



# いぶき

ふれあう笑顔

つながる未来

## もくじ

- ◎新あきた農人～新たなページを刻む生産者～ ..... 2
- ◎Close up Topics【食と暮らしを守れ!! TPP反対へ意思を結集】... 3
- ◎特集【集落の現状と課題を考える】 ..... 4
- ◎ニュース&トピックス ..... 6
- ◎知って得する!【野菜にまつわるアドバイス・稲作の収穫状況報告】... 8
- ◎新あきたの農産物【義平福】 ..... 10
- ◎ステキな笑顔いっぱい!! ..... 11
- ◎健康対策・みんなの介護 ..... 12
- ◎クロスワードパズル・ふれあいメール ..... 13
- ◎アクティブウーマン～活発に活動するJA新あきた女性部～ ..... 14
- ◎概況・理事会便り・編集後記・お知らせ ..... 15

平成25年  
▲2013.NOV.

# 11

Ibuki vol.176



# のうと 農人

## 新あきた

～新たなページを刻む生産者～

たかはし こうえつ  
高橋 恒悦さん(57)

■河辺戸島地区

～農業を人生の糧として みんなに喜ばれるお米をつくりたい～

酒米研究会 会長



経営内容

稲作、酒米、大豆

▲収穫作業に努める高橋さん

### ■農業に取り組んだきっかけ

物心ついた時から農業の手伝いをしてきましたが、高校卒業後、本格的に農業を取り組み始めました。常に実践で経験を積みながら、農協青年部に平成12年まで在籍し、農業について学んできました。酒米を作付し始めたきっかけは、吟醸酒の品評会で出品されたお酒を飲み、「これが日本酒なのか」と香り・味に衝撃を受け、是非おいしいお酒を自分でも作ってみたいと思ったことでした。

### ■農業への思い

最初は、酒米のつくり方を全く知らず、等級をつけられないような状況でした。夜通し再選別を繰り返し、安定した品質を確保するまで苦労しながらようやく出荷していました。稲の特徴を早くつかむことで生育を安定させることができるようになり、日々、稲の観察は欠かさず続けてきました。また、土づくりと水管理が大切で、基本技術をしっかり行なうことが重要と考えています。自分たちが栽培したお米が、お酒としてどの品種が使われ、どのような味になったかを確認することが楽しみです。

### ■今後の抱負

農業を人生の糧として、来年も自分のお米がほしい、いいお米をありがたうと喜んでもらえる米づくりを目指しています。醸造されるお米は、等級はもちろんのこと素たんぱく7%以下にすることで、すごく良いお酒になります。日本酒の品質を上げていくとともに、JA新あきた管内で育てられた米でつくるお酒は良いものができると思ってもらえるよう、今後も栽培に力を注いでいきます。生産者・蔵元・関係者が協力し合い、日本酒の品質向上に努めていきます。



## 食と暮らしを守れ!! — TPP反対へ意思を結集 —

農林漁業者や消費者の団体等9団体で構成される実行委員会は10月2日(水)、「環太平洋連携協定(TPP)から『食と暮らし・いのち』を守り『国会決議の実現』を求める全国集会」を開きました。全国から3,500人・東北からは320人が東京都の日比谷野外音楽堂に集結し、台風22号による雨にもかかわらずTPP反対への意思の強さをあらためて見せつけました。

政府が情報を開示せず、食や医療に打撃を与えかねない交渉を行なっているとの不安の声が相次ぎ、交渉で国益を守るため、重要品目の関税を撤廃しないことや国会への情報提供を求めた国会決議の順守を政府に求める集会決議が採択されました。



▲県選出国會議員に対し意見を述べる参加者



### TPP、水田農業対策等に関する4項目を県選出国會議員に要請

#### 国への要請内容

- ① TPPについて情報開示や議論を尽くし、早期に交渉方針を明確にすること
- ② 衆参農林水産委員会決議や自民党決議を順守し、農林水産分野の重要5品目などの聖域を確保できないと判断した場合は即時交渉から脱退すること
- ③ 7~9月の大雨・台風等を受け、被災農家の農業経営を復旧・再開するため早急な災害支援対策を行うこと
- ④ 米が全国的な豊作基調となり、大幅な需給緩和が想定されるため、政府備蓄米の運用等弾力的な出口対策、過度な需給変動を補正する仕組みを構築すること—の4項目です

### 組合員の皆様へ!!

TPP交渉が進む中、農業・医療問題が私たちの暮らしに何をもたらそうとしているのか…  
講演や映画上映と一緒にTPPについて考えてみませんか?

#### 映画:「モンサントの不自然な食べ物」

TPP参加で心配されていることの一つに「食の安全」があります。この映画は、「食」、ひいては「いのち」を巡る世界の構造を暴くドキュメンタリーです。

日時:平成25年11月6日(水)

■1回目/14:30~16:20 ■2回目/19:00~20:50

場所:秋田市文化会館 小ホール

#### 講演:「このまま進めて大丈夫なの? TPP交渉」

講師:鈴木 宣弘 氏(東京大学大学院教授)

参加 日時:平成25年11月10日(日)

無料 ■13:30~15:30

場所:秋田ビューホテル 飛翔の間(4F)



主催/「このまま進めて大丈夫なの? TPP交渉」実行委員会 共催/秋田県保険医協会、秋田県社会保障推進協議会、JA新あきた

映画・講演には事前にチケットが必要となります。

JA新あきた営農企画課(TEL/018-832-6652)でチケットを取り扱っております。

わが国の農業・農村は、高齢化や後継者不足、耕作放棄地の増加などの「人と農地の問題」があり、5年後、10年後の展望が描けない地域が増えています。

J A新あきた管内でも同様の問題があります。現状と課題を踏まえ、地域の皆様で話し合っ  
てプランを作り、実行していくことによって「人と農地の問題」を解決していきましょう。

## 管内の農業概況と人口推移

※平成17年からは市町村合併により、秋田市、雄和町、河辺町を合わせた数字となります。

各年2月1日現在(人)

年次	農家数					農業人口			経営耕地面積(ha)				人口の推移
	実数(戸)				農家率(%)	農家人口	農業従事者	農業就業人口	総数	田	畑	樹園地	
	総数	専業	一種兼業	二種兼業									
昭和40年	7,237	853	2,761	3,623	13.5	41,898	21,991	14,786	7,572	6,732	780	60	216,607
50	6,369	254	1,681	4,434	8.1	31,090	18,586	8,994	6,294	5,707	540	47	261,246
60	5,453	304	1,084	4,065	5.7	25,344	14,852	6,688	5,862	5,424	396	42	296,400
平成2年	4,939	419	784	3,736	4.8	22,508	13,294	6,414	5,448	5,118	290	40	296,674
12	3,203	453	430	2,320	2.6	14,027	9,343	4,793	4,623	4,382	211	31	312,094
17	4,303	680	483	3,140	3.2	18,241	12,371	6,512	7,446	7,059	338	50	333,047
22	3,495	788	377	2,330	2.6	13,780	9,894	5,466	7,032	6,649	344	40	323,425

資料:農林水産省「世界農業センサス、農業センサス」秋田県「秋田県統計書」「2010年世界農業センサス(農業経営体調査)」

■管内の地区別集落営農組織数  
(単位:経営体)

地区名	営農組合数
追分	4
南	1
西	4
雄和	1
河辺	1
合計	11

資料:農林水産省統計部「農業センサス」2010

## 就農者の動向

	平成17年	22年
農業就業人口(人)	6,512	5,466
65歳以上割合(%)	64.1	65.8
75歳以上割合(%)	23.2	32.2
平均年齢(歳)	64.4	66.6

	平成21年	22年	23年	24年
新規就農者(人)	5	7	2	3
39歳以下人数	4	5	2	3

※市農業農村振興課調べ:フロンティア研修受講者、認定農業者数等を参考に把握(2005農業センサス、2010世界農業センサスより)



▲四ツ小屋中野地区



▲豊岩地区 白華の里生産組合

現在、法人・集落営農へ向けて話し合いをしている地域



◀河辺境田地区



雄和平沢地区▶

平行して「人・農地プラン」作成に取り組んでいます。

## 国の基本方針・行動計画

わが国の食と農林漁業の再生のための基本方針・行動計画(平成23年10月25日食と農林漁業の再生推進本部)

■基本的考え方(土地利用型農業)

- ・ 徹底的な話し合いと合意形成により規模拡大を図る。
- ・ 平地で20〜30ha、中山間地域で10〜20haの規模の経営体が大宗を占める構造を目指す。

■戦略

## 《農地集積の推進》

- ・ 集落ごとの話し合いの中で、今後の地域の中心となる経営体への農地集積、分散した農地の連担化が円滑に進むよう、これに協力する者に対する支援を推進。

## 《新規就農者の増大》

- ・ 新規就農者を増やし、将来の日本農業を支える人材を確保する。

人・農地プランとは、人と農地の問題を解決するための「未来の設計図」です

集落・地域における話し合いによって、次の事項を決定します。

- 今後の中心となる経営体(個人、法人、集落営農)はどこか
- 中心となる経営体へどうやって農地を集めるか
- 中心となる経営体とそれ以外の農業者(兼業農家、自給的農家)を含めた地域農業のあり方(生産品目、経営の複合化、6次産業化)

集落における話し合いにあたって

- 人・農地プランの範囲は、地域的なまとまりを持つ農業集落や地域をエリアとすることを基本としますが、地域の実情に応じて複数集落やもっと広いエリアでも可能です。
- 地域の将来に関する話し合いですので、経営主だけではなく家族の皆様も積極的に参加してください。

市町村による検討会の開催

- 市町村は話し合いを受けて、人・農地プランの原案を作成し、農業関係機関や農業者の代表で構成する検討会を開催します。
- 検討会の審査の結果、適当と判断されたものは、市町村が「人・農地プラン」として正式に決定します。

現在認定農業者、法人、集落営農など担い手がいる場合は、それら経営体の意向を確認した上で、地域の中心となる経営体としてプランを作成することが適当です。

人・農地プランには、様々なメリットがあります!!

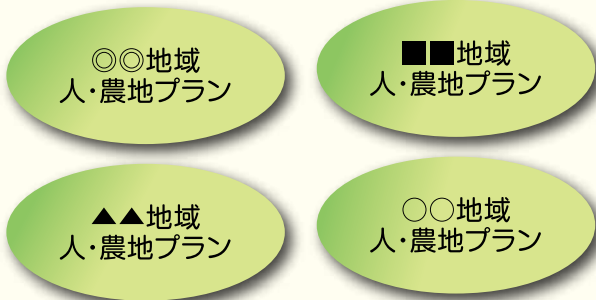
- 人・農地プランに位置づけられると、
- 青年就農給付金(経営開始型)
- ※準備型(研修中)は、人・農地プランに関係なく給付します。
- 農地集積協力金(中心となる経営体に農地を提供する方)
- スーパーL資金の当初5年間無利子化(認定農業者)
- 経営体育成支援事業(適切な人・農地プラン作成地区で経営改善を目指す中心経営体等の方)
- といった支援を受けることができます。

随時、見直すことができます。

- 最初からパーフェクトなプランを作成する必要はありません。必要な部分から始めて、順次拡大していくことかまいません。
- 新規就農者が新たに出てきたとき
- 集落営農・法人を立ち上げ、中心となる経営体となるとき
- 引退を決定して農地集積協力金をもらおうとするとき

「人・農地プラン」作成に意欲的な地域に対して迅速に対応していくとともに、集落営農や法人が存在する地域は、合意形成が比較的進めやすいことからプラン作成を働きかけていきます。

○○支店(○○地区)  
○○地域JA地域営農ビジョン



各地区によって「人・農地プラン」作成は異なります。

JA新あきたでは、農業振興3カ年計画のもと、

- ・地域の特色ある産地作り
- ・複合化への取組み
- ・総合的な生産・販売支援
- ・都市との農村交流支援
- ・JA事業を通じた支援等

※プランの話し合いによる結果を踏まえ、行政と連携しながら農を通じた地域作りまで視点を広げてJAが策定

今後、JA新あきたでは、行政と連携しながら各集落等の話し合いに積極的に参加するとともに、プラン等の作成支援を行なってまいります。

耕作放棄地にひまわり畑

雄和神ヶ村水の会(齊藤渉代表)は、今年から耕作放棄地にひまわりを育てる活動を行っています。地域共同による農地・農業用水等の資源の保全管理と農村環境の保全向上の取組みに対して支援される農地水・保全管理支払交付金と水田活用の直接支払交付金の制度を利用しながら、転作により荒廃した土地約13に会員がひまわりの種をまき、草刈り等を行いながら管理しました。

齊藤代表は、「荒れた土地を少しでも解消し、環境に優しい地域づくりをしていきたい。この場所を通ったり、見に来てくれた人の心を癒す場所をこの地域に作っていきたい」と話してくれました。

同会では、来年は更に面積を増やしていく予定で、地域相互の親睦を深めるとともに、耕作放棄地の解消に努めていきたいと抱負を語ってくれました。





▲かるたを楽しむご利用者様と児童の皆さん(悠楽館)

## 1. 人と人とのふれあいを大切に!!

秋田市立外旭川小学校4年生は、高齢者や幼児とふれあう総合学習を各グループに分かれて行なっています。

9月27日(金)、JA新あきたデイサービスセンター悠楽館には13名で構成されたグループが訪れ、ご利用者様とふれあいました。

かるたやトランプ、折り紙を一緒に楽しんだ後は、児童によるリコーダー演奏が披露されました。

ご利用者様からは「楽しい時間を過ごす事ができました。来てくれた皆さんは話しやすく、優しくかったです。いつまでも優しさを忘れず育てて欲しいです」と話してくれました。児童からは「ふれあいは面白かったです。皆さんがどんなことで喜んでくれるのかを考えながら、たくさんのかを学び体験できました」と振り返っていました。

## 2. スポーツの秋!!JA新あきた杯バレーボール大会

スポーツを通じた地域社会貢献活動および次世代対策の一環として10月6日(日)、当JA主催で雄和体育館にてJA新あきた杯秋田市6人制バレーボール大会を開催しました。

出場した男子4チーム、女子4チームの大学・一般の部によるリーグ戦で行われ、選手による白熱した試合が行われました。熱戦を制したのは、男子は本由会、女子は秋田大学がそれぞれ優勝しました。

毎年春先に開催されているJA新あきたカップの前哨戦の大会として意気込みが感じられた大会となりました。今回も参加選手や応援に来ていた方々へ共済担当職員がチラシ等を配布しながらJA共済等各事業をPRしました。



▲優勝した本由会(男子)左、秋田大学(女子)右、の選手の皆様



▲JA共済交通安全落語が行われた会場(秋田組合総合病院)

## 3. 第12回病院祭開催!!

秋田組合総合病院において10月12日(土)第12回病院祭が開かれました。

会場では、小・中学生による演奏発表会が行われた他、当JA主催のもとJA共済交通安全落語が開催され、会場内は盛り上がりを見せていました。

また、当組合秋田組合病院支店では、3Qキャンペーンの推進活動を通じ、アンケートにお答えいただいた来場者を対象に粗品を進呈しました。アンパンマンとの写真撮影会も開催するなど親子のふれあいの場として、来場者から大変喜ばれていました。

今後、アンケート調査をもとにニューパートナーへの訪問活動を実施し、JAファン獲得に向けた取組みをしてまいります。



## 4. 新米は是非地場産のお米をお買い求めください!!

JA新あきた管内で作付けされ、生産者の手によって大切に育てられ収穫されたお米を10月12日(土)・13日(日)の2日間、四ツ小屋低温倉庫、上新城低温倉庫、太平低温倉庫の3ヶ所で、2,543袋が販売されました。

このお米は、ライスセンターで乾燥調整された玄米で全量色彩選別により着色米を取り除いた品位の高いDAG米(乾燥法で火力を一切使用せず自然乾燥に近いお米)を毎年収穫感謝として販売される人気商品の一つとなっております。

多くのお客様から再度販売を行なって欲しいと要望があることから、2回目、3回目を行う予定ですので是非、当組合から新米をお買い求めください。



▲米を車に積む職員(四ツ小屋低温倉庫)

▲米を買い求めるお客様で長蛇の列となりました(上新城低温倉庫)

## 5. プロのラグビーチームで当組合の選手が活躍

秋田のラグビーを盛り上げ、ジャパンラグビートップイーストリーグでプレーをしている秋田ノーザンブレッツには、当組合の職員2名が所属しています。

秋田組合病院支店の高橋俊職員と今年入組した河辺支店の鎌田隼綺職員が選手として現在活躍しております。

10月13日(日)秋田市営八橋球技場でセコムラグッツとの試合が行われ、52-24で見事勝利しました。

今年よりJA新あきたは、秋田ノーザンブレッツのスポンサーとなっており、試合会場には「JA新あきた」の横断幕が掲げられております。今後も試合会場に横断幕は設置される予定です。

是非、組合員をはじめご利用者の皆様からの温かいご声援のほどよろしくお願い申し上げます。



▲高橋俊職員(左)と鎌田隼綺職員(右)(秋田市営八橋球技場)

## 6. ディ스플레이コンテストで敢闘賞!!

東北地区のJA購買拠点を対象にし、農家組合員にとって魅力ある資材店舗作りをしているかを競う東北地区JA店舗ディスプレイコンテスト2013が行われました。

多くのJA購買店舗が出場した中、当JAの南グリーンセンターは、レジ部門で敢闘賞を受賞しました。

同店舗では、レジ前に薬剤の適用や効果が、お客様の目につくよう、わかりやすい商品の置き方を工夫しました。また、事務所カウンターはイメージカラーを黄色として明るくすることで、より商品を強調しました。

追分・南・雄和グリーンセンターは、更に魅力ある資材店舗作りを目指すとともに、販売実績拡大に向けて取り組んでまいります。



▲敢闘賞受賞に貢献した南グリーンセンター購買担当職員(四ツ小屋地区)

# 収穫の秋を迎えました!!

平成25年産米作柄・集荷状況

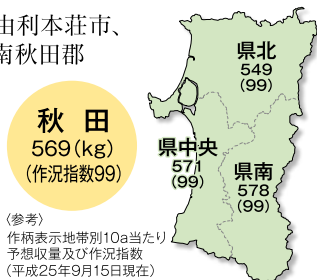


JA新あきたでは、平成25年度集荷・販売方針に基づき計画出荷積み上げ運動を実施しております。生産者の皆様からのお米が集まることで、販売戦略に沿って実需者・消費者へ安定的にお米を供給することができます。この取組みにより産地への信頼が高まり、JA新あきたのお米の需要が増えていくとともに、有利販売を図っていくことで、農家の皆様の農業経営の安定につなげてまいります。

## 水稻作柄概況 (平成25年9月15日現在)

農林水産省は、9月15日現在の作柄概況を発表し、県中央部は10a当たり予想収量571kg・作況指数99の「やや良」としました。平年比4キロ減となっております。

※県中央部：秋田市、由利本荘市、潟上市、にかほ市、南秋田郡



## 平成25年産米集荷状況

平成25年10月15日現在 (単価：60kg/俵)

地区	契約数量	検査数量	進捗率	一等米数量	一等米比率
本店	215.0	0.0			
追分	58,781.5	54,499.0	92.7%	52,074.5	95.6%
北	40,799.0	34,509.0	84.6%	31,299.0	90.7%
東	44,622.0	16,509.5	37.0%	16,050.5	97.2%
南	41,181.5	32,474.0	78.9%	30,624.5	94.3%
西	24,734.0	20,997.0	84.9%	19,070.0	90.8%
雄和	101,520.0	77,289.0	76.1%	71,662.0	92.7%
河辺	49,697.0	39,050.5	78.6%	34,884.5	89.3%
合計	361,550.0	275,328.0	76.2%	255,665.0	92.9%

※東地区は品質調整施設のため、検査進捗率が37.0%と他地区より低くなっており、農家からの集荷の進捗率は87.6%となっております。

## ふるい下米(くず米)は全量JAへお願いします!

JA新あきたでは、現在、今年収穫されたふるい下米の集荷に役職員一丸となって、皆様へお声がけをさせていただいております。これまでの助成対策に加え、新たに、支部・受検組合に対する助成奨励も加え集荷にあたっております。

主食用米も含め、ふるい下米(端量含む)の全量出荷を何卒よろしく願い申しあげます。



## 小学生も実りの秋を実感

9月17日(火)秋田市立外旭川小学校5年生104名が稲刈り体験を行いました。

総合学習の「チャレンジ米づくり」で今年の5月に外旭川地区の佐藤清廣さんの圃場で田植えを行い、無事に収穫を迎えました。

佐藤さんをはじめ同地区の6名の生産者が、児童に鎌を使った上手な稲の刈り方を丁寧に教えていました。

体験した生徒は、「最初はうまく刈ることが出来ませんでした。刈り方を教えてもらってからは、上手に出来るようになりました。自分が植えた苗が無事に育ってくれてよかったです」と話してくれました。

収穫した米は、これから収穫パーティーでおにぎりにして試食するなどの他、刈りとった稲わらで縄をなう体験を行なう予定です。



▲稲の刈り方を指導する佐藤さん



日本野菜ソムリエ協会  
野菜ソムリエ  
KAORUさん



おいしく飲んで栄養満点

## 手作り野菜ジュースに挑戦



ミキサー  
使用

### 小松菜バナナミルク

～朝食にもお薦めのパワーアップドリンク～

■効能：骨&歯の強化、骨粗しょう症予防、精神安定

■材料：小松菜 (30g) +バナナ (1/2本)  
+牛乳 (150cc) +黒ごま (少々)

**小松菜**は栄養価の高い緑色野菜で、カルシウムの含有量が特に多いことで有名。あくが少ないので生で食べても、ジュースの素材としてもお薦めの葉野菜です。カルシウムは骨を丈夫にし、イライラを抑える働きがあります。カルシウム豊富な牛乳と合わせることで相乗効果も期待できます。バナナは消化吸収の良いエネルギー源で、精神安定や脳の活性化にも役立ちます。牛乳とバナナがベースなので、野菜が苦手な人や子どもでも飲みやすい、クリーミーでまろやかな甘さです。

### ニンジン&ミカンのストレートジュース

～鮮やかなオレンジ色が美容をサポート～

■効能：美肌、老化防止、風邪予防

■材料：ニンジン (1本) +ミカン (2個) +レモン (少々)

**ニンジン**に豊富に含まれるカロテンは強い抗酸化作用があって、活性酸素を抑制する働きがあるといわれ、肌細胞の再生を促して美肌をサポートし、老化防止や免疫力向上にも役立ちます。さらにカロテン、ビタミンCが豊富なミカンと組み合わせることで、相乗効果が期待でき、甘酸っぱくてフルーティーな香り・味で飲みやすさもアップ。レモンを加えることでニンジン特有の風味が和らぎ、苦手な方でもおいしく飲めます。ミカンはお好みのかんきつ類に代えても美味。※ニンジンは皮ごと使用。



ジュース  
使用



ミキサー  
使用

### グリーングリーンヨーグルト

～栄養豊富な緑の野菜と果物に乳酸菌をプラス～

■効能：貧血予防、血行促進、免疫力向上

■材料：ホウレンソウ (30g) +キウイフルーツ (1個)  
+ヨーグルトドリンク (100cc)

**ホウレンソウ**は牛レバーに匹敵するほどの鉄分に加え、造血のビタミンともいわれる葉酸を豊富に含有。貧血予防にはビタミンCやタンパク質を含む食材と一緒に食べるとより効果的です。果物の中でも特にビタミンCが豊富なキウイやタンパク質を含む乳製品を組み合わせるのがお薦めです。ヨーグルトには整腸作用があるため、栄養成分の消化吸収も高まります。グリーンキウイを使うと酸味が効いてさっぱり、ゴールドキウイを使えばまろやかな甘味です。

# 新あきたの“農産物”『義平福』

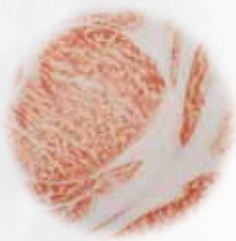
5年に一度開催され、和牛のオリンピックとも言われる全国和牛能力共進会が、昨年長崎県で開催されました。秋田県有種雄牛『義平福』を父とする県産牛が枝肉の肉量・肉質を競う部門第8区(3頭1組)で全国第二位を受賞しております。

その『義平福』の産子の牛肉を実際に味わってもらおうと秋田県畜産農業協同組合主催のもと、五城目町の五城目町立五城目第一中学校で、生徒や保護者など307人分(一人当たり80g)へ初めて学校給食として提供されました。

## 義平福とは？

『義平福』は義安福後継牛として、平成18年4月に秋田県羽後町で生まれました。増体能力に加え、肉質面でも非常に高位安定した成績で、種付けして生まれた子牛は優れた肉質と肉量を持ち、能力検定で県内歴代1位の成績を収め、その最高傑作とされています。

『義平福』の種雄牛としての能力を測る産肉能力検定が終了した当時は、子牛17頭のうち16頭の肉質が最高のA5か次のA4に格付けされました。「幻の名牛」と呼ばれ、現在はその凍結精液を使って後継牛づくりが行われております。



## 突撃 生産現場

上北手地区

【高橋 長寿さん】

良い牛づくりのために、飼養管理や新しい技術を身につけるための努力をこれまで重ねてきました。いつの時代であっても、生徒の皆さんには努力することと夢を持ち続けてほしいです。

今後も、地元農家の皆様と連携を図りながら、地産地消の確立と最高の黒毛和牛の肥育を目指し、より品質の良い枝肉の提供に努めていきます。



【「生き物を大切にすると」という原点のもと、生産に日々努めている高橋さん】

## 学校給食

五城目町立  
五城目  
第一中学校

【主任学校栄養士 吉原 朋子 先生】

『給食でステーキ、なんてステーキ!』を合い言葉に本日の給食を楽しみに待っていた生徒達です。献立は、五城目町のお米、ほうれん草、大根葉、サツマイモ、カロリーベースで地場率は95%を超えています。それに加え、全国準優勝の黒毛和牛の『義平福』を学校給食で提供することができました。

人間は「味の引き出し」というものを持つと言われてます。それはほとんどが成長期に作られ、一生涯その引き出しを駆使して食事をしていきます。今回生徒には間違いなく国産牛のタンスの引き出しができたと思っています。

噛んだ瞬間に肉汁が口いっぱいに広がり、美味しいです。



献立

『義平福』ステーキ、五城目米、みそ汁、ほうれん草のソテイ、大根サラダ、芋煮、牛乳

# 「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

■下北手・柳館地区  
◎玉井 聖一(せいいち)さん(75歳)  
恵美子(えみこ)さん(74歳)



玉井さんご夫妻は昭和35年に結婚され、今年で53年目を迎えました。現在は二人でゆつくりと暮らしながらも、稲作を中心として農作業に励まれている他、聖一さんは下北手和田支部の支部長を務められています。農作業で体を動かすことが元気の秘訣になっていますが、忙しい農作業の合間に外に出ることで、普段と違った風景を見ることを楽しみに年2・3回は夫婦で温泉へ行き、休息をとっています。

聖一さんは「これからも体が動く限りは農業を続けていきたい。自分が丹精込めて育てたお米を収穫する時、喜びを感じられる農業は本当に楽しいです」と農業への思いを話してくれました。恵美子さんは健康維持のため、カロリーを考えながら油を控えた料理作りを日頃から心がけているそうです。そんなお二人は、「一緒にいるのが当たり前」の存在です。体が鈍ってきているので足腰には十分気をつけて、いつまでもお互いに元気です。と素敵な笑顔を見せてくれました。



## こんにちは! JA職場探検隊

◎岩谷 学(いわや まなぶ)職員  
【27歳・B型・蟹座】

- 生産販売課
- 担当業務……南流通センター
- 出身……岩見三内
- 趣味……読書、スキー
- 入組……8年目

生産者から出荷された野菜の荷受や共選作業の業務から学校給食、インショップへの手配などを担当しております。日頃から生産者の皆様と接することから「笑顔」を基本とし、現在どの野菜が収穫され、これからどの野菜が出荷されるのかなど生産者・営農指導担当者と情報の共有化を図っています。

### ■組合員・ご利用者の皆様へメッセージ

今年度から南流通センターへ配属され、野菜の種類・検品方法等、初めてのことが多くありますが、ミスがないように情報交換を大切にしていきたいです。勉強不足なところもありますが、皆様からのご指導で、一步一步成長していきたいと思っています。どんな些細なことでも声をかけてください。



## ステキな Happyスマイル

第28代 ミスあきたこまち!

◎鈴木 裕美(すずき ひろみ)  
【22歳・A型・魚座】

★「ミスあきたこまち」に選ばれた感想は…  
驚きでいっぱいです。選んでいただいたからには、責任を持って取り組みます。

★性格は…  
前向きで、チャレンジ精神旺盛です。

★最近のマイブームは…  
旅行です。ゆるキャラと写真を撮ること。

★理想の男性像は…  
ご飯を美味しくたくさん食べる人です。

★好きな農産物は…  
お米(あきたこまち)です。あきたこまちを食べて育ってきました!

★今後の活動に対する思い…  
全国の人、より多くの人に秋田米と秋田県の魅力を伝えられるよう、精一杯頑張ります。皆様よろしくお願いたします。



新あきたオススメ  
知って得する  
健康対策

# 尿観察で出来る健康管理



秋田組合総合病院  
臨床検査技師長  
三浦 徹 先生

尿は腎臓において、血液のろ過によって作られます。そのため、尿に含まれる成分を検査することで、いろいろな病気に対する情報を得ることが出来ます。しかし、自分の排尿時の尿量、回数、色調、濁り、臭いなどを普段から注意深くみてみると、その情報も、健康管理に大変役立つことが出来ます。

さて、尿は排尿間隔、発汗、運動、食事、病気などで量・色・臭いに変化します。一般に朝起きた時は色が濃く、日中は色が淡くなります。時には臭いが強くなったり、濁ったりします。

〈尿量〉尿量は、水分摂取量や発汗、腎臓の濃縮力の程度によって著しく変動しますが、健康人の1日の尿量は1,000〜1,500 ml程度です。2,000 ml以上は多尿、500 ml以下は乏尿となります。排尿回数は、普通4〜6回ですが、1日2回以下あるいは10回以上は異常です。頻尿は尿量の増加がなくて排尿回数のみが増加します。昼の尿量と夜の尿量との比は、健康人では普通3…1〜4…1で

あり、回数も夜間が少ないのが普通ですが、夜間多尿は心・腎機能の低下を疑います。(昼間は運動、消化などのため心拍出力が相対的に低下し、夜間回復して腎血行が良好となるため)

尿量と排尿回数が異常となる病気は、  
①多尿…糖尿病、尿崩症、委縮腎、アミロイド腎、腎盂腎炎、腎不全利尿期など

②乏尿…急性腎炎、ネフローゼ症候群、腎不全無尿期、心不全、急性熱性疾患、高度の嘔吐、発熱、下痢など  
③頻尿…膀胱炎、前立腺炎、尿道炎、腎盂腎炎など、が考えられます。

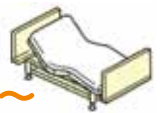
〈色調〉通常、淡黄色から淡黄褐色(麦わら色〜琥珀色)です。この色調はウロクローム、ウロビリリンなどによりますが、特にウロクロームが関係しています。ウロクロームは腎においてのみ産生され、健康人では1日排泄量(約75 mg/1日)はほぼ一定しているので、尿の色の濃さは排尿間隔、運動、発汗などの影響を受けて変化し

ます。尿量が少ないわりに尿色調が淡調なときは腎機能不全が考えられます。また、色素の強い食べ物・合成着色料の多く含む菓子や飲料などで、色調が変化することがあります。ただし、これらは極端な多食の場合に起こります。

〈混濁〉健康人の尿は透明ですが、病的の場合には血球、粘液、細菌などによって混濁が起きます。尿に血が混じった場合は、腎炎、尿路結石、尿路の悪性腫瘍などが疑われます。

尿路結石の場合は痛みを伴うことが多いです。  
〈臭い〉健康人の尿は淡い臭いを発する程度です。膀胱炎の場合には、不快な臭い(腐臭)を発することが多く、重症糖尿病では甘酸っぱい臭気を発します。

排尿時に、普段との違いを感じましたら、早めに医療機関で診察を受け、詳しく検査されることをお勧めします。



## 介護

### ♥スマイルライフ&ハートフル介護♥ ~笑顔で暮らすために~ 生活環境を整えませんか? Part.1 ~借りる~

#### 対象は13種類 (自己負担は実際にかかった費用の1割)

原則として要支援1・2、要介護1の方は①〜④のみ利用できます。□内は、要介護4・5の方のみ利用できます。

- ①手すり
- ②スロープ
- ③歩行器
- ④歩行補助つえ (松葉つえ、多点つえ等)
- ⑤車いす
- ⑥車いす付属品 (クッション、電動補助装置等)
- ⑦特殊寝台



- ⑧特殊寝台付属品 (サイドレール、マットレス、介助用ベルト等)
- ⑨床ずれ防止用具
- ⑩体位変換器 (起き上がり補助装置を含む)

- 認知症老人徘徊感知機器 (離床センサー含む)
- 移動用リフト (立ち上がり座いす、入浴用リフト、段差解消機、階段移動用リフト含む)
- 自動排せつ処理装置

福祉用具の購入・住宅のリフォームについては次月号の Part.2 でご案内致します!

ホームヘルパー  
募集中

お問い合わせは JA新あきた指定居宅介護支援事業所 TEL018-869-9300

# ふれあいメール

10月のテーマ『健康について』



秋は運動会シーズンです。私も子供の運動会に参加しました。日頃から運動不足となりがちですが、この日のためにちょっとした運動で身体を動かすようになりました。軽い運動だけでも身体を動かすことは清々しく健康的だと感じています。このまま続けていければな～(笑)  
(広面 Kさん 40代)

最近、ラジオ体操がブームになっていますが、全身を使うので本当に健康に良いことだと思います。私もたま～に運動していますが、ラジオ体操はオススメです。  
(雄和 Sさん 50代)

健康といえば健康食!!食事には気を使っています。甘いもの、油ものが好きな私ですが、我慢はストレスになるので、少しずつ抑えながら。最近では、健康食が多く売られていますが、新しい物を見つけると試したくなってしまいます。今度はお金心配かも…  
(保戸野 Wさん 50代)

お酒もタバコもしませんが、それでも病気にはなります。何をすればいいのか…研究しないとイケませんね。運動ばかりでも、食だけでもダメですね。皆まんべんなくですね。  
(下浜 Tさん 60代)

現在、体調を崩して入院中です。毎朝、院内を歩いてリハビリに励んでいます。1日200米から歩きだし、今では800米を歩いて足をならしています。来週中には退院できるだろうと医師から言われており、退院後も毎日歩くことを頑張ろうと思います。健康が一番です。  
(船川 Fさん 80代)

最近、健康志向の方が増えています。仕事上、夜勤があると食生活も不規則になりがちです。休みの日には、野菜をたくさん購入してバランス良い食生活を気をつけるようにしています。  
(新屋 Kさん 30代)

最近、ランニングやウォーキングをしている人をよく見かけます。老若男女問わず、いろんなスタイルで、それぞれ目標があつてのことかと思えます。健康だからこそできることで幸せなことだな～と私も見習わなければ…  
(太平 Sさん 70代)

■今月のテーマは『寒さ対策』

日に日に寒くなり、温かい鍋がおいしく感じ、ストーブを用意され始めている方も多いことかと思いますが、皆様の寒さ対策や体が温まる料理などございましたらどんなことでもお聞かせください。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	5	7		13		20
2				14		17
	B					A
		8	11			18
	6			15		
3			12			21
4		9		16	19	
		10				

■タテのカギ

- 1…イワシのすり身でー汁を作った
- 3…その日一番最初に駅を出ていく電車
- 5…朝市や漆器で知られる輪島市があるー半島
- 6…古代文明はこのそばで発達したのも
- 7…すべての商品に買い手が付きました
- 9…マンモスには巨大なものが生きていたとか
- 11…ほぐして味を付ければイクラに
- 13…強風や大雨で海上が荒れること
- 15…空を真っ赤に染めます
- 17…無地のものには付いていません
- 19…牛・豚・鶏などの内臓のこと
- 20…王様はマツタケ? ポルチーニ?
- 21…かしこみ、かしこみ申す～

■ヨコのカギ

- 1…和装の花嫁さんが頭に着けます
- 2…親指だけが離れている手袋
- 3…ドングリのなる木
- 4…年賀状用にそろそろ買おうかな
- 6…食欲の秋、増えないか心配
- 8…停留所で止まりながら乗客を運びます
- 10…頭上のゴールに球を投げ入れるーボール
- 12…手の平や足の裏の反対側
- 14…キツネやタヌキ、イノシシ、猿など
- 16…家を守るという爬虫(はちゅう)類
- 18…この文章はー 18のヒントです

イ	シ	ウ	タ	タ	ネ	★当選者
ワ	カ	テ	テ	イ	リ	高橋 のり子さん
シ	ツ	バ	イ	エ		(下浜)
シ	ヤ	ク	ヤ	ク		鎌田 真智子さん
カ	ン	フ	タ	タ		(上北手)
ユ	ダ	マ	イ	ン	チ	黒澤 美奈さん
ウ	イ	ン	ク	キ	ミ	(新屋)

おめでとうございます

【10月号の答え】  
クリカノコ

▼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25年11月7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。

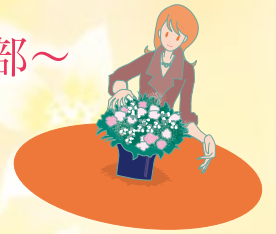
●FAXから 018-832-6622  
●E-メールから kikaku-4@ja-shinakita.or.jp  
JA新あきた管理部総務課 広報係まで

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  
秋田中秋矢留町2-140  
JA新あきた  
管理部総務課  
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ことはありません。

# アクティブウーマン ～活発に活動する女性部～



## ▶▶▶ 河辺地区伝統『へそ踊り』を守る女性部員

秋田デスティネーションキャンペーン（DC）に合わせ、1949年製C61形蒸気機関車「SL秋田こまち号」6両編成が12日～14日の期間、JR奥羽線秋田～横手間を1日1往復運行されました。

このイベントに合わせ14日に、河辺地区の伝統芸能である「へそ踊り」を河辺豊成の線路沿いでPRし、SLに乗って観光を楽しむ客や写真を撮りに来ていた大勢の鉄道ファンは、笑顔になるとともに写真を撮っていました。

秋田県の中心に位置していることから、河辺地区は秋田県のへそと呼ばれており、お腹に顔を描き仮装して踊り、観客を笑いの渦に巻き込む「へそ踊り」を名物としています。河辺地区女性部員数名は、この伝統を残そうと活動を続けています。

参加した部員は「このへそ踊りを行ったのは笑い元気とみなさんに与え、世の中が少しでも明るくなる手伝いがしたい」と話してくれました。



河辺地区女性部

食卓を賑わす商品をご紹介します!!

お買い忘れはありませんか?

後期運動期間

## 共同購入運動 始まっています!!

平成25年 9月～12月

### ① 国産米粉入りホットケーキミックス (800g)

通常550円を **500円** (税込)



国産の米粉と小麦粉を使用。ふんわりしっとりしたホットケーキができます。

### ② 黒豆ごはんの素 (220g)

通常295円を **260円** (税込)



とっても簡単。体にうれしい黒豆を煮汁ごと! ふっくらおいしい黒豆ごはんをどうぞ。

黒豆・砂糖は国産を使用しています。便利な使いきり三合用。ごはんだけではなくスイーツにもお使いいただけます。

### ③ 米こうじ (300g)

通常410円を **400円** (税込)



漬物・味噌など幅広くご利用いただけます。乾燥タイプで保存性に優れています。通常「生こうじ」が水分25%前後なのに、米こうじは10%以下になっているので、常温での流通・保存が可能です。粒タイプで計量しやすく、使いやすいです。

寒い季節にはアツアツのなべ焼うどんで体も心もホッカホカ!



〈調理例〉



かんたん調理の♪

## なべ焼うどん



1箱(10食入)

**1,480円** (税込)

### カレーうどん

1箱(10食入) **1,400円** (税込)

### 天ぷらそば

1箱(10食入) **1,980円** (税込)



【お問い合わせ先】JA新あきた購買課 (TEL/018-832-6658)

または各グリーンセンター、各支店、営農センター窓口で注文を受けつけております。

## JA新あきたのあゆみ〈9月〉

9月3日…TPP反対北海道、東北地区JA代表者集会 (星野リゾート青森屋[青森県])	
4日…JA新あきた女性大会 (こまち温泉)	
5日…秋田県常例検査 現地講師 (JA新あきた会館)	
”…第4回監事会 ( ” )	
”…秋田県生産者協議会水稲部会 現地研修会 (秋田温泉プラザ)	
6日…第9回グラウンドゴルフ大会 (太平山リゾート公園)	
9日…秋田南税務署税務調査 至13日(12日除く) (JA新あきた会館)	
11日…彩葉館運営協議会総会 (河辺支店)	
12日…臨時総代会 ( ” )	
13日…第6回理事会 ( ” )	
”…年金相談会 (東支店)	
”…JA新あきた介護セミナー (秋田県民会館ジョイナス)	
17日…年金相談会 (南支店)	
20日…平成25年産米初検査 (追分、上新城、椿川、和田各倉庫)	
24日… ” (太平、四ツ小屋、豊岩、向野各倉庫)	
26日…第7回理事会 (JA新あきた会館)	
”…第5回監事会 ( ” )	

## 新あきたの概況〈9月末現在〉

組合員数／(正)7,391人 (准)9,032人

貯金	1,023億7,462万円
貸付金	308億9,152万円
共済保有高	2,689億8,350万円
購買品供給高	10億4,329万円
販売高	13億8,241万円
出資金	35億3,637万円

## 第6回理事会

平成25年度第6回理事会が9月13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/平成25年産独自販売米の取扱いについて  
議案第 2号/平成25年産米概算金の設定について

## 第7回理事会

平成25年度第7回理事会が9月26日(木)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/平成26年度職員採用について  
議案第 3号/事務リスク管理規程の制定について  
議案第 4号/理事と組合との契約に関する承認について

## 人事

### ◎平成25年10月1日付異動

営農企画課 係長/佐藤 つや子 (旧任:生産販売課 係長)  
管理部付農林中金出向/高橋 知生子 (旧任:秋田組合病院支店)

### ◎平成25年10月21日付異動

管理部人事課 係長/川辺 順昭 (旧任:本店 業務課長)

## 編集後記

秋の一大イベントとなっている秋田県種苗交換会が今月末より仙北市にて開催されます。今年も管内生産者の皆様から多くの農産物をご出品いただきました。是非、皆様が丹精込めて栽培された農産物が高い評価をいただけることを願っています。(o^-^)(飯島)

# 廃プラスチック類並びに廃棄農薬回収のお知らせ!!

【回収日程】

平成25年11月11日(月)～15日(金) **5日間**

【受付時間】

午前8:30～10:00

※今月「いぶき」に詳しく記載した折込をしておりますので、ご確認ください。

【回収場所】

11月11日(月):青果物北流通センター前 秋田市飯島字南場掛304…………(TEL/018-846-8110)

11月12日(火):四ツ小屋低温倉庫前 秋田市四ツ小屋字東泉寺162-1…………(TEL/018-839-2331)

11月13日(水):太平低温倉庫前 秋田市太平中関字小園崎181…………(TEL/018-838-2361)

11月14日(木):雄和グリーンセンター前 秋田市雄和石田字大部9…………(TEL/018-886-3112)

11月15日(金):河辺大張野野菜出荷所前 秋田市河辺大張野字道の下195…………(TEL/018-882-3532)



■詳しいお問い合わせ: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 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ます。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。



ひとつひとつを心に深く

# 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

国税庁

## 「税務署の仕事」 動画で配信中!



国税庁

検索

税を考える週間

11月11日(月)▶17日(日)

# HOTで **お得** な情報を皆様へ!!



## JAワイド教育ローン



学費オンリー  
プラン  
インターネット申込み  
限定金利!!

# 年1.9%

変動金利型(保証料込) 1.9%~2.2%

お子様の  
学費以外に  
必要な資金を  
同時に  
お考えの方は

# 年2.1%

変動金利型(保証料込) 2.1%~2.4%

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(既契約者含む)  
(平成25年10月15日現在)

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!

- ◆ 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。
- ◆ 当JAとお取引のない方でも大歓迎。是非ご相談ください。

ご注意ください!!

- 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く場合があります。
  - 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)

教育ローンをお考えの方は  
今すぐJA新あきたへ!



【詳しいお問い合わせ】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。)

大人気

平成25年度JA新あきた旅行センター企画

# ラスベガス・ロサンゼルス 6日間の旅

旅行期間

平成26年2月5日(水)~10日(月)

旅行代金 (大人お一人様2名一室利用)

## 298,000円

※一人部屋追加代金20,000円(4泊分)

旅行代金に含まれないもの

- ① 出入国書類作成料 4,200円
- ② 現地空港諸税 約5,670円
- ③ 成田国際空港施設利用料 2,540円
- ④ 燃料サーチャージ 約42,000円※変動あり
- ⑤ 米国ESTA登録代行料金 4,200円 ⑥ 海外任意保険 (平成25年10月1日現在)

申込金 30,000円(旅行代金に充当します) 募集人員 30名様(最少催行人員15名様)

利用予定ホテル ラスベガス:サーカス・サーカスまたはリビエラホテル&カジノまたは同等クラス  
ロサンゼルス:ホリデイ イン トーラスまたはカワダホテルまたは同等クラス

利用予定航空会社 全日空または日本航空またはデルタ航空またはユナイテッド航空 食事条件 朝食4回、昼食3回、夕食4回(機内食は除く)

添乗員 全行程同行致します 募集締切 平成25年12月25日(水)※定員となり次第締め切ります。専用パンフレットをお取り寄せの上、お申込みください。

ハリウッドチャイニーズシアター(イメージ)

〈旅行企画・実施〉

観光庁長官登録旅行業第939号 (社)日本旅行業協会正会員



株式会社 農協観光  
秋田支店

ボンド保証会員 旅行業公正取引協議会会員

〒010-0976 秋田県秋田市八橋南二丁目10-16 (秋田県JAビル1F)

TEL/018-864-2588 (代)

FAX/018-864-2590

総合旅行業務取扱管理者:石岡 知紀・高松 国男

総合(国内)旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う営業所での取引に関する責任者です。この旅行契約に関し、担当者からの説明にご不明な点があれば、ご遠慮なく上記の取扱者にお尋ねください。

〈お問い合わせ・資料請求先〉

観光庁長官登録旅行業第939号

株式会社 農協観光代理業

秋田県知事登録旅行業者代理業第91号

JA新あきた旅行センター

〒010-0877 秋田県秋田市千秋矢留町2-40

☎018-837-1151 総合旅行業務取扱管理者:佐藤 祐幸

ふれあう笑顔 つながる未来

いぶき

JA新あきた広報誌  
11月号 [vol.176]

■発行:新あきた農業協同組合 〒010-0877 秋田市千秋矢留町2-40 ☎018-832-6611 (代)  
●E-mail kikaku-4@ja-shinakita.or.jp ●URL <http://www.ja-shinakita.or.jp/>  
●編集/管理部 総務課 ●印刷/(株)全農ビジネスサポート 秋田支店

