

十勝 清水

Tokachi Shimizu

最高のぜいたく、育てています。



2024年6月号
380号

目次

- 02. すこやかファミリー
白川さんファミリー
- 03. 十勝清水町酪農ヘルパー有限責任事業組合定期総会
清水町養豚振興会から豚肉寄贈
- 04. アスパラガス選果の様子
令和6年度 第2回青空教室
第50回南十勝B&Wショウ
- 06. 第53回十勝B&Wショウ
- 08. 十勝清水町の草地と土壌 NO. 8
- 10. 青年部・フレッシュミズ部会合同スポーツ大会
- 12. 令和6年度 ドックによる健康診断のご案内
- 15. 新商品のご紹介
イトーヨーカ堂帯広店にて当JAの加工品の販売



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

アンパンマンとパウパトロールが大好きな稔
桔くん！歌と踊りも大好きで、曲が流れるとノ
リノリで歌って踊りだすそうです！

子育てについて伺ったところ、「にーにの好きなものはじんも好き！にーにに負けないおしゃべりさん！いつもニコニコ笑顔でみんなのアイドル！だけど、きかん坊さん…。なんでも自分でやりたいお年頃で、少し手伝うと怒ってしまうし、上手にできなくても怒って泣いてしまいます。『頑張ったね！』と声をかけると、『じん頑張った！』と嬉しそうな顔をします！プライドは高め…なので、みんなたくさん褒めてあげてください！少し血が出ると『血！血！』と絆創膏を求めてくるあたりも2歳児らしくかわいいです！」と教えていただきました！

おとうさん	白川 拓磨さん
おかあさん	成美さん
おにいちゃん	壱祐さん
祖父	雅浩さん
祖母	春美さん
曾祖父	昇さん
曾祖母	サカエさん



熊牛更生
しらかわ じんき
白川 稔桔 くん（2歳8ヶ月）
写真左は壱祐くん

～お母さんからのメッセージ～

最近は、怒って泣いてひっくり返ることが多くなってきたね。

人生の少し先輩にーに、たまされそうでたまされない私の強さを感じるよ！ たまには、たまされてあげてネ！

なんでも楽しそうに取り組む姿、ステキでカッコイイぞ！

これから、すくすく元気に育ってネ！！

十勝清水町酪農ヘルパ
有限責任事業組合
第18回定期総会

とき.. 4月19日
ところ.. JA十勝清水町中会議室

4月19日、十勝清水町酪農ヘルパー
有限責任事業組合（藤田卓芳組合長）
の第18回定期総会がJA中会議室にて、
事業組合員・ヘルパー組合20名の参加を
得て開催されました。

令和5年度は、84戸の組合員戸数で利
用回数2,006回、一戸あたり23・88
回の利用回数となったことが報告されま
した。

令和6年度の計画として、休日のある酪農により充実したゆとりある経営と生活を実現すべく以下の8項目が挙げられ、承認されました。

①組合員のヘルパー利用の促進と組合強化を図る

- ② 新規組合員の加入促進
- ③ 清水町、JA十勝清水町へ協力要請
- ④ 関係機関の開催する研修会及び

講習会への積極的参加
ヘルパー職員の技術修得のため
積極的に参加させる

- ⑤ 学生インターンシップへの積極的な参加・受入による雇用対策
- ⑥ 統合互助会に関わる緊急ヘルパー体制と



サブヘルパー体制の強化を図る

⑦ ヘルパー職員と組合員の交流を深め、より円滑な運営をしたい

⑧ その他組合運営に必要事項

また、利用料金等の規約改正や酪農ヘルパー統合互助会利用について提議され、全ての議案について原案の通り承認されました。

十勝清水町酪農ヘルパ―
有限責任事業組合

令和5年度事業報告並びに
収支決算報告承認について
監査報告
議案第2号

令和6年度事業計画（案）
収支予算（案）承認について
議案第3号

規約改正（案）について
議案第4号

酪農ヘルパー統合互助会利用について
議案第5号
その他

清水町
養豚振興会から
豚肉寄贈

とき.. 5月21日
ところ.. 清水町学校給食センター

5月20日から24日の1週間、町内の小中学校で「十勝清水の恵み給食週間」が行われ、5月21日、清水町養豚振興会（青木賢一会長）から清水町内の学校給食向けに（有）ナチュラルファーム産豚肉40kgを清水町学校給食センターへ寄贈しました。当日は、（有）ナチュラルファーム奥秋紀克氏と清水町学校給食センター佐藤一成所長、給食調理員の皆様に記念撮影を行いました。

奥秋さんは、「地元の子ども達に清水町産の美味しい豚肉を食べてもらい、元気にすくすくと成長してもらいたい。これからも清水町を誇りに思ってもらえるように頑張りたい!」と想いを語りました。

翌22日には、さっそく町内の
小中学校の学校給食で「清水産
豚キムチ丼」として提供されま
した。



▽料理の様子

▽清水産豚キムチ丼／ジャンボあげぎょうこ
たまごスープ／牛乳



農業者年金

JAグループ

タガヤス君にもしものことがあったら私の収入は国民年金だけなのかしら…?



女性は男性より長生きだからハナちゃんのお後のこともちゃんと考えなくちゃ

女性の平均余命は90歳。
男性は85歳。
終身年金で老後資金を準備することが重要♡

女性にやさしい農業者年金!!

安定収入増で老後の不安を解消します

農地の権利金などでは不要
妻だけ単独で入ることも可能



女性農業者から
喜びの声続々

女性が年齢を重ねたときにエールを送ってくれる制度だと思う

子育てが終わって余裕ができましたから足るようになりましたが満額からで老後に備えたいですね

夫と一緒に農業をやっているんだから夫婦で加入するのは当然よね

長寿社会なんだから私たちの年金もちゃんと考えてもらいたい!





農業は天候に左右されて収入も変動しがち
農業者年金は保険料の上げ下げが自由で、苦しいときは引き落としをしめることもできたので助かりました

※夫と妻は同年齢。農業者年金へは30歳で保険料月額2万円を通常加入。死亡・年金請求を申し込んだ農業者の平均余命(男性は85歳、女性は90歳)まで受け取れる。

農業者年金に夫だけ加入した場合と夫婦で加入した場合の比較								
	65～87歳の年金額(夫婦)				88～92歳の年金額(妻のみ)			
ケース1 農業者年金に夫のみ加入	国民年金	夫	月額 6万6千円	妻	月額 6万6千円	国民年金	妻	月額 6万6千円
		計	月額 約13万円					
	農業者年金	夫	月額 4万4千円			農業者年金	なし	
	合計:月額	約17万4千円			合計:月額	6万6千円		
ケース2 農業者年金に夫婦で加入	国民年金	夫	月額 6万6千円	妻	月額 6万6千円	国民年金	夫	月額 6万6千円
		計	月額 約13万円					
	農業者年金	夫	月額 4万4千円	妻	月額 3万8千円	農業者年金	妻	月額 3万8千円
	合計:月額	約21万2千円			合計:月額	約10万4千円		

農業者年金の内容やご相談は最寄りの農業委員会JA、または農業者年金基金にお問い合わせください。

独立行政法人農業者年金基金
女性向けチラシ (令和5年5月版) より

第2話 女性こそ入らなくっちゃ編

あーん 農業者年金 なっく

ハナちゃん、ポク 農業者年金に入っちゃよ

あら タガヤス君 ホント？

ハナちゃんに めっちゃ アイ知れせが いるんだ、ポク

今日 は ガールフレンドの 畑タガヤスだよ！

ヤボー！ みんな元気？ イケメンファーマーの

いま…なんて？

ポク だけで いいんじゃない？

え？ なん？

こうしちゃ いられない！ 私も早く 入らなくっちゃ

ポク

二人で 加える

そーだったのかあ！

農業者年金は 女子こそ 入るべき なよー！

まんが/大黒いろう

©Kosgoro

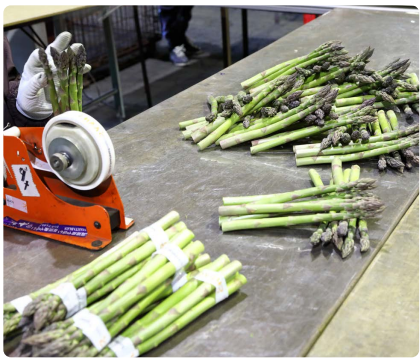
アスパラガス
選果の様子

最盛期…5月初旬
ところ…各圃場
野菜集出荷選果場

春の風物詩であるアスパラガスの収穫・出荷が最盛期を迎えました。清水町のアスパラガスは、完熟たい肥の『しみず有機』をふんだんに使って育てられ、JA十勝清水町の耕畜連携ブランドである『とれたんと』の主力農作物です。

今年の最盛期は、低温や干ばつだけではなく、風や霜の影響を受け、生育にはとても厳しい環境でした。そのような中でも生産者は厳選収穫してアスパラガスを選果場へ出荷しています。

選果場では専用の選別機を使って規格を揃え、カラフルなテープで彩られたアスパラは、ゆうパックやネット販売、市場を経由して皆様の食卓へと届けられます。



令和6年度
第2回青空教室

とき・ところ…
【5月8日】
上清水福祉館・下佐幌福祉館
人舞郵便局・下美蔓1公会堂
松沢福祉館・熊牛福祉館
御影中央公会堂・旭山福祉館
【5月10日】
人舞3 公会堂（人舞神社）

5月8日、JA十勝清水町農産課、十勝農業改良普及センター十勝西部支所、ホクレン西部原料所の合同による、令和6年度第2回青空教室が町内8地区で行われました。各担当から、秋まき小麦の生育状況や止葉期追肥、植物生長調整剤、防除等の説明と、てん菜の播種・定植状況や今後の圃場管理作業、除草剤散布、病害虫防除の説明がありました。参加者からの質疑応答のあとは、小麦の圃場へ移動し、具体的な状況を把握しながら今後の作業について相談・確認しました。

また、5月10日に清水町秋播小麦採種組合による令和6年度秋播小麦採種組合第2回青空教室が人舞3 公会堂（人舞神社）にて行われ、種子小麦を中心に小麦とてん菜について説明がありました。



第50回
南十勝B&Wシヨウ

とき…4月23日
ところ…大樹町家畜共進会場
主催…大樹町乳牛改良同志会

4月23日、大樹町乳牛改良同志会主催の第50回南十勝B&W（ブラックアンドホワイト）シヨウが、SEMEX ALLIANCE 社 ポール・トラップ氏を審査員に迎え、大樹町家畜共進会場で開催されました。十勝管内から76頭が出場し、清水町からは（有）田中牧場と大久保大輔氏から計9頭が出品されました。

経産牛区分チャンピオンに第9部1席（有）田中牧場出品のTMFヤコブサイドファイバーケールアユエT号が、経産牛区分リザーブチャンピオンに同じく（有）田中牧場出品の第7部1席TMFエクセルシアラムダモーリスエンジェル号が輝きました。

また、経産牛区分オナブルメンションに第11部1席（有）田中牧場出品のエリースマイルユニキュアET号が輝きました。

なお、清水町からの出品牛の結果は以下の通りです。

清水町からの出品牛 審査結果			BU：ベストアダー	
部門	順位	名号	出品者	
第2部	2席	TMF 70マーヅ ユチーズ クラッシュフォーゼ ET	（有）田中牧場	
第3部	2席	TMF エクシード アリガーター サツキハニーローズ	（有）田中牧場	
	8席	TMF ヤコブ スシヨウタイム オルガ ブリタニイ	（有）田中牧場	
第6部	3席	TMF SEA ロード ジヤガーグスマンエナ	（有）田中牧場	
第7部	1席	TMF エクセルシアラムダ モーリスエンジェル リザーブチャンピオン受賞	（有）田中牧場	
			BU	
第9部	1席	TMF ヤコブ サイド ファイバーケールアユエT	（有）田中牧場	
	2席	TMF サニー FP サイト タツティーシエスタン	（有）田中牧場	
第10部	3席	OK ヨウハイタイガー ライラック	大久保大輔氏	
第11部	1席	エリ スマイル エキア ET	（有）田中牧場	
		オナブルメンション	BU	



第53回 十勝B&Wシヨウ

とき…5月17日

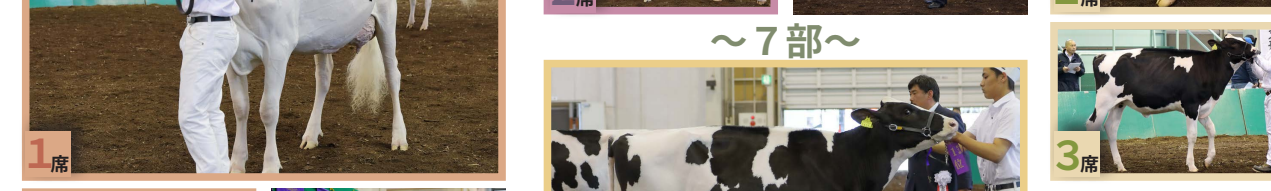
ところ…十勝農協連家畜共進会場
主催…十勝乳牛改良同志会連合会

5月17日、十勝乳牛改良同志会連合会主催の第53回十勝B&Wシヨウが、音更町の十勝農協連家畜共進会場にて開催されました。審査員に広尾町の佐藤孝一氏を迎えて行われた本大会は、十勝管内の各同志会から16部門へ約125頭が出場し、清水町ホルスタインクラブからは29頭が出場しました。

第1部～第7部のジュニアチャンピオンに第2部1席(有) 田中牧場出品のTMFフロマー・ジュニア・ツシユフォーエーET号が、リザーブジュニアチャンピオンに第3部1席上士幌町小椋直樹氏出品のハッピーラインARKレジエンダフリーダム号が選ばれました。

続いて、第8部～第11部のインターミディエイトチャンピオンに第10部1席(有) 田中牧場出品のTMFヤコブ・サイド・ファイバー・ケール・アユET号が、リザーブインターミディエイトチャンピオンに第11部1席音更町山田哲義氏出品のサンシャイン・ホツトスポットGCソロフエアー号が選ばれました。

リードマンシップコンテストが開催され、清水町からは田中一颯さん、十河三志朗さん、鈴木琉太郎さん、成松舞衣さんが参加し、1位に田中一颯さん、3位に十河三志朗さん、4位に成松舞衣さんが輝きました。



清水町ホルスタインクラブからの出品牛 審査結果

部門	順位	名号	出品者
第1部	4席	ウエンデ・ヒース・クラムスキー・サ	小坂 洋平氏
	10席	クリアカッパ・インサイド・エリア	大谷 純平氏
第2部	1席	TMFフロマー・ユース・クラッシュ・フォーエー ET ジュニアチャンピオン受賞	(有) 田中牧場
	3席	セジス・ビューティー・スカイ・ヤガ・メイ	高橋 喜一氏
	5席	パインリッジ・チーズ・トック	成松 直樹氏
第3部	5席	TMFエクシード・アリア・ター・サツキ・ハニー・ローズ	(有) 田中牧場
	7席	パインリッジ・ボクシング・サイド・キック	成松 直樹氏
	9席	フェリーランチ・サイド・キック・エレナ	桜井 達也氏
	14席	ウエンデ・ヒース・イシカゼ・AJ・アレナード	小坂 洋平氏
	15席	パインリッジ・ファイ・ラムダ・ペロン	成松 直樹氏
	20席	ウエンデ・ヒース・イシカゼ・AJ・ター・ベ・アリン	小坂 洋平氏
第4部	7席	フェリーランチ・サイド・キック・ジョージ・アーナ	桜井 達也氏
第5部	1席	TMFファーストミツシージ・ユー・エル・セ・ンメンソール	(有) 田中牧場
第6部	2席	TMFジュー・チーズ・ソロン・フォーエー ET	(有) 田中牧場
第7部	1席	TMFファイナル・ドン・ジャガ・リリー	(有) 田中牧場
	2席	TMFシモンズ・チーズ・アーミン・ラムダ・フォーエー	(有) 田中牧場
第8部	3席	TMFエクセルシラムダ・モリス・エンジェル	(有) 田中牧場
	4席	ウエンデ・ヒース・エウ・アンス・フィンレー	小坂 洋平氏
	6席	TMFリージ・エント・ユニクス・ピ・オーネ・セ・レブ・コラ	(有) 田中牧場
	7席	ベル・バット・ラムダ・ム・チーフ・レディ	(株) 浅野牧場
	8席	カーネーション・ロートラスト・リビア	渋谷 啓介氏
第10部	1席	TMFヤコブ・サイド・ファイバー・ケール・アユ ET グランドチャンピオン受賞 インターミディエイトチャンピオン受賞	(有) 田中牧場
	4席	TMFサニー・FP・サイド・タツティ・シェスタン	(有) 田中牧場
第11部	3席	ベル・バット・サイド・キック・ジョリー	(株) 浅野牧場
	4席	クリアカッパ・ムーンライト・バーマ	大谷 純平氏
	6席	OKヨハイ・タイガ・ライラック	大久保 大輔氏
第12部	2席	エリー・スマイル・エキユア ET	(有) 田中牧場
	7席	クリアカッパ・サイド・マツク	大谷 純平氏
第14部	4席	ベル・バット・ゴールド・チップ・オリビエ ET	(株) 浅野牧場
第15部	2席	TMFヤコブ・サイド・ファイバー・ケール・アユ ET TMFサニー・FP・サイド・タツティ・シェスタン エリー・スマイル・エキユア ET	(有) 田中牧場
	2席	清水町ホルスタインクラブ	

BU: ベストアダー

グランドチャンピオンには、インターミディエイトチャンピオンを受賞した(有) 田中牧場出品のTMFヤコブ・サイド・ファイバー・ケール・アユET号が、リザーブグランドチャンピオンには、リザーブインターミディエイトチャンピオンを受賞した音更町山田哲義氏出品のサンシャイン・ホツトスポットGCソロフエアー号が輝きました。
また、プレミアブリーダー(自家生産牛優良繁殖農家)とプレミアエキシビター(出品牛優良農家)に(有) 田中牧場が輝き、清水町ホル

～第15部～ 牧場牛群



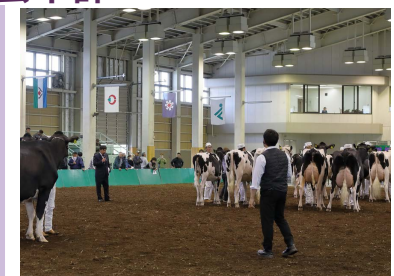
2位(有) 田中牧場

スタインクラブは団体賞1位を受賞しました。
清水町ホルスタインクラブからの出場牛の結果は次の通りです。

～第16部～ 同志会牛群



2位 清水町ホルスタインクラブ



Yが生えている場所とシバムギ（Q）が生えている場所を比べてみたところ、1番草と2番草を合わせた収量はQGがTYよりも低く、TYよりも約15%減でした。RCGとQGは、TYよりも高消化性繊維（Oa）が低いので、栄養価で考えれば圧倒的にTYの方が良いのは間違いないありません。

養分状態が適正であれば雑草でも生草収量が高い

調査を行った140地点の牧草率および雑草率と生草収量との関係を見てみました（図2）。青で示した2019年度も赤で示した2020年度も、牧草率が高ければ生草収量が高い傾向が全体的に見えます。一方の雑草率については、青の2019年度は雑草率が高ければ生草収量が低い傾向が見えますが、赤の2020年度は明瞭ではなく、むしろ雑草率が70%以上と高くても生草収量が2500kg/10a以上の多い地点がいくつか見られます。赤い丸で囲った「雑草率70%以上、生草収量2500kg/10a以上」の3地点を詳しく調べてみると、いずれも塩基飽和度が60%以上と高く、土壌pHも5.7〜6.3と理想的な弱酸性です。RCG50%とQG40%で雑草率

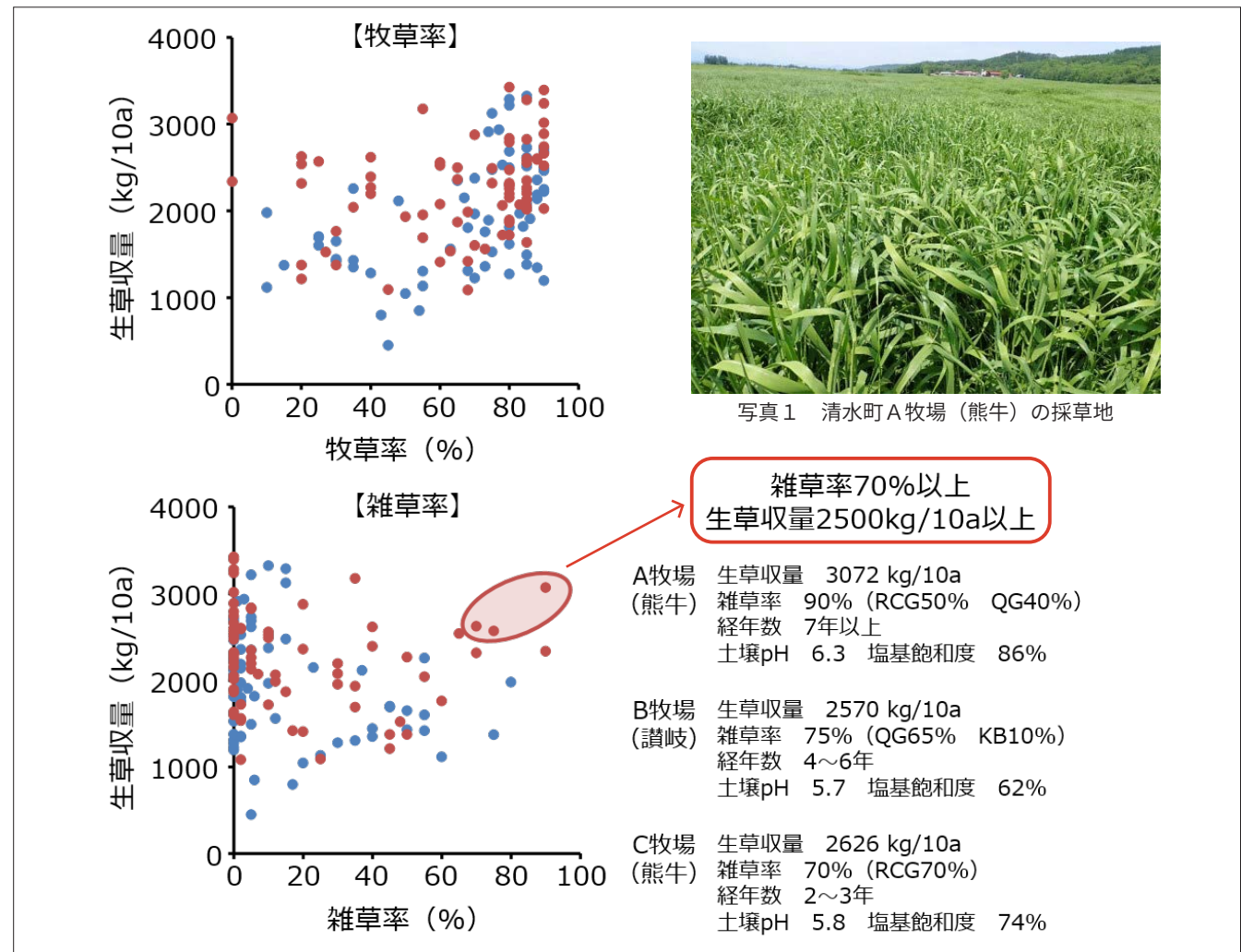


図2 牧草率および雑草率と生草収量との関係

土壌の養分状態は栄養価やミネラルバランスにも影響

TYのような牧草と比べると、RCGやQGは栄養価が低く、嗜好性も良くないので収量だけ取れば良いということにはもちろんなりません。実は、土壌の養分状態や陽イオンバランスは、草の栄養価や元素組成にも影響を及ぼします。今回のコラムでは、牧草の栄養価やミネラルバランスについても紹介します。

90%のA牧場（熊牛）の採草地は、経年数7年以上ですが、塩基飽和度が86%と高く、生草収量は3000kg/10aを超えています（写真1）。これら3地点とは別に、雑草率35%で生草収量3000kg/10aを超えている地点がありますが、ここは有効態リン酸が「かなり」控えめでした。前回のコラムで紹介したように、土壌の塩基飽和度や有効態リン酸が適正な状態であれば、たとえ雑草であっても収量が高い圃場があるのです。

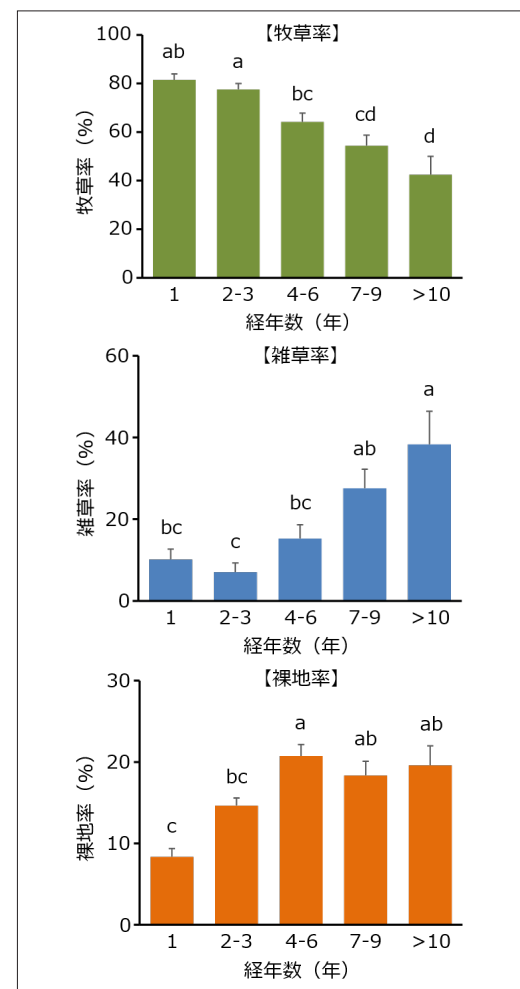
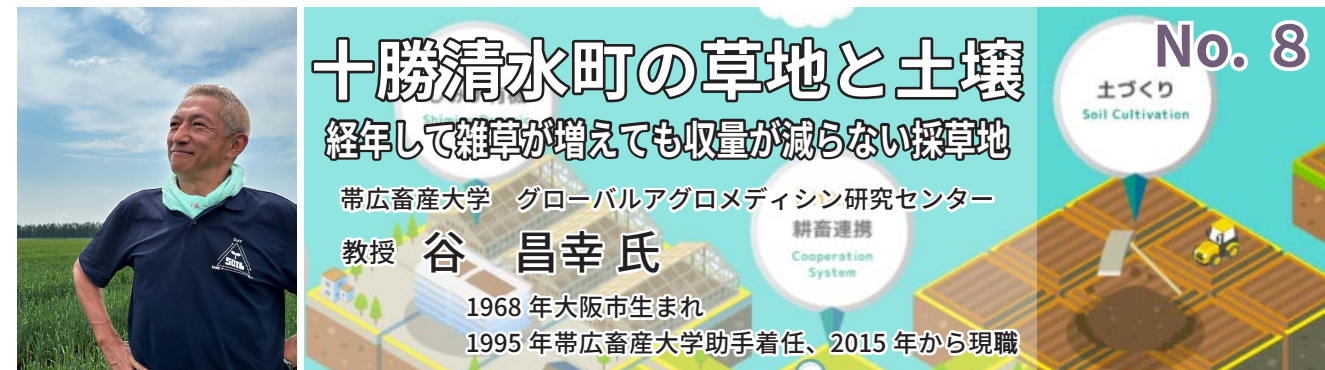


図1 草地更新からの経年数と牧草率、雑草率、裸地率との関係

裸地率が増えれば収量が下がる

コラム6回目で紹介したように、更新後の経年数が多い圃場では生草収量が低下する傾向があります。その原因の1つは経年すると裸地率が增加することです。裸地になった部分は草が生えていないので、当然のことながら裸地率が増えれば生草収量は減ることになります。裸地率と生草収量との間には高い負の相関関係があり、とくに裸地率が40%を上回ると生草収量が700kg/10aと激減します。

一方、雑草率が増えると生草収量が低下する傾向はありますが、雑草率と生草収量の間には有意な相関関係は見られず、雑草の種類によって生草収量が増える可能性があります。十勝清水町で行った別の調査では、同じ草地でチモシー（TY）が生育している場所とリードカナリーグラスが生育している場所を比較したところ、1番草と2番草を合わせた生草収量はリードカナリーグラス（RCG）がTYよりも1.2〜1.4倍高い結果でした。とくに2番草の収量が多く、RCGの再生力が高いことを反映しています。RCGは栄養価や嗜好性には問題がありますが、収量だけを見れば雑草の方が高いことになります。同じ調査で、T

青年部 フレッシュミズ部会 合同スポーツ大会

とき…5月29日
ところ…清水町体育館
清水町畜産研修センター

5月29日に、JA青年部（鈴木堅士郎部長）と女性部フレッシュミズ部会（加納亜沙美会長）は合同スポーツ大会を開催し、一般参加としてお呼びした清水町農業女子交流会を含む計51名が参加しました。また、令和6年度のJA新採用職員10名も参加し、交流しました。

フレッシュミズ部会加納亜沙美会長の開会宣言の後、新生乾川さんご夫妻のハツラツとした選手宣誓がありました。ラジオ体操でしっかりと身体をほぐした後、9チームに分かれてミニバレーを行いました。まずは、3チームずつの3ブロックに分かれて総当たり戦を行い、ブロックごとの順位を決め、その後各ブロックの1位同士で決勝の総当たり戦を行いました。1位から3位までは賞品がもらえるということもあり、予選から気迫溢れるパワフルなプレーが見られました。優勝した川東Aチームは、豪華なお肉セットをゲットしました。

スポーツ大会の後、畜産研修センター

にて懇親会が開催され、肉や海鮮を囲み焼肉を楽しみました。

フレッシュミズ部会のアトラクションでは、お肉の重さを目で見て当てる『お肉のグラム当てゲーム』を開催し、主婦の寸分の狂いない目つきでお肉の重さをピッタリと当てていました。また、青年部のアトラクションでは『アームレスリング大会』を開催し、青年部鈴木堅士郎部長が圧倒的な力を見せてつけて優勝しました。

青年部 大谷純平 副部長は、「農作業が忙しいなかたくさんさんの参加があり、楽しんで頂けてとても嬉しい。これから忙しい時期となりますが、良い秋を迎えられるよう頑張ってくださいませよう。」と挨拶し、青年部・フレッシュミズ部会合同スポーツ大会を終了しました。



来賓挨拶
氷見 隆雄 代表理事組合長



開会挨拶
青年部 部長 鈴木 堅士郎 さん

開会宣言
フレッシュミズ部会 会長
加納 亜沙美 さん



ラジオ体操



選手宣誓 乾川 英樹さん・佳奈さん



青年部アトラクション
アームレスリング大会



フレッシュミズ部会アトラクション
お肉のグラム当てゲーム



- 監査報告
- 付議事項
- 協議事項
- 報告事項
- ・ 令和6年度事業報告、貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案
 - ・ 第46回通常総会の招集
 - ・ 議決権行使書面の取扱い
 - ・ 令和5年度事業報告、貸借対照表、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
 - ・ 部門別損益計算書・事業別の明細・決算関係
 - ・ 事業計画・議案事項
 - ・ 労働保険事務組合の令和5年度徴収・納付状況
 - ・ 令和6年5月地域別懇談会
 - ・ 「第31回 J A 北海道大会」組合員組織討議に係るとりすめ
 - ・ J A バンク経営戦略シート
 - ・ 十勝地区畑作・青果対策委員会の報告
 - ・ 令和5年度にのく共計販売状況
 - ・ 令和5年度食用加工馬鈴薯共計販売状況
 - ・ 生乳出荷受託販売委員会の報告
 - ・ 乳質、生乳出荷状況

理事会の動き

第2回 5月15日開催

十勝
清水

JAへの就職希望者100%就職(令和5年度実績)
令和7年度第1回学生募集

- 定員40名 ●男女共学 ●1カ年●寮完備(個室)●通学制開始
- 受験資格:満27歳未満(令和6年4月1日現在)/大学卒及び見込、短大・専門学校卒及び見込、高校卒及び見込
- 試験日:9月21日(土)●願書受付:7月12日(金)~8月30日(金)消印有効
- オープンキャンパス随時開催中

JAグループ職員養成校



一般財団法人
北海道農業協同組合学校

〒069-0834 江別市文京台東町 43-1
☎0120-918-417 【JAカレッジ】で検索

令和7年度より
通学制開始

農協学校より学生募集

令和7年度第1回学生募集について

J A 職員の人事発令について

5月1日付け職員の人事発令を、下記のとおり行いました。

試用職員から本採用「一般職」(令和6年5月1日発令)

経済部 生産資材課 係 久井 幸江

十勝
清水

令和6年度 ドックによる健康診断のご案内

《人間ドック 1日の流れ》

健診センター開錠 7:45~

- ＊開院時間 7:30 (7:30より前に病院に入ることはいけません)
- ＊人間ドック予約票に記載された時間帯にお越しください。
- ＊時間帯のご希望は受け付けておりません。ご了承・ご理解願います。

S・Aグループ 7:45~7:55	Cグループ 8:00~8:15
Dグループ 8:30~8:45	Eグループ 9:00~9:15
Fグループ 9:30~9:45	

＊脳ドック・肺ドックをお申込みの方を
初めにご案内させていただきます。

更衣 → 問診・各種検査 → オプション検査 → 診察(聴診) → 会計

＊一部の
オプション検査は
午後になります。

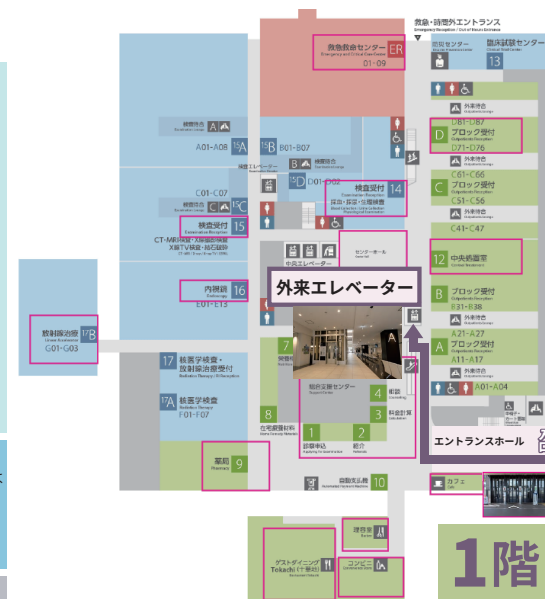
お食事

結果説明 医師より健診結果の説明があります。

保健指導 保健師・看護師より健診結果をお伝えします。
生活習慣病やその他の病気、身体の事で気になることなどを
お気軽にご相談ください。

特定保健指導 健診結果をもとに3~6か月間の生活習慣改善プログラムを
無料で受けられます。
＊申し込みの契約かつ
条件に該当した方

ご帰宅



《巡回ドック》

【1日目】

実施日:12月12日(木)
場 所:JA十勝清水町

【2日目】

実施日:12月13日(金)
場 所:御影公民館
とりまとめ時期:10月下旬(予定)
受診のメリット

- ・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時間程度で終了します。
(必要な方のみ、別日に2次健診を行ないます。)
- ・予定数の制限が無いので、希望日に受診できます。
- ・午前10時まで受付しています。

《人間ドック》

実施場所:帯広厚生病院

住所 帯広市西14条南10丁目1番地

とりまとめ時期:9月上旬(予定)

受診日:11月~3月

受診のメリット

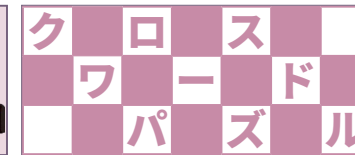
- ・病院でしか受けられないオプション検診が
多数受けられます。
- ・保健師による健康診断や栄養指導があり、
1日で終わります。
- ・ドック受診後に精密検査の予約ができます。

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ため、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しています。

時期が近くなりましたら、人間ドック・巡回ドックそれぞれの詳細をFAXにてお知らせいたします。
ご質問等、不明な点がございましたら下記までお問合せください。

JA十勝清水町 管理課 TEL 0156-62-2161 FAX 0156-62-6223

十勝
清水



～新商品のご紹介～

5月上旬より、サツドラ十勝清水店にて『極上の油そば（冷凍）』と『十勝清水牛玉メンチ』が新発売しました。

極上の油そば



大人気トム製麺の油そばを冷凍し、より美味しくなった『極上の油そば』が新発売しました！もちもちとした食感の麺が冷凍されることで熟成され、より美味しさがUPしています！付属のしょうゆベースのタレとお好きなトッピングでお召し上がりください。



『極上の油そば（冷凍）』
容量：380g（麺、タレ付き）
価格：398 円（税込）

十勝清水牛玉メンチ



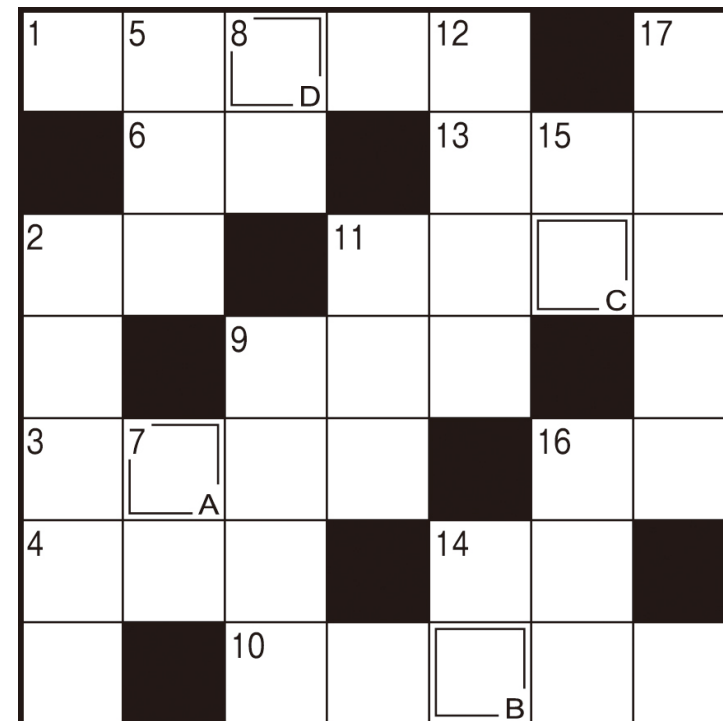
ついに復活！
ジューシーな十勝若牛の粗挽き肉にふわふわの卵と特製味噌だれの味付けが食欲をそそります！
晩御飯のおかずやお弁当にもおすすめです！

『十勝清水牛玉メンチ』
容量：80g × 4 個入り
価格：594 円（税込）



5月13日から6月30日まで、イトーヨーカ堂帯広店1階食品コーナーにて当J Aの自慢の加工品「北海道十勝熟成黒にんにく」、十勝清水にんにくを使用した調味料や「十勝若牛カレー」、「焙煎あずき茶」等を販売しております。（商品がなくなり次第終了します。）
5月18日には十勝若牛カレー、黒にんにく、あずき茶の試食試飲販売会も行い、帯広市内外から多くの方にお越しいただき、当J Aの自慢の商品を知っていただくことができました。皆様のご来場をお待ちしております！

イトーヨーカ堂
帯広店にて
当J Aの加工品を販売
とき：5月13日～6月30日
（商品がなくなり次第終了）
ところ：イトーヨーカ堂帯広店



→ ヨコのカギ

- 1 アジサイに似合いそうな生き物。
文部省唱歌の曲名にもなっています
- 2 いとこのお母さんです
- 3 空き店舗に——募集の看板が付いた
- 4 野菜とハムやゆで卵などを盛り合わせて作ります
- 6 6月の第3日曜日は——の日です
- 9 ポシェットやリュックもこの一種
- 10 梅雨時に洗濯物を干すと
パリッと乾かずこうなることも
- 11 テレビ・ラジオ欄にたくさん載っています
- 13 倉敷市の——地区を歩いて回った
- 14 足が8本あります
- 16 手前の反対側

クイズの答えを解答用紙に記入し、F A X送信するか直接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6月24日）

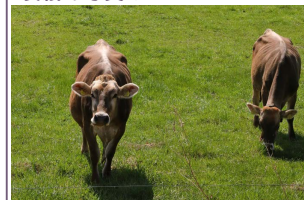
5月号 (No.379) の答え A B C D E 「ピクニック」

1	サ	ツ	キ	13	ア	16	オ	19	バ
2	イ	ゴ		11	シ	ユ	ク	エ	ン
3	ヨ	ウ	8	シ	ユ		テ		
	ウ		9	タ	ク	14	ト	20	ア
		7	ポ		12	ハ	ツ	17	コ
4	ト	ピ	10	ツ	ク		ゼ	18	ロ
5	ラ	ー	ユ		15	タ	ニ	1	ン

↓ タテのカギ

- 2 うちの——は稲、裏作はキャベツです
- 5 時には相手の——になって考えることも大切だ
- 7 シカと大仏が有名な県
- 8 耕したり肥やしたりします
- 9 カウボーイが首に巻きます
- 11 スポーツ紙では打棒と書かれることも
- 12 LDKのLです
- 14 たる、おけにはめられています
- 15 部屋の模様替えのときに動かすこともあります
- 16 もち米に具材を入れて炊いたもの
- 17 昭和の名曲『青い——』。
同名映画の主題歌としても知られています

表紙の写真は



今月の表紙は牛の写真にしよう！と思い、撮影に出かけました。暖かい日差しを浴びて、のんびりと草を食べている様子を撮影することができました。最近気温が上がる日も増えてきています。「こまめに水分をとる」「塩分を程よくとる」「休憩をこまめにとる」など熱中症対策をしっかりと、安全に作業を行っていきましょう！

5月号 (No. 379) あたまの体操 当選者発表

当選者は 羽帯 佐藤 きよ子さん 北熊牛2 丸山 忠臣さん
熊牛 佐藤 由佳さん 下美蔓2 村中 悟さん
新羽帯 水野 美英子さん の5名です。

おめでとうございます。 十勝清水



今月の「職員紹介」



なかむら ゆうじ
中村 裕治 職員

最近の出来事

次女がバスケの試合で
シュートを決めました！

◆所属部署・担当業務

農産部 農産課
加工施設担当

◆趣味

バイク、ゲーム、BBQ

◆自分はこんな人です

極度の人見知りです

◆上司からの一言（坂本 豊 職員 より）

令和5年5月に入組し農産加工施設に配属され1年が経過しました。

長年営業職をされていたことから人当たりが良く、社会経験も豊富な為、対応力の高さには目を見張るものがあります。

パートさん達とも打ち解けていて、工場内を明るい雰囲気してくれています。

加工施設では製造が主な業務の為、新しく身に付ける知識と経験が必要で、入組当初はかなり苦戦している姿が見られましたが、1年たった今では自信を持って業務に取り組んでいる姿に進化したと感じます。

今後も衛生管理や新商品開発など様々な業務を覚えてもらいますが、同期入組の端山職員やパートさん達と共に協力し合い、工場を引っ張っていく存在に成長する事を願っています。

来月の「職員紹介」は友田 慎一 職員です。

十勝
清水

今月のメニュー

JA女性部 料理研究会

和風八宝菜



12月13日にJA女性部 料理研究会が、料理研究会実習を開催しました。
「今月のメニュー」として今回を含め4回、活動で作った料理の調理メニューを紹介致します（2/4回目）。

材料（4人分）

シーフードミックス	160 g	A	酒	大さじ1強
(いか・えび)			みりん	大さじ1
かにかま	60 g		塩	2.4 g
たけのこ（水煮）	40 g		しょうゆ	小さじ1強
人参	60 g		だし汁	200 ml
白菜	320 g		片栗粉	大さじ2
ピーマン	40 g		水	大さじ2
干しいたけ	10 g			
油	小さじ2			

作り方

- しいたけは、水で戻してだし汁を200ml分とっておく。
戻ったら薄いスライスに切る。
たけのこは薄切り、人参は薄く短冊切り、白菜は縦半分
に切ってざく切りにする。
ピーマンはヘタと種を取り、食べやすい大きさに切る。
- Aの材料を合わせておく。
- 両手鍋に油を強火で熱し、シーフードミックスを炒める。
人参、白菜、しいたけを炒め合わせ、②の調味料とカニ
カマを加える。
- 煮立ったら、たけのこ、ピーマンを加えて少し煮る。
野菜がやわらかくなったら水溶き片栗粉を全体に加え、
よく混ぜながらとろみを付ける。

1人分栄養価

エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	食物繊維	食塩相当量
124 kcal	9.5 g	2.2 g	13.4 g	3.0 g	1.4 g