



しい

ふれあう笑顔

ぶい

つながる未来

き



もくじ

- ◎年頭のご挨拶2
- ◎平成23年を振り返って3
- ◎特集【平成24年度は役員選任の年度です!!】4
- ◎ニュース&トピックス6
- ◎職場探検隊【営農センター】8
- ◎暮らしの応援団【金融】10
- ◎ステキな笑顔いっぱい!11
- ◎知って得する健康対策12
- ◎クロスワードパズル・ふれあいメール14
- ◎概況・理事会便り・編集後記15

2012.JAN

1

lbuki vol.154



皆様のご健康とご多幸を

お祈り申し上げます

年頭のご挨拶

新年にあたりひとこと組合員の皆様に挨拶いたします。

組合員の皆様には、日頃よりJA新あきたの運営・事業に多大なご支援とご協力をいただいておりますことに厚くお礼申しあげます。

昨年を思い返してみますと、3月11日に発生しました東日本大震災と原発事故、冬の豪雪、度重なる台風上陸による被害など、あらためて自然災害の恐怖を実感した一年でありました。

特に東日本大震災は未曾有の災害となり、東京電力の原発事故による放射能汚染が各地に拡散し、本県畜産農家にも被害が及んでおります。被災されました皆様にお見舞いを申しあげますとともに、一日も早い復興を願い引き続き被災地への支援を続けて参りたいと存じます。

さて、JAグループはもとより、医師会や各種関係団体、何よりも半数以上の国会議員の反対署名にもかかわらず、野田首相はTPP交渉へ参加する方針を表明いたしました。多くの懸念と情報不足のなかで強行した「アメリカ追従」の姿勢に強い憤りと不信を感じております。今後も農業・農村の持続的

発展と、食糧確保、自給率向上の重要性を訴え、TPP参加阻止にむけて粘り強く運動を強化してまいります。

ところで22年産で大きく低下した米の1等米比率は、組合員の皆様のご努力により90・6%まで回復し、直接販売先の米卸からも大変高い評価をいただいております。野菜・花卉についても、95名、17haの新規・拡大の取組みが見られ、産直店「彩葉館」「いぶきの里」の盛況に驚きました。

本年も更なる農家所得の増加を目指して、売れる米づくりと青果等の栽培面積の拡大を図ってまいります。

かねてから座談会や様々な機会を通じ、ご検討をいただきました支店と営農センターの再編がまとまりスタートいたしました。新たな機能の発揮と、組合員・取引先へのサービス強化を常に心がけ、皆様のごところへできるだけ足を運ぶ取組みをすすめてまいりますので、本年も変らぬご協力・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

組合員の皆様にとりまして、幸せな一年になりますことを心よりご祈念申し上げ、新年の挨拶とさせていただきます。

本年もよろしくお願い申し上げます

代表理事組合長

船木 耕太郎

代表理事副組合長

京極 芳郎

代表理事専務

長谷川 實

常務理事

佐藤 眞紀男

第一理事

小野 金一

理事 安田 友一

理事 佐藤 清廣

理事 加藤 貞吉

理事 佐藤 金雄

理事 高橋 長寿

理事 佐々木 良英

理事

鎌田 諄

理事 石塚 満

理事 伊藤 幸治

理事 鎌田 洋子

理事 進藤 隆太郎

理事 榎 民子

理事 山岡 市男

代表監事

菅野 洋

常勤監事

高橋 壽

監事 萩原 正明

監事 柏谷 幸彦

監事 後藤 善左衛門



代表理事組合長
船木 耕太郎



新しい年が皆さまにとって佳き年でありますよう、お祈り申し上げます

平成23年は、3月に「東日本大震災」、11月の「TPP参加表明」など激動の年となりました。1年を振り返り、JA新あきたが取組んだ様々な行事をご紹介します。



1月

【JA新あきた企画旅行 マレーシア・シンガポール5日間】

今回の企画は赤道に近いアジア有数の近代国際都市と世界遺産を訪れた東南アジアの旅となりました。



3月

【東日本大震災が発生】

11日、東日本大震災により多くの方々へ悲しみに包まれました。JA新あきたでは、支援米・義援金など多くの方々からのご支援のもと、被災地へ救援物資をお届けしました。



4月

【JA新あきたカップ秋田市 6人制バレーボール総合選手権大会開催 (雄和県営トレーニングセンター等)】

小学生～一般の部男女で55チーム、選手・関係者合わせた850名が参加し、予選・決勝トーナメント形式で熱戦が繰り上げられました。



6月

【第12回通常総代会(秋田県民会館)】
第12回新あきた農業協同組合通常総代会が6月24日(金)に秋田県民会館で開催されました。当日、平成22年度にご活躍された生産者ならびに各組織の方々の表彰と提出議案が承認されました。



7月

【JA新あきた直売センター 「いぶきの里」1周年記念セール】

昨年オープンし、おかげさまで1周年を迎え、感謝の思いを込め記念セールを開催しました。さらに、「いぶきの里」の会員で各専門部会が設置され、その代表者による運営協議会が発足しました。



10月

【東支店移転オープン】

「東支店」、「中央支店」、「明田支店」が統合し、秋田市東通の旧明田支店敷地内に「新東支店」として営業を開始しました。



今年は、施設再編による各支店の統廃合や
営農センターの集約など
今後の発展につなげていくための年となりました。
平成24年も組合員・ご利用者の皆さまの
ご希望に応えていけるよう
全力でサービス向上に取り組んでまいりますので、
ご指導・ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。

11月

【営農センターオープン】

7営農センターが一つに集約され、秋田市広面の旧東支店店舗に新たに開設されました。さらに、営農経済部も4課から営農企画課・生産販売課・購買課の3課となりました。



特集

平成24年度は役員選任の年度です!!

組 合 長

総代協議会・支部長会会長へ役員選任の趣旨、方法を説明。
役員推薦委員の選出、地区役員推薦委員会の開催、役員候補者の推薦を依頼。

理事(監事)

JA新あきた総代協議会・支部長会代表者協議会
(地区総代の代表者・地区支部長会の代表者)

12月13日(火)
開催済

各地区総代・支部長合同会議
地区総代・支部長(過半数以上の出席)

支部毎の集会

(正組合員の声を反映)
地区役員推薦委員を選出
役員候補者について協議を行う



正組合員代表
(30戸に1名)



総代の代表者
(地区ごと1名)



支部長の代表者
(地区ごと1名)

各地区総代・支部長合同会議

地区役員推薦委員を承認決定(過半数以上の出席・過半数以上の同意)

役員推薦委員委嘱状の交付

地区役員推薦委員会に向けて役員候補者について協議を行う

地区役員推薦委員会 4月開催予定

- 委員長1名、副委員長1名を選出(互選)する
- 委員長は役員推薦会議に出席
- 役員推薦委員により所定の様式の内容に従って役員候補者の紹介をする
- 各地区の定められた人数の理事候補者を決定する
- 監事の候補者についても協議し、区域監事推薦委員会に正・副委員長が出席
- 委員会は3分の2以上が出席し、出席した委員の過半数で決定

JA新あきたでは役員任期満了に伴う、役員選任が平成24年に開催の通常総代会において執り行われます。
「役員選任制」については、平成21年度から導入されており、今回は2回目となりますが再度この特集で「役員選任制」の内容についてお知らせいたします。

【区域別理事・監事定数および地区推薦委員数】

区域・区分	理事定数	監事定数	地区推薦委員数※()内は委員数					総代表	支部代表	計
			飯島 (8)	上新城 (10)	外旭川 (9)	寺内 (4)				
中央地区	2	3	旭川 (9)	広山田 (8)	太平 (13)	下北手 (8)		1	1	33
東部地区	3		上北手 (10)	牛島 (3)	川尻 (1)	四ツ小屋 (9)	仁井田 (12)	1	1	40
南部地区	2		豊岩 (9)	下浜 (9)	新屋 (5)	勝平 (2)		1	1	37
西部地区	2		追分 (36)					1	1	27
北部地区	2		雄和 (32)	大正寺 (12)				1	1	38
雄和地区	3	1	河辺 (15)	豊島 (6)	岩見三内 (12)		1	1	46	
河辺地区	2						1	1	35	
女性理事	2			全地区						
学識経験理事	1		"							
員外監事		1	"							
合計	19	5								256

女性理事

女性部総会

各地区女性部より各2名ずつの理事推薦委員を選出(14名)

女性理事推薦委員会

- 委員長1名、副委員長1名を選出(互選)
- 委員長は役員推薦会議に出席
- 女性理事候補者2名を決定

員外監事

監事会

- 員外監事候補者を決定(学識経験監事候補者)
- 推薦委員を決定し、役員推薦会議に出席

監事

区域監事推薦委員会

- 委員長・副委員長1名を選出(互選)
- 区域ごとに定められた人数の監事候補者を決定
- 委員長は役員推薦会議に出席
(区域は中央・東部・南部・西部・北部/雄和・河辺の2区域)
- 委員会は3分の2以上が出席し、出席した委員の過半数で決定

学識経験理事

理事会

- 学識経験理事候補者を決定
- 推薦委員を決定し、役員推薦会議に出席

役員推薦会議

- 各推薦委員会の委員長が構成員となる
(地区役員推薦委員会…7名)
(区域監事推薦委員会…2名)
(女性理事推薦委員会…1名)
(理事会推薦……………1名)
(監事会推薦……………1名)
- 各推薦委員会から推薦された役員候補者の審議を行う
- 推薦会議は、構成員の過半数以上が出席し、出席した委員の3分の2以上の賛成で決定

理事会

総代会提出議案の決定

総代会

役員選任議案付議

役員決定

身近な情報、
お得な情報盛りだくさん!!

News & Topics



▲鷺澤園長から分球方法の指導を受ける生産者
(雄和種育苗センター)

2. 良品質ダリア出荷増に向け 研修会開催

J A新あきた花き部会切花部ダリア班は
11月18日(金)、雄和種育苗センターで、ダ
リアの球根掘上げと分球について研修会を
行いました。

来春に良い球根を植え、採花本数の向上
へつなげるために開催。

生産者など約40名が参加し、秋田国際
ダリア園園長鷺澤幸治氏を講師に分球
ポイント等を学びました。生産者から、
分球の時に気をつける点など多くの質
問が出されていました。

ダリアは、現在取り組んでいる園芸品
目生産拡大プロジェクトの最重要品目
として位置づけられており、生産から販売ま
でJ A新あきたの代表花としてブラン
ド向上に今後取り組みっていきます。

目生産拡大プロジェクトの最重要品目として位置づけられており、生産から販売までJ A新あきたの代表花としてブランド向上に今後取り組みっていきます。



▲冬期野菜の栽培方法を聞く生産者(追分地区)

1. 冬期野菜の取り組みで所得向上を!!

J A新あきたと秋田市は、冬期野菜の増産で所得
向上を目指そうと11月16日(水)、「冬期農業チャレン
ジ講習会」を開きました。

この研修会は、9月中旬に冬期生産技術方法を学
んだ研修会に続いて2回目となり、1回目の研修会
で「冬期野菜をがんばっている生産者の圃場で生の
声を聞きながら現地視察をしたい。」という多くの声
が上がっていたことから、冬期農業に力を入れてい
る3人の生産者の圃場で開催されました。

各圃場では、技術方法について話があり、「秋田市
での冬期の野菜生産がまだ少なく、地元産の野菜の
出荷を増やしていきたい。」と担当者が呼びかけ
ました。



3. 新米「あきたこまち」東京でPR

J A新あきたは、東京都大田区のイトーヨー
カ堂大森店で新米「あきたこまち」のPR活動
を11月19日(土)20日(日)に行いました。

J A新あきた稲作部会佐々木貞助部会長、ミ
スあきたこまち、全農あきた・J A新あきたの
担当者が店頭に立ってアピールしました。

あきたこまち5kg、
10kg袋で販売した他、
ラップで包んだおにぎり
を試食で提供しました。

消費者へ秋田県産あき
たこまちの認知度向上と消費拡大を目的として、
産地の顔が見える販売促進が展開されました。
今後もJ A新あきたでは、PR活動を積極的に
取り組み販売向上につなげてまいります。



▲買い物客にあきたこまちをPR
(東京都大田区イトーヨーカ堂大森店)

4. 地産地消推進の J A ンビニ視察

J A 新あきた女性部の「かがやき女性塾」は11月24日(木)、今年度3回目となる講座を開き、他の J A で展開している地産地消運動について学びました。



J A 秋田やまもと管内の琴丘地区「グリーンぴあ」地産地消大賞を受賞している「J A ンビニ A N N ・ A N N」などを見学。

同 J A 本店では、同 J A の職員から地産地消運動の取組みについて講話を聞き、知識を深めました。

参加した部員は、「地産地消の重要性についてあらためて学ぶことができました。」と今回の講座について振り返っていました。



▶ J A やまもとの J A ンビニを見学する部員(山本郡三種町)

5. 優秀農家を表彰

平成23年度あきたファーマーズアワード表彰式及び第32回秋田市農政協力員の集いが、11月24日(木)に秋田ビューホテルで行われました。



秋田市と秋田市農業委員会が主催し、平成23年度において「優秀な農家」や「児童による農業を題材とした絵画」を表彰する集いで、農家や各関係者が出席しました。

農家部門で最優秀賞に選ばれたのは、雄和種沢地区の伊藤善勇氏、優秀農家に1団体2個人が表彰されました。

またこども絵画部門では、最優秀賞に秋田市豊岩小学校5年生の佐賀祐奈さんが選ばれたほか、9名が受賞しました。特別賞を受賞した児童には、J A 新あきたから組合長賞として「あきたこまち5kg」が贈られました。



▲船木組合長からあきたこまち5kgを受け取る高橋彩さん(秋田ビューホテル)

6. 新鮮越冬野菜で初セール好評

J A 新あきた直売センター「いぶきの里」運営協議会は11月26日(土)27日(日)の2日間、越冬野菜セールを初めて行いました。



敷地内にテントを張り、大根や白菜など生産者が丹精込めて栽培した越冬野菜が並びました。会場は同協議会の役員が参加し、来場者に野菜の食べ方を教えるなど生産者と消費者の触れ合いの場となりました。

同協議会伊藤満会長は、「消費者から直売所に行けば新鮮な取りたて野菜が手に入るというイメージを持ってもらえるような直売所を目指したい。」と話しました。今後イベント等を行い、販売促進に努めていきます。



▲テント内には多くの越冬野菜が並んだ(いぶきの里)

7. スペインで快適な旅行を最終説明会開催

J A 旅行センター開設20周年企画「スペインニ大都市マドリッド・パロセロナ6日間」が、いよいよ1月18日(水)の第一班出発(第二班25日(水)発、第三班2月1日(水)発)から始まります。



快適な旅となるよう12月7日(水)に東支店と北支店で、8日(木)には河辺支店で、J A 新あきた旅行センターの担当者が説明会を行いました。

担当者から旅行行程や気候の話や、現地の治安情報や旅行滞在中の注意点などの説明がありました。

快適で楽しい旅になることを心よりお祈り申しあげます。

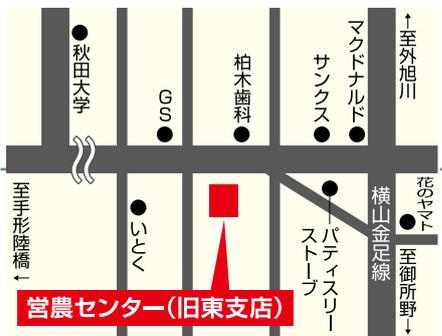


▲旅行中の説明が参加者に伝えられた(J A 新あきた東支店)

職場探検隊

【営農センター】

所在地 / 〒010-0041
秋田市広面字土手下108-1
TEL / 018-833-5053
FAX / 018-832-9400



センター長 長谷川 清仁

11月14日より新営農センターとして秋田市広面の旧東支店に開設しました。私たちは競争力のある産地育成と基本となる営農指導力の充実化を図り、地域農業の振興と組合員の所得向上を目的に創意工夫を重ね、ひとりひとりが魅力ある営農指導員を目指してまいりますのでよろしくお願いいたします。



組合員に寄り添った身近な相談役として組合員の期待に沿える新たな提案をしていきます!

■営農指導体制

各地区の組織運営担当者と作物担当者を次ページにてご紹介させていただきますので、よろしくお願い申し上げます。今後、担当者ができるだけ足を運ぶ取組みに努めてまいります。

お知らせ

12月～1月までの毎週水曜日8:30～17:00の時間帯に追分・北・東・西・河辺支店、および3グリーンセンターで営農指導員による農地の受委託相談や営農相談など実施いたします。2月は支部座談会、税務相談、転作相談会等ご連絡いたします。また、作物担当については随時現場指導をいたしますので、担当者および営農センターへお気軽にご連絡ください。

旧営農センター	氏名	組織担当						作物担当					
		支部長		女性部		青年部		稲作	受託	大豆	野菜	花き	果樹
		主	サブ	主	サブ	主	サブ						
追分	班長 玉尾 徳彦		○				○		○		○		
	奈良 伸雄	○			○	○							
	金 貴裕				○								○
	工藤 亮寿							○		○			
北	班長 渋谷 久一	○			○		○						
	三浦 敏光		○				○	○					
	東海林 法儀					○			○				○
	高橋 善友								○	○			
東	班長 清水 誠		○	○				○					
	佐々木 満	○								○	○		
	佐藤 俊和				○	○		○	○				
	鎌田 丈徳								○	○			○
南	班長 斎藤 毅	○						○		○			
	川井 隆之		○				青年部組織なし		○	○	○		
	嵯峨 大輔				○				○	○			
	鎌田 雄介					○			○	○			
西	班長 渡辺 一幸	○					青年部組織なし			○	○		
	中川 喜樹				○				○	○	○		○
	関口 直樹		○					○	○				
	石井 直樹	○						○	○				
雄和	班長 長谷部 春美		○	○				○	○				
	松田 久樹						○			○	○		
	伊藤 幸輝		○										
	作山 忠博					○				○			
河辺	班長 佐々木 光昭	○					青年部組織なし				○	○	
	長谷川 弘幸		○								○	○	
	保坂 薫					○					○		
	佐藤 孝徳		○	○									
	佐藤 怜太		○						○	○			

各担当の営農指導員をご紹介します!!

センター長補佐



稲作・大豆担当



野菜・花き・果樹担当



あなたの暮らしを、私たちが応援します!!

我らみんなの暮らしの応援団

ウィンターキャンペーン2011

2011年12月1日(木)～2012年1月31日(火)



定期貯金(1年もの)特別金利

年 **0.35%**

(税引き後年0.28%)

- お申込みいただけるのは個人のお客様です。
- 対象となるのは新規にお預入いただいた10万円以上の1年もの定期貯金(自動継続)です。
- 特別金利は初回満期日まで適用されます。
- ご継続の際はその時点での店頭金利が適用されます。
- やむをえず中途解約される場合は、JA所定の中途解約利率が適用されます。
- 商品内容については、JAバンクあきたのホームページ、または、店頭に備付けの商品概要説明書をご覧ください。

さらに!!
ちょきんぎよ
「針なしホットキス」
プレゼント!!

針を使わない環境に
優しいホットキス!
替えの針が不要なので
エコで経済的です。

※数に限りがございますので
お早めにご来店ください



【組合員特別金利定期貯金】

JA新あきた

ウィンターキャンペーン

キャンペーン期間 2011年12月1日(木) ▶ 2012年1月31日(火)

2年もの

0.45%

(税引後0.36%)

3年もの

0.50%

(税引後0.40%)

販売対象 組合員・組合員家族
(契約時同時加入可)

預入方法 窓口での一括預入

預入期間 2年・3年(自動継続式)

対象商品 スーパー定期・大口定期

預入金額 新規10万円以上



- ※初回満期日以降は店頭金利となります。
- ※金利情勢に大幅な変化があった場合、金利の見直し、または、取扱いを中止することがあります。
- ※その他は通常の定期貯金と同様の方法で取扱いいたします。
- ※中途解約利息は、通常の定期貯金と同様の中途解約利率を適用いたします。
- ※ATM、インターネットバンキングではお取扱いいたしません。
- ※スーパー定期・大口定期の商品内容については、当JAホームページ(<http://www.ja-shinakita.or.jp>)に掲載している該当の商品概要説明書をご確認ください。
- ※組合員加入のためには出資が必要となります。
- ※中途解約によるお取扱いは出来ません。
- ※書換継続の場合は、一口につき10万円以上の増額が必要となります。

《JA年金無料相談会のお知らせ》

大変ご好評いただいております年金無料相談会を下記日程にて開催いたします!
年金について疑問(手続方法や受給開始年齢等)をお持ちの方はお気軽にご来場ください。

- 平成24年2月6日(月) 13:00～19:00 北支店 秋田市飯島西袋1丁目2-1
[TEL/018-845-1739]
- 平成24年2月7日(火) 13:00～19:00 東支店 秋田市東通7丁目4-3
[TEL/018-833-5030]
- 平成24年2月9日(木) 13:00～19:00 南支店 秋田市四ツ小屋字東泉寺147-2
[TEL/018-839-2259]

※ご相談時間
ご予約を受付
しております。

詳しいお問い合わせは・・・お近くの各支店までご連絡ください。

蛋白尿と血尿

尿蛋白陽性などの腎疾患の存在を示す所見、もしくは腎機能低下が3ヶ月以上続く状態を慢性腎臓病（CKD）と定義し、CKD対策を進める取り組みが世界的に進んでいます。CKDは末期腎不全や心血管疾患の大きな危険因子であり、また腎臓は病気がある程度進行してしまうと透析への移行を防げなくなるため早期に発見して進行を抑えることが重要です。

腎臓病はむくみや呼吸困難、疲労感など多彩な症状を生じますが、これらはかなり進行してからのもので、初期の腎臓病で症状が現れることはほとんどありません。そこで重要になるのが検診で行われている蛋白尿、血尿の検査です。

蛋白尿とは尿中に蛋白が検出された状態を指します。健康人でも尿中にわずかな蛋白が出ていますが、1日150mg以上持続的に排泄されている場合を蛋白尿と呼び腎臓の障害が考えられます。しかし尿蛋白は激しい運動をした後、ストレスのかかったとき、起立したときにも一過性に陽性となることがありこれを生理的蛋白尿として病的な蛋白尿とは区別していただきます。そのため1回の検査で尿蛋白が陽性となっても、すぐに腎臓病と診断

されるわけではありませんが、尿蛋白が認められたら必ず再検査を受ける必要があります。再検査でも尿蛋白を認められた場合、他の尿所見や血液検査、全身の症状をあわせて、腎臓の病気が他の病気を総合的に診断します。腎臓病が疑われる場合、腎機能障害がなく尿蛋白量が微量である場合は定期的に経過観察を行い、悪化がないかどうか確認します。1日1g以上の尿蛋白や腎機能障害を認める場合は腎生検など更なる精査が必要で、早めに治療を開始する必要があります。

尿中に赤血球が排出される状態を血尿といいます。ピンク色やワイン色の尿、コーラのような黒っぽい尿など目で見える血尿を肉眼的血尿、肉眼では確認できず試験紙や顕微鏡で初めて確認できる血尿を顕微鏡的血尿（尿潜血）と言います。通常は試験紙を使って検査し、赤血球の有無を判断します。顕微鏡で診断する場合は尿の沈殿物を400倍まで拡大して観察し、その中に5個以上の赤血球が存在している場合に血尿という診断になります。検診などで初めて血尿と指摘さ



秋田組合総合病院
腎臓内科科長
ごとう ひろゆき
後藤 博之

れた方は、ほとんどがこの顕微鏡的血尿によるものです。

血尿がみられるということは尿路（腎臓、尿管、膀胱、尿道）のどこかに、炎症・腫瘍・結石などが存在し出血しているところがあるということです。

腎臓病においては尿蛋白を伴わない血尿は末期腎不全に移行する危険度が低く通常は経過観察のみとなります。尿路感染症（膀胱炎、腎盂腎炎など）、や尿路結石では発熱や痛みを伴うことが多く、大抵の方が病院を受診します。しかし血尿で一番注意しなければならぬのが腎尿路系の悪性腫瘍（腎癌、膀胱癌など）です。これらは早期に手術が必要となる病気ですので、顕微鏡的血尿のみであって過小評価せずに早めに検査を受けましょう。

オススメ
得する
対策
etc.

あなたの知らない体操ワールド「信頼」が大切—アクロ体操

●日本スポーツアクロ体操協会理事長 磯前 方章

体操競技、新体操に次ぐ「第3の体操」と期待されるスポーツアクロ体操が日本に紹介されたのは1985年の秋、日本体操協会が模範演技として中国の男女ペアの選手を招聘（しょうへい）したことに始まります。

日本で、にわかには知られるようになったスポーツアクロ体操は1973年に国際スポーツアクロ体操連盟(IFSA)が設立され、米国、ソ連をはじめ世界中で爆発的な人気を巻き起こしています。

1974年には最初の世界選手権が開催され、当初は「スポーツアクロバット」と呼ばれておりましたが、現在の公式名称は「アクロバット体操」(Acrobatic Gymnastics)であり、「アクロ体操」とも略称されます。

アクロ体操の競技は体操競技の床フロアと同じ12平方mのマット上で、音楽のリズムに合わせてダンスやバレエ、倒立、宙返りなどの動きを織り交ぜた演技を行うものです。

演技は柔軟性を強調したポーズや、力強さを表す倒立のバリエーションを中心に組み立てるバランス演技と、宙返り系を中心とした演技で構成するテンポ演技、そしてこれらを統合したコンビ演技があります。

アクロ体操は、女子ペア、男子ペア、ミックスペア、女子グループ、男子グループの五つの種目があり、男女が一緒に行うミックスペアの演技は、観客を魅了し感動を与えます。年長者と年少者がペアやグループを編成することができるため、年齢や体重・体形にとらわれないところもこの競技の特徴になります。

アクロ体操の演技フロアは演技規則で規定されていますが、他には一切器具の使用はしません。下で支える人、上に立つ人相互の絶対的な信頼と調和がない限り、この競技は成立しません。信頼と協力の上に成り立つスポーツといえるでしょう。



皆で仲良く百歳食

サケと一升めし

●食文化史研究家 永山 久夫

ひと昔前の村の若者は、一升飯(1.5kg)を平らげて、初めて一人前と認められました。村の娘たちも頼もしく思い、胸をときめかせたものです。一升飯を、ろりと食べて、米俵を担ぎ、小学校の校庭を一周できれば村のスターであり、何人もの若い女性からラブレターが届きました。

だから、普段も米の飯を山ほど食べ、農作業の力仕事を軽々とこなしました。そのころ人気のあったのが「シャケ弁」。大きなアルミニウム製の弁当箱にご飯をぎしぎしと詰め、おかずはサケの塩引き。

「うまくいったなア。もう一度稲刈りの済んだ田んぼの土手で、シャケ弁食べたいよーッ」

昔の農作業は人力が中心で、動力といっても牛や馬だけ。だからたくさん食べないと、力が出なかったのです。サケは弁当のおかずの横綱でしたが、同時にお正月などの祝い魚としても欠かせませんでした。

特に関東や東北ではおめでたい魚でした。サケの身は赤い。赤い色は、稲を育て、ダイコンなどを太らせてくれる太陽の色だったので。体は若いまま



で長生きしたい。女性だったら、美しいままで年を取り、長生きしたい。その長寿願望をかなえてくれるのが、毎年、海から川を上って村までやって来るサケでした。

肉質が美しい紅色なので、赤身という印象ですが、実はサケは白身の魚。川を上る力を付けるため、海の中で好物の餌であるエビなどをたくさん食べるために、色素がたまり赤く見えるようになります。

赤い色素はアスタキサンチンと呼ばれるカロテンの仲間。この成分はカロテンやビタミンEなどをほるかに上回る抗酸化力、つまり老化を防ぐパワーを持っており、心臓や脳の血管の動脈硬化を予防する貴重な働きで脚光を浴びているのです。

サケには記憶力の低下を防ぐ成分も豊富に含まれています。

新あきた 知って健康

健康百科

目の疲れを感じたら

●佐久総合病院名誉院長 松島 松翠

目の疲れはいろいろな原因で起こります。

まず、徹夜や長時間にわたって細かい仕事をして疲労が重なったときです。ひどいときは、頭痛や目の奥が痛くなったりします。また眼鏡を掛けていても、左右の眼鏡が不適切で、視力と合っていないときに起こります。

最近特に多いのは、パソコンやワープロの使い過ぎです。あまり休憩を取らずに、画面を見詰めて数時間も続けて作業するような場合、一般に目が疲れる、目が刺激される、ぼやけて見える、首や肩が凝る、痛む、手や腕が痛む、いろいろな訴えが多く見られています。望ましい作業のやり方は、1日の作業時間は4時間を超えないようにし、50分ごとに作業休止時間を10分は取るようにします。

それから、テレビの見過ぎも関係します。最近では大きい画面のものが増えています。画面が大きくな

った場合は、テレビとの距離を従来よりも長く取る必要があります。目安は、テレビの縦の長さの3倍、横長のテレビの場合は、4倍以上取ります。

また、パソコンでもテレビでも、画面が目の位置より高い場所にあると、長時間見ていると、まばたきが減り、目が乾いて痛みが起こります。目よりも若干低い位置に設置し直してください。

目の疲れを感じた場合は、温めたタオルをまぶたに数分間当てて、目の筋肉の疲れを和らげてください。目に痛みを感じたり、充血している場合は、冷たいタオルで冷やします。また、遠くのものや近くのものを見交わす運動や、円を描くように目をゆっくり回す運動を行って、目を動かす筋肉の疲れを取ります。



ふれあいメール

12月のテーマ『今年を振り返って』



3・11東日本大震災です。石巻市に在住している小・中の同級生だった友人の家が津波で被災しました。幸い家族無事でしたが、今も仮設住宅での生活を余儀なくされています。あのような自然災害が起ると我々の年齢では生活基盤の立て直しがかかり難しく、今回の震災や火災に対する備えの重要性を改めて認識しました
(旭川 Mさん 60代)

今年は家を改築したりバタバタしている間に時間が瞬く間に過ぎてきました。新年は、キレイになった家で少しのんびりしたいものです。
(下北手 Aさん 70代)

今年は何気なく過ごす時間ではなく常に目標を持った年にしようと年の初めに考えました。運動不足解消、余計な間食はしないなど、普段生活している習慣から変えていこうと・・・日々忙しいとなぜでしょうか、今日できなかった分は明日にすればいいという甘さがでしてしまう私でした。自分の健康を思った目標でしたがなかなか実らず。子供たちからも「やっぱり」と言われてしまう私でした。目標の実行することの大変さ、達成するための努力、来年は「強い意思を持つこと」を肝に命じた新たな気持ちで新年を迎えるつもりです。
(四ツ小屋 T 40代)

今年は県南の大雪に始まり大震災、今だに行方不明の方も数多く心が痛みます。でも全国の「絆」も今までになく深まった気になりました。来る年もみんなの「絆」で頑張りましょう!
(金足 Nさん 60代)

今年最大の出来事はTPPの参加、不参加の難問だったと思います。参加によって一般市民は値段の安い農産物を買うことができるかもしれませんが、私たち農家は農産物の値崩れによって今後の生活が不安です。でも、頑張っていきます!
(下新城 Mさん 70代)

今年1年を一字で表すとしたら、残念ながら「災」の文字しか思い浮かばず、「東日本大震災」・「母の入院」どちらも今回復せず。TPPの行方も気になります。来年こそは「気を新たに」と思います。頑張ろう日本!頑張ろう東北!頑張ろう秋田!頑張ろうJA!
(太平 Iさん 60代)

一年の前半はグラッと揺れる都度、緊張し頭の中はいろいろな思いがグルグルしていましたが、後半は頭の中が整理され、落ち込んでも1日、笑っても1日、どうせなら笑って楽しく過ごそうと思い1日1回以上大きい声で笑っています。
(仁井田 Aさん 50代)

■今月のテーマは『新年を迎えるの抱負』

新年を迎え気分も一転!!どんな年にしたいか皆さまそれぞれ目標があることかと思えます。新たな年に取り組みでみたいことや思い、何でもかまいません。掲載させていただいた方の中から、抽選で3名の方へ粗品を進呈いたします!皆さまからのたくさんのお便りお待ちしております。

頭の体操 クロスワードパズル

Q. 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?

●出題/ニコリ

1	6		11	14	18	22
2		8		15		
		C				
		9	12		19	
	7			16		
				D		
3			13			23
	A					
4		10		17	20	
					E	
5					21	

■タテのカギ

- 1... マガモを改良した家畜
- 3... 牛や馬に食べさせます
- 6... 派手の反対語
- 7... 濡れた手を拭いたり汗をぬぐったり
- 8... 寒い日はこれから出るのがつらい
- 10... 生物や化学を学びます
- 12... 「ABC」ではなく「abc」の方
- 14... 液体をこして固体と分けます
- 16... 風邪の予防にガラガラガラ
- 18... 成人式で多くの女性が着ます
- 20... 三人寄れば文殊の―
- 22... 元日に― 状が届いた
- 23... 職場は主にこれをする場所です

■ヨコのカギ

- 1... 舌で感じ取ります
- 2... 邪馬台国を治めた女王
- 3... ―の入りは例年1月5~6日ごろ
- 4... 船が停泊するときに下ろします
- 5... 世界で一番小さな国
- 7... 元日の神社や寺が混雑する理由
- 9... 空に揚げて遊びます
- 11... ベリーが乗って来ました
- 13... 手前みそと似た意味の― 自賛
- 15... せき止めに良いといわれるよい香りの果物
- 17... 赤くて甘酸っぱい果物
- 19... 姓氏の一つ 馬子や入鹿が有名
- 21... 平成24年は辰(たつ)です

オ	オ	ソ	ウ	シ	ケ
ロ	バ	シ	ワ	ス	
ツ	チ	シ	ヤ	カ	イ
ノ	カ	オ	ク	ド	
カ	ミ	ナ	リ	ホ	ウ
ク	ギ	リ	シ	ツ	
シ	ア	メ	オ	ト	コ

★当選者
伊藤 慶子さん (四ツ小屋)
三浦 政三さん (旭川)
磯崎 はるみさん (仁井田)
おめでとうござります

【12月号の答え】
オオミノカ

▼クイズにご応募ください▼

【プレゼント】正解者の中から抽選で賞品を差し上げます。
【応募方法】ハガキにクイズの答えと住所・年齢及び今月のテーマについて一言書いて送ってください。
【締め切り】平成24年1月12日(木)
◎応募は右記まで。

案内板

官製ハガキの裏にクイズの答えと上記の今月のテーマについてご記入の上、お送りください。多数の応募お待ちしております。

- FAXから 018-832-6622
 - E-メールから kikaku-4@ja-shinakita.or.jp
- JA新あきた管理部総務課 教育広報係まで

答え
住所
氏名
年齢
今月のテーマについて一言お書きください。

50 010-0877
秋田県秋田町2-1-40
JA新あきた
管理部総務課
教育広報係

※JAに寄せられたお便りの住所・氏名・年齢・職業などの情報は広報活動以外で使用するものではありません。

平成23年分以降の税務申告対応についてのお知らせ

これまで農業所得計算の相談に応じてきたところでしたが、平成23年分申告からは税務署より本来の税務署または税理士の業務としての移行を求められています。

平成23年分の税務申告相談について当JA職員による税務相談を、東北税理士会秋田南支部・北支部との協議派遣を活用した方向に移行します。今年度の税務相談につきましては下記内容となりますので、よろしくお願い申し上げます。

確定申告はお早めに



1.【協議派遣の税理士報酬について】

確定申告の作成にあたり1件1,575円(税込)徴収いたします。

2.【前年所得金額が450万円超える方の税理士報酬について】

申告書に添付する収支内訳書において、専従または青色控除前の前年所得金額が450万円を超える組合員の方については、税理士会の支援を受けられませんので、JAの顧問税理士をご紹介します。尚、税理士の報酬については支店・営農センターにお問い合わせください。また、分離課税に該当する方につきましては所得金額に応じて別途報酬が加算されます。

■詳しくは…営農企画課(TEL:018-832-6652)までお気軽にご相談ください。

秋田県から お知らせです！ 農業用に係る「免税軽油の引取り等に係る報告書」の 提出と平成24年度用免税軽油(仮)受付について

- ◎農業経営者が農作業用の機械に軽油を使用する場合は、あらかじめ県から免税証の交付を受け、軽油を購入するときにその免税証を販売店に提出することで、軽油取引税(1リットルあたり32.1円)が免除されます。
- ◎申請書類は秋田地域振興局県税課課税課で用意しています。
- ◎免税証の交付は、平成24年4月以降になります。
- ◎報告書の受領と(仮)申請の受付は、秋田地域振興局県税課課税課(県庁後ろの秋田地方総合庁舎1階)で随時受付中です。

ご了承ください

現在の免税措置は、平成24年3月31日で終了いたします。この制度の継続について、政府税制調査会にて議論されておりますが、まだ決定されておられません。(平成24年3月末までに制度継続の有無が決議される予定です。)秋田県は、この制度が継続された場合に対応するため、24年4月以降使用分の免税軽油について「(仮)受付」を行うことといたしました。なお、この制度が廃止され免税証の交付を行わなかった場合でも、耕作証明書発行手数料はご負担願います。

【株式会社JA新あきたライフサービスからのお知らせ】

雄和・四ツ小屋・河辺地区の組合員・お客さまの免税証交付申請(仮)受付に関する窓口業務を行います。

(期間)…平成24年1月10日(火)～1月27日(金)の営業時間内

(場所)…1.河辺地区の組合員・お客さま (株)JA新あきたライフサービス南給油所において

2.雄和・四ツ小屋地区の組合員・お客さま (株)JA新あきたライフサービス雄和給油所において

※印鑑、各証明書、必要書類をご準備の上、ご来店ください。※免税の交付は、平成24年4月以降になります。



免税軽油に関するお問い合わせは秋田県秋田地域振興局 県税課課税課 問税班(TEL:018-860-3341)へお願いいたします。

■JA新あきたのあゆみ

◎11月

11月4日…第134回種苗交換会閉会式	(横手市)
7日…第2次施設再編対策プロジェクト	(JA新あきた会館)
8日…TPPから日本を守る国民集会	(東京・両国国技館)
11日…第6回監事会	(JA新あきた会館)
14日…(新)営農センターオープン	((新)営農センター)
“…秋田市議会農林議員の会との意見交換会	(第一会館本館)
15日…いぶきの里専門部会	(河辺支店)
“…廃プラ廃棄農業回収 至18日	(北流通センター)
16日…	(南流通センター)
17日…	(雄和グリーンセンター)
18日…	(大張野野菜出荷所)
19日…イトーヨーカ堂大森店 店頭試食販売 至20日	(東京都大田区)
25日…第10回理事会	(JA新あきた会館)

■第10回理事会

平成23年度第10回理事会が11月25日(金)に開催され、次の事項について審議されました。

- 議案第 1号/大口信用供与先への供与について
- 議案第 2号/ケンタッキー・セントハウスの処分条件内容の変更について
- 議案第 3号/長期資金の貸出しについて
- 議案第 4号/平成23年度上半期ディスクロージャー誌について
- 議案第 5号/女性理事候補者推薦要領の一部変更について

農地の効率的な利用促進を図るための 事業をご存知ですか？



農地を最大限利用するために、市が貸し手農業者と借り手農業者の間に立ち、協議調整から農地の効率的な利用促進を図るものです。効率的な利用促進には、面積に応じた助成制度があります。助成要件など詳しいお問い合わせは秋田市農林部農村振興課(担い手担当) [TEL:018-866-2116]へお気軽にご相談ください。

■JA新あきたの概況(11月末現在)

●組合員数/(正)7,639人 (准)8,226人	
貯金	964億 653万円
貸付金	337億 981万円
共済保有高	2,930億4,634万円
購買品供給高	11億6,930万円
販売高	45億4,296万円
出資金	36億1,422万円

■人事

●異動(12月5日付) 本店 係長 佐藤 弥生(旧任:東支店係長)

編集後記

時間の流れの早さに戸惑いが、それだけ充実していた一年だったと思っている今日この頃です。思えば23年正月はおみくじで凶を引いたことから始まりました。新しい年になったら今度こそ良くいじ運で!と願うばかりです。(飯島)



年末年始休業日のお知らせ

JA新あきたの事業所は、
下記の通り休業させていただきます。



事業所	日時	12月29日(木)	12月30日(金)	12月31日(土)	1月1日(日) ~1月3日(火)	1月4日(水)	1月5日(木)
本店		平常通り営業	平常通り営業	休業	休業	休業	平常通り営業
支店金融・共済窓口	平常通り営業						
営農センター	平常通り営業						
ファーマーズマーケット「彩菜館」	9:30~13:00			休業			
直売センター「いぶきの里」	休業						
受注センター	休業						

※金融窓口は15:00まで



ATM(キャッシュサービスコーナー)取扱時間

日時	営業時間	注意事項
12月30日(金)	平常通り営業	※マルダイ八橋店のATMの営業時間は9:00~21:00となります。
12月31日(土)	9:00~19:00	※農協ビル支店のATMは休業いたします。 ※イオンモール秋田のATMの営業時間は10:00~19:00となります。 ※マルダイ八橋店のATMは左記時間となります。
1月 1日(日) 1月 2日(月)	9:00~19:00	※農協ビル支店のATMは休業いたします。 ※県内JAのカード・通帳のみのお取り扱いとなります。 ※イオンモール秋田とマルダイ八橋店のATMの営業時間は10:00~19:00となります。
1月 3日(火)	休業	※メンテナンスの為、全ATMが休止いたします。
1月 4日(水)	平常通り営業	

JA共済からのお知らせ!!

年末年始の期間、ご契約車両の事故やトラブルは、
24時間・365日フリーダイヤル ☎0120-258931へご連絡ください。

株式会社JA新あきたライフサービス 年末年始営業日のお知らせ

事業所	日時	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	元旦(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)
セルフ北		7:00~21:00			7:00~17:00	休業	8:00~17:00	8:00~19:00	平常通り営業
南給油所		7:00~20:00			7:00~15:00		8:00~17:00		
雄和給油所		7:00~19:00							
戸島給油所		7:00~19:00			8:30~15:00		吉例初売り 9:30~17:00		
Aコープゆうわ		9:30~19:00							
Aコープ大正寺		9:30~19:00							
食材センター		平常通り営業			休業				



LPガスセンター TEL:018-834-8372

- 年末営業…12月29日(木)午後5時まで営業いたします。
- 仕事始め…1月4日(水)から平常営業いたします。

LPガス緊急時のご連絡は年中無休で24時間対応の《JAあんしんセンター》まで

フリーダイヤル ☎0120-182-571 (携帯電話からもご利用できます)

昨年は大変お世話になりました。本年もご愛顧のほど、よろしくお願い申し上げます。