

中標津町農業協同組合

夢広がる なかしべつ



INDEX / 目次

女性部新年恒例会 3

青年部×丸山小学校とのコラボ事業 4

家畜改良課より「繁殖に関する目標値を設定しよう」 5

営農計画総集計表 7

夢広がるクロスワード、読者の声、第9回理事会報告 9

バレンタイン野菜と果物でチョコ菓子いかが 11

普及の窓「家族に「見える」、「見せる」情報管理を」 12

学びの空間「カラーセラピー・オンライン」編 5回イエロー 13

みんなの掲示板、がんばれFMはな 15



女性部新年恒例会・JA大会議室など
(2009.1.22)



毎月19日は食育の日

「食育の日」は、食育推進運動を継続的に展開し、食育の一層の定着を図るための機会として、「食育推進基本計画」により定められました。



ケータイでは

公式Webアドレス

<http://www.ja-nakashibetsu.or.jp>



体が資本なので、ご自身はもちろん、ご主人の健康管理は奥様方がよろしくお願いします。



女性部新年恒例会

明日への活力を充電



1月22日、JA大会議室において「女性部新年恒例会」が行われ、部員約60人が参加しました。この女性部最大のお楽しみ・交流イベントは役員中心に企画から準備まで進められ、大いに笑い、食べて盛会のうち終了しました。



ビンゴ抽選1位の日下恵美さん

会は井上部長の挨拶に続いて組合長公務により上村副組合長が挨拶。普及センター次長の乾盃でスタートしました。テーブルにはオードブルのほか、会員達の手作りデザートや持ち寄った料理が並び、おしゃべりしながら食べて飲んで、なごやかに時が進みました。

1時30分にはとなりの会議室で恒例の「ひとつぼシヨップ」がオープン。地区や個人、姉妹でそれぞれが工夫をこらした逸品を持ち寄り販売しました。どれも良い出来映えで、あっという間に売り切れる店が続出しました。

続いてビンゴや新聞をどれだけ長くちぎれるか「どっちが長い」ゲーム、「あせるなゆっくり」などのアトラクションも賑やかに進行了ました。

多くの女性部員が集まる新年恒例会、今年は天候も良く賑やかななごやかに、そしてみんなで元気を分かち合いながら明日への活力を充電する機会となりました。

運営された役員、協力された皆さん、お疲れさまでした。



ゲーム「どっちが長い？」

ひとつぼシヨップ



梅干し



ゴマせんべい



オープン開始から大にぎわいです



俣落は地区で出店しています



今年一年の活動の源
となる新年恒例会を大いに
楽しんで下さい。また、各種事
業運営に皆さまのご協力を
お願いします。

豆を別の皿に全て移しかえ、
隣の人に交代するリレー。
みんなお上手



ゲーム「あせるな、ゆっくり」

来賓・あるるから宮田店長。お志を毎年頂いております。



部員手作りの作品を展示。
バッチワーク・バッグ
ドライフラワーリース
カントリードール、
保温カバーセットなど力作揃い



全員参加のジャンケン大会を
制したのは井口五子さん。
高橋組合長からの金一封です。
副組合長が代理で手渡しました。



なかしべつの農業・じゃがいもづくり酪農について学習

当農協青年部では、平成20年春から数回にわたって、中標津町立丸山小学校とのコラボ事業ということで、同校へ出向き小学校行事の丸っ子タイムへ参加協力を行なってきました。年度の集大成ということで、学校のカリキュラムに見合わせ小学3年生を限定で、出前授業を1月21日に行ない、児童からは活発な質問がありました。



青年部では、次代を担う中標津の児童になかしべつの農業への理解を進めようと、平成15年から平成19年まで年1回、親子農業体験などの事業を行なってきました。その中で、1度のかかわりではなかなか伝えきれないという部員の思いから、P

R委員会(藤田晋委員長)が春から計画してきたものです。初年度ということで手探りの取り組みとなりました。また、児童向けのスライドづくりなど委員長への負担の量が多かった取り組みにもなりました。

1月21日、地区青協から模擬牛を借用し、児童たちへの乳搾り疑似体験と、うしさんが食べる餌についての体験学習。座学でスライドを見ながら、なかしべつの農業の歴史から近代化、じゃがいも作りや酪農のことなどを伝えました。

スライドには、町の地産地消推進協議会で町内小中学校の給食がオールなかしべつ食材でまかなわれる「まるごとなかしべつ給食」



の日に使われたスライドの一部提供を受け、内容をいっそう濃いものになりました。

体育館で行なった模擬牛の乳搾りでは、青年部員奥田嘉先生の指導のもと真剣に聞き入り、みな上手に搾っていました。餌の説明は長正路健二先生。児童の注目は「ニオイ」。

納豆にもキムチにもニオイがあるように、牛の餌にも発酵によるニオイがある。子供の頃って「ニオイ」に過剰に反応してニオイが悪いように思うよね。ほかに、とうもろこしの



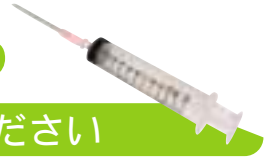
背丈はみんなの背よりもう一つと大きくなりますと説明。牛の耳票の話では、「痛そう。うしに生まれてこなくて良かったー」という女子児童の声もありました。

座学では視聴覚室でスライドを見ながら進め、藤田委員長と篠永務丸山小学校評議員がそれぞれ、じゃがいもと酪農部門でお話をしました。春に植え秋に収穫したジャガイモ。今回は機械でたくさん作る工程の学習です。酪農では貴重な子牛の出産の映像を交えて、育成、成牛、搾られた生乳の行方として工場での充填までを伝え、最後に1月17日放送のHBCテレビ、あぐり王国北海道での当農協の放送内容を見てから、質問タイム。児童ならではの素朴な質問がたくさん寄せられ、わかり易く伝えるのに四苦八苦しながら質問に答えました。

写真撮影は高橋春樹と事務局でした。

繁殖に関する目標値を設定しましょう

乳検成績などと一緒に見てください



1 現在の状況を把握しましょう

昨年末にVWP（授精待機期間）について掲載しましたが、VWPをはじめ各数値を把握し、今後の繁殖改善に生かしましょう。

繁殖は受胎率にばかり目が行きがちですが、実際には受胎率に加え分娩間隔も重要です。この分娩間隔を大きく左右するのが初回授精日数です。

主に繁殖に関係する数値

- 分娩間隔
- 初回授胎率
- 初回授精日数
- 総受胎率
- 初産月齢
- 授精回数
- 発情発見率
- など

発情発見率は理論上の数値なので、実際の発見率とは差があります。

初回（授精）受胎率、総受胎率、授精回数などの数値は、参考程度にしてください。



2 平均値と比較しましょう

次に挙げるのは当授精所での繁殖成績です。各数値を自分の現在の数値と比較してみてください。

平成19年の成績（乳検など）

	良	平均	悪
● 分娩間隔(日)	383 <	426 <	523
● 初回授精日数	47 <	74 <	169
● 初産月齢(月)	21 <	24 <	38

分娩間隔〔空胎日数〕は1日延びると¥1,000の損失と云われています。390日の農家と500日の農家とでは1頭当たり¥110,000もの差が生まれてしまいます。これが60頭だと...

予想していたよりも数値が悪かったとしても、改善点を把握できたと思い、今後活かしていきたいでしょう。



3 目標値を設定しましょう

最後に、今後の目標値を設定しましょう。分娩間隔が長いからといって、いきなり「50日短縮！」などは目標が高すぎて長続きしません。自分が可能な、現実的な数値を設定しましょう。

参考として、授精師協会などで掲げている目標値を紹介します。

- VWP 50日以下
- 分娩間隔 400日以下
- 初回授精日数 60～75日以下
- 初産月齢 24ヶ月

平成21年の年間乳検成績では目標値を達成できるよう、また近づけるように継続して頑張ってください。



カレンダーきちんと使ってますか？
ほこりかぶっていませんか？

人工に
相談だ。

平成21年
営農計画総集計表

単位：千円

	収		入	
	20年計画	20年実績	21年計画	実績との差
生乳	8,301,682	8,844,002	9,675,445	831,443
補給金	522,643	578,726	547,079	-31,647
小計	8,824,325	9,422,728	10,222,524	799,796
乳用牛	874,694	785,435	744,486	-40,949
肉用牛	441,600	396,814	370,853	-25,961
その他畜産物	9,250	7,622	8,200	578
個体販売計	1,325,544	1,189,871	1,123,539	-66,332
家畜共済金	255,890	430,210	239,244	-190,966
畜産物計	10,405,759	11,042,809	11,585,307	542,498
畑作共済金	0	1,659	0	-1,659
畑作共済金計	0	1,659	0	-1,659
馬鈴薯	306,848	298,118	297,974	-144
てん菜	83,608	97,854	80,257	-17,597
その他農産物	36,821	31,718	56,045	24,327
大根	104,619	125,151	121,623	-3,528
ブロッコリー	31,566	34,966	38,409	3,443
農産収入計	563,462	587,807	594,308	6,501
農業雑収入	836,392	1,210,451	947,277	-263,174
農業収入計	11,805,613	12,842,726	13,126,892	284,166
農外収入	35,357	42,623	27,602	-15,021
資金借入	31,474	94,903	43,101	-51,802
資金受入	622,305	1,023,922	482,030	-541,892
合計	12,494,749	14,004,174	13,679,625	-324,549

	平成20年実績 239戸	平成21年計画 232戸
乳量(t)	124,371.88	126,957.40
大根	97.85 ha	105.2 ha
収量(C/S)	443,591C/S	483,130C/S
ブロッコリ	32.75 ha	34.40 ha
収量(C/S)	41,833C/S	48,373C/S
てん菜	157.83 ha	152.10 ha
収量(t)	8,448.83	7,507.80
馬鈴薯 種子	140.31 ha	113.70 ha
食用	74.65 ha	68.70 ha
加工	10.76 ha	16.60 ha
馬鈴薯 澱原	326.11 ha	319.40 ha
収量(俵)	240,303俵	201,272俵
乳用牛(頭)	3,824	3,381
肉用牛(頭)	9,208	8,389
乳牛総頭数	26,626	27,136
12ヶ月以下	4,641	5,226
13~24ヶ月	5,432	5,065
25ヶ月以上	16,553	16,845
総所有地 ha	15,280.70	15,024.50
改良草地 ha	8,409.40	8,421.90
永年草地 ha	3,784.50	3,577.90
畑地 ha	1,061.50	1,089.90
山林原野他 ha	2,025.30	1,934.80

	20年計画	20年実績	21年計画	一戸平均実績	一戸平均計画
農業収入	11,805,613	12,842,726	13,126,892	53,735	56,581
農業経営費	8,518,684	9,623,821	9,477,541	40,267	40,851
農業所得	3,286,929	3,218,905	3,649,351	13,468	15,730
所得率	27.8%	25.1%	27.8%		

平成
21年

営農計画総集計表

単位：千円

組合員皆様方の平成21年度営農計画書の認定作業が2月3日の理事会において行われました。

乳量について見ますと前年実績比102.1%の計画となっております。3月から乳価は上がり、今後、飼料価格等は下がっていくことが見込まれています。また、平成21年度肥料価格では大幅な値上がりとなっておりますが、肥料高騰対策による助成金により、負担は軽減されます。トータル的に見ますと明るい兆しは見えるものの、気を緩めることなく、ここ数年の厳しかった状況により、資産を減少した分を少しでも取り戻すように、所得向上に努めて下さい。肥料費においても低減に向けて土壌分析診断データ及び堆肥、スラリー等を有効に活用していく必要があります。

スタートした平成21年が良い年になりますように、営農計画に基づく取引を行い、計画達成に向け、健康と怪我には十分に気を付けて営農に取り組んでいただきたいと思います。

	支		出	
	20年計画	20年実績	21年計画	実績との差
労賃	184,371	186,396	200,347	13,951
肥料	551,199	583,233	783,530	200,297
生産資材	462,829	500,632	479,946	-20,686
水道光熱	540,507	615,187	555,470	-59,717
飼料	3,391,263	3,975,647	3,884,057	-91,590
養畜費	602,433	688,101	642,558	-45,543
素畜費	53,385	72,096	56,665	-15,431
農業共済	465,520	454,483	485,002	30,519
賃料料金	945,867	1,057,214	1,007,888	-49,326
修理費	321,441	436,747	354,704	-82,043
諸税諸負担	625,676	678,112	662,725	-15,387
支払利息	213,130	198,116	203,533	5,417
その他経営費	161,063	177,857	161,116	-16,741
農業支出計	8,518,684	9,623,821	9,477,541	-146,280
家計費	2,029,842	2,107,202	2,010,555	-96,647
経費+家計費	10,548,526	11,731,023	11,488,096	-242,927
資金返済	979,948	965,757	1,004,577	38,820
貯金共済	1,006,401	1,049,577	1,085,639	36,062
農業機械	43,307	118,012	50,379	-67,633
その他	120,595	225,996	133,857	-92,139
合計	12,698,777	14,090,365	13,762,548	-327,817



	20年計画	21年実績	21年計画
総収入合計	12,494,749	14,004,174	13,679,625
総支出合計	12,698,777	14,090,365	13,762,548
収支過不足	-204,028	-86,191	-82,923

Crossword Puzzle

夢広がる クロスワード

出題 / ニコリ

空港のカワイ子たちがまたまた衣替え。
2月向け?の装いです。名前募集したりしないかな?



12月号の解答は「ケイトダマ」、新年1月号の解答は「シメカザリ」でした。

当選者は6人。後藤田准さん(開陽)、高嶋裕美さん(俵橋)、弾正原真由美さん(第2俣落)、藤原貴志子さん(武佐)、水本和子さん(俵橋)、遠藤初子さん(俣落)の6人でした。

おめでとうございます。12月1月とも応募いただいた弾正原さん、藤原さん、水本さんには今月号で取り上げたFMなかしべつ(FMはな)の緊急告知FMラジオ(防災) P14参照をプレゼント。後藤田さん、高嶋さん、遠藤さんには今年の干支「丑」をデザインできるキットをおプレゼントいたします。

12月号クロスワードの解答
『ケイトダマ』

* 1月号クロスワードの解答
『シメカザリ』 *

第9回 理事会

開催月日 平成21年2月3日
開催場所 農協中会議室

決議事項

- 1 北海道信連への出資増口について
- 2 共済課渉外担当使用車両の更新に伴うリース契約について
- 3 理事に対する貸出金の承認について
- 4 各種資金の借入申込みについて
- 5 理事に対する平成21年度営農計画書供給認定について
- 6 平成21年度営農計画書供給認定について
- 7 農産販売課車輛更新に係るリース契約について
- 8 組合員の出資持分譲渡について

報告事項

- 1 組合員の加入脱退状況について
- 2 内部審査の結果について
- 3 平成20年度12月末酪農ヘルパー稼働状況について
- 4 平成20年度12月末農業・農村交流施設利用状況について
- 5 平成20年度12月末家畜改良課人工授精状況について
- 6 自給飼料生産効率向上支援リース事業について
- 7 平成21年度酪農畜産政策・価格対策について
- 8 当面の牛乳・乳製品需要拡大事業について

- 9 日本ミルクコミュニティ株式会社と雪印との経営統合について
- 10 汚染乳賠償責任保険について
- 11 生乳生産状況と乳質について
- 12 乳製品工場の進捗状況について
- 13 販売事業の進捗状況について



二重マスの文字をA～Eの順に並べて
できる言葉は何でしょうか？

1		9	13		18	21
	D				B	
		10		16		
2	6		14			
		7	11		C	19
3		12			20	22
4	8				17	
5			15			
						E

タテのカギ

風邪をひいたとき、口や鼻を覆います
1番目 ナンバーワン
細くなったり、また丸くなったり、毎日形が変わります
天井のある方向
矢や弾の標的になるもの
原稿 答案 コピー
天気予報や注意報を出します
わせとは違い、成熟の遅い品種です
根からとれる粉は もちや 湯などの材料になります
書店や図書館にたくさんあるもの
臼でもちをつくとき使う道具
①剣道のけいこや試合で使う刀
②漢字では木偏に春と書きます

ヨコのカギ

「鬼は外、福は内」の掛け声で行われる節分の日の行事
ブーツもスニーカーもハイヒールも
晩ご飯ともいいます
3匹の子豚は、わら、板、レンガで造りました
手ごわい相手です
今年なら丑(うし)年生まれの女性です
外側ではなく、中の方
入 場 日光
グルグルと目が回りそうな模様
夜空に無数に見えるもの
風邪をひくと出ることもあります

読者の声

前日飲んだアルコールが残ってしま
うこともあるので時間と量に注意。
お酒のおいしい時期が続きますね。「乗
るなら飲むな」、「飲むなら乗るな」
を守り自己のない安心安全を家族全
員で気をつけて過ごしましょうね。
(文章一部抜粋)

PNノシクラメンさん
タイトルのような状況で、年末に兄
が切符を切られました。働き人は、
車の免許がなければ生活に支障をき
たす地域です。細心の注意を!!

学校が冬休み中の家庭は…。
長い冬休みが来ます。宿題も作品も
子供とおさわぎしながら考えます。
今は大変だけど何年か経つと良い思
い出になるかな♡

PNノケロ口大好きっこの母さん
冬休み直前にいただいたコメントで
すね。冬休みの課題には苦勞したな
あ。遠き日の回想。

広報誌、隅々まで読むと
いいことあるかも

どんな時でも「挨拶」と「ありがとう」
のねぎらいの言葉は大切だと思いま
す参考になりました。

PNノベコニアさん
12月号のこのコーナー掲載内容です
ね。自分が何かをやることに対して、
常に「なんのためにやるの?」と考
えるクセ付けをすると考えがぶれな
いのだとか。いろんな人の話を聞い
たり、読んだりするのはためになり
ます。

幸せの定義
年末から年明けの穏やかな天候とは
裏腹に我が家は超多忙。嫁いだ娘が
孫と婿を連れて帰ってくる。主人の
兄弟妹がワイワイ言いながら集まっ
てきてくれる。料理下手な私はアタ
フタと台所に立ち冷や汗タラリの食
事の用意をして飲むほどに酔うほど
に皆の顔がほころぶ。こんな年月が
ずっと続いているような気がする。
今はまた、夫と2人だけの静かな生

幸せの定義

PNノスターチスさん
年末年始、子供たちが帰省し、久し
振りに家族全員揃いました。5年振
りとあわただしく日にちが過ぎ、1人、
1人と仕事に戻り、また、静かな日
常が始まりました。まあ、これが幸
せってものなのでしょうね。
まだまだ現役中さん
どちらのご家族も家族団らんで笑い
声が一杯の情景が目には浮かびます。
それと皆がまた日常に戻り社会で頑



PNノベコニアさん
活に戻り、年に数回ですが一族が集
まってきてくれることが何と幸せな
ことかと。ずっと続いて欲しいと思
います。

帰省せし
孫子とつくくチャンチャン焼き、
その賑やかさに
何故か安らぐ

PNノままちゃんさん
私、人生何回目となる減量を行って
います。70kgの針を行ったりきたり
していた昨年末。今年に入り、アン
ダー70になかなか戻らなくなったの
で…。重力に逆らい逆立ちと腹筋と
冬なので歩くことを中心にしていま
す。「ストイック」を今年のテーマに
頑張りマス。「何のためにやる」の
を見定めたので今回はぶれないノ

PNノスターチスさん
年末年始、子供たちが帰省し、久し
振りに家族全員揃いました。5年振
りとあわただしく日にちが過ぎ、1人、
1人と仕事に戻り、また、静かな日
常が始まりました。まあ、これが幸
せってものなのでしょうね。
まだまだ現役中さん
どちらのご家族も家族団らんで笑い
声が一杯の情景が目には浮かびます。
それと皆がまた日常に戻り社会で頑

同封の回答用紙に答えや一言コメント(必須)などを記入の上、事務所備え付けの箱または、ファクスでご応募下さい。



レシピ提供 料理研究家 坂本廣子さん

Happy Valentine

バレンタインデーに向けて 野菜や果物で チョコレート菓子 を作ろう

今年のバレンタインデーに、野菜や果物を使ったチョコレート菓子はいかがでしょう。旬の素材で作れば、おいしさも価値も「オンリーワン」のお菓子が出来上がりますよ！



ハッサクピールのチョコレートがけ

旬のかんきつ類を、皮までおいしく食べられるピールにしましょう。

撮影：松島 均

材料 (作りやすい分量)	ハッサク	500～600g(2個)
	水	カップ1
	砂糖	皮の重さと同量
	グラニュー糖	40～50g
	チョコレート(製菓用)	約100g

作り方 (調理時間 約60分)

- (1) ハッサクをたわしなどでよく洗ったら、えぐみの強い表面の皮を薄く削り、6～8等分に切って皮をむく。皮の重さを量り、同量の砂糖を用意する。
- (2) 皮をほうろうまたはステンレスの鍋に入れ、たっぷりの水(分量外)を入れて火にかける。沸騰後3分煮て、ゆでこぼすのを3回繰り返したら、ざるに上げて水気を切る。
- (3) 鍋に(2)を戻し、分量の水と砂糖の1/2量を入れて火にかける。沸騰したら弱火にし、約15分間煮る。その後、残りの砂糖の半分を加えて10分煮る。最後に残った砂糖を加えて、さらに10分煮る。
- (4) 焦がさないように様子を見ながら、煮汁がほとんどなくなるまで煮詰める。皮を取り出し、ざるに広げて粗熱を取る。
- (5) 食べやすい大きさに細切りし、グラニュー糖をまぶしてピールを作る。
- (6) チョコレートを刻み、ステンレスのボウルに入れる。ひと回り大きいボウルや鍋などに50～60度くらいの湯を入れ、その上にチョコレートの入ったボウルを載せて温めながら溶かす。
- (7) ピールの先端から半分くらいまでチョコレートをつけ、クッキングシートの上に並べて乾かす。冷蔵庫で保管して、早めに食べる。



レシピ提供 料理研究家 坂本廣子さん



クッキング
メモ

3回ゆでこぼすことで、皮の苦味が少なくなり、食べやすくなります。ピールはオレンジや伊予かんなど、ほかのかんきつ類で作ってもOK。

カボチャ & リンゴ入り米粉チョコケーキ

作り方 (調理時間 約60分)

- (1)カボチャは皮をむき8mm角、リンゴはよく洗い芯(しん)を取って、皮のまま5mm角に切る。チョコレートも5mm角程度に刻む。
- (2)AとBは、それぞれビニール袋に入れ、よく振り混ぜる。
- (3)ボウルにAを入れ、サラダ油を加えて木べらでざっと混ぜ、卵を1個ずつ割り入れて、よく混ぜ合わせる。
- (4)Bの入った袋にカボチャ、リンゴを入れて振り混ぜる。
- (5)(3)にチョコレートを加えて混ぜたあと、(4)を加え、白い部分がなくなるまで優しく混ぜる。
- (6)プリン型に8分目程度まで生地を流し入れる。プリン型をトントンと台の上に落として空気を抜き、180度に温めたオーブンの中段に入れて、約20分焼く。
- (7)プリン型とケーキの間に1~2mmのすき間ができたなら焼き上がり。



A:ビニール袋にココアと砂糖を入れる。



クッキングメモ

プリン型がないときは、クッキングシートを敷いた18×15cmの角パットでも作れます。その場合の焼き時間は約40分です。具はカボチャとリンゴ以外でもOK。ジャガイモやサツマイモなどの芋類と、果物を組み合わせるのがおすすめです。オーブンの中段に入れることで、生地全体にむらなく火を通すことができます。

粉ふるいや泡立てなどの手間をかけずに、ビニール袋と木べらで作れる、米粉のチョコケーキです。板チョコ1枚を残さず使えて、失敗も少ない簡単レシピをご紹介します。

材料 (プリン型10個分)

カボチャ	100g
リンゴ	100g
ミルクチョコレート(板チョコ)	65g(1枚)
A(ココア)	
ココア	30g
砂糖	100g
B(粉)	
米粉	130g(1と1/2カップ)
ベーキングパウダー	小さじ1
卵(Mサイズ)	2個
サラダ油	45g(1/4カップ)

準備

プリン型にクッキングシートを敷く。オーブンは180度に温めておく。

チョコレートフォンデュ

撮影：大井一範

温かいチョコレートに、好みの果物やお菓子をつけて食べる「チョコレートフォンデュ」。みんなで一緒に食べるのにぴったりの華やかな一品です。

材料 (4人分)

チョコレート(製菓用でも板チョコでもOK)..... 200g
生クリーム..... 50cc(1/4カップ)
果物などの具
イチゴ、バナナ、リンゴ、オレンジ、マシュマロ、ミニクワッサンなど適量

準備 食卓に出すときに使う器は、湯を張るなどして温めておく。

作り方 (調理時間 20~40分)

- (1)チョコレートを細かく刻む。果物は一口大に切る。
- (2)ステンレスのボウルにチョコレートを入れる。ひと回り大きいボウルや鍋などに50~60度くらいの湯を入れ、チョコレートの入ったボウルを載せて温めながら溶かす。
- (3)生クリームを軽く温め、(2)に少しずつ加えて混ぜる。
- (4)温めておいた器の水気をしっかりふいて、(3)を移す。
- (5)(4)に、好みの具をくぐらせて食べる。

クッキングメモ

ラム酒やブランデーなどの洋酒を大さじ1杯加えると、大人向けに、香り高く仕上がります。チョコレートが固まってきたら、再度(2)の要領で溶かします。



レシピ提供 ベターホームの料理教室

家族に「見える」「見せる」情報管理を!

新年を迎え、新しい経営目標のもとにスタートを切ったことでしょうか。

その思いが家族・従事者全員の決意になっているのでしょうか？

経営管理の上手な農場は、従事者全員で情報を共有し、知恵を出し合い、力を合わせて改善目標に取り組んでいます。そのためには情報を解りやすく、シンプルに管理することが必要です。経営改善に活かされている事例を紹介します。

1 経営改善に活かされている事例(釧路管内) 1

(1) 最低限共有すべき情報

クミカン報告票や乳検情報には、従事者全員が把握すべき数字が詰まっています。全員が全てに目を通すのは大変ですが、専用のファイルに入れたり、壁に貼るなど、「見せる」「見える」状態にしておくのが重要です。

「見せる」事例として、昨年の月別乳量実績と今年の計画乳量をグラフに書き込み、事務所の壁に貼っています(写真1)。これにより従事者全員の改善意識が高まっています。

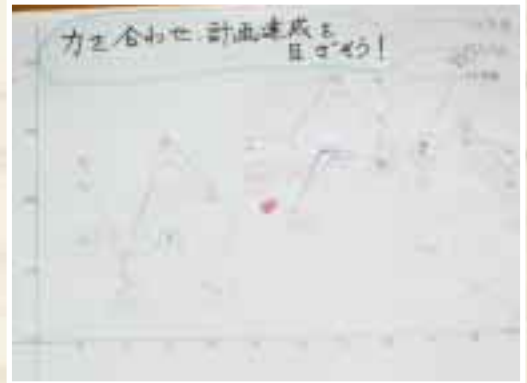


写真1 月別:計画生産乳量と実績乳量の推移を壁に貼っている

ファイルの中身は...

営農管理報告票 クミカン報告票
診療代等請求・領収書 共済金支払通知書
人工授精精算書 畜肉販売代金明細
購買品供給伝票 補給金、乳質評価明細書
家畜共済(死廃事故共済金) 納品書、請求書
光熱費(電気代、灯油代等) 酪農ヘルパー精算書
代金精算通知書 その他(農林公庫)



写真2 伝票類を一冊のファイルに綴じる

(2) 欲しい情報を30秒以内に取り出せる管理

例えば、クミカン報告票を見ていて、先月の養畜費が異常に高いと感じたとき、費用の明細がすぐに取り出せるでしょうか？分娩後の診療代が高いとわかれば、早期の予防対策につながります。また伝票類を無くさずに保管することが必要ですが、保管したまま目を通さないなら意味がありません。月に一回は、整理したクミカン報告票と伝票類を照合することで、改善課題が見えて来たり、従事者と問題意識を共有し、改善に向けた話し合いの材料にもなります。

事例として、伝票類を一冊のファイルに項目別に整理してあり、見たい数字を短時間で探すことができます(写真2)。整理作業を通じて経営の中身を知ることができ、経営参画のきっかけにもなっています。



写真3 書類を分類棚に整理する
左上の棚が伝票専用
(標津町 菅野政勝牧場)

2 整理整頓の習慣づけ

いらぬものを捨てるのが「整理」、必要なものをすぐに取り出せるのが「整頓」です。「整理整頓」することで、煩雑になりやすい書類などの所在が誰にでもすぐ分かるようになります。

標津町の菅野牧場では、収納棚に書類を分類して入れています(写真3)。納品書、請求書、領収書など誰が受け取るかわからない伝票も、所定の場所を決め整理しています。いつも整理整頓を心がけ、必要な書類の場所が一目でわかります。

従事者の中で担当者を決め、「見える」「見せる」情報管理の定着に向け、今年から取り組んでみてはいかがでしょうか。

1) 情報協力: 釧路農業改良普及センター

2009年が幕を明けました^^
みなさま、いかがおすごしですか？

2009年最初の色は 「イエロー」です。



私は、お正月明け早々、研修のため
札幌に行ってきました。

久々の札幌を満喫しようと意気揚々と
出かけましたが、滞在中に体調を崩
してしまいホテルで1人高熱につなされ、
なんと心細かったことか…(；)

高熱でフラフラのまま、なんとか夜
行バスに乗り込み中標津まで帰ってき
ました。

ということで私は新年早々、風邪引
き小僧でした。

やっぱり健康が1番!!心身ともに健
康に過ごしたいものですね。

では、2009年最初の色は、「イエ
ロー」です。

最近では、アメリカのオバマ大統領
就任演説の際にミシェル夫人がイエロ
ーのワンピースとコートを着ていまし
たね。イエローは「希望」と「再生」
の家徴という意味合いがあることから、
経済危機にあえぐ国民へのメッセージ
がこめられているということで話題に
なっていましたね。

さらにイエローはコミュニケーション・
カラーとも言われており、人の心を開
放する効果があり、初対面でも話かけ
やすい印象を与える効果があるので、
ファーストレディとして初めて国民の
前に立ったあの場面においては、まさ
しくイエローの効果が活かされたたの
ではないでしょうか？

「イエロー」は、「幸福」「快活」「富貴」
「希望」「知性」などの象徴とされ、更
に目覚めのパワーがあるとされ、脳
によい刺激を与える効果があります。



左脳(言語、理論、計算などを司る)
のもつ知性のエネルギーとの関連性が
あり、インスピレーションを喚起したり、
スムーズな自己表現の手助けをしてく
れる色でもあるので、感受性や表現力、
コミュニケーション力がアップしてい
きます。

では、オーラソーマの視点から「イ
エロー」のメッセージを見ていきまし
よう。

イエローは、第3チャクラと共鳴す
る色です。

第3チャクラは「太陽神経叢」とも
呼ばれ、みぞおちの辺りや神経系、消
化器系と関連のあるチャクラです。(叢
とは、神経がたくさん集まっていると
ころという意味だそうです)

イエローは太陽の色として、太陽の
ように自分や周りの人たちに明るさや
温かさ、パワーをもたらす色だと言わ
れています。

また、イエローには「自己を知る」
という意味があります。

知的でかつユーモアがあり、明晰に
物事を見てすばやく決断することがで
きたり、日常を楽しめる陽気な側面が
あることを表します。

また、自分自身が喜び
を感じたり楽しめること
を学び、その学びを消化
して理解していくことで、
自分を知っていくことが
できます。

自分を知るということ
は、他の人との違いにも気づくとい
うことに繋がります。

その反面、他の人を気にしてしまい、
自分らしく振舞えず緊張したり恐れを
感じたりしている時、またはキャッチ
する情報を消化しきれず混乱したり、
すこく考えすぎて不安や心配が出てい
ることも示します。

「イエロー」は自分や周りを幸せな
気持ちにさせる効果がある色ですが、
使いすぎると神経を混乱させることも
あるので、注意してくださいね^^



Profile

石山砂緒里
さん

オーラソーマ
カラーセラピー
プラクティショナー
レベル2

臨床心理学の勉強をしてもっと気軽に
心の事がわかるツールの1つとしてオーラソ
ーマを学ぶ

夢広がる 掲示板

新着情報については、
公式HP <http://www.ja-nakashibetsu.or.jp>
に随時掲載中！

皆さまからの情報提供は、
72-3721
こちらへ info@ja-nakashibetsu.or.jp



今更ながらと思われるかもしれませんが、FMなかしべつ放送株式会社（武田正幸社長）（以下通称「FMはな87・0MHz」）は、地域密着を唱え、「人と人の絆を結ぶ」を合言葉に地域住民が必要とする様々な情報、地域に根付いた情報番組を提供することを目的に昨年8月から放送をスタートしました。

開局後、半年を経過し、組合員さんからも色々な意見が寄せられています。今回は、これからも頑張りたいというエールを込め



開局から半年 がんばれFMはな!!

で「FMはな」応援企画です。

地域情報が87・0MHzの電波上で飛び交い、地域文化の掘り起こしによる向上や経済活性化の起爆剤、また、防災情報、災害時の情報提供サービスなどFMはなに求められる要素は多岐に渡ります。正直、まだまだ半年足らずなので、パーソナリティーの方々の熟練はまだまだということですが、地域に密着しようという姿勢は評価できるでしょう。根室管内FM局の先輩である「FMねむろ（76・3MHz）」でも最初はひどいものだったと根室在住のラジオキッズは話しておりました。しかも、「FMはな?」「ふーん、できたんだー。やれんのかな」。長くは持たないんじゃない」という声が当初から町内のあちこちから聞こえてきていましたが、これ

ではイカン。

防災ラジオとしての位置付けや皆さんからの血税が町予算として投入されていることを考えると、「自分とは関係ない」と腕組みして見ている、「そら見たことか」とギョーツと締めるとかではなく、私たち町民自らが自分達で育てるコミュニティFMにすると考えていかなければならぬのではないのでしょうか。

「だって、私の家のある地域（場所）では聞きにくいんだもん」という組合員さんの声も聞かれます。

電波に詳しい人はFM放送自体、本当はアンテナを建てて聞くものだと思います。「緊急告知FMラジオ」というものも「FMはな」で販売しています。普段はACアダプターで電源を取り、災害時の緊急放送を受信した時には、電源をオフにしてあっても最大音

量で放送が入るというもの。AC電源からの電源が取れなくなると（停電時）などには、照明も点灯し内臓充電池の受信に切り替わります。このラジオのすごいのは受信バンドが固定されており「FMはな」を聞くことに特化しているところ。

現在の番組表をしてみる



税込 10,000円



なかしべつヒューマンコネクションのコーナーで

と朝7時から9時までの「おはよう／モーニングミルキ（DJ＝SAORI・恵子）」、11時から12時半までの「FM87 LUNCH BOX（DJ＝Taka）」、午後3時から5時半までの「花力フェ870（DJ＝紗代・かすみ）」の3つの生放送枠が中心となり、パーソナリティー兼ディレクターが3人、パーソナリティー専任が2人。局長、社長の少数精鋭部隊で運営が行なわれています。

開局当初は、朝の生放送



枠で組合員さんを突撃取材していたのですが、忙しい時間ということ。取材テンポなども掴みきれていない中での取材で、受けた組合員さんからのダメだしが多かったことや組合員さんでつなぐことが難しい作業シーズンになったこともあり、パツとしなかったという思いがあります。

コミュニケーションFM放送になくてはならないものに番組審議会というものの設置と意見徴集があり、当JA

役場関係の施設では、小音量でFMはなの放送を受信して職場に流しており、地域を盛り上げていくという機運があります。

番組審議会では、ほかにもリクエストへの曲対応が不足。生番組のパーソナリティにまだまだ訓練が必要。録音による放送が多いのでは？まだまだPR不足であり広報活動に力を入れるべき。などの意見が出されておりま

の長洲豊生産部長も個人的に依頼を受けて審議員となっており。昨年11月に行なわれた番組審議会では開局当初からなかしべつヒューマンコネクションという番組はコーナーとして最高である。町内の様々な人が出演し、情報を伝えてくれるのでさまざまな業種の人に出演してもらえばよいとの評価を得ています。当JAからは高橋組合長を始め、組合員の方々もどんどん依頼を受けて、夕方4時過ぎからの放送に参加し、自身の農産感などを発言してくれています。

連絡先

FMなかしべつ放送株式会社
TEL0153-72-8710
FAX0153-72-8720
〒086 1005
中標津町東5条南1丁目1-1-13
ピアビル2F
番組Web
<http://fmhana.com>

す。(同議事録は番組WEBページに)

1月からは、FM NORTH WAVE(ノースウエーブ)と契約して、平日の午後8時30分から土曜日の午後9時から、日曜日は終日に渡って番組の提供を受けています。

武田社長もCMに参加するアットホームなコミュニケーションFMはな。局長を務める内藤氏は、PR媒体は色々ありますが、情報の伝播性ではラジオが一番。地域の方々にどんどん活用して欲しいとリスナーの獲得と利用される事業者の活用法について提案していきたいと話しております。

町民全体で盛り上げて行きますよ。

所得税の確定申告は.....税務署

税務署からのお知らせ

e-Tax

イータックス

をご利用ください。

1 国税庁HPから電子申告

自宅から国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」を利用して直接電子申告ができます。

3 添付書類を提出省略

所得税の確定申告をe-Taxで行う場合、医療費の領収書や源泉徴収票等は、提出又は提示を省略することができます。

2 最高5,000円の税額控除

平成20年分の所得税の確定申告を、申告期限内にe-Taxで行うと、所得税額から最高5,000円の控除を受けることができます。(平成19年分で適用を受けた方を除く。)

4 還付金がスピーディー

e-Taxによる還付申告は早期処理しています。(3週間程度に短縮)

詳しくは、イータックスで検索 Click!! www.e-tax.nta.go.jp

行事予定表

2009年1月 組合動静

1(木)	元日
8(木)	業務始め組合長年頭挨拶
9(金)	青年部役員会
10(土)	役員新年交礼会
12(月)	成人の日
13(火)	女性部青葉会宿泊研修 ~17日
15(木)	ある定休日 営農協議 ~21日
21(水)	青年部丸山小学校出前授業 東北海道学校農業クラブ連盟実績発表大会
22(木)	女性部新年交礼会(延長の場合23日)
29(木)	第6回 営農委員会 スタンドミーティング 道女性協フレミズ部会全道交流集会 ~30日
31(土)	第5回 生産委員会

2009年2月

1(日)	
2(月)	AI協会講習会 青年部 理事者との懇談会
3(火)	第9回理事会 加工部会 あらかると冬期研修会
4(水)	
5(木)	女性部 役員反省会
6(金)	青年部 PR委員会
7(土)	冬まつり出店 ~8日
8(日)	
9(月)	定例自治監査 中標津乳牛改良同志会定期総会
10(火)	定例自治監査 健康管理会議
11(水)	建国記念日
12(木)	定例自治監査 ヘルパー全道会議 ~13日 女性部フレミズクレエで交流会 青色申告会税務説明会 13:00 ~ 20年和牛女性部研修会 馬鈴しょ栽培研修旅行 ~13日(札幌)
13(金)	定例自治監査 中標津町和牛生産改良組合 定期総会 女性部 第4回役員会 てん菜研修旅行 ~14日(芽室町)
14(土)	冬季交流会(札幌) ~15日
15(日)	
16(月)	青年部 組織強化委員会 女性部 青葉会冬の集い
17(火)	
18(水)	
19(木)	
20(金)	女性部 第5回三役会
21(土)	
22(日)	根釧農試酪農フォーラム
23(月)	第1回熟年役員会 畑対総会
24(火)	女性部フレミズ冬の全道女性担い手研修会(本別)~25日
25(水)	
26(木)	
27(金)	女性部 第5回役員会
28(土)	

じゃがいもで
ラザニア



1月17日のあぐり王国のオンエア
皆様見て頂けたでしょうか?
JA中標津の乳製品なども紹介され
ました。
番組に寄せられた感想でおいしそう・
作ってみたいと大好評だったじゃがい
もでラザニアのレシピです。

材料(4人分)

じゃがいも……………中5~6
チーズ・パセリ……………適量

トマトソース

トマト缶……………1缶
ひき肉……………100g
玉ねぎ……………1個
マッシュルーム……………適量
コンソメ……………小さじ3
塩こしょう……………少々

ホワイトソース

オリーブオイル…大さじ3
小麦粉……………大さじ6
牛乳……………800ml
コンソメ……………小さじ2
塩こしょう……………少々
玉ねぎ……………1個
マッシュルーム……………適量

作り方

下準備
じゃがいもを食べやすい大きさに切り茹でる。
玉ねぎをみじん切りにする。マッシュルームを薄く切る。
それぞれをトマトソースとホワイトソース用と2つに分ける。
トマトソースを作る。
フライパンにオリーブオイルを入れひき肉を炒める。
火が通ったら、玉ねぎとマッシュルームを入れ炒める。
トマト缶を入れ煮詰めて、コンソメと塩こしょうで調味する。
ホワイトソースを作る。
鍋にオリーブオイルを入れ小麦粉を入れて焦げないように混ぜる。
何十回にも分けて牛乳を入れてダマにならないように混ぜる。
なめらかになってきたら、玉ねぎとマッシュルームを入れ焦げ付か
ないように混ぜる。
コンソメと塩こしょうで調味する。
器に重ね入れる。
トマトソース じゃがいも ホワイトソース じゃがいもの順の重
ね何回か繰り返す。最後にチーズとパセリをのせる。
250 のオープンで10分ぐらい焼く。

Recipe

2007年冬のCMポスターより



牛乳には快眠効果があります。

