



第32回じゃがいも伯爵まつり&ふれあい広場 (R1.9.1)

INDEX

- 第32回じゃがいも伯爵まつり&ふれあい広場…2～3
- 泉保育園芋掘り遠足・なかしべつ丸ごと給食…4
- 永谷理事、学会で話題提供・中標津空港ウェルカムミルク…5
- (有)ファムエイの求人イベント出展に協力…6
- 見事な花壇を撮影！…6
- おしえて！JA共済…7
- 第6回理事会、クロスワード…8
- 読者の声・今月の運勢…9
- シニアのための農作業安全…10～11
- 普及の窓～FFAIについてご存じですか？…12
- 家畜改良課に相談だ。～後期JA選定種雄牛決定!!…13
- あれから1年・編集後記…14
- 家族の健康・今月の新刊…15
- ベジタブルライフ・行事予定…16



ケータイ用
QRコード

公式Webアドレス

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



2019 October

10

Vol.538

JA 中標津町農業協同組合

夢 広がる なかしべつ



高橋組合長
牛乳で乾杯!



恒例のもち・菓子まき

佐藤克幸部長
開会宣言

「晴れて良かった〜!!」

今年で第32回を迎えたじゃがいも伯爵まつり&ふれあい広場が9月1日(日)、道立ゆめの森公園 翼とふれあいのゾーン特設会場にて行われ、秋晴れの中、たくさんの来場者が訪れました。

今回実行委員長を務めた佐藤克幸青年部長の心をこめた開会宣言の後、もち・お菓子まきが行われ、中標津中学校吹奏学の演奏や、町内のダンスチーム4チームによるステージ発表、イベントとして農業障害物競争(子供部門・大人部門)があり、会場を大いに盛り上げました。また、会場内では旬の採れたてだいこん

です。今年も春から天候が安定していたため、期待通り大きなじゃがいもがゴロゴロと出て来ます。袋いっぱい収穫したじゃがいもを重そうに運ぶお客様の姿が大勢いらっしやいました。まさに嬉しい悲鳴ですね。

前日の雨天がうそのような天高い青空が広がり、開場開放9時30分前から前売り券をお持ちのお客様が早くも長蛇の列ができ、手には大きな袋とスコップや鍬など、今か今かとじゃがいもを掘る準備万全!



道内宿泊券
おめでとうございます



農業障害物競走
(大人の部)



農業障害物競走
(子供の部)



体験乗馬



大盛り上がり「ふわふわ遊具」



ステージイベント



中標津中学校吹奏楽部

やブロッコリーなど地元産品等の即売会のほか、こどもたちには毎年好評の乗馬体験の他、初めて「ふわふわ遊具」を取り入れました。ふわふわ遊具は大人気でこどもたちの楽しそうな笑い声が会場に響き渡り、お祭りを盛り上げてもらいました。熱気球は残念ながら当日、上空の風が強く巻いていたため上げることが出来ませんでした。

お昼には高橋組合長が声高らかに「牛乳で乾杯！」の発声で乾杯が行われ、酪農王国北海道でトップクラスの品質と美味しさを誇る「なかしべつ牛乳」を会場にいる皆様と一緒に飲み干しました。

伯耆じゃがいも塩煮の無料配布では長蛇の列ができ、会場で採れたとれたてほくほくの美味しいじゃがいもを堪能し、祭りの最後には目玉として道内宿泊券5万円の豪華景品が当たる大抽選会も行われ、中標津を代表するイベントの一つとなったこのイベントを楽しんでいただきました。

ご協力いただきました各団体の皆様、お手伝い頂きました皆様のおかげで今年も無事に祭りを終える事が出来ました事、紙面を借りて御礼申し上げます。ありがとうございました。

来年も最高の秋晴れに恵まれますように!!

(記＝河西 陽平)



ビーフ引換



女性部も大忙し



とれたて野菜販売コーナー



塩煮に長蛇の列



泉保育園 芋掘り遠足



令和1年9月10日(火)に毎年行われている泉保育園の芋掘り遠足が今年も空港前のじゃがいも圃場にて行われました。

いつもは比較的涼しい気温の中で行われていたはずなのですが今年最高気温30度の猛暑。じっとしているだけでも汗がしたたり落ちてきました。

子供たちの体調に注意をしながら芋掘りがスタート。青年部員がスコップで掘り、子供達が被った土を払いながら拾います。大きな芋が地面から顔を出すと我先にと勢よく駆け寄り争奪戦が始まっていました。手のひらよりも大きな芋を取ると「取った取った！見て！」と明るい笑顔。暑さに負けることなくみんな元気に芋掘りを楽しんでいました。

用意したコンテナにたくさんの芋が入っているのを見て子供たちも満足げな様子。炎天下の中の作業でしたが、体調を崩す子は一人もなく無事に終わって良かったです。皆さんお疲れ様でした。(記=片岡 俊)



たくさん掘れました



JA計根別青年部
本田さん(左)と
百崎さん(右)

協青年部員
の計根別農
校よりも多
く、講師役
が他の小学
農家の子女
地域柄、酪
地区という

私たち中標津町農協青年部も東小学校・中標津小学校・丸山小学校の3校で出前講座を行っています。計根別農協青年部はどのような講座を行うのか楽しみでした。
計根別農協青年部の講座は「牧場の仕事・牛乳のできるまで」という内容で、工夫を凝らした手作りの資料や仕事道具も持ってきてきており、分かりやすく説明していただきました。計根別



9月26日(木)中標津町立計根別学園にて、計根別農協青年部が行う4・5・6年生を対象にした「なかしべつ丸ごと給食」の出前講座を見学しました。

なかしべつ丸ごと給食



が説明する前に児童の方から「知っているー！」という声が上ががり、講師役がしどろもどろになったりする場面もあり、終始楽しい講座となりました。
講座のあとはお待ちかねの給食。本日のメニューは、ごはん・なかしべつ牛乳・大根の和え物・じゃがいもと豚肉のみそ炒め・しいたけと豆腐の和風汁・ミルクアイスというメニューです。私たち見学者は別の教室で食べていましたが、児童のみんなはきつとおいしく食べていたに違いありません。出前講座をきっかけに地元で作られている農産物や農業に興味を持つてもらえたらと期待するとともに、今回の見学で私たちも新たな刺激を受け、より良い講座ができるように頑張っていこうと思えました。

(記=原 建治)



糞かき使ったことある人〜?はい!

永谷理事、学会で話題提供

8月25日(日)から27日(火)にかけて札幌市において第8回北海道畜産草地学会の大会が開催され、26日(月)15時からのワークショップにて当JA理事の永谷芳晴氏が「JA中標津におけるA2ミルクの生産・販売の取り組み」と題してA2ミルクの話題提供を行いました。

このワークショップは日欧EPAやTPPによる輸入乳製品の自由化を控え、国産のブランド化や品質向上の取組と今後の展開を国の政策や乳製品生産、乳製品研究等に携わる多方面の立場の方々から話題提供してもらい、討論を行うことを目的に開かれました。



説明する永谷理事



ワークショップの様子

永谷理事はA2ミルクの取り組みとして、製品化にはゲノム改良に関する会合中の話題からスタートし、自身が経営するナガホロ牧場内の牛の他仲間5軒の牛を血液検査し、A2遺伝子保有の30頭の牛乳で製品化できないかJAと協議し、具体化したことなどを紹介しました。さらに、A2ミルク発売後、特に年配の方が牛乳を飲めるようになったという嬉しい反響があったこと、また、今後の課題としてA2ミルクを飲む喜びを広めるためには国内でA2遺伝子の測定が可能になること、地域でのまとまった盛り上げが必要等

の考えを述べ、A2ミルクをアピールしました。

他に話題提供を行った方は農水省生産局の相田剛伸氏による「牛乳乳製品をめぐる国際情勢と国内生産」、農研機構の小林美穂上級研究員による「乳酸菌のチカラによる国産チーズの付加価値化」、日本獣医生命科学大学の三浦孝之准教授による「新たな付加価値のためのチーズ製造に関する研究」、白糠酪恵舎の井ノ口和良代表による「道産チーズ工房から見た海外戦略と研究ニーズ」でした。

(記=河西 陽平)



中標津空港ウェルカムミルク

8月7日から9月20日までの水曜・木曜・金曜日に、羽田空港発中標津空港着便を利用した旅行客に中標津牛乳を配布するウェルカムミルクが今年も行われました。

この行事は中標津町農協酪農対策協議会主催で中標津町牛乳消費拡大推進委員会の協賛の元、中標津の美味しい牛乳をPRするために毎年この時期に行われています。配布された中標津牛乳は旅行客に大変好評で、なかには空港の売店で販売している事を知ると即座に売店で購入される方もいました。

この活動を通じて中標津町農協の乳製品がより知られるきっかけになれば良いと思います。

(記=佐藤 太)



(有)ファム・エイの求人イベント出展に協力

9月7日(土)8日(日)に開催された東京での求人イベントに、酪農ヘルパーの人材確保の一環として(有)ファム・エイが出展しました。ファム・エイからは糸川(くめかわ)業務係長が参加、JA中標津からも経営相談課 尾崎、経営企画課 河西が協力のため同行しました。

1 北海道U・ターンフェア2019秋 (新宿NSビル)

北海道内の企業(職種問わず)の延べ約100社が出展。来場者数は101名。ファム・エイの出展ブースには4名(男性4名)が訪れました。



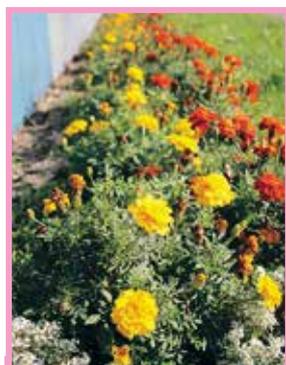
2 新・農業人フェア農業EXPO (池袋サンシャインシティ)

農業に関する雇用や就農相談、制度の説明ブースなど全国から約150の自治体、機関団体、JA、企業などが出展し、北海道からは37団体が出展。根釧管内からは浜中町、標茶町、JA道東あさひ、JA中春別、根室生産連等が出展しました。来場者数は607名。ファム・エイの出展ブースには7名(男性5名、女性2名)が訪れました。



各イベントとも糸川係長を中心に、ファム・エイの企業理念や業務内容、待遇などを説明し、来場者からお聞きする参加した目的、就農したい、動物が好き、北海道への憧れなどそれぞれの動機に合わせて酪農業や中標津町の魅力を紹介し、ファム・エイで実施のインターンシップ制度(職業体験)や学生向けの修学資金の活用方法を説明しました。付随してJAからはファム・エイとの協力体制や、就農に向けたときのファム・エイで研修を積む優位性、地域の酪農家とのコミュニケーション構築など説明をし、フォローしました。

ブースに着座してくださる方の人数は、時間効率や費用対効果にすると多くはなかったのですが、一人一人に丁寧で深い説明ができました。今後、今回面談した人材のインターンシップ制度の活用や実際の雇用実績をファム・エイから情報提供を受け、今後の担い手確保対策への検討材料としたいと思います。(記=尾崎 啓)



のではないかと思います。そして何より奥様方が手間暇をかけていることに敬服しました。花壇を整備し景観を良くすることは農場のイメージアップにつながりますし、疲れやストレスを癒やす効果もあると言われています。また来年も良いガーデンング日和になるといいですね!
(記=河西 陽平)



見事な花壇を撮影!

俣落地区の笠原牧場で見事な花壇を見かけて思わず撮影♪。JA管内の牧場や農場にもこのような素敵な花壇が多く、目を楽しませてくれました。今年是比较的天候が安定していましたが、ガーデンングも楽しめた

おしえて!



もしものときに備えませんか?

がん共済

JAのがん共済は、充実の保障でがんの不安に備えます。

「乳がん」は誰もがかかる可能性のある病気です
わたしだけは大丈夫と思っていませんか?



乳がんは女性の11人に1人がかかる病気ですが、
早期発見・早期治療により高い確率で治すことができます。

(出典)国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」

日頃より、組合員の皆様には共済事業にご理解、ご利用いただきありがとうございます。
乳がんは“闘える病気”といわれています。乳がんと闘うには早期発見のための「検診」こそが最大の“武器”となるのです。

検診は1回受けたからといって安心するのではなく、継続することが重要です。
例えば誕生日や結婚記念日など、特別な日を検診を受ける時期として決めておくのも一つの方法です。ご自身やご家族のためにも、検診を毎年の習慣としてください。
大切な奥様のために、ご主人からも、検診をお勧めしてはいかがでしょうか。

JAではがん共済という保障があります!
～JAのがん共済4つのポイント～

POINT 1

上皮内がんや脳腫瘍など、幅広いがんの
治療を一生涯保障します。
*共済期間を終身とした場合。

POINT 2

がん診断時から再発・長期治療まで
しっかり保障します。

POINT 3

全額自己負担となる先進医療を保障
します。
*先進医療保障ありを選択した場合。

POINT 4

「介護医療保険料控除」の対象となり
節税効果が期待できます。

- この共済の対象となる「がん」は、所定の悪性新生物（上皮内新生物を含む）および脳腫瘍です。
- がんに関する責任（保障）の開始は、ご契約日からその日を含めて90日を経過した日の翌日からとなります。これより前に被共済者が悪性新生物または脳腫瘍と診断確定された場合には、ご契約は無効とし、共済金はお支払いいたしません。なお、共済掛金の払込免除についてはご契約日から保障いたします。
- *お支払いには所定の条件があります。

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書（契約概要）」を必ずご覧ください。
また、ご契約の際には、「重要事項説明書（注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。



乳がんは、自分の気づきから早期発見・早期治療できる病気です。
JA共済は、乳がんの自己検診や定期健診を推奨するピンクリボン運動を応援しています。

19014507006

お見積もりや保障内容、またはご興味がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先 JA中標津共済課 ☎72-3277

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~Eの順に
並べてできる言葉は何でしょうか？

1	6	9		14	18	21
	7		11		19	
2			12	15		
		10				
3	8				20	
4			13	16		
5				17		

ヨコのカギ

- ① 島根県の観光名所、——大社。神無月には日本中の神様が集まるのだとか
- ② 大福餅の中身です
- ③ 10月の第2月曜は——の日。国民の祝日です
- ④ 絵画や色紙を入れます
- ⑤ 江戸時代の旅人の履き物。二足の——
- ⑦ 「カラスの足跡」と呼ぶシワができるところ
- ⑩ 騎手たちが1着を争います
- ⑫ 日本で3番目に広い湖
- ⑬ 釣りで使う擬餌針のこと
- ⑭ 一本釣りで知られる魚の一つ
- ⑰ 京都三大祭りの一つ、——祭は10月に行われます
- ⑲ 目で見える範囲のこと
- ⑳ 得の反対語

タテのカギ

- ② 『羅生門』『鼻』は——龍之介の作品です
- ⑥ 建築士が引いたり広げたり
- ⑧ サケなどの卵の塩漬け
- ⑨ 平仮名もアルファベットもこれの一種
- ⑩ 便箋に引いてある線
- ⑪ 資源などを再利用すること
- ⑬ 王様の耳は——の耳
- ⑬ ゼイゴやゼンゴと呼ばれるうろこを持つ魚
- ⑱ 長崎県の北の端にある島
- ⑳ 炭酸水のこと。クリーム——
- ㉑ だしで煮た鶏肉を卵でとじてご飯にのせる

第6回 理事会

開催月日 令和元年9月6日
開催場所 農協中会議室

決議事項

1. 固定資産の処分について
2. 共済課書類収納キャビネット増設によるリース契約締結について
3. 各種資金の借入について
4. 令和元年度澱原馬鈴薯出荷計画と仮渡金の設定について

報告事項

1. 組合員の加入及び脱退の状況について
2. 経営定期点検の実施結果について
3. 理事に対する貸出金の実行状況について
4. 令和元年根室ホルスタイン共進会の結果報告について

5. 平成30年度産生食加工馬鈴薯収支状況と令和元年度産受付け入れについて
6. 平成30年度産種子馬鈴薯収支状況と令和元年度産受け入れについて
7. 令和元年度産馬鈴薯・てん菜坪掘り結果について
8. 令和元年度産大根・ブロッコリー出荷状況について
9. 畜舎環境衛生改善調査の実施について
10. 令和元年度生乳生産状況と乳質について
11. 桜ヶ丘スタンドと資材店舗の消費税増税に伴うキャッシュレス・消費者還元事業の対応について



9月号の当選者は6名です。おめでとうございます。応募者多数の為、抽選とさせていただきます。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。

9月号クロスワードの解答 『サファイア』

読者の声

●この夏は今までにない、暑い日が続きましたね。でも、その暑さも去り、朝晩は涼しくなりもう秋ですね。この間じゃがいもを掘って食べました。(収穫するには少し早いと思っただけですが、知人にあげるために!) 東京から車で遊びに来てくれたから...! 家族の健康の記事、とても参考になりました。
▼PN/夢

●二番草も天候に恵まれ順調に進み、安心。昨年の停電の事を思い出し、今年は何もありませんようにと思っただけなら、千葉県の大停電。自然災害の恐ろしさを見せつけられた気がします。「備えあれば...」とは言うものの、いつも何かあったらと考えるてはいけなないなと思えました。
▼PN/楓風

●暑さ寒さも彼岸までと年配の方が言っていました。8月とは思えないような涼しさ(寒さ?) ストーブを焚きました。そして9月とは思えないような暑さでかたづけた扇風機を出し、夏服をふたたび出し。そんな慌ただしい日々でしたが、空が高くコスモスが風に揺れて季節は確実に秋ですね。そんななか台風の影響にあわれている方々のことを思うと心が痛みます。昨年のブラックアウトを思い出して、準備品の点検をしました。
▼PN/コスモス

●台風すぎ去った今日、秋風がすがすがしい。昨年のブラックアウトから一年。大変だったなあと思っただけなら今度は台

風の影響で千葉県が長期の停電。そして、住宅の被害。気の毒です。ラグビーワールドカップで日本中が盛り上がりつつある中、それどころではない方たちがいるということですね。そんな連休中、14歳の母牛が13産目のお産をしました。メスでした。うれしいかったです。牛の平均寿命が短くなった昨今、長期にわたって我が家の生産に貢献してくれている母牛に感謝です。
▼PN/北のガーデン

●いよいよ10月から何かとややこしい増税がスタート。たとえ、あるポイントが付かなくてもキャッシュレスが得!?と、衰えかけた頭で考えています。レジでスムーズに「ピッ」ってできるカナ? ただ、かざすだけなのにドキドキするし、コンビニでのチャージだって...。不安は尽きない。「たかが5%・2%どころ!」と夫はバカにする。世の主婦はこうやって小銭を貯めるんだ。笑つな!!
▼PN/ボス

●9月の中旬に二番草を収穫しました。沢山の量があり、とても助かります。冬の牛のエサが沢山の乳を出してくれると思います。また、畑の方ではトウモロコシ、インゲン、芋、カボチャはいつもより少ないですが、とっても甘味もあり、ホクホク感があり、おいしいです。先日、ギターのコンサートも聞き、皆心のいやしを頂いたものです。多くの人が聞いていただき、東京から来たギター7名の方もとても喜んで帰って行きました。そして、JA夏まつりも大盛況でした。これからもたくさんさんのイベントにお手伝いできたらいいと思います。
▼PN/りんごちゃん

今月のあなたの運勢

★ モナ・カサンドラ ★



10月

 <p>双子座 5/21~6/21</p> <p>全体運 活躍の場が広がります。やってみたくことをアピールすると、希望がかないやすいでしょう。投稿や応募にツキ</p> <p>健康運 スポーツの秋を満喫。快活に過ごせそう</p> <p>幸運の食べ物 伊勢エビ</p>	 <p>蟹座 6/22~7/22</p> <p>全体運 想定外のハプニングが発生しやすい。いたずらに動揺せず、まずは深呼吸で心を静めて。開運には花が効果大</p> <p>健康運 ストレスを感じがち。食べて発散はNG</p> <p>幸運の食べ物 ごま</p>	 <p>獅子座 7/23~8/22</p> <p>全体運 新しい習い事や趣味を始めると、人脈の輪が広がります。好奇心も旺盛になる予感。流行に注目すると吉</p> <p>健康運 体を動かすほど、体調に良い影響あり</p> <p>幸運の食べ物 エリンギ</p>	 <p>乙女座 8/23~9/22</p> <p>全体運 じっくり好きなことに取り組むチャンス。感性に磨きをかけるのに向いているので、美しいものに触れてみて</p> <p>健康運 食欲の秋で体重増かも。運動を忘れずに</p> <p>幸運の食べ物 サバ</p>	 <p>天秤座 9/23~10/23</p> <p>全体運 独力では難しいことも周囲のサポートを得て、実現可能に。普段より決断力が上がるので、リーダーにも適任</p> <p>健康運 汗を流して、デトックスを。ヨガにツキ</p> <p>幸運の食べ物 ムカゴ</p>
 <p>蠍座 10/24~11/22</p> <p>全体運 ルーズになりやすい暗示。後回しにすると面倒になるので、早めに済ませて。気力上昇にはフットマッサージを</p> <p>健康運 疲労のため込まないのが健康の秘訣(ひけつ)です</p> <p>幸運の食べ物 サンマ</p>	 <p>射手座 11/23~12/21</p> <p>全体運 対人面が華やぐ兆し。素直に気持ちを言葉にすれば、こじれていた関係さえ修復できるはず。イメチェンも幸運</p> <p>健康運 健康グッズに注目。逸品に出合えます</p> <p>幸運の食べ物 イチジク</p>	 <p>山羊座 12/22~1/19</p> <p>全体運 プレッシャーが増す傾向。1人で抱え込まず、信頼できる人に相談を。ティータイムでリフレッシュも大賛成</p> <p>健康運 体調管理を心掛けたい時期。休息も重要</p> <p>幸運の食べ物 ユズ</p>	 <p>水瓶座 1/20~2/18</p> <p>全体運 向上心が高まりそう。ジャンルを問わず、全てに積極的に関われば、多くを吸収できます。遠出の旅もグッド</p> <p>健康運 筋トレに力を入れて。体力増大できるはず</p> <p>幸運の食べ物 トウガン</p>	 <p>魚座 2/19~3/20</p> <p>全体運 過去に執着してしまいう気配。少しでも楽しいことに目を向けてみて。嫉妬心を抱いたら座禅をす</p> <p>健康運 刺激物の摂取量が増えるもよう。自重して</p> <p>幸運の食べ物 サツマイモ</p>



65歳以上必見

シニアのための 農作業安全

高齢者の農作業事故が増えています。
なぜ事故は起こるのか、どんな事故が多いのかなど、
現状を知ることによって事故防止に役立てましょう。

解説／人間工学専門家 石川文武
イラスト／MDRデザイン事務所

1 今や65歳以上が農業の主役!?

2018年のデータによれば農業就労者は約175万人（男54%、女46%）でした。そのうち65歳以上の高齢者が約120万人となっています。農村の高齢化率は2015年の31.2%から2040年には38.9%になると予測されています。新規就農者は2017年に約5万6000人、65歳以上が約1万5000人となっており、定年帰農、ま

た新規就農の方がかなり多いことが分かります。ただし、新規就農者よりも多くの離農者がいることも確かです。雇用就農も含む新規就農者のうち非農家出身者が3分の2を占めています。これらの新規就農者が、農業機械の操作などについてどれだけ技術研修を受けているかは把握されていません。

2 死亡事故の8割以上が高齢者!

2017年の農作業死亡事故件数は304件でそのうち高齢者が84%を占め、就農割合よりもはるかに高く、また、図に示すように、高齢者の死亡事故率の割合が継続的に高くなっています。10万人当たりの件数では高齢者死亡事故率の21.2人に対し、65歳未満は7.9人と、高齢者の死亡事故を減少させることが急務です。各種の調査結果を分析すると高齢者以外では死亡事故は少ないが負傷事故が多い。高齢者では負傷事故は少ないが死亡事故が多いことが分かっています。また、女性の場合には熱中症で亡くなる例が近年増え

ており、これが女性農業者の死亡事故率上昇の一因となっています。この原因として、高齢化に伴う心身諸機能の低下を自覚せずに作業していることが挙げられます。視力・聴力の低下、関節可動度の低下、周囲の状況変化の把握が不十分になること、俊敏性の低下、新規導入した機械やシステムに対する訓練等の軽視、連絡合図方法の不徹底などです。農業は今後、スマート農業の展開などコンピューターが組み込まれた農業機械が多くなり、農機の操作も従来とはまったく変わってしまっています。

高齢者自身による農作業安全の取り組み



点検整備を定期的に行い、自分でできないときは整備業者に依頼する

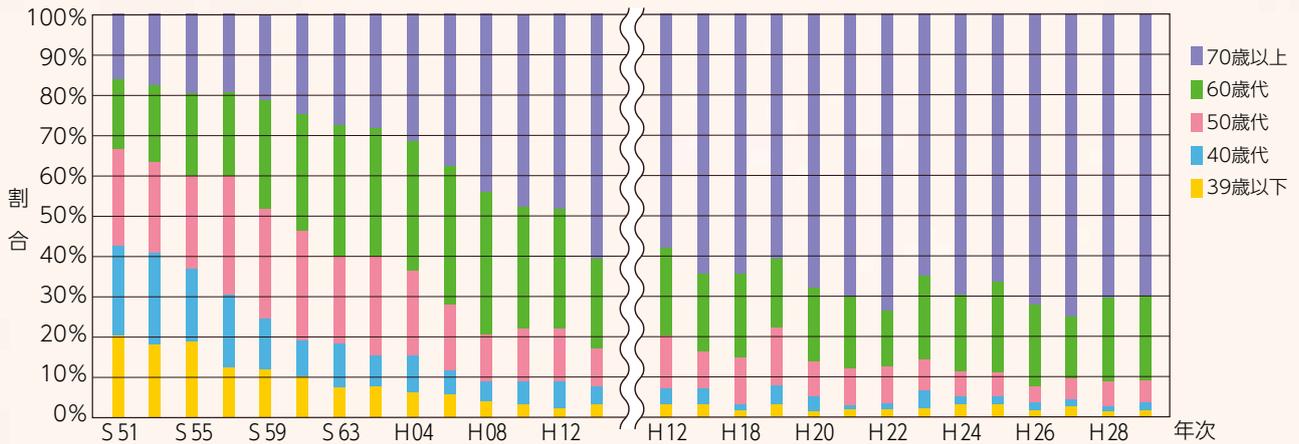


取扱説明書やカタログに記載されていない使い方はしない



1シーズンに一度は取扱説明書を読む

■年齢階層別死亡割合の推移（農林水産省資料より作図）



これらの新時代の機械に十分な対応ができない方あるいは狭小な中山間地域での作業を行う方は、作業能率などが向上しないかもしれません。従来の使い慣れたシステムでの営農を考えると良いでしょう。

自分の心身諸機能の低下程度を体

3 高齢者自身の事後処理も大切

農作業死亡事故件数は10万人当たり16・7件と他産業に比べて高く、これを建設業の同6・5人、全産業の同1・5人にいかに早く近づけるかが大きな課題となっており、そのため行政や企業、研究機関が規制・改良・事故分析・安全指導などに取り組んでいます。

しかし個別経営が多いわが国の農業では、労働基準法や労働安全衛生法に抵触していても強い指導が行き届きにくいのが現状です。今後、法人化が進めば安全衛生管理は向上するでしょうが、効果が目に見えてくるには時間がかかりそうです。

どんなに注意していても時には失敗するのが人間です。ヒヤリハット体験があれば仲間とその体験と、ヒヤリで済んだことを説明し、情報を

力測定や認知機能検査などで確認し、安全第一で農作業に取り組むことが大切です。このことはご本人だけに任せるのではなく、ご家族、近隣の方や普及員、営農指導員などの適切なアドバイスが必要です。

共有しましょう。それが地域での事故防止につながります。事故が起きたらまず原因調査です。その調査は「再発防止」のために行うのですから、直接原因だけでなく間接原因も詳しく調べましょう。

残念ながら事故をゼロにはできません。けがの場合には止血や添え木を当てるなどファーストエイド（急なげがに対しての最初の治療行動）を行います。意識がないような場合にはAED（自動体外式除細動器）を使って心肺蘇生を行い、救急隊に引き継ぎましょう。第一発見者が適切な処置をしたかどうかは救命の分かれ目になります。応急手当てについては、お近くの消防署か日本赤十字社で講習を受けられます。

休憩時間を必ず設定し実行する。「あと少しだから続けよう」とはやめる



1人作業時は「どこで、何の作業をするか」を家族に知らせるとともにホワイトボードなどに書き込んでおく



自分の技術力や体力を過信しない



FFAについてご存じですか？

FFAとは、Free Fatty Acid＝遊離脂肪酸の略で生乳中の脂肪分解の程度を表し、脂肪分解が進むとランシッドという異常風味の原因となります。北海道の平均的なFFA値は、0.7～0.8であり、FFA値が2.0を越

えると風味異常を感じるケースが増加し、最悪の場合バルク乳廃棄となるため注意が必要です。

平成30年から集乳旬報にFFAの表記が始まっています。この機会に自農場のFFA値を確認し、今後の対策について検討しませんか。

1. ランシッド臭（脂肪分解臭）の原因は？

(1) 搾乳機器による影響

バルク乳の過攪拌や凍結、泡立ち（写真1）などは、物理的な衝撃となって脂肪を包む脂肪球膜を破壊します。すると脂肪分解酵素（リパーゼ）の作用を受けやすくなり、脂肪分解が起こるため、ランシッド臭を生じます。



写真1. レシーバージャー内での生乳の泡立ち

(2) 飼料給与による影響

極端なエネルギー不足や濃厚飼料の多給・固め食いなどによるルーメン内pHの低下は、脂肪分解酵素（リパーゼ）の働きを活発にし、脂肪分解を促進させるため、ランシッド臭の原因となります。

(3) 頻回搾乳による影響

搾乳ロボットにおける極端な頻回搾乳は、前回の搾乳により乳腺上皮細胞の膜が壊されたままとなります。すると脂肪球膜のもろい脂肪球となるため脂肪分解が促され、ランシッド臭を生じます。

2 高FFA値の改善事例

A 農場 粗飼料事例

■発生経過

1 番草バンカーの切り替え時期にコーンサイレージの給与が切れ、そのまま飼料給与を続けた結果FFA値が上昇

■原因

コーンサイレージの給与停止および品質の悪い粗飼料の給与によるエネルギー不足

■対策

コーンサイレージの給与再開と栄養充足のための給与メニュー見直し

B 農場 ロボット搾乳事例

■発生経過

搾乳許可の出る搾乳間隔が短く、期待乳量が低いトレーニング牛（ロボット搾乳に慣れていない初産牛など）用の設定で泌乳後期まで搾乳を続け、牛群のFFA値が上昇

■原因

トレーニング牛の設定のままでの搾乳による過搾乳

■対策

搾乳許可の設定を通常モードに変更めの給与メニュー見直し

3. ランシッド臭（脂肪分解臭）予防のポイント

搾乳機器の点検

ミルクカーやミルクングシステムの定期点検・メンテナンスを行い、動作不良によるエア漏れやバルク乳の過攪拌がないかどうか確認しましょう。

健康なルーメン発酵

粗飼料不足や品質の悪い粗飼料の給与とならないよう、良質粗飼料を十分に給与するとともに、適切な量の濃厚飼料を給与し、しっかりと食い込ませましょう。

搾乳回数の適正化

搾乳ロボットでの搾乳間隔の短縮や1回の搾乳量の減少により、FFAが増加することがあります。

過度な頻回訪問や頻回搾乳となる設定は避けましょう。

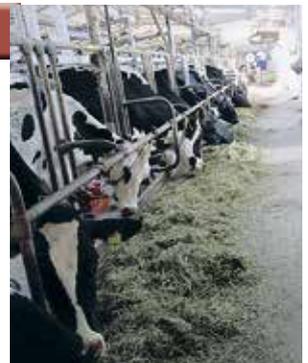
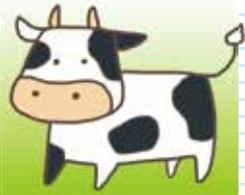


写真2. 良質粗飼料を1日4回に分け、十分に給与している農場

家畜改良課に相談だ。

後期 **JA選定種雄牛決定!!**
 ~どんな牛が欲しいですか~ 

とにかく『メス♀』安産・優良後継牛確保・販売…用途は様々

輸入	¥6,000	アルタサーベル	511H11531	生産寿命◎ 娘牛妊娠率◎ 受胎指数◎ A2/A2	未経産OK
国産	¥6,000	タイムアウト	JP3H56580X	長命性◎ 繁殖性◎ 低体細胞◎ A2/A2	未経産OK
輸入	¥7,000	ファイアフライ-PRED	501H13831	生産寿命◎ 低体細胞◎ RED種	
国産	¥8,000	ブツケムミミ	JP3H56556X	能力◎ 体型◎ 乳成分◎ A2/A2	未経産OK
輸入	¥8,000	パサット	7H12659	生産寿命◎ DWP\$◎ A2/A2 受胎指数◎	未経産OK
輸入	¥9,000	ダンテ	523H1513	繁殖性◎ 生産寿命◎ 乳量◎ A2/A2	未経産OK
輸入	¥10,000	フラスルド	507H12788	高能力◎ DWP\$◎ A2/A2 ロボットOK	未経産OK
輸入	¥10,000	アリストクラット	515H3701	GTPI 受胎率◎ NM\$◎	未経産OK

やっぱり『国産』安価・安心・不受胎牛対策…

	¥3,000	ブツケムミミ	JP3H56556	能力◎ 体型◎ 乳成分◎ A2/A2 未経産OK	未経産OK
	¥3,000	ハンター	JP3H56864	乳量◎ 成分量◎ 長命生◎ 繁殖性◎ A2/A2	
	¥2,000	タイムアウト	JP3H56580	長命性◎ 繁殖性◎ 低体細胞◎ A2/A2	未経産OK
	¥1,000	ドローリッチ	JP3H56757	低体細胞◎ 乳頭配置◎ 繁殖性◎ A2/A2	

これからは『輸入』高能力・優良遺伝子確保・牛群改良…

	¥3,000	ファイアフライ-PRED	1H13831	乳量◎ 低体細胞◎ 生産寿命◎	
	¥3,000	プロフィット	7H13195	生産寿命◎ DWP\$◎ 低体細胞◎ 受胎指数△	未経産OK
	¥4,000	アルタサーベル	11H11531	生産寿命◎ 娘牛妊娠率◎ 低体細胞◎ 受胎指数◎	未経産OK
	¥4,000	フラスルド	7H12788	高能力◎ DWP\$◎ 乳量◎ 低体細胞◎ TPI4位 A2/A2	未経産NO
	¥4,000	アロワックス	11H11779	乳量◎ 生産寿命◎ 低体細胞◎ A2/A2	未経産OK

あれから1年。

2018年9月6日に発生した北海道胆振東部地震。

この1年間、北海道の農業は復興への取り組みを続けてきました。

これまでに全国の皆さまからいただいたご支援に感謝するとともに、

「9.6」という日を忘れずに、より強い北海道農業をめざして。

これからも私たちは食の安全と安心を守って参ります。



感謝の気持ちを
動画でお届け
いたします。

あれから1年

ありがとう! 頑張っています!

左のQRコードの読み取り、またはURLを入力してください。
<http://ja-dosanko.jp/tv/cm.php>



飛田 稔章
北海道農業協同組合中央会会長

全道・全国からの多くの
心温まるご支援に、
心からお礼申し上げます。

北海道胆振東部地震では、組合員による被災組合員への支援、JA役員や連合会による被災JAへの支援、そして、生協組合員の皆様から多大な義援金を頂くなど、「協同組合の力」を再確認させて頂きました。私たちJAグループ北海道は今後とも、被災された組合員を支援して参ります。



鈴木 直道
北海道知事

北海道農業の
一日も早い復興に向けて、
全力で取り組んで参ります。

北海道胆振東部地震から1年が経過しました。この間、多くの皆様から多大なるご支援をいただき、厚くお礼申し上げます。復旧・復興は着実に進み、被災した農地の一部でも農業が再開し、豊かな実りが期待されます。北海道の農業が一日も早く復興し、自然の大きな恵みをお届けできるよう、全力で取り組んで参ります。



麻田 信二
北海道生活協同組合連合会会長

生協は、安全でおいしい
食べ物を生産する
北海道農業を応援します。

全国の生協及び生協組合員の皆様から、3億6千5百万円という多額の支援募金をいただきました。被災自治体に加え、日本の食料自給率の向上に懸命に頑張っているJAグループ北海道に1億円をお渡しすることができました。ご支援いただきました皆様に心から感謝申し上げます。



北海道胆振東部地震に際しまして、日本全国からたくさんの応援や募金を頂きました。
深く御礼申し上げます。

 **JAグループ北海道**

編集後記

新・農業人フェアでの出張で中標津へ帰る日の夜、千葉県で大変な被害が出た台風15号に遭遇しました。朝には台風が去ったものの、計画運休が長引き山手線と京浜急行本線がストップしたまま。東京モノレールは動いているものの、始発駅の浜松町駅までの交通手段を探すのに右往左往するはめに。結局は羽田空港に間に合いましたが、交通麻痺で都市が混乱する状況を目の当たりにしました。胆振東部地震から1年。防災対策のチェックを忘れずになりたいと思います。
(担当者K)

家族の健康

高血圧対策に野菜や果物も

健康科学アドバイザー●福田 千晶

高血圧を気にしている人は多くいます。血管には血液が流れているため、内側に圧力がかかります。これが血圧です。心臓が収縮して血管に多量の血液が勢いよく流れたときの圧力が最高血圧（上の血圧）です。圧力が下がると、最低血圧（下の血圧）となります。

血圧が高いと、血管には常に広げられる力がかかり、血管を傷めます。そのため、高血圧が続いていると血管が傷ついたり、その傷が治っても血管の壁は傷跡のように厚くなるなど、血管の劣化が起こります。そして、脳の血管が破裂すれば脳出血、血管が詰まれば脳梗塞、心臓の血管が詰まれば心筋梗塞など、生命に関わる病気を引き起こします。

その他、腎臓や目などさまざまな臓器の病気の原因になります。自覚症状はほとんどない高血圧です

が、放置すると危険です。

高血圧の予防で減塩が大切なことはよく知られています。健康的な食事である和食の欠点は、塩分が多くなりがちなこと。みそ汁はおわんを小さくし、具たくさんで汁を少なめにします。味の濃い漬物などは、控えましょう。減塩と一緒に大切なのが、カリウムをしっかり摂取すること。カリウムは野菜や果物に多く含まれますから、不足しないように心掛けてください。



体重増加も血圧を上げる原因になります。すでに太っている人は、体重を3kgくらい減らすと、血圧が下がることがあります。また、適度な運動を週3回以上継続することで血圧が少し下がることもあります。重度の高血圧では、運動が危険なこともありますから、医師に相談してから始めてください。

気温が下がる秋冬は血管が収縮するため血圧は上昇しやすくなります。屋外での作業などの前には、自宅で血圧を測定し、健康チェックが不可欠です。

この野菜はこう食べる 笠原将弘の和のおかず

笠原氏が「この野菜を食べるならこの三品」と太鼓判を押す、おいしい野菜の食べ方全72品。素材を生かすシンプルな調理法や、コツも解説。定番から変わり種まで、さまざまな味を楽しめる野菜料理の決定版!

笠原 将弘 著
定価：本体1,300円+税



タネの未来

僕が15歳でタネの会社を起業したわけ

中学生の時、日本各地の伝統野菜の種を残すため、自ら種苗流通会社を立ち上げた著者。高校二年生になった今、起業の経緯やこれからの夢をつづる。タネの重要性や流通の仕組み、種子法についてもよくわかる。

小林 宙 著
定価：本体1,600円+税



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
10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。



医者が考案した 最強の朝ごはん

医者が実践する、いつもの朝ごはんを簡単に健康効果の高い食事にする方法を紹介。オリーブオイルとバルサミコ酢を合わせたソースをかけるだけで、糖尿病や高血圧の予防になる!作りおきやアレンジレシピも。

小林 弘幸 著
定価：本体1,200円+税



油揚げ、豆腐、 こんにゃく

身近な食材である、油揚げ・豆腐・こんにゃくの本当のおいしさに出会えるレシピ集。料理に適した切り方や、炒める・煮る・焼くなど素材に合った調理法も紹介。著者が実践する丁寧な下ごしらえの方法も解説。

有元 葉子 著
定価：本体1,600円+税

行事予定表

2019年9月 組合動静

- 1(日) 第32回じゃがいも伯爵まつり&ふれあい広場
- 2(月) 中斜里澱粉工場操業式
- 3(火) 共済スマサボ研修
- 6(金) 第3回生産委員会、第6回理事会、畑作全体会議
- 8(日) 全道和牛共進会
- 9(月) 根釧管理部課長研修～12日
- 10(火) 年金推進研修～12日
- 12(木) 年金相談会、ホクレン根室乳牛市場
- 15(日) 桜ヶ丘SSフレンドリーキャンペーン
- 17(火) 財務諸表監査～20日
新型共済端末ラベッツ設置
- 18(水) ホクレン十勝和牛市場
- 24(火) 共済事故処理研修～27日、あるる利用者懇談会
- 27(金) 組合長杯ゲートボール大会
- 28(土) 北海道総合畜産共進会～29日
金融担当者研修～29日
- 29(日) 第2回あるる杯パークゴルフ大会

2019年10月

- 1(火) 信用事業管理者視察研修～4日
- 2(水) 第18回酪対会長杯親睦パークゴルフ大会
- 3(木)
- 4(金)
- 5(土) 信用事業検定、あるる創業祭セール第1弾～7日
桜ヶ丘SS大感謝祭～6日
- 6(日)
- 7(月)
- 8(火) 熟年会秋期研修旅行～11日
- 9(水) 巡回ドック～11日
- 10(木) ホクレン根室乳牛市場
- 11(金)
- 12(土) あるる創業祭セール第2弾～14日
- 13(日)
- 14(月) 体育の日
- 15(火) ホクレン十勝和牛市場
- 16(水)
- 17(木) 第2回LA大会、全道Ai大会～18日
- 18(金)
- 19(土) 中標津BWショウ
あるる創業祭セール第3弾～21日
- 20(日)
- 21(月)
- 22(火) 即位礼正殿の儀
- 23(水) 畜舎環境衛生改善調査～25日
- 24(木) アルード感謝フェア
- 25(金)
- 26(土) あるる創業祭アンコールセール～29日
- 27(日) 銀行業務検定
- 28(月)
- 29(火) 第4回生産委員会、第3回管理購買委員会
- 30(水) 第3回営農委員会
- 31(木) 第7回理事会、ホクレン根室乳牛市場



サヤインゲン

名脇役の彩り野菜

見分け方

全体が細く真っすぐで張力がある

大きく育ち過ぎた場合は、筋が太く堅くなる

若く細い方が柔らかく風味が良い

中の豆が凸凹して太り過ぎていない

豆が太って凸凹しているのは育ち過ぎ。堅いかも



サヤインゲンのプロフィール 解説: KAORU

【分類】マメ科インゲンマメ属

【原産地】中央アメリカ

【おいしい時期(旬)】通年(6～10月ころ)

【主な栄養成分】β-カロテン、ビタミンC、カリウム、食物繊維、アスパラギン酸 など

保存方法

冷蔵保存
ラップに包むか保存用袋などに入れ、冷蔵庫の野菜室で保存

冷凍保存

硬めにゆでれば約1カ月保存可能。炒め物やあえ物などは生と同じ感覚で使える
流水解凍か自然解凍がお勧め。色や風味は比較的変わらないが食味は落ちる



低温に弱いので、冷やし過ぎ注意。2～3日以内に使い切る

サヤインゲンのいろいろ



サヤインゲン

一般的に出回っている丸さやタイプ。長さは約13～15cm。優しい甘味があり、シャキとした歯触りが特徴。近年は柔らかく筋もなく食べやすい品種が多い

モロッコインゲン

さやが幅広くて平べったい。平さやタイプ。長さ約15～20cm、幅が約1.5～2cmと大きめ。地中海沿岸地域の品種を導入して改良された

紫インゲン

丸さやタイプで、長さ約13～15cm。特徴は紫色だがゆでると紫色が抜けて濃い緑色になる。短時間でさっと加熱するが、薄くスライスしてサラダなどに

黄色インゲン

丸さやタイプで、長さ約14～15cm。淡い黄色をしている。紫インゲンとは異なり、ゆでも色が抜けない

楽しみ方・食べ方のコツ

筋取り

筋がない品種もある。調理前には端を少し折り、筋があるか確認する。指先で筋をスッと引っ張り、上下とも取り除く。筋がなければ堅い付け根のへたの部分を取り落す。反対側のひげ部分は付けたままでOK

ゆで方

加熱時間は短め。歯応え、色合いを残すために火を通し過ぎないこと。ゆでる前に塩をまぶして板ずりすると、表面の産毛が取れるだけでなく、色鮮やかにゆで上がる

ゆで時間目安

サラダなどで食べる場合 **3分程度**

冷凍する場合 **1分程度**

丸さやタイプで細いもの **2分程度**

モロッコインゲンなど平さやタイプ **3～4分程度**

厚みがあるもの



調理法

炒め物

下ゆでしておけば火が通りやすい。仕上げに加えると色と食感が映える

煮物

下ゆでして最後に加えると色が鮮やか！生から煮ると青臭さが残りやすい

素焼き

炭火などで素焼きに

オリーブ油を少々振り掛け、少し焦げ目が付く程度に焼き、塩を振るだけで美味。下ゆで不要

肉料理や魚料理に

下ゆでして、さっと塩、こしょう、バターを絡めたり、ガーリックオイルで味付けすると良い。ニンジン、コーンなどと一緒に添える

サヤインゲンのチカラ

β-カロテン・ビタミンCなど

皮膚や粘膜を健康に!

夏の紫外線でダメージを受けたお肌や体にお薦め。特にβ-カロテンは体内でビタミンAに変わり、老化抑制に効果的

必須アミノ酸 疲労回復に効果的。特にアスパラギン酸、リジンなどが豊富

食物繊維

便秘解消や肥満予防に効果的。糖の吸収を穏やかにして、腸内環境を整える作用がある

カリウム

高血圧抑制作用がある。塩分(ナトリウム)を排せつする役割がある。利尿作用もあり、体内の水分量を調節し、むくみの解消にも効果的

サヤインゲンのヒミツ

名前の由来

中国から「隠元禪師」(いんげんぜんじ)によって日本に伝えられた

別名「三度豆」

関東では1年に3度収穫

本来は夏野菜

当初はさやの中の豆を完熟させて食べていた。未熟なうちに若取りして食べる品種は、幕末に伝わったといわれている

4月ころからハウス物が並び始め、初夏ころから露地物がピークを迎えるよ

イラスト: 小林裕美子