



ごめあい だより



今月の表紙

ほのほのファミリー⑨

勇足東4 牧田 日明さん
真実 空さんくん
表紙の人 6ページ

2022 11 No.465
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>

農協法公布記念日にあたっての 組合員・役職員へのメッセージ

北海道農業協同組合中央会

代表理事長 小野寺 俊 幸



昭和22年11月19日に農業協同組合法（農協法）が公布され、今年で75年を迎えました。

戦後の食糧不足の混乱期に、農業者の協同組織の発達を通じ、「農業生産力の増進」と「農業者の経済的・社会的地位の向上」を図り、国民経済の発展に寄与することを目的として、農協法が制定され、農協が設立されました。

農協は「農業者による農業者のための組織」であり、協同組合原則に掲げる「自主・自立」「民主的運営」の基本に立ち、相互扶助の精神のもと、幾多の困難な状況を乗り越え、組合員の皆様の営農と生活の安定並びにより良い地域社会の実現を目指し、今日に至っています。

一昨年より、新型コロナウイルスという今まで経験したことのないウイルスが世界的に感染拡大し、社会・経済にも大きな影響を与えておりますが、経済活動は徐々に日常を取り戻しつつあります。

しかしながら、農業分野においては長引くコロナ禍の影響による農畜産物の消費の低迷、飼料・肥料等生産資材の高騰により農業・JAを取り巻く環境は厳しさを増しております。

思い返すと世界規模での新型コロナウイルス感染拡大に伴い、マスクの需要が急激に増加しましたが、その大部分を海外からの輸入に頼っていたことから、国内は深刻なマスク不足に陥っていました。

コロナ禍において、いくつかの国が食料の輸出を制限しました。幸いにも、それらの国から日本は食料を多く輸入していなかったため、今のところ大きな影響には至っておりませんが、何らかの問題が発生したとき、私たちの食料はどうなってしまうのか。私たちにとって大きな教訓となりました。

このことから、国民が必要とし消費する食料はできるだけその国で生産する「国消国産」という考え方、消費者に知りたい大切なテーマであり、1945年に国連食糧農業機関（FAO）が発足した日、さらに1981年に国連が「世界食料デー」に定めた日である10月16日を、「国消国産の日」として制定し、令和3年に日本記念日協会に登録しました。

今こそ、この国消国産の周知、さらにはJA北海道大会で確認された550万人サポーターズづくりを推進するべく、JAグループ北海道が一体となって「アグリアクション北海道」と題した統一した取組みをしっかりと実践することが必要となります。

最後になりますが、JAグループ北海道は、協同組合の理念と精神を事業の拠り所とし、今後とも組合員の皆様が夢と希望を持って営農と生活が続けられる環境を整えること、地域農業とJAの発展に全力でサポートすることをお誓い申し上げ、農協法公布記念日にあたってのメッセージと致します。

満75歳 おめでとうございます

敬老の日に合わせて、今年満75歳を迎える正組合員・ご家族の皆様に、ささやかではございますがお祝いの記念品を贈らせていただきました。

今年対象となったのは、昭和22年1月から12月に生まれた13人（男性9人・女性4人）の方たちです。JAを代表して佐野組合長、新津専務、吾妻理事が3地区に分かれ、長年、本別農業を支えてくださった皆さんのご自宅に伺いました。

これからもますますご健在であられますよう、心よりお祈り申し上げます。（写真は左より横へ50音順）



仙美里東
天池二郎さん



勇足東中
河合宏さん



負賀2
今野公司さん



美里別東中
佐藤光明さん



美里別東中
佐藤美代子さん



活込
早坂俊明さん



共栄1
星崎恵美子さん



チエトイ2
三崎栄子さん



勇足西2
森住哲吉さん



上押帶
山西市子さん

 ホクレン肉素牛市場結果 生乳生産情報	20 : 介護ハンドブック 編集後記	19 : 理事会の動き	18 : 本別警察署からのお知らせ	16 : STOP！農作業事故	14 : 草地難防除雑草駆除	10 : 林修先生と学ぶ	4 : JAトピックス	3 : 満75歳	おめでとうございます
					2 : 農協法公布記念日 メッセージ				



▶記念品の盾を手にする伊藤晴市さん

2022北海道ホルスタインナショナルショウ

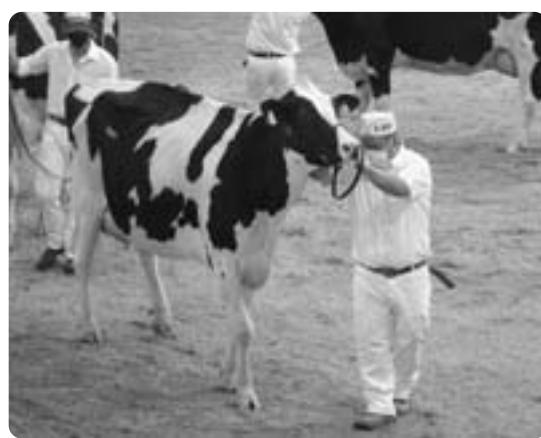
9月24日・25日に「2022北海道ホルスタインナショナルショウ」が、北海道ホルスタイン共進会場（安平町）で行われました。

◀伊藤さんの出品牛とリードマンの星達也さん

新型コロナウィルスの影響で3年ぶりの開催となつた本共進会に、全道各地から予選を勝ち抜いてきた約300頭が出品されました。

審査員は、八十勝家畜人工授精所フィールド調査部次長の児玉辰司氏と、（一社）ジエネティクス北海道事業推進部部長の藤田功氏が務め、年齢別に資質や体のバランスを競いました。

最高のコンディションに仕上げられた牛が並ぶ中、4歳クラスに出品した伊藤晴市さんの「ロックワード ウィンズ エーブロン」号が1等4席に選ばれました。



3年ぶりの行事を楽しむ 年金友の会

新型コロナウィルスがまん延し、感染防止対策のために中止していた年金友の会（西出政一会長）の行事が、10月13日に銀河アリーナで行われ49人が参加しました。

行事の開催は3年ぶりとなりますが、企画して、当日は事務局が考えたゲームや恒例の「お楽しみ抽選会」などを楽しみました。久しぶりに会う会員とゲームで盛り上がったり、近況報告をしたりなど、楽しいひと時を過ごされました。



第32回 北海道肉用牛共進会

9月9日・10日に「第32回北海道肉用牛共進会」が、安平町の北海道ホルスタイン共進会場で行われました。

審査委員長は（公社）全国和牛登録協会専務理事の穴田勝人氏、審査委員は（一社）北海道酪農畜産協会家畜登録改良部部長の岸大輔氏が務め、道内各地から出品された約90頭が、体格や能力を競いました。本別町からは上田隆志さんの「しほ7244」と「しほ7033」が出品され、全道の晴れ舞台でも畜産課の小林職員が、リードマンを務めさせていただきました。



新商品をご紹介します♪



畑のお肉のボロネーゼ

本別町産大豆で作った「大豆ミート」と、本別町産大豆・金時豆・黒豆がゴロゴロ入ったパスタソースです。

1袋200g入りなので食べ応えがあり、満足感があります♪



大豆の洋風炊込みごはんの素

お米と一緒に炊くだけで、食卓が華やぐ黄色いごはんの出来上がり♪

十勝産の、豆（本別町産）、鶏肉、マッシュルームも入っています。お米2合に本品1箱です（3～4人前）



本別町産の豆をたっぷり使った2品です。

手軽でカンタン♪ おいしいJAの加工品を、ご賞味ください！

町内の取扱店 エーコープほんべつ店、道の駅ステラ★ほんべつ など



高速道路でちょっと小腹が空いたら…

道東自動車道の千歳恵庭JCTから札幌方面へ向かう最初のパーキングエリア「輪厚PA（下り線）」では、施設内の野菜市場でJAが出荷した本別町産の豆を販売しており、生豆だけではなく「ぜんざい」やソフトクリームのトッピングにも使われています。

今の時期ですと、くり豆を使った「豆ごはん」が数量限定で販売されていますので、お立ち寄りの際はぜひご賞味ください。



今野健太郎くん

今野くんは組合員さんのお子さんなので、10年前に「わんぱくコーナー」でご紹介いたことがありました。企画課の仕事を手伝つてもらつた時にそのことを伝えると、「ほんべつ豆まかナイト」（1月

10月26日・27日に、本別中学校の職場体験学習が当JAで行われました。体験したのは、本別中学校2年の今野健太郎くんと鈴木日和子さんです。JAの事業内容を説明した後、二人には農産課や管理部、金融部で実際の業務に就いてもらいました。



鈴木日和子さん

短い期間ではありますでしたが、実際の仕事や年齢の離れた人たちと働く職場の雰囲気を肌で感じた経験は、今後の進路を決める際に役立ててもらいます。

本中の職場体験学習

わんぱくキッズ



押 帯
小川 修 司くん(3)
(雅彦さん・美沙樹さんの次男)

恐竜と、はたらく車が大好きな修司です。甘えん坊ですが、家事などのお手伝いをしてくれる頼もしい一面もあります。兄とは、なかなかの名コンビ♪
いっぱい遊んで、のびのび育ってね☆
(美沙樹)



表紙の人

ほのぼの ファミリー

9

勇足東4
牧田 日真明さん(28)
日真実さん(27)
昊ら空くん(2)



(真実)

夫と一緒に就農して2年が経ちました。祖父、父が守ってきた家を、夫と子ども達とこれからも守っていきたいと思います。
まだまだ育児中心の生活ですが、いつか夫のサポートができるよう頑張りたいと思います。





材料(2人分)

- 卵 1個
- 牛乳 200ml
- 餡つゆ(3倍濃縮) 大さじ1
- 花ふ 4枚
- ミツバ(5cm長) 6本
- ユズの皮 1/6個分

出典●一般社団法人JELK「乳製品サイト」
レシピ●料理家・管理栄養士 小山道子さん



牛乳をもっと食卓に

おいしい ミルクレシピ

タンパク質豊富な牛乳で具材要らず

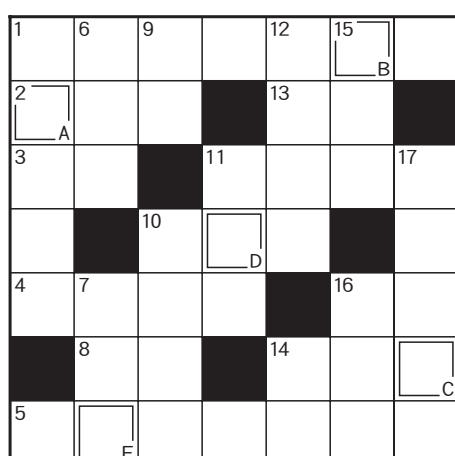
ミルク茶わん蒸し

作り方

- ① 卵を溶きほぐし、牛乳を少量ずつ混ぜながら加え、餡つゆも混ぜる。
- ② 茶わんなどの器を2つ用意し、ミツバ、花ふ、ユズの皮を入れ、①を等分に注ぎ1個ずつラップをする。
- ③ 深めのフライパンに約3cmの高さまで水を入れ、沸騰したら②を入れてふたをし、強火で2~3分蒸す。卵液の色が白っぽくなり表面が固まったら火を弱め、とろ火で7~8分蒸す。

頭のたいとう お楽しみクイズ

出題●ニコリ



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。
- 応募はエーコープ本別店内にある「クイズ投書箱」またはFAX22-3557へ。

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

- ①年末年始の学校に行かない期間
- ⑥牛の脂はヘット、豚の脂は
- ⑦げっぷのこと。——にも出さない
- ⑨赤・青・黄・緑など
- ⑩ポニー・テールをすると襟足にちょろり
- ⑪美川憲一のヒット曲『——座の女』
- ⑫豚の形をした——箱
- ⑭今年の来客数は昨年の3割——だ
- ⑯珍しい書物のこと
- ⑯いろいろと考えあぐねて悩むこと
- ⑰良い考え。——が浮かんだ

ヨコのかぎ

- ①日本のクリスマスパーティーでよく食べられる鶏肉料理
- ②フランスやイタリアなどの通貨単位
- ③旅先で泊まります
- ④バットが出せず——の三振!
- ⑤カーナビは「カ——システム」の略
- ⑧年末、年の瀬ともいいます
- ⑩物が汚れたり傷んだりすること
- ⑪これから起こることを予測します
- ⑬葦(アシ)の別名
- ⑭イエス・キリストの母です
- ⑯陸・海・——

締め切り

12月5日(月)

当選者発表

おめでとうございます

9月号の応募者は25人で、全員正解でした。

当選者には、JAの新商品「畑のお肉のボロネーゼ」「大豆の洋風炊込みごはんの素」をセットにして、5人にプレゼントいたします。当選された方は、11月末までにJA本別町2階の企画課までお越しください。

- ◆伊藤伊那(美里別西中)
- ◆鈴木勝子(仙美里東)
- ◆上田隆裕(勇足西5)
- ◆森住楓(勇足西2)
- ◆佐々木真吾(拓農)

抽選は、畜産部の渡部
課長が行いました。



ドングリ

健康長寿のための

「食・10力条」

ずっと元気でいるために、
今日から始めよう



平均寿命の伸長に伴い、問題視されているのが、要介護状態や寝たきりになる75歳以上のお年寄りの増加。その大きな原因と考えられているのが「高齢者の低栄養」問題です。

年齢を重ねるとともに自然と食が細くなり、食事への関心も薄れて、簡単な献立で済ませがちに……。基本的な栄養が不足する低栄養状態が続くと血管がもろくなり、脳の細い血管が詰まってしまう「ラクナ梗塞」を起こし

「高齢者の低栄養」が問題視されています

これから迎えるシニアライフを、健康で元気なまま過ごしたい。そのためには食生活で今気を付けるべきことは? アクティブラジニア「食と栄養」研究会・運営委員長 (女子栄養大学栄養学部地域保健・老年学研究室教授) の新聞記者二先生にお聞きしました。



低栄養傾向の65歳以上の高齢者の割合



65歳以上の男性の10.3%、女性の20.3%に低栄養傾向があり、女性はその割合が増加傾向にあります。
出典:2018年「国民健康・栄養調査」(厚生労働省)

低栄養のときによく見られる変化

- | 軽度 | 中度 | 重度 |
|-----------------|------------------|-----------------|
| □ 体重が減少気味 | □ 転びやすく、骨折しやすい | □ 腹部や下半身にむくみがある |
| □ 風邪をひきやすく治りにくい | □ 集中力や記憶力が低下している | □ 皮膚炎や床ずれをしやすい |

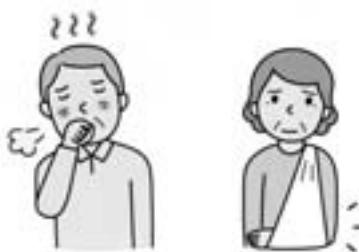


イラスト:出口由加子

日本では低栄養状態になる65歳以上の女性は男性の2倍近く、しかも増加傾向にあります(左上図参照)。これは若い頃からの「痩せ願望」を、高齢期になつても持ち続ける人が多いためと考えられています。肥満の自安となるのが、身長と体重から肥満度を算出する体格指数「BMI」(体重(kg) + 身長(m) + 身長(m)で算出)。厚生労働省が推奨する目標数

値は65歳以上で21.5～24.9ですが、最近の疫学研究では、糖尿病などの持病がなければBMI値27くらいまで特に問題ないと緩やかに考えられています。高齢期の女性は脂肪が少なくなると生存率が低くなります。逆に(少しくらいであれば)、肥満気味の方が健康で長生きすることが疫学上の調査でも分かっています。高齢期には脂肪を減らすより、むしろ蓄える」と心がけましょう。

取材協力:アクティブラジニア「食と栄養」研究会
<https://activesenior-f-and-n.com/>
9/23～10/23

低栄養を防ぐための10カ条

1 主食・主菜・副菜をそろえる

食欲が衰えると食事の支度も面倒に感じられ、ついつい弁物や麺類、パンなどの単品で食事を済ませてしまいがち。1日3食のうち2食は主食、主菜、副菜を組み合わせて食事するように心がけると、三大栄養素のタンパク質、脂肪、炭水化物をはじめ、必要な栄養素をバランス良く摂取することができます。

3 動物性タンパク質を十分に

100歳以上の高齢者のタンパク質の摂取量を調べると、平均的な日本人よりも多く、さらに動物性のタンパク質の割合が高いというデータがあります。これは、動物性タンパク質などで効率的に取れるタンパク質・アルブミンの血中濃度が高いと免疫力が高くなり、病気のリスクが低くなるためと考えられています。

5 油脂類の摂取を心がける

高齢になると油を使った料理を苦手に感じる人が増えますが、「東京都老人総合研究所」(現・東京都健康長寿医療センター研究所)が高齢者を10年間追跡調査したところ、天ぷらや炒め物など油脂をしっかり摂取している高齢者は、摂取しない人より生存率が高いという報告があったそうです。

7 野菜は火を通してたっぷり

「日本人の食事摂取基準」(厚生労働省)では、生野菜なら両手に載る量(350g)、火を通した野菜なら片手に載る量が1日の摂取の目標とされています。生野菜からしか取れない栄養もありますが、かむ力や消化機能が低下しがちな高齢者は、火を通して軟らかくして、かさを減らした方が食べやすいでしょう。

9 歯のメンテナンスを小まめに

加齢に伴い歯周病や虫歯などで歯が失われると、かめるものが減ってきて、食事を楽しめなくなります。低栄養を防止するためには歯を失ったらそのまま放置せず、入れ歯で調整して、しっかりかめる力を確保することが大切です。かかりつけ歯科医を持ち、日頃から小まめに歯のメンテナンスをするようにしましょう。

2 1回の食事を分けて食べる

年を重ねると一度にたくさんの量を食べられなくなり、1回分の食事を食べ切るのが難しい状態になることもあります。その場合は「1日単位で必要な栄養が取れればいい」と考え方を切り替え、1食分を2回に分けて食事の回数を増やしましょう。乳製品や果物を、間食として食べるのもいい方法です。

4 魚と肉は1日に2食で交互に

青魚などにはDHA(ドコサヘキサエン酸)やEPA(エイコサペンタエン酸)など、老化を防ぐ栄養素が豊富に含まれていますが、タンパク質量は、やはり肉にはかないません。魚と肉を1対1でバランス良く食べるためには、昼は魚、夜は肉というように、1日に2食で交互に食べるのがお勧めです。

6 牛乳を毎日飲む

タンパク質、脂肪、炭水化物の三大栄養素とミネラルを豊富に含み、飲むだけでこれらを簡単に取れる牛乳は、高齢者にとって理想的な食品です。乳糖不耐症でおなかが緩くなる人は、料理に使ったりして取り続けると次第に乳糖に慣れてきます。ヨーグルトなど乳糖が分解されている乳製品もいいでしょう。

8 食欲がないときはおかずを先に

お米に含まれる糖質は消化吸収されやすく、食べた直後から血糖値を急上昇させます。そのため、食が細い高齢者が白いご飯から食べ始めると、タンパク質が豊富な肉や魚に行き着く前に満腹感が生じて、箸が進まなくなってしまうのです。食欲がないときは、まず肉や魚などのおかずを先に食べましょう。

10 「共食」の勧め

食欲がないときも、よく食べる人と一緒だと釣られて食べてしまうことがありますよね。また人と一緒に食べると食品の摂取品目が多くなりやすいので、バランスの取れた食事になり満足感も高くなります。1人暮らしでもできるだけ「人と食事を共にすること」を心がけましょう。



林修先生と学ぶ みんなの食料安全保障

どうなる？世界の「食」 どうする？ 日本の「食」

JAグループセミナー
林修

世界情勢の激変で、日本の「食」のリスクが拡大しています。

日本の「食」は多くのリスクを抱えています。その代表的なリスクが「食料自給率」の低迷です。日本の食料自給率は、わずか38%。食料の約6割を、輸入に頼っているのです。

そして今、日本の「食」は、ウクライナ情勢という新たな

リスクに直面しました。世界の食料価格の高騰に、さらに拍車がかかったのです。「食料は、安く、いくらでも輸入できる」。そんな時代は、もう過去のものになったと言っても、過言ではないでしょう。

※2021年カラリーベース



日本の「食」と「農」を支え、 未来につなぐ「国消国産」。

では、いざという時に食料が不足しないためにはどうすればよいのでしょうか。その答えを、JAグループは「国消国産」として提唱しています。

「国消国産」とは、「國民が必要として「消」費する食料は、できるだけ、その「國」で生「産」する、ということです。

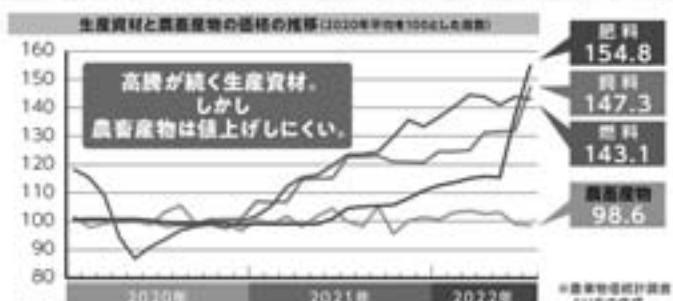


適正な価格で「国消国産」を進める。 それが「みんなの食料安全保障」。

このままでは、農業の経営は立ち行かなくなり、日本の「食」の未来は見えできません。生産者を支え、日本の「食」を未来につなぐために、農畜産物の適切な価格形成に向けた環境づくり、ルールづくりを検索すると共に、私たちもまた、日本の「食」と「農」を支えるために、意識を変えていくことが求められる時代になったのではないでしょうか。できるだけ国産のものを手に取り、食べることが、私たちにできる「国消国産」の実践であり、日本の生産者を応援することにつながります。それが私たち「みんなにできる食料安全保障」と言えるでしょう。

生産資材の高騰が続き、日本の農業は苦境に立たされています。

世界情勢の変化は今、農業の現場に、大きな問題をもたらしています。肥料、家畜の飼料、燃料など農業生産に欠かせない資材価格の高騰が、経営を直撃しているのです。このままでは農業を続けることが難しいという、生産者の皆さんの深刻な声も聞こえできます。



さあ「国産」を、食べて応援！

「JAタウン」で旬の農畜産物を、
今だけ送料無料で。

<https://www.ja-town.com/shop/e/ekokusho/>

期間 2022年10月13日から11月末日まで

*指定された場合、半く算下することができます。



おいしい日本を食べよう
JAタウン



耕そう、大地と地域のみらい。JAグループ



各団体の詳しい取り組み内容については、
WEBサイトをご覧ください。

JA北海道中央会



◆HTBまつりにてJAカレーガチャを開催!

9月30日～10月2日の3日間、さっぽろ創世スクエアにてHTBまつり2022が開催され、JAグループ北海道では、米の消費拡大を目的にブースを出展しました。ブースでは「ガチャ」を活用し、1回1000円で道内JAのレトルトカレーやOnちゃんグッズが当たるイベントを行い、590回を超える参加をいただきました。



期間中は、「国消国産」に関するSNS投稿をした方が数量限定で挑戦できる無料ガチャ企画も行いました。ブースには、お笑い芸人錦鯉のお二人やイチモニ農園で米づくりに挑戦した田口彩夏アナウンサーも訪れ、大いに盛り上がりいました。(本イベントの売上的一部分は、子ども食堂に寄付いたします)

今後も食と農への理解を促し、サポーターづくりを進めるとともに、国消国産を広く周知するための情報発信を強化して参ります。

JA北海道信連



◆親子で学ぼう!あぐりキッチン教室

JAバンク北海道の食育活動として、JA・農協観光・上川生産連と連携して、親子で農産物の収穫・調理を体験するバスツアー企画を10月から12月に実施します。

稲刈りをして新米でおにぎりを作るなど、農業体験が初めての親子でも楽しめるプランを用意しています。

食への関心を高める企画を通じて、北海道農業のサポーターづくりを進めて参ります。



稲刈り
の様子

ホクレン



◆UHBテレビにてミニ番組スタート

ホクレンとUHBが共同制作したミニTV番組「それはまるでトリンドルな1日でした。」が9月6日よりスタートしました。放送は、毎週火曜日・午後9時54分からです。

農業現場に訪れたトリンドル玲奈さんが、農畜産物の調理・食事などを通じて、北海道農業の美しさや食材の魅力をお届けする新番組です。UHBの公式Youtubeチャンネルで配信中の長尺編と併せて、ぜひご視聴ください。



それはまるで
トリンドルな
1日でした。

JA共済連北海道



◆自動車共済お見積りキャンペーンを実施

JA共済では、『自動車共済お見積りキャンペーン』を実施しています。キャンペーンWebサイトへご応募いただいた方の中から、抽選で13,500名様にお掃除ロボットなど素敵な賞品を用意しています。

キャンペーンは令和5年3月31日(金)迄です。この機会にJA共済のホームページへのアクセスお待ちしています!



JA北海道厚生連



◆看護師採用HPを開設

このたび、看護師採用専門ホームページを開設しました。それぞれの事業所を紹介しながら、地域医療と共に支えてくれる仲間を募集しています。

下記QRコードよりサイト閲覧が可能ですので、より多くの方々にアクセスをお待ちしています。

また、Twitter(@kouseihosp_ns)でも最新情報を発信していますので、チェックしてみてください。



ターダより



土壤診断分析データの見方について

今回は土壤分析データで注目すべき項目を紹介します。データを活用して適正施肥をおこなってください。

1. 短期的に変わりやすい項目・作物を栽培する前には診断するのが望ましい項目

① pH (水素イオン濃度) 表1参照

土壤の酸性・アルカリ性を示す指標のこと。

土が酸性に傾くと

→作物が過剰障害を受けるほどのアルミニウムなどが溶け出し生育不良になりやすくなる。

土がアルカリ性に傾くと

→ホウ素、亜鉛などの微量元素が吸えないため生育不良に！
病害多発する要因にもつながる。

② EC (電気伝導度) 表2参照

ECは、施肥量特に窒素量（硝酸態窒素）の多少を表す数字のこと。ECが低すぎては、窒素量（硝酸態窒素）が無くて作物が育たない。ECが高すぎると窒素量（硝酸態窒素）が高くなり作物が育たなくなる。

表1 適正pHの目安

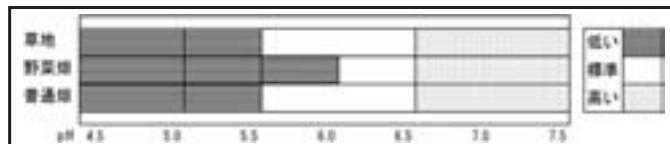


表2 ECの目安 (肥料を与えた後の数字)

作物	土壤の取り方	EC (ms/cm)
野菜畠	肥料全層施肥時	0.2~0.8
大豆	肥料すじ撒き。 すじの部分から 深さ10cmで	0.3前後
てんさい	大豆と同じ	0.6~1.0

2. 短期的に大きく変わらない項目・分析から約3年は数値が使える項目

① 塩基交換容量 (CEC)

肥料や土壤改良資材（カルシウム・マグネシウム・カリ）などを電気的に吸着・保持する力、保肥力の大きさのこと。この大きさ以上の肥料を与えると、吸着・保持されず無駄になる。塩基交換容量が小さいと、肥料持ちが悪く保持されず流されるので、一度にたくさんの肥料を与えないこと。

★ 土壤診断時の塩基交換容量の目安 ★

15以下(小さい) < 15~25(並) < 25~35(大きい) < 横綱級

② 塩基飽和度 (陽イオン飽和度) 表3参照

塩基交換容量にどれだけ、カルシウム・マグネシウム・カリが詰まっているかを示すもの。pHの値は塩基飽和度に支配されている。塩基飽和度が低いとpH下がる。塩基飽和度が高いとpH上がる。

表3 塩基飽和度 (陽イオン飽和度) 目安

この値が 40%以下の場合 → 栄養失調
40~60%の場合 → 空腹
60~80%の場合 → 適正
80~100%の場合 → 肥満
100%以上 → 胃がパンク

③ 有効態リン酸

作物に利用されやすいリン酸のこと。基準値は10mg/100g～30mg/100g。分析値に基づいて対象作物に必要な、リン酸肥料の調節をおこなう。

★リン酸の役割 核酸、光合成への関与など主要な作物体構成成分。出芽、初期生育を促進する。生殖成長も促進。登熟を早める。

④ 热水抽出性窒素

土壤中の窒素のうち作物に利用されやすい窒素を表すもの。分析値に基づいて対象作物に必要な窒素肥料の調節をおこなう。

(例) 移植てんさいの作土の热水抽出性窒素診断による窒素施肥量の決定

热水抽出性窒素 (mg/100 g)	1 ~ 2	3 ~ 4	5 ~ 6	7 ~ 8	9 <
窒素施肥量 (kg/10 a)	2.4	2.0	1.6	1.2	8

※出典：北海道施肥ガイド2020

※野菜作付跡など多量の無機態窒素の残存が想定される場合や堆肥類を多量に施用している場合は除く。

※50cm以上の表層（多）腐植層を持つ黒ボク土と泥炭土も除く。



普及センター



担い手活動の紹介！

○青年アグリフォーラム in 十勝

令和4年12月7日開催！

十勝の青年農業者が、農業・農村生活活動の知識・技術などの情報交流を行う場です。

青年農業者の“発表”と“交流”的2部門があります。

◆プロジェクト発表：個人やグループで取り組んだプロジェクトを発表します（写真1）。

発表は①園芸・特産作物部門、②土地利用型作物部門、③畜産経営部門、④地域活動部門の4つに分かれています。

◆アグリメッセージ：日頃の体験を通じて感じていることや想いを発表します。

◆交流：青年農業者グループの紹介や情報共有など様々な方法で、青年農業者の刺激となるプログラムを行います（写真2）。



写真1 プロジェクト発表のようす

参加無料
参加者大募集



写真2 グループ交流のようす

○あおぞらネット

あおぞらネットは、「他地域のみなさんと交流したい」「たのしく農業したい！」という思いで集まった【農村女性による組織】です。

～活動紹介～

◆十勝農村女性のつどい

毎年11月下旬に振興局で開催し、講演会やグループ交流、カントリーバザールを行っています。

カントリーバザールでは、手作り雑貨や野菜・加工食品の直売などの出店があります。

◆目的別グループの活動

会員大募集

4つのグループ（加工・加工販売／直売・農村交流・農村生活）があり、活動したいグループに入ることができます。



カントリーバザールのようす

興味がある方は普及センターまでご連絡ください！ ☎ 0156-25-4326



全体運 切り替えの時期。1つ終わらせることで新しいことを始められます。1人で決めずに周りの人とも話して◎

健康運 たわいない会話がストレス発散に効果的

幸運の食べ物 キャベツ

草地難防除雑草駆除技術実証事業の紹介

＜事業の趣旨＞

国産乳製品等の市場の維持・拡大に必要な飼料コスト低減と輸出に向けた高品質な国産牛乳乳製品等の生産のためには、「総合的なＴＰＰ等関連政策大綱」（令和2年12月8日ＴＰＰ等総合対策本部決定）に即し、自給飼料の一層の生産拡大と高品質化を進め、畜産・酪農経営の生産基盤を強化することが必要となっている。

このため、難防除雑草の駆除技術の実証等を緊急に推進し、良質粗飼料の増産・供給、飼料自給率の向上等を図る。

【事業内容等】

1. 難防除雑草駆除技術の実証等

①特に防除の難しい難防除雑草について、難防除雑草駆除計画を策定した農業者団体等が行う難防除雑草駆除技術（除草剤散布、耕起、碎土、整地、施肥、土壤改良資材の投入、優良品種の導入等）の実証の取組を支援します。

〈事業対象となる難防除雑草〉

リードカナリーグラス、メドウフォックススタイル、ハルガヤ、ワルナスピ、アザミ類 等

②輸出に対応可能な牛乳乳製品等の品質向上に向け、TMRセンターにおけるTMR生産のための難防除雑草駆除の取組を支援します。

〈事業対象となる難防除雑草〉

シバムギ、ギシギシ類、メドウフォックススタイル、ハルガヤ、ワラビ 等

2. 高品質TMR供給支援対策

TMRの品質改善計画を策定したTMRセンターが、TMR原料の品質向上技術実証のために行うバンカーサイロの床面等の補改修を支援します。

※「難防除雑草駆除計画」とは、草地難防除雑草駆除対策を実施するにあたり、難防除雑草の繁茂状況やその駆除、TMRセンターにおける難防除雑草の侵入・拡大防止等のための具体的な対策について農業者団体が策定する計画をいう。

※「難防除雑草」とは、有毒であること、家畜の嗜好性が極端に低いことその他の理由により飼料作物の収量および品質に悪影響を及ぼし、かつ、耕起や除草剤散布といった単一の手法での防除が困難な植物であって農林水産省畜産局長が別に定めるものをいう。～事業実施要綱より～

【転換を成功させるポイント】

◆前植生の難防除雑草（特にリードカナリーグラスやシバムギなどのイネ科地下茎雑草）をいかに効果的に除草するか!!

適切な草丈は40cm～50cmです。再生芽がほぼ出そろいますので、薬液が十分にかかり効果が期待できます。天候にもよりますが、草丈が40cmくらいになるのは一番草の刈取り後30日くらいかかります。除草剤散布のタイミングが適切でないとシバムギは再生してしまいます。

◆除草剤は「耕起前」と「播種前」に2回散布する!!

1回目の散布後は2～3週間程度おいてください。雑草が根まで吸収して完全に枯れるまで放置します。2回目の散布は、播種床造成（耕起から鎮圧まで）してから3週間～1ヶ月くらい経過してからになります。耕起したことによって土の中に残っていた広葉雑草（ギシギシなど）の種が再生し生え揃うのを待ちます。目安は10cm程度、“草のじゅうたん”に見えるくらいです。

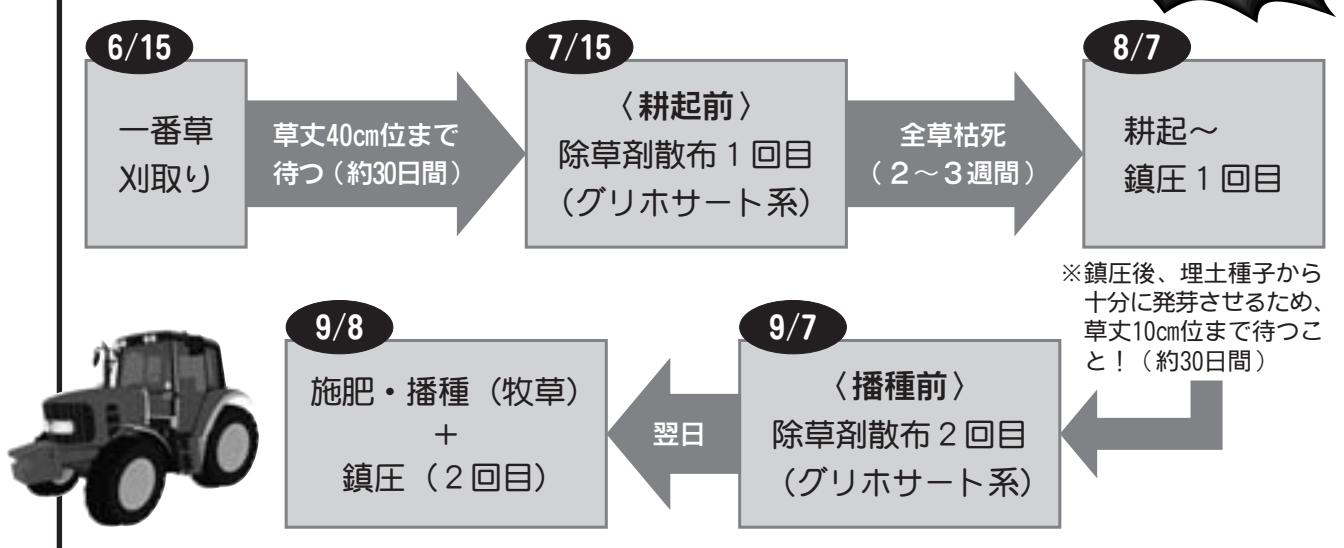
◆播種床造成後の鎮圧は、雑草の再生を促すためにも必要なので必ず行ってください！



【施工の流れ】〈例〉6/15に早刈りした1年施工の場合

一番草の早刈り
が重要です!!

◆草地から草地へ転換（非選択性除草剤2回散布）



【作業工程・例】※9月上旬には播種完了を!!

	作業内容	使用作業機械名
①	除草剤散布作業（1回目）	スプレイヤー
②	耕起作業	プラウ
③	碎土・整地作業	ディスクハロー
④	土壤改良材散布作業	ブロードキャスター
⑤	碎土・整地作業	ロータリーハロー
⑥	鎮圧作業（1回目）	ケンブリッジローラー
⑦	除草剤散布作業（2回目）	スプレイヤー
⑧	施肥・播種作業	ブロードキャスター
⑨	鎮圧作業（2回目）	ケンブリッジローラー



【R4年施工】草地難防除雑草駆除技術実証事業の実績写真

<転換前>



<転換後>



高位生産草地へ転換

<施 工>



雑草が5割を占めてきたら、草地更新を考えましょう！



草地から一時的にテントコーンなどの他作物に転換し、3年以内に草地へ戻す取組みもあります！

STOP! 農作業事故

～畜産の事故事例～

畜産業では、作業機械による事故に加え、搾乳中、出荷時等に牛が予想外の動きを取ることなどによる事故が発生しています。過去の事故事例を知って農作業事故を防ぎましょう！

このような事故が報告されています！

- ✓ 畜舎の清掃作業中や牛の移動中に、牛に押され転倒し骨折
- ✓ 搾乳作業中、突然牛が暴れだし倒れてきたことで負傷
- ✓ TMRミキサーの内部を清掃中、カッター刃で手を裂傷
- ✓ バーンクリーナーの点検中、家族がスイッチを入れてしまい指を切断



事故を未然に防ぐために…

急な動作で牛を驚かさない、ヘルメットや安全靴を着用するなどの安全確保を徹底しましょう。また、牛が興奮しているときは落ち着くまで待ちましょう。



機械の点検等を行う際には付属の「警告表示プレート」を使用し、作業中であることを他者に伝えましょう。



従業員間や地域の畜産業者の間で「ヒヤリハット体験」を共有しましょう。



飼料タンク、サイロ等の高所・閉鎖空間での作業を行う際の留意点

転落事故の可能性が高い箇所では…

- ◇ヘルメット、安全帯や命綱を必ず使用する
- ◇靴は泥を落とした滑りにくいものを履く
- ◇昇降は荷物を背負うなど両手が空くよう工夫する

酸欠等の危険性がある閉鎖空間では…

- ◇作業をする場所と時間を家族等に事前に知らせる
- ◇作業開始前に十分に喚起を行う
- ◇作業時には安全帯を着用し、脱出用の梯子を用意する

作業免許取得助成のお知らせ

令和4年度の新規事業として、十勝教習センターや北海道立農業大学校で作業免許を取得した場合、技能講習受講料に対して助成いたします。

対象の技能講習

- (1) 玉掛け技能講習
- (2) 小型移動式クレーン運転技能講習
- (3) 車両系建設機械（整地等）運転技能講習
- (4) フォークリフト運転技能講習



講習に関する申込み・問合せ先

十勝教習センター（芽室町東5条10丁目3番地）☎ 0155（62）1039
北海道立農業大学校（本別町西仙美里25番地1）☎ 0156（24）2700

<助成内容>

- | | |
|------|------------------------|
| 対象者 | 正組合員またはその家族で農業に従事している方 |
| 期間 | 令和4年4月～令和5年3月末まで |
| 助成金額 | 受講料の1/2以内 |
| 提出書類 | 受講料を確認できる領収書など |



助成に関する問合せ先 管理部 企画課 ☎ (22) 3148

クミカン精算は 早めに 行いましょう

令和4年も残り1ヶ月半を切りました。年末のクミカン精算は早めに行いましょう。

**12月5日から
23日まで**

の間、営農振興部経営課で行います。



営業時間変更のお知らせ

期間：12月1日～3月31日

12月1日から翌年3月31日まで、給油所を除く全ての部門で始業時間が午前9時からとなります。各部門の営業時間は下記の通りです。

部 門	曜 日	営業時間
一 般 事 務 (営振・管理・畜産)	月曜日～金曜日	9:00～17:00
	土曜日	9:00～12:00
金融部	貯金窓口	月曜日～金曜日 9:00～15:00
	共済窓口	月曜日～金曜日 9:00～17:00
	A T M	月曜日～金曜日 9:00～18:00 土曜日 9:00～17:00
農 産 セン タ ー	月曜日～金曜日	9:00～17:00
授 精 業 務	月曜日～金曜日	9:00～17:00
	土・日・祝日	9:00～12:00
購 買 部	資材センター	月曜日～金曜日 9:00～17:00
	受託業務	月曜日～金曜日 9:00～17:00
ホ ク レ ン S S (給 油 所)	月曜日～土曜日	8:30～18:30
	祝 日	8:30～17:00

	申し込み期日	受け渡し開始日
取引明細表	令和4年12月29日まで	令和5年1月10日
	令和4年12月30日～ 令和5年1月11日	令和5年1月12日
	令和5年1月12日～	申込日より1日後 ※土・日をはさむ 場合は週明けです
データ	令和4年12月30日まで	令和5年1月12日

※明細表は1階の経営課、
データは2階の経理電算課でお渡しします

11月9日付で「令和4年組勘営農コード別取引明細表取りまとめ」をFAXでご案内しておりますので、お早目にお申込みください。
また、11月16日付で「令和4年度組勘データの取りまとめ」を、前年度申し込まれた方にご案内しましたが、新たにデータでの明細を希望される方は、経理電算課までお問合せください。料金は、ともに1100円（税込）です。

**令和
4年**

組勘営農コード別

取引明細表

申し込みはお早めに

本別警察署からのお知らせ

社会に広げよう被害者支援の輪

犯罪被害者週間
11月25日(金)から12月1日(木)まで

11月25日は「北海道犯罪被害を考える日」です

よりそろそろつないでござるこの頃

北海道警察

タイヤ盗難にご注意下さい!!
毎年、タイヤ盗難は交換時期に多発しています!

交換後のタイヤは、車庫や物置等、鍵のかかる場所に保管し、チェーン等で連結することで盗難防止になります。

盗まれる前に対策をしましょう。
生活安全係(内線261、262)

冬の交通安全運動が始まります!

11月13日(日)から11月22日(火)までの10日間

ドライバーの皆さんには、交差点とその付近では歩行者の動きに十分注意して、右左折時はしっかりとスピードを落として安全確認を徹底しましょう。

また、早めに冬タイヤの点検と交換を実施して、降雪に対応できるよう準備しましょう。

歩行者の皆さんには、日没時間が更に早くなりますので、夜間に外出する時は、明るい色の服装をしたり、反射材を身に付けましょう。



北海道警察



ビンときたら
110番
~盗難件を許さない!!~
北海道警察

指名手配被疑者
検挙にご協力を



冬山は 装備・計画 しっかりと

~冬山の遭難防止~

無理のない計画と『登山計画書』の提出を!

単独の登山は避けましょう。

万全の装備と余裕ある食料の準備を!



北海道警察

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深め、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。



「ホクトくん防犯メール」を登録しよう♪
地域の詳しい情報を知りたい人に最適
釧路方面本別警察署 TEL0156-22-0110



理事会の動き

第7回 9月20日

付議事項

- ①組合員の出資に係る持分の譲渡および資格変更・減口について
- ②「個人情報取扱規程」「特定個人情報取扱規程」の一部改正について
- ③事務リスク管理規程の一部改正について
- ④令和4年度共同計算の基本事項について
- ⑤令和4年度上半期棚卸実施計画の策定について

協議事項

- ①令和4年度上半期棚卸実施
- ②8月末財務および余裕金の運用状況について
- ③組合員の加入脱退状況について
- ④令和4年度畜産クラスター事業に係る配分予定対象者について
- ⑤令和4年度JA共済コンプライアンス点検結果および改善方針の概要について
- ⑥令和4年産豆類（大豆を除く）畑作共済金の立替払いについて
- ⑦生乳生産出荷抑制対策の実施について
- ⑧令和4年畜産経営悪化に伴う資金等対策について
- ⑨令和4年畜産経営悪化に伴う資金等対策に係る「数量払交付金」の仮渡金基準について
- ⑩経営所得安定対策に係る注文しました。

協議事項

- ①令和4年度上半期仮決算について
- ②立木の皆伐について
- ③令和4年年末クミカン精算要領について
- ④令和4年資産評価（家畜評価）について
- ⑤畜産販売、生乳生産状況について
- ⑥テム「TOREMO」の更新について
- ⑦令和4年度本別町営農指導対策協議会第2回作況調査結果について
- ⑧十勝乳温遠隔監視記録システム「TOREMO」の更新について

報告事項

- ①行事経過報告について
- ②9月末財務および余裕金の運用状況について
- ③令和4年度永年勤続者表彰の実施について
- ④組合員の加入脱退状況について
- ⑤令和4年度第2四半期におけるコンプライアンス事故報告について
- ⑥令和4年度畜産クラスター事業に係る配分予定対象者について
- ⑦大口信用供与等の報告について
- ⑧令和4年度JA共済コンプライアンス点検結果および改善方針の概要について
- ⑨令和4年畜産経営悪化に伴う資金等対策について
- ⑩経営所得安定対策に係る「数量払交付金」の仮渡金基準について
- ⑪大豆品代金の概算払基準について
- ⑫固定資産の取得について
- ⑬令和4年産農産物受入実績について
- ⑭畜産販売、生乳生産状況について
- ⑮監査結果の報告について

編集後記

組合員さんは「秋の収穫」や来春に向けての耕起・農作業機の点検など、「秋作業」の終盤を迎える頃だと思います。残りの作業でもケガをされない様お願いいたします。

私の秋は、やはり「味覚の秋」ですね。10ページ右下で紹介しているJAグループのお取り寄せ通販サイト「JAタウン」では、11月末まで送料無料キャンペーんを実施中です。私の狙っていた商品も送料無料なので、即注文しました。

(Y.O.)



未来を描く ハッピー マイライフ運動

お申込みは近くのJA本・支店(所)へ
JAグループ家の光協会
TEL: 03-3246-8039 <http://www.jahikin.net>

**お金は喜びの
おともだち**



介護者メンタルケア協会代表
橋中 今日子

不平不満を言い続ける要介護者への対応



介護者の悩みの一つが、介護サービスに対する要介護者の不平不満です。本人に気持ち良く、納得して利用しても、うたために対応を重ねても文句や愚痴が止まらず、困ってしまう介護者は多いものです。

■デイサービスの不満を言い続ける母親に疲れた！

Bさん（会社員・女性・40代）の母親（70代）は1年前に脳梗塞で車いす生活になり、デイサービスを利用しています。母親は、「あのスタッフ、あいさつもちゃんとできないのよ」などと不平不満をこぼします。否定せずにウンウンと共感しても、解決のための対策を取つても、文句は止まることがあまりません。Bさんは次第に、自分が責められているような気持ちになってしまふ。頑張り過ぎる介護者は、愚痴や不満ばかりの要介護者を笑顔にしようとしてしまいかがちです。また、文句を聞かれ続けていると、自分の関わり方が不合格だといい渡ります。

要介護者が不機嫌だと落ち着かず、何とかしようと焦つて苦しむ人は、「相手が不公平を言う」自分が不十分駄目だから」と無意識に感じている可能性があります。まずは「不平不満は相手の趣味」「機嫌を取らなくていい」と意識してみてください。

されているような気持ちになります。落ち込んでしまいます。
■納得や解決は不要、過剰な責任感を解く

けれども、何でも文句を言うタイプの人からOKがもらえる可能性はほとんどありません。なぜなら相手は、解決してほしいわけでも、あなたを否定しているわけでもなくして指摘するのが「ヨーロピヨンの癖」であり、不平不満を言うことが生きがいの可能性があるからです。私の祖母も、他人の問題点を指摘して、愚痴を言うと生き生きと元気になることがあります。このようなタイプの人には無理して納得させよう、機嫌を直してもらおうとしなくて丈夫です。「そっか、そう感じたんですね」と、カラオケのように歌いの手を入れましょう。

生乳生産情報

【単位：乳量(㌧)、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
8月 受託分	本別	3,791.7	101.3%	3.869	8.746	94.46	6.2645	1.9643	102.69	19,407.4	104.3%
	十勝	112,221.6	100.8%	3.844	8.736	94.17	6.2645	1.9643	102.40	568,961.0	102.1%
	全道	346,866.3	99.8%	3.912	8.711	94.58	6.2645	1.9643	102.81	1,756,277.6	101.0%
9月 受託分	本別	3,534.4	96.5%	3.963	8.790	96.85	5.9727	1.8728	104.69	22,941.8	103.0%
	十勝	106,398.5	98.7%	3.927	8.766	96.42	5.9727	1.8728	104.27	675,359.5	101.5%
	全道	330,677.5	98.0%	3.981	8.750	96.76	5.9727	1.8728	104.60	2,086,955.2	100.5%

※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…令和2年4月より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】8月 5.55円、9月 6.13円

ホクレン十勝肉素牛市場結果 (黒毛和種) ※税込価格



9月

市場全体平均価格

(去勢) 759,000円
(雌) 645,000円

本別平均価格

(去勢) 749,015円
(雌) 646,193円

10月

市場全体平均価格

(去勢) 758,000円
(雌) 651,000円

本別平均価格

(去勢) 713,477円
(雌) 647,950円