

地域と共に
あなたのそばに

富樫香さん(7歳)



02 ニュース&トピックス 「湖東のやさしい畠秋の収穫感謝祭」ほか

04 金融情報

08 NEW健康ワンポイントアドバイス



ことうの話題 ニュース&トピックス



▶旬の食材を選ぶお客様。



9月26日(土)、27日(日)

湖東のやさい畑にて秋の収穫感謝祭を開催しました。店頭では新米あきたこまちを販売し、新米を買い求めるお客様で賑わい、店内では季節ならではの梨、早生りんご、桃なども販売し、お客様の注目を集めました。陳列された商品はどれも新鮮で、湖東の枝豆、漬物や色とりどりの花も販売され、連日多くのお客様で賑わいました。

湖東のやさい畑 秋の収穫感謝祭

飯田川小学校5年生、稲刈り体験

I LOVE秋田産応援フエスタ

10月1日(木)

飯田川小学

校5年生が地元農家の菊地栄一さん、地

元老人クラブ

のご協力のも

と、学習田に

て稲の収穫体

験を行いまし

た。児童たち

は稻刈りから

脱穀、乾燥ま

での一連の作

業工程、稲の

刈り取りの仕

方や束ね方を



▶稲の束ね方を教わる児童。

教わり、和気あいあいと作業をしました。稲は田植えから収穫まで130～150日間かかることや、昔は全て手作業で行っていた事実を知り、驚いた様子でした。刈り取った稲は、ほによ掛け作業をして乾燥させました。また、児童たちはコンバインによる現代の稲刈りを体験しました。最後に感想を尋ねると「コンバインに1年ぶりに乗り、手で刈るよりも、作業効率が高く、改めて技術力の凄さを実感しました。稲を束ねるのが難しかったけど、JAの皆さんに教えてもらって嬉しかったです」と話してくれました。菊地さんは児童たちへ向け、協力し合う心が大切だと話しました。



▲湖東の食材を買い求めるお客様。

秋田駅前アゴラ広場で、県産農産物の地産地消と6次産業化の取組を広域的に推進するため、県農林水産物や6次産業化商品等を一堂に集めた県民参加型・体験型の交流イベントI LOVE秋田産応援フエスタを開催しました。消費者と生産者が互いに顔が見える関係を構築して、秋田産を選択する動機付けの一助を目的としています。秋田県内の人気直売所が秋田市へという企画の元、県北、県央、県南から各1店舗の直売所が秋田県から推薦されました。県央からは湖東のやさい畑が推薦され、新米のあきたこまち、枝豆(あきたほのか)、梨(豊水)、湖東の漬物、ミニシクラメン等を販売しました。なかでも、梨、枝豆、新米のあきたこまちは特に人気があり、お客様は「秋田市で湖東の旬の食材を手に入れ事が出来て良かつたです」と話し、様々な年代のお客様に人気があり、連日賑わいました。

10月3日(土)、4日(日)

八郎湯小学校サツマイモ収穫体験

10月14日(水)



▲協力し合いながらサツマイモを収穫する児童。

八郎湯小学校全校児童がサツマイモの収穫体験を行いました。JAの担当者からは「最初はある程度スコップで掘り進めることを教わった後、各班に分かれて協力し合いながら作業を進めました。今年のサツマイモは定植後の低温や降雨によって、例年に比べ収量が少なく、小ぶりのものが多く見られました。児童たちは「みんなで協力し、取り組むことが出来ました。今年の結果を踏まえ、来年こそは良い収穫ができるように自分で考えて、次回に繋げたいと思います」とポジティブに感想を話してくれました。

J A の担当者は「来年に向けてサツマイモの植え方を自分達でも調べ、上級生は下級生をリードして下級生は分からぬことは何でも質問するように心掛けてください」と話しました。

女性部飯田川地区タオル寄贈

10月15日(木)



▲部員のまごころを込めてタオルを寄贈。

J A あきた湖東女性部飯田川地区では15日、管内にある特別養護老人ホーム「わかば園」と当JA 小規模多機能型居宅介護施設「もりやま」へ「女性部員タオル寄贈運動」で集めた2施設合計94枚のタオルを寄贈しました。このタオル寄贈運動は「地域社会に貢献する活動」をテーマに毎年行つており、今年7月には五城目地区でも実施しました。訪問した施設の関係者は「たくさんの方々に喜んで貰えて感謝しています。大切に使わせていただきます」と感謝を述べ、「田仲子飯田川地区部長は「みなさんから喜んでもらえてとても光栄に思います」と応えました。



▲競技に熱が入る利用者様。

小規模多機能型居宅介護施設「もりやま」で屋内で座つた状態でも楽しめるミニミニ運動会を開催しました。開会に先立ち、利用者様が選手宣誓を行い、怪我の無いよう頑張ることを誓いました。5人ずつ白チームと赤チームに分かれ、ピンポン玉運び、応援合戦、玉入れを行い、途中、両チームとも均衡した試合展開になり、熱戦が繰り広げられました。全ての種目が終わり、互いの健闘を称え合い笑いに包まれ、楽しいひと時を過ごしました。

もりやまミニミニ運動会

10月16日(金)

夜間ローン相談会 開催日 11/ 5 12 19 26

毎週木曜日開催！ 開催時間：午後5時～午後7時 場所：JA あきた湖東全支所

アグリマイティー資金

農機具購入・農舎建築等にご利用いただけます

固定金利

年1.20%
(保証料別)



JAバンクの利子補給により
当初3年間は実質

年0.20%
(下記条件あり) (保証料別)

J A バンク利子補給制度対象資金

- (1) 条件により JAバンク利子補給の対象（**当初3年間、最大1.0%**まで利子補給。0.2%を下限とする）となり、借入当初3年間は年0.2%保証料別）の金利が適用されます。
- (2) 利子補給対象条件は、①100万円以上のお借入れ、②秋田県農業信用基金協会の保証を受けられる方、となります。

○お申込いただいたても、審査結果によってはお客様のご希望に添えない場合がございます。○金利は毎月変動しますので、実行時の金利は変更になる場合があります。○表示金利は固定金利であり、保証料は含まれておりません。○利子補給の対象となった場合、借入当初3年後は基準金利に変更されます。○金利は令和2年10月19日現在。

ご利用頂ける方 ①農業者(農業を営む法人及び団体を含む。)②農村地域振興等に関する法人・団体として当組合が認めた者

お使いみち 農地等の取得・改良、農業用設備・施設・農機具の取得・改良・造成資金など

ご融資金額 事業に必要な資金の100%以内

ご融資期間 10年以内(据置期間3年以内)

ご返済方法 元金均等償還または元利金均等償還

担保・保証 秋田県農業信用基金協会保証を原則とし、必要に応じ担保・個人連帯保証を設定します

お忙しい方、うっかり忘れにも、 これなら安心！

ご契約の自動車共済に
「自動継続特約」
を付加してみませんか？

自動継続特約のメリット 

ポイント①.....

継続忘れによる保障切れ
の心配がありません！

万一継続を忘れたまま事故が起きてしまうと
共済金をお支払いできない場合があります。

ポイント②.....

手続きが簡単になります！

契約内容を変更する場合^(※)を除き
継続のために窓口にお越しいただく必要がなくなります。

(※) 契約期間中に買い替えや他者への譲渡等によりお車が変更になった場合など。
その場合は、下記お問い合わせ先までご連絡願います。

ポイント③.....

共済掛金のおトクな割引制度
があります！

自動継続特約を付加して所定の要件^(※)を満たすと

共済掛金が2%おトクになります。

(※) 所定の要件とは、共済掛金のお払込みが口座振替であることを指します。

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書（契約概要）」
を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書（注意喚起情報）」および
「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

■お問い合わせ先 あきた湖東農業協同組合
五城目支所：018-852-4321 井川支所：018-874-2025 飯田川支所：018-877-2267
昭和支所：018-877-3511 八郎潟支所：018-875-2110 共済課：018-855-4510

自動継続特約を
つけると
メリットが
いっぱい！



20059990057

自分で作った米・大豆を使って
味噌加工を委託してみませんか
味噌委託加工承り中
～安心で美味しいJAの味噌をご賞味下さい～

味噌加工料金(1口)消費税込み

●原料持込 7,700円 ●JAで材料準備 17,930円 米15キロ・大豆13キロ

[お申込・お問合せ] JAあきた湖東 生活課 TEL 018-855-1516

※1口とは白米1斗(15kg)、大豆1斗(13kg)で約50kgの味噌ができますが0.5口より加工承ります。

湖東のやさい畑からのお知らせ 直売所情報

①地場産秋冬野菜が登場！！

白菜、キャベツ、大根、長ネギ等々



②季節の果物登場です～！

りんご シナノスイート、ふじなどなど
みかん

朝夕の冷え込みで鍋を囲む回数が増えてきますね！

比内どりのガラでだしを、、、だまこ、きりたんぽ

各種スープの素で鍋を囲みましょう



おでん キムチ ちゃんこ

清流ほたるの郷

ことうの漬物



糖しづぼり
半割大根

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。

湖東のなた漬



サクサクした食感と
あっさりとした程
よい酸味が食欲を
そそります。

旬の食材
ユリネ



オニユリやヤマユリの球根、東南アジア原産で、京料理に欠かすことのできない食材です。昔はヤマユリを薬用としていました。栄養価も高く、たんぱく質や鉄分、カリウム、カルシウムなどが含まれているので滋養強壮などに効果があり、食物繊維も豊富なので整腸に効果があります。ホクホクとした歯触りと甘みを味わうには茹でると良いです。茶碗蒸しやグラタン煮物などにしても美味しく食べることができます。ユリネの栽培には時間がかかり種球から始めるところ6年かかるそうです。涼しい気候を好み、ほとんどは北海道で栽培されています。



生産資材相談会

石油暖房機展示販売会

同時開催

来年の除草剤は何がいいかな?
低成本肥料は何がいいかな?

JAの営農指導員や肥料・薬品メーカーの技術員が皆様のご相談にお答えします。

開催日時

令和2年11月6日(金)・7日(土)
午前9時30分から午後4時

開催場所

営農経済センター(井川カントリー隣)

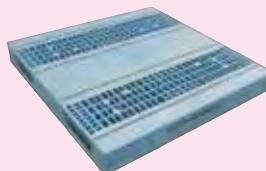
ご来場者にはもれなく粗品を進呈いたします!!
さらに抽選で豪華商品をゲット!!

令和3年用肥料・農薬・資材予約注文書の
ご提出は最寄のJAへお願ひいたします。

- 肥料の自己取希望の方は、12月早取は11月30日締切、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目の注文をお願いします。

パレットの返却にご協力ください!

パレットが不足すると肥料が手積みでの作業になり、ご迷惑をお掛け致しますので、何卒パレットの返却にご協力下さい。



JAより積み込みで使用されたパレットがご自宅の小屋、倉庫などにありましたら、購買課までご返却下さい。

ご理解、ご協力の程よろしくお願いします。
お問い合わせは購買課 018-855-6222

湖東厚生病院

看護師 副部長

まつだ
松田 厚子

今月のテーマ
新型コロナウイルス感染症
「手洗い・マスク」

まず基本となるのは、手洗いとうがいです。外から帰つてきたら、必ず手洗いとうがいをしましょう。調理前、食事の前、トイレの後、おむつ交換の後等も手を洗います。ポイントとして手のひら、爪、親指のまわり、手の甲、指の間、手首の6つを意識しながら丁寧にあらつてください。帰宅した時、家族みんなが触るのがドアノブです。ドアノブも感染源になるので、玄関に着いたら、部屋に入る前にアルコールなどで手指消毒をした方が安心です。また、使用済みのマスクも感染源になるので、使い捨てマスクは、部屋に入る前にゴムの部分だけを持って外し、子供が触らないようにビニール袋等に入れて密封し、ゴミ箱へ



NEW 健康

ワンポイントアドバイス

コロナウイルスの感染ルートは、くしゃみや咳による飛沫やエアロゾルによる飛沫感染と、ウイルスが付着した場所を触って感染する接触感染(ウイルスの付いた手で、口・鼻・目を触る)です。飛沫感染を防ぐにはマスクと換気、接触感染を防ぐには手洗いうがいでどちらもすぐに実践できます。

【手洗い】

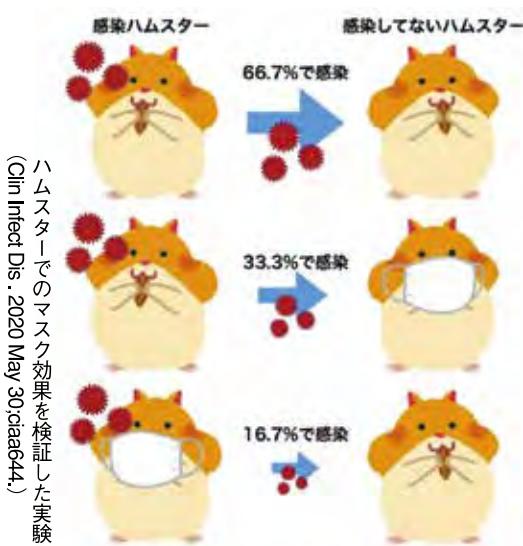
マスクの着用も飛沫感染をする新型コロナウイルスには効果的であるとしています。マスクは咳エチケットとして自分がウイルスを保持していた場合に他の人に感染させないというだけではなく、ウイルスがうつらないためにも効果があります。マスクは装着する時より、外す時に注意が必要です。マスクの表面(口に当たる布の部分)には、他人の咳やくしゃみなどで生じた飛沫が大量に付着し、ウイルスが溜まっている可能性があります。そのため、マスクを外す際には、マスクの表面に触れないようになります。また、マスクを外した後は、手洗いを忘れずに。

最後に、マスクと換気でエアロゾルを追い出し、手洗いうがいで消毒してウイルスを持ち込まないようにしましよう。

- 空気中(エアロゾル)…3時間
- 銅(10円硬貨)…4時間
- 皮膚の表面…9時間
- 紙幣の表面…2~3日
- プラスチック(ペットボトル)…2~3日
- ステンレス鋼(ドアノブ)…3.5日
- スマートフォンの画面…28日

捨ててください。手洗いの効果は、洗い流すことです。手洗い石鹼を利用することで、手洗い石鹼を剥がし、外膜を破壊してくれます。つまり、手に付着しているウイルスを完全に除去してくれます。しかし、水だけで手を洗った場合は、その効果は得られませんので、必ず、手を洗う際には手洗い石鹼を利用しましょう。

【マスク】





今号の おたより コーナー

November Letter Corner

月に2回は、やさい畑でお花を貢ってきます。
とても長く咲いてくれるので嬉しいです。「綺麗に咲いてくれますね」

(五城目町)
50代

こうの発刊を毎回楽しみにしております。
表紙の笑顔の写真に癒されますね。頭の体操

クイズコーナーは一番に挑戦します。前回ブレゼントの商品券届きました。ありがとうございました。

(井川町)
60代

湖東のやさい畑は田んぼのぬかるみや稻の倒伏で難儀しました。

(八郎潟町)
60代

今年の稻刈りは田んぼのぬかるみや稻の倒伏で難儀しました。

(井川町)
70代

ようやく稻刈りが終わりました。今年は秋になつてから1日1回雨が降り、田んぼは乾く暇がなく、稻は雨でつぶれ、大変でした。これからは秋を楽しみたいと思います。

(湯上郡昭和)
60代

「こう」毎月楽しみにしています。木々も色づきすっかり、秋を感じます。秋は果物やきのこ、新米、くり、さつまいもなど美味しいものがいっぱい! 体重が増えないよう運動して秋を満喫したいと思います。(五城目町)

(井川町)
60代

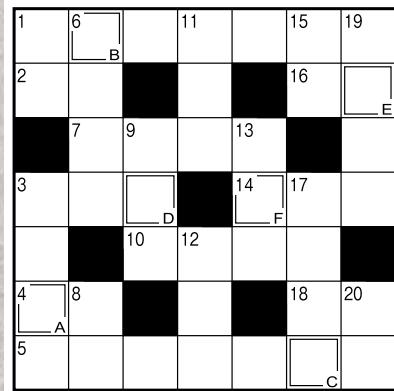
今月も表紙の写真に元気をもらいました。毎号楽しみにしています。(八郎潟町)
50代

やさい畑のお弁当安くて美味しいくて忙しい時は本当に助かります。(湯上郡飯田川)
60代



頭の体操 クイズコーナー

二重枠に入った文字を、A~Fの順に並べてできる言葉は、何でしょうか？



- タテのカギ**
- さらさらと落ち続ける時計もあります
 - 新婚家庭には満ちあふれています
 - 太りしゃう人もいるかな
 - 朱肉がセットされたケースに入れることも
 - 「Rの付かない月(5~8月)に食べるな」と言われる貝
 - 京都の町家は——が狭いうなぎの寝床
 - グラウンドをならす道具です
 - 文系とよく対比されます
 - この商品は——パフォーマンスがいいね
 - 鍛えて日本刀などを作ります
 - 髪を刈り込むときに使います
 - 旅行のこと。——シューズ
 - こたつで丸くなりたいニヤ

ヨコのカギ

- サツマイモで作る洋風の焼き菓子
- 東がトン、北がペイなら南は
- 布団や枕などのこと
- 「万葉集」にはたくさん収められています
- 漢字で書くと「背黄青鸕鷀」。
- ペットとしてよく飼われている小鳥です
- 板を用いることが多い練習製品
- 箒(ほうき)と一緒に働きます
- おうし座のプレアデス星団の和名。「枕草子」にも出てきます
- いかつい——構えをした刑事
- 天下の回り物です

当選者

- 齊藤洋子さん(五城目町)
- 伊藤和子さん(井川町)
- 淡路悦子さん(湯上郡飯田川)
- 菅原恵子さん(湯上郡昭和)
- 千田和泉さん(八郎潟町)

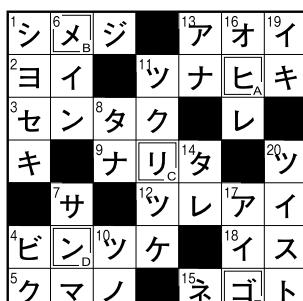
応募総数20通

沢山のご応募
本当にありがとうございました。



A=ヒ
B=メ
C=リ
D=ン
E=ゴ

先月号の答え



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。(11月16日(月)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

応募方法

宛先

J A 遊休資産の購入者募集

募集期間：令和2年11月1日～令和3年3月頃まで

物 件 1



- 旧馬場目出張所
- 五城目町馬場目蓬内代 117-5
- 1,538.76 m²

物 件 2



- 旧大川出張所
- 五城目町大川大川字ウツフケ 29-2~5、32
- 1,398.28 m²

物 件 3



- 旧育苗センター
- 井川町寺沢字味噌野 130~132
- 2,122.88 m²

物 件 4



- 旧畜舎跡地
- 井川町浜井川字追回 158-1~9
- 2,518.41 m²

お問い合わせ先 総務課 電話 018-855-1510

JA秋田厚生連では「優秀な医師・薬剤師・助産師・看護師を育てたい！」という目的で奨学金制度を設けています



内容／資格	医師 進学予定者 医学生	薬剤師 進学予定者 薬学生	助産師 進学予定者 看護学生	看護師 進学予定者 看護学生
一般 奨学生	貸与額 (基本月額)	75,000円	75,000円	50,000円
	増額枠 (基本月額×2倍)	150,000円	150,000円	100,000円
	入学金分	100万円を 限度に加算	—	—
加算	特別奨学生		50,000円	

※申し込みに必要な履歴書は、ホームページよりダウンロードをすることが可能です。
詳しくは「JA秋田厚生連 奨学生」で検索ください。

お問い合わせ先

JA秋田厚生連 総務人事部 人事課 〒018-0976 秋田市八橋南二丁目10番16号
TEL: 018-864-2652 / E-mail: jinji2@akitakouseiren.or.jp

勤務対象病院

鹿角市	かづの厚生病院
北秋田市	北秋田市民病院
能代市	能代厚生医療センター
八郎潟町	湖東厚生病院
秋田市	秋田厚生医療センター
由利本荘市	由利組合総合病院
大仙市	大曲厚生医療センター
横手市	平鹿総合病院
湯沢市	雄勝中央病院

今月の表紙 潟上市飯田川

かおり
香さん(7歳)

組合員・父：富樫克志さん
母：麻美さん



今月の表紙は潟上市飯田川の富樫さん宅におじゃましました。香さんはミニバスに入つてもうすぐ1年になります。フリースローも入るようになり、日々技術の向上に努め、文武両道に取り組み、学校生活を元気に送っています。試合の応援に行くのが、楽しみみなご両親からは、「風邪をひかず、皆勤賞を目指して毎日学校に行ってください」とメッセージをいただきました。

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

2020.11 こう 10

JJA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!

入会金は10,000円(税込)のみ

毎月のご負担がかかる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。※生前入会が原則です。

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

10月のあゆみ

- 12日 第3回 ALM委員会
13日 第7回 経済・生活福祉事業会議
14日 第7回 支所長会議
15日 上半期監事監査(～19日)
19日 令和3年度 職員採用試験
20日 みのり監査法人 リスク評価手続き
(内部統制の整備評価手続き)(～23日)
21日 第3回 債権対策委員会
----- 第3回 コンプライアンス委員会
----- 第7回 企画会議
22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
26日 第9回 監事会
----- 第9回 理事会
27日 秋田県常例検査(～29日)
30日 第143回 秋田県種苗交換会
----- 新穀感謝農民祭並びに開会式(～11月3日)

11月の行事予定

- 3日 中央会 理事会
24日 厚生連 理事会
27日 第10回 理事会
30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

あとがき

「今年も稻刈りが終わり一段落出来た」とおたよりをいただきました。9月、10月は農家の方にとって忙しくなる時季です。苦労して育てた新米は愛情が詰まっていて美味しいです。「広報をいつも楽しく読ませてもらっています」とコメントをいただき感謝をしています。

職員人事

退職 9月 30日 付

総務課 菅原雄樹

総務課 菅原 躍

お疲れ様でした。

今後の活躍を祈念いたします。

理事会報告

業務報告 ●10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(9月実施)の報告について
● 余裕金運用状況の報告について
● 金融事業における反社会的勢力認定結果について
● 住宅ローン細則の一部変更について
● 令和2年度 JA共済コンプライアンス点検結果及び改善方針の概要について
● 第143回 秋田県種苗交換会日程について
● 令和2年産米売渡(集荷)実績について
● 令和2年度 生産資材相談会及び石油暖房機展示販売会の開催について
● 農機センター展示会開催について
● 自主(自店)検査結果報告「第2四半期」について
● 令和2年度 第2・四半期 不正・不祥事・苦情等対応状況について
● 事務ミス等の発生状況について

報告 ● 第3回債権対策委員会

- 議案第54号 指定小規模多機能型居宅介護事業所及び指定介護予防小規模多機能型居宅介護事業所運営規程の一部変更について
● 議案第55号 令和2年度 その他介護保険外利用料の一部変更について

交通事故 発生時

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

湖東の
おいしさ
いただきます



VOL
158

や ゃ さ い だ い す 野 菜 大 好き !!



はち ろう がた
八郎潟たいようこども園



今日は八郎潟たいようこども園の年長さんの
みんなにネギをプレゼントして撮影しました。子
どもたちは「ネギはどうやって料理するの? どう
やって栽培するの?」など興味津々な様子でし
た。子どもたちは園庭の虫探し、アイドルのダン
ス、ドッジボール等体を動かすことが得意で、毎
日園庭、園舎で友達と元気に遊んでいます。

最近では、3、4歳児を祭りごっこに招待し、頼
もししい子どもたちです。撮影時は、園内でサッカ
ーやキャッチボールをして遊び元気いっぱいな
姿を披露してくれました。

今月の野菜

ネギ



中国西部、アルタイ地方などが主な原産地となっ
ています。ネギは大きく分けて白ネギと青ネギがあ
ります。東日本では白ネギが好まれていて西日本では根元まで青い青ネギが一般的になっています。ど
ちらも食べる部分は葉ですが、白ネギは深いところ
まで土寄せをして日に当たらないようにすることで
白い部分を多くしています。白ネギは甘みがあ
って煮込み料理や焼き鳥などに最適で、青ネギは香りが
よく、炒め物や薬味に活躍します。ネギは血圧予防に
効果が期待されるカリウム、骨の形成に有効なカルシウム、白ネギはアリシン、青ネギはβカロテンが
含まれ、どちらも抗酸化作用があり、がん予防や
免疫力アップにも効果が期待されます。また青ネギ
には血液の凝固や骨の形成に関わるビタミンKと血液
を作る働きのある葉酸が多く含まれています。