

中標津町農業協同組合

夢広がる なかしべつ



第61回 青年部通常総会(2009.4.14)



INDEX / 目次

青年部通常総会... 2

北海道農協青年部協議会総会・根室地区農協青年部連絡協議会総会... 3

食品加工交流部会総会... 4

JA中標津×コミュニケーションスペースるるるコラボ企画
道産手づくり味噌作り会... 5

熟年会春期研修旅行「九州の旅」7

第1回理事會報告、夢広がるクロスワード・読者の声... 9

普及の窓「先手必勝!! 春から始めるハエ対策」10

JUMP改良の扉、
中標津乳牛改良同志會審査講習會・新人紹介... 11

学びの空間「カラーセラピー・オーソーマ編」8回グリーン... 12

IDOL 高嶋美空ちゃん(依橋)... 13

夢広がる掲示板... 15

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。



ケータイ用
QRコードはこちら!!

公式Webアドレス

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



第61回 青年部 通常総会

PR委員会は、食農教育班・販売促進班 組織強化委員会の2本体制で新年度展開

4月14日、当農協大会議室で第61回中標津町農協青年部通常総会が行われました。出席者48名で、今回は役員のみスーツ着用としました。議長には依橋支部の福嶋信博さんが選出されました。万全の体調ではなかったようですが、スムーズに総会を進めて下さり、全議案は原案通り承認されました。

議事に引き続き40歳表彰では、議長を務めていただきました福嶋信博さん、そして俣落支部の板橋匠さんと武佐支部の真野一美さん（欠席のため支部理事が代理）が表彰されました。福嶋信博さんと板橋匠さんからは残る部員へ向けて励ましや温かい言葉をいただきました。また20年度のMVP部員に丸山小学校とのコラボ事業に大きく貢献してくれました武佐支部の篠永務さんが選ばれ表彰されました。続いて、新規加入部員による自己紹介が行なわれました。

今回も前回同様、多数の出席や事業に対する質問などあり、大変有意義な総会

だったと思います。

総会終了後、PR委員会と組織強化委員会の2委員会による合同委員会を開き、21年度のスタートを切りました。昨年の4委員会体制から2委員会体制となり、PR委員会は食農教育班と販売促進班に分かれ活動してまいります。各委員会がさらに充実した活動になるよう部員の皆さん頑張ってください。

（組織強化委員長 井上直人）



小川 竜樹（当幌支部）



片野 智生（俣落支部）



土井上佳且（武佐支部）



武田 翔平（俣落支部）



服部 友和（俣落支部）



阿知波秀晃（開陽支部）





冒頭挨拶する越後会長



最前列で気合充分な舟橋、小沼



平成21年度体制を力強く牧新会長挨拶



退任の挨拶で

北海道農協青年部協議会

With you 食の原点へを

スローガンに、「牧」新体制でスタート

第58回目となる北海道農協青年部協議会の通常総会が4月2日、札幌のホテルモントレ札幌で開かれ、全道各地の盟友が集まり、各議案ともに原案通り承認されました。当JA青年部からは、藤田副部長と、小沼大くん、舟橋祐太くんが代表で参加。根室地区監事の中本信幸さんと全道副会長の佐々木大輔さんもJA中標津青年部に席

を置きます。

小沼くん、舟橋くんは会場の一番前に席を取り気合充分でした。総会の前に行なわれた、研修会では、昨年の全道総会前の研修会に来ていた、空の便の運行状況が悪く到着が間に合わず、聞くことができず、主催者の協議会として、そのリベンジとなりました。青年部活動のあり方と全国各地の取り組みを「地上」副編集者という立場から神園太郎氏に実例を挙げてお話しいただきました。

また、JA根室青年部が手作り看板コンクールで最優秀賞（全国では全国消費者団体連絡会賞受賞）、JA全青協HPコンクールにおいてJAべっかい青年部がJA青年組織の部でHP大賞を受賞したことを紹介されました。

総会議事終了後の挨拶では、20年度役員からひと話され、当JA青年部から一年間副会長の重責に付いていた佐々木大輔副会長からも退任の挨拶をいただきました。

平成21年度新体制は上川の牧清隆会長を中心に、根室からはJA道東あさひの白井貴之氏が監事の任に着きました。

根室地区農協青年部連絡協議会

第58回 通常総会

CHALLENGE

～未来につなげる強い農業であるために～
を地区統一スローガンに
白井会長再任スタート

根室地区農協青年部連絡協議会の第58回通常総会が4月24日に根室農業会館で開かれ平成20年度収支決算、平成21年度収支予算案、賦課金徴収方法、60周年記念にかかる特別徴収負担金の徴収案として、21年度から23年度までの3力年で1盟友当たり500円/年の経費負担を行なう、規約の変更について、役員改選についての全6議案が全員一致で承認されました。



新役員については会長「白井貴之（道東あさひ）、副会長に中本信幸（中標津）、鈴木直良（計根別）、監事に猿谷忠義（中春別）、監事（兼任）中林誠司（中標津）」となりました。

乳質改善共励会については、達成割合による序列で中標津は、生菌数4位、体細胞で5位という順位でした。

食品加工交流部会 第8回通常総会



4月17日、JA中標津大会議室にて、部会員25人出席のもと、JA中標津食品加工交流部会の第8回通常総会が行われました。部会員数31人で平成21年度をスタートしました。

松田幸子部会長から、「今年度も部会のみなさんの協力により、クレエまつりを初めとした様々な活動を行うことができました。また、私自身もたくさん学ぶ機会を与えて頂きましたことを感謝しております」と挨拶。来賓のJA中標津高橋勝義組合長より「この1年、部会長を中心に沢山の活動を展開してきたことに敬意を表します。女性部からの要望によって補助事業を利用しながら建てた交流施設。今年度の印象深い取り組みのあぐり王国の撮影協力では、当日まで大変苦労があったと思いますが、交流施設を有効利用しながら、多くの地域にJA中標津の女性がいきいき活動していることが伝えられた事を良かったと思っています。また、改めて食の原点と感じました。今後、JAと加工部会と協力しながら、JA事業を進めて参りたいと思います。色々な場面で交流施設を有効利用しながらの前向きな活動を期待していきます」と祝辞をいただきました。

平成20年度事業として、活動成果の発揮の場、消費者との交流を通して地域農業への理解・地産地

消費推進などの活動として、ランチバイキングと加工品の販売を行ったクレエまつりの他、加工体験の受入やAコープ店内での試食とレシピ配布、あぐり王国の撮影協力を行ったこと、部会のグループ活動の活性化を目的にグループ間の交流の機会を設けたことなどが報告されました。

平成21年度事業は、「食」乱れを強く感じる昨今、中標津町が生み出す農業の魅力と食・農・命のつながりや大切さに目を向け、ひとり一人が率先して学び、様々な交流を通して中標津産の付加価値化、地域の活性化、食の見直しを目指し活動を展開します。また、部会設立から8年目を迎え、いま一度、部会の目的を念頭におきながら充実した活動を目指していきます。

新役員

部会長 中司 俊枝
 副部長 乾 美佐子
 会計 瀧ヶ平良子
 監事 藤井直雄美



J A 中標津
コミュニケーションスペースるるる
コラボ企画

道産手づくり味噌作り会

in 農業農村交流施設(クレエ)



4月23日、J A 中標津農業農村交流施設クレエで、中標津町内で子育てコミュニケーションスペースを展開している「るるる」と当J Aによる北海道産の米糶と大豆を使った味噌作り会が行われ、町内外の女性16人が参加しました。各自、あらかじめ柔らかく煮た大豆を持参しての参加となり、まず大豆の柔らかさをチェックから開始。圧力鍋で煮ると柔らかくなりやすいのでオススメです。

味噌作り講師の佐々木幸恵氏(るるる)から、豆を潰す作業から塩蓋をするまでの行程の説明後、各自が実践しました。初顔合わせという雰囲気を感じることなく和気藹々とした中で、参加者全員が30分程で完成しました。

手作りならではの美味しさが、半年から1年後には楽しめる予定です。

参加者の声を一部紹介します

- 30分の作業であっという間にできあがってすごく簡単でした。初めての人、今まで作ったことのある人がいて色々お話が聞けて楽しかったです。
- 手作り感がすごく魅力で、自分で作るには自信がなく...このような場はすごく良かったです。
- 初めての味噌作りで、考えていたより簡単でまた作ってみようという気になりました。先生の説明もわかりやすく良かったです。家でもまた作ってみます!!全く知らない方と一緒に、新たな刺激が受けられて良かったです。
- 思っていたより簡単に出来たのでビックリ!また、自分でも作ってみようと思いました。町の若いお母さん達もたくさん参加していて楽しかったです。
- 作ってみたいと思っていたので、教えてもらえて良かったです。家でも作ってみます。
- 2回目なのですが、マッシャーを使って大豆を潰すのは初めてで、思いのほか、簡単にできてびっくりでした。
- 今回のような機会がないと興味があってもなかなか作らないので、教えていただいて良かったです。子供のいるお母さんもたくさんきていたので、子供をきっかけにお話をすることができました。
- 楽しくおしゃべりしながら作ることが出来て良かったです。
- 色々な人との交流ができて楽しかったです。あるで、味噌作りセットが売っていると助かります。



熟年会

春期
研修旅行

九州の旅

道東より2ヶ月早い気候の中、

五島列島を含む

九州横断の旅を満喫

熟年会の春期旅行が4月21日から25日の4泊5日で20人の参加、男性11人女性9人、5夫婦により行なわれました。行程は春の九州・長崎空港～五島列島～島原～雲仙普賢温泉～由布院～別府～福岡空港といった内容。最終日に若干の雨模様になったもののすぐ上がり、全行程ほぼピーカン照りの天候で、寒くも無く過ごしやすい旅となりました。

1日目

弾正原正春熟年会会長を団長にバスで釧路空港まで、羽田で乗り換え、長崎県に降り立つと、午後4時近く、日本列島の長さを再認し、まだ明るい長崎県をバスで移動・原爆資料館～平和公園を移動6時を過ぎてても明るい長崎、坂の街長崎の山

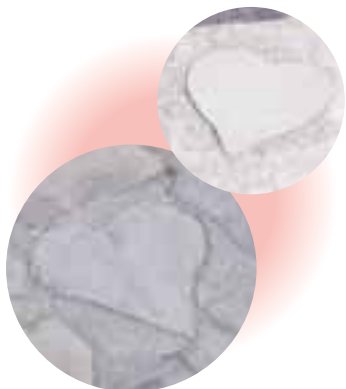
の中腹にある長崎ホテル清風

では、夕方の景色から煌びやかな1千万ドルの夜景（長崎県観光協会による）、陽の登る朝焼けを堪能でき、いいお湯と食事と宴会で盛り上がりました。

2日目

今回の旅行もツアーガイド

に農協観光・佐藤恵美さんに入っていた。だき、早朝8時30分バスはホテル出発です。国宝の大浦天主堂からグラバー園内まで徒歩で散策、眼下に広



がる長崎港を望むグラバー園（亭）はハート型の石が園内に2つあり、2つ見つけると異性への思いが叶うとか？、長崎港から高速艇ジェットfoilで約1時間30分の航海、五島列島の島五島市福江港からはバスで、キリシタン資料館であ

る堂崎天主堂へ。世界遺産登録にもなる可能性があるとのこと。記念写真をパチリ。キリシタンの弾圧についてバスガイドさんに教えていただき、酷いものだったことを再認しました。街中に残る城（現「学校」と武家屋敷は角を曲がったら剣士が出て来そうなところ。鬼岳は登れる人は全員徒歩で上り、鑑瀬（あぶみせ）溶岩道路展望台では、さわやかな風を受けながら五島列島の島々や山並みを堪能しました。

3日目

快晴の五島列島2日目、魚藍観音展望台から海を見下ろす。そして、眼下には北海道の東の海岸では見られない白い砂浜。海パン忘れたから泳げないのが残念。グラデーシ





3つの展望台を巡った4人



ヨンが綺麗な海と空のコラボレーション。大瀬崎断崖展望台では3カ所の展望台のアップダウンを歩いて全部巡る元気チームも居ました。街中へ戻り、昼食を取った後、福江港から長崎へ、そして、雲仙普賢岳の噴火で有名な雲仙温泉を宿に。

折り返しの3日を過ぎても皆元気で出発。雲仙普賢岳被災地公園は流れ出た溶岩流の下になった家屋をそのままに保存してある公園。避難勧告を受けて非難していたので、死者はゼロでした。よかったです。ただし、その前には報道人や急な噴火のために死んだ方々も周辺の町にはいたそう。島原について、バスごと高速船フェリーで熊本港へ。阿蘇山へ向かい阿蘇ファームランドで、地産地

4日目



折り返しの3日を過ぎても皆元気で出発。雲仙普賢岳被災地公園は流れ出た溶岩流の下になった家屋をそのままに保存してある公園。避難勧告を受けて非難していたので、死者はゼロでした。よかったです。ただし、その前には報道人や急な噴火のために死んだ方々も周辺の町にはいたそう。島原について、バスごと高速船フェリーで熊本港へ。阿蘇山へ向かい阿蘇ファームランドで、地産地

消の昼食をいただき、阿蘇山の草千里までバスは進みます。阿蘇は、赤牛や食用の馬が放牧されていますが、最近では黒毛の人氣も高まっているようです。また、牛馬優先、牛が道路に寝ていた場合は起きるまで待つのがルールです。由布院の金鱗湖で周辺をしばし散策。非常に趣のある古民家や歴史の感じられる施設が多く、観光バスがひっきりなしに来ていました。宿は別府のパストラルホテル。最後の夜なので、思う存分歌って踊っての宴会、地元の方々



雨模様の天気。バスは別府の名物地獄巡り。温泉の湯気が街のあちこちで上がっています。血の池・海の池。泥が上がってきて池を赤く見せる血の池地獄。温泉の成分が青く見せる海の池地獄。後は、福岡空港から東京羽田・釧路空港へのフライトで元気に皆中標津へ帰還しました。ガイドの佐藤恵美さんから来年末、元気に会えるように健康の貯金をして下さいね。いい言葉をいただき、中標津に着きました。

5日目

ともに大いに交流しました。



Crossword Puzzle

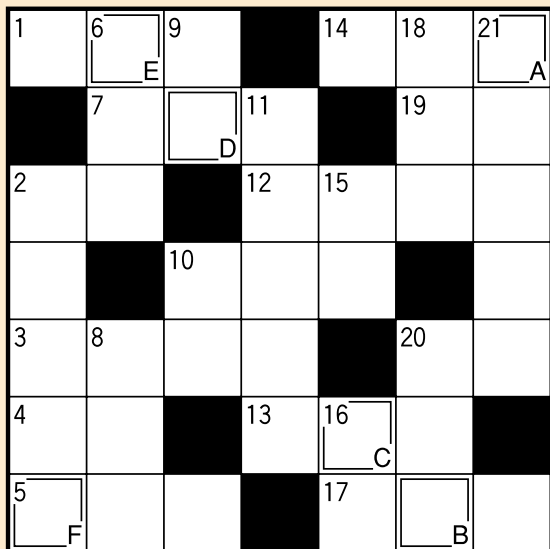
夢広がる クロスワード

出題 / ニコリ



4月号クロスワードの解答 『ハナグモリ』

4月に入組した、
信田奈津見に抽選し
てもらった4月のク
ロスワード当選者は
弾正原真由美さん（第
2俣落）、佐々木美恵
子さん（俵橋）、保科
妙さん（第2俣落）
の3人でした。おめ
でとございます。
「ひと月経ってちょ
っと仕事に慣れてき
ました。当選された
組合員の3方おめで
とございます。受
付で今後とも皆様と
お会いできるのをお
待ちしていますね」



二重マスの文字をA～Fの順に並べて
できる言葉は何でしょうか？

第1回理事会

開催月日 平成21年4月17日
開催場所 農協中会議室

決議事項

- 1 法人税等調整額の計上に伴う税効果積立金の取崩について
- 2 平成20年度決算及び利益剰余金処分案について
- 3 第62回通常総会提出議案について
- 4 総会提出決算関係書類の監事への提出について
- 5 平成21年度内部審査実施計画の承認について
- 6 平成21年度信用供与等限度額の決定について

- 7 平成21年度貸付金利率の最高限度の決定について
- 8 平成21年度余裕金の預入先の決定について
- 9 資産査定について
- 10 各種資金の借入申込みについて
- 11 新規組合員加入者及び新規就農予定者について
- 12 休農者の精算見込みと利息軽減について
- 13 平成21年度中標津町農協総合共進会及び第2回なかしべつ牛まつりについて
- 14 畜産経営生産性向上支援リース事業申請について
- 15 生活店舗課担当者使用車両のリース契約更新について

報告事項

- 1 平成21年度3月末組織状況及び四半期報告について
- 2 平成20年度組合員の加入状況について
- 3 平成20年度生乳生産状況について
- 4 平成20年度乳質改善共助会の結果について
- 5 平成20年度酪農生産基盤改善支援対策事業実績について
- 6 肉牛生産センター格付け調書について
- 7 乳牛・育成牛販売取引先構成比について

読者の声

高知春野からの使者

「今日は宅急便で〜す」の声に玄関先には大きなダンボール箱が。届け先は私：依頼主はJA高知春野：？心当りはありません。恐る恐る開けて見るとそこには黄色く大きな艶やかな文旦がずらり。クロスワードの当選プレゼントだったのです。産直の味は瑞々しく程良い酸味と甘味格別です。さっそく知人にもお裾分け。当選のプレゼントを頂くのも嬉しいのですが自分の拙い文章が活字になる私です。皆様も参加してみませんか。楽しいですよ。

南国の香り漂う文旦が
届きし我が家 春を先取り

PN/スターチスさん

😊スターチスさん。届いたもので歌を詠んでくれてナイスです。土佐文旦はどうでしたか？2月に東京へ研修へ行かせてもらい、全国各地に知り合いができ、JA間交流をさせていただいております。こういった形で、地域の特産品のやり取りができればいいなあと考えております。次は何が届くか楽しみなクロスワードになりますね。ちなみに、土佐の名人松田さん宅の文旦だそうです。皮で文旦マーメイドを作ったりしてみてください。また、格別だと思えますよ。

タテのカギ

ゆったりのんびりした気分です
リレーで手渡していくもの
ニュージーランドの飛べない鳥
紙袋の口にノリをつけて をする
木が腕のように伸ばすもの
川の両側に広がる平らな場所
じゃんけんのチョキは、はさみ、グーはこれ
すしになったり、おにぎりになったり
魚のすり身で作るハンバーグのような料理
商売に失敗し が傾く

①いずれアヤメか

ヨコのカギ

きれいな緑を保つには、結構手入れが大変
「割」の100分の1
料理を注文する前に出てくることもあります
空振りすると切ってしまうもの
煮炊きのこと 場
価値が同じこと
近くのものがよく見えません
きちんと並んでいます
体操や呼吸法による中国古来の健康法
ミントともいいます
ラーメンの定番の具
木の胴体
ココで風を切って歩くのは威勢がよくて
得意な気分のととき

なんでもいいんですよ

チューリップの葉先が1日1日のび
春だーとの実感！桜の咲く頃のドラ
イブとても楽しみます。そしてこの
時期阿寒岳、摩周岳、武佐岳、羅臼
岳への残雪大パノラマ大好きなんで
すよね。いやな事も忘れてしまうほ
どの眺望。四季おりおりの姿を楽し
ませてくれいつももうっとう眺めてい
ます。何かの集まりの時、クロスワ
ード解けるんだけど一言コメント書
けなくて応募できないんだあとの声
ありました。何でも少しでもいいの
にと言っておきましたよ！

PN/夢見人さん

😊ひと言コメントを必ず」といっても
書き忘れてファックスで送信してし
まう方がいます。抽選の対象外にな
ってしまいますのでご注意下さい。



知床雪壁ウォークというイベントにて羅臼岳 4/18

それに、内容は何でもいいんですよ。
ほんとに。で、少しでも書きやすい
ように、最近ではお題も設けています。
言いたいことあるでしょ？

考えることで脳みそのしわも増える
ので良いですよ！

FAN TO DRIVE

結婚してからはじめて主人と2人き
りのドライブ旅行を楽しんで来まし
た。中年になったお互いを少しは解
りあえる気になった2日間でした。
留守番をしてくれた息子（「ゆっく
りしておいで」とやさしい事をいつて
くれました）に感謝しています。息
子にもステキなお嫁さんが春と一緒
に来ますように。

PN/さくら子さん

😊2人きりのドライブ旅行。いつといて！
と送り出す青年はカッコイイ！そう
いうやりとりが回って、家族力がア
ップするのですよね！父親の協力も
必要ですすね！ナイスな家族だ！

同封の回答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、ファックスでご応募下さい。

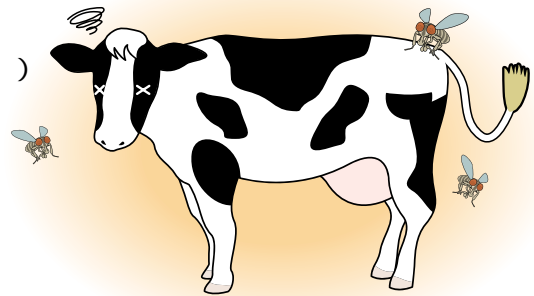
先手必勝!! 春から始めるハエ対策



毎年、初夏からハエがうろろし始めます。このハエたちは一体どこから来るのでしょうか？
秋にはサシバエが繁殖のために吸血します。FS牛舎で牛が1カ所に固まって立っている姿や
TS牛舎で搾乳時に牛がうるさくなるのを目にします。サシバエによる吸血は牛や人にとって
大きなストレスになります。ハエ対策の基本は発生源を減らすことです。これらは日頃の環境
管理から始まります。今年は春先から対策を始めて、ハエの少ない農場を目指しましょう。

その1 ハエとは?? 相手を知る

水分60~80%を好んで繁殖。(堆肥は絶好の繁殖場所です!)
卵から羽化まで11~16日間程度 4kmの飛行能力
サシバエは雄雌両方吸血する。
暖かいところ、明るく、仲間がいるところを好む
天井、壁、草むらなどで休息する。



その2 対策のキーワードは乾燥

酪農場では乾燥させる事が難しい場所がたくさんあります。しかし、放っておくと農場のハエに繁殖場所
を提供するばかりです。乾燥はハエの餌を減少させると共に増殖環境を悪化させます。
一時的でも乾燥は有効ですのでハッチ周辺、餌槽、水槽周りは定期的に掃除をして乾燥させます。

その3 ハエをふやさない

発生源をつぶす。(草刈り・除糞・清掃)
成虫対策を行い、密度をへらす。(トラップ・資材の利用)
資材の一例 薬品の取り扱いには十分留意し、指示事項を確認してください。

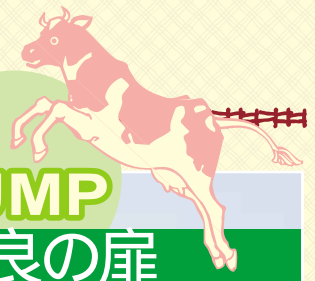
資 材	利 用 方 法
ウジキラー顆粒など	幼虫対策：ウジの発生源に利用
有機リン系薬剤（アルファクロン）など	成虫対策：誘因トラップなどにも利用
ハエ取りシート	成虫対策：明るく暖かいハエのよるところに設置

その4 乾燥を視野に入れた日常の管理

堆肥はエプロンやパドックに放置せず、速やかに堆肥舎へ入れるなど、すぐに牛・牛舎から離す。さらに
堆肥盤周辺の除草、れき汁に火山灰などをかぶせて押さえておく。
毎回徐糞されない部分を乾燥させる。スコップで取
って出来るだけ乾燥させる。
水槽回りを定期的に掃除し、ジクジクとした湿った有
機物を取り除く
ハッチ下は定期的に乾燥させる。早めに敷料交換。地
盤に新しい火山灰などを入れる。
牛舎内で換気扇をまわし、空気を動かし換気を行う。
処理室では網戸・ハエ取りシートなど資材の利用。
HPにも事例があります

3月号への補足

先に発行されましたJAたより3月号 普及の
窓の記事について補足させていただきます。
~バンカーサイロの補修を検討~について
工法の特徴部分
アスファルト施工の現状の利点としてコンク
リートに比べて酸に強い。があげられます。



JUMP 改良の扉

中標津乳牛改良同志会審査講習会

福村稔氏を講師に 牛序列付け方法論学ぶ



4月18日(土)ホクレン根室地区家畜市場にて中標津乳牛改良同志会審査講習会が開催され、Jrホルスタインクラブ・各組織・関係機関などを含め総勢56名が参加されました。講師には福村稔氏が務め、審査比較の説明だけではなく、長命連産に望ましい各部位の構造や現在多く見られている部位の欠点など挙げられた中で今後の改良点などについてい



明いただきました。
説明を踏まえて未経産・経産の各4頭の2クラスで審査講習が行われ、参加者は真剣に序列付けを行い数名に講評した後、講師から序列付け講評がなされ、参加者全員が納得のいく講評でした。
審査講習後は牛のリード講習が行われ、Jrホルスタインクラブ会員・同

志会若手会員が主にリードを行い、講師から適切なアドバイスや説明がなされ、真剣に耳を傾けていました。

講習会後は焼肉を囲んでの交流が開催され、参加者間の親睦・交流が深められました。
共進会シーズンが幕開けとなり、出品・観戦される方には本日の講習会を基に良い成績・牛の見方に役立てながら今後の牛群改良に活用頂きたいと思えます。

新人紹介



営農部
家畜改良課
家畜改良係

たか はし たか よし
高橋 孝嘉

この度、家畜改良係に配属されました高橋孝嘉と申します。

中標津町農協に入組する前は、伊達市農協で2年間人工授精師として働いていました。中標津町農協では、伊達市農協で2年間学んで来たことを活かして仕事をして行きたいと思っています。

人間としても、人工授精師としてもまだまだ未熟ですが、一生懸命がんばりますので、よろしくお願い致します。





雪もすっかり融けて
 緑が多くなってきましたね。
 ということで、今回はGreen（緑色）
 についてお伝えしようと思います。



みなさん、虹は七色って言われてますよね？

どうも、地域や民族、時代によって色の種類や数が違うそうなんです。日本は一般的に7色と言われています。では、色の並び順ってわかりますか？外側から順に、赤・橙・黄・緑・青・藍・紫という順番で並んでいるそうです。

では、今回のテーマである「Green」はどの位置かというところ、「Green」は虹の真ん中に位置しているんです。

人間が捉えることのできる波長のうち、一番長い波長の色がレッド（赤色）、一番短い波長の色がバイオレット（紫色）、そして中間の波長が「Green」（緑色）なんです。

（虹の配色を見ても外側の赤が長く、一番内側の紫は短いでしょう。）

Greenは長くもないし、短くもないちょうど真ん中にあります。

そのため、Greenには「中間」という意味もありますし、色のメッセージでも「調和とバランス」というのがあります。

バランスが取れていること（平均的なこと）を好んだり、人との調和を大事にしたりすることを求めます。

Greenが好き人や、Greenに惹かれる人は、バランス感覚が優れているので人間関係もだいたいどんな人とも合わせていくことができる人と言えるでしょう。

それから、リーダーの才能もあるそうです。支配的・支持的なリーダーというよりは、人の能力を見極めてその

人に適した仕事や配置ができる調和型のリーダータイプで、自分自身の手柄よりチームとして何かをやり遂げることと喜びを感じるタイプの方です。

それから、Greenに対応するチャクラは、心臓の辺りに位置する第4チャクラで、「ハートのチャクラ」とも言われます。そのことから、「ハートの人・真実の人」という意味もあります。

人の気持ちを大切に、優しくや思いやりがありますが、その反面「真実の人」なので真実を言いつぎて周りをヒヤリとさせてしまうこともあるかも。それは、自分も相手もハートで関わりたい、愛情を持って本音で付き合いたいと思っているからです。

だから生き方に関しても、求めるものは「真実」。

本当にやりたいことや満足すること、好きなことを探求する傾向があります。だから即決はしないで自分のペースでじっくり時間をかけて選択するので、周りから見たらのんびりやさんのマイペース、優柔不断で物事を決めるのが遅いと思われるかも知れませんが、実はじっくりじっくり吟味しているんです。

そして「Green」にはもう一つ「スペース」という意味があります。

自分の時間や空間などのスペース、心のゆとりのスペース、人間関係でのスペースなど色々ありますが、そのスペースが十分に確保できていない時は、なんとなく不自由さを感じたり、時には怒りや悲しみ、嫉妬も感じるかもしれません。

どんなにネガティブな感情も、人間なら持っている当たり前です。感じてはいけない感情なんてありません。でも他人にそのまま感情（怒りなど）をぶついたりイライラを撒き散らしたりするのは、言葉の暴力にもなりますし、相手を傷つけることになるので有効な手段とはいえませんね。

怒りや嫉妬を感じることは自然なことだけど、自分の責任できちんとケアしてあげる必要があります。

そういう時に「Green」は、そういった感情を和らげリラックスやリフレッシュすることを助けてくれる効果がある色と言われています。

お仕事やお勉強を頑張りすぎたり、ちよつと疲れやストレスを感じていたら、Greenを取り入れてリラックスしてみるのはいかがですか？

暖かくなってきたので、森林浴や公園をお散歩するのもいいかも！😊

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



フットパスのルールは

ゲートを閉め忘れない、バラ線を外さない。火気危険の回避として、くわえタバコ禁止。家畜、建物、機械に触れない。ゴミは持ち帰る。野生動物、木々などの植物を傷つけない。川や湿地を汚さない。犬の持ち込みは禁止。山菜狩りにフットパスを利用しない。酪農地帯なので、牛糞、馬糞はあって当たり前。地権者への感謝を忘れない。挨拶や交流を大切に。



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

中標津 弟子屈間69・4 km 今年はどこまで延びるかな

なかしべつに歩く道をつくる会のフットパスを「北根室RANCH WAY」「KIRAWAY」（キラウェイ）と言います。

中標津町交通センターをスタート地点として、根室・中標津空港を経由、櫻井牧場さんのご好意で牧場内を通行させてもらい、開陽台まで向かう第1ステージ14・8 km。開陽台からレストラン牧舎へ向かう第2ステージ9・7 kmは山口牧場さん、保科牧場さん、松岡牧場さん、沖牧場さんのご好意により牧場内を通過させてもらっている道です。第3ステージの8・5 km、第4ステージの16・6 kmは未開通ですが、弟子屈町JR美留和駅までの第5ステージ11・2 km、第6ステージの8・6 kmは開通済みです。酪農地帯の歩く道なので酪農家の皆様のご協力が必要で達成できないこともあります。

この生キャラメル。オール北海道材料で！をコンセプトに、さらに、野菜を蒸気加熱し酵素でペーストにしたものを練りこんだもので、野菜の栄養はもちろんで野菜の甘さを活用していますので糖分が3分の1カットされ、「口の中で溶けていく」食感も味もたまりません。

サラダ生キャラメルと名づけられた同商品は、キャラロット（にんじん）、エダマメ（枝豆）、ポテト（じゃがいも）、パンプキン（かぼちゃ）味で展開。生キャラメルの要である生クリーム部分に当農協のフレッシュクリーム（生クリーム）を使って作られているのが最大の特徴であり、皆に教えてあげてほしいところでもあります。

また、じゃがいもも時期によっては中標津で穫れたワセシロ＝伯

当農協のフレッシュクリームが要の逸品です

クッキングキャスター 星澤幸子先生監修の「サラダ生キャラメル」

爵いもが使われるのだとか。ここまでは来ると甘味料であるてん菜糖もそうか！となりますが、てん菜糖の原料はもしかしたら中標津から山向こうへ運ばれたものが使われている可能性がありますね。

当農協と取引があるグリーンパートナーさんによる、野菜加工技術の一つ。加熱水蒸気製法が野菜の旨みを素材に閉じ込めることで、甘みをそんなに必要としない。野菜本来の甘みを楽しめる、大変ヘルシーな生キャラメルであること付け加えておきます。

値段は840円で10粒入り。冷蔵庫で冷やして、紅茶や珈琲と一緒にゆっくり食べるといっそうおいしいですよ。牛乳消費日本一の町に中標津がなるために重要な役割を担う商品といえるでしょう！

販売場所は、札幌＝どさんこブラザ（札幌駅西コンコース北口側）、道産食彩HUG（狸小路南2条5丁目）、東急百貨店TOKYU札幌店（中央区北4条西2丁目）、当農協でも販売を開始いたします。

ゴミ拾い会のご案内

ミルクロードは
俺たち・私たちが守る！
～自然の番人 シーズン2～

昨年4月、不法投棄の鬼退治と
いうことで、自然の番人宣言をし
た根室管内の各市町村にあつて、
JA中標津もその協力にあたるこ
とを決め、JA中標津青年部もこ
の協力で賛同。女性部も例年この
時期に奉仕活動としてゴミ拾いを
行なっていることから、平成21
年5月13日に、昨年同様のかたち
をとりつつ、FMはなさんの協力
も借りて、趣旨に賛同できる方々と一緒にゴミ拾いキ
ャンペーンを展開します。

ゴミを拾う場所は昨年同様に加藤石材さん、もりた
セレモニーホールさん付近の交差点を武佐方面と川北
方面に向かう往復道路とします。なお、集合場所はも
りたセレモニーホールさん。昨年の反省から、トイレ
ももりたセレモニーホールさんのお借りできるよう
に話をしてあります。

昨年の参加者からは、ゴミ拾いに対する理解の声が
聞かれていたのですが、あの道を通る誰かが捨ててい
る。不法投棄は量にかかわらず、50万円以下の罰金
になりますので、誰が見ているかわかりませんよ！気
をつけてください。

ということで、町内奉仕活動として賛同できるかた
のご協力をお願いいたします。当日10時集合。荒天
中止とします。雨天の場合でも集合までは行ないます。
みんなでいいこととして牛乳で乾杯しましょう！



中標津B & Wショウ開催!

第48回

シニアチャンピオンに
アースイストリコライス ケイト ET号

4月25日(土)ホクレン根室地区家畜市場にて第48回中標津
B & Wショウが開催されました。天候にも恵まれ、太陽の
あたたかい日差しの中、屋外審査場で行われました。

ショウには21戸45頭(未29頭、経16頭)の出陳があり、
今年もデリー・キャラクターに富んだ優秀な乳牛が集まり、
「中標津ホルスタイン」の質の高さをアピールしていました。

審査員には、計根別酪農家 本田勉氏があたり、スピーディーかつ的確なジャッジで執り行われました。
また、デリー・クイーンには信田奈津見さん(管理部管理課)が務めショウに花を添えました。

尚、審査の結果はシニアチャンピオンには佐々木宏之さん出陳のアースイストリコライス ケイト ET号、
シニアリザーブチャンピオンには福嶋信博さん出陳のハッピーランド ダンディ ミッキー スギ号、ジュニア
チャンピオンには佐々木宏之
さん出陳のアースイスト
アスター ネット ゼニス マリ
リー ET号、ジュニアリザ
ーブチャンピオンには中川将
さん出陳のセンターリバー
ピース ラブシック号がそれ
ぞれ栄誉に輝きました。

本共進会が共進会シーズ
ンの始まりとなりますが、出品
者の皆様方には各共進会にて
優秀な成績を収めて頂きたい
と願っております。



行事予定表

2009年4月 組合動静

- 1(水) 歓迎会 19:00~、青年部 監査
- 2(木) 青年部 全道総会~3日
- 3(金) 女性部 第1回三役会
- 6(月) 中山間事業監査、青年部 新旧役員会
- 8(水) 加工部会 新旧合同会議、野菜栽培講習会
グリーンクラブ全体会議
- 9(木) 馬鈴しょ栽培講習会、馬鈴しょ全体会議
- 10(金) 農協総合共進会・牛祭り全体会議、青年部 新旧役員会
- 13(月) 第1回営農委員会、女性部 青葉会加工体験交流会
青年部 総会前日準備、タイヤ・オイル取りまとめ
第1回生産委員会、青年部 通常総会
- 14(火) 第1回管理購買委員会、ある企画会議
- 15(水) 中山間事業役員会
- 17(金) 第1回理事会、根室A協50周年記念祝賀会
加工部会 第8回通常総会
- 18(土) 乳牛改良同志会審査講習会、加工部会第1回役員会
- 20(月) 決算監査、家族協定調印式
根室和牛協議会創立総会
- 21(火) 決算監査~24日、熟年会春期研修旅行~25日
- 23(木) JAMソづくり会(クレエ)
- 25(土) 中標津B&W、ミルクの里オープン
- 27(月) アルード農機展~28日
- 28(火) 酪対役員会、馬事振興同志会役員会
女性部フレミズ春の集い
- 30(木) SSミーティング

2009年5月

- 1(金) 憲法記念日
- 2(土) みどりの日
- 3(日) こどもの日
- 4(月) 振替休日
- 5(火) 女性部 勉強会
第1回地区酪対役員会
- 6(水) 第2回理事会
企画会議(係長以上)
ヘルパー会議
春の園芸市
- 7(木) 春の園芸市
- 8(金) 農協酪対総会、乳検組合総会、中山間総会
じゃがも伯爾まつり&ふれあい広場実行委員会
青年部地区会議・ホクレン意見交換会
一斉ワクチン接種~15日
- 9(土) 女性部・青年部合同奉仕活動(ごみ拾い)
加工部会 体験受入
- 10(日) コントラクター研修
加工部会 交流施設全館清掃
- 11(月) 管内担い手担当者会議
- 12(火) 熟年会報告会
- 13(水) 役員視察研修~20日
- 14(木) 女性部ボウリング交流会
一斉ワクチン接種
- 15(水) 女性部 第2回役員会
職員・青年部 ボウリング交流会
- 16(金) 女性部フレミズ勉強会予定
- 17(土) 根室B&W
俣落地区牛祭り
- 18(日) 当幌地区牛祭り
- 19(月) 地区別懇談会
加工部会 第2回役員会
- 20(火) 地区別懇談会
- 21(水) 地区別懇談会
- 22(木) 地区別懇談会
第2俣落地区牛祭り
根室地区女性協フレミズ交流会
青年部 地区スポーツ交流会
- 23(金) 地区別懇談会
根室地区女性協OG会
- 24(土) 地区別懇談会
北海道B&W~31日
武佐地区牛祭り
花の苗配り
- 25(日)



P5で紹介した道産手づくり味噌作り会で作った味噌の作り方です。



材料(3~4kg分)
(4人家族で3ヶ月分の味噌)

- 米糶..... 1kg
- 大豆..... 1kg
- 塩..... 500g

Recipe

作り方

大豆は、水で洗って一晩たっぷりの水に浸す。水を吸った大豆は2倍強に膨れ上がるので、余裕のある容器を使って浸す。
大豆を鍋で、2時間目安に煮る。水は大豆に対して、ひたひたよりも少し多めにして沸騰させる。沸騰すると灰汁が出てくるので取り除く。(水がこぼれないように注意してください)
お塩と米糶を、よく混ぜ合わせておく。大豆の硬さが親指と小指で、容易につぶれるぐらいの柔らかさになったら、ざるを使ってゆで汁を切る。
マッシャー(又はミキサー)を使い、大豆を熱いうちに潰す。
人肌まで冷ました大豆と『』の米糶とお塩を大豆とよく混ぜる。その時に、煮汁を少しずつ加え硬さを調節する。よく混ぜたら、味噌玉をつくる。(ソフトボール位の大きさに丸めます)
『』を味噌の容器に空気を抜くように投げ入れ、表面を平らにし、ラップをかけ、塩蓋をします。
半年から1年涼しい場所で寝かせたら出来上がり。



2007年冬のCMポスターより



牛乳にたっぷり含まれているカルシウムには、心身を安定させる効果があります。