

JAめまんべつ

あおぞら



エゾ鹿侵入防護柵の定期点検・補修

11月21日(木)、女満別鹿柵管理組合の主事業であります、本年2回目の定期点検・補修を管理組合役員3名と住吉・豊里青年部20名で行いました。



牧野からの退牧

11月6日(水)、美幌日並牧場から乳牛、11月7日(木)、大空町営牧場から和牛が一齐に退牧し、約5ヶ月振りに飼い主のもとに戻りました。

パドックに集められた牛は、畜主の皆さんが協力し捕獲棒へ次々と追い込み、モクシを掛け番号を確認し、「家に帰るよ」と声をかけながら家畜車へ積み込まれました。

今年度は夏の雨量が少なく、牧草不足が懸念されましたが、広い牧野で丈夫に育った牛は元気よく家路につきました。



無人ヘリによる秋まき小麦の冬枯れ防除

昨年に続き、防除作業のコントラクターとして、ラジコンヘリコプターによる、秋まき小麦の冬枯れ防除を行いました。

本年度は、11月12日から11月14日の3日間で169筆・約309ha(昨年は609ha)の散布を行いました。

天候にも恵まれ、冬枯れ防除には、最適な3日間で作業を終えることが出来ました。

ご協力頂きました、女満別町麦作振興協議会並びに組合員の皆様には、大変お世話になりました。



本年2回目 廃プラ等回収

11月15日(金)、本年2回目の農業用廃プラスチック等の受入を実施しました。

受入作業は、女満別農作業安全推進委員会を中心に、大空町産業課農業グループ職員との協力を得て6月・11月の年2回行っています。

今回の受入実績は、206件、54トンとなりました。

これも、組合員皆様の環境・リサイクル意識の高さの現れと感謝申し上げます。

来年度も徹底した分別にご協力をお願いいたします。



第43回オホーツクJA青年部研修大会開催

11月14日(木)、温根湯温泉大江本家にて、オホーツクJA青年部研修会・活動実績発表・1分間CMコンテスト等が開催され、他単組と青年部との交流もはかりながら、活発で有意義な研修となりました。



JA青年部合同交流会開催

11月18日(月)、女満別ゲートボールセンターにて、めまんべつ・こしみず・オホーツク網走青年部合同交流会を行いました。
スポーツで汗を流した後、懇親会で普段の青年部活動や、農業について熱く語り、情報交換を行い大いに盛り上がっていました。



JA女性部役員・支部長合同会議開催

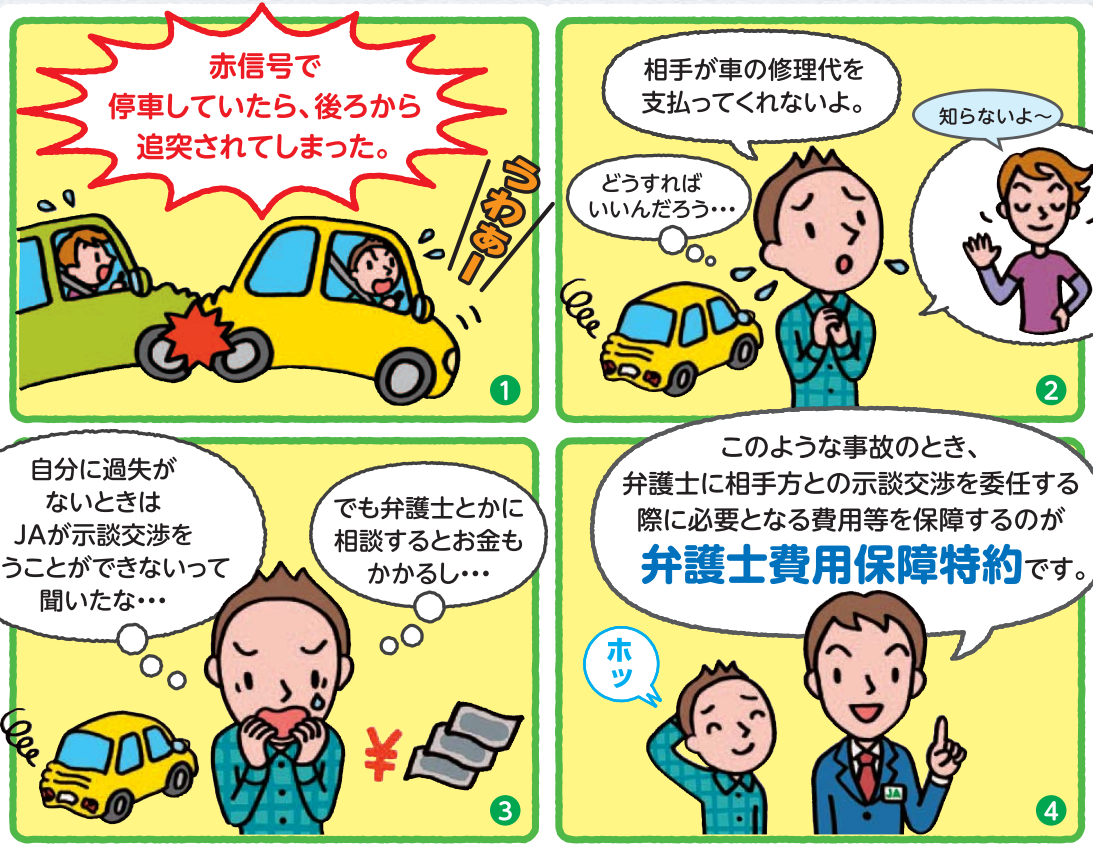
11月21日(木)、JA会議室においてJA女性部役員・支部長合同会議が開催され、冬期研修会・今後の活動等について説明等が行われました。
会議終了後には、「JA共済について」の研修会も行われ、JA共済課 河西課長・下山係長よりとてもわかりやすくJA共済について教えていただきました。



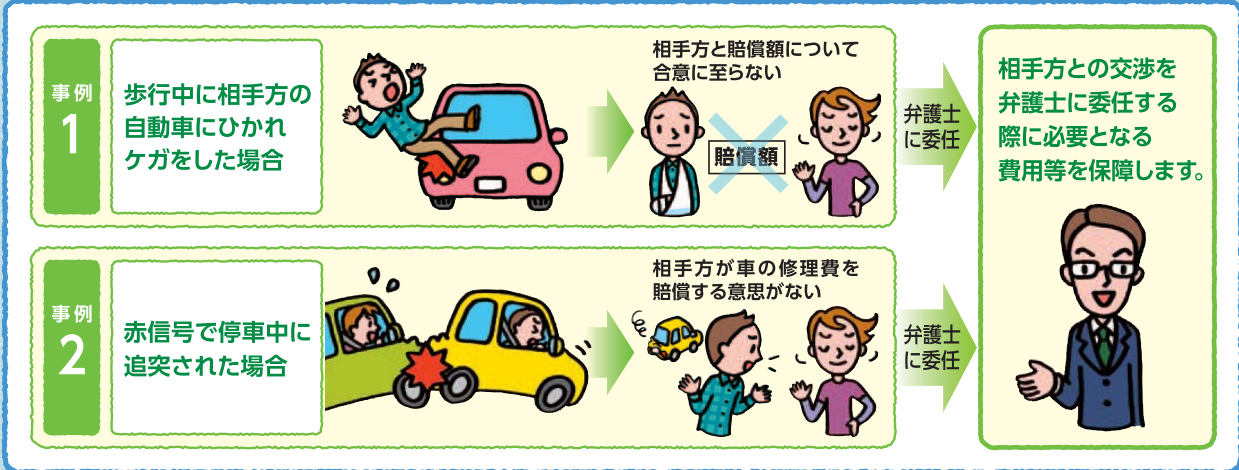
新登場

弁護士費用保障特約

「もらい事故」等の自動車事故で、相手方との交渉を
弁護士に委任する際に必要となる**弁護士費用**等を**保障**します。



保障対象となる事例



保障内容について

自動車事故によって被った身体・財物の損害について、被共済者が、法律相談を行う際や相手方に法律上の損害賠償請求を行う場合に、相手方との交渉を弁護士に委任する際等に必要となる費用（法律相談費用、着手金、成功報酬等）に対して、共済金をお支払いします。

※記名被共済者またはその家族が所有する他の自動車に搭乗中の場合は保障しません。

共済金の種類

共済金の種類は、「弁護士費用等共済金」および「法律相談費用共済金」とし、これらの支払対象および共済金額については、次のとおりとなります。

共済金の種類	支払対象	共済金額(注)
弁護士費用等共済金	弁護士、司法書士、行政書士、裁判所等に対して支出した以下の費用 ● 弁護士（司法書士・行政書士）報酬 ● 訴訟費用 ● 仲裁、和解または調停に要した費用 等	300万円
法律相談費用共済金	法律相談の対価として弁護士、司法書士または行政書士に支払われるべき費用	10万円

(注)1回の事故における被共済者1名についての共済金額の上限を示しています。

留意事項

- 弁護士等へ委任する場合および法律相談を行う場合は、あらかじめJAの承認を得る必要があります。
- 弁護士費用等、法律相談費用については、「JAが認めた額」とします。

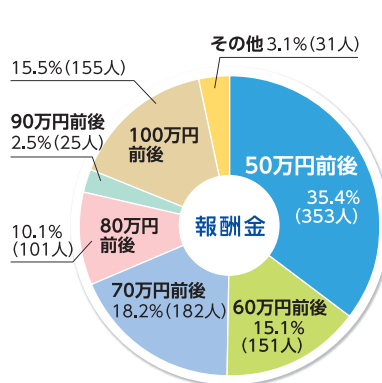
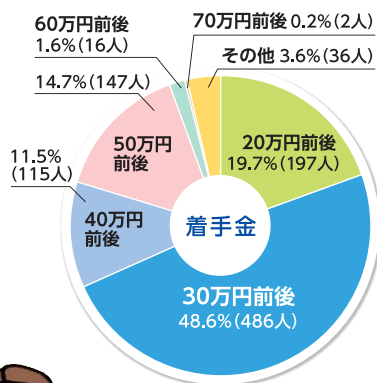


弁護士費用ってどれくらい？

弁護士に依頼する場合の費用例

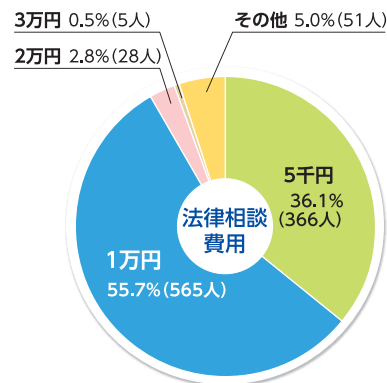
弁護士費用等

交通事故にあい、重傷を負ったため、損害賠償請求を弁護士に委任したところ加害者の賠償責任額は、1,000万円程度が妥当と判断された。しかし、加害者の保険会社からの提示額は500万円であったので、訴訟を提起した。その結果、1,000万円の勝訴判決を得て、全額回収した。



法律相談費用

一般的な法律相談費用（1時間あたり）。



※四捨五入をしているため、合計が100%にはなっていません。

日本弁護士連合会／アンケート結果にもとづく市民のための弁護士報酬の目安「2008年度アンケート結果版」を基に作成

弁護士紹介をご希望される場合

弁護士費用保障特約の被共済者であるお客さまは、日本弁護士連合会との協定にもとづき、日本弁護士連合会の「弁護士紹介サービス」をご利用いただくことができます。

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。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。

農業者年金前納保険料の引落について

平成26年分の農業者年金前納保険料を平成25年12月24日(火)に引落致します。
 なお、平成26年2月2日～平成27年1月1日の間に60歳の誕生日を迎える方は、平成26年分の保険料の前納納付ができず、毎月納付となります。

【一般的な納付額例】

◎通常加入	月の保険料	前納保険料納付額
	月額 20,000円の場合	年額 239,870円
	月額 30,000円の場合	年額 359,810円
	月額 40,000円の場合	年額 479,740円
	月額 50,000円の場合	年額 599,680円
	月額 60,000円の場合	年額 719,610円
	月額 67,000円の場合	年額 803,560円

◎政策支援加入で	月の自己負担保険料	年額
	月額 10,000円の場合	年額 119,940円
	月額 14,000円の場合	年額 167,910円
	月額 16,000円の場合	年額 191,900円

※前納保険料は、各月の保険料の額を年0.1%の利率による複利現価法によって割り引かれた額です。
 ※平成26年中に35歳になられる方は、上記の金額と異なります。
 ※平成26年中に政策支援期間満了となる方は、毎月納付となります。
 ※上記以外の月額保険料の方は、お問い合わせ下さい。

問い合わせ先 管理課

お母さんにも、子どもにもいいこといっぱい!

日本型食生活のすすめ

Q. 乾燥で肌荒れが気になるのですが、何か対策はありますか?

A. 美肌の最強メニュー、日本型食生活で体の中からキレイになりましょう。



湿度が低下するこの時期、乾燥に負けない美肌づくりについて、栄養面から考えてみましょう。

一般的に、美肌というとコラーゲンやヒアルロン酸などをイメージしがちですが、じつは美肌に重要な栄養素は、肌の細胞を作るたんぱく質。それに、脂質も重要です。細胞間脂質は水分の蒸散やアミノ酸の流出を予防し、乾燥から肌を守ります。ビタミン類は言うまでもありません。

じつは、これらの栄養素をバランスよく含んでいるのがごはん。茶碗一杯のごはんには、ミニトマト3個分のカルシウム、とうもろこし1/3本分の鉄、さやえんどう12枚分のビタミンB、そしてレタス1枚半に

あたる食物繊維、さらには、マグネシウムや亜鉛といったミネラルも、それぞれグリーンアスパラガス5本、ほうれん草1/2束が含まれています。

ごはんだけでなく、日本型食生活の定番食材は、美肌に必要な栄養素をバランスよくとれるんですよ。納豆や豆腐、みそなどは良質なたんぱく質たっぷりですし、大豆に含まれる大豆インフラボンは女性ホルモン「エストロゲン」に似た働きをし、美肌を生み出す手助けをしてくれます。乾燥からお肌を守ってくれる脂質は、魚が補ってくれます。

体内が健やかであってこそ、美肌は生まれます。日本型食生活に変えてみてはいかがでしょうか。

今月の「よい食」キーワード

【美肌の味方! ビタミン類】

美肌に貢献してくれるビタミン類のおもな働きは以下のとおり。
 ビタミンA=粘膜や肌を丈夫にしてくれる「美容のビタミン」と言われています。
 ビタミンB2=脂質代謝に欠かせません。
 ビタミンB6=にきびなどの皮膚炎の改善効果に注目大。
 ビタミンC=コラーゲンの生成に必要不可欠です。
 ビタミンE=アンチエイジング効果をもつ「若返りのビタミン」とも言われています。

「みんなのよい食プロジェクト」の「笑味ちゃん」です!



©よい食P



「みんなのよい食プロジェクト」は、体と心を支える食のたいせつさ、国産・地元産農畜産物の豊かさ、それを生み出す農業の価値をお伝えし、国産・地元産農畜産物と日本の農業の応援団になっていただく、という運動です。



理事会レポート

第11回11/22開催

組合員状況 11月末日現在

組合員数	前月対比
正組合員 460名 (内 7法人含む)	(±0)
戸数 308戸	(±0)
准組合員	
団体 166団体	(±0)
個人 239名	(±0)

◇議案

- ① 事務リスク管理規程の制定について
原案通り承認されました。
- ② 「コンプライアンス規程」「情報セキュリティ規程」「個人情報取扱規程」の一部改正について
原案通り承認されました。
- ③ 個人情報保護に係る内部監査規程の一部改正について
原案通り承認されました。
- ④ 職員に対する年末賞与の支給について
原案通り承認されました。
- ⑤ 農業基盤整備資金の借入について
原案通り承認されました。
- ⑥ 組合員の持分譲渡について
正組合員2名の方の持分譲渡が承認されました。
- ⑦ 処分未済持分の譲渡について
正組合員21名の方への処分未済持分譲渡が承認されました。

＝協議報告事項＝

1. 10月末財務状況及び決算見込について
2. 役員報酬審議会委員の変更について

	変更前	変更後
J A 青年部長	丹 治 貴 史	勝 田 経 誠
学識経験者 (現行委員)	加 藤 孝 一	小 松 英 二
町議会議員	近 藤 哲 雄	
町議会議員	齋 藤 宏 司	
農業委員会	川 井 政 昭	
農民協議会	岡 内 祐 一	
J A 女性部長	岡 内 孝 恵	

3. 第7次中期総合計画(案)及び地区懇談会の開催並びに提出議案について
4. 特定組合員クミカン実績(10月末)について
5. 平成25年度産食用馬鈴薯、玉葱の概算金について
男爵秀品50,000円/基、ゆきつぶら秀品36,000円/基、北あかり秀品30,000円/基
スノーマーチ秀品37,000円/基、メイクイン秀品39,000円/基
玉葱生食68,000円・63,000円・58,000円/基
詳細につきましては生産組合を通じてお知らせします。
6. 平成25年度産規格外小麦概算金の支払について
 - 1) 支払日 平成25年11月29日
 - 2) 概算金単価 13円/kg当たり(前年13円/kg)
 - 3) 概算金支内訳

品 種	対象数量	概算金支払額
きたほなみ	593,400kg	7,714,200円
ゆめちから	12,500kg	162,500円
春よ恋	183,500kg	2,385,500円
合 計	789,400kg	10,262,200円

7. 平成25年度畜産近代化リース事業に係る再貸付契約の締結について
8. 店舗経営改善に伴う平成25年10月末実績報告について
9. 組合員の異動について
正組合員1名、准組合員1名の加入並びに正組合員2名の脱退が報告されました。
10. 職員の異動について
退職
(準職員) 平成25年10月31日付 金融部金融課貯金係 森 恵 美

11月11日開催 北見黒毛和牛市場成績

(価格 円)

		市場全体		女 満 別	
		本年実績	前年同期	本年実績	前年同期
去勢牛	平均価格	568,691	404,440	592,594	437,306
	出場頭数	155	221	16	28
	成立頭数	154	205	16	27
雌牛	平均価格	466,573	327,613	485,146	381,019
	出場頭数	167	181	23	19
	成立頭数	164	166	23	16

※価格は1頭平均・税込価格

年末年始の業務のご案内

*空欄は休業です。

2013 (平成25年)									
部 門	月 日	12/ 24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)	29 (日)	30 (月)	31 (火)
事 務 所 (金融部を除く) 資 材 事 務 所 農 産 施 設 野 菜 施 設		9:00~ 17:00	9:00~ 17:00	9:00~ 17:00	9:00~ 17:00			仕事納め 9:00~ 12:00	
	貯 金 共 済 課 金 融 窓 口	9:00~ 15:00	9:00~ 15:00	9:00~ 15:00	9:00~ 15:00			9:00~ 15:00	
キャッシュコーナー		8:45~ 18:00	8:45~ 18:00	8:45~ 18:00	8:45~ 18:00	9:00~ 14:00		8:45~ 18:00	
Aコープ店舗		9:15~ 19:00	9:15~ 19:00	9:15~ 19:00	9:15~ 19:00	9:15~ 19:00	9:15~ 19:00	9:15~ 19:00	9:15~ 15:00
給 油 所		7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00

2014 (平成26年)									
部 門	月 日	1/ 1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)	6 (月)	7 (火)	8 (水)
事 務 所 (金融部を除く) 資 材 事 務 所 農 産 施 設 野 菜 施 設								仕事始め 9:00~ 17:00	9:00~ 17:00
	貯 金 共 済 課 金 融 窓 口						9:00~ 15:00	9:00~ 15:00	9:00~ 15:00
キャッシュコーナー		他行ATMも 取扱出来ません。			9:00~ 14:00		8:45~ 18:00	8:45~ 17:00	8:45~ 18:00
Aコープ店舗		初売り 8:00~ 12:00					9:15~ 18:30	9:15~ 17:00	9:15~ 18:30
給 油 所			7:00~ 18:00		7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 17:00	7:00~ 20:00

※1月1日～3日は他金融機関(ゆうちょ銀行・セブン銀行含む)の稼働しているATMであっても、お支払・照会取引は一切出来ません。

※1月7日は新年交礼会を行うため、Aコープ、給油所、ATMは午後5時で終了させていただきます。

※1月8日より平常通り営業致します。

ポテトのチーズ挟み焼き

1食当たり 約175kcal



材 料 (2人分)

- ジャガイモ ……………大2個
- 溶けるチーズ (ピザ用など) ……50g
- E Vオリーブ油 ……………少々
- バジルの葉 ……………4~5枚
- 塩 ……………適量
- こしょう ……………適量

外はかりっと香ばしく、中はとろけるチーズがポテトを包み込みます。時々フライ返して押さえながら焼くと、ポテトが上手にくっつきます。チーズの良い香りがしてきたら、裏返すタイミングです。お酒にもよく合い、冷めてもおいしくいただけます。

作 り 方

- (1) ジャガイモは皮をむき、薄さ5mm・長さ4~5cmの千切りにする(水にさらさない)。
- (2) 小さめのフライパンにEVオリーブ油を薄くのばし、千切りにしたジャガイモの半量を入れ、手で押さえてから塩・こしょうをし、チーズ2/3量とバジルの葉を載せ、その上に残りのジャガイモをかぶせ、もう一度手で押さえる。
- (3) ふたをして中火で約3分、その後弱火にして約3分焼き、全体がチーズとジャガイモのでんぷんで固まり始めたら、フライ返しで上から数回押さえ、裏返す(このとき、まずフライパンのふた代わりに平らなお皿をかぶせ、お皿の底にしっかりと手を添え、フライパンをひっくり返してジャガイモを取り出す。次に滑らすようにフライパンに戻すと簡単)。
- (4) 上からフライ返しで押さえ、形を整えてから塩・こしょうを加え、その上に残りのチーズを散らし、ふたをしてから弱火で3~5分焼く。
- (5) ジャガイモに火が通り、上面のチーズが溶けたらお皿に滑らせるように取り出し、切り分ける。

今月のあなたの運勢 12月 モナ・カサンドラ

♈ 牡羊座 3/21~4/19

【全体運】 前向きな気持ちになれる月です。やってみたいことには果敢にチャレンジを。アウトドアレジャーにも幸運あり
【健康運】 無理なダイエットはNG。適度な運動を
【幸運を呼ぶ食べ物】 水菜

♌ 獅子座 7/23~8/22

【全体運】 レジャー運が盛り上がり、気の合う仲間たちと楽しく過ごせる気配。飲み会や忘年会を企画して。旅行も大賛成
【健康運】 体を動かすことで、より健康な状態に
【幸運を呼ぶ食べ物】 ユリ根

♎ 射手座 11/23~12/21

【全体運】 新しいことをスタートさせれば、スムーズに発展していくはず。過去に失敗した事柄へのリベンジも成功確率大
【健康運】 姿勢を直しして。肩凝り解消などに有効
【幸運を呼ぶ食べ物】 アンコウ

♉ 牡牛座 4/20~5/20

【全体運】 ネガティブな気分になり、暗い表情で過ごしがち。意識的に明るく考えることで、好変化が。落語や漫才につき
【健康運】 徐々に下り坂。オーバーワークは避けて
【幸運を呼ぶ食べ物】 サトイモ

♊ 乙女座 8/23~9/22

【全体運】 ささいなことで腹を立てやすいよう。笑顔を心掛けると開運のきっかけに。荷物の整理や大掃除にも同様の効果が
【健康運】 食べ過ぎに注意を。特に夜中の飲食は×
【幸運を呼ぶ食べ物】 レンコン

♏ 山羊座 12/22~1/19

【全体運】 優先順位の付け方を間違えやすく、周囲からクレームが。素直に反省して。迷ったら信頼できる相手に相談を
【健康運】 あまりパツとしません。無理せず、摂生して
【幸運を呼ぶ食べ物】 ダイコン

♊ 双子座 5/21~6/21

【全体運】 勢いはあるものの、ちょっとしたことでつまづきやすい期間。くよくよせず、スバッと切り替えると運気好転へ
【健康運】 ゆっくり上昇。ストレッチを始める好機
【幸運を呼ぶ食べ物】 ミカン

♎ 天秤座 9/23~10/23

【全体運】 知的探究心が旺盛になりそう。気になることがあったら、まずは情報収集を。体験教室を受けてみるのもグッド
【健康運】 疲れを感じやすいかも。質の良い睡眠を
【幸運を呼ぶ食べ物】 イイダコ

♏ 水瓶座 1/20~2/18

【全体運】 周囲から良い部分を吸収でき、人間関係に好影響があります。初対面の人にも気さくに話しかけ、人脈を広げて
【健康運】 まずまず。スポーツを満喫するチャンス
【幸運を呼ぶ食べ物】 ハクサイ

♏ 蟹座 6/22~7/22

【全体運】 神経質になりやすい時期。細かなことを気にせず、おおらかに振る舞った方が好結果に。気晴らしには公園散歩へ
【健康運】 不調を感じたら、たっぷり休養を取って
【幸運を呼ぶ食べ物】 キンメダイ

♋ 蠍座 10/24~11/22

【全体運】 ゆったり気分で過ごせる予感。プライベートを充実させるのに最適なので、好きなジャンルに意識を向けて◎
【健康運】 不規則な生活の改善が体調回復の鍵に
【幸運を呼ぶ食べ物】 野沢菜

♓ 魚座 2/19~3/20

【全体運】 やたらとプレッシャーを感じてしまう暗示。できる人と比べず、自分らしさを大切に。オルゴールで気分転換を
【健康運】 冷えは万病のもと。十分な防寒対策が大事
【幸運を呼ぶ食べ物】 芽キャベツ



組合員の暮らしと健康を守る A・コープめまんべつ

豪華景品が当たる!

お楽しみ抽選券 プレゼント!!



期間中にご来店、お買い上げ頂いた方に抽選券をお渡し致します。当選発表当日まで大切に保管して下さい。

抽選券配布期間

12月16日月～12月23日月まで

当選発表日

12月25日水 店内にて当選番号発表!!

歳末謝恩大売り出し

12月24日火～12月30日月

※12月29日(日)も営業致します。 ※12月31日(火)は午後3時で閉店致します。

お歳暮ギフト店内展示中

最大30%OFF!



年越し用オードブル 刺身等予約受付中!

受け渡しは、12月31日(火)
午後1:00～3:00厳守!!
Aコープ正面入口にて

予約締切日 12月20日(金)



初売りの1月2日木

午前 8:00～
正午 12:00まで

売り切れ
ごめん!

お菓子 8個 1,000円税込み