

Public Relations Magazine

# 五ツ星

2023  
No.289

1

★ ★ 五つの産地が煌めいて ★ ★ ★

特集

第20回 J A 秋田やまもと  
農畜産物生産者大会

J Aグループ秋田  
キャッチフレーズ

届いっしょにいぬを  
けたいい



あふれる緑、大地と共に輝く未来

**J A 秋田やまもと**



営農部門情報



# 五ツ星

★ ★ 5つの産地が煌めいて ★ ★ ★

2023  
No.289

1

## JA秋田やまもと 経営理念

私たち「JA秋田やまもと」は、組合員と地域住民の目線に立ち、魅力ある農業と豊かな地域社会、環境づくりに貢献します。

1. 施設機能並びに相談機能を充実し、総合事業性を発揮します。
2. 安心・安全な農産物の提供と、地域農業の振興を図ります。
3. 「食」と「農」の連携を軸とした地域活性化と食農教育活動を展開します。
4. 地域との共生を目指し、JA運営への参画を促進します。

## CONTENTS

- ★ 03 ……★行事報告
- ★ 04 ……★特集  
**第20回  
JA秋田やまもと  
農畜産物生産者大会**
- ★ 06 ……★ニュースチャンネル
- ★ 09 ……★各事業所紹介
- ★ 10 ……★安心サポーターだより
- ★ 11 ……★信用部門情報  
福祉事業所だより
- ★ 13 ……★クロスワードパズル  
みんなの声
- ★ 14 ……★インフォメーション
- ★ 16 ……★おかあさん！星五つです！

## 今月の表紙



山本地区

三浦 翔悟さん、夏美さんの長女、長男

三浦 璃子さん（6歳）  
三浦 穂高くん（4歳）


1月の表紙を飾ってくれたのは、山本地区の璃子さん、穂高くん。璃子さんは面倒見がいいお姉ちゃん！自作の紙芝居作りにはまっていて、予測不能なストーリー(!?)でご家族を笑わせます♪穂高くんはスーパー稲やかでとにかく優しい性格！昆虫(特にカマキリ)が大好きすぎて、よく昆虫のモノマネをしているそうです(笑)ご両親は「とにかく健康で楽しく、いろんなことに興味を持って、好きなことをどんどん突き詰めていってほしい」と話していました！これからも伸び伸びと成長してってくださいね！

### JA秋田やまもと 営農部

# LINE 公式 アカウント 友だち大募集!!

最新の**営農情報**を  
みなさまにお届けします

### 登録方法

- 1 LINEアプリの「友だち追加」  
「QRコード」を選択し、QRコードを読み取り登録  

- 2 LINEアプリの「友だち追加」  
「検索」を選択し、IDを入力し登録  
ID  
@ja-akitayamamoto



# 農業経営の組み立てによる所得の増大を目指して

秋田やまもと農業協同組合  
代表理事組合長 檜 森 保 雄

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

旧年中は組合員並びに地域住民の皆様にはJA秋田やまもとの事業運営全般にわたり、温かいご支援・ご協力をいただき、深く感謝申し上げます。

さて、昨年は8月11日の集中豪雨で下岩川地区では床上浸水が発生し、甚大な被害をもたらしました。当JAの対応として、すぐにLAによる聞き取り調査を開始して被害を確認し、共済金のお振込みと当JA独自としても被災者の皆様に見舞金を差し上げました。

青果物の生育状況について、メロンは春先の低温で着果数は少なかったものの、大玉傾向で単価高にも恵まれ計画を上回ることができました。一方、じゅんさいは4年連続の収量減となり最盛期の4分の1の収量となりました。主力品種のミニトマトも8月の長雨・日照不足で着果不良の発生によって収量が減少し、実績は9,500万円の前年度の1億円には届きませんでした。ネギにおいても、軟腐病の発生で収量が減少し、前年度実績の2億円に届くか心配されます。その他の作物も長雨の影響で収量減となってしまう、計画には届きませんでした。

基幹作物の稲作においても、春先の低温により茎数が平年の7割しかなく、7月の天気で一穂の着粒数が増えて籾の量は確保したのですが、8月の長雨・日照不足、一転して9月には晴天続きで水分不足になり、粒張りが悪く、くず米が多くなりました。昨年の収量より10アール当たり約1.5俵少なく、全体では42,000俵の減少となってしまいました。県北の作況指数は94の不良で、当JAの1等米比率は76%と、例年の90~95%から15%減少となりました。米の概算金は昨年から600円上げましたが、燃油や資材の高騰もあり、農家には厳しい環境であることから、三種町と八峰町に対して「営農継続に向けた緊急要請」をしました。

ロシアによるウクライナ侵攻が長期化して、尿素や塩化カリウムの主力生産国であるロシアからの供給が滞り、さらに中国も昨年10月から尿素など肥料の輸出制限をしたことで5年産肥料価格が高騰し、農家組合員にとって大きな痛手になることが予想されております。国も肥料の高騰対策として、15項目の取組メニューの中から2項目に取り組んだ農家に対し、高騰分の7割を補填する政策を打ち出しました。当JA管内の生産者でも多数の皆様が補填を受けることができると考えられることから、申請のサポートに全力で取り組みますので、申請手続きをお願いいたします。

これからの厳しい農業情勢に立ち向かうため、流した汗が報われるよう、今一度ご自分の経営を見つめ直し、収益の確保を考えた複合経営を目指していただきたいと思っております。JAを取り巻く事業環境も、人口減少や少子高齢化、農家の減少等で、非常に厳しい運営が見込まれます。そのためにも予算や事業の見直しも考えた自己改革に努め、財務基盤の強化を図り、「農家組合員あつてのJAである」ということを念頭に事業運営を進めてまいります。また、昨年新たに取り組んだ、LINEを活用したタイムリーな営農情報の発信で営農指導を行っておりますので、まだLINEの友だち登録をしていない組合員の皆様はぜひご登録をお願いいたします。

さらに、2度目の開催となった「新米まつり」も非常に好評をいただきましたので、今年は贈答品やふるさと納税の返礼品など、新しいアイデアによる直売に取り組む所存です。少しでも農家手取りの増大になるよう努め、組合員、地域住民と一体となって魅力ある農業と豊かな地域づくりに貢献できるよう、役職員一丸となって邁進いたします。

最後に、今年こそは新型コロナウイルス感染症終息を願い、組合員並びに地域住民の皆様にとりまして、良い年になりますよう祈念して新年のご挨拶といたします。

## 明けましておめでとうございます

新しい年が組合員並びに地域の皆様にとってよき年になりますよう、ご祈念申し上げます。

代表理事組合長	檜森 保雄	理 事	及位由美子	理 事	高松 薫
代表理事常務	田森 浩之	理 事	佐々木 亨	理 事	三浦 英樹
代表理事常務	大鐘 和弘	理 事	小沢 重博	代 表 監 事	佐々木 敬
理 事	榮田 全稔	理 事	北林 清忠	常 勤 監 事	平澤 卓也
理 事	見上 廣美	理 事	伊藤 智樹	監 事	竹内 孝一
理 事	亀田 琢哉	理 事	鎌田 久男	員 外 監 事	國柄 進一





# 第20回 JA 秋田やまもと 農畜産物生産者大会

12月11日、第20回JA秋田やまもと農畜産物生産者大会が能代市のプラザ都で開催され、生産者や市場関係者など130名が参加しました。

第一部では、優良生産者表彰が行われ、最優秀賞に輝いたメロン部会の金子誠孝さんをはじめ、優秀賞・優良賞・特別賞・功労賞・新人賞の各賞を受賞した16名と1法人が表彰されました。檜森保雄組合長は、「8月の大雨・日照不足などの天候不順にも関わらず、日頃の技術研鑽が実を結び、表彰された生産者の皆様には敬意を表します」と述べ、生産者の榮譽を称えました。また、斎藤孝光会長が音頭を取り、参加者全員で大会スローガンを唱和。「消費者が求める『安全』『安心』な農畜産物を生産しよう」「地産地消を拡大し、心豊かな地域社会を実現しよう」「農業政策の転換に即応し、所得確保に努めよう」の3項目が決議され、今後も一丸となって地域農業の振興に取り組むことを確認しました。

第二部では、NHK大相撲解説者・舞の海秀平氏による「可能性への挑戦」と題した特別講演が行われました。決して諦めず、苦難を乗り越えながら大相撲入りの夢を叶えた舞の海氏の講演に、参加した皆さんは熱心に聞き入っていました。会場が大きな笑いに包まれる場面もあり、3年ぶりの生産者大会は盛り上がりを見せました。

# 表彰者一覧

(敬称略)



▲最優秀賞を受賞した金子誠孝さん

## 【最優秀賞】秋田県山本地域振興局長賞

メロン部会	金子誠孝	八竜
-------	------	----

天候不順で収量・品質・規格の維持に苦慮する中、非常に高い水準で実績を残しました。また、部会の様々な取り組みにも積極的に参加し、検証に尽力したことが評価されました。



▲優秀賞を受賞した関正信さん

## 【優秀賞】全国農業協同組合連合会秋田県本部長賞

花き部会	関正信	八竜
------	-----	----

## 【優良賞】秋田やまもと農業協同組合長賞

きのこ部会	田村小百合	峰浜
-------	-------	----

じゅんさい部会	荃沢勝則	山本
---------	------	----

野菜果樹部会 (果樹部門)	安藤晃一	山本
------------------	------	----

野菜果樹部会 (そら豆部門)	伊藤ユウ子	琴丘
-------------------	-------	----

トマト部会	佐藤守信	八竜
-------	------	----

ミニトマト部会	梅田堅勇	八竜
---------	------	----

ネギ部会	松森正樹	峰浜
------	------	----

キャベツ部会	森田光	峰浜
--------	-----	----

加工キャベツ部会	神田日出夫	山本
----------	-------	----

みょうが部会	白鳥美千代	峰浜
--------	-------	----

枝豆部会	伊勢史郎	峰浜
------	------	----



▲優良賞受賞者を代表して登壇した田村小百合さん



▲参加者全員で大会スローガンを唱和

## 【特別賞】秋田やまもと農業協同組合長賞

稲作部会	株式会社アグリほんだ	峰浜
------	------------	----

稲作部会	工藤富直	八竜
------	------	----



▲舞の海秀平氏の特別講演

## 【功労賞】秋田やまもと農業協同組合長賞

前生産部会連絡協議会長	三浦忠	八竜
-------------	-----	----

## 【新人賞】生産部会連絡協議会長賞

酪農・稲WCS・牧草	細越大紀	山本
------------	------	----



News  
1

八森小学校  
さつまいものおやつ作り

12/2

当JAでは八森小学校で食農体験教室を実施し、1年生14名が自分たちで育てたさつまいもを使ったおやつ作りに参加しました。伝統食名人グランママシスターズの山内良子さんと女性部の石岡てつさんが講師となり、さつまいものいもちと油で揚げないカンタン大学いもの2品を調理。さつまいもを潰して丸く形作ったり、食べやすい大きさに切ったさつまいもと砂糖を混ぜ合わせたりと、班のみんなで交代しながら仲良く作業をしました。出来上がりとともに甘い香りが広がると児童たちは大喜び。「甘くておいしい」「おうちでも作ってみたい」と嬉しそうな様子でした。



▲早く食べたいね！

News  
2

美味しいあきたこまちコンテス  
トで優良賞を受賞

12/7

JAグループ秋田とJA全農あきたは、秋田米フォーラム2022を秋田市で開催し、「美味しいあきたこまちコンテスト」の表彰式が行われました。県内の生産者上位12名が表彰され、管内からは山本地区の平澤喜代美さんの「岩川水系米あきたこまち」が優良賞を受賞しました。土壌改良材による土づくりや生育に合わせた追肥、水管理を徹底したことと食味値が高く、粘り、硬さのバランスがとれたお米となったことが、今回の受賞につながりました。平澤さんは、昨年の種苗交換会の秋田県産米品評会においても「ひとめぼれ」が最優秀賞を受賞しており、良食味米生産に今後一層の期待が寄せられます。



▲表彰式に参加した平澤さん

News  
3

きのこ部会  
椎茸PR動画をお披露目

12/8

きのこ部会は、椎茸のPR動画上映会を能代市で開催し、参加した部会員や全農あきた、八峰町職員らにお披露目しました。約3分間のPR動画では、「極上のしいたけは極上の水から」と謳い、白神山地のもと豊かな水で作られた肉厚で風味豊かな椎茸の魅力を存分に発信。部会員らが出演し、椎茸の栽培方法や美味しく味わえる調理方法なども紹介しました。ここ数年のコロナ禍で、販売促進活動に苦戦している状況を打破したいとの部会員の強い思いから、約4ヶ月かけて完成したこのPR動画。今後は取引市場や量販店で上映し、更なる産地の魅力発信と消費拡大を目指します。

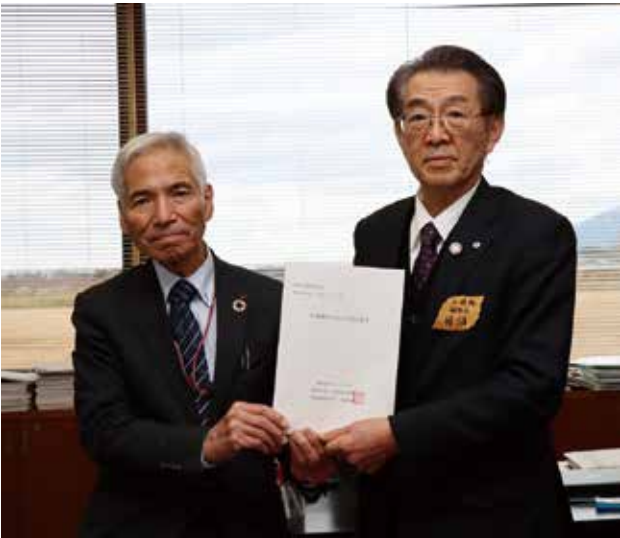


▲ついに完成したPR動画を上映しました

## 八峰町へ要請書を提出

12/12

当JAでは、三種町に引き続き、八峰町へ営農継続に向けた緊急要請を行いました。榎森保雄組合長が八峰町役場を訪れ、八峰町長職務代理者を務める日沼一之八峰町副町長に要請書を提出しました。要請書では、肥料等の生産資材価格の高騰が農家経営を圧迫している状況を訴え、県や町が一体となった高騰の対策を要請。さらに、燃油や電力の高騰に対しても、国へ必要な支援要請と追加的な措置を求めるようお願いしました。当JA管内の被害状況についても改めて確認し、日沼副町長は、「農業は自然災害には打ち勝つことができないので、行政としてもサポートしてまいりたい」と述べました。



▲要請書を手渡しました

琴丘小学校  
きのこのを使ったランチ作り

12/13

当JAでは琴丘小学校で食農体験教室を実施し、4年生16名が元気な体をつくる特製ランチ作りに挑戦しました。この日は、3種のきのこを使った炊き込みご飯、小松菜ときのこの味噌汁、マーボー豆腐など、子ども向け雑誌「ちゃぐりん」で紹介されたメニューをチョイス。伝統食名人グランママシスターズの及位由美子さんと女性部の金子純子さんから教わり、味噌汁に使う煮干しの下準備や、具材を切るころから調理を開始しました。品数は多めでしたが、おうちでのお手伝いで慣れている児童も多く、手際よく次々と完成。もちろん途中の味見も忘れず、最後は手作り料理の美味しさを堪能しました。



▲きのこの炊き込みご飯が出来上がり！

## 大豆検査作業進む

12/14

当JAでは、集荷した大豆の検査作業が三種町の検査場で進められ、担当検査員が大豆の水分量や品質などを入念に確認し、等級付けを行っています。4年産の大豆は、7月以降は気温が高く、開花期は平年並みとなりましたが、8月の大雨で被害を受けた圃場では生育が停滞。その後の登熟期遅れに伴い、青立ちが目立ち収穫作業も遅れを見せました。また、平年に比べて主茎長が短く、粒が小さい傾向となりました。担当検査員からは「大粒でも未熟粒の発生が多く見られるなど、著しい品質の低下を懸念している」と話がありました。大豆の検査作業は2月頃まで続く予定です。



▲公正な検査に努めています



News  
7

青年部対象の相続セミナー

12/16

金融課は青年部を対象にセミナーを開催し、部員ら12名が参加しました。昨年8月の税務セミナーに引き続き、今回も部員の要望を受けて企画。講師を務めた國柄進一司法書士から、相続などで発生する登記の手続きについて説明が行われました。現在、若手農家への経営移譲において、農地などの名義が変更されておらず、手続きが複雑になるケースが見受けられています。セミナーでは、現時点での農地などの名義を把握し、変更が必要となる場合には、相続や贈与など現状に合わせた手続きをするよう呼びかけがありました。金融課では、今後も青年部員の農業経営を支援できるように努めてまいります。



▲相続などについて学びました

News  
8

アスパラガス収穫期へ

12/19

管内では、アスパラガスの収穫期が到来し、アスパラ部会の部会員のハウスで収穫作業が行われています。栽培歴30年以上の八竜地区の加賀谷幸悦さんのハウスでも、丹精込めて栽培したアスパラガスが丁寧に収穫されました。加賀谷さんは「経費が上がり厳しい状況だが、良質なアスパラガスをとにかたくさん出荷したい」と語りました。管内での初出荷は12月12日と昨年並み。出荷されたアスパラガスは、鶴川野菜集出荷施設で選別作業が行われます。品質に関して、出始めは概ね良好ですが、厳しい冷え込みと日照不足が心配されています。今後は3月上旬まで収穫が続く見込みです。



▲アスパラガスを収穫する加賀谷さん

News  
9

八竜女性部  
冬期サークルを開催

12/23

八竜女性部は毎年恒例の冬期サークルを開催し、部員22名が参加しました。今回は新年に向けたお正月用のフラワーアレンジメントに挑戦。縁起が良いとされる菊やデンファレ、松や千両など9種類ほどを組み合わせ、全体のバランスを見ながら心を込めて作業を進めました。講師からは「この花は真っ直ぐ生けると綺麗に見えますよ」などとアドバイスも。同じ花を使っている、生け方によって印象は様々で、個性を活かした思い思いのフラワーアレンジメントが完成しました。完成後は、部員同士で作品を見て回り、お互いの出来栄を楽しみました。



▲華やかなフラワーアレンジメントが完成！



# JA秋田やまもと 南部基幹給油所

## 「地域を支える “安心”のサービスを」

八竜セルフSS  
 住所：〒018-2401  
 秋田県山本郡三種町鶴川字内田2-6  
 TEL：0185-85-2775 FAX：0185-85-2305  
 定休日：毎月第1、3日曜日

山本セルフSS  
 住所：〒018-2303  
 秋田県山本郡三種町森岳字御休下113-1  
 TEL：0185-83-2703 FAX：0185-83-2725  
 定休日：毎月第2、4日曜日

琴丘セルフSS  
 住所：〒018-2104  
 秋田県山本郡三種町鹿渡字町後184-1  
 TEL：0185-87-2004 FAX：0185-87-2118  
 定休日：毎月第2、4日曜日

### ●八竜セルフSS



チーフ 加賀谷良平

昨年の12月から全てのセルフSSで、農協全国商品券や三種町燃料購入助成券をご利用いただけるようになりました。ご利用時には、インターホンを使ってお気軽にスタッフまでお声がけください。また、ワイパーやタイヤなどの各種商品も取り揃えております。ご購入の際はぜひJAへお越しください。



### ●山本セルフSS



本格的な冬が到来し、寒さも一段と厳しくなりました。JAでは便利な灯油の定期配送を行っており、みなさんのご自宅へ定期的にお伺いしています。定期配送をお申込みいただくと、通常の配送より2円お得にご利用いただけます。これから申し込みたいという方もぜひお電話ください。



チーフ 岡 佑

### ●琴丘セルフSS



チーフ 袴田 勝仁

リニューアルした最新鋭の洗車機はもうご利用いただきましたか？冬期間は塩害予防のためにこまめな洗車を心がけましょう。また、現金会員の方は、給油1ℓにつき1ポイント加算で、500ポイント毎にクーポン券が発行されます。このクーポン券で選べる“洗車機のお好きなコース1回無料”はおススメです。水・金・日曜日はポイント2倍ですよ！



毎月、給油所便りを発行しています。お得な情報が満載ですのでぜひご覧ください！

## 安全運転で冬道を乗り切ろう!!《冬道運転のポイント》



### Point 冬道では「急」の付く動作が危険を招きます!

冬道での「急」とは、「急発進」「急ハンドル」「急ブレーキ」が挙げられます。特に「急ブレーキ」がクルマのコントロールを失う最大の要因です。「急ハンドル」を行うタイミングによっては、**最悪の場合スピンを起こして完全に制御不能**となってしまいます。余裕ある動作に努めましょう。

### Point 橋や高架道路の路面状況は、より注意が必要です!

橋や高架道路は、普通の路面と比べ、**道路表面の冷やされ方がきつくなります**。普通の路面が乾いていると安心して橋や高架道路にさしかかって、ブラックアイスバーンなどに気が付き慌ててしまうと、事故を誘発しかねません。慎重な走行をお願いします。

### Point 早めのライト点灯! 広めの車間距離! そしてスピードは控えめに!

吹雪の中など、早めに自分の存在を知らせる意味として、**日中でも天候の状況に応じてライトを点灯するクセ**をつけましょう。また、スリップやなかなか思い通りに止まらないことも想定し、**車間距離を大きくとる**ことが追突事故の防止につながります。**スピードが速くなるほど、スリップの危険性も高くなる**ので、無理して速度を上げることなく、ゆっくり走行しましょう。

### Point 店舗駐車場内では周囲に気を配り最大限の注意を! そして駐車方法に工夫を!

近年、店舗駐車場内での事故が**季節を問わず**増えています。規制された道路と違い、縦横無尽に往来するクルマに対し、道路上以上に十分な注意と判断を必要とします。**360度全体を見渡し、安全を確保**しましょう。また、出来る限り、バックして駐車枠に停車することを心がけることで、駐車枠からの発進時の事故を大きく減らせます。「**停める時のラクより、出る時のラクをとる**」を心がけましょう。

## JAの「自動車共済安心サービス」のご利用について

24時間・365日の  
安心サポート!  
フリーダイヤル安心サービス!

### 事故等の場合には

JA共済事故受付センター  
ジ コ は クミアイ  
**0120-258-931**  
JAの営業時間内はご加入のJAまでご連絡ください。

右記の安心サービスをご利用の際は、各種サービス受付時間に、JA共済事故受付センターまでご連絡ください。

《サービスご利用にあたっての注意事項》

※レッカーサービス、ロードサービスについて、トラブルの状況や手配内容によっては、お客さまに費用のご負担が発生する場合があります。また、JAF会員であるお客さまについては、お客さまのご了承のもと、JA共済事故受付センターまたはJA共済サポートセンターからJAFを手配する場合があります。その場合、レッカーサービスのけん引距離、ロードサービスの作業時間について、上記のサービス範囲を拡大します。  
※各種サービスのご利用にあたっては、その他所定の条件があります。詳細については「ご契約のしおり・約款」をご参照ください。

### 夜間休日安心サービス

事故現場に急行



▶ 夜間休日現場急行サービス

【受付時間】平日：17時～23時、土日・祝日：8時～23時  
JA共済より業務委託を受けた民間警備保障会社の対応員が事故現場に急行し、事故状況の聞き取りなどを行います。

電話による初期対応



▶ 夜間休日初期対応サービス

【受付時間】平日：17時～21時、土日・祝日：9時～21時  
初期対応専任のスタッフがお客さまからの相談対応や相手方への迅速な対応（事故受付の連絡・修理工場への連絡・代車の手配等）を行います。

■平日 8:30～17:30

連絡先 本店 安心サポーター直通(共済課)  
八峰支店

TEL: 0185-72-2205  
TEL: 0185-76-3151

■業務終了後・夜間・休日等の場合

連絡先 JA共済事故受付センター

TEL: 0120-258-931



農業者のみなさまに最適な制度資金

# 農業近代化資金

令和5年度分  
受付開始!

設備資金から運転資金まで幅広くご利用できる制度資金です  
(農機具から軽トラ・2tトラック、フォークリフト等まで)

## 5年間 実質金利 0%

○令和5年度(令和5年4月1日～令和6年3月15日まで)の融資実行分が対象となります。

### JAバンク利子補給制度を実施予定

※JAバンク利子補給(借入金額100万円以上)が適用となった場合、最大年1.0%の利子補給が実施され、借入後5年間は実質0%となります。(ただし、金利情勢、利子補給制度内容により異なる場合があります)

### JA秋田やまもとが保証料を全額助成します!

※保証料の助成は、所定の条件を満たす方となります。

#### お申込み時 の留意点

- ・行政の融資枠が上限に達した場合、新規の融資が停止となることがありますのでお早めにお申込みください。
- ・行政等の審査が必要となるため、ご回答に時間を要する場合があります。
- ・本資金を利用した事業の融資決定前の事前着工および着工後のお申込みは認められておりません。
- ・現在、融資利用者で延滞している方は、保証料助成・JAバンク利子補給の対象とならない場合があります。
- ・詳しくは融資担当者までお尋ねください。

●お問合せ先 本店 金融課(融資) TEL.0185-87-4606 八峰支店 TEL.0185-76-3151

### 福祉事業所だより

## 居宅介護支援とは?

居宅介護支援とは、在宅で介護保険を利用したい人が、適切な介護サービスを受けられるように、ケアマネジャーと一緒にケアプランを立て、その計画をもとに介護サービスを実施していくことです。利用者と、利用者が必要とする介護サービスを結び付け、自宅でできるだけ自立した生活を送れるように支援していきます。

### ケアプランをもとに受けられる介護・生活援助サービスの一例

- 💡訪問系
  - ・訪問介護
  - ・訪問看護
  - ・訪問入浴
  - ・訪問リハビリ
- 💡通所系
  - ・通所介護(デイサービス)
  - ・通所リハビリ
- 💡短期入所系
  - ・ショートステイ
- 💡福祉用具関係
  - ・福祉用具レンタル
  - ・福祉用具購入
- 💡住宅改修の手続き
- 💡その他 医療・行政・包括支援センター等と連携を取り、利用者一人一人の状況にあった支援が受けられるよう努めています。

福祉事業所には3名のケアマネジャーがおります。介護のご相談がありましたらお気軽にご相談・お問い合わせください。

●福祉事業所 TEL.0185-74-5840 FAX.0185-74-5841

# フルーツ パラダイス

イラスト：小林裕美子

## ミカン (温州ミカン)

～冬の風邪予防、美肌づくりに～



**ミカンのプロフィール**

- 【分類】ミカン科ミカン属
- 【原産地】日本(鹿児島)
- 【おいしい時期(旬)】9～2月ころ(秋冬)、6～9月ころ(ハウス栽培)
- 【主な栄養成分】ビタミンC、ペクチン、ヘスペジリン、ペーダクリプトキサンチン、リモネン、クエン酸など

解説：KAORU

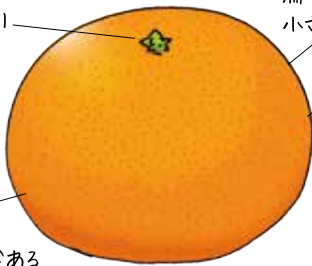
### 選び方

へたは濃い緑色より黄緑色の方が甘味が強め

扁平(へんぺい)で小さめ

重量感がある

全体が濃く色づいている果皮が薄く張りがある皮のつぶつぶが小さくはつきり



### NG

- ・果皮が果肉から浮いている……
- ・傷んでいるものがあると周りにも影響

### 楽しみ方・食べ方のコツ



生のままデザートに

真ん中からお尻の下の部分が甘～い



ちらしずし



サラダ



ジャムやソース



ソテーして肉料理や魚料理



冷凍ミカンシャーベットやジュースに



### 焼きミカン

皮ごとオーブントースターなどに入れ、焦げ目が付くまで焼く。濃縮された甘味ととろみのある食感に

ヨーグルトやバナナアイス、パレットなどにのせるとおいしい!



### 保存方法

へたを下にするとうまみにくいよ

#### 箱ごと保存

直射日光NGの湿度がやや高く、風通しのいい涼しい場所で保存してね



傷んだものを取り除き、ふたを開け新聞紙などをかけて冷暗所で保存の時々上下を入れ替えてね

#### 冷蔵保存

新聞紙で"包んで"ポリ袋に入れ、野菜室で保存するとより長持ち!



#### 冷凍保存

皮をむきラップで包み、保存袋に入れて冷凍庫へ。皮付きの場合は水洗いして水気を拭き取り、保存袋に入れる

### ミカンのチカラ

**ビタミンC**  
免疫力向上、風邪予防、肌荒れ改善に

**ペーダクリプトキサンチン**  
視力や消化器官の健康維持、がん予防、老化予防

#### ペクチン

じょうのう膜(白い袋)に豊富。便秘改善に



#### リモネン

かんきつ特有の香り成分。リラクゼーション効果、胃の働きを活発に

#### ヘスペジリン

毛細血管の強化、高血圧や動脈硬化予防

#### クエン酸

疲労回復や筋肉痛の軽減に

### ミカンのいろいろ

品種は100種類以上! 生育期間や収穫時期により大きく4種類に分けられる



#### 9～10月ころ

**極早生(つくおせ)温州**

青ミカンとも呼ばれる。酸味が強めでじょうのう膜が薄く食べやすい。「日南1号」「上野早生」「豊福早生」「宮本早生」など



#### 11月下旬～12月下旬ころ

**中生(なかと)温州**

酸味が少なく甘味が強めで日持ちも良い。「南柑20号」「石地」「愛媛中生」「大津4号」など



#### 10月下旬～12月ころ

**早生(おせ)温州**

甘味と酸味のバランスが良く風味豊かな。「宮川早生」「興津早生」「山下紅早生」「小原紅早生」など



#### 12月下旬～3月ころ

**晩生(おくて)温州**

1か月程度貯蔵し甘味が増してから出荷。糖度が高く、濃厚な甘さと程よい酸味でこくがある。「青島温州」「十万温州」「寿太郎温州」など

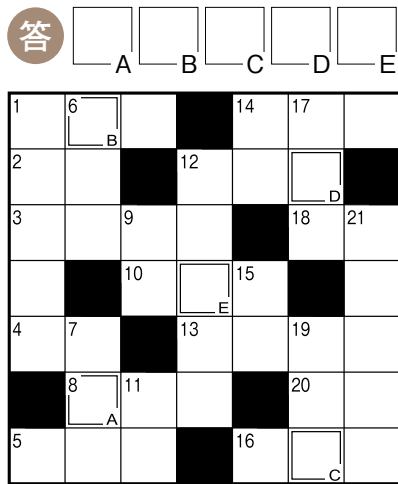


#### ハウスミカン

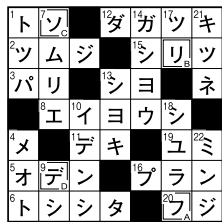
温室栽培されるミカンの総称。甘味が強く、やや小ぶり。食べやすい。



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？



●12月号の答え  
フリソデ



●当選者

たくさんの方からご応募いただいた結果、下記の皆さんが当選されました。おめでとうございます。

- 山本地区 近藤 志真さん
- 八竜地区 門間 辰悦さん
- 峰浜地区 鈴木 久明さん

↓ タテのカギ

- 2月の誕生石・アメシストは紫色の——です
- 刻みたばこを詰めて吸う道具
- Lが大ならMは
- こうなった——を知りたいなあ
- 暖炉にくべます
- 3度の食事以外に食べるもの
- バレンタインデーに実らせる人もいます
- 囲碁や将棋の指し手の記録
- 百貨店の——ガイドで目当ての売り場を探した
- 昆布と——節でだしを取った
- 例年2月4日ごろ。暦の上ではこの日から春です

→ ヨコのカギ

- ウィンタースポーツの代表格
- 旧国名の1つ。現在の三重県の大部分
- お吸い物などを入れる器
- 鬼は外、福は——
- 掃除道具の1つ。魔女がまたがれば飛べるかも？
- 車のフロントガラスに付くとギラギラして厄介です
- 旅先で眺めることもあります
- もむと温くなるタイプもあります
- 遅い時間まで寝ずにいること
- 仁徳天皇陵もこの1つ
- 水分補給に役立つ——飲料は、電解質を加えてあります
- 働き者だといわれる昆虫
- 天ぶらを天——に漬けて食べた

締切日&プレゼント

応募締切は1月末日です。抽選で10名の方に農協全国商品券(2千円分)またはエコーブ商品ギフトセットのいずれかをプレゼントします。



63	〒018-2104	①こたえ
山本郡三種町鹿渡	字町後270	②JAまたは本誌へご意見ご要望、メッセージなど
J A 秋田やまもと	広報クイズ係行	住所・氏名・年齢 職業・電話番号

〈ハガキの記入例〉

みんなの声

**本** 格的な冬到来で体に寒さが染みる今日です。農家の方々も農作業がひと段落してホッとしているでしょうね。ハウスで野菜を栽培している方はいくらか暖かい所での作業でしょうか。

八竜地区 Y・ーさん

**全** 国家の光大会やJA全国女性大会への出場など大先輩方のご活躍すごいですね。日々大変なこともあります。皆さんの元気をもらい、今後の生き方に背中を押された気がしました。

八竜地区 K・Nさん

**ふ** わふわモチモチおやき、とっても美味しそうです。いろんな食材を入れて楽しめるのはいいですね。

八森地区 K・Kさん

**ボ** ケ防止でクロスワードパズルを楽しみにしています。

山本地区 T・Mさん

**K** AORUのベジタブルライフがとても参考になります。読んでみると菜園活動にワクワクしてきます。がんばるぞー

八竜地区 A・Sさん

**私** には内孫がいないので、毎回表紙のかわいい子どもたちの写真を見て、自分の孫だと思いきや楽しんでいます。

琴丘地区 A・Kさん

たくさんのお声をいただき、ありがとうございます。今月もお待ちしております！



information #1

## 組合員資格のご確認をお願いします

日頃よりJA事業にご理解をいただき、誠にありがとうございます。

さて、JAでは組合員の皆様に組合員資格・氏名・住所・電話番号等の届出事項に変更がないか、ご確認をお願いしております。もし組合員資格等に変動がありましたら、変更のお手続きが必要となりますので、お手数をおかけいたしますが本店または八峰支店にご連絡をお願いいたします。

### 【組合員資格】

次に掲げるいずれかに該当する方が「正組合員資格」を有する方です。

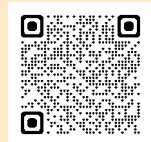
- (1) 10アール以上の土地を耕作する農業を営む個人であって、その住所又はその経営に係る土地又は施設がこの組合の地区内にあるもの
- (2) 1年のうち90日以上農業に従事する個人であって、その住所又はその従事する農業に係る土地又は施設がこの組合の地区内にあるもの
- (3) 農業を営む法人（その常時使用する従業員の数が300人を超え、かつ、その資本の額又は出資の総額が3億円を越える法人を除く。）であって、その事務所又はその経営に係る土地がこの組合の地区内にあるもの

これまで正組合員で、上記のいずれにも該当しなくなった方は「准組合員」への資格変更手続きが必要となる場合があります。また、准組合員の資格条件については多岐にわたりますので、上記内容を含め本店または八峰支店にお問い合わせください。なお、相続・譲渡等についても随時受付しておりますのでご相談ください。

information #2

## 法務局からのお知らせ

### 【預けて安心、自筆遺言書保管制度】



相続・終活などに関心をお持ちの方、

ご自身の財産を、安心して、ご家族などに託したいとお考えの方、

法務局では、ご自身で書かれた遺言書を、

簡易な手続・手数料3900円でお預かりしています。

相続が開始したときは、ご家族などにお知らせすることで、

各種手続にご利用いただける証明書を発行します。

手続に関する相談は、平日8時30分～17時15分まで、

いつでも、お気軽にお問い合わせください。

【お問合せ先】秋田地方法務局能代支局

電話 0185-54-4111





●概況（11月末現在）

	令和4年	令和3年
正組合員	3,867人	4,014人
准組合員	3,437人	3,443人
貯金	425億9,249万	422億908万
貸出金	68億128万	68億5,122万
出資金	23億8,350万	24億2,458万

●第11回理事会（12月27日開催）

- 議案第1号 上期監事監査改善を要する事項に対する回答について
- 議案第2号 利用業務規程の変更について
- 議案第3号 大口貸付について
- 議案第4号 園芸畜産振興積立金の助成について
- 議案第5号 総代選挙事務担当者の指名について

●支店相談日

開催日：2月10日（金）  
常勤役員が支店に出向き、皆様のご相談に応じます。

●おJ Aマンデー

実施予定日：2月13日（月）～2月14日（火）  
職員による組合員訪問日です。  
ご意見ご要望など、何でもお気軽にお伝え下さい。

information #6

イベント参加者募集のお知らせ

そば打ち体験をしながら交流を深めましょう！お誘い合わせのうえ、お気軽にお申込みください。

開催日：2月25日（土）

募集人数：6名（先着順）

参加資格：20～40歳代の男女  
（男性は当JAの正・准組合員）

申込締切：2月10日（金）

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止となる場合があります。

※詳細につきましてはお問い合わせください。

●お問い合わせ先

企画審査課 TEL.0185-87-4600

information #3

「食と農のセミナー」開催のお知らせ

地域で輝く人、頑張る人、食と農を学ぶ子どもたちの発表と  
地元農産物DEクッキングのおはなし♪

日時：2月10日（金）

10：00～13：00

場所：峰栄館（八峰町峰浜）

定員：100名※定員になり次第締め切ります

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止となる場合があります。

●お問い合わせ先 企画審査課 TEL.0185-87-4600

information #4

資材センター営業時間のお知らせ

月日	区分	1月～2月	
		生産資材	北部営農
平日	営業時間	8：00～17：00	8：00～17：00
	配送業務	有	有
土曜日	営業時間	8：00～12：00	8：00～12：00
	配送業務	有	有
日曜・祭日	営業時間	休業	
	配送業務		

information #5

岩川水系米を贈呈しました

令和4年12月10、11日の第24回Wリーグ三種大会開催に伴い、出場したアランマーレ秋田をはじめとする4チームへ、岩川水系米30キロをそれぞれ贈呈しました。

試合当日は、八竜ブレイズと山本・八竜中学校女子バスケットボール部のみなさんがセレモニーに参加しました。



# ★ おかあさん! 星五つです! ★★☆☆☆

## 今月の料理 ぷるぷるシュワシュワ! 炊飯器でつくる台湾カステラ



### ●今月の講師



琴丘女性部  
工藤 聖美さん

### ●材料

- (3合炊き炊飯器で1個分)
- ・米粉……………大さじ5
  - ・こめ油……………20cc
  - ・豆乳……………40cc
  - ・卵……………2個  
(卵黄と卵白に分ける)
  - ・グラニュー糖…大さじ4
  - ・塩……………少々

### ●作り方



①こめ油と豆乳を混ぜ合わせ、湯せんにかけて温める。



②①に米粉を入れて混ぜる。混ざったら、卵黄をひとつずつ入れてさらにしっかり混ぜる。



③大きなボウルで卵白を少し泡立ててコシを切ってから、グラニュー糖と塩を一気に入れて角が立たないくらいの緩いメレンゲを作る。



④②に出来上がったメレンゲを3分の1ずつ分けて入れ、手早く混ぜ合わせる。2回入れたら、大きなボウルに戻して底からすくい上げるように混ぜる。



⑤油を塗った内釜に生地を流し込み、内釜をテーブルにトントンさせ空気を抜く。さらにさい箸で表面をぐるぐると混ぜて気泡を抜く。



⑥白米炊きモードで炊き、炊き上がったら熱いうちに内釜をひっくり返して皿に載せる。自然と落ちてくるのを少し待って出来上がり。

### Point

- ・米粉を使用しているので、粉をふるう必要がなくラクチンです
- ・卵黄生地に、はちみつ(6g)を入れても美味しいです
- ・卵白に塩を入れると泡立ちが良くなり、きめ細かいメレンゲになります。
- ・内釜にバターを塗っても良いです
- ・お使いの炊飯器によって生焼けの場合があるので、炊き上がった竹串を刺して確認しましょう。生地がついてきたときは、再度加熱してください。

### ★お料理自慢 大募集★

“お料理好き・得意な方”を自薦他薦問わず広く募集いたします!“わが家の簡単定番レシピ”なども大募集!企画審査課(87-4600)へ情報をお寄せください。



あふれる緑、大地と共に輝く未来  
**JA秋田やまもと**

編集発行: JA秋田やまもと企画審査課 印刷: (株)全農ビジネスサポート秋田支店  
〒018-2104 秋田県山本郡三種町鹿渡字町後270 TEL.0185-87-4600 FAX.0185-87-4200  
【ホームページ】<http://ja-a-yamamoto.jp/> 【E-mail】[kouhou@ja-yamamoto.jp](mailto:kouhou@ja-yamamoto.jp)