

2025
VOL.323

地域と共に
あなたのそばに

2
月号

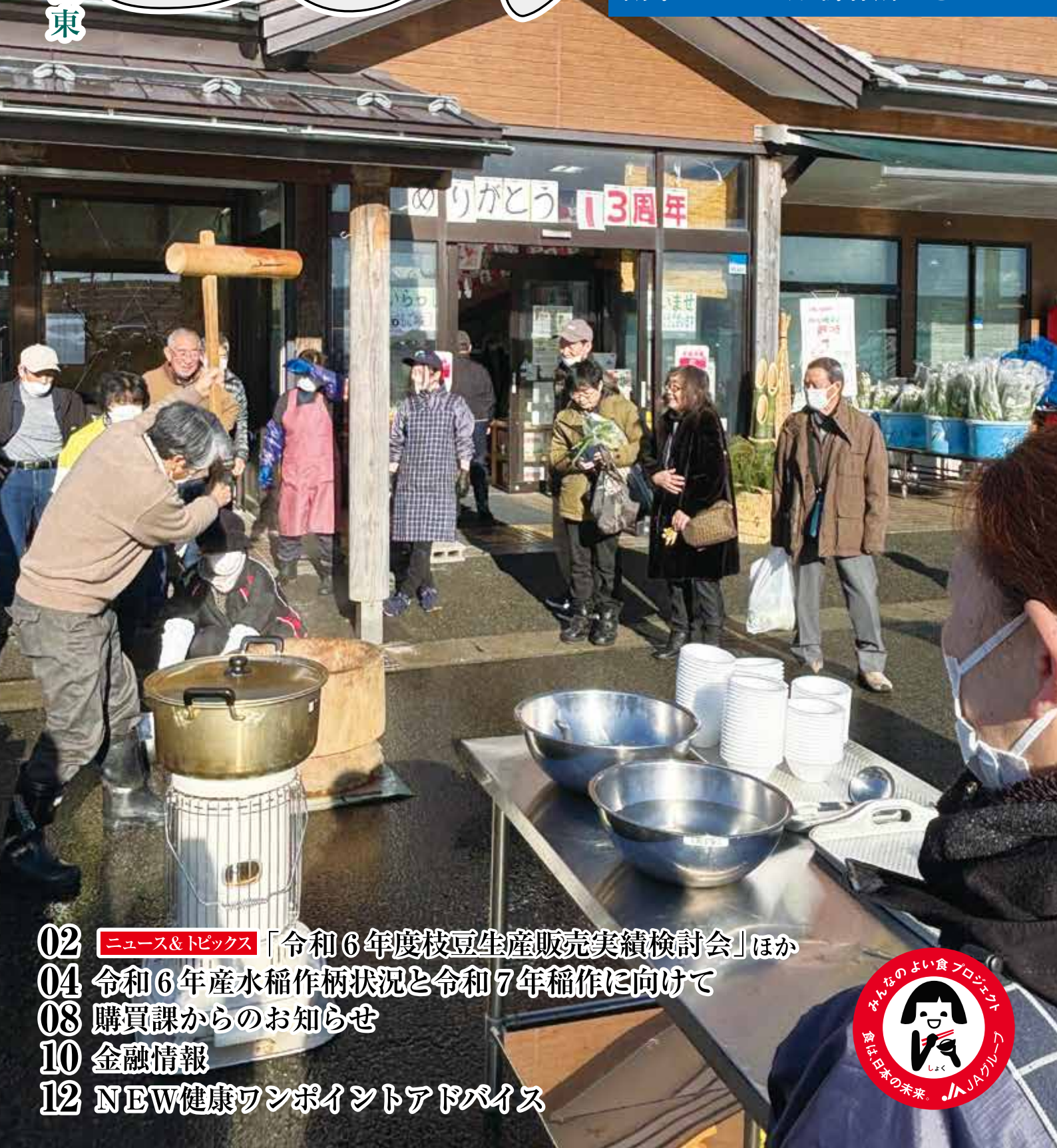
湖東の

やさい

あきた湖東



湖東のやさい畑新春餅つきイベント



- 02 ニュース&トピックス 「令和6年度枝豆生産販売実績検討会」ほか
- 04 令和6年産水稲作柄状況と令和7年稲作に向けて
- 08 購買課からのお知らせ
- 10 金融情報
- 12 NEW健康ワンポイントアドバイス





令和6年度 枝豆生産販売実績検討会



▲来年度も安定出荷に向けて、栽培技術を確認する生産者の皆様。

1月9日(木)

令和6年度枝豆生産販売実績検討会を開催し、今年度の生育販売概況、販売実績のほか、次年度の対応等を確認しました。生育概況として、出荷始期の7月中旬、下旬の早生品種は順調に収穫となりましたが、7月中旬、下旬の梅雨と重なり、継続的な降雨で曇天傾向となり、その後の莢太りに影響を及ぼしました。6年度の生育概況を振り返り、今後も圃場環境の整備を含め、基本技術を適期に実施し、恒常化しつつある集中豪雨に対応する圃場を選定することが重要だと話し合いました。次年度もマルチ、保温資材等による初期生育確保、適量播種等の基本技術を再度確認し、高位安定生産に努め、長期安定出荷体制の構築による収益性の確保を目標に生産者関係機関一体となって産地強化に努めてまいります。

令和7年歳開き

1月10日(金)

八郎湯低温倉庫にて、組合長はじめ役員など関係者一同が集まり、米倉庫の神棚と倉庫(蔵)を開ける行事「蔵開き」を行いました。一日市神社の宮司様より厳肅に神事が執り行われ、続いて猿田組合長が玉串を捧げ、今年1年の作業安全、五穀豊穡を出席者一同が神前に手を合わせ祈願しました。



▲作業安全、五穀豊穡を祈願する職員一同。

小規模多機能型居宅介護施設「もりやま」お茶会

1月15日(水)、16日(木)

小規模多機能型居宅介護施設「もりやま」にて初春のお茶会を開催しました。

今回のお茶会では、雰囲気を出すため、和風の音楽をかけた職員が自宅よりお茶碗や茶笑帛紗などのお茶道具を持ち寄り初釜の雰囲気バッチリで行われました。

お茶を楽しんだ利用者さんからは「普段は飲むことがない本物のお茶が飲めておいしかった」などのコメントや、自分でお茶を立てる利用者さんもいて、お茶の香りに癒されながらゆったりと過ごしました。



▲自分でお茶を立てる利用者。



▲お茶の香りとってもいいでしょ～？



▲ふわふわの泡。後味ほんのりあまくておいしかった～。



▲お抹茶をいただきながら談笑。



▲好評でおかわりする方もおられました。



湖東のやさしい畑新春餅つきイベント

1月4日(土)

湖東のやさしい畑にて、毎年恒例の新春餅つきイベントを開催しました。

やさしい畑出荷組合による餅つきは大変好評で、来店された方どなたでも体験でき、最後にはつゆ餅にして振る舞われました。

店内にはネギや白菜、キャベツなど地場産野菜が並び多くの人でにぎわいました。

湖東のやさしい畑では今年もたくさんさんのイベントを企画しておりますので、ぜひお立ち寄りください。



▲餅つきの様子。



▲つゆ餅の振る舞い。

秋田市卸売市場開放デー

1月18日(土)

湖東のやさしい畑では、毎月第3土曜日に開催される、秋田市卸売市場の「市場開放デー」にて、ことうの漬物や、揚げサンド、焼き芋などの直売所の人気商品をPR販売しました。また、冬期間は毎月行っております、熱々鍋の試食振る舞いでは、1月22日のカレーの日にもちなんでカレー風味のきりたんぼ鍋を提供し大盛況となりました。毎月旬の食材を提供しながら「湖東のやさしい畑」のファン拡大に努めてまいります。



▲湖東の味覚を求めのお客様。



▲きりたんぼ鍋の振る舞い。



令和6年産の総括と7年産に向けて ～初期生育の不良と倒伏拡大が収量減に影響～

1 生育概況 (図1～3)

① 播種～育苗期

浸種盛期の3月中旬から4月上旬の最高気温が平年(10.2℃)に比べやや高く(11.2℃)、日照時間も平年比140%と多く推移しました。

催芽については、6年播種用種子が令和5年7月末以降の異常高温下で登熟したため、籾殻が厚く種子休眠が深い状態となり、発芽の勢いが弱いことから催芽の不揃いが多く見られました。また、催芽の不揃いを是正しようと催芽時間を多く要したため、更なる催芽ムラを助長しました。浸種時の積算水温の確保が重要であり主な対策として、

- ・ 浸種期間は水温10℃で6～8日間行う。
- ・ 水温確保が困難な場合は浸種期間を長くする。
- ・ 催芽を均一にするため湯通しを行う。等が挙げられます。

管内の播種作業の始期は4月5日頃、盛期は4月14日頃となり5月上旬まで続きました。播種以降の天候は、日平均気温が平年(8.8℃)に比べ2.7℃高い11.5℃となり、日照時間も平年比147%と多く推移しました。出芽は被覆期間中の高温多照により出芽不良や苗ヤケが非常に多く発生し約10,000枚の被害相談となりました。また、苗質については育苗後半の老化苗・灌水過多による徒長苗の発生が散見されました。耕起作業については好天が続いたため順調に進みました。

② 田植え～生育初期

田植えの盛期は5月15日頃、終期は5月26日頃と平年並みとなりました。田植え始期の5月上旬は低温寡照で経過したものの、10日以降は最高・日平均気温ともに平年より高く田植えに適温な天候となりました。しかし、16日～18日にかけて強風と低温が重なり、前後に移植を行った圃場では植え痛みや代枯れが散見されました。さらに5月下旬は日照不足と低温が続く、地温の上昇が抑えられ活着の遅れ不良が初期生育の確保に影響しました。

初期生育については、5月下旬～6月上旬の低温寡照の影響が長期化し、初期分けつの発生は緩慢となりました。6月10日の生育調査では㎡当たりの茎数は管内平均135本で平年比86%と茎数不足でありました。6月10日以降は平年を上回る高温多照となり、連日最高気温が25℃を超える日が続く15日には32.1℃を記録しました。これにより、地温の上昇や寒暖の差が大きくなり生育は急速に進みました。6月25日の生育調査では㎡当たりの茎数は448本と平年比111%まで回復し、葉数も平年比+0.5葉と生育も早まりました。

③ 生育中期～出穂期

6月23日に梅雨入りし、7月は多雨寡照で経過しました。また、7月上旬と下旬は日最低気温が高く、気温の寒暖差が小さかったため、茎数の増加は6月に比べ緩慢となり、7月5日の生育調査では㎡当たりの茎数が平年比の104%、7月16日では同100%となりました。

草丈についても7月16日の調査で平年比107%と長く、降雨が続く十分な中干しを実施出来ず地力窒素が溶出し続けたことにより、第3・4節間が伸長し茎が細く、葉色も平年比107%と濃化する要因となりました。

出穂期は7月の平均気温が高く、葉数からみる生育も平年より早まっていた影響により、あきたこまちで平年より3日早い7月30日となりましたが、移植の早晚によって出穂時期が大きく異なり、圃場間差が拡大しました。

④ 登熟期～収穫期

令和5年同様、8月は高温多照の天候となりました。8月の日平均気温は26.1℃と平年を2.0℃上回り、日最高気温も35.0℃となり、夜温も高く経過したため稲体の消耗に影響を及ぼしました。さらに、8月12日から14日にかけて台風5号の接近により強雨となり管内でも広範囲において倒伏が見られました。

9月も高温で経過したため、登熟が早まり成熟期で9月7日となり稲刈り作業は9月10日頃の始期となりました。収穫期間の後半には、降雨日が多く稲の倒伏や作業の遅れが散見されました。



図1 草丈の推移(8/18は稈長)[単位:cm]

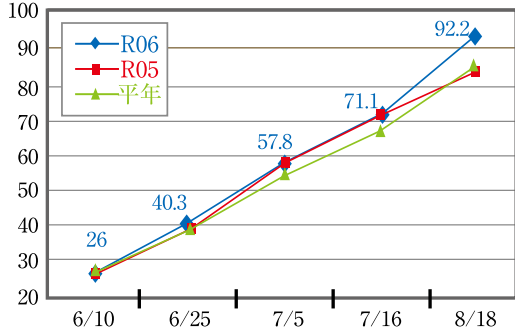


図2 茎数(8/18は穂数)の推移[単位:本/m²]

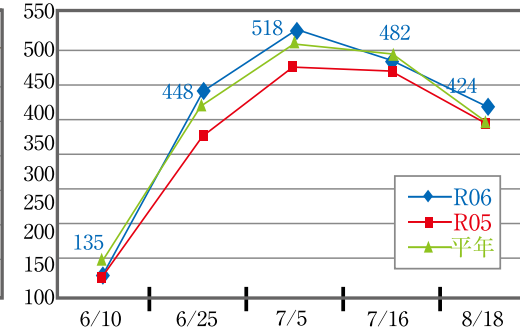
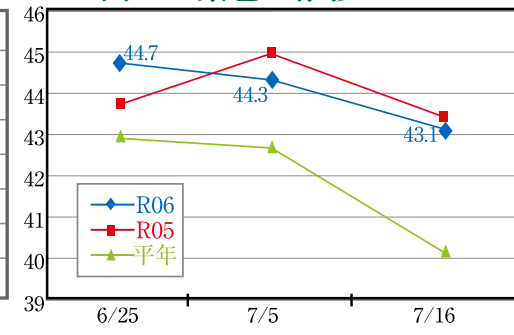


図3 葉色の推移



2 病害虫発生状況

① いもち病・紋枯病

葉いもち病は、6月下旬の梅雨入りから7月にかけて曇天・多雨の天候により感染好適日が多く発現し、平年より多い発生が予想されましたが、7月下旬以降の好天により、感染が抑制され拡大には至りませんでした。すでに潜伏株として上位葉や止葉に感染し発病した株については、穂いもち病の危険性が高まりました。しかし、8月以降の多照等により穂いもち病についても感染は強く抑制され発生量はやや少なくなりました。

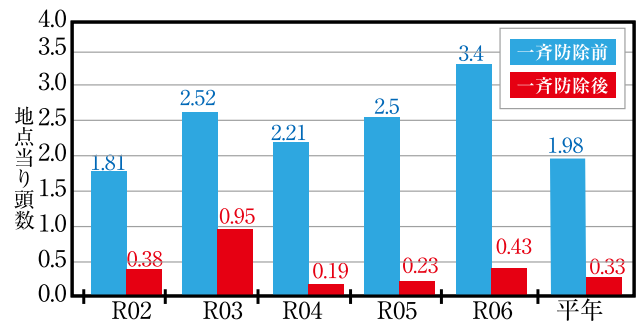
紋枯病の発生は7月中旬の高温と平年並みの降水量と、8月が高温・少雨で経過したことから病斑の水平展開が抑えられ被害が少なくなりました。

② 斑点米カメムシ類(図4)

本田内すくい取り調査では一斉防除前の発生は1地点当たり3.4頭で昨年よりも多く確認され、一斉防除後は0.43頭と防除効果は高かったものの、防除後も地域によっては発生が確認されました。

特に水田内に穂をつけたヒエやホタルイが発生している圃場や例年多発している地域は8月下旬の追加防除が重要と考えられ、カメムシ追加防除の情報を新聞折込にて発信しました。当管内も無人ヘリ・ドローンによる追加防除を8月下旬より実施しました。

図4 一斉防除前後のカメムシ発生量推移



3 品質状況

① 令和6年産米検査状況(表1~2)

6年産米の1等米比率は94.6%と前年を上回り乳白や心白粒は前年より少なくなりました。2等以下の格付け理由の第1位は55.1%でカメムシによる着色粒となりました。第2位は充実度不足で36.2%となり、出穂期以降の異常高温や少雨が要因として挙げられます。また、8月の強雨による倒伏によって登熟不良となり青未熟粒や穂発芽粒等も散見されました。1位のカメムシは前年に比べ38.3%上昇し、引き続き本田内・畦畔等の除草や追加防除等を継続していくことが重要となります。

② 収量(図5)

生育調査圃の坪刈りデータから、収量は10a当り525.7kg(平年比93.7%)と平年を下回りました。生育初期から中期にかけ低温による地温の低下が茎数確保に影響し、栽植密度が年々低くなっている傾向が茎数確保にも関係しております。未熟粒やカメムシによる着色粒がやや多いものの、整粒は平年並みとなりました。また、登熟期間は日中・夜間共に高温であったため、稲体の消耗が大きい事に加え、長雨による倒伏も品質の低下の一因となりました。

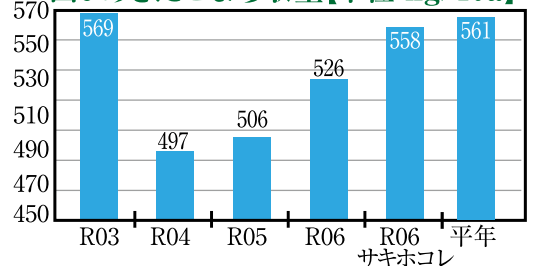
表1 地区別の米検査状況【単位:%】

地区	R06年産米			R05年産米		
	1等米比率	2・3等米比率	内カメムシ着色粒割合	1等米比率	2・3等米比率	内カメムシ着色粒割合
五城目	89.2	10.8	44.0	81.8	18.2	47.6
井川	97.1	2.9	54.7	88.5	11.5	14.6
飯田川	96.1	3.9	17.7	93.2	6.8	0.0
昭和	91.6	8.4	88.3	78.8	21.2	18.7
八郎潟	99.1	0.9	70.8	84.3	15.7	3.0
平均	94.6	5.4	55.1	85.3	14.7	16.8

表2 2等以下の格付け理由【単位:%】

順位	R06年産米		R05年産米	
	格付け理由	割合	格付け理由	割合
1位	カメムシ	55.1	充実度不足	26.3
2位	充実度不足	36.2	カメムシ	16.8
3位	形質	2.9	心白粒	13.9
4位	胴割れ	2.5	腹白粒	12.5

図5 あきたこまち収量【単位:kg/10a】



令和6年産の総括と7年産に向けて ～初期生育の不良と倒伏拡大が収量減に影響～

③ 食味値・タンパク含量(図6・7)

食味値はあきたこまちで72.2と前年に比べ上昇し、タンパク含量は6.8と前年並みとなり良食味米の要件である6.5以下を上回る結果となりました。

食味値の目標80を下回った要因としては、出穂期以降の高温多照による稲体の消耗と蓄積養分の減少により籾(玄米)が充実せず、玄米のタンパク含量が高まったためと推測されます。

④ 「サキホコレ」は勝負の3年目!!

令和6年産でデビュー3年目の極良食味米「サキホコレ」は管内生産者43名、作付面積約85.6haにて行われました。5月上旬から中旬にかけ田植えを行い、ほぼ前年と同じ8月5日頃の出穂期となりました。9月20日頃に刈取りの盛期を迎え、出荷総量のうち99.7%がタンパク含量6.4以下の基準達成米となりました。

令和7年産についても全量を特別栽培米での作付・出荷となり、43名の約101.1haとなります。JAと生産者が一丸となって出荷全量の基準達成米を目指してまいります。

図6 品種別食味値

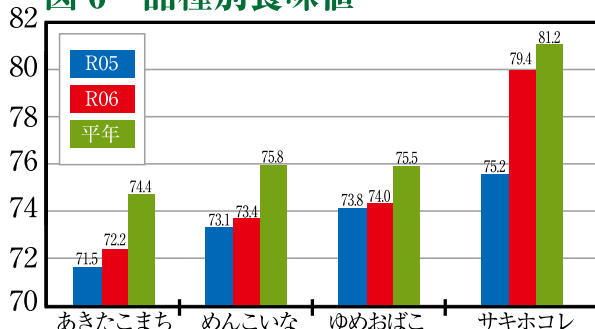
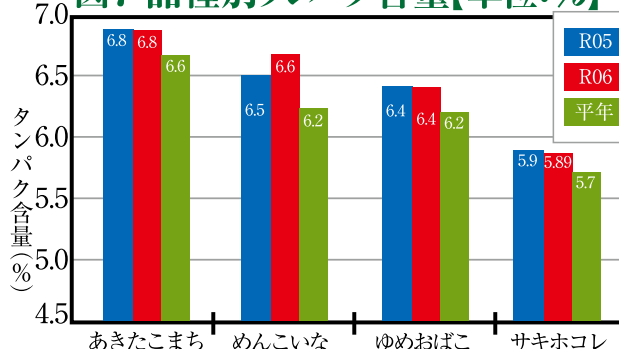


図7 品種別タンパク含量【単位:%】



4 令和7年産稲作に向けて

① 健苗育成で初期生育の確保

浸種時の水温を10~15℃にすることでテクリードCの効果を安定させ、催芽の不揃いを防ぐ事が出来ます。また、1.5葉期以降は低温や霜に注意しながら夜間のハウス解放を行い、外気温に慣らします。

軟弱・老化苗の移植は代枯れの要因となります。

② 充実した茎づくり(図8)

主茎及び3号~6号分けつは、タンパク含量が低い(食味値が高い)ことから、これらの茎を活かす事が高品質・良食味米生産につながります。

移植後10日と6月下旬頃に深水管理を実施し、無駄な分けつを抑制する管理が重要になります。また、栽植密度と植付本数の減少は茎数確保にも影響を与えるため70株/坪、3~4本/株を目安に行いましょう。

③ 土壌改良材(ケイ酸資材)の投入

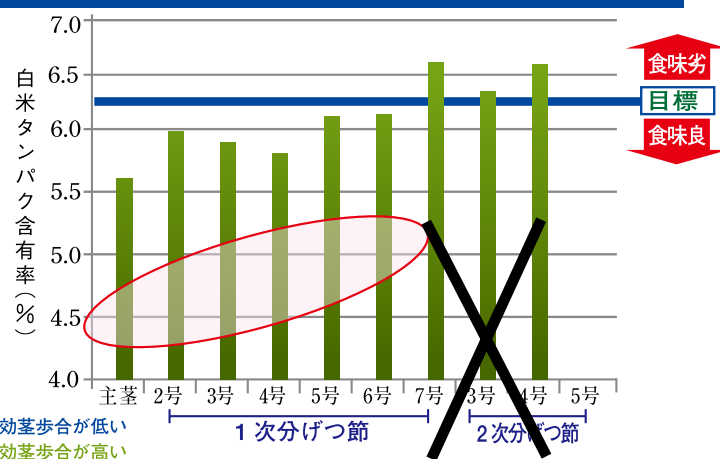
ケイ酸には、高温時における稲体消耗の減少や根の活力維持、登熟向上や白粒米軽減などの効果が見られます。近年の高温登熟対策としてケイ酸資材の投入が有効な手段となります。

④ カメムシ防除

カメムシ被害は登熟後半(8月下旬以降)のアカシカスミカメによるものがほとんどです。登熟後半までの防除対策として出穂10日後頃の防除と8月下旬の追加防除を確実に実施してください。

図8 分けつ節位別のタンパク含有率

主茎及び3~6号の1次分けつはたんぱく含有率が低く良食味



旬の食材「エシャロット」
 エシャロット(シャロット)とはヒガンバナ科ネギ属の多年草で原産地は中国です。やや赤みを帯びた小型の玉ねぎです。また、見た目は玉ねぎと似ていますが、半分はカットすると中身は紫玉ねぎのような色味をしています。強い刺激臭が特徴で、香味野菜としてフランス料理やイタリア料理などで使われることが多いです。マヨネーズや味噌に付けて生食でも食べることができますが、小ぶりのものを選ぶと風味が強くてよいでしょう。また加熱するとトロツとした食感と甘みを楽しむことができます。エシャロットに含まれているアリシンは、ビタミンB1の吸収を促すことで体内の血行を良くするため、疲労回復や血栓予防に効能があることで知られる栄養素です。また、抗菌作用も期待できるので、風邪などの感染症の予防や改善にも期待できます。血圧を抑制したりコレステロール値を低くしたりする効果もあるため、中高年以降の健康管理に大きな役割を持つ栄養素です。

J A あきた湖東主要青果物経営収支表

枝豆 主要品種 湯あがり娘、ゆかた娘、あきたほのか等

作型及び数量

播種	4月中旬～
収穫	7月中旬～
数量	400kg
単価	650円/kg
10a 収益	68,407円
10a労働時間	35h

経営収支

粗収益	260,000円
種苗費	18,216円
肥料費	25,749円
農薬費	9,818円
諸材料費	550円
包装資材費	24,000円
共選手数料	62,100円
流通経費	51,160円
費用計	191,593円
所得	68,407円
所得率	26%
1時間あたり収益	1,954円

主な作業及び労働時間

4月	5月	6月	7月	8月	作業(h)
施肥・耕起					3
播種					1
培土・追肥・防除					6
収穫					25
					35

長ねぎ 主要品種 夏扇パワー

作型及び数量

播種	10月下旬～
定植	4月上旬～
収穫	7月～
数量	2,500kg
単価	300円/kg
10a 収益	345,520円
10a労働時間	212h

経営収支

粗収益	750,000円
種苗費	43,120円
肥料費	53,702円
農薬費	53,111円
諸材料費	40,062円
包装資材費	60,735円
流通経費	153,750円
費用計	404,480円
所得	345,520円
所得率	46%
1時間あたり収益	1,630円

主な作業及び労働時間

10月	4月	5月	6月	7月	8月	作業(h)
播種						16
定植						16
除草・防除						24
収穫・卸り込み						15
収穫・整理						141
						212

南瓜 主要品種 くり将軍

作型及び数量

播種	4月上旬～
定植	5月上旬～
収穫	7月下旬～
数量	1,000kg
単価	200円/kg
10a 収益	60,946円
10a労働時間	78h

経営収支

粗収益	200,000円
種苗費	14,538円
肥料費	41,755円
農薬費	6,874円
諸材料費	26,188円
包装資材費	12,000円
流通経費	37,700円
費用計	139,054円
所得	60,946円
所得率	30%
1時間あたり収益	781円

主な作業及び労働時間

2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	作業(h)
育苗準備・播種									3
育苗管理									6
摘芯・定植									8
摘果・子蔓管理									31
収穫・キュアリング									30
									78

枝豆(早生)/秋冬キャベツ 二作取り体系

主要品種 枝豆【神風香等】 キャベツ【冬おもしろい等】

作型及び数量

	枝豆(早生)	秋冬キャベツ
播種	4月下旬～	6月下旬～
定植		7月下旬～
収穫	7月中旬～	10月下旬～
数量	400kg	4,200kg
単価	650円/kg	60円/kg
10a 収益	37,250円	56,619円
10a労働時間	35h	85h

経営収支

	枝豆(早生)	秋冬キャベツ
粗収益	260,000円	252,000円
種苗費	34,727円	8,932円
肥料費	33,207円	35,206円
農薬費	4,898円	2,933円
諸材料費	11,358円	11,550円
包装資材費	24,000円	44,220円
共選手数料	62,100円	0円
流通経費	52,460円	92,540円
費用計	222,750円	195,381円
所得	37,250円	56,619円
所得率	14%	22%
1時間あたり収益	1,604円	666円

主な作業及び労働時間

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	作業(h)
枝豆	施肥・耕起・播種								4
	培土・追肥・防除								6
	収穫								25
キャベツ									30
									20
									35

みなさんも青果物を出荷してみませんか？

新規栽培者を募集しておりますので気軽にご相談ください!!

受付：農業振興課電話 018-855-6221



令和7年用肥料・農薬・資材予約注文書のご提出は購買課までお願いいたします。

- あきたこまちR(無消毒)種子は残りわずかとなっております。水稻種子は数量に限りがあり、残りわずかな品種もございますので、ご注文の際はご相談ください。
- あきたこまちRテクリードC吹き付け種子、ゆめおぼこ種子、ひとめぼれ種子は完売いたしました。
- 肥料2月自己引取の受付は終了いたしました。今後は配達にて受付いたします。お早めにご提出ください。
- 資材等の配達が始まっております。置き場所のご準備をお願いいたします。
- 肥料のヒナイグリーンは1袋1,155円となります。尚、数量限定となりますが、ソフトシリカも在庫がございますので、ご希望の方はご連絡ください。

令和7年用大豆種子について

締切が2月20日(木)になっておりますので、お早めに営農センターまで、ご提出ください。

今月の営業時間について

- 平日 8:30 ~ 17:00
- 土・日・祝 休み

お問い合わせは購買課まで018-855-6222





春の農機センター展示会



開催日時：令和7年2月14日(金)

AM9:00～PM4:00

開催会場：JAあきた湖東 農機センター

出展内容

トラクター・田植機

催芽機・播種機・混合機・管理機・刈払機・動噴
動散・チェーンソー・その他

春商品多数展示します!!

協賛メーカー

クボタアグリ・三菱農機・トセキ東北・
ヤンマーアグリジャパン・やまびこ・丸山製作所・
三ツ星ベルト・(株)シバタ その他系統協力メーカー

農作業を快適に行うために、 格納整備をお勧めします。

当JAでは、機械のすみずみまで、丁寧に整備点検を実施しています。安心してお使い頂けるよう、点検・メンテナンス等、万全のアフターサービスに努めております。機械の消耗部品、油脂等は定期的な交換が必須です。



夜間ローン相談会のご案内

2月

6日(木)

20日(木)

17時～19時 各支所で開催



簡単マイカーローン

ロードサービス付
変動金利型 (保証料込)

お取引に応じた
優遇金利

年 **1.8%**

- ✓自動車購入・修理
- ✓車検・免許取得費用
- ✓他社マイカーローン借換



簡単教育ローン

変動金利型 (保証料込)

お取引に応じた
優遇金利

年 **1.9%**

- ✓入学金・授業料等
- ✓就学にかかる家賃等生活費
- ✓他社教育ローン借換

事前審査は便利な
ネット申込みで→



- 優遇金利の条件となるお取引とは、①ネットローンから仮申し込み②JAスマートカードローンもしくはJAカードのご契約③JAバンクアプリおよびJAネットバンクのご利用の3つです。ローン詳細は融資担当へお問い合わせください。
- お借入れには所定の審査がございます。ご希望に添えない場合もありますので、ご了承ください●金利は令和7年1月16日現在です。金融情勢の変動により、金利を見直す場合がございます。●優遇金利は令和7年3月31日までのお申込が対象です。

年金のお受取りは、JAが便利です

最寄りの窓口はもちろん、JA あきた湖東の管内に ATM が7か所ある他、提携金融機関やコンビニエンスストアの ATM でも割安な手数料でお取引可能です。

年金のお受取りは、身近で便利な JA あきた湖東の口座を是非ご利用ください！

【JAあきた湖東のキャッシュカードを利用できる提携ATMの例】

提携ATM	取引	時間帯	手数料
秋田あったかネット加盟ATM ※「秋田銀行」「秋田信用金庫」などの「秋田あったかネット」ステッカーが表示されたATM	出金	平日 8:45～18:00	無料
		土曜日 9:00～14:00	
	平日・土曜日の時間外 日曜日・祝日	出金	110円
		入金	
ゆうちょ銀行・セブン銀行・ ローソン・イーネットATM	出金	平日 8:45～18:00	無料
		土曜日 9:00～14:00	
	平日・土曜日の時間外 日曜日・祝日	出金	110円
		入金	

年金の請求手続や
受取金融機関の変更
などJAがお手伝い
いたします。お気軽
にご相談ください！



ご利用のATMにより、手数料が異なる場合がございます。詳しくはご利用ATMの掲示等でご確認ください。手数料は、令和7年1月20日現在です。





建物更生共済



建物更生共済



【JA共済キャラクター 浜辺美波】

火災はもちろん自然災害や地震にも備えられる建物や家財の保障

地震などの自然災害に強い！

火災や盗難などの事故はもちろん、台風や地震などの自然災害による損害も、しっかり保障します。

満期共済金がある！

掛捨てではありません。保障期間満了時に、返金共済金をお支払いします。満期共済金は、保障期間中に一部を分割して受け取ることもボーナスプランもできます。

ケガにも備えられる！

ご契約された建物や家財について発生した火災や自然災害によって、ケガをされたり、死亡されたりしたときには、傷害共済金をお支払いします。

いろいろな出費も安心！

火災や自然災害にあわれたときに発生する残存物のとりかたづけに必要な費用や消火にかかった費用のほか、当番の生活に必要な費用等をお支払いします。

建物更生共済



保障の対象：建物
住宅物件（木造・防火造） 保障期間30年（共済期間10年 継続2回）
臨時費用共済金の支払割合30% 協定共済価額1,500万円
実損てん補特約付 口座振替扱い 月払い（令和6年4月現在）
火災共済金額…1,500万円 当初10年間
満期共済金額…50万円 月々6,981円

継続後の共済掛金は継続時の共済掛金率で計算されますので、継続の時に共済掛金が変わる可能性があります。

大切な我が家の建物と家財 万一の災害に備え、保障の準備は万全ですか？

●ご加入にあたりましては、お近くのJA（農協）へお問い合わせください。●お支払いにはお住まいの地域があります。●この広告は保険料を明示していません。詳細につきましては「重要事項説明書（契約概要・重要事項説明）」および「ご契約のしるし（契約）」により必ずご確認ください。

資料請求はこちら ▼

はじめて共済

検索



<https://shiryo.ja-kyosai.or.jp>

お問い合わせは

あきた湖東農業協同組合

五城目支所 018-852-4321 湯上支所 018-877-3511
井川支所 018-874-2025 八郎潟支所 018-875-2110

【24059990020】



今月のテーマ

「骨粗しょう症について」



NEW 健康

ワンポイント アドバイス

「骨粗しょう症」とは、骨の量(骨量・強度)が弱くなり、わずかな衝撃でも骨折を起こしやすくなる病気です。日本には約1000万人以上の患者さんがいるといわれており、高齢化に伴ってその数は増加傾向にあります。骨粗しょう症には「原発性」と「続発性」の二つがあります。「原発性骨粗しょう症」とは主に女性ホルモンの低下や加齢によって引き起こされます。一般的に広く認識されている骨粗しょう症です。「続発性骨粗しょう症」とは何らかの原因(原発性以外)によって二次的に起こる疾患です。主な原因は、内分泌性・代謝性疾患(糖尿病や甲状腺機能亢進症など)や薬剤性、栄養性、生活習慣病などです。

● 症状

骨粗しょう症は自覚症状がほとんどありません。しかし転倒やくしゃみなどのわずかな衝撃でも骨折しやすくなります。骨粗しょう症で骨折しやすい部位は、「背骨脊椎の椎体骨折」、「太ももの付け根の骨(大腿骨頸部骨折)」、「手首の骨(橈骨遠位端骨折)」などです。骨が折れると痛みが生じて体が動か



しにくくなり、変形によって全身に様々な悪影響を及ぼします。例えば、椎体が押しつぶされるように折れると背中が丸くなり、それによって消化器系臓器や呼吸器系臓器などの機能障害が現れる恐れがあります。またその他の部位の骨折でも活動性が低下し、運動不足になります。運動不足により、ますます骨が弱くなり注意が必要です。



● 検査・診断

骨粗しょう症の検査は主に「骨密度の測定(DXA法)や「骨代謝マーカー」による骨の代謝状態の評価を行います。「DXA法」とは二つの異なるエネルギーの放射線を使って骨密度の測定を行う検査です。検査部位は「腰椎」と「股関節」で検査時間は5〜10分です。「骨代謝マーカー」には骨吸収マーカー、骨形成マーカーがあり、血液や尿を採取することで骨の代謝状態を調べることができ



骨密度測定装置

● 治療

内服薬や注射(カルシトニン製剤)などによる治療を行います。治療に用いられる薬は、骨吸収を少なくする薬(骨吸収抑制剤)、骨形成を助ける薬(骨形成促進薬)、痛みを取り除く薬など様々な種類があります。また、ホルモン剤やビタミン剤など不足したものを補う薬が処方されることもあります。骨折した場合は、それに応じた治療が必要です。閉経後の女性は、定期的な検診や整形外科医師の受診をお勧めします。

● 予防

骨粗しょう症の予防には、バランスのよい食事と適度な運動が効果的です。食事では、牛乳などに多く含まれるカルシウムや魚に豊富に含まれるビタミンD、納豆や海藻などに含まれるビタミンK、その他リンやマグネシウムなどを積極的に取ると良いでしょう。適量のタンパク質も大切です。喫煙や過度な飲酒は骨粗しょう症の危険因子となるため、控えましょう。また転倒に注意しながら、適度な運動や日光浴を心がけると良いでしょう。





今号の
おたより
コーナー
February Letter Corner

1 餅つきイベントの案内を見て、初めてやさい畑に行きました。きつかけをあげがとうございます。
(五城目町 20代)

2 年始の農産物直売所や給油所、ATMなどの営業日や営業時間について一覧にして載せてもらいましたのでとても見やすく助かります。
(潟上市飯田川 60代)

3 表紙の写真に癒されます。可愛いですね。私の娘にも小学生の時に晴れ姿の写真を撮って残してあげれば良かったなあ。
(井川町 60代)

4 冬野菜が旬の今、おでんに大根、焼き芋はさつまいも、定番ですが「やさい畑」での野菜を購入とクイズコーナーが毎月の楽しみです。今年もよろしく!!
(潟上市昭和 70代)

5 JAあきた湖東お正月セット大変おいしく頂きました。特に「ごぼうの大根キムチ」大好きです。おいしかった。来年もまた楽しみます。鍋セットもおいしかったです。
(八郎潟町 70代)

6 昨年のやさい畑は大盛況続きで、ご苦労様でした。特にマングロの解体ショー、流しそうめんはとても楽しませていただきました。本年も様々なイベント行事を楽しみにしています。
(五城目町 60代)

7 「頭の体操」を毎回楽しみに解いています。今年は母がJAのクラウンドゴルフ大会で楽しみました。年末の買い物はやさい畑でたくさん買いました。
(井川町 50代)

8 かわいい振袖姿に癒されますね! (八郎潟町 70代)

9 「やさい畑」の野菜をたくさん頂いて健康な一年にしたいと思えます。
(五城目町 50代)

10 頭の体操で脳をきたえ、まだまだがんばります。
(井川町 90代)

アグリサポート湖東漬物加工所作業員の募集について

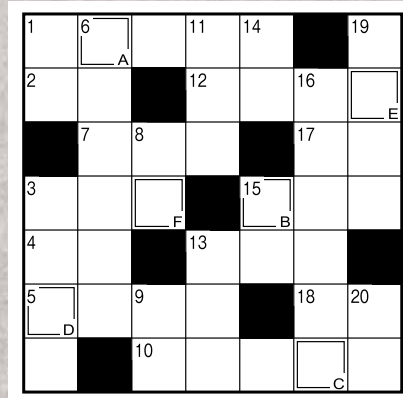
管内組合員の農業所得向上と、生産振興拡大を目的として稼働しております漬物加工所が、販路拡大、取引量増加に伴い作業員を募集しております。詳しくは、漬物加工所にご連絡願います。

湖東の商品を食卓にお届けしましょう!

作業内容: 漬物加工に係わる作業
(野菜の洗浄、カット、漬け作業、計量包装作業)
勤務時間: AM8:30~PM1:00頃
TEL:018-875-5831

頭の体操 クイズコーナー

二重枠に入った文字を、A~Fの順に並べてできる言葉は、何でしょうか?



- タテのカギ
- 01. 教育・勤労・納税は国民の三大——です
 - 03. 気仙沼の名物、サメの加工品
 - 06. さいころや角砂糖はこの形
 - 08. 封書を数えるときに使う言葉
 - 09. キラキラ光る——入りのセーター
 - 11. 風を受けて水上を進みます
 - 13. 地銀よりも規模が大きめ
 - 14. といで炊きます
 - 15. 水で洗い物をするとかじかむことも
 - 16. 多くが九州で作られている酒
 - 19. こ、これぐらい平気だい!
 - 20. チョキがはさみならパーは

ヨコのカギ

- 01. 2月14日に職場などで配る人もいます
- 02. リンゴの品種。青森県北東部に同じ名前の市があります
- 03. 天気が崩れて——が強まった
- 04. 寒い日にはこりやすくなる人も
- 05. 節分にイワシの頭を刺して飾ります
- 07. 紅茶の茶葉とお湯を入れます
- 10. 熱心に後輩を指導する、——のよい先輩
- 12. 看護師——ともいうナースステーション
- 13. 和歌山県には奈良県と三重県に囲まれた——があります
- 15. 不利の反対語
- 17. 古代インド発祥のエクササイズ
- 18. じゅうたんを敷く所

先月号の答え

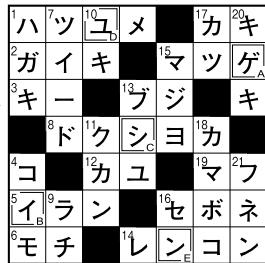
- 保坂茜さん(五城目町)
- 斉藤貞勇さん(井川町)
- 菅原多賀子さん(潟上市飯田川)
- 赤田義登さん(潟上市昭和)
- 櫻庭理智子さん(八郎潟町)

応募総数 31 通

沢山の
ご応募本当に
ありがとう
ございました。



A=ゲ
B=イ
C=シ
D=ユ
E=ン



クイズ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 答え 2 住所 3 氏名 4 年齢 5 電話番号
6 JAまたは本誌について一言お書き添いの上、下記の宛先までハガキにてお送り下さい。(2月20日(木)迄)
※皆様からJAに寄せられたお便りの情報は、広報活動以外では使用することはありません。

〒018-1721 南秋田郡五城目町字七倉123-2
JAあきた湖東 広報担当 係

★お知らせ★

新年度より新コーナーを設ける予定です。
お楽しみに!!

湖東のやさい畑からのお知らせ 直売所情報

まだまだ寒さが続いておりますが、
やさい畑の食材で寒さを吹き飛ばそう!



デコポンも甘くて美味しいですよ!

雪中キャベツや長ネギ、ほうれん草大人気!



甘味が詰まった旬の野菜をご賞味ください!
このほかにも鍋に欠かせない食材が勢揃い!是非、お立ち寄りください!!

燃料課からのお知らせ

ガソリンスタンド従業員募集 危険物取扱有資格者大歓迎

職 種：スタンド業務全般

募集資格：18歳以上の方

募集人数：若干名

勤務時間：交代シフト勤務

その他：委細面談の上ご相談ください。

面接希望の方は下記まで、お電話ください。
(連絡先)JAあきた湖東 燃料課 TEL:018-852-3444

キャッシュカードを
紛失した時

平 日 018・855・1512
夜間・休日 018・865・3222

2025.2



ことう 14

JA葬祭レゼール「みどりの会」入会のご案内

ご葬儀のことなら、
どんなことでもお気軽にご相談ください！
どなた様でもご利用いただけます。

安心1 月々の積立金、年会費は一切不要！
入会金**10,000円(税込)**のみで葬儀費用がお得に！
毎月のご負担がかからないように掛金は不要です。



安心2 1回のご入会で1家族が「生涯会員」です。
ご家族であればどなた様でも、ご利用いただけます。

虹のホールレゼール湖東

〒018-1516
南秋田郡井川町浜井川字杉ノ実170-1
TEL 018-855-6333

安心3 即日入会可能
入会後すぐに会員割引が受けられます。*事前入会が原則です。

お申込み・お問い合わせ

安心4 JA葬祭は全県ネットワークです。
県内のJA葬祭会社それぞれの会員割引特典が受けられます。

JA葬祭レゼール

0120-46-5731

1月のあゆみ

- 8日.....第10回 LA会議
- 10日.....令和7年 蔵開き
- 14日.....第3回 ALM委員会
-第10回 経済・生活福祉事業会議
- 15日.....第10回 支所長会議
- 16日.....令和6年度 JA-LPガス・石油担当役員・部課長会議
-全県 JA人材育成・人事労務担当部課長会議(2回目)
- 17日.....JA秋田役職員連盟委員会
- 20日.....秋田県JA管理・経済システム協議会 検討委員部課長合同会議
- 21日.....第4回 債権対策委員会
- 22日.....中央会 理事会
-厚生連 経営管理委員会
-全 農 運営委員会
-全共連 運営委員会
-JAバンク運営協議会
-秋田県JA管理経済システム協議会
-LA決起大会
- 23日.....第10回 企画会議
- 24日.....第3回 理事協議会
-第5回秋田県JAバンク運営協議会専門委員会
- 27日.....みのり監査法人 リスク対応手続
- 28日.....第12回 監事会
-第4回 コンプライアンス委員会
-第12回 理事会
- 29日.....みのり監査法人 リスク対応手続(~31日)
-令和6年度地区別JA組合長・会長等会議

2月の行事予定

- 3日.....令和6年度(令和7年1月末)米穀棚卸立会監査
- 4日.....令和6年度 コンプライアンスヒアリング
- 10日.....全共連 東北・北海道地区総代会議
- 21日.....令和6年度第3四半期監事監査(~26日)
- 25日.....レゼール取締役会
-中央会 理事会
-秋田県農協政治連盟支部長会議
-厚生連 経営管理委員会
-全 農 運営委員会
-全共連 運営委員会
-JAバンク運営協議会
-秋田県JA管理経済システム協議会
- 26日.....第13回 監事会
-第13回 理事会
-第4回 理事協議会
- 27日.....全県JA副組合長・専務・常務会議

あしがき

今月から広報担当することになりました。未経験者でながら取り掛かればよいのかもわからず戸惑いましたが、こうして無事に発行することができました。よろしくお願ひします。

職員人事

新採用(1月1日付)

農産流通課...伊藤渉 五城目支所...佐藤葵

異動(1月1日付、カッコ内は旧任)

経済部次長.....小野義隆(経済部次長兼農産流通課長)
農産流通課長兼直売所長...伊藤修光(農業振興課長補佐)
企画総務課係長.....伊藤文子(販売課係長)
購買課...門間拓海(農産流通課) 販売課...山口玲那(五城目支所)
販売課...石井翔太(企画総務課)
農業振興課.....松橋帝(購買課)

理事会報告

業務報告 ●1月主要事業実施経過報告について

- 実績検討について
- 組合員の加入及び脱退状況について
- 内部監査結果(12月実施)の報告について
- 令和6年度 第3四半期監事監査の実施について
- みのり監査法人 令和6年度内部統制の運用評価計画書について
- みのり監査法人 令和6年度リスク評価及びリスク対応手続
- (仮査定基準日における資産自己査定等)の実施について
- みのり監査法人 令和6年度財務諸表監査外部確認手続対象先選定及び実施計画について
- 余裕金運用状況の報告について
- 貸付金利の変更について
- 賦課金の収納状況について
- 令和6年度 直接販売米の取引状況について
- 令和6年度 大豆荷受及び検査実績について
- 春の農機センター展示会開催について
- 自主(自店) 検査結果報告「第3四半期」について
- 令和6年度 連続職場離脱途中経過報告について
- 令和6年度 第3・四半期 不正・不祥事・苦情等対応状況について
- 事務ミス等の発生状況について
- 不祥事再発防止策の進捗状況について

報告事項

- 第1回経済専門委員会
- 第4回債権対策専門委員会
- 議案第47号 理事と組合との貸付契約(利益相反)について
- 議案第48号 令和7年度 経済・生活福祉事業関係手数料、利用料金等の設定(案)について
- 議案第49号 健康情報等の取扱規程の制定について
- 議案第50号 就業規則の一部変更について
- 議案第51号 職員給与規程の一部変更について
- 議案第52号 定年再雇用規程の一部変更について
- 議案第53号 嘱託職員就業規則の一部変更について
- 議案第54号 福祉事業所職員就業規則の一部変更について
- 議案第55号 固定資産(やさい畑、駐車場増設工事)の取得について
- 議案第56号 出資金の減口について
- 議案第57号 出資金の減口について

協議

●役員報酬審議委員の選出について

その他

●秋田県知事選挙並びに第27回参議院議員通常選挙秋田選挙区の推薦候補者について

交通事故
発生時

何よりも 必ず JA 夜間・休日
119番 110番 855-4510 0120-258931

15 ごと



2025.2

湖東の
おいしさ
いただきます



野菜大好き!!

VOL

203



わか たけ よう じ きょう い
若竹幼児教育センター

今月は若竹幼児教育センターの5歳児の皆さんにほうれん草をプレゼントしました。

子どもたちは雪合戦やこおりおにのほか、絵の具でシロップを作った雪のかき氷などで雪遊びを楽しんでいます。

新年の始まりの会ではお正月にちなんだ福笑いや干支の由来を教わったり、園長先生のお手本を見ながら書初めに挑戦しました。

今月に行う節分では、子どもたちが作った鬼のお面と新聞紙で作った豆で豆まきをするのを楽しみにしています。



今月の野菜

ほうれん草



カスピ海沿岸が原産地で、ヒユ科アカザ亜目ほうれん草属の野菜です。β-カロテン、鉄、ビタミンC、葉酸、食物繊維、カリウムが豊富です。β-カロテンには、ビタミンAとしての皮膚や粘膜を正常な状態に保ち、感染症などへの抵抗力を高める機能以外に、抗酸化作用や免疫力アップといった働きも備えています。