

JAきたみらい

お楽しみ サタダ

2019



vol.193

2



はいっ ポーズ!

《訓子府地区》

さむさむまつり“JA青年部 滑り台会場”の様子
(紹介は2ページです)

特集

きたみらい産の春野菜を
食べて元気をつけよう



季節の薫り 北見厳寒焼き肉 ～凍える寒さの中、 焼肉を頬張る～



2月1日、北見芸術文化ホール駐車場で毎年恒例の「北見厳寒の焼き肉まつり」が開催されました。北見市は焼肉店が60件以上もあり、全国に焼肉の町として知られています。

気温は氷点下10℃以下、防寒着に身を包んだ約2千人の来場者が熱々の七輪を前にサガリ・豚肩ロース・豚ホルモン・北見産玉葱の焼肉を楽しんでいました。厳寒焼き肉といえば、シャーベット状になった焼肉のたれや凍り付くキンキンに冷えたビール。熱燗もすぐに冷酒になり、一見罰ゲームにも思えるようなイベントです。

形を少しずつ変えながら今年で20回目を迎え、全国から来場者が訪れる一大イベントとして成長しました。そして、今年は昨年から100枚増やした2千枚のチケットを用意し、さらに宿泊プランも準備しました。

年に一度の厳寒焼き肉、寒さに凍えながら食べる熱々の肉は何とも格別なんでしょうね。（北島 太）

※JAきたみらいより焼肉のたれと玉ねぎの一部を提供しています。

もくじ CONTENTS

特集	きたみらい産の春野菜を 食べて元気をつけよう…4
○表紙紹介…	2
「さむさむまつりに 当JA青年部が参加」	2
○地域だより…	6
○ほのぼの広場…	8
・きたみらい青年部 ・記念の一枚 ・ブリティーウーマン ・大きくなったら	
○JAからのお知らせ…	10
○おひさまサラダクッキング…	20
「春キャベツのペペロンチーノ」 「イチゴに豆腐ソース」	

表紙紹介

さむさむまつりに当JA青年部が参加

青年部南支部（鏡造二支部長）は2月3日に青空の広がる好天の中、訓子府町公民館前で開催された「第40回くんねっぶさむさむまつり」に参加。氷の滑り台を披露し、青年部特製のカレーを販売。来場者にJA青年部をアピールしました。滑り台の作製に2週間前から取り組んだ部員らは連日、気温の下がった日没後に集合し、重機を使って造られた斜面をスコップで調整。水をまいて氷の表面をなめらかに仕上げました。当日は子どもたちを優しくエスコートし、何度も滑る子が出るほど人気を呼びました。

青年部の特製カレーは例年を大きく上回る356食分を販売。来場者のみなさんからは「おいしかった!」と好評を得ました。

（菊池 光祐）



▲カレー販売をする青年部員



★越冬ねぎ

越冬ねぎは前年の5月ごろに種をまき、春・夏・秋を経て冬を迎えると葉は一度しおれてしまいましたが、翌年の初春にビニールハウスを早めに被覆することで雪を解かし、その雪解け水を吸収してすくすくと成長します。

こうして春夏秋冬じっくり時間を掛けて育つことで、糖分や硫化アリル（血液サラサラ効果！）を多く含み食味がアップします。甘みもあるので、長ねぎが苦手なお子さんにも適しています。

出荷時期は3月下旬～4月下旬頃となる予定です。もう少し先になりますが、おいしい越冬ねぎの成長を楽しみにして下さい。



◎越冬ねぎの酢味噌和え《辛みが少ないので生のままで》

【材 料】

- 越冬ねぎ…1本
- 味噌…………大さじ1
- 砂糖…………大さじ2
- 酢……………小さじ1.5

【作り方】

- ①調味料をすべてボールに入れ混ぜ合わせる
- ②越冬ねぎは5cm幅に切り、さらに縦に細切りにする
- ③刻んだねぎに混ぜた調味料を和えれば出来上がり

※軽く湯通しすると、更においしくなります



◎葉にんにくと越冬ねぎのつくね



【材 料】

- | | |
|--------------|-------------|
| 鶏ひき肉…………250g | 玉葱の塩だれ…大さじ2 |
| はんぺん…………1枚 | |
| 葉にんにく…1束 | ゴマ油…………大さじ1 |
| 越冬ねぎ……1/2本 | |
| 片栗粉・酒…各大さじ1 | |
| 玉葱醤油……大さじ1 | |

【作り方】

- ①葉にんにく、越冬ねぎはみじん切りにしておく
- ②ボールにAの材料をすべて入れ、ねばりが出るまでこねる
- ③フライパンにごま油を引き②を適量の大きさに丸めて軽く真ん中をつぶして中火で蓋をし両面を焼く
- ④お皿に盛り付け、塩だれを全体にかけたら出来上がり

特集

きたみらい産の春野菜を 食べて元気をつけよう

2月に入り、少しずつ日差しが強くなってきましたね。これから、玉葱の播種作業も本格化し、農作業も少しずつ始まってきます。
ちょっと早いですが、これから旬を迎えるきたみらい産の春野菜のレシピをご紹介します。

〈レシピ・写真の提供：JAきたみらい企画開発グループ〉

★葉にんにく

皆さん、葉にんにくを知っていますか。葉にんにくはニラによく似ている野菜ですが、その名の通りにんにくです。にんにくの球根が硬くなってしまいうちに収穫して、茎から葉の部分を料理に使用します。

葉にんにくは中華料理によく使用される食材であり、回鍋肉には本来キャベツではなくこの葉にんにくを使用するようです。食べ方はニラのように炒め物や鍋物に適しています。きたみらい産の出荷は3月初旬頃から始まりま

す。ぜひ、旬の葉にんにくを食べて、春の農繁期に向けて元気モリモリにしませんか。



◎葉にんにくのチーズタッカルビ

【材 料】

- | | |
|--------------|---|
| 葉にんにく…………2本 | A
コチュジャン…………大さじ3
豆板醤……………大さじ1
生姜チューブ……1cm
砂糖・醤油・酒…各大さじ1 |
| 鶏むね肉…………2枚 | |
| 玉葱……………1玉 | |
| キャベツ…………1/6玉 | |
| ごま油……………大さじ1 | |
| とろけるチーズ…150g | |

【作り方】

- ①鶏肉は一口大の大きさに切り、玉葱、キャベツはザク切りにしておく
- ②葉にんにくの葉の部分は3cmくらいに、白い部分はスライス切りにしておく
- ③ビニール袋に鶏肉とAを入れ、1分くらい揉む
- ④フライパンにごま油をひき、味付けした鶏肉を炒め、焼けたら①の野菜と葉にんにくの白い部分を入れさらに炒める
- ⑤野菜に火が通ったら、チーズと葉にんにくの葉の部分を入れ、蓋をして弱火で1～2分蒸したら出来上がり（チーズがとけたらOKです）



温根湯温泉ゆめ広場で1月26日、「おんねゆ温泉郷雪物語2019」が開催されました。同イベントは冬期間の夜の温泉街を盛り上げようと企画され、1月26日から、2月2日、9日、16日、いずれも土曜日の4日間の午後7時から開催、2月23日（土）は午後7時30分から滝の湯つるつる温泉会場で開催されます。今年はおんねゆ温泉開場120年、おんねゆ観光協会70周年記念の節目の年で力が入っています。

会場では豚汁、コーヒー牛乳などの無料提供や留青太鼓による和太鼓演奏、お菓子まき、最後には花火が打ち上げられ、花火が一瞬止まると司会者がドスの利いた声で「まだ～まだ～」とアナウンスし、来場した子ども達からも笑い声があがるなど、会場は盛り上がっていました。

また、るべし白花豆くらぶ（森谷裕美代表）も出店し、白花豆を使ったプリンやムースは花火が終わると同時に来場者が買い求め大盛況でした。（北島 太）



▲白花豆ムースを買う来場者

西地域 温根湯 **おんねゆ温泉郷雪物語2019開催**
～るべし白花豆くらぶも出店～



▲事務局の説明を聞く部員たち

東地域 北見・上常呂・端野 **JAコネクト説明会の開催**
～青年部東支部研修会～

JA青年部東支部（石原正啓支部長）は1月10日、北天の丘あばしり湖鶴雅リゾートでJAコネクト説明会を開催し、21人が出席しました。

説明会では現在の通信媒体（FAX）での実績、新コミュニケーションツール「JAコネクト」の説明を行いました。情報発信はFAXで行っているため家に戻らないと情報が受け取れない状態ですが、JAコネクトを活用することにより携帯で情報を確認することができ、そのため家に帰って確認する必要がなく、情報のリアルタイム化が可能となります。

他にも、FAXより費用が低いコスト削減に繋がり、またJAと組合員、組合員同士で情報を共有することができる新コミュニケーションツールとなっています。JAコネクトは今年1年間、青年部、女性部、フレッシュミズで試験運用を行う予定です。

説明会終了後、懇親会を行い部員同士の交流をさらに深めることができました。（臼井 慎吾）



地

域

だ

よ

り



北見市立留辺蘂小学校で12月14日、JA青年部西支部留辺蘂地区（坂下裕太地区長）は4年生の玉葱研究発表会に招かれました。

同青年部は特産の玉葱について、留辺蘂小学校4年生を対象に春の移植から秋の収穫まで食育活動を行ってきました。

生徒は同青年部の玉葱の出前授業から学び、さらに自分達で玉葱のことを調べてパンフレットを作成しました。同発表会ではクイズ形式で玉葱に関する問題も出され、子ども達と一緒に青年部員も挑戦しました。中には青年部員も答えられない難しい問題もありました。

発表会の終了後は青年部員が給食食材として提供した牛肉、玉葱、ジャガイモで作ったハンバーグやサラダ、ジャガイモのみそ汁を子ども達と一緒にご馳走になり、楽しい時間を過ごしました。

（北島 太）

西地域 留辺蘂 **玉葱出前授業 完結**

～玉葱研究発表会に招かれる～



▲給食をご馳走になっている坂下裕太地区長

南地域 置戸 **今後に備え 学習会**

～フレッシュミズ置戸支部～



▲職員からの説明に耳を傾ける会員（置戸町で）

JAきたみらいフレッシュミズ置戸支部（篠原亜実支部長）は1月21日、クミカン制度や農業者年金をテーマに学習会を開催しました。この活動は例年行われており、クミカン制度については昨年に引き続いての内容となりました。

当日はふれあい南グループの黒宮主幹と浅野職員が講師となり、会員10名が参加。クミカンの項目ごとに説明を受け、わからない点があればその都度、会員から質問が挙がっていました。また農業者年金について内容の説明を受け、将来の為に積み立てとして、会員は興味を持ち話に耳を傾けていました。

参加者は終了後、阿寒の鶴雅リゾートへ移動して懇親会を行い、交流を図りました。

（菊池 光祐）

きたみらい
青年部

●農業を選んだ理由

親の手助けをするためです。

●JAきたみらい青年部に求めること

新規就農者を確保し部員数を増やしていくことです。

●農業にかける思い

技術の向上と畑の改良に努め、収量の増加を目指していきたいです。

●自分の支部の活動自慢

農業推進講習会と肥料推進講習会で参加率が高いこと。

今回はJAきたみらい青年部東支部地区役員の公平慎一さんに登場いただきました。

(織田 和訓)

部員の確保が課題

北見地区・川東

公平 慎一さん(30歳)

Pretty Woman
ウーマン



フレッシュミズは私にとって
必要なものだった

置戸地区・安住

あみ
篠原 亜実さん(34歳)

今回はフレッシュミズ置戸支部長の篠原さんに登場いただきました。(石井 睦美)

◆結婚に至るまで、農家に嫁いでみて

湧別町出身で、結婚まで小学校教諭をしていました。勝山小学校に赴任して夫と出会いました。交際して10カ月ほどで結婚。それから程なくして妊娠したので、農作業を始めたのは、子どもが少し大きくなってからでしたが、今ではトラクターに乗ったり、いろいろと出来ることが増えました。畑起こしをさせてもらえるようになるのが目標です！

◆お子さんは？どんなご家庭ですか？

子どもは小2と3歳の娘2人です。うちは女子の力が強いので、私たちがにぎやかに話をしているのを、夫が優しく見守っているという感じです。

◆趣味は？

スキーが好きです！！今はスキーの準指導員になるために、平日もスキー場に通って練習をしています。とにかくスキーが好きなんです！(笑)

◆フレミズ活動で楽しいこと、今後の抱負は？

フレミズに加入してから、あまり活動には出ていなかったのですが、仲のいい人が誘ってくれて頻繁に参加するようになりました。活動に出て、いろんな人と繋がって、さらに仲間が増えるのがとても楽しいですし、改めて「私にはフレミズが必要だったんだな」と思います。もっとフレミズに入りやすく、参加しやすくして、まだ活動に出ていない人にも来てもらいたいですね。

大きくなったら

「ユーチューバーになりたい！」(汐ちゃん)

憧れのプリンセス姫スイートTVの様にみんなを笑顔にしたい！

「レーサーになりたい！」(凌くん)

マリオカートも1位になれるからきっと本物のレースでも1位になれる！

汐ちゃん、凌くんは柴田涼さん、梓さんのお子さんです。

お姉ちゃんの汐ちゃんは、音楽の授業で鍵盤ハーモニカを上手に弾けるように頑張っています。弟の凌くんは、幼稚園でスイカ鬼が流行っているようで、一生懸命に説明してくれました。取材中は、お母さんに甘えたり、姉弟でくっつき遊んだり、写真撮るよ～！と伝えると、2人はすぐに仲良く並びポーズ☆ケンカもするけど姉弟仲が良いとお母さんが教えてくれました！(大橋 弥生)

訓子府地区・弥生

柴田 汐ちゃん(7歳)
凌くん(5歳)

記念の一枚



▲カナダのカーリングホールで撮影

▲カナダのカーリングホールで撮影

前列左から 櫻尾英司さん、菅原吉和さん、佐藤栄一さん、菅原正信さん、長谷川政義さん
後列左から 安藤義彦さん、鹿野内吉実さん、中秀一さん、アレンさん、山腰政雄さん、清野昭憲さん

旧端野町カーリング協会
～本場のカナダでカーリングを学ぶ～

端野地区・協和

ひでかず
中 秀一さん
(65歳)



平成4年12月、旧端野町カーリング協会は設立10周年の記念と本場の技術を学ぶために研修を行いました。この研修はこの前年度まで端野町に在籍していたAETのグレン・アレンさんがカナダナナイモ出身で一緒にカーリングをしていた縁で実現しました。この写真はカナダバンクーバーのカーリングホールで撮影したものです。

研修では農業青年10人が参加し、アレンさんの案内でいくつもカーリング場を訪問、現地の指導者から技術の基本を学び、大会にも参加しました。大会では現地の助っ人を擁しても、6、70歳代の高齢者のチームにすら全く歯が立たず、技量の差が大きかったようです。

現在、中さんは北見カーリング協会の副会長で活躍しています。現在は室内ですが、当時は野外のカーリング場で練習し、天候に左右される野外カーリング場の苦労話を懐かしそうに話してくれました。(北島 太)

組合員の皆様へお知らせ

共済規程の一部変更について

この度、共済規程の一部変更について、下記のとおり平成30年12月19日第11回理事会において決議されましたので、定款第55条第2項の規定にもとづきお知らせ致します。

なお、変更の内容につきましては、今後、北海道知事の承認を受け、効力が生ずることとなります。

記

1. 変更内容
- 自動車損害賠償責任共済について、e-JIBAIを導入することに伴い、共済規程の一部を変更する。
2. 実施時期
- 平成31年4月1日
- 以上

- 補足：
1. 共済規程の変更は、原則として総代会の決議事項ですが、今回の変更内容が省令で定める軽微な事項に該当するため、政令並びに定款第39条第2項の定めにより理事会決議としております。
2. 「e-JIBAI」とは、自賠責共済証明書発行業務等を行うシステムの名称で、当組合では平成31年4月から共済代理店へ順次導入致します。

変わるJA 広がる地域のぎずな

監修＝広島大学 助教 小林元

Q. JAの自己改革で農家は元気になるの？

A. 現場のニーズに応え、農家の所得増大と生産の拡大を支えます。

JAグループは、自己改革で「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の3つの基本目標を掲げています。「農業者の所得増大」は、①有利販売による単価アップ②需要に応じた生産量の拡大③生産コストの引き下げ——によって達成します。「農業生産の拡大」に向けては、農業生産基盤の維持・拡大のため、次世代の担い手の育成を進めます。また、「販売品取扱高の拡大」を共通目標とし、組合員と課題を共有し、知恵を出し合いながら取り組んでいきます。

JAグループは、JAグループがめざす姿として、「消費者の信頼にこたえ、安全で安心な国産農畜産物を持続的・安定的に供給できる地域農業を支え、農業者の所得増大を支える姿」を掲げています。地域農業や国産農畜産物への消費者の理解を広げ、農業の応援団を増やすための活動も行っています。地域の皆さんの協力の力で、地域農業とその主人公である農家が元気になるための取り組みを、自己改革を通じてより一層進めていきましょう。

「農業者の所得増大」の考え方

有利販売による販売単価アップ

需要に応じた生産量の拡大

生産コストの引き下げ

= 農業者の所得増大

共通目標 販売品取扱高の拡大

営農・経済事業への経営資源のシフト

注）共通目標として掲げる「販売品取扱高の拡大」は、有利販売による販売単価のアップと生産拡大を反映した「農畜産物等の販売収入」に加えて、政策活用や6次産業化等による利用・加工事業を含めたものとします。

耕そう、大地と地域の未来。

JA北海道中央会

JAグループ北海道は平成30年12月17日に、札幌市で9月に刈り取った稲の脱穀やしめ縄づくりを行いました。田植えから稲刈りまで、1年を通して行ってきた食育活動「街なか田んぼ」の最終回として、中の島興正保育園の園児10名が参加し、園児自らが茶碗を使って稲を脱穀、すり鉢で粉すりをした後、精米機を使って精米まで行いました。ご飯が炊けるまでの間、稲わらを使ったしめ縄づくりも体験。最後は炊きたてのご飯でおにぎりを握り、自分たちが作ったお米を味わいました。JAグループ北海道は、これからも農業体験を通じて食と農の大切さを子供たちに伝えて参ります。



JAグループ通信

JAグループの連合会・中央会の活動内容を紹介します。JA北海道大会決議事項の実践やその時々のトピックスなど、組合員の皆様に定期的にお伝えします。各団体の詳しい取り組み内容はWEBサイトを「ご覧ください」。

ホクレン

ホクレンは、冬にうれしい北海道かぼちゃ「りょうおもい」をアピールするイベント「冬至には「りょうおもい」を食べよう！」を昨年12月15日、札幌市清田区のイオン札幌平岡店で開きました。同店の青果売り場で「りょうおもい」を販売するとともに、(株)もりもとの協力を得て、「りょうおもい」を使用した「ぜんざい1,000食を正午から、15時からの2回に分けて来店客に提供しましたが、それぞれ1時間ほどで終了する盛況ぶりでした。」



HOKUREN Seeds PROJECT

JA北海道信連

昨年12月に、地域貢献活動の一環として、サンタクロースに扮したJAバンクのキャラクター「ちょりス」が、被災地のむかわ町、厚真町、安平町と釧路市・中標津町の幼稚園等10カ所を訪問しました。園児らと野菜しりとりゲームやダンスなどで楽しく交流し、最後にちょりスからクリスマスプレゼントを贈りました。地震により被災した地区の子供達も、ちょりスとの触れ合う時間を楽しんでいました。



JA北海道厚生連

12月18日(火)札幌厚生病院小児科病棟にてクリスマス会が開催され、北海道コンサドール札幌の深井選手と菅選手、ドーレ君、コンサドールズが病院を訪問されました。この企画は、JAグループ北海道とコンサドールとの相互協力協定に基づき、食育とスポーツ文化、地域文化振興にかかわる事業の一環として行われ、今年が11回目となります。プロ選手を目の前にして、緊張気味の子どもたちでしたが、PK合戦やダンスで緊張もほぐれ大いに盛り上がり、満面の笑みを浮かべていました。



JA共済連北海道

2月4日から11日まで開催される「第70回さっぽろ雪まつり」大通会場4丁目にて、「平成30年度JA共済全道小・中学生交通安全ポスターコンクール」の入賞作品63点を展示します。交通ルールの大切さや交通安全に対する願いが描かれた小・中学生の皆さんの力作をぜひご鑑賞ください。JAとJA共済連北海道は、今年もさまざまな地域貢献活動に取り組んでまいります。





▲農作業事故のスライドを見る部員のみなさん



▲真剣に資料を眺める部員のみなさん

青年部学習会に65人が参加 農作業事故と 労災について学ぶ

当JA青年部は12月20日、学習会を開催し、65人が参加しました。

当日は「農作業事故と凡例について」と「労災について」と題し、それぞれ北見地区消防組合消防本部と北見労働基準監督署より講師を招き、日頃の農作業の見直しと、ケガへの対応、また労災事故について学びました。

部員らは、事故のスライドを見て、改めて事故の恐ろしさを感じている様子でした。

また、労災については様々なケースにおいての事故対象について、質問が挙がっていました。

学習会後、本部事業で行った、「婚活事業」の報告も併せて行いました。



▲事故についての対応を話す、北見消防の工藤氏



▲桂川街道産直ひろば外観

初日は京都府にある桂川街道産直ひろばを視察。京都市内最大級の規模で近隣農家などから毎朝届く京野菜や京都米、加工品を取り揃えている直売所です。また、京都府外の野菜も販売されており、淡路産の玉葱や青森産のりんご、また北見産の赤玉葱もありました。

2日目の午前中は京都府から新幹線やJRで移動をし、東京都八王子市へ。この日の視察先、磯沼ミルクファームを訪れました。この牧場は家畜福祉「アニマルウェルフェア」の考え方を取り入れた牧場です。飼料や敷料をはじめ、給餌機やオートマチックカウブラシなどの設備にこだわり、牛が快適に過ごせる環境づくりを整えています。さらに住宅街の中での牧場経営の為、苦情が出ないように牛床にはコーヒーや力カオ工場から取り寄せた臭いの出にくい力カオ殻やコーヒー殻を使用しています。また、一般市民向けにチーズ作りや乳しぼりなどの食育体験をはじめ、希望者には短期で研修生の受け入れも行っています。北海道農業との規模の違いはありますが、様々な仕組みを取り入れているその経営方法には参考となる部分がとても多

JAきたみらい青年部・女性部・フレッシュミズは、12月11日から13日の3日間、三組織合同視察研修を京都府と東京都にて実施し、三組織の本部役員9名が参加しましたのでご報告致します。

青年部・女性部・フレッシュミズ 三組織合同視察研修を実施



▲進行を行う正副部長

きたみらい酪農青年部 冬期講習会の開催

きたみらい酪農青年部は1月18日、冬期講習会を訓子府地区事務所で開催しました。毎年、部員間での知識習得を目的として行っています。今年度は、「酪農経営のいろは」と題し、菅原職員（ふれあい西G）の講師のもと、クミカンの見方や農業税務について学びました。

この日は部員23名が参加し、それぞれ持ち寄った自身のクミカン報告票をみながら講師の話に耳を傾けました。また、参加した部員からは「経営移譲のベストなタイミングはいつ頃か？」や「法人化するメリットは何か？」などの質問が多数挙がり、活発な講習会となりました。また、今後経営主となっていく世代の部員にとってはとても貴重な時間となりました。



▲講師の話を聞く部員の様子



▲磯沼ミルクファームにて

くありました。
最終日の3日目は、東京都大田区にある大田市場を視察しました。ここは青果部・花き部で日本一の取り扱い規模を誇っており、当JAからも玉葱や馬鈴薯を出荷しています。視察では、市場内を見学しその後、卸売市場の現状や今後の課題について話して頂きました。近年の異常気象で作物の量や価格が不安定な中、当JA産の作物に対する期待は大きいとの話を受け、参加者は今後の営農に向けてさらに意欲を高めました。

視察研修を終えて

青年部・女性部・フレッシュミズが統一した目的のもと行動することができた研修でした。

各視察先では、きたみらい産作物に対する信用と大きな期待を感じ、きたみらい地域として、この期待に応えていけるよう進んでいきたいと思いました。さらに違う組織だからこそ出る意見や質問があり、より研修の意義が深まりました。

また、懇親の席では各組織の在り方や問題点について話すことができ、有意義な時間となりました。

関係各所のご高配により、本事業を実施して頂いたことに感謝致します。この視察研修では各組織との繋がりが深くなり、組織活動においても有用な経験ができることから今後もこのような研修の企画・実施の継続をよろしくお願い申し上げます。

団長 斉藤 正廣



▲大田市場視察の様子

ジュニアホルスタインクラブ

～きたみらい牛乳で調理実習～



▲バター作り



▲カステラ作り



▲調理パン作り

旧訓子府町駅舎の調理室で12月25日、きたみらいジュニアホルスタインクラブ小学2年生から高校3年生の9人がきたみらい牛乳を使って、バターやカステラ、パン作りの体験をしました。

この調理実習は牛乳を使った調理実習を通して、子ども達の親睦と家業の酪農の大切さを学んでもらおうと企画しています。

子ども達はカステラや調理パンの生地や具材作りから始め、焼きあがると部屋中に甘く香ばしいにおいが充満して、参加者からは「いい香り～！」と笑顔がこぼれていました。

また、バター作りでは容器に牛乳とつなぎに生クリームを入れ、子ども達は一生懸命、汗を流しながら容器を上下に振ってバター作りに励んでいました。

焼き上がった大きなカステラとたくさんの調理パンはそれぞれの自宅に持ち帰って家族で味わったそうです。



▲訓子府太鼓保存会の皆さん（右 下田代表）



▲きたみらい馬鈴しょ振興会（右 佐藤会長、左 北口副会長）

初セリ、太鼓で盛り上げる ～スノーマーチもアピール～

北見市の北見地方卸売市場で1月5日、初セリが執り行われ、威勢のいい声が場内に響き渡っていました。また、初セリ前のセレモニーでは、訓子府地区日出の下田裕美子さんが代表を務める訓子府太鼓保存会がマルキタ職員や買い受け人らを前にダイナミックな演奏を披露し今年の安全を祈願しました。

初セリ後にはJAきたみらいから同市場を運営するマルキタ職員や買い受け人ら約130人に雑煮を振る舞いました。

雑煮の食材には地場産の「きたゆきもち」を使用しており、門出を祝う自慢の味を披露しました。雑煮は買い受け人らに「おいしい」と好評でお代わりしていました。

また、馬鈴しょ「スノーマーチ」の出荷も同日から始まり、きたみらい馬鈴しょ振興会の佐藤茂樹会長と北口裕生副会長が会場の買い受け人らにアピールしていました。

「きたゆきもち」の鏡餅贈呈 地場産もち米で元気を届ける

きたみらいもち米振興会は12月26日、北見市、置戸町、訓子府町の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。

鏡餅は同振興会が生産した30年産の「きたゆきもち」を使用し、二段重ねで重量約8kgになります。当日訪れた同JA役員と同振興会役員より、各行政の首長へ手渡しました。

同振興会の沼崎栄治会長は「今年は天候不順により大変苦労しましたが、品種改良と技術の向上により、皆さんにもち米を届けることができました」と話しました。鏡餅を受け取った北見市の辻直孝市長は、「鏡餅は市役所の玄関に飾り、市民のみなさんに元気を届けたい。天候不順にもかかわらず、平年作を確保してくれた生産者の皆さんに感謝したい」と述べられました。

平成30年産は132戸がもち米を作付し、管内作付面積は約711ha、北海道米の作況指数が不良の中、収量は10㍏当たり480kgを確保できました。

贈呈した鏡餅は各行政の玄関口に飾られ、鏡開きに振る舞われました。

- ①北見市役所にて
（左から）畑もち米振興会副会長、沼崎もち米振興会会長、辻市長、大坪専務、齊藤常務
- ②訓子府役場にて
（前列左から）菊池町長、大坪専務、島貫もち米振興会副会長
（後列左から）中村理事、小野理事、南監事、齊藤常務、藤森理事
- ③置戸町役場にて
（前列左から）大坪専務、有馬理事、井上町長
（後列左から）齊藤常務、東海林理事



町へ給食食材に豆を贈る



▲左から、菊池町長、石川代表、風早さん、佐々木さん、林教育長

訓子府地区で1月21日、きたみらい豆類振興会の地区活動の一環として、訓子府地区代表石川修さんから3名の豆生産者が訓子府町役場を訪れました。

石川代表は「最近子どもたちだけでなく、大人も豆を食べる機会がほとんどなくなってきている。豆には体の成長や健康に必要な栄養素がいっぱい入っている。町内の子どもたちのために給食食材として使っていただき、豆の美味しさを知ってもらいたい。国連総会で2月10日が豆の日と決定したため、日本でも豆を多くの方が美味しく食べてもらいたい」と町内で作られている小豆、大豆、白花豆計11kgを菊池一春町長に贈りました。

菊池町長は「今年もきれいな豆を贈ってくれてありがとう。子どもたちが地元産の豆を食べることができるのはとても貴重でありたい。これからもお願いしたい」と感謝を述べました。贈呈された豆は後日、町の給食センターで調理され、子どもたちの給食となって提供されます。

子ども達に
大好評!

ママ手作りの、干支着ぐるみ♪

～訓子府地区：高園 山川 葵ちゃん、咲ちゃん、萌ちゃん（裕司さん、由美子さんのお子さん）～



2016年（申年）

山川家の年末は大忙し。2016年お母さんの由美子さんが年賀状用にとその年の干支着ぐるみを作り、子ども達に着せたところ、大好評！型紙を使わず頭の中のイメージで布を切り、作っていく由美子さん。ノリノリで嬉しそうに着る姿をみて、4年間作り続けています。子ども達が大きくなると、色や形などこだわりがでてきて、年賀状の写真はしっかりポーズ☆更には着ぐるみ作製を手伝ってくれるようになりました。由美子さんは、「12年に一度しか干支は回ってこないの一度きりの着用になってしまう。でも喜んでくれる子ども達をみていると来年も作りたいという気持ちになり、旦那さんにも褒めてもらえます☆」と教えてくれました。

・・・山川さん、来年はねずみ年ですよ♪



2017年（酉年）



2018年（戌年）



2019年（亥年）

▼左から、萌ちゃん、咲ちゃん、葵ちゃん

◆組合員のみなさんや子ども達の活躍（文化・芸術・スポーツなど）の情報を担い手グループへご連絡ください。紙面でご紹介いたします。

4メーカー「新車全車種対象」特別企画
平成最後の
春の新車フェア
2019年1月1日～3月31日
ご契約分まで
銘柄はトヨタ・スズキ・スバル・三菱が対象!

乗用車を新車でご成約で **もれなく** いざいプレゼント!

A ホクレンSSポイント
30,000pt進呈!
※お持ちのSSポイントは、1ポイント1円としてお買得品やお買得品に交換いただけます。
※一部ご利用いただけない店舗及び商品もございます。

B ホクレン 選べるカタログギフト
※ホクレン・セレクト ライラックコース1冊
※ホクレン・セレクト ラベンダーコース4冊
※合計30,000円相当

C 旅行券 30,000円分

軽トラック・軽バンを新車でご成約の方は
スタッドレス 4本 プレゼント!
※ホイール付き

さらに! 乗用車を新車でご成約または軽トラックを新車でご成約の方に
ホクレン エンジンオイル プレゼント!

【お問合せ先】
JAきたみらい 燃料自動車グループ
生産資材拠点センター
(☎ 0157-47-2099)

伝書鳩WEBサイト『オホーツク特選街』掲載中!
きたみらい給油所のお得なイベント情報などを掲載!
(下記URL・右側QRコードで公開。スマホからでもOK!)
<http://denshobato.com/tokusen/hokuren-ss-kmi/top.tks>

第12回 理事会報告

1月25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10件、決議事項15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（コンプライアンス倫理監査）報告について
 - ②組合員状況報告について
 - ③財務状況報告について
 - ④平成30年度クミカン精算状況について
 - ⑤理事に対する根拠契約の解除に係る報告について
 - ⑥平成30年度対策農家の収支実績報告について
 - ⑦平成30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
 - ⑧地域運営委員会主催青年部・女性部・フレッシュミズ役員とJA地域役員との懇談会での意見集約結果について
 - ⑨平成30年ピーパーポット掛かり増し費用補償について
 - ⑩玉ねぎ施設利用料の徴収について

- 【決議事項】
- ①出資減口について
 - ②定款の改正について
 - ③減損会計による減損額について
 - ④期末手当の支給について
 - ⑤2020年度職員採用計画について
 - ⑥会計監査人の報酬等に関して監事からの同意を求める件について
 - ⑦平成31年度理事に対する資金の貸付について
 - ⑧平成31年度信用供与等の限度額設定及び貸付金利率の最高限度について
 - ⑨平成31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31年度理事に対するクミカン貸越極度額の設定について
 - ⑪平成31年度監査計画書（案）（内部監査）について
 - ⑫JAきたみらいコントラクター事業実施計画書（最終プラン）Ver.4について
 - ⑬H31年度各種奨励対策について（販売企画部）
 - ⑭平成31年度事業収支計画（案）について
 - ⑮冬期地区別懇談会提出資料内容について

平成31年 オホーツク農業新技術セミナー

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に活用していただくため、次のとおり『平成31年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、お気軽にお越しください。

- 日 時 平成31年2月26日（火）
午後1時～4時
 - 場 所 北見市端野町公民館
グリーンホール
北見市端野町二区471番地11
☎ 0157-56-2515
 - 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

各種健診・検診に対する助成のご案内

JAきたみらいでは、組合員の健康増進を図るため下記の助成を行っております。詳しい利用方法につきましては、担い手グループまでお問い合わせください。

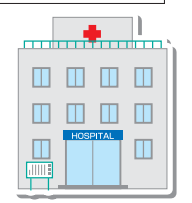
- 助成対象範囲： 30歳以上の ①正組合員、②共に農業に従事する家族
- 助成内容（上限）

人間ドック	・ 厚生病院（遠軽・網走）…………… 15,000円 ・ 上記以外の病院…………… 5,000円
巡回ドック	・ JA事務所でを行うもの…………… 7,500円
脳ドック	・ 単独検査（人間ドックと併用しない）のみ…………… 5,000円 【病院指定なし】
各種がん検診	・ 行政の検診のみ…………… 各1,000円 【胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮がん】

※受診料が助成金額を下回る場合には受診料が上限となります

※各種助成の利用には領収証の提出が必要です

お問い合わせ先：JAきたみらい担い手グループ（☎0157-24-2145）



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

出題・イラスト：酒井栄子



1月号クロスワードの当選者

1月号のクロスワードの答えは「コ、マ、マ、フ、シ」でした。正解者45名の中から抽選の結果、当選者は次の方々です。

()内は地区名

- ・植松 竹子さま (北見) ・吉田 秀子さま (上常呂)
- ・今村美八子さま (端野) ・塚本 葵仁さま (端野)
- ・荒 えみ子さま (留辺蘂) ・仁義 直子さま (温根湯)
- ・小野 楓馬さま (相内) ・上野 永子さま (置戸)
- ・武田 昌樹さま (訓子府) ・久積あすかさま (訓子府)

以上の方々には、J Aきたみらい産の玉ねぎ(さらさらゴールド)がまるごと入った「北海道の玉ねぎまるごとスープカレー」3袋をプレゼント致します。



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・感想を記入してFAXでご応募下さい。

抽選で10名の方に、J Aきたみらいの「玉ねぎと鶏もも肉の黒カレー」2箱をプレゼント致します。

「ジタブルライフ」のコーナー、知っているようで知らない情報があって、いいですね。イラストや手書き風の字もかわいくて好きです。

(北見地区 山崎 ゆかりさん)

ありがとうございます！私自身も知らないことがあるので、参考にしています。これからもみなさんに得る情報を発信していけたらと思っています！

ぜひ、今後も楽しんで見ていただきたいです。

今年はスキー、リコーダーをがんばります。

(訓子府地区 堀口 優希菜さん)

今年の目標があって、いいですね！たくさんの事をいっぺんに覚えることは大変です。

一個ずつ、焦らずにゆっくり頑張っていきたいと思います！

幼稚園の休みに初めてスキーをしました。寒かったけどおもしろかった。お父さんは雪が少なくていいなと言っています。

(留辺蘂地区 坂下 創思さん)

冬のスポーツが盛んになって来ましたね！色んな冬のスポーツに挑戦してみましょう！今年は雪が少ないので、雪かきがあまりなくていいですね。今後、雪がどかっと降らないことを願っていますね(´-`)

留辺蘂町の初日の出撮影スポットは大富の無加川の川向いの高台だと思います。でも大雪になると高台に登れないかも？参考にできれば幸いです。

(温根湯地区 岩橋 椎奈さん)

留辺蘂の初日の出スポットを教えてくださいありがとうございます。

なかなか初日の出のスポットは難しく、苦労していましたが来年の参考にさせていただきます。他にもスポットがあれば情報提供をお願いします！



ウド

～日本原産の春の山菜～

楽しみ方・食べ方のコツ

下処理・調理のポイント

あけ置き

4～5cmほどの長さに切り、皮をむく

むいた後は酢水にさらす。変色を防ぎ、見た目がきれいに仕上がる。あくも取れる

火入れ

少量の酢を加えると、煮る白に仕上がるよ

炒める

油との相性が良いよ！

煮る

煮る際は生のままではなく、ゆでておく。えぐ味がなくなる。煮た後は、熱いうちに甘酢などで煮る

煮た後は

セラゲやえんどうなど生で食べる場合は、酢水にさらした後に、ざるにあげて水気を切り、塩を少々振っておくと、味と口当たりがよくなる

部位による使い分け

香りがよくなる。苦味が際立つ。部分のそのままでもおいしい。生かして

上の方ほど皮が薄く、あくが強い。苦味がある。下の方はあくが少なく、自然な甘味がある

ウド特有の風味が強い部分。よく煮て活用する。皮の処理は不要

天ぷら・あえ物・おひたし

酢みそあえ・炒め物・煮物・汁物・漬物・チヂミ

きんぴら・揚げ物

生薬

漢方では根を乾燥させて用いている

コトワザ

「うどの木」は、体ばかり大きくて、何の役にも立たない。このウドは、ほとんど伸びて大きくなるが、実はもろくて折れやすい。また成長し過ぎると食用にはならない。10センチから「うどの木」ということわざが生れた

見分け方



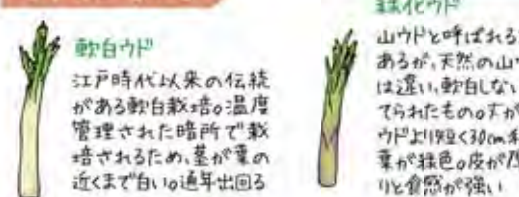
保存方法



ウドのチカラ



ウドのいろいろ



おひさまサラダ COOKING

♥おいしいもの大好き!♥



朝ご飯の献立例

- ・春キャベツのペペロンチーノ①
- ・イチゴに豆腐ソース②

●献立を監修した人●

茨城県笠間市にある
「キッチン晴人(ハレジン)」
オーナーシェフ
永井 智一(ながいともかず)

① 春キャベツのペペロンチーノ

【材料：1人分】

パスタ ……80g
(たっぷりの水に1晩浸しておく ※6時間以上)
ハマグリ(アサリ) ……100g
水 ……3/4カップ
白ワイン ……大さじ1
春キャベツ ……100g
小松菜 ……1/5束
ダイコン(イチョウ切り) ……4枚
ゆでたジャガイモ ……1/2個
輪切りトウガラシ ……適宜
アンチョビフィレ ……2枚
ニンニク ……1片分
(つぶしてみじん切り)
オリーブ油 ……大さじ1
塩・こしょう・しょうゆ ……適宜

【作り方】

- ①ハマグリ、水、白ワインを小鍋に入れ火にかけスープを取る。
- ②フライパンにオリーブ油をひき、アンチョビ、ニンニク、輪切りトウガラシを入れ香りを移し、春キャベツ、ダイコン、小松菜、ジャガイモを炒める。
- ③鍋にたっぷりのお湯を沸かし、水戻したパスタをゆでる。
- ④①と③を②に入れ、春キャベツなど具材と絡め、塩、こしょう、しょうゆで味を調え出来上がり。

メモ

ハマグリのだし汁、水戻したパスタを事前に準備しておくと5分ほどで出来上がる時短レシピです。
紫ダイコンを使っています。

② イチゴに豆腐ソース

【材料：1人分】

イチゴ ……大2個
ミント ……適宜
粗びききな粉 ……適宜
(砕いたクルミでも可)

〈ソース〉

絹ごし豆腐 ……半丁
(水切りしたもの)
砂糖 ……大さじ1
練りごま ……小さじ2
生クリーム ……大さじ1
塩 ……一つまみ
薄口しょうゆ ……少々

【作り方】

- ①ミキサーにソースの材料を全て入れ、滑らかになるまで攪拌(かくはん)する。
- ②器にソースをひき、半分に切ったイチゴをのせ、ミント・きな粉をあしらひ出来上がり。

メモ

豆腐を使ったデザートソースです。
酸味のある果物と合わせるとグッド。

編集後記

- ・見通しのきかないほどの猛吹雪となった1月24日。交通への影響も考え、きたみらいでは早めに帰宅するよう指示がありました。毎年この時期は天候が荒れやすいので、今後も注意が必要です。
- ・2月は各組織や部会の総会シーズンです。インフルエンザの予防も大切ですが、吞みすぎ食べ過ぎにも気を付けて下さいね。心配です。
- ・さて、きたみらいでは新年度がスタートしました。朝礼で西川組合長からいただいた言葉を胸に、今年度も精進して参りますので、宜しくお願い致します！ (大橋 弥生)

JAきたみらい概要

(平成31年1月20日現在)

- ・組合員数(正) 1,663人
- ・組合員数(准) 6,392人
- ・組合員戸数(正) 985戸
- ・貯金 110,195百万円
- ・貸出金 10,904百万円
- ・出資金 5,004百万円