

# お正月 サタダ

2024

vol.253

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** 家族でおいしく楽しもう  
冬のあったかミルク鍋



## おけと子ども冬まつり 開催!

## 季節の薫り



置戸町では2月4日、置戸町のファミリースポーツセンター横特設会場でおけと子ども冬まつりが開催されました。

当日は氷点下11度と冷え込む気温の中でしたが、町内の子どもたちは暖かな防寒着に身を包み、元気いっぱい動き回りました。

中でも、雪の大斜面からソリで滑り降り、円の中で止まれば得点を獲得できる人間カーリングは大盛り上がり。途中で横に逸れて転んでしまったり、円を飛び越えてしまったり…。応援する子どもの歓声を受けながら、ソリ滑りを楽しんでいる様子でした!



▲オープニングイベントで行われたお菓子まきの様子

## もくじ CONTENTS

○おひさまサラダクッキング 「カキのみそ焼き」	20
○JAからのお知らせ	10
○みらいプロジェクトチャンネル ・記念の一枚	9
○ほのぼの広場 ・きたみらい青年部	8
○JAトピックス	6
○表紙紹介 「第45回さむさむまつり大盛況 〜青年部も祭りの盛り上げに一役〜」	2
○季節の薫り	2
<b>特集</b> 家族でおいしく楽しもう 冬のあったかミルク鍋	4

## 表紙紹介

### 第45回さむさむまつり大盛況

～青年部も祭りの盛り上げに一役～

JAきたみらい青年部南支部は2月4日、訓子府町公民館前で開催された第45回さむさむまつりに参加しました。祭りでは当JAの加工品玉ねぎと牛すじのカレーとこんねつぶ米太郎を使ったカレーライスを一杯500円で販売し、JAをPR。隣では酪農青年部が牛乳の無料配布を実施し、牛乳の消費を訴えました。カレーは250食以上を用意しましたが、順調に売れて完売。牛乳も用意していた150本がすぐになくなりました。また、ブースにはグリーンズ北見の「ぎーたん」が登場し、北見玉ねぎをPR。多くの子どもたちが可愛い着ぐるみに大興奮でした。さらに青年部は連夜にわたって製作した氷のすべり台を開放。たくさん子どもたちが並び、大喜びで勢いよく滑っていました。終了後は参加した部員ですべり台を一斉に滑り、祭りを締めくくりました。



▲カレー販売の様子



▲参加部員の一斉すべり台



家族でおいしく楽しもう

# 冬のあったかミルク鍋

牛乳はネがキー

寒さが続く時期に家族でおいしく楽しめる  
ミルク鍋レシピをご紹介します。

出典  
「ミルクWEBサイト  
「ミルクレシピ」



家族全員で楽しめる!

## 豆腐ともやしの まるやか ミルクたんたん鍋

材料(2人分)

豚ひき肉	150g
木綿豆腐	1丁(300g)
もやし	1袋
ニラ	30g

豆板醤(とうばんじゃん)	適量
A ニンニク	1片
ショウガ	1片
長ネギ(白い部分)	1/2本

ごま油	小さじ2
甜麺醬(てんめんじゃん)	小さじ2
しょうゆ	小さじ2

水	100ml
牛乳	300ml
鶏ガラスープの素(顆粒)	大さじ1/2

みそ	10g
塩	小さじ1/8
すりごま(白)	大さじ1

作り方

1 下準備をする。木綿豆腐は食べやすい大きさに切る。もやしは洗ってひげ根を取る。ニラは4cmの長さに切る。Aのニンニク、ショウガ、長ネギはみじん切りにする。

2 肉みそを作る。フライパンにごま油を弱火で熱し、Aを入れて香りが立つまで炒める。端に寄せて中火にし、豚ひき肉を入れる。肉の色が変わったら、炒めたAと合わせて甜麺醬、しょうゆを加え、全体がなじむまで炒める。

3 深さのある鍋か土鍋に、水、鶏ガラスープのもと(顆粒)を入れて沸騰させ、もやしを入れてふたをし、1分30秒ほど蒸す。

4 ふたを取り、牛乳、塩、すりごま(白)を加え、みそを少しずつ溶かしながら入れる。木綿豆腐、ニラを彩り良く並べて中火にかけ、豆腐が温まり牛乳が沸騰する直前を目安に火を止める。

5 鍋の空いている所に(2)の肉みそをのせる。

おもてなしにも♪

## とろ〜りチーズの 洋風ミルク鍋

作り方

1 下準備をする。カマンベールチーズは表面に放射状に軽く切り込みを入れる。ハクサイは葉と芯に分け、それぞれざく切り、ニンジンも皮ごとピーラーなどで薄くむき、くるくると巻く。エノキタケは根元を切り落とし、手でほぐす。長ネギは5cmの長さに切る。トウモロコシは根元を切る。ニンニクは表面に竹串で穴を開ける。エビは殻をむき、背ワタを取り除く。ゆでだこはぶつ切りにする。

2 鍋にAを中火で沸かし、エビ、ゆでだこを入れてさっと火を通す。取り出して粗熱が取れたらそれぞれ串に刺す。

3 豚ロース薄切り肉1枚を広げ、ハクサイの葉を適量巻く。豚肉とハクサイの葉がなくなるまで作る。ファルファッレを袋の表示時間通りにゆでる。

4 (2)とは別の鍋の底にハクサイの芯を並べ、中央にカマンベールチーズを置く。周りに(3)のハクサイの豚巻き、巻いたニンジン、長ネギ(白い部分)を立ててバランス良く詰め、空いた隙間にエノキタケ、トウモロコシ、ニンニクを詰める。

5 (4)にBを加え、中火で加熱する。全ての具材に火が通ったらファルファッレをのせ、エビとゆでだこの串は食べる直前に溶けたチーズに絡ませていただく。

材料(2人分)

カマンベールチーズ	1個
豚ロース薄切り肉	150g
エビ(殻付き)	6尾
ゆでだこ	100g
ハクサイ	1/8個

水	500ml
A 酒	大さじ1
うま味調味料	少々

ニンジン	縦1/2本
エノキタケ	1/2袋(100g)
長ネギ(白い部分)	1/2本
ニンニク	3片
トウモロコシ	少々
ファルファッレ(リボン形の pasta)	50g

B 牛乳	500ml
水	200ml
白ワイン	50ml
コンソメ(顆粒)	大さじ2

心も体もぽっかぽか♪

## たっぷり キャベツと 鶏肉の レモンミルク鍋



材料(2人分)

鶏モモ肉	300g
ウインナー	6本
キャベツ	1/4個
ニンジン	1/2本
レモン	1/2個
牛乳	300ml

水	400ml
A コンソメ(顆粒)	小さじ2
塩	小さじ1
粗びき黒こしょう	少々

作り方

1 下準備をする。鶏モモ肉は食べやすい大きさに切る。ウインナーは斜めに3カ所切り込みを入れる。キャベツはざく切り、ニンジンはちょうちん切りにする。レモンは皮ごと薄く輪切りにする。

2 鍋にAを入れて中火にかけ、沸騰したらキャベツ、ニンジン、鶏モモ肉、ウインナーを加える。ふたをして7、8分煮る。

3 牛乳を加え、ふたをせず沸騰しないように弱火で2、3分煮る。薄切りにしたレモンをのせる。

POINT お好みのハーブやトマト、粒マスタードなど(材料外)を添えると味の変化を楽しめる。

旬の食材のおいしさを  
牛乳が引き立てます

## ハクサイと サケのミルク鍋



作り方

1 ハクサイを芯と葉の部分に分けて、芯は千切り、葉はざく切りにする。

2 塩ザケは湯にくぐらせ、氷水にサッと漬けて引き上げておく。漬けた材料を混ぜ合わせておく。

3 (1)と(2)の塩ザケ、5cmの長さに切ったニラを土鍋に入れて、牛乳と昆布だしを加える。火を通しながら、漬けだれに付けて食べる。

材料(作りやすい量)

ハクサイ(上部)	3/4個
塩ザケ(切り身・甘口)	3切れ(240g)
ニラ	1わ
牛乳	600ml
昆布だし	200ml

漬けだれ	
ポン酢しょうゆ	80ml
卵黄	2個分
細ネギ	適宜
青のり	適宜
七味唐辛子	適宜



# J A トピックス

## 地場産もち米で鏡餅1市2町へ贈呈

～令和5年の作柄を報告～

当JAときたみらいもち米振興会は12月26日、当JA管内の北見市、訓子府町、置戸町の1市2町を訪れ、例年実施している地場産もち米で作った鏡餅を贈呈しました。

鏡餅は当JAで生産された令和5年産の「きたゆきもち」を使用し、二段重ねで重量約6kgになります。当日訪れた当JA役員と同振興会により、各行政の首長へ手渡されました。



▲贈呈の様子（前列左から畑中会長、伊田彰訓子府町長、大坪組合長）訓子府町にて

同振興会の畑中利男会長は「今年は7月からの高温多照の影響によって生育が一気に進んで心配されたが、収量は平年並み、品質も良かった。鏡餅として今年も届けることができてホッとしている」と話しました。

当JAの大坪広則組合長は「今年も各作物が異常気象の影響を受けたが、なんとか1年を終えることができたのは、生産者の努力と関係機関のおかげ」と感謝を伝えました。贈呈後、鏡餅は各行政の玄関口に飾られました。



▲歓談の様子（置戸町にて）

## JA女性部で役員研修を実施

～農作物の流通など学ぶ～

ホクレン業務について学んだほか、札幌市中央卸売市場で農作物の流通について学びました。

役員研修に参加し、当JA女性部の宮下部長は「女性部として札幌を訪れ、様々な視察をすることで良い刺激となった。今後の女性部活動の参考にし、より活発な組織活動につなげていければ」と感想を話しました。



▲きたひとネットフォーラム会場前で記念撮影



▲市場見学の様子

## 北見玉ねぎの認知度アップに向け グリーンズ北見と意見交換

～JAきたみらい青年部本部～

JAきたみらい青年部本部は1月16日、異業種交流事業として、地域の玉ねぎをはじめとした農産物の加工、販売を行う株式会社グリーンズ北見を訪れ、意見交換会を行いました。

役員8人が参加し、はじめに会社概要や商品の説明を受けた後、工場内にてむぎ玉やオニオンソテーの製造、立体倉庫などを見学。その後、「北見玉ねぎの認知度アップ」をテーマに意見交換が行われました。

参加した昆野部長は「今後の青年部活動にも繋がる貴重な意見交換の場となった。北見玉ねぎの認知度アップという共通の目標に向かって、協力して取り組んでいきたい」と話しました。



▲意見交換の様子



▲立体倉庫を見学

## 可変施肥実証試験報告会

～きたみらいスマート農業推進協議会～

きたみらいスマート農業推進協議会は1月29日、当JAセンター事務所にて可変施肥実証試験の報告会を開催しました。

同協議会は昨今の肥料価格情勢の影響やみどりの食料システム戦略の化学肥料使用量30%低減などを背景に、可変施肥技術の普及や新たな技術、知見探求を目的とした実証試験をホクレン訓子府実証農場と共同で実施しています。

当日は当JA企画振興グループの鈴木主査が試験の概要や結果をまとめ、網走農業改良普及センターの藤本普及員が気象経過や試験

圃場の生育について説明しました。

令和5年度はスペースアグリ株式会社など3社のセンシングデータから衛星データを選択して基肥や追肥の施肥量を決定し、生育の均一化による玉揃いや規格率の向上、効率的な肥料散布による効果の検証を行いました。来年度はブロードキャストの性能に応じた衛星リモセンの選択や生産者の経験ではなく、システムを活用した規格の均一化を目指し、試験に取り組みます。



▲質疑応答に回答する生産者



▲報告会の様子

# みらいプロジェクトチャンネル

## リジェネレイティブ農業について感じたこと④ vol.32

北海道大学大学院農学研究院 小林 国之

やり方によっては、肥料や農薬などの投入材を節減しつつ、慣行農法と同程度の収量を上げることができるリジェネレイティブ農業。誰もがこうした農業に取り組めばよいのに、と思うが前回もお伝えしたように、こうしたやり方をしている農家は少数派である。広まらない要因の一つは外的要因である。アメリカ農業において、農地の確保は経営を左右する重要な課題だ。そうした中で、地主の意向というものが強く影響する。自分の農地をリースするとして、その際に、どのような農業のやり方をするのか、ということ地主は借主への条件とする。その際に、リジェネレイティブ農業のやり方に理解を示してくれる地主かどうか影響する。

A農場の経営面積は400haだが、その多くが借地である。借地の6割程度は友人や親戚などで数世代にわたって借地契約を続けている土地であるが、それ以外については短期の借地契約となっている。3~5年で契約が変わるようなことも多く、経営面積は年ごとに100haくらいは増減するという。実際に来年は80ha程度面積が減る。

賃貸の期間や所有者の意向によって、カバークロープを作付けできるかどうかは変わってくる。地権者ごとに、「慣行農法でやってほしい」とか「なんでもいいよ」などの意向がある。今の地権者のうち、リジェネレイティブ農業に理解を示して積極的にA農場に土地を貸してくれているのは3人で、面積は合計で80ha程度である。

つまり、「農業とはこういうものだ」という今の農業の「常識」が、新しいことをやろうとする取り組みに対して、外的な制約要因となっていることを意味している。

そのような中でリジェネレイティブに取り組むためには、妥協点を見出しながら、少しずつ周りの理解も得るといふ工夫が必要だ。こんな話を聞いた。以前、カバークロープを植えていたフィールドをみて、何をやっているのか知らない近所の人地権者のところに行って「畑を雑草まみれにしている」と報告した。それによって、実際にいくつかの借地契約を失ったことがある。そこで、カバークロープにひまわりを入れた。すると見た目が綺麗なため苦情は無くなったという。「ひまわりは雑草ではない」「きっと何かしているんだろう」と周りの人が思うようになった。それ以来、所有地でないところにカバークロープを植える場合には必ずひまわりを入れるようにしているという。

A農場の知り合いの農家では、カバークロープにひまわりをたくさん植えている人がいて、写真を撮る人が多くて交通に支障が出ていた。そこで、その人はプロの写真家にその畑での写真の撮影権を販売して、そこで撮影をしてもらう、ということでお金を取っている人もいる。「これ

がカバークロープでお金を儲けるもう一つの方法だ」と冗談交じりに話してくれた。

周りとは違うことをやることに伴う困難は、きっと話してくれた以上だろう。だが、その苦労さえも楽しみながら乗り越えている。こうした「農業をやることの楽しさ」というのが、リジェネレイティブ農業に取り組む際の重要なキーワードのような気がした。もうひとつ、経営内の要因については次回紹介しよう。



ほのぼの  
広場

## きたみらい 青年部



- 就農したきっかけ  
短大を卒業後、親の助けになりたいと思い就農しました。
- 営農について  
畑野複合で営農しています。品目が多いので、畑を回して輪作体系を維持するように意識しています。
- 最近のニュース  
昨年9月に子どもが生まれ、4か月になりました。最近おもちゃ遊びをするようになり、一緒に遊ぶのが毎日の楽しみです。
- 青年部の思い出や魅力  
部員や職員と交流できることが魅力です。昨年は本部、支部両方でスポーツ交流会があり、コロナ禍も落ち着いたため、職員や技能実習生とも交流することができました。結果も良好だったので、今年も優勝めざして頑張りたいです。

### 子どもと遊んだり、 部員・職員との 交流が楽しみ

留辺薬地区・大富  
りょうた  
茂住 竜太さん(26歳)

今回は青年部西支部の茂住竜太さんに登場いただきました。

## 記念の一枚



▲全国大会会場、看板前での記念写真  
(写真左から大誠さん、沙倅さん)

### 姉弟で卓球の 全国大会に出場!!

留辺薬地区・花園  
さゆき  
田宮 沙倅さん(14歳)  
たいせい  
大誠さん(11歳)

1月20日、21日に名古屋で行われた卓球の全国大会「第53回後藤杯卓球選手権大会」に姉弟が揃って出場しました。この大会は、都道府県ごとの大会でランキング上位に入賞した選手が出場できるもので、2人は昨年9月に行われた「北海道卓球選手権大会」でそれぞれシングル6位の成績を残し出場ができませんでした。

沙倅さんは「たくさんの方が支えてくれたおかげで全国大会に出場が決まり、うれしかったです。試合中はすごく緊張してしまい悔しい場面もありましたが、次を目指したいです」と振り返りました。2人は所属している「瑞穂卓球少年団」で週6日、地域の卓球経験者やクラブのOBから指導を受けています。大誠さんは「今回決勝戦まで進めたのは日ごろの成果が発揮できたからだと思います。もっと勝っていけるようにこれからも頑張りたいです」と話しました。

# INFORMATION

## アメリカマツジエネラティブ農業など学ぶ

JAきたみらい青年部 アメリカ農業視察研修

JAきたみらい青年部は11月18日～25日の行程でアメリカ視察研修を行い、部員11人が参加しました。紙面の都合上、視察先を抜粋して報告します。

### フルベリーファーム

従業員約80人を雇い、80種類以上の野菜や果樹の作付け、家畜の飼養を行う家族経営の農場です。農業実習生の受け入れや、機械修理が迅速に行えるよう技術者の雇用も行ってあり、自社内にレストランや選果・貯蔵施設も備えられています。経営では消費者が農家と契約し、農作物の定期購入を行う「CSA（地域支援型農業）」や、ファーマーズマーケットへの出店など消費者とのつながりを大切にしており、付加価値の高い作物の生産を行っていました。



①

作物の生産においてはカバークロープ等による土づくりを実践しており、カバークロープは雨季の土壌流出や暑い時期に土壌が高温になるのを防ぎ、微生物の活性を維持する効果が期待できると説明を受けました。

### ロデル研究所 (カリフォルニア)

助成金を資金として持続可能な農業の研究を行っている機関です。研究事例として、路地いちご栽培において、プラスチック製マルチに代わるカバークロープを用いた栽培方法の試験の説明を受けました。現状では、いちごは湿った土に付着すると



②

腐りやすいため、カバークロープではなかなか良い結果は得られていないようです。しかし、作物によってはカバークロープを用いた場合、使わないで栽培した場合と比較して2倍の収量になったという研究結果が得られたそうです。

カバークロープはローラー・クリンパーという機械で倒して枯らし、草のマルチとして土壌の保水性や雑草抑制の効果が期待できますが、生命力が強いものだと根から再び生えてきてしまったり、カバークロープ自体が茂って作物を覆い、生育を阻害するといった課題もあるとのことでした。

アメリカでは、すでにトウモロコシや大豆の栽培でカバークロープを用いた栽培方法が確立されていますが、野菜等でも同様にできないか研究が進められています。



③

### 研修を終えて

実施に当たり、JAきたみらいをはじめ、関係機関皆様の多大なるご支援を賜り、アメリカ農業に触れる貴重な機会を与えて頂いたことに、深く感謝申し上げます。

カリフォルニアの農業を視察し、オーガニック栽培や不耕起栽培、カバークロープなど気候変動に負けない土壌づくりや、市場のニーズに合わせて積極的にチャレンジしている農家が多く、刺激を受けました。また、海外という新鮮な環境の中で過ごすことで、普段とはひと味違った仲間との交流も図ることができました。

この研修で共に過ごした仲間を大切に、研修で得た知識や経験を様々な場面で生かし、きたみらい地域の農業の発展に寄与できるよう、将来の担い手として日々努力して参ります。

団長 昆野 将之

### 写真説明

- ①ファーマーズマーケットの商品を観察
- ②カートで移動しながら畑を見学(フルベリーファーム)
- ③カバークロープや作物の状態を確認(ロデル研究所)
- ④フィッシャーメンズワフ 特大クリスマスツリー前にて



④

## 訓子府町種子馬鈴薯耕作組合 オーストラリア視察研修

訓子府町種子馬鈴薯耕作組合は、設立30周年記念事業の一環として、昨年11月26日～12月3日まで、オーストラリア視察研修を実施しました。本視察は今後、全道的に減少が見込まれている種馬鈴しょの有効活用について、オーストラリアタスマニア州における馬鈴しょのサブライチエーションを学ぶことを目的として行われました。視察はオーストラリア南東海上に位置するタスマニア島を中心に実施され、種馬鈴しょは標高が300m以上の地域で7～8年間隔で輪作されているとのことでした。冷涼な気候から病害虫も少ないとのこと、アブラムシが存在しないなど生態系も北海道とは大きく違うことに参加者はとても驚いていました。また、タスマニアに5社ある種馬鈴しょ管理会社のうち一番大きな会社「CHERRY HILL」への訪問では種馬鈴しょのプレカット(事前切断)処理の紹介を受け、生産体系や供給体制について説明を受けました。

スコット氏▶



同行した農業コンサルタントのスコット・スミス氏は「十勝に何度か訪れたことがあるが規模も天候も厳しい条件の中で営農していたことをよく覚えている。今度は訓子府に行ってみよう」と話し、来日した際の焼き肉の約束をして帰国の途に就きました。



▲タスマニアの馬鈴しょチームの皆さんとの集合写真



▲プレカットされた種馬鈴しょを見学(CHERRY HILL)

## たくさん笑って交流深め

JAきたみらい女性部 部員交流研修会

JAきたみらい女性部(宮下美由紀部長)は11月29日、北見市民会館と当JAセンター事務所にて部員交流研修会を開催。組織間での交流を目的に参加呼びかけをしているフレミズ会員4人を加え、91人が参加しました。

同研修会は平成18年から隔年で開催されており、今回で9回目。開会にあたり宮下部長は「数年に渡る新型コロナウイルス感染症の影響も少しずつ薄れてきて、組織活動が従来の活気を取り戻しつつある。参加者の皆さんには、たくさん楽しんで交流して、有意義な1日としてもらいたい」と挨拶し、来賓の当JA齊藤和雄代表理事専務から日頃の女性部活動に対しての激励と祝辞を述べました。



開会挨拶する宮下部長▶



▲軽快なトークで盛り上げる米津氏

動する米津さち子氏が「笑顔が増えるユーモアコミュニケーション」と題し講演。割りばしを使った笑顔のトレーニングや軽快なトークなどで会場を盛り上げ、笑いの渦に巻き込まれました。



▲フラワーランタンづくりの様子

# INFORMATION

## 「第1回全国ジャガイモ選手権」で入賞!

訓子府町馬鈴薯耕作組合特別栽培部会は、昨年11月15日に東京都で開催された日本野菜ソムリエ協会主催の「第1回全国ジャガイモ選手権」で入賞しました。同部会は農薬、化学肥料を抑えて育てている男爵いも（特別栽培農産物）を出品し、バランスの良い食味が評価されました。「安全安心美味しいジャガイモ」を目標に掲げ、訓子府町内23戸の生産者で育てています。入賞した同部会の水留部会長は「ジャガイモを品評していただく機会があまりなく、その中でも入賞という評価をいただき大変うれしく思います。美味しさをアピールできるきっかけになれば」と話してくれました。



▲「第1回全国ジャガイモ選手権」で入賞された水留部会長

## フレミズ作文で 優秀賞を受賞

～フレミズ部会北海道交流集会～

JA北海道女性協議会は1月23日から24日の2日間、札幌市でフレッシュミズ部会北海道交流集会を開催し、フレッシュミズ作文コンクールの北海道予選が行われました。北海道予選には道南、空知、オホーツク管内からそれぞれ1人が選出され、フレッシュミズ活動に関する作文を発表しました。オホーツク管内からは当JAフレッシュミズの有馬芳枝会長が参加。「フレミズへの感謝と、変わりゆく組織の形に思うこと」と題し、フレッシュミズでの充実した活動を通して感じた気持ちなど実体験を話し、優秀賞を受賞しました。



▲フレミズ作文を発表する有馬会長

## 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

JAきたみらい青年部・女性部・フレッシュミズは、12月12日から14日の3日間、三組織合同視察研修を東京都など関東方面にて実施し、三組織の本部役員9名が参加しましたのでご報告いたします。

初日は東京都中央卸売市場・大田市場を視察。40万平方メートルの広大な敷地の周辺には羽田空港やJR貨物基地、首都高速湾岸線などが通り、物流の拠点として絶好の環境下の中、特に青果部と花き部で日本の取扱い規模を誇っています。この日はきたみらい産玉ねぎの現物を確認することができ、本年産の玉ねぎについて意見交換を行いました。続いて東京農業大学の世田谷キャンパスへ移動。例年、北見市役所を通じて東京農業大学の学生をきたみらいの生産者が受け入れ、農業体験や経営を学ぶ場を提供しています。本研修で訪問した国際食糧情報学部アグリビジネス学科は令和5年に新たに設立された学科で、人工知能を農業に生かせるような研究を行っています。

2日目は味の素冷凍食品株式会社埼玉工場へ。埼玉工場では1日18トンの袋製品と1日13トンのトレー製品を製造しており、使用されている玉ねぎの半分は道産で、道産の9割以上はきたみらい産の玉ねぎです。工場内を見学すると、衛生面や品質管理が徹底され、多くのハンバーグ製品を効率よく製造できるような工夫を間近で確認しました。



写真説明  
①太田市場にてきたみらい産玉ねぎを手取る参加者  
②東京農業大学にて  
③ハンバーグ製品工場の見学前  
④気象庁見学の様子

## 視察研修を終えて

本研修は青年部・女性部・フレッシュミズ本部役員の見聞を深めるだけでなく、組織間交流として大きな役割を果たすものだと感じています。これを機により一層、三組織の協力を深めて三組織事業を盛り上げたいと考えています。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。3日間という短い期間ではありましたが、関係各所のご高配により早く研修を受け入れ、本事業を実施していただいたことに感謝いたします。この視察研修では各組織とのつながりが深くなり、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 大関 涼雅

3日目は気象庁へ。観測データの情報収集や天気予報を作成し、全国各地の地方気象台に今後の天気を指示する気象防災オペレーションルームと地震や火山を監視し、精密な解析や震源を特定する地震火山オペレーションルームを見学しました。

## 端野町剣道連盟3人が入賞

第27回全道農民交流剣道大会

剣道を愛好する道内の生産者やJAなど農業関連機関の関係者らが集い、日ごろの鍛錬の成果を競うとともに親交を深める「第27回ホクレン旗争奪全道農民交流剣道大会」が昨年11月19日に北見市端野町で開催されました。同大会は1993年から毎年開かれてきましたが、新型コロナウイルス感染症の影響で4年ぶりの開催となりました。

大会当日は個人戦6部門と3人1組の団体戦が行われ、全道20団体、74人の参加者が気迫のこもった好試合を繰り広げました。前日の18日には恒例となっている稽古会と農業情報交換会が開かれ、農民剣士らは農業や剣道について交流を深めました。

▽60歳以上の部 山内幹司さん  
▽49歳以下の部 水口靖一さん  
▽39歳以下の部 嶺将太さん

木村則夫大会長（端野町剣道連盟会長）は「4年ぶりの開催は感無量。関係する皆さんに感謝したい。農業にとって厳しい年となったが、親睦と交流で明日への英気を養ってほしい」と話しました。



▲参加した端野町剣道連盟の皆さん

# INFORMATION

## 労働保険事務組合からのお知らせ

### 農作業中の事故に備えませんか? ~ 労災保険 ~

例年、当JA管内では農作業事故が多発しており、特に機械等を使用する作業時には大きな事故につながります。組合員の方には安全作業の徹底を図ってもらうとともに、万が一の際には負担を最小限に抑えるため、労災保険への加入をお勧めします。

#### 労災保険とは

業務上の原因によりケガや疾病にあわれた労働者や遺族に対して、必要な保険給付を行い、金銭的な援護を図る国の制度ですが、農業者の方も一定の要件のもとに特別加入という形で加入することができます。

#### ○ “事業主と家族” の労災保険について

##### 1) 特定農作業従事者

当JA管内では、多くの組合員の方が加入しています。

労災の対象となる農作業は以下①~⑤の通りです。

- ①動力により駆動する機械を使用して行う作業
- ②高さが2m以上の箇所での作業
- ③牛など家畜に接触し、または接触するおそれのある作業
- ④酸素欠乏危険場所での作業
- ⑤農薬の散布作業

##### 2) 中小事業主等

常時300人以下の労働者を使用する事業主、もしくは1年間に100日以上労働者を使用することが見込まれる場合に加入できます。

労働者に対して決められた所定労働時間内、労働者の時間外や休日労働に依りてする農作業時（準備、後始末作業含む）等が対象となります。

#### ○ “雇用労働者” の一般労災保険について（出向・パート・アルバイトなど）

事故が発生した場合は事業主が補償しなければなりませんので、一般の労災保険加入が必要です。保険料は業種により異なりますが、農業の場合は支払賃金×0.013\*が目安となります。

※労災保険率（0.013）は令和5年度時点のものになります

#### ○ 保険料の徴収

労災保険料の支払いは提出された加入申出書等をもとに計算して通知書を発行、7月上旬にクミカン等より手数料を含め徴収させていただきます。（保険料は4月1日~3月31日の1年です）

\* 加入を希望する方もしくは不明点等ある方は、下記までご連絡ください。

お問合せ：営農振興部担い手グループ TEL.0157-24-2145

### 第14回JAみらいサミット開催

第14回「全国JA名称みらい冠名交流会議」（通称=JAみらいサミット）が12月上旬の2日間、鹿児島市で開催されました。4年振りの実開催で「みらい（未来）」の付く全国の9JAから、役員ら40人が参加しました。持続可能な経営基盤と安定的な事業利益を確保するため、相互の取り組み、課題などの共有を目的に開催しています。JAみらいサミット協定書と災害時における相互支援に関する協定書が承認され、各JAの代表者が「自己改革実践サイクルの進捗状況」をテーマに討議を行いました。次年度は山梨県で開催予定です。



▲9JAみらい代表者集合写真（中央：大坪組長）

### JA三組織 常勤役員と活発な意見交換行う

JAきたみらい三組織（青年部・女性部・フレッシュミズ）は1月16日、JA常勤役員との意見交換会を行いました。

当日は三組織の本部三役と常勤役員など合わせて19人が参加し、地区事務所再編や参与制のあり方、きたみらい加工品についてなど活発に意見交換がなされ、最後に参加者で昼食をとりながら交流し、有意義な意見交換会となりました。



▲意見交換会の様子

JAきたみらい JAきたみらい住宅ローン

キャンペーン期間 2024.2月1日 - 2024.7月31日

とくとく キャンペーン

※一部の特典は実質0%です。1年目から3年目は年率0.3%引下げ（令和6年12月までの期間実行）

当初固定特約 固定金利 基準金利 年2.78%	当初固定特約 固定金利 基準金利 年3.13%	当初固定特約 固定金利 基準金利 年3.23%
1~3年目は 0.63%	1~3年目は 0.93%	1~3年目は 1.03%

さらに! 店頭基準金利より1.3%引下げさせていただきます!

借換え・リフォームの方もご相談お待ちしております!

当初固定期間は特別金利を適用致します!

固定金利をご希望の方は、全期間固定金利型もご用意しております。

当初3年	年0.93%	4~10年目	年1.63%	11年目以降	年2.23%
------	--------	--------	--------	--------	--------

詳しくは、お気軽にJA窓口までお問い合わせ下さい。

<b>本店</b> 北見市中央1丁目1番1号 ☎(0157)24-4389	<b>留辺蘂支店</b> 北見市留辺蘂町50番地 ☎(0157)42-2212	<b>訓子府支店</b> 北見市訓子府町25番地 ☎(0157)47-4825	<b>上常呂支店</b> 北見市上常呂180番地 ☎(0157)38-2122
<b>温根湯支店</b> 北見市温根湯157番地 ☎(0157)45-2070	<b>置戸支店</b> 常呂郡置戸町字置戸46番地 ☎(0157)57-7070	<b>相内支店</b> 北見市相内町19番地 ☎(0157)37-2022	<b>端野支店</b> 北見市端野町三区483番地17 ☎(0157)56-3114

JAきたみらい

キャンペーン期間 2024.2/1 - 2024.7/31

JAマイカーローン キャンペーン

自動車の購入はもちろん、免許の取得費用にも!

5年以内の場合 固定金利型 2.4%

10年以内の場合 固定金利型 2.9%

最大優遇 1.9%

最大優遇 2.4%

JAマイカーローン申込概要

50万円以上借入ご契約の方に「給油利用券」2000円をプレゼントします!

詳しくは、お気軽にJA窓口までお問い合わせ下さい。

<b>本店</b> 北見市中央1丁目1番1号 ☎(0157)24-4389	<b>留辺蘂支店</b> 北見市留辺蘂町50番地 ☎(0157)42-2212	<b>訓子府支店</b> 北見市訓子府町25番地 ☎(0157)47-4825	<b>上常呂支店</b> 北見市上常呂180番地 ☎(0157)38-2122
<b>温根湯支店</b> 北見市温根湯157番地 ☎(0157)45-2070	<b>置戸支店</b> 常呂郡置戸町字置戸46番地 ☎(0157)57-7070	<b>相内支店</b> 北見市相内町19番地 ☎(0157)37-2022	<b>端野支店</b> 北見市端野町三区483番地17 ☎(0157)56-3114

# INFORMATION

## 第12回 理事会報告

1月26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14件、決議事項21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（経営統制・無通告・コンプラ倫理）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令和5年度クミカン精算状況について
- ⑤人事の発令について
- ⑥令和5年高温環境が作物に与えた影響・被害分析について
- ⑦令和5年度の対策農家収支実績報告について
- ⑧令和6年度オープンイノベーション研究・実用化推進事業参加申請について
- ⑨作物別栽培マニュアル及び職員向けバイブル完成報告について
- ⑩令和4年産・5年産もち米の精算について
- ⑪令和4年産大豆の精算について
- ⑫生乳生産状況及び個体取引価格状況について
- ⑬令和6年度生産目標数量の設定について
- ⑭吉野英之氏の宇都宮賞受賞報告について

### 【決議事項】

- ①令和6年度監査計画書（案）（内部監査）について
- ②出資減口について
- ③規程類の新設・改正について
- ④減損会計による減損額について
- ⑤令和6年度借入金の最高限度について
- ⑥令和6年度理事に対する資金の貸付（貯金・共済担保）について
- ⑦令和6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
- ⑧令和6年度1億円を超える信用の供与等の設定について
- ⑨令和6年度理事に対するクミカン貸越極度額の設定について
- ⑩「経営者保証に関するガイドライン」にかかる当組合の取組方針（案）について
- ⑪組合員・利用者本位の業務運営に関する取組方針（案）について
- ⑫令和6年度不良債権処理方針（案）について
- ⑬期末手当の支給について
- ⑭令和7年度職員採用計画について
- ⑮目的積立金の取崩しについて
- ⑯融雪剤散布コントラ事業の拡張実施について
- ⑰土地改良事業における特別賦課金の新階層区分の設定について
- ⑱令和6年度畜産振興対策事業について
- ⑲令和5年度秋期地区別懇談会Q&Aについて
- ⑳令和6年度事業収支計画（案）について
- ㉑冬期地区別懇談会提出資料について

## 第11回 理事会報告

12月22日、午前9時30分より第11回定例理事会が開催され、報告事項23件、決議事項6件が協議され、原案通り承認されました。

### 【報告事項】

- ①食の安心・安全監査実施報告書について
- ②内部監査（営農・経営・販売・畜産部門）報告について
- ③合併20周年事業報告について
- ④組合員状況報告について
- ⑤財務状況報告について
- ⑥不祥事ゼロ運動における現金・棚卸資産管理の自主点検結果報告について
- ⑦理事に対する転貸リース取引に係る報告について
- ⑧マネー・ローダリング及びテロ資金供与対策に関するアンケートについて
- ⑨人事の発令について
- ⑩令和5年度秋期地区別懇談会の実施報告について
- ⑪対策農家の収支見込と精算対応（予定）について
- ⑫JAきたみらい局地的農地被害復旧事業の見込について
- ⑬令和5年7月11日～8月27日降雹・集中豪雨に係る災害対策実績について
- ⑭R5年各種補助事業（国費・道費）実績について
- ⑮R4年産でん原馬鈴しょの精算について
- ⑯R5年産玉ねぎ・馬鈴しょの選果販売状況について
- ⑰R4年・R5年産小麦の精算について
- ⑱R5年産もち米の精算について
- ⑲R5年産米麦乾燥調製料について
- ⑳玉ねぎ・馬鈴しょ各種共計費用の見通しについて
- ㉑JAコンテナの収支状況について
- ㉒生乳生産状況及び個体取引価格状況について
- ㉓酪農家の新型コロナ・資材高騰による影響額について

### 【決議事項】

- ①出資減口について
- ②規程類の改正について
- ③令和6年度冬期地区別懇談会の日程（案）について
- ④第21回通常総代会の日程（案）について
- ⑤北海道報徳（善行賞）受賞候補者の推薦について
- ⑥令和6年度事業計画基本方針（案）について

## 退職のお知らせ

職員が退職しましたのでお知らせ致します。在職中は、組合員皆様を始め、地域皆様のご厚情をいただき誠にありがとうございました。



しば た はじめ  
**柴田 基**  
（経営支援部技術開発グループ）  
H20.04 入組  
H20.05 上常呂支所営農販売課営農販売係  
H21.06 販売企画部組織振興南グループ  
H24.05 購買部資材西エリア 主任  
H27.02 購買部温根湯戸資材店舗 主任  
H28.04 購買部生産資材拠点店舗 主任  
R02.04 販売企画部組織振興東グループ 主査  
R03.04 購買部生産資材グループ 主査  
R05.04 経営支援部技術開発グループ 主査  
令和5年11月30日付 退職  
■在職期間 15年8か月



い たに しんたろう  
**井谷 進太郎**  
（販売企画部組織振興南グループ）  
R02.04 入組  
R02.04 販売企画部組織振興南グループ  
令和5年12月1日付 退職  
■在職期間 3年8か月



なが の  
**長野 えれな**  
（営農振興部担い手グループ）  
R03.04 入組  
R03.04 営農振興部担い手グループ  
令和5年12月31日付 退職  
■在職期間 2年9か月

## JA北海道厚生連 遠軽厚生病院からののお知らせ

『皆さまから最も信頼され、選ばれる病院』を目指します



# マンモグラフィ装置 更新いたしました

2023年11月7日から最新装置での乳がん検診を開始いたしました。

最新装置の特徴は

- ① 圧迫による**痛み軽減機能付**
- ② 圧倒的に画質がきれいなことです。

**痛み軽減機能**とは、一度強く圧迫して、その後に減圧して、痛みを軽減する機能です。



また、一緒に乳腺エコー検査を受けると発見率が上昇すると言われています。

当院の人間ドックと一緒に申込みいただくと1日で検査ができます。

最新装置での検診をぜひお試しください。

<ご予約、お問い合わせ>  
遠軽厚生病院 健康推進課予約係  
Tel.0158-42-4101 内線2260



※人間ドックの予約はこちら→

### 人間ドックオプション料金

- ・マンモグラフィ1方向 4,950円（税込）
- ・マンモグラフィ2方向 6,050円（税込）
- ・乳腺エコー検査 3,300円（税込） ※1日最大8名

お持ちの健康保険や町村の助成に該当する場合があります。

# 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「ハ、ツ、ヒ、ノ、デ」でした。正解者33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

- ・花岡 英治さま (訓子府) ・熊野 智文さま (上常呂)
- ・上原由紀子さま (訓子府) ・杉山さち子さま (北見)
- ・諸橋 陽子さま (訓子府) ・永江美貴子さま (温根湯)

以上の方々には、JAきたみらいの「オリジナル商品詰め合わせセット」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「玉ねぎと牛すじのカレー」と「玉ねぎと鶏もも肉の黒カレー」をプレゼント致します。

**あ** けましておめでとうございます。新年そうそう災害に事故に幸先悪いですが、一步一步前向いてファイト~なのだ!! (上常呂地区 熊野 智文さん)

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いたします。

新年から悪いニュースが重なりましたね…。特に地震については被害も大きく、衝撃の大きな出来事でした。ニュースを見ていて日頃からの備えが大事だと実感しました。

これからは良いことが立て続けに起きることを期待して、前向きに頑張っていきたいと思います!

**母** の認知症を疑い、「もの忘れ外来」を受診したが「年相応です」と言われた。それでも納得できず、地域包括支援センターに相談したところ、他の病院と連絡を付けてくださり、アルツハイマーと診断されました。センターに行くのは少し勇気がいりましたが、社会福祉士の方も気さくで聞き上手です。介護で不安な事がある方は相談に行く事をお薦めします。(匿名希望さん)

お母様の受診などお疲れ様でした。納得できる診断になりました。まずは一安心ですね。地域包括支援センターは高齢者についての相談窓口として、いろいろな困りごとに対応してくれる介護の心強い味方です。勇気を出して相談できたこと、素晴らしいと思います!

## VOICE 読者の声

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。



アボカドのプロフィール

- 【分類】クスノキ科ワニナシ属
- 【原産地】中南米地方
- 【おいしい時期(旬)】周年11~2月ごろ(国産)
- 【主な栄養成分】ビタミンE・C・K・B群、カリウム、葉酸、食物繊維、不飽和脂肪酸など

## アボカド

希少な国産にも注目! 栄養たっぷり「森のバター」

### 保存方法

**未熟な場合**  
15~20度程度の風通しが良い場所で過熟しないよう経過観察



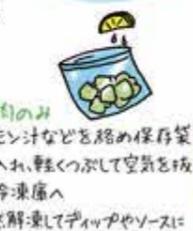
**注意**  
冷やし過ぎると低温障害で熟さない……夏場など高温下では傷みやすい

**15~20度**  
カットした場合はラップで包み、ポリ袋か保存袋に入れ、野菜室へ

**熟している場合**  
1つずつラップに包み、冷蔵庫の野菜室へ

**カットした場合**  
ラップで包み、ポリ袋か保存袋に入れ、野菜室へ。レモン汁や酢、オリーブ油を塗ると変色しにくい。すぐに使わない場合は冷蔵庫に入れ、自然解凍して使う

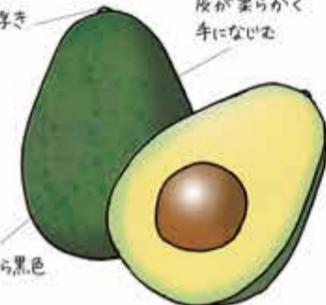
**果肉のみ**  
レモン汁などを絡め、保存袋に入れ、軽くつぶして空気を抜き、冷凍庫へ



### 選び方

へたが果実から浮き、簡単に取れる

皮が柔らかく手になじむ



深緑色から黒色

**過熟かも……**  
柔らか過ぎてへたの皮全体がポコポコと浮いている

**未熟かも……**  
鮮やかな緑色の堅く弾力を感じない。へたがしっかりと付いている

**すぐ食べる**  
黒っぽく完熟したもの

**数日後に食べる**  
少し緑がかったもの

### アボカドのいろいろ

国産に注目 和歌山県、愛知県、鹿児島県など

**ハズ**  
日本で出回る主流品種。果皮がザラザラで、ねっとりとした濃厚な味わい。しょうゆやマヨネーズ、オリーブ油などと相性◎

**パーゴン**  
クリーミーでこくと甘みがある。ディップやソースに

**リード**  
品種改良により寒さに強い。国内でも少量ながら栽培

**フェルテ**  
歯応えと甘みがある。カットしてサラダなどに

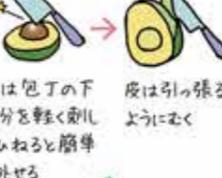
**ピンカートン**  
果皮は少し厚みがあり、ザラザラしている。濃厚な味わい

**ハズ**  
日本で出回る主流品種。果皮がザラザラで、ねっとりとした濃厚な味わい。しょうゆやマヨネーズ、オリーブ油などと相性◎

**パーゴン**  
クリーミーでこくと甘みがある。ディップやソースに

### 食べ方・楽しみ方

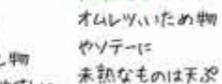
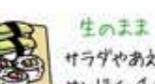
#### 切り方、皮のむき方



縦半分はナイフを刃先で沿って1周させる

逆方向にむねるときれいに半分になる

種は包丁の下部分を軽く刺してむねると簡単に外せる



**生のまま**  
サラダやお肉、サンドイッチやオムレツに

**加熱して**  
オムレツ、いため物やソテーに。未熟なものは天ぷらやフライに

**生クリームやマヨネーズと合わせ**  
ディップやソース、ムースに。パリンやケーキに



おひさまクラブ COOKING  
♡おいしいもの大好き!♡

カキの酒煎り



◆ 材料 (2人分) ◆

- カキむき身 .....200g (生食用)
- 日本酒 .....200ml
- 塩 .....小さじ1/2
- しょうゆ .....小さじ1/2
- ショウガスライス (皮付き) .....2枚
- 小口ネギ .....適宜
- 七味唐辛子 .....適宜

◆ 作り方 ◆

- ① カキはよく水洗いし汚れを落とし、水気を切っておく。
- ② 小鍋に日本酒を沸かしアルコールを飛ばし、ショウガ、塩、しょうゆ、カキを入れ、強火で2分ほど煎(い)り煮する。
- ③ 器にカキを盛り付け小口ネギをのせ、七味唐辛子を振り出来上がり。

カキのみぞ焼き



◆ 材料 (2人分) ◆

- カキむき身 .....200g
- だし昆布 .....1枚 (5×10cmほど)
- 田舎みそ .....大さじ2
- みりん .....大さじ1
- 小口ネギ .....適宜
- 七味唐辛子 .....適宜
- 日本酒 .....200ml+適宜
- 塩 .....小さじ1/2
- しょうゆ .....小さじ1/2
- ショウガスライス (皮付き) .....2枚

◆ 作り方 ◆

- ① カキはよく水洗いし汚れを落とし、水気を切っておく。
- ② 小鍋に日本酒を沸かしアルコールを飛ばし、ショウガ、塩、しょうゆ、カキを入れ、強火で2分ほど煎(い)り煮する。
- ③ だし昆布に日本酒を振りかけ、ふやかしてから布巾でよく拭いておく。
- ④ ポウルに田舎みそ、みりんを入れ混ぜ合わせ、③のだし昆布に塗る。
- ⑤ みそを塗った昆布に酒で煎ったカキを並べ、アルミホイルの上へのせ、オーブントースターで6分ほど焼き、みそを軽く焦がす。
- ⑥ 焼き上がったら器に盛り付け、小口ネギと七味唐辛子をかけ出来上がり。

✿ 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(ながいともかず)**

編集後記

・ 早いもので、2024年もすでに1か月が過ぎましたね。今年は元日から「令和6年能登半島地震」と航空機事故が立て続けに発生し、安全・安心のありがたみを感じました。これから徐々に作業が始まりますので、くれぐれも事故や怪我にはお気を付けください。被災された方々の一日でも早い復興をお祈り申し上げます。

・ 自宅の防災セットを確認したところ、賞味期限切れの食品と劣化した電池が出てきました。思えば3年程しまいっばなだったような…。皆様は備蓄品の見直しをお忘れなく。最低でも半年に1度はチェックが必要だそうですね！  
(榎本 明莉)

JAきたみらい概要  
(令和6年1月20日現在)

- ・ 組合員数(正) 1,598人
- ・ 組合員数(准) 5,655人
- ・ 組合員戸数(正) 864戸
- ・ 貯 金 122,038百万円
- ・ 貸 出 金 13,361百万円
- ・ 出 資 金 5,060百万円