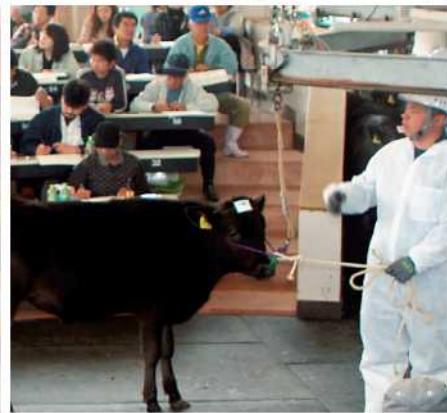




ごとう

GOTO AGRICULTURAL CO-OPERATIVES



6月号

JA ごとう
2011 No.64



TOP
NEWS!!

- ・ごとう農業協同組合
22年度事業報告
- ・平成23年度
地区別総代説明会Q & A

CONTENTS

目次



- | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|--|---------------|---------------------------|------------------------------------|------------------------|--|---------------------------|--|
| 2p
• CONTENTS
• 表紙 PHOTO 紹介
• JAからのお知らせ | 3p
太陽と緑 五島がうまいの立役者 | 4p
TOP NEWS
—ごとう農業協同組合 22年度事業報告—
—平成23年度地区別総代説明会 Q&A— | 6p
今月のスポット | 8p
• 青年部の活動
• 食のはなし | 9p
ごとう農業協同組合
平成23年度 第1回理事会報告 | 10p
産直市場 五島がつぶ・ 直送便 | 11p
• 建物更生共済「むてき」の保障内容が
さらに充実!
• 新任JA紹介 | 12p
今からしっかり準備
熱中症対策 | 14p
• 旅行センターからのお知らせ
• 産直市場 五島がつぶ・
• (株)JAごとう葬祭斎場 浄倫会館
• 編集後記 |
|--|-----------------------|--|---------------|---------------------------|------------------------------------|------------------------|--|---------------------------|--|



上段左から順に…

- 五島茶初摘み（4月24日）
- 「産直市場 五島がつぶ・」五島うどん作り（5月4日）
- 2011年産春作ブロッコリー収穫（5月14日）
- 平成23年5月期せり市（5月13日）
- 2011年産大麦「ニシノホシ」収穫（5月17日）
- 五島市立本山小学校社会科見学（5月18日）

J Aからのお知らせ

組合員の皆様におかれましては、JAに格別のご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さてこの度、フジ医療器商品ご愛用の皆様へ、商品の無料点検及び使用方法等について再度ご相談をさせて頂きます。

また同時に、JAでは組合員の皆様方に『健康と暮らしを守る運動』をテーマとして、健康についてのご提案活動もしております。このたび「健康が一番」という願いのもとに、当JAではリラックスして使える『年中爽快』を今後取り扱いしていくことになりました。

お問い合わせは…

0959-72-6585

本店 経済部まで

つきましては、JAが指定した派遣員がお伺いした折には、お気軽にお試し頂きますようご案内申し上げます。

五島がうまい の立役者

NO. 13

日々の積み重ねが 一番大事

増田 善一さん(67)
五島市下崎山町

「一生懸命作ったものを収穫すると生き生きとします。六月下旬からはキュウリの植え付け作業中。現在はソラマメの収穫、麦の刈り取り、キュウリの植え付け作業中。なり大忙しです。「年がら年中暇はないね」と話しながらも、話す姿は生き生きとしています。

最初は別の仕事をしながら農業をしていた増田さん。退職を機に五年前に専業農家となりました。

「中学生の頃から農業をしたいと思っていた。野菜が好きだから」と話します。



地道な努力で今がある

現在は息子さん夫婦に手伝つてもらいながら農作業を行う増田さん。今後の目標はありますか?と尋ねると「元気なうちは働かない」と尋ねる間は一生懸命頑張るよ」と笑顔で話します。「けど息子夫婦に色々教えながら、息子夫婦にも自分並みに頑張ってほしいかな」とぽつりとつぶやきました。



元気なうちは
働かないと!

てくれました。



太陽と緑

増田さんはソラマメ九ヶをはじめとして、バレイショ、大麦・小麦、サツマイモ、インゲンなどを栽培しています。



ずっと農業がしたかった

元々大阪で働いていた増田さんは両親が農業をしていましたため、四十年前に五島に戻つて来ました。

収穫するときが一番楽しい

農業の楽しさとは?と尋ねると

「人のを見ることや聞くことも勉強ことはありますか?と尋ねると「作物が小さいときから細かい手入れは毎日欠かさず行っている」と話します。

「人のを見ることや聞くことも勉強だけど、自分で観察して気付くことが一番大事だと思う。私もずっと地道に頑張り続け、技術を学んで今があると思ってているからね。だから農業は誰にでもできるわけじゃないと私は思うよ」と農業への思いも話しました。



ごとう農業協同組合 22年度事業報告



1. 五島農業と主要事業の概況

国内経済は相変わらず不安含みで先行き不透明な状況ですが、管内では、子牛価格もますます安定しており、台風等自然災害もなく、五島農業にとって良好な年でした。

ちなみに、デフレを背景に農産物価格が低迷する状況にあって、畜産・畑作の振興と値決め契約による販売に力を入れたことから、今年度の農産物販売高は継続して伸びを示し過去最高の35億8千万円となりました。

a 農産園芸部門

- ・主要園芸品目（スナップエンドウ、イチゴ）の貢貸ハウスの拡大を図る
- ・岐宿高菜加工施設を建設（安定した高菜の生産面積拡大を図り、系統出荷に切り替え安心して出荷できる体制を整備）
- ・精米施設の稼働（安心・安全な五島の米を直接消費者に供給し、五島の米の消費拡大を図る）
- ・契約的な野菜品目の拡充（栽培農家の経営安定・生産向上を図る）

など

c 販売事業

- ・畜産部門販売高は1,968百万円
- ・農産園芸部門販売高は1,618百万円
- ・事前値決め販売による有利販売

など

d 購買事業

- ・供給高目標の計画5,714百万円に対し、5,428百万円（94.9%）の実績
- ・生活資材は計画350百万円に対し108.4%の369百万円を達成
- ・農業用資材の安定供給

など

b 畜産部門

- ・繁殖雌牛5,000頭必達へ向け、1戸1頭増頭運動を展開
- ・高能力牛への母牛更新（ごとう農協高育種価保留対策事業や国の更新事業を活用）
- ・家畜伝染病・口蹄疫の発生に伴う防疫対策の実施（港や空港での防疫対策や各農家へ消毒薬を無料配布するなど）
- ・せり市開催延期に伴う農家の負担軽減対策を実施（子牛代金販売仮渡・飼料の無料配布など）
- ・子牛せり市の高値での取引（購買者誘致を積極的に実施）

など

e 信用事業

- ・貯金の期末残高目標の56,750百万円に対し56,097百万円（98.8%）の実績（前年度対比101.3%）
- ・農業のメインバンクとしての金融対応力強化

など

f 共済事業

- ・「ひと・いえ・くるま」の総合保障確立（前年対比84.1%、計画対比86.6%）
- ・推進総合ポイント制の導入

など

2. 総合収支実績

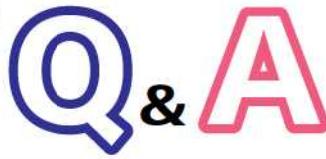
主要事業の取扱量については管内市場規模の縮小や経済情勢等により未達に終わったものもありましたが、合理化・効率化に努めた結果、各事業とも収支が計画を上回るとともに、事業管理費が前年比59,000千円下回ったことなどによって、事業利益で計画対比107百万円増の169百万円となりました。これにより事業管理費率については93.26%に抑えることができました。

このように、最終的には当期剰余金の計画62百万円を上回る135百万円を計上することができました。剰余金の処分については行政指導により固定比率の改善が強く求められていることから目的積立金の積増し等、付加資本の増強に充てさせていただきたくご提案をさせていただきます。

厳しい経済情勢の中、このような決算をすることができたのもひとえに、ご利用いただいた組合員皆様のお陰であり、前年度同様の1%の出資配当を提案させていただきます。



地区別総代 説明会



(岐宿出張所)

(富江支店)

5月18日から24日（土日を除く）にかけて、各支店・出張所にて開催しました地区別総代説明会の主な質疑・回答についてご報告致します。

Q1 固定比率を上げるために、農家も少なくなってきており出資口数の上限を上げざるを得ないのだろうが、組合員を増やす対策は考えていないのか？

A1 総合ポイント制度への誘引による准組合員の増加という方法もありますが、担い手・後継者を確保し正組合員数を維持していくことがより重要であると考えております。

Q2 畜産のヘルパーを設置してほしい。農援隊の活用はできないのか？

A2 農援隊については23年度で事業が終了することになっていますが次年度も継続するように要請をしております。ヘルパーについては真剣に取り組みます。

Q3 高齢の農家が増えてきているがこれについてどのように取り組むのか？

A3 高齢農家の蓄積した技術を生かして少量でも多品目の栽培が可能なことから、直売所を利用した営農継続の取り組みを進めたいと思います。さらには後継者の育成確保が欠かせないと考えています。

Q4 直売所の状況を聞かせてほしい。

A4 開店して丁度1ヶ月です。客数が平日で500人、土日祭日で800人位です。1日の平均の売り上げが約90万で、概ね計画通りの売り上げです。出荷者をもう少し増やしていきたいと思います。

Q5 養豚場建設の話はどうなったのか？

A5 昨年に口蹄疫が発生しましたが、これに対応するためには設備投資がさらに増えると思われるのことと、豚価が下降気味で逆に飼料が高騰し収支の確保が厳しいということ、さらには市が第三セクターへの出資については難しいということから、慎重に検討すべきであるということで現在に至っています。

Q6 三井楽育苗ハウスの跡地の活用はどうするのか？

A6 農地として整備し、JAファームで作付けすることにしています。

Q7 昨年の利用高配当を増資に充てることができるのか？

A7 利用高配当は法令等の定めにより回転出資金として5年間預かったあとは組合員へお返ししなければなりません。皆さんから承認を頂かない限り、出資金へ充当はできません。

Q8 飼料米の価格が安く経費を引くと赤字になるが、行政から補助が受けられるように働きかけたい。

A8 飼料米のライスセンター利用料については最低料金を設定していますが、それでも手だしになってしまいます。市へも要請します。

日 時	開催地区	総代数	内出席者数
平成23年5月24日 午後7時～	福江・奥浦地区	30人	14人
平成23年5月23日 午後7時～	大津地区	23人	14人
平成23年5月18日 午後7時～	崎山地区	33人	21人
平成23年5月20日 午前9時30分～	本山・大浜地区	50人	18人
平成23年5月19日 午前9時30分～	富江地区	46人	27人
平成23年5月19日 午後1時30分～	玉之浦地区	21人	15人
平成23年5月20日 午後6時30分～	三井楽地区	34人	20人
平成23年5月19日 午後1時30分～	岐宿地区	38人	22人
平成23年5月18日 午前9時30分～	久賀地区	16人	11人
平成23年5月19日 午後6時30分～	山内地区	41人	25人
平成23年5月23日 午前10時00分～	若松地区	30人	16人
平成23年5月23日 午後1時30分～	青方・上郷地区	50人	32人
平成23年5月24日 午前10時00分～	新魚目・北魚目地区	37人	27人
平成23年5月24日 午後1時30分～	有川地区	51人	40人

まろやかな甘みで品質良好

—2011年産五島茶摘み取り—



部会長は「部会では堆肥を使用することとで品質の向上を図つており、今年はしぶみが少ないまろやかな甘みのあるお茶ができる」と話しました

四月二十四日は五島市丁力津町で行なが初摘みをスタートに、二〇一一年産五島茶の摘み取りが続いています。



2011年産五島茶初摘み
(五島市下大津町)

農協ってどんなとこ? —五島市立本山小学校 社会科見学—

一五島市立本山小学校　社会科見学一



Aコープ本山店内の見学

子について調べ、自分が生活する身近な地域の様子や特色について考えることが目的。
見学した児童からは農協はどんなことをしているのか、一日に何人くらいが訪れるのかなどの質問がありました。児童は担当者の話を聞きながら、熱心にメモをとっていました。

五月十八日、五島市立本山小学校第三学年の児童二十一名がJJAごとう本山支店、Aコーポ本山店、本山給油所に社会科見学に訪れました。



収量・品質とともに順調
-2011年産春作ブロッコリー出荷-

–2011年産春作ブロッコリー出荷–



プロッコリーを収穫する
平田宗昭さん（五島市岐宿町）



ブロッコリーを出荷する
樽角弘幸さん(五島市岐宿町)

管内では四月下旬から二〇一一年産春作ブロッコリーの出荷が始まり、五月上旬に出荷ピークを迎えました。本年産は約七〇〇㌶の栽培面積で約六〇㌧の出荷を計画。収量・品質ともに平年並みと順調。出荷計画も達成の見込みです。

五島市岐宿町の春作
プロッコリー栽培農家
である平田宗昭さんは
約五〇㌶栽培。「今年
は低温の影響を受け、
収穫時期に若干の遅れ
はあつたが品質は良
い」と話しました。

今月のスポット

5月期せり市成績表

性別	売却(頭)	最高価格(円)	平均価格(円)	kg単価(円)	平均体重(kg)	前回比(%)
メス	281	683,550	373,363	1,411	265	97.9
去勢	271	617,400	470,117	1,648	285	97.5
合計	552	683,550	420,864	1,532	275	97.3

五月十三・十四日の両日、五島家畜市場で二〇一一年五月期せり市を開催。子牛五五二頭の平均取引価格は四二〇、八六四円(前回比二・七割安)、成牛五〇頭の平均取引価格は二四九、八五八円(前回比一・五割高)となりました。

JJAごとう畜産担当者は「枝肉価格の低迷、配合飼料価格の引き上げなど肥育農家においては大変厳しい状況の中、ますますの成績。今後も肥育農家の求める素牛生産に取り組んでいく」と話します。(日本農業新聞五月二十四日掲載)

平均価格42万円キープ

—平成23年5月期せり市 開催—



平成23年5月期せり市

五島産素牛 最高価格70万円

—第10回全共「肉牛の部」出品候補牛臨時せり市—



出品される五島産素牛の候補牛



久賀町の山田久道さん(五島市久賀町)の素牛が最高価格の七〇〇、〇〇〇円で落札されました。四月二十六日、長崎県雲仙市吾妻町にある県南家畜市場で開催された第十回全国和牛能共進会(第十回全国和牛能共進会)「肉牛の部」出品候補牛臨時せり市に五島産素牛一〇頭を出品

今回のせりでは七〇頭を上場。平均価格は四七〇、二四六円となりました。五島産素牛一〇頭の平均価格は四七二、七〇〇円となり、全体平均価格を上回る成績です。(日本農業新聞五月二十七日掲載)



2011年産大麦「ニシノホシ」

JJA農産園芸部担当職員は「長雨により収穫が遅れたものの、収量的には昨年を上回る予定」と話します。

今年は収量増加

—大麦「ニシノホシ」収穫—



大麦「ニシノホシ」収穫
(五島市三井楽町)

JJAごとうプライベート・ブランド商品「麦焼酎 太陽と緑 五島がうまい」の原料でもある大麦ニシノホシの収穫が五月五日からスタート。二十日から二十五日頃には収穫ピークを迎えました。二〇一一年産大麦の作付面積は四一四㌶、出荷量は一、二一九㌧を計画。昨年産と比較すると二〇㌶の面積拡大を図りました。



JAごとう青年部は五月二日、JA福江支店で約五十名が出席し、第二十八回ごとう農業協同組合青年部通常総会を開催しました。

開会にあたり中村安夫部会長は「地域農業の振興をはじめ、農業施策に関する意見要請や食農教育の実践などに組織の力を結集し、取り組んでいきたい」と話しました。

同青年部はイベントの際の露天販売や各支部での食農教育などの活動を実施。特に食農教育は各支部単位で積極的に取り組んでおり、地元の小・中学校で農業体験やうどん・そば作りに取り組むなど、農業のファンづくりに努めています。（日本農業新聞五月二十四日掲載）

地域農業を守る力を築く

—第28回ごとう農業協同組合青年部総会—



開会にあたりあいさつを行う中村安夫部会長



ペコホームのお料理教室

フキの魅力は何といっても、その独特の香りとほろ苦さ。あくが強いので、下ゆでてから使います。

〈下ゆでの方法〉

- (1) 葉を落とし、鍋に入る長さに切って、まな板の上で塩（フキ200gに対して塩小さじ1）を振り、手でころがします（板ずり）。
- (2) 鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩が付いたまま2～3分ゆでます。
- (3) 水を取り、皮をむきます。皮の端を1周むき、まとめて引くと一気にむけます。

フキを、板ずりしてからゆでると、皮がむきやすくなり、仕上がりの色もきれいになります。美しい色を

フキ

ほろ苦さと歯応えが魅力の春の彩り



生かした料理にするには、調味後の加熱時間は短くします。いったん取り出し、煮汁を冷ましてから戻し入れて味を含ませます。色を気にしない場合は、じっくり煮て味を染み込ませます。

選ぶときは、明るい黄緑色で、茎がしっかりしていて、しなりにくいものを。切り口が新鮮で、傷みの少ない、みずみずしいものを選びましょう。

生で保存する場合は、葉を落として適当な長さに切り、ラップに包んで野菜室へ。なるべく早く使いましょう。ゆでたものは水に漬けて冷蔵します。毎日水を替えて1～2日で食べ切りましょう。

RECIPE

フキの炊き込みご飯

調理時間

7分

（浸水、炊飯時間は除く）



撮影：大井一範

材料（4人分）

米	米用カップ2	A
だし（フキの煮汁と合わせて）	360ml	だし 100ml
フキ（下ゆでしたもの）	150g	酒 大さじ2
油揚げ	1枚	しょうゆ 大さじ1
		みりん 大さじ1/2
		塩 小さじ1/3

作り方

（1人分306kcal）

- (1) 米は洗い、たっぷりの水に30分以上漬けます。
- (2) フキは1cm長さに切ります。油揚げは熱湯を掛けて油抜きし、縦半分に切ってから5mm幅に切れます。
- (3) 鍋に、フキ、油揚げ、Aを入れて、2～3分煮ます。具と汁に分け、煮汁はだしを足して360mlにします。
- (4) 米の水気をよく切って、(3)の汁を加え、ご飯を普通に炊きます。
- (5) 炊き上がったら、(3)の具を混ぜます。

ごとう農業協同組合

平成23年度 第1回理事会報告 平成23年5月9日(月)開催

1. 報告事項

- | | | | |
|----------|----------------------------------|-----------|-----------------------------------|
| 報告 No. 1 | 主な事業経過と行事予定について | 報告 No. 10 | 果について
平成22年度第4四半期余裕金運用状況について |
| 報告 No. 2 | 主要事業3月末計画と実績について | 報告 No. 11 | 平成22年度第4四半期コンプライアンス・プログラム実践報告について |
| 報告 No. 3 | 旧福江給油所解体工事入札結果について | 報告 No. 12 | 平成23年度内部監査計画について |
| 報告 No. 4 | 固定資産（空調機更新）入札結果について | 報告 No. 13 | 平成22年度末組合員の加入・脱退の状況について |
| 4 - 1 | 本店空調機更新入札結果について | 報告 No. 14 | J A運営女性参画プランの進捗状況について |
| 4 - 2 | Aコープ浦桑店空調機更新入札結果について | 報告 No. 15 | 地区別総代説明会の開催日程について |
| 報告 No. 5 | 平成23年4月期県内家畜市場市況について | 報告 No. 16 | 平成23年度交通事故対策の取組について |
| 報告 No. 6 | (株)JAファームごとうの平成22年度実績と23年度計画について | 報告 No. 17 | 貸付金の実行について |
| 報告 No. 7 | 「産直市場 五島がうまい」4月末実績について | | その他 |
| 報告 No. 8 | 平成22年度第4四半期内部監査の結果について | | |
| 報告 No. 9 | 平成22年度末資産自己査定の結果について | | |

2. 議案事項

- | | | |
|----------|--|--------------------------------------|
| 議案 No. 1 | 第10回通常総代会提出議案について【継続審議】 | 度決定の件について【可決】 |
| 議案 No. 2 | 決算書類（貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案、注記表及び事業報告並びにこれらの附属明細書）及び部門別損益計算書承認の件について【継続審議】 | 平成23年度借入金の最高限度決定の件について【可決】 |
| 議案 No. 3 | 平成23年度事業計画設定の件について（総代会議案） | 平成23年度の余裕金運用方針について【可決】 |
| 3 - 2 | 平成22年度実績及び23年度計画について【継続審議】 | 平成23年度コンプライアンス・プログラム実践スケジュールについて【可決】 |
| 議案 No. 4 | 定款の一部変更の件について（総代会議案）【可決】 | 職制規程（職務権限表）の一部変更について【可決】 |
| 議案 No. 5 | 農地信託規程の一部変更の件（総代会議案）【可決】 | 女性理事選任要領について【可決】 |
| 議案 No. 6 | 平成23年度同一人並びに同一人自身に対する信用供与等の最高限度決定の件について【可決】 | 貸付金の審査について【可決】 |
| 議案 No. 7 | 平成23年度貸付金利率の最高限 | 実務経験理事候補者の推薦について【可決】 |
| | | 実務経験監事及び員外監事候補者の推薦について【可決】 |
| | | その他 |



産直市場

五島がうまい・直送便

食農教育イベントウィーク!!

G・Wは「産直市場 五島がうまい」で楽しみいっぱい！

産直市場 五島がうまいでは5月3日から5日の3日間、ゴールデンウィークイベントとして食農教育イベントを行いました。

初日は花苗作り、2日目は五島うどん作り、最終日は手揉み茶作りを開催。期間中は多くの親子連れが訪れました。

「産直市場 五島がうまい」の安田宏店長は「たくさんの子どもたちの笑顔を見ることができた。食農教育を通して家族の触れ合う場所となるよう、今後も続けていきたい」と話しました。



ごとう

本年4月に仕組改訂

建物更生共済「むてき」の 保障内容がさらに充実！

POINT 1

風災・ひょう災・雪災における小損害保障の拡充

フランチャイズ方式の設定金額を20万円から5万円に引下げ、支払い要件を緩和！

仕組改訂前（建物更生共游）	仕組改訂後（建物更生共游）
<p>①損害割合5%以上 ②損害割合3%以上5%未満（床下浸水除く） ③風災、ひょう災または雪災による損害の額が20万円以上</p> <p>損傷の額 × $\frac{\text{共済金額}}{\text{共済価額}}$ (損害の額限度)</p>	<p>①損害割合5%以上 ②損害割合3%以上5%未満（床下浸水除く） ③風災、ひょう災または雪災による損害の額が5万円以上</p> <p>損傷の額 × $\frac{\text{共済金額}}{\text{共済価額}}$ (損害の額限度)</p>

POINT 2

水災保障における残存物とりかたづけ費用共済金の支払

水災によって損害が生じたことにより、自然災害共済金の支払事由に該当した場合、損害を受けた共済の対象の残存物のとりかたづけに必要な費用（実費）に対して、残存物とりかたづけ費用共済金を支払います。

POINT 3

盗難再発防止費用共済金の新設

盗難によって生じたことにより、火災共済金または通貨等盗難共済金の支払事由に該当した場合、盗難による損害の再発防止のために、共済期間中1回を限度に盗難再発防止費用共済金を支払います。

POINT 4

家財費用共済金等不担保特約の新設

費用共済金（損害防止費用共済金、残存物とりかたづけ費用共済金、臨時費用共済金、失火見舞費用共済金、盗難再発防止費用共済金、特別費用共済金）および障害共済金を一括不担保とし、家財主契約における掛金水準を引き下げます。

※上記1～3については、平成16年4月発売の「むてき」に遡及して適用（罹災日：平成23年4月以降）

新任LA職員紹介

玉之浦出張所 共済課

山崎 政宏



11年間の共済担当を
て、今年度よりライフア
ドバイザーとなりました。

これまで学んだ知識を活かして、組合員・利
用者のニーズにあったプランをお届けできるよ
う、そして皆様のお役にたてるよう頑張って参
りますのでよろしくお願ひいたします。

大津出張所 共済課

山下 あけみ



4月の異動により、共済
LAとなりました。

これまで金融担当だったので不安もありますが、先輩LAに学びながら組合員や地域の皆
様に共済の情報をお届けし、お役に立ちたいと思
っております。

皆様のところにお伺いしたときは宜しくお願
い致します。

今からしつかり準備

熱中症対策

松島 松翠（佐久総合病院名誉院長）

暑くなると「熱中症」を起こす人が増加します。農家の方は炎天下で農作業することが多いので、熱中症には特に注意が必要です。



イラスト：藤本真由美

軽症 (I度)

目まい、立ちくらみ、筋肉のこわばり、こむら返りなど。

中等症 (II度)

頭痛、吐き気、嘔吐（おうと）、体がだるいなど。

重症 (III度)

ふらふらする、立てない、意識障害など。

私たちの体には、気温が変化しても体温を一定に保とうとする仕組みが備わっています。

暑くなつて体温が上がり始めると、皮膚の血流量を増やして皮膚から熱を逃がしたり、汗を多くかいて、その汗が蒸発することによつて熱を逃がしたりして、体温を下げます。

ところが、長時間暑さにさらされて大量の汗をかくと、水分や塩分が不足して脱水状態になり、体内の熱をうまく外に逃がせなくなつてしまします。すると、体に熱がこもつて、さまざまな体の変調を来すようになります。

「熱中症」では、さまざまな症状が現れます。

基本的には、症状は徐々に進みますが、突然に意識障害が起ることもあり、発症したときにはすでに重症になつていることもよくあります。また、目まいや頭痛など、中等症までの症状は熱中症特有の症状ではなく他の病気でも起るので、気が付かないこともあります。

農家の人に多いのは、炎天下での農作業を長く続けたときですが、中高年の方は、屋内で日常生活を送っているときにも発症しやすいので、注意が必要です。

外での農作業は、暑い時間帯を避け、早朝や夕方の気温の低い時間帯に行うようにします。また「つば」の広い帽子で直射日光を遮り、通気性や吸収性の良い衣服を着るようにします。

農作業中は、喉の渴きを感じなくて喉が渴いたと感じたときには、すでに脱水状態になつていることもあるからです。水分と塩分の補給には、お茶と梅干しと一緒に取るとか、ジュース、

1 熱中症のメカニズム

2 熱中症を予防するには

スポーツドリンクなどが適しています。

ただし、アルコール飲料やカフェインを多く含む飲み物は、利尿作用があるため、水分補給には適していません。

「熱中症」は必ずしも外で起きるとは限りません。特に高齢者は屋内で「熱中症」が起こることが多く、また睡眠中に「熱中症」が起こることもあります。寝る前にもコップ一杯の水を飲むなど、水分補給を行います。

場所に移動し、体を冷やし、水分・塩分を補給します。
体を冷やすには、氷をポリ袋に入れ

場所に移動し、体を冷やし、水分・塩分を補給します。

てタオルでくるんだものや、保冷剤などを使用します。衣服を脱がせ、ベルトを緩め、首筋、脇の下、太ももの付け根、膝の裏など、太い血管が皮膚の表面を通っている部分に当てます。以上のことを行つても、症状が改善しない場合は、医療機関を受診します。それまで元気だった人が、暑い環境で急に具合が悪くなつたときは、いつも、「熱中症」のことを頭に置いておかねばなりません。

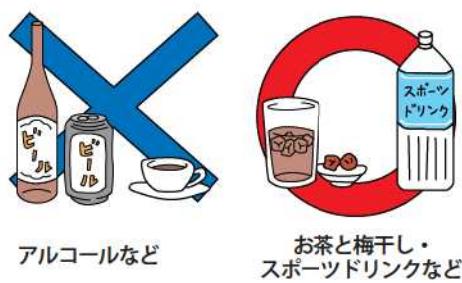
三つは、暑さや喉の渴きを感じにくいため、閉め切つた部屋で暑くなつても、暑さを感じにくくなつていて、エアコンを使わないので過ごしてしまいがちです。しかも喉の渴きをあまり感じなくなるので、室内の温度が上がりがつても、水分を十分に取らない傾向があります。

喉の渴きを感じたら

3

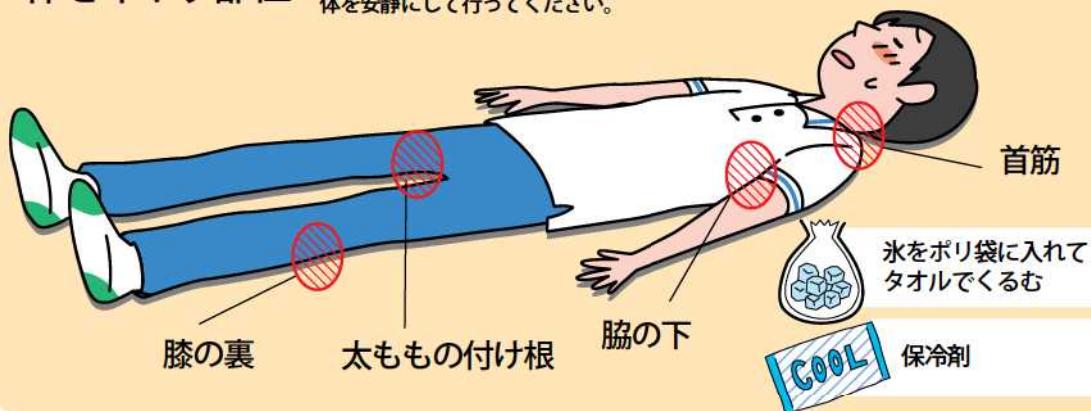
もし熱中症が疑われたら

もし屋外での農作業中に、前に書いた症状が出て「熱中症」の発症が疑われたら、すぐに作業を中止し、涼しい



体を冷やす部位

※実際には涼しい場所で
体を安静にして行ってください。



4

お年寄りには特に注意

全国十九都市の調査では、「熱中症」を起こす場所は、年代別に見ると、六十四歳以下ではさまざまな場所で「熱中症」を起こしていますが、六十五歳以上の高齢者では、半数以上が自宅で起こしているとのことです。必ずしも暑い戸外とは限らないのです。

お年寄りは、次のような要因で「熱中症」を起こしやすいのです。

一つは、体温調整機能の低下があるからです。末梢の血流量が少なくなつたり、汗をかきにくくなっています。二つは、体内の水分量の減少です。



このように、お年寄りは戸外だけでなく、屋内で「熱中症」を起こすことが多いので、室内が高温多湿にならないうよう、温度や湿度、通気などにも十分注意しましょう。

筋肉や血流量の減少などによつて、体全体が慢性的な水分不足の状態になつています。

三つは、暑さや喉の渴きを感じにくいため、閉め切つた部屋で暑くなつても、暑さを感じにくくなつていて、エアコンを使わないので過ごしてしまいがちです。しかも喉の渴きをあまり感じなくなるので、室内の温度が上がりがつても、水分を十分に取らない傾向があります。

旅行センターからのお知らせ

人数が多いほど お得！

貸切バス・ガイド付プラン

旅行期間

**2011年5月1日(日)～
2012年3月31日(土)**

やった値 山口
下関・角島・萩の2日間
1泊2食

1泊2食
朝食コース
1名様
10名～14名 29,500円
15名～20名 24,000円
21名～30名 20,500円
31名以上 18,500円

10名～14名 28,000円
15名～20名 23,500円
21名～30名 20,500円
31名以上 17,500円

お問い合わせは…
JAごとう旅行センター
0959(72)6211まで

しかし、農業をする上では大切な雨。取材を通

「本当に！」という思いもあって、雨の日はがっかりです。

雨の多い季節となりました。湿気が多くてムシムシするし、洗濯物は干せないし…気分も雨模様になりがち。特に私は「青空のもとで農家さんを写

編集後記

して農家さんや営農担当の方の話を聞いているとそのことを改めて感じます。



(田上
幸菜)

ごとう農業協同組合

●JAごとうNo.64 ●発行／ごとう農業協同組合 編集／総務部総務課 〒853-0041 五島市籠渕町2450番地1 ☎0959-72-6211

● <http://www.ia-goto.or.jp>

●印刷／(株)昭和堂

葬儀のことなら誠意と真心で奉仕する



株式会社JAごとう葬祭
斎場 淨倫会館

【本店】

〒853-0041 長崎県五島市籠淵町2450
TEL 0959(72)8211 FAX 0959(74)5266

【上ごとう支店】

〒857-4404 長崎県南松浦郡新上五島町青方郷355番地7
TEL 0959(52)2722 FAX 0959(43)1955