

十月

2024 vol.312

# しらかみ

白神山地を背に営む農業と生活の応援団



特集

地区別座談会を開催

～組合員の皆様のご意見・ご要望～



JAグループ秋田キャッチフレーズ

いいねをとりよぼう 届いげたい

山がいい  
水がいい  
大地がいい

Contents

- 02 **特集** 地区別座談会を開催  
～組合員の皆様のご意見・ご要望～
- 06 あきた白神トピックス
- 10 営農情報 ～ 稲作・畑作 ～
- 12 旬の冬野菜でヘルス&ビューティー
- 14 能代科学技術高校レポート
- 15 地域のきずな ～ 女性部活動 ～
- 16 おたより・クロスワード
- 17 食卓を彩る旬のレシピ
- 18 JAあきた白神からのお知らせ

9月10日から13日まで管内の35会場で、令和6年度集落座談会が開催されました。

各地区の組合員145名が参加し、令和6年産米の集荷・販売方針やカントリーエレベーターの稼働などについて報告した後、意見交換を行いました。

参加者からいただきました貴重なご意見・ご要望・ご質問をQ&A方式でご報告させていただきます。質問事項が重複・類似した案件については集約し回答させていただきます。

※各項に標記している㊦、㊧、㊨、㊩はご意見・ご要望のあった本店・支店を表しています。  
㊦=本店 ㊧=のしろ北支店 ㊨=ニツ井支店 ㊩=藤里支店

**特集** 地区別座談会を開催

～組合員の皆様のご意見・ご要望～

令和6年9月座談会



Q ご意見・ご要望・ご質問  
A 回答・対応

肥料・農薬・資材等に  
関する意見

**Q** 前年の米の紙袋が残っているが、使用できないのか。㊦  
**A** 令和5年産の紙袋であれば、配送センターへ持参し年産訂正をして頂ければ令和6年産で使用できます。

**Q** 当用のタイミングでのWEB注文は価格面で優位性はあるか。㊧

米の栽培・販売に  
関する意見

**Q** カントリー利用しているが飯米の引渡しに10月末頃となっている。自家用のコメが不足しているので早めの対応してほしい。㊨  
**A** 荷受け中に同時に処理することが出来ないため、荷受け終了後の糶摺りとなることから、早くとも10月25日頃からの引き渡しとなりますのでご理解願います。

**Q** 令和7年産米から「あきたこまちR」に切り替わるが、カドミウム検査は従来通り行われるのか。㊦

**A** 県の指針では、令和7年産米までは通常通りの検査を実施することになっており、令和8年産米からは、抽出検査などを検討しているようです。

**Q** 従来のあきたこまち種子を準備できればJAでは「あきたこまち」として買ってもらえるのか。㊧

**A** 従来の「あきたこまち」については、種子購入証明書があればJA米として、自家採取の場合

**A** 当用価格の3%引きで価格を設定しておりますのでご利用ください。

**Q** カントリーの稼働日について、年々稲刈りが早くなっているため、さらに早く稼働日を調整することは可能か。また、稼働日を日曜日始まりではなく土曜日からに変更することはできないか。㊩

**A** 今年は大潟村CE公社での受入開始が日曜日からということもあり、土曜日の荷受けで過稼働になるリスクを考え、日曜日からの稼働としました。次年度以降は、大潟村CE公社との更なる連携を図り、早期稼働に向けてまいります。

**Q** 稲刈りの時間が限られるため、カントリーの稼働時間を10時～17時にしてほしい。㊨

**A** 受入時間を遅らせると荷受量が増加し、過稼働となるため調整日を多く設けなければならなくなりそうです。昨年度から実施している予定調整日より稼働日を多くすることで対応してまいります。

カントリーエレベーターに  
関する意見



**Q** 「あきたこまちR」の紙袋はどのようなになるのか。また、「あきたこまちR」に移行する際、肥料などの対応について情報を提供してほしい。㊧

**A** 「あきたこまちR」は「あきたこまち」と形質や品質の評価に差がないので、品種群として1つの銘柄となり、紙袋の銘柄は「あきたこまち」と表示されます。また、農産物検査時の品種名は「あきたこまちR」となります。

は一般米での買入れを想定しております。

また、出穂期や成熟期、収量性や品質等は従来の「あきたこまち」と同等で、基本的にこれまでと同じ栽培方法で問題はありませぬ。県からの情報等あれば随時お知らせいたします。稲作部会員向けにLINEによる情報発信も行っておりますので活用ください。

**Q** 「あきたこまちR」の栽培勉強会について、開催する予定はあるのか。また、開催するならばいつ予定なのか。(一)

**A** 「肥料農薬レベルアップ研究会」を11月中旬〜下旬に開催いたします。その中で「あきたこまちR」の講習を行う予定です。

**Q** 「あきたこまちR」はカドミウムを吸収しないとされているが、鉄分も吸収しないのではないのか。そうすると、食味が下がるのでは。(一)

**A** 「あきたこまちR」はカドミウムと形質が似たマンガンの吸収能力が低下しておりますが、食味に関しては「あきたこまち」と同等となっております。

**Q** 鉱山の関係によりカドミウムが出るのだから、国や県から



**Q** 米の概算金は昨年度より上昇したが、肥料農薬等の経費も上昇しているため、手放して喜ぶことができない。今後も価格維持に向けて努力してほしい。(本)

**A** 6年産米の概算金については、生産費を加味し営農を継続できる価格設定ということで各産地で大きな上げ幅となっております。この価格が安定的に続くよう消費者の理解醸成を含め、取り組んでまいります。

**Q** 買取米に制限はあるのか。(三)

補償してもらおうよう強く働きかけてほしい。また、白米にした場合は数値も減ると思うので大丈夫なのではないか。(藤)

**A** 現在、カドミウム基準値を上回った場合は秋田県からの買取り・焼却処分となっております。また、精米し白米とすれば、数値は下がるものと思われませんが、基準値を必ず下回る根拠がございません。安全・安心な秋田米を流通させるためにも、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

**Q** 「サキホコレ」の県内作付面積は増えているのか。また当地区での作付けはいつから可能になるのか。(本、北、一)

**A** 令和6年産の「サキホコレ」は、18生産団体の955経営体、作付面積1,647haが登録となっております。前年より345ha増反となりました。

現在、管内は作付推奨地域外となっており、「サキホコレ」の作付けはできません。管内では令和3年から継続して作付推奨地域に入れるかどうかの栽培試験を行っております。今年度の試験結果を基に判断させていただきます。

**A** 買取米については出荷契約時に申し込みいただいた希望数量の範囲内での取り扱ひとなっております。

**Q** 今年は、米価が上昇となったが、飼料用米を作付けしている農家の収入はどうなるのか。(藤)

**A** 飼料用米の価格については前年産と同額となっております。すし、水田活用の直接支払交付金についても多収品種標準単価8.0万円(収量に依りて5.5〜10.5万円/10a)となっております。飼料用米については政策に関わるものですので、急激な米価の上昇には対応しきれない部分がございますが、需給の一端を担っておりますので支援の拡充を求めています。

**Q** 今年の育苗ではバカ苗が多くな見受けられましたが、これは種もみの産地によるものなのでしょうか。バカ苗が増えると困るため、何らかの対策を講じていただきたい。(北)

**A** 育苗センターでは種子消毒を施し健苗の供給に向けてまいりましたが、令和5年度の種子が少なかったことで準種子での播種となり



れることとなりますが、仮に作付け可能と判断されても、作付けできる場所は限定されます。

**Q** 「サキホコレ」について、「秋田県の米」として多額の費用を使つてPRしているのだから、県全域で作れるよう県に対し強く要望してほしい。(藤)

**A** 多様化する市場ニーズやブランド米競争の激化に対応するため、フラッグシップとして秋田米を牽引していくことを目的に「サキホコレ」が育成されました。あきたこまちを含む全てのイメージアップと

ました。異常気象により今後このような種子での播種が懸念されることから、普及所や指導員と連携して対策してまいります。

**Q** 勉強会等を各種開催してもらっているが詰め込みすぎで内容が頭に入らない。日程の改善・内容の整備等をお願いしたい。(北)

**A** 農家の繁忙期を避けるため、稲作は11月頃に、野菜は2月頃に栽培講習会を開催しております。また、各生産部会ごとに適時開催しております。部会と協議しながら日程の決定や内容の精査を行ってまいります。

### その他の意見

**Q** イノシシの被害が大きい。JAで罾の貸出や助成金、対策部門を設けてほしい。水路、畦畔の破壊、稲の食害でほとんど出荷できない。(一)

**A** 現在、JAとしての罾の貸出や助成金はございませんが、手軽に設置できる電気柵や、忌避効果期待できる肥料等があります。営農指導員やTACにご相談下さい。また、行政では鳥獣被害防止

評価の向上に繋がるものと考えられます。

**Q** 令和6年産米出荷奨励金について詳しく説明してほしい。また、出荷奨励金は来年度もあるのか。(本、北、一)

**A** 出荷奨励金については出荷契約数量(主食用米)の80%を超過し出荷いただいた米に500円(俵)加算するものです。支払い時期は11月上旬を予定しております。米の品薄感が強まる中、取引先からの需要にこたえるための集荷対策として実施いたします。なお、出荷契約数量がベースとなるため、今年産米限りの奨励措置と考えております。

**Q** 他業者が高値で買い付けていると聞いているが、追加払いができるような販売努力をお願いしたい。また、現在買取米で契約しているが、委託米に変更することは可能なのか。(本)

**A** 買取米から委託米への変更は可能です。出荷される際に選択し、伝票に記載してください。追加払いについては取引先との交渉を進めながら、年明けの追加精算に向け、販売努力してまいります。

計画を策定してまいりますので、被害情報等あれば行政へのご相談もお願いいたします。

**Q** 藤里給油所が週2回休みとなり不便を感じる。利便性が悪く客離れに繋がっているのではないかと。(藤)

**A** 給油所ごとの経営収支健全化と労働者の適切な勤務体制整備を進めております。特売日を設定し利用者メリットを高めると共に、農繁期対応や冬季の除雪車への対応も行っておりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。





コンバインでの刈取りを見学



刈り取った稲を丁寧に運ぶ児童



初めての鎌を手に稲刈りスタート

### 実りの秋を満喫 ～第四小学校児童稲刈り～

能代市第四小学校の児童は9月27日、黄金色に染まった水田に入り、「あきたこまち」を稲刈り鎌で丁寧に刈取り収穫の喜びを味わいました。稲刈りを体験したのは同校の4年生児童57人。地域農業を学ぶ機会として総合的な学習の時間を活用し実施。青年部員の協力を得て、学校近くの水田の一角約5アールで稲刈りに挑戦しました。

秋晴れの下、頭（こごべ）を垂れた稲穂の重みを感じながら、鎌を手に稲を1株ずつ丁寧に収穫。圃場内は友達と楽しそうに収穫する児童らの笑顔で溢れて、「収穫したお米を食べるのが楽しみ」と話しておりました。



見事ベスト4入りを果たした浄城南小学校野球部

### 浄城南小学校、4強入り

～JA共済学童野球大会～

第22回JA共済学童野球大会が9月14、15日の両日秋田市で開催され、当JA代表として出場した浄城南小学校野球部が、準決勝で惜敗したもののベスト4入りを果たしました。

JA共済の地域貢献活動の一環として開催されているもので、大会には県内13JA代表チームのスポーツ少年団の児童が参加し、熱戦が繰り広げられました。開会式では主将の田中雅大くんが力強く選手宣誓を行い、大会がスタート。保護者らの応援も熱が入り会場は熱気に包まれていました。

試合結果は次のとおり。

▽準々決勝（1回戦シード）  
 浄城南小学校野球部4―3出戸野球スポーツ少年団（JA秋田なまはげ）

▽準決勝  
 浄城南小学校野球部6―8羽城ジュニア野球スポーツ少年団（JAあきた湖東）



力強く選手宣誓した田中くん

### 「あきた白神米」を求め車列 ～新米直売会～

JA集約農業倉庫の特設会場で9月30日、「あきた白神米」を、いち早く消費者へ提供するため、新米直売会を開催しました。

あきたこまち一等米の玄米840袋（1袋30kg）を用意し、1袋1万1000円で販売。会場には287人が来場し、車に乗ったまま購入の手続きが出来る、ドライブスルー方式で行われました。会場は車列が出来るほど賑わいをみせ、お昼頃には完売となり「あきた白神米」の人気の高さがかがえました。



新米を積み込むJA職員

### 米の全量集荷へ ～受検組合長会議～

受検組合長会議が9月9日、管内3地区で一斉に開催されました。会議では令和6年度米の概算金・買取価格を説明した後、刈取り適期の目安を呼び掛け、各項目に留意点などを確認しました。

また、適期刈取、適正乾燥、適正量目に務め「あきた白神米」の信頼を維持するよう申し合わせた他、米の盗難被害に警戒するよう伝えました。

当JAでは生産者の力を結集して、令和6年度の集荷目標23万4000俵の達成に向け取り組んでおります。



米の全量集荷に向けあいさつする工藤専務



辞令を受取る新採用職員

### 更なる活躍を期待 ～採用辞令交付式～

今年4月に入組し6カ月の試用期間を終えた新入職員の採用辞令交付式が10月1日行われ、一回り成長した5人を正式に採用しました。

交付式では工藤組合長が一人一人に辞令書を手渡し「皆さんの持っている柔軟で豊かな感性を生かし、更なる活躍を期待している」と激励の言葉を贈りました。

本採用となった職員は、身に付けていた「初心者マーク」の札を外して、これまで以上に気を引き締めて業務に取り組んでまいります。



窓ふき作業を行う能代支援学校の生徒

### 白神憩の郷で作業学習 ～能代支援学校～

能代支援学校の作業学習の一環として、地域での清掃活動が9月5日、白神憩の郷で行われました。

日頃の授業の成果を発揮し、地域に貢献する活動を通して、将来の職業生活や社会自立に必要な事柄を総合的に学ぶもので、当日は福祉関係の進路を希望している生徒を含む、高等部の生徒3名が、窓ふき掃除などの活動を行いました。

当JAでは、今後とも各学校の職業体験を受け入れながら、JAの魅力伝えてまいります。

# 2024「白神の里」JAまつり

## ～晴天の下、多くの来場者で大盛況！～

2024「白神の里」JAまつりが9月7日、能代市一本木の本店前で開催されました。今年のJAまつりも好天に恵まれ、組合員や家族連れなど多くの来場者が足を運び、秋の農繁期を前に大賑わいを見せました。

会場ではアンパンマンミニショーや、ものまねの「一木ひろし」ショーなど多彩なステージイベントを展開。また「白神ねぎ餃子」のデビューなど、様々な催しに多くの来場者を楽しませました。  
(表紙：能代松陽高校書道部による作品)



好評でした！  
白神ねぎ皮むき体験



- テント村コーナー
- 「白神ねぎ餃子」試食&販売
  - 新鮮野菜直売
  - 鶴形そば
  - 牛肉販売
  - 女性部コーナー
  - 縁日コーナー
  - キッチンカー
  - エア遊具



JA女性部による仮装？  
ジュース販売コーナー



- 屋内販売・体験コーナー
- 生産資材販売/生活総合展示会
  - 子供用ボールプール
  - 絵手紙体験
  - 缶バッジ手作り体験
  - ミニ木材住宅組立



中国木材初参加  
ミニ木材住宅組立コーナー



楽しかった  
絵手紙体験



人気の缶バッジ  
手作り体験



子ども達に大人気  
ボールプール



「五木ひろし」ものまね  
爆笑「一木ひろし」ショー



白神ねぎ  
皮むきチャンピオン戦

- ステージイベント
- 能代松陽高校書道部 書道パフォーマンス
  - アンパンマンミニショー&握手会
  - 一木ひろしショー
  - 東能代幼稚園児お遊戯
  - 実践空手道武心会演武
  - 女性部藤里支部踊り
  - 蒼華天夢による「よきこい」の舞
  - 白神ねぎ皮むきチャンピオン戦～決勝戦～
  - おたのしみ大抽選会



子供に大人気  
アンパンマンミニショー



東能代幼稚園児によるお遊戯



見事な空手の演武



大抽選会で一等賞  
賞品は55型TV



女性部藤里支部  
「りんごの唄」の踊り

## 白神ねぎ

### ○長ねぎ栽培について

稲刈り後の病害虫防除を行いましょう!!

### ○べと・さび病

今年べと・さび病が多発した(梅雨時期)圃場の周辺では再発する可能性があります。

気温が徐々に涼しくなると、病害が発生しやすい条件となりますのでご注意ください。

### ○黒斑・葉枯病(黄色斑紋病斑(マダラ模様))

葉先枯れや病害痕、虫の食害痕等に黒斑・葉枯病が発生しています。

気温の低下と共に、葉枯病は黄色斑紋病斑(マダラ模様)になるので防除が必要です。

また、収穫遅れが発生を助長します。

### ○ネギアザミウマ

8月は真夏日で推移したことで多発傾向にあります。

発生が多い場合は薬剤散布間隔を7~10日に詰め、2~3回防除します。

### ○シロイチモジヨトウ

今年発生が多く見られています。

幼虫は葉の表皮を食害し、短時間で葉身内に食入し、表皮を残して食害するため葉身が白く透けて見えます。

見つけしだい捕殺するとともに、老齢幼虫になると薬剤の防除効果が劣るので、若齢幼虫のうちに防除します。

## 白神山うど

### ○山うど栽培について

茎葉の刈り取り(11月中旬~)

・茎葉の刈り取りは低温に遭遇し、茎葉が十分黄化して茎が空洞化した頃に茎葉の刈り取り作業を行って下さい。

枯れ上がりが遅いほど休眠覚醒までに時間を要するため注意が必要です。

### 株の掘り取り(11月下旬~12月中旬)

・掘り取り時に土を落とし、霜害に遭わないようその日の内に搬出する。搬出後は、ジベレリンの効果を上げるため、根株の土を洗い流した後、株が白くなる程度乾かす。

## 来年の稲づくりは今秋から

### □あきた白神米の品質・食味向上は土づくりから□

土づくりは、必ず実施すべき基本技術であり、土づくりを実施しない圃場では高品質・良食味米の安定生産を行うことはできません。

登熟期間の根の活力低下による養水分吸収量の低下は、登熟に大きな影響を及ぼします。このため、根を健全に保ち根域を深く拡大させ、生育途中の急激な葉色低下や生育の停滞を防ぎ、登熟後半まで根の養水分吸収能力や光合成能力を高く持続させる土づくりの技術は、高品質・良食味米の安定生産にとって必須の技術です。

### □土改材肥料散布+秋耕起のすすめ□

稲刈り終了後、土壤改良資材を散布し耕起を行えば翌年の土づくり肥料を省略できるほか、稲わらの腐熟が進み、わらの浮きや残った多年生雑草が、新たに地下に繁殖体を作るのを防ぐため、翌年の雑草・病害虫の抑制に効果があります。



2類	野菜種子及び苗類	種子は2デシリットル(ただし大粒の種子は1リットル、苗は2株)
1類	農林園芸加工品	包装または出荷単位2個(ただし漬物のパックについては3個)
2類	農林工芸品	1個または1組
1類	畜産品及び飼料	食肉加工品包装又は出荷単位2個、蜂蜜広口瓶2本、鶏卵2パック又は出荷箱1箱
2類	飼料	飼料用とうもろこし5本、サイレージ・乾牧草2キログラム
第8部	林産品	3パック(各100グラム)、乾しいたけ1袋(200グラム)
1類	きのこ	ただし、露地栽培ものは、販売又は出荷の形態とする。
第5部	花き	切花10本、切葉10本(根をカットしたもの) 鉢花10本(根をカットしたもの) 観葉植物2鉢(鉢に入った根付きの植物)
3類	鉢花	鉢花2鉢、観葉植物2鉢
2類	鉢花	鉢花2鉢、観葉植物2鉢
4類	種	球根15球、苗物5株(苗物はポリポット苗か連結ポット苗)
第6部	農林園芸加工品	包装または出荷単位2個(ただし漬物のパックについては3個)
1類	農林園芸加工品	包装または出荷単位2個(ただし漬物のパックについては3個)
2類	農林工芸品	1個または1組
1類	畜産品及び飼料	食肉加工品包装又は出荷単位2個、蜂蜜広口瓶2本、鶏卵2パック又は出荷箱1箱
2類	飼料	飼料用とうもろこし5本、サイレージ・乾牧草2キログラム
第7部	畜産品及び飼料	食肉加工品包装又は出荷単位2個、蜂蜜広口瓶2本、鶏卵2パック又は出荷箱1箱
1類	畜産品及び飼料	食肉加工品包装又は出荷単位2個、蜂蜜広口瓶2本、鶏卵2パック又は出荷箱1箱
2類	飼料	飼料用とうもろこし5本、サイレージ・乾牧草2キログラム
第8部	林産品	3パック(各100グラム)、乾しいたけ1袋(200グラム)
1類	きのこ	ただし、露地栽培ものは、販売又は出荷の形態とする。

# 秋田県種苗交換会の出品物を募集します!

受付日時...令和6年10月28日(月) 9:00~15:00  
受付場所...能代営農センター・ニッ井営農センター!  
藤里営農センター!

出品物規格	第1部 水稲	稲...2把(1把各5株)
第2部 畑作物及び工芸作物	1類 水稲グループ	3品種で1組(1品種2把各5株)
第3部 果樹	1類 果樹	実...2キログラム(ただし子実(栗・銀杏等)は1キログラム)
第4部 野菜	1類 野菜	葉...出荷形態
(別表)	トマト	出荷箱(4kg)
	ズッキーニ	出荷箱(1kg)
	キュウリ	出荷箱(5kg)
	イチゴ	出荷箱(4パック)
	メロン	出荷箱(5~6個)

## 胃もたれ防止 / ダイコン

消化酵素やすりおろしたときに生成される辛味成分イソチオシアネートが胃の不調に効果的です。

### 主な栄養と効果

- 消化酵素  
アミラーゼ(ジアスターゼ)など。胃もたれ防止に
- イソチオシアネート  
胃液の分泌を促す

### お薦めの食べ方

大根おろし。しらすと一緒にご飯にのせる



冬野菜には、健康や美容に役立つ栄養がたっぷり！寒い季節をおいしく元気に乗り切りましょう

栄養士・吉田理江  
イラスト・服部新那



## 旬の冬野菜でヘルス&ビューティ

## 感染症を予防 / 長ネギ

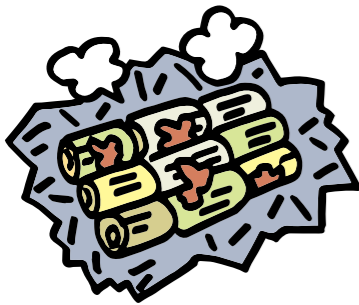
香り成分のアリシンは血管を拡張して血流を良くし、免疫細胞も活性化させます。また、感染症にかかると消費されてしまうビタミンCを補えます。

### 主な栄養と効果

- アリシン  
免疫細胞の活性化
- ビタミンC  
免疫機能を正常に働かせる

### お薦めの食べ方

スープ料理・トースターでホイル焼き



## 風邪予防 / ミカン

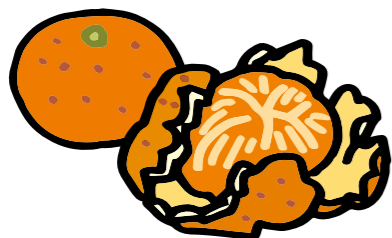
風邪予防に欠かせない栄養素のビタミンCがたっぷり！白い筋や薄皮にはペクチンが含まれているため、捨てずに実と一緒に食べると良いでしょう。

### 主な栄養と効果

- ビタミンC  
免疫機能を正常に維持する
- ペクチン  
便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす

### お薦めの食べ方

間食や食後のデザート



## 貧血予防 / ホウレンソウ

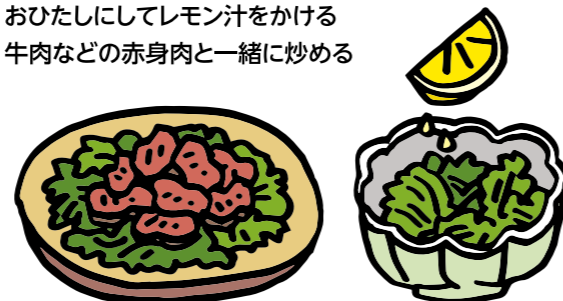
鉄にはヘム鉄、非ヘム鉄の2種類があります。ホウレンソウに含まれる非ヘム鉄は体内に吸収されにくいですが、ビタミンCと一緒に取ることで吸収率が上がります。

### 主な栄養と効果

- 鉄(非ヘム鉄)  
貧血予防

### お薦めの食べ方

おひたしにしてレモン汁をかける  
牛肉などの赤身肉と一緒に炒める



## アンチエイジング / シュンギク

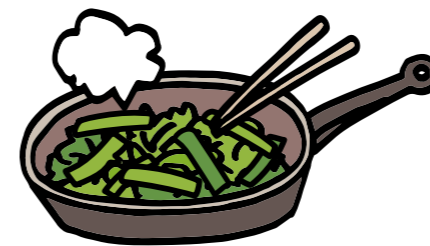
ほろ苦さがくせになる野菜です。ベータカロテンは活性酸素の働きを抑えます。また体内で必要に応じてビタミンAに変換されます。

### 主な栄養と効果

- ベータカロテン  
アンチエイジング、生活習慣病予防
- ビタミンA  
皮膚、目などの健康を保つ

### お薦めの食べ方

バターや油で炒める



## むくみ防止 / ハクサイ

生でも、加熱しても◎。カリウムは体内の余分な塩分を排出し、塩分の取り過ぎによるむくみの予防が期待できます。

### 主な栄養と効果

- カリウム  
むくみ予防
- ビタミンC  
コラーゲンの合成に欠かせない栄養。美肌づくり

### お薦めの食べ方

みそ汁・鍋料理



## 腸内環境を整える / リンゴ

食物繊維が多く含まれています。腸内環境を整え便秘改善を期待できます。

### 主な栄養と効果

- ペクチン  
水溶性食物繊維の一種。便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす
- セルロース  
不溶性食物繊維。便の量を増やす

### お薦めの食べ方

ヨーグルトに混ぜる



## 美しい肌を保つ / ブロッコリー

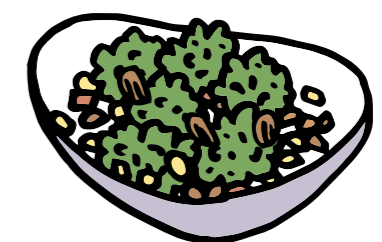
私たちの細胞は活性酸素によって日々ダメージを受けると、老化の進行が早まってしまう。スルフォラファンは活性酸素を除去し、若々しい肌を保つ働きがあります。

### 主な栄養と効果

- スルフォラファン  
アンチエイジングや美肌づくり

### お薦めの食べ方

ナッツ炒め。ゆでてナッツとオリーブ油であえる



食農教育活動  
能代支部

「食」と「農業」の大切さを伝える

～淳城西小 第4回畑作体験～

女性部能代支部は、年間を通し「食」と「農業」の大切さを学んでもらうことを目的に農業体験学習を開催しております。9月30日には今年度最後となる4回目の農業体験学習が淳城西小学校5年生を対象に開催され、4月に定植した「白神ねぎ」と6月に定植したサツマイモの収穫を行いました。

児童が苗を定植した野菜は、女性部が草取りや土寄せを行ったこともあり順調に生育。サツマイモ掘りでは「なかなか抜けない」と歓声を上げながら、生き生きと体験し、収穫の喜びを感じておりました。

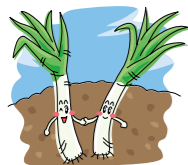
女性部では今後も食や農業の大切さを伝える食農教育に取り組んでまいります。



農業の大切さを伝える佐々木博子さん



白神ねぎ収穫しました



児童が育てたサツマイモを蒸かして試食



応援に訪れた白神ねぎのんと記念撮影



固い土でサツマイモ掘りに悪戦苦闘



収穫した野菜を前に記念撮影



能代営農センターとなりにある  
圃場案内板

科技高リポート ~ New Style ~  
Vol.17



今回の製作担当生徒  
2年 鈴木 慶人さん 3年 山本 優さん

どきどきインターンシップ!

9月2～4日に2年生がインターンシップに行ってきました。男鹿市の藤原梨園や能代市農業技術センター、いとくなど様々な場所でインターンシップを受け入れていただきました。藤原梨園に行った生徒は、「梨についてだけでなく、スタッフさんやお客様などの人との関わりや工夫されている取り組みなどについて学ぶことができました。」と話していました。能代市農業技術センターに行った生徒は、「ねぎの出荷調整などを行いました。サイズの違うねぎを選別するのは大変でしたが、職員の方々が丁寧に教えてもらいうまく作業することができました。」と話していました。いとくに行った生徒は、「私たちの身近にあるスーパーマーケットで実習をしてみて、普段は見ることのできない裏側で作業をすることで、私たちの生活の裏で行われている作業がどんなものなのかを学ぶことができました。」と話していました。体験してみて仕事の難しさや楽しさなどたくさんのことが学べるいい機会になったと思います。



藤原梨園の皆さん



丁寧に丁寧に...



出荷準備中!



商品検品中

今年の稲刈り実習

今年も稲刈りの季節がやってきました! 科学技術高校は9月17日からあきたこまちの稲刈りを始めました。春から水路の遠隔操作やザルピオフィールドマネージャーの衛星画像を活用した成育調査などのスマート農業にも挑戦しました。今年は生育が良く、生長するのが早かったので例年よりも一週間早く稲刈りを始めました。雨がひどくコンバインが入れない日もありましたが、先生に指導をもらいながら丁寧に刈り取ることができました。籾摺り機や米選機で玄米にし、米袋に入れ出荷準備をしました。本校では夏から新米の予約販売を学校のホームページで行っています。今年で4年目ということもありリピーターのお客様も増え、今年分のあきたこまちはあっという間に完売することができました。買ってくださった方々大変ありがとうございました。来年も販売しますのでぜひ科学技術高校のホームページからご購入してみてください!



ドローンを使い撮影しました!



3年作物専攻班です



ドキドキしながらの運転



無事お客様に届きますように





- 作り方**
- ①米ともち米は洗ってざるにあげ、30分置く。
  - ②レンコンは皮をむき、火の通りを良くするために1cmのさいころ形にそろえて切り、水にさらす。
  - ③炊飯器にだしと①を入れ、酒、塩、しょうゆを加え、さっと混ぜてから水気を切った②のレンコンを上に乗せて炊く。
  - ④炊き上がったら混ぜて茶わんに盛り、クコの実を散らす。

**ポイント**

もち米を少し混ぜるともちりとした食感で食べ応えが出ます。だしは昆布だしでもかとおだしでもOK。鶏ガラだしを使えば中華風にもアレンジできます。

**材料 4人分**

米	360g
もち米	40g
レンコン	100g
だし	470ml
酒	50ml
塩	小さじ1/4
しょうゆ	大さじ1
クコの実	24粒

レンコンご飯

大きさをそろえて見た目も◎



季節の野菜でアレンジも!  
酸辣菜  
(スアンラーツァイ、中華風酢の物)

**材料 4人分**

キュウリ	1本	かけ汁	
小カブ	2個	酢	大さじ2
ニンジン	30g	砂糖	大さじ1
キャベツ	80g	ごま油	大さじ1/2
セロリ	20g	赤トウガラシ	1本
塩	それぞれの材料の重さの2%相当		

- 作り方**
- ①キュウリは両端を落とし、長さ4cmのまき割りにする。太いものは8等分する。小カブは葉の部分を残し、皮を薄くむき、8つ割りにする。ニンジンは皮をむき、1cm幅、4cm長さの短冊切りにする。セロリは、筋を取り、ニンジンと同様に切る。キャベツは2cm幅、4cm長さの短冊切りにする。
  - ②①の材料にそれぞれ2%相当の塩を振り、もんでしばらく置く。水気を絞り、ボウルに合わせておく。
  - ③フライパンに油(材料外)と赤トウガラシを入れ、弱火で炒め、さらに酢、砂糖、ごま油を加えて熱する。
  - ④③の熱いかけ汁を②にかけ、時々かき混ぜながら冷めるまで漬け、器に盛り付ける。



スパイスを使って本格エスニック  
トードマンプリン  
(タイ風さつま揚げ)

**材料 12個分**

エビ	200g
白身魚すり身	300g
砂糖	小さじ1
レッドカレーペースト	小さじ2
オクラ(小口切り)	50g
小ネギ(小口切り)	2本
パイマックルー(細切り)	7、8枚
卵	1個
グリーンリーフ	1枚
スイートチリソース	適量

- 作り方**
- ①エビは背ワタと殻を除き、細かくたたいてすり身にする。ここにAを加えてよく練る。これを12等分にし、1cm厚さの丸形にし、170度の油できつね色に揚げる。
  - ②皿にグリーンリーフ、①を盛り付け、スイートチリソースを付けていただく。

- 朝** 夕涼しい風を感じるようになりました。白神ねぎの美味しい季節になり、煮ても焼いても生でも“能代の宝物”育てている方々へ感謝です。  
(能代市 袴田 幸子さん)
- 自** 自治会の共同作業に参加して久々にお会いする良い機会でした。草刈り、枝払いなどありましたが、膝をついたり、座ったりで会館の前で草取りをしました。部長の指示を受け会員の方々と、テキパキと仕上げ押し車に身を委ねての帰り道、また元気で参加しようと決めたら初秋の風に背を押されました。  
(能代市 田中 キヨさん)
- 今** 月特集のちゃぐりんフェスタの記事に興味があります。簡単クッキングでのズッキーニの酢の物、さっそく試してみました。カルピスの風味が良くおいしかったです。  
(ペンネーム 咲いたあこさん)
- 白** 神ねぎまつりがまたやってきますね!! 千本焼きとっても楽しみです。とっても甘くて美味しいですよ。  
(能代市 荒木 ハツさん)
- 待** っていました! ねぎのおいしい時期になりました。汁物に、お刺身に、炒めものに、納豆に…大好きです。  
(ペンネーム あかとんぼさん)
- 晴** の早朝は毎日近くの堤防をウォーキングしている。8月末頃から2~3cm程の毛虫(アメシロ)が足の踏み場も無いくらい一面に動き回り、決して気持ちの良い物ではない。9月に入り半袖から長袖に変わっ

- た頃、秋を感じたのかその姿は消えてしまった。川柳)アメシロ 秋を感じて 退散す  
桜の木 アメシロで枯れ 大丈夫?  
(能代市ニツ井町 清水 博文さん)
- 今** 年のうちのカボチャが元気です。調子にのったのか、ザクロの木に登り始めました。トゲが痛いのが体力の限界か、途中で地面に落ちて来ました。  
(能代市 秋林ミチ子さん)
- ス** ーパーでの事!! 突然、旧知の方から「白神のお便り どうしたの~」「ヤメだ」「どうして~」「もろアギられたと思って」「毎回楽しみにしているよ~」「エエ~」思わぬお言葉に恥ずかし、嬉し!!「ありがとう」  
川柳)クイズ解く ポケ対策 絆呼び  
(能代市ニツ井町 山谷 肇子さん)
- 猛** 暑、残暑で秋を実感する日が短くなりそうです。〇〇の秋と呼ぶことがなくなって、すぐに冬になりそうです。  
(愛知県岡崎市 北野 広郷さん)
- 高** 橋優さん15,000人以上のフィーバーぶりだったのに、最悪の天気で遠くから来てくださった方々大変でしたね。6年間晴天で、7年目で雨だったとか。  
(ペンネーム 杉っこさん)

**当選おめでとうございます**

袴田 幸子さん(能代市) 田中 キヨさん(能代市)  
ペンネーム 咲いたあこさん

▲誌面の都合上、皆様から寄せられたお便りを、一部割愛させて頂きました。たくさんのお便り、ありがとうございました。

**クロスワードパズル**

タテのカギ  
01 たき火やかまどにくべるもの  
03 葛根湯(かこんど)は薬の一つです  
06 建物や壁に囲まれた小さな庭  
08 土の中で「ジーン」と鳴く虫  
09 印刷ではなく「のサイン」  
11 将棋の駒で、表側に動物を表す漢字が入っているもの  
13 心と秋の空? それとも女心?  
15 海水と淡水が混じり合っている湖  
17 アヒルの原種です  
18 勾玉(まがたま)のような形をしたナッツ  
20 パンダの好きな遊びの一つ。落ちない心配  
21 近頃はセルフで済ませられるスーパーム増えました

ヨコのカギ  
01 香り高い高級キノコ  
02 環境問題に世界——で取り組む  
03. のどの——を覚えて水分を取った  
04. 財布やスマホを入れます  
05. 表ではありません  
07. レインボートラウトとも呼ばれる魚  
10. 古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました  
12. 命を持つものごと  
14. バンガローやロッジより設備が充実しています  
16. 港を示す地図記号はこの形  
17. 富有、次郎、市田といえば  
19. 地震のときに感じるもの

先月号の答え  
**ツキアカリ**

●応募方法  
ハガキの裏面に答えと住所、氏名、年齢、電話番号、今月号の良かったコーナー、あわせてお便りコーナーへひと言添えてご応募ください。広報に寄せられたお便り及び当選者の氏名掲載させていただきます。

宛先  
〒016-0102 能代市宇一本木47 JAあきた白神クイズ係  
【Eメールアドレス】 jaakitashirakami@shirakami.or.jp  
【FAX】 0185-58-2002  
EメールやFAXでの応募もお待ちしております

パズルにご応募ください  
【プレゼント】  
二重枠に入った文字をA→Fの順に並べて出来る言葉が答えです。  
正解者の中から抽選で3名様へ図書カード(1,000円分)をプレゼントいたします。  
【締め切り】 2024年10月31日(木)

JA 概況		
JA概況	R6年9月末	R5年9月末
貯金	449億745万円	444億4,320万円
貸出金	63億5,100万円	62億4,707万円
出資金	19億3,434万円	19億5,996万円
正組合員	3,267人	3,361人
正組合員戸数	3,164戸	3,250戸
准組合員(個人)	3,421人	3,402人
准組合員(団体)	145	146

青果物販売実績		
青果物販売高	R6年9月末	R5年9月末
白神ねぎ	89,746万円	77,739万円
白神山うど	514万円	644万円
白神みょうが	1,704万円	1,879万円
白神きゃべつ	7,197万円	7,002万円
アスパラガス	303万円	199万円
その他	5,916万円	5,628万円
青果物合計	105,380万円	93,091万円

**キャッシュカードをなくしたとき**  
 JAバンク・キャッシュカード紛失共同受付センター  
 ☎0120-411-180  
 JAカード一休型をなくしたとき  
 ☎0120-159-674  
 ◎営業時間内は各支店窓口にお問い合わせください。

**万が一、事故が起きたとき**  
 JA共済事故受付センター  
 ☎0120-258-931  
 ◎営業時間内は0185-74-8442(共済課)までご連絡ください。

**編集後記**  
 毎月クロスワードパズルに多くの方からご応募くださりまして有難うございます。おたよりコーナーへ、様々な想いやメッセージも添えられ、良かったコーナーを参考にしながら毎月の広報紙を発行しております。  
 毎月届く手書きのハガキにはメールにはないアナログならではの温かみや想いが伝わる気がします。10月より郵便料金が値上げされましたが、今後とも心温まるメッセージをお待ちしております。尚、メールやFAXでの応募も、お待ちしております。  
 (山須田)

**9月の理事会**  
 9月9日開催  
**【報告事項】**  
 ◇令和5年産うるち米の仮精算について  
 ◇令和6年産米販売方針について  
**【案件】**  
 ◇令和6年産米にかかる共同計算の収入・支出項目の設定について  
 ◇令和6年産米JAあきた白神概算金及び買取米価格(案)について

9月27日開催  
**【報告事項】**  
 ◇庶務行事について  
 ◇8月末経営実績について  
 ◇組合員の異動について  
 ◇クロスチェックの結果について  
 ◇内部監査の結果について  
 ◇員外貸付の実績について  
 ◇JAあきた白神アグリマイティー資金キャンペーンの実施について  
 ◇JAあきた白神住宅ローンキャンペーンの実施について  
 ◇JAあきた白神マイカーローンキャンペーンの実施について  
 ◇JAあきた白神リフォームローンキャンペーンの実施について  
 ◇JAあきた白神教育ローンキャンペーンの実施について  
 ◇令和6年度JA共済コンプライアンス点検結果について  
 ◇令和6年産米集荷実績について  
 ◇令和6年産網下米・中米の価格について  
**【案件】**  
 ◇令和6年度座談会意見への対応について  
 ◇出資口数の減少について  
 ◇個人情報取扱規程の一部変更について  
 ◇特定個人情報取扱規程の一部変更について

**職員人事異動**  
**【退職】**(令和6年9月30日付)  
 金融共済部共済課  
**坂本 美優**  
 長い間お疲れ様でした。

**実りの秋! 国消国産 JA直売所 キャンペーン2024**  
 実施期間 10/1(火)~11/30(土)  
 47都道府県とっておきの農畜産物・加工品が選べる! 各都道府県 300名様に 合計14,100名様にプレゼント!  
**実りの秋! 国消国産 JA直売所キャンペーン実施中**  
 JAグループでは、この秋、47都道府県とっておきの農畜産物・加工品が当たるプレゼントキャンペーンを実施しています。是非、みょうが館に来店いただきスタンプを集めて、日本全国の美味を当ててみませんか!

**参加方法**

- JA直売所に行こう!  
JA直売所は特設サイトや「JA直売所 キャンペーン2024」LINEアカウントのメニューから検索できます!
- LINEログインで参加登録  
こちらの期間限定専用二次元コードを読み込み、「JA直売所 キャンペーン2024」LINEアカウントを認証してLINEログインをする事で登録できます。
- 店内ポスターのスタンプ取得用の二次元コードを読み込み、スタンプを集めよう!  
スタンプの取得は各一店舗につき1日1つまで、特別にJA直売所にご来店いただくことで同じ店舗でも異なる店舗でも複数のスタンプを取得できます。
- スタンプがたまると総当たりプレゼントがもらえます! 賞品を選んで応募しよう!  
スタンプが10・20・30つとたまり次第で応募できます! くり返し応募すれば総当たりでも応募OK!

JAグループ公式SNSもチェックしてね!  
 Instagram @yoshoku\_je  
 X @yoshoku

**秋茶 飲み比べ セット**  
 ちよつと贅沢に楽しみたい お世話になったあの方へ贈りたい 上級茶をちよつとずつ飲み比べたい  
 人気の銘柄を特別セットにしました  
 エコーブ銘茶を期間限定で人気の銘柄を各1本ずつの特別セットにしました。ぜひこの機会にご賞味ください。  
 エコーブ銘茶 各100g×1本  
**宝玉 白楽 紫鳳**  
 (税別2,950円) 税込3,186円  
 意須のいらぬ茶こし  
 受付期間 令和6年11月22日(金)ご注文分まで  
 新茶期間同様1kgの規格もございます。  
 ※熨斗掛け、包装はできません。  
 期間限定商品  
 JA | JA全農グループ HARA製茶株式会社

お問い合わせは経済課まで ☎0185-74-8348

## 能代警察署からのお願い!!

### 使い残した肥料や農薬はありませんか? ～肥料等の適正保管の徹底について～

市販の肥料や農薬等の中には、**爆発物の原料**になり得るものがあります。

以下の3点に注意して肥料や農薬等の保管管理を徹底してください。



1. 野積みにして放置しない
2. 鍵のかかる倉庫などに保管する
3. 盗難被害や紛失に気づいたときは  
すぐに警察へ通報する

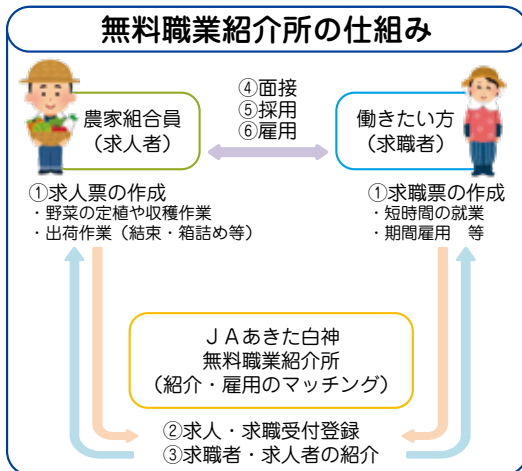
能代警察署 ☎52-4311



## JAあきた白神 無料職業紹介事業のご紹介

### ○無料職業紹介所

無料職業紹介所とは、農業をお手伝いしたい方(求職者)と働き手を求める農家組合員(求人者)を募集し、ご希望の条件に沿ってマッチングを行います。登録料や申込費用、紹介料等の費用は一切かかりません。



### ○1日農業バイト「デイワーク」 (スマートフォンアプリ)



1日農業バイト「デイワーク」とは、生産者と働きたい方を1日単位で結びつけるサービスです。これまでの数週間～数か月単位の連続した雇用ではなく、農繁期だけの募集や働きたい日に応募することができます。

生産者が「デイワーク」を利用するとその地域に住む方々や本業を持っている方が休日を利用して手伝ってくれるようになります。

↓インストールはこちら



お問い合わせ先：JAあきた白神無料職業紹介所 (営農部 営農企画課内)  
〒016-0102 能代市字一本木47番地 0185-74-8345