

十勝 Tokachi Shimizu 清水

最高のぜいたく、育てています。



Tokachi Shimizu

2016年2月号

288号

農業者の皆さん マイナンバー制度が始まります！

- 02. すこやかファミリー
北熊牛1 大谷純平さんファミリー
- 03. しみず有機の使用方法のご紹介について
- 04. 農業者の皆さん マイナンバー制度が始まります！
- 08. 農作業安全への取組みについて
- 10. JAネットワーク十勝の動き
- 11. トビックス
- 14. クロスワードパズル
- 15. JA女性部 ~今年度、新たな取組み！
各サークルで体験会を実施~
- 16. 今月の青年部員さん
今月のメニュー



ゴジラや怪獣、恐竜が大好き♪

Agricultural Cooperative Association Magazine

自然と環境 人と人とのつながりを大切にしています。

 十勝清水町農業協同組合

すこやかファミリー



北熊牛 1
おおだに みなと
大谷 湊 くん (2才7ヶ月)

ゴジラや怪獣などのフィギアを使って戦いゴッコをするのがマイブームの湊くん。

妹の凜ちゃんが生まれてからお手伝いをたくさんする、すごく優しいお兄ちゃんなのだとか。

「男の子でヤンチャだから、危ないことや悪いことを教えるのが難しいです…」とお母さんの侑子さん。「自我が芽生えて、喜び方や怒り方が赤ちゃんの頃と違って、見ていてとても楽しいです！」と嬉しそうに教えてくれました。

～お母さんからのメッセージ～

これからますます、素直な元気な
ちびっこ〜 パワフルな湊を応援していきます♡
いつも笑っていてくれて、ありがとう。

おとうさん 大谷 純平さん
おかあさん 侑子さん
いもうと 凜さん
おじいちゃん 昭宣さん
ひいおじいちゃん 昭さん
ひいおばあちゃん 藤代さん

健康 百科

『中高年の尿漏れ』

佐久総合病院名誉院長 松島 松翠

何かのきっかけでおなかに力が入り、腹圧が高まったときに尿漏れすることがあります。例えば、せきやくしゃみをしたとき、大笑いしたとき、重い物を持ち上げたとき、スポーツをしているときなどに起きます。これは「腹圧性尿失禁」と呼ばれます。女性の尿漏れの中で最も多いとされています。

なぜ尿漏れするのかというと、膀胱(ぼうこう)や尿道、子宮などを下から支えている「骨盤底筋」という筋肉の集まりがあり、これが妊娠や出産、加齢などで緩んでくるためです。

治療には骨盤底筋の筋力を強める骨盤底筋体操があります。膣(ちつ)や肛門の筋肉を10秒ほどキュッと引き締めたら、パツと緩めて数十秒リラックスマス。これを10回繰り返すのを1クールとして、毎日5クール行います。

もう一つの尿漏れに「切迫性尿失禁」というのがあります。これは、急に強い尿意が起こつて、トイレに行くのが間に合わなかつたり、トイレで下着を

下ろしている最中に尿が出たり、また調理で冷たい水に触れたとき、冷蔵庫を開けたときに反射的に尿意が起こり、尿漏れを起こすというものです。これは膀胱が過敏になり、少し尿がたまつたり、ちよつとした刺激を受けただけで急に膀胱が反応して収縮し、強い尿意が起こり、我慢できず尿が漏れてしまうもので、「過活動膀胱」と診断されます。

治療には、膀胱訓練というのがあります。トイレに行きたくても15〜30分我慢して、排尿の間隔を開けるようにします。実際には膀胱がまだ尿でいっぱいになつているわけではありませんで、焦らずに我慢していると、収縮していた膀胱も緊張が緩み、尿意切迫感が落ち着きます。



しみず有機の使用方法のご紹介について 経営指導課

昨年12月のしみず有機の推進におきましては、多数の方々にご購入頂きましてありがとうございました。完熟した牛鶏糞が原料のしみず有機は、土壤微生物のエサとなる有機物の供給、土壤団粒化構造の促進という土づくりの役割と共に、リン酸、カリ、カルシウムについては肥料効果があります。これらの成分を有効に生かし、費用負担が出来る限り大きくならないように減肥例を挙げてみましたので、ご参照頂ければと思います。

しみず有機 肥料成分

窒素	リン酸	カリ	石灰
2%	5%	3%	13%

参考分析値

苦土	鉄	ナトリウム	
1.7%	0.2%	0.2%	(ppm)
ホウ素	マンガン	亜鉛	銅
838	496	358	69

しみず有機 単年度施用肥効率

窒素 35%、リン酸 100%、カリ 100% とする。

しみず有機価格 助成金込み単価 600円/20kg(税別)、肥料価格はH27年肥料年度4月期価格(税別)とする。

(1) デントコーン

しみず有機使用時施肥例 窒素 8kgベース

(kg/10a)	資材名	施用量	窒素	リン酸	カリ	苦土	石灰	円/10a
土壤区分	しみず有機	60	0.4	3.0	1.8	1.0	7.8	1,800
火山性土	カリ過剰	BS305	60	7.8	12.0	3.0	2.4	5,295
		合計	120	8.2	15.0	4.8	3.4	7,095
	カリ適正	BS350Zn	60	7.8	15.0	6.0	3.0	6,834
		合計	120	8.2	18.0	7.8	4.0	8,634
低地土	カリ過剰	BS305	60	7.8	12.0	3.0	2.4	5,295
		合計	120	8.2	15.0	4.8	3.4	7,095
	カリ適正	BS380	60	7.8	10.8	6.0	2.4	5,754
		合計	120	8.2	13.8	7.8	3.4	7,554

(2) 牧草

しみず有機使用時施肥例 窒素 イネ科14kg、マメ科混播(マメ科5~15%)10kgベース

(kg/10a)	資材名	施用量	窒素	リン酸	カリ	苦土	石灰	円/10a	
土壤区分	しみず有機	100	0.7	5.0	3.0	1.7	13.0	3,000	
イネ科 単播草地	カリ過剰	BB565	55	8.3	3.3	8.3	1.7	4,235	
		硫安	25	5.3				1,229	
		合計	180	14.2	8.3	11.3	3.4	13.0	8,464
	カリ適正	BB565	55	8.3	3.3	8.3	1.7		4,235
		NK17号	30	5.1		5.1			2,096
		合計	185	14.1	8.3	16.4	3.4	13.0	9,331
	カリ不足	BB702草4号	50	8.5	5.0	11.0	2.0		4,783
		NK17号	30	5.1		5.1			2,096
合計		180	14.3	10.0	19.1	3.7	13.0	9,878	
豆科混播 草地 (マメ科 5~ 15%)	カリ過剰	BB787	35	6.0	2.8	6.0	1.4		3,047
		BB565	20	3.0	1.2	3.0	0.6		1,540
		合計	155	9.7	9.0	12.0	3.7	13.0	7,587
	カリ適正	BB702草4号	35	6.0	3.5	7.7	1.4		3,348
		BB456	20	2.8	1.0	5.2	1.0		1,785
		合計	155	9.5	9.5	15.9	4.1	13.0	8,133
	カリ不足	BB456	45	6.3	2.3	11.7	2.3		4,016
		BB456	20	2.8	1.0	5.2	1.0		1,785
合計		165	9.8	8.3	19.9	5.0	13.0	8,801	

2014~2015年度の土壤診断結果で、その85%以上の草地で塩基飽和度 50%未満(土壤の養分保持能力に対する石灰、苦土、カリの保持されている割合で基準値は 60~80%)と、多くの草地で石灰、苦土が明らかに不足しています。石灰、苦土は土づくりの土台であり、牧草の生育や栄養面でも非常に重要な成分です。苦土炭カル 100kg/10a の施用で、石灰 45kg/10a、苦土 6kg/10a(火山性土 石灰 64mg/100g 苦土 9mg/100g 相当分)になります。不足している草地では、数年にかけて連用散布し土壤改良に努めて下さい。

(3) 融雪剤

アスパラ、直播甜菜圃場などへの融雪剤の代わりに、しみず有機を散布するのは効果的であると考えられます。アスパラの茎を傷めないこと、しみず有機の崩壊性を高めること、水溶性成分が速やかに土壤に浸透することが利点として挙げられます。比重が軽いため、強風の日は避けて散布下さい。

農業経営者の皆さん マイナンバー 制度が始まります!

社会保障・税番号制度(マイナンバー)は、「社会保障・税制度の効率性・透明性の確保」「国民にとっての利便性の高い公平・公正な社会の実現」に向けて、国民全員、すべての法人(農業法人も含まれます)に異なる特定番号を割り当てる制度です。

農業者を含む事業者の皆さんは、社会保障や税の手続のため、従業員の方々からマイナンバーを取得し、適切に管理・保管する必要があります。

個人事業主
(家族経営農家)

農業法人

集落営農法人



マイナンバー対応が必要となる事業者

○農業経営を営む多くの方がマイナンバー対応をしなければなりません。

(例えば…)

- 扶養家族がいる場合
- 雇用している者(パート・アルバイトを含む)がいる
- 雇用者の労働保険、社会保険を支払っている
- 外国人技能実習生を雇用している
- 農の雇用事業を活用している



ご注意ください!

- 税務署や地方公共団体等から、電話によってマイナンバーを聞かれることはありません。
- 不審な電話があった場合には絶対に対応しないよう、ご注意ください。
- マイナンバーは生涯使用するものですので、大切に保管してください。

JAグループ

マイナンバーの概要

- ▶平成27年10月以降、住民票を有する市町村から簡易書留により送付されます。
- ▶個人は12桁(以下、個人番号)、法人には13桁(以下、法人番号)が付番されます。
- ▶マイナンバーは生涯利用し、原則変更されません。大切に保管・管理してください。
- ▶個人番号カードは希望すれば無料で取得できます(平成28年1月以降の交付)。

名称	通知カード	個人番号カード
番号カード (イメージ)		
記載事項	個人番号、氏名、住所、生年月日等	(表面)氏名、住所、生年月日、顔写真等 (裏面)個人番号、氏名等
入手方法	平成27年10月以降、すべての国民に郵送(簡易書留)	市区町村に申請、平成28年1月1日以降に交付(交付を受けるには、所定の手続きが必要)
利用目的	個人番号の証明	個人番号の証明(身分証明として使用できるほか、ICカードとしてe-Taxなど付加サービスの利用が可能)

事前準備

- マイナンバー制度の導入に向けて、扶養家族や従業員のマイナンバーを含む個人情報の漏えい・紛失を防ぐための対策が必要です。家族間においても同様に注意が必要です。
- マイナンバーの取り扱い、個人情報保護法よりも厳格な保護管理(安全管理措置)が求められています。
- 万が一、他人のマイナンバーを漏えいした場合は、厳しい罰則が適用されますが、この罰則は正当な理由なく故意に個人番号を含む情報を漏えいさせた場合に限られますので、一定の安全管理措置を講じていれば、意図せずに個人番号が漏えいしたとしても、直ちに罰則の適用となることはないと言われています。

安全管理措置の一例

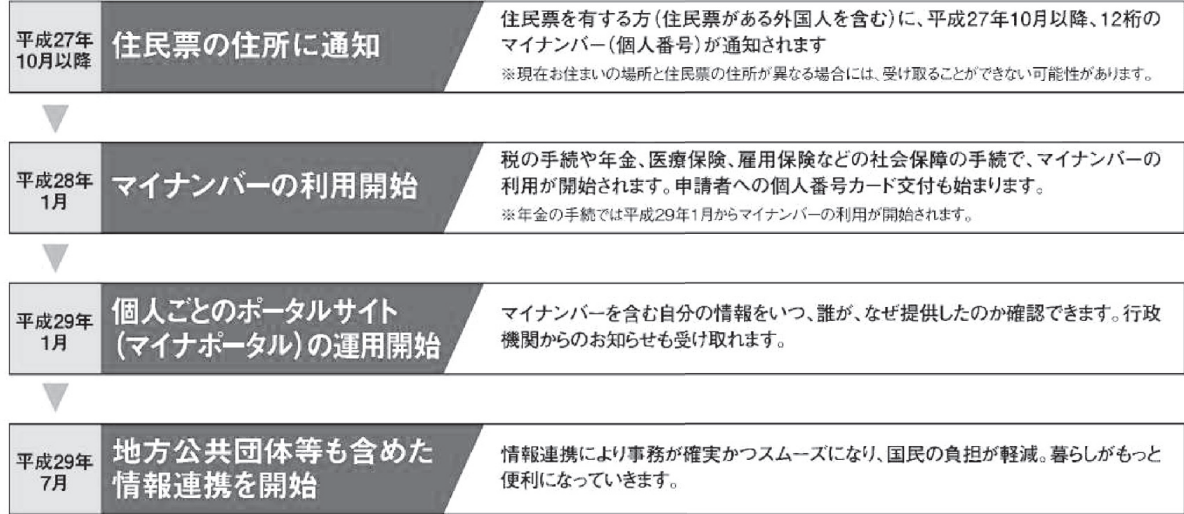
基本方針・取扱規程等の策定	組織的・人的安全管理措置	① 担当者の明確化 ▶取扱責任者と事務担当者を明確にします。 <hr/> ② 制度理解・担当者への周知 ▶故意の漏えい・紛失の際は、罰則はもちろんのこと、対外的な信用喪失や取引停止等の社会的な制裁を受けるリスクがあります。
	物理的・技術的安全管理措置	③ 適切な取り扱い・保管 ▶担当者を決め、利用目的以外に使用してはなりません。 ▶書類は施錠管理を徹底し、電子ファイルはセキュリティ対策が講じられている端末で管理します。 <hr/> ④ 適切な廃棄 ▶書類等は、シュレッダー処理するなど、適切に廃棄します。



マイナンバーの利用開始

○平成28年1月から社会保障・税・災害対策の行政手続で利用が始まります。

マイナンバー制度実施の流れ



○事業者は、行政手続などのため、従業員等のマイナンバーを取り扱います。

(例えば…)

- 従業員のマイナンバー
- 従業員の扶養親族(妻・子等)のマイナンバー
- 報酬等の支払先のマイナンバー(税務署提出分のみ)

(具体的には…)

- 従業員や扶養親族、支払先など各種調書に記載が必要なマイナンバーを取得する
- 収集したマイナンバーの適切な保管・管理をする
- 必要な帳票にマイナンバーを記載する

マイナンバーの取得

○事業者は、従業員(アルバイト等含む)や支払先のマイナンバーを取得する際は、厳格な本人確認を行う必要があります。また、取得にあたって利用目的をきちんと明示する必要があります。なお、本人確認は次のいずれかの方法により行ってください。

◎マイナンバーを取得しようとする相手(従業員等)が個人番号カードを持っている場合

⇒身元確認と番号確認の両方を、個人番号カードで行います。

◎マイナンバーを取得しようとする相手(従業員等)が個人番号カードを持っていない場合

⇒以下のもので身元確認と番号確認を行ってください。

●身元確認…運転免許証、パスポート等、顔写真付きのもの ●番号確認…通知カード、マイナンバー付きの住民票など

※従業員が、扶養親族のマイナンバーを記載した書類を提出する場合は、従業員自身が扶養親族の本人確認を行うので、事業者が従業員の扶養親族の本人確認をする必要はありません。

※従業員で、身元の確認が十分できている場合は、番号の確認のみを実施すればよいこととされています。ただし、新入社員など新規採用の従業員の場合は、身元確認が必要です。



税務手続上の主な取り扱いについて

税・雇用保険・労災保険分野で運用開始後の事業者の対応スケジュール

平成28年												平成29年			
1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
マイナンバー収集・管理（一括または都度）									年末調整・源泉徴収票作成						
制度周知・職員研修等												支払調書作成			
												確定申告			

○マイナンバー制度の導入にともない、税務関係書類の様式等が変わります。

書類作成の際には、国税庁や税務署等にお問い合わせください。

○主には、支払者及び支払を受ける者のマイナンバーまたは法人番号を記載する欄が追加されます。

マイナンバーの記載が必要になる主な手続き

所得税関係		
書類の名称	適用開始時期	主な対象者
確定申告書	平成28年度分（原則、平成29年2月16日から3月15日までの確定申告期に提出するもの）から	個人事業主 （家族経営農家）
青色申告の承認申請書	平成28年1月1日以後に提出するものから	
青色事業専従者給与に関する届出・変更届出書		
給与支払事務所等の開設・移転・廃止届出書		
源泉所得税の納期の特例の承認に関する申請書		

消費税関係		
書類の名称	適用開始時期	主な対象者
確定申告書	平成28年1月以降に開始する課税期間に係る申告書から	個人事業主 （家族経営農家）
課税事業者選択（不適用）届出書	平成28年1月1日以後に提出するものから	農業法人
簡易課税制度選択（不適用）届出書		集落営農法人
事業廃止届出書		個人事業主
個人事業者の死亡届出書		

※なお、所得税関係・消費税関係の書類を提出する者が個人事業者の場合には、本人確認のため次のいずれかの書類を添付する必要があります。
・報酬等の支払事業者（提出者）本人の個人番号カードの写し ・報酬等の支払事業者（提出者）本人の通知カードの写し及び免許証などの写真付身分証明書の写し

法人税関係		
※法人にもマイナンバー対応は必要		
書類の名称	適用開始時期	主な対象者
確定申告書	平成28年1月以降に開始する事業年度に係る申告書から	農業法人 集落営農法人
法人設立届出書	平成28年1月1日以後に提出するものから	
青色申告の承認申請書		
普通法人又は協同組合となった旨の届出書		
異動届出書		

詳しくは、お近くのJA、または各税務署等にご相談ください。

農作業安全への取り組みについて

農作業事故の未然防止を目的に、昭和40年に道内J A、中央会、農機メーカー、道など関係機関が一体となり北海道農作業安全運動推進本部が設立されており、平成18年度からは、マナーのM、マークのM、保険のHを取った「MMH運動」を推進し、事故減少への取り組みを継続しているところにあります。

また、事故が発生した際の運転免許・作業免許と自動車共済の対象（有責）・非対象（免責）についての関係が、照会事例として増えております。今回共済としての基本的な考え方について、Q&Aも交えながらお伝えいたします。

○自動車共済約款では『法令に定められた運転資格を持たない』で運転している場合の自身の損害・傷害は免責としており、文言だけを純粹に捉えると、圃場内等いかなる場所においても無免許（大型特殊免許・けん引免許・作業資格等）の場合には免責ということに

なりません。

○実務（運用・解釈）においては判例等に照らし、道路交通法の適用を受けない場所での事故については、大型特殊免許・けん引免許の有無を問わず有責としています。が、私有地が直ちに道路交通法適用外の場所とは限らないことから、個別に判断を行うこととなります。

○フォークリフト・ショベルローダー等での作業については、労働安全衛生法の規定により場所を問わず作業資格が必要となることから、公道・私有地を問わず無資格で作業中の場合の自身の損害・傷害は免責となります。

Q&A

1. トラクター等の運転に必要な免許証について

(1) トラクター等の運転に必要な免許は？

トラクター、自走式モアコンデイシヨナー、ハーベスター、コンバイン等の自走能力のある農業機は、道路運送車両法（道路上

を走行する自動車の構造、車検制度、整備事業等を規定する法律）において、大多数が『農耕用小型特殊自動車』に該当します。

一方、どの免許証でどの車を運転できるかを規定するのは、道路交通法であり、排気量1500cc以下、長さ4.7m以下、幅1.7m以下、高さ2.8m以下、時速15km以下の範囲を超える自動車は、道路交通法では『大型特殊自動車』に該当します。

よって、自走能力のある農業機の大半は道路交通法にいう小型特殊自動車の範囲を超えるサイズ、速度であることから、運転するにあたっては大型特殊免許が必要です。

(2) 作業機をけん引する場合

は？
750kg以上の作業機をけん引して道路を走行する場合は、けん引免許が必要（道路交通法第84条3項、同85条3項）です。

(3) 無免許運転の場合の罰則

は？
3年以下の懲役または50万円以下の罰金。違反点数25点（前歴がなくても免許取消、欠格期間2

年）。

2. 作業免許について

(1) 免許が必要な「作業」は？
労働安全衛生法第61条第1項において、「クレーンの運転その他の業務で、政令に定めるものについては、（中略）定められた資格を有するものでなければ、当該業務に就かせてはならない。」とされ、同条第2項においては、「前項の規定により当該業務につくことができる者以外の者は、当該業務を行ってはならない。」とされています。

「政令（労働安全衛生法施行規則、施行令）に定める」業務としては、移動式クレーン（ユニツクを含む）、ショベルローダー、フォークリフト等を用いた作業があげられます。

労働監督署としては、労働安全衛生法第61条第2項にいう「当該業務につくことができる者以外の者」は、労働者だけではなく個人事業主、一人親方も含むものと解釈していることから、農業法人、従業員を雇用する組合員のみならず、一人または家族で農業を営む組合員であっても、農作業のためにこれらの車両で業務を行う場合

STOP STOP STOP STOP STOP STOP



マーク M M H

※低速車マーク等の購入についてのお問い合わせは、お近くのJAおよび農業メーカーまで。

交通ルールと運転マナーは 農業機械に乗る私たちも守ります!

北海道農作業安全運動推進本部

北海道・JA北海道中央会・JA北海道庁連・ホクレン・JA共済連北海道・JA北海道厚生連・北海道NOSA
北海道農業公社・北海道農業機械工業会・北海道クボタ・ホセキ北海道・サンマークリジヤパン
三菱農機販売・日本ニューホランド・MSK農業機械・北海道農機商業協同組合

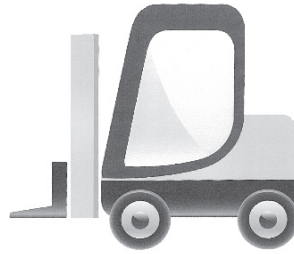
ホームページ 北海道農作業安全運動推進本部 <http://agr-anzen.jimdo.com/> 平成27年9月

料金表(例)

単品種目	一般料金(税込)	JA特別料金(税込)	
玉 掛	33,000	33,000	
小型移動式クレーン(玉掛終了後)	44,700	44,700	
車両系(整地)大特免許有り	40,500	40,500	
車両系(整地)大特免許無し	99,200	99,200	
フォークリフト大特免許有り	30,300	30,300	
フォークリフト大特免許無し	50,300	50,300	
大型自動車(中型限定無し)	夏 207,440	4~12月	197,000
	冬 210,680	1~3月	210,680
大型自動車(中型8t限定有)	夏 267,056	4~12月	257,000
	冬 270,296	1~3月	270,296
大型自動車(普通免許有り)	夏 368,684	4~12月	358,000
	冬 371,924	1~3月	371,924
中型自動車(普通免許有り)	夏 202,364	4~12月	182,000
	冬 205,604	1~3月	205,604
大型特殊自動車(普通免許有り)	夏 133,942	4~12月	109,000
	冬 137,182	1~3月	137,182
けん引自動車	夏 161,806	4~12月	140,000
	冬 165,046	1~3月	165,046
セット種目	一般料金(税込)	JA特別料金(税込)	
大型特殊自動車+車両系(整地)	夏 163,642	4~12月	139,000
	冬 166,882	1~3月	166,882
大型特殊自動車+フォークリフト	夏 153,442	4~12月	130,000
	冬 156,682	1~3月	156,682

(平成27年3月現在)

は、すべて作業免許が必要となります。
 なお、単に道路上を走行する業務は、当該業務に含まれないことから作業免許は不要ですが、当然に小型特殊、大型特殊の運転免許証は必要です。
 (2) 無免許・無資格の場合の罰則は？
 6ヶ月以下の懲役または50万円以下の罰金(61条1項違反)。50万円以下の罰金(61条2項違反)。



3. 自動車共済の有無責について
 対人・対物は、有責。
 自身に対する保障(車両・人傷・傷害等)は、無免許・無資格の間の損害は(無免許・無資格が事故の原因でなくても)全て免責となります。

JAネットワーク十勝の動き

JAネットワーク十勝

組合員の皆様に、ネットワーク事業の推進状況をご報告申し上げます。

1. 生産・販売の強化について

- 平成24年度策定しました「十勝農業ビジョン2016～選ばれる産地を目指して～」に基づき、十勝農業のブランド化・高付加価値化・ファンづくりの推進と安全安心で高品質な農畜産物の安定供給に努め、経営管理の高度化と生産性の向上により農業所得の向上を図るとともに、豊かで潤いのある地域社会の発展を目指すことを基本姿勢とし、2016年の農業生産額の目標を2,900億円として取り組んでいるほか、これまでの進捗状況の中間とりまとめと次期ビジョンで取り組むべき課題を検討しています。
- ブランド事業は、平成26年度にJAネットワーク十勝本部内にブランド戦略推進協議会を設立して「十勝ごちそう共和国」の建国宣言しました。今年度から十勝JA産農畜産物「Made in 十勝」商品を一般消費者にPRするため、「とかちマルシェ」、「首都圏大型スーパー51店舗」、「ホクレン大収穫祭in銀座三越2015」、「太陽のマルシェ」と連携し取り組みました。また、グルメBOOKやプロモーションビデオを製作し、地域の催事や研修会等にも活用できるよう配布しました。
- 「十勝型GAP」事業は、昨年度に引き続き組合長会と連携し、十勝全体で安全安心を支えるための改善運動として絶えず充実強化に努めます。また、十勝型GAP認証審査制度を検討するため生産者向け5JA、JA施設向け4JAでデモ審査を実施し、JA担当者を対象にしたGAP研修会を開催いたします。

2. JA経理の強化について

- 平成26年度のJA財務状況については、すべてのJAが主要なネットワーク基準を満たしています。
- 平成22年度に策定しました「管内JA全体の経営戦略」に基づき、優秀な職員の確保・育成のために、ホームページによる管内JA職員採用情報の提供と道内大学に対する就職説明会の実施、担当職員の登録と研修の充実、農業経営診断士・営農指導員・農業融資プランナーなどの資格取得の推進に取り組んでいます。また、営農指導・融資相談機能の強化のため、営農指導スキルアップ研修を実施しました。

そよかぜの会

笑って健康に

J Aそよかぜの会（山本京子会長）は12月1日に地域の方を対象に『笑いヨガ』を行い、11名（同会員7名、地域の方4名）が参加しました。

『笑いヨガ』とは、「笑い」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた運動法です。

講師には、十勝帯広レクリエーション協会の千葉養子さんを迎えました。初めにウォーミングアップということで歌に合わせて手を動かしました。千葉さんは「間



『相撲笑い』をやっています

違えても脳を使っているの、脳を刺激しています。また、肩甲骨を動かしているので体が温まりやすく」と話されました。

体を温まったところで、千葉さんが「自己紹介をしましょう。出身地を言ってみて、ハハハ。名前を言ってみてハハハと言ってみてください。」

J A 青年部

J A 青年部全道大会
有働哲也さんが優勝

J A 青年部（森陽輔部長）は、12月3日に行われたJ A 青年部全道大会に部員8名が出席しました。

全体懇親会のアームレスリング大会において、十勝大会優勝の有働哲也さんが全道大会でも他を寄せつ

た。まし
勝し
に優
見事
さで
い強
けな
せつ



全道で優勝した有働さん

皆さんも一緒に笑ってください」と初めは恥ずかしがっていた参加者も徐々に自然に笑いができるようになりました。

千葉さんは「笑うとお腹が引っ込みます。背筋にいいです。中にある二酸化炭素が出やすくなります。また、15分笑うと30分の有酸素運動と同じです」と話されました。

参加者からは「笑いは健康にいいとは聞いていたが、今日は楽しく勉強になりました」「これから笑って過ごします！」などの声も聞こえ、それぞれ楽しい時間を過ごすことができました。

清水町ジュニアホルスタインクラブ

きれいに盛り付けよう♪
「フルーツロールケーキ作り」

12月12日、清水町ジュニアホルスタインクラブ（大槻 悟会長）が、音更町の柳月スイートピアガーデンで体験学習会を行い、同会員（大人4名・子ども7名）が参加。フルーツロールケーキ仕上げコースを体験しました。

まずは、生クリームを手で泡立てるところからスタート。ハンドミキサーは一切使わず、自分の手で泡立てるため、子どもたちは腕

の疲れをこらえながら頑張ってたて器を動かします。

その後、フルーツを切ったり、事前に用意してもらっているスポンジ生地に生クリームをぬったり、フルーツを乗せる位置や巻き方のコツを教えてもらい、順調に作業は進んでいきます。

作業中は、「お母さんやっても良い？」と聞きながら、一緒に包丁やパレットナイフを使って楽しそうに作業をする子どもたちの姿が印象的でした。

最後に、生クリームを自由に搾ったり、フルーツを盛り付けたりと自分好みにデコレーションを完成！

上手にできたロールケーキに、子どもたちはとても満足そうでした。



自分好みのロールケーキ完成！！

J A 女性部フレッシュユミズ部会

西部ブロック交流会を開催

（清水・芽室・新得の

フレッシュユミズ部会）

フレッシュユミズ部会同士で
親睦を深める



ティーボールの説明を聞く参加者

12月11日、J A十勝清水町女性部フレッシュユミズ部会（中村愛 会長）、J Aめむろ女性部フレッシュユミズ部会（森浦めぐみ代表リーダー）、J A新得町女性部フレッシュユミズ部会（湯浅綾子会長）は、参加者37名（清水からは17名）で西部ブロック交流会を開

きました。

この交流会は、年1回開催しており、今年度で6回目を迎えます。6月に当J Aで打合せを行った結果、清水町体育館で『ティーボール』をすることとなりました。

初めに中村会長が「今日は、普段なかなか話す機会のない、フレッシュユミズ部会同士で交流を深められたらと思っています。怪我に十分気をつけて楽しみましょう」と挨拶。その後、準備体操をしっかりと行い、清水町体育協会の中島さんよりティーボールのルール説明がありました。

ティーボールとは、野球やソフトボールに似たニュースポーツで、参加者によってルールを作ることができます。野球やソフトボールと異なる点は、①バツティングティーの上に置かれたボールを打つので、ピッチャーがない。②3アウト制ではないので、全員がボールを打つことができる。③打者が一巡したら交代する（一巡後、塁に出ている人がいた場合、次の回はその続きから行う。）…などです。

ルール説明後、打順と守備位置を決め、いよいよ競技開始です。バツティングティーに置かれて

いるボールを打つのは、思ったよりも難しく、空振りしたり、上手にボールに当らなかつたりと悪戦苦闘…。守備では、軟らかいボールに翻弄されているようでした。様々な、珍プレー、好プレーがみられ、試合中は笑い声が絶えず、楽しい雰囲気でした。

午後からは会場を鳥せいへ移し、懇親会の始まりです。おいしい料理に舌鼓を打ち、子育てのことや農作業のことなど普段会うことのない会員同士で話に花が咲きます。最後に表彰式と自己紹介を行い、それぞれのチームに景品が贈呈されました。「初めての参加だったけど楽しかった!」「色んな人のお話を聞いて良かった!」との声が多く聞こえ、西部ブロック交流会は、会員にとって有意義なものとなったようです。

冬期研修会（ユニホック）とクリスマス会で親睦を深める

J A 女性部フレッシュユミズ部会（中村 愛会長）は、12月14日に冬期研修会（参加者24名）とクリスマス会（参加者44名）を開き

した。

午前中は、清水町体育館にて、冬期研修会（ユニホック）です。

初めに門木副会長が「今日は、怪我に十分気をつけて楽しい時間にししましょう」と挨拶。その後、準備体操をしっかりと行い、清水町体育協会の中島さんよりユニホックのルール説明がありました。

ユニホックとは、アイスホッケーに似た屋内球技で、誰でも手軽にできるニュースポーツです。専用のスティックやプラスチック製のボールを使い、6人ずつのプレイヤーからなる、2チームによってプレーされます。違反行



得点が決まりハイタッチ♪

J A 女性部

J A 十勝地区女性協議会
研修会

為は、キッキングザボール（ボールを足で蹴ったり、踏んで変形させること）やハイスティック（スティックのブレード全体を膝より上に上げてプレーすること）など：全部で18あります。

ルール説明後、『黒にんにく』『はるきらり』『とれたんと』の3チームにわかれ、練習と作戦会議を行い、いよいよ競技開始。前・後半それぞれ8分とし、ハーフタイム2分間の休憩を設け、総当り戦を行いました。

試合中は、笑い声が絶えず、とても楽しそうな雰囲気。得点が決まるとチームでハイタッチする姿や「ストレス発散になるね！」と笑顔で話す会員の姿がみられました。結果は、とれたんとが2勝、黒にんにくが1勝1敗、はるきらりが2敗となり、とれたんとチームが優勝。大盛り上がりの中、冬期研修会を終えました。

午後からは、鳥せいに会場を移し、クリスマス会を行いました。おいしい料理を囲み、久しぶりに会った会員同士で話に花が咲きます。冬期研修会とクリスマス会は、参加された会員にとって有意義な時間となったようです。

12月17日から1泊2日の日程で、J A 十勝地区女性協議会研修会が行われ、十勝の各J A 女性部員が十勝川温泉大平原に集いました。当J A 女性部（表 由美子部長）からは12名が参加。

初めに、『あぐり王国から見る北海道農業&トークショー』と題して、オクラホマの河野真也氏より講演がありました。

自身が北海道に住みたいと思うようになつたきつかけやお笑いコンビを結成するに至つた経緯、奥さんとの出会いから我が子が誕生するまでのストーリーなど：河野氏の話術に会場は大盛り上がりでした。

また、河野氏は1ヶ月の半分、十勝に取材で訪れていたことがあつたそうで「十勝にはとても魅力があり、視聴率がとれる。北海道というだけで強みがある」と話されています。

最後に「親になり、我が子には安心して安全な物を食べさせたいとの思いが強くなりました。生産し

てくれるみなさんに感謝していただきます。これからもよろしくお願ひします」と話され講演を終えました。次に、『健康寿命を延ばしてイキキライフ』と題して、ハピネス代表 フリーインストラクター ホシナ サオリ氏より講演がありました。指ヨガ・リンパマッサージ・シナプソロジーなど：それぞれやり方と効果を教えていただきました。

みなさん真剣に、そして楽しそうに実践されていました。ホシナ サオリ氏は、2月5日に行われる当J A 女性部まつりの講演に来られることが決まつており、「とても良い講演だったから嬉し

い！」や「今回と同じ講演内容でも良いね！」など、次回の講演を楽しみにする声も多く聞こえました。

研修会後は、手作り加工品・フラワーハーモニ―展示会が行われ、当J A 女性部は、「乾燥ゴボウ（手作りみそを用意し、みそ汁として提供）」、「しそ巻き」、「作業服」、「作業帽子」、「クリスマスリース」を出品しました。

その後、懇親会では座る席をくじ引きで決めるため、みなさんドキドキ。最初、緊張はあつたものの、アトラクションやカラオケ大会で大いに盛り上がり、終了後は「たくさんの人と交流を深めることができて楽しかった！」との感想が多く聞かれました。

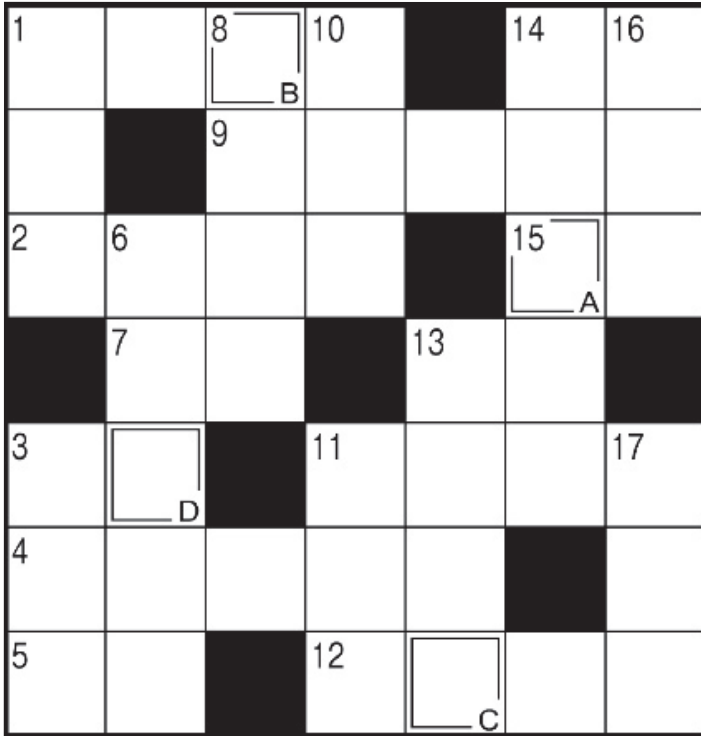
2日目は、J A 北海道中央会帯広支所支所長の植田尚典氏より『第28回J A 北海道大会決議事項と直近の農業情勢について』という題で講演があり、大変勉強になる内容でした。

参加された部員は、普段なかなか関わることもない地域の方たちとの交流を持つことができ、大変有意義な時間となったようです。



参加した女性部員

クロスワードパズル



クイズの答えを解答用紙に記入し、ファックスするが直接JAにご持参ください。正解者の中から抽選で5名の方に記念品を差し上げます。

ご応募お待ちしております。(締切2月29日)

台併号 (No. 287) の答え

A B C D E

カンツバキ

1	ハ	5	ツ	8	モ	ウ	12	デ	17	ア
		6	ム	チ			13	イ	15	カ
2	ネ	ジ					11	ガ	ス	ケ
				9	サ	バ				タ
3	ク	7	ウ	ラ	ン				16	コ
4	レ		キ	シ				14	ソ	フ
5	ス			10	ナ	ガ	デ			ン

→ ヨコのキ

- ① 1月は睦月、2月は——
- ② 結婚して——を持ちました
- ③ 酒を温めること
- ④ 疲れたので——しよう
- ⑤ 電子メールを数えるときにも使う言葉
- ⑦ ハイの反対語
- ⑨ 日本初の国産磁器 積み出し港だった佐賀県の地名を冠しています
- ⑩ 風呂を上がるときに浴びます
- ⑫ 自動車の燃料の一つ
- ⑬ バレンタインデーに伝える人もいます
- ⑭ 古い杉の木などではとても太くなります
- ⑮ 節分にまく物

↓ タテのキ

- ① 物事が起こる気配 春の——
- ③ 絵や文字を修正したり書き足したりすること
- ⑥ 鹿児島県の南端にある島
- ⑧ たばこと一緒に持ち歩くことの多い道具
- ⑩ 配偶者の妹、あるいは弟の妻
- ⑪ 東大寺や——大社がある奈良公園
- ⑬ 一般的には白みそより辛め
- ⑭ 生まれて一月の赤ちゃんを連れて、神社へ——に行きました
- ⑯ 薬の——がすぐに表れた
- ⑰ チョコレートを溶かすには、じか火ではなく——することが多い

台併号 (No. 287) あたまの体操当選者発表

当選者は 石 山 村上登美子さん 下佐幌平和 堀 悠里加さん
 中 熊 牛 河井百合子さん 本 村 松沢 涼華さん
 郷 愛 ひろいえにしさん

おめでとうございます。



少人数でしたが、有意義な時間を過ごした会員のみなさん。今回の料理は、当JA広報『今月のメニュー』のコーナーで紹介していきます♪

・11月27日：料理サークル（梶山すみ子会長）が『第2回料理講習会』を開催。会員外からの申込みはあったものの、悪天候のため会員4名で行いました。



フレミズ世代が多数参加♪講師にエアロビクスインストラクター 小林永枝氏を迎え、楽しく学び、身体を動かしました

・11月24日：スポーツサークル（鈴木幸恵会長）が『ピラティス無料体験会』を開催。女性部員7名（サークル会員3名・体験者4名）で行いました。



大量の食材に驚き！ひたすら材料を刻みました。体験会をとおして会員が増えました！

・12月4日：加工サークル（野々村敬子会長）が『五目の具作り体験会』を開催。女性部員8名（サークル会員7名・体験者1名）で行いました。



三代目J Soul Brothers『Share The Love』のダンスをゆっくりのカウントで教わりました。体験者からは「こんなに汗をかいたのは久しぶり！」「続けたら痩せるわ〜」との声がある。

・11月30日：ヒップホップダンスサークル（佐藤昌代会長）が『ヒップホップダンス体験会』を開催。女性部員5名（サークル会員2名・体験者3名）で行いました。

各サークルの『体験会』の様子を写真でご紹介いたします。

今年度、サークル会員の増加や活動内容を知る機会を作ることを目的に各サークルで『体験会』を開催しました。

当JA女性部は、目的別組織として5つのサークル（料理・加工・手芸・スポーツ・ヒップホップダンス）がそれぞれ活動を行っています。今まで、この活動には、サークル会員にならなければ、女性部員でも参加することができませんでした。



「ゴムの色の組み合わせを考えるのが楽しい♪」「指を使うから、いいね！」など、皆で楽しくおしゃべりしながらプレスレットを作成。体験者は3個のプレスレットを作りました♪

・12月10日：手芸サークル（那須野豊子会長）が『カラフルゴムのプレスレット作り体験会』を開催。女性部員9名（サークル会員7名・体験者2名）で行いました。

ちょっと
拝見しまあ

JA女性部

～今年度、新たな取組み！
各サークルで体験会を実施～

今月の青年部員さん



讃岐 ^{さがね}相根 ^{なひろ}尚弘さん (32)

最近の出来事

『次年度役員のおファーがきた』

◆経営面積・内容

乳牛190頭。

◆趣味・特技

釣り、バイク、スノーモービル。

◆農業に対する今後の目標

生産性を高めて、安定した経営をしていきたい。

◆青年部活動において

周りの人達と色々な活動をしていきたい。

◆農業をやっている良かったこと辛いこと

良かったこと：子牛が産まれたとき。

辛いこと：牛が死んだとき。

※次回の「今月の青年部員さん」は

北熊・美蔓支部 ^{わたなべ しんぺい}渡辺 慎平 君です。

今月のメニュー

なめこと麩のお吸い物

主な材料 (4人分)

- ・なめこ 1袋
- ・玉麩 12個
- ・長ネギ 適量
- ・だし汁 3カップ
- A [塩 小さじ1/2
- しょう油 小さじ1

作り方

- ① なめこは、ざるに取り水洗いでぬめりをとっておきます。長ネギは適当な大きさに切っておきます。
- ② 鍋にだし汁を温め、Aで調味します。
- ③ お椀になめこと玉麩を入れて、②を注ぎます。長ネギを散らします。



協力：JA女性部料理サークル

