



いぶき



『プチヴェール・ほうれん草』
新あきたの“旬”

地域の農産物をご紹介します！

もくじ

- ◎新あきたの“旬”【プチヴェール&ほうれん草】.....2
- ◎Close Up Topics【平成24年度かがやき女性塾を振り返って】.....3
- ◎特集1【集落営農促進協議会・稲作部会・受託部会合同研修交流会】.....4
- ◎特集2【平成24年度秋田市園芸生産振興大会】.....5
- ◎ニュース&トピックス.....6
- ◎知って得する！営農ワンポイントアドバイス【稲作・畑作】.....8
- ◎新あきたReport【平成24年度事業を振り返り新たな発進】.....10
- ◎ステキな笑顔いっぱい！.....11
- ◎健康対策.....12
- ◎クロスワードパズル・ふれあいメール.....13
- ◎インフォメーション・概況・理事会便り・編集後記.....14

平成25年
2013.MAR

3

lbuki vol.168



新あきたの旬『プチヴェール・ほうれん草』

「プチヴェール」

アブラナ科の野菜で芽キャベツと青汁のもととなるケールを交配させて誕生したもので、非結球で緑色のバラの花が開花したようにみえます。葉は肉厚でしっかりしており、一株から50～80個の実が収穫できます。12月下旬～3月下旬までが旬な野菜です。糖度が12度以上あり、ビタミンC、カロチン、鉄分、カルシウムが多く含まれていて栄養価のバランスに優れています。

選ぶコツと保存方法

葉の色が濃い緑で葉先が少し硬さを感じるくらいのハリがあるものを選びましょう。あまり大きすぎないものの方が、柔らかく美味しいです。乾燥しないようにポリ袋などに入れて冷蔵庫に入れておく方法や冷凍する場合はさっと固めに茹でて水気を切り小分けにして保存します。自然解凍でおひたしや和え物などに調理できます。

調理ポイント

基本は熱湯で2～3分茹でて食します。

主な料理

- ・茹でたものをサラダやおひたし、和え物にします。
- ・肉などを包んで焼いた料理なども綺麗な料理になります。
- ・クリームシチューに入れたり、オリーブオイルなどを使った魚料理やパスタにも合い色鮮やかな料理となります。



選ぶコツと保存方法

緑が濃く葉が厚みのものが良品です。葉先がピンとしているものが鮮度の良い証拠です。乾燥しないように濡らした新聞紙などに包み、ポリ袋に入れて冷蔵庫で保存しましょう。

下ごしらえ

根元は旨みも栄養もあるので、よく洗いなるべく全部使いましょう。一束を2～3回に分けて一度にたくさん入れすぎず茹でて、すぐに冷水に浸けると茹ですぎを防げて緑色がより美しくなります。

充分な栄養を取れるコツ

茹ですぎると栄養がゆで汁に多く溶けでしてしまうので、沸騰した湯で短時間で、茹であげ、長時間水に浸けないようにするのがコツです。油と組み合わせるとβ-カロチンの吸収が高まります。胡麻和えやバターソテーにするのも効果的です。



① 根元を開くように、根の付近をよく洗って泥を落としましょう。根が太い場合は火が通りやすいように切込をいれます。



② よく沸騰した湯に塩を加え、根元の方から入れます。



③ 1～2分ゆでて色鮮やかになったら水気を切り冷水に浸します。



④ 手早く根元を揃えて水気を絞ります。



「ほうれん草」

平成24年度 かがやき女性塾 閉講式

JA新あきた女性部を対象に開講している「かがやき女性塾」が1月31日(木)秋田キャッスルホテルで閉講式を行い、受講生に修了証書が授与されました。第6期となった今年度は、26名の参加のもと全参加者のうち18名が皆勤賞を受賞しました。

食と農を中心として文化・福祉などの様々なカリキュラムを通じ、自己啓発と相互の交流・親睦を深めてきました。

楽しく学んだ1年を振り返ります。



第1回 平成24年6月12日(火)《遊学舎》



- ・船木耕太郎組合長による講演会「女性部に期待すること」
- ・ガーデンコーディネーター 沢田有子氏「窓枠ガーデニング」レッスン



第2回 平成24年8月24日(金)《JA新あきた北支店》



- ・オリジナルスマイル研究所 小山田聖子氏「笑いヨガ」
- ・高橋みどり氏 お楽しみ講座「パステル和みアート」
- ・岐阜アグリフーズ(株)「マッサージについて」
- ・家の光協会北海道東北普及文化局 磯部美里氏「これからのリスクに備える! 大事なお金の話」



第3回 平成24年11月2日(金)《上新城地区、日徳山昌東院と重松の家》



- ・上新城地区日徳山昌東院辻匡人住職「お寺にまつわる話」
- ・フローリストナチュラル田口博昭代表NAMAHAダリアを使った「フラワーアレンジメント」



第4回 平成24年12月11日(火)《河辺支店》



- ・平沢商店平沢敦店主「お米について」と題し、美味しいお米を炊く方法など
- ・ハウスウエルネスフーズ(株)東北支店武田裕氏「Aコープ商品かつおだしを使用した地産地消簡単料理」
- ・JA新あきた長谷川清仁営農センター長による講習会「自給野菜栽培について」



第5回 平成25年1月31日(木)《秋田キャッスルホテル》

閉講式 修了証書授与式



平成25年度も「かがやき女性塾」の開講を予定しております。女性部員皆様の更なる発展へ向け、楽しく学べるカリキュラムを検討してまいりますので、是非沢山の方々のご参加をお待ちしております。



▲挨拶をする
集落営農促進協議会 安田友一会長



▲挨拶する稲作部会 佐々木貞助部会長



特集

1

異常気象とカメムシの防除対策を学ぶ 良質米生産にむけて合同研修交流会

新あきた農業協同組合集落営農促進協議会、稲作部会、受託部会は1月25日(金)、秋田ビューホテルで合同研修交流会を開きました。部会員や各関係者合わせた170名のご参加をいただきました。

【次年度に向けた斑点米カメムシ対策について】

秋田県農業試験場生産環境部 研究員 高橋 良知 氏



加害カメムシ発生生態の変化により、薬剤散布のみならず耕種(草刈り)等を見直した新たな防除体系の普及として、農道・畦畔の草刈りを適期に行うことや薬剤散布に際しての留意事項を説明されました。

【平成24年度稲作の総括と今後の課題】

長谷川 清仁 営農センター長



本年度、当管内の作況指数は「100」となったものの一等米比率が前年同期に比べ低下していると報告しました。原因は、登熟期の高温から水不足による収量・品質低下・充実度不足、割れ糲多発によるカメムシ被害拡大によるものと見解を述べました。

【異常気象に打ち勝つケイ酸について】

太平物産株式会社 技術参与 佐藤 福男 氏



近年の夏場の高温による品質低下を回避し良質米生産を行うため、ケイ酸の果たす役割が「気象変動に対する抵抗力アップ、今後も高温化傾向のある中、夏バテ防止効果、収量・品質・耐病性を高める」として重要性を訴えました。

【人・農地プランについて】

秋田市農林部農業農村振興課 副参事 柴田 浩 氏



集落内の「人と農地」の問題解決に向け集落等で話し合いながら策定する「人・農地プラン」の概要と、青年就農者支援、農地集積の促進、機械・施設の導入支援など関係施策との関連性について説明されました。



秋田市の農業活性化に取り組む 平成24年度 秋田市園芸生産振興大会



優秀賞
渡辺 利一氏

最優秀賞
農事組合法人
「かみさんない」
鎌田 英文代表理事

穂積 志
秋田市長

船木 耕太郎
組合長

優秀賞
榎 政良氏

優秀賞
佐々木 善明氏

秋田市とJA新あきたは2月1日(金)、園芸生産振興大会を秋田ビューホテルで開催しました。同大会は昨年から開催され今年で2回目となり、今年度は最優秀賞の農事組合法人「かみさんない」をはじめ生産者1団体、3個人が今年度優れた功績を残したとして、穂積志秋田市長から表彰を受けました。



【審査調評】
秋田地域振興局農林部農業振興普及課
加藤 政尚 課長

大会には生産者、各関係者合わせて130名が出席し、農事組合法人「かみさんない」鎌田代表理事による生産者事例発表、市農林部農林総務課6次産業担当官新出康史氏による「6次産業化への取り組みについて」の活動報告が行われました。



最優秀賞 農事組合法人「かみさんない」鎌田英文代表理事
「法人化に取組み11年。この度の受賞は大変うれしく、今後も園芸振興に力を入れていきたい。」と喜びを話してくれました。



受賞者は左記の通りとなります。

◎最優秀賞 農事組合法人「かみさんない」(河辺地区)

○優秀賞 榎 政良氏(四ツ小屋地区)
渡辺 利一氏(雄和地区)
佐々木 善明氏(雄和地区)

受賞された皆様、
大変おめでとうございます。

【大会宣言】
JA新あきた花き部会
奈良隆逸部会長が「生産・供給の拡大と、地域社会の活性化のため努力します」と大会宣言を行いました。



【講演】
演題「タネ屋を知って
秋田市園芸の更なる飛躍を」
(株)サカタのタネ東日本支店
仙台営業所 日高修二所長
有望品種の紹介など行い、「秋田市内の野菜のブランド化を目指して欲しい。」と話されました。



身近な情報、
お得な情報盛りだくさん!!

News & Topics

1. 県内の繁殖・肥育農家一堂に集う

秋田県とあきた総合家畜市場(株)は、1月28日(月)、県有種雄牛である「義平福」号の利用拡大シンポジウムを秋田キャッスルホテルで開きました。県内の繁殖・肥育農家や各関係者約200名が参加しました。

シンポジウムでは、(有)北国肉牛商事小野健一氏が「義平福の活用と肉用牛振興について」と題して講演しました。

県内の肥育繁殖農家10名によるパネルディスカッションも行われ、管内から上北手地区の高橋長寿氏と雄和地区の工藤新氏が参加し、「繁殖・肥育の連携による特色ある肉用牛の産地づくり」をテーマに意見が交わされました。

パネラーとなった畜産農家からは、「義平福の能力が高いことに期待をしており、肥育・繁殖農家が連携し情報交換をし合うことで優良牛の生産に向けた取り組みが重要」などの話がありました。



▶パネラーとなった高橋長寿氏

◀意見を述べる工藤新氏



2. 平成25年度より新たな稲作部会へ

JA新あきた稲作部会と受託部会は1月25日(金)、秋田ビューホテルで平成24年度通常総会を開催しました。

先に行われた受託部会では、以前より部会で話合われてきた稲作部会との部会統合が協議され、平成25年度より稲作部会として活動していくことで承認されました。

稲作部会では、受託部会で承認されたことを受け、受託部会の規約を盛り込んだ新たな規約となることで承認されました。両部会とも議長には、下北手地区の石塚威氏が選出され、議事進行に務められました。



◀議長を務める石塚威氏



▲議案を承認する参加者(秋田ビューホテル)

JA新あきた稲作部会は平成25年度役員改選を予定し、各支部で行われる総会にて決定していきます。

3. 衛生管理を学んで安全・安心な食品提供

ファーマーズマーケット「彩菜館」運営協議会は1月29日(火)、ユフォーレで食品衛生講習会を会員65名の参加のもと開催しました。

秋田市保健所の担当職員が講習を行い、浅漬の衛生や基本となる手洗いの方法などを会員に指導し、「浅漬を作る際には温度管理、消毒など管理を徹底しましょう。彩菜館には素晴らしい加工所がありますので是非活用いただきたい。」と衛生管理の重要性を話しました。



▲衛生管理について指導を受ける会員(ユフォーレ)

同協議会鎌田久子会長は、「皆さん得意な漬物が、いつも冷蔵庫にあります。衛生規範が変わってきているのでしっかり守り、消費者に提供していきましょう。」と話しました。

4. 交通事故やオレオレ詐欺 防止策を指導

秋田臨港警察署は1月25日(金)「ふれあい講習会」をJA新あきたデイサービスセンター悠楽館で開きました。

高齢者が被害となつてゐる交通事故

や詐欺事件が多発しており、同署が管轄する地域のデイサービス等を訪問し、注意喚起を行っています。

講習会では、夜間出歩くときの服装や反射材の使用方法的の説明や紙芝居による詐欺の手口を紹介し、防止策を指導されました。同アドバイザーは「日頃から交通安全や詐欺防止に意識を持ち、冷静な対応をしていただきたい。」と話しました。

受講者からは、「大変勉強になりました。特に振り込め詐欺には気をつけ、日頃から意識していきま



▶高齢者安全安心アドバイザーから
反射材をつけてもらうご利用者様(悠楽館)

5. 葬儀事情を学ぶ

(株)ジェイエイ秋田葬祭センターは1月26日(土)、レゼール・葬祭セミナーをレゼール広面で開きました。

同センター加藤宏己常務取締役が

「最近の葬儀事情…いざという時のために…」と題し、葬儀の流れや様々なしきたり、マナーについて講演しました。

地域貢献の一環で開催している同センターの人形供養祭のアンケートで大勢の来場者から葬儀の事前相談をしたいという要望があり開催されたもので、当日は約50名の参加者が来場しました。

加藤常務は「相続等の法律についてのでセミナー開催も来年度は開催していきたい。」と話してくれました。



▶葬儀事情について学ぶ参加者(レゼール広面)

6. 雛人形が 西支店に登場

JA新あきた西支店では3月3日の雛祭りには合わせ、店内に雛人形が飾られました。この雛人形は管内の組合員堀川多希志(たけし)さんから

の提供で、地域の皆様から身近な抛り所で憩いの場として、気軽に足を運んでいただけるような店舗づくりを目指すことを目的として飾られました。

遠藤修人支店長は、「季節を感じられるような支店を目指しており、お客様に喜んでいただければ嬉しく、是非雛人形を見にご来店いただきたいです。」と話してくれました。

JA新あきた西支店では、3月3日の雛祭りが終わるまで飾られておりますので、記念撮影等、是非西支店へお越しください。



▶店内に飾られた雛人形(西支店)

7. いいよいよ店頭で販売

秋田市が進めていた高校生による6次産業化プロジェクトが、商品化となりました。

2月19日(火)、ファミリーマート卸町店で穂積秋田市市長参加のもと発売イベントが行われました。このプロジェクトは、市内の農工商の高校生が秋田市産の野菜を使って商品開発に取り組んだもので、トマトを使用した「とまろあ(トマトババロア)」が店内に並びました。

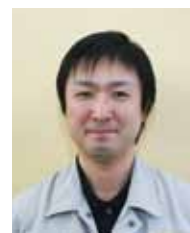
販売は東北六県・新潟県のファミリーマート約690店舗で「とまろあ」が販売を開始し、今後コンビニやスーパー等で他に開発された商品も店頭に並びます。秋田市産の野菜で開発された商品を是非お買い求めください。



▶来店したお客様にとまろあの販売をする
高校生(ファミリーマート卸町店)

3月に入りいよいよ農作業も本格的に指導します。今年も「知って得する営農ワンポイントアドバイス」を参考にして、良質米の生産に取り組みましょう。

播種時期に合わせて種子予措（浸種作業）を行います。今年は降雪が多く雪解けも遅くなりそうです。水温が低いと薬剤の効果が正しく効かなかったり、病気の発生原因となります。播種日を決めて計画的に作業を行い、水温の管理には充分注意してください。



営農センター
関口 直樹

種子予措

種子の種類の確認と浸種

消毒済種子の場合はそのまま浸種します。無消毒種子の場合は塩水選、種子消毒を行ってから浸種します。塩水選は未熟粒や罹病粒を取り除き、充実した粳を揃えるための大切な作業です。塩水選後は良く水洗いをしてください。

浸種の方法

近年、「ばか苗病」の発生が多く見られます。今一度、種子の浸種管理を確認しましょう。「消毒剤吹付け済み種子（消毒済み種子）」は浸種（水につける）により表面の薬剤が溶け出し、粳の周りが薬剤で高濃度になる事で、防除効果があがりますので、次の点に注意しながら作業を行ってください。

浸種期間

ばか苗などの消毒効果は浸種水温10～15℃で防除効果が高く、水温の10℃以上を確保できる、4月上旬頃を目安に浸種を開始します。浸種期間は水温10℃で6日間程度ですが、水温の低い条件下では水温を確保するとともに、浸種期間を10日位確保するようにします。水の交換は最初の2日間は交換しないで、その後は、1～2日おきに交換して発芽を阻害する物質を流すとともに酸素供給を促します。



ばか苗対策

◎浸種水温は10～15℃に 薬液の温度が低いと防除効果が下がります。水温は10～15℃を確保しましょう。

◎適正水量で浸種しましょう 種粳1kgに対して、水は約3.5ℓ。温度ムラを防ぐため底の浅い容器をします。

◎最初の2日は水を循環させません 浸種してからの2日間は水のかけ流しや循環、交換を行わないようにしましょう。その後は1～2日おきに、水を交換し酸素の供給をします。

◎発病苗は育苗箱内で二次伝染します ハウス内で見つけ次第抜き取り、ハウスより持ち出します。

◎催芽温度が低いとばか苗病が多発しやすい条件となります 催芽は30～32℃で行います。



【野菜の良い苗を作るポイント】

～春に向かって気温が上がってくると、
いよいよ夏野菜の種まきシーズン到来です！～



営農センター
保坂 薫

野菜栽培では、「苗半作」という言葉が昔からよく言われてきました。果菜類では、花芽の分化が育苗期に始まる重要な時期であり、葉菜類では育苗期間の適否によって苗素質に差ができて生育障害を招いたりすることがあります。育苗期間は、定植後の生育や品質・収量に大きく影響を及ぼす大切な期間となります。



育苗管理の ポイント

育苗では、温度管理や水管理、日光管理がポイントです。これら適切に行うことによって徒長させることなく、がっしりとした苗を育てることができます。

播 種

野菜の播種時期は、いつ収穫するのか計画を立てて収穫日から逆算して決めましょう。また、品種は、特性(日数や耐病性など)を理解して選定しましょう。

収穫 → 定植 → 仮植(鉢上げ) → 播種
(月 日頃) (月 日頃) (月 日頃) (月 日頃)

※播種日は、下記の表・1を参考に自ら計画を立ててみましょう。

播種は、発芽後に葉が重ならないように播種箱などへ「すじまき」し、覆土をして軽くおさえ、十分に灌水します。発芽をそろえるために、やや高め28～30℃で管理し、発芽後はやや温度を下げて徒長を防ぎます。子葉が展開したら葉の奇形したものや生育の劣っているものを間引きます。

※発芽温度(28～30℃)が確保できない場合は、電熱温床やトンネルが必要となります。

仮植(鉢上げ)

鉢上げの時期は、キュウリやメロンなどは子葉展開時、トマトやナスなどは本葉2～3枚頃に行います。育苗ポットの大きさは、老化苗を防ぐため野菜の種類(作型)や育苗期間の長短を考慮して使い分ける必要があります。

灌 水

灌水は午前中に行い、夕方には乾くようにします。(水のやりすぎは徒長苗になるので注意)

定植前の管理 (順化、ずらし)

定植が近くなってきたらビニール等を開けて温度を下げて順化を図ります。また、苗の軟弱徒長や病害虫の発生を防ぐため適宜ポットの間隔を広げながら管理しましょう。

○おもな野菜の播種から定植までの目安と温度管理(表・1)

品目	2月			3月			4月			5月			6月			育苗日数	温度管理	
	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下		昼温	夜温
トマト				●	●					▲	▲					60～70日	25～26℃	16～10℃
ナス				●	●					▲	▲					60～70日	23～28℃	18～12℃
ピーマン				●	●							▲	▲			70日	27～28℃	18～12℃
キュウリ									●	●		▲	▲			30日	25～28℃	18～12℃
カボチャ							●	●		▲	▲					35日	25～28℃	18～12℃
ネギ							●			●	▲				▲	45日	20～25℃	18～12℃
ブロッコリー (夏どり)					●	●			▲	▲						30日	20～25℃	15～16℃
キャベツ (夏どり)					●	●			▲	▲						30日	20～25℃	15～16℃

※ ● — ● 播種 - - - 育苗 ▲ — ▲ 定植

～平成24年度の事業を振り返り 次年度へ向けて新たな発進～

JA新あきたは1月30日(水)に平成24年度事業達成大会を開きました。
平成24年度の各種事業において目標を達成することができましたので皆様へお知らせいたします。
達成された事業内容は下記の通りとなっております。(平成24年12月31日現在)



◀ダルマの開眼を行う船木組合長

組合員・ご利用者の皆様には多くのご協力とご理解を頂いたことに感謝するとともに、平成25年度の事業達成に向けてJA新あきたは、さらに取組みを強化してまいりますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。

販売事業		購買事業	
農林産物	569,008千円 (計画対比101.7%)	生産資材	942,855千円 (計画対比112.0%)
畜産物	230,981千円 (計画対比127.4%)	農機具	405,862千円 (計画対比115.6%)
信用事業		共済事業	
貯金	1,014億円 (計画対比101.3%)	長期共済	達成ポイント 4,069千ポイント (計画対比101.3%)
預金	644億円 (計画対比105.2%)		(平成24年12月末現在)

JA農業機械パワーアップ運動成果発表大会が1月26日(土)に秋田キャッスルホテルで開かれ、JA新あきた下記職員が表彰されました。

MC美化表彰 JA新あきた農機具センター南部 3回目(3連続)

メーカー表彰 やまびこ賞 最優秀賞 農機具センター南部 佐藤 肇 センター長補佐
静岡賞 敢闘賞 農機具センター南部 打矢 正行 副調査役

部門表彰 農家訪問活動部門優秀賞 農機具センター南部 福原 睦 センター長補佐
特別功労賞 農機具センター南部 浅野 聖子 職員

▶ 左から佐藤肇センター長補佐、福原睦センター長補佐、打矢正行副調査役、高橋力センター長補佐、浅野聖子職員

農業機械パワーアップ運動 成果発表



更なる推進と技術向上を目指し、組合員の皆様から信頼される農機具センターを目指し、日々の活動に取り組んでまいります。



「JA新あきた」管内から ステキな笑顔いっぱい!!

Enjoy
いきいき
ライフ

■寺内・鶴ノ木
◎土田 弘資(ひろし)さん(70歳)
良子(よしこ)さん(65歳)



土田さんご夫妻は昭和43年にご結婚され、今年で45年目を迎えました。現在は娘夫婦と孫一人の6人家族で過ごされております。弘資さんは、若い頃から農業に従事し、現在は200aの稲作と30aほどの畑に色々な野菜を作付しており、知人に配って歩くのを楽しみに頑張っています。弘資さんは、狩猟を趣味として、冬になると年2回程北海道に出掛けるなど、一年中自然の中で元気に動き回っています。時々夫婦で温泉などへお出かけしているそうですが、一番の思い出は沖縄返還の年、車で二週間かけて行った沖縄旅行が楽しかったと当時の記憶を振り返っていました。忙しい日々を過ごされているお二人ですが、「一年を重ねても挑戦意欲を忘れずに体力にあわせた生活をしていきたい」と目標を持っています。

「小さい病気ながら数回の入院生活を経験し、その都度面倒をかけ、ありがたく思っています」と弘資さん、「これからあまり心配かけないでください」と良子さん、これからも仲良く家族に助けられ過ぎていきたいと話してくれました。



こんにちは! JA職場探検隊

◎藤嶋 卓也(ふじしま たくや)職員
【32歳・AB型・蠍座】
■追分グリーンセンター
■担当業務……購買事業
■出身……金足地区
■趣味……スノーボード
■入組……8年目

追分グリーンセンターに来てから2年目となりました。肥料・農薬などの販売を中心とした業務に携わり、特に農薬については営農指導員の方々と連携しながらお客様が求める商品の提供に努めています。

■皆さんへメッセージ

笑顔で接することをモットーに、組合員や各関係の皆様よりご指導をいただきながら、勉強の毎日ですが、肥料や農薬などのご相談があればお気軽にお声をかけてください。



ステキな Happy スマイル

◎佐々木 静(しずか)さん【右】
【30歳・A型・天秤座】
■中島 愛実(まなみ)さん【左】
【29歳・B型・蠍座】

★どんな性格ですか?...

◎静さん……まじめでしっかりしている性格だと思います。
■愛実さん……誰にでも明るく接することのんびり屋な性格です。

★趣味や最近のブーム...

◎静さん……映画・音楽鑑賞の他、最近では体力づくりのためジムなどに行き運動をしています。
■愛実さん……料理やスノーボードをしています。また期間限定のお菓子を食することが好きです。

★理想の男性像...

◎静さん……ユーモアのある、■愛実さん……誠実で優しい人。一緒にいて楽しい人。

★農業について

◎静さん……私はお米が大好きなので、いつも感謝の気持ちでいっぱいです。とても大変なお仕事だと思います。生産者の皆さん、美味しいお米をいつもありがとうございます。

■愛実さん……みんなの食を支える大切なお仕事だと思います。大変なお仕事だと思いますが、頑張ってください。



おしりからの出血、 ホントに“痔”ですか？

当科では消化器・一般外科ということで、胃癌や大腸癌、その他の癌、胆嚢結石など、手術を必要とするさまざまな消化器疾患を扱っておりますが、同時に肛門疾患も扱っていることから、おしりの異常を訴えて来られる患者さんが多くみられます。

おしりが痛い、おしりからイボが出る、おしりから血がでるといった症状がほとんどです。いわゆる痔にもいくつかの種類があり、イボ痔(内痔核)、そと痔(外痔核)、切れ痔(裂肛)、あな痔(痔瘻)あるいは肛門周囲膿瘍などに分けられ、おしりの異常をうったえて来られる患者さんの多くは上記痔疾に当てはまります。

今回はその中でおしりからの出血、いわゆる肛門出血について述べたいと思います。肛門出血を主訴に受診される方は非常に多いです。多くは排便後にトイレットペーパーに血が付いたとか、排便後に便器が真っ赤になるくらい血がでたといった受診されます。その多くは内痔核

(イボ痔)といつて、簡単に説明すると直腸と肛門の境目あたりの直腸が、静脈のうっ血によってイボ状に腫れ上がっている状態を指します(実際はもっと複雑なメカニズムですが)。うっ血ですから出血しやすく、けっこう派手に出血することもあります。あとは裂肛(切れ痔)といって便によって(多くは硬い便)肛門粘膜が切れてしまい、痛みと出血を来すもので、その場合トイレットペーパーに少量の血液が付着する程度が多いです。

一方おしりからの出血を来す病氣として多いのが直腸癌です。もちろん直腸癌だけでなく、より口側にある大腸癌でも出血はしますが、直腸癌の患者さんが最初に病院にくるきっかけとなる症状として非常に多いのがおしりからの出血なのです。癌からの出血は赤黒いちよつと汚い感じの血が便の表面に付着するというのが教科書的に言われていることです。またゼリー状の粘液が出てくるときもあります。

はたして皆さんは痔の出血と



秋田組合総合病院
外科科長
しもやま まさあき
下山 雅朗 先生

直腸癌からの出血の見分けが来ますでしょうか？おしりからよく出血するけど、昔から痔があるので痔からの出血とばかり思っていた、という直腸癌の患者さんは非常に多いのです。大腸癌検診の便潜血検査で陽性(精密検査が必要)と言われても、痔からの出血だろうと判断される方も多いです。痔からの出血が続くし、最近便がすっきり出ないということとで病院に行ってみたら、切除不能の末期の直腸癌であったということは珍しいことではないのです。痔と直腸癌はまったく別の病氣です。おしりから出血したら痔だと決めつけないで病院に一度行きましょう。便潜血検査でひっかかっても痔と思わないで病院に行つて検査を受けましょう。長年の痔を患っている方は一度大腸検査を受けて下さい。怖がらず、恥ずかしがらず病院に行きましょう。



もう一度見つめよう 食べ物の世界

家庭での食事の持つ意味

●タレント・食生活アドバイザー 岡村 麻純

私の大学での研究テーマは小学生の食育活動でした。実際に小学校へ行くと、偏食や過食など、食生活で悩みを持っている子どもがたくさんいました。

食育活動を効果的に進めるための検討をして分かることは、学校だけではどうしようもないということです。教育の中でも特に食育は家庭での影響が大きいのです。例えば、食べ物の好き嫌いの有無も、家庭生活と関連があることが分かりました。家庭においても偏ったものしか食べてくれないなど、悩みを持っている親が多くいました。

家庭ではどのように食育を行えばよいのか。好き嫌いや食事のマナーなどの食に関することは、言って聞かせるよりも、行動して示すことの方が効果的に改善されることが分かっています。子どもは周りにいる大人を見て、自分の行動を決めているのです。食習慣が確立する小学生の間くらいまでは、食事中にテレビなどをつけて気をそらしてしまうのではなく、家族で食卓を囲み、大人が正しい食事を行動で示してあげることが大切です。また、食事は料理ができた順、先に子どもに与えているという話もよく聞きました。しかし、それではお手本が誰もいません。時間がかかっても、みんなで一緒に「いただきます」と食べ始める。これもまた重要なことです。

忙しいとつい簡単に済ませてしまうのが食事です。しかし、子どもにとって食の勉強は大切なことです。食生活が子どもの体だけでなく、心の健康、勉強、運動神経など多くのものに関わっていきます。食事は教育の基礎だと私は考えます。野菜を食べなさい、ゆっくり食べなさいなど、叱るのではなく、同じ時間に食事をしてお手本を見せる。「親の背中を見て育つ」食育もまさにこの言葉なのだと思います。

ふれあいメール



昨年からアスパラ、ブロッコリー、ネギなどを植えてみました。少しずつ食べてみんなで喜んでいきます。今年も続けて作付けしていこうと思っています。将来的には、アスパラを頑張ってみようと思っているのですが…

(下浜 Hさん 50代)

矢留のビルで結婚式を挙げて早35年になろうとしています。当時は色々な夢がありました。…夢は全世界が平和でありたい!

(四ツ小屋 Iさん 50代)

去年は色々身体を壊してしまい、みんなに迷惑をかけたので、今年こそは十分気をつけて身体をうごかし野菜づくりに少しでも手伝いができるになりたいと思っています。皆様も健康でご活躍されることを願っております。

(雄和 Sさん 70代)

夢はどんな夢でも大きほうが良い。70代になると希望も小さくなるが夢はでっかく皆々様長生きをしていきましよう。これを実現するためには大変な努力が必要でしょうね。

(下新城 Mさん 70代)

グラウンドゴルフを始めて3年。ゲームの打数が多くてなかなか首位に入れず、今年は10位以内に入りたいことを。夢に向かって頑張っていきたいと思っています。

(下浜 Sさん 60代)

山間地の田を耕作している米農家です。過去40年も米の作付けをしています。未だに反収9俵を収穫したことはありません。今年こそは夢実現したいと思っています。

(太平 Kさん 60代)

二十歳…遙か昔のこと、仕事もしていたし、「真面目に勤めて貯金するぞ!」と頑張っていました。今の夢は、家族仲良く健康に毎日過ごすささやかな夢です。

(金足 Tさん 50代)

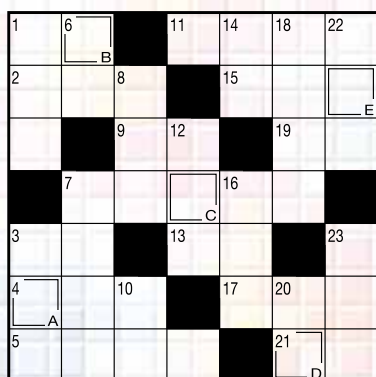
■今月のテーマは『健康対策』

インフルエンザやノロウイルスなどが流行していますが、皆様の予防対策や日々の生活の中で気をつけている点など教えてください。掲載させていただいた方の中から、抽選で3名の方へ粗品を進呈いたします!皆さまからのたくさんのお便りお待ちしております。

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?

●出題/ニコリ



■タテのカギ

- 1… 耕して作物を育てる所
- 3… 絵や文字を書き足すこと
- 6… インド料理で供されるパンの一種
- 7… 子どもも楽しめるお酒です
- 8… ケロケロと鳴きます
- 10… カミの反対側
- 12… リコピンの豊富な赤い野菜
- 14… 酔うと巻く人もいます
- 16… ものをよく知っている人を生き—ともいいます
- 18… 立方体に目が21個
- 20… 日本刀の原材料になる金属
- 22… 外海に比べて波が穏やか
- 23… きりたんぽ、しょつつる、なまはげといえ

■ヨコのカギ

- 1… 梅、桃、桜 春にはたくさん咲きます
- 2… 31文字で詠みます
- 3… 草を刈るときに使います
- 4… 帽子やサングラスでさえぎるもの
- 5… たくあん、梅干し、キムチなど
- 7… 体を丸めて危険から身を守る動物
- 9… 平成25年は巳(み)です
- 11… 八宝菜によく使われる葉物野菜
- 13… —がタカを生む
- 15… お—様は三人官女より上段に飾ります
- 17… 船がボウツと鳴らします
- 19… 歌うときにはおなから出すといいとか
- 21… 建物の壁にはわせることもある植物

ア	サ	ウ	チ	ア	ゲ
カ	シ	ツ	キ	フ	レ
ミ	コ	チ	ヨ	ウ	ラ
ミ	ノ	イ	デ		
チ	ヨ	コ	レ	ト	
ク	セ	モ	ン	ツ	キ
サ	ン	イ	ン	テ	バ

★当選者
高橋 紀子さん (金足)
淀川 江利子さん (手形)
鈴木 久恵さん (太平)
おめでとうございます

【2月号の答え】
セツブン

▼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賞品を差し上げます。
【応募方法】ハガキにクイズの答えと住所・年齢及び今月のテーマについて一言書いて送ってください。
【締め切り】平成25年3月7日(木)
◎応募は右記まで。

案内板

官製ハガキの裏にクイズの答えと上記の今月のテーマについてご記入の上、お送りください。多数の応募お待ちしております。

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

※JAに寄せられたお便りの住所・氏名・年齢・職業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。

答え
住所
氏名
年齢
今月のテーマについて一言お書きください。

50 010-0877
JA新あきた
管理部総務課
教育広報係

秋田市千秋実留町2-40

2013年お墓の補修と 無料点検サービス お申し込み受付中!!

新規建立を
お考えの方も
是非
JA新あきたで



今年もお彼岸の季節となりました。大切なご先祖様に感謝し、故人を偲び、お墓参りをされることと思いますが、このお彼岸でじっくりとご先祖様のお墓を見てみませんか? もしかしたらローソクの火が消えてしまったり修理が必要などところがあるかもしれません。

今年もまた、組合員・ご利用者様への感謝の気持ちとして「お墓の補修と無料点検サービス」を企画いたしましたので、この機会に是非ご利用ください。

お申し込み受付期間 平成25年3月9日(土)から平成25年3月24日(日)まで

お墓の補修の お見積りも無料です

- ◎ローソクの消えない香炉に取り替えたい。
- ◎花立てを新しくしたい。
- ◎墓誌を新設したい。
- ◎目地を補修して欲しい。



墓誌の新設



香炉のお取替え



花立てのお取替え

燈籠の新設



戒名・法名の彫刻から
ローソク・線香立金具の
お取替えまで幅広いサービス
提供しております。



《お申し込みは》

JA新あきた購買課 ☎018-832-6658
指定石材店【秋田石材】までお気軽に
ご連絡ください。

JA新あきたカップ

《第3回》 秋田市6人制バレーボール 総合選手権大会 開催のお知らせ!!

開催日時:平成25年3月16日(土)・17日(日)

【中学の部は16日のみ】

両日/午前8:30~

開催会場:県営トレーニングセンターアリーナ(メイン会場)
河辺体育館、雄和体育館

競技内容:小学生の部、中学生の部、高校・大学・一般の部で競技が行われます

競技方法:予選リーグまたはリンク戦・決勝トーナメント方式

主 催:JA新あきた、秋田市バレーボール協会

大会当日はJA共済のブースを設け、担当職員による
アンケートや自動車共済無料見積りも行なっております。

また、各種相談コーナー等も設けておりますので、
是非お気軽に会場へお越しください!!



当日メイン会場の
県営トレーニングセンターでは、
共済等のアンケートに
お答えいただいた方に、
素敵な粗品もご用意しております。

■大会についてのお問い合わせ先

秋田市バレーボール協会総務委員長 三浦 和典

TEL:090-1497-9848 FAX:018-837-8607

■JA新あきたのあゆみ〈1月〉

1月4日…仕事始め【支店業務・高齢者福祉事業所】	(各支店、金融推進課、悠楽館)
7日…仕事始め【全業務】	(全部署)
”…年頭訓示	(JA新あきた会館)
11日…蔵開き	(太平低温倉庫)
”…金庫開き	(JA新あきた会館)
17日…第3回経営計画検討委員会	(”)
21日…ALM委員会	(”)
23日…管理金融・指導経済合同理事委員会	(”)
25日…稲作部会・受託部会通常総会	(秋田ビューホテル)
”…JA新あきた集落営農促進協議会・稲作部会・ 受託部会合同研修交流会	(”)
30日…第12回理事会	(JA新あきた会館)
”…平成24年度JA新あきた事業達成大会	(秋田キャッスルホテル)
31日…辞令交付式	(JA新あきた会館)
”…かがやき女性塾閉講式	(秋田キャッスルホテル)

■第12回理事会

平成24年度第12回理事会が1月30日(水)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 / 大口信用先への供与について
 議案第 2号 / 理事と組合との契約に関する承認について
 議案第 3号 / 平成24年度全国監査機構財務諸表等監査期中改善指示書に対する回答書(案)について
 議案第 4号 / 経営3ヵ年計画(案)について
 議案第 5号 / 農業振興3ヵ年計画(案)について
 議案第 6号 / 平成25年度事業計画(案)について
 議案第 7号 / 平成25年度固定資産取得計画(案)について
 議案第 8号 / 職制規程の一部変更について
 議案第 9号 / 椿川低温倉庫空調機器の更新について
 議案第 10号 / 営農経済部業務体制の一部変更に伴う機構図の変更について

編集後記

三月の異名として「弥生」と呼ばれていますが、経緯は何かと思い調べて見ました。草木がいよいよ生い茂る月「本草弥や生ひ月(きくさいやおひつき)」が詰まって「やよひ」となったという説ということで、この言葉を聞くと豪雪となった今冬にやっと終わりが告げられたような気分になっております。しかし、雪深い秋田…積もりに積もった雪が全部消えるのはいつになることやら…(‘△’)飯島

■新あきたの概況〈1月末現在〉

●組合員数 / (正)7,501人 (准)8,850人
貯金 …………… 1,009億1,931万円
貸付金 …………… 315億6,065万円
共済保有高 …………… 2,781億358万円
購買品供給高 …………… 17億290万円
販売高 …………… 51億9,333万円
出資金 …………… 35億8,717万円

■人事

◎依願退職(平成25年1月31日付)

農機具センター 湯瀬 貴史

〈第20回〉
人形ぬいぐるみ
供養祭

大切にしていた人の思いが宿るといわれる、人形やぬいぐるみ。古くなったからといって、簡単には捨てられません。可愛がっていた人形やぬいぐるみとお別れは、僧侶の読経のもと、丁寧に供養してあげましょう。供養祭にお持ちください。参加費は無料です。

と き 平成25年3月24日(日)
●当日受付は午前9時～午後1時 午後1時より僧侶の読経

と ころ JA虹のホール レゼール広場
〒010-0041 秋田市広面字堤敷41-1
TEL/018-884-7236 FAX/018-884-7237

入場無料

同時開催
会場内覧会 式場や安置室をご案内致しております。事前相談やお見積もりも受付致します。
特価大即売会 午後1時30分より
お一人様一ヶ限り
イコウサラダ油2本セット **10円!!**

レゼール
JA新あきたレゼール(24時間受付・年中無休) レゼール本部
●お問い合わせは、レゼール本部またはお近くのJAへ
〒011-0901 秋田市寺内字大小路207-28
0120-46-5731
http://www.ja-sousai-akita.co.jp

組合員資格確認のお願い

当JA定款第14条により、組合員加入申込時の提出書類記載事項に変更があった場合や、組合員資格に変動があった場合は、その旨を届け出てもらうことになっています。

つきましては、組合員資格・氏名・住所・電話番号等の届出事項に変更又は修正があった場合には当JA支店窓口へお申し出いただきますようお願いいたします。

当JAの組合員資格

1 正組合員資格(次のいずれかに該当される方)

- 5アール以上の土地を耕作する農業を営む個人であり、その住所又はその経営に係る土地又は施設が当JAの地区内(※)にある。
- 1年のうち50日以上農業に従事する個人であり、その住所又はその従事する農業に係る土地又は施設が当JAの地区内(※)にある。
- 農業を営む法人(その常時使用する従業員の数が300人を超え、かつ、その資本の額又は出資の総額が3億円を超える法人を除く。)であり、その事務所又はその経営に係る土地が当JAの地区内(※)にある。

※当JAの地区…秋田市、潟上市天王字追分、潟上市天王字北野、潟上市昭和乱橋、潟上市昭和八丁目、潟上市昭和久保字北野区域

2 准組合員資格(次のいずれかに該当される方)

- 当JAの地区内(※)に住所を有する個人である。
- 当JAから(1)資金の借入、(2)貯金・定期積金の預入、(3)農業生産資材・生活物資の購入、(4)共済加入のいずれかを1年以上継続して利用している当JAの地区内(※)に勤務地を有する個人である。
- 当JAから(1)農業生産資材・生活物資の購入、(2)生産する物資の運搬、加工、貯蔵又は販売、(3)特定農地貸付のいずれかを1年以上継続して利用している当JAの地区外に住所を有する個人である。
- 農事組合法人等で当JAの地区内(※)に住所を有する組合員又は勤務地を有する組合員が主たる構成員となっている団体である。

なお、現在の組合員資格については組合加入時に発行された「組合員加入承諾書」「持分譲渡承諾書」に記載されている組合員資格でご確認ください。ご不明な点につきましては、最寄りの当JA支店までお問い合わせください。



JAワイド教育ローン



学費 オンリープラン

インターネット申込限定金利!

年 **1.9%**

変動金利型(保証料込) 1.9%~2.2%

お子様の学費以外に必要な
資金を同時にお考えの方は

インターネット申込限定金利!

年 **2.1%**

変動金利型(保証料込) 2.1%~2.4%

金利適用条件

詳しくは店舗にてご確認ください。
0.3%金利引下げ JAカード一体型のご契約
(既契約者含む)

就学される、ご子弟の教育に関する 資金をお考えの方にご融資いたします!

- ◆入学式・授業料等、お支払済みの場合でもお支払日から3ヶ月間はお取扱い可能。
- ◆担保・保証人不要で、スピード審査回答。
- ◆借入金額100万円以下は、所得証明書不要。
- ◆当JAとお取引のない方でも大歓迎。
是非ご相談ください。

ご注意ください!!

- お借入れ後の利率は基準日(4月1日、10月1日)の基準金利により、年2回の見直しを行います。
- 適用金利は金融情勢等の変化により見直しさせていただきます場合があります。
- 固定金利型もご用意しております。
参考:固定金利型 年3.0%もしくは年3.4%(保証料込)
(平成25年2月15日現在)

教育ローンのことで
お悩みでしたら
いつでもJA新あきたに
お気軽に相談ください。



詳しいお問い合わせはJA新あきた最寄りの各支店もしくは金融推進課(TEL/018-832-6617)へ
お気軽にお問い合わせください。

当JAホームページ(<http://www.ja-shinakita.or.jp>)でもご確認ください。「JAとのお取引はこれから」というお客様もお気軽にお問い合わせ・ご相談ください。
(ご利用に関しては、組合員加入のための出資が必要となります。)

優雅なるカリフォルニアクルーズ

(イメージ)

旅行期日 **6月14日(金)~6月19日(水)**

旅行代金 大人2名様1室:175,000円 **成田空港起点**
※成田空港までの交通手段につきましては、旅行センターまでお問い合わせください。

上記旅行代金の他に下記料金がかかります。

成田空港使用料・旅客保安サービス料別途...2,540円 現地空港発着税別途...5,220円
燃油特別付加運賃別途...53,000円 ESTA代行登録手数料...8,400円
出入国書類作成料別途...4,200円 クルーズ船内チップ...3,600円
ポートチャージ(寄港税)...9,000円

※いずれも平成25年1月1日現在
※上記金額は出発までの期間に増減する場合がございますので、正式金額につきましては別途書面を持って通知させていただきます。

募集人員 20名様(最小催行人員10名様)

募集締切 平成25年4月26日

お申込金 30,000円

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:石岡 知紀・高松 国男

総合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。この旅行契約に際し、担当者からの説明にご不明な点があれば、ご遠慮なく表記の取扱者にお尋ねください。

一人部屋追加代金 50,000円

利用予定航空会社 デルタ航空またはアメリカン航空
またはシンガポール航空

利用予定ホテル クルーズ.....カーニバルインスピレーション号
ロサンゼルス...ミレニアム ビルトモアホテル
または同等クラス

食事 朝食4回、昼食4回、夕食4回
(船内食は含みます、機内食は含みません)

添乗員 全行程同行いたします。

Upgrading Plan -グレードアッププラン-

A 船内をデッキ付きの
グランドスイートへ
船内グランドスイート大人1名様追加代金
68,000円 ※お部屋数に限りがあります。

B 往復空路を優雅に過ごしたい方には
ビジネスクラスへ
往復機内ビジネスクラス
大人1名様追加代金 290,000円

〈お問い合わせ・お申し込み〉

観光庁長官登録旅行業第939号

株式会社 農協観光代理業

秋田県知事登録旅行業代理業第91号

JA新あきた旅行センター

〒010-0877 秋田県秋田市千秋矢留町2-40

☎018-837-1151 総合旅行業務取扱管理者:佐藤 祐幸