



夢 広がる なかしべつ

INDEX

- 女性部新年恒例会…2
- 中標津町立丸山小学校出前授業…3
- 海外視察研修…4～5
- 中標津乳牛改良同志会、青森県視察研修・第49回定期総会…6
- おしえて！ JA共済…7
- 第9回理事会、クロスワード、読者の声、今月の運勢…8～9
- **特集** 注目のオリンピック新種目（前編）……10～11
- 夢広がる掲示板…12 ■ 普及の窓～後継牛確保のための繁殖戦略について…13
- 家畜改良課に相談だ。～種雄牛のDPRと娘牛の繁殖成績および乳量との関連性…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

02

2020
FEBRUARY

Vol.542



2020年 女性部 新年恒例会

1月21日(火)部員27名が参加し、新年を迎えて初めてのイベントである新年恒例会を開催いたしました。

例年、農協事務所大会議室を会場としていた新年恒例会ですが、今年は「ウエディングプラザ寿宴」にて開催。いつもと違う雰囲気の中で少しドキドキしながらの準備でしたが、何とか開会にこぎつけました！



乾杯のご発声
吉田支所長様

も花が咲きました。話に
会食も一段落し
た頃、恒例のひと
つぽショップが開
催され、楽しく会
話をしながら商品
を買っていく姿が

開会にあたり、遠藤 美智
子部長による挨拶と、ご来賓
を代表いただき高橋組合長よ
りご挨拶をいただきました。
そして根室農業改良普及セン
ター北根室支所 吉田支所長
様の乾杯のご発声により宴は
スタートです。

豪華なお弁当と、あるより
シャインマスカットと伊予
柑、農協からはフルーツの盛
り合わせを提供いただき、ま
た、お母さん達が腕によりを
かけて作ってくれた漬物で、
テーブルはとても華やかに！
大変美味しかったです。話に



司会の河西さん

見られました。
今年も役員で
桜もちを作り
販売したところ、行列がで
きあつという
間に完売とな
りました。

ひとつぽ
ショップ終了

後は、お楽しみの余興の時間で
す！…のはずが、思わぬハプニ
ング(!)により、残念ながら最初
に予定していた余興を実施でき
ずに皆さんガッカリ。…でした
が、高橋組合長がご厚意による
お年玉ジャンケン大会で盛り
上げてくださいました。皆さ



ひとつぽショップ



展示作品



ん目を輝
かせなが
らジャンケンに挑戦し、最
終的に勝ち残りお年玉をい
ただいたのは、俣落地区の遠
藤 照子さん。これでジャン
ケン大会は終了…と思いきや、
2020年オリンピックイヤー
を記念して大奮発してください、
何ともう一勝負！皆さん大

喜びで再挑戦した結果、
同じく俣落地区の新井
裕美さんがお年玉を
いただき、お二人
とも満面の笑顔で
した！

次は恒例のビン



ビンゴ第1位！

しょう！お忙しい中
ご参会いただきまし
たご来賓の皆様、大
変ありがとうございます
ました。

(記＝瀧場幾久栄)



組合長からお年玉いただきました！



組合長いつもありがとうございます！

中標津町立 丸山小学校 出前授業

食農教育委員会は令和1年12月24日(火)に丸山小学校出前授業を3年生2クラスを対象に3・4時間目で行いました。

各クラスに分かれ、体育館では牛の生活・牛乳の飲み比べ・モデルカウにて搾乳体験を行い、視聴覚教室では櫻坂修弘さんと遠藤秀之さんの酪農家の施設や搾乳風景を写真や動画で説明しました。

体育館では『牛の前歯は下しか生えていないのか!』『いつも飲んでる牛乳以外にも美味しい牛乳があるのか!』など、終始驚いている様子が見られ、興味を持ってくれた!と実感しました。視聴覚教室では、牛の写真で『可愛い!』『ロボット搾乳機に『全自動で凄い!』と声も上がりました。

また今回は初の試みとして、丸山小学校で図書ボランティアを行っている原里恵さんと河西真純さんにも協力して頂き、本のブックトーク(紹介)をして頂きました。牛の本の内容は分かりやすく、次の本に興味を持たせる読み方をしている、私達も聞き入ってしまう程でした!最後に青年部員と生徒先生方と一緒に給食を食べ、楽しい会話が出来た事に感謝致します。

(記=小出 信彦)



モデルカウに大興奮



牛の授業



教室前に図書コーナー



原里恵さんのブックトーク



牛乳の飲み比べ



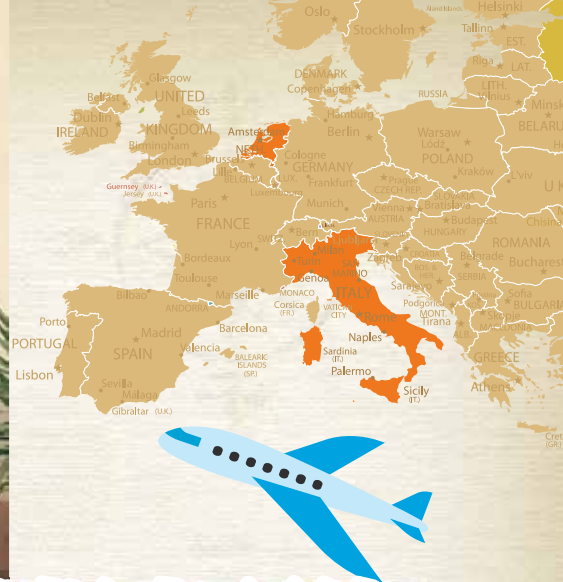
最後は一緒に給食タイム♪

3年生の主な感想

- 牛のおかげで僕らも生きているから、牛がいて良かった。
- 中標津に牛がいっぱいて良かった。
- もっと牛のことを知りたい。
- わからなかった牛のことをいろいろ教えてくれてうれしかった。
- ロボット牛舎はすごい。
- いろいろな種類の牛がいて、牛の育ち方が分かった。
- 牛の一生と牛の体のことが分かった。



牧場玄関前にて



海外酪農視察研修



イタリアの牧場にて

日本における生乳生産の大半は飲用向けですが、イタリアやオランダでは主に加工用、特にチーズ生産に向けられます。

イタリアではチーズの王様と称される『パルミジャーノ・レッジャーノ』用に生乳生産をしている牧場を

イタリア

令和元年11月10日～17日にかけてグローバルジェネティクス㈱（以下、GG）主催の酪農視察研修が開催され、家畜改良課より桂が参加致しました。

GGより2名、標茶NOSAより1名（合計4名）で、イタリア・オランダの2カ国を巡る、少規模で機動力のある研修でした。本研修の目的は、GGが取り扱う種雄牛での改良の成果をみることであり、5つの牧場とCRV社の視察を行いましたので、研修成果を報告致します。

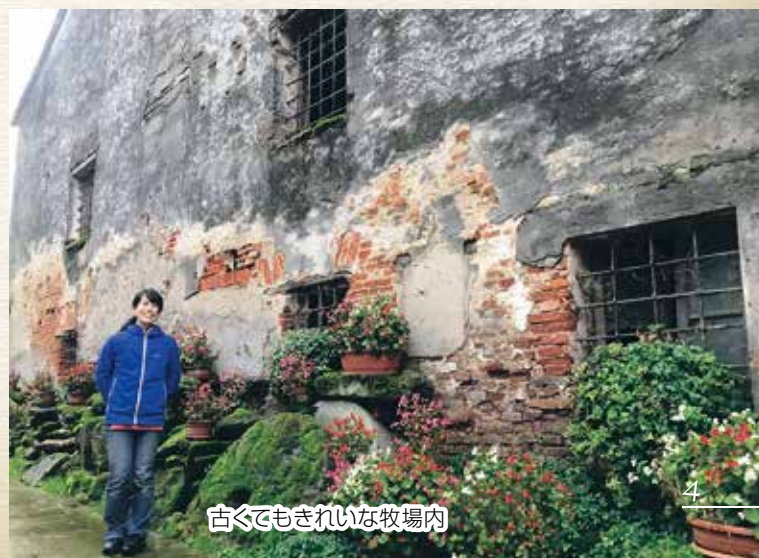
視察しました。牛たちの餌は、その地域の牧草と植物性飼料のみと厳しく規定されているので、原料となる牛乳は、その土地ならではの風味を持った高品質なものであり、イタリア半島の付け根を流れるポー川周辺での生乳のみと厳密に定められています。1kgのチーズを作るのに16ℓの生乳を要し、添加物を一切使うことなく、熟練の職人たちが伝統的製法で作り上げ、最低12か月（多くは24か月以上）と、長い熟成期間を経



イタリア独自の改良

て完成します。そして、最後の品質検査に合格したものがだけが流通を許されることで、昔ながらの製法や美味しさを維持しています。日本でも有名な『パルメザンチーズ』は、このチーズを模したものであり、全くの別物です。

イタリアは家族経営の小規模な牧場が多く、FSに適した肢蹄の強い、がっちりとした体型の牛が多く見られました。近年輸入精液の使用も増えてきましたが、基本的には国産種雄牛での改良がベースであり、粗飼料からの産乳性に富む飼料効率の良い牛・チーズ生産に向く乳脂比の高い牛・長く活躍できる健康な牛への改良に力を入れているそうです。



古くてもきれいな牧場内

オランダ

オランダでは、搾乳ロボットで有名なLely社の多大なる影響力を感じました。搾乳ロボットのシェアはほぼLelyだそうです。イタリアよりも経営規模の大きい牧場が多いオランダでは、施設環境における日本との差異はさほど感じませんでした。土地面積の狭さをカバーするためFSの下が糞尿ピットになっており、エサ寄せロボットの『除糞』バージョンが活躍していました。どこの牧場も景観に配慮した美しさがあり、農村風景も素晴らしかったです。



オランダの牧場



環境に配慮した蓋付きスラーストア

オランダには「神が世界を創ったが、我が国はオランダ人が造った」という格言があるくらい、古くから干拓と治水によって国土を広げ守ってきた歴史があります。国土の6分の1を水路や運河の水面が占め、陸地の3分の1が干拓地であり、国土の3割が海面より低いオランダは、地球温暖化による海面上昇の影響が深刻です。Lelyの創業者が考案した海から国



チーズ工房

土を隔てる壮大な堤防も限界が迫っており、急ピッチで嵩上げ工事が行われていました。環境負荷に対する意識も高く、酪農への風当たりも厳しい中、これから求められる牛の改良には従来の牛群体型評価システム『aAa』に加え、ゲノム診断も必要とされています。

オランダの生乳生産も加工がメインであり、自家チーズ工房を備えた牧場の視察では販売店からチーズ工房・牛舎・搾乳施設まで全て見学することができ、酪農教育ファームとしての役割を担っていることも知りました。CRV社では『Better Life, Better Cow』をスローガンに改良が進められており、搾乳ロボットに適した種雄牛の造成が求められていました。特に、飼料効率・泌乳速度の改善は環境負荷による規制の厳しいオランダにおいて最重要課題

であり、より少ない頭数でより効率よく産乳生産をすることを目標に改良が行われています。

日本ではあまり重要視されていない、動物福祉や環境と畜産との関係性を強く感じる研究でした。限られた資源の中で、いかに牛や人のストレスを減らし生産性を高めるか、日本も遅かれ早かれ直面する課題であり、考えるべき課題であると感じました。実際に足を運び、言葉を交わし、目にすることはかけがえのない貴重な経験であり、大変有意義な研修となりました。素晴らしい機会を与えて頂けたことを感謝し、日々の業務に還元したいと思います。

(記) 桂 百貴



海面上昇から国土を守る大堤防(右が海)

青森県視察研修

令和元年11月13日～15日の日程で青森県視察研修に行つて参りました。3年ぶりとなる本視察は新役員就任のご挨拶と、今後の個体販売促進を強固なものにし、ゆうき青森酪農畜産振興部会々員との親睦・交流をより深める事を目的に、今回の視察を計画しました。



本間牧場

らの導入牛で北海道全共4歳クラス4位に入賞した阿部牧場を視察させていただきました。今回の視察を無事終了しました。

今後ともゆうき青森と当同志会との信頼関係という太いパイプをより強靱なものとし、安定した購買窓口となる様、会員そして組合員の皆様と供に精進していきたいと思ひます。

最後に今回の視察に際し、畠山会長をはじめとするゆうき青森酪農畜産振興部会の皆様に深く感謝申し上げます。

13日に中標津を出発し宿泊先の上北町に移動した後、ゆうき青森酪農畜産振興部会々員の皆様との懇親会に参加し交流を深めました。話題の中心はやはり今年宮崎県で開催される全共で、皆さんの意気も上がっているようでした。また、改良について、中標津の高ゲノム牛の紹介もさせていただき、興味を持っていただきました。翌14日は会員3名の牧場を視察しました。本間牧場では北海道からの導入牛が多くおり、また、2軒目の橋本牧場では100頭のタイストールで主に自家産牛で経営されていました。両牧場とも、非常に丁寧な管理をされている印象を受けました。最後は当会員福嶋氏が



橋本牧場

中標津乳牛改良同志会 第49回定期総会

第49回中標津乳牛改良同志会定期総会が1月20日(月)に中標津町農業協同組合大会議室にて開催され、令和元年度事業報告並びに令和2年度事業計画案が提出されました。



令和元年エクセレント獲得牛

佐々木宏之氏	アースイースト	ゴールド	ドリーム	エディット	ET	90点
弾正原拓哉氏	サニーデール	シヤウト	メイ	フタゴ		90点
久保 剛氏	エクセルシア	アトウッド	ヘレン			90点
佐々木宏之氏	アースイースト	ミソノ	ウッド			90点
弾正原拓哉氏	サニーデール	ミス	ホワイト	クララ		90点
佐々木宏之氏	アースイースト	アイ	ラブ	ビューティー		90点

令和元年度高能力牛生産牧場

井上 直人氏	久保 剛氏	櫻坂 直俊氏	中川 将氏
高嶋 敦志氏	北村 智氏	日下 尚也氏	弾正原拓哉氏

GNTF上位50傑

齋藤 希氏	工藤 隆介氏	福嶋 寿顕氏
-------	--------	--------

牛群審査(牛群平均83点以上)

佐々木宏之氏 (24頭85.0点)	久保 剛氏 (86頭84.3点)
福嶋 寿顕氏 (62頭83.6点)	横田 千秋氏 (18頭83.9点)

は議長に片岡 俊氏(第2俣落支部)を選任し議事が進められ、講習会、府県消流施設視察研修などを通じて交流と親睦を深め、より一層中標津ホルスタインを内外にPRしていきます。(記)佐々木 尚洋



山下匡大会長の挨拶

開催に先立ち、エクセレント獲得牛表彰(体型得点90点以上)及び中標津乳牛改良同志会表彰が行われました。本総会では

お待たせしました! 自動車共済の新しい保障

- ★新車を購入された方
- ★お車を大事にされている方

この機会にぜひ
ご検討ください!

NEW!

新登場!

ご契約のお車が初度登録の翌月から **49か月以内** のご契約者様へご案内

※共済期間12か月かつ責任始期日時点

JAの自動車共済

車両新価保障特約

車両新価保障ってどんな保障?

ご契約のお車に大きな事故による損害が発生した場合に、新車に買い替える費用を保障いたします!

例えば

200万円の新車を購入し、その2年後に自損事故を起こしてしまい、修理費用は100万円かかると言われました…(事故時点での車両共済金額=時価額は140万円)

車両新価保障特約が付いていない場合

お車の修理費用として、
車両共済金100万円を受け取れます。

せっかくの新車なのに、修理して乗るのね…

車両新価保障特約が付いている場合

新車に買い替える費用として、**200万円**を受け取れます!

また同等の新車に乗り換えられるのね!

保障のイメージ

登録1年目	登録2年目	登録3年目	登録4年目	登録5年目
車両共済金額 (新車相当額) 200万円	車両共済金額 (時価額) 160万円 差額金額 40万円	車両共済金額 (時価額) 140万円 差額金額 60万円	車両共済金額 (時価額) 125万円 差額金額 75万円	車両共済金額 (時価額) 110万円 差額金額 90万円

新車価格相当額(新価)と車両共済金額(時価)との差額部分を保障します!

こんな時にお支払いします!

- 以下の所定の全損時にお支払いします。
- 修理不能となった場合
 - 修理費が車両共済金額(価額)以上になった場合
 - 修理費が新車価格相当額の50%以上になった場合
- ※ご契約のお車の内外装・外板部品以外の部分に著しい損傷が生じた場合に限りです

特約を付加いただける条件

- 以下のいずれかを満たす場合など特約の付加には所定の条件があります。
- 共済期間の末日が、ご契約のお車の初度登録(検査)の翌月から61か月以内であること
 - 車両共済金額(価額)が新車価格相当額の50%以上に相当する額であること

check

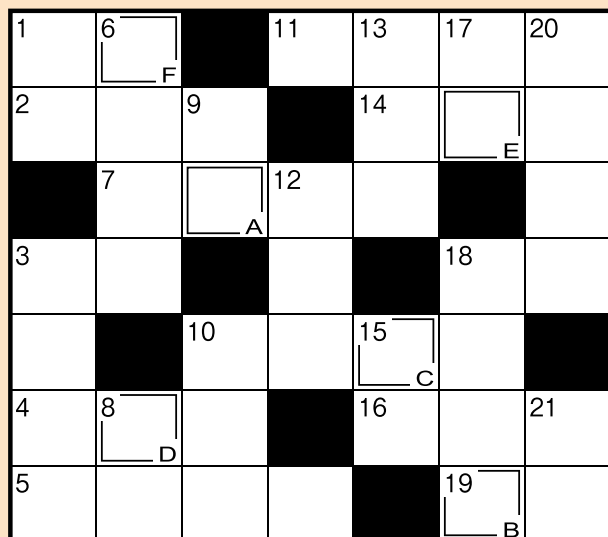
大切な新車のお守りに、車両新価保障特約をご検討ください!

詳しくは JA中標津共済課まで

Crossword Puzzle

夢広がる クロスワード

出題/ニッソ



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か？

ヨコのカギ

- ① 鬼は——、福は内
- ② 天井とかもいの間に作られます
- ③ 元素記号はFe。身近な金属です
- ④ 銭湯へ入るときにくぐることも
- ⑤ 床側に腹を向けて寝そべります。——寝
- ⑦ 自然の美しい風景を表す言葉、——風月
- ⑩ ちらしやCMもこの一手法
- ⑪ 赤い花が咲く梅のこと
- ⑭ √ の記号で表します
- ⑯ 出発——になって忘れ物に気付いた
- ⑰ 寺院へ入るときにくぐることも
- ⑱ 酒を飲むと回る人もいます

タテのカギ

- ① 雲が浮かんだり星が輝いたり
- ③ 2月23日は——誕生日。国民の祝日です
- ⑥ 受験生が縁起を担いで食べることもある揚げ物
- ⑧ 人が並ぶとできます
- ⑨ 港——。城下——。——工場
- ⑩ 良いだしが出る海藻
- ⑫ しばしば野党とやり合います
- ⑬ 2020年は——年。2月が29日まであります
- ⑮ 将棋の盤面に並べる物
- ⑰ 走り高跳びの選手が跳び越えます
- ⑱ 読経に合わせてポクポクたたきます
- ⑳ 縁、結、続に共通の部首
- ㉑ XとZの間

1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、抽選とさせて頂きました。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9回 理事会

開催月日 令和2年1月9日
開催場所 農協中会議室

報告事項

1. 組合員の加入及び脱退の状況について
2. 令和元年度第2回地区別懇談会の主な意見について
3. 理事に対する貸出金の実行状況について

決議事項

1. 職員就業規則及び関連規程の改正について
2. コンプライアンス・マニュアルの一部改正について

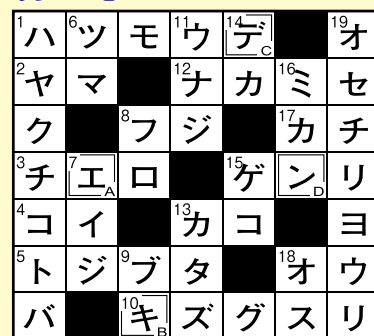


夢広がる Quiz解答

第1問 クロスワード

答え

エキデン

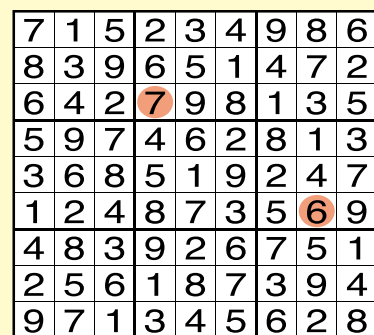


第2問

数独

答え

7+6
=13



第3問 まちがいさがし

答え

- 3…煙突から煙が上がっている
- 5…ボールの位置が違う
- 6…両手を上げている
- 10…犬の尾の長さが違う
- 12…レモンがミカンに替わっている

読者の声

● 昨秋収穫したリンゴや、拾い集めておいたドンクグリの実とひまわりの種とともに毎日少しずつ庭に置いておくと、エゾリスや小鳥達がやって来て、その可愛い仕草に心が癒やされます。春が待ち遠しいこの季節ですね。

▼PN/リン

● 令和の時代になって初めての元旦を迎えましたね！年末年始と穏やかな日が続いており、除雪も無くお正月はゆっくりできました。今年も平和で良い一年となりますように願っていますね。2020年、オリンピックまで後200日余り、札幌までは行けないのでテレビで見ます。お正月の作法、とても参考になりました。

▼PN/夢

● にぎやかなお正月、約2週間にわたり娘夫婦家族、親戚、友人と忙しい日々が続きました。皆が帰ってホッとしたせいか、ひどい風邪にかかってしまい、3日間牛舎、家事と最低限のことをしてずっと寝てました。3連休になり病院もお休み。いつもこうなる。不思議とずっと寝るのにびっくり。犬1匹、ネコ3匹が添い寝をしてくれていやすれます。きつと「ゆっくり、休みなよ〜」って体がSOSを出してくれたのだと思います。べっすり眠れるというんなことがスツキリとしてくれる。皆無事帰って良かった！数独、むずかしい!!

▼PN/楓風

● お正月に小学6年生の孫娘が我が家を訪ねて来てくれた。長い髪をブラッシングする様を見て、何と艶やかな黒髪なのだろうと思いました。話を聞いてみると、ヘアドネーション(髪の毛の寄付)。病気でかつらの必要な人に使ってもらう為に伸ばし続け

ているのだと。困っている人の為に思いやりを持って成長してくれたことが何より嬉しい。近々美容院で長い髪をバツリ切るらしい。その時の彼女の心情を思った。ショートカットの彼女が今後どう成長したのか、どう成長して行くのか再会が楽しみです。年だから、なんて言うてはられない年でも老体をさすりながら前進前進。令和の春に思ふこと…です。

▼PN/コスモス

● 「『整える』ことが現代人に大切なこと」と、テレビの番組でやっていました。身体はマッサージ等でやっている人は多いけれど、心はほつたらかしになっているそうです。今、ブームになりつつあるのが「禅・ぜん」(宗教を越えたもの)。床に座り目を閉じて大きくゆっくり息を吸い込み、呼吸を整えて15分・30分・1時間と、かける時間は人それぞれで何もしない時間を持つのだそうです。私、そんなことしたら寝てしまふ〜！とありえず、身体のために今、通っている鍼を続けます。

▼PN/ボス

● 夫婦二人暮らしの買い物、あるをメイんでしています。一年間でたまったポイントで、近くの温泉に泊れます。楽しみが増えてうれしいな！

▼PN/ばあちゃん

● 令和2年のお正月はともおだやかな日が続いていますが、明日に雪が降り積もりそうです。皆元気で今年も迎えられ、とても感謝しております。広報の文章の中で家族の健康で寒くなると増える腰痛は毎日気をつけて行動しなければならぬものです。時にホッカイロもなかなかのもの。足の下(くつ下)の下に貼るホッカイロは朝一番冷えた時にシンワリ暖かく保護してくれま

▼PN/りんごちゃん

今月のあなたの運勢

★ モナ・カサンドラ ★

2月

双子座 5/21~6/21 全体運 希望が通りやすい良好運。意見はきちんと伝えた方が発展的です。説明書類を用意しておく周到さが勝因に 健康運 ストレス発散には温めのお風呂をどうぞ 幸運の食べ物 カキ	蟹座 6/22~7/22 全体運 気持ちのすれ違いは次第に回復。困り事も解消に向かいます。慌てず、ゆっくり進めるのが円満の秘訣(ひけつ) 健康運 うっかりのけがに注意。ストレッチ吉 幸運の食べ物 ミカン	獅子座 7/23~8/22 全体運 人との触れ合いから得るものの多い月。社交性を発揮して。金運も好調。欲しかった物が手に入りそうです 健康運 スポーツが上達しやすいとき。レッスンへ 幸運の食べ物 アサツキ	乙女座 8/23~9/22 全体運 勘違いしてしまうことがあるかも。相手を買める前に、本当のところを確かめて。思いやりでミスをかバー 健康運 生活のリズムを整えて。早起きにツキ 幸運の食べ物 小松菜	牡牛座 4/20~5/20 全体運 ちょっとした失言が大ごとになりそう。「沈黙は金」と心得、めめ事を回避して。味方は大勢いるので相談は早めに 健康運 休憩を入れると元気が回復。メリハリを 幸運の食べ物 ハクサイ
蠍座 10/24~11/22 全体運 八つ当たりしがちなので、ご用心。イライラしたらお茶にしましょう。気持ちが落ち着き、良い考えが浮かぶはず 健康運 食べ過ぎに注意。栄養のバランスが大事 幸運の食べ物 高菜	射手座 11/23~12/21 全体運 旅行運に恵まれます。行くのはもちろんですが、計画を立てるのもお勧め。地域の集まりには参加して吉 健康運 晴れた日は散歩へ。行動的なほど◎ 幸運の食べ物 キンメダイ	山羊座 12/22~1/19 全体運 やりたいこと、欲しい物が増えて困りそう。優先順位を付けてから行動開始。効率が良くなり、うまくいくはず 健康運 気になるところがあれば早めに受診して 幸運の食べ物 アンコウ	水瓶座 1/20~2/18 全体運 スピード感を持って動くといい方向へ。特に前半は勘が働くので即決で。長年の希望もかないそう。金運も順調 健康運 外には体を温めるアイテムを携行して 幸運の食べ物 黄ニラ	魚座 2/19~3/20 全体運 上昇運。待っていると自然と状況が整ってきそう。スローモードで動いて。サプライズプレゼントの予感あり 健康運 不調を感じたら早めに就寝。休息が一番 幸運の食べ物 イチゴ

2020年 オリンピック・パラリンピックを楽しもう! 前編

注目のオリンピック新種目

今年、東京で開催されるオリンピック競技大会では、33競技が実施されます。そのうち初めてオリンピック種目となった空手、スケートボード、スポーツライミング、サーフィンの4競技についてルールと見どころをご紹介します。

イラスト：服部新一郎

空手

静と動の格闘技。
無駄のない形の美しさと
攻撃の瞬間的早業

空手とは



琉球王国時代の沖縄を発祥とする全身のあらゆる部分を駆使する武術・格闘技です。空手の競技には大きく分けて、(1)技の正確さや美しさなどを競う「形」と、(2)2人の選手が1対1で戦い勝敗を競う「組手」があります。

(1)は仮定の相手を想定した攻撃技と防御技の組み合わせで、演武として一連の流れを見せます。認定されている形は102種類。予選は演武を1人ずつ行い、上位が決勝に進みます。決勝は1対1の対戦形式で行われます。

(2)は「突き」「蹴り」「打ち」の3種類の攻撃技を使い、決められた部位に攻撃を行います。適切にコントロールされた技がポイントとなり、競技時間内に8ポイントの差がついたとき、あるいは3分の競技時間でポイントの多い選手が勝者になります。

見どころ

形

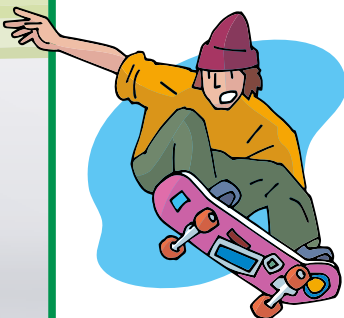
突きや蹴りの力強さとスピード、切れ、リズム、バランスなどが見どころです。動きにブレがないか、切れや迫力があるか、形に対する正しい理解と流れの美しさ、表現力なども評価のポイントです。試合中は同じ形を一度しか使えないため、予選から勝ち上がっていくために、どの段階で自分の最も得意とする形を使うかといった作戦・駆け引きも見ものです。

組手

攻撃が決まる瞬間が最大の見どころです。目にも止まらぬ速さで繰り出される突きや蹴りが相手の目的部位に確実に入る、その一瞬です。また、互いの間合いの取り方、攻撃に至るまでの選手同士の駆け引きから目が離せません。

スケートボード

見る側の想像を超える。
ダイナミックで独創的な
トリックの数々



スケートボードとは



起源は諸説あり、1940年代に米国西海岸で木製の板に鉄製の車輪をつけて滑った遊びが始まりといわれています。前後に車輪が付いた板(デッキ)に乗り、ジャンプ、空中動作、回転といったトリック(技)を行います。1980年代から世界に広まり、1990年代後半からは音楽やファッションを伴ったストリートカルチャーとして若者を中心に支持されています。

東京2020大会で行われる技は2種目。街なかにある階段や手すり、斜面や壁、縁石などを模したセクション(構造物)を直線的に配したコースで行う「ストリート」と、複雑な形をしたくぼ地状のコースで行う「パーク」です。どちらも技の難易度や完成度の高さやスピード、オリジナリティーに加えてダイナミックさなども採点に考慮されます。

見どころ

ストリート

利き足が前か後か、手を使うか使わないか。トリック一つ取っても難易度はさまざま。例えば、選手自身が回りながらデッキを回転させ、手を使わずに再び足を戻すといったハイレベルなトリックに注目。見る側の想像を超えたテクニックを成功させるなど意表を突いたところも見どころです。

パーク

くぼ地状のコースを底から垂直に近い急な傾斜を一気に駆け上がって、空中へ飛び出すエア・トリックの数々! 難易度が高く独創性あふれるさまざまなトリックが披露されます。そのかっこよさは目が離せません。パフォーマンスの大きさやスピード、また祭典のような雰囲気も大きな魅力です。

監修：公益財団法人日本山岳・スポーツライミング協会 (JMSEA) <https://www.jma-sangaku.or.jp/>
一般社団法人日本サーフィン連盟 <https://www.nsa-surf.org/> 公益財団法人全日本空手道連盟 <https://www.jkf.ne.jp/>
一般社団法人ワールドスケートジャパン <https://worldskatejapan.or.jp/>



スポーツクライミングとは
自然の岩場での冒険的な挑戦にそのルーツがありますが、身体的な可能性を追求する過程で愛好者が増え、競技としてのスポーツクライミングが確立されました。壁にホールド（突起物）を使って設定されたルートや課題を、道具を持たずに自身の体一つで登ります。東京2020大会で採用される種目は、制限時間内に高さ12m以上の壁をどの高さまで登れるかを競う「リード」、高さ5mの壁に設定された課題（コース）を制限時間内にいくつ登れるかを競う「ボルダリング」、あらかじめホールドの配置が決まっている高さ15mの壁を2人の選手が同時に登り、速さを競う「スピード」の3種目です。各選手が3種目を行い、種目ごとの順位を掛け算して順位が決まります。

スポーツクライミング

身体能力とテクニックと戦略を同時にフル回転させる総合プレー



リード 持久力が勝負の鍵を握ります。最小限の力で一手でも上に到達するためのテクニックといかに効率良く動きをコントロールするかなどの戦略性が見どころです。

スピード 2人の瞬発力がぶつかり合う試合が展開されます。あまりの速さに驚きを隠さないでしょう。

ボルダリング ボルダリングの壁は、指先しか掛からない小さな物から、両手でも抱え切れない大きさまで、さまざまなホールドで設定されています。次のホールドには左右どちらの足を掛け、手はどこをつかむか。制限時間内に課題をクリアしていく姿に目が離せません。

サーフィン

海という大自然を舞台にダイナミックな技を繰り出すサーフィンとは

古代ポリネシア人によって始められ、ハワイやカルフォルニアで育った海のスポーツです。サーフボードという板を使って波に乗り、テクニックを競います。サーフィンはサーフボードのサイズによって、大きく「ロングボード」と「ショートボード」の二つに分けられます。東京2020大会で採用されたのはショートボード。これは長さ6フィート（約183cm）前後で先端がとがったボードを使います。細かなターンが可能です。ダイナミックな技が多く彩られています。競技は定められた時間内に10本前後のライディングを行い、高い2本の合計点によって得点が決まります。技の種類や難易度、オリジナリティーにスピード、パワーなどの要素で採点されます。



見どころ 最大の見どころは、いかに難易度が高く創造的で質の高い技を繰り出すか。ライディング全体がダイナミックでスピードがあるかどうかも見逃せないポイントです。とはいえ、競技は自然の海で行われます。風の強さや方向、潮の満干などによって刻々と変わる波にどのタイミングで乗るかが重要です。そのためにも、いい波をつかむことが

勝敗の分かれ目。1つの波に乗れるのは1人だけ。大会では、公平性を保つためプライオリティー（優先権）ルールが採用されます。競技は男女別に2～5人ずつ、トーナメント方式で行われます。選手は、自分の順位を上げるため得点や逆転に必要なポイント、残り時間などを把握しながら対戦相手との位置関係（ポジション）にも工夫を凝らします。そんな頭脳戦も競技の魅力です。



東京2020大会概要

- 正式名称：第32回オリンピック競技大会
- 開催期間：2020年7月24日（金）～8月9日（日）
- 競技数：33競技



水泳、アーチェリー、陸上競技、バドミントン、野球・ソフトボール、バスケットボール、ボクシング、カヌー、自転車競技、馬術、フェンシング、サッカー、ゴルフ、体操、ハンドボール、ホッケー、柔道、空手、近代五種、ボート、ラグビー、セーリング、射撃、スケートボード、スポーツクライミング、サーフィン、卓球、テコンドー、テニス、トライアスロン、バレーボール、ウエイトリフティング、レスリング



悪天候時における 酪農ヘルパーご利用に あたってのお願い

連絡先

(有)ファム・エイ
電話 0153-73-4138
道東酪農ヘルパーネットワーク
サービス有限責任事業組合
電話 090-3116-9914

- ① 天気予報は常に確認しますが、同じ町内でも場所により天候が異なり、その地域に詳しい組合員皆様の情報が心強く、状況や危険な道路を担当ヘルパーにお伝えいただきたくお願いいたします。
- ② ヘルパーをご依頼いただいたが、天候不良でヘルパーが来ることは困難であろうと判断され、ヘルパーがいなくてもなんとか仕事回りそうな場合、ご連絡いただければ、危険を冒してヘルパーが向かう必要がなくなります。
- ③ 誰も牧場になく、必ずヘルパーが伺わなければならない状況でも、天候により、約束の時間に到着できないこともあります。天候が納まり、除雪が入り次第の到着となることもご理解ください。
- ④ ヘルパーは到着したが帰ることが困難となる場合、大変申し訳ありませんが宿泊させていただきたく、ご協力お願いいたします。(早退が可能でしたらご指示いただきたくお願いいたします。)
- ⑤ 現場へ向かう道中、吹き溜まり等の積雪で走行不能となった場合、場所によっては近隣農家様の手助けをお願いしなければならない場合もあります。悪天候、お忙しい中とは存じますが、ご協力お願いいたします。

上記以外にも留意しなければならない点もあるかと存じますが、なにより組合員皆様との連絡、情報の共有が安全運行の要でありますので、何卒ご理解、ご協力のほどお願い申し上げます。

ジュニア ホルスタインクラブ ウィンター スクール

令和1年12月14日(土)クレエにてメンバーとその家族、事務局〔総勢12名〕で『手作りピザ』にチャレンジしました。折角なので、生地やピザソースを一から作る場所から始めました。やってみるまでは、ハードルが高く感じられた

ピザ作りも、意外と簡単!!しかも、幼児から中学生まで、楽しく美味しく自分の食べたいピザを作ることができました。定番の具材だけでなく、鶏肉・ソーセージ・ホワイトソースなどいろいろなトッピングを用意し、各自思い思いに焼き上げたピザはとても美味しく、みんな夢中で食べてくれました。

生地の成形・トッピング作業は特におもしろかったようです。おとなも子どもも夢中になって楽しく取り組み、おうちへのおみやげも美味しくできました。短い時間ではありましたが、焼きたてのピザをお腹いっぱい食べることができ、楽しい活動になりました。

(記=事務局:桂)



生地をきれいに伸ばそう!



トッピングうまくできるかな?

後継牛確保のための繁殖戦略について

近年の生乳価格と個体販売価格の高騰により、所得は増加しているものと推定されます。しかし、今後の価格がどのように推移するかは不透明な状況です。この状況下においても、後継牛を十分に確保することはとても大切なことです。特に施設投資により規模拡大を図った農場では、経営改善計画とおりの増頭を確実に実践する必要があります。そこで今回は、後継牛を計画的に確保するための繁殖戦略を一緒に考えてみます。

1 目的に沿った交配計画を！

根室管内では雌雄判別精液（以下、判別精液）や和牛精液の利用が増加しています（表1）。また、受精卵移植技術（以下、ET）が向上するなど新しい技術を経営内に取り入れている農場も増えています。各精液や技術の特徴は表2のとおりです。

目標とする頭数を確保するためには、闇雲に判別精液や和牛精液・受精卵を使用するのではなく、戦略的に増殖計画を立てて適正頭数を確保する必要があります。例えば、規模拡大中であれば既存の施設で増頭分を管理できるか、預託を利用するかを考える必要があります（写真1）。また、和牛精液を活用する場合、和牛精液を付けすぎてしまい後継牛が残らないということも実際に起こっています。

表1 根室管内での判別精液利用と和牛交配の状況(根室生産連より)

	H20年	H25年	H26年	H27年	H28年	H29年
判別精液利用率(%)	1.4	6.7	7.4	10.4	12.9	12.6
和牛交配率(%)	14.2	18.3	20.8	21.5	22.7	24.8

表2
各精液・
技術の特徴

精液・技術	特 徴
通常精液	雌の確率50%前後
判別精液	雌の産み分けが90%
和牛精液 受精卵移植	生まれたF1、和牛で付加価値

写真1
旧牛舎をほ育施設に改造し
保頭数を拡大

2 管内の活用事例について

管内で判別精液と和牛精液を有効に活用している事例を紹介します（図1）。各農場を比較しやすい

くするために、頭数規模と分娩間隔は同じ条件に統一しています。

管内の現況は、判別精液利用率と和牛交配率（H28年）を用いて、ホルスタイン種の雌と雄、F1・ET幼牛の頭数を算出しました。

規模拡大タイプでは、頭数に必要な後継牛を判別精液を活用し確保しやすくしています。農場内で管理できない育成牛は町営育成牧場に預けています。

個体販売有利タイプでは、通常精液と判別精液、和牛精液の3種類をうまく活用しています。経産牛には通常精液と判別精液を使い、初産牛に判別精液と和牛精液を使い、雌子牛を確保しつつ、F1・ET幼牛を生産し個体販売で利益を上げています。

3 まとめ

経営の方針に基づいた精液や授精方法の選択によって、搾乳牛の適正頭数を確保することが重要です。

繁殖戦略を考えると、牛群に残す牛をどこで決めるかが肝要になってきます。受胎が遅れた牛を長く農場に残した場合、過肥や周産期のトラブルにつながり、増頭・更新計画に支障がでてしまいます。農場内で必要なホルスタイン種雌子牛の頭数を把握した上で、適時淘汰を行いましょう。

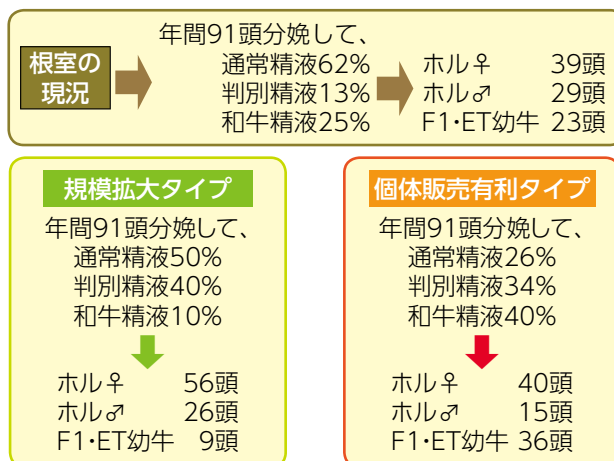


図1 根室管内の判別精液や和牛精液を活用した事例（経産牛100頭、分娩間隔400日の場合）

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

家畜改良課に相談だ。



種雄牛のDPRと 娘牛の繁殖成績および乳量との関連性

12月号で紹介した研究発表の続きで今回は高橋主任の発表を紹介させていただきます。

はじめに

中標津町農協管内では、近年種雄牛の娘牛妊娠率（DPR）を意識した種雄牛選定が増えている。しかし、繁殖形質は遺伝率が低く、乳量形質と相反する形質であるため、DPRの高い種雄牛からの娘牛では、繁殖成績が改善されないだけでなく、乳量低下を招いてしまう可能性がある。父牛のDPRが、娘牛の繁殖成績や乳量にどのようなことを目的として、本調査を実施した。

方 法

父牛DPRの四分位点に基づき、娘牛を4群に分け、以下の4項目の調査を実施した。

4群内訳： A群：0.7以上（205頭）、B群：－1.7以上0.7未満（207頭）、
C群：－3.1以上－1.7未満（256頭）、D群：－3.1 未満（130頭）

調査項目： ①初回授精受胎率
②初回授精に至る早さ（分娩後200日まで）
③妊娠に至る早さ（分娩後200日まで）
④305日期待乳量

結 果

- ①初回授精受胎率：群間で違いはなかった
(A群27.8%、B群23.7%、C群21.2%、D群17.8%)
- ②初回授精に至る早さ：A群は、D群およびC群よりも早く初回授精に至っていた
($P < 0.01$)。
- ③妊娠に至る早さ：A群は、その他の群よりも早く妊娠に至っていた ($P < 0.01$)。
B群はD群よりも早く妊娠に至っていた ($P < 0.05$)。
- ④305日期待乳量：群間で違いはなかった。

まとめ

繁殖形質は遺伝率が低いとされているが、種雄牛のDPRは娘牛の繁殖成績に寄与していた。種雄牛のDPRと乳量との関連性も見られなかった。以上の結果から、DPRの高い種雄牛を選定し交配することで、経済損失を出さず、娘牛の繁殖成績を改善出来る。



間もなく花粉症シーズン到来

健康科学アドバイザー●福田 千晶

地域にもよりますが、スギ花粉が多く飛散するのは、バレンタインデーからゴールデンウィークころの期間。春の日差しを楽しめる時期なのに、花粉症でうっとうしい日々を過ごす人も多いはず。

花粉症で毎年とても不快な思いをする人は、今年もまずは薬で対処するはずです。自動車の運転、危険を伴う作業、高い所での作業がある人は、眠くなりやすい抗アレルギー剤の内服は危険です。医師や薬剤師に、仕事やライフスタイルも話して、適した薬を選んでもらいましょう。薬での治療は、症状がひどくなってから始めるより、早めに開始した方が効果的です。特に抗アレルギー薬は、内服し始めてから効果が出るのに1～2週間かかります。地域によりますが、スギ花粉が飛び始めるのが2月中旬ですから、1月末か2月初めころには内服し始めると良いでしょう。そして花粉症シーズンになり、出現する症状に応じて他の内服薬、点眼薬、点鼻薬などを組み合わせることで症状を抑えましょう。

花粉症で大切なことは、なるべく花粉を浴びないこと。屋外での作業や外出時には、衣服はナイロン素材で花粉がツルリと落ちる物を選び、家に入るときは上着や帽子を脱ぎ、室内に花粉を持ち込まない工夫が大切です。これは、花粉症でない人も家族や職場で花粉症の人がいる場合は、協力しましょう。室内ペットが散歩から帰ったときも、体を洗ったり、ぬれタオルで拭くなど、花粉を落として入室することも忘れずに。

例年、花粉症でつらい思いをしている人は、長期にわたり効果が期待できる免疫療法や手術療法も検討してはいかがでしょうか？免疫療法は舌下免疫療法が保険適用になり、3～5年かかりますが毎日、少しずつ花粉エキスを入れることで花粉を異物と感じなくなる方法です。手術療法は耳鼻科を受診して適用になるか相談します。

花粉症の症状が原因での仕事の効率低下や事故を防ぎ、不快感を減らして乗り切りたいですね。



家の光図書 暮らしに役だつヒントがいっぱい！

今月の新刊

2020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。

食材も手間も最小限レシピで
今日も晩ごはん乗りきった。

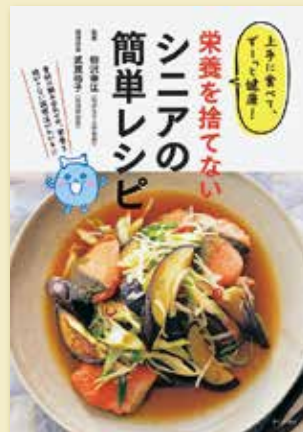


家事や育児、仕事に忙しい主婦に向けた“やる気のいらない晩ごはん”レシピ。玉ねぎの代わりに豆腐を入れたハンバーグやフライパン1つで出来るグラタンなど驚きの時短テクが満載。もう夕食作りに悩まない！

「がんばらない」ごはん
研究会編

定価：1,200円+税

上手に食べて、ずーっと健康！
栄養を捨てないシニアの簡単レシピ



低栄養になりがちなシニアの食事を改善！野菜、肉、魚介の食材別に栄養素のはたらきをわかりやすく解説。手軽に作れて、栄養をより効率よくおいしくとれるレシピも多数掲載。栄養素図鑑付きで楽しく学べる。

柳沢幸江監修、
武蔵裕子調理指導

定価：1,400円+税

行事予定表

2020年1月 組合動静

7 (火)	業務始め
9 (木)	第9回理事会
14 (火)	内部監査(期中Ⅲ)～17日、ルーキーズカレッジ
15 (水)	ホクレン十勝和牛市場
20 (月)	中標津乳牛改良同志会総会、ホクレン根室乳牛市場
21 (火)	女性部新年恒例会、ルーキーズカレッジ
27 (月)	畑作対策協議会総会
28 (火)	第5回生産委員会、ルーキーズカレッジ
29 (水)	第5回営農委員会
31 (金)	第10回理事会

2020年2月

1 (土)	信用業務検定
2 (日)	
3 (月)	
4 (火)	根釧合同JA役員研修、ルーキーズカレッジ
5 (水)	
6 (木)	ホクレン根室乳牛市場
7 (金)	根釧合同冬期JA監事研修会
8 (土)	なかしべつ冬まつり
9 (日)	なかしべつ冬まつり
10 (月)	
11 (火)	建国記念の日 ホクレン十勝和牛市場
12 (水)	スマイルサポーター全国交流集会～14日 ルーキーズカレッジ
13 (木)	役員推薦会議
14 (金)	あるる利用者懇談会
15 (土)	
16 (日)	
17 (月)	金融研究会
18 (火)	定例自治監査～20日、北農健保健康相談～19日、 ルーキーズカレッジ
19 (水)	共用端末研修会
20 (木)	
21 (金)	第4回管理購買委員会
22 (土)	
23 (日)	天皇誕生日
24 (月)	振替休日
25 (火)	第11回理事会・理事会推薦会議、第8回監事会
26 (水)	
27 (木)	ホクレン根室乳牛市場
28 (金)	地区別懇談会
29 (土)	

ベジタブルライフ

ニラ

元気の源! スタミナ野菜

ニラのプロフィール

解説: KAORU

【分類】ヒガンバナ科ネギ属
【原産地】東アジア
【おいしい時期(旬)】通年だが主に春(3～6月)
【主な栄養成分】アリシン、β-カロテン、カリウム、ビタミンK、葉酸など

見分け方

葉の幅が広めで、肉厚
葉先までピンとしている(鮮度良好)
美しい緑色で、張りツヤがある
切り口がみずみずしく香りが良い

保存方法

傷みややすくデリケート。2～3日以内に使い切ろう
調味料として活用! 刻んでみそやしょうゆなどに漬けておく
冷蔵保存: 冷蔵庫の野菜室で立てて保存。全体をラップで包むか乾燥しないよう新聞紙などで包んでポリ袋に入れる
冷凍保存: 1カ月ほど保存可能。そのまま汁物や鍋物、炒め物に! 洗って水気を拭き取り、使いやすい大きさにカット、小分けにしてラップに包むか保存袋に入れる

ニラのいろいろ

葉ニラ

一般的な緑色のニラで、長さは30cm程度。特有の香りが特徴。炒め物、鍋物、汁物の他、刻んでギョーザ、チヂミ、たれに入れるなど、使い方は多様

黄ニラ

日光に当てずに軟白栽培したもので、別名「ニラもやし」。薄い黄色で、柔らかく、香りも優しい。味はほんのりとした甘味があり、癖がない

花ニラ

葉ニラの茎が伸び、つぼみが付いた状態。花茎とつぼみを食べる品種。甘くて柔らかく、歯応えが良く、香りはマイルド。油で炒めると食感の良さが楽しめる

ネギニラ

ネギと交雑育種された新品種。葉幅が広く、ボリューム感があり、調理しても存在感がある。食べ応えも十分

楽しみ方・食べ方のコツ

一年中出回るため、夏バテ予防のスタミナ食材として、また冬の風邪予防にも。春は比較的柔らかく、優しい味わい

昔も今も元気の源

中華料理・韓国料理・日本料理

レバニラ、ギョーザ、ニラ玉、春巻き、焼きそば、チヂミ、ナムル、みそ汁、もつ鍋、おひたし、天ぷら

香りや風味: シャキシャキ 4倍
根元に近い白い部分は食感と香りが強く、アリシンが葉先の4倍以上含まれるといわれている

鮮度が良ければ生でもOK
生春巻きやサラダ、スープや麺類のトッピングに。下処理不要で手軽に使える

加熱は短時間で
炒めるときはサッと、汁物や鍋物には最後に加える

香りや食欲増進
葉先より根元を利用すると、肉などの臭み消しになりビタミンB1の吸収も高める!

味わいや風味に深みが出る同じユリ科の仲間、ニンニクやネギと併せて使う

ニラのチカラ

アリシン: ニンニクやネギにも含まれる強い香りの成分。ビタミンB1の吸収を高めて糖の代謝を促進する働きがあり、疲労回復やスタミナ増強に役立つ

β-カロテン: 緑色の部分に多く含まれる。抗酸化作用があり、免疫力向上、風邪予防、美肌、老化予防に効果が期待できる

葉酸: 増血作用があり、貧血予防に効果的。女性は特に不足しやすい。妊婦の方にも有効

ビタミンK: 骨の強化や健康維持に役立つ。止血作用もある

カリウム: 利尿作用がありむくみの改善に効果的。高血圧予防にも

ニラのヒミツ

歴史: 日本へは中国から伝来

『古事記』には「賀美良(かみら)」という名前が登場
平安時代の薬物事典『本草和名』にも「葎(ニラ)の和名は古美良(こみら)」と記されている

イラスト: 小林裕美子