



ごよつがる

—地域と共に未来へつなぐ—

3

March 2023
vol.165

【特集】藤森光明さん'sストーリー



Contents

固定資産の

- 売却について … 2
- 今後の予定 …… 3
- 営農情報 …… 4
- フォトニュース …… 8

藤森光明さん'sストーリー … 10

- まるっと特売日 …… 12
- J Aからのおしらせ …… 14
- シェフ永井のおすすめ …… 16
- パズル？ 頭の体操 …… 17

地域おたより掲示板 … 18

- 理事会だより …… 19
- 2月の記録 …… 19
- おいのめご …… 20
- 4月のあなたの運勢 … 20

●今後の予定（3月16日～4月15日まで）

・状況により変更・中止される場合があります。ご了承ください。
・詳細については各店舗でご確認ください。

日	月	火	水	木	金	土	日	木	
本 木	南	南		木	金	土	本 木	各曜日洗車特売店舗	
記号内文字の説明 五…五所川原 木…木造又は 木造SS 本…本店SS 南…南SS 北…北SS	3月16日から営業時間が変更になります。 本店・各支店 平日8:30～17:00 (金融窓口は平日のみ、 16:00までの営業) 土曜日8:30～12:00(日・祝日は休業日)	3/16 JA本店・ 支店 営業 時間変更	17	18 まるっと& りんご即売会 Wイベント (~19日)		備考欄			
19 詳しく述べ 12・13ページ をご覧ください →	20 春分の日	21	22	23 ⑤果樹農薬 配達 (~24日)	24	25 ⑥果樹農薬 配達 (~24日)	4/1 ⑦果樹農薬 配達 (~24日)		
26 ⑧	27	28	29	30	31				
2 ⑨	3	4	5	6	7	8 ⑩新鮮館 まるとの日	9		
9 ⑪	10 新鮮館 まるとの日	11	12	13	14	15 ⑫備考欄について 開催予定ではありますが、 日時が未定のものを掲載して います。 また、マークは主な開催地 区となります。 五…五所川原地区 木…木造地区	16	17	18

現金でお支払いの場合、現金会員カードのご利用でガソリン・軽油が2円／ℓ割引になります。JAカード（※）でお支払いの場合、ガソリン・軽油が2円／ℓ割引となります。（両カードでの割引は1ℓごとの適用となります）

※一部JAカードは対象外となります。また、お支払方法によってはサービス適用外となることがあります。

⑪…全店舗でガソリン・軽油が通常価格から常時3円引き。現金会員カード、JAカードの割引も適用されます。

□、△…洗車特売日。店舗により内容が異なりますので店頭でご確認ください。

電話番号・部署名一部変更のお知らせ

令和5年4月1日

変更前		変更後	
部署名	電話番号	部署名	電話番号
米穀課	0173-27-3304	米穀課	0173-27-3305
指導課	0173-27-3303	指導課兼相談課	0173-27-3303
審査課兼相談課	0173-27-3305	審査課	0173-27-3336

※他部署について変更はありません。

固定資産の売却について

1. 売却物件・最低落札価格

- ① 遠赤外線乾燥機：60,000円（税別）
- ② 粉摺機・粒選別機：140,000円（税別）
- ③ 小型光選別機：160,000円（税別）



2. 売却方法

- ① 入札 所定用紙に氏名、住所、連絡先、物件、入札金額（税別）を記入し、物件ごとに投函
- ② 期間 現物確認期間：令和5年3月27日～31日（企画管理課へご連絡ください）
入札期間：令和5年3月27日～31日 午後3時
開札：令和5年3月31日 午後4時より（本店1階役員室）
連絡：開札日以降、**落札者へ電話連絡**

3. 入札者の条件

- ① 組合員
- ② 物件の引き取り、移送設置は落札者が行う
- ③ 上記の引き取りに関しては売買契約締結後、かつ代金決済後に行う
- ④ 代金の支払いは、口座振替若しくは現金とする

問合せ先

企画管理課
0173-27-3300

**総額最大
10万円^{※2} だれぞも^{※1} キャッシュバック
チャンス**

レグザで新生活をはじめよう!
春の応援キャンペーン!!!

豪華賞品が当たる!

レグザとお友だちになろう! キャンペーン!

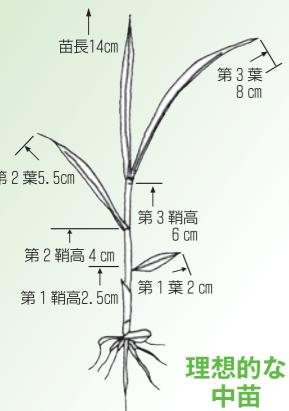
抽選期間 2023年2月16日(木)～4月4日(火)
※本キャンペーンは専用のQRコードが設置されている店舗でスマートフォンから参加できます。

店頭でのお友だち追加で豪華賞品が当たるチャンス!【各600名様、合計1,200名様】
※賞品は以下のいずれか

青森県産 青天の霹靂 5kg
青森県産 サンふじプレミアム 特撰1段3kg
青森県産 りんご
※画像はイメージです。

最新情報及び詳細につきましては、キャンペーンサイトをご確認ください。
[キャンペーン] <https://www.regza.com/cpn/23sprg>





生育時期別の温度管理（目安）

生育時期	日中	夜間
育苗箱設置～出芽期	35℃以上にならないようにする	10℃以下にならないようにする
出芽期～1.5葉期	30℃前後	5℃以下にならないようにする
1.5葉期～3.0葉期	25℃前後	
3.0葉期以降	20℃前後	

8. 温度管理等
- 出芽揃い（80%程度の出芽）になると、速やかにシルバーポリトウ等を除覆し、持ち上がった覆土をかん水等により落ちかせる。その際、粉が露出した部分は乾燥しないようになります。
 - 晴天の日は、ハウス内が高温になるので、風の強い場合でも、育苗ハウスの風下側を開けてハウス内の温度を調節する。

雪害樹の処理を適切に！
整枝剪定をしつかり行い、高品質りんごの生産を目指しましょう。



被害部は腐乱病などの侵入門戸となるので傷口にバッチャートを塗る。

3分の2以上裂開している枝は、ゆ合の見込みがないので剪去除して、かすがいや、ボルト等で補強し、支柱で支えましょう。

わい性台木等、側枝が不足となった樹は芽傷等により側枝の発生を促したり、主幹部に接ぎ木をして側枝の補充を図りましょう。

2. 野ネズミ対策

- 樹幹を食害された場合は、樹皮が幹周の1/4以上残っているものは、早めに塗布剤を塗布するかテープを巻いておいて下さい。

トップジンMオイルベースによる治療

（削り取り法）

5分の2以上裂開している枝は、ゆ合の見込みがないので剪去除して、かすがいや、ボルト等で補強し、支柱で支えましょう。

わい性台木等、側枝が不足となった樹は芽傷等により側枝の発生を促したり、主幹部に接ぎ木をして側枝の補充を図りましょう。

雪害樹の処理を適切に！
整枝剪定をしつかり行い、高品質りんごの生産を目指しましょう。

1. 穂木の採取と保管

ここでは、接ぎ木の穂木を採取するときの注意点を紹介します。

- 収益性が劣ってきた品種や色づきが悪い木は、改植や接ぎ木により、着色管理が楽で収益性が高い優良な系統へ更新する必要があります。
- 接ぎ木の際は、種苗法改正により申請が必要な品種もあるので、確認のうえ接ぎ木しましょう。

3. 粗皮削り

近年、粗皮削りを行う生産者が少くなりましたが、この作業は越冬した害虫を駆除することと病気を早期発見できる重要な作業です。

- 特に、クワコナカイガラムシやナシヒメシンクイなどは粗皮の下にいるエンジン付の高圧洗浄機は手作業の短時間で効率的に作業できます。

4. 腐らん病対策

（胴腐らん・泥巻き法）

剪定の際にには徹底的に切り取り焼却する。また、切り口にはできるだけそのままにバッチャートを塗る。

広めに3~5cmの厚さに張り付ける。その上をビニール又はポリエチレンなどで被覆し、約1年間そのままにしておく。

〔消毒例〕

薬剤名	成分数	処理法
テクリードCフロアブル	1	200倍液に24時間浸ける（種粉20kgで水20ℓに薬剤100ml）
スプロルタック乳剤	1	1,000倍液に24時間浸ける（種粉20kgで水20ℓに薬剤20ml）

※もみ枯細菌病、苗立細菌病の発生が見られた場合テクリードCフロアブルを使用する。

1. 種子消毒
- 低濃度長時間浸漬法の場合は浸漬中に2~3回薬剤を攪拌する。
 - 効果を安定させるため液温は10℃以下にならないように努める。
 - 消毒終了後は水洗いせずに、そのまま水に漬ける。
 - 消毒剤はいずれも浸種前に使用する。
 - 薬剤処理する場合、マスク・ゴム手袋などを着用する。
 - 農薬の空びん・空袋、使用後の薬剤洗浄水等は水路・河川等に流さない。
 - 薬剤処理する場合、マスク・ゴム手袋などを着用する。
 - 袋などに着用する。
 - 消毒剤はいずれも浸種前に使用する。

健康な苗を適期に田植えするため計画的に作業を進めましょう！



2. 浸種

- 浸種期間は積算水温で100℃(10℃の水温で10日以上)を確保する。
- 積算水温で100℃を確保しても低温で浸種した場合は、出芽不良や出芽遅れの原因となる恐れがあるのに、水温が10℃以下にならないようにする。
- 水の交換は、種子消毒剤の効果を高めるため、最初の2日間は行わず、その後は3日程度に1回静かに換水する。
- 浸種中は網袋の上下で水温差が生じないように、適宜攪拌する。
- 浸種完了の目安は、糊殻の外から胚（芽や根が出る部分）が白く透けて見えるようになったとき。

- 種粉をハト胸程度（芽の長さ0.5~1ミリ程度）に催芽するため、十分に吸水した種粉を30~32℃で16~20時間加温する。
- 催芽の温度が40℃以上になると発芽能力が低下するので、温度には十分注意する。
- 種粉全体の温度ムラを無くするために、暖房器具も併用して保温する。
- 伸ばしきの催芽粉では芽や根がお互いに絡み合い、は種機が詰まつて、まきムラの要因になるので注意する。

4. 育苗の施肥及び苗立枯病予防

○ 置床施肥

肥料名	坪当たり現物量
苗代専用	500 g
単肥の場合	
・硫安	240 g
・過石	450 g
・硫加	100 g
ナエファイン粉剤	
ナエファイン液剤	
ナエファイン粉剤	8 g
ナエファイン液剤	500ml (1,000倍)

◇ppm当たり成分で、窒素・加里15g・リン酸23g
◇置床被覆育苗法の場合は無肥料

○ 苗立枯病予防

資材名	成分数	箱当たり使用量
タチガレースM粉剤	2	8 g
タチガレースM液剤		500ml (500倍~1,000倍)
ナエファイン粉剤	1	8 g
ナエファイン液剤		500ml (1,000倍)

○ 育苗箱内施肥

肥料名	1箱当たり現物量
とかすだけ	20 g
新ロング入苗箱専用	80 g~100 g
箱育苗箱用585	50 g
育苗箱用イレブン	23 g
単肥の場合	
・硫安	12 g
・過石	15 g
・硫加	5 g

6. 出芽

- 育苗器を使用する場合、加温時間が長いと腰高で葉齢の進まない苗になりやすいので、24時間程度の加温をする。
- マット・畑方式では水分保持と適度な保温のためシルバーポリトウなどで被覆し、出芽揃いを良くする。
- マット育苗等では、は種時のかん水量が少ないと、出芽が不揃いになりやすいので、かん水は十分に行う。

乾粉	催芽粉
100g	約125g

5. は種量（箱当たり）

草が大きくなる前に除草剤を散布する。また、次頁の除草剤を散布する。広葉雑草の発生が多い場合、ハーモニーテッポウはスズメDFはスズメテッポウに高い。

小麦に登録のある除草剤

薬剤名	適用雑草名	使用時期	10a当たり散布量(希釈水量)
ハーモニーテッポウ	畠地一年生広葉雑草及びスズメノテッポウ	播種後~節間伸長前(スズメノテッポウ5葉期まで)	10g(100l)
アクチノール乳剤	畠地一年生広葉雑草	雑草生育初期(穂ばらみ期まで)	100~200ml(70~100l)
バサグラソ液剤	畠地一年生雑草(イネ科を除く)	雑草の3~6葉期(但し収穫45日前まで)	100~200ml(70~100l)
MCPソーダ塩	1年生及び多年生広葉雑草	幼穂形成期(但し収穫45日前まで)	200~300g(70~100l)

○散布するときは周囲の作物への飛散に注意しましょう。
○この資料は平成31年2月27日現在の農業登録に基づいて作成しました。
○農薬を使用する際は、必ず最新の情報を確認し使用基準を厳守してください。

4. 雜草防除について
- (1) うどんこ病の防除は、止葉直下葉での発生直後に1回薬剤散布を行うと効果的である。
- (2) 赤かび病の適期防除は、1回目が開花始(出穂期3~5日後)~開花期、2回目が1回目の散布7日後である。赤かび病菌は、主に開花期に感染し、発病した穂等を二次感染源として蔓延する。また、病勢が進展してからの防除効果は低下する。
3. 病害防除

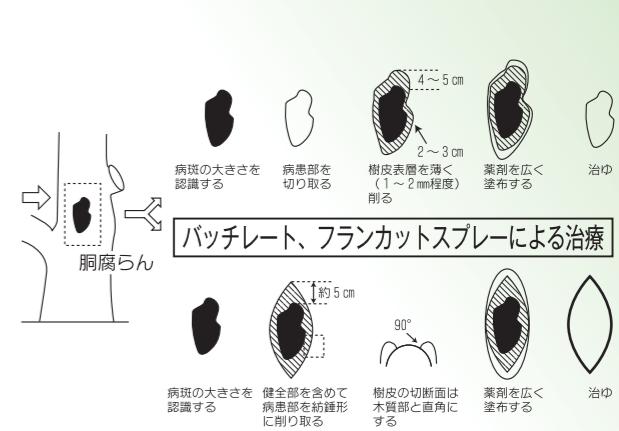
うどんこ病、赤かび病に登録のある農薬

薬剤名	倍率	10a当たり散布量
石灰硫黄合剤	50~60倍	100~150l
イオウフロアブル	400倍	
トリフミン水和剤	1,000倍	
シルバキュアルフロアブル	2,000倍	
ストロボーピールフロアブル	2,000倍	
トップジンM水和剤	1,000~2,000倍	
スマトップM粉剤	—	4kg/10a

① 芽の上5mmぐらいのところに図のAのような逆L字につけるといい。このAの場合、芽傷専用ナイフかL型の彫刀などを用いると便利である。適当な刻の具がないときはナイフか鋸で図のBのように付けてもよい。芽傷は休眠期のうちにやった方が萌芽率が高い。

② 側枝の少ない場合は、芽傷を付け、枝の発出を促す。

A B



5. わい化園の管理

その年の窒素施肥量の6割を基肥として、残り4割を追肥として6月末まで施す。また、石灰質肥料を施肥するときは、施肥を先に行ない、降雨があるときは、施肥を2~3日後に行なう。4月20日頃まで終わらせるようにする。

ただし、着色が悪い樹や樹勢が強すぎた樹は施肥を半減するか施肥を中止する。

8. マメコバチの予冷管理

地力の増強を図るために樹冠下に春、堆肥(10a当たり600kg程度)、石灰質肥料(苦土タンカル10a当たり100kg程度)を施用する。また5cm程度の深さで軽く耕起すると良い。

出巣筒からカチカチと音が聞こえたときが冷蔵庫に入れる日安です。1回目の薬剤散布が終わって3日後頃に冷蔵庫から出し、園地に設置する。

9. 石灰と有機物施用

たとえば、着色が悪い樹や樹勢が強すぎた樹は施肥を半減するか施肥を中止する。

7. 施肥

健康な土づくりには有機物が必要であるため、有機物を多く含んだ有機質肥料がおすすめ。

消雪後、できるだけ早く行う。遅くとも4月20日頃まで終わらせるようにする。

8. 園地の清掃

前年の落葉が黒星病等の一次伝染源となるため、集めて処分するか、土中に書き込むなど適切に処理する。

9. 今後の対策

将来防除を楽にするために品種の整理を行う。

品種が混植されていると、農薬の散布違反が出やすないので収穫時期の同じ品種にまとめるなど品種を整理する。

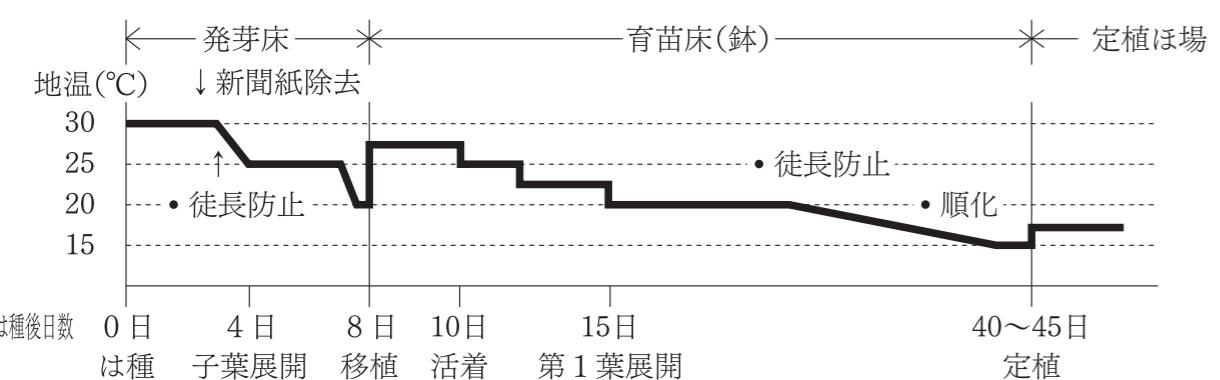
りんご園の中に他の果樹(ナシ、梅、ブドウ)などがある場合は整

理し、その品種に適した農薬を散布する。

メロンの育苗管理

1. 移植(鉢上げ)
地温は下図を参考に管理し、**気温**は最低15℃以上~最高30℃以下に保つ。
(1) 鉢上げ直後から1~2日間はトンネルを密閉し、日差しが強い時は遮光する。最高気温は30℃以上にしない。
(2) 鉢の表面が乾いてきたら午前中に地温を下げる。最高気温は30℃以上にしない。
(3) 遅くとも3日目からはトントンを開けて換気を行い、徒長を防ぐ。
(4) 鉢の表面が乾いてきたら午前中に地温を下げる。最高気温は30℃以上にしない。
(5) 葉と葉が重なり合うようになったら鉢の間隔を広げ、苗の受光体勢をよくする。この時、温床の外側の苗と内側の苗を入れ替え、生育を均一にする。
(6) 定植の7日前から夜温を15℃前後に下げ苗を外気に慣らす。

(発芽床と育苗床(鉢)の床温(地温)管理)



メロン

1. 発芽・本葉2枚まで
① 発芽適温15℃~25℃。最低4℃以下、最高33℃以上で発芽不良になる。
※平均気温7℃だと、発芽揃いまで20日以上かかる。
② 冬期間はパースライト+ボリベタ掛けとし、50%程度発芽したら取り除く。

◆育苗管理

1. は種~発芽まで
① 発芽適温15℃~25℃。最低4℃以下、最高33℃以上で発芽不良になる。
※平均気温7℃だと、発芽揃いまで20日以上かかる。

ネギ

1. 雪腐病
① ハウス内トンネルは極力掛けないようにして、霜等が予想される場合の積雪期間が長くなるほど被害が増大するので、消雪促進剤や黒土を散布して消雪を早める。
② 転換畑では排水に努め、融雪時に停滞水がないようにする。

2. 追肥

1. 雪腐病
① ハウス内トンネルは極力掛けないようにして、霜等が予想される場合の積雪期間が長くなるほど被害が増大するので、消雪促進剤や黒土を散布して消雪を早める。
② 転換畑では排水に努め、融雪時に停滞水がないようにする。

小麦

3. 本葉2枚以降
① ハウス内トンネルは極力掛けないようにして、霜等が予想される場合の積雪期間が長くなるほど被害が増大するので、消雪促進剤や黒土を散布して消雪を早める。
② 転換畑では排水に努め、融雪時に停滞水がないようにする。

1. 雪腐病
① ハウス内トンネルは極力掛けないようにして、霜等が予想される場合の積雪期間が長くなるほど被害が増大するので、消雪促進剤や黒土を散布して消雪を早める。
② 転換畑では排水に努め、融雪時に停滞水がないようにする。



フォトニュース



ミニトマトの栽培ポイントを聞く参加者



総会開会にあたりあいさつを述べる大坂会長



講師の説明を聞く出荷者ら



楽しみながら操作を学ぶ参加者

トキタ種苗を講師に招き、「サンチエリーミニトマト」栽培講習会を開催しました。出席者は栽培上の注意点を確認し、今年の圃場、栽培管理に備えました。この品種には灌水が大切で、夏になれば毎日の灌水が重要になります。灌水が必要な理由として、新鮮な水により新しい酸素を土に供給できることも強調しました。重なるように栽培体制についても触れました。

年ぶりに実開催となり、22人の会員が出席しました。大坂隆典会長が議長となって議事が進行し、議案は原案通り可決。コロナ禍の落ちつきによる講習会などの実施計画について情報を共有しました。

総会後には、JAの野呂重正代表理事常務が講師を務め、農業経営簿記帳に関する勉強会を行われました。野呂常務は「記帳することで自身の財産の状況が把握できる。計画を立てて、経営をしっかり考えることが一番大事」と記帳の大切さを伝えました。

直売所の活性化と出荷者の今後の取り組みを支援するため「直売所等に向けた野菜栽培講習会」を本店で開催。農産物直売所「まるっと新鮮館」などへの出荷者13人が出席し、熱心に耳を傾けました。

講師を務めた渋谷苗店の澁谷耕平取締役常務は「ぜひ、いろいろな野菜を栽培、出荷して消費者を楽しませてほしい」とあいさつ。見た目にインパクトがある赤色スイートコーンや味のバランスが抜群のミニトマトなど、話題性があり、これらヒットが予想される目新しい野菜との栽培ポイントについて紹介しました。

組合員とその家族を対象にはじめて「スマホ教室」を開催しました。8人の参加者が、電話のかけ方やメールの使い方、文字入力などを学びました。当日は、ドコモショップ五所川原店のスタッフが講師を務め、実践を交えてスマートフォンの特徴や操作方法などを丁寧に解説。参加者は「次はLINEもきるようになりたい」と話す。今後JAではより実践的な内容のスマホ教室を開催しています。

2月6日
水をしつかり
供給!



講習会で栽培の注意点を学ぶ

2月7日
事業計画を
共有



小玉スイカ生産に向け講習

2月8日
おもしろ
野菜紹介



講師が栽培管理について説明

2月24日
スマホ
教室



講習会で栽培の注意点を学ぶ

2月1日
大雨にも対策を

埼玉原種育成会の小林弘明育種係長を講師に招き、メロン「キスミー」の栽培講習会を開催。キスミーシリーズの品種特性や、管内における栽培管理の注意点について説明がありました。

昨年のような大雨への対策のためにも高畠で栽培することや、元肥と同時に酸素剤や発根剤を施用することを認めました。

緑肉メロンのキスミーは市場評価も高く、管内の多くの生産者も作付けしている品種ですが、この度名称変更の案内がありました。2024年産からは新名称「キスロマン」を取り扱われるということです。

指導課が小玉スイカ「姫甘泉」の栽培講習会を開催し、出席した18人の生産者は品種特性と栽培のポイントについて学びました。五所川原地区では、姫甘泉の露地栽培が行われています。果皮が薄くても輸送中に裂果の心配が少なく、肉質が緻密でシャリ感に富む味わいが特徴です。講師の丸種種苗の月森さんは、「一斉に着果させることが重要」と話し、そのための十分な樹作りについて説明しました。また、炭疽病の対策で予防の徹底を呼びかけました。

2月2日
品質揃えた
果実生産

指導課が小玉スイカ「姫甘泉」の栽培講習会を開催し、出席した18人の生産者は品種特性と栽培のポイントについて学びました。五所川原地区では、姫甘泉の露地栽培が行われています。果皮が薄くても輸送中に裂果の心配が少なく、肉質が緻密でシャリ感に富む味わいが特徴です。講師の丸種種苗の月森さんは、「一斉に着果させることが重要」と話し、そのための十分な樹作りについて説明しました。また、炭疽病の対策で予防の徹底を呼びかけました。

2月3日
花粉確保のため
対策を

今年の栽培管理に向け、本店でズッキニの栽培講習会を開きました。参加した生産者らは、作型と栽培管理などについて、技術を共有しました。講師を務めた力ネコ種苗の寺沢美作穂盛岡支店長は、芽出し処理から定植時の注意点などを丁寧に解説。低温条件では雄花の生育が遅いため、花粉不足の対策として、通常より2週間程度早播きした苗を全体の1割程度用意することを勧めました。さらに、生育を促進するため、適度な摘葉を行うよう案内しました。

今年の栽培管理に向け、本店でズッキニの栽培講習会を開きました。参加した生産者らは、作型と栽培管理などについて、技術を共有しました。講師を務めた力ネコ種苗の寺沢美作穂盛岡支店長は、芽出し処理から定植時の注意点などを丁寧に解説。低温条件では雄花の生育が遅いため、花粉不足の対策として、通常より2週間程度早播きした苗を全体の1割程度用意することを勧めました。さらに、生育を促進するため、適度な摘葉を行うよう案内しました。

輪菊一期作



特集

北地区
ふじもり みつあき
藤森 光明さん
白輪菊 75坪×10棟

ストーリー



雪華美人

J A ごしょつがるの花き部会員が生産する花きは、「雪華美人」というブランドで流通しています。



花、一本でやっていく・・・

多くの部会員が、盆や彼岸に注力する中、藤森さんの経営は二期作により出荷期間が長いのが特徴。暖房設備を整えており、寒さが厳しい1月に定植作業を始め、5月から年末までおよそ14万本を出荷する。1輪ずつ、つぼみの様子を確認してハサミを入れる。適期の見極めも、これからもっと上手くなりたい。ハウス1棟を収穫し終えるまで2週間を要する。月に2棟分収穫することを目標にして生産を図り、少ない面積を効率よく活用する。7月生まれだら、寒いのは苦手。そう話し、手で両肘を抱えながら話している。「名前をつかないが、かわいいがつてている。思い通りに育てた輪菊に囲まれて微笑んだ」。育てた輪菊に囲まれて微情に仕てた両手が笑んだ。

多くの部会員が、盆や彼岸に注力する中、藤森さんの経営は二期作により出荷期間が長いのが特徴。暖房設備を整えており、寒さが厳しい1月に定植作業を始め、5月から年末までおよそ14万本を出荷する。1輪ずつ、つぼみの様子を確認してハサミを入れる。適期の見極めも、これからもっと上手くなりたい。ハウス1棟を収穫し終えるまで2週間を要する。月に2棟分収穫することを目標にして生産を図り、少ない面積を効率よく活用する。7月生まれだら、寒いのは苦手。そう話し、手で両肘を抱えながら話している。「名前をつかないがつてている。思い通りに育てた輪菊に囲まれて微笑んだ」。育てた輪菊に囲まれて微情に仕てた両手が笑んだ。

輪菊は日が短くなると花をつけける。成長と開花時期を調整するため、日照と温度の繊細な管理が重要だ。毎年違う管理方法を取り、摸索を続けている。「保存できない花を、納得の品質で浮き沈みなく安定的に供給できる体制を維持したい」そのため、努力を積み重ねてきた。いつも前向きでありたいが、簡単ではない。

外気温が氷点下10度を記録する中、ハウス内は20度を維持するため、30度の差を暖房で補わなくてはならない。設備の老朽化は進み、ビニールなどの資材、肥料、農薬が高騰、送風機には電気を使う、苗も値上がりした。不安はある。それでも二期作は続けていくつもりだ。

次の定植に備えて温床線の上に苗床を敷き、発根を待つ。藤森さんは、冬に耐える若緑色の苗を見つめ



一面の雪に隠れるハウス

2月、定植を開始したころのハウスは、雪野原の中になつた。場はハウスに向かうまでも一苦だ。倒壊を防ぐために除雪は欠かせない。9月は温度管理が少し楽になるため、ひとときの余暇を持つてから片づけ作業や土壤の管理のために「冬季の休みなんてはなかつたよ」と藤森さんは笑っていた。定植からおよそ2週間経つてから片づけ作業や土壤の管理のために「冬季の休みなんてはなかつたよ」と藤森さんは笑っていた。定植からおよそ2週間経つてから片づけ作業や土壤の管理のために「冬季の休みなんてはなかつたよ」と藤森さんは笑っていた。定植からおよそ2週間経つてから片づけ作業や土壤の管理のために「冬季の休みなんてはなかつたよ」と藤森さんは笑っていた。定植からおよそ2週間経つてから片づけ作業や土壤の管理のために「冬季の休みなんてはなかつたよ」と藤森さんは笑っていた。

五所川原市北地区の藤森光明さんは、友人がリターンして輪菊の生産を始めたことに影響を受け、37歳で会社員人生に終止符を打った。「会社勤めしていた時とは違い、自分の計画と責任で、すべてを進めることができる点でやりがいを感じる」と話す。父親名義の田んぼはあつたが、トラクターなどの機械はすべて自ら揃え、ゼロからのスタート。現在は2人を雇用しながら、75坪のハウス10棟で白輪菊を栽培しており、2015年から4年間は、花き部会長を務めた。



りんご直売所&まるっと新鮮館 コラボイベント

今期最後 JAごしょつがる
りんご即売会



3/18
土

▼
3/19
日

午前9時
午後3時

家庭用

● CAサンふじ (規格外) 1箱 20kg入り 4,500円 1手かご 2,000円

CA貯蔵とは、冷蔵庫内の酸素濃度を空気の1/10程度まで下げた環境で貯蔵します。よって果実の呼吸量が低くなるため貯蔵性が良くなります。さらに二酸化炭素を加えることでいっそう呼吸量が低下します。これにより、りんごが深い休眠状態に陥り、鮮度を保ったまま貯蔵する技術です。

- 各種発送承ります (送料別途)
- お持ち帰り用の袋・箱等をご持参ください。

農家の皆様が丹誠込めて育てた安全・安心・新鮮な美味しいりんごです。
みなさまのお越しをお待ちしております。

ご来店の際は、マスク着用のご協力お願い致します。

JAごしょつがる 中央りんごセンター TEL 29-3450
FAX 29-3452

まるっと新鮮館&りんご直売所 コラボイベント

こんにゃく
おでん

3/18日
19日

長いも
大特価

復活
1本 110円

人気の移動販売!

大山精肉店 つるちゃんやきとり



3/18日 19日 の2日間出店します



春彼岸
花き即売会
開催中!

3/17日 金 ~ 22日 水



まるっと新鮮館
営業時間 8時~16時
まるっと新鮮館 TEL 29-3451

まるっと新鮮館

りんご直売所
りんご冷蔵庫

至市街

スズキ自動車さん

至市街

ファミリーマートさん

JAごしょつがる
本店

りんご
冷蔵庫

津軽自動車道

五所川原東IC

インターネットで「すべて」の
ローンが簡単に仮申込可能になりました!
お気軽にお申込み下さい!!



スマホ・パソコンから
24時間・365日いつでも申込!

お申込は『JAネットローン』で検索か、
QRコードから



JAごしょつがる

本店 融資課 ☎ 0173-27-3306

— 詳しくはお近くのJA本支店窓口まで
お気軽にお問い合わせください —

木造総合支店 ☎ 0173-42-9115
金融共済課

**JAバンクローン
青森県産品応援
キャンペーン**

期間中、新規でマイカー・教育・多目的・フリーローンのいずれかを
ご契約のお客さまに、A・B・C・Dコースから1品プレゼント!

期間 2022年12月1日(木)～2023年4月28日(金)

Aコース
つがるロマン
(2kg・1袋)
+
青天の霹靂
(450g・1袋)
※写真はイメージです

Bコース
まっしぐら
(2kg・1袋)
+
青天の霹靂
(450g・1袋)
※写真はイメージです

Cコース
アオレン
りんごジュース
(15本)
※写真はイメージです

Dコース
クオカード
1,000円分
※イラストはイメージです

インターネットなら24時間いつでも簡単・便利にお手続き!!

ご来店いただく時間が
とれないお客様

お借入可能かどうか
事前に知りたいお客様

スマートフォン・
タブレットでもご利用可能!!

JAネットローン
来店不要でいつでも仮申込み



JAネットローン

検索

24時間365日受付

※仮審査結果については、後日メール等でご回答いたします。なお、応諾の場合、後日、店頭にて正式申込みおよび契約手続きが必要となります。

お申込みは、便利で簡単なJAネットローンをスマホやパソコンからご利用ください!!

キャンペーンについて

- ・お借入れの際は、JAが出資金をお預かりすることもございます。詳しくはお近くのJAにお問い合わせください。
- ・本キャンペーンにおいてJAが取得した個人情報につきまして、目的外での利用はせず、JA内で厳正に管理させていただきます。

金利でお悩みの方、各種ローンのご利用を検討されている方はJAにご相談を!

詳しくは、お近くのJAバンク窓口へお問い合わせください。(土・日・祝日を除きます)

JAごしょつがる

本店 融資課 ☎ 0173-27-3306

— 詳しくはお近くのJA本支店窓口まで
お気軽にお問い合わせください —

木造総合支店 ☎ 0173-42-9115
金融共済課



パズル? 頭の体操

タテのカギ

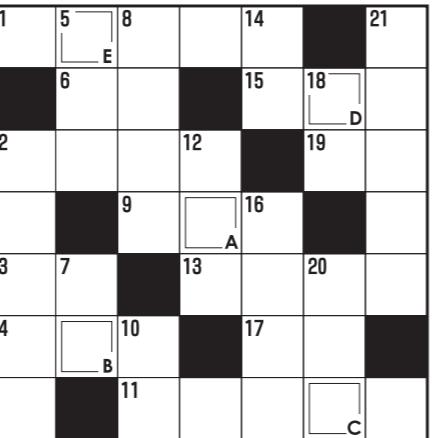
- 2野球のB S OのS
- 5敵ではありません
- 7正しい答えに付けるマーク
- 8遠くで近きは——の仲
- 10シオマネキこの仲間です
- 12得意なもの。漢字で書くと十八番
- 14体温計を挟みます
- 16空弁(そらべん)が売られている所
- 18田畠を耕す道具の1つ
- 20ギリシャ文字の最後の字。Ω、ωと書きます
- 21選抜高等学校野球大会の会場です

ヨコのカギ

- 1唱歌『花』に歌われている川
- 2写真などを撮影するための施設
- 3ラクダやアルパカに似たアンデス地方の動物
- 4クジラより小さめです
- 64月なのに冷えるなあ、——の戻りかな
- 9書類の何も書かれていない部分
- 11新1年生の皆さん、ご——おめでとう!
- 13爬虫(はちゅう)類は変温動物、哺乳類は——動物
- 151、3、5、7、9……
- 17日本人の主食です
- 19船を着けます

出題●ニコリ

二重マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?



先月号のこたえ【成】

- | | |
|-----------|-----------|
| ヒトゴコチ→人心地 | なべ焼き |
| ナナヒカリ→七光 | うどんコース |
| マクラモト→枕元 | Quoカードコース |
| ツチケムリ→土煙 | |
| リンセツチ→隣接地 | |

先月号の当選者

- | |
|------------------|
| 工藤 清利さん(本店) |
| 竹谷 真理子さん(北支店) |
| 長谷川 秋子さん(木造総合支店) |
| 佐々木 千鶴さん(本店) |
| 原 洋子さん(北支店) |
| 新岡 てつさん(木造総合支店) |

応募: 51通 / 正解者: 51通

応募締切

当日消印有効

3月25日(土)

正解者の中から抽選で5名にQuoカード(1,000円分)をプレゼント!

引き続きメールでのご応募もお待ちしております。

kanri@ja-goshotsugaru.or.jp

×(キリトリ)

郵便はがき

0370690

(受取人)

五所川原市大字
野里字奥野100番地

J A ごしょつがる
企画管理課広報係

〒		
ご住所	市	
ふりがな		年齢
お名前		
お近くの店舗名	本店・木造総合支店・北支店	

食べるだけで美しく健康に!

「発酵美人」のすすめ

いつまでも若々しく、美しくいたい。
でもそのために無理をしたり、
お金や手間をかけるのは嫌……。
そんな女性のわがままをかなえてくれるのが、
身近にある発酵食品です。

監修:一般社団法人 日本発酵文化協会 藤本倫子

毎日食べて アンチエイジング

納豆

納豆の原料である大豆は、牛肉と比べても遜色のないほどタンパク質が豊富で、ビタミンCと協力してコラーゲンを生成する亜鉛も豊富です。さらに女性ホルモンに似た働きをするイソフラボンが、発酵の働きで吸収されやすい構造になっています。また、アンチエイジング効果のあるポリアミンも、納豆菌によって増加。納豆を毎日食べることで、自然に若々しさを保てるのです。

ポイント
体内の細胞の生まれ変わりに必要な核酸が豊富に含まれているかつお節(枯れ節・本枯れ節)と組み合わせるとより効果的。



材料(2人分)

- | | |
|--------------|--------|
| ホタテ貝柱 | 2個 |
| リンゴ | 1/2個 |
| マッシュルーム | 2個 |
| 干し柿 | 1個 |
| ホワイトソース(市販品) | … 大さじ4 |
| パルメザンチーズ | 適宜 |
| 塩、こしょう | 適宜 |
| 薄力粉 | 適宜 |
| 白ワイン | 大さじ1 |
| バター | 10g |



リンゴとホタテのグラタン

作り方

- ホタテ貝柱は水気を拭き取り、塩、こしょうをして薄力粉を薄く付ける。リンゴは皮をむいて種を取り除き、一口大にカットする。マッシュルームは石づきを取り、縦半分に切る。

- フライパンにバターを入れ、①の材料をソテーして最後に白ワインを回しかける。

- 6、7cmほどのココットにバター(分量外)を塗り、②と5mm幅に切った干し柿を入れ、ホワイトソース、パルメザンチーズの順にかけ、180度のオーブンで10~12分ほど焼く。

- 耐熱の下皿に③を載せ、お好みのハーブ(材料外)を飾り出来上がり。

シェフ永井のおすすめ



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



これから、長寿食をご紹介します。人生100歳ももうすぐ。一緒に大笑いしながらどんどん長生きいたしましょう。今回の長寿食は「納豆ののり巻き」で、長寿はもちろん脳の活性化にも大変役に立ちます。花見や野遊にもお弁当にもぴったり。

長生き時代を面白く過ごすために欠かせないのが頭の若々しい発想力。頭の回転力もアップさせるための脳のエネルギー源であるブドウ糖は、ご飯などの炭水化物が分解されて作られます。炭水化物を分解してブドウ糖にするために欠かせないのが、ビタミンB1です。納豆にものりと一緒に巻きB1がたっぷり。従ってのり巻きを食べると、ご飯から炭水化物、そして分解して頭脳力をアップさせるブドウ糖にするビタミンB1も豊富に取れます。

■年を取ってもバリバリ働く年を取ってもバリバリ仕事を続けています。高齢になつても、働く能力のある人がどんどん求められる時代にぴたりなのが納豆ののり巻きといつていいでしょう。納豆は素晴らしい。体の若さを保つアミノ酸が多く、頭の老化を防ぐレシチンもたっぷり。のりには幸せホルモンのセロトニンの原料となる必須アミノ酸のトリプトファンが多い。さあさあ納豆ののり巻きで長生きGO GO!といきましょう。



永山久夫の健康万歳!

食文化史研究家・日本の長寿食研究家●永山久夫

納豆ののり巻きで100歳へGO!





案 件

- 議案第1号 令和4年度上半期事業実績及び年度末見込みについて
 議案第2号 理事に対する利益相反取引について
 議案第3号 大口貸付の承認について
 議案第4号 令和5年産太刀打育苗ハウス収支計画について
 議案第5号 債権処理について

(令和5年2月28日開催)

報告事項

- ① 固定資産の売却について
- ② 令和4年度上半期定期監査の監事監査報告について
- ③ 監事監査規程の一部変更について
- ④ 冬の貯金キャンペーン実績報告について
- ⑤ 共済推進進捗状況について
- ⑥ 「レグザ春の応援キャンペーン」への商品提供について
- ⑦ その他

2月の記録

- 1日 キスミーメロン栽培講習会(木造)
- 2日 献血(本店)
- 内部監査(~6日、土日を除く)
- 小玉すいか(姫甘泉)栽培講習会(本店)
- 3日 レノンメロン栽培講習会(木造)
- ズッキーニ栽培講習会(本店)
- 6日 ミニトマト栽培講習会(本店)
- 7日 上半期定期監事監査(~10日)
- 農業青色申告会通常総会及び簿記帳勉強会(本店)
- 緑肥に係る講習会(木造)
- 七和地区りんご基幹青年の会通常総会(書面)
- 8日 直売所出荷者向け講習会(本店)

組合員数: 6,084名
(3月1日現在)
役員数: 20名

職員数: 159名 (正145名・臨10名・パ4名)
出資金: 22億1,213万円

★2月号の特集で「若手・女性就農者と常勤役職員の意見交換会」の内容をご紹介しました。皆様より共感とご支持の声をいただき、誠にありがとうございました! JAでは、今後も広報誌のお便りや意見交換会などを通じて頂戴した様々なご意見を、内部で共有し向上に努めてまいります。引き続きご意見・ご要望、お待ちしています。

普段は頼りない父が除雪をしている時は頗もしく感じます。「ありがとうございます!」って言つておいて、お母さん!(木造総合支店 Aさん30代)

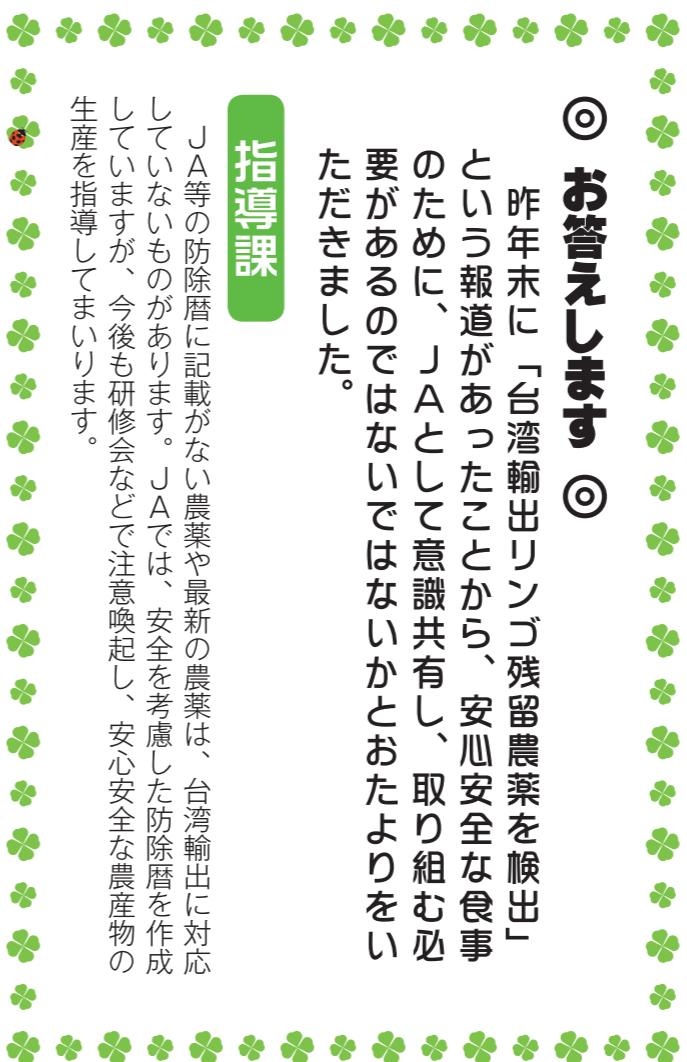
今年も自給自足の生活を加速させ、頑張るぞ。自生している山菜(薬草)フキノトウ、アサツキ、セリ、こごみ、うどなど加工し冷凍して夏場に食べます。(木造総合支店 Kさん70代)

たちねぶたリンゴジュース完成! さっそく孫たちに送つてやります。手指体操も続けてやります。引き続きご意見・ご要望、お待ちしています。(本店 Yさん70代)

韓流ドラマにはまり、冬の間は時間があるので、たくさん見てます。(本店 Mさん40代)

2023年、年明けから早いものでもう2月中旬です。そろそろマスクがはずせるようになります。身体に気をつけ、今年も農作業ケツバルぞ!

皆さん身近であつたことや昔の思い出話、みんなに教えたたいこと、JAへのご意見などお待ちしています!



JJA等の防除暦に記載がない農薬や最新の農薬は、台湾輸出に対応していないものがあります。JJAでは、安全を考慮した防除暦を作成していますが、今後も研修会などで注意喚起し、安心安全な農産物の生産を指導してまいります。

昨年末に「台湾輸出リンゴ残留農薬を検出」という報道があつたことから、安心安全な食事のために、JJAとして意識共有し、取り組む必要があるのではないかとおたよりをいただきました。

パズル? 頭の体操のこたえ

【 】

- 興味を持った記事はありましたか ● (2つまで)
- 営農情報 フォトニュース
 特集(藤森光明さん'sストーリー) 料理
 パズル? 頭の体操 めご
 めご その他()

●おたより掲示板へのコメントなど●



北地区

おがさわら
小笠原ゆづき
悠月くん (3歳)

「おじいちゃん」小笠原 勝美さん



今回は小笠原さんのめごをご紹介します。悠月くんは炊き立てのご飯やりんご、肉じゃが、シチューなどが好物。今楽しんでいる遊びは警察ごっこで、車に乗っているときは「までー」「つかまるぞー」とパトカーに乗る警察官になりきっています。

3歳になる前からひらがなカタカナを読めるようになり、家族もびっくり！ひらがなの指なぞりもするそ�で、とても勉強熱心な悠月くん。

いろんなことを吸収して、大きくなってね！

お父さんからのメッセージ

「すぐすぐ元気に育ってね！」

*おいのめご募集中!!

広報に「おいのめご」を掲載したい方は、
お気軽にご連絡ください。10歳以下(0~10歳まで)。
お問い合わせ先：☎ 27-3300 または、kanri@ja-goshotsugaru.or.jpまで。
タイトルに「おいのめご」とご記載ください！



3.21▶4.19

全体運▶パワフルに過ごせます。志を高く持ち妥協しない姿勢で運が開けます。遊び心を忘れず楽しみながら進めて
健康運▶検診で健康チェックを。早期発見大病を回避
幸運の食べ物▶アスパラガス



4.20▶5.20

全体運▶不安な状況も次第に解消へ。あまり思い悩まず「何となるか」と、ドンと構えて。朗報がもたらされ好転します
健康運▶旬の食材を使ったメニューで元気を補充して
幸運の食べ物▶キクラゲ



5.21▶6.21

全体運▶人との交流が現状を大きく変えていきます。今まで関わってこなかったことにも耳を傾けて。うれしいお説いも
健康運▶喉のケアが大切。外出後は必ずうがいを
幸運の食べ物▶タラの芽



6.22▶7.22

全体運▶せいで事は仕損します。力をためてチャンスを待ちましょう。耳に痛いアドバイスこそあなたの役に立つはず
健康運▶目や歯に違和感を感じたら早めに病院へ
幸運の食べ物▶レタス



7.23▶8.22

全体運▶大きな追い風に吹かれ忙しくなりそうです。パワーのあるときなのでセーブせずに全力で取り組めば好結果に
健康運▶休憩の時間を多めに。ストレスは随時発散を
幸運の食べ物▶コゴミ



8.23▶9.22

全体運▶外野が騒がしく大変そうですが、皆があなたのことを思ってくれています。感謝の気持ちを持って事に当たって
健康運▶大人数でする運動やスポーツにツキあり
幸運の食べ物▶サヤエンドウ

4月のあなたの運勢



9.23▶10.23

全体運▶吉凶混合運です。その場だけで一喜一憂しないで。前向きな姿勢が吉運を引き寄せます。うれしい贈り物の予感も
健康運▶血圧は小まめにチェック。軽い散歩が◎
幸運の食べ物▶ソラマメ



10.24▶11.22

全体運▶周到な準備が好結果を招きます。丁寧な作業を心がけて。また、不足がある場合は無理せず延期にするのが正解です
健康運▶楽しみながらできる運動で筋力アップ
幸運の食べ物▶ノビル



11.23▶12.21

全体運▶運勢は盛り上がり大きな進展が見られます。あなたらしく未来志向でいきましょう。過去の問題には触れないで
健康運▶痛みなどの再発に注意。ケアに力を入れて
幸運の食べ物▶さんしょう



12.22▶1.19

全体運▶頑張っているのにうまくいかず立つことが。そもそもやり方が間違っているのかも。状況を分析し直せば好転します
健康運▶うっかり、ほんやりだけがのないように
幸運の食べ物▶ゼンマイ



1.20▶2.18

全体運▶交友関係が活発化。うわさ話は控えて。正確な情報発信があなたの信頼を高めます。家族優先が◎
健康運▶生活リズムの維持を心がけて。発酵食品にツキ
幸運の食べ物▶タケノコ



2.19▶3.20

全体運▶困っていた問題は解決に向かい、のんびり過ごせそう。迷ったときは利益優先を控えて成り行きに任せると吉
健康運▶体力アップのチャンス。新メニューも試して
幸運の食べ物▶グリーンピース

編集室

ココ
だけの
ハナシ

ペット紹介コーナー

ペット掲載のご要望がありました。日々生活を共にする相棒のような存在、ペットをご紹介したい方がいらっしゃいましたら、写真と楽しいエピソードなどを添えてお寄せください！上記、「おいのめご」送付先と同じ連絡先でOKです。先日、雪と見間違うほどたくさんの白鳥が、近くの川に飛来しているのを目撃。雪解けもすすみ、春の気配を感じますね。



広報誌等の作成に

ご協力ををお願いします
企画管理課では、広報誌等に使用するため、各行事で写真撮影を行っております。お見かけした際にはご協力ををお願いいたします。