

# くらしみどり farming

No.86

2022年8月6日

JA高岡広報コミュニティ版 くらしみどり「farming (ふあーみんぐ)」

「farming」は、「農業」という意味であり、農業に携わる全ての人の思いを載せるJA高岡のコミュニティ誌です。

編集/発行「地域とともに生きる」

JA高岡・(一社)高岡JA会館

〒933-8502 高岡市あわら町1番1号 TEL (0766) 26-7410

- 新規就農者のご紹介
- 「夏の疲れ」に「野菜のチカラ！」  
夏野菜レシピ / あぐりっち佐野店冷凍食品販売拡大
- 貯金サマーキャンペーン / 住宅ローン  
越中高岡万葉米・万葉ごはん / 農産物直売所のご案内
- お盆切花大特売市  
「ときめき・まなぶくらぶ」受講生募集

今年から新たに  
仕事として農業を  
スタートさせた

## 『木津の大地』

オオタ タケシ  
野菜プロデューサー 太田 剛史さん(51歳)

富山県の農業は農家戸数の減少や農業従事者の高齢化の進行で、生産力の低下や集落機能の維持が課題となっています。その一方で、富山県によれば、毎年60名から80名前後の新規就農者が県内で誕生しています。その中の一人、今年度から認定農業者としていきいきと農業に取り組んでいる太田さんにインタビューしました。

### 新規就農したきっかけは？

もっと稼げる農業をめざしたかったからです。

もともと20歳ごろから趣味で家庭菜園をやっていて、「定年後に野菜作りの仕事ができたら」と考えていました。製造業勤務や、商社の営業マンとして東京へ単身赴任するなど、農業とは無縁の業界で働いていました。しかし、農業への関心は常にあって、ある時農業の求人サイトで農事組合法人北陸営農組合（以下、北営）を見つけ、地元高岡で農業を仕事としてやっていたのだと知りました。当時勤めていた商社で、県外への転勤話が持ち上がっていたのを機に退職し、北営へ転職しました。

中田地区で米や麦、大豆をはじめ、大カブやキャベツ、ニンジンなど一年を通じてさまざまな作物を栽培している北営には丸6年あまり勤めました。トラクターに乗ったり、農機具の機械操作を学んだり、ついには組合長から「君にキャベツを担当してほしい」と、キャベツの栽培計画や防除、資材の発注などを私に託していただけるほどになりました。少しでも良いキャベツが収穫できるようにと、キャベツの栽培マニュアルも改善しました。

北営に入ってさまざまな経験をするうちに、例えばいろいろな品種を取り入れて圃場廃棄を減らすなど、より効率的な改善を考えて挑戦したいと思うようになりました。機械操作や栽培の経験をたくさん積ませてくださった北営には今でもとても感謝しています。安定した環境から離れることに不安もありましたが、「思ったら即行動！」が私の性格なので、北営を退職して独立する道を選びました。

北営で培った農業経験はあったものの、農地や農機具、納屋などがなくてどうしようかと悩んでいたところ、JAの営農指導員を通じて農地の管理に困っている組合員さんの話を聞きました。私が農地を管理するかわりに組合員さんの農機具などを貸与してくださる話となり、現在は1町の農地を管理し、1反の畑で多品目野菜の露地栽培をしています。

### 7月1日「木津の大地」ミニトマトを あぐりっち佐野店に初出荷



太田さんが管理している畑の一部。収穫量をみながら来年の栽培計画を思案。



HYAKUSYOU100

太田さんのインスタグラム。  
野菜栽培の様子を随時投稿中

白ナスを手に笑顔を見せる太田さん。

焼きナスや、天ぷらにすると、トロトロに柔らかくなり美味。

### 農業の魅力は？

栽培する楽しさです。特に収穫するときの喜びはひとしおです。営業マンの経験から、お客様がどんな野菜を購入されるのか分析したり、対面で売ったりするときが楽しいです。例えばキャベツは、青々としたキャベツのほうがおいしそうに売れると思っていましたが、意外と外葉を落とした白いキャベツを買って行かれる方が多いことがわかりました。見た目よりも外葉を落とす手間がないほうが選ばれるのかと目からうろこでした。

### 今後の目標は？

自分のノウハウを伝えて後継者を育てたいと考えていて、稼げる農業をめざしています。今のところ農業や除草剤を使わずに、多品目の野菜を作っています。今の季節はピーマンやネギ、ミニトマト、ショウガ、白ナスなどを育てています。草刈り機や手で除草作業を一人でやるのは本当に大変ですが、私が丹精込めて育てた『木津の大地』という屋号の野菜がたくさんの方に認知されるとうれしいです。



# 「夏の疲れ」に「野菜のチカラ！」

## パリッとキュウリを まるかじり

夏の水分不足は、脱水症状や熱中症の原因のひとつ。キュウリには、汗をかいて不足しがちな水分とカリウムが多く含まれ、夏場の水分補給にぴったりです。



## 暑い季節に必要な 栄養がたっぷり！！

## 採れたてジューシー完熟トマト



紫外線や暑さのストレスで活性酸素のダメージを受けやすいこの季節。暑さに対する抵抗力をつけるビタミンCや抗酸化作用の強いリコピンなどが豊富なトマトは、内側から健康な身体作りに働きかけます。

## 夏の万能野菜は ナス



煮ても焼いても、漬け物にも大活躍のナス。9割以上が水分ですが、紫色の皮にはポリフェノールの一種である天然色素が含まれており、体内を活性化し夏の疲れの解消に役立ちます。

コラーゲンの合成を助けたり、メラニン色素の沈着を防いだりと健康な肌を保つためのビタミンCが豊富なピーマン。また、皮膚や粘膜を健やかに保ちウイルスから身体を守るビタミンAが含まれており、夏風邪予防にも効果を発揮します。



## 美肌と 夏風邪予防に ピーマン

ゴーヤの苦み成分は、食欲を刺激し整腸作用に効果を発揮します。また、汗とともに失われやすいカリウムを多く含むので、むくみを解消し滞った代謝の促進にも効果的です。

## ゴーヤの苦みで 食欲増進



## オクラのネバネバパワーで 夏バテ解消



粘膜を保護・強化する働きを持つ成分を含んだオクラは、夏バテで弱った胃腸を労わりつつ、スタミナ強化によって夏バテからの回復をサポートします。

野菜は、旬の時期に一番栄養価が高く、不思議とその時期に身体に必要な栄養素が詰まっています。夏野菜には、水分やカリウムを豊富に含んでいるものが多く、身体にこもった熱を身体の中からクールダウンしてくれます。トマトやキュウリなど生で食べられるものも多いので、夏に不足しがちな栄養素を簡単に補給できるのが夏野菜のいいところ。濃いハッキリとした色の野菜が多いのも特徴で、食欲も落ちるこの季節、カラフルなビタミンカラーは食欲を刺激し、含まれている栄養素とその効能は夏にぴったりです。

あぐりっちには、新鮮な夏野菜が所狭しと並んでいます。旬の「野菜のチカラ」を借りて、夏バテ予防・疲労回復をしませんか？

## 「キュウリのチカラ」を食卓に！ キュウリとハムの中華和え

キュウリに含まれているカリウムには利尿作用があり、むくみやだるさの解消に効果があります。キュウリにはビタミンCを壊す酵素が含まれていますが、酸がこの働きを抑えるので、キュウリをサラダや和え物で生食するときは「酢」をつかうのがオススメです。



- 材料 (2人分)**
- キュウリ ..... 1本
  - ハム ..... 3枚
  - 塩 ..... ひとつまみ
  - A エコープらっきょう酢 ..... 小さじ1
  - めんつゆ (2倍濃縮) ..... 小さじ1
  - ごま油 ..... 小さじ1
  - ラー油 ..... 小さじ1/2
  - 白いりごま ..... 小さじ1

### ●作り方

- 1 キュウリは3ミリ程度の厚さの輪切りにする。塩をなじませ、しばらくおいて水気を絞る。
- 2 ハムは半分に切って短冊切りにする。
- 3 ボウルに1と2、Aを入れて混ぜ合わせ、器に盛り付ける。



エコープらっきょう酢は  
あぐりっち各店で  
販売しています



## あぐりっち佐野店からのお知らせ

新商品  
登場!

# 冷凍食品の取り扱いが増えました

## 7月から冷凍食品の取扱種類を拡大

国産肉を使ったJA全農ミートフーズ商品や県内外の産地間交流先のJAが販売している冷凍食品が購入できます。冷凍のまま調理できる商品もあります。あぐりっちの新鮮な野菜とともに、お弁当や食卓の一品にオススメです。



調理例



いろいろなご当地メニューが味わえます



# JA高岡 サマーキャンペーン

実施期間

令和4年8月31日(水)まで

いつでも、どこでも、手軽で便利!

インターネットにアクセスするだけで振込や照会等のサービスが利用できます。

お申込はこちらから



<https://www.jabank.jp/> JA ネットバンク

\*1 利用可能時間、利用可能な環境、サービス内容の詳細等はJA ネットバンクホームページをご確認ください。

## ① 定期貯金 特別金利 ATM・ネットバンクからのお預け入れ

対象者	個人の方のみ (新規預入に限る)	預入金額	お一人さま：純増50万円以上 (1円単位)
対象貯金	スーパー定期貯金	預入期間	1年
	ATMからの預入：適用金利 0.03% (税引後0.023%) (ATMの入金紙幣限度枚数は1回あたり100枚です。) 個人ネットバンクからの預入：適用金利 0.05% (税引後0.039%)		

定期貯金適用条件  
 ■個人の方に限ります。  
 ■お利息は20.315% (国税15.315%・地方税5%) の分離課税となります。  
 ■中途解約をされた場合、当JA所定の中途解約利率が適用されます。  
 ■自動継続の場合には、満期日以降は自動継続時の店頭表示金利が適用されます。

## ② QUOカード進呈!! 新規でご契約

対象者	期間中に新規で対象取引を申し込みされた方	進呈商品	QUOカード 対象取引 × 1枚
対象取引	・個人ネットバンク*1 ・年金振込 (58歳以上の予約含む) ・給与振込 (予約含む)		<b>見込額 500円</b>

\*1 個人ネットバンクをお申し込みの場合は、申込完了画面等をご確認ください。  
 \*2 複数取引の場合は取引数分を進呈します。

\*各商品の詳細は、店頭またはホームページでご確認ください。

お問い合わせ・お申し込みはお近くのJA高岡店舗へ

# JA高岡 住宅ローン

- 新築
- 土地購入
- リフォーム
- 借換

他金融機関でお借入中の目的型ローンの借換  
 (例) 教育ローン + マイカーローン + 奨学金 + etc.

## 10年固定金利特約

【対象期間】2022年8月末日まで申込受付し、2022年12月末日までに資金実行できる方

最軽減金利  
(保証料込)

# 年 0.80%

※店頭金利年1.20%  
(保証料込)

新規取扱手数料 **無料!!**

保証料は金利に **含みます!!**  
\*実行時には別途定額保証料10,000円をお支払いいただけます

固定期間再選択手数料 **無料!!**

一部繰上返済手数料 **無料!!**  
\*JAネットバンクからの一部繰上返済の場合に限ります

【金利軽減条件】  
 給与振込(自動送金含む)をいただける方 または 当JA正組合員の方(ご家族の方)

※特別金利の対象になる住宅ローン商品は、富山県農業信用基金協会の保証付住宅ローンで、保証料利息方式(金利に保証料を含めてお支払いいただく方式)の10年固定特約型となります。  
 ※分割後取保証料は、お客様からJAへお支払いいただく利息の中からJAが富山県農業信用基金協会へ支払います。

スマホ&パソコンでもお申込み可能!

※商品内容について詳しくはお近くのJA窓口までお問い合わせください。\*当JA店頭にて説明書をご用意しています。  
 ※金融情勢により取扱いを中止する場合がございます。\*詳しくは、ホームページの説明書をご覧ください。⇒ <http://www.ja-takaoka.or.jp/>

「JAとお取引はこれから」というお客様もお気軽にどうぞ (ご利用に関しては、組合員加入のための出資が必要となります)

JA高岡

検索



## 遠方のご家族、ご親戚に 地元高岡の味はいかがですか

全国発送承ります



お問い合わせはお近くの支店・地区センターまたは生活センター(☎27-8890)まで

# あぐりっち JA高岡の農産物直売所

地元の農家のみなさんが丹精込めてつくった農産物が並びます

**あぐりっち佐野店**  
 住所：高岡市佐野1416-1  
 電話番号：0766-22-0230  
 営業時間：8:30~16:00  
 定休日：年中無休[年末年始除く]

**あぐりっち矢田店**  
 住所：高岡市伏木矢田4-26  
 電話番号：0766-44-6504  
 営業時間：9:00~12:00  
 定休日：年中無休[年末年始除く]

**あぐりっち戸出店**  
 住所：高岡市戸出吉住663  
 電話番号：0766-63-0107  
 営業時間：8:30~15:00  
 定休日：年中無休[年末年始除く]

**あぐりっちアグリピア店**  
 住所：高岡市西藤平蔵234  
 電話番号：0766-63-1422  
 営業時間：8:30~15:00  
 定休日：年中無休[年末年始除く]

■地元の採れたて「新鮮」売り場には、採れたての野菜が数多く並びます。商品は地元の農家の方が朝一番に運び込むので、毎日新鮮です。鮮度がいいと、味も違います。「採れたてのおいしさを届けたい」そんな農家の方の気持ちがつまっています。

■安全・安心 顔の見える農産物  
 商品に農家の方の名前がついているのは、商品の安全に自信を持っている証拠。また作った人の名前がわかると安心です。

■生産者が自ら作った「加工品」も大きな魅力  
 農家の方が手作りしたジャムや漬物やみそ、パンなど素材の味を生かした商品は、どれもおいしさ満点。直売所では野菜や果物、卵、花などの生鮮品だけでなく、加工品も地元の食材にこだわっています。



# お盆切り花 大特売市

販売期間 **8月6日(土)~15日(月)**

あぐりっち各店で販売します

## 令和4年度 お盆用切り花の販売について

今年のお盆用切り花の販売については新型コロナウイルス感染拡大防止に努め、混雑を避けるため期間販売を実施いたします。期間中は多数の切り花をご用意しておりますので、開店直後の混雑時等を避けて各販売場所へご来店・ご来場くださいますようお願い申し上げます。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

**高岡テクノドーム会場では8/13(土)・8/14(日) [7:00~15:00]の2日間販売いたします**

感染防止対策のため、高岡テクノドームでは新聞紙やハサミ、レジかごはご用意していませんのでご理解をお願いします。

販売価格

**400円(税込)・550円(税込)**

切り花は多数ご用意しておりますが売り切れの場合は何とぞご理解を下さいますようお願い申し上げます

高岡テクノドーム会場ではすべて現金での精算になります。JA商品券・ギフトカード、クレジットカード等のお取り扱いはできませんので、予めご了承ください。

●販売スケジュール	8/6	8/7	8/8	8/9	8/10	8/11	8/12	8/13	8/14	8/15
高岡テクノドーム (7:00~15:00)	-	-	-	-	-	-	-	●	●	-
あぐりっち佐野店 (8:30~16:00)	●	●	●	●	●	●	●	-	-	●
あぐりっち矢田店 (9:00~12:00)	●	●	●	●	●	●	●	-	-	●
あぐりっち戸出店 (8:30~15:00)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
あぐりっちアグリピア店 (8:30~15:00)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

※販売スペースや駐車場が狭いことから、密集密接を避けるために**8/13・8/14の2日間はあぐりっち佐野店・矢田店では切花の販売はいたしません。**  
 ※新型コロナウイルス感染防止対策については徹底した管理の下、適切に対応させていただきますのでご理解とご協力をお願いいたします。

## JA高岡 ときめき・まなぶくらぶ 受講生募集

令和4年度第13期 JA高岡 ときめき・まなぶくらぶ 申込書

申込日： 月 日

農や食、暮らしに関する講座を開講します。JA高岡管内にお住まいの方ならどなたでも受講できます。複数講座の申込可能です。

主催：JA高岡・高岡JA会館・JA高岡女性部

※FAXされる方は、このページ全体をFAXしてください(申込書だけを切り取らずに)

**① 田舎のぱん屋さん** (JA高岡女性部 福井 和美さん)

身近にある素材をつかって簡単にできるぱんをつくりましょう

日程：10/14(金)・10/28(金)・11/11(金)  
10:00~13:00

場所：高岡市里山交流センター(国吉1324-1)

持ち物：エプロン、三角巾、タオル

受講料：2,500円(3回分) 定員：8名

**② 高岡うまいもんづくり** (JA高岡女性部 華味のみなさん)

昔ながらの「家庭の味」を学びましょう

日程：10/19(水)・11/9(水)・11/30(水)  
10:00~12:00

場所：高岡市里山交流センター(国吉1324-1)

持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具

受講料：2,000円(3回分) 定員：6名

**③ グリーンとお花の寄せ植え教室**  
(長井 栄子さん (一社)日本ハンギングバスケット協会公認講師  
コンテナ・ハンギングバスケットマスター)

グリーンやお花でお家を飾りましょう

日程：10/27(木)・11/24(木)・12/1(木) 13:30~15:00

場所：高岡JA会館(あわら町1-1)

持ち物：はさみ、筆記用具、使い捨て手袋(必要な方)  
エプロン(必要な方)

受講料：8,000円(3回分) 定員：12名

**④ 紙バンドでカゴをつくらう**  
(善田 希さん あみ結び協会代表理事)

ワンハンドルのすてきなカゴをつくりましょう

日程：10/12(水)・10/26(水)・11/9(水)  
13:30~15:30

場所：高岡JA会館(あわら町1-1)

持ち物：はさみ、木工用ボンド、せんたくばさみ20ヶ、ウエットティッシュ、ものさし

受講料：3,300円(3回分) 定員：15名

**⑤ レインボー体操教室**  
(レインボー体操クラブたかおかのみなさん)

簡単な動作で構成されているのでだれでもできます。初心者大歓迎です。

日程：10/21(金)・11/18(金)・12/16(金)  
10:00~11:30

場所：高岡JA会館(あわら町1-1)

持ち物：水やお茶、汗ふきタオル、内履き(靴底の薄いものがおすすめ)

受講料：700円(3回分) 定員：10名

**⑥ わたしをトキメカセル手芸教室**  
(JA高岡生活指導員)

パッチワークの飾りをつくりましょう。糸も針も使いません。目打ちでボードの溝に布をきめこんでいくだけの手軽さで、すてきな作品のできあがり!

3回の講習で一つの作品を仕上げます。

日程：10/25(火)・11/1(火)・11/8(火)  
10:00~11:30

場所：高岡JA会館(あわら町1-1)

持ち物：はさみ、めうち

受講料：3,500円(3回分) 定員：6名

ふりがな \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_

住所 〒□□□-□□□□  
高岡市

電話番号 \_\_\_\_\_

希望に○ (複数申込可)	講座名	申込方法	対象者	申込締切	受講料	その他
<input type="checkbox"/>	①田舎のぱん屋さん	申込書に必要事項を記入され、お近くの支店・地区センターまたは組織広報課まで申し込みください。先着順ではありません。定員を超えた講座は抽選を行いません。	JA高岡管内にお住まいの方	9月6日(火)	第1回目に受講料を納入してください。	申込人数が5名に満たない場合講座を開催しないこともあります。受講申し込みをされた方には受講可否を9月17日までに郵送でお知らせします。
<input type="checkbox"/>	②高岡うまいもんづくり					
<input type="checkbox"/>	③グリーンとお花の寄せ植え教室					
<input type="checkbox"/>	④紙バンドでカゴをつくらう					
<input type="checkbox"/>	⑤レインボー体操教室					
<input type="checkbox"/>	⑥わたしをトキメカセル手芸教室					

新型コロナウイルス感染症の感染状況の推移等により、急ぎよ開催を中止させていただくこともありますので、ご理解ご協力をお願いいたします。中止となった場合は、受講者へ別途ご案内いたします。

**新型コロナウイルス感染症の対策について**

- ・会場にアルコール消毒液をご用意しますので、手指の消毒にご協力ください。
- ・受講前の手洗い、レッスン中のマスク着用にご協力ください。
- ・発熱やくしゃみ、せき、息苦しさや強いだるさがある方は参加をご遠慮いただきます。

皆様の健康と安全確保のため、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

お問い合わせは 組織広報課 ☎26-7410 FAX 26-7435  
 ご記入いただいた個人情報は講座以外に使用することはありません