

2024 vol.249 11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

JA北ひびき収穫感謝祭が行われました！
旬の冬野菜でヘルス&ビューティー

J A北ひびき収穫感謝祭

が行われました！



10月19日、土別グラントホテルにて「JA北ひびき収穫感謝祭」を開催した。収穫感謝祭は日頃よりJA北ひびきを「愛顧いただいている地域住民の皆様への感謝の気持ちを込めて開催しており、開場時間前には、心待ちにしていた来場者で長蛇の列が見られた。

開催にあたり榎本組合長より「日頃より、北ひびき農協の事業運営に特段のご理解とご協力を賜り感謝を申し上げ、地域住民の皆様方のご指導ご協力をいただきながら今年で20年目を迎えることができました。安全・安心を第一として生産された農畜産物をご賞味いただき、一日堪能していただきたい。」と挨拶が述べられた。

来場者からは「様々なイベントがあり、今までで一番楽しかった。来年も絶対来たい」と喜びの声が多くあり、大好評であった。

地元産農畜産物の無料配布で大盛況！



新米ゆめぴりかや牛乳、野菜の詰め合わせ、さらに剣淵町産ジャージー牛の生乳を使ったアイスの無料配布が行われ、来場者は待ち望んでいた地元産農畜産物を受け取り、会場は大いに盛り上がりました！

子どもも楽しいキッズコーナーやそば、おにぎりの試食も！



小さなお子様も楽しめるキッズコーナーや400食限定のそばやおにぎりの試食も大好評！

今年はキッチンカーも登場！



スタンド跡地では、剣淵町の燻し家さんをはじめ、7台のキッチンカーが今年から出展！

今月の表紙



今月の表紙は、和寒町の泉谷一文さんの納屋にて、南瓜の選果作業を撮影させていただきました。
今年度は南瓜（栗將軍・えびす）を約17haを作付けしています。

地元産農畜産物の販売！



馬鈴薯、玉葱の詰め放題や和牛サーロインステーキや和牛ロースなどの牛肉販売、うるち米・もち米、そば粉、豆類などたくさんの地元産農畜産物を目当てに来場者が次々と列を作っていました！

ちびっこお菓子まきでお菓子をゲット！



子どもが楽しめる「ちびっ子菓子まき」では、お菓子を目当てに子どもたちが感情を表しながら楽しんでる姿が見受けられました！

目次 (contents)

- JA北ひびき収穫感謝祭が行われました！… ②
- 旬の冬野菜でヘルス&ビューティー… ④
- 地域のニュース…………… ⑥
- 士別「1市2町に地元農畜産物を贈呈」
- 士別「大和牧場で退牧作業を実施」
- 和寒「南瓜のパレット輸送出荷が始まる」
- ひびきあいの広場
- おたより…………… ⑧
- 俳句・短歌…………… ⑨
- 営業時間…………… ⑨
- お知らせ 他
- 農協法公布記念メッセージ… ⑩
- JAグループ北海道の農政活動強化に向けて… ⑪
- 理事会報告…………… ⑫
- 金融部からのお知らせ………… ⑬
- 販売部からのお知らせ………… ⑭
- 行事予定表(11月)…………… ⑮
- クロスワードパズル………… ⑮
- 今回のメニュー…………… ⑯
- 『ほっけのすり身揚げ』

抽選会では豪華景品も！



豪華景品を目指し、会場には笑顔と期待があふれ、番号が呼ばれるたびに完成や惜しむ声が響きました！参加者全員が楽しめる和やかな雰囲気で行われました！

もちまき大会で締めくくり！



「もちまき大会」が始まると、子どもから大人まで一斉に手を伸ばし、もちが空中を舞うたびに歓声が上がリイベントを締めくくりました！

旬の冬野菜で ヘルス& ビューティー



＼むくみ防止／ ハクサイ

生でも、加熱しても◎。カリウムは体内の余分な塩分を排出し、塩分の取り過ぎによるむくみの予防が期待できます。

主な栄養と効果

- カリウム
むくみ予防
- ビタミンC
コラーゲンの合成に欠かせない栄養。
美肌づくり

お薦めの食べ方

みそ汁・鍋料理

＼腸内環境を整える／ リンゴ

食物繊維が多く含まれています。腸内環境を整え便秘改善を期待できます。

主な栄養と効果

- ペクチン
水溶性食物繊維の一種。便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす
- セルロース
不溶性食物繊維。便の量を増やす

お薦めの食べ方

ヨーグルトに混ぜる



＼アンチエイジング／ シュンギク

ほろ苦さがくせになる野菜です。ベータカロテンは活性酸素の働きを抑えます。また体内で必要に応じてビタミンAに変換されます。

主な栄養と効果

- ベータカロテン
アンチエイジング、生活習慣病予防
- ビタミンA
皮膚、目などの健康を保つ

お薦めの食べ方

バターや油で炒める



＼美しい肌を保つ／ ブロッコリー

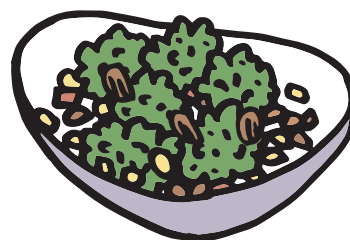
私たちの細胞は活性酸素によって日々ダメージを受けると、老化の進行が早まってしまう。スルフォラファンは活性酸素を除去し、若々しい肌を保つ働きがあります。

主な栄養と効果

- スルフォラファン
アンチエイジングや美肌づくり

お薦めの食べ方

ナッツ炒め。ゆでてナッツとオリーブ油であえる



胃もたれ防止

ダイコン

消化酵素やすりおろしたときに生成される辛味成分イソチオシアネートが胃の不調に効果的です。

主な栄養と効果

- 消化酵素
アミラーゼ(ジアスターゼ)など。胃もたれ防止に
- イソチオシアネート
胃液の分泌を促す

お薦めの食べ方

大根おろし。しらすと一緒にご飯にのせる



冬野菜には、健康や美容に役立つ栄養がたっぷり！
寒い季節をおいしく
元気に乗り切りましょう

栄養士・吉田理江
イラスト・服部新太郎

感染症を予防

長ネギ

香り成分のアリシンは血管を拡張して血流を良くし、免疫細胞も活性化させます。また、感染症にかかると消費されてしまうビタミンCを補えます。

主な栄養と効果

- アリシン
免疫細胞の活性化
- ビタミンC
免疫機能を正常に働かせる

お薦めの食べ方

スープ料理・トースターでホイル焼き



風邪予防

ミカン

風邪予防に欠かせない栄養素のビタミンCがたっぷり！白い筋や薄皮にはペクチンが含まれているため、捨てずに実と一緒に食べると良いでしょう。

主な栄養と効果

- ビタミンC
免疫機能を正常に維持する
- ペクチン
便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす

お薦めの食べ方

間食や食後のデザート



貧血予防

ホウレンソウ

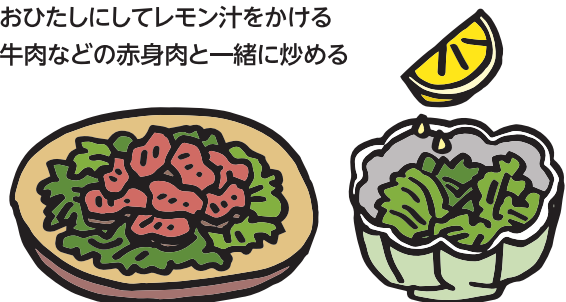
鉄にはヘム鉄、非ヘム鉄の2種類があります。ホウレンソウに含まれる非ヘム鉄は体内に吸収されにくいですが、ビタミンCと一緒に取ることで吸収率が上がります。

主な栄養と効果

- 鉄(非ヘム鉄)
貧血予防

お薦めの食べ方

おひたしにしてレモン汁をかける
牛肉などの赤身肉と一緒に炒める



士別地区

1市2町に地元農畜産物を贈呈 自慢の食材を地元の子どもたちへ

10月7日、地元農産物の食材贈呈式を士別市、剣淵町、和寒町の生徒・児童に向けて、新米、牛肉、馬鈴薯、玉葱、南瓜、南瓜ペーストを贈呈した。

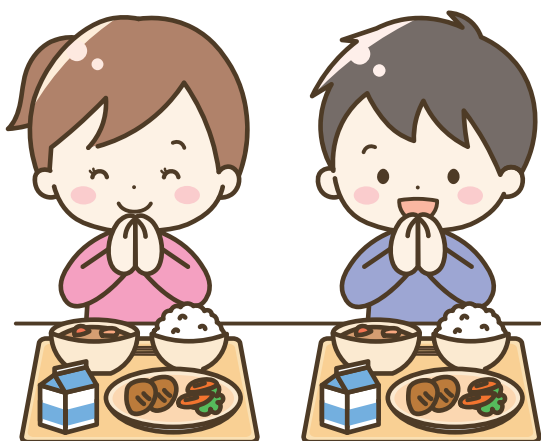
食材贈呈は地元の安全・安心な農畜産物を食べ、健やかに成長してほしいという願いと、子どもたちに基幹産業である農業や、地元の農畜産物に関心を持ってもらうため、平成27年から行っており、今年で10年目となる。

11月には、食育活動の一環として、1市2町の生徒たちとJFA北ひびきの役員が給食と一緒に食べ、地元の農畜産物の美味しさを改めて知ってもらう予定となっている。

榎本組合長は「今年は安定した収量があり、地元産の安全・安心な農畜産物を子どもたちに届けられることをうれしく思う。」と挨拶した。

士別市の贈呈式では、渡辺市長より「食材価格が高騰している中で、このように寄贈していただけるのはありがたいと思う。」と感謝の言葉を述べられた。

JFA北ひびきは次年度以降も継続してこの事業を行う予定。



▲寄贈する榎本組合長と渡辺市長



▲士別市で行われた贈呈式



▲剣淵町で行われた贈呈式



▲和寒町で行われた贈呈式



士別 地区

大和牧場で退牧作業を実施

▲退牧作業のようす▲

10月21日、22日の2日間で上士別町の士別市営大和牧場にて退牧作業が行われた。大和牧場では、5月中旬から10月下旬頃までの半年間、多くの酪農家より肉牛や乳牛を預かっている。

この期間、大和牧場の新鮮で栄養価の高い牧草を食べることで丈夫な体を作ることができ、今後の搾乳にも好影響をもたらす。また、酪畜農家の粗飼料や労働力の低減にもつながっている。

退牧作業では、入牧した際に付けられたネックを外し、春からの成長をチェックするために1頭1頭計量を行う。個体差はあるものの、体重は1頭あたり100kg程度増え、入牧時よりも一回り大きく成長していた。

計量後は、順次トラックに積み込まれるが、半年間慣れ親しんだ牧場がよほど過ぎしやすかったのか、トラックに入るのを嫌がる牛も多くみられたが手慣れた職員と従業員によってスムーズに作業が進められた。

今年の退牧頭数は乳牛、肉牛合わせて577頭となった。

大和牧場は、来年度以降も総面積約548haもの広大な牧場で、牛の成長を促すとともに、酪畜農家の負担軽減に寄与すべく運営を続けていく。



和寒 地区

南瓜のパレット輸送出荷が始まる

▲出荷作業のようす▲

10月中旬より、和寒町において南瓜の出荷が始まっている。

10月16日、荒瀬雅之さんの選果場にて、たくみ部会（荒瀬雅之GM・部会員5名）の出荷作業が行われた。

同部会は町内で南瓜を作付けする一部の生産者で構成されており、規格検討会など、有益な情報交換を行い栽培技術向上に務めている。

輸送業界における2024年問題により、日本通運（株）に集荷を依頼している部会については、レンタルパレットに生産者自身がい積みし、フォークリフトで積み込みを行うため、輸送業者の積み込み作業の効率化と負担軽減に繋がる。従来のベルトコンベヤーを使用した積み込みでは、約40分かかっていたが、今回の積み込み作業は約15分で終了した。

今後も輸送の効率化を図り、物流問題への対応を行っていく。



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。

孫

の学芸会、劇に歌、合奏、そして南中ソーラン、若いエネルギーをたっぷり浴びました。
(70代男性)

●お孫さんの行事盛りだくさんですね！想像するだけで楽しそうです。

先

日、地元デパートに土別の毛織物の販売がありました。昨年手袋を買って、凄く暖かかったので良かったと思ってます。北の国は寒いのですね。
(F：60代女性)

●北の国の寒さはこれから本格的になりますね！私はまだ全然冬支度をしてなく焦っています！

お

いしく健康みそレシピを見て「みそ」には無限の可能性を秘めていることを再発見しました。いろいろ作って食べてみたいと思いました。
(S：50代女性)

●米ナスの鶏みそ田楽やみそ風味茶わん蒸しなど食欲をそそる一品がたくさんあり、本当に「みそ」には無限の可能性ががありますね！

景

品のパッケージにびっくり！とても高級感あるパッケージですね。もちろん中のカレー、ミートも美味しくパンにレタスとミートを挟んでサンドイッチにして食べました。とても美味しいので皆さんもサンドイッチしてみてください。
(O：50代女性)

●景品パッケージもリニューアルしました！ご好評いただきありがとうございます！サンドイッチ！とても美味しそうですね！私もすぐサンドイッチを作ってみました！

稲

作農家から新米を分けていただき食べ始めました。おかげで少なくとも漬物だけでも美味しく食べ進みます。子供たちにもおすそ分けします。
(J：80代男性)

●今年の新米も本当に美味しいですね！私も漬物だけで何杯も食べられます！本当に農家さんには感謝です。

10月号パズル

【当選者】

北野広郷さん、高橋豊さん、池田公子さん、尾崎孝子さん、藤原トモ子さん

【解答】「スポーツの日」

1	マ	6	ツ	タ	11	ケ	17	カ	20	キ
2	キ	ボ			12	イ	15	キ	モ	ノ
		7	ニ	9	ジ	マ	ス	16	イ	カ
3	カ	ワ	キ					18	カ	リ
				10	ヒ	13	オ	コ	シ	
4	ボ	8	ケ	ツ	ト			19	ユ	レ
5	ウ	ラ			14	コ	テ		ー	ジ

編集後記

今年も残すとこ2カ月をきり、この1年どのようなお過ごしだったでしょうか。

メジャーリーグで活躍する大谷翔平選手は、今年ロサンゼルス・ドジャースに移籍し、54本塁打59盗塁と前人未到の「50-50」を達成し、さらには日本人メジャーリーガー初の「トリプルスリー」も達成するなど凄まじい活躍で同僚の山本由伸選手とともに、チームを地区優勝に導きました。また、プレーオフでは、同じくメジャーリーグで活躍している、ダルビッシュ有選手や千賀滉大選手との日本人対決が実現するなど注目の一戦が続きそうです。

俳句

秋惜しむ 流るる水の 温みかな

大河 博子

秋惜しむ ポツンと畑に 憂いかな

鈴木 ゆき子

青き実を 窓辺に並べ 秋惜しむ

梅基 文子

大策に 穂粟並び 直売所

杉浦 とし枝

短歌

ゆっくりと流れる日に感謝して
たくさん笑い穏やかに生く

大森 セツ子

最近は針穴に糸を通すのも
うまくいかずにいらつく事も

鈴木 露子

大雨でキャベツ畑が水浸し
補植しながら回復を待つ

井上 香代子

写真の町東川町でプロに遭い
モデル頼まれ記念の一枚

丹羽 泰子

子や孫らと九人で囲む食卓は
机二つを並べ賑やか

高数後 法子

営業時間変更(11月から翌年3月まで)のお知らせ

営業時間

本所・基幹支所・支所	11月～3月						
	月曜日～金曜日	土曜日		日曜日			祝祭日
		第1・第3・第5	第2・第4	第1・第3	第2・第4	第5	
一般業務	9:00～17:10	休み					
金融・共済窓口	9:00～16:00	休み					
経済センター	9:00～16:30	休み					
メカニックセンター	9:00～18:00	9:00～17:00	休み	9:00～17:00			
給油所	セルフ土別南	7:00～20:00					
	和寒基幹支所	8:30～18:00	休み			8:30～17:00	
	剣淵基幹支所	8:00～18:00	休み			8:00～17:00	
	多寄支所	8:30～17:30	休み			8:30～17:30	
	朝日支所	8:00～18:00	休み			8:30～17:00	
	上土別支所、温根別営業所	9:00～17:10	休み				

ATMの営業時間

ATM	月曜日～金曜日	土曜日		日曜日			祝祭日
		第1・第3・第5	第2・第4	第1・第3	第2・第4	第5	
本所、和寒基幹支所、剣淵基幹支所	9:00～17:30	休み					
ツルハドラッグ土別中央店	9:30～19:00	9:30～17:00					

農協法公布記念日にあたっての 組合員・役職員へのメッセージ



北海道農業協同組合中央会
代表理事会長 樽井 功

昭和 22 年 11 月 19 日に農業協同組合法（農協法）が公布され、今年で 77 年を迎えました。

戦後の食糧不足の混乱期に、農業者の協同組織の発達を通じ、「農業生産力の増進」と「農業者の経済的社会的地位の向上」を図り、国民経済の発展に寄与することを目的として、農協法が制定され、農協が設立されました。

農協は「農業者による農業者のための組織」であり、協同組合原則に掲げる「自主・自立」「民主的運営」の基本に立ち、相互扶助の精神のもと、幾多の困難な状況乗り越え、組合員の皆様の営農と生活の安定並びにより良い地域社会の実現を目指し、今日に至っております。

近年の農業・農村を取り巻く環境は一段と厳しさを増し、世界的な気候変動による猛暑や豪雨などによる各作物の収量および品質の低下、国際的な食料需給事情の変化や急激な円安の進行による生産資材の高止まりが農業経営に甚大な影響を与えております。

本年は、農政の憲法とも言われる食料・農業・農村基本法が改正され、国民一人一人の食料安全保障の確保と環境と調和のとれた食料システムが基本理念として位置付けられるなど、世界の食料需給の不安定化による輸入リスクの増大、環境問題等を踏まえた内容となっており、日本の農政は大きな転換点を迎えております。

かかる状況のもと、本年は 3 年に 1 度の J A 北海道大会が開催され、将来ビジョンである【「力強い農業」と「豊かな魅力ある地域社会」～ひとを育み、ひとと歩む～】が上程されます。

組合員・J A・連合会・中央会が各々の役割を再認識し、一丸となって大会議案を着実に実践していくことが社会からの要請に応えることにもなります。

最後になりますが、J A グループ北海道は、協同組合の理念と精神を事業の拠り所とし、今後とも組合員の皆様が夢と希望を持って営農と生活が続けられる環境を整えること、地域農業と J A の発展に全力でサポートすることをお誓い申し上げ、農協法公布記念日にあたってのメッセージと致します。

JAグループ北海道の農政活動強化に向けて

第4回「農政活動の仕組み」について

コロナ禍による農畜産物の需給緩和、肥料・飼料をはじめとする生産諸資材の価格高騰、気候変動の抑止に向けた環境負荷軽減の取組み、年々甚大化する自然災害による農地・施設等の損壊、深刻な労働力不足など、我々JAグループの努力だけでは解決できない課題が山積しております。

食料安全保障の強化、持続可能な北海道農業の確立のためには、我々の努力だけではなく、国の支援が不可欠であります。そのカギとなるのが農政活動であります。

農政活動とは、組合員一人ひとりの声をJA・地区で集約し、みんなの声として、農業・農村・JAに理解のある国会議員に対し、現場の実態を届け、その課題の解決につながる政策を実現してもらう一連の活動・運動であります。

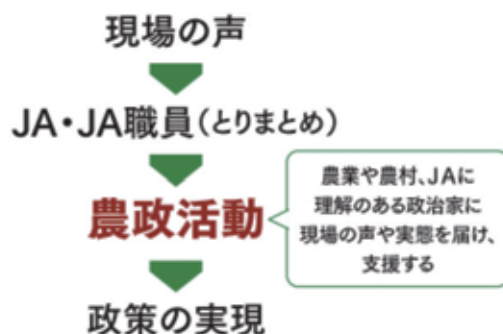
令和5年度は、食料・農業・農村基本法の改正や、作目別の経営安定対策をはじめとする農林水産予算の確保に向け、JAグループ北海道では農政活動を展開しました。その結果、予算の確保をはじめ、さまざまな政策支援が実現しました。しかし、これですべての課題が解決する訳ではなく、生産現場には、まだまだ課題が山積しております。

生産現場の実態を届け、我々の求める政策を実現させるためには、国会議員による国や行政への積極的な働きかけが重要です。そして、そのような議員を支えていくことも農政活動の柱の一つであります。

国会(政治)は数が力です。国を動かすには、国会に一人でも多くの農業やJAの理解者を増やすことが重要であります。そのために、我々JAグループの代弁者として、先頭に立って多くの国会議員に働きかけ、農業やJAの理解者を増やし、まとめていくことができる議員、つまり、JAグループの代表議員が必要なのです。



【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5回)は、参議院選挙の仕組みについて紹介します。



東野ひでき公式
LINEアカウントへの
登録はこちらから



東野ひでき北海道後援会

お知らせ

第8回理事会議案

日時 令和6年9月25日(水)

▼議案▲

議案第1号 寒冷地手当の支給について

職員が寒冷地手当の支給基準について決定した。

議案第2号 当組合における取引のリスク評価書の改定について
当組合における取引リスク評価書の一部変更を承認した。

議案第3号 中士別地区での道営経営体育成基盤整備事業実施に係る、農業経営高度化促進事業に対応するつなぎ資金対策について
標記の事業にかかる、つなぎ資金対策の実施と利息の徴収について決定した。

議案第4号 理事に対する貸付について
理事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5号 固定資産の処分について

▼報告事項▲

旧温根別支所事務所解体工事について指名業者を指名し、競争見積りの上実施することに決定した。

1. 組合員宅一斉訪問の結果について

7月9日～8月9日まで実施し、798戸を訪問し94・6%の方と面談させていただき、いただいた意見・要望について報告した。

2. 令和6年度 経営所得安定対策の実績について
標記にかかる実績を報告した。

3. 令和6年産 米・大豆概算金およびJA独自概算金について
概算金単価及びJA独自概算金単価について報告した。

4. 過年産米全道共計の追加概算払い・見込精算について
追加概算払い及び見込精算の内容について報告した。

5. 過年産米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。

6. 令和6年産 農協幹旋米価格

JA北ひびきData

構成員/財務	9/30現在	(前年同月増減)	(対比)
◆正組合員数	1,436人	△91人	△6.0%
◆准組合員数	3,808人	△49人	△1.3%
◆組合員戸数	942戸	△90戸	△8.7%
◆出資金	37億65百万円	49百万円	1.3%
◆貯金	636億97百万円	16億13百万円	2.6%
◆貸付金	130億75百万円	12億50百万円	10.6%
◆長期共済保有高	1061億12百万円	△43億53百万円	△3.9%
◆購買供給高	71億28百万円	80百万円	1.1%
◆販売高	79億57百万円	1億9百万円	1.4%
(農産)	29億51百万円	△1億64百万円	△5.3%
(畜産)	50億6百万円	2億73百万円	5.8%

について

令和6年産農協幹旋米価格について報告した。

7. 令和6年産 小麦生産実績について

令和6年産の秋播小麦、春播小麦の生産実績を報告した。

8. 役員視察研修について
役員視察研修の行程について報告した。

9. その他

財務状況、組合員動向等を報告した。



学費・授業料・家賃はもちろん、仕送り・クラブ活動費・引っ越し費用にも

JA教育ローン

取扱期間 2024.9/2(月)~2025.3/31(月)

※表示金利：2024年9月1日現在

キャンペーン金利 (固定・保証料込)

農信基 保証	年3.90%	→	年3.10%	年2.10%
民間 保証	年4.40%	→	年3.70%	年2.70%
	店頭基準金利		キャンペーン基準金利	キャンペーン最優遇金利

お得な金利優遇条件はどういう～が

- ① 給与(農業収入)振込または年金振込(双方とも配偶者含む) ▲0.20%
- ② 当JA住宅ローン利用者(JA扱い住宅支援機構含む)(配偶者含む) ▲0.30%
- ③ JAカード契約(借入申込者本人がJAカード契約)(家族カード含む) ▲0.10%
- ④ 当JA出資者(借入申込者本人が正・准組合員) ▲0.20%
- ⑤ 当JAマイカーローンまたは教育ローン リピート顧客(配偶者含む) ▲0.10%
- ⑥ インターネットバンキング契約(借入申込者本人がIB契約) ▲0.10%

お借入期間

最長16年6ヶ月以内

夢に向かって
頑張ろう!

お借入最大金額

1,000万円以内

JA北ひびき

■本所 TEL0165-23-2179
■上土別支所 TEL0165-24-2311
■多寄支所 TEL0165-26-2321
■朝日支所 TEL0165-28-2011

■和寒基幹支所 TEL0165-32-2442
■剣淵基幹支所 TEL0165-34-2868

お得な金利優遇条件やローンの詳細は、各支所金融窓口まで!

組合員の皆様へ



冬期

季節従業員大募集!

冬は伊勢志摩でお仕事しませんか？

期 間：令和6年12月～令和7年2月末
(公休：月間8～10日)

お仕事：和菓子（赤福餅）製造ラインの作業

- ・機械への原料、資材供給
- ・検品、包装

時 間：①7：30～16：30
②22：00～7：00

賃 金：時給1,250円
(22～5時は1,562円)

宿舎完備

入居費は
月額3,500円
水道光熱費込!

旅費負担

往復の旅費と身の
回り品の運搬費を
全額負担!

慰労金あり

2月末までの契約満
了でボーナス(慰労
金)を支給!

夜勤手当

夜勤(22:00～)の勤
務には
1日2,000円を加算!

食堂あり

昼食:350円
夜食:150円
で利用可能!

安心の待遇で
お待ちしております

株式会社 **赤福**

三重県伊勢市宇治中之切町26番地
人事課：☎0596-23-7566

詳細につきましては
お電話でお問い合わせください

行事予定表 (11月)

日	曜	行 事 名
1	金	
2	土	SS 週末キャンペーン
3	日	SS サンデーキャンペーン
4	月	SS 生活応援キャンペーン
5	火	
6	水	SS 定期キャンペーン
7	木	
8	金	
9	土	SS 週末キャンペーン
10	日	SS サンデーキャンペーン
11	月	
12	火	
13	水	SS 定期キャンペーン
14	木	
15	金	第10回監事会・自動車展示会 (～16日)

日	曜	行 事 名
16	土	SS 週末キャンペーン
17	日	SS サンデーキャンペーン
18	月	
19	火	
20	水	SS 定期キャンペーン
21	木	
22	金	
23	土	SS 週末キャンペーン
24	日	SS サンデーキャンペーン
25	月	第10回理事会
26	火	
27	水	SS 定期キャンペーン
28	木	
29	金	
30	土	SS サンデーキャンペーン

頭の体操 ① クロスワードパズル

二重マスの文字を
A～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



ヨコのカギ

- 11月23日は勤労——の日。国民の祝日です
- 灰皿にたまります
- 『——の精神』はモンテスキューの著書です
- 広島県の紅葉の名所のひとつ。世界遺産の神社があります
- 焼き鳥を食べると残るもの
- 金融——、——髪
- そば屋や居酒屋の入口にかけられていることも
- ギンナンがなる木
- 「九里よりうまい十三里」と売りに来るもの
- 茶わんと反対の手で持ちます
- 3の3——は9です
- クリの実を守るトゲトゲ

タテのカギ

- 「鳥」より一画少ない鳥
- 園に子どもを迎えに行った
- お父さんそっくり！ まるで——ね
- 料理店のメニュー表をこう呼ぶことも
- 美空ひばりのヒット曲。「柔」と書きます
- 患者を診ます
- 頭にキュッと締めるもの
- ジャガイモのことです
- 応報、身から出たさびだね
- 漢字で書くと雲母。きららともいう鉱物です

ひびきあい

vol.249

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11月5日発行(毎月1回発行)
〒095-0021 士別市西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と「大豆のお肉のミートソー
ス」各2食を。また、おたより
を紹介させていただいた方にも
「大豆のお肉のキーマカレー」各
2食をお肉のミートソース「各
選とおたより紹介で重複され
方は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
■応募先

令和6年11月16日
本誌12月号号

〒095-0021
士別市西1条8丁目701番地1
JA北ひびき
プレゼントクイズ係

ほっけのすり身揚げ



【材料】(2人分)

- | | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・ほっけのすり身…………… 600 g
(すり身が無い場合は、ほっけを三枚おろして、骨と皮を取ったほっけ 600 g に対して、塩小さじ2、卵2個、酒小さじ2、みりん小さじ1、片栗粉大さじ10を入れ、フードプロセッサーにかけて作る) 包丁でも可。 | <ul style="list-style-type: none"> ・人参…………… 2/3 本 ・長ネギ…………… 20cm ・しいたけ…………… 2～3個 ○卵…………… 2個 ○みそ…………… 大さじ2 | <ul style="list-style-type: none"> ○おろし生姜…………… 大さじ1 ○塩コショウ…………… 少々 ○片栗粉…………… 片栗粉大さじ5 ○薄力粉…………… 大さじ2 ・揚げ油…………… 適量 |
|---|--|---|

●作り方

- ①ほっけのすり身、○を加えてよく混ぜ合わせる。
- ②人参、長ネギ、しいたけを入れて混ぜる。熱した油にスプーンで入れて5分程揚げる。

ここがポイント

◎お好みでからし、柚子胡椒を付けて召し上がってください。おつまみやおでんにも相性抜群です。

士別警察署かわら版

- 冬の交通安全運動の実施
冬の路面は急変化！ スリップ招く 急ぐ心にブレーキを
- 1 「冬の交通安全運動」が実施されます！
- 運動期間
11月13日(水)～11月22日(金)の10日間
- 2 交通事故防止ポイント
- (1) ドライバーの皆さんへ
 - ア 歩行者や自転車を見落としやすくなる薄暮時間帯から夜間の交通事故を防ぐため、交差点や横断歩道近くでは速度を落とし、安全確認を徹底しましょう。
 - イ 横断歩道を横断しようとする歩行者等がいる場合は、必ず横断歩道の手前で一時停止し、手で合図(ハンドサイン)をして横断を促しましょう。
 - ウ 降雪に対応できるよう、早めのタイヤ交換を行いましょう。
また、冬タイヤに交換後は、ナットの緩みなど異常が無いかを定期的に点検し、ナットの増し締めを行ってタイヤの脱落事故を防ぎましょう。
- (2) 歩行者の皆さんへ
 - ア ドライバーから少しでも早く見つけてもらえるように、外出するときは明るい色の服装や反射材を身に付けて、自分の存在を目立たせましょう。
 - イ 横断歩道を渡る時は、手をあげる等の合図(ハンドサイン)をしてドライバーに道路を横断する意思を伝えましょう。
- (3) 飲酒運転の根絶
 - ・ 飲酒運転は悪質な犯罪です！
「飲酒運転をしない、させない、許さない、そして見逃さない」
北海道から飲酒運転をなくしましょう。



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



App Store
からダウンロード

Androidの方



Google Play
からダウンロード



スマホに登録してね

※ご不明な点はJA北びびき 本支所営農担当部署へ
お問い合わせください。