

いのち

2024.1
Vol.296

謹賀新年





新年のご挨拶

新得町農業協同組合

代表理事組合長

太田 真弘

新年あけましておめでとうございます。

組合員皆様におかれましては、ご家族ともに穏やかに新年を迎えたこと心よりお慶び申し上げます。

また、日々の営農と併せ、地域農業の振興や農協事業運営に特段のご理解、ご協力いただきていることに対し、改めて敬意と感謝を申し上げます。

昨年を振り返りますとロシア・ウクライナ戦争が続く中、イスラエルとパレスチナ（ハマス）の戦争が起り、生産資材、肥料、燃料、飼料の輸入動向への影響は計り知れず、急激な円安の影響もあり、価格は高止まりするなど、農業を取り巻く多くの課題は山積したままです。

こうした中で、昨年の作柄については、1年を通じて気温の高い年であり地球温暖化を実感する年となりました。

春先の雪解けは早く、蒔きつけも順調に進み、適度な降雨もあつたことから全般的に作物の生育は例年を上回り順調に経過しました。夏場に入ると気温が高く天候にも恵まれ、小麦や馬鈴しょは品質、量ともに高収量となりましたが、8月に入ると猛暑が続き、農作物には病気や2次成長の誘発など様々な障害が起きました。てん菜では褐斑病等の影響で近年にない低糖分となり、豆類などは熟度が上がらず秋遅くまで収穫作業が遅れ、品質の低下を招きました。

酪農畜産は一番草の収穫は順調に進み品質、量ともに良かつたのですが、夏場の猛暑による乳量の減少や免疫力の低下により、伝染病が多発するなど生乳生産の減少や繁殖率の低下等大きく影響を受けました。今後は温暖化対策として、気候に合った新たな品種の選定や栽培技術の検討、家畜飼養管理における暑熱対策やワクチネーション体制の検討が必要と考えます。

こうした厳しい中ですが、生産動向を総括しますと、農産物は小麦、馬鈴しょが、良かつたことから、他の品目のマイナス面をカバーしたこととなり、トータルでは平年並みとなり、酪農畜産は、乳用牛、肉用牛の個体価格の落ち込みはあるが、生乳生産の抑制が求められる中で乳価の期中改定もあり、総体では生産額の多い年と比較しても10億円ほどの減少となる実績見込みです。

今年のような異常気象や生産資材価格の高騰など厳しい農業情勢の中で、この様な結果で終えたことは、組合員皆様の日々に渡る不斷の営農努力の賜物であり、心より敬意を申し上げる次第です。

しかしながら農業情勢は今後も厳しさが予想され、生産資材、肥料、燃料、飼料の高騰は当面続くとみられ、高齢化による慢性的な労働力不足問題やトラック運転手の労働時間が大幅に制約されることによる物流能力低下による農畜産物輸送の低下が問題となつております。私たちの農畜産物が安定して消費地に届く様あらゆる知恵を絞つて対処しなければと思つているところです。

また、農政の憲法と呼ばれる「食料・農業・農村基本法」の改正が大詰めを向かえ、私たちJA北海道グループにおいても食料安全保障の強化と持続可能な北海道農業の確立を目指し、ワクチネーション体制の検討が必要と考えます。

○農地の確保と適正利用の強化
○食料、自給飼料等の安定生産・供給と農業における環境負荷軽減の両立
○食料供給基地を担うにふさわしい農業所得の安定的確保

を三本の柱をメインテーマにし、政策提案、組織運動を開催しているところです。

町内では組合員の高齢化による農家戸数の減少や労働力確保が重要な課題であり、農業の持続可能な発展の懸念となつております。今後は農地の有効活用を初め生産支援組織（コントラクター、TMRセンター、育成牧場）等の機能強化や効率的な活用が急務となつています。こうした課題は、関係機関と連携を深め組合員皆様と一緒にになり、早急に取り進めなければならぬと思っています。

結びにあたり、組合員とご家族の皆様の益々のご健勝と災害なく、豊穰の秋を迎えられますことを心よりお祈り申し上げ新年のご挨拶と致



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雹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した。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、全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5月より5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が、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います。

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います。

現在、日本の食料自給率は38%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、6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、行政や全国連とも連携し、しっかりとその対応を図つて参ります。

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、活力旺盛になつて大きく成長し、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、本年が豊穰の年となること、皆様のご健勝をご祈念申し上げ、年頭のご挨拶いたします。

今年は、第31回 J A 北海道大会が開催されます。また、第30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550万人と共に創る『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も、今まで以上に農業・食に対する理解を求めるため、J A グループ北海道統一の情報発信のフレーズである「アグリアクション北海道」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。

3

新得町農業協同組合 青年部

新年のご挨拶



新年明けましておめでとうございます。日頃より、組合員の皆さまをはじめ、農協職員の皆さま、各関連団体の皆さまにおかれましては青年部への多大なるご支援とご協力をいただき、青年部員を代表して深くお礼申し上げます。

農業情勢は、ロシアのウクライナ侵攻の影響による小麦やトウモロコシの国際価格の高騰とともに、新型コロナウィルスの世界的蔓延などをきっかけに始まった需給バランスの不均衡、資材不足や、肥料、飼料、燃油などの高騰などなど。私たちを取り巻く環境も厳しい状況が続き、以前よりも食料安全保障がより重要視されるようになりました。我々、青年部といたしましてもSランチなどの食農教育を通じて町内の子どもたちに地元の「農業」と「食」の大切さを伝えてまいりました。この活動が国消産や食料自給率の向上、ひいては将来の食料安全保障にも繋がっていくと考えています。

さて、昨年度は長年活動の中心としてきた「Sランチ」をテーマに青年部大会にて発表の機会を頂きました。十勝大会を皮切りに全道大会、東北・北海道大会、全国大会まで発表をさせていただきました。全国大会では最優秀賞の一歩及びませんでしたが、私たちの日頃の活動が全国の舞台で評価されたことは、とても嬉しいことです。食農教育は継続することが何より大切だと考えています。これからも町内の子どもたちのために農業の魅力を伝えていきたいと思います。

また、今年度は新型コロナウィルスの5類感染症移行により、青年部活動もコロナ禍以前の活動にもどることが出来ました。特筆すべき新たな取り組みとしては10月には全国大会ではともに戦った三重県の伊賀ふるさと青年部の皆さんが、新得を研修地として選んでいただき、Sランチの試食と、町内の牧場視察、圃場見学、意見交換会を行うことができました。三重県の青年部や、稲作農家の現状の課題や、気候、地理、経営体系など我々の知らない農業について教えていただき、我々の課題をも伝え、お互いに

機会を頂きました。十勝大会を皮切りに全道大会、東北・北海道大会、全国大会まで発表をさせていただきました。全国大会では最優秀賞の一歩及びませんでしたが、私たちの日頃の活動が全国の舞台で評価されたことは、とても嬉しいことです。食農教育は継続することが何より大切だと考えています。これからも町内の子どもたちのために農業の魅力を伝えていきたいと思います。

に共有を図ることが出来、とても貴重な時間となりました。全国大会に出場できたことで繋がった「縁」を大切にし、これからも交流を深めていきたいと考えています。

大きく変わりゆく時代の狭間で悩みながらも、我々青年部は農業の担い手として次世代の農業を背負って立たねばなりません。今まさに将来を見据えた青年部の意義を求められています。そのためにはポリシーブックを核に据え、より有意義な青年部活動になるように計画を立て、実行していきたいと考えております。

最後になりますが、皆さまのご多幸をお祈りするとともに、我々、青年部員へのご指導、ご鞭撻も合わせてお願い申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



前進する女性部

新得町農業協同組合 女性部

部長 平
かよ子

新年あけましておめでとうございます

女性部員の皆様をはじめ組合員の皆様、関係機関の皆様、そして私たちをさまざまのことでお支えてくださっている農協職員の皆様には日頃より女性部活動にご協力、ご指導、ご支援いただき誠にありがとうございます。

昨年を振り返りますと、牛乳の廃棄の問題があり、4月には知事、道議、町議の選挙で春から忙しい日々を送られたことでしょう。春先は順調に植え付けが進みましたが、近年の猛暑と水不足で生育にも影響が出て収穫時期が早まつたり遅くなったり、ハウスの野菜が煮えたようになつたり：カボチャも製品人ならないものが多く、数多くの作物の品質に問題が起き、酪農では乳量が低下するなど、とても大変な年でもありました。

そのような中、私達女性部の活動は、1月にスマホ講習会、新年会を行い、2月にはホクレンの牛乳消費拡大事業の「牧場ママ」を利用し、チーズ、ヨーグルトの試食会を行いました。

た。その他、フラワー・ボックスの設置や、札幌1泊研修も実施しました。札幌1泊研修では、

全農「みのるダイニング」で食事をし、皆さん「野菜がおいしい」と満足そうに食べています。また、劇団四季の「リトルマーメイド」を観劇し、大変素晴らしい時間を過ごしました。

二日目は、早朝に札幌中央卸売市場へ赴き、間近でセリの見学をしました。ものすごい速さで取引が進み、値段が決まっていくことに驚きました。その後は、私が会議で利用する北農ビルへ見学に行き、中央会 沖崎課長と道女性協事務局の山田さんに案内していただきました。ま

した。(株)日本農業新聞へも伺い、皆様の仕事や農業新聞についての説明を受けました。エスコンフィールド北海道へも初めて訪れ、お昼ご飯を食べ、楽しい研修の締めくくりとなりました。

昨年は、本女性部の創立70周年という節目の年であり、経験のないメンバーでありますましたが、事務局の協力も得て、なんとか記念式典と祝賀会を行うことができました。

どこの組織でもメンバーの減少が問題になつてますが、様々な活動を通じて少ない人数でも遊び、楽しもうと思います。これからも皆で意見を出し合い、楽しく充実した時間を過ごせるように考えていただきたいです。

本年も皆様にとりまして健康で希望に満ちた良い年となりますように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。

謹んで新年のお慶びを申し上げます

2024



代表理事組合長

専務理事

理 事

ク

ク

ク

ク

ク

ク

ク

常務理事

代表監事

監 事

常勤監事

迎春

新得町酪農振興会 会長

新得町乳牛検定組合 組合長

新得町馬事振興会 会長

新得町肉牛振興会 会長

新得町和牛改良組合 組合長

新得町畑作振興会 会長

新得町蔬菜生産振興会 会長

新得町百合根生産組合 組合長

新得町種子馬鈴薯生産組合 組合長

新得町農協青年部 部長

新得町農協女性部 部長

フレッシュよつ葉会 会長

太田	湯浅	野澤	齊藤	伊藤	武藤	藤田	千田	藤田	野澤	湯浅	太田
眞弘	恵次	幸義	健悟	清	幸太	孝良	弘樹	祐也	健悟	恵次	眞弘
高野	友定	小里	藤岡	須甲	五十嵐良和	藤岡	保彦	徹	高野	友定	高野
淳	雄平	千葉	祐也	祐也	須甲	保彦	徹	淳	雄平	千葉	淳
功	功	児玉	雅毅	典弘	五十嵐良和	藤岡	藤岡	雄平	功	功	功
和仁	和仁	和仁	和仁	和仁	和仁	保彦	保彦	雄平	和仁	和仁	和仁
和男	和男	和男	和男	和男	和男	藤岡	藤岡	雄平	和男	和男	和男
純一	純一	純一	純一	純一	純一	保彦	保彦	雄平	純一	純一	純一
亨樹	亨樹	亨樹	亨樹	亨樹	亨樹	藤岡	藤岡	雄平	亨樹	亨樹	亨樹
百瀬	百瀬	百瀬	百瀬	百瀬	百瀬	保彦	保彦	雄平	百瀬	百瀬	百瀬
雄二	雄二	雄二	雄二	雄二	雄二	藤岡	藤岡	雄平	雄二	雄二	雄二
かよ子	かよ子	かよ子	かよ子	かよ子	かよ子	保彦	保彦	雄平	かよ子	かよ子	かよ子
児玉	児玉	児玉	児玉	児玉	児玉	藤岡	藤岡	雄平	児玉	児玉	児玉
恵未	恵未	恵未	恵未	恵未	恵未	保彦	保彦	雄平	恵未	恵未	恵未

他職員一同



地域懇談会



令和5年度 農業経営と農協事業を語る地域懇談会が12月13日、JA新得町集会室にて、午前・午後に分けて開催いたしました。11月30日時点での農協主要実績を中心として、各部門の事業や状況について全8件の案件で行われました。多数の組合員の皆様にご出席いただき、様々な意見を頂戴致しましたことに深く感謝申し上げます。

退職者のお知らせ

令和5年12月31日付

片桐慎太郎

(常農部 農産課)

七十勝農業センター出向)



青年部活動

第48回JA十勝青年部大会

11月27日、ホテル日航ノースランド帯広にて第48回JA十勝青年部大会が開催されました。JA新得町青年部は「動画で発信！農の魅力コンテスト」で、優秀賞を受賞しました。基調講演では、ユーフロニア(株)代表の菅原洋平氏の講演を拝聴しました。コロナ禍が明けて初めての懇親会も開催され、アームレスリング大会では(有)北広牧場の清野さんが出場しました。



第72回全道JA青年部大会が12月7～8日に札幌パークホテルにて開催されました。初日は道内各地区的代表によるJA青年の主張・活動実績発表大会が行われ、二日目は基調講演、本大会が式次第に沿って開催され、盛大的うちに閉会しました。



上り線ブロックスポーツ大会

12月11日帯広市のディノスボウル帯広にて上り線ブロックスポーツ大会が開催され、ボウリングを楽しみました。

女性部活動

J A十勝地区女性協議会70周年記念式典



J A十勝地区女性協議会は今年度創立70周年を迎えることから12月5～6日に、例年行っている研修会にかえて記念式典が挙行されました。厳しい農業情勢の中、一人の女性として、家を守り食を支えて組織活動を進めていこうと再確認できる式典となりました。



よつ葉会では12月23日にクリスマス会をエスワーノにて開催しました。参加者は子供から大人まで総勢24名と、大変賑やかな会となりました。クリスマスらしくプレゼント交換も行われ、交流を楽しみました。

クリスマス会



理事会の動き



第10回 令和5年12月25日開催

報告事項

- 第1 出資加入・脱退申込者について
- 第2 令和5年度第3四半期主要勘定及び損益対比について
- 第3 余裕金の運用状況について
- 第4 内部監査の結果について
- 第5 農産物売買に係る利益相反取引の報告について
- 第6 令和5年度主要農産物集荷実績について
- 第7 令和4年産共計品目（小麦・大豆）本精算支払実績について
- 第8 令和4年産共計品目（澣原馬鈴しょ）概算払実績について
- 第9 11月末畜産物取扱実績について
- 第10 令和5年度（株）新得営農サポート事業実績について
- 第11 その他

協議事項

- 第1号 出資譲渡（受）申込書について
- 第2号 出資減口申込者について
- 第3号 農業経営と農協事業を語る地域懇談会の意見集約について
- 第4号 令和5年産人參本精算について
- 第5号 令和5年産加工馬鈴しょ本精算について
- 第6号 令和6年度特定組合員営農計画について
- 第7号 その他

第9回 令和5年11月29日開催

報告事項

- 第1 出資加入・脱退申込者について
- 第2 令和4年度出資配当金及び事業分量配当金の積上増口結果について
- 第3 内部監査並びに内部監査受託に係る監査結果について
- 第4 「マネー・ロー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
- 第5 令和5年度特定組合員12月末見込協議結果について
- 第6 令和5年度主要農産物集荷実績について
- 第7 令和5年産共計品目（小麦・澣原馬鈴しょ）概算払等支払実績
- 第8 令和5年産買取品（豆類）支払実績について
- 第9 10月末畜産物取扱実績について
- 第10 購買品目情勢について
- 第11 その他

協議事項

- 第1号 出資譲渡（受）申込者について
- 第2号 出資減口申込者について
- 第3号 職員の年末手当支給について
- 第4号 農業経営と農協事業を語る地域懇談会の開催について
- 第5号 経営者保証ガイドラインに対応した取組方針の検討・公表に関する留意事項について
- 第6号 令和5年度の理事に対する組勘供給限度額の変更について
- 第7号 令和5年度の理事に対する組勘貸越極度額の変更について
- 第8号 令和6年度特定組合員営農計画内容協議日程について
- 第9号 令和5年産共計大豆概算金について
- 第10号 令和5年度北海道酪農体質強化対策費の支払いについて
- 第11号 その他

今こそJA！～その意義と役割～

第7回 JAの販売事業①「委託販売」と「買取販売」

最近、国の規制改革会議が1年以内にJAの委託販売を廃止し、全量を買取販売に転換すべきとの提言を行ったとのニュースが報じられました。今回は組合員にとってかかわりの深いJAの販売事業について考えてみましょう。

JAの販売事業は、組合員がJAに自ら生産した農畜産物の販売を委託する「委託販売」の形が主力になっています。JAは委託された農畜産物を販売し、手数料を差し引いた代金を組合員に渡します。委託販売は同じ種類の農畜産物をJAの地域全体から集めることで規模の経済性が発揮され、さらに品目によっては需給調整や付加価値の向上のため、農畜産物を一定期間貯蔵したり、加工するなどして市場や量販店に対して価格交渉を有利に進めることができます。こうして全道段階で結集したものがホクレン、さらに全国段階につながっていくと全農という形になり、次第に販売力は強化されていくのです。

こうした委託販売は米や生乳など全道規模で大量に取り扱う農畜産物に向いていますが、販売価格の確定までに時間がかかり、年度をまたぐこともあるといったデメリットがあります。このため、組合員からは農畜産物を出荷した時点で代金が支払われる「買取販売」を求める声もあります。買取販売は肉や小豆など一部の作物で行われていますが、農畜産物の買取にはその時々の価格差といったリスクの回避が重要であり、大量の買取は資金調達などの面からも難しいのが現実です。農畜産物の特性を考慮しつつ委託販売と買取販売を組み合わせながら有利な販売を展開していく、これがJAの販売事業のあるべき姿ではないでしょうか。



日本を代表する健康食品

「豆腐」で元気に美しく

高タンパク、低脂肪の健康食として、古くから日本の食卓に取り入れられてきた豆腐。原料の大豆腐に含まれる栄養成分が成人病の予防や美肌づくりなどに役立ちます。

高タンパク、低脂肪の健康食として、古くから日本の食卓に取り入れられてきた豆腐。原料の大豆腐に含まれる栄養成分が成人病の予防や美肌づくりなどに役立ちます。



監修：日本豆腐協会（Japan Tofu Association）
<http://www.tofu-as.com/>
イラスト：服部新一郎

栄養成分の効能

豆腐が健康食品といわれる原因是、植物性の脂肪を多く含んでいるからです。植物性の脂肪には血液中のコレステロールを減少させる働きがあります。同じ脂肪でも、動物性の脂肪はコレステロールを増やしてしまいます。コレステロールは肥満、動脈硬化、心臓病など成人病の原因になります。そのため、脂肪分は動物性1に対しても植物性2の割合で取るのが理想的といわれています。

大豆食品である豆腐はタンパク質が豊富で、消化吸収率が高いため、胃に負担をかけません。冷たい飲み物をたくさん飲むとおなかを壊すことがあります。そうしたときの体力回復にはタンパク質が役立ちます。豆腐はタンパク質を補うとともに、全体の90%を占める水分が脱水症状を防いでくれます。そのまま食べ

るのではなく、あらかじめ湯通しておくことがポイントです。

中国の古書に、「酒を飲み過ぎて体にまだらができるたら、豆腐を熱して薄く切つたものを貼るように」と書かれています。江戸時代に日本で書かれた『本朝食鑑』でも、「豆腐は酒毒を解する」とされています。アルコールを分解する肝機能の弱まりを補うのに良質の豆腐のタンパク質が役立っているのです。

と過剰な脂が皮膚から分泌され、毛穴が大きく開いてしまいます。きめの細かい、滑らかな肌を保つためには、豆腐をはじめ、大豆食品の植物性タンパク質を多く取ることが重要なです。

女性に多い便秘も、肌のトラブルの原因になります。腸の働きを活発にするためには纖維質を取ることが大切ですが、豆腐の副産物であるおかには、食物纖維がそのまま残されています。豆腐と一緒におからを食べることは、肌にとって理想的といえるでしょう。

手足が冷えるときは湯豆腐を食べることをお勧めします。体が温まり、豆腐に含まれる脂肪がコレステロールを減らし、血液の循環が良くなります。

高齢化が進むにつれて急速に増えている病気の一つに、骨粗しょう症があります。これは骨の密度が低くなり、骨がもろくなる病気で、閉経期以降の女性に多く見られます。大豆食品は骨を構成する

女性の美容にも

いつまでも若々しい滑らかな肌を保ちたい女性たちにも豆腐はお薦めしたい食品です。

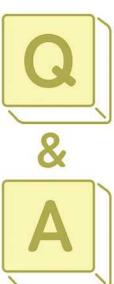
皮膚の細胞をつくっているのはタンパク質です。細胞は絶えず変化して約4週間のサイクルで入れ替わるため、常にタンパク質を補給する必要があります。しかし、動物性のタンパク質を取り過ぎる

Q 豆腐の容器内に入っている水はどんなものですか？

A 容器内の水は、柔らかい豆腐が崩れることをクッションのように防いでいます。栄養はないため、豆腐を出すときに一緒に捨ててしまつて問題ありません。

調理しても栄養成分は変わりませんか？

A 加熱する温度によって多少栄養成分は壊れますが、問題になるほどではありません。タンパク質や脂質、ミネラル類が比較的多く残るのは木綿豆腐です。絹ごし豆腐は、ビタミン類が逃げにくいためです。



Q なぜ「1丁」と数えるの？

A かつて豆腐の大きさは地域によってさまざまでした。そこで1丁、2丁と大きさを確定せずに数えたのが始まりといわれています。

カルシウムの補給に優れているだけではなく、骨そのものを強くする働きがあります。カルシウムは、タンパク質を構成するアミノ酸のバランスが良い食品と一緒に取り入れると吸収率が高まります。豆腐はカルシウムが多い上、アミノ酸のバランスも良いことから、骨粗しょう症の予防に役立つことが証明されています。

長生きの秘密は豆腐

豆腐に含まれるタンパク質は、細胞の成長・維持や筋肉を動かすために必要な栄養素です。遺伝子・ホルモン・消化酵素・免疫などをつかさどる抗体は全てタンパク質でできています。つまりタンパク質は、私たちが生きていく上で必要不可欠な栄養素なのです。

豆腐にはその他にも、細胞が酸化されるのを防ぐサポニンのような抗酸化成分が含まれているため、動脈硬化やがんの予防にも役立ちます。また豆腐に含まれるカリウムには、体内的余分な塩分を排出し、血圧を下げる効果があります。



考になりそうですね。

世界の「TOFU」

豆腐は、米国や欧州でも「TOFU」と呼ばれ、今や世界共通語といつてよいほどになりました。豆腐が欧米で広く使われるようになつたのは、健康食品として注目を浴びたからです。当初は主に菜食主義者たちの間で食べられていましたが、人々の健康に対する意識が高まるとともに需要が伸びていきました。

当初は料理店で食べる特別な食品だった豆腐の状況を変えたのは、米国で出版された豆腐の栄養に関する解説と料理法を紹介した『ザ・ブック・オブ・トーフ』という本でした。この本がベストセラーになった理由は、豆腐の栄養効果に加えて、味に癖がないことから新しい食材として受け入れやすかつたからではないか、といわれています。

豆腐が原料の食品にも注目!

栄養価の高い豆乳

大豆を搾った豆乳は、牛乳と同等のタンパク質とビタミンB1を含む栄養価の高い飲み物です。植物性食品のため低カロリーで、生活習慣病が気になる人や、牛乳を飲むとなかがゴロゴロする人でも安心して飲めます。JAS(日本農林規格)の規定では、大豆固形分8%以上のものを「無調整豆乳」といい、6%以上8%未満のものを「調整豆乳」といいます。調整豆乳にコーヒーや果物、野菜などの味付けをした「豆乳飲料」もあります。



おからでがん予防

おからは、豆腐を作る際に、大豆から豆乳を搾った残りかすですが、食物繊維やカルシウムをたっぷり含んでおり、タンパク質や炭水化物、カリウムにも富んだヘルシー食材です。中でも食物繊維は100g中11.5gと、ゴボウの約2倍です。おからに含まれる食物繊維は、セルロースという水に溶けないタイプ。この成分が腸の働きを促して便秘を軽減し、腸内の残留物を掃除してくれることから大腸がんの予防につながります。



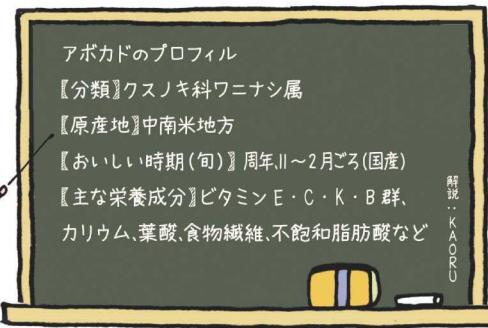
KAORUの フルーツ パラダイス

野菜ソムリエ上級プロ

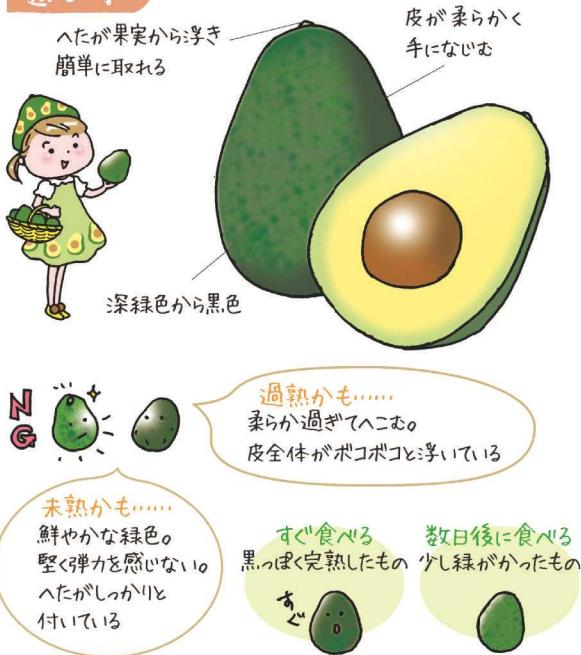
KAORU



イラスト: 小林裕美子



選び方



アボカドのいろいろ

国産に注目
和歌山県、愛媛県、鹿児島県など

ハス

日本で出回る主流品種の果皮がザラザラで、ねっとりとした濃厚な味わい。レモンやマヨネーズ、オリーブ油などと相性◎



ペーコン

クリーミーでこくと甘みがある。ディップやソースに

ハス

リード

日本で出回る主流品種の果皮がザラザラで、ねっとりとした濃厚な味わい。

品種改良により寒さに強い。国内でも少量ながら栽培

フェルテ

歯応えと甘みがある。カットしてサラダなどに

ピンカートン

果皮は少し厚みがあり、ザラザラしている。濃厚な味わい。

アボカド

希少な国産にも注目! 栄養たっぷり「森のバター」

保存方法

未熟な場合

15~20度程度の風通しが良い場所で追熟

15~20度



温度



第13回

あるJAの職員研修から

感じたこと

（有）石田コンサルタントオフィス

代表取締役

石田邦雄



また新たな年が幕を開けました。とはいっても、元旦には能登半島地震、翌日には新千歳空港発の日航機が羽田空港にて炎上するなど、年明け早々、きな臭い話が続き、被災された人達の気持ちを考えると心底から喜んでばかりはおられない：そうした心境になつた私でした。被災地の一刻も早い復興と、この1年がこうした災害等の少ない穏やかな年であることを願つてやみません。

ところで昨年の12月27日、あるJAにて若年層を対象に講義をする機会を頂きました。当初、11月初めに予定をしていたのですが、受講者の都合等に鑑み、年末のこの日に変更になつたのです。メインのタイトルを「豊かに働き、すてきに生きる」は、この二つ目にあたる「組織の共通用語にできたら」という強い思いがあるからです。

研修では安積得也の「未見の我」という詩の紹介から始まりました。長文で難解な字句が並んでいるのは承知の上で、何故かというと、研修を行う目的は「自己変容」にあり、とすれば各人が「自分の内に眠る自分の存在に気づくこと」：それが出発点と思うからです。この詩には、そうした考案方が全編に流れしており、大学受験を目指す人達にも大きく広がっているというのもわからうといふものです。それを受け「ならば人は変われるか？」を尋ねたところ、「変われる」というのが約7割でした。

更にそれに関連して、自分が所属する部署での元気度について聞いてみました。「100点満点にすると現状は何点か？」と。一応、60点を分岐点に挙手をしてもらつたところ、丁度、半々の結果になりました。これらは今後の組織風土を考える上で一つのヒントになるよう思います。ちなみにこれをJA新得町で行うとどうなるでしょうか？なお、元気な職場を目指すには「褒める」という風土づくりはとても大切です。加えて、仕事をする過程における「ねぎらいの言葉」も忘れてはなりません。そこで「上司に褒められる（ねぎらいの言葉をもらう）」のと、組合員の皆さんからのそれとどちらに勇気づけられが大きいことがわかります。

「働く」とは「傍（はた）を樂にすること」であり、仕事の醍醐味は「他人に役立つ喜び」にこそあります。これは組合員の皆さんも同じで、自分が慈しみ育てた生産物の「うまかった」という消費者のひと言にどれだけ背中を押されることか。JAにおいては組合員の皆さん一人ひとりがオーナーです。とすると、まさに「職員を育てる」のは組合員としての大事な責務であり、こうした言葉のやりとりが協同組合の原点である「お互いの精神」を育むように思うのですが果たして…。

ところでもう1つ、研修では「豊かに働き、すてきに生きる」をテーマに、JAの職員研修で取り扱った内容を紹介します。JAの職員研修では、JAの職員が「上司よりも組合員」の方に手を挙げたのです。この結果を素直に受け取ると、「職員を育てる」には上司の言葉よりも、むしろ組合員の皆さんからのそれが大きいことがわかります。

育の充実」は大きな意味を持ちます。今回の研修のタイミングで、JAの職員研修では、JAの職員が「上司よりも組合員」の方に手を挙げたのです。この結果を素直に受け取ると、「職員を育てる」には上司の言葉よりも、むしろ組合員の皆さんからのそれが大きいことがわかります。



石田 邦雄 いしだ くにお

1946年北海道新得町生まれ。（有）石田コンサルタントオフィス代表取締役、めぐる研究室主宰。国鉄、会計事務所を経て中小企業診断士として独立開業。現在は社会保険労務士、シニア産業カウンセラーなどとして、組織改革や人材育成を軸に、人と企業のマッチングを目指す活動を展開。これまで全国信用保証協会連合会や酪農ヘルパー全国協会を始め、北海道庁、北洋銀行、北海電工など多くの団体や企業で人づくりを支援し、中小企業大学校を始めJAカレッジなどで講師として携わる。体験学習等を交えた「教えるよりも考える」「学ぶよりも気づく」が講義における基本スタイル。なお著書も多く「産業カウンセリング」や「豊かに働き、すてきに生きる」など多数。また現在、月刊誌「農家の友」や「ニューカントリー」に連載にてコラムを執筆している。

増加する世界の人口

将来にわたって食料の安定確保のために

なぜ今?
国消国産

世界では人口が増え続けている

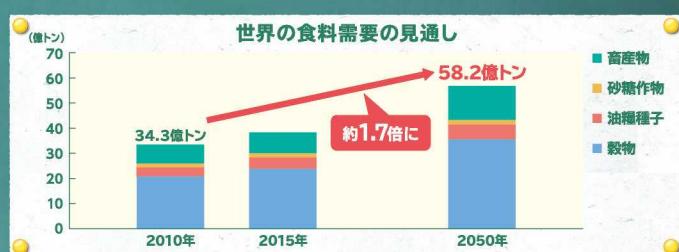
今世界には、約78億人^{*}が生活していますが、この人口はさらに増え続け、2050年には97億人まで増加する見通しです。2010年からの40年間で、世界の人口は約1.4倍にもなるということです。人口の増加が予測される地域の大部分はアフリカとアジアの開発途上国です。飢餓問題が解決していない地域で、これ以上人口が増加すると、食料不足や栄養不足がさらに進んでしまうことが危惧されます。

*国連人口基金「世界人口白書2020」より



人口増加にともない食料需要も増大、食料供給の観点でリスク増大

2010年から2050年までの40年間で、世界が必要とする食料は、約1.7倍に増加すると予測されています。これまで品種改良や化学肥料の普及、農業の機械化などによって、主に単収を伸ばすことで農業生産の増加を可能としてきました。今後、世界は食料の増産、食料供給の観点で大きなリスクを抱えています。



だから今!
国消国産

「国消国産」で、世界の食料供給に安定を

日本が国内生産を増やすことに、食料を海外に依存し続けたらどうなるか。安易に途上国から輸入することで、その国の食料を奪う可能性はないのか。一方で、日本は将来にわたって、海外から食料を輸入し続けられるのか。世界の食料の安定確保のために、私たちができることがあります。それは、「國」民が必要として「消」費する食料は、できるだけその「國」で生「產」するという「国消国産」をみんなですすめ、まずは自國の食料自給率を向上させていくことが何よりも大切です。

- ① 世界の人口は開発途上国を中心に増加
- ② 人口増加にともない食料需要も増大、食料供給の観点で大きなリスク
- ③ 「国消国産」で、世界の食料の安定確保に貢献を

ここがポイント!



耕そう、大地と地域のみらい。JAグループ

JA 新得町 「しんとく」 Vol.296

■発行日 令和6年1月
■発行 新得町農業協同組合 <https://www.ja-shintoku.or.jp>
■編集 管理課農政企画係 TEL (0156) 64-5021



J.A. 新得町