

まんまるはーと月形町



旬の新鮮情報



2021年10月号



## 10月のこよみ

### 神無月(かんなづき)

収穫を終え、国中の神々が新しい年の準備などのために出雲に集まることから、神が留守になるという意味。

- 1日【衣 替 え】
- 8日【寒 露】 晩夏から初秋に変わることを示す言葉。
- 17日【貯蓄の日】 勤労の収穫物であるお金を無駄遣いせず大切に使う日。
- 23日【霜 降】 日が短くなり、山は紅葉で彩られるなど、冬に近づいてきたことを感じられる1日。

## 今月の行事予定

- 21日 第9回企画会議  
金融・営農合同委員会
- 22日 第9回理事会  
第3回監事会  
(株)エコーブツキがた役員会

ホームページ URL

<http://www.hamanasu.to/ja-moon/>

## 稲刈り及びこめ工房の受入開始!!

令和3年産米の刈り取りが9月6日から始まり、町内各所でコンバインが動き始めました。

「こめ工房」の操業は9月10日より開始され、な

なつぽし約200トンを受入しました。

「こめ工房」操業にあたり9月3日に、こめ工房運営委員会が開催され、令和3年産米取扱方針と、こめ工房荷受・精算方法について米麦課職員より説明を行い、本年産米の方針が決定されました。

生産者の皆様には体調や農作業事故への注意と実り多い出来秋をご祈念申し上げます。



こめ工房初出荷



こめ工房運営委員会



## Happy Halloween

10月末のハロウィンに向けて観賞用力ボチャの受入が始まり、全取引市場へ出荷しています。

今年もオレンジ・黄色・緑色の三色の化粧箱に詰められ、一部品種には装飾用のシールを付属し貼るだけで手軽にハロウィンの雰囲気を楽しめるようになっており、近郊の大型スーパー・フラワーストップで販売されています。観賞用力ボチャの出荷は10月中旬まで続く予定です。



左からブッチーニ・ジャックピークウィック・サンオレンジ

## 月形町長が施設を視察

9月15日に月形町の上坂町長が青果物集出荷施設と穀類乾燥調製貯蔵施設「こめ工房」を視察されました。

青果物集出荷施設では、今年度より稼働

している南瓜の選別作業を見学され、阿部組合長や担当職員の説明を聞いておられました。

こめ工房では、米の自主検査や受入作業を見学し、令和3年産米の現状を確認していました。





# 月形小学校6年生 月形町農協青年部と 稲刈り体験

9月21日に月形町農協青年部の活動の一つである稲刈り体験が行われました。対象となったのは月形小学校の6年生です。当初は5・6年生を対象に田植え体験から行う予定でしたが、新型コロナウイルスの影響で田植え体験が中止となっていたことから、稲刈り体験は規模を縮小し6年生のみの参加で行われました。



## 退職のご挨拶

金融部 金融課 貯金共済係

この度、9月末をもちまして退職させて頂きました。

在職中は、組合員の皆様をはじめ役職員の皆様には大変ご迷惑をおかけしました事をお詫び申し上げますと共に、あたたかいご厚情とご指導を頂きました事を厚くお礼申し上げます。

最後に、皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げ、退職のご挨拶とさせて頂きます。

8年半、大変お世話になりました。

■特売期間 10月  
**15日(金)**  
午前9時～午後5時迄  
**16日(土)**  
午前9時～午後5時迄

**ホクレン 令和3年秋冬タイヤ祭り**  
**スタンド**  
HOKUREN STAND AUTUMN AND WINTER OPEN FAIR

ホクレン  
月形給油所  
JA月形町  
TEL37-2125

● **スタッドレス タイヤ** ●

・ブリヂストン・ダンロップ・ヨコハマ・

★ **10/15・16の2日間だけの特別価格** ★

※組替・脱着・ホイールバランス・廃タイヤ処理料は別途料金となります。

【冬期】 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁

**用品・ワイパー・バッテリー・他**

🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁 🍁

# 秋冬はじめてマスマスキャンペーン



よりぞう

期間

令和3年9/1水～  
12/30木

ご契約された方にプレゼント!

YORIZO



よりぞうのための  
保冷バッグ

## 取引条件

### 新規定期貯金

対象条件 窓口扱いによる個人契約 1口20万円以上

### 新規定期積金

対象条件 窓口扱いによる個人契約 □座振替  
積立総額 12万円以上

### JAネットバンク

対象条件 店頭で声掛け後のネット申込、または直接  
ネット申込された方

### JAカード

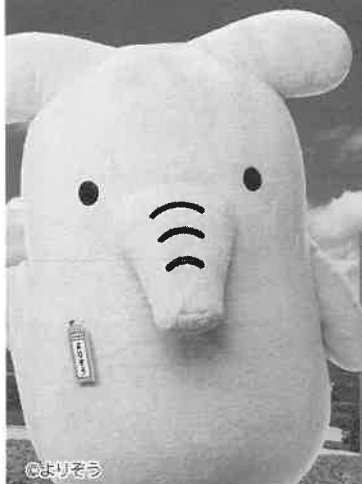
対象条件 JAカード、JAカード一体型を申込された方、  
キャッシュカードからの切替の方

さしあげマスマス  
2021

年金受取 給与受取 JAネットバンク JAカード JAバンクローン

JAバンク北海道で受付期間中に、  
上記のいずれか1つでも新規取引いただいた方に  
JA特産品を2,000名様にプレゼント!

応募受付期間/2021年12月30日未まで



よりぞう



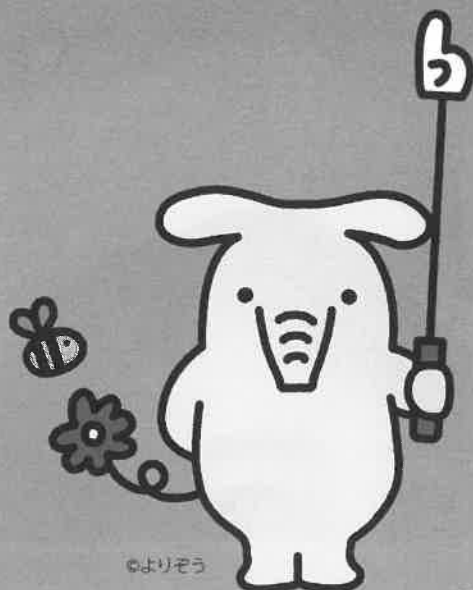
よりぞう

お申し込みお問い合わせは

JA月形町 ☎0126-53-3422

JAバンク





©よりそう

# JAカード

と

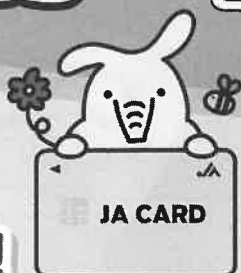
# JAネットバンク

セットで始めてみませんか？

**おすすめ!!**

**1枚で2役!**

**JAカード一体型**



©よりそう

※クレジットカード単体もお申込み可能です。

- ICキャッシュカードとクレジットカードが1つになってとっても便利!
- 初年度は年会費無料! 以下の条件を1つでも満たすと次年度以降も無料でお使いいただけます!
- 年間12万円以上のカードショッピング利用
- 電気料金のJAカード支払い
- 携帯電話利用料金のJAカード払い
- JAカードのご入会とご利用で最大10,000円相当のポイントプレゼント!
- JA-SS、ホクレンSSでの給油にご利用いただくと、ご請求時に2円/ℓ割引されます!
- ETCカードは新規発行手数料・年会費が無料です。
- 海外旅行傷害保険サービスがついているので、海外旅行中のケガやトラブルにも安心です。

**いつでもどこでも  
貯金取引ができる!**

**JAネットバンク**

- 窓口の来店不要で、スマホやパソコンから貯金のお取引が可能です!
- 残高確認、取引明細照会
- 振替、振込
- ペイジー支払
- 振込手数料がお得です!
- 窓口での振込受付時間を過ぎても振込のお取引が可能です。
- ワンタイムパスワードを採用しており、セキュリティ面も安心してご利用いただけます。



©よりそう

JAカードとJAネットバンクでより便利にJAバンクをご利用いただけます。

お申込み、お問合せはJA月形町金融課まで TEL:0126-53-3422

家計簿記帳で

SDGs!

12月号第1別冊付録



ひと工夫 明日のしあわせ  
家族の笑顔 ☺



未来を楽しく

HAPPY♪

12月号第2別冊付録



定価(税込)

- 普通月号 629円
- 付録月号(1・4・5・7・9月号) 922円
- 家計簿付き12月号 1,027円

12月号・1月号  
購読申込受付中

Z106

✂ 切り取り線

JA

御中

家の光・地上・ちゃぐりんを  
12月号・1月号から購読します。

希望する購読誌名・開始月号・支払方法を○で囲み、  
その他必要事項を記入してください。

支払方法

JA口座より振替

現金

●単月号のみのお申し込みも可能です。

購読申込書 月払い

年 月 日

ふりがな

お名前

〒 -

ご住所

電話番号

( )

●ご記入いただいた個人情報は、注文以外の用途には使用いたしません。

JA・JA女性組織・JA中央会・家の光協会





北海道コンサドーレ札幌  
栗山トレーナーによる

Vol.4

## 農作業にも役立つ セルフコンディショニング講座

選手達のコンディショニング、フィジカルトレーニングを担当している栗山渉トレーナーが、誰でも簡単にトライできる、セルフコンディショニングの方法をご紹介します！スポーツをしている人も、していない人もチャレンジしてみましょう！

北海道コンサドーレ札幌と  
J Aグループ北海道は  
食農パートナーです！



今回のテーマ

肩こり緩和のための  
セルフマッサージ&ストレッチ

今月は長時間の座り作業による身体のトラブルを改善するためのエクササイズを紹介します。

座位姿勢が長時間に及ぶと、肩、胸の筋肉が硬くなってしまい、猫背やストレートネックなどの不良姿勢を助長させてしまいます。このような姿勢のまま座り作業を続けてしまうと、肩コリがひどくなったり、頭痛が生じてしまうこともあります。

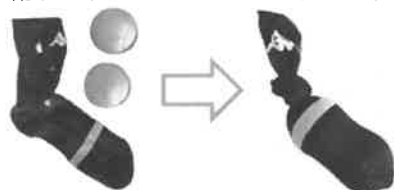
まずは2個のテニスボールを使って首、背中の筋肉のコリをセルフマッサージで柔らかくしましょう。その後、筋肉を心地よくストレッチして首、肩、背中の筋肉をリフレッシュしましょう。

※エクササイズをすることで肩、首に不愉快な痛みが生じる場合はすぐに中止して下さい。強い痛みが継続する場合は整形外科を受診することをお勧めします。

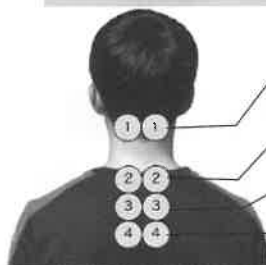
はじめに

### 準備するもの

テニスボール2個と靴下を用意し、靴下の中にボールを入れて結びます。



### セルフマッサージのターゲット



①：首の付け根

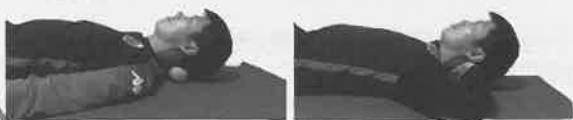
②：首と背中の境目

③：②から5cm 下

④：③から5cm 下

### 1 首のセルフマッサージ

- 1 仰向けに寝て、首の付け根（①の部分）にテニスボールを当てる。両手を添えるとテニスボールを固定しやすい。
- 2 リラックスして20秒間静止し、頭の重みでじんわりとマッサージ。
- 3 頭をゆっくり小さく左右に20回動かして、さらにマッサージ。



### 2 背中のセルフマッサージ

- 1 仰向けに寝て、首と背中の境目あたり（②の部分）にテニスボールを当て、両手を前で組む
- 2 リラックスして20秒間静止し、体の重みでじんわりとマッサージ。
- 3 体をゆっくり小さく左右に20回揺らして、さらにマッサージ。
- 4 テニスボールの位置を③にずらして、同様の手順でマッサージ、その後に④も行う。



### 3 胸の筋肉のストレッチ

- 1 肩の高さまで腕を上げて壁に手をつく
- 2 反対側を見るようにして胸を開き、心地よく胸の筋肉がストレッチされた状態でキープ
- 3 3セット終わったら、反対側も同様に行う



### 4 首から肩の筋肉のストレッチ

- 1 両手を腰で組む
- 2 頭を横に倒していき、首から肩にかけて、心地よくストレッチされる角度で20秒キープ
- 3 左右交互にストレッチを3セットずつ行う。



## 理事会だより

第八回理事会議案  
(令和三年九月二十八日開催)

監査第一号 令和三年度 第二回（七月末） 定期監査報告について

付議第一号 令和三年度 第二回（七月末） 定期監査事務処理について

付議第二号 令和三年産米集荷・販売基本方針及び「こめ工房」荷受・調製・精算方法について

付議第三号 令和三年産普通大豆概算払い及び豆工房利用料金の設定について

付議第四号 令和三年 八月末現在組合員の動向について

報告第一号 令和三年 八月末現在財務状況について

報告第二号 令和三年 八月末現在事業計画・実績対比について

報告第三号 令和三年 八月末現在事業計画・実績対比について

報告第四号 令和三年産小麦荷受・調製実績について

報告第五号 令和三年産小麦荷受・調製実績について

報告第六号 令和三年産小麦荷受・調製実績について

報告第七号 令和三年産小麦荷受・調製実績について

報告第八号 令和三年産小麦荷受・調製実績について

報告第九号 令和三年産小麦荷受・調製実績について

みんなチェック！最低賃金。

## 北海道最低賃金

北海道内の事業場で働くすべての労働者（会社員、パート、アルバイトの方、学生さんなど働くすべての人）及びその使用者に適用される北海道最低賃金が次のとおり改定されます。

時間額 **889** 円

(効力発生年月日 令和3年10月1日)

○最低賃金には、精皆勤手当、通勤手当、家族手当、臨時に支払われる賃金及び時間外等割増賃金は算入されません。

○特定の産業（「処理牛乳・乳飲料、乳製品、糖類製造業」、「鉄鋼業」、「電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業」、「船舶製造・修理業、船体ブロック製造業」）で働く方には、北海道の特定（産業別）最低賃金が適用されます。

## 農協文庫（10月号）新刊のお知らせ

### 菌とともに生きる 発酵暮らし



A・B  
コース

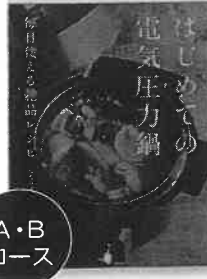
薬膳料理家がおくる、発酵食にあふれた暮らし。みそやしょうゆをはじめ、砂糖ゼロのおやつまで全て手作り。自然に寄り添い、菌と生きる生活は体を整え健康にしてくれる。発酵調味料やおかずのレシピも掲載。

山田奈美 著

●定価1,650円(税込) A5判・128頁

### はじめての電気圧力鍋

毎日使える絶品レシピ



A・B  
コース

材料を入れたらスイッチを入れるだけで簡単におかずができると注目の電気圧力鍋。やわらか煮豚や肉じゃがなど、ごちそうから毎日のごはんまですぐに使えるレシピを多数紹介。操作法やお手入れ方法も解説。

みないきぬこ 著

●定価1,540円(税込) B5変判・96頁