

JA佐渡

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

2015
11
Vol.268



JAファーム柿園地にて（新穂地区：清水 ^{ゆず} 柚ちゃん・涼 ^{りょう} くん）

特集

畜産特集その1：酪農振興の取り組み



J A佐渡では酪農家、和牛農家、耕種農家が協力する事で佐渡牛と酪農の振興、収入の向上、安全な佐渡産飼料の提供を目指しています。全2回でご案内する畜産特集、今回は酪農振興の取り組みとして「安全な佐渡産飼料の提供」「受精卵移植による肉用子牛の増産と収入向上」の2点についてご案内します。

安全な佐渡産飼料の提供

日本の家畜の飼料原料は大部分を国外に依存しており、国外産地の作柄及び世界的な経済事情による輸入価格の上昇が配合飼料価格の高騰に直結する状態となっています。現状では飼料価格の高止まりが続くほか、佐渡島内への輸送コストが上積みされ畜産農家・酪農家の経営を圧迫する状態となっています。

こうした状況下にあって、J A佐渡では島内で栽培された飼料用米を濃厚飼料の一部代替として有効活用し、島内流通・消費によるコスト低減と非畜産農家の有利販売を目指しています。今年よりカントリーエレベーターで飼料用米「新潟次郎」の受け入れを始めたほか、4酪農家で飼料用米を導入していただきその効果と課題、対策等の情報共有を行っています。

【導入事例】（新潟県魚沼市の場合）

1) 酪農家の感想

- 1日7kg給与しても牛の体調に変化なく、かえって良くなった。
- コストが安く繁殖成績に影響なく、年間乳量が増えた。

2) 課題

- 粉碎玄米は分解速度が速いため第1胃が酸性化しやすく、脱水症状等の心配がある。
- 配合飼料よりもC P（粗タンパク）含有が低いため、飼料用米を給与しすぎるとタンパク不足になる。

3) 対策

- 緩衝剤（重曹、マグネシウム）を加え分解を緩和し、酸性化を抑制する。
- 適切な給与量を把握するほか、大豆粕等を追加してバランスの良い飼料にしタンパクを補う。



受精卵移植による肉用子牛の増産と収入向上

近年の酪農経営を取り巻く環境は、生乳の生産調整の影響や飼料価格の高騰などがあって厳しい情勢が続いています。一方、黒毛和種牛の飼養頭数も生産者の高齢化等により徐々に減少を辿っており、高千家畜市場に上場される子牛頭数にも影響が出ています。

肉用子牛の増産・酪農経営の収入向上を達成するために、JA佐渡では乳用牛に和牛を分娩させる受精卵移植に取り組んでいます。

【受精卵移植のメリット】

1. 1頭の母牛から年に数頭の子牛が生産できる
2. 家畜改良の速度が上がる
3. 低能力牛でも、高能力牛が生産できる
4. 優良遺伝形質の保存が可能になる
5. 分娩間隔の短縮が図られる場合もある

【受精卵移植の欠点】

1. 人工授精より受胎率は低い
2. 採卵により分娩間隔が長くなる
3. 評価の高い特定の系統への片寄りの懸念
4. 経費が通常の人工授精より高い
5. 子牛登録が複雑で経費が高い

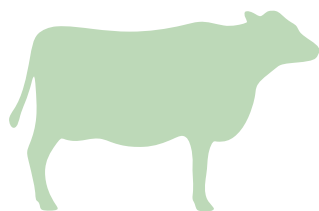
【受精卵移植子牛の還流価格】

(還流日齢：生後21日齢)

雌（♀） 165,000円（税込）

雄（♂） 200,000円（税込）

※平成27年6月1日以降に生まれた子牛から適用



第14回 全日本 ホルスタイン共進会 **出場決定!**

9月15日に長岡市中央家畜市場にて行われた「第31回新潟県ブラック＆ホワイトショウ」において、赤泊支店管内の信田和彦さんが所有するヨシノファーム SF ショット レイザーがグランドチャンピオン(北陸農政局長賞)を受賞しました。新潟県の共進会で佐渡出品牛がグランドチャンピオンに輝いたのは、平成に入って初めての快挙です。また、10月23日～26日に北海道を会場に開催される第14回全日本ホルスタイン共進会の新潟県代表牛(4頭)に選出されました。

全日本ホルスタイン共進会では第11部(4歳クラス)の部に出品となりますが、佐渡からの出品は、昭和56年群馬県で開催された第7回同会に信田祐扶さんが出品して以来の2頭目となります。

佐渡の宣伝にも一役買って頂く事になる信田さんとレイザーの御活躍を心からお祈りします。

**応援をよろしく
お願いします!**



「朱鷺と暮らす郷」認証米を台湾へ出荷開始

コープ佐渡は10月16日に、台湾へ向けて佐渡市認証米「朱鷺と暮らす郷」300kgを出荷しました。この日、2kg詰め150袋を積んだ船が横浜港から出港し、台湾の米販売大手、鼎三（たいさん）国際企業有限公司の子会社、ライメックスジャパン(株)を通じて販売されます。

5月に東京・日本橋で開かれた米販売促進会において、同会社の林定三会長が認証米を試食して食味を高く評価した事が切っ掛けとなり、林会長が8月に来島して視察し商談が成立しました。同会社は台北を中心に認証米を販売する予定で、好評であれば今後3回にわたって計1.2tを輸出する計画です。コープ佐渡の永井充社長は「佐渡米の販路拡大の契機となって農家所得の向上につながって欲しい」と述べていました。



佐渡米トップセールスを実施

10月14日から16日の3日間、米卸業者12社（関東6社、関西6社）を訪問し、トップセールスを実施しました。各社を訪問し、26年産米取扱いの御礼と27年産米の集荷・検査状況を報告した上での、早期契約のお願いと消費地での状況や要望等について意見交換を行いました。

訪問先の卸業者からは、「26年の佐渡米は、高品質であったことから、実需者や消費者に評価され順調に販売が進みました。27年産米も高品質であることを期待しています」とのお話がありました。

JA佐渡側からは10月9日現在での検査状況の説明を行い、コシヒカリの一等米比率は90%程度であることをお伝えしました。

また今回のトップセールスでは、販売促進の提案を行うとともに、栽培方法別の区分販売を行うなど、他産地との差別化と特徴あるアイテム作りで、一層消費地から指示される産地となるようにPRを行いました。

コープネット事業連合 募金贈呈式&稲刈り交流会を開催

10月4日にコープネット事業連合 稲刈りツアーの参加者と佐渡Kids生きもの調査隊および関係者の総勢約90名が「募金贈呈式」に参加しました。「CO・OP新潟佐渡コシヒカリ」のお買い上げ1kgあたり1円を寄付する「コープネット佐渡トキ応援お米プロジェクト」を通じて集まった寄付金は、2010年から毎年、佐渡市に贈呈されています。2010年から2014年までの5年間、総額での寄付金額は1,000万円を超え、今年度も230万円の寄付をいただきました。その後に行った稲刈りでは前日の降雨の影響で水が溜まっているところもありましたが、15aの田んぼの大半を手で刈り取りました。

大勢の親子連れや地元のキッズ等、参加者全員が力を合わせたお陰で、予定時間の1時間足らずで作業を終えました。参加者からは「春に植えたお米を自分の手で収穫ができて嬉しい」という声も聞かれ、参加者は実りの秋を感じているようでした。



おけさ柿情報

平成27年産おけさ柿の 集荷・販売状況について

【おけさ柿の集荷状況】

平成27年度の集荷状況は、刀根早生の着色が進んだことで平年に比べ収穫が極端に早まり、10月20日現在では計画比の84%まで進んでいます。(中央選果場管内は、12,591コンテナで前年実績比87%) また平核無についても収穫が進んでおり、計画の23%がすでに集荷されています。10月25日頃には収穫最盛期を迎え、平年より一週間程度早い収穫となっています。

【おけさ柿の品質状況】

10月19日現在の中央選果場のL玉以上比率が62%で、大玉で糖度が高く高品質生産となっています。

【おけさ柿の販売状況】

10月20日現在の県外市場での販売価格は200～220円/kgで推移しています。

園芸情報

【アスパラガス新規生産者募集】

転作田等でアスパラを栽培しませんか？ 次年度から作付できる生産者を募集しています。

○作型（立茎長期どり栽培）

定植時期は5月中ですが前年のうちに定植ほ場の準備をしておきましょう。

○定植前の土づくり

アスパラガスは多年生植物であるため、いったん定植するとその後の土壌改良が難しくなります。そのため、定植前に十分な土づくりを行っておく必要があります。ユニボ等を用いて植溝施肥を行いましょう。水田転換畑等排水の悪いほ場は高畦にし、明渠を入れるようにしましょう。

	年生等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
作 型	1年生	○	—	△	—	—	—	—	—	—	×
	成 園	—	—	—	—	—	—	—	—	—	×
主な作業	1年生	は種	—	定植	←	—	株養成・防除	—	—	—	茎葉刈取
	成 園	—	—	収穫	立茎	←	—	防除	—	—	茎葉刈取

【土づくり例】



【施肥例】

(10a当たりkg)

肥料名	全 層	植 溝	成 分		
			チッソ	リンサン	カリ
BM畑作1号		200	24.0	22.0	24.0
粒状ようりん	100	60		32.0	
苦土炭カル	100	100			
完熟堆肥	3000	7000			
合 計			24.0	54.0	24.0

よらんか舎 11月のオススメ情報

1. くだもの

加工柿（あんぽ柿・干し柿）・キウイフルーツの出荷が始まります。りんごは、中心品種の「ふじ」の出荷が始まります。

2. やさい

11月は露地野菜の終盤となります。夏からつくり始めた野菜が長期間育ち、たっぷりとおいしさが詰まっています。

キャベツ、はくさい、だいこん、かぶ、ブロッコリー、カリフラワーなど寒くなる時期にあたたまる、野菜も充実しています。

さといも、長ねぎ、ごぼう、葉物、しいたけなど



11月イベント情報

11月14日（土）15日（日）加工柿などの試食販売を計画しています。詳しくは店頭告知にてご確認をお願いします。

「JA佐渡 農業戦略」紹介

生産・販売戦略

米戦略

- ①生物多様性とGIAHSの取り組みによる佐渡米ブランドの確立
- ②佐渡米の実力向上対策
- ③バランスのとれた品種構成
- ④生産者手取りの向上
- ⑤販売力の強化策

担い手育成戦略

- ①担い手経営体の確保・育成
- ②多様な担い手の確保・育成
- ③組織化・法人化等の設立支援

園芸戦略

- ①おけさ柿・加工柿
- ②西洋なし（ル・レクチェ）
- ③乾燥椎茸
- ④採種
- ⑤直売所
- ⑥複合営農による島内流通作物の拡大
- ⑦販売提案と情報発信力の強化

畜産戦略

- ①繁殖・肉牛
- ②酪農
- ③粗飼料対策
- ④島内産牛乳・乳製品の消費拡大の取組み

「JA佐渡 農業戦略」紹介、最後となる第4回目は畜産戦略を紹介します。

畜産戦略とは

- 既存施設や立地条件を活かして取り組める畜産のあり方を検討し、佐渡だからこそ取り組める畜産経営の仕組みづくりを目指します。

【繁殖・肉牛について】

- 繁殖和牛の新規飼養者や増頭を希望している農家、生産組織等を担い手として和牛繁殖経営への参入を募ります。
- 250頭規模を想定したキャトル・ブリーディング・ステーション（CBS）（※）の建設に向け、協議会を設立して実現に取り組めます。これにより、家畜市場の子牛頭数で、年間400頭上場を目指します。

※CBS：繁殖牛の繁殖管理、分娩・ほ育管理までを一元的に担う「地域の子牛生産拠点」



【高千家畜市場】

【酪農について】

- クリーンミルク生産農場全戸認定（※）を受け、消費者や周囲に安心いただける様に、乳質の管理および畜舎周りや外観等（糞尿処理の適正化も含む）の整備により、消費者に認められるクリーンミルク農場を確立します。

※クリーンミルク生産農場認定酪農家：14農家（2015年10月現在）

- 受精卵移植で黒毛和種の受精卵を乳牛に移植し、乳肉複合による経営所得の安定と肉用子牛の増産に取り組めます。



【クリーンミルク生産農場牛舎】

【粗飼料対策について（肉牛・酪農共通）】

- 飼料価格が高止まりする中、飼料自給率を向上させコスト低減を図るため、非畜産生産組織からの協力も含め稲WC S（※）と稲わら等の集荷利用の仕組み作りに取り組めます。

※稲WC S：稲ホールクロップサイレージ、稲の子実が完熟する前に茎葉部ごと収穫し、サイレージ化した発酵粗飼料

- 島内で栽培された飼料用米を濃厚飼料の一部代替として有効活用し、島内流通・消費によるコスト低減と非畜産農家の有利販売に繋がります。

地域営農ビジョン活動紹介：金井支店（4回目／全4回）

「地域農業ビジョン」活動紹介、最後となる第4回目は金井支店の活動を紹介いたします。

金井支店管内の水田農業では、5割減減栽培・生物多様性農業を基本に品質向上に向けた取り組みを実施し、昨年は一等米比率90%以上を達成いたしました。併せて、水田フル活用による農業所得の確保・拡大、耕作放棄地の再利用、更に耕畜連携を進めています。

複合営農においては、「おけさ柿」・「ル・レクチェ」・「お茶」・「水田転作大豆」等の取り組みおよび直売所“新鮮空間よらんか舎”を核とした地産地消の取り組みに向けて直売会員の推進拡大を進めています。



【おけさ柿】



【ル・レクチェ】



【お茶】



【水田転作大豆】

【農業生産の重点事項】

- 1) 異常気象に左右されない「米づくり」を实践し、一等米比率90%以上、タンパク値6.2%以下を目標に取り組みます。
 - ①佐渡米未来プロジェクト「品質向上90」研修会への参加
 - ②品質の安定しない地区での重点指導会の開催
 - ③大規模農業者・生産組織の共同乾燥施設利用で「品質・食味の安定化」を図る
- 2) 複合営農を推進します。
 - ①直売出荷品目・生産量の拡大
 - ・育苗ハウスの後利用での、野菜の通年栽培・出荷体制を構築
 - ②特色のある品目の生産・販売拡大
 - ・トキ色メロン、西洋なし（ル・レクチェ生食・加工）、お茶
- 3) 今後の農業形態づくり。
 - ①担い手の育つ環境づくり
 - ・基盤整備を核に生産組合を育成し、面積拡大・集積
 - ②農地中間管理機構との連携
 - ・農地の受け皿を整備し、次世代の担い手に継承



【トキ色メロン】

【担い手の役割を明確化】

- 1) 担い手の地域農業に果たすべき役割
 - ・集落の将来像を話し合う
 - ・農地の調整役、受け手の育成と基幹品目の選定
 - ・活用可能農地（守るべき農地）の維持・団地化の検討
- 2) 農家組合・生産組織活動の活性化
- 3) 女性の視点を活かした活動
 - ・第6次産業への取り組み（栽培→収穫→加工→販売）



みんなのよい食プロジェクト 第40回「ごはん・お米とわたし」入賞作品紹介

新潟県



作文部門



最優秀賞 新潟県知事賞

佐渡市立沢根小学校 6年
佐々木楓乃さん
「おにぎりで国際交流」

優秀賞

- NHK新潟放送局賞
佐渡市立両津小学校 1年 田村 莉愛さん
「おにぎり大はっ見」
- 新潟放送賞
佐渡市立二宮小学校 4年 遠藤 廉士さん
「光るごはん」

優良賞

佐渡市立両津小学校 1年 本間 悠斗さん

学校奨励賞

佐渡市立沢根小学校

図画部門

優秀賞



新潟県教育長賞
金井小学校 3年
松井 大陸さん
「ごはん
ありがとう」



新潟放送賞
金井小学校 6年
北見 天さん
「がんばって
田植えするぞ」



UX新潟テレビ21賞
真野小学校 2年
薄木 美咲さん
「しゃべっちゃだめだよ
恵方巻き」

優良賞

佐渡市立八幡小学校 1年 鶴間 心陽さん
佐渡市立真野小学校 3年 薄木 日菜さん
佐渡市立金井小学校 4年 海老名彩和さん
佐渡市立金井小学校 4年 土屋 璃実さん
佐渡市立金井小学校 6年 関口紗由梨さん

JA教育ローン 団体信用生命付

所定の条件に該当する方に

特別金利キャンペーン

最下限金利 年1.5% (変動)

平成28年4月28日まで

掛金はJA負担 団体信用生命共済付

教育ローンご契約中にお借入者の方が死亡、または所定の後遺障害状態に該当した場合、ローン残高相当額が共済金として支払われます。

共済金はローンの返済にあてられるため、残されたご家族に返済の負担をおかけいたしません。

年々かさむ教育資金、入・進学時のまとまった出費に
JA教育ローンがお役に立ちます！

進入学・お引越しが
決まったら
JAにご相談ください



【使いみち】

入学金・授業料・納付金・学費のほか、下宿代等幅広くご利用いただけます。

【ご融資金額】

最高500万円まで

【返済期間】

最長15年（在学期間+9年）以内

くわしくは各支店窓口または土日営業の融資センターにご相談下さい。

大切なあの人へ贈りたい 佐渡の味覚 ～お歳暮ギフト～

あんぽ柿

内容 250g
(4玉～5玉) × 6パック
価格 4,200円 (送料・税込)
【取扱期間】
平成27年12月7日 (月) まで



特選あんぽ柿 (柿姫)

内容 700g
(12玉～16玉)
価格 3,500円 (送料・税込)
【取扱期間】
平成27年12月7日 (月) まで



干し柿 (島娘)

内容 230g
(5玉または6玉) × 6パック
価格 4,200円 (送料・税込)
【取扱期間】
平成28年1月8日 (金) まで



キウイフルーツ

ビタミンCが豊富なキウイフルーツは
美肌の味方です。
毎日の朝食にいかがですか？

内容 L 30玉 (3.6kg)
価格 2,800円 (送料・税込)

【取扱期間】平成27年12月5日 (土) まで



【お申し込み先】

J A 佐渡 農畜産物販売センター

☎0259-22-4116



朱鷺の舞

農業や化学肥料を5割以上削減して生産
された佐渡産コシヒカリです。
価格 5kg 3,000円 (送料・税込)
【取扱期間】平成27年12月中旬頃まで



朱鷺と暮らす郷

農業や化学肥料を5割以上削減すること
に加え、「生きものを育む農法」により生
産された佐渡産コシヒカリです。
価格 5kg 3,100円 (送料・税込)
【取扱期間】平成27年12月中旬頃まで



切り餅セット

内容 白・豆・よもぎ
(各200g) 各3袋
価格 3,900円 (送料・税込)

切り餅

【取扱期間】
平成27年11月～12月末まで
佐渡産こがねもち100%を原料に杵
でついたお餅です。添加物を一切使用
していません。

切り餅・丸餅セット

内容 丸餅 (紅白10個)
切り餅
(白×2・豆×1・よもぎ×1
/各200g)
価格 3,100円 (送料・税込)

【お問い合わせ先】(株)コープ佐渡米穀センター ☎0259-63-6110

農場ナチュラルチーズセット

¥3,367 (送料・税込)

■セット内容■

クリームチーズ×2
モッツアレラチーズ×1
レアチーズデザート×2



農場ナチュラルチーズプレミアムセット

¥4,000 (送料・税込)

■セット内容■

カマンベールチーズ×1
クリームチーズ×1 ゴーダチーズ×1
レアチーズデザート×1



農場ナチュラルチーズ&バターセット

¥3,559 (送料・税込)

■セット内容■

クリームチーズ×1
モッツアレラチーズ×1
カマンベールチーズ×1 佐渡バター×1



佐渡乳業ショッピングページ開設

11月中旬より佐渡乳業の製品を、商品1個からセットも
のまで自由に選んでお買い求めできるようになります。

* 佐渡乳業ホームページ内の「ショッピング」をクリック

【お問い合わせ先】(株)佐渡乳業 ☎0259-63-3151

おけさ柿初選果

10月3日よりJA佐渡おけさ柿中央選果場が稼働し初選果が行われました。この日は新しくなった選果ラインを確認しながら、一つ一つ丁寧に1,500ケースが手詰めされました。

おけさ柿の出荷は10月20日より始まりますが、今年は大玉で品質も良好との事です。



コシヒカリ新米フェア

10月3日、JA直売所「新鮮空間よらんか舎」でコシヒカリの新米フェアといちじくフェアを開催しました。炊きたての新米を試食してくださったお客様からは「甘くてモチモチしていてとても美味しい」と嬉しい声を頂きました。

新鮮空間よらんか舎では季節の農産物を中心にフェアを定期的開催しています。



行谷小学校で稲刈り体験

9月30日、春に田植えを実施したほ場で行谷小学校の4・5年生、総勢15人が手刈りによる稲刈り体験を行いました。鎌の使い方や、刈り取った稲の束ね方などを教わりながら収穫の秋を体感しました。児童からは「稲を刈るのは力が入り大変だった。収穫したお米を食べるのが楽しみだ。」といった声が上がりました。



収穫したお米は児童や学校関係者と相談の上、お世話になった農家の方へ感謝の気持ちを表す行事で振舞われるとのことです。

新穂小学校5年生が稲刈り体験

佐渡市立新穂小学校の5年生14人が9月24日、佐渡市北方：河原俊治さんのほ場で稲刈りに挑戦しました。たわわに実った黄金色のもち米「こがねもち」を鎌で刈取り、はざ掛けも行いました。

天日干し後に脱穀・袋詰めして文化祭で販売するほか、年末ごろに収穫祭を行う予定です。



小倉千枚田で稲刈り交流イベントを開催

10月11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。

前夜の降雨で足元がぬかるむ状態でしたが、千葉県や横浜から来島した棚田オーナーや、佐渡市が主催する佐渡暮らし体験モニターツアーの参加者20名を含めた、大人84名、子供5名が稲刈り、はざ掛けを行いました。

稲刈り終了後には旧小倉小学校の体育館に移動して新米のおにぎり等を味わうほか、鬼太鼓などを楽しみました。



小木小学校さつまいも収穫

10月20日、小木小学校の1年・2年生、総勢23人と太鼓芸能集団「鼓童」の研修生2名が琴浦のほ場でさつまいもの収穫体験をしました。

5月の植え付け体験で植えた紅あずまは大きく育ち、一人では掘り出せないほどの大物もありました。児童らは時には協力し合いながらも次々と掘り出しました。

収穫したさつまいもは各自持ち帰るほか、「芋もち」を作る予定です。



新規就農者紹介

いわたに ひろおみ
岩谷 浩臣 さん (47歳)

耕作地：長畝 等

栽培品目

柿：55 a、水稻：40 a
茶：20 a、林檎：30 a
球根（水仙、チューリップ）：5 a

40歳までコンピュータの仕事をしていた岩谷さんは広島県出身。転勤先の埼玉で市民農園を借りた事が切っ掛けで農業に目覚め、週一回の研修を1年間受けて就農を決意しました。

就農場所を探している時に佐渡市が主催する田植え体験に参加する機会があり、佐渡を気に入って2009年に夫婦で移住しました。現在は有機農業に取り組むほか、お茶を試験的に手もみ加工したり、注文を受けて乾燥機で乾燥した柿の葉茶の出荷残を手作業で焙じたりするなど加工にも力を入れています。

いずれは飲食店を開き、自分の作った農産物で料理を提供してみたい、と語られていました。



朱鷺夕映え市が開催

「朱鷺夕映え市 鬼太鼓inにいば」が10月11日に新穂地区で開催されました。地元の団体や個人の出店で所狭しとばかりに、佐渡の農産物、特産品など色とりどりの品物が並べられました。JA佐渡の女性部や青年部も出店、たい焼きと旬の味おけさ柿などの販売を行いました。

ステージでは、佐渡芸能の踊りや鬼太鼓が披露され、大勢の来場者と親子連れで賑わっていました。



牛乳・乳製品料理講習会

両津地区公民館で10月15日に、北陸酪連主催の牛乳・乳製品料理講習会が行われました。午前・午後の二部で合計39人が、ホエー（乳清）入りごはんや鶏肉のカレークリーム煮、ミルクキャラメルなど全6品を作って試食しました。この料理講習会は今後も継続して開催する予定です。



はつらつ女性部 ～小木支部～

小木支部女性部では、稲刈りで忙しくなる前の9月初めの一日を利用して島内研修を行いました。

今年は、みかんとイチジクの栽培を見学させていただきました。南部の温暖な気候を利用した早生みかんの栽培、ハウスを利用した黒いダイヤと呼ばれているピオレソリエスは市場でもなかなか手に入らないイチジクです。また、潮津の里でシルクフラワー作りに挑戦してみました。まゆ玉を3～4枚にはがして花びらを作るのが、とても大変でした。2時間かけて出来たシルクフラワーはとてもキレイに出来ました。

2月には、米粉を使った料理講習会を開催する予定です。大勢の方の参加をお待ちしております。



新潟厚生連
佐渡総合病院からの

医療のお話

「この脈は危ないの？」



内科医師

久保田 直樹

皆さんは自分の脈を測ったことがありますか。

手首のしわの親指側にドクドク脈打っている血管があります。これが1分間あたり何回打っているかが脈拍数です。自動血圧計でも脈拍数が測定できるものがありますね。およそ正常で脈拍数は1分間あたり50〜90回くらいです。ここから外れて速い・遅いということがあったら異常の可能性があります。

よく外来では不整脈の相談にいらっしゃる方が多いです。その中でも「突然脈が抜けるのです」と訴える方が多いです。これはその抜ける頻度にもよりますが、おおむね心配ないことが多く、正常な人でもお持ちの不整脈です。では怖い不整脈はどのようなものでしょうか。不整脈に伴って意識を失いそうになる、胸が痛い、そして先ほどのやけに速い・遅い、後は脈が乱れる、このよ

うな感じがあったら危険な兆候です。すぐに循環器内科での精査を要します。

高齢化に伴い頻度が多くなっているのは心房細動とよばれる不整脈です。これは脈が乱れた感じになる不整脈の代表です。心房細動の一番怖い点は脳梗塞の原因となることです。特に心房細動に伴う脳梗塞は大きな脳梗塞になりがちであり、重篤な後遺症を残すことが多いです。脳梗塞前にきちんと心房細動の診断を受け、適切な治療を受ければ脳梗塞はかなり予防することが可能です。

皆さんは自分の脈を測ったことがありますか。歳を経るにつれて気付かず不整脈を患うことも多いです。ぜひ時間のあるときに脈を測ってみておかしいようなら、循環器外来までご相談ください。

介護福祉情報

歩行補助に

ついて

Q シュースについてお聞きします。右足だけが腫れ上がったため、今まで履いていたシューズが入りません。そのため左右でサイズの違うシューズが欲しいのですが、売っていますか？
A 左右サイズの違いで販売できるシューズがあります。また、片足のみ販売もしています。実際に現物を見てご自分の足に合う物を選ぶことをお勧めします。左右サイズ違いのものは、同じサイズのものより価格が少し高いものもありますので、お店にご確認ください。

Q シルバーカー（押車）の購入は、介護保険制度の対象外と聞きましたが、介護保険を活用してレンタルできるものは、ありませんか。
A アクトモア ファインの歩行車は、要支援1の方から介護保険でのレンタル対応ができます。使用しない時期は返還することも可能です。同じようなシルバーカーでは、販売価格18,900円（税込）です。レンタル料金が

佐渡ふれあい福祉会

18,900円となるには、約2年から4年半かかります。

その間に故障した場合、レンタルですと修理費用等が事業者負担となりますのでお得です。

レンタル品の場合

アクトモアファイン

（介護保険レンタル対象）

介護保険一割負担の方…

月額300円

介護保険二割負担の方…

月額600円



御購入の場合

ユーマイト

価格…18,900円（税込）



詳しくは、
ふれあい館

☎ 六三ー三〇〇

ふれあい館南佐渡（羽茂）

☎ 八八ー三六六〇

にご相談下さい。

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

みんなの広場

今月のさわやかさん



両津支店管内（住吉）

いけだ えりな
池田 恵里奈さん

子供と接する仕事に
やりがいを感じています！

- Q. 趣味または現在ハマっていることはありますか？
A. デイズニーキャラクターが好きで「トイ・ストーリー3」の「お豆3兄妹」がお気に入りです。買い物も好きで、新潟や佐和田へ出掛けて洋服などをよく買います。
- Q. 休日はどのようにすごしていますか？
A. 運動が好きなので、天気良ければランニングをしています。
- 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？
A. 旅行で47都道府県をすべて制覇してみたいです！
- Q. 仕事でやりがいを感じるのはどんな時ですか？
A. 学校の事務をしていて、先生の役に立てたり、子供たちと接することで元気が貰えて楽しいです。
- Q. 好きな異性のタイプを教えてください。
A. さわやかな人でスポーツをしている人です。何でも一緒に楽しめる人が良いです。



相川支店管内（橘）

さかしだ えみこ
坂下 エミ子さん（74）

「注文があるかぎり
頑張ります」

いきいき人生

いかなの一夜干し、焼きのしいかなど海産物の加工を手掛ける坂下さん。原材料の仕入から加工や卸までを家族で行っています。若い頃は農閑期の間に出嫁ぎに出ていましたが、佐渡に戻り落ち着くことになり、いかなの加工を始めました。今年で20年目を迎え、県内外や島内のお土産物売場で販売されています。初めはいかを天日干しにする時間や焼き加減、乾燥時間の調整に苦労をして試行錯誤を重ねたそうです。

健康の秘訣は家にじっとしてないで、仕事を続けて色々な人とおしゃべりすること。注文が入る間は続けたいと話して頂きました。

アイドル 今月の愛撮る



小木支店管内（小木）

なかがわ ひなこ
中川 日菜子ちゃん（11歳）

みさこ
深咲子ちゃん（8歳）

きょうたろう
恭太郎くん（2歳）

父 磨さん 母 容子さん

面倒見がよいお姉ちゃんたちに、元気いっぱいやんちゃな弟くん。

いつも仲良し3兄妹は鬼ごっこが大好き♪みかんや柿などフルーツが大好物です！

ご両親からのメッセージ「健康で兄妹仲良く、思いやりある子に育ってね。」

お知らせ



「食べんかさ」「のまんかさ」キャンペーン

地産地消ポイントを集めて市指定ごみ袋をゲットしよう！



▼キャンペーン対象商品

- 佐渡牛乳1Lパックで1ポイント
- 佐渡特選市場（新穂大野）、新鮮空間よらんか舎（千種）で200円以上の商品1つにつき1ポイント
- 早助屋いごねり（2本入り）で1ポイント
- 島内ブリカツ井提供店でブリカツ丼一食につき5ポイント

▼交換品

30ポイントにつき佐渡市指定もえるごみ袋（大）1袋

▼交換方法

11月23日（月・祝）地産地消フェスタ会場（サンテラ佐渡スーパーアリーナ）にて交換＆農林水産物が当たる抽選会を開催

※11月24日～12月11日の間、佐渡市役所産業振興課・各支所・行政サービスセンターでも交換可能。

お問い合わせ

佐渡市役所産業振興課
地産地消推進係 TEL63-3791

J A 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7日（土）	真野支店
11月11日（水）	高千営業所
11月14日（土）	佐和田支店 小木支店 加茂営業所
11月21日（土）	赤泊支店

「エコープ畑野店 収穫祭 SALE」

特売日 11月4日（水）～6日（金） 営業時間 9時～19時30分

「エコープ高千店 収穫祭 SALE」

特売日 11月11日（水）～12日（木） 営業時間 9時～18時

「エコープ加茂店 収穫祭 SALE」

特売日 11月12日（木）～14日（土） 営業時間 9時～19時30分

「エコープ金井店 全国駅弁フェア SALE」

特売日 11月14日（土）～15日（日） 営業時間 9時～19時30分

「エコープ小木店 収穫祭 SALE」

特売日 11月18日（水）～20日（金） 営業時間 9時～19時

「エコープ赤泊店 収穫祭 SALE」

特売日 11月21日（土） 営業時間 9時～19時

J A エコープ 佐渡
お得なセール情報

第4回 J A 女性部大会 & 第17回活動発表会のご案内

【開催日】

平成27年12月11日（金）9：30～16：00

【場 所】

アミューズメント佐渡
住所：佐渡市中原234-1

【記念講演・記念鑑賞会】

10：00～11：30 「島の暮らしと自然を未来に引き継ぐために」
講師：福島原発被害賠償請求新潟県弁護士団团长
弁護士 遠藤達雄 様

11：35～12：35 狂言風創作民話劇「お神酒天狗」「たたずが浜」
赤泊演劇研究会・民話語り部の会

【活動発表】

13：30～15：20 女性部による舞踊等

☆ホールにて女性部活動展示・～地産地消～農産物販売も行います☆

9 月 末 J A の概況

組合員数	16,032人
（内正組合員数）	（8,695人）
（内准組合員数）	（7,337人）
貯 金	1,109億9,206万円
貸出金	168億2,701万円
共済保有高（保障）	4,312億7,973万円
購買品供給高	26億6,930万円
販売品販売高	22億2,888万円

理事会だより

9月24日開催の主な協議事項

- ① J A 佐渡総合ポイント制度管理運営規程の設定について
- ② J A 佐渡農業戦略の数値目標の変更について
- ③ カントリーエレベーター管理運営規程の一部変更について
- ④ 就業規程の一部変更について
- ⑤ 給与規程の一部変更について
- ⑥ 出資口数の減口について（①）
- ⑦ 出資口数の減口について（②）

経営管理委員会だより

9月29日開催の主な協議事項

- ① J A 佐渡組合員大会規約の一部変更について
- ② 第8回組合員大会議案審議委員会の設置および委員の委嘱について

☆☆☆ 今月のAコープの日 >> 11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：ポイント10倍 *****

挑戦!!

クロスワード

タテのカギ

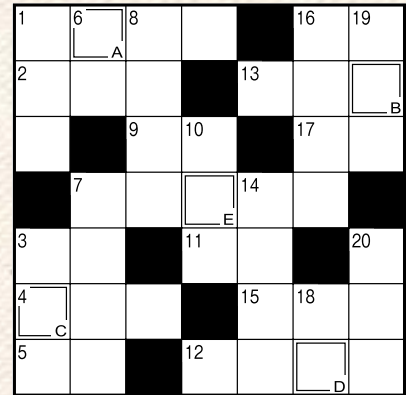
- ①土俵の上で戦います
- ③馬に乗る人 ジョッキーともいいます
- ⑥牛の頭に生えるもの
- ⑦11月23日は——感謝の日
- ⑧ポストに郵便物を入れること
- ⑩食紅は食品用の——
- ⑭代表的な品種はラ・フランス
- ⑯土を使わずに植物を育てる——栽培
- ⑰栗の実を守るトゲトゲ
- ⑱イカを干して作ります
- ⑳テレビなどの出演料のこと

ヨコのカギ

- ①暦の上ではこの日から冬です
- ②今から24時間前はこれ
- ③五輪で優勝した選手のメダルの色
- ④黄身を取り囲んでいます
- ⑤作物の等級「特秀・秀・——・良」
- ⑦友人に手紙で——を報告した
- ⑨カラオケ機器の画面に表示されます
- ⑪小船を数えるときに使う言葉
- ⑫金太郎がクマと相撲を取った——山
- ⑬登山に使う綱のこと
- ⑮野球場のダイヤモンド ——手
- ⑯ろうそくを燃やすと出てくる黒い粉
- ⑰稲穂に実ります

【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。

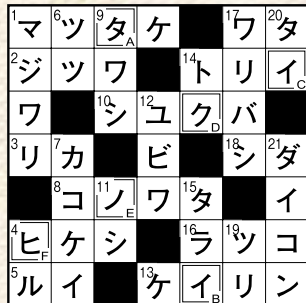


10月号の答え

ABCDEF
タイクノヒ

10月号の当選者

高橋 幸司さん
高野 定子さん
斎須 有紀さん
猪股 昭司さん
本間 早苗さん

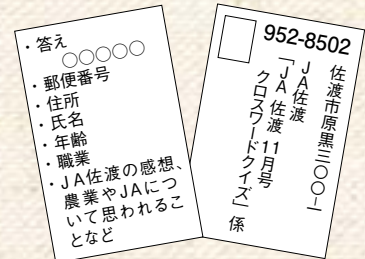


【締め切り11月20日(金)必着】

※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12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



A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5日(木)～12月3日(木)

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「**ポケモン スパークリング 410ml 1本**」または「**ポテトチップス うすしお味 60g 1袋**」いずれか1点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。



エコープマーク 推奨品

エコープ 翅漬けの素

☆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。



エコープ推奨品クーポン券

エコープ

翅漬けの素

836g 1袋 **880円** (税抜)

通常価格928円(税抜)

ご利用期間 平成27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。



0906 0098

食ペて み〜っちゃ



女性部 佐和田支部の
みなさん

ゴーヤもモロヘイヤも冷凍保存が出来て1年中食べられます。



ゴーヤの酢漬け&白ウリの粕漬け&
彩り野菜とモロヘイヤのディップソース

材 料

ゴーヤの酢漬け（4〜5人分）

ゴーヤ（種と中綿を取り除いたもの）… 400g
エーコープのらっきょう酢… 100cc

白ウリの粕漬け

白ウリ…………… 7kg
塩…………… 1kg
砂糖…………… 1kg
酒粕…………… 4kg

彩り野菜とモロヘイヤのディップソース（1人分）

紫玉ねぎ…………… 1/8個
大根の葉…………… 80g
人参…………… 50g
ナス（小さいもの）…………… 1/2個
カラナンバン…………… 1/2個
モロヘイヤ…………… 50g
エーコープのらっきょう酢… 小さじ2

作り方

ゴーヤの酢漬け

1. ゴーヤ（種と中綿を取り除いたもの）を5ミリくらいの厚さに切る。
2. ジップロックなどの密閉できる容器にゴーヤとエーコープのらっきょう酢を入れて1晩漬けたら出来上がり。

白ウリの粕漬け

1. 白ウリを塩で1週間漬ける。
2. 1を砂糖で5日間漬け塩抜きをする。
3. 砂糖を落とし酒粕で1週間漬けたら出来上がり。

彩り野菜とモロヘイヤのディップソース

1. 紫玉ねぎを薄切りにする。
2. 大根の葉と干切りにした人参を30秒ゆでる。
3. ナスと細切りにしたカラナンバンを素揚げにする。
4. モロヘイヤを1分ゆでる。
5. 4をミキサーに30秒かける。
6. 5にエーコープのらっきょう酢を加え混ぜ合わせる。
7. 1、2、3を皿に盛りつけ6を添えたら出来上がり。

ワンポイント

白ウリの粕漬け…砂糖で塩抜きをすると長持ちしてよりおいしく食べられる。
モロヘイヤのディップソース…マヨネーズを少量入れると酸味が抑えられ、まろやかになる。

家の光図書 新刊

お求めはお近くの JA 支店窓口へ

忙しい人でもすぐに作れる 冷めてもおいしい和のおかず



- ・さっと作れて、できたてはもちろん、冷めてもおいしい和のレシピ。基本の調味料と少ない素材でできるので忙しい人にもおすすめ。時間を置いてもおいしさを保つ調理のコツが満載。常備菜やお弁当にも使える。
- ・大原千鶴 著
- ・定価（税込）1,404 円

准組合員とこれからの JA



- ・JAの重要な構成メンバーである准組合員。その制度が生まれた背景、農協改革に伴い浮上した准組合員のJA事業利用制限の議論内容などから、「JAと准組合員」のあるべき姿を全国の事例を交えてひも解く。
- ・増田佳昭 著
- ・定価（税込）864 円

だれも継がない困った実家のたたみ方 家・土地・お墓



- ・大切な親の死後、悩むことが多いのが引き継ぐ人のいない家・土地・お墓。今どきの賢い「家じまい」「墓じまい」を、法律と葬儀のプロが徹底アドバイス。15年5月施行の空き家対策特別措置法にも対応。
- ・長谷川裕雅 著／佐々木悦子 著
- ・定価（税込）1,404 円

バター、生クリームなしでおいしい クッキー クラッカー バイ



- ・パウチに材料を入れて、あとは混ぜるだけ。バターの代わりに植物油を使った簡単お菓子。型や麺棒は使わず手で成形するので場所を取らず、初めてでも安心。基本の作り方は同じでクラッカーやバイもできる。
- ・吉川文子 著
- ・定価（税込）1,404 円

