

地 域 と と も に 未 来 へ 「 ス ク ラ ム 」

SCRUM

2025

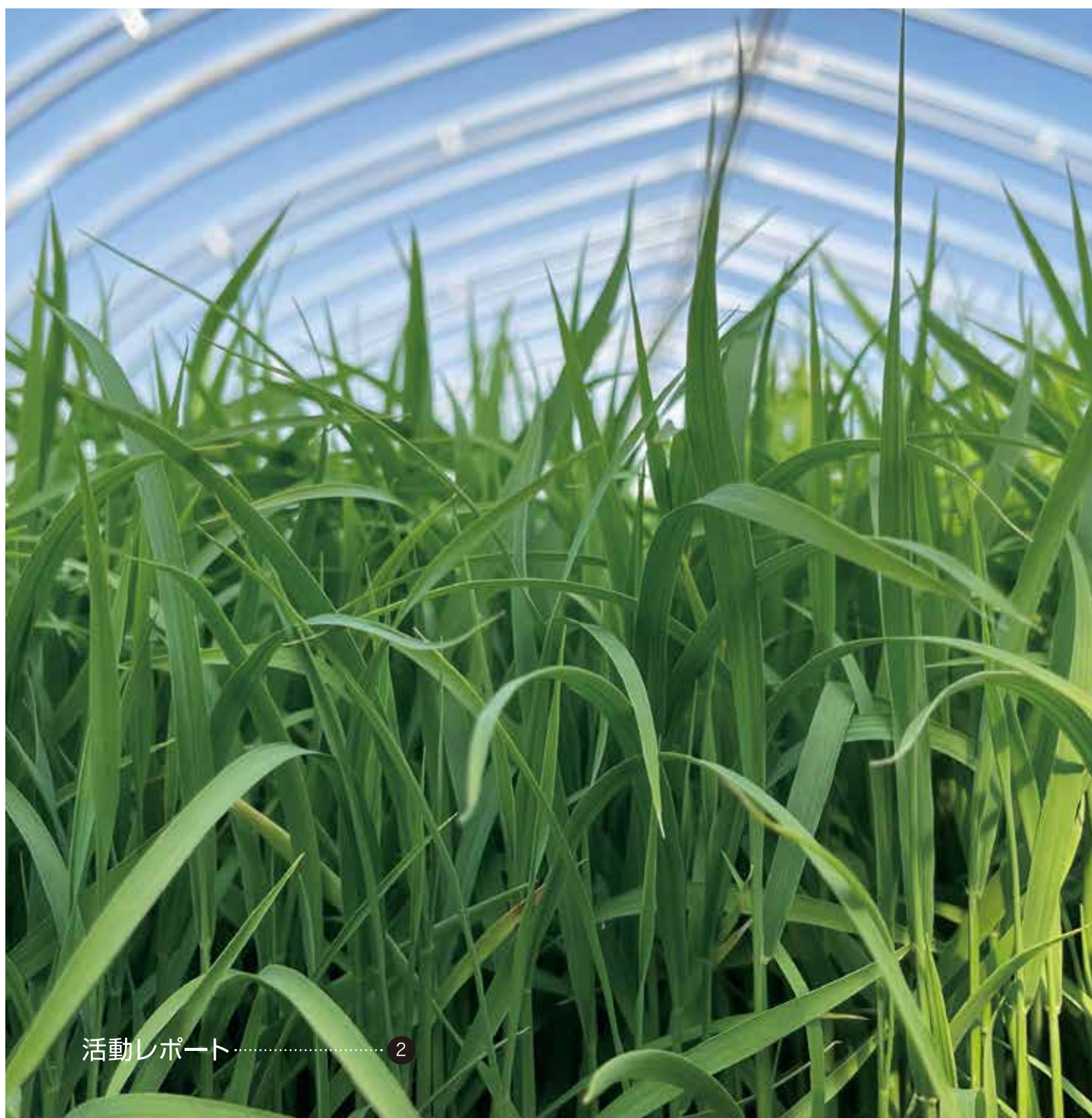
6

No.272



JA おいらせ

広報誌



活動レポート.....2

田植えを間近に健やかに育つ苗



病虫害対策の呼び掛け にんにく講習会

おいらせ農協やさい推進委員会にんにく部会は4月18日に六戸地区で、24日に三沢地区でニンニク栽培講習会を開催しました。六戸地区では約40名、三沢地区では約30名が参加しました。

上北農林水産事務所農業普及振興室三沢分室の担当者が講師を務め、ニンニクの栽培方法について確認しました。今後の管理として病害対策は降雨前の予防散布、害虫は発生初期に防除するよう呼び掛けました。



三沢地区



六戸地区



ハウスの温度管理と水管理の徹底 水稻現地講習会

六戸町農業振興対策協議会は4月17日、六戸町内の3か所にて水稻現地講習会を開催し、生産者約21人が参加しました。上北農林水産事務所農業普及振興室三沢分室の担当者と、JAおいらせの営農指導員が講師を務め、育苗をする上でのポイントや、水稻用の除草剤について説明しました。

育苗中の苗代の葉齢に応じたハウス内の適切な温度管理と水管理について指導しました。水稻用除草剤については、各除草剤の特性の解説を行い、雑草の種類に合わせた薬剤を選ぶこと、効果を適切に発揮させるための水管理等のポイントを合わせて説明しました。春先の農業事故が多いことを伝え、安全対策の重要性について呼びかけました。

また、熱中症対策と発生後の対応についても併せて説明しました。



牡牛座
4/20～5/20

【全体運】頼み事を引き受けてもらいやすい良好運。感謝の気持ちはしっかり伝え、あなた自身もできるだけ人のお手伝いを。
【健康運】前半は無理をしないように。後半は大きく上昇。
【幸運の食べ物】アシタバ

牡羊座
3/21～4/19

【全体運】早めの行動が吉と出ます。状況が変わりやすいので優先順位を常に意識して。交渉は丁寧に進めましょう。
【健康運】好調ですが後半は下り坂。休憩を忘れずに。
【幸運の食べ物】インゲン

今月のあなたの運勢 ★6月



労組を中心に 春のクリーン作戦

青森県農協労働組合おいらせ分会は 4 月 24 日、業務終了後に JA 施設周辺のゴミ拾いをするクリーン作戦を実施しました。地域貢献活動の一環として春・秋の年 2 回行っており、10 年以上前から継続して取り組んでいます。

分会以外に部課長も加わり、本店約 60 人、支店約 30 人が駐車場や倉庫周辺のゴミ拾いをしました。

同分会の野宮優輝委員長は「天気が悪く、大変寒い中での活動でありましたが、皆さんの御協力により実施出来たことに感謝いたします。地域の皆さんに農協を気持ちよく利用してもらえよう今後も続けていきたいです」と話しました。



ゴミ拾いをする職員ら

新人紹介

やまだ ひな
山田 日菜



- 配 属 先／本店共済課
- 入 組 日／2025 年 4 月から勤務
- 出 身／六ヶ所村
- 趣 味／子供たちと公園巡り
- 抱 負／少しでも早く組合員のお役に立てるよう日々学び、精進していきたいと思います。よろしくお願いします。

なかむら れいな
中村 玲奈



- 配 属 先／本店金融課
- 入 組 日／2025 年 4 月から勤務
- 出 身／大阪府
- 趣 味／映画鑑賞
- 抱 負／日々笑顔とコミュニケーションを大切にしながら誠実に業務に取り組み、信頼される職員になれるように頑張ります。よろしくお願いします。

蟹 座
6/22～7/22

【全 体 運】運勢は次第に勢いを増し大きく上昇。大変でも諦めずに継続を。勝利の女神がほほ笑みます。魅力もアップ！
【健 康 運】食べた分はしっかり運動を。スタミナが付きます。
【幸運の食べ物】エダマメ

双子座
5/21～6/21

【全 体 運】パワフルに過ごせます。ただ、やりっ放しになりやすいところには気を付けて。最後まで責任を持って動いて◎
【健 康 運】筋トレで体力増強を。下旬は休養に充てて。
【幸運の食べ物】オクラ

わたしたちが 皆さまの お手伝いをします



JA共済加入世帯へ保障内容の確認に、
わたしたちLA(ライフアドバイザー)が伺い、
皆様をお手伝いします。

三沢地区



沖津 由紀

前平、浜三沢、谷地頭、庭構、さつきヶ丘、緑町、
東北町、七戸町、新森、深谷、平畑、後久保、松原町、
泉町、県外



遠藤 新太郎

堀口、細谷、東岡三沢、本町、桜町、花園、栄町、
千代田町、美野原、南町、幸町、おいらせ町(緑ヶ
丘/若葉/早稲田/その他)、八戸市

LA 統括



中村 章裕



東 将也

塩釜、織笠、松園、駒沢、大町、新町、中央町、
上久保(三沢)、おいらせ町(鶴久保/上久保)、六ヶ
所村



織笠 曜

鹿中、大津、三川目、流平、越下、八幡、富崎、高野沢、
東町、おいらせ町(青葉/一川目/二川目)十和
田市、青森市、その他県内



船越涼太郎

六川目、岡三沢、根井、朝日、古間木、春日台、
日の出、戸崎、南山、六戸、小松ヶ丘

六戸地区



川村 秀典

鶴喰、赤田、下吉田、折茂、大原、沖山、沖山平、米沢、
赤石、入口、中堤、上吉田、長谷、坪毛沢、坪毛
沢開拓、山形、高森、春日台、古間木、古間木山、
薬師、上町、古里、堀切、小松ヶ丘、三沢市



佐々木 秀成

下仲町、押込町、川原新田、金矢、高館、南町、大曲、
協和、堀切沢、十和田市、六ヶ所、七戸町、東北町、
その他県内



長嶺 弘子

小平、柳町、折茂新田、高見、柴山、館野、七百、
通目木、柳沢、根古橋、おいらせ町、高屋敷、林、
たての台団地、岡沼、八戸市、三戸郡、県外

乙女座
8/23~9/22

【全 体 運】出だしは厳しくても好転の兆しが見えています。
味方になってくれる人が現れて状況は一変。伝える努力を。
【健 康 運】ぼんやりしがち。うっかりのけがに気を付けて。
【幸運の食べ物】キュウリ

獅子座
7/23~8/22

【全 体 運】予定の詰め込み過ぎに注意を。周囲との和を大切にしながら
ゆっくり進めるよう心がけましょう。急がば回れです。
【健 康 運】オーバーワークに気を付けて。ペース配分が重要。
【幸運の食べ物】シソ

「農作業労働賃金標準額」 のお知らせ

この農作業労働賃金標準額は、
あくまでも取り決めの際の目安とするものです。
対象となる農地の諸条件等、当事者間の話し合いを通して、
適正な金額を決めて下さい。

区 分	作業名	賃 金	労働時間	適 用
水 田	田 植	7,630円	実働 8 時間	1, 男女同じ 2, 賄い無し
	除 草	7,630円		
畑	一般作業	7,630円		

農業者年金に係る現況届の提出を お願いします

農業者年金を受給している方には毎年 5 月頃に、現況届が農業者年金基金より直接各人へ送付されます。受給している方が生存しているかどうか、また、経営移譲年金にあたっては農業再開や農地等の返還がなされていないかどうかを確認するための届出です。

現況届は本人が署名のうえ、6 月 30 日までに農業委員会に提出していただきますようお願いいたします。

現況届の提出がないと年金の支払いが差し止めとなりますのでご注意ください。

お問い合わせ先：農業委員会事務局（内線 255）

にんじん

今回は冨田です。



にんじんは栄養価が高い野菜です。
特にβ-カロテンや食物繊維が豊富です。

健康維持に取り入れたい! にんじんの栄養素とその働き

①β-カロテン

- 目や皮膚の健康維持や活性酸素の抑制

②食物繊維

- ダイエットや肥満、糖尿病の予防改善に
- 便秘解消をサポート

③カリウム

- 塩分の取り過ぎを調節
- むくみ予防に

④ビタミンC

- コラーゲンが肌や髪を健康に保つ
- 有害物質から体を守る

⑤カルシウム

- 骨や歯を強く保つ

フードプロセッサーで簡単 にんじンドレッシング

【材 料】出来上がり量 約700cc

にんじん……………2本(約300g)
たまねぎ……………1/2個(約100g)
☆オリーブオイル……………100cc
☆しょう油……………100cc
☆酢……………100cc
☆砂糖……………大さじ4
☆みりん……………大さじ2

【作り方】

- ① にんじんの皮をむき、2〜3センチ角に切りフードプロセッサーに入れて回す。
- ② たまねぎも同様に切り、加えて回す。
- ③ ☆の調味料を全部加え、更に回して出来上がり。

- 出来上がってすぐより、少し落ち着かせた方が味がなじんで美味しいです。
- 保存は冷蔵庫で、一週間くらい。
- お手持ちのフードプロセッサーの容量に合わせて分量を加減してみてください。



RABラジオでおなじみ料理研究科 水嶋優子先生のレシピ

人参とツナの炒め煮

【材 料】2〜3人分 T15分

人参……………250g
ツナ缶詰……………50g
しょうゆ大さじ1〜1と3分の1
A 酒大さじ1、
……サラダ油大さじ2分の1

【作り方】

- ① 人参は皮を剥いて、3cm長さのせん切りにする。
- ② フライパンに油を入れて熱し、人参を炒め少ししんなりしたらツナを加える。
- ③ Aで味付けをする

※人参はあまり炒めすぎないように



炊飯器でヨーグルトケーキ

【材 料】5合炊き T50分

卵……………2個
砂糖……………80g
ヨーグルト……………90g
レモン汁……………大さじ1
ホットケーキミックス……………160g
ベーキングパウダー 小さじ2分の1
サラダ油……………大さじ1

【作り方】

- ① 材料を上から順番に混ぜる。
 - ② 炊飯器内側に薄くサラダ油を塗って生地を流す。
 - ③ スイッチを入れ、炊き上がったらまな板に開けて食べやすく切る。
- ※ホイップクリームでデコレーションしたりフルーツやジャムをのせてもきれいです。



定例理事会

日時：令和7年4月28日(月) 9:30～

場所：おいらせ農業協同組合 本店2階 第1研修室

1. 組合長あいさつ

- 議案第1号 令和6年度事業実績、貸借対照表、損益計算書及び余剰金処分案について
 議案第2号 経理規定の一部変更について
 議案第3号 自己改革工程表の策定について
 議案第4号 通常総代会の開催について
 議案第5号 通常総代会の提出議案について
 議案第6号 令和7年度借入金の最高限度額決定について
 議案第7号 令和7年度貸付金利率の最高限度について
 議案第8号 1組合員に対する信用の供与等の最高限度額について
 議案第9号 組合員以外の者1人に対する信用の供与等の最高限度額について
 議案第10号 同一人に対する信用の供与等の最高限度額について

2. 案件

- 報告事項1 組合員の加入脱退状況について
 報告事項2 ヘルプライン運営要領に基づく定期報告について
 報告事項3 自己改革の実践状況について
 報告事項4 余裕金運用状況等の報告について
 報告事項5 「JAバンクの内部管理体制構築にかかる指針」の一部変更について
 報告事項6 災害緊急資金の貸付取扱期間の延長について
 報告事項7 事務ミス等の発生状況に関する定期報告について
 報告事項8 令和6年度内部監査業務活動報告について
 報告事項9 内部監査の品質に関する内部評価結果について
 報告事項10 会計監査人の再任と報酬等について

◎ 今月のおたより ◎

『好きな弁当の具材』

▼暖かくなり、新鮮な野菜のおかげで食事が楽しいです。今度お弁当も作ってみようと思います。
 Tさん

▼お花見、運動会、毎日のお弁当も鶏もも肉の唐揚げが一番です。作り置き冷凍をしています。
 Tさん

▼暖かくなってきたので、お弁当を作ったどこかに出掛けたいです。お弁当の具材といえば唐揚げやおにぎり、卵焼きですね。
 Sさん

▼いつも広報誌を読んで素敵だなと感じています。知っている方が記事にあると皆から元気を頂き、自分も頑張れます。これからも楽しみにしています。
 Sさん

▼クロスワードクイズが良かったです。
 Tさん

「GWの思い出」

次号のおたよりテーマ
 皆さんはゴールデンウィークどう過ごしましたか。皆さんの思い出を教えてください。

応募要項

応募締切日

6月6日(金)

※当日消印有効

正解者5名様に図書カードをプレゼント。翌月上旬にお届けします。皆様からの応募をお待ちしています。

記入事項

- まちがいさがし、またはクロスワードの答え
- おたよりテーマ/ご意見・ご感想
- 住所・氏名・年齢

応募方法

〒033-0022 青森県三沢市三沢字堀口16-7
 JA おいらせ 広報係
 FAX.0176-54-4470
 Eメール kikaku-soumu@ja-oirase.or.jp

※ご応募いただいた個人情報は、当選者へのプレゼント発送に利用させていただきます。また、お知らせいただいた身近な話題は「今月のおたより」コーナーに掲載させていただく場合があります。

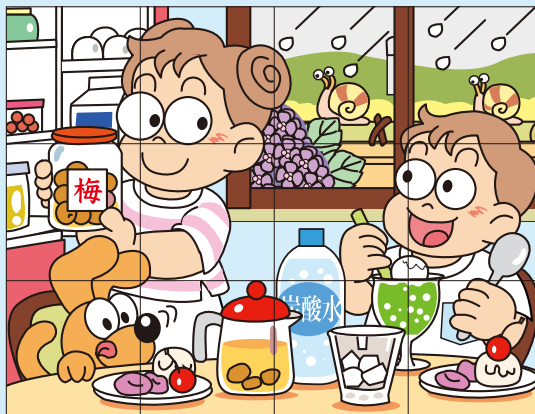
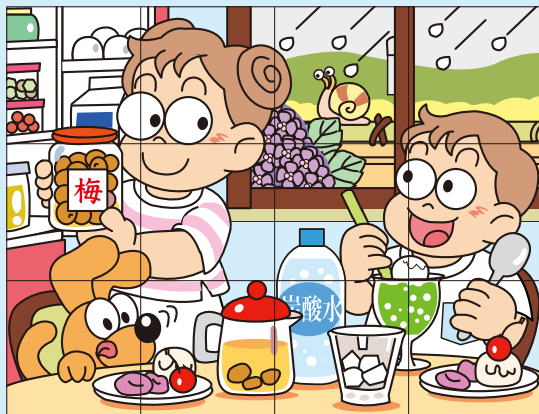
編集後記

GWに旅行に行って来ました。

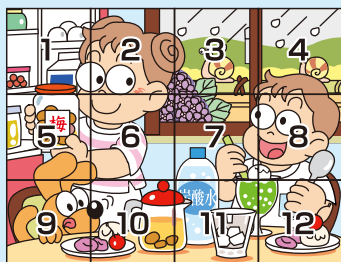
天気も良く楽しい時間を過ごせました。

連休明けお仕事頑張りたいと思います！

(は)



出題・イラスト：酒井栄子

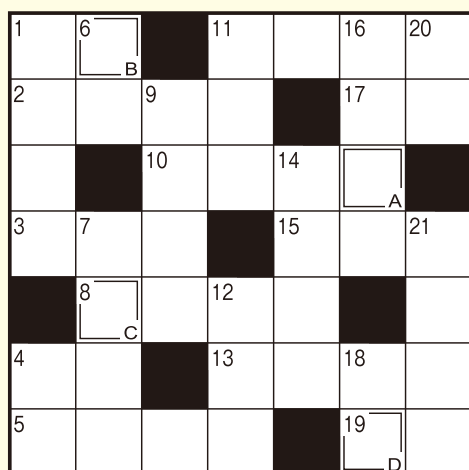


まちがいさがし?

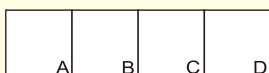
右のイラストには左のイラストと違う部分が5ヶ所あります。
間違っている部分を左下の枠内の数字と何が間違っているかを探しましょう。

5月の答え

2. こいのぼりがいない 4. 湯気が多い 5. あんこが付いている
9. かしわ餅が少ない 11. しっぽが見える



答え



クロスワードクイズ

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?



ヨコのカギ

- 1 6～7月はしとしとと降る日が多い
- 2 あの部長は——掌握術に優れている
- 3 化学式では H+ や OH- などと表します
- 4 「桃太郎」でおじいさんが刈りにいったもの
- 5 旧暦6月の異称
- 8 赤、青、黄、鮮やかな——の花々が咲いている
- 10 渋谷駅前の待ち合わせ場所として有名な忠犬——像
- 11 長女から見た次女や三女
- 13 父の日に——をこめてプレゼントを送った
- 15 生の魚貝などを薄く切った料理
- 17 木の根と枝のあいだ
- 19 オニ、テッポウなどの種類がある花



タテのカギ

- 1 漢字では紫陽花と書く花
- 4 肌にはできないように日焼け止めを塗りました
- 6 剣道の試合のとき頭につけます
- 7 植物を分厚い本にはさんで作ることも
- 9 1年を基準としたときの3カ月
- 11 inと表記する長さの単位
- 12 神棚に供える植物
- 14 サイン、——、タンジェント
- 16 海の宝石とも呼ばれる生き物
- 18 ——に交われれば赤くなる
- 20 6月10日は——の記念日です
- 21 じょうろやホースでおこないます



5月の答え＝シバザクラ

先月の正解者は15名でした。

