

まらり★



★今月の話題はこれ!!

- 青年部活動について
- 年末年始の業務のご案内 他

2023
12
No.928



園児の農業ふれあい体験開催

11月9日(木)に大空町認定子ども園めまんべつで、青年部による本年度最後の食育活動が行われました。今回は今年収穫した野菜を使って園児と一緒にカレー作りを行いました。園児たちは楽しそうに野菜を切ったり、煮込んだりとカレー作りをしていました。そのあと、青年部員と園児たちは一緒に手作りカレーを食べました。みなさん美味しく食べてくれました。

実際に、自分達で育てた野菜を自分達で調理することで、野菜を育てることの難しさや自分達で調理してみんなで食べることの楽しさや、美味しくなることを学んでくれたと思います。

〔営農課 穴戸〕



令和5年度 青年部勉強会の開催

11月24日(金)、令和5年度青年部勉強会がオホーツクビーナスファクトリーにて部員44名参加のもと開催されました。

勉強会は、工場見学と講習会の2本立てで行いました。

工場見学では、「豆を等級別に並べて比較し、どのように選別され、商品として出荷されているのかを説明いただきました。

講習会では、普及センター美幌支所の荒木氏より小豆の倒伏の原因、改善点など豆類全般の青年部が疑問に思っていることを中心に講義いただきました。続いて農協農産課の浅井課長より、「豆類の新品種や小豆の複数年契約について講義いただきました。

今年は豆類の収穫作業が大変となり、品質も思うように振るわない1年となりましたので、この勉強会の内容を来年の豆類の耕作に是非活かしていきたいです。

〔営農課 六戸〕

農業士による小学校出前授業開催

11月24日(金)、女満別小学校5年生を対象に農業士による出前授業が行われました。講師として指導農業士の後藤忍さんと農業士の加藤隆幸さんが「女満別農業の実態と食糧生産について考えよう」をテーマに、楽しく、わかりやすくお話をされ、子供たちは問いかけに対して元気よく返答していました。時間が足りないうらいでしたが、授業を通じて農業に魅力を感じ、将来の担い手となってもらうと幸いです。

〔営農課 南部〕



鹿柵管理組合、秋の点検作業

11月23日(木)、役員及び青年部(13人)、アグリソンサポート法人、農協事務局が参加して、鹿柵の秋の点検改修作業が行われました。事前に改修が必要な箇所は11月21日(火)に役員、アグリソンサポート法人、農協事務局にて確認をし、今回は倒木箇所があったため、チェーンソーや枝払い機で倒木除去作業を中心に行いました。

〔営農課 六戸〕



令和5年度 職員健康管理研修会の実施

11月21日(火)、職員を対象に健康管理研修会を実施しました。

北海道農業団体健康保健組合の高井課長代理、柴田保健師を講師に招き、「健康なからだはお口から」「こころの健康」について説明を受けました。

今後も定期的な研修会の開催により、職員の健康管理に留意して参ります。

〔管理課 石川〕



令和5年度の防災訓練の実施

11月28日(火)、大空消防署のご協力の下、令和5年度防災訓練を実施しました。

防災訓練では通報訓練・避難訓練・消火訓練を実施し、防災のための意識を再確認しました。

訓練後は事務所内設置のAED(自動体外式除細動器)を用いて取扱の説明を受けました。

「ご協力頂きました大空消防署の皆様、ありがとうございます。災害が発生してからは遅く、「発生させない」ことを職員ひとひんが防災に対して努めます。」

〔管理課 石川〕



農業者年金前納保険料の引落について

令和6年分の農業者年金前納保険料を令和5年12月25日（月）に引落致します。（前納納付の申し出をされている方）

なお、令和6年2月2日から令和7年1月1日の間に60歳の誕生日を迎える方や令和6年中に政策支援加入（保険料国庫補助）期間が満了し、通常加入への変更の事前届出がない方は、令和6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】

◎通常加入で

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	
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。
※令和6年中に35歳になられる方は、上記の金額と異なります。
※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



理事会レポート

第10回11/24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	418名	(±0)
	(内 24法人含む)	
戸数	259戸	(±0)
准組合員		
団体	163団体	(±0)
個人	321名	(-1)

◇議案

- ① 令和5年度 営農緊急支援事業の実施と事業実施要領の制定について
 - ② 職員に対する年末賞与の支給について
 - ③ 大口信用供与先への資金貸付について
 - ④ 営農計画書等の審査方針・基準の設定について
 - ⑤ 組合員の持分譲渡について
- 全議案原案通り承認されました。

＝協議報告事項＝

1. クレードル食品(株)取締役会について
2. 網走厚生病院運営委員会について
3. 第5回オホーツク農協酪農畜産対策委員会について
4. 第7回オホーツク組合長会について
5. 自由民主党野菜・果樹・畑作物等対策委員会とオホーツク農協畑作青果対策委員会との意見交換会について
6. 令和6年事業計画(案)及び地区懇談会の開催並びに提出議案について
7. 令和5年10月末財務状況および決算見込みについて
8. マネー・ローンダリング及びテロ資金供与対策に関するアンケートへの対応について
9. 特定組合員のクミカン実績(10月末)報告について
10. 令和5年産 原料てん菜概算金の支払い及び数量払戻金の融通について
11. 令和5年産 規格外小麦の概算金支払いについて
12. 令和4年産 農協向け加工馬鈴薯の本精算について
13. 令和5年産 玉葱の概算金について
14. 令和5年産 食用馬鈴薯の概算金について
15. 組合員の異動について
16. その他
 - 1) 12月理事会のスケジュールについて
 - 2) その他の事項について

(価格 円)

11月6日開催 北見黒毛和牛 市場成績

		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	588,883	724,489	624,148	770,035
	出場頭数	197	185	38	32
	成立頭数	175	166	27	31
雌牛	平均価格	449,357	615,388	458,557	641,929
	出場頭数	164	101	26	17
	成立頭数	152	88	23	14

※価格は1頭平均・税込価格



しっかりと食べて冬の健康な体づくり

正月太りで体重が戻らないという悩みを抱える方も少なくありません。焦って食事を抜いてしまうと、基礎代謝が低下して痩せにくくなります。体調不良を招く恐れがあるため、食事を抜くのは危険です。今回は、「食べながら」健康な体づくり

■炭水化物

に役立つ栄養素を一つお伝えします。

■カリウム

体内の余分な塩分を排出する働きがあるカリウムは、むくみ解消効果が期待できます。おせち料理など、塩分の取り過ぎが原因で体がむくみ、体重が増えた方にはお薦めの栄養素です。かんきつ類の果物、ジャガイモ、切り干し大根、アボカド、ホウレンソウなどに多く含まれているカリウムは、水に溶け出しやすい性質があるため、野菜からカリウムを取る場合は、生野菜、汁物などにして汁ごと取るのがお勧めです。お



せち料理を食べた後のデザートにミカンを食べたり、サラダにアボカドをのせて食べるのも良いでしょう。

■炭水化物

体や脳を動かすエネルギーとなる炭水化物は、健康な体づくりに必要な栄養素です。米、パン、麺類などの炭水化物は太るというイメージがあるかもしれませんが、炭水化物は、糖質+食物繊維の総称です。炭水化物を抜くと食物繊維の摂取量が減り、便秘を招いてしまう恐れがあります。便秘は、直接的には体重増加につながりませんが、便秘で老廃物が腸内にたまると、有害物質が発生しドロドロの血液が体内を巡ります。質の悪い血液には脂肪が蓄積されやすくなるため、3食で炭水化物を取りましょう。そして、便秘になると吹き出物ができやすくなります。美しい肌を保つためにも炭水化物は必要な栄養素です。忙しいときは、レトルトのご飯を活用すると良いでしょう。

栄養素はチームで働きます。野菜、米だけを食えるのは控えましょう。肉、魚などのタンパク質、油などの脂質も取り、健康な体づくりをしたいと思いますね。

みなさんの声 お待ちしております!!

JAめまんべつ広報誌「きらり☆」に対してのご意見や感想・要望又、お子様の絵やパトト白慢、お気に入りの写真などの情報を募集しています。例えば、こんな記事を見たい、こんな珍しいことがあったなど。

クイズに限らず絵や感想など応募いただいた中から抽選で景品を差し上げております。応募方法については、本通信折込の応募用紙に記載いただき、農協正面玄関応募箱またはFAXにてのたくさんの応募をお待ちしております!!

JAめまんべつ公式SNS フォローお願いします。

JAめまんべつ公式「Instagram」と「Facebook」にて、JAめまんべつのイベントや農畜産物など様々な楽しい情報を発信していきます。

より多くの人に女満別の魅力を届けられるよう、情報発信していきますので左側QRコードから気軽に「フォロー」や「いいね」をお願いいたします。



JAめまんべつ Instagram QR



JAめまんべつ Facebook QR

編集後記

今年も残るところ1ヶ月をきり、皆さんバタバタと忙しい日々を送っているかと思えます。今年は皆さんにとってどんな年となったでしょうか？通信が配られるところは12月の忘年会シーズンではないでしょうか。飲みすぎや食べすぎに注意しましょう。また、インフルエンザやコロナも流行していますので、十分気をつけて年末をお過ごしください。

JAめまんべつ 営農課

11月号の答え



- 4……家の高さが違う
- 7……手の形が違う
- 9……服のワッペンが違って
- 10……犬の尾が隠れている
- 12……アイコンが大きく出ている

正解された中から抽選で2名の方に景品を進呈します。尚、当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。



年末年始の業務のご案内

*空欄は休業です。

月日	12/27 (水)	12/28 (木)	12/29 (金)	12/30 (土)	12/31 (日)	1/1 (月)	1/2 (火)	1/3 (水)	1/4 (木)	1/5 (金)	1/6 (土)	1/7 (日)	1/8 (月)	1/9 (火)	1/10 (水)
事務所 (金融部を除く)	9:00~ 17:00	9:00~ 17:00	仕事納め 9:00~ 17:00											仕事始め 9:00~ 17:00	9:00~ 17:00
金融部 金融窓口・共済窓口	9:00~ 15:00	9:00~ 15:00	9:00~ 15:00						9:00~ 15:00	9:00~ 15:00				9:00~ 15:00	9:00~ 15:00
JAキャッシュコーナー	8:45~ 18:00	8:45~ 18:00	8:45~ 18:00	コンビニATM・ゆうちょ銀行は 8:00~21:00まで農協のカードを 利用できます。					8:45~ 18:00	8:45~ 18:00	コンビニATM・ゆうちょ銀行は 8:00~21:00まで農協のカードを 利用できます。			8:45~ 17:00	8:45~ 18:00
給油所	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 15:00			7:00~ 18:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 20:00	7:00~ 17:00	7:00~ 20:00
野菜施設	9:00~ 17:00	9:00~ 17:00	9:00~ 17:00											9:00~ 17:00	9:00~ 17:00
農産施設	9:00~ 17:00	9:00~ 17:00	9:00~ 17:00											9:00~ 17:00	9:00~ 17:00

※1月9日より平常通り営業致します。

※1月9日は新年交礼会を行うため、給油所、ATMは午後5時で終了させていただきます。

まちがいさがし

右のイラストには左のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。



応募要項

正解者の中から抽選で2名の方に景品を差し上げます。
 締め切りは12月28日(木)、JA正面玄関の応募箱に投函するか
 FAXにて応募下さい。FAX番号は応募用紙に記載しています。

