

【今月の特集】
第138回 秋田県種苗交換会
～先人に学び 農業の未来をひらく～

いづみきり

平成27年
2015

12

vol.201

ふれあいの秋

つながる未来



JA新あきた広報誌





新たなページを刻む生産者

のうと

新あきた 農人



■ 下新城地区

かしわや みき
柏谷 美貴さん (39)

「お米と麴の効果で美容にも

健康にも良い機能性スイーツ」

「秋田市地域特産品アイデアコンテスト」

にてシフォンケーキに醤油麴を使用した

「麴 de シフォン」でグランプリを受賞。

経営内容：稲作24ha、小麦3.4ha、畑0.07ha

農業に取り組んだきっかけ

大学卒業後、東京で会社員として就労していましたが、稲作農家の長男である主人と出会い、秋田に嫁いできました。

農業とは無縁で最初は戸惑いと不安の毎日。しかし温かい家族に見守られ、仕事熱心な主人を支えてきた義母を目標に、農家の一員として歩んで来ることができました。

米離れの現代、皆さんにもっとお米を食べて欲しいとの思いから、平成26年「工房わかなえ」加工所を新設し、菓子製造業の営業許可を取得。自家米あきたこまち100%の米粉を使用したシフォンケーキやクッキー、おこわなどの加工品を製造し、「彩菜館」や「あぐりんなかいち」にて販売しています。

農業への思い

昨今の不安定な農業環境の中、10年後も変わらぬ農家所得向上を目指し、水稲中心の営農に取り組んでいます。

I n d e x

新あきた 農人

～新たなページを刻む生産者～ P2、3

特集

第138回 秋田県種苗交換会

～先人に学び 農業の未来をひらく～

P4～7

アクティブウーマン

～活発に活動する女性部～

P10

新あきたの農産物

『大根』

P16

ニュース&トピックス

P8、9

健康対策・みんなの介護

P11

新あきたスマイル

P12

ふれあいメール・クロスワードパズル

P13

お知らせ・あゆみ・理事会・人事・概況・編集後記

P14、15



JA新あきた広報誌

いぶき



3



1

- 1.おいしいシフォンは丁寧な米作りから。
- 2.しっかりとメレンゲを泡立てます。
- 3.生地を型に流し込みます。
- 4.グランプリを受賞した「麴 de シフォン」



4



2

今後の抱負

農業は力・重機作業が多く、女性は男性の補佐的な立場で、なかなか一人前として認識されませんでした。「女性にしかできないこと」「女性だからこぞできること」を模索しながら活動しています。

6次産業は、女性農業者が意思決定し、思いを形にできる場です。やりがいや生きがいを持ち、モチベーションを維持していくことが大切だと思っています。

地産地消の推奨と食農教育活動を行い、実際に農業体験をしてもらうことで、「食」の大切さや「農」のあり方を伝えたいと思っています。

米粉の特性を生かし有効活用する為、「米粉マイスター」の資格を取得し、現在は「米粉インストラクター」の認定に向けて勉強中です。

今後、米粉の魅力をPRし、活用法やレシピなどを、より広く、より多くの人に提供したいと考えています。

これからも安全・安心で、信頼できるお米や加工品をお客様に提供していきます。



協力：JA秋田中央会

特集

第138回秋田県種苗交換会 〜先人に学び 農業の未来をひらく〜

キャッチフレーズ：鹿角から未来につなぐ農の禰たすき

秋田県最大の農業の祭典、「第138回秋田県種苗交換会」(主催 JA 秋田中央会、協賛：鹿角市協賛会)が10月29日(木)〜11月4日(水)の7日間、鹿角市で開かれました。明治11年に種子交換会として誕生して以来、目まぐるしく変化する社会情勢の中、一度も途切れることなく開催され、伝統を受け継いできました。

今年、「鹿角から未来につなぐ農の禰たすき(金沢達夫さん(花輪)採用作品)」をキャッチフレーズに、さらに新たな歴史が刻まれました。

農業への理解を深め、 交流の場へ

鹿角市での開催は、平成17年以来10年ぶり12回目。会期中の7日間で、80万7,000人(主催者発表)が会場を訪れました。農産物の出品展示をはじめ、農業機械化ショーや鹿角市民俗芸能フェスティバルなど数多くのイベントで大いに賑わいました。

開会に際し、JA秋田中央会の木村一男会頭が「生産者の努力の結晶である農産物をご覧いただき、人々が農業への理解を一層深め、交流する場となることを期待する」と挨拶しました。続いて鹿角市協賛会会長の見玉一鹿角市長は「民俗芸能の発表など多彩な催しと市民の総力を挙げたおもてなしで来場者を歓迎



したい」と話しました。

同市文化の杜交流館「コモッセ」で開かれた「新穀感謝農民祭並びに開会式」では、神事のほか、本年度農業功労者として、水稲の生産振興に貢献した児玉徹さん（五城目町）、JAの発展に尽力した進藤勇太郎さん（男鹿市）、淡雪こまちとエダマメの生産に力を入れる農事組合法人・用野目ファーム（鹿角市）の2個人1団体が受賞し、木村会頭から表彰状が贈られました。

農産物出品展示8部門に 1,931点が出品

農産物審査には、8部門に、昨年より365点少ない1,931点の農産物が出品されました。内訳は、①水稲68点、②畑作物・工芸作物321点、③果樹316点、④野菜754点、⑤花き231点、⑥農林園芸加工品165点、⑦畜産品・飼料58点、⑧林産品18点となり、このうち入賞は、420点。農林水産大臣賞、全国農業協同組合中央会会長賞

などを含む1等賞は58点、2等賞が132点、3等賞は230点でした。最高賞である農林水産大臣賞は8人が受賞しました。

JA新あきた管内からは、生産者69名の皆様より121点が出品され、そのうち、全国農業協同組合中央会会長賞には、キャベツを出品した佐々木智和さん（仁井田）、特別賞の秋田魁新報社賞には、切花（タリア）を出品した渡邊美由紀さん（上新城）が受賞。上記の賞を含む秋田県知事賞・1等賞には2点（59点中）、2等賞には12点（132点中）、3等賞には20点（230点中）がそれぞれ受賞しました。

恒例の催事が関心を引く

協賛会場では、「農」と「食」に関するイベントが多数行われました。農業機械化ショーや苗木・植木市、JA全農あきた展、JA女性部食堂など、交換会ならではの催し物が来場者を楽しませていました。



談話会

『えだまめ日本一』を 目指した取組みについて

種苗交換会2日目の10月30日(金)、メイン行事である「談話会が『えだまめ日本一』を
目指した取組みについて」をテーマに、鹿角市
文化の杜交流館「コモッセ」で開かれました。

秋田県とJAが「えだまめの出荷量日本一」を
目標に掲げた、えだまめの生産振興について、
生産者、流通業者、JAの代表者らが安定出荷
や今後の産地化の確立に向けた課題につい
て話し合いました。

県内では、米依存からの脱却と農家所得の
向上を目指し、園芸作物の振興に力を入れ、特
に2010年度から、えだまめの転作を推進
してきました。生産拡大に加え、今秋「デビュー
した県独自品種」あきたほのかの人気なども
あり、今年度の東京都中央卸売市場への7月
〜10月の県産出荷量は、群馬を抜いて初の日
本一となりました。しかし、本県産の市場シ
ェアが高まる中、経験したことのない産地間競
争や農地の排水不良、天候不良による不安定
な生産・出荷状況への課題、遠隔地ゆへの物
流・輸送体制の問題など、数多くの課題が横た
わっております。

これらを踏まえ今年「談話会」では、秋田
県農業試験場企画経営室経営班主任研究員
の齋藤文信氏を議長に、生産者4名、JA関係
者2名、行政・関係機関・団体・流通関係者4
名、計11名が議論しました。会場には、農家や
関係者など100名が傍聴に訪れました。

JA新あきた管内からは雄和地区の農事組合

法人平沢ファーム代表理事の齋藤又右衛門
氏が出席しました。

齋藤議長は①「安定出荷に向けて必要なこ
とは何か(品質向上含む)」「②「転作物から
本作としてのえだまめに向けて」「③「量は力
の継続とブランド化」「④「えだまめ加工事業」
などの課題について意見を交換しました。

鹿角市で水稲16ヘクタールとエダマメ9ヘ
クタールを栽培する農事組合法人鏡田ファ
ーミングの木村功代表は、高齢化や労力面で、こ
れ以上の拡大は至難の業。今後は反収の増加が
不可欠と述べ、生産者からは面積などの規模
拡大は困難との声が上ががり、生産性向上に向
けた支援策の必要性を指摘しました。

青果卸・東京荏原青果の北川信尋野菜部長
は「量販店などへの契約販売では、品質や数
量など厳しい条件指定があり、安定供給が不
可欠。今後、数量とともに品質の向上にい
かに努めていくかが課題」と話し、適期の収穫
や鮮度を保った輸送体制の重要性、品質の向
上などを強調しました。

当JA管内で水稲24ヘクタール、えだまめ1
ヘクタールを栽培する農事組合法人平沢
ファーム代表理事の齋藤又右衛門代表は「お
いしいえだまめを消費者へ届けるため来年は
土質を調査し、有機物の投入と施肥改善に取
り組みたい」と品質向上に意欲を見せました。

齋藤議長は、「産地間競争に勝つには、物量
もさることながら、品質向上に磨きをかけ、
ユ―ザーの信頼をいかに積み上げていくか
が課題であり、品質の信頼があれば面積が拡
大しても販路拡大につながる。さらなる品質
向上で指名される産地を目指す必要がある」
と総括しました。

談話会出席者(名簿順)

◆議長

秋田県農業試験場 企画経営室経営班
主任研究員
齋藤 文信氏

◆会員

1 農事組合法人 鏡田ファーマーミング 代表理事
木村 功氏(鹿角市)

2 農事組合法人 平沢ファーム 代表理事
齋藤 又右衛門氏(秋田市雄和)

3 JA秋田おほ枝豆部会 部会長
佐々木 義文氏(大仙市)

4 JA秋田ふるさと枝豆部会 部会長
佐藤 勇氏(横手市)

5 JAあきた北 販売営農部
成田 公平氏(大館市)

6 JAあきた湖東 経済部農産流通課 課長
小野 義隆氏(五城目町)

7 株式会社 東京荏原青果 取締役野菜部長
北川 信尋氏

8 株式会社 イトヨーカ堂 食品事業部
青果チーフマーチャндаイザー(CMD)
奥 和己氏

9 秋田県 農林水産部園芸振興課
野菜・畑作・特用林産班 主幹(兼)班長
渡部 謙氏

10 JA全農秋田県本部 園芸畜産部 次長
武藤 隆繁氏



5

6

7

8

9

10

農産物出品 審査結果

◎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)

秋田県知事賞・1等賞・全国農業協同組合中央会会長賞



キャベツ あさしお
佐々木 智和 (仁井田)



秋田県知事賞・1等賞・特別賞(秋田魁新報社賞)



切花(ダリア) NAMAHAGEマジック
渡邊 美由紀 (上新城)



2等賞

- ◎大豆 リユウホウ 渡辺 勇進 (追分)
- ◎大豆 リユウホウ (農)白華の郷代表理事 武藤 真作 (豊岩)
- ◎キャベツ あさしお 池田 光男 (豊岩)
- ◎キャベツ いろいろどり 佐藤 レツ子 (豊岩)
- ◎キャベツ 冬おもい 黒沢生産組合 渡辺 兵太郎 (太平)
- ◎キャベツ 冬おもい 伊藤 兼久 (河辺)
- ◎サヤエンドウ ニムラサラダスナツプ (農)種沢ファーム 代表理事 伊藤 満 (雄和)
- ◎ピーマン 京ひかり 田近 善寿 (河辺)
- ◎メロン 秋田甘えんぼ 藤田 正義 (飯島)
- ◎切花(ダリア) NAMAHAGEフラミンゴ 古屋 久勝 (雄和)
- ◎切花(ダリア) かまくら 長谷部 健 (雄和)
- ◎切花(ダリア) 黒蝶 佐々木 善明 (雄和)

3等賞

- ◎大豆 リユウホウ 芝野転作組合 深井 伸 (雄和)
- ◎大豆 リユウホウ (農)平沢ファーム 代表理事 齊藤 又右衛門 (雄和)
- ◎大豆 リユウホウ 斉藤 健一 (大正寺)
- ◎大豆 リユウホウ 渋谷 善市 (追分)
- ◎大豆 リユウホウ 高田 登 (追分)
- ◎大豆 リユウホウ 鎌田 均 (追分)
- ◎キャベツ YR彩藍2号 中川 鉄雄 (追分)
- ◎キャベツ あさしお 渡辺 ヨシ子 (太平)
- ◎キャベツ あさしお (農)種沢ファーム 代表理事 伊藤 満 (雄和)
- ◎キャベツ あさしお 佐藤 茂 (下浜)
- ◎キャベツ 新藍 小野寺 キミヨ (河辺)
- ◎コマツナ 国芳 佐々木 誠一 (雄和)
- ◎プロッコリー ピクセル 加藤 秀征 (雄和)
- ◎ホウレンソウ ミラーシユ 三浦 清徳 (追分)
- ◎メロン 秋田甘えんぼ 加藤 春彦 (雄和)
- ◎切花(ダリア) NAMAHAGEソレイユ 今野 江利子 (下浜)

◎切花(ダリア) アジタート

佐々木 敏男 (上北手)

◎切花(ダリア) ラララ

五十嵐 孝生 (豊岩)

◎切花(ダリア) ロイヤルウエディング

伊藤 錚悦 (雄和)

◎種苗(ハンジー) よく咲くすみれピーチ

石井 正子 (上新城)

第34回 秋田県産米品評会

秋田県産米改良協会会長賞

優良賞

水稲つるち玄米 あきたこまち

佐藤 孝徳 (河辺)



受賞された皆様、誠におめでとうございます。

また、出品いただいた皆様、本当にありがとうございました。

来年の開催地は…湯沢市に決定!!

11月3日(火)に行われた、JA秋田中央会理事会で次回開催地が協議され、来年は「湯沢市」で開催されることが決定しました。

第139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出品をお願い申し上げます。

1 晴天に恵まれた熱き戦い!!

会員の健康増進と親睦を深めようと第3回JAバンクあきたグラウンドゴルフ大会が、10月16日(金)、潟上市で開催されました。晴天に恵まれた今大会は、県内15JAで予選会を勝ち抜いた全36チーム、180名が参加しました。参加者らはボールに自分の熱い気持ちを込め、真剣にプレーに集中。ホールイワンが出るたびに歓声が上がっていました。

当JAからは代表として、上新城チーム、河辺チーム、雄和チームの3チームが出場見事、河辺チームが全真準優勝を飾りました。



▲はつらつプレーの出場者(潟上市グラウンド・ゴルフ場)

2 サツマイモ料理で児童がおもてなし

秋田市立飯島南小学校は10月20日(火)、食農教育活動の一環で、親子クッキング・サツマイモパーティーを開きました。

同校一年生は、女性部北地区の部員3名、JA新あきたの営農指導員らと一緒にサツマイモの苗を植えて管理を続け、この秋、収穫を迎えました。秋田市で店舗を構えるパティシエ、平泉仁さんから指導を受け、収穫したサツマイモを使い、スティック、パンケーキ、カナッペの3種類を調理し、女性部員やJA職員を招いて振舞いました。



▲パティシエから指導を受ける親子(秋田市立飯島南小学校)

News & Topics

3 キャベツ、業務用88トン達成を

JA新あきた野菜部会葉菜部は10月20日(火)、青果物南流通センターで業務用キャベツ出荷目標会を開催し、生産者やJA営農指導員、JA全農あきた、秋田地域振興局の職員ら計11名が参加しました。今年の管内業務用キャベツは、出荷量88を目標にしており、昨年は長雨の影響で31.6の実績にとどまったことから、今年の実績達成が期待されます。

業務用キャベツは、名古屋や群馬の会社に出荷され、カット野菜などで消費者へ販売される予定です。



▲出荷規格について確認する生産者ら(青果物南流通センター)

4 第14回秋田厚生医療センター病院祭

秋田厚生医療センターで10月24日(土)、第14回病院祭が開催されました。

今年も秋田厚生医療センター支店職員と各支店のLAらが3Qキャンペーンなどの共済推進活動を行い、アンケートにお答え頂いたお客様を対象に抽選で賞品が当たるイベントを行いました。また、会場内の子ども達を対象にアンパンマンの風船が用意され、職員が手渡しました。

当JAでは、今後も地域貢献活動を行いながら共済推進活動を強化し、事業目標達成に向け活動していきます。



▲抽選会に参加する子どもら(秋田厚生医療センター)

5 高校生が秋田産の農産物でスイーツとパンを開発

金足農業高校と秋田商業高校、秋田工業高校の生徒らが地元農産物を使い、オリジナルの食品を開発する秋田市の「17歳の6次産業化プロジェクト」の2014年度商品が完成しました。カボチャやエダマメなどを使い包装も色鮮やかにするなど、高校生の感性を生かした菓子とパンの4種が出来上がり、11月4日から主に県内にて一斉発売しています。10月26日(月)に秋田市役所で開いた発表会で、「えだムースめ」を試食した穂積志市長は「さっぱりしていて、おいしい」と評価しました。



▲開発した商品を紹介する生徒ら(秋田市役所)

6 秋の恵み味わって

JA新あきたは地域貢献活動・食農教育活動の一環として、10月28日(水)、秋田市内の聖園天使園、秋田赤十字乳児院、感恩講児童保育院の3施設へ、管内で栽培された新米「あきたこまち」計300kg(1施設100kg)とリンゴ30個入り3箱(1施設1箱)を贈りました。秋田市の聖園天使園内で行われた贈呈式では、斉藤二男営農経済部長が「たくさん食べてみんなで仲良く元気に過ごして下さい」と挨拶しました。

式後には、施設の児童らとJA役員や女性部員が餅つきを楽しみました。



▲木山美佐子理事がリンゴを贈呈(聖園天使園)

地域のGOODな話題がここに!!

7 新米とダリアの作柄報告、秋田市長へ訪問

JA新あきた稲作部会伊藤幸成会長と花き部会ダリア部渡辺利一郎長、同JAの山岡専務他職員4名は11月9日(月)、今年の秋田市産米とダリアの作柄状況を穂積志秋田市長へ報告しました。

上新城地区で今年から取り組まれている「プレミアムあきたこまち」と秋田県オリジナル品種「NAMAHAGEダリア」を市長に贈り、トップセールスのお礼と販売PRへのより一層の協力をお願いしました。穂積市長は「更なる農業振興の強化に努めていきます」と話しました。



▲秋田市長にお米とダリアを贈り、記念撮影(秋田市役所市長室)

8 懐かしいハーモニ

デイサービスセンター「悠楽館」に11月9日(月)、飯島ハーモニカクラブのメンバー4名が訪問し、利用者12名とともに演奏会や切り絵などで楽しいひと時を過ごしました。

ハーモニカやギターでの秋の童謡メドレーと歌謡曲の演奏、オカリナやハーモニカを演奏しながら切り絵を行うなど、様々な芸能を披露しました。

利用者の一人は「音を思い出しました。一緒に口ずさみ、楽しい時間を過ごす事ができました」と話してくれました。



▲ハーモニカの演奏を楽しむ利用者ら(デイサービスセンター悠楽館)

Active Woman

アクティブ ウーマン

～活発に活動する女性部～



親子でクッキング!!上新城小学校で食農教育活動

佐藤祐子理事をはじめ部員3名が食農教育活動の一環として11月9日(月)、上新城小学校を訪れ、「PTA親子ふれあい活動・親子料理教室」で、料理の講師を務めました。

今回は、佐藤理事が所有する畑でとれたネギなどを使用し、「親子でクッキング・豆腐ハンバーグ」作りに挑戦。全校児童18名・父兄15名が参加しました。

児童は「お家で親と料理を作る機会が少ないので、とても楽しく、良い体験ができました。また、両親と一緒に作ってみたいです」と感想を話してくれました。

佐藤理事は「自分の子ども達が通った小学校で料理教室ができ、とても懐かしく嬉しかったです。豆腐ハンバーグもおいしくできました」と話していました。



みんなで楽しく料理に挑戦!!

11月11日(水)、第2回婦人学級「料理講習会」が追分生活センターで行われ、部員47名が参加し、「焼きもち」と「じゃがいもようかん」の料理作りに挑戦しました。

参加した女性部員らは、楽しく会話をしながら「焼きもち」を手でこねたり、「じゃがいもようかん」を焦がさないようにかき混ぜたりと手際よく、調理をしていました。

安田京子部長は「身近にあるじゃがいもを使ったようかん作りに皆さん興味があったようで、予想以上の参加に大変嬉しく思います。会話しながら楽しく料理ができ、完成した料理もおいしいとの評判で良かったです」と話してくれました。



ミルクを使って、おいしく減塩

JA健康寿命100歳プロジェクト、かがやきセミナー「乳和食」

JA新あきた女性部は、JA健康寿命100歳プロジェクトの一環として、「乳和食」をテーマにした、かがやきセミナーを、11月13日(金)に雄和支店で、14日(土)秋田県JAビルでそれぞれ行いました。両日ともに牛乳を使った和食料理「乳和食」を提唱する料理家・管理栄養士の小山浩子先生を講師に迎え、「乳和食」をテーマに料理講習会と講演会を開きました。

13日は各地区の部長とAコープ大正寺の職員、「Jまんま」のスタッフら計11名が参加し、「乳和食」の料理講習として実際に小山先生の指導の下、「乳和食」料理の「かぼちゃのミルクそばろ煮」や「鮭の乳清(ホエイ)レモン焼き」など計7品の料理を作りました。14日は「乳和食」に関するDVD鑑賞と小山先生による「牛乳で減塩!?誰でも簡単乳和食」の講演が行われ、女性部や市民の女性、およそ70人が参加しました。

講演では、「秋田県は食塩摂取量過多のため、高血圧になり、脳卒中やがんになる人が多いというデータもあり、それらを予防するには、減塩に取り組む、毎日の食生活を見直すことが大切です。牛乳を使った料理で減塩に努めていきましょう」と話しました。

佐々木早苗女性部長は「初めは牛乳と和食は合わないというイメージがあったが、実際に料理をしてみて、ミルクマジックに驚いた。ただ調味料を減らすだけではなく、牛乳で減塩する「乳和食」は素晴らしい。今後は各地区で部長さんを中心に料理講習会を開き、「乳和食」を広め、元気に100歳まで過ごしてほしい」と話してくれました。



新あきたオススメ
知って得する!
健康対策

自助具の話



皆さんは、食事の時、箸やスプーンがつかみにくい、ペットボトルの蓋が開けにくいということはありませんか？年齢を重ねると力が衰えたり、障害などにより指が動かしにくくなったりします。これにより

普段の生活に不自由を感じることはありません。それを補ってくれる道具として自助具があります。薬に動作ができるように、身の回りの動作を助けてくれる道具です。自助具は聞き慣れない言葉かもしれませんが、少しずつですが普及してきています。そこで、多数ある中のほんの一部ですがご紹介いたします。

① **柄の太いスプーン・フォーク**
握力が弱くなった方や、指の細かい動きができなくなると、市販のスプーン・フォークがうまく握れなくなるときに、柄を太くします。弱い力でもしっかりと握ることができます。

② **角度のついたスプーン・フォーク**
まっすぐな市販のスプーン・フォークだとうまく食べ物を口まで運ぶことができないときに、

スプーン・フォークを左右に曲げ、角度をつけてうまく食べられるようにします。



③ **すくいやすい皿**

通常の小鉢やお皿ではうまくスプーンで食べ物をすくえないときに使用します。皿の縁が内側に軽くカーブしていることで、スプーンですくったときに自然にスプーンに食べ物がのりやすくなります。



④ **バネ付き箸**

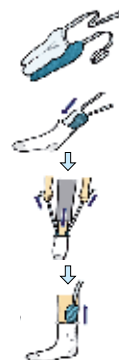
握力が弱くなった方や、指の細かい動きができなくなると箸でうまく食べ物がつまめなくなったときに使用します。2本の箸をバネで連結しているため、箸の先端を簡単に合わせられ、食べ物をつかむことが容易にできます。



⑤ **ソックスエイド**

大腿骨頸部骨折や股関節・膝関節・

腰の手術後、リウマチなどにより足元に手が届かず靴下がうまく履けないときに、自分で靴下を履くために使用します。



私が作業療法士になりたての頃は、ホームセンターで材料を購入して自分で作製することもありました。現在は優れた市販品が多数あり、ホームセンターや福祉用具専門店などで購入することが出来ます。しかし、障害の程度によっては個別での工夫が必要であったり、買ってみたけど上手く使えなかったということがないように、購入する前に試用したり、リハビリを受けられている方であれば担当の療法士にアドバイスを受けられることをお勧めいたします。

参考文献 作業療法ジャーナル Vol.46 No.7 2012

秋田厚生医療センター
リハビリテーション科主任 作業療法士
かがや ゆみ
加賀谷 由美 先生



がんなの
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～
インフルエンザの予防法を身につけましょう!!

- ① 最大の予防は流行前にインフルエンザワクチンの接種を受けること。
- ② 人ごみを避け、外出時にはマスクを着用しましょう。
- ③ 帰宅時には、「手洗い」「うがい」をしましょう。
- ④ 栄養と休養を十分にとりましょう。
- ⑤ 室内では加湿と換気をよくしましょう。

インフルエンザ症状をチェック

チェックが多いほど、インフルエンザの可能性が高いので、早めに医療機関を受診しましょう。

- 38℃以上の急な発熱
- 地域でのインフルエンザの流行
- 頭痛
- 関節痛
- 筋肉痛
- のどの痛み
- 鼻水・咳

しっかり予防
しましょう



新あきたスマイル～地域の笑顔探します!～



第30代 ミスあきたこまち

■ 河辺地区 おがた まり 茉莉さん【19歳・O型・牡羊座】

☆ミスあきたこまちに選ばれて…

初めは信じられなかったのですが、憧れのミスあきたこまちに選ばれて、とても嬉しい気持ちでいっぱいになりました。

☆性格は…

ポジティブ、明るい、芯が強い、と言われます。

☆理想の男性像は…

男らしい方が理想です。

☆最近ハマっていることは…

ショッピングと昨年から始めたスノーボードです。

☆好きな農産物…

もちろんお米が大好きです。野菜ではオクラが大好きです。

☆今後の活動に対する思い…

全国の皆様に秋田米をPRしながら、私自身も成長していけるように、笑顔で精一杯頑張ります。



■ 河辺支店

わたなべ こうた 渡部 幸大 職員
【21歳・AB型・牡羊座】

■ 担当業務…総合渉外

■ 出身……秋田市

■ 趣味……ラーメンの食べ歩き

■ 入組……1年目

■ 心がけていること

総合渉外として主に岩見三内地区を担当しております。日々「笑顔」を心掛け、お客様に親しまれ、信頼される職員を目指しています。

組合員・利用者の皆様へメッセージ

入組1年目でまだまだ至らない点もありますが、お客様に「また利用したい」と思って頂けるよう精一杯頑張りますので、よろしくお願いいたします。



■ 岩見三内地区 たくち ただつぐ さちこ 田口 忠次さん(74歳) 幸子さん(72歳)

何でも話せる間柄の田口さんご夫妻は、昭和39年9月にご結婚、52年目を迎えられました。お見合いした翌日、偶然、列車で再会するという劇的な経験をされたお2人。

県外にいる3人のお孫さんが、いつの日か結婚されることを楽しみにしながら、近くにいる友人たちとの絆を大事に過ごされております。

忠次さんは、JA新あきた農機具センターに定年まで勤務しながら農業を行い、岩見三内地区の消防分団長や民生委員、田尻町内会会長など、多いときで11の役員を務めてこられました。

幸子さんは結婚後、農業を基礎から勉強し、家事・育児をこなしながら、一家を支えてこられました。時折、友人達とレクリエーションダンスをすることが楽しみの1つでした。

一番の思い出は、親しい友人達が、2人の結婚50年目の記念日に、強首ホテルで金婚式のお祝いをしてくれたことだそうです。イブニングドレスを着て記念撮影を行い、おいしい料理とお酒を頂きながら、素敵な時間を過ごすことができました。さらに友人達からのメッセージが寄せられた色紙を頂き、心に残る一生の宝物となりました。

「自分より1日でも健康でいて欲しい」と忠次さん。「お父さんに感謝し、これからも頼りにしています」と幸子さん。とにかく笑顔で何事にも感謝しながら過ごしていきたいと話してくれました。



読者とのコミュニケーションの場

ふれあいメール

今月号のテーマは『新米と一緒に食べたいおかずは何ですか?』

■来月号のテーマは「サンタクロースからもらいたいプレゼントは?」

朝夕冷え込み、季節は少しずつ冬へと近づいています。これから年末に向け、街はクリスマス一色になりますね。そこで、もし皆さんがサンタさんからプレゼントをもらえるとしたら、何が欲しいですか? また、クリスマスに関するエピソードなど、お便りお待ちしております。

我が家では、新米が出来たらまず「だまこ鍋」を食べるのが定番メニューです。モチモチとした「だまこ」と一緒に食べるごぼう、ねぎ、舞茸などがとても美味しく、ついつい食べてしまいうちよつと太めの家族です。
(下新城 Yさん 60代)

旬のサンマの塩焼き、鮭とお味噌汁があれば最高です! 北海道から塩鮭がイトコから送られてきます。イトコ達には、「あきたこまち」のお米を送ります! イトコ達は「あきたこまち」のお米を食べると地元のお米が食べられなくないと話しています。
(旭川 Tさん 50代)

ばあちゃんを作ってくれるきのこ(なめこ、マイタケ、さんたけなど)を甘辛く煮たもので、これにダイコンおろしを少し入れて食べてもとてもおいしいです。ばあちゃんを作ってくれる新米のミソ焼きおにぎりもサイコーです。
(港北 Kさん 20代)

新米と一緒に食べたいおかずは、シンプルに漬物。梅干し。そして、トロロ掛けごはんはサイマヨ。冷めてもおいしいです。サケ、ツナ
(太平 Kさん 60代)

この秋、新米を初めて食べた時のおかずは、昆布の佃煮、山海漬と白菜の浅漬、たらこ味噌汁でした。ご飯の味をしっかり味わえた食事でした。(決して手抜きではありません) (決) おいしいお米に感謝の毎日です。体重計にはしばらく乗りたくないですね。
(橋山 Kさん 50代)

新米は塩おにぎりが一番です。でも油のつたサンマの塩焼き、これもまた、ご飯がすすみます。
(雄和 Sさん 60代)

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3名様に農協全国商品券 2,000円分をプレゼント致します。

【応募方法】

ハガキにクイズの答えと住所・氏名・年齢及び来月号のテーマについて一言書いてお送りください。
【締め切り】平成27年12月11日(金)
◎応募は下記まで。

案内板

ハガキの裏にクイズの答えと上記の来月号のテーマについて一言ご記入の上、お送りください。多数のご応募お待ちしております。

答え
住所
氏名
年齢

来月号のテーマについて一言お書きください。

52 010-0877
JA新あきた
管理部長 総務課 広報係

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

★当選者
おめでとうございませ
鈴安加 木田藤 礼千 子さん(手形北)

11月号の答え
A: キン 9
B: トウ 10
C: シ 11
D: ヲウ 12
E: ヲウ 13
F: シ 14
G: シ 15
H: シ 16
I: シ 17
J: シ 18
K: シ 19
L: シ 20
M: シ 21

- ヨコのカギ
- 枕元につるしてサンタクロースを待ちます
 - クリスマススイフトにフライド——を食べた
 - 切った植木の形を整えます
 - 時刻を知るために見ます
 - スキーヤーが足に付けるもの
 - ダイニングテーブルのこと
 - 地図記号は
 - の上に三年
 - 肉はぼたんと呼びれます
 - 気象用語では、ひょうより小粒な物を指します
 - 運転免許証や保険証で証明することも
 - 年越しに付きもの種類
 - 16世はマリーアントワネットの夫

- タテのカギ
- 書籍の本文の前に入れられるイラスト
 - 火消しが火事場で振りまいた
 - お通し、先付けということもあります
 - 1000なら3、10000なら4
 - リンゴを丸かじりすると残ります
 - カレンダーや手帳に書き込みます
 - サケやマスの卵の塩漬け
 - 昨日・今日
 - カヤなどを編んで作った雨具
 - 太陽や月が輝く所
 - かかとのすぐ上にある出っ張り
 - 版木に載せた紙を上からこする道具
 - 領収書に収入——を貼った

1	7	10			17	20
2				15		
3			13			
4	8	11			18	
5					16	
6				14		

※JAによせられたお便りの住所・氏名・年齢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。

●出題/ニコリ

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?

秋田市新規就農研修 平成28年度生2次募集!!

秋田市園芸振興センターでは、園芸作物(野菜・花き)の担い手となる新規就農研修生を募集しています。

募集期間 平成28年1月8日(金)まで

募集定員 若干名

研修期間 2年間(平成28年4月～平成30年3月)

募集説明会 ※事前のお申し込みが必要です。

日時: 平成27年12月13日(日) 10:00～11:30
平成27年12月14日(月) 13:30～15:00

場所: 秋田市園芸振興センター

対象: 研修に興味をお持ちの方、またそのご家族 など

●お問い合わせ・お申し込み
秋田市園芸振興センター 〒010-1423 秋田市仁井田字小中島111番地1
TEL/018-838-0278 FAX/018-838-0279

太平物産(株)製造の肥料回収について

JA新あきたでは太平物産(株)製造肥料について、全て予約を含めて供給は中止します。

お手元に同社の肥料がございましたら、端量品も含めて回収いたしますので下記までご連絡をお願いいたします。

- ◎資材課……………☎832-6658
- ◎追分グリーンセンター……………☎873-3736
- ◎南グリーンセンター……………☎839-2331
- ◎雄和グリーンセンター……………☎886-3112

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送ができるよう、農家組合員の皆様には、**農家資材納品書入れを指定場所に必ず備え付けて**下さいますよう、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までご連絡ください。

もしものときの安心セミナー開催

参加無料 具体的事例から学ぶ参加型セミナー

12月のセミナー内容 **健康寿命を延ばそう!**

日付 平成27年12月14日(月)

定員 各10名

時間 午前10時30分～正午

会場 レゼール広面【〒010-0041 秋田市広面字堤敷41-1】
TEL.018-884-7236

下記フリーダイヤルまでお申し込みください。

※同業者の方のお申し込みはご遠慮ください。

JA葬祭レゼール

申し込み先 **FreeDial 0120-46-5731**

〒011-0901 秋田市寺内字大小路207-28 <http://www.ja-sousai-akita.co.jp/>

お正月のおもてなしに新鮮・安全な食材をお届け お正月ごちそう材料セット

◎おすすめセット

お刺身を中心にお正月ならではの食材セット
4～5人用 **16,200円(税込)**

**予約
受付中!**

◎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
4～5人用 **16,200円(税込)**

◎あじわいセット

お正月魚きんぎんを中心に鍋用具材とお刺身食材をセット
4～5人用 **21,600円(税込)**

予約注文締切日

12月2日(水)まで

配達予定日

12月30日(水)

●お問い合わせは
(株)JA新あきたライフサービス 中央食材センター
TEL/018-868-3232 FAX/018-868-3234

人事

○平成27年10月1日付 異動

金融共済部長兼債権管理課長/長谷川 周重/金融共済部長
債権管理課 課長補佐/鈴木 賢治/秋田県農協ビル支店 副支店長
管理部付主任 農林中金出向/佐々木 亜紀子/雄和支店 主任
監査室/富樫 あすか/総務課

○平成27年10月1日付 任用(新採用)

営農センター/高橋 良明 南支店/渡辺 理香
営農センター/松橋 健斗 雄和支店/伊藤 瑠美
追分支店/佐藤 黎佳 河辺支店/渡部 幸大
秋田厚生医療センター支店/松村 純菜 農機具センター/伊藤 竣哉

○平成27年10月1日 任用(キャリア採用)

営農企画課/齊藤 一広
農機具センター(南部)/小松 毅

○平成27年10月1日付 キャリア採用
営農企画課(臨時職員)/今野 政毅
管理部付雄和支店研修(臨時職員)/朝倉 沙織

○平成27年10月13日付 依願退職
資材課/五十嵐 幸喜

○平成27年10月25日付 依願退職
監査室/須田 育子

編集後記

先日、第138回秋田県種苗交換会の取材の為、鹿角市に行ってきました。7日間の開催のうち、3日間、秋田～鹿角間を3往復しました(笑)。自然豊かな鹿角市で「農業の祭典」に参加し、生産者の皆様が丹精込めて栽培された農産物の出展作品に触れることができ、本当に幸せに思います。特集のコーナーから皆様へ、会場の臨場感が伝わるといいな。(A.I)

今月の1ショット



交換会主会場のスキーのジャンプ台、羽ばたいてジャンピン!!

組合員特別金利定期貯金

ウインター キャンペーン

winter Campaign 2015

2年もの

年0.30%

(税引後0.239%)

3年もの

年0.35%

(税引後0.278%)

キャンペーン期間 平成27年 **11/2月** ~ 平成28年 **1/29日**

販売対象 組合員・組合員家族 (契約時同時加入可)

預入期間 2年・3年 (自動継続式)

預入方法 窓口での一括預入

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、満期額に5割以上を増額した場合にお
取扱いたします。

※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り扱いいたしません。*スーパー定期・大口定期の
商品内容については、当JAホームページまたは、店頭にて備え付けの商品概要説明書をご
覧ください。*組合員加入のためには出資が必要となります。

※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。

房総の花!大島の椿!伊豆の桜と梅!

花めぐりと稲取銀水荘3日間

プロが選ぶ日本の旅館ランキング常連、
「稲取銀水荘」の宿泊を含む花めぐりツアー。
この時期にしか見ることが出来ない
花の名所を巡る、春先取り!
見どころ満載の3日間。

旅行実施日 平成28年2月10日(水)~2月12日(金)

募集人員 30名(最少催行人員:25名)

添乗員 同行いたします | **利用航空会社** 全日空(ANA)

旅行代金 (大人お一人様) **99,800円**(4~5名様1室) 秋田空港起点
3名様1室の場合お1人様...9,000円追加
2名様1室の場合お1人様...13,000円追加

食事条件 朝:2回 昼:3回 夕:2回

ご利用予定 1泊目 安房小湊温泉 吉夢
ホテル 2泊目 稲取温泉 銀水荘

募集締切日 平成27年12月25日(金)

日次	行程	食事
1	(10時頃) 航空機(11時頃) 秋田空港...羽田空港...アキララインと海ほたるパーキング ...南房総観光(白間津のお花畑など)...安房小湊温泉(泊) (17:30頃)【安房小湊温泉:吉夢】	朝:× 昼:○ 夕:○
2	(朝) 東海汽船 ホテル...館山港...伊豆大島島内観光(椿まつり・三原山など) ...稲取港...稲取温泉 (17:30頃)【稲取温泉:稲取銀水荘】	朝:○ 昼:○ 夕:○
3	(朝) (観光) (観光) (観光) ホテル...河津桜まつり...浄蓮の滝...熱海桜まつり... 羽田空港...秋田空港 (18:00頃) (19:00頃)	朝:○ 昼:○ 夕:×

~さらに詳しい旅行条件を説明した書面をお渡しいたしますので、事前にご確認の上、お申し込みください~

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

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: 田中 颯治・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。

JA新あきたのあゆみ《10月》

10月9日 ... 第9回理事会	(JA新あきた会館)
10日 ... 平成27年産米 玄米販売 至11日	(上新城・太平・椿川倉庫)
12日 ... JA健康寿命100歳プロジェクト JA新あきたウォーキング大会	(千秋公園)
14日 ... 第27回JA全国大会「全体会」及び 「大会式典」至15日	(東京)
17日 ... 休日ローン相談会 至18日	(全支店)
22日 ... 第1回JA新あきた杯ゴルフコンペ	(椿台CC)
27日 ... 第10回理事会	(JA新あきた会館)
29日 ... 第138回秋田県種苗交換会	(鹿角市)
〃 ... 役員種苗交換会視察 至30日	(〃)

第9・10回理事会

平成27年度第9回理事会が平成27年10月9日(金)に開催されました。
審議事項なし

平成27年度第10回理事会が平成27年10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/長期資金の貸出について

新あきたの概況《10月末現在》

組合員数 / (正)7,097人 (准)9,859人	
貯金	1,086億2,319万円
貸付金	286億9,470万円
共済保有高	2,478億5,669万円
購買品供給高	10億1,757万円
販売高	36億6,535万円
出資金	34億8,304万円

新あきたの農産物

大根



栄・養・素

根の部分は生でおろすもよし、煮てよし、漬けてよし、葉の部分は汁物やきんぴらによしと、よいことづくめで余すところなく頂ける優秀な野菜の大根。秋から冬が旬。大根の主な栄養素はビタミンC、食物繊維、ジアスターゼ、アミラーゼなど。葉の部分には、ビタミンCと、根には含まれていないビタミンA、ビタミンB1、カルシウム、カリウム、ナトリウム、リン、鉄などの成分が含まれ栄養豊富。また、消化酵素の一種であるジアスターゼは、消化促進・整腸作用があり、胃もたれに有効。生ですりおろした時にだけ出る辛み成分イソチオシアネートは、消化液の分泌を促進し、血中の脂肪の代謝を高め、血液をサラサラにしてくれるので、血栓予防や抗がん作用、さらに、抗酸化作用により美肌やアンチエイジングにも効果があります。

葉つきの大根を手に入れたら、
ぜび葉の部分も活用し、
健康と美容にまるごと美味しく
お召し上がり下さい!

RECIPE

ダイコンと牛肉のスープ 15分

調理時間 15分

材料 (2人分)

- | | | | | |
|-----------|-------------|---|---------------------------|--------|
| ダイコン | 150g | B | 花しょうゆ | 小さじ1/2 |
| 牛もも肉(薄切り) | 60g | | 塩 | 小さじ1/6 |
| ネギ | 1/2本 | | 酒 | 小さじ1 |
| ショウガ | 1片(10g) | | しょうゆ | 小さじ1 |
| A | | | ※花しょうゆは中華食材で、粒さんしょうのことです。 | |
| 水 | カップ2(400ml) | | | |
| スープのもと | 小さじ1 | | | |



撮影:大井一範

作り方

(1人分88kcal)

- (1)ダイコンは5cm長さ、7~8mm角の拍子切りにします。
- (2)牛肉は1~1.5cm幅に切ります。
- (3)ネギは斜め切り、ショウガは薄切りにします。
- (4)鍋にAとダイコンを入れて火にかけ、ふたをして2~3分煮ます。牛肉、ネギ、ショウガを加え、沸騰したら、あくを取ります。
- (5)Bを加えて調味します。

