

農に生きる

— 伊藤美緒さん —

いいねをいっぱい届けたい

— 目次 —

- P02・農に生きる
- P03・家の光購読のお知らせ
- P04・子どもから大人まで健康に!
パワーアップ食材 8
- P06・ニュース&トピックス
- P08・営農ワンポイント
- P09・介護員日記/
無料職業紹介所

- P10・推しれしび
- P11・農業新聞電子版の
ご案内
- P12・バラエティコーナー
- P14・インフォメーション
- P16・営農経済部からの
お知らせ



ふるっぴ



JA秋田ふるさと



伊藤 美緒さん

雄物川

ホウレンソウ（ハウス4棟）
アスパラガス（露地5a、ハウス1棟）
サツマイモ5a 他

つなぐその先に

私らしい農の

カタチを目指して



雄物川地区の伊藤美緒さんはアスパラガスやホウレンソウ、サツマイモなど野菜の栽培に取り組んでおり、JAのアスパラ部会の役員を務め女性部フレッシュ部会員として活躍しています。

伊藤さんは地元高校を卒業後、県外の大学に進学し日本史を専攻。地元の自動車学校の勤務を経て農業の道に進みます。就農時「今まで農業との接点が無かったため、農業経営の知識もなく不安だった」と話します。

農業の技術を磨くため「次世代農業ビジネス塾」の参加や新規就農の女性グループ「横手農業女子勉強会」の立ち上げなど様々な活動を行い、沢山の仲間と出会います。

そんな中で、JAグループが発行する「家の光」の「干しいも」の作り方の記事が伊藤さんの目に留まります。自作のサツマイモを加工した「干しいも」、ブランド名Mio Cred 商品名「恋もっろん」が生まれました。

7月11日、秋田市で行われた「第67回秋田県JA女性大会並びに秋田県家の光大会」では記事活用体験発表コンクールに出場。「つなぐその先に」と題し農産物の加工や栽培管理を行ったこと、農業女子会の立ち上げた経緯を発表。最優秀賞を受賞しました。「私が農家らしくいられるのは地域のおかげ。私も誰かに手を差し伸べ、私らしい農のカタチで関わって行きたい」と話します。

家の光

IE no HIKARI



「食と農」「暮らし」「協同」「家族」を柱に
「人生100年時代」の元気づくりを応援していきます!



読者に寄り添い
より身近で
活用しやすく

お申し込みはお近くのJAへ

誌名	2025年 8月号までの定価(税込)		9月号からの 新定価(税込) ※毎号統一価格
	普通月号	629円	
家の光 IE no HIKARI	特別月号(1・4・5・7・9月号)	922円	900円
	12月特別号	1,027円	



JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11 TEL 03-3266-9039 <https://www.ienohikari.net/>

パワーアップ食材8

イラスト・藤田倫央

お子さんからシニア世代まで、

アスリートのように強く元気に過ごすために

お薦めの食材8つとその食材を使った

料理をご紹介します。

1 米

効率の良いエネルギーの源

ご飯は脂質が少なく消化吸収が速いため、効率の良いエネルギー源です。またタンパク質も含まれていて、体をつくる材料としても役立ちます。ご飯をよくかんで食べると脳の血流が増えてよく働くようになり、唾液の量も増えて、虫歯予防も期待できます。

この料理でパワーアップ!

おむすび

おすすめ具材は運動前なら塩むすび（具なし）、梅干し、ゆかりなど、消化に時間がかかる脂質を含まない具材を選びます。

運動後はサケ、ちりめん、炒り卵、肉みそ、白すりごまなど、ご飯と一緒に食べることで疲労感軽減に役立つタンパク質やミネラル摂取を意識しましょう。



3 卵

さまざまな栄養素が含まれる「完全栄養食」

良質なタンパク源で、体をつくる材料になります。また皮膚や粘膜を健康に保ち、免疫や体の成長に関わるビタミンA、骨をつくったり再石灰化を助けるビタミンD、貧血予防の働きをするビタミンB12など、多くの栄養が含まれています。

この料理でパワーアップ!

たっぷり野菜のかき玉スープ プリン

ガッツリメニューから食べやすいおやつまで、卵は手軽に栄養アップしやすい食材です。野菜や牛乳などと組み合わせることで、不足した栄養を補うことができます。



栄養士・料理家
堀口 泰子

健康食育事業やアスリートサポートに従事し、離乳食から介護予防まで、健康的でおいしく食べる食事術を伝える。スポーツの現場ではジュニア育成と競技力向上のための心と体の成長に注力している。

2 豚肉

成長期の体をつくる良質なタンパク源

体をつくるために必要なタンパク源として代表的な食品の一つです。疲労感軽減に関係するビタミンB1、タンパク質の代謝を助け、正常な赤血球の生成に欠かせないビタミンB6、葉酸と協力して赤血球をつくるビタミンB12などが含まれています。

この料理でパワーアップ!

ニラとタマネギとのスタミナ炒め 豚汁

ニンニク、ニラ、タマネギに含まれるアリシンがビタミンB1の吸収率を高めてくれます。ビタミンB1は水溶性なので、豚肉はゆでるよりも炒めたり汁ごと食べられる豚汁などがおすすめです。

4 納豆

免疫力アップに関わる発酵食品

タンパク質には肉などの動物由来と納豆などの植物由来のものが、両方をバランス良く食べることが大切です。

納豆には骨の成長を助けるビタミンK2、発育に関わる葉酸、腸内環境を整えて免疫力アップを期待できる食物繊維も豊富です。

この料理でパワーアップ!

小松菜としらすの納豆あえ

納豆チャーハン

小松菜などの緑黄色野菜は粘膜の健康を保つことで免疫力の働きを活発にします。しらすにもタンパク質やカルシウムが含まれるので納豆の力をパワーアップしてくれます。納豆とご飯の組み合わせはアミノ酸バランスを補うことでタンパク質を効率良く取ることができます。

6 ブロッコリー

運動後の細胞の酸化を抑える

免疫機能を助けるビタミンC、骨の成長に関わるビタミンK、細胞の酸化を抑えるビタミンE、貧血を予防して発育を助ける葉酸などが多く含まれています。野菜の中ではタンパク質や健康な腸内環境をつくる食物繊維が豊富です。

この料理でパワーアップ!

ブロッコリーと卵の中華炒め

豚肉とブロッコリーのレンジ蒸し

ビタミンCは水に溶けやすいため、レンジ蒸しにすれば栄養を比較的逃さず取ることができます。ベータカロテンやビタミンEは脂溶性ビタミンのため油で炒めると吸収率が高まります。

7 厚揚げ

筋肉量の維持にぴったり

タンパク質の量を補い筋肉量を維持したいときにお勧めの食材です。骨の強度を保ち骨粗しょう症予防につながるカルシウム、動脈の石灰化を防ぎ血管の健康を維持するビタミンKなど、シニア世代にうれしい栄養素が多く含まれています。

この料理でパワーアップ!

厚揚げとえのきの肉巻き炒め

厚揚げと野菜のうどんすき

厚揚げと肉を組み合わせることで、動物性と植物性両方のタンパク質を取ることができます。野菜やキノコ類には食物繊維が多く含まれ、腸内環境を整えることで生活習慣病の予防にも期待ができます。



5 小松菜

汗をかくと失われる栄養素を補給

粘膜を健康に保ち免疫力を強くするビタミンA、血液中で酸素を運んで貧血を予防する鉄分、骨や歯をつくり、また筋肉の収縮をスムーズにするカルシウムなどが含まれています。カルシウムは汗をかくと失われるため、運動をするときは多く取りたい食材です。

この料理でパワーアップ!

小松菜と豆腐のみそ汁

サケと小松菜のクリーム煮

汁ごと飲めるみそ汁は水に溶けやすいビタミンCを無駄なく取ることができます。サケとキノコ類と組み合わせると、カルシウムの吸収を助けるタンパク質

やビタミンDと一緒に取れます。血液や骨の材料となるタンパク質（豆腐や魚）と組み合わせる料理もお勧めです。



8 牛乳

運動後のエネルギー補給に

骨や歯を強くするミネラルのカルシウムとその吸収を助けるビタミンD、細胞を再生するビタミンB2、血液や脳神経と組織の発達を正常に維持するビタミンB12などが含まれています。運動で消費したエネルギーの回復や筋肉の修復も期待できます。

この料理でパワーアップ!

キノコとジャガイモのクラムチャウダー

サケとアスパラガスのクリームパスタ

キノコやサケはビタミンDが含まれるので、牛乳と組み合わせることでパワーアップ! アサリには血液をつくるために必要な鉄分やビタミンB12、アスパラガスには疲労感軽減に役立つアスパラギン酸が含まれています。



令和 7 年産スイカ出発式 ふるさとのスイカ 抜群のシャリ感で全国市場へ！



秋田県一のスイカ生産量を誇る西瓜部会は 7 月 22 日、スイカ出発式を横手市のＪＡ雄物川集出荷所で開きました。出発式には生産者のほか県や市、ＪＡ担当者など 33 人が出席しました。

市場へ向け出発する 10 t トラックを前に、今シーズンの集出荷作業の安全と目標販売額の達成などを祈念し、神事とテープカットを行いました。

トラックには主力の県オリジナル品種「あきた夏丸」シリーズの「あきた夏丸チッチェ」などが積みまれ、県産青果物を ＰＲ する「フレッシュ大使」がドライバーへ花束を贈呈し、令和 7 年産のスイカを積んだトラックを見送りました。

当ＪＡ産のスイカは県内生産量の 7 割以上を占め、今年も消費者の多様なニーズに合わせた高品質生産を目指し 7 月中旬から 9 月上旬にかけて、県内や関東、関西など全国 22 市場に出荷される予定です。

余興では雄物川小学校 4 年生、児童 57 人による「スイカダンス」の披露や、糖度の高いシャリ感抜群の「あきた夏丸」スイカの試食が出席者らに振る舞われました。

佐藤保部会長は「日々の厳しい栽培環境の中で“美味しかったよ”と消費者から笑顔と言われる瞬間が一番うれしい。スイカの責任産地として頑張っていきたい」と話しました。令和 7 年度は、出荷量 4500 t、販売額 12 億円を目指します。



▲テープカット



▲西瓜を ＰＲ する佐藤部会長㊦とあきたフレッシュ大使



▲スイカダンスを披露する雄物川小学校の児童ら

横手市・ＪＡ秋田ふるさと トップセールス

横手市とＪＡは 7 月 25 日に新宿ベジフル市場、26 日に大果大阪市場で、西瓜「あきた夏丸」、「あきた夏丸チッチェ」、キュウリ、トマト、枝豆、椎茸、ハウレンソウのトップセールスを行いました。横手市やＪＡ、全農あきた、フレッシュ大使が出席しました。両市場では多くの買参人が集まったことで大盛況となり、本格出荷を迎えるスイカや夏野菜の魅力を十分に ＰＲ しました。

柿崎大二郎専務は「春先から悪天候の影響でスロースタートな状態だったが、農家の努力により高品質な青果物ができた」と ＰＲ しました。



▲新宿ベジフル市場でのトップセールスの様子

JA秋田ふるさとの夏を体験！ ちゃぐりんフェスタ2025

JAは7月26日、女性部・青年部と共同で地域の子どもたちに食料や農業、農村の大切さを知ってもらおうと「ちゃぐりんフェスタ2025」を横手市で開き、児童や保護者など6組16人が参加しました。

児童らは、スイカ圃場見学やシイタケハウスでの収穫体験などを行い学びを深め、女性部員が調理した「しいたけのチーズ焼き」や青年部員が大きな包丁で切り分けたスイカに舌鼓を打ちました。次回のちゃぐりんフェスタは秋に行われる予定です。



▲参加者の皆さま

大豆生産部会 現地圃場巡回

大豆生産組合は7月16日、現地圃場巡回並びに栽培講習会を開き、取引先やJA全農、生産者ら63人が参加しました。大雄地区と大森地区の大豆圃場の巡回を行い、肥培管理や生育状況などを確認しました。

令和7年産大豆の播種作業は播種後、連日の高温多照により生育は旺盛となり、中耕培土作業も適期に行われました。

現在は雨が降らず乾燥状態が続いているため、部会では干ばつ対策や病虫害防除を部会員へ呼びかけました。



▲大雄地区現地圃場巡回の様子

青年部 JA秋田おばこ青年部との交流会

JA秋田おばことJA秋田ふるさとの両青年部は7月17日、秋田県農業試験場で交流会を開催し両盟友のべ21人が参加しました。講習会では、「稲作における高温対策について」と題し、秋田県農業試験場 作物部 伊藤正志上席研究員の「気候変動と農業生産への影響」、「近年の気象変化と水稻作物への影響」、「高温気象に対応する技術」を聴講したのち、試験場で水稻の高温下栽培を再現した圃場を見学し学びを深めました。



▲温室水稻栽培施設を見学する青年部員ら

りんご部会 温暖化対策(日焼け軽減)講習会

りんご部会は7月15日、県果樹試験場で温暖化対策(日焼け軽減)講習会を開き遮光資材などを使った対策をテーマに、部会員ら約50人が参加しました。近年の温暖化傾向により夏から秋にかけての高温が顕著のため、日焼け果が多くなり、早生種だけでなく晩生種にも影響が出ています。

田中正博部会長は「猛暑の年はリンゴが甘くなる。対策を行いながら甘くておいしいリンゴをつくっていくので期待して待っていてほしい」と話しました。



▲遮光資材を確認する田中部会長(中央)ら



果樹課
大和屋 尚享

りんごの 日焼け対策について

6月から高温干ばつが続いており、りんごはすでに日焼け果が見られています。

日焼けすると商品性が落ち、甚大な日焼け被害になると廃棄せざるを得ない場合もあります。

今後も高温が続く予報なので、今回はりんごの日焼け対策について紹介します。

■日焼け発生の要因

●日焼けは、果皮の高温障害です。要因として、①果実への直射日光、②果実自身の蓄熱、この2つがあげられ、これらの要因によって果実の表面温度が高くなり、日焼けが発生します（写真1）。

長野県によると、直射日光にさらされた果実の表面温度が48℃～49℃に達した時に日焼け発生が認められ、50℃～51℃に達した場合は約半数に日焼けが発生するそうです。



▲（写真1）日焼け果

「つがる」では日最高気温が32℃以上の日に果実表面最高温度が51℃以上の果実が認められるとしています（信州くだものニュースより）。

しかし近年は温暖化により、日最高気温が35℃以上の猛暑日が当たり前になっていますので、対策が必須になります。

■日焼け対策として遮光資材の設置

りんごの樹に遮光資材を張ることで、直射日光による温度上昇を低減させることができます。今回は専用の遮光資材ではなく、簡単な方法で経費も低減できる方法をご紹介します。

【使用する資材】

- ・不織布（幅2・1m）※写真の不織布は遮光率約10%
- ・洗濯バサミ

「ワンポイント」

使用する不織布を樹の大きさに合わせて裁断し、枝に洗濯バサミで挟み込んで固定するだけとなります（写真2、3）。

設置自体は簡単ですが、風が強いと外れてしまう恐れがあります。薬液は通りませんので、薬剤散布の際は外します。



▲写真3 洗濯バサミで枝と不織布を挟み込んで固定



▲写真2 不織布を設置した様子

◇お問い合わせ◇
果樹課

☎0182-2316266

いつもありがとうございます！

感謝



◀ 7月2日(水) 晴れ

J A助け合い組織月見草の皆様からタオルやおしぼり等を寄贈いただきました。1枚1枚に皆様のお気持ちを感じます。大切に使用させていただきます。

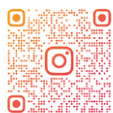
7月31日(木) 晴れ▶

J A助け合い組織けやきの皆様から素敵なお花をいただき、早速ショートステイに飾りました。喜ぶ利用者様の顔を見ると、私たちも嬉しくなります。



◀ 8月1日(金) 晴れ

J A女性部大雄支部の皆様からタオルの寄贈をいただきました。猛暑でタオルの使用も増える昨今、本当にありがたいです。



← ご利用の様子はInstagramで発信しています。

JA FURUSATO FUKUSHIKAI

(株) J A ふるさと福祉会(代表) ☎56-0292 / 横手市平鹿町醍醐字道中後28番地1 (醍醐駅より徒歩1分)

ケアマネジャー・ホームヘルパー・ショートステイ・デイサービス・福祉用具レンタルの5つの介護サービスを展開中！

介護員日記

Vol.32

令和7年7月17日(木) 晴れ

デイサービスでは今月、おとなの学校の授業で習字にチャレンジしました。皆さん学生時代以来だと苦戦しながらも頑張ってくださいました。「オラ、頭しかかかないのに」などと言いつつも、真剣な眼差しで集中している姿はとっても素敵です。皆さんの力作はフロアに展示していますので、ぜひ観に来てください。見学や体験入学は随時受付中です！



J A 秋田ふるさと無料職業紹介所稼働状況について

令和7年7月31日現在

作目区分	当月有効求人		紹介実績		現在の有効求人数 ③=①-②	有効求人情報 作業内容・品目等	特記事項	1日農業バイトアプリ JA管内活用状況 (R7.4.1~R7.7.31)	
	件数	求人数 ①	紹介数	うちマイナビ ②				アプリ登録農家	
水 稲	2	3	0	0	3	作業全般	◆いずれの品目も空いている時間や休日を利用した副業対応の求人が増えております。 ◆求人情報はJAホームページで毎週更新のほか、横手市各地域局にも掲示していただいておりますのでぜひご覧ください。	33	
果 樹	5	7	4	1	6	りんご、桃、ぶどう		12	
野 菜	14	35	30	9	26	ほうれん草、西瓜、とうもろこし、ねぎ、きゅうり		78	
花 卉	1	4	6	3	1	菊		130	
菌 茸	0	0	0	0	0			164	
その他	6	11	4	2	9	養豚、水稲プラス野菜・花卉、菌茸など複合品目		89	
計	28	60	44	15	45			マッチング成立率	68.5%

※求人数には、マッチングに至らず求人期間が経過したものや個別に労働力を確保して取下げられた数は含まれておりません。

こんな日は熱中症に注意

気温が高い
湿度が高い
風が弱い

急に暑くなった

環境省 熱中症予防情報サイト(スマートフォン・携帯対応)
http://www.wbgt.env.go.jp/sp

1 熱中症になった時の処置は
意識がある、反応が正常な時

涼しい場所へ避難させる
衣服を脱がせ、身体を冷やす
水分・塩分を補給する

ただし、水を自力で飲めない、または症状が改善しない場合は直ちに救急隊を要請しましょう

2 熱中症になった時の処置は
意識がない、反応がおかしい時

救急隊の要請をする
涼しい場所へ避難させる
衣服を脱がせ、身体を冷やす
医療機関に搬送する

倒れた時の状況が分かる人が医療機関に同行しましょう

JA秋田ふるさと 担い手支援室内 無料職業紹介所 厚生労働大臣届出受理番号 05-特-000016

〒013-0036 秋田県横手市駅前町6番33号 TEL 0182-35-2659 FAX 0182-35-2699

「トマたま炒め」



●材料（2人分）

トマト	1 個（Mサイズ）
卵	3 個（Lサイズ）
ごま油	大さじ 1
塩	1 g（小さじ 1/2）



●作り方

①材料を切る・下準備

トマトは皮を湯むきするかまたは包丁でむき、1.5cm程度の角切りにする。卵はボールに割りほぐし、塩を入れよく混ぜる。

②卵・トマトを炒める

フライパンは中火強で熱し、ごま油を入れる。油が熱くなったら、卵を入れて大きくかき混ぜ、卵が液状で半分くらい残っている程度で、皿によせる。フライパンをそのままにトマトを入れ汁気が無くなる程度にサッと数十秒炒め火を止める。

③完成

②のフライパンに卵を戻し入れ軽く混ぜる。卵が全て固まらないうちに盛り付けて完成。



トマトは火を通すことでうま味がキュッと煮詰まり、とろふわの卵とあいまって、シンプルな材料ながらも深い味わいに。塩 1 g を計るのが難しいですが、小さじ 1/2 程度または、親指・人差し指・中指でつまんだ程度です。フライパンをしっかりと熱して、手早く作るのがコツです。

今月の 食材

トマト

JA秋田ふるさとトマト部会

ふるさと産の夏秋トマトは、6月から11月上旬まで管内各地で生産されており、金沢選果場にて共選され、主に関東地方に向けて出荷されています。部会員数は40名。前年は部会全体で1億7百万円の販売高、266.6tの出荷量の実績となりました。今年度も生育は順調で、しっかりとした食味に市場からの評価も上々です。



営農にますます役立つアプリに

「日本農業新聞ニュースアプリ」がリニューアル! 新機能を追加し、操作性も向上しました。好みに合わせてカスタマイズでき、情報収集がより便利になります。

紹介
動画は
こちら



新機能
1



病害虫診断

スマートフォンで撮った写真から、農作物の病気や害虫をAIで判定することができます。対応品目は、トマト、ブドウ、イチゴ、キュウリ、タマネギ、ジャガイモ、ナス、桃、ピーマン、菊、大豆、カボチャの12品目です。

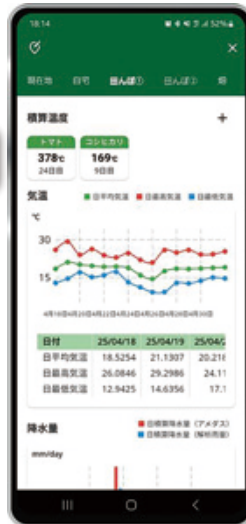


新機能
2



気象情報

1週間の天気予報に加え、1キロ四方単位の詳細な気温、降水量、日照時間のデータ(過去7日間+今後7日間)を見ることができます。また、栽培品目の積算温度も計算できます。



新機能
3



Myカテゴリ

関心のある用語や、栽培品目、市町村名、JA名などを登録すると自分だけのカテゴリを作成できます。カテゴリには自動で記事が分類され、読みたい記事を手軽に探せます。



操作性もアップ!

① 読みやすく

スワイプ操作で
記事をラクラク移動!

② 見つけやすく

日付や期間を指定して
記事を検索!

③ 気づきやすく

ウィジェット機能で
最新ニュースを確認!

人気コンテンツも ワンクリックで!

- 企画「農家の特報班(のうとく)」
- 農薬・防除の困りごと解決ウェブメディア「みんなの防除」

※本サービスは人工知能(AI)技術および外部データベース等を活用した参考情報の提供であり、診断の正確性・有効性について当社は一切の責任を負いかねます。ご自身の責任において判断し、ご利用ください。

アプリダウンロードはこちら

右記QRコードを読み込み、日本農業新聞公式ウェブサイトからアプリダウンロードにお進みいただけます。



※ アプリのダウンロードには「Apple ID」または「Googleアカウント」が必要となります。
※ App StoreはApple Inc.のサービスマークです。 ※ Google PlayはGoogle LLCの登録商標です。

アプリの利用について

- アプリ内で全ての記事・機能を利用するには、電子版有料会員登録(月額2,403円)が必要です。
- 電子版有料会員の方は、アプリを利用する前にブラウザ版でログインして会員登録を受けてください。会員登録がないと、アプリ内の一部の機能が利用できません。
- ※ 過去一度でもブラウザ版でログインしたことがある方は認証済みです。

電子版

月額料金
2,403円 (税込)

特徴

- ✓ 過去記事検索(90日前まで検索可能)
- ✓ クリップ機能(掲載日から90日間保存可能)
- ✓ netアグリ市況に簡単アクセス
- ✓ 紙面ビューアー機能(30日分閲覧可能)

申込はこちら



紹介サイト



●初回のみ、購読開始月は月末までの料金はかかりません(無料期間中の解約はできません)。

併読(紙版+電子版)



+



月額料金
紙版購読料 + 1,100円 (税込)

- お申し込みできる期間は、毎月1~20日までです。
- お支払いはクレジットカード決済のみとなります。
- お申込みは公式Webサイトからのみとなります。
- すでに紙版や電子版を購読中の場合、あらためてお手続きが必要となります。

申込はこちら



お問い合わせ

日本農業新聞 電子版事務局

dkanri@agrnews.co.jp



ふるさとの民話

五郎兵衛淵の大蛇

●再話／中川文子 ●画／佐々木愉美子

昔むがし、田根森の田村さ、釜蓋五郎兵衛っていう男が住んでだけど。

ある日、五郎兵衛は大戸川で雑魚釣りにして、内、転寝してしまっただんど。したば、夢の中で「村の地蔵様さ毎日お参りせば、良えものが授かる」ってお告げがあったけど。さっそく家さ戻って女房どさ話したば、子供を欲しがってだおだから「それなば屹度、子宝のごどだべ」って言うけど。二人は次の日から毎日、村の地蔵様さお参りに出がげだけど。

何日か通って、内、地蔵様の陰が小っちゃこい蛇っこがチヨロチヨロど這い出できたけど。なんぼ追払ったたて纏わりついてくるけど。お参りさ行けば必ず這い出できて、二人さ纏

わりついてくるなだけど。二人は「この蛇っこが神様からの授かりものかもしれねやな。俺家さ来るが」って声かげだば、付いで来たけど。

夫婦は蛇っこさ食事、沢山食せで扱ったなでドンドン大っきぐなつて、とうとう家さ入り切れねやぐなつてしまっただんど。村人から「女や子供が蛇どご怖つかねやがつて、道歩りげねや。なんとがしてけれ」って苦情がくるえなつたけど。泣ぐ泣ぐ蛇ど大戸川さ放してやっただ。蛇は別れを惜しむえ鎌首をもだげで、川の中さ潜って行っただけど。

それなら、其処周辺の土が崩れて大っきした淵になったなで、「五郎兵衛淵」って呼ばれるえなつただんど。

ある夏の雨の日、五郎兵衛は

高熱で苦しんでる婆様どさ飲ませる薬を買いに、横手の町さ行っただけど。戻るときはどしゃ降り、大戸川の水嵩が増して橋が流されでだけど。五郎兵衛が荒れ狂う大戸川を眺めて途方にくれでだば、俄かに大きな橋が浮き上がってきただんど。よくよく見だば、それは大蛇の背中だつたど。五郎兵衛は蛇どさ礼を言いながら、急いで渡ったけど。渡り終わったば、蛇は川の中さ姿を消したけど。蛇のおがげで、婆様の病はすっかり良くなっただんど。

それなら、二度と蛇の姿を見がげることばねやがつたど。とっぴんぱらりのふう



▲QRコードを読み取ると
音声で「ふるさと民話」をお楽しみいただけます。

おたより

●男の料理教室の様子、日頃の調理や手伝いの成果なのか、手際の良さが出ています。菜箸片手に、蓋片手に、プロ並み！心こもっておいしかったでしょうね。

美郷町 P.Nキビタンさん(71)

●今回の推しれしび「ピーマンときつねの甘辛炒め」俺でも出来そうです。頑張ってみます。ごはんにすごく合います。

雄物川 P.Nマロさん(84)

●以前食中毒で、ひどい目に遭いました。特に夏場は、勿体ないとか、まだ大丈夫とか思わず捨てる勇気ですね。凄い勉強になりました。

十文字 阿部 浩子さん(64)

写真作品

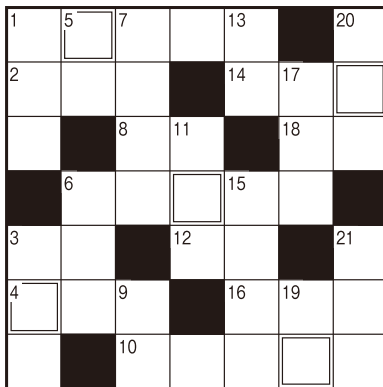


平鹿町 熊谷 優さん(28)

題名「祖母と孫と一緒にジャガイモ掘り」

クロスワードパズル ☆☆☆

幻想的な光景が広がります



【解き方】全部の問題を解き二重枠の文字を並べ替えると一つの言葉ができます。それが答えです。

↓ タテのカギ

- 1 国際博覧会（万博）には——各国が出展します
- 3 朝顔に——とられてもらひ水（千代女）
- 5 官の対義語
- 6 合格を目指して受けることも
- 7 二十四節気のひとつ。令和7年は8月23日です
- 9 悪夢を食べるといわれる想像上の動物
- 11 旧国名のひとつ。今の滋賀県あたり
- 13 人が並んで作るもの
- 15 コイン——に荷物を入れた
- 17 紙幣のすかしは——防止策のひとつです
- 19 魚などの内臓のこと
- 20 あぶく。ソーダ水からたくさん出ます
- 21 半透明でプルプルした洋菓子

➡ ヨコのカギ

- 1 ミーンミン、シャワシャワ、カナカナカナ……
- 2 物事にかかわりを持つこと
- 3 代金は今度まとめて払うね
- 4 西田佐知子のヒット曲、『コーヒー・——』
- 6 さだまさしの名曲『——流し』で歌われているのは、長崎県などですお盆の行事
- 8 スイカにかけると人もいます
- 10 2分の1がハーフなら4分の1は
- 12 チョウが吸うもの
- 14 台木にくっつけたり挟んだりして育てます
- 16 もう一杯、お——！
- 18 鼻の長い動物

ウタマロ石鹼
キッチン洗剤ギフト
3名様にプレゼント



頑固な汚れも
しっかり落とす優れもの。
しつこい泥汚れ、
油汚れもしっかり落とす。
真っ白で
気持ちのいい暮らし。

【応募方法】

ハガキに左記①～⑦までの項目をご記入の上、下記までご応募ください。左の点線を切り取って管内最寄りの支店まで持参いただくかハガキに貼り付けてもご応募できます。なお、お寄せいただいたご意見は「おたより」のコーナーに掲載させていただきます。場合がございます。

【応募先】

〒013-0205 横手市雄物川町今宿字前田面20

J A 秋田ふるさと 広報担当

または J A 秋田ふるさとホームページ

<http://www.akita-furusato.or.jp/> からでもOK。

（「みなさんの声と作品をお寄せください」バナーをクリック！）



【締 切】8月26日(火)当日消印有効

1 ラ	2 ジ	3 オ	4 タ	5 イ	6 ソ	7 ウ
8 ゴ	9 ビ	10 バ	11 ス	12	13	14
15 ト	16 ク	17 カ	18 ラ	19 ウ	20 マ	21
22 リ	23 テ	24 ガ	25 キ	26 リ	27	28
29 オ	30 ナ	31 ミ	32	33 キ	34 モ	35
36 ア	37 ン	38	39 ハ	40 ネ	41	42
43 ソ	44 フ	45 ト	46 ド	47 リ	48 ン	49 ク

■ 7月号の答え／ネガイゴト

■ 7月号の当選者／

P.N ラムのばばさん

佐藤 美幸さん

小松 稔さん

■ 応募総数／83通

■ 正解者数／83通

(J A 秋田ふるさと 営農経済部 食農販促課 行)

①クロスワードパズルの答え

②住所 〒

③氏名 ふりがな (P.N.)

④年齢 歳 ⑤電話番号

⑥該当する組合員区分 ※○をつけてください

正組合員・正組合員家族・准組合員・員外

⑦今月の好きな記事とその理由
または当誌やJ Aへのご意見・ご感想

お知らせ

■職員採用試験のお知らせ

【高校新卒採用】

対 象 令和8年3月卒業予定の高校生

応募方法 (既卒応募可・卒業後3年以内) 学校を通じてご応募ください。

応募受付 令和7年9月5日～9月10日

一次試験 令和7年9月19日

【大学等新卒採用】

対 象 令和8年3月卒業予定の大学生、短大生、専門学校生等

応募方法 マイナビ2026にエントリーのうえ、ご応募ください。

応募受付 令和7年8月1日～10月31日

一次試験 令和7年8月1日～10月31日
ご応募頂いた方に別途ご案内します。

【中途採用】

対 象 高等学校卒業以上の学歴を有する方

応募方法 当JA採用ホームページより必要書類をご確認のうえ、ご応募ください。

応募受付 令和7年8月1日～8月29日

一次試験 令和7年8月29日
ご応募頂いた方に別途ご案内します。

間 総務人事部 人事課 採用担当

☎ 0182-351-2638

✉ wg-jinji@akita-furusato.or.jp

■「ジャンボスイカ重さ当てクイズ」のお知らせ

十文字営農センターではJA産スイカを広くPRする企画の一つとして8月19日(火)に「ジャンボスイカ」コンクールを開催します。出品された中から道の駅「十文字」などへ展示し、「ジャンボスイカ重さ当てクイズ」を実施します。正解者の方には新米や十文字産の農畜産物をプレゼントします！

開催期間

令和7年8月19日(火)～8月28日(木)



間 十文字営農センター

☎ 0182-44-3101

■「ふるっぴ」イラストコンテスト

JAでは、地域の子供たちを対象に、ふるさとの原風景や地域の農畜産物、地域農業への理解醸成を目的に、JA公式マスコットキャラクター「ふるっぴ」のイラストコンテストを実施します。

テーマ「ふるっぴ」とわたしの大好きなふるさとの農畜産物。

募集期間 令和7年7月22日(火)～9月10日(水)

募集対象者 管内小学生児童・未就学児。

応募用紙 横手市教育委員会を通じて各小学校へ配付する他、各支店・営農センターに設置します。

応募先 食農販促課への郵送。各支店・営農センターへの持込み。

令和7年9月中旬に審査を行い、10月上旬にJA新本店への展示のほか表彰式を行う予定です。

入賞者には、賞状と副賞の贈呈や応募者全員に参加賞をお渡しします。ぜひふるっぴにご参加ください。

間 食農販促課

☎ 0182-23-6540

■土地・建物の売却について(お知らせ)

JAでは左記の物件について売却を計画しております。

申込締切 令和7年8月29日(金)
物件内容 八沢木給油所
土地・建物
(外観P15参照)

○土地

八沢木給油所跡地

地 積 1034・55㎡

地 目 宅地

所在地 横手市大森町上溝字松原

774・123・1

○建物

八沢木給油所店舗跡地・倉庫

地 積 68・13㎡(店舗)

5・45㎡(倉庫)

地 目 店舗ならびに倉庫

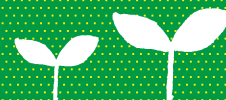
所在地 横手市大森町上溝字松原

123・1

※購入を希望される方は、左記までお問い合わせください。後日、購入希望書をご提出いただき、手続きを進めさせていただきます。

間 総務課

☎ 0182-351-2634



理事会だより

【第4回定例理事会】

令和7年7月30日(水)

報告事項(抜粋)

- 令和8年産米作付方針について
- 令和7年度すいかの仮渡金について
- 令和7年度りんご・西洋梨の仮渡金について
- 令和7年度第1四半期不祥事未然防止対策について
- 農畜産物の生育及び販売状況について
- 秋田県農協労秋田ふるさと支部の要求書に対する回答について
- 固定資産取得進捗状況について(令和7年度第1四半期)

議案(抜粋)

- 令和7年度共同乾燥調製施設利用料金の設定について
- 令和7年度共同乾燥調製施設飯米利用料金の設定について
- 令和7年度選果場利用料金の設定について
- 令和6年度ディスクロージャー誌について
- 令和7年度固定資産の取得について

お困りごと
解決!!

遺品整理・生前整理・お掃除などの お困りごとのご相談承ります。

仏壇の処分や一人暮らしの親族の遺品整理など困ったことはありませんか？
事前の**無料お見積もり**で安心料金。アグレム提携業者が親切丁寧に、
法令の定めに基づき適切に取り扱いいたします。まずはお気軽にご相談ください。

● 仏壇整理



高さ100cm以内
20,000円(税込)

高さ100cm以上
30,000円(税込)~

● 遺品整理

ワンルーム程度のお片付けに



目安：軽トラック1台分
25,000円(税込)~



株式会社 ふるさと葬祭 **アグレム** 電話 **0182-52-3930** FAX 0182-52-3931
HP / <https://ja-sousai-aguremu.com/> アグレム 検索

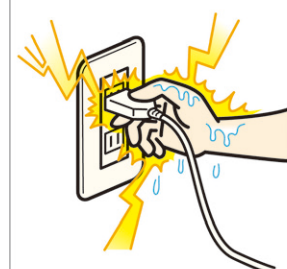
あんぜん、きづく、あんしん

東北電気保安協会からのお知らせ

8月 — 暮らしと電気安全

8月は「電気使用安全月間」です。

夏は肌の露出が多くなり汗もかくことから、電気が流れやすくなります。
また、暑さにより注意力が散漫になりがちなため、感電事故が多くなる傾向にあります。
そこで、経済産業省では、毎年8月を「電気使用安全月間」と定め、関係団体の協力のもと電気に関する安全運動を展開し、広く電気事故防止を呼び掛けています。電気安全に心がけましょう。



8月
濡れた手でコンセントや
プラグに触れるのは
やめましょう。

土地・建物の売却について

八沢木給油所 土地・建物(外観)



※土地について、給油所地下タンクについては、埋設による廃止工事としております。

※建物については、給油機を除いて、店舗事務所を現状のままで売却を予定しております。

営農経済部からのお知らせ

■令和7年度 共同乾燥調製施設利用料金のお知らせ

令和7年度のJ Aカントリーエレベーター及びライスセンターの利用料金につきまして、以下のとおりお知らせ致します。

・令和7年度共同乾燥調製施設利用料金

(単位:円/60kg、税込)

受入品目	乾燥料	糶摺・調製料	持込による色彩選別料	合計	重量基準
生 糶	1,380	890	—	2,270	製品重量(ふるい下米を含む)
半乾燥	540	890	—	1,430	製品重量(ふるい下米を含む)
玄 米	—	—	600	600	

※搬入時に糶水分値が30%を超える場合は、200円/60kg(税込)を加算いたします。

※半乾燥とは、事前に又は施設利用していたが雨天順延に伴い半乾での搬入申込があり、搬入時の糶水分値が17%以下のものです。

【お問い合わせ】営農経済部 米穀課(0182-23-6556)まで



・令和7年度共同乾燥調製施設飯米利用料金

(単位:円/30kg)税込

項 目	利用料金	備 考
精 米	465	紙袋代込み
玄 米	165	紙袋代込み

※自己取りの場合は、上記料金より80円値引きいたします。

※利用料金の内訳(精米量300円、運賃80円、紙袋85円)

■精米の取り扱い終了について(令和8年産米)

精米の委託につきまして、「委託の減少」「精米設備の老朽化」などにより令和7年産をもって終了とし、令和8年産からは玄米のみの取り扱いとさせていただきます。

■米倉庫等季節作業員募集のお知らせ

J A秋田ふるさと管内の米倉庫及び施設(カントリーエレベーター、ライスセンター)の季節作業員を募集します。

■主な作業内容 フォークリフト操作、米袋荷捌き、検査補助、施設作業(荷受ホッパーへの糶投入作業等)

■雇 用 期 間 令和7年9月中旬～10月下旬頃

■募 集 期 間 令和7年8月末迄

■募 集 人 数 若干名(男女問わず)※面接あり

■資 格 普通運転免許、フォークリフト運転技能講習修了(作業内容により無くても可)

■給 与 時給951円～2,000円

※作業内容により異なります

※県の最低賃金に合わせ、10月

より変更となる場合があります。

※通勤手当を支給いたします。

■連絡・申込先 米穀課(0182-23-6556)または

J A各営農センター



■選果スタッフ募集のお知らせ

J A秋田ふるさと管内果樹選果場での選果スタッフを募集します。



■主な作業内容 りんご等の選別、荷造り

■作 業 期 間 令和7年9月上旬から

令和8年1月下旬まで

■募 集 期 間 定員になり次第〆切

■資 格 普通運転免許等フォークリフト運転技能講習修了(作業内容により無くても可)

■給 与 時給951円～

※作業内容により異なります。

※県の最低賃金に合わせ、10月より変更となる場合があります。

[勤務時間] 8:30～17:00のフルタイム基本

[休 日] 日曜・年末年始

[応募方法] 下記までお気軽にご連絡ください。(定員になり次第、締切とさせていただきます)

■連絡・申込先果樹課 ☎0182-23-6266

J Aの概況

Situation

組合員数 17,403人
(正組合員) 11,356人
(准組合員) 6,047人
貯金 1,225億8,577万円
貸付金 434億3,914万円
購買品取扱高 23億3,436万円
販売品取扱高 23億7,051万円
共済保有高(保障) ... 3,092億2,557万円
(2025年6月末現在)

暑い日が続きますが、皆様はどのように工夫されていますか？私は水筒の様に保温保冷ができるステンレス製のペットボトルホルダーを買い、暑い場所でも冷たい飲み物を飲めるよう熱中症対策をしています！
(み)

酷暑が通常の夏になってきたように感じます。外に出る時の暑さ対策として、一昔前までは日傘くらいしかなかったような気がします。今は「空冷ベスト」、「水冷ベスト」、「ネッククーラー」など、ファッション性のある物も多く売られるようになりました。今年の夏は楽しくオシャレな暑さ対策を試してみたいかもしれませんね。
(さ)



JA通信 ふるさと

発 行/秋田ふるさと農業協同組合
企画・編集/食農振興課 〒013-0205 横手市雄物川町今宿字前田面20
印 刷/(株)全農ビジネスサポート秋田支店

TEL/0182-23-6540
FAX/0182-23-6501
E-mail/fu.staff@akita-furusato.or.jp

秋田ふるさと

検索

検索サイトでJ Aのホームページに簡単アクセス！