

JA 中標津町農業協同組合

2013

5

Vol.461



夢広がる なかしべつ



第65回 青年部通常総会 (2013.4.12)

INDEX

- 平成24年度の総括と25年度に向けて…2
- 第51回中標津B&Wショウ…3
- 第65回青年部通常総会
根室地区農協青年部連絡協議会 第65回定期総会…4~5
- 食品加工交流部会のページ…6~7
- 第1回理事会、クロスワード、読者の声、今月の運勢…8~9
- 熟年会 春期研修旅行…10~11
- 普及の窓~放牧期が始まります!…12
- 家畜改良課に相談だ~発情の不思議…13
- 夢広がる掲示板…14~15

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

平成24年度の総括と25年度に向けて



日 一日と春へ向かい、多くあつた雪も一気に消え、大地が今かと芽を吹く時期を待っている季節を迎えようとしております。

皆様におかれても、春耕期を迎えて準備を含め、忙しい日々を送られていることとご推察申し上げます。

25年度がスタートして1ヶ月程経ちました。国内外、政治、経済が大きく変化しようとしております。より慎重な対応を求められ、各分野において議論が必要であり、一方的な進め方は、大変危険な行動と危惧しているところがあります。

さて、当農協でも新しく8名を採用し各部署に配置し、慣れない環境の中で動き出しております。お会いする機会があつた際には、ぜひ声を掛けていただき、1日も早く仕事にとけ込むことが出来るよう、御指導をお願い申し上げます。

24年3月末をもって締めたところがあります。まず農業生産状況ですが、春先の天候不順によって作業が遅れ、その後も低温等により成長を心配したところでした。益明け以降、高温、日

照回復があり、多くの作物が順調に推移しましたが、ダイコン、ブロッコリーが苦戦し価格もとれず、残念な結果になりました。馬鈴薯、ビートは糖度が低く終わり、金銭的には確保できませんでしたが、収量的には平年作となりました。しかし、全体的には交付金約1億2千万円を加えて畑作部門では約9億7千万円となりました。酪農家は、牧草収穫、デントコーンも、後半の天候で平年作となりましたが、一部デントコーンで病気が発生した圃場があり、課題が残りました。しかし、生乳生産は102%の129、500tの実績と合わせて乳質管内一位も確保出来ましたことは、生産者の取り組み姿勢と意識の高さがこの数字に表れていると、敬意と感謝を申し上げます。酪農部門では前年度より約5億円増となり、販売総額が約130億円となりました。

一方、農協事業を振り返りますと、Aコープあるは、供給額を大きく落とし、今一つ結果が見えない展開であり、25年度は開店15年目に入る状況の中、屋上防水工事、外壁工事を進め、気持ちを進めてスタッフ一同志す店へ総力をあげて取り組んで参りますので、より一層のご利用をお願いします。乳製品工場は、学校給食向け、更に病院等の対応

に力を入れておりますが、収支が伴わない今日であり、新たにチーズ等製造にスタッフを配置しましたが、未だ提案に至っておりません。課題、取り組み体制を見直しながら、健全な運営に努めて参ります。スタンドですが、価格の変動が大きく、リッターマージンの確保も難しい時期があり、油外取りまとめを含め、供給額12億6,630万円と順調に顧客数増を達成しました。

ま た、肉牛センター事業でありますが、ユッケの食中毒、レバ刺しの提供禁止等の影響により、牛肉の消費が冷え込み、相場も厳しいものがあります。どうコストを抑え、採算のバランスをとるか、担当スタッフが苦勞しているところに、東京電力からの賠償が申請により受けられることから、風評被害補償を受けることが出来、大きく好転することになり、農協全体の収支に貢献することになった次第です。

また、取り組んできた災害対策の第一段として、水槽を経営規模別に配布させてもらい、25年度は国の対策で予算化されている事業を利用し、発電機、配電盤等を、組合員に確認しつつ、年度内に完了したく考えております。

24年度3月末の収支見込みを確認した上で、期中割り戻しを決定させても

りました。一つは自民党政権になり、選挙での公約を3ヶ月程度で裏切り、交渉参加表明するという暴挙に対する不安、円安誘導へ国が積極的に関わっていることからくる、我々の燃料、エサ、肥料、資材等の値上げ現実への心配等を考えた時、少しでも冷静に経営に取り組んで頂きたいことから、3,200万円程利用割り戻しをすることにした次第です。今後も、TPP断固反対を貫き行動して参ります。今回は特に、青年部、女性部の前面での取り組みを頂き、テレビ、新聞等からの取材にも、しっかりと答えていただいて、好感、理解の一助に繋がったものと感謝申し上げます。

最 後に一年を振り返ると、まさに対応に振り回されたと思っております。25年も前述で申し上げた課題が大きく、組合員が一喜一憂することない様、必要に応じて情報を整理しつつ、農協事業の推進と生産活動に集中できるように、配慮して参りたいと存じます。どうぞ、外作業も一気に増え、忙しくなります。怪我、事故にはくれぐれも注意して、努力願います。御家族のご健康と営農計画に沿った実績となりますことをご祈念し、24年度の終了と25年度へ向けて考えていることに触れさせてもらいました。乱筆乱文にて失礼申し上げます。



第51回 中標津ブラックアンドホワイトショー

4月27日(土)ホクレン根室地区家畜市場屋内審査場にて第51回中標津ブラックアンドホワイトショーが開催されました。冬に戻ったような寒い気温のなかでの開催となりましたが、今年度根室管内で最初の共進会開催ということもあり多くの観衆が来場し、応援して頂きました。



審査員の
林 満治氏

第51回 中標津B&Wショー入賞牛一覧

- 開催日時：平成25年4月27日(土) 午前10時
- 開催場所：ホクレン根室家畜市場屋内審査会場
- 審査員：林 満治氏(別海町 酪農家)
- 出品頭数：総頭数42頭18戸(未經産：25頭、経産：17頭)

出品番号	名	号	出品者
シニアチャンピオン			
701	アースイースト アスター アリーシャ	エミリー	佐々木宏之
シニアリザーブチャンピオン			
703	ケイツー カレント ダーハム	テンプター	笠井 一路
ジュニアチャンピオン			
406	アースイースト マスカット	メモリー	佐々木宏之
ジュニアリザーブチャンピオン			
112	センターリバー	パイン アンナ エコー	中川 将

プレミアブリーダー	佐々木宏之	プレミアエキジビター	佐々木宏之
-----------	-------	------------	-------

部	名	名号	父	出品者
1部1位	センターリバー	パイン アンナ エコー	パインツリー シド ET	中川 将
2部1位	エクセルシア	アトワード ヘレン	メープルダウンスアイ GW アットウッド ET	久保 慶彦
3部1位	センターリバー	シアニア ティーフ スナオ	ジレット ウインドブルック ET	中川 将
4部1位	アースイースト	マスカット メモリー	ミッドフィールド GCM アイオン	佐々木宏之
5部1位	フラワーリッシュ	サンチエス ローラ ケイ	ジエンマーク スターマテイツク サンチエス	福嶋 寿頭
6部1位	ハピイースト	クイーン オブ スノウ	アーバクレス ダミオン	福村 稔
7部1位	アースイースト	アスター アリーシャ エミリー	KHW カイト アドベント RED ET	佐々木宏之
8部1位	アースイースト	フラワー L ヒロイン	リステル ラデュック ET	佐々木宏之
9部1位	センターリバー	SD フラワー テッド	フューステッド エモリー ブリッツ ET	中川 将

尚、審査の結果(左記詳細)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ーストアスターアリーシャエミリー号、シニアチャンピオンには18戸42頭(未25頭、経17頭)の出陳があり、ダリーイ・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、別海町酪農家林満治氏があたりスपीデーイかつ的確なジャッジで執り行われました。また、ダリーイ・クイーンには桂百貴さん(家畜改良課)が務めショーに花を添えました。

アリザープチャンピオンには笠井一路さん出陳のケイツーカレントダーハムテンプター号、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ーストマスカットメモリー号、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パインアンナエコー号がそれぞれ榮譽に輝きました。また、プレミアブリーダー、プレミアエキジビター共に佐々木宏之さんが受賞されました。

本共進会が共進会シーズン皮切りとなりますが、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思っております。

(記)佐藤 太



第65回

青年部通常総会



JA YOUTH

平成25年度事業スタート!!



4月12日、第65回中標津町農業協同組合 青年部通常総会が農協大会議室で開かれ、部員数73名のうち本人出席45名、委任状による代理出席9人で総会が成立。平成24年度事業報告及び収支決算、平成25年度事業計画及び収支予算など全ての協議事項について、満場一致で承認され、平成25年度を新体制でスタートしました。

開会挨拶では、安田正嗣青年部長が「平成24年度を振り返ると、TPP交渉参加断固反対のメッセージ運動を実施したが、交渉参加となつてしまい、我々の将来に不安を残す結果となった。また、当青年部で初めて取り組んだポリシールブック作成は、一つのテーマを掘り下げて、部員が意見や考え方を出し合う良い場となった。今後も積極的に取り組んでいきたい。」と挨拶がありました。

来賓として、北海道議会議員の中司哲雄氏、高橋勝義組合長、根室地区青協の西田尚会長、小出公子女性部長、小林実町長、中標津町役場の石毛敏博農林課長、根室農業改良普及センター北根支所の斉藤潔係長、商工会青年部の浜名健一副部長、青年会議所の岩浅圭一理事長にご臨席頂きました。

議長には、俵橋支部の乾達也氏が選出され議事



根室地区農協青年部連絡協議会

第62回 通常総会

4月23日、根室地区農協青年部連絡協議会第62回通常総会が根室農業会館で開かれ、当農協青年部からは代議員として8名が参加しました。平成24年度収支決算、平成25年度収支予算案、会費の賦課・徴収方法、役員の改選、TPP交渉に対する特別決議が全会一致で承認されました。

総会前に、J

A 北海道中央
会 根釧支所の
横田勝美 支所
長が、「TPP
並びに酪農畜産





新入部員には、櫻井規生氏（当幌支部）、半沢勇貴氏（俣落支部）が加入し、72名体制で新年度事業がスタートしました。

（記＝藤原 崇）



40歳表彰では、乾達也氏（俣橋支部）、長正路健二氏（当幌支部）、村上洋史氏（当幌支部）の3人が受賞し、青年部活動に対する長年の協力と活躍に対して表彰及び記念品が贈られました。

平成25年度地区理事に就任したのは、国見隆一氏（開陽支部）、斎藤亮氏（俣落支部）、佐藤翔平氏（当幌支部）、水本竜一氏（俣橋支部）、小沼大氏（武佐支部）です。



平成25年度 中標津町農業協同組合青年部役員

役職	氏名	支部
部長	安田 正嗣	当幌
副部長	櫻坂 直俊	当幌
副部長	乾 元樹	俣橋
副部長	遠藤 洋志	俣落
監事	櫻井 寿治	開陽
監事	萱岡 利哉	武佐
理事	国見 隆一	開陽
理事	斎藤 亮	俣落
理事	佐藤 翔平	当幌
理事	水本 竜一	俣橋
理事	小沼 大	武佐
顧問	林 直樹	武佐



を巡る情勢について」と題し、研修会を行いました。研修会では、TPPは日本社会全体の形を変えてしまう恐ろしい条約であり、1次産業及び関連企業の衰退、地域住民の減少や市町村の崩壊を招く恐れがあると、政府や道の影響試算表をもとに説明がありました。



平成25年度事業計画では、根室地区青協統一スローガンに「Moving it（眼前の困難を乗り越える）」を掲げ、JA根室地区青協は、JA・JA女性協議会・各関係機関とのこれまで以上の連携と団結を目指し、各種活動を通じた盟友の人材育成と相互研鑽を図ること決意し

ました。平成25年度新役員体制については、会長に西田尚（道東あさひ）、副会長に渡部英徳（標津）、水沼圭介（道東あさひ）、監事に金子琢哉（中春別）、安田正嗣（中標津）となりました。

（記＝藤原 崇）



食品加工交流部会のページ

第12回 通常総会

新しい役員体制で22人の仲間と新しいスタートです。

4月20日、JA大会議室にて、第12回食品加工交流部会通常総会が会員14人出席のもと開催されました。

開会にあたり、弾正原会長から、「中標津農業高校の視察研修では地域の

高校生の取り組みを知る機会となりました。また、会員の中司さんが講師となつて行った飯寿司作り教室は、参加者から好評でした。初の試みの女性部との合同料理教室は、シンプルな調理方法を学びました。まだまだ学ぶことがあると感じました。これからも、学んでいいものを取り込んでいきましよう」と挨拶がありました。来賓の高橋組合長から、「クレエが建つ前、女性部がイベント準備を苦労しながら行っている姿を見ているので、ク

レエの設立当初は、イベント準備を楽に行ったり、ゆつくり楽しんだり、雑談する場として利用して欲しいという思いがありました。今、自分たちが作っているものを加工し付加価値を付けて、販売を

行うまでになったことは、JA事業としても大事な取り組みです。これからもサポートを行ってきます」とご祝辞をいただきました。

議長に、高橋百合さん（武佐）が選出され、議事が進行されました。平成24年度事業報告および収支決算報告、平成25年度事業計画案および収支予算案、賦課金と徴収方法、役員体制の変更に伴う規約の改正、役員の選出について、それぞれ承認されました。

総会終了後には、有志が持ち寄った加工品の試食が行われました。試食スペースには、ビーフシチュー、混ぜごはん、マリネ、ふきの佃煮、いずし、数種類の漬け物がずらり。その他には、デザート用の杏仁豆腐やパウンドケーキなども並べられました。持ち寄られた加工品は、家族に喜ばれるもの、よく作るもの、月例活動で作ったもの、10周年記念のレシピブックを使用したものなどさまざま。昔ながらの味で心地良さを感じ、新しい味から刺激を得て、レシピの情報交換、会員同士の交流が行われた時間となりました。

（記）橋詰仁美





平成25年度新役員

- 会長 片岡 なみ子 (写真前列中央)
- 副会長 金子 ひろみ (写真前列左)
- 監事 杉本 保子 (写真前列右)
- グループ長 村上 美幸 (欠席)
- 長正路 八世榮 (写真後列左)
- 藤井 直雄美 (写真後列右)



片岡なみ子会長の挨拶

加工部会に所属しているみんなが、「加工部会に入っていて良かったと思えるような楽しい部会にしていきたいと思っています。みんなで協力して盛り上げていきましょう。一年間、宜しくお願いします。



フロタン



かほちやぢつかた



バウンドケーキ



ビーフシチュー



かりかりシユークリーム

なかしべつ

ミルク&珈琲ミルク

5月販売
スタート
ある店頭のみ



中標津牛乳・中標津珈琲とフレッシュクリームを使ったミルクプレットです。

パンやクラッカーに塗って食べたり、コーヒーや紅茶にクリーム代わりに溶かして飲んでも美味しいです。

中標津食品加工交流部会の有志3人(長正路八世栄・乾美佐子・高橋百合)が『ふれっぶ』として製造販売活動を始めて果実ジャムに引き続き、9年目の春に実現した品です。

ミルクと珈琲ミルクの2種類

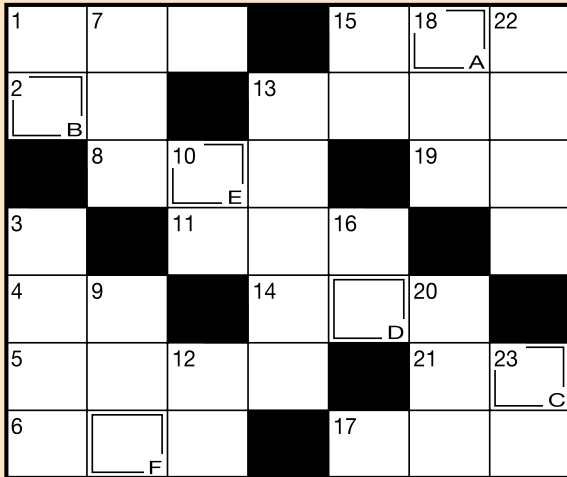
各90ml 各525円 税込

是非、
ご賞味
下さい!!



Crossword Puzzle

出題/ニコリ 夢広がる クロスワード



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？

タテのカギ

- ①イチかバチかの——に出た
- ③とても技術が優れています
- ⑦三大栄養素の一つ 脂です
- ⑨すし職人は酢飯のことをこういいます
- ⑩絵を描くことが仕事です
- ⑫ビールやジャムを詰めます
- ⑬ヨーグルトや琴欧洲関から連想する国
- ⑮鶏卵の一番外側にあります
- ⑯神社で神事を行う女性
- ⑰5月5日は——の節句
- ⑲鋭い歯を持つ、太くて長い体の魚
- ⑳媒酌人ともいいます
- ㉑——あるタカは爪を隠す

ヨコのカギ

- ①子どもの日に食べる——餅
- ②この実が載っているあんパンもあります
- ④師匠の下で技を磨きます
- ⑤世界三大珍味の一つ チョウザメの卵です
- ⑥首の長〜い動物
- ⑧最北端に竜飛崎がある——半島
- ⑩化粧するときののぞきます
- ⑬乗って揺らしたりこいだり
- ⑭頭が良いこと
- ⑮武士が腰に差していたもの
- ⑰柳川鍋に使われる野菜
- ⑲——に入っては——に従え
- ⑳牛の頭によっきり生えています

4月号クロスワードの解答『ヤマザクラ』

4月号のクロスワード、答えは「ヤマザクラ」でした。当選者は7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。

第1回理事会

開催月日 平成25年4月22日
開催場所 農協中会議室

決議事項

1. 平成24年度決算及び利益剰余金処分案について
2. 第66回通常総会の日程及び招集通知への記載事項の決定並びに提出議案について
3. 総会提出決算関係書類の監事への提出について
4. 平成25年度内部審査実施計画の承認について
5. 平成25年度信用供与等限度額の決定について
6. 平成25年度貸付金利率の最高限度額の決定について
7. 平成25年度余裕金の預入先の決定について
8. 登録金融機関業務廃止に伴う規程類の改廃について
9. 資産査定について
10. 共済渉外担当公用車の新規リース導入について
11. 事務所屋上防水改修工事及びガラス交換工事について
12. 各種資金の借入について
13. 中標津町農協総合共進会及び第4回牛まつりについて
14. 新規正組合員の加入承諾について
15. 農産で使用するダンボール及び収穫物の一時保管庫の建設について
16. 農産課で使用する中古貨物車両の再リース契約について
17. 抗生物質検査の一部変更について
18. 生活店舗外壁改修及び屋上防水工事について
1. 平成25年3月末組勤状況及び四半期報告について
2. 平成24年度3月末酪農ヘルパー事業稼働実績について
3. 平成24年度3月末農業農村交流施設稼働実績について
4. 平成24年度3月末人工授精稼働実績について
5. 平成24年度組合員の加入及び脱退の状況について
6. 平成24年度生乳生産状況と乳質について
7. 平成24年度乳質改善共励会の結果について
8. 生乳バルククーラー補償保険について
9. 販売事業の概要について
10. 購買未収金の回収状況について

報告事項

読者の声

息子が進学して、本当に夫と二人きりの生活になり、野菜をウサギのように食べ、豆腐を食べ、TVで体に良さそうなものがあれば素直にとり入れ。だからといって特に痩せることもなく、でもTVを見て笑い本を読んで泣き、朝、手足を「ウー」と伸ばしながら牛舎に行く、あたり前の生活に感謝しなければと思う頃になった、自分に大人を感じるのではありません。(笑)

▼PN/楓々

雪解けとともに、現れるフキのとうや福寿草。ようやく、春を迎えようとしています。毎日天候が不順で雪や雨が降り、太陽の顔も見えず、気温も上がりませんよ。春、作業も始まる時期なのにね。

▼PN/春

4月になって、内地の方は桜の花が満開とのこと。雨や雪も残り、色々あってやっぱり春ですね。チューリップやスイセンの芽が少しずつ伸びてきました。いつもの年より、水が早くひいたので、畑も乾きつつあるので、今年も頑張ります。何をしようか考え中です。また、お届け便で野菜ジュースを頂いています。そして、フキみそも作ってみました。(赤ミソを使うと美味しいです。)

▼PN/Orionちゃん

4月に入って、先日、資材店舗に花用の土を買いに行きました。少しずつそろえて、種も買って色とりどりの花を咲かせたいです。牛舎のあい

まにチョコチョコするのが、この春のひそかなタノシミです。

▼PN/孫のお母さん

何かと忙しい春ですが、暮れの掃除をやめて、今の時期にするようになりまして。中標津の12月は寒くて外回りの掃除や窓もきれいにできないので、4〜5月の大掃除がおすすめです。牛舎も春と秋の環境整備期間の年間2回大掃除をすると、気持ち良く仕事がかどります。一人では大変なので、無理のない計画表を作って、家族の人にも子供達にも手伝ってもらって、スムーズに進みます。何事も段取りが大事ですよ。

▼PN/Cabin

「やっと春が来た!!」と思い、ハウスの準備を始めた翌日に雪。泣。昨年、植えたチューリップの球根が3cmほど芽を出して、感謝したのもつかの間。冬に逆戻りですね。今年は何日頃に、中標津の桜は開花するのか? 山菜も採りに行きたいです。早くうららかな気候になってほしいです。

▼PN/すみれ



▼PN/フランク君

今月のあなたの運勢

★ モナ・カサンドラ ★

<p>牡羊座 3/21~4/19</p> <p>全体運 精神的にのんびりできる時期。プライベートタイムを満喫することで、何かしら手応えを感じられるはず</p> <p>健康運 運動不足に注意。小まめに動くことがグッド</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 クレソン</p>	<p>牡牛座 4/20~5/20</p> <p>全体運 行動力が増しているよう。新しいことをスタートさせるチャンスなので、思い切ってやりたい分野にトライして</p> <p>健康運 元気に過ごすためにも体調管理の徹底を</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 トリガイ</p>
<p>双子座 5/21~6/21</p> <p>全体運 縁の下の力持ち的な役割でも笑顔で引き受けると、スムーズに信頼関係が築けそう。ボランティアにもツキあり</p> <p>健康運 飲み過ぎは控え、休肝日を設けるのが◎</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 ソラマメ</p>	<p>蟹座 6/22~7/22</p> <p>全体運 知的好奇心が旺盛になる月。カルチャーセンターの体験教室など、受講してみる。趣味を通じた出会いの予感も</p> <p>健康運 まずは順調。散歩やウォーキングが吉</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 タケノコ</p>
<p>獅子座 7/23~8/22</p> <p>全体運 やる気がそがれるような出来事が次々重なるかも。でも、明るさをキープできれば次第に運気は好転する兆し</p> <p>健康運 心的原因で体調不良気味。リラクセスを</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 カツオ</p>	<p>乙女座 8/23~9/22</p> <p>全体運 アクティブモード全開! 守りではなく、攻めの姿勢で行動を。今までの努力が実るなど、発展する可能性高め</p> <p>健康運 スポーツの腕が上達しやすく楽しめそう</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 ニンニク</p>
<p>天秤座 9/23~10/23</p> <p>全体運 考えが暗くなる期間。何事もポジティブに捉え、乗り切る必要あり。神社や仏閣の境内散策が良い気分転換に</p> <p>健康運 やや停滞。ストレッチで心身をほぐして</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 さんしょう</p>	<p>射手座 10/24~11/22</p> <p>全体運 吉凶混合ラインなので、良いときと悪いときの差が激しい暗示。失敗を引きずらず、スパッと切り替えるようにして</p> <p>健康運 疲れをため込みがち。気晴らしを大切に</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 メロン</p>
<p>山羊座 11/23~12/21</p> <p>全体運 珍しく情緒不安定気味。物事の細部ではなく、大局を見るようにして、どっしり構えて。読書で気分転換を</p> <p>健康運 胃腸系トラブルにご用心。無理もNG</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 ジャガイモ</p>	<p>水瓶座 12/22~1/19</p> <p>全体運 リーダーシップを発揮できます。責任ある立場を任されたら、自信を持って引き受けて。遠出の旅もラッキー</p> <p>健康運 コンディション良好。快適に過ごせそう</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 アジ</p>
<p>魚座 1/20~2/18</p> <p>全体運 自己判断で行動して、失敗する傾向大。周囲の意見に耳を傾ければ、回避できます。家族への感謝も開運の鍵</p> <p>健康運 小さな擦り傷が絶えないかも。冷静に</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 メバル</p>	<p>魚座 2/19~3/20</p> <p>全体運 コミュニケーション能力が急上昇。初対面の相手とも簡単に親しくなれそうです。人脈の拡大に力を注いでみて</p> <p>健康運 口コミで評判の健康法に注目すると幸運</p> <p>幸運を呼ぶ食べ物 蜂蜜</p>

熟年会

春期研修旅行

福島の春満喫と

大江戸・東京スカイツリー周遊

4月15日、竹下団長以下ツアー参加者20名は朝9時25分、中標津空港から新千歳空港経由、仙台空港へ向けて出発しました。中標津にはほとんど雪も無くなった頃ですが、さすがに仙台は暖かく、市街地の桜は一部開花していて、緑も多く春を感じたものでした。

今回の旅行のメインは2年前に東日本大震災で被災した地方の視察と昨年オープンした東京スカイツリーの体感でした。旅行中、雨に打たれた事はなく、天気に恵まれたのと、福島県内はほぼ桜が満開で見事なソメイヨシノがあちこちで咲き誇っていた事は幸運でした。



今回の視察先の中からいくつか紹介したいと思っています。

1日目、瑞巖寺・松島。

瑞巖寺は国宝である本堂が修理中のため、見学出来ませんでした。本来本堂に安置されている御本尊、大位牌などが大書院で特別に公開されていました。寺自体は震災の影響はあまり受けなかったようですが、津波が境内まで及び海水に漬かった杉が枯れて、何本も



根本から切断されている姿が目につき、大変痛々しく思いました。松島は遊覧船で周りましたが、島々には地震による崩落跡があちこちで見られました。しかし、島々が防波堤となったため、市街地の方へ強く寄せるのを防いだと説明がありました。

2日目、仙台市荒浜地区（車窓より被災地視察）は、仙台で最も津波の被害が大きかったのが、この荒浜地区だそうです。

海沿いに走る国道から眺める光景はまるで別世界のようでした。

た。浜辺までは1km以上ありそうでしたが、ポツン、ポツンと破壊された建物があるだけで、ほかは基礎部分のみが残る跡地でした。まだ盛んに瓦礫の分別作業が行われている様子で、この地域には規制が掛かっているため、建物の新設は皆無です。水田も放置されたままで何時また使えるようになるかわかりません。被害を受けた犠牲者に対し、ただ祈るばかりです。

鶴ヶ城は、会津若松市のシンボルとなっています。幕末の戊辰戦争で有名ですが、城の周りに広がる公園は石垣や満開の桜で大変美しく、大勢の観光客が訪ねていました。夜にはホテルの



バスで、会津の街並みと鶴ヶ城のライトアップを楽しみました。



街道と呼ばれ、参勤交代の大名行列も通った重要な通りだったよう

3日目、宿場大内宿は、宿国選定重要伝統的建造物群保存地区に指定されています。江戸時代の宿場を今に残す全国的にも珍しい集落です。村を通る街道は下野

す。40軒ほどの民家は民宿やお土産屋食堂などを営み、今でも生活しているところ。茅葺きの民家は趣き深く懐かしい空間でした。



三春の滝桜は、日本3大桜の一つで紅しだれ桜の系統だそうです。この一帯どこも桜は満開で、特に滝桜に続く道路は大渋滞。現場には観光バス(30台ほど)と、一般車両が駐車して、人でごった返っていました。それにしても流れ落ちる滝のような姿は全く見事なものでした。また、宿泊地となったスパリゾートハワイアンズでのポリネシアンショウは若い踊り子のエネルギーが溢れ、大震災からの復興を象徴するようなステージでした。



4日目、水戸偕楽園は、日本3大庭園の1つで梅林で有名ですが、今の時期は花も終わっていて、観光客もなく静かな佇まいでした。訪ねるチャンスもそうない所なので、梅が咲いている様子を想像しながら、しばし散策してみました。

東京スカイツリーは、昨年開業した電波塔で634mの高さがあります。展望デッキは350mの位置にあり、展望ロビーのほか、レストランなどが入居しています。当日は修学旅行生もいて買い物がひしめ

いていました。夜は屋形船で宴会となりまし。東京湾からのスカイツリーのライトアップや、お台場の夜景など風情のある一時でした。



5日目、江戸東京博物館は、浮世絵や絵巻、地図などが2,500点と、大型模型など50点あまり展示されていて、人々の生活を楽しみながら感じる事が出来、時間が足りなかったのが残念でした。その後、直行便で無事、中標津着となった訳ですが、今回の旅行を通して日本には美しい風景、名所、史跡などがまだまだたくさんある事を知りました。観光地を忙しく巡るのではなく、時間をかけて掘り下げた内容にする事も、今後考えてみるべきだと思います。(記：富田恵一)



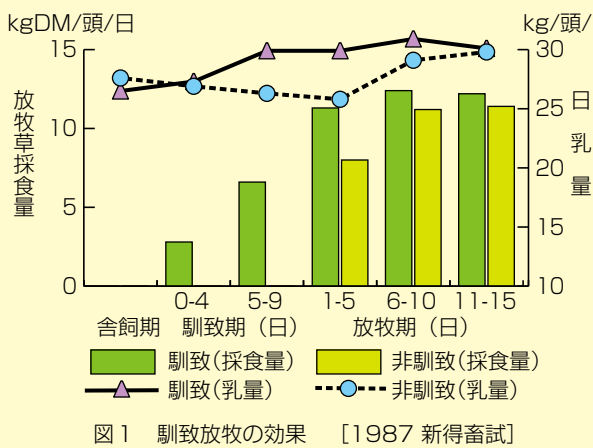
放牧期が始まります！ 準備はできていますか？

5月になり、もう放牧を始められた方も多いことと思います。これから放牧草の生育も最盛期をむかえます。放牧草を無駄なく利用するための準備をしましょう！

馴致放牧

舎飼期から放牧期に移行すると、粗飼料の主体がサイレージから放牧草に変わります。第一胃（ルーメン）の微生物が放牧草に適應するのに10日～2週間程度かかります。そこで馴致（じゅんち）放牧を行い放牧草に慣れさせる必要があります。

図1は、馴致放牧を行った場合とそうでない場合での、乳牛の放牧草の採食量を比較したものです。馴致期間を取ることで放牧草の採食量が増加し、乳量も安定することが分かります。効率よく放牧草を利用するためには、放牧草の生育が盛んになる前から馴致放牧を行うことがポイントとなります。



馴致放牧には、この他にも、牛舎への出入りや外気温に体を慣らすなどの効果があります。乳牛を早く放牧環境に適應させるためには、5月中旬から、遅くとも5月中には放牧を開始しましょう。

飲水環境

乳牛の採食量向上には飲水が欠かせません。

図2は、放牧地での乳牛1頭当たりの1日の飲水量を示したものです。6月から7月上旬にかけて、放牧草の採食量増加や気温の上昇とともに飲水量は増加します。日中のみの放牧であっても1頭当たりの飲水量は60ℓを超えるようになります。

乳牛が放牧地で充分水を飲めるようにするためには、水槽は放牧地から遠くない場所、できれば各牧区ごとに設置されていることが理想です（写真1、2）。水槽の貯水量、吐水量も確認しておきましょう。

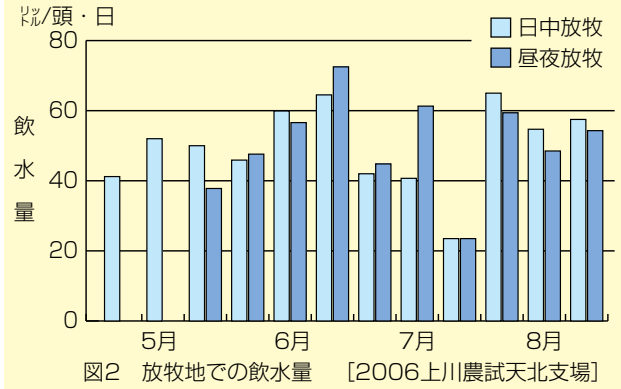


写真1
2つの牧区にまたがるように設置



写真2
水タンクの容量も確認してみましょう

併給飼料の給与

5月中の馴致放牧期間は、放牧草だけでは粗飼料が不足することが考えられます。乳牛の様子（腹の張りなど）を観察しながら、牛舎内やパドックなどでサイレージや乾草を併給し、採食量低下による栄養不足を防止しましょう。

写真3
パドックでロールペールサイレージを併給



皆さんの牧場では1日何ℓ必要ですか？

60ℓ/頭/日 × 頭 = ℓ/日



発情の不思議

5月に入り寒さもだいぶ和らぐ季節となりました。しかし、5月は夏に向けて繁殖成績の低下が始まる月でもあります。そこで、繁殖成績の低下を少しでも減らす為に、今回は卵胞についてお話したいと思います。

台帳や置き手紙などで「F有り」などの文章を見たことがあると思います。そのFは卵胞を意味するFollicleの頭文字です。牛の卵胞は成熟卵胞で直径12mm～19mm、卵子を含んだ球状の細胞の集合体であり、排卵により卵子が放出されると、その場所に黄体ができ、妊娠に備えます。しかし、下の図のように卵胞は発情期だけにできるわけではありません。正常な牛の発情周期（約21日）の中で2～3回の頻度で卵胞は発育し、その波を卵胞ウエーブと呼びます。約7～10日間で、複数ある卵胞の中から選抜された一つの卵胞が発育し、最後の卵胞ウエーブ（第3波）で排卵します。

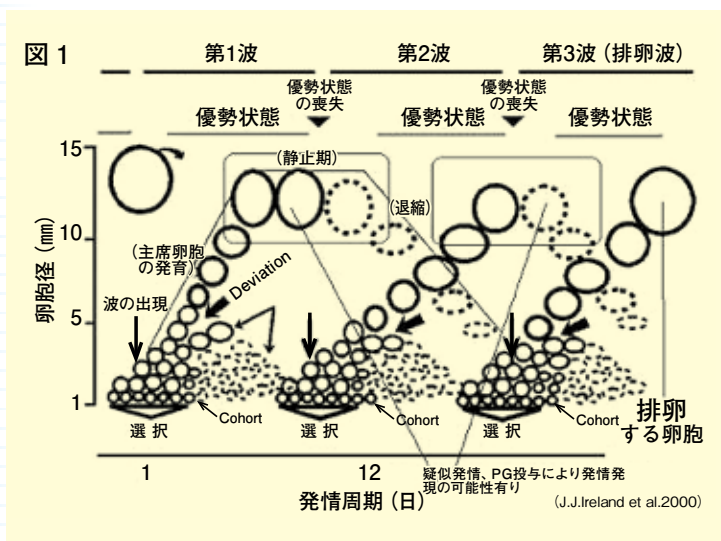
発情を発見する中で、受胎しているのに発情のような兆候を見せる牛、人工授精を行って7日しか経過していないのに発情兆候を見せる牛を見たことがあると思います。その原因こそ卵胞ウエーブにあります。受胎していると言っても、牛の卵巢では卵胞の発育は続いていて、7～10日毎に卵胞が出現するため疑似発情が起こります。しかし、黄体の存在でその卵胞は排卵できない状態になっているため、排卵は起きません。授精後7日目の牛も同じ理論であり、卵巢には黄体が存在するため、卵胞があっても排卵はしません。

実は、この卵胞ウエーブを利用した牛の繁殖治療の一つがPGF2 α （以下PG）です。発情が不明瞭な牛にPGを投与したことがあると思いますが、この目的は、強制的に黄体を退行させることにあり、結果として卵胞を排卵しやすくさせます。しかし、毎日卵巢状態を確認している訳ではないので、いつかPG投与に適した黄体・卵胞のステージなのか、見極めは難しいとされています。そのためPGは発情を起こす魔法の薬ではありません。あくまで発情発現の補助として、次回の発情へのステップだと考えると良いかもしれません。

また、卵胞の中にはアクセサリー卵胞という卵胞も確認されています。アクセサリー卵胞とは、本来持っている卵胞の機能を果たさない卵胞であり、他の卵胞の成長や排卵を阻害するわけではなく、ただ存在している卵胞のことを言います。一見、卵胞のサイズが大きく卵胞囊腫のうしゅに見えてアクセサリー卵胞と言うこともある

ようです。もしも、アクセサリー卵胞や卵胞囊腫以外に卵胞が存在する時には、排卵する可能性があるため、発情兆候の有無を人工授精師に相談して頂くという試みも繁殖成績の低下を抑えるのに有効だと考えます。

以上のことから、卵胞ウエーブについて知ることによって疑似発情がなぜ起こるのか、どのタイミングでPGを投与すべきか、一見卵胞囊腫でも受胎する可能性があることを知って頂ければ、発情発見や分娩間隔の短縮に繋がり、繁殖成績の低下を少しでも抑えられると思います。



※お詫びと訂正：先月号で200H5929(ブラウザー)の価格が3,000円と記載されていましたが、正しくは4,000円です。訂正並びにお詫びさせていただきます。

暮らしに生かす 省エネ読本

電気料金計算に 使われるkWhとは?

消費生活アドバイザー
エナジーコンシャス代表●山川文子

毎月届く、電気の「使用量のお知らせ」(検針票)には、「当月使用量〇〇kWh(キロワットアワー)」と記載されています。電気料金計算の基礎になっているこの値、どのような意味があるのでしょうか。

例えば、100W(ワット)の電球を6時間(h:アワー)使うと、 $100W \times 6h = 600Wh$ (ワットアワー)の電力を使ったこととなります。1200Wのドライヤーを30分(0.5h)使うと、 $1200W \times 0.5h = 600Wh$ 使った、となります。「kWh」の「k」は1000を示す単位ですので、 $1000Wh = 1kWh$ と表されます。このようにして、家電の消費電力量を1カ月分累計したのが「当月使用量」の値(kWh)です。

消費電力量(Wh) = 消費電力(W) × 使用時間(h)という関係ですので、消費電力が大きい機器を長時間使えば、消費電力量は大きくなります。消費電力は小さくても、使用時間が長ければ、消費電力量はやはり大きくなります。

電気の省エネのためには、(1)消費電力を小さく、(2)使用時間を少なくすればよいことが分かります。(2)の方は、不要な照明を消したり、炊飯器の保温時間を短くするなど、比較的分かりやすいでしょう。(1)に関しては、どの家電の消費電力が大きいのか、そもそも分からないという方も多いようです。一般的に、ドライヤー、洗濯機の乾燥時など電気を熱に変える家電は、消費電力が大きい傾向があります。銘板に記載されているW数を一度チェックしてみるとよいでしょう。なお、家電は使い方、設置環境などによって消費電力は変動しますので、銘板記載のW数をいつも消費しているというわけではありませんが、一つの目安にはなります。



往復航空機・後泊・送迎バス付きプランのご案内

感動と興奮の8日間!! ばしふいっくびいなすで行く 世界自然遺産 小笠原クルーズ

世界自然遺産・小笠原
平成23年6月に世界自然遺産登録された小笠原は、島の誕生以来、一度も大陸と繋がったことがないため、固有種などが数多く残る自然の宝庫です。洋上で出会う手付かずの自然を満喫しながら、船でしか行くことのできない世界遺産の島・小笠原へご案内致します!!

ツアーのポイント

- ① 小笠原より直行!世界遺産の小笠原へ!
- ② お部屋はすべてオーシャンビューの個室をご用意!
- ③ 選べるオプションで小笠原の観光も楽しめます! ※1
- ④ クルーズ中の食事や各種イベントは旅行代金に含まれます。 ※2

※1 別途料金・満席の場合もございますのでご了承ください。
※2 飲料・オプションツアーは除きます。

日次	日付	行程内容	宿泊
1	6/10 (月)	ANA4894 小笠原クルーズ 中標津空港—新千歳空港—千歳(夕食)—小笠原 13:30 14:25 18:30~19:30 20:30/22:00 出航	ひびなすクルーズ
2	6/11 (火)	~~~~ 終日クルージング ~~~~	ひびなすクルーズ
3	6/12 (水)	~~~~ 終日クルージング ~~~~	ひびなすクルーズ
4	6/13 (木)	~~ 小笠原(父島) 自由行動・オプションツアーをお楽しみ下さい ~ 7:00 到着	ひびなすクルーズ
5	6/14 (金)	~~ 小笠原(父島) 自由行動・オプションツアーをお楽しみ下さい ~ 12:00 出発	ひびなすクルーズ
6	6/15 (土)	~~~~ 終日クルージング ~~~~	ひびなすクルーズ
7	6/16 (日)	ひびなすクルーズ 送迎バス ~~~~~ 小笠原 千歳市内(泊) 18:00 到着 18:00 発	千歳市内宿泊
8	6/17 (月)	ホテル—新千歳空港(8:05 発)—ANA4891—中標津空港(8:55 着)	千歳市内宿泊

※1 別添の日程表を参照してください。変更の場合もございますので予めご了承ください。
※2 小笠原—小笠原までの行程は、日本クルーズ客船の旅行企画・実施です。

※詳しい旅行条件は、別途ご提出する「旅行取引条件書」をご覧ください。

ご提案の内容

- 旅行実施期間
H25年6月10日(月)~6月17日(月)
- ご旅行代金(2名1室利用/単位:円)
客室クラス ステートG
旅行代金 249,000円
- その他 ご旅行条件
・添乗員/同行いたしません。
・食事/朝7回 昼6回 夕5回
- 送迎・食事付プラン
中標津空港からの往復航空機と千歳の後泊・新千歳空港から小笠原までの送迎バス(初日の千歳の夕食)を別途¥38,000(2名1室利用)でご利用しており、是非お問合せください!名利用で2,000円UP。

TEL(0155)24-4360 FAX(0155)24-4363 担当者/佐藤瑛治

30分 パワーライブ VOL.3

週末お楽しみ
当日は抽選会があります!
お楽しみに!

パルティ
ドレッシング
NON STYLE
FUJIWARA
ヒゲマン

日時 2013年6月15日(土) 開演 13:45 開演 14:30

中標津町総合文化会館 しるべつとホール

開演前夜 発売 2,800円(当日:3,300円) 開演前夜 発売 2,300円(当日:2,800円)

4月20日(土) 5月11日(土)

TEL 0153-73-1151 FAX 0153-73-1152

“もしもの未来”から見えてくる……。

やっぱり大切だね、日本の豊かな食と農

食べものが外国からの輸入頼みになったら…

遺伝子組み換え大豆で作った豆腐でも、表示はなし？



あれ？ この豆腐、前まで“大豆（遺伝子組み換えでない）”って書いてあったのに、なくなってる……。遺伝子組み換え農産物なのかしら。どうなのかしら



分らないのよ。日本がTPPに参加したことで、遺伝子組み換え農産物を使っているかどうか、表示しなくなっちゃったの



えー!? それじゃあ、遺伝子組み換え農産物を使っていない食品を、選んで買えなくなっちゃうじゃない!!



「食の安全・安心」を守るルールを、外国からの要求で変えなくちゃいけないなんて、変じゃない!?

遺伝子組み換え食品の表示がなくなってしまおう!

豆腐や納豆、コーンスナックなどのパッケージでよく目にする、「遺伝子組み換えでない」という表示。現在、日本では33品目について、遺伝子組み換え農産物かどうか表示することが義務になっています。

この表示のおかげでわたしたちは遺伝子組み換え農産物を使っているのかわかり、選択することができます。

ところがアメリカは、すでに日本の「遺伝子組み換え農産物の表示義務」を貿易障壁だと指摘しており、TPPでも同じような要求がされる可能性があります。

今のところ、遺伝子組み換え農産物については、人体への影響が十分には確認されていません。もしも表示義務がなくなってしまったら、わたしたちは、「安全・安心」を選ぶ権利さえ失うことになりかねないのです。

(監修/鈴木宣弘 東京大学大学院教授)

作りおきおかずで簡単! 糖質オフのダイエット弁当



江部康二、大庭英子 著
定価 1,260円(税込)

糖質オフダイエット実践者が紹介。ダイエット効果が高い糖質制限食を、ラクラク実践できるお弁当レシピ。作りおきのおかずを活用するので手間がかからず、ごはんなどの主食がなくても食べやすい工夫が満載。

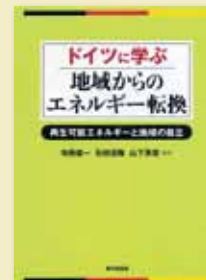
生きる場所のつくりかた 新得・共働学舎の挑戦



島村菜津 著
定価 1,575円(税込)

『新得・共働学舎』では、心身に困難を背負い、社会適応の難しかった人たちが、酪農や工芸を行い共に暮らすことで、徐々に自らを取り戻していく。生きづらさを感じる全ての人への希望のメッセージ。

ドイツに学ぶ 地域からのエネルギー転換 再生可能エネルギーと地域の自立



寺西俊一、石田信隆、山下英俊 編著
定価 1,890円(税込)

原発依存を継続するのか、再生可能エネルギー転換の道を進むのか。日本の原発事故をきっかけに脱原発に舵をきったドイツでは、国の政策と協同組合が大きな役割を果たす。日本のエネルギー転換に求められるものとは。

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
5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。

イラスト 家族も安心 認知症ケア やさしい住まい・暮らしの工夫

認知症高齢者を在宅ケアする家族の負担は大きく、日常の何気ない動作が思わぬ事故につながるケースも。家族の負担を減らし、認知症高齢者が自宅で暮らすための住まいと暮らしの工夫をイラストでわかりやすく紹介。



大島千帆 著
定価 1,365円(税込)

ムダなし、手間なし、すぐ食べられる ちょこっと漬け物

塩分控えめのサラダ感覚でできる即席漬けなど、保存袋やポウルといった身近なもので食べたい分だけ作れる。一回に食べる分だけ漬けたい、たくさん漬けておきたい、食べきれない人にぴったりの漬け物レシピ。



石原洋子 著
定価 1,260円(税込)

もしものときに役立つ 好評既刊 幸せエンディングノート

自分の人生の「もしものとき」に備えるためのノート。家族や資産、介護や葬儀の仕方、たいせつな人へのメッセージなど、豊富な書き込みページを掲載し、解説も充実。自分にも遺される人のためにも大切な一冊。



家の光協会 編
定価 1,260円(税込)

行事予定表

2013年4月 組合動静

1 (月)	職員歓送迎会
2 (火)	グリーンクラブ役員会、青年部 監査、MIM総会 組合長と女性部との懇談会
3 (水)	青年部 全道総会
4 (木)	融資協議、棚卸精査
6 (土)	食品加工交流部役員会
10 (水)	青年部 新旧役員会、中山間監査 俵橋酪対支部会議、女性部 三役、監事会議
11 (木)	中央会自己査定監査、女性アドバイザー会議 馬鈴しょ栽培講習会、肥料推進～12日、MAC総会
12 (金)	青年部 通常総会、メガフロンティア総会 和牛改良組合役員会
15 (月)	APEX総会、中央会財務諸表監査(～19日) 財務諸表監査～19日、熟年会 春季研修旅行～19日
16 (火)	第1回生産委員会、第1回管理購買委員会 女性部 役員会
17 (水)	第1回営農委員会、JYN総会、俵橋トラクター総会 第4回中標津乳牛改良同志会役員会
18 (木)	研修生受入協議会、乳牛市場
19 (金)	第1回監事会、青年部 地区青協通常総会
20 (土)	管内AI協会定期総会、グラスグループ総会 第12回食品加工交流部通常総会 第1回理事会、青年部役員会
22 (月)	ABCサンライト総会、ABCクオリティ総会 クローバー役員会、MP総会 女性部60周年事業宿泊研修～25日
23 (火)	決算監査～26日、ラフィーク総会
24 (水)	J A 中標津機械利用組合総会、青色申告会総会
25 (木)	CDP総会、アルーダオープンフェア～26日
26 (金)	アミスター総会
27 (土)	中標津B&W、クローバー総会
30 (火)	消費拡大委員会、KISS総会 根室管内バーンミーティング

2013年5月

1 (水)	根室和牛協議会定期総会
2 (木)	
3 (金)	憲法記念日 花・野菜苗販売開始
4 (土)	みどりの日
5 (日)	こどもの日
6 (月)	振替休日
7 (火)	
8 (水)	第2回理事会、担い手創出協議会総会 じゃがいも伯爵まつり 第1回実行委員会
9 (木)	マイコプラズマ性乳房炎対策会議
10 (金)	根室地区酪対役員会、春の園芸市～11日
11 (土)	
12 (日)	
13 (月)	春の一斉ワクチン接種～23日
14 (火)	第2回監事会 10:00～、第3回理事会 10:30～ 農協酪対役員会
15 (水)	役員研修～17日
16 (木)	乳牛市場
17 (金)	
18 (土)	酪対、乳検、中山間各総会、根室管内B & W
19 (日)	
20 (月)	
21 (火)	地区別懇談会～25日
22 (水)	
23 (木)	
24 (金)	
25 (土)	北海道B & W～26日
26 (日)	あるる 天下市
27 (月)	肥料一斉推進～31日
28 (火)	内部審査(購買部門)～29日
29 (水)	
30 (木)	
31 (金)	第1回役員協議会

※6月1日 農協総合共進会・牛まつり
6月7日 第66回通常総会

新鮮食材で 楽しくクッキング

料理研究家 高島 陽子



春野菜のパスタ

1食当たり約530kcal

旬の野菜をたっぷり入れたオイルベースのパスタです。おいしく作るコツはオリーブオイルとスパゲティのゆで汁をよく混ぜて乳化させておくことです。スパゲティだけでなくペンネなどのショートパスタでもおいしくできます。

材料 (2人分)

アスパラガス	2本	パプリカ(赤・黄)	各1/8個
スナップエンドウ	4本	ニンニク	1片
キャベツ	1/2枚	オリーブオイル	大さじ2
タマネギ	1/4個	スパゲティ	200g
		塩・こしょう	少々

作り方

- ①アスパラガスは1/4程度に切り、スナップエンドウは筋を取り半分に切り、他の野菜は食べやすい大きさに切っておく。
- ②フライパンにオリーブオイル、ニンニクのスライスを加えてから中火にかける(並行して、水1Lにつき大さじ1の塩を入れて、スパゲティをゆでておく)。
- ③香りが出てきて軽くきつね色になってきたらニンニクはいったん取り出し、タマネギと塩少々を入れて焦がさないように炒める。
- ④タマネギが半透明になったら、いったん火を止め、オリーブオイルが熱いうちにスパゲティのゆで汁を大さじ2杯入れてよく混ぜながら、オリーブオイルと合わせて乳化させておく。
- ⑤スパゲティがゆで上がる3分前にアスパラガス、スナップエンドウ、キャベツ、パプリカを鍋に入れて一緒にゆでる。
- ⑥ゆで上がったスパゲティと野菜を④と絡め、塩、こしょうで味を調える。



クレソンのポタージュ

1食当たり約129kcal

クレソンは茎と葉を分けて調理することで鮮やかなグリーンのポタージュが出来上がります。クレソン以外にニンジンやカボチャを使ったアレンジも可能です。その場合は③のときにニンジンやカボチャを入れます。

材料 (2人分)

クレソン	150g	バター	20g
ジャガイモ	300g	生クリーム	大さじ1
タマネギ	150g	水	400cc
		塩	小さじ1

作り方

- ①ジャガイモは皮をむき5mmくらいの輪切りに、タマネギはくし形切りに、クレソンは茎と葉の部分に分け、茎の部分は細かく切っておき、葉の部分はそのままにしておく。
- ②鍋を中火にかけバターを溶かし、バターの水分が飛んだところでタマネギを入れ焦がさないように炒める。
- ③タマネギが半透明になってきたらジャガイモ、クレソンの茎を入れ水を加えて中火にかける。
- ④沸騰したら弱火にして10分ほど煮込む。
- ⑤クレソンの葉の部分を3分ほどゆで、ざるにあげて細かく刻んでおく。
- ⑥③のジャガイモが菜箸で触ってすぐに崩れるくらいまで軟らかくなったら火を止める。
- ⑦⑤⑥と塩をミキサーにかけて滑らかにする。
- ⑧最後に生クリームを入れる。