

地域と共に  
あなたのそばに



## 湖東のやさい畑寒タラ祭り



- 02 JAグループ秋田組織再編(JA合併)協議の経過と今後の方針について
- 04 **ニュース&トピックス** 「第23回 JAあきた湖東女性部大会並びに家の光大会」ほか
- 08 「あきたこまち R」について
- 10 購買課からのお知らせ
- 12 NEW健康ワンポイントアドバイス

# JAグループ秋田組織再編（JA合併）協議の経過と今後の方針について

## 1. JAグループ秋田組織再編（JA合併）協議の経過

### 主な出来事

年月	内容
平成30年 11月	第30回秋田県JA大会で県1JA構想を決議
令和元年 7月	JAグループ秋田組織再編協議会（以下、本表において「協議会」という。）を組成
令和2年 5月	JA秋田やまもとが協議会から脱退
令和3年 3月	JA大潟村が協議会から脱退
令和3年 11月	第31回秋田県JA大会で県1JA構想継続決議
令和4年 1月	県1JA基本構想・県域JA農業振興計画策定 JA秋田ふるさとが協議会から脱退
令和5年 2月	合併目標日を「令和6年4月1日」から「令和8年4月1日」に変更
令和5年 10月	JA秋田おばこが協議会から脱退
令和6年 1月	JA秋田なまはげが協議会から脱退 協議会における組織再編協議の一旦休止を決定

これまでに5JAが合併協議から離脱したことにより、現時点では県1JAの実現時期はもとより県域JAの実現時期すら見通すことが困難な状況となってしまいました。そのため、JAグループ秋田組織再編協議会における合併協議を一旦休止し、再スタートするための取り組みと協議を進めていくことといたしました。

なお、これまで合併協議から離脱したJAを含め、全JAが「昨今の農業・地域・JAを取り巻く環境を考慮すれば、将来的なJA合併は避けて通れない」との認識で一致している状況です。

## 2. 合併協議を一旦休止することとした背景

令和元年7月から続けてきた合併協議を一旦休止せざるを得なくなった背景には、主に次のような要因があったと考えております。

①第30回秋田県JA大会（2018年11月）において「2024年度を目途に秋田県1JAの実現を目指すこと」を決定したが、合併協議を続ける中、JA間で合併に向けた意識・認識に温度差が生じてしまったこと。

②合併協議開始に先立って合併目標年度を決定したため、その後開始した合併協議の場では、時間をかけた協議よりも合併目標年度に向けて手続きを進めることを優先し、合併メリットや農業振興計画の具体化に向けた協議を十分に深掘りできないまま協議が進んでしまったこと。



③協議の随所において、JA間で合併に向けた意識・認識の温度差が浮き彫りとなり、各JAの弱みや課題をさらけだす本格協議に入ることが困難な状況が続いてしまったこと。

④コロナ禍により合併に向けた意識・認識の温度差を解消するための協議に時間を割くことができず、合併協議が停滞してしまったこと。

こうしたことから、合併協議が停滞する中、自JAの事情により合併協議から離脱するJAが相次ぎ、当初描いていた合併メリットを創出することが困難な状況となりました。そこで、JAグループ秋田組織再編協議会における合併協議を一旦休止することとした次第です。

しかしながら、JAグループ秋田が「目指す姿」を実現するための強いJAづくりとしての県1JA構想を断念した訳ではありません。今後、県1JAの実現に向けた土台作りを進め、合併協議を再開できる状況となった際には、これらの反省のもと、これまでの経験が無駄にすることなく合併に向けて取り組むこととしております。

### 3. 今後の方針

今後はこれまでの合併協議において明らかとなった課題（例えば、各JAにおける財務改善に向けた取り組み）等に対し各JAが個別に取り組みながら、県域としてJA間等の事業連携にも取り組み、来たるべき合併協議再開に備えていくことといたしました。

各JAが課題解決に向けて取り組むにあたり、JA秋田中央会では会内に組織整備担当部門を設置し、将来の県1JAの土台作りとして次のような取り組みを進めることを検討しております。

#### ①個別JAへの取組支援

これまでの合併協議で明らかとなった課題等に対する個別JAへの取組支援。

#### ②事業連携構築支援

将来的な組織再編を見据えたJA間やJA・連合会間の事業連携構築支援。

#### ③組織再編の推進

県1JAに向けた協議の枠組みを維持しつつ、合併を志向する地区におけるJA間の合併支援。

組合員の皆様にはご心配をおかけいたしました。当JAは引き続き農業者の所得増大・農業生産の拡大に取り組むとともに、将来の合併も視野に入れた持続可能な経営基盤の確立・強化策を検討・実践してまいります。



## 第23回JAあきた湖東女性部大会並びに家の光大会



- ①相続について説明する床爪氏。
- ②菅原まり子女性部副部長による女性部組織体験発表
- ③伊藤信子女性部長の挨拶。
- ④飯田川婦人会 演目「レクダンス」  
昨年の12月7日にあきた芸術劇場ミルハスで開催された文化芸術大会でも披露しました。
- ⑤八郎潟町老人クラブ連合会女性部会演目「八郎潟小唄」
- ⑥五城目町老人クラブ連合会女性部会  
演目「あやこのお国自慢だよ」がんばろな秋田
- ⑦大抽選会では豪華賞品が当たりました。
- ⑧湖東のやさしい畑の人気商品も並びました。



1月28日(日)  
八郎潟町農村環境改善センターにて第23回JAあきた湖東女性部大会並びに家の光大会を開催し、伊藤信子女性部長が「第146回秋田県種苗交換会では女性部全員で協力し合い、女性部食堂を盛り上げることが出来、助け合いの大切さを学びました」と挨拶しました。また、JA女性部組織体験発表では、東北北海道地区JA女性組織リーダー及びフレッシュミズリーダー合同研修会で県代表に選ばれ、最優秀賞を受賞した菅原まり子女性部副部長が女性部の活動を発表し、記念講演では世田谷目黒農協前相談役の床爪晋氏を講師に迎え、相続についてエピソードを交えながら、詳しく説明していただきました。アトラクションでは、五城目町、八郎潟町老人クラブ連合会女性部会、飯田川婦人会の皆様がダンスを披露していただくほか、大抽選会も行い、大盛り上がりでした。

## 第19回JAあきた湖東女性部とJA役員との懇談会

2月8日(木)

第19回JAあきた湖東女性部とJA役員との懇談会を開催し、女性部とJA役員がお互いに期待することを意見交換し、各地区ごとに出された意見を発表しました。女性部からは「女性部員を増やすためのPR活動強化について」、「よりよいプラザのPRについて」等の意見が出され、JAからは「JAのサービスについて、女性部の皆様のご意見をいただきたい」と話し、お互いの意見を十分理解し、有意義な会議となりました。



▲各地区ごとに出された意見を女性部の皆様から発表していただきました。五城目地区



▲女性部の皆様と活発な意見交換を行いました。



▲八郎潟地区



▲昭和地区



▲飯田川地区



▲井川地区

四字熟語

せんしばんこう 千思万考 何度も考えること。また、あれこれ考えて思いを巡らすこと。



## 湖東のやさしい畑寒タラ祭り

2月2日(金)～4日(日)

湖東のやさしい畑で寒タラ祭りを開催しました。秋田沖で獲られたタラ汁300食をお客様に振舞い美味しいと喜んで試食されました。また、タラ以外にも地産産のほうれん草やキャベツ、長ネギなど豊富に陳列され、買い求めるお客様で大盛況となりました。



▶タラ汁を食べるお客様。

## もりやま節分

2月7日(水)、8日(木)



▲鬼の口を目掛けてボールを投げ入れる利用者様。

小規模多機能型

居宅介護施設もり

やまでは季節行事

として節分を行

いました。節分にち

なで豆まき体操

を行い、その後、赤

チーム青チームに

分かれて、赤鬼と

青鬼の口をめがけ

て新聞球を投げ入

れました。その後、

数を競い合い楽し

いひと時を、お過

ごしになりました。

運動の後は、甘い

もの「やっぱり、

豆!ではなくイチ

ゴ大福」を頂き笑顔

でいっぱいになり

ました。

もりやまでは、毎

月、ミニイベント、

それぞれに合わせ

た機能訓練を行

い、一日でも長く

在宅生活を続ける

ことが出来るよう

頑張っております。

## 令和6年度枝豆作付け説明会並びに増収に向けた栽培講習会

2月15日(木)

よりそいプラザ飯田川にて、令和6年度枝豆作付け説明会並びに増収に向けた栽培講習会を開催し、高位安定生産並びに増収技術、生産販売計画等について話し合いました。

枝豆作付け体系及び出荷体制についてJA営農指導員からマルチ栽培と被覆資材による収量向上を図り、作期拡大を呼びかけました。また、秋田地域振興局の担当者からは高位安定生産増収、次年度に向けた技術対策、多収を目指すためのポイント等をご説明いただきました。当JAは来年度も適期管理の実施による反収向上、長期安定出荷により所得向上を図ってまいります。



▲長期安定出荷について確認する生産者。



令和5年度稲作部会総会

2月1日(木)

小倉温泉にて令和5年度稲作部会総会が開催されました。総会では令和5年度の事業報告及び収支決算、6年度事業計画等について協議し、全て承認されました。また、総会終了後に秋田県農業試験場作物部松本真一郎長より「あきたこまちR」の育種背景、「あきたこまちR」に切り替える理由や栽培方法についてご講演頂きました。



あきたこまちRの育成のポイント等を話す松本部長。



令和6年度事業計画等を確認する稲作部会員。

五城目町水稲種子生産組合・令和5年度実績検討会

2月16日(金)

五城目町水稲種子生産組合・令和5年度実績検討会が開催されました。JAより5年産種子の生育・品質状況及び、6年産に向けての取り組みについて報告があり、「出穂期以降の異常高温により、作柄が心配されたが生産者の栽培管理により全量種子合格となりました」と説明しました。秋田地域振興局・小笠原泉副主幹より「あきたこまちR」の施肥や防除の重要点について説明して頂き、産米改良協会・奥山政通技師より水稲種子の需給動向について報告頂きました。今後も、種子組合とJA、各関係機関が連携し優良種子生産に取り組んで参ります。



令和5年産水稲種子生育・品質状況を確認する生産者。

秋田の園芸を未来へ！園芸事業キックオフ大会及び令和5年度優秀生産者表彰

2月20日(火)

秋田の園芸を未来へ！園芸事業キックオフ大会及び令和5年度優秀生産者表彰が開催されました。各地区協議会優秀生産者表彰式では令和5年度中央地区園芸戦略協議会の優秀生産者表彰受賞者として、管内からは菊地栄進さんが枝豆部門の最優秀賞に輝きました。表彰式のほかにも令和5年度の情勢報告、令和6年度に向けた取り組み等について全農秋田県本部より報告がありました。令和6年度もJAグループと行政・流通関係者が一体となり、生産者の農業所得の増大・地域の活性化を図るため、園芸品目を取り入れた経営の複合化を推進する事を呼びかけました。また、基調講演では経済ジャーナリストの須田慎一郎氏が講師に迎え、「秋田の未来を展望する『須田慎一郎からのエール』」をテーマにコロナショックによる日本の景気、ロシアのウクライナ侵攻による物価上昇等について秋田の経済と関連付けて、解説していただきました。



枝豆部門で最優秀賞に輝く菊地さん。



旬の食材「タケノコ」 イネ科の植物で、アジアが原産で、中国から日本に入ってきました。食用として使用されるものは、おもにモウソウタケ、マダケ、ハチクの3種。一般的なのはモウソウタケで、他に比べて大型です。2月から5月下旬までが旬で、茹で、煮つけ、炒め物など様々な調理方法があり、米ぬかで茹でれば、えぐみが解消されます。カリウムは塩分の排出を助け、高血圧防止に繋がります。チロシンは、脳を活性化してストレスを軽減し、うつ状態を改善する効果があるとも言われています。アスパラギン酸は、体内では窒素やエネルギーの代謝に関係しているとされ、持久力の向上や疲労回復効果が期待できます。たけのこに含まれる食物繊維は、腸を整える栄養素です。食物繊維は小腸での栄養の吸収をゆるやかにし、食後の血糖値の上昇を抑える効果があるとされています。また、腸内環境の改善をサポートし、コレステロールを吸着して体外へ排出するのを促します。さらにナトリウムも排出することで、高血圧予防にも効果が期待されています。



# 令和6年産用水稲種子のご利用にあたっての注意点

令和6年産用の種子は、発芽率が90%以上を確認されているものですが、去年は過去に例をみない高温で登熟したことから、休眠が深くなっていると思われる。

秋田県産米改良協会で行った発芽試験では、早期の発芽率がやや低くなっており、発芽がそろいにくいことが予想されますので、利用にあたっては次の点に注意しながら行ってください。(下の表参照)

また、高温登熟の影響もあり、ふ割れした粳や枝梗が残っているものもあるほか、規格が「準種子」になったものもありますのでご留意ください。

〈令和6年産用水稲種子の発芽試験（あきたこまち）のデータ〉

(出展：秋田県産米改良協会)

年産用	催芽の経過日数			
	5日	7日	9日	14日
令和6年産用	85.4%	92.5%	95.2%	96.9%
5年産用	76.2	96.2	97.3	97.5
令和2～4年産用（平均）	92.3	97.1	98.2	98.5

↑  
発芽の勢いがやや低い

↑  
最終的な発芽率は例年並

## 具体的な注意点

### 1 種子予措

#### (1) 浸種

- ① 種子消毒剤の効果を高めるため、水温10℃～15℃を確保できる4月上旬頃を目安に浸種を始める。(水温が10℃以下となった場合は休眠が深まる場合があるので常に水温の変化に注意して下さい。)
- ② 浸種期間は浸種水温10℃で6日～8日、14℃で6日程度とし、粳殻を透かして胚が白く見えるようになった時が浸種終了の目安としてください。

#### (2) 催芽

- ① 発芽を均一にするために30～32℃で行う。その際、内部の種子まで均一な温度となるよう予め36～40℃の温度で湯通しを行う。
- ② 催芽中は水分を切らさないようにし、芽の長さはハト胸程度(1mm)とする。その際、種子袋表面だけでなく内部の発芽も確認する。
- ③ 発芽ムラが見られる場合は、発芽の遅い種子が芽切れするまで十分に行う。

### 2 播種

- (1) 種子は適度に水切りし、播種精度を高める。
- (2) 播種時に育苗箱(床土)へ十分灌水し、均一播種に努める。
- (3) 覆土は無肥料を使用し、覆土は5mm位とし覆土後の灌水はしない。
- (4) 枝梗が残っている種子もありますので、播種状況を確認しながら行うこと。

### 3 準種子の場合

・通常の種子よりふ割れや脱ぷが目立ちますが、種子としての能力(発芽率)に問題はありませるので、通常通り使用してください。

お問い合わせは購買課・農業振興課まで

## あきたこまち R とは？

- 「あきたこまち(母)」に、カドミウム低吸収品種「コシヒカリ環1号(父)」を交配した後、「あきたこまち」を7回戻し交配してできた品種(交配育種)です。
- 収量、品質、食味等の特性は「あきたこまち」と同等で、カドミウムをほとんど吸収しないという特性を持っています。
- 「あきたこまち R」に切り替わっても、これまでの「あきたこまち」と栽培管理は同じです。

### あきたこまち R の育成系譜



## あきたこまち R に切替する理由は

- 海外の基準値に合わせて国内基準値が厳しくなっても対応できるようにするためです。  
→米産県として将来を見据え、国内外の消費者に安全なコメを供給していくことが重要です。

海外ではカドミウムやヒ素の基準は日本より厳しい

「カドミウム」日本0.4ppm→香港・シンガポール 0.2ppm、EU 0.15ppm

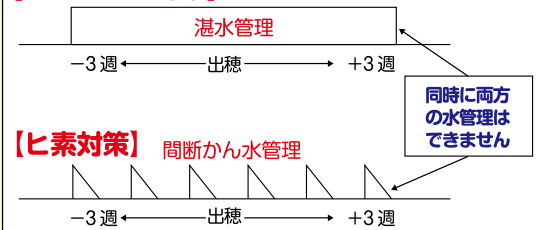
「無機ヒ素」日本 未設定→香港・シンガポール・コーデックス委員会 0.35ppm

輸出拡大にも  
対応が必要!!

- 「カドミウム」と「ヒ素」の両方を低減するためです。  
→カドミウムとヒ素の水管理の対策は全く逆になります。  
カドミウム低吸収の「あきたこまち R」に切り替えると、湛水管理が不要となり、両方を低減することが可能となります。

### カドミウムとヒ素の吸収を抑制する水管理の違い

#### 【カドミウム対策】



## 米袋の表示

- 「あきたこまち R」は、「あきたこまち」と形質や品質の評価に差がないので、品種群として1つの銘柄となり、米袋の銘柄は「あきたこまち」と表示されます。  
※農産物検査時の品種名は、「あきたこまち R」となります。

### 米袋の表示

検査証明書		
令和7年度	水稲うるち玄米	特選り、産地及び産地の
銘柄	秋田県産 あきたこまち	事項を証明する。
正味重量	特 級	
30kg		
検査請求者記載欄		
検査請求者	秋田 太郎	
住 所	秋田県秋田市山王町丁目〇番〇号	
生 産 地	秋田県秋田市	
品 種 名	あきたこまち R	

●美の国あきたネットでも【水稲新品種「あきたこまち R」を紹介しております!】  
(<https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/73119>)をご覧ください。

【QRコードはこちら】





「あきたこまちR」の特性は「あきたこまち」と同等です。

(農業試験場、2019～2021年平均)

品種名		あきたこまちR	あきたこまち
早晩性		早生	早生
草型		偏穂数型	偏穂数型
耐病性	いもち耐病性		
	遺伝子型	<i>Pia, Pii</i>	<i>Pia, Pii</i>
	葉いもち	中	中
	穂いもち	やや弱	やや弱
	白葉枯耐病性	やや弱	やや弱
耐倒伏性		やや弱	やや弱
耐冷性(障害型)		中	中
穂発芽性		やや難	やや難
高温登熟性		中	中
出穂期(月日)		7.27	7.27
成熟期(月日)		9.05	9.06
稈長(cm)		76.8	77.1
穂長(cm)		17.3	17.6
穂数(本/㎡)		439	433
収量(kg/a)		57.3(98)	58.8(100)
千粒重(g)		22.6	22.8
品質(1～9)		1.8	2.0

※秋落ちしやすいほ場では「ごま葉枯病」に注意が必要です。

「あきたこまちR」の食味は「あきたこまち」と同等です。



- ① 奨励品種決定試験ほ場産を用いて、外部機関で食味試験を実施。
- ② 基準品種は同一ほ場で栽培した「あきたこまち」を用いた。
- ③ 画品種の食味は、統計上有意な差はありません。

## 「あきたこまちR」の質問にお答えします。

### 質問① 放射線育種による米ですか

●「あきたこまちR」は、放射線を照射して育成した米ではありません。「交配育種」による米です。

※「コシヒカリ環1号」は、コシヒカリの種子に1度だけ放射線を照射して突然変異を誘発し、カドミウム低吸収性を持つ株を6世代以上栽培して、選抜を繰り返し育成された品種です。

※放射線育種は、50年以上前から多くの農作物の品種改良に用いられ、自然界でも起きる突然変異を利用した一般的な育種法です。

※具体的には、水稲では耐冷性の「レイメイ」、耐倒伏性の「北陵100号」等の開発をきっかけに、「アキヒカリ」、「キヌヒカリ」などの後代品種が多量育成され、現在、国内で生産される多くの水稲品種が、放射線育種由来となっています。さらに、大豆や野菜、果樹等でも様々な品種が育成され、一般的に流通し食べられています。

※もちろん、安全性に問題はなく、有機栽培としても認められます。

### 質問② なぜ、全県的に「あきたこまち」から「あきたこまちR」に切り替えるのですか

●海外ではより厳しいカドミウム基準値を設定している国が多く、今後世界基準に合わせて国内基準値が厳しくなることが見込まれ、そうなると、県内の一部だけの問題ではなくなります。

●また、ヒ素の基準値を設定している国が多く、国内基準値が新たに設定されることが考えられますが、その対策は、カドミウムと全く逆の水管理が求められることとなります。

●したがって、海外への販路拡大とともに、将来を見据え、より厳しい基準になっても「米どころ秋田」で安全な米生産ができるように全県的に切り替えることが重要です。

### 質問③ 栽培方法はこれまでと同じでいいですか？

●出穂期や成熟期、収量性や品質等は「あきたこまち」と同等で、基本的にこれまでと同じ栽培方法で問題ありません。

●ただし、生育に問題は無いものの、マンガンの吸収能力が低下していることから、一部の秋落ちしやすいほ場では「ごま葉枯病」の発生に注意が必要ですが、田植え時に使われる「いもち病」防除剤の種類を工夫すれば問題ありません。

●引き続き、稲づくりの基本である「土づくり」に努めることが重要です。

問い合わせ先：秋田県農林水産部水田総合利用課(TEL:018-860-1785) 秋田県農業試験場(TEL:018-811-3312)  
振興課

## 令和6年用肥料・農薬・資材予約注文について

- 令和6年用肥料・農薬・資材等の配達が無事終了しております。現物と納品伝票の確認をお願いいたします。

## 令和6年用大豆種子について

令和5年の大雨や猛暑等の影響から数量及び品質の低下により数量確保ができない見込みとなっており、緊急的な対策として4年産転用種子(大粒)での供給となります。なお、転用にあたっては産米改良協会、全農にて色彩選別機による調製を行うとともに、県等関係機関における発芽試験での品質確認を実施します。

## 毒物、劇物の購入・返品には印鑑が必要です。

商品名：パダン グランドオンコル ヤソチオン など

- ①サイン、拇印では代用できません
- ②18歳未満の方は購入できません
- ③本人確認を行う場合があります

## 春の農繁期対応のため 3月20日(祝)より

平日 8:30 ~ 18:00

土 8:30 ~ 17:00

日・祝 8:30 ~ 12:00

営業に  
なります

- 3月30日(土)は棚卸のためお休み致します。

お問い合わせは購買課まで018-855-6222





# 夜間ローン相談会のご案内

3月 **7日(木)** **21日(木)**

17時～19時 各支所で開催



## ロードサービス付 簡単マイカーローン

変動金利型（保証料込）

お取引に応じた  
優遇金利

年 **1.8%**

- ✓自動車購入・修理
- ✓車検・免許取得費用
- ✓他社マイカーローン借換



## 簡単教育ローン

変動金利型（保証料込）

お取引に応じた  
優遇金利

年 **1.9%**

- ✓入学金・授業料等
- ✓就学にかかる家賃等生活費
- ✓他社教育ローン借換



- 優遇金利の条件となるお取引とは、①ネットローンから仮申し込み②JAスマートカードローンのご利用の2つです。ローン詳細は融資担当へお問い合わせください。
- お借入れには所定の審査がございます。ご希望に添えない場合もありますので、ご了承ください●金利は令和6年2月20日現在です。金融情勢の変動により、金利を見直す場合がございます。

## 年金のお受取りは、JAが便利です

最寄りの窓口はもちろん、JA あきた湖東の管内に ATM が7か所ある他、提携金融機関やコンビニエンスストアの ATM でも割安な手数料でお取引可能です。

年金のお受取りは、身近で便利な JA あきた湖東の口座を是非ご利用ください！

【JAあきた湖東のキャッシュカードを利用できる提携ATMの例】

年金の請求手続や受取金融機関の変更などJAがお手伝いいたします。お気軽にご相談ください！



提携ATM	取引	時間帯	手数料
秋田あったかネット加盟ATM ※「秋田銀行」「秋田信用金庫」などの「秋田あったかネット」ステッカーが表示されたATM	出金	平日 8:45～18:00	無料
		土曜日 9:00～14:00	
		平日・土曜日の時間外	110円
		日曜日・祝日	
ゆうちょ銀行・セブン銀行・ローソン・イーネットATM	出金	平日 8:45～18:00	無料
		土曜日 9:00～14:00	
	入金	平日・土曜日の時間外	110円
		日曜日・祝日	

ご利用のATMにより、手数料が異なる場合がございます。詳しくはご利用ATMの掲示等でご確認ください。手数料は、令和6年2月20日現在です。



# NEW 健康

## ワンポイント アドバイス

今月のテーマ

～「認知症とは？」～

最近物忘れが激しくなったり、人の名前が思い出せなくなったりしているご家族はいませんか？もしかしたらそれは認知症のサインかもしれません。認知症になった場合どうしたら良いか不安がありますよね。今月は認知症とは？予防するには？この2点を説明したいと思います。

**「認知症とは？」**

脳になんらかの障害が生じて、認知機能が低下し、日常生活を送るのに支障が出ている状態のことを言います。認知症には早期発見・早期診断によって治療が可能なケースもあります（例えば頭蓋骨の下で出血が起こり血腫によって脳が圧迫される慢性硬膜下血腫）。一方で、根本的な治療が困難なこともあります（アルツハイマー型認知症など）。早期発見とは言え認知症の疑いがある場合何科に相談したら良いか悩みますよね。まずはかかりつけの病院や医療機関に相談をしましょう。かかりつけ医がない場合は脳神経外科や内科、精神科などに相談してく

ださい。診断には診察・心理学検査・脳画像検査といった検査を行います。当院では「もの忘れ相談外来」を実施しているのので、心配な方はぜひ相談してみてください。

**「予防するには？」**

① 食生活を見直す  
魚、野菜、果物をバランスよく摂取する地中海食（イタリア、ギリシャなど地中海沿岸の国の人々が食べている伝統料理）は、アルツハイマー型認知症のリスクを低減させる研究結果があります。



認知症予防に効果があると言われる地中海食

② 適度な運動をする

運動は、生活習慣病の危険因子を取り除き、脳の状態を良好に保つ効果があります。適度な運動とは「息がはずむ程度の運動を毎週60分行うこと」に相当します。この程度の運動を行うことは運動習慣のない人より生活機能の低下リスクを12%減らすことができると言われています。

③ 社会活動に参加する

高齢になると家から出るのが億劫になる方が多いと思います。しかし外に出て社会活動に参加することは身なりを整える、持ち物を準備する、集合時間に間に合うように時間を計算するなど脳に様々な刺激を与えます。社会活動の例としては「料理教室に参加する」「週1回デイサービスに通う」「シルバー人材センターに登録し今までの仕事や特技を活かして社会貢献を行う」などです。

以上の認知症を予防するための3つのことはどれも始めるのは難しくもないものの、これまでの生活習慣をがらりと変えるのは容易ではありません。ストレスにならない程度にできるものから始めてみてください。







今号の  
おたより  
コーナー  
March Letter Corner

① 昨年の水害の際には建物共済と車両保険に入っていたので、対応していただきありがとうございます。ありがとうございました。これからもよろしくお願ひいたします。  
(五城目町 70代)

② 今年は雪が少なく年寄りにとっては大変助かっています。春が来たのかと勘違いして、熊も冬眠から目覚めましたね。  
(八郎瀧町 70代)

③ バラエティーに富んだ内容で毎月、楽しみにしています。クイズコーナーがなかなか当たりませんね。  
(井川町 60代)

④ 毎号、最後のページに幼稚園の子供達が載っているコーナーがとても楽しみです。そのうち我が子も…とワクワクして居るのです。  
(湯上市飯田川 30代)

⑤ 「鍋焼うどん」を早く食べます。簡単でとても美味です。  
(湯上市昭和 60代)

⑥ 今年は災害のない年にしたいですね。稲作や野菜が豊作であるように祈っています。  
(五城目町 60代)

⑦ やさい畑新春餅つきイベントに私も行ってつゆ餅を食べたかったです。来年は絶対に行こうと思っています。  
(八郎瀧町 70代)

⑧ NEW健康フロンティアアドバイスでは「フロンティア」について検査を初めて知りました。認知症の早期発見、早期対応のためにも日々進歩していることに驚いています。これからも健康アドバイスを楽しみにしています。  
(井川町 70代)

⑨ 今年は雪が少なく車の運転がとても楽で有難いです。5月に入ると農作業が始まりますが、今がゆっくり出来る日々です。  
(湯上市昭和 60代)

⑩ 土付き大袋入りのゴボウやネギは…スパーなどにはなくやはり、やさい畑だなと思いましたが、調理はチョットめんどうでも各野菜がたくさん採れるのでサイコーです。  
(湯上市飯田川 70代)

燃料課からのお知らせ

# ガソリンスタンド 従業員募集

危険物取扱有資格者大歓迎

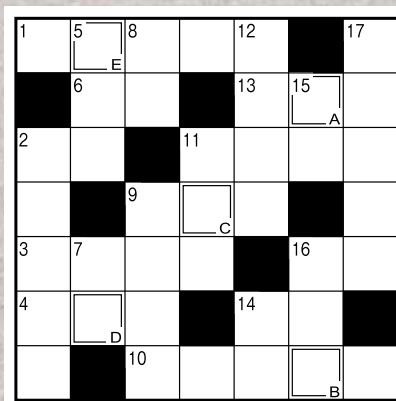
職 種：スタンド業務全般  
募集資格：18歳以上の方  
募集人数：若干名  
勤務時間：交代シフト勤務  
その他：委細面談の上ご相談ください。

面接希望の方は下記まで、  
お電話ください。

(連絡先)JAあきた湖東  
燃料課 TEL:018-852-3444

## 頭の体操 クイズコーナー

二重枠に入った文字を、A~Eの順に  
並べてできる言葉は、何でしょうか？



タテのカギ

- 02. 歌のうまさを競うイベント
- 05. 釣りで使う擬餌針のこと
- 07. 舌で感じ取るもの
- 08. 日本一高いものは3776mあります
- 09. 「峠の——」は群馬県・JR横川駅の名物駅弁です
- 11. 人や車が行き来する道のこと
- 12. このような役を演じられるとは役者——に尽きます
- 14. ものを記憶する器官
- 15. ホルスタイン、ジャージーといえば
- 16. 寄せ書きに使ったりサインをもらったり
- 17. ホワイトデーに贈ることもある、ふわふわと軟らかいお菓子

## ヨコのカギ

- 01. 3月下旬から4月上旬までの学校の休暇
- 02. イエスの反対語
- 03. 俳句や和歌で規定より音数が多いもののこと
- 04. いいかげんなことはしません
- 06. 海に潜って貝などを採ります
- 09. どこからか梅の花の——が漂ってきた
- 10. 卒業生が校長から卒業——を授与された
- 11. 捕手とバッテリーを組みます
- 13. 原稿——、投票——
- 14. 雨宿りのときに借ります
- 16. 姫路や彦根、松本のものが有名

## 先月号の答え

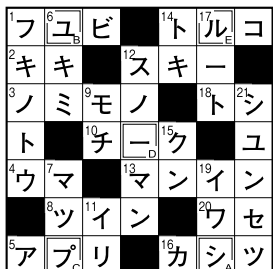
- 藤田日和さん (五城目町)
- 遠藤睦子さん (井川町)
- 佐藤勝子さん (八郎瀧町)
- 佐藤久美子さん (湯上市昭和)
- 門間美佐子さん (湯上市飯田川)

応募総数30通

沢山の  
ご応募本当に  
ありがとうございました。



A=シ  
B=ユ  
C=ブ  
D=イ  
E=ル



クイズ正解者の中から抽選で5名の方にプレゼントを差し上げます。

- ① 答え ② 住所 ③ 氏名 ④ 年齢 ⑤ 電話番号
- ⑥ JAまたは本誌について一言お書き添いの上、下記の宛先までハガキにてお送り下さい。(3月22日(金)迄)
- ※皆様からJAに寄せられたお便りの情報は、広報活動以外では使用することはありません。

宛先 〒018-1721 南秋田郡五城目町字七倉123-2  
JAあきた湖東 広報担当 係

# 春季集落座談会開催のお知らせ

## 各地区で春季集落座談会を開催致します。

令和5年度の農政宮農について話し合う貴重な機会ですので、多数のご出席をお願い致します。日程等、詳しくは開催通知をご覧ください。

### 開催期間:3月11日(月)~15日(金)

### 女性の方々もぜひご参加ください!

## 2024年産「静岡天竜茶 新茶」ご予約承ります!



### 大好評の静岡県天竜の新茶をご紹介します!

~日本のお茶のはじまりは静岡 森・掛川・天竜~

静岡天竜阿多古水系 山育ちのお茶  
「創業百有余年 カネタ 太田園のお茶」是非ご賞味ください!!

数多くの受賞歴がカネタ太田園の品質を物語っております!!

●2008年 北海道洞爺湖サミット 各国首脳に振舞われました

●2013年 第52回農林水産祭天皇杯受賞 宮内庁御用達

銘柄 (規格)	おすすめ 天竜の誉れ 170g×3本	天竜の深み (抹茶入煎茶) 170g×6本	天竜の恵み 170g×6本	天竜の想い 170g×6本	天竜の香り 170g×6本	天竜の雫 200g×3本
組合員様 税込価格 (本体価格)	10,800円 (10,000円)	10,800円 (10,000円)	10,800円 (10,000円)	7,560円 (7,000円)	6,480円 (6,000円)	6,480円 (6,000円)
お届け時期	5月下旬頃お届け	5月下旬頃に3本、10月に(冬期に向け火入れを強めて)3本お届け致します。				5月下旬頃お届け

※お茶は農産物ですので天候によりお届け時期が左右される可能性がありますのでご了承ください。

↓尚、これまで同様にエコープ茶(新茶)のご予約も承りますのでどうぞご利用ください↓

銘柄 規格	白翔 1kg 167g×6本	玉翠 1kg 167g×6本	宝玉 1kg 167g×6本	白楽 1kg 167g×6本	プレミアム紫鳳 (抹茶入煎茶) 1kg 167g×6本	紫鳳 1kg 167g×6本	瑞緑 1kg 167g×6本
組合員様税込価格 (本体価格)	21,600円 (20,000円)	12,960円 (12,000円)	11,340円 (10,500円)	9,180円 (8,500円)	7,560円 (7,000円)	7,020円 (6,500円)	5,940円 (5,500円)
お届け時期	5月上旬	5月中旬	5月中旬	5月下旬	5月下旬	5月下旬	5月下旬

## お問い合わせ先 生活課 855-1516



ご葬儀のことなら、  
どんなことでもお気軽にご相談ください！  
どなた様でもご利用いただけます。

**安心1** 月々の積立金、年会費は一切不要!

**入会金10,000円(税込)のみで葬儀費用がお得に!**  
毎月のご負担がかからないように掛金は不要です。

**安心2** 1回のご入会で1家族が「生涯会員」です。  
ご家族であればどなた様でも、ご利用いただけます。

**安心3** **即日入会可能**  
入会后すぐに会員割引が受けられます。※事前入会が原則です。

**安心4** **JA葬祭は全県ネットワークです。**  
県内のJA葬祭会社それぞれの会員割引特典が受けられます。



## 虹のホールレゼール湖東

〒018-1516  
南秋田郡井川町浜井川字杉ノ実170-1  
TEL 018-855-6333

お申込み・お問い合わせ

**JA葬祭レゼール**  
**0120-46-5731**

## 2月のあゆみ

- 1日.....みのり監査法人 リスク対応手続(～2日)  
.....米穀棚卸監査
- 2日.....令和5年度 コンプライアンスヒアリング  
.....第11回 LA会議
- 13日.....全共連 東北・北海道地区総代会議  
.....第11回 支所長会議
- 14日.....第11回 経済・生活福祉事業会議
- 15日.....全県共済担当部課長会議
- 16日.....第11回 企画会議
- 19日.....第1回 経済専門委員会
- 20日.....第3四半期監事監査(～21日)  
.....令和6年度に向けた園芸事業決起大会
- 21日.....第6回 秋田県JAバンク運営協議会専門委員会  
.....レゼール取締役会
- 22日.....第15回 監事会  
.....第14回 理事会  
.....第3回 理事協議会
- 26日.....第3四半期監事監査  
.....第6回 小規模多機能型居宅介護施設もりやま運営推進会議  
.....生産組合長会議(昭和支部)  
.....生産組合長会議(飯田川支部)
- 27日.....秋田県常例検査(部分検査)(～28日)
- 28日.....生産組合長会議(五城目支部)
- 29日.....第4回 理事協議会  
.....生産組合長会議(井川支部)  
.....生産組合長会議(八郎潟支部)

## 3月の行事予定

- 5日.....全県JA企画管理担当部課長会議
- 6日.....令和5年度決算研修会(WEB 併用)
- 11日.....春季集落座談会(～15日)  
.....みのり監査法人 リスク評価及びリスク対応手続(～13日)
- 29日.....みのり監査法人 現金実査  
.....関係団体・会社 臨時総会  
.....監事立合棚卸(～30日、4月1日)

## あしがき

今年の冬は雪も少なく過ごし易かったですね。春の訪れで1年があっという間だと改めて実感します。冬場に自宅で過ごした分、外に出てスポーツをしてみたりするのもいいですね。

## 職員人事

異動 (2月1日付、カッコ内は旧任)

- 生活課長…小玉真也(燃料課長補佐)
- 五城目支所係長…川上和裕(企画総務課係長付JAグループ秋田組織再編協議会事務局出向)

## 理事会報告

業務報告 ●2月主要事業実施経過報告について

- 実績検討について
- 組合員の加入及び脱退状況について
- 内部監査結果(1月実施)の報告について
- みのり監査法人令和5年度期末監査の実施について
- 令和5年度(令和6年3月)末基準購買品および米穀等棚卸立会監査の実施・現金並びに貯蔵品監査の実施について
- 令和6年度 監事監査計画について
- 大口信用供与における貸出先の経営状況の報告について
- 貸付金利の変更及び設定について
- 賦課金の収納状況について
- 令和5年産 大豆荷受及び検査実績について
- 令和6年度 新茶の推進について
- 要改善JA(不祥事点検基準)の指定について
- 春季集落座談会の開催について
- 役員報酬審議会からの答申について

報告 ●業務報告 2月主要事業実施経過報告について

- 議案第58号 令和6年度 内部監査実施計画について
- 議案第59号 大口資金の貸付について
- 議案第60号 令和6年度 営農指導事業計画(案)について
- 議案第61号 令和6年度 経済・生活福祉事業関係手数料、利用料金等の設定(案)について
- 議案第62号 出資金の減口について
- 議案第63号 JAあきた湖東不祥事再発防止策(兼整備計画)について

協議 ●労働組合からの要求について

湖東の  
おいしさ  
いただきます



野菜大好き!!

VOL

192



もい<sup>えん</sup>やまこども園<sup>おお</sup>大川分園<sup>かわぶんえん</sup>

今月はもりやまこども園大川分園の皆さんがホウレン草を持って撮影してくれました。子どもたちは2月に行った豆まき会では自分たちで制作した鬼のお面に豆を投げ、みんなで鬼を追い払いました。

3月はひな祭りでは花冠を作って飾るほか、卒園する年長さんのお別れ会食会では、みんなで思い出話をしながら給食を食べます。また、在園児からお世話になった年長さんへ手作りのペンダントをプレゼントし、じゃんけん列車や〇×クイズ等、予定が盛りだくさんでとても楽しみにしています。



今月の野菜

ホウレンソウ



カスピ海沿岸が原産地で、ヒユ科アカザ亜目ホウレンソウ属の野菜です。β-カロテン、鉄、ビタミンC、葉酸、食物繊維、カリウムが豊富です。β-カロテンには、ビタミンAとしての皮膚や粘膜を正常な状態に保ち、感染症などへの抵抗力を高める機能以外に、抗酸化作用や免疫力アップといった働きも備えています。