



地域と共に
あなたのそばに

謹賀新年



03 特集やさい畑 10 周年!

04 特集潟上支所営業開始

06 ニュース&トピックス 『湖東のやさい畑中間実績検討会』ほか

12 NEW健康ワシポイントアドバイス



新年のご挨拶

J A あきた湖東

代表理事組合長 館岡 誠一

組合員並びに地域の皆様、新年あけましておめでとうございます。旧年中はJ A 運営に深いご理解、ご協力を賜り、厚く、御礼申し上げます。

農業を取り巻く情勢として、昨年に引き続き、新型コロナウイルスの影響により、農産物の需要や販売価格は落ち込み、産地間競争の圧力も一層強まるなか、厳しい市場条件・消費者需要に対応した農業経営が求められています。

このような情勢のなか、管内の主要作物である水稲の県全体および中央地区の作況指数は「102」となりました。高温障害の回避やカメムシ対策を踏まえた現地講習会による生産指導の実施や、すくい取り調査を定期的に行い、防除情報を随時提供に努めてまい

りました。

昨年は異常高温・集中豪雨など厳しい栽培環境であったことから、1等米比率は92.5%となりましたが、今後、安全・安心な米づくりに取り組みでまいります。

新品種サキホコレにつきましては、本年から栽培農家は33名、作付面積は45.7haに増加し、本格栽培に向け栽培技術の確立に努めてまいります。

複合部門作物の主力品種であります枝豆につきましては、栽培面積が107haと前年より7haの拡大となり、生産者皆様の適正な栽培管理、適期収穫により販売金額は1億5千万円を確保できました。枝豆に次ぐ品目でありますネギ、かぼちゃにつきましても栽培面積は年々増加しております。販売面においても契約販売を行うことで生産者皆様の手取り金額最大化に努め、今後も安全・安心な湖東産青果物の生産拡大を生産者とともに取り組んでまいります。

農産物直売所「湖東のやさしい畑」については、組合員の生産意欲喚起と増収につながる取り組みに努めてまいりました。コロナ禍であるもののお客様数は増加傾向となっており、組合員の皆様の生産した地場産農産物が豊富な直売所としてPR出来ております。春夏秋冬、季節の農産物の生産拡大と食の提案を強化し地域に根ざし

地域に貢献できる店舗として位置づけを確立してまいりたいと考えており、今後も産直店舗らしい鮮度感にこだわりのお客様のニーズに応え、2年連続3億円突破を目指して精進してまいります。と考えるております。「株アグリサポート湖東」の耕作部門については、生産者の高齢化に伴い、農地の受託面積水稲25ha、ネギ1.5haまで広がるとともに、委託に関する相談も年々増えており、引き続き地域農業を支えてまいります。漬物加工部門は「清流はたるの郷」のブランドで地元J A の安全安心なお漬物としてイメージが確立され県内量販店70店舗での販売に至っております。漬物野菜の地場産生産量は年々拡大傾向となっており、地産地消の商品づくりを掲げ、生産者所得の向上、地域農業の活性化に向けて地域の農業者の皆様に寄り添った事業を行ってまいります。

令和4年度の地域農業を取り巻く環境はより一層厳しくなると見込まれますが、担い手農家のみならず多様な農家を含めた話し合いを進め、時代にあったJ A と農家組合員との繋がりを強化するとともに、食と農を基盤とした地域に根ざした協同組合として、自己改革に掲げる「農業者の所得増大」のもと、これからの健全なる経営、健全なるサービスに努めてまいります。本年もJ A 事業にご理解とご協力をお願いするとともに、この新しい年が組合員並びに地域の皆様にとってすばらしい一年となりますことを心からご祈念申し上げます、新年の挨拶いたします。

謹賀新年

代表理事組合長 館岡 誠一

代表理事専務 猿田 俊彦

常務理事 後藤 輝美

理事 湊 たつ子

理事 伊藤 秀夫

理事 森田 光晴

理事 菅原 権一郎

理事 伊藤 信子

理事 工藤 清一

理事 小玉 正行

理事 小玉 和則

理事 田中 健一

理事 伊藤 文子

代表監事 遠藤 喜代美

監事 館岡 晃

監事 菅原 良己

監事 小武 海誠一

監事 児玉 進

常勤監事 佐藤 真人

(議席順)
他職員一同

やさい畑 10周年！ 昨年度売上実績 3億円突破！

平成 23 年度よりオープンいたしました湖東のやさい畑は 10 周年という節目を迎え、昨年度に続き、売上実績 3 億円突破を目標に今後も皆様に愛される直売所を目指し、精進してまいります。

年度別売上実績、集客数

年度	H23 年度	H24 年度	H25 年度	H26 年度	H27 年度
売上実績(千円)	68,745	121,107	155,682	190,766	221,965
集客数(人)	66,707	114,165	131,982	147,760	162,031

年度	H28 年度	H29 年度	H30 年度	令和元年度	令和2年度
売上実績	254,953	269,011	274,910	272,203	315,346
集客数	170,774	173,240	167,853	175,213	192,900

新商品も続々登場



手作りコロッケ

地場産のジャガイモで作った
当店自慢のコロッケです。

女性部大絶賛の肉鍋セットは
体が温まります。
お好みの味付けでご賞味ください。

肉鍋セット



直売所長から皆様へ向けて

この度、湖東のやさい畑は10周年の節目を迎え、おかげさまで3億円を突破いたしました。管内組合員が生産した安全・安心で新鮮な地場産野菜・果物を豊富に陳列し、お客様が「また来たい！」と思って頂けるようなお店作りに努めてきた成果だと考えております。

本年も地域の皆様に愛される直売所を目標に掲げ、鮮度感のある農産物を食卓にお届けできるよう精進してまいります。皆様のご来店を心よりお待ちしております。

令和3年
11月29日(月)

潟上支所 営業開始



支所長から皆様へ向けて

平素は潟上支所に格別のご支援とご愛顧を賜り誠にありがとうございます。当支所といたしましては、元氣な挨拶と親しみやすさをモットーに組合員や地域住民の皆様のお役に立てるよう、迅速、かつ丁寧な応対を心がけております。

ご利用者の皆様からお気軽にご相談いただける店舗づくりに努めてまいりますので、今後ともご支援、ご協力をお願い申し上げますとともに、皆様のご来店を心からお待ちしております。





▶元読売巨人軍のビッグスラッガーから
極意を教わりました。



元プロ野球選手による野球教室

11月28日(日)

井川町スポーツ交流館にて元読売巨人軍石井浩郎氏、元ソフトバンクホークス撰津正氏を講師に迎え、野球教室を開催しました。野球教室は秋田青年会議所野球同好会が中心となり、当JAも協賛し、未来ある小学生にプロ野球選手と触れ合う機会を与えるため、県内各野球スポーツ少年団を対象に行い、管内から井川野球スポーツ少年団が参加し、ボールの握り方や投げ方、バッティングフォームを学びました。球界で活躍したスター選手から指導を受けた子どもたちは大喜びで、次々と質問が飛び交い、講師の2人からは自身のプロ野球での経験をもとに高度な技術を子どもたちに話してくれました。子どもたちは教わった事を試合で発揮するため普段の練習で必ず意識すると話してくれました。野球教室終了後に記念撮影を行い、子どもたちにとって思い出に残る1日になりました。

八郎潟たいようこども園、 超神ネイガー交通安全教室

12月13日(月)

先月の若竹幼児教育センターに引き続き、今月は八郎潟たいようこども園にて、超神ネイガーシグマたちによる交通安全教室を行いました。超神ネイガーシグマとホジナシ怪人のカマドキャシーが戦いを繰り広げるショーの後、超神ネイガージオンとアラゲ丸が登場し、子どもたちに横断歩道の渡り方や安全確認の手順を教えてくれました。横断歩道をネイガーたちと一緒に渡ってくれる子に合わせ、会場にいるみんなも手を挙げて周りを見渡し、交通ルールを大きな声で復唱しました。また、超神ネイガー交通安全体操をみんなで踊り、分かり易く楽しい振り付けで交通ルールを再確認しました。最後にネイガーたちからみんなへ「今日覚えた事を忘れず、交通安全に気を付けてね」と呼びかけました。



▶ネイガーたちに合わせてみんなで
安全確認を行いました。

小規模多機能型居宅介護施設 「もりやま」クリスマス会



▶プレゼントを貰い、笑顔を見せる利用者様。
12月17日(金)

小規模多機能型居宅介護施設「もりやま」にてクリスマス会を開催し、利用者様に向けて、職員によるダンスや手作りのお菓子をご馳走し、クリスマスをお祝いしました。クリスマス会は職員がトナカイに扮し踊り、花笠音頭など様々な芸を披露して、利用者様からは盛大な拍手が送られました。また、クリスマス会の終盤にサンタさんからプレゼントを貰った利用者様からは「花笠音頭はとても綺麗で見とれました。トナカイに扮したダンスもユーモアがあり上手でした。また、美味しい手作りケーキや素敵なプレゼントをいただくことができ、楽しいクリスマス会になりました」とコメントをいただきました。



12月7日(火)

八郎潟支所にて湖東のやさい畑中間実績検討会が開催され、現在の店舗状況、県内直売所情報、次年度の作付け計画について話し合いました。店舗状況について、昨年に引き続き、コロナ禍のなか、3億円を突破する見込みとなっており、お客様数は増加傾向で販売額も好調を維持していることや、鮮度感、地域性を訴求しながらお客様増加に向けて取り組みを強化することを目標に掲げ、活気ある売り場作りを改めて徹底し、月別売上率をもとに月ごとの売り上げが良い食材をメインにしたイベントを立案しました。また、生産者代表として伊藤さくらさんから県内直売所へ視察研修を行い、やさしい畑との比較結果を発表していただき、フレンドリー制度として、出荷者の高齢化や諸事情により自身での出荷が困難な人の代わりに出荷してくれる人を設けることや新商品を取り入れ集客に繋げることを視野に入れました。



▲視察研修の結果を発表する伊藤さくらさん。



▲湖東のやさしい畑出荷者の皆様、来年も美味しい野菜を宜しくお願いいたします。



▲あきづき3年連続一等賞受賞として顕彰状を受け取る石川玉夫さん。



▲一等賞 農林水産大臣賞 あきづき 高橋龍一さん。



▲二等賞 秋泉 高橋真澄さん。



▲今年度を振り返り、来年度も安定出荷に向けて頑張ります。

12月10日(金)

潟上支所にて行われた果樹販売実績検討会では、令和3年度果樹販売概況について、販売実績および生育経過について話し合いました。令和3年度果樹販売実績について販売概況として販売数量57tとなり、前年よりも36%減少し、販売金額としては1,999万円で、前年より46%減少しました。減少した原因としては開花期間中に数回の降霜があり、柱頭や子房の褐変、花蕾の枯死により着果不良が多発したことがあげられ、来年度の生産対応として、令和3年度同様に早期摘果など今以上の管理を図り、生産量の拡大、安定出荷による強い産地を作るため、より一層、生産者、関係機関、JAが一体となり取り組んでまいります。また、実績検討会では第144回秋田県種苗交換会にて和梨部門で入賞となった3名の生産者様に改めて賞状とトロフィーが贈呈されました。



「大根」旬の食材

ビタミンA、ビタミンC、食物繊維（リグニン）、ジアスターゼ（アミラーゼ）、フラボノイドなどの栄養素があります。豊富なビタミンCの他、大根の根は、カリウム、でんぷん分解酵素のジアスターゼ（アミラーゼ）を多く含みます。辛み成分のイソチオシアネートは食欲増進効果があります。アリルイソチオシアネートは殺菌効果があり、刺身や弁当の抗菌シートとして利用されています。また、必須アミノ酸のリジンを含みます。リジンの効果は、肝機能回復、疲労回復、成長促進、集中力向上などがあげられます。大根の豊富な食物繊維には整腸作用があります。根に多く含まれる繊維質のリグニンや焼き魚の焦げに含まれる発がん性物質を分解するオキシダーゼが含まれているためがん抑制に効果があります。大根おろしは消化を手助けする効果が期待されます。



令和3年度の管内青果物生産販売実績です！

枝豆

**マルチ・保温資材による
秋田県の早生作型産地構築！！**

栽培面積	107 ha
出荷重量	293.5 t
販売金額	152,056 千円
出荷市場	関東、大阪、東海 等



7月中旬～10月上旬までの長期出荷体制を図っており、首都圏では「JAあきた湖東の枝豆」と夏場の商品として販売されています。極早生～晩生品種まで生産者にあわせた生産出荷体制をJAが提案しております。

ねぎ

現在出荷中！！

**生産者増加中！！
昭和地区を中心に面積拡大が
図られています**

栽培面積	11.8 ha
出荷重量	188.4 t
販売金額	56,840 千円
出荷市場	関東、秋田 等



7月～翌2月まで長期出荷による所得向上に努め、現在はパイプハウスを利用した「囲いねぎ」を出荷中。県推奨品目の一つとなっており、年々面積、出荷量が増加しております。

南瓜

**湖東産がブランド化！！
生産が拡大しております！**

栽培面積	10 ha
出荷重量	60.4 t
販売金額	8,468 千円
出荷市場	関東、秋田 等



盆前出荷を軸にし、高単価が期待される大玉規格に向けた栽培が励行されています。生産技術の高位安定により市場における産地として期待されております。

キャベツ

**2作取りで圃場回転での
所得向上！！**

栽培面積	3 ha
出荷重量	27.2 t
販売金額	1,280 千円
出荷市場	関東、東北 等



加工・業務用向けの栽培を行っています。早生枝豆等の後作として一圃場二作取り体系での所得向上に努めております。

小ナス

栽培者募集中！！

栽培面積	0.2 ha
出荷重量	3.3 t
販売金額	1,691 千円
出荷市場	関東、秋田



品質向上による長期安定生産に努め、湖東の小ナスは市場にて高い評価を得ております。

オクラ

夏場のハウス有効活用！

栽培面積	0.2 ha
出荷重量	1.4 t
販売金額	2,006 千円
出荷市場	秋田



販売先と価格が決まっている（計算可能な）品目として推奨しています。全量パック出荷を行っており、6～7月にかけては高単価での販売が期待されております。



**みなさんも青果物を出荷してみませんか？
新規栽培者を募集しておりますので気軽
にご相談ください！！**

受付：農業振興課 TEL: 018-855-6221

極良食味米新品種「サキホコレ」 令和5年産 生産者追加募集

JAあきた湖東
JAあきた湖東サキホコレ生産部会

登録の申請

- 生産団体は、生産者の作付意向をとりまとめ、秋田米新品種ブランド化戦略本部に、令和4年2月末まで登録申請を行います。
- 作付けを希望する方は、1月31日までに営農経済センターへご来所下さい。

生産者の要件

- JAあきた湖東サキホコレ生産部会への加入
- 毎年の種子更新、種苗の譲渡禁止
- 作付推奨地域内での作付
- 農薬の使用成分回数は10成分以下(あきたecoらしい)
- 栽培管理記録の記帳、提出
- 作付・現地講習会への参加
- 土壌診断に基づく土壌改良材の施用
- 飯米を除き、当JAへ全量出荷
- 令和3年産の「あきたこまち」1等米比率100%、玄米タンパク6.5%以下
- ブランド化に係る各種取組への協力(PR経費負担金)

※県から当JAへの作付配分面積に対し作付希望者が多数の場合は、県が定める生産者要件とJAが別に定める要件に基づき、生産者を限定する場合がありますので予めご了承ください。

主なかかり増し経費

- PR経費の負担(10aあたり3,000円～4,000円程度)
- 土づくり肥料(10aあたり4,000円～5,000円程度)
- 土壌診断(生産者一人につき1地点、5年に1回※以上)※費用は1回3,000円程度

目標収量・収量構成要素

目標収量 kg/10a	穂数 本/m ²	粒数		登熟歩合 %	千粒量
		粒/穂	千粒/m ²		
570	440	69	30.0	85以上	22.5



栽培の特性

- 「あきたこまち」よりも出穂期で6日、成熟期で12日遅い晩生種です。
- 収量は「あきたこまち」並で、いもち病に強く、高温による品質低下が少ないのが特徴です。

品種名	出穂期 (月/日)	成熟期 (月/日)	収量 (Kg/10a)	千粒量 (g)	穂いもち	高温登熟 耐性	耐倒伏性	耐冷性
サキホコレ	8/6	9/21	581	21.9	強	やや強	やや弱	やや強
あきたこまち	7/31	9/12	588	21.9	やや弱	中	やや弱	中

※農業試験場における栽培試験結果。平成27年～令和元年の平均。

栽培管理のポイント

育苗	●苗の種類は中苗を基本とする
土づくり	●土壌診断に基づき、必要な土づくり肥料を施用する
田植え	●5月20日までを目安に田植えを行う ●栽植密度は70株／坪程度とする
中干し	●目標莖数を確保したら速やかに中干しを行い、幼穂形成期前に中干しを終える
病害虫および 雑草防除	●農薬の使用成分回数は10成分以下とする ●前年と作付け品種が異なる場合は、プレチラクロール剤(ソルネット・エリジャン)を散布し、漏生苗を防除する
収穫前の落水目安	●出穂30日後を目安に落水する(晩生品種のため、あきたこまちと比べ、7～10日程度遅く落水)
収穫	●出穂後積算気温1050℃が刈り取りの目安 ●籾の黄化率90%程度で適期収穫につとめる
調製・選別	●1.9ミリ以上のふるいで選別

品質・出荷基準

- 農産物検査等級：1等又は2等
- 玄米タンパク含有率：6.4%以下
- 玄米水分含有率：14.0%以上15.0%以下
- 集荷対応方法：30kg紙袋及びフレコン

作付推奨地域の設定

- 新品種サキホコレは「あきたこまち」よりも成熟期が10日以上遅い晩生種であり、気象条件によっては登熟不良による品質、食味、収量の低下を招くおそれがあるため、出穂後40日間の日平均気温が22℃以上を確保できる地域を作付推奨地域とします。

潟上市	全域が対象	八郎潟町	全域が対象
五城目町	馬場目、富津内、内川以外	井川町	全域が対象

問い合わせ先

あきた湖東農業協同組合 営農経済センター TEL 018-855-6177 FAX 018-855-6188
秋田地域振興局農林部 農業振興普及課 TEL 018-860-3413 FAX 018-860-3834



令和4年用肥料・農薬・資材予約注文書のご提出は最寄のJAへお願いいたします。

- 肥料の自己取希望の方へ。2月取は1月末日締切となりますので、お早めにご提出下さい。
- あきたこまちテクリードC剤吹き付け種子は数量に限りがあり、ご希望通りにいかない場合がございますので早めの注文をお願いします。
- 肥料の価格が品目によって記載価格より100円～300円前後の値上げとなっております。
- 苗箱まかせをご注文予定の方へ。1パレット単位が96袋入に変わっております。
- 令和4年用肥料・農薬・資材の配達が始まっています。置き場所の準備をお願いします。

令和4年用肥料情勢と早期注文について

令和4年用肥料は海外諸国の旺盛な需要と中国の国内優先政策の影響による原料不足で需給逼迫感が高まり、肥料価格の大幅な値上げとなっております。

JAグループでの肥料原料の確保は、予約注文分には対応可能な数量を確保できしており、粒状肥料については、在庫分も含め対応が可能と見られておりますが、ペースト肥料については、作り置きができなく在庫を持てないため予約注文以上の注文に対応できない場合も想定されます。今後の情勢が不透明なため、予約注文以外ではご希望通りの肥料が注文できない場合も懸念されますので、まだ、注文書を提出されていない場合は早めにご提出くださるようお願い申し上げます。

五城目第一中学校・井川義務教育学校へ入学される皆様へ

**学生服予約
展示会**

令和4年1月8日(土)

9:30～15:00

会場：営農経済センター

**セットでの
購入がお得**

皆様の来場をお待ちしております

男子学生服セット

(五城目、井川共通)

62,370円～

- 学生服上下
- ワイシャツ1枚
- トレーナー1着
- ベルト1本
- 白ソックス1足
- さらに…
- 夏用スラックス1本
- ワイシャツ1枚
- プレゼント!
- 裾上げ無料サービス

女子セーラー服セット

(五城目第一中学校)

59,620円～

- セーラー服・スカート
- インナーシャツ1枚
- 長袖ブラウス1枚
- ソックス1足
- さらに夏スカート、ブラウス1枚、リボン、プレゼント!

女子セーラー服セット

(井川義務教育学校)

52,800円～

- セーラー服・スカート
- インナーシャツ1枚
- ソックス1足
- さらに夏スカート、三角タイ、プレゼント!

(価格はいずれも税込)

※当日で都合がつかない方は個別に対応致しますのでお気軽にお問合せください。

お問い合わせは購買課まで018-855-6222



令和3年産米共同計算の経費項目別目標水準の開示について

令和3年産米穀共同計算の経費項目別目標水準について、秋田県本部米麦共同計算要領、JAあきた湖東米穀共同計算基本要領に基づき、生産者の皆様へ開示いたします。

1. 令和3年産米JAあきた湖東米穀共同計算の経費項目別目標水準明細

種類：うるち米（酒造好適米・加工用米・備蓄米を除く）

（単位：円／60kg・包装込・税込）

経費項目	全農委託 経費単価	JA直販 経費単価	3年産うるち 平均単価	備考（設定内容）
流通保管等に係る経費	1,311	689	930	
概算金金利	53	0	21	概算金借入に係る金利
保管料・入出庫料等	547	492	513	JA倉庫の保管料・入出庫荷役作業料等およびJA倉庫の収容能力不足等により県内外の営業倉庫で保管を実施する際の保管料・入出庫荷役作業料の費用
運賃	535	0	208	販売のための全国輸送運賃
安全安心等検査費用	11	0	4	DNA、残留農薬検査、生産履歴調査等
集約保管等経費	110	22	56	JA倉庫から営業倉庫までの横持ち運賃
その他流通・保管に係る経費	55	175	128	フレコン使用料、パレット使用料等
事故処理経費	4	0	2	責任の所在が特定できない品質事故の費用
全農手数料	165	0	64	全農手数料
収穫前他契約機能別手数料	99	0	39	播種前・収穫前契約に係る機能別手数料
生産・集荷・販売等に係る経費	231	84	141	
広告宣伝費	231	84	141	広告、宣伝、販売促進（キャンペーン）等の費用
監査委員会費用	1	0	1	外部監査法人による共同計算調査費用等
米穀周年供給・需要拡大支援事業費	100	0	39	米穀周年供給・需要拡大支援事業費
JA経費	495	715	630	
JA販売手数料	495	715	630	委託米手数料450円/俵（税別） 直販米手数料650円/俵（税別）
集約保管等経費の定額支出	82	0	32	
流通経費合計	2,488	1,488	1,878	

注1：上記の数字は四捨五入の関係で合計が合わない場合があります。

注2：上記の数字は消費税10%相当を含みます。

注3：上記は全農委託米、直接販売米それぞれの平均経費単価となります。

注4：「秋田県米需給対策協議会」への拠出金100円が発生しますが、後日事業費として共同計算収入項目に計上されます。

注5：概算金設定後の目標経費に基づいて策定していることから、販売先への引渡し時期等の関係で流通経費が変動する可能性があります。

金融情報

JAあきた湖東 年金相談会

年金についての疑問・質問に、年金の専門家「社会保険労務士」が無料でお答えいたします。お気軽にご相談ください。

日時 令和4年 **1月15日** **土** 9:00～15:00

場所 JAあきた湖東本所
2階大会議室（五城目町）

相談料 無料 **定員** 12名

申込み 各支所、または、金融課までお電話にてお申込みください



今月のテーマ

「尿検査について」



NEW 健康

ワンポイント アドバイス

病院などで行う「尿検査」は、尿中の成分を調べ、様々な病気を知ることが出来ます。尿は、腎臓で血液を濾過して作られる排泄物です。尿中成分は、血液成分に由来するため、生体内の異常を知るうえで、尿を検査することは重要です。今回は、尿検査の代表的な項目を厳選して、ご紹介します。

① 尿定性検査

尿試験紙法で行う尿定性検査の項目には、ブドウ糖、ビリルビン、ケトン体、比重、潜血、pH、尿蛋白、ウロビリノーゲン、亜硝酸塩、白血球があります。この中で、尿蛋白、尿糖、尿潜血についてご紹介します。

尿蛋白

腎臓の糸球体というところで、血液を濾過して原尿を産生しますが、その際、一定以上の蛋白は濾過せず血漿（血液の液体成分）中に保持するような構造になっています。

健康者では1日100mg程度のごくわずかの蛋白しか尿中に排泄されず、それを超えて尿中に出現する場合、蛋白尿とされます。ただし、健康な人でも運動後や発熱時などに一時的に尿蛋白が出る場合があります。また、子どもでは立っている時に蛋白が出て、横になっ

ている時には出ない起立性蛋白尿がみられることもあります。それでも、尿に蛋白が持続的に出ている場合、蛋白尿の程度が強い時は、腎臓の病気が疑われるので精密検査が必要となります。

尿糖

健康者の尿にもわずかにブドウ糖は存在します（2〜20mg/dL）が、それが増加した状態が糖尿です。尿中にブドウ糖が出現するのは、血糖が高い場合か、腎臓の尿細管での再吸収が弱い場合です。尿糖が陽性の場合には、まず糖尿病を考えることになります。ただし、血糖は食事の前後で大きく変わるため、尿糖の検査が陰性であっても糖尿病でないとは言えません。

尿潜血

尿に血液が混ざっていないか、検査します。

血尿は、尿が産生され通過する臓器である腎臓、尿管、膀胱、尿道のさまざまな疾患で生じます。尿路結石、膀胱炎、糸球体腎炎などで陽性となります。（女性では病気でなくても陽性になることがあります。）

蛋白とともに陽性の場合には腎炎の可能性が高いので、健康診断などで尿潜血が陽性の場合にはかかりつけ医にご相談してください。

② 尿沈渣

約10mLの尿を遠心して、沈澱した赤血球、白血球、上皮細胞、円柱などを顕微鏡で観察する検査です。

試験紙で潜血反応が陽性でも、血尿とは限りません。赤血球内のヘモグロビンや筋肉内のミオグロビンによって陽性になるので、体内で溶血が起こる病気や、筋肉が壊れる病気でも潜血反応は陽性となります。腎臓や膀胱からの出血、つまり血尿の確定診断には、尿沈渣で赤血球を確認することが必要となります。また、膀胱炎では、試験紙法の白血球反応や亜硝酸塩反応が陽性になります。尿沈渣で白血球と細菌を確認することで確定診断につながります。円柱は、腎臓の中の尿が通る管の内腔を鋳型にして、蛋白質が固まったものです。蛋白濃度が濃い尿が出る場合や、脱水などで水分が多く再吸収され、蛋白質が溶けていることができなくなつた時に形成されます。また、赤血球を含む円柱を赤血球円柱といいます。これは円柱ができる場所に、赤血球が存在していたことを意味します。

まとめ

尿検査は他にも様々な検査がありますが、省略します。今回のお話で、少しでも気になることがあれば、かかりつけの病院で相談されてみてはいかがでしょうか。





今号のおたよりコーナー

January Letter Corner

鍋のおいしい季節になりました。毎回、やさしい畑で野菜、花、漬物を買います。お弁当が私にはちょうど良く、おいしいので毎回、楽しみにしています。お野菜も重宝しています。買い物を楽しみます。

(五城目町 60代)

この頃の漬物をいつもおいしく食べています。特ににんにくの入っている漬物にはまっています。

(八郎潟町 60代)

「やさしい畑」のお弁当、お安いしとても美味しいです！

(井川町 40代)

やさしい畑からこの頃の漬物のいぶりが白菜を県外の友達に送ってあげたら大変好評いただきました。また送ってと言われました。いぶりがこのアクセントがとてもよくおいしかったです。

(潟上市飯田川 60代)

このころは、右ひざと右ふくらはぎが痛くて杖をちよくちよく使っています。年をとるの、定からだとが聞きますけど、今年の冬も頑張つて、乗り切りたいです。

(潟上市昭和 70代)

寒くなりました。お鍋の季節になりましたね。「肉鍋セット」を今度買って食べます。

(五城目町 40代)

「お花好き」の保育園の子もたちを見ていると県外にいる孫の顔が見たくなります。いつ会えるのかな。

(八郎潟町 60代)

今年はコロナ騒動に明け暮れた1年でしたが、来年こそはコロナが治まりJAまつり等が開催されることを願っています。

(井川町 40代)

農林水産大臣賞、秋田県知事賞を受賞された高橋さんの「な」を「りんご」を湖東のやさしい畑で買って食べました。おいしかったです。おめでとございます。

(潟上市飯田川 60代)

秋田県産品交換会能代市での開催にて受賞された方々おめでとうでございます！今年の作況指数がやや良で農家にとっては安心しましたが、在庫超過が見込まれたとの情報でまた不安な年になりそうです。

(潟上市昭和 70代)

清流ほたるの郷

糖しぼり半割大根(昆布)



地場産大根を糖漬けし、昆布調味で漬け込みました。心地よい食感とやさしい甘みの商品です。

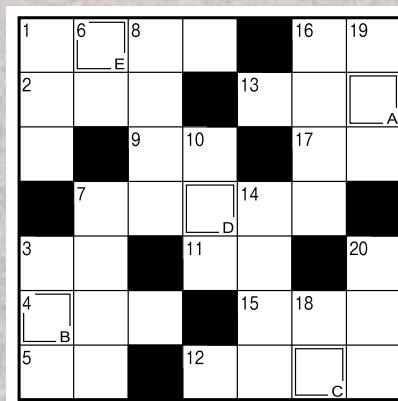
あっさり白菜



サクサクぱくぱく食べれるあっさりとした白菜漬けです。

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. オイルショックともいわれる——危機
03. 分度器で測ります
06. 栗の実のトゲトゲ
07. 春の七草の一つ。ダイコンのことです
08. 遊園地で——コースターに乗った
10. おでんに添える黄色い薬味
14. 年下の女きょうだいのこと
16. 屋外で行うことも多い教科
18. ミカンのものは手でむけます
19. おしゃれな——でランチを楽しんだ
20. 「オリオン」「おいしい」「カシオペア」といえば

ヨコのカギ

01. 1月の第2月曜日は——の日。国民の祝日です
02. 旅支度で、旅行かばんに——を詰めた
03. 下手な鉄砲も——撃ち当たる
04. 北海道東部の市。自然豊かな湿原が有名です
05. 水が混じって軟らかくなった土
07. これが三つで三振
09. 土を盛り上げて作ります
11. 植物の葉や車の窓などに氷の結晶が付いたもの
12. 「住めば都」とか「猫に小判」とか
13. 果物——を使ってリンゴをむいた
15. 遠回りをする
16. 初夢で見ると縁起が良いといわれる鳥
17. やっぱり自分の——が一番落ち着く

先月号の答え

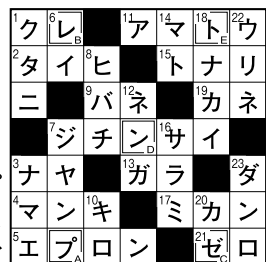
- 工藤辰子さん(五城目町)
- 鈴木幸恵さん(井川町)
- 三浦和子さん(潟上市飯田川)
- 秋本悦子さん(潟上市昭和)
- 村木明子さん(八郎潟町)

応募総数 23 通

沢山の
ご応募本当に
ありがとうございました。



A=フ
B=レ
C=ゼ
D=ン
E=ト



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。(令和4年1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。

〒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



湖東のやさい畑からのお知らせ 直売所情報

新年は4日より営業致します。
本年も変わらぬご愛顧を
宜しくお願い致します！

新年の始まりは地場産野菜で栄養補給！

■地場産野菜福袋→限定 20 袋 ■やさい畑お楽しみ袋→限定 10 袋
■大好評！有田みかん・お正月大特価販売！

1月のイベント企画もお楽しみに！！

- 地場産野菜週末39円引きセール！新年も継続開催！！ほうれん草・白菜・大根など 週替わりの特売をお見逃しなく
- 小正月に郷土料理のきゃのこ汁を販売！きゃのこ具材（水物山菜・根菜・ずんだなど）豊富に準備しております

直売所出荷者も随時募集しております！自慢の野菜を出荷しませんか？お待ちしております！！

年末年始の営業時間について 各事業所と ATM

○＝稼働 △＝午前中のみ営業 ×＝休業

	12/30 (木)	12/31 (金)	1/1(土)	1/2(日)	1/3(月)	1/4(火)	1/5(水)
本所・支所	○	×	×	×	×	○	○
営農経済センター	○	×	×	×	×	○	○
農産物直売所	○	△	×	×	×	○	○
農機センター	○	×	×	×	×	○	○
五城目・飯田川給油所	○	△	×	×	×	○	○
昭和給油所	○	×	×	×	×	○	○
生活ステーション	○	△	×	×	×	○	○
介護福祉センター	○	×	×	×	×	○	○
介護施設もりやま	○	○	○	○	○	○	○
貸衣装（五城目）	×	×	×	×	×	×	×
理容・美容室（五城目）	○	×	×	×	×	×	○
理容室（八郎潟）	○	×	×	×	×	×	○
A T M	五城目駅前	○ 8:45 ～19:00	○ 9:00 ～17:00	○ 9:00 ～17:00	○ 9:00 ～17:00	○ 8:45 ～19:00	○
	イオン五城目店	○ 9:00 ～20:00	○ 9:00 ～19:00	○ 9:00 ～19:00	○ 9:00 ～19:00	○ 9:00 ～20:00	○
	湖東厚生病院	×	×	×	×	○ 8:45 ～19:00	○
	井川	○ 8:45 ～19:00	×	×	○ 9:00 ～17:00	×	○ 8:45 ～19:00
	飯田川	○ 8:45 ～19:00	×	×	○ 9:00 ～17:00	×	○ 8:45 ～19:00
	昭和	○ 8:45 ～19:00	×	×	○ 9:00 ～17:00	×	○ 8:45 ～19:00
	八郎潟	○ 8:45 ～19:00	○ 9:00 ～17:00	○ 9:00 ～17:00	○ 9:00 ～17:00	○ 8:45 ～19:00	○

ATM 稼働時間

12月31日(金)、1月1日(土)
五城目駅前・八郎潟 ATM
9:00～17:00
イオン ATM 9:00～19:00

1月2日(日)
イオン ATM 9:00～19:00
その他 ATM 9:00～17:00

1月3日(月)
五城目駅前・八郎潟 ATM 9:00～17:00
イオン ATM 9:00～19:00

各部署営業時間等

12月29日(水)
農産物直売所 9:00～17:00

12月30日(木)
農産物直売所 8:30～17:00

12月31日(金)
農産物直売所 8:30～12:00
五城目・飯田川給油所 7:00～12:00
生活ステーション 8:30～12:00

1月3日(月)
各部署休業(介護施設もりやまを除く)

1月4日(火)
理容・美容室（五城目、八郎潟）、
貸衣装は休業

※農産物直売所4日、5日9:00～16:00
1月6日(木) から平常営業

今月の表紙

八郎潟町



まなさん 夢奈さん

組合員・お父さん：村井秀竹さん お母さん：真由美さん 夢奈さん
組合員：村井桑正 お父さん：宏行さん お母さん：恵美さん まなさん

正月号の表紙を華やかに飾ってくださったのは、八郎潟町の村井夢奈さんと村井まなさんの2人です。どちらも小学校のソフトテニス部に所属していて、今月に行われる大会に向けて猛練習に励んでいます。今後の目標として、夢奈さんは今月のソフトテニス大会が小学校最後になるので気合が入っていて、同じく今月に行われるピアノの発表会では、集中力を切らさず頑張ります。春から中学生になるので勉強と部活を頑張りたいと話してくれました。

まなさんはソフトテニス大会で上位入賞を目標にしている、学業面では英語に力を入れています。学習塾で習った成果もあり現在では、少しだけ英会話ができるようになりました。更なる上達に向けてこれからも勉学に励みたいと話してくれました。2人からご両親へ向けて、「いつも色々な場所へ連れて行ってくれてありがとう。これからも頑張るのでよろしくおねがいします」とメッセージが送られ、ご両親からは「思いやりの気持ちを大切に、何事にも一生懸命頑張る、みんなから頼れる人になってください」と応えました。

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

2022.1



ことう 14

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。



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

12月のあゆみ

- 13日-----第9回 経済・生活福祉事業会議
- 第9回 支所長会議
- 15日-----全県 JA 共済事業担当常勤役員会議
- 16日-----第9回 企画会議
- 20日-----厚生連 理事会
- 21日-----第2回 管理信用専門委員会
- 第3回 経済専門委員会
- 24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
- 27日-----第11回 理事会
- 第11回 監事会
- 30日-----仕事納め

1月の行事予定

- 11日-----第5回 理事協議会
- 24日-----厚生連 理事会
- 27日-----第12回 監事会
- 第12回 理事会
- 28日-----中央会 理事会
- 厚生連 経営管理委員会
- 全農県本部 運営委員会
- 全共連 運営委員会
- JAバンク運営協議会

あとかき

一段と寒さが厳しくなり、朝夕の冷え込みで路面が凍り、スピードを落として慎重に車を運転しなければなりませんね。年末年始は交通渋滞、混雑が予想されますので、十分な車間距離を取りながら、交通安全に取り組みましょう。本年もよろしくお願いいたします。

理事会報告

業務報告 ●12月主要事業実施経過報告について

- 実績検討について
- (株)アグリサポート湖東の実績及び決算見込みについて
- 組合員の加入及び脱退状況について
- 内部監査結果(11月実施)の報告について
- みのり監査法人令和3年度期中監査(内部統制運用評価)の実施について
- 令和3年度 上半期監事監査報告について
- 秋田県常例検査(部分検査)の実施について
- 年金相談会の開催について
- 令和3年産米 売渡(集荷)実績について
- 湖東のやさい畑 年末セール計画並びに実績について
- JA食材「お正月ごちそうセット」の推進実績について
- 年末年始の営業時間について
- 年末手当の支給について

報告事項

議案

- 議案第46号 大口資金の貸付について
- 議案第47号 令和3年産 直接販売米取引限度数量について
- 議案第48号 ミニディスクロージャー(半期開示)について

協議 ●中期第9次3カ年経営計画(文言素案)について

湖東の
おいしさ
いただきます

や さい だい す
野菜大好き!!

VOL



168



井川こどもセンター

今月は井川こどもセンターの4歳児の皆さんにキャベツをプレゼントして撮影しました。子どもたちは自分の顔とほぼ同じ大きさの巨大キャベツに驚き、両手で力強く抱え、早くお家に帰って食べたいと笑顔で話してくれました。最近では、好き嫌いなく何でも美味しく食べる子どもたちへ向けて、農家の方からブルーベリージャムを頂いてみんなで美味しく食べました。最近のイベント行事として、昨年12月16日に行ったクリスマスお楽しみ会では子どもたちが手作りしたトイレットペーパーの芯で制作したサンタさんやトナカイ、リースがステージに飾られとても煌びやかになり、ジングルベルや赤鼻のトナカイを元気に歌い、みんなでお祝いしました。また、サンタさんからプレゼントをもらい、サプライズに大喜びしていました。現在は、自分たちで考えた振り付けを踊ったり、鬼ごっこ他、天気の良い日はブランコや鉄棒、雲梯を上手な子から教わり、出来るようになると先生たちに披露してくれるそうです。



今月の野菜

キャベツ



アブラナ科アブラナ属の植物で、ギリシャ、イタリアなどのヨーロッパの大西洋、地中海沿岸が主な原産地となっています。本来は涼しい気候を好む植物ですが、国内では北海道から沖縄まで全国で栽培されています。とくに、愛知県、群馬県、千葉県、茨城県、神奈川県などで多く栽培されています。キャベツの故郷である地中海沿岸では冬の名物とされる野菜です。季節により出荷時期や収穫時期や産地、品種を変えて流通しています。ビタミンCは風邪の予防や疲労の回復、肌荒れなどに効果があり、ビタミンKは血液の凝固促進や骨の形成に貢献しています。調理方法は炒め物やサラダ、漬物、鍋の具材など様々な調理方法があります。