



～ふれあう笑顔 つながる未来～

# いぶき



『ポインセチア・シクラメン』  
新あきたの“旬”

地域の農産物をご紹介します！

## もくじ

- ◎新あきたの“旬”【ポインセチア・シクラメン】……………2
- ◎Close Up Topics【第10回全国和牛能力共進会】……………3
- ◎特集【第135回秋田県種苗交換会】……………4
- ◎ニュース&トピックス……………6
- ◎知って得する営農ワンポイントアドバイス……………8
- ◎新あきたReport【彩菜館6次産業化に向けた取組み】……………9
- ◎暮らしの応援団【金融】……………10
- ◎ステキな笑顔いっぱい!……………11
- ◎健康対策……………12
- ◎クロスワードパズル・ふれあいメール……………13
- ◎インフォメーション・概況・理事会便り・編集後記……………14

2012.DEC

# 12

lbuki vol.165



# 新あきたの旬『ポインセチア・シクラメン』

◎花言葉：「私の心は燃えている」「祝福する」「聖なる願い」



## ポインセチア poinsettia

### 🌸 特長

派手に色づいた花びらに見える部分は葉っぱ(苞葉)です。本当の花は茎の頂点に付くつぶつぶ状のもので、花びらは持ちません。ポインセチアは日の長さや気温など条件が揃うと茎の先端に花をつけて、葉っぱ(苞葉)が色づきます。茎や葉を傷つけると乳白色の汁が出ます。

苞葉は赤く色づくものがスタンダードですが、白、クリーム色、赤と白のマーブル模様、紫など品種改良により様々な色彩のポインセチアがあります。また苞葉の形もカールしたり縮れたりユニークなものも知られます。

### 🌸 名前の由来

メキシコを中心として、中央アメリカに分布する熱帯性の低木で自生地では3m~5mの大きさに達します。日本には明治時代中頃に入ってきました。ポインセチアの名前は1825年にこの植物をメキシコで発見してアメリカに導入した駐メキシコ米大使のポインセットに由来します。

○紅葉時期：11月~5月

短日植物なので、日が短くならないと、苞葉(木の葉)が色づかない。

○開花時期：11月~12月

枝の先端に、小さなつぼみ状の花を15ほど咲かせます。通常は黄色い雌シベがあります。



## シクラメン cyclamen

### 🌸 特長

シクラメンは、冬の寒さが一段と厳しさを増す11月頃から、翌年の春の4月頃まで花を咲かせ続ける長い花期が特徴です。ハート形の葉の塊の中から花茎を伸ばし、うつむいた花を次々と咲かせていきます。香りのよい花の品種もありますが、ほとんどのシクラメンの花には香りはありません。

シクラメンは、その花色も、赤、紫、ピンク、白などの単色系から複数の花色を持つタイプなど多彩な花色を持ち、咲き方や花の姿も多彩で育てる楽しみがあります。また、折り重なるようにしてこんもりとまとまるハート型の葉も、良く見ると、とても愛らしい形をしているのも魅力のひとつです。

### 🌸 名前の由来

花茎が、らせん状に巻く性質があることや独特の丸い球根の形から、ギリシャ語で回転する丸いという意味の“cycle”からきたと言われています。また、シクラメンは、その花の姿が燃え立つような篝火(かがりび)を思わせることから、日本では「篝火花(かがりびばな)」という名前でも呼ばれています。



◎花言葉：「内気」「はにかみ」「恥ずかしがり屋」

○開花時期：10月~4月頃

「ポインセチア」・「シクラメン」は冬の代表花として栽培されており、クリスマスシーズンを彩る冬の鉢花やギフト用としても人気を集めています。管内では、追分・上新城地区で主に栽培されています。ファーマーズマーケット「彩菜館」、JA新あきた直売センター「いぶきの里」で販売されておりますので、冬に咲く貴重な花として是非ご観賞ください。



# 第10回全国和牛能力共進会 県産牛が第8区(若雄後代検定牛郡)で 全国第2位に輝く!!

日本最大の和牛品評会である第10回全国和牛能力共進会が、10月25日(木)から29日(月)までの5日間、長崎県佐世保市をメイン会場として開催されました。

この共進会は、和牛の能力と斉一性の向上を目指して5年に一度開催される全国規模の共進会で“和牛の五輪”とも呼ばれています。全国38都道府県の生産者や畜産団体が一堂に集いました。

28日(日)に行われた3頭一組で枝肉の肉量・肉質を競う部門(第8区)には、19組57頭が出品され、審査の結果県有種雄牛「義平福」を父とする県産牛が秋田県としては、過去最高の全国第2位となる快挙を収めました。第1位となった長崎県との評価に遜色はなく、結果内容は3頭のうち2頭が最高級のA5、1頭がそれに次ぐA4と格付けされました。3頭の出品者は、由利本荘市の板垣 幸三氏、仙北市の伊藤 則夫氏、JA新あきた管内上北手地区で肥育農家を営む高橋 長寿氏が出品いたしました。また、同氏は連続3回(平成14年、19年、24年)の出品となり「功労者表彰」も受賞しました。



## 高橋長寿氏の喜びの声



「秋田市生まれ秋田市育ちの子牛が全国で評価されたことが大変喜ばしく、秋田から長崎までの1,500キロの輸送距離があつたにもかかわらず、このような評価をいただき嬉しく、今後も地域の牛が評価されるよう肥育農家としての役割を担っていくことが使命だと思っています。また、今回の結果を受け、トップになる牛を育てていくことが目標です。」



### 【成績内容】出品番号:80

出品者	高橋 長寿	母の父	勝忠平
枝肉重量	483.5kg	母の母の父	安平
BMS	No.10	ロース芯面積	66cm <sup>2</sup>
バラの厚さ	8.5cm	歩留基準値	75.5
格付	A5	kg単価	7,010円
MUFA(一価不飽和脂肪酸)予測値			55.7



▲表彰式に臨む秋田県代表者の方々

全国の主だった畜産県を抑え、秋田県有種雄牛の「義平福」が第2位となったことで、全国へ秋田県の高い産肉能力を宣伝でき、県産牛肉の市場評価の高まりや販路拡大が今後期待されています。

今後、子牛市場において「義平福」産子の子牛価格の上昇が期待されているが、現在市場に上場されている同産子が少数であるため、さらに生産頭数を増やす取組みを行い、管内畜産生産者の販売金額の増大および意欲向上につなげてまいります。



# 第135回 秋田県種苗交換会

〈先人に学び 農業の未来をひらく〉

平成24年  
10月31日(水)～11月6日(火)  
〈会場〉能代市



## 皇太子さまが 種苗交換会を視察!!



30日(火)に、皇太子さまが主会場の総合体育館を訪れ、県内各地から出品された農産物や加工品を視察しました。写真は、同交換会会頭のJA秋田中央会木村一男会長(皇太子さまの左)が皇太子さまに展示されている農産物の説明を行なっている様子。

秋田県農業の祭典が、「大地の恵みを食し、健康に生きる。」をキャッチフレーズとして、能代市総合体育館を主会場に10月31日(水)～11月6日(火)の7日間、開催されました。会期中、来場者数は83万人(主催者発表)で賑わい、農産物展示をはじめ、農業機械化ショーなど数々のイベントが開催されました。

## 新穀感謝農民祭並びに開会式

10月31日(水)に能代市文化会館で開催され約300人が出席し、神事が行われました。また、農業功労者表彰を3個人が受賞し、当JAから中川薫清氏(下新城地区)が表彰されました。



## 農業功労者に 中川 薫清氏が 表彰されました



秋田市下新城地区の中川 薫清氏は、旧追分農業協同組合で平成2年から専務理事として農協運営に携わり、自らも水稲と果樹・野菜等複合経営に率先して取り組まれました。また、若手の育成や新品種の導入など意欲的に同地域の農業振興と農家所得向上に努められました。秋田市、河辺町、雄和町が合併し、新あきた農業協同組合となり平成12年から代表理事組合長として、地域農業の活性化と活力ある地域農業振興に向け強力なリーダーシップのもと、基幹作物の米をはじめとして農産物のJA新あきたブランドの確立へ大きく貢献されたことがこの度の受賞となりました。

の農業振興と農家所得向上に努められました。秋田市、河辺町、雄和町が合併し、新あきた農業協同組合となり平成12年から代表理事組合長として、地域農業の活性化と活力ある地域農業振興に向け強力なリーダーシップのもと、基幹作物の米をはじめとして農産物のJA新あきたブランドの確立へ大きく貢献されたことがこの度の受賞となりました。

## 来年の開催地は・・・ 仙北市に決定!!

11月5日(月)JA秋田中央会理事会で次回開催地が協議され、「仙北市」で開催されることが決定しました。同市は角館、田沢湖、西木村の旧3町村が合併し、合併前を通じて初めての開催となります。第136回秋田県種苗交換会においても、生産者の皆様から数多くの丹精込めた農畜産物のご出品をお願い申し上げます。

第2会場には、最新の農業機械を実際に操作して性能を確認する多くの来場者の姿がありました。また植木苗木協賛会場も多くの人で賑わいました。



協賛会場の様子  
協賛第2会場  
【農業機械化ショー】





○農林水産大臣賞・  
秋田県知事賞  
◆切花(ダリア)  
NAMAHAGEマジック  
佐々木 善明(左手子)



○秋田県知事賞・  
全国農業協同組合  
中央会会長賞  
◆大豆 リユウホウ  
三浦 孝市(外旭川)



【農産物出品展示】

会場：能代市総合体育館

全県の生産者の皆様より丹精込めて作られた農産物8部門2,007点が出品されました。内訳は水稲84点、畑作物及び工芸品286点、果樹363点、野菜874点、花き212点、農林園芸加工品98点、畜産品及び飼料43点、林産品47点。当JA管内の生産者81名の皆様から、136点を出品いただきました。

◎主な管内受賞者 記載は種類・品種名・受賞者名・地区名の順(敬称略)

2等賞

- ◆日本なし あきづき 長谷川 幸太郎 (下新城)
- ◆日本なし かほり 長谷川 幸太郎 (下新城)
- ◆メロン 秋田甘えんぼ 藤田 正義 (飯島)
- ◆切花(ダリア) NAMAHAGEサンセット 種沢フアーム (種沢)
- ◆切花(ダリア) ミツチャン 古屋 久勝 (種沢)
- ◆切花(ダリア) 純愛の君 加藤 勝利 (種沢)

3等賞

- ◆水稲 あきたこまち 川村 金一郎 (下北手)
- ◆大豆 リユウホウ 長岡 豊茂 (下新城)
- ◆大豆 リユウホウ 芝野 代表 深井 伸 (芝野)
- ◆大豆 リユウホウ 種沢フアーム 代表理事 伊藤 満 (種沢)
- ◆大豆 リユウホウ 斎藤 健一 (新波)
- ◆キヤベツ あさしお 旭川 直播研究会 (旭川)
- ◆キヤベツ 楽園 伊藤 勇 (四ツ小屋)
- ◆キヤベツ 新藍 小野 寺智 (三内)
- ◆コマツナ なかま 佐々木 誠一 (左手子)
- ◆ネギ 葵の剣 渡辺 章子 (金足)
- ◆ブロッコリー ウインベル 佐藤 兼吉 (下新城)
- ◆ホウレンソウ ミラージュ 三浦 権三郎 (下新城)
- ◆切花(ダリア) かまくら 今野 喜一 (雄和)
- ◆切花(ダリア) マルコムズホワイト 伊藤 錚悦 (相川)
- ◆種苗(ピオラ) フルーパルラエイス 石井 正子 (上新城)
- ◆種苗(咲えみ) スイートポテト 奈良 隆逸 (上新城)
- ◆種苗(咲えみ) ピーチ 石井 正伸 (上新城)



受賞された皆様、誠におめでとうございます。  
また、ご出品いただいた皆様におかれましても感謝申し上げます。

身近な情報、  
お得な情報盛りだくさん!!

# News & Topics

## 2. 市場まつりでマコモダケPR



▲マコモダケの販売に取組む生産者(市公設地方卸売市場内)

秋田市卸売市場まつり実行委員会は10月28日(日)、今年で22回目となる「市場まつり」を秋田市公設地方卸売市場と市中央卸売市場で開きました。

秋田市マコモダケ研究会も青果部の一角にブースを設け、生産者、市、JAの担当者が販売に参加しました。

マコモダケの認知度向上を目的に、会場を訪れた客に天ぷらの試食でPRし、約2時間で200袋(36kg)を完売しました。

販売に参加した(農)姫雪白ファーム加藤薫代表は、「より多くの消費者にマコモダケを知っていただけるよう今後も認知度拡大に向け販売活動を行なっていきたい。」と話してくれました。



▶お米の販売PRに精を出す生産者(イトーヨーカドーアリオ内 亀有店)



## 1. 新米あきたこまち広くPR!!

JA新あきたは東京都葛飾区のイトーヨーカドーアリオ内亀有店で10月20日(土)と21日(日)の2日間、新米「あきたこまち」の試食販売会を開きました。

生産者からJA新あきた受託部会大友隆俊部会長、同部会東地区田中重之支部長を始め、JA担当者、ミスあきたこまちが同店食料品売り場にブースを設けて宣伝しました。

また、同月27日(土)と28日(日)には、コープあきたと(農)アクティブファームが協同開発した「コープ米あきたこまち」の販売促進活動もコープあきた土崎店と茨島店の2店舗で行なわれ、販売には、(農)アクティブファーム佐々木誠一代表やJA職員が参加しました。今後もあきたこまちのPR活動にJA新あきたは積極的に取り組んでいきます。



▶コープあきた 茨島店

## 3. 安全安心な学校給食を提供するために!!

10月31日(水)に秋田市立城南中学校で栄養士、父母、生産者、JA担当者が出席し、学校給食試食会を開きました。

栄養士を代表し、同校の京極郁子主任学校栄養士から給食の献立を作成する際の注意している点や地産地消の推進状況などの説明がありました。

学校側からの期待は大きく、生産者やJAに向けて多くの意見要望が出ていました。

生産者やJA担当者からは「新鮮でおいしい安全で安心な野菜を多くの子供達に食べてもらうよう努力していきたい。これからも多くの野菜を学校給食へ向けて、作っていきたい。」と今後の抱負を参加者へ話しました。



▲参加した生産者3名  
一番左は営農指導員(城南中学校)



▲試食した学校給食の献立



## 4. 第3回 かがやき女性塾

今年度3回目の「かがやき女性塾」が11月2日(金)に開催されました。

女性部員32名に加え、今回はフレッシュ部12名も参加し、上新城地区の日徳山昌東院の辻匠人住職からお寺にまつわるお話を聞いた後、同地区の農家民宿「重松の宿」でフラワーアレンジメントを学びました。

今年、東京大田市場でデビューしたN.A.M.A.H.A.G.E.シリーズのダリアやガーベラなどが旬な花や葉を取り入れ作製しました。フローリストナチュラル田口博昭代表の指導のもと、ローマの休日をもチーフとして作品を仕上げていきました。

また、同日には、9月に完成した稼動している太平低温倉庫品質向上物流合理化施設の視察も行いました。



▲アレンジに挑戦する女性部員とフレッシュ部員 上新城地区(農家民宿「重松の宿」)



## 5. JA新あきたを 社会科見学

10月31日(水)、働く事の意義や身近な職業を学ぼうと秋田市立城南中学校の1年生3名が当JA会館を訪れました。

JAの事業や地域に根ざした活動についてJA新あきた長澤洋悦総務課長が説明し、生徒からの質問に丁寧に答えていました。

生徒からは「JAは色々な活動をしていることを知ることができました。」「新鮮な野菜を食べてみたいと思いました。」「などの感想を聞き、長澤課長からは「今後も地域社会の貢献につなげていきたい。』と話しました。

その後、生徒は館内の各部署を訪問し、業務に励む職員の仕事を見学しました。



▲城南中学校の生徒に仕事内容を説明する長澤総務課長(JA新あきた会館)右

## 6. JA新あきたの 社会貢献への取組み

JA新あきたでは、社会貢献に取り組んでいます。

11月7日(水)と12日(月)に、認知症を正しく理解して認知症本人や家族を温かく見守る応援者になることを目的とした、「認知症サポーター」の登録を職員全員が目指す研修会が開かれました。

講習を受けた225名の職員は、認知症サポーターに登録され、「オレンジリング」というブレスレットを腕に巻き、地域の応援者として今後、取り組んでいきます。

参加した職員は、「認知症の方との接し方など勉強になりました。今後の職務に活かしたい。」と研修内容を振り返っていました。JA新あきたでは地域社会への貢献と今後

も組合員、ご利用者の皆様との触れ合いを大切にしています。



▲オレンジリングを身につける職員(JA新あきた会館)



## 7. 品質向上で安定した 出荷を!!大豆目揃会

JA新あきたは11月8日(木)、追分低温倉庫で、大豆目揃会を開きました。

秋田県産米改良協会、JA担当職員25名が参加しました。

JA全農あきたや卸売業者から品質改善の要望が高まる中、品質の統一を目指すことを目的として目揃会を開催しました。

同協会佐々木正男技師から「近年、コンバインでの刈取りにより、汚損粒の混入が多いことから、検査の際は十分に注意していただきたい。」と検査上の注意点について説明がありました。

大豆部会加藤精務部会長は、「顧客ニーズに添えていくため、品質向上により安定出荷できることを期待したい。」と目揃会開催にあたり話していました。



▶品質の規格を確認する検査員(追分低温倉庫内)



# 【野菜の保存方法】

野菜を新鮮に保つために  
どのような保存をすれば良いのか？



秋から冬にかけては、葉物や根菜類が美味しい季節になります。凍るような真冬にも、作物ごとの特徴を知って上手に保存をすることで、作物の収穫が少ない春先まで保存が可能でふんだんに食べられます。



宮農センター  
係長 東海林 法儀

野菜の新鮮さを長持ちさせる貯蔵条件として重要なのが温度と湿度です。貯蔵に最適な温度や湿度は、野菜の種類によって異なります。ピーマン、オクラ、トマト、キュウリ、ナス、カボチャ、シウウガ、サツマイモなどは、冷やしすぎると低温障害を受けるので、注意が必要です。ほとんどの野菜は高湿度での貯蔵が適しており、ポリ袋のようなプラスチックフィルムで包装するのがおすすめです。タマネギ、ニンニク、カボチャ、シウウガは乾燥気味の環境が適しています。

野菜は、老化ホルモンとも呼ばれるガス状の植物ホルモン「エチレン」を生成します。完熟トマトのようなエチレン生成量の多い野菜と、エチレン感受性の高いほうれん草、キャベツ、ブロッコリー、レタス、ニンジン、キュウリなどは一緒に包んで貯蔵しないように注意することで、新鮮さを長持ちさせることが可能です。また、冷凍保存は野菜の栄養価や健康機能性を保つための方法です。ほうれん草やサイインゲンのように冷凍・解凍しても食感が変化しにくい野菜は、まとめて茹でた後、食べられない分は冷凍保存しましょう。

野菜の保存方法は、まず野菜が栽培されている状態を考えて野菜を保存するのが良く、さらには、野菜の特性や性質を考えて保存すると長持ちします。最近は野菜の保存袋が市販でありますので活用して保存しましょう。

## 保存のポイント

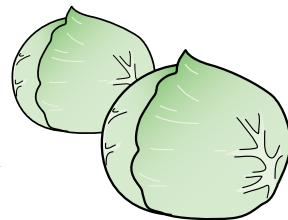
- 野菜は立てて保存しましょう
- 葉菜、根菜は乾燥させないようにしましょう
- 痛みのあるところは早めに取り除きます
- 葉や根の部分は養分を吸ってしまうので早く切り取りましょう
- 葉菜は低温保存、根菜は冷やしすぎない



ダイコン

短期間の保存なら30cm以上の深さの穴を掘って、収穫したダイコンを斜めに寝かせて埋めます。肌に直接土がつくようにし、葉を外に出しておくこと取り出しやすくなります。乾燥を少しでも抑えるため葉を半分落としても良いです。長期間の保存なら頭を下にします。芽が出る時期が遅れるため春先まで長めに保存できます。

キャベツ



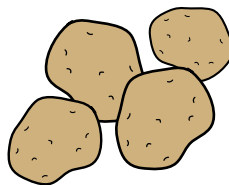
収穫後も冬には比較的長持ちし、耐寒性の高い冬どり用品種を作れば3月初めまで順次収穫できます。



ハクサイ

大きく巻いたハクサイは寒さで外葉が傷んでも、中は美味しく食べられます。頭を縛って畑に置か、寒さの厳しい場所では1ヶ所にまとめ、ワラなどで覆いましょう。また、一つ一つ新聞紙に包んで、玄関先や納屋など、暖房がなく凍らない場所に保存する方法もあります。

ジャガイモ



貯蔵適温は5℃で寒さに強く、凍らない限り冬も常温で保存できます。太陽光を受けると緑変するので、日が入らない納屋などに置くか、紙袋などに入れて保存します。





## ファーマーズマーケット「彩菜館」 惣菜・菓子加工所完成!!

**彩** 菜館では、10月4日より惣菜・菓子加工所を店内に新たに設置し、6次産業化に向けた取り組みを始めました。会員からの加工所設置の強い要望と地域住民から「野菜だけではなく惣菜などの加工品も店内において欲しい」と要望があったことから昨年より運営協議会で話し合いが行われ、設置に至りました。

同協議会鎌田久子会長は、「自主運営になって2年目になり、お店も進化を目指していかなければならない。加工所の利用は会員であればどなたでも利用できるの、どんどん活用をしていただきたい。」と話してくれました。

**現** 在、加工所では、新鮮で旬な野菜を使用した和え物や果物でマフィンなどのお菓子が会員により作られています。また、季節限定のソフトクリームも販売されています。

加工所を利用する会員からは「加工所ができたことで、次は何を作ってみようかとワクワクします。会員にとって大変嬉しい場所ができ、おおいに利用していきたい。」と喜んでいました。

加工所の前には、テーブルや椅子も用意されゆったりとくつろげる空間もできており、消費者の憩いの場が設けられています。皆様のお越しを心よりお待ちしております。



# ファーマーズマーケット 彩菜館

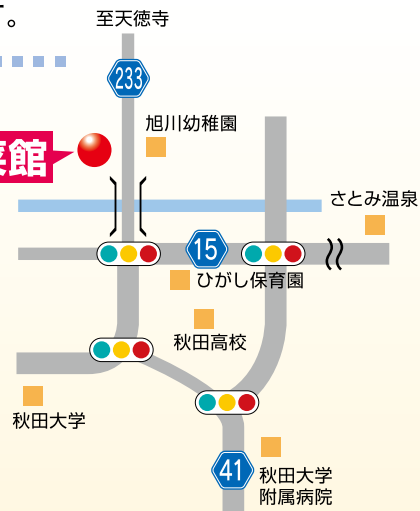
秋田市泉馬場13-10

TEL/018-868-1176 FAX/018-868-7150

【営業日】毎日(但し8/14~16、12/31午後~1/4の期間は休業予定)

【営業時間】午前9時30分~午後5時30分(冬期間は午後5時閉店予定)

彩菜館



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

JAバンクあきた  
ウィンターキャンペーン2012

特別金利定期貯金

これ、い~JAん!

1年もの年利

あつ貯ま~る **0.30%**

(税引後0.239%)

【キャンペーン期間】

平成24年 12月 3日 月 1月 31日 木  
平成25年

さらに!  
ちよきんぎょ  
トラクタープレゼント!

※数に限りがございますのでお早めにご来店ください。



●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れいただいた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。なお、税引後金利は、復興特別所得税を付加した金利で表示しています。●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(<http://akita.jabank.org/>)、または、店頭に備付けの商品概要説明書をご覧ください。

【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  
2012

〈キャンペーン期間〉

平成24年 12月 3日 月 1月 31日 木  
平成25年

2年もの\*\*\*\*\*

年 **0.35%**

(税引後0.278%)

3年もの\*\*\*\*\*

年 **0.40%**

(税引後0.318%)

- 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

※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。

※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ホームページに掲載している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。

JAから、冬のあつたかおくりもの。

JA新あきた <http://www.ja-shinakita.or.jp>



# 「JA新あきた」管内から ステキな笑顔いっぱい!!

Enjoy  
いきいき  
ライフ



■泉  
◎佐々木 覚司(かくじ)さん(75歳)  
昌子(まさこ)さん(71歳)

佐々木さんご夫妻は、昭和44年にご結婚され、今年で43年目を迎えました。現在は、娘夫婦と孫2人の6人家族で賑やかな生活を送られています。

覚司さんは、平成10年に経済連を定年退職したあと、趣味である囲碁やグラウンドゴルフを楽しんでいます。昌子さんは県立衛生看護学院の教師を定年退職し、現在は民生・児童委員として子供から高齢者の方々まで生活相談を受ける活動をされています。

ご夫婦で下新城地区の畑にキャベツ、白菜、大根などの野菜づくりに元気に励まれています。またお二人は、泉地区の緑を守るために作られた「泉・緑の会」会員で、泉小学校の生徒さんと協力しながらりんごや梨などの果樹の管理をしています。

「定年後、一緒にいる時間を増やしライフワークを充実してきました。一緒にいるのが当たり前になり、いないと困る存在です。お互いに健康で、今のこの時間を大切に、孫の成長を楽しみに過ごしていきたい。」とお互いを思い合う気持ちと今後の目標を笑顔いっぱい話してくれました。



## こんにちは! JA職場探検隊

◎伊藤 学(いとう まなぶ)職員

【41歳・O型・山羊座】

■農機具センター(南部)

■担当業務……農機具販売及び修理業務

■出身………添川

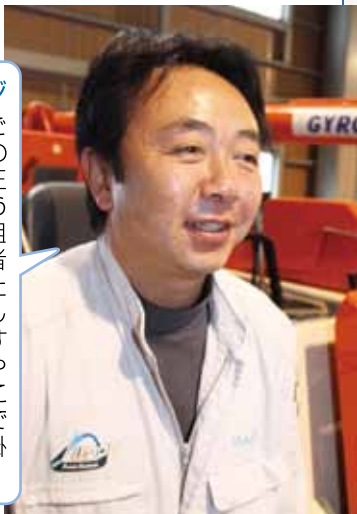
■趣味………スポーツ観戦

■入組………4年目

農機具の販売・修理等で、四ツ小屋・上北手・牛島・仁井田地区の組合員の皆様のもとを訪問させていただいています。多数の農機具がある中、日々、商品知識の勉強や修理方法等を先輩方の指導を受けながら学んでいます。

### ■皆さんへメッセージ

組合員をはじめ、ご利用者の皆様からのご要望を迅速かつ正確に対応するよう日々の業務に取り組んでいます。ご利用者の皆様から信頼いただける職員を目指し業務に励んでいますので、農機具の購入や修理など農機具のことならどんなことでも、お気軽にお声を掛けてください。



## ステキな Happyスマイル

第27代 ミスあきたこまち!

◎榎岡 千晶(ならおか ちあき)さん  
【27歳・A型・魚座】

★「ミスあきたこまち」に選ばれた感想…

結果の連絡を頂いた時、信じられなくて一瞬「夢」!?かと思いましたが、徐々に実感が湧き、家族で大喜びしました。あの日のことは一生忘れません!!

★どんな性格ですか?…

明るくほげらかで、細事にこだわらない性格です。明朗闊達(めいろうかつたつ)

★理想の男性像…

真面目で物静かな人で、メガネの似合う人が理想です。

★最近のマイブーム…

ヨガや穀物・野菜、海藻などを中心とする日本の伝統食をベースとした食事を摂るマクロビオティックという生活スタイルです。

★今後の活動への思い!!

人との出会いを大切にし、関わる全ての方への感謝の気持ちを忘れず、一生懸命取り組みます。また、活動を通し、私自身が大きく成長できればと思っています。



# 冬の脱水症に「用心」

今年は大変暑く、長い夏でした。

皆様には、熱中症予防のため水分をたくさん補給していただいたことと存じます。脱水状態は、体そのものの温度が上がりやすくなるだけでなく、汗がかけられない、膀胱炎などの尿路感染症が増える、血液が濃くなって流れが悪くなるなど、たくさんさんの病気の原因となり、冬の間にまたいへん起こりやすいので、ご注意ください。

さて、早朝、吐く息の白さで「冬が近づいた」と感じることがあります。暖かく湿った吐息が冷やされて、息の中に溶けていた透明な水蒸気小さな水滴に変化して目に見えるようになるわけです。この吐く息の白さが冬の脱水症の一因となります（以下、説明下手にて、わかりにくい部分は読み飛ばしてください）。

空間に最大溶け込める水蒸気量（飽和水蒸気量）は温度で変わります。暖かい空気にはたくさん水蒸気が溶け込めますが、温度が冷たくなると飽和水蒸気量が減るので、溶けられなくなった水蒸気は水に変わらざるをえなくなります。これを逆に考えると、冷たくて水蒸気をあ

まり含んでいない空気を吸って、体の中で温めながら水蒸気を蓄えさせた空気を吐き出すことで、呼吸とともに体の水分がどんどん失われていくわけです。

さらに、冬場水分を失わせる原因に空気の“乾燥”の問題が加わります。空気の乾燥の程度は温度に置き換えられます。飽和水蒸気量が10g / ・の空気（気温約11℃）に、5g / ・の水蒸気があれば5 ÷ 10で湿度50%ということですが、ところがこの11℃で湿度50%の空気が暖房で温められて25℃になると、25℃の飽和水蒸気量はおおよそ23g / ・ですから、5 ÷ 23で湿度は21・7%まで下がってしまいます。この湿度の低い空気を呼吸したとすると、呼吸の温度は36℃で飽和水蒸気量は42g / ・、人間の吐く息の水蒸気はほぼ飽和状態ですから湿度100%として、呼吸1・当たり42マインナス5 ÷ 37gの水が失われます。1・は1,000リットル、1分間に呼吸で出入りする空気の量はおおよそ6リットルですから1時間で13g、24時間で321gの水が放散されることになり、部屋の温度が25℃でも、湿度が低いと気づかぬうちに脱水の危機が迫ります。



秋田組合総合病院  
脳神経科外科長  
むらいし けんじ  
村石 健治

夏場も呼吸で水分は失われますが、日本の夏は暑く、湿度もおおよそ80%と高いので、失われる水分量は多くても冬場の半分程度です。一方、暑い季節は水分の補給に熱心な方でも、冬場には、夜トイレに行くのが億劫だなどと水分を敬遠しがちになります。冬こそ意識的に補給するように心がけてください。とくに雪かき、入浴、睡眠の前など、汗をかく前に補給することが肝心です。

実際に飲んで得られる水分に加え、部屋を暖めながら空気を加湿することも重要です。冬場に活躍するウィルスは温度と湿度の高い状態では死滅するものもあり、風邪の予防としても効果が期待できます。また、息苦しさを感じなければ外出時や睡眠中のマスクも有効です。乾涸びない体を維持して、この冬を元気に乗り切りましょう。



## もう一度見つめよう 食べ物の世界

## 発酵調味料の塩麹(こうじ)

●タレント・食生活アドバイザー 岡村 麻純

ここ数年で大きな話題となり、今ではスーパーでも当たり前と並んでいる塩麹。塩麹とは米麹に塩と水を加えて発酵させたものです。

発酵させて作る調味料は日本では古くから作られてきました。例えば、最も身近なしょうゆ。これは大豆と小麦を麹で発酵させたものです。また毎日の食卓に欠かせないおみそ汁のみそも、大豆に米麹や麦麹を混ぜて発酵させたものです。他にも、みりんや日本酒など、日本が古くから愛してきた味のほとんどは発酵調味料です。今ブームを呼んでいる塩麹は、そんな発酵調味料の最もシンプルなものという印象です。

そもそも発酵食品が生まれたのは、加工という概念からとされています。発酵することで、pH値が下がり、通常の微生物が生育できなくなるため保存性が上がります。さらに、発酵により新たな風味も増しておいしさも増加します。まさに知恵の結晶といえるのが発酵食品です。

そんな発酵商品の塩麹。その人気の秘密は、簡単に深みのある味が出せること、だそうです。魚や肉、野菜などを塩麹に漬けておくだけで、手間暇かけてプロが作ったような深い味になる。その理由は酵素がでんぷんやタンパク質を分解してうま味や甘味を引き出す働きをするからです。しかも漬けておくだけで自分は何もしなくても酵素が勝手においしくしてくれるのです。塩麹の人気は発酵という伝統的な味に、現代人が求める手軽さが合致したことにあるのだと思います。

多くの技術の進歩により、ひと振りでも簡単にいろいろな味を出せるようになった今、あらためて多くの方の知恵が詰まった深みのある味を求める。日本の風味の原点である発酵調味料が新たに人気になることで、日本食を誇らしく思えるようになります。



# ふれあいメール

11月のテーマ『夕食に並ぶ料理は?』



これからは、ダントツに鍋物が多くなる季節です。湯豆腐、きりたんぽ、だまこ餅等です。他にも、里芋が美味しく、里芋の親株を「ハンバーグ」にして食べるのが合います。新米で食べる鍋物はとても美味しいです。  
(太平 Mさん 60代)

新米のだまこ餅はなんともいえず美味しいです。この時期になると毎年ご馳走になっていますが、ネギとセリの香ばしさがだまこ餅と合い、既に今から来年の新米が待ち遠しい自分です。  
(下新城 Mさん 70代)

健康に気を使うようになってから毎日の晩酌は控え、ご飯を食べるようになりました。夕飯に新米を食べるのがこんなにも美味しかったとは!!一緒にアツアツの「おでん」を食べるとさらにホカホカになります。  
(豊岩 Tさん 50代)

我が家では一番最初に新米を炊いたときに、「おにぎりパーティー」をします。ほかほかつやつやのお米の中に自分の好きな具を入れてラップに包んでにぎにぎ。子供たちにも人気でみんな美味しく新米を食べています。  
(広面 Sさん 30代)

これからの季節は、「なべ」が多いですね。山から採ってきた「きのこ」もたくさん入れて、たくさん食べたいですね。ほかほかかになります!!また、寒い冬が来るんですね…  
(河辺 Sさん 40代)

主婦にとって今の時期は、やはり鍋料理です。野菜がいっぱい採れて、具たくさんな鍋一つで栄養がたくさん摂れます。  
(雄和 Sさん 60代)

おいしい新米を食べることに感謝しながら、特別ご馳走がなくても食べられるくらい、ふっくら、つやつや、甘くておいしく、ちょっと塩をつけて「おにぎり」にして食べるのが好きです。“新米”心が踊りそうな気がします。  
(下北手 Tさん 60代)

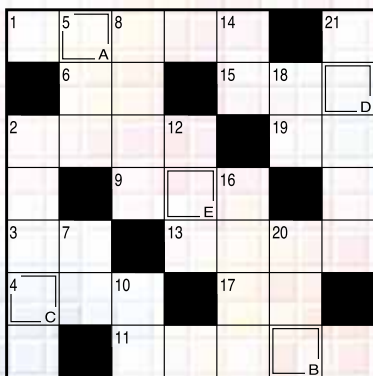
■今月のテーマは『冬をどう過ごしますか?』

雪が降り始める季節となり、家にこもりがちになってしまいますが、皆様はどのように冬をおすごしでしょうか?趣味や思い出ご意見などなんでもかまいません。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... 一年の一番最後の日
- 5... 真っ赤におこった炭火のこと
- 7... マグロを英語で言うと
- 8... 角度を測る道具
- 10... 飛行機で運ばれる—メール
- 12... カラスの足跡と呼ばれるしわができる場所
- 14... キャンドルからポタリと垂れます
- 16... ご近所との—を大切に
- 18... 臼ときねを使ってつきます
- 20... —に掛けて育てたまな娘
- 21... 通うのは満3~6歳の子ども

■ヨコのカギ

- 1... リスが 餌を詰め込むところ
- 2... 帯締めに通す飾り
- 3... チョウはこれを求めて花から花へ
- 4... —あれば憂いなし
- 6... 食パンの塊を数えるときに使う言葉
- 9... —までに約束を果たした
- 11... 水を張って汚れた食器を漬けます
- 13... てこの支点—作用点
- 15... ダウンジャケットに詰められているもの
- 17... 歩き疲れると棒になります
- 19... 母の連れ合いです

チ	ト	セ	ア	メ	キ
ヨ	ロ	イ	イ	モ	フ
ウ	カ	オ	ヨ	コ	
レ	イ	チ	ヨ	ウ	
ダ	ン	バ	ク	ウ	
イ	チ	バ	ソ	ウル	
ズ		チ	ウ	リツ	

★当選者  
佐々木 貞さん (仁井田)  
余生子さん (太平)  
佐々木 純子さん (河辺)  
おめでとうございます

【11月号の答え】  
トリノイチ

▼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12月6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 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  
JA新あきた  
管理部総務課  
教育広報係  
秋田市千秋堂町2-40

※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ことはありません。



お正月ごちそう材料セットを  
お届けいたします!!

お正月のおもてなしは

予約受付中!

JA新あきたライフサービス中央食材センターで!!

～新鮮でおいしい安全・安心な食材セットがお正月の料理を彩ります～



### おすすめセット

お刺身を中心にお正月の  
おもてなし食材をセット

### あじわいセット

お正月魚きんきんを中心に  
鍋用具材とお刺身食材をセット

### ファミリーセット

ステーキをメインにバラエティ  
豊かなファミリー向け食材をセット

料 金

各15,750円(税込)

予約注文締切日

12月10日(月)

配達予定日

12月30日(日)

お問い合わせ

(株)JA新あきたライフサービス 中央食材センター  
TEL/018-868-3233 FAX/018-868-3234

## 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け、  
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。



ひとつひとつを心に深く

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。

JA葬祭レゼール

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

## 手づくりふるさとの味 千秋味噌



倍こうじみそ ■900g…600円(税込) 千秋みそ ■900g…470円(税込)

販売価格[一口あたり:正味約54kg]

- 米・大豆(持込)……………7,350円(税込)
- 米のみ(持込)……………9,975円(税込)
- 大豆のみ(持込) …… 13,650円(税込)
- 原料なし …………… 15,750円(税込)
- こうじ(1斗につき) ……3,675円(税込)

※すぐ食べられる熟味噌・倍こうじ味噌  
(5kg・10kg箱ケース)も注文を承っております。

◎ファーマーズマーケット「彩菜館」、JA新あきた直売センター  
「いぶきの里」でも取り扱っておりますので、お買い求めください。

【お問い合わせ】

味噌加工所/018-873-4842または、購買課・各支店まで!!

千秋味噌はお客様によつて持ち込まれた大豆やお米を使つて、  
お好みの塩加減で仕上げる無添加のお味噌です。



■JA新あきたのあゆみ(10月)

10月1日…職員異動・任用辞令交付式	(JA新あきた会館)
4日…全農物流秋田支店 秋田倉庫竣工式	(現地)
10日…第26回JA全国大会 至11日	(東京)
13日…平成24年度産米玄米販売 至14日	(追分・上新城・四ツ小屋・椿川倉庫)
18日…平成25年度職員採用試験(二次)	(JA新あきた会館)
19日…ALM委員会	( " )
24日…管理金融理事委員会	( " )
26日…第9回理事会	( " )
" …第9回監事会	( " )
" …コンプライアンス委員会	( " )
30日…秋田県JA常勤役員研修会	(キャッスルホテル能代)
31日…第135回種苗交換会(至11/6)開会式	(能代市文化会館)
" …第15回全国担い手サミットinあきた(至11/1)開会式	(秋田県立武道館)

■JA新あきたの概況(10月末現在)

●組合員数／(正)7,512人 (准)8,654人

貯金	1,008億2,553万円
貸付金	321億3,068万円
共済保有高	2,808億2,173万円
購買品供給高	12億3,042万円
販売高	46億8,419万円
出資金	35億8,716万円

■第9回理事会

平成24年度第9回理事会が10月26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／理事と組合との契約に関する承認について  
 議案第3号／課題債務者の債権回収処理方針変更について

■人事

●10月1日付異動

河辺支店 年金事務リーダー 支店課長待遇 管理部付 主任 農林中金出向	川辺 美知子 旧任:管理部付 係長 農林中金出向
	佐々木 美貴 旧任:河辺支店 主任

●11月1日付異動

監査室 室長補佐	渋谷 久一 旧任:追分グリーンセンター管農指導担当 (センター長補佐待遇)
追分グリーンセンター 購買担当	高橋 昇 旧任:監査室 室長補佐
追分グリーンセンター 管農指導担当	工藤 亮寿 旧任:追分グリーンセンター購買担当

〈広報「いぶき」11月号のお詫びと訂正について〉

p10「我らみんなの暮らしの応援団」金融インフォメーションの「65歳を迎える方」の表において、訂正がありました。

誤	昭和24年1月2日～1月9日	→	正	昭和23年1月2日～1月9日
	昭和24年2月2日～2月8日			昭和23年2月2日～2月8日

読者の皆様にご迷惑をおかけしたことを深くお詫び申し上げます。

**編集後記** 一段と寒さが増した季節を迎えました。皆様はタイヤ交換をお済みでしょうか?地方気象台の情報を見ますと秋田市の初雪の観測は、平年で11月13日とのことですがこれは高い山で観測する意味を指すとのこと。しかし、早めのタイヤ交換、暖房器具の用意で冬対策に取りかかりましょう(≧ ≦)(飯島)

**公開講座  
(第1回～第4回)  
開催のお知らせ!!**

JA新あきた雄和地区女性部は毎年の冬季期間に農業に関する様々な内容の講座を行なっております。第1回目は、下記日程にて開催します。大変充実した内容となっておりますので、**雄和地区をはじめ、JA新あきた管内の生産者の皆様も是非公開講座にご参加ください。**

**参加料は無料で、当日受付となっておりますので、皆様お問い合わせの上、ご参加ください!!**



昨年の講習風景

**第1回**

開催日:平成24年12月19日(水)

場所:JA新あきた雄和支店  
2F会議室

時間:午後1時より

内容:講師 リトルガーデン  
代表 齊藤 善秀氏  
「俺流のわがまま農法」

※第2回からは内容が決まり次第、ご案内申し上げます。

**【お問い合わせ】**

JA新あきた雄和グリーンセンター  
営業時間/8:30~17:00  
(TEL/018-886-3112 担当/長谷部)  
までお気軽にご連絡ください。

頑張る若者を応援する



放送日:平成24年10月4日～平成25年3月28日まで  
(放送回数延べ25回を予定)

放送時間:毎週木曜日21:54~放送中!!  
ABS秋田放送

県内外の若者が秋田米を元気に食べる姿や生産者及びJAによる販促キャンペーン・宣伝事業を紹介する内容を放映しています。



**《平成25年度用》予約肥料配達のお知らせ**

**12月上旬より肥料の予約配達が始まります。**

配達指定場所への正確な配達ができますよう、農家組合員の皆様からは、先に配布してあります農家資材納品書入りを指定場所に必ず備え付けしていただけますようご協力をお願いいたします。

詳しいお問い合わせは

**JA新あきた受注センター(フリーダイヤル:0800-800-4318)までお気軽にご連絡ください。**





就学される、  
ご子弟の教育に関する  
資金をお考えの方に  
ご融資いたします!

JAワイド教育ローン **インターネット申込限定金利!**

## 学費オンリープラン



年 **1.9%** 変動金利型(保証料込) **1.9%~2.2%**

年 **2.1%** 変動金利型(保証料込) **2.1%~2.4%**

お子様の学費以外に必要な  
資金を同時にお考えの方は

【金利適用条件】(詳しくは店舗にてご確認ください。)0.3%金利引下げ・JAカード一体型のご契約(既契約者も含む)

- ◆入学金・授業料のお支払等にご利用済みの場合でもお支払日から3ヶ月間はお取扱い可能。
- ◆担保・保証人不要で、スピード審査回答。 ◆借入金額100万円以下は、所得証明書不要。

●お借入れ後の利率は基準日(4月1日、10月1日)の基準金利により、年2回の見直しを行います。●適用金利は金融情勢等の変化により見直しさせていただきます場合があります。●固定金利型もご用意しております。【参考:固定金利型 年3.0%もしくは年3.4%(保証料込)】(平成24年11月15日現在)

詳しいお問い合わせは... **JA新あきた最寄りの各支店もしくは金融推進課**  
(TEL/018-832-6617)へお気軽にお問い合わせください。

当JAホームページ(<http://www.ja-shinakita.or.jp>)でもご確認ください。

「JAとのお取引はこれから」というお客様もお気軽にお問い合わせ・ご相談ください。(ご利用に関しては、組合員加入のための出資が必要となります。)

予告版 平成24年度 JA新あきた海外企画旅行

## 奇岩カッパドキアと イスタンブールを巡る トルコ周遊6日間



トプカプ宮殿(イメージ)

写真提供:トルコ政府観光局



ギョレメ(イメージ)

写真提供:トルコ政府観光局

**第2班:平成25年 2月上旬**(当初12月出発予定)  
秋田空港起点

◆募集人員...30名(最少催行人員15名)

◆旅行代金...**258,000円** 2名以上1室利用(1人部屋追加代金35,000円)

旅行代金に 含まれないもの	①渡航手数料...4,200円	②空港使用料...2,380円
	③旅客保安サービス料...500円	④現地空港諸税...約1,390円※変更あり
	⑤燃料サーチャージ...約36,120円※変更あり	⑥海外任意保険

◆一人部屋追加代金...お一人様 **35,000円**(ホテル4泊分)

◆食事条件...朝食4回、昼食5回、夕食3回(機内食は回数に含まれません。)

◆添乗員...同行いたします。

今回は「予告版」のため、お申込みを受け付けるものではありません。12月中旬頃に正式な出発日が決定後、改めて正式な募集広告をご案内いたします。

お問合せ先:JA新あきた旅行センター(TEL/018-837-1151)までお気軽にご連絡ください。

