



# ごしょつかる

—地域と共に未来へつなぐ—

10  
October 2023  
vol.172

**[特集] 第14回通常総会**



**Contents**

青年部：今年も手作り看板設置

J A - S S の日	
キャンペーン	2
今後の予定	3
はれわたり栽培について	4
特集『第14回通常総会』	6

フォトニュース	8	理事会だより	15
J A からのおしらせ	10	9月の記録	15
シェフ永井のおすすめ	12	おいのめご	16
パズル？ 頭の体操	13	11月のあなたの運勢	16
おたより掲示板	14		

## ★今後の予定

### お知らせ

10月20日(金)～11月30日(木)  
(各グリーンセンター) 秋予約肥料直取開始

### イベント

11月10日(金)  
(まるっと新鮮館) まるっとの日



### イベント

11月11日(土)～12日(日)  
(青森産業会館) 大農林水産祭～JAふるさと市～

### キャンペーン

12月31日(日)まで  
ビルトインコンロ、テーブルコンロ、ガス炊飯器、ガス湯沸器を特別価格で販売中！



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／㍑引きとなります。  
**土日祝** 全店舗でガソリン・軽油が通常価格から3円／㍑引き！

※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ことがあります。

**JAグループ** JAのまち  
JA直売所 キャンペーン

実りの秋! 国消国産 JA直売所 キャンペーン

実施期間  
10/1 Sun. ~ 11/30 Thu.

47都道府県 とっておきの農畜産物・加工品が選べる!  
各都道府県 300名様 合計 14,100名様 にプレゼント!



## 金融窓口営業時間変更のお知らせ

(営業時間) 11月1日より

午前8時30分～午後3時00分

※為替業務（振込）受付については、午後2時30分までといたします。

本店 金融課 ☎ 27-3301 / 木造総合支店 金融共済課 ☎ 42-9115 / 北支店 ☎ 39-5500

青森県JA-SS JA-SS

毎月第2金曜日は JA-SS の日!

**JA-SS の日**  
キャンペーン

開催期間  
令和6年 3月まで

県内JA-SSで、ガソリンまたは軽油を12,000円以上給油で  
レシートに「当たり」が出たら  
その場で賞品を進呈!

毎月  
第2金曜日  
開催!



※賞品画像はイメージです。やむを得ず、別の賞品に変更となる場合がございます。あらかじめご了承下さい。※一部実施していない店舗がございます。キャンペーン開催店舗は、店頭ポスターの通りとなります。

青森県JA-SS運営協議会／全農

お問い合わせ  
全農 東北エネルギー事業所 青森推進課  
TEL.017-762-2301 受付時間  
8:30～17:00 ※土・日・祝日を除く



# はれわたり高品質栽培の要点

## 種子・は種

- ◇ 浸種時の水温は10°C以下にならないように管理し、日平均水温の積算で100°Cを確保する。
- ◇ 催芽は種糲の半分以上がハト胸状態になるまで確実に行う。

## 肥料について

(窒素成分量 kg/10a)

津軽西北	湿田	6~8kg
	半湿田	8~9kg
	乾田	9~10kg
	砂乾田	10~11kg

- ◇ 肥料は10aあたり総窒素量で10kgを目安として散布する。

## 主な品種特性

項目	特 性		
	評価	つがる口マン対比	まっしぐら対比
初期成育(草丈)	一	やや長い	やや短い
耐倒伏性	「やや強」	1ランク強い	1ランク弱い
耐冷性	「強」	1ランク強い	1ランク強い
いもち病抵抗性 「葉いもち」 「穂いもち」	「強」	1ランク強い	同等
	「極強」	3ランク強い	2ランク強い
穗發芽性	「極難」	発芽し難い	やや発芽し難い
収量性	一	同等~やや少ない	同等~やや少ない
玄米品質	一	同等	優る

※栽培管理・肥料施肥量などお気軽にご相談下さい。 指導課 ☎ 0173-27-3303

## 刈取時期

- ◇ 刈取りが早すぎると、未熟粒の混入が多くなり、刈取りが遅れると、胴割・茶米・奇形などの被害粒が増加する。
- ◇ まっしぐらに比べて倒伏しやすいので注意が必要となる。

### ① 刈取時期の目安

品種ごと	青天の霹靂	出穂後の積算気温 <b>900 ~ 1,100 °C</b>
	まっしぐら	出穂後の積算気温 <b>960 ~ 1,200 °C</b>
	はれわたり	出穂後の積算気温 <b>970 ~ 1,300 °C</b>
ほ場ごと	糲の黄化程度	「青天の霹靂」では、ほ場全体の糲が85%程度、「まっしぐら・つがる口マン・はれわたり」では90%程度黄化した時期を刈取始期の目安とする。
	枝梗の黄化程度	枝梗の2/3程度が黄化した時期
	青未熟粒の混入割合	青未熟の混入率(1.9mm選別、重量比)が、10%程度まで減少した時期
	糲水分	25~26%程度まで減少した時期



## 組合長挨拶

第14回通常総会の開催にあたり、一誠じ挨拶申し上げます。組合員の皆さまに置かれましては、農作業でお忙しい中、通常総会に出席をいただきまして誠にありがとうございます。また、田ごろから農協事業に理解、ご協力を賜り、この場をお借りして厚くお礼申し上げます。

はじめに、今年の3月、冷蔵庫の故障に伴い、りんごを腐敗させたことがあります。そこで、りんご生産者はじめ、組合員の皆さまには、改めてお詫び申しあげます。

今後につきましては、冷蔵設備の更新、有資格者の増員を含めた職員教育や保管マニュアルの変更などをを行い、役職員一丸となって再発防止に努めてまいります。

さて、今月6日の臨時理事会にて、今年産の米の概算金を決定いたしました。全農青森県本部に於いて主力3品種について昨年より1500円の引き上げを発表いたしました。当農協に於いては、さらに独自に200円の上乗せをして、1700円の引き上げを行ったところであります。さらに、昨年産の米に対しても、1俵1000円の追加払いを決定いたしました。



## 第14回通常総会

～新たな3カ年へ～

- 令和5年9月15日
- ごしょつがる農業協同組合 本店



山本康樹代表理事組合長あいさつ

そのような中、令和4年度決算は、当期剰余金計画、8700万円に対し、1億3900万円を確保することができました。組合員はじめ、地域の皆さまのご理解、ご協力のもと達成できたものと深く感謝申し上げます。最後に、本日提案いたします、4議案と附帯決議につきましては、慎重審議の上、円滑な議事進行へご協力をお願い申し上げますとともに、今後とも皆さまのご理解を賜りますよう、宜しくお願ひ申し上げます。簡単ではございますが、通常総会の開催にあたり、私の挨拶とさせていただきます。本日は宜しくお願い申し上げます。

通常総会には、正組合員25995名（本人出席51名、議決権行使書25544名）が出席、全4議案と附帯決議が可決承認されました。また、9月7日に先立つて開催された議案説明会でのご質問とそれに対する回答を次に掲載いたします。

### 通常総会・議案説明会における主な質問と回答

#### Q1. りんごの冷蔵庫事故について

A1. この度の冷蔵庫設備の故障によりりんごを腐敗させたことについてお詫び申し上げます。

サンふじ小玉出荷者を対象とした説明会においても指摘されたところですが、発覚後、方向性が定まらないうちに出荷者にお知らせすることで混乱を招くと考え、優先して関係機関との折衝と廃棄処分に時間を要したため、結果として、出荷者の皆さまへの報告が遅くなりました。また、役員に於いては理事会の協議による常勤役員報酬の一部自主返納、職員については賞勵委員会による処分を実施したところであります。今後、再発防止に向けた取組として、冷蔵設備の更新、有資格者の増員を含めた職員教育や保管マニュアルの変更等に努めてまいりますので、ご理解のほどお願い申し上げます。

#### Q2. 農地名義について

A2. 代物弁済など物件の農地について、組合の名義で取得できることにより代表者名義を借りて組合が取得金額を支出し保有しております当該農地については、和解により白戸氏より斎藤前組合長名義へ、また現在は理事会で協議のつゝ山本組合長名義となつております。

Q3. 農地名義に関する訴訟について

A3. 詳細については第13回通常総会の回答書及び広報誌に掲載しております。

Q4. メロン部会の助成金が他の部会と比較して高いのではないか、また木造地区の部会が多いのではないか

A4. 検討させていただきます。

Q5. 水稻新品種「はれわたり」について

A5. 本誌4ページより掲載しております。

Q6. りんごの出荷契約が受け付けられなかつた

A6. りんご等、米穀を始めとする主要農産物の出荷契約は一定の期間が設定され、その契約内容に応じた出荷金の支払日も決められております。また、主要農産物は出荷契約を基に各販売先との契約交渉が始まつており、一定期間を過ぎての出荷契約を受けると、当初の販売計画に影響が出ることから、一定期間を過ぎた場合の契約をお断りさせていただくことがあります。ご理解をお願いします。

Q7. 剰余金が出ているのに今回の総会記念品はいかがなものか

A7. 総会記念品については、税務調査等の際に指摘を受けた経緯もあり農産品を活用した組合員教育に資するべきものが望まれ、また、金額的にも高価でないものがふさわしいとされております。ご理解のほどお願い申し上げます。

### 中期経営計画 ～ビジョン（10年後わたしたちの目指す姿）～

#### 進化し続けるJA

##### ◆ 重点取組

◆ 「かつこいい」「希望ある」「稼げる」農業への取り組みを加速します

◆ 幅広い世代・地域に対して農業への理解を深めてもらえるよう努め、JA利用者増加を目指します

(1) 土地利用型農業と集約作物の生産振興

(2) 担い手・労働力対策

(3) 営農指導体制の強化

### 地域営農振興計画基本方針

※ 中期経営計画（3カ年計画）並びに地域営農振興計画の設定について一部抜粋

A7.

ごしょつがる農業協同組合

員教育に資するべきものが望まれ、また、金額的にも高価でないものがふさわしいとされ

ております。ご理解のほどお願い申し上げます。

2023.10 vol.172

ごしょつがる農業協同組合



ごしょつがる農業協同組合

2023.10 vol.172  
ごしょつがる農業協同組合





# フォトニュース

五所川原市立松島小学校と東峰小学校の5年生児童が、5月に自分たちで田植した稻の手刈り体験を行いました。地元生産者の指導を受け、初めて手刈りを進める児童は、手刈り体験を行ったことを定どつています。



職員(左)に基準を確認する生産者ら

管内14カ所でリンゴ中生種の規格基準説明会を開きました。参加した生産者はJAの荷受けを前に、収穫時期や出荷の際の注意点を確認しました。

2023年は7月から9月上旬にかけて好天が多く、夜温も高い日が続いたことから着色が遅れているものの、熟度は進んでいる状態。「トキ」に関しては例年より1週間ほど早く入庫を開始しますが、「熟度を見極めたすぐりもぎをしてほしい」と担当職員が注意を促しました。

生産者らは、提示されたサンプルを前に、選果のための着色や傷、形の状態などを入念に確かめました。



倉庫の状況を確認する常勤役員と職員

山本組合長はじめ常勤役員は、荷受けや選果作業が最盛期を迎える管内の倉庫・施設の巡回を実施しました。カントリー・エレベーターや農業倉庫など合計13施設を回り、2023年産米集荷状況と、安全管理などを確認しました。契約対比で入庫数量が約半数となり折り返し地点となる中、引き続き安全作業に努めるよう呼びかけ、倉庫を担当する職員を労いました。



▲スイカの重さ予想タイム!

収穫したジャンボスイカを味わう児童ら

女性部が五所川原市立いづみ小学校の5年生23人と、ジャンボ野菜などの収穫体験を実施しました。この日収穫したのは、コンテスト用に世話をってきたスイカ「ゴンちゃんスイカ」とカボチャ「アトランティックジャイアント」、それにサツマイモとエンドウです。スイカとカボチャはみんなで予想してから計量。最も大きなスイカは46キロを記録しました。児童らからは歓声が上がり、試食してみると「甘くてみずみずしい!」「スイカは重くて、種まで大きくて驚いた」と嬉しそうに話していました。

9月19日  
児童ら手刈り体験

9月19日・20日  
リンゴ中生種基準説明

9月21日  
常勤役員が倉庫巡回

9月26日  
種までジャンボ!



集まった関係者を前に山本組合長があいさつ



A中央りんごセンターで「西北地域りんご適期収穫キャラバン出発式」を開きました。山本康樹組合長は「早くもぎで青森県のリンゴの評価を下げることがないよう、指導していくこう」とあいさつしました。

出発式の後、キャラバン隊は五所川原市のりんご園へ巡回に訪れ、リンドゴの生育状況を確認。食味を重視したすぐりもぎをするよう指導するため、適期収穫を強く呼びかけました。

東北農政局担当職員らと実習生は、JAの精米施設、集出荷貯蔵施設、ライスセンターの3施設を訪問。米の荷受け、貯蔵、精米加工から出荷までの一連の流れを確認しました。東北農政局担当職員は「食品の流通と衛生管理への理解を深める研修となつた」と話しました。

本検査は、JA共済連の「地域貢献活動」を活用しており、受診者は特定の検査に対して一定の補助を受けることができます。健診検査を担当する本店購買課の職員は「一人でも多くの方に受診してもらい、健康管理のきっかけにしてほしい」と話していました。

飯詰11号倉庫に25人の関係者が集まり、「青天の霹靂」「はれわたり」など4種類の米についての注意点を確認し、格付け基準の意思統一を行いました。JA全農あおもり米穀部の担当職員は「高温による胴割れに注意して、今日の基準を念頭に検査を進めてほしい」と呼びかけました。

9月4日  
リンゴ適期収穫呼びかけ

9月4日  
米施設で研修受け入れ

9月13日～15日  
健康検査

9月14日  
米検査始まる

# アグリマイティ資金



変動金利(基準金利)  
年率1.65%~2.75%

※当JA利用度合いに応じた優遇により決定します。

更に1年目~3年目まで  
最大0.70%の利子補給有!

年率 **0.95%**

※申込金額100万円以上の農機具が対象です。  
利子補給終了後(4年目以降)は変動金利へ戻ります。

J Aとのお取引がこれからという方もお気軽に  
ご相談ください。詳しくはJ A店舗窓口まで!

- 利子補給の対象となるには、一定の条件を満たした場合に限ります。詳しくは下記お問い合わせ先までご連絡下さい。
- 本資金のご利用にあたっては、JA及び青森県農業信用基金協会保証による所定の審査を要します。

## ー 資金の概要 ー

ご利用いただける方	<input type="checkbox"/> JA組合員	貸付方法	<input type="checkbox"/> 証書貸付
資金用途	<input type="checkbox"/> 農地の取得・改良 <input type="checkbox"/> 農業用設備・施設・農機具の取得・改良資金	返済方法	<input type="checkbox"/> 元金均等返済 <input type="checkbox"/> 元利均等返済
融資金額	<input type="checkbox"/> 事業に必要な資金の100%以内		<input type="checkbox"/> 青森県農業信用基金協会の保証を要します。 ※別途保証料が必要です。 ※必要に応じ担保、保証人を徴求します。
融資期間	<input type="checkbox"/> 最大20年以内 ※原則法定耐用年数以内		

お問い合わせ先: 本店 金融課 ☎ 0173-27-3306 / 木造総合支店 金融共済課 ☎ 0173-42-9115

# 資産形成・運用 はじめるならJAバンク!

少額から資産運用JAバンクの

## iDeCo

オンラインでお手続きも可能です!  
※任意加入被保険者等、一部の方はご利用いただけません。お近くのJAバンクにお問い合わせください。

- 利息・運用益に税金がかからない!  
※運用中の年金資産には特別法人税(1.173%)が課税されますが、現在は課税凍結中です。
- 搬出した掛け金は所得控除の対象
- 月5,000円から運用可能!

JAバンクの  
iDeCoの  
詳細はこちら

＼なんでも／  
JAバンクの職員に  
ご相談ください!

今なら 資産形成・運用  
デビュー特典として

iDeCoの新規加入で  
ニッポンエール詰め合わせセット(8袋)  
グミをプレゼント!

対象期間 2022年4月1日~2023年12月31日

投資金額はJA口座からの搬出となります。

申込書の  
ダウンロードは  
こちら



## パズル? 頭の体操

### タテのカギ

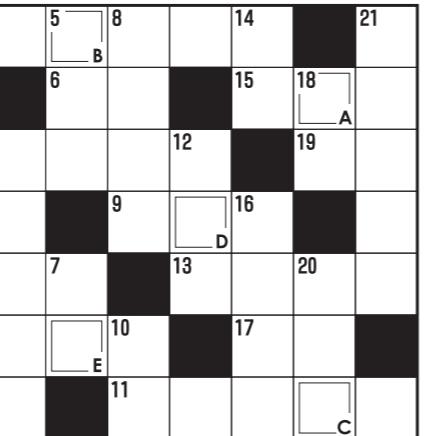
- ②日光の紅葉の名所。48個のカーブがあります  
⑤——大敵、運転中は気を引き締めて  
⑦白——に身を包んだ花嫁さん  
⑧ジョギングや水泳、筋トレなどはこの一種  
⑩ハウスを使わず作物を育てる——栽培  
⑫考えるときにひねるもの  
⑭応用に移る前にしつかりと  
⑯1ヶ月の後ろ3分の1  
⑯ペンのはキャップと呼ぶこともあります  
⑳東京都中央区の地名。豊洲へ移転した東京都中央卸売市場があった場所  
㉑2人でおそろいの服を着ます

### ヨコのカギ

- ①甘柿の王様と呼ばれることもあります  
②屋内のこと。——派  
③ポンレス——、——サンド  
④漢字では石榴、柘榴などと書く果物  
⑥たき火に手をかざして取ります  
⑨飲んで食べて話して樂します  
⑪山野で生まれ育ったヤマノイモ  
⑬奇術師が披露するもの  
⑯ベンチよりひかひかしています  
⑰富士山の山頂を白くします  
⑲漬物やワインを詰めます

### 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?

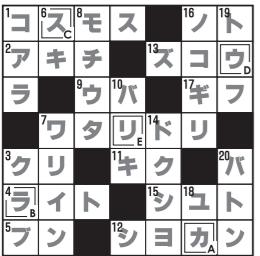


応募締切

当日消印有効

10月25日(水)

### 先月号のごたえ【カラスウリ】



りんご  
「トキ」  
特糖賞  
コース

QUO  
カード  
コース

### 先月号の当選者

加藤りつさん(本店)  
小山内純さん(本店)

原洋子さん(北支店)  
成田ツギエさん(本店)  
葛西公清さん(本店)

応募: 41通 / 正解者: 40通

### ○正解者の中から抽選で

3名に「はれわたり(2kg)」または、3名にQuoカード(1,000円分)をプレゼント!

\*お届け時期は、天候や収穫状況により、当選発表から前後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

×(キリトリ)

郵便はがき

0370690

料金受取人払郵便

五所川原局  
承認

86

差出有効期限  
令和5年  
12月27日まで

切手不要

(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

〒	市	
ご住所		
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	

**野菜×みりん上級プロ KAORUの  
フルーツバラダイス レモン**  
～旬を迎える国産レモンを楽しもう～

イラスト: 小林絵美子

**レモンのチカラ**

- ビタミンC しみやしあ予防、肌荒れ改善に。免疫力向上、ストレス緩和、疲労回復に。
- カリウム 高血圧予防やむくみ改善に。
- エリオシトリン、ヘスペリジン、ルチン 生活習慣病予防やアンチエイジング効果に期待。ルチンは動脈硬化予防にも。
- ケエン酸 疲労回復や殺菌効果、食欲増進効果も。
- リモネン リラックス効果がある香りの成分。血行促進、代謝アップ、免疫力向上に。

**効果的な食べ合わせ**

- カリシウムの吸収率アップ 牛乳、チーズ、小魚、青菜類 ケエン酸がカリシウムなどミネラルの吸収率を高め骨粗しょう症予防に効果的。
- 美肌づくりに 肉や魚、大豆 美肌づくりに欠かせないビタミンEは、体を作るものとなるタンパク質と一緒に摂取するとより効果が期待できる。
- 減塩効果 ケエン酸には塩味を感じやすくなる効果がある。レモン果汁を加えると塩分控えめで、味わいに満足感を得られるため、高血圧対策などに。



## ゆで豚のおろし キノコサラダ風

### 作り方

- 豚バラブロックは200g × 3にカットする。エノキタケは石突きを取り3等分にしてほぐしておく。小松菜は3cmに切っておく。
- 豚肉を下ゆでする。鍋に水をたっぷり入れ、Ⓐと共に豚肉を軟らかくなるまでゆでる(※圧力鍋を使うと時短できます)。軟らかくなつた豚肉を取り出し、同じ鍋で小松菜をサッとゆでる。
- キノコのたれを作る。ボウルにⒷを合わせ、別鍋でゆでたエノキタケ、ナメコを混ぜ合わせる。
- 皿に小松菜を敷き、豚肉をのせ、③のたれをかけ出来上がり。

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



おいしく食べて美しく

栄養士 吉田理江

### 食事でインフルエンザ感染予防

秋から冬にかけては、インフルエンザが流行するシーズンです。今この時期にインフルエンザが流行するの空気中に浮遊しているウイルスが口や鼻から体内に侵入しやすくなるためと考えられています。マスクの着用や手洗いうがいなども予防には欠かせませんが、感染しにくい体制づくりのために食事も大切です。今回は、インフルエンザ予防にお薦めの栄養素を二つご紹介します。

■ **タンパク質**  
タンパク質は、ホルモン・免疫物質などの材料になります。肉、魚、卵、乳製品、大豆製品に含まれるタンパク質は、不足すると体力や免疫機能の低下などが起こるので注意します。過剰に取ると余剰分は、手のひらにのるくらいが目安量になります。朝、時間がない方は、牛乳を飲む、作り置きしたゆで卵を取りとタンパク質不足になりにくいです。おやつにチーズ、ヨーグルトを取りのも良いでしょう。

■ **ビタミンA**  
ビタミンAは、皮膚や目などの健康を守り感染症を予防する働きがあります。ニンジン、ホウレンソウなどを一緒に炒めたり、牛乳と一緒に煮たりすると、吸収率が上がります。また、油と一緒に調理することによって、脂溶性ビタミンのビタミンAは、油と一緒に吸収率が高まります。油と一緒に吸収率が高まると、よく食べられるでしょう。インフルエンザにかかりにくいくらいに減塩効果がある。また、油と一緒に調理することによって、体内への吸収率が高まります。油と一緒に吸収率が高まると、よく食べられるでしょう。





## 案 件

- 議案第1号 令和5年産米概算金について  
議案第2号 令和4年産米概算金の追加払いについて（追加案件）  
議案第3号 理事に対する利益相反取引について（追加案件）

## 報告事項

- ① その他

（令和5年9月6日開催）

## 9月の記録

- 4日 認証上級準備研修（～5日）  
担い手法人会意見交換会
- 5日 野菜振興協議会役員  
西北地域りんご適期収穫キャラバン
- 6日 臨時理事会  
女性限定普通救命講習（～8日）
- 7日 議案説明会  
水稻青空教室（3か所）
- 10日 まるっとの日
- 11日 認証上級準備研修（～12日）
- 14日 女性部役員会  
令和5年産米程度統一会
- 15日 第14回通常総会、理事会、監事會
- 16日 りんご部会役員会  
りんご即売会（～17日）
- 19日 りんご中生種規格基準説明会  
（～20日）
- 21日 野菜振興協議会役員会
- 22日 青年部通常総会

## 人 事 異 動

（10月1日付）

氏名	新 任	旧 任
長内 敬士	米穀課 係長兼精米施設所長	米穀課 精米施設所長（係長）

## パート職員採用

（10月1日付）

氏名	所 属
葛西 一樹	米穀課（精米施設）

## 農協の概況

（10月1日現在）

組合員数：5,954名  
役員数：20名

職員数：162名  
(正141名・臨11名・パ7名・嘱3名)  
出資金：21億8,800万円



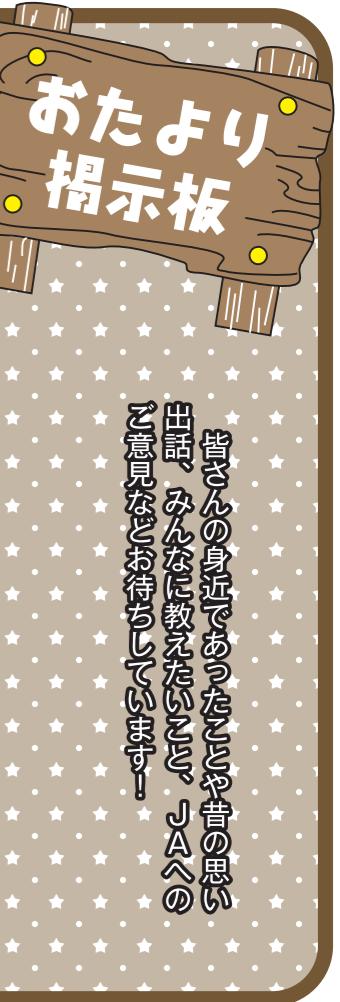
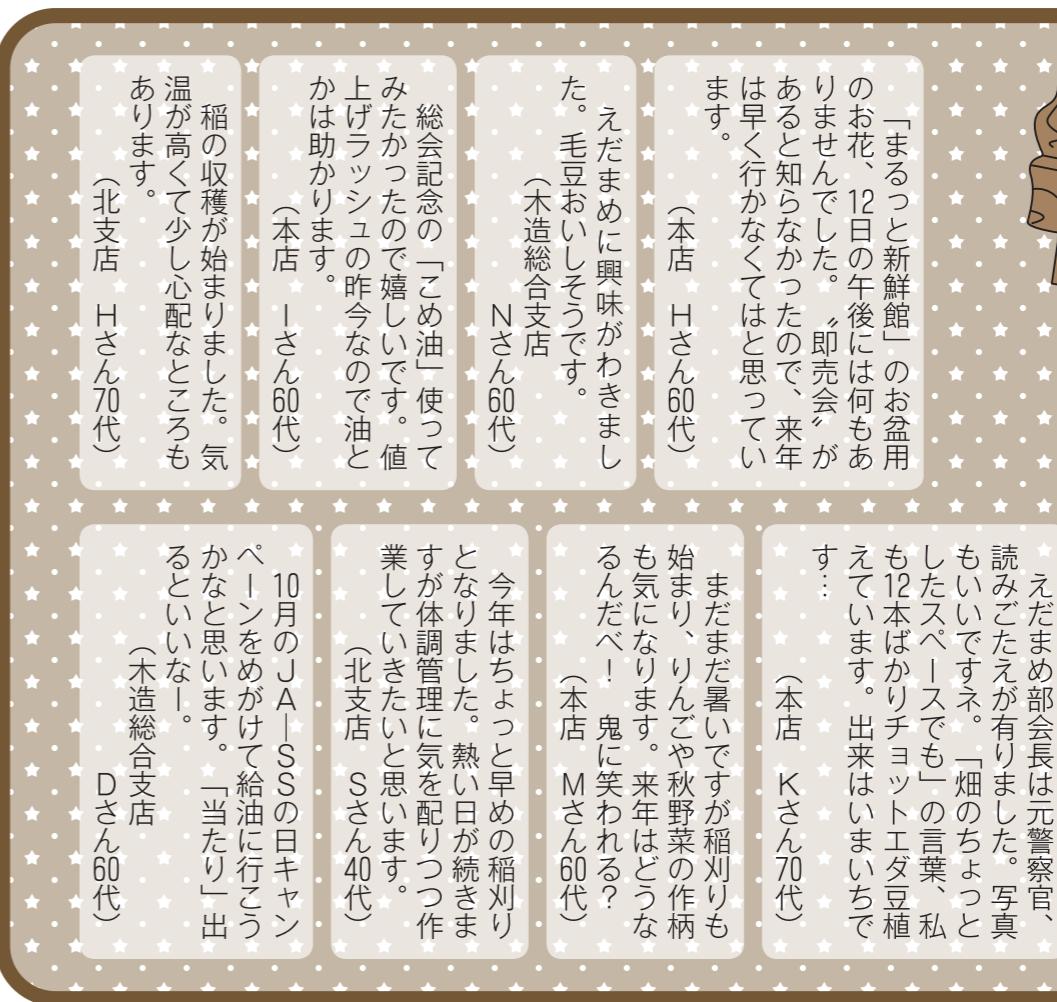
## 案 件

- 議案第1号 総会で決議した理事報酬の配分について  
議案第2号 行政庁に提出する業務報告書について  
議案第3号 理事に対する利益相反取引について  
議案第4号 信用窓口業務要領の変更について  
議案第5号 大口貸付の承認について  
議案第6号 「当組合における取引のリスク評価書」の改正について（追加案件）

## 報告事項

- ① その他

（令和5年9月15日開催）



## 山本組合長が日本農業新聞の取材を受けました



日本農業新聞「トップに聞く」にて、山本組合長が取材を受け、当JAのこれまでの取り組みや今後の展望について話しました。取材後には写真撮影があり、何枚も撮り続ける記者に対して戸惑う場面も。9月29日の紙面に記事が掲載されました。



## パズル？ 頭の体操のこたえ

【 】

\*どちらかのプレゼントコースをお選びください。  
はれわたりコース ・ Quロカードコース

- 興味を持った記事はありましたか ● （2つまで）
- はれわたり栽培について
- 特集『第14回通常総会』
- フォトニュース
- パズル？ 頭の体操
- その他（ ）

## ● おたより掲示板へのコメントなど ●

□ 料理  
□ めご

V  
O  
L.  
1  
7  
2  
2023年10月16日発行



## 本店地区

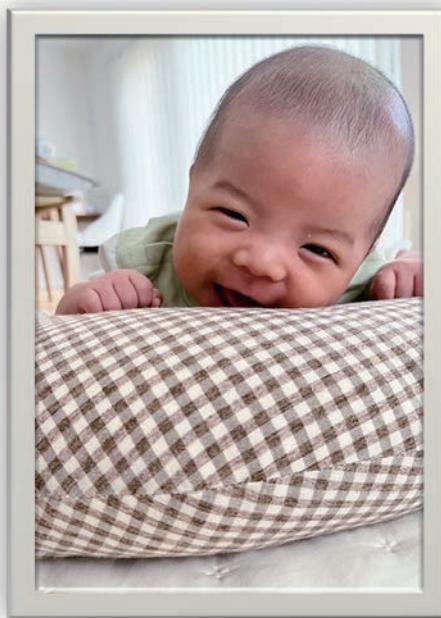
今月のめごは、石岡さんの初孫、燈和くんです！人の心を暖かく照らすような人になってほしいという願いが込められたお名前です。家族にとって宝物のような存在の燈和くん。音が鳴る方を向き、視線が合うようになってきたので、すっかりみんなのアイドルです。この頃黄昏泣き\*があるそうですが、基本的によく眠るそうzzz

食べて眠って、ぐんぐん大きくなってね！

\*たそがれなき：生後しばらくから赤ちゃんが理由もなく泣き続けることです。

いしおか とうわ  
石岡 燈和くん  
(撮影時：1ヶ月)

「おじいちゃん」石岡 雅樹さん



### おじいちゃんからのメッセージ

「とうわくんご誕生、心からおめでとう！じじ、ばばになることがこんなに嬉しいとは思いもませんでした。元気にすくすく育ちますように。愛情たっぷり見守っています」

おいのめご募集中！！  
<http://www.ja-goshotsugaru.or.jp/mogu/>

### \*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！

北支店	本造総合支店	本店
支店番号	39	店番号
173	142	27
055	91	3300
010	1	0
073	04	0

編集・発行／JA-GOSHOTSUGARU  
本店所在地／〒037-0061 五所川原市大字野里字奥野100番地  
ホームページ／<https://www.ja-goshotsugaru.com/>  
広報メール／kanri@ja-goshotsugaru.or.jp  
発行責任者／山本 康樹



3.21▶4.19

全体運▶秋の実りを楽しみましょう。思い出の料理を食べに行くのもお勧め。旧友との会話にも花が咲きそうです。

健康運▶冷えは大敵。体を温めて。厚手の靴下が吉  
幸運の食べ物▶ダイコン



4.20▶5.20

全体運▶対人運が活発化。もめることもありそうですが、向き合ってみると分かり合えることも。ポジティブに考えて

健康運▶ちょっとしたけがに注意。絆創膏を携帯して幸運の食べ物▶ハクサイ



5.21▶6.21

全体運▶ストレスを感じやすいとき。オーバーワークにならないよう予定を見直して。レジャー運は良好。

お出かけ  
健康運▶腸内環境を整えて。発酵食品にツキ  
幸運の食べ物▶ゴボウ



6.22▶7.22

全体運▶気になっていたことがいい方向へと動く好調運。問題は1人で抱え込まず相談を。力になってくれる人がいます。

健康運▶コンディションが良好。スポーツを楽しんで幸運の食べ物▶ホウレンソウ



7.23▶8.22

全体運▶大丈夫と思っていたことにストップがかかりそう。いち早く兆候を見つけられるようよく観察を。

方向転換は吉  
健康運▶無理や我慢は禁物。不調を感じる前に休んで幸運の食べ物▶ネギ



8.23▶9.22

全体運▶コミュニケーション運が活発化。好情報を入手できます。ただ、後半は眉唾な話も。うわさには気を付けて

健康運▶良い健康法が見つかりそう。友達のまねも◎  
幸運の食べ物▶根ミツバ

## 11月のあなたの運勢



9.23▶10.23

全体運▶人気運が良好。あなたの周りに自然と人が集まります。食事の時間に愚痴は控えて。楽しく食べて円満になります。

健康運▶喉の痛みを甘く見ないで。しっかりケアを幸運の食べ物▶カリフラワー



10.24▶11.22

全体運▶リーダーシップを發揮して。少しせっかちになりがちなとき。周りの話を聞き歩調を合わせればスムーズに進みます。

健康運▶歯科検診へ。口内炎や歯痛は早めにケアを幸運の食べ物▶ナス



11.23▶12.21

全体運▶よく分からぬことで意見を言うのは控えて。いつの間にか患者にされる恐れが。運勢は下旬から上昇します。

健康運▶食生活の乱れが肌に出がち。バランス良く食べて幸運の食べ物▶シチュー



12.22▶1.19

全体運▶友人や知人とおしゃべりを楽しめます。好奇心を発揮すれば面白いことに出合えるはず。お試しプランにツキ

健康運▶肩凝り予防のストレッチを。運動にツキ  
幸運の食べ物▶ユリ根



1.20▶2.18

全体運▶周囲からの注目度がアップ。良いことも悪いことも目立つので自分を律して。人に配慮すると状況は好転へ。

健康運▶関節痛や貧血の予防に力を入れて。お茶が吉幸運の食べ物▶リンゴ



2.19▶3.20

全体運▶努力の結果が出てやりがいを感じられそう。1人では難しいことも仲間と協力して大成功。宴席や旅行も幸運の兆し

健康運▶シェイプアップや筋力トレーニングにツキ  
幸運の食べ物▶ジャガイモ

## 編集室

ココ  
だけの  
ハナシ

### 毎日が崖っぷち…

人見知りで場所見知りなメガネです。広報を担当することになり、現場にいる担当職員の背中に隠れながら、初めてまでな人と出会い、初めてな場所に行きました。〆切に追われる日々ながら、幸いなことに探求心だけはあったので、たくさんのこと勉強させ得らうことことができたと思っています。口下手でインタビューもままならず、筆不精なものですから、見たもの聞くことを皆さまにお伝えできていないことは反省です。今回はちょっと振り返りの編集後記。今後も感謝と挑戦する気持ちを忘れずに！



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。