



ジュニアホルスタインクラブウインタースクール (H30.12.15)



2019 JANUARY

01

Vol.529

INDEX

- 新年のご挨拶…2~6
- 女性部のページ…7
- 夢広がるQUIZ、読者の声、今月の運勢…8~9
- 青年部のページ…10~11
- **特集** 日本の食文化の原点
お箸のことをもっと知ろう…12~13
- 普及の窓…14
- 健康百科・今月の新刊…15
- ベジタブルライフ・年末年始業務のお知らせ…16

JA 中標津町農業協同組合

夢
広がる
なかしべつ

ケータイ用
QRコード

公式Webアドレス

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

謹賀新年

中標津町農業協同組合

平成三十一年 元旦



代表理事組合長	高橋
副組合長理事	飯島
営農委員長理事	鷺川
生産委員長理事	房中
理事	田中
理事	永谷
理事	吉澤
理事兼務参事	中村
理事兼務信用部長	白井
代表監事	島上
常勤監事	和田
監事	中山
員外監事	横山

外	山	塚	田	島	井	村	澤	谷	中	川	見	島	橋
役職員一同	義治	広文	勝美	利春	正守	勇哉	芳二	世晴	喜一	勝洋	島健	橋浩	勝義



新年明けまして おめでとうございます

代表理事組合長 高橋 勝 義



2019年元旦を迎え、組合員ご家族揃ってこの一年の平安と稔り多い事を祈った事とご推察申し上げ次第であります。

振り返って昨年中は農協事業運営にご支援、ご協力をいただいた事に感謝申し上げます。さらに各関係団体、組織、企業、町内外の多くの皆様にご利用いただき、厚くお礼申し上げます。

組合員の生産・販売状況については、地区別懇談会・広報誌紙面等で報告させていただきましたが、天候不順により各分野で影響がありました。酪農面では6月より低温・曇天・降雨が続き、牧草の生育・収穫が作業的に進まず、遅れが全体で発生し収穫量・品質ともに課題を残しました。二番草・デントコーンにおいても収穫量・品質に苦勞し、今後サイレージの出来によつては乳量・乳牛のコンディションにも影響を心配しております。どうか新しいサイレージに切り替える際には分析をして栄養面の状況によるエサ作りを願う次第であります。

北海道は9月6日の地震によりブラックアウトが発生し、生乳廃棄による損失があり、乳牛の管理にご苦勞いただきました。当農協としては自家発電機を所有していた事により各酪農家に回し、乳牛のストレス軽減を最優先にご協力いただき搾乳作業をした次第です。この災害での被害状況については地区別懇談会の席上で申し上げた結果でありました。それ以降生産は回復し、今現在では旬計で103%を超える伸び率を示しており、生産者の努力・飼養管理により当初の計画に近い成果となっております。心より敬意を表します。この勢いを新しい年に引継がれます様、お祈り申し上げます。

畑作面では大根が過去最高の販売高を記録し、全体をカバーした形となりました。馬鈴しょ・ビート・ブロッコリー等が並年作まで届かず、不作傾向であり課題が残りました。

12月より各生産者に営農計画の策定をお願い

しております。実績を確認し、平成31年の生産計画等を目標に前向きに願います。

さて、この一年は色々な動きがあります。

一つ目として、4月に天皇陛下が退位され、5月1日より皇太子が新天皇陛下として即位されます。平成が終わわり、元号がどうなるのか皆様と待ちたいと思っております。

二つ目は8%の消費税が10%に引き上げられます。

三つ目は農業分野でTPPがスタートし、日EU・EPAも年内に、そしてアメリカとのTAG交渉が始まる等、我々日本農業においても判断を注視していかなければなりません。幸いな事に農水大臣に吉川氏が就任され、北海道を代表しての対応を期待しております。変わり目の大きい年であり、私共も慎重な農協運営を心がけていこうと思っております。

次に農協事業です。

1. 『Aコープ中標津店あるる』リニューアルオープン後、順調に来客数・客単価も伸びており、この勢いをしっかりと継続する様、スタッフ一同頑張りますので引き続きご利用いただきます様、お願い申し上げます。

2. 育成預託事業は当初より遅れております。改修完了の施設より受け入れする様に進めて参ります。2月末までにはほぼ完成の予定であり、ご協力をお願い申し上げます。

3. 農協70年誌の組合員ご家族等の写真撮影も終わり、最終段階に向け進めております。

4. 子会社(株)RARA Farm中標津の生産状況ですが、11月末で搾乳牛305頭(内口ボット施設53頭、バーラー施設252頭)、生産乳量1,330tで順調な経過であり、3月末には約2,000tを目指して努力しております。また、1月より視察等を受け付けて参ります。(株)RARA Farm中標津の事務所へ電話にて調整願います。

5. A2牛乳の製品販売が始まります。生産者

により原料乳の供給を受け、JA乳製品工場へ対応し、Aコープあるるはじめ、電話注文も受けて参ります。

この他、進行中の事業もあり積極的に取り組んで参ります。

前途でも触れた様に今年は変わり目の年であり、農協事業運営にあたっては役員共々、所期の目標に向かって最大限に努力して参りますので、ご指導ご協力をお願い申し上げます。

今、国は31年度の予算決定に向け進めており、農業予算についても見えて参りますし、乳業とホクレンの乳価も交渉中であり、上げの方向で詰めております。これらが決まりますと、天候の推移と天災が昨年の様にない事を祈り、豊穡の秋を迎える様願うところであります。

農協改革まで一年となり、最終の詰めをしていく事となります。体制が変わっても農産物・生乳生産業務は変わる事なく、安心安全を心がけ、北海道を食糧基地として共に前進したく考えております。

最後に、組合員戸数が今以上に減らない様に取り組み、(株)RARA Farm中標津での研修・実践、ルーキーズカレッジでの知識・経営ノウハウ等を生かし、一人でも多く人材を育て、産業に活気がある地域社会に貢献していきたいと思っております。課題は多くあり、確立に優先順位を決め、将来に向けて種を撒き育てる努力をして参ります。叱咤激励をいただければ有り難く存じます。

これから冬期間続きます。体調に十分注意され春来る事を祈っております。

元旦は大事な一日です。ご家族で目標・目指す方向を確認し、実現できまます様、農協としてもお手伝いさせていただきます。

この一年が皆様にとり満足できる年になる事を心よりお祈り申し上げ、新年の挨拶といたします。

平成31年の年頭にあたり

北海道農業協同組合中央会

会長 飛 田 稔 章



組合員並びにJA役職員の皆様には、輝かしい平成31年の新年を迎えられたものと心よりお慶び申し上げます。

皆様におかれましては、日々の営農と併せ、地域農業の振興や地域社会の発展に向け、日頃より多大なご尽力をされていることに対して、改めて敬意と感謝を申し上げます。

昨年の北海道農業は、春先は気温も高く、農作物の生育は平年並みで推移しましたが、7月の豪雨や台風21号により、農作物の倒伏や落果、農地・農業用施設の損壊など、全道各地域に甚大な被害が発生しました。

さらに9月6日に発生した北海道胆振東部地震により尊い命が失われるとともに、農畜産物や農業施設等に未曾有の被害が発生し、道内全域が停電となる「ブラックアウト」の発生により、組合員の営農やJAグループ北海道・農業関係組織の集出荷、輸送、製造、保管体制に多くの影響が生じてしまいました。

現在、JAグループ北海道を挙げて、1日も早い、復旧・復興に向け、全力でその支援対策に取り組んでいるところでもあります。

作目別の作況をみますと、米は、作況指数が90の「不良」、小麦は、天候不順の影響により、収量・品質とも平年を下回る結果、てん菜は、収量・糖度とも概ね平年並み、生乳は、胆振東部地震の影響

響と、今後は飼料作物の品質低下等による生乳生産への影響が懸念されているところと。

国際貿易交渉については、9月27日、日米両国が「日米物品貿易協定」(TAG)の交渉開始に合意したことが発表されました。

今後、TAG交渉において、米国側から過去の経済連携協定で合意した以上の関税引き下げを求められる懸念があるため、その動向を注視していくとともに、農畜産物を犠牲にしない毅然とした対応を求めてまいります。

さて、昨年11月には、第29回JA北海道大会を開催しました。大会では、前回大会の決議事項を継承し、「農業所得増大」と「担い手確保・育成」の加速に取り組むとともに、「サポーターづくり」の活動拡大として、地域を共に支える准組合員の皆様のご意見の把握に、これまで以上に取り組むことを決議しました。

また、協同組合の原点を、あらためて見つめ直し、「新たな協同組合」の姿を継続的に討議することも決議しております。今後、組合員の多様な価値観やニーズに対応できる事業運営の展開を検討してまいります。

そして、この3年間の実践期間のうちに、2019年5月には政府が進める「農協改革集中推進期間」の期限、2021年3月には「准組合員利用規制

の調査期限」を迎えますが、JAグループ北海道としては、改革は自ら行うものとして、『力強い農業』と『豊かな魅力ある農村』の実現に向けて、JAグループ一丸となって、大会決議事項の実践を通じた自己改革を進めてまいりたいと考えております。

結びになりますが、今年の干支は己亥(つちのとい)です。

亥には、「無病息災」や「安定した状態で始動を待つ準備期間」の意味があるとのことであります。

今年はこの亥年にあやかり、災害がなく、そして組合員の苦勞が報われる実り多い豊穡の一年となりますよう、併せて、北海道農業並びに組合員、役職員の皆様の一層の発展を心よりご祈念申し上げます。新年にあたってのご挨拶といたします。



年頭のご挨拶

根室農業改良普及センター北根室支所

支所長 吉 田 忠



新年明けましておめでとうござい
ます。組合員の皆様におかれましては希望
に満ちた新春を迎えられたことを心より
お慶び申し上げます。農業改良普及セン
ターにおいても日頃より皆様のご理解と
ご協力を頂き、今年も無事に新たな年を
迎えることができました。平成30年を振
り返ると不安定な気象経過と9月に発生
した北海道胆振東部地震、これに伴う大
規模停電による生乳廃棄、乳房炎被害が
上げられます。このような状況の中、ご
家族、地域の方々のご尽力のもと無事に
生産が回復し、新年を迎えられたこと
に敬意を表します。

さて、平成30年の気象経過、農業生産
の状況を振り返りますと雪解けは早ま
り、農耕開始の5月は好天に恵まれ作業
は順調に進みましたが、6月から7月上
旬にかけての低温、長雨、日照不足によ
り農作物の生育は遅れが響くと共に、8
月に入つての不安定な気象経過となり、
総じて各作物の生育には心労を費やす年
となりました。

作物別にみると馬鈴薯で澱粉収量が平
年対比100%、てん菜は糖収量が平年
対比104%となり、平年並みの収量が
得られた状況です。大根においては販売
額が過去最高でしたが、ブロッコリーで
は様々な要因が重なり目標数量が未達と
なる年となりました。飼料作物の牧草で

は1番草の収量は平年並みでしたが、収
穫時期が大幅に遅れたことで栄養価は低
く、生乳生産や繁殖への影響を懸念する
ところでした。2番草の収量と品質は平年
並みで、適期収穫に向けご家族の皆様が
ご尽力頂けた成果が反映したことではし
ょう。サイレージ用とうもろこしについて
は不安定な気象経過から収量、栄養価と
も平年を下回る結果となりました。

生乳生産をみますと平成29年産粗飼料
品質が安定した物であったことと、気温
の高い日が続かなかつたため、前年比約
2%増の生乳出荷量を確保し、栄養価が
不安定な平成30年産粗飼料給与が始まっ
てからも皆さんの知恵により安定した生
産となったことは、日頃からの苦勞が評
価されることです。

個体販売では廃用牛、初生雄子牛、交
雑種とも一昨年に続き高値で推移してま
いりましたが、増頭を計画した方や個体
の入れ換えを進めたい方においては高値
で苦慮したことと思います。

社会情勢をみますと日欧経済連携協定
(EPA) 及び環太平洋連携協定 (TP
PII) の発効、さらに日米物品貿易協定
(TAG) の交渉開始合意など農業を取
り巻く環境は経験の無い変化に曝され、
心中穏やかでないことをご察し致します。

当地域では新たな生産振興策として農
協を中心に広く地域が参加した株式会社

RARA Farm中標津が6月から加
わり、中標津酪農の活性化に一躍を担う
組織が誕生したことは喜ばしいことで
す。組合員の皆様においても意識が高
く、一戸あたり生乳出荷量は約3%増え
ており、生産者一人一人の努力の賜物で
あることは間違いありません。酪農を取
り巻く国内経済環境も良く、安心して年
を越されたことと存じます。この良い環
境下のうちに生産技術の見直しと強化を
個人に留まらず地域を含め考える機会で
しょう。

畑作においては排水対策や交換耕作、
労働・機械体系の整備などを通じ、互い
の生産力を高める取組も検討すべきこと
ろと思われれます。

また、耕種・畜種共通し、将来を担う
人材の確保と育成、更に異業種との連携
が益々重要となるでしょう。これらの課
題に対し、私たち普及センターも微力な
がら皆様のお役に立ちたいと考えており
ます。

結びになりますが皆様にとって良い一
年となりますようお祈り申し上げると共
に、本年が天候に恵まれ稔り多い一年と
なりますよう心からご祈念申し上げ新年
の挨拶とさせていただきます。

青年部 部長

佐藤 克幸

新年明けましてお
めでとうございま
す。日頃より青年部
活動にご理解、ご協力
を賜りまして誠に有り難うございます。



昨年を振り返りますと、一番草収穫時期の

長雨による収穫の遅れで特にロール形態の家では1ヶ月程の遅れもあり、今年の粗飼料に対する影響が懸念される事態になりました。そして、いまだかつて誰も経験したことがなかった9月6日の胆振東部地震によるブラックアウト。酪農家にとって生命線とも言える電力が失われ搾乳ができず不安にかられた2日間でした。そんな中でも昼夜問わずに発電機を各農家に運び搾乳を出来るようにしてくれた農協職員、関係者の方々には感謝の気持ちでいっぱいです。

我々農業者にとって困難な事が度重なった年になりましたが、乳価、個体販売価格も高値で推移しており、青年部の活動につきましても、じやがいも伯爵祭り&ふれあい広場は最高の天候に恵まれお客様さんの出足も最高のものとなり、暗い事があつた中にも希望の光を差してくれました。この先の未来、農業が強固な物として続けて行けるように我々青年部も若い力を結集して色々な活動に取り組んで行きたいと思っております。



新年のご挨拶

謹んで新年のお慶びを申し上げます。昨年中は、女性部の活動に対し皆様のご指導、ご協力をいただきまして誠に有り難うございました。昨年を振り返り見ますれば、6月の低温長雨と8月の台風、9月台風21号による暴風雨、胆振東部地震によるブラックアウトと今までに無い大変な一年でした。私達女性部においては、6月の牛まつり、7月のJA夏まつり、9月の伯爵まつりと、皆さんの協力をいただいで出店し、消費者の方達とふれあう事が出来ました。

女性部活動においては、5月に高齢者向け住宅「つなぐ」を視察見学しました。又、総会前のお忙しい所、JA役職員との女性向け懇談会を開催していただきました。7月の広島豪雨災害においては、9月に募金活動をし義援金を送りました。10月には2泊3日で小樽・札幌方面へ宿泊研修を実施しました。小樽では吹きガラス体験を、余市ではりんご狩り、石狩市でホクレンパールライス工場を見学して来ました。今年も昨年に続き、女性部未加入者加入促進事業の一環として、計根別の中標津町畜産食品加工研修センターでソーセージとチーズの加工体験を行いました。今後とも加入促進の活動を続けて行きたいと考えております。

最後になりますが、本年も私達女性部に変わらぬご指導、ご協力をお願い申し上げますとともに、皆様のご健康とご多幸をご祈念申しあげまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

女性部 部長

藤田登美子





～再び～ ポーセラーツ作りを体験!

女性部・生活文化活動

11月16日(金)、部員14名が参加のもと、昨年好評だったことにより2度目の開催となるポーセラーツ作りを行いました。それぞれ好みの八角タンブラーやマグカップ等の白い磁器と図柄転写紙を選びバランスを考えながらデザインしますが、考えるのが難しいと思われるデザインも、皆さんのヒラメキが素晴らしくあれよあれよと素材を選び終え作品は完成しました。多くの方が2作品目にも挑戦!今年も大好評で、皆さんとても楽しそうに取り組んでおられました。

(記=瀧場 幾久栄)



講師
遠藤真弓さん



参加者の声 (一部抜粋)

■高嶋 裕美

本格的な肌診断をしたのは初めてでしたが、現実を思い知らされました!アロマスプレー作りは参加者みんな和気あいあいと楽しくできました。また機会があれば違う香りを作りたいです!!

■福嶋いづみ

肌診断の結果は、日頃全然頑張っていなかったのやっぱりか…という感じでした。でも、診てもらった事で原因と対策を教えてもらえて、少しずつ頑張ろう!と思えました。アロマスプレーは、効能なども選べて、自分で作るのも簡単で楽しかったですし、これから毎日大活躍しそうです。

■松田かおり

肌診断…思っていた以上にショック。でも、仕方ないと反省。最近お手入れをおろそかにしていたので…肌は正直。アロマスプレーは思っていたよりも簡単に出来ました。精油の香りにはそれぞれ組み合わせによって効果があって、入れる量によって香りが変わるので、自分だけのスプレーが作れて楽しかったです。



フレッシュミズ



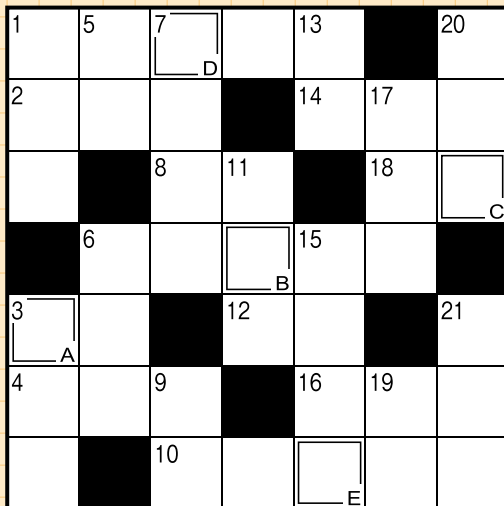
肌診断 アロマスプレー作り体験♪

12月7日、フレッシュミズ恒例のお肌に關する行事として、肌診断・アロマスプレー作りをクレエ研修室にて行いました。今回は、本格的な肌診断!カメラでお肌の状況を確認し、今後の対策などを教えていただきました。そしてアロマスプレー作り。それぞれ好みの香りを調合し、オリジナルのアロマスプレーが出来ました。その後は昼食を食べながらおしゃべりタイム!とても楽しい癒やしの一日となりました。

(記=瀧場幾久栄)

第1問 クロスワード

出題：ニコリ



ヨコのカギ

- ①輪郭を描いた紙に目や鼻などのパーツを並べて遊びます
- ②1、2、3や一、二、三など
- ③『春の海』や『六段の調(しるべ)』を奏でる楽器
- ④小銭入れに入れる物
- ⑥鹿児島産焼酎の原料の多くはこれ
- ⑧空からちらちらと降ってきます
- ⑩山田太郎さんだったらT・Y
- ⑫怒ると頭に生えるかも
- ⑭車窓を流れていくもの
- ⑯剣道で使う武具
- ⑰ご来光を見るために登る人もいます

タテのカギ

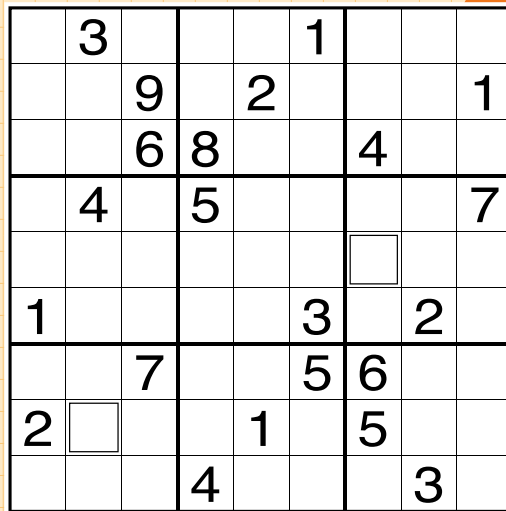
- ①障子よりは破れにくそうな建具
- ③彼は——東西の文学に詳しい
- ⑤素振り中のバットが切るもの
- ⑥テンサイなどから作られる調味料
- ⑦漫談家が巧みな——で場を沸かせた
- ⑨カキやタイラギ、トコブシなど
- ⑪——考査。——手当
- ⑬寒い日には氷が張ることも
- ⑮平成31年の十二支は
- ⑰闘鶏に使われる鳥。漢字で書くと軍鶏
- ⑲農具や収穫物を入れておく建物
- ⑳壁の——から風が吹き込んだ
- ㉑旅客機に乗ってためる人もいます

第2問 数独

二重枠に入った数字の合計はいくつ?

ルール

- (1)空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
- (2)タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入ります。



出題：ニコリ

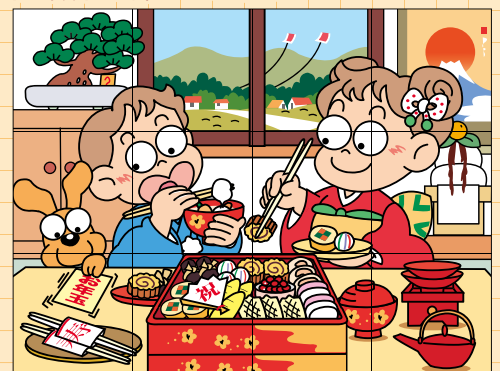
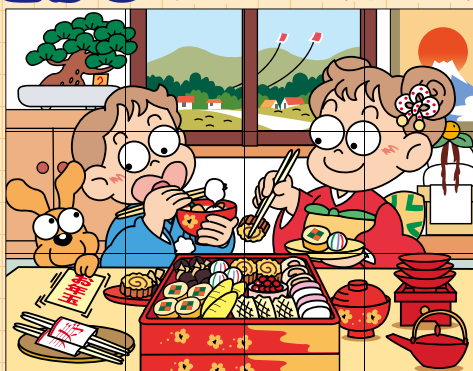
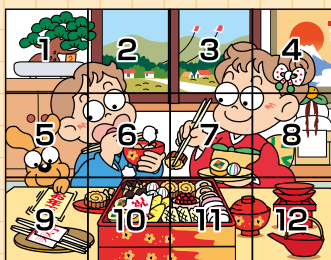


年の初めにクイズはいかが?
みんなで楽しむもよし、1人でじっくり考えるもよし。脳の活性化しましょう。

第3問 まちがいさがし

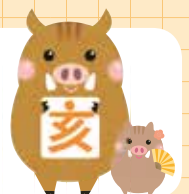
出題・イラスト：酒井栄子

下のイラストには左のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を左の枠内の数字で探しましょう。



12月号の当選者は6名です。おめでとうございます。12月号クロスワードの解答
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。

『トシワスレ』



読者の声

●乳検データの見方の研修会に参加した。今さらだかと思っていたけれど、何も分かっていなかったことが分かった。そして最新のデータの読み取りもあることを知った。乳検のデータを家族全員が見て情報を共有し、対策を考える必要があると思った。研修の後、お弁当を食べながらの情報交換にも営業のヒントがあった。感謝。

▼PN/北のガーデン

●今年も残すところあとわずかになりましたね。12月に入ってから、毎日のように雪がチラチラと降る日が多く、寒さの方もとても厳しい日が続いて、道路はツルツル、車の運転は大変ですね。「夢広がるクロスワード」いつも楽しみにしていますので、これからも宜しくお願い致します。

▼PN/雪

●平成30年も残す所2週間になりました。1年間の中で今年はいろいろな事も多かったですが、特に、健康で生活できるありがたさを感じたものです。春に野菜を蒔いて、今、秋に収穫したのを食卓に使っています。今も我が家の玄関にはベコニア、寒菊、サボテン等にぎやかに咲いています。又、今月号は、北海道をもっと食べようランチパーティーの様子がよく分かりました。道産物、お米、雪印乳製品販売、JA中標津の試食コーナー等、300名の方々がとても楽しみに集いよかったです。健康に農業を楽しみ、過ごせますよう、健康に気をつけて行きたいです。皆様どうか良いお年をお迎え下さい。

▼PN/りんごちゃん

●世界情勢も国内情勢も問題多々ありますが、まずは身近な幸せをと近くの安い温泉で忘年会をして来ました。天空の露天風呂から刻々と変わって行く夕空を眺めながら、この一年事故・怪我もなく過ごせたことに感謝して、基本の基である家族が健康で新しい年を迎えられる事を願って帰路に着きました。皆様にとっても良き年でありますように！

▼PN/「スモス

●今年の漢字は「災」本当に大変な一年でした。来年は年号が変わり、再来年は東京オリンピック。

キャッシュレスが進められていく中で、色々な事が変化していくなか、少々不安も感じます。静かな日々が送れたら、それで幸せです。

▼PN/楓風



▲PN/星の王子さま

●平成30年もあつという間に終わろうとしていますね。

9月の胆振東部地震によるブラックアウトや、全国各地でもたくさんの災害がありました。その様な災害が起きないことを祈りつつ、万が一の時に備え何かしら準備が必要だと痛感しました。

間もなく平成最後の新年を迎えます。健康で穏やかで、そして明るい話題で溢れる1年になると良いですね！皆様どうぞ良いお年をお迎え下さい！

(担当者T)

編集後記

今月のあなたの運勢

★モナ・カサンドラ★

1月



牡羊座

3/21~4/19

全体運 できる人と比べ、落ち込みやすい傾向がチラリ。「人は人」と割り切って。リフレッシュするには神社散策が吉
健康運 食生活が乱れがち。特に暴飲暴食に注意
幸運の食べ物 タラ



牡牛座

4/20~5/20

全体運 前向きな気持ちになれる月です。やってみようということがあるなら、積極的に取り組んでみて。新チャレンジも幸運
健康運 体を軽く動かすことで気力回復の兆し
幸運の食べ物 伊予カン



双子座

5/21~6/21

全体運 物事を邪推しやすく、不要なトラブルを招く原因に。余計な発言は控えるべき。開運には窓や鏡を磨くと効果大
健康運 ストレスを感じそう。十分な休息が大事
幸運の食べ物 ナバナ



蟹座

6/22~7/22

全体運 勢いがある反面、不注意になりそう。小さな失敗にクヨクヨせず、サッと切り替えましょう。観劇が良い刺激に
健康運 運動を満喫して。心身共に良い影響が
幸運の食べ物 長ネギ



獅子座

7/23~8/22

全体運 いつになく神経質になってしまいかも。深刻に受け止めやすいので、気楽に構えること。深呼吸でリラックスを
健康運 温活に力を入れると、順調に過ごせます
幸運の食べ物 おから



乙女座

8/23~9/22

全体運 レジャー運が盛り上がる予感。気の合う仲間たちとにぎやかに過ごして。新年会などの幹事役は進んで引き受けて吉
健康運 無茶なダイエットは×。肩の力を抜いて
幸運の食べ物 ワカサギ



天秤座

9/23~10/23

全体運 思い込みが激しくなる気配。特に伝言ミスをしやすいため、ご用心。また、慣れている作業でも確認を徹底して
健康運 なんとなく不調を感じがち。睡眠が必須
幸運の食べ物 ホウレンソウ



蠍座

10/24~11/22

全体運 知的な好奇心を大切にしたい時期。気になるジャンルについて情報収集。話題の映画を見るのもうれしい発見あり
健康運 おおむね安泰。スポーツやダンスを楽しんで
幸運の食べ物 ダイコン



射手座

11/23~12/21

全体運 プライベートの充実に入力入ると、満足感を得られます。興味を持っていた趣味や新しい事を始めるのも正解
健康運 規則正しい生活を。特に早起きがグッド
幸運の食べ物 キンメダイ



山羊座

12/22~1/19

全体運 自分に自信が生まれそう。大胆にリーダーシップを発揮しましょう。また、未経験の世界に飛び込むのも大賛成
健康運 評判の健康法が体質にぴたり合うかも
幸運の食べ物 京菜



水瓶座

1/20~2/18

全体運 何かと迷いが生まれやすいもよう。1人で悩まず、信頼できる相手に相談してみよう。気晴らしには音楽鑑賞が最適
健康運 つい食べ過ぎてしまう気配。節制が必要
幸運の食べ物 サワラ



魚座

2/19~3/20

全体運 今まで付き合ってきたのタイプと知り合える期間。飲み会には意欲的に参加して。趣味の集まりにも注目を
健康運 疲れやすい暗示。早めのケアを心掛けて
幸運の食べ物 納豆

第67回 全道JA青年部大会



大会テーマ

「Exciting Innovation～力強い農業へ！」

平成30年12月6日から7日の日程で、第67回全道JA青年部大会が札幌パークホテルで開催され、全道各地の盟友と関係者約850人が参加、当農協からは佐藤克幸部長、遠藤洋志顧問、大内風弥くんの3名が参加しました。

大内選手、健闘するも…



大会には当農協より大内風

青年部活動実績発表では上川管内JAたいせつ青年部が最優秀賞に輝きました。2003年に合併した両青年部が接点の無い中、「田んぼアート」の作成を通じて仲間意識や協同の想いが高まり、今では多くの観光客を楽しませ、活動が地域に人を呼び込んでいることなどが評価され受賞となりました。

道青協今野会長は北海道命名150年を受け、「先人の苦難の歴史を振り返り、次なる150年に向け青年部が歩みを進める門出となる大会にしたい」と述べました。青年の主張大会は6地区の代表から、日高管内JAしずない青年部 田島義晴さんが最優秀賞に輝きました。田島さんは新規就農を目指す研修生で、農福連携の可能性を模索しており、元会社員ならではの視点から農業の魅力を引き出した点が評価されました。



純農BOYに出場「洋志です」

本大会では北海道地震などを踏まえた特別決議を採択、協同組合に更に結集し、持続可能な北海道農業の確立に総力を挙げるとし、災害に強い農山漁村づくりや、安定的な電力確保などに向け、「提言を行政に伝えることが未来の農業につながる」と訴えた。「北海道550万人から信頼され、我が国の食糧供給基地として使命を果たしていく」と宣言して大会を終りました。

(記＝佐藤 淳)

翌日の講演では、「あぐり王国北海道NEXT」に出演しているHBCアナウンサー森結有花さんが来場、写真を撮っても良いと言う事だったので、最後列にて望遠で狙い撃ち！



あぐり王国担当森アナ

弥君が根室地区代表として出場、全道の猛者たちに一歩及ばず敗退となりました。純農BOYコンテストには遠藤洋志顧問が出場、ちよっと照れてしまったのか仕込んだネタを飛ばしてしまい、グランプリを逃してしまいました。



飛田会長も懇親会場を盛り上げてくれました

なかしべつ牛乳に新たな仲間が登場!!

なかしべつ牛乳プレミアム ~NA2 MILK~

新発売



牛乳に含まれるタンパク質の1つ「βカゼイン」には遺伝子の違いにより「A1」と「A2」の2種類があり、「なかしべつ牛乳プレミアム」~NA2 MILK~は、中標津町で飼育されている乳牛のうち、A2遺伝子のみを保有する牛郡だけから搾乳して製品化した物です。

牛は本来A2遺伝子のみでしたが、突然変異によりA1が出来たといわれており、通常の牛乳にはA1とA2の両方が含まれています。

海外ではA2タンパク質のみを含む牛乳を「A2 MILK」としてすでに販売しており、牛乳が苦手な人でも飲める場合があり、注目の製品です。

Aコープ中標津店「あるる」で12月21日(金)より販売を開始。
年明けは1月10日(木)より、1,000ml 1本 360円(税別)にて、
数量限定で販売致します。

牛乳が
苦手な方、
是非お試し
下さい!!

注意点

- 乳糖不耐症の方には効果はありません
- 乳アレルギーの方は飲めません

販売先

Aコープ中標津店 あるる

TEL0153-72-2229 フリーダイヤル0800-800-2229

お問い合わせ

JA中標津 乳製品工場 TEL0153-72-3194

2019年度 学生募集

根釧酪農郷からの出発

北海道別海高等学校農業特別専攻科募集案内

入試日程等(1次) 募集人員20名 修業年限2年間

- 願書受付 平成31年1月9日(水)から
平成31年1月22日(火)正午まで
- 検査日 平成31年2月5日(火)

- 合格発表 平成31年2月13日(水)
- 検査内容 作文および面接
- 願書配布 平成30年11月30日(金)

年度始め納入費

- 入学金や授業料など 45,550円
- 後援会・学生会費など 41,550円
- 合計87,100円
- ※平成30年度入学生初年度

農業特別専攻科の特色

- ・18歳以上の酪農を目指す方が、自家や実習先、勤務先で就労・実習を行いながら学校で酪農の理論を学ぶ2年制の過程です。
- ・牧草の収穫時期には、農場【自宅・実習先】で実践を、春・秋・冬には学校に通学して理論を学びます。

実習先農家条件(例)

- ・3食あり、家賃なし、交通費なし、実習代(7~8万程度)支給。
- ・親方家族と生活をシェアするか、実習生用の間借りなど、ご相談に応じます。
- ・正規従業員として法人や農場で働きながら通学可能。

H28年度卒 浜中町 後継者 下元翔太さん



2年前まで、車で片道40分ほどかけて通学し、専攻科で学びました。学んだスキルを生かし、将来の酪農経営の夢に向かって日々頑張っています。



- 海外研修(ニュージーランド)が履修出来ます(2年次希望者)。
- 農業次世代人材投資資金(旧・青年就農給付金)(準備型)制度対象校です(要審査)。

説明会参加・資料請求等・お問い合わせ

別海高校農業特別専攻科まで

〒086-0214 北海道野付郡別海町別海緑町70-1
FAX 0153-75-2263 TEL 0153-75-2053
URL: <http://bekkai.hokkaido-c.ed.jp>
E-mail: bekkai-ZO@hokkaido-c.ed.jp

日本の食文化の原点 お箸のことをもつと知ろう

普段、当たり前のように使っているお箸。お箸は日本の食文化の原点です。この機会にあらためてお箸を見直してみましよう。

お箸と日本文化

歴史をさかのぼると、人類は直接手で食べ物を口へ運ぶ「手食」でした。現在でも世界の人口の約4割強が手食文化といわれています。

日本で箸が一般化したのは奈良時代とされています。以来1300年にわたり使われ続けてきた箸は、日本の食文化の原点です。日本人は箸に「挟む・つまむ・運ぶ・切る・裂く・ほぐす・剥がす・くるむ・混ぜる・すくう・押さえる・のせる」など多くの機能を持たせ、指先の延長として実に器用に使いこなしてきました。

箸食文化の中でも日本は世界で唯一、箸だけで食事を完結させる国です。その特徴は先の細い箸を使うことにあります。どんな小さな物でもつまめ、細かい作業ができるようにするためです。これは完食文化の証拠でもあります。

お箸の正しい持ち方

箸の持ち方に自信がありますか。

「正しい持ち方は分かっているけど、うまく動かせない」「正しいと思うていたけれど、よく見ると少し違うようだ」という人は結構多いものです。正しく箸を持っているか、あらためて見直してみましよう。

正しい持ち方、動かし方には四つのポイントがあります。実際に料理を食べながら確認してみましよう。

【閉じた状態】



正しい持ち方の基本型

【開いた状態】



ポイント①

親指、人さし指、中指の3本で上から約3分の1の部分を持つ。

ポイント②

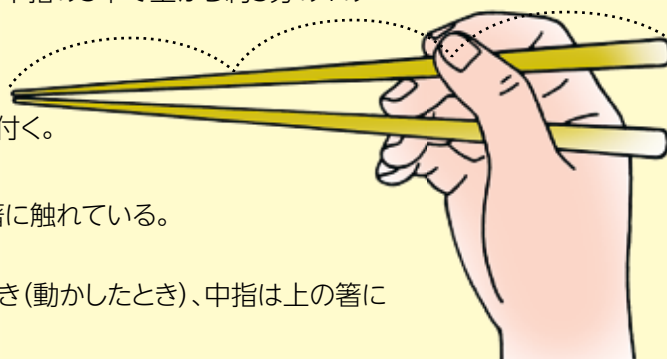
箸先がピッタリと付く。

ポイント③

中指は上下の箸に触れている。

ポイント④

箸先を開いたとき(動かしたとき)、中指は上の箸に付いている。



お箸の正しい持ち方と動かし方は、繰り返して練習することが大切です。長年の習慣で身に付いた癖や自己流の持ち方をする人でも、日々の練習で必ず美しい箸使いができるようになります。「もう遅い」などと諦めず、今からでも身に付けましよう。

お箸の使い方のマナー

「箸は人なり」という言葉があります。それくらい箸の使い方は大切であり、社会生活を送る上でも他人から見られています。日本人として品格が問われることもあります。正しい箸使いは、周りの人に不愉快な思いをさせない心遣い、気配りでもあります。

箸の使い方次第で食べ物への感謝の思いが表されます。食事は命をいただく行為でもあります。「いただきます」「ごちそうさま」というあいさつや所作を含め、最後まで残さず命をいただく、その道具が箸なのです。

きれいに見える食事スタイル

食するときの姿勢、食事前後のあいさつ、食べ方、正しい箸の持ち方と箸使い、お箸の禁じ手を知ること。これが、きれいに見える食事のスタイルです。

箸使いの禁じ手は三つに大別できます。

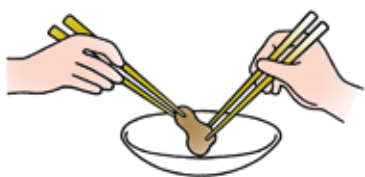
- (1) 一緒に食事をしている人を不快にさせること
- (2) 食べ物、料理を粗雑に扱うこと
- (3) 仏事に関わること・縁起が良くないとされていること

最後に、お箸の禁じ手「嫌い箸」をご紹介します。無意識にやっつけてしまっていないか、振り返ってみましょう。

お箸の使い方は思っている以上に奥が深いものです。何げない毎日の食事も、お箸使いを意識することで、日本の食文化の奥深さにも気付くかもしれません。

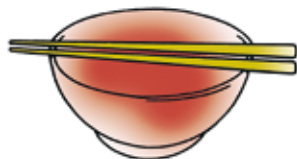
お箸の禁じ手「嫌い箸」

二人箸



食器の上で二人一緒に同じ料理を挟むこと

渡し箸



茶碗や皿の縁にお箸を渡して置くこと。これは「もういりません」という意味になる

涙箸



箸の先から汁物などの汁をばたばたとす所作

探り箸

器や鍋の中の料理を箸でかき回して探る所作



刺し箸

料理に箸を突き刺して食べる所作



仏箸（ほとけばし）

箸をご飯に突き刺して立てること。仏式の葬儀のときにご飯を死者にささげる形



すかし箸

骨付きの魚の片側を食べた後、裏返さず骨越しに裏側の身をつついて食べる所作



迷い箸

どの料理を口にしようかと迷い、料理の上で箸をあれこれ動かす所作



寄せ箸



お箸で食器を引き寄せる所作



営農改善資料発行!③

この資料は、将来構想の考え方、労働生産性を考慮した農場全体のシステムのあり方、投資するにあたって事前に準備しておくことについて掲載しています。
9月から計4回にわたり概要と活用事例の紹介をしています。



第三章 事前に準備しておくこと

第Ⅰ章では、将来の農場の規模や投資計画について、第Ⅱ章では必要な施設について、それぞれ紹介をしました。この章では、それらを踏まえた上での実務的な準備作業について紹介をしています。

1 計画を立てる

まずは、投資計画の作成と予定地の確保が必要となります。

投資計画の作成には、①各施設の図面を引く、②各施設の位置や向き（レイアウト）を決める、③各施設の見積を取る、④必要な資金計画を立てる、⑤増頭計画を立てる、という作業があります。これらは互いに影響し合うため、同時進行で何度か行うことになります（図1）。

予定地の確保には、保有している土地を利用する場合と土地購入の場合とで、それぞれ手続きや作業が必要となります。

本資料では、具体例を紹介しています。自身の計画と照らし合わせてシミュレーションをしてみましょう。

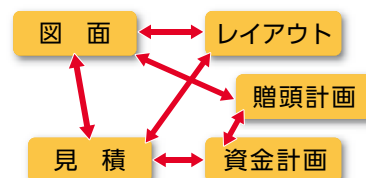


図1 投資計画作成のイメージ

2 手続きのスケジュール

施設建築に関する手続きには、①資金調達、②補助事業利用、③農地転用、④法人化などがあります。農場の条件により必要な手続きは異なりますが、スケジュールに余裕を持たせて計画的に進める必要があります（表1）。

補助事業の利用、資金調達および農地利用の計画を十分に検討し、できるだけ早い段階で各窓口にご相談しましょう。

3 雇用にあたって

経営規模の拡大や事業の多角化、家族の状況などによって、従業員の雇用を行うことも選択肢として考えて行かなくてはなりません。

4 直前の準備

稼動に向けて、直前にやっておくことをチェックリスト形式で紹介しています。

牛にとって、環境の変化は一時的に大きなストレスになりますが、施設が新しくなることは作業手順を一新する絶好のチャンスです。今一度、施設を見直し、実際に牛を入れた状況をイメージしながら準備を進めていきましょう。

表1 補助事業を利用した場合の牛舎建築スケジュール（例）

年度	前々年度												前年度												工事当年度											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
各種手続き																																				
設計・施工																																				
補助事業																																				

増頭や雇用の確保など、投資に向けて、2～3年前からの計画が必要です。第Ⅰ章の将来目標や第Ⅱ章の農場システム・レイアウトの検討まで戻って何度も検討し、準備を進めていきましょう。ときには、「今回はやめておく」という、中止・延期の決断をすることも大事な判断です。

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

根室振興局 普及センター 検索

健康百科

食中毒は夏の病気と思われがちですが、実は冬にも多く発生しています。食中毒を引き起こすウイルスの一つにノロウイルスがあります。これが冬になると活発化するからです。

ノロウイルスに感染すると、1～2日して激しい腹痛やおう吐、下痢を起こします。つまり食中毒の症状が出ます。年末から年初にかけては、忘年会や新年会、同窓会などが行われることが多く、ノロウイルス中毒も多く発生します。

ノロウイルスは二枚貝の内臓に蓄積されることが多く、カキ、シジミ、ホタテなどからノロウイルスが検出されています。最も多い中毒としては「生力キ」が挙げられます。カキは冬場がおいしいので食べる方も多いと思います。しかし生力キは避けた方が無難です。

もちろん煮て食べれば問題ありません。ただしカキフライにするとときは十分加熱することが必要で

冬の食中毒

佐久総合病院名誉院長●松島 松翠

す。またカキを調理したまな板、包丁、ふきんなどにウイルスが付いていることがありますから、他の食材を調理をする前に熱湯で十分消毒することが必要です。

ノロウイルスは食べ物からだけでなく、ウイルスで汚染された手などを通じて、人から人へと感染が広がります。従って予防の第一は外から帰ったとき、トイレの後、調理の前、食事の前には、せっけんと流水で手をよく洗うことです。下痢の症状があるときは他の人とタオルなどは共有しないことが大切です。

特に抵抗力の弱いお年寄りや乳幼児などがノロウイルスに感染しますと、重症化しやすいので十分に注意しましょう。



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

2019年
1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。



昆布、かつお節、煮干し素材ひとつだけ
シングルだしで、すぐごはん

昆布やかつお節、煮干しなど、素材ひとつで簡単にとる「シングルだし」を作っておけば、毎日の料理はぐっとラクになり、おいしくなる! 毎日続けるには「ちょうどよい」と思える、日々ごはんの新しい提案です。

堤 人美 著

定価: 本体1,400円+税



《すぐに役立つ産育児シリーズ》
心と体がラクになる 産後の骨盤ケア

産後にゆるんでしまった骨盤は、きちんとケアをして整えればその後の体調や育児がぐっとラクに! 出産の現場で多くのプレママやママの指導にあたっている現役の助産師が、産前・産後のケア方法をていねいに教えます。

小林いづみ・原田美佐子 著 渡部信子監修

定価: 本体1,400円+税



きょうから、料理上手
コがわかるから自信がつくきほんの10皿とレンジ50

料理に自信のない人は必見! 基本の10皿を繰り返し作れば、確実に料理の腕が上がります。はじめてでもおいしく作れるコツを詳細なプロセスで解説。「おいしく作るコツ」がわかれば、今日からあなたも料理上手に!

山脇 りこ 著

定価: 本体1,300円+税

シニア野菜ソムリエ KAORUのベジタブルライフ

ミツバ

和食に欠かせない日本のハーブ

見分け方

葉が鮮やかな緑色で香りが強い。葉、茎とも張りがありみずみずしい。



茎にツヤがあるかどうかポイント！
葉が黄色がかっていたり、茎が半透明になっていたりすると鮮度が落ちているのでNG

保存方法

3～4日以内に使い切る！
乾燥すると香りや風味が落ちるよ

新聞紙などで包んでポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室へ

乾燥防止のため新聞紙は軽く湿らせるか、根の部分を濡らせたキッチンペーパーを巻いておく

適当な長さに切って、濡らせたキッチンペーパーを敷いた保存容器に入れる
手軽に料理に添えることができる便利



ミツバのプロフィール

解説: KAORU

- 【分類】セリ科ミツバ属
- 【原産地】東アジア
- 【おいしい時期(旬)】冬春(12～4月ごろ)
- 【主な栄養成分】カリウム、β-カロテン、クリプトネン、ミツバエンなど

ミツバのいろいろ

系ミツバ

「青ミツバ」とも呼ばれ、多くが水耕栽培されていて周年出荷する。水耕栽培されたものはほぼ全て根元にスポンジが付いている。根元まで日光に当てるため根も青く、香りも量か、お吸い物や丼、茶わん蒸しなどの彩りに



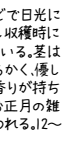
根ミツバ

畑などで日光に当たらないように土を寄せて軟白栽培している。茎は白くて太め。系ミツバより風味が強く、歯応えがある。おひたしやあえ物などにするとシャキシャキとした食感が楽しめる。3～4月ごろが旬



切りミツバ

根株をハウスなどで日光に当てず軟白栽培し収穫時に根元をカットしている。茎は白くて細めで柔らかく、優しい食感と上品な香りを持つ。お吸い物やお正月の雑煮など幅広く使われる。12～2月が旬



天然物

山などに自生しているミツバは系ミツバや根ミツバとは雰囲気まったく違う。葉が小さく、茎もしっかりとしていて風味がより強い



楽しみ方・食べ方のコツ

切り方・調理法

ゆでる場合は香りが飛ばないように、熱湯に軽くくぐらせる程度に



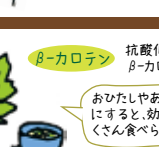
系ミツバ/切りミツバ

生のまま吸い物や茶わん蒸しなどに散らして風味付けに



根ミツバ

食感がしっかりしているのので、サッとゆでておひたしやあえ物、卵とじなどにするのがお薦め



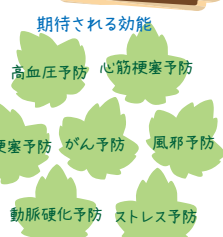
ミツバのチカラ

カリウム
高血圧予防に良いとされるカリウムも多く含有

β-カロテン
抗酸化作用のあるβ-カロテンが豊富

おひたしやあえ物などにすると、効率良くたくさん食べられるよ

クリプトネンとミツバエンなどの爽やかな香りは、ストレスを緩和したり精神をリラックスさせる作用あり



ミツバのヒミツ

1本の茎に3枚の葉が付いているのが特徴
セリ科ミツバ属の多年草



フキやワラビなどと共に山菜採りで収穫できる！



歴史
原産地 日本 中国など
日本での栽培は江戸時代になってから



天然物のミツバは、若く柔らかい葉茎を伸ばす3月ごろから初夏にかけてが旬。天然物は香りが良く、シャキシャキとした食感が楽しめる

『農業全書』(1697年)栽培法や簡単な食べ方
『大和本草』(1709年)イラストが描かれている

軟化栽培は江戸時代から行われていた。日光栽培による系ミツバ(青ミツバ)の栽培も明治時代以前に西日本で行われていた

イラスト：小林裕美子

年末年始業務のお知らせ

◆一般業務納め 12月29日(土)正午迄
◆一般業務始め 1月7日(月)

年末年始の業務につきましては下記の通りとさせていただきますので、何卒ご了承のほどをお願い申し上げます。

部門名	日程	12/29(土) 業務納め	30日(日)	31日(月)	元旦(火)	2日(水) 3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月) 業務始め
一般業務		正午迄	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	平常業務
貯金・クミカン		休業	休業	休業	休業	休業	15時迄	休業	休業	平常業務
共済		休業	休業	休業	休業	休業	15時迄	正午迄	休業	平常業務
ATM	事務所	正午迄	休業	休業	休業	休業	15時迄	14時迄	休業	平常業務
	ある	9時～17時迄	9時～17時迄	9時～16時30分迄	休業	休業	平常業務	平常業務	平常業務	平常業務
ある(Aコープ)		9時～20時迄	9時～20時迄	9時～17時迄	休業	10時～17時迄	平常業務	平常業務	平常業務	平常業務
ぶちある		12/11～1/9 休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業
資材店舗		正午迄 配達受付10時迄	休業	休業	休業	休業	正午迄 配達受付10時迄	正午迄 配達受付10時迄	休業	平常業務
桜ヶ丘給油所		平常業務	平常業務	7時30分～17時迄	休業	7時30分～15時迄	平常業務	平常業務	平常業務	平常業務
人工授精		平常業務	平常業務	平常業務	受付9時迄 午前業務	平常業務	平常業務	平常業務	平常業務	平常業務
生乳検査		平常業務	平常業務	平常業務	休業	平常業務	平常業務	平常業務	平常業務	平常業務
乳製品工場		休業	休業	休業	休業	休業	平常業務	平常業務	休業	平常業務