

JA 中標津町農業協同組合



01

2022
January
Vol.565

夢広がる なかしべつ

I
N
D
E
X

- 新年のご挨拶…2～6
- 青年部のページ…7
- 夢広がるQUIZ、読者の声、今月の運勢…8～9
- **特集** 日本の行事食カレンダー…10～11
- 技術の扉～北海道が推奨する乳牛ふん尿のチモシー主体採草地への利用法…12
- 普及の窓～乾乳期は過密を避けよう…13
- なかのう通信…14
- 家族の健康・今月の新刊…15
- 気ままなエッセイぬく森・年末年始業務のお知らせ…16



ケータイ用
QRコード

公式Webアドレス

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



迎春



健やかな寅年に

JA NAKASHIBETSU

謹賀新年

中標津町農業協同組合

令和四年 元旦



代表理事組合長	高橋勝義
副組合長理事	飯島浩
営農委員長理事	永芳晴
生産委員長理事	房喜洋
理事	田世一
理事	遠昭男
理事兼務参事	宮本博司
理事兼務信用部長	渡辺秋男
代表監事	上島利春
常勤監事	中村正哉
監事	塚広文
員外監事	大西浩己



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



2022年元旦を迎え、ご家族揃って気持ち新たに一年の事なきを得る事をお祈りしている事とご推察申し上げます。新型コロナウイルスが発生して3年目を迎えました。昨年のオリンピック後、ワクチンの普及が進み、日本全体が少し落ち着いてきたように思えます。しかし新たな変異株が南アフリカから世界に広がりが見られる等、今後も注意しながら行動、経済活動をしなければと考えております。3回目のワクチンも12月より、約8ヶ月程度経った方より始まっており、重症化しないためにも積極的に接種してもらう事でお互いに安心、安全な日常生活ができるようになる事を祈る次第です。

昨年中は農協事業運営に多大なご支援、ご協力をいただき感謝申し上げます。各関係団体、組織、企業、町内外の多くの皆様にも事業をご利用いただき、厚くお礼申し上げます。

昨年の12月上旬に地区別懇談会を開催し、生産者の成果、上期の事業概況をご説明させていただきました。コロナによる経済活動の停滞による消費の冷え込み、ホテル、会食、イベント、観光が特に影響が出ており、牛乳・乳製品をはじめ、米・畑作物が価格、出荷対応で苦労した事、さらに生乳は3月までのところで処理不能な最悪のケースも想定されることから、ホクレンと令和3年に生産量の契約量を守ってほしいとの事、また令和4年度の出荷においても前年の量が基礎数量になるようにとの事を、ご説明し、対策案等多くの意見をいただきました。

また、糞尿流出の件の経過から改善対応、今後の施設の許容スペースが十分であるか等、散布状況、雨水対策等の厳しさを増す事へご協力を願いました。

さらに当農協で発生した不祥事についても、経過説明から処分までの事について各地区多くの意見をいただき、厳しい対応を含め役員会に報告する事を申し上げ、終える事ができました。

有難うございました。

次に生産状況をご説明いたします。酪農部門では4月以降の生産計画は6月にホクレンと出荷契約をしております。105.6%の伸びに對し、11月末で107.2%と大きくオーバーしており、通常は頑張りには喜ぶところでありますが、前述に申し上げた状況であり、対策、情勢を伝え個人枠へ近づけてもらうべき対応に苦勞する事と思いつつ、ここを乗り越えなければ次に繋がないと、3000万円対策にてご協力を願いながら生産者、乳業会社、各組織、最後は国にコロナ災害へ向けた対策を強く求めてまいります。12月が大きな国家予算決定月であり、現場の声を伝え、皆様の苦勞を報いなければと、報告は新年号より早くお伝えできるかもしれません。

畑作は天候不順により苦勞の多い肥培管理がありました。各作物、収量的には平年作となり単価的に大根、ブロッコリー等がコロナの影響を受けました。全道的には夏場の干ばつの影響を受け、不作な地域が多くありました。

さて農協事業の取り組みです。コロナ感染者数が非常に少なく、北海道で1ヶタ、東京始め各県も1ヶタから2ヶタ程度で推移しており、人の流れ、物の動きが期待できますし、研修、大会、イベントも再開へ向け活発になれば、ある店舗、スタンド、乳製品工場の製造も増えてくる等で、明るい陽ざしに期待できるよう引き寄せなければなりません。町の中で取り組んでおり、空気、熱量を感じる日々が早く戻るよう、役員皆様あげて事業展開してまいります。組合員皆様もご協力、ご支援を重ねてお願い申し上げます。

購買事業でも変化があります。飼料の円安、船便の値上げ、輸送の遅れ等により、相場が高い方に引っ張られ、中国がまとめ買いに走るなど安定が見えず、ここでも資源のない国の弱さが出ております。更に肥料の世界は年末から厳

しさを増し、現場に不安を呼んでおります。系統、民間がそれぞれの組合員対応をしていますが、民間の原料確保がむずかしく、系統は在庫に余裕を持ちながら対応していましたが、民間より系統へお願いする事例も増えてきており、せめて組合員分をしつかりカバーするためホクレンと対応しております。これも中国で原料を国内優先とし国外へ出すことをコントロールしている事が原因との情報であります。

燃料価格も、今後も更に上がる傾向にあり、このことが石油製品の価格に確実に影響が出てくるとみられますが、共同仕入れ等をしながら負担を軽減してまいりますので、ご理解を願うことが多くなるかと思っております。

こうして何点かにしぼり見通しについてお話ししましたが、この一年は明るい話題より、慎重に事を進める事が大事な年になると思っております。コロナの後遺症に日本の政治がしっかりと国民を守り、食糧基盤を支えるための姿勢を私どもに見せていただきたく、農業基盤は一度壊れると回復するには時間とエネルギーが必要になります事を肝に銘じてお示しいただきたく願っております。

令和4年度へ向けての方向性、取り組みを整理してまいります。まずは3月末に向けて各事業計画以上を目指し、組合員にお示しできるよう、役員努力してまいります。まだしばらく冬期間が続きます。病気、ケガ、事故に十分注意いただき、令和4年の営農計画へ向けて取り組みの確認をいただき、みんなでコロナを乗り越える気持ちを高め、力強く前進する事を改めて誓っていただきたく思っております。

元旦は一年のはじまりです。実現に向け農協あげてお手伝いさせていただきます。この一年も皆様にとって満足できる年となる事を心からお祈り申し上げ、新年の挨拶といたします。

令和4年の年頭にあたり

北海道農業協同組合中央会

代表理事会長 小野寺 俊 幸



新年あけましておめでとうございます。組合員並びに役職員の皆様には、コロナ禍にあってもその苦境にも負けず、日々営農に更に邁進されておられることと存じます。

また、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も、改めて敬意と感謝を申し上げる次第であります。

昨年の北海道農業につきましては、春先は天候に恵まれ順調に推移したものの、7月～8月にかけての長期間の猛暑や少雨による干ばつ、また、9月に発生した雹や大雨により、一部の地域や作物によつては、生育が大変、心配されたものの、おおむね平年作を確保することができました。

しかしながら、一昨年から引き続き、新型コロナウイルスとの戦いが長期化し、今までの日常とは大きく変化した1年でありました。農業分野においても例外ではなく各種イベントの自粛、外食の需要減少等の影響により、各作物の消費に大きな影響が出ています。

今後は作物ごとの実態を踏まえた、国

産・道産農畜産物の需要喚起・消費拡大を図るとともに、外国人技能実習生が外国にも影響があり、農作業の人材確保にも大きな課題となっておりますので、北海道、全国連とも連携し、JAグループ北海道としてしっかりとその対応を図ってまいります。

昨年は第30回のJA北海道大会を開催し、「北海道550万人と共に創る『力強い農業』と『豊かな魅力ある地域社会』の達成」という将来ビジョンが決議されました。

コロナ禍やデジタル化への対応、SDGSへの貢献、信用・共済事業をはじめとしたJA経営を取り巻く事業環境への対応など、北海道農業、JAグループ北海道を取り巻く環境が急激に変化しており、このような環境に適応していくには、改めて、協同組合運動の原点である「対話」を通じて、実践方策を設定し、実践と改善をくり返すことで、変化の波をJA運営に取り込んでいくことが必要であり、組合員・役職員が一元となつてしっかりと取り組んでいくことが重要となります。

結びになりますが、本年は壬寅年です。十千の「壬」は陽気を下に宿すという意味を持っており、生命の誕生を宿す意味を表します。一方、十二支の「寅」にも壬と同様で、草花が伸びようとする状態を表しています。この謂われにあやかり、本年が豊穡の年となること、新型コロナウイルスの1日も早い終息と皆様のご健勝をご祈念申し上げ、年頭のご挨拶いたします。



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 志 鎌 広 勝



新年あけましておめでとうござい
ます。組合員の皆さまには、希望に満ちた
新年を迎えられましたこと、心よりお喜
び申し上げます。また、日頃より普及セ
ンターに対するご理解とご協力を頂いて
いることを心より感謝申し上げます。

昨年を振り返りますと、天候は一時期
の高温や強風などありましたが、概ね好
天に恵まれた年でした。牧草は一昨年同
様、融雪が早まったため萌芽は平年より
も10日近く早まり、5月は好天に恵まれ
作業は順調に進むとともに一番草の生育
も平年並みに推移しました。収量は、6
月前半の高温により生育が停滞したた
め、収穫が始まった6月中旬は例年より
低く、収量を確保するため作業を遅らせ
た方も見られました。しかし、収穫作業
は期間中の好天に恵まれ収穫期と収穫終
わりは平年より10日ほど早く、前半の収
量は少なかつたものの品質の良い粗飼料
が確保出来ました。二番草は再生時期と
なる7月中下旬に高温少雨で生育は停滞
しましたが、8月以降の降雨により生育
は回復し平年並みの収量となりました。
総じて、昨年の牧草は消化性が高く、品
質の良いものが収穫出来ました。飼料用
とうもろこしは種作業が早まりその後
の生育も順調で、8月上旬の強風と大雨
により折損なども見られましたが、T D
N収量は平年に対して今年も10%以上高

く豊作年となりました。

畑作は馬鈴薯・甜菜ともに生育は順調
で、澱粉価と糖分は若干平年を下回りま
したが、収量は平年より高く澱粉と糖分
の収量は平年を上回りました。野菜は皆
様のご努力により害虫の発生も低く抑え
られたものの、だいいんは高温障害など
で販売額が昨年を下回ると伺っておりま
す。

さて、一昨年からのコロナ禍により生
乳の需給バランスが崩れ、生乳生産の抑
制が図られております。貴JAは11月に
独自の支援策を策定され、皆さまの経営
を守りながら生産抑制を図られていま
す。しかし、燃油や資材高騰により経営
は大きな影響を受けており、その影響は
平成20年代前半にあった肥料や燃油高騰
と生産調整が同時に起こった以上と推察
いたします。

以前の生産調整は、購入飼料の給与抑
制や初妊牛・後継牛の販売などで一時的
には整いましたが、生産基盤が崩れ、そ
の後の生産に大きな痛手を残しました。
今回はその教訓を生かし、妊娠牛の安定
確保に向け給与飼料の濃度を下げること
なく、駄牛の早期淘汰や乾乳にする前に
潜在性乳房炎の治療の実施、ロボット搾
乳では安価になった初妊牛を販売せず更
新に用い搾乳リスクを下げるなど様々な
抑制の対策を講じられていることと思

います。資材高騰により増産で所得を確保
しようと考えていた方もいる中、強制的
に立ち止められた今、環境・技術・経営
を見つめ直し、両手から逃げていく所得
を逃さない策を見いだし、実行する機会
とされてはいかがでしょうか。

そのためには、家族や農場に従事する
方の協力と共に、客観的な数字が必要に
なります。その数字は経営主の方だけが
把握するのではなく、技術的な数字は外
国人技能実習生をはじめ農場に従事され
る方全員で、経営に関わる数字は家族全
員で把握し、目標を見据え行動する必要
があります。経営主が一人で背負うより
も家族で見ることが気付くこと、ロスを
少なくすることは多くあると思います。
どうかこの抑制を考えるための一休みと
捉え、ご家族全員で話し合わせ、調整解
除後に無理なく目標である一頭30万円の
所得が得られる体制を整えてください。
普及センターは、皆さまがこの苦難を
乗り越えるためのヒントとなるような情
報提供など、微力ではありますが支援に
取り組みたいと考えております。
結びに、生産抑制が図られる年となり
ますが、皆さまにとって良い一年となる
ことと合わせ、本年が天候に恵まれ総り
多い年になることをご祈念申し上げ、年
頭のご挨拶とさせていただきます。



第2回

青年部勉強会

11月25日(木)に寿宴のミドルホールにて、青年部組織強化委員会主催の勉強会を開催しました。

今年度第2回目の勉強会は㈱コーンズ・エージー様、デラバル㈱様、北海道オリオン㈱様の3社を講師としてお迎えし、各社20～25分講義いただき、講義後それぞれ5分間ほど質疑応答の時間を設けました。

講義内容は、各社が取り扱う搾乳ロボットの説明、特徴、他社に負けない点や既存牛舎に施工する場合のレイアウト（長所、短所）や新築牛舎のレイアウト（長所、短所）についてで、特に搾乳ロボットで期待されることは搾乳作業からの解放による労働量の軽減と人件費の削減、データを活用した飼養管理の充実、アニマルウェルフェアの向上、プログラミングによる配合飼料の調整と搾乳回数増加による産乳量の向上、ロボットの発情発見による繁殖性の向上、AIによる病気の早期発見があげられます。

講義の終わりには全体を通しての質疑応答の時間も用意し、様々な質問が飛び交い、部員含め全員が真剣な表情で聞き入っていました。

講義を終えて搾乳ロボットというのは3社それぞれ特徴があり、長所、短所、既存新築のレイアウト、寒冷



対策など興味がある話を聞けてとても勉強になりました。

コロナ渦のため、お弁当などはお持ち帰り、もしくは会場にて黙食を推奨し、感染防止に努めました。今回の勉強会のロボット導入というのは大変な費用がかかる投資ですが、部員それぞれが考え、行動する時のひとつの起点となればと思います。

(記＝佐藤 恵悟)

根室地区農協青年部連絡協議会と

ホクレン中標津支所との意見交換会

11月26日(金)に根室地区農協青年部連絡協議会とホクレン中標津支所との意見交換会が行われました。

はじめにホクレン山本支所長より「本年度の根室地区受託乳量は全道2位と好調ではあるが、脱脂粉乳が過去最高の出来で生産調整の危機である。ホクレン・青年部と連携を図り乗り越えていきたい」と述べられました。

今回は「ホクレンの役割、指定団体について」の議題に沿って、事前に提出してある質問に答えて頂きました。

①前回の生産調整で牛の頭数を減産したことによって、終わった時には牛が少なく復旧するのに時間を要した。どうしたらよいか。

答 まず、各農家の状況に応じて生産基盤を損ねないような早期乾乳と治療牛等の淘汰を行って欲しい

②いつまで生産調整が続くのか。
答 見通しが立たない。コロナ以前に回復しても脱脂粉乳・バターの在庫が積み増す傾向にある。脱脂粉乳の輸出は主要乳業者において検討を進めていると聞いている。

③生産調整は途中で戻るのか。

答 脱脂粉乳の在庫が多いので、年度途中の方針転換は無いと思われる。戻るには消費が爆発的に増えなければならない。

④牛乳に掛かる輸送費の見直しは。

答 Jミルクが主催する酪農乳業意見交換会でも費用負担のあり方について協議を継続している。

⑤牛乳の消費が伸び悩むが対策を講じているか。
答 ミルクランド北海道での活動、テナントショップでのPRを行い、需要の掘り起こしを行っている。また、冬に向けて新たな企画を練っている状況。青年部としても前面にPRして欲しい。

既に始まった生産調整ですが、僕達が出来た事は回復した時に好スタート出来る様、牛の管理を見直し、また青年部活動を通して牛乳の魅力を発信していくことだと感じました。

(記＝小出 信彦)



新年のご挨拶

青年部 部長

櫻坂 晃史



新年明けましておめでとうございます。また日頃より我々青年部の活動に対し、ご理解とご協力を賜わりまして誠にありがとうございます。

昨年の青年部活動を振り返りますと、一昨年から新型コロナウイルスの影響が依然として続き、多くの事業を断念せざるを得ない状況となりました。

そのような状況の下ですが、前年度の経験を活かして、しっかりとコロナウイルスの感染予防対策をした上で試行錯誤をし、少しずつ活動の幅を持たせる事が出来ました。

食農教育委員会では町内の各小学校への出前授業を、組織強化委員会では設備投資等の勉強会を行い、また、全体事業では、じゃがいも伯爵まつり＆ふれあい広場の代替イベントとなりましたが、『伯爵いもドライブスルー販売』と『親子芋掘り体験』を2年ぶりに中標津町商工会青年部の皆さんと共に無事に開催することが出来ました。

一年を通して中標津町でも一時的に感染者数が増えたり、緊急事態宣言等で活動が停滞したりする時期もありましたが、青年部の皆様を始め、組合員、農協職員の皆様の多大なるご支援とご協力をいただきまして無事に事業を進める事が出来ました。

この場をお借りし、感謝申し上げます。

新たな一年が始まりましたが、これまでのコロナ禍に加え、農業を取り巻く情勢も生産調整の影響や資材価格の高騰などにより、ますます厳しくなることが予想されます。我々青年部も生産者として牛乳・乳製品の消費拡大につながる活動をはじめ、少しでも状況が好転するような努力を積極的に行っていきたいと思っています。

結びになりますが、本年も青年部の皆様をはじめ、組合員、農協職員の皆様にはご迷惑をお掛けしてしまう場面もあるかとは思いますが、中標津の農業を守るために頑張っ参りたいと思っておりますので、今後ともご理解とご協力を賜りますようお願い致します。



新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。日頃より女性部活動に對しましてご理解とご協力を頂き心よりお礼申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルスのワクチンが開発され、世界中でワクチン接種が行なわれたことにより重症患者の人数が減り、医療機関も落ち着いて来ました。日本でもワクチン接種が行なわれ、延期になっていた東京オリンピック・パラリンピックも何とか開催され、日本選手団の活躍に多くの感動を頂く事が出来ました。

その様な状況のもと、私達女性部は、前半については活動を自粛いたしました。後半になり緊急事態宣言が解かれたことを機に、感染防止対策をしっかりと行い活動を再開いたしました。10月に料理教室（アップルパイ作り）、11月にソーセイジ・チーズ作り、子牛に関する勉強会、12月にはアレンジフラワー（お正月飾り）作りと少人数ずつではありましたが、部員同士が久しぶりに顔を合わせ情報交換することが出来ました。

子牛の勉強会では、各部員が日頃の疑問や教わりたいことをそれぞれあげ、講師の方に解決して頂くという参加型で、楽しく教わり大変有意義な時間となりました。アレンジフラワーでは、各部員のセンスが表れ素敵な作品が出来あがりました。講師の皆様には大変お世話になりました。ありがとうございます。

今もなおコロナ感染対策に気を抜けない現状ではありますが、安心して過ごせるよう早期終息を願いつつ、私達女性部は前へ進んで参りたいと思います。

最後になりましたが、今年も私達女性部に変わ

らぬご指導ご協力をお願いすると共に、皆様のご健康とご多幸を祈念申

上げまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

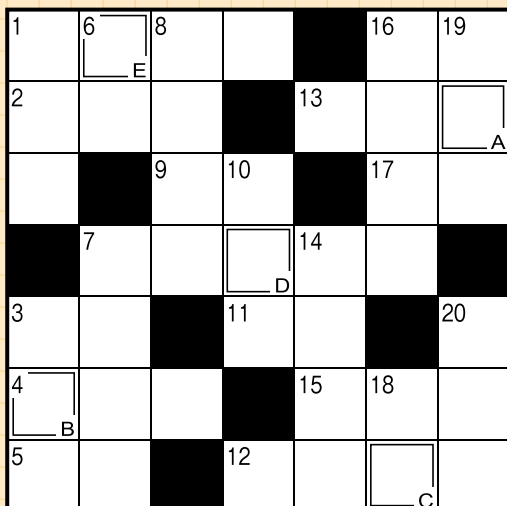
女性部 部長

遠藤 美智子



第1問 クロスワード

出題：ニコリ



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？

タテのカギ

- ① オイルショックともいわれる——危機
- ③ 分度器で測ります
- ⑥ 栗の実のトゲトゲ
- ⑦ 春の七草の一つ。ダイコンのことです
- ⑧ 遊園地で——コースターに乗った
- ⑩ おでんに添える黄色い薬味
- ⑭ 年下の女きょうだいのこと
- ⑯ 屋外で行うことも多い教科
- ⑱ ミカンのものは手でむけます
- ⑲ おしゃれな——でランチを楽しんだ
- ⑳ 「オリオン」「おおいぬ」「カシオペア」といえば

ヨコのカギ

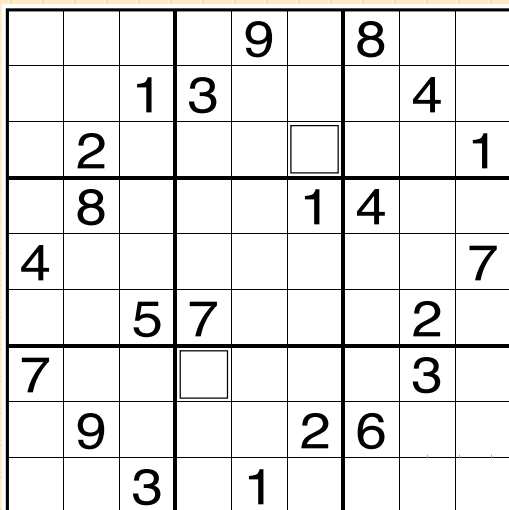
- ① 1月の第2月曜日は——の日。国民の祝日です
- ② 旅支度で、旅行かばんに——を詰めた
- ③ 下手な鉄砲も——撃ちゃ当たる
- ④ 北海道東部の市。自然豊かな湿原が有名です
- ⑤ 水が混じって軟らかくなった土
- ⑦ これが三つで三振
- ⑨ 土を盛り上げて作ります
- ⑪ 植物の葉や車の窓などに氷の結晶が付いたもの
- ⑫ 「住めば都」とか「猫に小判」とか
- ⑬ 果物——を使ってリンゴをむいた
- ⑮ 遠回りをすること
- ⑯ 初夢で見ると縁起が良いといわれる鳥
- ⑰ やっぱり自分の——が一番落ち着くなあ

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。



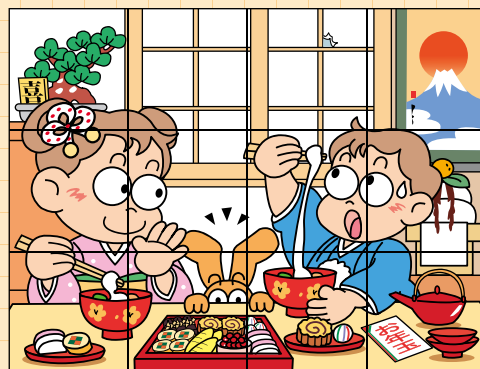
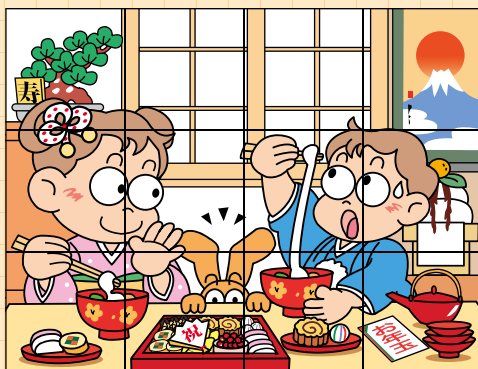
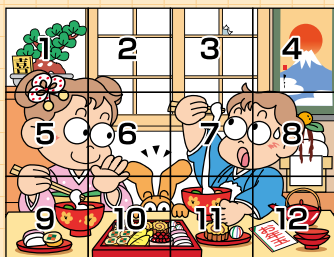
夢広がる Quiz

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7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。

12月号クロスワードの解答
『プレゼント』

読者の声

● 高校生の息子達に毎朝早起きし、牛舎に行く前に弁当を作っていた頃が懐かしい。流し台に立ち、内窓を開け、外のニレの木に向かつて、おはよう、と言うのが作業の始まり。その木には穴があいていて、住人がいました。最初はリスかな？と思っていたのですが、エゾモモンガでした。間近で忙しく動きまわり、大きなおめが、なんとも可愛いかったな。今年やっと子供達全員が結婚したので、子育て卒業です。これからは、子供達家族の幸せを願います。

▼PN/ばあちゃん

● 師走、令和3年度は新型コロナウイルスに始まり、コロナで終わるような？一年だったですね。日増しに寒さも厳しくなり、雪も何度かチラチラ降り、また冬将軍がやってきますね！（車の運転、心配ですよ...）今月のクイズの答えは（プレゼント）かしら？今月は誕生日なのでプレゼントは何か？知人からいただけるでしょうかしらねえ？残すところ後わずかです今年も終わりますが、来年こそは希望の自由な行動のできる年になるように祈ります。

▼PN/夢

● 今年も残り残したことがたくさんあるまま、年末になってしまいました。旅行に行きたい所はたくさんあるのに、まだまだ不安。あく、歳だけとっていく。健康でなければならぬですね。健康、そして、消費拡大のためにも毎日牛乳！豆乳ブームにも負けるな！！

▼PN/サントス

● 雪も降らず、比較的気温も下がらずのきやすい日々が続いていましたが、今日12月17日は昨日未明からの雪が降り続き午後

なっても降り止まず、きつと根雪になるのでしょう。今年も残すところ10日余り。コロナ禍の中で一年が始まり、そして今また新しい変異株オミクロン株の感染が心配されるなかで暮れていく年となっています。新しい年2022年とはどのような年になるのでしょうか。日本中・世界中の人々にとって安眠できる日が来ることを願わずにはいられません。夢広がるなかしべつ、を愛読の皆様、どうぞ良いお年をお迎え下さい。

▼PN/コスモス

● 12月中旬過ぎて、やっと雪が積もりました。急に寒くなり、あちこち冷え始め、人も植物も慣れないのであせつてしまします。暮れにはこどもたちも帰省するのでいろいろ準備中。楽しい時間が過ぎると良いなと思っています。体調管理に万全を心がけます。

▼PN/楓風

● 今年を振り返り、久しぶりにゆっくりしています。家庭菜園もじやがいも・とうもろこし・その他豆類8種類などいろいろ作り、豊作でした。多くの人々に分けてあげ、食べて楽しめました。気になる事は特に小豆や大納言小豆を味良く作る方法を知りたいです。また、秋には山ぶどうやこくわがたくさん採れて中標津の山林すごいです。

▼PN/K・M

● 今年も残すところ後10日程。あれこれとやらなければいけないことが山ほどあるのだが、クリスマスプレゼントをもらったのは何十年前だろうか？子どもたちにプレゼントを用意したのもずいぶん前のことのように思う。今年のクリスマスに友達にフルーツケーキを贈ることにした。ずいぶん前にも贈ったことがあり、またほしと言われ、嬉しくて贈ることにした。

▼PN/北のガーデン

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 やるべきことが多い中何に着手すればいいのかわかりにくいです。計画を立て着実に。好結果が待っています
健康運 適度に体を動かすのが一番の健康法
幸運の食べ物 ナバナ



牡牛座

4/20~5/20

全体運 好調運です。やりたいことをリストにし今年の目標を立てて。実り多い年にできます。技術の取得にツキあり
健康運 痛いところがあるときは無理をしないこと
幸運の食べ物 ヒラメ



双子座

5/21~6/21

全体運 つい、うっかりしてしまいがち。安全点検はしっかりと。いつも使う物は特に入念に手入れをしておきましょう
健康運 記録にこだわらず運動を楽しんで
幸運の食べ物 チコリ



蟹座

6/22~7/22

全体運 交友関係が活発化。1人では難しいことも協力者を募れば何とかなります。知恵を借りるときは謙虚に話を聞いて
健康運 食事はバランス良く。野菜多めが◎
幸運の食べ物 フキのとう



獅子座

7/23~8/22

全体運 「いつもと同じ」が幸運のキーワード。伝統や習慣を大切に。手間のかかる作業を丁寧に進めれば問題も解決へ
健康運 好きな運動ほど健康効果が高そう。楽しんで
幸運の食べ物 小松菜



乙女座

8/23~9/22

全体運 少し暴走気味の傾向はあるものの発展的。周囲の意見を聞くよう心掛けて。一緒に喜んでくれる人がいるのが大事
健康運 あったか靴下で足元を冷えからガード
幸運の食べ物 ヤマトイモ



天秤座

9/23~10/23

全体運 にぎやかなお正月に。忙しさはあるものの周囲の笑顔があなたを幸せな気持ちにしてくれます。連絡は小まめに
健康運 グループで運動を楽しむながら健康維持に
幸運の食べ物 ダイコン



蠍座

10/24~11/22

全体運 少し遠出して行動範囲を広げると幸運をキャッチできます。小旅行も吉。手紙やメールの返信は早めに
健康運 食事は目でも楽しみ、腹八分目を心掛けて
幸運の食べ物 ミカン



射手座

11/23~12/21

全体運 先を急ぐあなたに周りが右往左往。多少言い争いはあるものの楽しい期間です。話を聞く耳を持つと発展的に
健康運 力を出せます。動き過ぎには気を付けて
幸運の食べ物 シュンギク



山羊座

12/22~1/19

全体運 ハッピーな年明けです。あなたの行動が周りの人も幸せな気分。楽しい予定を立てて。人の世話を焼くのも◎
健康運 頭や首のつぼを刺激してストレスを軽減
幸運の食べ物 ハクサイ



水瓶座

1/20~2/18

全体運 上昇運です。定まらないことを形にしていくな作業にツキがあります。年間予定を立てるなど前向きに動いて
健康運 楽しみながらできる運動でパワーアップ！
幸運の食べ物 クワイ



魚座

2/19~3/20

全体運 考え過ぎは禁物。結論が出ないことは少し横に置いておいて。時の流れに任せ方が正しい方向へ。おしゃべり吉
健康運 質のいい睡眠は元気の源。枕選びにこだわって
幸運の食べ物 マダイ

私たちの歴史・文化を見直そう

日本の行事食カレンダー

季節ごとの行事やお祝いの日に食べる
特別な料理、「行事食」を通じて
私たちの歴史や文化を再確認してみませんか。

監修:奥村彪生料理スタジオ イラスト:とよだ時

一月

正月 ● 雑煮
7日 ● 七草がゆ
15日 ● 小豆がゆ



雑煮は室町時代、京都で生まれたといわれる。今は家内安寧、家業繁盛など人それぞれの願いを年神様に祈り祝う。七草がゆは平安時代、殿上人の叙位の日に当たり、名を成すに掛けて食したそう。15日の小豆がゆは豊作を祈って奈良時代から食している。

二月

節分 ● いり大豆
● イワシ

大阪では大正時代、イワシと麦飯を食って長寿を祈った。玄関にイワシの頭とヒイラギを飾るのは臭いととげで病魔を追いやるため。イワシの頭も信心から。



三月

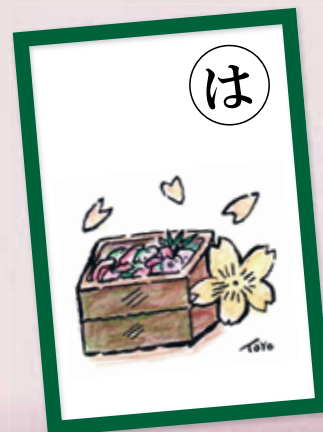
ひな祭り ● まぜずし
春の彼岸 ● ぼた餅



まぜずしに上置きする錦糸玉子、紅しょうが、絹さやなどの彩りは春の明るさを表現する。貝は家持ちで金に関する漢字が多い。「入るを企てて出るを制せば財を成し、散財すれば貧する」。春の彼岸は花の季節に合わせたぼた餅。

四月

花見 ● 花見弁当



人はなぜかすみたる空にはんなりと咲く妖艶な桜の花に酔う。元禄の頃、旦那衆の花見弁当は豪勢だった。欠かせないのは桜餅。江戸は小麦粉の焼き桜。上方(京坂)は蒸した道明寺粉。塩漬けの大島桜の葉がかぐわしい。

五月

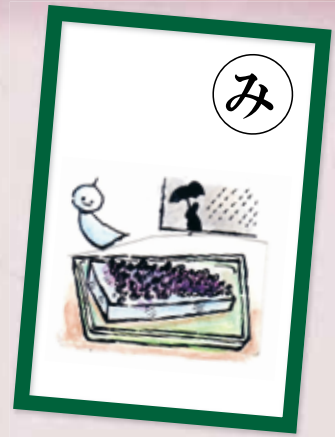
いづもの日 ● ちまき
● かしわ餅

ちまきは弥生時代からある。粽(ちまき)で角形の筒を作ってもち米を入れた。今はうるち米の粉(うるち米の粉ともち米の粉を混ぜたものもある)を用い、ササの葉で包む。ササの爽やかな香りで保存性を高める。かしわ餅は江戸中期から。西日本にはサンキライの葉を用いる土地もある。



六月

茅の輪くぐり ● 水無月（外郎（うしろ））
夏至 ● タコ



雨が多い月なのに水無月とはこれいかに。行事食は少ないが、京都では甘煮の小豆を散らした水無月と呼ぶ菓子を食す。残り半年の無事を祈るためだ。土地により、夏至にタコを食す。

七月

七夕（しちせき） ● そうめん
『万葉集』 ● ウナギ

なぜ、たなばたという。飛鳥・奈良時代、神に供える絹布を織る機をいった。織る女の技術の上達を乞い、索餅（さくべい）・そうめんの祖を糸に見立ててけん牛、織り女の両星に供えた。ウナギは「夏痩せによし」と言ふものぞ鰻（むなぎ）取り召せ」と『万葉集』にある。

八月

盂蘭盆会（うらぼんえ） ● 精進料理



お盆は先祖の供養だけではなく、夏作物の収穫祭でもあった。精進料理を作って供え、かつ食した。今は作る家は少ない。精進揚げでも作って盛夏を乗り切りたい。タンパク質や炭水化物など以外に油脂も大切。油断大敵というではないか。

九月

重陽の節句 ● 浮き菊の酒
月見 ● 萩の餅



奈良時代、杯の酒に菊の花弁を浮かべて長寿を祈った。菊なますもうまい。月見にススキを飾り、月見団子を供え、萩の餅は好物で共に手作りして一家だんらん。そんな心の余裕が欲しい今。

十月

秋祭り ● 小豆入りおこわ（赤飯）

おめでたい日に作るおこわの中で、ふくいくとしたもち米と小豆の香が秀でているのは新物で作る秋祭りの頃。小豆のゆで汁を練れば練るほど赤い色が映えた。添えるごま塩の黒は小豆の色を際立たせる。アワ蒸しもいい。

十一月

七五三 ● 千歳あめ

日本人は奇数を好む。3歳の女兒、5歳の男児、7歳の女兒の健やかな成長と守護を願って宮参りをする。お土産は千歳あめ。始まりは18世紀初頭。江戸・浅草のあめ売りが千歳あめと文字を入れ、袋に入れたあめを長袋に入れたのが始まり。



十二月

大みそか ● みそかそば



昔、江戸では大みそかは借金の取り立て日。庶民はツケで買った物をした。支払いの盆と大みそか。商人はツケの回収に必死。無事終わり、ヤレヤレと出前のそばを食べて新年を迎えた。「安堵（あんど）して年越しそばを食う夜かな」の川柳あり。

乾乳期は過密を避けよう

周産期疾病を防ぐためには、乾乳期に十分な飼養スペースが必要です。そのガイドラインと農場事例をご紹介します。

1 過密は採食量を低下させる

乾乳牛にとって飼槽と休息スペースにおける過密は、生理現象以上の食い込み量（採食量）の低下を招きます。

乾乳期に食い込み量が低下すると、大きなストレスがかかり周産期疾病の要因となります。

過密を解消することは、食い込み量を増加させ、周産期疾病のリスクを減少させることにつながります。

2 休息スペースに注意を!

飼養での競合が高まると、食い込み量の低下やいわゆる負け牛が発生し易くなります。負け牛は、飼槽での採食時間が減少するため濃厚飼料の採食量が偏ったり早食いが起きたりします。

飼槽幅は全頭が並べるように、1頭当たり72cm以上確保しましょう。

また、1頭に必要な最低限の休息スペースは表1の通りです。

表1 推奨される乾乳牛の密度

形態	スペースの考え方・目安
フリーバーン	休息スペースとしての広さ
前期	10～12㎡/頭
後期	12～14㎡/頭

(出典：酪農試験場、「乳牛の周産期管理マニュアル」, 2019)

3 事例からみた乾乳期管理のポイント

別海町A牧場の事例を紹介します。

改善前：フリーバーン（10間×6間〈194㎡〉）に乾乳前・後期牛を飼養していました。多い時には、25頭飼養されており、1頭当たりの休息スペースは、約8㎡と過密でした。そのため、食い込み量が低下し、第四胃変位が年間12頭ほど発生していました。

改善後：乾乳前期牛用のフリーバーン（11間×6間の214㎡）を新設しました（12,000千円）。それにより、既存の乾乳舎を乾乳後期牛用とし乾乳前・後期牛を別牛舎で飼養できるようにしました。その結果、過密が解消され食い込み量が増加しました。現

在、第四胃変位の発症牛は年間1頭ほどに減少しています。

●休息・飲水スペースの拡大

乾乳前期牛舎の面積は214㎡、飼養頭数15頭で1頭当たりの休息スペースは、14㎡と十分なスペースが確保されています（写真1）。

乾乳後期牛舎の面積は、194㎡、飼養頭数10頭で1頭当たりの休息スペースは、19㎡確保されています。



写真1 広く清潔な乾乳舎

また、飲水スペースも広く、清潔に保たれているため十分な飲水量が確保できています（写真2）。



写真2 清潔な水槽

●採食量向上

十分な飼槽幅と休息スペースを確保したことにより、採食量が向上しルーメンの膨満度は高くなりました。

4 最後に

周産期のトラブルが気になる時には、乾乳牛の飼養密度に着目してみてもいいかもしれません。周産期のことで気になることがありましたら、普及センターにご相談下さい。

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

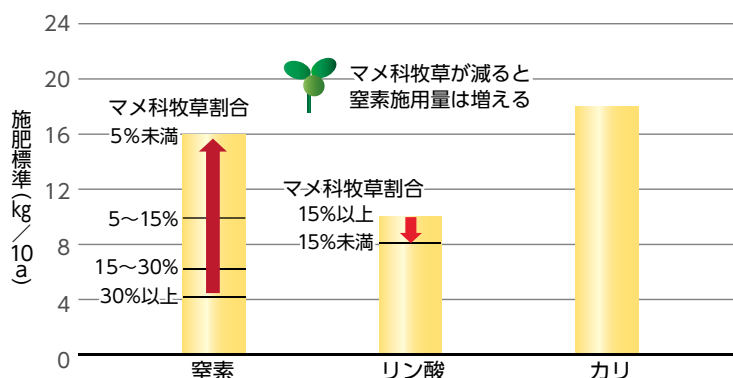
根室振興局 普及センター 検索

北海道が推奨する乳牛ふん尿のチモシー主体採草地への利用法

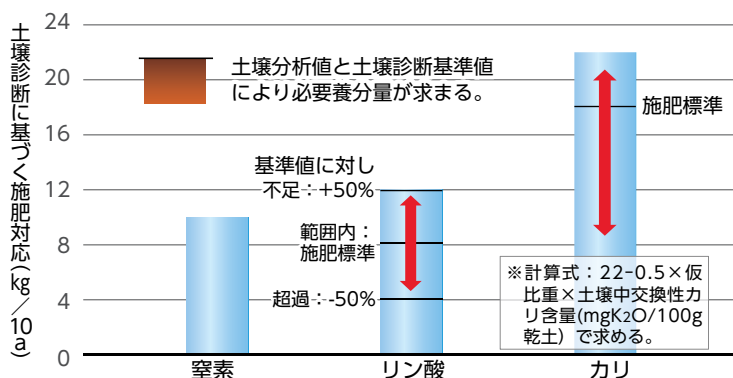
酪農試験場 飼料生産技術グループ 研究主幹 有田 敬俊



国における「畜産・酪農における環境負荷軽減の取組の推進」など、これからの時代は環境保全型農業の取り組みが重視されています。その実行には、適切な堆肥等の利用と化学肥料の削減が必要になってきます。ここでは、環境保全型農業を取り組む農業者などの活用を想定する北海道施肥ガイドより、道東地域の火山性土におけるチモシー主体採草地(維持管理時)を例に、乳牛ふん尿と化学肥料の施肥設計の手順とポイントを紹介します。

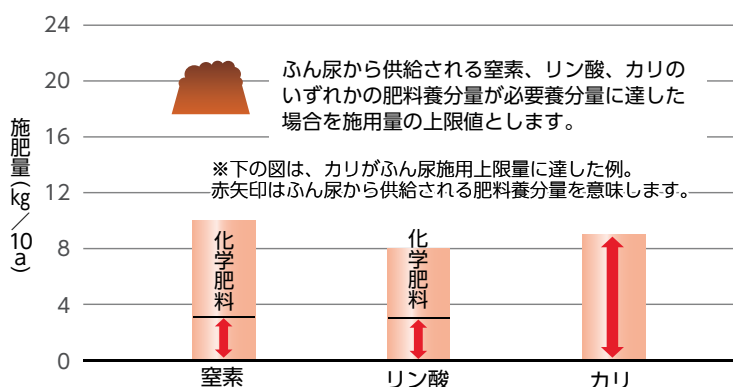


はじめに、マメ科牧草割合から、基準となる施肥量(施肥標準)を北海道施肥ガイドから調べます
(<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ns/shs/clean/sehiguide2015.html>)。



次に、土壌分析値と施肥標準から、土壌診断に基づく施肥量(必要養分量)がわかります。

※土壌の採取: ルートマットの有無にかかわらず、草地表面から深さ5cmまでの層を対象とします。秋の最終利用後、有機物施用前(有機物を施用しない場合は早春施肥前も可)に行います。



最後に、ふん尿の養分含量などから、草地に供給される窒素、リン酸、カリの肥料養分量を求めます。ふん尿からの肥料養分量と化学肥料養分量の合計が必要養分量となるように施肥計画を立てます。

このように、マメ科牧草割合(窒素の施肥標準を大きく変える)、土壌分析値(リン、カリのより正確な必要養分量がわかる)、ふん尿から供給される肥料養分量(必要養分量を超えない計画立案)を知ることが、ポイントとなります。

お詫びと訂正 12月号の技術の扉で誤りがありました。

(誤)飼料生産技術グループ 堂腰 顕 (正)乳牛グループ 堂腰 顕

「事故防止のポイント」① (誤)機械の発信 (正)機械の発信 でした。お詫びして訂正します。



なかのう つうしん 中標津農業高校通信



ホームページQR

各研究班によるプロジェクト活動を紹介します

農業クラブでは様々な活動を行っていますが、その中でも『プロジェクト活動』は専門性を高めるための重要な学習活動となっています。本校生徒のプロジェクト活動における意欲は高く、どの研究班も地域課題の解決に向け計画的に取り組んでいます。

各研究班の今年度のテーマを紹介します。

生産技術科

- 動物活用研究班……『GAPを継続！酪農改革～さらに安心できる農場づくり～』
- 植物活用研究班A班…『微生物の力で生産性向上！光合成細菌を用いた葉菜類栽培』
- 植物活用研究班B班…『自家製EM生ゴミ発酵肥料を用いた環境に優しい花栽培への挑戦Part2』



動物活用研究班



植物活用研究班A班



植物活用研究班B班

食品ビジネス科

- 肉加工研究班
『エゾシカをプロデュース2021～SDGsに基づいた”まるごと”活用の推進～』
- 乳加工研究班
『世界へ羽ばたけメイド・イン・ジャパン～地域が創る食文化～』
- 農産加工研究班
『NEOなかのうスタイル～はじめの一步～』
- マネージメント研究班
『開校！【新】計根別食育学校2021～こころの種を蒔きましょう。未来で芽吹く食育の芽～』



肉加工研究班



乳加工研究班



農産加工研究班



マネージメント研究班



家族の健康

飲酒と睡眠の関係

健康科学アドバイザー●福田 千晶

農作業の後の飲酒が楽しみな人は多いでしょう。「飲んだ後はぐっすり眠れる」と言う人も多いようです。しかし、飲んで寝ると夜中に目覚めてしまう悩みもあります。

アルコールは脳の活動を抑えるので、飲んだ後はリラックスして寝付きやすくなります。寝付いてしばらくは、アルコールが分解されて発生するアセトアルデヒドの作用で、レム睡眠（体は休んでいるが脳は活動している浅い眠り）を抑えて深く眠れます。しかし、睡眠の後半になると、その反動でレム睡眠が多くなるため、小さな刺激でも目覚めてしまいがちです。

浅い眠りの期間には、わずかな物音や明かり、同室者のいびきや寝息、屋外の鳥のさえずりで目が覚めることがあります。また、飲んで寝ると睡眠中に尿意を感じたり、喉が渇いたりすると、すぐに目覚

めてしまいます。

飲酒後の睡眠中は、筋肉が緩んで喉がふさがりやすく、呼吸が一時的に止まり（無呼吸）、苦しさで起きてしまうこともあります。普段から睡眠時無呼吸症候群の人は、特に飲酒後の睡眠中に呼吸が止まりやすくなります。

おいしくアルコールを飲んで、リラックスして良い気分になり、ぐっすり眠るところまでは良いですが……、睡眠途中で目覚めてしまい、その後は寝付けず睡眠が不完全なまま朝を迎えることになりかねません。そして、日中になって疲れや眠気を感じるようになります。飲酒量が増えたり、飲酒習慣の期間が長くなると、その傾向は増強されます。

アルコールは少量を楽しむにとどめ、量を増やさないことが大切です。

週2日は飲酒を控え、「飲まなくても過ごせる」「飲まなくても眠れる」と自信を持ち、アルコールに依存しない意識も必要です。



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

2022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。



黄金比がひと目でわかる
定番おかず100 一生ものの味つけレシピ

料理がいまひとつおいしく作れないと悩む人必見! 料理教室歴40年以上の著者が、和洋中エスニックの定番おかずの味つけを伝授。分量とコツがひと目でわかるから、誰でも「求めている味」の料理が作れる。

石原 洋子 著

定価: 本体1,500円+税



寺田本家発酵カフェの
甘酒・酒粕・麹のやさしいおやつ

江戸時代から続く造り酒屋「寺田本家」による発酵食品を使ったおやつレシピ。砂糖・小麦粉・卵・乳製品不使用で体にやさしく味わい深いおやつは毎日食べても飽きないおいしさ。材料も少なく、手軽に作れる。

寺田 聡美 著

定価: 本体1,500円+税



手を眺めると、
生命の不思議が見えてくる

人間の体はこんなに不思議でおもしろい! 動植物の生き方を描くことで人気の著者が、手を中心とした人体の仕組みや、人間の進化の軌跡を描くサイエンスエッセイ。自分の体を二度見してしまう全二十話を収録。

稲垣 栄洋 著

定価: 本体1,300円+税

気ままなエッセイ

ぬく森 翼羽りす

『雄、オス、押忍！』

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。

ここ数ヶ月、牛の出産はホルスタインの雄が続いています。そろそろ雌の仔牛に会いたいです。

このようなホルスタインの雄が続いて困るという話は他の方からもしばしば聞きますが、牛ではない動物でもオスばかりで困っているという話を耳にしたことがありました。それは他の方から聞いたのですが、スーパーで買ったニワトリの有精卵を孵化器で孵化させた方がおられ一羽のオスのヒヨコが生まれたそうです。仲間を増やしてあげようとヒヨコを何羽か迎えたところ、育てみるとみんなオスだったらしく、毎日午前2時から「コケッココ」と大合唱はじまるそうです。

その方は街中に住んでいないのでご近所迷惑になってないようですが、大合唱で目が覚めると言う話を聞き、「寝不足になってしまい大変！」という心配の気持ちも半分ありながら、一斉に鳴き出すニワトリさんのことを想像すると可愛いく、困っておられる飼い主の方には申し訳ないのですが少し微笑んでしまいました。そして、ある鳥のことが思い浮かびました。

動かない鳥として有名なハシビロコウです。普段は音も立てずじっと立っている鳥ですが、まるで銃撃戦が始まったかのような音を出すことがあるようです。その音を聞いたときの驚く人の様子やニワトリの鳴き声で目が覚める人の様子がなぜか重なってしまいました。

ハシビロコウが音を鳴らすのは「クラッタリング」と言う嘴を打ち鳴らす行動で、音を鳴らしたあとに頭を下げることもあるらしく、コミュニケーションの方法と知りました。あの堂々とした姿のハシビロコウに挨拶をされたら、私は思わず「押忍！」と挨拶をしたくなりそうです。

以前、東京のある雑貨店で『押忍！ハシビロコウ先輩！』と名付けられたハシビロコウの商品だけを集めたイベントが開催されていました。イベントのネーミングに惹かれてお店のサイトを覗いてみました。アクセサリや食器など、ファンにはたまらないハシビロコウの特徴を捉えた手作りの品で溢れていました。

ハシビロコウの魅力に惹かれる方は多いようです。私の知人の中にもユニークなことを思いついた方がいました。小学校教諭をしている方で、修学旅行で動物園に行った際、事前に子どもたちとハシビロコウのお面を作り、ハシビロコウの前で一列になって被ったそうです。ハシビロコウは見えていたものの反応はしなかったみたいですが、話をきいた時その光景が目には浮かび思わず笑ってしまいました。

押忍！今年もよろしく！
「絵：のい」

今月の表紙 寅年は物事が動き始める年のように。新しい年は新たな状況が訪れ人々の気持ちも晴れて、皆様が健康で新しいことにもトライできる幸多い年になりますように。

羊毛フェルト：翼羽りす

年末年始業務のお知らせ

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。

◆一般業務納め 12月30日(木) 15時迄

◆一般業務始め 1月7日(金)

部門名	日程	12/30(木) 業務納め	31日(金)	元旦(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金) 業務始め
一般業務		15時迄	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	平常業務
貯金・クミカン		15時迄	休業	休業	休業	休業	15時迄	15時迄	15時迄	平常業務
共済		15時迄	休業	休業	休業	休業	15時迄	15時迄	15時迄	平常業務
ATM	事務所	15時迄	休業	休業	休業	休業	15時迄	15時迄	15時迄	平常業務
	あるる	9時～20時迄 15時以降出金のみ	9時～17時迄 出金のみ	休業	10時～17時迄 出金のみ	10時～17時迄 出金のみ	平常業務	平常業務	平常業務	平常業務
Aコープ(あるる)		9時～20時迄	9時～17時迄	休業	10時～17時迄	10時～17時迄	平常業務	平常業務	平常業務	平常業務
ぷちあるる		12/13～1/19 休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業
資材店舗		15時迄 配達受付正午迄	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	正午迄 配達受付10時迄	平常業務
桜ヶ丘給油所		平常業務	7時30分～17時迄 (フル・セルフ) (洗車機のみ16時迄)	休業	7時30分～13時迄 (フル・セルフ) (洗車機のみ休業)	7時30分～13時迄 (フル・セルフ) (洗車機のみ休業)	平常業務	平常業務	平常業務	平常業務
人工授精		平常業務	11時迄受付	休業	11時迄受付	11時迄受付	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	休業	平常業務	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		平常業務	休業	休業	休業	休業	休業	平常業務	平常業務	平常業務