

# たんちよう

JAくしろ丹頂  
広報誌

vol.220

2026.2

くしろ丹頂

## 第74回 全道JA青年部大会へ参加



### CONTENTS

- 清水農場からE X 90 乳量2万kg達成牛誕生!! ——— 1
- 女性部「第38回かあさんDAY」開催 ——— 1
- 第74回 全道JA青年部大会へ参加しました! ——— 2
- 各給油所にてクリスマスイベントを開催 ——— 2
- 釧路地区家畜市場にて初競り ——— 3
- 令和7年度 役員視察研修 実施 ——— 3
- 哺育育成センターからのお知らせ ——— 3
- 「あぐり王国北海道NEXT」の取材を受けました ——— 4
- 食べ物で冬の感染症対策 ——— 4
- 令和7年度新採用職員 農場実習体験記 ——— 5~8
- 普及センターだより ——— 9
- 幌呂・音別 取次センター 営業日カレンダー ——— 10
- 窓口手数料改定のお知らせ ——— 11
- 功名な詐欺の見分け方 ——— 12
- JA共済からのお知らせ ——— 13~14
- ミルクレシピ/つばやきコーナー ——— 15
- ちょっと一息 あたまの体操コーナー ——— 16
- 理事会/生乳生産実績/12月号当選者発表!! ——— 17



貴重な体験をしました!









## 第74回 全道JA青年部大会へ参加しました!



令和7年12月4日・5日の2日間、札幌パークホテルにて、北海道農協青年部協議会（JA道青協）主催の第74回全道JA青年部大会が開催されました。

大会には全道各地から約800名の盟友が集まり、当青年部からも4名が参加しました。例年同様、全道JA青年の主張大会および全道JA青年部活動実績発表大会が行われ、根釧管内からはJA釧路太田青年部とJAけねべつ青年部の発表が行われました。懇親会では恒例のアームレスリング大会が開催され、当青年部からは菊地大輔さんが出場。惜しくも初戦敗退となりましたが、力自慢たちの真剣勝負に会場は大いに盛り上がり、盟友同士の交流を深める貴重な時間となりました。

基調講演では、「ギャル式ブレスト×農業」と題して、合同会社CGOドットコム代表 総長バブリー氏より「自分軸「直感性」「ポジティブ思考」といった「ギャルマインド」を切り口に、農業ビジネスの新たな可能性についてお話しいただき、固定観念にとらわれない発想の大切さを改めて実感しました。

このほか、「動画で発信! 農の魅力」コンテスト上位作品の上映会なども行われ、多くの刺激と学び、そして仲間とのつながりを再確認することができた大会となりました。

当JA青年部もコンテスト動画を作成しました!



1:35 / 3:40

当JAホームページからも閲覧できますので、ぜひご覧ください!!



## 各給油所にてクリスマスイベントを開催



いつもありがとうございます!!



令和7年12月24日・25日の2日間、日頃の感謝の気持ちを含めて、当JA各給油所にてクリスマスイベントを開催しました。

当日は、職員がサンタクロースの帽子などをかぶり、給油していただいたお客様へお菓子セットと、ホクレンSSポイント5倍をプレゼントしました。ささやかな催しではありますが、たくさんのお客様にお越しいただき、用意していたプレゼントはすべてお渡しすることができました。

お客様の笑顔や「ありがとうございます」のお言葉に、職員一同、心温まる2日間となりました。

これからも、皆様に安心してご利用いただけるサービス心を心がけ、地域に愛される給油所を目指してまいります。今後とも、お気軽にお立ち寄りください!





## 釧路地区家畜市場にて初競り



1月5日、ホクレン釧路地区家畜市場で新年最初の競りが行われました。

はじめに、ホクレン釧路地区家畜市場運営委員会委員長であるJAしべちや 鈴木組合長からご挨拶をいただき、その後、本年が実に多い一年となることを願い、同副委員長である当JA五十嵐専務による三本締めが行われ、賑やかに競りがスタートしました。

この日の出場頭数は627頭で、そのうち601頭が成立。最高額は、初生（生後2か月齢未満の子牛）ホルスタイン種オスで、85万5800円（税込）となりました。

当日は天候にも恵まれ、会場には多くの関係者が集まり、新年の始まりにふさわしい、明るく活気にあふれた初競りとなりました。

## 令和7年度 役員視察研修 実施



令和7年11月12日・13日の2日間、十勝管内にて令和7年度役員視察研修を行いました。

初日は、JA帯広かわにし本店にて、足助組合長他5名の役員より事業概要や現在に至る事務所・店舗統廃合の経緯、週休2日制導入等の説明を受けた後、意見交換会を行いました。各部門の事業内容や今後の方針等について多くの意見が交わされました。

2日目は、音更町のよつ葉乳業（株）十勝主管工場見学施設「おいしさまっすぐ館」にて、他の来場者と一緒に牛乳・バターの製造工程や酪農家の仕事について等の説明を受け、見学をしました。消費者の方々がどのような目で見て見学されているかを目の前で感じることで、今後の情報発信等を考えるうえで大変参考となりました。

労働力が不足している方  
育成牛の飼養スペースが足りない方

## 哺育育成センターに預託しませんか！

- ・3日齢から受入しています。なお、受入頭数に余裕がある場合は、育成牛の受入や預託期間を延長出来ます。（要協議）
- ・新規で預託する場合、「鶴居哺育育成センター互助会」に加入して頂きます。（互助会費は入牧頭数1頭につき1,000円）

### 令和8年1月20日現在飼養頭数

区分	収容可能頭数	在場頭数	受入可能頭数
導入舎	70 頭	59 頭	11 頭
哺育舎	80 頭	60 頭	20 頭
3・6舎	150 頭	99 頭	51 頭
7・8舎	100 頭	82 頭	18 頭
合計	400 頭	300 頭	100 頭

### 預託料金（1日当たり）

0日齢～ 60日齢	税抜 870円	（税込 957円）
61日齢～ 150日齢	税抜 670円	（税込 737円）
151日齢～ 240日齢	税抜 650円	（税込 715円）
241日齢～	税抜 650円	（税込 715円）

### お問い合わせ先

畜産生産部販売課 TEL：0154-65-2314  
鶴居哺育育成センター TEL：0154-64-2260

お電話お待ちしております。





# 「あぐり王国北海道NEXT」の取材を受けました



對木隆司さんからお話を伺いました

1月27日・28日の2日間、白糠地区にてHBC北海道放送の「あぐり王国北海道NEXT」（毎週土曜日午後5時から放送）の収録が行われました。

収録には、出演者の森崎博之さんと森結有花アナウンサーが来町され、白糠地区で生産される「生乳」と「チーズ」の魅力テーマに取材が進められました。

生産現場では、對木隆司さんより牧場の取り組みについて等のお話を伺いました。また、對木牧場から出荷された生乳を使用してチーズを製造している酪農舎の工房では、製造工程の見学とともに、井ノ口代表からチーズづくりにかける熱い思いをお聞きました。

白糠の豊かな自然と、生産者の皆さんの情熱が詰

まった内容となつています。どのような放送になるのか、今からとても楽しみです！



## 食べ物で冬の感染症対策

栄養士 吉田 理江

冬になると、風邪やインフルエンザなどの感染症が流行します。手洗いやマスクなどの基本的な対策に加え、食事から必要な栄養をとることが重要です。

今回は、感染症対策に役立つ食べ物を三つご紹介します。

### ■ハクサイ

ハクサイには美肌づくりに役立ち、免疫機能を高めるビタミンCが豊富に含まれています。また、ハクサイに含まれる食物繊維が腸内環境を整え、便通を良くする効果も期待できるため、便秘が気になる方にもお勧めの野菜です。人間は全身の免疫細胞の約7割が腸に集中しているため、腸内環境を整えることは、免疫機能の向上に直結します。

ハクサイのみそ汁やスープ、鍋などの体を温めながら食べられる料理にするのがお勧めです。



### ■シヨウガ

シヨウガには、免疫機能を高めるジンゲロールとシヨウガオールが含まれています。これらは抗菌・抗ウイルス作用を持ち、感染症予防に役立ちます。シヨウガオールは加熱によって生成され、体を内側から温めてくれます。

すりおろしたシヨウガを紅茶に入れる、豚肉のしょうが焼きにするなどで取り入れると良いでしょう。

### ■カキ（牡蠣）

冬が旬のカキは、免疫機能を正常に保つ働きがある亜鉛を豊富に含む食材です。亜鉛にはウイルスの増殖を抑え、風邪の初期症状を軽減する作用があると考えられています。さらに免疫機能の維持に役立つビタミンB12や、抗酸化作用があるセレンも含まれているので、今の時期にお勧めです。

ビタミンCが亜鉛の吸収率を高めてくれるため、かき鍋やかきフライなどにして、上からレモンを搾ると良いでしょう。旬の食材を日々の食事に取り入れ、バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけることが、感染症に負けない体づくりにつながります。



令和7年度  
新採用職員

# 農場実習体験記



実習期間 令和7年11月10日～11月13日

農場実習を実施した職員の貴重な体験記をご報告致します

購買部 音別・白糠購買課

堀

結 愛

この度私は、農場実習で菊地農場様にお世話になりました。

実習初日ではまず初めに、子牛のミルク作りから始まりました。小さなバケツにミルスターと呼ばれる子牛用の粉ミルクを入れ、40℃程度のお湯で溶かして与える、子牛の大きさや年齢、その日の体調に合わせて、ミルクの量を変えたり薬を入れたりして作ります。私は、他の作業員の方が調合してくださったミルクを混ぜて、子牛の所へ運ぶ作業をさせていただきました。ミルクを混ぜる作業は何とか出来ましたが、ミルクを子牛に与える作業が難しかったです。ミルクを持っていくと、牛が柵から頭を出し、バケツを置く前に我先にとミルクを飲もうとするので、バケツを置く台にミルクを乗せるだけで一苦勞でした。他の作業員の方が子牛をうまく誘導してくれて、何とか置くことができましたが、バケツを置いてからも大変でした。ミルクを飲むスピードが速い子が、遅い子のミルクを飲もうとするのを食い止めたり、ミルクを飲み終わった子のバケツの下に餌を入れたり、思っていたより子牛の力が強くてとても大変だったのを覚えています。子牛への授乳が終わった後は、パーラーに行って搾乳作業をさせていただきました。



搾乳では、「牛をパーラー内へ誘導する、牛の乳首を洗い布で拭く、前搾りをしてミルカーを付ける、搾乳が終わり次第牛の乳首、ミルカーを消毒、すべて終わったら牛を外へ出し次の牛をパーラー内へ誘導する」、この作業の繰り返しです。牛の誘導は他の作業員の方が行い、私は搾乳作業とその他消毒を行いました。初日では、他の作業員の方に性格のおとなしい牛を教えていただき、ミルカーを付けました。ミルカーを付ける際、乳頭カップを床に着けないように、注意しながら左手でしっかり支えてつけるのですが、牛の乳首と床の幅がそこまで広くはないので何度も付けてしまいました。次こそはと床に着けないことを意識しすぎてしまうと乳頭カップが乳首から外れてしまったり、牛が嫌がって暴れたり、とても苦戦しました。しかし、大変なことだけでなく、この一日を通して牛一頭一頭の性格、日々の体調をよく観察して、しっかりと把握したうえで作業することの大切さを学ぶことができました。

二日目は、牛舎の清掃から始まりました。他の作業員の方が牛を起こしてパーラーへ誘導している間に、私はスコップをもって牛の寝床の糞尿を下へ落とし、きれいになった寝床へ敷料を撒く作業を行いました。この日は初めて牛舎に入り、これまでにないほど牛と近くで作業したのでとても緊張しました。中には寝床からなかなか立ち退かない牛もありました。初めは「まだ眠いのかな」と思っていたのですが、後で他の作業員の方にお話を伺うと、体調が優れなかったり、足が痛くて立ち上がれなかったりする子







がいる為、あまりに症状が酷ければ別の場所へ移動させることもあるそうです。清掃が終わった後は子牛のミルク作りと授乳です。前日に学んだ個体差の意識を心がけ作業に取り組みました。そのおかげか、前回よりも少しスムーズに作業が進み、心に余裕ができました。前は「大変な作業」としか感じることはできませんでしたが、少しの余裕ができたことにより、子牛がミルクを必死に飲む姿に、嬉しさと穏やかな感情が湧いてくるようになりました。とても嬉しかったです。パーラーへ行く前に、菊地 大輔様のお母様と一緒に子牛の授乳に使うミルクを搾乳しました。搾乳作業をしながらお母様と少し会話をしました。会話の中で、子牛の管理の大変さを学ぶことができました。子牛はとても敏感で、ミルクの温度・濃さ、授乳する人の違いを感じ取り、日によってミルクを飲まない子もいるので特に気を遣うのだそうです。そして、母体の牛乳を与える場合、子牛は牛乳でおなかを壊しやすく、調子が悪い時は粉ミルクを使用するのですが、成長させるには母体の牛乳が必要なので、子牛の体調管理とミルクを与えるタイミングが難しいのだそうです。

話は少し変わりますが、私は小型犬を一匹飼っています。毎日ご飯をあげて、トイレや小屋の清掃をして、散歩に連れて行くことだけで精一杯なのに、牧場では何十頭、多い場所で何百頭と飼育して毎日欠かさずお世話をするとはどれだけ大変で神経を使う作業なのか、動物を飼っているからこそ、少しだけですが実感することができました。

三日目は、午前に牛舎の清掃、ミルク作り・授乳、搾乳を行いました。三日目になると少しずつコツをつかみ、周りの人に助けてもらいながらですが、スムーズに作業を進めることができていきました。昼からは牛の予防注射見学というとても貴重な体験をさせていただきました。まず、注射を打つ前に牛舎の牛を一頭一頭固定する作業を行いました。牛を餌で誘導し、柵の間から頭を出させ、餌を食べている間に頭が抜けないように、柵を狭めてロックする作業なのですが、餌を撒いて牛をおびき寄せ、いざ柵を狭めようというときに、牛が反応してサッと頭を抜いてしまいました。何度餌を使っておびき寄せても華麗に頭を抜かれて困っているところ、菊地 大輔様がお手本を見せてくださいました。正面から行くと気付かれてしまうので、長い棒を使って横から素早くロックすると気付かれにくいそうです。お手本通りやってみると前のやり方よりも牛を捕まえやすくなりましたが、それでも抜け出してしまう牛がいたので悔しい気持ちと試行錯誤していく楽しさを感じながら作業しました。

固定が終わると、いよいよ予防注射です。私は、打ち終わった注射器を入れる箱を持ち、注射を打つ人の後ろについて歩く作業をさせていただきました。固定した牛の注射はスムーズに行われました。ですが、固定されていない牛の注射はとても迫力のあるものでした。注射自体は一瞬なのですが、打たれた後の牛が驚いて狭い柵の中を走り回るのでぶつかられないかとひやひやしました。牛の予防注射は滅多に見る機会のないものなので、とても貴重な体験をさせていただきました。午後からは水飲み場の清掃と子牛の藁の敷き詰め作業をさせていただきました。水飲み場の清掃では、少し大きめのブラシを持ち、栓を開けて水を抜きながらブラシでこすっていくのですが、掃除している最中に牛が近づいてきて私の服を軽く食べたり、水を飲んだりしていました。これまでにないほど牛の近くで作業しましたが、最初感じた恐怖はなく、きれいになった水をおいしそうに飲んだり、服にいたずらしたりしている姿を見て、愛おしく感じました。子牛の藁の敷き詰め作業では、まず藁をフォークでほぐして荷台に置き、古い藁を退かせて、新しい藁を子牛一頭一頭のスペースへ補充します。形を崩さずに荷台に乗せるのを少し苦戦しました。そして、いつも車で牧草地を通るたびに見ていたロールがこんな風に使われているんだなと思い、遠くに感じていたものが身近に感じられて、とても嬉しく感じました。





最終日もとても充実した一日になりました。朝は牛舎の清掃、子牛のミルク作り・授乳、搾乳を行いました。搾乳作業では、乳首の位置が低い子や、向きが左右どちらとも内向きになっている子はどうしても苦戦してしまいましたが、それでも四日間の中で一番多く、ミルカーを付けることができました。他の作業員の方との会話も増えて、楽しく充実した環境の中、作業を行うことができました。スムーズに作業がこなせるようになり、嬉しい反面、今日で農場の方々や牛たちとお別れすると思うと寂しさもありました。午後からは牛だけでなく、馬や犬の餌やりもさせていただきました。菊地農場様にいる動物たちはどの子も元気いっぱい、私も元気をいただくことができました。

最後になりますが、今回、農場実習に協力してくださった菊地農場の皆様、本当にありがとうございました。実習の中で、一頭一頭を丁寧に観察し、管理していく大変さを実感し、日本の食料自給率低下の問題を支えていらっしゃる農場の皆様への尊敬の気持ちを改めて深く実感することができました。私の人生の中でとても貴重な体験となりました。今回の体験を生かし、私自身、少しでも貢献できるよう精一杯取り組んでまいります。改めまして、菊地農場の皆様、本当にありがとうございました。

畜産生産部 家畜改良課

佐々木 葉 月

本研修で感じたことは、おいしい牛乳を搾るためには餌にこだわるだけでなく牛舎環境にもこだわったり、なるべく牛が快適に過ごせるように日頃からの小さな積み重ねがとても重要なのではないかと感じました。ほかにも哺育牛はとても弱く病気に対しての免疫がないのでそれを少しでも改善するために、与えるミルクの中にビタミン剤を入れたり炭素を混ぜるなどの工夫をしていてとてもこだわりを感じました。

作業については、一日目はとにかく説明された作業をこなすことが精一杯だったのが一日、二日と数をこなしていくうちに慣れていき、自分の中でこうしたらうまくできるのではないかなどと考えて作業をこなすようになりました。

最初は力だけ入れてうまくこなせていなかったベッド掃除もコツと力の入れ方を覚え、スムーズにきれいにすることができるようになり、搾乳の際も乳房炎の牛の発見やミルカーを付ける際のごみを極力入れない方法も身に付けていき、日を増すごとに作業がとても楽しく感じました。

最後に所感としまして、牛にかかわることが非常に多い部署に所属しているので今回の実習で得た牛に関しての知識や、農家の方々の一日の流れを把握できたことは、これからの授精業務の中で必ず役に立つと考えます。そして今回の研修を通して学んで得た知識をこれから独り立ちするにあたって存分に発揮し、今よりも自信をもって業務をこなす信頼される授精師になれるよう日々精進していきたいと思えます。

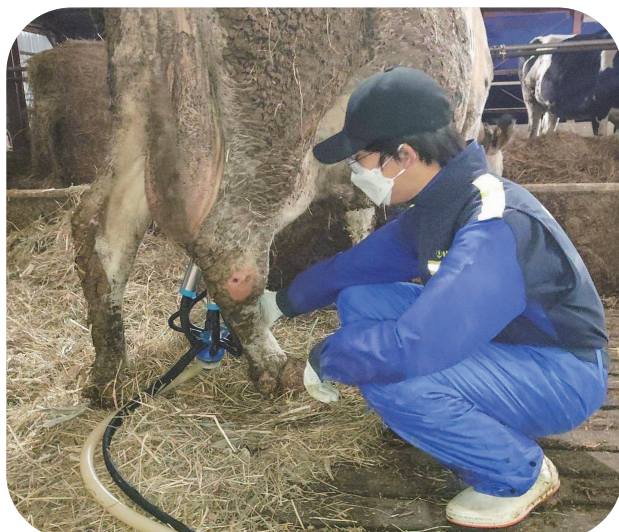
最後になりますが、今回大変お忙しい中、農業実習を引き受けてくださり誠にありがとうございます。また、貴重な体験をさせていただき非常に充実した実習となりました。改めて本研修に携わっていただいた五十嵐農場の皆様に感謝申し上げます。





私は、五十嵐農場さんで約4日間の実習をさせていただきました。

1日目は夕作業からさせていただきました。最初は、五十嵐大地さんに施設を説明していただきました。次に搾乳作業を行いました。搾乳時は、最初に乳房炎という牛の病気の対策の為に前絞りをした後、消毒液をつけます。その前絞りは乳房炎の早期発見のため数回しっかりと絞り出す必要があるのですが、まったく絞ることができず大変でした。ほかの従業員の方々は、簡単に絞っているように見えるのですが、少しコツがあるようで中々コツを掴むのに苦労



しました。そして、搾乳作業を終えて、最後に子牛にミルクをあげました。子牛にミルクをあげるのは簡単にできるだろうと思っていたのですが、子牛の吸う力と押す力が強く、あちこちに連れてかれるばかりで、苦戦しました。

2日目は朝に牛のベッド掃除から行いました。特にベッドの牛の乳が当たる部分を重点的に行いました。掃除が甘いと牛が乳房炎になる可能性が高まってしまうので丁寧に行う必要があります。掃除をするのにはかなりの力が必要なのですが、牛が目の前にいるため中々作業に力が入らず、大変でした。その後搾乳作業に移りました。昨日のことを思い出しながら、いろいろな方法で前絞りをして、少しずつコツを掴んでいきました。昼には、牛をモキシで結び移動させました。正直暴れるのではないかと怖かったのですが大人しい牛だったのか暴れられることなく移動させることができました。

3日目は昼に人工授精の作業を見させていただきました。発情した牛を見つけると、人工授精師の方に授精可能か確認してもらい、確認ができると様々な遺伝能力を持つ精子を選びだし、人工授精させます。発情した牛は、他の牛とは全く異なり、落ち着きがなかったり、人工授精されるとわかると暴れまわったりで、とても怖かったです。

4日目は昼に削蹄作業を見させていただきました。削蹄作業を行うことで蹄に負荷がかかりすぎないようにしています。常に牛の状態を確認してあげることは牛にも農家さんにとっても大切なのだと感じました。

今回の4日間は知らないことばかりで、興味と牛への恐怖がありました。ですが実際にこのような機会をいただいたことで、今まで知らなかった農家の方々、組合員の方々の仕事や牛についてたくさんを知れる機会となりました。これからも組合員さんの支えになれるよう、今回の実習で学んだことを活かし、これからの業務に励んでまいります。大変お忙しい中、今回実習をさせていただいた五十嵐農場の皆様、誠にありがとうございました。

## つる性雑草 ガガイモの防除

温暖化により、鶴居村、白糠町、釧路市音別すべての地域で「難防除雑草 ガガイモ」が発生し、収穫困難などの問題になっています。今回は、そんなガガイモの効果的な対処方法をご紹介します。

### 1 ガガイモ（キョウチクトウ科）とは



6月頃のガガイモ

#### ガガイモの害



コーンに  
絡んで引き倒し  
収穫困難になる

地下5～  
10cmの浅い層  
で根を伸ばし  
どこからでも  
萌芽する

再生力が強く、根絶が困難



種子で増殖

根断片で増殖



畑への侵入経路

①  
畦や道路縁に  
生えている  
ガガイモが…



②種をとばしたり

②根からの再生で増殖したり

③どんどん  
増えていきます



### 2 防除方法

一度侵入したガガイモの防除は大変！畑の中に侵入させないことが第一目標です！

対策① 畑周辺の雑草への除草剤処理

電牧下へのグリホサート系除草剤の散布で  
畑内部への侵入を防止！



7/31 除草剤散布



9/8 再生なし

対策② 畑内部のガガイモへの除草剤処理

土壌処理で  
雑草を減らす



茎葉処理剤  
をしっかり  
ガガイモに  
かける



アルファード液剤とゲザプリムフロアブルが  
効果あり（普及センターの試験）

普及センターのホームページでは、酪農技術情報や地域の話題を発信しています。ぜひご覧ください。

普及センター  
HPはこちら▶







## 幌呂・音別「取次センター」営業日カレンダー

2026 3月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
01	02	03 幌呂取次センター 営業日	04	05 音別取次センター 営業日	06	07
08	09	10 幌呂取次センター 営業日	11	12 音別取次センター 営業日	13	14
15	16	17 幌呂取次センター 営業日	18 音別取次センター 営業日	19	20 春分の日	21
22	23	24 幌呂取次センター 営業日	25	26 音別取次センター 営業日	27	28
29	30	31 幌呂取次センター 営業日	...	...	...	...

2026 4月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
...	...	...	01	02 音別取次センター 営業日	03	04
05	06	07 幌呂取次センター 営業日	08	09 音別取次センター 営業日	10	11
12	13	14 幌呂取次センター 営業日	15	16 音別取次センター 営業日	17	18
19	20	21 幌呂取次センター 営業日	22	23 音別取次センター 営業日	24	25
26	27	28 幌呂取次センター 営業日	29 昭和の日	30 音別取次センター 営業日	...	...

2026 5月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
...	...	...	...	...	01	02
03 憲法記念日	04 みどりの日	05 こどもの日	06 振替休日	07 幌呂・音別取次 営業日	08	09
10	11	12 幌呂取次センター 営業日	13	14 音別取次センター 営業日	15	16
17	18	19 幌呂取次センター 営業日	20	21 音別取次センター 営業日	22	23
24	25	26 幌呂取次センター 営業日	27	28 音別取次センター 営業日	29	30
31						

お知らせ：5月7日（木）は幌呂・音別取次センターの営業です。

組合員・お客様 各位

釧路丹頂農業協同組合

## 窓口手数料改定のお知らせ

平素は格別のお引き立てを賜り厚くお礼申し上げます。  
 このたび、釧路丹頂農業協同組合では、下記の通り窓口手数料の改定をいたします。  
 今後とも、より一層のサービス向上に努めてまいりますので、何とぞご理解を賜りますようお願い申し上げます。

## 記

## (変更前)

令和8年3月31日まで

## ■ J Aネットバンク利用手数料 (毎月)

お取り扱い項目		料 金 (税込)
個 人	利用手数料	無料
	照会・振込サービス	0円
法 人	照会・振込サービス+データ伝送サービス	0円

## ■ 両替手数料 (廃止)

	料 金 (税込)
1~100枚	無料
101~1,000枚	330円
1,001枚以上	550円

## ■ その他の手数料

項 目	単 位	料 金 (税込)
送金・振込の組戻し手数料	1件	660円
代金取立手数料	普通扱 1通	660円
	至急扱 1通	880円
取立手形組戻し手数料	1件	660円
不渡手形返却手数料	1件	660円
貯金履歴照会手数料	1件	550円
未利用口座管理手数料 (※)	1口座	年額1,100円

※未利用口座管理手数料とは、2021年10月1日以降に開設された全ての普通貯金口座および貯蓄貯金口座に対して適用され、お預入れやお引出し（当該口座のお利息入金や本手数料の引落しを除きます）、記帳等のご利用が2年以上ない口座が対象となりますが、貯金残高が10,000円以上の当該口座及び当組合でお借入れがある場合は対象外となります。

## (変更後)

令和8年4月1日から

## ■ J Aネットバンク利用手数料 (毎月)

お取り扱い項目		料 金 (税込)
個 人	利用手数料	無料
	照会・振込サービス	1,100円
法 人	照会・振込サービス+データ伝送サービス	3,300円

## ■ 窓口両替手数料・金種指定払戻手数料 (新設)

硬貨・紙幣枚数	料 金 (税込)
1~100枚	無料
101~1,000枚	440円
1,001~2,000枚	880円
2,001枚以上	1,000枚毎に440円を加算

※同一金種への新券両替および新券への金種指定も対象となります。

※1度のお取引で伝票を複数回に分けてお取引、又は1日に複数回に分けてお取引を行う場合は、枚数を合算して手数料を申し受けます。

## ■ 硬貨入金手数料 (新設)

硬貨枚数	料 金 (税込)
1~100枚	無料
101~1,000枚	440円
1,001~2,000枚	880円
2,001枚以上	1,000枚毎に440円を加算

※各種貯金口座への入金のほか、お振込みの時などに大量の硬貨をお持ちされる場合に手数料がかかります。

※同一日に複数回の入金をされる場合は、それらの合計枚数を対象とさせていただきます。

※硬貨枚数を計数後のお手続きの変更・取り止める場合にも、計算枚数に応じた手数料をいただきます。

※募金や義援金のご入金は、無料です。

## ■ その他の手数料

項 目	単 位	料 金 (税込)
送金・振込の組戻し手数料	1件	660円
代金取立手数料	普通扱 1通	660円
	至急扱 1通	880円
取立手形組戻し手数料	1件	660円
不渡手形返却手数料	1件	660円
貯金履歴照会手数料	1件	550円
未利用口座管理手数料 (※)	1口座	年額1,320円

※未利用口座管理手数料とは、2021年10月1日以降に開設された全ての普通貯金口座および貯蓄貯金口座に対して適用され、お預入れやお引出し（当該口座のお利息入金や本手数料の引落しを除きます）、記帳等のご利用が2年以上ない口座が対象となりますが、貯金残高が10,000円以上の当該口座及び当組合でお借入れがある場合は対象外となります。

※ご不明な点がございましたら、お取り扱い店舗までお問い合わせください。

鶴居本店	085-1206 阿寒郡鶴居村鶴居東4丁目45番地	0154-64-2313
白糖支店	088-0301 白糖郡白糖町東1条南1丁目2番地2	01547-2-2183



# 令和最新トレンド!

# 巧妙な詐欺の見分け方

その 1

JAバンクから  
お客さま情報の  
確認メールが来た!

メールのリンク先でIDやパスワード、  
暗証番号の入力を求められてない?

メールアドレスやリンク先のURLは  
本当にJAバンク?

JAバンクを装った詐欺メールをお客  
さまへ送信し、リンク先より偽サイト  
に誘導して、ID・パスワード・暗証番号  
等を盗み取り、不正に送金を行う  
フィッシング詐欺が発生しています。  
JAバンクでは、メールやSMSに記載  
のリンク先でネットバンクのIDやパ  
スワード、暗証番号の入力を求めるこ  
とはありません。リンク先のサイト  
において入力を求められても、絶対に入  
力しないでください。JAバンクをか  
たる以下のような案内は、すべて詐欺  
ですのでご注意ください。

利用停止のお知らせ  
●緊急停止のご案内  
●お客さま情報の確認について  
●お取引目的等確認のお願い

警察から  
「あなたの口座が  
犯罪に利用されている」と  
電話があった!

その 2

その人、  
本当に警察官?  
電話でお金の話を  
されてない?

警察官や行政職員等を装い、電話やビデオ  
通話などで「あなたの口座が犯罪利用され  
ている」、「未納料金があり、支払わないと  
裁判になる」などと不安をあり、金銭等を  
だまし取る詐欺が発生しています。相手が  
警察官や行政職員であっても、身に覚えの  
ないお金の話が出た場合には詐欺を疑い、  
最寄りの警察に相談をしてください。以下  
のような手口が横行していますので、ご注意  
ください。

## ●オレオレ詐欺

親族や警察官、弁護士等を装い、「示談金のため今すぐお金が  
必要」「あなたの口座が犯罪に利用されている」などと不安を  
あり、他口座への振込や現金の支払いを通して金銭をだまし  
取る手口

## ●架空料金請求詐欺

事業者・行政職員を装い、「未納料金の支払い」を名目として電子  
マネー(プリペイドカード)等の購入を通して金銭をだまし取る手口

## ●還付金詐欺

行政職員を装い、医療費や年金等の還付金があるなどと説明し、  
申込手続と称してATMを操作させ、実際には犯人側の口座に振  
込を行うことで金銭を騙し取る手口

その 3

SNSで仲良くなった人が  
信頼できる投資話を  
教えてくれた!

本当に  
信用できる人?

必ずもうかる、  
あなただけって  
言われてない?

SNS等を悪用した投資詐欺や、恋愛感情につけ込むロマンス詐欺が  
発生しています。SNSの広告やダイレクトメールで著名人や投資家等  
を名乗り、「絶対にもうかる」「あなただけに特別」といった投資話を  
もちかけられたら、それは詐欺です。また、SNSやマッチングアプリ  
で親しくなった相手から、「二人の将来のために投資を」「結婚するた  
めにお金が必要」などと頼まれた場合も、詐欺を疑ってください。

## 大切な資産が奪われないように、詐欺に注意しましょう。

JAバンクでは警察と連携し、金融犯罪撲滅に向けて取り組んでいます

JAバンク

警察庁  
National Police Agency



©よりぞう

私たちが寄り添えることを、もっと。

JA共済 × 全農 × JAバンク

今回のテーマ

# カーライフ

家計を助ける  
“2つのアクション”

ナビゲーター  
阿部祐二さん

アクション  
1

ガソリン代10%オフと同等の効果!  
地球とお財布に優しいエコドライブ

価格高騰が続く「ガソリン」。出費を抑えたいけれど、買い物、お出かけ、仕事など、生活に車は欠かせない…。そんなジレンマを抱える今こそ、『エコドライブ』を始めてみませんか? エコドライブとは、地球環境に配慮した運転方法や心がけのこと。車間距離にゆとりを持つて加速・減速の少ない運転を行うなど、誰でも日常的にできるアクションが、CO<sub>2</sub>排出量削減による地球温暖化対策や、交通事故防止だけでなく、必要以上の燃料消費を抑えてガソリン代節約にもつながります。

エコドライブを行うと、燃費は平均で約10%も向上。これをガソリン代に置き換えると、1ℓ 184円を166円で買うことと同じ※になり、割安のガソリンスタンドを探し回るよりも簡単な節約術と言えます。運転後に車載の燃費計などで燃費を確認すると効果を実感できるため、習慣化につながりやすくなります。

また、+αの節約アクションとして、定期的な自動車共済保険の見直しもおすすです。運転者の年齢や誰が運転するかなど現状に合った契約内容にすることで、共済保険料を減らせるケースもあります。これからのカーライフを楽しむために、まずは無理なくできる節約を積み重ねてみませんか。

※令和7年3月現在の概算数値の算出

ガソリン代の節約に!

## 燃費が良くなる エコドライブ

### 発進時／ふんわりアクセル

最初の5秒で時速約20kmを目安に、  
穏やかにアクセルを踏む。

燃費10%  
改善



### 減速時／早めのアクセル オフ

信号など停止の準備をはじめる際、早めに  
アクセルから足を離してエンジンブレーキ  
を使う。

燃費2%  
改善



CHECK!

### 「車間距離不足」で燃費が悪化!

車間距離が近いと無駄な加速・減速が多くなり、市街地では約2%、郊外では約6%も燃費が悪化します。ゆとりのある車間距離を保ち、できるだけ一定の速度で走りましょう。

日常的に仕事現場まで  
長距離運転をするので  
ガソリン代が  
ばかになりません…。  
運転の見直しで  
燃費が良くなるのは  
うれしいですね!

[出典]  
環境省「デコ活」サイトを  
もとにJA共済連作成



≡CHECK≡

## 【自動車共済・保険のチェックポイント】

- ☐ 運転される方の**年齢条件\***は合っていますか？  
\*記名被共済者またはその配偶者（内縁および同性パートナーを含む）、同居の親族等が運転していた場合のみ年齢条件を適用します。
- ☐ ご家族で**2台以上**のお車を所有していませんか？
- ☐ 運転されるのは**ご家族\***だけですか？  
\*ご家族とは、記名被共済者またはその配偶者（内縁および同性パートナーを含む）、同居の親族および別居の未婚の子（婚姻歴なし）をいいます。
- ☐ 農業用貨物自動車を所有されていますか？
- ☐ 自賠責共済・保険と自動車共済・保険の加入先は**別々**ですか？



自動車共済・保険を見直すと、今必要な保障を準備できるだけでなく、家計にも役立つのはうれしいですね。

保障やサービス、  
お得な“掛金割引”も充実 /



ひとつでも当てはまる方はJAの自動車共済で共済掛金がお得になる可能性があります！

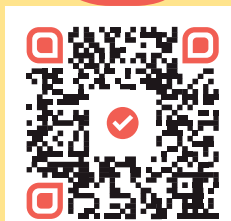
今なら！

JAの自動車共済のお見積りをしていただくと  
抽選で総計**1,000**名様に  
**素敵な賞品**が当たる！

／さらに／

自動車共済・保険証券を  
スマホで読み取ると当選確率

**5倍！**



25481050191

アクション  
2

今の自動車共済・保険、最適ですか？  
**自動車共済・保険の見直しで固定費を節約**

JAバンク

マイカーといっしょに、たのしい暮らし。

## JAのマイカーローン



©よりぞう

アクション  
3

新しく車の購入をご検討されている方へ。  
**家計を助けるマイカーローン選び**



# 牛乳をも〜っと食卓に 今月のミルクレシピ



## さくっとつまめる簡単おやつ 牛乳の香り揚げ

### 材料 (2人分)

水……………大さじ 5  
鶏がらスープ※……………大さじ 5  
コーンスターチ……………大さじ 5  
片栗粉……………大さじ 1と1/2  
溶かしバター……………大さじ 2  
牛乳……………250ml  
生クリーム……………75ml  
砂糖……………大さじ 1  
塩……………小さじ 1

### ●衣

薄力粉……………70g  
ベーキングパウダー……………6g  
油……………大さじ 1と1/2  
水……………100ml  
揚げ油……………適量  
※顆粒 (かりゅう) を袋の指定通りに溶いたもの



### 作り方

- ①ボウルに水、鶏がらスープ、コーンスターチ、片栗粉、溶かしバターを入れて混ぜておく。
- ②鍋に牛乳、生クリーム、砂糖、塩を入れて火にかけ、沸騰寸前に①を入れてよく溶かす。沸騰したら火から下ろし、ラップを敷いたバットに流し入れて冷蔵庫で固まるまで冷やし、好みの大きさに切る。
- ③薄力粉、ベーキングパウダー、油、水を混ぜて衣を作る。④②に薄く片栗粉 (分量外) を付けてから衣を付けて油で揚げる。好みでごま砂糖※ (材料外) を振る。

※すりごまに砂糖を適量加えたもの

## つばやきコーナー

風呂上がりの牛乳はおいしいですね！  
いつも飲んでます！  
ハヒブル

よつ葉バターおいしい  
遠いパースにはあるけれど  
サトちゃん

毎日寒いけど、  
牛も人間も  
栄養をいっぱい摂って  
元気に過ごそう！  
やっぱりお米が好き

根金牛乳愛飲してます。  
たいやき

これからも、  
たくさん飲んで  
食べて下さい！

元気が一番ですね！

お誕生日  
おめでとう  
ございます♡

合所の窓から阿寒富士が見えます。  
日本の各地に「富士」があるようで  
すね、身近な富士が見られるのは  
嬉しいですね。  
ソラ

誕生日に肉とプリンを食べました。  
美味しかったです。  
ポッキー

冬は雪化粧して  
綺麗ですね



かわいい……♡

しろちゃん

自然を満喫して  
いただきます！

鶴居村に移住してきて  
良かった。自然環境が  
抜群ですね。

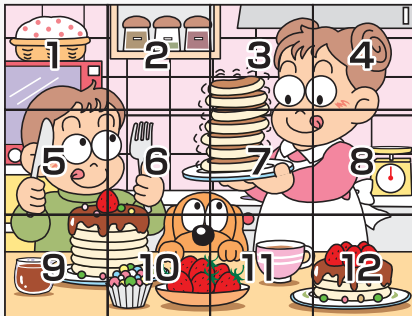
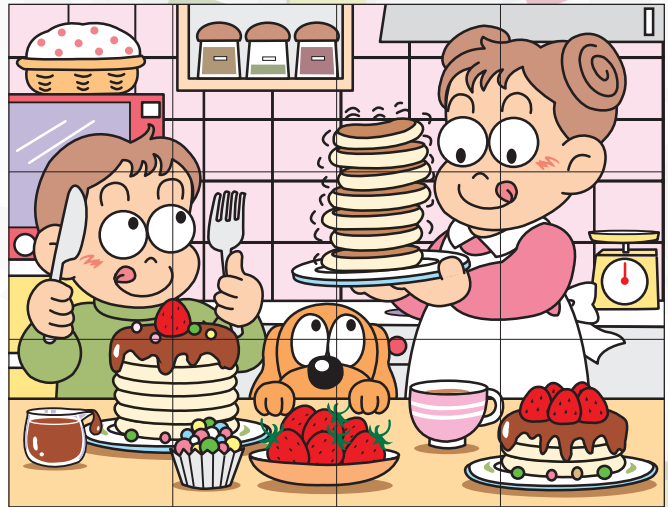
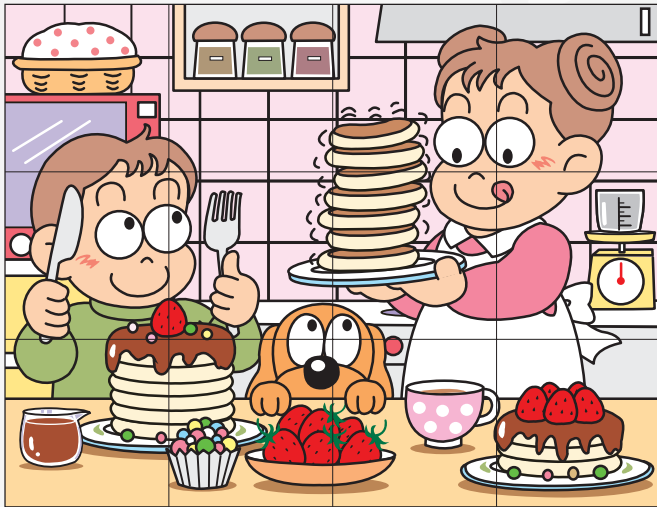
ちいさん





# まちがいさがしにチャレンジ!!

## ～ちょっと一息～ あたまの体操のコ～ナ～



右のイラストには左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枠内の数字で探しましょう。

今回の答えは3月号に掲載するよっ!!

## まちがいさがし 2月の答え

--	--	--	--	--

住所

氏名

ペンネーム

※氏名とペンネームは必ず記入願います。

電話番号

ご意見や季節のつぶやきなどの一言をお寄せください。

応募者の個人情報は厳正に管理し本応募以外の目的には使用しません。

どなたでも応募できますのでたくさんの応募お待ちしております。

キ  
リ  
ト  
リ

## 今月のあたまの体操 プレゼント

正解者3名様に  
よつ葉

「パンケーキミックスとスープの  
詰め合わせ」

をプレゼント!!

なお、正解者多数の  
場合は抽選とさせて  
いただきます。



### 《応募方法》

左下の部分を鶴居事務所 管理課へ

**FAX(0154-64-2315)**をいただくか、  
切り取っていただき各事務所へ提出してください。

### 《締め切り》

2026年2月25日まで

当選者の発表は3月号にて発表します。

プレゼントのお渡しは発送とさせていただきます。

※プレゼントをお受取りいただけなかった場合、再送はい  
たしかねますので、あらかじめご了承ください。

## 12月定例理事会 令和7年12月19日（金曜日）

### 報告事項

1. 専決事項及び諸会議について
2. 各委員会・諸会議等について
3. 11月末財務状況について
4. 事業の実施処理状況について
5. 会計監査人の再任について
6. 大口信用供与先の経営状況について
7. 理事に対する資金の貸付報告について

- 議案第2号 融資の承認について  
 議案第3号 資産評価に係る基準額の改定について  
 議案第4号 営農計画樹立基本方針の設定について  
 議案第5号 令和7年度森林整備事業の実施について  
 議案第6号 固定資産の取得について  
 議案第7号 諸規程の制定について

### その他協議事項

1. 当面の業務日程について
2. その他

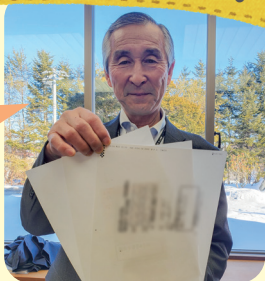
### 付議事項

議案第1号 令和7年度（第3四半期）にかかる監事  
 監査の結果について

令和7年度	生乳生産実績（12月）			
	月計乳量（kg）	同月前年比（%）	累計乳量（kg）	累計前年比（%）
JAくしろ丹頂	9,255,552.2	101.3	83,818,187.9	103.9
鶴居地区	3,551,691.1	98.9	32,031,241.2	102.1
幌呂地区	2,899,868.3	105.4	25,483,753.5	107.1
白糠地区	1,673,053.3	104.0	15,420,261.9	106.0
音別地区	1,130,939.5	95.5	10,882,931.3	99.2
管内計	44,222,731.6	100.8	400,463,751.1	102.7
（前年度管内計）	43,871,083.8		389,757,504.8	

おめでとうございます！

千葉組合長の  
 抽選の結果！！



元気おババさん・やっこバーさん・  
 チャーちゃんさん

どの景品が当たったかは、届いてからのお楽しみです

## 12月号の答え

### まちがいさがし

3 5 8 10 12

- 3 プレゼントの箱が違う
- 5 ツリーの飾りがステッキになっている
- 8 帽子が長い
- 10 ケーキのプレートがない
- 12 ろうそくの火が付いている

### クロスワード

ボ タ ン ナ ベ

1 ト	7 ナ	10 カ	イ	17 ア	20 ゴ
2 オ	デ	ン	15 セ	イ	ボ
3 メ	シ	13 オ	ノ		ウ
	8 コ	11 ロ	ン	18 ア	
4 コ		12 ウ	ド	19 ベ	21 ソ
5 タ	9 モ	ト	16 ホ	コ	ウ
6 ツ	ミ		14 デ	シ	ベ

□ 1月に入り、寒の入りを迎えて一気に寒さが厳しくなりましたね。この季節になると、外で暮らしている様々な動物の姿を改めて感じます。牛も、ほぼ外と同じような気温の中で生活しています。暑さには弱いですが、冬は毛をフサフサにして寒さを乗り越えていきます。私はどんどん厚着になっても、ストーブの前から離れられないです…でも冬は好きなんです！☺（門脇）



鼻毛も凍ります  
 （馬ですが）

編集後記  
 EDITOR'S NOTE

Instagram  
 ID→jakushirotancho



JAくしろ丹頂ホームページ

