



No.1151
12月号

2019
December

丘の大地

JAびえい・広報誌

～ 美瑛産のおいしさに、思わず笑顔 ～

－ 11/6 中学生テーブルマナー講習から －

- 一般記事..... 2～3
- 焦点/FOCUS 3
- 特集 食品ロスを減らす ... 4～5
- クロスワード/占い 9
- 情報カン..... 10～11

町内各組織が交流を深める 産業懇談会が開催

町内各組織の役員同士が交流を深め、より良いまちづくりにつなげることを目的とした産業懇談会が、11月5日、町民センターにて開催されました。

産業懇談会の開催は今年で3回目となり、6団体から80名を超える参加者が集まりました。

開会挨拶を行った川崎農業委員長は、「限られた時間の中ではあるが、交流を深めて、まちづくりに寄与してほしい」と述べました。

今回の産業懇談会は2名からの講演がプログラムとして組まれ、始めは角和町長が「美瑛町のまちづくり」と題して、「未来につなぐ」まちづくりについて、①持続可能な財政運営②基幹産業の強化③循環型地域経済の実現④まちなか経済の活性化⑤人口1万人維持の5つが柱であると述べました。

続いて、谷森林組合代表理事組合長が、「美瑛町における森林の現況と展望について」と題して、近年道内各地で問題視されている海外投資家による森林の買収が美瑛町ではまだ行われていないなどの情勢を報告しました。

閉会挨拶では、熊谷組合長が角和

町長の町づくりへの思いをしっかりと受け止めてJ A事業を進めたいと述べました。



講演を行う角和町長と谷森林組合代表理事組合長

あたたかいご対応 ありがとうございました！ 組合員宅 一日一斉皆訪問

農協法公布記念「組合員宅一日一斉皆訪問」が、今年も11月19日に開催され、総勢90名の当J A職員が34班に分かれて組合員宅にお伺いしました。

今年の営農を振り返るとともに、J A事業運営への貴重なご意見を頂きありがとうございました。

また、中央会旭川支所によるコンプライアンス研修も合わせて実施され、職員の意識向上が図られました。



白熱の試合！ 青年部・Fミセス会 ミニバレー大会

冬場の運動不足を解消し、部会員相互の交流を深めることを目的とした、青年部・Fミセス会ミニバレー大会が、11月15日スポーツセンターにて開催されました。

当日は、初心者向けのエンジョイリーグと、経験者向けのプレミアリーグの二つのリーグが開催され、それぞれ五つのチームが優勝をめざして白熱した試合を繰り広げました。激闘を制し、見事優勝に輝いたのは、エンジョイリーグではコタン・美馬牛ブロックのGENTAB、プレミアリーグでは同じくコタン・美馬牛ブロックの美馬牛・コタンAとなりました。

終了後は、当J A大ホールに会場を移して、

余興を交えた交流会も開催されました。交流会は終始笑い声が絶えず、盛会のうちに幕を閉じました。



白熱したミニバレーの試合

焦点 FOCUS

食料自給率過去最低37.33% 担い手不足の解消に向け、 まずは問題の共有を

8月6日に農林水産省から平成30年度の食料自給率が発表されました。これによると、カロリーベース食料自給率は37.33%で、大冷害のあった平成5年の数字を下回り、過去最低となりました。

平成30年は近年まれにみる低温・日照不足で、全国的にみると台風による被害もありました。その結果、北海道の小麦の単収が平成23年以降で最低、全国の大豆の単収が平成17年以降で最低となったため、食料自給率で過去最低の37.33%を記録したとされていますが、果たして原因はそれだけでしょうか。

例えば、身近で聞く後継者不足の問題。日本全体でも人口減少が緩やかに進んでいるため、現在でもすでに発生している担い手不足の問題が、より深刻になることは目に見えています。労働力が不足すれば、当然生産力も落ちてしまいます。労働力不足を補うために、ドローンなどを利用したスマート農業を取り入れることが推奨されていますが、どんなに技術が発展して便利になっても、農作物の安全安心のためには、人の手による確認が必要ではないでしょうか。

日本の食料自給率を向上するための今一歩踏み込んだ対策として、私たちがおいしいものを安心して食べられること、それを支えている農業者がどれだけ大切な仕事を担っているのか、それを国民全体で認識し、農業が抱える問題を自分の食卓の問題として共有することが必要ではないかと思います。そして、そういった家庭で育った子どもたちにとって、農業が選択しうる職業の一つとなることが、担い手不足解消の第一歩につながるのではないのでしょうか。

地元のおいしい食材を給食でもしっかりと味わってほしい。毎年行われている町内学校給食への米と食パンの贈呈が今年も行われ、11月21日、役場応接室にて贈呈式が開催されました。

今回贈呈されたのは、お米「ななつぼし」3㌥、超強力小麦の「ゆめちから」を使用し、もちもちとした食感が特徴の食パン900食分です。贈呈式では、熊谷組合長と村井稲作生産部会長、堀内麦作部会長から、角和町長と千葉教育長へ米と食パンが手渡されました。



おいしく食べてと願いを込めて

年金友の会では、会員相互の親睦を深め、生きがいづくりを応援することを目的として、11月10日～11月14日までの5日間で観楓会を開催しました。

今年度の観楓会は沖縄方面で、沖縄本島はもちろん、石垣・西表・由布・竹富の4つの島をめぐる予定です。江花会長からは、「たくさんの方が参加してくれて嬉しい」と挨拶があり、参加者は、水牛車や美ら海水族館など、美瑛とはまた違った、ゆっくりと流れる時間を満喫してきました。

挨拶をする
江花会長



美ら海水族館での記念撮影

おいしく食べて！
給食に米と食パン贈呈

暖かい南の島を満喫
年金友の会観楓会



食品ロスを減らすために 私たちができること

管理栄養士・株式会社エミッシュ代表 柴田 真希（しばたまき）

「食品ロス」という言葉をご存知でしょうか？食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。日本では、食料消費全体の3割に当たる約2800万トンの食品が捨てられていますが、このうち食品ロスは約632万トンとされています。日本人1人당に換算すると、お茶わん約1杯分の食べ物が毎日捨てられている計算です。

こんなにたくさんの食品が一体どこで廃棄されているかというと、食品メーカー、卸、小売店、飲食店など多岐にわたります。メーカーや小売店では、定番カット食品と期限を超えた食品などの返品、バレンタインなどイベント商品などの売れ残り、包装

の破損や印刷ミスなどが廃棄されてしまう理由です。

対策としては、安全に食べられる食品は福祉施設などへ無料で提供する「フードバンク」と呼ばれる活動が行われています。また、3分の1ルール（食品の製造日から賞味期限までを3分割し、「納入期限は、製造日から3分の1の時点まで」「販売期限は、賞味期限の3分の2の時点まで」を限度とする食品流通業界の商慣習）の見直しなどもされているところです。

しかし、実は食品ロスは家庭からも多く発生しています。実に年間約302万トンにも上るのです。

数値・データ等は政府広報オンラインより

さまざまな場面で発生する食品ロス



イラスト：MDRデザイン事務所

食品ロスを減らす5つの工夫

家庭での食品ロス削減は誰もがができること。食べ物の廃棄量を減らすという環境面だけでなく、家計面にもメリットがあり、新鮮なうちにうまくやりくりできれば、体調面でも良い効果が得られるでしょう。

では、そのための5つの工夫をご紹介します。

食材を買い過ぎない

安いからなどの理由で食材をたくさん購入したり、在庫があるのを忘れて同じ食材がかぶったりすると使い切れずに腐らせてしまう原因となります。このような無駄を防ぐためにも、買い物の前にはしっかり食品の在庫を確認して、必要な分だけ購入するようにしましょう。もしも同じ食材を購入してしまったら、冷凍庫をうまく活用したり、早めに調理して作り置きにするのも良いでしょう。



食材のアレンジ

何かを作るために購入した食材も、使い切れなかった場合は他の料理にアレンジして上手に使い切るようにしましょう。料理が苦手な人はなかなか難しいと思うかもしれませんが、加熱して食べられる野菜などは小さく刻んでみそ汁やスープにすれば毎食の料理に入れることができます。生食の食材もドレッシングなどと混ぜてサラダやあえ物に。レシピサイトで検索して新しい料理にチャレンジして、レパートリーを増やすのも良いでしょう。

すぐに食べる物は賞味期限の短い物を

家庭での食品ロスを少なくするために食品を購入する際、賞味期限の長いものを購入するように気を付ける人もいらっしゃるでしょう。ただ、その分賞味期限が短い商品が店に残ってしまえば店側で廃棄することになってしまいます。

もしすぐ食べるものであれば、新しいものではなく古い順番に取るようにし、食品ロスを少なくするように協力し合うことも大切です。

「消費期限」と「賞味期限」の違い

「消費期限」と「賞味期限」の違いをしっかりと理解しているでしょうか。

「消費期限」とは、お弁当やお総菜など品質の劣化が早い食品に表示されている食べても安全な期限のこと。従って、期限を過ぎた食品は食べない方が安全です。

一方、レトルト食品やハム・ソーセージなど、品質の劣化が比較的遅い食品に表示されている「賞味期限」は、いわば「おいしく食べられる期限」。期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。例えば、タマゴの賞味期限は「生食できる期限」を示したもので、しっかり加熱すれば期限を過ぎても食べることができます。

	賞味期限	消費期限
意味	おいしく食べることができる期限。この期限を過ぎても、すぐに食べられないということではない。	期限を過ぎたら食べない方がよい期限。
表示	3カ月を超える物は、年月で表示し、3カ月以内の物は年月日で表示。	年月日で表示。
対象の食品	スナック菓子、カップ麺、缶詰、レトルト食品、ハム・ソーセージ、卵、牛乳など。	弁当、サンドイッチ、生麺、惣菜、ケーキなど。

外食で食べ残し

家で作る際には多めに作り過ぎないこと、余っても冷蔵庫などで保存し早めに食べ切る、などの工夫をすることができます。ただし、外食の場合は食べきれないと捨てられてしまうことになりがちです。そうならないためにも、メニュー表に写真がなく量が確認できない場合は、お店の人に確認しましょう。また嫌いな物やアレルギーなどで食べられない場合は、初めに言って抜いてもらうように。小盛りメニューがあるか、ご飯の量を少なくするかなどで調整するのも良いでしょう。



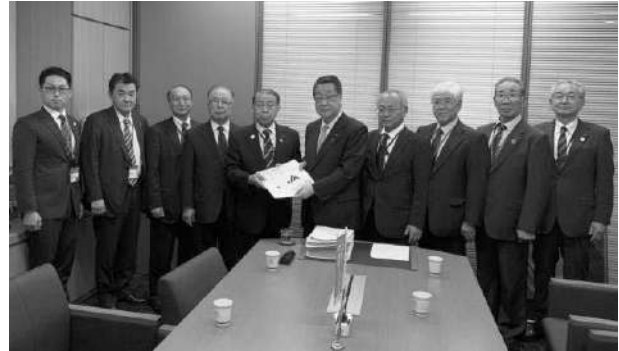
JAグループ通信

JA北海道中央会



J Aグループ北海道は11月14日に東京都にて、「経営所得安定対策の単価改定」と「総合的なT P P等関連政策大綱の見直し」に向け、道内与党国会議員や農林幹部に対する中央要請、並びに農林水産省と意見交換を実施しました。経営所得安定対策では3年に一度の単価改定の見直し議論が行われていることから、輪作バランスや畑作経営に対する影響を考慮し、単価が大きく変動しない単価設定とすることや、各作物の生産振興対策などを求めました。T P P等関連政策大綱の改訂にあたっては、相次ぐ大型貿易協定の発行による、中長期的な北海道農業に与える影響が大きいため、各作物別の需給調整・価格安定対策の充実強化、生産基盤の強化に向けた対策を求めました。

今後も、北海道の農家、組合員が安心して営農できるよう取り組んで参ります。



JA北海道信連



収穫体験や調理体験等の独自イベント、「旬食カレッジ」は今年で4年目となり、今回は一般の女性の方々を対象に、8月、江別市で開催しました。また、全道各J Aの協力を受け、今年度から新たに「親子で学ぼう！あぐりキッチン教室」を、全道各地で延べ25回開催しました。これらの食農教育活動を通じて、食や農に対する関心を高め、J A・J Aバンクのサポーターを育てる取り組みを行っています。



JA共済連北海道



J A共済連北海道は、「2019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」の表彰式を10月26日（土）にANAクラウンプラザホテル札幌にて開催しました。46回目を迎える同コンクールは、全道より3,296点の応募をいただき、その中から金賞9作品が選出され受賞されたみなさんが表彰されました。

今回受賞された作品は、さっぽろ雪まつり会場・道庁ホールでの展示等が予定されています。



ホクレン



ホクレンと北海道米販売拡大委員会は10月17日、北海道産の2019年新米発表会を東京都内で開きました。発表会には鈴木直道・北海道知事とCMキャラクターを務めるタレントのマツコ・デラックスさんらが出席しました。ホクレン内田和幸会長より「今年は、ご満足いただけるおいしい北海道米をお届けできます」とアピールし、マツコさんはステージ上で新米を試食し、「実は一番好きなのがこの『ふっくらりんこ』と楽しいトークで盛り上がりました。



JA北海道厚生連



10月23日（水）ホテルポールスター札幌において、令和元年度北海道福祉のまちづくり賞の表彰式が行われ、J A北海道厚生連特別養護老人ホーム摩周が公共的施設部門の「北海道福祉まちづくり賞」を受賞しました。この賞は福祉的配慮に優れた公共的施設等におくられるもので、福祉・建築・市民活動等の有識者で構成する会にて審査が行われ表彰が行われました。この賞を機に施設としての充実だけでなく、入居者の皆さんの生活の充実に向けて更なる向上を目指したいと思います。



J Aグループ北海道の連合会・中央会の活動内容をご紹介します。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。





シュンギク

～個性ある香りが魅力～

シュンギクのプロフィール

【分類】キク科
【原産地】地中海沿岸
【おいしい時期(旬)】冬(10～3月ころ)
【主な栄養成分】
β-カロテン、食物繊維、
カリウム、葉酸など

見分け方



保存方法



シュンギクのヒミツ



シュンギクのチカラ



楽しみ方・食べ方のコツ



シュンギクのいろいろ





シェフ永井のおすすめ



「白身魚の グリルサラダ きのこバルサミコ掛け」

作り方

- (1)フライパンにオリーブ油をひき、塩・こしょうした白身魚を皮目から弱火でじっくりと両面焼き上げる。白身魚を取り出す。
- (2)きのこマリネを作る。(1)のフライパンにオリーブ油を足し、つぶしたニンニク、ほぐしたきのこ類、白ワインを入れ、塩・こしょうをして中火で炒め、仕上げにバルサミコ酢としょうゆを回し掛ける。
- (3)皿にちぎったサニーレタス、食べやすい大きさに切ったパプリカ、レンコン、グリルした白身魚をのせ、パセリを散らし(2)を掛けて出来上がり。

材料(2人分)

具材

白身魚……………2切れ
レンコン(下ゆでして厚切りに)……………50g
パセリ(みじん切り)…適宜
サニーレタス……………1/4把
パプリカ(赤、黄合わせて)……………1/2個
オリーブ油……………大さじ1
塩・こしょう……………適宜

きのこマリネ

シメジ……………1パック
マイタケ……………1パック
ニンニク……………1片
オリーブ油……………大さじ1
バルサミコ酢……………大さじ1
しょうゆ……………小さじ1
白ワイン……………大さじ1
塩・こしょう……………適宜

永井 智一(ながい ともかず)
茨城県笠間市にある「キッチン睡人(ハレシン)」オーナーシェフ



お申し込み
お問い合わせは
営農部まで

はるひごはんの ストウブ「ハレの日」レシピ

大橋由香 著
■ 1,400円(+税)

ストウブ料理の人気店による初のレシピ集。お店で好評のメニューや野菜たっぷりプレートをはじめ、人が集まるイベントやお正月に作りたいたいごちそうレシピを紹介。これまでのストウブ本にない魅力に出会える！



素材ひとつでウマつまみ 今夜のひとつま

市瀬悦子 著
■ 1,200円(+税)

家にある材料で作れる超簡単おつまみを126品紹介。メイン食材ひとつと少しの調味料があれば、すべて2ステップで完成。普段料理をしない人や苦手な人でも安心のお手軽つまみ。家飲みがもっと楽しくなる！



頭の体操

10

A

17

20

15

E

13

8

11

18

12

19

21

9

D

16

14

C

二重マスの文字をA↓Eの順に並べ
てできる言葉は何でしょうか？

ヨコのカギ

①手にはめる防寒具
②良い香りがする——キャンドル
③リンゴの芯の周りに入っていることも
④つらさをぐっと堪え忍ぶこと
⑤穴を開ける工具
⑥結婚指輪をはめるところ
⑦餅をつく人が手に持ちます
⑧冬空から降る白い物
⑨ロシアの首都です
⑩怖い話を聞くと凍りそう
⑪住み込みではありません
⑫無地の物には付いていません
⑬トナカイもこの仲間

タテのカギ

①毛糸や棒針などを使って楽し
みます
②年賀状を書くために買ってこ
なくちゃ
③積み上げて塀を作ること
④ボンボンと突いて遊びます
⑤ツキノワ、ホッキョクといえ
ば
⑥肌のこと。ドライ——
⑦食用にするユリの鱗茎（りん
けい）
⑧O P E Cは——輸出機構の
略称です
⑨もちろんなどを搾った後に残る
物
⑩水道、電気と並ぶライフライ
ン
⑪グルメと呼ばれる——家
⑫A Mを聞こうかな、F Mにし
ようかな
⑬言葉のキャッチボールです

☆先月号のこたえは
『ブンカノヒ』でした

☆当選者は
村 上 久 子 さん
笠 原 希 さん
吉 本 美 津 子 さん
川 口 千 恵 さん
石 崎 蓮 翔 さん
以上の5名です。
おめでとーございます。

1

カ

2

カ

3

オ

4

カ

5

ブ

6

ト

7

コ

8

キ

9

ン

10

ヤ

11

ウ

12

シ

13

シ

14

マ

15

タ

16

ア

17

ラ

18

ヒ

19

リ

20

カ

21

シ

22

メ

23

ロ

24

イ

25

ン

※応募の際にご記入いただいた個人情報、賞品の抽
選・発送に利用させていただきます。また、ご意見・感想
については、本誌編集の参考にさせていただきます。

頭の体操

10

A

17

20

15

E

13

8

11

18

12

19

21

9

D

16

14

C

二重マスの文字をA↓Eの順に並べ
てできる言葉は何でしょうか？

ヨコのカギ

①手にはめる防寒具
②良い香りがする——キャンドル
③リンゴの芯の周りに入っていることも
④つらさをぐっと堪え忍ぶこと
⑤穴を開ける工具
⑥結婚指輪をはめるところ
⑦餅をつく人が手に持ちます
⑧冬空から降る白い物
⑨ロシアの首都です
⑩怖い話を聞くと凍りそう
⑪住み込みではありません
⑫無地の物には付いていません
⑬トナカイもこの仲間

タテのカギ

①毛糸や棒針などを使って楽し
みます
②年賀状を書くために買ってこ
なくちゃ
③積み上げて塀を作ること
④ボンボンと突いて遊びます
⑤ツキノワ、ホッキョクといえ
ば
⑥肌のこと。ドライ——
⑦食用にするユリの鱗茎（りん
けい）
⑧O P E Cは——輸出機構の
略称です
⑨もちろんなどを搾った後に残る
物
⑩水道、電気と並ぶライフライ
ン
⑪グルメと呼ばれる——家
⑫A Mを聞こうかな、F Mにし
ようかな
⑬言葉のキャッチボールです

正解者の中から抽選で5名の方に農協全国商品券1,000円分（全農）
をプレゼントします。たくさんのご応募をお待ちしております!!

【応募方法】
●ハガキ

注！ハガキは63円です

おもち
63
〒071-0298
美瑛町
中町2丁目6-32
J A びえい「丘の大地」
クイズ係

①クイズの答え
②今月号の良かった内容
③取り上げて欲しい内容
④その他ご意見・感想など
⑤住所氏名年齢電話番号

●F A X 0166-92-2977
●Eメール kouhoushi@biei.ja-hokkaido.gr.jp
【締め切り・発表】
毎月20日(当日消印有効)、当選者は次号でお知らせします。

12月のあなたの運勢

監修／モナ・カサンドラ

おひつじ座（3/21～4/19） 【全体運】行動力が高まる時期。やりたいことに挑戦すれば、予想以上にすんなり成果が出せるはず。遠出の旅行も刺激大 【健康運】運動不足は大敵。何かスポーツを始めて 【幸運を呼ぶ食べ物】毛ガニ	しし座（7/23～8/22） 【全体運】スムーズに夢がかなう環境に恵まれやすい期間。飛び込めば、新たな道が開けそう。発想力UPには頭脳ゲームを 【健康運】過信禁物。疲労を感じたら十分な休養を 【幸運を呼ぶ食べ物】小松菜	いて座（11/23～12/21） 【全体運】いつも以上に積極性アップ！停滞していたことに取り組み、好結果を手でできそう。くじや懸賞にツキあり 【健康運】生活リズムを直すことで体調に好影響が 【幸運を呼ぶ食べ物】レンコン
おうし座（4/20～5/20） 【全体運】守りの姿勢が強くなる気配。あえてチャレンジ精神をモットーに過ごすとグッド。開運には神社の境内の散策を 【健康運】ちょっとしたけがに注意。行動は慎重に 【幸運を呼ぶ食べ物】キャベツ	おとめ座（8/23～9/22） 【全体運】ストレスを感じやすいとき。友人と食事したり、季節のイベントを楽しんだりする時間を意識してつくるように 【健康運】軽く体を動かして。リフレッシュにも◎ 【幸運を呼ぶ食べ物】ダイコン	やぎ座（12/22～1/19） 【全体運】周囲の助けを得て着実に物事が進歩していきます。丁寧に自分の考えを説明すること。休日は温泉がお勧め 【健康運】健康ツールにツキ。逸品に巡り合えそう 【幸運を呼ぶ食べ物】白滝
ふたご座（5/21～6/21） 【全体運】考え方が両極端になりやすいかも。中庸を心掛けて。普段は見ないジャンルの芸能に触れることで、新発見あり 【健康運】健康グッズに凝り過ぎる暗示。ほどほどに 【幸運を呼ぶ食べ物】タラ	てんびん座（9/23～10/23） 【全体運】人脈のネットワークを拡大できそう。特に趣味を通じて良い出会いがある予感。新装開店のショップもお勧め 【健康運】食べ過ぎやすい月。栄養バランスも重要 【幸運を呼ぶ食べ物】レモン	みずがめ座（1/20～2/18） 【全体運】環境改善に力を入れることで、うれしい変化が期待できます。大胆なイメチェンにトライするのも幸運の呼び水に 【健康運】プレッシャーを感じがち。ストレッチ吉 【幸運を呼ぶ食べ物】そば
かに座（6/22～7/22） 【全体運】何かと迷いが生まれやすい傾向に。1人で悩まず、信頼できる人に相談を。リラックスするにはアロマが最適 【健康運】快適に過ごせそう。運動で気分を変えて 【幸運を呼ぶ食べ物】ミカン	さそり座（10/24～11/22） 【全体運】新規開拓より、「継続は力なり」を目指して。丁寧に取り組みれば問題も解決できます。グルメ情報にツキ 【健康運】疲れやすい時期。しっかり休息を取って 【幸運を呼ぶ食べ物】ヒラメ	うお座（2/19～3/20） 【全体運】思いつきで動くとトラブルを呼びやすい。約束のドタキャンなど、避けましよう。和風の空間は心和みそう 【健康運】スポーツの腕を鍛える好機。励んでみて 【幸運を呼ぶ食べ物】カキ

確かな運転技術と 資格をもって農作業安全を…

農機協では、北央自動車学校で受講の各種技能資格取得に向けた講習会への参加を呼びかけています。丘の大地11月号で年内分の日程を掲載いたしました。令和2年度の技能講習日程が決まりましたのでご案内いたします。詳しくは研修センターにお問い合わせください。

◆車両系建設機械（整地・運搬・積込用及び掘削用）運転技能講習

- ① 令和2年1月15日～16日 ② 令和2年1月30日～31日
③ 令和2年2月12日～13日 ④ 令和2年3月23日～24日

受講料44,000円（税込）教本代含む

◆フォークリフト（大型特殊免許取得者—キャタピラ式を除く）運転技能講習

- ① 令和2年1月23日～24日 ② 令和2年2月5日～6日
③ 令和2年3月4日～5日

受講料23,000円（税込）教本代含む

◆玉掛け技能講習（小型移動式クレーン運転技能講習修了者及び移動式クレーン運転士免許取得者）

- ① 令和2年1月20日～22日

受講料25,000円（税込）教本代含む

◆小型移動式クレーン運転技能講習（玉掛け技能終了者、吊上げ荷重1t以上5t未満）

- ① 令和2年1月27日～29日

受講料44,000円（税込）教本代含む

※日程等につきましては変更される場合もありますのでお問い合わせください。

窓口 研修センター ☎92-0588

JA Biei Information



冬期間の軽油配送日について

冬期間の軽油配送日について、以下の内容での配送となりますのでお知らせいたします。

期 間：12月～3月（冬期間）

油 種：軽油

配送日：毎週水曜日（週1回の配送・正月期間はお休みいたします）

※配送のご予約は**お早め**にお願いいたします。

窓口 ホクレン美瑛北町給油所 ☎92-2157

12月のパソコン講習会について

◆日 程◆

種 類	月 日	時 間	内 容	講 師	場 所
ソリマチ簿記（パソコン）	12月17日（火）	① 9:00～11:00 ② 13:00～15:00	・ソリマチ簿記の使い方や勘定科目の設定など ・次年度更新の行い方 ・クミカンデータの転送仕方	青申会	JA2階 PC研修室

◆持参するもの◆

自分のパソコンで講習を受けたい方➡本体を持参してください

ソリマチ簿記を受講希望の方➡

伝票入力の実習も行いたい場合は、今年のクミカン報告書と減価償却資産台帳を持参してください。

窓口 営農支援課 ☎68-7014

令和2年度入学生募集について

富良野緑峰高等学校農業特別専攻科では、自家の農業に従事しながら専門的知識と技術を学びたい方を募集しています。登校日数は1年間で約70日。4月～10月までの農繁期間は約25日に設定しているため、農作業に支障なく学ぶことができます。

修業年数 2年間
募集人員 20名（男女共学）
受付期間 令和2年（2020年）1月7日（水）午前9時から
令和2年（2020年）1月20日（月）正午まで
（日曜日、土曜日及び成人の日を除く）
検査日 令和2年（2020年）2月4日（水）午前9時
検査会場 北海道富良野緑峰高等学校
検査内容 作文（800字）、面接
合格発表 令和2年（2020年）2月12日（水）午前9時
その他 ※合格者が募集人数に満たない場合は
2次募集を行います。
※入学願書などは直接富良野緑峰高校
へ請求ください。

窓口

北海道富良野緑峰高等学校 農業特別専攻科
☎・fax 0167-22-2594

農家組合員のみなさまへ クミカン取引明細表の 手交について

『クミカン取引明細表』につきましては、従来【クミカン窓口】にてお渡ししておりましたが、今年度より【営農部営農支援課】の地区担当及び【畜産部】担当が対応することとなりました。融資課・金融店舗でも対応いたしますが、金融店舗窓口では、番号順での受付となりますのでご了承ください。



窓口

営農支援課 ☎68-7014
畜産課 ☎68-7012



寒い季節に増える健康問題の一つが腰痛です。屋外での農作業や、年末の大掃除などは腰痛になりやすいので注意が必要です。
腰痛が最も起きやすい状況は、重い物を持ち上げたとき。腰に大きな負担がかかりギクッとくるのです。予防するには日頃からストレッチで柔軟性を養い、筋力強化も行い、持ち上げる重さに負けない体をつくることが必須です。物を持ち上げるときは、上体だけを前屈して腰のパワーで持ち上げるのではなく、かがんで物をしっかりと持ち、足腰の力を総動員して立ち上がりつつ持ち上げると、腰への負担が減らせます。重量挙げの選手の競技の様子を思い浮かべ、見習いましょう。
前かがみの姿勢は、腰に負担がか

かります。農作業、物を箱に詰める、掃除機をかけるなどの家事、育児や介護などにも前かがみ動作は多いです。寒い時期は体を冷やさないです。寒い時期は体を冷やさない服装を心掛け、作業の合間には腰を伸ばしリラックス、疲れた夜には入浴で心身をほぐしておきます。ストレッチもメンタル不調も腰痛の原因になり得るという報告があります。腰痛予防には、気持ちのゆとりも大切です。体重増加も腰痛の誘因になります。年末年始は飲食の機会が増え、太りやすい時期。腰痛予防には体重管理も欠かせません。
腰痛にも、骨粗しょう症など骨に問題がある、腰椎すべり症など骨の並び方に問題がある、腰椎椎間板ヘルニアなど椎間板に問題がある、腰部筋膜症など筋肉の問題があるなど、いろいろな状態があります。さらに腎臓や子宮など体の内部の病気が原因の腰痛もあります。ですから、激痛を伴う場合、繰り返し腰痛や長引く腰の痛みがあれば、まずは整形外科を受診してレントゲン検査などをして正しい診断を受け、その状況に合った治療や生活上の対策をすることが大切です。腰痛を予防し、冬も快適に過ごしたいですね。



家族の健康

健康科学アドバイザー ● 福田千晶

理事会のほうこく

第19回理事会 11月5日(火)

■議案審議事項

議案第1号 規程類の制定について
・原案どおり承認されました。



青果物の安定供給が高評価 静岡市長から感謝状贈呈

安全安心な青果物を安定的に供給し続けたことが高く評価され、この度、当JAが静岡市より感謝状を贈呈されました。

感謝状の贈呈は、11月6日、当JAにて行われ、来組した静岡市中央卸売市場の宮原淳一市場長より、熊谷組合長へと感謝状が手渡されました。感謝状には、当JAから静岡市中央卸売市場に対し、青果物を多量に、計画的かつ継続的に出荷したことによって、圏域住民の安定した食生活に寄与したことに対する評価が記述されていました。



表彰状を受け取った組合長



協同の ちから

◇貯金高 279億86百万円 ◇組合員数 正組合員 780人
◇貸付高 84億99百万円 准組合員1,893人
◇出資金 11億22百万円
◇固定資産 45億38百万円

※百万円未満四捨五入
(令和元年10月末)

編集後記

■わずか1週間足らずであっという間に冬景色になってしまいました……。とうとうこの季節がやってきてしまいましたね。
今の時期に気を付けたいのが、雪道を歩いていての転倒事故です。雪の降り始めの時期は、昼間気温が上がって溶けた雪が、夜の冷え込みによって凍りつくため、特に注意が必要です。
転びにくい歩き方のコツは、いつもより小さめの歩幅で、ゆっくり歩くこと。それと、地面に足の裏全体をしっかりとつけることです。年末年始、怪我で十分に楽しめなかった、なんてことがないように、気を付けて歩いてください！

気をつけましょう 農作業 事故発生状況

(11月15日現在)

発生件数 1件(20件)《17件》
負傷 1人(19人)《17人》
死亡 0人(1人)《0人》

()は元年度累計 《 》は昨年同期累計
※負傷者数は農業労災加入者統計より

こよみ

12月の主な行事予定

1日(日)	百合根生産部会道外視察研修(～4日)
5日(木)	JA北海道青年部大会(～6日)
6日(金)	第46回集落代表者研修会
6日(金)	JA上川地区女性協議会研修会
17日(火)	報徳社員交流会
18日(水)	青年部富良野沿線ブロック冬期研修会
25日(水)	フレッシュミセス会親子研修会
30日(月)	JA一般業務仕事納め