



～ふれあう笑顔 つながる未来～

いぶき

迎春

もぐじ

- ◎年頭のご挨拶 2
- ◎特集【平成26年は午年&お正月用寄せ植え】 3
- ◎Close up Topics【平成25年を振り返って】 4
- ◎新あきた農人～新たなページを刻む生産者～ 5
- ◎ニュース&トピックス 6
- ◎知って得する!農業インフォメーション【冬期農業・6次産業化】 8
- ◎アクティブウーマン～活発に活動するJA新あきた女性部～ 9
- ◎新あきたの農産物【白菜】 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
- ◎HOTでお得な情報を皆様へ!! 14
- ◎概況・理事会便り・編集後記・お知らせ 15
- ◎年末年始休業日のお知らせ 16

平成26年
▲2014.JAN

1

Ibuki vol.178



謹んで初春のお慶びと むかしあがります



新あきた農業協同組合
代表理事組合長
船木 耕太郎

年頭のご挨拶

組合員の皆様には、日頃よりJAの事業・運営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上げます。

昨年は豪雪で春先の雪解けが遅れ、育苗・耕起作業で影響を受けたほか、7月の長雨等、前年に続いて気象の変動に苦労した一年でありました。数十年ぶりに大発生したイネヒメハモグリバエの被害もありましたが、作況指数は「100」となり、平年作を確保することができました。一等米比率も昨年から大きく改善し、92.7%となり、「カメムシ」防除と「充実度不足」の解消に向けた生産者のご努力に深く感謝申し上げます。

園芸・青果物においても着実な進展がみられており、枝豆・ネギ・ダリアを中心に市場からも高い評価を得ております。畜産・果樹等を含めて引き続き生産拡大に努めてまいりたいと存じます。

さて、シンガポールで開催されたT P P閣僚会合が十二月の合意を断念し、交渉の越年が決まったものの妥結にむけた交渉が予定されており、今後も厳しい局面が続くものと思われれます。政府・与党に

対して、公約でもある重要5項目の維持確保・国会決議の実現が図られるよう粘り強く運動してまいります。

また、米政策についても大きな見直しが決まりました。米の需給と価格の安定を図るため、長年にわたって生産調整に取り組んできた生産者にとって、唐突な決定であり、十分な議論が交わされたとは言いがたく、担い手の確保や食糧自給率の向上が図られるのか、懸念されております。新たな制度を十分に検証し、組合員の不安を払拭しながら農業所得の向上にむけた具体的な取組みを提案してまいりますので、引き続きよろしくご協力をお願い申し上げます。

お陰様で、JA新あきたは今年合併15周年を迎えます。これまでご支援・ご協力をいただいている皆様に感謝し、信頼されるJA、喜んでいただけるJAづくりに気持ちを新たに邁進してまいります。

皆様のさらなるご健勝とご多幸、そして恵みの多い一年となりますよう、心からご祈念申しあげ、新年のご挨拶とさせていただきます。

本年もよろしくお祝い申し上げます

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 広美

第一理事

渡辺 良雄

理事

高橋 長寿

理事

佐藤 善衛

理事

堀川 多希志

理事

小野 甚左衛門

理事

石塚 洋子

理事

鎌田 洋子

理事

榎田 洋子

理事

山岡 市民

理事

佐々木 英久

理事

加藤 貞吉

理事

佐々木 良英

理事

佐々木 清廣

理事

井川 良洋

代表理事

菅野 洋

常勤監事

高橋 正壽

監事

萩原 正明

監事

後藤 善左衛門

監事

佐藤 勲夫

お正月特集

【作品】
川尻地区
齊藤勝夫さん



▶水墨画
サイズ F 25号



平成26年の干支は『午年』!!

お盆ころから描き始め、4ヶ月の期間をかけて完成しました。人に喜んでもらえるよう心を込めて描きました。昔、農業を営む家に生まれた子どもが、欲しいものと望んだのが馬で、私も農家の生まれとして自らが望んだ馬を描いてみました。今後は、米寿を迎えた時に個展を開くのが夢です。

正月を綺麗に彩る 葉ボタンの寄せ植え



使用するもの

- 葉ボタン5~6個
(バスケットの大きさで数を調整します)
- アイビー ●水ゴケ ●花き専用培土
- バスケット ●はさみ ●ピンセット ●ピン

管理のポイント

土をさわって乾いていたら水のあげ時です。水をたっぷりあげたらそのまま日光のあたる場所に置いてください。これからの季節は暖房の効いたお部屋は避け、玄関や風除室などの窓際がベストです。

※このアレンジした葉ボタンは、春になると立ちし、花が咲いて、また違った魅力が楽しめます。根がついたものを植え込んでいるため春まで鑑賞できます。

ギヤザリングデザイナー
寄せ植えとフラワーアレンジの中間にあたり、沢田さんご自身でガーデニングブーケと名づけています

ギヤザリングデザイナー
沢田有子さん



step.1 ————— step.2 ————— step.3 ————— step.4 ————— step.5



ポットから葉ボタンを取り出し土をとり、バスケットに寄せ植えしやすいように準備します。この時、土や根が多いものについてはハサミを使用しカットしましょう。



バスケットの中に土を半分くらいまで入れ、葉ボタンを入れていきます。葉ボタンの向きは自分の方へ向けて寄せ植えします。



アイビーをバスケットに巻きつけ、ピンで止めます。



葉ボタンの向きを確認し隙間なく土を入れ、ピンセットで土を押し込むように入れます。



水を十分に含ませた水ゴケを土が見えない程度に薄くのせます。

新年を迎えるときに皆様もフラワーアレンジに挑戦して、ご自宅の玄関など綺麗に彩ってみてください。

平成25年を振り返って

この一年、JA新あきたは組合員・ご利用者皆様へのサービス向上を目指し、JA事業を進めてきました。

2月

TPP参加交渉の声明を発表

22日、安倍総理とオバマアメリカ大統領が首脳会談を行い、TPP参加交渉に向けた共同声明を発表しました。JAでは、広範な国民各層と連携を深め、日本の食と暮らし、いのちを守るため組織の総力を挙げて徹底した運動を展開しました。



第14回 通常総代会

26日、秋田県民会館で開かれ、議長に大友 隆俊総代(下浜地区)が選任され、上程した全ての議案が原案どおり承認されました。



第7期かがやき女性塾開講

12日、平成25年度「かがやき女性塾」が開講しました。第7期は40名からご参加いただいております。



6月

年金友の会グラウンドゴルフ大会

6日、太平山グラウンドゴルフ場でグラウンドゴルフ大会を開催しました。団体の部では河辺Aチーム、個人の部は河辺Aチーム佐々木強さんが優勝しました。



9月

平成25年度臨時総代会

(株)JA新あきたライフサービス南給油所の土地の処分と(有)新あきたファーマーズへの増資について12日、河辺支店で臨時総代会が行われました。当給油所は9月末で閉店とさせていただきます。



第136回 秋田県種苗交換会

秋田県農業の祭典が10月31日～11月6日の7日間、初めて仙北市で開催され、会場には86万人超(主催者発表)が訪れました。



JA新あきたウォーキング大会開催

19日、JA新あきたウォーキング大会が開かれ組合員や一般・JA役職員約120人が参加し、秋田市内のコースを歩き、良い汗を流しました。



10月

JA新あきたでは、組合員・ご利用者の皆様からのご指導・ご鞭撻のもと、強力に事業運営に取り組んでまいります。

平成26年がさらに良き年になりますようご協力をお願い申し上げます。

のうと 新あきた 農人

～新たなページを刻む生産者～

さとう かねよし
佐藤 兼吉さん(63)

■下新城・下小友地区

～高品質な野菜づくりこそが自分に課せられた使命～

経営内容

稲作、畑作(キャベツ、ネギ、ブロッコリー)

【第136回秋田県種苗交換会】

- ◎秋田県知事賞
- ◎全国農業協同組合連合会秋田県本部運営委員会会長賞を受賞



▲JA秋田中央会 阿部和雄 副会長より賞状を受け取る佐藤さん

農業に取り組んだきっかけ

兼業農家として取り組んでいましたが、退職を期に本格的に農業に取り組みました。はじめは稲作が中心で、JAの営農指導員からの勧めと指導によりブロッコリーを栽培しました。今ではネギ、キャベツにも取り組んでいます。これまで地域の仲間の栽培方法を見て、解からなければすぐに聞きながら野菜づくりについて学んできました。いつでも仲間気軽に相談でき、アドバイスをもらえる良い環境があるので成長できます。

野菜づくりへの思い

品質の良い野菜をつくるポイントは「土づくり」にあります。定植するまで、耕起を何度となく繰り返すことで除草の効果と「ふわふわな土」に仕上がります。雑草に負けないほ場にするので、品質の良い野菜を作ることができます。また、日々の畑の観察と管理に努め、自分が作った野菜を消費者から「おいしい」と言ってもらえるよう、努力することは苦勞と思いません。失敗することでも学ぶことも多くあり、失敗を恐れず続けていくことが成功につながると信じています。また、幸いなことに両親が健在だからこそ野菜づくりに励むことができているので感謝しています。

今後の抱負

種苗交換会で受賞したことによりこれまで続けてきた努力が証明でき、自信を持つことができました。より一層おいしいものを作ることが自分にとっての使命と思いながら「品質・量」にこだわり、消費者から求められているものを提供できるよう努力を惜しまず、野菜づくりに努めていきます。また、これからは地域農業が元気になるよう、自分のわかる範囲で農業の楽しさや栽培方法など多くの人たちに伝えていきたいです。



▲講師の指導で身体を動かす参加者(ジョイナス小ホール)

1. アンパンマンこどもくらぶ JA新あきたアフタービクス教室を開催

JA新あきたは、『アンパンマンこどもくらぶ』アフタービクス教室を10月と11月に秋田県民会館ジョイナスで開きました。

このアフタービクスは産後の体型と体力を元に戻す運動療法で、当くらぶへご入会いただいている出産してから1年以内の母親を対象として行われています。インストラクターの先生による産後の機能回復、早期の体力回復、体型の改善等を目的とした有酸素運動で参加者は心地良い汗を流していました。

11月の開催では参加者が前回の30名から40名に増え、今後、この教室を定期的を開催することで、次世代層を中心に子育て支援サービスを実施しながら地域社会貢献に努めると共にJAファンの獲得を目指します。

2. 果樹部会が出荷反省会

JA新あきた果樹部会なし・ぶどう部は11月15日(金)、平成25年度の出荷反省会を下新城地区で開きました。

「幸水」を主として、「豊水」「あきづき」「長十郎」その他を合わせた販売数量が106.9%で出荷増となりました。一方で、品質面では成熟が進んだことによる「色上がり」が原因で、秀より優の数量が多かったことがJAの担当者より報告されました。秋印秋田中央青果(株)の担当者による市場動向と総括も報告されました。

同部会では今年度の反省を踏まえ、6月中の早期摘果作業や仕上げ摘果、さらに、目揃会の早期開催を行うことなどを再度確認し、次年度への良品質生産に取り組んでいきます。



▲スクリーンで今年を振り返る部員(下新城地区)

3. 落語で楽しく交通安全学ぶ

JA新あきたは11月19日(火)、高齢者福祉事業所「悠楽館」で、現在、大阪で活躍中の落語家桂千朝師匠によるJA共済交通安全落語を開催しました。笑いある楽しい落語の中に、時折交通安全の注意喚起を織り交ぜた内容と合わせて、身体機能の衰えに関するビデオ放映や反射神経を確認する敏捷性の測定、交通安全体操でもご利用者様は楽しいひと時を過ごしました。

ご利用者様からは、「交通安全のDVDは大変勉強になりました。落語は、テレビで見ることはあったが直接目の前で見る事ができて楽しかった。桂師匠の落語は、ゆっくりとした口調と大きな声で聞きやすかった。」と感想を話してくれました。



▲桂千朝師匠の落語を楽しむご利用者様(外旭川地区)



▲白菜や大根などを買い求める客で賑わう直売センター(上北手地区)

4. 旬な越冬野菜を買い求め直売センター賑わう

JA新あきた直売センター『いぶきの里』では11月23日(土)、24日(日)に越冬野菜セールを行いました。

店頭前にはテントが張られ、生産者が丹精込めて栽培した新鮮で旬な白菜や大根等が並び、多くの買い物客が訪れました。

会場では両日、『いぶきの里』の女性会員が同センターの農畜産物を使って作った「いものこ汁」を提供。JA酒米研究会の新酒の試飲会も行われました。JA新あきた直売センター『いぶきの里』運営協議会の浅利繁雄会長は、「生産者の皆さんからの努力で新鮮で旬な野菜を店頭に並べられています。年間を通じて店頭に地場産の野菜をたくさん並べることが課題です。」と話してくれました。

両日のセールには、約3,000人が来場、店内も多くのお客様で賑わいました。

5. JA新あきたウインターカップ 秋田市9人制バレーボール大会開催

JA新あきたと秋田市バレーボール協会は12月8日(日)、秋田市茨島体育館でJA新あきたウインターカップ秋田市9人制バレーボール大会を開催しました。

大会は大学・一般から男子の部6チーム、女子の部7チーム約200名の選手や関係者にご参加いただき、応援に駆けつけた観客とともに体育館は賑わいました。

優勝は、女子の部「アンパラレル」、男子の部「30-40A(サーティフォーティーA)」となりました。

また、当日体育館では、JA共済の担当職員が選手や観客にチラシ等を配布しながら、JA共済等各事業の紹介に努めました。



◀優勝した30-40A(男子)



◀アンパラレル(女子)



▲安倍昭恵首相夫人(写真右から2番目)にダリアを紹介。写真右から3番目は秋田国際ダリア園鷺澤幸治会長(東京都内)

6. NAMA HAGEダリアが新品種で日本最高峰の花に!!

今年最も注目を集めた花きの新品種コンテスト、ジャパンフラワーセレクション2013(JFS)が大阪で開催され、品種開発権を持つ秋田県(栽培者:雄和地区 佐々木正夫氏)から出品されたNAMA HAGEマジックが、切り花部門で今年のフラワー・オブ・ザ・イヤー(最優秀賞)を受賞しました。

JFSは、毎年次々と市場に導入される切花・鉢物・苗物の3部門の新品種の中から、消費者へ自信を持って推奨できる新品種を業界として公正な立場で審査し、JFS受賞品種として発表されております。

東京都内で行われた授賞式では、特別ゲストとしてご臨席された安倍昭恵首相夫人に記念として受賞したNAMA HAGEマジックの花束が贈呈されました。

平成
25年度

冬期農業講習会

～第3回 今季の冬期野菜を振り返って!～

■日時:平成26年**2月13日(木)** 午後2時～午後4時

■会場:**JA秋田中央会教育研修所**
(仁井田字小中島)

■主催:秋田市園芸振興センター、JA新あきた



第3回研修内容

①栽培管理を振り返って ②品種選定、資材活用を振り返って ③販売面での教訓

■講 師:JA新あきた園芸アドバイザー 榎 吉朗氏
(株)高井南茄園 常務取締役 金野豊秋氏

■対 象:冬期農業に取り組む農業者

■申込方法:電話またはFAXにて

■申込期日:平成26年**2月10日(月)**まで



お問い合わせ・申込み先

秋田市園芸振興センター(TEL/018-866-2518 FAX/018-883-4041)



秋田市6次産業化シンポジウム

「女子からはじめる農業改革」開催のお知らせ!!

**入場
無料**

■開催日時:平成26年**1月31日(金)** 午後2時～午後4時30分

■開催場所:**エリアなかいち「にぎわい交流館」3階多目的ホール**

■主 催:秋田市

シンポジウム内容

■**基調講演:**菜穂子 氏(山形ガールズ農場代表)

「女子からはじめる農業改革」

■**パネルディスカッション**

パネリスト/菜穂子 (山形ガールズ農場代表)
佐々木 早苗 (JA新あきた女性部長)
鎌田 久子 (彩菜館運営協議会会長)
武藤 恭子 (農業者)
高橋 ますみ (農業者)

コーディネーター/桜庭 みさお (フリーアナウンサー)



申込み方法

1月20日(月)午前8時30分から電話またはFAXで受付開始(先着順)

同時開催 市内農産加工品コーナー
◎午後1時～午後2時 ◎午後4時30分～午後5時
●会場前通路にて、市内農産加工品の展示即売会を開催します

日々挑戦し続ける彼女たちの
元気とパワーをもらいませんか?
皆さまのお越しをお待ちしております!!



お問い合わせ・申込み先

秋田市農林部農林総務課(TEL/018-866-2115 FAX/018-864-4408)へご連絡ください

アクティブウーマン 活発に活動する女性部

第4回

かがやき女性塾

12月4日(水)、河辺支店で「かがやき女性塾」が開かれ、26名が参加しました。



1 共同購入Aコープ商品の紹介と簡単クッキング

Aコープ商品を使用した「さつまいもと黒豆の炊き込みご飯」「米粉入りホットケーキ」「アスパラと人参の白和え」の簡単クッキングを、各グループに分かれて調理しました。



3 時給野菜栽培講習会

営農センターの営農指導員から野菜栽培にとって大切な土づくりについての講習と平成25年度に行われた葉菜の試験結果を踏まえ来期にむけた取り組み方などの講習が行われました。



2 家計簿記帳のポイント

「家の光家計簿」を利用し、平成26年1月から変更となる農業者の記帳・帳簿等の保存義務化に対応するべく、内容について学びました。



参加者からの感想

- 簡単に調理でき、みんなと協力し合って楽しくできました。
- 税務申告に関する重要な話と帳簿を付けることでお金の使い道を把握できるので、これから取り組んでいきたいと思います。
- 野菜にとって大切な土づくりを学べました。どの肥料を使うか、どの量を入れるかなど、詳しく説明いただいた大変勉強になりました。

地元産大豆を使用した豆腐づくり

市内の小学校で児童による地元産の大豆を使用した豆腐づくりが行われました。講師の(有華)の豆会山内みどり代表(雄和地区)と南部地区女性部の植村敬子部長からの指導で、楽しく食育活動が行われました。

11月22日(金)・25日(月)・26日(火)
仁井田小学校3クラス

南部地区女性部
植村 敬子 部長



難しかったけど楽しく豆腐づくりにチャレンジできました!!



(有華)の豆会
山内 みどり 代表



先生から教えてもらって上手に豆腐を作ることができました!!

12月6日(金) 桜小学校5クラス

新あきたの“農産物”『白菜』

アブラナ科アブラナ属の二年生植物で、日本では冬の野菜として好まれ、多く栽培・利用されています。しかし、意外にも日本で白菜が食べられるようになったのは20世紀に入ってからです。霜にあたると甘味がでておいしく、生ではシャキシャキした歯ざわりがあり、煮込むと柔らかくなります。

管内では全域で栽培されており、主に直売所や学校給食に出荷されています。

栄・養・素

食物繊維やミネラル、抗がん作用のあるイソチオシアネートが豊富で、ビタミンC、カリウム、マグネシウムも含まれています。栄養成分から消化を良くする作用、美肌効果、風邪の予防、便秘の解消、利尿作用、動脈硬化やガン予防が挙げられます。味は比較的淡白であり、キャベツなどと比べると柔らかく、煮物、汁物、炒め物、鍋料理、漬物等に使用されることが多いです。

突撃生産現場

仁井田地区

【伊藤 忠治さん】

生産にあたり8月中旬から種をまき、約3ヶ月間露地で栽培しており、その期間は特に虫や病気に気を遣いながら管理の徹底をしています。収穫に至るまで、日々、苦勞して栽培した分だけ品質の良いものができることが楽しみであり、やりがいを感じます。

冬の白菜は、寒さによって味が引き締まるので、一段と甘味が増し美味しくなっています。自分が栽培した野菜を皆さんからおいしく食べてもらいたいという思いで栽培に努めています。



【雪が降る中で品質の良い物を消費者の皆さんへ提供したいという思いで、もろいことがやりがいの話す伊藤さん】

学校給食

秋田市立城南中学校

【栄養教諭 佐藤 のぞみ 先生】

寒さでより甘さが増す旬の白菜を鍋(しよつぷ)にして生徒へ提供させていただきました。統計では、野菜は収穫されてから日数が経つと栄養価が下がることが判明しております。地場産の野菜を使用する利点は、収穫されてから届くまでの時間が短く、新鮮で栄養価が高い状態で成長期の生徒に給食として食べてもらうことができます。

また、生産者さんの顔が見える地産地消は栽培過程がわかり安心するほか、生徒が農産物・食文化について知識を深め、食の大切さや感謝の心を養うことができます。



【1年生の生徒さん】

献立

しよつぷ、鶏の照り焼き、ふきとさつま揚げの炒め物、ごはん、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



■仁井田地区

◎熊地 一 男(かずお)さん(84歳)

容子(ようこ)さん(82歳)

熊地さんご夫妻は昭和24年に結婚され、今年で64年目を迎えられるました。現在は息子さん夫婦とお孫さんの5人で暮らしています。

一男さんは農協で監事を3期務めたご経験を持ち、容子さんも女性部で役員として農協運営に携わってききました。お互いに仁井田地区の各町内の方々との情報交換が日課になっていて、コミュニケーションを楽しんでいます。また、家の敷地内でネギなどの野菜づくりに励まれています。

お二人は、東京にいる娘さんのところへ遊びに行くことが「楽しみ」と話され、「歳を重ね遠出をするのが体力的に大変になっていますが、スカイツリーを一度見てみたい」と目標を持っています。

一男さんは「いつまでもお互い元気で、二人のこれからの時間を大切にしたい」、容子さんは「健康には十分気をつけて、これからも一緒にお出かけすることが楽しみです」と笑顔で話してくれました。



こんにちは! JA職場探検隊

◎石川 善行(いしかわ よしゆき)職員
【33歳・AB型・射手座】

- JA新あきた東支店
- 担当業務……ライフアドバイザー(LA)
- 出身……男鹿市
- 趣味……野球
- 入組……8年目

ライフアドバイザーの業務に携わり5年目となり、共済事業を中心に貯金など信用事業全般の推進活動に日々努めています。

現在は、広山田・太平・下北手地区を中心に活動しており、組合員の皆様を始め、お客様の立場に立ったサービスに徹しています。

■組合員・ご利用者の皆様へメッセージ

人事異動で東支店に配属となり、早一年が経とうとしておりますが、これからも多くのお客様から少しでも早く顔と名前を覚えてもらえるよう誠心誠意活動していきますので、どんなことでもお気軽にご相談ください。



ステキな Happyスマイル

◎津谷 有紀(つや ゆき)さん
【24歳・O型・蠍座】

★性格は…

明るく、好奇心が旺盛です。毎日が楽しくなることを考えながら生活しています。

★最近のマイブームは…

旅行です。まだ、行ったことのない四国や沖縄、アメリカへも機会があれば行ってみたいです。旅行好きが高じて、現在、(株)農協観光秋田支店に勤めお客様へ旅行のご案内をしています。旅行のことならお気軽にお声がけください。

★好きな農産物は…

お米(あきたこまち)です。毎日あきたこまちを食べて育ちました。白いご飯と納豆!!最高です。

★理想の男性像は…

思いやりのある人。趣味や価値観が似ていて、一緒にいるとき気を使わず楽な人が理想です。

★農業についてどのように 思いますか…

食は私たちが生活していく上で大切なことで、農業の必要性を多くの人に知ってほしいです。農業に携わる方が増え、日本の農業がもっと元気になってもらえたらと思います。



新あきたオススメ
知って得する
健康対策

腎臓の働きと生活習慣病



秋田組合総合病院
腎臓内科学長
ただみつるり
多田光範先生

腎臓は背中の左右の肋骨の縁
辺りにある、握り拳位の大きさの
ソラマメの様な形をした臓器
です。

腎臓の働きには以下の様な
ものがあります。

①尿素窒素や尿酸などの老廃物
を濾過して余分な水分とともに
体外に排泄する働き。

②体の水分量や電解質(ナトリ
ウム、カリウム、塩素、重炭素
など)の濃度を一定に保つ働き。

③レニンという酵素を作って
血圧の調節をする働き。

④エリスロポエチンというホル
モンを作って赤血球(血液の
赤い成分)を作らせることを促
す働き。

⑤ビタミンDを活性化させて
血液中のカルシウムの濃度や
骨密度を維持する働き。

腎臓が何らかの原因でその働
きが低下すると、以下の様な障害
が起こってくるようになります。

①老廃物がたまり倦怠感や頭痛・
吐気といった尿毒症症状が起き
やすくなります。

②余分な水分がたまってむくみ
やすくなり、電解質のバランスが
崩れて手足の痺れや脱力、不整脈
が起きやすくなり、血液が酸性に
傾いて倦怠感や吐気、意識障害を
起こしやすくなります。

③高血圧は腎臓が悪くなる原
因でもあります。腎臓が悪く
なった結果として血圧が上昇
することがあり、悪循環となり
ます。

④エリスロポエチンが作られ
なくなると貧血になりやすくな
ります。

⑤ビタミンDが活性化されなく
なって腸からのカルシウムの
吸収がうまくいかなくなり、
血液中のカルシウム濃度が低下
して骨が弱くなりやすくなり
ます。

腎臓の働きが慢性的に低下

していつてしまう原因には腎臓
そのものの病気の他に、糖尿病
や高血圧といった所謂「生活習
慣病」が大きな割合を占めてい
ます。

腎臓は細小血管が集まった
臓器です。「生活習慣病」にな
ると動脈硬化が進行しますが腎臓
はその弊害を受け易い臓器です。
腎臓が働かなくなってしまうと
透析をしなければならなくな
った方の半数近くが糖尿病
が原因です。高血圧・糖尿病・
高脂血症といった所謂「生活
習慣病」になったら、早期に
適切な治療を受けることが
腎臓の働きを守るために大切
なことです。又、腎臓の働きが
弱くなり始めると尿に蛋白や
少量の血液が出てきますが、健康
診断で尿蛋白や潜血を指摘され
たら、早期に医師の診断を受ける
様にしましょう。

みんなの
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~

正しい姿勢で食事をとって、誤嚥性肺炎を防ぎましょう!

誤嚥性肺炎とは、誤嚥(飲食物や唾液が誤って気管に入ってしまうこと)に
引き続いて発症する肺炎です。

集中 食事に集中できるように、テレビやラジオなどは消すようにします。
暗い部屋だと手元や料理がわかりにくいので、部屋の中は適度な明
るさにしましょう。

正しい姿勢 食べにくい体勢だと食事に集中しにくくなったり、誤嚥を引き起こす
もとになります。
あごを引き気味にして前かがみの姿勢をとりましょう。

食べ始め 食べ始めは、むせやすいので水分(お味噌汁やお水)で潤しましょう。



椅子はかかとが床につく高さのものを

ホームヘルパー
募集中

介護のお問い合わせは

JA新あきた高齢者福祉事業所 TEL:018-869-9300

ふれあいメール



一年も早いもので暮れようとしております。早春まだ雪の残る秋田から東京へJA新あきた北部女性部主催の皇居勤労奉仕団に参加させていただき、奉仕の合間に東京の名所巡りなど有意義な7日間でした。天皇陛下ともお逢いすることができ、とてもありがたく一生の思い出となることと喜んでおります。
(下新城 Aさん 70代)

今年のお盆に遠くから帰省していた兄弟と親子、みんなで福島県の大内宿や新潟県の弥彦神社へ一泊旅行したことは忘れられない楽しい思い出となりました。
(仁井田 Kさん 40代)

2013年、初めての体験をしました。これまで色々国内は旅行したことがあったものの海外へ行ったことがなく…初めて行った海外旅行は「ハワイ」。海が綺麗で、地元の人は明るく楽しい方々ばかり。とても楽しい旅行となりました。
(河辺 Sさん 30代)

毎年家族で旅行に行きますが、今年もみんなで日光の紅葉、鬼怒川温泉へ行ってきました。お料理がおいしく楽しかったです。
(追分 Tさん 60代)

2013年の思い出、「短かったな〜」今年は2人目の孫が生まれ、遊びに来てニコニコした顔を見るのがとても楽しかったです。年々、一年が短く感じるようになりました。
(四ツ小屋 Iさん 50代)

仕事を退職し旅行に出かけ家族と温泉に泊まったり、孫とアンパンマンミュージアムに出かけたりと楽しい思い出がいっぱいです。また、春になったら畑仕事もがんばります。家族が喜んで食べてくれるのが励みになります!!
(下北手 Tさん 50代)

今年の思い出は、「東京オリンピック」開催決定です。
(上北手 Kさん 50代)

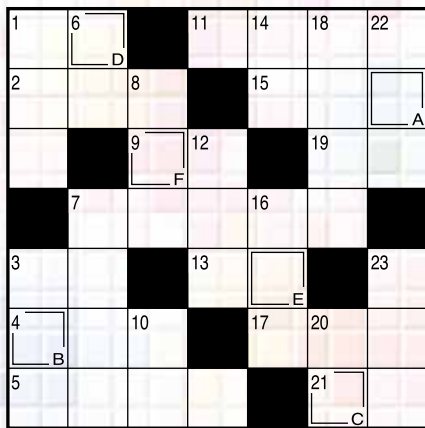
■今月のテーマは『新年のご挨拶』

「あけましておめでとうございます」新年を迎えると家族や友人・知人へ挨拶をされることかと思いますが、この場を利用し、挨拶や伝えたい新年の思いなど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~F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

- 花火に詰められているもの
- よく天使と対比されます
- 矢をつがえるもの
- 自動車の心臓に当たる部分
- 位置について、一、ドン!
- セーターや口紅をきらきら光らせます
- 正月に飾る一餅
- バナナが実るのは木ではなく、葉と茎から成る一なのです
- スピードを上げること
- その年度に20歳になる人を祝う一式
- あなたが枠の中に書き込んでいるもの
- たんすにしまえます
- 果実が喉の炎症に効くというバラ科の植物

■ヨコのカギ

- 1月7日に七草を入れて炊きます
- 月が出ていなくて真っ暗
- 餅にくるんで食べることもあります
- ナガス、ザトウ、 Gondou といえは
- 顔全体、一の笑みを浮かべる
- 中でポップコーンとパンフレットを買おうかな
- さなぎから成虫になること
- 水、金、地、火、木、土、天、海
- 大豆を発酵させて作る調味料
- 紙幣や硬貨を入れます
- 晴れでもなく雨でも雪でもなく
- こまはこれを中心に回る
- 1614年に起きた大坂冬の―

★当選者

カ	ネ	フリ	カ	エ
タ	コ	ヤ	キ	イト
ガ	ジン	コウ		
キ	ヨウ	メ	ン	マ
ウ	マ	ト	ビ	ツ
シ	バ	ク	ツ	タ
ヒ	イ	ラ	ギ	ミ

柴田 誠子さん (下北手)
吉岡 直治さん (川尻)
工藤 直志さん (仁井田)

おめでとうございます

【12月号の答え】
トシコシ

▼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あげます。
【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26年1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 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。



HOT で **お得** な情報を皆様へ!!



台北・日月潭—4日間

TAIWAN LANTERN FESTIVAL

台湾ランタンフェスティバル

出発日

2014年2月17日(月)

旅行代金 (大人2名様1室利用:お一人様)

138,000円

旅行代金に含まれないもの

- ①燃油サーチャージ 約12,000円 ②渡航手続料 4,200円
- ③空港税等3,340円は別途申し受けます。
- ※シングル利用追加料金 37,000円 (平成25年12月1日現在)

募集人員 20名様(最少催行人員15名様)
※定員になり次第締め切ります。

添乗員 全行程同行致します

食事条件 朝3回/昼2回/夕3回(機内食は除きます)

利用予定航空会社 全日空または日本航空

利用予定ホテル 台 北/国賓大飯店または同等クラス
日月潭/雲品酒店または同等クラス

募集締切日 2014年1月17日(金)

専用パンフレットをお取り寄せの上、お申込みください。

〈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

ホント保証会員 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

平成26年に使用する農業用免税軽油の交付申請の受付等について

農業のため農耕用機械で使用する軽油については、購入時にあらかじめ県から交付を受けた免税証を販売店へ提出することにより、軽油引取税が免税となります。

なお、雄和・四ツ小屋・河辺地区は下記の通りとなっておりますので、ご確認をお願い申し上げます。

◎免税証の交付申請受付は、総合県税事務所課税部課税第二課(秋田地方総合庁舎1階)で平成26年2月3日(月)から行います。

- ※申請の際は、前年分の報告書を併せて提出してください。
- ※報告書が提出されない場合は免税証を交付することができません。
- ※すでに購入した軽油や作業を終えた分の免税証は交付できませんので、ご注意ください。

申請書類は総合県税事務所課税部課税第二課で用意しています。また、一部の様式は秋田県ホームページ「美の国あきたネット」(www.pref.akita.lg.jp)からダウンロードできます。

●書類交付手続きにおいて、雄和、四ツ小屋、河辺地区の皆様は下記の通りになります。

期間:平成26年1月6日(月)~1月25日(土)
場所:(株)JA新あきたライフサービス雄和給油所

●免税証交付日は各地区以下の通りとなります。

雄和、四ツ小屋地区の皆様 書類交付日:平成26年3月19日(水)
場所:JA新あきた雄和支店2階
時間:午後1時30分~午後3時まで

河辺地区の皆様……………書類交付日:平成26年3月19日(水)
場所:JA新あきた河辺支店2階
時間:午前10時~午前11時30分まで

区分	印鑑	耕作証明書	使用税者軽油証書	機械明の購書入	軽油の納品書等	前年の購入した	一四紙(円)代	等に係る報告書	免税軽油の引取り
初めての申請(新規)	○	○	○	○	○	○	○	○	○
継続申請書									機械に変更がない場合
									使用者証の有効期間が平成27年まで
									機械に変更がある場合
									使用者証の有効期間が平成27年まで
									使用者証の有効期間が平成26年まで
									○

免税軽油に関する | 秋田県秋田地域振興局県税部課税課関税班
お問い合わせ先 TEL/018-860-3341

※日程・場所についてはお間違いのないようにご確認をお願い申し上げます。

■JA新あきたのあゆみ<11月>

11月1日…平成26年度職員採用試験【一次】	(JA新あきた会館)
” …年金相談会	(雄和支店)
6日…秋田県産米品評会褒賞授与式	(田沢湖総合開発センター)
” …第136回種苗交換会閉会式	(仙北市民会館)
” …年金相談会	(西支店)
11日… ”	(北支店)
16日…(農)秋田市北部地区カントリーエレベーター 利用組合設立総会並びに祝賀会	(追分生活センター)
18日…水田農業政策に関する上京運動	(東京)
” …年金相談会	(東支店)
19日…平成26年度職員採用試験【二次】	(JA新あきた会館)
” …JA共済交通安全落語	(悠楽館)
21日…第6回監事会	(JA新あきた会館)
26日…第9回理事会	(”)

■JA新あきたの概況<11月末現在>

組合員数／(正)7,382人 (准)9,102人

貯金	1,043億4,767万円
貸付金	308億6,167万円
共済保有高	2,668億7,045万円
購買品供給高	14億1,704万円
販売高	45億1,978万円
出資金	35億3,638万円

■第9回理事会

平成25年度第9回理事会が11月26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	秋田市農業経営安定資金の貸出について
議案第 3号	金融円滑化にかかる基本方針および 金融円滑化管理規程の一部改正について
議案第 4号	コンプライアンスマニュアルの一部変更について
議案第 5号	平成25年度上半期 ミニディスクロージャー誌について
議案第 6号	農林中金への劣後ローンの借換えについて
議案第 7号	職員給与の改訂と関連する規程の一部変更について
議案第 8号	秋田市北部地区カントリーエレベーター 利用組合への出資について
議案第 9号	秋田市北部地区カントリーエレベーター 利用組合への役員派遣について
議案第 10号	(株)JA新あきたライフサービス 平成25年度事業計画の変更について

編集後記

平成25年も広報活動においてご協力いただいた皆様へ感謝申し上げますとともに、平成26年においても皆様からのご協力の中業務に努めてまいりますので、よろしくお願いたします。新年が農畜産物の豊作と皆様が健康で幸せ多き年となりますようご祈念申し上げます。(飯島)

平成25年分 税務申告相談のお知らせ



東北税理士会秋田南支部・北支部との納税者に対する協議派遣事業を活用した相談対応で、昨年度と同様に実施してまいります。
税理士報酬および相談対応については、以下の内容となりますのでよろしくお願い申し上げます。

- 1 対象者:正組合員**
- 2 前年収支内訳書の専従または青色控除前金額が450万円以下の場合**
①申告書作成に当り1件1,575円(税込)を税理士報酬として負担願います。
②3月下旬に昨年指定された口座より振替処理します。
- 3 前年収支内訳書の専従または青色控除前金額が450万円を超える場合**
①税理士会からの支援は受けられませんが、JAの顧問税理士が対応してまいります。
②税理士報酬は別途料金となります。
- 4 分離課税に該当する場合**
所得金額に応じて別途税理士報酬が加算されます。
- 5 申告会場**
昨年実施した14ヶ所で税務申告相談を行います。
後日、最寄りの支店によりご案内いたします。
- 6 相談日程(予定)**
平成26年2月6日(木)~3月11日(火)

【お問い合わせ】

JA新あきた営農企画課 TEL/018-832-6652

葬祭のあんしんネットワーク JAみどりの会

会員特典

- 虹のホールレゼールの利用料金が15%OFF
- ご自宅、寺院などへの裁断貸出料金が15%OFF
- 引出物、会葬品、外花環、生花、貸衣装も割引価格でご利用いただけます。

年末年始うれしい特典

- 年末・お正月のお料理宅配
- お正月を控えて仏具の新調
- 慶弔のお祝いやお歳暮・お年始(生花・ギフト)

かかる費用は入会金一万円。
月の掛金いっさいなし。
ご家族皆さんで
ご利用いただけます。

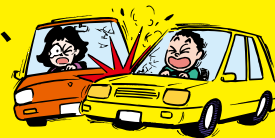
JA葬祭レゼール

レゼール本部 年中無休 24時間受付 ☎0120-46-5731

JA新あきた 購買課 TEL/018-832-6658

JA共済からのお知らせ!!

年末年始の期間、万が一、
ご契約車両の事故や
トラブルの際は、



24時間

365日

フリーダイヤル
0120-258931

まで、何卒よろしくお願い申し上げます。



年末年始休業日のお知らせ

謹賀新年



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ので、よろしくお願いいたします。

事業所	日時	12月29日(日)	12月30日(月)	12月31日(火)	1月1日(水)~ 1月3日(金)	1月4日(土)	1月5日(日)			
本店各室・課 本・支店金融・共済窓口 営農センター 受注センター		休業	平常通り営業	休業	休業 ※1月6日(月)より平常通り営業	休業	平常通り営業			
直売センター「いぶきの里」 ファーマーズマーケット「彩菜館」	平常通り営業							9:30~13:00	休業	平常通り営業

※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

設置場所	日付	29日(日)	30日(月)	31日(火)	元日(水)*	2日(木)**	3日(金)	4日(土)
本 店		9:00~ 19:00	8:45~ 21:00	9:00~ 19:00	9:00~ 19:00	9:00~ 19:00	システムメンテナンスのため、全ATM休止となります。	9:00~ 19:00
北 支 店								
東 支 店								
秋田組合総合病院内								
西 支 店								
追 分 支 店								
南 支 店								
雄 和 支 店								
河 辺 支 店								
広面キャッシュコーナー								
川尻キャッシュコーナー								
仁井田キャッシュコーナー								
大正寺キャッシュコーナー								
岩見三内キャッシュコーナー								
彩菜館キャッシュコーナー								
いぶきの里キャッシュコーナー								
イオンモール秋田店内	9:00~21:00							
マルダイ八橋店店内	9:00~21:00							
秋田県JAビル内	休止	8:45~21:00	休止	休止	休止			

※元日・2日は県内JAのキャッシュカード・通帳のみのお取扱いとなります。

株式会社JA新あきたライフサービス

年末年始休業日のお知らせ

事業所	日時	29日(日)	30日(月)	31日(火)	元日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
セルフ北 雄和給油所 戸島給油所 Aコープ大正寺 食材センター		平常通り営業	平常通り営業	7:00~15:00	休業	8:00~17:00	8:00~17:00	平常通り営業	平常通り営業
	8:30~15:00			休業		9:30~17:00			
	休業			休業		9:30~17:00			
				休業		※1月6日(月)より平常通り営業			

LPガスセンター TEL:018-834-8372

●年末営業…12月27日(金)午後5時まで営業いたします。●仕事始め…1月6日(月)から平常通り営業いたします。
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。