



いぶき

ふれあう笑顔

つながる未来

『新あきたの旬 プチヴェール』

地域の農産物をご紹介します！



もくじ

- ◎新あきたの旬【プチヴェール】……………2
- ◎職場探検隊【グリーンセンター】……………3
- ◎特集1【平成23年度の稲作を振り返って】……………4
- ◎特集2【平成23年度園芸品目生産拡大プロジェクト事業を振り返って】……………6
- ◎ニュース&トピックス……………8
- ◎暮らしの応援団【購買・ライフサービス】……………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.FEB

2

lbuki vol.155



新あきたの旬

『プチヴェール』

名前の由来はフランス語で「小さな緑」！
色鮮やかなグリーンでひときわ彩りを加えてくれる野菜！！



「プチヴェール」という野菜をご存知ですか？

芽キャベツと青汁のもととなるケールを交配させて誕生したアブラナ科の野菜が「プチヴェール」です。JA新あきた管内では、現在、主に河辺地区で作付されております。

栽培型	6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月		4月		
	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下
ハウス栽培																							

■…定植 ■…収穫

品種特性

通常の芽キャベツが結球するのに対して、「プチヴェール」は、非結球性となっており、一つ一つは緑色のバラの花が開花したような姿に見えます。その葉はサラダ菜と違って肉厚でしっかりしており、一株から50～80個の実が収穫できます。1つの実に1枚外葉がつきますが、この外葉は冬場糖度が12度以上になるため、搾って青汁ジュースとして飲んでもとても美味しいです。

プチヴェールの魅力

- 1 栄養価が豊富** ビタミンC、カロテン、鉄分、カルシウムの含有量が特に多く、栄養価のバランスに優れています。
- 2 甘味のある野菜** 糖度が11～13度と甘みがあり、野菜嫌いの方にも食べやすくなっております。
- 3 小さい 使いやすい** 色鮮やかでお料理やお弁当の引き立て役になり、最適な食べやすい一口サイズの野菜です。
- 4 料理が簡単で、利用範囲が広い** 熱湯で2～3分ゆがくだけ。洋食から和食・中華のどんな料理にも利用できます。



クリームシチューで！

プチヴェールは茹でるとさらに色鮮やかな緑になるのでクリームシチューの白、ニンジンの赤とコントラストが綺麗に彩られます。

ゆでプチヴェール！

茹でて、マヨネーズやドレッシングでいただきます。



新たな食感の野菜として、是非皆さまもプチヴェールを食してみてください！

職場探検隊

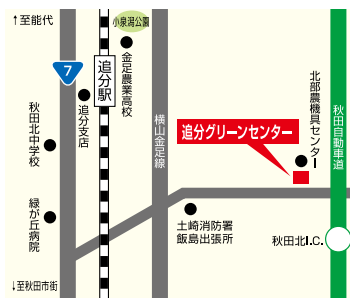
【グリーンセンター】

今まで7営農センターで行っていた購買業務(資材販売)は平成23年11月14日の施設再編から3グリーンセンターが設置され、現在、業務を行っております。3グリーンセンターには、購買担当・営農指導員が常駐しておりますので、肥料・農薬等や農作業に関するご相談事がありましたら、お気軽にお越しください。

私たちが常駐し、いつでも皆さまのご相談に対応させていただきます!

【追分グリーンセンター】(旧追分営農センター)

所在地 / 〒010-0142 秋田市下新城青崎字郡沢224-2
 TEL / 018-873-3736
 FAX / 018-873-5900
 営業時間 / 平日8:30~17:00



【南グリーンセンター】(旧南営農センター)

所在地 / 〒010-1417 秋田市四ツ小屋字東泉寺147-2
 TEL / 018-839-2331
 FAX / 018-839-7600
 営業時間 / 平日8:30~17:00



【雄和グリーンセンター】

所在地 / 〒010-1222 秋田市雄和石田字中大部9番地
 TEL / 018-886-3112
 FAX / 018-886-4741
 営業時間 / 平日8:30~17:00



特集・1

平成23年度の稲作を振り返って

～収量低下の要因は穂数不足～

平成23年産米の作柄は県中央部で作況指数「100」の平年並みとなったものの、個人の収量、品質格差が大きくみられた年となりました。

品質面では1等米比率が「90%」と前年より大きく回復したものの、目標を下回りました。この要因として下記の事項があげられます。

平成23年産は【春先】から低温・降雨と気象変動が大きく、苗の生育や基幹作業が遅れ、田植作業も約一週間遅れで盛期をむかえました。また、浸漬期間の低温によるばか苗病や類似した徒長苗の発生が多く、全県各地で目立ちました。

【6月前半】は寒暖の差と日照不足が依然として大きく影響し、移植後から生育初期(6月10日頃)の土壌チッソの発生も少なく、分けつの発生が抑制されました。

【7月】に入ってから気温は高く推移したことから出穂期は概ね平年並みに経過し、出穂以降も高温で推移しました。

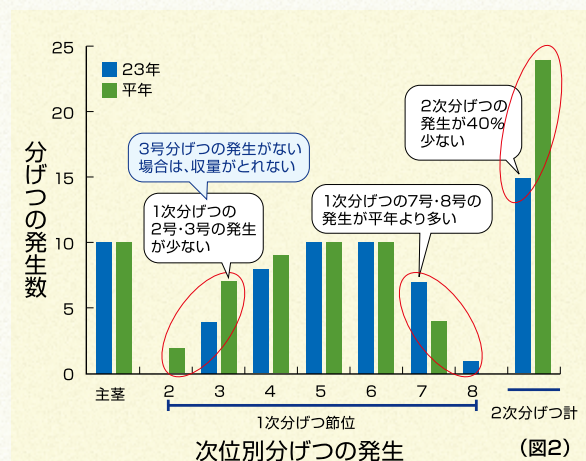
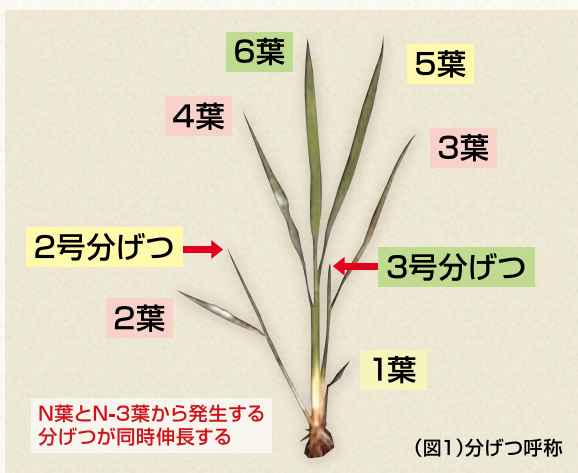
成熟期を向かえた【9月上旬】の台風12号によるフェーン現象が発生以降、刈り取り適期の下旬までに強風、豪雨に見舞われ晩生種と2次枝梗依存型品種で登熟歩合の低下や充実度不足が見られました。しかし、倒伏の被害は近年になく、少ない面積となりました。

《3つの要因》

●3号分けつの発生が減少、7～8号分けつは平年より多かった。

●穂数が不足したが1穂着粒数が多く、不足分をカバーした。

●穂数不足からチッソ吸収量の過剰による品質低下。(高温、登熟期の日照不足等)





【契約数量ベースの集荷率】(表・1)

※JA米+一般米

旧営農センター	契約数量(袋)	出荷数量(袋)	集荷率(%)
追分	86,003	82,453	95.9
北	58,888	55,340	94.0
東	75,305	71,389	94.8
西	41,174	38,912	94.5
南	60,685	56,958	93.9
雄和	162,427	154,472	95.1
河辺	84,627	80,837	95.5
全体	569,109	540,361	94.9

作況と集荷率



「斑点米」は被害が大きかった昨年より大幅に改善されました。カメムシの発生頭数、地点は例年に比べ非常に多く見られましたが、適期防除が効果的でした。ただ、下記(表・3)にあるように、めんこいな等の晩生種の品種で品質の低下(充実度不足、未熟粒の発生)が見られ、結果、収量は「平年並み」となりましたが地域差、ほ場間差、個人差が大きく、作柄に明暗を分けました。(中米、くず米の増加)

1等米比率・品質は？

【食用米の1等米比率と1.9mm網使用】(表・2)

※袋/30kg

旧営農センター	1等米比率(%)	うるち米数量(袋)	1.9mm数量(袋)	使用率(%)
追分	93.0	82,405	37,460	45.5
北	94.0	55,301	19,835	35.9
東	86.1	71,281	40,224	56.4
西	89.8	38,868	25,464	65.5
南	90.9	56,859	21,242	37.4
雄和	91.8	152,490	89,421	58.6
河辺	87.1	75,900	31,384	41.3
全体	90.5	533,104	265,030	49.7

【うるち米 主品種別による下位等級原因比率】(表・3)

旧営農センター	品種別	カメムシ比率(%)	充実度比率(%)	その他比率(%)
追分	あきたこまち	81.9	15.3	2.8
	めんこいな	11.7	73.2	15.1
	ひとめぼれ			
北	あきたこまち	37.8	52.7	9.5
	めんこいな	0.0	75.3	24.7
	ひとめぼれ	0.0	100.0	0.0
東	あきたこまち	47.2	26.3	26.5
	めんこいな	1.0	70.4	28.6
	ひとめぼれ	0.0	71.4	28.6
西	あきたこまち	11.0	18.8	70.2
	めんこいな	0.0	89.7	10.3
	ひとめぼれ			
南	あきたこまち	84.1	14.0	1.9
	めんこいな	2.6	73.7	23.7
	ひとめぼれ	0.0	100.0	0.0
雄和	あきたこまち	30.6	49.2	20.2
	めんこいな	0.0	83.6	16.4
	ひとめぼれ	0.0	100.0	0.0
河辺	あきたこまち	45.1	37.9	17.0
	めんこいな	1.5	86.5	12.0
	ひとめぼれ	0.0	92.3	7.7
全体	あきたこまち	47.3	35.1	17.6
	めんこいな	1.6	81.8	16.6
	ひとめぼれ	0.0	94.1	5.9

来年度にむけて

平成24年産米は、今一度「基本技術」を振り返り、「品種の特性」や「栽培の特性」を再確認した技術を励行し、安定した収量の確保と高品質米の生産を勧めます。

重点技術対策として、

①【早期有効茎確保の元肥チツソ量の施用】

②【適正な栽植密度の確保】

③【登熟向上を図り、高温による被害粒の発生を防ぐ水管理】

の3点を特に注意し行いましょう。

特集・2

平成23年度 園芸品目生産拡大プロジェクト事業を 振り返って



4割を超える米の生産調整に対して米以外の作物での生産振興が重要であるという理念のもと、JA新あきたでは農家経営の安定を図るために、園芸品目生産拡大プロジェクト事業に取り組んでおります。

平成23年度は最重点品目であるダリア、ネギ、枝豆を中心に各品目新規・拡大合わせて17畝の面積が生産拡大されました。

春先からの天候不順が、品質、出荷量に大きく影響し、販売目標に届かない品目もありましたが、昨年の反省を踏まえ、平成24年度は園芸作物に適したほ場環境の確保と基本技術を励行するため、出向く営農指導体制のもと生産者へのサポート体制強化を図ってまいります。



ダリア

平成23年度は、5月下旬から球根を植付けし、8月下旬より1番花の出荷を開始しました。ブライダルシーズンに2番花を出荷する作型計画でありましたが、6月上旬に気温が30℃まで上がったことが、根の生育が悪くなる要因となり、2番花の生育に大きく影響を受けました。

また、夏場の高温により運送途中でのムレや傷み、虫害の発生などで、市場単価は全国的な高温の影響から品薄だった昨年より安値となりました。

10月中旬以降、品質・単価面で持ち直し、現在も2名の生産者が加温施設で出荷を継続しています。今年度は1,900万円台の販売見込みです。



平成23年度は新規生産者が増えたことにより販売数量も増える見込みでしたが、6月の集中豪雨、夏場の高温による軟腐病、白絹病等の発生により計画を下回る出荷数量となりました。しかし、平成23年度新たに試験を行っている7月早採り1本ねぎや、省力化に向けた基肥1発肥料の活用など、作季を広げながら栽培面積の拡大および省力化等につなげていきます。



ネギ



えだまめ

秋田県全体で「えだまめ日本一」を目指し、オール秋田での取組みを強化しており、当JAにおいても機械化一貫体系により面積拡大が図られております。

平成23年度から、8月中旬収穫までの作型で本格的にマルチ栽培を導入し、安定収量の確保につながりました。8月中旬以降収穫の作型（機械直播）で天候不順の影響受けましたが、生育期間全般に渡り概ね順調に推移しました。



品質面においては、第2回秋田県産えだまめ品質査定会が東京都大田市場で開催され、昨年引き続き見事、品質1位に輝きました。

新品種『くり将軍』を導入し、50名の生産者で470aの面積に作付けがされました。播種後の低温による発芽不揃いや、連日の降雨の影響から定植が遅れ、老化苗の定植をした方も多くいました。

その後の生育も根がしっかり張れていないまま6月上旬の高温の影響を受け、樹勢が保てず目標とした着果節位に着果することができませんでした。

このような要因から、出荷時期も計画のお盆前出荷が遅れ、8月中旬から9月上旬まで出荷されました。



カボチャ

加工用キャベツ



20名の生産者が157aの面積に作付しました。

育苗は順調でしたが、定植時期の8月上旬の猛暑による高温干ばつのため、雨が降らない状態で定植が行われ、水分不足により活着が遅れました。

全体的に生育が遅れて推移し、10月21日から12月15日までの間、2,122ケース（15kg/箱）が出荷されました。



取組み実績（平成23年12月末現在）

品目	生産者数(人)	面積(アール)	販売数量(トン、本)	販売金額(千円)
ダリア	29	274	137,903本	18,854
ネギ	55	520	95.2トン	18,477
えだまめ	16	750	25.6トン	14,286
カボチャ	50	470	37.4トン	4,452
加工用キャベツ	20	157	31.8トン	1,984

身近な情報、
お得な情報盛りだくさん!!

News & Topics

2. 食育で豆腐作り



▲豆腐作りにチャレンジする児童(桜小学校)

秋田市立桜小学校で12月2日(金)、8日(木)、13日(火)の3日間、食育活動の一環として豆腐作りが行われました。

同校の3年生6クラス166人の児童が、講師の(有)

華の豆会代表の山内みどり氏と会員の佐々木早苗氏の指導のもと、豆腐作りに挑戦しました。

初めての挑戦に戸惑いながらも、児童は講師の指導をしっかりと聞き、作業の分担をしながら楽しく豆腐を作っていました。

講師の山内氏は「大豆が形を変えて様々な料理で使われていることを知って欲しい。伝統食の大切さを学んでほしい。『食』の大切さを児童に伝えました。」



▲正月用切花を買い求める消費者(いぶきの里)

1. お正月は新鮮な野菜で

J A新あきた直売センター「いぶきの里」では12月29日(木)30日(金)の両日、年末セールを行ない、正月用の切花やしめ飾り、鏡餅などが販売され、また、新鮮な野菜・花を少しでも安く消費者へ提供しようという開催されたものです。

甘味のあるキャベツや大根、ねぎなど雪中野菜が店内に並べられ、朝からお正月用の品を揃えようと多くのお客さまが当センターを訪れ、手にとって新鮮な野菜や花を確認していました。

今後もイベントなどを行い、生産者の所得向上と消費者へ新鮮で安全・安心な野菜の提供に取り組んでいきます。



3. 健康体操とフラワーアレンジメント教室



J A新あきた北地区女性部は12月9日(金)、秋田温泉プラザで交流会を行いました。上新城、外旭川、飯島、寺内地区の女性部員が出席し、女性部員同士の親睦と交流を目的として健康体操に取り組みました。

健康体操はダンス講師の鎌田和子氏が考えた体と脳の活性化を図る体操で、部員は「桃太郎」など童謡のリズムに合わせてながら体操をしました。

また、同月27日(火)には、毎年バリエーションを変えながら行われている生け花教室が開催され、ピンクのバラやユリ、南天など縁起の良いものを使用し、各々感性を生かした作品に仕上げました。



▲体と脳を使った体操をする参加者(秋田温泉プラザ)

4. 今期の反省と 来期への課題

J A新あきた花き部会切り花部ダリア班は12月9日(金)、雄和サイクリングターミナルで平成23年の出荷反省会を行ないま



した。今期は定植後の高温と水害により、球根が腐った株が露地・ハウスともに多く見られ、天候不順に苦労した1年となりました。

会には生産者をはじめ各関係機関が参加し、市場情勢や実績報告を各担当者から説明を受けました。市場の担当者は、「品質の向上に向け更なる努力が必要で、秋田のブランドとしてお客さまに信頼される産地づくりを目指してほしい。」と生産者に訴えました。

生産者・各関係機関が強化を図っていくとともに、秋田ダリアの品質向上に取り組み、ブランド定着を目指します。



▲平成23年度を振り返る参加者
(雄和サイクリングターミナル)

5. Aコープ商品で 簡単レシピ講習

J A新あきた「かはやき女性塾」が12月15日(木)、J A新あきた河辺支店で行われました。こめ油を使用したネギの炊きこみご飯、揚げ出し豆腐など計4品を調理しました。



今回4回目となった講習では「へららない!におわない!こめ油簡単レシピ」と題し、築野食品工業株式会社フードプランナーの大塚尚子氏が調理方法を指導しました。

調理後には試食会が行われ、部員は互いに味の確認をし合いながら会食を楽しみました。

また、同日午後には長谷川清仁宮農センター長から平成23年の農産物の状況と野菜作りのポイントについての研修会が行われました。



▶手際良く調理をする女性部員
(J A新あきた河辺支店)

6. 来年度に向けた 栽培方法を学ぶ

J A全農あきた中央地区園芸戦略対策協議会は12月15日(木)、J A新あきた河辺支店で中央地区かぼちゃ栽培講習会を開催しました。



会ではJ A全農あきた園芸課の担当者から平成23年度販売経過について報告を受けた他、平成24年度に向けた対策として収量確保の向上を図るため、栽培方法を学びました。

トキタ種苗(株)吉岡欣次郎部長が「くり將軍」の品種の特性や注重点について参加者に説明があり、「十分に特性を理解することにより良い栽培ができます。」と栽培方法について話されました。

同協議会では、来年度に向かって作付面積の増加と栽培技術向上に取り組んでいきます。



▲講習に耳を傾ける参加者
(J A新あきた河辺支店)

7. 高品質な生産へ

「秋田の恵み満菜ほうれんそう」という統一ブランドでの出荷に取り組んでいる秋田県中央地区の新あきた、秋田みなみ、あきた湖東、大潟村の4 J Aには、合わせて100名以上の高品質なほうれんそうの生産を目指す生産者がいます。



こうした中、12月22日(木)、J Aあきた湖東の八郎潟支所で秋田中央地区園芸戦略対策協議会は、中央地区合同冬季ほうれんそう目揃会を開催しました。

市場担当者は「今季は、寒さの影響もあり、葉物の価格は徐々に値上がり傾向にある。」と現状を報告した他、統一の出荷基準や栽培管理手法を再確認しました。

2月には、秋田市内で試食宣伝を行い、県内の消費者にPRする予定です。



▲出荷規格を確認する参加者
(J Aあきた湖東八郎潟支所)

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

購買 インフォメーション

LEDeco充電電球 発売中!!

通常はLEDeco電球として使い、停電時には本体をはずして非常灯懐中電灯になる優れたもの!突然の停電にも!災害時の備えとしても!対応します(DCモード)!!消費電力がたったの【4W】タイプ(従来品40W白熱電球相当)LED素子50個

充電器要らず!ソケットで充電可能

ソケットに取り付ければ自動的に充電されるので、いざという時点灯しないということがありません!

簡単に
取り付け

電気代
70%
カット

発熱量が
少ない

すぐに
点灯

緊急時には懐中電灯として使えます

充電式なので、緊急時にはソケットからはずして長時間、懐中電灯として使用可能!
また、伸縮(最大14.3cmまで)可能



使い方がいろいろ、
コンセントに直結できる
ソケットアダプター付き

※本製品はPL保険加入済製品です。
認定番号M015176088

■組合員特価

◎ECO充電電球4W

3,980円(税込)

※ソケットアダプターご不要の方は、3,480円(税込)

詳しいお問い合わせ・ご注文先

JA新あきた購買課(TEL/018-832-6658)
までお気軽にご連絡ください。

JA新あきた
ライフサービス
インフォメーション

謝恩セール開催 期間限定

平成24年

2/9木 10金 23木 24金

ハイオク レギュラー 軽油

を現金プリカ給油のお客さま

大特価!!

詳しくは下記の給油所にお気軽にお問い合わせください

JA新あきたライフサービス

- 南給油所 …… TEL/018-839-8661
- セルフ北 …… TEL/018-868-1170
- 雄和給油所 …… TEL/018-886-2067
- 戸島給油所 …… TEL/018-882-3737



2月の
運勢

歳 座 10/24~11/22 [全体運]やたらとイライラせず、のんびり過ごしてみても、一人の時間を楽しむことで、気持ちにゆとりが生まれる気配[健康運]マッサージをすると良い影響が[幸運を呼び食べ物]長ネギ

最近の脳卒中のリハビリテーションの流れ

長嶋茂雄巨人軍元監督やオシム元サッカー日本代表監督、最近では歌手の西城秀樹さんの様に、不幸にも脳卒中を発症してしまう事があります。その後は、早期に検査・治療を目的として医療機関に入院となり、多くの方は、リハビリテーション(以下リハビリと略)が開始されます。最近では、十分な医学的管理のもとで可能であれば、脳卒中発症直後からリハビリを開始する事が推奨されています。

この脳卒中リハビリの最近の流れは、医療機関で行われる「急性期」「回復期」、地域生活を基盤とする「維持期」に分けられます。今回は、この流れについて紹介します。

「急性期」とは
発症後できるだけ早期にリハビリが開始される時期です。

「回復期」とは
急性期からの、「継ぎのない連携」として、ある程度全身状態が安定し、リハビリチームによる集中的・包括的に行う時期で、主にリハビリ専門病院で行われます。

(ST)と言うリハビリの専門スタッフと、医師・看護師・MSW等とで、患者さん毎に評価をし、カンファレンスや回診を行い、短期・長期的ゴールの検討、機能予後、退院までの見通し、リハ専門病院等への情報提供等をチームとして協力して行っていくます。また、状態が不良で座位保持などの積極的な練習が困難な場合でも、関節可動域練習や良肢位保持などの他動的練習を行います。

ただ、患者さんの状態には個人差があるので、リハビリ対象者を画一的なリハビリを施行するわけではなく、毎日の個別の状態を配慮・検討して、その人に応じたりリハビリを日々進めていきます。

「維持期」とは
回復期リハビリで得られた機能を、できるだけ長期に維持・改善するために加えて、日常の健康管理、社会参加の促進する時期です。訪問リハビリ、通所リハビリ等を、在宅で行われる事になります。このためには、患者家族を取り巻く地域スタッフやケアマネージャーとの指導やコミュニケーションが重要です。

急性期にひき続き、さらに積極的なリハビリを行い、基本動作、歩行といった能力の移動、セルフケア、コミュニケーションなどの能力の最大限の回復と、社会復帰を目指します。



秋田組合総合病院
リハビリテーション科
倉田 昌一

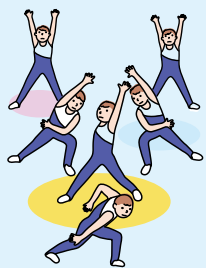
「維持期」とは

回復期リハビリで得られた機能を、できるだけ長期に維持・改善するために加えて、日常の健康管理、社会参加の促進する時期です。訪問リハビリ、通所リハビリ等を、在宅で行われる事になります。このためには、患者家族を取り巻く地域スタッフやケアマネージャーとの指導やコミュニケーションが重要です。

以上、脳卒中リハビリの流れとして「急性期」「回復期」「維持期」について紹介しましたが、患者さんに施行されるリハビリは一貫してはいますが、各期のリハビリの活動は異なり、その専門性や機能に対応するための分化が進んできています。また、各期を上手に運用するための「医療連携」が重要視されてきています。

オススメ
得する
対策
etc.

あなたの知らない体操ワールド 男子の新体操にも注目を



●日本体育大学運動方法体操研究室教授 荒木達雄

一般体操からアクロ体操まで六つの体操を説明してきました。いろいろな体操がありましたね。2011年10月に東京で開催された「世界体操」では男女ともロンドンオリンピック出場権を獲得しました。内村航平選手は史上初の個人総合3連覇を達成し、新体操団体もロンドンオリンピックの出場権を得ました。まさに「体操ニッポン」ではないでしょうか。

このような競技体操の陰に隠れている日本独自の体操があります。日本で生まれ世界では認知されていない体操。それは男子新体操です。昭和40年代後半までは団体徒手体操という名称でした。6人で1チームとして規定演技と自由演技の合計で競い合っていました。その当時は女子も同様の名称でした。その後、女子は国際体操連盟の国際ルールに従って、オリンピックまで上り詰めました。しかし、男子のみでの競技形式で展開しているのは日本のみでした。国際的には認められておらず日本独自の路線を歩んでいます。団体種目からも外されましたが、2010年にTVドラマの「タンブリング」として放映され男子新体操が全国レベルで注目されるようになりました。種目は団体種目と個人種目があります。高校と大学が中心でしたが、普及の拡大から小学校や中学校でも実施されつつあります。このように国際的には認知されていませんが、世界各国の演技会では超人気の演技種目でもあります。海外のチームはまねできないほど高度で繊細な種目でもあるため、その洗練された演技を見たという要望が、海外から多く寄せられています。

このように、体操は19世紀の初めにヨーロッパより輸入され、日本独自の努力とアレンジによって素晴らしい発展を遂げました。体操を皆さんの身近なスポーツとして捉えていただければ幸いです。

皆で仲良く百歳食

草餅の不老長寿パワー

日本人はお餅が大好き。

お正月ばかりではなく、お祭りや祝い事があると、みんな「こしこし」しながらお餅をついてきました。

あの「べったんこ、べったんこ」という音がなんとも威勢が良くて心が躍ったものです。

「べったんこ」の音を盛大に立てることによって、お祭りの主役である神様をお呼びするのです。お餅をつく音は、神様をお迎える準備は整いましたよ、という合図の音。

神様はお餅が好物ですから、空を飛んでやって来て、福や豊作がどっさり授かります。

今はお祝い事のお餅は、ほとんどが買ってきたりしますから、神様が喜んでくださるかどうかが。

お餅には不思議な力がこもっています。その一つが「力餅」の風習。力仕事をする前にお餅を食べておくと、思わぬパワーが出るというものです。確かにお餅は神様の宿る米粒をついたものですが、神様パワーが米のカロリーと一緒に濃縮されています。想像もつかない力が出て不思議ではないのかもしれない。力餅は、出産直後の母親にも与えられ

●食文化史研究家 永山 久夫

れました。赤ちゃんを産むと、おなかの中が空っぽになりますから「力餅」を食べてもらって、おなかに力を呼び戻そうという信仰です。

峠には「峠餅」があつて、山越えする旅人に力を付けました。峠の力餅は、今でも各地の街道筋に郷土名物として残っています。

白いお餅は神様にお供えて、家族の者は「草餅」を食べたものです。草餅はヨモギ（餅に入れるために餅草ともいう）をつき込んだ緑色の美しいお餅ですが、実は大変立派な不老長寿食。

ビタミン類の豊富な、サプリメントのような野草。ビタミンCやE、カロテンなどが多く、これらには抗酸化作用や免疫力の強化作用があり、確かに長生きや若返りに役立ちます。ヨモギの薬効は多彩でがん予防にも効果的といわれています。



新あきた
知って
健康

健康百科

薬疹が起きたとき

●佐久総合病院名譽院長

松島 松翠

薬疹というのは、薬を飲んだり、注射したり、あるいは皮膚に塗ったりしたとき、皮膚や粘膜など目に見える部分にできる病変のことをいいます。いわば薬による副作用といえますが、この原因は、薬剤アレルギーによるものが大部分です。

これには、いろいろな形があつて、直径2〜3cm以上の紅斑が体の同じ部位に現れるものや、はしかのような細かい発疹を示すもの、扁平（へんぺい）に隆起するじんましん型のものや、水泡ができたり、皮膚全体が赤くなるものなどがあります。しかし発疹の形だけで、薬疹と決め付けることはできません。

一般に、薬剤使用中および使用後に、皮膚に発疹を生じたときは、まず薬疹のことを疑ってください。薬剤使用中は、発熱、目の充血、粘膜や口唇のただれ、皮膚のかゆみ、違和感、皮膚の発赤など、細かい変化にも注意することが大事です。

もし、薬疹と思ったら、すぐに処方



を受けた医師の診察を受け、薬剤アレルギーかどうか、判断してもらってください。薬疹が起きたのに放っておいて、次もまた同じ薬を服用するということを漫然と繰り返すと、重症化することがあります。

薬局で薬をもらうとき、一緒に薬の名前と飲み方、副作用などをまとめた情報を患者さんに渡しているところが多いと思いますので、それをきちんと保存しておくか、「お薬手帳」に貼っておくことです。もし他院にかかるときは、その都度、薬の名前を示すことが大切です。

もし薬疹が起きて、服用している薬が複数あり、原因薬が特定できないときは、皮膚科で調べてもらうのがよいでしょう。

ふれあいメール

1月のテーマ『新年を迎えての抱負』



毎年新しい年に色々思い計画立てても実行はなかなか難しく、古稀を過ぎた今日になってからお稽古ごとを3つ。発表会、展示会としっかり勉強して良い作品を出せるよう頑張りたいと思います。また、友との語らい、食事会を楽しみたいです。

(下新城 Aさん 70代)

昨年一番の出来事は何といっても東日本大震災、放射能の被害、未だ生活できない程の被害に困難な生活を強いられている方々が心配です。一日も早く回復するようお願いしていきたいと思ひます。

(雄和 Sさん 70代)

年を重ねる度に増えているのが体重。体を動かすのもおっくうとなっていますが、今年こそは減量を目指します。12月31日には今年この目標にして良かったと喜ぶ自分を想像して一年を頑張っていきたいと思ひます。

(太平 Tさん 40代)

今年私にとって3回目の成人式を迎えます。月日は早いもので気がつけば年金のもらえる年。体を気遣い、家族、姉妹、友達の「絆」を大切に会話や何でもトライする気力を持ち、楽しく笑って過ごしていきたいです。

(仁井田 Aさん 50代)

新年を迎えて改めて災害が起こらないよう強く願いたい気持ちです。今年も「絆」で、頑張ろう東北!頑張ろう秋田!安定した生活、笑顔で頑張ろう!

(下浜 Sさん 60代)

特に今年はハズレてばかりの宝くじを当てたいと思っています。1億、2億と欲を出さずに100万円でも良いからと願うばかりです。

(下新城 Mさん 70代)

今年は昨年のように震災等が起きないことを強く祈るとともに、昨年の12月に産まれたひこ孫の成長を楽しみに健康に気をつけて長生きしていきたいと思ひております。

(上新城 Sさん 80代)

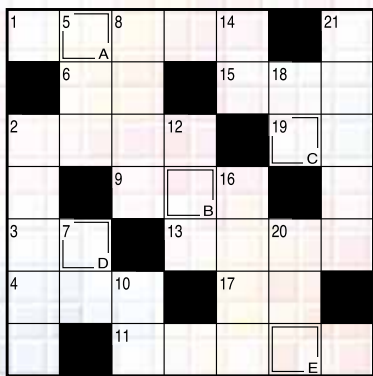
■今月のテーマは『オリンピック』

今年は閏年!いよいよ4年に一度のオリンピック(2012年)の年です。皆さまのオリンピックに対する想い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



■タテのカギ

- 2... 赤ん坊を運んでくるという鳥
- 5... 3年目でも7年目でも駄目よ
- 7... アメリカの通貨単位
- 8... 尾張、一、水戸の徳川御三家
- 10... 重いものを持つときは痛めないよう気を付けて
- 12... 炊くと普通の米飯になります
- 14... 刺身に添えるダイコンの細切りや海藻
- 16... 選挙に立候補すること
- 18... 振ったバットが—を切る
- 20... 役所で住民票の—を取った
- 21... 笑うと負けよ、あっぱっ

■ヨコのカギ

- 1... 覆われるとたいい晴れます
- 2... スー、ハーと繰り返します
- 3... 風邪をひくと痛くなる人も
- 4... 首都はイスタンブールではなくアンカラ
- 6... タカよりも大きなものが多い
- 9... 塗り物に塗られています
- 11... 土中の水分が地表で凍ってできません
- 13... 新品ではありません
- 15... 寝るとき頭に当てます
- 17... 丸めた賞状を—にしまう
- 19... —は咲いたか、桜はまだかいな

★当選者
浅利 和子さん (上北手)
康子さん (下浜)
佐藤 望さん (雄和)
高橋 望さん (雄和)
おめでとうございます

【1月号の答え】
カガモチ

▼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2月9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
秋田市千秋実町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年度》 第2回支部座談会 開催のお知らせ

平成24年2月2日(木)より各支部で座談会を開催いたします。
詳しくは開催通知をご覧ください。
JAと組合員の皆さまと話し合う貴重な機会ですので、
多数のご出席をお願いします。

下記の事項について説明いたします。

- 1) 平成24年度事業計画の基本事項
- 2) 平成24年度営農指導事業計画(案)
- 3) 平成24年度産米の作付け及び買入方針(案)
- 4) 園芸品目生産拡大プロジェクト事業2年目の生産振興方策
- 5) 役員選任制
- 6) その他

◎開催期間
2月2日(木)～
2月21日(火)

■JA新あきたのあゆみ

◎12月

12月7日	…JA新あきた企画旅行「マドリード・パルセロナ6日間」旅行説明会(東支店、北支店)	
8日	…	(河辺支店)
13日	…JA新あきた総代協議会・支部長会代表者協議会	(JA新あきた会館)
14日	…平成24年度職員採用試験【一次】	(")
15日	…第4回かがやき女性塾	(河辺支店)
27日	…第4回コンプライアンス委員会	(JA新あきた会館)
"	…第7回監事会	(")
"	…第11回理事会	(")
28日	…平成24年度職員採用試験【二次】	(")
30日	…仕事納め	(")

■第11回理事会

平成23年度第11回理事会が12月27日(火)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 | 貸付金自己査定結果に基づく貸倒引当金の処理方針について |
| 議案第3号 | 平成23年度上期監事監査回答書(案)について |
| 議案第4号 | 役員責任調査委員会設置・運営規程の一部変更について |
| 議案第5号 | 太平低温倉庫品質向上物流合理化施設の承認並びに設計者の決定について |
| 議案第6号 | 太平低温倉庫品質向上物流合理化施設建設工事委員会設置要領(案)の設定並びに委員の選任について |
| 議案第7号 | 農産物検査業務規程の一部変更について |
| 議案第8号 | 農産物検査組織規程の一部変更について |
| 議案第9号 | JA新あきた米穀共同計算基本要領の一部変更について |

■JA新あきたの概況(12月末現在)

●組合員数／(正)7,633人 (准)8,375人

貯金	980億7,543万円
貸付金	336億5,012万円
共済保有高	2,921億5,966万円
購買品供給高	14億3,122万円
販売高	47億3,581万円
出資金	36億1,425万円

■人事

●異動(平成23年12月26日付)

東支店 統括支店長 三浦 浩(旧任:東支店副支店長(中央相談所勤務))
管理部付(統括支店長待遇) 皆川 和吉(旧任:東支店統括支店長)

編集後記

皆さんはおみくじを引いた後になぜ神社や寺院で結ぶのかご存知ですか?これは、神様や仏様とご縁を結ぶという意味だそうです。また、境内の木々に結ぶ理由としては木の芽の生命力にあやかるとのことです。ちょっとしたウチクを調べてみました。今年も皆様の温かいご指導・ご鞭撻をよろしく願いいたします。(飯島)

平成
23年度



秋田市
園芸生産振興大会
開催のお知らせ

本市農業の戦略作物として、生産拡大を目指す園芸作物について生産者・各関係機関が一体となった取組みにより、生産者の意欲向上と園芸作物の生産・販売拡大に資することを目的として下記日程にて開催いたします。

■期日:平成24年2月9日(木)
午後3時から

■会場:ホテルメトロポリタン秋田

■内容:優秀農家表彰式、事例発表など

■主催:秋田市・JA新あきた

【お問い合わせ先】

●秋田市園芸振興センター TEL/018-866-2518
●JA新あきた営農センター TEL/018-833-5053

ひとつひとつを心に深く

JA 会員随時 受付中!!

みどりの会

「JA葬祭みどりの会」は、
葬儀全般を安心してまかせられる
会員制度です。
どなた様でもご入会いただき、
特典も盛りだくさん。
ご入会のお申し込み・お問い合わせは、
JA葬祭レゼール本部
またはJA新あきたへ。



**入会金は、
1家族10,000円のみで、
長期にわたりご利用いただけます。**

ご家族(同居)であればどなた様でもご利用いただけます。また、同居でなくても、世帯主の扶養(学生)等も対象となります。専門のスタッフが費用のご相談や進行、葬儀後の法要等について、心をこめてサポートいたします。他の会に入会済みの方もお気軽にご相談ください。入会された方にカードを発行いたします。



株式会社 JA秋田葬祭センター

レゼール本部

年中無休
24時間受付

フリーダイヤル 0120-46-5731
ホームページ <http://www.ja-sousai-akita.co.jp>

JA新あきた 購買課 TEL/018-832-6658

平成24・25年度の建設工事等の 入札参加業者を募集します!



- 受付期間:平成24年3月1日(木)～3月30日(金)まで(ただし土、日、祝日を除く)
- 受付時間:午前9時～午後5時
- 受付場所:JA新あきた管理部総務課

◎提出書類

- 1.指名願:
任意の用紙
- 2.一般競争(指名競争)参加資格審査申請書:
県、市の用紙を準用する
- 3.添付書類:
添付書類一覧表の通り

【添付書類一覧表】

番号	添付書類	法人	個人	適要
1	●登記簿謄本(申請日の2ヶ月以内) ●営業証明書または身分証明書	○	×	
2	●財務諸表(1年分) ●収支計算書(1年分)	○	×	写可 写可
3	●納税証明書(法人税) ●納税証明書(所得税)	○	×	直前1年間の 事業年度のもの
4	●工事経歴書	○	○	
5	●経営事項審査申請書 ●経営事項結果通知書	○	○	写可 写可
6	●許認可証明書	○	○	写可
7	●委任状(支店等に契約権限を委任する場合)	○		
8	●使用印鑑届	○	○	

その他 留意事項

- 1.受付した指名願をもとに、平成24年4月以降の当組合理事会において指名業者を決定します。
- 2.資格決定通知書等による通知は行いませんので、必要な方は電話でお問い合わせください。

お問い合わせ先

JA新あきた管理部総務課
TEL/018-832-6611

ネットなら便利!24時間 確定申告



- 確定申告書等作成コーナーは24時間申告書の作成が可能です
 - e-Taxなら平成24年1月16日(月)～3月15日(木)まで24時間申告が可能です(メンテナンス時間を除きます)
- ※ 作成した申告書は印刷して郵送等でも提出できます

www.nta.go.jp

確定申告

検索

e-Taxの準備はお早めに!
申告と納税は期限内に!

所得税

2月16日(木)～3月15日(木)

贈与税

2月1日(水)～3月15日(木)

消費税・地方消費税(個人事業者)

1月4日(水)～4月2日(月)

納税は便利な振替納税で!

振替日(振替納税の場合)

申告所得税

4月20日(金)

消費税・地方消費税(個人事業者)

4月25日(水)

電子証明書

ICカードリーダー



を準備して、
e-Taxで所得税の
確定申告をすると、

最高4,000円の税額控除

国税庁ホームページから電子申告

添付書類の提出省略

還付がスピーディー

e-Tax作成コーナー ヘルプデスク ☎ 0570-015901

税務署