

おらひま サタダ

2025



vol.273

10



第14回北見地産地消フェスタ2025
もちまきの様子
(紹介は2ページです)

特集

健康診断のご案内



8月から水稲収穫始まる

季節の薫り



JAきたみらいでは8月28日から、もち米「きたゆきもち」の収穫が始まりました。今年は夏の高温により日照時間が多く、平年より2週間ほど早いスタートとなりました。

相内地区では9月1日より収穫を開始。コンバイン4台で黄金色に色づいた稲穂を丁寧に刈り取っていききました。水稲を約28畝作付けしている、きたみらいもち米振興会の畑中利男副会長は「昨年と比べると分けつは少なそうだが、草丈や穂長は例年並み。8月後半の降雨の影響で収穫に苦労しながらも、品質や収量は平年並みと感じている」と話しました。

当JAの水稲の作付け面積は約610畝で生産量は約3,700トンを見込んでいます。



もくじ CONTENTS

○おひさまサラダクッキング………20	○JAからのお知らせ………12	○ほのぼの広場………10	○JAトピックス………8	○表紙紹介………2	○季節の薫り………2	特集 健康診断のご案内………4
「手羽先とジャガイモのタッカンマリ風 (手羽先とジャガイモの韓国風塩煮込み)」 「ゴボウとキノ」のきんぴら		・大きくなったら ・きたみらい技能実習生		「きたみらいの 小麦やもち米、牛乳などをPR 〜北見地産地消フェスタ2025〜」		

表紙紹介

きたみらいの小麦やもち米、牛乳などをPR ～北見地産地消フェスタ2025～

9月6日、JR北見駅南多目的広場で14回目となる「北見地産地消フェスタ2025」が開催されました。

同フェスタは地元の農林水産品の消費拡大や生産者と消費者との距離を縮め顔が見える関係づくりを目的としており、北見市、訓子府町、置戸町の生産者や企業が多数出店しました。道産ブランド牛「キタウシロ」のステーキやたまごコロなどの様々な農林水産物の販売のほか、吹奏楽などのステージ発表や農林業の機械展示なども行われ、会場は家族連れなどたくさんのお客でにぎわいました。

当JAのブースでは、焼きそばとホットドッグ、加工品をそれぞれ500円で販売しました。麺とパンには当JA産小麦「きたほなみ」、ソーセイジには社会福祉法人川東の里が運営する通所事業所「フレンズ」の製品を使用し、あわせて約350食を販売しました。

ほかにも600本限定の「きたみらい牛乳」無料配布や、当JA産のもち米を使用したもちまきを行い、農畜産物の魅力を広くPRしました。



▲イベント限定料理や加工品を販売する当JAのブース

健康診断のご案内 **特集**

生活習慣病は、日本人の死亡原因の上位を占めるがんや心疾患と強く関係しています。健康診断はこれらの危険因子をチェックし、病気の早期発見・予防をすることが目的です。今月号の特集では、人間ドックや各種検診を受ける際に利用できるJA助成制度や、酪農家向け人間ドックのご案内、各行政による検診のご案内を紹介します。ご家族の健康を見つめ直すきっかけとして、ぜひこの機会に検診をご検討ください。

JAからの助成

当JAでは経営主と家族の方の受診率向上を目的に、正組合員及び正組合員と共に農業に従事している家族に対して下記の通り助成しています。年齢制限は設けておりませんのでぜひご利用ください。（※受診した領収書が必要となります）

助 成 内 容		助成額の上限
人間ドック	厚生病院(遠軽・網走)	基本料金の半額
	その他病院	5,000円
巡回ドック	厚生病院 (JA事務所で実施するもの)	基本料金の半額
脳ドック	単独検査のみ(病院指定なし)	5,000円
各種がん検診	胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮がん(行政の検診のみ)	各1,000円 (1,000円に満たない場合は検診にかかった金額)

2026年度の間人間ドックのご案内は今年の11月に、巡回ドックにつきましては来年の5月にご案内予定です。ぜひご予約ください。(早めにお申し込みをいただくと、希望日での予約が取りやすくなります)

家庭介護教室のご案内

JA北海道中央会が主催する「家庭介護教室」が下記の日程で開催されます。各分野で活躍する看護師の話を聞ける貴重な機会です。当JA組合員はどなたでもご参加いただけますので、ぜひお申し込みください。

会場: JAきたみらいセンター事務所 開催方式: ZoomによるWeb配信

- **令和7年11月18日(火) 13:30~15:00** (講師: 札幌厚生病院)
講義①いつまでも元気に健康生活!! ~健康寿命のカギは「フレイル」予防~
講義②食べる喜びを守るお口から始めるフレイル予防 ~今日からできる体操・口腔ケア・姿勢のコツ~
 - **令和7年11月21日(金) 13:30~15:00** (講師: 帯広厚生病院)
講義①「介護しない・されない」暮らしを目指して ~フレイル予防の知恵~
講義②受けよう! 乳がん検診
 - **令和7年11月27日(木) 13:30~15:00** (講師: 遠軽厚生病院)
講義①高齢者の皮膚が傷つかないように必要なこと ~高齢者のスキンケアと適切なオムツ選び~
講義②覚えておくちょっと役立つ認知症のはなし
- ※後日JAコネクトでもお知らせいたします。

お問い合わせ: 担い手グループ (TEL 24-2145)

「酪農家向け」人間ドック始めます!

受付時間

9:30~9:50

月1回
毎月先着
2名!

1

9:50~14:30での受診

早朝のお仕事を終えた後に来院し人間ドックを受診いただけます。最長で14:30までの受診となります。

2

オプション検査も実施可能

通常の間人間ドックと同様にオプション検査も実施可能です。

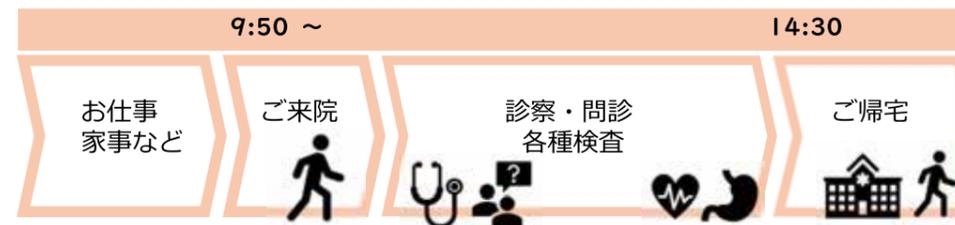
3

前日の夕食はいつも通りOK

※前日夜9時以降は絶食です。たばこやガム・アメ、アルコール等は口にしないでください。
※当日朝6時まではコップ一杯の「水」は摂取可能です。

※結果は後日郵送します
※昼食にお弁当をご用意いたします

受診日のスケジュール



酪農家向け人間ドックをご予約の際は
下記までお電話ください

遠軽厚生病院
人間ドック予約係

0158-42-4101

予約受付時間 平日 9:30~16:00

知っていますか？ みなし健診

人間ドック等の健診を受けた方、
通院中で定期的に採血をしている方等は、
検査の結果を特定健診とみなす、
「みなし健診」の対象かもしれません。
検査している項目をチェックしてみましょう。



- | | |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> <u>血圧</u> | <input type="checkbox"/> <u>AST (GOT)</u> |
| <input type="checkbox"/> <u>血糖またはHbA1c</u> | <input type="checkbox"/> <u>ALT (GPT)</u> |
| <input type="checkbox"/> <u>中性脂肪 (TG)</u> | <input type="checkbox"/> <u>γ-GT (γ-GTP)</u> |
| <input type="checkbox"/> <u>HDLコレステロール</u> | <input type="checkbox"/> <u>尿糖</u> |
| <input type="checkbox"/> <u>LDLコレステロール</u> | <input type="checkbox"/> <u>尿たんぱく</u> |

全てにチェックがついたら「みなし健診」の対象です。
各市町への検査データの提供にご協力ください。
チェックがつかない項目がある場合は、特定健診を受診してください。

「みなし健診」の申し込みは、各市町へ。
北見市は二次元コードからの申し込みもできます。→



後期高齢者医療制度に
ご加入の方の健診もあります。
詳細は各市町にお問い合わせください。

国民健康保険からのお知らせ (北見市、訓子府町、置戸町)

毎年、健診は受診していますか。

特定健診は、年に1回受けるべき大切な健診です。
生活習慣病が怖いのは、健康だと思っても気がつかないうちに病気が進行
してしまうこと。健診を毎年受けることで、生活習慣を見直すきっかけになったり、
病気がみつかったも早期に治療できたりと、未来への健康につながります。
健診を受けて、未来の自分へ「健康投資」ははじめませんか。

対象：国民健康保険にご加入の40～74歳

検査内容



身体測定



血圧測定



血液検査



尿検査



心電図※



診察・問診

※各保険者により実施状況が異なります。

検査で兆候がわかる病気

- 糖尿病
- 高血圧症
- 脂質異常症
- 動脈硬化症
- 慢性腎臓病
- 脂肪肝
- アルコール性肝炎



など

費用などの詳細については、各市町にご確認ください。

<お問い合わせ先>

- ・北見市国保医療課 特定健診係 ☎0157-25-1130
- ・訓子府町福祉保健課 健康増進係 ☎0157-47-5555
- ・置戸町地域福祉センター 健康推進係 ☎0157-52-3333

国民健康保険以外の方は、各健康保険者にお問い合わせください。





J A トピックス



▲カレーライスマラソンの様子

9月14日、端野地区で「第40回 たんのカレーライスマラソン」が開催されました。

本イベントはマラソンの順位やタイムを競うのではなく、カレーライスを作って楽しく食べることや端野町のすばらしさを広めることが目的で開催されており、このユニークなマラソンは今や全国各地にファンがいるほどの大人気イベントです。今年は悪天候でしたが、おおよそ200チーム800人が参加しました。

参加者は1チーム4人で、カレー、肉、タマネギ・ニンジン、イモの各コースに分かれてそれぞれ

美味しく楽しくスポーツの秋を満喫

～たんのカレーライスマラソン～

この食材を求めて走り、ゴールした後に集めた食材を使ってカレーライスを作ります。「玉ねぎは先に炒める！」など各々のチーム独自の工夫で地元食材を美味しく調理し、親睦を深めながら楽しくカレーライスを味わっていました。

マラソン以外に「仮装コンテスト」もあり参加者のみならず、見物人も大いに楽しみ地域を盛り上げました。

当日は雨に濡れながらも、今年度入組した当JAの職員も黄色い法被を着て参加し、JAきたみらいをPRしました。



▲イベントに参加した当JA職員

馬鈴しよの収穫体験で、農業を学ぶ

～端野小学校3年生～

端野小学校は9月3日、端野地区の農事組合法人豊北うるおいファームで馬鈴しよの収穫体験を行いました。今年は同小学校3年生31人が参加しました。

この取り組みは、北見市農業振興会議端野自治会が主催で、端野自治会の基幹産業である農業の振興と発展を目的とした「地産地消振興事業」の一環として、例年実施されています。端野自治区内で生産されている安心・安全でおいしい農産物の収穫体験を通じて、食の大切さや生産者への理解を深めてもらい、地場産農産物の

消費拡大につなげていくことを目的としています。

参加した児童は「たくさんある！大きい！」と歓声を上げながら、一生懸命に収穫しました。

同法人代表理事組合長の平川千春さんは「前日の雷雨で中止にならないか心配だったが、今年度も無事に開催できてよかった。この事業も15年以上毎年行っているが、児童の雰囲気や年度によって違って、それが面白い。これからもこのような経験を通じて農業の大切さを知る機会を提供できれば」と話しました。



▲馬鈴しよを収穫し笑顔の児童



▲参加者の集合写真

きたみらい管内の小中学生が施設見学 延べ700人を受入れ予定

当JAではきたみらい管内の小学校を対象に、食農教育の一環として農業生産施設の見学受入れを行っており、本年度も9月始めから相内地区にある当JA玉ねぎ集出荷施設の見学受入れを開始しました。

施設では収穫された玉ねぎが選果ラインを通り、箱詰めされて輸送用トラックやJRコンテナに荷積みされるまでの作業工程を見学することができ、玉ねぎを満杯に入れたコンテナが高く積み重なる様子や、初めて見る大きな機械に児童たちは驚いた様子で見学していました。特にロボットパレタイ



▲見学の注意事項を聞く児童たち

ザーが素早く丁寧に段ボールを積み重ねる様子に「すごい！」「上手すぎる！」といった歓声が沸きました。

見学後は質問の時間を取り、児童たちから思い思いに質問が飛び交うなど、活発な施設見学が行われました。食育教材として、玉ねぎの品種特性や収穫までの生産過程、農業生産施設について書かれたパンフレットを配布し、子どもたちは各学校の授業でも勉強しています。

受入れは10月末まで続き、計17の小学校延べ700人の子どもたちが見学する予定です。



▲選果ラインを見学する様子

きたみらいから15頭が1等に

～北見管内総合家畜共進会～

ホクレン農業協同組合連合会は9月20日、訓子府町の北見管内畜産総合施設で、第73回北見管内総合家畜共進会（乳牛の部）を開催しました。管内の7JAから合計89頭の乳牛が出品され、16部門に分かれて体型の美しさや骨格の力強さ、乳房のバランスなど資質を競い合いました。審査員はアメリカの酪農家、パット・コンロイ氏が務めました。

当JAからは33頭を出品しました。同共進会の上位入賞牛は5年に一度行われる全国共進会（乳牛）

牛部門）への出場権を獲得することもあって、出品者は出品牛が美しく見えるように入念に手入れして挑みました。

審査では、当JA出品牛から15頭が1等に入賞し、そのうちの3頭がジュニアチャンピオン、リザーブジュニアチャンピオン、シニアチャンピオンに輝きました。また、各別別のチャンピオンの中で最も優れた牛に与えられるグランドチャンピオンには、吉野英之さんが出品した「ヨシノファームドア リンリン」が選ばれました。

10月25日と26日に安平町で行われる第16回全日本ホルスタイン共進会には当JAより13頭が出場する予定です。



▲審査の様子



▲審査員を務めたパット・コンロイ氏

みらいプロジェクトチャンネル

イギリスのリジェネラティブ農業から分かる農業の実態について⑥ **vol.51**

北海道大学大学院農学研究院 小林 国之

イギリスのリジェネラティブ農業をめぐる旅の最後に訪れたのは、オックスフォードシャー州にあるA社のM氏である。リジェネラティブ農業は土壌の健康を再生することを基本とした農業であるが、これまでの連載でも繰り返し述べてきたように、その実践内容は置かれている経営の状況によって異なる。土を視点に見れば、「土壌の状態によって必要な手段が異なる」ということだ。リジェネラティブ農業が取り入れる土壌の再生を促す手段には様々なものがあるが、その一つに栄養素からのアプローチがある。土壌や植物体への栄養素を供給する手段としての液肥は、重要なツールの1つとなっている。A社はデンマークのとある会社の技術を導入し、「地元の農家に適した液肥をオーダーメイドする」というビジネスを展開している。一見、資材メーカーの様に聞こえる。たしかに、資材の製造や販売事業を行っているが、その土台にあるのがいわゆる「コンサルタント事業（E社という別会社で実施）」である。

今回の調査で訪れた農場でもA社の液肥を使っている農場がいくつかあったが、その方たちに「M氏にこの後会いに行きます」と言うと、全員が「彼は素晴らしい。知識と情熱を持っている人だよ」と教えてくれた。

訪れたのは気持ちの良い秋晴れの午前中。長身瘦躯で眼鏡をかけたM氏が、同じく会社で働いている妻や愛犬とともに出迎えてくれた。彼を訪れた理由は、「リジェネラティブ農業」というこれまでのマインドセットとは異なる農業への転換を、一体どのようにサポートしているのかわりたかったからである。

彼の口から出てくる言葉には経験と知識、そしてなによりも「農業を持続的なものへ変えなければならぬ」という使命感が滲み出ている。いわゆる近代農業が科学技術至上主義に捉われ、かつアグリビジネスに主導権があるという現状を変えなければならぬ。彼は言う。これまでの慣行農業は「問題が起きたら化学製品で解決する」という発想に基づいてきた。農薬や化学肥料は「症状の管理（managing symptoms）」に過ぎず、「根本的な条件（病気の原因や土壌の弱さ）を改善していない」と。「従来システムでは、病害や雑草の“弱点”を見つけ、それを抑える製品を投入するだけでした。しかし、それは症状を管理しているに過ぎず、問題の条件そのものを直していないのです」さらに、「作物の95%は炭素・水素・酸素でできている。窒素はわずか3%。それなのに、農業は窒素に支配されている。もし化学資材が本当に良いものなら、使用量は減っていくはずだ。しかし、実際は年々増え続けている」と。

だが、理論的に説明をしても農業者は簡単に行動を変えることはできない。多くの農家は収益が出ている間は変えにくい。逆に「赤字や不作」で初めて変化を受け入れる姿勢になるという。さらに、既存のアドバイザー（化学企業の営業担当など）との人間関係が強く、新しい方向に踏み出せないケースも多い。「人間関係があるからこそ、農家は古いシステムからなかなか離れられない。結局、変わるのは“今のやり方では稼げない”と感じたとき」だ。

そして、これまでの当たり前が通用しなくなっていることも指摘する。「収量を増やせば問題を解決できる」という業界の常識があるが、実際には高投入＝高収量が必ずしも成り立たない。多投入にも関わらず収量が伸びず、利益を圧迫するケースが増えている。「業界は“収量を上げれば弱点を補える”と言いますが、多くの場合、投入を増やしても収量は伸びず、結局赤字になります」

彼は「土壌のコンパクションがありますが、農家の耳の間にもコンパクションがあるのです」という表現で農家の思考の硬直化を指摘した。

そうした状況の中で、どのように彼は取り組んでいるのか。それについては次回に紹介したい。



ほのぼのの 広場



▲左から～凰惺くん、なぎさん、杏華さん、凰煌くん

相内地区・柏木

きょうか
萩原 杏華さん(14歳)
なぎさん(11歳)
おうせい
凰惺くん(6歳)
おうき
凰煌くん(3歳)

大きくなったら

「看護師になりたい！」 (杏華さん)
人を助けたいからです！

「アパレルのお仕事をしたい！」 (なぎさん)
服が好きだからです！

「消防士になりたい！」 (凰惺くん)
火を消したり、人を助けたりしてかっこいいからです！

「ゴジューウルフ (ゴジュージャー) になりたい！」 (凰煌くん)
強くてかっこいいからです！

杏華さん、なぎさん、凰惺くん、凰煌くんは萩原裕介さん、結香さんのお子さんです。

萩原家の長女、次女の二人は面倒見がよく、杏華さんは末っ子の凰煌くんのお世話でお風呂から歯みがき、寝かしつけまでしてくれます。なぎさんは凰惺くんととても仲良しで、家の中でかたきや鬼ごっこをしたりと全力で遊んでくれます！

男の子同士が一緒になると戦いごっこの延長で喧嘩が始まったり、とんでもないいたずらをしたりするのでとても大変！そんな4人にお母さんの結香さんは「大人になってからも仲の良いきょうだいでいてね♡」とメッセージを送りました。



きたみらい技能実習生



グエン ティ ゴック チャムさん(26歳)
出身地：ベトナム(タイニン省)

- Q趣味はなんですか？
音楽を聴くことです。
- Q好きな日本語はなんですか？
自分の限界とは、自分が決めるものです。
- Q日本の好きな食べ物はなんですか？
うどん
- Q北見に来て大変だったことはなんですか？
冬は雪がたくさん降るので、買い物に行くのがとても大変です。
- Q日本でやってみたいことはありますか？
茶道教室を体験してみたいです。
- Q色々な実習をしてみてどうでしたか？
大変なこともありますが、おもしろいです。

★役立つベトナム語講座

ベトナム語で「お元気ですか？」という意味で使われる「コエコン？」という言葉があります。英語で「How are you?」のように気軽に使うカジュアルな挨拶です。相手の健康や気分を気遣う際に使用します。ベトナムでは人々がお互いの健康や幸福を気にかける文化があり、このような挨拶が使われます。

INFORMATION

北海道(地域別) 最低賃金について

北海道内の事業場で働くすべての労働者(臨時、パートタイマー、アルバイト等を含む。)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した。農業関係の方も順守願います。

最低賃金額

時間額 **1,075円**

効力発生日 **令和7年10月4日(土)**

※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。

新採用職員5人が農家実習

当JAの令和6年度と今年度に入組した新採用職員5人が8月下旬から9月上旬に、秋の農家実習を行いました。

この実習は、組合員と共に秋期の農作業を経験し、苦労や喜びを実感することで組合員に寄り添える職員へ成長することが目的です。

温根湯地区の大邑和治さんのもとで実習を行った、購買部資材店舗グループ(温根湯)の渡邊颯太職員は「短期間の中で組合員の皆様の苦労や努力を少しでも実感できた。学んだ知識や農業に向かう姿勢を今後活かしたい」と話しました。



▲玉ねぎの選別作業に取り組む渡邊職員

～JAきたみらい東京事務所通信～ Vol.9

「きたみらい農畜産物応援団の拡大マッチング」店舗のご紹介

『山海れすとらん大地』 埼玉県戸田市新曽2187 ラテール北戸田1F

JA全農青果センター(株)東京センターからご紹介頂いた店舗で当JA産の玉ねぎと馬鈴しょを使用頂いています。熱々鉄板で提供されるハンバーグやステーキがおすすめのお店です。当JA産の玉ねぎと馬鈴しょについては料理使用の他に原体での販売も頂いています。▶店舗HP <https://restaurantdaichi.crayonsite.net/>



※「きたみらい農畜産物応援団の拡大マッチング」の取り組みに関する目的等や過去の掲載店舗につきましては、きたみらいホームページ内の東京事務所通信をご覧ください。また、産地指定頂いた店舗について、お近くにお越しの際は是非お立ち寄り下さい。



①試合前の円陣
②タイムリーを打ってガッツポーズする井上選手
③4回から継投した大塚遼人選手(組織振興東グループ)

チーム名	1	2	3	4	5	6	7	計
JAきたみらい	0	0	1	0	0	×	×	1
JAみついし	2	0	1	0	5	×	×	8

JAきたみらい野球部は9月3日、江別市と北広島市で行われた第63回全道JA野球大会に出場しました。全道大会への出場は昨年に引き続き3年連続となりました！

1回戦は昨年度と同じ対戦カードで日高地区代表のJAみついしと対戦しました。当JA野球部は新戦力3名が加わり、春から練習や試合などを積み重ねてチームを作り上げてきました。初めに先制されるも、3回に1・2番コンビの引地和希選手(組織振興南グループ)、井上貴紀

第63回全道JA野球大会に出場!

選手(同)の2塁打・ヒットが続き1点を得点。その後チャンスはあるものの得点することが出来ず、相手打線に得点を許してしまい、5回コールド負けとなってしまいました。来年度に繋がる新たな課題を得られる大会となりました。

カーリング日本代表決定戦に出場し、日本代表権獲得!!

JAきたみらい営農振興部担い手グループに勤務する臼井慎吾職員は、日々の業務の傍らカーリング選手として活動しています。9月10日から14日に稚内市で開催された「2025カーリング日本代表決定戦」にSC軽井沢クラブとして出場しました。大会はベストオブ5方式で行われ、結果は3勝1敗となり、見事代表権を獲得しました。次回は12月にカナダ(ケロウナ)で行われる、五輪出場をかけた世界最終予選に出場する予定です。



▲代表権を獲得したSC軽井沢クラブ(右から2人目が臼井職員)

元Jリーガー磐瀬剛さん 端野で農作業に奮闘!!

千葉県出身の元プロサッカー選手である磐瀬剛さんが端野地区一区の吉田和博さんのもとで農家実習を行いました。

磐瀬さんは足のケガが原因で昨シーズンに現役を引退し、セカンドキャリアに農業を選びました。求人サイトを通して訓子府地区穂波の株式会社龍田牧場に就職し酪農に奮闘する中で、畑作も学ぶために龍田さんの親族である吉田さんのもとで玉ねぎの収穫を中心に農業実習を行うことになりました。

磐瀬さんは「学んだことを活かしてメロンの栽培などにも挑戦し、JAきたみらいという産地を発信したい」と話しました。



▲玉ねぎにデガーをかける磐瀬さん

INFORMATION

JAグループ北海道 農政NEWSウェブサイトを活用しよう！

JAグループ北海道では、「**営農・農政NEWSウェブサイト**」において、JA 役職員・組合員の皆様のために、日々営農・農政情報を配信しております。

今後も、JAグループ北海道の農政運動に関する取り組みや農業情勢等の情報を掲載してまいりますので、更新通知の届く公式 LINE に登録いただき、ウェブサイトの情報をご確認願います。

【営農・農政NEWSウェブサイト掲載イメージ】



【掲載内容】

- ①各対策本部委員会 基本農政・米・畑青・酪畜の対策委員会概要
- ②中央要請 JAグループ北海道で実施した要請運動の概要、要請書など
- ③情勢資料 対策本部委員会で配布された資料など
- ④政策提案・めざす姿 対策本部委員会で決定された政策提案等の資料
- ⑤営農・農政情報 JAグループ北海道、農水省、北海道に関するニュース
- ⑥各種政策・⑦参考資料 農水省の政策や補助事業、制度等に関するデータ

【接続方法】

右のQRコードから公式LINEを友だち登録いただき、ご挨拶のメッセージ内のリンクからアクセス願います。

本件に関するお問い合わせは、
JA北海道中央会 アグリアクション推進部まで
メールアドレス：kouhou@chuo.ja-hokkaido.gr.jp



廃プラ回収(秋)のご案内

11月13日(木)【地区:相内、上常呂、北見、端野】
14日(金)【地区:温根湯、留辺蔭、置戸、訓子府】

受付時間:(午前)9:00~12:00
(午後)13:00~15:30

会場:西相内小麦乾燥調製貯蔵施設

※同会場で農耕用廃タイヤ、ホース類【ビニール、ゴム含有】の回収も行います。

【お問い合わせ先】
廃プラ、ホース類: 担い手グループ(☎24-2145)
農耕用廃タイヤ: 農機自動車グループ(☎47-4820)



営業時間変更のお知らせ

11月1日より、営業時間が次の通り変更になりますので、お知らせ致します。(令和7年11月1日~令和8年3月31日)

センター・地区事務所

事務所	営業時間			
	平日	土曜日	日曜日	祝祭日
事務所	9:00~17:00	休み	休み	休み
金融窓口	9:00~15:00	9:00~12:00	休み	休み
(ATM)北見本店	9:00~17:00	9:00~12:00	休み	休み
(ATM)北見本店以外	9:00~17:00	9:00~12:00	休み	休み
共済窓口業務	9:00~15:00	9:00~12:00	休み	休み

資材店舗

店舗名	営業時間			
	平日	土曜日	日曜日	祝祭日
訓子府資材拠点店舗	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00
端野資材拠点店舗	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00
温根湯資材店舗	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00
置戸資材店舗	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00

給油所

給油所名	営業時間			
	平日	土曜日	日曜日	祝祭日
中ノ島セルフ	8:00~18:00	8:00~18:00	8:00~18:00	8:00~18:00
温根湯フル	8:30~18:00	8:30~18:00	8:30~18:00	8:30~18:00
置戸フル	8:30~18:00	8:30~18:00	8:30~18:00	8:30~18:00
訓子府スプリット	8:00~18:00	8:00~18:00	8:00~18:00	8:00~18:00
相内スプリット	8:00~18:00	8:00~18:00	8:00~18:00	8:00~18:00
端野スプリット	8:00~18:00	8:00~18:00	8:00~18:00	8:00~18:00
ビット作業	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00

整備工場

工場名	営業時間			
	平日	土曜日	日曜日	祝祭日
訓子府	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00

※1:10月第3日曜日~11月第2日曜日の期間は8時~18時まで通常営業
※2:中ノ島・訓子府・相内・端野については、10月第3日曜日~11月第2日曜日の期間は9時~17時までビット作業実施
●四季倶楽部は令和7年10月~令和8年2月8日まで冬期休業
2月9日以降は土日祝日休業、3月は日曜休業

JAきたみらいセ女子会 開催のご案内

今年も「第5回JAきたみらい女子会」を開催します。JA役員との懇談を通じて、女性の皆様がJAの協同活動及びJA事業運営にこれまで以上に興味を持っていただくため、今年度も開催する

ことになりました。JAきたみらい女性正組合員及び正組合員の同居ご家族の女性であれば、どなたでも参加可能です！女性の皆様の積極的なご参加をお待ちしています。

- 日時:令和7年11月7日(金)17時30分~20時00分
- 会場:ホテル黒部 2階 富士の間(北見市北7条西1丁目1番地)
- 内容:座学(地区事務所再編について)30分
会食(豪華なコース料理、アルコール込みの飲み放題)120分
- 参加費:無料
- お申込み方法:10月3日に経営主及び女性農業者グループに登録されている方へ、JAコネクT及びFAXにてお申込書を送信していただきますので、記入し返信していただくか、左記のお問い合わせ先へ直接ご連絡願います。



▲昨年は105人の地域女性が参加しました



▲昨年の様子

【お問い合わせ先】
担い手グループ(TEL 24-2145)

INFORMATION

10月開催 キャンペーン

中の島SSピット5周年キャンペーン

期間 10/1(水)～11/29(土)

★タイヤ購入・・・キャンペーン価格
★タイヤ4本(1セット)購入 20,000円(税込)以上でいずれか1つ進呈

景品A

きたみらい加工品「カレーセット」

景品B

きたみらい加工品「うどん・たれセット」

景品C

洗車アプリカ 30P 1枚

★オイル交換・・・キャンペーン価格
★オイル&エレメントをセットで交換 「きたみらい加工品」進呈

2025年 10月16日(木) 1日限り

秋の大感謝キャンペーン

キャンペーン当日 きたみらい6給油所にて

ガソリン・軽油を **20Lごとに**

たまごプレゼント!

1パック (10個入・特大2パック)

さらに

ガソリン・軽油 **10L以上** 店頭給油で **3円引き** QRクーポンを発行

次回きたみらい6給油所での給油時に使える

ガソリン・軽油が店頭表示価格より **3円/L** 引き

新規入会受付中!!

お申し込みで即発行! 入会無料

お申し込み 1ポイント=1円として 店頭給油のご購入に使用可能!!

WEBからの新規ご契約者さまもれなく全員に!

灯油 北海道クルムプレゼント

きたみらい給油所お知らせ

10月	OCTOBER						10月
日	月	火	水	木	金	土	
28	29	30	1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31	1	
2	3	4	5	6	7	8	

はホトレポイント5倍DAY! は中ノ島独自キャンペーン!
は秋の大感謝祭

秋のカーケアキャンペーン

10月1日(水)～11月30日(日)

※中ノ島・温根湯・置戸SSは11月29日(土)まで

オイル交換やタイヤがお得! ウォッシャー液・バッテリーもお得!
冬の準備はキャンペーン期間中に きたみらい給油所へ!

中ノ島SS限定企画

毎月第2・4木曜日開催(R8.1月迄)

当日店頭給油(ガソリン・軽油)で「中ノ島給油所で翌日から使える3円引きQRクーポン」を発券致します。
※中ノ島給油所のみで使えます。商品券・他の割引(QR含む)と併用出来ません。

JAきたみらい給油所アプリ
ダウンロードはこちらから
※給油所のイベントやお知らせ等が確認できます

App Store Google Play で検索

JAきたみらい

※iPhone, AndroidでこちらのQRコードよりダウンロードができます。

クーポンは毎月発行(今回は広報誌11月号)します。10月のクーポンは11月15日までが使用期間です。
クーポンは下記を切り取るか、スマホなどでQR部分を拡大せず画像保存や印刷してご使用ください。

10月の割引QRクーポン

～店頭ガソリン・軽油～

5円/L(税込)引き!

有効期限: 10月11日～11月15日
※期間中何度でもご使用できます。
QRコードはスマホ等で画像保存していただくか、切り取り線から切り取ってご使用下さい。※拡大・縮小はせず保存して下さい

●取扱給油所・お問合わせ先●

- ◎中ノ島セルフ ◎瑞野セルフ ◎相内セルフ
☎0157-31-1050 ☎0157-56-4112 ☎0157-37-2519
- ◎調子府セルフ ◎温根湯フル ◎置戸フル
☎0157-47-4831 ☎0157-45-2446 ☎0157-52-3869

※必ず給油前にご提示(フル)・QRの読み取り(セルフ)を行ってください。(給油後の提示・読み取りは、割引対象外となります。)
※QRクーポンを忘れた(不所持)場合は、通常給油となります。
※給油券・商品券・他の割引(QR含む)と併用はできません。

ご存知ですか? 農業者年金で節税対策

【農業者の方なら広く加入できます】

- ①年齢: 20歳以上60歳未満
- ②国民年金第1号被保険者
- ③年間60日以上農業に従事

■保険料
月額2万円から6万7千円の中で自由に選択・見直しが可能

■35歳未満で一定の要件を満たせば月額1万円から加入可能

■39歳未満で認定農業者+青色申告者等には国庫補助で手厚い支援あり

■60歳以上65歳未満の方で国民年金に任意加入で加入可能

【ポイント①】 保険料は全額社会保険料控除の対象!

〈例〉 税率が15.1%で保険料を月額6万7千円・年額80万4千円を支払った場合、12万1千円も節税できます
※配偶者や後継者等の保険料を負担した場合も控除の対象となります

課税対象所得	税率	保険料月額2万円(年額24万円)	保険料月額6万7千円(年額80万4千円)
195万円以下	15.1%	3万6千円	12万1千円
195万円超330万円以下	20.2%	4万8千円	16万2千円
330万円超695万円以下	30.4%	7万3千円	24万4千円

【ポイント②】 毎月払いから前納納付への変更された年のみ2カ年分の控除対象!

前納納付に変更した場合、毎月払い分(令和7年)+前納納付分(令和8年)の2カ年分の社会保険料控除を受けられます

〈例〉 保険料月額2万円の場合

毎月払い

《令和7年分》

保険料24万円

➡

前納納付

《令和8年分》

保険料24万円

2カ年分 社会保険料控除
《確定申告可能!》
R7年24万円+R8年24万円=48万円

注意!! 翌年以降は、前納納付した1年分のみが控除の対象

Question 前納納付ってなに?

■前納納付とは・・・
*翌年1年分の保険料を一括して納付
(※毎年12月23日振替)
※振替日が金融機関の定休日にあたる場合は、翌営業日が振替日
*毎月払いの保険料より引き引きあり(年60円～440円割引)

■令和8年に前納納付ができない方
×60歳到達し保険料納付期間が終了する方
×政策支援加入期間の満了を迎える方
×通常加入で1万円から1万9千円の月額を選択し、35歳到達される方

新規加入および前納納付・金額変更は
11月15日までにお申し込みください。



詳しい内容や加入のお申し込みは、
各地区ふれあい相談グループまでお問合せください。

まちがいさがし

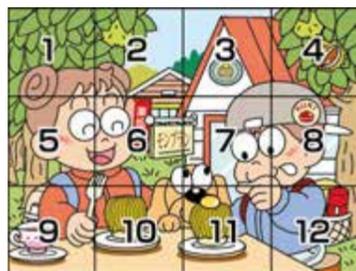
Bのイラストには、Aのイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を左下のイラストの中の数字でお答え下さい。

A



B

出題・イラスト：酒井栄子



応募方法

答えが解った人は、別紙の応募用紙か、右のQRコードに答え(番号)と広報誌へのご意見・ご感想を記入してFAX又は応募フォームでご応募下さい。

抽選で6名の方に、JAきたみらいの「玉ねぎ焼肉のたれ」と「白花豆シーザードレッシング」をプレゼント致します。



9月号まちがいさがしの当選者

9月号のまちがいさがしの答えは「2、7、8、9、11」でした。正解者20名の中から抽選の結果、当選者は次の方々です。

- ・宮島和子さま(北見)・山本ゆかりさま(上常呂)・森下雄大さま(訓子府)
 - ・馬場悠生さま(上常呂)・斉藤良子さま(訓子府)・井上幹子さま(置戸)
- 以上の方々には、JAきたみらいの「玉ねぎ醤油」と「玉ねぎせんべい」をプレゼント致します。

我 家に帰省中の孫たちが今年も農作業を手伝ってくれました。じいじとばあばを助けたいからだと思います。これからもうちの野菜いっぱい送るからね。

(上常呂地区 合田まゆみさん)

素敵なお孫さんたちですね！きっと、おじいちゃんとおばあちゃんの頑張っている姿をたくさんみてきたからこそ助けたいという気持ちになったのですね☆

シ ヤガイモの収穫作業は大変ですが、ハート形を見つけたら向かいにいる旦那様が見つめています。

(匿名希望さん)

かわいらしいお話ありがとうございます☆ 大変な作業の中でもちいさな楽しさを見つけながら、頑張って乗り越えましょう！

VOICE 読者の声

おひさまサラダをホームページで閲覧できます！

広報誌「おひさまサラダ」を当JAのホームページで紹介しています。右側にあるQRコードから閲覧できますので、ぜひご覧下さい。



JAからのお知らせ INFORMATION

第8回 理事会報告

9月25日、午前9時00分より第8回定例理事会が開催され、報告事項8件、決議事項5件が協議され、原案通り承認されました。

【報告事項】

- ①内部監査(無通告、金融共済部、総務企画部門)の報告について
- ②財務状況報告について
- ③令和8年度職員採用について
- ④マネロン・テロ資金供与対策における実施状況等の報告について
- ⑤作況調査(9月15日)報告について
- ⑥令和7年産玉ねぎ・馬鈴しょの選果販売状況について
- ⑦北見管内総合家畜共進会について
- ⑧組合員状況報告について

【決議事項】

- ①理事に対する資金の貸付について
- ②令和7年産農産物の理事との買取品に係る取引基準の設定について
- ③リスク評価書及びリスク総括表の改正について
- ④規程類の改正について
- ⑤地区事務所再編案についてのアンケート調査の実施について

【重要】JAネットバンクご本人確認のお願い

JAバンク(JA・信連・農林中金) <info520@bibury-2st-guest.com>

【重要】ご本人確認のお願い

平素より、JAネットバンクをご利用いただき、誠にありがとうございます。

近年、口座の不正利用や詐欺的開設といった金融犯罪が全国的に増加しており、特にSNSや不審なWebサイトを通じた悪用事例が多数報告されています。

JAネットバンクでは、すべてのお客さまに対し、継続的なご本人確認をお願いしております。これは万が一の不正利用を未然に防ぎ、お客さまの大切な資産を保護するための重要な対策です。

お客さまにはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

※確認の時期はお客さまごとに異なります。

※2025年8月14日(木)までに、以下のリンクよりご本人確認をお願いいたします。

▼ご本人確認リンク:

[ご本人確認はこちら](#)

ご回答後は、通常通りログインお取引いただけます。

※1日以内に確認が完了しない場合、アカウントのご利用に制限がかかる可能性があります。

【ご注意】

すでに口座取引に制限がかかっている場合、本手続きを完了しても制限が解除されない場合がございます。

JAネットバンクをかたるフィッシングメールによる被害発生!!

当JAで、ネットバンクをかたるフィッシングメールに騙されたことによる不正送金被害が確認されました。メールに記載されたURLからアクセスした偽サイトは、公式サイトと見分けることが非常に困難です。皆さん十分ご注意ください!

左の文面は、実際に送られてきたものの例です。

JAバンクが、パソコンやスマホ等のインターネット上で、**本人確認を行うことはありません!!**

このようなボタンを押さない!!
個人情報を入力しない!!

IDやパスワードを入力してログインしてしまうと、ネットバンクを操作されて、勝手に送金されてしまいます!

もし、手続きをしてしまったら... すぐにJAネットバンクヘルプデスク(TEL:0120-058-098)またはJA窓口にご相談ください。

JAきたみらい
本店貯金課 TEL:32-8783

農機車両の 定期点検整備のご案内

目的

- 機械寿命を延ばし、営農機械コストを低減させます。
- 計画的な農作業と適期作業が行えます。
- 故障の心配がなく快適な作業が安全作業につながります。
- 灯火装置の適正表示により路上事故を未然に防止します。

"農作業事故の7割は、機械作業時に発生しています"

STOP! 農作業事故

点検内容

- エンジン系~オイル・燃料系統・ベルト・ウォータポンプ・ラジエータ他
- 電気廻り系~灯火装置・バッテリー・充電装置他
- フロントアクスル系~タイヤの状態・ハブがたつき・終減速・オイル漏れ・ステアリング装置他
- トランスミッション系~油圧オイル・フィルター・PTO装置他
- 油圧装置~フロントローダー・ロアーリンク・外部油圧装置他
- クラッチ系~クラッチ作動状態・フットブレーキ他
- その他~キャビン装置作動状態、安全フレーム・走行状態

料金

- 基本点検料(トラクター・フリフトなど) **30,250円(税込)**
- シャシ下廻り洗浄・グリスアップ **8,800円(税込)**

※修理依頼を受けた整備および点検結果による不良箇所や追加整備がある場合の部品代および整備代は別途を頂きます。

期間中 搬送料 無料!

※点検整備実績100台(R6年度)

問合せ 購買部 農機自動車グループ
JAきたみらい車輛整備工場 ☎47-4820
担当:柴田・藤森

まずは、お気軽にお問い合わせください。

私たちが、安心・安全な農業をサポートします

おひさまクラブ COOKING

うま味を逃さない調理法で、秋の味覚を丸ごといただきます レシピ提供 ● 料理研究家 和田麻紀子



塩肉じゃがのような、ほっとする味

手羽先とジャガイモのタツカンマリ風 (手羽先とジャガイモの韓国風塩煮込み)

材料(4人分)

- | | | | |
|------------|------|-----|------------|
| ジャガイモ | 2個 | 酒 | 100ml |
| ネギ | 1本 | 水 | 600ml |
| エノキタケ | 1パック | 塩 | 小さじ2 |
| ニンニク | 1片 | お好み | 黒こしょう…適宜 |
| 手羽先 | 8本 | 好 | ポン酢しょうゆ…適宜 |
| ショウガ(スライス) | 2枚 | み | 小口ネギ…適宜 |

ポイント

手羽先とエノキタケからだしが出てうま味のある煮込みに。煮込む時間はかかりますが、放置しておけばできるので簡単です。

アレンジ

● キムチやカレールーを入れる

作り方

- ジャガイモは皮をむいて2cmの厚さにカットし水にさらしておく。ネギは2cmのぶつ切り、エノキタケは石突きを落とし半分に切ってばらす。ニンニクは皮をむいて包丁の腹でつぶす。
- ジャガイモ以外の材料を鍋に入れて火にかける。沸騰したらあくを取って、弱めの中火で15分煮込む。ジャガイモを加えてさらに15~20分煮込む。
- お好みに黒こしょうやポン酢しょうゆ、小口ネギをかけたいただく。

ニンニクと一味唐辛子を入れて食欲そそる1品に

ゴボウとキノコのきんぴら

材料(4人分)

- | | | | |
|--------------|------|-------|--------|
| ゴボウ | 1本 | 砂糖 | 小さじ1 |
| 好みのキノコ | 150g | 塩 | 1つまみ |
| (シメジ、マイタケなど) | | しょうゆ | 小さじ1 |
| ニンニク(みじん切り) | 1/2片 | オリーブ油 | 大さじ1/2 |
| 酒 | 大さじ1 | 一味唐辛子 | 適宜 |

作り方

- ゴボウは流水で泥を落とし、斜め薄切りにしてから千切りにし、水にサッとさらして水気を切っておく。シメジは石突きを落とし、マイタケはばらしておく。
- フライパンにオリーブ油を引き、ニンニクを入れて中火にかける。香りが出たら①と酒、砂糖、塩を入れて混ぜ、ふたをして弱火で4分加熱する。
- しょうゆを入れて水分を飛ばしたら出来上がり。お好みに一味唐辛子を振っていただく。



ポイント

キノコのうま味を出して風味豊かなゴボウに吸わせることで、うま味を逃さず楽しめます。ちなみに韓国にもウオンチヨリムというきんぴらごぼうがあります。

アレンジ

● 細かく刻んで塩ざけと一緒にご飯に混ぜる
● 牛肉やキュウリなどと一緒に太巻きにする

編集後記

- 9月も終わり収穫作業も最終に差し迫っています。ラストスパートに向けて、体調管理を万全に最後まで乗り切りましょう!
- 私は現在カナダにて、カーリングの武者修行中です! 今月の広報誌にも掲載されておりますが、現在日本代表としても活動中です。五輪に出るために12月の世界最終予選で勝たなければなりません。是非、日本代表の男子・女子・MDへの応援よろしく願いいたします! (臼井 慎吾)

JAきたみらい概要

(令和7年9月17日現在)

- 組合員数(正) 1,582人
- 組合員数(准) 5,420人
- 組合員戸数(正) 830戸
- 貯金 115,175百万円
- 貸出金 17,900百万円
- 出資金 5,041百万円