

# JA佐渡

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

2017  
**11**  
Vol.292



コープデリ稲刈りツアー in 田んぼアート

田植や稲刈の様子を動画配信中!!  
QRコードを読み込むか  
佐渡のたんぼどうが 検索



特集

## 佐渡米販売情勢と販売促進の取り組み

# 佐渡米販売情勢と販売促進の取り組み

## 29年産佐渡米販売状況

10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	14,653	1,257	76	37
新潟一般	107,699	6,888	96	25
魚沼地区	12,568	924	79	37
岩船地区	11,780	915	78	52

## 29年産集荷検査状況(主食用米のみ)

10月17日現在

	数量(トン)	進捗率(%)	1等米比率(%)
コシヒカリ	8,965	63.8	88.2
こしいぶき	1,383	75.0	79.4
全品種計	10,724	65.0	86.1

29年産米の佐渡コシヒカリは、8月中旬以降の気温と日照時間が平年を下回ったことにより刈り取り適期が遅れたため、検査・集荷についても例年より若干遅れました。そのため、例年より4日遅い9月28日が初出荷となりました。

各卸からの取引希望は、結果的にJA佐渡の出荷契約数量を超えてきており、今後より多くの集荷・販売が求められています。生産者の皆さまからは、保有米数量を確認していただき、出荷可能な全量をJAへ出荷いただきますようお願いいたします。

また、全国的に業務用として使われている安価な種類の米が飼料用米等に置き換わったことから、「こしいぶき」についても取引先からの希望が増えていますので、あわせて見直していただき、可能分をJAへ出荷してください。

なお、JA米としての集荷・販売は11月末の検査までとなります。12月検査分についても同様の仮渡金といたしますが、お早めの出荷をお願いします。(早生品種の銘柄誘導策分の加算(525円/60kg)が支払われなくなりますので、ご注意ください。)

## 10月～11月の販売促進活動について

- 10月22日 協同組合まつり出展(新潟市)
- 10月27日 米穀店店頭でのお米の試食販売と特産物販売(東京都)
- 11月3～4日 米穀店店頭でのお米の試食販売と特産物販売(埼玉県川越市)
- 11月5日 関西米卸・米穀店との商談会(大阪府)
- 11月15～21日 百貨店でのお米の試食販売と佐渡フェア(新潟市)
- 11月24～25日 米穀店店頭でのお米の試食販売と特産物販売(東京都)



## コープデリ・朱鷺募金贈呈式&稲刈りツアー

10月14日、関東信越の6生協（コープみらい、いばらきコープ、とちぎコープ、コープぐんま、コープながの、コープにいがた）が組織するコープデリ生活協同組合連合会（旧コープネット事業連合）の役職員と組合員合わせて33名が来島され、佐渡産コシヒカリの販売による寄附金贈呈式と稲刈り交流を行いました。コープデリでは平成22年よりトキと共生した米づくりを応援するための「佐渡トキ応援お米プロジェクト」に取り組んでおり、「CO・OP新潟佐渡コシヒカリ」の販売したうちの1kg 1円を佐渡市環境整備基金に寄付しています。

新穂青木の田んぼアートほ場で行われた式典では佐渡市の三浦市長に271万671円の目録が手渡されました。寄附金の贈呈は今年で8年目となり、累計で1,759万円を超えました。

稲刈り交流として、コープデリの組合員や佐渡の農家、佐渡kids生きもの調査隊の全員で、田んぼアートの文字部分の稲を刈り取りました。最後に、刈り取り跡に並んで記念撮影を行いました（表紙写真）。



## 佐渡米トップセールス

10月11日から13日までの3日間、トップセールスとして米卸業者等16社（関東9社・関西7社）を訪問しました。29年産米の品質向上に向けた取り組みと作柄結果や生物多様性農業の新たな取り組み等を報告し、消費地での販売状況や佐渡米への要望等について意見交換を行いました。

訪問先からは「佐渡米については既の実需者から品質・食味に対する高評価も得ている。しかし、作況の低さから安定的に供給してもらえるのか不安だ。農家さんに呼びかけ、少しでも多く取扱いできるようにしていただきたい」という声を多く聞きました。



## 農業機械格納整備受付中

機械を長くご使用いただくために、また、来季の作業がスムーズに行えるように、点検整備を行いましょ。

### メリット1

作業中の突然の故障によるリスクを減らします  
作業中の突然の故障は作業の遅れや思わぬ事故にもつながります。ダメージを受けている箇所を事前に整備してリスクを減らしましょう。

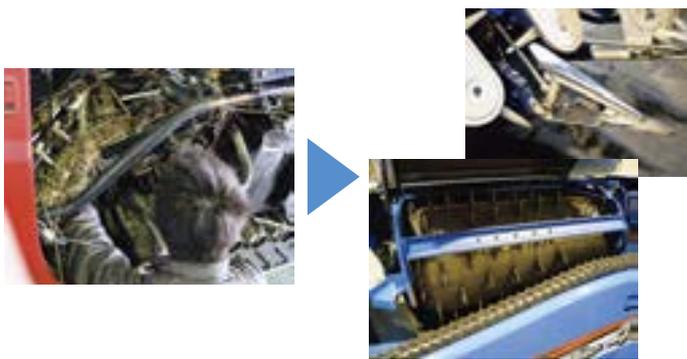
### メリット2

整備・買い替えにかかるコストを減らします  
事前の点検整備で大きな故障を未然に防ぐことができ、修理にかかる費用負担の軽減に繋がります。また、機械の寿命が延びるので更新頻度も減らせます。

### メリット3

整備士の目で機械を良好な状態に保ちます  
コンバインなど大型機械は自己整備では十分にカバーできない場合があります。専門の整備士の目で確認し点検整備を受けることで、機械を良好な状態に保てます。

整備内容については、ご依頼により「調子が悪かったところ」「傷みの激しかったところ」等のほか、部分的な（刈取部・足回り・カッター部など）整備も行いますのでご相談下さい。



格納整備基本料金

機 種	規 格	格納整備基本料金
トラクター	一律	32,000
	4条	25,000
乗用田植機	5～6条	30,000
	7条～	35,000
コンバイン	2条	90,000
	3条	130,000
	4条	160,000
	5条	200,000
	6条	200,000

(単位：円、税抜)

## 大型農業機械お預かり致します

機械の大型化に伴い、以前からの格納場所では狭く機械の置き場に苦慮されていませんか？ JAでは大切な機械を点検整備させていただき、次回使用時期まで1ヶ月単位でお預かりいたします。

※保管の場合、格納整備基本料金が1割引き！

機 種	規 格	保管料金		格納整備基本料金 (1割引き)	保管期間
		月 額	1シーズン		
トラクター	一律	5,000		28,800	1ヶ月単位
	4条		20,000	22,500	6月～ 翌年3月末 ※引受は5月中
乗用田植機	5～6条		25,000	27,000	
	7条～		30,000	31,500	
コンバイン	2条		40,000	72,000	11月～ 翌年8月末 ※引受は10月中
	3条		45,000	104,000	
	4条		50,000	128,000	
	5条		55,000	160,000	
	6条		60,000	160,000	

※上記以外の大型機械保管、中途期間でのお預かりにも対応しますので、ご相談ください。

(単位：円、税抜)

【お申込み・お問い合わせはお近くの営農農機センターへ】

## おけさ柿中央選果場 開所式

10月16日におけさ柿中央選果場の開所式が行われ、前田理事長より「春先の低温や9月の台風の影響が心配されたが順調に育っている。良い品を消費者の皆さんに届けるため、まずは体調管理に気をつけて頑張ってもらいたい」と作業員を激励しました。おけさ柿の出荷は10月20日頃からピークを迎えますが、今年も大玉で品質も良好との事です。



## おけさ柿の試食販売促進を実施



10月14～15日に新潟市内の量販店で、おけさ柿生産者・JA職員が29年産おけさ柿の販売促進会を実施しました。試食や購入されたお客様からは「もうおけさ柿の時期になったんだね」、「今年もおけさ柿は甘くて美味しい」など出荷されるのを楽しみにしているお客様が多くいらっしゃいました。引き続き新潟市や京浜地区を中心に「おけさ柿」の販売促進を実施します。

また、贈答用おけさ柿も取り扱っていますのでお申し込み、お問い合わせ下さい。

JA佐渡 中央選果場 ☎24-7106または各営農窓口

## よらんか舎 **11月のオススメ情報**

～ 寒い季節は根菜を食べましょう! ～

大根、人参、ごぼう、かぶ、さつまいも、たまねぎなど、これからは旬の根菜類には体を温める作用があります。風邪をひきやすいこれからの季節にはぜひ食べてほしい野菜です。

身体を温めつつ栄養も効率よく摂るなら、大根や人参を入れた味噌汁がオススメです。大根は消化酵素が多く、消化を促進する作用があり、胃もたれや胸やけに効果的です。人参にはβカロチンが多く、体内でビタミンAに変わります。ビタミンAは皮膚やのど、鼻、肺などの粘膜を正常に保つ働きをするため、免疫力アップに役立ちます。また、発酵食品の味噌にはビタミンやアミノ酸が豊富なので、栄養源としてはもってこいです。



寒い季節は味噌汁や煮込み料理など、温かい料理にして食べましょう。

贈り物に  
おすすめ!!

# 美味しい佐渡の味覚 お届けします!

## 商品番号 A

西洋梨 (ル レクチエ)  
●2.0kg (5玉~6玉入)  
販売価格 3,600円 (送料・税込)  
お申し込み 12月1日まで  
発送 11月下旬~  
○西洋なし「ル レクチエ」は10月の秋晴れのもと収穫され、約40日間ゆっくり寝かせる「追熟」により美味しく熟すのを待ちます。  
※実際の商品は箱のデザインが変更になる場合があります。



## 商品番号 C

あんぼ柿  
●250g (4玉~5玉入)×6パック  
販売価格 4,500円 (送料・税込)  
お申し込み 12月6日まで  
発送 11月中旬~  
○佐渡特産「おけさ柿」を半生状に仕上げました。お口の中であとろける自然の甘みをご賞味いただけます。



## 商品番号 B

キウイフルーツ (ヘイワード)  
●3.6kg (30玉入)  
販売価格 2,800円 (送料・税込)  
お申し込み 12月1日まで  
発送 12月上旬~  
○果肉の色が鮮やかな緑色の「ヘイワード」という種類で種や芯まで食べられます。



## 商品番号 D

特選あんぼ柿 (柿姫)  
●700g (12玉~16玉入)  
販売価格 3,500円 (送料・税込)  
お申し込み 12月6日まで  
発送 12月上旬~  
○あんぼ柿を1個ずつ厳選し丁寧に個包装にしました。大切な方への贈り物にぴったりです。お歳暮等にお使いください。



## 商品番号 E

干し柿 (島娘)  
●230g (5玉又は6玉入)×6パック入  
販売価格 4,500円 (送料・税込)  
お申し込み 翌年1月6日まで  
発送 12月中旬~  
○佐渡特産「おけさ柿」を日本海の厳しい冬の風にさらしミネラルたっぷりに仕上げられました。天然の甘み、しっとりとした柔らかさをお楽しみいただけます。



### 【お申し込み先】

JA佐渡 農産物販売センター ☎0120-616-120  
TEL.0259-22-4116 FAX.0259-22-4106

または各営農窓口へお申し込み下さい。  
※ご注文受付順に発送を致します。天候等により発送が遅れる場合もあります。

JA佐渡

## 朱鷺の舞う島佐渡産コシヒカリ

## お歳暮キャンペーン

トキとふるさと佐渡から自然の恵みと手づくりのこだわりが育んだコシヒカリをお届けします。

A  
コース

### 朱鷺の舞 (5kg×1袋)

農薬や化学肥料を5割以上削減 (当地区慣行栽培比) で生産された佐渡産コシヒカリ100%です。

3,000円 (送料・税込)



C  
コース

### 朱鷺と暮らす郷 (5kg×1袋)

農薬や化学肥料を5割以上削減 (当地区慣行栽培比) し、なおかつ佐渡市基準の「生きものを育む農法」により生産されたコシヒカリ100%です。

3,100円 (送料・税込)



B  
コース

### 朱鷺の舞 プラス 切り餅 (5kg×1袋) + (3種200g各1袋)

3,780円 (送料・税込)

D  
コース

### 朱鷺と暮らす郷 プラス 切り餅 (5kg×1袋) + (3種200g各1袋)

3,880円 (送料・税込)

受付期間: 11月20日(月)~12月20日(水)まで

●お申込・お問合せ: (株)コープ佐渡米穀センター ☎0259-63-6110  
Aコープ各店他島内取扱い店に備え付けのチラシにご記入の上、お申込下さい。



JAバンク新潟

# ぬくぬく貯金キャンペーン



平成29年10月2日～12月29日

期間中に1年かつ20万円以上の定期貯金をお預けいただくと  
1万円(最大600名様) または ヤスダヨーグルトギフトセット(3千円相当、最大1800名様)  
抽選で当たる!

※預入金額10万円につき1口の懸賞抽選権を付与します。

さらに! JOURNAL STANDARD×CHORISレジカゴ用バッグをプレゼント!

※なくなり次第終了とさせていただきます。

### 【お受け取りいただける方】

対象商品をお預け入れいただき、かつ以下のいずれかに該当する方  
(お預け入れと同時のお申込みも含まれます)

- ① 給与振込指定者 ② 年金振込指定者 ③ JAカード利用者 ④ JAネットバンク利用者
- ⑤ 公共料金決済指定者 ⑥ 組合員



さらに!!  
JA佐渡独自  
キャンペーン

店頭表示金利(1年)に **年0.15%上乗せ!**  
(新規100万円以上)



## 農業税務ワンポイントアドバイス

～減価償却計算サービスをご利用下さい!～

JA佐渡では、ご自身で減価償却計算をするのが難しいと思う方にJA職員が減価償却計算サービス(有料)を実施しています。

### 【ご利用料金】

基本料金 初年度のみ	1,000円
基本料金 2年目以降	500円
11資産から1資産につき (初年度のみ)	100円
新規、売却、除却1資産につき (2年目以降)	100円

例えば、今年から利用する方で、12資産ある方は1,200円です。  
翌年(資産変更なかった場合)は500円です。

(税込)

この内容に関するお問合せはJA佐渡 営農事業部 営農企画課 税務担当  
電話63-3101までお気軽にお電話下さい。

### ◆◆◆ 佐渡税務署からのお知らせ ◆◆◆

平成29年7月から、従来、佐渡税務署より送付していたデータ照会文書の一部を「関東信越  
国税局 文書照会センター」から発送することになりました。

照会文書の内容により、問い合わせ先等が、「文書照会センター」もしくは「佐渡税務署」等、  
異なる場合がありますのでご注意ください。

ご理解とご協力をお願いいたします。

～税務職員を装った「振り込め詐欺」にご注意ください!～

# みんなのよい食プロジェクト 第42回「ごはん・お米とわたし」入賞作品介绍

新潟県



今年も、島内の各学校より多くの入賞がありましたのでご紹介します。

※JAグループ新潟きつづ広場ホームページでも公開  
JA新潟 きつづ広場 で検索

## 作文部門

### 優秀賞

新潟県教育長賞 真野小学校4年生 薄木 美咲さん  
NHK新潟放送局賞 両津小学校1年生 藤井 結衣さん  
新潟日報賞 河崎小学校2年生 本間 旭蓮さん

### 優良賞

真野小学校1年生 薄木 壯真さん 両津小学校3年生 田村 莉愛さん  
真野小学校5年生 薄木 日菜さん 真野小学校6年生 伊藤 有海さん  
相川中学校1年生 竹内 涼花さん 佐和田中学校2年生 佐々木楓乃さん

### 学校賞

真野小学校

## 図画部門



### 最優秀賞

### 新潟県知事賞

金井小学校6年生 堀 華南乃さん



### 北陸農政局長賞

真野小学校4年生 高野 佑輔さん



### 優秀賞

●新潟県教育長賞 沢根小学校3年生 近藤 命輝さん ●新潟日報賞 真野小学校5年生 薄木 日菜さん



### NST賞

佐和田中学校3年生 野崎 春花さん



### TeNYテレビ新潟賞

佐和田中学校2年生 佐々木楓乃さん



### 優良賞

両津小学校1年生 栗山 紗羽さん  
金井小学校3年生 渡邊 花観さん  
河原田小学校5年生 遠藤 有華さん  
金井小学校6年生 海老名彩和さん

### 学校奨励賞

金井小学校  
真野小学校

# クリーンミルク生産者紹介

赤泊で一家三人、高品質な牛乳生産を続ける本間さん。平成23年にクリーンミルク生産農場認定を受けました。牛舎を清潔に保って乳牛が過ごしやすい環境づくりにこだわっています。

自分の代で酪農を始めたきっかけは、Uターンで佐渡に戻った時に周囲の若手酪農家に誘われたから。サラリーマンから酪農家、と大きな転身でした。それから40年近くが経ち、今日も息子の友樹さんと一緒に乳牛の世話に精を出しています。

「佐渡の牛乳はとても美味しい」と消費者からの声を聞くと励みになる。生乳プラントの新設に大いに期待しており、多くの人に佐渡の牛乳やバター・チーズなどの加工品を味わっていただくためにも生産量を維持し、酪農家の皆で佐渡の牛乳を支えていきたい、と話していただきました。

これからは息子の友樹さんに牛飼いの技術と共に経営のノウハウも伝え、若い世代に佐渡の酪農のこれからを担って欲しい、と次代への激励を述べていました。

[名前] 本間 靖芳さん  
 [飼育地] 飼育地：赤泊  
 [飼育頭数] ホルスタイン：30頭  
 [生産量] 年間200トン



## 食農食育レポート

島内の小学校・保育園で行われている「食農食育」の取り組みについて紹介いたします。



**八幡小学校：稲刈り**

9月27日、5～6年生の13名が八幡：加藤慎一さんのほ場で稲刈りを体験しました。児童らは加藤さんの指導を受けながら手際よく刈り取りました。



**金井保育園：バケツ稲刈り**

10月2日、年長組37名がバケツ稲を収穫しました。児童らは歓声を上げながらハサミを使って少しずつ刈り取りました。



**河崎小学校：バケツ稲刈り**

10月10日、5年生16名がバケツ稲を収穫しました。営農担当から鎌の使い方を教わり、自分のバケツで育った稲を刈り取りました。



**小木小学校：**

**さつまいも掘り&コスモス鑑賞**

10月13日、1～2年生の33名が大きく育ったさつまいもを収穫しました。また、春に蒔いたコスモスが一面に咲く花畑の前に記念撮影をしました。



**新穂小学校：稲刈り**

9月27日、5年生18名が北方：河原さんの水田でもち米「こがねもち」の収穫体験をしました。収穫したもち米は10月21日の文化祭で販売しました。



**金井小学校：お米料理教室**

10月5日、5年生49名がアメリカ料理のスパニッシュライスを作りました。アメリカ人のメアリー先生から英語を交えた指導を受けながら、皆楽しんで作り味わいました。

### 慶應大学ラグビー部が 佐渡米の倉庫業務体験

9月29日から2日間、慶應大学ラグビー部の1年生8人が島内各所の交流イベントで来島し、宮川倉庫では佐渡米の出荷作業を手伝いました。部員たちは30キロの米袋を軽々と荷台に積み込んでいました。



### 小倉千枚田で稲刈り交流

10月8日、畑野の小倉地区で千枚田の稲刈り交流イベントが行われました。棚田オーナーやJA青年部を含め総勢83名が稲刈りを行い、稲刈り終了後には棚田の風景を眺めながら新米のおにぎり等を味わいました。



### FM東京で佐渡米を発信

10月10日にFM東京の番組「あぐりずむWEEKEND」の収録が行われ、経営管理委員の齊藤会長と生産者の佐々木邦基さんが佐渡米や朱鷺について語られました。収録した内容は10月21日にFM新潟を含む全国38局ネットで放送されました。



### 加茂グリーンミセス料理講習会

加茂歌代集落センターで10月15日にお楽しみ料理講習会を開催しました。参加者19名はおこし型を使って次々としんこを作り、蒸し上げていました。



## 第5回JA女性部大会 & 第19回活動発表会のご案内

【開催日】 平成29年12月9日（土）10:00～15:30（受付 9:30より）  
 【場所】 アミューズメント佐渡 住所：佐渡市中原234-1 電話：52-2001  
 【ステージでは…】

#### 午前の部

記念講演 「OMOIYARI ～トキの野生復帰と佐渡の農業と食」  
 (有)齋藤農園 代表取締役 齋藤真一郎 氏

記念鑑賞 佐渡民謡「相川音頭」「小木おけさ」「七浦甚句」「佐渡おけさ」  
 新潟県立羽茂高等学校 郷土芸能部

#### 午後の部

活動発表 女性部員による舞踊・大正琴等  
 【エントランスでは…】

活動展示：各支部での活動展示や作品を展示します。  
 女性部市：部員が栽培した野菜等の農産物を販売します。

## ✿ はつらつ女性部 ✿ ～新穂支部～

新穂支部は毎年恒例のEM肥料作りや島内視察研修、絵手紙等の講習会といった活動や各イベントへの参加、施設へのボランティア活動をしています。

今年の一研修では両津のサクランボ農家の視察と大野亀のカンゾウの花を見学してきました。サクランボは雨に当たると実が割れてしまうので、ハウス内で木が高くなならない様に矮化して栽培されていました。佐藤錦のほか、様々な種類を作っていて視察時はもうすぐ食べられそうなまでに色付いていましたが、収穫まではまだ時間がかかるとの事でした。島内ではサクランボ農家が少ないので頑張って欲しいと思います。その後、大野亀でカンゾウの花を見学しましたが、JA女性部両津支部をはじめ各団体が毎年、カンゾウの苗を植えているとの事でした。大分前に見に行った時はカンゾウの花がポツポツといった様でさみしく思いましたが、今ではどこを向いてもカンゾウの花がきれいに咲いており、とても感動しました。各団体の皆様に感謝します。毎年のJA夏祭りの時には漬物を作って販売しています。この時期に採れる野菜を使って加工・販売する事で地域の活性化に繋がるのでは、と思っています。

この様に私たち女性部は様々な活動に参加する事で地域の人たちと繋がり、活性化に繋がる様に考えており、これからも頑張っていきたいと思っています。



## 『家の光』 12・1月号は豪華付録付き！



12月号  
付録

### 2018年家計簿

・家計に影響する諸制度の変更をわかりやすく図解！ ・日記欄スペースを拡張、脳活ドリルもさらに充実

12月号  
付録

### エンディングノート

・葬儀にかかる費用の目安や、遺品整理の頼み方など、コラムも充実。

家の光12月号／11月1日発行 1,008円(税込)



1月号  
付録

### 毎日かんたん！健康レシピ

・健康にいいアイデアレシピで定評のある料理研究家、村上祥子さんが考案した86レシピを紹介

1月号  
付録

### 他人事じゃないよ！相続講座

・相続相談のスペシャリストである東京都JA世田谷目黒の相談役による誌上講座

家の光1月号／12月1日発行 906円(税込)

### ●『家の光』12月号・1月号・年間購読お申し込みについて

年間購読は『前納支払』がお得です！平成29年12月号から平成30年11月号までの年間購読料を一括でお支払いいただく場合、1ヶ月分お得になります。(年間購読料8,623円(税込))

(キリトリ)

## 講 読 申 込 書

JA佐渡 御中

平成 年 月 日

家の光 12月号・1月号・年間購読  
を申し込みます

お名前 \_\_\_\_\_  
ご住所 \_\_\_\_\_  
お電話番号 \_\_\_\_\_

支払方法	口座振替
	購 買

講読月号・支払方法の該当する項目を○で囲んでください

●いただいた個人情報は、注文以外の用途には使用いたしません

●ご住所・お電話番号については、ご記入いただける範囲で結構です

最寄りの支店窓口へ購読申込書をお出し下さい。

「夜間頻尿について」

泌尿器科医長

池田 正博

夜間頻尿とは『夜間に排尿のために1回以上起きなければならぬ』というのが定義です。2回以上起きってしまうようになると生活の質が下がると言われており、昼間の眠気や倦怠感などが出てくる場合があります。ある調査によれば、2回以上の夜間頻尿は40歳代では約10%にしかみられません。70歳代では50%となり年齢を重ねるごとに夜間頻尿の方は増えていきます。

原因は様々で、前立腺肥大症や過活動膀胱などの泌尿器科の病気の場合もあります。高血圧や糖尿病など内科の病気のため夜間頻尿となっている方も多くいます。また加齢による体内環境の変化で夜間にまとめて尿をつくる体質となり、夜間の尿量が増えるために夜間頻尿となる場合もあります。『昼間の尿量は少ないが、夜間は回数も多く行くたびに尿がたくさん出る』という方はこの

タイプの可能性があります。

そのほかに睡眠障害も原因となり、夜間に起きてしまうのでトイレに行く場合や、逆に長時間寝ているために排尿回数が増える場合もあります。高齢者の理想的な睡眠時間は7時間程度ですので、それ以上寝ている方はその時間分の排尿回数を差し引いて考える必要があります。

夜間頻尿は悩みを抱えている人が多く、さらにいろいろな病態が重なり合って起こっています。治療を行う前にはしっかりと検査や診断を行い、原因を特定することが重要です。原因に応じて生活習慣の改善や内服などの治療を組み合わせたのが夜間頻尿改善の秘訣と考えます。



介護福祉情報

佐渡ふれあい福祉会

食べやすい介護食シリーズ

美味しいと感じるほど。今日は何を食べようかと心が動くこと。

高齢者や療養中で食へることに困難を抱えていらっしゃる方にも、「食べる喜び」は大切な思いであると考えています。

噛む力や飲み込む力などの食へる機能が低下した方にも食事を楽しんでいただける介護食をご紹介します。



容易にかめる



※上記以外にも多数種類を取り揃えています。

具材の形を残し、スプーンなどでつぶせるくらいにやわらかく仕上げられています。

歯ぐきでつぶせる



具材を歯ぐきでつぶせるくらいに調理し、トロミをつけて食べやすく仕上げられています。

舌でつぶせる



価格 151円～/税込

細かな具材を簡単に舌でつぶせるくらいにやわらかく仕上げられています。

商品についてのご相談を承りますので詳しくは  
ふれあい館(金井) TEL 63-2300  
ふれあい館南佐渡(羽茂) TEL 88-3660  
にお問い合わせ下さい。

# みんなの広場

## 今月のさわやかさん



佐和田支店管内（石田）  
わたなべ かおり  
**渡邊 香さん**

ダイビングで佐渡の海を満喫してみたい!

Q. 趣味または現在ハマっていることはありますか?  
DVDや映画で洋画を見る事です。ホラー以外の様々なジャンルを見ています。

Q. 休日はどのようにすごしていますか?  
友人と旅行や買い物に行きます。特に何も無い時は家事をして寝だめします。

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?  
ダイビングを始めて、海の中から見上げる太陽がどんな感じか見てみたいです。

Q. 仕事でやりがいを感じるのとはどんな時ですか?  
職場での窓口対応でお客様から「丁寧ありがとうございます」と言われた時です。

Q. 好きな異性のタイプを教えてください。  
男らしいスポーツマンで、自分をしっかりと持っている人です

## アイドール 今月の愛撮る



新穂支店管内（新穂長畝）  
すだ りん  
**須田 鈴ちゃん**（3歳）  
父 大輔さん 母 礼さん

恥ずかしがり屋さんだけど元気一杯な鈴ちゃんは歌や踊りが大好き!テレビを見ては踊りを真似してます♪  
ご両親からのメッセージ「お友達と仲良くできる様に優しい子に育ててね!」

## いきいき人生



小木支店管内（小木）  
すずき 鈴木 ミヤ子さん（70）

「ひびこれよきひ、  
日々是好日、の気持ち  
で毎日を楽しく!」

宿根木の公開民家「清九郎」でガイドを務める鈴木さん。ガイドのほかにも健康推進委員の支部長や老人クラブ「長生会」の会長も兼任しており、日々忙しくしています。ガイドや様々な活動をしていると様々な素敵な人たちとふれ合い、色々とするものがありとても励みになると話して頂きました。

健康の秘訣はくよくよしない事。若い時には色々苦勞もあったが、前向きにとらえる事で日々を明るくすごしています、との事でした。

# お知らせ

## JA佐渡 収穫感謝祭のご案内

今年も無事に農作物が収穫できた事に感謝して、各支店管内にて収穫感謝祭を開催致します。ぜひお立ち寄りください。

11月11日(土) 10時～	真野支店
11月18日(土) 9時～	加茂営業所
11月11日(土) 9時半～	佐和田支店
11月18日(土) 8時半～	小木支店
11月23日(木・祝) 9時～	赤泊支店

エコープ各店で売出しが開催されます。この期間限りのお買得商品をご用意してお待ちしております！

「エコープ金井店 全国駅弁大会 第1弾セール」	11月 5日(日)～6日(月) 営業時間 9時～19時30分
「エコープ高千店 収穫祭SALE」	11月 8日(水)～9日(木) 営業時間 9時～18時
「エコープ畑野店 収穫祭SALE」	11月15日(水)～17日(金) 営業時間 9時～19時30分
「エコープ小木店 収穫祭SALE」	11月15日(水)～17日(金) 営業時間 9時～19時
「エコープ加茂店 収穫祭SALE」	11月15日(水)～18日(土) 営業時間 9時～19時30分
「エコープ赤泊店 収穫祭SALE」	11月23日(木・祝)のみ 営業時間 9時～19時
「エコープ金井店 全国駅弁大会 第2弾セール」	11月26日(日)～27日(月) 営業時間 9時～19時30分

JAエコープ佐渡  
お得なセール情報

## 2017 スタッドレスタイヤ お買得キャンペーン!!

キャンペーン期間 平成29年

10/21(土)～12/30(土)

- ・掲載以外のサイズもお気軽にお問い合わせください。
- ・表示された金額はすべて消費税が含まれております。
- ・組み替え・脱着料金、廃タイヤ処分料が別途かかります。

### 145/80R13

ワゴンR・  
アルト・  
ミラなど

80シリーズ	通常価格	特別価格
	¥11,923 (21Y06)	→ ¥11,016
	¥10,627 (21Y06)	→ ¥7,884
	¥9,547 (21Y06)	→ ¥6,804

### 155/65R14

新型ワゴンR・  
ムーブカスタム・  
タントなど

65シリーズ	通常価格	特別価格
	¥15,582 (21Y06)	→ ¥14,040
	¥12,840 (21Y06)	→ ¥8,532
	¥11,810 (21Y06)	→ ¥7,452

### 155/65R13

旧型ワゴンR・  
ムーブ・ライフ  
など

65シリーズ	通常価格	特別価格
	¥15,083 (21Y06)	→ ¥13,716
	¥13,478 (21Y06)	→ ¥8,208
	¥12,388 (21Y06)	→ ¥7,128

### 145R12-6PR

キャリイ・  
エブリイ・  
ハイゼットなど

65シリーズ	通常価格	特別価格
	¥10,368 (21Y06)	→ ¥9,072
	¥9,381 (21Y06)	→ ¥6,372
	¥8,281 (21Y06)	→ ¥5,292

## 9月末 JAの概況

組合員数	15,713人
(内正組合員数)	(8,119人)
(内准組合員数)	(7,594人)
貯金	1,107億2,376万円
貸出金	142億3,639万円
共済保有高(保障)	4,020億6,499万円
購買品供給高	26億4,336万円
販売品販売高	27億6,964万円

- ① 出資口数の減口について
- ② 育児・介護休業等に関する規程の一部変更について
- ③ 一般貸出について

## 理事会だより

9月26日開催の主な協議事項  
※報告・意見交換のみ実施のため、協議事項なし

## 経営管理委員会だより

☆☆☆ 今月のAコープの日 >> 11月20日(月)～21日(火) 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：ポイント10倍 \*\*\*\*\*

挑戦!!

# クロスワード

## タテのカギ

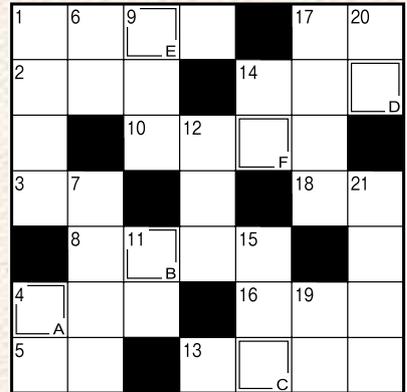
- ①きのこの軸の一番下の部分
- ④数え年 70 歳の祝い
- ⑥三人寄れば文殊 (もんじゅ) の——
- ⑦雄ライオンの顔の周りに生えます
- ⑨東の空が白んできます
- ⑪怒ったときは立て、覚悟したときはくります
- ⑫自宅へと帰る道のこと
- ⑭たたいたりもんだりしてほぐすことも
- ⑮五輪では 3 位までに入るともらえます
- ⑰美術館の中を——に従って進んだ
- ⑲坂本龍馬の出身藩
- ⑳古びたぐに生じること
- ㉑あることに熟練した人のこと

## ヨコのカギ

- ①ギンナンがなる木
- ②分け合うこと。ルーム——
- ③東を向いたときに左手にある方向
- ④平均より体格がコンパクト
- ⑤目玉焼きの目玉になります
- ⑧——に簡単な問題を解いた
- ⑩自転車を使って行う公営競技
- ⑬生まれ育った土地のこと
- ⑭運命の赤い糸が結ばれているかも
- ⑯醍醐天皇は鎌倉幕府の——をもくろみました
- ⑰海外旅行で睡眠不足になる一因
- ⑱漢数字の大字だと、1 は「壹」、3 は「参」、——は「陸」

### 【解き方】

クロスワードを解いて A～F 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。



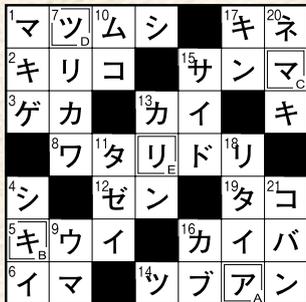
### 10月号の答え

ABCDE  
アキマツリ

### 10月号の当選者

岡崎ひろみさん  
本間 早苗さん  
久保 博子さん  
野原 菊世さん  
渡辺 弘美さん

※当選者の方への商品券は  
今月中に発送いたします。

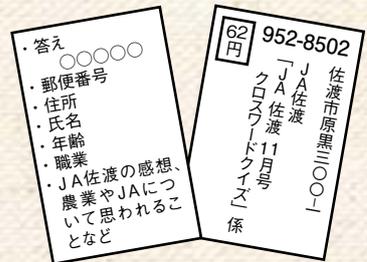


### 【締め切り11月20日(月)必着】

※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12月号誌面。  
※必ず62円はがきまたは62円分の切手を貼って応募して下さい。

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



## エコープ推奨品

### エコープ 麴漬けの素

☆規格 836g 1袋  
☆特典価格 880円(税抜)  
通常価格928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。

## エコープの得する情報

☆エコープで早めに予約すると  
嬉しい特典付き☆

## クリスマスケーキ・アイスクリーム ご予約承ります!

特典付き予約期間 11月6日(月)～12月5日(火)

期間中に、エコープでご予約いただくと、もれなく下記の特典が付いてきます。ご予約はお早めに!



各メーカーカタログ表示価格より **全品1割引!**



特典付き予約期間中に、各カタログに掲載されている2,000円以上の商品を1コご予約ごとに**「ポテトチップスうすしお味60g 1袋」**もれなくプレゼント!

※ご予約商品と一緒にのお渡しとなります。  
☆ご予約は、エコープ店内の専用発注書にて、ご注文ください。

エコープは毎月**第3日曜日**JAポイント**10倍!!**  
《今月は19日!》ポイントを集めるチャンス!是非ご利用ください。

## エコープ推奨品クーポン券



### エコープ 麴漬けの素

836g 1袋 **880**円(税抜)  
通常価格928円(税抜)

ご利用期間 平成29年11月1日～30日  
※クーポン券1枚で1品限りお求めいただけます。



# 食べて み〜っちゃ

女性部  
畑野支部

秋の恵みを  
たっぷり  
召し上がれ♪



## サトイモのキノコ汁 & ゆでナスの薬味和え

### 材 料

#### サトイモのキノコ汁 (4人分)

サトイモ…………… 350g  
生しいたけ、しめじ、ナメコ… 200g  
長ネギ…………… 1本  
油揚げ…………… 1枚  
だし汁…………… 3カップ半  
日本酒…………… 大さじ2  
みりん…………… 小さじ2  
薄口しょうゆ…………… 大さじ2  
サラダ油…………… 大さじ1

#### ゆでナスの薬味和え (4人分)

ナス…………… 3本  
ミョウガ…………… 2個  
青じそ…………… 5枚  
白ごま…………… 少々  
薄口しょうゆ…………… 大さじ1  
酢…………… 大さじ1  
みりん…………… 小さじ1  
塩…………… 少々

### 作り方

#### サトイモのキノコ汁

1. サトイモは皮をむいて小さ目の乱切りにし、約10分間ゆでて水を切る。
2. 生しいたけ、しめじは石突きを取って食べやすい大きさに切り、ナメコはさっと洗いを切る。  
長ネギは1cm幅で斜め切りし、油揚げは短冊に切る。
3. 鍋にサラダ油を入れて中火にかけ、しめじ、長ネギ、サトイモの順で炒め、火が通ったらだし汁を加えて煮立てる。
4. 残りの具材を加えてさっと煮て、日本酒、みりん、薄口しょうゆで味を整える。
5. 器に盛り付けてからお好みで一味トウガラシをふれば出来上がり。

#### ゆでナスの薬味和え

1. ナスはヘタを取り、7~8mmの厚さで輪切りにする。  
塩を少々入れたお湯で1~2分ゆで、水を切って冷ましたら軽く絞る。
2. ミョウガは縦半分に切ってから薄切りにし、青じそは千切りにする。  
ミョウガと青じそを水に軽く漬けてから水を切る。
3. ボウルに薄口しょうゆ、酢、みりんを混ぜ合わせ、1と2を加えて和えれば出来上がり。

### ワンポイント

サトイモのキノコ汁：油揚げを加えるとコクとボリュームがアップして食べ応えがあります。  
ゆでナスの薬味和え：ナスはしっかりと水を絞らないと味が薄まるので注意してください。

## 家の光図書 新刊

お求めはお近くの JA 支店窓口へ

### フライパンで蒸し料理



・材料をフライパンに入れてふたをして火にかけるだけで、ごちそうが出来上がる！ 蒸すことで素材がしっとりふっくらするから、とびきりおいしく仕上がる。毎日のおかずはもちろん、おもてなしにも使えて便利。  
・堤人美 著  
・定価(税込) 1,404円

### いっしょに作るから朝がラク 今日の晩ごはんとおべんと



・人気料理家が実践する、おいしくて朝がラクなお弁当レシピ。ちょっとした工夫で晩ごはんのおかずがおいしいお弁当に変身！ 手間なしアレンジだから朝のバタバタも一挙解決。時短&作りおきの副菜も併せて紹介。  
・山脇りこ 著  
・定価(税込) 1,404円

### 全国棚田ガイド TANADAS



・美しい景観だけでなく文化的価値も高い日本の棚田。世界農業遺産や「日本棚田百景」にも選ばれている棚田のほか、一度は訪れてみたい棚田212カ所を紹介。交通アクセスや宿泊ガイドなどの周辺情報も充実。  
・NPO法人棚田ネットワーク 編/中島峰広 監修  
・定価(税込) 2,700円

### 簡単 手ぬいで素敵に作れる 着物リメイクの服と小物



・家で眠っている着物が洋服や小物によみがえる！ ほどかずにそのままの形を生かす方法と、型紙を使う方法を紹介。難しい技術は不要だから、初心者でも安心。色や柄、素材を生かした素敵な作品が多数作れる。  
・高橋恵美子 著  
・定価(税込) 1,728円

