

目次 Contents

| | |
|----------|---|
| 酪対活動 | 2 |
| 青年部活動 | 3 |
| 営農対策情報 | 4 |
| 酪農試験場通信 | 5 |
| 別海高校活動報告 | 6 |
| 販売通信 | 7 |

| | |
|-------------------------|----|
| 生乳課情報 | 8 |
| 女性のつどい | 9 |
| 占い・脳トレ | 10 |
| 理事会の動き・乳質乳価 | 11 |
| 厚生連からのお知らせ | 12 |
| インフォメーション (ミルクレシピ・新人紹介) | 13 |
| クロスワード | 14 |

ロールパックメッセージ作成しました



中春別
酪農対策
協議会

農林水産省および 国会議員への中央要請

令和8年度農林水産予算概算要求に係る意見交換
並びに国会議員への中央要請を実施



中春別酪農対策協議会（上田泰治会長）による農政運動を8月5日(火)～8月7日(木)にかけて実施いたしました。

令和8年度農業関係予算に係る中央要請運動として農業予算確保に向けた各種対策への提言や要望等を限られた時間の中で精力的に実施いたしました。農林水産省畜産局との意見交換では上田会長より当地区の近況や概要について説明を行い、畜産クラスター事業の補助要件の拡大・緩和、飼料価格安定制度の見直し、後継者不足と担い手育成対策の強化、牛乳・乳製品の消費拡大対策等について意見交換をおこないました。

国会議員への要請については、道内選出の衆議院議員および参議院議員を中心に要請をおこない、畜産クラスター

ター事業の補助要件の拡大・緩和、後継者不足と担い手育成対策の強化、牛乳・乳製品の消費拡大対策等について要請をいたしました。

（要請者）

中春別酪農対策協議会

会長 上田 泰治

副会長 紫藤 有策

J A 中春別

理事 山崎 浩二

理事 小湊 剛史

事務局 天野 拓弥 計5人

ロールパックメッセージを製作

当日は天候にも恵まれ、周辺の草刈り・ロールの積み作業・文字貼りといった一連の作業を実施。ロールを65個使い、迫力あるメッセージが仕上がりました。



**牛から人へ
おいしい牛乳を
人から牛へ
感謝の気持ち**を

中春別小学校
高野七翠さん

青年部消費拡大事業の一つロールパックメッセージの製作を8月12日から14日(休)にかけて行い、完成しました。標語の考案は中春別小学校、中学校の皆さんにご協力いただき、次のように決まりました。





1 根室管内の乳代と乳質乳代の状況

主な収入源である、生乳の収入は乳代（総支払乳代：円/kg）×乳量で計算されます。乳代（総支払乳代）は、成分乳代（乳脂肪と無脂固形分）と乳質乳代（生菌数と体細胞数）に補給金・集送乳調整金を合わせた合計です。

根室管内農家毎の乳代（総支払乳代）と乳質乳代の分布を見てみました。

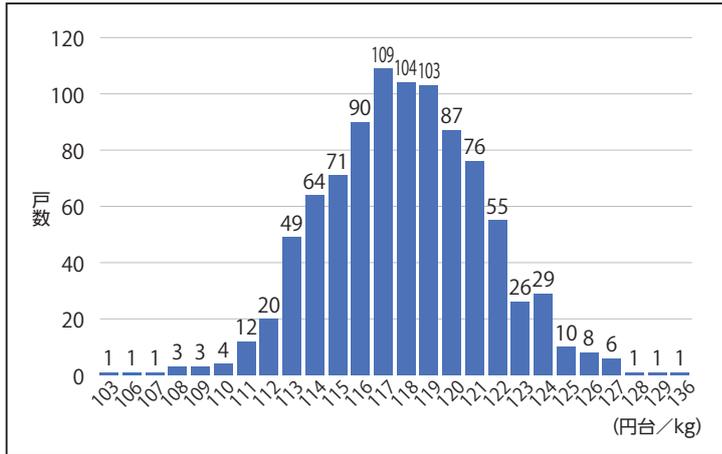


図1 R7年6月根室管内の乳代の分布
(共販経費控除前、消費税・補給金込、円未満切り捨て)
情報提供：ホクレン中標津支所

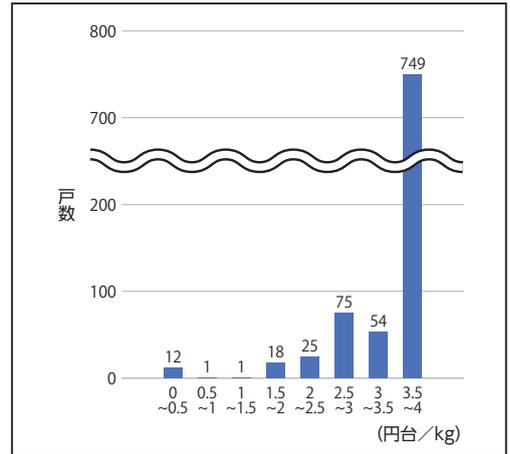


図2 R7年6月根室管内の乳質乳代の分布
(小数点第一位以下切り捨て)
情報提供：ホクレン中標津支所

令和7年6月のデータ（図1）をみると、乳脂肪と無脂固形分が高く乳代が136円の農家もあります。戸数が20戸以上の乳代で見ると、112円から124円と12円の差がありました。

乳質乳代（円/kg）は多くの農家で最大の4円ですが、0円以上3.5円未満の農家は186戸ありました（図2）。根室管内の2割の農家が乳質乳代で50～200万円の損をしています。

2 乳質改善による乳代収入の向上の効果

乳質乳代は、バルク乳（3旬）の生菌数と体細胞数で決まります（表1）。

先月号で、乳房炎に罹患することで、乳量の損失が起きると記載しました。乳質改善により、乳量の損失が減少すると出荷乳量が上がります。さらに、もし乳質乳代が毎月2円の方が4円に改善すると、生乳1t当たり2,000円の収入増、年間500t出荷されていれば、100万円の収入増となります。

表1 乳質ランク別の生乳kg当たりの単価

| | | 生乳kg当たり単価 | |
|---------|------|-----------|-----------|
| 乳質ランク内訳 | 生菌数 | ランク1 | 2.00円/kg |
| | | ランク2 | 0.00円/kg |
| | | ランク3 | -3.00円/kg |
| | 体細胞数 | ランク1 | 2.00円/kg |
| | | ランク2 | 1.00円/kg |
| | | ランク3 | -2.00円/kg |

乳代収入の底上げにより、収入を増やしませんか？

次回は、衛生的乳質改善シリーズ③
正しい搾乳手順（前搾りとオキシトシンの分泌）です、ぜひご覧ください！



①堆肥、スラリー・尿液肥に含まれる肥料成分の推定法

家畜が排泄したふんと尿は、処理方法の違いにより堆肥、スラリー、尿液肥に大別されます。ふん尿処理物中の肥料成分含有率は貯留方法や期間、貯留施設の構造によって異なります。そのため、ふん尿処理物の施用に伴う効果を正確に評価するためには、施用するふん尿処理物を分析し、実際の肥料成分含有率に応じて施肥量を適正化することが推奨されます。

ふん尿処理物の肥料成分含有率を得るには化学分析を依頼するのが最も正確ですが、結果の入手に時間と費用を要します。そこで、より短時間かつ低コストに成分含有率を把握するため、北海道内の一般的な堆肥、スラリーおよび尿液肥を対象として、電気伝導率（EC）と乾物率（DM）を用いた簡易推定式が提案されています。なお、その詳細は「北海道施肥ガイド2020」（<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ns/shs/clean/index.html>）に掲載されています。ただし、搾乳施設等の排水が混合された薄いスラリーでは、化学分析値と差がある事例があったことから、推定式の精度について確認しています。

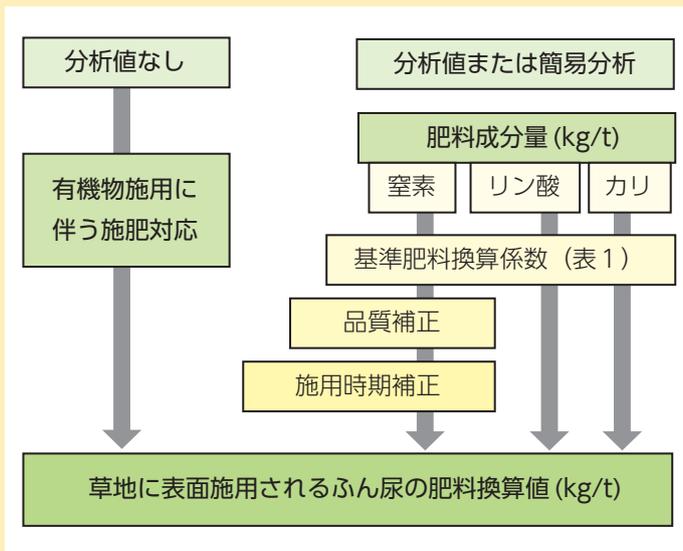


図1 家畜ふん尿を肥料換算する手順

②草地における環境保全に配慮した家畜ふん尿の有効利用法

ふん尿処理物に含まれる肥料成分のうち、実際に牧草へ供給される肥料換算値を求める手順を図1に示しています。

簡易推定式等で肥料成分含有率を得ている場合は、図1の右側の手順に従い、ふん尿処理物の肥料分量に基準肥料換算係数（表1）を乗じて窒素、リン酸およびカリの肥料換算値を求めます。ただし、窒素の効き方は、ふん尿処理物の品質や施用時期等により変動するため、基準肥料換算係数に加え、品質補正、施用時期補正の係数を乗じて求めます。なお、窒素の品質補正と施用時期補正の係数については「北海道施肥ガイド2020」に掲載されています。一方、ふん尿処理物の分析値が得られなかった場合（図1の左側）のため、有機物施用に伴う施肥対応として標準的な肥料分量についても「北海道施肥ガイド2020」に掲載されていますが、できる限り事前に成分含有率の把握することを推奨します。

ふん尿および化学肥料による窒素の過剰施用は、牧草の倒伏を増加させるほか、地下水、河川水を汚染する危険があります。また、カリの過剰施用は牧草のミネラル組成を悪化させます。このような養分の過剰施用を回避するためには、ふん尿の年間施用量を、窒素、リン酸、カリのいずれについても、対象とする草地が必要とする肥料分量を超えないように設定します。そこで不足する肥料成分を化学肥料で補給することとします。

表1 乳牛ふん尿処理物の基準肥料換算係数

| 種類 | 窒素(N) | | リン酸(P ₂ O ₅) | | カリ(K ₂ O) | |
|------|-------|-----|-------------------------------------|-----|----------------------|-----|
| | 当年 | 2年目 | 当年 | 2年目 | 当年 | 2年目 |
| 堆肥 | 0.2 | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.7 | 0.1 |
| 尿液肥 | 0.8 | 0 | 0 | 0 | 0.8 | 0 |
| スラリー | 0.4 | 0 | 0.4 | 0 | 0.8 | 0 |

注1 最終番草利用後に施用する場合、当年とは施用翌年を指す

注2 固液分離液とメタン発酵消化液はスラリーに準じる



北海道別海高等学校 酪農経営科・専攻科だより

9月号

●【酪農経営科】JA道東あさひミルクハウスの塗装塗り実習

7月22日(火)に3年生がミルクハウスの塗装塗り替えを行いました。

生徒たちは、暑い中、手をペンキまみれにしながらい生懸命に頑張ってくれました。



ミルクハウス塗装の様子

実習に参加した平賀空さん(中央中学校出身)は、「自分たちがよく利用するミルクハウスがこのたび別海町の観光名所となる目立つ場所となり、その工程に携わることができてとても嬉しいです。ペンキ塗りは、とても暑かったですが、学校祭で学んだことを活かし、みんなで協力してできて良かったです。卒業してからも牛柄に塗ったのは自分たちだと胸を張って自慢したいです。」と話してくれました。

●【酪農経営科】令和7年度日本学校農業クラブ北海道連盟全道技術競技大会に参加しました!

8月7日(木)に岩見沢農業高等学校を当番校として行われた、令和7年度日本学校農業クラブ北海道連盟全道技術競技大会に3年生5名、2年生2名、1年生1名計8名が本校の代表として参加しました。



参加生徒の様子

大会当日は朝から緊張した面持ちを見せていましたが、生徒たちは、各競技に真剣に取り組み、当番校のおもてなしに顔をほころばせていました。

農業鑑定競技(畜産)

優秀賞 3年 武藤 匠馬さん(厚床中出身)

家畜審査競技(乳牛)

優秀賞 3年 木村 滉起さん(上西春別中出身)

農業鑑定競技で入賞した武藤さんは、10月に山梨県で行われる全国大会へ出場します。

武藤さんは、「全道技術競技大会では、自分の能力で何問解けるか、とても不安でしたが、夏休み中の勉強会に参加したおかげで入賞を果たすことができました。全国大会でも入賞できるよう頑張りたいです。」と全国大会への意気込みを話してくれました。

●【専攻科】第4回酪農現地研修会

7月28日(月)に第4回酪農現地研修会がありました。

今回は、株式会社井出牧場へ視察に行きました。井出牧場は、酪農から黒毛和牛の繁殖へ切り替えた牧場です。繁殖200頭、肥育1頭、後継牛合わせて390頭を飼育していました。現在は、繁殖をメインで行っていますが、乳用牛飼育から和牛飼育へ切り替えたため、搾乳室を哺育舎にするなど、牛舎の利用を工夫していました。



牧場視察の様子

また、和牛能力共進会へ出品した牛も見せていただきました。共進会へ出品する牛は、エサにこだわっており、乾草をカッティングマシンで細かくすると話していました。乾草を細かくすることで牛の肋が張るとのことでした。

学生の家とは違った経営の和牛農家だったため、学生は興味を持ちたくさん質問をしていました。とても勉強になる研修となりました。

●【専攻科】学生の牧場巡回指導を行いました

7月29日(火)に、1年目学生の野田隆世さんの牧場へ巡回指導を行いました。野田牧場では、搾乳牛54頭、乾乳牛10頭、合わせて64頭を飼育していました。牛舎は繋ぎ飼いの牛舎で、対尻式となっていました。



学生牧場巡回の様子

草地面積は、約50haあり、搾乳後の朝・晩に放牧させていました。

基礎研究では、乳量や乳質が大きく変動してしまう原因や乳房炎を減らすための研究に取り組んでいました。実際に乳質や乳量などを記録し、気温や湿度と乳量の相関があるかについて調べていて、学生の熱心な取り組みがよく分かった牧場巡回となりました。



令和7年8月(雄)

(上場頭数4頭以上、税抜価格)

| 種雄牛 | 合計頭数 | 平均体重 | 平均日令 | 平均価格 | DG | 日齢単価 |
|-----------|------------|-----------|-----------|----------------|-------------|--------------|
| 1 福勝鶴 | 11 | 52 | 14 | 214,455 | 3.87 | 15,832 |
| 2 千寿剣 | 14 | 48 | 12 | 176,000 | 3.95 | 14,580 |
| 3 飛鳥姫 | 4 | 47 | 14 | 173,750 | 3.38 | 12,636 |
| 4 秋忠平 | 7 | 53 | 9 | 163,000 | 6.05 | 18,705 |
| 5 北美津久 | 33 | 54 | 12 | 159,485 | 4.61 | 13,706 |
| 6 咲早桜5 | 12 | 52 | 12 | 158,417 | 4.27 | 13,110 |
| 7 勝久桜 | 8 | 49 | 14 | 158,125 | 3.58 | 11,500 |
| 8 博紅葉 | 27 | 51 | 12 | 150,148 | 4.29 | 12,590 |
| 9 峰勝姫 | 5 | 43 | 12 | 149,800 | 3.66 | 12,695 |
| 10 勝金幸 | 28 | 48 | 11 | 144,429 | 4.19 | 12,598 |
| 11 花福姫 | 15 | 50 | 13 | 142,867 | 3.79 | 10,823 |
| 12 北美津豊 | 28 | 52 | 12 | 141,821 | 4.35 | 11,961 |
| 13 哲重 | 24 | 50 | 17 | 140,667 | 2.93 | 8,254 |
| 14 拓忠平 | 8 | 45 | 15 | 139,000 | 3.00 | 9,345 |
| 総計 | 593 | 48 | 14 | 137,359 | 3.43 | 9,739 |
| 15 満天太郎 | 5 | 53 | 17 | 135,600 | 3.17 | 8,169 |
| 16 銀恣 | 22 | 45 | 11 | 135,409 | 4.12 | 12,361 |
| 17 北小糸 | 25 | 49 | 15 | 131,720 | 3.31 | 8,876 |
| 18 鉄晴幸 | 83 | 48 | 14 | 131,012 | 3.37 | 9,122 |
| 19 喜亀平 | 14 | 45 | 13 | 130,357 | 3.49 | 10,027 |
| 20 奥晴花 | 50 | 47 | 13 | 129,880 | 3.70 | 10,292 |
| 21 美津金幸 | 32 | 51 | 24 | 129,750 | 2.15 | 5,507 |
| 22 福美国 | 11 | 48 | 14 | 127,545 | 3.52 | 9,291 |
| 23 奈緑 | 24 | 42 | 13 | 123,292 | 3.24 | 9,454 |
| 24 勝美糸 | 5 | 39 | 14 | 122,200 | 2.80 | 8,855 |
| 25 北宝翔 | 5 | 44 | 14 | 116,400 | 3.25 | 8,559 |
| 26 百合美 | 25 | 46 | 16 | 116,120 | 2.95 | 7,463 |
| 27 百合芳 | 4 | 52 | 26 | 112,000 | 2.04 | 4,392 |
| 28 満天桜 | 13 | 48 | 23 | 109,692 | 2.12 | 4,867 |
| 29 花之福 | 6 | 45 | 18 | 107,833 | 2.47 | 5,882 |
| 30 愛之国 | 7 | 36 | 9 | 76,571 | 4.02 | 8,645 |

参考

| | | | | | | |
|--------|---|----|----|---------|------|--------|
| 勝早桜5 | 1 | 52 | 9 | 203,000 | 5.78 | 22,556 |
| 百合幸 | 1 | 49 | 12 | 191,000 | 4.08 | 15,917 |
| 花勝55 | 1 | 53 | 10 | 172,000 | 5.30 | 17,200 |
| 福之鶴 | 2 | 44 | 11 | 170,000 | 4.14 | 16,190 |
| 奈津百合55 | 1 | 47 | 17 | 168,000 | 2.76 | 9,882 |
| 姉久姫 | 1 | 66 | 37 | 167,000 | 1.78 | 4,514 |
| 秋光花 | 1 | 46 | 10 | 167,000 | 4.60 | 16,700 |
| 英貞 | 2 | 39 | 11 | 162,500 | 3.50 | 14,773 |

令和7年8月(雌)

(上場頭数5頭以上、税抜価格)

| 種雄牛 | 合計頭数 | 平均体重 | 平均日令 | 平均価格 | DG | 日齢単価 |
|-----------|------------|-----------|-----------|----------------|-------------|--------------|
| 1 北美津久 | 59 | 51 | 16 | 192,288 | 3.26 | 12,372 |
| 2 福勝鶴 | 19 | 48 | 12 | 179,474 | 4.18 | 15,571 |
| 3 福之姫 | 5 | 54 | 15 | 173,600 | 3.49 | 11,273 |
| 4 千寿剣 | 12 | 51 | 13 | 167,000 | 3.95 | 12,929 |
| 5 花福姫 | 15 | 50 | 16 | 136,400 | 3.03 | 8,351 |
| 6 哲重 | 19 | 47 | 16 | 126,158 | 2.99 | 8,071 |
| 7 鉄晴幸 | 68 | 45 | 13 | 125,441 | 3.55 | 9,861 |
| 8 咲早桜5 | 22 | 47 | 12 | 124,727 | 3.87 | 10,239 |
| 総計 | 577 | 45 | 14 | 118,414 | 3.14 | 8,180 |
| 9 秋忠平 | 8 | 51 | 15 | 117,125 | 3.38 | 7,808 |
| 10 拓忠平 | 15 | 45 | 15 | 116,400 | 3.00 | 7,726 |
| 11 勝美糸 | 6 | 43 | 10 | 116,167 | 4.54 | 12,228 |
| 12 北美津豊 | 30 | 46 | 13 | 113,000 | 3.54 | 8,670 |
| 13 銀恣 | 23 | 43 | 12 | 110,391 | 3.64 | 9,335 |
| 14 勝金幸 | 17 | 44 | 14 | 104,118 | 3.07 | 7,224 |
| 15 北小糸 | 26 | 47 | 18 | 103,000 | 2.57 | 5,614 |
| 16 百太 | 7 | 50 | 19 | 102,714 | 2.71 | 5,531 |
| 17 博紅葉 | 11 | 45 | 11 | 101,273 | 4.27 | 9,603 |
| 18 喜亀平 | 13 | 41 | 12 | 96,769 | 3.50 | 8,222 |
| 19 福美国 | 7 | 46 | 16 | 96,714 | 2.93 | 6,099 |
| 20 奈緑 | 20 | 40 | 14 | 91,150 | 2.92 | 6,605 |
| 21 糸勝百合 | 9 | 48 | 12 | 89,000 | 3.86 | 7,216 |
| 22 奥晴花 | 56 | 42 | 15 | 88,625 | 2.84 | 5,965 |
| 23 美津金幸 | 6 | 49 | 26 | 79,000 | 1.84 | 3,000 |
| 24 百合美 | 15 | 44 | 17 | 77,867 | 2.51 | 4,458 |
| 25 満天桜 | 16 | 43 | 17 | 73,813 | 2.48 | 4,295 |
| 26 北宝翔 | 8 | 39 | 16 | 73,013 | 2.44 | 4,636 |
| 27 百合芳 | 6 | 35 | 10 | 64,667 | 3.62 | 6,690 |
| 28 愛之国 | 8 | 34 | 9 | 61,750 | 3.74 | 6,767 |
| 29 花之福 | 6 | 36 | 14 | 48,667 | 2.68 | 3,605 |

参考

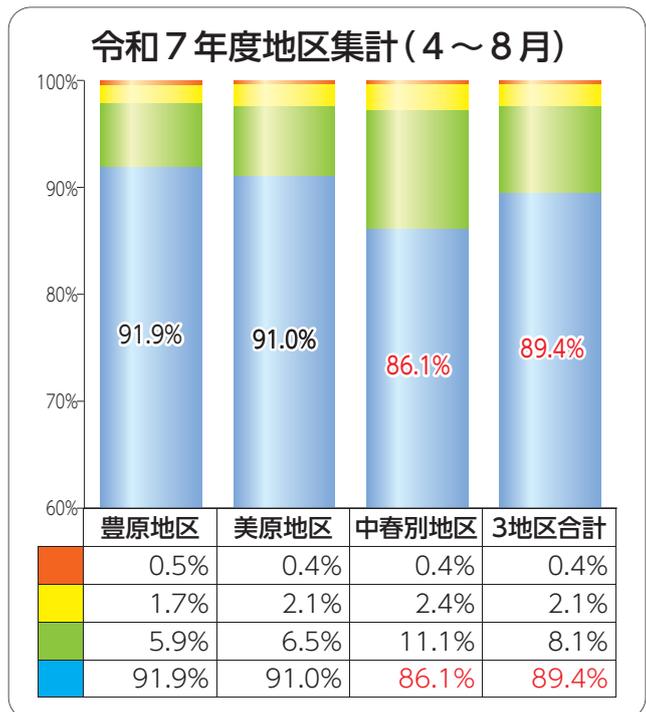
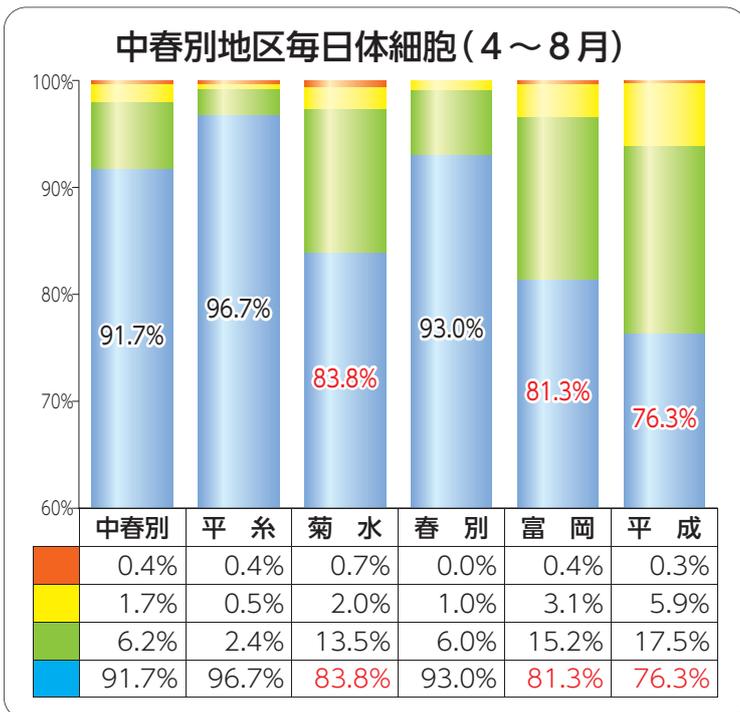
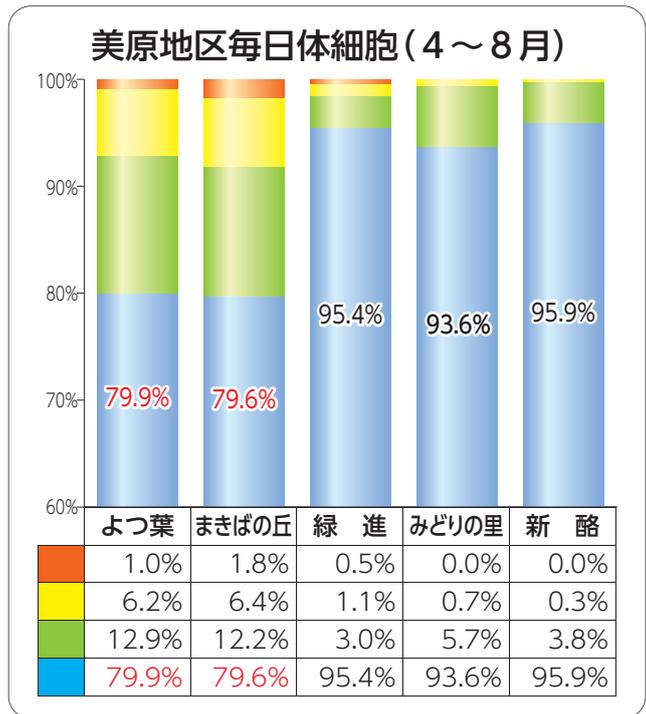
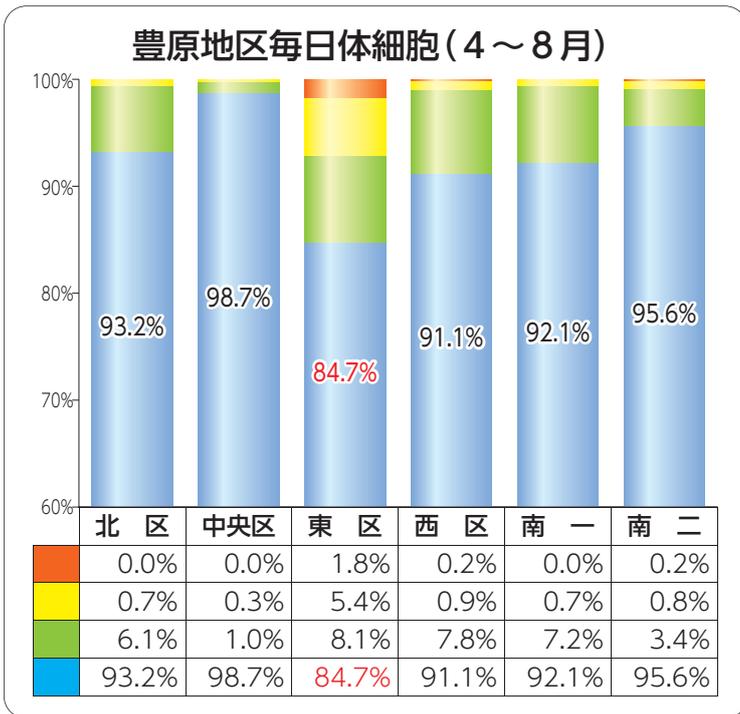
| | | | | | | |
|--------|---|----|----|---------|------|--------|
| 鈴音 | 1 | 46 | 7 | 227,000 | 6.57 | 32,429 |
| 飛鳥姫 | 1 | 45 | 14 | 194,000 | 3.21 | 13,857 |
| 暁之藤 | 2 | 42 | 10 | 187,000 | 4.42 | 19,684 |
| 満天太郎 | 1 | 55 | 21 | 174,000 | 2.62 | 8,286 |
| 峰勝姫 | 2 | 45 | 11 | 171,000 | 4.09 | 15,545 |
| 福之鶴 | 1 | 46 | 9 | 170,000 | 5.11 | 18,889 |
| 秋光花 | 1 | 46 | 13 | 150,000 | 3.54 | 11,538 |
| 幸照鶴 | 1 | 44 | 13 | 149,000 | 3.38 | 11,462 |
| 姫楽福 | 2 | 55 | 8 | 144,500 | 7.27 | 19,267 |
| 隆之姫 | 2 | 43 | 15 | 144,000 | 2.93 | 9,931 |
| 奈津百合55 | 2 | 45 | 16 | 140,500 | 2.78 | 8,781 |

| ミルクドクター 使用率(8月) | 豊原 | 美原 | 中春別 | 全体計 |
|--------------------|-------|-------|-------|-------|
| | 89.7% | 89.5% | 77.4% | 84.8% |

| 令和7年8月31日現在 | JA中春別発生 | 管内合計件数 |
|-----------------------|---------|--------|
| 抗菌性物質混入事故 | 0件 | 3件 |
| 生菌による汚染事故 | 0件 | 0件 |
| 異物混入、加水、 血乳による汚染事故 | 1件 | 1件 |
| 異臭、異常風味による 汚染事故 | 0件 | 0件 |

**丁寧な乳頭清拭！
確実なディッピング！
基本を守って良質乳生産を！**

良質生乳生産推進委員からの標語



凡例： ■ 50.5万以上 ■ 40.5~50.4 ■ 30.5~40.4 ■ 30.4万以下

第53回

酪農女性 のつどい



女性の健康～身体との対話と心の潤い～

10月22日(水)

時間 11:00～14:00

(受付10:30～)

場所 別海町生涯学習センター(みなくる)

昼食(お弁当)
託児サービス
あります!

参加
無料

午
前
の
部

講演 「女性のための健康診断の読み方」

助産院ハイジア 代表 佐藤みはる 先生

長年、大学病院で助産師として女性の健康に携わってこられた佐藤先生から、実際の健康診断の結果を使った読み解き方の実践と、それを踏まえたセルフケアの方法を教えてくださいます!

午
後
の
部

講座 「アロマの香りで心も身体もリラックス」

合同会社リンデンフラワー 荒谷智子 先生

アロマを用いた香り分析と、好きな香りのアロマオイルをご自身で調合し、それを使ったアロマクラフト体験を行います!
(作る物はアロマクリーム、ヘアオイル、アロマミストから申込時に選択)

- 参加対象 町内在住の酪農業に携わっている女性と酪農研修生
- 持ち物 ご自身の最新の健康診断結果(無くても大丈夫です!)
- 申込先 各JA または 別海町産業振興部農政課
- 申込締切 令和7年10月1日(水)
- 託児 無料の託児サービスをご用意していますので、申込時お知らせください。

■お問い合わせ先:別海町産業振興部農政課 0153-74-9251/nousei@betsukai.jp

■主催/別海町・別海町酪農女性のつどい実行委員会

■後援/道東あさひ農業協同組合、中春別農業協同組合、計根別農業協同組合、別海町女性農業士会、根室農業改良普及センター



牡羊座
3/21~4/19

全体運 しばらくの間、肩の荷を下ろせます。この機会にできることをやっておきましょう。次の一手を考えての行動が吉

健康運 疲れたら休憩を。持病の再発に気を付けて

幸運の食べ物 サツマイモ



牡牛座
4/20~5/20

全体運 順調な進展が見られます。様子を見ながら緩めのペースが◎。レジャーにはこだわって。人気スポットにツキ

健康運 水分をしっかりと取って。トイレは我慢しないこと

幸運の食べ物 ツルムラサキ



双子座
5/21~6/21

全体運 判断力は素晴らしい時期ですが、周囲があなたのスピードに付いていけないかも。気配りを見せると成果が出ます

健康運 よく保湿して肌のコンディションをキープ

幸運の食べ物 ナス



蟹座
6/22~7/22

全体運 良好運ですが欲張りになってしまいがち。趣味を楽しんだら次は仕事とめりはりをつけて。講習会には参加を

健康運 気にし過ぎは良くありません。気分転換を

幸運の食べ物 サトイモ



獅子座
7/23~8/22

全体運 周囲からの助けもあり思いの外スムーズに進みます。感謝の気持ちを示しつつ手を取り合ってください

健康運 かぶれそうなものは遠ざけて。風邪予防が◎

幸運の食べ物 ブドウ



乙女座
8/23~9/22

全体運 運勢は吉凶混合。問題が再燃しても慌てないように。より完成度を高めるための試練ですので落ち着いて対処を

健康運 運動不足に気を付けて。友人とのスポーツが◎

幸運の食べ物 栗



天秤座
9/23~10/23

全体運 上昇運。強い反発は次第に収まってきます。意見は丁寧に伝えましょう。感情的にならないければ好結果をゲット

健康運 睡眠をしっかりと取って。目を大切にしましょう

幸運の食べ物 マツタケ



蠍座
10/24~11/22

全体運 調和が取れるようになり大きく進展。気負わずに淡々と役目を果たして。周囲があなたの価値に気付きます

健康運 靴は履きやすさを優先。転びにくいものを選んで

幸運の食べ物 チンゲンサイ



射手座
11/23~12/21

全体運 きしんだ歯車に悩まされがち。自分だけで解決するのは難しいので時期を待って。目的を共有できる仲間づくりを

健康運 衣服はぴったりのサイズに。肩凝り対策を

幸運の食べ物 マイタケ



山羊座
12/22~1/19

全体運 障害はあるものの乗り越えられます。初志貫徹で計画通り進めましょう。大変でもやりがいのある選択をして

健康運 腰痛は甘く見ないで。サポーターなども活用を

幸運の食べ物 梨



水瓶座
1/20~2/18

全体運 周囲からの支えがあり新たな一歩を踏み出せるでしょう。もやもやしていることがあるなら整理整頓から始めて

健康運 筋トレはやり過ぎず休憩も入れた方が成果あり

幸運の食べ物 シイタケ



魚座
2/19~3/20

全体運 周囲がにぎわう中、取り残されたようになることが。たくさん会話するよう心がけましょう。孤立しなければ前進

健康運 最初は調子が出ませんが次第に解消へ

幸運の食べ物 カボチャ



指さし体操で脳と指の力を鍛えよう

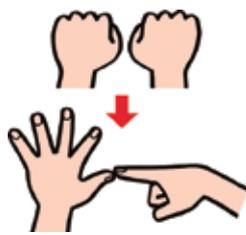
健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

指さし体操で脳の判断力や反射力を使いながら、それぞれの指を伸ばす力を鍛えましょう。

指をしっかりと伸ばせるようになれば、転倒した際にしっかりと手をつくことができます。「指が伸びれば健康寿命も延びる」ともいわれています。

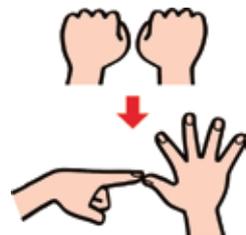
指さし体操

(1)



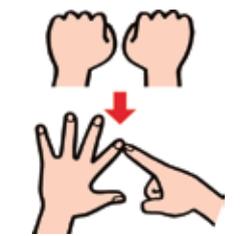
(1)両手をグーにしてから、右手の人さし指でパーにした左手の親指を指します。

(2)



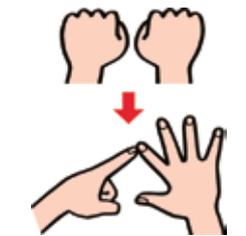
(2)両手をグーに戻してから、左手の人さし指でパーにした右手の親指を指します。

(3)



(3) 両手をグーに戻してから、右手の人さし指でパーにした左手の人さし指を指します。

(4)



(4)両手をグーに戻してから、左手の人さし指でパーにした右手の人さし指を指します。

(1)~(4)をリズムカルに5回程度繰り返しましょう。

※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。

第9回 理事会の動き

令和7年8月27日(水)

報告事項

- 1 組合員の加入について
- 2 人事の発令について
- 3 令和7年度6月末定期監査報告について
- 4 令和7年度6月末子会社財務報告について
- 5 JA中春別夏まつり収支報告について
- 6 令和7年度7月末営農関連実績について
- 7 令和7年度飼料生産基盤立脚型酪農・肉用牛産地支援事業（工サ活事業）について
- 8 第4回根室管内和牛共進会の結果について
- 9 アルコール不安定乳の廃棄状況について

議案

- 1 出資金の減口について
- 2 令和7年度棚卸実査日程（案）について
- 3 令和7年度営農年度財産造成に伴う資金の貸付について
- 4 生乳汚染事故補償互助会の支払について



7月乳質乳価一覧表

| | | | 単価 (円) | 算出基礎 (kg) | 支払乳価 (円) | 前年同期 (円) | 差 (円) |
|--------------|------|------|-----------|---------------|-------------|-------------|----------|
| 乳脂肪分 | | | 1,501.254 | | 59.04 | 45.26 | 13.78 |
| 無脂乳固形分 | | | 624.880 | | 54.79 | 63.53 | -8.74 |
| 生産者補給金 | | | 6.9078 | | 6.91 | 6.88 | 0.03 |
| 集送乳調整金 | | | 2.0747 | | 2.07 | 2.07 | 0.00 |
| 補給金合計 | | | 8.9825 | | 8.98 | 8.95 | 0.03 |
| 乳質 単 価 | 生菌数 | ランク1 | 2 | 321,159,129.5 | 3.66 | 3.68 | -0.02 |
| | | ランク2 | 0 | 16,664,589.9 | | | |
| | | ランク3 | -3 | 558,216.7 | | | |
| | 体細胞数 | ランク1 | 2 | 292,214,107.3 | | | |
| | | ランク2 | 1 | 23,998,107.5 | | | |
| | | ランク3 | -2 | 5,447,599.5 | | | |
| 合計 | | | | 126.47 | 121.42 | 5.05 | |

7月生乳受託実績表

| 項目 | | 単価(円)/(kg) % |
|---------------------|----|--------------|
| 乳脂肪分① | | 59円04銭 |
| 無脂乳固形分② | | 54円79銭 |
| 生産者補給金③ | | 6円91銭 |
| 集送乳調整金④ | | 2円07銭 |
| 脂肪率 | 全道 | 3.93% |
| | 農協 | 4.04% |
| 無脂固形分率 | 全道 | 8.77% |
| | 農協 | 8.77% |
| 成分乳価 (①+②+③+④=⑤) | 全道 | 122円81銭 |
| | 農協 | 124円42銭 |
| 乳質乳価⑥ | 全道 | 3円66銭 |
| | 農協 | 3円67銭 |
| 乳代合計 ⑤+⑥ | 全道 | 126円47銭 |
| | 農協 | 128円09銭 |
| | 差異 | 1円62銭 |



配置薬

新商品&おすすめ商品のご紹介

みなさんの健康と美容のことは気にしていますか？
新しいお取り扱い商品とおすすめ商品を是非この機会にお試しください。

暑い季節の塩分補給と 熱中症対策に

ほどよい塩味とさわやかな
レモン風味のスティックゼリー
夏の塩分補給におすすめです



新商品 健康食品

塩レモンゼリー

15g×60本 4,860円(税込)

販売者/佐藤薬品ヘルスケア株式会社

7つの保湿成分と 3つの温泉成分でお肌しっとり

コラーゲン・ヒアルロン酸等
7つの保湿成分を配合し、
にごり湯タイプで3つの温泉成分



新商品 医薬部外品

草苧譜Ⅳ

1,100g 3,740円(税込)

販売者/富山めぐみ製薬株式会社

発熱や頭痛などのつらい症状に 小さなお子様から大人まで

発熱や頭痛などのつらい症状に効果をあらわす
アセトアミノフェンの錠剤で胃にやさしく、
眠くなる成分も未配合



新商品 第2類医薬品

アセトアミノフェンK錠

36錠 1,100円(税込)

販売者/小林薬品工業株式会社

毎日のお手入れで ハリのある美しい潤う肌へ

シワ改善、シミ対策(美白)・肌荒れ
防止成分や潤いをキープするヒア
ルロン酸などを配合。着色料や香
料など無添加



おすすめ 医薬部外品

美潤肌(びじゅんき)

60g 5,500円(税込)

販売者:佐藤薬品ヘルスケア株式会社

弱った腸を活発にして お通じをやさしく改善

腸を正常に保つセンノシド他、
5種類の生薬成分を配合した便秘薬。
フィルムコーティングを施した錠剤



新商品 指定第2類医薬品

ウエストンSプラス

120g 2,178円(税込)

販売者/小林薬品工業株式会社

弱った胃の機能の衰えを助け 胃腸を整えます

弱った胃の機能の衰えを助け、改善する
消化酵素剤・健胃生薬・整腸剤などを
配合した胃腸薬



新商品 第3類医薬品

パンクターゼ錠A

150錠 2,090円(税込)

販売者/小林薬品工業株式会社



北海道厚生農業協同組合連合会
〒060-0004 札幌市中央区北4条西1丁目1番地
受付時間 平日 8:30~17:00



0120-99-41-93

救急の よい クスリー

JA配置薬
LINE公式アカウント



牛乳をもっと食卓に



おいしい ミルクレシピ

牛乳をプラスして自然な甘さの生地
アサリとニラのスパイシーお焼き

出典●一般社団法人Jミルク「乳和食サイト」



■材料 (2人分・8枚)

- アサリ (むき身)……………90g
- ニラ……………1/2わ
- ①
- カレー粉…………… 小さじ1
- 小麦粉……………80g
- 牛乳…………… 180ml
- 卵…………… 2個
- 塩…………… 小さじ1/5強
- こしょう…………… 少々
- ピザ用チーズ…………… 40g
- サラダ油…………… 適宜

■作り方

- ①アサリは塩水で振り洗いし、さっと湯通しして水気を切る。
ニラは3cmの長さに切る。
 - ②ボウルに①を混ぜ合わせ、アサリ、ニラ、ピザ用チーズを加えて混ぜる。
 - ③フライパンにサラダ油大さじ1/2を熱し、1枚当たり②の1/8量を流し入れて丸く広げる。中火で2、3分焼き、下側が固まったら裏返してこんがりするまで焼く。残りも同様に焼く。
- ※ポン酢しょうゆ、豆板醤 (とうばんじゃん) など好みのたれを付けても楽しめます。

新職員の紹介

試採用期間を終え、新規採用になりました職員を紹介します。



営農部 営農振興課 営農振興係

藤本 佑飛

三ヶ月の試採用期間を経て営農部営農振興課に配属となりました藤本佑飛です。

中標津町出身で中標津農業高校を卒業後1年間野付漁業協同組合に従事していました。

試採用期間中は全部署の業務に携わらせていただきました。携わったことのない仕事が多く大変でしたが上司の方々にサポートしてもらいながら日々の業務を行う事ができました。

9月からは営農部営農振興課で働かせていただきますが、まだ慣れていない事が多くご迷惑をお掛けすると思いますが、少しでも早く業務に慣れ組合員に信頼され自分も社会人として成長できるよう仕事に励んでまいりますので、よろしくお願いいたします。

クロスワードパズル

二重マスの文字をA～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

| | | | | | | |
|---|---|----|----|----|----|----|
| 1 | 6 | | 11 | | 17 | 20 |
| 2 | | | 12 | 15 | | |
| | 7 | 9 | | | | |
| 3 | | | | 16 | 18 | |
| | | 10 | 13 | | | |
| 4 | 8 | | | | 19 | 21 |
| 5 | | | 14 | | | |

正解者の中から抽選で3名の方に乳製品引換券をプレゼント（郵送）いたします。
《応募方法》 営農振興課宛にFAX(76-2341)でご応募ください。
《応募締切》 令和7年9月30日(火)まで

※ご住所・応募者のお名前を必ずご記入ください。記入漏れがありますと、抽選対象から外れる場合もございますのでご注意ください。
 ※ご応募に関して取得した個人情報はこの度の景品の抽選以外には使用いたしません。

9月号のこたえ

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | |
| A | B | C | D |

住 所 〒

名 前

電話番号

返信先: JA中春別 FAX76-2341 (営農振興課)

抽選で3名の方に
乳製品引換券
 をプレゼント!!
 (今月号では「Aコープ商品券(乳製品に限る)」と引き換え)



ヨコのカギ

- 10月の第2月曜日はスポーツの日。以前は一日の日でした
- 祭りのときに引く車
- 雨だよ、すぐに止むさ
- 塩分濃度は低め、麴の割合は高めな味噌
- ドングリがなる木の一種
- 彼女は免許——の腕前だ
- 悪臭を放つことで知られる動物
- 傘がたくさん重なった形の食用キノコ
- ハワイアンの演奏にも使われる弦楽器
- 玄関の上がり——に腰掛けて話した
- 秋にもおいしい紫色の野菜
- 教育、勤労、納税は国民の三大——です

タテのカギ

- お代はいただきません
- 転職をしたいが、いざとなると——を踏んでしまう
- 金箔の生産量第1位の市がある都道府県
- 皿を数えるときに使う言葉
- あえるとパスタが黒くなります
- 落ち葉をかき集める道具
- ハロウィーンの日を楽しむ人もいます
- 役場で——証明を取ってきた
- 薪割りに使う刃物
- 事件はあっけない——を迎えた
- 写生をこうもいいます
- 動物や鳥などの集団

8月号の正解は

A B C D E
ラツカセイ
 でした

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|----|----|---|----|----|----|----|---|
| 1 | ケ | 6 | イ | 10 | ロ | ウ | 15 | シ | 19 | デ |
| 2 | シ | 7 | ツ | 11 | ク | 16 | シ | 20 | ロ | ミ |
| | キ | 8 | コ | 12 | シ | 17 | ク | 21 | セ | |
| | | 9 | カツ | 13 | ラ | 14 | ハ | 18 | マ | |
| 3 | カ | 4 | ン | 5 | キ | ク | 22 | ダ | | |
| 4 | モ | ト | ネ | 15 | シ | 19 | ナ | | | |
| 5 | ク | ウ | 16 | シ | ユ | ツ | 20 | ゴ | | |

当選者発表

たくさんの応募ありがとうございました。
 今回は竹内聖花金融共済課共済係に抽選して頂きました！



- ・末 松 たか子
- ・大 内 尚 子
- ・目 黒 真 由

(敬称略)