きよさと 組合だより

JA 清里町

No.348

ヘリコプター防除

もくじ

ヘリコプター防除……2
農作業フォトギャラリー……2
第2回秋まき小麦青空教室……2
試験圃情報……3
4月採用職員営農実習……3
各組織等 総会報告
酪農3組織組合総会……4
和牛生産改良組合総会……4
平成29年度北見管内乳質改善協議会
乳質改善対象乳質選抜条件大賞……4
札弦・緑資材セール……5
廃プラリサイクル……5
「北海道みらい事業」認定プロジェクト……5
第3回畑のキッチン開催……6
第17回JA清里町女性部
スポーツレクリエーション……7
青年部ミニバレー大会開催……8
3JA親睦野球大会開催……8
オホーツクJA野球大会……8
JA清里町ホームページが新しくなりました……9
全農の『みのる食堂』でメニュー化……9
JA清里町も樽祭に参加協力……9
農業の事業承継……10
理事会の経過をお知らせ致します……12
新規採用職員紹介……13
篤志による寄贈……13
組合員状況……13
記載不備のお詫び……13
ベジタブルライフ　オクラ……14

2018年 7 平成30年

ヘリコプター防除

7月10日と12日にヘリ防除が実施されました。7月12日には麦・イモ合わせて約79haの防除が完了致しました。メーカーや担当の皆さん、早朝からありがとうございました。

第2回秋まき小麦青空教室

103戸が出席

5月22日、29日に第2回秋まき小麦青空教室が各集団の代表圃場で開催されました。第2回目は両日とも天候に恵まれました。

普及センター職員より、止葉期追肥と赤かび病防除について、ホクレン原料所より、てん菜定植後の圃場管理についてお話を頂きました。5月15日時点で、茎数は平年より多く推移していることの報告や、止葉期の追肥への注意がなされました。質疑には、1回目の防除時期、赤さび・葉枯病の発生・感染時期、除草剤散布のタイミング、麦の防除での薬剤の使い方、ふ枯病の詳細、てん菜の防除方法、褐斑病防除の助成金について等の質問が発言されました。

茎数の計測

農作業フォトギャラリー

玉葱植付け　7集団田村氏

大豆蒔き付け　7集団熊谷氏

試験圃情報

でん原馬鈴しょの試験が行なわれています

農畜産課では、でん原馬鈴しょ「パールスターチ」の品種特性および生産性試験と「コナユタカ」の切片重の差による生育および生産性試験を行なっています。5月7日に圃場を設置し、現在経過観察と生育調査が実施されています。

等間隔に植付け

寒い中での作業となりました

4月採用職員営農実習

組合員さんの仕事を体験

5月17日から21日にかけて、4月採用の新人4名が営農実習に伺いました。

今年度は8集団の市橋安秀氏、黒田義公氏のもとで長いもの植付け作業をさせて頂きました。約4日間、組合員さんの仕事を学ぶために慣れない農作業に打ち込みました。暑い中での作業、改めて組合員さんの仕事の大変さを体感した実習となりました。

＊お忙しい中実習を受け入れて頂き、ありがとうございました。

力仕事はまかせてください！

黙々と作業

各組織等 総会報告

★酪農3組織組合総会

4月25日、酪農組合、乳牛検定組合、酪農ヘルパー利用組合の合同総会がJA清里町2階会議室において開催されました。

酪農ヘルパー利用組合組合長である前中康男氏の開会宣言により開会。議長には岡崎酪農組合長が選任され、議案審議に入りました。

●酪農組合

議案第1号『平成29年度事業報告並びに収支決算の承認について』
議案第2号『平成30年度事業計画並びに収支予算案の承認について』
議案第3号『平成30年度賦課金の賦課並びに徴収について』提案されました。特に質疑なく全ての議題が承認されました。

●乳牛検定組合

議案第1号『平成29年度事業報告、収支決算書並びに貸借対照表、借受勘定及び監事の意見書について』
議案第2号『平成30年度事業計画書（案）並びに収支予算書（案）について』
議案第3号『平成30年度組合員負担金の負担基準及び徴収方法について』が提案されました。質疑なく議題が承認されました。

●酪農ヘルパー利用組合

議案第1号『平成29年度事業報告書並びに収支決算書及び会計監査報告について』
議案第2号『平成30年度事業計画書（案）並びに収支予算書（案）について』
議案第3号『年会費の徴収について』
議案第4号『特別賦課金徴収について』提案されました。組合のヘルパー要因増員について、今年1年をかけて要因確保を進めたい旨が説明されました。他、質疑なく承認され、総会は終了しました。

★平成30年度役員

・酪農組合　組合長　岡崎　政之
・乳牛検定組合　組合長　佐藤　繁雄
・酪農ヘルパー利用組合　組合長　前中　康男

★和牛生産改良組合総会

4月19日、和牛生産改良組合の総会がJA清里町2階会議室にて開催されました。

澤田組合長が開会宣言と議長を務め、議案第1号『平成29年度経過報告並びに収支決算書について』議案第2号『平成30年度事業計画並びに収支予算案について』議案第3号『平成30年度会費（改良組合・黒毛特別会計）並びに徴収方法について』議案第4号『JH北海道黒毛後代検定事業の実施について』議案第5号『肉用牛ゲノミック評価を利用した自家保留について』審議が行なわれました。質疑には、支出額についての質問等が出されましたが拍手を以って了承され、総会は終了しました。

◆平成30年度役員

・組合長　澤田　篤史
・副組合長　橋本　秀一

澤田組合長より挨拶

平成29年度北見管内乳質改善協議会 乳質改善対象乳質選抜条件大賞

㈱前中牧場が受賞

第8営農集団㈱前中牧場では平成29年度生乳生産において、生乳検査成績平均が生菌数0・2万（町内平均0・2万）、体細胞16・3万（町内平均16・9万）と乳質が非常に高く、衛生的乳質の選抜基準を満たし、北見管内乳質改善対象乳質選抜条件大賞を受賞しました。

〈選抜条件〉

○平成29年度乳質成績（平成29年4月～平成30年3月）
○36旬検査を行った生産者（事故対象者は除く）
○36旬検査において生菌数1・4万以下・体細胞20・9万以下を全ての旬で満たしている生産者

風にも負けず！ 札弦・緑資材セール

4月24日に札弦、25日に緑で毎年恒例の資材セールが行われました。今年は両日とも強風の中での開催となりましたが、開催直後からお客様が集まりました。毎年来て頂いている顔なじみの方が多く、現場の職員と購入品について話したり資材の相談をしたりしていました。「今年は風が強いねぇ」と言われる方もいらっしゃいましたが、今年も札弦・緑地区の方々に活用して頂けたようです。

お客さんは開始直後に集中していました

★廃プラリサイクル ー 今年も多くの廃プラが集まりました

6月26日、神威麦作センターにおいて、農業用廃プラスチック等の回収が実施されました。今回の回収では、受入戸数149戸（昨年155戸）から、農ビニール・農ポリ63、150kg、長芋ネット9、100kg、総重量で72、250kgを回収することができました。

受入戸数は昨年を下回ったものの、回収量は多く推移しており、組合員各位のリサイクル意識の高さを実感しているところであります。今後とも、リサイクルに向けたご理解とご協力をどうぞよろしくお願い致します。

続々と搬入

「北海道みらい事業」認定プロジェクト ～地元食材を使った交流と地産地消啓発～ JAも食材提供で協力させていただきました

6月12日、三浦和春氏による『手打ちそばの実演＆試食会』が、清里町生涯学習総合センターにて開催されました。三浦氏は、北海道150年事業「北海道みらい事業」認定プロジェクト～松浦武四郎の足跡を巡る～において北海道一周の徒歩踏破を実施しており、本イベントはプロジェクトの一環として地元食材を使った交流と地産地消啓発を目的に開催されました。

当日の参加者は約50名にのぼり、清里産の牡丹そばを使ったそば打ち実演で参加者もそば打ちを体験。子どもたちは生地を捏ねたり、麺棒で伸ばしたりする作業に興味を持って楽しんでいました。実演後には、JAより提供させていただいた長いも等の食材を乗せたぶっかけそばや、そばいなり、そばかりんとう、そば味噌、そばクレープといったアレンジ料理が振舞われ、参加者のおなかを満たしました。

初めてそば打ちをする子も楽しく体験

なかなか三浦氏のようにはできません…

第3回畑のキッチン開催
スイーツに負けないたくさんのあま～い笑顔

畑のキッチンが7月8日、プラネット97にて、親子13組（36名）の参加で開催されました。

今年は清里町産の豆をテーマに食の学習を行い、料理教室では町産食材をふんだんに使ったスイーツ作りを実施しました。食の学習では、青年部が本物の豆やクイズを使いながら子どもたちに豆の生育や加工物について勉強してもらい、子どもたちは興味津々といった様子で話を聴いていました。料理教室では女性部にご協力を頂きながらパンケーキと長いも白玉団子のお汁粉ときなこもち作りに挑戦。参加した子供たちは器用にパンケーキのデコレーションをしたり、団子を丸めたりと作業していました。最後に自分たちで作ったスイーツを食べ、子どもたちは「パンケーキが美味しかった」「初めてきなこを食べた！」「お団子がもちもち」と大変喜んでいました。今年も参加者親子には楽しんで頂けたようで、終始笑顔に溢れたイベントとなりました。

「玉入れ」

「かぼちゃの収穫」

「早着替えリレー」

『天は運まかせ』

「日常から少し離れて、競いあい、笑いあい、親睦を深める」

第17回 JA清里町女性部 スポーツレクリエーション

6月19日、JA清里町女性部（菅原みき部長）は清里町トレーニングセンターにてJA清里町女性部スポーツレクリエーションを開催、今年は第10営農集団石井桃子さんの選手宣誓で開幕しました。

新競技『早着替えリレー』では、農作業で使う帽子・ヤッケ・腕抜きを〝たすき〟の代わりにし、チーム対抗のリレーが行なわれました。普段着慣れた作業着なだけあって、皆さん着るのが早かったですが、リレーとなると皆さん気が焦るようで、チャックをすんなり上げられなかったり、帽子の結び目を上手に結べなかったりと奮闘していました。

その他、『運は天まかせ』、『じゃんけんサッカー』、『何色がお好き』『パン食い競走』に参加して頂きました。

今年度は白チームと青チームが同点、じゃんけんによる決勝で青チームが優勝となり、MVPは『玉入れ』で圧巻の連携プレーを魅せた黄色チームに贈られました。今年のスポーツレクリエーションも怪我なく終了し、気分転換と体力づくりの良い機会となりました。

選手宣誓
第10営農集団・石井桃子さん

★総合結果

優勝　青チーム（1・9集団）
第2位　白チーム（2・3・7集団）
第3位　黄チーム（4・5・10集団）
第4位　赤チーム（6・8集団）

『じゃんけんサッカー』

最後は全員で「じゃがいも踊り・清里音頭」

「パン食い競争」

『運は天まかせ』

「坊ちゃん・嬢ちゃん」

青年部ミニバレー大会開催

飛んで・防いで・拾って・打って！

例年ＪＡからも役職員でチームを編成して参加させていただいております。今年も青年部と関係機関が交流を深める良い機会となりました。

６月15日、清里町農協青年部ミニバレー大会が、清里町トレーニングセンターにて開催されました。雨天のため、当初予定されていたソフトボールから競技が変更となりましたが、各支部の青年部員チームの他、営農集団長・ホクレン合同、農業委員会、農民連盟、農協役職員の10チームが参加、大変賑やかな大会となりました。

優勝に輝いたのは青年部員チームの「モジャーズ」で、賞状と優勝旗が贈られました。

３ＪＡ親睦野球大会開催

優勝に輝いたのは２年連続ＪＡこしみず

５月27日、ＪＡ斜里町、ＪＡこしみず、ＪＡ清里町の３ＪＡとホクレン北見支所の全４チームによる野球大会が行なわれました。

親睦と健康推進の一環として実施されている本大会、今年は斜里町町営球場にて開催されました。大会開始直後はあいにくの雨に見舞われましたが、４チームによる白熱した試合が繰り広げられました。今年ＪＡに入った新人職員もバッターボックスに立ち、奮闘しました。

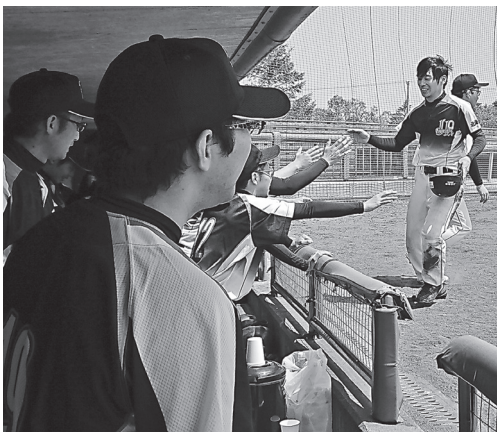
大会終了後には懇親会が開催され、新人を交えて組織間の親睦を深める事ができました

オホーツクＪＡ野球大会

延長戦の果てに逆転許す

６月３日、雄武町農村広場野球場にてオホーツクＪＡ野球大会が開催され、当ＪＡ野球部も参加して参りました。対戦相手はＪＡ北オホーツク、序盤は好調な試合運びでしたが、７回表で同点、延長戦の結果逆転され、悔しくも敗れました。

今年度は２回戦進出に至りませんでしたが、全員が怪我なく無事にシーズンを終えることができました。来年度は成績を残すことができるよう、野球部一同励んで参ります。



ホームページリニューアルのお知らせ♪

JA清里町ホームページが新しくなりました

以前よりもサイト内の表示がシンプルになり、各種項目が見やすく改善致しました。リニューアルに伴い、新たにJAのFacebookアカウントともリンクし、新鮮な情報がどしどし提供できるようになりました。また、組合員専用のページも設置され、営農支援情報、計画書・各取りまとめの様式が閲覧できるようになっています。同ページからはスペースアグリ、トレーサビリティシステムへもジャンプさせるようになっていますので、ご活用ください。オリジナル商品の清里切麦と長いものネット販売は、ホクレングリーンショップを通して町外・道外の方にも購入して頂きやすい環境を整備中です。この機会に、ぜひご覧ください。ご訪問お待ちしております。

新ホームページはこちらから↓

JA清里町も樽祭に参加協力

久々の町内での試食販売

6月30日ふれあい広場にて、第3回北海道清里「樽祭」が開催されました。当JAも今回から協力団体として地元へのPRを兼ねて、当JAの特産品「清里切麦」（うどん・ひやむぎ・ラーメンなど5種類）の試食販売を実施させて頂きました。

反応は上々で、近年あまり地元でのPR活動を行っていなかったことから、広く地元町民の皆様方に味わって頂ける絶好な機会となりました。近日悪天候が続く中で、参加者皆様の行いが良かったせいか、当日だけは何故か晴天に恵まれました。日差しが強くとても暑い一日でしたが、町内外からも大勢の方々にお越し頂き、盛大な「樽祭」となりました。

さわやかな冷やし麺となって登場

全農の『みのる食堂』でメニュー化

清里生うどん（細切）

東京都中央区銀座4丁目銀座三越店9階「みのる食堂」で、清里生うどん（細切：別名　生ひやむぎ）を使用した〝ゆず塩冷やし細麺〟がディナータイムメニューに登場。暑い東京では、とても好評とのことです。上京した際には、是非足を運んでご賞味頂きたいものです。

親子で考えよう

農業の事業承継

イラスト：ゆきたけし

農業経営の継承について親子で話し合ったことはありますか。
継承について考えることは早ければ早いほど良いのです。
先延ばししても避けて通ることは出来ません。
この機会にしっかり考えましょう。

監修：全国農業協同組合連合会 耕種総合対策部 TAC 推進課
https://www.zennoh.or.jp/tac/

日本の農業と事業承継について考える

【避けて通れない事業継承】

事業継承とは、一言でいえば、組織の財産や人材、権利、義務を受け継ぐこと。農業法人でも、集落営農組合、個人経営でも、全ての経営体で避けて通ることはできません。また、名義を変更すれば済むわけでもなく、農地や農機、設備、現金、預貯金など目に見える物と、技術、取引先や地域の人との人間関係、経営理念や農家としての誇りなど目に見えない物のどちらも継ぐことになります。

農業に限らず、全ての経営体の選択肢は三つあり、それは（1）承継（継ぐ）、（2）売却（売る）、（3）廃業（畳む）です。これ以外に選択肢はありません。実際には、この決断を先延ばしにしていることが多いのではないでしょうか。その背景には、そもそもどうしたら農業経営を継ぐことになるのかといった、承継の定義自体があいまいなことがあるようです。

【日本の農家の現状】

２０１７年以降、団塊世代（１９４７～１９４９年生まれ）が70歳を向かえ、一気に世代交替が進むと同時に離農も進むと予測されます。ＪＡの正組合員も、70歳以上が全体の49％を占めています。

国が力を入れている農業法人は増えてはいるものの、全体の割合としてはまだまだ低く、離職率約４割というデータも出ています。新規就農者数は増えていますが、耕作放棄地の増加に歯止めがかからない状態です。だからこそ全国の農家で事業承継の取り組みを進めていく必要があります。

親世代、子世代でよく聞く声

親世代

- 子どもに話を切り出すタイミングがなくて……。
- こんなに厳しい農業を子に継がせるのは……。
- 経営の話をするのが難しい。
- 子どもに任せられるか、とにかく心配。
- 何を教えればいいのか分からない。

子世代

- いつかは継がなければいけないんだろうけど、どうしよう。
- 農科の子としてはいろいろ思うところもあるけれど……。
- 親とは違う経営をしたい。でも、親にはかなわない。
- 親はまだ元気そうだし、継ぐという覚悟が決まらない。
- 話し合いをしても、いつもけんかになっちゃう。

「後から」では家族が困る

父親が倒れてから、亡くなってから、では遅過ぎます。「親と話し合っておけばよかった」と後悔する前に話し合いをしておきましょう。

- 通帳、権利書、共済証書、契約書、発注書、請求書はどこ？
- 資材の購入先は？連絡先は？
- 機械の鍵はどこ？どうやってエンジンをかけるの？
- あの田んぼは誰の？預かっているの？　いつまで？
- 借金があった。知らなかった。
- お金のことがまったく分からないので、自分一人で管理する自信がない。
- 確定申告はいつまでにやるの？複式簿記って？
- 相続税、贈与税って何？
- 栽培だけでも手いっぱいで、販売・加工はどうしたらいい？
- 子育てで忙しくて奥さんも手伝ってくれないし……。
- 消防団も地域の祭りも自治体の役員も……。
- 分からないことばかりの状態で本業の仕事をやりながら引き継げるのか？
- 種まきは待ってくれない。収穫も待ってくれない。

実践！ ステップを踏んで 事業承継に取り組みましょう

事業承継は継ぐ側、継がせる側が意欲的に取り組んでこそスムーズに進むことが理解できたでしょうか。そして実際に行動することが肝心です。

STEP 1	話し合いのルールを確認する	親子で話し合う際のルールを作成し、協力しながら承継を進める土台を共有しましょう。
STEP 2	ライフプランを立てる	農業に限らず「家族のこと」「お金のこと」について今後のライフプランを考えましょう。
STEP 3	経営や実態を把握する	資産や労働力、機械装備に何があるかなど、家の現在の農業経営の実態を知りましょう。
STEP 4	事業承継タスクを整理する	「人」「物」「お金」「情報」「顧客」を承継するために、具体的かつ実効性のある課題を考えましょう。
STEP 5	事業承継計画を作成する	着実に事業承継を実行できるように、「いつまでに」「何をするか」の10年計画を立てましょう。

事業継承ブックより引用、改変

【早めの承継は大きなチャンス】

日本の農業の98％は家族経営です。親元就農にはメリットがたくさんあります。

- ●土地、農機、施設を引き継ぐことで初期投資が抑えられる
- ●栽培技術のノウハウを一から受け継ぐことができる
- ●親が築いた顧客、地域からの信頼を引き継ぐことが出来る
- ●長期的な視点で経営判断が出来る
- ●一番大事にしたいこと（経営理念、存在意義や誇り）を守ることができる
- ●周囲の人々（親族、従業員、取引先、地域の人）が納得できる承継である

農業経営の可能性も膨らみます。多角化や複合化、コンピューター技術を取り入れるなどベンチャー的チャレンジも、ゼロからのスタートではない分、取り組みやすいといえます。

『事業承継ブック』
～親子間の話し合いのきっかけに～

２０１７年１月発行（ＪＡ全農）。継ぐ側、継がれる側どちらからも事業承継の内容や必要性が理解できるよう「準備編」と「実践編」の２部から構成されています。詳細は、お近くのＪＡへお問い合わせください。

【必要なら第三者の協力を】

事業承継は親が元気なうちに行なうのがベスト。事業承継のタイミングは、実は「今すぐ」です。親が亡くなってから子が後を継ぐのは、事業承継というより相続です。考え方も根本的に違い、受け身になりがち。対して、事業承継は積極的に経営を引き継ぐという意思の表れであり、能動的。事業（農業）に取り組むやる気も違ってくるはずです。

とはいえ、いざ事業承継の話になると親と子では関係が近過ぎて、冷静に話が進まないことってありませんか。そんなときフォロー役として当事者以外の家族の役割も重要ですが、第三者に仲介してもらうこともお勧めです。全国のＪＡでもＴＡＣ（地域農業の担い手に出向くＪＡ担当者）を中心に事業承継支援の取り組みが広がってきています。お近くのＪＡにご相談ください。

大事なのは、両者がテーブルに着くところから。

理事会の経過をお知らせ致します

第6回 5月28日

付議事項

議案第1号 平成30年度農作物作付面積実測計画について

議案第2号 理事に対する貸付について

議案第3号 平成29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給について

議案第5号 第39回臨時総会の開催について

議案第6号 平成30年度役員道外視察研修の実施について

議案第7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

1. オホーツク管内でん粉工場整理統合の経過について
2. 持続可能な北海道農業の確立に向けた組織討議について
3. 畑作・青果対策の樹立に関する組織討議について
4. 清泉産種子馬鈴薯に対する各種対策費等の見直し（案）について

報告事項

1. てん菜のルール等をめぐる情勢と今後の対応について
2. 平成29年産原料てん菜の特別対策について
3. 麦をめぐる一般情勢について
4. 清里町農協狩猟免許取得経費等助成金要領の制定について
5. 清里町農地・水保全広域協定運営委員会の平成29年度実績および平成30年度計画について
6. 秋蒔小麦の冬損に伴う転作状況について
7. 斜里郡３ＪＡ種子麦協議会の内容報告について
8. 3月9日暴風雨被害に係る農地災害復旧事業申請結果について
9. 平成30年度固定資産取得および修繕費の価格交渉結果について
10. 平成30肥料年度肥料価格について
11. ＪＡ全国監査機構監査（一般監査）の実施について
12. 経営定期点検（4月期）の実施結果について
13. オホーツクＪＡ組合長会海外視察研修の参加について
14. 青年部ソフトボール大会の開催について
15. 新採用職員の農家実習について

第7回 6月25日

■監査講評

1. 平成30年度5月末監査講評について

付議事項

議案第1号 平成30年度麦作センターの操業計画について

議案第2号 平成30年度麦作センターの自主検定員の選任について

議案第3号 信用事業方法書の一部改正について

議案第4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

1. 平成30年度農作物作付実測の集約について
2. 平成30年度ジャガイモシロシストセンチュウに係る夏季植物検診の実施について
3. オホーツク管内におけるコムギなまぐさ黒穂病に係る対応の基本的な考え方について
4. でん粉工場加温済み処理土の組合員向け配布について
5. コンバイン講習会の開催日程について
6. 平成30年度コンバイン配車について
7. ビート用ペーパーポット分離不良対応について
8. 中斜里区域てん菜振興協議会海外視察研修の参加について
9. 組合員の加入・脱退および事業の実施内容の報告について
10. 内部監査の実施結果について

第8回 7月11日

付議事項

議案第1号 平成30年度農産物および特用作物等作況調査の実施について

議案第2号 （暫定）平成31年度主要農作物指標面積の設定について

議案第3号 夏季懇談会の開催と懇談事項について

協議事項

1. でん粉工場整理・統合に係る意見集約について

報告事項

1. 平成29年産原料てん菜代金の本精算払い（64万tまで）について
2. 平成29年産原料てん菜の特別対策の結果について
3. 砂糖の消費拡大対策の実施について
4. 畑作・青果対策の確立に向けた平成31年度農業予算概算要求に関する政策提案について
5. 平成30年度麦作センター自主検定委員の選任結果について
6. 平成30年産小麦の品位係数の考え方について
7. 寄付金の支出について
8. 総合的リスク量管理の状況報告について
9. 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
10. 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
11. 長期共済一斉推進の結果について
12. 平成29年度事業における管内各JAの組合員資本の比較および当JAの推移について

★新規採用職員をご紹介します

●名　前　井上（いのうえ）　拓哉（たくや）
●生年月日　平成5年3月31日
●出身地　斜里町
●出身校　JAカレッジ
●趣味・特技　音楽鑑賞・サッカー
●配属先　営農部農畜産課
●抱　負　わからないことばかりでご迷惑をお掛けすることがあると思いますが、一生懸命頑張ります。よろしくお願い致します。

■記載不備のお詫び■

前回発行の組合だよりNo.347（5月号）「職員採用」に最終学歴が記載されておりませんでした。お詫びして訂正いたします。

○伊藤　渓刀　JAカレッジ
○菊池　優介　札幌学院大學
○古屋　翔　JAカレッジ
○上野　史遠　北海道武蔵女子短期大学

JAやJA関連団体へ100%就職（平成29年度実績）
大学・短大・専門学校・高校生大歓迎 第1回学生募集 JAカレッジ
●60名 ●1カ年、全寮制 ●満24歳未満（平成30年4月1日現在）
●大学卒及び見込、短大・専門学校卒及び見込、高校卒及び見込
男女共学　JA、JA関連団体へ就職
●試験日：9月8日・9日 ●願書受付：7月2日～8月13日消印有効 ●学校見学もできます
お問い合わせ 資料請求
JAグループ職員養成校 JAカレッジ
一般財団法人 北海道農業協同組合学校
〒069-0834 江別市文京台東町43-1
0120-918-417 JAカレッジ 検索

◆篤志による寄贈ありがとうございました

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熊谷信行前専務より、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。

組合員状況

〈平成30年7月1日現在〉

■組合員数			〈前回報告より〉
正組合員	（個人）	223名	（変動なし）
〃	（法人）	12法人	（変動なし）
准組合員	（個人）	1,313名	（6名増）
〃	（法人）	0法人	（変動なし）
〃	（団体）	20団体	（変動なし）
	（合計）	1,568	

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

オクラ

～ネバネバパワーで夏バテ予防～

オクラのプロフィル
【分類】アオイ科トロロアオイ属
【原産地】アフリカ北東部
【和名】秋葵、アメリカネリ、陸蓮根（おかれんこん）
【おいしい時期（旬）】夏（6～9月ころ）
【主な栄養成分】ガラクタン、アラバン、ペクチン、ビオチン、β-カロテン、カリウム、カルシウム、マグネシウムなど

解説：KAORU

見分け方

全体が細かい産毛で覆われていて張りがある

全体の緑色が鮮やかで美しく、へたの切り口がみずみずしく変色していない

育ち過ぎると堅くて食味が劣るとされる。大きいものよりも小さい方がお薦めだよ

保存方法

涼しい環境なら常温でもOk

乾燥と低温には弱いよ

夏場は傷みやすいので冷蔵庫の野菜室で保存してね

目安　2～3日

新聞紙などで包み、ポリ袋に入れて野菜室へ

ゆでてから包丁でたたいたり、フードプロセッサーにかけてピューレ状にして冷凍することも可能。炒め物や汁物に使う場合は、生のままでも冷凍できる

目安　1カ月程度

長期保存する場合は、堅めにゆでて水気をしっかり拭き取り、保存袋などに入れて冷凍する

オクラのチカラ

期待される効能

バランス良く栄養素を摂取できるよ

高血圧予防に良いとされるカリウムや、エネルギーの代謝を助けるビオチンなども多く含有。β-カロテンやビタミンB群、カルシウム、葉酸、マグネシウムなどのミネラルも適度に含む

オクラの特徴であるネバネバは、主に複合タンパク質と水溶性食物繊維のペクチン。複合タンパク質は夏バテ予防に効果的。ペクチンは整腸作用やコレステロールの吸収を抑制し、血圧を下げる効果があるといわれている

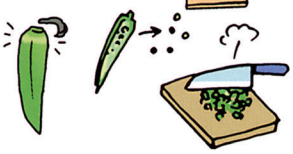
楽しみ方・食べ方のコツ

下ごしらえ

塩をまぶして産毛をこすり取ると口当たりや風味が優しく色が鮮やかに仕上がる

細かく刻むほど、粘りが出るよ

がくの黒い部分は、面取りするようにむくと見た目がきれいで、口当たりも良くなる



ソースにしたり、包丁でたたいたりする場合は、ゆでてから中の種を取り除くとと滑らかで色鮮やかに仕上がる

ゆで方

浸したままにしておくと水っぽくなってしまうよ！

沸騰してから湯に入れること。塩加減は2gを目安に。約2分でゆで上がるが、時間は好みで調節を。ゆで過ぎると歯触りが損なわれる

ゆで上がったら、冷水でいったんさらし、まだぬるいくらいですぐにざるなどにあげておく

手軽にサラダのトッピングに用いたり、ゆでダコなどとあえ物に

赤オクラは加熱すると緑色に変わってしまうので、産毛を落として生食がお薦め！

夏はたたいて冷ややっこや魚料理のソースにしても爽やかな味わいがよく合うよ

オクラのいろいろ

オクラ

国内で一般的に出回っているのは切り口が星形になる「五角種」。果皮が濃い緑色で中に種が入っていて粘りがあり、おおむね5～8cmくらいで収穫される。刻んであえ物に、丸ごと炒めたり天ぷらにしても美味

白オクラ

白みがかった淡い緑色のオクラ。生食向きで「サラダオクラ」ともいわれ、柔らかくて癖のない味わい。粘りが普通のオクラに比べて強く、大きく育っても堅くなりにくい

赤オクラ・紅オクラ

皮が赤～赤紫色のオクラで、サイズや味、粘りなどは普通のオクラとあまり変わらない

ミニオクラ

長さ2～3cmの小さいうちに早取りした小さなオクラ。柔らかいので生のままおいしく食べられる。サラダやあえ物、料理のアクセント、お弁当などにもお薦め

丸オクラ

さやが角張っていない。沖縄県が主産地の「島オクラ」や、八丈島で栽培されている「八丈オクラ」が有名。大きく育ってもあまり堅くならないのが特徴。粘り気が強く甘味もあり、サラダやあえ物、炒め物などに使える

オクラのヒミツ

産地と旬

産地は鹿児島県や高知県、沖縄県などの暖かい地域が主流。旬は夏だが、ハウス栽培などによって通年出回る

歴史

原産地はエジプトやエチオピアなどアフリカ北東部と考えられていて、エジプトでは紀元前から栽培。米国へは18世紀に伝わり、日本へは幕末に伝来

一般家庭の食卓に並ぶようになったのは1970年ころから。それまでは主に花を鑑賞するのが目的だった