

みずほ

2020

10

No.557

もくじ

P4 農閑期の店舗営業について

P6 11月7日(土)
農業用廃プラスチック廃棄農薬回収

P8~10 MONTHLY TOPICS
~体験学習田の稲刈り~
~【表紙】自転車交通安全教室~

P12~13 みんなの広場
~【今月の黒部っ子】村椿保育所
東布施保育所~

裏表紙 11月6日(金)~7日(土)
JAくろべ 秋の展示会





づくりは作物栽培の基本!!

～元気なづくりこそ品質向上のかなめ～

土壌改良資材をしっかり施用して高品質な「名水の里 黒部米」を生産しよう

稲の生育には、「窒素・リン酸・カリ」の肥料主要3要素のほかにケイ酸、アルカリ、鉄、苦土などの養分がバランスよく含まれる「土」が重要となります。

気象変動による収量への影響や品質低下（病虫害など）を抑えるためにも、土壌改良資材施用などによる「づくり」を徹底し品質を高めましょう。

●土壌改良資材の施用徹底

〈カリ〉

カリはデンプンを粉の内部へ送り込むのに不可欠な成分です。カリが少ないと収量の減収につながります。登熟期にカリが十分あれば、登熟歩合の向上や粒の肥大に役立ちます。また、稲体の茎葉の中にカリが多いと、稈の強度が高まり倒伏に強くなります。

平成30年度の土壌調査における置換性カリの目標達成状況は、沖積土壌（大布施、村椿、荻生、田家、若栗、東布施、浦山、生地、下立、愛本の一部、前沢の一部）が9.6%、洪積土壌（愛本、前沢、牧野、石田の客土田、東布施の一部）が92.8%となっています。土壌改良資材やカリ質肥料を積極的に散布しましょう。

〈ケイ酸〉

生育中に稲は土中のケイ酸を吸収し、成長するため継続補給が重要となります。ケイ酸の施用は稲の茎葉や根を強くし、倒伏やいもち病に対する抵抗力を増やすほか、水分蒸散を抑制し品質低下を抑えるとともに、光合成促進による整粒・食味向上、割粃低減による斑点米抑制にも効果があります。

〈アルカリ〉

pHは土壌の酸性度を示す指標で、pHによって作物の養分吸収および土壌微生物の活動が変化します。稲に適したpHは弱酸性ですが、近年土壌が酸性化しており、改善が必要です。

酸性化した（pHが低い）土壌で生育する稲は、カドミウムの吸収も懸念されます。pH矯正に必要となるアルカリ資材の毎年施用による、稲に適した土壌pHへの誘導が重要となります。

〈鉄〉

鉄は葉緑素の生成に必要な要素であるとともに、稲の根腐れを防ぐために重要な成分です。鉄が少ないといもち病やごま葉枯病、下葉の枯れあがりが発生し、登熟および収量の低下が懸念されます。

また、鉄は下層土壌へ流失しやすい成分であり、土壌改良資材施用に加え、天地返しや有機物の施用による保肥力を高めることも効果的な対策となります。

ごま葉枯病

肥料の流亡しやすい砂質浅耕土など、地力の低い圃場で発生が多く、同じ場所で毎年発生する傾向があります。管内でも砂質浅耕土を中心に発生が増加しています。カリ、ケイ酸、鉄の養分が減少すると発生しやすくなります。



←ごま葉枯病の病斑

「秋の づくり運動」 実施期間 9月15日～11月15日



牡羊座 3/21～4/19 11月の運勢

【全体運】 気になることは少し様子を見て。結論を急がないのが幸せの秘訣（ひけつ）。金運は下旬から上昇。お誘いの予感も

【健康運】 朝は血圧のチェックから。散歩がお勧め

【幸運の食べ物】 ユズ

みずほ 2020-10 No.557

〈各成分を改善する主な土壌改良資材の特徴と施用量〉

資材名	特徴（主な成分）	10a 当たり 施用量
ケイカル	稲の葉や茎が丈夫になり、倒伏やいもち病に対する抵抗性が増す。	200kg
アサヒニューテツ	秋落ちしやすい砂質浅耕土で不足する鉄とケイ酸の同時補給ができる。	100kg
シリカロマン	ケイ酸、リン酸、苦土、鉄を一度に補給できる省力複合資材。	100kg
シンキョーライトP	天然ミネラルを含み根張りを促進させる。根量を増やし太い茎づくり、保肥力の向上、倒伏に強い稲づくりに役立つ。	60kg

稲の生育において必要な要素である水と養分は、主に根から吸収されます。根は稲の地上部を支え、土壌は稲の生育において必要な水と養分を保持します。根の伸長とその機能に適した良い土壌環境をつくるためには、有機物資材や土づくり資材の施用、深耕・排水対策などがとても効果的です。

●有機物の施用

〈腐植〉

腐植は土中の有機物全般を意味します。腐植そのものは養分として作物に吸収されるわけではありませんが、土壌の化学性・生物性などを左右し、作物の生産・成長には重要な役割を持っています。

腐植は、微生物の増加による地力向上、浸透性・保水性・通気性の改善による根張り・生育の向上、各養分の保持力向上による登熟、品質（整粒）の安定を図ります。生育期間中の稲体活力維持、品質収量の安定向上のためには、腐植含量を高めることが重要です。有機物の施用を積極的に行いましょう。

毎年の継続施用が重要であり、土壌改良資材と併せて施用しましょう。

〈堆肥の秋施用の例〉

種類	10a 当たり施用量
牛ふん堆肥	2t
豚ふん堆肥	1t
発酵けいふん	150kg



●土壌分析をしよう

土壌状態の把握、土壌状態に応じた土づくりおよび次年度の肥培管理などのために土壌分析（診断）を実施しましょう。全農とやまの農産物分析センターでは腐植含量、pH、有効態ケイ酸・リン酸、遊離酸化鉄などの項目について分析できます（有料）。分析を希望される方は、各営農支援センターへご相談ください。

●秋起こし・深耕・排水

〈秋起こし〉

土壌改良資材や有機物のすき込みのほか、稲わらなどの分解および腐熟促進のためにも重要な作業です。分解腐熟は地温が高いほど促進されるため地温の高い秋に行いましょう。

〈深耕〉

作土層が浅いと根が十分に伸長しないため、気温や水分変化の影響を受けます。同量の基肥量でも深耕の場合は生育後半の凋落は無く、収量・品質も安定します。全胴割率も浅耕に比べ減少。

〈排水〉

秋起こしによる腐熟の促進と土壌改良資材および有機物の施用効果を高めるためにも、雨水の停滞がないよう深い排水溝を設置しましょう。



農閑期の店舗営業について

期間：令和2年10月1日(木)～令和3年3月19日(金)

店 舗 名	平 日	土・日・祝
南部営農支援センター	8：30～17：00	休 業
北部営農支援センター		
東部営農支援センター		
アグリプラザ東	8：30～17：00	9：00～16：00



たいせつな人にのこしたい
知恵と思いと豊かな暮らし

12月号 第2 別冊付録

12月号 第1 別冊付録

1月号 第1 別冊付録

1月号 第2 別冊付録

JAグループのファミリー・マガジン
『家の光』12月号・1月号
購読申し込み受付中

JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区山谷船河原町11 TEL. 03-3266-9039 <http://www.ienohikari.net> お申し込みは近くのJA本・支店(所)へ

黒部の新名所・道の駅「KOKOくろべ」内で JAくろべが農産物直売所を運営します！

令和4年春、市総合公園（黒部市堀切）の南側に開業予定の道の駅「KOKOくろべ」で、JAくろべは農産物直売所の運営を行います。

「KOKOくろべ」は直売所のほか、フードコート、キッズスペース、特産品販売、遊具などを備えた複合施設となります。特に直売所は目玉施設であり、新鮮な農作物や加工品が並ぶ充実した直売所とするために、生産者の皆様ひとりひとりの力が頼ります。

道の駅とは、1991年より自治体と国土交通省が連携し、道路利用者の休憩施設として、また「地域のふれあいの場」「地域の顔」として整備され、その数は全国1,180カ所におよびます。道の駅「KOKOくろべ」は、地域活性化の拠点として優れた計画があるとして、富山県初となる重点道の駅に選定されています。



〈出荷者登録・お問い合わせ〉販売企画課（営農センター内） ☎52-5615 FAX：52-5710



駐車場(230台)、築山、遊具などが整備される道の駅

直売所では、「どんなものが喜ばれるか、価格はいくらにすれば良いか」など、生産者自身が考えながら生産から価格決定までを行います。消費者から「美味しかった、また食べたい」という声が届けられることで、野菜・果物づくりの「やりがい」や、さらなる品質向上へとつなげていただきたいと考えております。地域農業の活性化や農業者所得の向上をめざして、ぜひこの機会に道の駅「KOKOくろべ」で農作物の販売にチャレンジしましょう！

JAくろべ職員のおすすめ品!!

2合用
(お茶碗約4杯分)



Aコープ
炊飯器で赤飯おこわ
1袋(390g)…415円(税込)

企画総務部
管理課 堀 裕紀子

すまいる 掲示板

もち米・小豆・煮汁がセットになっているので、炊飯器1つで簡単に作れます！家族のお祝いや普段の食卓に、炊きたてモチリのお赤飯はいかがでしょう？ぜひお試しください。

アグリプラサ東
(☎65-9100)で
購入できます！

企画総務部
総務課 西島 真由子

農業用廃プラスチック 廃棄農薬回収のお知らせ

回収のポイントを厳守の上、正しい収集処理にご協力をお願いします。

収 集 日：11月7日（土）午前9時～午後3時

収集場所：資材倉庫（本店構内）

1. 農業用廃プラスチック

〈ポイント1〉「正しく分類」

●廃プラは優秀なリサイクル原料です。下記①～⑤に分類してください。

〈ポイント2〉「異物は除去」

●廃プラについている「泥」や「金属」「木くず」「作物のくず」などはきれいに取り除いてください。（水洗いの必要なし）

☆回収の対象となるもの☆

（①～⑤に分類してください）

- ①ハウス用被覆ビニール（農ビ）
- ②マルチ用ポリフィルム（農ポリ）
- ③肥料袋
- ④波板・育苗箱（木箱を除く）
- ⑤農薬空きポリ容器（洗浄したもの）

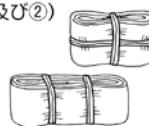
※回収できないもの※

- 正しく分類、梱包、箱詰めされていないもの
- 異物が混入しているもの

農ビ、農ポリの梱包方法

回収経費（130円/kg 10%税込）
（☆回収の対象となるものの①及び②）

●泥、金属、木くず、作物のくずを取り除き20kg程度に束ね、2カ所を結束してお持ち下さい。



肥料袋の梱包方法

回収経費（130円/kg 10%税込）
（☆回収の対象となるものの③）

●1枚の肥料袋の中に折り畳んだ19枚の肥料袋を入れてお持ち下さい。



波板と育苗箱の梱包方法

回収経費（130円/kg 10%税込）
（☆回収の対象となるものの④）

●波板は、10kg程度に縛りお持ち下さい。
●育苗箱は、10枚を1梱包としてお持ち下さい。



農薬空きポリ容器の梱包方法

回収経費（130円/kg 10%税込）
（☆回収の対象となるものの⑤）

●ポリ容器は、必ず水洗いを3回行ってからお持ち下さい。
※洗浄してないものは廃棄農薬となります。



2. 廃棄農薬

〈ポイント1〉「正しく分類」（処理の方法が違います）

●下記の剤ごとに分類し箱詰めをお願いします。

粉剤、粒剤、水和剤、液剤、水銀剤、クロールピクリンなど

※金属缶（スプレー缶含む）、農薬以外のもの（動物医薬品など）、臭化メチル燻蒸剤（サンヒュームなど）、農薬名のわからないものは回収できません。

〈ポイント2〉「しっかりした箱に詰める」

●分類ごとに、しっかりしたダンボール箱などに詰めてください。（搬入、搬出、輸送中に農薬が漏れないように）

●中身の確認のため、箱にふたはしないでください。

※農薬が漏れていたり、状態が悪いものは回収できません。

3. 回収経費

●一般農薬は400円/kg（10%税込）

●農薬空容器類（洗浄していないもの）は900円/kg（10%税込）

●特殊農薬（水銀剤、クロールピクリンなど）は別途料金となります。

◎回収当日の対応

収集場所では、係員の指示で回収物の確認を受けてください。回収経費は後日、口座より徴収させていただきます。

当日は必ず「印鑑」をご持参ください。

▶問い合わせ先 資材課 ☎54-2054



獅子座 7/23～8/22 11月の運勢

【全体運】強く出過ぎると問題発生の暗示が、一歩下がって寄り添う姿勢を見せて。驚くほどスムーズに進展して、びっくり
【健康運】専門家の助言を得てトレーニングを開始
【幸運の食べ物】ジネンジョ

みずほ 2020-10 No.557

野菜ソムリエ上級プロ
kAORUの

ベジタブル ライフ

カリフラワー

～ブーケのような花野菜～

イラスト：小林裕美子

カリフラワーのプロフィール
【分類】アブラナ科アブラナ属
【原産地】地中海沿岸
【おいしい時期(旬)】冬(10～3月ころ)
【主な栄養成分】
ビタミンC、カリウム、
食物繊維など

カリフラワーのチカラ

カリウム

ナトリウム(塩分)を排泄する役割りがあり、高血圧抑制に効果が期待

ビタミンC

風邪予防や免疫力アップに効果的

食物繊維

便秘解消や肥満予防に効果的

紫

カリフラワー

オレンジ

カリフラワー

アントシアニン

β-カロテン

どちらも活性酸素を除去する働きがあり、老化抑制や生活習慣病予防に効果的

見分け方

つぼみが締まっていて堅い

白い品種は黒ずみや褐色がなく、真っ白なほど良品

周りの葉が鮮やかな緑色でピンとしている

持ったときにずしりと重みを感じる

切り口に空洞や変色がない

Check!

軸の切り口がみずみずしく新鮮

保存方法

冷蔵保存

野菜庫に立てて保存!

ポリ袋に入れるからラップで包んで「乾燥を防ぐ」

軽く湿らせたキッチンペーパーを茎に巻けば万全

便利!

硬ゆで後は小分けにしてラップに包むか保存袋に入れて保存すると活用しやすい



なるべく早く調理することがポイント

冷凍保存

硬めに下ゆでしてから冷凍の下ゆで後は水気をしっかり切り、冷めてから一気に凍らせると、食感の劣化を防げる

解凍

自然解凍または電子レンジで煮物など汁物に使う場合は凍ったまま使用でもOK

楽しみ方・食べ方のコツ

下ゆで

基本:ゆで時間約2分

れどとゆでるとう味が流れにくいゆでから小房に切り分けることで崩れにくい

時短:ゆで時間1分

小房に分けてゆでる

茎の切り口から花蕾の中心まで刃先を入れ、切り込みから手で梨いて二つ割りにし、小房に切り分ける



ゆでる際に小麦粉を少々加えると、ふっくらとした食感に。沸点が上がり、早くゆで上がる利点も

ゆで上がったならざるにあげてそのまま冷ます



ポイント

2%ほどの塩(水1000mlに対して塩20g)を入れてゆでる。レモン汁や酢などを少々加えると白く美しい仕上がりになる

水で冷ますと水っぽくなる

蒸し方

蒸すとう味が流れ出せず、より美味。栄養成分の流出も避けられる。蒸し時間は1～2分程度



電子レンジ加熱

水洗いしてよく水気を切り、耐熱容器に入れて軽くラップをする。電子レンジの機種やワット数にもよるが1～3分程度加熱する



カリフラワーのいろいろ

カリフラワー

一般的な白色またはクリーム色のもの。大きさは10～15cm程度、花蕾(からり)の部分がぎゅーりと詰まって、こんもりと丸みがある

ロマネスコ

イタリア原産の品種。花蕾は黄緑色で、円すいが規則正しく並ぶ独特な形



紫カリフラワー

花蕾が紫色の品種により特性はさまざまだが、紫色の色素成分を持つことは共通



オレンジカリフラワー

花蕾が淡いオレンジ色の優しい甘味があり、見た目も華やかなゆでると色が映えて鮮やかに



カリフラワーのビミツ

ブロッコリーの突然変異ともいわれる!

別名:花甘藍。アブラナ科のキャベツ(甘藍)とも仲間だよ

緑黄色野菜 淡色野菜



16～19世紀に欧州で普及。19世紀に米国やアジアにも伝わる



日本明治の初めころに伝来。食文化が変化した戦後には全国に普及

待ちに待った収穫！

MONTHLY TOPICS

石田小学校



村椿小学校



若栗小学校

手作業での稲刈り体験

小学校で体験学習田の稲刈り

市内の小学校（石田・村椿・若栗の3校）で体験学習田の稲刈りが9月7日から行われました。この体験学習田は、「食」と「農」への理解を深めてもらおうと、JAくろべ青壮年部や地元農家の方の協力を得て実施されています。

児童は、農家やJA営農指導員から収穫の注意点や刈り方のコツなどを教わりながら、鎌を使って手作業で稲を刈り取り、束にしたものをコンバインに通して脱穀しました。慣れない作業に悪戦苦闘しながらも、協力しながら一生懸命に取り組みました。作業が終わると、JA営農指導員から黒部米で作った「黒部米茶」とおにぎりが配られ、参加した児童は「最初は難しかったけれど、慣れてきたら楽しかった」、「上手に刈れるか不安だったけれど、教えてもらいながら上手に刈れた」など、笑顔で感想を話しました。

10月中には、小学校（荻生・たかせの2校）で6月に実施されたバケツ稲作の脱穀・もみすり・精米の作業体験も予定されています。



コンバインによる脱穀



鎌の使い方を学ぶ



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！



天秤座 9/23～10/23 11月の運勢

【全体運】 楽しめる機会の多い良好運。ただ、ちょっぴり口が軽くなりやすいのが玉にきず。お酒はほどほど。帰宅は早めに

【健康運】 腹も身の内。適量が健康の秘訣

【幸運の食べ物】 サトイモ

みずほ 2020-10 No.557



黄化程度を確認する参加者



交通ルールの大切さを学ぶ

自転車交通安全教室

今月の
表紙

JA共済連富山は9月23日、黒部市立明峰中学校で自転車交通安全教室を開催しました。これは、JA共済連富山が富山県警察本部と連携し、プロのスタントマンによる事故の実演を通して事故の恐ろしさや交通ルールを守ることの大切さを感じてもらおうと行われたものです。

当日は、当JA平野正義組合長から「この機会を通して事故の恐ろしさや危険性を理解していただき、改めて交通ルールを守ることの大切さを学んでほしい」と挨拶がありました。会場では、交差点での一時停止を怠った自転車と車の衝突や、左折するトラックによる自転車の巻き込みなどが再現されました。また、警察署員から生徒に向けて、正しい交通ルールや心掛けについて説明がありました。



スタントマンによる本物さながらの実演

収穫のタイミングを目で確認

「富富富」収穫前目合わせ研修会

黒部「富富富」ブランド化推進協議会は9月7日、「富富富」の収穫前目合わせ研修会を農事組合法人前山（前沢）の圃場で開催し、生産者など約30人が参加しました。

研修会では、富山県新川農林振興センター職員から刈取り開始時期の目安や乾燥調製の注意事項などが説明されました。「富富富」は「コシヒカリ」に比べて籾の黄化がばらつきやすく青米の減少が遅い傾向にありますが、刈り遅れは胴割粒の増加につながるため刈取り時期の見極めが重要です。会場には熟期判定の参考として黄化率30～65%の籾が用意され、参加者は実物を見比べながら黄化率80%とされる刈り取り開始の目安を確認しました。

また、農事組合法人前山のコンバインにて、刈り取る品種が異なる場合の清掃におけるポイントを確認しました。

管内生産者が優等賞を受賞

富山県畜産共進会豚の部



表彰を受ける有限会社シンムラの従業員

豚肉の品質を競う富山県畜産共進会豚の部の表彰式が9月11日、富山食肉総合センター（射水市）で開かれました。

同会は、県内生産者の家畜飼養技術の向上と品質改善を目的にJA全農とやまが毎年開いているものです。今年の豚の部には県内の肉豚生産者17戸から95組190頭が出品され、公益社団法人日本食肉格付協会の格付に基づく厳正な審査の結果、管内から有限会社シンムラ シンキ農場（村椿）が優等賞1席および農林水産大臣賞、南進さん（荻生）と有限会社木島農場（村椿）が1等賞に選ばれました。

表彰式後には、生産者および関係者を対象に養豚研修会が行われ、新生子豚の飼養管理やワクチンの使用などについて確認しました。

花畑からの景色を楽しむ

ソバの花ライトアップ

黒部市窪野地区では9月下旬から末にかけて、市民団体「阿古屋野いいとこ会」によるソバの花のライトアップが行われました。同会は今年2月に設立され、地域の魅力発信や活性化を目的に体験型イベントの企画・運営などに取り組んでいます。

同会では、休耕田を活用して地域の活性化につなげようと、8月には市内の親子などを対象にソバの種まき体験を行いました。今回は、満開となった花畑を景観として楽しんでほしいという思いから、畑にLED照明を設置してライトアップしました。同会代表の大村啓さんは、「休耕田が花畑になり、美しい景色として地元の皆さんに見てもらえて嬉しい。今後も地域や自然の魅力を発見できるようなイベントを行い、みんなで地元を盛り上げていきたい」と話されました。

今後は、10月下旬の収穫体験や11月のそば打ち体験などが計画されています。



花畑から望む富山湾



満開の時期に合わせてライトアップ



高品質での出荷をめざす

人参・加工用キャベツの圃場巡回



各圃場の生育状況を観察

黒部地区野菜出荷組合は10月1日、人参と加工用キャベツの圃場巡回および研修会を行い、生産者など約15人が参加しました。

巡回は管内7カ所の圃場で行われ、それぞれの圃場で生育状況を確認しました。富山県新川農林振興センターの職員から排水対策や防除について説明があり、生産者との意見交換も行われました。当JA営農センターで開かれた研修会では、今後の管理方法のほか、収穫時期の目安や出荷規格などを確認しました。

管内では夏播きの人参が1.7ha、加工用キャベツが1ha作付けされており、10月下旬から収穫作業が始まる予定です。

事故なく安全な農作業を

農作業事故防止呼び掛け強化月間

当JAと黒部警察署は9月28日、「農作業事故防止呼び掛け強化月間」の活動として、農業用トラクターを利用する管内農家へシートベルトとヘルメットの着用徹底を呼び掛けました。

この日は、農事組合法人前山（前沢）の圃場付近に関係者が集まり、警察署員から同組合の前本保代表理事に啓発用チラシとステッカーが手渡されました。ステッカーには「シートベルトしめた？ヘルメットかぶった？」と確認事項がデザインされており、運転前に確認してもらえるようトラクターの運転席に貼られました。

当JAと黒部警察署は、管内で今年5月に公道走行中のトラクターが乗用車と衝突する重傷事故が発生したことを踏まえて、9月末までに約90の農業者に対して同様の呼び掛けを実施しました。



ステッカーとチラシを配布



射手座 11/23～12/21 11月の運勢

【全体運】 あちこち引っ張り出されて忙しくなりそう。ただ、人の輪の中にはラッキーなご縁が。音楽鑑賞はいい気分転換に

【健康運】 ハードな運動もいいですが、一押しはダンス

【幸運の食べ物】 スウィーガニ

かぼちゃの クリームグラタン



かぼちゃの形を生かしたグラタンは、見栄えも抜群です。

■材料（4人分）

かぼちゃ … 小1個（約400g）
玉ねぎ …… 1/2個
白ワイン …… 100ml
グリエールチーズ …… 50g
（ピザ用チーズでも代用可）
バター …… 40g
薄力粉 …… 大さじ2
牛乳 …… 150ml
生クリーム …… 200ml
塩、コショウ …… 各少々

■作り方

①かぼちゃは上から2cmほどを横に切り、中の種とわたを取り出す。小さめの包丁やスプーンで果肉をくりぬく（側面や底に穴を開けないように注意）。玉ねぎ、チーズは薄切りにする。オーブンを180度に予熱する。
②フライパンにバター少々（分量外）を熱し、玉ねぎを炒める。玉ねぎが透き通ったら、塩、コショウをふり、白ワインとかぼちゃの果肉を加える。ふたをして弱火にし、かぼちゃがやわらかくなるまで蒸し煮にする。
③別の鍋に分量のバターを弱火で溶かし、薄力粉を茶こしでふるいながら加える。木べらで混ぜ、粉っぽさがなくなったら牛乳を加え、だまにならないように混ぜてのばす。とろみがついたら生クリームを加えて混ぜ、火を止める。
④③に②を加えてひと混ぜし、くりぬいたかぼちゃに詰める。上にチーズをのせ、180度のオーブンで15分ほど焼く。いったん取り出し、表面にアルミホイルをかぶせ、さらに10分ほど焼く。

◇行事予定◇ 10月下旬～11月中旬

10月

22 (木)	27 (火) 定例理事会
23 (金)	28 (水)
24 (土)	29 (木)
25 (日)	30 (金)
26 (月)	31 (土)

11月

1 (日)	11 (水)
2 (月)	12 (木)
3 (火) 文化の日	13 (金)
4 (水)	14 (土)
5 (木)	15 (日)
6 (金) 税務・法律相談日 (午後2時～/本店) JAくろべ 秋の展示会	16 (月) ファミリー活動 (～24日)
7 (土) 廃プラ・廃棄農業回収 JAくろべ 秋の展示会	17 (火)
8 (日)	18 (水)
9 (月)	19 (木)
10 (火)	20 (金)
	21 (土)
	22 (日)

『家の光』『ちゃぐりん』 11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》

- ・オンラインで集まろう！
- ・新発見！
お米の新しい食べ方
生米パン

11月号 定価629円（税込）



『ちゃぐりん』

- ・ベジブロスで
スープを作ろう
- ・ミクロの世界を
のぞいてみよう

11月号 定価492円（税込）



みんなの広場

今月の
黒部っ子

村椿保育所（らいおん組）



☆いつも元気いっぱい☆

いつも元気いっぱい、17名の椿っ子たち。「こんにちは！」と自分から挨拶できる姿がとても素敵です。保育所での最後の運動会では、かけっこ・リズム・リレーなどで仲間と一緒に力を発揮しました。



東布施保育所（ぞう組）



☆何事にも一生懸命☆

東布施保育所ぞう組は、元気いっぱいの女の子6名です。運動会のオープニングでは、ガードに挑戦。「今日もガードしたい！」と意欲的に毎日取り組んでいました。何事にも一生懸命なぞう組です。

来月号の掲載予定

✿今月の黒部っ子「さくら幼稚園・黒部愛児保育園」

✿わが家のアイドル「三日市地区」

✿農業図鑑「お休み」

✿チャイルドギャラリー「若栗小学校」

✿青春・キッズ・げんき印「石田地区」

※変更になる場合があります



水瓶座 1/20～2/18 11月の運勢

【全体運】頑固な態度が人間関係をこじらせる原因に。話をよく聞けば和解のきっかけがつかめます。発想の転換が大事

【健康運】リズムカルな運動にツキ。ラジオ体操も◎

【幸運の食べ物】ニシン

みずほ 2020-10 No.557 | 12

賑やか兄妹♪



かとう
加藤

あらた
新くん
うた
詩ちゃん

(長男 4歳)

(長女 2歳)

お父さん 春樹さん お母さん 楓さん

お調子者のお兄ちゃんと食いしん坊な妹の兄妹です。毎日が賑やかでパパとママを楽しませてくれます。

わが家の
愛
アイドル
(大布施地区
植木)



「めだまのきもち」

線をかいていると、目玉やキバが見えてきました。赤と青の目玉が上手にかけたので、おきにいります。たのしくかけました。

のびのびと描かれた線がとてもおもしろいですね。色の使い方にもこだわって、今にも生き物が飛び出してきそうな迫力があります。(先生より)



の けいた
と 能登 圭太さん
(1年)



「子ぶたのくるま フルーツじまへいく」

色をまぜたら、きれいな色になってびっくりしました。空のぶぶんも上だけでなく、下をぬったらいいかんじになりました。

細かい部分までいいに色をつけることができたね。子ぶたのくるまに乗って、フルーツじままでの楽しい旅がはじまりそう！(先生より)



の なな
と 能登 七海さん
(3年)

チャイルド
ギャラリー

石田小学校

わが町の
げんき印

しっかり体を動かして健康に！

「長寿の秘訣はとにかく体を動かすことでしょうか。田んぼや家庭菜園が趣味なので、家より外にいることのほうがずっと多いですね」と話す懋さんは御年81歳。懋さんは定年退職後に農事組合法人グリーンひばり野で農作業に従事し、理事を務めたあとも同組合で水稻栽培をメインに農作業を続けています。「これからのグリーンひばり野は次の世代に任せて、相談を受けたときには状況を見て自分がわかる限り協力したいと思っています」と話します。

趣味の1つである家庭菜園では、ナスやトマト、カボチャなどたくさん野菜を育てているという懋さん。「野菜はスーパーなどでも簡単に買えますが、自分で作ったものを食べられることは嬉しいし達成感があります。やっぱり頑張れる趣味があると日々が楽しいです」と笑顔で話します。

「田んぼは毎日見る必要がありますし、草刈りをしたり肥料をまいたりと常に体を動かしています。これからも天気が悪い日以外は積極的に外に出て、心身ともに長く元気でいたいですね」と今後の目標を話す懋さんです。



とくみつ つとむ
徳光 懋さん
(愛本地区・81歳)



交通事故防止に役立てて！ JA共済のカーブミラーを市に寄付

当JAでは交通事故対策活動の取り組みの一環として、今年度2基のカーブミラーを市内に設置しました。共済事業に取り組む中で、交通事故防止対策を強化し、今後も地域の交通安全運動に協力していきます。

設置場所：植木地区（住宅街付近2カ所）



見通しの悪い交差点などでの、
出会い頭の衝突事故防止に役立っています。



手軽に健康 手指体操

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

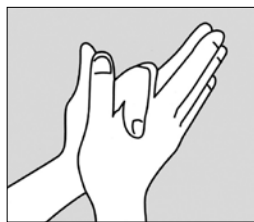
指のすれ違い体操で脳を活性化

脳を活性化させて日々を元気に過ごしましょう。今回紹介するのは、1本ずつ指先を動かす体操です。

特定の指を1本ずつリズムカルに曲げ伸ばしすることで集中力が鍛えられます。指を曲げる運動だけでなく、伸ばす運動も同時に行っていることがポイントです。つまり、指を伸ばす力も鍛えられるのです。

動かしている指以外の指は動かさないよう、ゆっくりでもよいので正確に動かすことを心掛けましょう。最初は1秒間に1回曲げ伸ばす程度の速さで繰り返し、指ごとに30秒ほど続けます。慣れてきたらスピードアップに挑戦してみましょう。

指を1本ずつ屈伸させる



(1) 左右の手のひらと指を合わせ、人さし指だけをしっかりと曲げます。他の指は動かないように合わせたままです。



(2) 人さし指を元の位置に戻して全ての指先同士を合わせます。



(3) 人さし指を組み替えてしっかりと曲げます。(1)～(3)の動きを繰り返します。



(4) 同様に他の指同士でも行います。薬指や小指でも行ってみましょう。

みずほ文芸

短歌

上田 洋一 選

新しき畳に頬あて一人する

昼寝はよろし猛暑日はなお

涼梨の朱い実ひとつ夕暮れの

波のひかりに秋風を知る

黙々とマスクを着ける人々は

賢き鳥それとも羊

婆ちゃんと坊やはマスク直し合い

よしとばかりにコンビニに入る

闇を衝き鉄橋わたる貨物列車

芭蕉渡りしかの四十八ヶ瀬

虫の唄毎日聞ける野外場

特等席にてチケットもいらす

庭師来ぬ我が坪庭の萩の花

風を運びて散り初めにけり

小さき歯でひ孫はせんべい音たてて

かじりておりぬ得意な顔で

俳句

石田阿畏子 選

萩咲いてしきりにこぼれゆく記憶

みだれ萩風をひろうて風を解く

街道に尽く茅葺の萩の宿

村雨に胡弓の音色秋惜しむ

草庵の飛石隠す乱れ萩

翡翠出るといふ海岸秋涼し

空仰ぐスマホの少年秋の虹

風音に秋しのび寄る夕べかな

ひとり居のたつきにも慣れ秋澄めり

どこまでも夕映を曳き夏の果

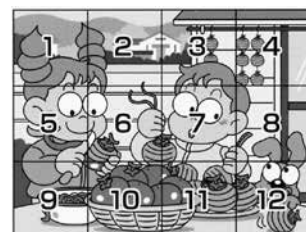
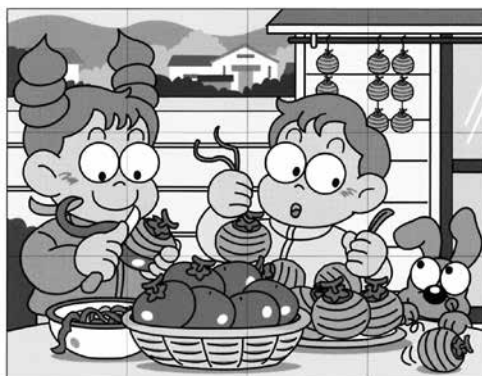
俳句短歌募集します。テーマは自由です。

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 十月末日必着

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

【9月号のクロスワードの答え】

ヒメリンゴ

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9月末日) () は前年同月比

正組合員数	4,677人	(-120人)
(正組合員戸数)	3,824戸	(-99戸)
准組合員数	4,961人	(-25人)
(准組合員戸数)	3,554戸	(+3戸)
みなさまの貯金高	1,022億709万円	(101.3%)
みなさまへの貸出金	181億6,567万円	(96.7%)
長期共済保有高	1,935億5,885万円	(95.6%)
購買品供給高	25億2,150万円	(87.8%)
販売品販売高	16億3,213万円	(104.6%)

編集後記

10月も終わりに向かい、肌寒い日も増えてきましたね。11月にかけては紅葉が見ごろを迎えるシーズンです。モミジやカエデ、イチョウなどが色とりどりに美しく色付きます。気温がぐっと下がり、昼夜の気温差が激しく、湿度が高くて日光がよく当たる場所だとより美しい紅葉が見られるそうですよ。お出かけする際には紅葉スポットに足を運んでみてほしいかもしれませんね。

〈MIZU〉

※今月の「理事会だより」はお休みさせていただきます。

JAくろべ

秋の展示会

日時

令和2年

11/6(金) ▶ 7(土)

9:00~17:00

9:00~15:00

場所 JAくろべ本店 構内

お得! な展示品
多数ご用意して
おります

生活用品

リチウムイオン
蓄電
システム

SmartStar

暖房器具

CORONA

石油
ファンヒーター

ISEKI
すなえ

田植え機

BIOZONE

オゾン発生器

他、展示品
自動車、日用雑貨
などございます

JAくろべ

お問い合わせ：資材課 ☎ 0765-54-0445

主催 黒部市農業協同組合

新型コロナウイルス
感染症対策に
ご協力ください

手指の消毒に
ご協力ください

マスクの着用を
お願いします

体調不良の方は
お控えください

即売品

11/6金・7土 2日間

◆畦畔除草剤即売

11/7土 のみ

◆農業用廃
プラスチック・
廃棄農薬回収

◆玉ねぎ
苗即売

農機具

Kubota

コンバイン

Paloma

ビルトインコンロ



みずほ 10月号 No.557

令和2年10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