



—地域と共に未来へつなぐ—

6

June 2023
vol.168

ごほうがる

親子体験特集！



Contents

令和5年産	親子体験特集！	8	地域おたより掲示板	14
りんご出荷契約受付	JAからのおしらせ	10	理事会だより	15
今後の予定	ひんやり優しい		5月の記録	15
営農情報	ミルクスイーツ	12	おいのめご	16
フォトニュース	穴ぼこ熟語パズル	13	7月のあなたの運勢	16

★今後の予定

お知らせ

6月20日(火)～21日(水)
(五所川原地区) 飯米引渡し

イベント

7月8日(土)～10日(月)
(まるっと新鮮館) 周年祭&まるっとの日



お知らせ

7月14日(金)
(くらしのコーナー) メロン・すいか直売所オープン!



イベント

ノウフクマルシェごしょつがる 開催決定!
8月26日(土) 於: ごしょがわらライスセンター
詳細は改めてご案内します、お楽しみに!!



現金会員カードのご利用、JAカードでお支払いの場合、ガソリン・軽油が
2円/ℓ引きとなります。
土日祝 全店舗でガソリン・軽油が通常価格から3円/ℓ引き!

※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場合があります。

収穫体験・選果施設見学ツアー

メロン

ご家族
10組様
限定!

1. 選果施設見学
2. タカミメロン試食
3. メロン収穫体験

*雨天時は状況により収穫体験を中止し、お土産としてメロン2玉をご用意します。

JAの施設を見学してみませんか?

日時 | 7月29日(土) 10:00～

集合場所 | JAごしょつがる木造総合支店 (つがる市木造森山3番地2)

参加費 | 1,000円 (1家族様)

※生産者の畑までJA職員が案内いたしますので、自家用車での移動をお願いいたします。

※必要な方は手袋をご持参ください。

お問合せ: 企画管理課 電話番号: 0173-27-3300
メール: kanri@ja-goshotsugaru.or.jp

申込期限: 7月25日 お申し込みはコチラ▶



「令和5年産りんご出荷契約」受付

令和5年6月21日(水)～24日(土)

本店 りんご野菜課 Tel. 27-3304 / 中央りんごセンター Tel. 29-3450
北支店 Tel. 39-5500

北グリーンセンター休業日のお知らせ

令和5年6月1日(木)から、
土・日・祝日は完全休業となります。

各グリーンセンター臨時休業のお知らせ

本店・木造・北グリーンセンターは、
令和5年6月22日(木)

年度末の購買品棚卸実施にあたり、臨時休業となりますので、何卒ご了承のほどお願い申し上げます。

令和6年播種用水稲種子 「つがるロマン」の販売終了について

「つがるロマン」の種子は青森県農産物改良協会および県・集荷団体(全農あおもり・県集荷組合)との協議の結果、採種計画から外れたことにより販売は終了となりますのでお知らせ致します。

お問合せ先

本店 購買課 Tel. 27-3308 / 本店 指導課 Tel. 27-3303
本店グリーンセンター Tel. 27-3330 / 木造グリーンセンター Tel. 42-9118

大豆



*中耕・培土

中耕は、播種後3～4週間頃から実施し、培土の1回目（本葉2～3葉期）に初生葉の付け根まで、2回目（本葉5～6葉期）は、第1葉期の付け根まで土寄せする。

*除草剤

中耕・培土で除草対応しきれない場合は、生育期に除草剤で対応する。

- イネ科雑草：ポルトフロアブル（イネ科雑草3～8葉期）
- 一年生広葉雑草：大豆バサグラン液剤（大豆2葉期～開花前）
※薬害が生じるので十分確認してから使用する。
- 一年草雑草：バスタ液剤（畦間処理：収穫28日前まで）

野菜



1 トマト

高温時に定植作業を行うことが多くなりますので、遮光幕を活用して定植後の萎れ防止に努めましょう。

2 ねぎ

気温が高い日が続いた影響で、ネギコガの発生が早まっています。圃場を確認して予防散布に努めてください。

3 すいか

交配期において良い花粉を早く出すために夜温を14℃以上になるように管理しましょう。

また、玉を肥大させるため1回目の灌水は着果5～6日に1m当たり2～3ℓ、2回目以降の灌水は天気の良い午前中に行いましょう。

4 メロン

着果から10～12日の果実肥大期ではトンネル内の最低温度を15～18℃に保ちましょう。

また、硬果期（ネット発生期）に風が果実に直接あたるとネットが良くかかりません。

風向きに注意しましょう。

水稲



カメムシ被害を防ぐため、草刈をしっかりと行いましょう!!

*水管理

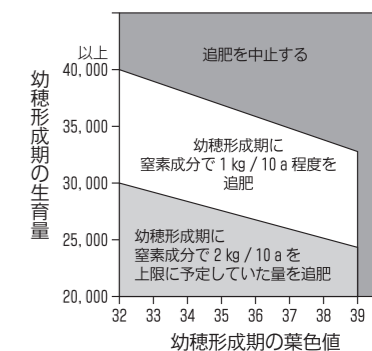
生育時期	寒い日	暖かい日（暑い）	備考
分けつ期	5～6cm	3cm	分けつは平均水温19℃以上
莖数確保後	5～6cm	中干し	中干しは幼穂形成期前に終える
幼穂形成期	10cm程度で10日間		障害不稔の発生は平均気温20℃以下、最低気温17℃以下

「青天の霹靂」追肥のポイント

【栄養診断基準】

- 「青天の霹靂」の幼穂形成期は「まっしぐら」並みです。
- 幼穂形成期以降の追肥は、玄米タンパク質含有率が高くなるので、行わないこと。
- 生育後半に土壌窒素発現量が多い水田は「**無追肥**」とする。
- 追肥量は栄養診断基準を参考に決める。

生育指標 (幼穂形成期の草丈×m ² 当たり莖数×葉色値)	10a当たりの追肥 対応(窒素成分量)
95万未満	幼穂形成期に窒素成分で2kg/10aを上限に予定していた量を追肥
95万以上 129万未満	幼穂形成期に窒素成分で1kg/10a程度を追肥
129万以上	追肥を中止する



注：生育量は草丈×m²当たり莖数で算出し、葉色値は葉緑素計で測定する。

*追肥

追肥の判定は幼穂形成期（幼穂長2mm）を確認するとともに、葉色が各品種の追肥可能な状態まで低下したことを確認して行う。葉色は葉緑素計を用いると正確に確認できる。幼穂形成期後7～10日頃の時点でも葉色が濃い場合には、追肥を中止する。

各品種の追肥可能な葉色値（SPAD-502）

品種名	葉色値
つがるロマン	37～39
まっしぐら	34～36
青天の霹靂	39以下

◎肥料価格高騰対策事業において、取組メニューの(イ)の生育診断による施肥設計に○をつけた方は、SPADにて葉色を計っている写真を撮影し、保存しておいてください。

5月12日

にんにく

にんにく部会は、全農あおもりのやさい花き課金澤さん、工藤さんを講師に招き、木造、五所川原地区でにんにくの現地講習会を開催しました。

4月の総会で新たに部長となった安田真盛さんは「部会員の圃場による生育状況の違いを見比べ、栽培技術を向上していただきたい。収穫までまだ期間があるので、しっかりと薬剤散布を行い、高品質なにんにくの収穫を目指してください」と締めくくりました。



にんにくの圃場で講師の説明を聞く生産者ら

5月19日

摘果要点学ぶ

五所川原市の園地2か所で、リンゴの現地講習会を開催しました。参加した生産者らは、今後の摘果作業のポイントを重点に、これからの栽培管理、病害虫防除の要点について学びました。

講師を務めた西北地域県民局の白川真美子主幹は「今年は着花が多いため、摘果剤を適宜散布するように」と呼びかけました。また、管内は例年より12日早い開花を迎え、肥大によるつる割れが懸念されることから、薬剤散布による軽減措置についても注意を促しました。



長橋地区 和田涼さんの園地での講習会の様子

5月23日

減肥効果に期待

ヤンマーアグリジャパン協力のものと、七和地区の今茂さんの圃場で、「可変施肥による田植試験」を実施しました。

この試験は、衛星画像と人工知能(AI)分析による栽培管理システムを活用したものです。田植をしながら、分析で得られた地力データに基づき必要な施肥量を散布することで、圃場内の生育均一化を図ります。

今さんは「今回の試験での減肥実現で、少しでも経費削減につながれば」と期待を話しました。今後は、同技術による追肥などを行い、生育、収量のデータを蓄積、成果を検証していく予定です。



実演機に試乗し、可変施肥を実感する野呂重正常務



散布施肥量を確認できるモニター

5月30日

手際よく畝を整備

女性部は、地域の子どもたちと作る喜びと、食べる喜びを感じることで農業に対する理解と「地産地消」への啓蒙を図ることを目的に、「農業ふれあい教室」を実施しています。

今年も五所川原市立いずみ小学校の児童と一緒に野菜などの植付けと、収穫、料理教室を計画しています。そこで、植付作業を前に、7支部から12人の女性部員が参加し、畝の整備、マルチ張りを行いました。

それぞれがクワや測りなど、必要な道具を持ち寄り、役割分担しながらテキパキと10メートルほどの畝10列を仕上げていきました。

この後、さつまいも、ミニトマト、きゅうりなどの野菜を植える予定です。



協力し合って作業を進める女性部員



5月30日

えだまめ栽培 広めたい

今年、えだまめ部会長に就任した白戸謙二さんが、つがる市木造早田地区にある圃場で「毛豆」の播種作業を進めていました。

白戸さんは14年前に水稻を主な作物として就農し、2年目からえだまめ栽培に取り組み始めました。「直播できるという点と、お盆前の収入が見込めるという点でオススメ」と白戸さんは言います。多くの人においしい豆を栽培してほしいと、4月から栽培の基本をおさえた『えだまめ通信』の月刊発行を始めました。

現在部会員は29名ですが、JAでは転作物物としての広がりを見込んでおり、毛豆の共選体制を整えています。



毛豆の種まきを進める白戸部会長

5月25日

りんご冷蔵庫に関する説明会

このたび、りんご冷蔵庫の冷却装置稼働停止が発生したことに伴って、サンふじ小玉出荷者を対象に説明会を開催しました。出席した134人の生産者の皆さまには、これまでの経緯と、被害に対する補償などについて説明を行いました。

再発防止策として、①りんご以外の品目も含め、保管マニュアルの作成や見直しを行います。②資格取得を含めた職員教育と管理体制の徹底を図ってまいります。③3号冷蔵庫は遠隔監視ができておらず、また使用するフロンガスも製造中止のため、冷凍機などの更新を行い、再発防止に努めてまいります。

現在は、説明会に出席できなかった方への毎戸訪問による説明と、保管対象者への示談書などの手続きに努めております。

多くの皆様にご迷惑とご心配をおかけいたしましたことに、深くお詫び申し上げます。

指導課職員から苗を受け取り



職員の

5月27日

親子で田植え体験



またやるっか！
職員の親子を対象とした「田植え体験」を実施しました。職員の子どもたちにも米づくりに触れてもらうことが目的です。

ママと一緒に！



泥んこまみれ (><)

当日は、佐藤さんのお子さん2人も参加。日頃子どもたちを作業に連れていくことばない、と話しながら「ふだん子どもたちは土曜日保育園。今日は特別に休ませて連れてきた」と、泥んこの中ではしゃぐ子どもたちを、目を細めて眺めていました。



真剣☆



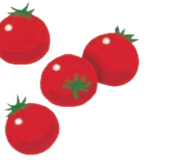
五所川原市にある佐藤由紀さんの田んぼをお借りし、手植え体験が初めての親子5組、12人が参加。子どもたちは素足で田んぼに入ると、慣れない感覚に戸惑いながらも、「まっしぐら」の苗を丁寧に植え進めました。

2才から8才の子どもたちが参加！

職員の子どもたちは、「これがお米になるの？」「またやるっか！」とさまざまな感想を抱き、体験を終えました。



親子体験特集！



ミニトマト大好き！
地域住民との交流、地域農業理解促進を目指した取り組みの一端で、管内の親子を対象に「プランター体験」を実施しました。

プランターに土を詰めます



ミニトマトの苗を受け取ります



5月6日

親子でプランター体験



苗を取り出し...

10組27人の家族連れが参加し、ミニトマト苗の植付けを楽しみました。この日植付けたのは、果皮が薄くて甘みがあり、子どもに人気のミニトマト「プチぷよ」の苗で、ほとんどの家族が初めての作業でした。

おいしい！
トマトになってね！



協力して丁寧に植付け



支柱をさします

講師を務めた北斗種苗園青森本店の菅原光春店長は、苗の植え方を説明しながら、プランターでの栽培のポイントを紹介。

体験で出来上がった苗は、持ち帰って育て、収穫を楽しんでもらいます。



支柱に苗を固定して完成です

参加した家族は「子どもたちはミニトマトが大好きで毎日食べている。これからの栽培と収穫が楽しみ」と笑顔で話しました。



お取扱期間

個人・企業の方も大歓迎

夏の貯金キャンペーン

6月1日(木)～8月31日(木)

適用金利

1年の
スーパー
定期貯金

ご契約
期間
1年

0.032%

(6月1日現在の店頭表示金利に+0.03%上乗せ)

粗品をプレゼント!

お楽しみ!



数に限りがございますので、お早めにお申込みください。

貯金の種類

この貯金は、預入期間1年のスーパー定期貯金、大口定期貯金の自動継続型で預りします。

預入金額・預入単位

スーパー定期貯金は1口50万円以上1,000万円未満、大口定期貯金は1口1,000万円以上、1円単位とします。

利率

預入時の1年のスーパー定期貯金店頭表示金利に0.03%上乗せとします。(同額書替による預け入れは対象となりません。)

増額書替

期間中に満期が到来した定期貯金を預入期間1年のスーパー定期貯金、大口定期貯金の自動継続型に増額書替する場合(10万円以上の純増契約)も、1年のスーパー定期貯金店頭表示金利に0.03%上乗せとします。(増額後の残高が50万円以上を対象とさせていただきます。)

～詳しくは、JA窓口へおたずねください～

大口定期貯金 スーパー定期貯金

1,000万円以上 50万円以上

ご不明な点がございましたら、お近くのJA窓口までお問い合わせください。

JAごしょつがる

〒037-0614 五所川原市大字野里字奥野100番地

- 本店 金融課 Tel. 0173-27-3301
- 北支店 Tel. 0173-39-5500
- 木造総合支店 Tel. 0173-42-9115

JAごしょつがる 検索

年金受取はJAへ!

特典1

当JAでの年金受取でもれなくプレゼント差し上げます!

ご予約の方



オーラ2

新規でご指定の方へ下記プレゼントのいずれか一つ



快適生活
プレミアムギフトセット



ウチポカ
ギフトセット



津軽金山焼
ピアカップ

※プレゼントは変更になる場合がございます。

特典2

JAごしょつがるの年金定期貯金

いき生き

適用金利 店頭表示金利に

+年0.05%上乗せ

お預入期間 定型方式1年 お預入金額 10万円以上1,000万円以下

※50歳からの年金予約の方もお作り頂けます。

※金融環境の変化等やむをえない事由により商品内容(上乗せ金利等)が変更となる場合がございます。詳細についてはお近くの窓口にてご確認ください。



ご不明な点がございましたら、お近くのJA窓口までお問い合わせください

本店 TEL 0173-27-3301 木造総合支店 TEL 0173-42-9115 北支店 TEL 0173-39-5500

JAごしょつがる

JAごしょつがる

検索

問題 全部の熟語を漢字で書くと、リストの漢字が1つ余ります。その漢字は何？

ウ□キ□ウ→□□
ミ□シ□ト→□□□
ビ□ジ□ウ→□□
ラ□カ□イ→□□□
キ□ウ□ン→□□

解き方 熟語の読み方が並んでいます。読み仮名はどれも5文字ですが、2文字目と4文字目を隠してしまいました。残った文字から推理して、熟語を漢字で書きましょう。漢字はリストにあるものを1回ずつ使ってください。「ッ」や「ヤ」などは「ツ」や「ヤ」などと同じに考えます。

リスト 運花休球共仕事乗水生団便落

【例題】
タ□ジ□ウ→□□
ト□ヨ□ツ→□□□
エ□カ□ワ→□□□
答え 体
タジ団ウ→桌上
トヨツ→図書室
エカワ→英会話

リスト 英会室書上図体卓話

応募締切

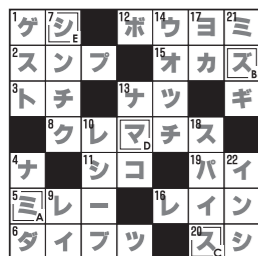
6月26日(月)

当日消印有効

◎正解者の中から抽選で、3名につがる市産タカミメロン1個または、3名にQuoカード(1,000円分)をプレゼント！
*メロンお届け時期は、天候や収穫状況により、当選発表から時間を要する場合があります。
*景品のコース選択がない場合は、Quoカードコースでの抽選とさせていただきますのでご了承ください。
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

先月号のこたえ【ミスマシ】

先月号の当選者



- 農協全国商品券コース
Quoカードコース
毛内 雅子さん(本店)
蒔田 綾美さん(本店)
奈良 亜梨沙さん(木造総合支店)
前田 るい子さん(本店)
福士 むつ子さん(本店)
秋田 みきさん(北支店)

応募：41通／正解者：38通



ひんやり優しい ミルクスイーツ

6月は牛乳月間です。甘くて見た目もかわいらしい、牛乳を使ったスイーツをご紹介します。



ミルクWEBサイト「ミルクレシピ」

彩りも楽しく優しい和風の甘さ ミルク寒天の3色和パフェ

出典：JミルクWEBサイト「ミルクレシピ」

- 材料(2個分)
粉寒天 2g
水 50ml
砂糖 30g
牛乳 250ml
抹茶 大さじ1/2
熱湯 大さじ2
イチゴシロップ 大さじ1
ゆで小豆 小さじ3
練乳 少々

作り方

- 1 鍋に粉寒天と水を入れ、火にかける。沸騰して寒天が溶けたら砂糖と牛乳を加え、沸騰させないようによく混ぜながら煮溶かす。
2 ①を3等分して、熱湯で溶いた抹茶、イチゴシロップをそれぞれ混ぜて3色ベースを作り、茶こしを通して別々の型に入れ、粗熱が取れたら、冷蔵庫で2時間ほど冷やし固める。
3 フォークでざっと混ぜて寒天を崩し、器に盛り付け、ゆで小豆を添えて練乳をかける。

郵便はがき
料金受取人払郵便
五所川原局承認
86
(受取人) 五所川原市大字 野里字奥野100番地
JAごしょつがる 企画管理課広報 係

夏をクール&スマートに! 省エネ・節約術
いよいよ夏本番! 暑い季節を無駄なく無理なく乗り切る、賢い節電・省エネのこつをご紹介します。
トイシ
電気便座の温度を下げる
年間の節約・削減効果
930円 26.4kWh 12.9kg
冷蔵庫
庫内温度を調節する
年間の節約・削減効果
2170円 61.7kWh 30.2kg

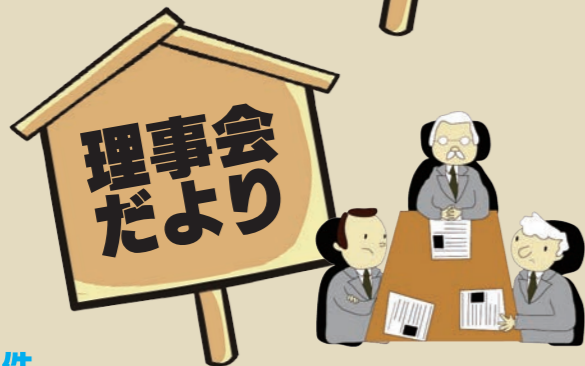
焼きみそパワーで天下取り
健康 永山久夫の健康万歳!
食文化史研究者・日本の長寿食研究者●永山久夫
■家康の好物だった焼きみそ
NHKの大河ドラマで人気の徳川家康は、平均寿命が40歳前後の戦国時代を生き抜き75歳まで長生きしていました。寝たきりにもならず、見事な生涯現役。
戦乱の世を終息させ、平和な時代を実現させています。
その偉大な行動を支えたエネルギー源の一つに焼きみそがありました。家康は香ばしく焼いたみそが大好物で、食事ごとに取っていたと伝えられています。ご飯の味によく合い、食が進んで意欲もどんどん湧いてくるからです。
みそを焼いただけのものもありますが、シヨウガを混ぜたり、すりゴマやニンニク、それに甘味のみのり酒を加えて焼きみそにしていたようです。
■ご飯にとっても合うんです
武將ばかりではなく、一般の武士や足軽たちも焼きみそ好きが多く、いざ出陣となると、自家製の焼きみそを作り腰弁当と一緒に容器に入れて携行しました。
にぎり飯と一緒に食べるのが習慣ですが、焼きみそを器に入れ、そこへ熱湯を注ぎよく溶かして飲用するのがです。
アミノ酸の多いタンパク質やビタミン、ミネラルなどが豊富ですから疲労回復や免疫力の強化に役に立ったのではないのでしょうか。現代でしたら砂糖を少々加えた方が良いでしょう。

〒
ご住所
ふりがな
お名前
お近くの店舗名 本店・木造総合支店・北支店

審議案件

議案第1号
りんご冷蔵庫について

(令和5年5月23日開催)



案件

議案第1号 第3・四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 事務リスク管理規程の一部変更について
 議案第4号 夏期貯金キャンペーンの実施について

議案第5号 大口貸付の承認について
 議案第6号 令和4年産りんご仮渡金残額の取扱について
 議案第7号 令和5年産りんご出荷契約金について
 議案第8号 まるっと新鮮館POSレジ更新について

報告事項

- ① 銀行等借入資金に係る入札結果について
- ② 銀行等借入資金に係る入札結果について
- ③ 肥料価格高騰対策事業受付について
- ④ 北給油所耐圧検査結果について
- ⑤ 各グリーンセンター臨時休業について
- ⑥ たちねぶたりんごジュース愛飲運動実績について
- ⑦ 野呂修聖氏農林水産大臣賞受賞記念祝賀会開催について
- ⑧ その他

(令和5年5月29日開催)

お詫び

4月号広報誌の記載内容に誤りがございました。お詫びして訂正いたします。
 p.15 (誤) 臨時理事会 開催日 (令和5年4月7日) (正) 臨時理事会 開催日 (令和5年4月10日)

5月の記録

3日 野菜苗・花苗大特売会	12日 えだまめクルーザー処理
9日 内部監査 (~11日)	17日 中堅職員研修会 (~18日)
10日 初級職員研修会 (~11日)	18日 企画会議、衛生委員会
11日 女性部役員会	19日 りんご現地講習会 (長橋・七和)
12日 内部監査初任者研修会	23日 臨時理事会
内部監査・リスク管理部課長会議	内部監査 (~26日)
りんご共防連薬剤散布検討会	26日 大豆部会栽培講習会
にんにく現地講習会	えだまめクルーザー処理
	29日 理事会
	監事会
	30日 女性部役員会

人事異動

(5月13日付)

氏名	新任	旧任
大坂谷 彩花	企画管理課付	企画管理課

パート職員採用

(5月15日付)

氏名	所属
佐々木 加代子	企画管理課付

農協の概況

(6月1日現在)

組合員数：6,096名
 役員数：20名
 職員数：159名
 (正141名・臨9名・パ6名・嘱3名)
 出資金：22億1,440万円

**おたより
掲示板**

皆さんの身近であったことや昔の思い出話、みんなに教えたいこと、JAへの意見などお待ちしています！

山の幸 (山菜) は、ひと手間かかりますが、今年もおおいしくいただきました。季節の食材をいただけることに感謝いたします。
 (本店 Oさん50代)

ひ孫もりんごも野菜も日々成長して、とても家族や自然に感謝です。
 (本店 Mさん70代)

きゅうり、ナス、トマト、ゴーヤ、トウガラシの苗を植えました。たくさん採れるといいなあ。
 (本店 Fさん70代)

天気が不安定な日々が続き、せつかく植えた野菜苗が大雨で流されちゃうところでした。穏やかな天気を望むところです。
 (木造総合支店 Tさん60代)

料理の作り方がこまかく書いてあるのでいつも楽しみにしています。新タマ、ジャガイモのかき揚げ!! 大成功だ!!
 (木造総合支店 Sさん70代)

普段は忙しくて自分の仕事で手一杯な娘も、田植えの時期は手伝いに来てくれます。貴重な家族の時間です。
 (木造総合支店 Tさん50代)

《こんなところも忘れずに! 小さな節電・省エネ》

照明

白熱電球からLEDにする

年間の節約・削減効果

3230円 92.0kWh 45.0kg

※54Wの白熱電球を8WのLED電球に交換した場合(使用時間2000時間/年)。

テレビ

視聴を1時間減らす

年間の節約・削減効果

590円 16.8kWh 8.2kg

※液晶テレビ(32型)をつける時間を1日1時間減らした場合。

出典: 『家庭の省エネハンドブック』(東京都環境局気候変動対策部家庭エネルギー対策課)

◎電気料金などの値上がりについて心配というおたよりをいただき、省エネ・節約術について掲載しました。

みんなに教えたいオリジナルの節約術をお持ちの方はぜひおたよりでお寄せください!!

穴ぼこ熟語パズルのこたえ

※どちらかのプレゼントコースをお選びください。
メロンコース ・ Quoカードコース

- 興味を持った記事はありましたか ● (2つまで)
- | | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 営農情報 | <input type="checkbox"/> フォトニュース |
| <input type="checkbox"/> 親子体験特集! | <input type="checkbox"/> 料理 |
| <input type="checkbox"/> 永山久夫の健康万歳! | <input type="checkbox"/> 穴ぼこ熟語パズル |
| <input type="checkbox"/> 省エネ・節約術 | <input type="checkbox"/> めご |
| <input type="checkbox"/> その他 () | |

●おたより掲示板へのコメントなど●



いしおか しんどう
 石岡 芯道く ん (10歳)
 えいしん
 栄心く ん (7歳)
 にこ
 仁心ちゃん (4歳)

「じじ(祖父)」石岡 義春さん

木造地区

今回は石岡さんのお孫さんをご紹介します。兄妹を代表して、仁心ちゃんが紙面に登場。プリンセスのラパンツェルにあこがれているので、ドレスで撮影に応じてくれました。仁心ちゃんの「めご」であるじじはお酒好き。仁心ちゃんが車の免許を取ったら、お酒を買いにじじを連れていくんだって 😊 じじとパパが作るお米が大好きで、2人のお兄ちゃんたちに負けないうらい元気いっぱいです。たくさん遊んで、すくすく育ててね！

ママからのメッセージ

「いつもお手伝いしてくれてありがとう！」



*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！

7月のあなたの運勢

- ♈ 牡羊座** 3.21▶4.19
 全体運▶前半はかなり煮詰まっていますが、後半には解決の兆しが見えています。楽しみながらできるやり方を選びましょう
 健康運▶部屋は小まめに換気して。健康維持に役
 幸運の食べ物▶パプリカ
- ♉ 牡牛座** 4.20▶5.20
 全体運▶人の話に耳を傾けて。カチンとくる意見があなたのためになりそう。冷静に動けば好結果に。外出にツキあり
 健康運▶適度な運動は体調にもメンタルにもプラス
 幸運の食べ物▶桃
- ♊ 双子座** 5.21▶6.21
 全体運▶欲しい物が増えるのは活力アップの証し。手に入れるための計画を立てましょう。買い物は趣味を優先して
 健康運▶発酵食品で腸の健康を整えて。免疫力アップ
 幸運の食べ物▶シシトウ
- ♋ 蟹座** 6.22▶7.22
 全体運▶注目度が上がるとき。おしゃれをして外出しましょう。あなたしかできないことを優先すると開運。買い物にツキ
 健康運▶新しい健康法や健康グッズを試してみ
 幸運の食べ物▶スイカ
- ♌ 獅子座** 7.23▶8.22
 全体運▶後半から上昇。これまでの頑張りか形になって見えてきます。気を抜かずやり切りましょう。発言は丁寧に
 健康運▶野菜たっぷりのメニューが元気の秘訣(ひけつ)
 幸運の食べ物▶インゲン
- ♍ 乙女座** 8.23▶9.22
 全体運▶焦って1人で動かないように。周囲との協力体制をつくれるかどうか成功の鍵。味方は多いので声をかけて
 健康運▶ハードな運動で体を鍛えて。筋力アップの好機
 幸運の食べ物▶エダマメ

- ♎ 天秤座** 9.23▶10.23
 全体運▶プレッシャーを感じる時こそ笑顔で。あなたの底力を発揮できます。問題は解決に向かうので落ち着いて対処
 健康運▶ゆっくり深呼吸。リラックスタイムを大切に
 幸運の食べ物▶アンズ
- ♏ 蠍座** 10.24▶11.22
 全体運▶旅行運が盛り上がっています。遊びに行く予定を入れましょう。元気をチャージしたら仕事にシフトし問題解決へ
 健康運▶友人との運動やおしゃべりが良い気分転換に
 幸運の食べ物▶キュウリ
- ♐ 射手座** 11.23▶12.21
 全体運▶周りの思惑に振り回されがち。後悔しないよう譲れないことは主張して解決策を模索しましょう。下旬に好転
 健康運▶血圧や体温をチェック。検診なども活用して
 幸運の食べ物▶スモモ
- ♑ 山羊座** 12.22▶1.19
 全体運▶落ち着かない状況ではありますがピンチがチャンスに変わるとき。大変!と思ったときこそ積極的に打開策を探して
 健康運▶有酸素運動がお勧め。運動で体調改善へ
 幸運の食べ物▶キクラゲ
- ♒ 水瓶座** 1.20▶2.18
 全体運▶選択肢が増える変化運。迷うときこそシンプルに考えて。ただ、近道を選ぶとかえって遠回りに。王道が吉
 健康運▶弱い部分は先にカバーして。サポーターの利用も◎
 幸運の食べ物▶トマト
- ♓ 魚座** 2.19▶3.20
 全体運▶追い風に恵まれて順調に進展します。自信を持って進めましょう。飛び込みの仕事は新展開の予感。よく検討を
 健康運▶体調の変化に注意。休息をしっかり取って
 幸運の食べ物▶カボチャ

占い師・モナ・カサンドラ

編集室



美しい景色を

通動や取材で車を走らせていると、鮮やかな緑が目飛び込んできます。水面(みなも)のきらめき、整然と植えられた苗、農の営みが生み出すこの景色は、とても美しいです。走り抜ける一瞬で変わるその表情を捉えられたら...私の目がカメラならいいのに... ▶5月、県内JAグループの広報担当者会議があり、メガネ、令和4年度日本農業新聞への寄稿数において賞をいただくことができました。これも、皆さまに日頃取材にご協力いただいているお陰と、この場を借りて深く感謝申し上げます。



広報誌等の作成にご協力をお願いします
 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います。お見かけした際にはご協力をお願いいたします。