

かづの

いいねをいっぱい届けたい



2025 vol.615

第15回地産地消フェスタ (11/15 JA会館にて)



※広報誌の表紙を飾る写真を募集中！詳しくはJAかづのホームページをご覧ください。

特集

「確定申告の準備は大丈夫ですか？」

- | | |
|----------------|----------------|
| 3 …今月のトピックス | 13 …サンレディースだより |
| 4 …営農インフォメーション | 16 …暮らしの情報 |
| 6 …安心安全 おうち防災 | 17 …厚生病院だより |
| 8 …インフォメーション | 20 …年末年始の営業時間 |



JAかづのHP



確定申告の準備は大丈夫ですか？

12月に入り、確定申告はもうすぐ始まります。申告には、収入や経費などの金額がわかる書類の「保存」や「集計」が必要となります。皆さん事前の準備・整理をしておきましょう。

農業所得を把握するための事前準備

農業所得の申告は、**収支計算**（収入金額から必要経費を差し引いて所得を出す）で行います。よって、日々の取引を記録し、伝票の保存や科目ごとの集計が必要となります。

【農業収入】

具体的に農産物を出荷した時の書類のほか、直接消費者へ販売しているものに関しては、日々の売上記録が必要となります。自家消費についても数量等を把握し、販売している価格を参考にして収入に加算しましょう。なお、農作業の手伝い労賃とした場合でも同様ですが、同時に雇用費として必要経費に計上しなければなりません。また、通帳等に入金されている補助金などは、その金額を拾い出しましておきましょう。

【農業経費】

生産費や販売費といったように、科目ごとに分けて集計を行い、それぞれの支払いに関する領収書等を整理しておきましょう。

保存する書類

【収入金額のわかる書類】

出荷伝票・納品書（控）・仕切書・補助金等の振込明細書のほかに、領収書や自家消費分の記録などが挙げられます。

【必要経費のわかる書類】

請求書・納品書・領収書など。※領収書以外は支払事実がわかるような形で保存が必要

取引の明細書

販売代金の入金や肥料代金などが引き落とされている通帳、農産物の出荷や購買代金の明細書など。

J Aでは毎月の一斉外務日に、資材関係の取引明細書をお配りしています。保管を忘れず、申告に向け内容の確認や書類整理をしましょう。



収支計算の手続き(参考)

日々の記帳…収入と経費に分けて帳簿に記入。

→年間の集計…科目的年間合計を計算し、減価償却・動力光熱費を事業割合や耐用年数により算出します。

→収支内訳書への転記…計算した集計をもとに転記します。

青色申告を始めてみませんか？

青色申告は、日々の取引を所定の帳簿に記帳し、その帳簿に基づいて正しい申告をすることで、税金の面でいろいろ有利な特典を受けることが出来る制度です。

◎青色申告の主な特典

- 1) 青色申告特別控除
- 2) 青色事業専従者給与の必要経費算入
- 3) 純損失の繰越しと繰戻し



(特典の詳細については、国税庁HPまたは最寄りの税務署にお問い合わせ下さい)

※青色申告するには、申告しようとする年の3/15までに所轄税務署に青色申告申請書の提出が必要です。

青色申告の申し込みは所轄税務署へ

Special Edition

J Aサンクスフェア第2弾

おらほの市場 りんごまつり

11月22日・23日

産直センターにて「J Aサンクスフェア第2弾」として、会員が生産したりんごを販売する「りんごまつり」を開催しました。

生産者が持ち寄ったりんごは、数多くの品種が販売され、「こうこう」や「はるか」などあまり店頭には並ばないような珍しい種類も置かれました。

販売開始と同時に多くの来客で賑わい、来場客はそれぞれの特徴を聞きながら試食をし、自分の好みに合ったりんごを選んでいました。



2日間で1,106名が来店しました



にんじんの詰め放題も開催

あんぜん、きづく、あんしん
東北電気保安協会

暮らしと電気安全

家庭用電気製品の掃除を行いましょう。

ご家庭で使用するテレビ、エアコンや冷蔵庫などの後ろ側にはたくさんのチリやホコリがたまりがちです。定期的にエアコンのフィルターなどこまめに掃除することで効率が高まり、消費電力を抑えることで省エネにつながります。

電気機器の掃除を行いましょう。

エアコンのフィルターなど電気製品の掃除を行いましょう。

【問い合わせ】
一般財団法人 東北電気保安協会
大館事業所 ☎ 0186-42-7722

年金受給手続をサポート 年金無料相談会

11月9日

貯金課は、今年度3回目となる年金無料相談会をJA会館で行いました。

相談会には15名が訪れ、社会保険労務士の2名が個別にサポート。主に受給開始手続きの際に必要となる書類の確認や、退職後の雇用保険と医療保険についての説明を行いました。

今年度については「年金受給準備セミナー」を1月18日（日）、「第4回年金無料相談会」を2月15日（日）に開催し、年金受給手続のサポートを行ってまいります。



受給に向けて説明を行う相談員

今年の稻作の生育と作柄

4月播種後の気温は低く、育苗期の生育は少し遅れ気味でした。

5月の田植え期は降雨の影響により期間が長引き、後半は気温が低く活着不良が目立ちました。月末から6月初めにかけて気温の日較差が小さく、分げつが抑制されたが、中旬からの好天により生育は徐々に回復してきましたが、下旬の少照多雨の影響により分げつが抑制され徒長傾向となりました。

管内の出穂盛期は平年より3日早い7月31日となりました。穂数は平年比83%、m²あたりの着粒数は平年比101%となりました。作況指数は秋田県北部で「102」のやや良と発表されました。1等米比率は96.6%となっています。

J Aでは今後も、天候に左右されない肥培管理・生育管理・病害虫防除の指導を行うほか、斑点米カメムシ類防除について、薬剤防除と合わせた水田内外の雑草防除を呼び掛けてまいります。

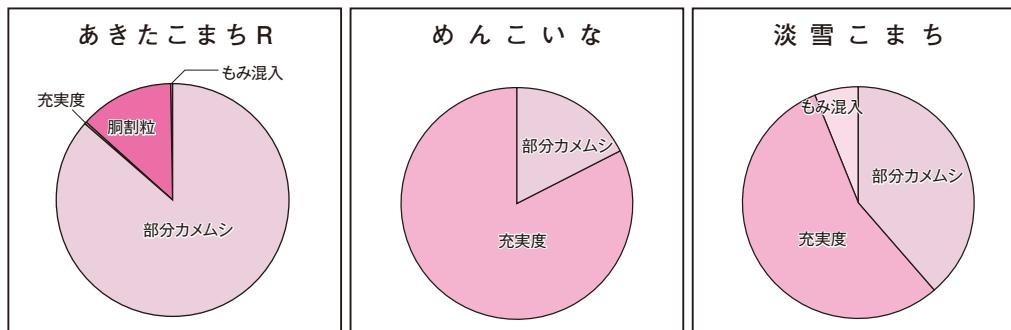
令和7年産米買入実績・1等米比率（うるち米のみ）



令和7年産米格付理由集計表（うるち米のみ）

(単位：%)

格下理由	部分 カメムシ	充実度	胴割粒	青未熟粒	その他の部分着色	もみ混入	異臭	心白粒	碎粒	合計
あきたこまちR	86.50	0.40	12.90	0.00	0.00	0.20	0.00	0.00	0.00	100.0
めんこいな	17.60	82.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	100.0
淡雪こまち	38.80	55.10	0.00	0.00	0.00	6.10	0.00	0.00	0.00	100.0
全品種計	63.96	17.48	8.17	6.69	1.49	2.19	0.02	0.00	0.00	100.0



出来栄えを報告

秋田紅あかり県庁表敬訪問

11月6日

りんご生産部会の役員は6日、秋田県庁を訪問し、谷副知事へ今シーズンの秋田紅あかりの出荷報告を行いました。

今年の生育は、7月の渴水や高温による影響を受けましたが、8月以降の降雨や昼夜の寒暖差、生産者の栽培管理により、果実肥大や着色も良好で、糖度も高くなりました。

県内外のスーパー やおらほの市場でも販売しておりますので、ぜひご賞味ください。



令和7年度 生産者大会

鹿角農業の振興と産地化形成の実現に向け、
今年もJA・生産者・関係機関が一体となり、
下記の日程で**生産者大会**を開催いたします。
皆さま奮ってご参加下さい。

日時：令和8年1月16日(金)
午後2時～

場所：かづのJA会館 1階
「青垣の間」

大会内容

- 1) 令和7年度優良生産者表彰
- 2) 講演
鳥獣害対策、農作業安全講座（予定）
- 3) 懇親会

※当日は、駐車場が大変混雑すると思われます。出来ましたら、乗り合いでのご来場をお願いいたします。

【参加申し込み、お問い合わせ】
JAかづの 営農経済部 TEL 23-2497(代)

被災しても自宅で過ごすために……



おうち防災

災害はいつ起きるか分かりません。もしものとき、自宅で安全に過ごせたら……。

いつもの暮らしをほんの少し見直すだけで大丈夫。

家族みんなが安心して過ごせる住まいを目指しましょう。



好みにあった備蓄品で生活できる

料理の好みやアレルギーなど、
家族に合わせた食事を
提供できます。

自宅が安全なら
日常に近い環境で
過ごせます



生活スペースが確保できる

家族の生活スタイルを保ちながら、
清潔で落ち着いた環境を
確保できます。



プライバシーが守られる

着替えや授乳、就寝など、
周囲を気にせずリラックスできます。

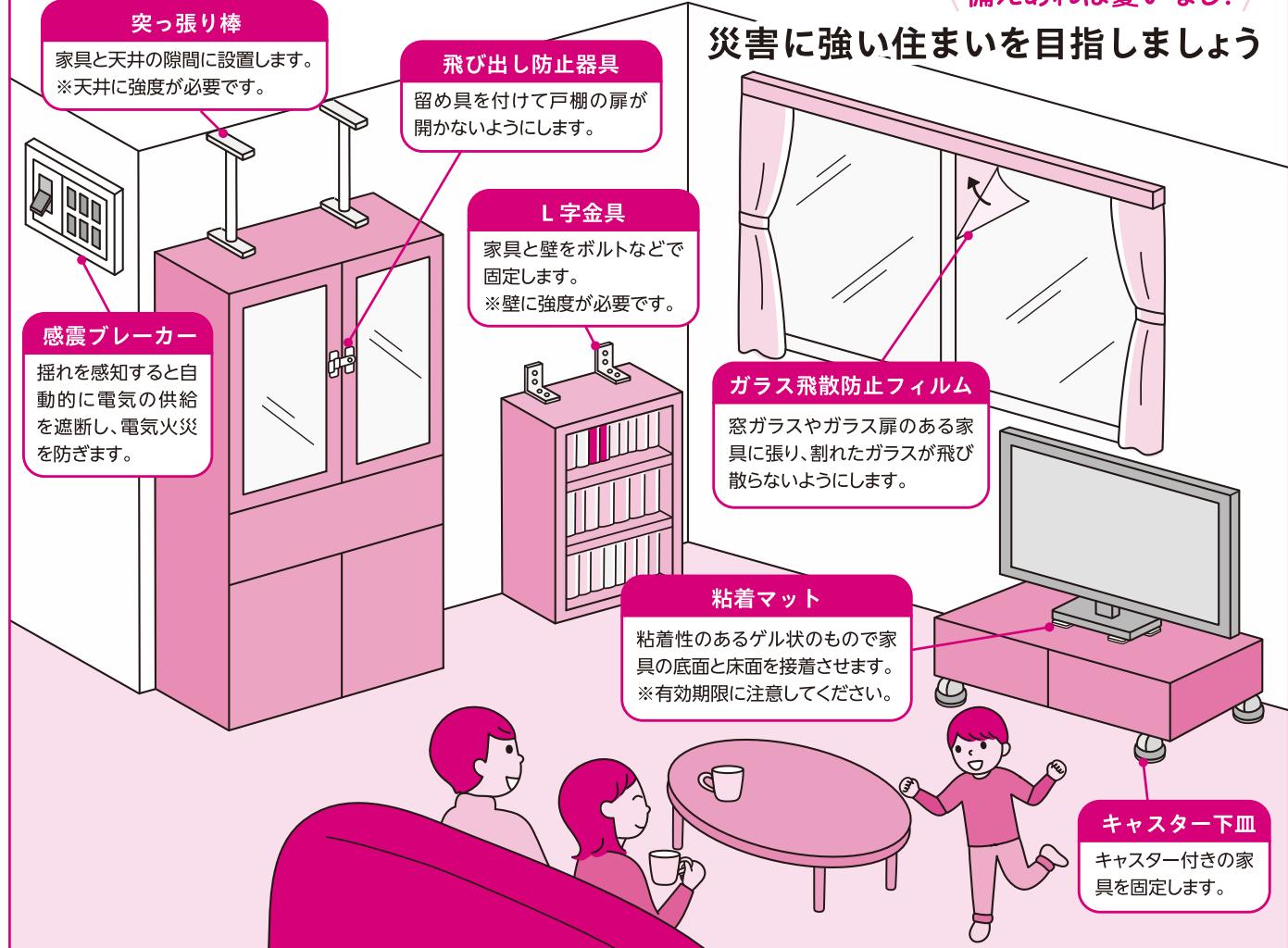


ペットと一緒に過ごせる

避難所での生活でストレスが
たまるのはペットも同じです。

備えあれば憂いなし！

災害に強い住まいを目指しましょう

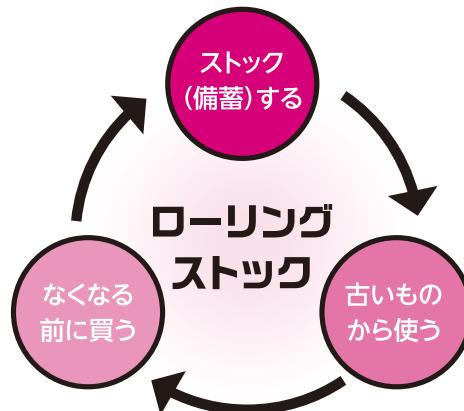


なくなる前に買うのがポイント

食料品・生活必需品の日常備蓄

日常備蓄はローリングストックで！

災害が起きた場合、食料品や生活必需品が一時的に入手しにくくなることが考えられます。そのため、普段から食べている・使っている食料品や生活必需品は、少し多めに購入してストックしておく「日常備蓄」をお勧めします。「買って・ストックして・使う」ことを繰り返すローリングストックなら、賞味期限切れなどの心配もありません。



高野豆腐



煮干し



切り干し大根

伝統食品をローリングストックに取り入れよう

冷蔵庫のなかった時代は、常温で保存の効く食品は日常生活の必需品でした。昔ながらの伝統食品は災害時にも大活躍してくれます。

災害時に不足しがちなタンパク質やカルシウムなどの良質な栄養素もたっぷり含まれています。

水を入れたポリ袋で戻せばいつでも食べられます。缶詰のホタテやツナを入れるとおいしさもアップ。

ポン酢をかけるだけでおいしいおかずの出来上がり。おやつ代わりにそのままパリパリ食べてもおいしいです。

日常備蓄は最低3日分、できれば1週間分の備えを／＼

いざというときに慌てないためにチェックリストを作っておきましょう

家族の年齢やライフスタイル、住宅環境によって必要なものや優先順位は異なります。特に医療品は命に関わる場合もあるので日頃から準備しておきましょう。地域の防災計画・気象・地形条件など、リスクに応じて項目を追加・修正してご活用ください。

チェックリスト(一例) 赤字=重要備蓄品

飲料水・食料品

- 飲料水 1日1人3L×家族の人数(3日～1週間)
- 食料品缶詰・レトルト食品・フリーズドライ食品など

日用品

- トイレットペーパー ウェットティッシュ 非常用トイレ
- ポリ袋 水のいらないシャンプー 歯磨き粉
- 生理用品 救急セット・常備薬 カイロ ラップ
- カセットコンロ・ボンベ モバイルバッテリー

乳幼児のいる家庭

- 紙おむつ お尻ふき おやつ 哺乳瓶
- 哺乳瓶消毒グッズ 粉ミルク・液体ミルク 離乳食

要介護者のいる家庭

- 介護食 大人用紙おむつ 補助具など

ペットのいる家庭

- ペットフード ペット用トイレシート ケージ

特に重要な4アイテム



飲料水



カセットコンロ



モバイルバッテリー



非常用トイレ

災害時に停電が起きた場合でもスマートフォンなどを充電できます。1人1日5回×3日分を用意しておきましょう。

POINT

家族の大好物をストック「幸せ備蓄」

お父さんはトマトジュース、お母さんは豆乳、娘はカフェオレ……など、家族が好きなものを箱買いしてはいかがでしょうか。好きな飲み物が箱買いされていたら、幸せな気分になりますよね。「次は何にしようかな!」なんて、日常備蓄が楽しみになりますよ。

JAかづの

冬の定期貯金キャッシュペーン

キャンペーン期間：令和7年11/4火▶令和8年1/30金

定期貯金適用金利(通帳式限定)



©よりそう



©よりそう

金利 5年

年

0.50%

(税引後:年0.398%)

金利 3~4年

年0.40%

(税引後:年0.318%)

金利 1~2年

年0.35%

(税引後:年0.278%)

ご利用 条件

以下の4項目のうち、いずれかのお取引をいただいている方

- ① 組合員の方(同居家族、法人・団体を含む)
- ② 公的年金または給与振込をご指定いただいている方
- ③ JAカードまたはネットバンクご契約者の方、または新規にお申し込みいただいた方
- ④ 他行からの預け替え、ボーナス、保険金、土地代金等の新たに預入いただける資金

※証書式にてお預け入れの方は、窓口にお問い合わせください。

預入
金額 10万円以上

※新規お預入れに限らせていただきます。

募集
総額 15億円

※募集金額に達した場合、販売を終了させていただきます。

よりそうからの 特典

500万円以上新規でお預入れいただいた方には、下記のいずれかおひとつプレゼント!

① JAかづの産直センター「おらほの市場」お買物券3,000円

② ギフトカード3,000円



新規お取引特典

定期貯金・JAカード・JAネットバンク
年金・給与振込新規ご契約で!

よりそうグッズ賞!



※数に限りがあります。

JAかづのインスタフォローで!

家計応援賞



1 キッチンセット
食器用洗剤、キッチンペーパー、ラップ

※窓口にてInstagramのフォロー中画面を提示してください。ご不明な点は、窓口でお問い合わせください。



2 くらし快適セット
ボックスティッシュ（5箱）、
ゴミ袋（大）

●定期貯金特別金利の対象となるのは、新規にお預け入れいただいた10万円以上の1年から5年ものの定期貯金（自動継続）です。
●やむをえず中途解約される場合は、JA所定の中途解約利率が適用されます。●商品については、JAかづのホームページまたは店頭に備え付けの商品概要説明書をご覧ください。

「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。

J A かづの

ホームページをご覧ください

JAかづの



花輪支所 23-2159 十和田支所 35-2072

貯金課 22-2007

J A かづの

知っておきたい
私の年金

参加
無料



豊かなセカンドライフの
ために、今から
何ができるかしら

年金受給 準備セミナー

2026年 1月18日 日 午前9:30～
午前11:30

会場

J A 会館2階「みのりの間」



下記に当てはまる方は是非ご参加ください。

年金は
まだ先のこと
だと
思っている

後で
考えようと
思っていた

実は
よく解って
いない…

手続きの
方法が
解らない

働き
続けると
年金は
どうなるの？

来場記念

ご参加いただいた方

BOXティッシュ(5箱パック組)と
サランラップをプレゼント!



講 師

小杉社会保険労務士事務所
こすぎ なおこ

小杉 尚子 氏

年金受給の準備、定年後の
健康保険・雇用保険、働き続けた
場合の年金についてなど

ぜひ、この機会に
学んでみませんか？



参加ご希望の方は、下記までご連絡ください。

お問い合わせは

J A かづの

ホームページもご覧ください

J A かづの



花輪支所 23-2159 十和田支所 35-2072

貯金課 22-2007

年金のことなら J A かづの各窓口までお気軽におたずねください。

ご契約者さまへ 自動車共済仕組改訂等のご案内



令和8年1月改訂

農業協同組合

全国共済農業協同組合連合会

拝啓

時下ますますご清祥のこととお喜び申しあげます。

平素よりJA共済に格別のお引き立てを賜り、厚くお礼申しあげます。

JA共済では、共済期間の初日が令和8年1月1日以降のご契約から自動車共済の仕組改訂および共済掛金率の変更等を実施いたしました。つきましては、主な改訂の内容を以下とおりご案内いたしますので、ご確認ください。

今後とも、今までと変わらぬご愛顧を賜りますようよろしくお願ひ申しあげます。

敬具

I 主な仕組改訂の内容

日常生活事故弁護士費用保障特約の新設

- ① 日常生活事故弁護士費用保障特約を新設します。この特約は、「日常生活に起因する事故」によって被共済者が被った身体・財物の損害について、賠償義務者に法律上の損害賠償請求を行う場合に、賠償義務者との交渉を弁護士に委任する際等に必要となる費用(着手金・報酬金等)を保障します(注)。
- ② この特約は、任意付加とし、記名被共済者が個人のご契約に付加できます。
- (注)「自動車に起因する事故」によって被共済者が被った身体・財物の損害について、賠償義務者に法律上の損害賠償請求を行う場合は保障されません。「自動車に起因する事故」において、損害賠償請求を行う場合に要する弁護士費用等を保障する特約としては、弁護士費用保障特約があります。

<保障の対象となる事故の例>



<共済金をお支払いできないおもな場合>



<お支払いする共済金>

共済金の区分	お支払いする共済金	共済金額(限度額)(注)
弁護士費用等共済金	弁護士、司法書士、行政書士、裁判所等に対して支出した以下の費用 ・弁護士(司法書士・行政書士)報酬 ・訴訟費用 ・仲裁、和解または調停に要した費用 ・その他権利の保全または行使に必要な手続をするために要した費用	300万円
法律相談費用共済金	法律相談の対価として弁護士、司法書士または行政書士に支払われるべき費用	10万円

(注)1回の事故でお支払いする共済金は、被共済者1名につき共済金額を限度とします。ただし、弁護士費用等共済金における着手金・報酬金等の項目ごとの限度額は、約款に定める基準に従います。

<保障を受けられる方>

① 記名被共済者	③ 記名被共済者またはその配偶者の同居の親族
② 記名被共済者の配偶者	④ 記名被共済者またはその配偶者の別居の未婚の子

<実施時期>

共済期間の初日が令和8年1月1日以降のご契約から

このご案内は令和8年1月実施の自動車共済仕組改訂の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。詳しくは、ご加入先のJAへお問い合わせください。

II ご契約者さまの利便性向上にかかるキャッシュレス対応拡大

共済掛金のお払込み方法について、ご契約者さまの利便性向上のためキャッシュレス対応を拡大いたします。

(注)共済代理店でのご契約など、一部、キャッシュレス決済の対象外となる場合がございます。詳しくは、ご加入先のJAへお問い合わせください。

1. 長期契約の共済掛金お払込みのキャッシュレス対応

長期契約(共済期間が13~25か月の契約)の共済掛金について、口座振替またはクレジットカードによるお払込みを可能といたします。

<実施時期>

共済期間の初日が令和8年1月1日以降のご契約から

2. 異動時の追加共済掛金お払込みのキャッシュレス対応

車両入替などの異動時の追加共済掛金について、クレジットカードによるお払込みを可能といたします。

<実施時期>

令和7年12月5日以降の異動お申込みから

III 共済掛金率の変更

近年の急激な物価上昇に伴う修理費の高騰や自然災害の多発化等により、お支払いする共済金が増加する中、今後も安定的に保障を提供し続けていくために、共済掛金率水準の見直しを実施いたしました。

なお、全体的な共済掛金率水準は引き上げとなります。実際にご負担いただく共済掛金は、ご契約条件によって引き下げる場合もございます。

＜実施時期＞

共済期間の初日が令和8年1月1日以降のご契約から

1. 共済掛金率水準の見直しの背景

(1) 物価上昇

近年の世界的な物価上昇に伴い、様々なモノ・サービスの価格が上昇しております。

自動車共済においては、事故によりご契約のお車が損傷した場合の修理費を保障する「車両保障」や、相手のモノに損害を与えた場合の賠償責任等を保障する「対物賠償保障」を中心に、お支払いする共済金の額が年々増加しております。

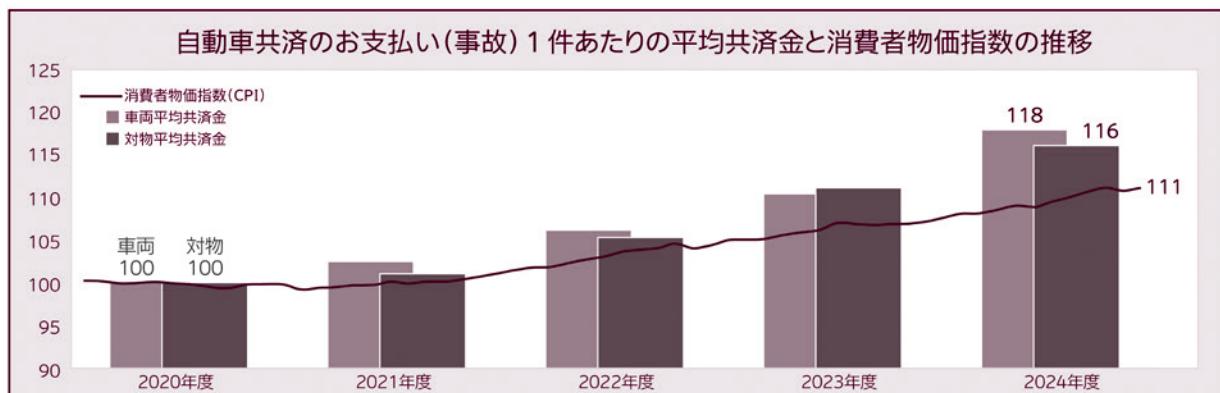
(2) 自然災害(雹(ひょう)災等)の多発・激甚化

近年、大規模な雹(ひょう)災等が多発し、自然災害によるお車への損害に対してお支払いする共済金の額が顕著に増加しております。

特に雹(ひょう)災はお車の損傷範囲が広く、1台あたりの損害額が高額化しやすい傾向がございます。

(3) コロナ禍からの交通量の回復

新型コロナウィルスの蔓延等に伴い、事故件数は一時大幅に減少したものの、社会・経済活動の回復に伴い交通量が増加し、事故件数も増加しております。



(出典)・総務省統計局「消費者物価指数(CPI)」・JA共済 共済金支払実績

*1. 平均共済金は、「車両」「対物」それぞれについて「2020年度=100」とした指標の年度別推移

*2. 消費者物価指数は、「2020年度平均=100」とした指標の月別推移

2. 共済掛金率水準の見直しに至る経緯

物価上昇等の影響が続く中でも、組合員・利用者の皆さまの掛金負担の増加を極力回避できるよう事業運営上の努力を重ねてまいりました。

一方で、直近においてもお支払いする共済金の増加が継続する状況にあり、その傾向が今後も続く見通しがなっております。

このような環境下においても、より良い保障・サービスを安定的に提供し、組合員・利用者の皆さまの営農・暮らしに貢献していくため、お支払いする共済金とご負担いただく共済掛金とのバランスをふまえ、掛金率水準の見直しを行うことといたしました。何卒、ご理解のほどよろしくお願い申しあげます。

JA共済はこれからも皆さまの暮らしに寄り添い、安心を守るために、一層の努力を重ねてまいります。今後とも変わらぬご愛顧賜りますようお願い申しあげます。

共済掛金率の変更について、
動画でもご案内しております。
ぜひこちらからご視聴ください。



突然の「事故」や「故障」など
緊急時に、心強いスマホアプリが
ご利用いただけます。

安心を、いつでも手元に。
JA共済 アプリ

JA共済アプリの
ダウンロードは
こちらから



www.jakosei.jp

あなたらしいカーライフに、よりそう。

J Aかづのマイカーローン

変動金利

(保証料込)

年 1.95%~

表示金利の適用期間

2025年12月1日

▶ 2026年2月28日

- クイック審査で低金利
- インターネット申込OK

(株)アニモ
LINEお友達登録で
金利優遇!



友達追加は
こちらから



詳しくは
[JAネットローンホームページへ](https://ja-netloan.jp/guides/mycar/)



**J Aカード(一体型)で
おトクなドライブ!**

ICキャッシュカード機能と
クレジットカード機能が
1枚になった便利なカード



*割引はハイオク・レギュラーガソリン・軽油が対象となります。
カードご利用代金口座引落の際に、割引した額による引落となります。ご利用代金請求書にてご確認ください。
(ご利用代金請求書には割引前・割引後それぞれの値段が表示されます)



お問い合わせはJA窓口または当JAホームページへ

JAかづの

JA BANK

花輪支所 十和田支所 融資課
23-2159 35-2072 22-2010

「JAとのお取引はこれから」というお客さま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る場合がございます。)



サンレディースだより

令和7年
12月号
2025

災害時の時にも役立つ薬の備え

クミアイ家庭薬

渡邊
配置員

備えて安心。
いつでも便利。

協同薬品工業株式会社

秋田営業所 ☎ 010-1412 秋田市御所野下堤3丁目2-2

お問い合わせ先 平日 9時～17時
TEL 018-827-6830



生活センター取扱い商品紹介

なべ焼きうどん



国産小麦粉を使用。
モチモチ食感で口あたりが
なめらかな麺です。

1箱(1食入×8)
(本体価格1,574円)

1,700円
参考税込

サンレディースだより 「訂正とお詫び」

11月号14ページ「サンレディースだより」において一部記載の誤りがありましたので、訂正しお詫びいたします。

手作り工房「食彩館」

加工料金一覧

【正】

手づくり味噌		
	1斗	5升
こうじ加工料	4,200円	<u>2,100円</u>

【誤】

手づくり味噌		
	1斗	5升
こうじ加工料	4,200円	<u>2,000円</u>

クリスマスリース作り

第4回女性大学では、クリスマスに向けてクリスマスリースづくりをしました。

リースベースにヒムロスギとブルーアイスをつけて土台を作りました。葉の向き、表や裏など確認し、立体的になるように工夫しました。

その後、リボンの作り方を聞き、グルーガンを使って松ぼっくり、枝、姫りんご、唐辛子など装飾品をそれぞれつけ、あっという間の2時間楽しく過ごしました。



第5回女性大学

「かっちゃんクッキング募集」

女性部員が講師となり、様々な料理を紹介する「かっちゃんクッキング」。ちょっとした時間を過ごしませんか？

■日 時：令和8年**1月21日(水)**
9:30～12:00

■会場：JAかづの生活センター 2階

■メニュー：三色だんご、お楽しみメニュー

■講師：女性部南支部（八幡平地区）

■持ち物：エプロン、三角巾

■参加費：500円

■定員：先着10名



■申込締切：令和8年**1月16日(金)**

検診のご案内

大腸がん検診	骨密度健診	前立腺がん検診
<p>検診料：1,936円 個人負担額 1,076円</p> <p>検査内容：便潜血検査と問診</p> <p>採便日：1月28日(水) 29日(木)</p> <p>回収日：1月29日(木)の9:30までに最寄りの支所または生活センターへお持ち下さい。</p>	<p>検診料：2,420円 個人負担額 1,820円</p> <p>対象：妊婦や妊娠の可能性がある方は除く</p> <p>検査方法：X線骨密度測定</p> <p>検査日：2月3日(火)</p> <p>受付時間：13:30～13:40</p> <p>実施場所：かづの厚生病院 健診センター</p>	<p>検診料：1,815円 個人負担額 1,065円</p> <p>対象：50歳以上の男性</p> <p>検査方法：採血のみ</p> <p>検査日：2月4日(水)</p> <p>受付時間：13:30～13:40</p> <p>実施場所：かづの厚生病院 健診センター</p>

対象者：JAかづの組合員とその家族の方

申込方法：申込書（別紙）をご記入の上、各支所窓口または生活センターへお届け下さい。

申込締切：令和7年**12月19日(金)**

料金支払方法：検診当日に個人負担額を病院でお支払い下さい。なお、大腸がん検診については、お申込み時にお支払いいただきます。

案内等について：詳細、案内等については、1月の一斉外務にて配布いたします。

●各イベントへの参加申し込み・お問い合わせについては**生活センター**までご連絡ください。

TEL.0186-23-7056 FAX.0186-23-3887

第15回地産地消フェスタ～親子食育体験講座～

地域食材を通し「食」と「農」に触れ合う場として行っている「地産地消フェスタ」がJA会館で開催され、親子連れなど約100名が参加し食育を楽しく学びました。

親子食育体験活動紹介では、今年度行われた「親子料理教室」や「収穫後のお米見学」などの様子を紹介しました。

紹介後は、女性部役員による紙芝居「あつまれおこめつぶ」の朗読を行い「食べ物を大切にし、残さず食べよう」と、メッセージを伝えました。

また、家の光協会からは12月号付録「防災アクション」クイズブックを活用し、参加者への問い合わせや解説を交え、防災について楽しく学びました。

最後には、食彩館で加工した「よくばり味噌」を使用した味噌玉づくりや女性部で調理した「きりたんぽ鍋」と「りんごのデザート」の試食会を行い、「食」を楽しみました。



《問合せ・申込》 JAかづの生活センター までご連絡ください。

TEL.23-7056 FAX.23-3887 MAIL.seikatu@ja-kazuno.or.jp

家(いえ)の光(ひかり)

表紙の人 吉田 羊さん

1月号読みどころ

「笑いがあれば人生は」特集

「百邪(ひやくじや)」を防ぐ 毎日ショウガレシピ

冷蔵庫にあるもので作れて見た目も華やかなキンバです。

12月のあなたの運勢★

幸運を呼ぶ食べ物

牡羊座 3/21~4/19



全体運 勢いのある好調運。ただ、ままならない思いをしている人もいるので配慮を忘れずに。リーダーシップが光ります。

健康運 後半は後退。油断せず健康習慣をキープして◎

幸運の食べ物 ミカン

牡牛座 4/20~5/20



全体運 上昇運。しつこいがなったことも次第に整ってきます。周囲との和を大切に、流れに乗って。忘年会にツキ。

健康運 体にいいことを続けて。手応えを感じられるはず。

幸運の食べ物 アンコウ

双子座 5/21~6/21



全体運 ドキッとすることがあるかも。外出するときは救急セットや折り畳み傘を携帯して安心。靴は歩きやすいものに。

健康運 無理をしたと感じたら休んで。臨機応変に。

幸運の食べ物 カリフラワー

蟹座 6/22~7/22



全体運 大掃除は早めにスタート。余裕を持って予定を立てるうまいります。いつものお店や集まりに幸運の予感。

健康運 疲れたら早めにケアを。危険な場所は避けて。

幸運の食べ物 ダイコン

獅子座 7/23~8/22



全体運 おしゃれをして外出を。特別なことをすると勢いがつき目標達成に近づけます。会合などの世話役を引き受けた。

健康運 ゆったりした散歩がお勧め。軽い運動で好循環。

幸運の食べ物 ユズ

乙女座 8/23~9/22



全体運 気が多くなりがちなので欲張り過ぎないように。用事はリストアップし優先順位を整理。後半は助けてくれる人あり。

健康運 香りの良い入浴剤で、ゆったりとバスタイムを。

幸運の食べ物 野沢菜

天秤座 9/23~10/23



全体運 交友関係の広がりがラッキー要素を運んできます。人の話はよく聞いて熱心に情報収集を。学びの時間もつくって。

健康運 話題のストレッチやサプリを試してみて。

幸運の食べ物 カボチャ

蠍座 10/24~11/22



全体運 欲張りになりがち。たくさんのが手に入るときだからこそ、いろいろなものにはノーケ。取扱選択を心がけて。

健康運 食事は彩りが大事。よくかんで食べましょう。

幸運の食べ物 ハクサイ

射手座 11/23~12/21



全体運 やりたいことに向かって一直線に進めば大きな成果が。こぼれ落ちるものには縁がないと割り切りましょう。

健康運 旬の食材は元気の源。野菜と魚を多めに。

幸運の食べ物 クワイ

山羊座 12/22~1/19



全体運 上昇運です。忙しいですが努力に結果が付いてきます。いいかげんなことはせず誠意を見せて。年末の休暇は多めに。

健康運 あったか靴下や手袋を愛用して。つぼ押しも◎

幸運の食べ物 ゴボウ

水瓶座 1/20~2/18



全体運 周囲からの手助けに感謝を。1人で動かない方が順調に進みます。大きな計画変更是もう少し時間をかけて◎

健康運 スポーツがストレス発散に。爪のケアを。

幸運の食べ物 ニンジン

魚座 2/19~3/20



全体運 試練が山のようにそびえていますが、乗り越えれば開運へ。気を抜かず進みましょう。他人の助言はよく検討して。

健康運 無理をしないで。サポートーやテーピングは味方。

幸運の食べ物 レンコン

大腸がんの早期発見と予防

検査科 臨床検査技師 廣瀬 菜乃花

大腸がんは日本で1番罹患する人が多いがんです！

大腸がんは女性のがんでは死亡者数1位、男性は2位となっています。しかし、大腸がんは早期に発見して治療をすれば約90%が完治することができるといわれています。

大腸がんの原因となるもの

大腸がんの約70%は、加齢、バランスの悪い食事・運動不足による肥満・生活習慣病などの影響によって起こると考えられています。規則正しい生活習慣が予防につながります。



40歳以上になつたら定期的に大腸がん検診を受けましょう！

大腸がんは、早期はほとんど自覚症状がなく、検診での早期発見が大切です。大腸がん検診では便を採取し、便に付着した微量の血液を検出する「便潜血検査」をします。とても簡単で体への負担もありません。便潜血検査が陽性となった人の3～5%で大腸がんが発見されます。

＜便潜血検査＞



「要精密検査」と言わされたときは、
すみやかに医療機関を受診して
大腸内視鏡検査を受けるようにし
ましょう！

かづの厚生病院

TEL 0186-23-2111 FAX 0186-23-3653
ホームページ <http://www.hspkazuno.kazuno.akita.jp>
メールアドレス ijikikaku@hspkazuno.kazuno.akita.jp

つぶやき コーナー

皆さまからいただいた
お便りをご紹介します

暑い暑いの連日だったのがもうすぐ師走です。今年の秋は、菊の花の咲き具合がイマイチで、落葉が満のように舞っています。長い夜が続き、短い日中は貴重に思います。甘い香りのスミレとシクラメンと共に春を待ちたいです。

花輪 Kさん (80)

今年も「おいでよ福祉の杜」で多くの人に点字体験をして貢いました。ありがとうございました。

花輪 Aさん (82)

今まで一度も見たことなかった熊を、今年は何度も見かけました。これ以上被害が増えませんように。

十和田 Kさん (73)

年々、熊の活動範囲がどんどん我々の生活圏に入り込んできて怖いです。そのうち帰宅したら熊がお風呂に入って

いたなんてことあるかも…。

小坂 Yさん (64)

私の中では熊とコロナが同じくらい怖いものになりました。ワクチンがないので熊のほうが怖いですが。自転車のかごに入っていた買い物袋をカラスに襲われたことがありました。近頃の熊はカラスのようにありふれたものになりつつあります。早く安全になって欲しいものです。

花輪 Eさん (56)

今年は色々我慢の年でした。今楽しみにしている事がたくさんあるので、来年はきっと良い年になると信じています。まだ11月なのに、気が早いですね！

八幡平 Sさん (58)

また巡って冬がやってきました。最近の紅葉短くなったような気がします。寒さが来たと思ったら紅葉もすぐ終わり、雪の便り。今期の冬、ほどほどの雪であってほしいです。

小坂 Sさん (84)

数年前に初めて「淡雪こまち」を食べる機会があり、もちもちとした食感と際立つ甘さですっかりファンになりました。広報10月号で、淡雪こまちを使用した化粧水が発売された記事を読み、こちらも凄く興味があります～！

大館市 Mさん (47)

2年前、自宅の栗の木に熊が来て役場の人のすすめもあり木を伐採。今年はそのおかげか自宅周辺には来ませんが、通勤途中で何度も目撃。おかげで毎日安全運転です。

小坂 Aさん (42)

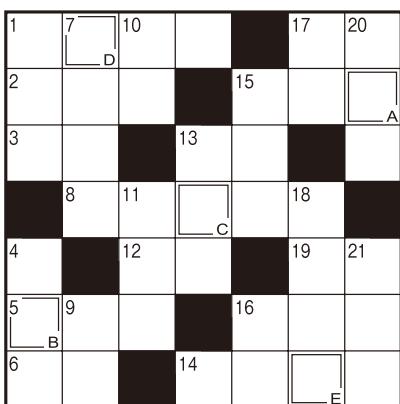
都内にいる姉から遊びに来ないかと電話ありました！クマ問題もあるし、ゆっくりウォーキングでもしに行こうかな～

花輪 Mさん (62)

●当選者とつぶやきコーナーにご協力頂いた皆さまには
「黒糖のど飴 日本のはちみつ入り」
をプレゼント！
次回もたくさんのご応募お待ちしております。

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？



★プレゼント

クロスワード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。

[11月号の答え]
ブンカサイ



★11月号の当選者★

おめでとうございます！

阿部正太朗さん
中村三枝子さん
中村ノリさん
青山幸子さん
阿部則子さん

↓ タテのカギ

- 1 夜目——笠の内
- 4 足を中に入れて暖を取ります
- 7 サッカー日本女子代表の愛称に使われている花
- 9 クリスマスツリーに使われる木
- 10 日本酒を温めること
- 11 じょうごとも呼ばれる道具
- 13 忘年会で乾杯の——を取った
- 15 高いところに載せたものを取るときの体勢
- 16 クリスマスツリーのてっぺんにも飾ります
- 17 青い染め物に使われる植物
- 18 物ごとの順序などがさかさまになっていること
- 20 さがきにすることも多い根菜
- 21 韓国首都

→ ヨコのカギ

- 1 サンタクロースが乗るソリを引きます
- 2 練習物や大根などを煮込みます
- 3 ごはんのこと。握り——
- 5 和服の袖の下、袋状の部分
- 6 ——を憎んで人を憎まず
- 8 南米の北端にある国。首都はボゴタ
- 12 漢字では独活と書く山菜
- 13 木を切り倒すときに使います
- 14 d Bと表記される、音などの強さを示す単位
- 15 暮れのあいさつとして贈ります
- 16 人間は二足——をする生き物です
- 17 疲れたときには出して、おいしいときには落ちるもの
- 19 泣き顔になること。——をかく

クイズにご応募ください

ハガキまたは応募フォームにて、必要事項①～⑥を記入のうえ、⑦身近な出来事などを添えてご応募ください。(希望者はペンネームも)

【宛先】

〒018-5201 鹿角市花輪字下中島10-25
JAかづの 広報クイズ係



応募フォーム

【応募の締切日】

令和7年12月22日(月)
～当日消印有効～

※皆様から寄せられた個人情報は、コーナー掲載と賞品発送でのみ使用いたします。

知って得する！農業者年金

農業者の方は、国民年金の上乗せの公的な年金

「農業者年金」に加入して安心で豊かな老後を！

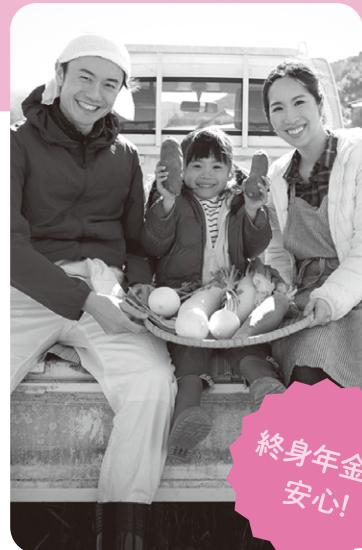
① 農業者なら誰でも入れる「終身年金」です！

② 一定の要件を満たす方には、
月額最大1万円の保険料補助

③ 保険料は全額社会保険料控除の対象など、
生涯を通じて大きな節税効果！

農業者年金に加入できる方の要件は以下の通りです。

- ・年間60日以上農業に従事している方で、
- ・国民年金第1号被保険者(60歳未満)又は、国民年金の任意加入者(60歳以上65歳未満)
※詳しくは、お近くの農業委員会、又はJAへ！



終身年金で
安心！



詳しくは… 農業者年金基金 検索 <https://www.nounen.go.jp>

●理事会だより

第9回 理事会

開催日 令和7年11月27日

議案

第1号 理事と組合との契約「当座貸越（一般）取引契約の締結」に関する承認、及び貸越極度額の設定について

第2号 アグリマイティー資金の貸付について

第3号 子会社管理規程の一部変更について

協議題

第1号 令和7年度第2・四半期末監事監査報告書について
第2号 労組の要求事項について
第3号 次期共済端末機器の事前発注について
第4号 令和7年度秋田県条例検査（全面検査）の検査結果について

●監事會だより

第11回 監事會

開催日 令和7年11月26日

議案

第1号 令和7年度第3・四半期末監事監査の実施について

協議題

第1号 令和7年度第2・四半期末監事監査報告書（案）について

その他

- 1) 内部監査報告（貸出金）について
- 2) みのり監査法人期中監査における結果報告について
- 3) 秋田県条例検査（全面検査）の検査報告について

●JAの概況（11月末現在）

出資金	1,602百万円
組合員数（正）	2,464人
（准）	3,285人
組合員戸数（正）	2,420戸
（准）	2,722戸
職員数	118人

年末年始の営業時間のお知らせ

J Aかづの並びにJ Aグループの年末年始にかかる営業時間とキャッシュコーナー稼働時間は、下記の通りとなります。
ご不便をおかけいたしますが、何卒ご了承いただきますようお願い申し上げます。

●事業所営業時間

事業所名	12/30 (火)	12/31 (水)	1/1 (木)	1/2 (金)	1/3 (土)	1/4 (日)	1/5 (月)
J A かづの	通常通り			休業			通常通り
産直センター	通常通り			休業			通常通り
J A S S	セルフ小坂 セルフ花輪駅前 セルフ十和田	7:00 19:00	7:00 14:00	休業	8:00 18:00		通常通り
エスポワール	通常通り	8:30 14:00		休業	8:30 17:00		通常通り
葬祭センター	通常通り	9:00 14:00		休業	9:00 17:00		通常通り

○休業中の交通事故等に関する共済への問い合わせは、フリーダイヤル 0120-258-931での対応となります。

○葬祭センターの受付は、24時間対応いたします。

J Aのキャッシュカードでの
ご利用は全ての時間帯で
入出金手数料「無料!」



●キャッシュコーナー稼働時間

※コンビニATM提携先等でもご利用が可能です。

ATM設置場所	12/30 (火)	12/31 (水)	1/1 (木)	1/2 (金)	1/3 (土)	1/4 (日)	1/5 (月)
花輪支所	8:45 21:00				9:00		8:45 21:00
十和田支所	8:00 21:00				19:00		8:00 21:00
J A八幡平プラザ		8:45			9:00		8:45
J A柴平プラザ		19:00			17:00		19:00
かづの厚生病院							
マックスバリュ 小坂店	8:00 20:00				8:00 19:00		8:00 20:00

提携先のコンビニATM休止日

すべてのサービスが休止

2026年
(令和8年)

1月11日
日
全取引休止
終日

1月12日
月・祝
全取引休止
終日

1月17日
土
全取引休止
21:00-24:00

1月18日
日
全取引休止
0:00-8:00



Public Relations Magazine

かづの

ホームページ <https://www.ja-kazuno.jp/>

Eメール ja@ja-kazuno.or.jp

編集・発行/かづの農業協同組合 総務課

〒018-5201 鹿角市花輪字下中島10-25

TEL.0186-22-2001 FAX.0186-22-2008

印刷/株全農ビジネスサポート 秋田支店