

2010
5

Vol.425

INDEX / 目次

- 早春の賦〜平成21年度に思う…2
- 第62回 青年部通常総会…3**
- 第9回 食品加工交流部会総会…4**
- 女性部のページ 全道女性部総会、
中標津JCC×女性部異業種交流…5
- 第13回理事会・第1回理事会
夢広がるクロスワード、読者の声…7
- 生活習慣病予防の健診ガイド…9
- なかしべつ野菜産地を目指して！〜ムダを減らす野菜の保存法…11
- 中標津乳牛改良同志会審査講習会、口蹄疫に関する…12
- 普及の窓〜放牧への移行はスムーズに…13
- 夢広がる掲示板…15



第62回 青年部通常総会 (2010.4.13)



シンボルマーク「笑味ちゃん」
が「よい食」を全国に広めています。

詳しくはホームページで

よい食

中標津町農業協同組合

夢広がる
なかしべつ

JA中標津



ケニタイ用
QRコードは
こちら!!



「早春の賦」

平成二十一年度に思う

陽 春の候、組合員始め、ご家族の皆さんに於かれましては、中々春の陽射しが感じられぬ日々の中で、飼養管理、圃場作業準備と忙しく過ごされていることと推察申し上げます。

農協も決算を終えたところであり、ここで関連する動きについて、何点か絞って報告させていただきます。平成21年度を振り返ってみます。平成21年度を振り返ってみます時、エサ、肥料、燃料の不確定要素のある中で一年が始まりました。農協運営も厳しい対応になると想定し、組合員に理解いただき役員一丸で取り組んで参りました。組合員の生産活動については天候不順から来る作業の遅れ。作物成長への影響が日増しに大きくなり、秋頃には量、質共に過去に例のない程のダメージを受けた次第です。本当に苦勞の多い年となり、農協での対応のほか、町にも協力いただき対策を打ち、次年度に影響を残さないよう、12月には期中で2,500万程の緊急

対応を行ったところであります。生乳生産においても牧草の質からくる減産が、下期より見られており、前年比99・3%となった次第であります。今後において、さらに刈り遅れて質の悪い飼料給与になることを考えますと、分娩時期、繁殖等に対する注意を求められますので、より一層飼養管理の視点の強化を申し上げます次第です。

農 協事業に目を向けますと、Aコープ中標津店「あるる」は、ほぼ計画に近い実績となり、スタンドは価格が落ち着いたことにより取扱数量、客数をも前年度より上回り、適正価格を堅持できたことから好決算に寄与しました。又、肉牛生産センターは回復への期待を持ちながら進めましたが、外的要因、内的要因が長引き、いまだ見えず、マインス850万円となり申し訳なく思っております。このように部分的な動きを表現させていただきました

が、全部門の成果を合わせると結果的に、当期剰余金7,909万円となりました。

厳しい一年の中で、こうした成果を出すことができたのも、組合員を始め農協事業をご利用の皆さまの支援があったものと心より厚くお礼を申し上げます次第です。

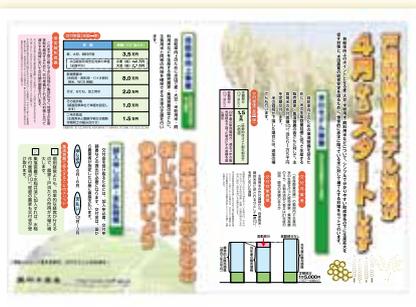
次 に民主党農政改革の柱とされる戸別所得補償制度であります。色々な対応が出てきておりますが、私どもに中々見えておりません。決して今までの制度が万全であったとは思いませんが、しからば御破算にして、全く新しい方法が良いとも思いません。制度を変えるときは慎重に検証をお願いしておりますし、地元代議士を通じて、生産者と十分意見交換できる機会を持つよう伝えております。一方では、中央会でも提言すべき詰めをしておりますので、心配面もあると思えますが、JAグループ北海道として対応して

参りたいと思っております。

最後になりますが、宮崎県で発生しました口蹄疫については、広がりを見せておりますが、10年前は九州で発生し約1ヶ月後に北海道でも発生した経緯があります。当農協としても万全の体制で進めますが、生産現場での対応が一番重要であります。情報は整理させていただきますので、注意とご協力をお願いいたします。

当面、BW自粛、消毒、消石灰等農協組織の活動で一定度の制限等が出て参りますが、地域、生産地を守るための決断もありますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

まだまだ、皆さんにおつなぎしたい事柄はつきませんが、今回はこれにて終わらせていただき、又、機会がありましたら、その時にと筆を置きます。本格的に外作業が始まる時期であり、農機具・農業機械事故、



怪我や病気に十分注意されることを祈って、昨年を振り返るの思いとさせていただきます。

第62回 青年部 通常総会



第62回目のJA青年部通常総会が4月13日、JA大会議室で開かれ、盟友59人（うち委任状10人）の参加により、平成22年度事業がスタートしました。



新部長
林 直樹氏

中林誠司部長は挨拶で「在職期間は様々なことがあり、成長させていただく機会となった。青年部の活動は様々な団体や個人と一緒に活動してきたものも多く、特に「食農教育」という、目先の消費拡大ではない部分にこそ青年部の活動の役割があるとの責任から継続的に活動してきました。またこれらが逆に活動が多すぎるといふことにもなつて来て、部員の足かせにならないように事業仕分けしながら、より効果的な青年部活動を進めていただけますように期待しております」と述べ、来賓の方々より祝辞をいただき、清原孝志氏を議長に選任して議事に入りました。

平成21年度の収支決算と事業報告について全会一致で承認されました。任期満了に伴う新役員の選出では、選考委員の高橋春樹氏より報告があり、新部長に林直樹氏を選任し新旧交代しました。

新体制による平成22年度の事業計

画案、予算案についても参加者全員の手をもつて承認されました。続いて、40歳を過ぎ引退される方に対して、清原孝志氏を青年部活動に携わった功労に対して表彰しました。

「様々な経験を積み重ねてもらった青年部活動は素晴らしいもの。皆さんも仲間づくりの中から、自らを磨いて欲しい」と激励の言葉をいただきました。

平成21年度のMVP表彰では、役員会で決定し、斉藤亮氏（俣落支部）に、活動の功績を称えて表彰しました。「もつと頑張つて欲しいという賞と受け取り、今後も青年部活動に頑張ります」と誓いました。

新入部員も7人加入し、それぞれ自己紹介しました。



表彰を受ける清原氏（左）

最後に、じゃがいも伯爵まつり&ふれあい広場を共催する中標津商工会青年部松實大樹氏による一丁締めで総会を閉めていただきました。

平成22年度の役員新体制は次の通りです。

- 部長 林 直樹
- 副部長 乾 元樹、安田正嗣
- 櫻坂直俊
- 監事 櫻井寿治、遠藤洋志
- 理事 高橋春樹、西崎良造
- 小沼 明、松田貴裕
- 秋山勝之

総会終了後は、中標津町家畜ふん尿臭気対策協議会から普及センターの志鎌係長が講師となり、同町における臭気対策の取組と昨行われたアンケート結果などを元に、現状が示されました。各種対策も効果が実証されるには至っておらず、酪農畜産農家の皆さんからの意見を聞き、どのように展開していくかも今後の課題であるとの内容でした。

新入部員



水本 竜一君



湯田 真太君



名越 尚行君



相澤 正博君



久保 慶彦君



滝本 茂貴君



小田 将志君

第9回

食品加工交流部会総会

J A 中標津食品加工交流部会の第9回目となる通常総会が4月19日にJ A 中標津大会議室で開かれ、出席者21人の参加により平成22年度活動のスタートを切りました。



は、「活発な活動の中に、地域との交流が図られているということ」を事務局から伺っている。農協が女性部の協力を得て祭り出店時などの地域交流活動を行ってきた過去から、台所となっていたのは資材課の2階でした。材料の上げ下ろし、出来た食品の上げ下ろしなど、ずいぶんと不便だったとの声から、交流施設の建設に至り、その効果や意義が十分に発揮されていると感じております。

「ある」とのクラブも計画されているとのことで、施設の冷蔵・冷凍庫容量などが不足するようになる心配もあり、今回、これらを中心に改装しました。あるるとの展開は新たな楽しみができたと思っております。今後とも個々の技術を切磋琢磨しつつ、美味しい食材の宝庫である中標津の「食と食材」の発信を担う活動を行ってください」と激励しました。

議事の進行は長縄さおりさんを議長に進められ、平成21年度の決算、平成22年度予算案などが審議され

挨拶にたった中司俊枝会長は、「忙しい、実行できなかった活動も多くある中ですが、当部会と地域との交流が多くあった一年でもありました。食によって交流の広がること、平成22年度はさらに活発になること、でしょう。また、私たちの要望にJ A が応えてくださり、施設も改装されてますます使いやすくなりました」と来賓の高橋組合長にお礼を述べました。

高橋組合長による来賓の挨拶で



満場一致で可決しました。役員の変更にかかる規約の改定案について承認され、改定後は「役員で次年度役員を選任し、総会で報告する。任期は1年とし、再任は妨げない。」(第7条)となりました。新役員は部会長に大西ふみ江さん、副部会長に大内佳子さん、会計に中林富士子さん、監事に赤波江縁さんが選出されました。





4月6日、札幌市にて、JA北海道女性協議会の第58回通常総会が開かれ、当女性部の井上順子さんを含む全道の女性部員48名が出席しました。



第58回 JA北海道女性協議会通常総会



JA北海道女性協議会・河田会長から「一年間を振り返ると、北海道農業にとって大変厳しい気候条件の中、どの分野においても、いかに頑張ったかそれが見えた一年だったのではないのでしょうか。そのような中、先人の方々の苦勞が知恵が農家経済を支えとなり乗り越えられたと感じています。女性部事業では、女性として、いち生産者として様々な活動に取り組んで参りました。自分たちが作っているものをいかに多くの消費者に届け

られるか示していくこと、消費者との交流や子供達に地産地消を発信すること、環境に配慮したマイはし運動や牛乳パック回収などの実践で、女性部活動を展開していきます」と挨拶。

平成21年度事業報告と平成22年度事業計画では、5ヶ年計画のタイとの交流については、平成22年度が最終年度となり、タイの情勢悪化などにより中止になった20年度および21年度分の経費を有効利用しながら、新たに24年度から26年度までタイ訪問などを行っていくことなどが承認されました。

通常総会と合わせて行われた平成22年度JA女性部幹部研修会の組織活動体験発表が行われ、当女性部の井上順子さんが優秀賞を受賞しました。



中標津JCC×女性部 異業種交流

4月17日、JA中標津農業農村交流施設にて、中標津産の食材を使った料理づくりを通してのJA女性部と(社)中標津青年会議所の交流会が行われ、女性部員8人と青年会議所会員32人が参加しました。

同青年会議所で24時間前後の長時間にわたって、色々な活動に取り組みながら、会員間の結束を深めることを目的に毎年行われている長期間交流例会。今年の交流例会の開催にあたり、同青年会議所からJA女性部に料理づくり交流会開催の協力依頼をいただいたことから実現となりました。



交流会は、6チームに分かれ、Aコープでの食材調達には、徒歩とマイバックやかご持参などエコスタイルで始まり、伯爵の皮むきなど食材の下処理や味付けなど色々な作業が賑やかに進められました。1時間半ほどで、じゃがいもスタミナスープ、青菜のチーズ和え、簡単ピザ、もちもちのいもだんご料理数種類のほか、ミルクくず餅と伯爵アイスなどのデザートなど14種類もの料理が完成し、試食を兼ねた昼食会となりました。

様々な業種の青年会議所の会員の皆さんとともに地産地消の推進に取り組む機会となりました。



Crossword Puzzle

出題/ニコリ 夢広がる クロスワード

夢広がるクロスワードの答えは「さくらもち」。

春の忙しさが手伝ってか、今月は回答者が少なかったのが寂しいものでした。

クロスワード正解者は安江昌子さん（第2俣落）、藤原貴志子さん（武佐）でした。農協商品券2,000円分を郵送させていただきます。おめでとうございます。

★贈答などには是非!★

あるカウンターでは農協商品券（1枚500円）、農協全国商品券（1枚1,000円）、牛乳券（1枚200円）などあります。用途に合わせてご利用、ご用命下さい。



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	5	8		12		17
		D				
	6			13	15	
2			11			
	9		A			
3	7				16	E
4				14		
		10				
				B		

4月号クロスワードの解答
『さくらもち』

第13回 理事会

開催月日 平成22年3月31日
開催場所 農協中会議室

決議事項

- 役員定数審議会の設置と審議委員の選任について

第1回 理事会

開催月日 平成22年4月20日
開催場所 農協中会議室

決議事項

- 平成21年度決算及び利益剰余金処分案について
- 第63回通常総会開催日程と提出議案について
- 総会提出決算関係書類の監事への提出について
- 資産査定について
- 平成22年度内部審査実施計画の承認について
- 平成22年度信用供与等限度額の決定について
- 平成22年度貸付金利率の最高限度額の決定について
- 平成22年度余剰金の預入先の決定について
- 共済課渉外担当使用車両の更新について
- 役員定数審議会の答申について
- 各種資金の借入について
- 中標津町農協総合共進会・第3回牛祭りについて

報告事項

- 平成22年度3月末組織状況及び四半期報告について
- 平成21年度組合員の加入及び脱退の状況について
- 平成21年度生乳生産状況について
- 平成21年度乳質改善共励会の結果について
- 肉牛生産センター格付け調書について
- 乳牛・育成牛販売取引先構成比について
- 購買未収金の回収状況について
- 平成22年度畜産経営生産性向上支援リース事業の申請希望者について
- JA斜里町への経済預け金の拠出について
- 乳製品工場の増築に係る固定資産の取得について
- 平成22年度畜産経営生産性向上支援リース事業の申請希望者について

読者の声
 ■今月のお題■
 あなたがよく読むのは？
 をテーマになかコメント
 トを思いつかないときに
 活用下さい。

映画のロケ地ですね

●いつも夢ひろがるなかしべつは話題
 がいっぱいでも楽しみます。武
 佐丸は私も大好きな芋です。今回
 は家の光が創刊85周年を迎えた中
 で「ここへ生きる」山田洋次監督の
 話の中「家族」(1970年公開)の
 映画の中で「赤字続きで酪農の将来
 はありません」との言葉にぼくは返
 す言葉がなかった。でも変なもので
 遅い春が来て、雪がとけ、牧草畑に
 緑が一面になると牛達の乳がたくさ
 ん出て喜びがあふれる話に感動しま
 した。今年も頑張つて牛と共に暮ら
 したいと思えます。

▼松江 昌子さん

😊松竹作品、山田洋次監督で、風見精
 一・民子(倍賞千恵子)夫婦が北海
 道で酪農を始める話の「家族」。「故
 郷」では石崎精一・民子の民子役で
 演じており、「遙かなる山の呼び
 声」の中では再び倍賞千恵子さんが
 風見民子として酪農を営む未亡人役
 で登場するという、民子Ⅱ倍賞千恵
 子3部作と呼ばれています。「家
 族」では長崎から中標津へ、冬の新
 天地での酪農を前に2人も家族を
 失ったという中で「やがてここにも
 春が来て、一面に花が咲く」とい

タテのカギ

- ②ツバメやハクチョウなど遠くからやって来る鳥
- ⑤茶を入れたり漢方薬をせんじる陶器
- ⑦「あし」では縁起が悪いので「葦」をこう呼ぶようになりました
- ⑧稲の穂から取りました
- ⑨観天望気では明日は晴れそうです
- ⑩偽札防止のために入れています
- ⑫宿泊せずに当日戻ります
- ⑭再生するとききれいな紙に
- ⑮梅や竹より位は上
- ⑯こういう晩は、街灯なしでも歩けそう
- ⑰景色が良かったり有名な史跡があったりする場所

農業新聞2、450円(1カ月)

●4月末なのに、なかなか春がきま
 せんね…。まだ、雪が残っていますし
 …朝、晩の気温の低い日が続いてい
 ますが、どんな夏になるの?とても
 不安ですね…。

今月のお題ですが、特にありません
 が、毎日読むのは道新ですね…他に
 も農業新聞、(全国)共済新聞です
 ね。農業に参考になる記事もありま
 すので…。

▼PN/春風さん

😊家の光、地上、ちゃぐりん、農家の
 友、現代農業などなど農業を取り巻
 く月間誌は色々ありますね。でも、
 毎日読むのは日本農業新聞。全国各
 地の様々な取り組みが紹介されてい
 て、読み応えがありますよ。時間が
 ないときは北海道版だけでも。

今年もやります ミルクの里



今年4月29日、GWの初日となった祝日
 からミルクの里がオープンしました。が、当日は
 雨の予報で午前8時頃から本当に本降りの雨。お
 客さんの足も鈍い中でのスタートとなりました。

スタートが悪いということは、今年はいくつか悪くなく上
 り調子になっていくだけということで、今後に期待のミルクの里で
 す。ソフトクリームを始めとする乳製品を各種取り揃え、期間限定
 で花の苗なども扱っております。今年も新製品を開発して提供して
 いけるように仕掛けを考えています。

雨の日には(そうでなくても)、店舗の前に車で横付けして、ド
 ライブスルー感覚で商品注文と受け渡しをしてもらおうお客さんもし
 るようです。良いですね濡れなくて済むものね!

でも、敷地内なので他の
 お客さんに気をつけながら、低速で運転してくださ
 いね。



◀オープン初日のミルクの里

ヨコのカギ

- ①子どもの幸せを願う祝日
- ②ご飯や汁などを盛る器
- ③海の幸を取る人、山の幸を取る人
- ④——崩れ ——降りの雨
- ⑥ああ、おいしいと舌が喜びそう
- ⑨原料は赤ジソの葉
- ⑩優れた作品やクイズの正解者に贈ります
- ⑪姉や兄はいますが、弟や妹はいません
- ⑬辛抱すること
- ⑭電話機本体とは別の場所に置けます
- ⑯種を植える前に耕しましょう

生活習慣病予防の健診ガイド

中標津町国民健康保険加入者集団健診について



特定健康診査

対 象 中標津町国民健康保険加入の40～74歳の方

内 容 問診、診察、身体計測（身長・体重・腹囲）、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図検査、眼底検査（必要な方のみ）、生活機能評価（65歳以上の方）

料 金 1,000円

注意事項 受診には、5月上旬頃に郵送される『特定健康診査受診券』（左下写真）と『健康保険証』が必要です。

特定健康診査の受診は、下記の集団健診または個別健診において年度内一人1回です。特定健康診査の結果、必要な方には特定保健指導のご案内をします。

★集団健診

保健センターでの集団健診 《札幌複十字総合健診センターに委託》
※保健センターへ予約下さい。

健診日程	場 所	受付時間
6月5日(土) ～9日(水)	保健センター ※6月9日のみ交流センター (計根別南1東2)	受付終了
11月1日(月) ～4日(木)	保健センター	午前6時～ 11時まで

農協での集団健診 《JA北海道厚生連帯広厚生病院に委託》
※農協へ予約下さい。

健診日程	場 所	対 象 者
9月14日(火) ～16日(木)	中標津町農業協同組合 (東7条南2丁目1)	中標津町農協組合員と その家族



若年健診

対 象 中標津町国民健康保険加入の20～39歳の方（年齢が引き下げられました。）

内 容 問診、診察、身体計測（身長・体重・腹囲）、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図検査、眼底検査（必要な方のみ）

料 金 1,000円

健康診査

対 象 後期高齢者医療制度加入の方

- 〔①健診日に75歳以上の方〕
- 〔②65歳～74歳で一定の障害があり、後期高齢者医療制度に加入している方〕

内 容 問診・診察、身体計測（身長・体重）、血圧測定、尿検査、血液検査、生活機能評価
※医師が必要と認める場合、反復嚙下テスト、貧血・アルブミン検査、心電図検査の追加

料 金 300円

がん検診(胃・肺・大腸・前立腺) 肝炎ウイルス検診・エキノコックス症検診

★**集団健診** ※国保以外の方も受けられます。保健センターか農協へ予約下さい。

対 象	内 容	料 金 () 内は70歳以上	備 考
胃がん検診 (30歳以上の方)	バリウム検査	保健センター : 1,400円(700円) 農 協 : 1,500円(700円)	過去にバリウム検査を受けて便が出にくくなったり体調が悪くなった方は医療機関での胃カメラ検査をお勧めします。
肺がん検診 (30歳以上の方)	胸部レントゲン撮影	保健センター : 400円(200円) 農 協 : 400円(200円)	必要な方のみ喀痰検査を行います。(追加料金がかかります)
大腸がん検診 (30歳以上の方)	便潜血検査	保健センター : 500円(200円) 農 協 : 500円(200円)	事前に検査容器を送付します。
前立腺がん検診 (50歳以上の男性)	血液検査 ・PSA検査	保健センター : 1,700円 農 協 : 2,625円 ※町からの補助はありません。	ご家族に前立腺がんの既往のある方は、40歳からの検診をお勧めしています。
肝炎ウイルス検診 (40歳の方)	血液検査 ・HBs抗原検査 ・HCV抗体検査	保健センター : 600円 農 協 : 800円	対象は、昭和45年度生まれの方、今まで肝炎検査を受けていない41歳以上の方です。
エキノコックス症検診 (19歳以上の方)	血液検査	無 料	5年毎の検査をお勧めします。

●発行された領収書を農協へ持ち込みで半額助成します。農協での受診者は保健センターでの受診者と同等の金額になるように負担軽減します。

国保人間ドック

※保健センターへ予約下さい。

対 象 中標津町国民健康保険に引き続き1年以上加入し、前年度までの保険税を滞納していない世帯の**年齢30～74歳の方**

内 容 問診・医師の診察、身体計測(身長・体重・腹囲)、血圧測定、尿検査、血液検査、視力検査、心電図検査、眼底検査、胃部内視鏡、腹部超音波、便潜血検査、胸部レントゲン

料 金 30～69歳 9,700円 70～74歳 5,300円

付加検診 別途料金がかかります。

・前立腺がん検診 2,980円 ・乳がん検診 5,260円 ・骨粗鬆症検診 1,470円(女性は無料)
 ・メタボリック検診 4,300円 ・子宮がん検診 3,530円 ・免疫学的検査 4,870円
 ・甲状腺検査 2,720円(前立腺がん検診と同時実施は1,150円)

実施期間 平成22年7月1日～平成23年1月31日まで

場 所 町立中標津病院

定 員 50名(先着受付順) ※年間50名のみなのでお早目に予約ください。

お問合せ先 JA中標津 経営企画課 ☎72-3721
 中標津町保健センター 健康推進課健康推進係 ☎72-2733

日程については、
変更すること
もありますので、
ご了承ください。

なかしべつ

～野菜産地を目指して!

このコーナーは、野菜産地を目指すなかしべつの畑作のを知っていただくために、作付け品種などの話を踏まえて、なかしべつの野菜のウンチクを語るようになっていただくための話題を掲載します。

第3回 覚えておきたい!

ムダを減らす野菜の保存法

畑でたくさん取れたり、まとめ買いした野菜、うっかり傷ませてしまうことはありませんか？

野菜には、種類によってそれぞれ適した保存方法があります。野菜がおいしいシーズン、上手に保存して食べ切りましょう！

監修：日本ベジタブル&フルーツマイスター協会

野菜によって 違う保存法

野菜は収穫した後呼吸しています。長く置けば、見た目の変化はもちろん、栄養分も失われ、味も変わってしまいます。それぞれの野菜に合った方法で保存し、おいしいうちに食べ切りましょう。

保存は、冷蔵庫の野菜室が基本です。野菜室内は軽い密閉式になっていないため乾燥しにくく、温度は通常10度前後。多くの野菜にとって程よい環境です。とはいえ、葉物やキノコなどを新鮮に保存するなら2〜3日くらいを目安にします。

キュウリ、ナスなどは冷蔵庫に1週間以上置くと、低温障害を起



こして一気に傷みが出ることも。3〜4日で食べ切る方がいいでしょう。

また、イモ、タマネギなどは比較的長持ちしますが、傷み始めると早いので、暖かい季節には注意が必要です。

育った状態に 近づける

野菜は育った状態に近づけて保存すると、鮮度を長く保てます。

● 立ち型野菜

葉物やネギ、ブロッコ

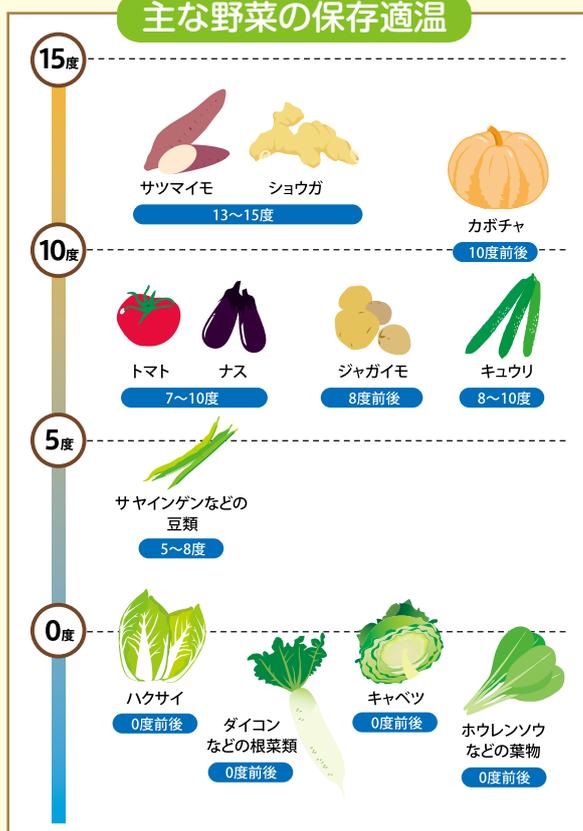
● ぶらり型野菜

トマト、ナス、キュウリ、エダマメなど。ぶら下がって実る野菜は、立てても寝かせてもOK。ただし低温に弱いので、長期間冷蔵庫に入れるのは避けま

● 土つき型野菜

ダイコン、ニンジン、ゴボウ、イモなどの根菜類は、土に埋めておくと長持ちしますが、冷蔵庫に入れるときも土を落とさずに新聞紙などでくるみま

主な野菜の保存適温



よく使う野菜の保存法をご紹介します!



トマト

ポリ袋に入れるかラップして野菜室へ。つぶれるのを防ぐため、ヘタを下にします。圧迫されたところから傷むので、重みのある野菜の上に置かないよう注意しましょう。青いトマトは室温に置くと徐々に赤くなるので、それから冷蔵庫に入れます。

【冷凍】ヘタを取ってから丸ごとラップにくるみ、冷凍用袋に入れて冷凍します。使うときは水に漬けると簡単に皮がむけます。カレーやシチューなどを煮込むときは、凍ったまま入れます。また、生のトマトの皮をむいて刻み、軽く煮てから冷凍するとソース作りなどに便利。

ドライトマトを作ろう

ミニトマトがたくさんあったら、真夏の好天が続く時期を選んで、ドライトマトを作ってみませんか。ざるにキッチンペーパーを敷いて、半分に切ったミニトマトを並べ、軽く塩を振って干します。3~4日干し、水分が抜けたら完成。うま味が濃縮され、パスタやサラダ、オムレツなどにぴったり。冷蔵庫でも保存できますが、オリーブ油に漬け込めば長期保存できます。普通のトマトは水分が多く、かびやすいので、あまり向きません。



ナス

寒さに弱く、冷蔵庫に長く入れるとしなびたり黒い粒が出たりします。2~3日の保存なら水気を完全にふき取ってポリ袋に入れ、室内の涼しい場所に。それ以上置けなら、ポリ袋の上から新聞紙でくるんで保温して野菜室に入れます。もっと長く保存する場合は、10~15度の場所が適しています。

【乾燥】1cm程度の厚みにスライスし、ざるに並べてカラカラになるまで天日に干します。ぬるま湯で戻して煮物や汁物に。



キャベツ

寒い気候を好むので冷蔵庫で保存。芯をくり抜き、水を含ませたキッチンペーパーを詰めてから全体をラップで包みます。使うときはカットせず、外葉からはがしていく方が長持ちします。カットした場合は切り口にしっかりラップをしてからポリ袋に入れます。茶色く変色した部分は、そこから傷みが進むので早めにそぎ落とします。

【冷凍】ざく切りや角切りにしてさっとゆでて、冷凍用袋に小分けします。



タマネギ

常温で長く保存できますが、蒸れると早く傷みます。ポリ袋から出して、かごやネットなど通気性の良い容器に入れましょう。風通しが良く日の当たらない場所につるしておくのが最適。ただし、気温・湿度とも増す夏場は、ポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室で保管した方が安心です。水分が多い紫タマネギや新タマネギも冷蔵庫へ。

【冷凍】生では冷凍は不向き。みじん切りにして透き通るまでいため、小分けして冷凍すればハンバーグやカレーに。



ダイコン

葉つきのものは、そのままでは葉に養分が取られてしまうので、首の部分から切り離します。水分の蒸発を防ぐため、夏場はラップで包んで野菜室へ（冬は濡らした新聞紙に包んで冷暗所で保存）。使いかけのものは切り口にもラップをします。

【冷凍】葉はゆでて絞ってからラップに包み、冷凍用袋へ。根は風味が落ちるので不向き。

【乾燥】短冊切りや細切りにして天日でよく干せば切り干し大根に。皮も干せば風味が増します。

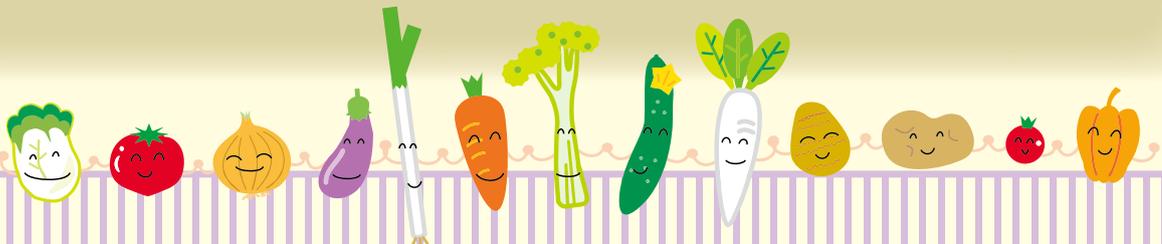
保存の豆知識

冷凍できる野菜

ニラ、シイタケなどは生のまま冷凍できます。凍ったまま調理できるよう、食べやすく切ってから冷凍しましょう。パセリは葉のまま凍らせ、袋の上からもむと簡単にみじん切りに状態に。ネギも小口切りにして冷凍用袋で保存すれば少量を使いたいときにも便利です。また、オクラ、アスパラガス、インゲン、エダマメ、トウモロコシ、青菜、カボチャ、モロヘイヤなどは、硬めにゆでてラップすれば冷凍保存が可能。一方、ナス、シシトウ、ズッキーニ、レタス、ミツバ、ミョウガなどは、食感が変わるので冷凍には向きません。

リンゴの持つ不思議な作用!?

リンゴは収穫後も呼吸をし、エチレンガスを放出し続けます。この成分には、ほかの野菜や果物を早く老化させる作用があります。別のポリ袋などに入れ、口をしつかり閉じておきましょう。ただし、ジャガイモは別。一緒に保存すれば、芽が出るのを防いでくれます。未熟で堅い果物を追熟させたいときも、リンゴと一緒にポリ袋に入れておくとよいでしょう。



中標津乳牛改良同志会 審査講習会開催

4月18日(日)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、組合員・Jrホルスタインクラブ・関係機関などを含め総勢62名が参加されました。講師にはジェネティクス北海道道東事業所 人見 智亮氏が

務め、講習で用いられる重要な部位（未經産3部位・経産5部位）の説明頂いた後に未經産6頭・経産5頭を用いての2クラスで講習が行われ、各部位の優劣グループ分けを参加者に行ってもらった後に講師から講評がなされ、参加者は各々の回答と講師の講評と照らし合わせながら耳を傾けていました。講習後は未經産牛を用いて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、リードを真剣に行っていました。

講習会後は焼肉を囲んでの交流会が開催され、参加者間の親睦・交流が深められました。

参加された皆様を始め関係機関の方々には本日の講習会を基に今後の牛群改良並びに審査眼の向上に活用頂きたいと思っております。



口蹄疫 情報

4月20日宮崎県において口蹄疫疑似患畜の確認により中標津乳牛改良同志会主催の中標津BW並びに

根室改良協議会主催春期事業・共進会が相次いで自粛となり、今後の感染エリアの拡大度合いによっては全道・全国共進会開催が危ぶまれますが一刻も早い終息並びに安全宣言発令を願っております。

■開催自粛事業（4月27日現在）

- ・中標津乳牛改良同志会主催 4月27日開催予定 中標津BW
- ・根室改良協議会主催 4月30日開催予定 2010根室管内バーンミーティング
5月22日開催予定 平成22年根室ブラックアンドホワイトショウ
- ・北海道改良協議会主催 5月29～30日開催予定（自粛について検討中）

流 涎

4月20日に宮崎県で口蹄疫の疑似患畜が確認され、様々な分析の結果5月2日の農水省発表にて、この口蹄疫（O型）ウイルスについてはアジア地区で確認されている口蹄疫ウイルスと近縁のものであることが示されました。4月20日から30日までの10日間で疑似患畜12例目（件数）が報告され、5月5日の時点で23例目、5月6日の時点で35例目、延べ殺処理家畜数は4万4千以上にのぼり、非常に残念ながら拡大の一途で推移しています。

牛や豚など動物の偶蹄類がかかるものなので人間には感染も伝染もしない。また、肉や個体の移動や流通もされず殺処分されるし、万が一食べた場合でも人体に影響を与えない。などの科学的な知見に基づいた普及・啓発と併せて、消費者等に対して誤解を生じるような不適切な表示、例えば「〇〇（発生地）県産の牛肉等は取り扱っていません」などの表示が出回らないか？も酪農畜産に携わるものとして気をつけなければならぬところだ。

10年前の九州から北海道への伝播を考えると、離れているから大丈夫ではなく、自らの防疫への関心と対応が望まれることとなりますが、JAとして農場への出入業者に対する防疫体制の強化をお願いしております。発生以来、委託先の酪農ヘルパー業者には担当者へ依頼し、対応を取っていただいております。

口蹄疫に見られる症状の一つに「流涎」があります。語意としては食欲を催して、よだれを流すこと。また、うらやましがって物を欲しがる様のことですが、生産者として全くありがたくない事態。牛乳・乳製品の消費拡大に向けてのイベント等の開催にも影響を与えかねない事象であり、皆さまの手にこの号が届く頃には拡大が少しでも収まっていることを祈るばかりです。

放牧への移行はスムーズに!

舎飼期から放牧期への移行は、早めの準備でスムーズに行いたいものです。上手な移行で放牧の効果を最大限に活用しましょう。



①施肥は開始1週間前までに!

早春の施肥は、放牧開始1週間前程度に完了していることが基本です。

肥料散布の遅れによって放牧開始が遅れた年はありませんか? この場合、ならし放牧を先に始めてしまい、転牧している合間を縫って施肥を行うことも検討してください。

放牧地の新しい施肥管理法

$$\text{放牧草地の必要養分量} - \text{牛が排泄したふん尿の養分量} = \text{放牧草地の施肥量}$$

放牧草地の施肥標準

(単位:kg/10a、年間)

地帯	マメ科率区分	基準被食量	全土壌		
			N	P ₂ O ₅	K ₂ O
全道	15~50%	2,000 ~	4±2	4±1	5±1
	15%未満	3,000	8±2	4±1	5±1

※牛が食べた草の量で幅が設けられています。

放牧草地の施肥時期と施肥回数

施肥回数	5月上旬	6月下旬	7月下旬	8月下旬	備考
1		○			スプリングフラッシュ終了後
2	○		○		放牧開始時期の早い牧区
		○		○	放牧開始遅い牧区
3	○	○	○	○	放牧開始早く転牧の多い牧区

注)均等分施する時は、1回当たりの窒素施肥量3kg/10a程度を上限として施肥回数を決める

②新しい施肥標準量を参考に!

この春に、北海道農政部より新しい施肥標準量が放牧草地でも示されています。放牧草地で問題となる土壌養分の過剰蓄積を回避するために、ふん尿排泄に伴う養分還元量の評価が反映されています。

また、施肥時期や施肥回数についても、目安が示されています。表を参考にしてください。

③ならし放牧は必要です!

ならし放牧の目的は、乳牛を外気温に馴らし、第一胃内のルーメン微生物をサイレージや乾草などの貯蔵飼料から放牧草に対応させることにあります。成牛のならし放牧は、初産牛などの放牧未経験牛で2週間~1ヵ月程度、経験牛では10日間程度必要です。このため、草丈10cm程度の草を舐める程度の放牧草からスタートし採食量が徐々に増加するようにします。

短い草丈でのならし放牧の開始は、放牧草のスプリングフラッシュを抑制し、採食されずに伸びてしまう不食過繁草を増やさず放牧草地の有効活用につながります。

ならし放牧期間は、放牧草だけでは十分な摂取量とはならないので、牛舎内やパドック等で粗飼料を充分給与して乾物摂取量の確保に努めます。また、採食量の向上には飲水は欠かせません。十分に水を飲める環境を!

是非、今年の春から取り組むことをおすすめします。





**北海道農協青年部協議会
第59回定期総会**



北海道農協青年部協議会の第59回定期総会が4月8日、札幌のホテルモントレ札幌で開かれ、全道各地から約300人の盟友が集まりました。

当JA青年部からは林直樹副部長、金子雄司理事、遠藤洋志部員の3名が代表で参加し、根室地区副会長の中本信幸氏と全青協顧問の佐々木大輔氏もJA中標津青年部に席を置きます。

総会の前に行われた研修会では「青年部活動の目的とリーダーの役割について」と題し、全国農業協同組合中央会の鶴留尚之氏による青年部活動の目標および適切な課題設定、JAのリーダー育成における青年部の役割などをお

話していただきました。

総会では昨年度の実績と22年度の「With you」をスローガンに、「故郷を思う」をテーマに「築き上げようAdventure」を合言葉に計画された事業を審議し、満場一致で承認されました。

平成22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副会長の任に就きました。

▼記事＝金子雄司理事（参加時点）

**食品加工交流部会
うどん作り教室**

4月15日、JA中標津農業農村交流施設にて、食品加工交流部会の全体研修会として、手打ちうどん講習会が行われ、部会員12人が参加しました。

木田製粉株式会社の加藤氏を講師に迎え、手打ちうどんの作り方を教えていただきました。

まず、小麦粉・食塩・水を混ぜ合わせ、手ごねをして生地を作ります。ある程度、生地がまとまってきたらビニ



水分を吸収した粉をそぼろ状にしているところ

ル袋に入れ、足踏み作業です。生地を踏みしめながら、均等になるように伸ばし、厚みが1cm位になったら生地をたたみます。

この作業を数回繰り返し、1時間ほど休ませます。

この間に、あらかじめ用意していたいただいた生地を使って、生地の伸ばし方と切り方を教えていただきました。生地が均等に伸びるように力の加減をしながら、厚さ3〜4mm位を目指します。伸ばした生地を3〜4mm幅で切って完成。



▲アレンジしたカルボナーラ風うどん
▼シンプルなあげ玉うどん



思った以上に体力を使うことを実感しました。コシがあり、のごしがよく、とても美味しくできました。休憩と昼食後は、先に仕込んだ生地の仕上げ作業。家族のもとへ届ける分を完成させ講習会が終了。

みんなで取り組む楽しさや手作りの美味しさを感じる機会となりました。

**JA根室地区青年部
地区総会**

JA根室地区青年部の地区総会が4月21日に農業会館3階で開かれ、管内盟友80人が集まり、根室管内地域農業の発展に寄与する平成22年度の行動計画などが承認されました。

総会に先立ち、根釧中央会の横田支所長による講演が行われ「戸別所得補償制度」について今のよい制度を更にど



う良く使いやすくしていくかが青年部による農政活動の本質。様々に頭を悩ませて、意見を述べて欲しいなど5つの項目から総合的に話されました。続いて、平成21年度の各種表彰が行われ、JA中標津も乳質改善共励会の中で体細胞の部門で達成割合1位の実績となり表彰を受けました。

白井貴之会長の挨拶では「政権交代があり、今年度の農政についても注視されるもの。昨年出来なかった活動で子どもの受け入れ事業があったが、参加者が少ないということで中止となった。これについては農と地域、次代を担

う子ども達への活動が重要なことから、是非今年には実施されるように内容を検討いただき、早い段階で応募が埋まるように計画されて欲しい」と述べました。

事業報告と平成22年度の活動計画等については、全会一致で承認され、平成22年度の新体制は、左記の布陣で行われることとなりました。

会長 鈴木直良（計根別）
副会長 中本信幸（中標津）
部長兼務副会長

西田尚（道東あさひ）
監事 更谷準司（標津）
部長兼務監事 石森裕治（中春別）

女性部・フレミズ 手作り味噌作り

4月21日、JA中標津農業農村交流施設クレエにて、女性部フレッシュミズ活動の味噌作りが行われ、13人が参加しました。

参加者の多くが初めて挑戦することになった味噌作り。自宅で、大豆が柔らかくなるまで煮る作業を済ませてきたので、豆を潰す、糶と塩を混ぜる、味噌玉を容器に入れる



初めての味噌作りにみんなで挑戦しました

などの各作業を丹羽会長が中心になって行いました。今回は、新しく増えた仲間を迎えるの活動となり、手作りの大切さにふれながら、新しい絆を深める機会となりました。

女性部 青葉会 加工体験交流会

4月26日、JA中標津農業農村交流施設クレエにて、女性部青葉会活動の加工体験交流会が行われ、部員6人が参加しました。

旬の味、ふきのとうの料理づくりを通して、部員間の交流を図ることを目的に行われ

ました。持ち寄られたふきのとうを下処理した後、油で炒め、砂糖や味噌を加え炒め、焦がさないように煮しめてふきのとう味噌が完成。その他に、よもぎを使った和菓子も作りました。

美術家と酪農家とのコラボレーションIN中標津ということで、プラン・マーケットに発信している美術家の宮島義清氏と制作協力・材料を提供するのは佐伯雅視氏。

手作りの昼食を食べながら、久しぶりのおしゃべりを楽しみました。



春の香りを感じながら、美味しいふきのとう味噌とよもぎ餅を作りました

ギャラリー倉庫 牧草ロールアート展

佐伯農場では昨年に引き続き『牧草ロールアート2010』を11月3日まで開催しています。

今年昨年の作品も戸外展示するために、作業を進め、4月29日までに設置完了しました。組み換え作業中に作品におきたアクシデントも補強をして元の形に成形した、『抱かえられた世界』野外展示バージョンなどを含め新作が展示されています。



「牧草ロールアート展 2010」
開催期間：11月3日～11月11日

行事予定表

2010年4月 組合動静

1 (木)	第1回理事会
2 (金)	加工部会 新旧合同役員会、グリーンクラブ役員会
3 (土)	女性部 第1回役員会
5 (月)	棚卸精査
6 (火)	J A北海道女性協議会通常総会
7 (水)	農協総合共進会・牛まつり全体会議
12 (月)	第1回営農委員会、女性部 青葉会加工体験交流会 管内改良協議会定期総会、馬鈴しょ栽培講習会(秀月)
13 (火)	青年部 第62回通常総会、加工部会 製造販売活動
14 (水)	第1回生産委員会
15 (木)	第1回管理購買委員会 安平町共進会場事前視察～16日 加工部会 全体研修うどん講座
16 (金)	中山間中標津集落役員会
17 (土)	女性部 プレミズ親睦会、女性部 JCとの料理作り講習会 第51回根室A I協会定期総会
18 (日)	乳牛審査講習会
19 (月)	加工部会 第9回通常総会
20 (火)	熟年会春期研修旅行～24日
21 (水)	女性部 プレミズ手作りみそ教室
22 (木)	決算監査
23 (金)	決算監査、中標津家畜自防技術協議会総会
26 (月)	決算監査
27 (火)	決算監査
28 (水)	決算監査・講評
29 (木)	昭和の日、加工部会 製造販売活動 ミルクの里オープン

2010年5月

1 (土)	青年部PR委員会
2 (日)	
3 (月)	憲法記念日
4 (火)	みどりの日
5 (水)	こどもの日
6 (木)	
7 (金)	第2回 理事会、青年部 地区青協役員会 春の園芸市～8日
8 (土)	
9 (日)	
10 (月)	北海道コントラ組織連絡協議会、地区酪対役員会
11 (火)	中標津地区集落通常総会、農協酪対総会 乳検組合総会、一斉ワクチン接種～21日
12 (水)	青年部 組織強化委員会
13 (木)	青年部女性部 ゴミ拾い
14 (金)	管内和牛指導者養成セミナー
15 (土)	
16 (日)	
17 (月)	
18 (火)	
19 (水)	黒毛和種体審
20 (木)	
21 (金)	女性部 哺育の勉強会
22 (土)	俣落地区牛まつり
23 (日)	当幌地区牛まつり
24 (月)	地区別懇談会
25 (火)	地区別懇談会、中山間事業 事業説明会 開陽地区牛まつり
26 (水)	
27 (木)	地区別懇談会、第2俣落地区牛まつり
28 (金)	地区別懇談会
29 (土)	武佐地区牛まつり
30 (日)	
31 (月)	

乳製品を使用した美味しいレシピ

公式WEB宛に年度末の3月31日、一通のメールが届きました。
内容は「奈良県に古くから伝わる牛乳をたっぷり使った『飛鳥鍋』という料理。大酪農地帯の中標津近辺でこのような料理を食べられる飲食店はないのでしょうか」というもの。「ないのであれば開発してはいかがでしょうか」と本文は続くものでした。
町内の飲食店で調べを進めてみたところ、飛鳥鍋を食べられるお店は残念ながら現時点ではありませんでした。本場、奈良県明日香地方では、郷土料理として宿泊者に事前予約で提供しているところが多くあります。基本は鶏肉を煮込んでダンまでとり、そのだし汁と牛乳で野菜を煮てまるやかさとコクを加えるもの。白味噌ベース、しょう油・酒ベースのものやネギ、生姜を加えて滋養面を強化したり、片栗粉でとろみをつけるなど、各宿でさらに趣向をこらしているようです。

飛鳥時代に唐から来た僧侶が乳製品を伝え、天皇をはじめ宮中で珍重されました。ヤギの乳で鍋料理を作ったのが始まりとされています。妙薬寺の僧侶達が禁をやぶって、密かに鶏肉を牛乳で煮て食し、これが飛鳥鍋の原形になったといわれています。平城京遷都1300年の2010年、奈良が熱いということで、そんな復元されたレシピにアレンジを加えたものを作ってみました。その名も「アスカ鍋2010」

飛鳥鍋風 アスカ鍋2010

鶏肉を牛乳とだし汁で煮込み、野菜は旬のものを。チーズ製造産地として、ゴーターズも贅沢に使ってみました。

●材料 (4人分)

なかしべつゴーターズ……	400g	豆腐……	1丁
鶏もも肉……	200g	糸こんにゃく……	100g
白菜……	1/4株	じゃがいも……	1個
シメジ……	1袋	にんじん……	1本
生しいたけ……	4枚	牛乳……	800ml
大根……	1/2本	固形コンソメ(チキン)……	2個
ごぼう……	1/2本	塩……	小さじ2
にんじん……	1本	酒……	大さじ1
もやし……	1袋	水……	200ml

●作り方

- ①鶏肉は一口大のそぎ切りにします。
- ②シメジは石付きをとって小分けに。生しいたけは石付をとって表面に切れ目を入れる。大根とにんじんは薄く輪切りにする。ごぼうはささがきにして水にさらす。豆腐は1センチ角に切る。糸こんにゃくは下ゆでする。じゃがいもは1センチの輪切りにして水にさらす。白菜は食べやすい大きさに。
- ③鍋に水・コンソメ・酒を煮立て、①②を加えて煮込む。
- ④根菜が柔らかく煮えたら、もやしを入れ、牛乳を加え中火で3～5分煮込みます。最後にゴーターズをシュッシュッと上からかけてとろみを出して出来上がり!



お鍋に牛乳!?と驚かれる方がいるかもしれませんが、牛乳独特の臭みがなく、牛乳嫌いな方でもおいしく召し上がっていただけます。また、牛乳を入れることで鶏肉の臭みもありません。今回チーズを入れたことによるおいしさは出ます。
ビタミン豊富で栄養満点。風邪予防や疲労回復にも最適です!



POINT

刻んだねぎ、しょうがなどの薬味、一味唐辛子、ポン酢といっしょにどうぞ。ゴマも合います。
火が通るまで、おおぶりにカットされた具材を弱火でコトコト煮込んでいきます。吹きこぼれないように、お鍋は完全にフタをせずに。牛乳を入れた後ぐつぐつ煮込むと牛乳がもろもろしてくるので、気をつけます。