

みずほ

2020

7

No.554



もくじ

- P5 厚生連だより
P7 令和2年産民間流通麦の概算金について
P8~10 **MONTHLY TOPICS**
~【表紙】バケツ稲作の種播き~
~木島敏昭さん旭日双光章受章~

- P12~13 **みんなの広場**
~【今月の黒部っ子】三日市保育所~
裏表紙 **お盆のJA業務のご案内**
【ご案内】「秋期休日営業」の開始について

水稲

—今後の水管理と基本防除の徹底—

幼穂形成期以降は、飽水管理（足跡に水が残る程度の湿潤状態を維持）を行い、出穂後は20日間の湛水管理と穂肥の施用。カメムシの発生が多いので、畦畔などの雑草管理・基本防除は適切な時期に確実に実施しましょう。

〈コシヒカリ穂肥〉

幼穂長、葉色、草丈など、生育状況を必ず確認し施用しましょう（圃場毎に生育差あり）。

●分施肥系の場合

（田植え時に「基肥206」を使用）

散布時期＝幼穂長が1.5cmになったとき

幼穂長	草丈	葉色	肥料名および施肥量
1.5cm	82cm 以下	3.8	LP追肥38号 15kg/10a

※施用日の詳細は、農作業特報や各地区青田廻りなどで確認ください。

※穂肥施用時に草丈が長い（82cm以上）場合や、葉色が濃い（3.8以上）場合は、3日程度遅らせるか減肥を行いましょう。

●基肥一発体系の場合

（基肥に「有機Jコートコシヒカリ3号」を使用）

基肥で一発肥料を使用した場合、基本的に穂肥は必要ありませんが、出穂の10～7日前に葉色が4.2（壤土では4.0）以下の場合は、「追肥3号」を10a当たり5～7kg追加しましょう。ただし、追肥する場合は出穂3日前までとします。

〈畦畔などの草刈〉

ナギナタガヤやメヒシバなどのイネ科雑草の穂はカメムシのエサとなります。雑草の穂が出ないように草刈管理をしましょう。本田内のノビエやホタルイはカメムシの被害を助長しますので除草に努めましょう。



アカヒゲホソミドリカスミカメ



アカスジカスミカメ



ナギナタガヤ



メヒシバ

草丈は短いですが穂が出ている×

〈水管理〉

●出穂までの水管理

幼穂形成期～出穂期は飽水管理（足跡に水が残る程度）を行い、水田が乾きすぎないようにしましょう。地表面が白く乾くのはダメ！

幼穂が出るまで、稲は水分と酸素を多く必要とします。飽水管理を行い、土の中に水と酸素を供給して稲の活力を高めましょう。



幼穂形成期を過ぎて天水管理を続け、過乾燥となった圃場



飽水管理



★出穂後は水管理が重要

カドミウム吸収抑制、登熟期間の稲体活力維持と白未熟粒の発生防止のために、必ず出穂から20日間は田面が常に出ないように、湛水管理を徹底してください。

湛水程度……水深3cm程度に湛水し、田面が露出する前に入水



牡羊座 3/21～4/19 8月の運勢

【全体運】運勢は良好。見晴らしのいい場所で深呼吸を。良いパワーを取り込めます。残暑見舞いなど手紙を出すのも吉
【健康運】ジョギングやテニスで体を動かし気分爽快
【幸運の食べ物】梨

みずほ 2020-7 No554

〈基本防除〉

6月23日現在のくろべ管内の雑草地のカメムシ調査では確認地点率100%、平均頭数は13.7頭で発生数が高くなっていますので、今後は畦畔などの雑草管理と基本防除を適期に実施し、カメムシによる斑点米などの病害虫被害を防ぎましょう。

コシヒカリは2回散布、てんたかくは3回散布が基本となります。散布時期の間隔は7日間とします（10日以上散布間隔を空けない）。カメムシが多発しており、防除の際は畦畔にも薬剤がかかるようにしましょう。

病害虫の発生状況によってスケジュールが変更になる場合もありますので、防除日の目安は今後配布される農作業特報を確認してください。

●粉剤または液剤防除の場合

使用時期	使用農薬名		10a当たりの散布量
1回目出穂期	粉剤の場合	ビームモンカットスタークルF粉剤5DL	4kg
	液剤の場合	ビームエイトスタークルゾル +モンカットフロアブル	1,000倍液を150L
2回目穂揃期	粉剤の場合	キラップ粉剤DL	4kg
	液剤の場合	キラップフロアブル	1,000倍液を150L
3回目傾穂期 (早生)	粉剤の場合	トレボン粉剤DL	4kg
	液剤の場合	エクシードフロアブル	2,000倍液を150L
てんたかくはカメムシ被害が多いので3回の防除を必ず実施する			

※使用基準を遵守してください。
※周辺の圃場などへのドリフトに注意してください。

●中生粒剤防除の場合（住宅地隣接田など、粉剤や液剤を使用しにくい場合）

使用時期	使用農薬名	10a当たりの散布量	収穫前日数
穂ばらみ期（出穂10～7日前）	イモチエースキラップ粒剤	3kg	35日前まで

※散布は水深3～5cmの湛水状態で散布し、散布後5日間は湛水状態を保つ。

また、7日間は落水しない。散布が遅れないよう注意してください。

白未熟粒および胴割米の発生要因と対応策

区分		白未熟粒				胴割米
		乳白粒	心白粒	基白粒	背白粒	
						
発生要因	気象要因	登熟中期の高温 登熟中期の寡照	登熟初期の高温	登熟初中期の高温		成熟期の高温多照 登熟初期の高温
	栽培要因	過剰籾数、倒伏		栄養凋落		刈り遅れ、栄養凋落
生育中期以降の対応策	中干し後～ 幼形期	・生育量に応じた田干しまたは間断かん水 (幼形期の適正生育量への誘導)		・間断かん水 (葉色の急激な低下防止)		・間断かん水 (地耐力確保)
	幼形期～ 出穂期	・幼穂形成期以降の飽水管理 (登熟向上に向けた根の活力維持)		・幼穂形成期以降の飽水管理 ・葉色に応じた追加穂肥（稲体の活力維持）		・同左
	出穂後 20日間	・出穂後20日間の湛水管理 (登熟向上)		・出穂後20日間の湛水管理 (稲体の活力維持)		・同左
	出穂後 20日目以降					・間断かん水 ・適期刈取り





もやし ～節約野菜の王様～

現在、日本では、リョクトウやブラックマッペ、大豆を種子とするもやしが生産されていますが、広い意味ではカイワレヤスプラウトなどの発芽野菜も、もやしの仲間といえます。

もやしのプロフィール

- 【分類】マメ科
- 【原産地】インド(リョクトウ)
- 【おいしい時期(旬)】通年
- 【主な栄養成分】アスパラギン酸、カリウム、葉酸、鉄、ビタミンB群・C、タンパク質など

イラスト：小林祐美子

もやしの力

主な栄養成分と期待される効果

カリウム：高血圧予防
葉酸・鉄分：貧血予防
ビタミンB群：代謝促進
ビタミンC：免疫力向上

豆の栄養素と発芽野菜としての栄養素も併せ持つ

発芽野菜の特徴

発芽によってビタミンCの含有量が増加
発芽部分は消化酵素・ジアスターゼを含み、胃腸の働きを整える効果も期待できる

ダイエット

約95%が水分の低カロリーでヘルシーな食物繊維も豊富

注目成分

アスパラギン酸
新陳代謝を促して疲労回復に作用!

見分け方

適度に太さがあり全体的に白い

全体に張りつやがある

透明感がある

袋を持ってしっかりと堅さを感じる

NG

全体的に褐色になっている

水のぼくしんなど変色している

変色している

楽しみ方・食べ方のコツ

注意

水に長く浸すとビタミンなどの栄養が流れ出てしまうので水洗いはざるにあげて早く!

加熱調理が基本

ゆでた後は水にさらさない
パットやざるに広げるとして冷ます

リョクトウもやし ブラックマッペ

油適量と塩一つまみを加えた湯に入れ、再沸騰してから10～15秒ほどゆでる

大豆もやし

水と一緒に鍋に入れて沸騰後、豆に火が通るまで1～5分ゆでる

大豆もやし

スープやあえ物に

ひげ根

そのままでもOK
食感や見た目が気になる場合は、つまんで取り除く

おいしいゆで方

歯応えを保つため短時間でゆでる
※蒸し物、炒め物、汁物などの具材にする場合は下ゆで不要

リョクトウもやし

炒め物
おひたし
蒸し物
あえ物
鍋物

ブラックマッペ

鉄板焼きや
お好み焼きに

保存方法

基本的には使う日に買ってきてなるべく早く食べ切る

冷蔵保存

野菜室より温度の低いチルド室の方が日持ちする

袋のまままたは保存容器に入れて全体が浸るくらいの水を入れてふたをして保存の水はできるだけ毎日交換の水に浸すと約1週間日持ちする

お煮め

生のまま保存するより、すぐ調理して作り置きおかず



鮮度劣化とともにビタミンなどの栄養や食感が落ちてしまう

冷凍保存

生に冷凍保存すれば1か月日持ちする炒め物や汁物などに利用

購入した袋のまままたは洗って水気を切り冷凍用保存袋に入れ、空気を抜いて保存

もやしのいろいろ

リョクトウもやし

国内の主流品種で、リョクトウ(マッペ)を原料にしたものの軸が太めでシャキシャキとした食感の価格の安さも魅力

大豆もやし

別名「豆もやし」大豆を原料としたものの豆の歯応えとうま味を兼ねる韓国料理のビビンバやナムルは定番

ブラックマッペ

ブラックマッペ(黒リョクトウ)が原料で、「黒豆もやし」とも呼ばれる食感と、豆のほのかな甘味が特徴

もやしのじみツ

「スプラウト」の一種の豆類の種子を軟白栽培(日光を当てずに栽培)して発芽させた若芽の総称

名の由来

萌(も)ゆ → 萌やす → 萌やし

歴史

平安時代には「もやし」という名前は存在していなかったと考えられる

緑豆をもやしにして味甚(はなはだ)よし



江戸時代には食べる習慣があった?

「外科手術の進歩」

厚生連滑川病院
副院長・外科診療部長

伊井

とある
徹



30年以上にわたり外科の臨床に従事してこの間の外科手術に携わってきましたが、その大きな変遷と進歩を実感しています。

たとえば乳がん手術を例にとりますと、私が外科医になる前の1970年代は癌に侵されている可能性のある臓器をできるだけ広範囲に切除することを目標とした拡大手術の時代で、癌のある乳房とともに胸の筋肉である大胸筋や小胸筋を合併切除し、同時にわきのリンパ節も広範囲に切除する手術が行われていました。しかし、1980年代に入ると胸筋を温存して乳房のみを切除、さらには乳房の一部のみを切除するといった縮小手術も多くなり、リンパ節も癌が最初に到達するわきのリンパ節の転移の有無を確認してから切除範囲が決められるようになり、画一的なリンパ節の広範切除は行わないようになりました。このような低侵襲な手術により、乳がん手術後の乳房が大きく窪んだような醜形や広範なリンパ節切除による上肢の浮腫も少なくなりました。

また、この20～25年間の消化器外科手術も腹腔鏡手術の導入で大きく変化しています。以

前は、胆石症、胃がん、大腸がんなどの手術では上腹部あるいは下腹部に大きな切開創を入れて手術をしていましたが、今はお腹に小さな切開創を数か所開けて、その切開創からカメラや特殊な手術器具を入れて手術が行われます。手術創が小さいため術後の痛みが少なく回復が早く、手術創もほとんど目立たず入院期間も短縮されています。また、これらの腹腔鏡手術は、最近では肝臓や脾臓の切除や食道手術、また鼠径ヘルニア、虫垂切除など一般外科手術の多くの分野で導入されています。

ここ数年では、ロボット手術（図を参照）という言葉が耳にしますが、ロボット自身が勝手に手術を行うのではなく手術を行うのは外科医です。ロボット手術の内容は腹腔鏡手術と全く同じで、外科医がロボットを操ることでより緻密な手術を行うことができます。機器がとても高額であり技術習得に時間がかかることが課題ですが、今後、徐々に普及していくと考えられます。



JAくろべ職員のおすすめ品!!



marusan
豆乳ぜんざい
1パック(160g)…212円(税込)

すまいる 掲示板

豆乳仕立てでまろやかな
ぜんざいです。1パック1人前なので、
ちょっとしたおやつとして簡単に食べられます。
温めて焼き餅を入れるのもよし、冷蔵庫で冷やして
白玉や水団子と一緒に食べるのもよし♪夏の
暑い日にはかき氷にかけても美味しく
召し上がれますので、
是非お試しください!

アグリプラヤ東
(☎65-9100)で
購入できます!



北部支店
金融係
宝田 紗季

金融係
浅野 彩香

係長
高場 智絵



理事会だより

6月24日（水）

◆付議事項

第1号議案 令和二年度第1四半期監事監査報告について

代表監事から第1四半期業務に対する監事監査の結果について次の通り報告され、承認しました。

（監査基準日） 4月30日

（監査実施期間）

5月19日～5月28日

（監査項目） 前期監事監査指摘事項のほか、必要と認めた事項

（監査対象） 子会社含む13部署

・改善を要する事項＝改善を要する事項はなし

第2号議案 令和二年産水稻種子前渡金の支払について

令和2年産の種子採種生産者への前渡金の支払いについて、承認しました。

〔前渡金額〕

16,106,500円

〔支払日〕

令和2年6月26日

第3号議案 令和二年産米に係る全農との出荷契約に

ついて

令和2年産米に係る全農との出荷契約について、承認しました。

〔出荷契約数量〕

契約米 10,488.5俵

加工用米 911.0俵

備蓄米 7,800.0俵

第4号議案 令和二年産新規需要米の販売計画について

令和2年産新規需要米の販売計画について、承認しました。

〔販売計画（数量）〕

飼料用米 326.94t

米粉用米 9.03t

輸出用米 47.79t

第5号議案 旧石田支所・倉庫解体工事請負契約の締結について

旧石田支所・倉庫解体工事について、指名競争入札の結果に基づき、解体工事請負契約を締結することを承認しました。

〔請負業者〕

有限会社山下重機建設

〔請負金額〕

44,500,000円

（税抜）

〔契約日〕

令和2年6月25日

〔工事期間〕

令和2年7月1日～

令和2年9月30日

第6号議案 固定資産の取得について

第2次中期3カ年計画において、令和4年度に建設を計画している農業倉庫の建設用地として土地を取得することを協議し、承認しました。

〔所在地〕

黒部市岡410番地1

〔地 目〕

宅 地

〔地 積〕

13,537.20㎡

〔取得金額〕

295,000,000円

〔取得時期（予定）〕

令和2年7月20日

第7号議案 就業規則及び臨時傭員就業規則の一部改正について

労働施策総合推進法、男女雇用機会均等法、育児・介護休業法の一部改正により、パワーハラスメント防止対策の法制化、セクシャルハラスメント・マタニ

◆報告事項

一、組合員の加入及び脱退について

二、五年度の事業実施状況について

〔一〕内は計画対比

▽事業総利益

399,593千円

〔97.7%〕

▽事業利益

72,663千円

〔129.6%〕

▽税引前当期剰余金

80,539千円

〔9,703.5%〕

三、令和元年産米販売数量報告について

5月末現在の令和元年産米の販売状況について次の通り、報告しました。（元年産販売数量累計）

73,717.5俵

四、資金運用に関する報告について

五、カントリーエレベーター改修工事の工事請負契約締結について

令和2年5月27日開催の理事会において承認され、カントリーエレ

ベーター改修工事について、工事請負契約を締結したことを報告しました。

六、野菜集出荷施設改修工事の工事請負契約締結について

令和2年5月27日開催の理事会において承認されました野菜集出荷施設改修工事について、工事請負契約を締結したことを報告しました。

七、令和2年産米出荷契約金の支払について

次の通り報告しました。

〔契約数量〕

95,792.5俵

出荷契約米・加工用米・備蓄米合計

〔出荷契約金〕

458,220千円

(単価) 出荷契約米6,000円/俵、加工用米・

備蓄米3,000円/俵

〔支払日〕

令和2年6月26日

八、令和元年産米カントリーエレベーター粉摺り増について

カントリーエレベーター

粉摺り増の実績数量、販売先配分数量について報

告し、併せて販売計画数量の変更についても報告しました。

〔実績数量〕

42,360kg

(706.0俵)

〔販売先配分数量〕

(株)名古屋食糧

703.0俵

全農とやま

3.0俵

九、労使協議の結果について
賃上げ及び諸要求について、労使協議を行った結果を報告しました。

十、融資報告について

令和2年5月27日開催

の理事会において承認されました融資案件について、融資を実行したことを報告しました。

十一、総代協議会正副会長会議の開催について

令和2年6月25日に総

代協議会の正副会長会議を開催することを報告しました。



令和2年産民間流通麦の概算金について

(単位：円/50kg、消費税込)

銘 柄	等 級	荷 姿	単 価
ファイバースノウ	1 等	ばら、紙袋	1,400
	2 等	ばら、紙袋	1,100

※等級間格差は1－2等▲300円とする。

令和2年産民間流通麦に係る流通経費の項目別単価上限見通し

令和2年産麦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などにより、見通した上限単価を超えた場合は、その理由などの説明を行うこととします。

(単位：円/50kg、消費税込)

流通経費項目名	令和2年産見通し	備 考
流通・保管などに係る経費	551	保管料、運賃 ほか
事故処理経費	10	
手数料	280	全農、JAくろべ
監査委員会経費	3	
その他	102	フレコン使用料 ほか
合 計	946	

※ばら、紙袋は同額とする。

MONTHLY TOPICS

畜産業振興に大きく貢献

令和2年春の叙勲 旭日双光章受章

令和2年春の叙勲で旭日双光章を受章された木島敏昭さん（村椿）が6月2日、富山県養豚組合連合会の新村嘉久会長とともに当JA本店を訪問されました。

旭日章などの勲章は、広く社会・国家に貢献してきた方や、関連産業の発展などの功績が特に顕著である方に授与されるものです。木島さんは、長年にわたって県養豚連の一員として県産豚の品質向上や普及における中心的な役割を担われ、一般社団法人日本養豚協会（JPPA）の理事も務められました。また、富山県を代表するブランド豚の1つである「黒部名水ポーク」の生産者として、市内生産者の中心となってそのブランド化や知名度向上に尽力されるなど、地域の畜産業振興に大きく貢献してこられました。

木島さんは受章の喜びと今後へのさらなる決意を報告され、平野正義組合長からお祝いの言葉が贈られました。

意見交換しながら確認

もも園地巡回



実や枝などの状態を観察

黒部市果樹振興会は6月8日、管内のもも園地6カ所の巡回を行い、会員や関係者などが参加しました。

園地では、富山県新川農林振興センターの坂田清華氏から生育概況や管理方法について説明があり、参加者は結実状況や木の樹勢状況、病害虫の有無などを確認しました。坂田氏は、「今年は比較的天気が良かったため現時点では病害虫が少ないが、梅雨入りに向けた防除はしっかりと行う必要がある」と呼びかけました。

今年度のももは7月から収穫が始まっており、同会では最盛期を迎える前に「目揃い講習会」を行います。



左から、平野組合長、木島さん、新村会長

排水対策を徹底し品質向上

野菜栽培研修会

黒部地区野菜出荷組合は6月9日、野菜栽培研修会を行い、組合員など約20人が参加しました。

当日は、若栗地区の圃場で排水対策を目的とした農業機械の実演が行われました。全農とやまでは、排水対策用にトラクターに装着する溝掘機やサブソイラを生産者に貸し出しており、今回の実演は実際のレンタル機で行われました。また、富山県新川農林振興センター職員から圃場の排水対策の効果や重要性について説明があり、参加者は圃場の状態や機械の動きを確認しながら意見交換を行いました。

同日に当JA営農センターで開かれた栽培研修会では、8月頃を予定している加工用キャベツの定植や夏播き人参の播種に向けて、今後の管理について説明があったほか、野菜の販売状況などの確認を行いました。



溝掘機を使った実演の様子



天秤座 9/23～10/23 8月の運勢

【全体運】 ハッピーな運の勢ですがうれしいどつきりも。シマツタと思ったらすぐに訂正、謝罪を。丸く収まるはず

【健康運】 金魚や風鈴を眺めて涼を取りましょう

【幸運の食べ物】 トマト

みずほ 2020-7 No.554

8



荻生小学校



たかせ小学校

美味しいお米になれ！

バケツ稲作の種播き

今月の
表紙

バケツ稲作の種播きが6月2日と4日、市内の小学校2校(荻生・たかせ)で5年生を対象に行われました。

参加した児童は、自分のバケツに土と水を入れてもらい、JA営農指導員に教わりながら種もみを播きました。種もみはこの日に向けて児童が各自で芽出ししたもので、1粒1粒を手作業で丁寧に播いてから粒状の肥料を入れました。JA営農指導員からは稲の生育方法や管理方法についての説明があり、児童は熱心に聞き入っていました。

児童は夏休み中も苗の生育状況や変化を観察し、10月には稲の刈り取りと脱穀・精米体験が予定されています。

全量1等に格付け

令和2年産大麦 初検査



サンプルを検査するJA農産物検査員

令和2年産大麦の初検査が6月10日、大布施倉庫検査場で行われました。管内では、15の生産者により六条大麦「ファイバースノウ」が約66ha栽培されています。

検査場では、富山県新川農林振興センターから生育概況について説明がありました。市農業水産課から祝辞が述べられ、JA農産物検査員が大麦の品質について厳正な検査を行いました。この日検査を行った六条大麦「ファイバースノウ」約115tは全て1等に格付けされ、今後は7月末頃までにビール大麦を含めトータル約178tの検査を見込んでいます。本年産大麦は、稀にみる少雪により登熟が進んだことから、製品率が非常に高い傾向にあります。出荷された六条大麦は「麦とろ麺」や「押麦」に加工されます。

「麦とろ麺」は、当JA各営農支援センターまたはアグリプラザ東にて販売しておりますので是非ご賞味ください。

徹底管理で品質を高めよう

「富富富」中干し現地研修会

黒部「富富富」ブランド化推進協議会は6月12日、ブランド米「富富富」の中干し現地研修会を行い、生産者や関係者など約40人が参加しました。

研修会は、農事組合法人前山（前沢）の「富富富」圃場で行われ、草丈や茎数などを見ながら生育状況と今後の管理方法について確認しました。令和2年産「富富富」は、管内で約130ha作付けされています。

「富富富」の栽培は今年で3年目となり、前年産「富富富」は管内での1等米比率が99.8%と非常に高くなっています。同協議会では、さらなる品質向上に向けて今後も現地研修会などを行いながら、引き続き管理していく予定です。



生育状況を見ながら水管理について説明



広報誌みずほの写真はホームページでも見ることができます！



ブランド力の向上をめざす

「ねぎたん」の圃場巡回・出荷会議

黒部秋冬ねぎ生産組合は6月23日、「ねぎたん」の圃場巡回と出荷会議を行いました。「ねぎたん」は通常の白ねぎに比べて太りやすく、コンパクトさと葉の柔らかさが特長のブランドねぎです。

巡回には管内の生産者やJA営農指導員など約20人が参加し、生育状況の確認や意見交換が行われました。当JA営農センターで行われた出荷会議では、富山県新川農林振興センター職員から「ねぎたん」の規格や出荷などについて説明がありました。

管内では栽培農家13戸、約1.1haで作付けされ、7月上旬から収穫が始まっています。収穫されたねぎは、JAくろべ農産物集出荷場から東京市場や富山県内の生協などへ出荷されます。

播種に向けて土づくり開始

そば栽培研修会



今後の栽培計画を確認

黒部そば生産組合は6月25日、栽培研修会を当JA営農センターで行い、管内の生産者などが参加しました。

研修会では、得能初雄組合長が「新型コロナウイルス感染症による外食産業への影響が懸念されるが、しっかりと生産していくことが重要。改めてそばについて学び、今年の栽培に活かしてほしい」と挨拶され、富山県新川農林振興センター職員からそばの生産状況や今後の栽培について説明がありました。参加者は、8月上旬に予定している播種に向けて、圃場の排水対策や土づくりなどについて重点的に確認しました。

管内では12の生産者が秋そば（品種：とよむすめ）を栽培する予定で、10aあたり100kgを目標単収としています。



収穫前の状態を確認



気象状況に応じた対策を

りんご・梨・ぶどう園地巡回

黒部市果樹振興会は6月23日、管内の園地巡回を行い、会員や関係者が参加しました。

当日は、富山県新川農林振興センターの坂田清華氏から今年の生育や気象の概況について説明があり、りんご・梨・ぶどうの園地7カ所を巡回しました。各園地では摘果などの進捗状況や着果量、病害虫の有無などを確認しながら意見交換を行いました。

巡回終了後には講評が行われ、今後の管理や注意点について確認しました。今年は暖冬により越冬したカメムシ類が多く確認されており、さらなる増加も懸念されることから、防除などの病害虫対策の徹底が求められます。また、梅雨の排水対策および高温時の適度なかん水など、土壌の水管理も重要です。参加した会員は、「気温の変動などにも影響を受けるが、それぞれの作業を遅らせることなく品質向上に努めたい」と話しました。



ぶどう園地での状況確認



ナスの肉詰め 太っちょフライ

■材料（6個分）

ナス	6本
タマネギ（みじん切り）	…1/2個分
合いびき肉	…500g
塩	…小さじ1/2
コショウ	…少々
卵	…1個
パン粉	…3/4カップ
塩（塩水用）	…大さじ1
溶き卵	…1/2個分
水	…大さじ1～2
薄力粉	…1/2カップ
パン粉（衣用）	…適量
ミズナ、パプリカ	…適量
中濃ソース	…適量

■作り方

- ①耐熱皿にタマネギを入れ、ラップをかけて電子レンジで3分加熱し、冷ます。
- ②ボウルにAを入れて混ぜ、卵を溶いて加え、粘りが出るまで練る。①とパン粉を加えてざっと混ぜ、6等分しておく。
- ③ナスはへたを残してがくを切り、ピーラーで皮をむく（皮はとっておく）。800mlの水に塩大さじ1を溶いた塩水に3～4分つける。
- ④ナスは縦十字に切り込みを入れ（へたは切らない）、かるく広げて②の肉だねをへたの方までしっかり詰めて形を整える。これを6個作る。
- ⑤ボウルにBを入れて混ぜ、④の表面にまぶしつけ、パン粉をまぶし、おさえて形を整える。
- ⑥170℃に熱した揚げ油で6～7分かけてこんがりと揚げる。ナスの皮は素揚げにする。
- ⑦食べやすく切ったミズナ、薄切りにしたパプリカ各適量と⑥を器に盛り合わせ、ソース適量をかける。

むいた皮も揚げて栄養もまるごと。ナスのそのまの形を生かしました。



◇行事予定◇ 7月下旬～8月中旬

7月

22 (水)	日帰り人間ドック
23 (木) 海の日	28 (火) (生地地区)
24 (金) スポーツの日	定例理事会
25 (土)	29 (水)
26 (日)	30 (木)
27 (月) 日帰り人間ドック	31 (金)
(東布施地区)	

8月

1 (土)	12 (水) 日帰り人間ドック
2 (日)	(若栗・浦山地区)
3 (月)	13 (木)
4 (火)	14 (金)
5 (水)	15 (土)
6 (木) 日帰り人間ドック	16 (日)
(前沢・三田市地区)	
7 (金) 税務・法律相談日	17 (月) ファミリー活動
(午後2時～/本店)	(～24日)
8 (土)	18 (火)
9 (日)	19 (水)
10 (月) 山の日	20 (木)
11 (火)	21 (金)
	22 (土)

『家の光』『ちゃぐりん』 8月号の読みどころ

● お申し込み・問い合わせ ●
お近くの営農支援センターまで



『家の光』

＜特集＞

- ・ 農のクラウドファンディング
- ・ 冷蔵庫の知恵袋

8月号 定価629円（税込）



『ちゃぐりん』

- ・ 夏野菜で作るすりおろしドレッシング
- ・ 田んぼの生きもの発見ノート

8月号 定価576円（税込）



今月の 黒部っ子

みんなの広場

三日市保育所（らいおん組）



☆力を合わせてつくったよ☆

らいおん組が楽しみにしていた遠足は、残念ながら自粛ムードにより延期に。行き先は宇奈月で、大橋に立って黒部川の風景を望む予定でした。その夢を追いつつ子どもたちみんなで話し合い、園庭のアスレチックを利用して段ボールの橋を完成させました。みんな大満足!!



来月号の掲載予定

✿今月の黒部っ子「荻生保育所」

✿わが家のアイドル「生地地区」

✿農業図鑑「東部営農支援センター管内」

✿チャイルドギャラリー「お休み」

✿青春・キッズ・げんき印「三日市地区」

※変更になる場合があります



水瓶座 1/20～2/18 8月の運勢

【全体運】 周知からの好影響が期待できます。さまざまな人の意見に触れて。目からうろこの気づきも。歴史探訪が幸運の鍵
【健康運】 知人の勧めでくれるエクササイズを試して
【幸運の食べ物】 トウモロコシ

みずほ 2020-7 No.554 | 12



個性が光る姉弟♪

はまだ **心夢**ちゃん（長女 2歳）
 さくと **朔心**くん（長男 0歳4か月）

お父さん 祐輔さん お母さん 操さん

毎日笑ったり泣いたり忙しいみゆと、常にこげげでニコニコしているさくとがいて、パパもママも幸せだよー！

わが家の
愛
アイドル

（東布施地区
内生谷）



今青春

「自衛官としての経験は自分にとって貴重で有意義なものだと思っています。どんな職業にも言えることだと思いますが、同期や先輩といった“人との出会い”は大きな財産になっています」と話す壮真さんは26歳。元自衛官である壮真さんは、民間で警備の仕事をしてながら即応予備自衛官（陸上自衛隊）としての活動を行っています。現在でも年間30日間の招集訓練を受けながら、災害時など必要な場合には現役自衛官と同じく対応にあたるそう。「現役でないとはいえ、訓練内容はこれまでとあまり変わりません。でもそこで久々に会える仲間もいますし、大きなやりがいを持って全力で取り組んでいます」と笑顔で話します。

壮真さんの趣味は車で、特に好きなのがスポーツカーです。たまたま周りのお友達や職場の先輩に車好きが多く、それがきっかけで車に興味を持ったと言います。愛車のエンジンや内装などのカスタマイズにもこだわっていて、休日にはドライブやサーキット走行に出掛けているそうです。「広いサーキットを走ると、スポーツカー特有のエンジン音やスピードを思い切り感じられてとても楽しいです。将来的には本格的なレースに出場してみたいと考えているので、まずはライセンスの取得とドライブテクニックのレベルアップをめざして頑張っていきたいですね」と目標に向かって意気込む壮真さんです。



たかの **野 壮 真**さん（若栗・26歳）

お便り お待ちしております！

郵 送 〒938-0042 黒部市天神新210-1

JAくろべ総務課 行

FAX 54-4334



広報誌みずほは「組合員の方に親しまれる広報誌」をめざして、皆さまからのご意見・ご感想をお待ちしております。また、毎月掲載されるクイズ(15ページ)にご応募いただくと、正解者の中から抽選で3名様に「笑味ちゃん3色ボールペン」をプレゼント！是非ご応募ください。

【記入事項】①住所②氏名③クイズの答え④ご意見・ご感想
 【応募方法】ハガキ・FAX・支店窓口

注意事項

- ・クイズの応募締切は毎月10日（必着）です。
- ・当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- ・皆さまからいただいた個人情報については、厳重に管理するとともに、ご応募の目的以外では使用いたしません。



一般社団法人家の光協会
特設ウェブサイト



でコロナに負けるな!

新型コロナウイルス感染症により大変な日々が続いています。家庭雑誌『家の光』などから、そんな状況を乗り越えるのに役立ち、自宅での時間をより充実させる情報をお届けします。



<http://www.iekatsu.net/>

←QRコードからも
アクセスできます

コンテンツは全7ジャンル!

①マスクを作って感染予防

簡単にできる布マスクの作り方など

③おうちごはんをもっと楽しく

人気料理研究家の簡単で美味しいレシピ

⑤やさしいハンドメイド

身近な材料を使った手軽で実用的な手芸

⑦心を癒す世界の子どもたちの絵

「世界こども図画コンテスト」の作品を紹介

②おうちでエクササイズ

エクササイズやストレッチなどの動画を配信

④子どもといっしょに挑戦しよう!

小島よしおさんの紙芝居パフォーマンスなど

⑥くらしのベストアイデア集

読者から寄せられた数々のアイデアを紹介

☆『家の光』や『ちゃぐりん』と
併せてご活用ください!



家族の健康

健康科学アドバイザー ● 福田 千晶

脱水症を予防しましょう

人間の体の60~70%は水分でできています。この水分が不足し体調不良になるのが脱水症です。暑くて汗が出ると体から水分が失われ、十分に補給されないと脱水症になります。特に炎天下での農作業などは、気を付けないと危険です。

脱水症が起きると、目まいやふらつき、頭痛、吐き気などの症状が現れます。涼しい所で休み、水分を補給します。塩分と糖分を含んだ経口補水液やスポーツドリンクもお勧めです。もしくは、梅干しと麦茶、塩あめと水などを摂取します。自力で水分が飲めないときや、けいれんや意識がもうろうとするなど重症の場合は、医療機関の受診が必要です。

脱水症は熱中症の引き金にもなります。また、血液中の水分が減ると、ドロドロになって固まりやすくなります。血の塊が脳の血管に詰まると脳梗塞、心臓の血管に詰まると心筋梗塞、肺で詰まると肺塞(そく)栓になります。命に関わる場合もありますから、予防が大切です。

脱水症の予防で大切なのは、もちろん水分補給です。水分と一緒に塩分なども取らないと体内で水分を保持できません。まず、朝ご飯は

しっかり食べて、食事からの水分と栄養、塩分も取っておきます。汗をいっぱいかく作業では、途中で小まめに水分や塩分も補給します。

高齢者は体内に保持できる水分が少なくなるので、炎天下など極度に暑い所だけでなく、室内にいても脱水症は起きるので安心はできません。また、暑い場所に慣れていない人も脱水症になりやすいので、屋外作業の新人や運動部の新入生は要注意です。風通しの悪い倉庫や体育館での作業や運動、炎天下に止めた自動車に乗ったときなども、かなり汗をかきますから、事前に水分を補給しておかないと、いけません。ビールなどアルコールは利尿作用があり排尿量が増え水分を補給はできませんので、大量飲酒は控えて、夕食時や入浴の前後などは麦茶や水などで水分の補給も忘れずに。



みずほ文芸

短歌

上田 洋一 選

朝ドラの「エール」の歌を口ずさみ

弾むリズムに元気をもらう

腹筋と屈伸運動一、二、三

毎日励まん転倒予防に

麦の穂が焼きたてパンの色に熟れ

早苗のかたえ朗らにゆれる

初めての田植体験五年生

どろ田に足入れはしゃぐ声とぶ

したり顔するがにおかし子蛙の

ぎぼうしの葉にじつと休めり

免許なら返納したよと言う父に

会に行きたし次の日曜

若き日に亡母と訪ねし五百羅漢

心安らぎし記憶の在りて

銭湯で三密なれど立ち話

人の情がほかほか満ち来る

俳句

石田 阿畏子 選

夜更しの女に憑きし時鳥

夏帽や砂塵にけむる月牙泉

ほととぎす丹波に残る登室

菖蒲咲く女ばかりの旅の宿

山の端の鉄路光りて四葩かな

水鉄砲盥の吾子に蒙古斑

どくだみ草捨てに惜しき風情かな

柿の花今日も零れむひとり居に

農作業も隔世の感けふ芒種

俳句短歌募集します。テーマは自由です。

応募作品は一人につき三つまで（掲載は一つ）。

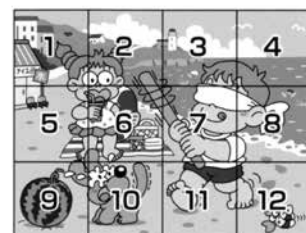
送り先 JAくろべ総務課

バ 切 七月末日必着

松本みず代
桶屋 尚生
岸下 庄二
小林 一深
木野本靖子
日比野 勝
丸田美恵子
斉藤 和子
角井 孝通

中村 順子
若林由紀子
寺島 紀子
女川 節子
神子 久美
山口 桂子
石浦 好代
佐渡 良子

まちがいさがし



正解者の中から
抽選で3名の方に
『笑味ちゃん
3色ボールペン』
をプレゼント！



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右横の枠内の数字で探しましょう。

①住所②氏名③答え④本誌に関するご意見をお書きのうえ、ハガキ、FAX、
支店窓口でご応募ください。
【あて先】〒938-0042 黒部市天神新210-1 JAくろべ総務課行 FAX 54-4334

【前回のクロスワードの答え】
サンダラス

当選者の発表は賞品の発送をもって
かえさせていただきます。

協同の力 (令和2年6月末日) () は前年同月比

正組合員数	4,711人	(-133人)
(正組合員戸数)	3,853戸	(-103戸)
准組合員数	4,971人	(-6人)
(准組合員戸数)	3,554戸	(+20戸)
みなさまの貯金高	1,035億8,263万円	(103.3%)
みなさまへの貸出金	183億7,137万円	(97.5%)
長期共済保有高	1,964億1,322万円	(95.3%)
購買品供給高	16億5,624万円	(91.9%)
販売品販売高	4億9,963万円	(108.7%)

編集後記

だんだんと気温も上がり、今年も暑い夏がやってきましたね。夏になると、かき氷やアイスクリームが食べたくなりませんか？実はどちらも歴史が長く、かき氷は平安時代から、アイスクリームは明治時代から日本で食べられるようになったそうです。最近ではふわふわのかき氷や写真映えするアイスクリームなど、味だけでなく見た目にこだわったものも多いので、暑い日に食べてみてはいかがでしょうか♪ 〈MIZU〉

お盆のJA業務のご案内

8月	本店・各支店 営農センター	営農支援センター	アグリプラザ東 ☎65-9100	JAくろべサービス(株)	
				カーポート宇奈月 ☎65-1068	カーピット ☎54-0444
13日(木)	8:30~17:00 (金融窓口8:30~16:00)	8:30~18:00 【通常営業】	8:30~17:00 【通常営業】	8:00~19:00	8:30~17:00 【通常営業】
14日(金)	【通常営業】				
15日(土)	休 業	8:30~17:00 ※店舗のみ	8:30~16:00	休 業	休 業
16日(日)					

※ATMは通常稼働です。

「秋期休日営業」の開始について

農機課では、下記のとおり秋期繁忙期対応のため休日営業を行います。
ご来店の皆様には、「秋期休日営業」についてご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

実施期間 令和2年8月22日(土)～9月27日(日)

営業時間 8:30~17:00 *土、日、祝日を対象とします

農機課: ☎ 54-0442
FAX54-0443

黒部市緊急経済対策

黒部市プレミアム商品券 がんばる黒部応援券取扱店

JAくろべアグリプラザ東・各営農支援センターでは、
共通券・専用券ともご利用いただけます。

〈使用期間〉 令和2年6月20日～令和2年11月1日

★店舗特典「黒部米茶」

お買い物1回につき
「黒部米茶」(350ml)
1本をプレゼント!



〈注意事項〉

- ・商品券をご利用の方は、必ずお会計の前に券をご提示ください。
- ・つり銭のお返しはできません。
- ・商品券ご利用後の返品はできません。
- ・商品券で購入した商品については、組合員利用高配当の対象外となります。

〈お問い合わせ〉 アグリプラザ東 ☎65-9100
北部営農支援センター ☎54-0040

南部営農支援センター ☎54-5450
東部営農支援センター ☎65-7220

みずほ 7月号 No554

令和2年7月20日発行
発行部数 7,300部

発行 黒部市農業協同組合 〒938-0042 富山県黒部市天神新210-1
TEL 54-2050 FAX 54-4334 ✉soumuka@ja-kurobe.or.jp
ホームページをご覧ください JAくろべ

編集 みずほ編集委員会
印刷 株式会社すがの印刷
題字: 福島孝前組合長 筆