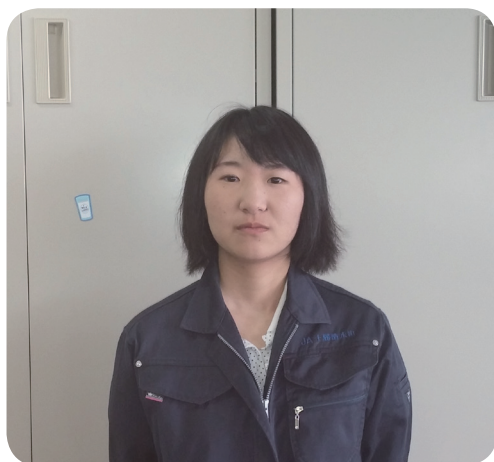


## 今月の職員さん



くろだ かほ 職員  
黒田 夏帆 職員

### 最近の出来事

『新しい枕と、  
いぐさのマットを買いました』

◆所属部署・担当業務  
畜産部 畜産生産課

◆趣味・特技  
趣味：ゲーム・絵を描くこと・プラモ作り

◆自分はこの人です！  
外に出るより家の中でゴロゴロしていたい完全  
インドア人間です。

◆上司からの一言（斉木課長より）  
現在は、酪農ヘルパー、黒毛登録、補助事業業  
務を担当していています。  
1年目は積極的に色々なことを経験し、スキルア  
ップを行なってください。

来月の職員さんは えはら まりか 江原 茉莉花 職員です。

## 今月のメニュー

### アガーでパンナコッタ



協力：JA女性部料理研究会

### 主な材料（5～6個分）

- |            |       |
|------------|-------|
| ・生クリーム     | 200cc |
| ・牛乳        | 200cc |
| ・砂糖        | 40g   |
| ・アガー       | 大さじ2  |
| ・水         | 200cc |
| ・ラム酒       | 大さじ1  |
| ・ブルーベリー（生） | 適量    |
| ・いちご       | 適量    |

### 作り方

- ①砂糖とアガーをよく混ぜ合わせておきます。  
水を加えて火にかけて溶かしてから生クリームと牛乳を加えてダマがなくなったら火を止めます。
- ②ラム酒を加え、型に入れ冷蔵庫で冷やし固めます。
- ③果物を飾り付けます。

アガーとは・・・？  
動物性のゼラチンとは違い、海藻を主原料とする植物性ゼリーの素です。

# 十勝 Tokachi Shimizu 清水

最高のぜいたく、育てています。



Tokachi Shimizu

2017年7月号

304号

## 第39回通常総会

- 02. すこやかファミリー  
下美蔓2 那須野 雅史さんファミリー
- 04. 第39回通常総会
- 06. 第6回十勝若牛アスパラまつり
- 08. JAグループ通信
- 09. ベジタブルライフ
- 10. トピックス
- 14. クロスワード
- 15. ちょっと拝見します フレッシュミズ部会
- 16. 今月の職員さん  
今月のメニュー



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。



## すこやかファミリー



下美暮2  
なすの 那須野 けいた 敬太くん (2歳10ヶ月)

『しゃぼん玉』や『こいのぼり』の歌をひたすら歌うのがマイブームの敬太くん。撮影中は、子牛に怖がることもなくエアークラッシュをしながらカメラに笑顔を見せてくれました。

お母さんの弘美さんに子育てについて伺ったところ「少し前までは、慣れない育児にイライラすることも多かったけれど、敬太の自己主張もしっかりしてきて、やりたいことや伝えたいことがわかるようになって安心してきました。敬太のおかげで自分も成長できている気がします」と教えてくれました。

～お母さんからのメッセージ～

元気が取り柄のけいた。たまに度がすぎると... いちみんなを楽しくさせてくれてありがとう。  
牛舎のお手伝いを一生懸命やってくれもんね！  
こ体からもよろしくね。

おとうさん 那須野 雅史さん  
おかあさん 弘美さん  
おじいちゃん 信一さん  
ひいおばあちゃん 豊子さん



高血圧、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病があるにもかかわらず、これらを放っておくと、動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞などの重篤な病気を引き起こす危険があります。これらを防ぐために、食生活の面で重要な鍵となるのが「野菜」の取り方です。

野菜を取ることが、体にどんな良い点をもたらすのでしょうか。

一つは、たっぷり取っても摂取エネルギー量が低いということです。野菜は、ほとんどが低エネルギー食品で、たくさん食べても摂取エネルギー量が抑えられるので、肥満を防ぐのに大いに役立ちます。

二つは、ビタミン、ミネラルが豊富に含まれるということです。ビタミンAやビタミンC、カリウム、鉄など、野菜には、さまざまなビタミンやミネラルが豊富に含まれます。これらは、エネルギーを作り出したり、消費したり、体

内の細胞を新しくしたりする働きを助けます。

ビタミンやミネラルが不足すると、体の調子が悪くなり、高血圧や糖尿病、高脂血症などの生活習慣病につながる恐れがあります。

三つは、食物繊維が豊富に含まれることです。

食物繊維は、がん予防効果があります。米国や欧州での疫学研究によると、特に口腔(こうくう)がん、肺がん、咽頭がん、食道がん、胃がん、大腸がん、直腸がんの予防に有効であるという結果が出ています。

野菜といっても多くの種類がありますし、含まれている成分もいろいろですから、できるだけ多くの種類を混ぜて取るのが効果的です。野菜は、全体として1日に350g取ることが必要です。

高血圧の人は、1日の塩分量を6g未満にすることが推奨されています。また体内の余分な塩分を排出させて、血圧を下げる働きのあるカリウムを取るのもお勧めです。カリウムは、エダマメやホウレンソウなどの野菜に豊富に含まれます。

## 健康 百科

### 『野菜と健康』

佐久総合病院名誉院長 松島 松翠

## トラブル回避の基礎知識

### 『ネット予約した旅行に関するトラブルに注意』

国民生活センター相談情報部 ● 上中谷勝子

【事例】海外旅行に行くために、旅行サイトを通じて2人分5万円の航空券を購入することにしました。名前や住所、メールアドレス、クレジットカード番号を入力後、「購入」ボタンを押したところ、エラー表示が出た。しばらく待っても旅行サイトから反応がないため、予約ができなかったと思い2時間後に再度申し込んだ。後日クレジットカードの利用明細書を確認したところ、二重予約になっていた。広告を見直すと返金できない航空券だと分かったが、システムエラーが原因なので、負担なく2回目の予約を取り消したい。

インターネットの普及で、旅行サイトを通じて簡単に旅行の申し込みや航空券・ホテルの手配ができるようになりました。

一般に、インターネット取引では店舗での契約と異なり、消費者自身がサイト上に記載された契約内容や解約料などの契約条件を確認し、契約するかどうかを判断することになります。原則として記載された契約

条件に従うことになるので、申し込み前に慎重に確認することが求められます。一方で、旅行サイト側のシステムエラーなど消費者には落ち度がないと考えられるトラブルも起きています。

事例のケースでは、旅行サイトに調査を依頼することになりませんが、旅行サイトが調査に協力せず、消費者側で証拠が提示できなかった場合や、サイト運営業者が海外業者で、コミニケーションを取るのが難しい場合などは、交渉が難航することがあります。

旅行サイトで申し込みをする場合は店舗契約との違いを十分に認識し、契約内容や解約を含めた契約条件、旅行サイトを運営する会社について事前によく確認しましょう。また、トラブルに備えて、広告や申し込み画面、旅行サイトから届いたメールなどを小まめに保存しておくことが大切です。



## 万一に備えよう

### 『避難所とはどういう所か』

災害危機管理アドバイザー ● 和田隆昌

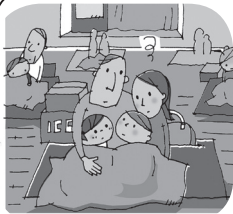
2016年4月、一般には比較的地震の少ない場所と思われていた九州・熊本を襲った震災は、過去前例のない「震度7が連続して発生する」という地震でした。

16日に現地入りする予定だった私は、閉鎖となった熊本空港から、急ぎよ鹿兒島空港へと行き先を変更。ほぼ10分間隔で余震の警告が鳴り響く中、車で6時間かけて震源となった益城町に入りました。益城町役場と避難所となる予定だった体育館の敷地は地割れを起こし、天井は落ち、ガラスが割れたことによる使用不可になっていました。代替で用意された避難所は、当然スペースが圧倒的に足りず、受付や廊下にも避難してきた人があふれていました。周辺には入り切れない数千人の町民が

混沌（こんとん）とした状態でした。

避難所は、市民が「災害によって自宅家屋に住むことができなくなった場合」に「一定期間滞在できる建物」のある場所ですが、備蓄や準備をまったくしていないと、配給のある避難所に頼らざるを得ない場合もあります。しかし、人口密度の高い避難所では感染症や体調不良が発生しやすく、熊本の避難所ですぐにインフルエンザやノロウイルスなどの感染症が発生。また、避難所で起きやすい「エコノミークラス症候群」による死者も発生しています。市民は2次の健康被害に備えるため、避難所に行かないで済むように耐震性の高い家屋に住むと同時に、十分な水・食料・生活用品の備蓄を日頃から用意しておく必要があります。

熊本地震では揺れによる直接的な死者50人の3倍の150人の方が、その後の避難生活の影響により亡くなっています。



自家用車で取り囲み、対応に苦慮する職員と町民とのトラブルが多発し、まさに



# 第39回JA通常総会 開催

十勝清水町農業協同組合の第39回通常総会が6月8日、清水町中央公民館で開かれ、平成28年度決算報告及び事業報告、並びに平成29年度事業計画案などを承認いたしました。

午前9時30分、総会に必要な出席者数を満たし、開会宣言により開会されました。



挨拶をする串田組合長

出席者全員でJA綱領を高々に朗唱。続いて串田雅樹代表理事組合長の挨拶が行われ、議長団の選任が行なわれました。議長団には西松沢の宮川 司さん、元旭山の中村祐輔さんが選ばれ、提出した10の議案、1つの特別決議、2つの報告事項を審議し、全議案とも原案通り承認され、閉会しました。



議長を務めた宮川 司さん（左）と中村祐輔さん（右）

## 平成28年度事業報告

平成28年度は、農産部門におきましては、小麦は受粉時期の低温による不稔と成熟期以降の降雨により著しく品質の低下となりました。てん菜につきましては、春先の強風による直播圃場の被害と台風の大風による湿害が発生し、大変厳しい内容でした。馬鈴薯につきましては、6月中旬以降の低温、多雨による生育停滞と8月中旬以降による塊茎肥大の不良により澱粉用、加工用ともに平年を大きく下回りました。豆類も同様に平年を大きく下回る単収となり、品質面でも金時は、色流れや腐敗粒の発生が甚だしく、手亡、小豆についても雨害粒による品質不良となりました。野菜につきましては春先から厳しい天候の中にありましたが、にんにくがはじめて生産高

1億円を突破し、販売環境にも恵まれブロッコリー、白菜が生産高1億円を維持することができました。

酪農におきましても、昨年の6〜7月の天候不順と日照不足、8月中旬以降の台風豪雨の被害による飼料作物の品質と生産量の低下、台風被害による停電、営農用水の断水といった厳しい生産環境の中でも、生乳生産量は12万トンを突破することができました。

農協事業におきましては、今後5カ年の地域農業振興の目的と使命を組合員・消費者・地域農業・地域社会・JAそれぞれ地域農業ビジョンに示し、重要課題への取り組みを明確にして、新たに地域農業振興JA中長期5カ年計画としてスタートした年でありました。初年度に大きな災害に見舞われましたが組合員の皆様と関係機関のご協力により応急的な対応を図ることが出来ました。過去に経験したことのない湿害と災害の重

なる被害の中で農畜産物の取扱高が249億円にのぼり、当期末処分利益剰余金もほぼ昨年同様3億5千万円となりました。

### 平成29年度事業方針

農産部門では、JA十勝清水町ブランド「とれたんと」を広く周知し、お客様に選ばれる農産品を目指してまいります。西十勝農業センターでは、効率的な運営と信頼性の高い製品作りに努め、コスト削減を図り生産者利益向上を進めます。

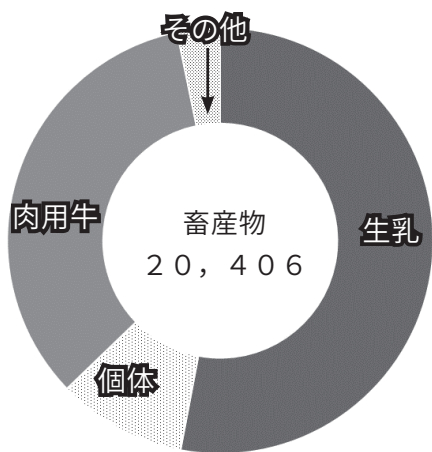
畜産部門では、安全安心な生乳生産の増産を基本に、労働力支援や環境に配慮した酪農畜産の振興とコスト削減を支援し生産向上を図ります。生産される個体の飼養管理の改善と有利販売を行い、組合員の経営安定を図ってまいります。

経済部門では、組合員の農業所得向上を図るべく、安全で良質な低コスト資材の安定供給を基本に利便性と満足度の向上に努めます。燃料部門では、組合員をはじめ地

域の皆様信頼される給油所作りを目指してまいります。

金融部門では、安定的な農業経営と農家経済向上のために、関係部署と連携した各種資金融資に取組み、地域密着型の金融機関として多様なニーズに応えるメインバンクの機能発揮に努めてまいります。共済部門では、地域特性を踏まえた共済商品、保険商品の推進および保全を進めてまいります。

企画管理部門では、組合員の農業所得向上を目指し、関連部署及び関係機関と連携した営農技術指導を行い、営農計画・資金計画及び中長期5カ年計画の進捗管理を行い、事業ごとの損益管理検証し、農協財務基盤強化を図ります。「しみず有機」の使用による耕畜連携による土づくりから始まる有機的な農業ブランド「とれたんと」の拡大と「十勝若牛」や「北海道十勝熟成黒にんにく」のJAブランドの育成を図り、最高のぜいたくを皆様にお届けするよう、販売企画を推進してまいります。

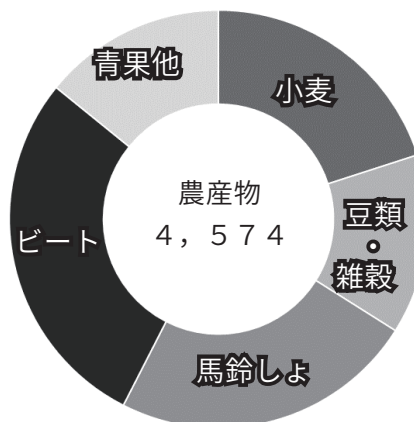


単位：百万円

	平成28年度
小麦	916
豆类・雑穀	637
馬鈴しょ	1,078
ビート	1,296
青果他	647
計	4,574

単位：百万円

	平成28年度
生乳	10,812
个体	2,002
肉用牛	6,928
その他	664
計	20,406







雨が降る中、たくさんの方が来場されました



フードサービスのブースに並ぶ行列



串田実行委員長挨拶



香蓮さんとジャズダンスサークルZEROとのコラボ



チアエンジェルパトントワラズがかわいい踊りを披露

過去最多!

5500人ご来場

6月4日、ホクレン清水製糖工場広場にて「第6回十勝若牛®アスパラまつり」が開催されました。このまつりは、やわらかな肉質・豊かな旨みの特徴とした脂身の少ない牛肉「十勝若牛」と春の味覚「アスパラ」を組み合わせ、本町の特産品をPRし、地域活性化に貢献することを目的に開催しています。

会場内には、「十勝若牛」焼肉

セットを購入し、その場で食べていただける焼肉コンロを設置。販売ブースには「十勝若牛」ウルトラジャンボ串、十勝清水牛玉メンチ、十勝清水はるきらりラーメン、JA青年部の「十勝若牛」バーガー、地域活性化協議会の十勝清水牛玉ステーキ丼、ますやパン協力による十勝清水産の食材を使った石窯焼きピザづくり体験、アスパラ部会のアスパラ販売、もりもと協力による「贅沢カレーパン」の販売、キリンビバレッジとの「十勝若牛のカレーと午後の紅茶無糖コラボ商品」の販売、BE





雨が降る中でしたが、アスパラ販売はすごい行列に！



女性部のアスパラスムージーと「十勝若牛」アスパラサンドも大好評でした！



青年部の「十勝若牛バーガー」も完売いたしました！



いち早くカレーパンが完売した「もりもと」のブース

NTOSSによる「札幌ザンギ」、清水高校の木のおもちや製作体験などたくさんさんのテントが並び、多くの商品が完売いたしました。また、新商品として、「天然素材あずき石けん」の販売も行なわれました。

アスパラ部会のアスパラ販売は、雨が降る中まつりの開始時間よりも早い時間から行列ができ、多くのお客様に購入していただきました。

射的、クジ当て、スーパーパー、すくいの「縁日コーナー」や



ピザの手作り体験も好評でした

「フワフワうし太郎」は、子どもたちに大人気。とても楽しんでいただけました。

ステージでは「チアーエンジニアバトントワラース」のバトントワリングや「お肉応援隊 香蓮さんのライブ」「ジャズダンスサークルZERO」のジャズダンス、豪華景品が当たる「お楽しみ抽選会」が行われました。

本年は雨の中での開催となりましたが、たくさんの方々の来場があり、当JAの特産品を広くPRすることができました。



# J Aグループ通信

J Aグループの連合会・中央会の活動内容を紹介します。

J A北海道大会決議事項の実践やその時々のおピックアップなど、組合員の皆様に定期的に伝えたいです。

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。

## J A北海道中央会

日EU・EPA交渉が大枠合意に



至る可能性が高まっていることから、6月14日「日EU・EPA交渉から北海道農業を守り抜く要請運動」を実施し、日EU等経済協定対策本部（自民党）の幹部役員、道内選出与野党国会議員及び農林水産省に要請を行いました。乳製品、豚肉、小麦粉調製品、馬鈴しょ、でん粉等が大きな焦点になると想定されますが、十分な情報提供がないうまま大枠合意に向うことに大きな不安が広がっています。引き続き、政府・与野党に対して衆参農林水産委員会決議（H28・12）に基づき、農林水産物重要品目の再生産を可能とする国境措置の確保や交渉内容・進捗状況について丁寧な情報提供を求める運動を展開していきます。

## J A北海道信連

5月に、J A窓口職員のスキルを向上し、J A窓口をご利用いただく皆様のニーズに

応えていく事を目的に「J Aバンク北海道窓口セールスコンクール」を開催しました。当日は、各地区の予選等を突破した16名が「年金指定替



部門」、「純新規推進部門」の2部門で接客や提案力を競いました。J Aバンク北海道では、コンクールを通じて、より一層のお客様の満足度向上を目指して参ります。

## ホクレン

ホクレンは、酪農生産基盤強化対策の一環として、



北海道特有の冬場の子牛事故率低減に向けた「冬期子牛飼養環境向上支援事業」を実施しておりますが、平成29年度から和牛繁殖農家の皆様に対する事業「冬期子牛飼養環境向上支援事業（和牛版）」を始めました。具体的には、出生直後の子牛を暖める機械装置や分娩監視モニター等の導入助成を行います。詳しい日程・事業内容については、J A担当課へお問い合わせください。

## J A共済連北海道

社会貢献活動の一環として、

昭和50年から継続して道内各自治体へ救急自動車を寄贈しています。道庁総務部の危機対策課へ寄贈先の選定審議を依頼しており、今年度は4台を寄贈予定。今年度の寄贈が完了すると累積寄贈台数は記念すべき200台を超え、202台を数えることとなります。

今後も行政やJ Aと連携を図りながら交通事故防止と被害者救済への取組みを強化し皆様の為に貢献して参ります。



## J A北海道厚生連

北海道厚生連では、



コウセイくん



イメージキャラクター「コウセイくん」を作りました。医療をイメージした白に北海道の緑を取り入れた、のんびり優しい性格のシロクマくんです。今後、様々な場面で登場しますので、癒されるキャラクターとして親しんでいただきたいと思います。

J A2MP（ジエイエイジャンプ）アプリで北海道厚生連を検索すると「コウセイくん」が登場しますので、皆さん是非会いに来てください。



# トマト

～世界中で愛される見た目もかわいい実力派～

**トマトのプロフィール**

【分類】ナス科  
 【原産地】アンデス高地  
 【和名】唐柿  
 【おいしい時期(旬)】6～8月  
 【主な栄養成分】リコピン、カロテン、ビタミンC、カリウム、クエン酸など

解説: KAORU

## 見分け方

お尻の部分に放射状の筋が見える

へたが緑色でみずみずしくピンとしている

全体に色が回っていて張りがある

均等に丸く、重みを感じる

栽培中に与える水分を減らして糖度が上がっている証拠の「スターマーワ」(星形)とも呼ばれるのチェックしよう

角張っているものや凹凸があるものは、中に空洞ができていたり、生育状況が悪くなかった可能性があるので

## 保存方法

緑色の部分が残っているトマトはまだ完熟していないので、室温に置き、追熟させて全体が赤くなるのを待つ

完熟したトマトは冷蔵庫の野菜室で保存のポリ袋に入れるか、ラップをして、お尻がつぶれないようへたを下にして入れておく

## トマトのチカラ

ビタミンAになるβ-カロテンを多く含んでいる抗酸化作用があり風邪予防や美肌にも効果的

トマトの赤い色のもとリコピンといわれる色素成分の活性酸素を減らす働きがあり、β-カロテンやビタミンEより強力な抗酸化効果があるといわれているよ

β-カロテン

カリウム

リコピン

カリウムは高血圧予防やむくみ改善に

## トマトのヒミツ

トマト トマトル

語源はメキシコのアステカ文明が繁栄していた頃に、トマトル(膨らむ果実)と名付けられたことから

原産地はアンデス高地の16世紀になってジャガイモと共に欧州に渡ったの当時は毒を持っていると思われ観賞用だった

日本へは江戸時代初期に伝来。明治時代食文化の洋風化とともに急速に消費量が増加

パワチンが皮に多く含まれている

うま味成分が果肉より種の周りのゼリー質に多く含まれている

香～初夏 秋 味味が濃厚 高糖度で栄養価が高い

真夏 みずみずしくてさっぱりした味わい

## トマトのいろいろ

世界中には8000種類以上の品種があり、国内で栽培されているだけでも130種類以上!

**赤色系トマト** 皮が薄くて無色透明なもの甘味があり、癖が少なく香りも弱い。「桃太郎」などがこれに当たり、現在市場に出回っているものはほとんどがこの部類

**ミニ系トマト** 丸形や長卵形など形や大きさだけでなく、色も赤、黄、オレンジ、黒など多種多様の超小型のマイクروتも人気

**グリーン系トマト** グリーンゼブラ 未熟なグリーン状態で収穫したものと熟しても赤くならない品種(グリーンゼブラ)がある。彩りや食感も個性的

**フルーツトマト** 高糖度のブランドトマト。与える水分を調整したり、土の塩分を高めたりすることにより、糖度を高めたトマトの総称の品種名ではない

## 楽しみ方・食べ方のコツ

**生** へたをくり抜いてから 生のまま切ってサラダにする場合、皮付きのままの方が栄養価は高いが、皮をむいた方が口当たりが良くなる

**湯むき** 沸騰した湯の中で10～20秒ほど転がす 氷水に入れると皮がつつとむける

**焼く** トマトのへたをくり抜き、オーブンでじっくり焼くと濃厚な甘味が引き出され、いたく美味い

**煮る** 煮込み料理などに使う場合は、皮ごと種も一緒にミキサーにかけると、さっぱりした味わい

**ジュレ** 湯むきをしてからミキサーにかけ、ヨーレにしてソースやドレッシングにフレッシュジュースとしても



2017北海道ブラックアンドホワイトシヨウ

シニアチャンピオンに(有)田中牧場さん所有牛輝く

北海道ホルスタイン改良協議会主催の2017北海道ブラックアンドホワイトシヨウが5月27日から28日の2日間、安平町の北海道ホルスタイン共進会場で開かれ道内各地から255頭のホルスタイン種と21頭のジャージー種が揃い、清水町からはホルスタイン種24頭が出陳し最高位を競い合いました。



シニアチャンピオン受賞 記念撮影

審査員にはアルタジャパン株式会社 代表取締役 細野 淳氏が審査にあたり、厳しい目で審査を進めました。

その結果、(有)田中牧場さん(熊牛)のTMF セプテニー チーズ アトウツド フォーゼ E T号がシニアチャンピオンに輝きました。

なお、各部の入賞牛は次の通りです。(町内関係分)

- ◎ホルスタイン種
- ▽第1部 2位 TMF クラツ シュ モウリーニヨ ジャスマ イ フラワー(熊牛・(有)田中牧場さん)
- ▽第2部 3位 TMF バツク ドア B ウツド エレクトル エコー(熊牛・(有)田中牧場さん)
- ▽第3部 2位 TMF モーサン ミツシー チエンジ キヤンベラ ET(熊牛・(有)田中牧場さん)
- ▽第4部 3位 TMF ヤン

ゴールド ラキア スターダム(熊牛・(有)田中牧場さん)・5位 SEALAKE スパーク テクサー ドアマン(熊牛・(有)田中牧場さん)

▽第5部 4位 TMF スパーク B ウツド エレクトラ エコー フタゴ(熊牛・(有)田中牧場さん)

▽第6部 4位 TMF アット ウイル ハミルトン ビスタ(熊牛・(有)田中牧場さん)

▽第8部 8位 TMF ヤン チップ ラキア フリツク(熊牛・(有)田中牧場さん)

▽第11部 1位 ウエンデイヒース デツセン レックレス ET(石山・小坂洋平さん)・3位 エクシード PS プリテイ

ローズ(熊牛・(有)田中牧場さん)

▽第12部 3位 ダンケー ダイアデム メアリー(北熊牛1・串田健太郎さん)

▽第13部 1位 TMF セプテニー チーズ アトウツド フォーゼ ET(熊牛・(有)田中牧場さん)

▽第15部 ベストスリーファイメイル 1位 熊牛・(有)田中牧場さん

▽第16部 カウンティハード(支

庁別) 1位 十勝  
▽第21部 3位 TMF アサナベルイス アレスバープ リリ(熊牛・(有)田中牧場さん)

第40回十勝農業賞

第40回十勝農業賞を熊牛の松原秀雄さんが受賞しました。

十勝農業賞とは、十勝において農業経営の範となるべき農業者、農業生産に係る組織および農業技術指導に功績の顕著な指導者を十勝農協連が表彰するもので、松原秀雄さんは、今回農業者としての受賞でした。



受賞式

J A 青年部・フレッシユミズ部会

合同スポーツ大会

5月29日、J A 青年部（遠藤耕作部長）とJ A 女性部フレッシユミズ部会（佐々木香織会長）は合同スポーツ大会を開催し、青年部員54名、フレッシユミズ部会員23名、J A ・一般15名の計92名参加のもと清水町体育館で開催されました。



白熱した試合でした

初めに大会長であるJ A 青年部遠藤部長より「怪我のないよう普段交流の少ない部員とも楽しんでください」と挨拶があり、川西支部の森陽輔さん・麻希さんご夫婦が選手宣誓。正々堂々と戦い、互いの交流を深め、有意義な1日にすることを誓い、いよいよ大会の始まりです。

今年度も、昨年と同様に「ミニバレー」を行いました。概要としては、1セット11点マッチのラリー方式で対戦。全16チームを第1ブロックから第4ブロックに振り分け、各ブロックごとに総当り戦を行いブロック1位を選出します。各ブロック1位同士で再び総当り戦を行い、順位を決定しました。

競技中は、飛び込んでボールを取りに行くなどフラインプレーも数多く見られました。

当日は晴天のため、農作業が忙しく欠席された方もおり、チームの人数が足りないトラブルもありましたが、他のチームから応援に行くなど、各チームそれぞれが力を合わせ、楽しんでいました。

競技終了後は、会場を畜産研修センターに移し、ジンギスカンで囲んで交流会です。

交流会のアトラクションとして、例年どおり青年部の十勝大会代表者を決定する「アームレスリング大会」を行いました。

会場は大いに盛り上がり、部会員は楽しそうに、交流を深めておりました。

スポーツ大会の結果は、次の通りです。

- ▽1位 御影Dチーム
- ▽2位 川東Eチーム
- ▽3位 川西Bチーム
- ▽4位 川西Aチーム

J A 女性部

J A 女性部1泊2日研修旅行  
ライオンキングの鑑賞と  
東洋水産の見学を楽しむ

6月14日から1泊2日の日程で、J A 女性部（中村 昌子部長）の研修旅行が行われ、会員22名が参加しました。

今回の研修旅行の目玉は、北海道四季劇場での『ライオンキング』の鑑賞とマルちゃんラーメンでお馴染み『東洋水産』の見学です。



ライオンキング開演前にみんなで記念撮影

当女性部では、6年前にもライオンキングを鑑賞しましたが、今回は前回のときよりもステージに近い席だったこともあり、豪華な衣装や演出をより楽しむことができました。

最後のカーテンコールでは、歓声とともに大きな拍手を出演者に送る会員の姿や「筋肉が本当にすごかったよね!」「北海道弁のシーンが面白かった!」と話す会員の様子が伺えました。

次の日、悪天候のため小樽散策の時間を短くし、東洋水産の見学を早めました。

東洋水産では、見学担当の方より北海道工場で製造している製品





隊長から丁寧な説明を受けました

や取り組んでいることなどについて丁寧に教えていただきました。担当の方の「私が隊長で、皆さんは隊員です。さっそく工場の中を探検しましょう！」の声で、工場見学がスタートしました。

北海道工場で製造している「赤いきつね」「緑のためき」「焼きそば弁当」の3つの中で麺の長さが一番長いのは？という問題の答えを探しながら、麺を作るところから包装されてダンボールに入るころまで見せていただきました。見学中は「隊長！あれはなんですか？」「あの製品はどこで売って



東洋水産でたくさんのことを学びました

いるんですか？」と積極的に質問する隊員の姿が見られました。その後、30年前のCMを見せてもらい、若かりし頃の武田鉄矢さんに隊員からは「懐かしいね」との声が…。

工場の探検を終え、「勉強になったし、楽しかった！」「今度、あの製品を探して買いたい！」などの声も聞こえ、会員にとって充実した時間となったようです。

2日間、快く送り出してくれた家族へのお土産をかばんにたくさん詰めて、楽しかった思い出とともに清水町へ帰ってきました。

## むらさき会

網走・釧路方面1泊2日研修旅行

6月12日から1泊2日の日程でJA女性部むらさき会は、網走・釧路方面への研修旅行を行い、会員14名が参加しました。

町内を出発し、口田邦子会長の「天気も良くなり、皆さんで楽しい旅行にしましょう」との挨拶で始まった研修旅行は、まず、網走方面へと向かい北の大地の水族館に到着。大きく育ったイトウの水槽を見学したり、ドクターフィッシュのいる水槽に手を入れたりして楽しみました。



大きなイトウがたくさん入った水槽



網走監獄の前で記念撮影

昼食を終え、次に向かったのは網走監獄です。あいにく気温は低めでしたが、監獄見学やお土産を買うなど、それぞれに楽しんでいました。

1日目最後は、オホーツク流水館へ行きました。施設の地下へと降り、濡れたタオルを渡されマイナス15℃の流水体験施設へ入ると渡されたタオルがあつという間に凍ってしまいます。

「寒い、早く出たい」という会員の方もいる中、記念撮影をして部屋を出た後は、スクリーンで冬のオホーツク海の様子や流水の下の生物の映像を観賞しました。「大きくて臨場感たっぷりだね」「この生き物がかわいいね」という



流水体験施設で凍ったタオルを片手に

声も聞こえてきました。夕食では、楽しみにしていた毛ガニを堪能しました。初めは皆さんカニに夢中で静かに始まった夕食でしたが、歌って踊って楽しい時間を過ごしました。

2日目最初は、網走硝子館で「サンドブラスト体験」をしました。細かい作業は係の方に助けをもらいながらグラスに思い思いの模様を付けました。出来上がったグラスはその場で持ち帰る事ができ、思い出の品となったようです。

その後は釧路へと向かい昼食と和商市場でのお買い物を楽しみ清水町へと帰ってきました。

2日間天候にも恵まれ会員同士の交流も深まった充実した研修旅行となったのではないのでしょうか。



脚立での窓拭き作業

ボランティア訪問行う

6月6日、そよかぜの会（松澤くに子会長）は清水町デイサービスセンターへ、ボランティア訪問を行いました。

今年で4回目となるこの活動に会員7名が集まり、前日までの涼しさが嘘のような暑さの中、施設の窓拭きをしました。

玄関やベランダなど大きなガラスは脚立に乗り、「暑い、暑い」と一時間程の作業を終え、施設の方に大変喜ばれました。

最後は冷たい飲み物の差し入れを頂いて、「お疲れ様」と笑顔での終了となりました。

## そよかぜの会



「十勝若牛」販売スペース

北海道くらし百貨店

6月22日に札幌市のノルベサでオープンした「北海道くらし百貨店」に清水町の商品がイベントスペースにて期間限定で販売されています。

JA十勝清水町からは、「十勝若牛」のロースステーキ・ハンバーグ・ローストビーフ・カレー・味付サガリ・レバーペースト・ビーフジャーキー・ソーセージ、「焙煎あずき茶」「あずき粉」「北海道十勝熟成黒にんにく」「はるきらり強力小麦粉」「プロッコリ」の出品を行なっています。

土曜日・日曜日にはロースステーキの試食も行なっており、食べたお客様からは、驚いたように「おいしい！」との声が多く挙がり、楽しんでいただけました。味付けには塩コショウのみと伝えることで更に驚くお客様もいらっしゃいました。

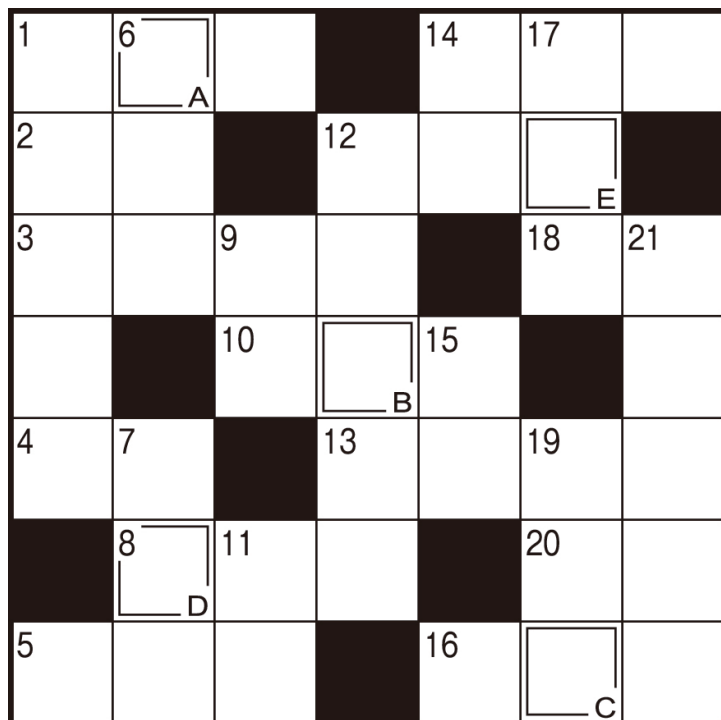
また、「北海道くらし百貨店」のホームページも新規オープンしており、特集第1弾として十勝若牛生産組合の「吉田牧場」が取り上げられており、吉田哲郎さんへのインタビュー記事・動画も掲載されています。



清水町のイベントブース風景



# クロスワードパズル



クイズの答えを解答用紙に記入し、ファックスするか直接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7月31日)

6月号 (No. 303) の答え  
A B C D E  
ラッキョウ



## → ヨコのカギ

- ① 夕涼みや花火大会に似合う着物
- ② サナギからチョウにーした
- ③ 物事を行なうのにちょうど良い頃合い
- ④ 馬の背に置きます
- ⑤ 絵柄の美しいー切手を買った
- ⑩ ナタネやゴマなどを搾ると取れます
- ⑫ 原本からコピーした物のこと
- ⑬ キツツキが木に穴を開けるときに使うもの
- ⑭ 世話人に頼む、昔ながらの婚活
- ⑯ ーキーフ。ペットー
- ⑱ 東南アジアの国・首都はバンコク

## ↓ タテのカギ

- ① 晩ご飯のこと
- ⑥ チョコレートの原料になる植物
- ⑦ ビー玉を押し込んでから飲みます
- ⑨ コンコンとノックする物
- ⑪ 鉛筆を削って出します
- ⑫ 泳げない人の強い味方
- ⑭ ハチドリやチョウが吸います
- ⑮ 電話ではーが明かない。会って話そう
- ⑰ 今日が終わるとやって来ます
- ⑲ 野球の打者が振ります
- ㉑ 頭文字のこと。佐藤さんならSです

## 6月号 (No. 303) あたまの体操当選者発表

当選者は 上清水 菅原 順子さん 上清水2 有働 綾斗さん  
熊牛 吉田 ひなたさん 羽田桐 安田 朝子さん  
新羽帯 水野 美英子さん

おめでとうございます。



メイクを終えて記念撮影



真剣に収納講座を受ける様子

## ちょっと 拝見します



昼食は可愛いキャラ弁でした



色とりどりのメイク道具

J A女性部フレッシュミズ部会  
メイク&収納講座でリフレッシュ

6月22日、JA女性部フレッシュミズ部会（佐々木香織会長）は、農協本所で『メイク&収納講座』を行い、同会員10名が参加しました。少ない人数でしたが、事務局も交えて和気あいあいとした雰囲気の中、午前の部『メイク講座』が始まりました。講師にナリス化粧品品の本内貴美予さんとアシスタント2名をお招きし、紫外線の怖さとその対策の重要性についてお話を聞き、メイクスタートです！

机にずらっと並べられたメイク道具に期待が高まります。佐々木会長をモデルに、メイク前のお手入れから始まりました。普段とは違う行程に戸惑う会員もちらほら自分で出来なくなるとすぐにアシスタントの方がフォローしてくれました。

メイクが完成するにつれ「可愛い〜」「いつもとはちょっと違うね」などの歓声が聞こえました。本内さんが「きちんと保湿したから崩れにくいはずですよ」とおっしゃっていましたが、皆さんどうでしたか？

メイクスポンジやパフ、クレンジ

ングオイルなど嬉しいお土産もたくさん有り、楽しい時間となりました。昼食はゆめあとむのキャラ弁です。可愛らしいお弁当に参加者の喜ぶ声が聞こえてきました。

そして午後の部は『収納講座』です。講師に整理収納アドバイザーの鈴木里紗さんをお招きし、整理・収納の基本を学びました。鈴木さんからの問いかけに積極的に手を挙げ、自身の考えを答える会員の姿が見られました。お部屋を綺麗にするコツだけではなく、綺麗な状態を保つ方法も教わりました。

また、日頃の家庭での整理・収納に関するお悩み相談会も行い、会員同士で悩みを共有し、鈴木さんの助言で解決する方法が見えたのではないのでしょうか。

さらに、日頃のプチストレスを解消するアイテムの作成方法も教わりました。ストレスが軽減されるだけではなく、なんと！家族とのコミュニケーションツールにもなるんです！これには、驚きの声が上がります。作成に必要な材料を尋ねる会員も見られ、家に帰って作成してみた方もいるのではないのでしょうか。

身も心もすっきりとリフレッシュでき、終始和やかに楽しく研修会を終えることができました。