

## カリフラワー本番 出荷規格を共有

[北部出荷組合]



▲出荷規格を確認する生産者

9月11日(金)、カリフラワー生産組織「北部出荷組合」は、カリフラワーの本格的な出荷に合わせ、JA千谷野菜集出荷場で目合わせ会を開きました。生産者や青果市場、JA関係者ら約40人が参加。今年産の出来を確認するとともに、品質や大きさなどの出荷規格を共有しました。

出荷は11月下旬までで、総出荷量は4万5400㍻(1㍻6㍻)を見込みます。ピーク時には、日量約2000㍻が出荷されます。同出荷組合の和田浩之組合長は「箱詰めの際は状態

をよく確認して、消費者に喜ばれるカリフラワーを出荷していこう」と呼び掛けました。

県長岡農業普及指導センター小千谷分室の柗澤桃子主査普及指導員は、生育状況について「断続的に雨の日が続き、一部で軟腐病が発生している。予防防除に努めてほしい」と呼び掛けました。

同組合は、生産者37人が14㍻で、「NA-12」「NA-13」「ホワイトパラル」「雪まつり」はぐすい「バロック」の6品種を栽培します。

## 赤く色づくトマトに笑顔

[小千谷養液土耕栽培組合]



▲赤く色づいたトマトに笑顔を見せる谷井さん

両新田の谷井靖夫さん(前市長)が、JA育苗ハウスで、トマトの養液土耕栽培に取組んでいます。

谷井さんは今年、JAの生産組織「小千谷養液土耕栽培組合」に加入し、中玉トマト「フルティカ」を栽培しています。育苗ハウス3・2㍻を活用し、1・5㍻の出荷を目指します。

初年度を振り返り「植物は生産者側の都合に合わせて生長してくれないので目が離せない。毎日のように新しい発見があり、学ぶこ

とが多い」と話しました。収穫ピーク時の作業は、朝5時半過ぎから始まり、夕方まで続きます。日量約100㍻を収穫します。

「毎日、圃場を歩いて回るので体重が5㍻減った。健康になった」と笑顔で話しました。

同組合は今年、谷井さんのほか、新たに生産者1人の仲間が加わり、総勢6人と2団体になりました。品質の良いトマトの生産拡大に期待がかかります。

## はんでん姿で民踊流し3曲

[JA女性部]

▶民踊流しを楽しむ女性部員

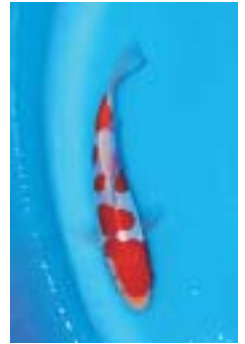


9月9日(水)から2日間、片貝まつりが開かれました。JA女性部とJA職員は、前夜祭の「民踊流し」に参加しました。同部員ら約50人は、そろいのはんでんに身を包み、「片貝大花火音頭」などの3曲を踊りました。女性部では、様々な地域活動に参加する中で部員の親睦を深め、地域活性化に取り組んでいます。

## 総合優勝二席に平親養鯉場

[第8回合同秋の新作観賞会]

▶総合優勝二席を受賞する平親養鯉場の平沢さん



9月5日(土)、長岡市錦鯉養殖組合とJA越後おぢや養鯉青年部は、第8回合同秋の新作観賞会を、山古志体育館で開きました。当JA養鯉青年部員らが、今年生まれた錦鯉を持ち寄り、新作の優劣を競いました。過去最多の306点が出品され、当JA養鯉青年部の平親養鯉場作出の「ドイツ紅白」が、みごと総合優勝二席に輝きました。

## 認知症に理解を講演で呼び掛け

[たんぼぼの会]

▶認知症への理解や関心を深めた講演会



9月4日(金)、たんぼぼの会は、認知症への理解を深めてもらうと、講演会をグリーンパークで開きました。同会会員ら45人が参加しました。「認知症について」と題して、かつみ医院の勝見明彦院長が講演しました。「認知症について正しい知識を持ち、認知症の人への対応の仕方を知ることが大切だ」と強調しました。

## AED使い方習得

[たんぼぼの会]



▲人形を使い胸骨圧迫を学ぶ参加者

8月20日(木)、たんぼぼの会は、小千谷市消防本部で救命講習会を開きました。同会の会員ら20人が参加。講習会では、実技が中心で、人形を使った心肺蘇生法とAEDを使った救命を学びました。同会では毎年この講習会を開き、万々に備えています。JAはグリーンパークや虹のホール、本店にAEDを設置しています。



## 最優秀に城川支店

[窓口セールスロールプレイング大会]



▲実践している接客を披露する城川支店職員

9月5日(土)、窓口セールスロールプレイング大会を、JA本店で開催しました。窓口担当者ら約40人が参加しました。基本対応マナーや情報収集・セールス力などを競い、最優秀には城川支店が選ばれました。

6組に分かれて窓口担当者役と利用者役になり、日頃の成果を発表しました。谷口熊一組合長は「大会を通じ、接客技術の向上と利用者の満足度アップにつなげてほしい」と期待を寄せました。

城川支店の窓口担当者役の片山絵梨奈は「上司や先輩の指導、アドバイスのおかげで最優秀に選ばれたと感謝しています。今後も接客技術を磨いて、利用者には喜ばれる接客を心掛けていきたい」と意気込みます。

最優秀の城川支店チームは、11月14日に長岡市で開催されるJAバンク新潟の窓口セールスロールプレイング大会上中越地区大会に出場します。

## 「防災の日」訓練しっかり



▲消火器の使用手順を確認するJA職員ら

9月1日(火)、JAは、小千谷市消防署の協力で、自衛消防訓練を行いました。本店とグリーンパークの役員ら50人が参加。火災に備え、利用者の避難誘導などの役割を確認しました。訓練は、グリーンパークで火災が発生したという想定で行いました。谷口熊一組合長は「訓練を通じ防災に対する意識の向上を図ってほしい」と呼び掛けました。

## 大型船の迫力に魅了

[共済きらめき友の会]



▲初日の昼食会場「ザ・フィッシュ」にて

8月30日(日)・31日(月)、共済きらめき友の会は、総会を兼ねた親睦旅行「YOKOSUKA(横浜須賀)軍港めぐり」を実施し、会員相互の親睦を深めました。最近では珍しく、同軍港にはイーシス艦や潜水艦など、多くの大型船が停泊しており、参加者はその迫力に魅了されました。親睦も深め、思い出に残る旅となりました。

## あっと驚く！珍しい野菜が大集合 ナニコレ珍発見

▶たんこぶができちゃいました  
提供：篠田徳五郎さん／中山



▲ハイハイ赤ちゃん  
提供：南部支店管内



▲仲良し親子  
提供：本田トシ子さん／西中



▲おしりです  
提供：羽鳥友治さん／真人町中山



◀30<sup>センチ</sup>の黒玉？スイカ！  
提供：平沢勝男さん／元町

## 魚沼 病院 よちよち お知らせ

高齢者における貧血の特徴  
～鉄欠乏性貧血と二次性貧血～

J A新潟厚生連 魚沼病院  
副院長 小林 政

「貧血」とは、全身への酸素運搬において中心的な働きをしている赤血球が足りなくなった状態のことを言います。若年女性と高齢者に多いのが特徴です。臨床的には、赤血球の中で酸素運搬を担っている色素が低下した状態と定義されていますが、色素自体は加齢とともに低下することが知られています。

貧血の一般的な症状は、運動時の動悸・息切れ・易疲労感です。しかしながら高齢者の場合は、このような自覚がなくても、貧血がないとは言えないのです。高齢者では、諸臓器の血管の動脈硬化を背景として、「貧血らしくない症状」が前面に立つ場合があります。その代表的なものには、精神神経症状（意識障害・認知障害・歩行障害）、呼吸循環器症状（呼吸困難・気道のせいせい音・むくみ・狭心痛）、消化器症状（食欲不振・腹痛・口内炎）などが挙げられます。

高齢者の貧血で頻度が最も高いも

のは鉄欠乏性貧血です。原因は若年女性における生理や妊娠に伴うものとは違い、高齢者では過半数が消化管出血に拠ります。このため、高齢者の貧血の原因として、消化管の悪性腫瘍を疑うことは重要なことです。

他に高齢者の貧血の原因としては、他の疾患に伴う二次性貧血と呼ばれるものが挙げられます。この中には慢性腎臓疾患に伴うものが多く、腎性貧血と呼ばれます。赤血球産生を刺激するエリスロポエチンというホルモンは腎臓でつくられているのですが、腎臓障害によってこのホルモンが作られなくなり、貧血になってしまいます。また、その他の二次性貧血として悪性腫瘍や慢性感染症・炎症に伴うものがあります。これらは共通して、免疫細胞の産生する炎症性サイトカインと言われるホルモンが高値の状態で、このホルモンが肝臓でのヘプシジンという赤血球産生における鉄利用を悪化させるホルモンの産生を促進し、貧血をもたらします。

ちなみに「血液の癌」と呼ばれる白血病などは、貧血の原因としても5%未満と低い値です。

以上のように貧血にもいろいろな原因があります。健診や受診で貧血を指摘されたら、そのまま放置せず、しっかりと医師の診断・治療を受けましょう。