



2021

6

No.660



JAふくみつ

ファースト

水稻の出穂期前後の
管理について

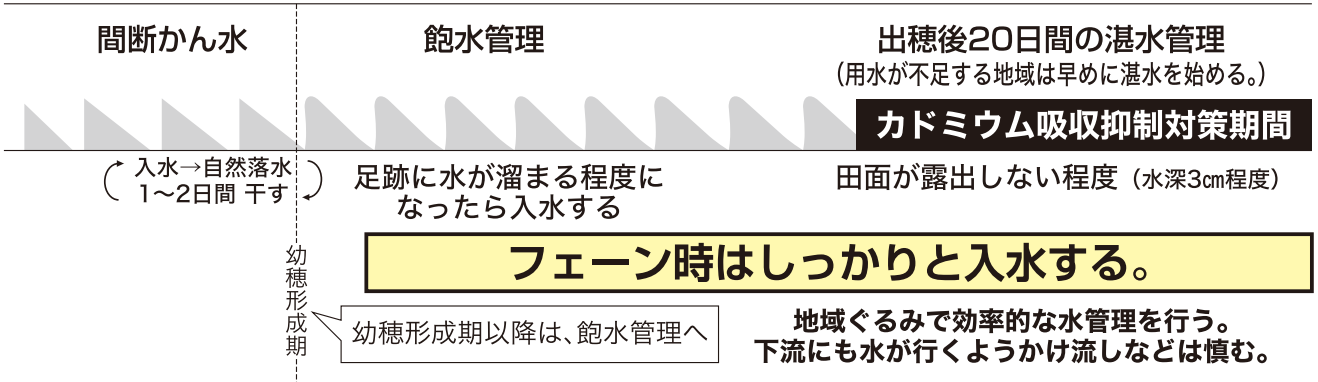
みんなの手指体操
青年部だより(福光)
女性部だより(石黒)

写真上 食農教育教材贈呈(東部小学校) P7
下 アヤメ 広瀬地区(小山)

水稻の出穂期前後の管理について

☆ 出穂期前後の水管理!!

- ・ 幼穂形成期から出穂期までは、常に田面が湿った状態を維持しましょう。
- ・ 地域ぐるみで用水を効率的に利用し、下流域にも水が行き渡るよう配慮しましょう。



☆ 出穂前後の粉剤防除体系!!

- ・ 基本防除を地域ぐるみで実施し、品質向上に努めましょう。
- 出穂前後の粉剤防除体系

アカヒゲホソミドリ
カスミカメ

- ◇ 体長 5~7mm
- ◇ 体は淡緑色、触角が赤い



月 旬	6月中旬	7月下旬	8月上旬	8月中旬
早 生		穂 揃 期 ビームスタークル粉剤 5DL	傾 穂 期 キラップ粉剤DL	傾穂後期 随時防除 トレボン粉剤DL
中 生		一斉草刈り (耕種的防除)	出 穂 期 ビームスタークル粉剤 5DL	傾 穂 期 キラップ粉剤DL
直 播	梅 雨 時 オリブライト1キロ粒剤 オリブライト250G (6月20日まで散布)	【随時防除】 〈紋枯病〉 バリダシン粉剤DL バリダシン液剤 〈稲こうじ病〉 Zポルドー粉剤DL 穂ばらみ期	出穂直前 ビームスタークル粉剤 5DL	穂 揃 期 キラップ粉剤DL
晚 生			出穂直前 ビームスタークル粉剤 5DL	穂 揃 期 キラップ粉剤DL

※ 薬剤・使用上の注意等、詳しくは「営農とくらし」P38~39を参照下さい。
 ※ 生産履歴の記帳とGAPの実践に努めましょう (8月上旬に回収予定です)

大豆

☆ 早めの2回培土で生育の確保を!!

- ◎ 第1回目培土 (は種後3週間頃)
本葉2~3葉期に子葉がかくれる程度に培土をしましょう。
- ◎ 第2回目培土 (は種後5週間頃)
本葉4~5葉期に初生葉がかくれるように株元までしっかり土を寄せましょう。
- ◎ 培土後は、額縁排水溝や畝間溝の排水口に確実に連結し、ほ場内に水がたまらないようにしましょう。
- ◎ 開花期後干ばつ時は、短時間の畝間かん水を行い、水が圃場全体に行き渡ったら速やかに排水しましょう。

家族や地域でチェック!

草刈り作業のヒヤリ・ハッとチェックシート

草刈り作業(刈払機使用)時に、「ヒヤリ」「ハッと」した経験はありませんか?
その「ヒヤリ」「ハッと」は重大事故の芽です。
家族や地域で確認し、重大事故につながる前に摘み取ることが肝心です!

▼こんな経験ありませんか?

1. 作業中、刃先に当たって飛んできた石などでケガをしそうなことが...



ない

ある

▼次はヒヤリではすまないかも...

油断大敵! 初心にかえって安全な農作業を心がけましょう。

- ①防護メガネ等の保護具を着用しましょう。
- ②石や空き缶、ゴミはあらかじめ拾いましょう。
- ③飛散防護カバーを指定の位置に正しく取り付けましょう。



2. 作業中、刃先でケガをしそうなことが...



ある

ない

- ①万一に備え、保護具を着用しましょう。
- ②足もとには十分注意しましょう。
- ③点検時や刃先に絡まった障害物を取り除く場合は、必ずエンジンを止めてから行いましょう。

【適切な服装】

3. 作業中、人にケガをさせてしまいそうなことが...



ある

ない

- ①作業する際は、まわりに人がいないか十分確認しましょう。
- ②複数人で作業をする際は、作業計画を立て、特に注意して作業しましょう。



油断大敵! 初心にかえって安全な農作業を心がけましょう。

このほかにどのようなことで「ヒヤリ」「ハッと」しましたか?

その「ヒヤリ」「ハッと」を重大事故に至る前に摘み取るには、どういった取り組みが必要でしょうか?
家族や地域で「ヒヤリ」「ハッと」経験を共有し、「農作業事故防止」に取り組みましょう。

JAグループ

家族でリフレッシュ!

みんなの手指体操



指先体操案内人
堤 喜久雄さん

ウォルナッツ・健康生活研究所所長。指先健康法の創始者である父・堤芳郎氏に師事。数多くの講演会や教室での体験を基に日常生活に取り入れやすい体操プログラムを提案。『指さき頭脳体操』（東京書店）他、著書多数。
<http://www.yubisaki.com/>



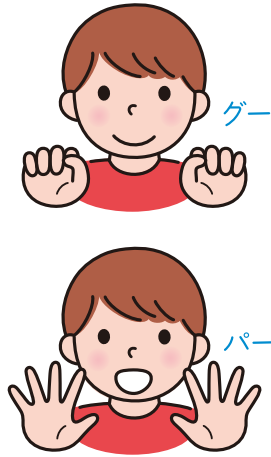
手指を動かすだけで頭スッキリ、リフレッシュ！
ストレス解消に役立つ手指を使った体操をご紹介します。
家族とのスキンシップ、小さな子どもたちのコミュニケーションに最適です。

グーパーしながら 言葉遊び

難易度 ★★☆☆

まずは「あ」から始めよう！

人数に関係なく遊べます。グーとパーのシンプルな動きを繰り返すだけの初心者向けの体操ですが、テンポよく言葉を思い付くかどうか脳トレに。人によって思い付く言葉がさまざまなので楽しみながら遊べるでしょう。



1 両手でグーパーの動きを続けながら、順番に声を出していきます。1人が「あいうえおの『あ』は、○○○の『あ』と『あ』から始まる言葉○○○を言います。

2 次の人は、「あいうえおの『い』は○○○の『い』と続け、その次の人が「あいうえおの『う』は○○○の『う』」というように、五十音順に言葉を言っていく、誰かが詰まったら「終了」です。

ステップアップ

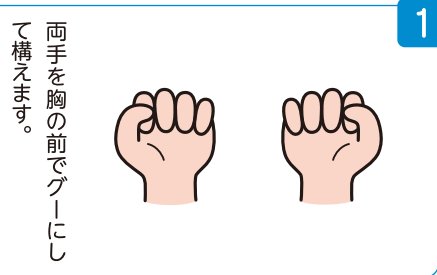
指の握り方は2通りあり、親指を手の内側に入れる方法と、外側に出す方法があります。親指を意識して、グーのときに交互にやってみましょう。

引き算指曲げ

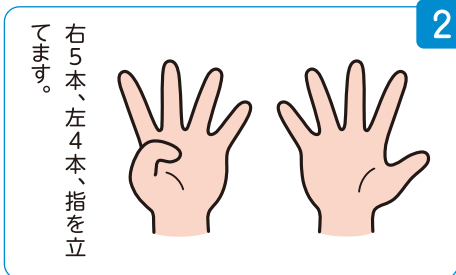
難易度 ★★☆☆

頭も指も柔らかく！

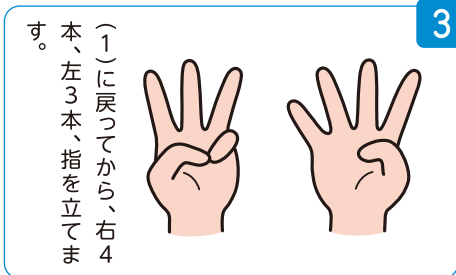
左手の指の数を、右手の指の数から引いた状態にする体操です。頭では簡単にできる数遊びですが、実際に指で表現するのは難しく、クリアしている、2人で楽しむと盛り上がります。



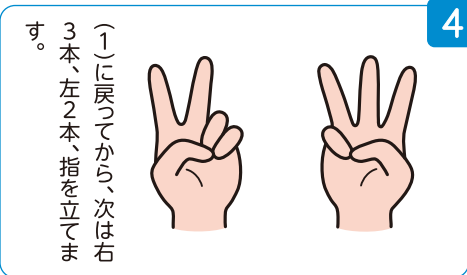
1 両手を胸の前でグーにして構えます。



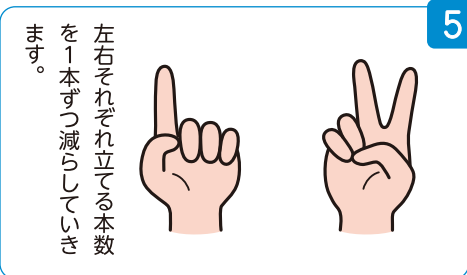
2 右5本、左4本、指を立てます。



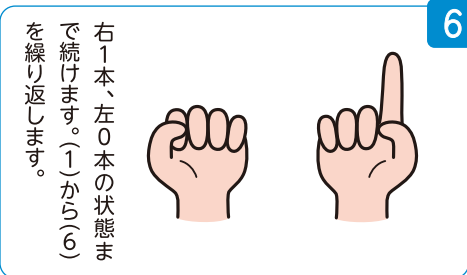
3 (1)に戻ってから、右4本、左3本、指を立てます。



4 (1)に戻ってから、次は右3本、左2本、指を立てます。



5 左右それぞれ立てる本数を1本ずつ減らしていきます。



6 右1本、左0本の状態まで続けます。(1)から(6)を繰り返します。

ステップアップ

最初は2人でそれぞれ練習します。慣れてきたら1人が体操を、もう1人が右手を立てる本数を決める指令係を務めます。最初は5、4、3、2、1と順番に、2回目からは1から5までをアトラダムに言います。数回で交代して行いましょう。

ペン送り

落とさないように慎重に

難易度



2人1組で遊びます。ペンの他、割り箸やストローなど棒状の物を代用するのもありです。ペンを落とさないように受け渡しする共

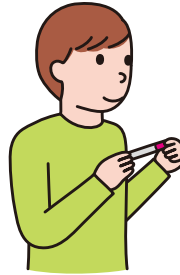
受けてもOKです。先で受け渡すのが難しければ手のひらで

1



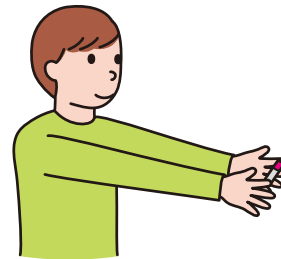
ペンを1本用意します。大人と子どもが向き合って座ります。

2



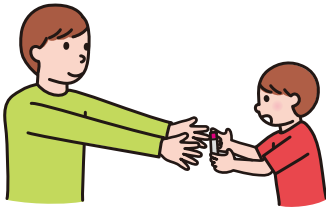
大人がペンの両端を指先をそろえて持ち、胸の前で構えます。

3



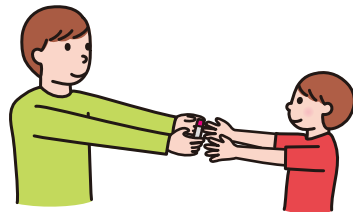
左右の人さし指の先でペンの両端を支え、両腕を伸ばしながら落とさないように子どもに渡します。

4



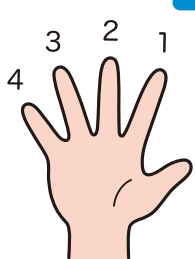
子どもは左右の人さし指でペンを両端で受け取り、腕を胸の前に引き寄せます。

5



(3)同様に、子どもは左右の人さし指の先でペンの両端を支え、両腕を伸ばしながら大人に渡します。

6



大人は、今度は指を中指に変えてペンを受け取り、腕を胸の前に引き寄せてから、中指の先でペンの両端を支えた状態で子どもに渡します。このように指を人さし指から中指、薬指、小指まで順番に変えながらペンを送り合います。

ステップアップ

慣れてきたら好きな音楽を流してリズムに合わせてやってみましょう。

目鼻口体操

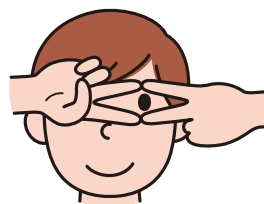
難易度



顔のパーツを使った、見て楽しい体操

指を使って目・鼻・口を作る体操です。2人で向かい合って(1)から(4)を繰り返し返すと楽しく倍増です。子どもが声で指示を出すと盛り上がるでしょう。

1



両手のチョキでひし形を作り、左目に当てます。右手の甲を手前、左手の甲を正面に向けま

2



左右の手の甲の向きを逆にし、右目に当てます。(1)と(2)は目を意味します。

3



両手の親指と人さし指で三角を作り、鼻の前に。鼻ができました。

4



両手の親指と人さし指で四角を作り、口の前に。口ができました。

ステップアップ

慣れてきたら、1人が目・鼻・口の中から選んで指示を出し、もう1人が指示に応じて体操します。交代でやりましょう。

農産物冷蔵庫設備完成 生産者の販売拡大へ

営農部の水稲共同育苗施設(育苗室内)を有効活用した農産物冷蔵庫設備が完成しました。これは、新型コロナウイルス感染拡大による農産物の需要の変化に伴い、消費者の需要に応じるために多様な園芸作物(にんじん・かぶ・キャベツ・ブロッコリーなど)に対応した保冷設備が必要とされていた中で、生産者の負担の低減と所得向上を支援する事を目的として設置しました。

導入した機器はインバータスクロール冷凍式(屋外設置型)で、これにより出荷時期が調整可能となる保冷冷蔵庫設備となりました。



にんじん生産出荷組合 定期総会

4月8日、アグリフロンティアセンターで令和2年度福光にんじん生産出荷組合の定期総会が開催されました。にんじん生産者や関係者約20名が参加し、収支決算報告や事業計画について決められました。池田豊一組合長から「令和3年度は栽培面積も増加するので、それに伴い売り上げも大幅増加に向けて頑張りますよ。」とあいさつがありました。

本年度の栽培面積は昨年度の3.3畝から6.2畝に増加、栽培品種も昨年の「紅ひなた」「愛紅」に加えて「彩誉」の3品種の作付が行われる計画です。

播種機稼働 水稲育苗作業始まる

4月9日、営農部の水稲育苗施設で水稲箱苗の播種作業が始まりました。作業開始に先立ち安全祈願も行われ、良質米の安定生産に向けてスタートしました。

同施設での播種作業は9日から始まり27日までの15日間で、とみちから、五百万石、てんこもり、コシヒカリ、新大正糯など全5種、約11万3千枚の播種作業を行いました。そのうち、コシヒカリとてんこもりの密苗は昨年の7千枚から大幅に増加し約1万8千枚となりました。



福光協業組織協議会 定期総会

4月13日、アグリフロンティアセンターで令和2年度福光協業組織協議会の定期総会が開催され、会員や関係者約60名が参加しました。

令和2年度活動報告及び収支決算報告、令和3年度事業計画及び収支予算(案)、役員改選について協議され全議案が可決・承認され新会長には、南蟹谷地区の山本一男さんが選ばれました。

令和3年度福光協業組織協議会役員

会 長 山本一男(南蟹谷) 副会長 松本孝雄(石黒)
代表監事 水口新一(北山田) 監 事 荒木健二(山田)

食農教育の一環に 小学校などへ教材寄贈

4月15日、福光管内にある小学校など4校に食農教育補助教材「農業とわたしたちの暮らし」を寄贈しました。これは「JAバンク食農教育応援事業」の一環として行われているもので、金融共済部の高坂英一部長が訪問しました。地域の未来を担う子供たちに、食・環境と農業への興味、理解を深めるためのきっかけとして授業等で活用して頂きたいと高坂部長から各校長に手渡しました。

この教材は、毎年小学校5年生に向けて送られており、今年で14年目となります。



アスパラガス 本格出荷作業始まる

4月中旬から、福光野菜生産出荷組合アスパラガス部会では、今年度のアスパラガス選別出荷作業が本格的に始まりました。福光産のアスパラガスはとても人気が高く、今年は好天が続いて品質も良いとの事です。県内のスーパーや市場へと出荷され、集荷のピークは5月上旬、選別出荷作業は6月上旬頃まで行われます。

また、学校給食用としての出荷も行われており、福光地域を中心とする小中学校へ安心安全な地元食材として供給されています。

大麦の無人ラジヘリ防除始まる

4月20日、大麦の無人ヘリコプターとドローンによる1回目の防除作業がスタートしました。平年より1週間程度生育が早く推移している中で、1週間後には2回目の防除も行われ、5月2日までの間、延べ140haの防除が行われました。防除作業には、FFスカイのオペレーターとJA職員の補助員のチームが、周囲の障害物や電波状況を確認しながら早朝より作業にあたりました。

今後は7月から8月にかけて水稻・大豆の防除作業が予定されています。



フードドライブについて学ぶ

4月30日、JA女性部(庵雅江部長)は、NPO法人「フードバンクとやま」の川口明美理事長を講師に迎え、フードドライブについての学習会を行いました。

フードドライブとは、家庭で余っている食品を持ち寄り、生活困窮者や福祉団体など食品を必要としている人たちに提供する活動で、食品ロスの削減にもつながります。

フードドライブの実施は女性部の令和3年度活動計画の中で「今できることを今できる形で」を掲げ「食と農を基軸とした取組み」の一環として計画しており、出席者は熱心に質問やメモを取っていました。

～令和3年度役員～

《支部長》 澤田 喜成 《副支部長》 松井 愛
《本部役員》 水内 康晴 《事務局》 宗井 資典

これまで、ありがとう!!
Grand Finale...

土づくい運動

長年行っておりました資材散布活動ですが、先日行いました春の資材散布を最後に、福光青年部での散布は終了することとなりました。

これまで同活動を継続してきましたが、受託散布地が減り、散布効率の悪い状態が続いておりました。そのため今後を勘案し、本年春を最後といたしました。尚、福光青年部での活動は終了しますが、引き続き資材散布は他の受託者が行います。

これまで委託頂きました組合員の皆様、本当にありがとうございました!!



サツマイモ作り & 福光どんぐり保育園 園児いも堀り



澤田支部長と園児たち

昨年も、金時芋と安納芋を作りました!そしてカタチはともあれ、おいしく作れました(笑)
また毎年恒例となっている、福光どんぐり保育園の桃組さんと芋掘りをしました!一生懸命さつまいもを掘っている子どもたち。時折、「取れない、助けて～」とか「すごい大きいの出た!」とか「見てみて～」とか、色々な声が聞こえてきました。青年部員も参加してわいわい、がやがや。今年も大成功な芋掘りでした!

秋ウコン&ショウガ作りそして、販売へ...



昨年初めてウコンを定植しました。種が似ているショウガはこれまであまり成功していないので、「ウコンも微妙かも…」という不安を打ち砕く生育っぷりでした(写真一番左:うち右がウコン、左がショウガ)。まさかここまで生育が違うとは…

大変収量が取れたので、これも初の試みで、う米蔵と道の駅さんで販売することとなりました。珍しさからか、それなりに好調でした!

みんなの広場



悠佑くん
峻平くん

〔福光〕 お父さん 貴幸さん
お母さん 育実さん



長男の悠佑は4月から小学3年生になりました。
少し甘えん坊なところがありますが、お風呂掃除など手伝ってくれてとても助かっています。一年生から続けているそろばん教室ですが、これからもがんばって続けてほしいです。
次男の峻平は最近よく保育園の先生やお友達と手紙のやりとりをしています。まだ、一人で全部書くことは難しいですが「お手紙いっしょに書いて」と言ってくる姿はとてかわいらしいです。
兄弟げんかをすることもよくありますが、二人とも元気に仲良く成長してくれたらと願っています。



飼い主：西尾 そで
住所：太美
愛称：ミキ・トラ・クロ・ヨモ
種類：ネコ



家ではネコを4匹飼っています。ミキ(三毛)、トラ(トラ色)、クロ(黒色)、ヨモ(黒チャ茶色)です。もう10年以上、いっしょに過ごしており我が子の様で、毎日楽しく過ごしています。散歩に行くときなどには、ついてきてくれて私を見守ってくれている様です。
春になると納屋の前に置いたイスの上で重なる様に昼寝しているのを見ると、大変幸せな気持ちになります。
これからも4匹とともに長生きしていきたいと思います。

福光俳句会四月投句

まなかひに光る白嶺花林檎	駒形 隼男
花下歩む虚子のお姿とこしなえ	梅島くにを
牡丹の蒼ふくらむ細き雨	大浦 昌美
札幌に遊びしこともリラの花	尾崎いつ子
二種類のつるにまどわり花通草	直井 真
暖かや子と作りたる絵本手に	中山 朝
句座揃ふ誰彼どこかに花の片	名村 五月
無造作に葉の花倒すトラクター	堀 恵
爺と植えし二輪咲初む八重桜	安田 富子
滔々の闇吹き渡る花散らし	山下 喜就
特別にやさしい妻の下心	中井 夕子
命日には好きなタバコをそつと置く	宮田 好子
花六輪根本から咲くど根性	谷村 公
愛一途世論ほんろうプリンセス	下野 青也
特別よそつと握られ夢心地	篠島 隆
特売日母には少し高い肉	前田たけし
もぎたては特別うまい夏野菜	高桑としえ
あなただけ魔性の言葉かけられる	嫁兼みわ子

北山田短歌会五月詠草

イカリ草とパンダ萼がそよ風に	揺られつつ皆でおしやべりしてゐる	山田 鈴子
厨より見ゆる水仙朝朝に	確かめ眺むる楽しみのあり	折田 明子
去年の秋ひとつだに実の留める	なき柿の枝えださみどり宿す	山田美知子
桜道二十年前に植えし我ら心に	豊かさ身へられ嬉し	直海 桂子
春風よ少しやさしく吹いてほし	水仙の花もがきでうつつむく	西井可祝子
美容師は何度も何度も鉸入れ	きれいに髪を整へくれたり	井口とし子

はじめに、各自どのような野菜の苗を持ってきたのか質問!きゅうり、トマト、ピーマン、なす、おくら、とうもろこし。みんな好きな野菜?の質問に、「ピーマンめっちゃすき!」と答えた子もいれば、「苦くてきら〜い。」と言う子も。好き嫌いをせず色々な野菜が食べれるよう、それぞれの野菜の魅力を紹介。



家の光公募の、食農教育紙芝居コンクールの入選作品の『トマヤマさん』。紙芝居を読み、「食べ物はいろいろな人の手を経て出来ている」ことの大切さを勉強しました。



ポットから出すのも意外と難しい!



たくさんの野菜が収穫できるように、しっかりお世話をしましょうね!



穴を掘り、苗を置き、優しく泥をかけよう!
野菜も生き物!首をぎゅっとしめると苦しいからね!



児童から、「甘くておいしい野菜になってほしい」「大切に育てて収穫できたら家族のみんなで食べてみたい」「野菜を育てるのは大変だな」さまざまな感想が聞けました。JAの野菜作りの先生に引き続き指導してもらい、夏にはたくさんの野菜が収穫できますように。

あぐりスクール

夏野菜植えたよ



生活課では、5月12日(水)福光南部小学校の1、2年生と一緒に夏野菜の苗を植えました。食農教育、SDGs(持続可能な開発目標)推進のため、営農指導員やセンター長に指導を頼み、児童の農業体験のお手伝いをしました。児童は思い思いの野菜の苗を持ち寄り、教室前の花壇に植えました。

2 飢餓をゼロに



4 質の高い教育をみんなに



15 陸の豊かさも守ろう



自分の苗がうまく育つように、指導員の話をしっかり聞きます。

野菜の種類ごとにグループに分かれ順番に、苗にたっぷり水をあげよう!



3/18
(木)

第56回 JA福光女性部代議員会

コロナ感染拡大を考慮し、令和2年度代議員会を開催しました。



庵部長より、コロナ禍での活動を振り返り「できることを できるかたちで」と開会のあいさつがありました。

議事はすべて承認され、令和3年度は食と農を基軸とした取組みの一つに「フードドライブの実施」を計画しています。また地球温暖化防止のためのグリーンカーテン普及にも取組みます。



(株)三喜有様より、JA福光女性部に今年も50円券目録を頂戴しました。ありがとうございました。



4/10
(土)

第67回 JA富山県女性組織協議会通常総会

第67回 JA富山県女性組織協



感染対策の為、出席者を抑え開催されました。谷井会長より「食は命、皆と一緒にできる、仲間を中心に楽しく挑戦」のあいさつがあり、令和3年度は米消費拡大運動、食品ロス・食品廃棄物削減の推進(フードドライブ)などの計画が承認されました。



4/23
(金)

グリーンカーテンにむけて



グリーンカーテンは※持続可能な開発目標(SDGs)にあてはまる活動です。

女性部では長きにわたりこの活動を続けています。

CO₂削減や地球温暖化防止のために一緒に取り組みませんか。

6月5日午前にふれあい祭り会場入り口(福光中央会館)にて苗を配布予定です。



ゴーヤ、朝顔、フウセンカズラ

※持続可能な開発目標 エスディーゼス SDGsとは…
2015年国連で採択された持続可能な社会をつくるための17の目標です。



個人会員制になり7年目。

SDGsに絡めた学習を行ったR1年度。そして、R2年度はひとつひとつの活動に意味を持って、回数は少ないながらも深みのある活動にできました。SDGsの各目標バッチに合わせてご紹介します。

時代にあわせた活動を クリアケースでつくるマスクケース



3 すべての人に健康と福祉を

11 住み続けられるまちづくりを

17 パートナーシップで目標を達成しよう



令和2年度の初めはほとんど集まりができませんでした。その中でも9月には「気持ちをひとつに」と「時代にあわせたこと」をモットーに、マスクケース作りをしました。ふだん何気なく思っていた集いも、この時代になってみて、とても大切だと感じますね。

(農)石黒営農とタイアップ コメの食味体験

石黒営農にお声がけいただき、石黒地区の令和2年産米コシヒカリの食味体験を行いました。石黒地区産米以外にも管内2箇所を食べ比べや、地区あてクイズも同時開催。どの地区のお米も美味しかった～!

帰りには石黒営農の朝採れノンジンも分けていただき、大満足。「地元で採れたものを、まずは地元で味わう」がコンセプトで、大盛り上がりでした。

8 働きがいも経済成長も

15 陸の豊かさを守ろう

17 パートナーシップで目標を達成しよう



まさに時代の変り目となったR1とR2年度。なかなか行事が行えませんでした。R3年度に向けての支部でしたい事リストも話し合いました♡

石黒支部ではメール配信を行っております。

年特月の情報や、その月の最新情報など、不定期で配信中。仕事に家庭にいそがしい女性部員を応援しています。



JAカード 特別キャンペーン



JA福光セルフSSで給油の際に、JAカードをご利用
いただくと口座決済価格が、フリペイドカード表示価格となります。

2021年3月1日～2022年2月28日

- レギュラー
- ハイオク
- 軽油

現金価格の1割当り
3円引き



洗車機でも
お使いいただけます！



さらに

毎月のご利用金額に応じてポイントが貯まります。
貯まったポイントは
お好きな商品と交換
することができます。



安心して暮らせる地域社会をめざして
JA福光 TEL 52-1331
お問い合わせ・お申込みは(金融本店・渉外担当者まで)お気軽にどうぞ！

わわわわ!!
ステキなプレゼントが
当たるのわ。



生活障害・特定重度疾病・医療共済
**お見積り
キャンペーン**
応募期間 2021 5/6 ▶ 2021 9/30

A賞



ライオン
チャーミーマジカセット
先着 **80**名様

B賞



花王
キュキュットセット
先着 **80**名様



**応募
方法**

専用応募用紙に必要事項を記入のうえ、
JA職員に直接お渡し頂くか、
JA窓口までお持ちください。

**応募
資格**

お一人様につき1回ご応募頂けます。
JA共済の生活障害または特定重度疾病
・医療共済の全てまたはどちらかお見積
りをご依頼頂いた方。

**商品
受渡**

保障点検及びお見積り頂いた方から、
先着順にお渡しいたします。

ご提供頂いた個人情報はJA共済の事業および各種サービス
のご提供・ご提案充実等の目的以外には使用いたしません。
JA共済は個人情報保護方針を定め、個人情報の保護に努めております。

お問合せ

共済本店 TEL 52-1332



手首ぶらぶらで心も体もスッキリ！

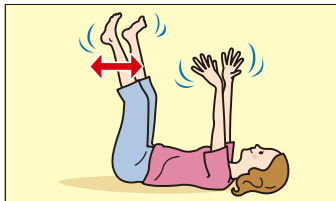
梅雨が明けたかと思ったら厳しい暑さが始まります。湿気も多いため、心も体もスッキリせず、一日中だるさを感じる季節です。暑さのあまり家にこもる時間が増え、ストレスもたまりがち。そんな季節を乗り切るために、お勧めの体操をご紹介します。

梅雨が明けたかと思ったら厳しい暑さが始まります。湿気も多いため、心も体もスッキリせず、一日中だるさを感じる季節です。暑さのあまり家にこもる時間が増え、ストレスもたまりがち。そんな季節を乗り切るために、お勧めの体操をご紹介します。

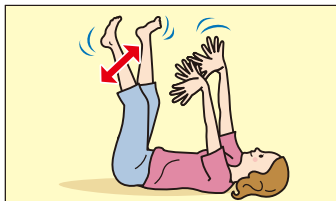
手首、足首をリズムよく振る



(1)あおむけに寝転がり、両手を上げて手首を上下にぶらぶら振ります。リズムカルに20回を目安に行います。こつは手首の力を抜くこと。



(2)その体勢のまま両足も上げ、手首と一緒に足首も上下にぶらぶらさせます。20回程度行います。足は膝を緩く曲げて、左右交互に振るとやりやすいでしょう。



(3)(1)(2)の動きを、今度は左右に振ってみましょう。20回が目安ですが、無理せず気持ち良いと思う回数で構いません。毎日、続けることがポイントです。



高齢化時代の基幹総合病院における精神科対応の重要性

厚生連高岡病院
精神科診療部長
みなべ よしお
三邊 義雄

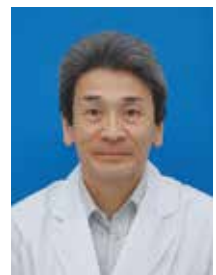
厚生連高岡病院精神科は令和元年4月から常勤医の外来診療をスタートさせ、毎日対応となっていますので、お気軽に御相談、御紹介いただければ幸いです。精神科全般を扱いますが、特に、うつ・不安・不眠、児童・思春期精神医学の経験が豊富です。入院病棟はありませんが、当院一般病棟や救急病棟や緩和ケア病棟のメンタル面に対応しており、改めて診療科間・病院間・医療職種間の連携の重要性を強く感じております。

高齢化が進行し身体・精神両方の問題を有する患者さんが増加し、特に厚生連高岡病院のような総合病院の精神科では、精神疾患患者さん以上に精神症状を合併する身体疾患患者さんへの対応が重要になっています。身体疾患患者さんの精神症状はうつ、不安、不眠、意識障害、認知症症状、興奮、拒否などとても多彩で、患者さん御本人の身体的回復を妨げるばかりでなく、御家族や担当医療者などの大きな負担になることもあります。

これまで良く言えば独立傾向悪く言えば孤立傾向があった精神科医療ですが、高齢化を反映して数年前に5大疾病（国民の健康を最も脅かす疾患＝がん、

心臓病、脳血管障害、糖尿病、精神疾患）に認定されてから特に、総合医療の中でより重要な位置に国の政策で誘導されました。総合病院精神科の医療は、心身一体の連携（リエゾン）対応で、今後その重要性は高齢化の進行とともに益々増加することは間違いありません。

厚生連高岡病院は救急・がん・緩和医療などの拠点病院として、また北陸の基幹病院としてとても活発に活動していますので、身体疾患に対する精神科対応の必要性はより大きいと感じています。関係各位の皆様におかれましても、このような高齢化社会での医療対応の変化を御理解頂き、引き続き御支援頂ければ幸いです。





ストップ！ 農作業事故

人間工学専門家 ● 石川文武

農作業負傷事故への対応

誰もが事故を起こさない、事故に遭わないように行動しているのが、事故ゼロにはなりません。最も悲惨なのが死亡事故と後遺障害の残る事故です。死亡事故は、届けが出されず、これまでも農作業死亡事故の変遷について紹介してきました。今回は負傷事故防止への備えを解説します。

事故は影響の少ない方から、ヒヤリ・ハット、軽傷、重傷、死亡と分類できます。死亡は全数が把握されていませんが、重傷以下は正確な件数は分かっています。

労使関係が成立している産業での事故は、同じ原因で1件の死亡に対し、約30件の重軽傷、約300件のヒヤリ・ハットがあると分析されています。農業では機械や家畜との接触が多く、また、雑菌などによる化膿(かのう)などがあるため、これと同じ割合ではなく、死亡率が若干高くなっていると考えられます。

負傷事故の内容です。個々の事例は省きますが、骨折、切断、打撲、刺し傷、切り傷、挟まれ、ひかれ、やけど、などで、



快癒する場合と、後遺障害が残る場合があります。全治までの日数が長い場合は、医療費もかかりますし、農作業への影響も見られます。けがをした場合に、ファーストエイド(現場などでの適切な応急処置)が行われれば、農作業への復帰も早くなります。

農業者にヒヤリ・ハットの体験例をアンケートしたところ、40%程度の方が、事例報告してくれましたが、それらはヒヤリ・ハットではなく事故そのものでした。現場では、軽傷がヒヤリとの認識が強いようですが、危険が迫りつつあるときに早く認識し回避したことによって、無傷で済むのがヒヤリです。ヒヤリ体験を減らすことが重傷・死亡の軽減につながります。

皆さんが日常的に体験しているヒヤリ・ハットをご家族や地域の仲間へ報告・情報交換することで、共通の危険性を見いだし、排除することで、再発防止のヒントが生まれます。危険を予知予測し、事故の芽を摘む行動に取り組んでください。

御隠居と熊さんのぜ・い・き・ん小話

教育資金援助と贈与税

御隠居…どうしたんじや熊さん、むずかしい顔をして。何か困りごとかい。

熊さん…そうなんでやんす。実は親戚のおばあさんから相談を受けたでやんすが、どうにも難しく、困ってるんでやんす。

御隠居…ほほおー。それは大変じやな。どれ、わしにも聞かせてくれんか。

熊さん…御隠居も一緒に考えてくれるでやんすか。実は、おばあさんの孫が4月から東京の大学に進学したんでやんす。それでおばあさんが大学の入学金や授業料を出してあげたいけど小分けにすると面倒だからまとめて1回で孫に渡したい。でも、4年間分という大した金額になるんで、贈与税がかかるんじやなかるうかって、心配になって、あつしに相談したという具合でやんす。

御隠居…ほほおー。それで熊さんはどう答えたんじや。

熊さん…はい。あつしは、まとめて1回で渡しても教育費だから贈与税はかからないんじやないかって答えたんじや。

御隠居…なるほど、そういうことだったのかい。お孫さんに大学の学費を出してあげるなんて立派なおばあさんだねえ。しかし、おばあさんが心配したように、まとめて1回で学費を渡してしまうと贈与税がかかるんじやよ。

熊さん…そうなんでやんすか。そりやまいった。何かいい方法がありやせんかねえ。

御隠居…そうじやな、こんな方法があるぞ。教育資金については、令和5年3月31日までに30歳未満の子や孫名義の教育

資金口座を金融機関等で開設して、父母・祖父母などが教育資金を一括して信託等をした場合、この資金については子や孫ごとに一千五百万円までは贈与税がかからないことになっているんじや。

熊さん…そうなんでやんすか。ところで、対象になる教育資金ってどんなものでやんすか。

御隠居…保育園や小中学校、大学などの学校等に対して支払われる授業料や入学金などじや。また、子や孫が23歳未満の場合には、学校等には該当しない学習塾やそろばんなどの習い事、スイミングやピアノ教室などへの支払いについても、一千五百万円の枠のうち五百万円までは教育費として認められるんじや。

熊さん…さすが御隠居。早速おばあさんに知らせるでやんす。

御隠居…非課税の適用を受けるためには要件等もあるから注意が必要じや。提出すべき「教育資金非課税申告書」など詳しい手続の方法と併せて、一度、おばあさんに国税庁ホームページ(<https://www.ntago.go.jp>)を見てもらうとよいぞ。

熊さん…わかりやんした。御隠居のお陰で肩の荷が下りたんで、今から自宅一杯やるでやんす。

御隠居…熊さんときたら、早速おばあさんに知らせるでやんすか。そりやまいった。何かいい方法がありやせんかねえ。

(砺波税務署)



第2回定例理事会(4月27日)で協議・決定された事項

附議事項

- 第1号議案 会計監査人の監査報告書、監査結果概要報告書について
 - 第2号議案 第56回通常総代会附議について
 - 第3号議案 第55年度決算と第56年度事業計画承認について
 - 第4号議案 第55年度剰余金処分について
 - 第5号議案 第56年度固定資産取得及び修繕計画について
 - 第6号議案 総代会特別決議について
 - 第7号議案 内部統制システム基本方針の整備について
 - 第8号議案 第56回通常総代会並びに地区センター別事前説明会の開催について
 - 第9号議案 固定資産の取得について
 - 第10号議案 令和3年度農作業標準料金について
- 質疑・協議のうえ、以上すべての議案について承認されました。

報告事項

1. 行催事の報告と予定について
2. 組合員の加入及び脱退の状況について
3. 3月末取扱高・事業の実施状況について
4. 令和2年度単体自己資本比率の状況について
5. 令和3年度会計監査人選任について
6. その他

消防署からのお知らせ

食中毒に注意しましょう!!

はじめとした日が続く梅雨の時期は、食中毒菌の繁殖が活発になる時期です。
食中毒は大きく分けて3つがあります。

- **細菌性食中毒** (カンピロバクター、サルモネラなど)
↓ 食中毒菌が食品の中に混入したことによって起こる。
- **ウイルス性食中毒** (ノロウイルスなど)
↓ ウイルスが蓄積している食品を飲食したり、人の手を介したりすることで起こる。
- **自然毒食中毒**
↓ フグや毒キノコなど。

ノロウイルスなどの「ウイルス性の食中毒」が冬の時期に増えるのに対し、梅雨の時期から増えてくるのが「**細菌性の食中毒**」です。

梅雨の時期は水分が豊富かつ気温が高いため、活動が活発になります。また、調理器具に付いた食品汚れなどがあれば、それを栄養に増殖していくので注意しましょう。

◎食中毒の予防方法

- **つけない**
・ まな板と包丁、ふきんなどは熱湯や漂白剤で殺菌しましょう
- **増やさない**
・ 食べ物と調理器具、容器に分けて作業を行いましょう
- **やっつける**
・ 調理後の料理は早めに食べる、または低温で保管しましょう
・ 料理で使う食材は低温で保管しましょう
・ 食品の中心部までしっかりと加熱しましょう

バランスの良い食事と適度な運動、休養で菌に負けない身体を作りましょう。



「国消国産」知ってる?

乃木坂46と食・農業を学ぼう!



Q

クイズ
実施中

JAグループ

乃木坂46



お便り紹介

テーマ

□梅雨

■フリーテーマ

■梅雨時期になると田んぼは5月に植えた苗がすこし成長して緑のじゅうたんとかエルの合唱でにぎやかです。雨ばかりだけど、これもまたいいよねー。

北山田 今日も元気!! 女性

■雨の日は好きです。草取り等の事を考えず家でゆっくりと過ごす事が出来ます。音楽を聴いたり、手紙を書いたり、私だけの時間が嬉しいです。

吉江 まりちゃん 女性

■梅雨は、梅の実が成熟する季節。我家の梅の木もたくさん実らせます。孫が小さい時は、梅ジュースに変身しました。今では、梅酒になって私の寝酒です。

福光 ほうりんじゃのたーた 女性

■日本の梅雨は稲作には必要不可欠ですが、近年は集中(短期)することが多く災害の要因となっています。ツバメが低く飛び害虫をエサにする時期でもありますね。梅雨明け頃にはコロナが退散してるといいですね。

石黒 A.F 男性

■私が幼い頃(昭和30年頃)、自分の家の横の糸谷川は、梅雨時に雨が降ると水があふれ大きな石がゴロゴ

ロと流れてきて怖かった思い出があります。今は堤防が出来て安心です。

西太美 早苗 女性

■うっとおしい梅雨。だが、明ければまっ青な夏空、東京オリンピックが待っています。そして、コロナ明け…。前向きに行きたいものです。

広瀬館 S.M 女性

□先日、畑にまいたホウレン草の芽が出揃ってくれてうれしい。1日に何度もぞいで見えています。

広瀬 広瀬のバーバ 女性

クロスワードパズルに挑戦!

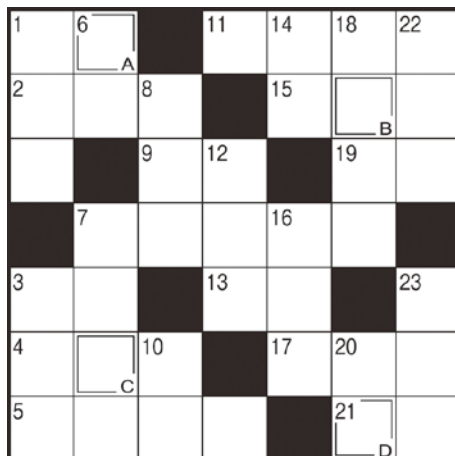
二重マスの文字をA~Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

タテのカギ

- 1 仙人が食べているというもの
- 3 学校を出て家まで帰ること
- 6 年齢を数えるときに使う言葉
- 7 ラジオから1970—の曲が流れてきた
- 8 この虫が作る繭から絹が取れます
- 10 下から5桁目です
- 12 ものは一だ、まずやってみよう
- 14 サーフィンやヨットを楽しめる場所
- 16 「やれ打つな蠅(はえ)が手をすり足をする」は小林—の句です
- 18 日本髪に挿す飾り
- 20 ゆでたそうめんの水を切るときに使います
- 22 親同士が兄弟姉妹です
- 23 将棋に似た西洋のゲーム

ヨコのカギ

- 1 雨や日光を避けるために差します
- 2 緑に黒のしまがある果実
- 3 増(ぞう)の反対語
- 4 ヤッホーと叫ぶとヤッホーと返します
- 5 片目をパチンとつぶります
- 7 キャッツアイとも呼ばれる宝石
- 9 木材を薄く加工した物
- 11 一つ目小僧とか小豆洗いとか。—変化
- 13 量より重視されることもあります
- 15 爽やかな香りのするハーブ。ペパー—
- 17 つば焼きにするとおいしい貝
- 19 漢字で書くとか雑魚。取るに足りないもののこと
- 21 みんな出掛けている状態



応募方法

下記の要領で郵便はがきに必要事項を明記してご応募下さい。
正解者の中から、抽選で3名の方に粗品進呈します。
尚、正解は、本誌8月号で発表します。
(粗品は当選者へ直接郵送します。)

6月30日
必着

〒939-1732
JA 福光組合員課
クイズ係 行
南砺市荒木五三八

- ①答え
【ファースト6月号】
〇〇〇〇
- ②テーマ
「お盆」「夏休み」
フリーテーマ
身近にあった出来事、
JA及び本誌へのご意見・
ご感想などを記載下さい。
- ③郵便番号・住所
氏名・性別・年齢
※当選者発表でペンネーム希望
の場合は、別にご記入下さい。

当選者

- S.Mさん (広瀬館)
ヨシノブさん (北山田)
春大好きさん (南蟹谷)

おめでとうございます。
う米蔵とアグリ配送センター
で使える商品券
をプレゼントします。

4月号の解答



「コドモノヒ」

依願退職



営農部 営農指導課
下田 正人
在籍年数 4年11か月

編集後記

大型連休から好天が続き、後半は多少の雨が降りましたが、今年の田植え作業も順調に終わることが出来ました。毎晩の田んぼでのカエルの大合唱を聞きながら、これからも天候に恵まれて順調に生育して欲しいと思っています。(T・S)

6月の主な行事予定

1日	新規採用職員辞令交付式
3日	第4回部長会議
5～7日	電器&ファッションふれあいまつり
9日	C1研究会発会式
11日	第23回福光農協長杯ペタンク大会
17日	第4回経営検討会議 第2回コンプライアンス委員会 相続セミナー
19～20日	生活自然部田上がり総合展示会
20日	休日ローン相談会 年金相談会
21日	第4回監事会 第4回定例理事会
22～25日	みのり監査法人監査

私たちの姿 4月末

組合員(法人・団体含)	正3,860人 准1,750人
みなさんからの貯金高	663億 217万円
みなさんへの貸出金	54億3,731万円
長期共済新契約高	18億2,441万円
長期共済保有高	1,408億8,903万円
販売品販売高	6,771万円
購入品取扱高	4億3,766万円
みなさんからの出資金	9億8,132万円
固定資産	73億2,626万円
減価償却引当金(-)	53億1,390万円

進めよう! 国消国産

[今回のテーマ]

国消国産ってなに?

「国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産する」という、JAグループの考え方です。



食料自給率

38%

※2019年度、
カロリーベース

世界規模での
災害発生と農業被害

日本の「非常に激しい雨」

ここ30年で

1.4倍

食を取り巻く
リスクが
増えています

世界の人口増加に
よる食料需給のひっ迫



2050年の
世界の
人口予測

97億人



平均年齢
平成の30年間で

10歳上がる

国内農業者の減少や
高齢化、農地面積の減少

新型コロナウイルス感染拡大により、マスクの需要が急激に増えました。その大部分を輸入に頼っていたことから、国内は一時深刻なマスク不足に陥りました。もしそれが食料であったらどうなっていたでしょうか。

コロナ禍では、実際にいくつかの国が食料の輸出を制限しました。また、食料不足に陥っても、短期間での食料増産は難しいです。

こうした実態を多くの国民にご理解いただき「食料を生み出す農業・農村を支えたい」と思う人を増やしていくことが必要です。



耕そう、大地と地域の未来。

出典:農水省 食料需給表、農林業センサス、農業構造動態調査/気象庁/国連 世界人口推計2019年版

休日ローン 相談会

お気軽にご相談下さい!!

日時: 7月18日(日) ※毎月第3日曜日開催!

時間: 午前9時～午後1時

場所: 金融本店

次回開催は 8月8日(日) お問い合わせは、金融本店融資課まで ☎ 52-1331

