

2023

10 OCTOBER

高原の風と水と心のメッセージ

ようてい



第27回JAようてい農業祭

特集

第27回JAようてい農業祭

食べない人は損してる？納豆パワーの秘密、教えます！



松田 一秀さん (喜茂別町)

青年部主催のクイズ
クイズに正解した人に豪華景品が!



JA共済アンパンマン交通安全キャラバン
上演前から観客席は満席に!



©やなせたかし/フリーベル館・TMS・NTV



©やなせたかし/フリーベル館・TMS・NTV



食べ歩きコーナー (JA)
フランクフルト、焼き鳥、
飲みもの等を販売!



フォトブース
Instagramのフレームで記念撮影!



閉会式

雨天の心配もありましたが、天候に恵まれコロナ禍明け初の農業祭を無事に終了することができました。ご協力いただいた組合員の皆様、足を運んでくださったお客様、本当にありがとうございました!



地元高校展示販売コーナー
高校生が作った野菜やお花等を販売!



金子智也さんライブ
歌で会場を盛り上げていただきました!



開会式



第27回

JA ようてい 農業祭

2023年8月26日(土) JA ようてい 本所駐車場



お楽しみくじ引き
豪華景品が当たるかも!?
長蛇の列ができました!



農産物・特産物即売会
毎年評判で、今年も多くのお客様に
お買い求めいただきました!



燃費料具展示販売
ガスコンロ、鍋、資材商品等を販売!



食べ歩きコーナー (女性部)
揚げいも、フライドポテト、
かけそば等を販売!



牛乳消費拡大コーナー
牛乳の無料配布を行いました!



当日は沢山のお客様に平場
していただき、最後まで大
盛況でした。皆様ご来場あ
りがとうございました!



蘭越町で献上米の抜穂祭が行われました！

9月9日、当JA代表理事専務 金子辰四郎氏の水田（蘭越町）にて、今年の新嘗祭（にいなめさい）に献上される献穀米の抜穂祭（ぬいぼさい）が行われました。新嘗祭は、天皇陛下が全国各地の新穀を神前に供え、収穫を感謝する宮中行事です。蘭越町からの献上は昭和41年から始まり、今回で7回目となりました。道内では、蘭越町と雨竜町の2戸が献穀米の栽培農家に選ばれました。

抜穂祭には関係機関や地域住民など約40名が参加しました。当日は晴天に恵まれ、神事の後に地元中学生5名の早乙女が町長と耕作者から鎌を受け取り、



抜穂祭の様子



早乙女による刈取り作業

黄金色に輝く「ゆめぴりか」の稲を丁寧に刈取りました。金子氏は「5月の御田植祭から本日まで順調に生育し、町やJA、家族のおかげで無事に抜穂祭を迎えることができました。北海道、蘭越町のお米のPRになればと思います。」と喜びを語られました。

収穫された稲は金子氏が乾燥・脱穀などの精米作業を行い、10月末に皇居に届けられる予定です。蘭越町では、伝統的な献穀米の地として選ばれたことを大変誇りとし、このことをきっかけに農業や食文化の大切さを伝えていきたいとしています。

【担当：高橋（洸）】



玄米バラ受調製施設 受入を開始しました！

9月6日午前8時、蘭越町玄米バラ受調製施設にて受入を開始しました。

今年は記録的な暑さで稲の生育が進み、例年より1週間程度早く、8月中に収穫が始まった地域もある等、昨年より6日早い受入となりました。

初日は、受入開始を待っていた20件の生産者の出

荷があり、「ゆめぴりか」と「ななつぼし」の合計237tを受入しました。

収穫作業も終盤となりますが、農作業事故の無いよう気を付けて作業して下さい。

【担当：北野】



自主検査、受入を待つ生産者の皆さん



自主検査の様子



**JAようていトマト生産組合蘭越支部 食材を寄贈しました!**

JAようていトマト生産組合蘭越支部（支部長：日比野準さん）では、食育事業の一環として平成29年より毎年、蘭越町学校給食センターへトマトを寄贈しています。

9月1日、今年もトマト32個入18ケース（576個）が日

比野支部長から教育長 小林俊也氏へ手渡されました。

9月5日、給食センターでは保育所、幼稚園、小中学校、高校のおいしい給食の材料に使用されました。

【担当：北野】



日比野支部長（左）と小林教育長（右）



新鮮なトマトを寄贈しました!

JAようてい女性部蘭越支部 農業祭餅まき用餅つきを行いました!

8月25日、JAようてい女性部蘭越支部（支部長：下口由美さん）は、4年ぶりに開催となったJAようてい農業祭の餅まき用餅つきを行いました。連日の猛暑の中、前日の米とぎ、当日は早朝から15名で各工程を分担し、流れ作業で手を止めることなく各自移動しながら

準備を進められました。

部員の皆様のご協力により無事に終わることができました。大変ありがとうございました。

【担当：神田】



ご協力ありがとうございました!



餅つきの様子



JAようてい青年部真狩支部 ほくほく祭りに参加しました!



9月3日、真狩村にて「ほくほく祭りinまっかり2023」が開催されました。

「いも掘り会場」は、この日のためにJAようてい青年部真狩支部が管理した圃場の作物（馬鈴薯・人参・大根・スイートコーン）を、1枚600円で配布される袋に詰め放題できるコーナーで、多くのお客さんで賑

わいました。

また、午後からは同支部主催の「ほくほくオークション」が開催されました。真狩村産農畜産物を中心とした品物をオークション形式でお客さんが競り合い、落札した方には更に抽選による割引がつくイベントで、会場は大いに盛り上がりました。【担当：松浦】



お疲れ様でした!



晴天に恵まれました!



ほくほくオークションの様子



JAようてい食用馬鈴薯生産組合京極支部 自然教室を開催しました!



9月5日、JAようてい食用馬鈴薯生産組合京極支部（支部長：森和也さん）は食育活動として、京極小学校の2年生16名と今年5月に植付した馬鈴薯の収穫を行いました。

元気いっぱいの児童は全身土まみれになるほど夢

中になり、あっという間に掘り上げました。変わった形のものや大きいもの等様々な馬鈴薯があり、袋いっぱい詰めて喜んでいました。

【担当：上出】



しっかりお話を聞いてくれました!



一生懸命に掘り起こしました!



収穫作業の様子

第44回ルスツ産業まつりが開催されました！



8月27日、留寿都村道の駅230ルスツにて「第44回ルスツ産業まつり」が開催されました。

JAようてい青年部留寿都支部

JAようてい青年部留寿都支部（支部長：高田聖也さん）は、フライドポテト・茹でとうきび・かき氷の販売を行いました。

当日は天候に恵まれ、かき氷が子供たちに大人気で完売しました。

本年度は4年ぶりの開催ということもあり、村内外からも多くのお客さんが来場し、大いに盛り上がりました。

【担当：松浦】



会場の様子



皆で協力し楽しく販売しました！



暑い中、たくさん揚げました！



お疲れ様でした！

JAようてい女性部留寿都支部フレッシュミズ

JAようてい女性部留寿都支部フレッシュミズ（会長：佐竹愛美さん）は、いももちやおかしすくいの販売を行いました。

当日は気温が高く、また雨が心配されていました

が、多くのお客さんが立ち寄って下さいました。いもちは世代を問わず、お菓子すくいは小さな子供たちに大人気で、好評のうちに完売しました。

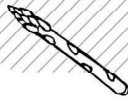
【担当：松田（智）】



お疲れ様でした！



お菓子すくいは子供たちに大人気！



JAようてい青年部倶知安支部 食育活動を行いました!



8月30日、JAようてい青年部倶知安支部（支部長：重田稜太さん）は八幡地区のJA試験圃場にて、食育プロジェクトとして倶知安幼稚園の園児と馬鈴薯の収穫体験を行いました。

当日は、今年5月に植付した「男爵」を年中クラスの園児が青年部員に教わりながら一生懸命に、手で土

から掘り出し収穫しました。

園児の中には「お母さんに美味しいご飯を作ってもらおう。」と嬉しそうに話してくれる子もあり、今年も大成功で終わることができました。

【担当：福田（達）】

収穫の様子



倶知安幼稚園の皆さん



一生懸命に作業していました!

倶知安町立東小学校 施設見学に訪れました!



9月13日、倶知安町立東小学校の3年生21名が授業の一環として、倶知安地区の馬鈴薯集出荷選別貯蔵施設を訪れました。施設内を初めて見る児童たちは、大きな機械や馬鈴薯がころころと選果されている様子など、普段見ることのできない光景を前に興味津々で見学していました。

児童たちからは、目に入る全てのことから幅広い質問がなされ、「一日にどれだけの量を出荷するのか」

「あのトラックは何をするのか」「ようてい管内で生産している野菜は何種類あるのか」「JAようていのシンボルマークにはどの町村があるのか」など、施設についてだけでなく、作物・JAについても多くの質問がありました。

施設見学を通して、地域の作物や施設について多くのことを学んでもらえた様子でした。

【担当：相坂】



しっかりお話を聞いてくれました!



たくさん質問してくれました!



興味津々の様子でした!



馬鈴薯を観察する様子



第25回後志地区農協年金受給者パークゴルフ大会が開催されました!



9月5日、共和町パークゴルフ場にて、「第25回後志地区農協年金受給者パークゴルフ大会」が開催されました。後志地区2JA（ようてい・きょうわ）より58名（当JAから42名）が参加し、熱戦を繰り広げました。

<大会成績>

男性の部	女性の部
優勝 末永典夫（留寿都）	優勝 住吉洋子（蘭越）
準優勝 元永 敏（きょうわ）	準優勝 竹浪クニ子（京極）
第3位 岡部征一（きょうわ）	第3位 栄花タケ子（喜茂別）

当日は天候も良く、多くの選手が集まり日頃の成果を十分に発揮し、プレーを楽しんでいました。参加された選手の皆様、大変お疲れ様でした。

【担当：及川】



多くの選手が集まりました!



男性の部優勝 末永さん（留寿都）



女性の部優勝 住吉さん（蘭越）

第61回全道JA野球大会に出場しました!

9月5～6日、道立野幌総合運動公園野球場（江別市）にて「第61回全道JA野球大会」が開催され、全道から各地区の予選を勝ち抜いた15チームが参加し、熱戦が繰り広げられました。

JAようていは1回戦、JAさっぽろと対戦しました。初回から4回まで必ず出塁しチャンスを作ったもののなかなか得点には繋がらず、4回裏で相手に先制点を奪われました。次の回でも追加点を決められました

が、互いに声を掛け合い、2点ビハインドで迎えた最終回。積極的な攻撃を続け1点を返し、2アウト3塁。ベンチの声も大きくなり、白熱の試合展開の中、皆の思い一步届かず2-1で敗れました。

今大会もたくさんの応援をいただき、誠にありがとうございました。今シーズンは今大会をもって終了となりましたが、来年に向け、更なるレベルアップを目指し頑張っ参ります。

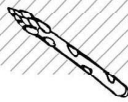
【担当：篠原】



先発投手の中畑選手



反撃の一打を放った佐々木選手



「熟成フライドポテト (JAようてい産きたかむい使用)」好評発売中!

この度、冷凍食品「熟成フライドポテト (JAようてい産きたかむい使用)」が発売されました。この商品は、原料から商品開発までホクレンと当JAが連携して取り進め、原料・産地・製法にこだわった「こだわり野菜シリーズ」として今年の春に誕生しました。

ようてい産きたかむいを特別な製法 (CA貯蔵※) で長期熟成させることで、甘味を凝縮させた「よくねたいも」にしてからフライ加工し冷凍することで、しっとりなめらかな食感に仕上げました。電子レンジで温めるだけで食べられる気軽さと、じゃがいもとは思え

ないほどの甘味が口一杯に広がる美味しさが特徴です。

9月より、Aマート各店やホクレンくるるの杜 (北広島市)、イトーヨーカ堂 (屯田店・アリオ札幌店・福住店・琴似店・帯広店・北見店) にて販売されています。この機会にぜひお召し上がり下さい。

※CA貯蔵: 貯蔵庫内の空気を一定の状態に保つことでじゃがいもの甘味が増し、長期間の貯蔵が可能となる特別な貯蔵方法

【担当: 篠原】



熟成フライドポテト (JAようてい産きたかむい使用)



Hello

Thanks

See you

今日から使える! 一言英会話
NO.35 『Do you have any allergies?』



なるべく短い英語で伝わる日常英会話をご紹介します「一言英会話」。先月号でご紹介した「Keep in touch.」はもうマスターしましたか? 今月号も気軽に使えるフレーズをLesson!

『Do you have any allergies?』

ドゥ ユー ハヴ エニ アラジズ

(アレルギーはありますか?)

農作業をお手伝いに来てくれた外国人の方などに食事を提供するとき、アレルギーで食べられないものがあるか尋ねるフレーズ。「have」は「持っている」という意味の単語ですので、「アレルギーを持っていますか?」=「アレルギーはありますか?」といった表現になります。初めてお会いした日などに、ぜひこのフレーズで確認してみてくださいね。

食べない人は損してる？

納豆パワーの

秘密、教えます！



取材協力：全国納豆協同組合連合会
URL：https://www.natto.or.jp

納豆はご存じの通り、熱を加えて軟らかくした大豆を納豆菌による発酵させた発酵食品です。古くから健康にいいことが知られていますが、近年、新たな研究成果が次々に発表され、再注目されています。

大豆は三大栄養素を含む優秀な食材

納豆の原料の大豆は、マメ科ダイズ属の穀物です。大豆は、三大栄養素といわれるタンパク質・脂質・糖質をバランス良く含み、しかも栄養価のうち、全体の35%を占めるタンパク質は、体内で作り出せない必須アミノ酸を豊富

に含んでいてお肉の含有量に匹敵します。さらに現代人が取り過ぎになりがちな動物性脂肪・コレステロールはゼロで、カルシウムは牛乳とほぼ同量、鉄分やさまざまなビタミンも含まれている優秀な食材なのです。

数ある大豆製品の中でも納豆が特に優れている点の一つが、大豆を皮や胚芽ごと食べられること。大豆の皮は

2つのパワーで元気に美しく！

大豆の栄養パワー

- 若々しさを保つ：イソフラボン/サボニン/マグネシウム/食物繊維
- 整腸・ダイエット作用：レシチン/亜鉛
- 骨を元気に：タンパク質

+

納豆菌の発酵パワー

- タンパク質の吸収率が向上
- 腸内環境を整える
- 骨量低下を防ぐビタミンK2を産出
- 病原菌に対する抗菌作用
- 動脈硬化の原因を抑制するとの報告あり
- 血管をしなやかにして免疫力を高める

食物繊維が豊富で、女性ホルモンと似た働きをするといわれる大豆イソフラボンは胚芽部分に多く含まれているため、納豆を食べることで大豆の栄養を丸ごと効果的に摂取できます。

「納豆菌」がさらに健康をバックアップ！

大豆を納豆に加工すると、納豆菌による発酵作用の働きで栄養価がアップします。発酵によってタンパク質が細かいアミノ酸に分解されるため、体内への吸収率がさらに高まるのです。

と休眠し、活動しやすい環境になると復活する性質があります。そのため、強酸性の胃酸に負けずに腸まで届き、腸の状態を整えてくれるのです。さらに注目したいのは、納豆が作り出すビタミンK2の働き。ビタミンK2は骨にカルシウムを定着させ、骨からカルシウムが溶け出すのを抑える働きがあります。納豆は世界の食品の中でも最も多くビタミンK2を含む食品の一つといわれており、血液中のビタミンK2が少ない骨粗しょう症の方にもお薦めです。

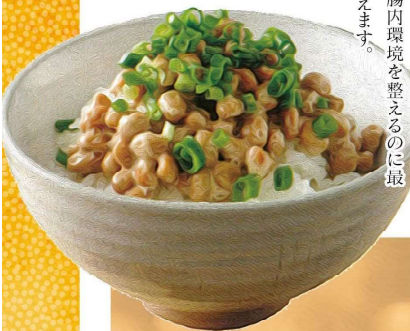
今、納豆のさまざまな健康効果が再注目されています！

さまざまな有害菌の繁殖を抑制

納豆には、優れた殺菌作用・抗ウイルス作用があることが古くから知られています。コレラ菌、赤痢菌などの繁殖を抑制するという報告も古くからあります。納豆菌は他の菌とは比較にならないほどの速さで繁殖することが大きな理由です。そのため「納豆は副作用のない天然の抗生物質」ともいわれています。

更年期障害の症状を緩和

大豆に含まれるイソフラボンは、更年期以降に減少する女性ホルモン(エストロゲン)の分子構造に似ているため、更年期障害の症状を緩和する働きがあるといわれています。このイソフラボンはそのままでは体内に吸収されにくいのですが、納豆菌の働きで吸収されやすい「大豆イソフラボン」に変わります。イソフラボンは大豆の胚芽部分に多く含まれているため大豆の皮をこ



し取り除いて使用する豆腐などより、皮ごと粒のまま食べる納豆の方がより効果的に栄養を摂取できます。

腸内での発酵を進め、便秘を促進

納豆菌は、生きたまま腸に到達して善玉菌として腸内の環境を整えます。腸内で善玉菌が増えると、便が軟らかく量が増えて便秘が良くなるだけでなく、臭いも弱くなります。また善玉菌は食物繊維を餌とするため、食物繊維が多いほど増えやすいのですが、食物繊維が豊富な大豆を皮ごと食べられる納豆は、腸内環境を整えるのに最適な食品といえます。

納豆をおいしく健康的に食べるコツ

毎日続けて食べることが大切

食品から摂取した善玉菌は腸内には1日ほどしか定着しないので、毎日取ることが大切です。納豆菌は乾燥に強いので、片栗粉をまぶして天日で数日干した「干し納豆」にすれば、長期の旅行などにも持って行けます。女性にうれしい栄養成分がたっぷりの納豆を毎日食べて、日々を健康に過ごしましょう。



健康食材をちょい足して、もっと健康に！

キムチなどの発酵食品と併せて食べると、発酵パワーの相乗効果が期待できます。卵かけご飯に納豆を加えればタンパク質がさらに豊富になります。納豆のにおいが苦手な方は、においのユーティリティ効果のある乳製品と組み合わせると食べやすいでしょう。意外なところでは、アイスクリームに混ぜると納豆のにおいの存在感が消え、粘りが増えておいしさがアップします。納豆牛乳茶漬けなどもお薦めです。



ほっと一息！ 掲示板

今回のテーマ  **好きなスポーツ** 

ミニバレーは、白熱します。娘は、ソフトテニスに夢中です。
(ススッキーさん)

スポーツはほとんど苦手ですが、昔水泳を習っていたので泳ぐのが好きです。
(P.Nゆいさん)

野球、バスケ、ラグビー、やり投げ。全部、見るだけです(笑)
(マイカーはCX-5!さん)

スポーツは、高校時代に友達とバレーボールをみるのが、楽しかったな。
(パフェさん)

バドミントンです。子どもがバドミントン部に入り、親子で楽しんでいます。
(スマッシュ最高さん)

ワールドカップラグビー2戦日残念でしたね。やはりイングランドは強い!!ガンバレニッポン。
(スマレさん)

サイクリング(ガソリン代かからないし)
(折れない心さん)

ドッチボール。休み時間によくやっています。
(くむぎさん)

野球ですかね～。今季は大谷くんの活躍がもう見られないので残念です(> ◦ < ◯)
(びっちゃんさん)

次回のテーマは『大掃除あるある』

今年も残り3か月を切りました(年々、一年が早く感じるのはなぜでしょうか…恐)。年末といえば大掃除。一年の間に蓄積したホコリや煤をきれいに掃除して、神様を迎える準備をすることが本来の目的だそうですが…そろそろやらないか。と思いながらも、重たい腰はそう簡単には上がりません。もういっそのこと大掃除は諦めて年を越してしまうのもありかな?…悪魔の声が聞こえてきます。今回は年末の大掃除にまつわる話を皆さんと共有したいと思います。大掃除のお悩み、あるある、やる気になる方法など、ご応募お待ちしております!

地域還元 第5弾 取りまとめのご案内

地域の皆様への還元企画と致しまして、馬鈴薯・玉ねぎ・ゆり根等の農産物ギフトの地方発送受付を予定しておりますのでこの機会にご利用をお願い申し上げます。※詳細については新聞折り込みチラシにてご確認ください。

(株)Aコープようてい

年賀状

印刷予約受付中!

ハガキも店舗でご用意致します。

喪中ハガキのご購入はAマート店舗へ

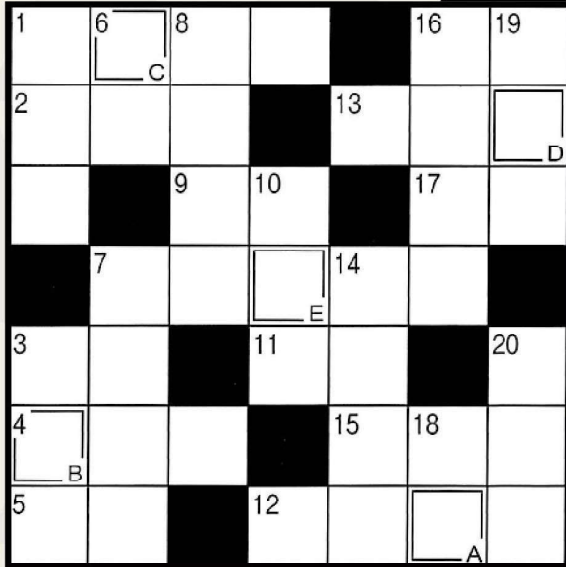
令和6年度年賀状の予約受付をしております。

Aマート各店舗でも販売を致しますのでご利用をお願い申し上げます。

※ご購入の詳細については最寄の店舗へお問合せ願います。

(株)Aコープようてい

パズル! 頭の体操



解答は次号に掲載します!

- タテのカギ**
- 1 オーストラリア固有の動物。子守熊ともいいます
 - 3 スペード、ハート、ダイヤ、——
 - 6 なるべく——嫌いをせずに食べてね
 - 7 2枚の書類にまたがるようにはんこを押します
 - 8 カラオケでのレパートリー
 - 10 HPと表される仕事率の単位
 - 14 秋の夜長にページをめくりつつ楽しみます
 - 16 木材を切る道具
 - 18 天井と向かい合っています
 - 19 絹ごしや木綿があります
 - 20 リレーの選手がつなぐ物

- ヨコのカギ**
- 1 秋桜と呼ばれることもある花
 - 2 有効利用されていない土地
 - 3 イガに守られた実がなります
 - 4 野球では右翼手ということも
 - 5 小説家がつづるもの
 - 7 寒くなる頃に日本に飛んでくるものもあります
 - 9 春日局は徳川家光の——でした
 - 11 刺し身にのっていることもある花
 - 12 手紙のこと。往復——
 - 13 絵を描いたり粘土細工をしたりする教科
 - 15 ローマやカイロ、マニラなど
 - 16 日本海に大きく突き出た——半島
 - 17 白川郷や下呂温泉で知られる県

先月号の答えは アキナス

9月号は13名の応募があり、当選者は赤いトラクターさん(真狩村)、折れない心さん(京極町)、ぴっちゃんさん(京極町)の3名です。ご応募頂き、ありがとうございました。

賞品

毎月3名の方に、2,000円分の農協全国商品券をプレゼント!(農協全国商品券は株Aコープようてい等でご利用できます。)

【応募方法】

応募用紙にご記入の上、FAX、はがき、ホームページお問い合わせフォームからご応募ください。

はがき: 〒044-0011 倶知安町南1条東2丁目
JAようてい 管理本部企画経営課 行
FAX: (0136) 21-2321
ホームページ: <https://www.ja-youtei.or.jp/>



QRコード

【記入項目】

- 1 パズルの答え
- 2 〒・住所
- 3 氏名
- 4 ペンネーム
- 5 JAようていとの関係(正組合員・准組合員・その他)
- 6 本号で好きな記事・ページ
- 7 広報誌の感想・農協への意見
- 8 ほっと一息! 掲示板

【締切】令和5年10月22日

キリトリ線

JAようてい広報誌

パズル! 頭の体操
ほっと一息! 掲示板

応募用紙

FAX: (0136) 21-2321
JAようてい
管理本部企画経営課 行

締切

令和5年10月22日

1 パズルの答え

2 住所 〒 -

3 氏名

4 ペンネーム

5 ようてい農協との関係(いずれかに○を) 正組合員・准組合員・その他

6 本号の好きな記事・ページ

7 コメント(広報誌の感想・農協への意見など)

8 ほっと一息! 掲示板「大掃除あるある」