

# JA佐渡

<http://www.ja-sado-niigata.or.jp>

2015  
**3**  
Vol.260



摘み立ての佐渡産いちご「越後姫」と（若林接骨院：潤介くん、小春ちゃん）

特集

冬季地域座談会

# 冬季地域座談会開催

1月19日から2月6日にかけて、管内約180余の会場で冬季地域座談会が開催されました。

冬季地域座談会は集落の集会所などを会場に組合員と農協役職員が直接意見交換を行うために開催しているもので、毎年全会場で約2千人の方に参加いただいております。

各会場では水稲情報、園芸畜産振興策をはじめ各部門・グループ会社の経営方針等について、平成27年度以降の取り組み方針などの説明を行いました。



【高千地区：大倉会場の様子】

## JAからの主な説明内容

- 平成27年度における各事業の主な取り組みについて
- 組織・事業に関する見直しについて

## 会場での質問・意見と回答 (一部を紹介します)



### ① 米の価格・販売に関する質問

**Q.** 米価の上昇が望めない中、いかにコストを削減するかであると思う。流通経費の削減に向けて目標値を設定し取り組んでいただきたい。

**A.** 平成26年産米の流通経費等については、仮渡金決定時に流通経費見通しで生産者の方にお知らせしていますのでご覧ください。今後も集荷・販売・検査等の業務効率化により経費削減に努めて参りますが、ご指摘にあった目数値の設定については、今後の検討課題とさせていただきます。最大の経費削減は高品質・良食味の生産と営業力の強化によって全量販売に向けて取り組むことが最も重要であると思います。平成27年産米においても1等米比率90%以上の継続をお願いします。

**Q.** 平成26年産米の販売状況をみると佐渡コシヒカリは12月末の契約率で85%に達していると聞いているが、全量販売できるのか？

**A.** 県内他産地のコシヒカリの契約率は60%～70%と比べると佐渡コシヒカリは約20ポイント高い契約率となっています。この最大の要因は、高品質な米である事は無論ですが、消費者にとって、品質に見合い、かつ値ごろ感のある価格設定も重要な要素となり、卸・小売店からも高い評価を受けています。現在も引き合いは強く全量販売できる見通しです。

### ② 生産コストの低減に関する質問

**Q.** 米の価格は下がるが生産資材費は下がらない。小規模農家でも所得が確保できるようJAとしてどのような取り組みを行っているか？また、今後どのような取り組みを考えているか？

**A.** 肥料・農薬では予約奨励措置に加え自己引取でのコスト低減、直送奨励等多様な奨励措置を実施しています。また、省力型資材及び大型規格等の低価格資材の紹介や、土壌分析結果による施肥体系の提案に取り組んでいきます。

### ③ 佐渡米の品質向上に関する質問

**Q.** 色彩選別機の導入目的は？機械コストをかけてまで等級をあげていく意味はなにか？

**A.** 色彩選別機の導入は、高品質米を安定的に供給し、消費段階での引き合いに応えることを目的としています。今後の佐渡米の販売において有利であることは間違いなく、今の厳しい販売環境の中で佐渡米が卸や消費者から求められる米であるために、JAとしても行政とも連携しながら導入を推奨していきます。

Q. ふるい目1.9mmにすれば反収が減る。1.85mmでは、他産地と勝負にならないのか？

A. 佐渡米は食味については高い評価を得ていますが、品質については近年評価が芳しくなかったことも事実です。高品質・良食味米を安定的に生産することが佐渡米の評価を高めることと考えています。将来的には高品質米生産の一貫として、ふるい目1.9mm導入の検討は必要と考えています。当面はカントリーでの試験導入から検討を始めていきたいと考えています。

#### ④ 園芸振興に関する質問

Q. 新鮮空間よらんか舎のオープン後、直売品目の販売高等はどのような状況か？

A. 全体でオープン当初の8月は886万円、9月は741万円でした、冬場に入った12月は542万円、1月は447万円と各月とも前年比で3～4倍の売上増となっています。

1月末現在の直売部会員は380名ですが、葉物野菜を中心に出荷され売れ行きは好調です。2月からはサツマイモ・リングも順調に販売されています。

また、加工品については資格を有する生産者・生産組織が漬物を中心に出荷しており即完売の状況です。今後は出荷会員、生産ともに拡大を図っていくとともに、女性部員や直売部会員向けの加工品研修を行いながら、年間を通して販売拡大の取り組みを進めていきます。

#### ⑤ 組織・事業の見直しに関する質問（出向く体制等）

Q. 農機巡回サービス担当について、しっかり取り組むことで利用者の満足度向上につながる可能性は大きい。ぜひ頑張ってもらいたい。農機担当者を頼りにしているので充実されることを期待する。

A. 農機巡回サービス担当の業務（農繁期対策期間中は除く）として次の①～④の項目を重点に活動を展開し、ご期待に少しでも応えるよう努めて参ります。

【農機巡回サービス担当の主な活動】

- ① 農業機械に関する各種ご相談
- ② 巡回中による訪問先での依頼を受けた小型農業機械の庭先での軽微な点検・整備  
(対象機種：動力散布機、刈払機、管理機等)
- ③ 地区別の安全講習会等の開催（要望を募り実施）
- ④ 農繁期前の事前点検活動の実施  
(対象機種：トラクター、乗用田植機、コンバイン、穀物乾燥機、籾摺機等)

Q. 新年度から予定している本店集中型の、営農指導員体制で有効な活動ができるのか？

A. 平成27年4月より水稻指導チーム・園芸振興チームともに、原則として本店（中央営農センター）へ集中配置した指導体制に移行します。一部地域性等を考慮して相川、南部、両津地区への駐在を予定しています。佐渡ブランドの確立や全島をあげての生産振興のためには、専門性が高く、農機や金融など他部門とも連携して活動できる営農指導体制が必要と考えています。全島を対象とした活動ですので難しい面はありますが、昨年のお米指導課による広域指導が一定の成果を見たように営農指導の質はより向上するものと考えています。

#### ⑥ 農協改革に関する質問

Q. 農協改革案で准組合員の事業利用量の制限導入が提起されているが、佐渡農協では准組合員はどの程度存在するのか？

A. 現在、16,183人の組合員に対し准組合員は7,256名です。准組合員は年々増加しています。

J Aグループでは、准組合員を農業や地域経済の発展を共に支えるパートナーとして位置づけ、政府の考える准組合員の利用制限は行わず、事業・運営への参画を推進する方針です。

#### ⑦ 事業利用やサービスに関する質問

Q. 年金宅配とはどんなものか、受け取り方法についてはどのようになるのか？

A. 現在も行っているサービスであり、J Aに年金口座を指定されている方で、事前に「年金宅配契約」を、ご契約いただいた場合に、指定日にお宅へ訪問し、年金（指定された金額）をお届けし、ご本人もしくはあらかじめ指定された代理人から受領確認をしていただく制度です。

平成27年度以降は、旧出張所等での駐在型（取次渉外担当者）体制を廃止することに伴い、エリア渉外担当者もしくは、そのエリアをカバーする複合渉外担当者の活動として対象地域を拡大して取り組みます。

また、エリア渉外担当者の業務として、この他に各種キャンペーンのお知らせ、年金友の会会員への訪問活動、定期貯金のご案内などで訪問させていただく予定です。

その他、たくさんのご質問ご要望等については、4月にQ & Aにとりまとめて、みなさまへお配りいたします。なお、2月14日～2月21日まで支店別総代懇談会を開催し、平成27年度の事業計画案などについて意見交換を行いました。



# 水稲情報

田植え時期から逆算した計画的な「は種作業」を行い（育苗日数の適正化）、天候に左右されない稲作のために初期生育の確保を図りましょう！

平成27年度の「佐渡米」重点技術対策の目標は、継続して一等米比率90%以上の品質を確保することです。まずは「活着の良い苗づくり」で初期生育を確保し、過剰な粉をつけ過ぎないよう「コンパクトな稲づくり」を目指しましょう。

## 計画的な「は種作業」を

**1等米比率90%以上を確保するためには、健苗育成が欠かせません。**

田植え時期から逆算した作業計画をしっかりとて、スタートに勢いをつけましょう！

○作業スケジュールの例（5月6日植えの例）

育苗様式	塩水選～浸種	催芽	は種	育苗日数目安	田植日
稚苗加温育苗	4/4～4/13	4/14	4/16	20～22日以内	5/6
稚苗無加温育苗	4/1～4/10	4/11	4/13	22～25日以内	5/6

## 1. 塩水選

塩水選で、病気にかかった粉や充実不足の粉を取り除きましょう。

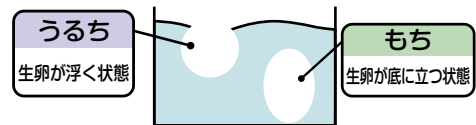
**温湯消毒済みの種子でも必ず実施してください。[網袋内の中札は必ず保管ください]**

### 【塩水の作り方】

※水10ℓ当たり

	比重	食塩量	硫安量
うるち	1.13	1.9kg	2.5kg
もち	1.08	1.1kg	1.4kg

### 【生卵と塩水比重の目安】



## 2. 浸種

種粉の発芽の揃いを良くするために清水に浸けて行います。



水 温 10～15℃ 積算温度 100℃（10℃で10日・15℃で7日）

**最初の24時間、浸種温度を12℃以上に保つと、発芽時の芽の揃いがよくなります。**

また、水の更新は最低3日に1回を行います。

## 3. 催芽

温度30℃で1～2日間 **必ず発芽状態の確認を！**

《発芽率（ハト胸状態）80%以上》が催芽完了の目安です。

※病害対策にタフブロック〔薬剤カウント 0〕を使用される方は

浸種の最後：200倍 24～48時間 種子浸漬

催芽時：200倍 24時間 種子浸漬 となります。



## 4. は種

は種量は、健全な苗を育てるため、**薄播き・均一播種**に努めましょう。

稚苗 乾粉 130～140（催芽粉 160～175）g/箱

## 5. パイプハウスの準備と点検

ハウスは早めに準備し、各部を点検・補修をしましょう。

ビニールは早めに張り、ハウス内を乾かして地温を高めておきましょう。

## JA佐渡米生産工程チェックシート（GAP手法）に取り組みます。

3月からは農作業が本格的に始まります。適正に作業が行われているか、チェックシート（3月配布の「環境にやさしい佐渡米づくり」カレンダー）の項目を利用し自己診断をしてみましょう。後の点検・確認の為に必ずチェックを入れておきましょう。

# JA佐渡米販売情報

## 26年産佐渡米販売状況

2月15日現在

コシヒカリ	主食用販売計画 (トン)	販売実績		主食用 契約率 (%)
		数量 (トン)	前年同期比 (%)	
佐渡地区	15,783	6,422	92	85
新潟一般	126,730	42,624	116	71
魚沼地区	21,806	8,592	118	56
岩船地区	13,475	4,822	95	73



販売実績は、前年同期比としては若干遅れていますが、主食用としての契約率は85%となり県内他産地よりも契約進度は進んでいます。未契約分は約2,300トンになりますが、販売先からの需要はそれ以上にあり、現在販売先の特定を行い早期の契約となるように努めているところです。



## 佐渡産コシヒカリ 食味ランキングで「特A」受賞!

財団法人日本穀物検定協会が19日に発表した26年産米の食味ランキングで、133種の中から佐渡産のコシヒカリが最高評価である「特A」を獲得しました。

佐渡産コシヒカリが「特A」評価を受賞したのは平成に入ってから10年連続、22回目となります。

(22回は魚沼に次ぎ第2位の受賞回数です)

今後も一層の食味向上と、高品質米作りに努めていきましょう。

## 平成25年産米最終精算

平成25年産米の最終精算金が2月6日に振り込まれましたのでお知らせいたします。

なお、平成25年産米の主要取引先別の数量と主な販売先(方法)は下記の表のとおりとなっておりますのでご覧ください。

### 【コシヒカリ】

	主要卸	取扱量	主な販売方法 等
1	全農パールライス(東日本)	3,700トン	コープネット、イトーヨーカ堂
2	大和産業	1,700トン	ユーコープ
3	伊丹産業	1,300トン	米穀店
4	諸長	1,300トン	SEJ、スーパー
5	新潟ケンベイ	1,200トン	米穀店、スーパー

※上記5社で全体数量16,300トンの内56%を占める

### 【こしいぶき】

	主要卸	取扱量	主な販売方法 等
1	新潟ケンベイ	440トン	米穀店、スーパー
2	大和産業	410トン	米穀店、スーパー
3	全農パールライス(新潟)	230トン	米穀店、スーパー
4	諸長	180トン	米穀店、スーパー
5	名古屋食糧	160トン	米穀店、スーパー

※上記5社で全体数量2,360トンの内60%を占める

## 平成26年度 おけさ柿生産者大会が開催

2月13日にJ A佐渡本店において、中央選果場管内の「おけさ柿生産者大会」が開催されました。

生産者ほか行政関係者を合わせて約100名が参加し、優秀生産者の表彰のほか、栽培技術・産地課題と振興策について確認されました。

はじめに齊藤副会長より「生産者や行政関係者と共におけさ柿の新しい方向性について積極的な議論をしてほしい。」と挨拶があり、新たな技術の研究や冷蔵柿や干し柿・あんぼ柿への積極利用等の取り組みが話し合われました。また、J Aより中央選果場施設更新の計画により、多様な商品化対応による有利販売を目指すことなどが提案されました。



## 車庫・作業所に 用途に合わせて選べるハウス

コープ佐渡建材センターよりワイドな間口と収納力が決め手、人気の車庫「K S W シリーズ」をご案内します。

中柱がスライド移動するので、愛車から農機の収容、作業スペースにおすすめです。詳しくは建材センターへお問い合わせ下さい。

2台入(6m×6m) **KSW-2031**  
**1,386,500円**  
(本体・組立・税込)

3台入(9m×6m) **KSW-3031**  
**1,958,900円**  
(本体・組立・税込)



お問い合わせ (株) コープ佐渡 建材センター ☎ 24-1161



# 農業者のための 労災保険をご活用ください

水もぬるみ農作業が忙しくなりますが、農作業中の事故への備えは万全でしょうか？

農作業中の事故による死亡者数は全国で年間400人前後と高い水準で推移しており、また、死亡事故に至らない程度のケガを含めると農作業中に事故に遭われた方は相当数にのぼります。事故の未然防止はもちろんですが、万が一への備えはとても大切です。




農作業中の事故の発生率が非常に高いことから、農業者は労災保険に特別加入することができますので、ぜひご活用ください。

## ポイント1 万が一の時も安心！手厚い補償があります。

①治療費が無料に！ ②休業給付が付いて安心♪ ③障害給付や遺族給付など手厚い補償！

## ポイント2 農業規模に合わせた3つのプランがあります！

農業者が加入できる労災保険は3種類あり、加入できる条件や補償内容に違いがあります。重複して加入することはできませんので、自分の営農スタイルに合わせて加入しましょう。

指定農業機械作業従事者	特定農作業従事者	中小事業主等
<p>経営規模にかかわらず、加入OK</p> 	<p>一定の経営規模が必要</p> 	<p>法人の代表者・役員でも加入OK</p> 
補償対象作業		
<p>土地の耕作・開墾、植物の栽培・採取の作業であって、指定農業機械<sup>※1</sup>を使用する作業</p>	<p>土地の耕作・開墾、植物の栽培・採取、家畜・蚕の飼育の作業等<sup>※2</sup></p>	<p>農作業上の事故全般</p>
保険料（給付基礎日額5,000円の場合）		
<p>年間 7,446円</p>	<p>年間 18,396円</p>	<p>年間 25,696円</p>

※1 指定農業機械とは、動力耕うん機・トラクター・動力溝掘機・自走式田植機・自走式スピードスプレーヤー・自走式防除機・動力刈取機・コンバイン・トラック・自走式運搬用機械・動力揚水機・動力草刈機等が該当します。

※2 動力により駆動される機械を使用する作業、高さが2メートル以上の箇所における作業、サイロ・むろ等酸素欠乏危険場所における作業、農薬散布の作業、牛・馬・豚に接触し、またはそのおそれのある作業

※保険料は、事務手数料込みです。また、給付基礎日額（3,500円～25,000円）によって異なります。

ご加入の条件や補償内容等のお問い合わせ・資料のご請求は、

JA佐渡本店 教育人事課 農業労災担当 TEL27-6161 まで

# 春の農機具レンタルのご案内

農作業も本格的に稼働する季節になりました。中央営農農機センターではトラクター、田植機、土づくり作業機をレンタル機としてご用意していますので、有効にご活用ください。

## ● 農機具レンタル 3つのメリット

メリット  
その1

初期導入費用が  
かかりません

農機を所有しないので、  
まとまった導入費用がか  
かりません。



メリット  
その2

メンテナンス等の  
維持費が不要

J Aで整備・メンテナ  
スを行いますので、常に  
良いコンディションの農  
機が使用できます！



メリット  
その3

保管スペースの  
有効利用

長期間保管する農機のス  
ペースを確保する必要が  
ないため、空いたスペー  
スを有効利用できます。



## H27年春レンタル料金一覧表

営農事業部 農機 【消費税 8%別】

	トラクター	田植機	土づくり作業機		
			自走コンボ	プロキャス	プラソイラ
基本料金	30,000	28,000	12,000	17,000	14,000
点検整備料	5,000	5,000	2,500	作業機 - 2,500 トラクター - 5,000	作業機 - 2,500 トラクター - 5,000
小 計	35,000	33,000	14,500	24,500	21,500

御利用料金には、別途、洗車料・点検・引取・納品料等がかかります。

その他ご不明の点がございましたら、各営農農機センターへお問い合わせください。

(消費税8%は別途申し受けます。)

## 機種一覧

### ● トラクター

イセキ TF243  
ヤンマー CT45  
ヤンマー AC18



### ● 乗用田植機 6条 (施肥付)

イセキ PZ60-HGRLF  
ヤンマー VP60-PWU-ZF  
ヤンマー VP 6-XPWUF



### ● 乗用田植機 4条

クボタ SPU450P



大型農機具の保管も承ります！ 詳しくはお近くのJA営農農機課へ！





## 3月より受付開始！

農業と地域を支える皆様をサポートします。

JAバンクならではの利子補給・保証料助成により低利で長期のご融資が可能となりました。農業経営のための設備資金、農地取得、運転資金にご利用いただけます。

JAバンク利子補給を受けた場合、年0.68%と低金利でご利用いただけるのがメリットです。

※農機具・農業用施設、農地取得のお借入で、JAバンク利子補給を受けた場合。

※お借入から3年間の期間に限ります。

※運転資金はJAバンク利子補給の対象外となります。

※枠に限りがございます。あらかじめご了承ください。

### アグリ1の利子補給・利子助成について



※JA佐渡利子補給 0.55% (県連利子補給後、一般枠4年間、農地取得枠7年間)

### アグリ1を利用してトラクターを購入した場合の実質負担例



お借入金額100万円・元金均  
 ・年2.55% (固定金利)・ご返済期間7年の場合  
 ◎毎年ご返済額142,000円 (毎年10月20日)  
 ※あくまでも概算金額であり確定金額ではありません。



### JAバンク利子補給対象資金

下記表の農業関係資金に対して、  
**JAバンクでは、最大1.0%の利子補給を実施いたします。**

資金名	補給率(最大)	補給期間	備考
農業近代化資金	1.0%	当初5年間	<input type="checkbox"/> 地域営農ビジョンに基づく取組みとしてJAからの推薦を受けた方が対象となります。 <input type="checkbox"/> 当初借入額1百万円以上が対象となります。
農機具ローン	1.0%	当初3年間	<input type="checkbox"/> 当初借入額1百万円以上が対象となります。
団信付農機具ローン	1.0%	当初3年間	<input type="checkbox"/> 当初借入額1百万円以上が対象となります。
アグリマイティー資金	1.0%	当初3年間	<input type="checkbox"/> 借入期間が1年超で、資金使途が農業生産に直結する資金が対象となります。
アグリ1 (一般枠)	1.0%	当初3年間	<input type="checkbox"/> 当初借入額1百万円以上が対象となります。 <input type="checkbox"/> 資金使途が農機具、農業用施設等の取得が対象となります。
アグリ1 (農地取得枠)	1.0%	当初3年間	<input type="checkbox"/> 当初借入額1百万円以上が対象となります。
新スーパーS資金 (農業経営改善促進資金)	1.0%	借入残高のある期間	<input type="checkbox"/> 極度額1百万円以上が対象となります。



### 建材センター春の総合展示会が開催

2月14日・15日の2日間、建材センターを会場に春の総合展示会が開催されました。

会場では健康器具やシステムキッチンの案内のほか増改築の相談対応なども行われ、来場者はパンフレットと実物を見比べるなど熱心に眺めていました。

コープ佐渡職員による豚汁サービス等もあり、多くの来場者で賑わいました。



### 女性部両津支部役員研修会

2月12日、椎崎温泉「ホテルあおきや」を会場に役員研修会が行われ、女性部両津支部の役員13名が参加しました。

営農研修では園芸振興課長より直売所の販売状況や出荷して欲しい野菜、出荷基準などが説明されました。研修後の質疑応答ではじゃがいもやかぼちゃ等の保管や時期をずらした栽培方法、学校給食への取り組みについてなどが話し合われました。



### 第49回スーパーマーケット トレードショーで佐渡米PR

2月10日から12日までの3日間、東京ビックサイトで第49回スーパーマーケットトレードショーが開催され、世界農業遺産に認定されている国内5地域（佐渡・能登・静岡・大分・熊本）が世界農業遺産のPRの一環として出展しました。

佐渡産コシヒカリ「朱鷺と暮らす郷」の試食やサンプルの配布を行い、来場者の中には「朱鷺と暮らす郷をいつも食べているよ！！これからも美味しいし食べるね。」という声も頂戴しました。

### J A 共済健康教室を開催

2月3日から5日までの3日、J A 共済健康教室を国際佐渡観光ホテル八幡館にて開催しました。

五十肩（肩関節周囲炎）の症状や原因についての講話や予防、治療に効果的な健康体操を行いました。参加者からは「肩が軽くなった」との声も聞かれ、身体を動かすことの大切さをあらためて実感していました。







## 岩の平園でもちつき大会を開催

1月17日に岩の平園で行われたもちつき大会に青年部・女性部がボランティア活動で参加しました。

約50名の参加者が協力し合いながらもちをつき、出来立てのきな粉もちとあんこもちを味わいました。



## 加茂湖かきまつりに佐渡米を提供

2月8日に開催された加茂湖かきまつりにJAから佐渡米「朱鷺と暮らす郷」を提供させて頂きました。プリプリの牡蠣と佐渡米のかき飯セットは大人気で、かき飯・かき汁コーナーには長蛇の列が並びました。



## 平成26年度生産者部会総会

2月19、20日の2日間にかけて、JA佐渡本店において平成26年度生産者部会総会が行われました。

全体総会の後に各部会に分かれ、平成26年度の活動報告および27年度の取り組みについて話し合われました。

なお、各部会の新役員につきましては、次号で紹介させていただきます。

## ✿ はつらつ女性部 ✿ ～赤泊支部～

私達赤泊支部では1月25日の女性部活動発表会にて、赤泊支部そばグループの活動を発表させて頂きました。その発表内容を簡単にご紹介させていただきます。

赤泊地区は海岸に面した丘陵地帯で昔からそばの産地でした。昭和50年代、そばグループを立ち上げ活動がスタート！最初は部落の集会場にお年寄りの方に集まって頂き、おそばを食べてもらう事から始めました。それが、このあとご紹介しますが現在のそば集合会食会へと形をかえて続いています。様々なイベントやお祭りに参加させて頂いているうちにいつからか、赤泊の「かあちゃんそば」と親しみのある名前ではばかれるようになりました。

現在、私達の年間活動は11月～12月と短期集中決戦です！ふれあいアッセ祭りでは、そば打ち体験のお手伝い。赤泊支店収穫感謝祭では、私達の作ったそばを支部役員が、かけそばにして販売をしてくれます。12月第一日曜日にそば集合会食会、通称「そば会」を社会福祉協議会の方のお力をお借りし開催しています。また年末には、Aコープさんから毎年800パックほどの年末そばの注文を承り、そばグループ総出で頑張っ



そば打ちをしています。毎年大変ですが、皆さんの美味しい！という笑顔の思い浮かべながら一生懸命作っています。

そば打ちは体力のいる作業で、グループ会員も高齢化になり、体力的にも活動が難しくなってきましたが、今年はフレッシュミズの部員さんが2名も仲間になってくれた事がとても心強く、そばグループの活動もがんばる事ができました。

これからも、元気と笑顔で頑張っていきますのでどうぞ末長くよろしくお願い致します。



新潟厚生連  
佐渡総合病院からの

## 医療のお話

### 「痔(ぢ)のお話」



外科医長

岡村 拓磨

今回は、なかなか人には相談しづらいお尻の病気の中で、特に痔をテーマにお話をしようと思います。

痔とは、医学用語では痔核といい、お尻の血管が腫れて、お尻から血が出る、痛みがある、飛び出るなどの症状を示す病気です。人口の4〜55%の人に存在し、45〜65歳の人に多いとされています。排便時に強くいきむ、トイレに長時間座るなどの排便習慣と、重いものを持つ、長時間椅子に座るなどの生活習慣が危険因子となり、お尻を支える組織の減弱とお尻を閉める筋肉の過緊張が原因で、発症するといわれています。

痔核の診断には、いつからどのような症状があったかという病歴の聴取と、肛門の診察が必要です。外科の外来で、肛門鏡という10cm程度の筒状の器具を肛門に挿入することで、痔核の診断は行えます。診察により痔核はⅠ度(程度の軽いもの)からⅣ度(程度の重いもの)まで分類され、治療方針が決定されます。ただし診察で痔核が認められても、大腸癌などの他の病気が疑われる場合は、大腸の内視鏡検査が必要になります。

痔核の治療の基本は、日常生活の指導と、薬物療法です。日常生活の改善点としては、長時間の座位、寒冷下の作業、排便時の怒責、飲酒、肉体の疲れ、精神的ストレス、体の冷えを避けることが肝要です。食事では十分な

水分と、食物繊維の摂取が推奨されます。薬物療法としては外用薬と内服薬がありますが、出血、疼痛、腫脹の緩和に有効です。手術治療はⅢ度・Ⅳ度の進行した状態に対して有効ですが、合併症(後遺症)として、術後の出血、肛門の狭窄、術後疼痛などがあり、その適応は主治医とよく相談する必要があります。また薬剤による痔核の効果療法が、Ⅱ度・Ⅲ度の痔核に対して行われることがありますが、直腸潰瘍、血圧低下などの特有の合併症があり、2015年度現在では、当院では行っておりません。

なお、お尻の痛み、腫れ、出血をきたす病気が痔核だけではありません。肛門周囲膿瘍、痔瘻、裂肛など他の肛門疾患や、炎症性腸疾患、癌など他の病気が原因である場合があります。また、大腸がん検診で便潜血検査が陽性であった場合に、痔核が原因であったのは6・7%とそれほど高くはないとする報告があり、お尻からの出血が続く場合に、安易に痔のせいであると決めつけるのは禁物です。外科に限らず、かかりつけのお医者さんに一度ご相談されることをお勧めいたします。

今回は痔についてお話させていただきました。身近な病気でありながら、なかなか人には聞きづらいこの病気について、皆様のご理解の一助となれば幸いです。

佐渡ふれあい福祉会

介護・福祉



## 拡大読書器について

ついて

● 視力が低下し視覚障害もあり文字が読みづらくなっています。  
拡大鏡以外で文字を拡大して読みやすい読書器はありますか。

- ① 高精度カメラでオートフォーカス機能付き
- ② 画面は、ワイド22インチで倍率が約3倍から約95倍となっています。
- ③ カラーモード対応
- ④ パソコンにも接続できます。
- ⑤ 重量は約17・2キログラム
- ⑥ 価格は、十九万八千円(非課税)



HD750

- ① テレビに繋ぐことで、音声読み上げと文字の拡大対応となっています。
- ② 器機だけでは、音声だけの対応となっており、小説なども読めます。
- ③ 点字の読み上げも対応しています。
- ④ 価格は、十九万八千円(非課税)



よむべえスマイル

佐渡市では視覚障害2級以上の場合に、日常生活用具の給付対象となります。佐渡市負担の給付額は、器具と利用者の所得によって、個人負担が0円の場合もありますので、機種のカatalogを市に提示してご相談下さい。

商品のお問い合わせ先

ふれあい館(金井)  
電話63-2300  
ふれあい館南佐渡(羽茂)  
電話88-13660

# みんなの広場

## 今月のさわやかくん



新穂支店管内（高瀬）

さ さ き りゆうた  
佐々木 隆太さん

仕事も遊びも充実して、  
毎日が楽しいです！

Q: 趣味または現在ハマっていることはありますか？

スポーツ全般が好きで、この時期は新潟に行ってスノーボードをしたり、職場の人とナイターバスケットをしたりします。

Q: 休日はどのようにすごしていますか？

冬以外の時期は友人と釣りに行ったりしますが、ふと思いつくと日帰りで新潟に行き、服などの買い物やラーメンを食べに行ったりします。

Q: これからチャレンジしてみたいことや目標はありますか？

8t車以上が運転できる大型車運転免許を取りたいです。

Q: 仕事でやりがいを感じるのとはどんな時ですか？

普段は事務職ですが、忙しい時期には配送も行っており、とても充実しています。

Q: 好きな異性のタイプを教えてください。

気が強そうでも、中身が優しく気遣いできる人です。

## アイドール 今月の愛撮る



赤泊支店管内（徳和）

信田 逞真くん（3歳）

涼真くん（1歳）

父 裕也さん 母 彩子さん

いつもにこにこ明るい仲良し兄弟！2人とも魔女の宅急便やとなりのトトロなどジブリ作品が大好きです。

ご両親からのメッセージ「のびのび元気に育ってね！」

## いきいき人生

「創ることが明日の力になる」



佐和田支店管内（青野）

おおい かんいちろう  
大井 勘一郎さん（80）

絵を描くことが趣味の大井さん。小学生の頃から絵を描き始め、叔父である小学校の先生のすすめで出展した展覧会で入賞した事が契機になり、楽しんで絵を描き続けています。風景画を中心に佐渡島内の各地をキャンバスに描き続けており、平成元年からは油絵の作成も始めました。現在でも「佐渡展」に出展するなど、積極的な創作に取り組んでいます。また、器用な手先を活かして木彫り彫刻の製作なども行っています。健康の秘訣は自分の趣味に励む事。絵を描くことや彫刻の製作など、指先を使う事で頭や体を鈍らせない様にしていきます。これからも好きなことに挑戦していきたいと話して頂きました。



# お知らせ

## よらんか舎 3月のオススメ情報 今月の野菜：いちご「越後姫」



「越後姫」は新潟県の気象条件に合わせて作られたいちごで、県の園芸研究センターで6年かけて育成された品種です。「越後姫」という名前は「可憐で瑞々しい新潟のお姫様のようだ」ということから、平成6年に命名されました。

新潟県の冬は低温で日照が少ないので、花が咲いてから収穫するまでの期間が長くなりますが、じっくり育てられることで酸味が少なく、甘くておいしい果実になります。

直売所には2月から出荷が始まり、4月から出荷のピークとなります。島内各地から出荷があります。

### ★ イベント情報 ★

3月14・15日(土・日)に新鮮空間よらんか舎店内で、お汁粉サービスを予定しています。佐渡産小豆や佐渡産の米粉を使用した、あったかくて美味しいお汁粉をお楽しみに♪

詳しくは店頭またはよらんか舎ホームページ、メールサービスで確認をお願いします。

### LPガス料金改定のお知らせ

このたび、LPガス輸入価格の下落により、全農のLPガス価格も大きく値下げされることになりました。このため、JA佐渡ではガス料金を下記のとおり改定(値下げ)させていただきます。

▼改定期日 平成27年4月検針分より

▼改定内容

40円/㎡(消費税別)値下げ  
改定前 720円/㎡(税別)  
改定後 680円/㎡(〃)

▼基本料金 据置き

### 佐渡を美しく 環境美化ボランティア

平成29年に世界遺産登録を目指す『佐渡金銀山』。佐渡の美しい景観を守るには地域のみなさんの力なくして成り立ちません。

JA佐渡各支店管内の国道・県道・農道などで空き缶拾いのボランティア活動を行います。

皆さまぜひご参加ください。

▼実施日 3月21日(土・祝)

※開始時間・場所についてはお近くの支店・出張所にご確認ください。



### 第7回春期営農フェア開催のご案内

今年最初の営農フェアです。農業機械・自動車・営農資材を始め多数の展示品をご用意して、皆様のご来場を是非お待ちしております。

▼開催日時

3月14日(土) 午前8時30分～午後5時  
3月15日(日) 午前8時30分～午後4時

▼場所

中央営農農機センター  
(カントリーエレベーター横)

### JA佐渡臨時職員募集

#### 人工授精師

募集人数 1名

○人工授精師資格(免許)をお持ちの方優先。

#### 直売所スタッフ(パート)

募集人数 2名

○新鮮空間「よらんか舎」スタッフ。島内産の野菜・果実・加工品の販売。  
○6時間パート。社会保険あり。

#### 事務職

募集人数 5名

○総合職の募集。(金融、共済、営農、農機の事務及び営業)  
○会議資料から文書作成までの事務全般や営業。ワード、エクセル必須。

※詳細はJA佐渡ホームページの採用情報を確認するか、教育人事課にお問い合わせ下さい。

問合せ先：JA佐渡 総務部 教育人事課 ☎ 27-6170

### 佐渡乳業とSHIMAYAの コラボで新スイーツ誕生!

素材も技も佐渡メイド。ナチュラル&プレミアムな無添加・美味の新スイーツが3月20日より販売開始!

#### for Diner time

佐渡チーズと佐渡番茶の 塩焔スティックパイ

#### for Tea time

佐渡レモンと佐渡バターの 小雪ほーる



- 佐渡バター&チーズ ●小木の露地レモン ●めおと岩の塩
- 樹齢35年の佐渡番茶 ●佐渡産コシヒカリ米粉

これらの厳選素材を使用した、こだわりの味をお楽しみください。

【販売予定店舗】

■佐渡汽船待合室売店 ■JA佐渡農産物直売所「新鮮空間よらんか舎」  
■しまや本店・窪田パイパス店・夷本町店・SHIMAYA CAFE

### 1月末 JAの概況

組合員数	16,183人
(内正組合員数)	(8,927人)
(内准組合員数)	(7,256人)
貯金	1,129億1,036万円
貸出金	178億5,670万円
共済保有高(保障)	4,417億6,397万円
購買品供給高	46億0,109万円
販売品販売高	48億3,656万円

- #### 1月21日開催の主な協議事項
- ① 園芸ハウスリースについて
  - ② 出資口数の減口について
  - ③ 余裕金運用規程等の一部変更について
- #### 1月27日開催の主な協議事項(臨時)
- ① 平成25年産米の最終精算について

### 理事会だより

- ④ 中央営農農機センター事務所の増築工事について
- ② 臨時総代会の提出議案について
- ③ 平成27年度事業計画について(組織協議案)
- ① 役員選考委員会の設置および委員の選任について

### 経営管理委員会だより

☆☆☆ 今月のAコープの日3月20日(金)～21日(土) ポイント2倍! ☆☆☆

\*\*\*\*\* 毎週火曜日：ポイント2倍 毎月第2日曜日：レジ袋持参で5ポイント 毎月第3日曜日：5% OFFの日 \*\*\*\*\*



挑戦!!

# クロスワード

## タテのカギ

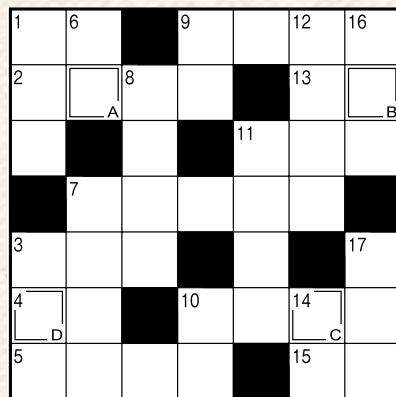
- 伊予カンやポンカンの主産地
- 新潟の民謡「佐渡——」
- 昆布やかつお節で取ります
- 3月14日は——デー
- 知識を多く蓄えた人のこと
- を聞いて十を知る
- アヒルはこの鳥の仲間を品種改良して作られました
- 大関は、負け越すと大関から陥落します
- 水族館にはたくさん並んでいます
- ゆでた野菜や麺の水分を切るとき使います
- マラソンの自己——を更新した
- 夕方に窓から差し込みます

## ヨコのカギ

- 木々が空中で伸ばします
- ひな人形に供える四角い食べ物
- 良ければ全て良し
- 便箋に引かれた線のこと
- 「石川早生(わせ)」や「セレベス」などの品種があります
- レーズンともいいます
- 砂蒸し風呂で有名な鹿児島島の温泉地
- 日本髪に挿す飾り
- アクセルを踏んで——する
- 塗り絵に付けます
- 文字のそばに小さな文字で振ります

### 【解き方】

クロスワードを解いてA～Dの二重ワクの文字を並べると、一つの言葉がでます。それが答えです。

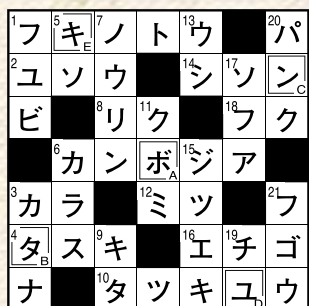


### 2月号の答え

ABCDE  
ボタンユキ

### 2月号の当選者

市橋 純子さん  
仲屋 栄子さん  
武田 幸夫さん  
土屋 優貴さん  
北見 淳子さん

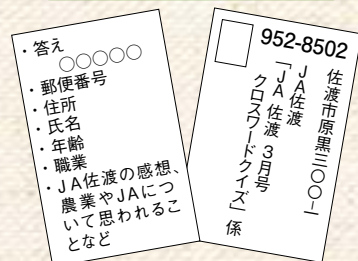


### 【締め切り 3月20日(金)必着】

※正解者の中から抽選で5名の方にJA商品券を差し上げます。当選発表は4月号誌面。

皆様にご記入いただいた個人情報につきましては、当広報誌に利用する以外使用いたしません。

### 応募方法



## エコープマーク 推奨品

### エコープ こめ油

☆規格 1500g 1本  
☆特典価格(税抜) 660円  
通常価格760円(税抜)



下記のクーポン券を切り取って、お近くのAコープ店にご持参ください。対象商品の特典価格にてご提供いたします。



## エコープ推奨品クーポン券

### エコープ こめ油

1500g 1本 **660円**(税抜)  
通常価格760円(税抜)

ご利用期間 平成27年3月1日～31日  
※クーポン券1枚で1品限りお求めいただけます。

## Aコープの得する情報

### エコープオリジナル商品 **こめ油**

#### ★こめ油とは?

米ぬかと米胚芽から抽出・精製された食用油です。日本人の主食である米が原料になっており、玄米1合から約2g程度しかとれません。

#### ★こめ油の特徴

- ①高温に強く香ばしくカラッと揚がり、クセもなく、揚げ物・炒め物に最適です。
- ②使用中の脂臭さのもととなる油酔い成分の発生が他の油と比べると少ないです。
- ③泡立ちや揚げ鍋への付着も少ないので作業性に優れています。

#### ★こめ油を使ったレシピ

##### 大根とカイワレのしゃきしゃきサラダ

#### ●材料(4人分)

大根……………160g  
貝割菜……………1パック  
みょうが……………2本  
こめ油……………大さじ3  
酢……………大さじ1と1/2  
醤油……………大さじ1と1/2  
塩、こしょう……………各少々  
おろし玉ねぎ……………大さじ1

#### ●作り方

- ①ドレッシングを作る。  
ボールに酢、醤油、おろし玉ねぎを入れ、こめ油を少しづつ攪拌しながら加え、塩、こしょうで味を調える。
- ②大根、みょうがは千切りにし、さっと水に放ちパリッとさせ、水気を取る。貝割菜を3つに切り混ぜる。
- ③②を器に盛り、①をかける。



# 食べてみ〜っちゃ



子どもと一緒に  
楽しく作って  
みてね♪

女性部 相川支部  
出崎 ユカリさん



## ヨーグルト入り米粉クレープ & 三色ゼリー

### 材料

#### ヨーグルト入りクレープ (10枚分)

**カスタードクリーム**  
さとう粉 (米粉ミックス粉) ..... 20g  
コーンスターチ ..... 20g  
砂糖 ..... 150g  
牛乳 ..... 4カップ  
卵黄 ..... 2個  
バニラエッセンス ..... 少々

**クレープ生地**  
さとう粉 (米粉ミックス粉) ..... 1カップ  
ベーキングパウダー ..... 小さじ1と1/2  
砂糖 ..... 大さじ4  
牛乳 ..... 1/2カップ  
卵 ..... 1個  
バター ..... 大さじ2  
ヨーグルト (プレーン) ..... 1カップ

#### 三色ゼリー

**カスタードゼリー (5個分)**  
さとう粉 (米粉ミックス粉) ..... 30g  
コーンスターチ ..... 10g  
砂糖 ..... 60g  
牛乳 ..... 400cc  
卵黄 ..... 2個  
粉ゼラチン ..... 3g

**人参ゼリー (5個分)**  
人参 ..... 100g  
砂糖 ..... 60g  
水 ..... 150cc  
レモン汁 ..... 大さじ1  
粉ゼラチン ..... 10g

**ババロア (5個分)**  
エーコープ「ババロアの素」 ..... 1袋  
熱湯 ..... 100cc  
牛乳 ..... 200cc

**ソース**  
いちごソースや餡子をゆるめたものなど、お好みのソースをご用意ください。

### 作り方

#### ヨーグルト入りクレープ

**カスタードクリーム**  
1. 米粉・コーンスターチ・牛乳2カップを鍋に入れて混ぜ、ほぐした卵黄を加える。  
2. 牛乳2カップに砂糖を溶かし、バニラエッセンスを加える。(溶けにくい時は牛乳を少し温める)  
3. 1に2を少しずつ加えながら、弱めの中火でこねる。しっかりと硬さのあるクリームになるまで、10〜15分ほどこねながら火を通す。

#### クレープ

1. バターを湯煎して溶かしておく。  
ボールに米粉・ベーキングパウダー・砂糖を混ぜ、そこに溶かしたバター・牛乳・卵を加えてよくかき混ぜる。  
2. 1にラップをかけて室温で10分ほど置いて生地をなじませる。  
3. フライパンまたはホットプレートに薄くサラダ油を塗る。弱火で加熱しながら、生地を玉杓子で2/3杯ほどで、直径12cmほどの円になる様に生地を流し込み生地を焼く。  
4. 焼き上がった生地にカスタードクリームやお好みのジャムを塗り、食べやすい形に折りたたむ。

#### 三色ゼリー

**カスタードゼリー**  
1. 米粉・コーンスターチ・牛乳200ccを鍋に入れて混ぜ、ほぐした卵黄を加える。  
2. 牛乳200ccに砂糖を溶かし、粉ゼラチンを加える。  
3. 1に2を少しずつ加えながら、とろみが付くまで弱めの中火でこねる。

#### 人参ゼリー

1. 人参を柔らかくゆでる。  
2. 砂糖と水120ccを鍋に入れて火にかけ、砂糖を溶かす。  
3. 2を人肌の温度まで冷ましてから1と一緒にミキサーに入れ、人参が無くなるまでミキサーにかける。

#### ババロア

1. ボールに熱湯とババロアの素を入れて、よく混ぜ合わせる。  
2. 1に冷たい牛乳を加え、泡立て器で1〜2分泡立てる。

#### 仕上げ

1.ゼリー型の1/3まで好みのゼリー液やババロア液を流し入れ、冷蔵庫で冷やし固める。  
2. 1が固まったら別のゼリー液やババロア液を流し入れて冷やす、をくり返し、2層、3層とゼリーの層を作る。  
3. 最後に、好みのソースをかけて出来上がり。

### ワンポイント

・カスタードクリームはしっかりと固さになるまで、弱火でよくこねる事。  
・エーコープで販売している「ババロアの素」は熱湯と牛乳だけでババロアが簡単に作れるので、子どもとおやつ作りをする時にとても良いです。



## 家の光図書 新刊

お求めはお近くの JA 支店窓口へ

### しっかり干しておいしく長もち 干し野菜のラクウマレシピ



・干すことで旨みや甘みが増しておいしくなると人気の干し野菜。しっかり干すことで栄養価もアップ、長期保存が可能になるのでいつでも使えて便利。おいしくて体にいい、干し野菜を余すところなく使える一冊。  
・なすんじゃ 著  
・定価(税込) 1,404円

### 育てて楽しむ はじめてのハーブ



・よく使われる16種のハーブを厳選! 初めてでも気軽にできて上手に長く育てる方法と、料理やハーブティー、入浴剤などに暮らしに役立つ使い方もあわせて紹介。ハーブを育てる楽しさ、使う楽しさに目覚めます。  
・植松良枝 監修/高浜真理子 監修  
・定価(税込) 1,404円

### ひとり分からできる 作りおき上手のやりくりレシピ 12か月



・旬の食材をおいしく味わうレシピや、時間のある時に作っておく「おかずのもと」のアレンジレシピを月ごとに紹介。一人分から作れて、食材を無駄なく味わう使いきりアイデアや食材豆知識も満載の頼れる一冊。  
・こてらみや 著  
・定価(税込) 1,512円

### 100歳までボケない 常備菜で10分レシピ



・認知機能低下は40代から始まる。最新研究から脳の潜在力を引き出し、若々しさを保つレシピを紹介。発酵調味料を使った常備菜を作っておけば、そのまま食べてもアレンジでも、とにかく簡単に毎日続けられる。  
・牧野直子 著/白澤卓二 著  
・定価(税込) 1,296円

好評既刊