

丘の大地

No.1157

6月号

2020 June

春の味覚、
たっぷり収穫！



- タスマニア研修報告 2～5
- 焦点 (FOCUS) 6
- 占い／クロスワード 9
- Information 11

タスマニア農業 担い手研修報告

第1回
令和元年11月18日～12月3日

参加者：浦島匡貴（当JA青年部）、増山高明（当JA青年部）、清治幸生（当JA営農部）、金澤和美（JAところ営農推進室）、伊藤綾（富士通㈱北海道支社）計5名



タスマニア島の概要

タスマニア島では主に馬鈴薯、玉ねぎ、ベリー類、畜肉、ほか多種多様な農作物の生産を行っている。現在はオーストラリアから輸出される農畜産物の約25%を生産しており、その輸出額は年々増加。特に近年の

輸出の伸びは著しく、

北部および北西部に広がる肥沃な大地では大型機械や灌漑設備により効率的な生産を行っており、今後さらに生産面積を増やし2050年までにタスマニア全土で農業

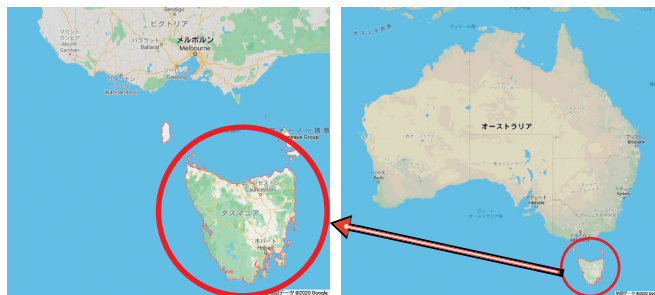
輸出額100億オーストラリアドル（以下A\$）を目標としている。

ルールユース

ケイトリンさんとの対談

今回の研修では、このような農業大国の第一次産業を担う若者の集団、ルールユースのノースグループ代表・ケイトリン氏（20歳・女性）と対談することができた。

この組織は農業や漁業を営む15～30歳で構成されており、メンバーの



平均年齢は24歳。年会費は45A\$、研修当時の日本円に換算すると約3,330円であり、それを支払うことによって組織への所属が認められる任意加入組織である。現在の在籍者数はタスマニア全土で200名程度。様々な農業イベントやボランティア活動などを行っている。

タスマニアの若者がこの組織に加入するのは、1次産業の発展や情報交換はもちろんだが、国から様々な助成を受けることができるほか、経営能力が身に付くことが理由とのことだった。例えば、語学留学を希望する場合その費用を国から助成してもらうことができる。

他にも日常的にボランティア活動を行うことで人脈を築くことができ、この組織に加入していることは将来的に企業就職する際においても大きなメリットになるとのことだった。

日本の青年女性部と大きく異なると感じたのは、外部の専門家がCEO・会計を勤めており、任意団体ではなく会社として成り立っていることだった。イベント運営を行う際には多額の金銭管理を行うことになるが、経験の少ないメンバーの会計だけでは誤った判断をする恐れがある。こうしたことを防ぐために専門的に指導・管理を行う外部会計士がチェックするシステムとなっている。

これにより安心してどのような運営方法がいか、どうすれば利益が出るのかを会計のプロとともに勉強

することができる仕組みだ。これは経営能力を養う上で大きな役割を果たしていると思われる。



ケイトリン氏との対談

農業イベント アグフェストについて

対談の中で特に印象に残ったのが、毎年5月に開催している「アグフェスト」というタスマニア島最大の農業イベントで、例年700社の農業関連会社が出展し、世界各国から多くの人々と機械メーカーが訪れる。基本的に売り出すものに制限はなく、出展料を払えば個人・法人の区別なく農作業用具や農機具のほか、農畜産物の販売ができる。

2019年はわずか3日間で24億円の売上が行われたとのことだった。驚くべきはイベントの企画運営はすべてこのルールユースの若者達であるということだ。

当初、このイベントは青年女性部が主催する小さなものだったが、少

しずつ規模を大きくし、タスマニアを代表する一大イベントに成長させた。

彼女達は一年かけて一つのイベントを最高のものにすることを目標に活動しており、ケイトリンはこうした仲間たちとの交流やイベント活動を通じて人生観が大きく変わったと話していた。彼女はタスマニアの文化を大切に、地元を活性化させることに意識を高く持っていた。将来はルールユースの代表になることを目標としており、タスマニアを愛していることが強く伝わってきた。

今回の研修で数件の農家から話を聞くことができたが、日本のように農機具に対する補助金制度もJAに変わる組織もない中、積極的に最新技術を取り入れることで無駄のない効率的な農業を行っていると感じた。

タスマニア農業では馬鈴薯が収益の大半を占めるため、馬鈴薯が不作であると経営が非常に厳しくなってしまう。各農家はそのような事態を避けるため、各農薬資材メーカーやコントラクター業者を大切なビジネスパートナーとして、長い期間をかけて密接な関係を築き上げていた。

研修当初は文化の違いやスケール感に圧倒されたが、人と人との繋がりを持つことや協力をするというところは日本と変わりなく、最新の農業技術や現地の人々と話すことは今までにない刺激となった。

今後も日本とタスマニアの繋がりが

を大切に、美瑛町が北海道の中でも一歩先行く農業の町として発展することに深く関わっていききたいと思う。



広大な小麦畑の視察

第2回 令和2年2月15日～3月2日

参加者…山本京子(当JA女性部)、小原治美(当JA女性部)、谷口朋子(当JA監査室) 計3名



■研修先タスマニアの概要

研修先のタスマニアはオーストラリアに100校以上ある州立職業訓練専門学校のアスマニア校。実践的な専門スキルの習得に重点を置き、仕事に直結する技術の習得、即戦力として働ける人材育成を目的としている。

コース内容は、ビジネスから農業、レジャー、福祉、園芸、馬産業など多岐に渡る。各産業界と連携した実務研修も頻繁に行われている「地元企業とつながりを持つ教育機関」であり、学生だけではなく、企業の新人研修や、「キャリアアップしたい」「転職のために実践的な専門スキルを身に付けたい」という社会人も通っている。

■オーストラリアの農業

オーストラリアにはJAのような組織はなく、農家は一企業として完全な独立経営で、市場やスーパーと直接交渉、契約し成り立っている。家族経営だが、農業コンサルタント、農業コントラクターを効率よく活用している。夫婦であっても農業をビジネスとして捉え、パートナーシップに基づき平等に経営している。農地の名義も半々にすることで双方のやる気につながる。例えば観光農場などでは、妻がマーケティング、夫が現場で栽培や飼育を担当することで、お互いの長所を生かし、短所を補う経営をしている。

また、オーストラリアではフード

セーフティーの検査認証を得なければ、生鮮野菜や冷凍野菜、果物などを、スーパーや青果市場に出荷することはできない。灌水の成分や収穫後に使用する氷も検査の対象となる厳しい基準。

各農家での品質管理は農業コンサルタントに任せていて、土壌テスト、成長過程での樹液検査も行うため、追肥や農薬の使用のほか、課題にもすぐに対応できる。分析結果を提出しないと契約交渉も成立しない。

■農場視察と収穫体験

約100haを耕作するシャリーニ講師の農場で、ニンジン、馬鈴薯、玉ねぎ、インゲンの収穫体験を行った。他にブロッコリーも作付している。赤土の肥沃な土壌で、農道の草が伸びたら羊・牛を放す。収穫後の作物残土も同様に処理を行い、とてもエコな農業を営んでいた。

各農家ではフードセーフティー検査認証済のため池を複数保有していて、自走式の灌水設備で畑に水を供給している。ため池から水を確保するほかに、灌水組合にも所属している。それでも水が足りない時には川の水を購入することもある。

馬鈴薯は2畦掘りのポテトハーベスターを使用。3人で作業し、鉄コンに1回に9t積載でき、26tトレーラーで運送、出荷していた。作物はハーベスターでの収穫が主体となっている。



巨大なポテトハーベスター

\$40を、暫定960t分受け取っている。収穫された馬鈴薯は、マクドナルドやケンタッキーのフライドポテトになっているとのこと。

フードセーフティーの検査認証で必要なサップテスト（樹液検査）は作物の成長過程で何度も行い、無駄のない施肥や防除につながっていた。収穫した作物の評価も分かり、やる気につながっている様子。

政府のホームページには作物ごとの平均的費用が公開されており、各農家での営農計画などの参考になっている。農業コンサルタント・農業コンサルタントを効率よく利用し、農業者として高い誇りを持ち、ビジネスとしてしっかりとした経営をしている印象だった。

■座学での講義も

マット氏のトウモロコシほ場（3ha）にて収穫作業体験も行い、少し時期は早めだったが収穫ができた。トウモロコシは日本のものより小ぶりで細く、最初はどれも実が入っていないような感覚だった。草丈も少し低いせいか、穂刈をすることはないとのこと。生で食べてもとても甘く、皮がしっかりとした食感。1番刈りは生食として販売し、2番刈りはジンの醸造所などに出荷する。

タスマニアの農業は、機械に対する補助事業などはなく、水も機械も自分で賄っている。シャーニー講師宅の馬鈴薯を例にすると、シンプロット社と作物の品質なども含む詳細な契約を結び、前金で1tあたりA

また、座学の講義で農業アナリストのサイモン講師より、最新の統計である「タスマニアの農業と食に関する統計」2017～18年版について説明を受けた。2050年までに農水産物総生産額A\$100億の目標を掲げているとのこと。タスマニアの現在の農業生産はA\$1.6億、魚介類込みの総生産額ではA\$27億、加工食品A\$46億、海外輸出A\$7.4億となっている。

農業関係の生産地区を見ると、タスマニア北西部では乳製品・牛肉・農産物、北部では牛肉・乳製品、南部では果物・羊毛が生産されている。農産物でケシも栽培されており、研

修当が収穫時期だった。

総生産額に占める割合は、養殖サケが一番多い。輸出先の主要国は中国で魚介類を中心にA\$1.91億、2番目の日本にはA\$1.39億で色々なものが輸出されていると説明を受けた。

また、若い女性農業関係者たちとの意見交換の時間があり、タスマニアでも女性の社会進出が最近になってようやく進み、女性を前に出す体制が取られるようになってきているとのことだった。



サイモン氏による講義

タスマニアでも、日本と同じように農業者の高齢化や後継者問題を抱えているが、後継者に男女の差がないなど、農業分野の状況について意見交換を行った。

■加工品販売・農園で運営するカフェも

そのほか、6次産業に該当するような農園・施設も多数視察した。オ

イル・ビネガー・マスタード・ジャムなどの原料の栽培・製造・販売を一貫して行っているヒルファームブリザーブでは、マーケティングにも力を入れている。事業は事業開発マネージャーとともに展開している。作物の栽培から一貫して作業すること、責任と自信そして誇りをもって仕事に取り組む強さを感じた。

別のオリーブ農園では、7～8haのオリーブを栽培していて、現在樹齢20年の木もある。オリーブの樹は、松ほどの高さになるので、剪定して低木に仕立て、収穫しやすくしていた。オリーブは自分で加工、製品化して販売している。

いちご農園では、マーケティングについて話があった。このいちご農園はベリーの無人販売で得た資金を元に少しずつ規模拡大を続け、現在は14haでいちご、ベリー等を栽培している。フランスからシエフやバリスタを入れたカフェを始め、一流の味とサービスを提供し続けることで集客増加を図った。誰のためにどんなサービスを提供するのか、常に研究努力をしている。夏で40人、冬で20人の従業員を雇い、地元では美味しいと評判のお店になったという。びえいブランド・美瑛選果も、組合員の生活を守るべく、今以上に付加価値を見出していくことで、企業として試されていくのだろうと感じた。

そのほか、農産物や加工品が販売されているマーケットも視察した。ハーベストマーケットは、8年前に女性達が始めたもので、メンバーは年会費A\$50、1回の出店にA\$70を納めている。現在はNPO法人が運営しており、夏は80店舗、冬は50店舗が出店している。ここで試し売りして成功することで、本格的な店舗をオープンさせる人もいるという。毎週土曜日午前8時30分から4時間営業していて、1日あたりの平均来場者数は3,500人、クリスマス時期になると1日約8,000人が訪れる。マーケットに並ぶ商品は、オーストラリアのガイドラインをクリアしていて、なおかつ生鮮品は100%、加工品は80%、調理品は50%のタスマニア産原料を使用することが義務化されている。メニューの原材料の産地などを運営するNPO



いちご農園の視察

法人に提出し、許可を得てからの出店となる。価格競争を避けるため、販売商品が重複しないよう調整も行われている。必ず採れたてを出品することがルール。また、マーケットの店舗は生鮮品7割、加工品2割、すぐに食べられる調理品を1割に設定。魚介類が人気で列をなしていた。

■充実している社会福祉

また、タスマニアの社会福祉についても学ぶ機会があった。タスマニアの私立老人ホームを視察したが、127床あり、入居にあたり国の補助もあるという。スタッフの7割が女性で、入居者はトイレ・シャワー付の一人部屋。部屋の広さや設備は国の基準で決まっており、広く明るい印象だった。バス送迎付きのデイ・ケアも行っていた。入居者は元農家の方が多く、施設内で野菜を育てたり、ベリーを摘んだりして過ごすことも多いという。

障がい者を雇用するチョココレート工場の視察も行った。マルコム社長より、障がい者を雇用して日本にも40t輸出していると説明があった。障がい者の仕事は週1日から始め、袋詰め、箱詰め作業などを担当している。

タスマニアでは新しくビジネスを始める場合、政府から無料でアドバイザーが付き、必要な教育を受けることができる。「後はビジネスチャンスを見逃さないことだ」とマルコム社長は語った。

どこに行っても人材育成の話が出てくるタスマニアでは、それだけ政府が人材育成に力を入れているのだからと感ずる。タスマニアの農業者は、オーストラリアの、そして世界の食糧基地として自らの仕事に誇りと責任を持ち、日々の努力と研究を欠かさずに働いている印象を受けた。日本のように物に対する補助金も必要ではあるが、もっと人材育成に重きを置いた政策も必要ではないかと感じた。

■文化の違いに触れる体験も

今回の研修では、オーストラリアの文化に触れる行程も多く組まれ、クラフトカードの作成や、タスマニア固有植物の栽培施設見学、チーズやアイスクリームの工場見学など、数多くのことを体験した。

日本の折り紙が、「Origami」という名前で知られ、図書館に本があることにも驚いた。実際に折り紙を作って見せるととても喜ばれ、タスマニアの貿易・教育・訓練大臣



チョコレート工場でのマルコム社長との対談

のロックリフ氏は「かぶと」の折り紙をかぶって一緒に記念写真を撮ってくれたほどだった。農業のみならず、互いの社会福祉や文化、女性の活躍推進など、幅広い視点を持って交流を行うことで、非常に有意義な研修になったと感じている。



ロックリフ大臣との記念写真

タスマニア側からは、今はJ A びえい独自で行っているこの農業研修も、J A 北海道中央会を通じて全道に広げていく手段はないのか。タスマニア政府から日本に対する助成金もあり、そういったものを活用することで、J A の負担も軽減できるのでは、と提案を受けた。J A 北海道女性大会などで意見交換を行い、提案するのでもいいのではないだろうか。美瑛町の農業がいい方向に変化していく希望も込めて、今後もタスマニアとの交流が続けばよいと感じた。



続く新型コロナウイルスの脅威 入国できない外国人技能実習生と 労働力不足の生産現場

世界中で猛威を振るい続ける新型コロナウイルスの影響で、世界各国で入出国に制限がかけられているため、外国人技能実習生が入国できないという案件が相次いで発生しています。農業分野でも、労働力として期待されていた受け入れ予定の実習生が入国できず、春の繁忙期作業に深刻な影響が出ているところが多数あります。

また、外出自粛が長引いたことにより、飲食店や宿泊施設が甚大な影響を受け、廃業に追い込まれるケースも増えてきています。

この二つの問題に対処しようと、北海道釧路総合振興局が独自の雇用対策を開始することを発表しました。農業団体とハローワークの連携をサポートし、専用の「就農相談窓口」を設けることで、働いていた宿泊施設などの廃業で職を失った労働者に対し、地元で働けることをメリットとして、釧路管内の農場での就労を促します。

実際の雇用までの流れは、求職者がハローワークを訪れ、ハローワークから連絡を受けた釧路農協連が求職者に対し雇用形態や希望の就労地域などの聞き取りを行い、求職者の希望とマッチする管内のJ Aに求職情報が提供されます。各J Aは、求職者の情報と、就労者を募集する組合員の情報を総合的に判断する調整役となります。

一次産業は、募集をしても就労希望者が集まらないといった問題が慢性化していましたが、地域で働き続けたいと思っている人と、外国人技能実習生が入国できないなど、様々な理由で深刻な悩みを抱えている生産現場の希望がマッチすれば、今回の雇用対策が画期的な取り組みとなるかもしれません。

より一層の地域貢献をめざして びえいフーズ株式会社新工場 竣工式が開催



昨年8月に着工されたびえいフーズ株式会社の新工場が完成し、5月18日、竣工式が開催されました。

当日は、新型コロナウイルス感染拡大の影響下ではありますが、新工場をつつがなく稼働させられるように「せめて神事だけは執り行いたい」という國重泰生社長の考えのもと、出席者を17名まで絞っての開催となり、当J Aからは熊谷組合長のみの出席となりました。

竣工式では祝詞の奏上や関係者による玉串の奉奠が行われ、新工場での作業が、無事に続けられるようにと祈りがさげられました。

新工場の完成により、地域に雇用が創出されることや、美瑛町の耕作面積維持のために、新工場での受け入れ態勢の強化が重要な役割を担うこと、そして消費者が求める安全・安心でおいしい野菜を安定して供給し、さらなるびえいブランドのファン獲得が期待されます。

また、國重泰生社長のあいさつでは、新工場完成までの経緯や、関係各位への謝辞が述べられたほか、野菜の泥落としなどの前処理を旧工場、カットや冷凍などの加工を新工場で行うという作業工程の説明がありました。将来的には、野菜の生産から工場での加工まで、誰がどのように関わったかを「見える化」して、より安全・安心にこだわりの一般家庭向けに個包装した美瑛の美しい野菜を届けることが目標とのことでした。竣工式終了後は、新工場のプロモーションビデオが上映され、衛生管

理をより一層徹底するための設備が紹介されました。また、ビデオ内の國重社長のインタビューでは、顧客満足度の向上、地域社会への貢献のために、新工場を「おいしくて美しくて優れている工場」にすることが最初の目標と語り、参加者の皆さんは、國重社長の力強いメッセージに、頷きながら視聴していました。



つつがない操業を祈って

野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

ベジタブル ライフ

イラスト：小林裕美子

シントウガラシ (シントウ)

～食べ方いろいろ「甘トウガラシ」～

シントウのプロフィール

【分類】ナス科トウガラシ属

【原産地】中南米の熱帯地方

【おいしい時期(旬)】夏(6～10月ごろ)

【主な栄養成分】

β-カロテン、ビタミンC・E、カリウム、

ビタミンB6 など

見分け方

きれいな緑色
表面に張りがある

黒く変色したり
しぼんでいない

硬く感じるものは
鮮度が落ちている
場合も

育ち過ぎると
食味が落ちる

要チェック

ヘタがしっかりしている

触れると軟らかく
弾力を感じる

辛味の強いものが
紛れている!

辛味のあるシントウの特徴
・形がいろいろ
・種が少なく
・全体が黒みを帯びた緑色

保存方法

新鮮なうちに食べる
のが一番おいしい!

冷蔵庫で保存
4～5日を目安に
使い切ろう!

数本まとめて新聞紙またはペーパータオルで包み、ジッパー付きの保存袋かポリ袋に入れて野菜室へ

暖かい環境で育った野菜なので、冷蔵庫に長時間入れておくと低温障害を起こし、傷みが進み風味や食感が落ちる

冷凍保存
保存目安
1か月程度

水洗った後、水気を拭き取り、冷凍用保存袋に並べて入れて冷凍庫へ
ポイント
1本ずつ凍ってから保存袋などに入れて冷凍のバラバラになりやすい

シントウのヒミツ

歴史

15世紀にコロンブスによって中南米からスペインに持ち込まれ、その後欧州の涼しい環境で辛味の少ない品種が誕生したといわれている

16世紀に日本伝来

江戸時代に辛味のあるトウガラシの栽培が始まる

明治時代以降に甘味種が導入

名の由来

漢字では「獅子(し)唐辛子」と書くの起状のある形が獅子の頭に似ていることが由来

未熟な野菜

シントウもピーマンと同様、未熟な緑色のうちに食用とする野菜

完熟すると赤くなる

シントウのいろいろ

しとうがらし

緑色で5cmほどの細長い形。見た目は青トウガラシに似ており、通常、辛味はほぼなく、特有の香りとほろ苦さが特徴

万願寺とうがらし

10cmほどの大型の甘味種の京都府舞鶴市万願寺地区で栽培されていたことが名前の由来の京野菜

伏見甘長とうがらし

15cmほどもある細長い甘味種の京都府伏見地区で江戸時代から作られており、京野菜の一つの現在でも主に関西で栽培

ひもとうがらし

10cmほどの細長いトウガラシのサヤインゲンに似た形の丸ごと炒め物や天ぷら、煮物などにも利用される。主に奈良県で栽培

シントウの力

カプサイシン

脂肪燃焼や血行を促進する作用がある。辛味種のトウガラシに多く含まれる成分

その他

血圧の上昇を抑える作用のあるカリウム、エネルギー代謝に関わるビタミンB6も比較的多めに含有

注目成分



ビタミンC

風邪予防や疲労回復、肌荒れ予防などに効果的

β-カロテン

体内でビタミンAに変換され、髪、皮膚の健康維持、粘膜や皮膚の健康維持、視力維持、喉・肺など呼吸器系を守る働きがあるといわれている。抗がん作用にも期待できる

ビタミンE

老化予防、血行促進、冷え改善、美肌などに役立つ強い抗酸化作用があり、β-カロテンやビタミンCと一緒に取ると、相乗効果が期待できる

楽しみ方・食べ方のコツ

- 1 洗ってしっかり水気を切るか拭き取り、ヘタを切り落とす
- 2 縦に切り込みを入れるか、竹串などで穴を開ける

ポイント

そのまま加熱調理すると破裂する恐れがあるので、必ず切り込みを入れるか穴を開ける。種ごと食べられるが、時々辛味が強いものに当たるとその気になる場合は種を取り除いてから調理する

種を取る際は、半分にかットして開口面から種を取り除くか、丸い形を残す場合はつまようじや細いマドラーなどを使って種を出す

調理法



生 伏見とうがらしや万願寺とうがらしは、みそやコチジャンを付けてかいると、歯触りも良く美味

炒め物



油との相性が良好のジャコ、ごま、おかつなど油で炒め、酒、みりん、しょうゆなどを加えて炒め煮に。強火でさっと炒めると食感や風味がよい

煮物



さっと炒めてから煮る炒め煮が一般的。ジャコなどと煮物にするとご飯に合うおかずにとくに軟らかく煮てもおいしい

揚げ物



シントウや万願寺とうがらしなどは天ぷらや素揚げに。素揚げをだしが効いた調味液に浸して、揚げたてにしても美味

焼き物



万願寺とうがらしや伏見とうがらしは、炭火で素焼きしてしょうがしょうゆやかたお節を掛けるのが定番

4月号「エシャレット」と「エシャロット」の違いについて
4月号にて若取りラッキョウとして紹介した「エシャロット」は、市場に出回り始めた当初は「エシャロット」と呼ばれていましたが、小型タマネギの一種で、フランス料理やイタリア料理に用いられる「シャロット(英名)」「エシャロット(フランス名)」との混同を避けるため、現在は「エシャレット」と呼ばれています。



今月の一品

「アサリと
ナバナの
オイル蒸し」

Chef.Nagai's
recommended
recipe

シェフ永井の
おすすめ



作り方

- (1)フライパンにオリーブ油とニンニク、タカノツメ、アサリを入れてふたをして弱火にかける。
- (2)アサリの口が開き始めたら白ワイン、ナバナを入れて再びふたをして強火にかける（約2分）。
- (3)アサリの塩気で十分ではなかったら軽く塩（材料外）で味を調え、器に盛り白髪ネギをのせ出来上がり。

材料（2人分）

アサリ ……………100g
ナバナ ……………1束
ニンニク ……………1片
タカノツメ ……………1本
白髪ネギ ……………適宜
オリーブ油 ……………大さじ1/2
白ワイン ……………1/4カップ



永井 智一（ながいともかず）
茨城県笠間市にある
「天晴」
オーナーシェフ

得する!役に立つ!

家の光図書

今月の新刊



お申込みは
お問い合わせは
営農部まで

切り花を2週間長もちさせる はじめての花との暮らし

谷川文江 著

■ 定価1,650円（税込）

お花のプロが実践！2週間枯れずに楽しめる切り花の飾り方や扱い方。新鮮な花を見分けるポイントや長もちする品種も紹介。「お花は好きだけど、すぐに枯れるからもったいない」と考えている人におすすめ。



少量でおいしい ジッパー袋でかんたん季節の保存食

榎本美沙 著

■ 定価1,320円（税込）

春夏は梅干し・ぬか漬け、秋冬には味噌・キムチなど季節の手仕事を初めてみませんか。ジッパー袋で食べられる分だけ作るから、手間なく簡単に楽しめる。調味料に漬けて仕込む便利なボリュームおかずも紹介。

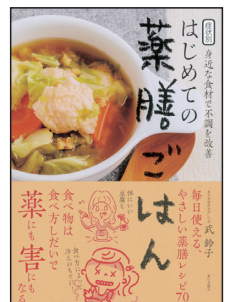


症状別 身近な食材で不調を改善 はじめての薬膳ごはん

武 鈴子 著

■ 定価1,540円（税込）

陰陽五行など薬膳の基本をマンガで易しく解説。「冷え」「便秘」「老化」など、女性に多い10の不調や季節のお悩みを解決する簡単レシピを70品掲載。食材ごとの効能や不調に効く組み合わせもよくわかる。



- ①初夏にピンクや紫色の花を咲かせます
②パンダの餌になる植物
③相撲取りのリングネーム
④煮た小豆に砂糖を混ぜて作り
ます
⑤那須与一はこの名手
⑧出口の反対語
⑨湖などの水を取り除いて陸地
にすること
⑪ギリシャ神話の登場人物。鳥
の羽根をろうで固めて翼を作
り、空を飛びました
⑬白でひいて粉にした茶
⑮入院した友人のお——に行っ
た
⑯『桃太郎』でおじいさんが刈
りに行った物
⑰刀の手で持つ部分
- ①そんなの簡単さ、——前だよ
④6月ごろの長雨のこと
⑥東京と北京では1時間、東京
とモスクワなら6時間
⑦ラブレターです
⑨漢字で書くと金糸雀。美しい
声で鳴く小鳥です
⑩学級——の進行で学級会が行
われた
⑫下仁田ネギや水沢うどんで知
られる県
⑭——は210円、往復で42
0円です
⑯ホッキョクグマの別名です
⑰黒、赤玉、鹿沼といえは
⑱停留所に止まりながら客を運
びます
⑲宴会によく使われる飲食店

☆当選者は
高橋和子さん
柳原輝代さん
高橋利津さん
丹野信子さん
山崎春馬さん
以上5名です。
おめでとーございます。

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

5	カ	シ	8	ワ	モ	チ	12	コ	17
6	カ	ニ	13	ヤ	15	ト	ウ	6	
2	ト	ク	11	カ	ツ	ド	ウ		
3	ウ	9	ア	10	ミ	ン			
7	ヒ	7	コ	ト	16	ク	キ		
4	3	ウ	ガ	14	コ	ウ			
ウ		レ	ン	キ	ユ	ウ			

☆先月号のこたえは
『シヨウブユ』でした

こたえ・当選者

頭の体操

タテのカギ

クロスワードパズル

二重マスの文字をA→Dの順に並べ
てできる言葉は何でしょうか？

1	6		10		16	18
2			11	14		
		9				
3	7			15		19
	8		12			
4					17	
5			13			

A B C D

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

うら

- 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

おもて

〒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

●FAX 0166-92-2977

●Eメール kouhoushi@biei.ja-hokkaido.gr.jp

【締め切り・発表】

毎月15日（当日消印有効）、当選者は次号でお知らせします。

6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】コミュニケーションが活発化する中、
行き違いも増えそう。約束は時間や待ち合わせ
場所などきちんと決めて
【健康運】フットケアを重点的に。つば押しも◎
【幸運を呼ぶ食べ物】梅

おうし座（4/20～5/20）

【全体運】楽しい話題が多く心弾みそう。買い物
は念入りな下調べで満足度が大幅アップ。お得
情報は身近なところに
【健康運】エクササイズは本やネット動画を参考に
【幸運を呼ぶ食べ物】シントウ

ふたご座（5/21～6/21）

【全体運】主役運が巡ってきています。身だしな
みはおしゃれを意識して流行のアイテムをプ
ラス。うれしい出来事あり
【健康運】食べすぎに注意。食事はバランス良く
【幸運を呼ぶ食べ物】大葉（シソ）

かに座（6/22～7/22）

【全体運】ほっと一息つける穏やかな運氣。趣味
やティータイムを楽しんで。感性も豊かに。美
術や音楽鑑賞にも最適
【健康運】体調不良は改善へ。シェイプアップも吉
【幸運を呼ぶ食べ物】オクラ

しし座（7/23～8/22）

【全体運】予定通りに進まなくても慌てないで。
スケジュールを調整すれば何とかなります。笑
顔が幸運を招く鍵
【健康運】散歩など、手軽に始められる運動を
【幸運を呼ぶ食べ物】イワシ

おとめ座（8/23～9/22）

【全体運】問題多発の気配。周囲の言葉に耳を傾
け、改善策を講じましょう。粘り強さを発揮す
れば結果は付いてきます
【健康運】無理は禁物。疲れを残さない日程で
【幸運を呼ぶ食べ物】サクランボ

てんびん座（9/23～10/23）

【全体運】梅雨の晴れ間のような爽やかな運氣
です。高めの目標を設定して頑張れば、うれ
しい成果が。説明は丁寧
【健康運】シーツや枕カバーは小まめに洗濯を
【幸運を呼ぶ食べ物】インゲン

さそり座（10/24～11/22）

【全体運】上昇運です。計画推進に力を入れれば
ゴールは間近。状況を再分析しての見直しは吉
と出ます。連絡は早めに
【健康運】体を動かすほど元気でいられそう
【幸運を呼ぶ食べ物】キス

いて座（11/23～12/21）

【全体運】運勢は吉凶混合。丸ごとうまくはいか
ないので良い方を伸ばし、攻められたら防戦を。
めりはりが大事
【健康運】帽子や日傘で紫外線対策をして安心
【幸運を呼ぶ食べ物】トマト

やぎ座（12/22～1/19）

【全体運】運勢は次第に荒れ模様。情報はまず
出どころを確かめて。迷ったときにはパートナ
ーに判断を任せるのが良さそう
【健康運】人気のストレッチメニューを試して
【幸運を呼ぶ食べ物】エダマメ

みずがめ座（1/20～2/18）

【全体運】パワフルに動き回れる好調運。優先順
位を考えて効率良く動きましょう。見晴らしの
良い開けた場所にツキ
【健康運】外出後はうがい、手洗いを忘れずに
【幸運を呼ぶ食べ物】ピワ

うお座（2/19～3/20）

【全体運】あれもこれもやらなければと気負い
過ぎてリズムを乱してしまいう。できそうに
ないことは早めにお断りを
【健康運】旬の食材を取り入れた食事が元気の源
【幸運を呼ぶ食べ物】ドジョウ

JAグループ通信

JA北海道中央会



新型コロナウイルス感染防止のためテレビ会議システムを活用した中で、5月13日に北海道農協酪農畜産対策本部委員会と生乳受託販売委員会の合同会議を開催し、新型コロナウイルス感染拡大に関する対応、及び令和3年度酪農畜産政策・価格対策に向けた対策等について協議しました。

新型コロナウイルスによる牛乳・乳製品の需要低下に対しては、乳業者等と連携を図り生乳処理の最大化を図るとともに、国の緊急対策を活用した消費拡大・需給調整対策を実施することとしました。

また、今後農林水産省に対し酪農畜産分野の懸念事項を踏まえ必要な対策を継続して要請することとしました。

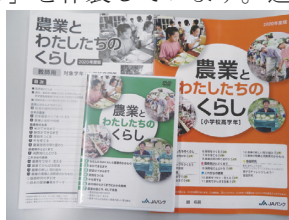
令和3年度に向けた酪農畜産政策・価格対策については、組織討議の内容を踏まえ、7月上旬に開催する道酪畜対で、概算要求に向けた政策提案の内容を決定いたします。なお、新型コロナウイルスによる国内経済への影響が長期化した場合、さらなる牛乳・乳製品の需要低下が懸念されることから、酪農生産基盤を棄損させないよう国の緊急対策も踏まえ、万全な需給安定の仕組みの構築を強く要請することを確認しました。



JA北海道信連



2008年度から全国の子どもたちに向けて食農教育等の取組みを実践する「JAバンク食農教育応援事業」を展開しています。本事業の一環として、子どもたちが食・環境と農業への理解を深めるきっかけとなることを願い、小学5年生を中心とする高学年向けの補助教材「農業とわたしたちの暮らし」を作製しています。道内においては、本年度、約5万部の冊子とDVDを全道の小学校へ贈呈いたしました。



JA共済連北海道



JA共済では「家族みんなで健やかに、安全に。『うち時間を充実させよう!』」をテーマに、JA共済のホームページに様々なお役立ちコンテンツをご用意しております。コンテンツは、○おうちでできる健康増進活動 ○おうちでじっくり、交通安全を学ぼう ○おうちの防犯、コロナ詐欺が増えています ○健康・介護ほつとラインをご紹介します。

外出自粛中にご自宅で「健康で安心して過ごしていたく」、「子どもたちが楽しく交通ルールを学べる」取り組みとしてぜひご活用ください。



ホクレン



ミルクランド北海道（事務局・ホクレン）は、新型コロナウイルスの感染拡大が深刻化した4月下旬から5月にかけて、医療スタッフへの感謝と、子どもたちの健康増進を願う気持ちを込めて、道内医療機関や札幌市内の保育園、幼稚園などに200mlパック換算で計16万本相当の牛乳を無償で提供しました。またホクレンは、厳しい社会状況の中でも、ひたむきに農作業を続ける道内生産者の姿を伝えようと、ホクレンアンバサダーの森崎博之さんを起用したテレビCM＝写真＝を制作、道内民放各局で放映しました。



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」を発行しております。年3回発行しており、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。



JAグループ北海道の連合会の活動内容を紹介します。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。

がんばれ!日本の農業

耕そう、大地と地域の未来。JAグループ <https://org.ja-group.jp/>

JAグループ 林修

自脱コンバインの刃研ぎを この機会に

コンバインの性能を100%引き出すため、また、
営農コスト低減のために研修センターではコンバイン
刈刃の刃研ぎを受付しています。

研ぎ澄まされた刃で快適な作業を！ぜひこの機会に
お申し込みください。なお、受付は随時行っておりま
すが、遅くなると使用時期に間に合わない場合があり
ますので、お早めにご持参ください。

参考料金(税別)	従来品	新型(ダブルアクション)
4条刈	7,000円	10,000円
5条刈	9,000円	12,000円
6条刈	—	15,000円

窓 研修センター ☎92-0588

組織活動交流会の中止について

青年部、女性部、フレッシュミセス会、報徳社の組
織間の交流を目的とした標記交流会を例年7月に開催
していましたが、新型コロナウイルス感染拡大の状
況を踏まえて、今年度は中止とさせていただきます。
ご不明な点などございましたら、各組織の事務局まで
お問い合わせください。

窓 営農部 ☎68-7014

JAびえいからの
お知らせ

JA Biei Information

業務分掌表の変更について

『丘の大地』令和2年5月号折込の「業務分掌表」
につきまして、一部変更がございました。

今月号に変更後の業務分掌表を折込しておりますの
で、差替をお願いいたします。

農機協の負担金について

美瑛町農業機械協議会では、令和2年度の負担金を
次の通り徴収させていただきます。

◎徴収額

1戸当たり 個人 500円 法人 2,000円

◎50周年式典積立金

1戸当たり 個人 1,000円 法人 4,000円

◎徴収日 6月26日付

(クミカンまたは貯金より引落し)

窓 研修センター ☎92-0588

刈払い機・畦草刈り機展示会開催

研修センターでは、刈払い機と畦草刈り機の展示会を開催いたします。

当日は刈払い機や畦草刈り機のほかチップソー、背負い噴霧機などの展示販売を行います。

あわせて点検整備（一部有料、部品代は別途かります）も行っておりますので、組合員の皆さまのご来場をお待
ちいたしております。

また、密の接触を避けるため、小規模の開催となりますので、皆さまのご理解をよろしくお願いいたします。



日 時 6月4日(木) 午前9時～午後4時まで

場 所 研修センター周辺



窓 研修センター ☎92-0588

理事会の報告

第25回理事会 4月7日(火)

■議案審議事項

議案第1号 令和2年度役員報酬の決定について

・原案どおり承認されました。

議案第2号 行政庁検査に係る指摘事項改善、対応状況報告について

・原案どおり承認されました。

今年の営農にも役立てて 気象観測システム 情報提供開始

昨年から本格的に導入となった気象観測システムによる情報提供が、今年度も始まりました。

農閑期となる冬の間はセンサーが撤去されていましたが、5月中に設置となり、随時、各観測地点の気温、湿度、照度、雨量、風向、風速、紫外線、気圧、瞬間風速、土壌体積含水率、



気象情報を収集するセンサー

土壌湿度を記録し、リアルタイムでの情報提供を行っています。過去のアーカイブ情報を詳細データやグラフで表示することも可能です。今年度は設置場所が4か所増え、町内の40地点から気象情報を収集しています。

点在する農地の管理作業など、組合員の皆さんの営農に、ぜひ役立ててください。

気象観測システムについてご不明な点などありましたら、営農部（電話：68-7014）までお問合せください。

協同の ちから

組合員数 正組合員 762人
准組合員 1,902人

貯金高 274億66百万円
貸付高 78億79百万円
出資金 11億14百万円
固定資産 47億31百万円

※百万円未満四捨五入（令和2年4月末）

気をつけましょう!

農作業事故発生状況

（5月15日現在）

発生件数	1件（2件）	《7件》
負傷	1人（2人）	《7人》
死亡	0人（0人）	《0人》

（ ）は2年度累計 《 》は去年同期累計
※負傷者数は農業労災加入者統計より

編集後記

暖かいと感じる日が多くなり、当JAでもクールビズ期間が始まりました。女性職員の制服もリニューアル！うきうきしながら新しい制服に袖を通したら……おかしいな、試着の時よりきつい気が……。

そして、美瑛はこれからアスパラ、トマトと次々おいしいものが食べられる季節。私の食欲は刺激されっぱなしに。

洗い替え用の制服は念のため1サイズ大きなものを選びましたが、そちらばかり着る日も近いかもしれません……。

（麻）

こよみ
KOYOMI

6月の主な行事予定

15日(月)

招魂祭

