

元気に育て!! 夏野菜

きゅうり ピーマン なす トマト

=ジェイエイ氷見みどり会 苗の定植体験=

6

月号

2020

Vol.682



みどり保育園



上庄保育園



営農管理情報

1 水 稲

昨年は、適期に中干ができず、よけいな籾を付けた事や根が深く張らなかった事で登熟が低下し、収量が少なくなりました。

「高品質で良食味な氷見米」を生産するため、適期に中干し・溝掘りを実施し、スムーズに入排水ができるようにしましょう。

今月のポイント

1 「コシヒカリ」は、田植え25日後を目安に、茎数に関わらず遅れずに中干しを開始 6月12日以降は、降水確率が高くなるので、その前に中干を実施する。

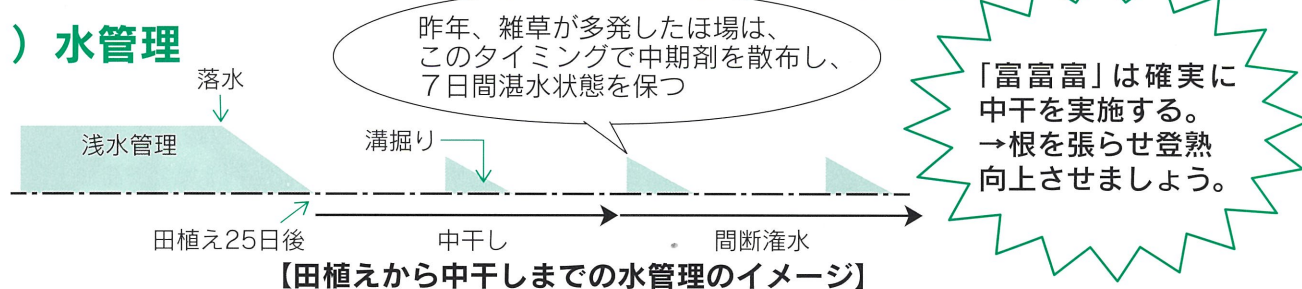
① 粘湿田、排水不良田は強めに干し、出穂後20日間の湛水管理に備える。

2 中干しの効果を高めるため、田植1か月後に必ず溝掘りを実施

① 15条に1本を目安に溝を掘り、必ず排水口に連結する。

② 枕地等、干しづらい場所は、本数を増やすなど、重点的に溝掘りを行う。

(1) 水管理



乗用管理機による溝掘り作業



溝の連結、水尻へのつなぎを忘れずに！

中干しの効果

- ・無駄な茎数を抑制し、根および稲体の活力が高くなります。
- ・中干しとその後の間断かん水で、田面が固くなり、収穫時のコンバイン収穫が容易になります。

※中干しを田植後1ヶ月頃から実施しても、穂数が減ることはありません。

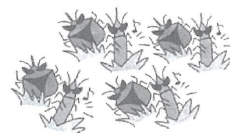
(2) 雑草防除

○ 雑草が残った場合は、草種に応じた中期剤や後期剤を遅れずに散布しましょう。

除草剤名	適用雑草		10a当たり散布量	使用時期	散布方法
	ノビエ	広葉			
ヒエクリーン 1キロ粒剤	4.0葉まで	×	1.0 kg	移植後15日～収穫45日前まで	湛水散布
ワイドショット 1キロ粒剤	4.0葉まで	○	1.0 kg	移植後15日～収穫45日前まで	
アクシズMX 1キロ粒剤	4.0葉まで	○	1.0 kg	移植後7日～収穫45日前まで	
バサグラン粒剤	×	○	4.0 kg	移植後15～55日(収穫60日前まで)	落水散布

(3) 病害虫対策

○ 畦畔・雑草地の草刈りは早めに行い、カメムシの密度を低く抑えましょう。



2 ハトムギ

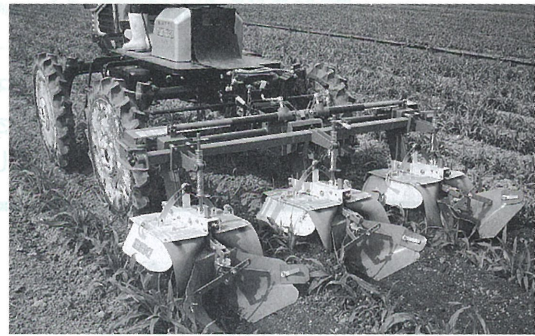
今月のポイント

1 的確な中耕と2回培土

- ①中耕培土：播種20日後程度に除草を兼ねて実施
- ②培土：播種25日後+50日後に確実に実施

2 病虫害防除の徹底

- 定期的にはほ場を観察し、早期発見・早期防除に努めましょう。



平畝播種や過去に薬害があったほ場、砂壌土、播種深土が浅い場合は、薬害をうける可能性があるため、ラッソー乳剤は使用しない

(1) 除草対策

- ・除草効果を高めるため、播種直後に使用する除草剤は土壤にムラなく散布しましょう。
- ・生育期に使用するバサグラン液剤は雑草に確実にかかるように散布しましょう。

代播	薬剤名	適用雑草	10a当たり薬量 ／希釈散布量	使用時期（使用回数）	散布方法
播種直後	ラッソー乳剤	一年生雑草	500ml／100ℓ	播種直後 ～出芽前 (1回)	全面 土壤 散布
	サターンバアロ乳剤 ＋ ゲザプリムフロアブル		500ml＋200ml ／100ℓ		
生育期	バサグラン液剤	畑地一年生雑草 (イネ科除く)	150ml／100ℓ	生育期(雑草3～6葉期) ～収穫45日前まで(2回以内)	畝間雑草 茎葉散布

※ 土壤が湿った状態で散布しないと除草効果が悪くなります。

(2) 病虫害対策

- ・病虫害被害の早期発見、早期防除に努めましょう。

薬剤名	適用病虫害	散布時期の目安	10a当たり薬量 ／希釈散布量	使用時期 (使用回数)
パダン粒剤4	イネヨトウ アワノメイガ	播種後 7～10日後頃	4kg	収穫14日前まで (2回以内)
ロブラール水和剤	葉枯病	6月末～	150g／150ℓ	収穫21日前まで (3回以内)
サブリーナフロアブル	アワノメイガ	6月末～	150ml／150ℓ	収穫前日まで (使用回数制限なし)
トアロー水和剤CT		7月下旬	150g／150ℓ	

●ハトムギの主要病虫害

イネヨトウ	アワノメイガ	葉枯病
		
茎の下部から進入し、芯部を食害	茎と葉の付け根から茎内に侵入し、茎内部の髓を食害	病斑が下位葉から上位葉へ進展し、白く枯れ上がる

機械燃料センター一部 車輛課 編

全国的に冷え込む自動車販売業界…そんな中、本年1月車輛課に着任し、自動車販売の第一線で奮闘するセールス8名を束ねる嵐 芳信 車輛担当部長とセールスリーダー河原 徹課長、林 晃宏課長に業態の情勢・JA氷見市管内の車輛需要と傾向等について尋ねました。



嵐 芳信 部長

Q…氷見市内に目を転じてJA氷見市の自動車需要につ

A…本年3月末の自動車販売台数は、前年同月比約10%減でした。実績前年割れは昨年10月から6ヶ月連続となつています。消費税増税のタイミングで、大型台風の影響など大規模な自然災害が相次いだ事をきっかけに市場の冷え込みは続いており、足元では「新型コロナウイルス感染拡大」による影響の懸念も広がっています。

Q…自動車の国内販売台数が伸び悩んでいるとの報道がありますが、国内の自動車需要の動向について概況をお聞かせ下さい。

A…まず軽四ですが、①ダイハツ・ムーヴキャンバス②スズキ・スペーシア③ホンダNボックスが人気ですね。

Q…スライドドアのワンボックスカーに偏つてますね。

A…室内の広さと機能が支持されている要因だと思います。これら3車種は全国的にも人気です。

Q…次に普通車ですが、やっぱり人気はSUV（スポーツ用多目的車）でしょうか。

A…アウトドアにおける使い勝手の良さ、最低地上高、リアゲートの広さが支持され、SUVは広い年齢層に人気ですね。売れ筋上位ナンバー3は①トヨタ・ライズ②ホンダ・ヴェゼル③スバル・XVといったところ。

JA氷見市 軽自動車 売れ筋トップ3



1位 ダイハツ ムーヴキャンバス

2位 スズキ スペーシア

3位 ホンダ Nボックス

JA氷見市 普通車 売れ筋トップ3



1位 トヨタ ライズ

2位 ホンダ ヴェゼル

3位 スバル XV



河原 徹 課長

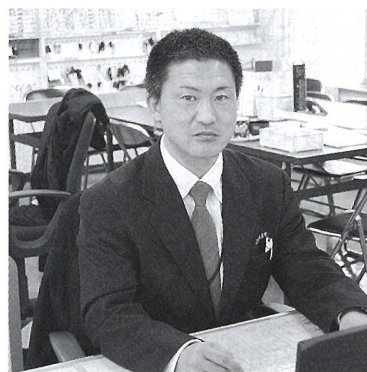
Q…ユーザーが心配している相変わらずの「納車遅れ」の車種はありますか。

A…当JAでは新車7割、中古車3割ですかね。

Q…販売台数に占める新車・中古車の割合はどうでしょう。

A…新車価格帯については軽四で150万円〜200万円、普通車で200万円〜250万円が多いですね。年齢層ですが、JAと云えば高齢者と思われるがちですが、30歳代から40歳代が多いですね。

Q…(当JAにおける)売れる新車の価格帯と購入者の年齢層をお聞かせ下さい。



林 晃宏 課長

A…残念ながら依然として次の車種に納車遅れが続いています。

スズキ・ジムニー(1年6ヶ月待ち)、トヨタ・ライズ(4〜5ヶ月待ち)、スズキ・ハスラー(4〜5ヶ月待ち)

Q…JA氷見市の自動車部門一番の売り(セールスポイント)は何でしょうか。

A…やはり、共済事故対応・修理部門のロードレッカーサービスの365日・24時間体制の実施でしょうね。販売・車検・修理・共済・給油と「総合事業ならではのサービス提供」が一番の強調ポイントです。

Q…販売スタッフは現在何名

ですか。
A…車輛課に専任9名と、各支所に21名の自動車担当者
を配し、合計30名体制で対応
しています。

Q…営業を通して誇れる事、喜びと感じられる事は何でしょう。

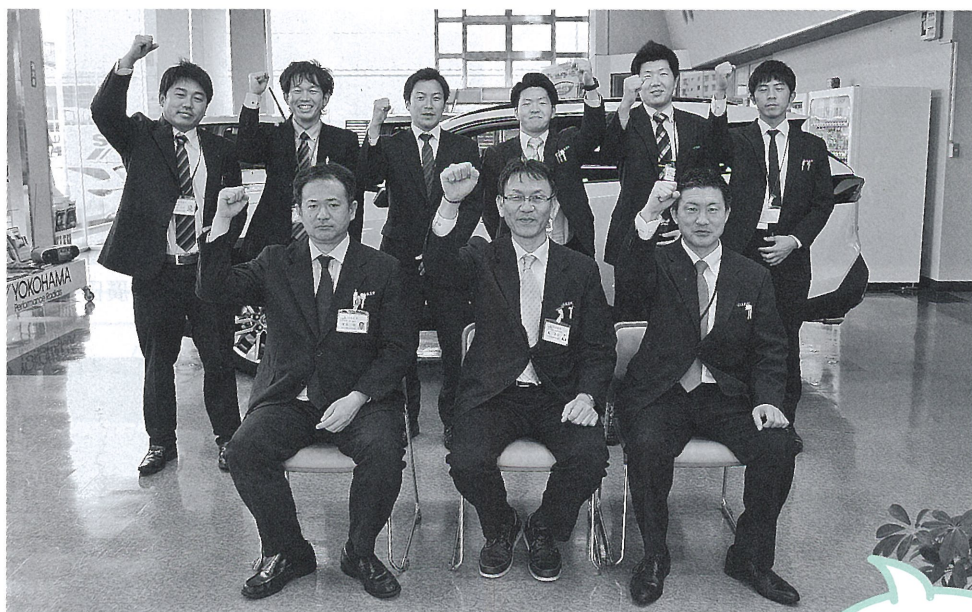
A…氷見市という過疎地域では車は必需品ですから、そんな大切な物を供給する役割を担っている事は誇りですね。購入者から「この車を勧めてもらって良かった。満足しています。」と言われた時はセールス冥利に尽きますね。

お客様の緊急時に対応できた時や、困った事柄に迅速・的確に対処できた時は「この仕事していい良かった」と心底喜びを感じます。

Q…最後に、若手セールスに求める事(期

待する事)をお聞かせ下さい。
A…「車を売る」という機会を通じて、地域の方々とお会いできるきっかけを頂いてい

る事に感謝し、自身のスキルを高め、身に付けた情報を、お客様との共通話題にしたいと思っています。



前列 左から 河原 徹 課長(窪支所・柳田支所・伊勢大町地区担当)
嵐 芳信 部長(全支所・全地区の統括)
林 晃宏 課長(神代支所・十二町支所・朝日丘地区担当)
後列 左から 東海 正剛 次長(上庄支所・丸三支所・朝日本町地区担当)
日誌 渉 係長(氷見支所・稲積支所・碁石支所・北大町・栄町地区担当)
片田 雄大(仏生寺支所・布勢支所・阿尾・藪田支所・比美町・丸の内地区担当)
谷川 諒真(宇波支所・女良支所・八代支所・幸町・中央町地区担当)
瀬戸 堅雅(双光支所・速川支所・久目支所・地藏町地区担当)
寺脇 拓人(余川支所・島尾支所・田子支所・南大町・本町地区担当)

今回の直撃インタビューに、多忙の中対応いただいた嵐部長はじめ8名のセールススタッフの集合写真を撮りました。担当地区とともに顔と名前を覚えて下さいね。

【いきいき直売の会】新規会員のご紹介



いきいき直売の会

故郷でイチジクの栽培・加工に挑戦 = 廣田 秀美さん (早借) =

イチジクを通して地域の活性化に貢献したい!!

新規会員 廣田 秀美さん(氷見市早借)は、今年度、イチジク栽培に初めて取り組みました。

苗木は、果樹部会長 東海 俊彦氏に基礎から丁寧な指導を受け、4月下旬に約20本を自宅付近の圃場に定植しました。廣田さんは、東海部会長の指導作業の様子をスマートフォンで細かに撮影するなど熱心に聞き取り、定植を終えました。圃場の苗木を見つめながら廣田さんは、「ご指導下さった会員の皆さんに感謝です。果実を手取る日がかつても待ち遠しい。イチジクを加工品として富山県内だけでなく、全国に広めていければと夢を持っています。イチジクを通して地域の活性化に少しでも貢献できれば!!と思っています。」と目を輝かせて抱負を語られました。

<廣田 秀美さん プロフィール>

1960年氷見市早借で生まれる。高校卒業後は東京で学生生活を送り、卒業後は地元に戻って(旧)富山県経済連(全農)に就職

現在は、何故か氷見高校時代の新体操で鍛えた技術を生かし(笑)、中高年の健康体操の指導者として健康体操教室に携わっています!!



<イチジクを作ろうと思ったきっかけ>

一昨年に、射水市から氷見市に引っ越してから、速川地区の地域活性化事業に関わり「さつまいも」との出会いから農業に再び興味を持ち、イチジク栽培をしている人達との交流がきっかけで、自分でも作ってみたいとなりました。昨年、富山県の農村女性スキルアップ講座を一年間受講したことで更に農業をやりたいとなり、これからは「イチジク」栽培を主に多くの作物を作っていこうと思っています。



4月16日のうね立て作業には、ベテラン会員の谷勝郎氏、廣英信氏に協力して頂きました。



東海氏よりイチジクの植え方の説明を受ける廣田さん。



東海 俊彦 果樹部会長(左)、廣田秀美さん(右)



4月30日、定植後の剪定作業



キヤベツ 病害虫の予防を万全に

キヤベツは冷涼な気候を好み、生育適温は20度前後ですが、初期は高温や低温に強い野菜です。一般地では夏まき秋冬取りが最も作りやすい時期です。

【品種】 サラダ、煮物などに万能の品種が主流で、病気に強い品種を選びましょう。秋取りに適した早生品種の「初秋」(タキイ種苗)、「新藍」(サカタのタネ)は葉が柔らかい良食味品種です。冬取りには中晩生種で甘味のある「彩音」(タキイ種苗)、「冬藍」(サカタのタネ)もお薦めです。

【栽培期間】 一般地では、早生種は7月上旬～下旬に種まきし種まき後90日程度、中晩生種は7月下旬～8月中旬に種まきし120～150

日で収穫できます。【苗作り】 少量の苗を作るには7.5～9cmのポリポットを使うのが便利です。1ポット当たり3～4粒まき、本葉2～3枚で1株になるよう間引きします。苗作りの期間は30日程度で、寒冷しゃなどで害虫の飛来を遮断します(図1)。

【畑の準備】 畑1平方m当たり苦土石灰100g程度をまき、よく耕します。畝幅70～80cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり堆肥1kgと化成肥料(NPK各成分で10%)100gを施し、土とよく混ぜて畝を立てます(図2)。

【植え付け】 本葉5～6枚の頃、株間40cm程度に植え付けます。このとき、植え穴を掘り、穴に十分水やりして、活着をスムーズにさせます(図3)。

【追肥】 本葉10枚の頃、株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいまいて、株元に土寄せします。2回目はその20日後に同量を畝の両側にまき、土寄せをします。

【病害虫の防除】 ヨトウムシ、コナガ、アブラムシが多いので、オルトラン水和剤などで駆除しますが、生育初期はネット栽培で予防しましょう。葉先にくさび状の病斑を示す黒腐病にはZボルドーなどで予防します。

図1 ポット育苗

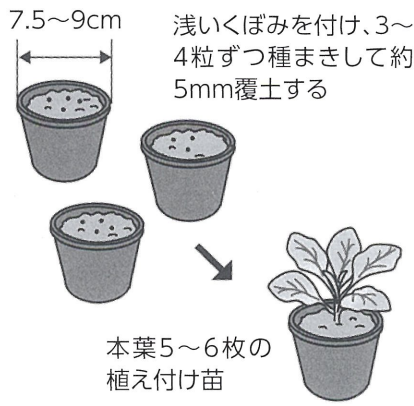


図2 種まき

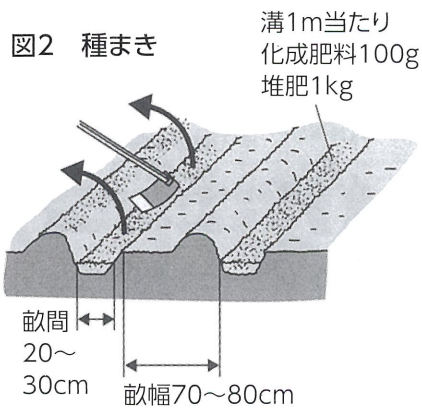
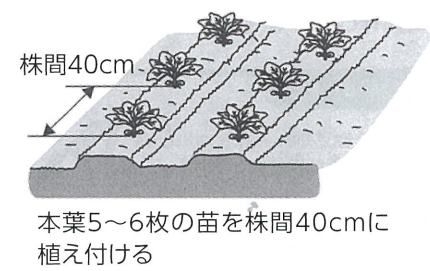


図3 植え付け



※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

2 25

9	2	9	4	8	6	1	8
4	6	1	9	2	8	8	9
8	8	1	6	2	4	9	2
5	8	4	8	2	9	2	1
2	1	8	2	8	6	9	4
6	9	2	4	5	1	2	8
1	9	6	8	8	4	9	2
2	2	9	6	1	5	8	4
8	4	8	2	9	2	1	9

4

		1			2			
					1	9		7
	7						9	5
3		2			4			
				6			4	5
	6	4						3
5				8	7			
				3			2	

二重枠に入った数字の合計はいくつ? 出題 ● ニコリ

ルール

- 空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
- タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入ります。



野菜ソムリエ上級プロ
KAORUの

ベジタブル ライフ

イラスト：小林裕美子

シントウガラシ (シントウ)

～食べ方いろいろ「甘トウガラシ」～

シントウのプロフィール

- 【分類】ナス科トウガラシ属
- 【原産地】中南米の熱帯地方
- 【おいしい時期(旬)】夏(6～10月ころ)
- 【主な栄養成分】β-カロテン、ビタミンC・E、カリウム、ビタミンB6など

見分け方

きれいな緑色
表面に張りがある

黒く変色したり
しぼんでいない

硬く感じるものは
鮮度が落ちている
場合も

育ち過ぎると
食味が落ちる

要チェック



へたがしっかりしている

触れると軟らかく
弾力を感じる

辛味の強いものが
紛れている!

辛味のあるシントウの特徴

- ・形がいろいろ
- ・種が少ない
- ・全体が黒みを帯びた緑色

保存方法

新鮮なうちに食べる
のが一番おいしい!

冷蔵庫で保存
4～5日を目安に
使い切ろう!

数本まとめて新聞紙またはペーパータオルで包み、ジッパー付きの保存袋かポリ袋に入れて野菜室へ

暖かい環境で育った野菜なので、冷蔵庫に長時間入れておくと低温障害を起こし、傷みが進み風味や食感が落ちる

冷凍保存
保存目安
1か月程度

水洗いした後、水気を拭き取り、冷凍用保存袋に並べて入れて冷凍庫へ

ポイント
1本ずつ凍ってから保存袋などに入れて冷凍のバラバラになりやすい

シントウのヒミツ

歴史

15世紀にコロンブスによって中南米からスペインにもたらされ、その後欧州の涼しい環境で辛味の少ない品種が誕生したといわれている

16世紀に日本伝来

江戸時代に辛味のあるトウガラシの栽培が始まる

明治時代以降に甘味種が導入



名の由来

漢字では「獅子(し)唐辛子」と書く。起伏のある形が獅子の頭に似ていることが由来

未熟な野菜

シントウもピーマンと同様、未熟な緑色のうちに食用とする野菜

完熟すると赤くなる



シントウのいろいろ

ししとうがらし

緑色で5cmほどの細長い形。見た目は青トウガラシに似ており、通常、辛味はほぼなく、特有の香りとほろ苦さが特徴



伏見甘長とうがらし

15cmほどもある細長い甘味種の京都府伏見地区で江戸時代から作られており、京野菜の一つ。現在でも主に関西で栽培



ひもとうがらし

10cmほどの細長いトウガラシの「サヤインゲン」に似た形の丸ごと炒め物や天ぷら、煮物などにも利用される。主に奈良県で栽培



万願寺とうがらし

10cmほどの大型の甘味種の京都府舞鶴市万願寺地区で栽培されていたことが名前の由来。京野菜



シントウの力

カプサイシン

脂肪燃焼や血行を促進する作用がある。辛味種のトウガラシに多く含まれる成分

注目成分



ビタミンC

風邪予防や疲労回復、肌荒れ予防などに効果的



β-カロテン

体内でビタミンAに変換され、髪や皮膚の健康維持、視力維持、喉・肺など呼吸器系を守る働きがあるといわれている。抗がん作用にも期待できる

ビタミンE

老化予防、血行促進、冷え改善、美肌などに役立つ強い抗酸化作用があり、β-カロテンやビタミンCと一緒に取ると、相乗効果が期待できる

その他

血圧の上昇を抑える作用のあるカリウム、エネルギー代謝に関わるビタミンB6も比較的多めに含有



楽しみ方・食べ方のコツ

- 1 洗ってしっかり水気を切るか拭き取り、へたを切り落とす
- 2 縦に切り込みを入れるか、竹串などで穴を開ける



ポイント

そのまま加熱調理すると破裂する恐れがあるので、必ず切り込みを入れるか穴を開ける。種ごと食べられるが、時々辛味が強いものに当たることも気になる場合は種を取り除いてから調理する

種を取る際は、半分カットして開口面から種を取り除くか、丸い形を残す場合はつまようじや細いマドラーなどを使って種を出す

調理法



生 伏見とうがらしや万願寺とうがらしは、みそやコチジャンを付けてかいると、歯触りも良く美味

炒め物



油との相性が良好のジャコ、ごま、おかかなどと油で炒め、酒、みりん、しょうゆなどを加えて炒め煮に。強火でさっと炒めると食感や風味が良い

煮物



さっと炒めてから煮る炒め煮が一般的。ジャコなどと煮物にするとご飯に合うおかず。おたくに軟らかく煮てもおいしい

揚げ物



シントウや万願寺とうがらしなどは天ぷらや素揚げに。素揚げをだしが効いた調味液に浸して、揚げたしにして美味

焼き物

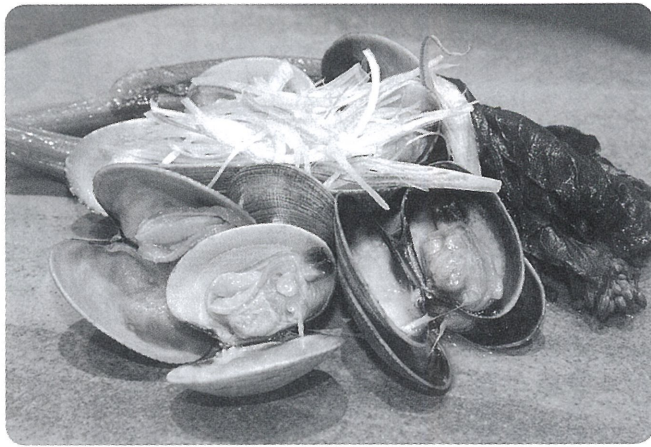


万願寺とうがらしや伏見とうがらしは、炭火で素焼きしてしょうがびょうゆやかつお節を掛けるのが定番



シェフ永井のおすすめ

アサリとナバナの
オイル蒸し



作り方

- (1) フライパンにオリーブ油とニンニク、タカノツメ、アサリを入れてふたをして弱火にかける。
- (2) アサリの口が開き始めたら白ワイン、ナバナを入れて再びふたをして強火にかける(約2分)。
- (3) アサリの塩気で十分ではなかったら軽く塩(材量外)で味を調え、器に盛り白髪ネギをのせ出来上がり。

材料(2人分)

- アサリ 100g
- ナバナ 1束
- ニンニク 1片
- タカノツメ 1本
- 白髪ネギ 適宜
- オリーブ油 大さじ1/2
- 白ワイン 1/4カップ

新ジャガとアスパラの
バター煮



材料(2人分)

- 新ジャガイモ ゆでた物2個
- アスパラガス ゆでた物5本
- トマト 中1個(4等分)
- 紫芽(むらめ、赤シソの若芽) 適宜
- サラダ油 適宜
- かつおだし汁 2カップ
- バター 大さじ1
- 塩・こしょう 適宜
- しょうゆ 小さじ1/2

作り方

- (1) ゆでた新ジャガイモは厚めに輪切りにしサラダ油で素揚げする。
- (2) 鍋にだし汁とバターを入れて中火にかけ、沸いたところに素揚げした新ジャガイモを入れて弱火にして10分ほど煮る。
- (3) 同じ鍋にアスパラガスとトマトを入れ3分ほど煮る。
- (4) 仕上げにしょうゆを入れ、塩・こしょうで味を調え器に盛り、紫芽を散らして出来上がり。

永井智一(ながいともかず)
茨城県笠間市にある
「キッチン晴人(ハレジン)」
オーナーシェフ





ぜいぎん小話

「教育資金援助と贈与税」

(高岡税務署)

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、どうにも難しくして、困ってるんでやんす。

御隠居・・ほほおー。それは大変じゃな。どれ、わしにも聞かせてくれんかの。

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。かろうかつて、心配になつて、あつしに相談したといふ具合でやんす。

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、まとめて一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つて答えたんでや。

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回で学費を渡しちゃ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。そりゃまいった。何かいい方法がありやせんかねえ。

御隠居・・そうじゃな、こんな方法があるぞ。教育資金については、令和3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。金つ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てあげるでやんす。

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.nta.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でやんす。どうです御隠居、今から一杯と行きやんすか。

御隠居・・熊さんときたら、早速おばあさんに知らせてあげるんじやなかつたのかのお・・

厚生連高岡病院からのお知らせ

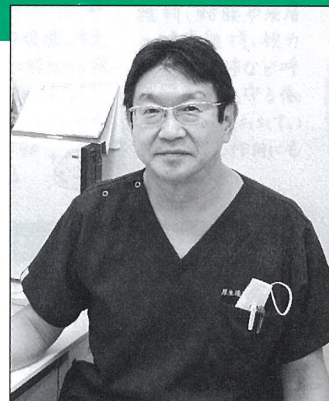
がん治療時の歯科口腔外科受診について

がんの治療時に、「歯科口腔外科を受診してください」と担当の先生から言われることがあります。いったいなぜ病気と関係がない口の中の診察が必要になるのか、その理由について説明いたします。

全身麻酔の手術の場合は、口や鼻から呼吸のチューブを気管に通すことが必要になるのですが、その際、歯がぐらぐらだと抜け落ちてしまったり、前歯が欠けたりすることがあります。私たちは手術前に歯を固定したり前歯の保護のためのプラスチックのガードを作ったりして、歯の損傷を防ぐようにしています。歯についたぬるぬるの汚れ（歯垢）1gの中には糞便と同程度の1000億個の細菌が含まれていると言われていたりますが、口の中が歯垢や歯石などで汚い場合は、手術後に肺炎にかかりやすかったり、傷の治りが悪くなったりすることが知られています。そのため、手術の前・後に歯磨きだけでは取れにくい汚れを専門的器械でクリーニングすることで、手術後の合併症を少なくし、入院期間が短くなるように努めています。

くすりの治療（化学療法）や放射線治療では、口の中に傷（口内炎）ができやすくなり、ひどくなった場合は、出血や痛みでご飯が食べられなくなったり、傷から細菌が体の中に入り込み（敗血症）高熱が出たりして、治療が続けられなくなる場合があります。化学療法や放射線療法を途中で一時中断すると、治療を再開しても治療効果が十分得られないことがあると言われていたります。そのため、私たちはいろいろな種類のうがい薬や口の粘膜を保護する薬を適切に使用することで口内炎の進行を遅くし、化学療法や放射線治療を中断せず、やり遂げられるよう手助けをしています。また、がんの治療で使われる一部の薬（骨の吸収を妨げる薬）を使用した場合、歯の周りに腫れを引き起こす原因（病巣）があると、あごの骨が腐る可能性があることが分ってきました。私たちはそれらの薬の使用の前に歯のまわりの病巣を無くす（抜歯など）ことで、あごの骨が腐るのを防ぐようにしています。

簡単ですが、がん治療時の歯科口腔外科受診の理由について述べさせていただきました。私たちは口腔（歯、歯茎、上下のあご、舌、頬っぺたの内側、唾液腺など）の疾患を専門にしていますが、他の科のがん治療の手助けも行っています。担当の先生に歯科口腔外科受診を勧められた場合は、不思議に思わず必ず受診をお願いいたします。



厚生連高岡病院
歯科口腔外科診療部長

やま した とも み
山下 知 巳



年金友の会共催 事業活動一部中止のお知らせ

年金友の会の会員の皆様には、日頃からJ A氷見市の年金友の会事業にご理解とご協力を賜り感謝申し上げます。

さて、今般、新型コロナウイルスの世界的な感染状況および国内そして富山県内での急激な感染拡大が懸念されております。

当年金友の会では、皆様の健康と安全を第一に考慮し、大勢の人が集まる感染 possible の機会をなるべく少なくしたいと考え、次のイベントを中止することを決定いたしました。

何卒ご理解を賜りますようお願いいたします。



年金友の会会長 川淵優五郎

J A氷見市代表理事組合長 伊藤 宣良

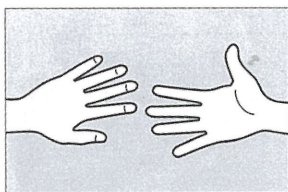
《中止イベント》

●第14回 J A氷見市組合長杯 ゴルフ大会 6月3日 (水)

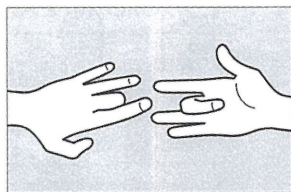
次のイベントについても、今後の状況により、大会を実施するか否かを検討いたします。

- 第37回 J A氷見市組合長杯 ゲートボール大会 8月7日 (金) 予定
- 第12回 J A氷見市組合長杯 パークゴルフ大会 9月25日 (金) 予定
- 第13回 J A氷見市組合長杯 ペタンク大会 10月23日 (金) 予定

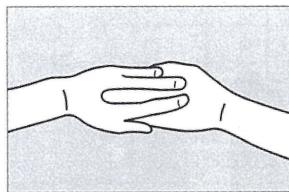
中指だけを同時に曲げ伸ばし



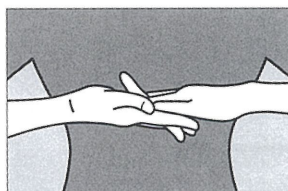
(1) 右手のひらを上向きに、左手を下向きにします。(1)～(3)は自分から見た手の動きです。



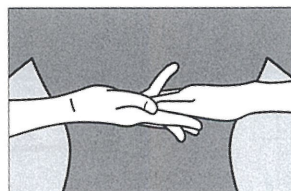
(2) そのまま、左右の中指だけを曲げ伸ばしします。この動きを15秒ほど繰り返します。このとき、他の指がつかないように注意しましょう。



(3) 次に、左右の手を近づけて指を組みます。中指同士を背中合わせにして指を伸ばし、他の指は腹合わせに重ねます。中指だけが自由に曲げ伸ばしできる状態になります。



(4) 左右の中指を同時に曲げたり伸ばしたりします。この動きを15秒ほど繰り返します。図は同時に曲げた状態です。(4)(5)は正面から見た手の動きです。



(5) 今度は、中指の片方だけを曲げてもう一方は伸ばします。すると図のように中指の指先が同じ方向に向きます。鏡の前で確認しましょう。この動きを15秒ほど繰り返します。手を替えて、同様に(1)～(5)を行います。

今回の体操は、中指同士を曲げた伸ばしたりする動きがシーソーのように見えるのが特徴です。つぼの刺激により、夜のぐっすりした眠りへと導かれるでしょう。

東洋医学では気と血液の流れ道を「経絡」といい、この経絡上につぼがあります。体の中に12本の特性を持った経絡が流れていて、全身の緊

中指シーソーで夜はぐっすり

張を緩め、気持ちをゆったりさせてくれるのが、中指を通る経絡です。

中指の指先から手のひらの中央、腕の内側を通して、心臓を包み込むように体を循環します。この経絡上のつぼは気持ち落ち着かせ、夜も穏やかに眠ることができ、不眠症の解消にも役立つといわれています。



手軽に健康 手指体操

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

らのお知らせ

みどり保育園 子育て支援室
すくすくサロン
☎91-1277



色とりどりのアジサイに、雨の日に外に出てくる虫たち。この時期ならではの自然に触れたり、室内ならではの遊びを楽しみながら過ごしていきたいと思います。今月は、子どもの興味や発達に合った手作りおもちゃを紹介します。どれも、身近な材料でできます。手作りのおもちゃを使って、親子でたくさんあそんでください。子どもの可愛い笑顔から、大人も元気になりますよ。(^_^)

生後6か月ごろから～

…音が鳴るおもちゃ

<準備する物> R-1容器 / ビーズ / マスキングテープ



マスキングテープで可愛くしてみました



音が出ると興味津々

生後1歳ごろ～

…にぎったりころがして遊ぶコロコロボール

<準備する物> ガチャガチャの容器
動物の消しゴム



コロコロ転がして遊んでいると、動物にも興味が出て、動物の名前を憶えていくようになります

生後1歳6か月ごろ～ …指先を使った遊び

<準備する物> キッチンペーパースタンド
手作りドーナツ (ちょっと頑張って…)



ドーナツの穴を棒に入れて楽しんでいます

応用編



手作りドーナツをたくさん作っておくとおもちゃとしても遊ぶことが出来るよ

子育てワンポイントアドバイス

小さいときに指先をたくさん使って繰り返して遊ぶことが、頭脳の発達を促します



生後2歳ごろ～ …道具を使った遊び

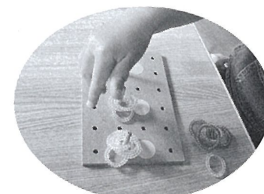
<準備する物> アイストレイ / ボンボン、トング
お盆、色別シール



トングを使ってピンクのシールがはってある場所にピンクのボンボンを入れます…集中

応用編

2歳になると、色形 大きさも少しずつ理解していきます



ヘアゴムを細い棒に色別に分けていきます

6月の子育て講座の紹介(予定)

新型コロナウイルスの感染状況により、中止または延期にする場合があります。確認をお願いします

6月のらくらく離乳食講座

日時 6月29日(月) 10時～
レシピ配布

ホットケーキミックスを使った簡単ケーキのレシピを配布します。炊飯器をつかった簡単ケーキです

6月のお楽しみ会

たなばた飾りを作ろう。

日時 6月29日(月) 10時～

子どもの手形をとってかわいい七夕飾りを作りましょう

6月の子育て講座 リズム体操

講師…廣田 秀美氏

日時 6月26日(金) 10時～

室内にすることが多くなって、運動不足を感じていませんか? 軽快なリズムにあわせて思い切り体を動かし、ストレスを発散しましょう



子育て支援室か

お家で たのしく お手伝いご飯

コロナウイルス感染予防のため、お家で過ごすことが増えましたね。
ママたちから『テレビばかりになり・・・』という声が聞こえてきます。
そこで、提案。楽しくお手伝いご飯をしている親子を紹介します。



はじめて
卵わり体験
めるめるに
びっくり!
金子和慶くん
(谷屋在住)



箕手未来さんと胡珀ちゃん(島尾在住)

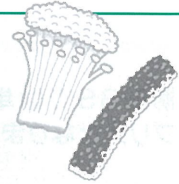
1歳



おうちで

- ☆ゆで卵の皮むき
- ☆えのきやかにかまをほぐす
- ☆お好み焼きの生地をまぜる

1歳半頃からしたがるようになりました。最近は『食べていい?』と聞いてきてつまみ食べします。可愛いです。

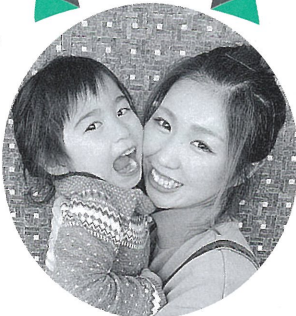


おうちで

- ☆玉ねぎの皮むき
- ☆食材を鍋にいれる
- ☆きゅうりを切る
- ☆調味料を入れる

最近はケーキ作りで 測る⇒まぜる
⇒焼くのを見る⇒生クリームを泡立
てて塗る⇒盛り付けるの全過程がで
きてとても楽しそう

2歳



藤森結愛さんと玲愛ちゃん(窪在住)

やらせてあげないと、
おあばれ!
になるんで
す(笑)

6月の子育て講座

楽しくてためになると大好評
はじめての方 大歓迎です。お気軽に

コロナウイルス感染予防のため、延期
又は中止になる場合があります

赤ちゃんママの 手づくりおもちゃ

予約不要

とき 6月3日(水) 午後何時でも

新米ママの 離乳食スタート講座

要予約

とき 6月23日(火) 13時半～
対象：これから離乳食をはじめる
4～6カ月程度

レンジで千んの スポラおやつ作り

予約不要

とき 6月8日(月) 10時～
子どもといっしょにお手軽おやつ

二人目三人目 育児応援カフェ

予約不要

とき 6月12日(金) 午前・午後

親子ヨガ& ママの美ボディ講座

要予約

とき 6月26日(金) 午後1時半
対象：3カ月位から
親子でお家でできる簡単なふれあい体操

手作りアートで七夕づくり

予約不要

とき 6月17日(水) 随時
※6月30日まで講座のない時間

赤ちゃんママと 保健師ばばのおしゃべりタイム

予約不要

毎週水曜午後

とき 6月3日・10日・17日・24日
13時半～15時半の間いつでも
対象：生後2カ月～よちよち歩き程度
離乳食・あそび等の疑問にもこたえま
す。ネットで調べてますすわからなく
なる新米ママさん ほっとできるよ。

●問い合わせは
【相談員】保健師 塚口依久子

洗車プリカ 特別キャンペーン

期間 6月1日～6月30日まで

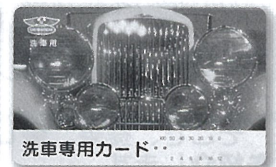
「2年に1度の」
大感謝企画

特別価格

10,000円券 → 6,000円
5,000円券 → 3,500円



洗車専用カード



洗車専用カード

柳田SSでは単独の
プリカとなります。



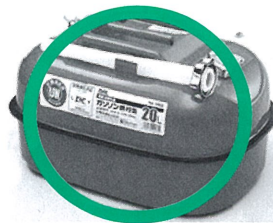
※JA氷見市SS各店
での使用、販売と
なっています。

ガソリンスタンドでガソリン等を容器で購入する時の注意点

ガソリン等の危険物は身近に存在し、日常生活に欠かすことができない便利なものですが、ひと度、その取り扱いを誤ると重大な事故につながります。

中でもガソリンは危険性が高く、誤った容器に収納した場合は、漏洩や破裂などの重大な事故を引き起こす可能性がありますので、下記をご覧ください、危険物の適正な取り扱いにご協力をお願いします。

- ①危険物の取扱に対しては、消防法により様々な規制がされており、ガソリンや混合油を収納して運搬する容器は、性能試験をクリアした金属製のガソリン用携行缶を使用する必要があります。

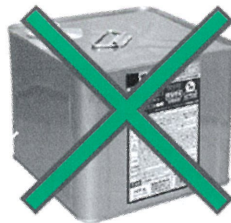


危険物保安技術協会の試験確認済証が付いた消防法適合品



(標示例)

- ②混合油販売用容器（4 L 缶）や一斗缶なども運搬容器には該当しますが、試験はキャップを密閉した状態でやっているの、一度開放するとキャップを閉めたとしても衝撃等による漏洩の可能性があるため、繰り返しの使用は想定されてません。また、灯油用ポリ容器等にガソリンを入れることは非常に危険ですので行わないでください。



一度開封した一斗缶



一度開封した
混合油販売容器



灯油用ポリ容器

これらの容器には、ガソリンスタンド等でのガソリンや混合油の詰め替えができません。

たとえ、KHK・UNマークが入っている容器でも、繰り返して使用する想定がなされていないため、開封後再び運搬容器として使用できません。

問合せ先 ▶▶▶ 氷見市消防本部予防課 TEL 0766-74-8300

●JA各支所での、ガソリン・混合油の販売は出来ません。

直接JAの各スタンドにてお求め下さい。また、専用缶以外での販売は出来ませんので、ご了承下さい。

機械燃料センター一部 燃料課

新型コロナウイルス感染症に関する 大切なお知らせ

このたびの新型コロナウイルスにより影響を受けられた皆さまに、心よりお見舞い申し上げます。

また、医療従事者、病院関係者、および感染拡大防止に
従事されている多くの方々に、心からの敬意と感謝、応援の意を表します。

J A 共済では、新型コロナウイルス感染症による組合員・利用者への影響拡大を踏まえ、
以下のとおり、対応してまいります。

①入院保障のお取扱いについて

新型コロナウイルス感染症^(※1)の被患により、入院された場合、「疾病による入院」として、入院共済金のお支払対象となります。^(※2) (医療機関等の事情により、宿泊施設や自宅等での療養を余儀なくされた場合、所定の証明書をご提出いただくことで入院共済金のお支払対象としてお取り扱いします。^(※2))

※1、新型コロナウイルス感染症を指定感染症として定める等の政令（令和2年政令第11号）第1条に定める新型コロナウイルス感染症をいいます。
以下、同じ。

※2、ご契約ごとに定められている所定の条件を満たす必要があります。

②災害死亡共済金等のお取扱いについて

約款に定める「特定感染症」の適用範囲拡大について

新型コロナウイルス感染症を共済約款に定める「特定感染症」に含めるお取り扱いとし、同感染症により死亡された場合、または所定の第1級後遺障害の状態となられた場合には、疾病による死亡・後遺障害共済金等のお支払い^(※3)に加え、災害給付特約、災害死亡割増特約等による「災害死亡共済金」「災害後遺障害共済金」等についても、お支払対象といたします^(※3)。

※3、ご契約ごとに定められている所定の条件を満たす必要があります。

適用範囲について

新型コロナウイルス感染症により死亡された、または所定の第1級後遺障害の状態となられたことを診断書等により医師に証明された場合、本取扱いの適用の対象といたします^(※4)^(※5)。

※4、これまでに新型コロナウイルス感染症により死亡された方等を含みます。

※5、平成11年3月31日以前の「法定伝染病」を保障対象としている契約も対象となります。

③共済契約上の特別取扱いについて

新型コロナウイルスにより影響を受けられたご契約者様に対して、共済掛金の払込猶予期間の延長等、特別な取扱いを実施しております。

上記内容に関するお問い合わせについては、下記にて承ります。なお、個別のご契約内容（共済金の支払いに関する事項等）については、ご契約先のJAへお問い合わせください。

お問い合わせ
について

JA共済相談受付センター

電話番号：☎0120-536-093

受付時間：午前9時から午後6時（月曜日～金曜日）

午前9時から午後5時（土曜日）

※日曜日、祝日を除きます。

現在、お電話は大変混み合い、つながりにくい状況となっており、ご契約者様、ご利用者様には大変ご不便をおかけしております。

お電話がつながらない場合は、誠にお手数ではございますが、しばらくお待ち
いただいてからお掛け直しいただきますようお願い申し上げます。

J A・J A 共済連は、皆さまのお役に立てるよう、引き続き取り組んでまいります。



20481050255

／令和2年もやります!／

氷見はとむぎ茶 ご愛飲感謝キャンペーン!

キャンペーン期間 **2020年
5月15日▶8月15日**

JA氷見市各事業所にて「氷見はとむぎ茶」ペットボトル350mlまたは500mlを、1ケース(24本入)ご購入につき「キャンペーン応募ハガキ」を1枚進呈します。

応募方法 応募ハガキに、お名前・ご住所・お電話番号をご記入の上、JA氷見市各事業所にご持参、または郵送にてご応募ください。
抽選で**合計175名様**に、「氷見特産」の美味しい商品が当たります!



第5回定例理事会

日時 令和2年5月15日(金)
午前9時30分
場所 農業会館 4階 401号室

報告事項

- 1、令和2年度4月末財務状況について
- 2、令和2年度4月末部門別実績について
- 3、みのり監査法人による令和2年度監査スケジュールについて
- 4、令和2年度無通告内部監査実施報告書(外部確認を含む)について
- 5、利益相反取引状況等の報告について(農業生産法人(株)アグリひみ)

付議事項

- 1、灯油ローリーの更新、旧車検工場屋根の改修及び中部・南部カントラリーエレベーターの改修について
- ※付議事項は全て承認されました。

その他

税の相談日

日時 令和2年
6月3日(水) 10時～16時
17日(水) 10時～16時
場所 本所
担当 川西 顧問税理士

編集後記

II 農業関連イベント・展示会・研修会等全て中止・延期
「取材ロス」の中届いた
「10万円の申請書」II

例年5月中旬から入梅前にかけて、市内各地で農業関連のイベントが開催され、県外からも自然の恵みを求めて多くの人々が里山に集結する筈でした。行事が重なり、額に汗してあちこち飛び回り、写真を撮りまくるのが広報担当者の仕事の筈でした。今年は全てが自粛規制され、何処からお呼びがかからないのです。仮に取材が許されても対面取材は叶いません。「ソーシャルディスタンス」は保たねばならず、広報誌作成者は「取材ロス」に陥っております。

発刊休止の文字が頭を過りましたが、何とか凌ぐ事ができた本号であります。多数の参加を期待して開催案内を発信し、取材に飛び回るのが「広報の役目」なら、多数の参加ゆえに3密回避の為、中止案内を発信するのも「広報の重要な役目」であります。取分け本号ではP.15に「新型コロナウイルス感染症に関するJA共済からの大切なお知らせ」が掲載されており、約款上の解釈・適用範囲拡大等を熟読下さい。何処に潜むか分からない「見えぬ敵」に対し、可能な限り厳しく自らを律し、暗黒からの出口に辿りつきたい...と思っていた矢先、市役所から「特別定額給付金申請書」が届きました。

待ち望んだ一律10万円給付の申請書であります。営業自粛で、お金を使う店舗も限定され、使途を思案していた筆者ですが、固定資産税・自動車税等と結局、自治体への返納と代金に充当できました。細君は奥歯義歯の代金に充当できる事となり、まさに「特別給付だ!!」とニンマリ。皆さんはどの様に有効利用されるのでしょうか。

T・K