

十勝 清水

Tokachi Shimizu

最高のぜいたく、育てています。



2020年3月
333号

第40回女性部まつり

- 02. すこやかファミリー
深沼さんファミリー
- 07. JAグループ通信
- 08. シニアのための農作業安全
- 10. ベジタブルライフ
- 11. トピックス
- 14. クロスワード
- 15. 女性部まつり作品展示のご紹介
- 16. 今月の職員さん
今月のメニュー



パズリカ♪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。

すこやかファミリー



人舞2

みかめま 深沼 ゆに 心結ちゃん（2歳4ヶ月）

おまごとでラーメン屋さんをするのがマイブームの心結ちゃん。カメラを向けると最初は固い表情でしたが、次第に自然な笑顔を見せてくれました。

子育てについて菜美香さんに伺ったところ「初めての女の子で、何をしてもカワイイです♥自分のおやつを『ハイ、ママの分』と分けてくれたときはとても嬉しかったです♪」と教えてくれました。また、「最近は何でも『自分で！自分で！』と言ってやりたがることが大変です」と子育ての難しさについても教えてくれました。

～お母さんからのメッセージ～

はじめての女の子で、お兄ちゃん達も
×ロ×ロ♡そのせいで最近ワガママ子
になってきてるけど、そんなゆにも
おやつを分けてくれるやさしさもあり。
いろんな成長を感じるこのごろや。
これからもお兄ちゃん達と仲良くね♪

おとうさん	深沼	佑亮さん
おかあさん		菜美香さん
おにいちゃん（長男）		来希さん
おにいちゃん（次男）		楓気さん
おにいちゃん（三男）		龍力さん
おじいちゃん		達生さん
おばあちゃん		女美さん

家族の健康

『耳掃除のやり過ぎは駄目』

健康科学アドバイザー ● 福田千晶

3月3日は耳の日です。
耳掃除は気持ち良いと感じます。理由は、耳の穴には迷走神経と呼ばれる神経があり、触れると快感を生じるからです。そのため気持ち良く頻繁に行いたくなるのですが、実は耳掃除のし過ぎは危険なのです。

耳あかの源は、耳穴の古くなった皮膚の細胞と、耳垢腺から出る分泌物が混じり合った物で、本来は外穴にとどまり、屋外での農作業などでも虫やごみが耳に入り傷付かないように、自然に外耳道を保護してくれるのです。そして、耳あかは自然に少しずつ耳から出て行きます。

ところが耳掃除をすると、耳あかを耳の奥に押し込むことがあります。また、耳の皮膚は薄いので、耳掃除の折に傷を付けることもあります。耳の傷が原因で血液や浸出液が出てそれが固まると、かゆみを起こします。かゆくなるとさらに、耳掃除をしたくなり、傷を付けるという悪循環になります。しかも、耳の傷が炎症を起こすと外耳炎になり、痛みや耳の周囲の腫れを伴い、耳鼻科での治療が必要になります。

耳を掃除するのは、清潔になるイメージもありますが、実は耳掃除のし過ぎは、耳の自然な清浄作用がなくなり余計に不潔になります。しかも、外耳炎や耳のかゆみ、不快感の原因にもなるので耳掃除のし過ぎはやめましょう。木製や金属製の耳かきを使用したり、耳の奥深くまで掃除するのは傷を付けやすいので気を付けましょう。耳掃除は、清潔な綿棒を使い、月に1〜2回で十分です。入浴や水泳の後に耳の中に水が入ったときは、タオルや綿棒で入り口付近だけ水を拭き取ります。

耳あかが多量になったり、耳が不快な場合は、耳鼻科を受診して相談してください。同様に、高齢者や耳掃除を極端に嫌がる人、耳あかがベトベトしていて自分で耳掃除がしにくい場合も、耳鼻科を受診しましょう。気持ち良いと感じる人も多い耳かきですが、頻度も強さもやり過ぎは危険なので気を付けましょう。



第40回

JA十勝清水町女性部まつり



フィットネスインストラクター
ホシナ サオリ氏

JA十勝清水町女性部（杉山聖美部長）の第40回女性部まつりが2月6日、清水町文化センターで行われ、同部員98名が参加しました。

『女性部まつり』は女性部事業の中でも一大イベントです。農業を支える女性が一気に集いその輪を広げ、事業の発展を願って計画されています。

午前中は、十勝在住のフィットネスインストラクター ホシナサオリ先生を講師に迎え、『カラダメンテナンスで心身ともに健康に』というテーマで講演会を行いました。

ホシナ先生は清水町の出身で、中国伝統医学をベースとした「ひめトレ」や介護予防運動指導員として道内各地で活動を行っています。

今回の講演会では、日々の疲れ



会場の様子（お尻を伸ばすストレッチ）

を癒すストレッチと簡単にできる筋力トレーニングを中心に、毎日の健康維持に役立つ情報も教えて頂きました。

ホシナ先生は「冬になるとインフルエンザや風邪などに罹りやすくなり、マスクを付けるようにな

ります。普通にしゃべっているだけでも周辺にツバが飛び、そこから風邪などがうつります。マスクは感染予防というよりも、人にうつさないために付ける必要があります。感染予防に重要な事は『手洗い』です。知らないうちに手についたウイルスが、目をこする、鼻を触る、物を食べるといった動作をした時に体内に入ります。もう一つ重要なことは『水分摂取・うがい』です。喉を乾かさないと、ウイルスを胃まで流し込むことが重要です。ウイルスや菌は胃液のなかでは生きることができません。また、代謝が落ちていている人は水分が足りていません。1回90CCを目安に小まめに水を飲んでください。」と説明され、簡単にできる風邪対策に参加者は真剣な目つきで頷いていました。

また、筋力トレーニングの必要性についても教えて頂きました。ホシナ先生から「内腿の筋肉が弱くなると尿漏れや、膝と骨盤が開いて腰痛や関節痛に繋がります。股の筋肉が弱くなると姿勢が悪くなり肩こりの原因になります。転びやすい人はスネの筋肉を鍛えると良いです。」という身近な悩みと鍛えるべき筋肉をわかりやすい説明と実演で教えていただくと、皆さん黙々とトレーニングを行っていました。家でも出来る簡単な健康維持のための運動でうっすら汗をかき、ホシナ先生の快活でユーモラスな講演で会場は笑顔に包まれました。

講演会終了後は、よろず市&昼食会です。今年度は、よろず市の試食品として、役員が用意した『プチクレープ チョコ克蘭チ味（ジョイライフ試食品）』をはじめ、旭山桜の会から『かぼちゃのようかん』『野菜のピクルス』、料理研究会から『赤飯』『かぼちゃのガリバタ炒め』『切り干し大根のからし和え』、イーストリバーサークルから『お汁粉』、個人で出品してくださった梶山すみ子さ



会場の様子（背中を伸ばすストレッチ）

トレーニング方法のご紹介

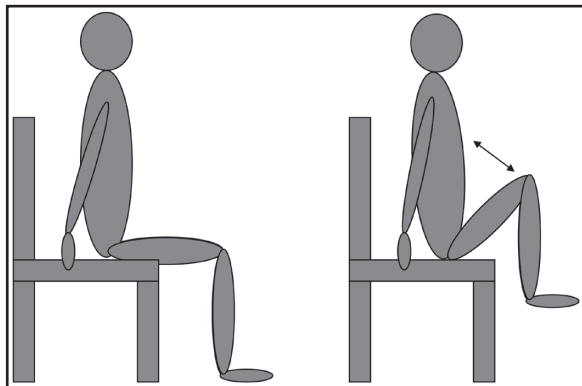


図2 太腿を鍛える

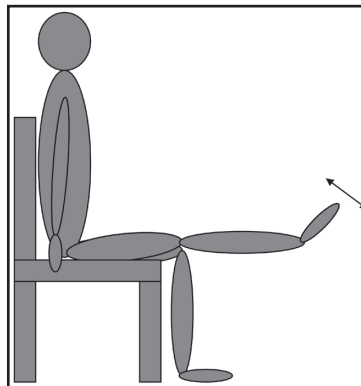


図1 スネを鍛える

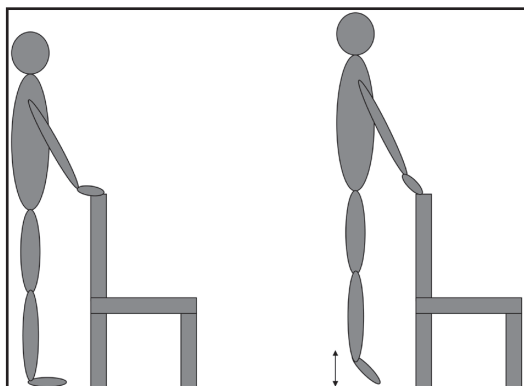


図3 内腿を鍛える

○内腿を鍛える（図3）
かかとを合わせ、つま先を開いた状態で椅子の後ろに立ちます。かかとを合わせたままつま先立ちをします。つま先立ち↓戻すを繰り返します。

○太腿を鍛える（図2）
椅子に浅く座り、手で上半身を支えます。両方の太腿合わせたまま胴体の方に引き寄せます。この時、上半身が倒れすぎないように注意してください。足を引き寄せる↓戻すを繰り返します。

○スネを鍛える（図1）
椅子に座り、片足を伸ばして足首だけを上下に動かします。

んの『お菓子』、橋本佳代子さんの『かつお風味たくあん』、篠永フミエさんの『千枚漬け』が配られ、テーブルにはたくさんさんの料理が並びました。参加者は「これ美味しいよ!」「こっちも美味しい!」と楽しく料理を味わいました。

よろず市の販売部門では、部員が作成した『手作り小物』『くつ下や手袋の編み物』が売られました。作品展示には、旭山桜の会『平成から令和の活動(壁新聞)』、手芸サークル『パッチワークタペストリー』『バッグ・ベスト 他』、ツールペイントサークル『ツールペイント』、むらさき会『押絵リース』、フレッシユミズ部会『令和元年度 フレミズ活動の紹介』などたくさんさんの作品が並びました。素敵な作品に会場がいっそう賑やかになりました。

自由時間を満喫した後は、アトラクションです。女性部役員、ヒップホップダンスサークル、むらさき会、みかげすまいる会が出演し、工夫を凝らした演出や衣装で会場を楽しませました。出演された皆さんは、忙しい合間をぬって練習した成果を十分に発揮され、大盛況の中、アトラクションを終えました。

最後は、全員に景品が当たる『お楽しみ抽選会』です。今年度も、抽選会の景品を串田組合長はじめ、十勝NOSA I西部事業所様、食彩館すまいる432店様、十勝清水フードサービス、JA各部門などからご提供いただきました。番号が呼ばれるたびに、各テーブルから楽しそうな歓声が上がっていました。

女性部まつりに参加された部員の皆さんは、楽しく満足な農閑期の1日を過ごすことができました。

※作品展示の様子は、P15に掲載しています。今月号と来月号の2号にわたりご紹介します。



抽選会で組合長賞があたりました!

アトラクション



★女性部役員★



「キヨちゃんに叱られる!」のパロディを披露! 杉山部長の「ボーっと生きてんじゃねーよ!」が炸裂!!

アトラクション



創立 10 周年となる今年は、米津玄師「パプリカ」を披露！キレのあるダンスに会場は大盛り上がりでした。

★ヒップホップダンスサークル★



★むらさき会★



松任谷由美「春よ、来い」と千昌夫「北国の春」の2曲を歌唱。春を待つ気持ちを穏やかな歌声で届けてくれました。



「one team すまいる会」と題してラグビー選手に扮したすまいる会員がハカのリズムに乗せて日頃の思いを発散!!



★すまいる会★

JAグループ通信

JAグループの連合会・中央会の活動内容を紹介します。

JA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
にお伝えします。

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。

JA北海道中央会

JAグループ北海道は北海道コン

サドーレ札幌の選手やサポーターに、農業と食
について考えてもらうことを目的として、「コ
ンサ・土・農園（コンサ・ド・ファーム）」を
開園しています。収穫した「トウモロコシ」や

「馬鈴しょ」はコンサドーレのホームゲーム時
にチャリティー販売を行い、その収益により
サッカーボールを購入し、道内の児童養護施設
に寄贈しています。

今年度の募金額は174916円となり、道
内24か所の児童養護施設に48個のサッカーボ
ールを贈呈することができました。この取組み
は平成21年より実施しており、サッカーボール
の累計贈呈数は今年度で約5百個となっております。

1月30日に道内の児童養護施設
を代表して札幌市内の養護園で贈
呈式を行い、JAグループ北海道
より、JA北海道中央会の飛田会
長、北海道コンサドーレ札幌より
河合C.R.Cとドーレくんがサッ
カーボールを贈呈しました。



JA北海道信連



1月22日、旭川市内で「JAバンク北海
道農業経営セミナー」を開催しました。北
海道農業の未来に向けた農業経営者の「経
営力向上」をテーマに講演が行われ、全道
各地の農業経営者などが参加されました。
講演では、農福連携・農福一体の取組み
や、地域ぐるみのブランド戦略等の事例に
ついて各講演者から説明が
ありました。講演後、交流
会も催し、農業経営者間の
情報交換及び連携強化を図
りました。



ホクレン



冬至シーズンの道産かぼ
ちや供給に向けてホクレン
が商品化した銘柄「りよ
うおもい」を使った煮付け
とあんこを組み合わせた総菜「冬至かぼ
ちや」をセイコーマートが新規開発し、昨
年12月に道内と茨城県に展開する全店で冬
至前後の期間限定での試験販売をしまし
た。「りようおもい」は、ホクレンが品種
選定、貯蔵技術の研究を進め、生産者・消
費者双方の「思い」として命名し、ホクホ
ク感と甘味のバランスのとれた、おいしい
かぼちゃです。



JA共済連北海道



JA共済では、『こども共済』資料
請求キャンペーン』を実施しております。
JA共済ホームページから「こども共済」
の資料をご請求いただいた方に、『JA共
済オリジナル アンパンマンはらまき』を
プレゼントしております。キャンペーンは
令和2年3月27日（金）までで、先着6万名
様限定となっております。この機会にJA
共済のホームページにアクセ
スいただけますようお願いし
ております！

○JA共済HPアドレス

<https://www.ja-kyosai.or.jp/>



JA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」を発行してありま
す。年々発行しており、様々な医療・
健康情報を発信しております。

ホームページにもバックナンバーを
掲載しておりますので、是非ご一読く
ださい。



65歳以上必見!

シニアのための 農作業安全

高齢者の農作業事故が増えています。
なぜ事故は起こるのか、
どんな事故が多いのかなど、
現状を知ること
事故防止に役立てましょう。

解説／人間工学専門家 石川文武



イラスト／MDRデザイン事務所

1

今や65歳以上が農業の主役!?

2018年のデータによれば農業就労者は約175万人(男54%、女46%)でした。そのうち65歳以上の高齢者が約120万人となっています。農村の高齢化率は2015年の31・2%から2040年には38・9%になると予測されています。

新規就農者は2017年に約5万6000人、65歳以上が約1万5000人となっており、定年帰農、また新規就農の方がかなり多いことが分かります。ただし、新規就農者よりも多くの離農者がいることも確かです。就農者全体が減少傾向にあります。雇用就農も含む新規就農者のうち非農家出身者が3分の2を占めています。これらの新規就農者が、農業機械の操作などについてどれだけ技術研修を受けているかは把握されていません。

2

死亡事故の8割以上が高齢者!

2017年の農作業死亡事故件数は304件でそのうち高齢者が84%を占め、就農割合よりもはるかに高く、また、図に示すように、高齢者の死亡事故率の割合が継続的に高くなっています。10万人当たりの件数では高齢者死亡事故率の21・2人に對し、65歳未満は7・9人と、高齢者の死

亡事故を減少させることが急務です。各種の調査結果を分析すると高齢者以外では死亡事故は少ないが負傷事故が多い。高齢者では負傷事故は少ないが死亡事故が多いことが分かっています。また、女性の場合は熱中症で亡くなる例が近年増えており、これが女性農業者の死亡事故率上昇の一因となっています。

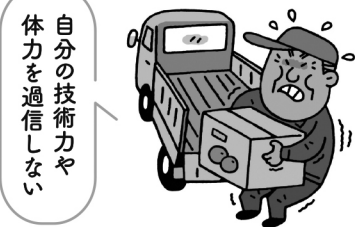
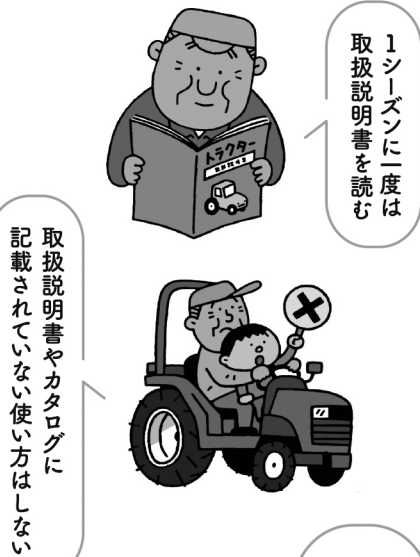
この原因として、高齢化に伴う心身諸機能の低下を自覚せずに作業していることが挙げられます。視力・聴力の低下、関節運動度の低下、周囲の状況変化の把握が不十分になること、俊敏性の低下、新規導入した機械やシステムに対する訓練等の軽視、連絡合図方法の不徹底などです。

農業は今後、スマート農業の展開などコンピュータが組み込まれた農業機械が多くなり、農機の操作も従来とはまったく変わってしまいます。

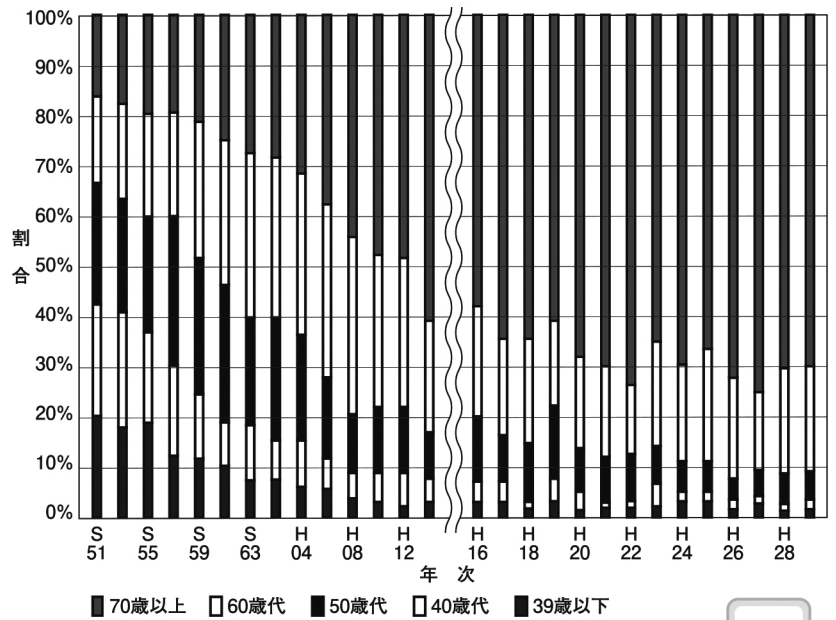
これらの新時代の機械に十分な対応ができない方あるいは狭小な中山間地域での作業を行う方は、作業能率などが向上しないかもしれませんが、従来の使い慣れたシステムでの営農を考えると良いでしょう。

自分の心身諸機能の低下程度を体力測定や認知機能検査などで確認し、安全第一で農作業に取り組むことが大切です。このことはご本人だけに任せるのではなく、ご家族、近隣の方や普及員、営農指導員などの適切なアドバイスが必要です。

高齢者自身による 農作業安全の取り組み



■年齢階層別死亡割合の推移(農林水産省資料より作図)



3

高齢者自身の事後処理も大切

農作業死亡事故件数は10万人当たり16.7件と他産業に比べて高く、これを建設業の同6.5人、全産業の同1.5人にいかに早く近づけるかが大きな課題となっており、そのため行政や企業、研究機関が規制・改良・事故分析・安全指導などに取り組んでいます。

しかし個別経営が多いわが国の農業では、労働基準法や労働安全衛生法に抵触していても強い指導が行き届きにくいのが現状です。今後、法人化が進めば安全衛生管理は向上するでしょうが、効果が目に見えてくるには時間がかかりそうです。どんなに注意していても時には失敗する

のが人間です。ヒヤリハット体験があれば仲間とその体験と、ヒヤリで済んだことを説明し、情報を共有しましょう。それが地域での事故防止につながります。事故が起きたらまず原因調査です。その調査は「再発防止」のために行うのですから、直接原因だけでなく間接原因も詳しく調べましょう。

残念ながら事故をゼロにはできません。けがの場合には止血や添え木を当てるなどファーストエイド(急なけがに対する最初の治療行動)を行います。意識がないような場合にはAED(自動体外式除細動器)を使って心肺蘇生を行い、救急隊に引き継ぎましょう。第一発見者が適切な処置をしたかどうかが救命の分かれ目になります。応急手当てについては、お近くの消防署か日本赤十字社で講習を受けられます。

野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

ベジタブル ライフ

グリーンピース

～春を楽しむ未熟なお豆～

イラスト：小林裕美子

グリーンピースのプロフィール

【分類】マメ科エンドウ属

【原産地】中央アジア～中近東

【おいしい時期(旬)】春(1～6月)

【主な栄養成分】

タンパク質、糖質、食物繊維、

ビタミンB群・C、

カリウムなど

解説 KAORU

見分け方

鮮やかな緑色

さや付きを選ぼう
さやから出すと乾
燥して日持ちしない

皮が薄くて上品な
風味と甘味。一般
的なグリーンピースより
粒が大きいよ

紀州うすい

豆の粒がふっ
くらとそろっている
わけて張りがある

さやは食べずに中の
豆だけを食用とする
ふっくらとしたさやの中
に豆が並んで、7個前
後入っている

保存方法

乾燥に弱い
保存袋などに入
れて野菜室へ

生は鮮度が落ち
やすい。すぐに食
べない場合、塩
ゆでして冷凍保
存がお勧め

グリーンピースのチカラ

バランス良くさまざまな栄養素を含有

ミネラル
カリウム、
亜鉛、銅、
マンガン、
鉄

ビタミン
B1・B2・B6・C
パントテン酸

食物繊維が豊富
野菜類の中でもトップ
クラスの不溶性食物
繊維も多く含まれ便
秘の改善などに効果
が期待できる

定番 豆ご飯

豊富に含まれるビタミンB
群がご飯など炭水化
物の代謝を高めるため、
効率的なエネルギー供
給が可能

楽しみ方・食べ方のコツ



炊き込みご飯



サラダ



あえ物



炒め物



スープ

おいしいゆで方

パチっとはいけるような食感を楽しもう



1. さやから豆を取り出す
2. 大きめの鍋を使い、沸騰したたっ
ぷりの湯に塩を少し加えてゆで
る。3～4分程度
塩を入れると鮮やかに発色して甘
さを引き立てる
3. 火を止める。粗熱が取れるまでゆ
で汁の中で冷ます
※ゆで汁ごと保存容器に移して冷
蔵庫で保存する

冷まし方のポイント

翡翠(ひすい)のよ
うな色鮮やかな
仕上がり。理想的
のすぐに取り出
すとシワシワに



水を細く流し入れ
て鍋全体を徐々
に冷やす。急激
な温度変化を与
えない

ご飯を
炊くときなどに
さやも一緒に入れ
ると香りや風味が
増す



ゆでる際に
だしを使ってご飯
に混ぜるだけで
手軽な豆ご飯に

そのまま炊き込んだりスープにすると、栄養成分も無駄なく摂取できる

生鮮物の利用

風味と色彩を生
かしてご飯と一
緒に炊き込む。ベー
コンと炒めたり、バ
ター煮にして肉
料理の付け合わせに



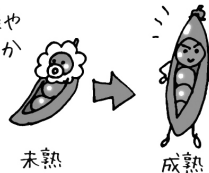
乾物(乾燥豆)の利用
いん豆や煮豆など
砂糖で甘く煮る
うぐいす豆



グリーンピースのビミツ

季節を感じさせる爽や
かな色と香り、ほのか
な甘味が特徴

鹿児島県産などが
1月から出荷の生鮮
品は格別



未熟な豆が
グリーンピース、
成熟すると
エンドウ豆

古代エジプトや
古代ギリシャで食
べられていたよ

8～10世紀ころにインドや
中国への平安
時代には伝
播(でんぱ)の辞書『和名抄
(わみょうしやう)』に「野豆」と名
が「乃良末女(のらめめ)」として紹
介



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

1月7日、清水町ジュニアホルスタインクラブ（成松 直樹会長）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5名・子ども11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。泡だて器を使って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泡だて器を動かしました。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への生クリームの均一な塗



きれいに飾りつけします♪



上手にできました！

り方、フルーツを乗せる位置や生地をきれいに巻くコツなどを教えてもらい、順調に作業は進んでいきました。

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して完成！

作業中は、保護者の方と相談しながら、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。職人も驚くようなケーキから、芸術的なデコレーションのケーキまで、個性の輝くケーキが出来上がりました。完成したケーキを見て、子どもたちもとても満足そうな表情を浮かべていました。

J A 女性部むらさき会

第3回研修会と反省会

J A 女性部むらさき会（佐藤恵子会長）は1月22日に第3回研修会（19名参加）と、研修会終了後に1泊2日の日程で反省会（16名参加）を行いました。

今年は少し難しい作品を作るという事もあり、いつもより早めに集まって押し絵リースを作成しました。女性部手芸サークルで事前に作成してもらい、サークルに所属している会員に先生をお願いしています。

押し絵リースは、糊付けされたスポンジ付きの型紙を布でくると



細かい作業は手芸サークルさんの出番！

でパーツを作り、順番どおりに貼り合わせリースにしていきます。今回はミニサイズだったこともあり、「はあ、（パーツが）細かい作業で疲れも見られましたが、「手芸サークルさん、次はどうするの？」と積極的に取り組む様子が伺えました。また、同じ図柄を作成する会員同士が「ここは、こうやって作るのよ！」と協力し合い作成しました。

手順も多く作業も細かったため午前で完成とはいきませんでした。が、時間内に全員作業を終え、カラフルで立体感のあるリースが完成しました。



「来年度も宜しくお願いします」

したが、その後は会場となる観月苑へ向かい、反省会を行いました。ホテルに到着後、夕食までの時間を使得、女性部まつりのアトラクションの練習も行いました。

夕食をとりながら行われた反省会では、鍋やお刺身をいただきながら、令和元年度の活動の反省点や来年度へ向けた意見を出し合い、食事の後はカラオケを楽しんで過ごしました。

今年度最後の活動となりましたが、来年度も元気で活発な活動しよう、締めくくりました。

J A女性部 フレッシュミズ部会

十勝フレミズ学習会に参加

2月13日、J A十勝地区女性協議会フレッシュミズ学習会が農協連ビルにて開催され、当J Aフレッシュミズ部会（佐藤 夏紀会長）から2名が参加し、十勝管内から総勢で約70名が集いました。

初めに、J A女性組織綱領の朗唱を参加者全員で行い、その後、J A十勝地区女性協議会 畔木副会長とフレッシュミズ部会 村瀬部会長より開催にあたり挨拶があ

りました。

学習会の講師には、十勝在住の漫画家横山裕二氏を招き、『ひとりぼっち農園を通じて学んだこと』をテーマにお話しされました。横山氏は、29歳で漫画家デビュー後、『ツールド・本屋さん』や『サンデー非科学研究所』などを出版され、平成29年12月より週刊少年サンデーで『十勝ひとりぼっち農園』を連載。お世話になった

人に『自分で育てた野菜でカレーを作りもてなす』という企画を行うことをきっかけに十勝に移住され、現在は漫画業とあわせて、音更町の土地を購入し、家庭菜園を行っています。

実家は山口県の下関で兼業農家を営んでおり、『農業にロマンなんてない』と思っていたが、十勝に来たときに規模の大きさに驚き、『農業にロマンはあるかもしれない』と思ったとお話しや、家庭菜園を行う土地を手に入れ、荒地を畑にするまでの過程や野菜作りでの失敗談など、写真を交えてお話しされました。

会員に向けて横山氏より「除雪は誰がやっているんですか？」との質問があり、「トラクターでやっています」との回答に、「えー

っ！」と驚く様子が見られ会場からは笑いが起こりました。

横山氏への質問タイムでは、「十勝に来て好きな物5つ教えてください」「畑作業は何時ごろやっているんですか？」、「この先、歳を重ねたときにやってみたいことはありますか？」、「1年目のカレーのことは漫画で読んだのですが、2年目のカレーはどうだったんですか？」など、積極的に質問する様子が見られました。

横山氏より『今回の講演の内容もいくつか漫画にしたいと思っています』とお言葉をいただき、最後に村瀬部会長の発声に続いて会場の全員で「ありがとうございま

ました」とお礼を言い、学習会を終えました。

参加した当J Aフレミズ会員からは、「横山さんのことは知らな



組織綱領を朗唱する参加者

かったけど、面白いお話しが聞けて良かった！」との声が聞こえ、有意義な時間となったようです。

『道新総合印刷 帯広工場』 を見学

J A女性部フレッシュミズ部会（佐藤 夏紀会長）は、2月20日に冬期日帰り研修旅行を行い、同会員16名が参加しました。

初めに芽室町にあるCOWCOW Cafeで昼食をとり、今回の研修旅行の目玉である『道新総合印刷帯広工場』へ向います。

到着後、担当の渡部 幸子氏が素敵な笑顔で出迎えてくれました。まずは、工場の入り口で集合写真を撮ります。渡部氏の明るく楽しい雰囲気緊張がほぐれ、皆さん自然と笑顔になりました。

次に、12分間のビデオで『北海道新聞ができるまで』を学び、新聞の印刷が始まるまでの間、渡部氏より『帯広工場では、北見・網走方面の新聞も印刷していること』を教えてもらったり、『刷版（紙面データをアルミ板に焼き付けたもの）』を触らせてもらった

りました。新聞ができるまでをざっと学ん



COWCOW Cafe で美味しいお肉をペロリ

だ後は、いよいよ工場見学です。帯広工場は、ガラス窓などの隔たりもなく、動いている機械を間近に見ることができるので迫力満点でした。刷版が出てくるところから、印刷↓発送↓輸送の流れを見せていただきましたが、機械が自動的に必要部数を数えて束を作り、梱包し、ベルトコンベアで外まで運ぶ様子には「すごい！」と皆さん驚きの声を上げていました。

次は、紙庫・給紙設備の見学です。紙庫には3〜4日分の紙があることや、外から運ばれてきた紙は1日お休みさせなければならぬこと、紙の重さは650〜1300キロあり、印刷予定に合わせてAGV（無人搬送台車）が

その他にも、『ほぼ同時刻に新聞が届くように11時頃に北見・網走方面分の夕刊を印刷し、帯広の分は13時頃に印刷していること』や『印刷時間が2時間異なると、同じ北海道新聞でもレイアウトや内容が変わるときがあること』も教えていただきました。

質問タイムでは「ブラックアウトのときはどう対応したんですか?」、「朝刊は何時に印刷しているんですか?」、「刷版は繰り返し使えるんですか?」など積極的に質問をする会員の姿が見られました。



道新総合印刷 帯広工場前で記念撮影

輪転機まで運び、自動的に装着すること...などを教えていただきました。

最後に、出来たばかりの夕刊と最初に撮った集合写真で作成された見学記念号の新聞をもらい、工場を後にしました。

新型コロナウイルス感染症の影響により急遽、行き先を変更しての冬期日帰り研修旅行でしたが、「北海道新聞が作られるまでがよくわかったし、すごく勉強になった!」「新聞エコバックの作り方の紙をもらったので、帰ったら挑戦したいと思う」との声も聞こえ、会員にとってもためになる研修となったようです。

お世話になりました

短い間でしたがご指導いただきありがとうございました。

組合員の皆様のご今後のご発展とご健勝をお祈りしています。

(2月29日付退職者)

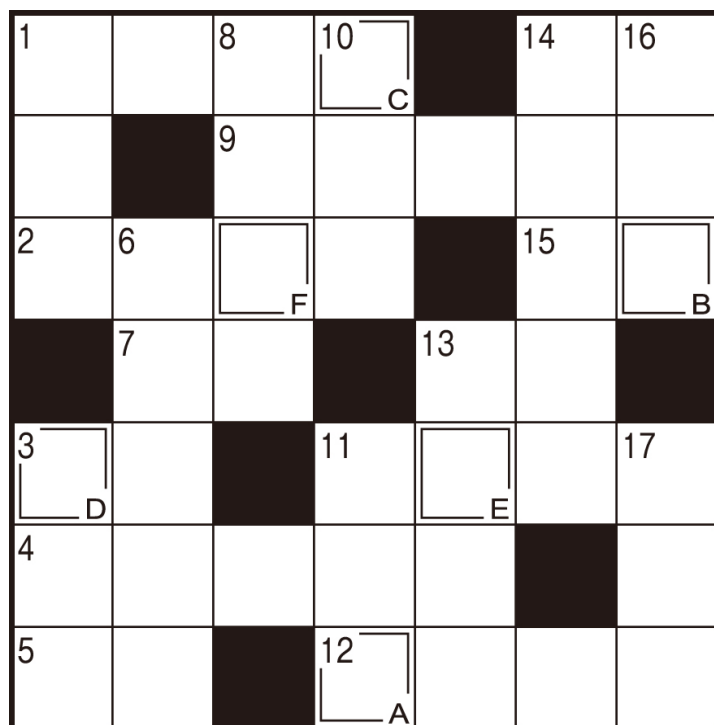
◇遠藤 亜里紗 (金融部 信用貯金課)

行事予定表 (3月20日~4月20日)

月	日	曜日	
3	23	月	女性部むらさき会 定期総会
	25	水	役員協議会 第12回定例理事会

月	日	曜日	
4	18	土	清水町ホルスタインスプリングショウ (畜産研修センター)

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 3 月 3 1 日)

2 月号 (No. 3 3 2) の答え

A B C D E F

チョコレート



→ ヨコのカギ

- ① ひな人形に供える角張った食べ物
- ② 守備の反対語
- ③ サンとゴの間
- ④ 兵庫県の郷土料理。地元では卵焼きとも呼ばれます
- ⑤ A、B、C……と数えて11番目
- ⑦ 走ると切れることも
- ⑨ 京の着倒れ、大阪の——
- ⑪ 白井義男は日本人初のボクシング世界——です
- ⑫ 骨と骨とをつなぎます
- ⑬ 白米を量るときに使う単位の一つ
- ⑭ 父や母の姉妹です
- ⑮ ——して得取れ

↓ タテのカギ

- ① 成長すると鶏になります
- ③ 太陽が東から昇る時分
- ⑥ 車の方向指示器のこと
- ⑧ 事故などを現場に居合わせて直接見ること
- ⑩ 工業——。——社会。——政党
- ⑪ 地震、雷、火事、——
- ⑬ 真ちゅうやステンレス、はんだなどのこと
- ⑭ 雑巾を用意して年度末の——をした
- ⑯ 版画を刷るときに使います
- ⑰ 旧暦3月の異称です

2 月号 (No. 3 3 2) あたまの体操当選者発表

当選者は 下佐幌協和 加藤 晴美さん 東人舞 牧野 美香さん
熊牛更生 上野 亜由香さん 東高台 赤間 喜美さん
郷 愛 口田 陽生さん の 5 名です。

おめでとうございます。

★第 40 回女性部まつい作品展示★

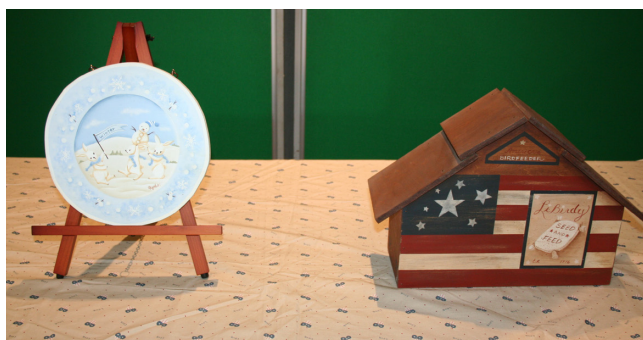


旭山桜の会
平成から令和の活動



↑おらさき会
押絵リース

←ツールペイントサークル



作品展示の様子は来月号でもご紹介します！