



夢 広がる 中標津 なかしべつ

INDEX

- 2022年を振り返って…2
- 中標津乳牛改良同志会創立50周年記念式典、中標津ブラック&ホワイトショウ50周年記念大会…3
- 根室地区JA青年部大会…4～5
- ミルクランドトーキョー消費者交流イベント、女性部SNSに関する勉強会…5
- おしえて!JA共済…6
- 技術の扉～土壌診断による施肥対応を活用した飼料用とうもろこしの肥料削減量…7
- 理事会、クロスワード、読者の声、占い…8～9
- 普及の窓～令和4年産グラスサイレージの品質について…10 ■ なかのう通信…11
- **特集** マナーを知っておいしくいただきます! 和食の食べ方教室…12～13
- 北海道別海高等学校農業特別専攻科学生募集…14
- ヘルス&ビューティー、今月の新刊…15
- ルエンさんのベトナム語講座、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>



歴代会長表彰



弾正原 正氏



久保 剛氏



福村 稔氏



佐々木 昭雄氏



福嶋 寿顕氏

中標津乳牛改良同志会創立50周年記念式典 (R4.11.25)

2022年を振り返って



令 和4年も残すところ50日程になり振り返ってどのような年であったか依頼があり、シーズン何点か報告いたします。

コロナも3年目となり解決の糸口が見えない中、更にウクライナとロシアの戦争により世界に激震が走りました。2月末よりテレビ、マスコミが多くの時間報道するようになり、私共からすると他国にいさなり攻撃する事は想定外であり見守る事しかありませんでした。コロナも重症者は割合で少なくなりましたが、感染者を含め全国多くの数は変わらず、行動制限などのブレイキがあり、特に牛乳、乳製品が、外食産業、観光業界も伸びず在庫が積み増しする一方で、今現在、国、道、自治体でようやく旅行券や割引を始める、人の流れが出てきたようにも見え、この流れが加速し改善すればと大きな期待をしている次第です。

まず、5月以降の天候であります。低温、曇天、雨が繰り返して、晴天が少なく、スタートダッシュがうまく進まず一番牧草も思い切った作業にならず、多くの生産者は7月中旬、下旬ま

でかかる等、更に乾草も収穫が思い通りにならず8月に入った作業になつた方もいて、昨年とは状況が大きく違った年でありました。今後給与時に分析を願い、牧草の栄養状態を確認し、不足分の対応をする必要性があります。2番草の収穫の遅れ等もあり、デントコーンにおいても不安定の天気により、背丈、子実肥大も減であり、すべて回収も終わり、今年のエサに切り替えが始まり配合飼料等高い中、牛の管理とデータにより対応を願う次第です。

乳 量は前年より4%を超えたため、下期で調整が必要となっており、4年中に全道で5万t減を決定しており、今現在オーバーしている生産者に持ち枠を確認し、より近い数字に向けて協力願うよう、生産部、営農部中心に行動して皆でこの状況乗り越えなければなりません。

一方、畑作生産者も戸々により、また圃場によっても出来状態にばらつきがありました。雨が多かったことが馬鈴薯、ビートに影響があり、生食、加工品の規格品が少なく、苦勞が多くありました。大根、ブロッコリーは7月収穫時より回収率が悪く終盤まで続きましたが、全国的に価格が高く維持する事で大根出荷量は前年比91.5%、販売金額前年比119.2%の532,860千円となり、ブロッコリー出荷量前年比95.7%、販売金額前年比102.2%の100,875千円で終了

しました。いも、ビートは一部精算できていないですが、平年作までいかない状況にあります。酪農、畑作の生産者には大変苦勞の多い一年になったと推察しており、本当にお疲れ様です。

次に事業で何点かお伝えします。乳製品工場ですが、生産者の厳しい環境に少しでも力になろうとイベント、販促に力を入れ、前年比120%伸びで推移しております。多くの方々に積極的に利用いただいております。

購 買事業では製品の値上げ等があり、供給高前年比120%で推移しており、4年度100億円にせまる状況にあり、燃料課ではガソリンはじめ、供給実績前年比100%維持し、油外取組みタイヤは前年比107.8%とスタッフ一丸となり成果をつくっております。

Aコープあるんです。9月末では前年比104.9%であり、24周年記念セール、天候の雨もありましたが、前年比101.4%と成果をつくり、年末に向けて企画、イベントを通して努力しております。

他の事業も生産者が大変な苦勞している時、目標をもって自分達も頑張つて数字を作る農協を盛り上げようと一丸での結果であり、年度末へ向けてGOです。

次 に農協事務所の建設に向けてであります。組合員、女性部、青年部、各組織からの参加により第1回目の会議を持ち、経過、今後の予定、建設コスト等を説明し、新たなビ

ル、機能、こんなスペースがあれば等、多くの意見があり、第2回も12月に開催し、令和5年に建設委員会を設置し、予算範囲の中に希望を取り入れるかを慎重に検討していく方向を進めてまいります。

一日も早くコロナが風邪並となりロシア、ウクライナの争いも国連の強い責任において解決すべきと私は強く思っております。

自分だけ良ければ良い、人のものも自分のもの勘違いが前面に出てはいけないうと願っております。むしろ世界情勢ではありますが、日本は資源のない国であり、各国とのお付き合いはこれからも必要であり、リーダーはぶれることのないよう先を見る努力をし、国民にしつかりしたメッセージを送る必要があります。

今 年も少なくなりますが、次年度に向けて営農計画書、クミカン精算等、やるべき事が多くあり、担当職員と確認しつつ新年に向けて準備を進めていただきたく願っております。このつらい後に必ず明るい希望が来ます。仲間とその日が来るのを待ちましよう。農協組織も全力で組合員、家族を支えるため頑張つて参ります。

最後に、一年間過去にないつらさと耐える日々が解消しますようお願い、来年は良い年となる事を、世界平和を願い、多くの成果をもって報告とさせていただきます。

本当に一年間ご苦勞様でした。



山下実行委員長による式辞

歴代会長表彰者

6代会長	土井上昭男氏
7代会長	篠永 栄氏
8代会長	弾正原 正氏
9代会長	櫻井 幸一氏
10代会長	久保 剛氏
11代会長	横田 千秋氏
12代会長	福村 稔氏
13代会長	川村 尊之氏
14代会長	佐々木昭雄氏
15代会長	福島 寿顕氏

大氏より式辞、来賓祝辞を中標津町長 西村 穰氏、中標津町農協副組合長 飯島 浩氏、北海道ホルスタイン農協企画課長 長浜 愛氏よりいただきました。



出席者万歳三唱

中標津乳牛改良同志会 50周年記念式典が開催

11月25日(金)

ウエディングプラザ寿宴にて中標津乳牛改良同志会創立50周年記念式典が開催されました。昭和47年4月に設立された同志会は、本年、半世紀の節目を迎えました。式典では51名のご出席を賜り、実行委員長長の山下匡

また、これまで同志会の発展にご尽力いただいた6代から15代までの会長10名が披露され、ご臨席の5名に感謝状と記念品が山下実行委員長より授与されました。なお、ご臨席叶わなかった土井上昭男氏、篠永 栄氏、櫻井幸一氏、横田千秋氏、川村尊之氏には後日、実行委員会より手渡されました。

(記=佐々木 尚洋)

中標津ブラックアンドホワイトショウ 50周年記念大会



デイリープリンセス
渋谷 夕柎さん

中標津乳牛改良同志会主催の中標津ブラックアンドホワイトショウが10月8日(土)、ホクレン根室地区家畜市場屋内審査会場にて開催されました。3年振りの開催となった今回は50周年記念大会として根室管内全域に呼びかけ、27頭の乳牛が集まりました。

審査員には永らく当会に携わり、貢献して頂いた佐々木 昭雄氏と久保 剛氏にお願いし、乳用牛の機能・優美性が競われました。また今年度もジュニア&ウーマンコンテストを開催し大変な盛り上がりを見せていました。

新たな同志会の取り組みと共に、今後の共進会でも更なるコンディションで好成績を修めていただきたいと思います。

(記=佐々木 尚洋)

- 開催日時：令和4年10月8日(土) 午前10時
- 開催場所：ホクレン根室家畜市場
- 審査員：佐々木 昭雄氏 久保 剛氏 (共に中標津町 酪農家)
- 出品頭数：総頭数27頭 11戸 (未経産：20頭、経産：7頭)

入賞牛一覧

出品番号	名	号	出品者
シニアチャンピオン			
804	アースイースト サリー ユニクス		(株)EARTH EAST
リザーブシニアチャンピオン			
1001	アースイースト エアロ フラワー イメルダ		(株)EARTH EAST
ジュニアチャンピオン			
307	アースイースト リコライス スイング		(株)EARTH EAST
リザーブジュニアチャンピオン			
308	SSF ギャレイド アマン ビュー ET		須崎 智裕 (JAけねつ)

プレミアブリーダー		プレミアエキジビター	
出品者	中川 将	出品者	中川 将



根室地区JA青年部大会

11月7日、根室地区JA青年部大会がウェディング
プラザ寿宴にて開催されました。コロナ禍の影響が続
きましたが、根室地区の盟友が集まる3年ぶりの通常
開催です。大会には50名の盟友が集いました。

大会テーマ『Moving it〜眼前の困難を乗り越える〜』

我々青年部盟友は、世界情勢や政府の動向・時代の流れを的確に把握し、それに応じた行動を起こさなければならず、生産者・将来の担い手としての自覚と責任を持ち、国民に安心・安全な食料を供給し、生産性を高め、消費者に対して正確な情報提供・広報活動を持って信頼関係を更に堅固な物にし、地域社会を盛り上げながら、我々も成長していかなければならない。

以上の内容を踏まえ、管内の多くの盟友の参加のもと、本大会を「希望を繋ぐ強い農業の確立に向けた相互研鑽を図る機会」と位置付け開催する。

開会式後、JAけねべつ青年部の活動実績発表が行われました。テーマは「Let's study」～出前ははじめました～です。子どもたちが大人になっても戻ってくるような地域にしたい！という強いメッセージからスタートし、子どもたちの食育活動を通して見えてきた課題を改善しようと葛藤する様子を発表。JA中標津青年部でも食農教育活動を行なっていることもあり、共感できる部分と参考になる部分があつて大変勉強になりました。

昼食後、広尾町の酪農家(株)マドリン代表取締役の角倉 円佳さんによる講演会があり、テーマは、「私たちの牧場にはパッションしかない!!」でした。角倉さんが自分で酪農経営を目指すことになった経緯は、大学で酪農を学び、卒業後のカナダでの酪農実習で女性の経営者の人と出会い、自分も経営者になりたいと思ったからだそうです。また、農場HACCPを取得されており、取得方法について色々と説明していただきました。名称は聞いたことがありましたが、日々の管理や報告など難しそうに感じました。今年の酪農情勢には明るい話題がそれほど無いのですが、角倉さんのエネルギーッシュな講演にとっても元気を貰えました。

先が見えない状況ですが、下ばかり見ずに前向きに頑張っていこうという気持ちは今が大事だと思えた根室地区JA青年部大会でした。

(記＝半沢 勇貴)



(株)マドリン 角倉 円佳さん



佐藤 克幸会長の開会挨拶



JAけねべつ青年部による活動実績発表



JA青年組織綱領の朗唱



十勝地区青協会長(JA上士幌町所属)菅原 崇さん(右)と

MILKLANDHOKKAIDO→TOKYO

消費者交流イベントに参加

9月29日と30日に東京都目黒区自由が丘にあるMILKLANDHOKKAIDO→TOKYO(以後ミルクランドトーキョー)で行われた消費者交流イベントに根室地区青協会長として参加して参りました。

ミルクランドトーキョーとはホクレンが運営する北海道の乳製品を主に扱うアンテナショップで、運営資金は我々生産者の拠出金から出ており、生産者一人一人がオーナーという意識のもと運営されています。

ミルクランドトーキョーは東京で北海道の乳製品が買える場所程度の認識でしたが、単なるアンテナショップではなく、働く店員の方々、お客様の誰もが北海道はもろんのこと北海道の乳製品が大好きだということです。さらに、店員の方々は乳製品の知識が豊富で、お客様に質問されても直ぐに答えられるほどの高いスキルを持っていました。



今現在、我々酪農家は過去にも例を見ない厳しい情勢になっており、生産する生乳はどこか世の中からは不要なものではないかと正直思う時もあり、晴れない気持ちで消費者との交流に臨みました。しかし、足を運んでくださるお客様方は、北海道の乳製品や酪農に大変興味があり知りたいという意識が強く、驚きました。また、ショップ2階のレストランにご来店のお客様へウエルカムミルクとして「なかしべつ牛乳」を提供させていただいたとき、「美味しいです!」「北海道行きたい!」「これからもお仕事頑張ってください!」と励みになる言葉をいただき、今後の仕事への力になりました。

ミルクランドトーキョーは頻繁に生産者と消費者との交流イベントを行っており、機会があれば是非酪農家の皆様にも一度出向いていただきたいと思いました。今回経験した事やミルクランドトーキョーについて青年部の皆にも伝えたいと思います。

(記=佐藤 克幸)

SNSに関する勉強会を開催

女性部のページ



女性部ではFacebookを始めました。10月21日に開かれたSNS勉強会で私もFacebookデビューし、LINEのグループ作成やいろいろな機能の使い方などを、女性部デジタル大臣こと新井 裕美さんに教わりました。

コロナ禍の中のため、女性部ではイベントや女性部活動も少なく、みなさんとお会いする機会がなかなかできないので、グループLINEを使って情報交換をしています。活用できますね!!

女性部
Facebook
Instagram を開設



ぜひ登録して女性部にいいね・フォローして下さいね!

早速、LINEの機能にある“あみだくじ”を使っておいしいお弁当も当たり、スマホもおなかも満足なお勉強会でした。

(記=長正路 恵美)



組合員の皆様には日頃より共済事業をご利用いただき誠にありがとうございます。

今月お知らせするのは、最近多くの方々にお問い合わせ頂いております「介護の備え」と「認知症の備え」についてです。

介護状態となる原因で最も多いのは**認知症**です。しかし、**脳血管疾患（脳卒中等）などの疾病**はもちろん、**転倒などによるケガを原因**としたケースも多くあり、介護状態となる原因は様々です。

介護にかかる自己負担は
いくらぐらいかご存じですか?
(介護にかかる自己負担額)

〈介護費用〉

〈介護期間〉

〈自己負担額の総額〉

1 か月平均8.3万円×平均5年1 か月＝約**507万円!!!**

出典：公益財団法人生命保険文化センター2021（令和3）年度 生命保険に関する全国実態調査（速報版）

そこで!

いつでもわたしたしく

介護リスクの高まる高齢期もしっかり保障!!

認知症共済 × 介護共済 あんしんセットプラン

いつでもわたしたしく
認知症共済

介護の要因で最も多い
認知症に特化した保障!

軽度認知障害（MCI）・要介護1以上の認知症への治療・介護に特化して備えられますので、共済金を介護だけでなく、**認知症の早期発見・進行抑制に向けた治療にもご活用いただけます。**

介護共済

要介護2以上の
介護状態を幅広く保障!

要介護2以上のすべての介護に備えられますので、脳卒中や転倒による骨折等、認知症以外の病気やケガによる介護への備えも安心です。

【認知症共済と
介護共済の
保障範囲の違い】

保証範囲	すべての原因 (疾病・障害等)	要介護以外	要介護1	要介護2～
				介護共済 介護共済金
	認知症・ 軽度認知障害	認知症共済 軽度認知障害給付金	認知症共済 認知症共済金	

【ご契約例】

①認知症共済金 200万円
所定の器質性認知症の診断確定、かつ、要介護1以上の認定中のとき ※公的介護保険に定めるもの

②軽度認知障害給付金 20万円
所定の軽度認知障害または所定の認知症と診断確定されたとき ※お支払いは、共済期間を通じて1回のみ、①②の支払額を合計して、共済金額と同額が限度

介護共済金 300万円

公的介護保険制度に定める要介護2～5に認定されたとき、または所定の重度要介護状態になったとき（JA共済の独自基準）

△ご加入

【留意事項】

- ・認知症共済金および軽度認知障害給付金にかかる責任（保障）の開始は、ご契約日からその日を含めて1年を経過した日からとなります。
- ・これらの共済には、死亡時における保障はありません。
- ・認知症共済金・介護共済金をお支払いした場合には、ご契約は消滅します。
- ・お支払いは、責任開始時以後に生じた病気またはケガによる場合に限りです。
- ・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。
- ・これらの共済には、解約時の返れい金はありません。
- ・認知症共済には、指定代理請求特約を必ず付加していただきます。

指定代理請求特約で

共済金の受取りをスムーズに行えます。

被共済者ご自身でご請求できない場合に、**指定代理請求人が代わって共済金を請求**することができます。将来を見据え、お子さまなど若い世代を指定代理請求人にすれば、共済金をスムーズに請求でき安心です。

※認知症共済は必須付帯、介護共済は任意付帯ですが、介護共済も当特約の付帯をおすすめします。

一生保障

介護をする方には **大切な家族のために、**
「肉体的負担」、「精神的負担」、**介護への経済的な不安だけでも準備しませんか??**
「**経済的負担**」があります。 お問い合わせ等がありましたら、お気軽に共済課までご連絡ください。

◆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。

[22014507025]

お問い合わせ先

JA中標津共済課 ☎72-3277

酪農試験場 飼料生産技術グループ 大塚 省吾



肥料価格の高騰に伴い、肥料の削減を検討される方は少なくないと思われます。収量に影響の少ない範囲で肥料の削減量を検討する上で、北海道施肥ガイド2020（北海道農政部編）の土壌診断による施肥対応が示す施肥量は、減肥可能な目安として活用可能です。本稿では飼料用とうもろこしについて土壌診断による施肥対応を紹介します。

飼料用とうもろこしで土壌診断により施肥量を求める場合、次の情報が必要です。

地域・土壌の種類、その圃場の収量水準、作付け年数

土壌分析値（熱水抽出性窒素、トルオーグリン酸、交換性カリウム）

① 北海道施肥標準

始めに、施肥ガイドにより地域や土壌に応じた標準的な施肥量（施肥標準）を把握します。

この各値に土壌の分析値等を反映させ、その圃場に適した施肥量が求められます。

なお、施肥の際の注意点についても施肥ガイドに記されていますのでご参照ください。

(<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ns/shs/clean/index.html>)

地帯 区分		火山性土			低地土			泥炭土		
		N	P ₂ O ₅	K ₂ O	N	P ₂ O ₅	K ₂ O	N	P ₂ O ₅	K ₂ O
根釧	内陸	14	20	14	16	18	11	12	20	14
	海側	13	20	14	14	18	10	11	20	14

(kg/10a)

(kg/10a)

② 窒素 (N)

圃場の乾物収量の水準や熱水抽出性窒素の値に応じて窒素施肥量が示されます。マルチ栽培等で乾物収量の多い圃場は窒素が多く必要です。一方、熱水抽出性窒素の高い圃場では土壌から窒素が多く供給されるため、収量は変わらずに施肥する窒素が少なく済みます。

		熱水抽出性窒素量（作土、mg/100g）				
		5～6	7～8	9～10	11～12	13以上
乾物収量 (kg/10a)	1300	15	12	10	8	8
	1400	15	13	11	9	8
	1500	16	14	12	9	8
	1600	17	15	13	10	8

(N施肥量kg/10a)

③ リン酸 (P₂O₅)

リン酸は、作付け年数と土壌分析値から「施肥標準に対する施肥率」を求めます。施肥率とは必要な施肥量の割合で、例えば、連作2年目、分析値30mg/100gでは表から施肥率60%となり、施肥標準が20kg/10aとすると必要なリン酸は20×60%＝12kg/10aになります。

		トルオーグリン酸（作土、mg/100g）				
		5未満	5～10	10～30	30～60	60以上
施肥標準に対する 施肥率 (%)	新規（1年目）	150	130	100	80	50
	連作（2年目以降）	120	100	80	60	40

④ カリウム (K₂O)

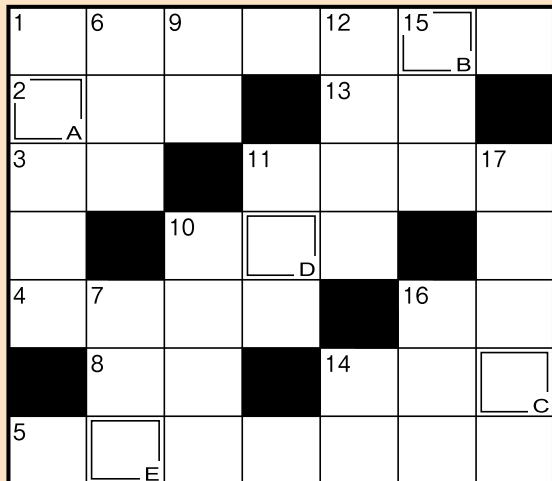
リン酸と同様、土壌分析値に応じた施肥率を施肥標準の値に乗じて計算します。

		交換性カリウム（作土、mg/100g）					
		8未満	8～15	15～30	30～50	50～70	70以上
施肥標準に対する施肥率 (%)		150	130	100	60	30	0

以上の方法により求めた施肥量と現在の施肥量を比べることで、削減可能な肥料の量を検討する目安になります。なお、ふん尿による施肥対応を組み合わせることで、より多くの肥料の削減が可能ですのでご検討頂ければと思います（詳しくは施肥ガイド2020参照）。

Crossword Puzzle

夢 出題/ニコリ 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？

ニコリのカギ

- ①日本のクリスマスパーティーでよく食べられる鶏肉料理
- ②フランスやイタリアなどの通貨単位
- ③旅先で泊まります
- ④バットが出せず——の三振!
- ⑤カーナビは「カー——システム」の略
- ⑥年末、年の瀬ともいいます
- ⑦物が汚れたり傷んだりすること
- ⑧これから起こることを予測します
- ⑨葦 (アシ) の別名
- ⑩イエス・キリストの母です
- ⑪陸・海・——

タテのカギ

- ①年末年始の学校に行かない期間
- ②牛の脂はヘット、豚の脂は
- ③げっぶのこと。——にも出さない
- ④赤・青・黄・緑など
- ⑤ポニーテールをすると襟足にちょろり
- ⑥美川憲一のヒット曲『——座の女』
- ⑦豚の形をした——箱
- ⑧今年の来客数は去年の3割——だ
- ⑨珍しい書物のこと
- ⑩いろいろと考えあぐねて悩むこと
- ⑪良い考え。——が浮かんだ

11月号の当選者は5名です。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。

11月号クロスワードの解答『アカワイン』

第7回 理事会

開催月日 令和4年11月4日
開催場所 農協中会議室

決議事項

1. 令和4年度9月末予算統計計画について
2. 職員組合からの要求（令和4年度賃上げ）について
3. 北海道信連の自己資本造成計画への対応について（出資増口）
4. 給与規程の一部改正について
5. 事務所冷暖房設備室外機の入替について（固定資産取得）
6. 令和5年度営農計画書作成要領について
7. 各種資金の借入について
8. 休農に伴う利息減免処置について
9. 乳製品工場機械の更新について（固定資産取得）
10. 畜産販売課公用車（家畜運搬車）取得に係わるリース契約について

報告事項

1. 組合員の加入及び脱退の状況について
2. 内部監査の結果について
3. JA中標津 再発防止策（兼整備計画）取組状況報告について
4. 令和4年度9月末財務状況について
5. 令和4年度9月末信用・共済事業概況および余裕金の運用状況について
6. 令和4年度9月末酪農ヘルパー事業稼働状況について
7. 令和4年度9月末農業・農村交流施設稼働状況について
8. 令和4年度9月末家畜人工授精稼働状況について
9. 令和4年度生乳生産状況と乳質について
10. 令和4年度乳製品工場の進捗状況について
11. 令和4年度農産販売課の進捗状況について
12. 令和4年度販売事業概要について
13. 令和4年度家畜伝染病の発生状況について
14. 令和4年度育成センター預託状況について
15. 令和4年度9月末購買事業概況について
16. 令和4年度9月末生活店舗事業概況について
17. Aコープ中標津店24周年記念セール第1弾の報告について

第8回 理事会

開催月日 令和4年11月22日
開催場所 農協中会議室

決議事項

1. 給与規程の一部改正について
2. 各種資金の借入について
3. 重点指導組合員・指導組合員の担当職員変更について
4. 家畜改良課「超音波診断装置（エコー）」のリース導入について

報告事項

1. 組合員の加入及び脱退の状況について
2. 令和4年度 畜産経営体生産性向上対策事業（畜産ICT事業）申請について
3. 令和4年度 中小酪農経営等生産基盤維持・強化対策事業申請について
4. 令和4年度生乳生産状況と乳質について

読者の声

庭の錦木が真っ赤になり、摩周岳にも雪が降って白くなっていました。ひと雨ごとに寒くなっているよい冬です。我が家でとれたカボチャ（ラグビーボールのような形）を煮てみました。かぼちゃだんごにして食べ、半分は冷凍してパンブキンパイにでもしようかと思ひます。干しエビでダシをとり、カボチャとエノキダケを入れてスープにしてお好みの味付けにします。とてもおいしいです。お試しください。

▼PN／北のガーデン

先日峠越えることがあり、今まさに紅葉の真っ盛りでした。カラ松林は黄金となり、木々は紅・黄・緑と色づき、畑ではビートの収穫にトラクターが忙しく作業を進めていました。やがて、雪景色へと変わる前の秋の一日を楽しんでみました。外仕事が終わわり、夏中雨が降ったとか、秋になってからとか何かと言いつつしていた家中の片付けを年末の大掃除をかねてしようと思ひます。長い冬と楽しみながら春までは充電期間としてあれこれやろうと思ひています。

▼PN／コスモス

10月初めは秋の装いでしたが、今は冬になりつつあります。そんな中、ある日主人が町内の「タワラマップ川」の川岸にカルガモがいたとのこと、今、寒さに向かって冬はどこへ行って過すのかとチョット心配になったと話していました。皆、仲間が来春元気で育っていたらと願いつつ…。それから、もう一つは岩手県の一わらび餅」のある新聞に一言コメントを書いて応募したら当たっていました。岩手の味を一口どうぞと三種類入っていて、豊富な雪解け水を蓄えた大地の

ワラビから作られたものです。おいしかったです。また、Aコープの24周年記念の餅もいただきました。ありがとうございます。

▼PN／りんごちゃん

毎年、クリスマスケーキを予約する時期になると、子どもの頃のこと（50年以上前ですが）を思い出し、フツとおかしさをこらえる時があります。昭和40年代の12月のある日、母は子供達を喜ばそうとケーキ作りの講習会に出かけて行きました。当時のものはバタークリームで、ホールの上にはピンクと白のバラの花をクリームで作って飾り、手作り感満載でした。母はさっそく自信作をめずらしい物として、仏壇にお供えしました。私も父が帰ってくるのをワクワクして待ちました。ところが、父は仏壇のケーキを見るなり、キリスト教のクリスマススを祝うなんて、ましてや仏様にお供えするなんてと烈火のごとく怒り、母はそくさとケーキを片付けてしまいました。しかたなく、後日、父のいない時に皆で食べたバターケーキはちよつと固くなってしまっていたよう…。今思えば、父も母も若かったんだよね。何でもありのこの時代に二人は目を丸くして驚いているかな？

▼PN／ばあちゃん

お歳暮やクリスマスケーキやなかしべつビーフの取りまとめ等、注文書を前に悩む日々。何もかも高い…。でも美味しそうだな。年に一度の事だから、年越しに食べるステーキはやっぱり和牛のロースにしようか、どうしよう。今年も色々不自由な年だったし、先行きは暗いけど、年末年始は盛大にやりたい農家気質？本家気質？やはり和牛で行かせていただきます！皆様、良いお年をお迎えくださいな。

▼PN／まる

今月のあなたの運勢

★モナ・カサンドラ★

12月

牡羊座

3/21～4/19

全体運 新しい予定を立てたり長期計画を練ったり、未来志向で動きましょ。自分へのご褒美を考えるのもお勧めです

健康運 規則正しい生活を心がけて。伝統料理にツキ

幸運の食べ物 カリフラワー

牡牛座

4/20～5/20

全体運 迷うことがあれば1人で考え込まず周りの人と相談を。いい知恵を貸してもらえます。最新の情報もチェックして

健康運 肌の乾燥へのケア、寒さ対策に力を入れて

幸運の食べ物 カボチャ

双子座

5/21～6/21

全体運 慌てて動くと足りないものが出てきそう。急ぐときほど準備を入念に。丁寧な仕事は周囲から称賛されるはず

健康運 彩り鮮やかな食事を楽しむのが健康の秘訣(ひみつ)

幸運の食べ物 エリンギ

蟹座

6/22～7/22

全体運 慎重に動くのはいいことですが、周りの歩調を乱さないようにするのも大事です。バランスを考えて選択を

健康運 ストレッチは誰かと一緒にやると効果がアップ

幸運の食べ物 クワイ

獅子座

7/23～8/22

全体運 困り事が解決に向かい気持ちが明るくなりそう。あれこれ策を講じるより流れに任せた方がうまくいきます

健康運 お茶を楽しむ時間が心の健康を守ります

幸運の食べ物 ニンジン

乙女座

8/23～9/22

全体運 改善の兆しはあるものの中旬までは厳しい運気。全てをうまくやるのは難しいので優先順位を考えて。下旬は◎

健康運 肩のストレッチを重点的に。動きが改善

幸運の食べ物 サトイモ

天秤座

9/23～10/23

全体運 良好ですが、頭の痛い問題が残ってしまうかも。決着がつかないことは継続と割り切って。今を楽しむことが大切

健康運 ダンスなど、音楽と一緒に体を動かして

幸運の食べ物 セロリ

蠍座

10/24～11/22

全体運 あれもこれもと欲張り過ぎないように。1日は24時間。睡眠時間と休憩を確保して、やることをやりましょ

健康運 健康情報を小まめにチェックして参考に

幸運の食べ物 ゴボウ

射手座

11/23～12/21

全体運 皆があなたを頼ってくるのでとても忙しくなりそう。パワーのあるときなので思い切って動いて。開運期が開始!

健康運 おいしいものを食べてエネルギーを補給

幸運の食べ物 京菜

山羊座

12/22～1/19

全体運 上昇運です。表舞台に引っ張り出されて忙しくなりそう。大変でも周りの人の力になってあげると好結果に

健康運 いつも元気な人の生活習慣をまねてみて

幸運の食べ物 ダイコン

水瓶座

1/20～2/18

全体運 やりたいことをやるには課題が多そうですが、希望の光も見えています。耳の痛い話もきちんと聞くと状況が好転

健康運 質の良い睡眠のために枕や布団を大研究すると◎

幸運の食べ物 セリ

魚座

2/19～3/20

全体運 切り替えの時期。1つ終わらせることで新しいことを始められます。1人で決めるずに周りの人とも話して◎

健康運 たわいない会話がストレス発散に効果的

幸運の食べ物 キャベツ

令和4年産 グラスサイレージ の品質について

1 令和4年のチモシー生育と収穫作業について

本年の牧草の萌芽期は、平年よりも3日早まりましたが、チモシー1番草の出穂始と出穂期は、ほぼ平年並となりました(表1)。本年の気象は6月から8月にかけて降雨量が多かったことから、収穫終は、平年よりも4日程度遅くなりました(表1、2)。

表1 チモシー1番草の生育期と収穫作業

年次	TY生育期			1番草収穫作業		
	萌芽期	出穂始	出穂期	収穫始	収穫期	収穫終
R2年	4/25	6/14	6/17	6/19	7/4	7/17
R3年	4/16	6/13	6/18	6/14	6/24	7/10
R4年	4/19	6/15	6/19	6/19	7/1	7/17
平年	4/22	6/14	6/18	6/19	6/30	7/13

注) 普及センター調べ。収穫始: 5%収穫、
収穫期: 40~50%、収穫終: 90%

表2 1番草収穫時の天候

年次	6/20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
R2年	●	○	●	○	○	●	●	●	●	●	●
R3年	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
R4年	●	○	○	○	●	○	○	●	●	●	○

年次	7/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
R2年	●	●	●	○	○	○	○	●	●	○
R3年	○	○	○	○	●	●	●	●	○	○
R4年	○	○	●	●	●	○	○	●	●	●

注) 別海町アメダスデータより ●は降水日、○は無降水日

2 1番草サイレージの栄養価

根室管内のサイレージ分析値(ホクレン分析)水分含量65%以上(中高水分サイレージ)、65%未満(低水分サイレージ)に分類した結果は、次のとおりです(10月下旬までの分析)。CP、TDN、NDF(繊維含量)成分のばらつきが、前年に比べ総じて大きい傾向にあります。本年の収穫始は平年並でしたが、収穫期以降に降雨の日が多かったことから、収穫作業の判断が難しい年であったと思われます。

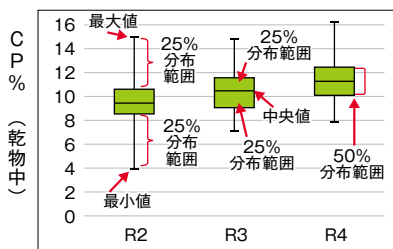


図1 中高水分サイレージのCP

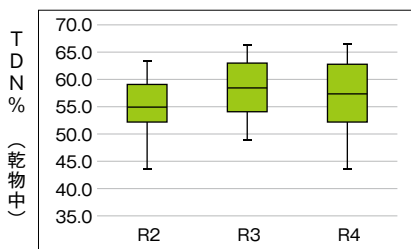


図2 中高水分サイレージのTDN

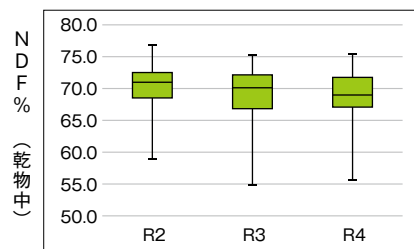


図3 中高水分サイレージのNDF

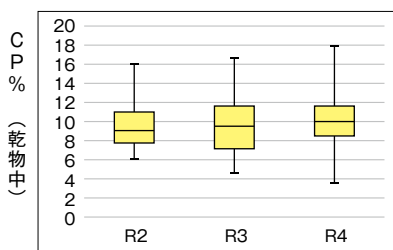


図4 低水分サイレージのCP

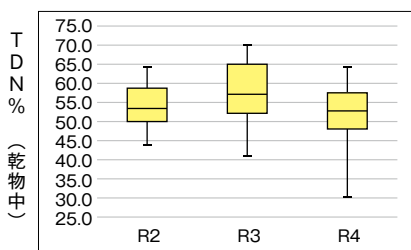


図5 低水分サイレージのTDN

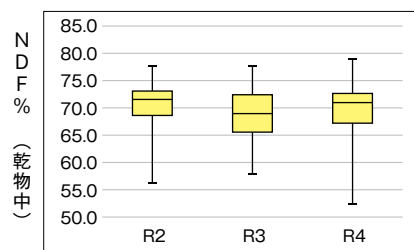


図6 低水分サイレージのNDF

3 粗飼料分析結果から来年のサイレージづくりを考える

粗飼料分析から栄養価を数値で確認しましょう。我が牧場の分析データを上記のグラフと照らし合わせ、栄養価レベルを把握することが重要です。栄養価が、サイロやほ場によって大きく変わる場合は、牛の反応を確認しながら、すみやかに飼料の組み合わせを微調整します。また、栄養価が不良の場合は、改善に向けた具体的手段(植生改善、施肥管理、収穫時期、サイレージ調製方法など)を明確にし、来年の営農計画や技術改善に活かしましょう。

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



なかのう つうしん 中標津農業高校通信



ホームページQR



農業高校の甲子園 農業クラブ全国大会 《北陸大会》に参加しました



10月26日(水)～27日(木)、石川県・富山県・福井県の北陸3県で開催された『第73回日本学校農業クラブ全国大会 令和4年度北陸大会』に参加しました。

★クラブ員代表者会議 (会場 富山県立中央農業高校)★

この会議は、農業クラブ活動をもとにした情報交換と連盟運営に関する意見交換を行い、クラブ員の資質の向上とクラブ活動の発展を図ることを目的として開催されました。北海道・東北・北信越・関東・東海・近畿・中国・四国・九州の9ブロックの代表生徒が3つの分科会に分かれ、分科会テーマについて意見交換を行いました。



全国大会に参加した生徒・教員(金沢駅前にて)



富山県立中央農業高校
手作りのウェルカムボード



まずは自己紹介をしながら
名刺交換

『計根別食育学校』の実践や、地元のラジオ放送局「FMはな」と協力したラジオ番組『Hello!中農Radio』による魅力発信活動について発表しました。

研究協議では、『私たち農業クラブ員が農業学習を楽しむ姿や主体的に活動する姿勢を見せていくことが、子ども達へ農業の魅力を伝えることにつながり、農業高校への入学者増加や地域社会の発展に寄与する人材育成につながっていくと考えます。』と発表。全国各地のクラブ員と意見交換・交流を図ることができました。



各地区の代表者とともに方策を出し合います



研究協議を終えて笑顔で記念撮影

★農業鑑定競技会 (会場 福井県産業会館)★

農業鑑定競技会には畜産・食品の各分野に2名、計4名の生徒が出場しました。東北海道大会終了後、時間を見つけてはコツコツと勉強してきました。会場入りしてから、競技が始まるギリギリまで学習ノートで復習し、鑑定競技40問と戦いました。結果は、分野畜産に出場した生産技術科1年峰松 晴さん、分野食品に出場した食品ビジネス科2年蜷川沙也夏さんが優秀賞を受賞することができました。



第73回日本学校農業クラブ全国大会
令和4年度 北陸大会
賞状とともに記念撮影

次年度の全国大会は令和5年10月25～26日に熊本県で開催されます。意見発表会・農業鑑定競技会の代表は次年度の各大会で代表者が決まりますが、プロジェクト活動発表の北海道ブロック代表選考は、12月1日(木)に実施する校内実績発表大会からスタートします。校内大会で学校代表となり、東北海道大会で上位入賞し、全道大会で最優秀賞を獲得したチームが全国大会の出場権を獲得します。

熊本大会を目指し、生徒たちの農業クラブ活動は続きます。



福井農林高校手作りの切り絵の前で
意気込む生徒たち

マナーを知って
おいしくいただきます!

和食の食べ方教室

おいしく食べるための決まりごとを覚えて、みんなで和食を楽しみましょう!

監修:和文化講師 滝井ひかる イラスト:出口由加子

1 時間目

おいしい食事は
正しい姿勢から

姿勢が良いとご飯をおいしくいっぱい食べられますよ。正座して食べるときも同じようにします。

3

テーブルと自分のおなかの間は、にぎりこぶし1つ分くらい空けます

1

背筋をぴんと伸ばして、おへそが真すぐ前を向くように座ります

2

いすの背もたれに寄りかからず、自分のお尻でしっかり座りましょう

4

足を組んだり、肘を付いたりしないで座るとかっこいいですよ!



2 時間目

お箸の正しい
持ち方をチェック!

お箸の正しい持ち方ができるようになると、ご飯をきれいにおいしく食べられますよ。

鉛筆と同じ! お箸の持ち方

1



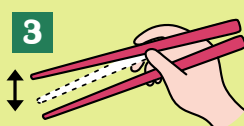
上の箸を鉛筆のように持って、中指の第1関節にのせます。

2



下の箸を親指の下に入れて、薬指の第1関節で支えます。

3



下の箸は動かさずに、上の箸を動かして食べ物はさめます。

取るときと逆の順番で お箸の置き方

左手で下から支えたら、右手を下から上へすべらせて持ち、左手を外して、箸置きの上に置きます。

4拍子でリズム良く♪ お箸の取り方

1



右手で箸の真ん中あたりを上から持ち上げます。

2



左手で下から支えます。

3



右手を箸の上の方まですべさせます。

4



右手でしっかり持ったら左手を外します。

左利きの人は、
右手と左手を
入れ替えて
チャレンジ
してみましょう

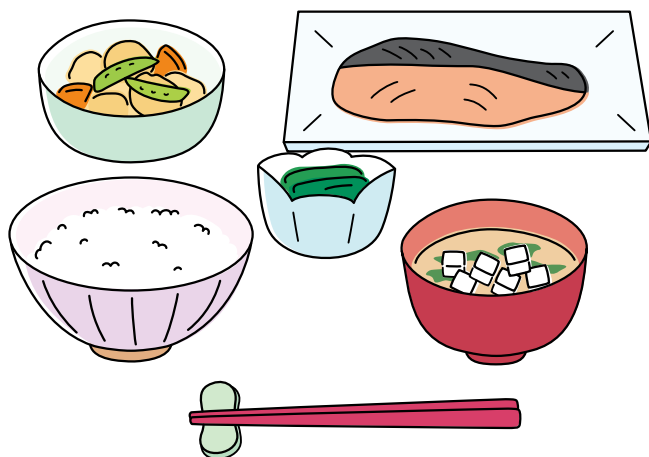
3 時間目

きれいに並べて
おいしくいただきます！

和食は、ご飯とみそ汁、おかず（主菜・副菜）を二つまたは三つ並べた一汁二菜や一汁三菜が基本。食器はおうちでも給食でも同じように並べます。左利きのため、これでは食べにくいなと感じたときは、ご飯茶わんとみそ汁わんなど、左右を入れ替えてもOKですよ。

おかず

みそ汁わんの奥に主菜（肉や魚など）、ご飯茶わんの奥に副菜（野菜を使った煮物など）、漬物やおひたしは真ん中に置きます



ご飯 茶わん

自分から見て左側に置きます。左手で持つから左側に置く、と覚えましょう

みそ汁 わん

ご飯の右側に置きます

4 時間目

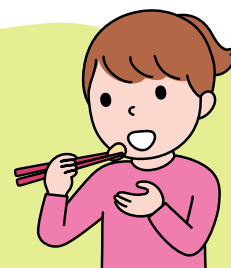
これってOK？
お皿の使い方

Q 遠くのお皿をお箸で引き寄せてもいいの？



A 茶わんやお皿を引きずるとテーブルが傷ついたり、器がひっくり返ったり、嫌な音がしたりしてしまいます。お皿は引きずらず、手で持って動かすようにするときれいにかっこ良く食べられますよ。

Q 手をお皿代わりに使ってもいいの？



A テレビ番組でたまに見かける、手をお皿のように使う「手皿」。実は手が汚れてしまうので、あまりきれいな食べ方とはいえません。小皿など、手のひらにのる大きさのお皿は手に持って食べるといいですね。

5 時間目

みんなで楽しく！
食べるときのマナー

口の中に食べ物が入っているときは、中が見えたり、口から食べ物が出たり、くちやくちやと音を立てたりしないように、くちびるを閉じてかむと、周りの人から見てもきれいに食べられますよ。

食べ始める前には「いただきます」、

食べ終わった後には「ごちそうさま」と、動物・植物の命や作物を育ててくれた人、ご飯を作ってくれた人に感謝の気持ちを込めてあいさつをしましょう。

食べ方のマナーはたくさんあって、初めは難しく感じるかもしれませんが、この特集を見ながら少しずつ覚えて、みんなでおいしく、楽しく食事をしてくださいね。



ヘルス&ビューティー

乾燥小じわ

健康科学アドバイザー●福田 千晶



空気が乾燥する冬は、肌の表面にある角質の水分が低下して、細かい「乾燥小じわ」が気になります。特に皮脂の分泌が少なく、皮膚も薄い、目の周囲や口元に乾燥小じわはできやすいのです。

乾燥小じわは、高齢者だけではなく、若い人でもできるため年齢にかかわらず、対策が大切です。まずは、乾燥を防ぐため室内では加湿器を使用したり、屋外ではマスクやマフラーで肌を覆うことが望まれます。肌を覆うことは、やはり小じわの原因になる紫外線も防いでくれます。さらに保湿効果もある日焼け止めクリームやファンデーションは適した量を塗ることが大切です。

乾燥小じわを作らない、目立たせない、減らしたいときには、正しいスキンケアが必須です。クレンジングや洗顔は、肌を強くこすらず、すすぎまで丁寧に行います。その後は化粧水を肌になじませ潤いを補充します。そのとき目をギュッと強くつぶる

と目の周囲の皮膚はまつ毛で覆われたり、大きなしわができて深部まで化粧水がなじみません。コットンにたっぷりの化粧水を染み込ませ、目の周囲や口元は何度も重ねるように付けることもお勧めです。

さらに乳液やクリームを肌に塗り、肌の水分を逃さないようにします。製品によっては、乳液の後でクリームを重ねても良いです。また、各メーカーから小じわ対策の製品も出ているので、それらを使用するのも良いでしょう。

肌の健康は食生活や睡眠とも大きく関わります。肌でコラーゲンを生成するときに必要なビタミンCが豊富な野菜や果物、鉄分が豊富なレバーや赤身肉なども取ることをお忘れなく。そして、十分な睡眠やストレス解消も乾燥小じわ対策には欠かせません。笑ったときの小じわが魅力的な人もいますが、若々しさ維持のために乾燥小じわは防ぎたいものですね。



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

2022年
12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。1日1杯。
体がととのう野菜のスープ植物性素材だけで、うまみたっぷり
1日1杯。体がととのう野菜のスープ

野菜、きのこ、豆など植物性の素材だけで作るスープ。うまみを出す食材を効果的に使い、素材のおいしさを引き出すから、肉や魚がなくても満足感のある仕上がりに。1日1杯飲めば、体のバランスがととのう。

今井ようこ 著

定価：本体1,500円+税

おいしい器のある暮らし
ずっと使い続けたい、私のお気に入り

センスあふれる暮らしが人気の6名のプロが、お気に入りの器やコップを紹介。和と洋、作家ものなど奥深い器の世界がたのしめる。選び方・使い方など役立つ情報のほか、それぞれの器にまつわる読み物も充実。

タサン志麻、山端朱美、平井かすみ、
引田かおり、植松良枝、池水陽子 著

定価：本体1,600円+税

今日からはじめる
農家の事業承継
2万人の跡継ぎと考えた成功メソッド

日本の農家の課題である「跡継ぎ問題」について、若手農業者の二人が、継ぐ子どもの立場から切り込む。事業承継とは何をするのか、税務や手続きなど、基本知識をわかりやすく解説。「実家が農家」の人必読!

伊藤悠太郎、竹本彰吾 著

定価：本体1,800円+税

行事予定表

2022年11月 組合動静

1 (火)	財務諸表等監査～2日、 畜舎環境衛生改善調査～2日
4 (金)	第7回理事会
5 (土)	農協職員中級資格認定試験
9 (水)	ホクレン十勝和牛市場
10 (木)	第6回監事会、 第2回第9次地域農業振興計画策定委員会
11 (金)	職員採用筆記試験、根室地区酪対役員会、 指定団体機能強化学習会
14 (月)	JA中標津酪対役員会、優績JA視察研修～17日、 ホクレン根室乳牛市場
16 (水)	内部監査担当者研修会、職員採用面接試験、 青山スーツフェア～17日
17 (木)	定期監査～18日
19 (土)	農協職員上級資格認定試験
21 (月)	ホクレン根室育成市場
22 (火)	第4回営農委員会、第8回理事会
25 (金)	中標津乳牛改良同志会創立50周年記念式典、 第3回第9次地域農業振興計画策定委員会、 金融課信連勉強会
26 (土)	酪対消費拡大ミルクキャンペーン
28 (月)	地区別懇談会（中標津）
30 (水)	第7回監事会、営農計画書作成～12/30

2022年12月

1 (木)	地区別懇談会（武佐/俵橋）
2 (金)	根釧地区スマサバ会議
3 (土)	地区別懇談会（開陽）
4 (日)	あるカレンダー配布
5 (月)	地区別懇談会（当幌/第2俣落）
6 (火)	ホクレン十勝和牛市場
7 (水)	地区別懇談会（俣落）、自己査定研修会～8日
8 (木)	馬鈴しょ耕作者全体会議
9 (金)	
10 (土)	根室地区酪対役員会
11 (日)	
12 (月)	ホクレン根室乳牛市場
13 (火)	ある企画会議
14 (水)	
15 (木)	資材課課内会議
16 (金)	
17 (土)	
18 (日)	
19 (月)	
20 (火)	ある店頭新巻市終了予定
21 (水)	第2回新事務所建設にかかる意見聴取会議
22 (木)	
23 (金)	ある しめ縄店頭販売～31日午前
24 (土)	管理部・信用部大掃除、 桜ヶ丘SSクリスマスキャンペーン
25 (日)	
26 (月)	桜ヶ丘SS年末感謝祭～28日
27 (火)	
28 (水)	ある9時開店～31日
29 (木)	
30 (金)	資材課15時閉店、業務納め
31 (土)	桜ヶ丘SS・ある17時閉店

中標津町地域おこし協力隊

ベトナム人

ルエンさんのベトナム語講座



12月、北海道の冬が本格的に到来！私は外に出る時、できるだけ肌の露出を避けて、何枚も重ね着をしたり、厚いセーター、帽子、マフラー、手袋などを身に付けたりします。日本では寒さ対策として、様々な商品が発売されていて、すごく便利です。防寒・滑り止めの靴や防寒服、あと私を助けてくれる使い捨てカイロなどです。これからの寒さ対策としてたくさんカイロを買いました。寒い時には使い捨てカイロを貼って、温かい牛乳を飲んで体をぽかぽかさせています。皆さんは寒い時にどんな方法で体を暖めますか。

今秋の話ですが、10月に町営牧場で牛の出牧作業の手伝いをしました。

去年も入牧と出牧作業の手伝いをしていて、今年は牛の記録写真を撮影する作業をしました。当日は肌寒かったですが、太陽に当たると暖かかったです。

牛は出牧前にワクチン接種をして、写真を撮りますが、怖がってなかなか落ち着かない子もいれば、すぐ写真を撮れる子もいました。そして、顔がカメラの方に向いていない子は「こっち向いて」と言ったら、振り返ってくれました。まるで言葉がわかるようでした。(^^)



中標津町の酪農家さんで働いている友達がいるので、仕事のことを時々話してもらいます。早い朝、夕の搾乳、牛舎清掃作業、牛の世話など酪農の仕事の大変さは少しわかります。牛乳を飲めるのは酪農家の皆様が一生涯懸命に働いているおかげです。いつも美味しい牛乳をありがとうございます（Cam ơn）。



ベトナム語のコーナー

1. Con Bò (コン ボー)：牛
2. Chăm bò (チャム ボー)：牛の世話
3. Dọn chuồng bò (ドン チュオン ボー)：牛舎掃除
4. vắt sữa (ヴァト スーア)：搾乳
5. Nuôi bò lấy sữa (ヌオイ ボー ラーイ スーア)：酪農
6. Sữa bò (スーア ボー)：牛乳

