

あひま  
サラダ

2026



vol.277 2



はいっ ポーズ!

《北見地区・北陽》

古瀬恵己さんと樹里ちゃん

(紹介は2ページです)

特集

- ・第16回全日本ホルスタイン共進会 北海道大会  
～きたみらい出品牛が全国の舞台で健闘～
- ・日本男子カーリング、オリンピック最終予選あと一歩



## 第47回さむさむまつり 大盛況!

～迷路や牛乳配布、綱引など  
組合員も大活躍～

### 季節の薰り



訓子府町公民館前で2月1日、第47回さむさむまつりが開催されました。様々な出店やプリキュアショー、ダンスなどのイベントが行われ、多くの来場者でにぎわいました。

J Aきたみらい青年部南支部では、恒例となる雪の滑り台を作ったほか、3か所に設けられたスタンプポイントを回りゴールを目指す雪の迷路も製作。同支部のブース横には(株)グリーンズ北見のきーたんも登場し、子どもたちや親子連れを中心に大盛況でした。

きたみらい酪農青年部では牛乳500パックの無料配布と、飼料を器に盛り、指定された重さちょうどを目指すミニゲームを実施し、牛乳の消費拡大と酪農のPRを行いました。

第18回さむさむ綱引大会オープンの部には、組合員らで構成されるチーム「畑の力持ち」と「ドキドキ★ひきよせ隊」を含む6チームがエントリーしました。両チーム決勝に進出し、互角の実力で拮抗状態が続きましたが、「畑の力持ち」が長期戦を制し、みごと優勝。昨年に続き2連覇を成し遂げました。

- ①滑り台の様子
- ②迷路を楽しむ来場者たち
- ③酪農青年部のミニゲームの様子
- ④力強く綱を引く「畑の力持ち」

(手前から山本将志さん、加藤拓馬さん、三浦健一さん、林拓己さん、昆野将之さん)

### 表紙紹介

#### 小さな樹、すくすくと

氷点下の厳しい寒さとなった冬の日、北見地区の古瀬さんのお宅を訪ねました。リビングで迎えてくれたのは、元気いっぱいにハイハイで近づいてくる生後8か月の樹里ちゃん。最近ハイハイができるようになつたばかりで、取材当日も好奇心いっぱいの表情を浮かべながら中を一生懸命移動していました。中でも最近のお気に入りは、振る樹里ちゃんは、少し前に風邪をひいてしまったが、そんなことを感じさせないほど活発な女の子。目に入るものすべてに興味を示し、手を伸ばして触つてみようとする姿がとても印象的でした。中でも最近のお気に入りは、振る樹里ちゃんのお名前には、ご夫婦お二人の名前同じように植物由来の言葉が使われていることから、同じように植物をイメージした漢字が入っています。お母さんは「好奇心旺盛なところを大切にして、このまま活発な子に育つてほしい。本人がやりたいと言つたことや興味を持つことには、いろいろ挑戦させてあげたい」と話し、お父さんは「感謝の気持ちを持ち、「ありがとうございます」と伝えられる子になつてほしい」と願いを重ねます。その名のとおり樹里ちゃんは興味の芽を次々と伸ばしながら、冬の寒さにも負けず、すくすくと成長しています。



【ご家族紹介】  
左から～お父さんの征己さん(29)、長女の樹里ちゃん(0)、お母さんのこみさん(25)  
作付内容：小麦、大豆、てん菜、馬鈴しょなど約50品目作付けしています。

### もくじ CONTENTS

- J Aからのお知らせ ..... 10
- おひさまサラダクッキング  
「キンパ(韓国風太巻き)」「ラチヂミ(韓国風お好み焼き)」 ..... 18
- J Aトピックス ..... 6
- みらいプロジェクトチャンネル ..... 9
- 表紙紹介 ..... 2
- 季節の薰り ..... 2
- 特集2 日本男子カーリング、オリンピック最終予選あと一歩 ..... 2
- 特集1 全日本ホルスタイン共進会 第16回 北海道大会 ..... 4
- 小さな樹、すくすくと ..... 2
- 全国の舞台で健闘～きたみらい出品牛が ..... 5



レーンG C-17Bの活動に参加  
ザーフとしてオリエンピック出場  
の誌面を借りて、これまでの結果  
2023年世界選手権以降、私は  
SC軽井沢クラブのリザーフとして  
男子日本代表の一員として戦い続け  
てきました。2023年世界選手権  
では7勝7敗で7位という結果とな

# 日本男子カーリング、オリンピック最終予選あと一歩



▲試合の様子（第3戦のポーランド戦）@青木貴紀

## オリンピック最終予選

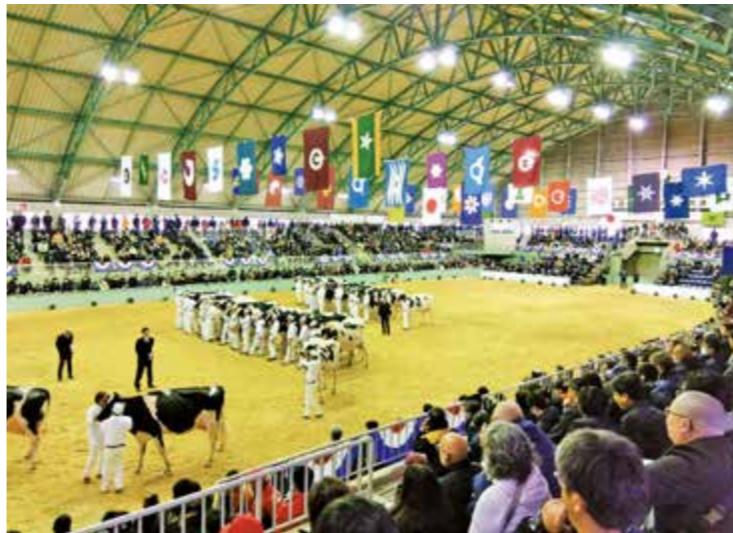
日本	2-5	アメリカ
日本	7-5	オランダ
日本	10-7	ポーランド
日本	8-5	韓国
日本	7-9	フィリピン
日本	7-3	ニュージーランド
日本	9-6	中国

## 決勝トーナメント

日本 4-9 中国



### ▲入念に牛を仕上げる出品者



### ▲会場の様子

令和7年10月25日から26日にかけて、勇払郡安平町の北海道ホルスタイン共進会場において「第16回全日本ホルスタイン共進会 北海道大会」が開催され、全国39都道府県から393頭が出品されました。きたみらい管内からはホルスタイン種・ジャージー種あわせて13頭が出品され、各クラスで優秀な成績を

収めました。未経産から経産まで幅広いクラスで入賞が続き、優等賞2席をはじめ複数頭が上位に名を連ね、改良水準の高さを示しました。生産者のたゆまぬ努力と日頃の飼養管理の成果が發揮された大会となり、きたみらいの存在感を強く印象づける結果となりまし

クラス	入賞序列	名号	地区名	出品者
未経産ジュニアクラス	優等賞4席	DH キヤンディメイク ET	北見	山内牧場
未経産ジュニアミドルクラス	優等賞5席	ハイリークイーン パインピュー アイキヤンディー	訓子府	高倉 英介
未経産ミドルクラス	優等賞5席	サンバレー ピリカラ スパイシードック	訓子府	今野 友樹
Jサイア2歳クラス	1等1席	スタークマックス フラン リズモア	訓子府	安岡 祐一
	1等2席	DH 口ケツトポカリ	北見	山内牧場
ジュニア2歳クラス	優等賞2席	クレイジヤスクルー GCE エライザ	置戸	(有)小山牧場
ミドル2歳クラス	優等賞5席	ヨシノファーム ジヤーランチ ラムサマー	北見	吉野 英之
	2等2席	ロックウ ピーピー サイドキック デザイナー	北見	(有)上野牧場
Jサイア3歳クラス	2等1席	エリー エルトロ ペンタゴン ウツズ	訓子府	森岡 和弘
ジュニア3歳クラス	優等賞4席	バーチヒル チヤリティ デルタラムダ	訓子府	渡辺 重明
シニア3歳クラス	2等7席	バーチヒル クレスト デルタラムダ	訓子府	渡辺 重明
5歳クラス	優等賞3席	ヨシノファーム ドア リンリン	北見	吉野 英之
ジャージー種 未経産ジュニアクラス	1等2席	プレジヤー ゴールライン チリ	相内	片山 正幸



# みらいプロジェクトチャンネル

## これからのJA運営を考える

vol.54

北海道大学大学院農学研究院 小林 国之

6年ほど前から、JAカレッジで実施されている「新任理事研修」で「これからのJA運営を考える」というテーマでお話をさせていただいている。初めて理事となられた方々にむけた2泊3日の研修で、JAを取り巻く社会情勢やJA経営の見方、財務諸表についての実務的な研修が続く。私の担当はJAのこれからについての総論のような位置付けである。

「これから」という未来について考えるやり方には色々とあるだろうが、未来を「歴史から考える」ということにしている。先を見通すためにも、これまでどのような軌跡を辿ってきたのか知ることは大切である。未来にむけて描かれるであろう軌跡は、これまで辿ってきた歴史のもつ「ベクトル」による影響を受けざるを得ないからである。

では、JAが辿ってきた歴史とはどのようなものなのかと問われれば、その答えは1つではないだろうが、私の恩師である太田原高昭先生は「制度としての農協」として性格付けした。「制度」とは社会を維持していくために不可欠な仕組みのことを指す。一方で、農協は協同組合である。協同組合は自立した個人が自分達の願いを叶えるための「自主的」に組織するものである。本来は相容れない制度と協同組合という2つの性格を持っているというのが、戦後の農協法の下でつくられた日本の農協の大きな特徴だということを示している。

ではなぜか。第二次世界大戦後の混乱の時期を乗り越え、農業を復興していくためには、供出や配給などの統制経済を維持する必要があった。その役割を「実質的に」果たすことができる組織は、農協しかなかった。GHQは当初農協をつくる事に際して、農家の意識が高まったところから、順次農協が設立されるというイメージを持っていたが、戦後の混乱がそうした「熟成期間」を容認できなかったのである。

こうして、戦後の混乱を経て、さらには農業の近代化を目指した農業基本法や減反政策などの農政を実際に担う、まさに不可欠な仕組み「制度」として農協は発展してきたのである。

だが、時代は変化した。制度としての位置付けを与えられてきた農協は、法制度的にも実際にも「制度」としての枠組みを持ったものではなくなっている。食管法や金融自由化、WTO体制下に対応するための価格支持政策の後退など、それまでの「制度としての農協」を支えてきた枠組みが2000年前後から次々と解体されたのである。

こうした段階に今のJAは立っているのである。制度としての「担保」がなくなった今、JAは改めて自主、自律の組織として、組合員のニーズ、地域のニーズを土台として、そこを拠り所に事業、組織を再構築しなければならない。

研修では、こうした歴史のベクトルに加えて、協同組合が大切にしてきた価値が実は今、色々なところから非常に注目をされているというお話をさせていただいている。大学で実施している実習に全道の協同組合の実態を知るというものがある。今の日本において、協同組合のことを知る機会は圧倒的に少ない。だが、参加する学生の大半は協同組合が大切にしている価値を初めて知り、それが明るい未来を切り開く希望の1つだと感じている。

研修の最後でいつもお話ことがある。それは「ぜひ、協同組合の農協の意味について、次の世代に語れる自分の言葉を持って下さい」。私自身、多くの実践してきた方々の言葉に何度も心を揺さぶられた経験がある。それがあったからこそ、農協の意義について知ることができた。協同組合は決して教科書で学ぶことだけではない。自分達の実践をぜひ言葉にして、次の世代に伝えてほしい。

# J A トピックス



▲消費地代表挨拶を述べる  
セントライ青果株飯田部長



▲会場の様子

きたみらい玉葱振興会は1月14日、ホテル黒部できたみらい玉葱振興会市場協議会を開催しました。同協議会は毎年開催されており、消費地の各市場や加工ユーナー、関係機関及び生産者が集まり、消費地情勢や加工情勢の報告を受け、意見交換を行っています。

各市場関係者からは「令和7年

産は猛暑の影響により過去に例の

減収となり、玉ねぎ在庫が不

足し、即日即完売となる日もあ

た。令和8年産の収量確保と安定

出荷を期待している。また、8月

からの早期販売が可能であるこ

とは農協組織の強みであり、振興会

の取り組みあつての販売なので、

高温干ばつに負けず、早期出荷に

取り組んでいきたい」と話しました。

協議会終了後は懇親会を開催し、

大いに盛り上りました。

## 玉ねぎ販売について意見交換を実施

（きたみらい玉葱振興会市場協議会開催）

きたみらい玉葱振興会は1月14日、ホテル黒部できたみらい玉葱振興会市場協議会を開催しました。

振興会は毎年開催されており、

消費地の各市場や加工ユーナー、

関係機関及び生産者が集まり、消

費地情勢や加工情勢の報告を受け、

意見交換を行っています。

各市場関係者からは「令和7年

産は猛暑の影響により過去に例の

減収となり、玉ねぎ在庫が不

足し、即日即完売となる日もあ

た。令和8年産の収量確保と安定

出荷を期待している。また、8月

からの早期販売が可能であるこ

とは農協組織の強みであり、振興会

の取り組みあつての販売なので、

高温干ばつに負けず、早期出荷に

取り組んでいきたい」と話しました。

協議会終了後は懇親会を開催し、

大いに盛り上りました。

## Jークレジット制度と補助事業について理解深める

（JAきたみらい青年部南支部）

JAきたみらい青年部南支部は1月9日、当JA訓子府地区事務所で学習会を開催し、部員25人が

参加しました。

学習会は2部構成で行われ、前

半は当JA玉ねぎグループ兼馬鈴

しょグループの須河調査役より、

「JAきたみらいの挑戦『環境』

と『安全・安心』」と題して、J

ークレジット制度の概要や当JA

の取り組み内容などについて

説明を受けました。後半は当JA企画振興グループの大石調査役より、「各種補助事業に関する基本

制度を受けました。参加者は「Jークレジット制度を活用する中で、バイ

・アート、消費者理解、クレジットを

取り組んでいきたい」と話しました。

協議会終了後は懇親会を開催し、

大いに盛り上りました。



▲学習会の様子（Jークレジット）



▲学習会の様子（補助事業）

JAークレジット制度について、補助事業の種類や支援を受ける際の留意点などについて説明を受けました。参加者は「Jークレジット制度を活用する中で、バイ・アート、消費者理解、クレジットを

取り組んでいきたい」と話しました。

協議会終了後は懇親会を開催し、

大いに盛り上りました。



## INFORMATION



▲気象庁で意見交換をする様子



▲当JA東京事務所での意見交換



▲「つばめKITCHEN 丸の内店」で昼食



▲豊洲市場で「きたみらい」産玉ねぎを確認する参加者

## 視察研修を終えて

副団長 加藤 拓馬

この三組織合同視察研修は、視察先での学びはもちろんのこと、青年部・女性組織それぞれの立場や視点を共有できる貴重な機会だと感じています。一つのテーマに対して多様な意見が出来ることで、より深い理解につながり、日頃の活動を見直すきっかけにもなります。

今回の視察では、気象庁において農業気象の重要性を学び、気象情報が営農に直結していることを改めて実感しました。また、JAきたみらい東京事務所や豊洲市場では、「きたみらい」農産物の評価や産地PRの取り組みを直接聞くことができ、生産現場の励みになると同時に、今後の課題も明確になりました。

この研修で得た学びや気づきを、各組織の活動や営農現場に持ち帰り、今後のJAきたみらいの発展につなげていきたいと考えています。

## 青年部・女性部・フレッシュユミズ 三組織合同視察研修を実施

JAきたみらい青年部・女性部・フレッシュユミズは12月16日から18日の3日間、三組織合同視察研修を東京都にて実施し、三組織の本部役員6名が参加しましたのでご報告いたします。

初日は気象庁を視察しました。はじめに、観測データの収集や天気予報の作成が行われている気象防災オペレーションルームを見学し、気象情報を発信する体制を学びました。その後、予報官より農業気象についての説明を受け、令和7年の気象が農業へ与えた影響や、今後の気象の見通しについて意見交換を行いました。異常気象が続く中で、気象情報

を営農にどう活かしていくかを改めて考える貴重な機会となりました。2日目はワーナープラザースタジオツアーエン京で、映画「ハリー・ポッター」の世界観を再現した展示やセットを見学し、非日常の空間を楽しみながら親睦を深めました。3日目は、当JA東京事務所を訪問しました。畠山所長と川辺調査役より、東京事務所ならではの情報を収集しました。

午後からは豊洲市場青果棟を視察し、きたみらい産の玉ねぎと馬鈴しょの品質について市場関係者とディスカッションを行いました。玉ねぎについて、「気象の影響で令和7年産は思わしくなかったが、次年度に向けて気持ちを切り替えて頑張ってほしい」と励ましの言葉をいただき

ました。一方、馬鈴しょについては「ゆめいころ」は発芽が少なく評価も良い。出だしは順調」と前向きな言葉をいただき、生産現場にとつて励みになる視察となりました。

## ~JAきたみらい東京事務所通信~

Vol.13

「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

『牡鹿半島 浜人』 埼玉県さいたま市大宮区宮町2-77-1 マル星第一ビル1F



▲店舗

▲絶品！カレー鍋

▶店舗HP <https://hamanto-oomiya.gorp.jp/>

※「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下さい。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。

## 高知県高知市訪問団が 相内玉ねぎ集出荷施設を視察

高知県高知市の訪問団26名が、1月14日に当JAの相内玉ねぎ集出荷施設を視察しました。副市長や市議会議員をはじめとする訪問団は、視察に先立ち玉ねぎ施設の概要や集出荷から流通までの体制について説明を受け、施設内を見学。選果や出荷作業の様子を熱心に視察しました。視察後には意見交換会を行い、産地づくりや安定供給、流通の取り組みについて理解を深めました。



▲高知県高知市訪問団の選果場視察の様子

## 玉ねぎピンバッジを贈呈

~北見市の野菜を使ったアクセサリーで地域活性化~

当JAは12月10日、北見地区の組合員で北見市民観光アドバイザーの遠藤正人さんと幸枝さん、野菜を使ったハンドメイドアクセサリー作家で同じく観光アドバイザーの松浦美奈さんを迎、当JA常勤役員に活動内容を紹介いただいた後、玉ねぎの皮を使ったピンバッジを贈呈されました。

松浦さんは玉ねぎや白花豆など北見市産の野菜に特化したアクセサリー製作を通して当JAと共に北見市の魅力発信・地域活性化に取り組みたいという思いを語りました。贈呈されたピンバッジは野菜本来の色味や温かみを活かしたデザインで、常勤役員からも高く評価されました。



▲左から長瀬常務、高橋常務、松浦さん、遠藤幸枝さん、宮下常務、遠藤正人さん、遠藤夫妻長男の禪丸くん

## INFORMATION

ホクレンオイル「アグリプロシリーズ」を買って JAタウン ギフトカードをゲットしよう!

**オイル de チャンス!**  
チャンペーン

20L1缶購入につき1枚または1ケースにつき1枚  
200Lドラム1本購入につき10枚、WEB応募カードを進呈!

抽選で、JAタウンで使える  
ギフトカードが当たる!

JAタウン

最大500名様に当たる!

2026 2/3日～4/30日

A賞 JAタウンギフトカード 50,000円分×20名様

B賞 JAタウンギフトカード 10,000円分×100名様

C賞 JAタウンギフトカード 3,000円分×380名様

【対象期間】  
R8.2月3日（火）～4月30日（木）

【応募締切】  
R8.5月8日（金）17時

※詳しくはホクレンのHPをご確認ください。

●端野SS独自キャンペーン●  
2月12日（木）店頭給油（ガソリン・軽油）20L以上満タン給油で  
「チョコ詰め合わせ 1袋」をプレゼント!  
※景品の数に限りがあります。ご了承ください。

●中ノ島SS限定企画●  
毎月第2・4木曜日開催（R9.1月迄）  
当店頭給油（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）とは併用できません。

J A きたみらい

JAきたみらい給油所アフリ  
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

クーポンは毎月発行（次回は広報誌3月号）します。2月のクーポンは3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をしてご使用ください。

**2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：2月11日～3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、切り取り紙から  
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・お問い合わせ先●

○中ノ島セルフ ○端野セルフ ○相内セルフ  
☎ 0157-31-1050 ☎ 0157-56-4112 ☎ 0157-37-2514  
○調子府セルフ ○温根湯セルフ ○置戸セルフ  
☎ 0157-47-4831 ☎ 0157-45-2446 ☎ 0157-52-3869

※必ず給油前にご提示（フル・QRの読み（セルフ）を行ってください。  
(給油後の提示・読みは、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。

効期限：2月11日～3月15日

労働保険事務組合からのお知らせ

## 農作業中の事故に備えませんか？～労災保険～

例年、当JA管内では農作業事故が多発しています。特に機械等を使用する作業時には大きな事故につながります。組合員の皆様には日頃から安全作業の徹底をお願いするとともに、万が一の際には負担を最小限に抑えるため、労災保険への加入をお勧めします。

## 労災保険とは

業務上の原因によりケガや疾病にあわれた労働者や遺族に対して、必要な保険給付を行い、金銭的な援護を図る  
国の制度ですが、農業者の方も一定の要件のもとに特別加入という形で加入することができます。

## ○ “事業主と家族” の労災保険について

## 1) 特定農作業従事者

当JA管内では、多くの組合員の方が加入しています。  
労災の対象となる農作業は以下①～⑤の通りです。

- ①動力により駆動する機械を使用して行う作業
- ②高さが2m以上の箇所での作業
- ③牛など家畜に接触し、または接触するおそれのある作業
- ④酸素欠乏危険場所での作業
- ⑤農薬の散布作業

## 2) 中小事業主等

常時300人以下の労働者を使用する事業主、もしくは1年間に100日以上労働者を使用することが見込まれる場合に加入できます。

労働者に対して決められた所定労働時間内、労働者の時間外や休日労働に応じてする農作業時（準備、後始末作業含む）等が対象となります。

## ○ “雇用労働者” の一般労災保険について（出面・パート・アルバイトなど）

事故が発生した場合は事業主が補償しなければなりませんので、一般の労災保険加入が必要です。保険料は業種により異なりますが、農業の場合は支払額×0.013※が目安となります。

※労災保険率（0.013）は令和7年度時点のものになります

## ○保険料の徴収

労災保険料の支払いは提出された加入申出書等をもとに計算して通知書を発行、7月上旬にクミカン等より手数料を含め徴収させて頂きます。

（保険料は4月1日～3月31日の1年です）

\*加入を希望する方もしくは不明点等ある方は、下記までご連絡ください。

お問合せ：営農振興部扱い手グループ TEL：0157-24-2145

## INFORMATION

## 第12回 理事会報告

1月26日、午前9時00分より第12回定例理事会が開催され、報告事項12件、決議事項15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（経営統制・無通告・コンプライアンスと倫理）報告について

②財務状況報告について  
③令和7年度クミカン精算状況について

④人事の発令について

⑤令和6年産もち米の精算について

⑥令和6年産大豆の精算について

⑦令和6年産小麦の精算について

⑧玉ねぎ選果機の自動化・AI化に関する研究成果最終報告について

⑨令和7年度畜産物消費拡大キャンペーンについて

⑩令和8年度ホクレントラック事業輸送運賃改定について

⑪組合員状況報告について

⑫令和7年度対策農家の実績報告について

## 【決議事項】

①令和8年度 内部監査計画書（案）について  
②減損会計による減損額について

③肥料協同購入積立金の取崩しについて

④期末手当の支給について

⑤令和9年度職員採用計画について

⑥令和8年度借入金の最高限度について

⑦令和8年度理事に対する資金の貸付（貯金・共済担保）について

⑧令和8年度信用供与等の限度額設定及び貸付金利率の最高限度額について

⑨令和8年度1億円を超える信用の供与等の設定について  
⑩令和8年度理事に対するクミカン貸越極度額の設定について

⑪出資減口について

⑫北海道報徳（善行賞）受賞候補者の推薦について

⑬令和8年度畜産振興対策事業について

⑭令和8年度事業収支計画（案）について

⑮冬期地区別懇談会提出資料について

## 第11回 理事会報告

12月23日、午前9時00分より第11回定例理事会が開催され、報告事項22件、決議事項7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（経営・営農・販売・畜産部門）報告について  
②財務状況報告について

③森林J-クレジット制度変更に伴う農協所有森林のJ-クレジット創出に向けた対応について  
④12月14～15日暴風雪被害報告について

⑤経営所得安定対策直接支払い交付金（ゲタ対策）単価改定について

⑥JAきたみらい局地的農地被害復旧事業の実績について  
⑦購買部による降雹・集中豪雨に係る農業災害対策の実績について

⑧令和7年度各種補助事業（国費・道費）の実績について  
⑨令和7年産玉ねぎ・馬鈴しょの選果販売状況について

⑩R7年産小麦の精算について  
⑪R7年産もち米の精算について  
⑫R5年産でん原馬鈴しょ本精算、R6年産仮精算について

⑬R7年産米麦乾燥調製料について  
⑭生乳生産状況及び個体取引価格状況について

⑮第4回オホーツク農協酪農畜産対策委員会について  
⑯JAきたみらいの『大収穫祭』について

⑰営農商材展示会の報告について  
⑱生産資材店舗の土日営業日見直しについて

⑲給油所事務集約及び燃料配送センター設置について  
⑳JAきたみらい東京事務所のフロア移転について

㉑組合員状況報告について  
㉒対策農家の見込みについて

## 【決議事項】

①出資減口について  
②固定資産の取得について

③規程類の制定及び改正について  
④令和8年度冬期地区別懇談会の日程（案）について

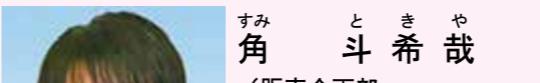
⑤第23回通常総代会の日程（案）について

⑥令和7年P.C.N.発生に係るJA支援額決定について  
⑦令和8年度事業計画基本方針（案）について

## 退職のお知らせ

令和7年12月31日付で職員が退職しましたのでお知らせ致します。

在職中は、組合員皆様を始め、地域皆様のご厚情をいただき誠にありがとうございました。



すみ と き や  
角 斗 希哉  
(販売企画部  
組織振興西グループ)

R03.04 入組  
R03.04 購買部燃料グループ  
R05.04 販売企画部  
組織振興西グループ

■在職期間 4年9か月



なな やま め い  
七 山 芽 依  
(販売企画部  
組織振興西グループ)

R04.04 入組  
R04.04 販売企画部  
企画開発グループ  
R06.04 販売企画部  
組織振興西グループ

■在職期間 3年9か月

JAのキャッシュカードをお持ちのお客様へ

2026年4月1日よりコンビニ提携  
ATM手数料が変更になります

## 入出金手数料のご案内

日頃よりJAバンクをご利用いただき、誠にありがとうございます。  
さて、令和8年4月1日より、提携ATM各社（セブン銀行、ローソン銀行、イーネット、ゆうちょ銀行）のATM利用に係る手数料を改定しますので、下記の通りお知らせいたします。  
尚、今回の改定に伴う当JAのATMや、他の道内外JAのATMご利用手数料に変更はございません。

今後もお客様にご満足いただける商品・サービスの提供に努めてまいりますので、変わらぬご愛顧を賜りますよう、心よりお願い申しあげます。

2026年 3月31日まで	金融機関	セブン銀行	ローソン銀行	イーネット	ゆうちょ銀行
●平日 9:00～18:00	0円	0円	0円	0円	0円
●土曜日 9:00～14:00	0円	0円	0円	110円	110円
●日曜日・祝日その他の時間帯および日曜日、祝日	110円	110円	110円	110円	110円

2026年 4月1日から	金融機関	セブン銀行	ローソン銀行	イーネット	ゆうちょ銀行
●平日 9:00～18:00	110円	110円	110円	110円	110円
●土曜日 9:00～14:00	110円	110円	110円	110円	110円
●日曜日・祝日その他の時間帯および日曜日、祝日	220円	220円	220円	220円	220円

JAバンクのATMをご利用の場合は、今までどおりご利用手数料は無料です。

JAきたみらい		本件にかかるお問い合わせ先			
本店		留辺蘿支店			
北見市中央1丁目1番9号		常呂支店			
☎(0157)24-2146		訓子府支店			
北見市留辺蘿町15番地		上常呂支店			
☎(0157)42-2212		相内支店			
北見市常呂町字常呂16番地		端野支店			
☎(0157)37-2122		北見市端野町三日3番地17			
☎(0157)38-2122		北見市相内町184番地17			
☎(0157)38-3113		北見市端野町403番地17			

JAきたみらい 生活ローン  
キャンペーン

期間：2026年2月2日～2026年7月31日

特典：JAきたみらい生活ローン  
期間：2026年2月2日～2026年7月31日

特典：JAマイカーローン  
期間：2026年2月2日～2026年7月31日

特典：JAマイカーローン  
期間：2026年2月2日～2026年7月31日

特典：JAマイカーローン  
期間：2026年2月2日～2026年7月31日

特典：JAマイカーローン  
期間：2026年2月2日～2026年7月31日

特典：JAマイカーローン  
期間：2026年2月2日～2026年7月31日

**JA 春の新車フェア**  
2026年1月～3月ご契約分まで

3メーカー全車種対象  
特別企画  
銘柄はトヨタ・スズキ・三菱が対象!

軽トラ・軽バンをご成約で  
スタッドレスタイヤ4本プレゼント!

乗用車をご成約でもれなく  
景品プレゼント!

A 30,000pt  
B 55,000pt  
C 55,000pt  
D 55,000pt

お問い合わせ先：農機自動車センター 訓子府町大町158  
TEL:0157-47-4820 FAX:0157-47-3411

## 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右下のイラストの中の数字でお答え下さい。

出題・イラスト：酒井栄子



## 12月号まちがいさがしの当選者

12月号のまちがいさがしの答えは「3、5、8、10、12」でした。  
正解者31名の中から抽選の結果、当選者は次の方々です。

- ・大丸 歩人さま（上常呂）・村井 十架さま（温根湯）
- ・能城ハツ子さま（訓子府）・武田美栄子さま（端野）
- ・渡辺 心晴さま（訓子府）・鶴見 悠太さま（端野）

以上の方々には、JAきたみらいの「玉ねぎとチーズが溶け込んだボーケカレー」と「大正金時と鶏肉のキーマカレー」をプレゼント致します。

## 1月号クロスワードの当選者

1月号のクロスワードの答えは「サ・ン・ガ・ニ・チ」でした。正解者36名の中から抽選の結果、当選者は次の方々です。

- ・杉田るみ子さま（訓子府）・村上 陽さま（留辺蘂）
- ・櫻尾真寿実さま（端野）・山崎 達昭さま（温根湯）
- ・永原 葉月さま（端野）・真野 泰侑さま（温根湯）

以上の方々には、JAきたみらいの「オリジナル商品詰め合わせセット」をプレゼント致します。

いつも楽しく拝読しています。

2025年は天候などで作物は不作傾向で大変でしたね、2026年に期待したいです！

（北見地区 遠藤 幸枝さん）

今年は穏やかな気候で、何事もなく豊穣の秋を迎えられることを願って頑張りましょう！

## 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

1週間のうち、家族そろって食事をしているのは何回でしょうか。我が家でも仕事や子どもたちの習い事などでそれが忙しく、家族そろっての食事が減りつつあります。現代では、この家族団らんが減ったことで、六つの「こ食」が心配されています。

一つ目は「孤食」といって1人で食事をすることです。子どもが1人で食事をすることが多いと、食事作法や社会性が身に付かない不安や、偏食が進むこともあります。

二つ目は「個食」は、家族が同じ食卓においてばらばらのものを食べることです。それそれが別の好きなものを食べることに慣れてしまうと、栄養が偏るだけでなく、子どもの味覚形成に弊害が生じて、食に対するさまざまな興味を育めなくなることが分かっています。

三つ目は「粉食」はパンなどの小麦を材料とした粉物ばかり食べることで

す。粉物にはカロリーが高いものが多く、米に比べて咀嚼（そしゃく）回数も少ないため、肥満の原因になる可能性もあります。よくかむことは脳の発達にもつながります。1日の食事の中で王食が米になる回数を増やす意識が必要です。

四つ目は「固食」です。好きなものをばかり食べるなど、固定化された食事のことを指します。固定化された食事になると、栄養が偏り味覚が育たなくなってしまいます。

五つ目は「小食」です。食べる量が少な過ぎることをいいます。が、ダイエットを意識した思春期の女性に多く見られます。成長過程である時期に栄養が不足することは大人になってから健康にも影響します。

最後の「濃食」は濃い味付けのものばかりを好むことです。濃い味ばかりばかりを好みしていき、肥満や生活習慣病につながります。

これら六つの「こ食」だけでなく、食育の問題の多くは家族で食事をすることで防ぐことができます。みんなで食事をする機会を大切にし、家族の団らんの中で楽しく食への興味を育んでもらいたいと思います。

（厚生労働省の健康日本21（第三次）では、「全ての国民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」というビジョンが掲げられ、51の目標が設定されています。そのうち日本生活における歩数の目標は、男女共に20～64歳は1日当たり8000歩、65歳以上は1日当たり6000歩となります。

さて今は、脚を伸ばす運動と足踏みを紹介します。寒さで外出して歩くことが困難な場合は、室内でいすに座つたまま体を動かしてみませんか。深く腰かけ過ぎず、やや浅めに座つて無理のない範囲で取り組んでみましょう。

常生活における歩数の目標は、男女共に20～64歳は1日当たり8000歩、65歳以上は1日当たり6000歩となります。

皆さんは普段、どのくらい歩いていますか？ 日常生活の利便性の高まりは、身体活動量の減少にもつながっています。

（日本体育大学准教授・伊藤由美子）

## 六つの「こ食」を防げ



食育インストラクター●岡村麻純



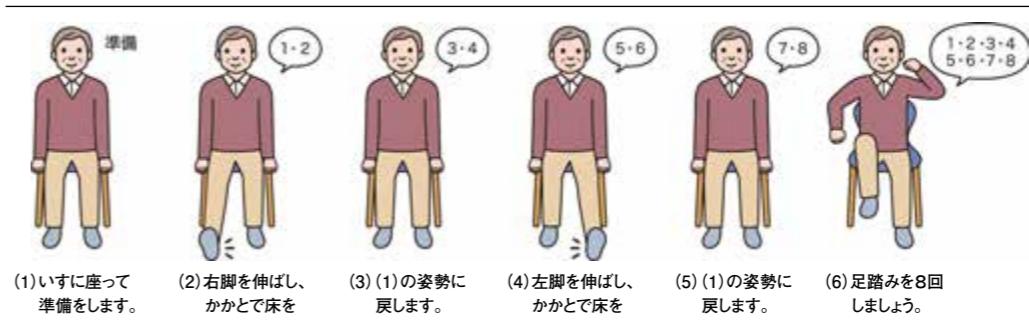
皆さん、どのくらい歩いていますか？ 日常生活の利便性の高まりは、身体活動量の減少にもつながっています。

（日本体育大学准教授・伊藤由美子）

## レッツ、トライ！ 脚を伸ばす運動+足踏み

日本体操協会公認体操プログラム  
「The Taiso (ザ・タイソウ)」  
20秒バージョン

号令あり 号令なし



※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。

# おひさまナラダ COOKING

ホウレンソウとニラ、寒い季節に取りたい栄養が豊富な野菜の出番です レシピ提供●料理研究家 和田麻紀子

一年の健康を願う節分に、手軽に食べられて栄養レシピ

## 作り方

- ご飯にごま油と塩を入れて混ぜ、冷ましておく。牛肉にAをもみ込み下味を付け、フライパンで軽く炒めて冷ましておく。ホウレンソウは塩少々(分量外)を入れた湯でさっとゆでて水気を絞り、食べやすい長さに切ってしょうゆとごま油をもみ込み下味を付けておく。
- スライスしたたくあんを5mmの細切りにしてフライパンに入れ、ごま油・酒を加えて軽く炒めて冷ましておく。
- のり1枚を巻きすの上に置き、ご飯の1/2量をごく薄く延ばす。奥側は2cmほど空けておく。真ん中よりも少し手前に具材を並べ、具材を押さえながら巻く。巻き終わりを下にして置き、なじませる。これを2本作る。
- ぬれた布巾で包丁を拭きながら好みの大きさに切って出来上がり。

## キンパ(韓国風太巻き)

### 材料(2本・2人分)

ご飯	350g	ホウレンソウ	1束
ごま油	小さじ1	しょうゆ	小さじ1
塩	2つまみ	ごま油	小さじ1
牛肉(切り落とし)	150g	たくあん	50g
しょうゆ	大さじ2	ごま油	少々
酒	大さじ1	酒	小さじ1
ごま油	大さじ1/2	のり(全形)	2枚
コチュジャン	小さじ1		
砂糖	小さじ1		
ニンニク(すり下ろし)	1/2片		

### アレンジ

- ニンジンのナムルや卵焼きなどを入れて彩りや食感をアップ
- 牛肉やナムルを多めに作ってビビンバに

ホウレンソウにはビタミンAや冬に不足しがちなビタミンDが含まれ、油で調理すると吸収率が上がります。牛肉にはしっかりと下味を付けましょう。

## ニラチヂミ(韓国風お好み焼き)

### 材料(1枚・2人分)

ニラ	1束	溶けるチーズ	30g
ニンジン	1/4本	塩	小さじ1/2
タマネギ	1/4個	砂糖	小さじ1/2
卵	1個	水	60ml
片栗粉	大さじ3	ごま油	大さじ1+大さじ1
薄力粉	大さじ2		

### 作り方

- 卵をボウルに割り入れる。ニラは長さ3cm、ニンジンは細切り、タマネギは薄くスライスし、ごま油以外の材料を入れて混ぜる。
- フライパンにごま油(大さじ1)を引いて熱し、①の生地を入れてスプーンの背などで薄く延ばす。片面がカリッとしてきたらひっくり返し、全体をギュッと押す。ごま油(大さじ1)をぐるっと回しかけて焼き、再度ひっくり返しカリッと仕上げる。両面においしそうな焦げ目が付いたら出来上がり。

ニラは冷え性や疲れやすい方に必要な栄養素が多く含まれています。揚げ焼きのよう油を少し多めに入れるとおいしく作れます。

### アレンジ

- 子どもはポン酢や酢じょうゆのたれ、大人はポン酢にコチュジャンと油を適宜加えたたれをかける
- 生地に豚肉や桜エビなどを入れて主菜にも

### 編集後記

- 年末年始のお休みは、カーリングやスキーをして楽しく過ごすことができました。大いに体を動かし、心も体もリフレッシュできた有意義なお正月でした。
- まだまだ寒い日が続きますが、寒さに負けず、できる範囲で体を動かしながら元気に過ごしていきたいと思います。
- 理学療法士として働いていた頃、この時期は凍結路面での転倒による骨折の患者さんで病棟がいっぱいになることがありました。皆さんも、外出の際は足元に十分ご注意ください。

### JAきたみらい概要

(令和8年1月20日現在)

- 組合員数(正) 1,568人
- 組合員数(准) 5,400人
- 組合員戸数(正) 810戸
- 貯金 119,244百万円
- 貸出金 13,891百万円
- 出資金 5,167百万円

JAきたみらいホームページ URL <http://www.jakitamirai.or.jp> E-mail [hp.kitamirai@kitamirai.ja-hokkaido.gr.jp](mailto:hp.kitamirai@kitamirai.ja-hokkaido.gr.jp)