

JA佐渡

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

2018
3
Vol.296



田遊び神事：小比叡神社

特集

佐渡乳業 新生乳プラント竣工

JA佐渡広報誌



佐渡乳業 新生乳プラント竣工 3月製造開始!

JA佐渡では、畜産クラスター事業を軸に畜産生産基盤の再整備を進める一方、新たな担い手募集の仕組みづくりとともに「明るい酪農産業」を目指す取り組みを進めています。こうした背景を基に、平成29年「強い農業づくり」交付金による佐渡乳業の生乳プラント新設事業に着手し、この3月に念願であった新たな製造環境が整備されました。

あらためて市民の皆様と共に「乳業施設」の完成を祝い、佐渡ヶ島に住む一人ひとりがかけがえのない施設として認め合える様な乳製品製造に取り組んでまいります。

特徴ある飲み慣れた風味満載の「佐渡牛乳」をはじめ、魅力ある乳製品開発など生産者の礎となる新たな佐渡ヶ島「ミルクタウン」を目指し、明るい「酪農しまづくり」に取り組んでまいります。



株式会社 佐渡乳業
代表取締役社長
竹内 秀明



(完成イメージ図)

工場の施設整備実現で私たちが目指すものづくり

(1)生乳の美味しさを実感できる製法の導入・確立により、牛乳及び乳製品の品目を増やすとともに、販売先・取扱い量の拡大を図ります。

- 生乳の成分や風味を大切に、低温殺菌牛乳の製造・販売
- 乳製品の可能性を求めて。～新商品の発売・新規需要の開拓～

(2)これまでのご愛顧に感謝するとともに、あらたに飲食・宿泊業や食品製造業様などへの、食材原料としての乳製品販売を広げます。

- 新工場稼働に合わせたキャンペーン展開
 - ・Aコープ店、スーパーを中心に特設コーナー設置などの販売促進
 - ・戸配や職場牛乳をご利用の方に、季節商品や機能性乳製品の提案
- 世界遺産登録めざす取り組みに呼応した、飲食・宿泊業や食品製造業様などとの連携強化
 - ・乳製品（チーズ、バター、生クリーム等）を使ったメニュー作成などに取り組む店舗への「認定証」発行や、宣伝・広告の連携
 - ・ホテル・旅館、食品製造業様への業務用・食材用取扱いの提案

新商品の紹介

これまでの商品ラインナップに、以下の商品が加わります。御期待ください。

「体にやさしい牛乳」



9月
製造開始予定

低温殺菌牛乳
(殺菌温度75℃ 15秒間)

整腸作用のある ビフィズス菌 ヨーグルト



4月発売

チーズ味噌漬け



4月発売

農場カマンベール
雪の花みそ漬け
-たまり味噌-

業務用生クリーム



5月発売

【竣工記念セール】

営農フェア同時開催

佐渡牛乳一人1本贈呈
※先着1000名様

※3月18日(日)のみ

直売所「みるくぽっと」記念セール

- ・ソフトクリーム △30円引
- ・来場の方に試食提供予定

※3月31日～4月1日

量販店 特売セール

3月中旬

水稲

平成29年産米の一等米比率は89.2%の高品質となりましたが、収量は伸び悩んだ傾向となりました。対策の一つとして、初期生育の確保は重要となりますので、気象変動に強い「活着の良い苗づくり」の準備をしっかりと行いましょう。

※老化苗の防止！田植え日を基準に計画を立てましょう！！

は種後から30日以上かけて育苗している苗（稚苗）は、「老化苗」となり初期生育や活着が悪くなりますので、佐渡米カレンダー等を活用しながら、準備の計画を立てましょう。また、塩水選をしっかりと行い、健全苗の土台を作ることも重要となります。

○作業スケジュール（稚苗）の例（5月5日の場合）

育苗様式	塩水選～浸種	催芽	は種	育苗日数目安	田植え日
加温	4/4～4/13	4/14	4/16	20～22日程度	5/5
無加温	4/1～4/10	4/11	4/13	22～25日程度	5/5

1. 塩水選

塩水選で浮く粳と沈む粳では、発芽する時期がズレ、揃いが不均一になる場合がありますので、しっかりと行いましょう。

※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してください。]

	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

注意!

近年問題となっている「ばか苗病」が昨年発生している場合、菌が浸種～催芽～は種の段階で付着することが多いようです。特に発病ほ場の粳がらくん炭は感染率が高まりますので、使用しないで下さい。下記の生物農薬の活用や、作業所・機械等（種粳が触れる場所）の清掃・消毒をしっかりと行い、発生を防ぎましょう。

2. 浸種

種粳の発芽の揃いを良くするために清潔な水に浸けて行います。

ポイント!

水温 10～15℃（積算温度100℃⇒水温10～15℃で約10～7日間）

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回は行ないましょう。

3. 催芽

水温30℃で1～2日間 必ず槽の中の発芽状態の確認を！

《ハト胸状態の粳が80%以上》で催芽完了の目安です。

※タフブロックかエコホープDJ〔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 または
催芽時：200倍 24時間 種子浸漬 となります。

※催芽後種粳を乾す時は、風通しの良い日陰に吊るすか、新聞紙等を敷いた清潔な場所に広げて乾かし、なるべく雑菌に触れないようにしましょう！

※は種機を共同で使う場合は、機械の清掃や消毒をしっかりと行い、病害の対策を行いましょう。

少し芽が出ている

ハト胸状態



4. は種

は種量は、健全な苗を育てるため、**薄播き・均一は種**に努めましょう。

稚苗 乾粳 130～140（催芽粳 160～175）g/箱

29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	13,252	5,381	82	95
新潟一般	99,310	30,906	94	93
魚沼地区	11,578	4,600	94	99
岩船地区	11,254	4,400	95	95



2月15日現在での主食用契約率は95%となり、前年同期より5%早く契約が進んでいる状況です。これは29年産米が高品質・良食味だったことから、取引先の評価が高く、早期の結びつきに繋がりました。

30年産米の作付けに向けた準備が本格的に始まりますので、「佐渡米未来プロジェクト品質向上90」の取り組みの実践で、引き続き、“高品質・良食味”な佐渡米がお届けできるように努めましょう。

春の農機具レンタルのご案内

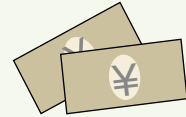
農作業も本格的に稼働する季節になりました。中央営農農機センターではトラクター、田植機、土づくり作業機をレンタル機としてご用意していますので、有効にご活用ください。

農機具レンタル3つのメリット



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。



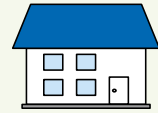
メンテナンス等の維持費が不要

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



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。



平成30年春レンタル料金一覧表

営農事業部 農機 **【税別】**

	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

トラクター：イセキ等、田植機：4条植・6条植等、各種とりそろえています。

御利用料金には別途、洗車料・引取・納品料等がかかります。

各営農農機センターへお問い合わせください。

農機具春先メンテナンス

もうすぐ春の農作業が始まります。春農機を使用する前に事前点検は如何ですか。

毎年シーズン直前に、「トラクターや田植機のエンジンがかからない。」との修理依頼が多くあります。エンジンオイル・バッテリー・耕耘ツメなど早めにチェックをし、計画的な作業が出来るよう準備をしましょう。事前点検や早めの修理で機械も長持ち致します。

JAでは、事前点検・修理など受付しております。お近くの農機センターへご連絡下さい。常に良いコンディションで快適な農作業を進め、農作業事故も減らしましょう。

園芸情報

複合営農に向けた園芸品目の紹介について

JA佐渡では水稲との複合経営として園芸品目の導入を推進しています。
今回は転作田でのアスパラガス、稲後のキャベツ、水稲ハウスを利用した
ぶどうをご紹介します。

1. 転作田を利用したアスパラガスの栽培について

○作型とほ場条件

年等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
1年生	○		△							×
成園										×
主な作業	1年生 成園	は種		定植			株養成・防除			茎葉刈取
			収穫	立茎			防除	収穫		茎葉刈取

アスパラガス栽培に適したほ場条件

- ①地下水位が低い（70cm以上掘っても水が出ない）
- ②根が伸びるため耕土が深く膨軟である。
- ③排水性が良く、降雨やかん水後の水はけが良い。
- ④転作田では、暗きよ、明きよがあると良い。
- ⑤乾燥する時期はかん水ができると良い。

○おすすめするポイント

- ①立茎長期取りで田植え作業との競合を回避できます。
- ②更にはハウス栽培をする事により出荷時期が早まり、収量と所得の向上が見込めます。

2. 極早生種・WCS（ホールクロップサイレージ）用稲後の雪下カンラン（キャベツ）の栽培について

○作型

○：は種 △：定植 ■：収穫

	7月			8月			9月			10月			11月			12月			1月		
	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
WCS稲等																					
キャベツ				○			△														

○経営収支及び労働時間の目安（10a当たり）

収穫量	4,600kg
kg単価	76円
粗収益	349,600円
経費	222,000円
所得	127,600円
労働時間	81時間

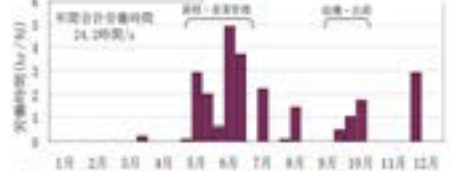


○導入のポイント

- ①排水の良いほ場を選び、稲刈取り後速やかに耕うんし定植をする。
- ②セルトレイで育苗し、適期に定植する。
- ③耐寒性、低温結球性の良い品種を使用する。
（おすすめ品種：ふゆみつ、彩音等）
- ④生育初期の害虫、秋雨期・台風時の病害対策を徹底する。

3. 水稲ハウスを利用したぶどう（シャインマスカット）の栽培について

水稲育苗ハウスをぶどう栽培ハウスとして有効利用する技術。



・年間の労働時間は24.2h/aで水稲の主要作業時期との競合は少ない。

主な作業

- 枝の整理
- 摘粒（粒の数を整理）
- 実に果実袋を掛ける
- 農薬散布
- 収穫・出荷
- 枝の剪定

よらんか舎 3月のオススメ情報

3月のおすすめ品目 「キャベツ」



キャベツには色々な栄養素が含まれており、胃腸にやさしいので胃腸が弱い人はもちろん、油っぽいものを食べる時とあわせて摂りたい野菜です。

キャベツに含まれる有効成分は熱に弱く水に溶けやすいという性質を持っているので、生食が好ましいですが、加熱する場合はスープ等にして汁も飲むと、溶け出した栄養素を無駄なく摂取できます。

おけさ柿生産者大会を開催

2月9日にJA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65名のほか市場・行政関係者を合わせて98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。

はじめに経営管理委員の齊藤会長より「28年の霜被害、29年の生理落下や豪雨、更には台風と近年の天候は農業への影響が大きい。いかに増やすか、いかに作るか、いかに高く売るか、課題の解決に向けて知恵を出し合い、新しい出発の大会としたい」と挨拶があり、新たな技術の研究や冷蔵柿や干し柿・あんぽ柿への積極利用等の取り組みが話し合われました。

市場関係者からは「札幌で行われたおけさ柿の食育授業や学校給食への提供は好評で継続したい」「10月の台風後は黒変果が多く、単価に影響」「㊥ブランド以上の柿を作り、㊦ブランドのファンを作る」といった講評が述べられました。また、冷蔵柿の試食と状況報告があり、市場関係者からは「この時期に実が固いのは珍しい」「2月は果物がなくなねらい目」「今までと違うパターンの冷蔵柿なので、色々試験して商品化を」と好評でした。

〔優秀生産者表彰〕 廣川昭一さん(両津支部)
〔支部表彰〕 新穂支部



新鮮空間よらんか舎通常総会を開催

2月14日に本店で第4回新鮮空間よらんか舎通常総会が開催されました。生産者58名のほかJA関係者を合わせて74名が参加し、平成29年度の実績報告と次年度対策について協議されました。また、意見交換会では「直売部門の今後の発展について」をテーマに小グループに分かれて討議し、「野菜が少ない時期に出荷するための指導会」など、多くの意見が出ました。



意見交換会では「直売部門の今後の発展について」をテーマに小グループに分かれて討議し、「野菜が少ない時期に出荷するための指導会」など、多くの意見が出ました。

〔優秀者表彰〕 金子美代子さん(小木支部)
金子トミエさん()
鈴木タツさん (両津支部)
植田日出夫さん(金井支部)
中川誠一さん (真野支部)

〔支部表彰〕 小木支部

安心のある住宅ローンを



JA三大疾病保障付住宅ローンキャンペーン

キャンペーン期間 平成30年2月1日(木) ▶ 平成30年12月28日(金)

POINT 1

「がん」に「急性心筋梗塞」、「脳卒中」を加えた三大疾病に備えられます。

死亡・後遺障害保障に加え、「がん」、「急性心筋梗塞」、「脳卒中」により、所定の状態と診断された場合、対象の住宅ローンが全額返済されます。



POINT 2

キャンペーン期間中に三大疾病保障付住宅ローンをお申込みいただき、下記の適用条件に該当すると、キャンペーン金利でご利用いただけます。

当初 10年固定 キャンペーン金利 年 **0.95%** (保証料別添) 当初 5年固定 キャンペーン金利 年 **0.90%** (保証料別添)

通常 1.15% (保証料別添) 通常 1.10% (保証料別添)

※上記金利は三大疾病保障特約付団体信用生命共済加入に伴う、上乗せ金利を含みます。
 ※キャンペーン期間中における金利情勢等の変化により、金利水準の見直しを行う場合があります。
 ※適用条件に該当しない場合は、店頭金利+0.3%が適用される場合があります。
 ※当初固定金利期間終了後のお借入れ利率はJA所定の住宅ローン金利+0.3%となります。

平成30年2月10日現在

- ### 適用条件
- ①JAとのお取引で次のいずれか2項目以上に該当される方。
 - ア. 給与振込または年金振込を指定されている方。
 - イ. 5大公共料金(電気・電話(携帯電話を含む)・ガス・水道・NHK)のうち2つ以上の自動振替契約のある方。
 - ウ. JAカードローン契約のある方。
 - エ. JAカードの発行がある方。(別途年間費が必要となります)
 - オ. 越後杉使用住宅で一定の要件を満たす方。
 - ②JAとのお取引で次のいずれか1つの項目に該当される方。
 - カ. JAカードに5大公共料金振替契約を1つ以上セットしている方。
 - キ. JA提携先の住宅関連業者様から住宅を新築・購入等される方。
- ※項目ア～エおよびカは新規のご契約も対象となります。

【ご参考】平成30年2月の店頭金利(店頭金利は毎月見直します。)
 〈10年固定〉年0.85% 〈5年固定〉年0.80%

JAバンクをご利用のお客さまへ

新システムへの移行準備にともない

ATMなどのサービスを終日休止いたします。

— 休止日 —

平成30年(2018) **3月24日(土)**

ご不便をおかけしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

休止するサービス

- JAバンクのATM
- JAネットバンクサービス
- コンビニ等のATM
- デビットカードサービス

JA・店舗・ATM・提携金融機関によって、お取り扱いが異なる場合があります。詳しくはJA窓口・ホームページなどでご確認ください。

食農食育レポート



両津吉井小学校：佐渡マイ収穫感謝会

2月7日、5年生9名が米学習を指導した伊藤久雄さん夫妻、能学習を指導した齋藤美千枝さん、神主弉二さん、JA営農指導員を招き佐渡マイ収穫感謝会を開催しました。米学習、能学習の成果発表のほか、収穫したもち米を使った手作りおはぎと吉井茶を味わいました。

牛乳を飲むと身長が伸びるは本当？

身長は小学校高学年から中学生時代が最も伸びやすく、骨の成長がすなわち身長の伸び率と繋がっています。身長を伸ばす骨は、牛乳に含まれるカルシウムの貯金箱。女の子は小4～中1、男の子は中学生が勝負の時！この時期に牛乳を摂取すると、骨にカルシウムが貯金されます。牛乳摂取の比較的多い子どもたちは3年間で約21cmと、摂取量の少ない子どもに比べて約2.5cmも身長の伸びが大きいことが示されています。一方、体重の増加量や肥満度については差がなく、むしろ牛乳を摂取している方が減少する傾向にあるようです。



一般社団法人JミルクFacebookページ：<https://www.facebook.com/jmilkjp>より引用



農業税務ワンポイントアドバイス

～青色申告を始めましょう！～

青色申告に取り組むと…税制上のメリットがあります！
経営状況を客観的につかむことができ、資金調達・資金繰りにも有利です！

平成30年の申告は、
3月15日までに
申請書の提出が必要です！！

青色申告の主なメリット

①青色申告特別控除

その年分の所得金額から、10万円が控除されます（簡易な方式）。なお、複式簿記により記帳し作成した貸借対照表を確定申告書に添付する場合（正規の簿記）には、65万円がその年分の所得金額から控除されます。

[青色申告の種類]

	所得金額の控除額	必要な書類・帳簿
正規の簿記 (複式簿記)	65万円	仕訳帳、総勘定元帳、損益計算書、貸借対照表 …など
簡易な方式	10万円	正規の簿記までは求めないが、 白色申告にはない、現金出納帳、売掛帳、買掛帳、固定資産台帳を整備し、日々の取引を残高まで記帳

②青色事業専従者給与

ご家族の方を雇用する場合、お支払いした給料の額が必要経費として認められます。
※別途「青色事業専従者給与に関する届出書」を税務署に提出する必要があります。

③損失の繰越し

損失（赤字）の金額がある場合で、損益通算の規定を適用してもなお控除しきれない部分の金額（純損失の金額）が生じたときには、その損失額を翌年以後3年間にわたって繰り越して、各年分の所得金額から控除できます。

酒米研究会作柄検討会を開催

2月13日、赤泊のサンライズ城が浜において酒米研究会作柄検討会を開催し、生産者24名、島内酒造関係者を含む総勢35名が参加しました。

検討会では29年産酒米の作柄報告や30年産酒米の品質向上対策については話されたほか、酒造関係者との意見交換が行われました。また、酒米特等生産者表彰が行われ、越淡麗では(株)ホンマライス：本間進様、五百万石では(株)川上農産：川上充様が表彰されました。



自然栽培米研修会を開催

1月27日、JA新穂支店にて自然栽培米研修会を開催し、生産者29名と関係者の総勢38名が参加しました。

研修会では29年度の取り組み成果として、生産者より事例発表と30年度の事業計画や自然栽培米の販売方針について話し合われました。また、JA指導員が石川県のJAはくい主催「のと里山農業塾」に参加した1年間の研修内容を報告しました。



農業法人運営管理研修会を開催

佐和田のRyokan浦島で2月13～14日の2日間、「農業経営支援研究所」代表の木下徹様を招いて研修会を開催し、18組織、30名の農業法人関係者および関係機関職員の総勢51名が研修を受講しました。

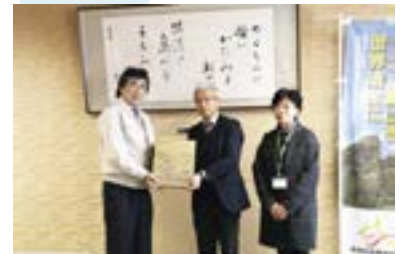
研修では集落営農法人の経営目的と目標の設定、決算書と会計から現状を把握し経営するにあたって必要な知識・考え方を学び、受講者からは「自ら考えながら進めていく研修は大変良かった」「今まで決算書の見方が全く分からなかったが、今回の研修で読み取れるようになった」などの感想が多くありました。



佐渡米取引先より佐渡市へ支援物資提供

1月28日から2月2日まで佐渡の広域で発生した断水を受けて、多くの支援物資が取引先より提供されました。

コープデリ連合会様・コープにいがた様・コープクルコ様より佐渡市へ水2Lボトル3千本が届き、2日にはコープにいがた様が来島され、佐渡市長に手渡しました。また、大和産業様より清涼飲料水とカップ麺などの物資が届き、豪雪・寒波の支援物資とさせていただきました。



畜産女性研修会を開催

佐和田のRyokan浦島で2月15日に、畜産農家の女性を対象に研修会を開催し、生産者7名を含む総勢16人が参加しました。

体験講演では「ハーブと完熟ブルーベリー Berris (ベリーズ)」代表の神蔵みゆき様をお招きし、アロマハンドクリームを作成しました。参加者は指導を受けながらラベンダーなどの様々なアロマオイルを組み合わせ、独自のハンドクリームを作ってその芳香を楽しみました。



青年部座談会が開催

青年部とJAは、JAの運営等についての座談会を2月3日に新穂支店で開催しました。

座談会には青年部員、JA役職員の37人が参加し、JA佐渡の経営の現状やJA自己改革の取り組みについて説明が行われました。また、自己改革の進捗状況についてなど様々な質疑応答がありました。



✿ はつらつ女性部 ✿ ～赤泊支部～

赤泊支部では、12月3日（日）に毎年恒例のそば集合会食会を開催し、地区の75歳以上の方々を招待しました。前日の12月2日（土）には、そばグループの人達と役員でそば打ちとお汁を作りました。

そば集合会食会の前日は101名の方から参加を頂き、おかわり等して食べてもらいました。感想をお聞きすると、そばもお汁もとても美味しかったとの声を聞き、疲れが飛んでいった気分になりました。12時半から1時間ほど、余興で女性部員による大正琴、踊り、レクダンス、語り部と社協さんによりジャンケンゲーム等を行って皆様に喜んで頂きました。



(キリトリ)

購読申込書

最寄りの支店窓口へお申し込み下さい。

- ・家の光 4月号のみ
- ・家の光 定期購読
- ・農業新聞 定期購読

※購読希望を○で囲む

支払方法	口座振替
	購 買
	現 金

※支払方法を○で囲む

申込日	
お名前	
ご住所	
連絡先	

●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

(キリトリ)

特集 家の光 2018年4月号
進化してます ファーマーズマーケット

ファーマーズマーケットで近年増えているのが、レストランやカフェ、体験農園などを併設し、農業への理解を促進する場となっています。その機能と役割を考えます。

別冊付録 まんがでおさらい 覚えておきたい畑仕事のきほん

「土づくり・畝立て」「種まき・植えつけ」「施肥」「間引き・整枝・仕立て」「雑草・病虫害防除」「暑さ・寒さ対策」といった、欠かすことができない農作業についてわかりやすくアドバイスします。
定価：906円（税込）

担い手に役立つ 営農技術や流通 盛りだくさん

THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS
日本農業新聞

購読料1ヶ月：2,623円（税込）

新潟厚生連
佐渡総合病院からの

医療のお話

「骨粗鬆症について」



整形外科医長

佐藤 雅之

骨粗鬆症は骨が弱くなって骨折をしやすくなる病気のことで、高齢化に伴って増加していくといわれています。骨粗鬆症になると比較的軽い力の外傷でも骨折をしやすくなり、外来にも背骨の圧迫骨折や手首や股関節付近の骨折で受診される方が多くいらっしゃいます。骨粗鬆症自体には症状はありませんが、骨折すると疼痛や手術・リハビリテーションが必要になることが多くあり、体力低下や日常生活の質の低下を引き起こす原因ともなり得ます。骨粗鬆症による骨折は最近でも増加傾向にあるとされ、予防・治療を行うことが大切です。

糖尿病や腎臓病など他の疾患との関連もあるといわれています。診断は検査（骨密度検査や血液検査など）や先にあげた骨折の既往などを総合してすることになり、検査は検査なども含めて多く行われています。治療で使用する内服薬や注射薬などにもさまざまな種類があり、年齢や骨折の既往など患者さんの状況により選択しますので、外来受診時に担当医と相談してください。現在骨粗鬆症を指摘されていない方でも年齢とともに徐々に進行してくることもあります。定期的に検診などを受けることも、骨粗鬆症の早期診断や骨折予防をして日常生活のレベルを維持するためにも重要です。



- 適応ペットボトル 350～500mL
- ※ペットボトルの種類によっては、キャップ寸法が異なり使用できない場合あり
- キャップの開け閉め不要、片手で素早く水分補給できます。
- 日本製

商品価格

874円(税込)



「HAIJ-STRAW」は、寝たまま（座ったまま）頭を動かさずに、片手でこぼさず飲むことができます。「就寝中の枕元に寝かせて置く」「給水中にうっかり手を離してしまった」等でも、自動閉止装置が作動し漏れることはありません。子どもから大人まで水分補給として安心して使用できる商品です。

介護福祉情報

佐渡ふれあい福祉会

介護・福祉についてのご相談・お問い合わせは「ふれあい館」へ 電話63-2300（代表）

みんなの広場

今月のさわやかさん



新穂支店管内（新穂長畝）

おだ めぐみ
小田 萌さん

編み物づくりを楽しんでいます!

Q. 趣味または現在ハマっていることはありますか?

編み物とDVD二一映画です。編み物は帽子や編みぐるみなど色々作っては人にあげています。

Q. 休日はどのようにすごしていますか?

家でのんびり編み物をしています。寒いこの時期は作品作りがはかどります。
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?

薬局事務の資格に挑戦中です。この春の試験に向けて勉強中です。

Q. 仕事でやりがいを感じるのとはどんな時ですか?

佐渡病院で医師の補助をしています。補助がうまく出来たり、患者さんを待たせずに処置出来た時にやりがいを感じます。

Q. 好きな異性のタイプを教えてください。

面白くて、会話を楽しめる人です。

アイドル 今月の愛撮る



赤泊支店管内（南新保）

かさぎ つむぐ
笠木 紬くん（3歳）
あや
紬ちゃん（7ヶ月）

父 知之さん 母 悠芳さん

すっかりお兄ちゃんらしくなった紬くん! 毎日、紬ちゃんの面倒をしっかり見られます。

ご両親からのメッセージ「これからも2人仲良く元気に育ってね」

いきいき人生

「農家ライフな日々」



こづか かつあき
佐和田支店管内（真光寺）**小塚 勝昭さん**（73）

2012年に福島から移住された小塚さん。小麦や季節の野菜を作っては周囲の農家と物々交換し、塩・味噌・醤油を手作りするなどこだわりの毎日を楽しんでいます。

昨年は小麦をすずめに食われてパンやうどんが作れなくて残念、今年はずりめ対策をしっかりとやって、自家製パンやうどん作りに再チャレンジするそうです。また、3年前に植樹した数々の果樹が、今年から収穫できそうで楽しみです、との事でした。

健康の秘訣はよく働き、よく寝て、くよくよ悩まない。無理をしない事だ、と自家製小豆で作ったぜんざいを振舞いながら話して頂きました。

お知らせ

佐渡を美しく ～環境美化ボランティア～

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。佐渡の景観を守る大切な活動ですので、皆さまぜひご参加ください

▼実施日 3月21日(水・祝)
※開始時間・場所についてはお近くの支店にご確認ください。



春期営農フェアのご案内

農業機械の新商品や中古品が盛り沢山！春作業前にぜひご検討ください！

▼開催日時

平成30年3月17日(土)
午前8時30分～午後5時
平成30年3月18日(日)
午前8時30分～午後3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)

新生活だよ、全員集合！

移住した人・移住する人・佐渡の人、色々な新たな交流を生む、新生活応援交流会を開催します。参加費一人500円、参加希望の方は当日、一人1品持ち寄りをお願いします。

※駐車場に限りがあります、乗り合わせやバスでお願いします(会場道路向かい3台分)

▼開催日時

平成30年3月30日(金)
午後5時～午後10時頃まで

▼場所

佐渡UIターンサポートセンター
佐渡市中興乙1441

▼申込・問合せ

070-3923-7990(熊野)

▼FBページ

<https://www.facebook.com/sado.uiturn/>



JA佐渡ホームページ リニューアルOPEN

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

3月1日にリニューアル！

今回のリニューアルにより、情報発信の強化、スマートフォンへの最適化など、利便性が大きく向上しました。新しくなったJA佐渡ホームページをぜひご活用下さい。



1月末 JAの概況

組合員数	15,711人
(内正組合員数)	(8,063人)
(内准組合員数)	(7,648人)
貯金	1,120億8,268万円
貸出金	138億7,880万円
共済保有高(保障)	3,945億0,793万円
購買品供給高	42億6,257万円
販売品販売高	53億5,677万円

定について

- ① 出資口数の減口について
- ② 平成30年産米生産・集荷・販売方針具体策について
- ③ 「FinTech企業等との連携及び協働に係わる方針」の決定について

理事会だより

1月23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

1月26日開催の主な協議事項

★★★ 今月のAコープの日 >> 3月19日(月)～20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

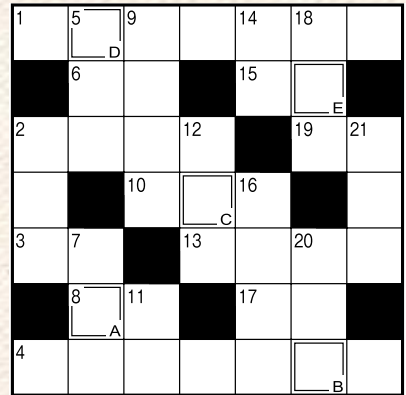
- ② 在校生の送辞に対する卒業生の返事
- ⑤ 15日間ある大相撲なら8日目
- ⑦ ケーキを焼く前にオープンをした
- ⑨ 大学——に向けて受験勉強しています
- ⑪ 日によって値段が変わるメニューにはこう書かれます
- ⑫ 宇野重吉と寺尾聰、渡辺謙と杏
- ⑭ 国民の三大——は教育・勤労・納税です
- ⑯ 食材をいぶして作ります
- ⑰ 石原裕次郎のヒット曲「——よ今夜も有難う」
- ⑲ 豚カツの衣の一番外側
- ⑳ 永世中立国として有名。首都はベルン

ヨコのカギ

- ① お内裏さま、五人ばやしといえ
- ② 胸びれを広げて滑空します
- ③ ——学生、修道——
- ④ ラディッシュとも呼ばれます
- ⑥ 水を多めに入れて炊いた米
- ⑧ ドライバーで締め付けます
- ⑩ とっくりを持ってお——した
- ⑬ 円を描くときに使う文房具
- ⑮ 大、小、裸から連想される穀物は
- ⑰ 定規を使うときれいに引けます
- ⑲ クルミやドングリが似合う小動物

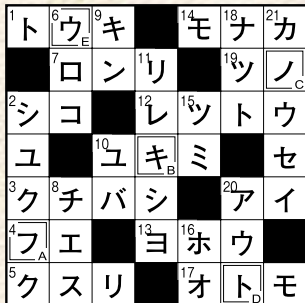
【解き方】

クロスワードを解いてA～E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
フキノトウ



2月号の当選者

- 坂田 愛斗さん
- 橋本 悠さん
- 小杉 清二さん
- 山本 明美さん
- 佐々木幸子さん

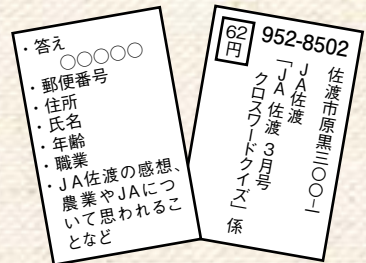
※当選者の方への商品券は
今月中に発送いたします。

【締め切り3月20日(火)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。
※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 4種の九州産野菜使用 青汁

☆規格 60g(3g×20袋) 1箱
☆特典価格 348円(税抜)
通常価格378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

4種の九州産野菜使用 青汁

60g(3g×20袋) 1箱 **348円** (税抜)

通常価格378円(税抜)



ご利用期間 平成30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。



エコープの得する情報

エコープ

4種の九州産野菜使用 青汁

栽培期間中、農薬を使わずに栽培された4種の九州産野菜(大麦若葉、ケール、明日葉、ゴーヤ)を使用した安全安心な青汁です。食物繊維をはじめとするビタミン・ミネラル等の栄養を、手軽に補給できます。

※1日1～2袋を目安に、1袋を約100mL程度の水またはぬるま湯によく溶かしてお召し上がりください。

飲みにくい方は色々アレンジして♪

- 牛乳100mLに青汁1袋とはちみつを加えて
- リンゴジュースや緑茶、麦茶100mLに青汁を1袋加えて
- カレーやシチュー、スープに青汁を半袋～1袋加えて
- ヨーグルト100gに青汁を1袋加えて
- ホットケーキミックス100gに青汁を2袋加えて

エコープは毎月**第3日曜日**JAポイント**10倍!!**
《今月は18日!》ポイントを集めるチャンス!是非ご利用ください。

食べてみよっちゃん



手軽に作れて
食べ応え十分！

女性部 相川支部のみなさん



ギョウザ皮のパリパリピザ& 豆腐かば焼 ブロッコリーコロッケ

材料

ギョウザ皮のパリパリピザ（4人分）

ギョウザの皮…………… 20枚
モロヘイヤ…………… 50g(1/2束)
しめじ…………… 50g(1/2パック)
ツナ…………… 60g(1缶)
ピザ用チーズ…………… 100g
A { しょうゆ…………… 大さじ1
マヨネーズ・ケチャップ…………… 各大さじ4
砂糖…………… 小さじ1

豆腐かば焼（4人分）

木綿豆腐…………… 300g（1丁）
豚ひき肉…………… 150g
パン粉…………… 大さじ4
片栗粉…………… 小さじ1
海苔（全型）…………… 2枚
青じそ…………… 12枚
粉山椒…………… 少々
しょうゆ・みりん・水…………… 各大さじ1と1/2
サラダ油…………… 大さじ1

ブロッコリーコロッケ（4人分）

ブロッコリー…………… 130g
ベーコン…………… 70g
B { 米粉… 40g(さどっ粉ミックス粉)
卵…………… 1個
ピザ用チーズ…………… 30g
塩…………… 小さじ1
こしょう…………… 適量
衣（米粉・溶き卵・パン粉）…………… 各適量

作り方

ギョウザ皮のパリパリピザ

1. モロヘイヤは束のままゆでて3cm幅に切る。しめじは石突きを取って小房に分ける。
2. Aを混ぜてギョウザの皮に塗り、1とツナを適量のせる。
3. チーズをのせてオーブントースターで5分ほど焼く。皮がパリッとしてチーズが溶ければ出来上がり。

豆腐かば焼

1. 豆腐をちぎって厚手のキッチンペーパーで包んで、水気を絞り、ボウルに開けてひき肉・パン粉を加え、よく混ぜる。
2. 海苔2枚をそれぞれ4等分にし、片栗粉を薄くふる。1を等分にのせて平らにのばす。
3. フライパンにサラダ油を入れて中火に熱し、2を海苔の面を下にして焼く。生地が白っぽくなったらひっくり返し、弱火で3～5分ほど焼く。しょうゆ・みりん・水を加えて煮詰めながらからめる。
4. 器に青じそを敷いて3を盛り付け、粉山椒をふれば出来上がり。

ブロッコリーコロッケ

1. ブロッコリーは小房に分けてゆで、粗みじん切りにして固く絞り水気を切る。ベーコンは粗みじん切りにする。
2. ボウルに1とBを入れてよく混ぜる。米粉で固さを調整し、ピンポン玉に丸める。
3. 米粉、溶き卵、パン粉の順に衣を付け、揚げ油を180℃に熱してきつね色に揚げれば出来上がり。

ワンポイント

- ・パリパリピザ：お好みでコーンやソーセージなどをのせるのもオススメです。
- ・コロッケ：ブロッコリーを菜の花やほうれん草など、季節の野菜に代えてもおいしいです。

家の光図書 新刊

お求めはお近くの JA 支店窓口へ

マンガでわかる はじめての和食薬膳



・難しいイメージの“薬膳”をマンガでわかりやすく解説した入門書。気になる症状に効果的な食材としみのほか和食薬膳を毎日の食卓に手軽に取り入れるアイデアが満載。日々の不調を食生活からスッキリ改善！

・武 鈴子 著
・定価（税込）1,404円

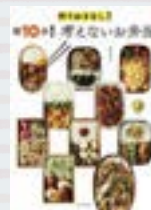
あたらしいマフィン



・手軽に作れて、素材合わせはもちろん、見た目、仕上げ方にも様々なアイデアが広がるマフィン。人気の6人の作り手による斬新でオリジナリティあふれる42品は、マフィンの“あたらしい”魅力が満載です。

・田中博子/長田佳子/原 亜樹子/今井洋子 共著
・定価（税込）1,512円

作りおきなし！朝 10分！ 考えないお弁当



・毎日お弁当の献立を考える必要なし、作りおきも必要なし！時間をかけずにお弁当を作りたい人は必見！旬の素材を使うので飽きずにおいしく食べられる、画期的なお弁当レシピ。時短の段取りも詳しく掲載。

・重信初江 著
・定価（税込）1,080円

もしものときに役立つ わが家の防災ハンドブック



好評既刊

・近年増え続けている自然災害。自分や家族の命を守り被害を最小限に抑えるためには何が必要なのか。発生時に慌てないための正しい知識や事前の対策、応急処置の方法などを詳しく紹介。自宅に常備したい一冊。

・山村武彦 監修
・定価（税込）1,296円

