

●▲ほんべつ
くみあい
だより



📄 今月の表紙

ほのぼのファミリー ⑧

拓農 高長根 雄太^{さん}
くるみ^{さん}
大輝^{くん} 綾人^{くん}
表紙の人 6ページ

2021 **7** No.457
本別町農業協同組合



JA本別町ホームページアドレス <https://www.jahonbetsu.jp>



第43回通常総会

第43回通常総会が6月10日午前10時より、JA本館3階大会議室で行われました。

本総会は昨年同様、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から無来賓、組合員のご理解のもと書面による議決権行使を勧奨しての開催となり、正組合員数476人のうち、369人（本人出席17人、委任状1人）、議決権行使書面351人）の出席となりました。

議長には瀧澤博司氏（明美・清里）が選任されました。定款の一部変更、令和2年度事業報告・剰余金処分案、令和3年度事業計画など、上程された議案は全て原案通り賛成多数で可決承認されました。

組合長挨拶



挨拶する佐野組合長

昨年を振り返りますと、新型コロナウイルス感染症が猛威を振るい、大変な1年となりました。ワクチン接種が始まったものの変異株の感染も広がっており、なかなか回復の目途が立たないまま今年も同じ様な状況下にあります。そのような中で、組合員の皆様には書面による議決にご理解賜りますようお願いし、本総会を執り進めて参ります。

令和2年度は春から非常に干ばつ傾向でしたが、その後の気温と天候に恵まれ、平年作を確保することが出来ました。その成果として農畜産物総取扱高は126億2200万円、前年比94・5%。当期未処分剰余金については2億

6548万円となりました。このような数字を計上出来たのは、一重に組合員皆様の普段の営農努力と農協への結集のおかげであり、この場を借りて心より感謝を申し上げます。

コロナ禍で、農産物また乳製品を含め在庫が非常に増えています。JAグループから政府へ要請し打開策として、輸入物から国内産をより多く使ってもらう形で何とか乗り切っている現状です。今後も様々なことがあります。私たち本別町農協、十勝、全道、そして全国的な仲間と共に向かっていかなければならないと思います。

令和3年度の事業計画では、念願であった小麦施設の改修を上程しております。昭和63年に建設した施設ですが、老朽化や労働面と機能性を考慮し、7億円を超える大きな予算かと思えます。農産分野において小麦そして豆の施設は、どうしても維持していかねばなりません。皆さんにお諮りして承認いただきたいと願っているところです。また、



- 2…第43回通常総会
- 3…本別町農業振興基金へ指定寄付
- 4…JAトピックス
- 5…女性部
現場でパシャ!!
- 6…ほのほのパーク
- 8…今さら聞けない!!
ネット検索のキホン
- 10…普及センターだより
- 12…コンサドーレ札幌より
- 13…農作業中の熱中症
対策チェック
- 14…JAからのお知らせ
- 16…本別警察署からのお知らせ
- 17…理事会の動き
お詫びと訂正
編集後記
- 18…介護ハンドブック
生乳生産情報
ホクレン肉素牛市場結果



8月の運勢

牡羊座
3/21~4/19

全体運 丁寧に積み重ねてきたことが花開きます。運勢は好調。いっつもより積極的に行動するのが幸運を開く鍵
健康運 適度な運動とバランスの良い食事が大切
幸運の食べ物 スルメイカ



JA本別町の「Mame Manma まめまんま」シリーズ

農産部には今年度から商品開発課を新設しました。色々な方からアドバイスやご支援いただき、本別らしい経営が出来ればと思っております。

その他、購買関係では受託事業の問題があります。ホクレン商事にお願いしているAコープ店舗ですが、建物の老朽化問題や財政的にも非常に厳しい状況です。検討委員会を設置して、ここ1年で判断させていたいただきたいと思っております。

今年度、農業振興計画・第

3次中期計画の令和5年に向けて、総取扱高14.5億円という目標に向かい、一つ一つ挑戦していきたいという覚悟しております。

最後になりますが、本来であれば町長をはじめ議会議長、各連合会、関係機関の方々にもご臨席を賜りましてお礼を申し上げるところでございますが、こういった情勢を踏まえ、ご案内を控えさせていただきました。しかし、日々我々農協の運営にご協力いただいておりますことに、この場を借りて感謝申し上げます。同時に、引き続き連携させていただければと思っております。8月には町長選挙もありますので、基幹産業、農業改革に際してもしつかり見極めていきたいと思っております。

取扱高 126億2200万円

令和2年度の本町農業について、4月から6月にかけて干ばつ傾向でありましたが、気温・日照時間は確保され、作物の生育状況は概ね順調に

進みました。

小麦については、開花期から成熟期の日照不足の影響を懸念しましたが、結果的に平年並みの収量、品質を確保することができました。豆類は8月の高温、収穫時の降雨の影響で、金時に色流れが発生し、小豆についても品質の低下が見られました。収量については平年並みではありませんでしたが、新型コロナウイルスの影響で消費が鈍り、価格が低迷しました。馬鈴しょについては、極端に上いも数が少なくなりましたが、1個重が確保できたため平年並みの収量となりました。てん菜は春先から順調に生育し、平年を上回る収量でしたが、秋の降雨の影響で昨年を下回る糖分となりました。飼料作物については牧草、デントコーンともに天候に恵まれた中で収穫作業が順調に進み、収量、品質ともに良好でした。

農産部門の取扱高は豆類の価格低迷が影響し、51億4500万円、前年比94・9%となりました。

酪農・畜産においては、新

型コロナウイルスの影響で個体販売価格が厳しい市況で、畜産物の取扱高は33億円、前年比△5億500万円となりました。生乳取扱量（3月～2月）は前年比101・0%の41億7800万円（補給金含む）と前年を上回り、畜産部門の取扱高は74億7800万円、前年比94・2%でした。

当期剰余金 2億6548万円

当期未処分剰余金は計画を上回り、2億6548万円となりました。このうち、施設更新積立金に5000万円を充てさせていただきました。また特別配当7160万円を営農貯金に振り込み、出資配当については払込出資金に対して1%の1860万円を配当し、資本強化のため出資金に充当することとなりました。



6/21 本別町農業振興基金に10,000,000円を指定寄付しました。

(株)アグリマネジメント十勝 一番草収穫終了



6月7日より一番草の刈取り作業が始まりました。組合員さんから申し込まれた面積は1004畝になります。

昨年までは、ピックでのハーベスター2台で収穫していましたが、今年はダイレクトヘッドを取り付けたハーベスターも使い、3台で作業しました。

天候にも恵まれ作業は順調に進み、6月24日に刈取りを終了しました。今後も組合員のニーズに応え、良質な自給飼料の確保と営農コスト低減に向けた事業展開を行ってまいります。

牛魂祭 祭典

本別町酪農振興協議会（佐藤和幸会長）が主催する牛魂祭が、6月4日に美里別東下の牛魂碑前で行われました。

この祭典は昭和34年6月1日に建立されてから始まったもので、病気や事故などで死んだ牛の供養と今後の無事を祈願して行われています。

当日は、各地区の酪農振興会会長、JAなどの関係者14人が参列し、厳かに神事を執り行いました。



令和3年産 本別町作付実態調査集計結果

(7月1日現在)

(単位：ha)

(単位：ha)

作物名	作付面積		増減 (対前年比)
	令和3年	前年	
小麦	2,387	2,294	93
甜菜	1,157	1,177	△20
馬鈴しょ(食用)	3	3	0
〃(加工用)	378	366	12
〃(澱原用)	121	142	△21
〃(種子用)	39	31	8
馬鈴しょ計	541	542	△1
スイートコーン	87	69	18
雑穀	5	20	△15
デントコーン	1,230	1,250	△20
牧草	2,627	2,595	32
飼料作物計	3,857	3,845	12

作物名	作付面積		増減 (対前年比)
	令和3年	前年	
小豆	584	737	△153
大豆	659	536	123
(うち光黒)	(2)	(2)	0
金時	476	504	△28
手亡	49	54	△5
中長	0	0	0
高級菜豆	2	3	△1
豆類計	1,770	1,834	△64
そ菜	74	71	3
そば	3	7	△4
休閒緑肥・休閒地	156	165	△9
耕作面積計	10,037	10,024	13

フレッシュミズ 学習会

フレッシュミズ（高橋康子会長）の学習会が、6月8日に農協3階大小ホールで行われ、会員10人が参加しました。例年ですと料理学習会を行っていましたが、今年はコロナウイルスの影響を踏まえ、手芸を得意とする会員が講師となり、持ち歩くのに便利な「がま口ポーチ」を大小2種類作りました。親切な指導で可愛い作品が出来上がり、皆さん小さなお子さんがいらっしやるので、お出かけの際に役立つことと思います。



女性部 花壇苗植え作業終了

女性部（鈴江加世子部長）による、フラワーロードの苗植えが6月7日に行われました。1カ月経つた今では綺麗に咲き誇り、行きかう皆さんの目を楽しませていることと思います。女性部で管理させていただいている区画ですが、近年の部員数減少に伴い振興局と協議し、大橋から中学校の校門過ぎまでとしました。今後は、定期的に草取りなどを行う予定です。



◀ J A 正面玄関前の鉢植えです

本別中央小学校での植え付け作業

5/12に馬鈴しょ、人参、玉ネギ、大正金時、大豆を植えたよ♪

例年、青年部が町内の学校と協議して行っている農業体験ですが今年も本別中央小学校で実施。3年生34人が元気いっぱい植え付け作業に取り組みました♪
今年も小学校に豆まかなイト用の大豆も植えました。

植え付けした作物は9月頃に収穫作業を行い、カレーにして食べる予定です！楽しみですね♪



わんぱくキッズ



勇足東 4

山下 珠 璃 くん (3)

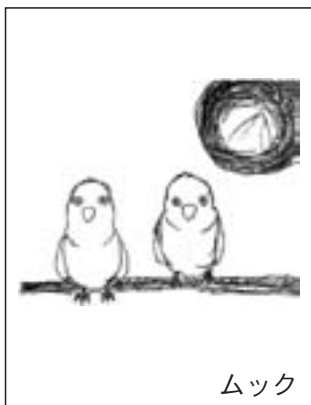
(健司さん・智美さんの次男)

とにかく乗り物大好き!!家の周りのトラクターやショベルに乗りたがります。最近ではストライダーでお姉ちゃんと一緒に走っています。照れ屋さんで元気いっぱい珠璃。スクスク育ってね☆

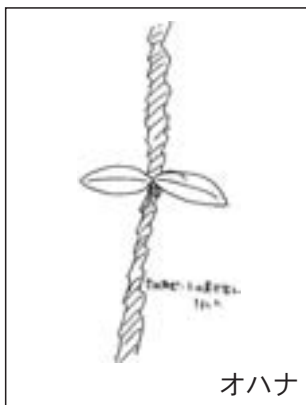
(智美)



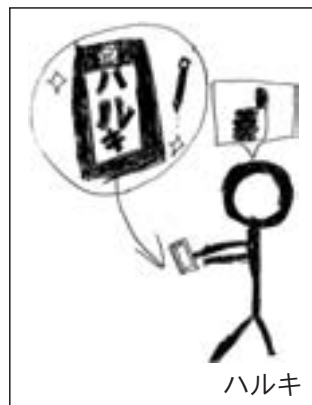
おレタス



ムック



オハナ



ハルキ

表紙の人

ほのぼのファミリー

8

拓 農

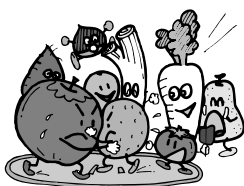
高長根 雄 太 さん (38)

くるみ さん (38)

大輝 くん (4) 綾人 くん (1歳4ヵ月)

トラクターに乗るお父さんのことや、じーちゃん、ばーちゃんと一緒に畑で食べる一服(あやこ)が大好きな長男と次男です。そして、この時期は採れたての野菜もおいしく食べることが出来、農作業を通して日々の小さな幸せを感じながら過ごしています。

(ママ)



ちよっとおたし

家の光

材料 (2人分)

エダマメ (さや付き) ー250g
しょうゆー大さじ1と
1/2ー2
塩ー小さじ2

「家の光」2017年6月号「野菜がうまい! おつまみ道場」より

調理/瀬尾幸子

エダマメのしょうゆ煮

さやもチユウチユウ吸って味わうべし!



作り方

- ① エダマメはさやの両端を切る。
- ② ボウルに入れ、塩をふって強くもむ。
- ③ さやの産毛がしなくなりしたら、水で塩を洗い落とす。
- ④ 鍋に水1カップとしょうゆを入れて火にかけ、沸騰したらエダマメを入れる。
- ⑤ 2〜3分ゆでて火を止め、ゆで汁につけたまま冷ます。



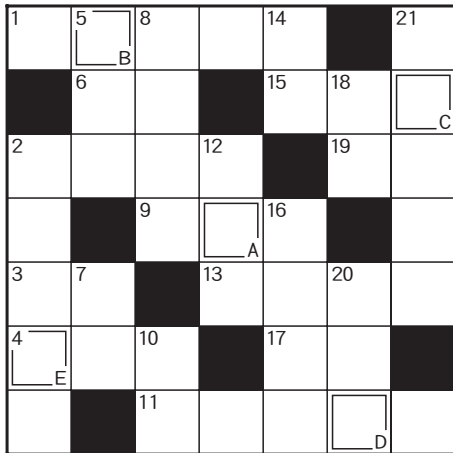
さやの両端を切ることで味がしみやすくなる。

暮らしをよくする情報がいっぱい! 「家の光」購読のお申し込みはお近くのJA窓口へ

頭のたいそう

お楽しみクイズ

出題●ニコリ



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?

↓ タテのかぎ

- ② 鉱石を高温でドロドロにする装置。高炉とも呼ばれます
- ⑤ 川や池の土手のこと
- ⑦ 信号機で「止まれ」を示す色
- ⑧ 家屋を壊して新しく造り直すこと
- ⑩ 墨も料理に利用する魚介
- ⑫ 大きな魚はこの形でパック詰めされていることが多い
- ⑭ 令和3年の——の日は8月8日。国民の祝日です
- ⑯ ねぶた祭で知られる県
- ⑱ 「五七五七七」などの形式で作られます
- ⑳ 飛行機で人や荷物を運ぶこと
- ㉑ 井戸端会議中に楽しむもの

→ ヨコのかぎ

- ① 最低気温が25度以上の夜のことに
- ② 寺子屋では字の——やそろばんを教えました
- ③ 地球の中心部にあります
- ④ 長良川で有名な伝統漁法
- ⑥ 親戚の——を頼って仕事に就いた
- ⑨ 高速道路のサービス——で一休みした
- ⑪ 親潮は千島——とも呼ばれます
- ⑬ 帰る客を玄関まで——に行きた
- ⑮ 力士が腰に締めます
- ⑰ 割、分、厘の次
- ⑲ 虫が入ってこないように布団の周りにつるします

応募要領

- 別紙の応募用紙に、答え、おところ、おなまえを書いてください。
- 1人につき1枚までとさせていただきます。
- 応募はエコープ本別店内にある「クイズ投書箱」またはFAX22-3557へ。

締め切り

8月10日(火)



当選者発表

おめでとうございます

5月号の応募者は36人で全員正解でした。
当選した方には農協全国商品券をお届けします。(敬称略)

- ◆ 吾妻美津子 (共栄)
- ◆ 前佛清枝 (新町)
- ◆ 上田誠志郎 (勇足西5)
- ◆ 山田哲夫 (仙美里)
- ◆ 方川とよ子 (美里別東上)

抽選は、金融部の大井職員が行いました。



5月号の答え

ミズタマリ

今さら聞けない!?

ネット検索のキホン

ネット(インターネット)検索を使うと暮らしに必要なさまざまな情報を入手できます。欲しい物を売っているお店や、行きたい場所までの道順、電車の乗り換え案内など、簡単に調べることができてとっても便利! そんなネット検索の基本や注意点を確認しておきましょう。

いま一度おさらい 検索エンジンとは?

ネット上で情報を検索するシステムのことをいいます。検索エンジンによってウェブサイトを、ニュース、画像などさまざまな情報を探し出すことができます。日本ではグーグルとヤフーが二大検索エンジンです。キーワードを入力して検索すると、関連性の高いウェブサイトを動画などが表示されるので、調べ物に便利です。

検索エンジンは、独自の決まりによって、検索したキーワードと関連性が高いと思われるページを選び、順位を付けて、検索結果として表示します。検索結果の順位は情報が正確かどうかではなく、キーワードと関連性が高いと思われるページが上位に表示される仕組みです。キーワードに関連した画像や映像、そのキーワードに興味がある人向けの広告も同時に表示されます。

代表的な
検索エンジン

グーグル <https://www.google.com/>

ヤフー <https://www.yahoo.co.jp/>

検索エンジンをもっと便利に活用しよう

検索エンジンでネット検索する際に、検索するためのコツがあることをご存じでしょうか。知っている、もっと簡単に欲しい情報にたどり着けるようになります。ここでは知っておくと便利な代表的なコツについてご紹介します。

監修: 池田博子 (北国大学客員教授 / ITジャーナリスト)
イラスト: 佐藤

リアルタイム検索

SNS(会員制交流サイト)への投稿をリアルタイムに検索できる機能です。時系列順に投稿が表示されるため、最新の情報を把握できます。例えば地震や電車の遅延などのときにリアルタイム検索をすると、地震の震源地や遅延理由などの情報がニュースサイトよりも素早く得られます。流行や話題となっていること、口コミなどを調べるのにも便利です。ツイッターなどが対象です。

地震

検索

ウェブ 画像 動画 リアルタイム

「リアルタイム」をクリック

サジェスト機能

検索エンジンで入力したキーワードと関連性が高いと思われる単語を予測して表示する機能のこと。検索窓で入力時に表示される他、ヤフーでは検索結果の上下に虫眼鏡マーク付きで表示されます。検索エンジンの利用者が多く検索している単語を関連して表示する仕組みです。お薦めされた候補から選ぶと、その単語も含めた状態でアンド検索ができます。

浜松

検索

浜松 観光
浜松 天気
浜松 ホテル
浜松 うなぎ

検索ボタンを押す前に予測が表示される

アンド検索

間にスペースを空けて複数のキーワードを並べて検索すること。アンド検索のアンドは、「そして」「および」などの意味の英単語「and」。複数のキーワード全てを含む検索結果が表示されます。一つのキーワードだけでは求める情報が得られないときに使うと、求める情報が得やすくなります。例えば「喫茶店 東京駅」で検索すると、東京駅近辺の喫茶店に関する情報が表示されます。

喫茶店 東京駅

検索

単語と単語の間にスペースを入れる

あなたはスマホ派? パソコン派?



ネット検索は、スマートフォンでもパソコンでもできます。スマホは画面が小さく表示できる情報に限りがあるものの、いつでもどこでも検索できるため、外出時などにお勧めです。パソコンは利用する場所が限られてしまう一方、画面が大きく検索結果を比較しやすいので、自宅でネットショッピングするときなどに使うと便利でしょう。



⚠️ここに注意! ネット検索の落とし穴

ネット検索はとても便利ですが、検索によって思わぬトラブルに巻き込まれたり、周囲に迷惑を掛けてしまうこともあります。ここでは、知らないといっ掛けがっかりしやすすい落とし穴についてご紹介します。注意点に気を付けてネット検索を活用しましょう。

注意 ①

欲しい商品は信頼できる ネット店舗検索を



ネット店舗を探す場合にも、ネット検索は役に立ちます。ただし、店によっては個人情報や金銭を取られるだけで商品が送られてこないことも。「楽天市場」や「アマゾン」など大手のショッピングサイトでは返金保証があるため安心です。最近、定期購入系のトラブルが増えています。最初だけ無料などにして高額な定期購入契約を結ばせる内容です。スマホでは見づらい、小さな文字で条件が書いてあることもあるので注意。万一トラブルに遭ったら消費者庁の消費者ホットライン「188」に電話相談を。

注意 ②

ほんとに大丈夫? 検索結果の「広告」



検索結果に表示されるのは、キーワードと関連性が高いと思われるウェブサイトなどだけではありません。そのキーワードに関連した広告が、スマホなら上部と下部、パソコンなら上部に表示されます。広告は誰でも出せるため、詐欺まがいのウェブサイトが表示されることも。過去には、フィッシングサイト(個人情報を抜き取る詐欺サイト)に誘導する偽広告が表示されたこともあるため要注意です。広告は「広告」などと頭に付けて表示されるので間違えないようにしましょう。

注意 ③

デマ投稿・拡散で 刑事罰・民事責任?



ネット検索で表示されたウェブサイトやSNSの投稿などには、デマが混じっていることがあります。デマを信じて投稿・拡散してしまい、周囲に迷惑を掛けたり、相手から訴えられて刑事罰や民事責任を問われた例もあります。その情報源を調べたり、発信者が信頼できるかどうかを確認すると、情報の真贋(しんがん)がつかみやすくなります。情報が正しいか確認できないものは投稿・拡散しないようにしましょう。検索結果に表示されたことをうのみにせず、必ず確認する癖を付けましょう。

注意 ④

個人情報が特定されて 空き巣被害も



ネット検索はあらゆることが調べられてとても便利ですが、逆にいえば誰でもどんなことでも調べられるということ。ネット上に、自宅の住所や勤務先、名前、生年月日、家族に関する情報など、個人情報を投稿してしまうと、ネット検索で簡単に個人が特定されてしまいます。その結果、空き巣被害やストーカー被害につながった事例は少なくありません。ネット上には個人情報を出し過ぎず、実名を伏せて利用したり、公開範囲も友達限定などにするようにしましょう。



7月中旬～8月中旬の 農作業のポイント



この時期は、『馬鈴しょ、豆類、てん菜』の重点防除時期です。ほ場をしっかりと観察し適期防除を行いましょう。

1. 馬鈴しょ

○ 疫 病（塊茎腐敗）

着蕾期以降、降雨後に低温（20℃以下）で推移する気象条件は、疫病の発生を助長します。降雨が続くと急速にまん延する恐れがあるため、引き続き予防的防除に努めましょう。なお薬剤選定に当たっては、耐性菌出現を避けるため、異なる系統の薬剤でローテーション防除を行いましょう。

塊茎腐敗は、茎葉の疫病菌が落下して土壤中に侵入し、塊茎に感染し発病します。疫病に効果があっても塊茎腐敗に効果が無い薬剤があるので注意しましょう。

○ 軟腐病

軟腐病は高温・多湿条件で多発します。気象予報に注意し、発生前～初期防除を徹底しましょう。特に地面に接している葉が感染しやすいため、茎葉の過繁茂や倒伏に注意しましょう。また、疫病防除と同様に系統の異なる薬剤でローテーション防除を心がけましょう。

○ 夏疫病

7月中旬頃から下葉に発生し、しだいに上葉におよび、8月中旬頃からまん延します。病斑に同心円状の輪紋（暗褐色～黒褐色）ができ、その裏面に黒色繊毛状のかびを生じることが特徴です。

2. てん 菜

○ 褐斑病

例年7月中旬には初発が確認されますので、速やかに防除を開始しましょう。また、小麦の収穫時期は防除作業が遅れがちになるので残効の長い薬剤を選択しましょう。

☆ てん菜褐斑病の効果的防除法 ☆

- ①防除農薬の散布開始時期は初発直後までとし、遅れずに散布する。
- ②高温多湿（多雨）条件では散布間隔は10日以下とする。通常条件下でも14日を超えると防除効果が劣るため注意する。

注）DMI剤（ホクガード乳剤）とカスガマイシン剤は、耐性菌が道内各地で発生。DMI剤、カスガマイシンを含む銅水和剤（カスミンボルドー）は、各1回の使用に限定する。

- ③8月下旬で散布を終了すると、その後に発病が急激に進展する場合がありますので注意する。

○ 葉腐病

7月中旬頃に初発、8月上旬～9月中旬にかけて被害が拡がります。

発病は気温20℃、湿度95%以上が30時間以上続いた場合に激しくまん延します。



普及センタ

3. 豆 類

○ 菌核病、灰色かび病

菌核病および灰色かび病は、過繁茂で風通しの悪い状態で発病しやすく、開花後の日照不足および多湿条件が続くと多発します。

防除開始のタイミングは、下記を参考に適期を逃さず防除を行いましょう。

大豆	開花始後10～15日目に第1回散布	} その後は10日毎に大豆は2回、小豆・菜豆は3回防除を実施しまししょう
小豆	開花始後7～10日目に第1回散布	
菜豆	開花始後5～7日目に第1回散布	

※開花始は、ほ場全体の5%の株に花が咲いた時期です。

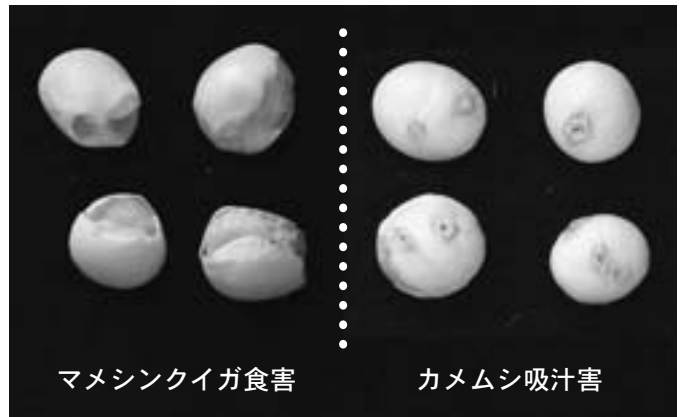
○ 大豆の「マメシクイガ」及び「カメムシ類」

マメシクイガ・カメムシ類の被害

マメシクイガは子実がえぐられたような食痕（口欠豆）となり、カメムシ類では、未熟莢を吸汁加害することで生じる子実の刺し痕が問題となる。

防除体系

- ① 莢伸長始（およそ半数の株に2～3cmに達した莢）を確認する
- ② 莢伸長始の6日後を目処に1回目散布する
- ③ 10日後に2回目散布する



マメシクイガ食害

カメムシ吸汁害

○ 小豆の「マキバカスミカメ」

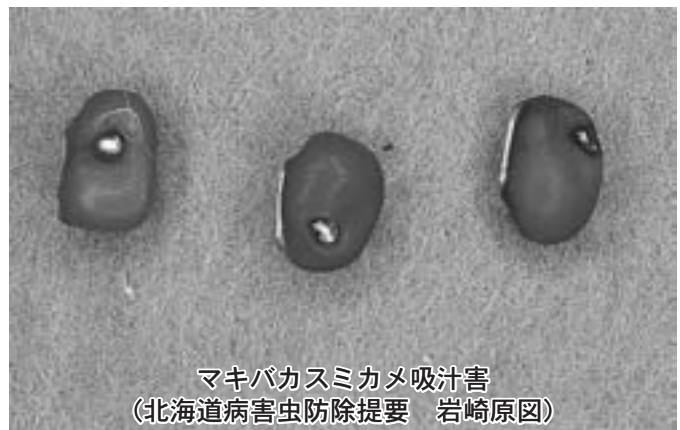
マキバカスミカメの被害

8月上旬以降、未熟莢から吸汁し、粒の品質を低下させる。馬鈴しょ、てん菜、小豆畑で発生が多い。

防除適期

- ◎ 開花始（開花した株が全体の5%）から積算気温515～520℃（開花始25～26日前後）に達する時期

平年 8月18日頃



マキバカスミカメ吸汁害
(北海道病害虫防除提要 岩崎原図)

農薬の飛散・中毒防止を心がけましよう。農薬使用の際は、「令和3年度農作物病害虫・雑草防除ガイド」（青色の冊子）を参照し、**対象作物・使用倍率・総使用回数・使用時期**を十分確認し、間違いの無いように使用しまししょう。



北海道コンサドーレ札幌
栗山トレーナーによる

Vol. 2

農作業にも役立つ セルフコンディショニング講座

選手達のコンディショニング、フィジカルトレーニングを担当している栗山渉トレーナーが、誰でも簡単にトライできる、セルフコンディショニングの方法をご紹介します！スポーツをしている人も、していない人もチャレンジしてみましょう！

北海道コンサドーレ札幌と
J Aグループ北海道は
食農パートナーです！

今回のテーマ

運動前におすすめの パフォーマンスアップストレッチ

今月は運動前におすすめのストレッチを紹介します。全身の筋肉をストレッチすると同時に、体幹の安定性と関節可動性が向上するため、怪我の予防とパフォーマンスアップを期待できます。アカデミーの選手達も練習前、試合前に必ず実施しているストレッチです。

各ポーズ5秒ずつキープし、途切れることなくストレッチを繋げて下さい。
最初は難しいかもしれませんが、毎日続けることで徐々に慣れていきます。運動前のウォーミングアップに取り入れて下さい！

※ストレッチで強い痛みが生じる場合はすぐに中止して下さい

※強い痛みが継続する場合は整形外科を受診することをお勧めします

1 足を大きく 前後に開く



2 身体を前に倒して、肘を曲げて肩を膝の内側に近づけて、股関節をストレッチ



3 ゆっくり胸を開きながら腕を上げて、全身をストレッチ



6 体を起こして片手を上げて、股関節の前をストレッチ



5 指先で支えながら、前足の膝を少し伸ばして、太もも裏をストレッチ



4 腕を下ろして両手を床に置く



7 前足の膝の外側に手をそえて、胸を開く



8 両手を前につき、腕立て伏せの体勢になる



9 逆足を大きく前に出して、同様のストレッチを行う





農作業中の 熱中症対策チェック



☑️ 高温時の作業は、避けましょう

特に70歳以上の方は、のどのかわきや気温の上昇を感じづらくなります。日中の気温の高い時間帯は外して作業しましょう。



☑️ 単独作業は、避けましょう

なるべく2人以上で作業し、時間を決めて声をかけあったり、異常がないか確認しあうようにしましょう。

☑️ 20分おきに休憩&水分補給しましょう

涼しい日陰などで作業着を脱ぎ、体温を下げましょう。のどがかわいていなくても、20分おきに毎回コップ1~2杯以上を目安に水分補給しましょう。



☑️ 適宜マスクをはずしましょう

屋外やハウスで人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合にはマスクをはずすようにしましょう。



万が一に備えて、携帯電話を持って行きましょう。
緊急連絡先や大切な人の連絡先も、登録しておきましょう。

みどりの食料システム戦略

我が国の食料・農林水産業は、大規模自然災害・地球温暖化、生産者の減少等の生産基盤の脆弱化・地域コミュニティの衰退、新型コロナを契機とした生産・消費の変化等の課題に直面しており、地域の将来を見据えた持続可能な食料システムの構築が急務となっています。このため、農林水産省では、令和3年5月に、食料・農林水産業の生産力向上と持続性の両立をイノベーションで実現する「みどりの食料システム戦略」を策定しました。

詳しくは
こちら

みどりの食料システム戦略

検索

<https://www.maff.go.jp/j/kanbo/kankyo/seisaku/midori/index.html>



問合せ先

農林水産省北海道農政事務所企画調整室

011-330-8801

(問合せメールフォームURL)

<https://www.contactus.maff.go.jp/hokkaido/form/4762.html>

農林水産省大臣官房環境バイオマス政策課

03-3502-8056

農林水産省



全体通 飛び込みでいろいろ頼られそう。効率のいいやり方を提案すると喜ばれます。グループ内ではサポートに徹して
健康通 おくみや肌荒れには注意を。トイレは小まめに
幸運の食べ物 スイカ

JAバンク提携ATMの ご利用手数料の改定について

日頃よりJAバンクをご利用いただき、誠にありがとうございます。

さて、令和3年10月1日より、提携ATM各社（セブン銀行、ローソン銀行、ゆうちょ銀行、イーネット）のATM利用に係る手数料を改定しますので、下記の通りお知らせいたします。

なお、今回の改定に伴う当JAのATMや、他の提携ATMのご利用手数料に変更はございません。

今後もお客さまにご満足いただける商品・サービスの提供に努めてまいりますので、変わらぬご愛顧を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。



1. 改定日

令和3年10月1日（金）

2. 改定内容

提携先	ご利用日	ご利用時間	ご利用手数料（税込）	
			改定前	改定後
セブン銀行 ローソン銀行	平日	8:45～18:00	0円	110円
		その他の時間帯	110円	220円
ゆうちょ銀行 イーネット	土曜日	9:00～14:00	0円（注）	110円
		その他の時間帯	110円	220円
	日曜・祝日	終日	110円	220円

（注）ゆうちょ銀行は110円

※JA本別町設置のATM（エコープほんべつ店内）につきましては、10月1日以降も引き続き、手数料は**無料**でご利用いただけます。



©よりぞう

農大の進学助成を しています!

J Aと町では、北海道立農業大学校に入校する正組合員の農業後継者には「農業振興人材育成事業」として、「寮費1年分の1/2助成」と「研究課程の授業料2年分を全額助成」しています。次代を担う農業後継者として、農大で実技や実習を主体とした実践的で高度な技術を学びませんか。

進学助成のお問い合わせ

管理部 企画課 ☎(22)3148

第1回 7/30(金)

第2回 8/6(金)

詳しくは、農大のホームページをご覧ください。



農業者とそのご家族の皆さまへ

特定健診に伴う がん検診の 助成について



7月6日(火)～9日(金)の期間中、特定健診で胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診を受診された農業者(正組合員とそのご家族)で満30歳以上の皆さまは、J A本別町からの助成金が受けられます。

令和4年3月31日(木)までに領収書をお持ちになって、J A本別町2階・管理部企画課へお越し下さい♪

お問い合わせ先

☎22-3148

胃がん(2,000円)

肺がん(800円)

大腸がん(700円)

農繁期の労働力確保対策としてご利用ください!!

1日農業バイト「daywork」デイワーク

くみあいだより5月号でご紹介した、「1日農業バイト『daywork』デイワーク」。本年度もご好評をいただいております。これから農繁期を迎え、労働力確保に苦慮されている組合員さんは、ぜひ活用をご検討ください。

【「1日農業バイト『daywork』デイワーク」の実績】

J A本別町の登録戸数(15戸)

<仕事の基本データ>

募集期間	3/1～7/20
利用日数	28日
利用生産者数	4人
仕事登録数	29件

募集した主な仕事内容

- ◆ビートのポット作業
- ◆ビートの移植
- ◆馬鈴しょの植付け
- ◆豆類の草取り など



※前年は馬鈴しょの収穫作業も募集しました。

<マッチングの集計結果>

募集人数	112人	生産者が仕事に対して募集を行った延べ人数(件数)
応募人数	197人	仕事に対して応募のあった延べ人数(件数)
成立人数	112人	成立人数
マッチング率	100%	成立人数÷募集人数
募集倍率	175%	応募人数÷募集人数



本別警察署からのお知らせ

令和3年度北海道警察官採用試験（第2回）のご案内
 令和3年度北海道警察官採用試験（第2回）を次のとおり実施します。
 受験案内は本別警察署にありますので、受取を希望される方は本別警察署（電話0156-22-0110）にご連絡ください。
 多くの方の受験をお待ちしています。

- 受付期間
7月1日（木）～8月20日（金）
- 第1次試験
9月19日（日）
- 試験会場（第1次試験）
帯広市、釧路市等道内22会場及び道外2会場（青森、東京）

・受験資格

試験区分	学 歴	年 齢
A 区 分	学校教育法による大学（短期大学を除く。）等を卒業した者（令和4年3月末日までに卒業見込みの者を含む。） ※高度専門士の称号を取得又は令和4年3月末日までに取得見込みの者を含む。	令和元年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた者（令和4年4月1日現在で18歳以上33未満）
B 区 分	A区分以外の者	

夏の交通安全運動が始まります！！

7月13日から22日までの10日間（7月13日は飲酒運転根絶の日）

- 1 飲酒運転の根絶
- 2 バイク・自転車の交通事故防止
- 3 スピードダウンと全席シートベルト着用
- 4 子供と高齢者の交通事故防止

交通安全にご協力をお願いします。


交番係



北海道警察からのお知らせ

道内では7月21日からオリンピック競技開始
 オリンピック競技の円滑な進行と観客等の安全確保のため、交通規制が行われます。

公共交通機関を利用するなど、交通総量の抑制に御協力をお願いします。



災害への備えは万全ですか？

災害は、いつ、どこで発生するかわかりません。突然の災害から身を守るためにも、普段から災害に対する認識を高め、災害への備えを強化しておくことが必要です。災害に対する備えを万全にしておきましょう。

CHECK POINT

- 非常用の持出品を準備しておきましょう。
- ハザードマップで避難場所を確認しておきましょう。
- 気象情報を確認しましょう。
 - テレビ・ラジオ、インターネットや防災無線で最新情報を確認しましょう。



暴力団追放3ない運動！+？

利用しない、恐れない、金を出さない、交際しない
 ～暴力団がおそれているもの、それは、あなたの暴力団を恐れない「雰囲気」です！！～

本別地区暴力追放運動推進協議会
 事務局/本別警察署 TEL 0156-22-0110

都合のいいもうけ話は詐欺！

「あなたにお金を譲りたい」「1億円が当選しました」などという話は、受取手数料などの名目でお金をだまし取ろうとする詐欺です！
 一度連絡を取ってしまうと、色々な理由をつけてお金をだまし取ろうとするので気をつけましょう。



生活安全係（内線261、262）

本別町・足寄町・陸別町の安全・安心に関する情報は・・・

本別警察署ホームページで **検索**

Please visit our website!

こちらからもアクセスできます→

理事会の動き

第1回 4月9日

付議事項

- ① 前向き大型投資法人の営業計画
- ② 令和3年度コンプライアンス・プログラム策定
- ③ 令和2年度経営定期点検の未解消事項に対する対処方針および令和3年度経営定期点検実施計画書
- ④ ㈱アグリマネジメント十勝の事業計画の承認

報告事項

- ① 令和2年度コンプライアンス・プログラム取組状況
- ② 令和2年度経営定期点検における点検結果および改善状況報告
- ③ 理事に対する資金の貸付および専務理事が代表を務める子会社への貸付報告

第2回 4月29日

付議事項

- ① 「令和3年3月末自己査定」に伴う貸倒引当金の計上

- ② 令和2年度貸借対照表・損益計算書
- ③ 令和2年度剰余金処分案
- ④ 第43回通常総会の開催日程

報告事項

- ① 行事経過報告
- ② 余裕金の運用状況
- ③ 組合員の加入および脱退の状況
- ④ ㈱アグリマネジメント十勝のJA負担額およびコンバイン管理料
- ⑤ 畜産販売、生乳生産状況
- ⑥ 令和2年度内部監査業務の概要

第3回 5月18日

付議事項

- ① 定款の一部変更
- ② 信用事業規程の一部変更
- ③ 共済規程の一部変更
- ④ JAバンク基本方針の変更
- ⑤ 令和3年度農地評価基準価格の設定
- ⑥ 組合員の出資に係る資格変更
- ⑦ 役員賠償責任保険契約の締結
- ⑧ 第43回通常総会における「書面による議決権行使にあたっての留意事項」

- ⑨ 第43回通常総会の提出議案
- ⑩ 夏期手当の支給

協議事項

- ① 令和3年度貸付金延滞者の貸付金回収計画

報告事項

- ① 監査報告
- ② 行事経過報告
- ③ 4月末財務および余裕金の運用状況
- ④ 組合員の加入脱退状況
- ⑤ 令和2年度貸付金延滞者の貸付金回収実績および経過
- ⑥ 畜産販売、生乳生産状況
- ⑦ 令和2年度北海道酪農体質強化対策事業に係る実績報告書

第4回 6月10日

付議事項

- ① Fintech(フィンテック)企業等の連携および協働にかかる方針の改正
 - ② 行政庁提出用業務報告書
- ### 報告事項
- ① マネロンガイドラインとのギャップ分析

第5回 6月25日

付議事項

- ① 令和3年クミカン取引に伴

う貸越額が信用限度を超過する組合員の貸越極度額の承認

- ② 組合員の出資に係る資格変更
- ③ 理事との利益相反取引に伴う契約の承認

報告事項

- ① 行事経過報告
- ② 5月末財務および余裕金の運用状況
- ③ 組合員の加入脱退状況
- ④ 特別経済協議者の土地評価
- ⑤ 農地保有合理化事業参加者
- ⑥ 畜産販売、生乳生産状況
- ⑦ S63小麦乾燥調整施設改修工事の価格交渉および工率スケジュール

お詫びと訂正

前回の「くみあいだより5月号」4ページの「第67回女性部定期総会」で、常任委員のお名前が阿保房枝さんとなっておりますが、正しくは庄野るみ子さんの誤りでした。訂正して深くお詫びいたします。

編集後記

植付け作業がひと段落して、管理作業に追われている頃ですね。農家さんのお宅に何う時に豆の草取りをしている姿を見かけるようになりました。これからどんどん暑くなります。予報では今週末から30℃超えの日が続きます。皆さん熱中症にならないようご注意ください。

暑い夏が終わると収穫の時期になりますね。今まで見せていただいた収穫作業だと、馬鈴しょ、玉ネギ、キャベツなどで人手が必要になると思います。ご家族やご近所さんでも足りない労働力の確保には、15ページで紹介した「一日農業バイト(デイワーク)」をご利用されてはいかがでしょうか。



介護者メンタルケア協会代表
橋中今日子

介護保険を申請するタイミング

介護保険の申請は「市区町村」または「地域包括支援センター」で行います。最近は「いつ申請したらいいの?」と、タイミングを迷う相談が増えています。

■介護保険申請の最初の

「女性は「相談すること」女性会社員(40代)のKさんのケースです。「独り暮らしをしている父(78歳)の様子が変なんです。歩き方がごまかぎこちなく、よく転びます。病院に行くけど勧めても声を荒げて話し合いになりません。以前は穏やかだったのに...」。Kさんは半年もの間、終業後に毎日実家に通って疲れ果てていました。介護保険の申請をするよう助言する、「いいんですか?友達に『今の状態だと認定は下りないかも。もっと大変になってからにしたら?』と言われたんです」と驚かれています。Kさんのように申請をちゅうちょしたり「本人が嫌がるから」と後回しにしたりしているうちに疲れ果て、

悲しい事件に至るケースは少なくありません。分からないことは、プロに聞くのが一番です。Kさんは市の高齢福祉課に相談に行き、その場で介護保険の申請ができたそうです。

■認定調査は「できるけれど、問題があること」を伝える
介護保険の申請後、調査員による「認定調査」が行われます。認定調査の日時が決まったら、「本人の前では言いにくいので、後で時間をください」と約束しておきましょう。調査員に伝えてほしいのは、「できるけれど、問題があること」です。例えば「一人で着替えられるが、夏なのにセーターを着ている」「一人でトイレに行けるが、トイレもズボンも汚いし、気付いていない」などです。「夕方になると機嫌が悪くなる」「夜中に大声で叫び続ける」といった家族にしか分からないトラブルも併せて伝えると効果的です。事前に箇条書きのメモを作っておき、「コピーして主治医に手渡ししておけば、主治医意見書にも反映されます。ぜひ、活用してください。」

生乳生産情報

【単位：乳量(t)、成分(%)、単価(円)】

		月 計								累 計	
		乳 量	前年比	脂 肪	無脂固形	乳 代 (8%税込)	補給金	集送乳調整金	乳代計	乳 量	前年比
4 月 受託分	本別	3,602.6	103.5%	4.020	8.880	94.34	6.6442	2.0834	103.07	3,602.6	103.5%
	十勝	108,489.5	103.6%	3.925	8.844	93.30	6.6442	2.0834	102.03	108,489.5	103.6%
	全道	337,544.2	101.8%	3.990	8.811	93.63	6.6442	2.0834	102.36	337,544.2	101.8%
5 月 受託分	本別	3,782.1	103.1%	3.955	8.826	94.04	6.5693	2.0599	102.67	7,384.7	103.3%
	十勝	114,014.3	104.1%	3.874	8.805	93.26	6.5693	2.0599	101.89	222,503.8	103.9%
	全道	355,514.2	102.1%	3.953	8.783	93.77	6.5693	2.0599	102.40	693,058.4	101.9%

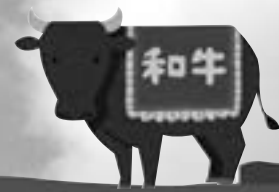
※月計の成分および乳代は平均値ですが、乳代は成分・乳質の状況で加減されています。

【乳代】について…共販経費控除前の金額を使用しております。

【共販経費単価】4月 4.13円、5月 4.37円

ホクレン十勝肉素牛市場結果

(黒毛和種) ※税込価格



5 月

市場全体平均価格
(去勢) 827,525円
(雌) 713,465円

本別平均価格
(去勢) 795,002円
(雌) 715,212円

6 月

市場全体平均価格
(去勢) 815,940円
(雌) 671,942円

本別平均価格
(去勢) 812,586円
(雌) 669,941円

令和3年7月15日 発行・本別町農業協同組合(編集・管理部企画課) 〒0089-3334 北海道中川郡本別町北5丁目2番地1 ☎(0156)22-3111(代) FAX 22-35557