

かづの



重点品目きゅうりの出荷開始 (7/5 県北地区きゅうり出発式)



※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

「鹿角小学校クラブ野球大会」

- | | |
|----------------|------------------|
| 3 …今月のトピックス | 16 …暮らしの情報 |
| 6 …営農インフォメーション | 17 …厚生病院だより |
| 8 …インフォメーション | 18 …JAかづのからのお知らせ |
| 14 …サンレディースだより | 20 …令和6年度職員募集 |



全県大会出場をかけ熱戦

第12回 鹿角小学校クラブ野球大会（兼 第21回 J A 共済学童野球大会予選）

7月1日・2日

学童の体力増強とスポーツの振興を目的とした、鹿角小学校クラブ野球大会が城山球場で開催されました。今年大会も全県 J A 共済学童野球大会の予選も兼ねており、出場した管内 6 チームは、全県大会出場を目指し試合に臨みました。2 日間に渡って行われた試合では、各チームとも練習の成果を発揮し、熱戦を繰り広げました。

2 回戦に駒を進めたのは、尾去沢スターズ・花輪野球スポーツ少年団・柴平BLUE RISE・小坂スピリッツの 4 チーム。

準決勝第 1 試合の尾去沢と花輪の試合は、花輪が初回から12得点とリードを大きく広げ、尾去沢も反撃を試みましたがなかなかヒットが出ず25－1 の 4 回コールドで花輪が決勝へ進みました。

準決勝第 2 試合の柴平と小坂の試合は、柴平も毎回得点で大きくリードを広げ、小坂は 4 回に 3 点返すも点差が大きく、21－3 の 4 回コールドで柴平が決勝へ進出を決めました。

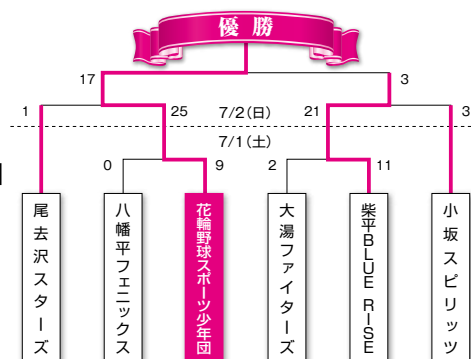
決勝戦は、花輪野球スポーツ少年団と柴平BLUE RISEの一戦となりました。初回は 0－0 で進みましたが、花輪が 2 回、先頭打者の 4 番が 3 塁打を放ち、勢いがついたのか、ヒットや相手のミスなど 4 得点で主導権を握りました。その後も毎回得点を重ね突き放しました。

柴平も 4 回・5 回と点数を返しますが反撃及ばず、17－3 で花輪が優勝を飾りました。試合後には、お互いの健闘を称え、エール交換が行われました。

優勝した花輪野球スポーツ少年団は 8 月 8 日からの全県ナイスカップ、準優勝の柴平BLUE RISEは 9 月 30 日・10 月 1 日に開催される全県 J A 共済学童野球大会へ出場します。



鹿角予選大会 結果表	
会場／城山野球場	
大会成績	
優 勝：花輪野球スポーツ少年団	
準優勝：柴平BLUE RISE (全県 J A 共済学童野球大会 出場決定！)	
3 位：尾去沢スターズ 小坂スピリッツ	



優勝：花輪野球スポーツ少年団

県北で2,150トンの出荷を見込む 県北地区きゅうり出発式

7月5日

県北地区園芸戦略対策協議会は、5日に最重点品目の1つとしているきゅうりの出発式を行いました。

開会にあたり協議会の副会長を務める菅原組合長は「県北地区のきゅうりは消費地より鮮度・うまさで高い評価を得ている。」と挨拶しました。

テープカットやトラックドライバーへの花束贈呈、頑張ろう三唱が行われた後、9300キロのきゅうりを積み、京浜市場へ出発するトラックを来場者で見送りました。



新梢や若木の管理で樹形を仕立てる モモ新梢管理及び修正摘果講習会

7月4日

北限の桃生産部会は、樹形を維持する新梢管理と修正摘果作業の講習会を開催しました。

肥大状況は、開花が早かったこと、土壌水分も潤沢だったことから平年より大きく、硬核期も8日早くなっています。

講習会では、若木と成木のそれぞれの管理のほか、修正摘果の目安や目標とする樹形が説明されました。

また、今後発生が増加する病害虫対策などの管理についても指導しました。



作業のポイントを説明し実演

市場販売は東北露地物へ きゅうり取扱い説明会

7月3日・4日

きゅうり生産部会は、出荷最盛期に向けて、露地きゅうりの取扱い説明会を開催しました。

説明会では、兎澤部会長が「4億円以上突破を目指して、更にきゅうり部会を盛り上げましょう」と挨拶しました。また、各担当者より情勢報告のほか、出荷規格や箱詰め方法、注意事項など令和5年度のきゅうりの取扱いについて、説明されました。

目揃えでは、出荷規格を再確認し、良品出荷が呼び掛けられました。



各担当者と質疑応答を交え規格を確認

今後の管理を圃場毎に指導 第2回あぜ道相談

7月18日～



J A 担当者が、各圃場で生育診断

稲作生産部会では、今年2回目のあぜ道相談を開催しました。管内の生育状況の説明や生育診断を行い、今後必要となる管理作業について指導しました。

7月14日現在の生育状況は、草丈は長く、葉色は濃くなっています。茎数は少なく、圃場間の差が大きくなっています。

J A 指導員は、カドミ対策として8月25日頃までを目安に湛水管理や、斑点米カメムシについて畦畔周辺の草刈りなど雑草対策の徹底を呼び掛けました。

出荷盛期に向けて出荷規格を確認 枝豆出荷目揃会

7月25日

枝豆生産部会は、出荷目揃会を開催し規格や取扱いを確認しました。

8mm以上の2粒莢が8割程になったのを収穫の目安とし、品温が上がらないよう涼しい時間帯での作業を行うよう指導しました。

また、今後は害虫被害が見込まれることから、各害虫の特徴などを説明し防除を呼び掛けました。

終了後は、市場担当者と規格等を再確認し、高品質な枝豆の出荷へ備えました。



質疑応答を交え、規格を再確認

開始手続きをサポート 年金無料相談会

7月9日



相談会では、必要書類の確認も行います

推進課は、年金無料相談会をJ A 会館にて開催しました。請求の手続き方法などの相談について説明を行い、年金受給開始に向けたサポートを行いました。

相談会には18名が来場。社会保険労務士の小布山洋一氏と中村浩三氏の2名が相談員として対応し、受給開始に向けたアドバイスをを行いました。また、必要な書類の確認のほか、退職後雇用保険や医療保険についても説明を行いました。

なお、次回は11月12日(日)に開催します。

需要期や出荷規格を確認 花き取扱い説明会

7月20日

花き生産部会は、お盆出荷に向けた主力3品目の取扱い説明会を開催しました。

販売情勢について「アフターコロナとなったが、葬儀の簡略化などの影響で復調は見られなかった。反面、コロナ禍で定着したホームユース需要に引き続き動きが見られた」と報告がありました。

説明会では、クレームについて、咲きすぎはなかったものの、葉が黄色いものや本数間違いなどがあったため、注意を呼び掛け、取扱いについて確認しました。



実物を見ながら基準や規格について説明

秋の農業機械展示会

日時：令和5年8月24日(木)・25日(金)

時間：9:00～17:00 (25日は16:00迄)

場所：農機車輛センター（農業機械）前

新型農機に中古品まで、各メーカーの製品がズラリ展示しております！収穫シーズンまたは来春に向けての準備に、ぜひご来場下さい。

来場者には記念品をご用意！

【展 示 機 種】

- コンバイン
- 刈払い機
- 家庭菜園管理機
- トラクター
- 乗用モア
- その他小物各種

新型から中古品までの展示品を、数量限定や超特価で提供いたします。

お見逃しなく!!



2日間限定

**耕うん爪(メーカー太陽)
特別価格でご奉仕!!**

展示会期間中、指定の耕うん爪を
購入予約されたお客様に限り

20%引きにて提供いたします

※展示会中は、水分計の検診（電池交換も含む）
を特別価格で行います。

通常料金	期間中料金
1,500円	1,000円

展示会の会場内にて、農機ローン相談会の開催も予定しております。

※農機車輛センター（農機、自動車販売・整備）では、8月12日(土)・13日(日)を臨時休業日とさせていただきます。ご迷惑をお掛けしますが、ご了承の程、よろしくお願いいたします。



スマートフォン操作体験会の開催について

スマートフォンを使ってみたい、スマートフォンをもっと活用したいと考えている方向けに操作体験会を開催します。

体験用のスマートフォンはこちらで御用意しておりますので、スマートフォンをお持ちでない方も、気軽に御参加ください。

1日2回開催を予定しており、1回目はスマートフォンを初めて触るような初心者の方向けの内容、2回目は少しレベルアップした内容を予定しています。

※新型コロナウイルス感染症の状況等により、日程の変更や中止となる場合があります。

●開催日程・場所（1日2回開催）

8月23日(水)

鹿角市交流センター 11:00～12:30
13:30～15:00

9月11日(月)

大湯地区市民センター 11:00～12:30
13:30～15:00

対 象：秋田県内にお住いの65歳以上の方

定 員：10人

参加費：無料

主 催：秋田県



※参加を希望される方は、事前に申込みをお願いします。

申し込み・お問い合わせは

特定非営利活動法人 秋田県北NPO支援センター
(北部市民活動サポートセンター)

TEL：0186-49-8553

※御連絡いただいた際に、マイナンバーカードの所有状況等をお聞きする場合があります。

今月の稲作作業

月・旬	作業の種類	主な指導事項
8月上旬～下旬	水管理の適正化	◎出穂期から開花期は常時湛水状態とする。 ◎気象変動に対応した水管理の徹底（危険期の湛水管理の徹底・高温時のかけ流しの実施等）。
	カドミウム汚染米発生防止の水管理	◎出穂期前後3週間（7/15～8/25）までは湛水管理を徹底する（田面が出ない水管理）。
	いもち病防除の徹底	◎穂ばらみ期と穂揃期の穂いもち防除の徹底。 ◎出穂期以降に降雨量が多い場合は傾穂期防除を行う。
	斑点米カメムシ類防除	◎カメムシ類による被害防止のため、畦畔の草刈りを、1回目薬剤防除後1週間以内に行う。その後収穫2週間前までは、草刈りを行わない。 ◎薬剤防除は、傾穂期（出穂1週間から10日後）と乳熟期（出穂後約2週間頃）の2回行う。

8月は出穂の時期を迎え、穂数や粒数が決まり、食味向上、登熟歩合、千粒重を高める上で栽培管理が重要となります。病害虫については穂いもち病に注意し、傾穂期の防除も実施しましょう。鹿角地域でも、カメムシ類の発生が多く見られることから、出穂後に本田へ侵入するカメムシの成虫の量は多発と予想されます。除草が十分に行われていない畦畔等では発生が多く見られ、侵入成虫及び次世代幼虫による斑点米の多発が懸念されますので、ラブサイドスタークル粉剤DL等での防除は必ず実施しましょう。

鹿角地区の7月25日の定点調査については、草丈75cm（平年比105%）、茎数はm当たり455本（平年比85%）となり、茎数不足と考えられます。今後は気象情報に注意し、水管理や病害虫防除も徹底して稲体の健全化に努めましょう。

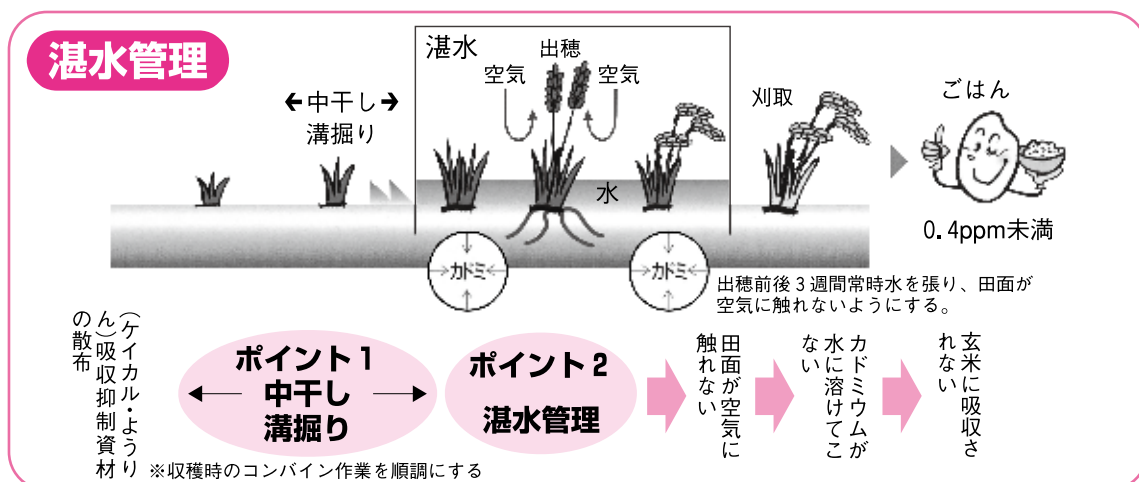
◇水田防除と水田周辺の草刈り時期

	8月		9月		
	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
水田防除	●1回目防除（出穂期10日後頃） ●2回目防除（出穂期24日後頃）				
農道・畦畔	草刈り	収穫期2週間前	草刈り	収穫期	草刈り
休耕田・法面等	← 草刈り禁止期間 →				

「水で育てる、大切なお米」～カドミ米を出さない水管理～

7月15日～8月25日までの40日間、水田に水を入れて、田面を空気にふれさせない。集落のみんなで、この湛水管理を徹底し、カドミ米の発生を防いでください。

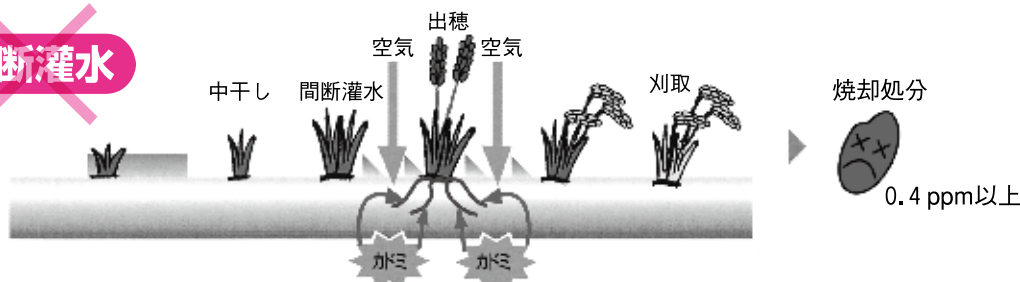
完全落水（9月5日頃）



含有米の生産防止対策を実施しないと、含有米が発生しても買入れ対象にならない場合があります。

※間断湛水はカドミウム含有米発生を助長しますので、行わないでください。

間断湛水



登熟期の水管理の目安

出穂後日数	水管理と土壌水分の目安
出穂～10日	5～6cmの湛水
11～30日	2～3cmの浅水管理とする。 田面を空気にふれさせない。
31日以降	完全落水（9月5日頃） ^④

④コンバインのぬかり防止のため早く落水する圃場も見られますが、早過ぎる落水は茎葉の枯れ上がりを早めます。登熟前の枯れ上がりは稲体を急速に老化させ、籾の充実を妨げます。老化が早い圃場は未熟粒が多く発生、千粒重が軽く、収量が減少します。食味低下の要因にもなるので落水の適期を見極めましょう。

そのためには水管理が大きな役割を果たします。
完全落水は出穂後30日以降とします（9月5日頃）。水はけの悪い水田では、出穂後20日以上経過した頃から落水します。

出穂後の水管理

出穂当初は、水を多く必要とする時期です。出穂から10日間は5～6cm程度の水深で湛水、それ以降は2～3cmの浅水管理をします。

登熟歩合や千粒重を高めるために重要なことは、

- ① 葉の枯れ上がりを少なくする。
- ② 根の活力を維持する。

病害防除

【いもち病】

穂いもちには十分に注意し、防除を徹底しましょう。

穂いもち防除薬剤は出穂直前と穂揃期の2回散布とします。

葉いもちが多発した圃場で、出穂前後に雨が多かった場合は、傾穂期（穂が傾きだした時期）にも防除します。

◎使用薬剤

ビーム粉剤DL 4kg/10a
ラブサイド粉剤DL 4kg/10a
（ビーム剤及びラブサイド剤の本田での総使用回数は3日以内）

【紋枯病】

茎数が多く、株元に風が通りにくい場合、株間の伝染が多くなります。出穂前の防除に重点をおきますが、出穂後、高温多湿の条件下で病斑が上昇しやすくなり多発が予想される場合には、出穂後に追加散布します。（出穂直前～穂揃期）

○モンカット粉剤DL

10a当たり3～4kg

○バリダシン粉剤DL

10a当たり3～4kg



カメムシ類防除

休耕田・農道・畦畔等、圃場周辺の草刈りは、本田に斑点米カメムシ類を追いつまないうよう、収穫2週間前まで行わない。

《薬剤防除》

◎乳熟期（出穂期の10日後頃）に薬剤散布を行う。

◎多発が予想される場合は、出穂期の24日後頃に追加散布。

◎薬剤の使用時期などの使用基準を確認し、基準を超えないように注意します。

◎薬剤防除は畦畔を含めて水田の周辺部を重点に行います。

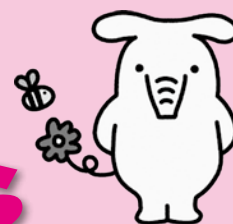
散布薬剤

薬剤名	10a散布量	備考
一回目 スタークル粉剤DL アルバリン粉剤DL スタークル液剤10	3kg 1,000倍 150ℓ	出穂後の10日後頃、畦畔を含めて散布
二回目 キラップ粉剤DL キラップフロアブル エクシード粉剤DL エクシードフロアブル	3kg 2,000倍 150ℓ 3kg 2,000倍 150ℓ	出穂期の24日後頃

いもち病と同時防除剤（1回目）

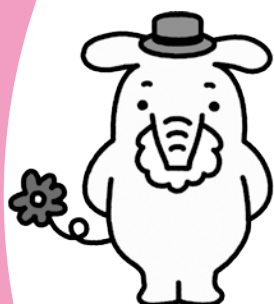
薬剤名	10a散布量	散布時期
ラブサイドスタークル粉剤DL	4kg	出穂期10日後

JAかづの

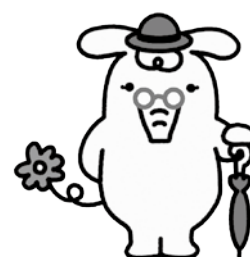


年金指定替え キャンペーン

実施期間 令和5年7月3日(月)～令和5年8月31日(木)



大切な年金
JAバンクにかえて
みませんか？



実施期間中に年金口座をすでに他金融機関で
お受取りの年金をJAかづのへご変更いただいたお客様へ

①～④のお好きな商品を5セットプレゼント



①
BOXティッシュ
(5箱パック組)



②
サラダ油
(1ℓ)



③
醤油
(200ml)



④
洗濯洗剤
(900g)

※商品写真はイメージです。 ※商品が変更になる場合がありますのでご了承下さい。

組み合わせは自由！

たとえば…

- ① BOXティッシュ 5箱パック組 3セットと
- ④ 洗濯洗剤 2セットなど。



日常使いに大変便利

JAカード

JA独自の多彩な特典を備えた
クレジットカードです。

JAとお取引のない方でもお気軽にご相談下さい。詳しくはJA窓口までおたずねください。



JAかづの推進課
☎ 22-2003

八幡平支所 ☎ 32-2178
十和田支所 ☎ 35-2072

花輪支所 ☎ 23-2159
金融課 ☎ 22-2007

JAかづの年金友の会 グラウンドゴルフ大会のご案内

日 時：令和5年9月12日(火) 受 付 8:30
開会式 9:00
競技スタート 9:15

場 所：八幡平市民センター運動広場（八幡平グラウンド）

参加対象者：JAかづの年金友の会会員（年金予約している方を含みます）

参 加 費：300円
（当日お支払いいただきます）

お 申 込 み：令和5年9月4日(月)までに
JA各支所へ参加申込書にて
お申し込みください。



JAかづの友の会 ゴルフコンペのご案内

主催：JAかづのクローバ友の会 協賛：JAかづの年金友の会／JAかづの鹿友会／JAかづの自賠責共済代理店
後援：JAかづの

日 時：令和5年9月15日(金)
現地集合 AM8:30
開会式 AM8:40
競技スタート AM9:00

参加対象者：クローバ友の会（JA給与振込者）、
鹿友会会員、年金友の会会員
（JA年金振込者または3年以内の振込予約者）
JA自賠責共済代理店

場 所：安比高原ゴルフクラブ（クイーンコース）
岩手県八幡平市安比高原180-1
Tel：0195-73-5311

参 加 費：3,500円（懇親会費）
プレイ費7,300円（昼食券1,000円付）につ
きましては、各自ご負担願います。
※キャディーが付きませんので、ご了承ください。



競 技 方 法：18ホール・ストロークプレイ・Wペリア方式
アトラクション：優勝・準優勝・3位・BG・BB・BM・他各賞
お 申 込 み：8月31日(木)までに金融課へお申込み下さい。

（連絡先）

八幡平支所	32-2178	花輪支所	23-2159
十和田支所	35-2072	金 融 課	22-2007

「JAとのお取引はこれから」というお客様もお気軽に!

JAかつのサマーキャンペーン

【キャンペーン期間/2023年7月3日(月)~2023年8月31日(木)まで】

インターネット申込で金利引下げ中!

JAマイカーローン

クイック
審査で
低金利!

他金融機関や
クレジットの借換
お車の車検、整備、
免許取得にも!



変動金利型
(保証料込)

年1.7%~

エコカー購入サポートキャンペーン実施中!

地球に優しい
カーライフを
サポート

PHV



プラグインハイブリッド車

HV



ハイブリッド車

EV



電気自動車

ご返済の目安 ※現在ご返済中の金額と比べてください!

借入金額: 100万円

支払方法: 元利均等払い・毎月払い
借入期間: 5年(60回)
貸出金利: 1.7%
返済金額: 月々 17,396円

借入金額: 200万円

支払方法: 元利均等払い・毎月払い
借入期間: 7年(84回)
貸出金利: 1.7%
返済金額: 月々 25,271円

借入金額: 300万円

支払方法: 元利均等払い・毎月払い
借入期間: 10年(120回)
貸出金利: 1.7%
返済金額: 月々 27,202円

お使い道自由!! 主婦の方もご利用可能!

JAフリーローン

お借入金額/最高300万円
お借入期間/最長10年
※事業性資金は除きます。

【ご返済例】 借入金額: 100万円 期間: 7年 金利: 年5.0% 毎月返済額: 14,133円

※金利適用に条件がございますので、詳しくは最寄りのJA窓口へお問い合わせください。

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



※新号はハイオクレギュラーガソリン給油が対象となります。
カードご利用代金口座振引の際に、新号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新号(割引後)それぞれの機種の表示があります)

ゆとりの金利で安心

JA教育ローン

入学金、授業料、アパート代にも!
変動金利型(保証料込)

【ご返済例】 借入金額: 200万円 期間: 13年 金利: 年1.70% 毎月返済額: 14,298円



東ア三毛系列
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・フリーで3円引 請求時2円引



●ローンのお申込みは、店頭・インターネットで好評受付中!

八幡平支所 32-2178
金融課 22-2007

花輪支所 23-2159
柴平プラザ 23-4521

十和田支所 35-2072
スマイルプラザ 22-2010
(予約のある日の9:00~12:00)

不慮の事故の
そなえ

普通傷害共済

JA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かつのでは、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① 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5年7月掛金時点

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

契約開始日 令和5年9月20日 ※期間途中でもご加入できます。

おススメプラン②は裏面に続きます...



お問い合わせ先 ● JAかつの

八幡平支所【Tel 32-2178】 花輪支所【Tel 23-2159】 十和田支所【Tel 35-2072】
共済課【Tel 22-2004】

おススメプラン②

おススメプラン①の部位・症状別治療 共済金額を手厚くした場合

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 3,000円
(69歳までの方が加入できます)



部活動を頑張る学生、入院保障が無くなった方におススメです！

令和5年7月掛金時点

共済掛金：7,850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

打撲や捻挫など

1回の通院から お支払いの対象となります。

どうぞお気軽にご相談下さい。



※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。

[23050010025]



フルーツ パラダイス

イラスト：小林祐美子

梅

～疲労回復や食中毒予防に～

梅のプロフィール

【分類】バラ科サクラ属

【原産地】中国南西部

【おいしい時期(旬)】5～6月ころ

【主な栄養成分】クエン酸、リンゴ酸、カリウム、ベータカロテンなど



選び方



保存方法



梅のヒミツ

歴史

原産地の中国から
奈良時代に日本へ伝来
当初は観賞用
鎌倉時代には薬として重宝



梅のいろいろ



和歌山県の代表的な品種の大粒で皮が薄く、果肉は肉厚で柔らかい。「南部の高田梅」を略して「南高」と名称登録された

関東地方で多く栽培されている青梅の果肉は堅くしかりし、肉厚で繊維が少なく、梅干しの他、梅酒、梅シロップにも

和歌山県で多く栽培されている青梅の果肉は堅くしかりし、肉厚で繊維が少なく、梅干しの他、梅酒、梅シロップにも



小梅
59前後の小粒梅の総称。長野県で栽培されている「竜崎小梅」、山梨県で栽培されている「甲州小梅」などの梅干しやかりかり梅に



翠宿(おうしゅく)
果肉は堅く、梅干しにするとかりかりとした食感の梅酒やシロップにも

楽しみ方・食べ方のコツ

アルコールなどに漬けたり、加熱して、必ず加工して食べること！
青梅の種には有毒成分が含まれるため生食は食中毒を起こす可能性がある

用途によって利用
未熟な青梅→梅酒、梅ジュース、硬めの梅干し
熟した梅→梅ジャム、甘露煮、軟らかい梅干しに

生食NG



梅のチカラ



北支部 研修旅行

女性部北支部は研修視察を開催し、ホテルサンルーラル大湯まで、おいしいランチとお風呂を楽しみに出かけてきました。

道中、道の駅や直売所で買い物を楽しみ、県の農業研修センターの生態系公園・鑑賞温室では、秋田ではここでしか見られない熱帯の珍しい花々を鑑賞してきました。

北支部は令和3年に毛馬内・大湯・七滝・小坂の4支部が統合した会員48名の女性部組織で、まだ日が浅く会員同士の交流が中々できませんでしたが、今回の研修で今まで以上に親睦が深まり、おしゃべりが止まらない楽しい一日になりました。



生活センター取扱い商品紹介

砂糖不使用、アルコール分0%の米こうじの甘酒です。
原料の米こうじと米は国産です。お米由来の甘さが楽しめます！

暑い夏は
甘酒 シャーベットで
クールダウン

米こうじの甘酒 3,758円 税込
(125ml×30本)

チャック袋に
移して

冷凍庫で
凍らせます

ときどき
もみほぐします





サンレディースだより

令和5年

8月号

2023

第2回女性大学「なでしこカレッジ」

7/3

エアロビクス教室

今年度第2回目の女性大学は、フィットネスインストラクター花岡幸子さんを講師に迎え、エアロビクス教室を開催しました。参加者9名のほとんどがエアロビクス初体験で、「リズムに乗れるだろうか?」「体が硬いけど大丈夫だろうか?」と不安に思いながら参加した人も多かったようです。

初めは音楽をかけず、先生に言われるままに動きをマネしました。そして慣れてくると「さあ、本番ですよ」と先生のかけ声で曲が始まると、その曲にピッタリ合った動作になっていて、それがとても心地よく、楽しんで踊ることが出来ました。

参加者からは「楽しみながら日頃の運動不足の解消になり、適度に汗もかいて、今夜はぐっすり眠れそうだ」という声が聞かれました。



第3回フレッシュミズ活動

7/29

桃もぎ取り体験

29日に食農教育活動の一環として、鹿角名産「北限の桃」のもぎとり体験を東町の山本喜代宏さんの桃畑で行い、親子5組15名が参加しました

初めに、「北限の桃」について歴史や収穫までの作業などの話を聞きました。その後とり頃の桃やとり方など説明を受け、それぞれ桃を探し、収穫体験を始めました。

高いところは怖がりながらも脚立に登ったり、お父さんやお母さんに抱えられたりと、桃の甘い匂いを嗅ぎながら、かごがいっぱいになるまで一緒に収穫を楽しみました。

終了後には、お土産として収穫した桃を分け合い、生活センターからのプレゼントと一緒に持ち帰りました。



●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。

※生活センターは場所を柴平プラザ内に移転しております。

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



9月号読みどころ

表紙の人
吉沢 亮さん

〈特集1〉JA女性組織学習企画

親子で 地域で 楽しもう
おむすびカーニバル

幸せおむすびフォト大募集！
編集部公式Instagramに掲載します。詳しくは本誌をご覧ください。



〈特集2〉

食品ラベルの
達人になろう！

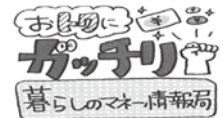
「食品表示」はより良い商品の選択ができるように表示された貴重な情報。味方につけて健康的な食生活を！



第3回 台風で床が浸水！

自宅の被害に**新**支援金

自宅が自然災害の被害に遭ったときに、自治体や国からもらえる支援金を紹介します。



別冊付録

クイズでわかる！

安心・安全お守り帖

オレオレ詐欺、空き巣、台風、火災、ヒートショックなど、身近な危険から身を守る知識が身につきます。「お守り」のように、いつも手元に置いておきたい一冊です。



農ライフのすすめ

飾ろう！ 贈ろう！

ウォールプランツ

手軽にできる壁に飾る観葉植物。美しく飾って、緑に囲まれた生活を満喫しませんか。



8月あなたの運勢★

幸運を呼ぶ食べ物

♈ 牡羊座／梨

人気運に恵まれ勢いがあります。周囲の協力を得やすいので丁寧な説明を心がけて。じっくり交渉すれば大成功

♉ 牡牛座／モロヘイヤ

うまくいきそうで一筋縄ではいかないとき。上昇運なので焦らずじっくり進めましょう。好結果が待っています

♊ 双子座／ナス

手厳しい指摘を受けるなどショックなことがあるかも。ただし反省して見直せば大きな方向転換に。転機です

♋ 蟹座／ミョウガ

運に恵まれ順調です。気になっていたことを片付ければ気分もすっきり。友人との交流や旅行も楽しめます

♌ 獅子座／レタス

勢いがあります。思った以上に進展が早いことも。かじ取りは慎重に。信頼に応えようとする態度が大事です

♍ 乙女座／ゴーヤー

口は災いのもと。発言には気を付けましょう。言葉よりも態度で示す姿勢が吉と出ます。映画やドラマを楽しんで

♏ 天秤座／キュウリ

気になることが多くそわそわ。まずは真偽を確かめて。信頼できる人と行動を共にすれば大団円のゴールに到達

♐ 蠍座／クウシンサイ

言質を取られないように気を付けて。多くを語らない方がうまくいきます。連絡は密に。友人との旅行や外出は◎

♑ 射手座／葉ショウガ

問題はあるものの運勢は良好です。状況が明らかになることで改善へと進むはず。困難を感じるときこそ奮起を

♒ 山羊座／ピーマン

スロースタートですが着実に結果を出していけます。長期計画を立てるのにも好機。クオリティー重視で進めて

♓ 水瓶座／葉トウガラシ

対人運が活性化。良い話悪い話も聞こえてきそう。建設的な話題に参加を。うわさ話はできるだけスルーが正解

♈ 魚座／イチジク

正確で確実な作業で高評価を得られます。行き違いがあっても落ち着いて話し合いを。良い方向へと進むはず



あんぜん、きづく、あんしん

東北電気保安協会

8月

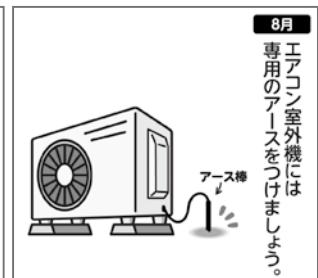
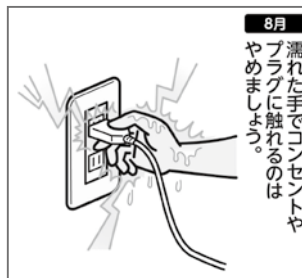
暮らしと電気安全

8月は「電気使用安全月間」です。

夏は肌の露出が多くなり汗もかくことから、電気が流れやすくなります。

また、暑さにより注意力が散漫になりがちのため、感電事故が多くなる傾向にあります。

そこで、経済産業省では、毎年8月を「電気使用安全月間」と定め、関係団体の協力のもと電気に関する安全運動を展開し、広く電気事故防止を呼び掛けています。電気安全に心がけましょう。



【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

たんぱく質足りていますか？

管理栄養士 安保 美里

現代の日本人はたんぱく質が不足していると言われています。
そこで今回はたんぱく質が十分摂れているのかチェックし、効率よく摂取できる方法も紹介していきます。

<たんぱく質チェックリスト>

- ☒ ダイエットのために自己流の食事制限をしている
- ☒ 偏食家、好き嫌が多い
- ☒ カップラーメンやコンビニの弁当、ファストフードをよく食べている
- ☒ 肉、魚、卵、大豆製品をあまり食べない
- ☒ 朝ごはんは食べないことが多い

⚠️ この中でひとつでもあてはまる項目がある方は、たんぱく質が不足しているかもしれません！
そもそも、たんぱく質とはなんでしょう…？

たんぱく質

たんぱく質とは、内臓や筋肉、爪や髪などからだを作る大切な成分です。
その他に、体の機能を調節する役割を果たす「ホルモン」や体内の化学反応に不可欠な「酵素」などもたんぱく質から構成されています。

ですが、たんぱく質は大事だからと言って一度に大量に摂っても、うまく活用できません。

1食に丁度いいたんぱく質の量って…？



丁度いい量

★肉・魚は
「手のひらサイズ」



★卵・納豆は
単品ではなく
組み合わせて食べる



<ストックしておくと便利な食品>

- ・魚の缶詰（水煮缶がおすすめ）
- ・ツナ缶（ノンオイルがおすすめ）
- ・3個パックの豆腐（1品足りない時に）
- ・きな粉（プレーンヨーグルトにプラス）

※腎機能の低下を指摘されている方は、医師や管理栄養士にご相談ください。

ぜひ、丁度いい量を覚えて、3食の食事や間食も活用しながらこまめにたんぱく質を摂りましょう！

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

ようやく40年ぶりに友人達と旅行できました。2泊3日の金沢旅でした。楽しくて、あっという間の時を過ごし、また通常の日々。また、行ける時を願って筋肉痛と戦っているところです。

大館市 Sさん (63)

連日テレビなどで災害の報道を目にします。他人事ではないですね。いつ自分の住んでいる所で起きるかもしれないと思うと胸が痛みます。

小坂 Yさん (62)

1年の半分があっという間に過ぎました。りんごの袋かけも終わり、少しホッとしている所です。庭の雑草は、毎日抜いても負けずに出てきます。体を慈悲し、1日1日を平凡に暮らせたらず幸せですね！

花輪 Kさん (77)

自家用野菜!!採れすぎて食べきれないよ〜!でも…もったいないから…何にして消費しようか悩める日々で〜す。

大湯 Rさん (70)

元同僚と10年ぶりに会いました。退職してから農作業に精を出し、当時から25kgも痩せました。「どこか悪いのか?」と言われました。当時は重量オーバーでしたが、今は体も軽く、至って健康です。

小坂 Hさん (71)

あじさいがきれいに咲いています。雨降りの日に小さな小さな青がえるがちょこんと乗ってました。とてもかわいかったです。

十和田 Jさん (73)

もうすぐお盆も近づいて来しました。年を取ると月日が早く感じます。急に暑くなって、草取りにおわれています。

十和田 Tさん (84)

暑さと雨、どうにかならないかな。今年はブルーベリーの実が早く色づいてくれました。我が家の大事なジャムになります。今月のかづのに、腸活のページがあり、うれしく読ませていただきました。皆様暑さに負けずに。

小坂 Nさん (87)

家の山ユリ今満開です。株が50-60ほどあります。その中の1本つぼみを数えたら90個以上ありました。それも今満開になっています。おいは少しきついですけど花はとてもきれいです。

小坂 Sさん (81)

●当選者とつぶやきコーナーにご協力頂いた皆さまには

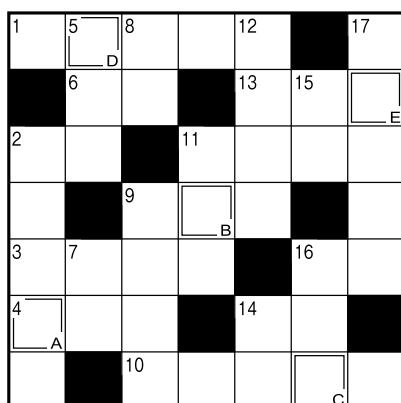
「黒あめ・塩あめ」

を1袋ずつプレゼント!

次回もたくさんのご応募お待ちしております。

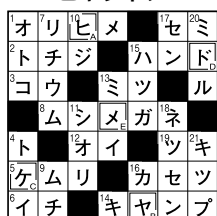
クロスワードパズル

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。

【7月号の答え】
ヒヤケドメ★7月号の当選者★
おめでとうございます!

田口マサ子さん
亀田リヤ子さん
藤田 幸子さん
安保みつ子さん
阿部 京子さん

↓ タテのカギ

- 2 パラシュートともいいます
- 5 法やルールなどに背くこと
- 7 イタリアの1つ前の通貨単位
- 8 「あかつき」や「白鳳」などの品種があります
- 9 日暮れ頃にザーッと降ります
- 11 読売ジャイアンツの本拠地は東京一です
- 12 植物に水やりをするときに使う道具
- 14 陰(いん)の反対語
- 15 毎度、バカバカしいお笑いを――
- 16 紙幣や貨幣を入れます
- 17 カレンダーに「F R I」と書かれていることも

→ ヨコのカギ

- 1 京都の五山送り火で、最もよく知られた形の送り火
- 2 エビネもカトレアもこの花の仲間
- 3 肥料の3要素の1つ。元素記号はK
- 4 どのドレッシングで食べようかな
- 6 骨切りをする細長い魚
- 9 イタリアの現在の通貨単位
- 10 山の頂上と麓の間
- 11 一緒に暮らしています
- 13 突破して決勝に進みます
- 14 夕空に輝く――の明星
- 16 歌謡曲で一番盛り上がる部分のこと

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
J A かつの
鹿角市花輪字下中島
広報クイズ係行 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5年8月25日(金)
～当日消印有効～

※皆様から寄せられた個人情報、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〉

アルバイト募集!

① 「青果物選果所」選果作業員（短期・長期）

内 容：桃・りんご・トマトの選果・箱詰め・贈答用補助
期 間：【短期】8月中旬～9月末頃 【長期】8月中旬～2月末頃
勤務時間：8時30分～17時（選果量に応じて勤務時間は変更になります）
時 給：853円

② 野菜集出荷所積込作業員（短期）

内 容：青果物の荷受積込業務補助
期 間：8月中旬～10月頃（予定）
勤務時間：8時30分～14時頃（出荷量に応じて勤務時間は変更になります）
時 給：853円 ※フォークリフト免許保持者は別途手当あり

応募方法：面接希望の方は下記までご連絡ください。

お問い合わせ／営農経済部 営農販売課（園芸）
TEL：0186-23-2497 FAX：0186-23-2534

●理事会だより

第5回 理事会
開催日 令和5年7月26日

議 案

- 第1号 理事と組合との契約（アグリスーパー資金【当座貸越】）に関する承認について
- 第2号 アグリマイティー資金の貸付について
- 第3号 当組合における取引のリスク評価書の変更について
- 第4号 令和4年度ディスクロージャー誌（案）の承認について
- 第5号 令和4年度期末監事監査報告書 改善を要する事項に対する回答について

協議題

- 第1号 令和4年度期末監事監査報告書 改善を要する事項に対する回答（案）について
- 第2号 令和5年度第1・四半期末監事監査報告書について
- 第3号 労組の要求事項について

その他

- 1) 第146回秋田県種苗交換会農業功労者候補の推薦について

●監事会だより

第7回 監事会
開催日 令和5年7月20日

議 案

- 第1号 随時（無通告）監事監査の実施について

協議題

- 第1号 令和5年度第1・四半期末監事監査報告書（案）について
- 第2号 J Aバンク基本方針に基づく「体制整備モニタリング報告」に対する監事の意見について
- 第3号 令和4年度期末監事監査報告書（本冊）の改善を要する事項に対する回答について
- 第4号 令和4年度期末監事監査報告書（別冊）の（要回答）箇所に対する回答について

その他

- 1) 内部監査報告（組織受託会計・無通告監査）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について
- 3) 令和5年度J A監事研修会の開催について
- 4) みのり監査法人監査（予備調査）の実施について

●J Aの概況（7月末現在）

出 資 金	1,698百万円
組 合 員 数（正）	2,708人
〃（准）	3,177人
組 合 員 戸 数（正）	2,664戸
〃（准）	2,638戸
職 員 数	130人

令和6年度 かつの農業協同組合職員募集

(R5.8.1 現在)

- 採用予定人員 / 3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6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6年3月31日現在で35歳未満の者
 - (1) 高等学校 (含専攻科) (2) 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 / 高校・その他・社会人経験者 令和5年9月8日 (金)
- 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 高等学校卒 (令和6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
 - ② 社会人経験者 (令和6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 / 高校・その他・社会人経験者 9月20日 (水)
 - 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 E-mail: jinji@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 / (株)全農ビジネスサポート 秋田支店