

# ぽかぽか

2026  
May

No.205



3月中旬より中西別にて運行を開始させたミルクローリー

## INDEX

- 府県消流視察研修報告
- 令和8年度入組式実施!!
- 北海道信用事業優績JAとして表彰
- コーンサイレージ勉強会を開催しました/別海支所より
- 上春別支所より/西春別支所より
- 根室支所より/中途職員紹介
- 別海高校 酪農経営科・専攻科だより
- 営農情報 (酪農試験場)
- 営農情報 (普及センター)
- プルミエリッチミルク取扱店舗のご案内
- 家の光図書 新刊紹介/株式会社ASAHIサポートセンターよりお知らせ
- 日本茶でリラックスティタイム/自動車税の納期限について
- 理事会報告/まちがいさがし
- 生乳生産・乳代単価情報/今月のあなたの運勢/編集部から



JA道東あさひの  
ホームページはこちら

# 府県消流視察研修報告

府県酪農家及び購買担当者との交流を図り、個体販売と乳牛改良に必要な情報の収集、購買者が求める個体の安定供給と資質の向上に努めるとともに、乳牛の追跡調査など継続的な個体販売の推進を目的とし、この度4月9日(木)～11日(土)の日程で、北海道から初妊牛を導入している熊本県・長崎県の農場へ、JA役員3名、乳牛改良同志会本部役員1名、ホクレン職員1名、事務局1名の計6名で府県消流視察研修を実施して参りました。

## ◇有限会社 鹿央とみた牧場 (熊本県 山鹿市鹿央町)

富田社長は同牧場の3代目であり、経営主体となって現在10年目、2022年に規模拡大しており、飼料作付面積はデントコーン約60ha、WCS約20ha。従業員数は役員を除いて日本人9名、外国人9名の計18名、飼養頭数は経産牛600頭、育成牛100頭で、ホクレン市場からの乳牛導入が主となっており、自家育成は3割程度。年間出荷乳量は約7,000tで飼養・搾乳形態としては、フリーストール、ロボット4台で300頭、パーラーで300頭を搾乳しているとのことでした。

根室管内からの乳牛導入については、ホクレン職員が代理で選畜し購入する委託方式となっており、2月は100万円を超える市場相場であったが、富田社長からは「春産みは非常に欲しい状況であり、自前で作るのが難しいから市場で買うことにしており、相場高騰はこの程度なら全く問題無く、良い牛が多いことから今後も購入していきたい」と力強く仰って下さいました。

また、熊本県酪では乳牛導入に際し、導入助成事業(1頭当たりホルメス腹15万円、F1腹10万円)を実施しているそうですが、1戸当たりの活用上限が決まっているため同牧場ではすぐに上限を使い切ってしまうことや、最近はやがノム評価にも興味があり、県内でゲノム改良を進めている牧場からホルの受精卵を購入しているとお話がありました。



ロボット牛舎と縦型15tバルク



ロボット牛舎内



分娩前の初妊牛

## ◇株式会社 田浦畜産 (長崎県 島原市寺中町)

田浦社長は3代目であり、家畜商を主としていたことから、乳牛購買・F1素牛・ホル素牛(北見商協)のため、毎月田浦社長自らが北海道へ来ていた一方、自社でも肉牛肥育・和牛繁殖・酪農を営んでおり、事務所がある本場の他、近隣に5か所程の分場があるとのことでありました。

また、肉牛は約1,700頭を飼養しているが、酪農については搾乳牛20頭程度となっており、家畜商の檀家に卸す前に分娩した牛の搾乳や、在庫となってしまう牛のみ搾乳している状況であることから、小頭数の飼養となっているとのこと。購入した牛を卸す檀家は10年前と比較すると半数に減っているそうですが、それでも現在100軒程あり、長崎県内以外にも福岡県・山口県にも残っているとのことでした。

その他にも、長崎県から人工授精等に係る試供牛提供の依頼が来るなど、様々なことに対して中心的役割を担っており、1つの経済連同様の役割となっている様子でありました。

なお、根室管内で購入頂いている乳牛は、檀家からも非常に好評であり、皆さん口を揃えて「2産目以降に牛が良くなる」といった感想をお持ちでありました。



事務所入口にある石像



搾乳牛舎



肥育中の和牛

### ◇堀越牧場（長崎県雲仙市国見町）

田浦社長の檀家である堀越牧場の堀越社長は、愛媛県出身であり愛媛の農業大  
学校時代に知り合った奥様の実家（現堀越牧場）で就  
農し、数年前に経営移譲されたとのことであり、飼養  
形態はフリーストール・パーラー、飼養頭数としては  
経産牛50頭、（株）田浦畜産から経産牛を購入してお  
り、初妊牛の導入や自家育成による更新はほとんど無  
い状況となっております。

また、半年種付けして受胎しない牛は肉を付けてか  
ら廃用で出荷しており、給与飼料は乳量38kg設定のT  
MR、粗飼料はわずから  
5kgとしている配合主体で、  
経産牛のみ導入している  
ことも相まって平均個体  
乳量は40kg/日を超えて  
いるとのことであり、質  
疑の中で所得に関する質  
問を行ったときには、「そ  
こそこ残ります！」と満



牛舎内



搾乳パーラー



堀越牧場 牛舎外観

面の笑顔でお答え頂いたことが非常に印象的でありました。  
なお、田浦社長からも伺っていたとおり、根室管内の牛は2産目以降が非常に  
良く、長持ちする牛が多いと高い評価を頂きました。

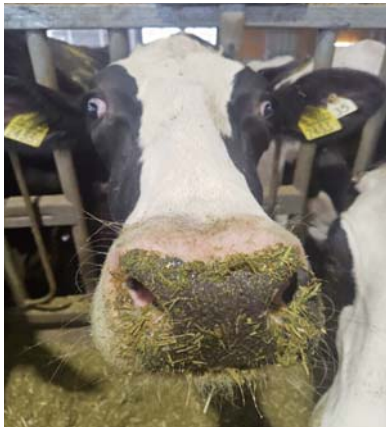
### ◇研修に関する感想

今回訪問させて頂いた農場全てに言えることとして、北海道に比べて土地の制  
約が非常に大きいため粗飼料の確保が出来ず、購入飼料に頼らざるを得ないこと、  
近年は北海道も高温となってきたてきておりますが、やはり湿度が段違いに違うことで  
体感気温が高く、より一層の暑熱対策が必須なことなど、酪農を行う上で不利な  
条件が多いことから、後継牛の自家育成を行うことが難しいため、搾乳基牛を供  
給している北海道の役割の重要性を改めて実感致しました。

また、飼養している牛達が非常に人懐っこく穏やかな気性をしていましたことから、  
日々頭1頭大事に飼養されていることが嬉しく感じたところであります。

根室管内の牛に対しては非常に高い評価をして頂いておりましたが、その分期  
待も大きいことが改めて今回の研修でわかったことから、生産者に対して購買者  
からの思いも伝えながら継続的な個体販売の推進を行い、有利販売に繋げていき  
たいと思います。

最後に、今回視察させて頂いた3農場には日頃からの感謝を申し上げますととも  
に、今後も当JAの初妊牛・経産牛購買をお願いして参りました。



当JA組合員産の搾乳牛



満開の桜



## 令和8年度入組式実施！！

令和8年4月1日（水）に5名の新採用職員を迎えて入組式を実施し、朝礼で全職員に向け挨拶をしていただきました。皆さんとても緊張している様子でしたが、「今日から社会人として頑張ろう」という学生の時とはまた違うような気持ちを感じられる面持ちでした。

入組式後の研修では、今後自身の仕事相手となる酪農家の目線に立ってみる簡単なシチュエーションゲームに取り組んでもらいました。酪農の経営方法やスタイルに対しても考え方は様々なものがあり、職員は各部署から様々な角度や視点を持って酪農家の皆さんと関わっていくという意識醸成を図ることを目的として実施いたしました。

また、道東あさひオリジナル牛乳の誕生についても営農部長から説明があり、実際にオリジナル牛乳を試飲してもらいました。

少し前まで学生だった彼らからすれば社会人としての責任を持たなければならず、自身を取り巻く環境も大きく変化するため戸惑うことや壁にぶつかることも多々あるかと思えます。しかし、彼らは社会人の卵として新しいことを学ぼうとする意欲の塊でもあります。

入組式や研修の中で、浦山組合長や先輩職員も「わからないこと、知らないことは何も恥ずかしいことではない。」と仰っていました。その言葉を基に失敗を恐れず、決まった枠組みに囚われることなく様々なことに興味を持って挑戦して、貪欲にたくさんのことを学んで吸収してもらえたらと思います。5名は中央会開催の新採用職員研修を経て、現在各現場で社会人の第一歩を踏み出しました。

組合員の皆様におかれましても、一所懸命に努力し成長していく新採用職員の姿をあたかかく見守っていただければ幸いです。





## 北海道信用事業優績 J A として表彰

J Aバンクの各種重点推進項目において、当 J A の推進活動が全道 2 位（昨年 3 位）という 優秀な成績を収めたとして、4 月 8 日（水）に J A 北海道信連から瀬戸専務が来組され、代表して浦山組合長に優績 J A の表彰状が授与されました。

上位の重点推進項目としては、A ランク利用者数（全道 4 位）、年金口座獲得（同 2 位）、個人 I B セット契約（同 2 位）、J A バンクアプリ獲得（同 5 位）、新規ご利用（同 8 位）となりました。

J A バンクでは、4 月より全道統一キャンペーン「J A バンクご利用でドドーンとプレゼント」を実施中です。特典として、全道で 2,000 名の方に全道 J A の特産品や 7 月までのお申込みに限りファイターズ観戦チケットが抽選で当たります。

そのほか各種ローンの金利引き下げキャンペーンを実施中ですので、引き続き J A バンクのご利用をお願い申し上げます。



左から木村係長、信連 瀬戸専務、浦山組合長、丹羽主査、斉藤専務

J A バンクご利用で

# ドドーンとプレゼント!

抽選で合計 2,000 名さまに、  
全道 J A の特産品がドドーンと当たる!

第 1 期

2026 4/1 水 → 9/30 水

第 2 期

2026 10/1 木 → 3/31 水

# コーンサイレージ勉強会を開催しました

令和8年4月10日（金）別海町交流館ぷらとにて、コーンサイレージについての勉強会を開催いたしました。

当日はラレマンド社フランク・クーシェンマイスター氏および通訳の豊田氏を講師に迎え「より良いコーンサイレージを作るために」と題された講義を行いました。

講義ではコーンサイレージが乳牛にとって重要な高栄養飼料であることや、収穫時期・乾物率が品質に大きく影響することが解説されました。

また、気象条件による被害対策や倒伏防止の重要性、カビ発生リスクへの対応についても具体的な説明を行

っていただきました。

さらに、高品質なサイレージ作りに向けたサイロ管理やサイレージ取出し時の注意点、乳酸菌添加の重要性についても説明をしていただきました。

第二講では道総研酪農試験場の出口氏による「飼料トウモロコシにおける倒伏リスクと収量性を考慮した栽植試験」の報告会が行われ、この日の勉強会は終了となりました。

今回の講義内容を綴った資料については、当組合HP内組合員専用ページに掲載しておりますのでぜひご覧ください。



BETSUKAI  
.....

別海  
支所

# 春の資材市・アルーダ展示会を 同時開催いたしました

4月23日（木）別海支所にて、春の資材市・アルーダ展示会を同時開催いたしました。

前日までは小雨が降り気温も低下しておりましたが、開催当日は天候に恵まれ、組合員の皆さまをはじめとする多くのお客さまにご来場いただきました。

当日はあたたかな陽気もあったことから、園芸市では庭先の園芸肥料等を中心に大盛況となり、その他、一般資材や衣服の販売においても数多くの皆さまに足を運んでいただくことができました。

さらに、ミルクハウス前では女性部べつかい支部の皆さまにご協力いただき、乳製品消費拡大運動も実施しました。

プルミエリッチミルクの試飲を提供したほか、Aコープのブースではプルミエリッチミルクを限定販売しました。

また、来場者の皆さまに昨年度の写真コンテストで入賞した作品を印刷したポケットティッシュを配布させていただきました。

牛乳を試飲してくださった方より「濃厚で美味しい」といった声や、ポケットティッシュを受け取ってくださった方からは「とってもかわいい」とそれぞれ嬉しいお言葉もかけていただき、大盛況のもと終了し

ました。

例年開催している資材市ですが、今年度も無事終了できましたことに感謝申し上げます。

なお、ミルクハウスは4月24日（金）より営業を開始いたしております。引き続き各購買店舗も含め、皆さまのご来店を心よりお待ちしております。



KAMI-SHUMBETSU

上春別  
支所

## 各組織通常総会の開催

上春別支所では、4月17日（金）に、各組織の通常総会が開催されました。

昨今の世界情勢は、米・イラン対立によるホルムズ海峡の封鎖などが組合員経済に大きな影響を与え、依然として厳しい状況が続いております。

そのような中でも組合員の皆さまにおかれましては、日頃より各組織の運営にご尽力いただき、今年度の総会も無事に開催することができました。当日は、お忙

しいなか組合員の皆さまにご出席いただき、各総会は滞りなく進行し、予定通りに終了いたしました。

今期の活動計画も決定しましたので、営農活動で多忙のこととは存じますが、今後も活発な組織活動に取り組まれることを期待しております。

また、JAとしても円滑な組織運営に努めてまいりますので、引き続きご理解とご協力を頂きますようお願いいたします。



NISHI-SHUMBETSU

西春別  
支所女性部西春別支部  
初めての「ボッチャ」に挑戦

JA道東あさひ女性部 西春別支部では、4月22日（水）に支部交流会を開催し、初めての「ボッチャ」に挑戦しました。これまで毎年行ってきた「フロアーカーリング」に代わり、新しい競技にチャレンジしようという声が上がリ、今回の実施となりました。

ボッチャは、白い目標球（ジャックボール）に向かって、赤・青のボールを交互に投げ、より近くに投げたチームに得点が入るといったシンプルな競技です。

力の強さに関係なく楽しめるため、初めての方でもすぐに盛り上げられるのが魅力です。

当日は、ボールの行方に一喜一憂しながら、投げるたびに笑い声が広がり、会場は終始にぎやかな雰囲気でした。狙い通りの場所にボールが収まると拍手が起こり、思わぬ方向へ転がるとみんなで笑い合うなど、和気あいあいとした時間となりました。

参加部員からは、「思ったより奥が深くて楽しい」「またやってみたいね」といった声が寄せられ、女性部の新たな交流の場としても大変好評でした。今年度も仲間と一緒に楽しめる活動に積極的に取り組んでいきます。



NEMURO

根室  
支所

## 根室支所春の資材市開催!!

令和8年4月18日（土）に、JA道東あさひ根室支所にて「春の資材市」を開催しました。

当日は、風も強く小雨も降っておりましたが、300名程の方々に来ていただく事ができました。

除草剤・肥料・酪農用品等、たくさんの資材を販売しました。資材以外にも、乳製品コーナーも設け、アイスクリームやチーズセット、来場者の方には、「タカナシドリンクヨーグルト」を配布し、その他にもJAバンク・JA共済等のPRブースを設け、アンケートにご協力いただいた方にはアンマンパン缶バッジをお渡ししました。

どのブースもたくさんの方々が集まり、大盛況となりました。

次年度についても、よりたくさんの方々に足を運んでいただけるような行事にしていきたいと思ひます。



## 中途職員紹介

◎氏名・出身地・配属支所・部署

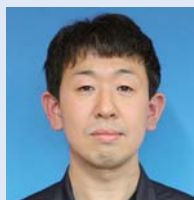
①新生活で挑戦したいことは？ ②自分の性格を一言でいうと「どんな性格」？ ③今後の意気込みを一言お願いします



**坂本 晴斗** 別海町出身／西春別支所 営農課 営農企画係

①豪遊 ②ユーモア満載

③この度、西春別支所営農課営農企画係に配属されることとなりました、坂本晴斗と申します。巨人の坂本勇人選手と一文字違いと覚えて頂けると幸いです。中途採用ということで、今までの社会人経験を存分に発揮し少しでも早く営農課の方々のお役に立てればと思ひます。まだまだ分からないことばかりで至らぬ点等があるかと思ひますが、ご指導ご鞭撻のほど宜しくお願ひ致します。＊褒められると伸びるタイプです。



**水本 零** 別海町出身／別海本所 購買部 資材燃料課 別海給油所

①走り込み ②穏やか

③この度、JA道東あさひ別海給油所に配属になりました水本 零です。前職などでは酪農やごみ処理関係の仕事をしておりました。今までに経験したことがない職種ですが、培ってきたものを少しでも活かし、皆様に迷惑をかけないよう1日でも早く業務を覚え、戦力になれるよう取り組んでいきたいと思ひております。至らないところばかりだと思ひますが、これからどうぞよろしくお願ひいたします。



**畠山 亮** 根室市出身／根室支所 購買課 給油所

①資格取得 ②マイペース

③前職は老人介護施設で介護職員をしていましたが、今回転職に踏み切り、JA道東あさひに入組させていただきました。前職とは全く違う業種という事もあり、右も左もわからない状態ですが、先輩方のご指導を受け、日々勉強させていただいています。まずは早く仕事を覚える事と、組合員さんや他のJA職員の皆様にも顔を覚えてもらえるよう頑張っていきたいと思ひますので、何卒宜しくお願ひ致します。





# 離乳後こそ勝負どき～ホルスタイン種雌牛の「ちょうどよい」発育と栄養とは？

道総研酪農試験場 酪農研究部 乳牛グループ 新宮裕子

「うちの子牛、順調に育っているかな？」そう思っても、重労働な体重計測を頻繁に行うのは難しいものです。しかし、離乳直後の成長スピード（DG；1日あたりの体重増加量）は、将来の「13か月齢での受胎」を左右する極めて重要なポイントです。経験や勘だけに頼らず、データに基づいた「ちょうどよい発育」を目指しましょう。

## 1 目指すべきは「DG 0.85～0.95kg/日」

日本ホルスタイン登録協会の推奨値を基準にすると、離乳から13か月齢までの理想的なDGは0.93kg/日です。太らせすぎもよくないので、本試験では0.85～0.95kg/日を「ちょうどよい範囲」と設定しました。

・現場のリアル：道内10戸の哺育育成牧場調査で、離乳後（概ね60日齢）から150日齢までのDGがこの範囲に収まっていたウシは41%。一方で、25%のウシは目標値を下回る発育でした（図1）。

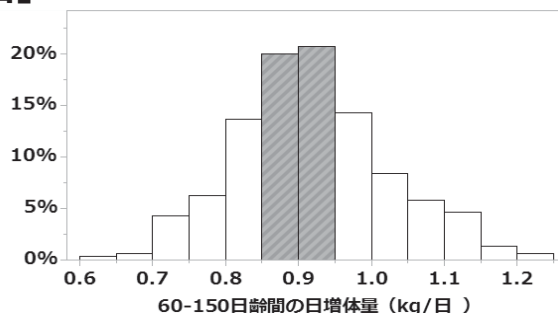


図1 60～150日齢までの1日あたりの体重増加量別の頭数割合 (%) (色付きの部分がちょうどよいDG)

## 2 「ちょうどよい」を実現する給与の目安

50～150日齢の期間に、推奨DGを達成するための摂取量目安を試験の結果から算出しました。

指標	摂取量の目安 (1日1頭)	ポイント
乾物摂取量	1.9 ～ 4.78 kg	個体差や環境により幅がある
可消化養分総量 (TDN)	1.51 ～ 3.14 kg	

・粗飼料の「質」がカギ

試験の結果、1番草でも「結実期」に刈り取ったエネルギー (TDN) の低いサイレージでは、摂取量が低く（図2）、発育がやや悪くなることが分かりました。離乳直後であっても、できるだけ栄養価の高いサイレージを与えることが発育を高めてくれます。

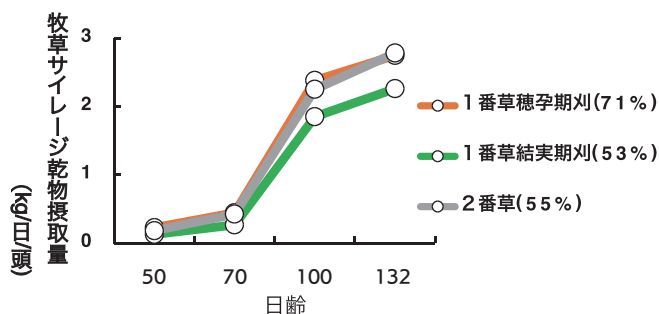


図2 牧草サイレージの刈取り時期と乾物摂取量との関係 (カッコ内はTDN含量)

## 3 成長を妨げる「病気」のリスク

エサの内容と同じくらい重要なのが、健康管理です。調査の結果、呼吸器疾病が多い農場ほどDGが低下する傾向が見られました。せっかく計算してエサを与えても、病気になってしまうと目標のDGに届かないことも。

## 4 まずは「測る」ことから始めよう

DGは飼料以外にも個体差や環境に左右されます。「計算通り」で安心せず、定期的なチェックが欠かせません。最近では、スマホで撮影するだけで体重を推計できるアプリも登場しています。「まずは測ってみる」。そこから、貴方の牧場の次なる一歩が始まります。



# 衛生的乳質改善シリーズ⑩ バケットミルクカーの衛生管理

バケットミルクカーは分娩牛や治療牛の搾乳に使用されます。  
バケットミルクカーの洗浄方法を再確認し、衛生管理を徹底しましょう。

## 1 バケットミルクカーの洗浄方法再確認

### 搾乳前 殺菌

ぬるま湯の「殺菌液（通常規定濃度200ppm）」と「すすぎ」用の2つのバケツを準備し、ユニットを上下して空気を流入させ、物理的こすり洗いの作用があるエアブラッシングをかけながら蓋と本体の内側を殺菌します。殺菌後はしっかりと排水して、「すすぎ」を行います。

### 搾乳後① バケットミルクカー外側の洗浄

流水（温湯）を使って、本体及びミルククローヤシェルの外側の洗浄を行います。

### 搾乳後② アルカリ洗剤による洗浄

ぬるま湯の「すすぎ」用のバケツ2つと温湯（35℃～40℃前後）の「洗浄液（アルカリ洗剤0.5%希釈）」のバケツ1つを準備する。最初の「すすぎ」は、エアブラッシングにより蓋と本体の内側を洗浄します。次に「アルカリ洗浄」を行います。「すすぎ」同様に洗浄し、洗浄後はしっかりと排水して、仕上げの「すすぎ」を行います。

### 3日に1回 酸性洗剤による洗浄

温湯による「洗浄液（酸性洗剤0.5%希釈）」とぬるま湯の「すすぎ」用の2つのバケツを準備し、アルカリ洗剤による洗浄の「すすぎ」の後に、「酸洗浄」を行います。洗浄後はしっかりと排水して、「すすぎ」を行います。

「酸リンス」のように毎回使用する場合は、希釈濃度が薄くなります。

### 週に1回 手洗いの実施

バケット本体や蓋・クローの内側は、普段の洗浄だけでは、乳石の付着や汚れに気づかないケースがあります。週に1回程度は、ブラシ等による手洗いを実施しましょう。

### 汚れ・乳石の付きやすい場所



蓋の内側



バケット本体内側



ミルククロー内部

## 2 注意事項

\* 記載の洗剤の希釈濃度は一般的な希釈濃度です。「アルカリ洗剤」0.5%～1.0%、「酸性洗剤」0.5%～1.0%、「酸リンス」0.2%～1.0%と幅があります。現在使用している洗剤の使用濃度や温度を確認して使用してください。

\* 「アルカリ洗剤」「酸性洗剤」「殺菌剤」は混ざると塩素ガスが発生し、大変危険です。それぞれ使用に当たっては、必ず間に「すすぎ」を入れて、洗剤・殺菌剤が混ざらないようにしましょう。

# プルミエリッチミルク取扱店舗のご案内

## Premier Rich Milk

プルミエリッチミルク

北海道・別海町の生乳を使用  
JA道東あさひオリジナル

- ✓ 牛乳本来の甘さと深いコク
- ✓ 乳脂肪分3.8%の特濃品質



### 北広島市

・ホクレン くるるの杜さま

### 根室市

・JA道東あさひ根室支所資材店舗  
・マルシェ・デ・キッチンさま

### 別海町

・JA道東あさひAコープ西春別店  
・JA道東あさひAコープ上春別店  
・JA道東あさひAコープ中西別店  
・JA道東あさひAコープ上風連店

### 中標津町

・セブンイレブン中標津バイパス店さま

公式サイトで詳しく見る  
JAオリジナル牛乳  
公式サイト



### テスト販売開始・2026年4月～

- ・〈札幌市〉どさんこプラザ札幌店さま 札幌駅構内1F
- ・〈東京都〉どさんこプラザ有楽町店さま 有楽町駅すぐ近く
- ・〈大阪府〉どさんこプラザあべのハルカス店さま 天王寺駅 近鉄百貨店
- ・〈宮城県〉どさんこプラザ仙台店さま 仙台市中心部・一番町アーケード内



道東あさひ農業協同組合

〒086-0214  
北海道野付郡別海町別海緑町116番地9  
TEL 0153-75-2201



公式サイト



Instagramで発信中

# 家の光図書 今月の新刊紹介

お申し込み・お問い合わせ先

上春別支所営農課 ☎75-6002  
西春別支所営農課 ☎77-2111  
別海支所営農部営農振興課 ☎75-2202  
根室支所営農課 ☎22-2121  
見本が各支所に置いてありますのでお気軽にお立ち寄り下さい。

## 知りたい会いたい 生態がよくわかるクラゲ図鑑

鶴岡市立加茂水族館 著 A5判・176頁  
定価：本体1800円 税込1,980円

クラゲの飼育数世界一として名高い鶴岡市立加茂水族館。クラゲの美しさや不思議だけでなく、クラゲの幼少時代や生活史なども写真付きで詳しく紹介。掲載数は100種を越え、クラゲの魅力を発信します。



## ゼリーケーキ 光を重ねて、儚くほどける

藤沢かえで 著 B5判・80頁  
定価：本体1,800円 税込1,980円

セルクル型やアクリルボックスで仕立てる、まるでデコレーションケーキのようなゼリーケーキ。透明感と造形美を楽しむあたらしいゼリーレシピです。材料の選び方や温度管理などの製菓テクニックも詳しく解説。



## 毎日続けられる、おうちごはん 2万人の悩みを解決した料理教室の台所術

菅野のな 著 A5判・112頁  
定価：本体1,600円 税込1,760円

2万人の生徒を料理の悩みから開放してきたオーガニック料理教室「ワクワクワーク」が教える和食中心のレシピ本が登場。卵と乳製品不使用で、素材のおいしさを生かした料理がごはんづくりを楽にしてくれる。



## 【株式会社ASAHIサポートセンターよりお知らせ】

このたび、当社のホームページを全面的にリニューアルいたしました。  
デザインや構成を一新し、より快適にご覧いただけるよう改善しております。  
今後も内容の充実に向けてまいりますので、ぜひご覧くださいませようお願いいたします。

株式会社  
ASAHIサポートセンター



# 日本茶で

# リラックス

# ティータイム



忙しい毎日に、

ほっとひと息つける時間はありますか？  
日本茶の香りや味わいに癒やされながら、  
心も体も休まる時間を楽しみましょう。

監修：日本茶インストラクター 滝井ひかる イラスト：小林裕美子

## 疲れた脳をリラックス

### テアニン

茶葉に多く含まれるアミノ酸の一種で、うま味や甘さの主要成分。テアニン摂取後30〜40分で脳がリラックスした状態になり、その効果は約2時間持続するといわれています。

## ストレスや疲れの回復に

### ビタミンC

ストレスの緩和や疲労回復、生活習慣病の予防や免疫力の向上などに効果があるといわれています。また、抗酸化作用があり、染みやしわ予防、肌荒れの改善にも効果が期待できます。

## 自律神経を整えリラックス

### 香り

緑茶、特に新茶で感じられる若葉の香り成分「青葉アルコール」や、緑茶を熱したときの香ばしい香り成分「ピロール」「ピラジン」が自律神経を整えてくれるといわれています。

# 日本茶の癒やしパワー

## 眠気を覚まし能率アップ

### カフェイン

苦味をもたらし、覚醒作用がある成分。お茶はカフェインとテアニンの組み合わせにより、仕事や作業中に飲んでも眠気を誘わず程よくリラックスし、能率を上げることができます。

## さまざまな健康効果

### カテキン

ポリフェノールの一種で、苦味や渋味の主成分。免疫力向上・抗アレルギー作用がある「エピガロカテキン」や、血圧を下げ血糖値を抑制する「エピガロカテキンガレート」などがあります。



## 八十八夜は緑茶の日

二十四節気の「立春」から数えて88日目に当たる八十八夜が茶摘みの最盛期であることから、同日に緑茶の日が制定されました。2026年の場合は5月2日です。この日に摘んだ新茶を飲むと病気にならず長生きするといわれています。



# 6月1日(月)は自動車税の納期限です

自動車税は、4月1日現在で運輸支局に登録されている自動車の名義人（所有者）にかかる税金です。

納税は金融機関、郵便局又はコンビニエンスストアのほか、スマートフォン等を使用してキャッシュレスで納税することもできます。

6月1日までに必ず納めましょう。

## お問い合わせ先

納税に関するご相談は、

根室振興局 税務課納税係まで TEL(0153)24-5466 (直通)



# BOARD REPORT

## 第13回 理事会報告

令和8年3月25日開催

### 付議事項

- 議案第1号 規程類の一部改正及び要領の新設並びに一部改正について
- 議案第2号 出資の減口について
- 議案第3号 減損会計に係る固定資産のグルーピング変更及び令和7年度減損損失の計上について
- 議案第4号 リース契約による公用車の取得について
- 議案第5号 令和8年度 各種事業の料率と料金の一部改正について
- 議案第6号 役員賠償責任保険契約の締結について
- 議案第7号 令和7年度 自己査定結果に伴う貸倒引当金繰入額について
- 議案第8号 理事に対する令和8年度 貯金担保貸付及び共済担保貸付について
- 議案第9号 令和8年度 同一人に対する信用供与等の最高限度額の設定について
- 議案第10号 令和8年度 貸付金利率の最高限度の設定について
- 議案第11号 理事者に対する農業経営基盤強化資金の貸付について
- 議案第12号 特定組合員に対するJA農業経営ステップアップローンの貸付について
- 議案第13号 一般組合員に対する農業経営基盤強化資金の貸付について
- 議案第14号 一般組合員に対するJA農業経営ステップアップローンの貸付について
- 議案第15号 特定組合員に対する令和8年度組合員勘定取引供給限度額、貸越極度額及び家計費現金供給限度額の設定について
- 議案第16号 令和8年度 草地整備事業計画について
- 議案第17号 令和8年度 各種基盤整備事業の実施について
- 議案第18号 国営環境保全型かんがい排水事業肥培施設の設計について
- 議案第19号 令和8年度 府県消流視察研修の実施について
- 議案第20号 令和7年度 余裕金運用方針について
- 議案第21号 地方公共団体への一般長期貸付金の貸付について
- 議案第22号 令和7年度 期末特別賞与の支給について
- 議案第23号 第4次地域農業振興計画・JA中期経営計画の策定について

### 協議事項

- 協議事項1 剰余金処分案について
- 協議事項2 第17回 通常総会の開催日程について
- 協議事項3 農業委員の推薦について

### 報告事項

- 報告事項1 貸借対照表及び損益計算書（2月末）について
- 報告事項2 組合員の動向（2月末）について
- 報告事項3 人事異動について
- 報告事項4 融資審査会の結果について
- 報告事項5 信用事業規程第2の4の（5）による1億円超の信用供与等先の経営状況等について
- 報告事項6 特定組合員実績（2月末）について
- 報告事項7 令和8年度（令和7年度補正）畜産・酪農収益力強化整備等特別対策事業（機械導入事業）に係る実施希望者の選定について
- 報告事項8 令和7年度 基盤整備事業実績について
- 報告事項9 食料安全保障の強化と持続可能な北海道農業の確立に関する組織討議について
- 報告事項10 令和7年度 乳用牛長命連産性等向上緊急支援事業の実績報告について
- 報告事項11 令和7年度 畜産生産力・生産体制強化対策事業（多様な育種素材の評価活用対策）の実績報告について
- 報告事項12 販売事業実績（2月末）について
- 報告事項13 「JAバンクの内部管理態勢構築にかかる指針」の変更について
- 報告事項14 購買事業実績（2月末）について
- 報告事項15 行事予定について



## まちがいさがし

出題・イラスト：ゆきたけし

右のイラストには左のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。



### 応募方法

- ・道東あさひHP応募フォームに、クイズの答え・お名前・電話番号を明記してお送りください。
- ・一世帯につき一応募のみ有効とさせていただきます。
- ・正解者の中から抽選で毎月5名の方に、すてきなプレゼントをご用意いたします。
- ・応募締め切りは、5月21日まで（期日必着）



Table with 10 columns: 区分, 3月, 累計, 脂肪率, 無脂固形分率, 補給金単価, F A T単価, S N F単価, 乳質単価, 乳代平均. Rows include 全道, 前年(比), 根室管内, etc.

令和元年度10月分乳代精算より軽減税率導入にともない、総額主義が義務化されたため、総支払乳代は共販経費控除前の単価となっています。

HOROSCOPE

今月のあなたの運勢 (5月)

By モナ・カサンドラ

牡羊座 3/21~4/19



全体運 遊びに行くのに良いときです。時間をやり繰りして余暇を多めにつくると楽しめます。効率もアップして一石二鳥健康運 目の健康に気を使って。歯磨きも丁寧に幸運の食べ物 新ジャガイモ

牡牛座 4/20~5/20



全体運 上昇気流に乗っています。前向きな気持ちでいろいろなことに挑戦を。面白い収穫があるはず。買い物か吉健康運 朝の散歩がお勧め。ゆっくり深呼吸するのも◎幸運の食べ物 ウメ

双子座 5/21~6/21



全体運 一歩先を見て行動を。現状にとらわれ過ぎないのが成功のポイントです。おしゃれに気を使うと運気が上昇します健康運 おしゃべりでストレス発散。友人とのスポーツも◎幸運の食べ物 ソラマメ

蟹座 6/22~7/22



全体運 会話の中から新たなプランが生まれてきそう。できるだけたくさんの人と触れ合うよう心がけて。趣味の集まりが吉健康運 運動不足に注意。ダンスなどで楽しく体を動かして幸運の食べ物 コゴミ

獅子座 7/23~8/22



全体運 頭の痛い問題も起こりそうですが向き合って。逃げない姿勢が好展開をもたらします。動く前に情報収集を健康運 持久力アップの運動がお勧め。シェイプアップも◎幸運の食べ物 ニンニク

乙女座 8/23~9/22



全体運 好調運。セミナー参加や旅行など見聞が広がる行動にツキがあります。注目を浴びるので周囲の目も意識して健康運 血行を良くして凝りやむくみを遠ざけましょう幸運の食べ物 新ゴボウ

天秤座 9/23~10/23



全体運 後回しになっていたことを一気に片付けてしまいましょう。心配事をなくせば運気がアップ!旅行は遠出がお勧め健康運 すり傷やかぶれに気を付けて。虫よけ対策を幸運の食べ物 キクラゲ

蠍座 10/24~11/22



全体運 気になることが多く右往左往しがち。落ち着いて効率良く動くよう心がけましょう。人の手を借りることも考えて健康運 サプリや薬は飲み過ぎないように。用法・用量が大事幸運の食べ物 ルッコラ

射手座 11/23~12/21



全体運 先を急がず腰を据えて。安全策で回り道した方が早くゴールできます。丁寧な作業は好感度も上げてくれます健康運 筋力アップなど少しハードなトレーニングもOK幸運の食べ物 ニラ

山羊座 12/22~1/19



全体運 ドキリとするようなことも丸く収まります。ポジティブ思考でいきましょう。遊びに行くのは大賛成。華やかな場所が吉健康運 気にし過ぎは禁物。胃に優しいものを食べて幸運の食べ物 さんしょう

水瓶座 1/20~2/18



全体運 停滞モードは次第に回復。下旬は勢いがあります。目立たず準備を進めて一気に打って出しましょう。めりはりが大切健康運 パズルやクイズで脳トレーニングにも幸運の食べ物 クレソン

魚座 2/19~3/20



全体運 良好運ですが後半は乱れがち。正確さが必要なことは早めに済ませてしまいましょう。前半は旅行も楽しめます健康運 新鮮な野菜や果物をたくさん食べてパワーアップ幸運の食べ物 ナツミカン

広報誌

ぽかぽか 5月号

JA道東あさひ 令和8年5月10日発行

〒086-0214 北海道野付郡別海町別海緑町116番地9

発行: JA道東あさひ 編集: 営農部 営農振興課

TEL・0153-75-2201(代表)

HP・https://www.ja-doutousahi.or.jp

MAIL・kikaku@ja-doutousahi.or.jp

編集局から

新年度の慌ただしさが少し落ち着き、やわらかな緑が一気に広がる季節となりました。季節の変わり目でもありますが、みなさん体調に気をつけて過ごしてくださいね。さて、そんな体調面での話ですが、3月に思いがけず風邪をこじらせてしまい、初めて経験するほどの喉の痛みに襲われ、ついには声がかたくなったり、飲み物や食べ物も摂ることも難しくなっていました。入院に... 診断は声帯炎と気管支炎。仕事復帰しても、しばらく声が出ず、課内の皆さんに助けをもらって毎日が続きました。声が出ないという不自由さに、思った以上に心細くなりました。4月を過ぎてなかなか元の調子に戻らず、自分の本来の声を忘れそうになることもありです。(笑)

当り前のように言葉と交わらせる日常のありがたさを改めて感じ、誰かと話したり、美味しく食事ができたり、小さな幸せに感謝した3月を過ごしました。(西春別支所 坂本)

JA道東あさひ ホームページ



JA道東あさひ YouTubeチャンネル



JA道東あさひ Instagram



キャトルセンター Instagram



JA道東あさひ Facebookページ



JA道東あさひ LINEアカウント

