

INDEX/目次

- 宮崎県の終息宣言で…。ミルクの里収穫祭…2
- なかしべつ野菜産地を目指して！第5回ブロッコリー…3
- 第5回理事會報告、夢広がるクロスワード、読者の声…5
- 家畜改良課に相談だ。受胎率向上の対策と立ち会い受精…6
- 普及の窓
- 「石灰塗布」は「石何鳥?!」明るく衛生的な牛舎環境を…7
- ベターホームのお料理教室 米粉料理
- フードアクションニッポンの取り組み…9
- 夢広がる掲示板 あるるにAED設置、丸っ子タイムじゃがいも収穫、  
女性部バイオセキユリテイ対策勉強会、ウエルカムミルクの取り組み、  
家庭介護教室開催のご案内…11



なかしべつ産ブロッコリーの収穫 (2010.9)



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  検索

中標津町農業協同組合

夢広がる  
なかしべつ

JA中標津

検索



ケニタイ用  
QRコードは  
こちら!!

# 宮崎県の終息宣言で…

平成22年8月27日、4月の20日に発生した  
「口蹄疫の「終息宣言」が宮崎県で出されました。」

「対象農場すべての堆肥処理を終え、口蹄疫ウイルスを撲滅するための措置を完了しました。ここに、今回の本県における口蹄疫は、終息したことを宣言いたします。4月20日の発生確認から4ヶ月余りという長期間に及ぶ苦闘でありましたが、関係の皆様のご必死の御努力により、この日を迎えることができました。本県のみならず我が国の畜産を守るために大切な家畜を犠牲にし、あるいは、休む間もない消毒作業に追われた畜産農家の方々、尋常ではない状況の中での防疫対策に昼夜を分かたず従事いただいた隣県を含む県内外の多くの方々、そして、温かい御支援をいただいた全国の皆様に対し、心から感謝を申し上げます。本県にありがとうございました。今後本県が取り組んでいかなければならない、全国のモデルとなるような安全・安心な畜産の再生や、深刻な影響を受けている地域経済の復興は、容易に実現できるものではありません。政府並びに全国の皆様のこれまで以上の御支援、そして何よりも、畜産農家をはじめとする県民一人おひとり、それぞれの立場で、一日も早い再生・復興を目指して御努力いただく必要があります。私も、引き続き全力を尽くしてまいります。皆様の御理解、御支援を切にお願い申し上げます。」と宮崎県口蹄疫防疫対策本部 本部長である東国原英夫宮崎県知事からの声明です。

しかし、発生から4カ月あまり、原因の特定がなされていないままの状況です。日本国の対外的な終息宣言が出るまでには、まだ数ヶ月を要します。特に、畜産農家におかれては、いつなんどき、口蹄疫等の家畜伝染病が発生するかわからないという危機感を持って、常に、農場入り口や出入りする人・車輛等の消毒を徹底し、絶対に農場内にウイルスを侵入させないようにしていただくことをお願いします。

## 先月号で取り上げたリングもそうですが、こんな気持ちでいる団体も多くあります。

口蹄疫の終息を全国の人々が願い、応援頂いている姿に心打たれ、わたしたち宮崎県民も心ひとつに復興へ向けてがんばりたいと感じています。そのような思いから、「口蹄疫復興支援ポスター」をデザインしました。

「畜産農家の方も含め、宮崎県の産業を支えている、さまざまな人たちが手をつなぎ、気持ちを一つに大きな復興の輪（和）を広げていこう」という願いを表現しました。

(佐土原高校デザイン技術部)



## 4店合同ふれあいチャリティフェスタ

家具の丸協、スポーツ・ピア、トヨタカローラ釧路、Honda Cars西釧路 中標津店の4店合同で行う夏のイベント、「ふれあいチャリティフェスタ」に、なかしべつグリーンクラブの産地直売野菜が登場。かねてより協賛している上原農場の採れたてジャガイモなどとあわせて、主催の秋山社長いわく「野菜は強いですね」と大人気でした。青年部でもイベントに協賛。哺乳瓶入りの牛乳をちゅうちゅう吸う、大人と子供のイベントに協賛して、牛乳の消費拡大を図りました。



## ミルクの里収穫祭



8月28日、ミルクの里で恒例となる収穫祭が開かれました。中標津町農協酪対から酪農家の方々が主催側に位置して行われる久しぶりのイベントとなりました。

新鮮野菜、食品加工交流部会のパン。ミルクの里で乳製品、ソフトクリーム購入者に対して限定で輪投げやダーツが楽しめるイベントなどが大人気でした。

ご協力された皆さまお疲れ様でした。

「なかしべつ」「野菜」 グーグル検索でTOPに

# 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5回

## ブロッコリー

なかしべつ産ブロッコリーの収穫・選果が、毎日、延べ100人ほどの手で行われていますよ～。

皆さん、9月に入っても30度越えという近年珍しい気候の中、なかしべつ産ブロッコリーの成長も著しいようです。ブロッコリーの生産者は17戸。平成22年度の作付け面積は、45.8haほどになりました。生産目標は5万ケースで1億円の売り上げを目指します。

### ■育苗センターで苗作り

4月から7月中旬まで、まず育苗センターでJA中標津が苗作りをします。一から管理することで製品の安定化が初期段階から図られ、もう一方で、収穫時期を想定して苗の量をコントロールすることもできます。



種はスターラウンド（ホクレン）などを、なかしべつの気候に合う品種として大いに活用しています。苗は1カ月をかけて管理を終え、畑に定植されます。

5月から8月中旬までの期間で定植して60日ほどで収穫となりますが、高温が続いている今年は50日～53日で収穫期を迎える畑も多いようです。成長著しいときは、ぐんと育ててしまい収穫適期を逃さないように畑ごとのブロッコリーの成長度合いに合わせて収穫班による刈り取りが行われます。



### ■暑さに強い!?

ブロッコリーは、アフロヘアー似のあのユニークな形状から、暖かい土地で穫れるというイメージが強いかもしれませんが、実は冷涼な気候を好む野菜です。昨年は雨と低温すぎて大変だったのですが、高温で成長が進みすぎるのを見回って、成長の度合いに合わせてモノの良いときに収穫となります。



### ■一定の眼で

畑では収穫班が一斉に畑に入り端から、収穫に適した大きさのブロッコリーを見回し手作業で収穫していきます。その後、軽トラックで農協野菜選果場で約20人の作業者が、これまた素早い手さばきでブロッコリーの形を整え、大きさ別に発泡箱に詰めていきます。発泡箱には最後に氷を入れて封がされ出荷されていきます。

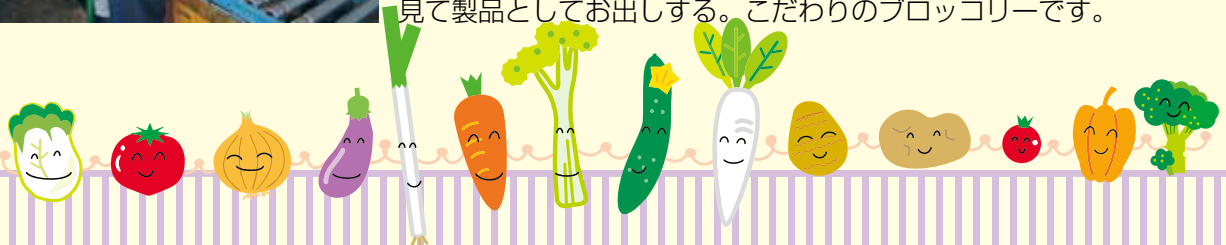


### ■販路は

道内での直接取り引きや大阪、宮崎、東京、北海道の野菜産地作りをプロデュースするグリーンパートナー、北海道の青果流通会社エプロンなどから全国各地へ届けられています。

### ■なかしべつのこだわりブロッコリー

気候と環境を生かし、冷涼な気候と豊富な堆肥による土作り、中標津産の特徴としてyes! cleanの取り組み。だれもが一定の眼で品物を見て製品としてお出しする。こだわりのブロッコリーです。



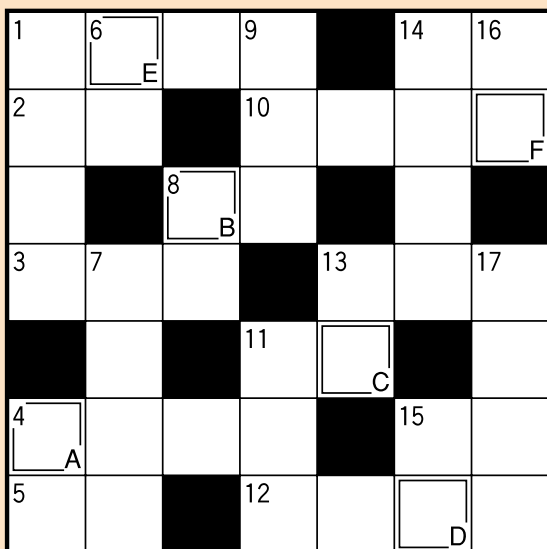
# Crossword Puzzle

## 出題/ニコリ 夢広がる クロスワード

8月号のクロスワード解答は「ツミキダンゴ」でした。正解者は2人です。武佐の藤原貴志子さん、第2侯落の弾正原真由美さんおめでとうございます。

今月号ではブロッコリーの取材で、藤原さんにご協力いただきました。武佐岳などを背景に写真が撮れる絶景ポイントなんです。

ブロッコリー作付け圃場で収穫作業している方々は毎回必ず長靴を洗って畑から出て行きます。畑作農家さんの線虫対策などとして栽培品種を越えて産地を守る取り組みをきっちり行っているんですって。圃場に輪作体系を組むので、なおのこと重要です。消費者の方々がおやみに畑に入ってしまう行為にも注意喚起していかなくてはならないとの思いを強めました。



一重マスの文字をA～Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

8月号クロスワードの解答  
『ツミキダンゴ』

## 第5回理事会

開催月日 平成22年8月6日  
開催場所 農協中会議室

### 決議事項

1. 根室農業大賞候補者の推薦について
2. 資産査定要領の一部改正について
3. 信用事業方法書の廃止について
4. ALM委員会運営要領の一部改正について
5. 信用供与の限度額の変更について
6. 各種資金の借入について
7. 平成22年度国産粗飼料増産対策事業の申請について
8. 農協有家畜排せつ物運搬等機械用低床散布ツールバーの導入について
9. 農協有家畜排せつ物運搬等機械（ふん尿散布機械）の追加導入について

### 報告事項

1. 組合員の加入及び脱退の状況について
2. 平成22年6月末酪農ヘルパー稼働状況について
3. 平成22年6月末農業・農村交流施設稼働状況について
4. 平成22年6月末家畜人工授精進捗状況について
5. 平成22年度生乳生産状況について
6. 乳製品工場の進捗状況について
7. 家畜伝染病の発生状況について
8. 平成21年度生食・加工・種子馬鈴薯収支状況について
9. 平成22年度畑作実測面積について
10. 第6次地域農業振興計画の進捗状況について
11. 経営長期計画の進捗状況について
10. 野菜出荷状況について
11. 6月末販売事業の概況について
12. 乳製品工場増築および機械導入に伴う指名競争入札結果について
13. JAバンク基本方針に基づく「経営状況に関する事項の報告」について



# 読者の声

■今月のお題■  
 あなたの息抜き法について。  
 テーマになにか「コメント」を思い浮かべないときに活用下さい。

## 頭を使って息抜き

●今年比去年に比べると毎日、暑い日が続いていますね。今月のお題、あなたの息抜き方法は？

JAなかしべつ広報誌の夢広がるクロスワードを解くことですよ！頭を使って考えて応募することかな？いつも楽しみにしております。これからも、どうぞ宜しくお願いいたします。▼PN／ひまわりさん

○クロスワードで頭を使って息抜きする。でも、なかなか解けないとイライラしたりしてネ。頭の体操でリフレッシュするのはいいこと。疲れ目には眼の上下左右のツボを3回づつ3セット押すだけでスッキリ。暑い夏のおかげで、唐辛子などを植えたものが、7月の途中から放っておいたのですが、成長して食べられる頃となりました。ほったらかししていたので逆にびっくりしています。



太陽に生かされているんだなあ。

## タテのカギ

- ①鼻緒と長い歯が特徴です
- ④——知識——体温
- ⑥口や鼻から吸ったり吐いたり
- ⑦10月14日は——の日、車両撮影会などのイベントも
- ⑧南の島から実が流れ着くイメージがある植物
- ⑨輪がつながってできています
- ⑪——一品——統一
- ⑬乳酸——酵母——病原——
- ⑭とても足の速い神様 足の速い人の例えにも
- ⑮地味の反対
- ⑯スポーツ——オープン——パトロール——
- ⑰——の注意を払って取り扱わねばならない

## ヨコのカギ

- ①10月第2月曜日は——の日 スポーツに親しみましょう
- ②秋に黄赤色に染まる果物
- ③刀を持つての立ち回りを指導します
- ④芝居小屋の入場料
- ⑤いくつも積み重なっているもの
- ⑧カタツムリが出せと歌われる「武器」
- ⑩シュワッと泡の出る飲み物
- ⑪——高く馬肥ゆる秋
- ⑫切れた電線に触ると、——する危険がありますよ
- ⑬20対21の——で敗れた
- ⑭10本の足は、本当は腕だそうです
- ⑮食べ物をつまむ2本の棒

## 一人の時間を大切に

●息抜き方法ですか？一人でゆっくり本を読んでネコたちと一緒にゴロゴロして、金魚にエサをやって眺めたり、大好きな映画などをとにかく一人で見る、一人で居れる時間が私にとっての息抜きかなあ。

昔はとても人恋しい性格だったために、今はチョット変化しているかもしれないません。でもそんな時間を持つことで、人にも会いたくなるし、仕事も楽しくなるような気がします。

でも、小さい子供がいるとなかなかそんな時間もなくて、ストレスを感じていたのかなあ、今、チョット、らくしているのかもしれない。子育て真っ最中の人たち、きつとそのうち自分の時間が持てる時が来るので頑張ってくださいなあと思います。

▼PN／只今現役中～さん

◎一人の時間を持つことは、家族経営が基本の農業では、重要な意味を持

## 花満開はいつまで続く...?



今年も農協正面玄関前の花がきれいな花をつけていますよ。

松の木の下や花壇、それに寄せ植え達はみんな元気です。いっとき、花は枯れぎみで種をつけて終わろうという時期もあって、その頃にひと手間をかけることで種を取り除いて、新しい新芽を生かす。このような作業の大切さを学ぶ。花を育てて人生を知る。何かを育てることはまさに教育なんです。

農協正面玄関前やスタンド、乳検室前の花の管理作業を行ってくださっている方々、ありがとうございます。

ちます。サラリーマンでも、一人の時間は重要ですが、仕事漬けの毎日だと、自分の時間がなかなかなく、自分の時間を作ろうとするとよけい家族に負担や寂しい思いをさせてし

まったりします。人間はコミュニケーションする動物なので「相手の気持ちを考える」と無茶苦茶なことはできませんが、一人の時間は重要ですよ。



# 家畜改良課に相談だ。

牛乳に  
相談だ。

gyunyu.com

繁殖管理は経営のツボだと思う。

## 受胎率向上の対策 ～立ち会い授精編

高受胎率達成への要点の1つは人工授精の際に「いかに衛生的に注入器をさせるか」にかかっている事をご存じですか？  
今月は、立ち会い授精の重要性について一緒に考えていきたいと思います。

### ■人工授精技術のキモは農家と授精師の二人三脚

現在の人工授精技術は、直腸越しに子宮を操作して外陰部より注入器を挿入して子宮内に注入するのが一般的です。このことから衛生的な操作が最も要求されます。

立ち会いの方には尻尾を持ってもらうことになりませんが、なぜ尻尾を持つことが重要なのでしょうか？それは、尻尾を持つことで注入器を挿入する際の外陰部の汚れの付着を最小限に抑えることが出来るからなのです。これは断尾（だんび）を行っている農家の方にもぜひ行って欲しいことがらです。

直腸検査をどんなに丁寧に行っても、子宮や卵巣の状態を触診する際に、尻尾や外陰部は糞などで汚れてしまうものです。注入器を挿入する際に外陰部は、ペーパータオルで汚れを落としますが、尻尾が汚れていて、しかも尻尾が持たれていない自由な状態だと、綺麗にした外陰部が尻尾によって再び汚れる可能性が高まってしまいます。

### ■子宮内膜炎のリスクも減らす

注入器に汚れが付いた状態で子宮内に精液を注入した場合、受胎する可能性が著しく低下するだけでなく、雑菌汚染による子宮内膜炎を引き起こすリスクが高まります。

子宮内膜炎とは繁殖性を著しく低下させる繁殖障害の一つで、主に分娩後に起こることが多い疾病です。皆さんは牛の陰部から白濁な粘液が出ているのを見たことがあると思います。それこそが目に見える子宮内膜炎の症状の1つなのです。ですから、出来ることなら人為的な操作によって子宮内膜炎を引き起こすことは避けなくてはなりません。特に受精卵移植の場合は、人工授精よりもさらに衛生的な操作が要求されますのでご協力をお願いいたします。

以上のことから衛生的な授精を行うために立ち会い授精に対する皆さまのご協力を改めてお願い申し上げます。しかし、最近では飼養頭数も増加傾向にあり、日常の作業も忙しくなってしまうために昔に比べてなかなか立ち会えることが難しくなっているのが現状です。

繁殖成績の向上は農家経済を助けます。今一度、授精師の操作に立ち会い一緒に繁殖を良くしていきましょう。



繁殖・授精などの面で御不明な点がございましたら授精師に気軽にお尋ね下さい。

# 「石灰塗布」は一石何鳥?!

～明るく衛生的な牛舎環境を～

秋は、暑熱など夏に受けたストレスの影響が乳牛に現れます。乳量の減少や繁殖成績の悪化に加え、免疫力が低下することでサルモネラ症の発症が増えるのもこの時期です(図1)。

サルモネラ症を防ぐには、牛の抵抗力を高めると同時に、牛の周りでサルモネラ菌が増殖しないよう、衛生的な飼養環境を整えることが重要です。

一度にいろいろな効果を生む「石灰塗布」で、衛生的な牛舎環境を作ってみませんか？

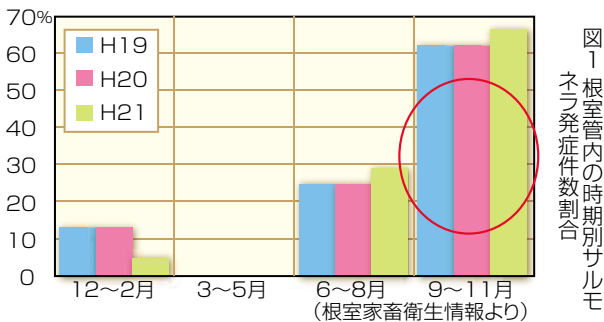


図1 根室管内の時期別サルモネラ発症件数割合

するか、石灰塗布を請け負う業者を活用します。不明な点は、JAや普及センターにご相談下さい。

## 手作業でできる石灰塗布

牛舎の一部や子牛のハッチ、ベンなどの場合は、機械を使わず手軽に石灰塗布することもできます。子牛の下痢対策としても効果が高いので、ぜひ試してみてください。

### ■用意するもの(写真2)

- 粉状の石灰(生石灰または消石灰)
- バケツと水
- 長めのゴム手袋、使い古しの軍手



※石灰乳は少量ずつ作るのがポイント



★写真の消石灰は溶けにくいのでよく混ぜながら塗布する

### ■作業手順

- ①塗布する場所を掃除する
- ②バケツの水に石灰を溶く(=石灰乳…少しトロっとする程度)
- ③ゴム手袋の上に軍手をはめ、石灰乳をよく混ぜながら、その手で塗布する(写真3~5)
- ④後片付け
  - バケツとゴム手袋を水洗いする
  - 軍手はそのまま捨てる

※生石灰を使う場合は、水に溶くと発熱反応が出るので温度が下がってから塗布。金物の容器の方が安全です。

石灰は目や口に入ると危険です！  
ゴーグルやマスクを着用して作業しましょう！

## 石灰塗布とは？

粉状の石灰(生石灰、ドロマイトなど)を水に溶いた「石灰乳」を牛舎の壁や天井、床に塗布します。

### ■石灰塗布の効果

- 石灰の強アルカリ性による消毒効果が高い
- 壁や天井などに付いた雑菌を、乾いた石灰乳が封じ込める(石灰が剥がれるまで効果は持続)
- 牛舎内が白く明るくなる(写真1)
- 乾いた石灰乳は吸湿性がある
- 塗布前の掃除で、牛舎内の余分な物が片付く



写真1 石灰塗布で明るくなった牛舎

## 石灰塗布作業の手順

- ①牛舎内の片付け、清掃(前日までにやっておく)
- ②牛を出し、舎内を軽く清掃する
- ③パイプラインや電気系統など、塗布しない部分をビニールで覆う
- ④石灰を水に溶き(=石灰乳)牛舎の壁、天井などに塗布する
- ⑤乾燥させ、牛を入れる

### ■石灰塗布をするには

専用の機械が必要です。各地域の家畜自衛防疫対策協議会や利用組合などで所有している機械を使用

不明な点は、お気軽に普及センターへお問い合わせ下さい。(☎0153-72-2163)

詳しくはホームページで

普及センター 北根室 検索



もちもち、しつとり

# やさしい米粉料理



米粉ケーキに米粉パン。米粉を使った商品がここ数年話題になっていきます。新しい食材、と思われるかもしれませんが、米粉自体は新しいものではなく、おまんじゅうやお団子といった和菓子の原材料として、古くから使用されてきました。最近になり、ケーキやクッキーなどの洋菓子、パンやラーメン、そして家庭料理にまで幅広く使われるようになり、あらためて注目を集めています。

その人気の理由の一つが食感。ケーキはしつとり滑らかに、パンは小麦粉のパンに比べてもっちり、ラーメンやパスタ類もちもちとした食感が味わえます。そして食べればお米ならではの香りとおのやかな甘味が感じられるのも魅力。また、小麦アレルギーの方にとっては、食感や味だけでなく、小麦に代わる食品として、強い味方となっています。

料理では、小麦粉に比べて油を吸いにくい、揚げ物の衣に米粉を使うと、ヘルシーに。カラッと仕上がりが、

時間がたつてもサクサクの食感が楽しめます。さらにホワイトソースもおすすめ。小麦粉よりも粒子が細かく溶けやすいので、ダマになりにくく、さらりとしたとろみに仕上がります。

ところで米粉とは、「米を粉末にしたもの」の総称。原料や製法で種類が分かります。普段のご飯でおなじみのうるち米が原料の「上新粉」、もち米が原料の「もち粉」、うるち米ともち米が配合された「だんご粉」は、料理ならどれを使っても同様に作る事ができます。ただし、米粉だけだとグルテンがないため、ふっくらしたパンや、コシのあるめんを作りたいときは、グルテンを加えた「ミックス粉」を使いましょう。また、ケーキのようにふんわりしたお菓子の場合は、より粒子の細かい製菓用の米粉がおすすめです。

それぞれに向く米粉がありますが、まずは身近な米粉を使って、米粉料理にチャレンジしてみてください！

## 米粉のニョッキ

調理時間 30分

カロリー 377kcal  
1人分 <全量2人分として>

提供:ベターホームのお料理教室



撮影:松島均

### ●材料(2~3人分)

#### <ニョッキ>

ジャガイモ ..... 大1個(200g)

A

米粉 ..... 100g  
卵 ..... 1個  
塩 ..... 小さじ1/3

ゆで湯

湯 ..... 3L  
塩 ..... 小さじ1

#### <トマトソース>

タマネギ(みじん切り) ..... 30g

ニンニク(みじん切り) ..... 1/2片

トマト水煮缶詰 ..... 1/2缶(200g)

オリーブ油 ..... 大さじ1

B

塩 ..... 小さじ1/4

こしょう ..... 少々

砂糖 ..... 少々

バジルの葉(1枚は飾り用)

残りは粗く刻む) ..... 6枚

### ●作り方

(1)トマトソースを作ります。鍋にオリーブ油を温め、タマネギとニンニクを弱火でいためます。香りが出たら、トマトを缶汁ごと加え、つぶしながら中火で約15分煮ます。Bで味を調え、火を止めます。刻んだバジルを加えます。

(2)ニョッキを作ります。ジャガイモは皮をむき、6~8つに切ります。やわらかくなるまでゆで、湯を捨てて熱いうちにつぶします。

(3)(2)にAを加え、2~3分こねます。4等分し、直径約2cmの棒状にし、2~3cm幅に切ります。フォークの背を押しつけ、筋模様をつけます。ゆで湯を沸かし、ニョッキをゆでます。浮いてからさらに30秒ゆで、ざるにあげて水気を切ります。

(4)器に(3)を盛り、(1)を掛け、バジルを添えます。



# 米粉ドリア

調理  
時間

30分

カロリー  
1人分

679kcal

提供：ベターホームのお料理教室



撮影：松島均

## ●材料 (2人分)

ご飯	250g	バター	10g
鶏もも肉	100g	粉チーズ	大さじ2
A		<ホワイトソース>	
塩	小さじ1/4	米粉	大さじ2
こしょう	少々	バター	30g
白ワイン	大さじ1/2	牛乳	カップ2 (400ml)
タマネギ	1/4個 (50g)	B	
マッシュルーム	8個 (60g)	塩	小さじ1/4
ブロッコリー	1/3株 (60g)	こしょう	少々

## ●作り方

- (1)鶏もも肉は2cm角に切り、Aをまぶします。
- (2)タマネギはみじん切り、マッシュルームは4～5mmの薄切りにします。ブロッコリーは小房に分けてかためにゆでます。
- (3)フライパンにバター10gを温め、(1)とタマネギを中火でいためます。肉の色が変わったら、マッシュルーム、ブロッコリー、ご飯を順に加え、さっといためます。
- (4)ホワイトソースを作ります。鍋にバター30gを入れ、中火にかけて溶かします。米粉を加えて混ぜ、なじんだら火を止めます。牛乳を半量加え、よく混ぜます。残りの牛乳を加え、さらに混ぜます。中火にかけ、煮立ったら弱火にし、混ぜながら1～2分煮ます。Bで味を調えます。
- (5)(3)を耐熱容器に入れます。ホワイトソースを流し入れ、粉チーズを掛けます。220～230度のオーブンで約11分、焦げ目がつくまで焼きます。



みんなで食糧自給率アップ!

## フードアクションニッポンの取り組み 子供たちの子供たちも、そのずっと先の子供たちも食べていけますように。

農水省が平成20年から行っている食料自給率を向上させる「FOOD ACTION NIPPON」の取り組み。平成21年に40%の自給率、平成32年に50%を目指しています。食料の未来を確かなものにするために「生産」「流通」「消費」のそれぞれの現場で問題意識を認識・共有し、消費者・企業・団体・地方公共団体など、全ての国民が一体となって国産農産物の消費拡大を具体的に推し進めることを目的としています。

今回、2ページに渡って米粉の料理を紹介したのは理由があります。フードアクションニッポンを紹介したかったこと。米粉と同時に旬の野菜も使われている料理を紹介したかったこと。もう1つは、中標津町で食育推進計画が策定される動きとなっているからです。

町保健センターを事務局に、町内の農協青年部、女性部や消費者協会、食生活改善協会、保育園、学校給食センターなどから委員が集まり中標津町版の食育推進計画を検討します。町内には食に関する取り組みを行う団体が多数あります。

国が行っているFOOD ACTION NIPPONという取り組みは自給率向上を目指す国民運動という位置づけで動いてきたのに、なかなか国民が知るところとなっていません。ですが、この運動によって米を違う形に変えて食料自給率をアップさせる米粉がブームになっています。牛乳には米よりパンが合うという回答が多いため、牛乳・乳製品の消費の追い風になることですが、米食って生きてきた私には、米の旨さがなにもものにも変えがたい。朝食に、ご飯と味噌汁と納豆と卵。これ以上の贅沢はないって思うんです。(プラス牛乳で至高の贅沢) 私が給食を食べていた時代には米は週に2回でしたが、今は回数が増えているそうです。そういう情報もそういう場になければ知らないまま。食育の活動を終えたあと、青年部で話題にのぼるのは、「子供より親へどうやって伝えるかな」という意見が大半を占めます。農業者による年に数回の食農教育にも制限と限界があります。教育現場においても個性を重要視する時代ならではのジレンマがあります。「今の親は…」と親をひとくくりにはできません。興味のある親は、いろんなところに目をむけ、実践しています。「食」や「子供」に関心を持ってない親にどうアプローチするか? 米の需要が米粉にシフトして米そのものを食べる需要が減っては本来の目的から外れることと同じように、食に対する関心が抜け落ちてしまっている大人に対してケアしていかなければ日本の食料の将来はいよいよ危うくなりますよね。

JA中標津も FOOD ACTION NIPPON の推進パートナーです。

ウェブへはフードアクション日本で検索

# 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、  
こちらへ

**72-3721**  
[info@ja-nakashibetsu.or.jp](mailto:info@ja-nakashibetsu.or.jp)

## あるにAEDが 設置されました

Aコープ中標津店「あるに」にAEDが設置されました。

これはJA共済連北海道が取り組む社会貢献活動の一環で、昭和50年から交通事故対策事業として救急医療活動に貢献するため、救急車を自治体に寄贈している取り組みや各農協や町へJA共済と記載



された交通安全宣言（宣伝）カーが導入されていることなどと同様に行われているものです。  
共済カーについては、当農協では中標津町に使っていただきたいとの意向で寄贈を進め導入されました。  
今回導入されたAEDについては、あるの職員が納入元である日本光電から説明を聞いて実際に使用方法を学びました。

AEDが必要にならないことが一番ですが、近くにあることで助かる命もあるかと思えます。心停止から10分間が命を分けることですので、「あるに」に設置された情報を常に頭の片隅に置いていてください。

## 丸っ子タイム じゃがいもの収穫を 早めました

JA中標津青年部と丸山小学校とのコラボ事業、じゃがいもの収穫が8月23日に行われました。

今年は、暑い夏でしたが、春先の不安定な天候などにより疫病がでていたこと、花や茎が鹿に数多く食べられてしまっていたことなどから早くに枯れてしまったため、そのまま土中に置いておくだけでは鹿の餌やおもちになるばかりだと判断して、収穫を2週間ほど早めました。

生徒も先生も青年部も生育状況から、じゃがいもの成長をとても心配しました。土を掘り始めてみても、なかなかじゃがいもが姿を現しません。ようやく現れたのが小さい



じゃがいもでも初めは「ヤッター」、しだいに「じゃがいもがあんまりないね」といながらも手を進めます。場所の違いから班ごとで、収穫量の差がありました。収穫の体験、土からじゃがいもを掘ることで育てたじゃがいもが

口に入るまでを体感できるのです。9人集まった青年部PR委員会食農教育班はクワで収穫の手伝いをしながら、なるべく子供たちに任せて収穫をすすめました。丸っ子タイム収穫祭で、今年も父母を含めみんなが作ったじゃがいも料理を全員で食べます。



女性部バイオセキユリ  
ティ対策勉強会

女性部の勉強会が8月26日、農協大会議室で開かれ約15人が参加し口蹄疫などのバイオセキユリティ対策などについて知識を得て、情報共有しました。

初夏に、当幌会館で行われた女性部フレッシュミズ主催の口蹄疫などのバイオセキユリティ対策勉強会時の資料を元に、追加事項や状況の変化なども含めて、内容を追加したの研修となりました。

講師は生産部長の長瀬豊氏。口蹄疫を始めとする家畜伝染病の怖さや感染予防に有効とされる技術などの話を提供いただきました。「BVD・MDなど家畜の伝染病といわれる事例の存在は農家経済に打撃をあたえる。合わせて、今年の夏の暑さは牛たちの体によい影響を与えないので、子牛の世話から搾乳、発情発見と、牛を見る作業を担うことの多い女性の目線ですっかり牛を観察してください」と目配りすることの重要性を強調しました。



今年も東京便に  
ウエルカムミルク

根室管内の酪対組織で取り組む一期一会の心で牛乳によってもてなしするウエルカムミルクが今年も根室・中標津空港で7月後半から8月の週末、木・金・土曜日に東京便の到着にあわせて行われました。根室・中標津空港で行う同事業は、5年目を迎えました。例年であれば、中標津町農協酪対の生産者さん自ら現場で手渡しをしていましたが、口蹄疫予防と蔓延防止



の観点から、生産者がじかに手渡す行為を自粛し、町の牛乳消費拡大推進委員会の人的・予算的協力と農協を代表して酪農課職員と「うし」さんによる配布になりました。

期間中、13回で3千250パックの牛乳が根室・中標津空港を拠点に來道したお客さんに手渡され、振るまわれしました。また、中標津を始め、根室管内の飲食店などで取り組んでいたいているウエルカムミルク運動も牛乳を期間限定で負担し、取り組みしやすくする時期となっておりますので、お知り合いの飲食店

や居酒屋さんなどで活動に興味がある担当の方がいらっしやいましたら是非、酪農課まで情報をお寄せ下さい。一人ひとりの牛乳消費拡大に対する取り組みによって、牛乳・乳製品の消費を加速させましょう。

家庭介護教室  
開催のご案内

J A北海道健康福祉対策協議会とJ A北海道中央会、J A北海道厚生連で主催する、平成22年度の根室管内「家庭介護教室」が10月13日午前10

時から根室農業会館3階で開かれます。

介護ボランティア活動や家庭における介護を実施するため、有効な介護を實踐できる正しい技術の習得や介護保険制度の理解促進を目的に道内各地で行っているもので参加は無料。参加資格は管内J A組合員やJ A女性部員、J A関係者等となっております。開場の都合もあり20人程度で締め切りとなります。希望者は9月29日まで（なるべく早め）に経営企画課までご連絡をお願いします。

大学・短大・専門学校卒大歓迎

JAカレッジ  
生徒募集!!

- 60名 ●1力年、全寮制
- 高卒、21歳未満男女
- 大卒、短大、専門学校卒、24歳未満男女
- 試験日:12月13日・14日・15日
- 願書受付:9月13日～11月15日

全道の  
農協へ

平成19、20、21年度

100%就職

お問い合わせ・資料請求

(財)北海道農協学校

〒069-0834 江別市文京台東町43-1  
(JAカレッジ) ☎0120-918-417  
<http://www.ja-college.jp/>

# 行事予定表

## 2010年8月 組合動静

2(月)	第3回営農委員会 ジャガイモシストセンチウ対策会議
3(火)	管内同協会役員協議会、結核法定検査～5日
4(水)	内部審査(金融・共済部門)～5日 乳製品工場工事機械導入札
5(木)	第3回生産委員会、ウエルカムミルク～7日
6(金)	第5回理事会、第2回役員協議会 LA全道表彰、自記温度計バッテリー交換講習会
9(月)	十勝授精所種雄牛説明会
10(火)	第3期種子馬鈴薯防疫検査
11(水)	管内農協交流ゲートボール大会 畜特資金審査会、保落酪農同志会親睦会 畑作物連合損害調査委員会議 ウエルカムミルク～14日
12(木)	根室地区女性協 役員会 なかしべつ夏祭り防疫対策～15日
13(金)	根室地区女性協 役員会 なかしべつ夏祭り防疫対策～15日
16(月)	盂蘭盆休業
18(水)	あるる企画会議
19(木)	ウエルカムミルク～21日、あるる定休日
23(月)	女性部 青葉会活動、結核法定検査
24(火)	女性部 三役会
25(水)	共済連 巡回事務指導
26(木)	ウエルカムミルク～28日
30(月)	税務調査～9/2、女性部 役員会 結核法定検査～31日
31(火)	SSミーティング

## 2010年9月

1(水)	税務調査～2日
2(木)	熟年会役員会、役員研修～4日、あらかると研修～3日 池袋催事～14日、ウエルカムミルク 安全運転管理者講習会
3(金)	女性部青葉会パークゴルフ交流会 結核検査
4(土)	
5(日)	
6(月)	結核検査～7日
7(火)	体審体型調査～11日、中斜里でん粉工場操業式
8(水)	第2回管理購買委員会、第4回生産委員会
9(木)	第6回理事会、ウエルカムミルク
10(金)	組合長杯ゲートボール大会
11(土)	
12(日)	
13(月)	結核検査～14日
14(火)	巡回ドック・事業所検診
15(水)	巡回ドック組合員、酪農共済推進
16(木)	巡回ドック、ウエルカムミルク
17(金)	中国人研修生講習会
18(土)	
19(日)	
20(月)	敬老の日
21(火)	
22(水)	女性部パークゴルフ交流会
23(木)	秋分の日 ウエルカムミルク
24(金)	食品加工交流部会 製造販売グループ視察～25日
25(土)	
26(日)	
27(月)	畜舎環境調査～29日
28(火)	
29(水)	熟年会秋期研修旅行～10/3
30(木)	ウエルカムミルク、棚卸

### 旬のなかしべつ野菜と乳製品を使用した美味しいレシピ

今月号で紹介のブロッコリーで、食料自給率を上げる、簡単に作れるグラタンを紹介します。

# ブロッコリーと豆腐で さっぱりグラタン

### ●材料(3人分)



- 豆腐(木綿)……………200g
- ブロッコリー……………1個
- チーズ(溶けやすいタイプ)…適量
- 薄力粉……………90g
- バター……………60g
- 牛乳……………300cc
- コンソメ(キューブ)……………1個
- 塩……………1つまみと少々
- にんにく……………1カケ

### ●作り方

- ①ブロッコリーは小房に分けてゆでます。沸騰したお湯でゆでる時に塩を1つまみ、にんにくを1カケをスライスしたものをに入れてゆでると、そのまま何もつけなくても食べられるおいしいブロッコリーができるのでお試しあれ。ゆで時間はブロッコリーの固さでお好みですが、中火で10分くらいから。
- ②豆腐は水を切った後、12等分にしたものを耐熱容器に水を入れレンジで4分加熱します。
- ③ホワイトソースを簡単に作ります。薄力粉とバターを耐熱容器に入れて2分加熱します。牛乳を少量入れながら泡だて器などで混ぜ進めます。ダマがなくなったらキューブコンソメを包丁でつぶして粉状にしたものを入れます。塩加減も足してください。味を調えながらレンジで加熱、混ぜるを繰り返し固さを加減します。
- ④耐熱容器にブロッコリー、豆腐を並べ入れてホワイトソースをたっぷりかけてチーズを乗せます。
- ⑤焦げ目がつくまでオーブンで焼いて完成。豆腐でヘルシー、ブロッコリーはほんとに一味違いますよ!

※参考(レンジは600Wを使用)

出来上がり!!



## Recipe