

JA 中標津町農業協同組合

2013

2

Vol.458



# 夢 広がる なかしべつ



女性部新年恒例会

女性部新年恒例会 (2013.1.23)

## INDEX

- 女性部新年恒例会…3
- JA根室地区青協幹部研修報告、丸山小学校出前授業…4~5
- 平成25年 営農計画総集計表…6~7
- 第8回理事会、クロスワード…8
- 読者の声、今月の運勢…9
- 特集 ご当地グルメでおいしく楽しくまちおこし…10~11
- 女性部のページ…12
- 食品加工交流部会のページ…13
- 普及の窓~牛舎に長くいるからこそ、冬の換気が重要!…14
- 夢広がる掲示板…15

公式Webアドレス

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



ケータイ用  
QRコードはこちら!!

# JA NAKASHIBETSU



2013年

# 女性部新年恒例会

1月23日、女性部の新年恒例会がJA大会議室をメイン会場に行われ、部員41名が参加しました。今年最初の顔合わせの時間を大いに楽しみました。

今年のお花も藤井直雄美さんが用意してくれました。



お弁当の他に、女性部で用意したフランドーのプリン、JA中標津からのいちご、あるる店長からのみかん、(株味の



開会の挨拶では、小出公子部長が「新体制の1年目となりましたが、各事業ともに組合長や職員など多くの支援と部員の協力により、滞り無く執り行えたこと感謝致します。私にとって昨年は激動の一年でした。一つは、春、九州の義母が北海道に移住し三人での生活がスタートしました。もう一つは、女性部に大きく関わる事になったことです。中堅・フレッシュミズの枠を超えて、農業・家事・育児の話しをすることが出来ます。切磋琢磨しながら、時には励まされ、救われ、元気をいただき家に帰ることが出来る「お得な会・組織」であることに気づきました。今年一年、皆さまにご協力いただき、女性部一丸となり笑顔で歩んでいきましょう。」とありました。

来賓を代表して、高橋組合長からは、「会場に集った女性部の元気な声が聞こえ、明るくという事は、いいものだと感じました。24年度はJAのイベントや取り組みに前向きにご参加頂き有り難うございました。25年度も女性部に協力頂き、農協としても出来るだけ組合員の要望を取り入れて行きたいと思っております。」と挨拶がありました。

購買部・長瀬部長による牛乳での乾杯によりスタート。低予算の中で、(株味のオーハシあるる店のご好意によって用意された超豪華弁当を食べながら、仲間同士の語らいの時間が進みました。

ひとつぼ  
ショップ



牛柄の女性手帳カバーや農作業日よけ帽子など沢山の品がありました。



歯から  
健康

薬用歯みがきアパナチュールと歯ブラシの商品説明を熱心に聞きました。芸能人は歯が命のCMで有名な歯磨き粉です

オーハシあるる店からのラングドシヤなどがテーブル一杯に用意されました。

お腹も満たされ、仲間との会話が弾んだ後は、ひとつぼシヨップの時間です。会場を隣りの中会議室に移して、仲間や個人で作った

焼き菓子や手工芸品、女性部研修会で学んだ「えひめA I」など、小さなお店がオープンしました。今年は、加工品を通して北海道のJAや町内の癒しスポットの紹介を兼ねて事務局も出店しました。買い手は、品定めし、作り方などを聞きながら次々と購入されて、即完売店舗が続出しました。

この誕生日を迎えた  
瀬ヶ平慶子さん、皆から  
祝福されていました。



午後からは、ホクレンジョイライフ掲載商品の中から、家事や育児・介護などをこなす女性の助っ人になるお手軽食品の紹介と試食、薬用菌みがきアパナチュールと歯ブラシの商品説明を通して、「食べる」菌から作る健康かせない「菌」から作る健康について学びました。

その後の全員参加のビンゴ大会では、お米など主婦がもらって嬉しい実用品が景品として用意されました。上位の方々には、「旦那さんの好きなどころを5つ教えて」などのトークテーマが書かれたくじ付きで、ほっこりする回答



一等賞の名越静枝さん

ビンゴ大会

を聞くことができた時間となりました。

今年の高橋組合長からのお年玉争奪大ジャンケン大会では、一回戦の結果が勝者ゼロになったため2回戦を行いました。安達則さん・福嶋幸子さん・大西ふみ子さんの3人まで絞られた結果、拳を力強く上げた大西ふみ子さんが優勝となりました。

最後に名越静枝副部長から「女性部のみんなまで協力し合いながら、より楽しみ有意義なものにしていけるといいですね。どうぞご協力をお願いします」と閉会の挨拶で締めくくり、新しい1年をスタートしました。

(記「橋詰仁美」)



ジャンケン大会



組合長のお年玉をゲットした  
大西ふみ子さん

## 作品&展示物の数々

会場には、洋服やバック、ビックサイズのパッチワークなど手工芸品を中心とした数々の作品と健康グッズや雑誌の展示。ヤッケ2着・エコクラフトなど、根室地区および北海道女性協議会の取り組みの理解を深められるような内容。



# JA根室地区青協幹部研修に参加

1月23日から25日の日程で、根室地区青協幹部研修が行われました。管内の各単組より15名が集まり、当青年部長と櫻坂副部長が参加しました。



23日の朝の飛行機で千歳、羽田へと移動して、3時30分から霞が関の農林水産省にて、担当者との意見交換会が行われました。事前学習会で集約した意見や質問を基に、意見交換を行いました。自給飼料関係については、「活用されていない草地が増加しているという事で、北海道で生産する国産粗飼料を全国で有効に活用できる事業は考えられないか。」という意見に対し、「被災地である東北などで道産粗飼料の広域流通が試験段階にあり、意見交換等も実施し進めているところです。」と回答いただきました。乳牛改良関係については、「受精卵導入支援事業で過去にホルスタイン種も対象であったが、現在対象外になっているので、生産性向上の観点から対象にしてほしい。」という意見に対し、「ホルスタインの受精卵移植は技術も向上し、一般的となったので、現行では、ブラウンスイス種やジャージー種が対象となっている。昨年は9割がブラウンスイス種でした。」と回答いただきました。補助事業関係では、「補助事業の中で、法人や集団が要件となっている事業が多いが、個人経営も事業対象になるようにしてほしい。」という意見に対し、「個人財産になるものへの補助は難しい。」と回答いただきました。酪農ヘルパー関係では、「平成25年度で、酪農ヘルパー利用組織に対する補助事業が終了してしまうので継続してほしい。」という意見に対し、「継続で検討しています。」と回答いただきました。補給金単価等の見直し時期と、政権交代による多忙な業務が重なり、意見交換会の開催も危ぶまれましたが、非常に有意義な



## 丸山小学校出前授業

12月17日、食農教育委員会の事業の一つの丸山小学校出前授業がありました。体育館と視聴覚室の2つに分かれてもらい、3年生の児童を対象に授業を行いました。

体育館では、「エサについて」「利き牛乳」「モデルカウの搾乳体験」の3つの工程で授業を進めました。実物のサイレージや飼料を児童に見せると、「臭いー臭いー」と盛り上がり、搾乳体験でも、上手に搾れた児童は極上のドヤ顔を見せてくれました。利き牛乳でも、普段給食で飲んでいる中標津牛乳を当てるのに必死で取り組んでいました。個人的には、「天のしずくおいしい！」と言ってくれた児童が一番かわいかったです。最後に質問コーナーを設けて、JAの服部さんのサポー



意見交換が行われ、あっという間に予定されていた2時間が過ぎました。

2日目は9時30分より、伊東良孝議員を表敬訪問しました。第2次阿部内閣において、財務大臣政務官就任となり、財務省内政務官室にて話をさせていただきました。お忙しい中、予定以上にお時間を割いていただき、普段なかなか聞くことができない関心深いお話を聞くことができました。次に日本農業新聞にて、「「環国」TPP 決戦の年」と題し、研修会が行われました。講師の緒方氏は、「TPPの関税撤廃で農畜産業は壊滅的状况になるが、それ以上に問題なのは自由化と規制緩和で、日本の様々な分野に外国企業が参入してくる。ISD条項によって、国の仕組みや基準が一変しかねない大変危険な状況にある。TPP交渉参加の



進展は参議院選挙が大きく関わっている。自民党議員377人の過半数の200人以上がTPP参加に反対している事が抑止力になる。」と強く訴えました。自分が農業経営者と違う立場でも、TPPには絶対に参加してはならないと強く思った研修会でした。

3日目はパナ・アーバン



ファームを視察しました。都心のオフィスビルの中に、90㎡の水田があり、葉物野菜等を栽培していました。ビルの外観も植物の緑が覆い、都会にいなながら農業を感じられる場所でした。その後、中標津に帰る予定でしたが悪天候により飛行機が欠航となり、その日は札幌止まりになりました。4日目には天候も回復し、ようやく帰って来ることが出来ました。

今回の研修に参加して、普段できないような経験を数多くしました。また、他単組の青年部員とも交流を深めることができました。今後も、より多くの青年部員に参加してほしいです。

(記 安田正嗣)

トを受けながら返答し、スムーズな流れで終わりました。児童達も楽しそうにしてくれたので、良かったです！

視聴覚室での座学では、牧場紹介や牛に関するクイズを出題し、授業を行いました。児童達は事前に先生が牧場を訪問した際に撮影したビデオを鑑賞していた様で、牧場紹介の際にでた画像の道具等の名称を説明する前に言い当て、知らない単語が出た際には復唱しながらメモをとり、真剣に授業に参加している姿勢が視えました。クイズを開始する前には児童達から「前にやった」等の声があがり不安ではありませんでしたが、意外に盛り上がりながら学習していただきました。児童からは授業時間を過ぎても絶えることなく、牛や仕事に関する多くの質問がありました。今回の授業を通じて酪農に対し興味や理解を示してくれた様に思います。

(記 櫻坂晃史・高橋力也)



平成25年

## 営農計画総集計表

単位：千円

収		入				平成24年実績 223戸	平成25年計画 219戸
	24年計画	24年実績	25年計画	実績との差			
生乳	9,723,570	10,107,770	10,169,025	61,255	乳量(t)	129,573.10	130,924.50
補給金	584,159	572,948	565,425	-7,523	大根	112.3 ha	112.3 ha
小計	10,307,729	10,680,718	10,734,450	53,732	収量(C/S)	338,301C/S	495,186C/S
乳用牛	777,415	744,363	632,508	-111,855	ブロッコリー	52.1 ha	48. ha
肉用牛	389,825	414,941	383,796	-31,145	収量(C/S)	40,489C/S	47,950C/S
その他畜産物	10,576	4,405	7,775	3,370	てん菜	128.1 ha	117.3 ha
個体販売計	1,177,816	1,163,709	1,024,079	-139,630	収量(t)	6,832.60	5,931.00
家畜共済金	277,955	438,254	274,346	-163,908	馬鈴薯種子	126.9 ha	83.0 ha
畜産物計	11,763,500	12,282,681	12,032,875	-249,806	食用	94.9 ha	52.2 ha
馬鈴薯	237,870	343,959	307,783	-36,176	澁原	251.2 ha	239.3 ha
てん菜	72,003	97,465	88,673	-8,792	収量(俵)	162,876	141,824
その他農産物	119,382	71,054	113,003	41,949	加工	28.2 ha	18.7 ha
大根	148,714	69,107	146,646	77,539	乳用牛(頭)	3,431	3,470
ブロッコリー	42,981	41,341	41,452	111	肉用牛(頭)	6,301	5,453
畑作共済金	0	1,256	0	-1,256	乳牛総頭数	26,853	26,235
農産収入計	620,950	624,182	697,557	73,375	12ヶ月以下	5,038	5,009
農業雑収入	988,867	1,051,612	992,839	-58,773	13～24ヶ月	5,316	5,077
農業収入計	13,373,317	13,958,475	13,723,271	-235,204	25ヶ月以上	16,499	16,149
農外収入	97,420	89,710	60,138	-29,572	総所有地 ha	14,658.50	14,541.00
資金借入	761	102,527	45,062	-57,465	改良草地 ha	8,529.30	8,527.30
資金受入	616,685	1,182,733	574,299	-608,434	永年草地 ha	3,334.10	3,075.10
合計	14,088,183	15,333,445	14,402,770	-930,675	コーン畑 ha	35.50	478.10
					畑地 ha	968.40	717.50
					山林原野他 ha	1,791.20	1,743.00

	24年計画	24年実績	25年計画	一戸平均実績	一戸平均計画
農業収入	13,373,317	13,958,475	13,723,271	62,594	62,663
農業経営費	9,786,581	10,496,746	10,102,076	47,071	46,128
農業所得	3,586,736	3,461,729	3,621,195	15,523	16,535
所得率	26.8%	24.8%	26.4%		

平成25年

# 営農計画総集計表

単位：千円

1月31日に開催された理事会において、組合員皆様方の平成25年度営農計画書の認定作業が行われました。昨年実績では、生乳生産乳量につきましては皆様方のご努力により前年比103.1%となりました。乳代（補給金込み）につきましても昨年より600,533円増となっております。畑作物につきましては、遅霜や残暑、食中毒問題などの影響を受け、特に野菜（だいこん・ブロッコリー）については病害虫や価格の影響をもちに受け畑作物全体で昨年より農産収入が△139,604千円の実績となっております。昨年末のクミカン全体の収支残高では飼料・生産資材・燃料等高止まりではありましたが、平成23年より145,356千円増の実績となりました。

平成25年の営農計画総体の数字は表の通りとなっております。計画乳量では前年実績対比101%程度の増産計画となっております。全体的に個体乳量が伸びている中、暑熱等ストレスによる乳量・受胎率の低下が心配されます。十分な良質粗飼料の給与・環境対策等により牛の健康を維持した上で生乳生産量の増産をしていただきたいと思います。畑作につきましては、天候に左右されることは大きいのですが、作物につきましては生産実績（質・量）を重点に置いて作付けを行っていただきたく、上手にリスク分散をしながら引き続き良質な畑作物を生産する意欲を持つての営農に励んでいただきたいと思います。営農は家族経営が占める割合が大変高いので、家族が一丸となって健康に留意され所得確保に向けて営農計画を基本とした営農に取り組んでいただきたいと思います。

	支		出		実績との差
	24年計画	24年実績	25年計画		
労賃	209,247	246,967	250,607	3,640	
肥料	544,541	574,194	543,286	-30,908	
生産資材	428,920	473,579	437,231	-36,348	
水道光熱	535,242	561,521	557,704	-3,817	
飼料	4,354,810	4,545,641	4,505,426	-40,215	
養畜費	695,848	731,082	703,540	-27,542	
素畜費	36,630	34,756	36,810	2,054	
農業共済	478,500	477,625	477,920	295	
賃料料金	1,097,705	1,215,482	1,129,595	-85,887	
修理費	358,703	539,901	388,967	-150,934	
租税諸負担	714,724	746,224	736,513	-9,711	
支払利息	175,130	164,096	177,481	13,385	
その他経営費	156,581	185,678	156,996	-28,682	
農業支出計	9,786,581	10,496,746	10,102,076	-394,670	
家計費	2,130,166	2,220,710	2,144,038	-76,672	
経費+家計費	11,916,747	12,717,456	12,246,114	-471,342	
資金返済	1,054,427	1,089,361	999,853	-89,508	
貯金共済	1,045,250	1,089,408	1,059,619	-29,789	
農業機械	41,121	204,572	34,781	-169,791	
その他	119,688	245,836	133,302	-112,534	
合計	14,177,233	15,346,633	14,473,669	-872,964	

	24年計画	24年実績	25年計画
総収入合計	14,088,183	15,333,445	14,402,770
総支出合計	14,177,233	15,346,633	14,473,669
収支過不足	-89,050	-13,188	-70,899

# Crossword Puzzle

# 夢広がる クロスワード

出題/ニコリ

1	7		11		15	19
2		10			16	
	8			14		
3						
4	9		12		17	
5			13			20
6					18	

二重マスの文字をA~Dの順に  
並べてできる言葉は何でしょうか？

## タテのカギ

- 「止まれ」を表す信号の色
- 真っすぐ帰らずに食います
- 細かく縫い目を入れて布を丈夫にします
- 突破して決勝に進みます
- 太いヘビのような姿の幻の生き物
- 山奥で——離れした生活を送る
- 紅茶に切ったり入れたり唐揚げに搾って掛けたり
- オーストリアの首都
- 水とは混ざり合いにくい
- バケツやマグカップの持つところ
- スキーをするための場所
- セイウチの口からよっきり

## ヨコのカギ

- 太陽が東から昇る時分
- 空気の乾燥を防ぐ電化製品
- バレンタインデーに贈ります
- ないようでも七つあるとか
- 鳥取県や島根県がある地方
- 開店祝いなどで贈られる高級な花
- 種子島でロケットの——を見学した
- 羽織にはかまの姿で高砂の席に座る新郎
- 手——の補正機能が付いたカメラ
- 鶏肉の部位の一つ

# 第8回 理事会

開催月日 平成25年1月31日  
開催場所 農協中会議室

## 決議事項

- 貸付金の精算見込みについて
- 役員退職慰労金について
- 第14回臨時総会開催日程と提出議案について
- J A 全国監査機構監査の事務整備を要する事項にかかる回答書の提出について
- 北海道農業信用基金協会への出資増口について
- 固定資産（農協有バルククーラー）の処分について
- 理事に対する J A 農業経営サポートローンの貸付について
- J A 農業経営サポートローンの貸付について
- 理事に対する貸出金の承認について

## 報告事項

- 組合員の加入及び脱退の状況について
- 内部審査の結果について
- 経営定期点検の実施結果について
- 各種資金の借入について
- 理事に対する平成25年度営農計画書供給認定について
- 平成25年度営農計画書供給認定について
- 畑作で使用するダンボールの現状と考察
- 乳製品工場加圧給水ポンプの入替及びチーズ保管冷蔵庫の取得について
- 中標津町農協乳質改善共励会実施要領の改訂について
- 組合員の出資持分譲渡について
- 10 各種資金の借入について
- 11 理事に対する平成25年度営農計画書供給認定について
- 12 平成25年度営農計画書供給認定について
- 13 畑作で使用するダンボールの現状と考察
- 14 乳製品工場加圧給水ポンプの入替及び
- 15 チーズ保管冷蔵庫の取得について
- 16 中標津町農協乳質改善共励会実施要領の改訂について

- 平成24年12月末酪農ヘルパー稼働状況について
- 平成24年12月末農業農村交流施設稼働状況について
- 平成24年12月末家畜人工授精進捗状況について
- 平成24年度生乳生産状況と乳質について
- 汚染乳賠償保険継続加入について
- 抗生物質残留事故・異物混入事故の発生について
- マイコプラズマ性乳房炎対策に係るバルクスクリーニング検査の実施について
- 乳製品工場の進捗状況について
- 農産販売課の進捗状況について
- 畜産販売事業の進捗状況について
- 10 平成24年12月末酪農ヘルパー稼働状況について
- 11 平成24年12月末農業農村交流施設稼働状況について
- 12 平成24年12月末家畜人工授精進捗状況について
- 13 平成24年度生乳生産状況と乳質について
- 14 汚染乳賠償保険継続加入について
- 15 抗生物質残留事故・異物混入事故の発生について
- 16 マイコプラズマ性乳房炎対策に係るバルクスクリーニング検査の実施について

## 第1問 クロスワード

出題：ニコリ

1	カ	モ	11	カ	14	ウ	22	オ
2	ネ	ガ		シ	ラ	セ		
	ン	ツ	カ		シ	チ		
3	オ	ト	シ	16	ダ	マ		
4	サ	ラ	13	ラ		ク		
5	イン	カ	17	ロ	20	ジ		
6	イ	ダ	ン	ギ	21	バ		

答え  
シモバシラ

## 第2問 同じものさがし

出題：ニコリ イラスト：吉田静香



答え  
7と13

## 第3問 まちがいさがし

出題：イラスト：酒井栄子



答え

- 1…太陽が消えている
- 3…たこが2枚に増えている
- 6…猫が目を開けている
- 9…鼻が唇に変わっている
- 12…こまの向きが違う



夢広がる  
Quiz解答



# 読者の声

●あつという間に正月も過ぎてしまいました。そして毎日、毎日、寒いですがね。近くに温泉がたくさんあるので、行こうと思うのですが、雑用に追われてトホホの日々です。今年こそは、忙しい忙しいと、時間貧乏にならないぞ!!

▼PN/湯治が夢

●新年明けまして、おめでと〜ございませう。平成25年の日の出と共に、新しい年「巳」年がスタートしましたね。今年も雪も多〜寒さがとても厳しく、お正月は家の中で、「夢広がるクイズ」にチャレンジして、何処へも出掛けませんでした!「初笑い幸せいっぱい」の一年でありますように!今年も、よろしくお願ひ致します。

▼PN/雪

●皆様、新年明けましておめでと〜ございませう。今年も平和で豊作の二年でありますよつ願いたいです。今回のクロスワードパズルは冬休みに入った孫三人が回答しました。長女が第1問を回答。長男、二男は第2問、第3問のまちがひ絵さがしで楽しみました。今年も元気で花、野菜作りで楽しみたいと思います。

▼PN/孫のハハ

●今年こそは夫婦でダイエット!とは思っておりますが、お正月から兄弟や親戚は来るわ〜と、今年は無理。来週からと思っておりますが、今年一年、思いだけは強く持とうと。どうなる事やら。

▼PN/雪ん子

●昨年12月21日より、子供たちが帰省して、1年間にやる行事を全てその12日間で過ごして、1月2日に完了。すっかり気抜けモード。夫と二人(食器棚が大活躍だったけれど)。これからまたしばらく、二人分の食器でゆ〜くり、野菜中心の食事に戻りました。でも孫にいやされ、久しぶりに会った子供たちの近況を聞き、親戚とも久しぶりに会い、年ごつぱんやはり、ケシメの新年は必要なのだろうなあ。こんな時にしか会えない人がたくさんいるのだと、しみじみ思いました!

▼PN/楓々

●明けましておめでと〜ございませう。昨年は、私の年回りと還暦で良い年にと期待していましたが

●が大候不順等でさつぱりでした。今年こそ良い年でありませう様に願っています。家族みんなが元気で過ごせる事を一番に考え、仕事、趣味を頑張ろうと思ひます。

▼PN/M.O.

●本格的な冬に寒波が毎日続いて大変です。水を氷せないよつ、しつかり水を落とすとしてやつと戻つとします。正月もあつという間に過ぎてしまひそうです。二日に、お客さんがいつぱんに訪れてくれて、にぎやかな一日を過ごした私です。昨年、標津町の方より、鮭節と鮭のしょうゆと詰め合わせをいただき、正月に使ってみました。とてもよい味で、皆さんにもおすすめの程。今年も元気で生活して、暇を見て、何かと作ってみようかしら?と!!

▼PN/りんごちゃん

●寒い毎日で牛舎に行くたび、ハッチの仔牛は元気がと朝夕にのぞき込み、元気かい?と声をかける。あつ少しの我慢だよ。春が待ち遠しい毎日です。

▼PN/きくくれおばさん

●寒いですがね。新年が明けてから毎日毎日寒い日が続いています。インフルエンザ、ノロウイルスも流行している様です。体力が落ちていくとかなりやすいですが、皆様お気をつけ下さい。

▼PN/孫のお母さん

●私が好きな本に、「ドロシ!ローノルト著の「子どもが育つ魔法の言葉」という本があります。この本の中に「好奇心は発見という扉を開く魔法。子どもが持っている宝物です。」というフレーズがあり、最近、私たちが夫婦で意識していることでもあります。家事で気持ちに余裕がない時、子どものあそびや質問に充分対応できない事が多々ありますが、今年の子どもの好奇心を受け入れて、色んな事をさせてあげたいなと思ひています。お正月は本を読む時間が少し取れて、自分自身を見直せる機会にもなつた気がしました。

▼PN/ピスケット

1月号の夢広がるクイズの答えは8ページ下の通りです。当選者は10名です。景品は郵送させていただきます。おめでとうございます。応募される際にはひとことコメントを添えて応募いただけますようお願い申し上げます。

## 今月のあなたの運勢

★ モナ・カサンドラ ★



2月

 <b>双子座</b> 5/21~6/21	 <b>蟹座</b> 6/22~7/22	 <b>獅子座</b> 7/23~8/22	 <b>乙女座</b> 8/23~9/22	 <b>天秤座</b> 9/23~10/23
<p><b>全体運</b> 守りより、攻めの姿勢で行動を起こしたい期間。やってみようには大胆にチャレンジして。自己投資も正解</p> <p><b>健康運</b> 体を十分ほぐし、けが予防を心掛けて</p> <p><b>幸運を呼ぶ食べ物</b> ハクサイ</p>	<p><b>全体運</b> 発想が後ろ向きになる暗示。親切にされたら、素直なお礼を忘れず。気分転換にはヒーリング音楽がおすすめ</p> <p><b>健康運</b> シェイプアップに励めば、成功するはず</p> <p><b>幸運を呼ぶ食べ物</b> ハッサク</p>	<p><b>全体運</b> 浮き沈みがありそう。スムーズに進まないときはごり押しせず、少し引いてみる余裕が必要。交際費には美りあり</p> <p><b>健康運</b> 運動不足になりやすい月。適度に動いて</p> <p><b>幸運を呼ぶ食べ物</b> セロリ</p>	<p><b>全体運</b> 神経質になり、性格の悪い部分が出てしまいがち。いつも笑顔をキープして。読書をする、リフレッシュ可能</p> <p><b>健康運</b> 疲労をため込みがち。十分な休息が必須</p> <p><b>幸運を呼ぶ食べ物</b> フキのとう</p>	<p><b>全体運</b> レジャー運が好調なので、息の合った人たちとの外出を満喫して。話題のアトラクションに挑戦するのも刺激に</p> <p><b>健康運</b> 体調管理が大切。オーバーペースはNG</p> <p><b>幸運を呼ぶ食べ物</b> タイ</p>
 <b>蠍座</b> 10/24~11/22	 <b>射手座</b> 11/23~12/21	 <b>山羊座</b> 12/22~1/19	 <b>水瓶座</b> 1/20~2/18	 <b>魚座</b> 2/19~3/20
<p><b>全体運</b> 感情的になりがち。口論はストレスを生むだけなので、避けた方が無難。好きな作業に打ち込み、リラクセスを</p> <p><b>健康運</b> おおむね良好。動くことで気分も上向きそう</p> <p><b>幸運を呼ぶ食べ物</b> パカガイ</p>	<p><b>全体運</b> 社交性がアップして、人脈のネットワークを広げられるはず。苦手意識を感じていた相手にも気軽に話し掛けて</p> <p><b>健康運</b> 落ち着いた行動が、運氣回復の呼び水に</p> <p><b>幸運を呼ぶ食べ物</b> ハマグリ</p>	<p><b>全体運</b> 地道な努力ができ、周囲から頼られる予感。面倒見の良さを発揮して。おいしいものを食べに行くのもラッキー</p> <p><b>健康運</b> 体調アップには軽いストレッチが効果的</p> <p><b>幸運を呼ぶ食べ物</b> コリ根</p>	<p><b>全体運</b> 今までの頑張りが認められるなど、大きくスポットライトが当たる出来事あり。どんどん自己アピールしてみよう</p> <p><b>健康運</b> 食べ過ぎる傾向大。冬太りにご用心</p> <p><b>幸運を呼ぶ食べ物</b> シラウオ</p>	<p><b>全体運</b> 周囲の人を気遣う気持ちを示すことで、自然と円満な関係を築けます。聞き上手になれば、より慕われそう</p> <p><b>健康運</b> 休憩と質の高い眠りが好転のポイントに</p> <p><b>幸運を呼ぶ食べ物</b> スワイガニ</p>

各地でご当地グルメが話題になっています。産業発展とともに労働者に育まれた食文化や、古くから伝わる郷土料理など、さまざまです。そんな中、全国からご当地グルメでまちおこしを目指す団体が集結した「第7回B級ご当地グルメの祭典! B-1グランプリin北九州」が開催されました。地元で多くの人から愛されている日常的な食でまちおこしを行っている団体(地域)を紹介しましょう。

取材協力: 第7回B-1グランプリin北九州実行委員会事務局

### オホーツク北見塩焼きそば 推進協議会(北海道北見市)

豊富な農林水産資源で地域を元気にしようと市民が立ち上げた「オホーツク北見塩焼きそば推進協議会」。生産量日本一を誇る北見のタマネギ、サロマ湖産ホタテ、さけ節、北海道産小麦を主原料にした麺、オホーツク海の天然塩などを使うことで生まれた「オホーツク北見塩焼きそば」。具材は食べやすい大きさに切って軽く炒め、麺を加えて炒め、決め手の干し貝柱のだしを利かせた特製塩ダレで味付け、さけ節と温泉卵を飾って完成です。



オホーツク北見塩焼きそば



### 今回のグランプリ受賞 八戸せんべい汁研究所(青森県八戸市)

200年以上も青森県八戸市を中心に青森県南から岩手県北周辺で食べ継がれてきた「八戸せんべい汁」で青森県八戸市をアピールして、グランプリを受賞しました。「八戸せんべい汁研究所」は、2003年に飲食店関係者不在の市民ボランティアとして旗揚げ、食がテーマのご当地ソングの草分けとしても積極的な活動を行っています。



八戸せんべい汁

### 久慈まめぶ部屋(岩手県久慈市)

「久慈まめぶ部屋」は、岩手県久慈市山形町の郷土食でまちおこしをしようというボランティア団体です。江戸時代から作られてきた「久慈まめぶ汁」は、小麦団子にクルミと黒砂糖を入れ、焼き豆腐、油揚げ、ニンジンやゴボウなどの野菜、干しシメジや



久慈まめぶ汁

干しシメジなどのきのこが入った具だくさん汁。伝統的にお正月・結婚式・法事などに欠かせない晴れ食ですが、現在では各家庭の好みを考えた工夫がされ、身近な家庭の味になっています。

### 北上コロッケ暖簾(のれん)会(岩手県北上市)

北上市で名物になるものをと、北上調理師会が立ち上がり、北上名産のサトイモの親芋を使った料理をということで生まれました。2011年7月に「北上コロッケ暖簾会」として独立。認定店・加盟店・サポーターズ倶楽部で構成されていて、それぞれがタッグを組んで活動しています。北上産サトイモ、アスパラガス、北上産しらゆりポークと岩手産和牛の四つの原料を使ったコロッケで、この四つの原料を使ったものだけを認定しています。



北上コロッケ

### かほく冷たい肉そば研究会 (山形県河北町)

河北町を愛する仲間が集まり、「かほく冷たい肉そば」を通して町を元気にしようと活動している「かほく冷たい肉そば研究会」。「かほく冷たい肉そば」は、大正時代から愛され守られてきた郷土食で、山形県河北町のみで食べられてきた冷たい親鶏のだしが特徴です。コクのある冷たいだしにコシの強い田舎そば、歯応えのある食感が癖になる煮込んだ親鶏を載せ、地元野菜のネギ、ホワイトタイガーを刻んで薬味に入れています。



かほく冷たい肉そば

# ご当地グルメで おいしく楽しくまちおこし

## 日生カキオコまちづくりの会 (岡山県備前市)

瀬戸内の漁師町・備前市日生(ひなせ)町で、観光客が安心して食べ歩きができ、漁師町らしい活気あふれる町を目指し「日生カキオコ」を中心に楽しくおいしいまちづくりに取り組んでいます。「カキオコ」は日生特産の新鮮で肉厚なカキを使ったお好み焼きのこと。食感を残すために粗みじんにしたキャベツ、青ネギ、すりおろしたヤマノイモ、マヨネーズ、卵、小麦粉でふっくらした生地を伸ばしてカキを載せ薄めに溶いた小麦粉を掛けて裏返して出来上がり。



日生カキオコ

## 佐伯ごまだしうどん大作戦 (大分県佐伯市)

大分県佐伯市を全国に広めようと「佐伯ごまだしうどん」を通じ、「大作戦」と銘打ったさまざまなPR活動を行うボランティア団体。旬の魚を焼いて身をほぐし、みりん、濃い口と薄口を合わせたしょうゆ、ごまをすり鉢ですった「佐伯ごまだし」をゆ



佐伯ごまだしうどん

で麺の上に乗せてお湯を掛けるだけ。すり身のてんぷら、すりごま、刻んだ青ネギを飾って完成。各家庭で作られてきた「ごまだしうどん」は、農林水産省選定の農山漁村の郷土料理百選です。

## 高浜とりめし学会 (愛知県高浜市)

「高浜とりめし学会」は、古くから伝わる郷土料理「とりめし」で町を盛り上げようと2010年に発足し、とりめし起源調査、関連商品開発などの活動を行っています。高浜市の養鶏は100年以上の歴史があり、卵を産まなくなった鶏の調理法として「とりめし」は生まれました。歯応えのある鶏肉を薄くスライスして使い、鶏の脂を使って、鶏肉、ニンジン、油揚げを炒め、たまりしょうゆと砂糖で水を使わずに具を炊き、ませご飯にします。



高浜とりめし

## 西伊豆しおかつお研究会 (静岡県西伊豆町)

「西伊豆しおかつお研究会」は、日本で唯一西伊豆だけで作られている縁起の良い伝統的な保存食「しおかつお」を使った「西伊豆しおかつおうどん」で、まちおこしを行う有志の会。カツオを丸ごと塩に漬け込み乾燥させて作る「しおかつお」をよ



西伊豆しおかつおうどん

く焼いて細かくほぐしてすり鉢ですり、ごま、のり、ワカメを加えたふりかけをゆでたうどんに掛け、刻みネギとかつお節、生節、温泉卵を載せ、だししょうゆを少量掛けてかき混ぜて食べます。



## 行田ゼリーフライ研究会 (埼玉県行田市)

埼玉県行田市内で100年近く愛され続けているゼリーフライで、地域の活性化とまちおこしを目的に発足した「行田ゼリーフライ研究会」。行田は水が良く、豆腐作りが盛んだため、上質なおからが身近にありました。おからと蒸したジャガイモ、ネギとニンジンのみじん切りを混ぜ合わせ小判形に成形して素揚げし、それをウスターソースにくぐらせ出来上がり。小判の形から、銭フライ、ゼリーフライと昭和初期から呼ばれています。



行田ゼリーフライ



女性部

# 女性向け研修会

12月18日、JA農業農村交流施設クレエ研修室にて、女性向け研修会が行われ13人が参加しました。今回は瀧ヶ平慶子さんが中心になり準備が進められました。



今回の研修会は、女性部員以外の女性も参加出来るように配慮されたものです。

午前の部は、農山漁村文化協会北海道支部地域グループ・寺元和矢氏から、同協会出版書籍の中から「万病を治す冷えとり健康法（進藤義晴著）」をテキストに、身体の冷えと病の関係についてDVDを併用し説明していただきました。

冷え性だけが冷えではないこと、冷えと食べ過ぎが循環障害を招く仕組み、感じない冷えが恐ろしいものであり病のかけに気づかない冷えがありました。また、心の乱れが冷えを引き起こすとありました。身体の内えをとるため、頭が寒く



模型の中のしこりを探します。

て足が温かいという状態が大事になるそうです。今日からできる冷えとり健康法として、半身浴や足湯の方法と適した服装の紹介がありました。また、24時間の半身浴が難しいことから、絹や綿などの靴下を重ね履きする靴下療法を取り入れたり、身体を温める食べ物を食べたりする方法などについて紹介がありました。

午後の部は、中標津町保健センター 保健師・目黒彩佳氏から、月経困難症・子宮がん・乳がん・更年期などの女性特有の病気や身体症状について教えていただきました。女性自身は身体を組みを理解することから始められる内容でした。また、中標津町は子宮

農文協の寺元和矢氏



がん・乳がん検診の受診率がとても低いことから検診の内容についても教えていただきました。実際に模型を使って、乳がんのチェックの仕方としこりの違いなどについて知ることができました。女性は、妊娠・出産でもホルモンバランスが変化すると言われていますが、前後においても女性ホルモンが影響して起きる腰痛や吐き気、疲労感やイライラなどの身体の症状があり、立場が異なる女性同士・家族・周囲が理解することも大切なことであることがわかりました。

食べ過ぎや心の乱れを和らげ、心も体も健康的な生活を送るためのヒントを得る学びの時間となりました。

(記 橋詰仁美)



保健センターの目黒彩佳氏



# もちもち 伯爵パン作り 加工体験

〈講師〉 弾正原真由美会長  
片岡なみ子さん  
藤井直雄美さん



11/23

## 教職員互助会



11月23日は、中標津町教職員互助会のレクリエーションとして開催され、会員と家族20人が参加しました。1月12日、丸山小学校5年生の学級行事として開催され、22人が参加しました。

食品加工交流部会は、中標津産の牛乳と伯爵などの消費拡大と、子どもに向けた食育を目的に加工体験を実施しています。

2日間ともに、伯爵と中標津牛乳を使ったパン生地で、子供も大人に大人気のハムチーズパンやバターシユガーパンなどのじゃがいもパンを作りました。焼きた

て、アツアツを試食していただきました。また、中標津珈琲とフレッシュクリームと砂糖のみの材料で作ったアイスクリームの試食もしていただき完食していただきました。

参加された大人も子供も、パン生地でもやチーズを包む成形の作業もとても楽しそうでした。試食も美味しそうに食べている姿をたくさん見られました。

(記 橋詰仁美)

11月23日と1月12日、JA中標津農業農村交流施設クレレにおいて、食品加工交流部会の3人が講師を務めたじゃがいもパン作りの加工体験が行われました。



丸山小学校の5年生担任小出先生作アンパンマン



## 丸山小学校 1/12



# 牛舎に長くいるからこそ、冬の換気が重要!

冬期間は、水道凍結防止や搾乳作業時の寒さなどから、牛舎の窓や扉は閉め切りがちになります。

しかし、寒いときに牛舎を閉め切ると牛舎内の湿気や臭気等が天井付近に溜まります。特に冬はアンモニア濃度が高まりやすいので注意が必要です(図1)。

牛が牛舎にいる時間が長いこの時期は、牛舎内の環境が悪化してしまうと牛は長くストレスを受けることになります。

冬の換気のポイントについて、牛舎を3つのタイプに分けて示します。

## 1. トンネル換気を利用している牛舎

トンネル換気の牛舎では、夏期間より換気扇の台数を制限して稼働したり、インバータ付き換気扇で回転数を調節し、ゆっくり継続的に湿気や臭気を排出します(写真1)。換気量を多くしすぎると水周りが凍結しますので、外気温に応じて換気扇の稼働時間や入気口の位置を調節して下さい。冬の換気用として、高い位置(入気側の扉の上)に入気口を設置し、\*外気が直接牛に当たるのを防いでいる事例もあります。



写真1 インバータ付き換気扇で回転数を調節

## 2. オープンリッジなど天井に排気口のある牛舎

オープンリッジなど天井に排気口のある牛舎は、オープンイーブ(軒下の入気口)から外気を取り入れ、暖まった空気とともに排出します。天井に排気口があってもオープンイーブが無かったり、閉じてしまっていると牛舎内の空気がうまく入れ替わりま

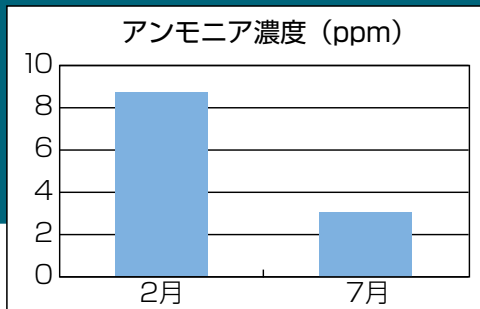


図1 牛舎内アンモニア濃度の推移(2012、普及センター調査)

せん。入気口として、窓や壁面のカーテンを開けるなどして換気を図りましょう(写真2)。



写真2 壁面のカーテンを開けて入気口として、窓や壁面のカーテンを開けることで牛に直接風が当たらない

## 3. 天井に排気口を持たない牛舎

天気の良い日中には、南側に面した牛舎の扉や、窓を積極的に開放し、牛舎内の換気に努めましょう。



写真3 天気の良い日中は南側の扉・窓を開放

※牛体への直接の風は防ぎましょう

冬期間、乳牛の体温を奪うのは、ただ気温が低いということよりも、牛体に直接あたる風です。外気の取り入れ口として、窓、壁面のカーテンを開ける際には、風を直接当てないことを意識しましょう。

JA北海道厚生連

# カラダぽかぽか あったま〜るキャンペーン

**合計120名様**  
対象商品2,000円ご購入で、抽選で(2,000円ご購入ごとに専用抽選ハガキ1枚を進呈) **毎月30名様に鍋セットが当たる!**  
※賞品の指定はできません。



**12~3月 毎月10名様**  
博多もつ鍋(味噌) (4~5人前)



**12~3月 毎月10名様**  
古処鶏の水炊き (4~5人前)



**12~3月 毎月10名様**  
霧島産きなこ豚のお茶だししゃぶしゃぶ (4~5人前)

※写真はイメージです。(お野菜等はご自身でご用意いただくことになります。)

**お求め・お問い合わせは、あなたの街のJA配置薬推進員にお気軽にご連絡ください。**

- 対象期間 2012年12月1日~2013年3月31日までのご購入分
- 応募方法 対象商品をお渡しの際に、ご購入2,000円につき専用抽選ハガキ1枚をお渡します。専用抽選ハガキに住所・氏名など必要事項をご記入の上、投函してください。
- 当選発表 各月末の消印分を抽選後、賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。
- 賞品のお届け 毎月抽選後、翌月の発送を予定しております。

商品のお求めは、お近くの推進員まで

**東出 敏緒**  
TEL090-2070-6086

## ここが間違っている! 日本の農業問題



鈴木宣弘、木下順子 著  
定価800円(税込)

一部の大企業やメディアにより、日本の農業についての事実とは違った世論が形成され、それによる批判が展開されている。本書は日本の食料・農業についてこれまで伝えられてきた誤解をわかりやすく解き明かす。

## 命によりそうということ カリスマ助産師が伝えるお産と子育て



神谷整子 著  
定価1,365円(税込)

多くのお産や育児をサポートしてきたカリスマ助産師が授ける、出産・育児のアドバイス集。妊婦さんや産婦さんの不安について、確かな経験にもとづいた知恵を伝授。出産の素晴らしさ、育児の大切さがよくわかる。

## オープンガーデンを訪ねて学ぶ美しい花の庭づくり



「花ぐらし」ガーデニング倶楽部 編  
定価1,470円(税込)

一般公開しているプライベートな庭の案内と、その庭づくりのアイデアを写真とともに紹介。ナチュラルな植栽の庭、小さな空間をバラで彩る庭など、庭の特徴別に紹介。目的に合った庭造りにいけるアイデアが満載。

家の光図書 暮らしに役立つヒントがいっぱい!

# 今月の新刊

2013年  
2月上旬発売

■お申込み・お問い合わせは■

営農部 経営企画課  
72-3721まで

見本が農協事務所に置いてありますので、お気軽にお立ち寄り下さい。

## 作りおきおかず&食べ合わせでかんたん薬膳ごはん

身近な野菜や乾物で作る「おかずの素」を使って簡単に手軽にできる「薬膳ごはん」レシピ集。健康効果の高まる調理法や相性の良い食材の食べ合わせも紹介。時間がなくてもすぐにできて、その効果は抜群。



植木もも子 著  
定価1,260円(税込)

## しょうゆ麹・塩麹の万能だれレシピ112

あらゆる調理にうまみと深みを加え、仕込んだ3日後から使える「万能だれ」、「しょうゆ麹」、「塩麹」の作り方と、「漬ける」「あえる」「加える」「かける」といった、使い方に合わせて選べる112レシピ。



荻野恭子 著  
定価1,050円(税込)

## 朝漬けて、夜すぐ食べられる 手間なし漬けおきレシピ

朝漬けておけば、夜にはささっと調理でおいしいおかずのできあがり。ジッパー付き保存袋に食材と漬けだれを入れるだけ。下ごしらえも簡単。なうえ、少ない分量の漬けだれでOK。夜漬ければ朝のお弁当に大活躍。



石原洋子 著  
定価1,260円(税込)

## 行事予定表

### 2013年1月 組合動静

2(水)	ある初売り、桜ヶ丘SS営業開始
4(金)	資材店舗営業開始
6(日)	中標津町新年交礼会
7(月)	仕事始め
9(水)	役員協議会、役員新年研修会、役員新年交礼会 青年部PR会議
10(木)	企画会議
11(金)	組合長会新春懇話会、組合長会新年交礼会 Jrホルスタインクラブ ウィンタースクール 生乳処理施設実態調査、青年部役員会
15(火)	根室管内ホルスタイン改良協議会役員会・事務局会議 青年部組織強化委員会、営農生産部課長会議
16(水)	ある新年会17時閉店
17(木)	中標津町表彰式、乳牛市場
19(土)	小林実新年交礼会
21(月)	根釧合同役員研修会
22(火)	共済決算・保全事務研修会、大根栽培講習会
23(水)	管理部課長会議、女性部新年恒例会
24(木)	商工会新年恒例懇談会、H24優良登録委員会表彰
25(金)	中司てつお新春交礼会
28(月)	第5回生産委員会、内部審査(営農・生産部門) 内部審査～28日
29(火)	第5回営農委員会、内部審査(営農・生産部門) ある肉の日、青年部ポリシーブック作成
31(木)	第7回理事会、女性部役員会 資材店舗棚卸15時閉店、ある棚卸

### 2013年2月

1(金)	
2(土)	青年部 なかしべつ冬まつり出店～3日
3(日)	
4(月)	根室ホルスタイン改良協議会総会 町牛乳消費拡大推進委員会
5(火)	畑対役員会、農業高校教育懇談会
6(水)	
7(木)	畑対定期総会、食関連副産物活用セミナー
8(金)	根釧合同監事研修会、てん菜栽培講習会～9日
9(土)	
10(日)	
11(月)	建国記念の日
12(火)	定例自治監査(予定)～15日、青色申告会役員会
13(水)	女性部 料理教室
14(木)	青年部 フットサル大会、優良牝牛セール 馬鈴薯栽培講習会～15日
15(金)	後継者対策冬季交流会～17日
16(土)	
17(日)	
18(月)	農機部品取りまとめ～22日
19(火)	
20(水)	
21(木)	
22(金)	第4回管理購買委員会 13:00～ 役員と農協青年部の懇談会、熟年会 第1回役員会 中標津町和牛生産改良組合総会
23(土)	春の自動車フェア
24(日)	組合杯ソフトバレー大会
25(月)	
26(火)	第9回理事会
27(水)	
28(木)	



### ホホワイトソースも簡単に かんたんどリア

1人分約628kcal

ホホワイトソースは、鍋にバターと小麦粉を量り混ぜます。残りの材料を全部入れ泡立て器で混ぜ、沸騰までは強火で絶えず木べらでかき混ぜます。とろみがついたら弱火で混ぜながら煮れば、とろとしたソースが失敗なくできます。具はお好みでどうぞ。

#### 材料 (4人分)

- ご飯……………600g
- ホウレンソウ……………1束(300g)
- ハム……………5枚(100g)
- タマネギ……………半分(100g)
- バター……………大さじ1(14g)

- A カレー粉……………小さじ2
- スープのもと……………小さじ1
- 砂糖・塩・こしょう……………各少々
- ホホワイトソース
- バター・小麦粉……………各大さじ4
- 牛乳……………カップ4
- 塩……………小さじ1/4
- こしょう……………少々

#### 作り方

- ①厚手の鍋にホホワイトソースの材料を全部入れ、火にかける前に、泡立て器でざっと混ぜる。沸騰したら、火を弱め、木べらで絶えずかき混ぜながら、2～3分煮る。
- ②ハムは千切り、タマネギはみじん切りにする。
- ③ホウレンソウは色よくゆでる。4cm長さに切る。
- ④フライパンにバターを溶かし、②とご飯を炒める。Aで調味する。
- ⑤耐熱容器に④を入れ、ホウレンソウを載せてホホワイトソースを掛ける。200度のオーブンで約15分、表面に焼き色を付ける。



### 彩りと味のバランスが良い

### ハクサイの フルーツサラダ

1人分約145kcal

旬で味の良いハクサイ。生のサラダで食べてもおいしいものです。手近にある野菜や果物と組み合わせて召し上がってみてください。ドレッシングは市販の好みのものでOKです。

#### 材料 (4人分)

- ハクサイ……………4枚(400g)
- リンゴ……………小1個
- ミカン……………1個
- レーズン……………40g

- A プレーンヨーグルト……………  
……………大さじ7(100ml)
- マヨネーズ……………大さじ2
- 塩……………小さじ1/3
- マスタード……………小さじ1/2
- こしょう……………少々

#### 作り方

- ①ハクサイは葉と軸に分ける。葉はざく切りに、軸は3～4cm長さの細切りにする。
- ②リンゴは2～3mm厚さのいちょう切りにする。ミカンは一房ずつ果肉を取り出し、半分にする。レーズンは湯に漬けて、水気を切る。
- ③冷水中に塩少々(材料外)を入れて、ハクサイ、リンゴを放し、パリッとさせる。ざるに取り水気を切る。
- ④Aを合わせ、③、ミカン、レーズンをいただく直前にあえる。