

かづの



紅あかり剪定講習会（1/29 かづの果樹センターにて）



※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

「令和7年度生産者大会」

- | | |
|-----------------|----------------|
| 4 …生産者大会受賞者紹介 | 14 …サンレディースだより |
| 5 …今月のトピックス | 16 …暮らしの情報 |
| 6 …簡単！ながらエクササイズ | 17 …厚生病院だより |
| 8 …インフォメーション | 20 …令和9年度職員募集 |



JAかづのHP



令和7年度生産者大会



地域農業の振興と産地化形成の実現を目指すため、生産者大会が1月16日、JA会館で開催されました。

同大会は、JAと生産者、行政、市場が一体となり、農業の発展に向け意志の結集を図るものです。生産者ら約150名が出席し、今年度の情勢や実績報告が行われました。また、令和7年産の生産に尽力され、優秀な成績を残された生産者を、各部門で表彰しました。

はじめの挨拶では、主催者の阿部浩一組合長が「春先は低温、6月下旬からの高温・少雨・渇水、8月下旬の豪雨など様々な条件が重なり、作物の栽培管理に悩まされた一年であった」と振り返ったほか、今までの以上の農業所得向上と、地域農業振興を図るためのJA自己改革への取り組みを述べました。

7年産農業生産において、野菜類では、定植後の低温による活着の遅れ、7月以降の高温干ばつ、8月下旬の豪雨で、出荷量や品質の面で全品目が大きな影響を受けました。果樹についても同様でしたが、鳥獣被害が大きく影響しました。

稲作では、春先から厳しい条件ではありましたが、作況指数が「102のやや良」の豊作基調となりました。概算金については、前年度から大幅な値上げとなり、厳しい環境の中で少しは生産意欲を掻き立てる年になったかと思えます。高値水準を維持し、安定した所得を確保するため今後も努めてまいります。

大会では、7年産において生産に尽力された優良生産者32名3団体が、市長・町長並びに各市場より表彰されました。また、大会決議では、急速に進展する高齢化と人口減少により、労働力不足と自然災害の影響で農業生産額が減少し、地域経済の停滞と相まって地域活力の低下が大きな課題となっている中、組合員とJAが連携強化を図り、鹿角農業を守る取り組みを一層進めていくことを採択しました。



令和7年度経過報告

令和7年度は豪雪となり、春先も気温が上がらなかったことで雪解けも遅くなりました。春の日照不足や低温と降雨。6月中旬以降は猛暑や干ばつが続き、1年を通じた天候不順に加え、鳥獣害の発生も相次ぎ、多くの品目で収穫量や品質面に大きな影響を受けました。

稲作では、低温の影響により初期生育が遅れました。分けつ期は、日較差が小さかったことで分けつが抑制されたうえ、日照不足により徒長傾向となりました。出穂期は、前年より1日早い7月31日となりました。集荷量は6・8万俵、一等米比率は96・6%となりました。

果樹について、りんごは春の低温の影響で、開花は平年より3日ほど



遅くなりました。開花期中の天候不順による奇形果や未熟化の多発、7月には猛暑によるカメムシやダニの発生が見られ、8月以降は、降雨が多かったことで、炭疽病やビターピットなどの被害果が多発しました。また収穫期には、熊や鳥による食害が多く、集荷量は昨年を下回りました。北限の桃は、春先の天候不順により、開花は平年より3日ほど遅れました。りんご同様、害虫および鳥獣による被害、8月以降の降雨での軟果や病害果など様々な要因が重なり、販売単価は過去最高だったものの、集荷量、販売額は前年を下回りました。

野菜について、きゅうりは定植後の低温で、活着に時間がかかりました。高温の影響で多発したフケ果は抑制フィルムの導入により抑えられ

たものの、8月以降樹勢の低下や炭疽病が多発しました。そのまま徐々に終了となり、販売額は前年を下回りました。トマトは、ハウス準備期間は好天でスタートしたものの、定植時期の日照不足が影響し、1週間程遅れて出荷開始となりました。出荷量は順調だったものの、高温の影響で花とびや着果不良の多発に加え、害虫による食害で出荷量減となり、販売額は前年を下回りました。ネギは、定植の遅れや成長の鈍りにより、昨年より7日遅い8月からの出荷開始となりました。細物傾向で9月中旬以降は葉枯病が多かったものの、出荷量・販売額ともに前年を上回り、販売額は28年ぶりの1億円超えとなりました。アスパラガスについて、春採りは低温で生育が進まず出荷量は前年を大きく下回りました。夏採りは、病虫害が多かったものの好天が続く前年を上回りましたが、春採りの影響が大きく、全体では出荷量・販売額ともに下回りました。枝豆は、開花前後に高温干ばつにより中早生・中晩生が影響を受けました。7・8月には害虫が多発したものの重点的な防除により被害は抑えられ、出荷量・販売額ともに前年を上回りました。きのこは、春収穫の出荷量は前年を大きく上回りましたが、高温障害対策により、重度の

記念講演

障害もなく順調に推移しました。花き類について、降雨日が少なかったことで病気は少なかったものの、ヨトウムシ類の多発や土壌障害の影響で集荷量・販売額は前年を下回りましたが、高単価と市場評価は高くなっております。

記念講演では、今年多発した熊の出没状況や鳥獣害対策、さらに農業における安全対策について学びました。

鹿角市役所農地林務課の青山氏からは、写真や映像を用いて今年の熊の出没事例と対策が紹介されました。また、労働安全コンサルタントの関氏からは、農作業事故の事例を基に原因と防止策が示され、安全意識の向上が図られました。



令和7年度

生産者大会受賞者名簿

鹿角農業のため尽力し、受賞されました優良生産者の方々は次の通りです。
(敬称略)

☆稲作部門

最優秀賞／阿部 正男
優秀賞／湯沢 茂
木村 正成
高屋 勉
田口 誠三

(淡雪こまちの部)

優秀賞／(農)北栄ファーム

☆きゅうり部門

最優秀賞／大森 昭男
優秀賞／柳 館英樹
優良賞／下野 千秋
田中 久雄
新人賞／鈴木 伸和

☆りんご部門

最優秀賞／柳 館英樹
優秀賞／田中 秀美
優良賞／湯瀬 通泰
黒沢 敦

☆北限の桃部門

最優秀賞／瀬田石 正明
優秀賞／綱木 孝雄
優良賞／中村 光夫
努力賞／成田 祐

☆トマト部門

優秀賞／安保 寿男
優良賞／兎澤 徹
努力賞／藤田 純

☆花き部門

優秀賞／片岡 陽
優良賞／柳沢 幸子
努力賞／成田 恵

☆ネギ部門

最優秀賞／内藤 正廣
優秀賞／村木 富士雄
優良賞／(農)末広ファーム
努力賞／奈良 富子

☆枝豆部門

優良賞／(農)とわだ七滝ファーム
新人賞／海沼 聖紀

☆アスパラガス部門

優良賞／石井 万寿男
努力賞／川又 英夫

☆きのこ部門

優良賞／金沢 広美
努力賞／児玉 廣進

☆産直センター部門

優績賞／宮守 久子

受賞者の皆さまおめでとうございます。
ますますのご活躍を期待しております。

かづのりんごをPR りんご試食販売会

1月24日



試食でかづのりんごをPR

1月24日・25日の2日間、秋田市のナイス外旭川店・割山店・仁井田南店の3店舗にて晩生種りんごの試食宣伝を行いました。

ふじと王林の試食販売を行い、試食したお客様からは好評いただきました。

また、外旭川店ではあきたフレッシュ大使とのじゃんけん大会が開催されるなど賑わいました。

かづのりんごのアピールポイントを伝えられる大変貴重な機会となりました。

年金受給の開始に向けて 年金受給準備セミナー

1月18日



講師に社会保険労務士の小杉尚子氏

貯金課は、年金受給を控えた方を対象に年金受給準備セミナーを開催し、参加した59名は年金の仕組みや手続きについて学びました。

セミナーでは「知っておきたい私の年金」と題し、図や例を用い、年金の仕組みや手続きなど、複雑で難しいイメージのある年金制度についてわかりやすく説明しました。

今年度最後の年金無料相談会は、2月15日（日）に開催しますので、是非ご参加ください。

※予約制となっておりますので、窓口にお申し込み下さい

せん定技術を学び良品生産へ りんごせん定講習会

1月26日

りんご生産部会は、良品生産や作業技術向上を目的に、せん定講習会を開催しました。

冬期せん定は、良品生産に欠かせない重要な管理作業であることから、多くの生産者が参加し、作業技術の習得を図りました。

今回の講習で5年目となる湯沢市の菅雄樹さんをお招きし、美味しいりんごはどのような条件で実るのか、また、どのような部位に良い花芽がつくのかなど、剪定のポイントを学びました。



せん定箇所を示し技術を指導する菅氏

良品生産に向け、栽培管理を確認 ネギ品種説明会

1月22日

ネギ生産部会は、来年度の栽培に向け、品種説明会を開催しました。

説明会では、各品種の特徴を紹介したほか、緑肥を利用した土づくりや高温・乾燥対策を学びました。また、振興局からは主要病害虫について説明が行われ、対策のポイントを確認しました。

J Aの担当者からは定植以降、500倍希釈した根真人232の葉面散布（ネギのみ可能）を月2回、防除と併せて行うよう呼びかけました。



来年度の生産に向け、管理を学ぶ生産者

簡単！「ながらエクササイズ」

家事や移動の「ついで」に体が元気になる「ながらエクササイズ」。
無理なく続けられて、気付けば毎日が健康づくり！早速今日から始めてみませんか。

日常の中に「ながらエクササイズ」を積極的に取り入れましょう

「ながらエクササイズ」には大きく分けて三つの運動があり、それぞれを組み合わせることで、毎日の生活を健康的に送ることを目指しています。

1 有酸素運動

POINT いつもより少しだけ早く動いてみましょう

歩くことに代表される有酸素運動（エアロビック運動）で、エネルギーを消費して心肺機能を高め、疲れにくい体をつくります。運動不足や老化に関係する病気の予防・改善にも効果が期待できます。

「大股早足歩き」で脂肪を燃焼。歩幅をいつもより10cmプラスして早足で歩きます。



2 筋トレ

POINT 力を込めてゆっくりと

筋肉に軽い刺激を与えることで、筋肉の質を高めて基礎代謝を上げて太りにくい体質にします。肥満、糖尿病、骨粗しょう症などの予防効果が期待できます。

いすに深く腰かけて、膝を伸ばして10秒間キープする「水平膝上げ運動」。デスクワークの合間などに取り入れましょう。



痛みが出た場合は無理をせず休みましょう。疾患をお持ちの方や治療中の場合は医師と相談の上、行ってください。

3 ストレッチ

POINT 気持ち良く大きく伸ばす

筋肉・腱を大きく伸ばすストレッチで血行を良くし、新陳代謝を高めて丈夫な筋肉や骨づくりをサポートします。腰痛、肩凝りなどの体調不良を改善し、免疫力を高める効果も期待できます。

「いす・パソコン上体ひねり」。デスクに対していすを90度回転させるだけで、腰をねじるストレッチになります。



監修
日常ながら運動
推進協会代表
長野 茂

日常ながら運動の創始者。マスメディア、SNS、講演会などで普及活動を展開
www.nagara-exercise.net

「ながらエクササイズ」の基本

まずは姿勢を正すことから！

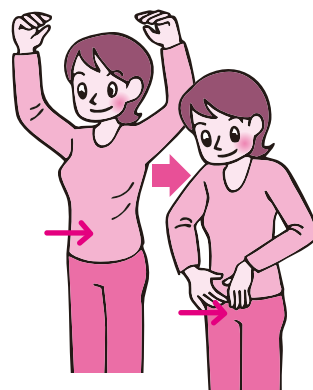
全ての運動に共通しているのは、座る・立つ・歩くときの姿勢です。気が付いたら背筋を伸ばし、おなかに力を込めてへこませることを心がけます。日常で運動を意識するきっかけになります。

●姿勢を正すとこんな健康効果が……

背中、おなか、首筋の引き締め運動になる
余分なエネルギーを無理なく自然に消費する体質に
姿勢が矯正され、前向きな気持ちになれる(かも)

姿勢を正す運動

- ① 背筋を伸ばしてあごを軽く引き、両手を上げて大きく息を吸いながら、少しきつめのスカート、ズボンを履くイメージで、おなかをぐっとへこませる。
- ② おなかをへこませたまま、息をゆっくり吐きながら肩の力を抜き、腕を自然にぶら下げる。自然呼吸で鼻からゆっくり息を吸って口から吐き、その姿勢を30秒維持します。



気付いたときにエクササイズスタート!

家事の時間は絶好のながらチャンス! 楽しく続けて毎日を元気に過ごしましょう。



エネルギー消費が増えて
冷えにも効果的

脚の巻き上げ
ウォーク

有酸素運動
ハカトレ

- ①足を肩幅に開き、背筋を伸ばし、おなかに力を入れてへこませる。かかとを尻に当てるように、1秒に1回のテンポで左右交互に、素早く脚を後ろに巻き上げる。
- ②余裕があれば足を肩幅より広く開き、右足を曲げるときは左足に、左足を曲げるときは右足に重心をかけて大きく動く。腰をそらさないように注意。

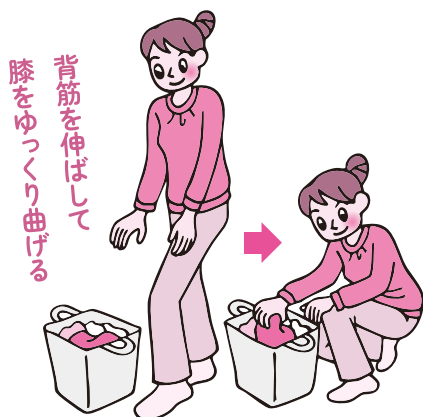
- 一度に行う目安 60秒
- 一日に行う目標 3セット

ここに効く

脂肪燃焼、太もも、尻、冷え・むくみ予防

ここがポイント

膝頭を前に出さずに、膝から下だけを後ろに巻き上げる。



背筋を伸ばして
膝をゆっくり曲げる

洗濯物干し
スクワット

ハカトレ

- ①洗濯かごを下に置き、背筋を伸ばしたまま片足を半歩前に出し、ゆっくり2秒かけてしゃがみ、洗濯物を1枚取って、ゆっくり2秒かけて立ち上がる。
- ②前に出す足は適度に入れ替えて均等に行う。膝に痛みがあるときは無理をしない。

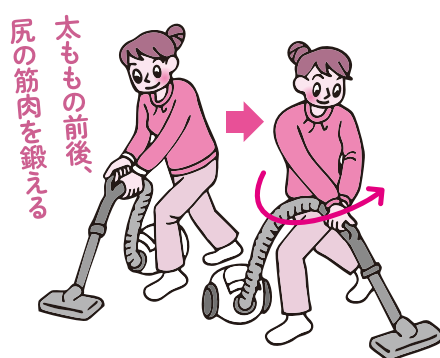
- 一度に行う目安 洗濯物10枚~20枚
- 一日に行う目標 1セット

ここに効く

基礎代謝アップ、太もも、尻

ここがポイント

背中を曲げずに、膝をしっかり曲げて洗濯物を取る。



太ももの前後、
尻の筋肉を鍛える

掃除機で
一歩踏み出し運動

ハカトレ
ストレッチ

- ①足を肩幅に開き、両手で掃除機を持ち、背筋を伸ばし、おなかを引き締める。左足を一歩踏み出し、バランスを取りながら両手を伸ばして前を掃除する。
- ②さらに上体をねじって左右に掃除機をかける。次に右足を踏み出し同様に行う。

- 一度に行う目安 左右各30秒×3回
- 一日に行う目標 1セット

ここに効く

基礎代謝アップ、太もも、尻、ふくらはぎ、脇腹

ここがポイント

踏み出しの膝は直角に曲げると効果的。後ろ足の膝はできるだけ伸ばす。



上半身を鍛える。
買い物袋でも応用可能

ごみ出しダンベル

ハカトレ

- ①ゴミ袋を左右均等に分けて持つ。ゴミ袋をダンベルに見立て、歩きながら両手をゆっくり胸まで引き上げ、ゆっくり下ろす。
- ②次に腕を伸ばし、真横にゆっくり上げる。

- 一度に行う目安 各10回
- 一日に行う目標 1セット

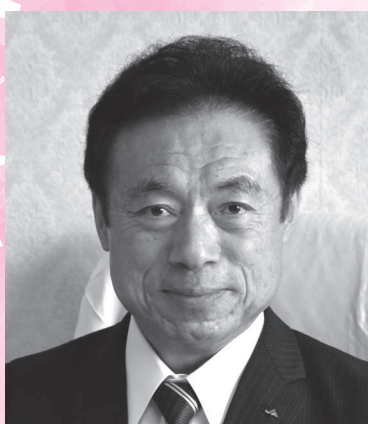
ここに効く

肩、腕、背中、胸

ここがポイント

買い物や荷物を持って移動するときも同様に行える。

マネロン・金融犯罪対策への 取組強化について



最近、様々な金融犯罪が発生し、その手法や手口も巧妙かつ高度になってきています。新聞等での報道を見て心配に感じておられる組合員・利用者の方々も多いのではないかと思います。また、国際的に金融機関が取り組まなければならない課題として、マネー・ローンダリングおよびテロ資金供与対策（以下「マネロン対策」）の重要性が益々高まっています。マネロン・金融犯罪対策に取り組むことは、

信用事業を営む当組合の責務でもあります。

当組合では、金融機関としての信頼性を確保するため、そして、お客様の大切な財産を金融犯罪からお守りするために、マネロン・金融犯罪対策の取組みを重要な経営課題と位置づけて、一層力を入れて取り組むことといたします。

このたび、当組合ではマネロン・金融犯罪対策リーダーを設置し、組合全体としての取組みの定着化・高度化に向けて、職員の先頭に立って取組みを進めるよう指示しております。私を含め常勤理事もマネロン・金融犯罪対策が組合内で徹底されるよう指揮のうえ、組合員・利用者の方に安心して当組合を利用いただけるよう取り組んでまいります。

令和8年2月

代表理事組合長 阿部 浩 一

『うまい米づくり運動』 ～土づくり肥料は省略せず、基本どおりに施用しよう～

今こそ土のメンテナンスを！

おいしいお米を作る条件の一つとして、“実りを良くし、タンパク質を低く抑えること”が挙げられます。そして『けい酸のはたらき』が、そのうち重要なポイントを握っています。

土づくりをしっかり行い、温暖化や気象変動に負けない米づくりを目指しましょう！

組合員の皆さまへ

今年もJAでは「うまい米づくり運動」の一環として、土壤改良資材のバラ肥料散布を行います。

○散 布：10a あたり 二種混合 100kg

○価 格：1袋（100kg） 7,000 円（税込）

※散布料は含まれています

○その他：農道に4トントラックが入らない圃場は、散布出来ない場合がありますので、ご相談下さい。

お申込み・お問い合わせ

最寄の支所もしくは、購買課まで（TEL 23-2491）



春の農業機械展示会 開催中止について

例年3月に開催しております「春の農業機械展示会」につきまして、各メーカーにて品薄の状況となっており、展示機械の確保が困難なため、今年度の開催は中止とさせていただきます。

開催を楽しみにされていた皆さまには、ご迷惑をおかけいたしますことを深くお詫び申し上げます。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

8月の「秋の農業機械展示会」開催の際は、ぜひご参加くださいますようお願い申し上げます。

【お問い合わせ】 農機車輦センター（農機） ☎ 23-2492

お知らせ

2026年4月1日(水)より 各種手数料改定のお知らせ

日頃よりJAかつのをご利用いただき、誠にありがとうございます。
当JAでは、2026年4月1日(水)より、各種手数料を以下のとおり改定させていただくことといたしました。
つきましては、諸事情ご賢察のうえ、格別のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

■振込手数料(1件につき)

お振込み先	お振込金額	窓 口		窓口(タブレット)		ATM 当JA・県内JA キャッシュカード		ATM 県外JA・他金融機関 キャッシュカード	
		改定後	改定前	改定後	改定前	改定後	改定前	改定後	改定前
当JA同一店舗	3万円未満	880円	330円	550円	330円	無料	無料	550円	220円
	3万円以上		550円		550円				
当JA本・支所	3万円未満	880円	330円	550円	330円	330円	110円	550円	220円
	3万円以上		550円		550円		330円		440円
JA系統金融機関 他金融機関	3万円未満	1,100円	660円	880円	660円	660円	440円	770円	550円
	3万円以上	1,100円 ※正組合員の方 990円	880円 ※正組合員の方 770円		880円		660円		770円

■定時自動送金サービス(1回の取引)

○表示手数料は振込手数料と取扱手数料を合計した金額です。

お振込み先	送金額	手数料	
		改定後	改定前
当JA同一店舗	金額にかかわらず	無料	無料
当JA本・支所	3万円未満	220円	165円
	3万円以上		385円
JA系統金融機関 他金融機関	3万円未満	660円	495円
	3万円以上		715円

■両替手数料

種類	手数料	
	改定後	改定前
20枚以下	無料	無料
21枚～100枚	770円	550円
101枚～1,000枚	1,320円	1,100円
1,001枚～2,000枚	1,870円	1,650円
2,000枚超	1,000枚ごと550円加算	

■JAネットバンク利用手数料(1件につき)

お振込み先	お振込金額	手数料	
		改定後	改定前
当JA同一店舗	3万円未満	無料	無料
	3万円以上		
当JA本・支所	3万円未満	無料	無料
	3万円以上		
JA系統金融機関	3万円未満	330円	165円
	3万円以上		385円
他金融機関	3万円未満	330円	418円
	3万円以上		638円

雪による 被害の備えも万全ですか？

屋根からの落雪で
軒先や窓ガラスが
壊れた

雪に押されて
シャッターが
壊れた

寒波により
水道管が凍結し、
破損した

建物・家財
への備え

備えるなら、いまのうちに！

建物共済
むてきプラス

建物共済
My家財プラス

水道管凍結 による損害が発生したとき

修理費用を
全額保障
します



※1回の事故につき、10万円が限度です。

雪災 などのとき

損害の額を
全額保障
します



※火災共済金額が限度です。

「手頃に備える500万」プラン

保障金額（火災共済金額）：500万円
満期額（満期共済金額）：20万円
保障期間：20年（継続回数1回）、木・防火造
臨時費用共済金：30% 実損保障付
※住宅は協定共済価額：2,000万円
当初10年間の掛金（月払/口座振替扱い）
※令和8年1月現在の法令・掛金率等に基づきます

※共済金のお支払いには、それぞれ一定の条件・要件がございます。詳しくはJAまでお問い合わせください。
※継続後のご契約に適用される約款・掛金率は、継続の時に決まる約款・掛金率となります。
※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。

<住宅保障>

<家財家具保障>

月3,899円

月2,412円

お問合せは

JAかづの

花輪支所【Tel 23-2159】 十和田支所【Tel 35-2072】 共済課【Tel 22-2004】

[25059990288]

不慮の事故の
そなえ

普通傷害共済



いざという時に備えて安心 1回の通院から保障し
大切なあなたの毎日をしっかりサポートします！

JAかづのでは、日常生活全般の不慮の事故に備えて、普通傷害共済のご加入をおススメしております。
是非、ご家族お揃いでご加入を検討してください。

■職種により加入の制限があります。 ■年齢により引受金額等の制限があります。

おススメプラン

普通傷害共済A型

ご契約内容

死亡共済金額 200万円
部位・症状別治療共済金額 1,500円
(81歳以上の方は当プランにご加入いただけません)



死亡のとき (災害にあわれた日以後200日以内に死亡されたとき)		200万円
後遺障害のとき (災害にあわれた日以後200日以内に所定の後遺障害(第1～10級)の状態になられたとき)		後遺障害の程度に応じて 第1級 200万円～第10級 10万円
治療を受けたとき	災害にあわれた日以後200日以内に入院をされたとき、または入院をされなかった場合で、5日以上通院をされたとき (部位・症状別治療金額×5倍～120倍)	7,500円～180,000円
	災害にあわれた日以後200日以内に入院をされなかった場合で、5日未満の通院をされ、治療または手術が完了したとき (部位・症状別治療金額×2倍)	3,000円
重度後遺障害のとき (災害にあわれた日以後200日以内に所定の重度後遺障害(A級・B級)の状態になられたとき)		重度後遺障害の程度に応じて A級 40万円 または B級 20万円

令和8年1月時点

共済掛金 : 5,015円 期間 : 1年

※掛金は個人・記名式集団契約合計500人～999人の場合で職種区分1級、満80歳以下の場合

※この資料は、概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。詳しくは最寄りの各支所へお問い合わせ下さい。

ご注意

- ◇共済金のお支払事由は、いずれも共済期間内に発生した災害を直接の原因とするものに限りします。
- ◇「災害」とは、急激かつ偶発的な外来の事故による被害をいいます。ただし、所定の事故による被害を除きます。
- ◇1回の事故にかかる死亡共済金と後遺障害共済金の合計額は、死亡共済金額が限度となります。
- ◇死亡共済金は、死亡の原因となった災害と同一の災害による後遺障害共済金を既に支払ったまたは請求を受けた場合は、死亡共済金の額から既に支払ったまたは請求を受けた額を控除した残額をお支払いします。
- ◇重度後遺障害費用共済金は、災害にあわれた日以後30日以内に被共済者が死亡された場合にはお支払いしません。
- ◇「入院」や「通院」には、それぞれ医師または歯科医師による治療の他に、柔道整復師による施術やあんま・マッサージ・指圧師、はり師、もしくはきゅう師による施術も対象となる場合があります。



お問い合わせ先 JAかづの

花輪支所【TEL 23-2159】 十和田支所【TEL 35-2072】 共済課【TEL 22-2004】

【25059990281】

あなたらしいカーライフに、よりそう。

JA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/>



JA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



機ア三モ系列
全店で開催

JAカードご利用で
給油のお客様

ガソリン・軽油1ℓあたり
セルフ・フル共通



店頭給油時、現金フリー価格より3円引! 請求時2円引!

※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バンク

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。)

第71回 J A かつの女性部大会 並びに家の光大会

日時：令和8年 **2月21日** (土)
10時00分～12時00分

場所：J A 会館 1 F 大ホール

参加費：一般・会員 **500円**

※お弁当をお持ち帰り頂きます。

内容

- ・ 特殊詐欺対策講座
【鹿角警察署】
- ・ 家の光活用術
- ・ レインボー体操
- ・ 生活工夫展



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

ソース焼きそば



国産小麦粉2種をブレンド。
もちもちとした口当たりと
しっかりとしたコシが特徴
です。

1箱 (2食入×5)
(本体価格1,287円)

1,390円

参考税込



サンレディースだより

令和8年

2月号

2026

第6回女性大学

1/21

かっちゃんクッキング

1月21日、女性部員が講師を務める「かっちゃんクッキング」を開催しました。今年度は南支部（八幡平地区）が担当し「三色だんご」とお楽しみメニュー「タコス」「もち米シュウマイ」「漬物」の4品を作りました。三色だんごは手づくりのタレ、タコスはトルティーヤに合いびき肉をつけて両面フライパンで焼き野菜たっぷりのサルサソースをのせました。肉だねにもち米をまいて、ふかし鍋にレタスを敷き、ふかして出来上がり。漬物はAコープの漬物の素で季節の野菜を和えました。



手づくり工房「食彩館」からのお知らせ

食彩館では、自家用味噌加工の受付、自家用りんごジュース搾汁のお手伝いを行っています。詳細は広報11月号に掲載しております。ご注文お待ちしております。

最終受付は3/9になります。お忘れのないように早めの注文をお願いします。

お申込み・お問合せ先

< TEL・FAX >

0186-22-1811

担当/畑澤



●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

家の光

U no HIKARI

3月号読みどころ

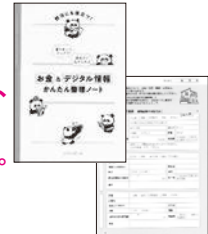
表紙の人
こびさん

〈特集〉



<別冊付録>

この一冊に、預貯金口座や共済・保険など、お金に関する情報と、スマホなどのデジタル情報をまとめて記録することができます。「もしものとき」に備えるだけでなく、必要なものと不要なものを整理するきっかけにも！



「シニア世代は必読！」
みんなのお金相談所

<今月のお題>

人生100年時代。
資産寿命を延ばすには？



2月あなたの運勢★

幸運を呼ぶ食べ物

♈ 牡羊座／カリフラワー

気を引き締めて。途中で中断することになっても慌てないように。落ち着いて対処すれば切り抜けられます。

♉ 牡牛座／ゴボウ

無理は禁物。できることをきちんと続けることが大事です。友人のアドバイスを耳を傾けて。下旬の交流にツキ。

♊ 双子座／フキのとう

流れが変わります。長い目で見て判断していきましょう。最初は大変でも目的にかなったものを選択して開運。

♋ 蟹座／レンコン

外野がうるさそうですが、それもあなたを思っていること。広い気持ちで受け止めて。運勢は下旬から大きく上昇。

♌ 獅子座／ダイコン

自分一人でやらなければと思わないように。SOSを出すことも大事です。少しペースダウンして様子見を。

♍ 乙女座／ブロッコリー

コツコツと頑張れば成果が上がります。後半に向けてスピードを上げていって。書類の整理など細かい作業が吉。

♎ 天秤座／ハウレンソウ

好調運。困り事は少しそのままに。状況が好転する兆しです。目標は大きく、心意気を示すと協力者が集まります。

♏ 蠍座／ワラビ

ゆっくり丁寧に進めていきましょう。運勢は下旬に入り好転。それまでの苦労が報われます。外出は慎重に。

♐ 射手座／カラシナ

吉報が舞い込んできそうです。あなたにとって良い話になるまで待つとよいでしょう。集まりへの参加が吉。

♑ 山羊座／クワイ

美術展やコンサートへ。動画で鑑賞するのもお勧めです。入浴剤や柔軟剤は香りにこだわって。心豊かに過ごせます。

♒ 水瓶座／ハッサク

勢いのあるとき。悩んでいたことにも挑戦してみましょう。ただし自分の意見を通したらフォローも忘れずに。

♓ 魚座／キャベツ

上昇運です。最初は問題があっても徐々に解決の糸口が見えてきます。小まめなコミュニケーションを心がけて。

あんぜん、きづく、あんしん
東北電気保安協会

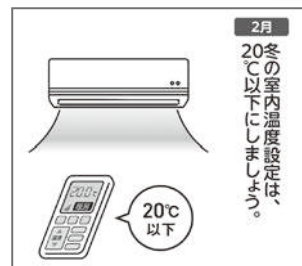
2月 — 暮らしと電気安全

2月は「省エネルギー月間」です。

冬季は暖房の使用などによってエネルギーの消費量が多い季節です。国では毎年2月を「省エネルギー月間」と定め、省エネルギーの意識啓発を図っています。部屋を暖め過ぎないように気をつけ、暖まった空気を循環させたり、厚手のカーテンを閉めるなど工夫して無理のない範囲で省エネに取り組みましょう。



2月
カーテンを閉めると部屋の暖かい空気が逃げにくくなります。



2月
20℃以下の室内温度設定は、冬の省エネに効果的です。



【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

飛行機だけじゃない？

深部静脈血栓症・肺血栓塞栓症

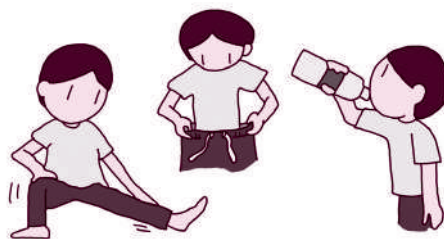
(エコノミークラス症候群)

かづの厚生病院 臨床検査技師 田中 淳子

食事や水分を十分に取らない状態で、車などの狭い座席に長時間座っていて足を動かさないと、血行不良が起こり血液が固まりやすくなります。その結果、血の固まり（血栓）が血管の中を流れ、肺に詰まって肺塞栓などを誘発する恐れがあります。

□ 今日からできる予防

- (1) ときどき、軽い体操やストレッチ運動を行う
- (2) 十分にこまめに水分を取る
- (3) アルコールを控えめに
- (4) 締めつけない服装



□ 予防のための足の運動

① 足の指でグーをつくる



② 足の指をひらく



③ 足を上下につま先立ちする



④ つま先を引き上げる



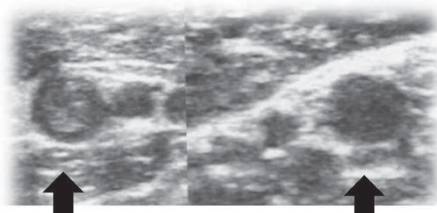
⑤ ひざを両手で抱え、足の力を抜いて足首を回す



⑥ ふくらはぎを軽くもむ



当院では症状や状況に応じて、超音波検査（エコー）で足の静脈の状態を確認することができます。



血栓あり

血栓なし

足の静脈にできた血栓
(超音波画像)

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

つばやき
コーナー皆さまからいただいた
お便りをご紹介します

この歳になって来ないと思っていたサンタさんが来てくれたのが嬉しかったです。

十和田 Mさん (26)

雪道で転ばないようにと気をつけていますが、愛犬の散歩中に毎年転んでしまいます…。愛犬にチラ見されて恥ずかしかったです (笑)

八幡平 Yさん (39)

1才と2才の孫のおかげで、正月は家族の笑顔がいっぱいになりました。孫はかわいいです!!

十和田 Mさん (58)

例年より雪が多く、特に元日早々の大雪にはビックリしました。運動のためと思いながら毎日雪寄せの手伝いをしています。毎月本誌を楽しみにしており

ます。

花輪 Aさん (79)

主人が誕生日を迎え「71歳おめでとう」と言ったら「70歳だあ～」と言われひともんちゃく。私の歳は68歳とと思っていましたが、67歳でありました。ボケたかな?しかし1歳とはいえ得した気持ちになりました。

十和田 Aさん (67)

今年も広報楽しみにしております。1月号の「食べ物で冬の感染症対策」という記事を読んだのですが、生姜が良いことは知ってましたが、白菜と牡蠣も感染症に効果的だと初めて知りました。大好きな牡蠣鍋で寒い冬を健康に過ごしたいものです～!

大館市 Mさん (47)

姪の子供にコウノトリが赤ちゃんを運んでくれました♪新年早々嬉しい幸せな気持ちになりました。

八幡平 Nさん (66)

昨年の暮れに6人目の孫が生まれました。ちっちゃな女の子でした。孫たち同士が遊ぶ姿が目に見え、喜びを感じている次第です。

花輪 Fさん (76)

大寒からの大雪。日中家にいる私も除雪機を動かす日が続いており、毎朝除雪をしてくれる家族に改めて感謝しています。春が待ち遠しいです。

八幡平 Kさん (62)

今年は体を柔らかくする目標を立てました!1年後は美しい開脚できてるかな?体の痛さにも悲鳴、雪の多さ、寒さにも悲鳴の毎日です。

花輪 Mさん (62)

●当選者とつばやきコーナーにご協力
頂いた皆さまには

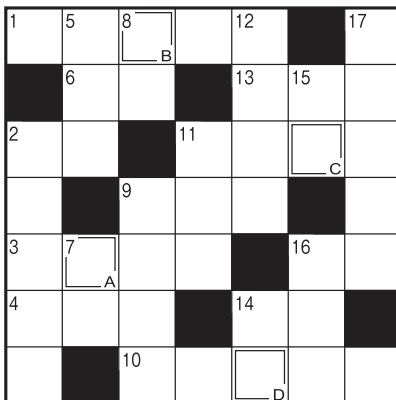
「ふるさとレモン」

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～D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。【1月号の答え】
サンガニチ

★1月号の当選者★

おめでとうございます!

工藤 ツヨさん

中村 陽子さん

兎澤 精子さん

PN.はるたんさん

PN.りょうちゃんさん

↓ タテのカギ

- 2 東京にある、昔は電気街、今はポップカルチャーの街
- 5 はたきで払うもの
- 7 い草などで編んだ敷物
- 8 天井や空がある方向
- 9 長さの単位のひとつ。記号は f t
- 11 眠くなると下がってきます
- 12 外湯めぐりで知られる兵庫県北部の温泉地
- 14 鬼は外、——は内
- 15 日本刀の手で握る部分
- 16 すべては忘却の——だ
- 17 チョコレートケーキの——をスマホで調べた

→ ヨコのカギ

- 1 節分にまるかぶりします
- 2 働き者のイメージがある昆虫
- 3 羽根つきに使う道具
- 4 保育園の——に手編みの帽子を出品した
- 6 張り上げたりひそめたり
- 9 強い風に雪が舞います
- 10 作業機をけん引してさまざまな農作業をこなします
- 11 金太郎が担いでいるもの
- 13 ドアをコン、コン
- 14 魚へんに付と書く魚
- 16 寒いとこりやすくなる人もいます

クイズにご応募ください

- ①クイズの答え
- ②郵便番号
- ③住所
- ④氏名 (ふりがな)
(ご希望の方はペンネームも)
- ⑤年齢
- ⑥電話番号
- ⑦身近な出来事など
(ひと言お書き下さい)

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
J A かつの 広報クイズ係

応募フォーム

【応募の締切日】
令和8年2月25日(水)
～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。

地区別組合員座談会の開催案内

J A かつのでは、組合員と J A の意見交流の場として「組合員座談会」を開催いたします。座談会は、組合員の皆さまからご意見・要望を頂き、J A 運営に反映させるものです。お忙しい中とは存じますが、是非ご参加いただきますよう、お願いいたします。

【内容】

- ・事業概況（決算状況）について
- ・営農振興について
- ・花輪支所と本所（金融共済部）の統合および店舗名称の変更について（花輪支所・十和田支所） ほか

【日時・場所】

開 催	日 時	地 区	会 場
3月14日(土)	午前 9:00	柴 平	柴平地域活動センター
	午前 11:00	花 輪	J A 会館 みのりの間
	午後 1:30	八 幡 平	八幡平市民センター
3月15日(日)	午前 10:00	十 和 田	十和田市民センター
	午後 1:30	小 坂	セパーム



- 理事会日より
第11回理事会
開催日 令和8年1月29日

議 案

- 第1号 アグリマイティー資金の貸付について
- 第2号 自主検査（自店検査）要領の一部変更について
- 第3号 理事と組合との契約（除排雪業務委託契約）に関する承認について
- 第4号 経営改善計画について

協議題

- 第1号 令和7年度第3・四半期末監事監査報告書について
- 第2号 令和7年度随時（無通告）監事監査報告書について
- 第3号 令和9年度職員募集（案）について
- 第4号 有価証券（国債）の処理方針（案）について

その他

- 1) 地区別組合員座談会の開催について
- 2) 役員定数等の見直しについて
- 3) 令和8年1月豪雪 JAかつの災害（雪害）対策現地指導本部設置要領（案）について

- 監事会日より
第13回 監事会
開催日 令和8年1月22日

議 案

- 第1号 随時（無通告）監事監査の実施について
- 第2号 令和8年度監査費用（案）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「改善を要する事項」に関する回答について
- 第2号 令和7年度第3・四半期末監事監査報告書（案）について
- 第3号 随時（無通告）監事監査報告書（案）について
- 第4号 令和8年度監事監査計画の重点事項について

その他

- 1) 内部監査報告について
- 2) 「内部統制システム基本方針に基づく取組事項」について
- 3) みのり監査法人期中監査（内部統制運用評価）の実施について
- 4) 子会社監査役監査の回答書について
- 5) 不祥事事例について

- J A の概況（1月末現在）

出 資 金	1,602百万円
組 合 員 数（正）	2,457人
（准）	3,294人
組 合 員 戸 数（正）	2,412戸
（准）	2,728戸
職 員 数	118人

令和9年度 かつの農業協同組合職員募集

(R8.2.1 現在)

- 採用予定人員 / 1名程度(新規学卒および社会人経験者)
- 勤務場所 / 本組合・本所・支所・店舗等に勤務
- 業務内容 / 以下の業務全般に従事する
 - ・一般業務 ・金融業務 ・共済業務 ・購買業務
 - ・販売業務 ・自動車及び農業機械整備業務 ・営農指導業務
- 受験資格 / 令和9年3月、下記の学校卒業見込の者、及び下記の学校卒業者で、原則として令和9年3月31日現在で35歳未満の者
 - (1) 大学 (2) 短期大学、高等専門学校、専修学校(専門課程)
 - (3) 高等学校(含専攻科) (4) その他、同等と認められる学校
- 提出書類 / 各1通(提出された書類は返却しない)
 - 1) 履歴書 2) 卒業(見込)証明書
 - 3) 成績証明書又は調査書(高校生のみ)※1) について、所定様式を当JAホームページ上に掲載しています
- 受付締切 / 大学・短大等 令和8年3月31日(火)
大学・短大等・社会人経験者 令和8年6月5日(金)
高校・その他・社会人経験者 令和8年9月11日(金)
- 試験方法 / 1) 筆記試験
 - ① 大学・短期大学卒(含専門)(令和9年3月末日現在で25歳未満)
 - ・基礎能力(言語、数理、論理、常識、英語) ・適性 ・小論文
 - ② 高等学校卒(令和9年3月末日現在で25歳未満)
 - ・基礎能力(言語、数理、論理、常識、英語) ・適性 ・作文
 - ③ 社会人経験者(令和9年3月末日現在で25歳以上35歳未満)
 - ・適性2) 面接試験
- 筆記試験日 / ① 大学・短大等 4月9日(木)～15日(水)
② 大学・短大等・社会人経験者 6月22日(月)～26日(金)
※①・②はWeb試験
③ 高校・その他・社会人経験者 9月25日(金)
 - 1) 受付 8時40分～8時50分 ※試験開始時刻に遅れた
 - 2) 試験時間 9時00分～12時20分 場合、受験できません。
 - 3) 場所 鹿角市花輪 かつのJA会館
- 面接試験 / 筆記試験合格者についてのみ通知する
- その他 / 1) 試験に合格した者について、履歴書等記載事項の真偽について調査し採用(内定)の可否を通知する
2) 受験に係る交通費等の経費は本人負担となります
3) 上記日程は感染症等拡大状況により変更となる場合があります。
- 問合せ・申込み / 〒018-5201 鹿角市花輪字下中島10番地25
かつの農業協同組合 総務部 総務課(人事担当)
TEL 0186-22-2001(代) FAX 0186-22-2008 E-mail:jijin@ja-kazuno.or.jp



Public Relations Magazine

かつの

ホームページ <https://www.ja-kazuno.jp/>

Eメール ja@ja-kazuno.or.jp

編集・発行/かつの農業協同組合 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/㈱全農ビジネスサポート 秋田支店