

あひま サカタ

2026



vol.279

4



特集

令和8年度
新入職員紹介

令和8年度 新婚さんの集いの様子
(紹介は2ページです)



多収高品質を目指して、 馬鈴しょ作業スタート

季節の薫り



例年よりも早い雪解けで少しずつ春の陽気を感じられるようになってきた3月下旬、きたみらい管内では今年度の馬鈴しょの種芋切り作業が始まりました。

端野地区の農事組合法人豊北うるおいファームでは、3月25日に3畝分の早出し馬鈴しょの種芋が届き、コンテナに入っていた種芋の一つひとつに丁寧に切れ込みを入れてからビニールハウス内に並べました。

この作業は浴光催芽と呼ばれ、出芽の促進や欠株をなくすなどの目的があり、温度管理と全体に光が当たるように気を配りながら、強い芽を育てます。

同法人での今年の植付けは4月20日頃を予定しており、代表理事組合長の平川千春さんは「市場からの要望に応えられるように、早期出荷に向けてみんなで協力して作業を進めている。今年は豊穰の秋を迎えられるように頑張りたい」と意気込みを語りました。

当JA管内の今年の馬鈴しょ作付面積は食用で約1,230畝、加工用で約450畝を計画しており、生産量は食用で約43,200ト、加工用で約14,900トを見込んでいます。

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。

右下にあるQRコードから閲覧できますので、ぜひご覧下さい。



もくじ CONTENTS

○JAからのお知らせ……………10	○ほのぼのの広場……………8 ・ブリティウーマン ・我が家のペット	○JAトピックス……………6	○表紙紹介……………2 「令和8年度 新婚さんの集い」開催	○季節の薫り……………2	特集 令和8年度 新入職員紹介……………4
-------------------	---	----------------	-------------------------------------	--------------	-----------------------------

表紙紹介

「令和8年度 新婚さんの集い」開催

当JAは3月24日、ホテルベルクラシック北見で令和6、7年度に結婚した後継者及びパートナーを対象とした「令和8年度 新婚さんの集い」を開催しました。当日は対象者19組のうち9組のご夫婦とお子様が出席。開催にあたり大坪組合長は「農業経営を続けていく中で、パートナーの支えが必要になる。お互いに協力しながら明るい家庭を築いていただきたい」と激励の言葉を送り、出席者へ記念品を贈呈しました。その後、常勤役員や関係者を交えて昼食会が行われ、農業や家庭への想い、夫婦の馴れ初めなどを話しながら交流しました。また、JAきたみらいフレッシュミズの齊藤田香会長よりフレッシュミズ活動の紹介を行い、「フレッシュミズでは、同じ職業だからこそ話せることがあり、仲間として共感することが出来る。慣れない農作業や家事などで疲れたときの息抜きにもなるので、興味をもってもらえたら」と新たな仲間の加入を呼びかけました。



▲昼食を囲みながら談笑する参加者

令和8年度

新入職員紹介

みなさん、これからよろしくおねがします!

4月1日より、10人の新人職員が入組しましたので組合員の皆様にご紹介いたします。

- ①生年月日 ②出身地 ③出身校 ④趣味・好きなもの ⑤PRポイントや特技
- ⑥「抱負」もしくは「目指すJA職員像」



よしかわ あいか (購買部 生産資材グループ)

- ①2007年12月4日 ②北見市 ③北見藤高等学校
- ④車に乗ること ⑤明るく笑顔で話すこと
- ⑥自分で考えて行動し、信頼してもらえるような職員を目指します!!



ひらの ふか (販売企画部 組織振興東グループ)

- ①2005年8月2日 ②北見市
- ③國學院大學北海道短期大学部
- ④野球を観ること、卓球をすること
- ⑤素直なところです。
- ⑥明るく人とのつながりを大切にできる職員を目指します。



ふくだ あいな (購買部 資材店舗グループ)

- ①2007年11月20日 ②北見市 ③北見緑陵高等学校
- ④音楽鑑賞・散歩・釣り その他沢山
- ⑤知っている雑学の量には自信があります。役立つものや役立たないものまちまちです。
- ⑥組合員の農家の方々や職員の人達から頼られる人になれるよう頑張ります。



こんどう ふか (購買部 燃料第2グループ)

- ①2005年4月26日 ②北見市常呂町
- ③北星学園大学短期大学部 ④パンを焼くこと・カーリング
- ⑤カーリングで培った協調性です。
- ⑥地域に寄り添い、信頼される職員になれるよう頑張ります! よろしくお願いたします。



ふじさわ あい (購買部 資材推進グループ)

- ①2003年8月10日 ②北見市 ③旭川市立大学
- ④映画やドラマを見ること
- ⑤特技はお菓子づくりで、一番得意なお菓子はマカロンです。
- ⑥いち早く組合員の方々にサポートできるように努力を惜しみません。よろしくお願いたします。



こばやし しゅんいちろう (販売企画部 組織振興南グループ)

- ①2004年1月31日 ②さいたま市
- ③東京農業大学 ④麻雀 ⑤笑顔
- ⑥相談しやすい職員



よねだ みゆう (金融共済部 北見本店貯金課)

- ①2007年10月8日 ②北見市
- ③北見商科高等専修学校 ④温泉に入ること
- ⑤素直さ
- ⑥大切な地元を守る職員になります!!



かつやま ゆな (金融共済部 訓子府支店)

- ①2005年10月30日 ②北見市
- ③北海道武蔵女子短期大学
- ④ドラマ・映画・アニメ鑑賞・ソフトテニス ⑤明るさ
- ⑥丁寧に仕事をし、信頼されるよう頑張ります!



いしだ じゅんや (金融共済部 北見本店総合渉外課)

- ①2002年8月13日 ②北見市 ③北見工業大学
- ④サッカー・旅行 ⑤人見知りはありません!
- ⑥親しみやすく、頼れる職員



くらもと かずき (購買部 資材推進グループ)

- ①2003年9月14日 ②北見市 ③東京農業大学
- ④洗車・コーヒー・料理・ドライブ・コーヒーの焙煎
- ⑤洗車の技術・飼猫のかわいさ・カルボナーラの出来
- ⑥農家さんから早く信頼される職員になります。



J A トピックス

酪農セミナーを開催

～実態調査をもとに経営の変化や持続について報告～

きたみらい酪農振興協議会は3月6日、酪農セミナーを当JA訓子府地区事務所で開催しました。北海道大学大学院農学研究院連携研究部門地域連携経済学准教授の小林国之氏が「酪農危機下における経営の変化と酪農経営の持続への展望」と題して講演しました。セミナーには組合員やJA職員、関係機関など約50人が参加しました。本セミナーでは、2025年度の酪農経営の調査結果を共有した上で、地域の酪農経営を持続させるために必要な取り組みについて説明がありました。規模拡大に



▲講演する小林国之准教授



▲講演会の様子

北見市玉葱振興会特別栽培部会 通常総会および解散式典を開催

北見市玉葱振興会特別栽培部会は3月10日、北見市のホテル黒部で第22回通常総会および解散式典を開催しました。部会員や歴代会長25人が出席し、組織解散及び残高処理方法について原案通り可決されました。

福井和範部会長は「令和7年度は春の長雨や夏の猛暑による干ばつなど過酷な年だったが、会員の皆様が並々ならぬ努力をもって肥培管理を徹底してくれたことに敬意を表する」と挨拶しました。

総会終了後は、同部会の解散式典が行われ、部会の発展に尽力した歴代会長に対し、これまでの功績を称えて感謝状が贈呈されました。

同部会は解散後、きたみらい玉葱振興会特別栽培玉葱部会へ加入し、より強固な連携体制や情報共有を行い、特別栽培玉ねぎの安定供給や品質向上を目指します。



▲(右)謝辞を述べる宮下尚樹常務 (左)挨拶を述べる福井和範部会長



▲解散式典参加者の集合写真

青森県2市へ給食食材として芋玉贈呈

当JAは3月中旬、青森県の黒石市と平川市へそれぞれ馬鈴しょ(男爵薯)1,800kgと玉ねぎ360kgを学校給食用の食材として贈りました。

JA名に「みらい」を冠する全国各地の9JAが会議し連携を深める「JAみらいサミット」を縁にJA津軽みらいと交流を続けて



▲▼贈呈の様子(上:黒石市 下:平川市)

おり、昨年に引き続き青森県を訪問しました。贈呈を受けた両市からは「北海道産の農産物を子どもたちが給食で味わえることを大変うれしく思う。農産物の提供は食育の面でも意義があり、子どもたちも楽しみにしている。今後も続くことを期待している」と感謝の言葉が寄せられました。



オホーツクJA Birdg.を見学、JAの仕組みを学ぶ

～JAきたみらいフレッシュユミズ役員研修～

JAきたみらいフレッシュユミズは3月26日、オホーツクJA Birdg.で役員研修を行い、役員4人が出席しました。

研修会では、最初に同施設内を見学し、災害時の活用法や防犯のための工夫について学びました。

その後、北海道農業協同組合中央会北見支所の井上茜氏を講師に迎え「JAの仕組みについて」と題して、JA事業の特徴や役割、オホーツクJA女性協議会の活動

について座学を行い、理解を深めました。

研修終了後は、上川町の層雲閣に宿泊し、新体制の役員で交流を深めました。

当JAフレッシュユミズの齊藤円香会長は「JAについてわからない部分もあったが、詳しく学ぶことが出来てとても良かった。また、役員同士で子育て世代ならではの悩みを共有し交流を深めることも出来た」と感想を述べました。



▲研修の様子



▲今回参加した役員

みらいプロジェクトチャンネル

酪農経営の実態調査について~JAきたみらい酪農振興協議会研修会~ **vol.56**

北海道大学大学院農学研究院 小林 国之

去る3月6日、JAきたみらい酪農振興協議会主催の研修会に参加させていただいた。内容は昨年に実施された酪農経営の実態調査についての報告である。

調査では管内6件の農場を訪問し、経営の実態、特に酪農危機と言われた2021年頃からの経営の変化や対応の実態について聞き取り調査をさせていただいた。調査は北海道大学の院生・学生のほか、共同研究者として酪農学園大学の日向貴久先生とその院生の方、そしてJA北海道中央会職員の方にも同行していただいた。大人数での調査となったが、改めて受け入れていただいた組合員の皆様にお礼を申し上げます。

研修会ではそれらの実態調査からみえてきた酪農を持続させるためのヒントについて紹介した。さらには、農協から提供いただいたデータを基にした分析結果についても報告した。統計的な手法を使って、酪農危機の実態が実際に農業所得にどのような影響を与えたのか。さらに、経営の収益性についてもデータからこの間の特徴を説明した。2022~2023年は酪農経営として2020~2021年（基準期）と比較して約350万円の所得が減少していた。そして、2024年はまだ回復はみられず、2025年になってようやく基準期よりも+330万円と回復以上の所得を上げたことが分かった。しかし、この間に様々な資材価格も上昇していることから、実質的な所得の増加はこの数値よりは低く見積もらなければならない。さらに言えるのは、全体平均としては回復したが、回復できたかどうかは非常にばらつきがあることが明らかとなった。

さらに、今回の分析から分かったことは「収益性」である。「出荷乳量100kgあたりの所得」という数値をみてみると、飼養頭数規模が大きい経営ほどこの数値が低くなるということも分かった。一般的に言われる「規模の経済」、大規模な経営ほど生産コストが低くなって収益性が高くなる、ということが酪農ではみられないこと、つまり大規模な経営は「薄利多売」となっていることが分かった。

農協には貴重で大切なデータがある。そして、そのデータが示すのは単なる数値ではなく、一つの経営体、組合員一人一人である。

ビッグデータ、データサイエンスが華やかに脚光を浴びている。それは、顔のみえない人達の行動をいかにして把握、予測するのかというためのものである。しかし農協には顔の見えるデータがある。ビッグデータに頼ることなく、そのデータと紐付いている一人一人の営農と暮らしがある。

どんなにデータを活用してそこに素晴らしい発見があったとしても、それを実際の事業につなげられるのか、ということはまた別の問題である。ICT技術を積極的に導入することは、現実的には人のつながりを薄めてしまう方向に作用することも少なくない。だが、一方でつながりを強めることにもなる可能性を秘めている。「自分の経営の位置を知りたい」、「データにあったうまくやっている人は一体どんなことをやっているのか」。そうした興味をもった人達も巻き込んで、今年は農協と一緒にもう少し踏み込んだ取り組みをしてみたいと思っている。

ほのぼのの 広場

プリティ ウーマン Pretty Woman



「周りの方々に恵まれて
やってもらえると
思います」

端野地区・協和

ちあき

山内 千秋さん(63歳)

今回は女性部の山内部長に登場いただきました。

◆出身、結婚に至るまで

訓子府町出身で、社会人になってバレーボールのチームに誘われて入団。他町の青年団とも活動するうちに3歳年上の夫と知り合い、24歳で結婚しました。

◆組織活動の魅力は？

1人では難しくても仲間や組織の支援等で実行・経験ができることの1つに視察旅行（道内外、海外）があります。先輩後輩関係なく、農業という共通の話題から見聞を広げられることもあります。

◆ご自身はどんな性格だと思いますか？

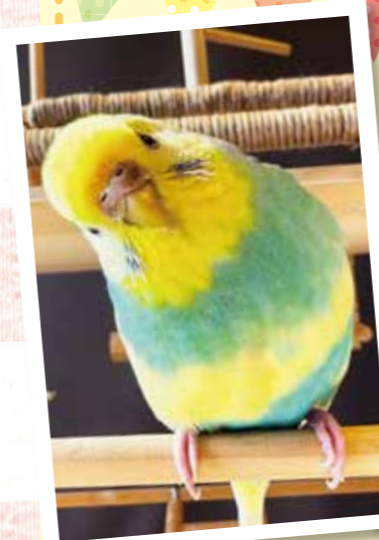
我儘で強引な部分と失敗を恐れる小心者の部分があります。

◆これから取り組みたいことや頑張りたいことは？

女性部も現状や近い将来に合わせた変化が必要な時期だと思います。本部役員さんと共に考えて活動を行いたいです。周りの方々に恵まれて活動してきた感謝の気持ちも忘れずに一年間頑張ります。

不具合も出てきた年齢ですが、働けて、スポーツも楽しんで、旅にも行ける心身で居られるように、ケアやメンテナンスも心掛けていきます。

我が家の ペット



▲水野さんより提供していただきました



▲水野さんの奥さんが作った遊び場(3代目)

相内地区・美園

水野 むうみんちゃん

(4歳1カ月) 《インコ》

Q. 飼い始めたきっかけは何ですか？

6年前、当時中学2年生だった娘が先代のインコを飼いたいと言ったのがきっかけです。犬も考えましたが自宅が傷んでしまうと思ったのでインコになりました。

Q. どのように飼っていますか？

1日に3回、ケージから外に出して遊ばせています。話す言葉も理解しているようで、普段から話しかけて癒されています。奥さんが作った遊び場が大好きで、ぶらさがっているおもちゃをよく落として遊んでいます。よくかじってボロボロにしてしまうので加工しやすい木材を選んで作っています。

相内地区・美園の水野淳一さんのむうみんちゃんに登場していただきました。

INFORMATION



～JAきたみらい東京事務所通信～ Vol.15

首都圏における「ゆめいころ」のブランディングについて

～しずてつストア（静岡県）で「ゆめいころ」連動販売！～

静岡県内に展開する「しずてつストア」にて、三和新静株式会社（青果仲卸）・静岡VF株式会社（市場）と連携し「ゆめいころ」を青果売り場で販売。同時に、総菜売り場では「ゆめいころ」を使用したポテトサラダを商品開発して連動販売を行いました。生鮮と総菜の両面からプロモーションすることで多くのお客様に「ゆめいころ」の美味しさや魅力をPRしました。2月の1か月間ではありましたが、し

ずてつストアでは反響も大きく好調な売れ行きであったと評価を頂きました。また、ポテトサラダを製造したデリア食品株式会社では「ゆめいころはなめらかでしっとりとした食感でポテトサラダに適している」との評価で、生産拡大に合わせて全国の取引先へ展開していく予定です。



▲しずてつストア末広店

▲「じゃがいもが美味しいなめらかポテトサラダ」



風を侮るな！

空気が乾燥、風が強い日、夜間に実施してはならない。



備えを怠るな！

水バケツなど消火器具の用意もなしに野焼きを実施してはならない。



ごみ焼きをするな！

基準に従わない野外での廃棄物の焼却には厳しい罰則が適用されています。

北見地区消防組合 消防署 0157-25-1525
北海道 北見方面 北見警察署 0157-24-0110



野焼きをする前に確認しましょう！
YouTube 北見市環境チャンネル (© 2023 北見市市民環境部廃棄物対策課)

ハラスメント行為の防止について

JAきたみらいでは、組合員・利用者の皆様だけでなく、働く職員も含めたすべての皆様が安心して過ごせる環境づくりに向け、セクシャルハラスメントをはじめとするあらゆるハラスメント行為の防止に努めております。皆様に安心してご利用いただくため、ハラスメント防止へのご理解とご協力をお願い申し上げます。

ハラスメント（セクハラ）行為の具体例

- | | |
|---|--|
| <p>性的な内容の発言</p> <ul style="list-style-type: none"> 性的な事実関係を尋ねる 性的な冗談やからかい 食事やデートへの執拗な誘い など | <p>性的な行動</p> <ul style="list-style-type: none"> 必要のない身体接触をする など |
|---|--|



よろしくお願いいたします。

JAからの お知らせ

INFORMATION



H29.04 金融共済部北見本店共済課 主事補
R03.04 金融共済部相内支店 主事補
R06.04 金融共済部北見本店共済課 主事補
R07.04 金融共済部北見本店共済課 主事

きみ ひら 公平ひとみ
(金融共済部 北見本店共済課)

■在職期間：9年
※退職者再雇用制度により在職



H28.04 販売企画部組織振興西グループ 主事補
H30.04 販売企画部農産グループ 主事補
R06.04 販売企画部農産グループ 主事

かい ほこ さち こ 海鋒 幸子
(販売企画部 農産グループ)

■在職期間：10年
※退職者再雇用制度により在職



おか さき たい が **岡崎 大河**
(販売企画部 組織振興東グループ)

R02.04 入組
R02.04 販売企画部組織振興東グループ
R06.04 販売企画部組織振興東グループ 主任

■在職期間：6年
※令和8年3月31日付退職



なか がわ ゆう と **中川 佑人**
(購買部 生産資材グループ)

H26.04 入組
H26.05 購買部資材南エリア
H27.02 購買部生産資材拠点店舗
H28.04 購買部北見端野資材店舗 主任
H30.04 購買部北見端野資材店舗 主任
R04.04 購買部生産資材グループ 主任
R05.04 購買部生産資材グループ 主査

■在職期間：11年11か月
※令和8年2月28日付退職



くに た ゆ か **國田 唯花**
(畜産部 畜産振興グループ)

R03.04 入組
R03.04 畜産部畜産振興グループ

■在職期間：5年
※令和8年3月31日付退職




やま だ み く **山田 美紅**
(販売企画部 組織振興南グループ)

H31.04 入組
H31.04 販売企画部組織振興南グループ
R05.04 販売企画部組織振興南グループ 主任

■在職期間：7年
※令和8年3月31日付退職

職員登用



販売企画部 企画開発グループ
くろ す り か 黒須 梨香

●組合員の皆様や地域の方々との信頼関係を大切にしながら、日々の業務に誠実に取り組んでまいります。今後ともよろしくお願いいたします。



販売企画部 組織振興東グループ
すず き まり こ 鈴木 真梨子

●組合員の皆様に貢献できるよう精一杯頑張りますので今後ともよろしくお願いいたします。



販売企画部 組織振興西グループ
お の み さと 小野 美里

●親しみのある職員を目指し、地道にコツコツと尽力して参ります。



経営支援部 ふれあい相談東グループ
あお やま 青山 ハルナ

●組合員の皆様に寄り添い、信頼される職員を目指してまいります。今後ともよろしくお願いいたします。

職員退職・登用のお知らせ

退職職員をお知らせします。
旧JA入職年度と合併後の職歴、正職員としての在職期間(旧JA含む)を紹介します。
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。
また、本年度、職員登用された4名を紹介します。組合員の皆様、お世話になります。よろしくお願いたします。(●=「抱負」もしくは「目指す職員像」)

退職



S60.04 北見市農協入組
H15.02 北見支所農畜産課農産係 支所係長
H17.05 北見支所農畜産課 支所課長
H20.05 留迎薬支所生産資材課 支所課長
H21.06 金融共済部留迎薬支店 主幹
H22.04 金融共済部留迎薬支店 調査役
H24.04 金融共済部相内支店 調査役
H26.05 組合員ふれあい室ふれあい相談西グループ 調査役
H31.04 営農振興部企画振興グループ 調査役

お がわ きよし 小川 清
(営農振興部 企画振興グループ)


■在職期間：41年
※退職者再雇用制度により在職



S59.04 相内農協入組
H15.02 相内支所販売課青果係 支所係長 兼 相内支所営農課 企画振興係
H20.05 端野支所営農課 営農課長
H21.06 組合員ふれあい室ふれあい相談8グループ 主幹
H22.04 組合員ふれあい室ふれあい相談8グループ 調査役
H23.05 販売企画部農産グループ 調査役
H25.05 組合員ふれあい室ふれあい相談東グループ 考査役
H26.05 販売企画部組織振興東グループ マネージャー
H28.04 販売企画部野菜果実グループ マネージャー
R03.04 購買部燃料グループ マネージャー
R03.06 購買部SS運営管理グループ マネージャー

きた まち ひろし 北町 浩
(購買部 SS運営管理グループ)

■在職期間：42年



H03.08 訓子府町農協入組
H15.02 訓子府支所生産資材課 車輜整備係
H16.05 訓子府支所生産資材課 整備工場係 支所係長
H21.06 購買部燃自南エリア 主査
H30.04 購買部燃自南エリア 主幹
H31.04 購買部農機自動車グループ 主幹
R05.04 購買部農機自動車グループ 調査役

しば た なおき 柴田 直喜
(購買部 農機自動車グループ)

■在職期間：34年7か月
※退職者再雇用制度により在職



S59.04 相内農協入組
H15.02 総務部共済課 本所係
H16.05 金融共済部共済課 課長補佐
H21.06 金融共済部共済課 主幹
H23.04 金融共済部共済課 調査役
H23.05 金融共済部北見本店共済課 調査役
H25.05 金融共済部北見本店共済課 考査役
H26.05 金融共済部北見本店共済課 課長
H28.04 金融共済部北見本店総合渉外課 課長
R04.04 金融共済部北見本店共済課 課長

すず き たかし 鈴木 貴志
(金融共済部 北見本店共済課)

■在職期間：42年



H05.04 置戸町農協入組
H15.02 置戸支所農産課倉庫係
H16.05 置戸支所農産課施設係 兼 置戸支所農産課 農産係
H20.05 置戸支所営農課営農販売係
H21.06 販売企画部組織振興南グループ 主査
H27.04 販売企画部馬鈴しょグループ 主査
H31.04 販売企画部組織振興南グループ 主査
R06.04 販売企画部農産グループ 主査

わか まつ なおき 若松 直樹
(販売企画部 農産グループ)

■在職期間：33年
※退職者再雇用制度により在職



S59.04 訓子府町農協入組
H15.02 訓子府支所経営相談課経営相談係 支所係長
H18.06 訓子府支所経営相談課 支所課長
H20.05 訓子府支所営農販売課 営農課長
H21.06 販売企画部組織振興南グループ マネージャー
H23.05 組合員ふれあい室ふれあい相談4グループ マネージャー
H25.05 組合員ふれあい室ふれあい相談南グループ マネージャー
H28.04 金融共済部置戸支店 支店長
H02.04 営農振興部企画振興グループ マネージャー
H04.04 金融共済部留迎薬支店 支店長

こばやし まさし 小林 雅司
(金融共済部留迎薬支店)

■在職期間：42年
※退職者再雇用制度により在職

INFORMATION



新生活で慌ただしい朝を過ごしている方も多い時期ですね。忙しいとつい欠食してしまったり、飲み物だけなど簡単なもので済ましてしまいがちですが、美容のためにも朝食はぜひと取りたいものです。朝食は「食べる美容ケア」ともいえます。

■きちんと朝食を取るメリット
朝食を取ると体内時計がリセットされます。ホルモンの分泌のタイミングが正常化されたり、自律神経のオン・オフが整いやすくなったりするといわれています。朝からしっかりと体温が上がり代謝もアップすると、日中の活動がスタートしやすくなることも、夜は睡眠の質が上がり、肌荒れやぐすみが起きにくくなるといった美容につながる効果が生れます。また、朝食を取ると腸が動くスイッチが入り、便秘になりにくくデトックスに結び付く

美容に役立てる朝食



おひさま食べて美しく

管理栄養士・フードスタイリスト ● 大槻万須美

のもつらしいポイントです。

■美容に良い朝食のポイント

①炭水化物・タンパク質をそろえる
②野菜・海藻・キノコ・果物でビタミン・ミネラル・食物繊維を意識
③発酵食品で腸活強化
④よくかむ
⑤水分補給も忘れない——の五つがポイントです。

朝食でタンパク質を取ると、睡眠中に細胞などの修復に利用されて減ったタンパク質を補給でき、修復活動の仕上げができるといわれています。大切なのは、タンパク質と炭水化物を一緒に取ることです。血糖値を安定させながらエネルギー源を確保でき、脂肪の合成が起きにくく太りにくい体づくりに役立ちます。また、消化・吸収のスピードが穏やかな固形や半固形の食品でタンパク質を取ると、腸への負担が少なく、肌や髪に合成に役立つアミノ酸を持続的に供給できると考えられています。例えば、卵1個 + 納豆1パックや、ヨーグルト + サラダチキンの組み合わせで朝に取りたいタンパク質量15~25gを摂取できます。表情筋を鍛えることもつながるため、ゆで卵や焼き魚、厚揚げなど、よくかめる食材を取り入れるのも良いですね。

第2回 理事会報告

3月23日、午前9時00分より第2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みのり監査法人監査報告について
 - ②令和7年度期末監査実施報告について
 - ③会計監査人の再任について
 - ④内部監査（自己査定・決算処理）報告について
 - ⑤財務状況報告について
 - ⑥令和7年度キャッシュフロー計算書について
 - ⑦人事の発令について
 - ⑧JAバンクの内部管理態勢構築にかかる指針変更について
 - ⑨令和7年度 道営事業及び公社営事業の実績について
 - ⑩令和7年度てん菜の本精算について
 - ⑪令和7年度 玉ねぎ・馬鈴しょの選果販売情勢について
 - ⑫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年度監事監査報告書について
 - ③令和7年度独立監査法人の監査報告書について
 - ④令和8年度経営定期点検実施計画について
 - ⑤固定資産の取得について
 - ⑥規程類の改正について
 - ⑦食料安全保障の強化と持続可能な北海道農業の確立等に関する組織協議の実施について
 - ⑧コムギ萎縮病拡散防止対策の一部変更について
 - ⑨令和8年度JA所有スチールコンテナの払い下げの実施について
 - ⑩役員報酬における理事・監事報酬総額の配分について
 - ⑪令和8年度給与の改定について
 - ⑫令和8年度冬期地区別懇談会Q&Aについて
 - ⑬参与の選任について
 - ⑭令和7年度事業報告（含む事業報告附属書）及び計算書類（含む剰余金処分案）について
 - ⑮第23回通常総代会の招集及び総代会に附議すべき議案並びに総代会参考資料について

JAバンクからの大切なお知らせ

ATMなどのサービスを一時休止させていただきます。

いつもJAバンクをご利用いただきありがとうございます。このたびはJAバンクはお客様へのサービスや利便性の向上を目的としたシステム更新に伴い、誠に勝手ながらATM・JAネットバンクなどのサービスを一時休止させていただきます。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。

2026年（令和8年）

5.16 土 全取引休止 21:00-24:00	5.17 日 全取引休止 0:00-8:00	7.19 日 一部取引休止 17:30-24:00	7.20 月・祝 一部取引休止 0:00-12:00
8.15 土 全取引休止 21:00-24:00	8.16 日 全取引休止 0:00-8:00		

休止するサービス

現金のお引き出しはお早めに。お客様にはご不便をおかけし誠に申し訳ございませんが、あらかじめ現金をお引き出しいただくなどのご準備をお願い申し上げます。

JAバンクのATM
JAバンクアプリ・プラス
JAネットバンク・個人JAネットバンク
J-Debit

詳しくはJA窓口へ
（JAお問い合わせ先）

JAバンクホームページ <https://www.jabank.jp>

きたみらい給油所お知らせ

4月1日より

QR割引クーポンは商品券 または 給油券と併用できます!

※商品券及び給油券はQRクーポン以外とは併用できません。
※QRクーポンは複数枚のご使用はできません。（1回につき1枚となります。）

●春のカーケアキャンペーン● 4月30日(木)まで

オイル交換やタイヤがお得!
ウォッシュ液・バッテリーもお得!

春の準備はキャンペーン期間中にきたみらい給油所へ!

クーポンは毎月発行（次回は広報誌5月号）します。4月のクーポンは5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。

4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：4月11日～5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 ☎0157-37-2519
- ◎訓子府セルフ ◎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（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。
※商品券・給油券と併用できます。（R8.4.1より）
※QRクーポンは複数枚のご使用はできません。（1回につき1枚となります。）

点検整備と夏季保管をセットでお任せください!

エンジン付き小型除雪機

整備付き預りサービス

基本点検・整備・預りサービスにエンジンオイル交換付!(1Lまで)

保管場所 **不要!** 盗難の心配 **不要!** 動作の心配 **不要!**

物置等のスペースを有効活用 野外の保管は劣化が早まります

農協の倉庫にて保管で安心!

点検整備付! シーズンインが安心! 定期的なメンテナンスがオススメ!

基本料 **12,000円(税込)** (除雪幅75cmまで・付帯整備別途)

その他の規格はお問合せください!

お問い合わせは...

JAきたみらい車輛整備工場

車 検 修 理 自動車販売 板 金 農耕車両 JA自賠責

〒099-1436 常呂郡訓子府町大町158番地 Tel.0157-47-4820 Fax.0157-47-3411

あなたの愛車を大切に、安心して長くお乗りいただくために!

まちがいさがし

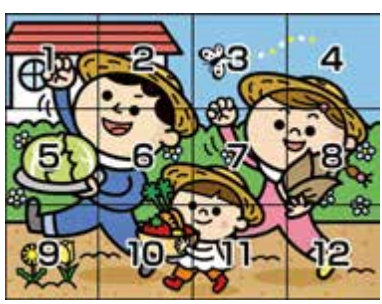
Bのイラストには、Aのイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を左下のイラストの中の数字でお答え下さい。

A



B

出題・イラスト：ゆきたけし



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「玉ねぎ醤油」と「麦まるごとうどん」2袋をプレゼント致します。



3月号まちがいさがしの当選者

3月号のまちがいさがしの答えは「1、4、6、7、11」でした。

正解者21名の中から抽選の結果、下記の方々が当選しました。おめでとうございます。

- ・合田 まゆみさま (上常呂) ・鈴木 撫々子さま (置戸) ・南 春花さま (訓子府)
- ・中川 桃さま (置戸) ・越智 静香さま (留辺蘂) ・中澤 ひさ子さま (置戸)

以上の方々には、JAきたみらいの「玉ねぎうま塩」と「玉ねぎ黒酢入りドレッシング」をプレゼント致します。

新 学期が始まり、皆が進級、我が家でもそれぞれの進級は嬉しい事ですが、道外の学校へ行く子もいて、少し淋しくなるなあと実感しています。皆頑張ってね!!

(匿名希望さん)

4月から新たに様々なことが始まり、不安や大変なことがあるとは思いますが、楽しいこと、嬉しいことも沢山あると思います! 目の前にあることを全力で頑張ってくださいね!

VOICE 読者の声

JAきたみらい概要

(令和8年3月17日現在)

- ・組合員数(正) 1,566人
- ・組合員数(准) 5,348人
- ・組合員戸数(正) 807戸
- ・貯金 117,917百万円
- ・貸出金 14,513百万円
- ・出資金 5,090百万円