

JAきたみらい

あけびま サクラダ

2014



vol.133

2

はいっポーズ!

《訓子府地区・緑丘》のまけ
森下恵子さんと幸乃助くん

(紹介は2ページです)

特集 わが家の
バリアフリーを考える



季節の薫り



どんど焼き

1月15日の早朝、氷点下16度と冷え込んだ中、年の初めの神事「どんど焼き」が行われた。

参加者は勢いよく燃え上がる炎に手を合わせ、今年1年の家内安全、無病息災、五穀豊穡を願う。

全国各地では少しずつ風習が違うこの行事、北海道内では、しめ縄飾りなどを燃やし年神（正月様）の送り火とされている。

また、農村各地区にある神社でも、地域住民の皆さんによってこの文化が守られている。

今年1年、組合員家族皆さんが元気で豊穡の秋が迎えられ、暖かく燃え上がる炎を届けたいと願った。

1月15日 北見市郊外の昭和で行われた北見神社の「どんど焼き」
神主の祝詞（のりと）言上した後、火がつけられ勢いよく燃え上がる。
円写真は北見地区の美里にある美里神社で行われたどんど焼き。

表紙紹介

家族を笑顔に

雪景色が晴れ渡る1月21日、家族みんなで迎えてくれた森下さん夫婦と横川さん家族。中心にいたのは幸乃助くんです。ここ数日からおもちゃの車で遊ぶようになったという幸乃助くんは、動物が大好き。牛を見ても怖がらず、特に猫が大好きです。表紙撮影中も牛舎近くにいる猫を見つけては笑顔を振りまいてくれました。

人見知りせず活発で、横川家のアイドル。ドアから顔を覗かせては、みんなを幸せにします。そんな幸乃助くんはお父さんっ子で、大好きな力エルの絵本をお父さんに渡してはリクエストします。

お父さんとお母さんは、幸乃助くん周りの人々が幸せになれるようにと願いを込めて「幸乃助」と命名しました。

そんな幸乃助くんにお父さんは「何か一つでも夢中になれることを見つけて欲しい」、お母さんは「健康に育ってくれたら何よりです」と優しく話してくれました。



【ご家族紹介】
前列左から～おじいちゃんの横川弘紀さん（60）、ひいおばあちゃんの横川千代子さん（83）と幸乃助くん（1歳2ヶ月）、ひいおじいちゃんの横川広さん（83）
後列左から～おばあちゃんの横川暢子さん（53）、おかあさんの森下恵子さん（31）、お父さんの森下智崇さん（33）
横川さんは経産牛や育成牛など約85頭を飼育する酪農専業農家です。

もくじ CONTENTS

| | |
|------------------------|----|
| 特集① | 4 |
| わが家の バリアフリーを考える | |
| ○季節の薫り | 2 |
| ○表紙紹介 「家族を笑顔に」 | 2 |
| ○JAきたみらい ホットライン東西南北 | 6 |
| ○ほのぼのの広場 | 10 |
| ・きたみらいのホープさん | |
| ・なかよし夫婦 | |
| ・わが家のアイドル | |
| ・ブリティーウーマン | |
| ・大きくなったら | |
| ・元気な先輩 | |
| ・思い出の写真 | |
| ・まちがいきがし | |
| ・読者の声 | |
| ○JAからのお知らせ | 14 |
| ○おひさまサラダクッキング | 18 |
| 「キャベツとカキの豆乳スープ」 | |
| 「ラビオリ風・エビとレンコンのワンタン」 | |

我が家のバリアフリーを考える

家族みんなが安心して暮らせる住まいを

バリアフリーとは、障害物がないという意味です。障害物といっても床の段差ばかりではありません。家族全員が安心して暮らせる家造りを考えましょう。

監修：一級建築士事務所 Office Yuu 代表 Yuu

バリアフリーの家とは、お年寄りだけでなく家族全員が安心して暮らせる家のことです

バリアフリーというところ、年を取ってから必要なもの、というイメージをお持ちの人も多いと思いますが、バリアとは「障害となるもの」という意味で、床の段差だけでなく、滑つてけがをしやすいた、開け閉めにくい窓やドア、危険な収納、健康を害する恐れのある部屋の温度差、車いすで使いにくい



キッチンや洗面台なども含まれます。バリアフリーな家とは、お年寄りばかりでなく、赤ちゃんや妊婦、車いす使用者まで、家族全員が安全に快適に暮らせる家のこと。意外な所に危険が潜んでいることがありますので、まずはわが家の安全をチェックしてみましょう。

こんな家は危ない！ 小さな段差、高い位置にある収納、寒い浴室

家庭内事故という言葉をご存じでしょうか。言葉の通り家の中で起きる事故のことで、厚生労働省の統計によれば、死者数は年間1万2873人(2009年)に上ります。その中で特に目立つのが「転落」と「転倒」です。事例を見ると階段や脚立からの転落、段差につまずいての転倒が多く、死亡事故も発生しています。

転落や転倒の原因になりやすいのは、手すりのない階段、急勾配の階段、敷居など2〜3cm程度の小さな床の段差です。また高い位置にある収納、例えばつり戸棚や天袋に使用頻度の高いものを収

納しておく、出し入れのたびにいすや脚立に乗る必要がありますので、転落の危険性が高まります。年を取ると二つ以上のことを同時に行動することが困難になるため、いすや脚立の上でバランスを取りながらものを出し入れするという行為は、事故の危険性が非常に高まるのです。

最近では温度のバリアフリーという言葉も聞かれるようになりました。温度のバリアとは、家の部屋ごとの温度差のことです。リビングは暖かいのに浴室がとて寒いというような状況があると、人によっては「ヒートショック」を起こすことがあります。

ヒートショックとは、室温の急激な変化によって脈拍や血圧が突発的に上昇してしまうことで、高血圧の人やお年寄りは命に関わることもあります。真冬に暖かいリビング→寒い浴室→熱いお湯につかる→寒い脱衣室というような行動はヒートショックを起こしやすく、他にも暖かいベッドの中→寒いトイレに行く、というような行動で起きることもあります。ヒートショックは年々増加している、厚生労働省は真冬の寒い浴室に注意するよう警告しています。

基本のバリアフリーを押さえた安全な家を目指しましょう

バリアフリー対策はまだ大丈夫、という言葉をよく聞きます。しかし、事故は小さな子どもからお年寄りまで、満遍なく起きています。家族全員が安全に暮らすために、なるべく早い段階で対策を行い、いざというときに困らないよう下準備をしておきましょう。

基本1 床の段差をなくす



▲敷居の段差を解消するミニスロープ。ホームセンターで1000円ほどから。

床の段差解消は、年齢に関係なく家族全員が安全に暮らすために最低限必要です。床のフローリング工事をするとともに段差解消も一緒にやると効果的です。段差の高さに合わせてミニスロープを取り付けるだけでなく自分でもできます。この場合は、動かないようしっかりと固定しておきましょう。

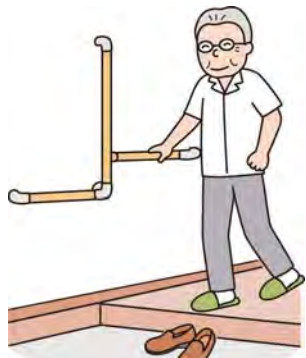
基本3 ドアを引き戸にする



▲引き戸は大開口でも開閉しやすく、つえや車いすでの移動も楽

ドアを引き戸にしておく、お年寄りや車いすの人にも開閉が楽にできます。開きドアは体を大きくひねる必要がありますが、引き戸ならそのまの立ち位置で体をひねる必要がありません。開きドアは開口幅を広く取ろうとすると、それだけドア周辺に広い面積が必要になります。引き戸ならその必要はないわけです。

基本2 段差や、体勢を変える場所には手すりを取り付ける



▲階段や玄関など、段差がある所には手すりを取り付ける

階段や玄関など、上り下りが必要な場所には手すりを取り付けましょう。浴室やトイレなど、立った座ったり体勢を変える場所にも手すりを忘れずに。浴室で滑って思わずタオル掛けにつかまったり、トイレで紙巻き器に体重をかけて立ち上がったりの、思わず大事故につながります。

基本4 浴室やキッチン、洗面所を座っても使える仕様にする



▲広めの浴室にベンチがあれば、親子が入っても介護のときにも身動きしやすい

キッチンや洗面台の足元は足が中に入る仕様にしてあげば、車いすでも使いやすく、足腰が弱ったときや疲れたときにいすに座って楽に作業ができます。最近ではベンチ付きのシステムバスもあります。座らせて体を洗えるので、高齢者はもちろん、小さい子どもにも便利。介護がしやすくなるなど、家族にも楽な水回りを考えてみましょう。

基本5 家の中の温度差をなくす

ヒートショックの原因となる家の中の温度差をなくすためには、家全体の断熱性を上げるのが近道です。夏に2階が暑い家は屋根裏に断熱材を入れる、冬に1階が寒い家は床下に断熱材を入れる。両方一度に性能を上げるには、内窓の取り付けや窓ガラスを断熱ガラスに交換するなど、窓の断熱性を上げるリフォームが効果的です。浴室と脱衣室には暖房器具を付けておくといいでしょ

先々を考えたら間取りを考えること

バリアフリーには住宅設備の工夫だけでなく、間取りを見直すことも必要です。例えば、年齢を重ねるにつれてトイレの回数が増え、夜中に行くことも多くなりますから、夜間でも安心してトイレに行けるように、寝室からトイレまでの道のりをできるだけ短くスムーズにしておくなど、家事やメンテナンスが楽な家であることも大切です。家族みんなが長く安全に暮らしていけるよう、バリアフリーな家を考えてください。

住宅リフォームコンサルタント
住宅リフォームガイド
一級建築士事務所
Office Yuu代表
Yuu (尾間紫)



一級建築士、(公社)日本インテリアデザイナー協会正会員。

住まいのリフォームコンクール優秀賞受賞。「家を変えて、人生を変える」を信条に、新しい暮らしをつくる「リライフのためのリフォーム」を提唱。現在テレビやラジオ、新聞連載などを通して、住まいづくりのスペシャリストとして各方面で活動している。

■近著『リフォームはこうしてやりなさい』ダイヤモンド社刊

■業者選びからプランまで、リフォームのノウハウを「リフォームのホント・裏話」としてWebで公開中。http://www.ne.jp/asahi/net/rehome/

温根湯

ガラスの製作を体験

～日帰り研修に
部員13人が参加～



▲吹きガラス製作に挑戦する部員

女性部温根湯支部（牧野千代支部長）は1月15日、日帰り研修を開催し、部員13人が参加しました。
網走市にある流水硝子館でガラス製作を体験。
部員は「吹きガラス」「サンドブラスト」や「アクセサリー」など6種類の中から、それぞれが事前に選択した物を製作。高温に熱せられ、溶けたガラスに悪戦苦闘しながら、真剣にガラス製作に取り組んでいました。
体験終了後には網走市内で昼食をとり、帰りの道途中で、買い物休憩をはさみながら、同事務所へ帰ってきました。
移動中のバスでは、今年の営農やガラス製作の話題で大いに盛り上がりました。吹きガラスに挑戦した牧野支部長は「ガラスに吹き込む息の調節は難しかったけれど面白かった」と話し、リフレッシュを兼ねた楽しい1日となりました。

相内

料理と健康で親睦深める

～女性部研修会に
部員15人が参加～



▲講習会でストレッチを行う部員の皆さん

女性部相内支部（星加智子支部長）は1月15日、相内地区事務所で開催された研修会に15人が参加しました。
当日の午前は、部員が持ち寄った野菜を食材にして、「炊き込みご飯」「あずきと卵の花のサラダ」「玉葱リングフライ」など7品の料理を作りました。完成した料理は、地区運営委員長やJA職員にも振る舞われ、部員手作りの料理を堪能しました。
昼食後は「女性のこころと体応援します！」と題し、北見市保健福祉部健康推進課の権藤絵里さんを講師に迎え講習会を行いました。心の健康メンタルヘルスや女性特有の更年期症状など説明した後、健康づくりのためのストレッチ運動を行うなど健康管理に取り組みしました。
講習会終了後は部員みんなでビンゴゲームを楽しみ、親睦を深めました。



▲指示に従い、サークル(円)めがけてストーンを投げ込む部員

つるつると
転びそうに

～氷上のチェス
カーリングを体験～

上常呂

女性部上常呂支部（河野由美子支部長）は1月17日、北見市内の河西カーリングホールでカーリングを楽しみ、部員10人が参加しました。
「氷上のチェス」といわれるカーリングは、全国的に北見市常呂町が有名ですが、競技をした部員は少なく、役員会で体験してみたいとの要望から、今回の実施となりました。
当日は、講師に北見カーリング協会北見支部の菅原指導普及部長ほか3名から指導を受け、氷上での歩き方から、ストーンの投げ方、ルールを1時間ほど学んだ後、3チームに分かれて「いざ対戦」。
つるつる滑る氷に転びそうになりながらもスキップ（司令塔）の指示に従い、ストーンを滑らせ、目標の円に停止させたり、上手に相手のストーンをはじく度に楽しそうな歓声が上がっていました。

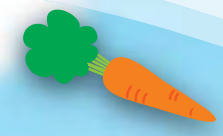
置戸 一年後の
楽しみに

～減塩味噌作りに
7人が参加～

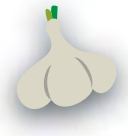


▲テキパキと作業をする参加者の皆さん

女性部置戸支部（東海林静子支部長）は、1月20日と21日の2日間、「減塩手作り味噌講習会」を行い、部員と特別参加の地遊人（農村生活体験生）合わせて8人が参加しました。
同講習会は毎年恒例の事業として行われ、健康管理を考慮し、塩分控えめの味噌作りに取り組んでいます。
初日に、洗って十分に水を吸収させた大豆を、翌日に圧力釜で90分ほど煮ます。煮上がったばかりのアツアツの大豆は直ぐに機械ですり潰し、しっかりと冷ましてから麹・種水・塩を加え、樽に詰めていきます。部員個々の樽に詰めるときには、好みに昆布を入れ、慣れた手つきでテキパキと作業を進めていきました。
初めて味噌作りをした地遊人の関口美香さんは、「食べられるのは1年後とまだまだ先ですが、熟成後が楽しみです」と話してくれました。



東



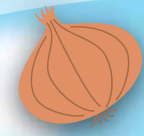
西



南



北



端野

説明書と にらめっこ

～ふれあい講座に
部員20人参加～



▲楽しく会話しながら「あかりアート」に取り組む部員の皆さん

女性部端野支部（杉本千恵子支部長）は1月10日、端野地区事務所で「ふれあい講座」を開き部員20人が参加。昨年に続き2回目となるこの講座は、部員間の親睦と交流を目的に行われています。

午前は、北見市保健福祉部健康推進課より小山あつこさんを講師に迎え、「女性のころと体応援します！」を受講。1時間を超える説明となりましたが、参加した部員は講師の説明を熱心に聞き入り、各々で心身を見つめ直していました。

午後からは、手作り手芸キット「さくらほりきり」より材料を購入し、それぞれあかりアートやきめこみ飾りなどを製作。説明書とにらめっこしながらも完成させる部員や、丁寧すぎて時間が足りず家に持ち帰る部員もいましたが、終始笑顔のなか、部員間の親睦が図られました。

北見

バルーン アートで交流

～女性部とフレミズ
24人が参加～



▲講師に教わりながら作品作りに励む参加者の皆さん

女性部北見支部（井上峰子支部長）とフレッシュユミズ北見支部（米森こず恵支部長）は1月14日、センター事務所でのバルーン講習会を開きました。バルーンアーティストの増山博俊さんを講師に招き、女性部17人、フレミズ7人の部員が参加しました。

本講習会は、フレミズの会員が少しでも女性部の活動に興味を持って欲しいとの思いから、女性部の呼び掛けで実現。バルーンアートを初めて体験する参加者がほとんどで、講師の指導のもと風船を膨らませたりねじったり試行錯誤。女性部・フレミズの垣根を越えて会話も弾み、2時間ほどでブードル・くま・アンパンマンなどの作品を完成させました。

同支部のフレミズ米森支部長は「楽しく活動できた。また、このような機会があったら参加したいです」と話してくれました。

留辺蘂

白熱の 好プレー続出

～合同交流会に
25人が参加～



▲軽やかにサーブを打ち込む参加者

青年部留辺蘂支部（坂下修一支部長）と、フレッシュユミズ留辺蘂支部（坂下あゆみ支部長）は1月10日、留辺蘂町体育館にて合同交流会を開きました。

当日は総勢25人が参加し、青年部・フレミズ・お子さん混合の計5チームの総当たり戦のミニバレー大会を実施。お正月明けということもあり、開始当初は「身体がなまって思うような動きができません！」との声もありましたが、後半になると徐々に身体もほぐれて白熱の好プレーが続出。会場は大いに盛り上がりました。その後、温根湯の「つるつる温泉」に場所を移して懇親会を開催。

食事を交えながら、最近の近況などを話しあったり、ピョン大会で盛り上がったりと、終始笑顔が絶えることのない交流会となりました。

訓子府

将来像を 自由に議論

～昼夜の議論で
交流深める～



▲率直な意見を出し合う部員の皆さん

青年部訓子府支部（須河岐文支部長）と置戸支部（小山勇樹支部長）は1月14日、置戸地区事務所での支部間交流を行い、訓子府支部21人、置戸支部15人が参加しました。

より広く、より深く交流の輪を広げるのが本事業の目的。今回は「農村の将来像をどう描く？」「青年部活動をどう盛り上げる？」というテーマで、支部混合6人のグループに分かれて議論を行いました。

進行兼まとめ役の両支部長主導の下、各グループでは時に熱く、時に笑いを交えながら、胸の内にある想いをぶつけ合いました。

最後に「今回は一つの答えを出すのではなく、それぞれの考えを声に出してもらったことが目的。出された意見は後に活かしていきたい」と須河支部長が締めました。第二部の懇親会は訓子府で行われ、さらに交流を深めました。

わが家のアイドル



端野地区・一区

瀬尾 歩夢(あゆむ)くん(6歳6ヶ月)

唯(ゆい)ちゃん(4歳9ヶ月)

二人で雪かき手伝うよ!

ご両親といっしょに元気にお出迎えしてくれた歩夢さんと唯ちゃん。唯ちゃんは端野中央保育園に通っており、歩夢くんは今年の4月から小学校に通い始めます。歩夢くんはミニカーが大好きで、よくトラクターのおもちゃで遊んでいます。好きな食べ物はカレーライスで、朝から夜まで食べても飽きないほどお気に入り。唯ちゃんはミニちゃんの人形で遊ぶのがお気に入り、好きな食べ物は卵かけごはん。最近初めてスキーをやってみて、上手にすべることができました。話を聞いている間、ずっと2人でくっついていた歩夢さんと唯ちゃん。お風呂掃除のお手伝いを2人でいっしょにしたり、雪が降った時はお父さんやお母さんよりも先に2人で外に飛び出して、雪かきのお手伝いをしてくれます。そんな仲良し兄妹2人にご両親は、「とにかく健康が第一。素直にすくすくと育ってほしいですね」と話してくれました。

端野地区・一区の瀬尾良一さん、理恵さん夫妻のお子さんです。

Pretty Woman ウーマン



体を動かす ことが好き

温根湯地区・平里
ゆきな

山上 志和さん(36歳)

今回はフレミズ温根湯支部・支部長の山上さんに登場いただきました。

◆出身、ご主人との出会いは?

留辺薬町出身で、高校を卒業して短大に通った後、地元に戻ってきて6年間医療事務をしていました。夫との出会いは高校3年生の時、同じバイト先で働いていたことがきっかけで、私の就職を機に度々会うようになり、26歳で結婚しました。体を動かすことが好きだったので、農業もまったく苦じゃありません!

◆どんな家庭?

3年生、1年生、4歳、2歳の子供がいます。とにかく毎日とってもにぎやかです! 先日は突然思い立って家族みんなで帯広までドライブに行きました。他にも家族で出掛けたいところはたくさんあるのですが、時間がなくてなかなか実現できません(;_;)

◆趣味・特技は?

スポーツが好きです。中学校でバレー部に所属していたのでバレーも好きですし、子どもの頃から習っていた水泳も今では指導員まで取りました! 一時期マッサージ師を目指していたこともあったので、マッサージもできます。

◆1年間支部長・本部役員をやってみて

支部長として、支部について考えることもたくさんありましたが、本部役員として色々な会議体に出ることも多く、支部だけで活動していたら知らなかったこともたくさん吸収できました。フレミズだけではなく、JA全体のことにも目が向くようになり、より一層考え方の幅が広がった1年になりました。



きたみらいの ホープさん

●出身は?

静岡で生まれ育ちましたが、大学は北見を選択しました。母親が訓子府出身なので、子供の頃は里帰りによく遊びに来ていました。

●結婚は?

結婚して、娘と息子がいます。

●就農の経緯は?

北見市内で働いていたのですが、家族といっしょの時間が取れないような状況が続き、思い切って仕事を辞めました。その間、親戚の農家の手伝いをしており、それがきっかけとなって、経営を継がせていただくこととなりました。

●就農1年目の率直な感想は?

何もわからない状態のなか、がむしゃらにやったという感じですね。

●今後の抱負は?

1年目は本当に色々な方の助けを借りて営農することができました。恩返しができるように経営を続けていきたいですね。

杉山正樹さんは斉藤正敏さんの経営を継承して就農し、春から2年目の営農を迎えます。

すべての方に恩返し!

訓子府地区・高園

杉山 正樹さん(31歳)

Q結婚のきっかけは?ご結婚はいつでしたか?

平成15年4月から置戸生活体験生「地遊人(じゆうじん)」として置戸を訪れた幸恵さんと、当時秋田青年会会長だった一味さんは、5月に同会主催の焼き肉ではじめて出会い、8月に交際をスタートさせ翌年3月に結婚。

今年の3月で結婚10周年を迎えます。

Q趣味・娯楽は?

一味さん…… たまに日曜大工とたこ焼き作り
幸恵さん…… フルート・オカリナ・読書・地域活動

Qこれからしたいことは?

子どもが大きくなってきたので、そろそろキャンプへ!

あと、まだ行っていない新婚旅行でハワイ!

Qお互いへの感謝の言葉

一味さん…… 育児に家事に仕事に、いつもありがとうございます。これからも頼りにしています。

幸恵さん…… 家族のためにダイエットを頑張ってくれてありがとうございます。何よりも健康でいてもらわなければ、家族みんなの幸せは守れないのです。ヘルシーでおいしいごはん作りでサポートします。

三女の希音ちゃんを挟んで撮影。



ながよし夫婦

健康づくり サポートします

置戸地区・秋田

井上 かずみ
一 味さん(42歳)
幸 ゆきえ
幸 恵さん(40歳)

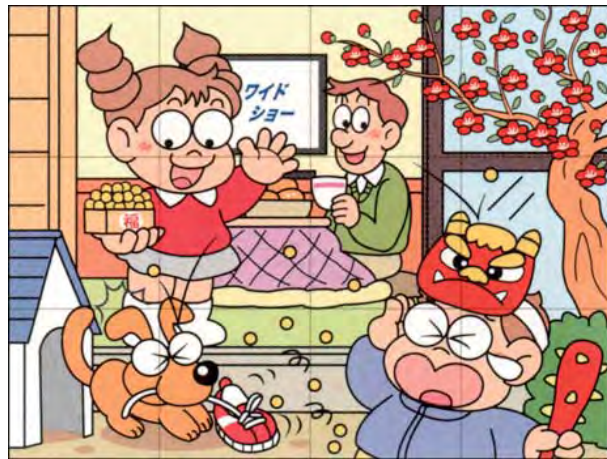
まちがいさがし

Bのイラストには、A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右下のイラストの中の数字でお答え下さい。

A



B



1月号クイズの当選者

1月号のまちがいさがしの答えは「フクジュソウ」でした。正解者61名の中から抽選の結果、当選者は次の方々です。尚、抽選はJAきたみらいの西川組合長にお願ひしました。

- ()内は地区名
- ・児玉 咲子さん (温根湯) ・岩橋 美咲さん (温根湯)
 - ・春木 君枝さん (留辺蘂) ・伊藤 虹穂さん (相内)
 - ・斎藤百合子さん (相内) ・中川 陽子さん (相内)
 - ・渡辺 照子さん (置戸) ・鈴木ちづるさん (置戸)
 - ・中尾のぶ子さん (置戸) ・筋原 寿美さん (訓子府)
 - ・伊藤やす子さん (訓子府) ・可知 晴子さん (訓子府)
 - ・花岡 綺美さん (訓子府) ・岡崎 和久さん (訓子府)
 - ・前沢るり子さん (北見) ・小野 真紀さん (北見)
 - ・荒井 紀子さん (端野) ・井上二美子さん (端野)
 - ・加藤 和子さん (端野) ・水口 凜妥さん (端野)
- 以上の方々には、羽根屋(北見)のお菓子詰め合わせをプレゼントします。

応募方法

答えが解った人は、別紙の応募用紙に答え(番号)と広報誌へのご意見・ご感想を記入してFAXでご応募下さい。抽選で10名の方に、北見のパティスリー・ノブヤの「陽だまりチーズ」をプレゼントします。

孫 にランドセル買ってと言われ、入学祝いに買いに行きました。今のランドセルの値段にビックリ。私のバックより高い。

(温根湯地区・大関 博子さん)

お孫さんのご入学、おめでとうございます。可愛いお孫さんの顔を見ていたら財布の紐も緩んでしまいますね。

私 の夢と希望」うちの長女も年々なので良い年になると良いなと思っています。

(匿名希望)

今年が良い年になると良いですネ。個人的には午年にちなみ「馬の合う」方と出会いたいです。

農 家の一日に密着した特集をしてみても面白いと思います。いろいろな農家の一日を他の農家さんが知ることはプラスになる事でもあり、様々な参考にもなります。

(置戸地区・鈴木ちづるさん)

ご意見ありがとうございます。検討させて頂きます。他にも特集の提案や、知りたいことなどありましたら教えてください。

輝 かしい2014年おめでとうございます。今年の天気が植付の時は晴れて、夏は雨が、秋晴れが続きますように！

(端野地区・井上二美子さん)

今年こそ豊作となるよう祈ります。豊穰の秋を迎えられますように！

元気な先輩

北見地区・大正

八木沼隆春さん
(77歳)



積極的に外へ

隆春さんは昭和12年に北見市で生まれ、分家した後、昭和38年に就農、当時は5畝の畑にてん菜、小豆、金時豆などを作付けていました。

就農1年目の雷害は今も記憶に残っていると話す隆春さん。天候に恵まれない年は救農工事に行き、馬にそりを引かせて土を運び道路を作って生計を立てました。

農作業の傍ら隆春さんの趣味は、20年程前から始めた「みそ」作り。きっかけは、平成6年に北見市の事業でみそ作りの機械を一式購入し、5年後には麹を作る機械も購入、米麹からみそを作ります。現在は大正女性部の方など5〜6人で農閑期の12月から4月上旬にかけてみそ作りに励んでおり、北見市内の住民から指導を頼まれるほど。隆春さんは「おかげで冬場は毎週みそ作りで忙しいよ」と話してくれました。

夏には大正小学校の児童に農作業を体験してもらう活動をしたり、老人クラブで仲間と身体を動かすことも楽しみと話す隆春さん、健康の秘訣は、「家の中にいるより、積極的に外に出ることだよ」と笑顔で教えてくれました。

ほのぼのの広場

大きくなったら



上常呂地区 広郷

大丸 日向(ひなた)ちゃん(7歳)

画家になりたい

私は絵が好きなので、画家になりたいです。冬休みの自由研究では自分で描いた絵で「いろは」かるたを作りました。でも最近は保育士さんも良いかなーと思ったりもしています。

裕之さん、美喜子さん夫妻のお子さんです。指先にニコちゃんマークを書いてVサイン。冬休みには家族でディズニーランドへ行きミッキーマウスに会ってきました。

思い出の写真

この写真は昭和63年、第5回温根湯自作ソリ大会に出場した「松山地区若だんな会」のメンバーです。昭和58年から始まったソリ大会に、別名「馬鹿だんな会」も参戦しようと一致団結し出場を決意したそうです。

当時、バブル全盛のなか「白花美人」の発売開始に合わせ、前夜祭で仮装し、甘納豆の即売会を開催したそうです。

ソリは白花豆の莢に見立てて改造し、「滑走中に莢が割れ、中から豆粒が出てくるというパフォーマンスを仕掛けました。結果は3位となり、同時に作った高原白菜号が総合優勝を飾ったそうです。

この大会は企画設計から大会反省会までテレビ局の密着取材があり、なんと1時間程の特別番組になったそうです。哲治さんは「振り返れば当時30歳前後のメンバーで家族が増え続け、良い仲間作りになった。これからも地域作りを続けるには、こんなイベントも必要なのかもしれません」と話してくれました。



▲最後列右から5番目が北村さん、2列目一番右が当時の青年部長の高橋さん。

温根湯自作ソリ大会

温根湯地区・松山

北村 哲治さん(56歳)



INFORMATION

1市2町に 「きたたゆきもち」の鏡餅贈呈

JAきたみらいときたみらいもち米振興会は12月24日、当JA管内の北見市・訓子府町・置戸町の1市2町を訪れ、地場産もち米で作った鏡餅を贈呈しました。

当JAで生産された25年産の「きたたゆきもち」を使用した鏡餅は2段重ねで総重量は約10kg。JA常勤役員及び同振興会役員より、各行政の首長へ手渡されました。

昨年は悪天候の中、特に高温によ



▲左からもち米振興会 細川監事、菊池訓子府町長、西川組合長

るもち病対策など「今までで一番の苦勞」ではありましたが、もち米

10周年を新たな出発に 玉葱振興会市場30社と産消交流会

きたみらい玉葱振興会は1月16日、ホテル黒部で産消交流会を開きました。生産者や市場関係者、JA役員ら208人が出席し、長期安定出荷など生産量日本一の産地として消費者の期待に応える役割を改めて確認しました。

挨拶で小野洋一会長は「JAと生産者一人ひとりの結束を高め、10年の節目を新たな出発の日にしたい」と呼び掛け、当JAの西川組合長が「これから進む道は平坦なものではない。JAと振興会が両輪となり発展し、日本一の産地の責務を果たしていく」と力強く述べました。

市場30社を代表し、横浜丸中青果の吉田裕司副部長は「ここ数年は不順な天候が続いているが、万全な排水やかん水対策などを行い14年産は平年作以上の収量をあげて欲しい」と期待を寄せました。

同振興会は2003年に旧8JAの振興会が1つに合併し設立、今年設立11年目。歴代会長4人に感謝状が贈呈され、初代会長の西森信夫さんは「8地区の振興会統一は不可欠と判断し、一本化に向けた土台づくりをスタートさせた。毎晩議論したことが懐かしい」と設立当初を振り返りました。



▲設立当初を振り返る西森信夫初代会長

生産者の努力が実り4年連続の豊作となりました。すしりと重い鏡餅に各首長からは「立派なものを贈呈頂きありがとうございます」と、感謝と労いの言葉を頂きました。



▲左からもち米振興会 森谷会長、砂野副会長、櫻田北見市長、安斉副会長、西川組合長、大坪常務

西川組合長は「今後は行政との連携がより一層必要となってくる。地域活性化のため行政と協力してよい方向にもっていきたい」と連携の強化を強調しました。



▲左から奥山地区運営委員長、井上置戸町長、西川組合長

消費者ニーズに応じ 生産・販売めざす

野菜振興会関係業種懇談会開く

きたみらい野菜振興会（渡辺誠会長）は1月23日、JAきたみらいセンター事務所で関係業種懇談会を開き、会員35人が参加しました。

テーマを「消費者ニーズに応じた生産・出荷形態、販売をめざす」と題し、ホクレン種苗園芸部園芸開発課の小原秀明課長補佐と東京青果株産地開発室の早坂秀幸氏の2名を講師に招きました。

1部では、小原氏よりホクレン園

芸部の事業の紹介から始まり、現在力を入れている差別化商品の開発から販売先のターゲットについて説明。また、生協・量販店の動向や食品市場におけるドラッグストアについても説明がありました。コープさっぽろとJAきたみらい及び道内産地の取り組みについても説明があり、「現在、生協や量販店は自社配送センターを構え、宅配事業に力を入れている」と話し、「北海道の消費者は道産

品へのこだわりが強く、販売手法や荷姿・量目を変えることで有利販売につなげることができるとは」と強調しました。

2部では、早坂氏より昨年の野菜販売について説明があり、「全国で局所的な災害と年末の降雪・低温などの影響で量的には全般的に平年を下回ったため、価格的には高値基調となった」と話し、「今後、低温で遅れた野菜が多く出回る見込み。ただし、まだまだ寒いので鍋物商材も活発に動く」と予測していました。

早坂氏は「売り場でのJAきたみらいの馬鈴薯の販売宣伝は活気があり仲買さん達も喜んでいました。このような取り組みをたくさん行って

欲しいです」と期待を込めて話されました。

3部では、網走農業改良普及センターや種苗会社など、関係機関も交えて活発なグループ討議が行われました。

最新の野菜の品種や栽培方法、今後の野菜販売などについて活発な意見が飛び交い、生産意欲の高まりを感じることができました。



▲講演する東京青果株産地開発室の早坂秀幸氏

PR活動で知名度向上

馬鈴薯振興会が道外販売推進

きたみらい馬鈴薯振興会（平川千秋会長）は1月21日から24日までの4日間、名古屋と東京で、市場協議会、道内主要産地の比較による求評調査、販売促進などを振興会役員10人、種子馬鈴薯生産組合役員3人、フレッシュミズ会員6人、JA職員2人の計21人が参加しました。

23日には、大田市場と淀橋市場の

2箇所に分かれ、市場の一部を借りて試食販売促進を行いました。仲卸や量販店のバイヤー向けに、きたみらい産のスノーマーチと男爵の塩茹でを試食比較してもらい、スノーマーチの品種特性及びレシピのリーフレットを配布。スノーマーチは試食品も1時間ほどでなくなり即オーダーに繋がる盛況となりました。スノ



▲淀橋市場での販促活動の様子



▲大田市場での販促活動の様子

INFORMATION

第12回 理事会報告

1月28日、午前9時30分より第12回定例理事会が開催され、報告事項11件、議決事項19件が協議され、原案通り承認されました。

【報告事項】

- ①内部監査（ふれあい・営農・販売部門）報告について
- ②内部監査（コンプライアンス監査）報告について
- ③組合員状況報告について
- ④財務状況報告について
- ⑤固定資産の処分について
- ⑥平成25年度クミカン精算状況について
- ⑦平成25年度対策農家の収支実績報告について
- ⑧「気象変動に負けない農業」確立PJの取組み状況について
- ⑨平成26年産畑作物作付指標面積の設定について
- ⑩平成25年度ジャガイモシストセンチュウ対策の取組みについて
- ⑪平成26年度米生産数量目標の配分について

【議決事項】

- ①出資減口及び持分譲渡について
- ②記念事業等準備積立金の取崩について
- ③平成27年度職員採用計画について
- ④期末手当の支給について
- ⑤減損会計による減損額について
- ⑥当組合との利益相反取引に係る取扱いについて（H26クミカン貸越極度 他）
- ⑦平成26年度理事に対する貯金、共済担保貸付の取扱いについて
- ⑧平成26年度信用供与等の限度額設定及び貸付金の利率の最高限度について
- ⑨平成26年度1億円を超える信用の供与等の設定について
- ⑩平成26年度監査計画書（案）（内部監査）について
- ⑪てん菜増反対策について
- ⑫高級菜豆増反対策について
- ⑬平成26年度生乳増産対策について
- ⑭加工・業務用野菜生産基盤強化事業について
- ⑮平成26年度事業収支計画（案）について
- ⑯冬期地区別懇談会提出資料内容について
- ⑰諸規程の改正について
- ⑱地域運営に係る協議経過及び地域再編に伴う課題と今後の対応について
- ⑳地域運営委員会設置について

お詫びと訂正

先月号(132号)のおひさまサラダで、次のとおり誤りがありましたので訂正のうえ深くお詫び申し上げます。

特集9ページ
渡辺 蓮太さん ⇒ 蓮大さん

皆さんの声をJAへ

平成26年度に向けた「冬期地区別懇談会」が以下の日程で開催されます。組合員皆さんからJAへの要望・意見などをお聞かせいただき、明日のJAに反映させていただきます。

玉葱の播種作業なども始まりご多忙とは思いますが、多くの組合員と青年部、女性部、フレミズ、家族の皆さんの出席をお願い致します。

○日程 2月10日(月)から15日(土)までの5日間
○時間 午前の部 9時00分から12時00分
 午後の部 1時30分から16時30分

| 日程 | 地区事務所名 | |
|----------|--------------|--------------|
| | 午前 | 午後 |
| 2月10日(月) | — | 相内 (2階大会議室) |
| 2月12日(水) | 北見 (2階大会議室) | 端野 (2階大会議室) |
| 2月13日(木) | 訓子府 (3階大会議室) | 留辺蘂 (2階大会議室) |
| 2月14日(金) | 置戸 (町中央公民館) | 温根湯 (2階大会議室) |
| 2月15日(土) | 上常呂 (1階大会議室) | — |



▲昨年2月14日、留辺蘂地区事務所で開催された懇談会

オホーツク農業新技術セミナー開催のお知らせ

北見農業試験場などが研究開発した新品種や新技術を速やかに公表し、オホーツク地域の多くの方々を活用していただくため、次のとおり『第18回オホーツク農業新技術セミナー』を開催します。

新品種や新技術のほか地域におけるトピックスも紹介します。どなたでも参加できますので、お気軽にお越し下さい。

- 日時 平成26年2月27日(木) 午後1時～4時
- 場所 美幌町民会館 びほーる
網走郡美幌町字東2条北4丁目9番地
☎ 0152-73-4187
- 入場料 無料【お問い合わせ先】
北海道立総合研究機構
北見農業試験場 ☎ 0157-47-2146



▲昨年のセミナーの様子

故人の略歴

昭和20年北見市に生まれる
38年美幌農業（現美幌）高校卒業後、農業に従事
平成5年4月～平成6年4月 北見市農協理事
6年4月～8年4月 北見市農協専務理事
8年4月～15年1月 北見市農協代表理事組合長
8年4月～19年7月 (株) グリーンス北見副社長
14年6月～19年6月 北海道厚生連理事
15年2月～19年4月 当農協代表理事専務
16年10月～20年3月 (株) エーコープ道東取締役
19年3月 「北海道農協功労者表彰」を受賞
19年4月～20年6月 当農協代表理事組合長
19年6月～20年6月 ホクレン監事
19年6月～20年6月 オホーツク農協組合長兼理事
19年7月～20年6月 (株) グリーンス北見監査役
20年2月 「北海道産業貢献賞（農協功労）」を受賞
20年6月～23年6月 北海道厚生連副会長
20年6月～23年6月 当農協代表理事
20年6月～25年4月 当農協代表理事
全国共済連北海道本部副会長
24年3月 「全国農協功労表彰（緑綬）」を受賞

昨年9月、体調不良により入院加療
本年1月22日、膵臓癌により永眠、享年70歳



▲告別式の朝、加藤孝幸前会長に祈りを捧げる施主の英樹さん

葬儀委員長を務めた西川組合長は、「北見管内はもとより、食料基地北海道の農業振興に多大なご尽力を賜りました。多くの組合員、役員の方々の皆様を代表し、謹んでご冥福をお祈りいたします」と参会者に謝辞を述べ、故人との惜別を悼みました。

前会長を務められた加藤孝幸氏が1月22日、ご逝去されました。小泉東部町内会、当農協との合同葬にて、24日しめやかに通夜が営まれ、翌25日、多くの参会者が見守るなか、告別式が執り行われました。弔辞では、友人代表に当農協理事の宮本昭氏、前衆議院議員の武部勤氏、北海道厚生連会長・共済

連北海道本部運営委員会会長の奥野岩雄氏、北見市長の櫻田真人氏、元当農協常務理事の木暮健一氏の5名の方から、「きたみらい農協、北海道の農協の結束の要であり、信頼の柱を失うことは誠に大きな損失であります。今後、あなたの築かれた礎の上に発展していくことをお誓いいたします」と、早すぎる別れを惜しみ、哀悼の意が述べられました。

前会長 加藤孝幸氏のご逝去 小泉東部町内会と農協の合同葬

高収量実現に向けた試験報告

北見地区農業振興連絡協議会

オホーツク管内の北見、訓子府、置戸3市町とオホーツクNOSA、網走農業改良普及センターで構成する北見地区農業振興連絡協議会は1月17日、センター事務所大会議室で「平成25年度北見地区農業試験報告・農業技術情報交換会」を行いました。道の指導農藝士、行政、普及センター、JA職員ら81人が出席しました。

JAや普及センターなどの各種試験展示圃の成績を精査し、技術改善などを迅速な普及に努めていくことが狙い。開会挨拶では同協議会会長の櫻田真人北見市長は「主要基幹作物の玉葱、馬鈴薯、小麦などの試験報告は、参加者の情報交換や今後の農業経営への意義は大きい」と話されました。



▲小豆の栽培についてコメントする本田豊身指導農藝士

秋まき小麦「きたほなみ」の被覆肥料の基肥施用効果を報告した当JA技術開発グループの山本俊治調査役は、「収量性と品質は、慣行区とほぼ同じ。起生期と幼穂形成期の分作の省力化が図られ、優位性は高い」と話し、「気象条件や環境条件に影響を受けやすいので、生育の調整が難しい」と説明しました。



▲81人が参加した試験報告・農業技術情報交換会



キャベツとカキの豆乳スープ

【エネルギー188kcal(1人分)】

【作り方】

- ①タマネギとニンジン薄切り。キャベツは大きめなざく切り。エノキダケは長さを半分に切る。カキは薄い塩水で洗う。
- ②厚手の鍋を温め、EVオリーブ油でタマネギが半透明になるまで炒め、ニンジン、エノキダケを加えて炒め合わせる。
- ③②にキャベツと水360ml、塩小さじ1を加え、ふたをして中火で約15分煮る。
- ④野菜の甘味が出たら酒、しょうゆ、カキを加え、カキが白くなってきたら豆乳を加える。
- ⑤ひと煮立ちしたら塩味を調整し、最後にこしょうとお好みでパセリを振る。

メモ

海のミルクと呼ばれるほど栄養豊富なカキと、野菜がたっぷりの豆乳スープです。カキが白くなってきたら豆乳を加え、温まれば完成です。この時期ならではの美味しいスープをお楽しみください。

【材料：2人前】

- カキ……………大6個(約120g)
- キャベツ……………140g
- タマネギ……………1/2個
- ニンジン……………30g
- エノキダケ……………100g
- EVオリーブ油……………大さじ1
- 水……………360ml
- 豆乳……………200ml
- パセリ……………少々
- 酒……………大さじ2
- しょうゆ……………適量
- 塩……………小さじ1
- こしょう……………少々



ラビオリ風・エビとレンコンのワンタン

【エネルギー197kcal(1人分)】

【作り方】

- ①エビは殻と背わたを取り、粗めに刻んでから包丁で軽くたたく。
- ②レンコンは皮をむき、すりおろす。ニラとネギ、ショウガは粗みじん切りにする。
- ③①②と調味料をボウルに入れ、混ぜ合わせる。
- ④ワンタンの皮の真ん中に③の具を乗せ、皮の縁に水を付け、その上からもう1枚のワンタンの皮を乗せ、手で押さえ2枚を付ける。
- ⑤沸騰した湯に④に入れ、皮が透き通るまで3~4分ゆでる。
- ⑥器に盛り付け、お好みでネギ、香菜、ゆでたチンゲンサイなどを添える。
- ⑦タレは酢しょうゆにごま油と豆板じゃんなどを加えて熱々をいただく。

メモ

ツルっと滑らかなワンタンはビッグサイズ。イタリアンのラビオリのように、2枚の皮を合わせるだけで簡単に出来上がります。具材はとてもヘルシーですので、お好きなタレを付けてたっぷりお召し上がりください。

【材料：3人前】

- エビ……………160g
 - レンコン……………100g
 - ニラ……………3本
 - ネギ……………15g
 - ショウガ……………10g
 - ワンタンの皮……………30枚
- 調味液
- 酒……………小さじ1
 - ごま油……………小さじ1
 - しょうゆ……………小さじ1/3
 - 塩……………小さじ1
 - こしょう……………少々
 - チンゲンサイ……………2本
 - ネギ……………適量
 - 香菜……………適量

編集後記

- ・年末年始の料理を食べ過ぎ、お腹回りがより気になり始めた今日このごろ、組合員の皆さんは、いかがお過ごしでしたでしょうか。
- ・1月15日のどんと焼き取材の際には、無病息災、豊作をお願いしました。1月にかけては大雪に見舞われることもなく、除雪が楽でありました。この1年が良い年でありますように。
- ・今月の東西南北では各種交流会・研修会を紹介。農閑期に交流・親睦を深め、近づく春に向け英気を養いましょう。(高田 陽介)

JAきたみらい概要

(平成26年1月20日現在)

- ・組合員数(正) 1,769人
- ・組合員数(准) 5,816人
- ・組合員戸数(正) 1,160戸
- ・貯金 102,342百万円
- ・貸出金 17,199百万円
- ・出資金 5,114百万円