

十勝 Tokachi Shimizu 清水

最高のぜいたく、育てています。



Tokachi Shimizu

2021年6月号

347号

家族でリフレッシュ！みんなの手指体操

- 02. すこやかファミリー 大谷さんファミリー
- 03. 令和3年度 健診のご案内
- 04. 令和3年度 農業機械貸借作業受託料金標準表
- 06. 家族でリフレッシュ！みんなの手指体操
- 08. ハロー！ webマイページ ご登録キャンペーン
- 10. 理事会の動き
- 14. クロスワード
- 15. 通信ケーブル切断事故防止についてのご願い
- 16. 今月の職員さん
今月のメニュー



おてんば娘の登場です！！

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



北熊牛1

おだに いのり
大谷 祈ちゃん (2歳5ヶ月)

～お母さんからのメッセージ～

大好きな祈ちゃんへ
お兄ちゃん、お姉ちゃんのマネ、こをして、
毎日たくさん事を学んでいて、ママはうれ
いよ♡♡すっくとニコニコ笑顔で、家族
みんなを元気にさせてください★
ママエリ★

トトロやプリンセスが好きな祈ちゃんは、保育所に行くのが大好きで、最近はお兄ちゃんやお姉ちゃんのマネをよくしているそうです。人見知りがないそうで、撮影に伺った日も笑顔で迎え入れてくれました。

お母さんの侑子さんに子育てについて伺ったところ「大きな病気をする事なく、すくすくと育ってくれて、何でも兄と姉から学んでいるなあと感じています。祈の笑顔で家族みんなが笑顔になります！」と教えてくれました。

おとうさん	大谷	純平さん
おかあさん		侑子さん
おにいちゃん		湊さん
おねえちゃん		雫さん
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

家族の健康

『コロナうつ』

健康科学アドバイザー ● 福田千晶

昨年からの、新型コロナウイルスの感染拡大で生活が変わりました。農業従事者には「仕事は今までと変わらない」と言う人と、「農作物の売れ行きが悪化した」など、影響を受けた人もいます。仕事以外では、自粛生活でストレスがたまったり、子どもの休校などで家族の生活が変化して負担が増えたり、精神的な負担になることもありました。

新型コロナウイルスに感染する心配は、むしろ感染者が少ない地域で強く「この地区の感染者第1号になっってしまったら……」と不安を抱く人も多いでしょう。さらに最近では、農作物の種類によっては「価格低下で収入激減、夜も眠れない」とか「今後が不安でまったくやる気が出ない」など、落ち込む原因もいろいろあります。このような新型コロナウイルスの感染拡大に関わるメンタル不調を、俗に「コロナうつ」と呼ぶこともあるようです。

コロナうつの対策として、まず大事なのが新型コロナウイルス関連の情報を見過ぎないこと。1日2回までと決めておきます。他の問題が不

安の要素になっているなら、その要素への対策を考えます。経済的なことなら、各自の立場や状況に合った支援策の相談窓口で連絡してみましよう。

ストレスがたまると、屋外でウォーキングやサイクリング、写真撮る、写生をしてみるなど、手軽に試し、楽しみましよう。屋内なら、動画サイトを見ながら好きなジャンルの音楽に合わせてダンス、家族でフィットネス系のテレビゲーム、料理の新しいレシピへの挑戦、書道や手芸などを集中して行ってみるなど、新生活でのストレス発散法を見つけましよう。

メンタル不調も自力で改善できないときは、医療機関を受診をお勧めします。眠れない、疲れが取れないなど体の疲れも伴う内科的な不調なら「心療内科」、メンタル面の不調だけなら「精神科」の受診が適しています。



令和3年度 健診のご案内

当JAでは組合員の健康管理意識の高揚と健康で明るい家庭を築く為、ドックによる総合健康診断を推進しています。年1回の受診をおすすめ致します。

①施設ドック（人間ドック） ※平成30年11月より男女混合での受診となります。

とりまとめ時期	9月上旬（予定）
受診日	11月～3月 （希望日が予定数を越えた場合はキャンセル待ちか他の日に受診となります）
場所	帯広厚生病院
受診のメリット	<ul style="list-style-type: none"> ・病院でしか受けられないオプション検診が多数受けられます。 ・午後より健康相談や栄養指導があり、1日で終わります。 ・ドック受診後に精密検査の予約ができます。 ・女性の方には送迎バスの運行日があります。 （希望者が少ない場合は運行致しません）

②巡回ドック ※受診日が例年よりも早くなっています。

とりまとめ時期	11月上旬（予定）
受診日	12月16日（木）、17日（金）
場所	十勝清水町農協本所、御影公民館
受診のメリット	<ul style="list-style-type: none"> ・施設ドックに比べ、安く受診することができます。 ・健診自体は2時間程で終了します。 （必要な方のみ、別日に二次健診を行います。） <ul style="list-style-type: none"> ・予定数の制限が無い為、希望日に受診できます。 ・午前10時まで受付しています。

時期が近くなりましたら、詳細をFAXにてお知らせ致します。
ご質問等、不明な点がございましたら下記までお問い合わせ下さい。

十勝清水町農協 管理課 人間ドック担当
電話 0156-62-2161 / FAX 0156-62-6223

業受託料金標準表

J A 十 勝 清 水 町
J A 十 勝 清 水 町 農 業 機 械 部 会

機 械 名	作業内容	作業 No.	基準 単位	料 金	内 容					
					作業機	本 機	燃 料	オペレータ	その他	
ト ラ ッ ク 他	ダンプトラック	小麦運搬	47	1 俵	110		60	20	30	
	〃	3 トン	48	1 日	17,300		8,800	500	8,000	
	フロントローダー		49	時間	5,500	1,800	1,900	800	1,000	
	タイヤショベル	バケット1.2m ²	50	〃	5,700		3,800	900	1,000	
	ストローチョッパー		51	10a	1,300	600	370	130	200	
	スノーブローア		52	時間	4,600	3,000	900	700		
	融雪剤散布		53	〃	5,000	3,500		500	1,000	
て ん 菜	ビート全自動移植機	2 畦	54	10a	5,500	4,000	850	150	500	
	ビート移植機	2 乗(センサ)	55	〃	3,500	2,000	850	150	500	
	ビートハーベスター	タッパー無し	56	〃	5,500	3,200	1,200	500	600	
	ビートハーベスター	タッパー有り	57	〃	6,000	3,500	1,200	500	800	
	ビートタッパー		58	〃	1,000	350	330	120	200	
馬 鈴 薯	ポテトプランター	2 畦(カッティング)	59	10a	2,200	800	800	200	400	
	〃	4 畦(カッティング)	60	〃	3,000	1,600	800	200	400	
	培 土 機		61	〃	700	360	180	60	100	
	ポテトデガー		62	〃	2,750	1,600	600	250	300	
	ハーベスター	澁 原	63	〃	5,200	3,000	1,040	420	740	
	〃	加工・食用	64	〃	11,700	8,000	1,800	700	1,200	
牧 草	デスクモア		65	10a	950	500	230	120	100	
	モアコンデショナー		66	〃	1,450	850	320	180	100	
	テッター		67	〃	450	220	120	60	50	
	レーキ		68	〃	450	220	120	60	50	
	コンパクトベアラー	牧草・小麦	69	1 個	90	65	14	6	5	
	〃	豆 殻	70	〃	105	80	14	6	5	
	ロールベアラー	牧 草	71	〃	1,500	820	300	150	230	
	〃	サイレージ	72	〃	1,700	930	330	180	260	
	ロールベアラー麦カン	250kg	73	〃	1,500	820	300	150	230	
	ロールベアラー豆殻	〃	74	〃	1,700	930	330	180	260	
	ベールラッパー	500~800kg	75	〃	1,530	450	160	70	100	ラップ750
〃	800~1000kg	76	〃	1,840	500	180	90	120	ラップ950	
本 機	トラクター	6 OPS以下	77	時間	1,500		1,500			
	〃	7 OPS級	78	〃	2,000		2,000			
	〃	8 OPS級	79	〃	2,300		2,300			
	〃	9 OPS級	80	〃	2,600		2,600			
	〃	10 OPS級	81	〃	3,000		3,000			
	〃	12.5PS以上	82	〃	3,500		3,500			
	テラー		83	〃	1,100		1,100			
サ イ レ ー ジ	フォーレージハーベスタ		84	10a	3,000	2,000	550	250	200	
	〃	自 走	85	〃	3,500	3,100		300	100	
	〃	〃	86	アワメター	67,000	60,000		5,000	2,000	
	コーンハーベスター		87	10a	5,000	3,000	1,000	500	500	
	〃	自 走	88	〃	5,700	5,000		500	200	
	〃	〃	89	アワメター	57,000	50,000		5,000	2,000	
	フォーレージキャリア	1 台	90	10a	1,500	1,200	150	50	100	
	テッピングワゴン		91	〃	500	500				
	ダンプボックス	電 動	92	時間	1,700	1,700				
	〃	PTO式	93	〃	4,000	1,400	1,900	700		
ブローア		94	〃	3,700	1,000	1,900	800			

注：この料金表は標準を表すもので、実際の施行に当っては地域の施行例や圃場の条件などを考慮して運用して下さい。

ロールベアラの調整の乾草一般的重量 約300kg サイレージ一般的重量 約400kg 麦カラ・豆殻の一般的重量 約250kg(規格120×150cm)但し、締め方の硬弱により重量が異なるので考慮して下さい。

令和3年度 農業機械賃貸借作

機械名	作業内容	作業No.	基準単位	料金	内 容				
					作業機	本機	燃料	オペレータ	
耕起	プラウ	普通畑	1	10a	1,200	400	400	150	250
	〃	牧草畑	2	〃	1,500	500	550	150	300
整地	デスクハロー	連続1回掛	3	10a	750	230	350	80	90
	〃	〃 2回掛	4	〃	1,150	340	520	160	130
	〃	〃 3回掛	5	〃	1,550	430	700	240	180
	ロータリーハロー	1回掛	6	〃	1,500	580	620	140	160
	パワーハロー	1回掛	7	〃	1,500	750	450	120	180
	〃	連続2回掛	8	〃	2,300	1,150	690	190	270
	スプリングハロー	1回掛	9	〃	700	220	330	70	80
	〃	2回掛	10	〃	1,200	330	650	100	120
	トレンチャー	チェーン式	11	〃	24,000	14,100	6,000	1,300	2,600
	〃	ホイール式	12	〃	19,500	10,700	5,300	1,200	2,300
上記作業機の沖積土及び砂地での料金は割増とする。									
鎮圧	平滑ローラー	1回掛	13	10a	500	150	180	70	100
	〃	連続2回掛	14	〃	750	230	270	100	150
	ケンブリッジローラー	1回掛	15	〃	900	550	180	70	100
	〃	連続2回掛	16	〃	1,350	830	270	100	150
施肥	ブロードキャスター	1回掛	17	10a	450	200	140	60	50
	〃	連続2回掛	18	〃	670	300	210	90	70
	ライムソー		19	〃	500	200	140	60	100
	マニアスプレッダー		20	時間	5,000	2,000	1,500	500	1,000
	尿散布機		21	〃	2,000	2,000			
管理	カルチベーター		22	10a	500	180	130	70	120
	施肥カルチ	施肥作業併用	23	〃	670	300	130	60	180
	ロータリーカルチ		24	〃	1,100	500	330	80	190
	株間除草カルチ		25	〃	1,500	1000	280	70	150
	スプレヤー		26	〃	500	280	120	40	60
	畦間サブソイラー		27	〃	600	240	190	70	100
	根際散布機		28	〃	750	420	180	60	90
	マルチャー		29	〃	2,800		2,800		
	マルチ回収機		30	〃	1,100		1,100		
播種	総合播種機		31	10a	1,200	420	420	120	240
	バキュームシーダー		32	〃	1,400	700	350	150	200
	グレンドリル		33	〃	1,100	450	330	120	200
	グラスシーダー	マウント式	34	〃	1,400	790	310	110	190
	野菜植付機	1畦	35	〃	9,300	4,600			4,700
	〃	2畦	36	〃	14,500	13,100			1,400
	ニンク植付機		37	〃	31,500	28,500			3,000
収穫	ビーンカッター	自走タイプ	38	10a	2,000	1,200		350	450
	ビーンハーベスター	自走タイプ	39	〃	2,600	2,200		200	200
	ビーンスレッシャー		40	時間	6,400	3,000	1,800	600	1,000
	コンバイン(ピックアップのみ)		41	10a	5,000	4,460		270	270
	コンバイン(ダイレクト)		42	〃	7,000	5,660		620	720
	ニンク収穫機		43	〃	46,200	43,200			3,000
土改	心土破碎		44	時間	2,500	210	1,630	260	400
	スタブルカルチ	9本爪	45	〃	650	150	280	70	150
	ストーンピッカー	国産	46	〃	7,200	1,300	3,950	1,000	950

料金につきましては、消費税は含まれておりません。

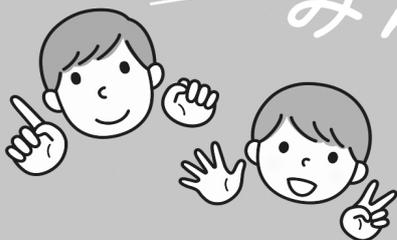
家族でリフレッシュ!

みんなの手指体操



指先体操案内人
埜 喜久雄さん

ウォルナッツ・健康生活研究所所長。指先健康法の創始者である父・埜芳郎氏に師事。数多くの講演会や教室での体験を基に日常生活に取り入れやすい体操プログラムを提案。「指さき頭脳体操」(東京書店)他、著書多数。
<http://www.yubisaki.com/>



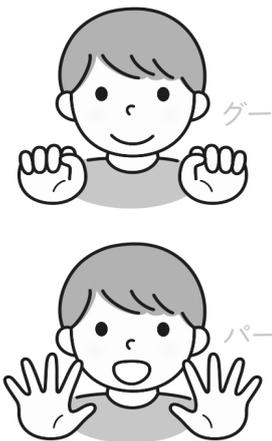
手指を動かすだけで頭スッキリ、リフレッシュ!
ストレス解消に役立つ手指を使った体操をご紹介します。
家族とのスキンシップ、小さな子どもたちとのコミュニケーションに最適です。

グーパーしながら言葉遊び

難易度 ★★☆☆

まずは「あ」から始めよう

人数に関係なく遊べます。グーとパーのシンプルな動きを繰り返すだけの初心者向けの体操ですが、テンポよく言葉を思い付くかどうかが脳トレに。人によって思い付く言葉がさまざまなので楽しみながら遊べるでしょう。



1 両手でグーパーの動きを続けながら、順番に声を出していきます。1人が「あいうえおの『あ』は、○○○の『あ』と『あ』から始める言葉○○○を言います。

2 次の人は、「あいうえおの『い』は○○○の『い』と続け、その次の人が、「あいうえおの『う』は○○○の『う』と『う』のように、五十音順に言葉を言っていく、誰かが詰まったら終了です。

ステップアップ

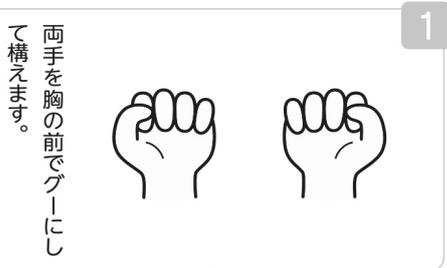
指の握り方は2通りあり、親指を手の内側に入れる方法と、外側に出す方法があります。親指を意識して、グーのときに交互にやってみましょう。

引き算指曲げ

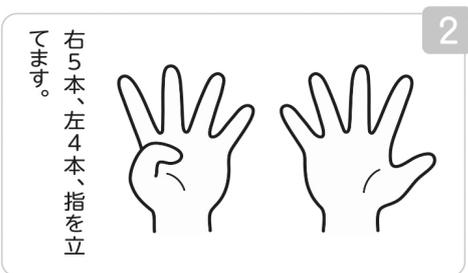
難易度 ★☆☆☆

頭も指も柔らかく

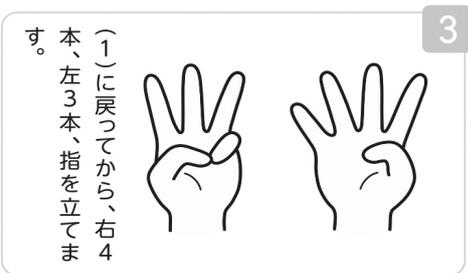
左手の指の数を、右手の指の数から1引いた状態にする体操です。頭では簡単にできる数遊びですが、実際に指で表現するのは難しく、クリアしている、2人で楽しむと盛り上がりやすい。
く喜びがあります。右手の立てる本数で声を出しながらやりましょう。ゆっくりでよいので確実に。1人でもできますが、2人で楽しむと盛り上がりやすい。



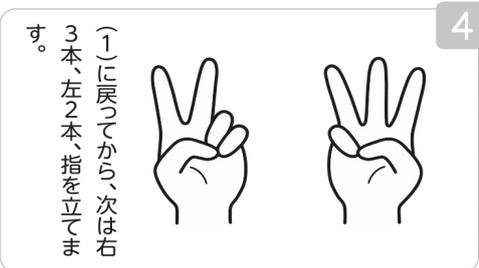
1 両手を胸の前でグーにして構えます。



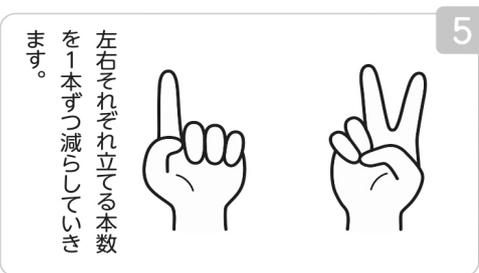
2 右5本、左4本、指を立てます。



3 (1)に戻ってから、右4本、左3本、指を立てます。



4 (1)に戻ってから、次は右3本、左2本、指を立てます。



5 左右それぞれ立てる本数を1本ずつ減らしていきます。



6 右1本、左0本の状態まで続けます。(1)から(6)を繰り返します。

ステップアップ

最初は2人でそれぞれ練習します。慣れてきたら1人が体操を、もう1人が右手を立てる本数を決める指令係を務めます。最初は5、4、3、2、1と順番に、2回目からは1から5までをアトランダムに言います。数回で交代して行いましょう。

ペン送り

落とさないように慎重に

難易度

☆☆☆

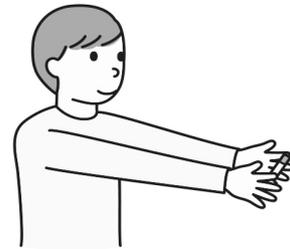
2人1組で遊びます。ペンの他、割り箸やストローなど棒状の物を代用するのもありです。ペンを落とさないように受け渡す共、受けてもOKです。 同作業で、集中力が鍛えられます。ペンを指先で受け渡すのが難しければ手のひらで受けてもOKです。



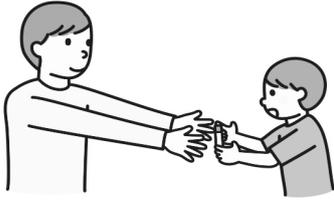
1 ペンを1本用意します。大人と子どもが向き合って座ります。



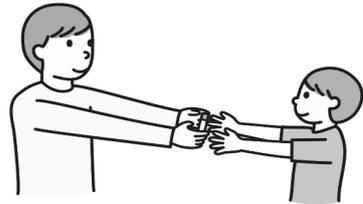
2 大人がペンの両端を指先をそろえて持ち、胸の前で構えます。



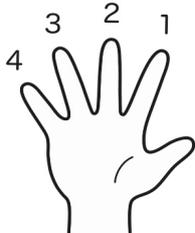
3 左右の人さし指の先でペンの両端を支え、両腕を伸ばしながら落とさないように子どもに渡します。



4 子どもは左右の人さし指でペンを両端で受け取り、腕を胸の前に引き寄せます。



5 (3)同様に、子どもは左右の人さし指の先でペンの両端を支え、両腕を伸ばしながら大人に渡します。



6 大人は、今度は指を中指に変えてペンを受け取り、腕を胸の前に引き寄せた状態から、中指の先でペンの両端を支えた状態で子どもに渡します。このように指を人さし指から中指、薬指、小指まで順番に変えながらペンを送り合います。

ステップアップ

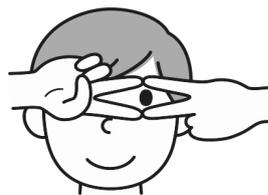
慣れてきたら好きな音楽を流してリズムに合わせてやってみましょう。

目鼻口体操

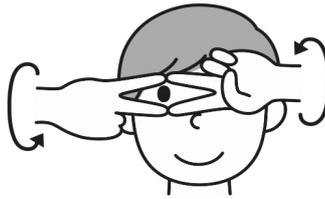
難易度

☆☆☆

顔のパーツを使った、見て楽しい体操。指を使って目・鼻・口を作る体操です。2人で向かい合って(1)から(4)を繰り返すと楽しさ倍増です。子どもが声で指示を出すと盛り上がるでしょう。



1 両手のチヨキでひし形を作り、左目に当てます。右手の甲を手前、左手の甲を正面に向けまします。



2 左右の手の甲の向きを逆にし、右目に当てます。(1)と(2)は目を意味します。



3 両手の親指と人さし指で三角を作り、鼻の前に。鼻ができました。



4 両手の親指と人さし指で四角を作り、口の前に。口ができました。

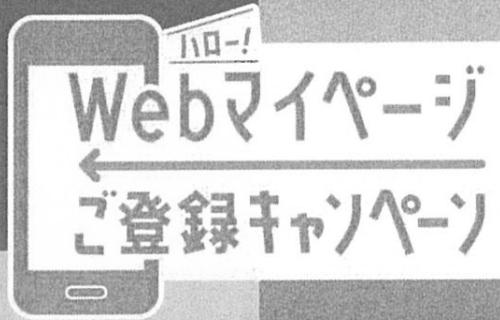
ステップアップ

慣れてきたら、1人が目・鼻・口の中から選んで指示を出し、もう1人が指示に応じて体操します。交代でやりましょう。

イラスト：出口由加子

契約者のみなさまに朗報です!

これからの安心を共に。



JA共済から新たなつながりが生まれます。

登録されるのは、あなたにとってこれからの安心。

まずは、元気にご挨拶させてください。

ハロー! Webマイページ、一緒にはじめませんか?

全契約者対象 | JA共済にご契約いただいている方ならだれでも登録・利用できます。 完全無料 | 登録・利用に費用は発生しません。

Webマイページ

「もっと身近で、もっと便利で、もっと安心・満足いただける」JA共済でありたい。みなさまとつながり、お一人おひとりに寄り添ったサービスをお届けしたい。そういった想いから生まれた新たなサービスが「Webマイページ」です。

POINT 1

24時間365日、いつでもスマートフォンやパソコンからアクセスが可能!

POINT 2

ご契約内容の確認がかんたんに!

POINT 3

住所・電話番号の変更がWeb上のお手続きで完結!

※お手続きの範囲は順次拡大!

POINT 4

携帯電話番号やご家族連絡先の登録で、お手続きのご連絡を迅速かつ確実に!

Webマイページの登録をするだけで! 抽選 2,400名様に豪華賞品が当たる!

対象期間 2021年4月16日~2022年3月31日

応募締切 第1期: 2021年6月30日 / 第2期: 2021年9月30日 / 第3期: 2021年12月31日 / 第4期: 2022年3月31日

TOSHIBA

TOSHIBA トルネオV コードレス VC-CL1700

400名様 (各期100名様)



yogibo

Yogibo Short

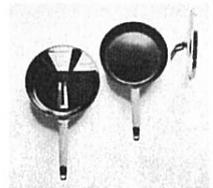
400名様 (各期100名様)



VERMICULAR

パーミキュラフライパン&リッド 2サイズセット

400名様 (各期100名様)



AngelAir Premium マイクロバブルシャワーヘッド TH-007-CR

400名様 (各期100名様)



LOGOS 3WAYスタンドハンモック

400名様 (各期100名様)



JAタウン

黒毛和牛ステーキセット 総重量2000g (ヒレ1200g、ロース800g)

400名様 (各期100名様)



お問い合わせ先

JA名 支店(所)名 担当者名 (担当者コード) メモ欄

キャンペーンについて: お近くのJAにお問い合わせください。抽選について: 厳正なる抽選のうえ、当選者を決定いたします。当選者の発表は賞品の発送、お届けをもってかえさせていただきます。*

選定料はご利用者さまのご負担となります。Webマイページは、一定の登録条件があるため、一部の方はご利用いただけない場合がございます。



北海道 01360T



ビーツ

～若さを保つ抗酸化フード～

イラスト：小林裕美子

ビーツのプロファイル

【分類】ヒユ科タンソウ属

【原産地】地中海沿岸

【おいしい時期(旬)】6～7月ころ、11月ころ

【主な栄養成分】カリウム、ビタミンB6、葉酸、食物繊維、ベタシアニン、ベタキサンチン、アシルイソチオシアネート、ビタミンリなど

解説：KAORU



見分け方

- 葉の付け根部分がみずみずしい
- きれいな丸形でゆがみが無い
- 直径7～8cmが理想
- 皮の表面が滑らか
- 左右均等
- 凹凸や傷が少ない
- 皮がめくれていない
- 葉がみずみずしい

NG

収穫後、葉が付いたままだと、葉から水分が抜けちゃうよ

ビーツのチカラ

- カリウム**
高血圧予防やむくみ改善に効果が期待できる
- ビタミンB6**
皮膚の炎症を抑える効果
- 葉酸**
新陳代謝や成長促進に効果的。胎児の発育に欠かせない栄養素
- 食物繊維・オリゴ糖**
腸内環境を整える働き。便秘解消、肥満予防、美肌に効果的
- ビタミンリ**
胃粘膜の修復や保護作用
- アシルイソチオシアネート**
食欲増進作用や抗菌作用の辛味成分
- カリウム・ビタミンC**
骨や歯の強化、骨粗しょう症予防
- βカロチン色素「βタシアニン」「βタキサンチン」**
強い抗酸化作用で、老化や生活習慣病予防、免疫カプアに効果的
- βタン**
肝機能を高めて肝臓に脂肪が付きにくくする働きがある

楽しみ方・食べ方のコツ

じっくり加熱調理したビーツは、ホクッとした食感と優しい甘味が引き出される。さまざまな料理に彩りを添えるよ

下ゆで
皮付きのまま鍋に入れて竹串がスッと通る程度まで弱火で30分ほどゆで、皮をむいてカットし、煮込み料理、サラダ、炒め物、スムージーなどに

酢漬けやサラダなどは、歯応えを残すため少し硬めにゆでるか、生のまま薄くスライスする

お湯に酢やレモン汁を少し加えると、色がきれいに残る

竹串で何度も刺すと色素が抜ける

塩は調理の仕上げに

色は抜けやすい

焼く
皮付きのままアルミホイルで包み180度のオーブンで40分ほど焼くとホクホク食感に。十字に切れ目を入ると中まで加熱できる

生のまま
皮を厚めにむいて、食べやすい薄さにスライスしてサラダに

年輪模様の「渦巻きビーツ」がサラダ向き

お楽しみ

色素が服に付くと落ちにくい！まな板にも色が付くので、洗った牛乳パックやオーブンシートの上で切ると良い

注意

ビーツのヒミツ

古代ローマ：発熱や便秘の治療に利用

日本への伝来
江戸時代初めに日本へ『大和本草』(やまとほんぞう)に暹羅(しやむら)大根と記載あり

似てるけど仲間じゃない！

名の由来
輪切りにすると赤と白の年輪のような模様が現れ、葉の軸と葉脈が赤いことから「火焔菜」(かえんさい)という和名もある

ビーツ ヒユ科
カブ アブラナ科

欧州では古くから健康野菜として食べられていた

保存方法

冷蔵保存
新聞紙でくるむかビニール袋などに入れて野菜室へ
根と葉の部分を切り分けて保存
根の部分は週間、葉は2日程度で食べ切ろう

冷凍保存
丸のまま水からゆでて冷ます
皮をむいて使いやすいサイズにカット
冷凍用保存袋に入れて冷凍庫へ
解凍後は崩れやすい
スープやスムージーがお勧め

そのままでは根の栄養が葉の成長に使われてしまうよ

ビーツのいろいろ

皮も果肉も赤紫色なのが一般的だが、外皮がオレンジ色で中がサツマイモのような鮮やかな黄色、輪切りにすると渦巻き状の模様が楽しめる渦巻きビーツなどいろいろ

理事会の動き

第1回（4月26日開催）

●付議事項

- ・(株)十勝清水フードサービス代表取締役・取締役役・監査役の任期満了に伴う候補者の決定について
- ・令和3年度 事業計画の修正について
- ・固定資産の取得について
馬鈴薯メッシュコンテナ・埋設ケーブル更新・トラック誘導装置
- ・修繕費の支出について
各施設サイロ点検修理・サイロ屋根屋上改修工事
- ・持続可能な畑作・青果政策の確立に向けた組織討議
- ・部門専門委員会要領の改正について
- ・出資金の一部譲渡について

●協議事項

- ・第43回通常総会の開催方法について
- ・令和2年度 決算状況について
- ・堆肥化施設の農プラ受入れについて

●報告事項

- ・組合員の加入及び脱退
- ・令和2年度 内部監査年間業務活動報告書
- ・施肥適正化推進事業助成要領の制定について
- ・令和2年度 にんにく共計販売状況
- ・令和2年度 食用加工馬鈴薯共計販売状況と今後の情勢
- ・乳質、生乳出荷状況

第2回（5月13日開催）

●付議事項

- ・十勝清水にんにく産地戦略支援
- ・税効果積立金の取り崩し
- ・第43回通常総会の開催及び地域別懇談会の開催
- ・第43回通常総会の招集
- ・議決権行使書面の取り扱い
- ・令和2年度 事業報告、賃借対照表、損益計算書、剰余金処分案
- ・会計監査人の監査報告
- ・監事の監査報告
- ・労働保険事務組合の令和2年度徴収・納付状況
- ・地域農業振興JA中長期5ヵ年計画の策定
- ・令和3年度 余裕金の運用方針及び運用方法
- ・コンプライアンスマニュアルの改正
- ・コンプライアンスプログラム
- ・持続可能な北海道農業の確立に関する組織討議・作目共通対策組織討議・酪農畜産組織討議
- ・特定固定資産回収等積立金
- ・夏期手当の支給

●協議事項

- ・地域別懇談会（総会前）の開催
- ・堆肥化施設の農プラ受入れについて

●報告事項

- ・組合員の加入及び脱退
- ・令和2年度 第4四半期コンプライアンス事故報告
- ・令和2年度 第4四半期反社会的勢力排除対応管理先対応状況報告書
- ・令和2年度 第4四半期JAバンク・JA共済苦情等対応状況
- ・生乳受託販売委員会の報告
- ・十勝地区 畑作・青果対策委員会の報告
- ・令和2年度 にんにく共計販売状況
- ・令和2年度 食用加工馬鈴薯共計販売状況
- ・乳質、生乳出荷状況
- ・十勝清水フードサービス第29期事業報告



酪農学園大学とJA北海道中央会は、4月15日に調印式を行い、相互連携協力を推進する協定を締結いたしました。この協定は、学生と生産者の学外農場実習に係る事業連携・協力を行うことで、教育と農作業支援の両立を図り、ひいては学術の振興及び農業の発展並びに地域社会の活性化に資することを目的としています。

具体的な取り組み内容としては、酪農学園大学が実施する学外農場実習について、JAグループ北海道が実習先の農場を紹介する予定としており、これによって、100名以上の学生が学業と農業を並行して経験する「パラレルノーカ―」にチャレンジすることにもつながります。また、酪農学園大学がこれまでの研究で得た環境分野・酪農畜産分野・循環農学分野に関する知識や技術を活用し、スマート農業の普及についても協力して取り組みます。



JA北海道信連



JAバンクでは、次世代を担う子供たちに向けた食農教育への支援として、補助教材本「農業とわたしたちの暮らし」、および教材本の理解をより深めるためのDVDを作成し、全道の小学校・特別支援学校に贈呈する「JAバンク食農教育応援事業」を毎年実施しています。令和3年度においても、北海道教育委員会等のご理解、ご協力のもと、全道1,020校の小学5年生（約4万人）、18校の特別支援学校へ、道内各地のJAを通じて教材本等の贈呈を行いました。



JA共済連北海道



JA共済では、『「医療共済メディフル」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「医療共済メディフル」の資料をご請求いただいた方に、有村架純さん・浜辺美波さんが表紙の「オリジナルA5ノート」をもれなくプレゼントしております。キャンペーン第1期は令和3年9月30日(木)までです。

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共済ホームページアドレス
<https://www.ja-kyosai.or.jp/>



ホクレン



ホクレンはこのほど、社会貢献活動の一環として、北海道日本ハムファイターズと共同で、札幌市内の児童養護4施設の子どもたちに、公式戦のチケットなどをプレゼントしました。贈呈セレモニーでは、ホクレンの箱石文祥専務がチケットの目録を、またファイターズのマスコットキャラクターのB・Bが、田中賢介スペシャルアドバイザーの直筆メッセージ付きサイン色紙やファイターズグッズを児童・生徒代表に手渡しました。



JA北海道厚生連



北海道厚生連本部のオフィスでは、今年度よりJAで生産されたお花を飾っております。

彩りあざやかなお花があると雰囲気が華やぎ、活力が湧いてきます。

綺麗なお花は生産者さまの苦勞によって在るものという感謝を忘れずに、日々業務に励んでまいります。



JAグループ北海道の連合会の活動内容を紹介いたします。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。

大地がひとを強くする。

AGRIACTION!

HOKKAIDO





ストップ・ザ 農作業事故！

- 作業計画は無理をせず安全な計画をたてましょう
- 疲れたら休憩をとりましょう
- 農機具を動かす前には周りの安全を確認してから作業をしましょう
- 農機具の点検設備はエンジンを止めてからしましょう
- 農機具の回転部に雑物等が詰まった時は速やかにエンジンを止めてから取り除きましょう
- トラクターの無人走行（無人作業）はやめましょう
- トラクターの転倒事故から身を守る安全フレームを付けましょう
- 共同作業は声を掛け合いましょう
- 農薬の保管と取扱には十分注意しましょう
- 農薬散布のときは吸い込みや、直接肌に触れないよう注意しましょう

ストップ！ 農作業事故

『農作業負傷事故への対応』

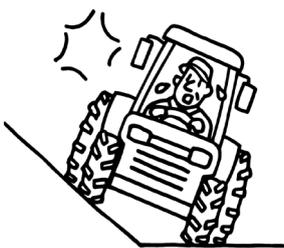
人間工学専門家 ● 石川文武

誰もが事故を起こさない、事故に遭わないように行動しているのですが、事故ゼロにはなりません。最も悲惨なのが死亡事故と後遺障害の残る事故です。死亡事故は、届けが出されず、これまでも農作業死亡事故の変遷について紹介しました。今回は負傷事故防止への備えを解説します。

事故は影響の少ない方から、ヒヤリ・ハット、軽傷、重傷、死亡と分類できます。死亡は全数が把握されていますが、重傷以下は正確な件数は分かっていません。

労使関係が成立している産業での事故は、同じ原因で1件の死亡に対し、約30件の重軽傷、約300件のヒヤリ・ハットがあると分析されています。農業では機械や家畜との接触が多く、また、雑菌などによる化膿（かのう）などがあるため、これと同じ割合ではなく、死亡率が若干高くなっているとみられます。

負傷事故の内容です。個々の事例は省きますが、骨折、切断、打撲、



刺し傷、切り傷、挟まれ、ひかれ、やけど、などで、快癒する場合と、後遺障害が残る場合があります。全治までの日数が長い場合は、医療費もかかりますし、農作業への影響も見られます。けがをした場合に、ファーストエイド（現場などでの適切な応急処置）が行われれば、農作業への復帰も早くなります。

農業者にヒヤリ・ハットの体験例をアンケートしたところ、40%程度の方が、事例報告してくれましたが、それらはヒヤリ・ハットではなく事故そのものでした。現場では、軽傷がヒヤリとの認識が強いようですが、危険が迫りつつあるときに早く認識し回避したことで、無傷で済むのがヒヤリです。ヒヤリ体験を減らすことが重傷・死亡の軽減につながります。

皆さんが日常的に体験しているヒヤリ・ハットをご家族や地域の仲間へ報告・情報交換することで、共通の危険性を見だし、排除することで、再発防止のヒントが生まれます。危険を予知予測し、事故の芽を摘む行動に取り組んでください。



左：氷見組合長 右：全共連 帯広支所 尾崎支所長

J A 共済優績組合表彰

共済事業の普及推進に顕著な実績を挙げたことによる表彰を受けました。令和2年度は「普及活動優績表彰」の受賞となりました。

この度の受賞は、当JAの組合員の皆様の共済事業に対するご理解・ご協力に加え、地域住民の皆様のご理解により、このような成績を収めることができましたと考えております。

共済課一同よりいっそう邁進して参りますので、今後も変わらぬご愛顧のほど宜しくお願いいたします。

野菜選果場

春の味覚をお届け

アスパラ部会員（会員数23名）が丹精込めて育てた「とれたんと」のグリーンアスパラガスとホワイトアスパラガスは、野菜選果場のアスパラ選別ラインで規格ごとに選別・計量・結束の後出荷されます。

JA十勝清水町が出荷するアスパラガスは天然の雪を利用した氷室で冷却され、鮮度を保ったままお届けしており、皆様からご好評をいただいております。

店頭での販売のほか、ギフト商品としてゆうパックやインターネットでの販売を通じて全国各地の消費者にお届けしています。



アスパラの計量作業

お世話になりました

長年にわたりご指導いただきありがとうございました。
組合員の皆様のご発展とご健勝をお祈りしています。

(5月31日付退職者)

◇池上 聡一郎 (畜産部 畜産生産課 係)

天ぷら界の巨匠に教わる 野菜大ぶら

わたしの
家の光
ミカタ

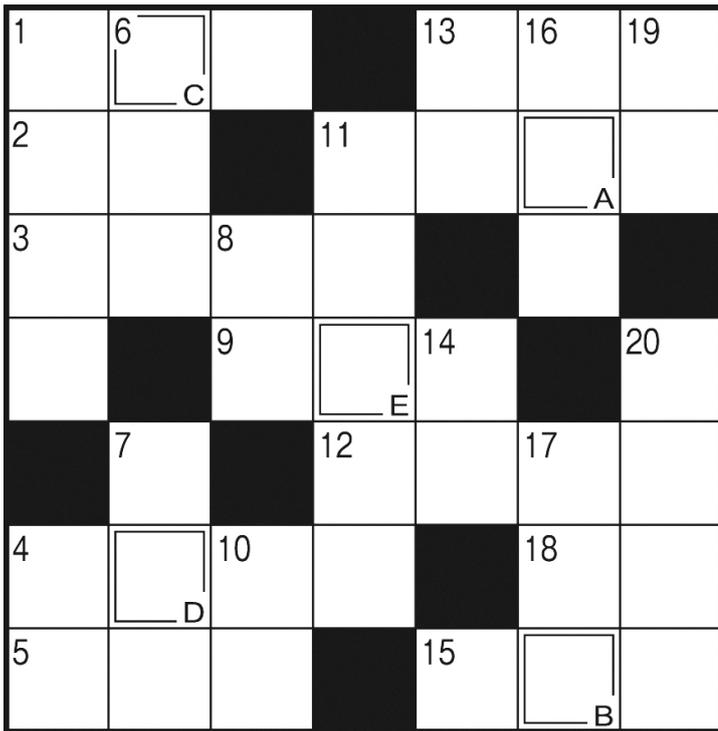
コロナで外出ができないので「家の光」をしっかり読んでいます。知らなかったことがいっぱいです

毎号興味のある特集が掲載され、読むほどに新発見があり楽しく学べます

家の光	定価(税込)
普通月号	629円
付録月号(1・4・5・7・9月号)	922円
付録月号(家計簿付き12月号)	1,027円

お申し込みはお近くのJA本・支店(所)へ
JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船原町11
TEL 03-3266-9039 <http://www.ienohikari.net>

クロスワードパズル



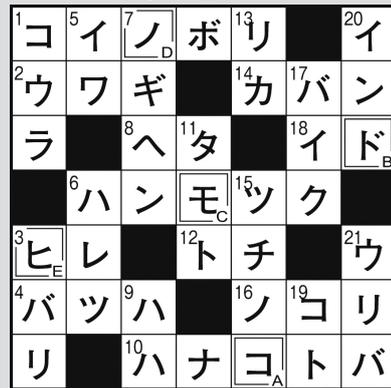
クイズの答えを解答用紙に記入し、ファックスするか直接JAにご持参ください。正解者の中から抽選で5名の方に記念品を差し上げます。

ご応募お待ちしております。(締切6月30日)

5月号 (No. 346) の答え

A B C D E

コドモノヒ



→ ヨコのカギ

- ① お尻が光る水辺の虫
- ② 手相占いで恋愛一見を見てもらった
- ③ 「森のバター」の異名がある果実
- ④ 桃やブドウの収穫量が日本一である県
- ⑤ ギリシャ文字の第18番目の文字。Σ、σと書きます
- ⑥ 独り立ちしています
- ⑦ こっちを通ると早く着くよ!
- ⑧ 石灰は土壌を一見性に傾けます
- ⑨ オルカと呼ばれる生き物
- ⑩ 傘の先からポタポタ落ちます
- ⑪ 口の大きな爬虫(はちゅう)類

↓ タテのカギ

- ① 新しい一見が衆議院を通過した
- ② 南の島に生えていそうなる木
- ③ 水を引き入れ、稲を植えます
- ④ 傘や長靴、レインコートなどのこと
- ⑤ 船が進む方向を定める装置
- ⑥ 火を通していません
- ⑦ 酔った人がフラフラと歩く様子
- ⑧ 奈良公園にたくさんいます
- ⑨ アサガオが伸ばして巻き付ける物
- ⑩ 月がなくて真っ暗。一見にカラス、一見のちょうちん
- ⑪ 古池や一見飛び込む水の音(芭蕉)
- ⑫ 6月の第3日曜日は一見の日です
- ⑬ ささみや手羽、砂肝などの部位があります

5月号 (No. 346) あたまの体操当選者発表

当選者は 上清水 2 有働 心菜さん 神居 1 新田 綾さん
 下佐幌平和 堀 遼太さん 本村 鳥羽 興さん
 御影 更生 青木 園子さん の5名です。

おめでとうございます。

通信ケーブル 切断事故防止 についてのお願い

近年、ユニック車の**ブーム下げ忘れ**や
トラックの**荷台下げ忘れ**などの不注意による
ケーブル切断事故が多発しております。
この事故は単にケーブル切断のみならず
人身事故にも繋がる危険があります。



- 荷台やブームの下げ忘れにご注意ください
- 作業現场上空のケーブルにご注意ください

物損や人身事故の恐れ



車両によるケーブル引っ掛け事故により 電柱が損壊した事例

車両によるケーブル引っ掛け事故は、このように
電柱を損壊させ、あるいは損壊した電柱が倒れて
他の構造物を破損させる場合があります、最悪の場合
人身事故につながる恐れがあります。

社会的影響の恐れ



ケーブル断線事故復旧作業光景

通信ケーブルには多くの通信回線が運用されてお
り、地域住民・企業の方々に欠かせない重要なイン
フラです。そのため通信ケーブルが切れると通信
回線が停止し、大きな社会的影響があります。
また、復旧にあたっては長時間を要する場合もあ
り、損害賠償請求額も高額となる場合があります。

上空の通信ケーブルにご注意くださいます様
お願い致します。

弊社ケーブルに関するお問い合わせ・連絡先

営業時間 / 平日 8:50~17:30

ホット ネット
HOTnet

札幌 TEL.011-590-5335
帯広 TEL.0155-21-8133

旭川 TEL.0166-23-1150
函館 TEL.0138-22-5052

北海道総合通信網株式会社 (Hokkaido Telecommunicatin network co.,Inc)は北海道で生まれた北海道の通信会社です

今月の職員さん



ささき だいすけ 職員
佐々木 大輔 職員

最近の出来事

『もうすぐ20歳になります』

◆所属部署・担当業務
農産部 農産課

◆趣味・特技
旅行、サッカー

◆自分はこの人です！
変なところにこだわりがある。

◆上司からの一言（庄司課長より）
入組して2ヶ月近く経ち、豆の配送等で組合員とも少しずつ接する機会も増えてきています。まだまだ、不安等もあると思いますが、先輩達の指導の下、知識や業務を学び、組合員に頼られる農協職員を目指してほしいです。

来月の職員さんは 西山 太基 職員です。

今月のメニュー

冷やし納豆梅茶漬け



材料（1人分）

- ・冷や飯・・・1／2膳分
- ・納豆・・・1パック
- ・大葉・・・5枚（千切り）
- ・ミョウガ・・・2個（小口切り）
- ・梅干し・・・2個（種を取りたく）
- ・いりごま・・・適宜
- ・おろしワサビ・・・適宜
- ・冷たいお茶・・・約200ml

作り方

- ①冷や飯と納豆をそれぞれ別のボウルに入れて水洗いし、ざるにあげ水気を切っておく。
- ②おわんに①の冷や飯、納豆を入れ、上に梅肉、大葉、ミョウガ、いりごま、ワサビ（チューブ入りでもよい）を盛り付け、周りから冷たいお茶を注ぎ出来上がり。