

2024
vol.247

9月号

ひびきあい



食と笑顔でつながる身近な応援団
JA北ひびき



●特集

日常備蓄のすすめ

各基幹支所の組合員親睦事業が開催されました！

備えあれば憂いなし。防災は日頃からの準備が大切です!

① 食料品・飲料

食料・水の備蓄は、最低3日分を目安に食べ慣れたもの・好きなものを少し多めに買ってストック。賞味期限の近い順に食べていき、減った分はその都度補充します。最低3日分、さらに先も見越して備えましょう。



② 生活用品

ラップ、ポリ袋、ゴミ袋、ガムテープなどは、避難生活で何通りにも使えます。カセットボンベ、乾電池、軍手やビニール手袋なども多めに備えておきましょう。



③ 衛生用品

トイレトーパーやティッシュペーパーは多めに買っておくようにしましょう。ウエットティッシュ、せっけん、消毒用アルコールも役立ちます。女性は生理用品やおりものシートも多めに備えましょう。



④ ベビー用品・介護用品

赤ちゃんのおむつや肌着、ベビーフードなどは、日頃利用しているものが安心です。介護用品も同様です。「これしか駄目」な製品は、多めにストックしておいた方が良いでしょう。



チェックリスト

持ち歩いてそのまま食べられるもの

あめ・チョコレート(リラックス効果大) / ナッツ(カロリー・栄養価が高い) / チーズ(栄養価・満足度が高い) / ドライフルーツ(ビタミン・ミネラルが豊富)

火や水を使わなくても食べられるもの

肉・魚加工品(おかずに最適、パワーが付く) / 缶詰(保存食の王様、家族の好みに合わせる)

お湯を注ぐか、温めるだけで食べられるもの

レトルト・フリーズドライ食品(日持ちする上、バラエティーに富む) / 細い麺(ゆで時間が短いそうめんや極細のパスタなど、麺つゆやパスタソースも一緒に)

食欲を促す菓子など

せんべい(香ばしさで食欲増進、個包装のものを) / ようかん(小腹が空いたときに一口タイプを) / 野菜・果物チップス(ビタミン補給に)

栄養バランスを整えるもの

シリアル・バランス栄養食(手軽な栄養補給) / 栄養機能食品(食事で取れない栄養をカバー)

災害時にもお薦めの飲み物

野菜ジュース(野菜不足を解消) / 粉末スープ(みそ汁など、体が温まる) / 機能性飲料(健康保持に)

災害が発生した瞬間に持ち出すものと、避難生活に必要なものを分けておきましょう

《 すぐに避難しなければならないとき 》

緊急避難時には、大きくて重いバッグは文字通り重荷になってしまいます。本当に必要なものだけを緊急避難リュックに入れて、すぐに持ち出せるように玄関などに準備しておきましょう。

チェックリスト

- 携帯トイレ
- ヘッドライト
- ヘルメット(折り畳み式が便利)
- 防災用ホイッスル
- タオル
- レインコート
- 水(500mlのペットボトルを1、2本)
- 掃除用具
- マスク
- ゼリー飲料など
- 応急手当用品
- モバイルバッテリー
- 給水器
- 乾電池

「おうちキャンプ」のススメ

普段からキャンプを楽しんでいる人は、「おうちキャンプ」を試してみましょう。被災してライフラインが途絶えたとき、自宅でもどう過ごすか。アウトドア感覚で実践してみると「あれも用意しておけば良かった」などと、気が付くことが多いものです。カセットコンロや備蓄品で食事タイムを楽しむ、簡易トイレを使ってみる、電源や明かりを確保するなど、被災生活を疑似体験してみましょう。



《 避難生活であると便利なもの 》

在宅避難する場合や、避難所から一時帰宅する場合に備えることも大切です。避難生活用には、以下のリストにあるものを準備しておくとうれいでしょう。

チェックリスト

- 携帯トイレ・簡易トイレ
- ウエットティッシュ
- 液体歯磨き
- マスク
- 飲料(1週間分)
- 長期保存できる食べ物(1週間分)
- カセットコンロ・ボンベ
- 給水器
- 掃除用具
- 水を運ぶ道具(ポリタンクなど)
- ランタン
- アイマスク・耳栓

家族の好物をストックしよう

お父さんはトマトジュース、お母さんは豆乳、娘はカフェオレ……など、家族が好きなものを箱買いしてはいかがでしょう。好きな飲み物が箱買いされていたら、幸せな気分になりますよね。「次は何にしようかな!」なんて、日常備蓄が楽しみになりますよ。



今月の表紙



今月の表紙は、農事組合法人多寄コントラクターで、春小麦の収穫作業を撮影させていただきました。
上記の写真は、代表の大西康弘さんです。

目次 (contents)

- 日常備蓄のすすめ…………… ②
各基幹支所の組合員親睦事業が
開催されました！…………… ④
- 地域のニュース…………… ⑥
士別 「ポテトハーベスター入魂式を開催」
「稲作振興会士別支部が視察研修を実施」
和寒 「青年部和寒支部が夏期研修を実施」
剣淵 「農業機械支援事業で無人ヘリ防除を実施」
多寄 「「サポートたよるー」作業本格化」
朝日 「酪農感謝祭を開催」
営農部からのお知らせ…………… ⑧
金融部からのお知らせ…………… ⑨
- ひびきあいの広場
おたより…………… ⑩
俳句・短歌 …………… ⑪
脳トレ！手足の体操 …………… ⑪
- お知らせ 他
理事会報告…………… ⑫
JAグループ北海道の農政活動強化に向けて… ⑬
配置薬の新しい商品とおすすめを紹介… ⑭
- クロスワードパズル…………… ⑮
- 今回のメニュー…………… ⑯
『かぼちゃのクリチサラダ』

「いつもよりちょっと多め」がポイント

お買い物で賢く防災

日常

ローリングストック

備蓄

のすすめ

皆さん、災害への備えは万全ですか？ 大切なのは日頃の心構えです。いつもの買い物を少しだけ変えることが防災につながります。

日常備蓄とは？

「日常備蓄」とは、食料品や生活必需品など、普段から食べている・使っているものを少し多めに購入してストックしておくこと。災害時は、食料品や生活必需品が一時的に入手しにくくなることが考えられます。「買って・ストックして・使う」ため、**ローリングストック**とも呼ばれています。



各基幹支所の組合員親睦事業が開催されました！

8月、各基幹支所の組合員親睦事業が開催されました！

参加者は食事や会話を楽しむ他、抽選会では、取引先やJA役員等より数多くの景品を協賛いただき、抽選箱から番号札を読み上げるたびに歓声や残念がる声が入り乱れ、参加者が一喜一憂し、会場は大いに盛り上がりを見せました。

今後も組合員親睦事業を継続して行っていく、多くの方が参加し、親睦を深めていただけるよう魅力ある取組を行っていきます。

◆参加人数

士別基幹支所	169名
和寒基幹支所	106名
剣淵基幹支所	65名

士別基幹支所(8月6日、士別グランドホテル)



▲会場の様子



▲抽選会の様子



▲抽選会の様子▲



剣淵基幹支所 (8月21日、町民センター)



◀ 抽選会のようす ▶



◀ 会場のようす ▶



◀ 精進副組合長の挨拶 ▶

和寒基幹支所 (8月9日、恵みのホール)



◀ 抽選会のようす ▶



◀ 会場のようす ▶



◀ 兼丸副組合長の挨拶 ▶

士別 地区

ポテトハーベスター入魂式を開催



▲入魂式の様子▲

8月8日、JFA北ひびき経済センターにてポテトハーベスターの安全作業を祈願する入魂式を行い、JFA関係者9人が参加した。

JFA北ひびきは、令和6年度より北ひびき管内における馬鈴しょ産地の維持、輪作体系の確立に向けたコントラ事業を開始し、今後収穫作業においてコントラ事業を展開していく。

担当部署の大西営農部長は「高性能な機械での収穫作業が楽しみです。順調に作業が進むこと、作業員全員が事故・ケガ無いうように収穫が終わることを願いたい。」と話した。



▲納車したポテトハーベスター

士別 地区

稲作振興会士別支部が

視察研修を実施



▲中央農試にて、直播品種の説明を聞く部員たち

▲斗セキにて研修を受けるようす

8月20日から21日にかけてJFA北ひびき稲作振興会士別支部（石田太郎支部長・部員115名）は岩見沢市と札幌市にて道内視察研修を行い、30名が参加した。

今回の研修では（株）斗セキ北海道と中央農業試験場岩見沢試験地を視察した。（株）斗セキ北海道では、施設内に展示されているトラクターや田植え機などを見学し、その後作業機の説明が行われた。その後の中央農業試験場岩見沢試験地では試験圃場を案内していただき、様々な試験品種や既存のうるち・もち・酒米の生育状況を間近で見ることができた。なかでも「えみまる」を改良した直播向け試験品種である「空育198号」の説明の際には、部員たちはとても興味深そうに話を聞き、質問が飛び交っていた。

参加した部員らは2日間、目を輝かせながら研修を楽しんでいた。





剣淵 地区

◀農薬を散布しているヘリのような様子

農業機械支援事業で

無人ヘリ防除を実施

ヘリを操作するオペレータの様子 ▶



7月25日から8月18日にかけて、水稻ヘリ防除が行われた。作業は剣淵基幹支所購買課農業支援事業が中心となり行われ、委託先である株式会社サングリーン太陽園がヘリコプターを操縦し、54戸のほ場を4回に分けて散布した。生産者は、病気の有無や生育状況を観察しながら、いもち病・カメムシの食害の対策として依頼し、病害虫に負けない高品質農産物の生産に向け努めている。

担当職員は「今年は午後から風が強いのが多く、雨予報が続くため畑作の追加防除が多い。天候の影響で散布できない時間も多かったが予定通り散布することができた。」と話した。

和寒 地区



◀集合写真

青年部和寒支部が夏期研修を実施

研修の様子 ▶



8月5日、青年部和寒支部（阿部優太支部長・会員26名）は夏期研修を実施し、14名が参加した。

今回の研修は、上富良野町の「土の館」を訪問し、館長の田村氏による「気象変動に負けない土づくり」について説明を受けた。和寒町の過去30年間の気温、降水量データを元に、畑の排水対策や、水田の高温障害対策について学んだ。その後、館内を見学し、2時間程で終了した。



◀参拝中の様子

朝日 地区

酪農感謝祭を開催

玉串奉奠の様子 ▶



8月8日、朝日町酪農振興会（今祐司会長・会員8名）は、酪農感謝祭を開催し、会員と関係者合わせて14名が参加した。

感謝祭は、昭和50年より毎年開催しており、本年も乳牛への感謝を込め玉串奉奠が行われた。

感謝祭終了後には懇親会も開かれ交流を深めた。

多寄 地区



◀ライムケーキ散布の様子

散布機にライムケーキを積んでいる様子 ▶



8月、多寄地区の農作業受託組織「サポートたよろー」（山本栄一代表）では各種受託作業が本格的に始まった。

8月上旬はライムケーキ散布受託作業が最盛期で今年度については約109haを請け負っている。

8月1日、晴天の中ライムケーキ散布が行われていた圃場では、次々と均一に散布された。麦刈り後や甜菜等の圃場に散布を行い、土壌PH値の改善と良質農産物の生産を図っている。

サポートたよろーでは今後も各種作業を通じて地域農業に密着した事業を展開していく予定。

「サポートたよろー」作業本格化

—営農部からのお知らせ—

農業者年金に加入しましょう

～農地の名義がない配偶者・後継者も加入できます～



老後を安心して暮らすために年金の加入は欠かせません。

農業者年金は、掛けた保険料と運用益を将来年金として受給できるもので、加入者数や受給者数に左右されない、安心・安全な公的年金です。

◆農業者年金の加入資格

①国民年金の第1号被保険者

②年間60日以上農業に従事している方

③20歳以上60歳未満の方

※年間60日以上農業に従事する60歳以上65歳未満の国民年金の任意加入者も加入できます。

◆保険料はいつでも変更できます。

納付保険料は月々2万円から6万7千円まで自由に選択できます。

◆保険料は節税効果があります。

支払った保険料は全額社会保険料控除となり、所得税や住民税等の節税になります。

生計を一にする配偶者、その他の親族の保険料を負担した場合も控除の対象となります。

◆生きている間受け取れる終身年金

万が一80歳前に亡くなった場合でも、80歳到達までに受け取れるはずだった農業者老齢年金の相当額が死亡一時金として遺族に支給されます。

◆少子高齢化でも安心の確定拠出型年金

自分が納めた保険料と運用益を、将来自分がもらう年金原資として積み立てていきます。

◆39歳以下の担い手は、要件を満たせば政策支援加入（保険料の国庫補助）が受けられます。（加入資格と下記要件を満たす方）

①39歳までに加入

②農業所得900万円以下

③認定農業者で青色申告者等

◆前納納付（毎年12月振替）により保険料を納付された方は、「納付年」、または「納付年の翌年」のどちらかの年を選択して確定申告できます。

前納納付で翌年の保険料を一括納付される場合は、年間で60円～440円の保険料の割引があります。ご希望の場合は、11月15日までに営農部署窓口までお申し出ください（対象は通年加入者のみ）。

◆農業者年金に関する詳しい内容は本支所営農部署までお問い合わせください。

◎本 所：23-2418 ◎上士別：24-2311 ◎多 寄：26-2321

◎朝 日：28-2011 ◎和 寒：32-2441 ◎剣 淵：34-2011



JAバンク北海道は、北海道日本ハムファイターズのオフィシャルスポンサーです。

アプリ新登場！ JAバンクアプリ プラス ご利用キャンペーン

実施期間：2024年8月19日(月) ▶ 2025年3月31日(月)

新登場のアプリ  のダウンロード&利用登録をすると

抽選で **全道合計 4,800** 名様に  **500** 円分
えらべる Pay プレゼント！

キャンペーン概要

JAネットバンクを
契約していないお客様

アプリのダウンロード&利用登録
(JAネットバンク新規契約)で
全道合計 4,000 名様(毎月500名様)

すでにJAネットバンクを
契約しているお客様

アプリのダウンロード&利用登録で
全道合計 800 名様(毎月100名様)

登録はスマホで簡単10分！

新登場

新登場のJAバンクアプリ プラスで、手続きもっとラクラクに♪

いつでもどこでも
各種お手続き、
アプリでかんたん！



振込・振替



カードローン



税金・
各種料金の払込み
(ペイジー)



住所・電話番号
変更

アプリで完結！来店・郵送不要

JAバンクを初めて
ご利用の方に



口座開設

アプリで完結！来店・郵送不要

まずは、ダウンロードを！



JAバンクアプリ プラスの
ダウンロードはこちらから。



口座開設と合わせて、
JAカード(単機能型)への
お申し込みもできます！



詳しくはJAバンク北海道HP、またはお近くの
JA窓口までお気軽にお問い合わせ下さい。

JAバンク北海道



JAバンク 北海道

<http://www.jabank-hokkaido.or.jp>



JAバンク北海道公式LINEアカウント
「よりそクラブ北海道」
お友達登録はこちらから ▶▶



ひびきあい

の 広 場



皆さんからのお便り、楽しい写真等を募集しています。
詳しくは15ページの「お便り募集」をご覧ください。
掲載させていただいた方にプレゼントを差し上げます。
※写真データをメールにて送る場合には、住所・氏名
にコメントを添えて、
kitahibiki.ja@kitahibiki.ja-hokkaido.gr.jp
までお送りください。

熱

中症対策で家の中でミニトレー
ニングやウクレレなどの練習
パソコンでインターネットなどを調べ
る事です。
(T: 80代男性)

●ミニトレーニング素晴らしいです
ね！ウクレレ弾けることが出来るんで
すね。私は全く弾くことが出来ないの
で羨ましいです！まだ暑い日々が続き
ますが、充実した日々をお過ごしくだ
さい！

毎

日が暑くて昼食は大豆のお肉の
キーマカレーを利用していま
す。有難い食材です。(J: 70代女性)

●いつもご利用いただきありがとうございます
ございます！自慢の加工品ですので多く
の方々へお買い求めいただければと
思っております。

今

の暑さを予想してエアコン取付
しました。大正解です。日々感
謝です。
(T: 70代男性)

●今年もかなり暑いですね…。本当に
エアコンは有難い限りです。感謝です
ね！

お

米をおいしく楽しもうの記事を
読んであらためてお米に興味が
わきました。JA北ひびき管内にはど
のようなお米がありますか？
(K: 50代男性)

●当JA管内では、北海道最上級のブ
ランド米【ゆめぴりか】や【ななつぼ
し】などのうるち米や長年に渡り北海
道のもち米を支えてきた【はくちよう
もち】や【風の子もち】などのもち米
など様々な種類のお米を作付けしてお
ります！

暑

い夏は、大変ですが寒い冬は
もっと苦手なので北海道の短い
夏を思い切り楽しみたいです。
(S: 50代女性)

●暑い夏が続いて皆さんご苦労されて
るかと思いますが、北海道は短い夏で
すのでこの夏を楽しみましょう！

8月号パズル

【当選者】

児玉洋子さん、藤井淑江さん、
藤原トモ子さん、尾崎孝子さん、
高橋豊さん

【解答】「トコロテン」

1	リ	6	コ	8	ピ	ン	16	ソ	19	ウ
2	ス	キ	ー	9	マ	10	ス	13	ダ	ウン
ウ								17	メ	ガ
		7	キ	ン	ト	14	ウ	ン		
3	ア	ユ				11	ア	メ	20	シ
4	口	ウ	ヒ			15	タ	18	イ	ヤ
5	エ	リ				12	ス	テ	テ	コ

編集後記

9月になり、暑い夏が終わりを迎えようとして
います。パリ・オリンピックで日本は金メダ
ル20個、銀メダル12個、銅メダル13個という成
績で幕を閉じました。私は、柔道の阿部兄妹が
とても印象的でした。妹、詩選手の悔しい思い
を背負い、兄の一二三選手が金メダルを取る姿
に心を打たれました。

また、第106回全国高等学校野球選手権大
会が阪神甲子園球場で行われました。北海道か
ら、札幌日本大学高等学校と白樺学園高等学校
が出場し、中でも、和寒町出身、半澤選手は、
白樺学園高等学校で、背番号「1」エースとし
て堂々たる活躍をされていました。

これから収穫作業が最盛期を迎えますが、ス
ポーツを通してもらった勇氣や感動を力に変
え、頑張っていきたいと思います。

俳句

大きめの 茄子をしつらえ 盆用意

大河 博子

オリンピック 寝不足に耐え 残暑かな

鈴木 ゆき子

いかづちや 洪水警報 出た夜更け

梅基 文子

すいか食べ どのチャンネルも パリ五輪

杉浦 とし枝

短歌

劳いの言葉交して町内の
清掃終えたる朝清し

高数後 法子

俺先に逝くから後でゆっくりと
来いという夫まだまだ元気

池澤 和子

切れ具合の悪い包丁見抜かれる
魚とトマトのぎざぎざ姿

大森 セツ子

久しぶり鬼の居ぬ間の洗濯は
昼からビールと夫の言い分

竹ノ内 ひかる

退職をしてから後の十五年
重さ感じる保険の支払い

小原 孟庵



脳トレ!

手足の体操

指を素早く入れ替え反射神経を鍛える

反射神経を鍛える体操の3回目です。こぶしの小指側をトントンとたたくことで、動きに弾みが出ます。「トン、トン、トン、トン、トン、トン」と声に出しながら行くと良いでしょう。

慣れてきたら秒針の速度に挑戦。左右に飛び移る指先を見ながら繰り返すと目の老化防止にも役立ちます。気持ち良い程度の強さでたたきながらテンポ良く行いましょう。

また、小指側の一番出っ張る部分には「後溪（こうけい）」というつぼがあります。腕の血流不良の改善に効果があり、老廃物の排出も促します。頭痛、首や肩凝り、目の疲れなどの解消にもお勧めです。

指先が飛び移るように指を素早く入れ替える

(1) 両手を肩の辺りに持ってきて軽く握ります。右手の人さし指を立てて構え、左右のこぶしの小指側を合わせるようにトントンと2回たたきます。視線は右手の人さし指に合わせます。



(2) 3回目で、右手の人さし指を元に戻し、左手の人さし指を立てます。視線も左手の人さし指に合わせます。



(3) 左右のこぶしの小指側をトントンと2回たたきます。視線は左手の人さし指に合わせます。



(4) 3回目で、左手の人さし指を元に戻し、右手の人さし指を立てます。視線も右手の人さし指に合わせます。



(5) (1) から (4) を5セット繰り返します。

応用 人さし指でスムーズに行えるようになったら、小指でも挑戦してみましょう。

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

お知らせ

第6回理事会議案

日時 令和6年7月19日(金)

▼議案▲

議案第1号 理事に対する貸付について

理事2名に対する貸付について、組合員と同等の条件にて貸付けることを決定した。

議案第2号 持分の譲渡について
出資金の譲渡にかかる案件について承認した。

▼協議事項▲

1. 役員視察研修について
役員視察研修の実施時期と研修先について協議した。

▼報告事項▲

1. 第2四半期定期監査の日程について

7月末定期監査を8月20日～23日
で実施することを報告した。

2. 固定資産の取得について

和寒基幹支所2階事務所工アコン
新設工事について、競争見積
の結果(有)アイケイリフォー
ムにて実施したことを報告した。

3. 営農支援員の活動について

3月～6月の面談活動内容を報告した。

4. 過年産米穀共同計算精算結果

の報告について

精算内容について報告した。

5. 令和6年産野菜共選原料出荷
申請に伴う前渡金支払実績につ
いて

玉葱・生食馬鈴薯・南瓜・ブロッ
コリーの出荷契約結果について
報告した。

6. その他

6月末時点の財務状況、組合員
動向、令和6年度作付状況、令
和6年度畑地化申請・採択状況
について報告した。

職員退職者

8月31日付

燃料自動車部燃料課燃料係

小野田麻美

大変お世話になりました。

職員人事異動

9月1日付

燃料自動車部燃料課燃料係

堀田 秀平

(青果部青果課青果係)

※()内は旧辞令



JA北ひびきData

構成員/財務	7/31現在	(前年同月増減)	(対比)
◆正組合員数	1,445人	△87人	△5.7%
◆准組合員数	3,822人	△49人	△1.3%
◆組合員戸数	949戸	△85戸	△8.2%
◆出資金	37億61百万円	70百万円	1.9%
◆貯金	630億3百万円	18億30百万円	3.0%
◆貸付金	131億16百万円	10億72百万円	8.9%
◆長期共済保有高	1064億38百万円	△43億61百万円	△3.9%
◆購買供給高	54億59百万円	27百万円	0.5%
◆販売高	43億99百万円	12百万円	0.3%
(農産)	6億96百万円	△2億65百万円	△27.6%
(畜産)	37億3百万円	2億77百万円	8.1%

JAグループ北海道の農政活動強化に向けて

第2回 東野ひでき氏の主張と人柄紹介

我が国の農業・地域社会を取り巻く環境は大きな転換期を迎えております。

超高齢化社会の到来による人口の減少や、国際情勢の不安定化、地球温暖化による気候変動、環境問題への関心の高まり等のなか、食料・農業・農村基本法が四半世紀ぶりに改正されました。

生産現場においては、担い手や農地面積の減少による生産基盤の脆弱化、肥料・飼料・燃油など生産資材の高騰等により、今なお先が見えない不安が広がっております。

今こそ、農業者やJA役職員さらには地域住民が将来にわたり希望の持てる食料・農業・農村政策の確立が不可欠であると考えます。

今後、皆様のところにできるだけ多く足を運び、真摯に皆様の声に耳を傾け、より理解を深め、生産現場の思い、JAグループのその声を国政に届けなくてはならない、その使命感に今みち溢れております。また、努力を惜しまない覚悟であります。

専業農家、JA組合長としての経験を生かし、「農業者・JAとともに、まっすぐな農政!」を合言葉に、農業者および地域が夢や希望を叶えることができるよう、全力で取り組んでまいりますので、皆様方のご指導ご鞭撻をお願い申し上げます。

■プロフィール

昭和46年11月、名寄市生まれ。
名寄高校、拓殖大学北海道短期大学(農業経済科)卒業後、稲作農家の5代目として就農。
平成15年 風連町農協 青年部長、
平成21年 JA道北なよろ 理事、
平成27年 JA道北なよろ 代表理事専務、
平成29年 JA道北なよろ 代表理事組合長、
令和3年 北海道厚生農業協同組合連合会 理事、
令和5年 JA道北なよろ 会長理事、ホクレン農業協同組合連合会 代表監事

■家族構成

両親、妻、息子夫婦、孫3人の9人家族

■経営概況

稲作(もち米)17ha、小麦2ha、アスパラガス、寒締めほうれん草、スイートコーン、切り花、薬用作物

■座右の銘

置かれた場所で咲く



東野ひでき
公式サイト
の
閲覧はこちらから



【JAグループ北海道の農政活動強化に向けて】と題し、農政活動や参議院選挙の仕組みなどを、来年夏頃まで連載いたします。次回(第3回)は、東野ひでき北海道後援会の取組みについて紹介します。

東野ひでき北海道後援会

配置薬の 新しい商品とおすすりめをご紹介!!

Check!

皆さん健康・美容について気にしていますか?
新しく取扱いを開始した商品・おすすりめ商品をぜひお試しください。



日頃のケアといざという時に

毎日のお手入れで ハリのある美しく潤う肌へ

シワ改善、シミ対策(美白)に効果のあるナイアシンアミドと肌荒れ防止に効果のあるグリチルリチン酸2K、潤いをキープするヒアルロン酸などを配合。

びじゅんき
美潤肌

60g/個 5,500円(税込)

販売者 佐藤薬品ヘルスケア株式会社



医薬
部外品

年齢とともに衰えゆく健康を 自然のチカラでサポート

話題のN-アセチルグルコサミンを主成分に、プロテオグリカン、コンドロイチンなど骨や軟骨に関わる成分をバランスよく配合。

スツマリーα

150錠/箱(30日分) 4,860円(税込)

販売者 佐藤薬品ヘルスケア株式会社



健康
補助食品

直接患部に貼りやすく 気孔付きでムレにくい

トメントール、ビタミンEなどの有効成分が患部皮下組織に浸透し、こりと痛みをやわらげる。

【効能・効果】腰痛、打撲(うちみ)、捻挫、肩こり、関節痛、筋肉痛、筋肉疲労
【用法・用量】1日1~2回、ライナーをはがし、患部に貼付

コーエパスエリートE

20枚/箱 550円(税込)

発売元 富山めぐみ製薬株式会社



第3類
医薬品

湿潤環境をつくり 皮膚を早くきれいに再生

モイストヒーリング(湿潤療法)で、キズを早くきれいに治し、かさぶたをつくらず、痛みをやわらげる。透明で目立たない防水テープで水に強く、肌にやさしい低刺激性粘着剤を使用。

ケアリーヴ治す力 防水

Mサイズ12枚/箱 737円(税込)

発売元 ニチバン株式会社



管理
医療機器



スタッフのおすすりめ

昭和42年からリニューアルを 重ねたロングセラー商品

肝臓エキスとローヤルゼリーのダブル配合。ニンニクにも含まれるビタミンB1と玄米・大豆にも含まれるビタミンB2配合。スッキリとまるやかな味。

マスチゲンMAX-V

100mL/10本1箱 2,700円(税込)

販売元 北海道厚生農業協同組合連合会



清涼
飲料水

おいしい抹茶風味で 飲みやすくして続けやすい

5つの青汁「大麦若葉、ケール、桑の葉、ゴーヤ、明日葉」に108種類の食物由来の野菜酵素、22種類の乳酸菌、ケルセチン、トマトリコピンを配合。

プライム青汁+
野菜酵素108

3g×90包/箱 7,344円(税込)

発売元 ダイト株式会社



栄養
機能食品



北海道厚生農業協同組合連合会
〒060-0004 札幌市中央区北4条西1丁目1番地
受付時間 平日 8:30~17:00



救急の よい クスリー
0120-99-41-93

JA配置薬
LINE公式
アカウント



行事予定表 (9月)

日	曜	行 事 名
1	日	SS サンデーキャンペーン (土別南、和寒) あさひじゃんじゃんジュビリー
2	月	
3	火	
4	水	SS 定期キャンペーン
5	木	上土別神社祭
6	金	上土別神社祭
7	土	自動車展示会 (~8日) SS 週末キャンペーン
8	日	SS サンデーキャンペーン (土別南)
9	月	
10	火	
11	水	SS 定期キャンペーン
12	木	
13	金	
14	土	SS 週末キャンペーン

日	曜	行 事 名
15	日	SS サンデーキャンペーン (土別南、和寒)
16	月	SS 生活応援キャンペーン
17	火	
18	水	SS 定期キャンペーン
19	木	
20	金	
21	土	SS 週末キャンペーン
22	日	SS サンデーキャンペーン (土別南)
23	月	SS 生活応援キャンペーン
24	火	
25	水	SS 定期キャンペーン
26	木	
27	金	
28	土	SS 週末キャンペーン
29	日	SS サンデーキャンペーン (土別南、和寒)
30	月	

頭の体操 ① クロスワードパズル

二重マスの文字を
A~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



ヨコのカギ

- 9月2日は——の日。ハズレくじ対象の抽選もあります
- ドミソとかドファラとか
- 握りずしを数えるときに使う言葉
- ミョウガはこの部分や若い茎を食べます
- 前身は江戸です
- 敬老の日に——へ日本酒を贈った
- 素晴らしい考えのこと
- 南の島に似合う植物
- 手振りを交えて説明した
- 急須のお茶を注ぎます
- ノブを持ってあげます

タテのカギ

- わらなどで編んで米や炭を詰めます
- 「」や()のこと
- 長く連れ添った夫婦は似てくるとか
- アキアカネ、オニヤンマといえは
- からすみはボラなどの——を加工したものです
- 食パンのふちの部分
- 筒に強く息を送り込んで矢を飛ばします
- 派手なところがありません
- 明日の授業に備えて——をした
- 房で売られる果物
- 神の起こした洪水を箱舟で乗り越えました
- 天竺牡丹(てんじくぼたん)とも呼ばれるキク科の花
- 一時的に寝ること

ひびきあい

vol.247

発行/北ひびき農業協同組合
編集/総務部 総合企画課
令和6年9月5日発行(毎月1回発行)
〒095-0021 土別市西1条8丁目701番地1
電話: 0165-(23)-2115
FAX: 0165-(23)-5162
http://www.ja-kitahibiki.or.jp/
印刷/文義堂印刷・出版

パズルの応募方法と
おたより募集

クロスワードパズルに答えて
応募して下さい。抽選で5名
の方に「大豆のお肉のキーマカ
レ」1食と「大豆のお肉のミートソ
ス」2食を。また、おたより
を紹介させて頂いた方に「大豆
のお肉のキーマカレー」1食と
「大豆のお肉のミートソース」各
2食をおたより紹介で重複され
た方とどちらかのみでの採用と
させていただきます。

■官製ハガキに、クイズの答え、
住所氏名、年齢、職業、電話番
号、わが家の出来事を記入の上、
ポストに投函して下さい。尚、本
誌へのご意見や、わが家の出来
事は、ぜひ書き添えて下さい。
また、掲載時にペンネーム等
を希望される方はその旨書き添
えて下さい。

■締め切り
当選発表 令和6年9月15日
先発表 本誌10月号

〒095-0021 令和6年9月15日
土別市西1条8丁目701番地1
JA北ひびき
プレゼントクイズ係

かぼちゃの
クリチサラダ



【材料】（2人分）

- ・かぼちゃ…………… 皮を取って 400g
- ・ベーコン…………… 4枚
- ・クリームチーズ (KIRI) …… 2個 (36g)
- ・マヨネーズ…………… 大さじ2
- ・塩コショウ…………… 少々
- ・パセリ…………… 適量

●作り方

- ①かぼちゃを一口大に切り、レンジで5～6分ほど加熱する
- ②クリームチーズを角切りにし、ベーコンは細切りにしこんがり焼く
- ③①と②を合わせ、マヨネーズ、塩コショウを加えてよく混ぜる
- ④盛り付けしてパセリをちらして出来上がり

ここがポイント

◎サンドウィッチに入れてもよし。玉葱も入れてかぼちゃの量を多くしてグラタンにしても最高なのでぜひ作ってみてください。



士別警察署かわら版

秋のヒグマによる人身被害の防止「ヒグマとの事故を防ぐために」

- 複数で行動し、音で存在を知らせましょう。
野山には1人で入らず、複数で行動するようにしましょう。
入山する時は、熊鈴やラジオ等を持って、会話しながら、人の存在を知らせましょう。
- ヒグマの出没情報等に気を付けましょう。
薄暗いときの行動は避け、野山に入る前には、新聞やテレビなどで、ヒグマの出没情報等を確認しましょう。
- 残飯や生ゴミの処理には注意しましょう。
ヒグマは、いったんゴミの味を覚えると、それを目当てにゴミ捨て場などに繰り返し出没するようになります。
ゴミを野外に放置したり、埋めたりしないようにしましょう。
- フンや足跡、食べた跡を見つけたら、すぐに引き返しましょう。
ヒグマのフンや足跡、草や木などが食いちぎられた跡などを見つけたときは、すぐに引き返しましょう。
- 落ち着いて行動しましょう。
万が一、ヒグマに遭遇した場合は、落ち着いて行動しましょう。
逃げたり、さわいだり、慌てて行動すると、かえってヒグマを興奮させ、襲われる危険があります。
リュックや持ち物の回収はせず、ゆっくりと静かに立ち去りましょう。
- 熊撃退スプレーや熊鈴を携帯しましょう。
野山に入る際は、万が一、ヒグマに遭遇した場合に備え、熊撃退スプレーや熊鈴を携帯しましょう。



問い合わせは士別警察署まで
士別警察署(代)23-0110



JAと組合員をつなぐアプリが登場
FAXとスマホの切り替えが自由自在

★アプリの導入はこちらから

iPhoneの方



Androidの方



スマホに登録してね

※ご不明な点はJA北ひびき 本支所営農担当部署へ
お問い合わせください。