安心のネットワーク NOSAI青森

2024
07
No.27

NOSAI AOMORI

NANBU HIROSAKI TSUGARU

「海でスイカ割り」

CONTENTS

熱中症対策
事業のお知らせ
青い森のスポット「湧き水スポット７選」
掲示板　水稲共済掛金等の納入について
令和７年度　職員募集
畑のごちそう　万能ねぎだれ　ほか

※農林水産省HPより一部を加工して作成

熱中症対策

みんなで予防

農作業中の熱中症

- 毎年、農作業中の熱中症による死亡事故が起きている
- 月別では特に７～８月の発生が多い
- 農業従事者の中には、知らず知らずのうちに熱中症にかかっているケースも多い

作業前・作業中の心がけで熱中症を予防しましょう！

予防のポイント

体調を確認する

体調不良は熱中症リスクが高まります。
睡眠をしっかりと取り、朝食で栄養と水分を摂りましょう。

暑さを避ける

天気予報で１日の気温変化や湿度変化を確認。
日中の気温の高い時間帯の作業は極力避けましょう。

こまめな休憩と水分補給

のどの渇きを感じる前に、こまめに水分・塩分を補給。日陰や風通しのよい休憩場所を確保しましょう。

単独作業は避ける

なるべく２人以上で作業を行う。
時間を決めて声をかけあったり、異常がないか確認しあうようにしましょう。

連絡手段と連絡先

携帯電話を身につけ、連絡手段を確保。
緊急連絡先を登録しておきましょう。

熱中症対策アイテムの活用

帽子や吸湿速乾性の衣服の着用、空調服や送風機を活用しましょう。

ビニールハウスや畜舎での作業も要注意

炎天下ではない施設内も、高温多湿ならリスク大。気温が上がりやすく、熱中症が起こりやすい場所のひとつで注意が必要です。
こまめな休憩と水分・塩分補給のほかにも、風通しをよくする、断熱材を活用するなど少しでも作業環境を改善し、熱中症の予防に努めましょう。

熱中症が疑われる場合には

01 作業を中断

〈代表的な症状〉

- 大量の発汗、またはまったく汗をかかない
- 体温が高い
- めまい、吐き気、頭痛
- 立ちくらみ、倦怠感、判断力の低下

02 応急処置

- 涼しい場所へ避難
- 衣服をゆるめて風通しをよくする
- 水をかけたり、扇いだりして体を冷やす
- 水分、塩分を補給

ポイント

体を冷やすときは、首すじ・わきの下・太ももの付け根など太い血管のある箇所に氷のうなどをあて、体全体を冷やすようにしましょう。

03 病院へ

〈次の場合は医療機関で診療を受けましょう！〉

- 意識がない場合
- 自力で水が飲めない場合
- 応急処置をしても症状が改善しない場合

早い対処は回復への近道！
「おかしい」と感じたらすぐに対処しましょう

日常生活での心がけ

◆熱中症に負けない体づくり

- 本格的に暑くなる前から、適度な運動で上手に汗をかく習慣を身につける
- 日々の食事をバランスよく食べる、朝ごはんをしっかり摂るなど正しい食生活を心がける

◆暑くなってきたら日々の体調管理に一段と気をつける

- 睡眠をしっかりと取りましょう
- お酒はほどほどにしましょう
- 持病がある場合、体調不良のときは翌日の作業内容の変更などを検討しましょう

収入保険に加入しやすくなりました！

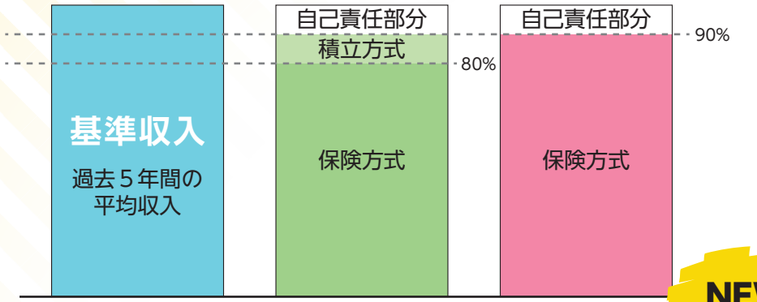
選べる保険方式

保険方式のみで９割補償が可能になる、新しい補償タイプが新たに選べるようになりました。従来の基本タイプと比べ、積立部分の負担が軽減されます。

※青色申告の提出年数により補償の上限が決まっています。

補償イメージ

※青色申告の提出年数が５年分の場合



基準収入1,000万円　最高補償90%を選択した場合

保険料等	保険料	積立金	付加保険料	合　計
基本タイプ	8.5万円	22.5万円	2.2万円	33.2万円
新タイプ	17.7万円	－	2.2万円	19.9万円

基本タイプの約４割減！

※令和７年契約より、保険料率が改定となる予定です。

掛け捨てとなる保険料は上がってしまいますが、保険料を全額経費として扱うことができるため、所得税、法人税等が軽減されます。

青色申告１年分のみで加入可能に

これまで収入保険の加入には、２年以上の青色申告実績が必要でしたが、１年分の青色申告実績で加入ができるようになりました。

※１年分の青色申告実績で加入する場合の最高補償限度額は75%となります。

「もしも」にそなえる、あなたへのエール。収入保険

インターネット申請サービスで加入申請や保険金請求ができます！

タブレットやパソコンなどで、ご自宅から手続きができます。

インターネット申請で加入申請手続きをすると、付加保険料の割引が受けられます。

新規加入申請者　４,５００円割引
継続加入者　２,２００円割引

自動継続特約がある場合、さらに1,000円割引！

職員がサポートいたします！お気軽にお近くのNOSAIまでお問い合わせください。

農業者の味方！

「もしも」に頼れる 収入保険

収入保険とは？

青色申告をしている農業者が対象。農業者が自ら生産・販売した農業販売金額を補償します。
様々なリスクから農業経営を守り、挑戦する農業者を支える保険です。

収入保険の強み３選

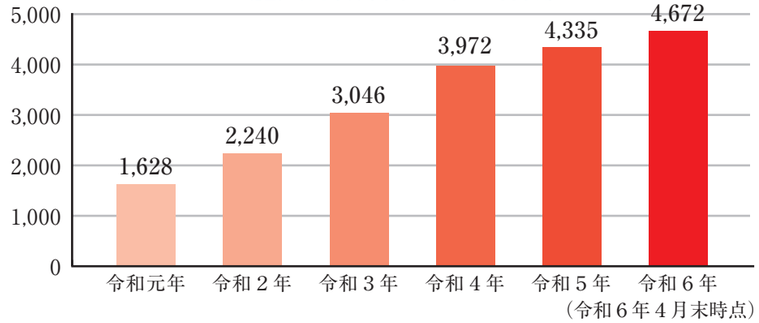
1. 補償の範囲の広さ
2. すべての農産物が補償の対象
3. 無利子で受けられる「つなぎ資金」

「つなぎ資金」とは

保険期間中に、自然災害などにより保険金等のお支払いが見込まれる場合、保険金等のお支払いまでのつなぎとして「つなぎ資金」の貸付けが受けられます。

ますます加入者増えてます！

加入件数（単位：経営体数）



（令和６年４月末時点）

加入者の声

田子町

大　村　光　義さん(58)

●経営内容　水稲　30ヘクタール

加入のきっかけは？

水稲共済に加入していましたが、収入保険の方が補償の範囲が広いため加入を検討するようになりました。

加入の決め手は？

ここ数年、農業経営が不安定になる要素がいくつもありました。安心して農業を続けるためにも、収入保険は必要不可欠だと感じ、加入を決めました。

加入を考えている人へメッセージ

近年は農家個人ではコントロールできないリスクが多発しているように感じます。収入保険はそのようなリスクの備えになってくれると思います。

安心をお届けします 家畜共済

家畜共済は、家畜が死亡・廃用または、病気やケガで診療費が必要となったときなどに共済金を支払う制度です。

補償対象の家畜

牛　馬　豚

補　償　内　容

家畜の生命保険にあたる**「死亡廃用共済」**…死亡や廃用となった家畜を補償

家畜の健康保険にあたる**「疾病傷害共済」**…病気やケガの診療費を補償 ※1割は自己負担

補　償　期　間

共済掛金の払い込みを受けた日の翌日から1年間

共済掛金（農家負担額）

農家負担額 ＝ 共済金額 × 共済掛金率 − 国の負担額 ＋ 賦課金

共済掛金率…農家ごとに過去の被害率を基に危険段階別共済掛金率を適用
共済金の支払いがなければ、翌年の共済掛金は安くなります

国の負担額…共済掛金の50%（豚は40%）を国が負担

共済事故の一部を除外することで、共済掛金を抑えることができます。

家畜診療所

東北町にあります

家畜診療所では獣医師が常駐。
畜産農家の方々と連携しながら、大切に育てられている牛たちに寄り添い、健康を守っています。

Q 加入者の声

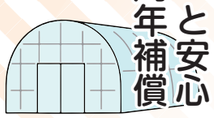
東北町　浜　田　竹　美さん(88)　●経営内容　繁殖用雌牛18頭

◆加入して良かったこと

70歳までは酪農、現在は繁殖農家として子牛を市場へ出荷していますが、その間の約50年家畜共済に加入しています。牛の病気が補償になるタイプも加入しているので安心して経営ができています。
また、NOSAI獣医師に牛の診療をしてもらっていますが、病気の予防を親切にアドバイスいただいたり、緊急の際は迅速に対応してくれるのでとても頼りになっています。

安定経営のカギ 園芸施設共済

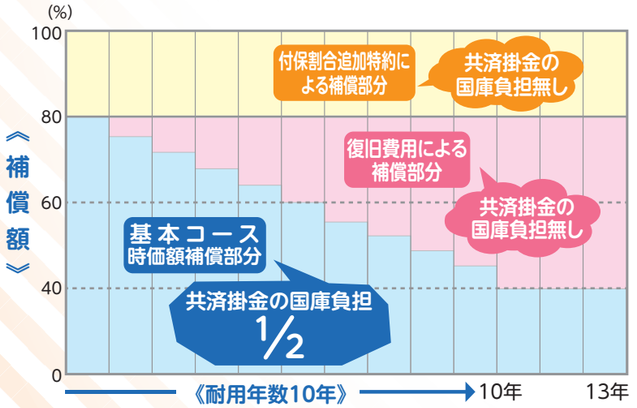
～あなたの農業用ハウスを守ります～



園芸施設共済は安心の周年補償！
被覆していない期間に発生した風害などによるパイプ被害も補償できます。

対　象　と　な　る　災　害

選べる特約であなたに合った補償内容



特約の組み合わせで、あなたに合った補償を選びましょう！

手厚い補償にしたい！

「付保割合追加特約」・「復旧費用特約」

経過年数にかかわらず、最大で「新築時」の資産価値まで補償できます。

片付け費用がほしい！

「撤去費用特約」

ハウスが全壊するような被害で、撤去にかかった費用を補償。
再建をしない場合もお支払いできます。

掛金を抑えたい！

「小損害不てん補特約」

小さな被害を支払い対象から除くことで、掛金を最大9割程度まで抑えることができます。

詳しくはお近くのNOSAIまでお気軽にお問い合わせください。

青い森のスポット

湧き水めぐりでリフレッシュ

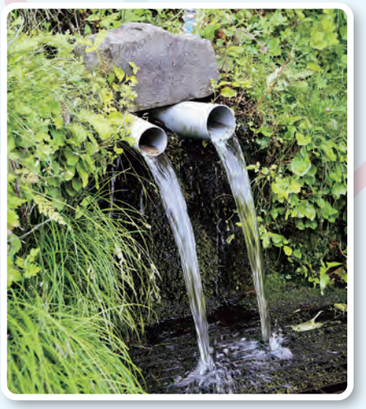
自然の贈り物である清らかな湧き水。青森にも、由緒があり、住民に大切にされ愛されてきた湧き水スポットが多くあります。
今回はそんな湧き水スポットをいくつかご紹介します。

青森の湧き水スポット７選

合子沢　湧水

所在地：青森市合子沢

行きやすさ：★★★½☆
駐　車　場：な　し



看板などはないが、知る人ぞ知る合子沢地区にある湧き水スポット。
山の斜面から出る２本のパイプから水が汲めるようになっています。山道の道路沿いのため、水を汲む際は車にご注意ください。

十和田霊泉

所在地：青森市浪岡吉野田

行きやすさ：★★★★☆
駐　車　場：スペースあり

リンゴ畑をぬけた先にある湧き水スポット。
駐車スペース近くの鳥居をくぐり、石段を下った先で湧き水を汲むことができます。つつまれるような静寂の中に湧き水の流れる自然の音が心地よい場所です。

沸壺池の清水

所在地：西津軽郡深浦町松神

行きやすさ：★★★½☆
駐　車　場：あ　り

十二湖で青池とともに青く見える池のひとつが沸壺の池。ブナの森が育むその水を引いた湧き水スポット。
森の物産館「キョロロ」駐車場から少し歩きますが、緑に彩られた森も楽しめます。

沼袋の名水

所在地：十和田市赤沼沼袋

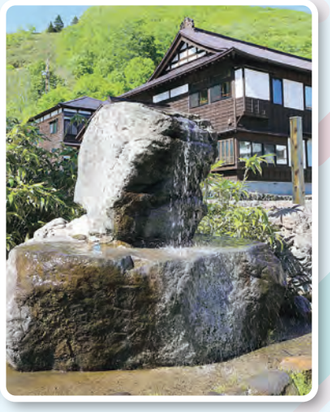
行きやすさ：★★★★☆
駐　車　場：スペースあり

沼袋名水公園にある湧き水スポット。
室町時代より赤沼新山神社の修験道の「占場」として、また、近隣集落の信仰の霊場であったという歴史のあるスポットです。

辰五郎清水

所在地：青森市荒川

行きやすさ：★★★★★
駐　車　場：あ　り



酸ヶ湯温泉駐車場内にある湧き水スポット。
湧き水の名前の「辰五郎」は、かつて八甲田山系への案内や遭難者救助で活躍し、人々から「鹿内仙人」と呼ばれ親しまれた「鹿内辰五郎」が由来とされています。

白翁泉

所在地：三戸郡三戸町川守田

行きやすさ：★★★☆☆
駐　車　場：な　し

中里の湧水

所在地：三戸郡新郷村戸来

行きやすさ：★★★½☆
駐　車　場：な　し

良質な湧き水として知られる湧き水スポット。建屋もきれいに整備されていました。
「腐りにくい湧き水」とされ、この湧き水に浸した野菜はいつまでも生き生きしていると云われているそう。穏やかな集落の中で、勢いよく湧き出るさまは力強さを感じます。

その昔、白髪の老人が杖で地面をついて清水を湧き出させたのが始まりとされる湧き水スポット。
「不老長寿」や花のように美しい顔立ちになる「花顔をつくる霊泉」と称され、さらに、明治天皇東北御巡幸の際、二度にわたるご愛用の栄誉を賜ったという歴史も栄誉もある湧き水です。

※「行きやすさ」は、駐車場の有無や駐車場からスポットまでの距離、道の険しさなどを考慮したものです。
※湧き水をご利用の際は、現地のルールを確認のうえ十分に注意してご使用ください。

職員募集

NOSAI青森では、令和７年４月１日採用の職員を募集します。

募集職種

農業保険の推進及び事務

応募資格

① 平成７年４月２日から平成19年４月１日までに生まれた方
② 普通自動車運転免許（ＡＴ限定可）を取得、もしくは令和７年６月末までに取得可能な方
③ パソコンの基本操作ができる方

応募受付

令和６年８月19日（月）～令和６年９月13日（金）まで

「職員採用試験申込書」は本所・各支所、組合ホームページにあります。
※郵送の場合、令和６年９月13日（金）までの消印のあるもの（書留郵便）に限ります。

採用試験

第一次試験

性格・実務基礎能力（SPI3）
- 試験日時：令和６年９月29日（日）
- 試験場所：青森県農業共済会館（本所）

第二次試験

面接　※第一次試験合格者に対し、別途通知します。
- 試験日時：令和６年10月下旬
- 試験場所：青森県農業共済会館（本所）

あなたも一緒にNOSAIで働きませんか!!

お問い合わせ先

青森県農業共済組合（本所 総務課）　電話　０１７-７７５-１１６１
（土曜日・日曜日・祝日を除く９時から16時まで）

詳しくはホームページをご覧ください▶
http://www.nosai-aomori.or.jp/

研修でサポート

新入職員研修

採用後は研修会を開催し、ビジネスマナーや農業保険事業の仕組みなど、基礎的な知識を身につけるサポートをします。
同期との交流も深まりますよ！

変更や事故の報告はお早めに

ハウスの被覆期間変更や事故、建物の物件および農機具の機種変更や事故があった場合は、お近くのＮＯＳＡＩまでお早めにご連絡ください。

牛や豚の個体異動があった場合

家畜の個体異動があった場合（売買、出生、死亡）は、お早めのご連絡をお願いします。また、（独）家畜改良センターへも届出が必要になります。

X（旧Twitter）
フォロー
よろしくね!!
ユーザー名
@nosai_aomori

水稲共済の掛金納入は７月31日（水）まで

令和６年産水稲共済の**掛金等納入期限は７月31日（水）**となっています。７月31日までに納入がなかった場合は未加入となってしまいますので、忘れずにお願いいたします。

現金集金廃止のお知らせ～共済掛金は口座振替で～

農業共済掛金などの現金による集金は、令和６年度から原則廃止となりました。
これまで、現金集金で納入されている組合員の皆さまには、趣旨をご理解いただき、口座振替への登録手続きをお願いします。
口座振替の登録手続きについては、お近くのＮＯＳＡＩまでお問い合わせください。

現金による集金の廃止理由

- 集金した現金の紛失、盗難、その他横領など不祥事の未然防止
- 組合業務の合理化及び効率化
- 国、県からの強い指導

5月号 読者からの声

- 「新人職員紹介」のページ、目を引きました。皆さん若く意欲に満ちていて気持ちが伝わりました。がんばって!!
（63歳女性・平川市）

- いよいよ本格的に農作業が始まります。健康と事故に注意して頑張ります。
（72歳男性・十和田市）

- 自宅の庭にアスパラが伸びてきたので、広報のアスパラ料理を参考にしてみたいと思います。
（59歳女性・青森市）

好きです。あおもり。

profile

三上 愛結 さん

弘前市出身 23歳

01 仕　事

服が好きで、服飾系の学校に通っていました。今は、青森市で今年４月にオープンした古着屋「Float」で働いています。

02 目　標

将来は弘前で独立して、地域活性化のため起業したいです。

03 青森の好きなところ

日常の中で自然と触れ合えるところ。

04 農家のみなさんへ応援メッセージ

農家の皆さん、いつもおいしい農作物をありがとうございます。これからもおいしい地元の農作物を食べて、地産地消に貢献していきたいです。辛いこともあると思いますが、体調に気を付けて頑張ってください。

profile

工藤 央達 さん

五所川原市出身 29歳

01 仕　事

弘前市にあるリベロ津軽スポーツクラブでテニスコーチをしています。

02 仕事のやりがい

生徒が大会で入賞したときや目標をクリアしたとき、大きくなって成長した生徒が遊びに来てくれたときにコーチをやっていてよかったなと思います。

03 青森の好きなところ

自然が豊かで食べ物がおいしいところ。ランニング中に四季の変化を感じながら走れて、運動した後の食事が本当に楽しみです。

04 農家のみなさんへ応援メッセージ

農家の皆さんが作ってくださる食材のおかげで、子どもたちは楽しくスポーツができていると思います。段々暑くなってきますが、お身体には気をつけてください。これからもおいしい農作物を楽しみにしています。

役立つ！わかりやすい！をお届け

農業共済新聞

農業共済新聞は、週刊の農業専門紙です。
読者である農家の皆さんに、経営の発展と暮らしに役立つ情報提供を心掛けてきました。
ぜひご愛読ください。

農業共済新聞はここがちがいます

「青森版」
１週号と３週号で県内の話題をお届け

「東北版」
２週号と４週号で東北６県の農業情報をお届け

発　行 毎週水曜日（月４回）

購読料 年間3,000円（税・送料込） ※本来5,520円ですが、組合が2,520円助成いたします。

＼２ヶ月間無料購読キャンペーン実施中！／

お試し購読をご希望の方は、お近くのＮＯＳＡＩへご連絡ください。

第１回 愛読者感謝キャンペーン

日頃のご愛読に感謝してキャンペーンを行います。
応募者の中から、抽選で20名様に『青森県産品詰合せ』をプレゼント！
応募方法など詳しい内容は、農業共済新聞７月１週号「青森版」をご覧ください。
たくさんのご応募お待ちしております！

食卓にもう一品

畑のごちそう

今月の主役

ねぎ

ねぎの豆知識

普段の食卓でも馴染みのあるねぎですが、部位や切り方で味わいが変わるのだとか。根元に近い部分には甘みがあり、緑色の部分は香りと辛みがあるため薬味向け。また、繊維に沿って切ると甘みが、繊維を断って横に切ると香りや辛みが引き立つなど、主役から薬味までこなす身近ながら奥深い野菜ですね。

効　能

- 血液サラサラ効果
- 風邪予防
- 生活習慣病予防
- 疲労回復　など

おいしい見分け方

- 太さが均一で表面にハリツヤがあるもの
- 白い部分の巻きがしっかりしていて、弾力のあるもの
- 緑と白の部分の色がはっきりしているもの
- 緑色の部分が黄色に変わってきているものは避ける

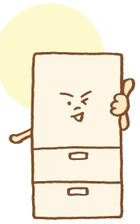
おいしい保存方法

■冷蔵保存

①洗って水気をふき取り、３等分（冷蔵庫で立てて保存できる長さ）に切る
②ラップでぴったり包んだら保存袋に入れ、野菜室で立てて保存

▶ポイント

冷蔵保存では、「乾燥対策」と「立てて保存」がポイント。
より厚みのある冷凍用保存袋を使うと、ねぎの水分が蒸散しづらくなり鮮度が長持ちし、匂いもうつりにくくなります。



■冷凍保存

①洗って水気をふき取り、使いやすい大きさに切る
②小分けにしてラップで包み、冷凍用保存袋に入れて冷凍庫で保存

▶ポイント

薬味にするなど使用方法が決まっているときは、その大きさに切って冷凍保存しておくと、次に使うときのひと手間を省くことができます。

万能ねぎだれ

材　料（長ねぎ１本分）

長ねぎ……１本
塩……小さじ1/2
鶏がらスープの素…1/2
白胡麻……小さじ1/2
ごま油……大さじ２

作　り　方

❶ みじん切りにした長ねぎ、塩、鶏がらスープの素を耐熱容器に入れ、混ぜ合わせたら、ラップをかけて電子レンジで加熱する。(600Wで１分半～２分)

❷ ①に白胡麻とごま油を入れてよく混ぜれば出来上がり。

☆ お刺身や蒸し鶏、サラダなど幅広く使えます。

ワンポイントアドバイス
ONE POINT

電子レンジでしっかり加熱する事で、長ねぎの甘さと旨みを引き出し、ごま油とのなじみが良くなります。

プロフィール

酒肴たく店主（青森市浜田）

尾崎（おざき）　工（たくみ）さん　1972年８月31日生まれ

若い頃よりお酒と酒に合う料理に魅せられ魚屋、居酒屋等、多業種を経て、2019年に酒肴たくをオープン。また仕事の傍、自らの経験を踏まえ、地元の高校生や大学生にボクシングの指導を行っております。

ノーサイくんのクロスワードクイズ

頭の体操でプレゼントをゲット！

タテ・ヨコのカギをヒントに、
A～Dの答えを導きだしましょう。

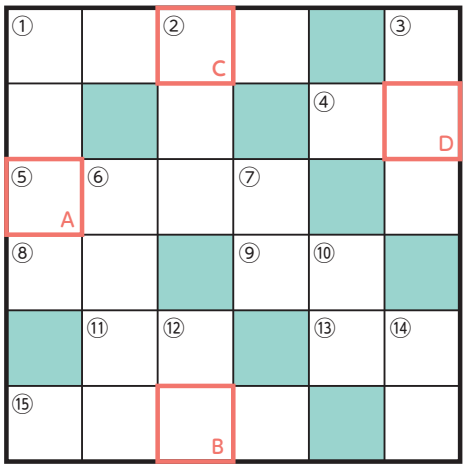
正解された方の中から
抽選で20名様に、
QUO（クオ）カード1,000円分をプレゼント！

タテのカギ

①古い○○○○が痛む。
②コンタクトレンズを作るために○○○へ行く。
③雨で濡れた髪を○○○で拭く。
⑥未来は予測がつかないことを例えたことわざ「○○○○先は闇」。
⑦日本の教育制度では、小学校と中学校が○○教育となっている。
⑩1メートルの1000分の1は1○○メートル。
⑫東京とロンドンとでは9時間の○○がある。
⑭最近○○の出没が増えているので、○○に出会わないように複数人で音を鳴らしながら歩くなど十分に注意しましょう。

ヨコのカギ

①日本の国歌です。
④あまりの恥ずかしさに○○を覆った。
⑤彼女に部屋の○○○○を作って渡した。
⑧「凸」の読み方。
⑨味が無いこと。
⑪黒雲から一○○の光が差し込む。
⑬自衛隊には、○○上・海上・航空の3自衛隊があります。
⑮○○○○地方には、大阪府・京都府・兵庫県・奈良県・滋賀県・和歌山県の2府4県があります。



答え

A	B	C	D

前回（5月号：No.26）の答え

①カ	カ	②オ		③ナ	④シ B
ボ		⑤モ D	⑥チ	ツ	キ
⑦チ E	⑧カ	テ	ツ		シ
⑨ヤ	マ		⑩ソ	⑪リ	
	⑫ク	⑬シ		⑭カ A	⑮ニ
⑯ウ	ラ	ワ C	ザ		ジ

A B C D E
前回の答えは「カシワモチ」でした

応募総数 254名
たくさんのご応募ありがとうございました。

応募方法・応募締切について

はがきに必要項目を記入し、ご応募ください。

表面
63
郵便はがき
030-0802
青森市本町5-5-21
青森県農業共済組合
「ノーサイくんの
クロスワードクイズ」係

裏面
①クロスワードの答え
②氏名
③性別
④年齢
⑤郵便番号
⑥住所
⑦電話番号
⑧広報紙への
ご意見・ご感想

応募締切 令和6年8月2日(金) 当日消印有効

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※ご応募いただきました個人情報は、当選者の抽選及び賞品の発送以外には使用いたしません。
※ホームページでも応募受付いたします。ハガキと同様に記入漏れのないようお願いいたします。

安心のネットワーク NOSAI青森
NOSAI AOMORI
編集・発行／青森県農業共済組合
(発行月) 令和6年7月
(本　所) 〒030-0802
青森市本町5-5-21(3F)
TEL 017-775-1161

ホームページ　http://www.nosai-aomori.or.jp/　NOSAI青森　検索

本　　所	〒030-0802 青森市本町5-5-21(3F) TEL 017-775-1161
津軽支所	〒037-0011 五所川原市大字金山字竹崎203-4 TEL 0173-33-1513
東青事務所	〒030-0802 青森市本町5-5-21(1F) TEL 017-762-0745
ひろさき支所	〒036-8111 弘前市大字門外字村井262 TEL 0172-28-5700
南部支所	〒034-0001 十和田市大字三本木字里ノ沢1-47 TEL 0176-22-8101
下北事務所	〒035-0021 むつ市大字田名部字赤川ノ内並木73-23 TEL 0175-22-3236
三八連絡所	〒039-1103 八戸市大字長苗代字狐田45-3 TEL 0178-28-5010
家畜診療所	〒039-2654 東北町字塔ノ沢山1-495 TEL 0175-63-4844

UD FONT この広報紙は見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。