

JAきたみらい

おひさま キラキラ

2022



vol.235

8



はいっポーズ!

《留辺薬地区・丸山》

佐藤耕一さんと文子さん・千春ちゃん

(紹介は2ページです)

特集 第19回
JAきたみらい乳牛共進会



3年ぶりの ふるさとまつり開催! ～青年部も祭りを盛り上げました!～

季節の薫り



7月10日、訓子府町では3年ぶりとなる「第43回くねっぷふるさとまつり」が開催されました。お祭りではキャラクターショーや芸能人のステージが催されたほか、当JA青年部南支部もJAアトラクション「ネコ車でGOGO!」を開催しました。「ネコ車でGOGO!」は2人1組で運搬用の一輪車に載せた農作物の出荷用段ボール箱を落とさないようにゴールを目指すタイムレースで、コースには段差やカーブといった仕掛けや様々なお題が書かれたカードが配置されています。アトラクションには小学生の部で5組、大人の部で13組が参加し、あいにくの悪天候により大雨に当たって苦戦を強いられたチームもありましたが、景品獲得を目指して熾烈なレースが繰り広げられました。



青年部での記念撮影

もくじ CONTENTS

○おひさまサラダクッキング 「豆苗のサラダ」 「新ナスの酢の物」	○JAからのお知らせ	○ほのぼのの広場 ・わが家のアイドル ・きたみらい技能実習生	○JAトピックス	○表紙紹介 「親を大事に、 元気に育ってほしい」	○季節の薫り	特集 第19回 JAきたみらい乳牛共進会
18	10	8	6	2	2	4

表紙紹介

親を大事に、元気に育ってほしい

7月23日、留辺蘆地区の佐藤さんのお宅に響くと窓から千春ちゃんがお出迎えしてくれました。中へお邪魔すると最初は恥ずかしそうにしていたが、撮影した写真を一緒にチェックしてくれて、すぐに心を開いてくれました。

4月からちびっこマリアへ週々回通う千春ちゃん、は木のバスルやおままごとなどで遊んでいるそうです。お家ではマクドナルドやおちやのし打ち、段ボールに入るなど色々な物に興味を持ち、毎日元気いっぱいです。時には、「アトリーカードの階段を往復することもあるね」とお母さんの文子さん、大人顔負けの体力の持ち主です。

最近できるようになったのは、おトイレジャンプです。お母さんのかけ声で、高いジャンプとスタートダッシュを何度も披露してくれました。アンパンマンやいないいないばあ!などの子ども向け番組の他に「吉田類の酒場放浪記」がお気に入りです。取材中もテレビ「吉田さんが映る」としてと観ていました(笑)反対にお笑い芸人の錦鯉や「チコちゃんに叱られる」が映ると、大きな声のツッコミが怖くて泣いてしまふんです。

名前の由来はお父さんの耕一さんが漫画の「バキ」に登場する「柴 千春」というキャラクターに影響を受け、ご自身の性別でも「千春」を名付けると決めていたそうです。千春ちゃん、はっぴりとした性格で自分軸がある子へ成長しているようです!

そんな千春ちゃんへお父さんからは「親を大事に」お母さんからは「元気に育ってほしい」とメッセージが送られました。



【ご家族紹介】
左から～お母さんの文子さん(43)、お父さんの耕一さん(45)、長女の千春ちゃん(2)、おばあちゃんの京子さん(70)
経営内容: 佐藤さんは経産牛55頭を飼育する酪農専業農家です。

第19回JAきたみらい
乳牛共進会



▲入念に仕上げをする出品者のみなさん▲



▲経産の部最高位賞 置戸(有)小山牧場「クレイジャスクール ポスエンゼル ペガ」



▲審査員を務めた木村吉里氏



▲未経産・経産の部の最高位、準最高位の荣誉に輝いた4頭と関係者のみなさん

【未経産の部】最高位 「ハイリークイーン パインビュー サイドキック」 訓子府 高倉 英介氏 (左2頭目)
 準最高位 「クレイジャスクール ポス エンゼル ジューク」 置戸 (有)小山牧場 (左1頭目)

【経産の部】最高位 「クレイジャスクール ポスエンゼル ペガ」 置戸 (有)小山牧場 (右2頭目)
 準最高位 「DH チャンス ソロ」 北見 山内 誠氏 (右1頭目)



▲審査の様子



▲開会の挨拶をする大坪組合長

7月16日、当JAときたみらい酪農振興協議会の共催で訓子府町の北見管内畜産総合施設で乳牛共進会を開催しました。

きたみらい地域から43頭の乳牛が出品され、体形の美しさや骨格の力強さ、乳房のバランスなどの資質を競い合いました。審査員は遠軽町で酪農業を営む木村吉里氏が務めました。

当日は時折強風が吹く悪天候の中、未経産牛から経産牛まで11部門で審査が行われました。

最高位賞は、経産の部で置戸地区



▲デイリークイーンを務めた國田職員



▲来賓挨拶をする辻北見市長

の(有)小山牧場が出品した「クレイジャスクール ポスエンゼル ペガ」、未経産の部で訓子府地区の高倉英介さんが出品した「ハイリークイーン パインビュー サイドキック」が受賞しました。

11部以外にも子どもから実習生までが出場するショウマンショーでは、「小学3年生以下の部」と「小学4年生から実習生の部」合わせて7頭が



▲ショウマンショーで牛をリードする子どもたち

出品され、子どもたちは大人顔負けのリードを見せてくれました。

今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、例年行っていた焼肉広場などは開催できませんでしたが、大勢の来場者で賑わいました。



J A トピックス

株式会社豊田ライズファーム 設立記念式典



株式会社豊田ライズファーム（構成員3人）は6月30日、北見市モイフスポーツワールドで同社の設立記念式典を開催し、関係者20人が出席しました。

同社の代表取締役である村上健太郎さんは異業種から就農した新規参入で、昨年11月から稲作専業農家として営農を開始。北見市豊田地区では農業者人口の減少によって水田の担い手が減少しており、村上さんには大きな期待がかかっています。

式典の開催にあたり、村上さんは「会社名は、豊かな水田を作り上げていくという意味を込めて決



▲挨拶を行う村上さん



▲関係者で記念撮影

めた。これからも皆さんの知識をお借りすることがあると思うが、よろしく願います」と挨拶。また当JAの高橋優常務理事は「相内地区の水田の維持・発展のために、村上さんを始めとする株式会社豊田ライズファームには大きな期待をしているとともに活躍を願っている」と祝辞を述べました。

「サラタマ」の収穫が行われました



JAきたみらいの端野地区では7月中旬から、早生種の玉ねぎ「サラタマ」の収穫が始まりました。「サラタマ」は、水分が多く辛みが少ないためサラタなどに向いており、きたみらい管内で栽培しているのは端野地区のみとなっています。

サラタマ生産部会理事の箱木祐亮さんは、サラタマを約0.5畝作付けしており、7月11日から収穫をスタートしました。収穫は手作業で行われ、7月13日から14日



▲▼収穫の様子



には外国人技能実習生を迎えて丁寧に葉や根を切り落としました。収穫にあたって箱木さんは「被覆資材なども活用したこと、品質も上々で昨年よりも大きい球に仕上がった。よりの多くの消費者にサラタマを食べてもらえるようブランドの知名度アップにも力を入れていきたい」と話しました。今年度は、42戸が約10畝作付けし、500トの出荷を見込んでおり、7月下旬から8月下旬ごろまで、道内外のスーパーや量販店で販売される予定です。

留辺蘂地区の青年部が廃農機具を回収



当JA青年部西支部留辺蘂地区は7月19日、同地区を対象に廃農機具の回収を行いました。

この取り組みは、青年部が農村環境美化推進運動の一環として毎年7月中旬に行っており、今年で20年目となります。

部員は搬入された廃農機具や部品、パイプ類、オイル缶などをトラックに積み込み、約6・2トを回収しました。

この活動は毎年好評であり、なかなか整理がつかず、家や畑の周りに置き去りにされている廃農機



▲廃農機具回収を行う部員

～農村の環境美化を目指して～

具類がきれいに片付けられ、農村の環境整備にもつながっています。

留辺蘂地区の山本栄祐地区長は「今年もトラックいっぱい廃農機具が集まった。留辺蘂の環境整備のため、来年以降も継続して実施していきたい」と話しました。

青年部は今後も環境に配慮した活動を念頭に、廃農機具回収を継続していく方針です。



▲トラックに積み込む様子

秋まき小麦の収穫スタート



JAきたみらいでは秋まき小麦「きたほなみ」の収穫が7月26日から始まりました。今年は6〜7月の雹や集中豪雨、長雨の影響で生育の停滞が心配されましたが、順調に推移しました。

管内各地では黄金色に色づいた小麦畑を大型コンバインが走り、次々と麦穂を刈取っていきましました。収穫された小麦は大型トラックに積み込まれ、JA小麦乾燥調製貯蔵施設へ搬入されました。

きたみらい麦作振興会の西原勇一会長は「天候不順のなか収穫が始まり品質も不安があったが、粒は大きく物は良い。燃油高騰のた



▲曇天の中収穫の様子



▲乾燥調製貯蔵施設に集められる小麦



▲収穫した小麦はダンプへ

めコストを抑えながら良質な小麦を収穫したい」と話しました。今年度、当JAでは520戸の生産者が約3,800畝作付けしており、収量は約25,000トを予定しています。

みらいプロジェクトチャンネル

農業の基本「土づくり」

vol.16

北海道大学大学院農学研究院 小林 国之

皆さんはYouTubeをよくご覧になりますか？若者はテレビを見なくなっていると言われますが、大学に居るとそれを実感します。講義で「この間テレビでやっていた〇〇が」といっても、反応がイマイチのことが多くなった気がします。実際テレビを持っていない学生も多く、「スマホで動画を見ながらご飯を食べる」「寝る前にスマホを見ながら、そのまま寝落ちする」のが当たり前になっているようです。

自分の好きなテーマの動画を次々とみることが出来る動画サイトは、本当に便利なものです。娯楽としてはもちろんですが、情報収集にも最適ですね。最近では、世界中のいろいろな農業のやり方をYouTubeで見ることが出来ます。最近私が見ている動画のキーワードは「Regenerative agriculture」や「cover crops」です。このきっかけは、道央にいるある農家の方から「Dirt to Soil」という本を紹介して頂いたことでした。最近日本語訳も出されたこの本（「邦題 土を育てる」）は、アメリカのノースダコタ州の農家であるGabe Brown（ゲイブ・ブラウン）さんという方の、土壌を再生する農業の実践を記した本です。この本の中では、次のような土を育てることに必要な五つの原則が挙げられています。「土への攪乱を最小限にする」「土の表面をカバーする」「動植物の多様性」「生きている根を極力長い期間土に」「家畜を利用する」。

それぞれの詳細は割愛しますが、やり方によっては、表土のなかった土壌に数年で豊かな腐植を再生することが出来ると示されています。こうした土を再生させる農業のやり方を「Regenerative agriculture」といったりします。日本語でなんといいば良いのか、直訳すれば「再生」農業でしょうか。アメリカでこうした農業が生まれたきっかけは実は古く、1930年代末、農業恐慌のなかで農村の荒廃が進んだ時期のことでした。馬からトラクターに急速に変わり、干ばつと砂漠化がすすみ、農地の荒廃が問題となりました。こうした状況で農地を如何に再生させるのか、という農業が模索されたようです。スタインバックの小説で映画化もされた『怒りの葡萄』の時代です。さて、現代的な再生農業は、アメリカの穀倉地帯に代表されるモノカルチャー型の農業によって、荒廃している土を再生させる、という意味合いで注目され、現在では世界各地で地域にあった様々な実践が進められています。

「有機農業」や「〇〇農法」とか、そういったカテゴリーは置いておいて、農業の土台である土を豊かにするため、土の中の微生物、植物、動物の力を最大限に活用する。そうした土を作りながら、農業を行っていくことは今後ますます大切になるでしょう。

生産資材価格の高騰の先行きは未だに見通せない状況が続いています。これまでの農業のやり方で、これからもそのまま持続的な経営をやっていくことが出来るのか。先を見通すことが難しい局面を迎えています。いかに外部環境の影響を減らし、農業経営として持続していくのか。その際のポイントに「土」があることは間違いないでしょう。工業は、資材としてインプットしたもの以上のものを生み出すことは基本的には出来ません。ですが、農業は違います。なぜならそこに生き物の助けがあるからです。土のなかの環境を豊かにし、そこに居る無数の微生物などの

生き物の力を最大限に借りること。そのことが、まさに農業の農業たるゆえんではないでしょうか。

農家の方で「土に貯金をする」という言い方をする方がいらっしやいますよね。こんな時代だからこそ、如何に土に貯金をする、土を蘇らせる農業に転換をしていくのか。さまざまなチャレンジをしていく必要があるのかなと感じています。皆さんの実践的挑戦を期待しています。



ほのぼのの 広場

わが家のアイドル



意思表示ができる4人兄妹の末っ子ちゃん

取材に伺うと、つかまり立ちをしながらかけてくれた栞ちゃん。お座りしながらおしり移動していた栞ちゃんは9か月頃からつかまり立ちをするようになり、最近は少しずつ伝い歩きにも挑戦しています。

好き！嫌だ！がはっきりしている性格で、意思表示がしっかりできる4人兄妹の末っ子ちゃん。名前を呼ぶと「は〜い！」と手を挙げてお返事することもあるそうで、お父さんの隆さんは「たいしたもんだ！」と褒める様子も◎

名前の由来は、子どもの名前を木へんの漢字一文字で統一していたことや、生まれたのが紅葉の季節だったことから、ピピッときた「栞」に決めました。

何でも食べて大人のご飯にも興味津々な栞ちゃんは、上の歯が4本生えており、下の歯も3、4本目が生えそうで、美味しいご飯を食べる準備は整っています！

チャームポイントのクルクルした横髪は生まれた時から抜けずに伸びているそうで、「もみちゃんの可愛いところ♡」とお母さんの美恵さんが教えてくれました。

取材中、笑顔や泣き顔、寝顔を見せてくれてありがとう。これからの成長を楽しみにしています！

栞ちゃんは中川隆さん・美恵さん夫妻のお子さんです。

置戸地区・境野

中川 栞ちゃん
(0歳10か月)



きたみらい技能実習生



ファム ティ ユエンさん(25歳)
出身地：ベトナム(タインホア省)

- Q趣味はなんですか？
旅行をすることと野菜を育てることです。
- Q好きな日本語はなんですか？
“ありがとう”です。感謝の気持ちを表します。よく聞きます。
- Q日本の好きな食べ物はなんですか？
刺身が一番好きです。
- Q北見に来て大変だったことはなんですか？
とても寒かったことです。その時はまだ慣れていませんでした。
- Q日本でやってみたいことはありますか？
釣りに行きたいです。あと、富士山に登りたいです。
- Q色々な実習をしてみてどうでしたか？
楽しかったです！

★役立つベトナム語講座

ベトナム語で「暑い」は「ソーン」と言います。これからの季節、熱中症予防のためにも実習生へは「大丈夫？」=「コーサオ コン？」と声掛けをお願いします！！
また、タインホア省では約6kmの長い海岸と壮大な海が広がる「サムソンビーチ」が有名なようで、いつかこの時期に行ってみてくださいね☆

INFORMATION

JAきたみらい女性部 部員交流視察研修を実施

JAきたみらい女性部（川島睦美部長）は6月23日から24日と7月7日から8日の選択制で部員交流視察研修を実施し、総勢62人が参加しました。部員交流視察研修は隔年で行っていましたが、新型コロナウイルスの影響から4年ぶりの開催となりました。今回は、バス1台当たりの乗車人数を減らし、懇親会の開催方法を工夫するなど感染対策を徹底したうえで実施。

1日目は白老町にあるウボホイ（民族共生象徴空間）を視察し、民族舞踊鑑賞などを行い、先住民族であるアイヌ文化について理解を深めました。



▲ゆめちからテラスを視察する部員



▲7月の参加者

2日目は江別市にあるJA道央の直売所と国産小麦「ゆめちから」を使ってパンを作る、敷島パン（Pascoco）が併設されたゆめちからからテラスを視察しました。新鮮な野菜が並ぶ直売所を訪れた消費者をみて、今後の収穫作業により一層力が入った様子でした。

参加した部員は「久しぶりに他支部の部員とも交流ができ、とても充実した時間を過ごすことができました。今後感染対策を行いながら積極的に活動していきたい」と話しました。この研修を通して、支部の垣根を越えて交流を深めることができました。女性部では11月に国内農業視察研修を予定しています。

日帰り農業観光「ファーマーズツアー」開催！

JAきたみらい青年部（貝沼隼人部長）は7月16日、（一社）北見市観光協会との共同企画で日帰り農業観光「ファーマーズツアー」を開催し、8人が参加しました。

当青年部では農業PRの一つとして、ツアーを通して食や農への関心を深めてもらいたいと企画。

同ツアーでは内容ごとに青年部が帯同し、生産者目線の話題も含めながら説明を行い、参加者は乳牛の体形の違いやバランスなどを競う共進会の見学や普段近所で見るのではないコンバインの見学、辛みが少なく生食に適したサラタマの収穫体験など、様々な体験を行いました。



▲コンバインを見学する参加者たち



▲収穫前に説明を聞く参加者たち



▲共進会を見学する参加者たち

JAきたみらい青年部 当青年部の貝沼隼人部長は「農業PRはまだまだこれから。小さいことからコツコツやるのがいずれ大きな輪になると思う」と話しました。

フレッシュユミズ会員交流日帰り研修

JAきたみらいフレッシュユミズ（藤田紗苗会長）は7月1日と6日に「会員交流日帰り研修」を行いました。令和元年度までは1泊2日で開催されていた「会員交流視察研修」との選択制でしたが、コロナ感染防止のため今回は視察研修を中止。代わりに日帰り研修を同じ行程で日程を選択制とし、2日合わせて子どもを含め22人が参加しました。



▲さくらんぼ狩りを楽しむ参加者（1日）

午前中は、センター事務所北見ハッカ記念館の職員を講師に迎え、ハッカの蒸留作業とアロマクリーム作りを体験しました。アロマクリーム作りでは、ベースとなるハッカの他に5種類の香りから各自が好きな



▲ハッカ蒸留体験の様子（6日）

ものをチョイス。「虫除けにもなるような香りはどれですか？」と興味津々な様子で香りを吟味し、それぞれお気に入りのアロマクリームが出来上がりました。

午後からはオホーツクビール園で昼食後、網走市のよこやま果樹園でいちご・さくらんぼ狩りを楽しみました。帰路ではメルヘンの丘めまんへつに立ち寄ってソフトクリームに舌鼓をうち、無事に研修を終えることが出来ました。

ドローン導入促進へ向けて講習会

きたみらいスマート農業推進協議会は7月8日、相内地区で農業散布用ドローンの講習会を開催し、生産者やJA職員合わせて20人を超える参加となりました。当地区では少しずつドローンの活用が進む中、生産性向上に向けて地域一体となってドローンの活用を目指そうと同協議会主催で今回の講習会を企画しました。

講習会を主催した同協議会の荒喜文会長は「協議会でもドローンへの関心度が高まってきている。今後情報収集と提供の場を設けて導入のサポートをしていきたい」と話しました。

当日は、ドローン事業を幅広く展開する桑原電機株式会社から講師を

招き、農業で使用されるドローンの紹介や操縦ライセンスの取得、活用事例の紹介後、農業散布用ドローンを圃場で飛行させる散布実演を実施しました。



▲▼ドローンの説明を受ける参加者



INFORMATION

四季折々の手作りアイロンビーズをご紹介します！

相内地区・豊田 森谷 美生さん

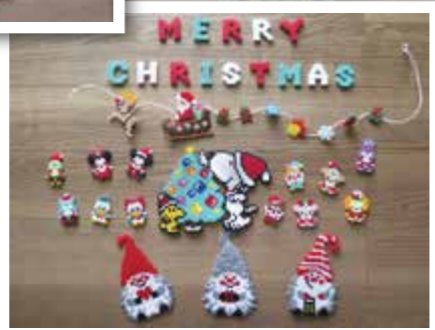


▲現在の玄関フード

私がアイロンビーズを作り始めたのは3年前、姪っ子が遊んでいたことがきっかけです。物を作るのが大好きで編みぐるみやドールハウスなど色々な物を作っており、可愛い物を見つけるとまず、どうやって作るのかな？私にも作れるかな？と考えて、ネットで調べてみたり習いに行くこともあります。

アイロンビーズは作りたいキャラクターの図案をネットで探し、空いた時間にコツコツ制作します。完成した物は後ろにマグネットを貼り、四季折々に玄関フードに飾っています。

熱しやすく冷めやすい性格なので、今後は何にハマるのか今から楽しみです♪



▲44人が出席して行われた端野地区懇談会

地区名	組合員戸数	出席人数	出席戸数	出席率
温根湯	61	22	19	31.1%
留辺蘂	33	15	15	45.5%
置戸	76	36	24	31.6%
訓子府	259	58	54	20.8%
相内	67	27	23	34.3%
上常呂	94	22	22	23.4%
北見	142	45	42	29.6%
端野	171	44	41	24.0%
合計	903	269	240	26.6%

地区毎の出席状況

7月11日から13日と15日の4日間、8会場においてJA地区別懇談会が行われ、組合員と家族のみなさん269人が出席しました。

地域運営委員長の進行により、各部門ごとに事業への取組

夏期地区別懇談会終える 8会場に269人出席

状況や農畜産物の情勢などを説明した後、出席した組合員から数多くの活発な意見と質問を頂きました。

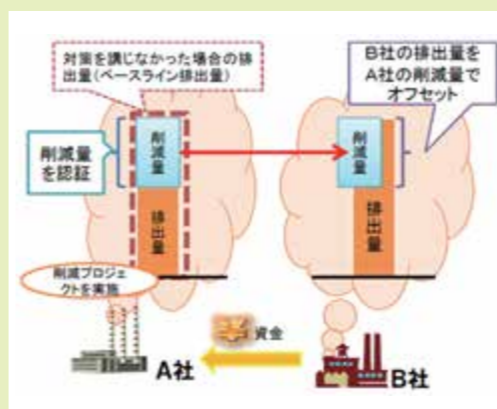
なお、懇談会で出された意見・要望などについては後日「Q&A」にてお知らせ致します。

道からJ-VER証明書を贈呈

SDGsの達成に貢献

当JA管内のクリーン栽培玉葱部会、きたみらい特別栽培玉葱部会、ECO馬鈴薯部会は7月21日、北海道からオフセット・クレジット（J-VER）証明書を贈られました。同証明書は道が販売しているJ-VERを購入した企業や団体に謝意を示すために贈る、CO2削減量などが記載されたもので、贈呈式では、土屋俊亮副知事から各部会長に手渡されました。3部会は今年度、407トンのクレジットを購入しましたが、道内では1回の購入量として過去最大となります。

各部会では、これまでCO2排出



▲オフセットの仕組み（環境省資料より引用）



▲贈呈式での様子

量削減に向けて、堆肥や有機質施用による土づくりなど、「こだわり栽培」に取り組んできましたが、これだけでは限界があると考え、J-VER購入によるカーボン・オフセットを開始。道内の森林保全活動を支援するとともに、生産工程における機械作業などからのCO2排出量を実質ゼロにしています。また、今回購入したクレジットを活用し、CO2をオフセットした馬鈴しょや玉ねぎを名古屋市の小学校給食約12万食に供給する予定となっています。

3部会は今後も、環境と経済の好循環を構築するモデルとして、持続可能な農業、農村を支える取り組みを展開することを目指します。

豪雨・降雪による被害状況視察を実施

近年、異常気象による農業被害が相次いでいます。今年度、6月18日から20日にかけてオホーツク海側を中心に豪雨、降雪が発生し、当地域では玉ねぎを中心とした農作物の折損や土砂の流亡など広範囲で大きな被害に見舞われました。



▲被害圃場の視察を行う武部副大臣ら

これらを受けて武部農林水産副大臣やJAグループ北海道などが6月29日に最も大きな被害を受けた訓子府地区を訪れ、当JAの役員などから被害状況を報告したほか圃場視察が行われました。



INFORMATION

第6回 理事会報告

7月28日、午前9時00分より第6回定例理事会が開催され、報告事項20件、決議事項3件が協議され、原案通り承認されました。

- 【報告事項】**
- ①監事会道内視察研修の報告について
 - ②監事監査報告（資産の保全状況等に係る監査）について
 - ③内部監査（購買部門）報告について
 - ④組合員状況報告について
 - ⑤財務状況報告について
 - ⑥理事に対する資金の貸付に係る報告について
 - ⑦JAバンク経営戦略シート作成について
 - ⑧令和4年度夏期地区別懇談会意見集約について
 - ⑨人事の発令について
 - ⑩作況調査（7月15日）について
 - ⑪令和4年度作付実態調査集約について
 - ⑫R3年産玉ねぎ馬鈴しょの本精算について
 - ⑬R4年産小麦なまぐさ黒穂病調査結果について
 - ⑭R3年産てん菜の本精算について
 - ⑮生乳生産状況及び個体取引価格状況について
 - ⑯第3期意向生産対策に係る調査結果及び進捗状況について
 - ⑰JAきたみらい農機自動車展示会実績報告について
 - ⑱令和4年6月18～20日並びに7月4日の降雹・集中豪雨被害報告について
 - ⑲牛代用乳高騰対策の実施について
 - ⑳第19回きたみらい乳牛共進会報告について
- 【決議事項】**
- ①規程類の改正について
 - ②令和4年6月18～20日並びに7月4日の降雹・集中豪雨に係る災害対策（案）について
 - ③固定資産の処分について



退職のお知らせ



令和4年6月30日付で職員が退職しましたのでお知らせ致します。在職中は、組合員皆様をはじめ、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。

すかわ あんな
須河 杏奈
(金融共済部 温根湯支店)

H29.04 入組
H29.04 金融共済部留辺薬支店
H30.04 金融共済部訓子府支店
R02.04 金融共済部温根湯支店
■在職期間 5年3か月

当JAは6月23日と24日の2日間、訓子府整備工場では組合員を対象に農機・自動車展示会を開催しました。2017年の開催以来、5年振りとなる同展示会では中古自動車約50台、農業機械約30機種の展示販売のほか、部品商材の即売会や農耕商材の特価販売を行いました。2日間で約230人が来場し、新車の軽トラ

農機・自動車展示会を開催しました!



▲説明を聞きながらフォークリフトを確認する組合員

や中古自動車、農耕商材などを中心に購入していく方が目立ちました。当JA農機自動車グループの三浦マネージャーは「想定していたより多くの組合員に足を運んでもらえてよかった。来年度も開催しようと考えているので、今年以上に来場してもらえれば」と話しました。

「基本チェックリスト」について②

厚生労働省が作成した基本チェックリストでは、近い将来の介護リスクになるような衰えがないかを評価できます。回答欄のはい、いいえの前にある数字（0または1）の合計を得点欄に記入してみましょう。

基本チェックリスト 全25問中（6～10）

6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ	点 (合計点)
7	椅子に座った状態から何もつかまらず立ち上がっていますか	0. はい	1. いいえ	
8	15分位続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ	
9	この1年間に転んだことがありますか	1. はい	0. いいえ	
10	転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ	

上記の質問の趣旨は以下の通りです。

6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っているかどうかを尋ねています。時々、手すり等を使用している程度であれば「はい」とします。手すり等を使わずに階段を昇る能力があっても、習慣的に手すり等を使っている場合には「いいえ」となります。	
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっているかどうかを尋ねています。時々、つかまっている程度であれば「はい」とします。	
8	15分位続けて歩いているかどうかを尋ねています。屋内、屋外等の場所は問いません。	
9	この1年間に「転倒」の事実があるかどうかを尋ねています。	
10	現在、転倒に対する不安が大きいかどうかを、本人の主観に基づき回答してください。	

5つの質問に対して「合計点」が高いほど、機能低下の可能性があります。チェックを付けて心身の状態や介護リスクの有無を知りましょう。

お問い合わせ：担い手グループ TEL:24-2145 (榎本・辻本)

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



7月号まちがいさがしの当選者

7月号のまちがいさがしの答えは「1、3、6、9、12」でした。正解者26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

- ・織田 揮さま (訓子府) ・川畑眞佐子さま (訓子府)
- ・齊藤 晴美さま (訓子府) ・田中 愛子さま (北見)
- ・安斉 優希さま (北見) ・小林 莉子さま (端野)

以上の方々には、JAきたみらいの「玉ねぎと牛すじのカレー」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6名の方に、JAきたみらいの「北見玉葱焼肉のたれ」と「玉葱ポン酢」をプレゼント致します。

まちがいさがしをやって、ほくは、みんなをえがおにできるまちがいさがしだと思いました!

(訓子府地区 織田 揮さん)

このメッセージで、私たちもえがおになったよ! とってもうれしいメッセージをどうもありがとう。ぜひまた送ってね!

読者の声

へトナムから2期生の方々が来られたんですね。昔、我家モーターシップとして大学生を数年受け入れた時がありました。特に外国人の方とは、文化や国民性の違いに戸惑った苦い思い出があります。まずは知る事からだと思います。

(上常呂地区 合田 まゆみさん)

私も以前、実家にホームステイしていた留学生が網戸の開け方が分からず、強引に押し込んで開けようとして、外れた網戸は2階からまっさかさま…なんてことがありました。異文化交流は困惑もありますが、自分にはない価値観が生まれるきっかけにもなりますよね。

おひさまサラダをホームページで閲覧できます!

広報誌「おひさまサラダ」を当JAのホームページで紹介しています。右側にあるQRコードから閲覧できますので、ぜひご覧下さい。



イラスト：小林祐美子

ブドウ

～ポリフェノールの宝庫～

ブドウのプロフィール
 【分類】ブドウ科ブドウ属
 【原産地】中近東
 【おいしい時期(旬)】6～10月ころ(夏秋)
 【主な栄養成分】カリウム、ブドウ糖、果糖、アントシアニン、レスベラトロールなど

選び方

実がふっくらとしてみずみずしい
 色が濃くても問題ないよ
 実が隙間なく均等に付いている
 果皮に張りがある

軸が太く、きれいな緑色
 果皮にプルム(白い粉)がしっかり付いている

赤系 黒系
 熟すと濃い色に黒紫色や濃紅色のものが甘く濃厚な味わい

緑系
 鮮やかな濃緑色より、黄みがかった方が熟していて、酸味が少なく甘い

NG
 軸が茶色く枯れている軸を持って揺ると実が落ちる……

ブドウのいろいろ

世界には15種以上の品種があり、ワイン用の品種も多い。日本では30種類ほどが商業用として栽培

赤系 「甲斐路」「安芸クイン」など

黒系 「巨峰」「ピオーネ」など

緑(白)系 「マスカット・オブ・アレキサンドリア」「ロザリオピジャンコ」など

ブドウのチカラ

レスベラトロール
 ポリフェノールの一種。発がん抑制作用、食物アレルギーの発症を抑える効果も

アントシアニン
 ポリフェノールの一種。老化や生活習慣病の予防、目の疲労・病気の予防に

カリウム
 高血圧予防、むくみ改善に

ブドウ糖、果糖
 若い時期の疲労回復や夏バテ予防、集中力を高める効果も

楽しみ方・食べ方のコツ

凍った状態で水に漬けると、皮がツルツルと簡単にむけて便利

軸側が先端よりも糖度が高め(品種による)

デザート
 シャベット、タルト、ケーキ、ムース、ゼリーなど

ジャムやソース、ワイン、スムージーにも!

保存方法

できるだけ早めに食べてね

冷蔵保存
 プルムは洗い流さず保存。水分の蒸発を防ぎ鮮度を保つてくれるよ。食べる直前にさっと水洗いすればOK

常温保存
 鮮度が負ければ4、5日ほど日持ちする。要注意: 冷やし過ぎると甘味を感じにくい……

冷凍保存
 軸(小果柄)を少し破して1粒ずつ切り離し、保存容器に入れて野菜室へ。水分の蒸発を抑えられ、鮮度劣化を防ぐことができるよ

ブドウのヒミツ

和名 葡萄
 英名 Grape
 仏名 Raisin

歴史
 中近東
 古代エジプトの壁画にワイン製造の様子が見える

日本
 山ブドウが自生。奈良時代、シルクロードを経て中国から伝来。明治時代、本格的な栽培が始まる



おひさまサラダ COOKING
♥おいしいもの大好き!♥

豆苗のサラダ



◆ 材料 (4人分) ◆

- 豆苗 2パック (500g)
- だし昆布 1枚
- ミモレット 30g
- オリーブ油
(エクストラバージン) 大さじ2
- スダチ 1個
- 塩 適宜

◆ 作り方 ◆

- ① 豆苗は根元から切り落とし、種を取り除いておく。葉(苗)の部分はだし昆布を入れた保存容器に並べておく。
- ② 種を鍋に入れ水から15分ほどゆで、①の葉(苗)が浸るほどの湯量を保って①の保存容器にゆで汁ごと注ぎ、塩を一つまみ入れ落としふたをして、そのまま冷ます。
- ③ 冷やした②の豆苗の漬け汁をサッと切り、種と一緒に器に盛り付け、スダチ、オリーブ油(エクストラバージン)、すりおろしたミモレットを上から回しかけ出来上がり。

新ナスの酢の物



◆ 材料 (4人分) ◆

- ナス 8本
- ゴーヤー 1/2本
- ミニトマト 8個
- おろしショウガ 大さじ1
- 三杯酢
(酢3:薄口しょうゆ1:砂糖1:だし汁2) ... 適宜
- だし汁 適宜
- 菜種油 適宜
- 塩 適宜

◆ 作り方 ◆

- ① ゴーヤーは薄切りにし、塩で軽くもみサッとゆがいておく。ミニトマトは湯むきしておく。
- ② ナスは上下を切り落とし縦に包丁で5、6本切り込みを入れ、180度に熱した菜種油でクルクル回しながら揚げ、冷水中に落とし手早く皮をむく(翡翠くひすい)なすにする。
- ③ ②のナスを、だし汁に浸し一晩置く。三杯酢は鍋で一煮立ちさせ冷ましておく。
- ④ ③のナスを器に盛り付け、ゴーヤー、ミニトマト、おろしショウガをあしらい、三杯酢をかけ出来上がり。

✿ 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(ながいとまかず)**

編集後記

・今年には昨年比べて気温が極端に高い日は少ないですが、湿度が高めです。湿度が高いと汗が蒸発しにくくなり、熱中症になるリスクが高くなるため注意が必要です。収穫作業も始まっていますので、農作業事故だけでなく熱中症にも注意してください！

・今年には祭りや視察など、コロナで中止が続いていた活動も行えるようになってきており、ウィズ・コロナの生活も着々と確立されているように感じます。終息はまだまだ見込めませんが、この調子で元の生活を取り戻していきたいですね！
(加藤 拓海)

JAきたみらい概要

(令和4年7月20日現在)

- ・組合員数(正) 1,615人
- ・組合員数(准) 5,820人
- ・組合員戸数(正) 903戸
- ・貯 金 115,476百万円
- ・貸 出 金 18,950百万円
- ・出 資 金 4,879百万円