

ひがし宗谷

6
2022 No.23

Higashisouya
Publication
2022/6



JAひがし宗谷金融共済部より組合員の皆様へ 令和4年度(令和4年5月31日現在)行われているキャンペーンのご紹介

JAバンク北海道
公式LINEアカウントできました。

よりぞうクラブ 北海道

JALine友だち募集中!
JAバンク北海道が、もっと身近に。いつでもどこでも簡単におトクな情報をゲット♪
友だち登録はこちらから >>



JAネットバンク 『契約
キヤブパーティ』

いつでも
便利でお得に!

期間中、JAネットバンクを新規ご契約いただいた個人のお客さまに
Amazonギフト券1,000円分を抽選で2,000名様にプレゼント!

2022年4月1日(金) ▶ 2022年12月30日(金) 詳しくはこのバナーをポチッ!

JAバンクの より便利に、より安心に

年金ご予約 キャンペーン

~年金受取はJAバンクにおまかせ~

期間中、年金受取を開始する月の6ヶ月前までに年金受取予約いただいたお客様の中から
先着で全道5,000名様に牛乳贈答券(3枚)・もしくはおこめギフト券(1枚)をプレゼント!
さらに、予約票を記載して店頭までご持参いただいたお客様には、先着で全道700名様に牛乳贈答券(1枚)をプレゼント!

詳しくはこちら



詳しくは、下記JAひがし宗谷金融共済部各支店へご連絡下さい。

□浜頓別本所：01634-2-3366
□猿払支所：01635-2-3312
□中頓別支所：01634-6-1231

J Aひがし宗谷

table of contents

2022

6

No.23

P2 JAひがし宗谷金融共済部より組合員の皆様へ

トピックス

P4 東宗谷農業協同組合新事務所完成
中頓別支所各団体総会開催
道北ブラックアンドホワイトショウ
第22回通常総会

P6 JAひがし宗谷女性部活動報告

P8 JAひがし宗谷青年部活動報告

P9 JAひがし宗谷中頓別支所青年部・女性部活動報告

P10 新人職員紹介

P11 今から準備を!今年の暑熱対策!!

普及センター

P12 長時間のマスク使用による皮膚トラブルは
起きていませんか?

旭川厚生病院

P14 電話機で詐欺防止

枝幸警察署

別紙
クロスワード

今号の景品は
ラ・ラックオリジナル白鳥ジンギスカン!!!
抽選で5名の方にプレゼント!

JAひがし宗谷新本所事務所竣工式

4月15日（金）JA関係機関、施工業者、農協役職員列席のもとJAひがし宗谷本所事務所竣工式が行われました。旧事務所は昭和44年に建設されおよそ50年以上が経過し老朽化が進んだことにより新事務所の建設となりました。

新本所事務所はラ・ラック店と同敷地内に建設し、1階に会議室を備え、2階に各部が配置されています。また、金融店舗はラ・ラック店内に移転しております。

延べ面積933m²



落成式



1階会議室（全体）



1階会議室



2階小会議室



組合長室



リフレッシュルーム



牛乳検査入り口



ラ・ラック店内金融店舗



ラ・ラック店内金融店舗



2階事務所

中頓別支所各団体総会開催

5月2日(月) 中頓別町担い手研修施設にて中頓別町乳牛検定組合を始めとする7団体の定期総会が開催され、当日については新型コロナウィルス感染症に配慮し最小限の参考として各団体の役員の出席と議決権行使書面の行使にて執り行われました。初めに中頓別町乳牛検定組合の総会に先立ち五家亨さんと佐藤秀樹さんに【牛群10,000kg達成】の記念品の贈呈が行われました。その後の総会では活動報告及び収支決算、活動計画(案)及び収支予算(案)などを審議し、全団体全議案ともに承認されました。



2022道北ブラックアンドホワイトショウ

5月14日、宗谷ホルスタイン協会・留萌ホルスタイン改良協議会の主催によるブラックアンドホワイトショウが豊富町で開催され、3年ぶりの開催に両管内より130頭が出陳し体形等を競い合いました。当JAからは猿払地区から1名、中頓別地区から3名が出陳しました。

第1部			
2位	中頓別町	鈴木 雄登	(ヒルベルキングドツクホナシ)
ジュニアショー			
2位	中頓別町	澤里 尚広	(GMCネオンピエロエルファー)
3位	中頓別町	鈴木 雄登	(ヒルベルセルティスピリット)

第22回通常総会

5月20日東宗谷農業協同組合本所新事務所にて、第22回通常総会が開催されました。総会にあたり佐藤組合長は冒頭で「本所事務所の新築、ラック内の金融店舗改築をさせて頂きありがとうございます。」と述べ「配合飼料を初めとして、生産費が増加している環境ではありますが、今は準備期間として生産効率が上がるよう努力して頂きたい。役職員一丸となって、組合員のサポートを行い事業運営に邁進してまいります。」と述べました。引き続き議長に中島氏を選任し議案審議に入りました。令和3年度事業報告・剰余金処分案、令和4年度事業計画など全議案が審議承認され、任期満了に伴う役員改選では仲野理事・栗林理事・石井理事・村田監事の4名が退任し、新たに羽鳥理事・戸倉理事の2名が選任され、満場一致で承認されました。本会総会前に行われた乳質改善奨励事業、表彰者は次の通り(敬称略)

《最優秀賞》(株)モリラク

《優秀賞》上山武士・新井寛之・石黒和浩・石動祐二・佐藤裕司・和田英雄・金子清・小原佐満利・永原耕平



女性部 活動報告



私達JAひがし宗谷女性部は浜頓別支部・猿払支部と二つの支部に分かれています。本部活動の他に支部活動も行っています。まずは、それぞれの支部の活動をご紹介します。

浜頓別支部

浜頓別支部の部員数は現在44名です。女性部の中にフレッシュミズとエルダーグループがあります。

フレッシュミズには新しく浜頓別に来たお嫁さんや従業員の方に推進しています。現在は9名の部員が食育活動を中心に活動しています。

またエルダーグループの方は、頭の体操や体力作りを中心に一年に2~3回の活動を行っています。

女性部としては、研修会・勉強会・料理交流会などその年にあった行事を企画しながら活動をしています。



猿払支部

猿払支部の部員数は27名です。簿記、経営、家庭、若妻の4つのグループがあります。

興味のあることをテーマに沿って自ら勉強会や講習会などを企画し、目的別グループ活動を行っています。また、猿払支部全体では、年に1回宿泊研修旅行や日帰り研修活動をしています。



本部女性部

全体の交流会やJAとの懇談会・研修旅行など行っています。

令和3年はスポーツインストラクターに来てもらい運動教室を開催して体作りをしています。



女性部に入ってみませんか？

現在はコロナウィルスの影響で活動回数が少なくなっていますが、感染対策を行ながりま出来る事を考え活動を行っています。令和4年度スタートをし、これから役員共々皆さん安心して楽しめる活動を企画する予定です。

女性部の活動状況や詳細について気になる方がいましたら、女性部事務局に連絡をして頂くか、女性部に入っている農家さんに話を聞いてみてください。

女性部はいつでも歓迎しておりますので気軽に女性部活動に参加してみませんか？きっと、新しいお友達や新しい発見があるかもしれませんよ。

皆様の参加を待ちしております。



問い合わせ先

J Aひがし宗谷女性部 浜頓別支部 事務局（須藤）

TEL:01634-2-2229 / FAX:01634-2-3109

J Aひがし宗谷女性部 猿払支部 事務局（岩本）

TEL:01635-2-3311 / FAX:01635-2-3330

青年部 活動報告

部長 榎 孝文 JA YOUTH



令和3年度の活動につきましても新型コロナウイルスの影響で、青年部の活動についても自粛が続く中で、R3年下期にはコロナワクチン接種が行われて全国的に感染者数が減少していたこともあり、12月23日に浜頓別Aコープ店前にて乳製品の無料配布を行うことが出来ました。

また令和4年に入り宗谷管内でコロナ感染者が増えていく中で、乳製品の消費拡大の為、浜頓別・猿払村のこども園・保育所・小中学校へ飲むヨーグルトの無料配布を行い、子供達にも大変喜ばれました。

今後については中頓別青年部の皆様とも交流を深めて、将来的には青年部の合併を目指し、更により良い活動を行えるよう協議してまいります。

新年度より東宗谷青年部に新部員6名増えましたので、新しい仲間と共に協力しながら令和4年度も活動してまいりますのでよろしくお願ひいたします。



2月2日(火)

中華丼、小松菜ともやしのナムル、飲むヨーグルト

JAひがし宗谷青年部さんから飲むヨーグルトを無償
提供していただきました。この飲むヨーグルトは1日に
必要なカルシウムの7~8割を摂ることができます。



浜頓別町こども園

JJAひがし宗谷 中頓別町青年部

2月24日に乳製品消費拡大運動として中頓別町認定こども園、中頓別小学校、中頓別中学校へ青年部で訪問してきました。よつ葉飲むヨーグルトを3施設合計219本提供し、新型コロナウィルス感染症蔓延防止の観点から、直接生徒へは渡せませんでしたが、地域消費の促進に向けて今後も取り組んでいこうと思います。3月にはAコーポ中頓別店で消費拡大運動として無料配布も計画しているので、新型コロナウィルス感染症蔓延防止に十分に配慮して実施していこうと思います。



JJAひがし宗谷 中頓別町女性部

◎総会終了のお知らせ

令和4年3月22日JJAひがし宗谷中頓別町女性部通常総会が開催されました。

新型コロナウィルス感染症の新規感染者が宗谷地区でも発生している状況を鑑みて、書面決議で開催され、全議案承認されたことをご報告いたします。

◎JA宗谷地区女性協議会 第65回通常総会及び研修会の出席について

令和4年3月28日宗谷農業会館にて標記通常総会及び研修会が開催されました。

新型コロナウィルス感染症拡大防止の観点から、宗谷地区役員のみ宗谷農業会館へ参集し、各単組の出席者は各JAからWEBでの出席となりました。

総会では全議案が承認され、終了後の研修会では宗谷地区女性協議会長の鈴木尚子さんを講師としてクレイパック体験を実施し、出席者は腕や手にクレイパックをして体験を楽しみました。

新人職員紹介



金融共済部・金融共済課

佐々木 剛

ささき ごう

出身稚内市

出身大学北海道科学大学

趣味釣り・温泉巡り・バイクでのツーリング

特技南中ソーラン

入組理由昔から自然に囲まれた土地で働くことに興味がありました。また、職員の方のお話から雰囲気の良い職場だと感じ入組しました。

仕事への意気込み抱負全力で仕事に取組み先輩や上司の方から沢山の知識や経験を学び、組合員の方から信頼される職員になりたいです。至らない点が多々あるとは思いますがご指導のほどよろしくお願ひします。



営農部・酪農生産課

高澤 彩花

たかざわ あやか

出身千葉県

出身大学日本獣医生命科学大学

趣味音楽鑑賞・アニメ鑑賞・カフェ巡り・声優さんの推し活

特技合気道・クラリネット

入組理由人工授精の仕事を探していたところ、学生の頃お世話になった酪農家さんからお声をかけて頂いたのがきっかけです。

仕事への意気込み抱負知識も技術も社会人としてもまだ未熟ですが、先輩授精師の方々から沢山学ばせて頂き、酪農家の方々に信頼して頂けるような授精師になれるよう努力して参ります。これから宜しくお願ひ致します。



営農部・酪農生産課

内木 梨乃

ないき りの

出身愛知県

出身大学酪農学園大学

趣味道内のソフトクリーム巡り

特技沢山食べられる

入組理由東宗谷の地域活性化の為

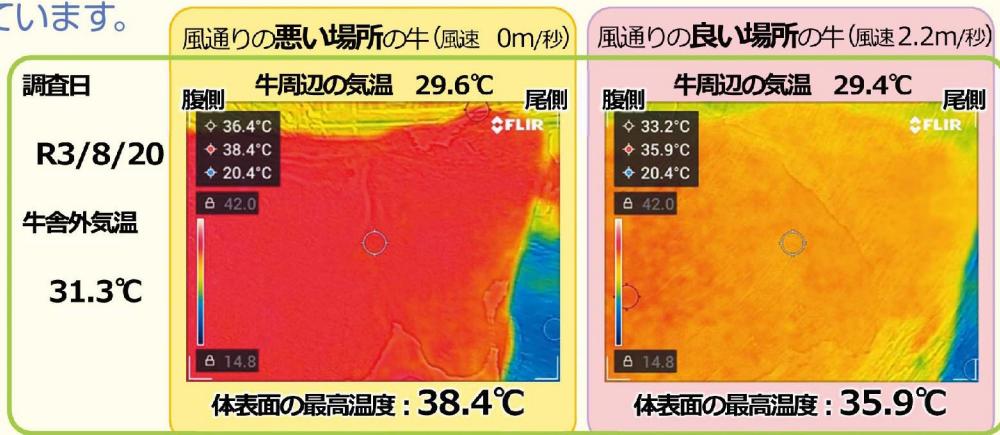
仕事への意気込み抱負この春より営農部に配属になりました、内木です。わからないことだらけで緊張していますが、明るく笑顔を忘れずに仕事に取組み体です。至らない点ばかりでご迷惑をおかけすることもあると思いますが、これからよろしくお願ひいたします。

今から準備を！今年の暑熱対策！！

令和3年の夏は、雨が降らず高温が続き、搾乳牛は暑熱の影響を強く受けました。令和3年8月にひがし宗谷農協エリアの農場で調査した牛舎内の風速と牛の体表面温度の違いについて紹介します。

1 風速と搾乳牛の体表面温度の違い

繋ぎ牛舎で飼養されている搾乳牛で、風通りの悪い場所と良い場所に係留されている2頭を、牛舎外の気温が31°Cを超えた令和3年8月20日にサーモグラフィーカメラを使って撮影しました。サーモグラフィーは、搾乳牛の左側の腹から尾にかけて撮影しています。



風通りの悪い位置にいた牛は体表面温度が38.4°Cで、風通りの良い位置の牛よりも2.5°C高くなっていました。

風が直接あたるか否かで体表面温度が大きく変化していることが確認できました。

2 牛舎内の風速を確保するために

牛舎に設置されているファンは、綿ごみなどが付着すると送風効率が低下します。暑くなる前に掃除し、ファンの能力を最大限活用しましょう。また、牛体に直接風があたるようにファンの角度を変更することも暑熱の対策として有効です。その他、空気の流れを妨げるようなものの撤去など風通りが良くなるように、暑くなる今から準備を行いましょう。



掃除前後のファンの様子
風速（牛舎内 9 力所平均）
 $1.1\text{m/s} \rightarrow 1.4\text{m/s}$ に上昇

体感温度で-3.3°C に相当



不明な点や、もっと詳しい情報が欲しい方は

宗谷農業改良普及センター (TEL01634-6-1414) まで御連絡下さい。

右のQRコードから
普及センターHPに
移動出来ます。



長時間のマスク使用による皮膚トラブルは 起きていませんか？

旭川厚生病院
皮膚・排泄ケア特定認定看護師 丹野博美

新型コロナウイルス感染症の影響によりマスクをする時間が長くなっています。かゆい、肌がガサガサする、肌がつっぱる、吹き出物が出てきた、吹き出物が増えた、耳が痛いなどトラブルが起きていませんか？少しでも快適なマスク生活を過ごすために皮膚トラブルの予防についてお話しします。

肌荒れの主な原因是、摩擦、むれ、乾燥です。



摩擦

【なぜおこるの？】マスクをつけたり外したりする機会が増え、肌とマスクがこすれることによって生じる摩擦刺激です。不織布マスクは、使用しているうちに纖維が毛羽立ち毛玉ができることがあります。この纖維が皮膚とこすれて肌への摩擦刺激が大きくなります。

【予防対策は？】摩擦刺激を小さくすることが大切です。

- ☆可能であればマスクは毎日交換
- ☆皮膚とマスクとの間に折りたたんだガーゼを挟む
- ☆マスクの素材を変更してみる
- ☆肌に優しいマスクを選ぶ

むれ

【なぜおこるの？】不織布マスクの中は汗の吸い取りが悪いためむれやすい状況です。むれの状態が長時間続くと雑菌の繁殖しやすい状況となり、雑菌の繁殖や増殖により湿疹や吹き出物ができやすくなります。

【予防対策は？】むれの少ない環境を作ることが大切です。

- ☆通気性のよいマスクを使用する
- ☆こまめに汗や皮脂を拭き取る

乾燥

【なぜおこるの?】マスクの中の肌温度は高くなり、皮膚内部の水分を蒸発させて乾燥を引き起こしやすい状況です。また、摩擦刺激による皮膚表面が乾燥しやすい状況です。

【予防対策は?】摩擦などダメージを受けた皮膚は、乾燥してカサカサやヒリヒリの炎症を起こします。皮膚を乾燥から守ることは、皮膚トラブル発生の予防になります。

- ☆優しく洗顔する
- ☆こまめに化粧水を使用するなど保湿する
- ☆汗や皮脂を拭き取るときは優しく拭き取る

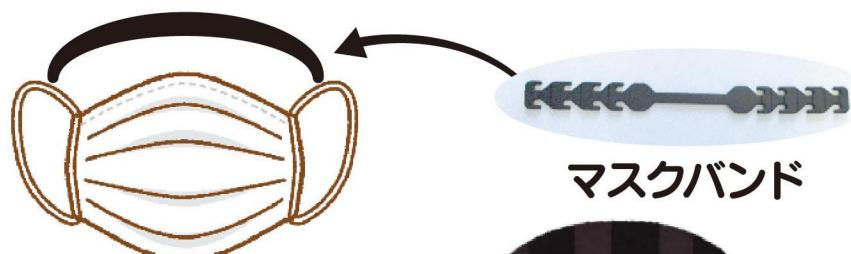
こんなことも困っていませんか?

- ・マスクのゴムで耳が痛い!!
- ・痛いと思ったら傷になっている



【予防対策は?】

- ☆耳の痛くならないマスクへ変更する
- ☆マスクバンドやマスク用イヤーフックを使用する



皮膚を守るために優しい洗顔や保湿ケアなど、洗う・補う・守ることで健康な皮膚を維持することが大切です。表面のケアだけでは限界があり内側からのケアも重要で、ビタミン、タンパク質、ミネラルの摂取を意識し、バランスの取れた食事を心がけていたくとも肌の健康維持には重要となります。

電話機で詐欺防止

犯人と電話で話さないことが
何よりの被害防止対策となります。

留守番電話機能(自宅の電話機に機能が付いている)

留守番電話機能を在宅時もセットしておき、
相手を確認してから電話に出るようにすると
犯人と話さずに済みます。



防犯電話機(電話機に防犯機能が搭載)

- ・通話内容を自動録音
- ・通話前に警告音声を再生
- などの機能があります。
- (犯人が嫌がります。)



電話接続防犯機器(電話線差入口と電話機の間に接続)

ランプの色で不審電話をお知らせ



青



- 「着信を許可」と登録した番号

黄



- (一例) ●迷惑電話番号リストになく「番号通知あり」の番号

赤

迷惑電話の恐れがあります

(一例)

- 「管理サーバーが迷惑番号」と登録した番号

電話防犯機器には様々なタイプがあるので
最寄りの電器店等にお問い合わせください

北海道警察

爆発物テロの
未然防止にむけて

肥料、農薬の中には爆発物の原材料となる成分を含む物があります。

- 盗難防止のため屋外に野積みせず、鍵の掛かる倉庫などに保管する
- 盗難被害に遭ったときは、すぐに警察に通報する
- など、適正な保管管理をお願いします。

■お問い合わせ、ご連絡先 枝幸警察署 電話 0163-62-0110

理事会便り

第10回定例理事会	
時 期	令和3年12月24日（水）10時30分
場 所 農協大会議室	
報告事項	
1. 11月末各事業実績について	2. 資金の貸付実行について
3. 地区別懇談会の開催結果について	4. 地区酬対の報告について
5. その他	6. その他
協議事項	
1. 経営移譲に係る組合員の加入について	2. 組勘3分類の変更について
3. 組勘計画及び貸越極度額・供給限度額の設定について	4. 規模拡大経営資金貸付要領の改正について
5. 資金の貸付について	6. 役員改選に伴う理事会推薦委員の選出について
7. 文書管理規定の一部変更について	8. 令和3年度出資増口について
9. 年末年始の各部門の営業について	10. その他の

第11回定例理事会	
時 期	令和4年1月28日（水）10時30分
場 所 農協大会議室	
報告事項	
1. 12月末事業実績、クミカン実績、生乳生産状況について	2. 資金の貸付実行について
3. コンプライアンス委員会の開催について	4. 各委員会の開催結果について
5. その他の	6. その他の

第1回定例理事会	
時 期	令和4年3月31日（木）10時30分
場 所 農協大会議室	
報告事項	
1. 2月末事業実績、クミカン実績、生乳生産状況について	2. 資金の貸付実行について
3. その他の	4. その他の

第2回定例理事会	
時 期	令和4年4月20日（水）10時30分
場 所 農協大会議室	
報告事項	
1. 監査報告について	2. 3月末の取扱実績、クミカン実績、生乳生産状況について
3. 資金の貸付実行について	4. 各委員会の開催について
5. その他の	6. その他の

1. 第22回通常総会の招集および議案について	2. 資金の貸付について	3. 中頃別Aコープの方向性について	4. 役員報酬の答申について	5. 乳質改善奨励事業の実施について	6. 連休の各部門の営業について	7. 令和3年度資産自己査定結果について	8. 信用共済事業および共済事業の相談・苦情等対応状況について
9. 令和3年度正組合員出資増口実績について	10. J.Aバンク基本方針の変更について	11. 各委員会の開催状況について	12. 地区酬対報告について	13. その他	14. その他	15. その他	16. その他

組合概要

単位:人、千円(前年同月比)
令和4年4月30日現在

正組員	211	購買品供給高	468,622	貸付金残高	4,533,241
准組員	3,160	店舗購買品供給高	120,350	長期共済保有高	31,453,420
出資金	1,072,968	給油購買品供給高	123,648		
販売取扱高	991,915	貯金残高	14,500,181		



牛乳をつかったレシピ♪



レシピ提供:一般社団法人「Jミルク」

材料2つ!

とうふわマシュマロムース 生フルーツソース添え

4人分

材 料	牛乳…300ml マシュマロ…100g キウイ…1個	みかん(小)…1個 いちご(大)…2個 レモン汁…適量
-----	----------------------------------	-----------------------------------

作り方

- ① 小鍋に牛乳を入れ、沸騰する直前まで中火で温める。火を止め、マシュマロを加えて混ぜ溶かす。
- ② 完全に溶けたら粗熱を取り、小鍋に蓋またはラップをして冷蔵庫で3時間ほど冷やす。
- ③ キウイ、みかん(小)は皮をむき、いちご(大)はヘタを取り、それぞれ横に薄い輪切りにする。②が冷えて固まつたら鍋の大きさいっぱいにバランスよくのせる。
- ④ フルーツが余ったらそれぞれみじん切りにする。レモン汁をかけて少し置いてなじませ、フルーツソースにする。
※今回は余ったフルーツ合計180gに対してレモン汁大さじ1を使用しています。

POINT お好みのフルーツでどうぞ(缶詰など)。フルーツは皮付きのまま薄く切ってから皮をとると綺麗に薄くなります。



皮のカリッと感とチーズのとろりが絶妙にマッチ ささみのチーズ春巻

5人分

材 料	プロセスチーズ…100g 鶏ささみ…大4本(200g) 生しいたけ…4~5枚 長ねぎ…1本 春巻の皮…10枚 A [小麦粉…大さじ3 水…大さじ2 酒 ごま油 片栗粉 揚げ油
-----	--

作り方

- ① チーズは5mm角の棒状に切る。ささみは薄切りにして塩・こしょう各少々をふる。
- ② しいたけは薄切り、ねぎは縦半分に切ってから斜め薄切りにする。
- ③ ①と②を合わせて酒・ごま油・片栗粉各大さじ1を混ぜる。
- ④ 春巻の皮を1枚ずつ広げ③を等分にのせて巻き、Aを混ぜたものを塗ってとめる。
- ⑤ 揚げ油を165℃に熱し、④を入れてカリッとなるまで約5分揚げる。

POINT 春巻の皮に具をのせ、手でまとめるようにして巻いていきます。



ひがし宗谷

Higashisouya Publication 2022/6

6
2022 No.23

令和4年6月1日発行

- 発行・編集/JAひがし宗谷・管理部「ひがし宗谷」編集係
- 住所/北海道枝幸郡浜頓別町南3条1丁目25番地
- 電話/(01634) 2-2229(代表) FAX/(01634) 2-3109
- ホームページアドレス/<http://www.ja-esoya.com>
- Eメールアドレス/info@ja-esoya.com



自動車共済ご契約のお車の事故やトラブルは
ご契約のJA(業務時間内)もしくは

フリーダイヤル

0120-258931