ＪＡ道東あさひ広報誌

# ぽかぽか

2026
November
No.211



少年野球交流会に参加したチームの皆さま

## INDEX

●農協法公布記念日にあたっての組合員・役職員の皆さんへのメッセージ
●少年野球交流会を開催しました！
●2026北海道ホルスタインナショナルショウ
●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
●根室支所より／個人事業税・第２期の納期限は11月30日㈪です
●営農情報（酪農試験場）
●営農情報（普及センター）
●別海高校 酪農経営科・専攻科だより
●ＪＡ道東あさひオリジナルプリンご注文受付開始！
●国民年金だより Vol.4
●第52回 根室管内青年農業者会議
●年末調整に関する相談チャネルの利用案内
●農業との共生を探る ジビエの流儀
●家の光図書 新刊紹介／食卓を彩る とっておきレシピ
●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／編集局から

ＪＡ道東あさひの
ホームページはこちら

# 農協法公布記念日にあたっての組合員・役職員の皆さんへのメッセージ

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が公布されてから79年を迎えます。

戦後の食糧不足のなか、農業者自らが力を合わせ、農業生産の向上と農業者の地位向上を図るために農業協同組合が誕生しました。

以来、ＪＡは自主・自立、民主的運営、そして相互扶助の精神を礎に、組合員の営農と暮らしを支え、地域社会の発展に貢献してきました。

一方で、現在の農業・農村を取り巻く環境は大きな変革期にあります。気候変動による自然災害の激甚化や資材価格の高騰、人口減少による担い手・労働力不足、さらには世界的な食料需給の不安定化など、私たちは多くの課題に直面しています。

こうした時代だからこそ、協同組合の原点に立ち返り、組合員・役職員が心を一つにして行動する「結集力」がこれまで以上に求められています。

第31回ＪＡ北海道大会では、「力強い農業」と「豊かな魅力ある地域社会」の実現を将来ビジョンとして掲げました。その実現に向けては、組合員・ＪＡ・連合会がそれぞれの役割を果たしながら、実践を積み重ねていくことが重要です。

10月16日に開催したＪＡ北海道大会実践フォーラムでは、「結集力」をキーワードに各地の実践事例や課題を共有し、組織全体の機運を高めました。

これからも「ひとを育み、ひとと歩む」という視点のもと、人づくりと協同の輪をさらに広げてまいります。

また、国際協同組合年を契機として高まった協同組合への期待を未来へつなげるためにも、農業・食・ＪＡの価値を地域と共有し、次世代へ引き継いでいかなければなりません。私たち一人ひとりが協同組合の担い手として対話を深め、地域住民とのつながりを強めることが、持続可能な北海道農業と地域社会の礎となります。

ＪＡグループ北海道は、これからも組合員・役職員の皆さんとの対話を大切にしながら、協同組合の理念と精神を組織結集力につなげ、組合員の皆さまが将来に夢と希望を持って営農と生活を続けられる環境づくりに全力で取り組んでまいります。農協法公布記念日にあたり、協同の力への誇りと感謝を胸に、皆さまとともに未来を切り拓いていくことをお誓い申し上げ、メッセージといたします。

# 少年野球交流会を開催しました！

令和８年10月18日（日）、別海町営野球場においてＪＡ道東あさひ酪農協議会主催の少年野球交流会が開催されました。

当日は別海・根室地区の少年野球チームの選手67名をはじめ、運営の協力として別海高校野球部14名、当農協職員および農協野球部を含めた11名が参加しました。

例年は３チームによる試合を行っていましたが、今年は２チームでの開催となったため、順位を競う大会形式ではなく、選手同士の交流を目的とした交流試合を実施しました。

また、小学３年生以下の選手を対象にティーボールも行われ、野球を楽しみながら交流を深めました。

当日は天候にも恵まれ、選手たちは元気いっぱいにグラウンドを駆け回り試合に臨みました。

会場には多くの保護者も応援に訪れ、子どもたちのプレーに声援を送っており、選手たちはお互いに声を掛け合い、最後まで一生懸命プレーする姿が見られました。

運営にあたっては、別海高校野球部の皆さんにグラウンドの整備やアナウンスなどでご協力いただき、当農協野球部も審判を務めました。

今回の交流会は、野球を通じて仲間との交流を深める有意義な時間になったのではないかと思います。

ご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。









# 2026北海道ホルスタインナショナルショウ

９月26日（土）・27日（日）の２日間、安平町の北海道ホルスタイン共進会場にて、2026北海道ホルスタインナショナルショウが開催されました。

オフィシャルジャッジ（審査員）は福屋　栄人　氏（恵庭市　酪農家）、アソシエートジャッジ（副審査員）は坪井　泰憲　氏（弟子屈町　酪農家）が務め、全道各地の予選を勝ち抜いた391頭の出品牛が日頃の改良の成果を競い合いました。

当ＪＡからは３支所より14戸26頭が出場し、菊地　正明　氏（別海）出品の５部バロンドール　ジヤガー　マーフイ号がリザーブジュニアチャンピオンを獲得した他、４頭が１等賞に入賞する活躍を見せました。出品者の皆様、応援に駆けつけた組合員の皆様、大変お疲れ様でした。




リザーブジュニアチャンピオンを獲得した
「バロンドール　ジヤガー　マーフイ」号と菊地　正明　氏




| 出品者名 | 所属 | 名　　号 | 部 | 順　　位 |
|---|---|---|---|---|
| ㈱マウントエース | 別　海 | マウントエース　ロイヤル　スター　ジヤスミン | １部 | １等４席 |
| 木下　俊一 | 根　室 | ノーブル　アデイロン　ルー　ベテイ | １部 | ２等11席 |
| ㈱Diary Holsteins | 別　海 | ダイアリー　ローズ　クオーツ　パラダイス | ４部 | ２等７席 |
| 菊地　正明 | 別　海 | バロンドール　ジヤガー　マーフイ | ５部 | １等１席 |
| 斉藤　俊英 | 西春別 | ブルームウード　ビアード　グランクラス | ７部 | ２等３席 |
| 木下　俊一 | 根　室 | ノーブル　アデイロン　ルー　パテイ | ８部 | １等５席 |
| 丹羽　瑛郁 | 別　海 | フアインクエスト　コンスタンス　キヤンデイ | ８部 | １等７席 |
| ㈲武隈牧場 | 根　室 | エクセルランド　ジエイコブ　タイムアウト　ソロモン　ET | 10部 | ２等６席 |
| 斉藤　俊英 | 西春別 | ブルームウード　チヤーリー　ドツク | 11部 | ２等８席 |
| 中川　佳代 | 根　室 | センターランド　テラソン　ロイ　グレード　アリウープ | 12部 | ２等11席 |
| 酒井　保幸 | 別　海 | グローリーランド　オーサリリー　ハツドリー | 14部 | ２等２席 |
| 中川　佳代 | 根　室 | センターランド　テラソン　ザ　ルーベンス　キツク | 14部 | ２等３席 |
| 矢部　譲治 | 根　室 | アローメープル　アンデー　ユニ　ドロツプ | 14部 | ２等７席 |
| 中川　佳代 | 根　室 | センターランド　マツト　ロイ　ボルトン　ジエイク | 15部 | ２等１席 |

（当ＪＡからの入賞牛14頭）

BETSUKAI
別海支所

# ほほえみ会 各地区で交流会を開催

ＪＡほほえみ会では、会員同士や地域の皆さんとの親睦を深めるため９月から11月にかけて毎月１回、別海地区・中西別地区・上風連地区の順で地区交流会を開催しています。

９月30日（水）には別海地区、10月16日（金）には中西別地区で交流会を開き、会員や老人クラブの皆さんが参加しました。

開会式後に元気アップ体操を行い体をほぐし、じゃがいもパークや輪投げ・ミニボウリング・お手玉投げなどのゲームを楽しみました。

ゲームでは景品も用意され、参加者はそれぞれの競技に取り組みながら和やかな雰囲気の中で交流を深め、ゲーム終了後は参加した皆さんで一緒に昼食をとり、それぞれ会話を楽しみながら親睦を深めました。

また、中西別地区では、交流会の中で別海駐在所長にお越しいただき、交通安全や詐欺被害防止についての話を聞き、詐欺メールをブロックするアプリの紹介や設定方法についても教わりました。

11月20日（金）は上風連地区にて開催する予定ですので、皆さんのご参加をお待ちしております！






KAMI-SHUMBETSU
上春別支所

# 上春別支所杯 酪農協議会パークゴルフ大会開催!!

上春別支所では、令和８年10月５日（月）に「上春別支所杯・酪農協議会パークゴルフ大会」を開催しました。会場は例年同様、上春別パークゴルフ場で、当日は男性22名、女性４名の計26名が参加しました。

開会式では、前回優勝者による優勝トロフィーの返還が行われ、目黒統括理事と井上支部長からご挨拶をいただきました。その後、ルール説明が行われ、晴天の下で大会がスタートしました。

コースは起伏が激しく、ボールがコースアウトしたり、思ったほど前に進まなかったりと苦戦する場面も見られましたが、難しいコースの攻略を楽しみながら、互いに交流を深めていました。

パークゴルフ終了後は、東屋にて焼き肉懇親会を開催し、大会の結果発表と表彰式が行われました。

入賞者には目黒統括理事から賞品が手渡され、会場は大きな拍手に包まれました。

今大会も終始和やかな雰囲気の中で行われ、参加者同士の親睦を深める大変有意義な交流の場となりました。






NISHI-SHUMBETSU
西春別支所

# 西春別支所 秋の大感謝祭開催!!

西春別支所では、10月23日（金）に資材店舗前特設会場にて秋の資材市・越冬野菜市を開催しました！

天候にも恵まれ、多くの方にご来場いただきました。

農機具や電化製品、園芸用品、タイヤ、Aコープの野菜市では野菜の詰め放題や果物、お菓子、焼き芋など様々な商品を販売しました。また、乳製品消費拡大運動の一環として、青年部からは牛乳の無料配布を行いました。

他にもキッチンカーの出店もあり、とても賑やかな会場となりました。

資材市といえば、恒例になっているワン紙幣４点セットが販売され、今回はティッシュ・油・卵・アイラップのセットとなっており、開始前から大行列ができていました。

11月６日（金）には、Aコープ西春別店で創業祭が開催されます。詳細はチラシやLINEにてお知らせいたしますので、多くのご来店をお待ちしております！






NEMURO
根室支所

# 第34回 根室さんま祭り開催！

根室市で第34回根室さんま祭りが９月26日（土）・27日（日）の２日間にわたって開催されました。

当日は乳製品消費拡大運動の一環として、根釧地域の牛乳を使用したジャムラテ（ストロベリー・ブルーベリー・マンゴー・甘酒）の４種、計300杯を無償で提供し、イベント開始後約２時間で全ての配布が完了しました。

どのフレーバーも大変ご好評をいただき、根釧地域の牛乳の美味しさを幅広い世代の方に改めて知っていただく良い機会となりました。





NEMURO
根室支所

# 第39回 根室産業フェスティバル開催！

根室市で第39回根室産業フェスティバルが、10月４日（日）道立北方四島交流センター「ニ・ホ・ロ」横の根室市イベント広場にて開催されました。

ＪＡブースでは、青年部が毎年人気のステーキと人形焼きを販売、女性部はシチューとジャムラテを販売し、４ＨＣによる牧草ロールお絵描きコーナーや購買課の野菜・乳製品・肉製品の販売などを行いました。

さらに、乳製品の消費拡大のため、根釧地域の牛乳とチーズ２種の無料配布および特別価格での販売も実施しました。

昨年に引き続き10月の開催となりましたが、天候にも恵まれ、どのブースも多数のご来場をいただき、イベントは大盛況のうちに幕を閉じました。







# 個人事業税・第2期の納期限は11月30日(月)です。

**納期限までに必ず納めましょう。**
**金融機関、振興局窓口、コンビニエンスストアのほか、地方税お支払いサイトから納税することができます。**
**詳しくは、根室振興局税務課までお問い合わせ下さい。**

**お問い合わせ先**

根室振興局税務課
〒087-8588 根室市常盤町３丁目28番地
課税に関すること（課税係）0153−24−5482
納税に関すること（納税係）0153−24−5466





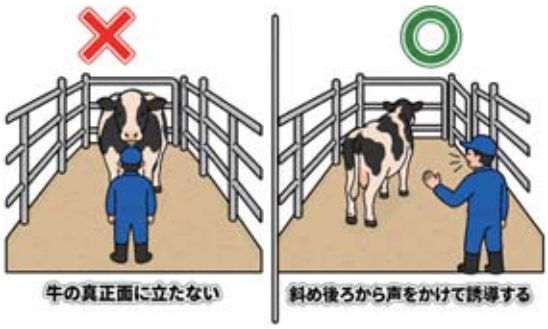

# 農作業事故を防ぐために

酪農試験場　乳牛グループ　遠藤　哲代

北海道では令和７年度に2,115件の農作業事故が発生し、12人が亡くなりました（令和７年度農作業事故報告書）。負傷事故では家畜（牛・馬・豚）による事故が789件と最も多く、過去10年間では家畜による負傷事故の83.9%を牛が占めています。根室管内でも213件の事故が発生しています。事故は本人の「不注意」だけでなく、作業方法、機械や施設、作業環境、農場内のルールなど、複数の要因が重なって発生します。日常作業の中にある危険を見つけ、事故が起きにくい作業方法や環境をつくることが大切です。

## 1 牛との作業：逃げ道を先に確保する

牛の進路に立ったり、牛と壁・柵の間など逃げにくい位置に入ったりすると、踏まれる、蹴られる、挟まれる事故につながります。牛の真正面や後肢の近くを避け、牛の動きを見ながら、側方から十分に距離をとって声をかけて誘導します。作業前には自分の退路を確認し、可能な場所では柵・ゲート・マンパスなどを利用して、人と牛の動線を分けます。滑る床や暗い通路、壊れた柵も早めに改善しましょう。



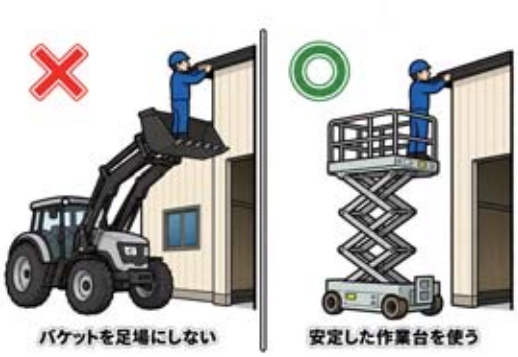

## 2 農業機械：止めてから触る

ロールベーラなどの回転部に牧草が詰まったとき、機械を動かしたまま手足を近づけると、巻き込まれなどの重大事故につながります。点検や詰まり除去の前は「ＰＴＯを切る→エンジンを停止する→キーを抜く→回転部が完全に停止したことを確認する」を共通手順にします。また、衣服の袖口を閉じるなど、回転部に巻き込まれにくい服装で作業することも大切です。




## 3 高所作業：用途に合った設備を使う

ローダーのバケットを足場代わりにしたり、不安定なはしごや脚立から身を乗り出したりすると、転落事故につながります。高所では、高所作業車など人を載せる用途に適した設備を、平坦で安定した場所で使用します。作業者は手すりの内側で無理な姿勢をとらず、ヘルメットなど必要な保護具を使用します。短時間でも「バケットで済ませる」ことをしないよう、農場内の共通ルールにしましょう。




## 4 作業前にもう一度確認

暑　　さ：暑さ指数（WBGT）などを参考にし、水分、休憩、体を冷やせる場所を準備します。
単独作業：できるだけ避け、一人になる場合は家族や同僚に作業場所と終了予定時刻を伝え、定時連絡のルールを決めます。
トラクター：安全キャブ・フレームを適切に使用し、道路でもほ場でもシートベルトを着用します。道路走行前は左右ブレーキの連結、灯火・反射器なども確認します。

※令和9年1月1日以降に製造された乗用型トラクターを道路走行させる場合は、シートベルトの着用が義務となります。

営農情報
普及センター



# サイレージ不良発酵に潜むリスク

先月号では粗飼料分析値の見方についてお知らせしましたが、今月はサイレージの不良発酵について解説します。

## 不良発酵の主な原因：水分が高い(75%以上)・踏圧不足

### 1 アンモニア（基準　アンモニア態窒素/全窒素：8%以下）

**個別の原因**
糖（WSC）が少ない
タンパク質が多い（マメ科過剰）
スラリーの過剰投入
酪酸菌によるタンパク質分解（腐敗）

**リスク**
乳量低下・乳房炎
繁殖成績の低下
飛節の腫れ・蹄病

過剰なアンモニアは毒性があるため、毛細血管や粘膜を破壊する。

**利用時の注意**
①サイレージの給与を一部制限し、ビートパルプ等の中間飼料や購入飼料でアンモニア濃度を薄める※大豆粕など、分解性タンパクの過剰摂取に注意（CP%をあえて低く設定する）
②ブドウ糖や糖蜜を給与してアンモニアの利用効率を高める
③毛細血管や粘膜保護のためビタミンAやEを多めに給与する

### 2 酪酸（基準　0.1%以下　※未検出が望ましい）

**個別の原因**
土や異物（枯れ草・スラリー）が混入
※土には酪酸菌が存在する
※異物にはギ酸が効きづらい

**リスク**
ケトーシス
※高ケトン症
嗜好性の低下
※乾物摂取量の低下

乾物摂取量の低下による体脂肪動員。
また、酪酸自体がケトン体を含む。

| | |
|---|---|
| 酪　酸 | 注意：50g/日/頭 |
| 摂取量 | 危険：100g/日/頭 |

※酪酸0.5%の場合、10kg/日/頭 以上の給与は注意が必要！

**利用時の注意**
①サイレージの給与を一部制限し、ビートパルプ等の中間飼料や購入飼料で酪酸濃度を薄める
②ブドウ糖や糖蜜、デンプン源を給与し、乾物摂取量を増加させる
③上記②の速効性エネルギーを充足することで、ケトン体を代謝させる
※ケトン体はエネルギーとしての代謝効率が悪いため、速効性のエネルギー給与が必要

**不良発酵したサイレージは、**
**弱い牛群（乾乳牛、未受胎牛、育成牛）には給与しないようにしましょう！**

不良発酵したサイレージでも、様々な方法で牛に給与することは可能です。しかし、多くの費用が必要となるうえ、乳量や繁殖成績、乳房炎など、牛の状態は悪化します。サイレージの状態を確認し、より良いサイレージづくりを目指しましょう。



# SCHOOL LETTER

別海高校　酪農経営科・専攻科だより



## 酪農経営科

### 奥行臼販売会・フットパス

9月27日（日）に、旧奥行臼駅逓所で別海高校の生徒が栽培したハバネロについての意見交換とフットパスに参加しました。

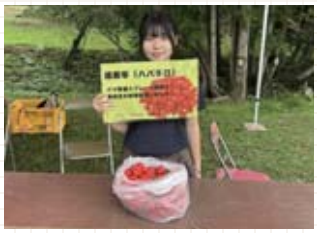
熊よけとして栽培したハバネロを地域へ持参し、住民の皆様と熊対策についての情報交換を行いました。地域のリアルなお話を直接教えていただき、生徒たちにとって良い勉強になりました。

フットパスでは、かつて列車が走っていた旧標津線の線路跡（7.5キロメートル）を、高校生たちがクイズや説明を交えながら楽しく歩きました。

フットパスに参加した1年生の松澤翔太さん（別海中央中出身）は、「地域のみなさんと自然を感じながら、7.5キロの道のりを楽しく歩きることができました。」と話していました。



● フットパスの様子



● 持参したハバネロ

### 酪農経営科　体験入学

10月3日（土）、別海高校で中学生を対象とした酪農経営科の体験入学を開催しました。

当日は、学科についての説明をはじめ、「ストリングチーズ作り」や「野菜の収穫体験」を行いました。

体験後には、本校で収穫した野菜を使用したカレーを食べ、和やかな雰囲気の中での座談会も実施しました。

全体を通して、2年生の渡邊芯太朗さん（虹別中出身）は、「私たちが普段学んでいる酪農経営科の魅力を、中学生の皆さんに肌で感じてもらえる貴重な機会となりました。自分たちで育てた野菜を使ったカレーを囲んでの座談会では、学校生活の様子や質問に楽しく答えることができ、別海高校の温かい雰囲気をしっかり伝えることができたと思います。」と振り返っていました。



● 座談会の様子



● ストリングチーズ作りの様子

## 専攻科

### 第6回酪農技術現地研修会

9月25日（金）、西春別の㈱大沼牧場にて第6回酪農技術現地研修会を実施しました。研修会では、牧場主の大沼浩二様より、経営概況や飼養管理についてのお話をお伺いしました。

大沼様の説明の中で特に印象的だったことは、「いかに獣医を呼ばない管理ができるか。」ということです。病気等の牛が発生するということは、牛にとっても人にとっても口スが大きいため、いかに日頃の健康管理に気をつけることが重要かを教えていただきました。

牛が牛舎とパドックを自由に往来できるような設計になっており、蹄病予防には土を踏ませることが大切だと考えているとお話がありました。

また、牛群を維持するための繁殖管理や牛の更新基準等についても詳しく教えていただき、学生たちは、熱心に話を聞いていました。

参加した2年目学生の野田隆世さん（上風連地区）は、「牛群の更新基準や精液を選ぶ基準など、とても勉強になりました。これから自家の経営でもより良い牛を揃えていけるように繁殖管理を行っていきたいです。」と話をしてくれました。



● 牛舎の牛の様子



● 牧場視察の様子

### 農業特別専攻科　願書配布について

令和9年度農業特別専攻科の入学者の願書配布を開始しました。願書はお問い合わせを受け次第随時送付いたしますので、不明な点等がありましたら学校へ連絡いただければ幸いです。

以下、募集要項になります。

**【1次募集】**

**課程・学科**　定時制課程・酪農経営科

**募集人員**　20名

**修業年限**　2年

**出願期間**　令和9年1月7日（木）午前9時～令和9年1月15日（金）正午まで（日曜日、土曜日及び祝日を除く。）

**受験場所**　北海道別海高等学校　農業特別専攻科

〒086-0214　北海道野付郡別海町別海緑町70番地1　TEL 0153-75-2053

**検査日**　令和9年1月29日（金）午前10時

**選抜方法**　作文（800字程度）及び面接の結果、並びに提出書類の審査により総合的に行います。

**合格発表**　令和9年2月5日（金）

# ―JA道東あさひオリジナルプリン―




別海町産
生乳100%

## ご注文受付開始!

商品名

## Premier Rich Pudding

プルミエ リッチ プディング

**4個セット（ギフトボックス入り）**

**2,900円**（税抜）



| | |
|---|---|
| 製造について | プルミエ リッチ ミルクの品質規格を満たした原料乳を供給し、梨湖フーズ株式会社（本社：札幌市）のスイーツ部門【パティスリー・フレール様】にて製造しております。 |

### 商品情報

内 容 量 ： 約180g（1個あたり）
消費期限： 製造日より10日
保存方法： 要冷蔵（10℃以下）

原材料名：別海牛乳、殺菌凍結卵（卵黄、全卵、砂糖）、グラニュー糖、砂糖加工品
（※一部に卵・乳成分を含む）
アレルゲン情報：卵・乳

### お申し込み先

- Aコープ西春別店
- Aコープ上春別店
- 根室支所 購買課
- 別海本所 資材燃料課

### お届け・ご注文について

- お支払いは、お申し込み窓口にてお願い致します。
- 到着希望日の10日前までにご注文ください。
- 製造後に発送、到着時に消費期限が5日以上になるようお届けいたします。
- 本商品は注文販売となります。ご注文後、ご指定の配送先へ発送いたします。

### 送料

| お届け先 2個まで | 送料（税抜） |
|---|---|
| 道内 | 1,200円 |
| 東北・関東・信越・中部・北陸 | 1,800円 |
| 関東・中国・四国 | 2,300円 |
| 九州 | 2,300円 |
| 沖縄 | 3,000円 |

| お届け先 3～8個まで | 送料（税抜） |
|---|---|
| 道内 | 1,600円 |
| 東北・関東・信越・中部・北陸 | 2,200円 |
| 関東・中国・四国 | 2,700円 |
| 九州 | 2,700円 |
| 沖縄 | 3,800円 |

※送料は、2個まで同一運賃、3～8個まで同一運賃となります。

# 国民年金だより Vol.4

日本年金機構
Japan Pension Service
令和8年11月

## ⓘ 電話でカンタン！通知書の再交付依頼

いつも国民年金制度について、ご理解・ご協力をいただき、本当にありがとうございます。

さて、今年も、国民年金保険料をご納付いただいている被保険者の**皆様のお手元に、そろそろ控除証明書が届き始めているころ**ではないでしょうか？

例年この時期は、**控除証明書**をはじめ、年金を受給している方向けの各種通知書（扶養親族等申告書や、源泉徴収票など）に関するお問合せが集中します。
今回は、**「ねんきん自動音声送付受付サービス」**についてお話しさせていただきます。

## ⓘ「ねんきん自動音声送付受付サービス」

確定申告や年末調整で国民年金保険料について社会保険料控除を受けるためには、控除証明書（または領収日日付印のある領収証書）の添付（または提示）が必要です。しかし、**口座振替納付・クレジットカード納付・電子納付・スマホの決済アプリをご利用の方は、納付した後に領収証書が発行されません。**そのため、控除証明書をお使いいただくこととなります。

控除証明書を紛失したり、届いていなかったりした場合に、事務所で再発行することも可能です。ただ、**せっかく事務所にお電話いただいてもつながらなかったり、窓口での対応が遅れてしまったり**して、お客様にご迷惑をおかけすることがあります。また、**事務所の開所時間中だと、ご都合がつかない方**もいらっしゃるかもしれません。

そこで、昨年９月より、**電話で各種通知書の送付を受けられる「ねんきん自動音声送付受付サービス」**が始まりました。右側をご覧ください。
※下のリンクから情報を確認することもできます。

※参考
「ねんきん自動音声送付受付サービス」の情報はこちら（日本年金機構のホームページに遷移します▶）

## ⓘ ご利用方法

① **基礎年金番号**をお手元にご用意ください
（※一部、 年金コードが必要な書類もあります）
② 電話をかけ、 **自動音声案内に従って必要事項を入力してください**
③ 通知書や用紙を、 **日本年金機構に登録されたご本人様の住所あてに、1週間から2週間程度で発送いたします**

**ねんきん自動音声送付受付サービス**
受付時間　午前８時から午後11時30分
電話 ０５０－３３１９－３１５２（サイコウフ）

## ⓘ 対象となる通知書・用紙

対象となる通知書・用紙は、下の表のとおりです。

| 種　類 | 対象書類 | 対象年 |
|---|---|---|
| 再交付 | **社会保険料（国民年金保険料）控除証明書** | **直近２年分** |
| | 源泉徴収票 | 直近２年分 |
| | 年金振込通知書 ※ねんきんネットでも確認可能です。 | 直近分 |
| | 年金額改定通知書 | 直近２年度分 |
| 用紙送付 | 扶養親族等申告書 | 日本年金機構のホームページをご覧ください。 |
| | 年金受給権者受取機関変更届 | |

## ⓘ 何かあれば、まずはご相談を

これから雪の時期に入ります。**路面状況が悪くなり、早く暗くなるため、釧路年金事務所までお越しいただくだけでも大変なことと思います。**

どうぞ今回紹介した**「ねんきん自動音声送付受付サービス」をご活用いただければと思います。また、事務所での交付をご希望の場合は、あらかじめ事務所までお電話ください。事務所に着いた後の待ち時間を短縮することができます。**

何かあれば、まずは下記までお問い合わせください。

**★次回は「国外転出（入）の手続き」について（予定）★**

## ⓘ お問合せ・ご要望はこちらまで

釧路年金事務所　国民年金課
〒085-8502　釧路市栄町９丁目９－２
電話　0154－22－5810
（音声案内が聞こえたら　②→②）

▼当事務所の情報

▼ご案内（外国語版）

第52回

# 根室管内 青年農業者会議

令和８年（2026年）　※下記QRコードからお申し込み下さい

## 12月7日（月）11:00～13:30

別海町生涯学習センターみなくる ２階会議室

**参加費無料!!**

### ① アグリメッセージ、プロジェクト発表

自身の体験、日頃感じていること、将来の夢や課題など…
根室管内の青年農業者のアグリメッセージ、
地域活動、畜産部門などのプロジェクト発表を予定しています。

地域の青年農業者の**活動・メッセージ**を是非聞いて下さい！

### ② 講演（対面）

「**自分の牧場の土を知り、土作りを考えよう**」
自然と共生し、次世代に渡したいと思える土壌。
そんな土壌を目指し、土作りに向きあってみませんか。

講師：株式会社soil代表　今村太一 氏

**交流会**

同日 20:00～21:30
会場：中標津町「いちばん星」
※参加申込と併せてお申し込み下さい。
※**別途参加料金を徴収**いたします。

**申し込み**

**11/20(金)〆切**

〈お問い合わせ〉北海道根室振興局農務課　8:45～17:30（土日祝休）
TEL：0153－23－6863　FAX：0153－23－6183
Mail：nishi.yuuri.pref.hokkaido.lg.jp

# 年末調整に関する相談チャネルの利用案内

**年末調整に関するご質問がありましたら、国税庁ホームページ「チャットボット」や「タックスアンサー」をご利用ください。**

### ①チャットボット（ふたば）に質問する

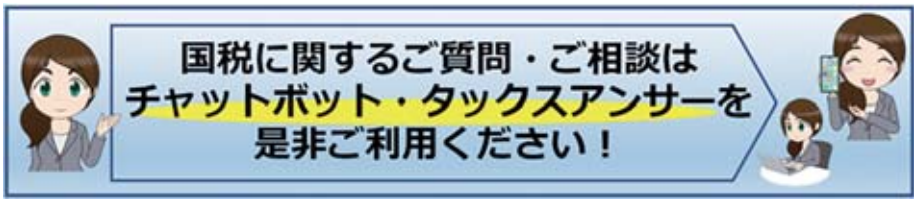
年末調整に関する疑問は、チャットボットの税務職員ふたばにお気軽にご相談ください。土日、夜間でもご利用いただけます。
（https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/chatbot/index.htm）

チャットボットはこちら

### ①タックスアンサーを利用する。

年末調整などのよくある国税の質問に対する一般的な回答を調べることができます。
（https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/taxanswer/index2.htm）

タックスアンサーはこちら




**国税庁ホームページで解決しない場合には、「国税相談専用ダイヤル」へ電話**

国税相談専用ダイヤルのご案内　**0570−00−5901（コクゼイ）（国税相談専用ダイヤル）**に電話をかける

**音声案内に従い、「2」源泉徴収、年末調整、支払調書を選択する**

**電話相談センター**
国税局の職員がお受けします

税に関する情報は国税庁ホームページへアクセス　https://www.nta.go.jp



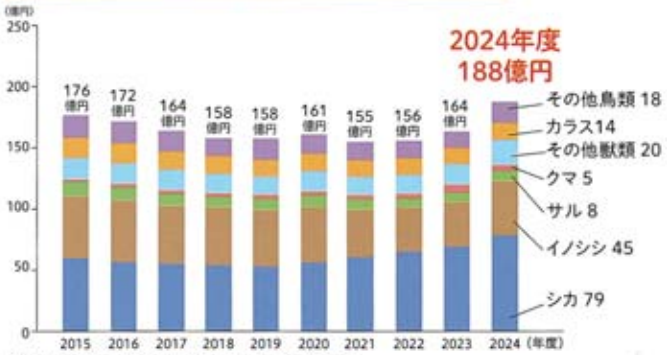
## 農業との共生を探る

# ジビエの流儀

近年、シカやイノシシなどの野生鳥獣による被害が大きな問題になっています。
地域の農業や暮らしを守るために捕獲された命を無駄にせず、
食肉として活用する「ジビエ」が注目されています。

監修：一般社団法人日本ジビエ振興協会　代表理事　藤木徳彦
取材協力：白神マタギ舎（青森県西目屋村）
イラスト：ゆきたけし

### 全国の野生鳥獣による農作物被害額の推移




※数値は四捨五入のため、内訳と合計が一致しない場合があります。

### 被害をもたらす主な動物



**シカ**
栄養状態の良い雌（めす）が、毎年1頭の子を産みます。樹皮の他、果物や野菜なども食べます。



**イノシシ**
行動範囲は狭く、人家近くの里山に生息。芋類、トウモロコシなど、何でも食べます。



**ツキノワグマ**
果樹や稲などの農作物を食い荒らす他、人里への出没が増え、人身被害も深刻です。

**10年で被害額が増えた動物（2015年→2024年）**

- アライグマ　3億4400万円 ▶ 6億9300万円
- ヒヨドリ　4億7100万円 ▶ 8億600万円
- クマ　3億円 ▶ 5億1900万円（参考：7億3800万円／2023年）

出典：農林水産省「全国の野生鳥獣による農作物被害状況」

## 野生鳥獣による被害が拡大

# 里山を守るために、今考えたいこと

かつての日本では「マタギ」と呼ばれる狩猟者が、自然と共生しながら必要な分だけ野生鳥獣を捕獲し、その命をいただくことで、里山の生態系バランスが一定程度保たれてきました。

しかし現在、耕作放棄地の増加や里山の荒廃、マタギの減少などにより、人と野生動物の生息域の境界があいまいになり、両者が接近、遭遇することが増えています。

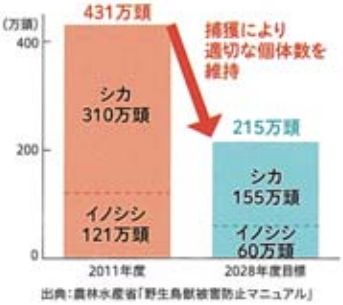
野菜や果樹などが食い荒らされる被害が発生し、農家が大切に育てた農作物が一晩で失われてしまうことも珍しくありません。また、市街地にクマが出没し、人身被害も発生しています。

野生鳥獣による被害を減らし、人が自然と共生できる環境を取り戻すためには、柵などによる侵入防止や緩衝帯の整備など生息環境の管理に加え、捕獲による野生鳥獣の適切な管理が重要とされています。

近年は、鳥獣害対策の強化により被害額は減少傾向にありました。しかし、対策が追い付かず被害額は再び増加しています。そのため、今後はさらなる対策の強化が求められています。

### 鳥獣被害を減らすために個体数を適切に管理

急速に個体数が増えたシカやイノシシについて、国は捕獲を強化しています。




出典：農林水産省「野生鳥獣被害防止マニュアル」

## 山と共に生きるマタギ

現役のマタギ・工藤茂樹さん（青森県西目屋村）

私たちマタギは単なるハンターではありません。一年を通じて得られる山の恵みを「山の神様からの授かりもの」として感謝し、仲間と分け合ってきました。獲物は肉だけでなく、毛皮や内臓、脂まで余すことなく利用します。山を汚さず、山菜やキノコも取り尽くさないなど、自然と共生する知恵を受け継いでいます。

近年は山で狩りを行うマタギが減り、クマなど野生鳥獣たちが人を怖い存在だと認識しなくなったこと、農家の減少などで野生鳥獣が田畑に近づきやすくなったことが被害増加の大きな原因だと考えています。そのため、危害を与える恐れのある野生鳥獣を捕獲し、個体数を適切に保った上で、人と野生鳥獣が互いに生きられる環境づくりに取り組むことが大切です。

命への敬意を忘れず、自然と向き合う。それがマタギの精神です。この考え方は、これからの鳥獣被害対策を考える上でも、忘れてはならない視点だと感じています。

# 家の光図書
# 今月の新刊紹介

**お申し込み・お問い合せ先**

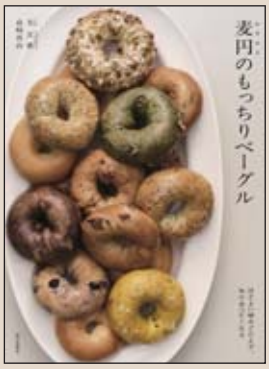
上春別支所営農課　☎75−6002
西春別支所営農課　☎77−2111
別海支所営農部営農振興課　☎75−2202
根室支所営農課　☎22−2121

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。

## 麦円（むぎまる）のもっちりベーグル

毛宣恵・島崎真由 著　B5変型判・96頁
定価：本体1,700円　税込1,870円

人気ベーグルショップ「麦円（むぎまる）」初のレシピブック。今流行りのもちもち食感が楽しめる！ 粉の味わいを楽しむプレーンや、キャラメルナッツなどの甘い系、さらにあおさチーズなどのしょっぱい系まで多数紹介します。




## はぎれを楽しむ 手ぬいでちくちく、暮らしの布小物

美濃羽まゆみ 著　B5変型判・80頁
定価：本体1,600円　税込1,760円

人気洋服作家である著者のシリーズ第二弾。小物やバッグ、洋服など暮らしに役立つアイテムを紹介。極小はぎれをステッチで縫い付けるワンポイントやパッチワークなど、無理なく楽しんで作れるものばかりです。




---

DEPUIS 1882 AKAHORI COOKING SCHOOL THE OLDEST OF ITS KIND

食卓を彩る

# とっておきレシピ

赤堀料理学園校長
赤堀博美

東京都文京区小石川生まれ。管理栄養士、日本女子大学大学院食物栄養学専攻修了。日本女子大学非常勤講師、十文字学園女子大学非常勤講師、日本フードコーディネーター協会常任理事。



とっておきレシピ

## ルーローハン（魯肉飯）



※写真は盛り付け例

**材料**　作りやすい分量・6人分

| | |
|---|---|
| 豚バラ肉（ブロック） | 500g |
| ザラメ | 大さじ5 |
| こしょう | 小さじ2 |
| 五香粉 | 小さじ1〜2 |
| A | |
| 紹興酒 | 80ml |
| しょうゆ | 80ml |
| 台湾フライドオニオン※1 | 30g |
| オイスターソース | 大さじ2 |
| 八角※2 | 1個 |
| ゆで卵（10分ゆで） | 6個 |
| チンゲンサイ | 1株 |
| ご飯 | 6杯分 |
| コリアンダー（パクチー） | 適宜 |

※1 手に入らない場合は省いても可
※2 8つ程度の角がある星形で、甘く濃厚な香りが特徴のスパイス

**ポイント**

甘辛くとろりと柔らかい豚肉がおいしい、台湾の家庭料理です。豚バラ肉は湯通しすると余分な脂や臭みが落ちて味が染み込みやすくなります。

**作り方**

①豚バラ肉を湯通しする。鍋に水（材料外）を入れ、沸騰直前（70〜80度程度）まで沸かしたら豚バラ肉を入れて5分ほど煮る。あくを取り除いてから冷水に取り、1cm角に切る。ゆで汁は⑤で煮込むときに使うため取っておく。
②小さめの深鍋に①の豚バラ肉を入れて強火でさっと炒め、ザラメ、こしょう、五香粉を入れて全体が茶色になるまでさらに炒める。
③中火にしてAを入れ、さらに3分ほど炒める。
④③の鍋に殻をむいたゆで卵を入れて、ゆで卵が少し出るくらいまで豚肉のゆで汁を加えて約1時間煮る。
⑤チンゲンサイは別にゆでて食べやすい大きさに切る。
⑥皿にご飯と④、⑤を盛り、刻んだコリアンダーを散らして出来上がり。

# BOARD REPORT

## 第7回 理事会報告

令和８年9月29日開催

### 付議事項

議案第１号　規程類の一部改正について

議案第２号　外部出資の減口について

議案第３号　マネー・ロンダリング等への対応に関する規程に係るリスク評価書の改正について

議案第４号　令和９営農年度 営農計画書策定の指標について

議案第５号　特定組合員のクミカン見直しに伴う第４四半期末クミカン供給限度額及び貸越極度額の設定について

議案第６号　特定組合員第４四半期クミカン供給限度額の設定について

議案第７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８号　担い手確保対策に係る事業の実施と固定資産取得及び処分について

### 協議事項

協議事項１　令和８年度　北海道産業貢献賞（農業関係功労者）候補者の推薦について

### 報告事項

報告事項１　貸借対照表及び損益計算書（８月末）について

報告事項２　組合員の動向（８月末）について

報告事項３　人事異動について

報告事項４　融資審査会の報告について

報告事項５　特定組合員実績（８月末）について

報告事項６　令和８年度　基盤整備事業（各種草地整備）に係る進捗状況について

報告事項７　令和8年度生乳暑熱対応推進緊急対策事業（2回目）に係る実施希望者の選定について

報告事項８　販売事業実績（８月末）について

報告事項９　第35回北海道肉用牛共進会の出品牛成績について

報告事項10　2026北海道ホルスタインナショナルショウの出品牛成績について

報告事項11　令和８年度 後期種雄牛の選定について

報告事項12　令和８年度 ＪＡ共済コンプライアンス点検結果について

報告事項13　購買事業実績（８月末）について

報告事項14　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ヵ所あります。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頂きます。
- 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、11月21日まで（期日必着）

2026 September 9

# 生乳生産・乳代単価情報

※当月の乳代平均は、共販経費(5.99円)控除前です。

| 区　分 | ９　月 | 累　計 | 脂肪率 | 無脂固形分率 | 補給金単価 | ＦＡＴ単価 | ＳＮＦ単価 | 乳質単価 | 乳代平均 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 全　道 | 327,874t | 2,023,989t | 4.12% | 8.83% | 9.01円 | 62.12円 | 55.72円 | 3.70円 | 130.55円 |
| 前年(比) | 101.9% | 99.7% | 4.03% | 8.82% | 8.54円 | 61.93円 | 56.67円 | 3.65円 | 130.79円 |
| 根室管内 | 70,062t | 429,514t | 4.22% | 8.83% | 9.01円 | 63.60円 | 55.69円 | 3.78円 | 132.08円 |
| 前年(比) | 102.5% | 100.2% | 4.11% | 8.81% | 8.54円 | 63.18円 | 56.59円 | 3.74円 | 132.06円 |
| JA道東あさひ | 30,452t | 187,214t | 4.16% | 8.81% | 9.01円 | 62.71円 | 55.59円 | 3.73円 | 131.04円 |
| 前年(比) | 101.9% | 100.0% | 4.05% | 8.79% | 8.54円 | 62.27円 | 56.47円 | 3.68円 | 130.96円 |
| 西春別支所 | 7,131t | 44,555t | 4.20% | 8.83% | 9.01円 | 63.27円 | 55.71円 | 3.75円 | 131.75円 |
| 前年(比) | 101.3% | 100.5% | 4.04% | 8.80% | 8.54円 | 62.08円 | 56.50円 | 3.81円 | 130.93円 |
| 上春別支所 | 6,310t | 38,165t | 4.12% | 8.80% | 9.01円 | 62.15円 | 55.50円 | 3.93円 | 130.59円 |
| 前年(比) | 108.2% | 103.4% | 4.04% | 8.76% | 8.54円 | 62.05円 | 56.26円 | 3.88円 | 130.73円 |
| 別海支所 | 12,585t | 77,247t | 4.17% | 8.80% | 9.01円 | 62.80円 | 55.53円 | 3.61円 | 130.95円 |
| 前年(比) | 99.8% | 98.2% | 4.07% | 8.80% | 8.54円 | 62.46円 | 56.50円 | 3.48円 | 130.98円 |
| 根室支所 | 4,426t | 27,247t | 4.14% | 8.82% | 9.01円 | 62.38円 | 55.67円 | 3.72円 | 130.77円 |
| 前年(比) | 100.4% | 100.0% | 4.06% | 8.82% | 8.54円 | 62.33円 | 56.61円 | 3.80円 | 131.27円 |

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 (11月)

By モナ・カサンドラ

### 牡羊座　3/21～4/19

**全体運** 実りの季節を楽しみましょう。気になることはあっても思う以上にあなたに良いように進んでいきます。外出が吉
**健康運** かなりの無理も可能です。休憩も取ってより快適に
**幸運の食べ物** サツマイモ

### 牡牛座　4/20～5/20

**全体運** 予定外のことが多いのですが、そこから得るものもあります。人の話をよく聞いて。状況打開のヒントあり
**健康運** 胃に優しい食事を心がけて。刃物の扱いは慎重に
**幸運の食べ物** リンゴ

### 双子座　5/21～6/21

**全体運** 丁寧な仕事がとても喜ばれます。マイペースで仕上げていきましょう。整理整頓してみるとうれしい発見の予感も
**健康運** 軽いスポーツで体を動かせば元気がアップ！
**幸運の食べ物** シイタケ

### 蟹座　6/22～7/22

**全体運** 好調運。無理が通りますから、いつもより強気でいきましょう。感謝の言葉は忘れずに。家計の管理はしっかりと
**健康運** 喉の痛み、鼻炎は甘く見ず早めに対処を
**幸運の食べ物** クワイ

### 獅子座　7/23～8/22

**全体運** 大げさな表現に気を付けて。お金や契約に関することは冷静に内容を確認しましょう。下旬は味方が現れます
**健康運** アイマスクや蒸しタオルで目をしっかり休ませて
**幸運の食べ物** ダイコン

### 乙女座　8/23～9/22

**全体運** 効率良く進められます。すっきりいかないときは情報収集から。有益な知恵を得られます。下旬は家族を中心に
**健康運** 食生活の乱れに気を付けて。肌のケアは入念に
**幸運の食べ物** カボチャ

### 天秤座　9/23～10/23

**全体運** 五感を刺激するレジャーがお勧めです。おいしい物を食べたりコンサートに行ったり。買い物は下調べが大事
**健康運** 適度な運動と小まめな水分補給で血行を改善
**幸運の食べ物** ゴボウ

### 蠍座　10/24～11/22

**全体運** 注目度がアップ。良いことが多いですが頼まれ事も増えそう。どれから取りかかるかしっかり見極めると開運
**健康運** ストレッチやつぼ押しで腰痛、関節痛を予防して
**幸運の食べ物** カリン

### 射手座　11/23～12/21

**全体運** 上昇運です。願い事がかなうときですから、いつもより大胆な選択をしてOK。おけいこ事や旅行もツキあり
**健康運** 活動的なほど元気でいられます。スポーツを
**幸運の食べ物** シュンギク

### 山羊座　12/22～1/19

**全体運** 少しずつ整ってきますから油断せず進めて。焦らなければうまくいきます。友人との交流は吉。皆で出かけましょう。
**健康運** 下半身を冷やさないように。持病に要注意
**幸運の食べ物** ナガイモ

### 水瓶座　1/20～2/18

**全体運** 刺激的な運気。イレギュラーが多いので想定外のことにも対処が必要に。ただうれしい驚きもありそうです
**健康運** トイレは小まめに。水分補給は少し多めで
**幸運の食べ物** ブロッコリー

### 魚座　2/19～3/20

**全体運** 良好運。細かい点は気にせず成り行きに任せてOK。夢をかなえるために動きましょう。目標は高く行動は一から
**健康運** サプリの取り過ぎは逆効果です。適度に活用を
**幸運の食べ物** 野沢菜

## 編集局から

今年の4月より当ＪＡに入組し、根室支所営農課に配属となりました佐藤麻結（さとうまゆい）と申します。一日でも早く組合員の皆様のお力になれるよう精一杯努めてまいりますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

さて、札幌から飛び出して憧れの根室にやってきた私ですが、入組してから約半年が経過し、日々の業務や一人暮らしにも少しずつ慣れてきました。根室の美しい景色や豊かな自然、おいしいご飯や人々の温かさに癒される毎日を過ごしております。

これまで根室の春・夏・秋を堪能してまいりましたが、いよいよ寒さの厳しい冬が訪れます。

初めての道東の冬がどのようなものになるのか、期待と少しの不安で胸が満たされておりますが、それを楽しむためにはまず日々の体調管理が欠かせません。特に、最近はインフルエンザの流行が目立っておりますので、組合員の皆様におかれましても風邪などひかれませんようご自愛ください。（根室支所　佐藤）


広報誌 ぽかぽか 11月号

JA道東あさひ　令和8年11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-doutouasahi.or.jp
MAIL・kikaku@ja-doutouasahi.or.jp



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