

あひま サタダ

2020



vol.209

6

《訓子府地区・日出》

もち米移植作業の様子

(紹介は2ページです)

特集

- トラクタの公道走行について知ろう!
～必要な免許と走行の際のルール～
エスディー ジー ス
- 最終編 SDGsを詳しく知ろう!



豆類の播種

季節の薫り



時折、冷たい風が吹き、寒さが残る5月下旬、きたみらい管内では豆類の播種作業が一斉に始まりました。

きたみらい豆類振興会の会長を務める石川修さんの圃場では、カッコウが鳴き始めた5月21日から約5畝に大豆の播種作業が始まり、その後約0.4畝に紫花豆、約1.5畝に虎豆と続いて行われました。開始時期は昨年よりもやや遅いですが、圃場の状態は良く順調な滑り出しとなりました。4年前から大豆の作付けを始め、輪作に良いことから年々面積を増やしています。

石川さんは「収量を増やすことに加え高品質なものがとれるよう管理していく。昨年は収穫時期前の降雨の影響を受けたので今年は天候に恵まれることを願っている」と話してくれました。

きたみらい豆類振興会副会長の山梨健司さんは、5月21日から約4.3畝に白花豆の播種作業を開始しました。昨年は、7月下旬に高温が続いたこともあり、山梨さんも今年の栽培にあたり天候に恵まれることに期待を寄せていました。
(芋毛 鈴奈)



◀紫花豆と大豆をまく石川さんご家族

▲白花豆をまく山梨さん

表紙紹介

豊穣の秋を祈って、もち米移植作業開始!

きたみらい管内では5月21日、もち米「きたゆきもち」の田植え作業が始まりました。移植機が各田んぼを走り回り、植付けを行っています。4月に播種された苗は、安定した天候が続く順調に生育しました。

もち米を約5ヘクタール作付けしている、きたみらいもち米振興会の島貴亨副会長は24日から作業を開始。今年の作付けについて「苗の播種作業、ハウス管理は天候が良く順調に進み、苗は良い状態となった。いい苗を作り、田植えをしっかりと行うことが大切。去年より高収量、高品質を目指し頑張りたい」と意気込みを話してくれました。今年度、当JAのもち米作付け予定面積は約680ヘクタール、生産量は3,700tを計画しています。

(臼井 横吉)



【写真説明】移植機に苗を運ぶ島貴さんご家族

特集

トラクタの公道走行に

ついて知ろう!

必要な免許と走行の際のルール……4

最終編

SDGsを詳しく知ろう!……6

もくじ CONTENTS

- 表紙紹介……2
- 「豊穣の秋を祈って、もち米移植作業開始!」……2
- JAトピックス……8
- JAからのお知らせ……10
- おひさまサラダクッキング……18
- 「ホタルイカと花ワサビのチャーハン」……18
- 「和風ポテトサラダ」……18

トラクタの公道走行について知ろう!

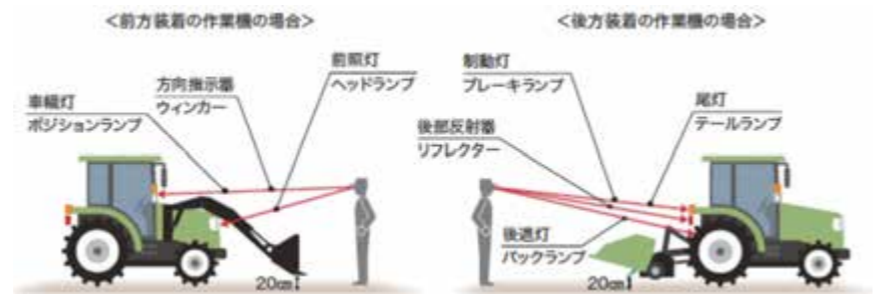
～必要な免許と走行の際のルール～

【公道走行する際のチェックポイント】

◇直装タイプの場合

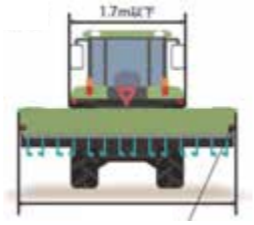
1. 灯火器類の確認

イラストのように農作業機を装着した状態で、農耕トラクタの前方や後方から灯火器類の取付が視認できるか確認してください。(農作業機を装着して、灯火器類が他の交通から確認できることが必要です)



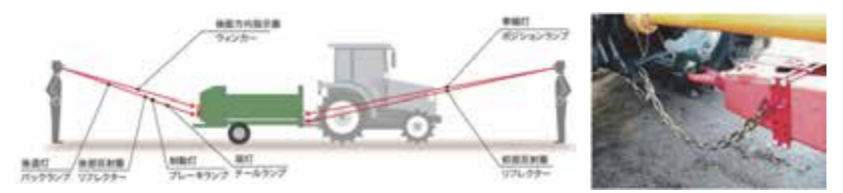
2. 全幅の確認

農耕トラクタ単体で、長さ 4.7m 以下、幅 1.7m 以下、高さ 2.0m 以下、かつ最高速度 15km/h の場合、農作業機を装着した状態で、幅が 1.7m を超えていないか確認してください。



3. 安定性の確認

安定性の保安基準 (30 度又は 35 度) を満たしているか確認してください。農作業機を装着することで農耕トラクタの安定性 (傾斜角度) が変わります。



◇被けん引タイプの場合

0. 前提条件

- 農耕作業用トレーラとしての保安基準を満たす灯火器類を農作業機の前面と後面に備えてください。
- 万が一の際に連結を保てるように、農耕トラクタと被けん引タイプの農作業機をチェーン等でつないでください。

1. 灯火器類の確認

農耕トラクタの灯火器の他、被けん引タイプの農作業機がイラストのように灯火器と反射器を視認できるか確認してください。(被けん引タイプの農作業機は農耕トラクタと別の自動車として扱われます)



2. 全幅の確認

けん引する農耕トラクタ単体が、長さ 4.7m 以下、幅 1.7m 以下、高さ 2.0m 以下、かつ最高速度 15km/h の場合、被けん引タイプの農作業機の幅が 1.7m を超えていないか確認してください。



3. 安定性の確認

被けん引タイプの農作業機にブレーキが付いているか、安定性の保安基準 (30 度又は 35 度) を満たしているか確認してください。

※安定性の確認は (一社) 日本農業機械工業会 HP で確認してください。



(一社) 日本農業機械工業会 HP
<http://www.jfmma.or.jp/koudo.html>

項目に当てはまらない場合、別途対応が必要となります。

詳しくはこちら ⇒ https://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/kodosoko.html

※参考：一般社団法人 日本農業機械工業会「公道走行ガイドブック」

昨年度、道路交通法改正に係るリーフレットを配布し、直装タイプのトラクタは一定の条件を満たせば公道走行をすることが可能であるとお知らせしました。

この度、新たに内容が変更されて、被けん引タイプの作業機も公道走行が可能となりましたので、ご紹介します!

【公道走行可能となった作業機のタイプ】

直装タイプの作業機	
(後方装着)	<ul style="list-style-type: none"> ロータリ ハロー ブロードキャスト 野塗り機 ライムソー ブームスプレーヤー 他
(前方装着)	<ul style="list-style-type: none"> フロントローダー 他

被けん引タイプの作業機	
	<ul style="list-style-type: none"> ロールベアラー トレーラ マニュアルスプレッダ バキュームカー 他

今回新たに走行可能!

今回の改正により、農耕作業を行うものや農業機械等の運搬を行う被けん引タイプの農作業機は、一定の条件の下で公道走行が可能となりました。

【必要となる運転免許】

公道走行をする際に必要な運転免許は、最高速度と車体の大きさで決まります。

制限	農耕トラクタの寸法が全長 4.7m 以下、全高 2.0m 以下 (安全キャブや安全フレームの高さ 2.8m 以下)、かつ最高速度 15km/h 以下の場合	左記の寸法、または運行速度 15km/h をひとつでも上回る場合
必要な運転免許証	小型特殊免許 (普通免許等、原付免許以外)	<ul style="list-style-type: none"> 大型特殊免許 (農耕用に限る、も含む) けん引免許 (農耕用に限る、も含む) ※車両総重量 750kg を超える農耕作業用トレーラをけん引する場合に必要

※無免許で公道走行をした場合は法令違反となりますので、必要な免許は必ず取得してください。

小型特殊自動車の規格以外の農業用トラクタ	車両総重量 750kg を超えるトレーラ
大型特殊免許	けん引免許

エス デイ ジー ス

SDGsを詳しく知ろう!

3ヶ月間にわたりSDGsについてご紹介してきました。協同組合との深い関わりがあり、様々な活動にも関係してくるSDGsを普段の生活から意識してもらえれば、目標に掲げているゴールに近づけると思います。
今月号で最後となります。残り最後の目標(ゴール)を実践例を交えながらご紹介したいと思います。

15 陸の豊かさも守ろう



“陸上生態系の保護、回復および持続可能な利用の推進、森林の経営、砂漠化への対処、ならびに土地の劣化の阻止・回復及び生物多様性の損失を阻止する”

【各協同組合の実践例】

○環境保全型農業の推進 ○在来種の保全



【JAきたみらいの実践例】

Eco玉葱等の取り組み

(付随目標)



16 平和と公正をすべての人に



“持続可能な開発のための平和で包摂的な社会を推進し、すべての人々に司法へのアクセスを提供し、あらゆるレベルにおいて効果的で説明責任のある包摂的な制度を構築する”

【各協同組合の実践例】

○平和問題への取り組み ○核兵器廃絶への取り組み

17 パートナーシップで目標を達成しよう



“持続可能な開発のための実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップを活性化する”

【各協同組合の実践例】

○国内外における協同組合間の連携
○大学等高等教育機関との産学連携



【JAきたみらいの実践例】

北海道大学との共同研究

(付随目標)



12 つくる責任 つかう責任



“持続可能な消費と生産のパターンを確保する”

【各協同組合の実践例】

○食の安全確保と情報提供 ○エシカル消費に関連した商品供給
○国内外におけるフェアトレードの促進 ○森林資源の持続可能な利用



【JAきたみらいの実践例】

女性部の収穫感謝祭

(付随目標)



13 気候変動に具体的な対策を



“気候変動とその影響に立ち向かうため、緊急対策を取る”

【各協同組合の実践例】

○森林整備におけるCO2吸収機能の発揮
○事業におけるCO2排出量の削減
○屋上緑化、グリーンカーテン等の取り組み

14 海の豊かさも守ろう



“海洋と海洋資源を持続可能な開発に向けて保全し、持続可能な形で利用する”

【各協同組合の実践例】

○海洋への栄養分を供給するための森林整備
○商品購入を通じた海洋保全の取り組み

これでSDGsの目標(ゴール)数17個、全てをご紹介させて頂きました。すべての国と人が一緒になって目指す共通の目標であり、SDGsの理念のもと、誰もが安心して暮らせる世界を目指していきましょう。

SDGs 理念 「誰一人取り残さない」



J A トピックス

スムーズな運搬で入牧スタート ~訓子府町共同利用模範牧場~

11 住み続けられるまちづくりを

当JAでは5月下旬、5つの地域（温根湯・留辺蘂・置戸・訓子府・北見）の牧場で乳牛などの一斉放牧が行われました。

訓子府町共同利用模範牧場では同町の39戸の農家で飼育している約700頭が3日間かけて入牧しました。

これまで家畜の運搬は民間企業に委託していましたが、運転手不足により当JAでは4月よりホクレントラック訓子府事業所を設置。ホクレン事業に参入する形で4台の運搬車を独自に導入したため、スムーズな運搬が行われました。

搬入された牛は、耳標番号の確認や消毒作業など準備を終えると一斉に放牧されました。

牧場を管理する同町役場の農林商工課長兼牧場長の大里孝生さんは「預かった牛たちを更に大きく丈夫にし、酪農家の元へ返したい」と話していました。

当JAでの入牧作業は6月5日まで続けられ、10月下旬までの約5か月間、牧場で管理する予定です。



▲今年導入されたホクレントラック



▲元気よく入牧する牛（訓子府町）

組合員の経営安定化を目指して ~コントラ事業の車両等を導入~

9 産業と技術革新の基盤をつくろう

5月27日、当JAセンター事務所敷地内でコントラクター事業供用車両と機械の修祓式を行いました。

車両や機械を導入し農作業をコントラ化することで、組合員の労働負担が削減され面積を拡大することが可能となり、輪作体系の適正化や組合員経営の向上を目指しています。今回、ポテトハーベスターやクローラートラクターなどの車両のほか、ブロードキャスター、レベラーなどの機械を国の畑作構造転換事業を活用し導入。当JAコントラ事業で今年度から取り組む加工馬鈴しょの収穫や融雪作業などで使用します。

今回の修祓式では、当JAの西川孝範組合長や関係者合わせて20人が参列しました。西川組合長は「少子高齢化や人口減少が進むなか、農家組合員の労働力不足が深刻化している。今年度から立ち上げたコントラ事業は、導入された機械や車両を使用することで組合員ニーズに応じた作業受託を構築し、生産基盤の強化と農家経営の安定化につながることを期待できる」と話しました。

当JAのコントラ事業では今後、作付実績をもとに8月から圃場のレベラー施工、9月から加工馬鈴しょの収穫作業に取り組んでいく予定です。



▲今回導入された車両と機械



▲修祓式に参列する関係者



▲すいかの定植作業の様子



▲順調に成長しているすいか（5月29日撮影）

豊作に願いを込めて、すいか定植作業始まる

12 つくる責任 つかう責任

当JAでは、きたみらいすいか研究会のメンバーがすいかの定植作業を行いました。

会長を務める訓子府地区柏丘の高城茂さんのハウスでは大玉の紅まくら（ブランド名・赤い宝石）、小玉の姫甘泉（ブランド名・夢の滴）を約3.3畝栽培しており、5月13日から植え付けをはじめました。

高城さんの畑では、秋小麦やてん菜、玉ねぎなど様々な作物が作付けされており、すいかは玉ねぎの育苗を終えたハウスを有効活用して栽培されます。

高城会長は「昨年の小玉すいかは生育状況が悪く平年より収量が少なかったため、今年は小玉すいかをたくさん収穫できるように頑張りたい」と意気込みを語りました。

7月下旬ごろから収穫が始まり、道内市場を中心に出荷される予定です。

農業人材の一翼を担って ~外国人技能実習生、作業開始~

4 質の高い教育をみんなに

8 働きがいも経済成長も



▲補植作業をする実習生



▲職員から指導を受ける実習生

当JAでは、近年の農業労働者不足が深刻化しており、労働者の高齢化や人材不足に悩む農家が多いなか、農業の人材確保と育成を目的に、今年度より外国人技能実習生の受け入れを始めました。複数の農家に出向き、様々な作業内容を体験することが出来る「農作業請負方式」を活用しています。

4月上旬に来北したベトナム人9人は、日本の農業技術や日本語の知識習得に向け3年間実習したのちに母国への普及に努めます。実習生9人は、4月下旬より組合員の圃場で馬鈴しょの被覆作業をはじめ、タマネギ、てん菜の補植作業を行いました。

実習生のクアック・ティ・トゥイ・ユンさんは「畑仕事は楽しい。日本語の勉強にもなるし頑張ります」と話してくれました。人手が必要な時期でもあり、タマネギの補植を頼んだ組合員からは「作業の覚えも早く丁寧で大変助かった」と農業人材の一翼に期待を寄せていました。

今後、機械化されていない人手を要する作業を中心に組合員から請負った農作業や選果場での選別作業などを行う予定です。

INFORMATION

YouTube「きたみらいスマート農業チャンネル」の開設

【YouTube 動画配信内容】



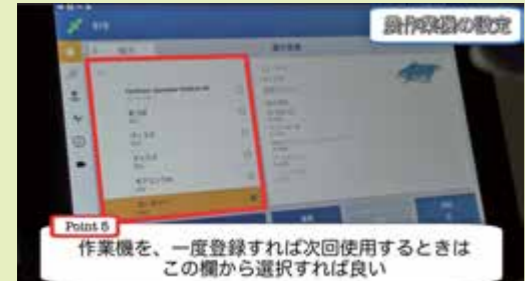
この度、きたみらい管内におけるスマート農業の推進を目的とした動画配信を開始いたしました。主に、スマート農業に関する基礎知識や操作方法についての配信を予定しており、第1弾として「GPSガイダンスの基礎知識・基本操作」、第2弾として「衛星リモートセンシング技術の基礎知識・利用方法（スペースアグリ）」の配信を予定しております。

5月26日（火）より配信を開始しておりますので、ぜひご覧ください。

▲スタート画面



▲「GNSSについて」より



▲GPSガイダンスの基本操作より

【配信日及び配信内容】

5月26日（火）
「トリンプル社について」
(メーカー：ニコントリンプル)

5月29日（金）
「GNSSについて」
(メーカー：ニコントリンプル)

6月2日（火）
「これからのスマート農業について」
(メーカー：ニコントリンプル)

《以降、随時配信して参ります》

北海道信用事業優績JA並びにJA共済優績組合でW受賞!!

当JAが日頃の普及推進に顕著な実績を挙げたことに対し、JA北海道信連とJA全国共済連より表彰状と副賞等が授与されました。

5月7日に「令和元年度北海道信用事業優績JA」の表彰が行われ、北海道信連北見支所の鈴木支所長より表彰状が西川組合長へ手渡されました。また、5月19日には、「令和元年度JA共済優績組合」の表彰が行われ、全共連北海道本部北見支所の城宝支所長より表彰状が西川組合長へ手渡されました。



▲鈴木支所長（右）より表彰状を受け取った西川組合長（左）



▲城宝支所長（右）より表彰状を受け取った西川組合長（左）

農作業事故「ゼロ」運動実施中!

熱中症に警戒を!! ~対策を知って安全な農作業~

近年の高温により、夏の熱中症のリスクが高まっています。農林水産省で公表した「平成30年度に発生した農作業死亡事故の概要」では、熱中症によるものは43人となります。農業者の中には、熱中症の具体的な症状が分からず、自ら認識しないうちに発症していることが多くありますので、早めの対策を行って熱中症を予防しましょう。

熱中症予防の5つのポイント

1. 気温の高い日中の時間帯を外して作業
特に高齢者（70歳以上）の方は、のどの渇きや気温の上昇を感じづらくなるので、高温時の作業は極力避けましょう。
2. 作業前・作業中の水分補給、こまめな休憩を
のどが渇いていなくても20分おきに休憩し、毎回コップ1~2杯以上を目安に水分補給（スポーツ飲料がオススメ）してください。休憩時は、涼しい場所で休憩し、手足を露出して体温を下げましょう。
3. 熱中症予防グッズの活用
屋外では帽子、吸汗速乾性素材の衣服、屋内では送風機などを活用しましょう。
4. 単独作業をしない
作業は2人以上で行うか、時間を決めて水分・塩分補給の声掛けを行い、定期的に異常がないか確認し合うようにしましょう。
5. 高温多湿の環境を避ける
作業場所には、日よけを設ける等できるだけ日陰で作業をしましょう。特にビニールハウス等の施設内は風通しが悪いため、換気をして高温多湿にならないようにしましょう。



熱中症が疑われる場合の処置

1. 暑い環境で右記のような体調不良の症状がみられたら、すぐに作業を中断しましょう!



2. 4つの応急処置を行きましょう!



- 1) 涼しい環境へ避難
- 2) 服をゆるめて風通しを良くする
- 3) 水をかけたり、扇いで体を冷やす
- 4) 水分・塩分を補給



3. 病院で手当てを受けましょう!

意識がない場合や自力で水が飲めない場合、応急処置を行っても症状がよくなる場合は、すぐに病院で手当てを受けてください。

INFORMATION

JAの年金特典のお知らせ

国民年金・厚生年金などの受取をJAにご指定頂くと特典があります。

特典1 定期貯金の金利

0.3% 上乘せします!

例：店頭金利が0.002%の場合
0.302%になります。
(1年定期で100万円が限度です)

特典2 年金友の会

JAでは「年金友の会」へのご入会により温泉旅行、ゲートボール・パークゴルフ大会など様々な活動に参加頂けます。
(各支店によって活動内容は異なります)

特典3 JAすこやか倶楽部

JAすこやかダイヤルサービス(無料)で、健康・介護、年金、税務、法律等各種相談のご利用が出来ます。

交付金の申請に向けて準備を進めています ＝新型コロナウイルス対策＝

現在、JAでは国が示した新型コロナウイルス対策各種給付金・交付金について、対象要件や交付条件、取組事項、成果目標等を国・各関係機関へ確認をしているところです。

対象となる給付金・交付金の申請準備が整ったものから、皆様にご案内させていただきますので、もしばらくお待ち下さい。

現在、準備している給付金・交付金
○持続化給付金
○高収益作物次期作支援交付金 など

退職のお知らせ

在職中は、組合員皆様を始め、地域皆様の御厚情をいただき誠にありがとうございました。



もり べ 森 部 梓 (金融共済部温根湯支店)

H27. 4 入組
H27. 4 金融共済部訓子府支店
H31. 4 金融共済部温根湯支店

令和2年4月30日付 退職
■在職期間5年1ヵ月

高齢者が抱える介護のリスクと 早期発見の重要性①

75歳以上の後期高齢者になると自然と心身機能が低下します。医療機関の受診や介護が必要な人の割合が大幅に上昇することから、この年齢に近い人ほど健康を維持し、介護を予防する取り組みが必要になってきます。



介護予防を考えるうえで近年注目されているのが、要介護の認定に至る「一歩手前」の状態です。これに該当する人は、早期に適切な介入があれば心身機能の低下を遅らせることができます。また、一部の人は健康な状態まで回復する可能性があります。このことから、認知症や筋力低下などの兆候を早期に発見することが、その後の生活を左右するとも言われています。

※フレイルとは健康と要介護の間にある状態



ところで、要介護者の原因で最も多いのは認知症ですが、その認知症を発症する年齢はおおよそ何歳かご存じでしょうか。認知症の中で広く知られているアルツハイマー型は70歳以上、次に多い脳血管性認知症では60歳から65歳と、おおよそ70歳前後で認知症の診断を受け人が多いようです。しかし、認知症の多くは時間をかけて徐々に進行することから、発見が遅れることがあります。

もしも、生活の中で「最近、物忘れが激しくなってきた」「何をしてもおっくうに感じる」というような違和感があれば、「自分はまだ大丈夫」と信じ込まず、行政の保健福祉課や医療機関に相談してください。また、例え今は自覚がなくても心身の状態は徐々に衰えています。今の生活を続けるためにも、「まだ大丈夫」と思えるうちに介護予防に取り組んでいただきたいと思います。

※高齢者福祉活動に関するお問い合わせ先:担い手グループ 24-2145 (榎本・辻本・長谷川)

JAバンク北海道で新たにお取引すると、抽選でさしあげます!

給与受取で! 年金受取で! JAネットバンクで! JAカード入会で! JAバンクローンで!

受付期間中に、上記のいずれか1つでも新規取引された方に

JA特産品を1品

抽選で最大 **4,500** 名様にプレゼント!

抽選期間	第1抽	第2抽	第3抽
4/10~6/30	7/10~9/30	10/10~12/30	
抽選人数	1,500名	1,500名	1,500名
抽選予定	2020年9月抽選予定	2020年12月抽選予定	2021年3月抽選予定

JAバンクアプリ

もっと身近に。JAバンクアプリ誕生。



アプリの4つの特徴

1. オンライン振替
2. 口座残高をスマホで確認
3. 振替の履歴がすぐわかる
4. オンラインで振込先を登録

JAバンク <https://www.jabank.org/app/>

JAと農業

くらしと農業の調和「都市農業」

都市農業は新鮮で安全な農産物を供給するだけでなく、災害時の防災空間や農業体験・交流の場の提供などの役割も持っています。人口が集中する都市部で、都市住民に農業を身近に感じてもらう、農業が育んできた歴史・文化に触れてもらうことは、農業への理解の醸成につながると期待されています。また、都市住民の中にも都市農地を残すべきという認識が定着しています。

2015年に「都市農業振興基本法」が成立し、16年5月には「都市農業振興基本計画」が閣議決定され、これまで「宅地化すべきもの」とされていた都市の農地は「あるべきもの」と位置付けられました。JAグループは、直売所の設置促進、学校給食への食材提供、体験型農園の実施、生産緑地制度(農業の継続を条件に税制上の優遇等を受けられる仕組み)の活用などを通じて都市農業の振興を目指しています。

都市農業が全国に占める割合

	農家戸数	農地面積	販売金額(推計)
全国	215.5万戸	444.4万ha	5兆8,366億円
市街化区域(対全国比)	22.8万戸(11%)	6.9万ha(2%) うち生産緑地1.3万ha(0.3%)	4,466億円(8%)

注1:全国の数値は、「農林業センサス」(2015年)等による。
注2:都市農業の数値は、「固定資産の価格等の概要調査(2017年)」等を用いた推計による。農水省資料より作成



【都市農業】(としての定義)

都市農業とは「市街地およびその周辺の地域において行われる農業」と定義されています。都市農地の中核となる市街化区域内の農地面積は、2017年、わが国農地面積の2%に相当する6.9万haあります。生産緑地地区に指定された農地は1.3万haと一定の面積が維持されています。市民農園の数は、土に触れ、野菜や草花を育てたいという都市住民の需要の高まりを受け、都市的域を中心に年々増加しています。

一お詫びと訂正一 先月号(208号)のおひさまサラダで、誤りがありましたので次のとおり訂正し、深くお詫びいたします。
P5 (誤) 北海道枝肉共励会乳用雑肥育の部 ⇒ (正) 北海道枝肉共励会乳用雄肥育の部

INFORMATION

第4回 理事会報告

5月29日、午前9時00分より第4回定例理事会が開催され、報告事項15件、決議事項12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（融資部門）報告について
 - ②組合員状況報告について
 - ③財務状況について
 - ④玉葱茎葉処理施設の入札結果について
 - ⑤反社会的勢力等との取引排除にかかる対応状況について
 - ⑥疑わしい取引の届出状況について
 - ⑦消防庁舎建設に伴う訓子府町からの申し出について
 - ⑧夏期手当の支給について
 - ⑨人事の発令について
 - ⑩作付調査（5月15日）報告について
 - ⑪5月6日、8日降霜被害報告について
 - ⑫令和元年度てん菜構造対策費について
 - ⑬生乳等消費拡大対策の実績及び計画について
 - ⑭新型コロナウイルス組合員罹患時の対応について
 - ⑮YouTubeチャンネル「きたみらいスマート農業チャンネル」の開設について

- 【決議事項】
- ①固定資産の取得・処分について
 - ②理事に対する根質契約の解除について
 - ③令和元年度JAきたみらいディスクロージャー誌の発行について
 - ④地域運営委員の選任と委嘱について
 - ⑤夏期地区別懇談会実施日程（案）について
 - ⑥北見市に対する令和元年度銀行等引受債の貸付及び北海道信連からの転貸資金借入について
 - ⑦整備工場施設の工事に係わる施工方法について
 - ⑧玉ねぎむき玉施設整備計画について
 - ⑨令和3年度予算概算要求 持続可能な北海道農業の確立に関する組織討議について
 - ⑩令和2年肥料事業推進方法について
 - ⑪常勤理事及び役付理事の選任について
 - ⑫代表理事の人数と選任について

夏期地区別懇談会

～7月13日から各地区で～

令和2年度「夏期地区別懇談会」が次の日程で開催されます。懇談会は組合員みなさんからJAへの要望・意見などをお聞かせいただき、明日のJA運営に反映させることを目的として開催されるものです。

農繁期でご多忙とは思いますが、一人でも多くの組合員と青年部、女性部、フレッシュミズ、家族みなさんの出席をお願い致します。

- 日程 7月13日（月）～7月16日（木）
- 時間 午前の部 9：00～12：00
午後の部 13：30～16：30

日 程	地区事務所等	
	午 前	午 後
7月13日(月)	端 野 (2階大会議室)	北 見 (2階大会議室)
7月14日(火)	上 常 呂 (コミュニティプラザ)	相 内 (地区住民センター)
7月15日(水)	留 辺 蘂 (2階大会議室)	温 根 湯 (2階大会議室)
7月16日(木)	訓 子 府 (町 公 民 館)	置 戸 (町中央公民館)

お得な！車検割引き！

期間：令和3年1月31日までのご予約で！

JAで購入した
軽トラなら最大
14,000円割引き

①車検利用特典

JA車検を利用頂いた方に、
もれなく燃料給油券を進呈

当JA給油所で使える **1,000円分進呈**

イメージ
きたみらい給油所
燃料給油券 **1,000円分**

②早期予約割引

入庫予定日の2ヶ月以上前にご予約を頂くと

車検料金 **1,000円割引(税込)**

③JA共済セット割引

当JAの自賠責共済と自動車共済をセット加入されてるお車は

車検料金 **2,000円割引(税込)**

④新規利用割引

JA車検を初めて利用(新規入庫)されるお車は

車検料金 **3,000円割引(税込)**

⑤JA購入割引

当JAから車を購入後の第1回目の車検を利用されると

車検料金 **3,000円割引(税込)**

⑥営農用軽トラ割引(正組合員限定)

当JAの組合員様の軽トラック・軽バン(407kg-)の車検を

車検料金 **5,000円割引(税込)**

- キャンペーン対象は、軽自動車から大型車両(大型特殊含む)の車検受検車が対象となります。
- 二輪自動車(オートバイ)および大型特殊車両については「①車検利用特典のみ対象(②～⑥は対象外)」とさせていただきますので予めご了承願います。
- 詳細については、整備工場スタッフにお尋ね下さい。

お問い合わせは・・・ 農機自動車グループ

JAきたみらい車輛整備工場

〒099-1436 常呂郡訓子府町大町103番地 Te1 0157-47-4820 Fax 0157-47-3411

あなたの愛車を大切に、安心して長くお乗りいただくために！

送電線付近で作業される時は 電線・支持物への接近に 十分注意してください！

接近注意！

電線路の電圧	安全距離
22,000 V	3m以上
33,000 V	3m以上
66,000 V	4m以上
110,000 V	5m以上
187,000 V	7m以上
275,000 V	10m以上

*安全距離は、電線の動きを考慮して少し余裕を見込んだ距離です。
*送電線付近での作業の際は、当社社員が現地を確認の上安全距離を算出します。

ほくでんネットワーク

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。



出題・イラスト：酒井栄子

5月号まちがいさがしの当選者

5月号のまちがいさがしの答えは「4、5、8、10、11」でした。正解者36名の中から抽選の結果、当選者は次の方々です。

- ・西島 若葉さま (北見) ・會田 悦子さま (端野)
- ・貝沼流羽依さま (端野) ・坂井八重子さま (端野)
- ・鈴木 剛三さま (置戸) ・小林 美咲さま (置戸)
- ・小野 結翔さま (相内) ・坂下 創思さま (留辺蘂)
- ・今野 浩美さま (訓子府) ・諸橋 陽子さま (訓子府)

以上の方々には、JAきたみらいの「玉ねぎと鶏もも肉の黒カレー」と「玉ねぎとチーズが溶け込んだポークカレー」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・ご感想を記入してFAXでご応募下さい。抽選で10名の方に、JAきたみらいの「白花生で作ったごまドレッシング」と「オニオンコンソメ」をプレゼント致します。

芋、ヒートの蒔き付けも終わって後は小豆、白花と期待をもつて農作業するも、コロナウイルスで秋の収穫が不安…。でも北海道中が、コロナに負けないぞとがんばっている。うちもがんばって作業するぞ！おおお～ (置戸地区 鈴木 剛三さん)

コロナウイルスは一時期と比べ落ち着きを取り戻しつつありますが、またいつ罹患者が増加するか分からない状況下でとても不安ですね。豊穰と終息の秋を迎えられるよう、頑張っていきましょう！

× ロン大好きです。訓子府のおじさんに沢山買ってもらいます。楽しみです。(相内地区 小野 結翔さん)

きたみらい産のメロンは、例年6月後半から出荷がはじまります。あまくてひんやりおいしいメロンは、夏をむかえるこれからの季節にぴったりですね☆わたしも楽しみです！

4 ばんのメロンの大きさがびみょうにちがくてすごかった。(北見地区 西島 若葉さん)

4ばんは、今回のまちがいさがしのなかでもかなりおもしろかったですね！せいかいおめでとうございます！きたみらいのカレーをおいしく食べてください☆

9 コロナウイルスで学校や幼稚園は休み、体をもてあましています。小3と5歳の孫がまちがいさがしを見つけてくれました。(匿名希望さん)

長きにわたる自粛期間、思うように外へ出かけられないことの辛さを身に染みて感じましたね…。おうち時間を使ってまちがいさがしにチャレンジしていただきありがとうございます！お孫さんの観察眼が光りますね。まちがいさがし、大正解です！



シニア野菜ソムリエ KAORUの

ベジタブルライフ

イラスト：小林祐美子

もやし

～節約野菜の王様～

現在、日本では、リョクトウやブラックマツペ、大豆を種子とするもやしが生産されていますが、広い意味ではカイワレやスプラウトなどの発芽野菜も、もやしの仲間といえます。

もやしのプロフィール

- 【分類】マメ科
- 【原産地】インド(リョクトウ)
- 【おいしい時期(旬)】通年
- 【主な栄養成分】アスパラギン酸、カリウム、葉酸、鉄、ビタミンB群・C、タンパク質など

見分け方

NG

- 全体的に緑色になっている
- 水っぽくしななれている
- 変色している
- 折れている

適切なもやしは、袋を持ってしっかりとした堅さを感じる。透明感がある。

保存方法

冷蔵保存
野菜室より温度の低いチルド室の方が日持ちする

冷凍保存
袋のまままたは保存容器に入れて全体が凍るくらいの水を入れてふたをして保存の水はできるだけ毎日交換の水に浸すと約1週間日持ちする

お煮め
生のまま保存するより、すぐ調理して作り置きおかず

リョクトウもやし
基本的には使う日に買ってきてなるべく早く食べ切る

ブラックマツペ
鮮度劣化とともにビタミンなどの栄養や食感が落ちてしまう

冷凍保存
上手に冷凍保存すれば1か月日持ちする炒め物や汁物などに利用

お煮め
購入した袋のまままたは洗って水気を切り冷凍用保存袋に入れ、空気を抜いて保存

もやしのいろいろ

リョクトウもやし
国内の主流品種で、リョクトウ(マツペ)を原料にしたもの軸が太めで、シャキシャキとした食感の価格の手頃さも魅力

ブラックマツペ
ブラックマツペ(黒リョクトウ)が原料で、「黒豆もやし」とも呼ばれるが、食感と豆のほんのりとした甘味が特徴

大豆もやし
別名「豆もやし」大豆を原料としたもの豆の軸が太く、味を際立たせる韓国料理のビビンバやナムルは定番

もやしの力

主な栄養成分と期待される効果

- カリウム：高血圧予防
- 葉酸・鉄分：貧血予防
- ビタミンB群：代謝促進
- ビタミンC：免疫力向上

大豆の栄養素と発芽野菜としての栄養素も併せ持つ

発芽野菜の特徴
発芽によってビタミンCの含有量が増加。発芽部分は消化酵素・ジアスターゼを含み、胃腸の働きを整える効果も期待できる

ダイエット
約95%が水分の低カロリーでヘルシーな食物繊維も豊富

注目成分 アスパラギン酸
新陳代謝を促して疲労回復に作用!

楽しみ方・食べ方のコツ

注意
水に長く浸すとビタミンなどの栄養が流出してしまうので水は洗いは避けてあげてください

加熱調理が基本
ゆでた後は水にさらさない。パットやざるに広げるとして冷ます

おいしいゆで方
歯応えを保つため短時間でゆでる。※蒸し物、炒め物、汁物などの具材にする場合は下ゆで不要

リョクトウもやし
油適量と塩一つまみを加えた湯に入れ、再沸騰してから10～15秒ほどゆでる

大豆もやし
水と一緒に鍋に入れて沸騰後、豆に火が通るまで1～5分ゆでる

大豆もやし
スープやお煮ものに

ブラックマツペ
鉄板焼きやお好み焼きに

ひげ根
そのままでも味食感や見た目が気になる場合は、つまんで取り除く

もやしのじみツ

「スプラウト」の一種の豆類の種子を軸白栽培(日光を当てずに栽培)して発芽させた若芽の総称

名の由来
萌(も)ゆ → 萌(も)やす → 萌(も)やし

歴史
平安時代には「もやし」という名前は存在してはいたと考えられる

江戸時代には食べる習慣があった?

光を遮断した施設内(室内)で水耕栽培の袋詰めまで1週間のスピード栽培

緑豆をもやしにして味(は)な(は)だし

おひさまサラダ COOKING

♥おいしいもの大好き!♥

ホタルイカと花ワサビのチャーハン



◆ 材料 (2人分) ◆

- ご飯200g
- 鶏卵1個
- ホタルイカ
(ゆでて目と口を取っておく)50g
- 花ワサビ1わ
- 漬けだれ
 - 煮切り酒1/2カップ
 - 煮切りみりん1/2カップ
 - しょうゆ1/4カップ
 - 塩・こしょう適宜
 - サラダ油適宜

◆ 作り方 ◆

- ①花ワサビのしょうゆ漬けを作る。水洗いした花ワサビを塩でもみ10分ほど置く。鍋に70度に沸かした湯でゆで、熱いうちに漬けだれに漬けて密封し一晩置く。
- ②ボウルに卵を入れかき混ぜ、ご飯を入れよく混ぜておく。
- ③熱したフライパンにサラダ油をひき、②をパラパラになるまで炒める。
- ④漬けておいた花ワサビはざく切りにし、ホタルイカ、大さじ1の水(材料外)を③に入れ、強火でサッと炒め、塩・こしょうで味を調え器に盛り付ける。

和風ポテトサラダ



◆ 材料 (2人分) ◆

- ジャガイモ中3個
- ゆで卵
(細かくほくしておく)1個
- ポテトサラダ調味料
 - マヨネーズ大さじ4
 - 塩・こしょう適宜
 - 酢小さじ1/2
- ウドきんぴら
 - ウド1/2本
 - 酒大さじ1
 - みりん大さじ1
 - しょうゆ大さじ1/2
 - ごま油小さじ1/2
 - いりごま大さじ1
- 温泉卵1個
- トマト1/2個
- 粉さんしょう適宜
- アサツキ適宜

◆ 作り方 ◆

- ①鍋に水、塩少々(共に材料外)を入れ、ジャガイモをゆでる。ゆでたジャガイモをボウルに入れてつぶし、熱いうちにポテトサラダ調味料とゆで卵を混ぜ合わせる。
- ②ウドのきんぴらを作る。フライパンにごま油をひき、千切りしたウドを炒め、酒、みりん、しょうゆを入れてさらに炒め、仕上げにいりごまを振る。
- ③器に①、温泉卵、②、小口切りにしたアサツキの順に盛り付け、トマトを添え、粉さんしょうを振って出来上がり。

✿ 献立を監修した人 ✿ 茨城県笠間市にある「天晴(旧キッチン晴人)」オーナーシェフ 永井 智一(ながいともかず)

編集後記

・農作業がひと段落し、お祭りや学校行事、研修会や親睦会が始まるシーズンではありますが、そのほとんどが中止になってしまいやるせない気持ちでいっぱいです。緊急事態宣言は解除されましたが、罹患者が増加しないよう疫病退散の説があるアマビエ(病が流行ったら私の写し絵を人々に見せよと言い残し海に消えた妖怪)を載せてみました。「コロナウイルス退散!!!」

(森谷 弥生)



JAきたみらい概要

(令和2年5月20日現在)

- ・組合員数(正) 1,635人
- ・組合員数(准) 6,228人
- ・組合員戸数(正) 953戸
- ・貯金 111,381百万円
- ・貸出金 13,029百万円
- ・出資金 4,813百万円