

元気いっぱいな
小学生や中学生に
グッズを配布しました!



目次 Contents

青年部・女性部活動	2~4
青年部女性部交流会	5
同志会50周年記念式典	6~7
令和7年度ポジティブリスト	8
酪対活動・国税広報	9
若手職員向け酪農実習	10~12
クロスブリーディング牛が活躍中	13

販売通信	14~15
別海高校活動報告	16
酪農試験場通信	17
営農対策情報	18
生乳課情報	19
理事会の動き・乳質乳価	20
占い・脳トレ	21
クロスワード	22

第74回 全道JA青年部大会

Step For The Future ～つなぐ想い、ひらく未来～

「Step For The Future ～つなぐ想い、ひらく未来～」と題した第74回全道JA青年部大会が12月4日(木)～5日(金)までの2日間において札幌パークホテルにて開催され、当青年部からは3人の部員が参加しました。



北海道農協青年部協議会の高見章太会長より挨拶があり大会が始まりました。

1日目は、「青年の主張発表」と「活動実績発表」が行われ、各地域の代表者が組織での活動内容や、農業や盟友との関わりを通じて感じている熱い思い、これからの目標などの発表が行われました。それぞれ6地区の代表者が発表を行い、青年の主張発表ではJAきたそらち青年部の庄司俊喜さんが最優秀賞に選ばれました。青年部活動実績発表ではJAたいせつ青年部の高橋拓己さんが最優秀賞に選ばれました。

また本大会は農業青年やJA青年部のイメージアップを図るための人材発掘を目的とした「純農BOYオーディション」も並行して行っており、全体懇親会にて催しとしてオーディション参加者による自己紹介が行われ、各地区の代表者は限られた時間の中で、農業や盟友との関わりを通じて感じている熱い思いを話されており、会場は大盛り上がりとなりました。グランプリにはJAのもい青年部天塩支部の丸山将央さ



活動実績発表終了後の全体懇親会では各地区の代表者が集まりアームレスリング大会を行いました。激しく競い合い接戦を繰り広げ、会場は盛り上がっていました。

基調講演後は本大会に移り、表彰式や大会宣言の行程が行われ閉会となりました。

今回の全道大会を通じて得た経験や刺激を生かして、今後の営農・青年部活動がさらに活発になるように努めていきます。



んが輝きました。

2日目は合同会社CGOドットコム 代表 総長バブリー（竹野理香子）氏を講師に招き、「ギャル式ブレスト×農業」と題して基調講演が行われ、盟友一同、今後の酪農の刺激となる貴重なお話をいただきました。

JA中春別青年部新年交礼会

新たな1年の幕開け 力強い青年部活動を！



新年を迎え、農協より西川組合長をはじめとする多くの来賓の方々、中春別酪農対策協議会より上田会長にご出席をいただき、青年部新年交礼会を1月9日(金)に中標津 白木屋で盛会に開催されました。

開催にあたり青野青年部長の挨拶、西川組合長より新年の挨拶をいただき、上田酪対会長の乾杯の音頭で開会いたしました。

乾杯と共に食事をしみながら、新年初顔合わせの部員同士やご出席いただいた来賓の方々と、日々の営

農や酪農状況といった仕事の話や、プライベートな話に華を咲かせ、終始賑やかな雰囲気の中、交礼会が進められました。

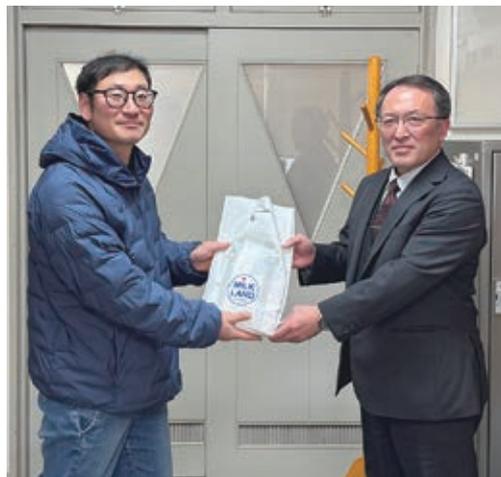
最後に伊藤副組合長よりご挨拶をいただき、一本締めにて新年会の幕を閉じました。

青年部グッズ配布

12月18日(休)青年部では、乳製品消費拡大を目的とした、青年部のグッズ配布を行いました。中春別小学校と中春別中学校にて行い、生徒教員あわせて全159名に配布をしました。

これから小学生、中学生が冬休みに入る時期に冬休み中でも牛乳を消費してほしいという気持ちを込めてフルーチェやミルクランドスプーンなどの袋詰めを行い、小学校、中学校へ配布させていただきました。快くご協力をいただいた両校にはこの場を借りてお礼申し上げます。なお配布したグッズについては終業式前にクラスへ配っていただきました。

これからは青年部では乳製品消費拡大に向けて事業を実施していきますので今後ともよろしくお願ひします。



助け合い、支え合い、知恵を出し合い活動

Y o n g w o m e n ' s D i v i s i o n

女性部

フラワーアレンジ教室

お部屋を彩る作品作り



女性部では12月8日(月)に、LEONの岡美美さんを講師に招き、フラワーアレンジ教室を開催しました。花の種類や特徴、花を長持ちさせる方法を教えていただきました。それぞれイメージを膨らませながら、和気あいあいと花の個性を活かしたデザインでアレンジを楽しみ、世界に一つの素敵な作品を完成させることができました。



女性部

新年交礼会

盛大に開催されました



1月19日(月)にトーヨーグランドホテルにて女性部新年交礼会が開催されました。開会にあたり齋藤部長より挨拶、来賓の西川組合長、上田酪対会長よりご挨拶いただき、大山専務の乾杯のご発声で開会いたしました。美味しい食事を囲みながらご出席いただいた方々と話し、終始笑い声が絶えないなか、値段当てゲームとビンゴゲームを行いました。ビンゴゲームでは参加者全員が景品を受け取ることができ、値段当てゲームは用意された商品の詰め合わせの金額がいくらか予想していただき、参加者に解費用紙への記入をしてもらい、実際の金額と予想金額の誤差が一番小さい人が商品を貰うことが出来ます。誤差9円というピタリ賞までおしい回答もあり、大盛り上がりのか原内副部長の閉会の挨拶にて新年交礼会は終了となりました。

令和8年度

根室地区農協

青年部・女性部部員交流会

令和8年1月15日(休)に根室農業会館で、根室地区農協青年部・女性部交流会が開催されました。久末副会長の司会のもと、根室地区農協青年部連絡協議会小出会長の挨拶により、交流会が開催されました。



まずアイスブレイク「牛乳に合うお菓子選手権」が行われました。事前に決められていた班ごとに交流し、懇親を深めながら牛乳に合うお菓子を選びました。また1位に輝いたお菓子は後日Aマート、

AコープにPOPが掲載される予定です。青年部・女性部が混ざり、お菓子を食べながら交流をし、楽しくランキングを付けました。見事1位に輝いたのは香月堂の厚切りバウムクーヘンでした。



牛乳に合うお菓子選手権が終わった後にはカフェテリア形式の意見交換会が行われました。それぞれ各テーブルにテー

マが割り振られ、各々興味のあるテーブルに移動し、同じ興味を持つ参加者同士で意見交換を行いました。テーマには家の経営についてや後継者や担い手の確保、牛乳と乳製品をもっと使ってもらうにはなど、様々な課題や営農についてのテーマが寄せられていました。意見交換会が終わりに、閉会式で根室地区農協女性協議会相澤会長の挨拶により交流会は幕を閉じました。青年部・女性部ともに自分たちの意見を伝える機会、有意義な意見交換となりました。



中春別乳牛改良同志会 創立50周年記念式典開催

令和7年12月9日(火)に中標津町ホテル秀月にて、中春別乳牛改良同志会の創立50周年記念式典が開催されました。

開会にあたり、寺澤会長より挨拶、来賓を代表し西川組合長及び根室生産連佐藤生産振興課長より祝辞をいただきました。

続いて、創立30周年以降に活躍していただいた歴代会長である、10代会長故山田博和様(平成16年〜24年)、11代目会長竹田潤様(平成25年〜30年)へ寺澤会長より感謝状授与と記念品の贈呈が行われました。

祝宴では、(一社)ジエネティクス北海道小寺所長より乾杯の挨拶をいただき、来賓・会員の皆様が美味しい食事を囲みながら、過去の共進会での出来事や思い出話で大いに盛り上がり終始賑やかな時間となりました。

最後に山田副会長による閉会の挨拶と万歳三唱にて中春別乳牛改良同志会記念式典が終了いたしました。



根室生産連
佐藤生産振興課長



西川組合長



寺澤会長



ジエネティクス北海道
小寺所長



11代目会長 竹田氏



山田副会長





STジャパン 竹田氏



山田光男氏



根室ホルスタイン改良協議会
中川会長



野澤組 高橋氏



令和7年度 ポジティブリスト制度現地巡回

令和7年10月23日・24日の2日間にわたり当組合の職員と関係機関にて、ポジティブリスト制度の記帳確認巡回を行い、重点記帳指導項目のチェックや環境調査を実施しました。また、未記入農場については再度巡回し、記帳確認をしました。

ポジティブリスト制度とは厚生労働省が平成15年の食品衛生法改正により導入された制度で、食品中に残留する農薬や動物用医薬品及び飼料添加物の一定の残留基準を設定する

生産者における取り組み

「生乳生産等の飼養・衛生に関する管理基準」に基づく取り組み

衛生的な生乳生産および安全な生乳の供給を目的として、HACCPの手法を用いた管理基準を策定し、一部法律等の観点から最低限実施すべき項目を重点管理基準として設定しました。

1. 管理基準に沿った生乳生産の実施
2. 重点管理基準に基づく記帳作業

■毎日記帳するもの

- ①ミルカー、バルククーラーの洗浄・消毒実施確認記録
- ①出荷乳量・生乳出荷（廃棄）頭数記録
- ①バルククーラー乳温記録（自記温度計で記録）

■使用、実施、変更または購入の都度記帳するもの

- ②動物用医薬品の投薬記録
- ③農薬使用記録
- ③飼料給与記録
- ③資材交換記録（洗剤・殺菌剤・ディッピング剤）
- ③牛舎消毒および駆除剤等使用記録

■年1回記帳するもの

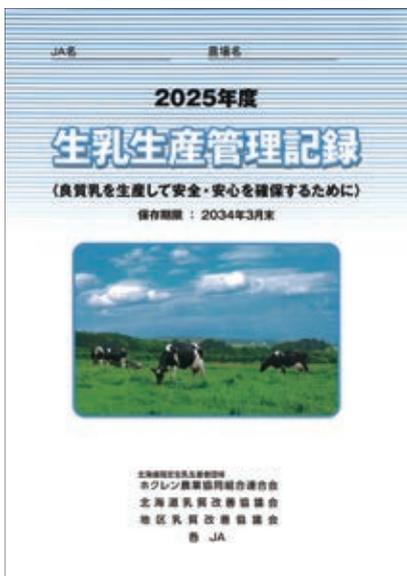
家畜排せつ物発生量等に関する記録

記帳記録保管期間

①生乳生産管理記録	3年
②抗菌性物質使用記録・指示書	3年
③農薬使用記録簿	3年
③搾乳資材交換記録表	3年
③農場内消毒記録	3年
③飼料添加物購入伝票	8年
③給与飼料等記録表	8年

生乳生産管理記録表(1日~15日用)

抗菌性物質使用記録台帳



ことを目的として導入されたものであり、酪農家も含めて広く関連する事業者が守るべき制度となっております。

近年では保健所の検査において、製品化された牛乳から抗菌物質が検出され、製品回収となる大きな事故もあつたため現地検証はより厳しい農場チェックが求められており、記帳・記録されていない場合は行政による調査・指導が入り、廃棄命令(食品流通禁止)が出されるなどの集荷規制も導入されています。

令和7年度 ポジティブリスト現地検証 最終実施率 報告 (全135戸)

重点記帳項目	実施率
1 抗菌物質など動物用医薬品の使用を記録し、保管する(指示書でも可)	100%
2 ミルカー・バルククーラーの洗浄消毒状況を記録し、保管する	100%
3 農薬等の使用量を記録し、保管する(委託業者保管も含む)	100%
4 洗剤・殺菌剤を記録し、保管する	100%
5 消毒薬・駆虫剤の使用量を記録し、保管する	100%
6 購入飼料および飼料添加物の伝票等を保管する(伝票JA保管も含む)	100%
7 給与飼料等記録表に記入している(メニュー表 添付のみでも可)	100%

*赤字は全戸必ず達成していなければならない項目

重点指導項目	実施率
1 ミルカー・バルクの洗浄等は適切な管理・方法で行われている	99.3%
2 抗菌物質の投与牛を隔離しマーキングを行う	100%
3 出荷制限期間を遵守し、必ず確認検査を受ける	100%

農場周辺環境調査 聞き取り結果 (全135戸)

生乳搬出路及び周辺は整備がされ、ローリーの高さに樹木が張り出していない。	良い	97.2%	要改善	2.8%		
畜舎周辺敷地内は、廃棄物などがなく整理整頓がなされている。	良い	94.4%	要改善	5.6%		
畜舎周辺(生乳処理室)の出入り口は、凹凸や泥等がなく整備がされている。	良い	95.8%	要改善	4.2%		
畜舎や生乳処理室の出入り口には、消毒槽が完備され衛生的に管理がされている。	良い	95.1%	要改善	4.9%		
生乳処理室には、廃品やゴミなどの放置がなく必要機材は整理がされている。	良い	93.0%	要改善	7.0%		
バルクやミルカーなどの搾乳機は、衛生的に保守・管理がされている。	良い	97.9%	要改善	2.1%		
生乳処理室の扉や窓などは、開放時網戸などにより虫(ハエ)、猫、鳥などが侵入出来ない構造である。	良い	73.4%	要改善	26.6%		
抗生剤などの治療薬は専用ケースなどで保管され、治療牛は明確(指示書など)に管理がされている。(置き場所が固定されて管理されている)	良い	95.1%	未使用	3.5%	要改善	1.4%
バルク乳のサンプルを採取する時は上のマンホールの蓋を開けて採取しているか。(バルク下の集乳コックから採取するのはNG) (採取時は柄杓等の使用が望ましい)	良い	97.9%	採らない	0.7%	要改善	1.4%

もしも、製品回収となるような事故が発生してその原因が記帳・記録もされていないような管理であった場合は消費者・社会に対しての影響が大きくなり、国内酪農業への影響が計り知れません。

きちんと記帳・記録することで「自分の身を守る」ための証拠となりますので毎日記入する癖を付けましょう。また、農場周辺環境調査結果が、要改善にチェックの付いていた農場については「いつでもどこでも誰に見られてもキレイな農場」であるように常に整理整頓を心がけましょう。

PCによるデータ管理も可能ですので、希望する方は生乳課事務所までUSBメモリをご持参し、お越しく下さい。記録台帳と冊子は毎年3月下旬に封筒で全戸へ郵送しております。



中春別酪農対策協議会

中春別酪農対策協議会（上田泰治会長）では青年部と合同で1月27日（火）～29日（休）にかけて、農林水産省畜産局と今般決定した各種政策について、意見交換会を実施いたしました。

意見交換会では、畜産クラスター事業の運用の柔軟化や資金面における償還期間の延長、粗飼料自給率向上対策として特に公共事業（道営・公社営）における整備前歴の8年縛りについて意見交換を行いました。

限られた時間の中ではありませんでしたが、日頃実感する営農に関する様々な意見や思いをお話することが出来たことと思われまます。

農林水産省畜産局との 意見交換会を実施

（要請者）

中春別酪農対策協議会

会 長 上田 泰治
副 会 長 高野 孝太
副 会 長 中島 哲郎

J A 中春別青年部

副 部 長 遠藤 貢紀

J A 中春別

事 務 局 天野 拓弥
藤本 佑飛

計6人

財産債務調書及び国外財産調書のお知らせ

～ 財産債務調書制度及び国外財産調書制度について ～

令和7年分の財産債務調書及び国外財産調書の提出期限は、**令和8年6月30日（火）**です。

■ 財産債務調書

提出義務者	以下の(1)または(2)に該当する方 (1)所得税の確定申告書を提出する必要がある方又は一定の所得税の還付申告書を提出することができる方で、次の①及び②を満たす方 ①その年分の退職所得を除く各種所得金額の合計額が2,000万円を超える方 ②その年の12月31日においてその価額の合計額が3億円以上の財産又はその価額の合計額が1億円以上の有価証券等を有する方 (2)その年の12月31日においてその価額の合計額が10億円以上の財産を有する居住者の方
提出期限	その年の翌年の6月30日

■ 国外財産調書

提出義務者	居住者の方（非永住者の方を除きます。）で、その年の12月31日においてその価額の合計額が5,000万円を超える国外財産を有する方
提出期限	その年の翌年の6月30日

なお、各調書の提出に当たっては、是非e-Taxをご利用いただきますようお願いいたします。

詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。



財産債務調書制度に関するお知らせ



国外財産調書制度に関するお知らせ

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>

若手職員向け職員酪農実習



若手職員向けの酪農実習が1月下旬から1泊2日の日程で実施されました。酪農実習においては毎年当JAに新規採用された職員がこれから営農と生活をサポートしていく組合員の皆様が生業とする酪農業について毎日どのような作業を行い、生乳を生産し消費者の食卓へ届けているのか自らが体験し酪農の大変さや楽しさを感じてもらうために実施しております。今回5名の職員（中矢拓久職員、荒井衛職員、藤本佑飛職員、鎌田翔伍職員、岩浅瑠碧職員）が未来牧場にて実習を行いました。短い時間ではありましたが、酪農実習を体験した職員にとっては貴重な経験となったことと思います。

実習レポートについて以下の通り掲載いたします。

購買部 購買課 **荒井 衛** (入組1年目)



1月22日から23日の日程で、未来牧場にて酪農実習を行わせていただきました。2日間と短い期間ではありましたが牛の飼料、健康状態記録、清掃と仕事をさせていただき、それぞれに意味があり、乳量の向上へと繋がる大事な作業であると教わりました。私たちは5時30分から牧場での仕事でしたが4時から未来牧場の従業員は給餌を始めていたのは牛と生活を共にしていく酪農家の覚悟と体力に驚かされました。

一日の流れは、餌やり・清掃・搾乳のサイクルで行われました。中でも搾乳が大変でした。初日はコツがつかめずキックノンが装着されているも

のこの恐る恐る絞っていましたが2日目では従業員の教えによってスムーズに前絞り、エアー装着と行えることができました。

今回の実習から何事に対しても恐れずに行うということの大事さを学びました。この学びは今後の農協での仕事でもいえることで今後、積極的に購買課として実習の学びを糧に組合員さんに対して力になれるよう業務に順応していきたいと思えます。

最後になりますが、ご多忙中にもかかわらず丁寧にご指導くださった未来牧場の皆様に、深く感謝申し上げます。ありがとうございました。





1月22日から23日にかけての1泊2日で未来牧場で研修を行いました。22日の実習ではウォーターカップ洗い、エサやり、搾乳などを行いました。エサやりではエネルギー源やタンパク源となる濃厚飼料を与え、スコップ一杯分与える牛や半分しか与えない牛、全く与えない牛もあり、絶対に間違えないよう気を付けて行いました。

搾乳では牛に蹴られることを防ぐため、キックノンを着用し、乳頭を消毒しました。消毒することによって、乳房炎の予防になると学び、その後前絞りを行いました。前絞りでは最初うまく乳が出なく、自分が思っていたよりも難しく手の握る強さが足りなかったり、強すぎたりと感覚が中々掴めず苦戦しました。回数を重ね乳が出てくれるようになると、嬉しく少し楽しさも感じる事が

できました。

23日の実習で仔牛にミルク、エサを与えたり、除糞やハッチの掃除を行いました。

除糞では汚れたわらを綺麗なわらに変え、牛がハッチから出ないように意識しながら、丁寧、速やかに行いました。仔牛のミルクあげでは、仔牛の適切な量や温度、乳首の空気穴の適切な位置などを意識しミルクを作りました。1頭1頭与えるミルクの量が違うので間違えず正しい牛に与えないといけない所など難しさを感じました。

今回の酪農実習ではただ作業を行うだけではなく、丁寧、速やかに行うことが大切だと学びました。

このような貴重な体験をさせていただいたことに感謝を忘れず、今後の自分に活かしていきたいと感じることができました。



1泊2日の日程で私は未来牧場にて酪農実習を行いました。2日間ある酪農研修のうち1日目、朝の9時過ぎに行ったのが餌押しでした。牛に与えて食べる過程で散らばった餌を押し戻して食べさせていたのですが、少し時間を置くとまた散らされてしまったりと大変な仕事であると思いました。餌を押し戻してあげた後には除糞作業を行いました。食べれば食べるほど増えていく糞尿の処理は長く続けていると足腰に負担がかかりましたが、清潔さを保つためには必要不可欠だと思いました。搾乳を行う際には衛生面に気を配って慎重に作業を行いました。乳房・乳頭の消毒作業を徹底し、生乳に異物が混入することの可能性の排除

を徹底しました。

2日目から搾乳や環境整理に加え、哺育舎での子牛の給餌等に携わらせて頂きました。仔牛は生後からどれほど経ったかによって分類され、ミルクや飼料の量を牛によってその都度変更するため細かな記録を取るなどして正確な管理が必要だと思いました。

酪農について今まで聞き馴染みはあるものの、その仕事内容は今までわかりませんでした。実習を通して酪農の大変さを身をもって感じる事ができました。今回のような機会を設けて頂いたということに感謝を忘れることなく、様々な場面でこの経験を生かしていきたいと思えます。





令和8年1月27日～1月28日の2日間で未来牧場にて酪農実習をさせていただきました。この2日間では給餌作業、哺育作業、搾乳作業、除糞作業をやらせていただきました。給餌作業では、牛によって選んで食べる牛もいるため定期的に牛の手前まで餌押しすることできれいに食べてもらえることができるとわかりました。哺育作業では、毎日ハッチの掃除をし、時間帯によって与えるミルクや飼料の量を変え、食べる量を増やしていると知りました。

搾乳作業では、作業中にけがをしないために

キックノンを装着することが大事なこと、プレディッピングにより乳房炎を予防すること、前搾りの時は力任せに搾るのではなく乳頭の付け根部分を掴み搾ると上手くいくことを知りました。

除糞作業では、定期的に除糞することが牛床に糞が残らず滑らなくするために大事な作業だと感じました。

最後に、従業員の方々に親切に指導していただき、各作業内容の重要さ大変さを知ることができました。今回の研修で得た知識と経験を活かして今後の仕事に臨んでいきたいと思いをします。



未来牧場にて1月29日から1月30日の2日間にわたり酪農実習をさせていただきました。

1日目は、給餌作業や飼槽通路の清掃、牛床や通路の除糞作業を行い、その後夕方には搾乳作業に参加させていただきました。エサ寄せのやり方、乳の搾り方やミルクの装着方法などを実際に見学させていただきました実践しました。

2日目は、1日目の作業に加えて早朝作業や哺育作業にも参加させていただき、ミルクの温度を調節して与えていることや、冬作業ならではの保温作業についても教えていただきました。また、フレッシュチェックや妊娠鑑定などどのような事を行っているか見学させていただきました。

全体を通して、基本的な酪農作業を体験させていただき、エサ寄せにもエサを少し舞わせることで牛の嗅覚を刺激するようにし、一番食べやすい

場所に置いてあげるなど、1つ1つの作業に細かい気配りがあって成り立つ作業なのだと実感しました。搾乳作業については牛によって分娩してすぐの牛と、分娩後日数が経っている牛とでは、前搾り時の乳の出やすさが違い、1頭の搾る感覚の違いにかなり苦戦をしました。

今回、2日間という短い間ではありましたが、酪農体験に参加させていただき、酪農作業を知識として知っていても実際に体験することで、作業の大変さ各作業の行う理由について理解を深める事ができ、大変学びが多い機会となりました。

最後になりますが、友貞専務を始め、従業員の皆様、質問等多くさせていただきましたが作業中にもかかわらず丁寧にご回答くださりありがとうございました。今回学んだ体験を今後の仕事に活かしていきたいと思いをします。



クロスブリーディング牛が活躍中

なかしゅんべつ未来牧場酪農研修センターにおけるクロスブリーディングの取り組みでは、令和4年1月の初誕生以来、順調に繁殖を繰り返し、現在は搾乳牛2頭、育成牛3頭になっています。

令和7年9月にはホルスタイン×モンベリアード=♀×エアーシャ=♀×ホルスタイン=♀「0623」が誕生し、品種間交配牛（三元交配）としてすくすくと育っています。

どの牛も気質はおとなしく人懐っこくて優しい性格です。飼育管理では採食量が旺盛で、仔牛の段階から耐病性に優れ、繁殖も精選別による受胎も良く、後継牛確保に結び付いています。

搾乳能力は同居牛と比べ乳成分は若干落ちるものの、乳量については初産検定成績（305日間成績）で、2頭とも10,000㎏を超えるなど、予想以上の成績となっています。

令和8年にはホルスタイン×モンベリアード=♀×ホルスタイン、ホルスタイン×モンベリアードの2頭が分娩予定で、さらに品種間交配牛が増頭する予定です。

今後は、特注精液を確保しながら牛群を増やし、新たな血統として生産性を向上させていくとともに、随時情報を発信してまいります。



「0304」

「アップル」初産時の乳房



「0304」

ホルスタイン×モンベリアード
2022.2.14生「アップル」
検定成績 305日間成績 乳量10,346
乳脂肪3.75 蛋白3.21 無脂固形率8.63



「0303」

ホルスタイン×モンベリアード
2022.1.30生「ヨダー」
検定成績 305日間成績 乳量10,063
乳脂肪3.70 蛋白3.38 無脂固形率8.80



「0545」

ホルスタイン×モンベリアード
×エアーシャ
2025.1.7生「チャコRED」



「0475」

ホルスタイン×モンベリアード
×エアーシャ
2023.12.17生「チャコ」



「0494」

ホルスタイン×モンベリアード×
エアーシャ
2024.2.29生「♂」



「0545」

人懐っこいチャコRED



「0623」

ホルスタイン×モンベリアード
×エアーシャ×ホルスタイン
2025.9.23生「トロワ」



「0588」

ホルスタイン×モンベリアード×
ホルスタイン
2025.5.28生「パンダ」

令和7年12月(雄)

(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 飛鳥姫	9	51	14	174,667	3.69	12,677
2 千寿剣	11	54	15	169,273	3.62	11,285
3 花之福	5	55	12	159,400	4.63	13,508
4 咲早桜5	19	53	12	143,263	4.48	12,044
5 姉久姫	6	48	13	140,167	3.71	10,782
6 福勝鶴	11	51	12	137,364	4.27	11,447
7 満天太郎	7	54	17	130,571	3.22	7,812
8 北美津久	72	53	14	128,319	3.79	9,267
9 秋忠平	8	54	13	126,750	4.30	10,140
10 満天桜	7	52	12	122,429	4.16	9,851
11 銀忍	34	50	13	122,324	3.94	9,627
12 鉄晴幸	57	51	13	121,754	3.88	9,341
13 博紅葉	26	50	11	121,423	4.45	10,738
14 花福姫	15	50	11	121,200	4.60	11,222
15 勝金幸	30	50	13	117,503	3.72	8,769
総計	580	50	14	116,298	3.51	8,182
16 喜亀平	13	45	11	112,846	3.89	9,846
17 北美津豊	35	51	16	109,314	3.24	7,020
18 北小糸	20	52	16	105,700	3.27	6,711
19 奥晴花	57	47	14	104,947	3.29	7,322
20 北美咲	8	50	19	104,125	2.68	5,628
21 哲重	12	47	15	94,333	3.12	6,324
22 奈緑	21	43	18	84,905	2.46	4,806
23 勝久桜	15	49	16	83,800	3.04	5,194
24 勝俊桜	9	43	11	82,778	3.94	7,602
25 百合美	29	49	22	77,483	2.22	3,484

令和7年12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 福勝鶴	5	59	24	182,600	2.45	7,545
2 北美津久	70	49	14	178,300	3.56	12,867
3 千寿剣	16	48	12	148,813	3.92	12,086
4 福之姫	10	50	12	144,700	4.08	11,861
5 姉久姫	6	49	17	140,333	2.94	8,420
6 鉄晴幸	75	48	14	124,547	3.34	8,593
7 花福姫	21	50	13	123,476	3.70	9,228
8 峰勝姫	9	44	14	114,889	3.07	8,078
9 北美津豊	38	48	15	102,842	3.33	7,067
10 秋忠平	15	54	18	101,867	2.94	5,556
総計	632	47	15	99,137	3.04	6,459
11 咲早桜5	11	49	16	96,727	3.06	6,045
12 北美咲	5	47	17	92,800	2.76	5,395
13 北小糸	21	49	17	91,286	2.94	5,509
14 勝俊桜	13	44	14	90,462	3.09	6,426
15 銀忍	31	45	13	90,129	3.41	6,798
16 博紅葉	21	44	12	85,476	3.59	7,012
17 満天太郎	8	46	15	81,875	3.19	5,647
18 勝金幸	24	45	14	77,917	3.27	5,701
19 哲重	8	45	16	69,125	2.74	4,221
20 喜亀平	9	43	10	68,889	4.26	6,813
21 奥晴花	70	45	17	63,989	2.65	3,793
22 勝美糸	7	46	20	63,014	2.23	3,085
23 奈緑	25	43	14	56,280	3.03	4,009
24 花之福	5	38	9	53,420	4.13	5,807
25 百合美	35	43	20	48,089	2.12	2,371
26 勝久桜	13	47	17	48,008	2.68	2,762
27 満天桜	8	46	18	47,625	2.54	2,628
28 拓忠平	7	39	11	46,014	3.66	4,353
29 愛之国	5	35	12	29,200	2.95	2,433

参考

福之鶴	3	65	16	219,667	4.17	14,021
暁之藤	2	54	17	198,500	3.27	12,030
福之姫	3	60	13	194,000	4.53	14,550
奈美桜	1	54	7	166,000	7.71	23,714
秋光花	1	56	11	161,000	5.09	14,636
姫楽福	2	49	11	160,000	4.45	14,545
百忠平	1	52	7	151,000	7.43	21,571

参考

暁之藤	2	76	37	173,500	2.04	4,689
福之鶴	2	53	10	169,500	5.30	16,950
飛鳥姫	2	48	13	159,500	3.80	12,760
姫楽福	1	45	9	150,000	5.00	16,667
輝福姫	2	65	39	145,500	1.68	3,779

ホクレン根室家畜市場

F 1 (乳用交雑種) 種雄牛別平均価格 (月別 1 月)

令和 8 年 1 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	4	51	15	170,000	3.38	11,333
2	千寿剣	20	53	13	145,500	4.05	11,236
3	暁之藤	8	54	15	138,000	3.75	9,517
4	飛鳥姫	12	55	16	132,500	3.42	8,281
5	秋光花	4	56	14	119,250	4.04	8,673
6	花之福	4	49	11	103,000	4.53	9,581
7	姉久姫	13	50	22	100,000	2.29	4,545
8	秋忠平	10	55	16	96,800	3.44	6,050
9	咲早桜 5	26	52	14	93,081	3.76	6,760
10	北美津久	60	53	16	91,600	3.21	5,585
11	満天太郎	8	55	16	91,500	3.48	5,764
12	峰勝姫	10	44	11	91,160	3.82	7,996
13	花福姫	9	47	12	90,778	3.88	7,565
14	百合美	19	50	20	89,947	2.52	4,497
15	博紅葉	40	52	15	89,675	3.51	6,049
16	喜亀平	28	46	17	84,432	2.71	4,946
	総計	654	50	16	84,315	3.18	5,378
17	勝金幸	36	48	13	83,839	3.70	6,477
18	哲重	19	50	17	83,105	2.92	4,873
19	北美津豊	47	51	17	78,426	3.08	4,726
20	鉄晴幸	89	49	16	76,990	3.16	4,958
21	銀恣	23	48	15	75,522	3.25	5,094
22	勝久桜	7	49	16	66,000	3.12	4,162
23	奥晴花	60	47	16	65,717	2.95	4,146
24	北小糸	34	50	14	64,235	3.63	4,697
25	美津金幸	4	47	20	62,750	2.41	3,218
26	満天桜	7	49	23	56,286	2.09	2,417
27	勝俊桜	6	43	17	44,833	2.59	2,690
28	愛之國	4	39	13	37,750	3.12	3,020
29	奈緑	11	45	21	36,818	2.10	1,731

令和 8 年 1 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	80	50	17	169,650	2.97	9,994
2	千寿剣	15	49	12	132,133	3.93	10,599
3	福勝鶴	8	50	18	119,500	2.74	6,593
4	花福姫	10	47	14	116,800	3.26	8,111
5	飛鳥姫	13	48	16	102,154	2.97	6,324
6	鉄晴幸	77	46	16	95,017	2.79	5,793
7	咲早桜 5	20	50	18	94,000	2.79	5,208
8	峰勝姫	13	45	16	91,931	2.80	5,773
9	姉久姫	18	48	23	87,222	2.10	3,829
10	花之福	6	44	12	82,833	3.75	7,000
	総計	662	47	17	78,645	2.71	4,543
11	銀恣	28	48	15	69,607	3.12	4,564
12	北美津豊	33	49	18	66,333	2.76	3,748
13	博紅葉	27	48	18	63,148	2.71	3,537
14	勝金幸	42	44	16	59,362	2.86	3,818
15	秋忠平	19	51	19	56,474	2.64	2,932
16	北小糸	29	46	18	56,034	2.63	3,186
17	哲重	10	46	14	55,600	3.32	4,000
18	満天太郎	9	49	14	46,444	3.46	3,291
19	勝美糸	8	46	17	40,875	2.63	2,353
20	喜亀平	23	44	18	39,187	2.46	2,214
21	奥晴花	58	43	15	36,884	2.84	2,431
22	拓忠平	6	42	16	34,500	2.61	2,156
23	勝久桜	10	46	16	33,320	2.92	2,122
24	奈緑	11	49	32	29,009	1.54	917
25	百合美	34	47	28	27,618	1.72	1,003
26	勝俊桜	6	41	16	22,017	2.61	1,391
27	満天桜	5	44	17	15,200	2.67	916
28	愛之國	5	36	11	10,020	3.31	911

* 参考 *

隆之姫	1	46	10	165,000	4.60	16,500
輝福姫	1	60	15	156,000	4.00	10,400
福之姫	2	53	20	154,000	2.65	7,700
福之鶴	2	54	14	125,000	3.82	8,929
貴隼桜	1	52	9	112,000	5.78	12,444
姫百合	2	53	13	109,500	4.24	8,760

* 参考 *

暁之藤	4	58	11	141,750	5.27	12,886
姫楽福	2	55	13	140,500	4.36	11,240
勝早桜 5	1	55	23	125,000	2.39	5,435
福之姫	4	53	18	117,250	2.97	6,606
輝福姫	2	52	27	112,000	1.94	4,226
福之鶴	3	46	12	110,000	3.83	9,167
秋光花	4	49	13	108,250	3.86	8,490



北海道別海高等学校

酪農経営科・専攻科だより

2月号

●【酪農経営科】溶接実習について

本校酪農経営科では、3学年の授業において農業機械について学んでいます。その一環として溶接の授業を行い、先日、アーク溶接実習に取り組みました。



アーク溶接の実習の様子

授業では、アーク溶接とガス切断それぞれの仕組みや使用用途の違い、作業を行う際の注意点について座学で学習しました。その後、実際の機械を使った実践的な実習に入り、10cm四方の鉄板にビードの線を引く作業から挑戦しました。

授業を受けた3学年の青木新太郎さん（別海中央出身）は、「最初は怖さもありましたが、溶接棒の角度や鉄板との距離を意識することで、きれいにビードの線を引くことができました。練習すればするほど上達するので、これからもたくさん練習していきたいです。」と話してくれました。

今後は、アーク溶接で点付け作業を行い、鉄板を直角に接合できるよう取り組んでいく予定です。実習を通して、農業現場で必要となる基礎的な技術の習得を目指していきます。

●【酪農経営科】

たんぼぼ牛ハンバーグの試食会を行いました

別海町でジャージー種×黒毛和種の肉を生産している「たんぼぼ牧場」（加藤様）と、本校酪農経営科の2・3学年生徒10名が特産品の共同開発の研究に取り組んでいます。その一環として、



ハンバーグ試食会の様子

1月19日(月)、食品製造の授業において、「たんぼぼ牛ハンバーグ」の試食会を実施しました。

製品完成に向け、本校の生徒・教職員約300人を対象に試食会を行いました。試食した生徒からは、「肉々しく、ジューシーでとてもおいしかった。もっとたくさん食べたかった。」といった感想が寄せられました。

試食用のハンバーグを製造した松浦爽一郎さん（根室拍陵中出身）は、「300人分のハンバーグを製造するのは大変でしたが、納得のいくハンバーグを作ることができて良かったです。試食をしてくれたみんながおいしいと喜んでくれてうれしかったです。」と話してくれました。

●【専攻科】根室管内青年農業者会議

12月9日(火)、別海町生涯学習センター「みなくる」において、第51回根室管内青年農業者会議が開催され、本校農業特別専攻科の学生が参加しました。

本会議には、1年目の野田隆世さんがアグリメッセイジ部門、2年目の坂野下舞奈さんがプロジェクト発表部門に出場しました。

野田さんは「酪農の担い手として思うこと」と題し、自身の家の経営を踏まえながら、将来への思いを堂々と発表しました。

また、坂野下さんは「共に働く 共に生きる」と題し、現在取り組んでいる事業について、具体的な実践内容を交えて発表しました。

審査の結果、坂野下さんは1月29日・30日に札幌市で開催される全道青年農業者会議への出場を決めました。

坂野下さんは「全道に進出できてとてもうれしいです。さらに良い発表ができるよう頑張ります。」と意気込みを語っていました。



プロジェクト発表の様子

●【専攻科】冬季交通安全講習会

12月24日(水)、冬季交通安全講習会を実施しました。交通安全講習会では、中標津自動車学校より講師をお招きし別海町コミュニティーセンター駐車場にて冬道運転における急停止や吹雪の際の運転の危険性について実技を通してご指導いただきました。

参加した学生は「雪道での止まりにくさを実際に体験し、早めのブレーキや余裕を持った運転の重要性を改めて学ぶことができました。事故を起こさないように細心の注意を払って運転していきたいです。」と感想を述べていました。



交通安全講習会の様子

●【専攻科】第2回公開酪農セミナー

農業特別専攻科主催による第2回公開酪農セミナーを、2月20日(金)に別海町青少年プラザにて開催します。

当日は、北里大学獣医学部 動物資源科学科 准教授の鍋西 久 氏を講師にお招きし「酪農における暑熱対策～今から夏に備えるために～」をテーマに、近年の高温環境下における乳牛への影響や、具体的な暑熱対策についてご講演いただきます。

参加費は無料となっております。ご興味のある方は、ぜひ右記のQRコードよりお申し込みください。多くの方のご来場をお待ちしております。





支援会議について

支援会議は、高度化・多様化する地域の農業課題に迅速かつ的確に対応するため、平成18年度から全道的に活動している推進体制です。根室管内では、根室地域農業技術支援会議として、根室振興局、酪農試験場、農業改良普及センター、家畜保健衛生所から構成され、行政、研究、普及が一体となって地域課題の支援を行うことを目的に活動を行っています。

支援会議の運営は、年間を通じた計画的なプロセスに基づいており、その中核をなすのが「地域課題要望調査」です。この調査を通じて市町や農業協同組合などの地域関係機関から課題や要望を収集し、事務局によるヒアリングを経て、課題を「プロジェクト課題」、「行政課題」、「研究課題」、「普及課題」、「地域対応課題」の5つに分類して、それぞれ支援会議全体、試験場、普及センター、行政など、最も適切な機関が対応する体制がとられています。

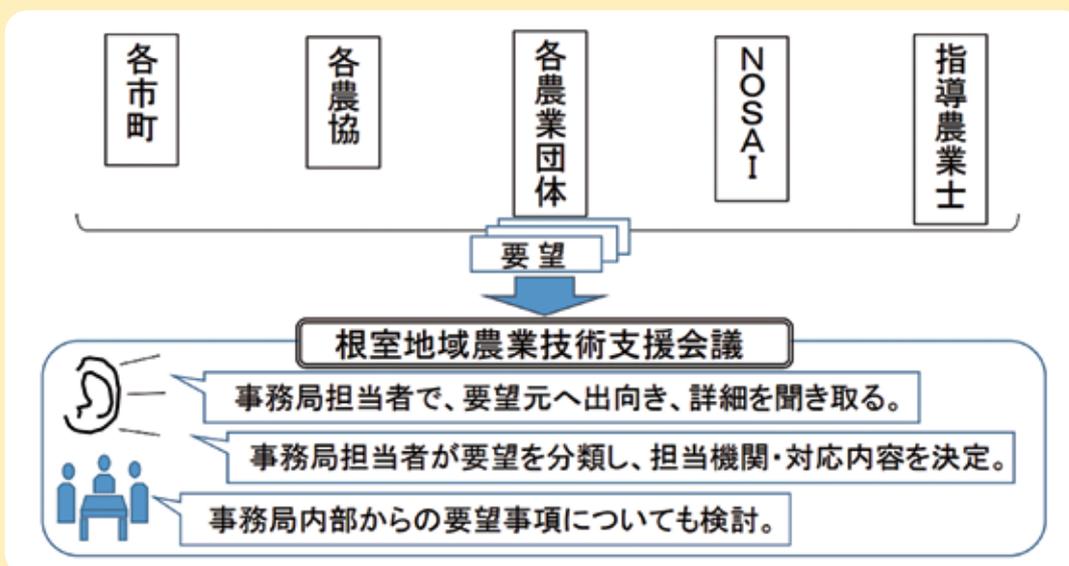


図 根室地域農業支援会議の運営イメージ

表 聞き取りした要望の分類と対応

課題の分類	担当機関	課題の特徴
プロジェクト課題	支援会議	緊急・地域特有・行政・普及・研究が協働連携して取り組む必要がある課題
行政課題	根室振興局	行政に関する要望
研究課題	酪農試	過去の成果だけでは解決できない課題
普及課題	普及センター	普及に関する要望
地域対応課題	支援会議	地域性のある要望(地域対応課題)

令和7年度の運営日程では、5月中旬に要望調査の依頼を開始し、7月4日を報告期限としていました。その後、要望いただいた機関に対して個別のヒアリングを実施しています。今後、事務局会議や全体調整会議、地域関係者会議といった一連の会議を通じて、活動計画の策定、進捗状況の報告、関係者との合意形成が図られます。この体系的なアプローチにより、地域の農業が直面する課題解決に向けた、組織的かつ効果的な技術支援の実現を目指します。



乳房炎を自分で診断できる乳汁テストは近年、現場で広く使われています。今回は、乳汁テストの正しい使い方と判定方法を確認していきます。上手に利用して乳質改善につなげましょう。

■ 乳汁テストとは

乳房炎の簡易検出のために使用します。その場で乳汁と診断液を反応させることで、乳汁中の体細胞数の凝集の程度とpHの色調を観察して、乳房炎を簡易判定します。

今回は広く使用されているP.Lテスト（販売元：日本全薬工業株式会社）を例に説明します。



写真1 P.L.テストシャーレと専用ボトル

使い方

- ①「P.L.テスト シャーレ」に4分房ごとに乳汁を搾る。
- ②シャーレを持ち、手前に傾け、シャーレ底面に引かれた計量線に液面が合うまで乳汁を溝から排出する（写真2）。
👍これでシャーレに乳汁が2ml残ります。
- ③シャーレに乳汁と同量のP.L.テストを入れる。
👍P.L.テスト専用ボトルを使うと、1プッシュ1mlなので2プッシュで2mlになります。



写真2

- ④シャーレを約10秒、水平に回し、その後30～60秒静置して、凝集と色調をみる。

凝集はシャーレを傾けながら、色調はシャーレの黒色部分で判定する。

■ 判定方法

①凝集（シャーレを傾けながら判定）

判定	-	±	+	++	+++	++++
所見	凝集を認めず。牛乳はシャーレの表面を平滑に流れる。	わずかに凝集。牛乳はシャーレの表面を平滑に流れる。	はっきりと凝集を認め、シャーレの表面に凝集片が残る。	凝集片多量。粘調性やや強し。	凝集片多量。粘調性強く半凝塊状。	完全に凝集。ゼリー状となる。

凝集が+以上の場合は乳房炎か、その疑いがあります！

②色調（シャーレの黒色部分で判定）

判定	-	±	+	++
所見	黄金色または黄色	きわめてわずかに緑色をおびたもの	わずかに緑色をおびたもの	緑色をおびたもの

■ 判定結果について

凝集が±のとき、色調が+以上では乳房炎が疑われます。色調が±以下のときは、7～10日後の再検査を行い、同様の結果であれば陰性と言えます。

凝集が-かつ色調も±以下のときは、乳房炎は陰性です。

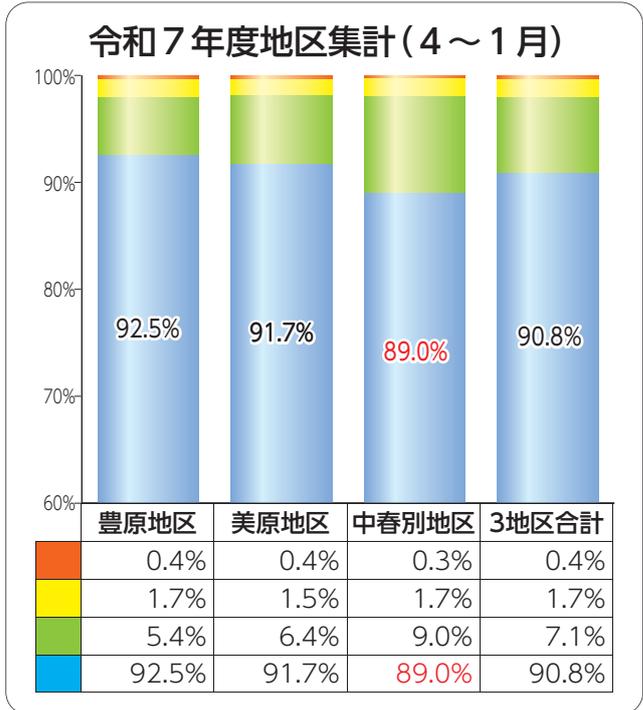
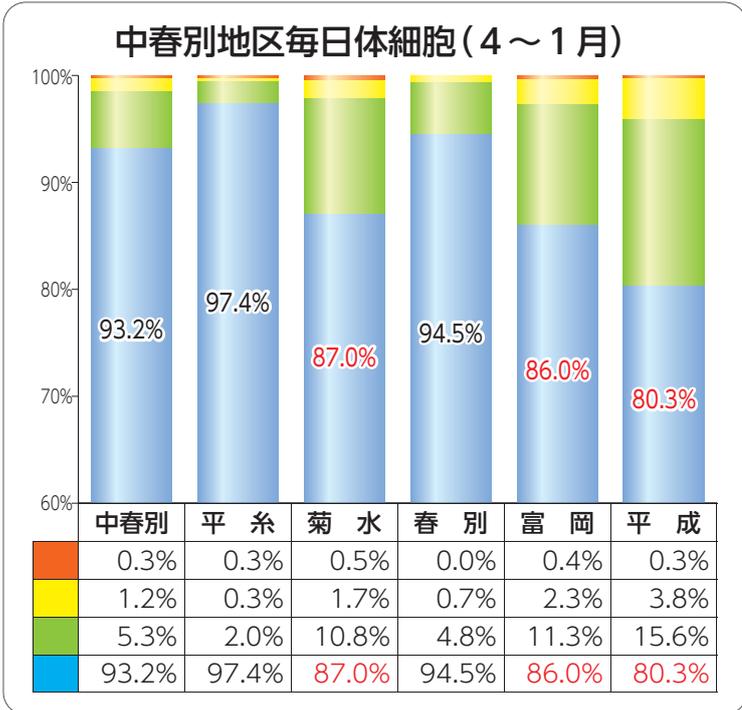
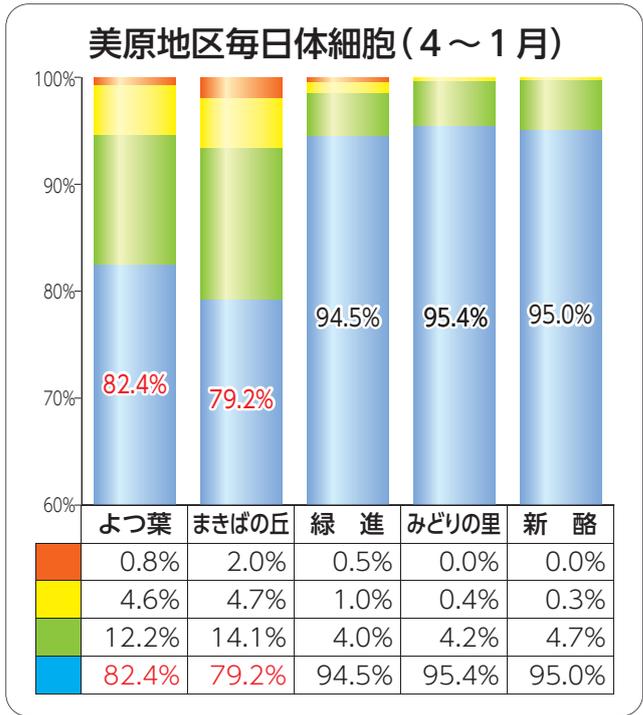
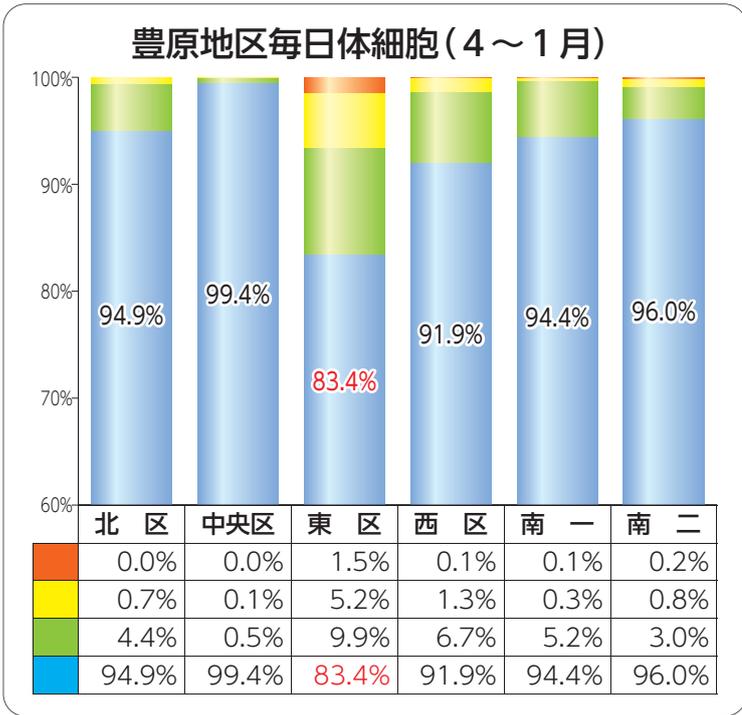
乳房炎の確実な診断は白血球数を数えることです。乳汁テスト使用の有無に関わらず、気がなつたときは獣医師に相談しましょう！！

ミルクドクター 使用率(1月)	豊原	美原	中春別	全体計
	90.0%	91.7%	77.4%	85.6%

令和8年1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	8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	2件	5件
異臭、異常風味による汚染事故	0件	0件

**ミルクドクターを
活用して安心安全な
生乳出荷！**

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14回 理事会の動き

令和8年1月30日(金)

報告事項

- 1 組合員の脱退について
- 2 職員の退職について
- 3 令和7年度9月末定期監査報告書について
- 4 令和7年度12月末財務状況について
- 5 令和7年度12月末購買実績について
- 6 令和7年度12月末子会社財務報告について
- 7 令和7年度12月末営農関連実績について
- 8 令和7営農年度クミカン精算状況について
- 9 令和8営農年度階層区分について
- 10 令和8営農年度信用限度について
- 11 特定疾病感染状況について
- 12 令和8年度生乳生産目標数量の設定について



議案

- 1 北海道常例検査に伴う指摘事項改善状況等の回答について
- 2 令和7年度自己査定に係る債務者区分判定方法について
- 3 令和8営農年度財産造成に伴う資金の借入・貸付について
- 4 令和8営農年度特定指導組合員及び月別限度管理組合員(案)について
- 5 北海道土地改良事業団体連合会表彰土地改良事業功労者推薦調書について
- 6 糞尿利活用草地整備改良事業実施要綱(案)について
- 7 令和8年度国産飼料生産・利用拡大緊急対策事業草地改良技術等普及対策(旧:難防除)受益者一覧について

12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		1,461.934		62.47	58.81	3.66	
無脂乳固形分		610.777		54.78	51.67	3.11	
生産者補給金		7.5086		7.51	7.31	0.20	
集送乳調整金		2.2551		2.26	2.19	0.07	
補給金合計		9.7637		9.77	9.50	0.27	
乳質単価	生菌数	ランク1	2	320,792,338.1kg	3.82	3.81	0.01
		ランク2	0	10,400,876.7kg			
		ランク3	-3	76,883.5kg			
	体細胞数	ランク1	2	306,680,102.5kg			
		ランク2	1	13,177,047.0kg			
		ランク3	-2	1,932,618.6kg			
合計				130.84	123.79	7.05	

12月生乳受託実績表

項目	単価(円)/(kg) %
乳脂肪分①	62円47銭
無脂乳固形分②	54円78銭
生産者補給金③	7円51銭
集送乳調整金④	2円26銭
脂肪率	全道 4.27%
	農協 4.45%
無脂固形分率	全道 8.97%
	農協 8.95%
成分乳価 (①+②+③+④=⑤)	全道 127円2銭
	農協 129円50銭
乳質乳価⑥	全道 3円82銭
	農協 3円831銭
乳代合計 ⑤+⑥	全道 130円84銭
	農協 133円33銭
	差異 2円49銭

♈ 牡羊座
3/21~4/19

全体運 運勢は次第に上昇。ちょっとした気遣いが相手の心に響きます。1人で動くよりも協力者を募りましょう

健康運 冷え、むくみ対策を。足のストレッチがお勧め

幸運の食べ物 キュウリ

♉ 牡牛座
4/20~5/20

全体運 周りの好意に甘えてしまつて◎。持ちつ持たれつです。あなたも力を貸してあげましょう。旅行や花見の計画が吉

健康運 有酸素運動を増やして。体調に好影響あり

幸運の食べ物 ニラ

♊ 双子座
5/21~6/21

全体運 駄目なものに執着しないように。気持ちの切り替えが大切です。仕事は大きな計画変更を避けて取り組んで

健康運 ウォーキングなど骨を丈夫にする運動にツキ

幸運の食べ物 グリーンピース

♋ 蟹座
6/22~7/22

全体運 朗報の予感がしています。今の状態で難しいなら新しい情報を求めるのがお勧め。研修や施設の見学などにツキ

健康運 皆で楽しめるスポーツで体力もアップ!

幸運の食べ物 ツマミナ

♌ 獅子座
7/23~8/22

全体運 あれもこれもと思いがちですが時間は限られています。あらためて取捨選択を。下旬には勢いを取り戻し前進

健康運 油断大敵。いつもの健康習慣をしっかり継続

幸運の食べ物 パセリ

♍ 乙女座
8/23~9/22

全体運 運勢は吉凶混合。良いも悪いも入り乱れ忙しくなりそう。臨機応変に対応していきましょう。良い方に目を向けて◎

健康運 無理は禁物。適度な運動と食事を心がけて

幸運の食べ物 タケノコ

♎ 天秤座
9/23~10/23

全体運 小さなことが気になって大局を見失いがち。ゆっくり深呼吸を。いつものバランス感覚を取り戻せば快方へ

健康運 発酵食品やたっぷりの野菜が健康の味方

幸運の食べ物 タマネギ

♏ 蠍座
10/24~11/22

全体運 好調運です。あなたの意見が通りますから丁寧に分かりやすく説明しましょう。味方を増やせます。宴会にツキ

健康運 トレーニングの効果が。出る時。ハードに鍛えて◎

幸運の食べ物 シイタケ

♐ 射手座
11/23~12/21

全体運 決まっていたことがひっくり返りトラブルに見舞われがち。下旬からは挽回できるのでじらせないよう配慮を

健康運 体調がイマイチなときは休息を。受診は早めに

幸運の食べ物 キウイフルーツ

♑ 山羊座
12/22~1/19

全体運 楽しい話題が増え、心が弾みます。好奇心を発揮してあれこれやってみましょう。視野が広がりさらに招運!

健康運 手を使う運動を取り入れて。脳が活性化

幸運の食べ物 クレソン

♒ 水瓶座
1/20~2/18

全体運 運勢は穏やか。美術展や演奏会に出かけるなど趣味の時間を多めに取って。季節限定のメニューを食べに行くのも◎

健康運 おいしく食べるのが健康に。旬の食材にこだわって

幸運の食べ物 ウド

♓ 魚座
2/19~3/20

全体運 運勢は好調。勢い良く動きましょう。細かいことは気にしないように。寛容さが開運の秘訣(ひげつ)

健康運 目の使い過ぎに気を付けて。適度に休憩を

幸運の食べ物 ソラマメ



手足の体操

脳トレ!

輪ゴムの指くぐり体操で指を鍛える

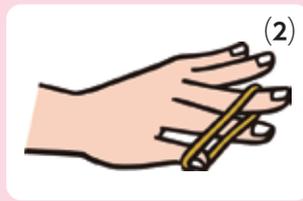
健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

輪ゴムを使って指を鍛える体操です。指先の動きに集中するため集中力が鍛えられる他、指で輪ゴムをしっかり広げることで指の力も鍛えられ、物をしっかりとつかめるようになります。場所を選ばず行える体操ですので、隙間時間などに取り組んでみましょう。

コイン転がし体操



(1)親指と中指に輪ゴムをかけ、しっかりと広げます。人さし指は輪ゴムの上に置きます。



(2)人さし指を曲げて輪ゴムの下からくぐらせて指先を伸ばします。逆の動きで(1)に戻ります。この動きを10回繰り返します。



(3)親指と薬指に輪ゴムをかけ、しっかりと広げます。人さし指は輪ゴムの下、中指は上に置きます。

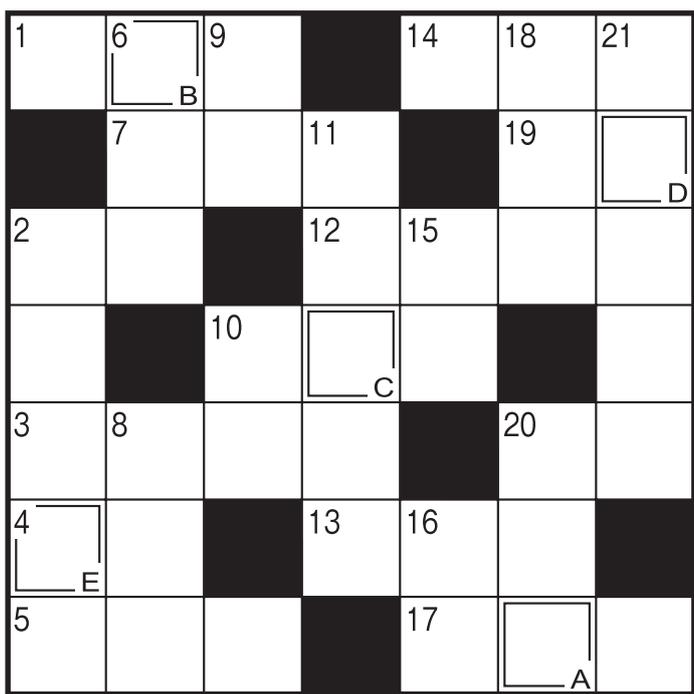


(4)人さし指を曲げて輪ゴムの上へ戻し、同時に中指を曲げて輪ゴムの下からくぐらせ指先を伸ばします。逆の動きで(3)に戻ります。この動きを10回繰り返します。

※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。

クロスワードパズル

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



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8年2月28日(出)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。

2月号のこたえ

□ A □ B □ C □ D □ E

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
 (今月号では「Aコープ商品券(乳製品に限る)」と引き換え!!)
 をプレゼント!!



ヨコのカギ

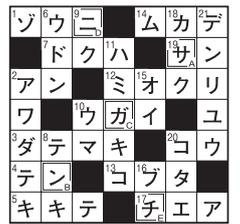
- 1 お雛様にひな——をお供えた
- 2 力士が土俵にまくもの
- 3 オーストリアの首都
- 4 眉間に寄せるもの
- 5 スケジュール帳に書き込みます
- 7 ——は小説よりも奇なり
- 10 ——、雷、火事、親父
- 12 タロットカードや水晶玉などを使っておこないます
- 13 出身校をこういうことも
- 14 パーが紙ならチョコは
- 17 ショートケーキの真っ赤な彩り果実
- 19 鳴門海峡には大きなものが発生
- 20 神社の参拝時に鳴らすこともあります

タテのカギ

- 2 卒業生代表が壇上で卒業——を受け取った
- 6 チューナーで選局して聞きます
- 8 わんこそばやじゃじゃ麺で知られる県
- 9 精算するために並びます
- 10 アルファベットの7番目
- 11 通知表ともいいます
- 15 走ること。ウイニング——
- 16 日本庭園の池に似合う魚
- 18 熱波師が活躍しているところもあります
- 20 糖度計の——を読み取った
- 21 夫婦——で旅行に行った

12月号の正解は

A B C D E
サンガニチ
 でした



当選者発表

たくさんの応募ありがとうございました。
 今回は中矢拓久経営相談係に抽選して頂きました！



- ・上田 安子さん
- ・高野 七翠さん
- ・竹下 暁さん

(敬称略)