

スマイルつうしん 令和8年7月号

笑顔のJA、スマイルJAナンバーワンを目指しています。



ふれあい夏まつり

7月25日(土) 16:00~19:00

会場：JA東能登川 本所 ※ 荒天中止

【食べ物】

- ☆フランクフルト ☆やきとり
- ☆かき氷
- ☆木質ペレットピザ窯によるピザの販売
- ☆熟成カレー、からあげ（味杏食堂）
- ☆クレープ（tappy&cuppy）

【ゲーム】

- ☆ヨーヨーつり ☆くじびき
- ☆スーパーボールすくい ☆射的

【ワークショップ】

受付場所：1階（2階入り口前）
開催場所：2階会議室
参加費無料！
定員に達し次第、受付を終了します

★ピカッと安全キーホルダーを作ろう！

シロクマの形のキーホルダーにシールを貼って自分だけのオリジナルキーホルダーを作ろう！

開催時間 （所要時間20分）

- ① 16:15~16:35（定員24名）
- ② 17:30~17:50（定員24名）



★オリジナルの光るうちわを作ろう！

色を塗ったり絵を書いたりして素敵なうちわを作ろう！
ボタンを押すとピカピカ光ります☆

開催時間 （所要時間25分）

16:50~17:15（定員24名）



ビンゴゲーム大会！



時間：18時頃より

ビンゴカードは当日、国消国産ブースにて食農クイズ（小学生以下）かアンケートにお答えいただいた方へ配付いたします。ぜひ、ご参加ください！

10名の方に特産品が当たります！

【国消国産コーナー】



☆食農クイズ（小学生以下限定）

☆簡単なアンケート

上記のどちらかにご参加いただいた方には...

特典①18時より開催するビンゴゲーム大会に参加できるビンゴカードをお渡しします！

特典②粗品をプレゼント！（数に限りがございます）

JA グループ滋賀公式スマホアプリ

「しがのわ」登録キャンペーン

会場で当日アプリにご登録いただくと「かき氷」の無料券をプレゼントします！（数に限りがあります）



詳しい内容につきましては、ホームページ
折り込みチラシでご案内いたします。



... ご来場の皆さまへ ...

* 駐車場はございません。

JA東能登川構内への駐車や路上駐車はお断りいたします。

* 体調のすぐれない方のご来場はお控えください。

* イベント内容は一部変更となる場合がございます。

8月のJAほーもん日

8/10(月) ~ 8/14(金)

8月のJAほーもんは上記の日程で訪問させていただきます。

第七十九回 通常総会

6月20日（土）、午前9時30分よりJA東能登川本所にて、第79回通常総会を開催し、本人出席33名・書面議決行使書による出席305名の計338名にて、提出議案第1号議案から第4号議案、及び附帯議案は全て可決されました。



スクエアステップ教室

6月2日（火）、本所にて東近江市の健康推進員さんによる「スクエアステップ教室」を開催し、9名が参加されました。

高齢期になり、心身の活力（筋力や運動能力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態をフレイルといい、スクエアステップではフレイル予防をすることが出来ます。

始めに、筋肉トレーニングで健康づくりについての話を聞き、自分の体重を負荷として利用する自重トレーニングの初級編を実践しました。

スクエアステップでは、40個のマスが描かれたマットの上をタテ・ヨコ・斜めに講師の指示した道順にステップを踏むエクササイズをし、脳と体



の両方を使って運動するので「歩く脳トレ」とも言われています。また、慣れたところに、お腹に力を入れて行うことで、気になるお腹周りの引き締めにも繋がるそうです。参加者は「頭を使いながらステップを踏むので良い運動になった」と話されていました。

ミニ盆栽づくり

6月18日（木）、ミニ盆栽作り教室を開催し、8名が参加されました。

今回は、常山アジサイ、姫せきしろう、姫ギボウシを使って盆栽を作りました。まず、丸鉢に土を詰め、バランスを見ながら丁寧に植えていきました。根元には隙間のないようにコケをはり、涼しげで美しいミニ盆栽が完成しました。

また、花後の剪定と植え替えについて教えていただきました。次回は12月に開催予定です。



ガーデニング教室

6月25日（木）、本所にてガーデニング教室を開催し、16名が参加されました。

今回は、人気の多肉植物の寄せ植えを作りました。好きな植物を8種類えらび、ひつじの鉢にバランスを見ながら植えていくと、かわいい多肉植物の寄せ植えが完成しました。

育て方も教えていただき、秋には多肉植物の色が変化し紅葉が楽しめるそうです。



エンドウ マメ科の連作を避け、酸性土を改良する

エンドウには若いさを食べるサヤエンドウ、実が大きくなり、みずみずしいさやのスナップエンドウ、若く充実した豆を取る実とりエンドウがあります。それぞれ目的に応じた品種を使います。発芽適温は18〜20度、生育適温は15〜20度で、冷涼な気候を好みます。

はマメ科を作っていない畑を選び、酸性土を改良しましょう。

す。発芽がそろったら2本を残し、他は間引きします。なお、6〜9cmポットで育苗する場合、1ポット3、4粒を深さ2、3cmにまき、間引いて2本にします。根鉢が形成された頃（本葉3、4枚）に植え付けます。

どを使用基準に従って防除します。うどんな病も登録農薬で予防します。

「品種」サヤエンドウでは「ニムラ白花きぬさや」（ヴィルモランみかど）、「砂糖エンドウ白星」（松永種苗）、「あずみ野30日絹莢PMR」（サカタのタネ）など、スナップエンドウでは、「ニムラサラダスナップ」（ヴィルモランみかど）、「スナック753」（サカタのタネ）などがあります。

種まき2週間前に畑1平方m当たり苦土石灰100gを全面に施し、土とよく混ぜておきます。次に、1週間前に畝幅120cmを取り、幅約30cm、深さ約20cmの溝を掘ります（図1-1）。この溝1m当たり化成肥料（NPK各成分10%）100gと堆肥1kgを入れ、土とよく混ぜて幅40〜50cmの畝を作ります（図1-2）。

「支柱立て・ネット張り」草丈が約10cmの頃、約180cm間隔に高さ約180cmの支柱を立て、キュウリネットを張り、できるだけ早く巻きひげをネットに絡ませます（図3）。

「追肥」春先に生育の勢いが良くなり始めた頃と開花始め頃、畝の両肩に化成肥料を畝1m当たり約10g与えます。スナップエンドウ、実とりエンドウでは収穫期にも同様に追肥しましょう。追肥後は株元に土寄せをします。「病害虫防除」さやができる頃からハモグリバエが多発します。登録農薬な

「畑の準備」エンドウは同一の畑で作すると生育障害が出やすくなります（いや地現象）。土壌酸度はpH6・0〜6・5が適しているため、4、5年

はマメ科を作っていない畑を選び、酸性土を改良しましょう。

「追肥」春先に生育の勢いが良くなり始めた頃と開花始め頃、畝の両肩に化成肥料を畝1m当たり約10g与えます。スナップエンドウ、実とりエンドウでは収穫期にも同様に追肥しましょう。追肥後は株元に土寄せをします。「病害虫防除」さやができる頃からハモグリバエが多発します。登録農薬な

どを使用基準に従って防除します。うどんな病も登録農薬で予防します。

図1-1 畑の準備1

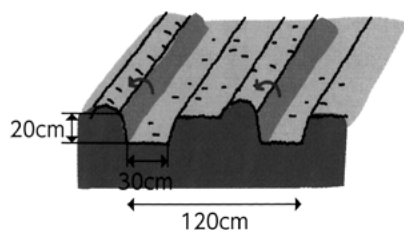


図1-2 畑の準備2

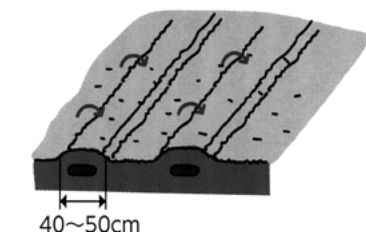


図2 種まき

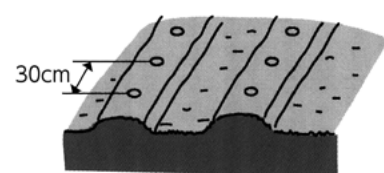


図3 支柱立て・ネット張り

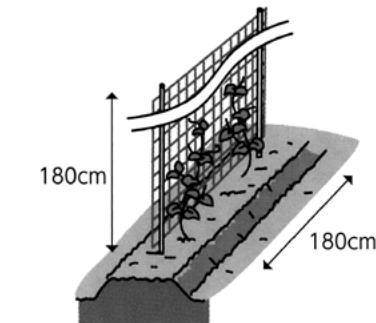


図4 収穫



栽培カレンダー（エンドウ）

気候帯	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	備考
冷涼地						●	▲	■	■	■		早まきは苗作りをする
中間地	●	■	■	■	■	■	■	■	■	■		苗作りもできる
暖地	●	■	■	■	■	■	■	■	■	■		

● 種まき ■ 苗作り ▲ 植え付け — 生育 ■ 収穫



ペン送り体操で集中力を鍛える

左右の指1本ずつだけで、ペンを落とさないように支える体操です。ペンを指先だけで上手に支えるためには、左右の指に同じだけ力を込める必要があります。物をつまむと

きや、手先を使った細かな作業をするときに必要な指先のバランス感覚が鍛えられます。とがったペンを使うときは、必ずキャップを付けてから行いましょう。

ペン送り体操



(1) ペンの両端を指先をそろえて持ち、胸の前で構えます。



(3) (1)に戻ります。



(2) 両腕を前へ伸ばしながら、両手の親指の指先でペンを落とさないように支えます。



(4) 両腕を前へ伸ばしながら、両手の人さし指の指先でペンを落とさないように支えます。

※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。

みんなで考えよう人権問題 ～ 多文化共生という言葉の先に ～ 中央会 みのり

みなさんは、「多文化共生」という言葉を聞いたことがありますか。

昨年度は、大阪・関西万博の開催により、世界各国から多くの人びとが日本を訪れました。海外の文化や暮らし、考え方に触れるなかで、国や地域によって大切にしているものが少しずつ違うことを、改めて感じる機会となりました。しかし、多文化との出会いは、万博の会場だけにあるものではありません。身近な地域や職場にも、異なる背景を持つ人びとが暮らし、働き、学んでいます。

そこで大切になるのが、「多文化共生」という考え方です。多文化共生とは、国籍や民族、言語、文化、生活習慣などの違いを認め合い、同じ地域社会の一員として、ともに暮らしていくことを指します。滋賀県では、「滋賀県多文化共生推進プラン」において、多文化共生の社会づくりに向け、県民、市民活動団体、国際交流協会、企業、市町、県など、それぞれの主体が取り組む方向性を示しています。今後県内人口に占める外国籍の住民や外国にルーツを持つ人の割合は高まると考えられており、国籍や民族などの違いにかかわらず、ともに生き、支え合う関係であるという意識を持つことが、ますます大切になっています。

「多文化」と聞くと、外国にルーツを持つ人との関わりを思い浮かべる方が多いかもしれませんが、もちろん、そうした視点は大切ですが、多文化共生はそれだけにとどまりません。言葉が伝わりにくい、地域の慣習がわからない、行政や医療、学校、職場の手続きが難しいといった場面では、本人の努力だけでは乗り越えにくい壁があります。同じ地域で暮らす人同士が、互いの違いを認め合い、対等な関係を築きながら、ともに地域を支えていくという考え方です。

身近な地域や職場を見ても、そこにはさまざまな違いがあります。年齢、性別、家族の状況、働き方、育ってきた環境、考え方、ものの受け止め方。たとえ同じ言語を用いて会話をしているも、「当たり前」と感じることは人それぞれ少しずつ異なります。そのような違いに対して、「普通はわかるはず」「前からこうしている」と片づけてしまうと、誰かが声を出しにくくなったり、参加しにくくなったりすることがあります。また、悪気のない一言や、言葉にされない暗黙のルールが、結果として誰かを遠ざけてしまうこともあります。

では、どうすればよいのでしょうか。大切なのは、違いを理由に線を引くことではなく、違いがあることを前提に、誰もが安心して関われる環境をつくることです。たとえば、初めての人にも伝わる説明ができていないか、質問しやすい雰囲気をつくられているか、みんなが参加できる形で物事を決めているか。そうした日々の心がけの積み重ねが、誰もが暮らしやすい地域や職場につながります。

世の中に存在するさまざまな差別や人権問題も、その人が持つ背景や歴史的経緯への正しい理解を欠いた偏見や思い込みから生まれます。だからこそ、相手を持定の属性や国籍などで決めつけず、一人の人間として対等に向き合うことが大切です。その積み重ねが、差別のない社会をつくる確かな一歩になるのではないのでしょうか。

《滋賀県農業共済組合よりご案内》

災害への備えには

園芸施設共済がおすすめ！

●ハウスの再建築価額まで補償！

※付保割合追加特約を付加して補償割合を 100 にした場合

●損害額1万円からお支払い！

※小損害不填補1万円特約を付加した場合

●収入保険とセット加入をおすすめ！

※施設本体を園芸施設共済、農作物の販売収入を収入保険で補償いたします。
収入保険の加入は青色申告をされている方に限ります。

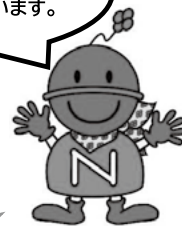
詳しい補償内容は NOSAI までお問い合わせください。



NOSAI 滋賀

東部支所 ☎0120-739-031
甲賀出張所 ☎0120-863-031

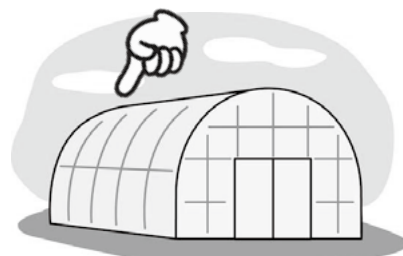
県内の施設園芸農家の方
8割以上が加入しています。



CHECK!

育苗ハウスも

加入できます！



この応募用紙へご記入の住所・氏名等は、プレゼント当選者への連絡のみ使用させていただきます。また、感想・ご意見等は「読者の声」のコーナーへ掲載させていただきます。ご了承ください。ご了承頂けずの応募はできませんようお願い致します。

広報紙7月号 クロスワード応募用紙

※当選者の方はホームページで氏名を掲載させていただきますので
ご了承ください。

① 答え

② 住所

③ 氏名

④ 年齢

⑤ 電話番号

⑥ 広報誌への感想・JAへのご意見など自由にご記入下さい。

締め切り 令和8年7月29日(水) 当日消印有効

COOKING れしび

ミニトマトとタコと大葉のマリネ

材料 (2人分)

- | | |
|-------------------|-----------------|
| * ミニトマト……………100g | * しょうゆ……………小さじ1 |
| * タコ(ゆでたもの)……100g | * 砂糖……………小さじ1/2 |
| * 大葉……………5枚 | * レモン汁……………小さじ1 |
| * オリーブ油……………大さじ1 | * 塩・こしょう……………少々 |

作り方

- ① ミニトマトは半分に、タコは一口大にカットする。
大葉は適当な大きさにちぎる。
- ② 全ての材料をあえて皿に盛り付け出来上がり。

【ポイント】

- 乱切りにしたキュウリを塩少々まぶして加える
- 大葉をバジルに替え、モッツアレラチーズを加えてイタリア風に
- 冷製パスタにあえる



スケジュール

7月

18 土
19 日
20 月
21 火
22 水
23 木
24 金 ヨガ教室
25 土 夏まつり
26 日
27 月
28 火
29 水
30 木
31 金

8月

1 土
2 日
3 月 理事会
米検査事前会議
4 火 スクエアステップ教室
5 水
6 木 習字教室
7 金 ヨガ教室
8 土
9 日
10 月 JA ほーもん
11 火
12 水
13 木
14 金



たくさんのご応募お待ちしております！



★家庭菜園の記事の玉ねぎの苗作りから植付け、収穫、保存と参考にしてみます。

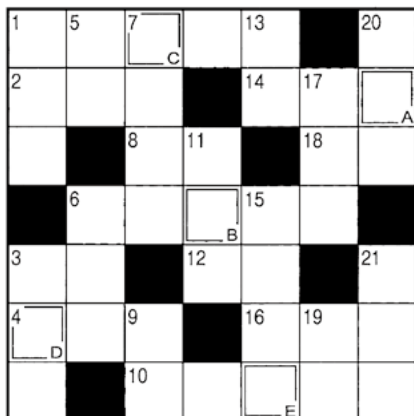
今年は種まきからやってみます。 (今町・奥野さん)

クロスワード

二重マスの文字をAから順に並べてできる言葉は何でしょうか？

正解者の中から抽選で1名の方に粗品をプレゼント！

二重マスの文字をAから順に並べてできる言葉は何でしょうか？



クイズの答えが分かった方は

①答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号
⑥広報紙の感想・JAへのご意見等を広報紙中面刷り込みの応募用紙にご記入の上応募ください。
(官製はがきでの応募もOKです。)

〒521-1221

東近江市垣見町818番地

JA東能登川 企画管理課 広報クイズ係

締め切り 7月29日(水) 当日消印有効

※当選者の方は、ホームページで氏名を掲載させていただきますのでご了承ください。

→ ヨコのカギ

- 1 令和8年は8月7日。暦の上ではもう秋です
- 2 髪に結わえるもの
- 3 タンスや机などのこと
- 4 ——ギターは電気信号で音を奏でます
- 6 8月15日は——記念日。平和を祈念します
- 8 初対面の人に——紹介をした
- 10 ハンバーグに入れるタマネギの切り方
- 12 多くは殻を持つ生き物。実はウミウシもこの仲間
- 14 炒った大豆をひいたもの
- 16 分度器で測ります
- 18 納豆が引くもの

↓ タテのカギ

- 1 飛行機が飛び立つこと
- 3 田んぼでゲロゲロ鳴きます
- 5 土地の広さをあらわす単位のひとつ
- 6 シャワシャワと蟬——が降り注ぐ
- 7 パールともいいます
- 9 ヒヨコのための栄養が豊富な部分
- 11 小銭入れに入れます
- 13 ブイもこの仲間
- 15 北海道と青森を結ぶ——トンネル
- 17 野球の出場メンバーのこと
- 19 金づちで打ち込みます
- 20 嘘から出た——
- 21 盆——、阿波——



6月号のクロスワードの答えは ミナミカゼ でした。

正解者の中から当選されたのは

今町 汲田 さん です。

おめでとうございます。

JA東能登川のホームページアドレス ⇒ <https://www.e-notogawa.jas.or.jp>

JA 東能登川

検索

葬祭に関するお問い合わせ

自動車事故等の場合には

やすらぎ苑(24時間受付) 0748-42-0983

JA 共済事故受付センター 0120-258-931

役員の法令違反など情報受付

監事会事務局

0748-42-1345

発行：東能登川農業協同組合 企画管理課

☎：0748-42-1345

FAX：0748-42-3512

〒521-1221 東近江市垣見町 818 番地

ホームページアドレス <https://www.e-notogawa.jas.or.jp>