



地域と共に
あなたのそばに



井川義務教育学校 5年生田植え体験



- 02 春季集落座談会 Q&A
- 04 子どもたちの農作業体験
- 06 ニュース&トピックス「湖東厚生病院で草刈り奉仕作業」ほか
- 08 稲作情報
- 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



八郎潟小学校サツマイモ苗植え

3月5日〜10日にかけて開催されました「春季座談会」において、さまざまなご意見・ご要望が寄せられました。
主な内容について、誌面にてご回答致します。

【共通事項】

Q1 合併後の職員数の減少により、様々なサービスの質が落ちたりとデメリットも多いのではないかと合併後の組織で地区本部・

営農センターにはそれぞれ湖東の責任者はいらっしゃるのか、営農センター・農機センターはそのままで残してほしい。

合併に対する不安がある。地域に密着した本来の農業協同組合ではなくなるのではと懸念している。顔見知りの人が出向したりするため、今後の情勢を考えると合併やむなしと思うが、理事・職員の人員削減などで組合員の声が届きにくく、不便になることを懸念している。

合併すると、今まで進めてきた湖東のブランド作物の価値が薄れるのではないかと。合併により法人や大規模農家だけが優遇されること

が無いようにしてほしい。合併後のメリットを今後明確にしてほしい。サービスはどうなるのか。今は、営農指導員が来てくれたりと助かっているが合併によりそれが難しくなるのであれば困る。

A1 合併については様々な意見がございますが、コ

ロナ禍による行動制限の影響を受け、十分な協議検討ができない状況が続く。組合員の皆様に詳細な内容について周知するまでに至っておりません。合併が延期になったことに伴い、今後合併のメリット・デメリットも含め、細部にわたる協議が進めらるることになりますので、内容については、座談会・広報等で周知してまいります。

Q2 役員選出について、地区別にとらわれない選出で良いのではないかと。(組合員の減少と高齢化のため)

A2 秋田県から平成19年以降の改選期において選挙区制(複数選挙区制)を改めるよう指導があり、県内JAでは、平成18年度までに複数選挙区制を解消するための定款変更を行い、全地区区制による選挙制または選任制に移行することとなり、当JAでは選任制を採用しております。

Q3 広報毎月の作業の仕方の方ページのために。

A3 写真の割には情報が少ないから入れてほしい。例：米を含めての価格情報。肥料高騰対策の決定事項等。

A3 今後とも広報を通じて情報を提供してまいります。

【信用共済事業】

Q1 五城目支所の挨拶が以前より声が大きくなり、すくなく良くなったと思う。

A1 ありがとうございます。今後とも明るく元気にお客様サービスに努めます。

Q2 支所の窓口対応につ

いて、人が少なくお客様対応が不十分と感じた。(手続きまでの待ち時間が長い。用件を言っても対応が遅い)職員の身だしなみ、接遇も含め、他金融機関に劣らないように努力してほしい。駐車場の雪かきをきちんとしてほしい。車の乗降りの際危険だった。

A2 ご不便をかけております。職員教育の徹底、職員の適正配置等により窓口接客対応の満足度向上を図ってまいります。

Q3 ローン相談会の情報を広報に載せてほしい。

A3 広報にてお知らせ致します。

Q4 今年は年金友の会の行事(グラウンドゴルフ・ボウリング)や旅行の計画はされているか。広報等で通知してほしい。

A4 決定次第お知らせ致します。

【営農販売事業】

Q1 生産組合正組一戸当たり1000円とあるがなぜ下がるのか。離農が増えているので出席率に対しての支援は難しいのではないかと。別の方法も検討すべきではないか。

A1 座談会は年2回行われ、両方に参加頂きますと組合員一戸当たり600円の助成となり合計1600円の助成となります。限られた予算での座談会出席率向上のための支援策です。多数の組合員様に参加頂ければ幸いです。

Q2 サキホコレが基準に満たないと備蓄・加工米として出荷できないのか。サキホコレの生産者について、選抜するのではなく作付けしたい生産者にどんな作付けさせるべきではないか。

A2 ブランドイメージ低下の原因となる、需給調整米への転用は出来ません。一定の基準を満たし、栽培技術を保有した農家でなければブランド価値を高められませぬのでご理解願います。

Q3 航空防除(有人)は今後も継続するのか。今も高速道路脇で道路公団でカメラ防除しているのか。

A3 航空防除については有人ヘリ所有の会社が少ないという心配もありますが、今すぐ中止ということはないと思われま。道路公団で高速道路脇の草刈りは実施されております。

Q4 生産者の高齢化が進み農作業が手に負えないので手伝ってほしい。

A4 JA無料職業紹介所では人材斡旋も行っております。ご相談下さい。また、所有権移転、作業受託等はアグリサポート湖東にご相談下さい。

【購買事業】

Q1 種子・肥料の注文用紙について、毎回かなりの数があるため返品する負担が大きい。必要な部数を把握するなどして無駄にならないようにしてほしい。

A1 必要部数については、

Q2 サキホコレが基準に満たないと備蓄・加工米として出荷できないのか。サキホコレの生産者について、選抜するのではなく作付けしたい生産者にどんな作付けさせるべきではないか。

Q2 営農に詳しい人を土日も置いてほしい。土日の対応者が2人だと混んでるときは、窓口にも誰もいない。

A2 お客様に迷惑がかからないよう休日体制を検討してまいります。

Q3 自己取りは、連絡があるが、配達は連絡がない。だいたいでもいいので広報等に載せてほしい。

A3 予約注文分の配達時期については、「購買情報」として広報へ掲載しております。

Q4 肥料・資材の注文をネットで対応できないか。

A4 現在、全農受発注センターシステムとして県内他JAで試験運用されており、当JAでも導入を検討して参ります。

Q5 JAとホームセンター等では機械や肥料の値段がJAのほうが高すぎるので少しでも安くしてほしい。

A5 低コスト肥料等の取り扱いも含めて検討して参ります。

Q6 農薬の予約時に提示されていた単価が注文後変更される(高くなった)のは、他で安価なものがあったらJAを利用しているのに信用にかかわることではないか。社会情勢等で価格高騰は理解しているが助成等支援対策を講じてほしい。

A6 予約注文書作成時は、

肥料・農薬価格が決まっておりますので参考価格として値上がり前の価格を掲載しております。

Q7 バレットの管理について、職員の方で引き取りに行くことは出来ないか。

A7 ご連絡をいただければ回収に伺います。

【介護事業】

Q1 介護施設の部屋数は、1泊あたりの金額等の記載をしてほしい。

A1 部屋数については9部屋、1泊あたり・2000円となります。

【生活事業】

Q1 移動購買車について回るルートはどのように決めるのか。いつ頃から始めるのか。週何回来てくれるのか。移動購買車の商品の種類はどれくらいか。

A1 6月12日より事業を開始しております。移動購買車のルート・商品の種類等につきましては皆様のご希望に沿えるように検討しながら、進めて参ります。

Q2 移動購買車は高齢者が増えていいので良いと思ふ。高齢者世帯等需要があるので期待している。

A2 高齢者世帯が増えていいの中で、地域に貢献しながら、ご希望にお応えできる体制に努めて参ります。

Q3 葬儀をレゼールで行った場合、自宅で行うより料金は高いか。

A3 葬儀をレゼールで行った場合は会場料、宿泊

した場合は宿泊料等がかかりますので自宅で行った場合よりも料金が高くなります。

【農機事業】

Q1 色彩選別機の設置場所はどこか。稼働のスケジュールは。

色彩選別機の使用方法を教えてください。利用料金はいくらか。予約するタイミングは、稲を刈る前から刈ってからでも予約できるか。

色彩選別機について、玄米で持ち込めるか。持ち込む量は袋単位か、どのような状態で持ち帰るのか。職員は常駐しているのか。運搬してきた米を車から下ろしたりしてくれるのか。白米までできるのか。

A1 設置場所は、井川フレコンセンター隣（さくら駅隣）となります。機種は、サタケ色彩選別機SGS-3500K、玄米一袋300円（税抜）、期間は9月末〜11月中旬で農機センターに事前予約となります。玄米・フレコンでの持ち込みに限り、一袋からでも出来ませんが、一時預かりで数量がある程度まとまり次第選別いたします。37袋以上はフレコン出荷も可能です。玄米の選別だけになります。選別終了後、ご連絡致しますので引取りとなります。※詳しくは農機センターへお問い合わせください。

Q2 有人ヘリ防除は完全にやめるのか。

A2 各市町村の防除協議

【燃料事業】

Q1 ガソリン価格について、他JAと価格差があるのはなぜなのか。

A1 価格調査をして価格差がないように参ります。

Q2 飯田川地区の免税軽油手続きは、よりそいプラザで行ってほしい。

A2 今後検討して参ります。

【直売所】

Q1 やさい畑の地場産販売額1億円突破はすごい。野菜の種類によつて安く購入できるのでもよい。

A1 引き続きご愛顧のほど宜しくお願い致します。出荷者の高齢化も否めない状況でありますので組合員の皆様からの出荷もお待ちしております。

Q2 やさい畑について、GW・盆・正月などは混雑して店内を歩けないので、レジの配置についてどうにか出来ないか。

A2 いつもご利用ありがとうございます。レジの配置については、以前より協議を重ねているところですが、入口の配置の関係もあり、移動は厳しい状況であります。繁忙期は外

レジも準備し対応して参ります。

Q3 やさい畑での営農講習会を開催してほしい。

A3 出荷組合員様向けの講習会は年3〜4回程度開催しております。GWにはお客様向けの栽培講習会を営農指導職員が開催しておりますので是非ご利用下さい。

Q4 インボイス制度についてやさい畑に出荷しているが免税事業者のままでも何も問題ないか知りた。勉強会をまた開催することがあれば参加したい。

A4 通常出荷されている方は問題ございません。一部、直売所を通じて外販する場合は協議が必要となりますが、個々にご相談させて頂き対応することとしております。不明な点などございましたら、ご相談頂きたいと思ひます。

【アグリサポート】

Q1 仕出し・漬物などの開発部門はあるのか。農協組合員だけの販売ではなく、外部に提案していかないと収益が伸びないのではないか。

A1 漬物の商品開発については、調味液会社の研究室よりご協力頂き、食味に加え安全性も考慮しながら商品開発を行っております。旬の野菜を使用し郷土の味の継承も年頭に引き続き商品のご提案に努めて参ります。

Q2 アグリサポートの作

業体系が悪いのではないか。(例えばそれぞれの地区の植える時期に合わせるべきでは)

A2 圃場が管内全地区に点在しているため、特に田植作業については、苗の生育に追われる状況なので、出来るだけ機械の移動距離を抑えた効率的な作業をする必要がありますのでご理解願ひます。

Q3 漬物加工所は黒字になつていないのか。

A3 漬物加工製造部門については、黒字化を確保出来ております。販売部門も含めても収益改善に努めております。

Q4 広報に漬物加工所の求人募集を載せているが、常に人が足りない状況なのか。

A4 販路拡大に伴い、製造量が増加傾向となっております。パート作業員の体調管理も含め人員の確保に努めております。

Q5 漬物のパッケージが目を引きたくない。見た目も大事である。明るいものにするべきではないか。色合いはどうか。

A5 ご意見ありがとうございます。消費者の高齢化、物価の上昇等消費者側の背景も考慮しながら少量規格等パッケージも考慮した商品づくりに努めて参ります。





子どもたちの



農作業体験



5月の後半から6月にかけて、管内の小学校で農作業体験を行いました。

子どもたちは農作業を通じて、農作物を自分たちで育てる喜びを実感し、いのちや環境、人と農業の関わりを学びます。

毎年、JAでも児童に農業や食について興味や関心を持ってもらいたいという願いから、地域の方々と農作業体験のお手伝いをさせていただいています。

5/23(火) 井川義務教育学校 5年生田植え体験

田植え作業を行う子どもたち。



井川義務教育学校5年生が地元農家の皆様のご指導のもと、学習田の田植え作業を体験しました。子どもたちのほとんどが初体験となる田植え作業で、作業を終えた子どもたちからは「泥で思うように動けず植えるのが大変でしたが、地域の皆様から丁寧に教えてもらい、みんなで協力しながら植えることができました。この後、順調に育ち、秋には豊作になることを期待しています」と話してくれ、教えてくださった皆様に感謝を伝えました。



5/24(水) 飯田川小学校 1、2年生 サツマイモ苗植え



優しく丁寧に植えました。



飯田川小学校 1、2年生が、サツマイモの苗植えを行いました。子どもたちからは、初めて植えるサツマイモに興味津々で、JA 営農指導員の指示に従い 1 年生、2 年生が協力しながら、苗を傷つけないようにやさしく丁寧に植付けました。今後、収穫までの間、美味しいサツマイモが、たくさんできるように、天気を確認しながら、子どもたちで水やりを行います。

6/1(木) 飯田川小学校 3 年生 枝豆、大豆の播種作業



枝豆、大豆の播種作業を行う子どもたち。



飯田川小学校 3 年生が枝豆、大豆の播種作業を行いました。JA 営農指導員からは枝豆、大豆の種子についての説明や播種作業についての説明があり、子どもたちは指導員の指示に従い作業を行いました。今後、収穫した大豆は 4 年生の味噌加工の授業で使用するので、子どもたちからは、「これから、しっかり管理を行い、たくさん収穫できるように楽しみにしています」と話していました。

6/9(水) 八郎瀧小学校 サツマイモ苗植え



1 年生と 6 年生による苗植え。



2 年生と 5 年生による苗植え。



3 年生と 4 年生による苗植え。

八郎瀧小学校全校生徒がサツマイモの苗植えを行い、JA 営農指導員からは、植付け後に土をかける時は優しく布団をかけるように土をかけるよう呼びかけました。子どもたちは初めての苗植えで解からないことは上級生がサポートしながら、みんなで協力し植付けました。苗の植付け後、子どもたちからは収穫期にはたくさん収穫できるよう、今後は水やりや草取りしながら、大切に育てよう話がありました。

6/21(水) 八郎瀧小学校 5 年生 枝豆の播種作業



枝豆の播種作業を行う子どもたち。



八郎瀧小学校 5 年生が枝豆の播種作業を行い、あきたさやか、香り五葉ほか 5 品種の枝豆を播種しました。JA 営農指導員から、それぞれの品種特性について説明があり、豊かな香りがする品種やコクのある旨味の品種、たくさん収穫できる品種等に子どもたちは興味深い様子でした。また、播種方法として、土は指の第二関節の深さに 2 粒ずつ播種することを指導し、子どもたちは教えてもらった通りに丁寧に播種しました。播種後、子どもたちからは「これからみんなで水やりや草取りを行い美味しい枝豆をたくさん収穫できるように心がけます」と話してくれました。



湖東厚生病院で 草刈り奉仕作業

6月20日(火)

J A秋田厚生連「湖東厚生病院」においてJA職員が病院周辺の草刈り奉仕作業を行いました。草刈り奉仕作業はJAと病院の連携強化を目的として景観向上のほか、清潔感の維持などに貢献するため職員総出で行い、隔々まで刈り取りました。当JAはこれからも病院は地域のライフライン、地域の拠り所で、地域の皆さん、患者さんが気持ちよく過ごせる環境づくりのため、協力してまいります。



▲作業を行う JA 職員。

J A 農業機械大展示会



▲来場者で込み合う会場内。

6月14日(水)～16日(金)

J A 農業機械大展示会が開催され、会場にはトラクターや田植え機、コンバイン等の大手メーカーの最新鋭の機械が勢揃いしたほか、実演コーナーでは、GPS機能を搭載した自動操縦の農業機械が紹介されました。また、農薬や肥料の相談会も行い、担当者が商品の使い方を分かり易く説明していました。展示会終了後は農機抽選販売会の大抽選会を行い、管内からは特賞のテレビを鎌田康雄さん、2等賞の布団乾燥機を半田健さんが当選し、大喜びしました。

移動購買車営業開始

6月12日(月)

当JAは新しく移動購買車営業を開始し、1週間に月、水、金の3日間で近所に商店がない地域を重点的に巡回、買い物のため、なかなか出歩くことのできない利用者様を支援しています。販売している商品はパンや弁当、野菜等の豊富なラインナップを取り揃え、利用者様から「豊富な品揃えで、家の近くまで来てくれて助かります」と大人気です。今後も利用者様の暮らしに寄り添い、地域に根ざした事業を展開してまいります。



▲食材を選ぶ利用者様。



▲皆様、是非お声掛けください。

旬の食材 「葉生姜」

葉生姜とは、生姜の根茎が小指サイズまで成長したタイミングで葉っぱごと収穫したものです。みずみずしくて、辛味も少ないため、生のまま食べることも可能で、5月～9月頃に多く収穫されています。大きさが根茎の部分がちいさいもので、色味が根茎の部分が白色のもので、葉っぱが緑色のみずみずしいものを選ぶと良いです。可食部は白色の根茎部分で、皮を剥かずにお食べいただけます。葉っぱ部分を残しておくと、料理に彩りを加えることができるので、作りたい料理に合わせて葉っぱを残したり、切り落とししたりすると良いです。甘酢漬、天ぷら、肉巻きなど様々な調理方法があります。日持ちしにくい野菜ですので、できる限り早く食べるのがおすすめです。保存方法は水で濡らしたキッチンペーパーで包んでから、ポリ袋に入れて冷蔵庫で保存してください。特に葉生姜は乾燥に弱い野菜なので、乾燥には注意しながら保存すると良いです。

小ナス圃場巡回、栽培講習会

6月13日(火)

管内小ナス圃場巡回を行い、生育状況や生理障害、病害虫の発生状況について確認し、収穫に向けて栽培管理を徹底しました。また、地域振興局担当者から生産者へ今後の管理として、ナスは光を多く必要とするので新芽の生長、花の発育、果実の着色等に重要な役割を果たしているため、摘葉や整枝作業等呼びかけました。今後も圃場巡回を行い、生育状況を確認し、安定的な集荷に取り組みます。



▲摘葉を行う生産者。



▲今後の栽培管理を確認する生産者。



▲樹勢を見ながら、摘葉、摘芯を行います。

秋冬南瓜講習会、巡視会

6月8日(木)

秋冬南瓜講習会並びに巡視会を開催しました。

今後の管理について秋田地域振興局松川氏、全県をの生産状況について全農あきた工藤氏より説明頂き、秋冬南瓜講習会に移りました。

秋冬南瓜講習会では能代青果西方課長より県内量販店【いとく】でカネコ種苗【ほろほろ】を味にこだわった良食味な南瓜として冬至の1週間前後に販売していきたいと説明がありました。

カネコ種苗野口部長より降霜時期から逆算した播種時期や摘芯、着果節位等の【ほろほろ】の通常栽培(夏)とは異なるポイントを説明頂きました。その後、飯田川・井川・五城目地区圃場で巡視会を行いました。現在の生育については生産者毎にばらつきはあるものの一番果着果時期となっており、収穫については7月末頃から開始され、風乾等を経て、出荷については8月上旬頃を見込んでおります。今後は梅雨時期、豪雨により発生が助長される【斑点細菌病、つる枯れ病】の適期薬剤散布や草勢維持管理を生産者に促し、高位安定生産に努めます。また、高単価が期待できる秋冬至向け栽培により生産者所得向上に努めて参ります。



▲栽培の注意点を教わる生産者。



▲生育状況を確認する生産者。



▲病害、着果状況を確認し、栽培管理を徹底しました。

7月はいよいよ穂づくりです！

追肥の時期とポイント

米の品質向上は稲の活力低下防止、倒伏させないことが最大の目標です。追肥は幼穂と生育を確認してから実施。

穂肥は無理せず、幼穂と生育状況を確認してから

生育時期	品種	生育時期	追肥の効果と危険性
幼穂形成期	あきたこまち	7/10～7/20	1穂着粒数の増加が期待できますが 下位節間が伸び倒伏しやすくなる
	サキホコレ	7/15～7/25	
減数分裂期	あきたこまち	7/20～7/30	登熟促進、籾の稔実向上が期待できるが 追肥が遅い実肥は食味値低下を招く
	サキホコレ	7/25～8/5	

追肥の目安

(あきたこまち：肥料現物量 / 10a)

幼穂形成期頃の生育 (11葉期 7月15日頃)		幼穂形成期追肥 (7月15日頃)		減数分裂期追肥 (7月25日頃)	
草丈(cm)	葉色	NK23号	NK2号	NK23号	NK2号
60以下	薄い	5～9kg	7～13kg	5～9kg	7～13kg
60程	色ムラあり	ムラ直し 5kg	ムラ直し 7kg		
60～65	普通	無し		上記と同量をやや早めに	
65以上	濃い	無し		無し又は5kg	無し又は7kg

- 基肥に緩効性一発肥料を使用している場合、無理な追肥は控えて下さい。
- サキホコレはあきたこまちに比べ生育が約5～7日遅いため、追肥も遅らせて施肥して下さい。

高温登熟対策として、ケイ酸資材の投入を！

ケイ酸には、高温時における稲体や根の活力維持、登熟向上や白粒米軽減などの効果が見られます。

【JA購入分ケイ酸資材助成あり。20kg当り100円】

使用時期	対象資材名	散布量	特徴
出穂前35日～45日 【7月5日頃まで】	けい酸加里プレミア34	10aあたり 20kg～40kg	けい酸は即効性 加里は緩効性

7月15日から23日は一斉草刈り週間！

地域ぐるみの草刈りでカメムシの増殖を抑えましょう！

近年のカメムシ被害は登熟後半(8月下旬以降)のアカスジカスミカメによるものがほとんどです。農道、畦畔の草刈りは、従来どおり稲が出穂する10～15日前までに数回実施して下さい。

8月に草刈りを行う場合は、薬剤散布後7日以内に行ってください。



8月の草刈りは、薬剤散布後でなければ効果がありません！

薬剤散布せずに草刈りをするとかメムシ被害を増長させます。注意しましょう！



ハクサイ (9月～10月どり栽培)

露地栽培

作型表	品 種	7月	8月	9月	10月
晴黄 60		●	▲	—	■
夏蒔 50日					

● 播種時期 ▲ 定植時期 — 生育期 ■ 収穫期

栽培のポイント

- 播種、育苗時期(7～8月)が高温期にあたるため、水分不足による発芽不良や葉の徒長対策(通風の良い環境での育苗)を徹底します。
- 活着～初期生育を安定させるために、本葉2.5～3枚程度の若苗を定植します。
- 定植時に十分な灌水を行い、活着を促します。
- 病害虫防除(アブラムシ、ヨトウ等)は日中に行うと薬害が出てしまうため、気温の低い朝方に散布します。

晴黄 60 (タキイ種苗)

- べと病耐病性に優れる黄芯極早生品種です。
- 高温期における結球性が安定しており栽培が容易です。
- 玉はやや長めの砲弾型でよく揃い、食味良好です。

参考価格：小袋 **638円(税込)**

夏蒔 50日 (渡辺採種場)

- 播種後50日位で収穫できる超極早生品種です。
- 平坦地での早播き早どりが可能です。
- 軟腐病に強く、耐暑性に優れます。

参考価格：小袋 **550円(税込)**

上記商品のご注文は、購買課までお願いします。購買課 TEL：018-855-6222

栽培方法等については農業振興課までお願いします。農業振興課 TEL：018-855-6221

7月から米用紙袋の 配達が始まりますので、 置き場所の準備等、 お願いいたします。

毒物、劇物の購入・返品には印鑑が必要です

商品名：パダン類・ヤソチオン・アグロスリン・ハチハチ 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

営業時間が変わります。

①7月31日まで（下記の営業時間になります。）

平 日	8:30 ~ 17:00
土	8:30 ~ 12:00
日・祝	休み

今後の営業時間について

②8月 1日から 9月15日まで	③9月16日から 10月9日まで
平 日 8:30 ~ 17:00	平 日 8:30 ~ 17:00
土・日・祝 休み	土・祝 8:30 ~ 12:00
	日 休み

お問い合わせは購買課まで018-855-6222

住宅ローン変動金利型 金利引下げキャンペーン

団体信用生命共済付（死亡・後遺障害の保障）、保証料別

通常金利
年2.725% ⇒

年 **0.75%**



プラス
年 **0.1%**

死亡・後遺障害に加えて、3つのリスクを保障!



がん

急性心筋梗塞

脳卒中

0円

と診断されたら、対象の住宅ローン残高が

【JA三大疾病保障付住宅ローンのご加入について】加入可能な加入時の年齢範囲は、20歳から50歳まで。健康状態を告知いただきます。告知内容によってはご加入いただけない場合がありますので、ご了承ください。その他、詳しい条件については、JA融資窓口へお問い合わせください。

金利引下げ適用条件

JAで下記の項目の①は必須、②～④のいずれかをご利用いただける方（同時申込可）

- ①JAカード
- ②JAスマートカードローンのご契約
- ③公共料金引落とし3種類以上
- ④給与振込、年金振込、農畜産物代金振込のいずれかを指定

詳しくは、融資窓口へお気軽にご相談ください

各支所にて夜間ローン相談会開催

7月6日(木)・7月20日(木) 17時～19時

生活課からのお知らせ

加入者
募集中!!

JAが安心・新鮮な食材をお宅までお届けします。

JAふれあい食材～3つのメリット

①食生活の安全・安心を応援!

JAならではの産地・原料にこだわった食材や食品添加物等を可能な限り排除し安全性を追求した食材をお届けします。ご家族の健康維持・増進に役立ちます。

②時間のゆとりを応援!

お宅までお届けしますので、お買い物に行く手間が省けて便利!! しかも経済的です。

③毎日の献立づくりを応援!

毎月配布する「クッキングアドバイス表」は、材料だけでなく料理方法や食生活の情報なども合わせた内容のものです。毎日の食事づくりで頭をいためる必要はありません。

お問合せ先：JA あきた湖東生活課 TEL018-855-1516



NEW 健康

ワンポイント アドバイス

今月のテーマ

「便秘症について」

便秘症は日本で500万人程の患者さんがいるといわれており、高齢の方や女性の多くが日常的に悩む身近な病気です。

便秘というと、単に「便が長い間出ないこと」と考えがちです。しかし、排便間隔は個人差が大きく、3〜4日に1回程度でもすっきりとした気持ちのよい排便があるならば、必ずしも便秘と考える必要はありません。

逆に、毎日排便があっても、「便が硬い」、「強くいきまないと出ない」、「排便時に苦痛がある」、「排便後に便が残っている感じがする」などの症状が長く続いて困っていたり、日常生活に支障がある場合は、慢性的な便秘（慢性便秘症）の可能性があります。

慢性的に続いている便秘の多くは、腸や肛門がうまく働かず、便が排泄されるのに時間がかかることによって起こります。また、便意を繰り返し我慢すると、肛門の筋肉をうまく緩ませることができなくなり、便が出にくくなってしまいうこともあります。

す。加えて、糖尿病など全身性の病気や抗うつ薬などの薬によって便秘が起こる場合もあります。

では、便秘を改善するにはどうすればよいでしょうか？まずは、普段の食事や生活習慣の改善、適度な運動が大切です。

食生活の改善としては、十分な水分と食物繊維をとることをこころがけましょう。ただ、高齢の方は、かむ力や胃腸の動きが弱まってくるため、食物繊維が逆に便秘を悪化させる可能性があります。食事をやわらかくする、小さく刻むなど、工夫をして食物繊維をとるのがよいでしょう。

生活習慣としては、できるだけ決まった時間（食後）に排便する習慣をつけましょう。また、便意を我慢すると便がでにくくなる原因となるため、便意は我慢しないようにしましょう。

適度な運動は、腸が刺激され、腸の動きを活発にしてくれます。具体的には、「ウォーキング」、「日常的にできる簡単な体操をする（ラジオ体操

など）、「腹筋を鍛える」などがおすすめです。また、運動ができない場合は、「腹式呼吸」、「うつ伏せ寝」、「おなかのマッサージ（おへその下に手のひらをあてて、腸の形に沿って時計回りにゆっくりとおなか全体をさする）」などが効果的といわれています。

加えて、スムーズな排便のためには、「正しい排便姿勢」が重要です。多くのご家庭では洋式トイレを使われていると思いますが、便座にまっすぐ座った状態では、肛門に対して直腸（肛門のすぐ近くの腸）が90度くらいの角度となり、便が出にくいのです。ロダンの「考える人」のイメージで前かがみになり、足先は床につけて、かかとを少しあげると、直腸と肛門の角度が広がり、便が出やすくなります。

食事や生活習慣を改善してもつらい便秘から解放されない、という方には、薬による治療という選択肢があります。市販の便秘症治療薬で改善がみられず慢性的につらい便秘で困っている場合は、医療機関でご相談ください。





今号の
おたより
コーナー
July Letter Corner

健康アドバイザーとしても勉強になりました。食中毒になった事はないですが先月号のポイント3、4では知らなかった事もあり、日々気を付けて過ごそうと思いました。(八郎瀧町 50代)

食中毒注意の季節ですね。NEW健康ワンポイントアドバイザーを参考にします。(井川町 40代)

母の家庭菜園を手伝っています。大変ですが、なにか充実感があります。(瀧上市昭和 20代)

先日、飯田川小学校の田植え体験をさせていただきました。だき泥んこになりながら農業の大変さを知り、作業する子どもたちの姿に感動しました。秋の稲刈りもガンバッテください。(瀧上市昭和 70代)

夏野菜の勉強(広報でのお知らせ)野菜作り、6月号はナスでしたが、キュウリ、トマト、ピーマンなど夏野菜について上手に育てるコツについてお知らせください。(例：水のやり方等)(五城目町 60代)

先日、家族で湖東のやさしい畑に行き、野菜の苗を買ってきて自宅に植えました！みんな収穫を楽しみにしています。(瀧上市飯田川 30代)

今月初めて書きました。楽しかったです。(井川町 60代)

頭の体操クイズコーナーでは知らなかった言葉が出てきて勉強になります。(五城目町 60代)

応募するのは3回目です!!先月、応募したのが当たっていました。ヤッター!色々な問題を解いていくのがとても楽しかったです。来月も楽しみにしています。(瀧上市飯田川 10代)

息子が田植えをし、主人が代掻き等をやります。水やりの調整もです。耕耘は、毎年、手伝いの人がいて、やってもつづいています。ちなみに、主人は、冬が好きですが、私は暑い夏が好きです。私は、夏でも夜は、布団をかけて寝ます。今年の夏も天気が荒れませぬように。(瀧上市昭和 70代)

農業振興課からのお知らせ

アルバイト募集!!

作業内容：枝豆の脱莢作業並びに洗浄作業
枝豆の選別作業並びに袋詰作業

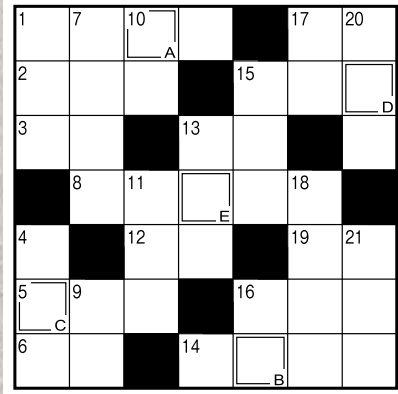
作業場所：JAあきた湖東八郎瀧選果場
(八郎瀧カントリーエレベーター隣)

期間：令和5年7月中旬～9月下旬予定
(収穫終了まで)

※詳細については下記までお問い合わせ下さい
お問い合わせ先：農業振興課
TEL:018-855-6221

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

- 01. 河島英五のヒット曲「酒と泪(なみだ)と——と女」
- 04. 長針、短針、秒針が付いているもの
- 07. 元素記号はLi。電池にも使用される金属です
- 09. 騎手が騎乗時に持つもの
- 10. 手首と肩の間にある関節
- 11. 本に挟みます
- 13. まだ夜が明けきらない頃のこと
- 15. 種から芽が出ること
- 16. 虫よけのために寝床の周りにつるします
- 17. 定規を当てて引くことも
- 18. 高校球児たちが地方大会で——を繰り広げています
- 20. トップ・——・ボトム
- 21. 駅の券売機で買います

ヨコのカギ

- 01. 七夕伝説のヒロイン
- 02. 青島幸男氏や石原慎太郎氏が務めました
- 03. 手のひらや足の裏の反対側
- 05. 蚊取り線香から立ち上るもの
- 06. ——を聞いて十を知る
- 08. ルーベともいいます
- 12. 兄弟姉妹の息子のこと
- 13. チョウが花を巡って吸うもの
- 14. テントを張ったりして野外活動を楽しみます
- 15. ——タオル、——ソープ、ゴッド——
- 16. 一時的に建てるものこと。——住宅
- 17. アブラ、クマ、ミンミンといえは
- 19. 地球の衛星です。

先月号の答え

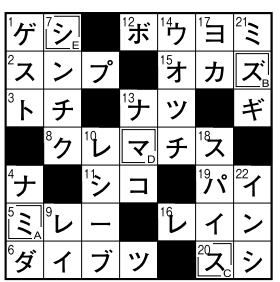
- 島山良子さん(五城目町)
- 藤田喜光さん(井川町)
- 千田和泉さん(八郎瀧町)
- 菅原穂さん(瀧上市昭和)
- 木村レイ子さん(瀧上市飯田川)

応募総数 20 通

沢山の
ご応募本当に
ありがとう
ございました。



- A=ミ
- B=ズ
- C=ス
- D=マ
- E=シ



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
- ⑥JAまたは本誌について一言お書き添えの上、下記の宛先までハガキにてお送り下さい。(7月21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

小規模多機能型居宅介護施設「もりやま利用者」募集中!!

小規模多機能とは？

地域密着型施設「通い」「泊り」「訪問」の3つのサービスを組み合わせた複合的な施設です。

どんな人が入れるの？ 介護認定を受けている方は要支援1から介護度5の方が登録できます。

料金はどのなの？

介護度によって決められた基本料金に色々な加算金額をプラスした定額料金です。
その他実費分の食事代と泊り料金が合算されます。

**私たちは「思い」や「願い」を大切に可能限り在宅で暮らすことを支えています。
これからも安心して自宅で暮らしていくために24時間365日の安心を届けます。**

もっともっと色々なことを知りたい方は
お問い合わせください

☎018-875-3939

アグリサポート湖東漬物加工所作業員の募集について

管内組合員の農業所得向上と、生産振興拡大を目的として稼働しております
漬物加工所が、販路拡大、取引量増加に伴い作業員を募集しております。詳しく
は、漬物加工所にご連絡願います。

湖東の商品を食卓にお届けしましょう!

作業内容：漬物加工に係わる作業(野菜の洗浄、カット、漬け作業、計量包装作業)

勤務時間：AM8:30～PM5:00頃 TEL:018-875-5831

第146回秋田県種苗交換会農工商フェア(物産販売)の 出店希望者を募集します!!

募集内容

募集対象	潟上市、南秋田郡に居住または同区域内で営業している農業者・商工業者で、期間中の全日に出店できる方。
募集小間数	24小間程度(応募者多数の場合は抽選)
申込方法	申込関係書類に必要事項を記入し、申込期限までに協賛会事務局へ提出してください。 (郵送での提出も可)募集要項、申込書類は特設ホームページからのダウンロードまたは協賛会事務局にてお渡しいたします。
申込期間	7月3日(月)～7月31日(月)必着
出店条件	詳細は募集要項または潟上市協賛会事務局にてご確認の上、ご応募ください。
出店期間	令和5年11月2日(木)～11月6日(月)
出店場所	天王総合体育館前駐車場
小間寸法	間口3.6m(2間)×奥行2.7m(1.5間) ※1出店者につき2小間まで
出店料	1小間17,000円(電球1個付き)テント、店名看板、給排水(共同施設を利用)

お問い合わせ・お申し込み先 第146回秋田県種苗交換会潟上市協賛会事務局 TEL 018-853-5319 FAX 018-853-5280

キャッシュカードを
紛失した時

平日 018・855・1512
夜間・休日 018・865・3222

2023.7  14

JA葬祭レゼール「みどりの会」入会のご案内

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。



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

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
入会後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。

お申込み・お問い合わせ

JA葬祭レゼール
☎0120-46-5731

6月のあゆみ

- 1日……第5回役員推薦会議
- 9日……厚生連 理事会
- 12日……移動購買車販売開始
……第1回 情報セキュリティ委員会
- 13日……第3回 支所長会議
……厚生連 第4回 監事会
……厚生連 第5回 監事会
……第3回 経済・生活福祉事業会議
- 14日……第34回 農業機械大展示会(～16日)
- 15日……第5回 監事会
……第4回 理事会
- 19日……中央会 理事会
……厚生連 経営管理委員会
……全農 運営委員会
……全共連 運営委員会
……組織再編協議会 10JA組合長説明会
- 22日……第3回 企画会議
- 26日……第2回 小規模多機能型居宅介護施設もりやま運営推進会議
- 27日……(株)アグリサポート湖東 第10回定時株主総会
……第1回 全体役員協議会
……第25回 通常総代会
……第6回 監事会
……第5回 理事会
- 29日……第7回 監事会
……第6回 理事会
- 30日……中央会 第69回通常総会
……厚生連 第75回通常総会
……秋田県農協農政対策本部 通常総会
……秋田県産米改良協会 第47回通常総会
……秋田県JA農産物検査協議会 第23回通常総会
……秋田県青果物基金協会 第53回通常総会
……電算センター 第42回定時株主総会
……秋田県JA観光推進協議会通常総会
……カントリーエレベーター連絡協議会 第52回通常総会
……購買品等棚卸

職員人事

- 新採用(6月1日付) ●五城目支所……平塚貴子
●介護福祉課……齋藤咲子
- 新採用(6月21日付) ●販売課……加藤文暁

理事会報告

業務報告 ●6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(5月実施)の報告について
- 令和5年度 第1四半期監事監査の実施について
- JAバンク基本方針に基づく「財務モニタリング報告」について
- 令和5年梨霜害により被害を受けた農業者への資金対応について
- 貸付金利の変更及び設定について
- 水稻の生育状況について
- 令和5年産米 出荷契約数量について
- 令和5年産米に係る出荷契約金の対応について

- 議案第26号 令和4年度 決算監事監査意見書に対する回答並びに処理顛末について
- 議案第27号 JAバンク経営戦略シートの作成について
- 議案第28号 出資金の減口について

7月の行事予定

- 3日……全共連 東北・北海道地区総代会議
- 4日……米穀棚卸立会監査(～5日)
- 6日……JAグループ秋田組織再編協議会 総務管理部会
- 7日……中央地区園芸戦略対策協議会 通常総会(仮)
- 14日……全共連 全県JA共済事業担当常勤役員会議
- 19日……第1四半期監事監査
- 24日……厚生連 理事会
- 31日……中央会 理事会
……厚生連 経営管理委員会
……全農 運営委員会
……全共連 運営委員会

あとかき

7月に入りますますます暑くなる日が続きますが、体調管理に十分気を付けたいところです。さて、6月は小学校の学校農園もあり、取材が盛りだくさんでした。みんなで頑張って育てた野菜は必ず美味しいと思うので、これからも観察や水やりを行って大切に育ててほしいと思います。

交通事故
発生時

何よりも必ず JA 夜間・休日
119番 110番 855-4510 0120-258931

きれいな
お花が
さいたよ!

はな だい す
お花大好き!!

VOL
184



もりやまこども園

もりやまこども園の年長さんにベコニアをプレゼントして撮影しました。子どもたちは、虫取りが大好きで、園庭にある木々にとまった虫を捕まえて遊ぶほか、畑に枝豆やトウモロコシ、ジャガイモを植え、みんなで当番を決め、水やりをして育てています。今の時期はブロッコリー、キュウリを収穫し、給食でサラダ等に調理して食べるのが楽しみで、以前はイチゴを大収穫し、みんなで大喜びしました。最近では、馬場目川で初めて鮎の稚魚を放流する経験をしました。7月は夜までわくわく保育でスイカ割りや工作のほか、イオンで食材を買ってみんなでカレーライスを食べるのが楽しみだそうです。また、異年齢交流では3、4、5歳児がパワフルキッズとして、歯の大切さを先生の寸劇を見て教わりました。



今月の花

ベコニア



黄色い雌しべと雄しべが際立つ、白やピンクの花をつけるベゴニア。葉は硬く、艶やかで光沢があるのが特徴です。他の植物にはあまり見られない特徴を活かした寄せ植えも人気です。花壇に植え込めば、可愛いらしいブリッとした花が際立つでしょう。