



生き生き発信

日頃の技術を競い合う
第13回JAゆうき青森畜産共進会



日頃の技術を競い合う

第13回JAゆうき青森畜産共進会



肉用牛グランドチャンピオン・リザーブチャンピオン



乳用牛・経産牛グランドチャンピオン
「SアンドSラムダアーチライズ」

JAゆうき青森とJAゆうき青森酪農畜産振興会は七戸町の青森県家畜市場で、第13回JAゆうき青森畜産共進会を開催した。肉用牛、乳用牛の各賞ごとに審査を行い、東北町の浜田竹美さん（肉用牛）がグランドチャンピオンとリザーブチャンピオンのダブル受賞に輝いた。乳用牛では、横浜町の斗米伸也さん（育成牛）、三沢市の（株）サウザンドリーフ（経産牛）がグランドチャンピオンに輝いた。

共進会には、当JA管内の他、三沢市や横浜町など管外の生産者も参加。肉用牛の部25頭、乳用牛の部31頭が出品され、各部門で審査を受けた後、各賞1位の中からグランドチャンピオンを決定した。



CONTENTS

活き活き発信	2
TOPICS～とびくす～	4
特集～今日もリンゴ日和～	6
農協からのお知らせ	8

クロスワードパズル	11
読者からの声／今月の新刊	12
インフォメーション	13
クッキング／めんこ自慢／編集後記	16



乳用牛・育成牛グランドチャンピオン
「STFベティクラークサイドキックエンジェル」



乳用牛・育成牛リザーブチャンピオン
「サウザンドリーフHLオールスイートエミリアET」



乳用牛・経産牛リザーブチャンピオン
「レスポアールニューワールドハーゲンET」



肉用牛審査の様子



乳用牛審査の様子

【入賞者】

区 分			チャンピオン	グランドチャンピオン	リザーブグランドチャンピオン
肉用牛	第1類	黒毛和種若雌の1	生後13か月以上16か月未満	浜田 竹美 「よしとし」	浜田 竹美 「めぐみ」
	第2類	黒毛和種若雌の2	生後16か月以上19か月未満	甲地 駒夫 「しんしん」	
	第3類	黒毛和種若雌の3	生後19か月以上23か月未満 (未經産に限る)	浜田 竹美 「めぐみ」	
	第4類	黒毛和種繁殖雌牛	経産のもの	浜田 竹美 「ゆりつる」	
乳用牛	第1類	ホルスタイン育成牛	生後12か月未満	斗米 伸也 「STFベティクラークサイドキックエンジェル」	(株)サウザンドリーフ 「サウザンドリーフHLオールスイートエミリアET」
	第2類	ホルスタイン育成牛	生後12か月以上18か月未満		
	第3類	ホルスタイン育成牛未經産牛	生後18か月以上26か月未満		
	第4類	ホルスタイン経産牛	2歳級	(株)サウザンドリーフ 「SアンドSラムダアーチライズ」	阿部 亨 「レスポアールニューワールドハーゲンET」
	第5類	ホルスタイン経産牛	3歳級		
	第6類	ホルスタイン経産牛	4歳以上		

次点のリザーブチャンピオン（乳用牛）に輝いたのは、三沢市の(株)サウザンドリーフ（乳用牛・育成牛）、六ヶ所村の阿部亨さん（乳用牛・経産牛）。

受賞した浜田さんは「感激でいっぱい。これを契機にもう少し頑張りたい」と笑顔。阿部さんは「2位だったのは悔しい気持ち。改善点を修正して9月の県共進会に向けて管理を続ける」と意気込む。

審査の途中に、三本木農業恵拓高等学校の農業クラブによる家畜審査やお楽しみ抽選会が行われ、多くの来場者が訪れていた。

7/10

しゃかししゃかむすび・みそ玉づくり わかば保育園



みそ玉づくりの様子

J A ゆうき青森女性部は野辺地町のわかば保育園で、「しゃかししゃかむすび・みそ玉づくり教室」を開催した。同園の年長クラス12人の園児が参加。女性部員やJ A 職員は、園児たちのサポート役となり、美味しくできるコツを指導した。

エプロンとバンダナを身に着けて準備万端な園児らは、初めにみそ玉作りに挑戦。袋に入った味噌や乾燥わかめを揉みながら混ぜあわせ、ラップで丸めた後は星や花の形をした麩を使って思い思いにトッピング。県産米「まっしぐら」を使用したおにぎり作りでは、ご飯を入れた紙コップを両手で「しゃかししゃか」と振りながら楽しんでいた。



完成したおにぎりともそ玉を披露する園児らと女性部員、J A 職員ら

実際に味わった園児らは「可愛く出来て楽しかった。お家でも作りたい」と満足気だった。

教室は、未就学児を対象に食農教育活動や米の消費拡大を目的とした青森県農協女性組織協議会、青森県農協青年部協議会の共同事業として開催。同J A 管内での開催は初めて。

7/14

トマト出荷進む 最盛期前に説明会



規格を確認する生産者ら

J A ゆうき青森の夏秋トマトの出荷が最盛期を迎えようとしている。春先は雪解けも早く、育苗・定植は比較的スムーズに行われた。定植後もおおむね順調に進み、8月上旬ごろから本格的なピークを迎える見込みだ。

J A 野菜振興会トマト部会では、糖度が高く食べ応えのある「りんか409」を中心に25人の生産者が4.1ヘクタールのハウスで栽培する。出荷は11月中旬ごろまで続き、今季は出荷数量287ト、販売高は1億円突破を目指す。

出荷最盛期を前に同部会は14日、出荷説明会を開催。生産者や市場関係者ら約30人が参加して、出荷基準や栽培管理方法を確認。今年度から隣接するJ A 十和田おいらせで共同選果が行われることから、出荷時の注意点などについて質問が挙がった。

7/14 ドローンで追肥 実演会開催



追肥を行うドローンの性能を確認する生産者ら

ナガイモ生産者の労力軽減に向け、J A ゆうき青森は六ヶ所村の圃場で農業用ドローン（小型無人機）を活用した追肥試験の実演会を開催した。

管内のナガイモ栽培では、A 品率の向上や増収を目的に複数回の追肥を行っているが、近年は猛暑や生産者の高齢化などにより、追肥作業の労働力不足が課題となっている。

実演会では、圃場を4区画に分けて追肥を実施。1区画は長さ約100メートルの6畝で構成し、1区画当たりの追肥にかかった時間は約5分だった。参加者は「これほどあつという間に追肥が終わるとは驚いた。かなりの労力削減につながると思う」と話し、農業用ドローンを活用した追肥作業の省力化に期待を寄せた。

7/23 年金友の会ゲートボール大会開催



優勝した千歳平チームのメンバー

J A ゆうき青森は、東北町でJ A ゆうき青森年金友の会ゲートボール大会を開催した。J A 職員を含む47人が参加し熱戦を繰り広げた。

大会は会員同士の交流と健康増進が目的で毎年開催している。

5人1組で8チームに分かれて、勝ち数や得失点で順位を競い合った。競技の結果、六ヶ所村の「千歳平クラブ」が優勝に輝いた。上位5位には賞品が贈られ、千歳平のメンバーは「勝つことができてうれしい」と笑顔で語った。

結果は以下の通り。

▷1位 千歳平クラブ（六ヶ所村）▷2位 さわやか（東北町）▷3位 西野チーム（七戸町）▷4位 なかよし会（七戸町）▷5位 ききょう（七戸町）▷6位 戸鎖チーム（六ヶ所村）▷7位 室ノ久保老人クラブ（六ヶ所村）▷8位 J A 職員チーム

7/27 野辺地葉つきこかぶ・軽量野菜現地検討会



検討の様子

J A ゆうき青森は野辺地営農センターで、「野辺地葉つきこかぶ・軽量野菜現地検討会」を開いた。生産者や市場関係者、J A 関係者ら約40人が参加し、生育状況や販売情勢を確認するとともに、今後の栽培管理について理解を深めた。

野辺地葉つきこかぶの今年産は、春先の生育が順調に進み、初出荷は昨年より8日早い5月9日。一方で、5月以降は降雨不足による乾燥で肥料の吸収が進まず、生育の遅れや葉長不足が見られたほか、6～7月は降雨による播種の遅れなどが発生した。今後は、高温により病害虫や軟腐病の発生リスクが高まるとして、予防対策の徹底を呼び掛けた。

春菊やなば菜の軽量野菜については、9月の収穫に向けた栽培技術の検討や継続出荷による産地の優位性を高めることを申し合わせた。

旬をおいしく味わう

今日もリンゴ日和

監修：KARU（野菜ソリテ）
イラスト：小林裕美子

みずみずしい甘さと爽やかな香りをまとったリンゴは、さまざまな品種の味わいや香りが楽しめます。食べ方次第で毎日の食卓が豊かに彩られます。

健康編

1日1個のリンゴで
医者いらず!?

血圧の安定

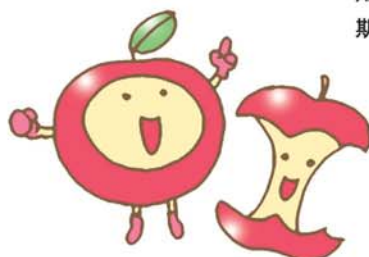
カリウムが体内の塩分（ナトリウム）を排出し、血圧の安定に

腸内環境の改善

食物繊維が腸内環境を整えて便通を促す効果が期待できる

疲労回復

リンゴ酸が疲れの原因となる乳酸に働き、疲労の回復も



免疫力アップ・風邪予防

ビタミンCの抗酸化作用により、病気への抵抗力を高める効果も

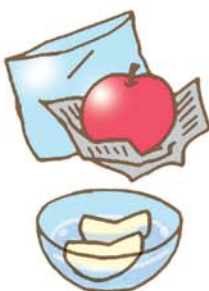
美肌効果

ポリフェノールの抗酸化作用で肌の老化を防ぐ効果が期待できる

生活習慣病の予防

ポリフェノールや食物繊維がコレステロール値を低下させ、血糖値上昇の抑制も

もっと知りたい! / リンゴの豆知識



保存方法

新聞紙+ポリ袋に包み冷蔵庫の野菜室へ。切った後は蜂蜜水に浸し変色を防止



収穫前に遮光して

美しいリンゴに

収穫前の果実に袋をかけて遮光することで色鮮やかに仕上げる栽培方法もあります



「蜜」は完熟したサイン

蜜そのものはそれほど甘くなく、周りの果肉が非常に甘くなっています



日光をたっぷり浴びた「サン」リンゴ

「サンふじ」「サンつがる」は収穫前の果実に袋をかけずに栽培します



お菓子作りに
ぴったり

紅玉（こうぎょく）

鮮やかな濃赤色の皮と爽やかな香り、しっかりとした酸味が特徴。果肉が硬めで煮崩れしにくいので、お菓子作り用として長年人気の品種。



軟らかく
ジューシーな食感

つがる・サンつがる

早めの時期に出回る早生品種。酸味が少ないため、甘さが引き立つ味わいが特徴。果汁が豊富で食感も軟らかめで食べやすい。



甘酸のバランスが
良い定番品種

ふじ・サンふじ

濃厚な甘さと程よい酸味があり、歯触りが良い定番品種。芯の部分を中心に蜜が入りやすいのが特徴。貯蔵性にも優れ、ほぼ1年を通して出回る。

リンゴのいろいろ

品種ごとの味わいを楽しむ

料理に

酵素の力と酸味を生かす



サラダのトッピングに加え、シャキシャキ食感をプラス



リンゴジュースでサツマイモを煮て、おやつや甘い箸休めに



すりおろしリンゴとしょうゆを混ぜて肉料理に合う万能だれに



リンゴには消化を促す効果も。煮て、ソテーした豚肉と一緒に食べるのもおいしい

食卓にもお菓子にも！
料理にもお菓子にも！
幅広く活用できる
食卓のアイドル



お菓子に

煮る・焼くで甘さを引き立てる



イチゴやブルーベリーなどと煮て、ヨーグルトのトッピングに

ケーキやタルトに。食感が落ちたリンゴもおいしく活用できる



そのまま

栄養を丸ごといただく

スターカット
リンゴを横向きにして
薄く輪切りにする

熱に弱いビタミンCや皮の近くに多いポリフェノールを無駄なく摂取
※芯は残してください



煮るだけで簡単！

リンゴのクラフトコーラ

お薦め品種 ふじ/ジョナゴールド/シナノスイートなど

①全ての材料を中火にかけ、沸騰したら弱火に。リンゴが薄茶色になり、液が濃くなるまで15～20分煮る



リンゴとスパイスの香りが相性抜群！

旬のリンゴはもちろん、食べ切れなかったり

少し食感が悪くなった場合もおいしく活用できます。



②火を止め、そのまま冷まして味をなじませたら、ざるなどでこしてシロップだけをボトルに移す



③シロップは冷蔵庫で1週間ほど保存できる。飲むときは炭酸水で4、5倍に割って飲む

目的によって
さまざまな品種を
試してみよう



「青リンゴ」の
代表品種

王林(おうりん)

酸味は控えめで、強い甘さと芳醇な香り、軟らかく軽い食感が特徴。ヨーグルトの酸味と相性抜群。貯蔵性にも優れ、翌年6月頃まで出回る。



濃厚な甘さと
果汁が魅力

シナノスイート

ジューシーで甘さが強く、シャキッとした食感が特徴。皮が薄めでそのまま食べられる。やや大玉で日持ちするため、贈答用としても人気の品種。



酸味を生かし
ジュースなどに

ジョナゴールド

爽やかな酸味が魅力。ジュースなどに加工される他、濃赤色の皮とシャキシャキした食感を生かしてサラダやデザートのカリにもお薦め。

お盆の業務について

お盆の業務は下記の通りとなりますのでお知らせいたします。



業種別 月日	購 買 業 務 販 売 業 務 営農指導業務 旅行センター	あぐりハウス すずな	金融・共済業務 らくのう営農センター 総 務 企 画 課	やさい取扱業務	グリーン・ジ・アース(株)	あぐりサービス(株)	
						Aコープ店	給 油 所 整備センター
8月8日 (土)	休日対応	営 業 (7:30~15:00)	休 業 A T M (9:00~19:00)	下記の通り	休 業	通常営業	全給油所 通常営業 整備センター 休 業
8月9日 (日)	休日対応 野辺地営農センター 購買窓口のみ営業 購買窓口業務休業	休 業	休 業 A T M (9:00~17:00)		休 業	通常営業	全給油所 通常営業 整備センター 休 業
8月10日 (月)	通常営業	営 業 (7:30~15:00)	通常営業 A T M (8:00~21:00)		通常営業	通常営業	通常営業
8月11日 (火)	休日対応	営 業 (7:30~15:00)	休 業 A T M (9:00~17:00)		休 業	通常営業 (お盆売り出し)	通常営業
8月12日 (水)	通常営業 野辺地営農センター 休業	営 業 (7:30~15:00)	通常営業 A T M (8:00~21:00)		通常営業	通常営業 (お盆売り出し)	通常営業
8月13日 (木)	休 業 天間林野菜センター 午前営業	営 業 (7:30~12:00)	らくのう営農センター 休 業 総務企画課・共済課 共済推進課 午後休業 金融課 通常営業 A T M (8:00~21:00)		休 業	全店舗 7:00~13:00 (お盆売り出し)	らくのう給油所 7:00~13:00 とうほく給油所 天間林給油所 六ヶ所南給油所 7:30~13:00 整備センター 8:15~12:00
8月14日 (金)	休 業 天間林野菜センター 午前営業	休 業	通常営業 A T M (8:00~21:00)		休 業	全店舗 通常開店 18:00閉店	全給油所 8:00~18:00 整備センター 通常営業
8月15日 (土)	休 業 天間林野菜センター 午前営業 野辺地営農センター 休日対応	営 業 (7:30~15:00)	休 業 A T M (9:00~19:00)		休 業	通常営業	全給油所 通常営業 整備センター 休 業
8月16日 (日)	休 業 天間林野菜センター 午前営業 野辺地営農センター 休日対応	休 業	休 業 A T M (9:00~17:00)		休 業	通常営業	全給油所 通常営業 整備センター 休 業
8月17日 (月)	通常営業	営 業 (7:30~15:00)	通常営業 A T M (8:00~21:00)		通常営業	通常営業	通常営業

* 葬祭センター：お盆期間中も通常営業

1. 本所野菜荷受日程

項 目	休 業 日
一 般 野 菜	8/12~16
ばれいしょ(個選)	
契約にんにく	8/12~16

2. 六ヶ所営農センター野菜荷受日程

項 目	休 業 日
一 般 野 菜	8/12~16
ばれいしょ(個選)	

3. 天間林営農センター野菜荷受日程

項 目	休 業 日
一 般 野 菜	8/12~16
に ん に く	8/13~16
ト マ ト	8/13~16 (午前営業・午後休業)

4. 野辺地営農センター野菜荷受日程

項 目	休 業 日
一 般 野 菜	8/12~14
こ か ぶ	



【重要】

殺虫剤マブリックの登録失効のお知らせ及び回収について

農薬取締法に基づく「農薬再評価制度」の実施にともない、これまで広く使われていた一部の農薬において、登録失効や使用基準の変更が順次進んでおります。これにともない、当農協にて供給いたしました農薬「マブリック水和剤」につきまして、有効期限内でも使用できなくなるため、対象製品の回収および返品対応を行います。

1. 対象農薬：【殺虫剤】マブリック水和剤（未開封かつ最終有効期限が2026.10以降のものに限る）
2. 登録失効時期（予定）：R 8年9月末失効
3. 返品対応日時：R 8年8月末までに農協で回収後、メーカーへ返品いたします。
4. 返品に伴う精算について：数量を確認後、購買未収金残高との相殺、もしくは返金の精算処理を行います。

※問い合わせについては、最寄りの購買担当課までご連絡ください。

令和 8 年 6 月米穀情報

1. 令和7年産米の令和8年6月相対取引価格・数量（6月農政局発表・速報）

（単位：円/玄米60kg税込、トン）

産 地	品種銘柄	価 格	数 量	備 考
青森県	まっしぐら	26,534	5,395	加重平均
青森県	はれわた	33,666	1,310	加重平均

（運賃、包装代、消費税を含む1等米の価格を加重平均したもの）

2. 公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構による米取引関係者の判断に関する調査結果

（令和8年6月）

- ・主食用米の需給動向は、前月と比べて現状判断、見通し判断ともに「横ばい」
- ・主食用米の価格水準については、前月と比べて現状判断「大幅に減少」、見通し判断「やや減少」



今月の表紙 福原遥さん

家の光

9月号
お知らせ

<特集> これからの夫婦のかたち

近年、同居が20年以上の「熟年離婚」が増えています。専門家によると「平均寿命が延び、子どもが独立すると定年後に夫婦で過ごす時間が長くなり、性格の不一致などからいっしょにいることに耐えられず、新しい人生を歩みたいと夫婦関係をリセットしようとするケースがめだつ」そうです。夫も妻も、おたがいが幸せに過ごすための「これからの夫婦のかたち」について、さまざまな側面から考えます。

<別冊付録> 家庭菜園お助けBOOK

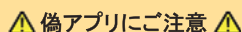
手をかけて面倒をみても野菜がうまく育たないなど、家庭菜園における悩みの多くは、栽培に関する基本的な知識を知らないこと、あるいは、経験に頼って自己流で栽培を続けていることに原因があります。「気温・気象」「雑草&害虫」「土壌」「肥料」の4つに絞り、畑の「困った」を解決するための基本的な知識や対策について、『家の光』『畑の時間』に掲載された記事をおさらいします。

問い合わせは、営農指導課（0175-72-1413）まで

警察庁推奨アプリ

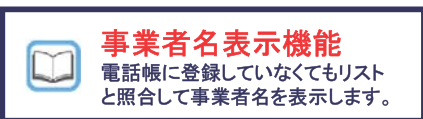
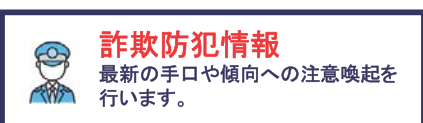
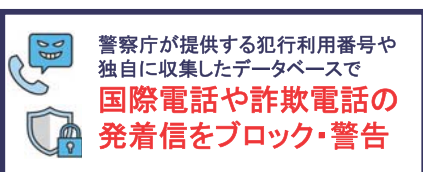


- ✓ 国の機関である**警察庁が推奨**するアプリです。
- ✓ **詐欺の電話**はアプリで**ブロック**！
- ✓ **ずっと無料**で利用できる！（※別途通信料がかかります。）
- ✓ **事業者名が表示**されるので、電話の相手がわかる！



警察庁推奨アプリのダウンロードは、警察庁ウェブサイト、アプリストア「Google Play」・「App Store」をご利用ください。

詐欺対策 by NTTタウンページ



詐欺対策
by NTTタウンページ



iPhone

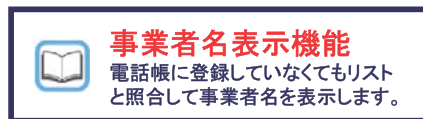
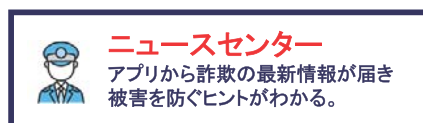
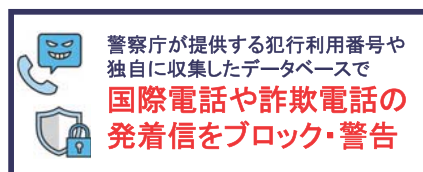
両方のアプリを入れるのがおすすめです。アプリ提供企業が独自に収集した詐欺電話番号リストの両方が使えるので、より幅広くブロック・警告ができるようになります。



Android

どちらのアプリも詐欺対策に有効です。提供企業のウェブサイトや警察庁ホームページに掲載しているブロック数などの実績を参考にしてください。

詐欺バスター Lite



詐欺バスター Lite
TREND

＼ 詐欺の手口に詳しい方へ ＼

このアプリには、例えば、短期間に大量の架電をしている発信元を検出し、詐欺番号としてブロック・警告をする機能もあります。そのため、アプリの利用者が増加すれば、データベースが充実し、どんどん精度が向上します。

より多くの方に警察庁推奨アプリを利用していただくことで「社会免疫」として被害抑止の輪が広がります。

＼ 法人の経営者の方へ ＼

従業員が詐欺の犯人にだまされ、法人の運用資金や保有する機密情報をだまし取られるリスクを低減させるためにできることがあります。

法人・従業員を詐欺の被害から守るため 組織的に警察庁推奨アプリを利用して被害を防ぎましょう。

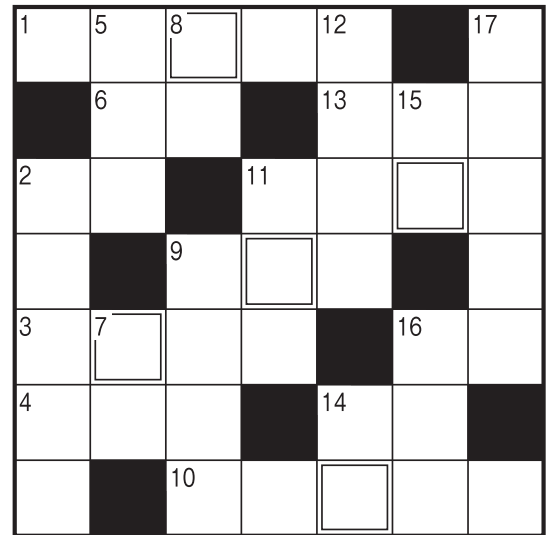


射手座 (11.23~12.21)

〈全体運〉問題が表面化。人間関係もギクシャクしがち。ただ相手の話をきちんと聞けば解決できることも多いので歩み寄りを〈健康運〉弱い部分はしっかりケア。持病の再発を予防〈幸運を呼ぶ食べ物〉カボス

クロスワードパズル

二重マスの文字を並べてできる言葉は
なんでしょう？



ヨコのカギ

- ① 秋らしい風情の雲。魚の名前がつきます
- ② 天・地・――
- ③ 大酒飲みのこと
- ④ 先手が黒、後手が白を使います
- ⑤ さつま、里、こんにやくといえは
- ⑥ でこぼこの進みづらい道のこと
- ⑦ 音楽にのれる人に備わっているもの
- ⑧ アルバイト、グミ、カルテといった言葉の元はこれ
- ⑨ 形態――はものまねの一種
- ⑩ サギソウもデンドロビウムもこの仲間
- ⑪ ゆっくりつらつって疲れを取ります



タテのカギ

- ① ススキや月見団子を供える行事
- ② ブドウを使って仕込む酒
- ③ エックスとゼットのあいだ
- ④ カミの反対
- ⑤ 北海道の市。監獄があったこと有名
- ⑥ 悪いものが入っていないか、先に食べて証明します
- ⑦ 高橋真梨子のヒット曲『――吐息』
- ⑧ 羊の肉はマトン。子羊の肉は
- ⑨ 落花生にはタンパク――も豊富に含まれます
- ⑩ 鹿児島県の桜島は活発に繰り返しています
- ⑪ はえば立て、立てば歩めの――

郵便はがき

お手数ですが
85円切手を
お貼りください

0 3 9 2 6 3 3

東北町字素柄邸82-3

JAゆうき青森
総務企画課 行

ご住所 〒 ー		
お名前		電話番号 () ー
年齢 歳	性別 男・女	組合員名

✂ (キリトリ)

応募方法

クイズの答え、住所、氏名、年齢、性別、組合員氏名、電話番号、JAや本誌に対する意見・感想・情報などを明記のうえ、掲載のはがき又はFAXでどしどしご応募ください。

抽選で5名の方に、「カタログギフト」「Aコープ商品券」のどちらかをプレゼントします。(お好きな賞品にマルを記載して下さい) たくさんの方のご応募をお待ちしています！

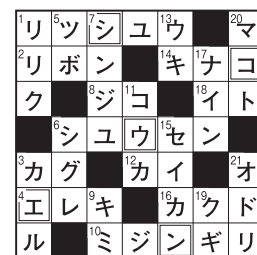
*** FAX番号 0175-72-1424**

《締切リ》**令和8年8月25日(火)**

*当日消印有効

〈7月号の答え〉

コウシエン



《7月号の当選者》

●応募総数 26通 ●正解者数 26通

おめでとうございます

★あじさい (東北町)

★橋本道郎さん (六ヶ所村)

★鳥谷部清一さん (六ヶ所村)

★くうちゃん (七戸町)

★則吉丸 (野辺地町)



読者からの声

J

A ゆうき青森天間林支店の金融を利用しています。窓口の職員の対応がとても良いと感じています。本誌最後のページのおすすめのクッキングも参考にさせていただきます。(七戸町 Y・Kさん)

親

父が亡くなり六ヶ所支店で諸手続きをしました。受け付け、対応された方々はとても親切・丁寧でスムーズに進めることが出来ました。これからもよろしく願います。(六ヶ所村 T・Sさん)

こ

これから暑さが厳しくなるので、熱中症には十分注意して農作業を行いたいと思います。(七戸町 N・Mさん)

今

「今日の新聞」楽しみです。料理は好きなので、レシピ本を見るのが楽しいです。楽に作れるものがありたく、参考にになります。(東北町 N・Mさん)

お

おすすめクッキング、身近にある材料で作ることが出来て、必ず毎日のごはんに利用しています。(野辺地町 S・Mさん)

い

よいよ猛暑がやって来ました。皆さん体調にはじゅうぶん気をつけましょう。

(東北町 S・Hさん)

「おすすめクッキング」を毎日の献立に取り入れていただき、とてもうれしく思います。身近な食材で手軽に作れ、思わず「作ってみたい!」と思えるレシピをこれからもご紹介していきます!ぜひ気になる一品がありましたら、ご家庭でお楽しみください。



得する! 役だつ!

今月の新刊



最新科学で読み解く 糖質と筋肉

理想の体に仕上げるための最適戦略

岡田 隆 著

定価1,650円(税込)

理想の体をつくるのにタブーとされてきた「糖質」。しかし最新の研究で糖質はしっかり摂ることが重要だということがわかっています。メディアで話題のバズーカ岡田こと岡田隆が筋肉と糖質の関係を解説します。

お申し込みは営農指導課まで

8月号の答え	
ご希望の賞品	選べるカタログギフト
	Aコープ商品券(とうほく店・天間林店・六ヶ所店で使えます)

※ご希望の賞品いずれかに○を記入ください。記入がない場合はカタログギフトをお送りします。

◎JAや本誌に対する意見・感想・情報などをお書き下さい。

※必ず記入して下さい。記入の無い場合は当選しても無効となる場合があります。

当選した場合、名前を本誌に掲載してもよいですか?(どちらかに○)	はい・いいえ
「いいえ」の方はペンネームを書いてください。	

6月生乳生産状況

◎県内の状況 (戸、t、%)

農協名	令和7年度 出荷実績	生産者 戸数	生産量	前年比 (同月)	令和8年度 累計	前年比 (累計)
ゆうき青森	54,414.8	74	4,875.6	102.3	14,720.1	100.9
十和田おいらせ	6,823.7	32	562.1	94.8	1,726.1	95.8
八戸	3,456.5	20	278.7	93.2	851.1	89.7
おいらせ	2,044.5	6	179.7	106.2	537.5	102.4
青森地方酪農	311.4	2	25.8	109.1	91.6	115.7
つがる弘前	122.9	1	6.3	57.1	15.9	64.3
青森	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0
計	67,173.8	135	5,928.2	99.8	17,942.3	99.2

◎概況

全国	R 8 年 6 月の受託乳量は574.4千tと前年比98.5%。飲用 向けは前年比98.1%でした。
東北	R 8 年 6 月の受託乳量は37.0千tと前年比で97.3%でした。
青森県	R 8 年 6 月の受託乳量は6.0千tと前年比101.6%となった。
当農協	R 8 年 6 月の販売乳量は4,875.6tと前年比102.3%の実績 となった。

◎全農ランク別乳価 (円/kg(税抜)、戸)

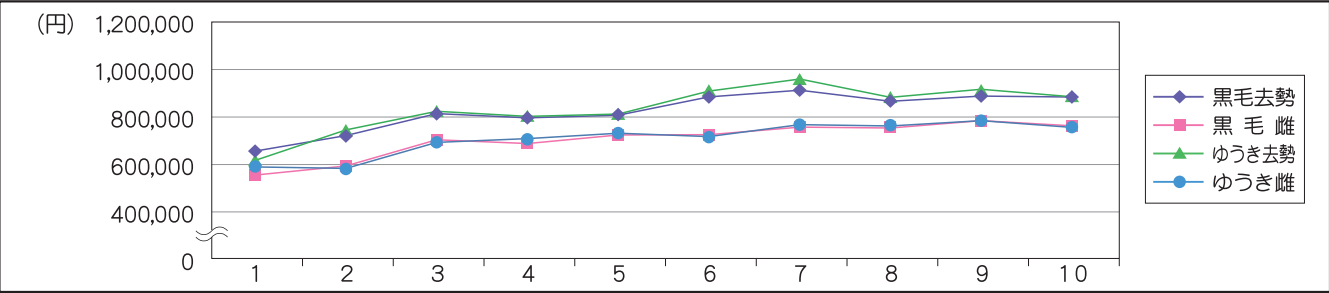
細菌数		Aランク 5万未満	Bランク 5~10万未満	Cランク 10~30万未満	Dランク 30万以上
体細胞数	単価	134.9460	133.9460	132.9460	121.9460
Aランク 20万未満	戸数	44	2		
Bランク	単価	131.9460	130.9460	129.9460	118.9460
20~30万未満	戸数	21		1	
Cランク	単価	130.9460	129.9460	128.9460	117.9460
30~40万未満	戸数	3	2		
Dランク	単価	128.9460	127.9460	126.9460	115.9460
40~50万未満	戸数				
Eランク	単価	119.9460	118.9460	117.9460	106.9460
50~80万未満	戸数		1		
Fランク	単価	106.9460	105.9460	104.9460	93.9460
80万以上	戸数				

※戸数については、延べ戸数です。

全農控除金額	送乳運賃	kg当たり	5.4257円
	C処理料	kg当たり	1.83円
	消費資金	kg当たり	0.25円
	地方普及活動費	kg当たり	0.05円
	加工経営安定対策事業	kg当たり	0.03円
	牛乳普及活動等の費用	kg当たり	0.19円
	酪農振興資金	kg当たり	0.22円
	年度末精算資金	kg当たり	0.10円
	生乳検査料	kg当たり	0.12円
	全国連委託手数料	kg当たり	0.3564円
	乳製品在庫削減対策拠出金	kg当たり	0.15円
補給金単価	生産者補給金	kg当たり	0.9831円
	集送乳調整金	kg当たり	0.3054円

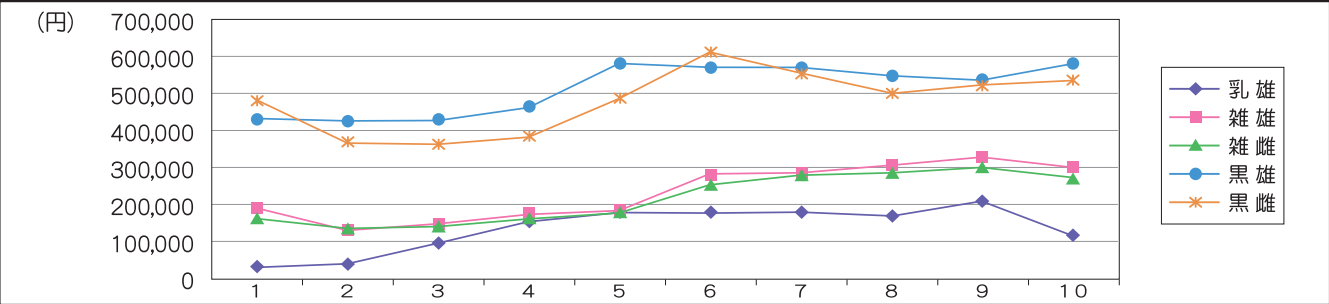
子牛市場平均価格の推移 (直近10回) (青森県家畜市場)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
開催日	10月10日	11月7日	12月12日	1月9日	2月13日	3月13日	4月10日	5月8日	6月12日	7月10日
黒毛去勢	656,371	722,126	814,404	796,308	807,230	884,893	912,480	865,949	881,598	885,012
黒毛雌	555,271	593,787	704,116	688,315	724,536	725,410	757,188	753,441	781,403	762,878
ゆうき去勢	617,139	745,688	824,016	802,886	812,207	908,907	960,128	882,920	911,879	888,928
ゆうき雌	589,665	583,413	693,228	709,133	731,720	717,750	767,837	762,100	778,943	755,876



スモール市場平均価格の推移 (直近10回) (青森県家畜市場)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
開催日	1月8日	1月29日	2月19日	3月12日	4月2日	4月23日	5月14日	6月4日	6月25日	7月16日
乳雄	29,900	39,431	95,182	153,267	177,925	176,458	179,025	171,142	210,100	117,600
雑雄	190,106	129,994	147,610	172,979	183,408	282,594	285,540	306,378	329,093	301,616
雑雌	161,415	135,072	140,103	160,783	177,039	252,960	279,042	287,306	301,217	274,588
黒雄	431,986	425,543	426,800	461,725	581,000	570,460	570,240	547,486	536,600	580,300
黒雌	482,533	365,750	362,633	381,700	486,200	611,820	555,317	501,380	523,967	535,975



年共計野菜の販売および洗浄選果状況

令和8年7月28日現在

品目名	販 売 状 況				洗浄選果状況	製品発生割合（％）																							
ながいも	北海道産の潤沢な入荷が続くなか、本県産の出荷量は他農作業の影響から少なく、また消費地の気温上昇に伴う需要喚起により、価格は太物を中心に強含みで推移した。 本県産の入荷量は引き続き少なく、不足感に加え気温上昇から引き合いは強まり、価格は強含みで推移する見通し。 （相場）単位：円／箱（10kg） <table><tr><th>等階級</th><th>4 L</th><th>3 L</th><th>2 L</th><th>L</th></tr><tr><td>A 品</td><td>4,400～</td><td>4,400～</td><td>4,400～</td><td>4,200～</td></tr><tr><td>B 品</td><td>4,200～</td><td>4,200～</td><td>4,200～</td><td>4,000～</td></tr><tr><td>C 品</td><td></td><td></td><td>3,800～</td><td>3,600～</td></tr></table>				等階級	4 L	3 L	2 L	L	A 品	4,400～	4,400～	4,400～	4,200～	B 品	4,200～	4,200～	4,200～	4,000～	C 品			3,800～	3,600～	・ 令和7年産入庫数量 323,944 ・ 洗浄選果数量 237,758 ・ 未選果数量 86,186 〔単位：コンテナ〕 〔（20kg）換算数〕 * 春掘4月上旬 入庫分洗浄選果中	等 級 率		階 級 率	
					等階級	4 L	3 L	2 L	L																				
					A 品	4,400～	4,400～	4,400～	4,200～																				
					B 品	4,200～	4,200～	4,200～	4,000～																				
					C 品			3,800～	3,600～																				
					A 品	21.9	5・4 L	36.7																					
					B 品	32.3	3 L	16.0																					
					C 品	26.4	2 L	17.5																					
					D 品	16.1	L	15.1																					
平	3.3	M	6.1																										
計	100.0	S	4.5																										
		その他	4.1																										
		計	100.0																										
				（階級比率は、A・B品の比率） 1 コンテナ当たり出来高数 1.56（10kg）																									
にんにく	香川県産乾燥品が出荷終盤を迎え減少傾向となるなか、本県産乾燥品の出荷が始まったものの総体量の少なから堅調な販売となった。 本県産の乾燥品の入荷が増加傾向となるものの、総体量は少ない状況が続き、引き合いは強いことから価格は保合となる見込み。 （相場）単位：円／kg <table><tr><th>等階級</th><th>2 L</th><th>L</th><th>M</th></tr><tr><td>A 品</td><td>2,500～</td><td>2,300～</td><td>2,000～</td></tr><tr><td>B 品</td><td>2,300～</td><td>2,100～</td><td>1,800～</td></tr></table>				等階級	2 L	L	M	A 品	2,500～	2,300～	2,000～	B 品	2,300～	2,100～	1,800～	・ 調製品入庫数量 695 ・ 選果数量 320 ・ 未選果数量 753 〔単位：コンテナ〕	等 級 率		階 級 率									
					等階級	2 L	L	M																					
					A 品	2,500～	2,300～	2,000～																					
					B 品	2,300～	2,100～	1,800～																					
					A 品	19.0	2 L	4.8																					
					B 品	63.0	L	50.2																					
					C 品	15.9	M	37.0																					
					その他	2.1	S	8.0																					
					計	100.0	計	100.0																					
				1 コンテナ当たり出来高数 20.5kg																									

理事会だより

第6回（7月30日開催）

〈決議事項〉

- 諸規程の変更について
原案の通り承認
- 固定資産の取得について
原案の通り承認
- 固定資産の処分について
原案の通り承認
- 令和7年度ディスクロージャー誌について
原案の通り承認
- 理事との利益相反取引について
原案の通り承認
- 理事に対する資金の貸付け承認について
原案の通り承認
- 令和6年度共計米の本精算について
原案の通り承認
- 破綻懸念先への対応について
原案の通り承認
- 子会社あぐりサービス㈱令和8年度計画の一部変更について
原案の通り承認

〈報告事項〉

- 組合員の加入・脱退について
- 固定資産取得に係る見積合わせの結果について
- コンプライアンスの実践・ヘルプライン・事務ミス・苦情・マネロン対応状況の報告（第1・四半期）について
- 余裕金運用に関するリスク情報の報告について
- J Aバンク基本方針に基づく「経営管理資料」のうち農林中金が定める事項について
- 内部監査の結果報告について
- 営農経済酪農委員会販売要請の報告について
- J A ゆうき青森酪農・畜産まつり2026の開催について
- 組合員意向調査の実施について
- 夏期賞与の支給結果について
- お盆の業務体制について
- 令和8年度事業第1・四半期の実績について
- 子会社あぐりサービス㈱、グリーン・ジ・アース㈱の令和8年度事業第1・四半期の実績について



固定資産の売却について

- 下記のとおり、売却いたしますのでお知らせします。
- 1. 売却条件
 - ◎売却物件は、現況の姿での売渡となります。 ※土地は分筆後の引渡となります。
 - ◎分筆に係る経費（895,300円（税込））については、買入者負担といたします。
 - ◎所有権移転費用等の一切の費用については、買入者負担といたします。
 - ◎物件に対して買入希望者が1名の場合は価格交渉とし、複数の場合は入札といたします。
 - 2. 申込期限 令和8年8月21日（金） 午後5時までに買入申込書をご提出して下さい。
 - 3. 申込方法 希望者は、本支店に備え付けの「買入申込書」に希望金額をご記入の上、総務企画課又は各支店へお申し込み下さい。
 - 4. 落札方式 「買入価格」および「活用方法」等の総合審査
 - 5. 参加資格 以下、①、②を満たす者
 - ①組合員、もしくはゆうき青森農協管内に住所を有する個人・法人
 - ②農協と取引のある個人・法人
 - 6. 物件確認 8月21日（金）まで 現地確認を希望する場合は、お問合せ先までご連絡ください。
 - 7. 価格交渉または入札日 後日、買入希望者へご連絡いたします。
 - 8. 処分物件一覧

No.	名 称	所 在 地	種別	面 積	最低売却金額
1	旧ヤマザキショップあぐり倉内店 敷地	六ヶ所村大字倉内字笹崎868番1	土地	約1883.18㎡	(一括売却) 850万(税込)
2	旧ヤマザキショップあぐり倉内店 店舗・物置	六ヶ所村大字倉内字笹崎868番1	建物	約241.4㎡	

※土地について現在分筆依頼中のため概算面積を記載しています。

＜お問合せ先＞ 本所 総務企画課 TEL 0175-72-1414（担当：鶴ヶ崎又は根岸まで）

令和9年度新採用・中途採用 職員募集のお知らせ

募 集 職 種	正職員（総合職）新卒採用	准職員（総合職）中途採用
採 用 日	令和9年4月1日	随時決定
募 集 人 数	5名程度	5名程度
応 募 資 格	①高等学校、専門学校、短期大学、四年制大学を令和9年3月新規卒業見込者 ②入組までに普通自動車免許(AT限定可)取得の方	①高等学校、専門学校、短期大学、四年制大学を卒業している方 ②入組までに普通自動車免許(AT限定可)取得の方
応 募 書 類	①履歴書またはエントリーシートの提出（手書き・パソコン入力どちらでも可） ※メールアドレスの記載をお願いいたします。 ※「マイナビ2027」経由で選考予約の場合は、エントリーシートを提出いただければ履歴書は不要です。 ②卒業見込み証明書 ③成績証明書 ※提出書類は当組合規程により管理後、廃棄いたします。	①履歴書（手書き・パソコン入力どちらでも可） ※メールアドレスの記載をお願いいたします。 ②卒業証明書 ③職務経歴書 ※提出書類は当組合規程により管理後、廃棄いたします。
応 募 締 切 り	令和8年9月30日（水）必着	随時募集中
応 募 方 法	①持参または郵送 ②提出先 〒039-2633 青森県上北郡東北町字素柄邸82-3 ゆうき青森農業協同組合 総務企画課 採用担当 宛	
選 考 方 法	1次選考：書類選考・Web適性検査 2次選考：面接（面談形式） 日程については1次選考合格者へ別途ご連絡いたします。	
お問い合わせ先	ゆうき青森農協 総務企画課 採用担当宛 Tel：0175-72-1414 / e-mail：saiyo1414@ja-yuukiaomori.or.jp	

その他待遇など詳しい内容は、マイナビ2027本サイトまたはハローワークの求人票、HPをご覧ください。
マイナビ2027にて新大卒の方へ向けたwebの企業説明会を開催しています。
※開催日【毎週金曜日13：30～14：00】要予約！



マイナビ2027



HP

うま味の強いエノキタケが主役。
味見でなくなってしまうおいしさ！

エノキタケの唐揚げ



- アレンジ**
- Aにおろしショウガを加える
 - Aに青のりを加えて磯辺風に

組合員数（6月30日現在）

	正組合員	准組合員	合計
本所	666(±0)	333(-1)	999(-1)
六ヶ所	366(±0)	168(-1)	534(-1)
天間林	915(-1)	144(-1)	1,059(-2)
野辺地	185(-1)	195(±0)	380(-1)
らくのう	195(±0)	73(±0)	268(±0)
合計	2,327(-2)	913(-3)	3,240(-5)

()内は先月比

編集後記 梅雨明けが待ち遠しい今日この頃。毎日ジメジメ、ムシムシ……。朝からすでに汗ばむような日も多いですね。

先日、秋田県の水族館に遊びに行ったところ、白熊がなんともダルそうな顔でたたずんでいました。あまりに気だるそうだったので、思わず「分かるよ……この湿気、つらいよね」と心の中で声をかけてしまいました。



農作物にとっても、ジメジメした天気が続くと病害虫などが気になりますが、農作業をする私たちも熱中症には要注意△湿度が高い日は汗が蒸発しにくく、体に熱がこもりやすいそうです。こまめな水分補給と休憩を忘れずに、無理せず作業したいですね。

白熊のようにぐったりする前に、しっかり暑さ対策を！梅雨明けと、おいしい農作物の収穫を楽しみに、このジメジメを乗り切りましょう。

⑤



今月の おすすめ クッキング

《材料／2人分》

- ・エノキタケ…小1パック(100g)
- ・大葉…10枚
- ・片栗粉…適量
- ・黒こしょう…適宜
- ・おろしニンニク…少々
- ・酒…大さじ1
- ・しょうゆ…大さじ1
- ・レモン…適宜

《作り方》

- ①エノキタケは石突きを切って10等分（大葉の枚数分）に分けてAを混ぜ合わせたものに絡め、片栗粉をまぶし付ける。
- ②大葉に片栗粉をまぶして①に巻きつける。
- ③フライパンや揚げ鍋に2cmくらい油（材料外）を入れて熱し、②を入れ160度でカリッとするまでひっくり返しながらかける。お好みで黒こしょうを振り、レモンを添えて出来上がり。

ポイント

エノキタケの先端を程よくばらすとカリッとした食感になります。焦げやすいので低めの温度で揚げましょう。

めんこ自慢



野辺地町 有戸島井平地区
高松 両親…高松 貴紀さん・美華さん
萌唯さん(21歳)・宇唯ちゃん(8歳)・玲唯くん(3歳)
〈組合員 高松 誠さんのお孫さん〉

ケンカもするけど元気いっぱい仲良し！
たくさん遊んで学んで大きくなってくださいね。
母より

このコーナーに掲載希望の方は、総務企画課までお問い合わせ下さい



めんこ自慢掲載希望の方を募集しております。掲載された際には景品等のプレゼントがございます。

ご希望の方は本所総務企画課へ御一報、またはL・A・営農指導員が訪問の際に、一言よろしくお願い致します。

