

## 今月の職員さん



さんようし ふうた 職員  
算用子 楓太

### 最近の出来事

『ゆでたまごを一口で食べているところを  
美人に見られました』

#### ◆所属部署・担当業務

管理部 管理課

#### ◆趣味・特技

趣味…家の掃除

特技…少し楽器が弾けること

#### ◆自分はこんな人です！

細身です。

#### ◆上司からの一言（村尾課長より）

昨年10月に途中で入協してから、今は管理課で税金申告協議会の業務を担当してもらっています。

持ち前の人の良さは必ず業務にプラスになると思います。まだ慣れない環境で大変なこともあると思いますが、これからも一緒にがんばって行きましょう。

来月の職員さんは 島田 仁吾 職員です。

## 今月のメニュー

### 切り干し大根のからし和え

#### 主な材料（4人分）

- ・切り干し大根…32g
- ・人参…60g
- ・しょうゆ…大さじ1
- ・酢…大さじ1
- ・練からし…小さじ1/2
- ・ごま油…小さじ1
- ・ごま…大さじ1
- ・枝豆（むき）…24g
- ・ロースハム…20g

#### 作り方

- ① Aの調味料を合わせておく。
- ②切り干し大根は水で戻し、食べやすい大きさに切り、しっかり水気をきっておく。人参は千切りにして茹でて水気を切り、ハムを短冊切りにする。
- ③ Aと枝豆、②を混ぜ合わせ、お皿に盛り付け完成。



協力：JA女性部料理研究会

# 十勝 Tokachi Shimizu 清水

最高のぜいたく、育てています。



2020年2月号  
332号

## 無線放送の終了について

- 02. すこやかファミリー  
伊藤さんファミリー
- 06. ベジタブルライフ
- 07. 農林水産省よりお知らせ
- 09. JAグループ通信
- 10. トピックス
- 14. クロスワード
- 15. 生命を育む土づくりコラム (№13)
- 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。

 十勝清水町農業協同組合

## すこやかファミリー



下佐幌 1

いとう はる  
伊藤 陽くん (2才7ヶ月)

トラクターや働く車が好きな陽くん。撮影中、初めは緊張した様子でしたが、お兄ちゃん、お姉ちゃんの協力により素敵な笑顔を見せてくれました。

子育てについてさとみさんに伺ったところ「兄弟ゲンカが絶えず、毎日、賑やか過ぎるくらいですが、4人でキャーキャー笑いながら遊んでいる姿はいつ見ても温かい気持ちになります」と教えてくれました。

～お母さんからのメッセージ～

陽へ ☆ニ

兄ちゃん、姉ちゃんと仲良く  
元気いはい 大きくなっね  
大好きだよ♡ ママエソ

おとうさん	伊藤	旭さん
おかあさん		さとみさん
おにいちゃん		快さん
おねえちゃん		里彩さん
おにいちゃん		昊さん
おじいちゃん		正彦さん
おばあちゃん		弘子さん

### 家族の健康

## 『間もなく花粉症シーズン到来』

健康科学アドバイザー ●福田千晶

地域にもよりますが、スギ花粉が多く飛散するのは、バレンタインデーからゴールデンウィークころの期間。春の日差しを楽しめる時期なのに、花粉症でうつうつしい日々を過ごす人も多いはず。花粉症で毎年とても不快な思いをする人は、今年もまずは薬で対処するはず。自動車の運転、危険を伴う作業、高い所での作業がある人は、眠くなりやすい抗アレルギー剤の内服は危険です。医師や薬剤師に、仕事やライフスタイルも話して、適した薬を選んでもらいましょう。薬での治療は、症状がひどくなってから始めるより、早めに開始した方が効果的です。特に抗アレルギー剤は、内服し始めてから効果が出るのに1〜2週間かかります。地域によりますが、スギ花粉が飛び始めるのが2月中旬ですから、1月末か2月初めころには内服し始めると良いでしょう。そして花粉症シーズンになり、出現する症状に応じて他の内服薬、点眼薬、点鼻薬などを組み合わせることで症状を抑えましょう。

花粉症で大切なことは、なるべく花粉を浴びないこと。屋外での作業や外出時には、衣服はナイロン素材で花粉がツルリと落ちる物を選び、家に入るときは上着や帽子を脱ぎ、室内に花粉を持ち込まない工夫が大切です。これは、花粉症でない人も家族や職場で花粉症の人がいる場合は、協力しましょう。室内ペットが散歩から帰ったときも、体を洗ったり、ぬれタオルで拭くなど、花粉を落として入室することも忘れずに。

例年、花粉症でつらい思いをしている人は、長期にわたり効果が期待できる免疫療法や手術療法も検討してはいかがでしょうか？ 免疫療法は舌下免疫療法が保険適用になり、3〜5年かかりますが毎日、少しずつ花粉エキスを入れることで花粉を異物と感じなくなる方法です。手術療法は耳鼻科を受診して適応になるか相談します。

花粉症の症状が原因での仕事の効率低下や事故を防ぎ、不快感を減らしたいですね。



# 更新 FAX機 トナー・ドラムの取扱先と

## 使用済みトナー・ドラムの処分方法について

令和元年12月より順次、取替え工事を行っている更新FAX機ですが、トナーとドラムについては、生産資材課と御影支所経済にて取り扱っております。(食彩館すまいる432やAコープ御影店での取り扱いはありませんので、ご注意ください。)

なお、付替え工事後のトナーは、スタート用トナーのため最大で700枚(印刷物の内容によっては400枚ほど)でトナーが切れてしまいます。

FAX機に『まもなくトナー交換』という表示が出ましたら生産資材課または御影支所経済にて早急にトナーをご購入いただきたく存じます。

また、使用済みのトナーやドラムにつきましても、組合員様ご自身で処分していただくか、生産資材課または御影支所経済にお持ち込みください。

※機種によりトナーとドラムの形が異なりますので、購入の際はご注意ください。

FAX機の種類

トナー

ドラム

FAX-2840JA



TN-27J



DR-22J



MFC-L2750DW



TN-29J



DR-24J



# 無線放送 終了に伴う 更新FAX機での 雑穀・畜肉相場の確認方法について

広報10月号(329号)にてお知らせしておりました通り、令和2年1月31日をもってJAからの無線放送は終了いたしました。

これまで無線放送にて発信しておりましたJAからの情報は、全てファックスでのご案内となります。

なお、雑穀・畜肉相場につきましては、JAファックス端末機で情報を取り出ししていただくか、十勝総合支援システムにてご確認いただけます。(十勝総合支援システムでの確認方法については広報10月号をご覧ください。)

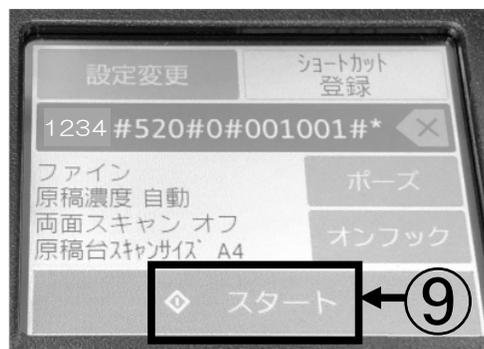
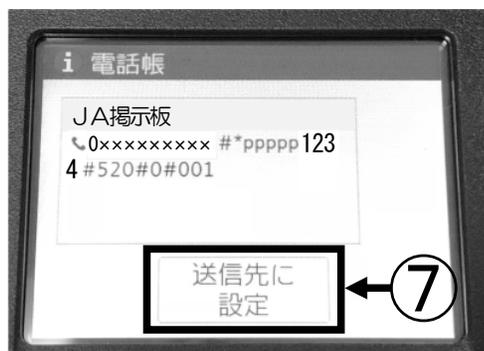
今回は、令和元年12月より順次、取替え工事を行っている更新FAX機での雑穀・畜肉相場の取り出し方法をご案内いたします。

## FAX-2840JAでの取り出し方法

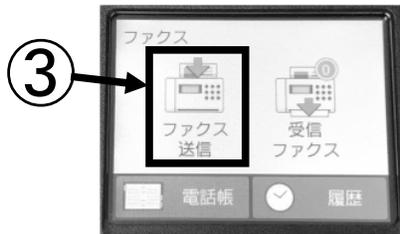


- ① 『オンフック/保留』ボタンを押します。 → 「プー」と発信音が聞こえます。
- ② 『ワンタッチ1 (JA掲示板)』ボタンを押します。 → 「ダイヤル音」→ 「呼出音3回」の後、「こちらはメールセンターです。加入者番号を入力して下さい」と音声メッセージが聞こえてきますが、何も操作せず、そのままお待ち下さい。 → 「ピポパポ・・・」と再びダイヤル音が聞こえます。ダイヤル音(ピポパ・・・)が止まったら『掲示板番号を入力して下さい』とアナウンスが流れます。
- ③ 取り出したい「掲示板番号3桁と#と\*」ボタンを押します。  
例: 『JA掲示板内容一覧表』を取り出す場合は『001#\*』と押す。  
『雑穀相場情報』を取り出す場合は『201#\*』と押す。  
『畜産物相場情報』を取り出す場合は『203#\*』と押す。  
「そのままお待ち下さい。ファクシミリ情報を出力しますので、ファクシミリを受信状態にして下さい」とアナウンスが流れます。
- ④ 「スタート」ボタンを押します。 → 指定した掲示板情報が送られてきます。

# MFC-L2750DWでの取り出し方法



- ①ホームボタンを押します。
- ②ホーム画面のファックスをタッチします。
- ③みるだけ受信をご利用の場合は、ファックス送信をタッチしてください。（※みるだけ受信を利用されていない場合は、④に進んでください。）



- ④オンフックをタッチします。→「プー」と発信音が聞こえますが、そのまま ⑦ まで操作を続けてください。
- ⑤電話帳をタッチします。
- ⑥JA掲示板をタッチします。
- ⑦送信先に設定をタッチします。

※ご注意※  
ダイヤル回線の場合は、無音となります。『掲示板番号を入力して下さい』とアナウンスが流れるまでは、何も操作をしないで下さい。

「ダイヤル音」→「呼出音3回」の後、「こちらはメールセンターです。加入者番号を入力して下さい」と音声メッセージが聞こえてきますが、何も操作せず、そのままお待ち下さい。→「ピポパポ・・・」と再びダイヤル音が聞こえます。ダイヤル音（ピポパポ・・・）が止まったら

『掲示板番号を入力して下さい』とアナウンスが流れます。

- ⑧ 取り出したい「掲示板番号3桁と#と\*」ボタンを押します。  
例：『JA掲示板内容一覧表』は『001#\*』と押す。  
『雑穀相場情報』は『201#\*』と押す。  
『畜産物相場情報』は『203#\*』と押す。  
「そのままお待ち下さい。ファクシミリ情報を出力しますので、ファクシミリを受信状態にして下さい」とアナウンスが流れます。
- ⑨「スタート」ボタンを押します。→ 指定した掲示板情報が送られてきます。



野菜ソムリエ上級プロ  
KAORUの

# ベジタブル ライフ

## ニラ

～元気の源！ スタミナ野菜～

イラスト：小林裕美子



**ニラのプロフィール**

【分類】ヒガンバナ科ネギ属

【原産地】東アジア

【おいしい時期(旬)】  
通年だが主に春(3～6月)

【主な栄養成分】  
アリシン、β-カロテン、カリウム、ビタミンK、  
葉酸など

### 見分け方

- 葉の幅が広めで、肉厚
- 葉先までピンとしている(鮮度良好)
- 美しい緑色で、張りツツヤがある
- 切り口がみずみずしく香りが良い
- 鮮度が良くない変色している葉先が折れていたり、しおれている
- まずい

### 保存方法

傷みやすく、リフレートの2～3日以内を使い切ろう

調味料として活用! 刻んでみそやしょうゆなどに漬けておく

**冷蔵保存**  
冷蔵庫の野菜室で立てて保存の全体をラップで包むか乾いた新聞紙などで包んでポリ袋に入れる

**冷凍保存**  
1か月ほど保存可能。そのまま汁物や鍋物、炒め物に! 洗って水気を拭き取り、使いやすい大きさにカット、小分けにしてラップに包むか保存袋に入れる

### ニラの子カラ

- アリシン**  
ニンニクやネギにも含まれる強い香りの成分。ビタミンB1の吸収を高めて糖の代謝を促進する働きがあり、疲労回復やスタミナ増強に役立つ
- 葉酸**  
増血作用があり、貧血予防に効果的。女性は特に不足しやすく、妊婦の方にも有効
- β-カロテン**  
緑色の部分に多く含まれる。抗酸化作用があり、免疫力向上、風邪予防、美肌、老化予防に効果が期待できる
- ビタミンK**  
骨の強化や健康維持に役立ち、止血作用もある
- カリウム**  
利尿作用があり、むくみの改善に効果的。高血圧予防にも

### 楽しみ方・食べ方のコツ

一年中出回るため、夏バテ予防のスタミナ食材として、また冬の風邪予防にも春は比較的柔らかく、優しい味わい

昔も今も元気の源

油や肉などの食材と相性が抜群! 定番スタミナメニューに!



中華料理・韓国料理・日本料理



香りと風味    鮮度が良ければ生でもOK

根元に近い白い部分は食感と香りが強く、アリシンが葉先の4倍以上含まれるといわれている

生春巻きやサラダ、スープや麺類のトッピングにのみ処理不要で手軽に使える

香りで食欲増進    加熱は短時間で

葉より根元を利用すると、肉などの臭み消しになりビタミンB1の吸収も高める!

味わいや風味に深みが出る同じコリ料の仲間、ニンニクやネギと併せて使う

炒めるときはサッと汁物や鍋物には最後に加える

### ニラのいろいろ

- 葉ニラ**  
一般的な緑色のニラで、長さは30cm程度。特有の香りが特徴。炒め物、鍋物、汁物の他、刻んでギョーザ、千切み、たれに入れるなど、使い方は多様
- 黄ニラ**  
日光に当てずに軟白栽培したもので、別名「ニラもやし」。薄い黄色で柔らかく、香りも優しい。味はほんのりとした甘味があり、癖がない
- 花ニラ**  
葉ニラの茎が伸び、つぼみが付いた状態の花茎とつぼみを食べる品種。甘くて柔らかく、歯応えが良く、香りはマイルド。油で炒めると食感の良さが楽しめる
- 木杓ニラ**  
木杓と交雑育種された新品種の葉幅が広く、ポリウム感があり、調理しても存在感がある。食べ応えも十分

### ニラのじミツ

歴史    日本へは中国から伝来

『古事記』には「賀美良(かみら)」という名前が登場

平安時代の薬物事典『本草和名』にも「葹(ニラ)の和名は古美良(こみら)」と記されている

古くは滋養強壮に役立つ漢方薬として、明治時代以降に野菜として栽培

# ロータリー等を装着したまま公道走行が可能になりました!

ロータリー等の直装型作業機\*を装着した状態のトラクターが、一定の条件を満たした場合に公道走行が可能となりました。周囲の方々への安全を第一に、注意して走行してください。

\*直装型作業機:けん引タイプではない、ロータリー、ハロー、直装式ブームスプレーヤ、播種機等のトラクターに直接装着する作業機

Q. 「一定の条件」とはどのようなものですか?

A. 灯火器類、作業機の幅、最高速度、運転免許などの確認が必要となります。詳しくはお近くの農機販売店や、地方運輸局、地方農政局、(一社)日本農業機械工業会にご確認ください。

例えば灯火器類なら……

作業機を装着して灯火器類が見えなくなる場合  
⇒ お近くの農機販売店で、灯火器類を増設しましょう!



 国土交通省 農林水産省

【お問合せ先】  
農林水産省 生産局  
技術普及課 03-6744-2111



[http://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s\\_kikaika/kodosoko.html](http://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/kodosoko.html)

(一社)日本農業機械工業会

日農工 公道走行 

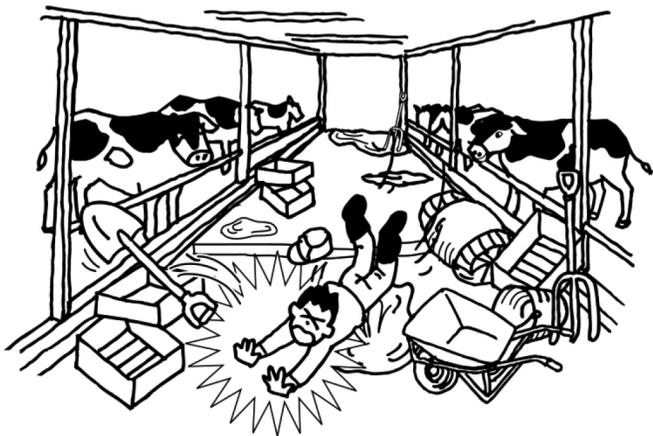


<http://www.jfmma.or.jp/koudo.html>

# 冬季型の作業事故防止

## 家畜の飼養管理では

- ▶家畜に近づく場合、人間の存在を知らせるよう前から近寄りましょう。
- ▶牛を驚かさないう急な動作や、甲高い声を出さない。
- ▶通路上に不要物を置かず、凸凹や段差をなくす。
- ▶牛舎内を明るくする（足下がよく見えるように）。



## 機械による除雪作業では

- ▶機械を前進・後退させる時は、周囲に人がいないことを確認しましょう。
- ▶物陰や雪山の陰から突然人が出てこないか注意しましょう。
- ▶側溝や路肩等を確認し、転落・転倒事故に注意を。

これからは、家畜飼養や機械の修理・整備作業、除雪作業時などの冬季型事故に注意しましょう。

## 機械の修理・整備では

- ▶安全な服装(安全靴・帽子、手袋)で作業をしましょう。
- ▶機械をジャッキアップした場合は、落下防止台を施しましょう。
- ▶溶接やグラインダーなどの作業をする場合は、防護メガネ・安全靴・皮手袋などの着用を。



冬の道路は危険がいっぱい  
交通事故にも気をつけて

# 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トピックスなど、組合員の皆様に定期的に伝えします。

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

J Aグループ北海道は、「令和2年産の畑作物作付に向けた10のメッセージ」と「畑作物のGAP」についてパンフレットを作成しました。10のメッセージは、①



②需要動向を踏まえた生産、輪作体系の確立、③農業諸制度の堅持の3つの観点から、令和2年産の作付にあたって参考としてほしい情報をわかりやすく伝達することを目的としています。畑作物のGAPについては、令和元年度は一部生産者協力のもとプレ実施し、課題や問題点を整理し、令和2年度より本格実施する方針としています。詳細な内容については、今後、連合会やJ Aを通じてお知らせいたします。10のメッセージや畑作物GAPの具体的な内容については、QRコードよりパンフレットをご確認ください。



## J A北海道信連

J Aバンクのキャラクター「よ

りぞう」が、協同組合間連携の取り組みの一環として、初めてコープさっぽろ・ろうきんのキャラクターとともに、11月に札幌市内の保育園を訪問しました。また、12月には、「よりぞう」と「ちよリス」が、岩見沢市、滝川市、旭川市の幼稚園を訪問し、子供たちと交流を深めました。

地域の皆様に、J Aバンクをより身近に感じてもらえるような活動に取り組んでいます。



## ホクレン

ホクレンは、北海道ぎよれんと「共同制作」したカタログギフト「北海道大地のギフト」を販売しており、旬の北海道産農畜産物・水産物ならびに、その加工品など北海道産食材の魅力をお届けいたします。

カタログを贈られた方が気に入った商品を好きなタイミングで注文できます。価格は1冊5,500円（消費税込み、送料除く）。詳しい内容は「ホクレングリーンネットショップ」のWebサイトで閲覧いただけます。



## J A共済連北海道

J A共済連北海道では、2月4

日から開催される雪と氷の祭典「第71回さっぽろ雪まつり」の大通り7丁目「HBCポールド広場」におきまして、令和元年度 J A共済 全道小・中学生交通安全ポスターコンクールの入賞作品64点を展示いたします。

J A共済連北海道は交通事故のない社会の実現に向けて、多くの観光客の方々にも交通安全の大切さを理解していただき、事故の防止につなげていきます。（写真は、昨年の会場の様子）



## J A北海道厚生連

組合員ならびに地域住民の皆様、の生命と健康を守るため、本会事業の積極的な啓蒙推進を図ることを目的として、広報誌「すまいる」を発行しております。

紙面をリニューアルし、より読みやすくさらに健康に役立つ医療・健康情報を発信しております。10月発行分にはプレゼント付きアンケートもございますので是非応募にもチャレンジしてみてください。



J A そよかせの会

ボランティア研修会

J A 十勝清水町そよかせの会（笹原千代美会長）は、12月2日にレクダンス講習会を開催し、会員11名が参加しました。

講師に、日本フォークダンス連盟道東支部レクダンス部門の理事をお務めの貴戸幸恵さんをお呼びし、歌謡曲やポップスなど様々な曲に合わせて踊り、汗を流しました。



「花は咲く」にあわせて踊ります

まずはストレッチから始めますが、これもオリジナルの曲に合わせて



テンポの速い「マンマ・マリア」に悪戦苦闘

せて、まるで踊っている様に準備運動ができます。

ストレッチが終わり、いよいよレクダンスがスタート！レクダンスは、講師のお手本を見ながら、少しずつ振付を覚えるので、初めての方でも簡単にダンスを楽しむことができます。

今回の講習では、マンマ・マリア、花は咲く、ルージユの伝言、星の界の4曲を教えて頂きました。一曲目のマンマ・マリアは軽快なリズムが印象的で、レクダンスの基本ステップを取り入れた振付になっており、先生は、「どんな人でも、この曲から踊り始める、基本の“き”。簡単だし間違っ

もいから、とにかく動いてください！」と言いますが、テンポも速く、初挑戦の参加者は悪戦苦闘します。

それでも、15分もすれば一連の振付を覚えてしまい、皆さん楽しく踊ることができました。

他の曲では、並んで一人踊りをしたり、全員で手を繋ぎ輪になったりとフォーメーションも様々。年代やシチュエーションで選曲もするそうで、自然と身体が動き出す楽しさです。

1時間ほど経過した頃、参加者の休憩を兼ねて先生がデモンストラーションを披露してください、ダイナミックなダンスを見た会員からは、「表現力がすごい」、「見応えがあるね」との声が上がります、すっかり見入ってしまいました。

12月開催という事もあり、クリスマス時期のプログラムには必ず入れるという、星の界を最後の曲で踊り、この頃には、参加者の皆さんもダンスに慣れてきて、動きも大きく、表情も豊かになっていました。

貴戸先生の終始明るく、楽しい指導で、心地の良い汗をかき終ったとなりました。

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・鹿追・新得の  
フレミズ部員で親睦を深める

12月2日、J A 十勝清水町女性部フレッシュユミズ部会（佐藤夏紀会長）、J A めむろ女性部フレッシュユミズ部会（小澤理恵子代表リーダー）、J A 鹿追町女性部フレッシュユミズ部会（村瀬梓代表）、J A 新得町女性部フレッシュユミズ部会（湯浅菜美会長）は、参加者56名（清水からは11名）で西部ブロック交流会を開きました。

今年度はお休みしていたJ A 新得町を迎え、初の4単組での開催となりました。

種目は「ティーボールで野球



豪快なスイング！

盤』です。初めに清水町体育協会の中島啓治氏よりルールの説明がありました。

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ができます。野球やソフトボールと異なる点は、①バッティングティーの上に置かれたボールを打つので、ピッチャーがいらない。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。

今回は野球盤なので、守備の代わりに、OUT・2B・HRなどの貼紙がされたコンテナや三角コーンを置きます。ボールを打って2Bのコンテナに当たった場合は2塁まで進み、O



「上手く打てるかな…?」



ジュースで乾杯!

UTの場合には次の打者に打順が回ります。4チームで3イニング行い、獲得点数の多いチームが優勝です。

ルール説明後、打順を決めて競技開始です。

競技中は、フルスイングで空振りする人やギャラリイまで豪快なホームランを打つ人、ボールの当たりは良くてもOUTのコンテナに当たってしまう人など：様々でした。また、打ったボールは思いのほかコロコロと転がるので、「ヒットになるかもよ?!」「もっと転がって〜!」とみんなでボールの行方を見つめて盛り上がりました。

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

冬期研修会（キンボール）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（佐藤夏紀会長）は、12月19日に冬期研修会（参加者17名）とクリスマス会（参加者31名）を開きました。

午前中は清水町体育館にて冬期研修会（キンボール）です。

清水町体育協会の中島氏よりキンボールのルール説明がありました。

キンボールとは、直径122センチ・重さ約1キロの大きなボールを使用し、1チーム4

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部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、優勝チームに景品が贈呈されました。「ティーボールで野球盤は思っていたよりも楽しかった!」「今回は見学だったけど見ているだけでも楽しかった!」との声が多く聞こえ、西部ブロック交流会は、部員にとって有意義なものとなったようです。

人×3チーム（イエロー・ピンク・ブルー）で、ヒット（打つ）とレシーブ（受け止める）を繰り返して点数を競い合うスポーツです。

主なルールとして、①サーブのときはボールを3人で支え、残りの1人が「オムニキーン!○○○（自分のチーム以外の色）」とボールを打つ前に言うこと、②サーブで指名されたチームは床に落ちる前に全員でボールをレシーブすること、③レシーブに失敗したとき、レシーブチーム以外に得点が入る…などがありました。

試合中は、皆さん全力で走り回り、「もう疲れた!」「膝にサポーターが欲しい!」と話しながらも「レシーブしてから



うまくレシーブできるかな!?



オムニキン！ピンク！

早くサーブを打った方が良いよね！」「人がいないところを狙おうと思っただけはいるんだけど」とチームごとに話す様子が伺えました。

全部で5試合行う予定でしたが、4試合目の途中でボールの空気が抜けてしまい、試合続行が難しい状況に…。その時点で、ブルーチームの優勝は確定したのですが、イエローとピンクチームが同点だったため『靴飛ばし』で2位・3位決定戦を行うことになりました。

両チーム1人ずつ靴を飛ばし、より遠くに靴が飛んだチームに1点が入るという単純なルールでしたが、思いのほか接戦で盛り上がりました。5回戦行い、3対2でピンクチームが2位と

なり試合終了です。

最後に表彰式と記念撮影をし、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、クリスマス会です。おいしい料理を囲みながら、久しぶりに会った会員同士で話に花が咲きます。

豪華景品が当たる抽選会では、番号が呼ばれるたびに歓喜の声とともに「こんなに早く呼ばれると思っただけから何をもらうか決めてない！」「何にしよう？すごい悩む！」と景品の前で考え込む部員の姿がみられました。

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。



「今年もお疲れ様でした！」

## 地域別懇談会

12月3日～12月5日の3日間、JA地域別懇談会を10ヶ所の会場で開催いたしました。

議題としては、元年産畑作物の概算金関係、酪農畜産情勢について、組勘取引約定書の変更について、家畜排泄物堆肥化施設評価見直しについてなど15項目について説明致しました。

JAからの説明後、組合員から質疑・意見をいただき、これらに対して具体的な内容の説明により理解を深めていただきました。



議案に目を通す組合員

## JA十勝地区 女性協議会研修会

JA十勝地区女性協議会主催による研修会が、12月11日から1泊2日の日程で、十勝幕別温泉グランヴィリオホテルで開催され、当JA女性部（杉山 聖美部長）より11名が参加しました。

初めに『私たちの手で女性組織活性化』新3か年計画とSDGs（エス・ディー・ジーズ）から考える」と題して、JA全中 青年女性対策課 課長の白井稔氏より講演がありました。近年の農業情勢や農業が抱えている問題について触れながら、そのなかで女性部という組



JA女性組織綱領を朗唱します

織が持つ役割について説明されました。また、SDGsの取組は農業や女性部活動と密接に関わりあっていることから、女性の活力を生かすことでこれからの農業や地域社会をより良くすることができると熱く説明されました。

次に、SDGsの取組を通じた女性部活性化に係る意見交換会を行ない、参加者は8〜10名のグループに分かれ、テーマに沿って決められたテーマに沿って意見交換会を行いました。



テーマに沿って意見を出し合います



笑いヨガを体験

きること、JAができることなどに関する意見を出し合い、SDGsと女性部活動のつながりについて知見を深めました。

2日目は、『次代につながる協同活動の価値向上に向けて』と題してJA北海道中央会帯広支所長 沼田光弘氏より講演がありました。地球温暖化や気候変動などが、日本の産業に及ぼしている影響について、具体的な例を取り上げながら説明していただき、その中で、協同組合や女性部の必要性についてわかりやすく説明していただきました。また、『JA女性組織はな

ぜ必要なのか?』や『JA女性組織活動をめぐる課題』などについてもお話がありました。本題終了後、沼田氏が行なっている有害鳥獣駆除に関するお話も聞かせていただきました。身近にいるエゾシカやアライグマの話などを面白おかしく話していただき、会場はおおいに盛り上がりました。

最後の研修は「笑いヨガ」です。講師の帯広NPO28サポートセンター 顧問 千葉 養子氏による笑いヨガの体験を行いました。最初は戸惑いながら笑いヨガを行なっていた参加者でしたが、周りの笑い声につられて自然に笑いがでてくるようになりました。

参加された部員は、普段関わることの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。

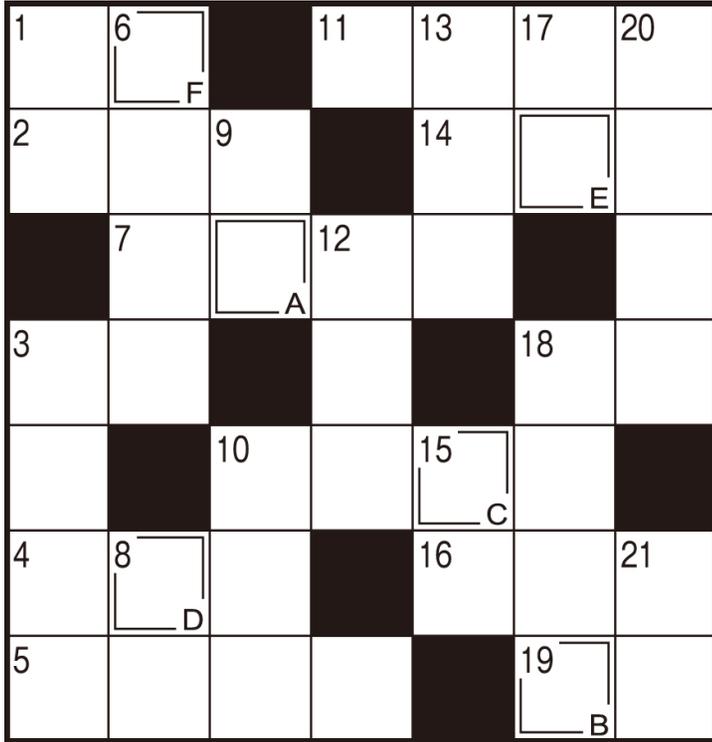
▼各JA女性部が作品を持ち寄り開催された手作り作品展示会では、当JA女性部手芸サークルの会員さんが作成した『タペストリー』を展示しました。

## 行事予定表 (2月20日~3月20日)

月	日	曜日	
2	20	木	地区別組合長会議

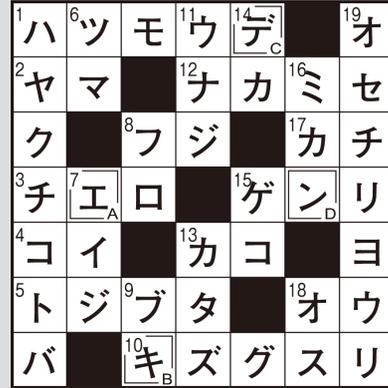
月	日	曜日	
3	2	月	青年部定期総会
	4	水	女性部定期総会
	5	木	女性部フレッシュミス部会定期総会
	6	金	ぞよかぜの会定期総会

# 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J A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28日)

合併号 (No. 331) の答え  
A B C D  
エキデン



## → ヨコのカギ

- ① 鬼は——、福は内
- ② 天井とかもいの間に作られます
- ③ 元素記号はFe。身近な金属です
- ④ 銭湯へ入るときにくぐることも
- ⑤ 床側に腹を向けて寝そべります。——寝
- ⑦ 自然の美しい風景を表す言葉、——風月
- ⑩ ちらしやCMもこの一手法
- ⑪ 赤い花が咲く梅のこと
- ⑭ √の記号で表します
- ⑯ 出発——になって忘れ物に気付いた
- ⑰ 寺院へ入るときにくぐることも
- ⑱ 酒を飲むと回る人もいます

## ↓ タテのカギ

- ① 雲が浮かんだり星が輝いたり
- ③ 2月23日は——誕生日。国民の祝日です
- ⑥ 受験生が縁起を担いで食べることもある揚げ物
- ⑧ 人が並ぶとできます
- ⑨ 港——。城下——。——工場
- ⑩ 良いだしが出る海藻
- ⑫ しぼしぼ野党とやります
- ⑬ 2020年は——年。2月が29日まであります
- ⑮ 将棋の盤面に並べる物
- ⑰ 走り高跳びの選手が跳び越えます
- ⑱ 読経に合わせてポクポクたたきます
- ⑳ 縁、結、続に共通の部首
- ㉑ XとZの間

## 合併号 (No. 331) あたまの体操当選者発表

当選者は 下佐幌平成 山村 洋子さん 人舞5 大口 和美さん  
本 村 鳥羽 興さん 西松沢 若原 加津枝さん  
下美 蔓 2 木幡 修也さん の5名です。

おめでとうございます。

## 【土壌診断は何のために行なうのか？】

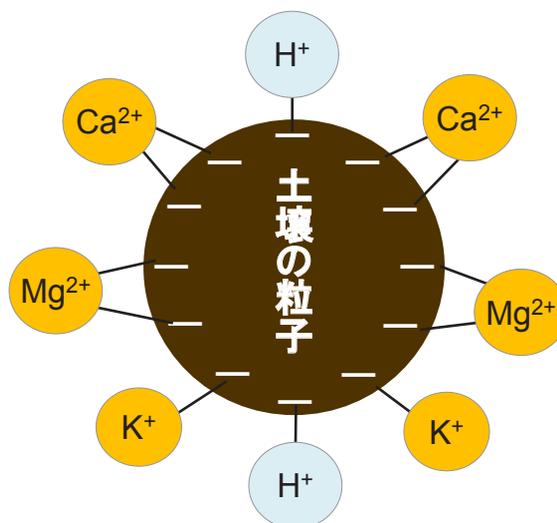
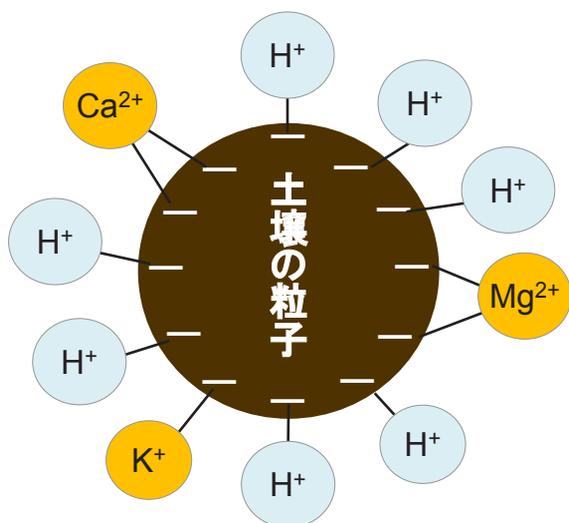
### POINT 1 pHは水素イオンの濃度を示す！！

土壌のpHは負荷電についている水素イオンの濃度を反映します。下の図を見比べると、左側は水素イオンが多くついているので強酸性であり、右側は水素イオンが少ないので弱酸性であることを示しています。酸性であることが良いとか悪いとかではなく、自分の圃場の土壌pHがどの程度なのか？を土壌分析で知ることが重要です。

土壌が強酸性の場合は、作物に対してどのような影響を及ぼすのか？どのような土壌が酸性の問題が大きいのか？などを理解し、それぞれの要因ごとに適切な対応を行うことが重要となります。

**強酸性＝水素イオンが多い**

**弱酸性＝水素イオンが少ない**



### POINT 2 北海道の土壌は基本的に弱酸性

前回のコラムで紹介したように、北海道の土壌は基本的に酸性であり、およそpH5～6の弱酸性を示します。草地などのように、更新時などに炭カルや苦土炭カルなどの酸性矯正資材を多量に施用した場合には、pH6～7の微酸性を示すこともあります。

清水町の土壌は、もともと腐植含量が高い土壌が多く、土壌のpHが変化しにくい性質を示します。このような性質のことを緩衝能と呼び、清水町に広く分布する黒ボク土は緩衝能がとても高く、pHが極端に低かったり高かったりすることはあまりありません。

土壌のpHは、養分の溶けやすさや作物への吸収しやすさなどを変えます。また、土壌中の細菌やカビなどの微生物の働きもpHによって変わります。そのため、土壌pHを適切に調整することは、作物の養分吸収や生育、病気の発生などに大きな影響を及ぼすのです。

畑の場合にはpH5.8～6.5くらいがちょうど良く、草地の場合にはpH6～6.8くらいがちょうど良いといえます。極端にpHが高かったり低かったりする圃場がありますが、その場合には何らかの問題が生じており、作物や牧草がちゃんと生育しない可能性が高いです。詳しくは次号以降で解説していきます！

次回もお楽しみに！



監修

帯広畜産大学  
環境土壌学研究室  
教授 谷 昌幸  
1968年大阪府生まれ  
1995年より同大学にて教鞭をとる

作成 (一社) The Earth Cafe / 深谷かおり