

# かづの



アスパラガスの出荷最盛期に向け目揃え (4/26 アスパラガス出荷協議会)



## 特集

### 「令和4年度 共済L A ・ 共済審査員紹介」

- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| 2 …今月のトピックス     | 14 …サンレディースだより   |
| 6 …インフォメーション    | 16 …暮らしの情報       |
| 8 …営農インフォメーション  | 17 …厚生病院だより      |
| 10 …干し野菜を作ってみよう | 18 …JAかづのからのお知らせ |
| 12 …ふれあい広場      | 20 …令和5年度職員募集    |



## 受給開始に向けたサポート 年金無料相談会

4月17日



年金受給のサポートを行う労務士の小布山氏

推進課は、年金受給者の受取準備や問題解消のサポートを目的とした、年金無料相談会を開催しました。第1回目となる今回は8名の方々が来場しました。

相談会では、社会保険労務士の小布山洋一氏と中村浩三氏の2名の相談員が対応。来場された方々は、年金受給開始時の請求手続きや、継続雇用の場合の受取などの問題解消に向けサポートを受けました。

年金無料相談会は全4回を開催予定としており、次回は7月10日(日)にJA会館で開催します。

## 人工授粉で結実量確保を 果樹人工授粉講習会

4月25日

果樹生産者を対象とした、結実率向上に向けた人工授粉の講習会を、かつの果樹センターにて開催しました。参加した生産者は、花粉の採取や授粉のタイミングと方法、防除や施肥について学びました。

果樹センター担当者より、人工授粉を行うタイミングについては、5分咲きと満開期で2回行うようなどといった指導がありました。また、輸入花粉の馴化の手順や人工授粉機の使用方法について説明が行われました。



人工授粉期の使用方法を説明

## 令和4年産米の播種・育苗管理開始 水稻育苗センター播種作業開始

4月6日～



「苗半作」良い米は良い苗から、播種作業開始

JA水稻育苗センターでは、水稻苗の播種作業を開始し、令和4年産米の生産に向けてスタートしました。作業の開始に合わせ、機械の調整作業と安全祈願を行いました。

今年度は、あきたこまちや飼料用米など合わせて約19万箱に播種され、生産者へ供給されます。同センターでは、4月下旬まで芽出し苗の供給を行い、ハウス内では仕上げ苗の供給に向けて管理を行っていきます。

## 作業の省力化と貯蔵養分の損失を抑える 北限の桃摘蕾講習会

4月12日

北限の桃生産部会は果樹センターにて、果実や新しい枝の生長に必要となる貯蔵養分の損失を抑えるために行う、摘蕾作業の講習会を開催しました。

講習会では、花粉の有無等による品種ごとの摘蕾の程度や、枝の長さに合わせた摘蕾の方法を、実演しながら説明を行いました。

また、今年の生育は平年並みとなっており、せん孔細菌病対策の開花前防除を遅れず行うよう指導がありました。



実演交えながら摘蕾のポイントを説明

鹿角市・小坂町へ

## 水田活用の直接支払い交付金の見直しに関する要望書を提出

4月19日・21日

J Aかづのは、19日に鹿角市、21日には小坂町へ令和4年度の水田活用の直接支払い交付金の見直しに関する要望を行いました。

現在、生産現場では農地の集積・集約による産地づくりや米以外の作物により主食用米の適正生産に取り組んでいます。

このような中で、交付対象水田の取扱いについて、今後5年間に水張りが行われない農地が対象から除外されるとなると、農地の維持が困難となり、耕作放棄地等の増加が懸念されます。

また、自給飼料増産に向けた取組みを継続している折に、多年生作物に対する戦略助成単価の見直しの急な運用といったことから、組合員から反対意見が多く届いております。

そうした事から、将来にわたり安定的な営農・農地の維持が展望できるよう「①現場の実態や課題を十分に踏まえて運用すること」「②土地利用型作物の取組みについて、支援措置の継続を行うこと」「③多年生作物（牧草）の扱いは、現場の実態を十分に把握し見直しをすること」の3点を国へ働きかけるよう要望を行いました。



19日、鹿角市長へ要請



21日、小坂町長へ要請

水稻苗の生育を確認

### 水稻育苗管理講習会

4月27日・28日

稲作生産部会は、各地区で育苗管理講習会を開催しました。講習会では「健苗に仕上げて適正な栽植密度で田植え」を作業目安に、育苗管理の注意点、本田準備などについて説明しました。また、いもち病対策や除草対策についても、他地域からの情報も併せ、注意喚起をしました。

講習会後には、ハウスを巡回し、実際的水稻苗を確認しながら、担当者や生産者で質疑応答や意見交換などを行いました。



ハウスを巡回し、生育を確認

全国約230件から受賞

### 飼料用米多収日本一コンテスト

4月26日

令和3年度「飼料用米多収日本一」が開催され、鹿角市の関富次さんが「地域の平均単収からの増収の部」で全国農業協同組合連合会会長賞を受賞しました。

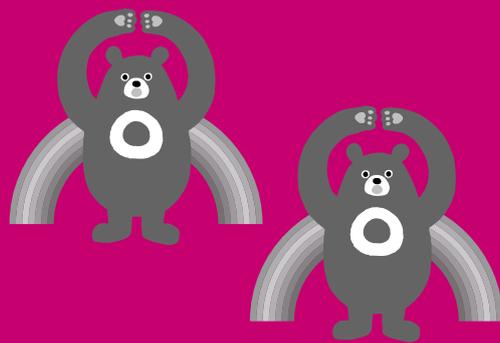
このコンテストは他の模範となる飼料用米生産者を表彰し、その成果を紹介することで、生産に係る技術水準の向上を図ることを目的に実施されています。

関さんは、耕畜連携・循環型農業に取り組むとともに、J A事業を活用し単収の向上を図っていること等が評価され受賞となりました。



東北農政局の秋田支局長より表彰されました

# JAかつの 安心保障点検 キャンペーン実施中！



ご自身・ご家族の保険料  
月々いくら？  
今の保障で大丈夫ですか？  
只今、無料診断実施中！！  
安心点検を受けていただいた  
方にステキなプレゼント  
差し上げます

— キャンペーン期間 —

令和4年4月1日(金) ~ 9月30日(金)まで



＼ お問い合わせはお気軽に！ ／

八幡平支所 TEL.32-2178

花輪支所 TEL.23-2159

十和田支所 TEL.35-2072

推進課 TEL.22-2003

## 令和4年度 共済LA・自動車共済安心サポーター紹介

今年度の共済LA・自動車共済安心サポーターをご紹介します。契約者やお客様の為に、親身になって対応いたしますので、どうぞお気軽にお声掛け下さい。

- 共済LAとは …… 「共済ライフアドバイザー」の略です。“ひと” “いえ” “くるま” “農業” の総合保障を展開し、JA共済を通じて、皆様の安心のお手伝いをさせていただき担当です。また、自然災害損害調査員も各地区のLAが対応させていただきます。
- 自動車共済安心サポーターとは …… 自動車事故が発生した際に、相談や対応をさせていただき担当です。

### 八幡平地区LA



浅石 拓也



佐藤 名子



齊藤 真利子

### 柴平・花輪地区LA



黒澤 亜希子



佐々木 政孝



児玉 優子



新任

関 麻紀子



新任

佐藤 沙織

### 十和田地区LA



大森 千亜紀



成田 拓也



新任

廣嶋 いづみ



新任

松川 多喜子

### 自動車共済安心サポーター



菅原 智則



藤本 貴嗣

※JA共済に関する相談、加入・変更に関するお問い合わせや、災害による建物被害は、お近くの支所・または地区担当LAまでご連絡ください。

※自動車の事故に関するお問い合わせは、共済課(22-2004)までご連絡ください。(平日8:30~17:00)

なお、時間外や休日に事故が発生した場合は、24時間受付の事故センター(0120-258-931)が対応いたします。

# 年金無料相談会

相談会では、年金についての疑問やお悩みの解消、受給手続きなどをサポートいたします。ゆとりある安心した老後の設計を、一緒に考えていきましょう。

開催日：7月10日(日)  
 時間：9:00～15:00  
 場所：JA会館2階「みのりの間」

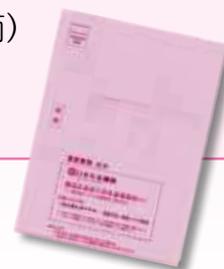


ご来場の際、下記のものをお持ちいただくと、より詳しい相談がお受けできます。

◆日本年金機構より郵送される

- ・ねんきん定期便（水色の封筒）
- ・年金請求書（緑色の封筒）
- ・年金手帳
- ・認印

※受給されている方は**年金証書**をお持ちください。



☆厚生年金の方は 女性62歳

☆国民年金の方は 男性女性とも65歳

※当日は予約が必要となりますので、お近くのJA窓口にお申し付けください。

年金のお受取りはJAへ

## 年金口座ご指定キャンペーン

—— キャンペーン期間 ——

2022年4月1日(金)～2022年9月30日(金)まで

期間中に **＊新規にご請求手続きをされる**  
**＊他金融機関にご指定されている**

年金の受取口座を「JAかつの」にご指定いただいた方に  
 すてきな特典をご用意してます。



# JAかづの スプリングキャンペーン

Spring campaign



キャンペーン期間：令和4年4月1日(金)～令和4年6月30日(木)まで

JA住宅ローン  
新規住宅ローンまたは  
他金融機関からの借換もOK

JAマイカーローン  
お車の車検、整備、  
免許取得にも！

JA教育ローン  
授業料、  
アパート代にも！

JAフリーローン  
お使い道自由!!  
主婦の方もご利用可能！

各種ローン・共済  
に関することは  
“佐藤”にご相談下さい。



推進課 融資渉外担当  
(兼LAトレーナー)  
佐藤 忠通



## 5月・6月のローンご相談窓口 事前予約開催

ご予約番号 0186-22-2010  
平日ご予約時間 AM 9:00 ~ PM 5:15

### 平日ナイター営業

〈営業時間〉  
PM 5:00 ~ PM 7:00  
〈開催場所〉  
最寄りの支所窓口

### 日曜営業

〈営業時間〉  
AM 9:00 ~ PM 12:00  
〈開催場所〉  
JA会館1階 スマイルプラザ

今年の4月は、低温から高温へと気温の変動が激しく、温度管理には難儀されたことと思います。5月は、稲作農家にとって1年で最も忙しい時期です。稲の作柄は「苗半作」といわれるように、いかに良い苗（適齢苗）を育て、適切に移植するかに大きく左右されます。また、田植え後の管理をしっかり行い初期生育を促進（分けつ茎の早期確保）させることも大切となります。

今回は、生育を促進させるための水管理、病虫害防除、雑草防除について説明します。

### 水管理

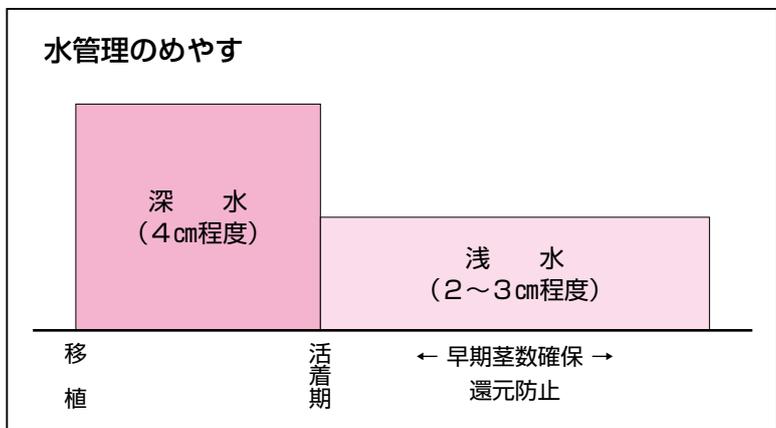
田植え後は、できるだけ水温を高めて活着（白い根が数本発根している頃）の促進を図る必要があります。この時期の水温は、気温に比べ平均3～4℃ほど高いため、田植え翌日から活着までは4センチ程度の深さの水管理とします。保温効果を高めるため、田植え直後はできるだけ湛水状態を保ちます。天候にもよりますが、通常であれば4～5日程度で活着します。



分けつの発生を促進するには、水温の日較差が大きいことが必要です。このことから、活着後の水管理は次の事項に注意します。

- ① 湛水は水温の低い早朝に行い、温暖な日はやや浅い水にして水温と地温を高める。
- ② 強風や低温の日は、やや深さで管理し稲体を保護する。
- ③ 水温が低い所では、温水チューブや迂回路を利用して、水温の上昇に努める。

#### 水管理のめやす



### 箱施用剤の使用法

- ① ハウス内では使用しない。
- ② 軟弱徒長苗や、本田が砂質土壌、漏水田では使用しない。
- ③ 茎葉に付着した薬剤は払い落とし、軽く散水して培土表面に落ちさせる。
- ④ 均一散布に心掛け、散布量および散布時期を厳守する。
- ⑤ 移植直後は湛水状態とし、浅水を避ける。

#### 育苗箱施用剤の使用法（ハウス内では散布しない）

	薬剤名	散布量 (g/箱)	使用時期	対象病害虫
殺虫剤	バリアード箱粒剤	50g	移植2日前～移植当日	イネミスゾウムシ イネドロオウムシ等
	パダン粒剤		移植当日	
	パダンSG水溶剤	10a当たり 200g	田植時	
殺菌殺虫剤	Drオリゼフェルテラ粒剤 ルーチンバリアード箱粒剤	50g	移植3日前～移植当日	いもち病 上記害虫等



営



農



イ



ン



フ



オ

### 雑草防除

除草剤は、薬剤ごとの対象雑草の種類を確認して、自分の田んぼにどんな雑草が多いか、雑草に対して効果の高い剤は何か、使用時期が作業日程に合っているか等を確認して選択します。

一発処理除草剤は省力的で対象雑草の範囲が広く、抑草期間が長いことから、大部分の田んぼで使用されていますが、薬剤によってノビエの限界葉齢が異なりますので、適期範囲内で使用します。

例年、一発除草剤を使用しても雑草が多い田んぼがあります。原因として

- ① 水もちが悪い
- ② 処理時の水管理
- ③ 雑草のだから発生などが考えられます。

① 畦畔の補修等で水の移動を少なくする。

② 除草剤処理時は5センチ程度の水深として、処理後1週間は水の入れ替えを行わない。

③ 水温が低い場合は、ポリチューブ等で水温の上昇に努める。クログワイ等の多年生雑草に対しては、初期+中後期剤の体系処理に変え

てみる。

などの対策を取りましょう。

また、フロアブル剤・ジャンボ剤・豆つぶ剤などを使用する場合、薬剤の拡散・展開を良くするため、田面を均平にし、7センチ程度の深水で使用します。



### 余り苗の早期処分

補植用に…と水田や畦畔、農道に余り苗を放置している田んぼを毎年見かけます。欠株を見るとつい補植したくなるものですが、連続3株以上の欠株が田んぼ全体の10%以上にならない限り減収しません。むしろ危険なのは、**補植用**に取って**おいた余りの苗がいもち病の強力な伝染源**となり、早い時期から**葉いもち病の多発を招く**ことです。

補植を考えるよりは余り苗の処分を優先し、補植作業を早めに済ませ、余り苗は速やかに埋没するなどして処分してください。

## 東北地方の3か月予報 (5月～7月までの天候見通し)

### 【予報のポイント】

- ・暖かい空気に覆われやすいため高いでしょう。
- ・向こう3か月の降水量は、ほぼ平年並みの見込みです。

### 【月別の天候】

5月／天気は数日の周期で変わるでしょう。

6月／前半は、天気は数日の周期で変わるでしょう。後半は、平年と同様に、曇りや雨の日が多い見込みです。

7月／平年と同様に曇りや雨の日が多いでしょう。

### 【東北の月別平均気温】

	確 率	見 込 み
5月	低 20%並み 30%高 <b>50%</b>	高 い
6月	低 20%並み <b>40%</b> 高 <b>40%</b>	平 年 並 み かい
7月	低 20%並み <b>40%</b> 高 <b>40%</b>	高 かい
3か月	低 20%並み 30%高 <b>50%</b>	高 い

### 【東北の月別降水量】

	確 率	見 込 み
5月	少 30%並 <b>40%</b> 多 30%	ほ ぼ 平 年 並 み
6月	少 30%並 <b>40%</b> 多 30%	
7月	少 30%並 <b>40%</b> 多 30%	
3か月	少 30%並 <b>40%</b> 多 30%	

(出典：仙台管区気象台-気象庁)

濃厚な甘味・  
うま味に感動

## トマト

### 作り方

#### 下処理

へたを取って、皮付きのまま横半分に切り、種を取り除く。

#### 干す時間、完成の目安

皮を下にして、半日～2日程度干す。全体的にしわが寄り、クタツとなったら取り込む。

お薦め  
料理

サラダ、マリネ、スープ、  
揚げ物、炒め物、  
煮物など

ニンニクやハーブの風味を加えたオイルマリネは、バゲットやサラダに。



うま味・栄養価が増す

# 干し野菜 を作ってみよう

監修:KAORU

イラスト:小林裕美子

### 基本の干し野菜の作り方

- 1 野菜を洗って水気を拭き、用途や好みに合わせて切る。
- 2 表面の水分をペーパータオルで拭き取り、ざるなどに重ならないように並べる。
- 3 天気の良い日に風通しの良い場所で干す。好みの状態まで乾燥したら取り込む。
- 4 そのまま調理に利用、または保存して活用する。

干し野菜とは、野菜を切って天日干しまたは陰干ししたものを「干す」という一手間を加えた野菜は、うま味や甘味が凝縮され歯応えがアップします。残り野菜も無駄なく利用できる、時短調理が可能になる、栄養価が増すなど生の野菜とは違う魅力が生まれます。ぜひ作ってみませんか。

生とは違う  
食感に驚き

## キュウリ

### 作り方

#### 下処理

皮付きのまま、斜め切り、輪切り、棒状などに切る。

#### 干す時間、完成の目安

半日～1日程度干す。表面が乾いて、全体的にしんなりしてきたら取り込む。

お薦め  
料理

マリネ、ピクルス、  
あえ物、炒め物、  
漬物など

干しキュウリのめんたいバター炒め。加熱しても水っぽくならず、癖になる歯応えです。



辛味が和らぎ  
うま味アップ

## タマネギ

### 作り方

#### 下処理

皮をむいて根を取り、串切りや輪切りなどにする。

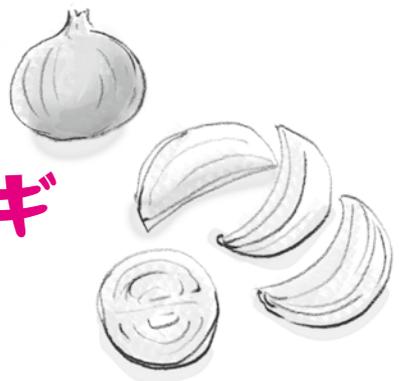
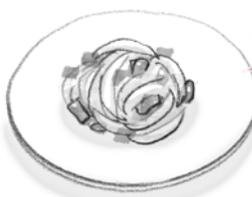
#### 干す時間、完成の目安

半日～1日程度干す。表面にしわが寄り、全体的にしんなりしたら完成。

お薦め  
料理

サラダ、マリネ、あえ物、  
炒め物、揚げ物、  
煮物など

甘味が増したタマネギと豚肉をごま油で炒めるだけ。調味料も少なめで味が整います。



ニンジン  
嫌いも克服

## ニンジン

### 作り方

#### 下処理

皮はそのままか薄くむき(皮部分が黒っぽくなるため)、1cm程度の輪切り、いちょう切り、棒状の細切りなどにする。

#### 干す時間、完成の目安

半日~1日程度干す。表面が乾いて白っぽくなり、しんなりしたら取り込む。



お薦め料理

ソテー、ピクルス、炒め物、あえ物、漬物、煮物など

油でさっと炒め、ツナ缶としょうゆで調味。干すことで炒め時間が短縮し、甘味がアップします。

特有の香りが  
優しく穏やかに

## ピーマン パプリカ

### 作り方

#### 下処理

へたと種を取り除き、縦半割り、四つ割りなどにする。

#### 干す時間、完成の目安

皮を下にして半日~1日程度干す。表面にしわが寄り、全体にしんなりしたら完成。



お薦め料理

マリネ、ピクルス、あえ物、炒め物、漬物など

皮目をあぶり、オリーブ油、塩、こしょうで味をなじませれば、華やかな一品に。

かさが減り  
うま味が凝縮

## キノコ

### 作り方

#### 下処理

シイタケは軸を取り、かさを下にして半日~1日ほど干す。シメジは石づきを取り小房に分け、エリンギは縦切りにして半日程度干す。

#### 干す時間、完成の目安

表面が乾いて、程よく縮んだら取り込む。



お薦め料理

だし、スープ、マリネ、炒め物、煮物など

キノコ、ホタテ缶、水を鍋で煮立たせ、みそを溶かせば、だしいらすの即席みそ汁に。

料理の幅が  
グンと広がる

## キャベツ ハクサイ

### 作り方

#### 下処理

葉を1枚ずつ剥がすか根元を付けたくし切りにする。

#### 干す時間、完成の目安

葉を広げて半日~1日程度干す。葉がしんなりしてきたら取り込む。



お薦め料理

ソテー、グリル、煮込み(ロールキャベツ・ハクサイ)、あえ物、漬物など

葉でウインナーを巻き、トマト入りコンソメスープで煮る。下ゆでせずに巻くことができます。

## 小坂地区組合員説明会の開催について

平素はJAかづのご利用いただきありがとうございます。

さて、令和2年11月にオープンした小坂プラザについて、現状のご報告と運営の見直し等の説明会を開催する運びとなりました。

つきましては、田植えシーズンでありお忙しいところとは思いますが、下記の通り開催いたしますので多数のご参加をお待ち申し上げます。

記

(開催日時) 令和4年5月16日(月) 午後6時30分より

(開催場所) 小坂公民館「セパーム」

(内 容) ○今後の小坂プラザ運営について 他



### 組合員の皆さまへ

## 「経営耕作面積確認通知書」についてのお願い

皆さまには、日頃よりJA事業にご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

さて、今月の一斉外務にて配布している「経営耕作面積確認通知書」について、ご確認をお願いいたします。

今年度の賦課金は、配布した通知書の提出によって基準面積が確定し、総代会決議をもって決定されます。

速やかな納入処理（口座振替等）に向けた事務手続きを進めてまいりますので、通知書記載の面積に変更がある場合は、最寄りの支所または営農経済部までご連絡いただきますようお願い申し上げます。

※経営耕作面積が基準面積となります。

※変更がある場合は、期日までに必ずご連絡をお願いいたします。

#### 今後の予定

経営耕作面積確認通知書の配布	5月一斉外務
同通知書の面積変更届け締切日	5月31日(火)
第60回 通常総代会	6月28日(火)
賦課金納付（口座振替等）	7月中旬

経営耕作面積確認通知書		令和2年 5月15日	
〒 018-5201 秋田県鹿角市花輪字下中島10-25		かづの農業協同組合	
鹿角 太郎	様		
利用者コード	01234567		
<p>あなたの経営耕作面積は下記の通りです。なお内容に変更がありましたら5月29日まで変更確認欄に記入の上、最寄りのJA各支所までお届け下さい。 これにより今年度の営農計画並びに賦課標準の申告面積とさせていただきます。 ※定額の定めにより、一度賦課された金額につきましては、変更できませんのでご留意願います。</p>			
経営耕作面積		変更確認経営耕作面積	
水 田	20 a	水 田	a
畑 地	10 a	畑 地	a
合 計	30 a	合 計	a

# 自動車共済 継続ご来店 キャンペーン

JA共済

クルマスター  
自動車共済

自動車保障の終期日が近づいてきました。  
現在ご加入の保障内容について  
見直してみませんか

来店者全員に  
「チャーミーマジカ」  
プレゼント!!!



ご来店の際は  
免許証を  
ご持参ください。

さらに! 保障アップで  
「ガラスクリーナー」  
プレゼント!!!



キャンペーン期間

令和4年 4月 ▶ 令和4年 9月 末まで

JA自動車共済の継続手続きでご来店された方にもれなく素敵な粗品をプレゼント!!!  
保障見直しでグレードアップとなった方にはさらに!!!

※1 JA担当者の訪問による継続案内・相談・手続の場合も含まれます。

自動車共済のご相談はJA窓口へお気軽にご相談ください

JAかつの



野菜ソムリエ上級プロ  
KAORUの  
**フルーツ  
パラダイス**

イラスト：小林裕美子

# メロン

～贈答用の定番「フルーツの王様」～

メロンのプロフィール

【分類】ウリ科キュウリ属

【原産地】アフリカ、インド（諸説あり）

【おいしい時期（旬）】4～9月ごろ

【主な栄養成分】カリウム、β-カロテン（赤肉系）、ククミン、アデニン、シトルリンなど

解説：KAORU



## 選び方

色むらがなく全体的に均一な色味

なるべく左右対称

重量感がある

ネット系  
表面が滑らかで果皮に傷がない

NG  
大き過ぎ  
小さ過ぎ

ネット系  
網目が細かく均一でくっきり盛り上がっている  
お尻の部分を押し少し弾力があり、香りが良い

## メロンのいろいろ

果肉の色、網目の有無などによってさまざまな品種のメロンがある

赤肉系  
夕張メロン  
クインシーメロン

青肉系  
マスクメロン  
（アールスメロン）  
マンデスメロン

白肉系  
ホームランメロン  
など

網目の有無  
網目模様は、成長過程で果肉が果皮よりも大きくなるうとして果皮にひびが入り、そのひび割れをふさぎうとしてできたコルク層

## メロンのピミツ

ウリ科（スイカやキュウリの仲間）

歴史  
古代エジプトや古代ギリシャでメロンの仲間を栽培

日本  
弥生時代  
大正時代  
温室メロンの栽培が始まる

マクワウリを栽培（メロンの仲間）

## 保存方法

**冷蔵保存** すぐに食べる場合は完熟に近い状態のものを選び、食べる、2時間前に冷蔵庫で冷やす

冷蔵庫に長時間入れると風味が落ちるよ

カットしたら傷みやすい種とワタの部分をとり除き、ラップで包んで冷蔵庫へ

追熟後は冷蔵庫に入れて早めに食べてね

**追熟**

重ならないようにね

**冷凍保存**  
一口大にカットしてバットなどに並べて保存  
保存袋で冷凍しておくと使う分だけ取り出せる!

数日後に食べる場合は堅めのものを選び、常温（冷暗所）で保存して追熟させる。芳醇（ほうじゅん）な香り、果肉が柔らかくジューシーに途中で冷蔵庫に入れてしまうと、追熟が進まないのに注意

## 楽しみ方・食べ方のコツ

おいしい切り方  
縦方向にカットして舟形に切り分けると均等に甘さが行き渡る

デザートとして  
生のままデザートとして丸くくり抜いてケーキのトッピング、フルーツポンチに

料理として  
生ハムをのせ、オリーブ油を掛けて前菜に

ピュール  
ソース、ジャム、ゼリーやムース、シャーベットなどお菓子作りに

器  
パーティーの盛り付けの演出の半分に切り果肉をくり抜き、皮の部分を器にして

おしゃれ!

ミキサーにかけてジュースに

## メロンのチカラ

**カリウム**  
フルーツの中でも特に多い高血圧予防やむくみの解消に効果的。筋肉の収縮運動を助ける働きも

**シトルリン**  
皮部分に多い。血行を促進し、冷え性、肩凝りなどの改善に効果的

**β-カロテン**  
赤肉系に多く含有。体内でビタミンAに変換され、美肌、美髪、視力維持、喉や肺など呼吸器系統の健康維持に

**アデニン**  
ワタ部分に多い。血行不良による不調の改善に効果的

**ククミン**  
タンパク質分解酵素（プロテアーゼ）の肉や魚の消化を促進



# サンレディースだより

令和4年

5月号

2022

仲間と共に歩み頑張りよう

4/14

## 第68回 JAかづの女性部通常総会

女性部では、第68回通常総会をJA会館で開催しました。今年の総会も昨年同様、新型コロナウイルス感染防止のため、マスク着用や換気、参集人数を減らすなどした中で行われました。

協議では決算報告、事業計画について決議しました。



## JAかづのフレッシュミズ

### 第1回親子食育体験講座

## プチトマト、プランター植付体験

農業を通じて、親子で食育について学んでみませんか？  
プチトマトの苗を植付し、その後はプランターをお家に持ち帰って育ててみましょう。自分で育てたプチトマトはきっと格別においしいですよ。

★開催日時：令和4年5月28日(土)  
10:00 ~ 11:30

★集合場所：JAかづの種苗センター  
★内容：プランター植付体験、施設見学  
★持ち物：軍手・長靴・帽子・タオル  
(雨天の場合は雨具)

★参加費：こども1人200円  
おとな1人300円

★申込締切：令和4年5月20日(金)

★対象者：JAかづの管内の中学生までの  
お子さんとその家族



## 生活センター取扱い商品紹介

## ゼリーの素



青りんご味

コーヒー味



各 432円(税込)

海藻の力で固めるゼリーです。  
熱湯に溶かすだけで、簡単にできます。

生活センター「休館日」

5月13日(金) (一斉外務日)

6月10日(金) (一斉外務日)

●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。

生活センターは本所1階にて営業しています。

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



シェフ永井の  
おすすめ

永井智一（ながいともかず）  
茨城県笠間市にある  
「キッチン晴人（ハレジン）」  
オーナーシェフ



ホタルイカと  
新ゴボウの  
炊き込みご飯



作り方

- (1) Aの材料を鍋で合わせ、ひと煮立ちさせて冷ましておく。
- (2) ホタルイカは目とくちばしを取り除く。新ゴボウはささがきにし、水にさらしておく。
- (3) 米をとぎ、ざるにあげて20分置く。
- (4) 炊飯器の釜に(1)、(2)、(3)を入れ、さらに20分置く。
- (5) 炊飯器のスイッチを入れ、炊き上がったらく混ぜ合わせ皿に盛り付ける。

材料（4人分）

米	300g
A	かつおだし 280ml
だし汁	しょうゆ 大さじ1
	みりん 大さじ1
	料理酒 大さじ1
	ホタルイカ（ポイルしたもの）
	20杯程度
	新ゴボウ 1/4本

5月あなたの運勢★

幸運を呼ぶ食べ物

**♈ 牡羊座 / 新ゴボウ**  
喜びごとが増える月です。来る者は拒まず受け入れていきましょう。買い物を楽しめます。贈り物をするのも吉

**♎ 天秤座 / 春キャベツ**  
上昇運。最初はスローペースで徐々にスピードアップしていくのが良い動き方。予定は詰め込まず余裕を持たせて

**♏ 牡牛座 / ジャガイモ**  
新しいことに幸運が宿ります。ちょっとした思い付きも試してみると思わぬ成果がありそう。友人と連絡を取って

**♋ 蠍座 / ピワ**  
味方の多いときです。1人で抱え込まずに相談を。良い知恵を貸してもらえます。特に年下の人の話はよく聞いて

**♊ 双子座 / ワラビ**  
前半は頭の痛い問題が多いものの下旬には解決の兆し。焦らずできるだけ余裕を持って動けるよう計画を立てて

**♏ 射手座 / メロン**  
状況が変化しやすくなっています。うそをつくつもりはなくても結果としてできないこともあるので注意。慎重に

**♏ 蟹座 / オカヒジキ**  
ちょっとした触れ合いで心が温かくなります。友人や家族との連絡を密に。ただ焼きもちの焼き過ぎには注意

**♈ 山羊座 / フキ**  
大きな成果が期待できる好調運です。かなり忙しくなりそうですが効率良く動くよう心掛けて。音楽鑑賞にツキ

**♏ 獅子座 / アスパラガス**  
周囲からの期待が大きき気が重くなりますが、引き受ければ大きな成果につながります。称賛の声も

**♒ 水瓶座 / シャコ**  
やるべきことが山積み。無理なことは引き受けず、お断りするのでも大事。優先順位を見極めて。下旬からは上昇運

**♏ 乙女座 / チンゲンサイ**  
なかなか前に進めずいら立ちもありそうですが運勢は良好。ポジティブシンキングが問題解決の鍵。諦めないで

**♏ 魚座 / サントウサイ**  
友人とのおしゃべりが楽しい良好運。ただたまさかややすい要素もあるので詐欺電話には気を付けて。疑うことも大事

組合員の皆さまへ

肥料の盗難防止にご協力を！

農繁期を迎え、肥料や除草剤を利用する機会が多くなる時期となりました。

肥料や除草剤の中には、爆発物の原材料となり得るものがあります。肥料や除草剤を使用する機会が増える時期を迎えますので、保管管理の徹底をお願いします。

※肥料や除草剤を扱う時は…

1. 屋外に野積みしない！
2. 鍵のかかる倉庫などに保管する！
3. 盗難被害に遭ったら、すぐに警察へ通報する！

以上の3点について、皆様のご協力をお願いします。

連絡先 鹿角警察署 ☎ 23-3321

# 新しい心不全の検査「NT-proBNP」について

検査科 臨床検査技師 佐々木陽平

## ●心不全とはどんな病気？

心臓は、毎日働き続け、体中に血液を送っている臓器です。その心臓が、様々な疾患（心筋梗塞や狭心症など）により心臓の機能が低下して、十分な血液を送り出せなくなった状態のことを「心不全」と呼びます。

## ●心不全になるとどうなるの？

- ・息切れ、疲れやすくなる
- ・肝臓や腎臓などの機能が低下する

生活習慣病や年齢と共に増加する心臓への負担で心疾患は増加傾向にあり、疾患別の死亡率は、悪性新生物（がん）に次いで多い疾患となっています。

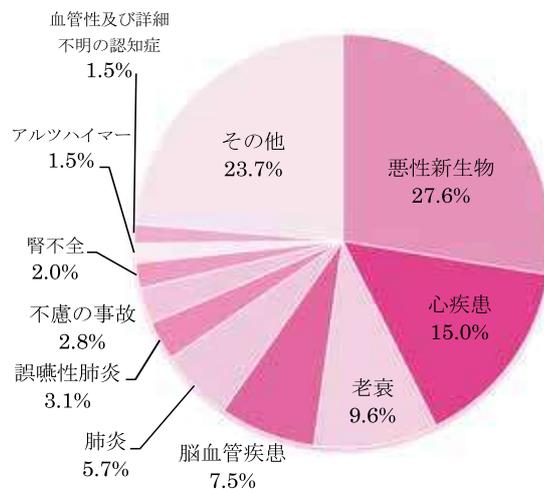


図1 疾患別死亡率 (2020年)

## ●NT-proBNPとは？

心臓から分泌されるホルモンで、心臓の機能が低下して、負担が大きくなると数値が高くなります。同じような項目でBNPも心不全の診断に用いられています。

2020年6月に心不全の治療薬としてより効果のあるARNIが日本国内で認可され使用されています。ARNI治療患者の心不全モニタリングにはNT-proBNPが用いられており、心疾患に欠かせない検査項目となっています。

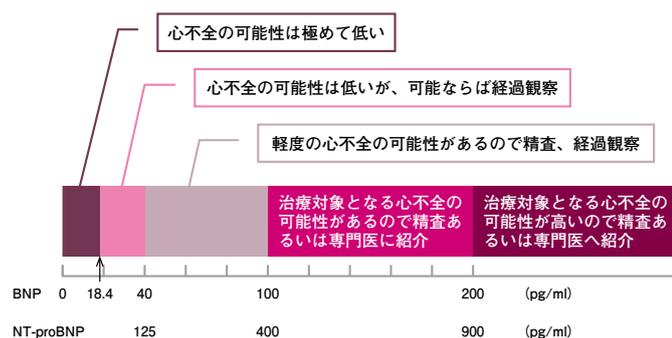


図2 心不全の診断基準 (NT-proBNPとBNP)

参考

1. 2020年人口動態統計月報年計の概数 (厚生労働省)
2. BNP、NT-proBNP値の心不全診断へのカットオフ値 (日本心不全学会)

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

なんと県内で働いていた孫達3人が新年度から家からの出勤となりました。私への冥土の土産なのかと思いが熱くなっているひとりバーさんです。

花輪 Kさん (76)

ようやく春めいて来ました。今年も頑張らしましょう。

十和田 Hさん (82)

今年、小学校に入学した孫に徐々に会ってきました。孫は入学式の様子や学校の様子を大はしゃぎで話してくれました。昔の自分を思い出しました。

十和田 Tさん (70)

暖かい春の日差しを受け、福寿草、水仙、クロッカスの花が咲き終わり、今行者にんにくがたくさん芽を出しています。これからが楽しみです。畑仕事

が待っている、がんばろう!!

小坂 Nさん (85)

ボケ防止にクロスワードパズルを楽しみにしています。春になり急に忙しくなりました。気持ちはあるのですが、身体が思う様に動きません。

八幡平 Tさん (74)

45年近く続いておりました仲間の会も4月で終了いたしました。年に一度の泊旅行、そして毎月の食事会等たくさんのおいしい思い出があり寂しい限りです。

花輪 Hさん (77)

ようやく雪もなくなり、大好きな春になり桜の開花待てずに弘前へ花見に行ってきました。外堀がやっと、ちらほら咲いていました。久しぶりにいっぱい歩いたら次の日、足カクカクでした。なさけない。

大館市 Sさん (61)

春になりました。桜、レンギョ、こぶしなどつぼみに色がついてきました。必要ない畑の雑草もたくさん出てきました。これから大変です。

十和田 Tさん (83)

あんなに大量にあった雪も溶け、あっという間に桜の季節になりました。お花見大好きだったのですが、いつからか花粉症になり、車の中からの花見となりました。それでも花見最高ですね。今年も行きます。

小坂 Tさん (79)

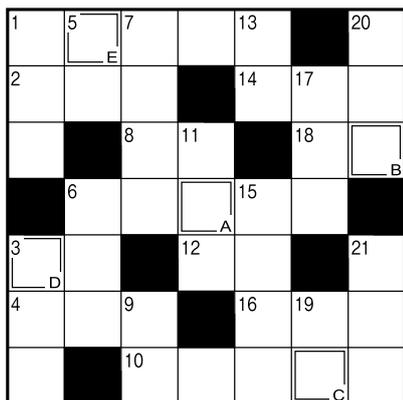
今日はたらのめの天ぷらを食べました。この時期、山菜が美味しくてついご飯食べすぎてしまいます。

花輪 Nさん (35)

●当選者とつばやきコーナーにご協力頂いた皆さまには「キムチ漬の素」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？



↓ タテのカギ

- 1 ハナショウブとカキツバタは——をつけるのが難しい
- 3 擬餌鉤（ぎじりかぎ）の一種です
- 5 米国の通貨単位
- 6 ——の前の小事
- 7 ——の余地もないほど混み合った会場
- 9 商品を並べて売る場所
- 11 料理長をフランス語でいうと
- 13 あごや鼻の下に生えます
- 15 高校の最寄り駅までの——定期券を買った
- 17 ジェラシー、焼きもちともいいます
- 19 プリンセス・ミチコという品種がある花
- 20 カキツバタに似た花が咲きます
- 21 燃料ガスや酸素などを詰めます

→ ヨコのカギ

- 1 5月4日は——。国民の祝日です
- 2 3拍子の曲に合わせて踊ります
- 3 野球のグラウンドに四つあります
- 4 調理中の料理から一口分を取って……
- 6 食事制限などで体重を減らすこと
- 8 ちらしやにぎりがあります
- 10 柱・傷・5月5日・ちまきから連想される童謡
- 12 届いた手紙の——を切った
- 14 バスやタクシーから降りること
- 16 屋外で写生するとき机代わりにする道具
- 18 マニキュアを塗るところ

★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「米粉入り天ぷら粉」を差し上げます。

【4月号の答え】  
ヤエザクラ



★4月号の当選者★

おめでとうございます！

- 大信田 正子さん
- 内田 正男さん
- 熊谷 聡さん
- 佐藤 隆久さん
- 阿部 善寿さん

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）  
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）

63 〒018-5201  
JAかづの  
広報クイズ係行  
鹿角市花輪字下中島  
10 | 25 島

ハガキに答えと必要事項をご記入のうえ、ご意見やご要望、身近な出来事などひと言添えてご応募下さい。

【応募の締切日】  
令和4年5月24日(火)  
～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。

〈ハガキの記入例〉

## クールビズ・ウォームビズの通年化について

J A かつのでは地球温暖化対策の一環として、5月～9月の「クールビズ」・11月～3月の「ウォームビズ」を実施してきましたが、令和4年度からは期間を限定せず通年で取り組みます。

この取り組みは秋田県における取り組みとも足並みを揃え、J Aグループ秋田全体で取り組むものです。

**(実施期間)** 令和4年5月1日～通年とする。

### (取組内容)

○夏場や冬場でも快適で働きやすい服装で業務を行います。

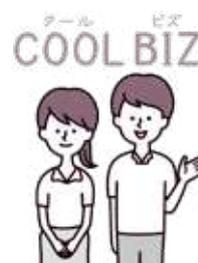
※ 役職員は一年を通じてノーネクタイを可能とします。

(制服貸与者は当面の間は現状通り)

○式典等の礼を尽くす場などは除きます。(T P O\*をわきまえた服装とする。)

○事務所の冷暖房機器(温度管理)や節電などの適正管理を行います。

※ T P Oとは … Time (時間)、Place (場所)、Occasion (場面) の頭文字を取った略語であり、時と場所、場合に合わせて行動や言動をわきまえることの意味です



#### ● 理事会だより

第1回 理事会

開催日 令和4年4月27日

議案

第1号 令和4年度信用の供与等の最高限度額の決定について

第2号 令和4年度余裕金運用方針と運用方法(案)について

第3号 令和4年度「内部統制システム基本方針」の取り組みについて

第4号 令和3年度資産自己査定に基づく資産の償却引当(案)について

第5号 資産査定規程の一部変更について

第6号 資産査定事務要領の一部変更について

第7号 内部監査規程の一部変更について

第8号 無料職業紹介所業務運営規程の一部変更について

第9号 無料職業紹介所開設に伴う個人情報適正管理規程の一部変更について

第10号 秋田県農協役員教育振興基金の払戻しについて

第11号 令和3年度決算書類のみのり監査法人および特定監事への提出について

第12号 第60回通常総代会の開催について

協議題

第1号 きゅうりパイプ支柱等の事前取得について

第2号 令和3年度表彰の種別審査基準及び方法(案)について

第3号 地区別総代座談交流会の開催について

#### ● 監事会だより

第1回 監事会

開催日 令和4年4月21日

協議題

第1号 令和3年度期末監事監査の重点事項について

第2号 令和3年度資産自己査定(仮査定)監事監査「監査意見による指摘事項」に対する回答について

第3号 代表理事等との定期会合(案)について

第4号 内部監査規程の一部変更について

その他

1) 内部監査(内部統制システム基本方針)について

2) 内部統制システム基本方針に基づく取組状況確認表(モニタリング表)について

3) 令和3年度みのり監査法人財務諸表監査(期末)の実施について

4) 事業報告等及びその付属明細書の監査の方法について

5) 内部統制システム基本方針の監査の方法について

6) 総代会資料記載「監査報告書」について

7) 令和3年度監事会の経過、監査実施報告(総代会資料)について

8) 令和4年度監査室アクションプログラムについて

#### ● J A の概況 (4月末現在)

出資金 …………… 1,755百万円

組合員数(正) …………… 2,822人

〃(准) …………… 3,087人

組合員戸数(正) …………… 2,776戸

〃(准) …………… 2,562戸

職員数 …………… 131人



### 田中専一氏(元J A かつの組合長)ご逝去

3月17日に元組合長の田中専一氏が74歳でご逝去されました。

J A かつのの理事を経て、平成21年から3期にわたり代表理事組合長としてご労苦されたことに対し、感謝とご冥福をお祈り申し上げます。



# 令和5年度 かつの農業協同組合職員募集

- 採用予定人員 / 5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5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5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※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・社会人経験者 令和4年6月17日(金)  
高校・その他・社会人経験者 令和4年9月7日(水)
- 試験方法 / 1) 書類選考  
提出書類により選考を行い、書類選考合格者に筆記試験を通知する  
2) 筆記試験
  - ① 大学・短期大学卒(含専門)(令和5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5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5年3月末日現在で25歳以上35歳未満)
    - ・適性3) 面接試験
- 筆記試験日 / ① 大学・短大等・社会人経験者 7月1日(金)～8日(金)  
※①はWeb試験  
② 高校・その他・社会人経験者 9月16日(金)
  - 1) 受付 8時40分～8時50分 ※試験開始時刻に遅れた場合、
  - 2) 試験時間 9時00分～12時20分 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) 新型コロナウイルス感染拡大状況により日程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

