

きよさと 組合だより

JA 清里町

No.326



長芋蒔き付け作業



今年は例年がない天候不順により播種作業が大幅に遅れた。
「今年の蒔き付けは、つくづく『農家は自然との戦い』だなと思い知らされるものでしたが、焦らず、いつものように家族で協力し合い助け合いながら収穫を終えられるよう頑張っていきたいです。」
と第6営農集団青野徹さん家族は意気込みを語った。

6月8日

2013年

7

平成25年



子ども農作業体験

小さな手で丁寧に

願いを

込めて



子ども農作業体験は体験学習・交流活動を通じて親子や地域の大人・子ども間のふれあいを促進し、食の大切さを伝え、健全育成を図ることが目的で、教育委員会の主催で行なわれている。

町内の保育所・幼稚園・子育て支援センター・なかよしクラブ（清里小学校）等が「育てて」「収穫し」「味わう」ことを体験する。

もくじ

子ども農作業体験	2
第12回女性部スポーツレクリエーション	4
第42回青年部ソフトボール大会	5
健康特集	6
平成25年度女性部視察研修	8
TPPを考えるフォーラム	9
ニューカントリー8月号に長芋料理掲載	10
平成25年度フレッシュユミズ視察研修	11
家の光講演会	12
町・ホクレン・農協職員による援農実施	13
深層曝気処理施設工事地鎮祭	13
J Aバンク食農教育応援事業で	14
教材本を小学校へ配布	14
清里町農民連盟TPP反対・街宣活動	15
ちよきんぎょサマーキャンペーンで	15
子どもたちの作品を展示	15
年金友の会通常総会	16
健康百科	16
理事会の経過をお知らせ致します	17
組合員状況	17
謹んでお悔やみ申し上げます	17
共済課よりお知らせ	18
金融課よりお知らせ	19
きよさとかあちゃんクッキング②	20



子どもたちのお手伝いや畑の管理は12名のボランティアの方により行われている。

〈ボランティア 12名〉

(会長) 南出博

枝崎弘一・村上吉立・上本義一・上本孝子・浜口隆保・塩沢民子・田村善行・奥山和美・鈴木一己・櫻村信一・及川恵美子 (敬称略)



〈種まき・苗植え〉

5月にじゃがいもの種まき、6月にとうもろこしの苗植え体験が行われた。

とうもろこしは、手で土を少し掘り、苗が立つように丁寧に植えていった。後半になると、慣れた手つきでどんどん植えており、楽しんでいる様子だった。『楽しいよ』と満面の笑顔が輝いていた。収穫まで待ち遠しく、大きく育つことを願った。



大きく育ってね



楽しいよ



どんどん植えるわよ～





第12回JA清里町女性部スポーツレクリエーション

“今日だけは農作業の事は忘れ、おもいっきり走って笑ってパワーアップ!”

石井専務も櫛引町長も一緒に参加しました。

誰かいますか?

選手官誓
第9営農
垂石悦子さん



(玉入れ)

今年は天候不順により、農作業が遅れ、多忙の中での開催となりましたが、多くの部員が参加しました。元氣いっぱい始めたスポーツレクリエーションの開会式では、第9営農集団の垂石悦子さんより昨年に引き続き愛のある選手宣誓がありました。

JA清里町女性部(成戸貴子部長)は6月11日、清里町トレーニングセンターに於いてスポーツレクリエーションを開催致しました。

青チーム(1・10集団)	28名
白チーム(2・7集団)	22名
赤チーム(5・6集団)	31名
橙チーム(3・8集団)	30名
黄チーム(4・9集団)	24名
計5チーム	135名が参加しました。



選手官誓
第9営農
垂石悦子さん

今回の「借物競争」では、櫛引町長と普及センター佐藤支所長と石井専務が参加し、部員たちと一緒に走り交流しました。

クイズ「〇×ゲーム」は、役員が作ったクイズが出題され、最後まで残った人には景品が配られました。残り約20人いる中、問題を出すと正解者が1人だけという驚きの結果が出ると歓声がわきあがりました。

他にも、例年同様、「運は天まかせ」「玉入れ」「お母さんは大忙し」「パン食い競争」「かぼちゃの収穫」「坊ちゃん・嬢ちゃん」が行われました。

総合結果、優勝したのは橙チーム、2位青チーム、3位黄チーム、4位白チーム、5位赤チームとなりました。今回は2位が2チーム同点だった為、ジャンケンで順位を決めました。

MVP賞には、「クイズ〇×ゲーム」で1人だけ正解だった第8営農集団の伊藤松美さんが選ばれ、特別賞は、「じゃがいも踊り」の指導をしていた第4営農集団の岡本寛美さんが踊りの説明をわかりやすく教えてくれたと好評で選ばれました。

最後に「じゃがいも踊り」と「清里音頭」を踊り、終了後、各支部で懇親会が行われました。



第42回清里町農協青年部ソフトボール大会

好プレー
珍プレー続出!



選手宣誓
第8宮農集團
市橋和樹さんと増子博康さん

去る6月25日午前7時より、清里町農協青年部（島田耕一部長）主催のソフトボール大会が、清里町民グラウンドに於いて開催されました。

各支部の青年チームの他、営農集団長・ホクレン・普及センター、農業委員会、農民連盟、農協役員チームの10チーム146名が参



加しました。

当日は曇天で肌寒い中での試合開始となりましたが、プレーが進むうちに雲が切れ始め、気温も上昇、絶好のスポーツ日和となり、今年もホームランが続出、好プレー・珍プレーも随所に見られました。

試合の結果は、清里南Aチームが見事優勝、メンバーの多くが野球経験者で、中には甲子園経験者もあり、どのチームもほとんど歯が立たない状態でした。

白熱した大会終了後は懇親会が催されました。普段は、青年部と関係機関が交流する機会は少ないですが、懇親会では和気あいあいの中で色々な話に花が咲いていました。



清里南Aチームが優勝しました。

体調管理と手洗いが基本！

食中毒から家族を守る

気温が上がる6月からは、食中毒が多く発生する季節といわれます。飲食店での食事だけでなく、家庭での日常生活にも発生の危険性が潜んでいます。家族を食中毒から守るために、どんなことに気を付けるべきでしょうか。

監修
社団法人 日本食品衛生協会 <http://www.n-shokuei.jp/>

季節性が薄れたとはいえ
暑い時期は要注意

食中毒の多くは、食肉・卵・飲料水・ペットなどの動物や、化膿（かのう）した傷のある手指で調理されて細菌類で汚染された食品を食べることによって起こります。一般的に食中毒は6月から9月頃まで、梅雨時期からの暑い季節に多いと考えられました。ところが近年、冬の寒い時期にもノロウイルスによる食中毒が多発するようになり、一年を通して食中毒への注意を怠らないことが大切になってきました。それでもやはり、暑い季節は要注意です。

暑い季節に家庭で
気を付けたいこと

なぜ暑い季節に食中毒が多発するのでしょうか。

か。食中毒は、細菌類による汚染などで引き起こされますが、蒸し暑い季節は菌の繁殖が活発なのです。

そのため、家庭で気を付けたいのは、食品に細菌を付けない（汚染させない）・増やさない・加熱するなどして殺菌することです。

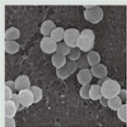
新鮮な食材を購入したら、できるだけ早く、冷蔵庫や冷凍庫に保存しましょう。生鮮食品を購入してからの寄り道は、できるだけ控えてください。

調理するときには必ずしっかり手を洗い、清潔なタオルで拭きます。まな板や包丁、布巾も清潔なものを、できれば肉・魚・野菜と分けて使うようにすると、食品の汚染を防ぐことができます。食中毒の危険性が低くなります。

この時期の食事はなるべく生ものを避けて、しっかり加熱調理して食べましょう。食べ残しを長く保存しないこと。冷蔵庫を過信してはい

この季節、特に注意したい細菌類

毒素型



黄色ブドウ球菌

症状: 激しい吐き気と嘔吐（おうと）
特徴と原因: 鼻・口・傷・ニキビなどにいる細菌。おにぎり、サンドイッチなど、調理する人の手から伝わり食品に付着する。
予防法: 手や指に傷がある場合は直接調理に関わらないか、薄いゴム手袋をして調理する。

感染型



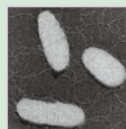
カンピロバクター

症状: 発熱・頭痛・筋肉痛・下痢
特徴と原因: 生の鶏肉や牛肉が感染源となることが多い。
予防法: 鶏肉を生、または湯引き程度の加熱で食べることは避ける。牛肉も生食用の規格基準を満たしていないものは生食しないこと。十分に加熱して食べる。調理後のまな板・包丁・布巾はよく洗い、熱湯や漂白剤で殺菌する。



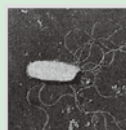
腸管出血性大腸菌 O157

症状: 激しい腹痛・出血性の下痢・尿毒症や意識障害
特徴と原因: 感染すると腸管内でペロ毒素という猛毒を産出する細菌類。大腸だけでなく、腎臓障害があり、脳や神経も攻撃する。感染したらすぐに医師の診断を受け指示に従う。
予防法: 生肉・生レバーを食べない。食材は十分に加熱（中心まで75度以上1分間以上）。食肉を扱った容器・包丁・まな板は熱湯で殺菌する。



サルモネラ

症状: 急性胃腸炎による下痢・嘔吐
特徴と原因: 自然界に広く分布。牛・豚・鶏などの食肉・卵・ペットなどからも感染。
予防法: 食肉や卵は十分に加熱すること（75度以上1分間以上）。時間の経過とともに増殖するので、マヨネーズ、ティラミスなどは早めに食べる。



腸炎ビブリオ

症状: 差し込むような腹痛と下痢
特徴と原因: 塩分濃度3%くらいの海水に生息するため、夏の魚介類には必ずいると思うこと。
予防法: 魚介類はできるだけ加熱して食べる。真水に弱いため、調理でまな板に載せる前に水道水でよく洗う。

食中毒予防6カ条

1 食品購入

生鮮食品は新鮮なものを購入し、購入後は寄り道せず真っすぐ持ち帰る

2 家庭での保存

冷蔵・冷凍庫にすぐに入れる（冷蔵庫は10度以下、冷凍庫は-15度以下）

3 下準備（1）

タオルや布巾は清潔なものを用意。まな板・包丁は食材によって別々にそろえるか、生の肉や魚を切ったまな板・包丁は洗って熱湯で殺菌する

4 下準備（2）

冷凍食品は電子レンジで解凍し、解凍後は再冷凍しない。カット野菜などはよく洗う

5 調理

下準備で汚れたタオルや布巾は乾いた清潔なものと交換し、よく手を洗ってから調理する

6 残った食品

温め直すときは、75度以上で十分に加熱。みそ汁、スープなどは沸騰するまで。カレーやシチューは温めるときによくかき混ぜる。時間がたったものは思い切って捨てる

けません。保存したものを食べるときには、必ず加熱することも忘れずに。
食中毒は、体調の良しあしも大きく関係しています。体調の良い場合は発症しにくく、たとえ食中毒を起こしても症状が軽く、気が付かないこともあります。逆に体調が悪いと、少量の

食中毒を予防するには まず手洗い

細菌でも発症し、しかも症状は重くなりがちです。暑さのために体調管理が難しい8月は、特に注意が必要です。家庭での体調管理にも注意しましょう。

食中毒を予防するには、食品には必ず細菌がいるという前提に立つて注意を怠らないことが最善の方法です。とはいえ、過敏に反応して恐れることはありません。大切なのは、細菌の特徴を知って上手に付き合うことです。

食中毒の原因となる細菌は「付けない・増やさない・殺菌する」ことが大切。細菌のほとんどは正しい手洗いで洗い流せます。指先だけでなく親指の付け根・爪の先・手首まで、せっけんを泡立てて洗うことがポイントです。

まな板ですが、肉・魚・野菜それぞれで、使う面を使い分けるには、2枚のまな板が必要ですが、牛乳パックを洗って乾かしたものを代用する方法もあります。各家庭で工夫してみてください。

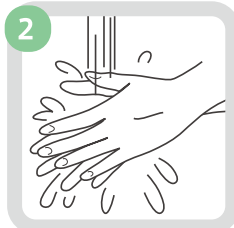
また、肉に触ったら手洗いしてから魚に触る、魚に触ったら手洗いしてから野菜、というように、手に付いた細菌や包丁・まな板に付いた細菌をそのつど洗い落とすことで、食中毒の9割が予防できるといわれています。ぜひ、家族みんなで正しい手洗いを実践してください。

手洗いの手順

外から帰ったときや、トイレ後、調理前・調理作業ごと（肉・魚・野菜の処理別に）、食事の前や料理の盛り付けの前、ベットの触れた後など、必ず手を洗おう！



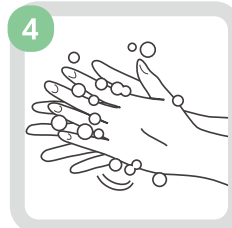
時計や指輪を外す



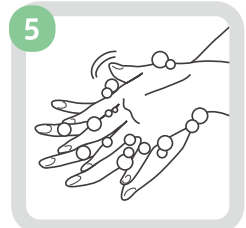
手首から下を水でぬらす



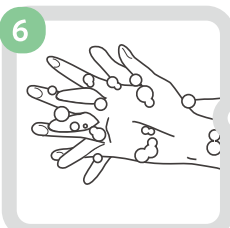
手洗いせっけんを付けて



よく泡立て、菌を浮き上がらせる



手のひらと甲(5回程度)



指の間と付け根(5回程度)



洗い残しの多い親指(5回程度)



爪の中の菌を出すために手のひらに指を立てて指先を(5回程度)



手首(5回程度)



水で十分にすすいでから、清潔なタオルで拭く

土は『自然界の母』 土の大切さを学ぶ



去る7月3〜4日に J A 清里町女性部（成戸貴子部長）は富良野・旭川方面で視察研修を実施した。（参加者 部員59名 事務局1名）

*土の博物館 土の館

世界の農耕のルーツを探り、先人の労苦と大自然の恵みに感謝し、残された労作から仕事の取り組み方を教わり、土壌や自然環境・資

源・食べ物大切さを学び、これからのことをみんなで考えていきたいと土の館が創られた。土と土地改良の今昔の様子や農耕の歴史コーナーを見学した。トラクタ博物館では100年前に力ナダで製造された蒸気トラクタ等、希少なものが展示されていた。



100 年前の蒸気トラクタ

*男山酒造り資料館

男山は寛文年間（1661年〜1673年）、伊丹において醸造をはじめ、江戸時代から古今第一の名酒として将軍家の愛飲を受け、歌麿の浮世絵にも描かれ、現代に継承された伝統の名酒である。大雪山連峰の万年雪を源とする伏流水と、醸造に最も適した厳しい寒さの気候風土に恵まれている。この仕込水を本蔵前の岩から流し来館の皆様に開放し、親しまれている。品質の面では、国内はもとより海外の酒類コンクールにおいて数々の金賞受賞に輝く、北の名醸

蔵である。

お酒を造る工程を説明してもらった後、昔の酒造り道具、江戸時代の資料室を閲覧後、試飲をし、家族へのお土産にお酒を買い求めた。



*旭川家具センター

32社のメーカーの家具がある。素材・デザイン等にこだわりを持って創っている。高級感ある木はぬくもりを感じる。木の種類によって色が違う。家具選びから、特注の相談、修理やメンテナンスまでを行っており、インテリアコーディネーターの資格をもつ家具コンシェルジュ、専門知識とキャリアあるスタッフがいる。

富良野 ニンゲルテラス



旭川家具センター

初日は、時折肌寒さも感じられたが、二日目は天気が良く、雨にあたることはなかった。

宿泊ホテルのバイキングでは、個室を貸切にして頂き、ステーキをその場で焼いてくれ、美味しさと楽しい話に花が咲き、部員それぞれが楽しんでいる様子だった。ホテルの最上階の15階には、夜景を見ながら、リクエストした曲をピアノ演奏してくれるバーがあった。

日頃の農作業、家事から開放され、リフレッシュした視察研修となった。

富良野 四季彩の丘



6月27日、北見市において「TPPを考えるフォーラム」が行われ、講師に東京大学大学院鈴木宣弘教授より「TPPをめぐる情勢と今後の対応策について」と題して講演が行われました。

当JA女性部の役員9名と事務局の10名が参加し、各関係機関等、総勢300名以上が参集しました。

鈴木教授は「女性の力はとても大きいので女性に積極的に動いて



ほしい。最後まで覚悟を持って立ち向かいましょう。皆さん、ともに頑張りましょう」と熱く語りました。

参加した方からは「身近なことをとりあげていて、わかりやすかった」と好評でした。

TPPを 考える フォーラム

TPPをめぐる情勢と今後の対応策

『女性の力が大きい』
『最後まで覚悟を持って立ち向かいま
しょう!!』

★長芋のフルコース★



「長芋のハムカツ」「長芋のおこわ」「長芋の漬物一本漬け」
「長芋のレアチーズケーキ」

7月末に発行予定の
8月号に掲載されますので、
みなさんご覧下さい。



ニユーカントリ8月号に掲載!!

長芋のフルコースを紹介

北海道協同組合通信社より毎月発行される『ニユーカントリ』の8月号に当JA長いも生産組合(篠田英司組合長)より長芋料理が掲載されます。

料理は「長芋のハムカツ」「長芋のおこわ」「長芋の漬物一本漬け」「長芋のレアチーズケーキ」の4品で、長いも生産組合を代表して第8営農集団黒田明美さんと

佐藤静子さんが調理し、取材を受けました。

黒田さんは「掲載記事の出来上がりが楽しみ。これを機会に長芋の料理を多くの人に知ってもらい、食べてもらいたい。」と長芋料理がもっとPRできればと感想を話してくれました。

大学・短大・専門学校生大歓迎

JAグループ職員・社員養成学校

JA カレッジ

- 60名 ●1カ年、全寮制 ●高校卒(見込)、21歳未満
- 大学、短大・専門学校卒(見込)、24歳未満
- 試験日:12月10日・11日・12日 ●願書受付:9月9日~11月11日

男女共学

JA、JA関連会社へ就職

お問い合わせ
資料請求

一般財団法人

北海道農業協同組合学校

〒069-0834
(JAカレッジ)

江別市文京台東町43-1
☎ 0120-918-417
JAカレッジ 検索



ポーリングも
やりました!!

花薄荷では定休日にお店
を開けてくれ、貸切にし
ていただきました。



平成 25 年度 フレッシュミズ視察研修 積極的な質問 飛び交い、 有意義な 研修

6月20日・21日、フレッシュミズ
部（青野静香部長）は女満別・北見
方面で視察研修を実施した。

（参加者 部員26名 事務局1名）

・ホクレン女満別種子工場

てん菜事業の合理的な運営に重要
な良質原料てん菜確保のため、地域
に適した優良種子を供給する目的で
設けられた部門です。この目的に
沿って、てん菜栽培を前進させるた
め新品種の普及・新技術の開発を手
がけている。より良い種子を求め
て、てん菜の新品種開発・採種・製造・
供給から野菜種子のペレット加工ま
で幅広く取り組んでいる。

資料やDVDを見ながら説明を受
けた後、種子の圃場を見せていた
だいた。種子を作るまでの過程を知り
、「種に対する気持ちが変わったね」
との声があった。



ホクレン女満別種子工場

・花薄荷 リース作り体験

ハーブを使った料理を皆でいた
だき、リース作り体験をした。敷地内
にはハーブが100種類以上植えて
あり、雑貨屋なども見て有意義な時
間を過ごした。



花薄荷では、それぞれかわいいリースが出来ました。終わった後は、ゆつくりティータイムを過ごしました。

・京セラソーラーFC北見

ソーラーパネルを設置した時と設
置してない時の料金の比較を例にあ
げて説明、4人家族で20万円以上の
差が出る。ソーラーパネルを設置し
た時にかかる初期投資費用は、売電
分を考えると、10・13年で償却で
きる。パネルは掃除する必要はなく、
ホコリや土がついても雨で流れ、汚
れが落ちやすいようになっている。

研修先では、真剣な眼差しで説明
を受け、また多くの質問が出され、
色々な部分で勉強になったと皆さん
満足している様子だった。

12月には料理交流会を予定してい
ます。フレッシュミズに入部されて
いない方でも、自己負担とはなりま
すが、一回に限り行事に参加できま
すので、気軽に参加してもらえばと
思っています。よろしくお願いします。



京セラソーラーFC北見に
真剣に聞き入ってました。





実態を明らかにして断固阻止！

TPPが農業と地域社会に及ぼす影響

家の光講演会
『TPP～農業と地域社会・国民生活への影響』
特任研究員 行友 弥氏 講演



7月8日、農林中金総合研究所の特任研究員行友弥氏を講師に招き、『TPP～農業と地域社会・国民生活への影響』と題し、講演会が行われ、組合員・農協職員・関係機関・一般の方等、約90名が参加しました。

TPPに参加すると、北海道が一番打撃を受ける。参加に対する世論は賛成が7割ほどとなっているが、内容を理解している人が少ないのが現状である。最近になって、新聞でもTPPに対して批判的な記事が出るようになってきた。メリットが全くないことに早く気付いてほしいと願っている。

情報があまり与えられていない



のが実情であり、なんとかして隠された実情を国民に知らせてほしい。と熱く語り、参加者からの質問も相次いで出されていた。

参加した女性からは『食品を買う時は、産地と値段を見ているが、家計の事情によっては、ついつい安い方に手がのびてしまう。家族の健康を考えるのが主婦。食の安全が第一、他の人にも実態をわかってもらい断固阻止を訴えていきたい』との意見をいただきました。

TPP交渉への日本の参加は7月23日からの3日間となっており、日本の主張が認められる可能性は低く、気を緩めることのできない状況である。これからもTPP断固阻止運動を展開し、最後まであきらめることなく声を出して闘っていく必要がある。

天候不順による大幅な農作業遅れ

町・ホクレン・農協職員による援農実施！

春の播付け作業が低温・降雪・降雨により大幅に遅れました。各地で援農が行われたが、当農協でも、町・ホクレン・農協職員により5月28日から6月4日までの8日間、31戸、延べ126名により援農が行われました。期間中も、強風や降雨により中止するところもありましたが、職



員による補植作業が行われ、慣れない手つきながら、少しでも組合員の手助けになればと必死で作業にあたりました。

参加した職員からは、「組合員さんの春耕作業の大変さを感じた。天候回復により出来秋を期待するが、今迄とは違った意味で生育を見守りたい。」との声もあり、組合員の方々とのお話も有意義との声が多く聞かれました。

地域資源循環活用施設 深層曝気処理施設工事地鎮祭

環境問題の解消へ



ンター排液を圃場に散布することで発生する臭気は、来町者や地域住民に『臭い』のイメージを植え付けていたが、今後は市街地周辺や民泊施設周辺に処理水を散布することで環境問題の解消につなげていきたい。



5月23日、でん粉工場において地域資源循環活用施設、深層曝気処理施設工事の地鎮祭が行われた。施設は、町の平成24年度農山漁村活性化プロジェクト支援交付金事業に基づき、深層曝気処理施設φ1.5m×深度52m×3基、処理液貯留槽1万240㎡、機械室1棟の規模で既存施設の隣に増設され、本年11月末に完成予定である。





4月30日、清里・光岳・緑町小学校の5年生、計43名にJAバンク食農教育応援事業として教材本を配布しました。

JAバンクでは子どもたちが食料を生産する「農」の役割や重要性、自然・社会環境と「食」のつながり等について学び、農業への理解が深まるようにと食農、環境保全、金融経済にかかる補助教材を小学校に贈呈する「JAバンク食農教育応援事業」を平成20年度より展開しています。この事業の一環として、小学校5年生向けに「農業とわたしたちの暮らし」を贈呈しました。

各学校の畑には毎年、子どもたちの手により色々な作物を植えており、自分達で収穫して調理し食べており、食に関心を持っている。農家の子どもでも、わからないこ

JAバンク食農教育応援事業として教材本を小学校へ配布 農業はとても大切な大仕事

とも多く、自分たちで育てて、改めて知るようです。

学校からは「農業を知って、将来は地元に戻って農業をやってくれるといいですね。食育の大切さを子どもたちに学んでほしいです。」等と喜ばれました。

教材を活用した感想

（全国の教師子ども達のアンケート調査による）

先生方より

○とてもわかりやすく取り組みやすい教材で、補助教材としてとても役立った。農業についての関心や問題点を子どもだけでなく、もっと多くの人々に知らせ、家庭での話し合いなどに喚起していきたいと思う。

○教師用の資料が展開も含め詳しくできていたので、授業の参考になった。グラフ等の資料も多く、子どもたちへの学習の興味を高める上でも役に立った。

児童感想文より

○僕のおじいさんのところも田んぼと畑があるので、田んぼのことはよく知っていたのですが、この本をよんでもっと田んぼを知ること

とが出来て、しかももっと田んぼのことを知りたくなりました。今年もおじいさんの田んぼを手伝って、もっと田んぼのことを知りたいです。そして、またわすれたらこの本を読み返したいです。

○このテキストを使うと、農業の事がよくわかりました。たとえば、私達がふだん食べている給食の材料など、全然気にしていなかったことが分かりました。はじめは、「こんなのかんたん」知ってるよ」「あたりまえ」と言っていたような事ばかりだったけど、だんだんレベルUPしたので「なにこれ?」「なるほど!」と思えるようになりました。

○この学習を通して分かったことは、「農業は生きていく上で大切なことなのに農家がへってきている」「農業は1年かかってかんせいする、とても大切な大仕事である」です。また、農業についてくわしく調べたいと思いました。

子どもたちが食・環境等と農業のつながりを意識し、農業への理解を深めるきっかけとなることを願います。



清里小学校



緑町小学校



光岳小学校

各小学校へ贈呈

清里町農民連盟 移動執行委員会 TPP反対 街宣活動

安心・安全な食料を守るためのPR活動実施

6月30日、清里町農民連盟（山崎一幸委員長）は、東京駅丸の内北口において「大地のめぐみを食べてみませんか」の横断幕を掲げ、砂糖（ホクレン無償提供）とチラシ300セットを配布し、TPP交渉参加への反対を訴え、北海道農業への理解を求め、北海道農業の応援団になつてもらえるよう呼びかけました。

連盟では、2年に一度、移動執行委員会を実施し、様々な研修を行っていますが、今年はやはりTPP対策が最重要課題でした。

TPP反対に向けてデモ行進や集会・要請行動など数々の運動を展開してきましたが、世論調査などでは、依然として参加賛成が過半数を超える状況です。



そこで、都市で生活されている多くの方々にTPP反対は農家の工などではなく、安心・安全な食料生産と国民の食卓を守るために必要な事であることを訴えるため東京駅前でのアピール行動を実施することとしました。

どのような反応があるか、不安は感じましたが、さとうきび以外の物から砂糖を作っていることを知らない人、その原料である「てん菜」を知らない人、それを北海道で作っていることを知らない人が多く、私たちが作っていることなどを説明し砂糖を手渡すと「頑張ってください！」との励ましの言葉も聞かれ、温かい人たちが多く、そして北海道農業はまだまだ必要とされていることが実感できました。

「ちょきんぎょ サマーキャンペーン」

子どもたちの色とりどりの作品を展示



ぬりえを持って来てくれた子には、クジを引いてもらって景品をプレゼントしています。



金融課では、貯金の広域推進として「ちょきんぎょサマーキャンペーン」を行っております。6月から7月末までの2カ月間に限り、定期貯金1年・3年・5年もの、定期積金1～5年のキャンペーンがあります。定期貯金には、その場で当たるスピードくじ付きですので、ぜひご利用をお待ちしております。

今回の推進と併せて、小学生以下の子どもたちに「ちょきんぎょのぬりえ」を募集しています。皆様からお寄せ頂きましたステキな「ちょきんぎょのぬりえ」は7月末まで金融課にて展示していますので、ぜひ一度ご覧下さい。

清里町のうきょう年金友の会通常総会

役員改選で新役員が決定する

清里町のうきょう年金友の会（森毅会長）は去る7月4日、緑清荘において第23回通常総会を開き、会員43名が出席しました。

24年度事業報告と収支決算書、25年度の事業計画及び役員改選について審議され、いずれも原案通り承認されました。

引き続き、懇親会が開催され、懇親を深めました。

◆平成25年度の主な行事内容

7月24日 パークゴルフ大会
8月21日 ゲートボール大会
平成26年3月25日～27日
温泉保養親睦会



◆清里町のうきょう年金友の会

新役員（平成25年～平成26年）

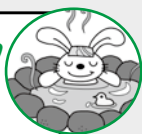
会長 石川 頼明（新）
副会長 佐々木茂之（新）

監事 中西 安次（新）
佐藤 慶樹（再）
田中 良夫（再）

支部長
（大和・上斜里）下田 清治（再）
（上斜里西・中）穴戸 光一（再）
（上斜里南）坂野 時春（再）
（向陽）大町 幸一（再）
（江南）大岸 良雄（再）
（神威）伊藤 昭一（再）
（札弦・緑）垂石 貞信（再）

会員ご紹介キャンペーン

詳しくはJ A金融課まで



ご紹介者に、お礼として素敵なプレゼントをご用意しています。

さらに、ご紹介者とお友達に

抽選で温泉宿泊券
をプレゼントいたします！

健康百科

正しい歯磨き法

佐久総合病院名譽院長 ● 松島松翠

中高年で歯が抜ける最大の原因は「歯周病」です。歯周病の原因は「プラーク（歯垢へしこう）」が歯の表面に付くことです。プラークは「生きた細菌の集団」で、食べかすなどとは違い、のりのように歯にべったりと付着しているの、口をすすぐ程度では落とすことはできません。そこで毎日、正しい歯磨きをして、歯に付着したプラークを落とすことが必要です。

まず歯ブラシの選び方が大切です。毛先のサイズは、自分の奥歯2本分、または前歯3本くらい。毛先の断面は平らなものがお勧めです。毛の硬さは、歯肉の状態が



健康なら「普通」の硬さの歯ブラシを、歯肉から出血しやすくなっていたら「やわらかめ」を使います。

歯ブラシは、歯と歯肉の境目に歯の面に対して直角に当てます。歯の内側を磨くときは舌があるの、で斜めになります。磨き方は、歯ブラシの毛が開かない程度の軽い力で、小刻みに左右に動かします。理想的には、同じところを30往復くらい磨くとよいでしょう。

歯は円柱状になっています。歯ブラシで磨けるのは表側と裏側だけで、歯と歯の間は磨けません。そこで、特殊加工した糸「デンタルフロス」で、歯間を通してプラークをかき出します。

歯と歯の間に隙間が空いてきた場合は、デンタルフロスよりも、隙間に合った太さの歯間ブラシを使うとよいでしょう。

部分入れ歯のある方は、必ず外して、入れ歯専用歯ブラシで磨いてください。入れ歯専用歯ブラシには、硬いブラシと柔らかいブラシがあるので、入れ歯の金属部分は硬いブラシで、歯の部分は柔らかいブラシで磨きます。

理事会の経過を お知らせ致します



第5回

6月1日

付議事項

次の事項について審議されました。
議案第1号 平成25年度農作物作
付面積実計画
議案第2号 固定資産の取得
議案第3号 平成24年度JA清里
町ディスプレイジャー誌の発行
議案第4号 従業員に対する6月
期賞与の暫定支給

報告事項

次の事項が報告されました。
①新たな経営所得安定対策の構築
に向けた組織討議
②持続可能な北海道農業の確立に

に向けた組織討議
③平成26年度農林水産予算概算要
求「酪農畜産基本政策」に係る組
織討議
④平成24年産玉葱の本精算
⑤中斜里区域でん菜振興協議会海
外視察研修の参加
⑥平成25年度固定資産取得および
修繕費の価格交渉結果
⑦JA全国監査機構（一般総合監
査）の実施
⑧経営定期点検（4月期）の実施
結果
⑨オホーツクJA常務・参事会海
外視察研修の参加
⑩平成24年度JA共済新契約優績
JA表彰視察研修の参加
⑪青年部ソフトボール大会の開催

第6回

6月27日

付議事項

次の事項について審議されました。
議案第1号 農林漁業資金の借入
及び貸付
議案第2号 固定資産の取得
議案第3号 平成25年度麦作セン
ターの操業計画
議案第4号 平成25年度麦作セン
ターの自主検定員の選任

協議事項
次の事項が協議されました。
1 大豆・麦等生産体制確立推進
事業

報告事項

次の事項が報告されました。
①平成25年度農作物作付実測の集約
②平成25年度固定資産取得価格交
渉結果
③定款第54条に係る報告事項
④JAバンク基本方針に基づく
「経営管理資料」のうち、全中お
よび農林中金が定める事項の報告
⑤総体的なリスク管理の状況報告
⑥内部監査の実施結果
⑦TPP交渉参加に抗議する北海
道集会の開催

組合員状況

〈平成25年7月1日現在〉

■組合員数

〈前回報告より〉

正組合員（個人）	227名	（変動なし）
〃（法人）	10法人	（変動なし）
准組合員（個人）	1,319名	（5名増）
〃（法人）	0法人	（変動なし）
〃（団体）	25団体	（変動なし）
（合計）	1,581	

謹んでお悔やみ
申し上げます

・渡辺キミ子さん（92歳）
清里町羽衣 渡辺一弘さんの祖母
平成25年4月24日逝去
・廣田 トメさん（94歳）
清里町江南 廣田徳男さんの母
平成25年5月2日逝去
・谷澤 武壽さん（78歳）
清里町神威 谷澤新一さんの父
平成25年5月18日逝去
・佐藤 重雄さん（92歳）
清里町上斜里 佐藤亨さんの祖父
平成25年5月23日逝去
・茂木 昌二さん（81歳）
清里町上斜里 茂木祐一さんの父
平成25年6月29日逝去
・大岸 鍊太郎さん（83歳）
清里町江南 大岸利行さんの父
平成25年7月2日逝去
・高田 忠さん（87歳）
清里町向陽 高田雅士さんの祖父
平成25年7月9日逝去

いま、誰もが思う介護の不安に、
できるだけ、大きな安心と、
ずっと寄り添う、やさしさを。

特徴1

一生涯の介護保障を準備できます。

共済期間
終身

介護の不安が高まる高齢期にもしっかりと対応します。

※加入年齢は40～75歳(65歳払込終了の場合は
40～60歳)となります。

特徴2

公的介護保険に連動して、幅広い要介護
状態に対応。

公的介護保険制度に連動し、幅広い要介護状態に対応するので安心。
要介護2～5に認定された場合、または重度要介護状態(JA共済独自基準)となった場合に保障します。

【ご契約例】
共済金額 500万円

- ①公的介護保険制度に定める
要介護2～5に認定されたとき
または
②所定の重度要介護状態になったとき
(JA共済独自基準)

介護共済金 500万円

ご注意ください

- この共済は、死亡時における
保障はありません。※
- 介護共済金をお支払いした
場合には契約は消滅します。

一生涯保障

ご加入

払込終了[※]

※払込終了年齢を
指定した場合

※一時払介護共済については、
死亡給付金(一時払共済金掛金相当額)
をお受け取りいただけます。

特徴3

共済金を一時金で受け取ることができます！

まとまった一時金でお受け取りいただけるため、住宅改修費用や有料老人ホームなど
でもっとも多くの資金が必要となる初期費用はもちろん、月々の介護費用、収入減少分
などに役立てられます。

※共済金年金支払特約の付加により、年金方式でのお受取も可能です。

※この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。(13015358009)

※またご契約の際には「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

長期共済一斉推進のお礼

7月9日、10日の長期共済一斉推進期間中、組合員皆様におかれましては、ご多忙な時期にもかかわらず、推進訪問にご協力いただき心から厚くお礼申し上げます。今後も組合員を始めとする利用者に、保障内容の説明と点検、加入プランの提供により、皆様の信頼を得られるよう努力してまいりますので、より一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げ、一斉推進のお礼とさせていただきます。

●詳しくは、下記窓口までお気軽にお問い合わせ下さい●



JA共済

TEL 0152-25-2355

〒099-4405 清里町羽衣町2番地 FAX 25-2941

金融課より
お知らせ

ちよきんぎょサマーキャンペーン

定期
貯金

店頭表示
金利に

1年もの + 0.1%
3年もの + 0.15%
5年もの + 0.2%



キャンペーン期間

平成
25年

6/10(月) ▶ 7/31(水)

キャンペーン期間中にご契約された方に、その場で当たるスピードくじ付き

- 対象商品 定期貯金
- 対象者 個人の方に限らせていただきます。
- 受入の条件 新規お預入れ 10万円以上、または 10万円以上増額書替の方。
- 預入期間 1年、3年、5年

夏の定期積金 キャンペーン

店頭金利に

+ 0.1%

上乗せ

キャンペーン期間 6/10(月)～7/31(水)

- 対象商品 定期積金
- 預入期間 1～5年
- 受入条件 毎月1万円以上の新規、口座振替扱いのみ
- 対象者 個人の方に限定
- 粗品 小皿ペアセット

●詳しくは、下記窓口までお気軽にお問い合わせ下さい●



JA清里町

金融課 TEL 0152-25-2212
〒099-4405 清里町羽衣町2番地 FAX 25-2714

清里のおいしい食材を使った

きよさとあちゃん クッキング

フイディア料理

食育
地産地消②



食べたらとまらない美味しさ！
おかずにも、お酒のつまみにもなります！
とても簡単にできますので、ぜひ作ってみて下さい。



アサイの
パリッ!!と
Qちゃん♡

冷蔵庫で1カ月
くらい日持ちし
ます

自家製のきゅうりを使いました



第3営農集団浅井さん夫妻

材 料 (4人分)

- *きゅうり.....1kg (約 10 本)
- *タカノツメ.....少々
- *生ショウガ.....1 カケ
- *ゴマ.....少々

～タレ～

- *醤油.....200cc ～ 300cc (200cc でやってみました)
- *砂糖.....150g ～ 200g (170g でやってみました)
- *酢.....150cc
- *みりん.....少々



かつおぶしや梅、シソなどを混ぜると、
また違った味を楽しめますよ。いろいろ
ためしてみてください!!

アレンジ
自由!!



ワンポイント
アドバイス!!

作り方



① きゅうりをらミリくら
いの輪切りにする。



② 鍋に醤油・酢・砂糖・み
りんを入れ、火を付ける。



③ 沸騰したら細切りにした
ショウガとタカノツメを
入れ沸騰させ、火を止める。



④ 輪切りにしたきゅうり
を入れる。(必ず火を止
めてから入れる!!)



⑤ 上の方はタレに漬かっていなくても時間が
経つとしんなりします。そうしたら上下
をかき混ぜ、まんべんなく漬かるようにす
る。冷めるまで放置する。(10分くらい。)



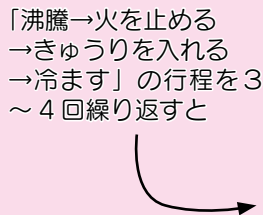
⑥ 冷めたらザルにきゅう
りを上げる。



⑦ タレだけ鍋に戻して再度
沸騰させる。



⑧ 沸騰したら火を止め
て、きゅうりを入れる。



「沸騰→火を止める
→きゅうりを入れる
→冷ます」の行程を3
～4回繰り返すと



きゅうりにタレがしみ込みま
す。最後は冷めるまで鍋に入
れておき、冷めたらザルに上
げてゴマをまぜて完成!!

- ※ 保存容器等に入れ冷蔵庫で一晩おくとより一層美味しくいただけます。
- ※ 余ったタレは再利用出来ます。大根で同じ様に作っても Good!!
(タレの保存は冷蔵庫に入れて1週間程度です。)