

きよさと 組合だより



JA 清里町

No.334



7月31日から秋小麦の収穫が始まる。
今年は6月の低温で登熟期間も長くなり、
子実も充実し出来秋が期待されます。
(4集団 堀川 喜路さん圃場にて)

2015年

8

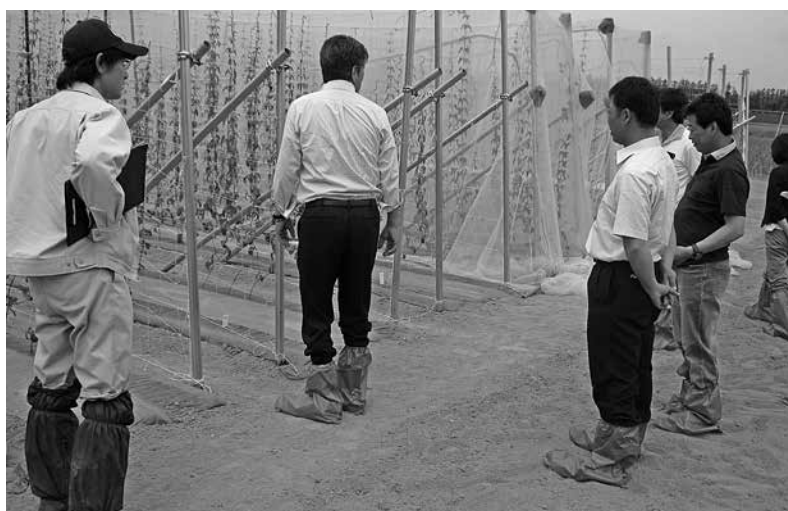
平成27年

長芋種子生産者視察研修

7月13日～14日の2日間、長芋生産組合種子生産者は十勝で視察研修を行いました。

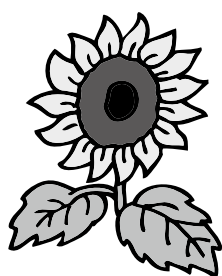
研修では十勝農業試験場を訪問し、今年から『きたねばり』という短くて太い品種の栽培試験を行っており、トレンチャーを50cmで施工した畦や、培土して高畦にしてから植え付けを行い深くトレンチャーを施工出来ない圃場などでの栽培を目指しており、結果次第では、土地条件を選ばずに長芋の栽培が可能になるとの事

でした。他にも、キュアリング時・催芽時・順化時で種ひとつずつの計量を行い、各工程での減耗率による生育比較試験を実施しており、今回見学した試験結果など情報の提供をして頂き、次年度以降の長芋栽培に役立てたいと考えます。また、芽室町の長芋栽培農家で長芋栽培に関する情報交換やGPSを導入した農作業等についてお話を頂き、見聞を広めました。



もくじ

長芋種子生産者視察研修	2
生うどん、生ひやむぎ試食販売会	3
第44回青年部ソフトボール大会	4
第14回女性部スポーツレクリエーション	5
平成27年度JA清里町女性部視察研修	6
平成27年度フレッシュミズ視察研修	7
清里町のうきよう年金友の会	
パークゴルフ大会	8
清里町のうきよう年金友の会通常総会	9
各課紹介ー金融課	10
樹木伐採作業時に送電線への	
接触事故に注意して下さい	11
理事会の経過をお知らせ致します	12
ご結婚おめでとう	14
篤志による寄贈ありがとうございました	14
組合員状況	14
ストップ！農作業事故	15
食のはなし トマト	16





生うどん、生ひやむぎ試食販売会

7月10日、エーコープきよさと店で清里町農協が商品化した生うどんと生ひやむぎの試食販売会が開催されました。

今回、商品化された生うどんと生ひやむぎは、どちらも清里町産の秋まき小麦「きたほなみ」を100%使用しており、北見市の(株)ツムラで製麺されています。ミネラル分が豊富な香川県産の麵専用の塩を使い、コシが強く、モチモチとした食感に仕上がっております。

農協では昨年より、小麦の地産地消の拡大を目指して横山製粉(株)との協力で、きたほなみの製粉を始めました。

この小麦粉は、これまで学校給食のうどんに使われ、またご当地グルメ「オホーツク清里虹色うどん」で活用されています。

販売会では、うどん200袋にひやむぎ100袋の計300袋の商品を用意していましたが、一時間もなくあっという間に完売となりました。試食も大変好評で、コシの強さやのどごしの良さへの驚きの言葉をいただくことができました。

地産地消の取り組みはまだ始

まったばかりですが、清里町の地域活性化に繋がっていくように進めていきたいと考えています。



清里町農協青年部

第44回ソフトボール大会



6月19日午前7時より、清里町農協青年部（湯浅尚樹部長）主催の第44回ソフトボール大会が、清里町民グラウンドにて開催されました。

石井組合長・大町審判長の挨拶と前中裕登さんの選手宣誓で幕を開けた今大会は、各支部青年部チームに加え、来賓チームとして営農集団長・普及センター・農業委員会・農民連盟・農協役職員チームの計10チーム134名が参加しました。

当日は快晴とはなりませんでしたが、雨も降らず過ごしやすい気温となり、選手達は気合に満ちた表情で多くの好プレーや珍プレーを見せ、とても晴れやかで白熱した試合が繰り広げられました。

今年は清里南Aチーム対農民連盟チームの決勝戦となり、激闘の末、見事清里南Aチームが4連覇を達成しました。また、ホームランを放つなどの素晴らしい活躍を見せた清里南Aチームの寺島是如さんが、今大会のMVPに選ばれました。

大会終了後には懇親会が開催され、青年部と関係機関が交流できる貴重な機会となりました。多くの方が参加され、和やかな雰囲気の中で様々な話に花を咲かせていました。



“日頃の疲れを吹き飛ばそう！ 母ちゃんたちのパワー全開”



第14回 JA 清里町女性部

スポーツレクリエーション

JA 清里町女性部（菊池淳子部長）は6月9日、清里町トレーニングセンターに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・5 集団） 31名
白チーム（2・9・10 集団） 33名
赤チーム（3・7・8 集団） 32名
黄チーム（4・6 集団） 31名
計4チーム、127名が参加しました。

今年も多くの女性部員の方々が参加され、第6営農集団の青野静香さんの笑顔あふれる選手宣誓で賑やかに幕を開けました。

昨年から競技に取り入れている「マフラーリレー」は、首に巻かれたマフラーを手をはずすにほどこき、次の人にマフラーをかけていくリレーで、来賓の櫛引町長・農民連盟山崎委員長・普及所高松支所長・石井組合長に参加していただき、交流を深めました。マフラーは長さや重さが異なるものが用意され、簡単にできる競技でも盛り上がりしました。

『何色がお好き』は菊池部長が

投げるサイコロの目の色を予想するのですが、なぜか青ばかり出ていました。

『風船リレー』はペアになって棒2本で風船を挟んで走る競技ですが、チームワーク抜群でゴールを目指していました。風船が割れてしまった3集団の梅内千夏さんと8集団辺見珠美さんのペアは MVP 賞に選ばれました。

他に『運は天まかせ』『玉入れ』『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、今年も盛り上がりしました。

総合結果、優勝したのは黄チーム、2位白チーム、3位は同点の為ジャンケンを行い、3位赤チーム、4位青チームとなりました。

最後に、毎年恒例の“じゃがいも踊り”と“清里音頭”を全員で踊りました。それぞれ説明をしながら踊りを教えてもらい、終了後には各支部で懇親会が行われました。



平成27年度 JA清里町女性部視察研修 日本醤油工業 と愛別のきのこ に大絶賛！

7月2～3日にJA清里町女性部（菊池淳子部長）は旭川方面で視察研修を実施しました。

（参加者 部員42名 事務局1名）

*『羊と雲の丘』 士別

「レストラン羊飼いの家」で新鮮なラム焼肉定食をいただいた後、「めん羊工芸館くるるん」で二



ドル体験を行い、参加者は夢中で作業をしていました。さまざま羊の絵の針山を作成し、個性あふれる作品となりました。

*日本醤油工業株式会社 旭川

500種類ほどの醤油を製造しており、プライベートブランドは200種類以上にもなります。機械ではなく、手作業の為、少量でコストはかかるがプライベートブランドを作ることができます。

昔使われていた建物や、当時使っていた機械を見学、担当者のわかりやすい説明とユニークな話で部員からは「おもしろかった」と好評でした。説明終了後は、直売店で醤油やドレッシング、塩などの試飲が可能でお土産にたくさん購入していました。



*きのこの工場 愛別

☆「タッグ」舞茸生産工場

愛別の舞茸の品種は森産業M52で、栽培用としては国内で最も美味しいといわれていますが、栽培管理が難しく



日本醤油工業の直売店では醤油やドレッシングなどが販売されている。



愛別のえのき工場『ヒット』多くのえのきが栽培されていた。



愛別の舞茸工場『タッグ』カサが大きく、茎も肉厚な舞茸は絶品でした。

☆「ヒット」えのき生産工場

天ぷらに最適です。工場内には多くのえのきが栽培されており、こんなに多くの量を作っているのは道内でもこの工場だけとのことでした。

品種はチクマッシュユト011で茎が太めで食感がよく、甘味も多いです。料理の際には火を通しすぎないのが味と食感を引き出すコツです。

見学後は販売していただき、これから買物する時には『愛別産のきのこ』を確認するとの声もあり、とても好評でした。

見学先の担当者のわかりやすい説明は部員たちに好評で大変良い研修となりました。

平成27年度 フレッシュ：ズ視察研修 自分たちの小麦 を使ったうどん の製造を知る

7月16・17日、フレッシュミズ部（太田順子部長）は北見方面で視察研修を実施しました。
（参加者 部員23名 事務局1名）

・よこやま果樹園 網走中園

園内には各種さくらんぼが約150本あり、佐藤錦・水門・南陽・高砂・夕紅錦・ジャイアントキング・サミット・紅さやか等、多くの種類のさくらんぼを食べることができます。



広い敷地内でそれぞれ、さくらんぼ狩りを楽しみました。

・総合自然食品店「ふきのとう」 北見

ふきのとうでは、無肥料・無農薬・無堆肥・無有機肥料・天日乾燥で栽培した究極の自然農法のオリジナルの納豆やきなこ、豆菓子などが販売されています。

甘納豆などを試食しながら説明をしていただき、終了後お店で納豆や味噌などをそれぞれ購入しました。

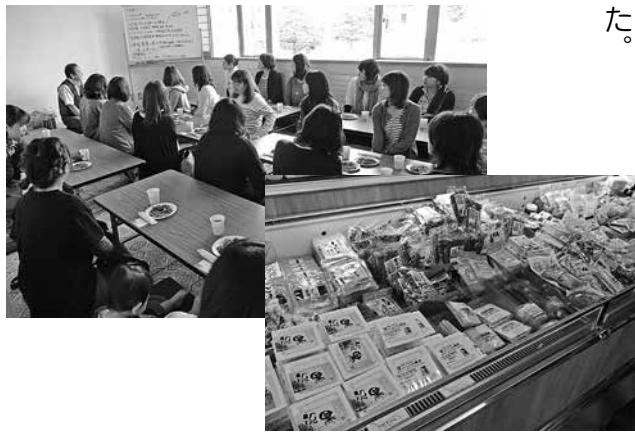


・株式会社 ツムラ 北見

うどん・ラーメン・ひやむぎ等の製麺から餃子やシユウマイの皮とこてんを製造販売している食品工場です。

今年の7月10日から当町より「生うどん」と「生ひやむぎ」が発売され、このうどんとひやむぎを製造しているのが（株）ツムラです。

自分たちが作った小麦がどのようにに製造されているのかを知ることができました。社長さんに「清里の小麦はきれいでもとても良い小麦ですよ」と言っていたとき、部員たちは「頑張って草取りをしたかいがあるよね」と喜んでいました。



研修先では活発に質問が出ており、熱心に研修していました。今回、初めて参加する部員もいましたが、部員間で交流を深めており、良い研修となりました。
12月には料理交流会、1月には冬期学習会・スポーツ交流会を予定しています。フレッシュミズに入っていない方でも、自己負担となりますが、各行事にお試して参加できますので、多くの参加をお待ちしています。よろしく願います。

清里町のうきょう年金友の会パークゴルフ大会

『猛暑の中、好プレー続出!』

7月27日、清里町のうきょう年金友の会（石川頼明会長）は緑ヶ丘公園において、平成27年度夏季レクレーション「パークゴルフ大会」を開催しました。

前日から雨が降り当日の開催が心配されましたが、会員の皆さんの思いが届き、開催日は天候に恵まれ晴天の中プレーができました。今年の参加人数は60歳から91歳までの73名となり、暑さに負けず会員の皆さんのパワフルかつセンス溢れるプレーが繰り広げられました。19チームがそれぞれのスタートホールからゲームを始め、楽しく会話もはずみ、親睦を深めながらも日頃の練習の成果を発揮しようと皆さんの意気込みが感じられました。

見事ホールインワンを獲得したのは1名の方でチーム内で歓声があがり、周りのチームの皆さんも拍手を送っていました。

ゲーム終了後、緑清荘にて懇親会が開催され、成績発表を行い、大いに盛り上がりを見せました。





★優勝
男性部門 谷澤 敏夫さん 打数44
女性部門 大平恵美子さん 打数43

★準優勝
男性部門 浜口 隆保さん 打数45
女性部門 谷澤子工子さん 打数47

★3位
男性部門 大平 孝司さん 打数45
女性部門 石井 葉子さん 打数49
(同打数の場合は年齢により順位を決めています。)



清里町のうきよう年金友の会

通常総会

7月2日、緑清荘において第25回通常総会を開催し、会員42名が出席しました。
26年度事業報告と収支決算、27年度の事業計画(案)と収支予算(案)について審議され、いずれも原案通り承認されました。
又、今年度は役員改選が行われ、新役員体制となりました。
引き続き、懇親会が開かれ懇親を深めました。

◆平成27年度の主な行事

平成27年7月27日 パークゴルフ大会
8月20日 ゲートボール大会
平成28年2月3日 マージャン大会
かるた大会
3月23日～25日 温泉保養親睦会

◆役員と支部長が変わりました

・監事

浜口 隆保さん(新)

・上斜里西・中支部長

保坂 正紀さん(新)

・向陽支部長

平井 繁雄さん(新)



職員の顔と名前を覚えてもらう企画。第3回目は管理部金融課7名を紹介いたします。

管理部金融課

■金融課の仕事

貯金・融資業務の他、資産運用アドバイザー・年金相談など、皆様の資産管理のサポートをいたします。

お気軽に窓口までお越しください。『ちょりス』とともにお待ちしております。

職員紹介

- ①氏名
- ②金融課所属年数
- ③趣味・特技
- ④最近ハマっている事
- ⑤今後の抱負

①太田 智之

②4年4ヶ月(通算は12年4ヶ月)
③スキー(年々行く回数が減っていますが・・・) ④夏は庭の芝生管理と冬は除雪(除雪機で遊んでいるだけ?) ⑤組合員並びに地域の皆様方に信頼され、愛される金融機関として頑張っていきたいので、貯金・年金・ローンのご利用はJAへ!

①梅佐古 一寿

②4ヶ月(1年目) ③寝ること
④パークゴルフ ⑤・体重の減量に取り組む・異動で毎日あたふたしていますが、早く業務を熟せる様に頑張ります。

①河合 尚也

②3年4ヶ月 ③読書・書道
④携帯ゲーム ⑤年金推進リーダーとして、推進を強化する。

①佐藤 恵美

②7年目 ③音楽鑑賞 ④携帯マンガ ⑤年金の知識を深める

①寺島 未希

②4年4ヶ月 ③旅行・ドライブ
④自分磨き ⑤経験とともに自分自身も成長していけるよう、これから笑顔で頑張っていきます!

最近体力が落ちてきていますので、夏バテしないように鍛えようと思います。よろしくお願いします!

①岸里 未来

②4ヶ月 ③つり・食べること
④ちょりス ⑤早く仕事を覚えられるようにがんばります!

①橋本さちえ

②パート歴約2年 ③家族のマネジメント ④新しいちょりスの衣装作成 ⑤・新しいちょりスの衣装を考えること・家族の健康管理に気を付ける。

第4回目は経営課を予定しています。お楽しみに。

樹木伐採作業時に送電線への 接触事故に注意して下さい!!

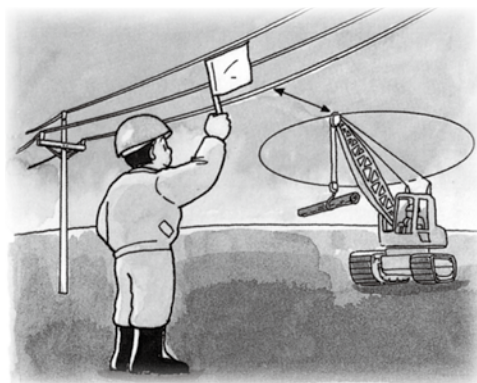
送電線の近くで行われる伐採、集材作業に従事される作業員の感電災害や、停電による社会影響を軽減するため、次の対策を実施しています。

1. 林材業界への事故防止P. R
2. 官公庁への協力依頼
3. 送電線付近での伐採作業の立会
4. 注意札の設置

接近作業の立会について

伐採作業や集材、積込などの際の重機類（クレーンなど）使用時に連絡があれば**現地に出向いて無料で立会します。**

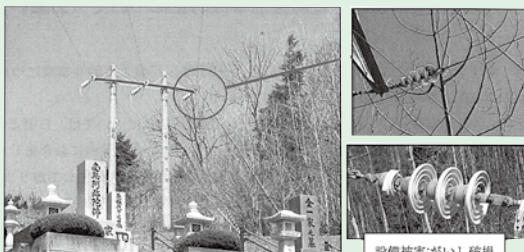
又、各企業内における安全講習会には要望があれば、皆さんに電気に対する安全知識の説明にお伺いいたします。



●平成 27 年度 樹木接触事故状況

事例 1

1. 発生日時 平成 27 年 4 月 23 日 木曜日 9 時 51 分
2. 事故状況 鹿柵補修作業を実施していた最中に、支障となる立ち木を伐採した際に、送電線側に倒れ樹木接触した。



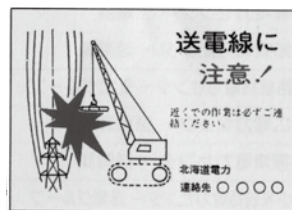
設備被害:がいし破損

事例 2

1. 発生日時 平成 27 年 5 月 14 日 木曜日 15 時 21 分
2. 事故状況 伐採作業を実施していた最中に、風に煽られた伐採木が送電側に倒れ樹木接触した。



設備被害:電線損傷



理事会の経過を お知らせ致します



第13回

12月26日

監査講評

長谷川代表監事より平成26年度
11月末監査講評がありました。

付議事項

次の事項について審議されました。
議案第1号 理事に対する供給限
度額の変更について
議案第2号 役員推薦委員の選出
について
議案第3号 規約の一部改正につ
いて

報告事項

次の事項が報告されました。

① 農業者戸別所得補償制度に係る
仮渡金の融通実績について
② 平成26年産農協幹旋種子馬鈴薯
精算総括について
③ 平成25年産大豆の本精算について
④ 平成25年産麦類の本精算について
⑤ 平成26年産播種前契約小麦2次
概算金の支払いについて
⑥ 各係会議の意見集約について
⑦ 営農集団長会議の意見集約につ
いて

⑧ 平成26年度期中値引き（奨励）
の実施結果について
⑨ 組合員の加入・脱退および事業
の実施状況の報告について
⑩ 平成27年1月～4月の行事予定
について
⑪ 内部監査の実施結果について

第14回

1月19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 退職給与規程の全面
改正について
議案第2号 反社会的勢力等への
対応に関する規程の一部改正につ
いて

議案第3号 組合員の資格変更並
びに出資の減口について

協議事項

次の事項が協議されました。

① 平成27年度役員報酬の諮問につ
いて
② 農林年金の制度完了に向けた対
応について

報告事項

次の事項が報告されました。

① 平成26年度クミカン実績報告に
ついて
② 経営定期点検実施要領の一部改
正について

第1回

2月12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 道常例検査の検査結
果に対する回答について
議案第2号 北海道農業信用基金
協会への出資増口について
議案第3号 信用事業規程の一部
改正について
議案第4号 JAバンク基本方針
の変更について
議案第5号 経営基盤安定化積立
金要領の制定について
議案第6号 信用供与の最高限度
額の決定について

議案第7号 貸付金利率の最高限
度の決定について
議案第8号 余裕金の運用方針及
び運用方法について
議案第9号 余裕金の預け先の決
定について
議案第10号 定年退職者に対する
特別加給金の支給について
議案第11号 平成26年度北海道畑
作物農業機械等リース支援事業の
申請について
議案第12号 平成27年度事業計画
（案）について
議案第13号 平成27年度員外利用
料率（単価）の設定について
議案第14号 冬季懇談会の実施に
ついて

報告事項

次の事項が報告されました。

① オホーツク農業の振興方策につ
いて
② 年間経営定期点検実施報告につ
いて
③ 組合員の加入・脱退および事業
の実施状況について

第2回

3月5日

監査講評

長谷川代表監事より平成26年度

事業の監査講評がありました。

付議事項

次の事項について審議されました。

- 議案第1号 JA冬季懇談会の意見集約について
- 議案第2号 組合員後継者加入審査会の今後の取り扱いについて
- 議案第3号 職員兼務理事並びに員外監事の推薦について
- 議案第4号 税効果積立金の取り崩しについて
- 議案第5号 平成26年度事業報告、貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案、付属明細書及び注記表の承認について
- 議案第6号 平成27年度多面的機能支払交付金事業の実施について
- 議案第7号 ジャガイモシストセンチュウ被害防止対策基金の継続実施について
- 議案第8号 第67回通常総会の開催及び提出議案について
- 議案第9号 「TPP等国際貿易交渉から北海道を守り抜く決議」の採択について
- 議案第10号 平成27年度内部監査方針及び監査計画について
- 議案第11号 平成27年度経営定期点検実施計画について

報告事項

次の事項が報告されました。

- ①平成26年産原料てん菜本精算について
- ②TPP交渉等国際貿易交渉に係る意見書の提出について
- ③平成26年度内部監査室業務活動報告について
- ④平成26年度自己査定の結果について
- ⑤労働保険事務組合の平成26年度徴収・納付状況について
- ⑥平成26年度単体キャッシュ・フロー計算書について

第3回 4月2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 役員の選任について
- 議案第2号 常勤理事の引継に係る立会人の指名について
- 議案第3号 平成27年度コンプライアンス・プログラムの制定について
- 議案第4号 「農協改革に関する決議」の採択の取り組みについて
- 議案第5号 第67回通常総会の対応について

報告事項

次の事項が報告されました。

- ①平成26年産規格外小麦本精算に

- ついて
- ②信連オンラインモニタリングによる体制整備について

第4回 4月7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 代表理事の選任について
- 議案第2号 組合長、専務理事、第1理事の選任について
- 議案第3号 非常勤理事の使用人兼務理事の決定について
- 議案第4号 理事の役割分担について
- 議案第5号 第67回通常総会の集約について
- 議案第6号 理事の報酬配分について
- 議案第7号 職員の要員計画について
- 議案第8号 行政庁に提出する業務報告書について
- 議案第9号 理事に対する供給限度額並びに貸越極度額の決定について
- 議案第10号 特定組合員及び再建組合員の承認について
- 議案第11号 固定資産の取得について

報告事項

次の事項が報告されました。

- ①平成27年度営農計画作付面積集計及び過去6カ年実績集計について
- ②組合員勘定5カ年実績及び27年度収支計画集計表について
- ③平成27年度清里町農業振興資金貸付事業の申請内容について

第5回 5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 平成27年度農作物作付面積実測計画について
 - 議案第2号 農林漁業資金の借入及び貸付について
 - 議案第3号 平成26年度JA清里町ディスクロージャー誌の発行について
 - 議案第4号 退任役員に対する退職慰労金の支出について
 - 議案第5号 第37回臨時総会の開催について
 - 議案第6号 従業員に対する6月期賞与の暫定支給について
- 協議事項
- 次の事項が協議されました。
- ①平成27年度役員道外視察研修の実施について

報告事項

次の事項が報告されました。

- ① 畑作・青果対策の樹立に向けた平成28年度農業予算概算要求に係る組織協議の報告について
- ② 平成27年度清里町農業振興資金貸付申請結果について
- ③ 平成27年度固定資産取得及び修繕費の価格交渉結果について
- ④ チリ硝石の今後の出荷対応について
- ⑤ 農業用産業廃棄物リサイクル処理に係る業者変更について
- ⑥ 古物商許可の申請手続きについて
- ⑦ JA全国監査機構監査（一般総合監査）の実施について
- ⑧ 経営定期点検（4月期）の実施結果について
- ⑨ オホーツクJA組合長会海外視察研修の参加について
- ⑩ 平成26年度JA共済新契約優績JA表彰視察研修の参加について
- ⑪ 特例業務負担金の長期前納について
- ⑫ 青年部ソフトボール大会の開催について
- ⑬ 新採用職員の農家実習について

第6回

6月22日

監査講評

市橋代表監事より平成27年度5月末監査講評がありました。

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について
- 議案第2号 平成27年度麦作センターの操業計画について
- 議案第3号 平成27年度麦作センターの自主検定員の選任について
- 議案第4号 建設工事規程の一部改正について
- 議案第5号 コンプライアンス・マニュアルの一部改正について
- 議案第6号 退任役員に対する退職慰労金の支給方法について

報告事項

次の事項が報告されました。

- ① 平成27年度農作物作付実測の集約について
- ② 畑作・青果対策の確立に向けた平成28年度農業予算概算要求に関する組織協議について
- ③ 平成27年度原料てん菜取引条件に係るJA意見集約について

- ④ 持続可能な北海道農業の確立に向けたJAグループ北海道の考え方に係るJA意見集約について
- ⑤ 平成27年度「新たな食料・農業・農村基本計画」に関する閣議決定の内容報告について
- ⑥ コンバイン講習会の開催日程について
- ⑦ 組合員の加入・脱退及び事業の実施内容の報告について
- ⑧ JA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について
- ⑨ JAバンク基本方針に基づく「体制整備モニタリング報告」について
- ⑩ 総体的なリスク管理の状況報告について
- ⑪ 内部監査の実施結果について



（8集団桑名信吉さんの長男）
桑名 達也さん
島田 知世さん（網走市）

組合員状況

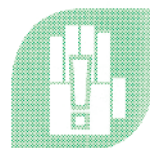
〈平成27年8月1日現在〉

■組合員数		〈前回報告より〉	
正組合員（個人）	225名	（変動なし）	
〃（法人）	12法人	（変動なし）	
准組合員（個人）	1,317名	（3名減）	
〃（法人）	0法人	（変動なし）	
〃（団体）	23団体	（変動なし）	
（合計）		1,577	

◆篤志による寄贈
ありがとうございます

この度、清里町農業・農協の基盤を広い見識と洞察力でしっかりと支えていただいた事はもとより、農業技術・組合員指導にご尽力を賜りました橋立秀彦氏、長谷川好夫氏より、後継者育成基金委員会へ篤志により寄贈がありました。

「農業後継者の育成のために役立ててください」というお心に添えるよう運用基準の範囲内で農業後継者（青年部・女性部）の専門教育や学校・施設への就学に有効に活用させていただきます。



ストップ！農作業事故

人間工学専門家 ● 石川文武

★農繁期の安全確保

初夏に向けて農作業が忙しくなります。忙しさにかまけて安全への意識が薄くなると、事故に遭う割合が高くなりますし、それに伴う時間の損失も発生します。そうならないために事前の準備が大切です。

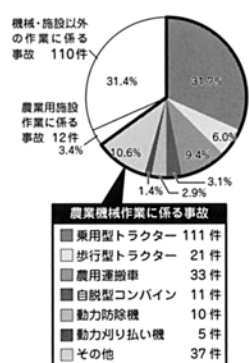
まず、農繁期の前に行う事があります。人と機械と環境の健康診断を行いましょう。どこかに不具合があるのを感じていてもそれを無視したり、大した事はないと勝手に決めつけて作業に取り組む事はやめましょう。作業は全てが円滑に流れて初めて成り立つのです。自身の健康状態は自分で良く分ります。自覚症状が出ていない時の状態をホームドクターに見ておいても例えば小さな変化も把握してくれま。機械や環境の健康も同様に把握し、小さな症状を見逃さずに適切に点検整備する配慮が必要です。

人・機械・環境が健康状態で農繁期に入っても、無理は禁物です。無理のない作業計画を立て、一日の中には適切な休憩時間を確保す

る事、一週間に二日程度は休息日を設けましょう。特に最近の農作業は肉体労働より頭脳労働の割合が増えていきますから、メンタルの疲れを溜めすぎず、早めに回復を図る事が肝要です。

作業の機械化が進んで一人作業が多くなっています。定期的に家族との連絡をとる事もお互いの安全確認にとって有効です。また、組み作業を行う場合には、事前の打ち合わせと合図の確認を行いましょう。「いつもと同じパートナーだから大丈夫さ」が危険の始まりです。「分っているはず」「危ない場所にはいないだろう」「こちらの行動は理解しているはず」といった思い込みが最も危ないのです。何事も石橋をたたいて渡るような気持ちを忘れないで下さい。事故が起こってから反省しても意味がありません。

平成25年に発生した農作業死亡事故の概要（農林水産省）



★事故件数が多い農機具

2013年に発生した農作業死亡事故の調査結果概要が農林水産省から発表されました。それによると、死亡件数は前年と同じ350件でした。少しは対策への効果が認められるかも知れませんが、農業機械に関わる死亡事故の多い機種は乗用型トラクター、歩行型トラクター、農用運搬車で全体の47%を占めています。けがも含めて他の調査結果と合わせてみると、刈り払い機（草刈り機）、乗用型トラクター、軽トラック、コンバイン、チェンソー、歩行型トラクターが多く、全体の60%程度を占めています。草刈り機、コンバイン、チェンソー等では死亡事故は余り多くありませんが、「刃」を持つ機械なので、指などの切断につながる重傷事故が多いようです。

死亡事故の多い機種では転倒・転落が大半です。乗用型トラクターは安全フレーム・キャブの装着が進んでいる事もあり、トラクター死亡事故全体の67%程度まで減ってきていますが、未装着のトラクターがなくならない限り、死

亡ゼロに達するのにあと20年程度かかる予想されます。歩行型トラクターは操作が比較的簡単な為高齢者が使う事が多く、ダッシング（急発進）やハンドル跳ね上がりに対し即座に対応できず、事故を起こす事が多くなっています。発進時の慎重な操作を心掛けて下さい。

刃を持つ機械の事故は、詰まりなどで駆動部を停止させずに取り除こうとする場合が最も多いです。見た目には止まっているでも抵抗があつて止まっているだけなので、慌てずにエンジンを止めるか、関連クラッチを切るなどしてから行いましょう。また、草刈り機では石などに当たって欠けたチップソーなどが作業側面に飛んできます。ゴーグルやフェイスガード、すね当てなどの防護が必要です。コンバインで手こぎをするときは、フィードチェンの緊急停止装置の位置を確認し、シーズン前に停止の練習をしましょう。





赤やオレンジなど色鮮やかでかわいらしい形のトマト。はるか昔は毒があると考えられていて、観賞用として栽培されていたそうです。食用となった今ではお料理の彩りとして欠かせない存在です。

このトマトの赤色は主にリコピンという物質です。リコピンは強い抗酸化作用があり、生活習慣病やがんの予防に効果があるといわれ、注目されています。リコピンは比較的熱に強く、生で食べるよりソースや炒め物など油を使って加熱調理をした方が、より効果的にトマトの抗酸化機能を利用できる事が分っています。

日本ではサラダなど生で食べる事が主流のトマトですが、海外ではトマトソースなど、料理のベースとなる調味料としてよく使われています。実はトマトにはグルタミン酸といううま味成分が多く含まれています。うま味とは、日本では甘味、酸味、塩味、苦味、と並んで基本の味の1つです。うま味成分として代表的な物に昆布に含まれるグルタミン酸、かつお



タレント・食生活アドバイザー●岡村麻純

ト マ ト

節に含まれるイノシン酸、シイタケに含まれるグアニル酸があり、日本食の生命線のだしはこのうま味を生かしたものです。

みそやしょうゆにもグルタミン酸が含まれています。日本の一般的な合わせだしは、昆布のうま味成分のグルタミン酸とかつお節のイノシン酸を合わせています。この二つは合わせる事でうま味が数倍も強くなるとされており、これをうま味の相乗効果といいます。同じように、イノシン酸を多く含む魚やお肉類を、グルタミン酸を多く含むトマトで煮込むとおいしいのは、うま味の相乗効果が起きているからなのです。

トマトはこのうま味で、日本食のだしのように味のベースとなり、みそやしょうゆのように調味料にもなっています。私たちもだしやしょうゆを使うようにトマトソースも日々の調理に活用すれば、体にもうれしい事です。旬の今こそたくさんのトマトでトマトソースを作り置きしてみるのもよいかもしれません。

岡村麻純（おかむら ますみ）1984年7月31日生まれ。お茶の水女子大学卒業。大学で4年間食料科学を学び、食生活アドバイザーなどの資格を持つ。公式ブログ：<http://ameblo.jp/masumiokamura/>

RECIPE

ベターホームのお料理教室

1人分 99kcal

調理時間 10分

トマトソテー

材料(2人分)

トマト……………中2個(400g)
しその葉……………4枚
ベーコン……………1枚
オリーブ油……………小さじ1
しょうゆ……………小さじ1
黒こしょう……………少々

作り方

- (1)トマトはへたを取り、1cm厚さの輪切りにします。しそは千切りにします。
- (2)ベーコンは1cm角に切ります。フライパンに油とベーコンを入れ、中火でベーコンがカリカリになるまで炒め、取り出します。
- (3)(2)のフライパンにトマトを入れ、強火で両面を20～30秒ずつ焼きます。
- (4)トマトを皿に盛り、しょうゆ、こしょうを掛け、ベーコンとしそを散らします。



撮影 松島均