添った支援を続けていきます。



金子氏の講演を聞く参加者

高松ぶどう新芽の会 ジベレリン処理目合わせ会

三月二十日、「高松ぶどう新芽の会」はかほく市の山森政周さんの圃場にて、ジベレリン処理適期の目合わせ会を開催し、生産者・関係者ら十四名が参加しました。

県央農林総合事務所職員からは、四月から六月までの気温が平

年より高くなるという予報を踏まえ、ジベレリン処理等の今後の管理について説明がありました。

近年、ジベレリン処理の際に高温障害が発生しやすくなっているため、今後の天候を見て処理時期の調整を行うことや、乾燥時には処理前にかん水を行うなどの対策をす

るよう呼びかけがありました。

参加者は、高



ジベレリン処理の適期を見比べる生産者

松ぶどうの特徴である大粒で大房のぶどうを生産するために、粒が大きくなるスペースのある房づくりを目指し、ジベレリン処理適期の判断の目安となる展葉枚数について意見交換を行いました。

禁酒村 日本酒完成

三月二十二日、「禁酒村」で知られる津幡町河合谷地区で禁酒運動百年を記念した日本酒「河愛の里 禁酒村」がお披露目されました。

河合谷地区では、大正時代に小学校の改築費を捻出するため、村人が禁酒して貯金しました。禁酒運動が始まってから百年という節目を迎え、河合谷ふるさとづくり協議会、同地区振興会が地域活性化につなげようと日本酒づくりを企画。昨年約四十アールで酒米「五百万石」を栽培し、「久世酒造店」が純米吟醸に仕込みました。

河合谷小学校跡地にある「河愛の里キンシユール」で御酒誕生祭が開かれ、田野原均同地区振興会長が酒づくりの経緯や酒の名称を発表。矢田富郎町長らが祝辞を述べ、鏡開きを行いました。乾杯後、地元住民らは酒を味わい、村の新しい



関係者らによって行われた鏡開き

誇りの誕生を喜びました。田野原会長は「百年前も百年後も、地域活性化への思いは一緒。『酒づくり』が『にぎわいづくり』につながれば嬉しい」と期待を膨らませました。

「河愛の里 禁酒村」は七百二十ミリリットルで二千五百円（税込）。今年は四合瓶五百五十本が醸造され、河愛の里キンシユールや久世酒造店で販売されます。

女性参画推進に向け 女性理事視察

三月五日、当JA女性理事三名はかほく市気屋の農事組合法人高峰ファームの視察を行いました。

女性理事は、令和七年六月の役員改選により理事に就任。今後の女性参画の形を探るため、女性生産者が活躍する同組合法人を訪問しました。

同日は、県オリジナル品種フリージア「エアリーフローラ」のハウスや選別作業を見学。女性生産者や種本博同組合法人相談役から、生育状況や選別方法について説明がありました。選別時の労働時間短縮や作業軽減につなげるため、女性生産者が規格表の製作や軽トラックの荷台を作業台にすることを発案し、今あるものを活用した工夫を施していました。



手製の規格表の説明を受ける女性理事

協力している。法人の仲間や近所の方と会話することも楽しく、活気ややりがいにつながっている」と話しました。

女性理事は今後、組合員や女性の意見を聞き取り、地域・JA活動に反映させる取り組みを模索。管内だけでなく管外での視察も検討しています。

令和八年度入組式・辞令交付式

四月一日、当JAの令和八年度入組式が行われ、新たに五名の新入職員が加わりました。

西川一郎代表理事組合長は「地域の未来を支えていくために、皆さんのような新しい力が必要。分らないことは聞いて、失敗を恐れず挑戦し続けてほしい」と激励の言葉を贈りました。

新入職員代表の挨拶として、津幡支店の北本梨乃さんが「これから多くのことを学び経験し、一日でも早く地域農業の発展に貢献できるよう努力していきたい」と決意表明しました。

その後、令和八年度定期人事異動の発令式があり、五十四名に辞令が交付されました。辞令を受け取った職員は新しい体制のもと、コンプライアンス遵守に向け、これまで以上に気持ちを引き締め、業務に取り組みます。



辞令を受け取る当JA職員



決意表明を行う新入職員代表

三輪一雄さん 義援金を寄付

三月十二日、歌手の三輪一雄さんが矢田富郎津幡町長のもとを訪れ、二月二十二日に開催した当JA主催の「能登半島地震災害支援チャリティショー」で募った義援金を渡しました。

三輪さんは「東日本大震災のころから十回以上チャリティショーを開催している。今後も被災者支援を続けていきたい」と話しました。



矢田富郎津幡町長(中央)へ義援金を届けた三輪一雄さん(右)と西川一郎当JA代表理事組合長(左)

義援金は、当JA管内のかほく市、内灘町にも寄付されました。

かほく米作りスタート

令和八年産水稻の出芽・硬化苗の出荷が、四月一日から当JA西部・東部・北部育苗センターで始まりました。

健苗づくりのため、育苗センターでは温度・発芽状況の管理を徹底。積み込み作業ではトラックの最大積載量に注意し、運搬時の事故防止に努めました。初日の出荷数は、コシヒカリやその他の品種合わせて約二万六千箱となりました。



安全に積み込みを行う作業員

た。
五月初旬までに合計十八万八千箱の出荷を見込んでいます。

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8日(金)・9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	津幡東支店管内	5月22日(金)・23日(土) 午前9時～午後3時	
北部育苗センター	かほく市全域	5月15日(金)・16日(土) 午前9時～午後3時	

注意事項

- ・箱は水洗いし、砂や根を除去して日陰で乾かす。
- ・品種別の色粉を十分に洗い流す。(箱横に付着)
- ・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る。
- ・苗箱の種類別、破損した箱は別に梱包する。



回収日時の都合が悪い場合は、営農販売課までご連絡下さい。

ほのぼの だより

元気いっぱい!

私は九十歳を超えて、体に痛い所もなく、自分でどこでも行けるので、毎日自由気ままに生活できて喜んでいきます。

私はこれまでにぎやかな大家族の中で生きてきました。お姑さんは嫁いびりもなく、とても優しく私を大事にしてくれました。主人は早くに交通事故で亡くなりまして、寂しさを一緒に乗り越えて二人で支え合えたと思います。お姑さんが家の事や子供達をみてくれたおかげで、仕事も長く勤めることができました。百六歳になるまで一緒に過ごし、最期まで看取ることができました。私も少しは恩返しできたかなと思っています。

その後は実姉の近くで生活をしていたので、県外から津幡町へ

引っ越してきました。趣味で大正琴を習い、すぐに気の合うお友達がたくさんできました。お友達を大勢招いて、何度も自宅でお茶会やお食事を開いたことを思い出すと、楽しかった記憶がよみがえって思わず笑っちゃうし、心が明るくなり気持ちも若返ります。歳月を重ねるたびに旧友も足が悪くなり、集まる機会も無くなってしまい寂しいです。

でも、最近私はデイサービスへ行くようになり、お風呂に入ったり、美味しい食事をみんなで食べて楽しんでいきます。

これからもワイワイ楽しく元気に暮らしたいです。

ほのぼのヘルプ利用者



新着情報

ほのぼのデイサービス

春に向けて

3月3日、ほのぼのデイサービスではひな人形を飾り、昼食前に「うれしいひなまつり」を全員で合唱し、ちらし寿司を召し上がっていただきました。

利用者は「ここに来れば、みんなで食べることができるので嬉しい」「味付けも良くて美味しかったわ」と話が弾んでいました。

また、3月11日にはボランティアグループ「津幡民謡会」の方々に来ていただきました。「花笠音頭」が始まると、利用者は太鼓や三味線のリズムにのり、歌や踊りに合わせた手拍子と掛け声で盛り上がりました。「浪花節だよ人生は」「こきりこ節」では、利用者みんなが手拍子をしながらかたりと楽しいひと時を過ごしました。

演奏会が終わると、利用者は「知っている民謡も聞けてすごよかった」「みんな上手だったからまた聞きたいわ」「大きい声で歌ってすっきりした」と晴れやかな表情で、気分転換にもなったようです。

ほのぼのデイサービスでは、外出や活動量が減ってしまう冬の間も、季節に合わせたイベントや運動を取り入れています。利用者はデイサービスでの活動を通して、免疫力を保ちながら全身の筋力低下を防ぎ、元気に春を迎えることができました。

日々の積み重ねが、心と体の健康につながっていることを改めて実感することができました。

これからも心身ともに元気になるイベントを企画し、一人ひとりの生活がより充実するよう支援していきます。

ほのぼのデイサービススタッフ一同



歌と踊りに合わせて手拍子する利用者

春の展示会・感謝祭

3月
7日・8日

ご来場ありがとうございました。



慎重に米を盛る来場者

展示会場では7日、新型農機や新車・中古車等を販売しました。受付横では、コシヒカリ「里山のこしひかり ほくの里」の盛り放題を開催。主婦や家族連れを中心とした来場者が集まり、30秒間で5合枀の中にどれだけ米を盛れるかに挑戦。米がこぼれ落ちないように慎重に枀へ盛り、計量に期待を膨らませていました。



JAグリーンかほくでは両日、「感謝祭」を開催しました。

7日には、当JAイメージキャラクター「ほくの里」が駆けつけ、来店者との交流で日頃の感謝を伝えました。恒例のそくさいかん女性部による手作り惣菜とめった汁の販売には多くの来店者が訪れ、「いつも美味しいので楽しみにしていたよ」「味噌が美味しいね」と女性部員と会話を弾ませました。



8日には、産直会員によるつきたて餅のふるまいを実施。今年新たにそくさいかん産直部会長になった松井秀憲さんが枀をふるうたびに、来店者から“ヨイショ”と歓声があがり、ふるまい終了まで行列が途切れないほどの盛況ぶりでした。



ほくの里と交流する子どもたち



力いっぱい枀をふるう松井部会長



入選者の皆さま

8日には、当JA分店で「第6回JAグリーンかほく子ども絵画コンクール」の表彰式を開催しました。

西川一郎当JA代表理事組合長は「どの作品も収穫の喜びが表現されている。これからも農業に目を向け、米や野菜をたくさん食べて大きくなってほしい」と話し、入選者に賞状と「ほくの里パックごはん」などの景品を授与しました。

入選作品は14ページをご覧ください。



令和8年度 新規採用 職員紹介

4月より5名の新規採用職員が加わりました。
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

北本 梨乃

津幡支店所属



- ①内灘町
- ②カフェ巡り、音楽鑑賞
- ③他者への気遣いが得意なところと、毎日笑顔なところです。
- ④業務を覚え、組合員の方や地域の方々に寄り添いながら、安心して暮らせる地域づくり、地域農業の発展に貢献していきたいです。
- ⑤『感謝』 感謝の気持ち・言葉で人とのつながりのありがたさを実感でき、人が笑顔になれる魔法の言葉だからです。

松田 梨花

宇ノ気支店所属



- ①津幡町
- ②絵を描くこと、音楽を聞くこと
- ③話すことが好きなので誰に対してもあまり緊張せずに会話することができます。
- ④地域に貢献できるように何事にもチャレンジして全力でがんばりたいと思います。
- ⑤『笑顔』 笑顔でいれるときが楽しいときなので、ずっと笑顔でいたいからです。

松本 聖菜

宇ノ気支店所属



- ①津幡町
- ②音楽鑑賞
- ③何事にも最後まで諦めずに取り組むことができることです。
- ④地域の方々に寄り添い支えられるように一生懸命仕事に取り組みたいです。
- ⑤『挑戦』 何事にも挑戦し、失敗や経験を通して成長していきたいからです。

長坂 紗弥

津幡支店所属



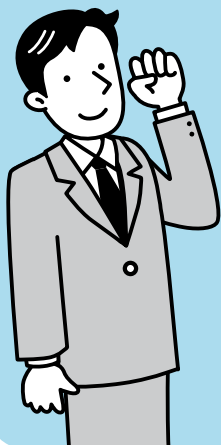
- ①津幡町
- ②映画鑑賞、音楽鑑賞、食べること、寝ること
- ③よく笑い、たくさん人と話すことができます。また、負けず嫌いなところです。
- ④社会人として、JAの職員として不安なことは多いですが、なんでも最後までやりとげ、地域貢献していきたいと思っています。
- ⑤『感謝』 自分はひとりではなく、常に周りの人に支えてもらっていることを胸に、これからも多くの人に感謝の気持ちを持ちたいです。

塚本 輝大

営農部営農販売課所属



- ①津幡町
- ②野球、スポーツ
- ③何事にも真剣に取り組んで最後までやり切るところです。
- ④分からないことが多くあると思いますが、自分から積極的に行動していきたいです。
- ⑤『努力』 努力すれば絶対に力がつくし、努力した分だけ力がつくからです。



令和八年度 JA石川かほく

組織と職員一覧

令和八年四月（○は新任）

監査室

室長（嘱託） 松本 悟
課長 酒井 博久
主任 上野 真

（臨時）

北野 史織
森川 成美
西川 吉子

（臨時）

総務部

部長 木村 昭博
部次長（総務課長兼任） 中川 良美

（嘱託）

酒井 茉衣
今村 麻由
南 由起雄

総務課

係長 長 伸也
主任 松井 博暉

（嘱託）

小室 秀明
田鍋 宏和

（嘱託）

津田 明彦
中村 日南
北浦 愛佳

（嘱託）

林 隆之
虎谷 薫

（嘱託）

山本 徹
山本 幸江
大 幸江

（嘱託）

松本 裕美

（臨時）

石塚 満
東 知恵美
小川 和子

（臨時）

村上 和良

（臨時）

課長補佐 石塚 満
主任 東 知恵美
主任 小川 和子

（臨時）

加藤 元起

（臨時）

主任 岩本 大輝
主任 雲雀 晴香
主任 嶋田 美幸

（臨時）

宮田 美由紀

共済課

課長 本田 充
係長 飯田 正洋
主任（事務指導） 櫻井 翔太

（嘱託）

折戸 嘉弘
中農 瑠夏

（臨時）

林 桃香
櫻井 翔太

（嘱託）

山崎 志朗

（嘱託）

松田 将史
今村 憲一
奥 啓祐

（嘱託）

松山 拓貴
廣瀬 善久
新村 善愛

（嘱託）

松本 真紀
渡辺 保之
塚本 輝大

（嘱託）

川邦 栄

営農企画課

課長 櫻井 和幸
係長（営農経済渉外） 兼保 徹也
係長（営農経済渉外） 和田 友貴

（嘱託）

川上 勇人

（嘱託）

向田 哲也

（嘱託）

前田 一
越坂 尚美
長 裕加子

（嘱託）

古坊 海杜
小泉 全市
中村 ちえみ

（臨時）

野村 知世

（臨時）

竹田 翔太

（臨時）

東 晃己

（臨時）

吉川 大貴

津幡支店



エリア統括支店長 中村 秀樹

（嘱託）

井上 正輝

（嘱託）

板坂 和哉

（嘱託）

橋本 和代

（嘱託）

中嶋 宗

（嘱託）

得田 万智子

（嘱託）

野村 知世

（嘱託）

矢鋪 怜雅





支店長代理
主任
山本裕介
山内美季
西尾佳成子
今井優
宮崎莉子



支店長
中嶋 友子

津幡東支店

支店長代理
○白畑久純
○高瀬月菜
中村友香
(臨時)



支店長
吉田 健

内灘支店

(複合渉外)
※新採○北本梨乃
※新採○長坂紗弥
(臨時) 濱田亜優
西田妃奈



エリア統括支店長
○奥本 敏美

宇ノ氣支店

支店長代理 安下哲也
支店長代理(渉外管理) 坂倉俊介
係長(複合渉外エリアマネージャー) 尾村友里恵
係長(複合渉外) 松橋啓祐
主任(複合渉外) 高森静香
主任(複合渉外) 金木太久磨
主任 金木亜里紗
主任(複合渉外グループリーダー) 真田拓弥
真野貴仁
真居杏珠
(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) 表大樹
山本倫大
渡辺純
南瑠樺
(複合渉外) 松田梨花
※新採○松本聖菜
※新採○小池田巖
(嘱託) 再雇用

(臨時)(複合渉外) 石山佳之
(臨時) 山崎愛莉
(臨時) ※新採○荒井さつき
高松支店
支店長代理 西田好美
○林美優
松崎朱里
中村晃子
北山瞳
(嘱託)
(臨時)
JAグリーンかほく
店長(課長待遇) 宮木隆志
西田竜次
寺岡晃希
○寺岡晃希
気谷由里
(臨時)
■配送センター
センター長(調査役) 林茂則
(嘱託)
■農機センター
センター長(自動車センター長兼任) 谷川誠一
(部次長待遇)
調査役 北瀬登
副調査役 関口俊明
主任 酒井和
主任 西川晃平



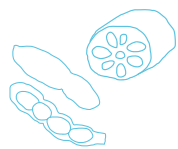
支店長
○櫻井 憲祐

(嘱託) 北野寿彦
(臨時) 端野裕子
(臨時) 北川裕子
■自動車センター
副調査役 高橋裕治
(臨時) 中川美紀
所長(副調査役)
中川路子
○中村巧
○川江裕一郎
宮崎憲一
中條屋幸彦
(嘱託)
(嘱託)
(臨時)



三月三十一日付 退職者

小池田祐希
大久保祐希
竹田歩実
永瀬琴乃
片山裕美
森山早智
長山由貴子
山岸康子
金山重之
金本幸
山田正義



楽しもう 家庭菜園



いけの里



暖かくなり、
スイセンや桜、
モクレンなど
様々な花の季節
がやってきまし

た。

野菜には、「花が咲かないと食べられないもの」と「花が咲いたら食べられないもの」があります。そこで、今回は、野菜はどんな環境で花を咲かすのかお話ししたいと思います。

菜 ◎ブロッコリー

ブロッコリーは、植えてから低温にあうと花ができます。少し低温にあうだけで花ができる品種を「早生（わせ）」、低温に長い期間あわないと花ができない品種を「晩生（おくて）」と言います。春まきでは、定植後ごんごん暖かくなっていくので、早生品種を植えましょう。

◎枝豆

ビールのお供として欠かせない枝豆。皆さんご存じのとおり、枝豆は大豆を若いうちに収穫するものですが、大豆は日が短くなると花を作る植物です。

近年、枝豆用の甘くて美味しい品種がたくさんありますが、枝豆用品種は、日の長さにより影響を受け、「早生」が多く、最も食べたい盛夏に収穫できるよう育成されています。

一方、大豆として収穫する品種は、日が短くなる晩夏〜初秋に花ができる「晩生」品種であり、収量を重視して育成されています。

「晩生」品種を枝豆用として栽培してもかまいませんが、ビールの美味しい時期にはちよつと間に合わないかも。

菜 ◎タマネギ

「花が咲いたら食べられない野菜」
タマネギは肥料切れした時に花

（ねぎ坊主）ができやすいので、十二月号で記載したように、一月上旬から三月二十日頃まで、肥料を切らさないように二週間ごとに追肥します。ただし、最後の追肥が四月になると腐りやすくなるので注意してください。

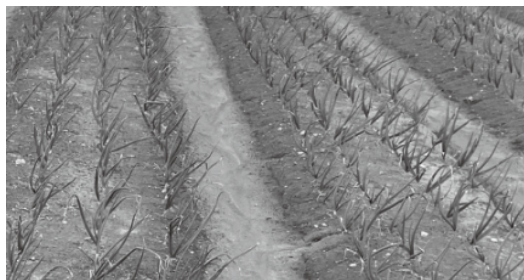


写真1 3月上旬のタマネギ

◎ホウレンソウ

ホウレンソウは日が長くなると花ができます。

このため、春〜初夏に種をまく場合は、日の長さにより影響を受け、「春まき用」の品種をまくことが重要です。

また、品種の選び方だけではなく、水や肥料の過不足など、ほうれん草はストレスを与えると花が咲くので、栽培管理も大切です。

◎ハクサイ、ダイコン

ハクサイやダイコンは冬〜春の低温にあうと花ができ、温度が高くなると伸びていきます。

このため、ハクサイを春に栽培する際は、花を作らないように温室で育てた苗を定植しなければなりません。また、ダイコンを春にまく際は、暖かくなってから（五月以降）種まきするか、まいてからトンネルをするなど、低温にあわせないように工夫することが大事です。

とはいえ、私は収穫後のハクサイからできた菜花（写真2）を春先まで楽しんでいきますので、わが家では「花が咲いても食べられない」野菜となっています。

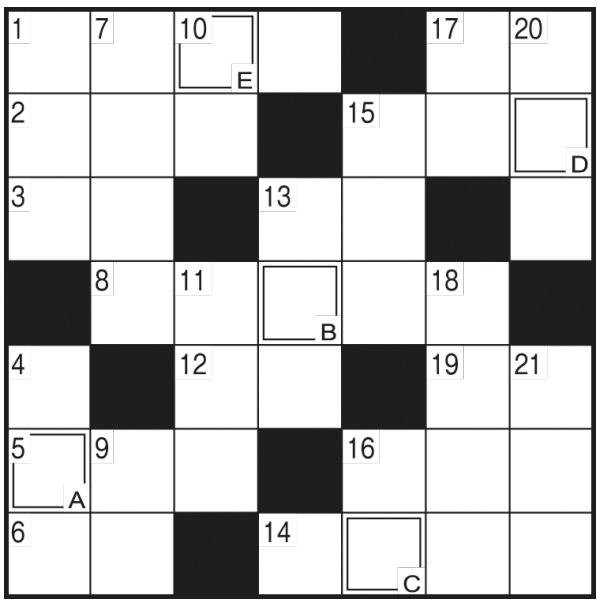


写真2 ハクサイの菜花

※今月号の「季節の花づくり」は、都合によりお休みさせていただきます。

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**
- 端午の節句に風呂の湯へ入れます
 - 変わると寝つけない人もいます
 - 岩の多い海岸のこと
 - 現在の元号です
 - アルファベットの14番目
 - 安、実、宝に共通の部首
 - 漢字では羊歯などと書く植物
 - 車のこと。——ナビ
 - つくね、ハツ、砂肝といえは
 - キャッチャーともいいます
 - ゴルフクラブの種類のひとつ
 - 童謡「ぶんぶんぶん」で飛ぶもの
 - ウサギのものは長め



- タテのカギ**
- 女性同士のきょうだい
 - トシューズをはいて踊ります
 - 風呂場でお湯をためるところ
 - 太古から人間に飼われている動物
 - 表の反対側
 - 端午の節句に——餅を食べた
 - 日本三大祭りのひとつ、——祭。東京で5月におこなわれます
 - ベース、アット——
 - 釣り人がじっと見るもの
 - 川を渡るためにかけます
 - そろそろ行かないと! タイム——だよ
 - Sが小ならMは
 - 5月4日はの——日。国民の祝日です

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「リバノス編集局」
- ◆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〉 チラシズシ

西村知津子 さん
道井 明子 さん
永下 茂和 さん
村島 睦子 さん
中田 悦子 さん

第14回 理事会だより

令和8年3月25日(水)開催

●審議事項

- 第1号議案 組織機構の改定について
- 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 令和8年度内部監査計画について
- 第4号議案 第32事業年度決算基本方針と決算見込みについて
- 第5号議案 理事と組合との契約承認(融資取引)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 情報セキュリティにかかる関連規程類の改定について
- 第8号議案 信用手数料徴収規程の一部変更について
- 第9号議案 令和8年度産米の出荷契約金、飼料用米前渡金の設定について

●報告検討事項

- (1) 令和8年2月末事業実績について
- (2) 高額な現金出金・振込時の警察への通報基準の設定について
- (3) 貸出金利率表の改定について
- (4) 信用事業規程第2の2(1)、ハに規定する貸付(地方公共団体等)について
- (5) 令和8年度育苗センター出荷計画について
- (6) 令和7年分確定申告相談会の報告について
- (7) コンプライアンス関連事項の報告について
- (8) ゴールデンウィークの各事業所等の営業について
- (9) 令和8年度職員の異動内示について
- (10) その他

支店活性化委員から、こんにちは!

人のために、地域のために

昨年の改選で津幡東支店活性化委員になった刈本俊雄です。私の住む越中坂地区では、8軒いた米農家が高齢化によって減り、今は私ひとりで3町歩を耕作しています。このうち2町歩が令和5年7月の豪雨災害で被害を受け、少しずつ復旧や設備投資を進めてきましたが、今でも1町歩が作付けできない状態です。それでも諦めず、自分が損をしても「食」は守っていかねばなりません。私は常々、少しでも誰かの助けになればと思っています。作った米の一部は「フードパントリー」を利用して、生活困窮者などに送っています。地域の雪かきも積極的に行い、小学校や独居高齢者の家の周りはもちろん、保育園の運動場には除雪車で迷路を作ったりと、誰かのため・地域のためになることが喜びです。

人生は“死ぬまで勉強”。新たな出会いや情報を大切に、常に前向きに支店活性化委員の仕事に取り組んでいきます。

津幡東支店活性化委員
刈本 俊雄

第6回 JAグリーンかほく こども絵画 コンクール



入選作品の発表

当JAで6回目となる「JAグリーンかほくこども絵画コンクール」が開催され、今年は38作品の応募がありました。たくさんのご応募ありがとうございます。2月中旬に審査が行われ、次の通り入選作品が決定しました。入選した7名の皆さんは3月8日のJAグリーンかほく感謝祭にて表彰を受けました。

今回応募いただいた作品は、JAグリーンかほくにて3月から5月下旬まで展示していますので、ぜひご覧ください。

小学
1～2年生
の部



最優秀賞

「たのしかったよ月たけのこほり」
西岡 花



優秀賞

「やさいがだいすきなうさぎ♡」
虎谷 愛夏

小学
3～4年生
の部



最優秀賞

「農家さんの畑」
伊原 るり



優秀賞

「収穫」
石井 花

小学
5～6年生
の部



最優秀賞

「何個あってもたりないよ!
大崎すいか」
池川 結斗



優秀賞

「お米を作るおじいちゃん」
横井 誠士郎

店長賞



「友だちといっしょにパク!」
上田 創太



私の趣味は、料理です。飲食店の仕事に携わったことをきっかけに、「食」へのこだわりが強くなりました。美味しい食事を作ること、

食べることが好きで、独学ではありますが色々勉強し挑戦してきました。

今は、金沢市内で娘と2人で居酒屋「おかん」を経営しています。食べてくださった方が笑顔になる瞬間や、「美味しい」「また食べたい」という言葉をかけてもらったときは嬉しく、私自身の大きな励みになっています。

これからは、地元産の食材をより積極的に取り入れた料理を考えていきたいと思っています。地元食材の良さを引き出し、少しでも多くの人に「食」の魅力を伝えていきます。



内灘町 谷口 育代さん

バレーボール×ほくの里

大同生命SVリーグで活躍するPFUブルーキャッツ石川かほくの応援に「ほくの里」が駆け付けました。また、当JA経済部は物販ブースを出し、県内外から来場するお客さんに向けて「ほくの里ブランド」の商品を揃えました。

ブースには精米2kg入りやパックご飯のほか、6次化商品の「河北潟こまつなカレー」と、2月に発売された「かぼちゃカレー」を特別価格で販売しました。来場者は「ほくの里」のデザインに目を向けたり、商品の特長を尋ねるなど興味を示していました。

小松市から来場した女性は「ご当地の商品をこの場で買えるのは嬉しい。初めて買ったので食べるのが楽しみ」と喜びました。



河北潟こまつなカレーを購入する来場者

家族で楽しむおいしい一皿

レシピ提供 ● 料理研究家 和田麻紀子

春は苦味が食養生。春野菜でデトックス！

うま味たっぷり食材の春のごちそうご飯

アスパラとホタテの炊き込みご飯



アレンジ

- 水をおだしや昆布だしに替える
- 焼きおにぎりにする

ポイント

フレッシュなアスパラガスは後から入れて、蒸らし時間で火を入れることで食感を楽しめます。ホタテは貝ひもが付いているものの方が、だしがよく出ておいしく作れます。

材料 (4人分)

米…………… 2合 バター…………… 5g
 ベビーホタテ… 100g 黒こしょう… 適量
 アスパラガス 1束(100g)

A

薄口しょうゆ… 大さじ2 塩…………… 2つまみ
 酒…………… 大さじ1

作り方

- 1 米を研いでホタテ（大きければ食べやすい大きさにカット）とAを入れて軽く混ぜ、2合の水を加減で炊飯する。
- 2 アスパラガスは根元を折り、下3cmをピーラーでむいて長さ1cmに切っておく。
- 3 炊き上がったご飯にアスパラガスを入れて10分蒸らし、お好みでバターと黒こしょうを加えてよく混ぜて出来上がり。

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。たくさんの方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
5. 写真

※1～5の事項を必ずご記入ください。

宛先

〒929-0326
 河北郡津幡町字清水チ329
 JA石川かほくりバノス編集局

※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。

健康百科

夏の体形管理のポイント

管理栄養士・フードスタイリスト 大槻万須美

夏は暑さで体を動かす機会が減り、冷たく甘い食べ物や飲み物を取ることが増えます。そのため、どうしても不健康な体になったり、体重が増えたりしがちです。夏の体形管理のポイント二つを押さえて、美しく健康に過ごしましょう。

■ポイント① むくみ予防

むくみは皮下組織に水分がたまった状態のことです。人間は体内の塩分濃度を一定に保とうとするため、塩分を取り過ぎると塩分濃度を調整しようと体内に水分をため込み、むくみが起こりやすくなります。熱中症予防などで塩分を小まめに取る人も多いのですが、あまり汗をかいていないにもかかわらず、塩分を必要以上に取り過ぎてしまうとむくみにつながります。血液やリンパの流れが滞り、老廃物が排出されにくくなることで代謝の低下を招き、体形管理の妨げになると考えられます。汗を大量にかいたときだけ塩分を適量

補給し、通常の水分補給はスポーツドリンクではなく水や麦茶にすると良いでしょう。また、余分なナトリウムを排出するカリウムが豊富なブ

■ポイント② 貧血予防

貧血のうち夏に起きやすい鉄欠乏性貧血は、血液中の鉄分が少なくない状態のことです。夏場は汗とともに鉄やミネラルが失われます。それに伴う食欲・吸収力低下による栄養不足で貧血になりやすく、エネルギー代謝の低下につながって太りやすくなる場合があるとされています。

貧血を防ぐために、鉄が多く含まれている食品を積極的に取りましょう。なお、鉄は主に肉や魚などの動物性食品に含まれているヘム鉄と、野菜・豆などの植物性食品や乳製品・卵などに含まれる非ヘム鉄の2種類に分類されます。非ヘム鉄は吸収率が低いとされています。小松菜やホウレンソウ、大豆製品などの良質なタンパク質やビタミンCを多く含む食品と一緒に取ることで吸収率が高まります。



お便り OTAYORI コーナー

私のこれからの楽しみは、主人の作ったおいしい野菜です。特に好きな野菜はトマトです。ふたり暮らしなのに20本~25本作ります。大きなトマトを冷たくして食べている時は本当においしい~。今年も早く食べたいな。津幡町 東 眞佐枝
長い冬も終わり、暖かくなってきました。すぐに厳しい暑さがやってきて、夏野菜が美味しい時季になります。ご主人の愛情たっぷりに育ったトマトを、暑い日に冷やして味わうのは、まさに夏のご褒美ですね。「おいしい野菜」がたくさん実ることを願っています。

健康に関心があり、リバノス掲載の“健康百科”を毎回読んでいます。今後も内容

を充実させ、季節ごとの健康対策等を紹介願います。津幡町 田川 俊健
健康百科では、冬は感染症、春は花粉症対策など、その季節に必要な健康対策を紹介しています。今月号は、これからの夏に向けた体形管理について掲載しました。熱中症対策としての塩分摂取も、汗の量によっては摂りすぎになり「むくみ」につながることは驚きでした。原因と対策を知って、元気に暑い夏を乗り切りましょう。

大海小学校みそ作り、昔は各家で作りました。作って食べたいですね。

かほく市 杉角 美紀子
3月号では、大海小学校の「大海味噌」づくりについて掲載しました。味噌は日本人にとって欠かせない大切な調味料です。市販で買うことができる今の時代に、大豆の栽培から味噌仕込みまでを体験できるのはとても貴重ですね。手作りならではのやさしく温かみのある味わい、食べたくなります。

毎月の家庭菜園とても参考になります。今月はニンジンの葉の付け根のところ、さっそく小皿に少し水を入れ、日の当たる窓際に置き、葉芽の出でくるのを楽しみにしています。かほく市 西村 早智子

3月号の「楽しもう家庭菜園」で最後に紹介していた、ニンジンの葉の付け根でできるミニ観葉植物ですね。コンパクトで見た目かわいく、冬でも緑を楽しめます。「今日はどれだけ葉が伸びたかな」と毎日見たくなりますね。日々の小さな変化に癒されます。

3月3日、夕食にちらしずしを作り、刺身を添えました。すると、学校でも、職場でも「ちらしずしだったよ」って！まっ、そうですよね。

津幡町 加藤 喜世美
3月号クローズワードの回答は「ちらしずし」。同じ献立とは、季節行事の賑わいが感じられますね。学校の友達、職場仲間、家族など、季節感のある食事はみんなで味わうことでより美味しく、楽しくなります。刺身が添えられた豪華なちらしずし、つい箸が進みますね。

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329
JA石川かほくリバノス編集局



題「散」

石本よし一選

秀

我が足にしつかりしろよと散歩する

中川 義孝(領家)

評 毎日の散歩は、全身の運動にもなり健康にも大変効果が高いと言われていて、しかしながら高齢化社会の老人では、転ぶという危険もあります。自分の足腰と相談しながら、無理のない散歩が必要となるでしょう。歩く距離や歩く速さも大切なことで、我が足をいたわりながら、健康のための散歩をしましょう。
長生きの散歩をお勧めします。

佳作

飼い犬が歩幅気つかう散歩道

井田 宏子(井野河内)

散歩道土筆大きく背のびする

山崎 邦夫(横浜)

杉花粉飛散にマスクめがねまで

藤沢 充子(瓜生)

夫婦して歩調合わせる散歩道

吉田 順子(川尻)

散らし寿し雛かざりにもおすそ分け

山崎 直樹(上天田)

入選

目に見えぬ花粉の飛散春を知る

山崎 洋子(横浜)

散る雪にピンクの桜待ちわびる

北川 一郎(八ノ谷)

戦争で散りぢり家族ウクライナ

上前セツ子(白帆台)

杉花粉春一番がまぎ散らす

辻田 正寿(領家)

散文を川柳によむむずかしさ

堂川 武久(領家)

草花に春の足音散歩道

川端 春美(狩鹿野)

散歩にと出かけた先はカフェ店

鈴木 準一(北中条)

温室に雨を知らない花が散る

古林 照子(長柄町)

照れくさいあなたと歩く散歩道

池田ひろみ(夏栗)

もつたない解散選挙八百億

兼保 直美(潟端)

桜道散り始めでも最高だ

越野 香(二ツ屋)

それぞれに思い出こめた散歩道

山田 一枝(東荒屋)

散らし寿し配食優れ進む食

永下 茂和(坂戸)

散る桜過疎の村には宝物

岡井 昭江(二ツ屋)

人生に散りぎはあると師の教え

藏本 義弘(横浜)

人の世に美しく散るむずかしさ

前山優美子(太田)

解散後一目散に選挙区へ

小田 和子(兵庫)

散り方が立派と思う人がいる

小田 慶喜(兵庫)

七月号題 「遠」三句マデ

●締切り 五月十日必着

八月号題 「足」三句マデ

●締切り 六月十日必着

▲投句先

〒929-0326 河北郡津幡町字垂提寺73

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。

令和9年4月から 犯罪収益移転防止法施行規則(略称:犯収法)の改正により、 本人確認手続きが大きく変わります!

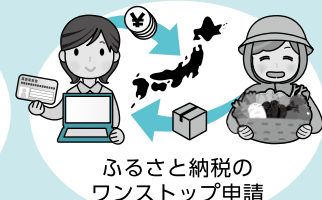
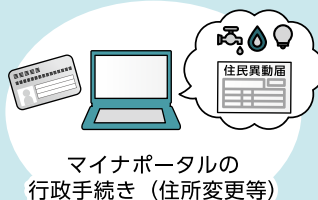
従来、本人確認の主流であった「身分証の写真撮影」と「目視による確認」は令和9年4月以降原則として廃止され、
マイナンバーカード等に内蔵のICチップを直接読み取る方式^{*}に変わります!

他社の生命保険会社においても本人確認方法を従来の免許証等の撮影からマイナンバーを使った本人確認に変更する等、
業界全体で法改正を見据えた切り替えが進んでいます。より安全でスムーズにお手続きいただける方法として、

JAにおいてもマイナンバーカードのICチップによる本人確認を推奨しています

*デジタル庁が令和7年6月に閣議決定

マイナンバーカードと
登録されているパスワードは
共済のご契約手続きに限らず
行政手続きや各種サービスの利用等
さまざまな場面で使用されます



事前にパスワード(6~16桁の英数字)をチェックしておく、手続きの際に
「思い出せない…」といったトラブルを防止できます!
もしお忘れの場合は“今のうち”に確認・再設定しておけば、
本人確認手続きがとてもスムーズです!

● パスワードって何?

パスワードは署名用電子証明書(6~16桁の英数字)のことで、「作成・送信した電子文書が、利用者が作成した真正なものであること」を証明することができます。マイナンバーカードの交付申請をする際に、電子証明書が不要である旨の申し出をいただかない限り、原則としてマイナンバーカードに搭載されています。

● 署名用電子証明書のパスワード(6~16桁の英数字)が分からないときは?

まずはマイナンバーカード発行時に市区町村から渡されたパスワードの控え用紙がないかをご確認ください。控え用紙がない場合は、下記①②のとおり再発行手続きが必要です。

- ①住民票のある市町村の窓口にマイナンバーカードを持参し、再発行手続きを行います。
- ②マイナンバーカード利用者証明用パスワード(数字4桁)がわかる場合は、スマートフォンアプリとコンビニのキオスク端末を利用して初期化します。

再発行の詳細については、右記の二次元コードよりご確認ください▶

パスワードの
失念や紛失、
有効期限等について



コンビニでの
パスワード
初期化方法



● 署名用電子証明書を申し込んだか確認したい/有効かどうか確認したい

申込確認については、住民票のある市区町村窓口にお問い合わせいただくか、
マイナンバーカード利用者クライアントソフト(JPKIMobileアプリ)にて確認可能です。



有効期間は電子証明書発行の日から5回目の誕生日までです。
有効期間が満了した場合や、転居や氏名の変更等により住民票の基本4情報(氏名、生年月日、住所、性別)の記載が修正された場合などは署名用電子証明書が失効となります。

署名用電子証明書の有効性確認については、住民票のある市区町村窓口にお問い合わせいただくか、マイナンバーカード利用者クライアントソフトにて確認可能です。

JPKIMobileアプリでの
申込確認について

iPhoneはコチラ

Androidはコチラ



ゴールデンウィークの 営業時間について

■ 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	自動車センター	配送センター	LPガスセンター	JAグリーンかほく
				宇ノ気SS	津幡セルフSS					
令和8年 4月	25	土	休業	7:30~ 19:30						
	26	日		8:00~ 18:00						
	27	月	8:30~ 17:30	7:30~ 19:30						
	28	火								
	29	水	休業	8:00~ 18:00						
	30	木	8:30~ 17:30	7:30~ 19:30						
1	金									
令和8年 5月	2	土	休業	8:00~ 18:00						
	3	日								
	4	月								
	5	火								
	6	水								

LPガスセンターは289-3995または090-8262-9120にご連絡いただければ対応いたします。

小型農業機械 無料点検



令和8年 5月22日(金)
9:00~15:00

開催場所

東部育苗センター前
(津幡カントリーエレベーター敷地内)

内容

小型農業機械の無料点検

対象品

刈払機、小型防除機、チェーンソー、溝切機等

注意事項

点検により修理・部品交換が必要な場合は別途料金がかかります。

農機センター TEL 288-4170