



PUBLIC MAGAZINE

パブリック マガジン

第439号

かみいほろ

発行 上士幌町農業協同組合

編集 営農振興部営農振興課

印刷所 上士幌印刷

謹賀新年

2024 元旦

目次

P 1～7…年頭のご挨拶	P 17 ……すずらん会11月例会 すずらん会12月例会
P 8 ……謹んで新年のお慶びを申し上げます	P 18 ……酪農情報
P 9 ……理事会だより ミルクレシビ	P 19 ……酪農振興会「女性のためのビギナー講座」 開催 永山久男の健康万歳
P 10 ……農協法公布記念日にあたって	P 20 ……酪農振興会ホクレン本所及び J A 北海道中 央会と意見交換会開催 令和5年度 J A 北海道大会実践フォーラム開催
P 11 …… J A 青年部子ども農業体験 (酪農)	J A 上士幌町種子馬鈴薯専用コンテナ置場 新設工事地鎮祭
P 12 …… J A 青年部「上士幌学」で農業理解を 第48回 J A 十勝青年部大会盛大に開催される 行事予定	P 21 …… J A 上士幌町役員視察研修会 コンプライアンス研修開催
P 13 …… J A 青年部管外合同視察研修開催 第72回 J A 青年部全道大会開催	P 22 ……農畜産物消費拡大運動 体を動かすためのヒント
P 14 ……女性部日帰り研修会開催 家の光	P 23 ……秋の収穫作業風景
P 15 ……女性部研修旅行	P 24 ……令和5年度巡回ドックの最終案内
P 16 …… J A 女性部 J A 十勝地区女性協議会創立70 周年記念式典開催 第56回 J A 北海道女性大会・北海道家の光 大会開催	P 25 ……年末年始業務体制

# 年頭のご挨拶



代表理事組合長

## 高橋 昭博

と円安の影響によって、引き続き燃油・生産資材等の価格は高止まりしている状況であり、農業経営に甚大な影響を及ぼしています。

さて、昨年の本町農業を顧みてみますと、四月から五月にかけては好天に恵まれ、春作業は順調に経過しました。一部干ばつの懸念もありましたが、六月からは高温傾向が顕著となり、断続的な降雨が重なって高温多湿の状況となりました。

この影響から平年よりも早い段階で、てん菜では褐斑病の初発が確認されました。七月に入っても気温が高く、小麦の収穫作業では平年より十日ほど早く終了するなど作業、生育ともに順調に進んだところであります。青果物では高温多湿の気象状況から、特にスイートコーンにおいて早期過熟により品質、収量ともに大きな被害を受けました。九月も平均気温は高く、最低気温が高かったこともあり、小豆や菜豆において

は落葉が進まず収穫作業に苦慮したことと思います。てん菜は褐斑病や根腐病の影響から糖度が平年の八割程度に留まる結果となりました。このように一部の作物では猛暑の影響を受けましたが、畑作物全般としては総じて平年並みとなりました。また、飼料作物においては、品質こそ若干劣るものの、収量は平年以上を確保することができました。

一方、生乳生産においては、引き続き生産抑制下での生産となり、さらに記録的な猛暑の影響もあつて生乳生産に打撃を与えました。家畜消流においては生産費の高騰もあつて需要の低迷が続く、価格が軟調に推移しているため、依然として厳しい状況が続いております。このような農業情勢においても、研鑽を惜しまず日々努力される組合員の皆様には心より感謝と敬意を表するところであります。

昨年の国内の平均気温は統計開始以来最も高く、異常と

も言える猛暑でありました。しかし、今後はこの異常気象が常態化することも予想されております。そもそも農業は、国土・風土・気候等によって左右されながら、わが国の歴史や文化と共に先人の手によって形成されてきたものであります。決して市場原理だけでは律することはできず、農業の特色やその持つ意義を理解し、維持・発展がなされなければなりません。そのため

には組合員やそのご家族の皆様と地域全体で協同することが不可欠となります。「農業は国の礎」という自信と誇りをもって協同組合に結集頂きますよう衷心よりお願い申し上げます。

結びに、組合員並びにご家族の皆様のご多幸を願いつつ、不断の努力が報われる一年となりますことをご祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

組合員並びにご家族の皆様には新年を穏やかに迎えられることと心よりお慶びを申し上げます。また、旧年中は当組合の事業運営に対しまして、格別なるご理解とご協力を賜り、役員を代表して厚く御礼を申し上げます。

さて、昨年五月に新型コロナウイルス感染症が五類に見直されたことで、ようやくコロナ禍前の日常を取り戻したところであります。国内経済を支える重要な柱であるインバウンド消費は過去最高とな

り、輸出産業を中心に業績を回復しています。しかし一方では、約四十年ぶりとなる記録的な物価高騰により個人の消費マインドは冷え込んでいく状態にあります。

農業を取り巻く情勢は、大きな転換期にあります。世界規模で自然災害が頻発し、異常気象への対応が求められています。また、世界の人口は増加を続け、わが国の食のリスクが増大しています。さらに、ロシア・ウクライナ紛争や中東での紛争など国際紛争

# 年頭のご挨拶



会長理事

小 椋 茂 敏

令和六年の新春を迎え、謹んで念頭のご挨拶を申し上げます。

組合員並びにご家族の皆様には、穏やかにこの希望に溢れる新年をお迎えになられたことと心からお慶びを申し上げます。

また、平素より本組合の事業運営には、深いご理解とご協力を賜っておりますことに御礼申し上げます。あわせて本年も変わらぬご厚誼を賜りますよう心よりお願い申し上げます。

げます。

さて、昨年作況を振り返って見ますと、全道的に春先から天候に恵まれ、小麦収穫までは概ね順調に推移したのもと思えますが、その後の記録的な猛暑と断続的な降雨による高温多湿の気象状況により、各作物の品質や収量に影響を与えました。特に青果物や生乳生産におきましてはその影響が顕著となった年でありました。

一方、新型コロナウイルス

感染症の五類移行後、三年間の空白を取り戻すかのように、

国内経済にあつてはインバウンド消費がコロナ禍前の水準を超え、過去最高を記録するなど、経済が活発に動き出した年でもありました。円安によつて輸出産業では業績を伸ばしている一方、農業分野では、長期化する国際紛争の影響が相まって、肥料や燃油などの原材料価格の高騰が続いており、そのコスト上昇分を補えるほどの価格転嫁が思うように進んでいないのが現状であり、生産現場が危機的状況におかれています。

コロナに対する警戒感が和らぎ、サービスの消費はことのほか好調であります。物の消費、特に農畜産物を含めた食品の消費につきましては個人消費が低迷している状況にあります。この状況を一刻も早く打開しなければ生産現場は疲弊し、将来の我が国を

残すこととなります。現に、

世界的な気候変動、人口急増や世界各国で繰り返されている紛争などによつて食料不安が深刻化しており、自国の食料の確保が急務となつています。食料自給率が低迷している我が国にとりまして、すべ

ての国民が継続的に合理的な価格で安心安全な食料を手に入れることができるようにするために、生産現場の目線に立った対策や支援が必要不可欠となります。このような状況だからこそ、JAグループに集結し、農業団体そして生産者が一丸となつて、これらの問題に向き合つて行くことが必要です。

組合員の皆様にとつては、ここ数年で大きく農業情勢が悪化し死活問題となる中にもかかわらず、日々の努力を惜しまず営農に勤しむその姿には深甚なる敬意を表するところであります。

先の見えない不安な情勢が

続いておりますが、明けない夜がないように必ず明るい兆しは見えてきます。希望の光はあと一步のところまで差し込んでいます。このような厳しい状況だからこそ「協同」

の力をもつてこの激動の時代を乗り越えて行かなければなりません。そのためには組合員並びにご家族の皆様のご理解とご協力をなくして成就することはできません。今後も協同組合に結集頂きますよう衷心よりお願い申し上げます。私も皆様のご期待に沿えるよう、全身全霊でJA北海道中央会の職務を全うする所存であります。

結びに、組合員並びにご家族の皆様がご健勝で、穏やかに営農と生活を営むことができますよう切に念願し、あわせて豊穡の出来秋となることを祈念して新年のご挨拶とさせていただきます。

# 令和6年の 年頭にあたり



北海道農業協同組合中央会  
代表理事会長

## 樽井 功

新年あけましておめでとう  
ございます。

組合員の皆様におかれましては、日々営農に更に邁進されておられることと存じます。

また、組合員・役職員の皆様が一丸となり地域農業の振興や地域社会の発展に向け、日頃より多大なご尽力をされていることに対しまして、改めて敬意と感謝を申し上げる次第であります。

昨年の北海道農業については、春先は天候に恵まれ地域によって降雪被害や竜巻の被

害が見られたものの、概ね、

平年並みに推移しております。しかしながら夏場は猛暑

による記録的な高温多湿の影響を大きく受け、各作物の生育自体は、一般的に平年よりも早く進んできましたが、各作物等の収量および品質の低下が顕著となる残念な年でした。

新型コロナウイルス感染症の位置付けは昨年五月より五類に移行し、コロナ禍以前の日常を取り戻しつつあります。各農畜産物の消費は依然

として低迷しており、さらに国際紛争や急激な円安の進行による飼料・肥料をはじめとした生産資材の高止まりが、農業経営に与える影響は甚大なものとなっております。

さらにこれらの影響を受け、世界の食料需給事情が一変しました。輸出制限を行い、自国の食料を確保する各国の動きが活発化し、世界的な人口増加による食料不足問題など食料争奪合戦がすでに始まっています。我が国の食料を安定的にどう確保するのか。今こそ大いに食料安全保障の国民的議論が必要となっております。

現在、日本の食料自給率は三十八%しかありません。これは、世界の先進国の中で最低の水準であり、六割以上の食べ物を輸入に頼っているのが日本の現状です。

食料安全保障の強化が国家の喫緊の課題であることから、我が国の食料供給基地である

北海道農業が果たしてきた役割、そして北海道農業への期待は、今後ますます大きくなるものと考えております。

J A グループ北海道は、日本の食料基地であるという使命感に立ち、食料の安定生産・安定供給と農畜産物の需要拡大を両輪として引き続き取り組むことが重要であり、国民の命の源である食を守り続けるにも、まさに新しい農業を築き、未来の世代へ繋いでいく必要があります。行政や全国連とも連携し、しっかりとその対応を図って参ります。

今年、第三十一回 J A 北海道大会が開催されます。

また、第三十回 J A 北海道大会の実践最終年度であり、決議された将来ビジョンである、「北海道五百五十万人と共に創る『力強い農業』と『豊かな魅力ある地域社会』の達成」の成果をしっかりと検証し、次の J A 北海道大会に繋

げていく必要があります。

このような状況であるからこそ、協同組合運動の原点に立ち返り、相互扶助の精神に基づき互いに協力し、力を合わせこの難局を乗り越えることが重要となります。

消費者の皆様に対しては、今まで以上に農業・食に対する理解を求めするため、J A グループ北海道統一の情報発信のフレーズである「アグリアクシオン北海道」を浸透させ、より効果的な情報発信を行い、J A グループが提唱する「国消国産」の認知を広めて参りましょう。

結びになりますが、本年は辰年です。辰年は陽の気が動いて万物が振動するので、活力旺盛になって大きく成長し、形がととのう年だといわれています。

この謂われにあやかり、本年が豊稔の年となること、皆様のご健勝をご祈念申し上げます。年頭のご挨拶といたします。

# 年頭のご挨拶



十勝農業改良普及センター  
十勝北部支所

支所長 **中村 浩**

新年明けましておめでとう  
ございます。皆様におかれま  
しては、ご健勝にて令和六年  
の新たな年をお迎えのことと  
お慶び申し上げます。また、  
日頃より当センターの普及活  
動に対しましてご理解とご協  
力を賜り、心より感謝申し上  
げます。

昨年の上士幌町における四  
月から十月までの気象経過を  
平年と比較しますと、積算気  
温は百十八%、積算日照時間  
は百五%、積算降水量は八十

八%となっております。また、  
前年の根雪始は平年より八日  
遅かったものの、最大積雪深  
は平年より十六cm深く、最大  
土壌凍結深は平年より三cm浅  
くなりました。融雪期は平年  
より十日早く、その後も好天  
が続いたため耕起始は二日早  
く、てんさいのは種・移植、

ばれいしよの植え付け作業は  
順調に進みました。五月上、  
中旬にやや低温の時期があつ  
たものの、サイレージ用とう  
もろこしや豆類のは種作業は

平年並に終了しました。六月  
下旬から七月中旬にかけては  
降水量が多く、てんさいの褐  
斑病の初発が平年より早まり  
ました。七月十一日には一部  
の地区で大雨による冠水や、  
雹の被害がありました。六月  
以降、継続して高温で推移し  
たことにより作物の生育は早  
まり、とくに豆類の開花が早  
く、大豆で十三日、小豆で六  
日、金時で五日平年より早く  
なりました。七月中旬から九  
月にかけて記録的な高温とな  
り、小麦の収穫やばれいしよ  
の収穫は順調に進んだ一方、  
豆類の葉落ちが非常に悪く、  
成熟は進んでいるものの収穫  
に時間を要し、収穫期は平年  
並となりました。小麦、ばれ  
いしよは平年を上回る収量と  
なつたものの、夏から秋の高  
温の影響により豆類では品質  
が劣り、てんさいは褐斑病の  
多発から糖分がかなり低い結  
果となりました。

この一年の大きな変化とい

うと、昨年五月八日に新型コ  
ロナウイルスが五類へ移行し、  
経済が少しずつ元に戻りつつ  
あることがあげられます。国  
内農畜産物の消費がさらに拡  
大することが期待されます。  
しかしながら、昨年の夏の異  
常な高温は、地球温暖化を再  
認識する機会となりました。  
農産物の品質低下や、豪雨や  
雹による被害、家畜の乳量や  
繁殖への影響など、今後の脅  
威となりつつあります。さら  
に肥料、輸入飼料、資材、燃  
油等エネルギーの高騰、担い  
手不足など、農業を取り巻く  
環境は厳しい状況が続いてい  
ます。

今すぐとれる速効的な対策  
は少ないかもしれませんが、  
過去においてもこのような敵  
しい時代はあつたと思ひます。  
いつの時代もそれを乗り越え、  
実践してきたのは人でありま  
す。少し遠回りになりますが、  
農業者と関係機関が力を合わ  
せ、人づくりをしていくが最

大の対策になるものと考えま  
す。  
普及センターでは重点的に  
取り組む地域課題として、幸  
福地域（六戸）を対象とした  
ばれいしよ「きたひめ」の栽  
培技術の改善に取り組んでい  
ます。また令和五年秋から畜  
産農家の方々対象とした畜産  
ゼミナール（主に若い担い手  
を対象）と和牛飼養管理講習  
会を開設いたしました。今後  
とも関係機関の皆様方と連携  
して、普及事業の基本テーマ  
である「地域の目となり耳と  
なる普及」「農業者のそばに  
立つ普及」「地域の知恵袋と  
なる普及」を念頭に、人づく  
りに邁進していく所存であり  
ます。

結びに、皆様方とご家族が  
健康で稔り多き一年であるこ  
とをご祈念申し上げ、年頭の  
ご挨拶とさせていただきます。

# 年頭のご挨拶



ホクレン清水製糖工場  
北部原料所

所長 鍵下 恵太

新年明けましておめでとう  
ございます。皆様におかれま  
してはつつがなく新しい年を  
お迎えのこととお慶び申し上  
げます。また、日頃よりホク  
レン清水製糖工場及び北部原  
料所の活動に對しまして、ご  
理解とご協力を賜っておりま  
すことに心より感謝申し上げ  
ます。

さて、昨年のでん菜の春作  
業は直播播種・移植定植とも

に最盛期が平年より早く実施  
されましたが、この時期は強  
風の日が多く、補植作業など  
で苦労されたことかと思わ  
れます。その後は、初期生育  
期間（七月上旬まで）の気温  
が平年より高く推移したこと  
により生育は順調に進み、八  
月下旬では平年より生育が良  
く、高い収量が期待できる状  
況でありました。一方で、褐  
斑病の初発は平年より早く確

認され、夏場の気温も非常に  
高く、多湿条件が続いたため、  
八月中旬以降に褐斑病の発生  
が見え始め、九月以降も  
気温が高く推移したことによ  
り褐斑病の蔓延を抑えきれな  
い状況となりました。その結  
果、収量は平年並となりまし  
たが、収穫期間の気温が高か  
ったことも影響し、糖分につ  
きましては平年を下回る結果  
となりました。褐斑病につき  
ましては、耐性菌の発生が確  
認されていることから使用で  
きる薬剤も限られている状況  
ではありますが、昨年の様な  
猛暑でも発生を抑えられるよ  
うに防除方法の見直しを行っ  
ていきたいと考えております。  
製糖工場としましては、生産  
者から供給していただいた貴  
重な原料でん菜を一つも無駄  
にすることなく砂糖にすべく、  
現在も操業が続けられていま  
す。

話しは変わりますが、近年  
の原料でん菜の受入輸送は人  
手不足の環境下におけるドラ  
イバー不足のため車両確保に  
毎年苦慮している状況にあり  
ますが、車輛確保にご尽力い  
ただいたJA上士幌町様に対  
しまして、心より感謝申し上  
げます。また、昨年は輸送日  
程が予定より早まる中での原  
料輸送となりましたが、出荷  
原料が確保できるよう生産者  
の皆様にはご協力いただき、  
心より感謝申し上げます。昨  
年の輸送から2024年問題  
に向けて輸送休日を増やさせ  
ていただいておりますが、本  
取り組んで参りたいと考えて  
おります。

昨年から引き下げとなつてお  
り、肥料・農薬など資材価格  
も高止まりしております。製  
糖工場としても、持続可能な  
畑作経営のために必用不可欠  
なでん菜について、生産者皆  
様の安定生産・所得確保に向  
けてJA・関係機関と連携し、  
栽培技術指導などの営農支援  
活動、適正な輪作体系の維持  
をしていくための活動を行っ  
ていきたいと考えております。  
些細なことでも、原料でん菜  
に関する事でご相談などあ  
りましたら、ホクレン北部原  
料所をご活用していただけれ  
ば幸いです。  
結びになりますが、皆様方  
とご家族のご健勝とご多幸並  
びに豊穰の秋を迎えられます  
ことを心よりご祈念申し上げ、  
新年の挨拶とさせていただきます。

# 楽しい女性部をめざして



J A 上土幌町女性部

部長 布谷 桂子

新年明けましておめでとうござい  
ます。

日頃よりJ A 女性部活動に対し、  
組合員の皆様並びに関係機関の皆様  
にはご理解とご協力を賜り感謝申し  
上げると共に、ご家族お揃いで新春  
を迎えられましたこと心よりお慶び  
申し上げます。

今年度の女性部活動は、新型コロ  
ナウイルス感染症が五類に移行され  
たことを受け、ようやく従来の活動  
を取り戻しつつあります。

十一月には五年ぶりとなる研修旅  
行を行い、しまなみ海道・広島方面  
へと赴き様々な地域への見聞を広め、  
十二月には日帰り研修会において部  
員同士の交流を深めることが出来ま  
した。皆の笑顔を見られたことが何  
よりの嬉しい時間となりました。

また今年度は、女性部設立七十周  
年という大きな節目の時を迎えてお  
ります。部員数の確保など課題はあ  
りますが、自分達のやりたいこと、

J A 女性部だからこそ出来ることは  
何かを皆で考え活動し、農業を盛り  
上げていければと思います。そして、  
仲間との交流が日々の頑張るエネ  
ルギーとなるような、楽しく、気負わ  
ず参加出来る場であり続けたいと思  
います。

女性部未加入の方、再加入希望の  
方、いつでもお待ちしております。私  
達と一緒に楽しんでいきましよう！  
最後になりますが、今年も皆様に  
とって最良の年となることを願ひ新  
年の挨拶と致します。



研修旅行



女性部花壇づくり



フレミズ部会 夏季研修会



すずらん会 ポッチャ体験会

# 地域に根差した 青年部活動を



JA上土幌町青年部  
部長 佐藤 達弥

新年明けましておめでとございませう。日頃より皆様方には青年部活動に対しご理解、ご協力を賜りまして厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返ってみますと、春先から天候に恵まれ、春作業は順調に進んだかと思えます。しかし、六月から記録的な猛暑と断続的な降雨による高温多湿の気象状況により、各作物の品質や収量に大きな影響がありました。特にスイートコーンにおいては早期過熟により品質、収量共に大きな被害を受け非常に厳しい状況でした。また、生乳生産におきましても記録的な猛暑の影響もあり、大きなダメージを受けたかと思えます。

社会情勢へ目を向けますと、まだまだ飼料・肥料など生産資材の価格高騰から農業経営に与える影響は計り知れませんが、この大きな問題を乗り越えていくためには、JAグループの一員として各青年部も力を結集し対応していく必要があります。我々青年部は少しずつ活動の制限が抑制され、地域の為、未来の農業の為に自

分たちが出来る活動に全力で尽力して参りました。

食育事業では上土幌小学校三年生を対象に農業体験を実施し、八月の芋掘り体験では純粋な目で必死に土の中から芋を探している姿や、農業機械を間近で見ている姿や迫力に興奮している姿を見て今年も無事開催でき、改めて心から良かったと思うことができました。十月には酪農体験を実施し、搾乳や子牛との触れ合い、ロボット牛舎見学、トラクター試乗を体験し、搾乳してから牛乳ができるまでの流れを学ぶだけでなく普段の酪農家の仕事を見せることで少しでも酪農という職業に興味を持ってもらえたと思えます。

毎年実施している町内給食センターへの馬鈴薯寄贈は丹精込めて育てた馬鈴薯を子ども達に味わっていた、だからこそ今年も実施し、馬鈴薯約百キロを無事寄贈しました。給食試食会では実際に提供した馬鈴薯を子供達が食べている様子を見ることができ、これからも子ども達の笑

顔のために安心安全な農産物を作り、さまざまな食育事業を通して食と農の繋がりや大切さを深く理解してもらえよう努めていきたいと感じました。

また、五十回目を迎えたバルーンフェスティバルでは青年部からトラクター展示、手作りバター作りを出店しました。商工会青年部主催のナイトビアパーティーでは、お好み焼きを出店したりと町の各イベントに参加し、地域住民との交流や青年部として地域に貢献できているのは青年部OBを始め、地域住民に支えられているからこそ活動できているのだと実感しております。

今年から行事が少しずつ回復し今までの行事経験を積みなかつた青年部員も活躍の場が増えており、これからの青年部活動を通じて様々な感情を抱きながら、人として農業者として将来に向かって、学びながら成長していければと思います。

現在も課題となっている後継者不足については、昨年に続き道の駅を使用した交流会を企画することで農業後継者の確保に努めるとともに、上土幌町の魅力を発していく良い機会にもなりました。

青年部は厳しい情勢の中でも自分たち出来る活動を常に考え対策を講じながら、今後も部員全体で協力してまずは上土幌町を盛り上げ、更には十勝や北海道を盛り上げていけるよう活動して参ります。

結びとなりますが、皆様のご健勝とご繁栄を心からお祈り申し上げますと共に、本年も豊稔の秋を迎えられますことをご祈念致しまして新年のご挨拶とさせていただきます。



畑作子ども農業体験



給食センター馬鈴薯寄贈



バルーンフェスティバル



酪農子ども農業体験





# 理事会だより

## 第10回理事会

令和5年10月26日

果について

### 報告事項

- 第2・四半期監査報告について
- 内部監査報告について
- 組合員の加入、脱退について
- 営農貯金利率について
- 令和5年産馬鈴薯集荷実績について
- 令和4年産食用・加工用馬鈴薯共同計算の精算結果報告について
- 令和5年産豆類集荷状況について
- 令和5年度原料てん菜輸送計画について
- 第18回北海道総合畜産共進会（乳用牛の部）入賞結果について
- 第2・四半期生乳生産出荷状況について
- 農作業受委託事業に係る粗飼料の収穫作業結

### 議案第1号

マネー・ローンダリング等及び反社会的勢力等への対応に関する基本方針の一部変更について

### 議案第2号

マネー・ローンダリング等への対応に関する規定の一部変更について

### 議案第3号

資産査定要領の一部変更について

### 議案第4号

信用の供与等の最高限度額の決定について

### 議案第5号

定款第52条第3項の規定に基づく契約について

### 協議事項

- J A 北海道大会実践フ

- オーラムの開催について（WEB参加）
- 十勝管内J Aコンプライアンス研修会の開催について

## 第11回理事会

令和5年11月24日

### 報告事項

- 内部監査報告について
- 組合員の加入、脱退について
- 令和5年度仮決算について
- 関連会社の財務状況について
- 大豆収穫状況について
- 令和5年産種子馬鈴薯入庫状況について

### 議案第1号

定款第52条第3項の規定に基づく契約について

### 協議事項

- 令和6年融資方針及び営農計画書協議方針について



家族全員で楽しめる!

## 豆腐ともやしの まるやか ミルクたんたん鍋

材料2人分	
豚ひき肉	150g
木綿豆腐	1丁(300g)
もやし	1袋
ニラ	30g
豆板醤(とうばんじやん)	適量
A ニンニク	1片
A ショウガ	1片
長ネギ(白い部分)	1/2本
ごま油	小さじ2
甜麺醤(てんめんじやん)	小さじ2
しょうゆ	小さじ2
水	100ml
牛乳	300ml
鶏がらスープの素(顆粒)	大きじ1/2
みそ	10g
塩	小さじ1/8
すりごま(白)	大きじ1

- 作り方**
- 下準備をする。木綿豆腐は食べやすい大きさに切る。もやしは洗ってひげ根を取る。ニラは4cmの長さに切る。Aのニンニク、ショウガ、長ネギはみじん切りにする。
  - 肉みそを作る。フライパンにごま油を弱火で熱し、Aを入れて香りが立つまで炒める。鍋に寄せて中火にし、豚ひき肉を入れる。肉の色が変わったら、炒めたAと合わせて甜麺醤、しょうゆを加え、全体がなじむまで炒める。
  - 深さのある鍋か土鍋に、水、鶏がらスープのもと(顆粒)を入れて沸騰させ、もやしを入れてふたをし、1分30秒ほど蒸す。
  - ふたを取り、牛乳、塩、すりごま(白)を加え、みそを少しずつ溶かしながら入れる。木綿豆腐、ニラを彩り良く並べて中火にかけ、豆腐が温まり牛乳が沸騰する直前を目安に火を止める。
  - 鍋の空いている所に(2)の肉みそをのせる。

# 農協法公布記念日に

## あたって



北海道農業協同組合中央会

代表理事会長 **樽井 功**

昭和二十二年十一月十九日に農業協同組合法（農協法）が公布され、今年で七十六年を迎えました。

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て、「農民生産力の増進」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、今日に至っております。

新型コロナウイルス感染症の位置付けは昨年五月より五類に移行し、コロナ禍以前の日常を取り戻しつつあります。各農畜産物の消費は依然として低迷しており、さらに、国際競争や急激な円安の進行による飼料・肥料をはじめとした生産資材の高止まりが、農業経営に与える影響は甚大なものとなっております。

コロナ禍、国際紛争によつ

て、世界の食糧需給事情が一変しました。輸出制限を行い、自国の食料を確保する各国の動きが活発化し、世界的な人口増加による食料不足問題など食料争奪合戦がすでに始まっています。我が国の食料を安定的にどう確保するのか。今こそ大いに食料安全保障の国民的議論が必要となっております。

J Aグループ北海道は、日本の食料基地であるという使命感に立ち、食料の安定生産・安定供給と農畜産物の需要拡大を両輪として引き続き取り組むことが重要であり、国民の命の源である食を守り続けるにも、まさに新しい農業を築き、未来の世代へ繋いでいかなければなりません。

この厳しい時代だからこそ、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」という考え方は、消費者に知っていただき

たい大切なテーマであり、一九四五年に国連食糧農業機関（FAO）が発足した日、更に一九八一年に国連が「世界食料デー」に定めた日である十月十六日を、「国消国産の日」として制定し、令和三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J A北海道大会で確認された五百五十万人サポーターづくりを推進するべく、J Aグループ北海道が一体となって「アグリアクション

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。最後にありますが、J A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J Aの発展に全力でサポートすることを誓い申し上げ、農協法公布記念日にあたったのメッセージと致します。



J A 青年部

# 子ども農業体験

(酪農)

## 小学校3年生と酪農体験を開催



ロボット牛舎見学



子牛とのふれあい体験



トラクター試乗

十月三十日、J A 青年部酪農部会（早坂直起部会長）は上土幌小学校三年生を対象に子ども農業体験を開催した。今年度も子ども達を高木和也牧場（上音更）へ招いての酪農体験を実施し、当日は搾乳牛二頭を用いて搾乳体験を行った。子ども達は青年部員の指導のもと、最初は怯えながらであったが、次第に楽しそうに搾乳体験を行っている姿が見られた。また、ロボッ

ト牛舎の見学やトラクター試乗体験、産まれて間もない子牛とのふれあい体験を実施すると、子どもたちは「あつたかい」「かわいい」などと大喜びであった。酪農体験中は事業の一環として新聞を作成する小学生達から青年部員へのインタビューを行い、舎内で酪農に関わる日々の業務内容や牛の体についてなど多くの質問が飛び交う充実した内容となった。また、給食の時間に食べてもらえるよう高木和

也牧場で製造しているアイスクリームを提供すると、子ども達は目を輝かせて給食の時間を楽しみにしていた。早坂酪農部会長は「子ども達がとても楽しそうな表情を浮かべながら体験してくれて良かった。この体験を通して、少しでも酪農に関心を持ち、酪農の面白さ、大変さを感じてもらえたら。」と話していた。



みんなで記念撮影





エスコンフィールドペンチ内にて

直起酪農部会長）は管外合同視察研修を開催し、十六名の部会員が参加した。

今回は北海道ポールパークFビレッジ内にある、クボタアグリ フロントを視察し、株式会社クボタが運営する農業学習施設の施設見学と最先端の作物栽培、食と農業の課



# J A 青年部 管外合同視察研修開催

十二月六日～七日、

J A 青年部畑作部会・酪農部会（伊藤顕太郎畑作部会長、早坂直起酪農部会長）

題についての研修を行った。施設見学では、シアタールーム内で正面、左右の壁、床の四面から迫力ある映像が繰り広げられ、現在の食と農業が直面している課題を学び、普段見ることのできない貴重な空間に部員達は興味津々な様子で見学していた。

その後、最先端の作物栽培について学び、トマト・イチゴ・アスパラ・レタスなどの栽培を見学し、広い知識を吸収することが出来た。部員達から多くの質問がでるなど身のある研修となった。

視察研修を終え、伊藤畑作部会長は「改めて、食と農業の課題を学べて良かった。新しく学べた事も多々あり、今後の営農活動に十分活かしていきたい。」と話していた。

また、早坂酪農部会長は「普段、聞くことの出来ない畑作について酪農部員が真剣に考



KUBOTA AGRI FRONT 研修の様子



KUBOTA AGRI FRONT 前にて

え、酪農という枠に囚われず農業全体に対する知識を学べてとても充実した研修になった」と述べた。研修を通して、多くの部員からとても有意義な研修を実施することが出来たとの感想が上がった。



大会の様子

十二月七日～八日にかけて第七十二回全道 J A 青年部大会が札幌市パークホテルにて開催され、全道各地の青年部員が集まり当 J A 青年部から五名の役員が出席した。



青年組織綱領朗読

# 第72回 J A 青年部 全道大会開催

初日は各単組の代表者による J A 青年の主張大会・活動実績発表大会が行われ、主張大会については、十勝からも先日開催された十勝大会の代表者が壇上で堂々と発表していた。二日目は基調講演・本大会が式次第に沿って行われ、盛大のうちに閉会した。今後

も上士幌町農協青年部はこのような上部組織への積極的な参加を行っていく。

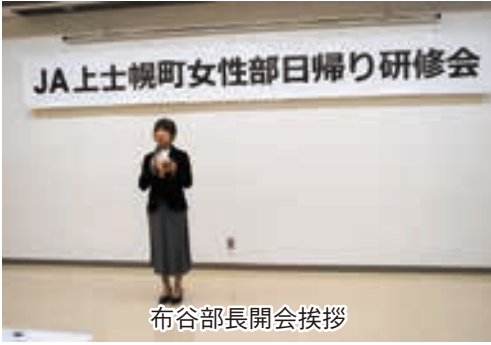
# 女性部日帰り研修会開催



J A 女性部（布谷桂子部長）は十二月七日、農協事務所三階会議室で日帰り研修会を開催した。

当日は三十名の部員が参加し、午前十時半から布谷部長の挨拶の後、研修に入った。

はじめに十勝農業改良普及センター十勝北部支所地域第二係長高木啓詔氏を講師に迎えて農作業安全講習会が行われ、十勝管内の近年の農作業事故の発生状況及び作業時の注意喚起等について研修を受けた。その後ピンゴ大会が行われ、J A 常勤、J A 各部署、A コーブルピナから豪華景品（一位には組合長賞の十勝ナイタイ和牛など）が用意され、大いに盛り上がった。最後まで部員間の交流が続き、女性部がより一層絆と輝きを増した研修会となった。



布谷部長開会挨拶



普及センターによる農作業安全講習



ピンゴ大会 様子



組合長賞 おめでとうございます！



J A 上士幌町女性部日帰り研修会

## 家の光

1月号の読みどころ

年を重ねるのが楽しみ

いつも前向きなあの人の秘訣

人生百年時代といいますが、見ためも気持ちもいつまでも若々しく、健康に過ごしたいものです。いくつになっても新しいことに次々とチャレンジしていたり、心にゆとりをもち、周りの人たちに愛され続けていたり、つねに前向きに人生を歩んでいる人たちはいったい何ががうなのでしょう。年を重ねてなお輝くための秘訣を探ります。

ここに注目！2月号予告

おうちクリーニングを極める

衣替えの季節がやってくる前に、「おうちクリーニング」を極めませんか？ニットやジャケット、コートなど、衣替えの季節はクリーニング代がかさんでしまう物です。せっかくやすく手に入れた品でも、クリーニング代のほうが高くつくことも。これまでクリーニングに出すのが当たり前と思っていた衣類でも自宅で洗うことができれば家計も大助かり。お気に入りの衣類を自宅でもきれいに洗う方法を洗濯のプロに教わります。

# 女性部研修旅行



松山城にて

J A 上土幌町女性部（布谷桂子部長）は十一月二十日〜二十三日の四日間にわたり、研修旅行を実施した。

部員十一名が参加し、農協前を六時半に出発、帯広空港から飛行機を乗り継ぎ松山空港へ到着した。研修旅行最初の目的地である松山城へ行き記念撮影をし、ガイドさんの案内のもと観光し、自由時間ではお土産を買ったり、蛇口から出るみかんジュースの飲み比べをしたり楽しんでいった。その後、愛媛県松山市にある旅館花ゆづぎに移動し、夕食までの時間、道後温泉の商店街に行き添乗員お勧めのじゃこ天を食べ歩きする部員が見受けられた。夕食は前部長の猪狩美和さんの音頭で乾杯し、その土地ならではの料理を頂いた。



伯方の塩 ソフトクリーム



みかんジュース試飲

二日目は瀬戸内しまなみ海道をバスで移動し、亀老山展望公園・伯方の塩大三島工場を見学した。伯方の塩工場では塩が出来上がる工程を見学し、入口にある鐘で誰が一番上手く奏でるかで大いに盛り上がった。その後、耕三寺・千光寺公園を散策し、広島県尾道市にある尾道国際ホテルへと移動した。

三日目は、フェリーで厳島神社へ移動し、ガイドさんに案内して頂き観光した。神の島である宮島では、お墓を建ててはいけないことや、信号機がないこと、出産が出来ない事など色々な事を学び、昼食後の自由時間では、記念撮影や食べ歩きをして楽しんでいった。フェリーで広島へ戻り、おりづるタワー・広島原爆ドーム・広島城を視察し、三日目のホテルである



乾杯!!

三井ガーデンホテル広島に着いた。夕食は広島市内にある蔵屋小町店へ移動し、鉄板焼きのコースを堪能した。

最終日は広島を後にし、山口県岩国市にある錦帯橋へ向かった。錦帯橋の前で集合写真を撮った後、白蛇の館や神社を見学したり、ソフトクリームを食べたり楽しんでいった。最後の視察先である農産物直売所Fam. S キッチンいわくにては現地の野菜や果物を視察した。その後山口宇部空港へ移動し、羽田で乗り継ぎ帯広空港へと帰ってきた。

J A 上土幌町に到着し、布谷部長より「発熟者もけが人出ず、無事に笑顔で帰ることが出来て良かった。沢山歩いたが、皆楽しんでくれて嬉しかった。」と挨拶し解散となった。



しまなみ海道



おりづるタワーにて



厳島神社にて





J A女性組織綱領朗読

JA十勝地区女性協議会は十二月五日（六日、十勝幕別温泉グランドヴィリオホテルでJA十勝地区女性協議会七十年記念式典を開催した。七十年記念式典では、十勝管内女性部約百八十名が参加し、本町からは五名が参加した。十勝女性協議会平会長の挨拶から始まり、各単組の特産品や女性部活動の紹介動画を鑑賞した。



# J A女性部 JA十勝地区女性協議会 創立70周年記念式典開催



70周年記念式典実行委員会  
橋本実行委員長閉会挨拶

JA十勝地区女性協議会では、美味しい食事を堪能し、十勝管内の女性部との交流を楽しんだ。各単組から特産品を持ち寄り豪華景品をかけたクイズ大会や、余興では七十年記念実行委員がダンスを披露し、会場を大いに沸かせていた。

二日目は、記念講演として、シンガーソングライター半崎美子氏を招き講演会を行った。優しく力強い歌声に感動し涙する部員も見られた。

女性部活動の歴史を振り返ると共に、JA女性組織の意義を再確認した記念式典となった。



祝賀会 クイズ大会 様子



## 第56回



# JA北海道女性大会・北海道家の光大会開催

JA北海道女性協議会はJA女性組織三ヶ年計画「JA女性想いをひとつに かなえよう」並びにJA道女性協の組織強化基本方針等に基づき活動している。



大会の様子

十一月九日（十日、札幌プリンスホテル国際パミールにて第五十六回JA北海道女性大会・北海道家の光大会が開催された。道内JA女性部員約三百八十名が参加した。当JAからは女性部長、副部長三名が出席した。

一日目は、家の光記事活動体験発表後、講師に草薙龍瞬氏を迎え「迷い・ストレスから自由になる心の持ち方」の研修会があり、その後全体懇親会が行われ終了した。

二日目は家の光持ち寄り読書から始まり、JA北海道女性本大会グループワーク、「家の光記事活用体験発表」審査結果発表及び表彰の後閉会した。

今大会は農業やJAをめぐる諸情勢や動きを踏まえた新たな計画や決議等が策定された経過をもとにJA道女性部として関係機関の助言のもと、新たな基本方針の策定をはかるとともに全道の仲間と連携をはかり、今後の活動の活性化やJA運動に結集することを目的に開催された。

十一月九日（十日、札幌プリンスホテル国際パミールにて第五十六回JA北海道女性大会・北海道家の光大会が開催された。道内JA女性部員約三百八十名が参加した。当JAからは女性部長、副部長三名が出席した。

# すずらん会 11月例会

## のんびりした一日を 一泊研修旅行開催



曾我会長挨拶

J A女性部すずらん会（曾我律子会長）は11月14～15日に一泊研修旅行を行った。

今年はしほろ温泉プラザ緑風に宿泊し、会員9名が出席した。

16時に送迎バスに乗りしJA上士幌町前を出発、16時半頃しほろ温泉プラザ緑風へ到着した。18時から懇親会を行い、曾我会長の音頭で乾杯し、美味しい料理を頂きながら、世間話で大いに盛り上がった。夕食を食べた後はそれぞれ温泉を満喫し、部屋でおしゃべりをして日頃の疲れを癒やしていた。



緑風荘にて



乾杯！

# すずらん会 12月例会

## いもころがし大会開催！



J A女性部すずらん会（曾我律子会長）は12月1日に「いもころがし大会」を行った。

手や足を使って色々な形をした芋を転がし、高得点を狙うゲームで今回は10名が参加した。

2班に分かれて3種類の得点表を使い、班ごとに順番に回って行われた。高得点を狙ったつもりが隣のマイナス点に入ったり、大いに盛り上がった。

ゲーム終了後は景品が全員に当たった。その後農協会議室で忘年会が行われ、色んな話して盛り上がり寒さを忘れる楽しい一日となった。



高得点をめざして



点数の協議中！

## 酪農情報

令和5年度10月 生乳受託販売実績数量

	受託戸数	受託乳量	前年比	乳代 ①	単価	補給金 ②	合計 ①+②	単価	前年との差
上士幌町	戸 57	kg 10,177,919.0	% 93.3	円 1,135,093,120	円 111.53	円 85,827,335	円 1,220,920,455	円 119.96	15.67
十勝管内計	995	102,680,781.8	95.1	11,483,840,647	111.84	865,876,226	12,349,716,873	120.27	15.42
全道計	4,536	319,091,876.3	95.5	35,855,124,869	112.37	2,690,806,065	38,545,930,934	120.80	15.47

	累計受託乳量	前年比	単価	前年との差	乳脂肪率 %	無脂固形率 %
上士幌町	kg 73,146,507.0	% 93.3	円 114.4	11.6	3.863	8.784
十勝管内計	739,222,412.8	94.4	114.5	11.4	3.890	8.764
全道計	2,297,593,120.9	94.9	115.0	11.5	3.955	8.752

## 家畜市場成績

令和5年度 ホクレン十勝肉牛市場消流情報（5.11.8）（5.11.22）

	黒毛和種・メス	黒毛和種・去	乳用交雑・メス	乳用交雑・去
出場頭数	頭 497	676	1,430	1,508
成立頭数	頭 479	638	1,384	1,454
売買比率	% 96.4	94.4	96.8	96.4
売買金額	円 228,640,500	383,947,300	433,665,100	543,101,900
最高金額	円 869,000	997,700	517,000	484,000
最低金額	円 47,300	26,400	55,000	55,000
平均金額	円 477,329	601,798	313,342	373,523

令和5年度 ホクレン十勝地区乳牛市場消流情報（5.11.28）

	初妊牛小計	経産牛小計	合計	上士幌町
出場頭数	頭 602	74	678	5
成立頭数	頭 497	68	566	5
売買比率	% 82.6	91.9	83.5	100.0
売買金額	円 225,640,800	22,891,000	248,746,300	2,590,500
最高金額	円 982,300	592,900	982,300	557,700
最低金額	円 165,000	104,500	104,500	488,400
平均金額	円 454,006	336,632	439,481	518,100



### 酪農振興会

# 「女性のためのビギナー講座」開催

酪農振興会（佐藤喜明会長）は、十一月八日に農協役員室において、上土幌町内で酪農に携わる仕事をしている女性を対象にした「女性のための酪農ビギナー講座」を開催した。

講師に十勝農業改良普及センター十勝北部支所地域第二係長高木啓詔氏を招き「酪農の基礎」と題し講座を行った。「牛の生態や一般的な疾病、酪農業はどのような業種、仕事内容なのか」等、



講師 高木 啓詔 氏

酪農業に勤めて間もない方にもわかりやすい説明を受けた。参加した酪農に携わる女性からは、日常の仕事で困っていることや、疑問に思っていることなど質疑応答を行い、有意義な講座となった。酪農振興会は、今後も様々な講座を開催する予定となっている。



ビギナー講座 様子



永山久夫の健康万歳！

食文化史研究者・日本の長寿食研究者 ● 永山久夫

## おせち料理は長寿食

昔は正月が来ると、誰でも1歳、年を取りました（数え年）。その年取りを祝って、年神様と一緒にいただくのが「おせち料理」。

おせち料理には、タイやエビなど普段は口にできない貴重な料理が、何段もの重箱に山盛り。

祝いさかなの中でも重視されてきたのが魚卵類で、何種類か必ず用いられています。数の子やすじこ、イクラ、たらこなどで、中でも重要なのが数の子。ニシンの卵巣を加工したものです。数の子という呼び名はニシンの別名の「カド」の子がなまったものですが、卵の数が多いうちに由来するという説もあります。

数の子の色が黄金色で、しかも卵の数が多く、山と積まれた金銀財宝を表しています。正月にふさわしいおめでたい料理として欠かせません。卵の数が多いうちは、たくさんの子宝につながり、子孫繁栄に結び付けられました。

おせち料理に用いられるサケの子のイクラやすじこ、それにスケソウダラの卵巣を塩に漬けたたらこ、ポラの卵巣で作ったからすみ、ウニなども色彩、数の多さが商売繁盛につながっています。

これらの魚卵は美味なだけでなく、タンパク質が多く、ビタミンDやミネラルの亜鉛も含まれています。いずれも、インフルエンザや風邪などの感染症を防ぐ上で欠かせない免疫力を強化する働きがあります。

イクラとすじこの赤い色素はアスタキサンチンという抗酸化成分で、脳や体の酸化を防ぐ成分として若返りにも役立ちます。イクラとすじこのどちらにも血液をサラサラにしたがり、物忘れを防ぐ成分も多く、お肌の若さを保つビタミンAもたくさん含まれています。

おいしい、おいしい、今年の新年ご飯。そのまま食べても喉が鳴るのに、イクラをたっぷりつけて口に運びます。新米ご飯のほんのりした甘さをイクラが引き立て、夢中で3杯も平らげてしまいました。



おせち料理は長寿食

# 酪農振興会

## ホクレン本所及びJA北海道中央会と意見交換会開催



意見交換会 様子

上士幌町酪農振興会（佐藤喜明会長）は、会員研修会として十月三十日～三十一日と十一月六日～七日の二班体制で、ホクレン本所酪農部及びJA北海道中央会農政対策部（酪農畜産担当）と意見交換会を開催した。

意見交換会では、乳価引き上げ経過・出口対策・輸出戦略・補給金単価等の適切な設定・脱脂粉乳の購入・酪農版マル緊の創設・家畜防疫対策等数多くの要望・質問・意見が出され、議論が尽きない中閉会した。

佐藤会長は、「次年度以降も現場の声を直接届けたい」と話していた。



会場 様子

十一月七日、令和五年度JA北海道大会実践フォーラムが札幌市ニューオータニイン札幌とWEB配信の併用で開催された。

全道各地のJA及び連合会の代表、青年部・女性部の代表約千人が集まり、当JAからもWEB配信含め二十名参加した。

第一部は、一般社団法人全国農業協同組合中央会顧問中国家徹氏から「食料安全保障と食料・農業・農村基本法の改正について」の基調講演が行われた。第二部は実践実例発表として、JA芽室町より『J



## 令和5年度 JA北海道大会 実践フォーラム開催



北海道農業協同組合中央会 小椋茂敏副会長理事

A運営の好循環』に向けて対話の成果を「実践」に関する発表があり、その後北海道大学大学院農学研究院准教授小林国氏より「次世代農業者との対話状況調査を踏まえた対話の推進について」の基調講演が行われた。基調講演終了後、北海道農業協同組合中央会小椋茂敏副会長理事の挨拶をもって閉会した。

## JA上士幌町

### 種子馬鈴薯専用コンテナ置場 新設工事地鎮祭

JA上士幌町種子馬鈴薯専用コンテナ置場（下屋）新設工事に係る地鎮祭が十月十二日、関係者が出席し式次第に沿って執り行われた。

施主側として当JA高橋組合長が挨拶。その後施工側と続き、大道専務の発声で工事の安全を祈願し乾杯が行われ終了した。

今回の工事は

既存の種芋倉庫の南側に建設され、延べ床面積は五百二十二㎡となる。併せて種芋選別機も導入し、選別時の作業効率の向上及び安定した種子馬鈴薯の確保、供給を進め、本町の馬鈴薯振興を図っていく。



地鎮祭 様子



高橋組合長挨拶



# JA上士幌町 役員道内視察研修会開催

十一月三十日〜十二月一日の日程でJA役員道内視察研修会を開催した。

初日の十一月三十日は広尾

町の農協サイロ棟を訪問し施設の見学及び概要、令和五年度産の小麦の出入庫状況について説明を受けた。本町においても今年度産の小麦は高収

量を確保出来たこともあり今後、全国各地への出荷状況が気になるところであった。

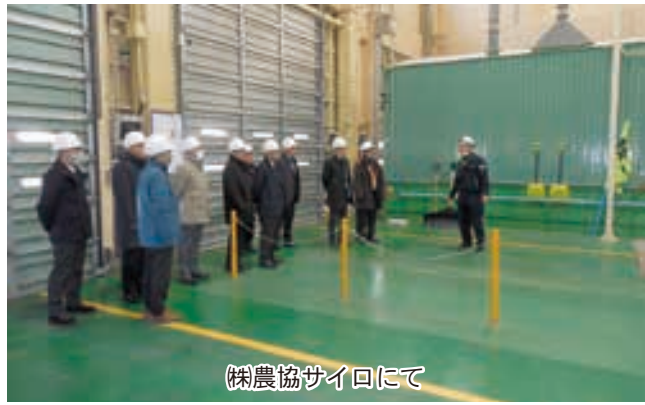
その後札幌市へ移動し、翌十二月一日はホクレン本所、JA北海道中央会を訪問した。

ホクレン本所では直近の



ホクレン本所にて

豆類の需給状況と営農支援センターの概要について説明を受けた。コロナ禍が明けて徐々に需要は高まってきているが、特に十勝産の製品は全国的に有名であるため今後も期待したいとのことであった。JA北海道中央会では当JAの小椋会長（JA北海道中央会副会長）を表敬訪問し、その後JAの経営管理の取組みについて研修を受けた。



株農協サイロにて



JA北海道中央会にて

# コンプライアンス研修実施



11月17日、JA役職員を対象にコンプライアンス研修を開催し、JA役員、JA職員が参加した。農協会議室にて「個人情報保護・情報セキュリティの留意点」、「不祥事の発生状況・コンプライアンス遵守に向けた活力ある職場づくりに向けて」と題し、JA北海道中央会帯広支所から講義を受けた。講義では個人情報保護で求められることや情報セキュリティ対策について、コンプライアンスの全体像・不祥事未然防止と活力ある職場づくりの位置付け関連性・心理的安全性の確保に向けて学んだ。その後課内ミーティングを行い、自分自身で意識を高めて取組みしていきたいことや、全体で意識を高めて取組みしていきたいことを話し合い、コンプライアンス（法令遵守）について再確認する研修会となった。



課内ミーティング 様子



研修の様子

# 農畜産物消費拡大運動 道の駅 販売イベント



十月二十一・二十二日の二日間、「道の駅かみしほろ」にて、屋外テントを張り、農畜産物の消費拡大運動を行った。

特産品の「十勝ナイタイ和牛」や地元産のあんこを使ったピザ、よつ葉バターをふんだんに使用したクレープを販売。

その場で、ナイタイ和牛やあんこ、チーズなどをピザ生地にトッピングし石窯で焼き上げ出来たてを提供した。

購入者には特選北海道牛乳のプレゼントを行い、訪れた観光客や家族連れに喜ばれた。

今後も上土幌町の特産品を使ってPRを行い、上土幌の農畜産物の消費拡大に繋げていきたい。



石窯焼き上げピザ



道の駅かみしほろにて



体を動かすためのヒント 手軽に体操

日本体育大学准教授 ● 伊藤由美子

## 仕事の合間にストレッチでリフレッシュを！

体調・健康管理に気を付けたい季節です。冬になると空気が乾燥し、室内は暖房器具の使用によって湿度が下がります。夏のシーズンのみならず、冬場においても水分補給をお忘れなくお過ごしください。

さて、12月になると何かと忙しさを感じることはありませんか？デスクワークなどで長時間にわたって同じ姿勢を取り続けていると、筋肉が凝り固まり、肩や腰、背中などに負担がかかります。血行を促し、疲労が蓄積しないよう、仕事の合間にストレッチを取り入れて気分転換を図りましょう。

そこで今回は、胸を伸ばすためのストレッチを紹介します。胸を伸ばす運動は腕を使いながら行います。大胸筋や肋間（ろっかん）筋を伸展させましょう。仕事の合間に、時折体を動かしてリフレッシュしてくださいね。

7つの部位を使った体操プログラム「The Taiso (ザ・タイソウ)」はコチラ

### レッツ、トライ！ 胸を伸ばすストレッチ



(1) いすに座り、手を前で組んで準備をします。



(2) 両腕を前に出しながら背中を丸めます。肩甲骨周辺の筋肉を伸ばしましょう。



(3) 両腕を上げて背筋を伸ばします。



(4) 両腕を後方に引きながら胸を伸ばします。視線はやや上げましょう。



(5) 手のひらを外側に向け、両腕を横から下ろします。

# 秋の収穫 作業風景



長芋収穫



ごぼう選果



薬草茎切作業



てん菜収穫



豆選果



大豆収穫





上土幌町農協組合員のみなさんへ

# 令和5年度 巡回ドックの最終案内




ご自身の健康管理のため、組合員様とご家族皆様へ巡回ドックのご案内をいたします。  
まだ健診を受けていない方は、1月の巡回ドックをぜひご利用ください！

## <ふれあいプラザで実施する集団健診>

日時	健診名	対象者	料金	健診内容
1月22日(月) ~25日(木)	特定健診	40~74歳の町国民健康保険加入者	0円	身体測定 血圧測定 血液検査 尿検査 心電図検査 眼底検査 医師の診察
	基本健診	18~39歳の者		
	後期健診	後期高齢者医療保険加入者		

★国保以外の健康保険加入者で40~74歳の場合、令和5年度特定健診受診券をお持ちの方等も受診することができますが、金額や検査内容は加入している健康保険にお問い合わせください

## <上記の健診と一緒に受けられるがん検診>

検診名	料金	検診内容
大腸がん検診 	500円	便検査
肺がん検診 	400円	胸部レントゲン検査
胃がん検診 	1,400円	胃バリウム検査

この他にも前立腺がんや骨粗しょう症等の検診も行っておりますので、受診希望の方はお問い合わせください！



◆料金 上記の検診料金の半分を農協が助成します

QRコードからも申込みます！



健診専用

◆申込 上土幌町農協管理課 ⇒ 締切日12月15日(金) または、  
役場保健福祉課健康増進担当(2-4128) ⇒ 締切日12月20日(水)

## ~冬の間も楽しく運動をしませんか？~

上土幌町は運動習慣のない人が全国・全道より多く、肥満及びメタボ該当者も増加している傾向があります。運動による健康効果は、エネルギーを使い、脂肪を燃焼させて内臓脂肪を減らす効果、インスリンの働きを良くする効果など様々な効果があります。

町では、自宅でする

“毎日3分 KAMISHIHORO★エクササイズ！！”動画を配信しています。  
運動を生活の中にとり入れて、ムリなく続けてみましょう。



運動動画



<https://m.youtube.com/@user-hw2og5iy6b>



# 令和5年度 年末年始の業務体制

業務所	12.29	12.30	12.31	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	備考
	金 8:30 ~12:00	土 8:00 ~19:00	日 8:00 ~15:00	月 8:30 ~19:00	火 8:30 ~15:00	水 8:30 ~15:00	木 9:00 ~16:00	金 9:00 ~16:00	
事務所	8:30 ~12:00	○	○	○	○	○	○	○	6日から平常営業
信用・共済窓口	9:00 ~15:00	○	○	○	○	○	9:00 ~16:00	9:00 ~16:00	4日から平常営業
事務所内 A T M	8:00 ~19:00	8:00 ~19:00	○	○	○	○	8:00 ~19:00	8:00 ~19:00	4日から平常営業
生産資材店舗	8:30 ~12:00	○	○	○	○	○	○	○	6日から平常営業
生産資材倉庫	8:30 ~12:00	○	○	○	○	○	○	○	6日から平常営業
農産センター	8:30 ~12:00	○	○	○	○	○	○	○	6日から平常営業
セ ス タ ン ド	7:00 ~19:00	7:00 ~19:00	7:00 ~16:00	○	8:30 ~15:00	8:30 ~15:00	8:30 ~17:00	8:30 ~17:00	6日から平常営業
洗 車 場	8:00 ~18:00	8:00 ~18:00	8:00 ~15:00	○	9:00 ~14:00	9:00 ~14:00	9:00 ~16:00	9:00 ~16:00	6日から平常営業
集 乳 所	業務	業務	業務	業務	業務	業務	業務	業務	交代勤務により 無休
TMRセンター	業務	業務	業務	業務	業務	業務	業務	業務	交代勤務により 無休
ナ イ タ イ 高 原 牧 場	業務	業務	業務	業務	業務	業務	業務	業務	交代勤務により 無休

※○は休業日