

JA 中標津町農業協同組合

2025
10
Vol.610



第38回じゃがいも伯爵まつり&ふれあい広場 (R7.9.7)

INDEX

- 第38回じゃがいも伯爵まつり&ふれあい広場…2~3
- 青年部のページ…4 ■ JAバンクよりお知らせ…5
- **特集**「初めてのスマホセキュリティ講座」…6~7
- 理事会、クロスワード、読者の声、占い…8~9
- 技術の扉~牛をきれいに飼う牛舎管理のポイント…10
- 普及の窓~正しい搾乳手順…11
- なかのう通信…12 ■ 夢広がる掲示板…13
- 根室地域農業経営セミナーのご案内…14
- 脳トレ!、新刊…15
- おいしいミルクレシピ、行事予定…16

公式Webアドレス

<http://www.ja-nakashibetsu.or.jp>



ケータイ用
QRコードはこちら!!



もちまき



お菓子まき

第38回

じゃがいも伯爵まつり &ふれあい広場

第38回じゃがいも伯爵まつり&ふれあい広場が9月7日(日)、道立ゆめの森公園 翼とふれあいのゾーン 特設会場にて行われ、秋晴れの青空が広がる中、大勢のお客様が訪れました。

午前中は曇り空で時折雨がパラつく天候となっていました。開放時間の9:30前にもかかわらず、本年も開放を待つ長蛇の列ができました。昨年は会場に入りきれないお客様の車で大渋滞が発生してしまいましたが、実行委員会では対策をとり本年は発生も無くスムーズにご来場可能となりました。

今年の伯爵は生育期に水不足となったため小ぶりの物もありましたが、おおむね平年並みの収量となりました。大勢のお客様は大きな汗を流しながら袋いっぱいじゃがいもを嬉しそうに運んでいました。

ステージでは町内ダンスチームによるステージ発表が行われ、過去最多のチーム数が出場。イベントでは小学生による軽トラブッシュタイムトライアルも行われ、大いに盛り上がりしました。

また、塩煮無料提供では、前日に実行委員会では塩煮用に掘り上げた採れたてほくほくの美味しい伯爵を求めて長蛇の列



半沢実行委員長による開会挨拶

ができました。お昼には飯島組合長が声高らかに「牛乳で乾杯!」の発声で会場の皆様と「なかしべつA2ミルク」で乾杯が行われました。

おかげさまでお祭り終了まで大勢の来場者で賑わいました。最後の大抽選会は目玉として道内宿泊券5万円の豪華景品が1組のお客様に当たり、無事に終える事が出来ました。ご協力いただきました各団体の皆様、お手伝い頂きました皆様に紙面を借りて御礼申し上げます。ありがとうございました。

(記 河西 陽平)



牛乳で乾杯



JA青年部ブース



伯爵塩煮の無料提供



道内旅行券プレゼント



岩谷学園とN高の学生ボランティアさん
にお手伝いいただきました



町内ダンスチームの発表



丸小農園の野菜販売

女性部 伯爵まつり出店

長年、伯爵まつりに出店している女性部ですが、部員が減り、いももちを販売するのが大変になってきました。新しい販売品を考えてはいるものの、それもまた難しい。そんな中、今年はレシピの改良に挑戦しました。滑らかさや柔らかさを持続させる為に、こんにゃく芋から抽出したペーストと砂糖を新たに加えました。捏ねる道具もメーカーに相談して変更。その上で、材料の割合を決める為に試作を繰り返しました。規格を揃える為の秘密兵器も駆使した結果、完璧とは言えないまでも、現時点でのベストな物が完成。頑張りました(笑)

当日は暑くも寒くもない、いももちを売るには絶好のお天気でした。来場者数も多かったようで、お客さんが途切れる事なく来てくれました。

レシピ改良によって製品ロスが大幅に減り、予想以上の量を製造してしまったようで、多めに用意したはずのケースや割り箸が先に品切れになってしまいました。残念ながらそこで販売終了です。

後日、いももちを買ってくれた知人が「すごく美味しかったよ!」と言ってくれました。レシピを改良した甲斐がありました。ですから、来年も出店したいと思うのですが、如何せん部員不足で…今年限りの幻のいももちになりませんように。

(記=長縄 さおり)



教育大ファームステイ 事業の振り返り&発表会

7月23日に北海道教育大学釧路校にて、5月に行ったファームステイ事業の振り返り&発表会を行いました。

この事業は、根室地区農協青年部連絡協議会が主催し2013年に開始し現在13年目となります。将来を担う子供達に食と農の大切さを教える教師の卵が1泊2日の酪農家民泊体験実習を通して、1次産業の価値を理解し、食糧供給地域の現状を知ることとを目的としています。

今年のJA中標津青年部は、吉川弘志さんのお宅でファームステイを行いました。7月の振り返り発表会では3班に分かれ、『酪農家の仕事は搾乳作業だけだと思っていたが、体験後は牛を育てて行く為の仕事（畑の管理・牧草収穫・繁殖管理・機械のメンテナンスなど）があることが分かった』や『青年部は民泊体験や出前授業を通して、学校と地域を結ぶ架け橋になっている』、『教科書では学べない民泊でしか体験出来ない事を五感で感じることができた』など感想がありました。

子供達や地域の方々はこの素晴らしい体験を伝え、また農家と一緒にこれからの課題を考えていく教師になって貰いたいと願っています！

（記＝根室地区青協会長 小出 信彦）



The Wakey Showの撮影



8月16日にNHK Eテレの「The Wakey Show」の撮影を青年部員6名で小出牧場の放牧地にて行いました。道青協から出稿の依頼があり、自らスマートフォンで撮影して番組へ投稿しました。

The Wakey Showは登校前に観ることができる小学生向けの番組で、平日朝7時から20分間放送されています。一口分の食材をおつまみして、その食材が何かを当ててもらう「おつまみ探偵」というコーナーで紹介されます。

天気もロケーションも最高の中、和気あいあいとした雰囲気でき取り組むことができました。根室地方の基幹産業から生産されるあの食材を、酪農家さんならお馴染みの郷土料理にしてひとくち食べてもらいます。放送予定日は青年部のInstagramにて告知しますのでお楽しみに！（記＝半沢 勇貴）



ホクレン根室家畜市場 和牛初生種牛別落札価格(8月分)

生産部よりお知らせ

初生黒毛メス

種雄牛	頭数	金額(税抜)
安福久	2	529,500
暁之藤	3	378,333
金太郎3	2	329,000
福勝鶴	45	308,422
諒太郎	1	300,000
百合白清2	3	297,000
千寿剣	2	295,500
福之鶴	39	295,000

種雄牛	頭数	金額(税抜)
北美津久	63	288,635
福之姫	36	284,611
勝早桜5	7	256,857
博紅葉	3	217,000
勝昇龍	1	0
鉄晴幸	1	0
鉄扇	1	0

初生黒毛オス

種雄牛	頭数	金額(税抜)
福増鶴	1	448,000
暁之藤	15	428,400
金太郎3	3	427,667
勝早桜5	3	405,333
百合美	1	399,000
福勝鶴	62	380,468
福之姫	49	370,531
諒太郎	1	365,000
百合白清2	3	360,333
福之鶴	136	347,316

種雄牛	頭数	金額(税抜)
北美津久	100	336,940
愛之国	5	307,400
北美津豊	1	299,000
千寿剣	13	286,692
美津金幸	1	278,000
安福久	4	274,500
幸紀雄	1	267,000
百合福久	1	234,000
北美咲	1	201,000
美国桜	1	151,000

ちょっと待って! STOP 詐欺の可能性ががあります

フィッシング詐欺やキャッシュカード詐欺、還付金詐欺など、特殊詐欺は年々多様化しています。
警察や役所などから、不安を煽る電話やメールが来ていませんか?
すぐに行動に移すのではなく、まず詐欺を疑いましょう。

キャッシュカード詐欺

あなたの口座が
不正利用されています。
カードの確認が必要です!



フィッシング詐欺

名前: ○○○○
暗証番号: ××××××

HP情報
入力



その他の手口

あなたの口座が犯罪に
利用され、あなたに対し
被害届が出ています。
逮捕されないために、
指定する口座に
振り込みをしてください。

保険料の還付金があり
ます。手続きのため、
指定する口座に振り込み
をしてください。



✓ 特殊詐欺チェックリスト

- ☐ 暗証番号を教えてください ☐ お金が戻ってきます
- ☐ カードの交換が必要です ☐ カード・口座が悪用されています
- ☐ 警察がご自宅に伺います
- ☐ このままだと逮捕される可能性があります
- ☐ このやり取りを口外すると罪に問われます
- ☐ 期日までに対応を行わないと取引が制限されます
- ☐ 指示に従ってATMの操作をしてください



1つでも当てはまったら詐欺です!
すぐに電話を切って家族や身近な人に相談しましょう。

! 詐欺にだまされないためには

- 警察・公的機関を名乗る者から突然電話が来ても、一度電話を切り、申し出内容が正しいか確認するため電話をかけ直しましょう。その際、電話番号は自分で調べ直しましょう。
- 少しでも様子がおかしいと感じたら、家族や友人など身近な人に相談しましょう。事前に家族間で話し合っておくのも効果的です。
- 詐欺の手段は電話が8割近くを占めています。常に留守番電話機能を設定しておき、通話の録音や防犯機能が付いた迷惑電話防止機器を使いましょう。
- 警察・検察は個人のスマートフォンに突然ビデオ電話をすることはなく、国際電話で連絡することもあります。不審な点がないか、落ち着いて確認しましょう。

〳 JAバンクは被害拡大防止に向けて、店舗での「声掛けの徹底」に取り組んでいます。〳

ATM付近で携帯電話を利用している方や窓口で多額の現金を引き出そうとしている方には、現金のご利用目的などをお伺いすることがございます。
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。

あなたの個人情報、しっかり守れていますか？

初めての スマホセキュリティ講座

スマートフォン（以下、スマホ）でできることが増えた今だからこそ、セキュリティ対策をすることが大切です。できることから実行してトラブルを防ぎましょう。

監修：高橋暁子（成蹊大学客員教授／ITジャーナリスト）
イラスト：小林裕美子

 多くの個人情報
が蓄積されるスマホ

スマホは、携帯電話と小さなパソコンのような機能を兼ね備えています。スマホがあれば、家族や友人との電話やメッセージのやり取り、ネットショッピング、銀行の残高確認などができ、今では暮らしに欠かせない道具になりました。そのためスマホには連絡先や位置情報、通信履歴、行動履歴など、さまざまな個人情報が蓄積されています。

 対策をしないと
どんな危険があるの？

便利なスマホですが、しっかりとセキュリティ対策をしていないと、大切な情報が盗まれてしまう危険があります。

近年ではスマホを介したさまざまな形の詐欺も増加しています。

- メールやSNS（交流サイト）などで違法・有害サイトに誘導される。
- スマホに警告画面が表示され、ウイルス感染したように思い込まれてお金をだまし取られる。
- SNSなどの広告から商品を購入したものの、商品が届かずだまされる。
- 警察官をかたる人物から犯罪の嫌疑がかかっているとSNSなどで脅され、捜査料が必要などといわれお金をだまし取られる。

自分自身が被害に遭わないために、また家族や友人など、周囲の大切な人の個人情報を流出させまいとトラブルに巻き込まないで済むように、できることからセキュリティ対策を始めて、スマホをもっと安心して楽しく使えるようにしていきます。

超基本 今すぐできるやつておきたい設定
画面ロックを設定する（顔・指紋・パスコード）

「使いたいときにすぐにスマホの画面が見られなくて不便」「スマホに入っているデータを誰かに見られても困らない」などの理由で、画面ロックを設定していない人もいますが、悪意ある人に操作されてしまうと、自分だけでなく周りの人の個人情報流出・悪用される可能性があります。

セキュリティ対策の第一歩として、まずはパスコードや顔・指紋認証などによる画面ロックを必ず設定しましょう。

文字サイズを見やすい大きさにしよう

表示される文字が小さいと、不審な広告を見かけたり、不審なメールが届いたりしたときなどによく読めないままリンクを触ってしまい、詐欺サイトに誘導されてしまう場合があります。見やすい文字のサイズに設定すると、明らかな誤字や言葉遣いがおかしい日本語が使用されているなどの違和感に気がやすくなります。

パスワードは長く、複雑に

パスワードは記号・数字・アルファベット（大文字・小文字）を併用し、十分な長さ（12文字以上）にするなど、他人に推測されにくいように設定しましょう。一つのパスワードの使い回しも避けましょう。



こんなパスワードは危険かも…… NG例

- ✕ 単純な文字の並びやキーボードの配列順（1111、abc123、qwertyなど）
- ✕ 英単語やその一部を置き換えた文字列（password、P@ssw0rdなど）
- ✕ 自分や家族の名前、生年月日など推測されやすい文字や数字（taro0401、hanako1950など）



ネットショッピングは 公式アプリ、ブックマークから

ウェブサイト上で買い物をするときは、SNSなどに記載されたURL（リンク）からアクセスせず、公式アプリまたは事前にブックマーク（お気に入り）登録した公式ウェブサイトから行いましょう。SNSなどの広告から詐欺サイトへ誘導される可能性があります。



アプリは公式ストアからのみ インストールしよう

アプリは公式ストアやウェブサイトなど、さまざまな方法で入手できます。公式ストアから配布されているアプリは、審査を通った安全なアプリという証しです。悪意あるアプリを避けるために、基本的に公式ストア以外からはダウンロード&インストールしないようにすることが大切です。



スマホを定期的に アップデートしよう

OS（基本ソフト）、アプリなどは必ず最新状態にアップデートしておきましょう。

新しい機能が使えるようになるだけでなく、技術の進歩によって発見されたセキュリティ上の問題点などを解消し、スマホの安全性を向上させてくれます。

安全にスマホを使うために 身に付けたい セキュリティ習慣



セキュリティアプリなどを 活用しよう

個人情報を守るため、セキュリティアプリや迷惑メールフィルターなどを利用することで、違法・有害サイトへのアクセスをブロックできます。設定方法が分からないときは、家族などを頼ったり、携帯電話会社のサービスセンターなどに相談してみましょう。



怪しいメッセージやリンクは 開かない・押さない・返信しない

不審なメールやメッセージを開くと、ウイルスに感染したり、詐欺に巻き込まれたりするリスクが高まります。返信したり、リンクを触ったり、記載されている電話番号に発信したりしないようにしましょう。また、メールアドレスやリンク、SNSのアカウントなどに明らかに違和感がないか確認する習慣を付けましょう。



個人情報の入力時は 一度立ち止まって確認を

ウェブサイト上で個人情報を入力する、またはお金を振り込む必要がある際には、一度立ち止まってそのサイトに問題はないか確認する習慣を付けましょう。メールなどが届いた際に文面や電話番号などを検索すると、詐欺と気付ける場合があります。



突然警告画面が出てきても 安易に従わない

ウェブサイトを見ているときに、突然警告画面が表示された場合、安易に画面の指示に従わず、画面を閉じるか、スマホを再起動するようにしましょう。偽の警告画面に表示した番号に電話をかけさせて金銭をだまし取るサポート詐欺の可能性もあります。

困ったときには相談を

詐欺に遭ってしまったかも、だまされてお金を振り込んでしまったかもと思ったら

●警察相談専用窓口●

☎#9110 各地域を管轄する警察本部などの相談窓口につながります。

●国民生活センター 消費者ホットライン●

☎188 (いやや)

Crossword Puzzle

夢広がる クロスワード

出題/ニコリ



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？

ヨコのカギ

- ①10月の第2月曜日はスポーツの日。以前は——の日でした
- ②祭りのときに引く車
- ③——雨だよ、すぐに止むさ
- ④塩分濃度は低め、麴の割合は高めな味噌
- ⑤ドングリがなる木の一種
- ⑦彼女は免許——の腕前だ
- ⑩悪臭を放つことで知られる動物
- ⑫傘がたくさん重なった形の食用キノコ
- ⑭ハワイアンの演奏にも使われる弦楽器
- ⑯玄関の上がり——に腰かけて話した
- ⑰秋にもおいしい紫色の野菜
- ⑱教育、勤労、納税は国民の三大——です

タテのカギ

- ①お代はいただきます
- ③転職をしたいが、いざとなると——を踏んでしまう
- ⑥金箔の生産量第1位の市がある都道府県
- ⑧皿を数えるときに使う言葉
- ⑨あえるとパスタが黒くなります
- ⑪落ち葉をかき集める道具
- ⑬ハロウィーンの日を楽しむ人もいます
- ⑮役場で——証明を取ってきた
- ⑰薪割りに使う刃物
- ⑱事件はあつけない——を迎えた
- ⑳写生をこうもいいます
- ㉑動物や鳥などの集団

9月号の当選者は5名です。おめでとうございます。応募される際にはひとことコメントを添えて応募いただけますようお願い申し上げます。

9月号クロスワードの解答 『ラッカセイ』

第6回 理事会

開催月日 令和7年9月9日
開催場所 農協中会議室

決議事項

1. 定期監査の結果について
2. 災害対策車の荷台床修理について（固定資産取得）
3. 固定資産の処分について
4. リスク評価書・総括表の一部改正について
5. 令和7年度澁原馬鈴薯出荷計画と仮渡金の設定について

報告事項

1. 令和7年度組合員の加入状況及び脱退の状況について
2. 経営定期点検の実施報告について
3. 令和6年度産生食加工馬鈴薯収支状況と令和7年度産受入について
4. 令和6年度産種子馬鈴薯収支状況と令和7年度産受入について
5. 令和7年度馬鈴薯・てん菜坪堀結果について
6. 令和7年度大根・ブロッコリーの出荷状況について
7. 畜舎環境衛生改善調査の実施について
8. 令和7年度生乳生産状況と乳質について
9. 令和7年度販売事業の概要について
10. 令和7年度育成センター預託状況について

職員採用のお知らせ

令和7年10月1日付

■信用部 金融課 金融係 一般職

おの 小野寺 真 美

■営農部 経営相談課 経営相談係 一般職

こ はま みどり
小 濱 緑

■生産部 酪農課 乳製品工場係 一般職

ひ やま だい ち
松 山 大 地

■生産部 農産販売課 農産係 一般職

す み ゆう と
鷺 見 祐 人

読者の声

9月は子供達の運動会がありました。去年より走るのも踊るのも上手になっていて、成長が早いと思いつながら観ていました。上の子が今年で最後だったので、一生懸命競技をやっていたのですが、後から撮った動画を観ると、子供より親の方が応援に熱が入っていて笑いました。子供が頑張っている姿を見ると自分も努力しないと...と改めて思いました。エネルギーと可能性に満ちていて、こちらまで沢山元気をもらえました。これからますます楽しみです。残りの時間を大切に過ごして欲しいですね。

▼PN/50TA

食品加工交流部会って皆さん知っていますか？JAの道路向かい、今、JA事務所工事の事務所になっているプレハブがある所の施設で活動しています。建物の中にはパン作り、アイスクリームを作る機械があり、女性部でも色々なイベントの時にイモダンゴ等を作ったりする「農業農村交流施設（通称...クレエ）」という施設です。加工部会は今、3つのグループで菓子パン・乳製品グループ、地場産グループ、レトルトグループがあり、20名近くの部員で活動しています。興味のある方、また、別グループを作りたい方、いろいろ特典もあり、JAからも助成金をいただいで活動しています。レシビ等もたくさんあります。オープン他、機材も充実しています。どうぞ、のぞいてみて下さいませ。お問合せはJAまで。

▼PN/楓風

暑い夏もようやく終わり、実りの秋となり食欲全開です。19年ほど前、認知症予防になればと思いたち、母に頼んで私の好きな郷土料理や漬物、ジャムの作り方等々を書いてもらいました。今年100歳になる母の手書きレシビの赤い手帳は私の宝物です。

▼PN/ばっちゃん

パイパス沿いに新しいお店ができていますね。オープンしたものから建築中のものも。もともとそちら方面へのお店には、年に1〜2回程しか行かないところばかりですが、「は」にもまだ行っていない。なんとと言っても「タブレット」のハードルが高いです!!反面、中心部の店舗は1店また1店とシャッターが降ろされ、さみしくなるばかりです。

▼PN/サントス

9月に入り、暑さもおさまりつつ秋の季節となりました。先日、岐阜県の知人より当地はまだ32℃もあり、とても体が大変だよと言。そして、野菜もおいしいところをイノシシやタヌキ、キツネなどが食べていくとのことでも悔しい思いをしています。早く食べられるものは冷凍にしようです。こちらは急に20℃以下となり、過ごしやす日々となりました。9月20日の夜から早朝にかけて雨と風の強さに驚きです。そんな中、日中は少し落ち着き、釧路から孫達が来てくれました。私が花の好きなことを知っていて、「りんどうの鉢物」を一つプレゼントしてくれました。薄紫の可愛い花です。ありがとう。孫たちは6年生。大きく大きく成長しています。

▼PN/りんごちゃん

今月のあなたの運勢

★モナ・カサンドラ★

10月



牡羊座

3/21~4/19

全体運 揺れる心境の中で考えることが多そう。その思案は無駄ではありません。下旬には良い答えを導けるはず。冷静に
健康運 油断大敵。弱い部分はしっかりケアすれば安泰です
幸運の食べ物 ギンナン



牡牛座

4/20~5/20

全体運 気にし過ぎは禁物。マイペースで進めれば安泰です。うまくいかないときは基本に戻り、手順を見直してみよう
健康運 慌ててけがなどしないよう気を付けて。準備体操が◎
幸運の食べ物 カブ



双子座

5/21~6/21

全体運 勢いがあり多少の無理なら通ります。時には強気で押してみても好結果に。レジャー運が良いのでお出かけを
健康運 消化のいいメニューで胃腸をいたわって
幸運の食べ物 さんしょう



蟹座

6/22~7/22

全体運 ドキリとすることがあるものの結果としては良い方向に進みます。ピンチはチャンス!問題解決に向けて前進
健康運 体力や持久力アップのメニューで体を整えましょう
幸運の食べ物 シメジ



獅子座

7/23~8/22

全体運 コミュニケーション運が上昇。いろいろな話が入ってきますが、玉石混交なので価値あるものを見極めリスク管理を
健康運 関節の痛みは甘く見ないで。サポーター使用が◎
幸運の食べ物 ジャガイモ



乙女座

8/23~9/22

全体運 順調運。秋の味覚を楽しむなど生活に彩りを添えて。レジャーもお薦めです。交渉は相手の出方待つのが吉
健康運 話題のストレッチを試してみよう。いい刺激になります
幸運の食べ物 ニンジン



天秤座

9/23~10/23

全体運 運勢はとてもババフルで新しいことにツキあり。やってみて良かったことに挑戦を。薦められたものを試すのも吉
健康運 医食同源、バランスの取れた食事で元氣アップ
幸運の食べ物 ルッコラ



蠍座

10/24~11/22

全体運 迷っていたことの答えが見つかりそう。大変でもやってみる価値があります。相談するときは相手を選びましょう
健康運 外出時は帽子を。リップクリームでの保湿も吉
幸運の食べ物 マッシュルーム



射手座

11/23~12/21

全体運 趣味が新たな交友につながります。仕事の異業種交流も吉。広く浅く何でもやってみましょう。うわさ話は避けて
健康運 足元の防寒対策を早めに準備。爪のお手入れが◎
幸運の食べ物 柿



山羊座

12/22~1/19

全体運 目標達成に向けてもうひと頑張りするとき。諦めずに続ければ成果が見えてきます。手抜きは禁物。時には遠回りも
健康運 血液がドロドロにならないよう食習慣を見直しましょう
幸運の食べ物 カボス



水瓶座

1/20~2/18

全体運 味方もたくさんいますが敵も多い月。信頼できない人の話にうっかり乗らないで。厳しい助言に耳を傾ければ飛躍
健康運 カルシウムたっぷりの食事と筋トレで骨を丈夫に
幸運の食べ物 イチジク



魚座

2/19~3/20

全体運 あなたの力になってくれる人が現れます。感謝の気持ちを示して受け入れて。良いつながりができていきます
健康運 ダンスなどで楽しく体を動かしましょう
幸運の食べ物 リンゴ

牛をきれいに飼う牛舎管理のポイント

酪農試験場 酪農研究部 乳牛グループ 細字 晴仁



牛が汚いと疾病発生リスクが高まるほか、汚れた牛舎はサルモネラ等有害微生物の繁殖リスクが高まります。牛舎の汚れは牛に表れると言われており、今回は牛の汚れを目安にした牛舎管理の確認方法についてご紹介します。

1. 牛の汚れの評価方法

牛の汚れの評価に衛生スコアとよばれる方法があります。牛の汚れの程度を乳房、下肢、大腿の3カ所から評価し（図1）、スコア3以上で汚れていると判断します。「スコア3と4の頭数/牛群頭数」が目標値（表1）以上であれば群として汚いと判断され、管理に何か問題があるかもしれません。

表1. 衛生スコア3+4の牛の割合の目標 (%)

	フリーストール	フリーバーン	タイストール
乳房	30	15	30
下肢	60	30	25
大腿	40	20	30

目標値以上だと群として汚れていると判断される

2. 各部位の汚れと牛舎管理

牛群で汚れが目立つ部位に対応した牛舎管理の主なポイントは次のとおりです。

①乳房の汚れ

牛床上の糞尿が原因となることが多いです。こまめな清掃を心がけましょう。清掃頻度にかかわらず牛床に糞尿が残しやすい場合、牛床が牛にとって長い、もしくは短い、隔柵の破損（図2）、ネックレールやカウトレナーの調整がうまくいってない可能性も考えられます。また敷料の利用も牛の汚れ防止に効果的です。

②下肢の汚れ

通路に糞尿が残っていると下肢が汚れやすくなります。特に汚れやすくなるフリーストール牛舎ではスクレーパーの稼働回数を確認しましょう。スクレーパーがない場合、通気を良くして通路をなるべく乾燥させるほか、敷料資材の通路への散布も効果的です。

③大腿の汚れ

乳房と同様、牛床の汚れと関連があるほか、尾の汚れや隔柵、柱の汚れも原因となります。他にも牛が起き上がりしにくい構造やフリーストール牛舎では飼養密度が高いことも考えられます。尾を吊るす（タイストール）、カウブラシの利用（フリーストール）も効果的です。

代表的な牛舎管理のみ記載しましたが、牛舎管理以外にも牛の下痢や軟便も牛体汚れの原因となります。牛の汚れを見逃さず、衛生的な牛舎で牛を清潔に飼うようにしましょう。



図1. 衛生スコア
(引用：ウィスコンシン大学HP、一部訳)



図2. 破損した隔柵で横になる牛

衛生的乳質改善シリーズ③ 正しい搾乳手順

毎日行う搾乳作業は、間違った方法で行うと乳房炎を引き起こす大きな原因となり、乳量・品質の低下につながります。

1 前搾りとオキシトシンの分泌

前搾りと清拭をしっかり強く行くと、強い乳頭刺激となり、泌乳ホルモンであるオキシトシンが分泌されます。オキシトシンには乳房内の乳腺胞を収縮させ、ミルカーの吸引力では吸い出せない乳を乳腺胞から降下させる働きがあります（図1）。搾乳はこのオキシトシンの働きを利用します。

前搾りは「5回以上強め」に行い、「乳頭全体に確実な刺激を与える」ことが重要です（図2）。このとき、親指と人差し指で乳頭の付け根をしっかりと閉じないと、乳頭内の細菌で汚染されている可能性の高い生乳が乳房内へ逆流する可能性があるので注意しましょう。

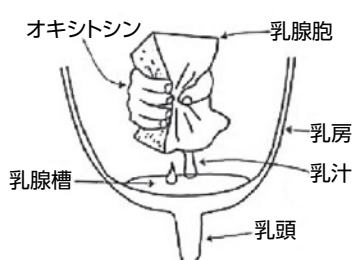


図1 搾乳のイメージ
(南根室地区農業改良普及センター
平成12年営農改善資料より)

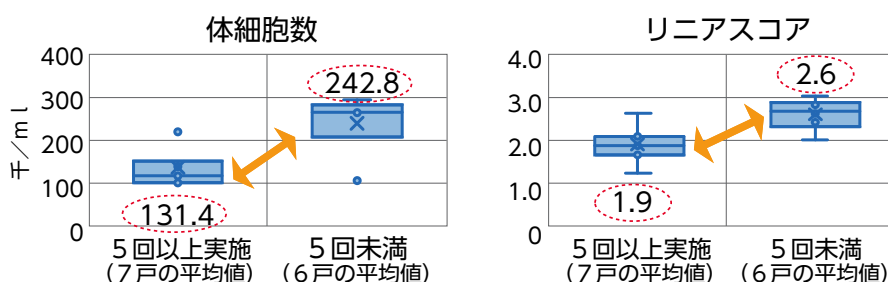


図2 前搾り回数による乳中の体細胞数とリニアスコアの平均値
(根室農業改良普及センター 平成31年調査研究より一部改変)

2 推奨される搾乳手順

※前搾り→プレディッピングの場合もあり

作業時間	搾乳手順		作業上の注意点
	プレディッピングをする場合	プレディッピングをしない場合	
1分～1分30秒程度	プレディッピング ↓ 前搾り ↓ 清拭	前搾り ↓ 清拭	ストリップカップを使用する 搾乳手袋はこまめに消毒する 1頭1布を徹底する
5分程度	ミルカー装着 ↓ 位置調整 ↓ ミルカー離脱	ミルカー装着 ↓ 位置調整 ↓ ミルカー離脱	空気を入れない クロー位置、つりヒモやサポートパイプ等確認 ロングミルクチューブをたわませない 真空が切れてから一呼吸おいて離脱する
	ポストディッピング	ポストディッピング	ミルカー離脱後すぐに乳頭の2/3以上漬ける

図表1 搾乳手順と作業時間、作業上の注意点

前搾りをしっかり行い、オキシトシンの働きを利用した搾乳を行いましょう！

不明な点は、お気軽に普及センターへ
お問い合わせ下さい。(☎0153-72-2163)

詳しくはホームページで

根室振興局 普及センター 検索

<http://www.nemuro.pref.hokkaido.lg.jp/ss/nkc>



なかのう 中標津農業高校通信



ホームページQR

今年度の農業クラブ北海道大会が終了しました。

今年度も農業クラブ3大行事の東北北海道大会や全道大会へ多数の生徒が出場し、成果を残してくれました。学校の代表としてだけではなく東北北海道の代表として仲間や地域の想いを一身に背負っての出場するのが全道大会です。

技術競技大会は鑑定競技や畜産審査競技、情報処理競技、平板測量競技などがあり、本校は鑑定競技に13名と畜産審査競技に1名が出場しました。農業鑑定競技会で4名が優秀賞を受賞することができました。



実績発表大会は1年間の研究班の取組を10分以内にまとめてプレゼンテーションする大会です。遠別町で開催された大会に4発表が出場しました。

意見発表大会は地域振興や革新的な技術を発表する大会です。留寿都村で開催された大会でしたが今年は出場者が残念ながらありませんでした。

本番直前まで自分の最高のパフォーマンスを発揮するために自分と向き合い、そして仲間と協力する姿が見られました。今年度の成果は下表のとおりです。



大会名	期 日	開催地	成 績
全道技術競技大会	8月8日(金)	岩見沢市	分野：畜産 優秀賞 1名 分野：食品 優秀賞 3名
全道実績発表大会	8月21日(木) 22日(金)	遠別町	I 類 4名出場 II 類 4名出場 III 類 4名出場 クラブ活動 4名出場
全道意見発表大会	8月27日(水) 28日(木)	留寿都村	

上位大会へ出場することで、「さらに農業について学習を深めたい」と意気込む生徒や「来年こそは入賞したい」など具体的な目標を持つことができています。

あとは全国大会を残すばかり！

農業クラブ全国大会《西関東大会》農業鑑定競技会は10月22日(水)に山梨県で開催されます。全国大会に出場する生徒たちは、これからも「己との闘い」が続きます。

全国最優秀賞！農林水産大臣賞！を目指し頑張っていきます！



初戦のJAようていは全道大会でも常連の強豪チームである中、2回の攻撃で営農資材課 高橋、畜産販売課 武智の連打でチャンスを作り、経営相談課 石山のタイムリーで1点を先制。守備では先発



第63回 全道JA野球大会

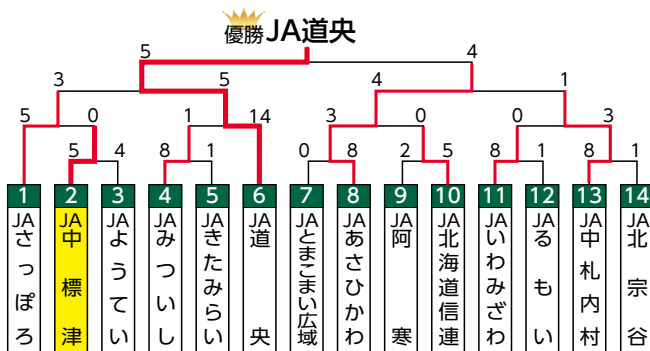
令和7年9月3日より野幌・北広島市を会場に第63回全道JA野球大会が開催され、管内予選大会を優勝した当農協が根室管内代表として出場してきました。

の家畜改良課 中川（裕）が初回から安定した立ち上がりで3回を無失点に抑えましたが、4回から登板した石山が連打を浴び、逆転を許してしまいう展開となりました。しかし、すぐさまその裏の攻撃で再び高橋の安打、武智、酪農課 石黒のタイムリーで同点に追いつき、5回から登板した共済課 菅野が最終回まで無失点に抑えました。試合は無死1、2塁から始まる特別延長8回までもつれましたが、1失点で切り抜けたその裏に、農産販売課 杉山の犠打で1死2、3塁のチャンスを作り菅野のタイムリーで劇的な逆転勝利となりました。

2回戦目は昨年度優勝のJAさっぽろとの対戦となりました。中川（裕）が先発し菅野の継投でピンチを乗り越えながらスコアボードに0を並べる投手戦となりました。攻撃ではチャンスは作るもののJAさっぽろの厚い守備によって阻まれ0・0のまま、1回戦目同様、特別延長戦に

もつれこみました。8回の表にJAさっぽろに5点を奪われ、最後の攻撃で逆転を信じて挑みましたが及ばず敗退となりました。選手達は苦しい場面が多い中、決して諦めずのびのびと楽しんでプレーしていました。大会はJA道央が優勝し幕を閉じました。この度の全道大会出場に対し、ご理解、ご協力いただき選手達を快く送り出してくださいました役員、組合員の皆様に感謝申し上げます。

（記）監督 石山 大志



第1日目(9月3日)

第1試合タイブレーク（試合開始8時28分～終了10時32分）

チーム名	1	2	3	4	5	6	7	8	計
ようてい	0	0	0	3	0	0	0	1	4
中標津	0	1	0	2	0	0	0	2×	5

第3試合タイブレーク（試合開始12時37分～終了14時43分）

チーム名	1	2	3	4	5	6	7	8	計
さっぽろ	0	0	0	0	0	0	0	5	5
中標津	0	0	0	0	0	0	0	0	0

8月26日に職員向け消費税研修会を開催

近年、軽減税率制度やインボイス制度により複雑化している消費税について、仕組みから課税判断の考え方についての研修会を行いました。

講師にはJA北海道中央会根釧支所 高橋主幹とJA北海道情報センター道東営業所 川村所長をお迎えし、日頃の疑問や課題解消に向け、実例に即した仕訳例やフローチャートを用いて学びました。

経理担当者から役席者まで多くの職員が参加し、理解度、満足度の高い研修となりました。



農業者・市町村・JAのみなさまへ

根室地域農業経営セミナーのご案内

【主催】北海道農政部、根室振興局 【協力】北海道農業経営相談所〔(公財)北海道農業公社〕

北海道では、法人化、事業継承、労務管理の改善、経営の効率化などをお考えの方を対象としたセミナーを開催しています(無料)

本セミナーでは、法人化(一戸一法人を含む)を検討されている方々を中心として、法人化にも関係の深い税金【所得税、法人税、相続税、贈与税、消費税】について、仕組みなどを理解し、今後の農業経営に活かしていただくことを目的に開催します。

【日時】令和7年11月14日(金) 10:00 ~ 12:30

【場所】中標津町総合文化会館しるべっと 2F視聴覚室(中標津町東2条南3丁目1番地1)

【対象】農業者(個人・法人)、市町村・JA等担当職員

【内容】セミナー「知っておきたい農業の税制 ～法人経営と家族経営の違い～」

講師 税理士法人竹川会計事務所 税理士 上嶋 亨 氏

【申込期限】令和7年11月3日(月)

↓各申込期限までFAXでお申込みください FAX: 0153-23-6183(根室振興局農務課 担当:野口)

経営セミナー申込

市町村名	法人・農場名
氏 名	連絡先 TEL/FAX E-mail
経営形態	・酪農 ・肉牛 ・畑作 ・他()
その他	当日は質疑応答の時間を設ける予定です。質問したい内容がありましたらご自由に記入ください。

個人情報の取扱について

北海道は、本セミナー・相談会の実施に際して得た個人情報について、個人情報の保護に関する法律(平成15年法律第57号)等に基づき、適正に管理するとともに、本道における経営相談業務の推進のために利用し、あわせて、必要最低限内で下記の関係機関へ提供する場合があります。

農林水産省、公益財団法人北海道農業公社、一般社団法人北海道農業会議、北海道農業協同組合中央会、公益財団法人北海道中小企業総合支援センター、一般社団法人北海道農業法人協会、株式会社日本政策金融公庫農林水産事業部、北海道が委託する農業経営者総合サポート事業の専属スタッフ及び専門家

【申込・お問合せ】根室振興局農務課 担当:野口 TEL 0153-23-6876 FAX 0153-23-6183
Mail noguchi.asumi@pref.hokkaido.lg.jp



脳トレ！ 手足の体操

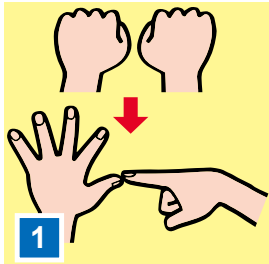


指さし体操で脳と指の力を鍛えよう

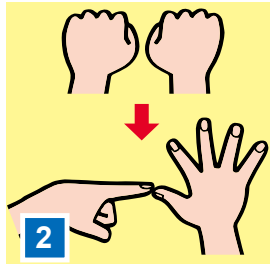
健康生活研究所所長●堤 喜久雄

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。

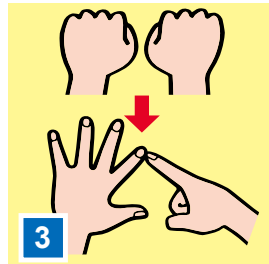
指さし体操



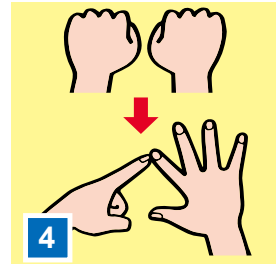
1
両手をグーにしているから、
右手の人さし指でパーに
した左手の親指を指しま
す。



2
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
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
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。

※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。

1～4をリズムカルに5回
程度繰り返しましょう。

給食営業マン サバイバル戦記 カスハラ地獄、失注連鎖、 米の仕入れも赤信号

学校、社員食堂、病院…給食会社は
あらゆる現場で“食”を支えている。
だがその裏には、理不尽な値上げ
交渉・カスハラ・失注が渦巻く地獄が
あった。給食営業マンの30年の奮闘
を綴る、哀しき実録エッセイ。

フミコフミオ 著

定価：本体1,400円+税

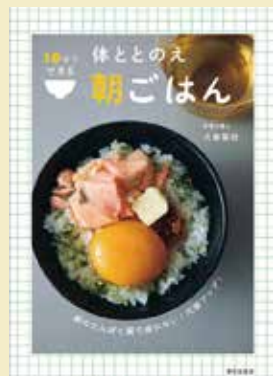


10分でできる 体ととのえ朝ごはん

時間栄養学に基づき、管理栄養士が
忙しい40～50代向けに提案。1日
じゅう元気でいられる「糖質+たんぱ
く質」のバランス朝食で、太りにくく
疲れにくい体へ導き、ハリツヤアップ
が叶う手軽なレシピ満載！

大島 菊枝 著

定価：本体1,500円+税



家の光図書 暮らしに役だつヒントがいっぱい！

今月の新刊

2025年
10月上旬発売

■お申込み・お問い合わせは■

営農部 経営企画課
72-3721まで

見本が農協事務所に置いてあります
ので、お気軽にお立ち寄り下さい。



育て方・使い方がよくわかる フローラ黒田園芸の草花図鑑

人気園芸店・フローラ黒田園芸による
草花図鑑。お店で人気のある品種
から始まり、「花期が長い」などの特
徴別、出回り時期別に計231種を掲
載。育てたい花が探しやすく、管理の
ポイントもわかりやすい。

黒田健太郎 著

定価：本体1,800円+税



英訳付き 精進料理

日本文化に興味をもつ海外の層に
むけ、日本語・英語両方を掲載した
精進料理を紹介。精進料理の基本
ルールや、季節ごとの旬の食材に
合わせた料理はもちろん、料理僧・
青江覚峰さんの集大成のレシピが
ここに！

青江 覚峰 著

定価：本体1,800円+税

行事予定表

2025年9月 組合動静

2 (火)	全道 J A 野球大会～4 日
4 (木)	ホクレン十勝和牛市場
9 (火)	第3回生産委員会、第6回理事会
13 (土)	第3回あるるミルクキャンペーン
16 (火)	内部監査期中Ⅱ～19日
17 (水)	J A 共済仕組改訂・事務改善研修会
18 (木)	退職金共済事業研修会
19 (金)	職員採用筆記試験
20 (土)	根室管内ホルスタイン共進会
22 (月)	ホクレン根室乳牛市場
23 (火)	秋分の日 管内 J A 役職員パークゴルフ大会
26 (金)	職員採用面接試験
30 (火)	資材店舗棚卸15:00閉店

2025年10月

1 (水)	中標津高校インターンシップ～2日、 根釧合同組合長道外視察研修～4日、 ホクレン十勝和牛市場
2 (木)	中標津町家畜自衛防疫組合視察研修～3日
3 (金)	
4 (土)	
5 (日)	
6 (月)	ホクレン根室育成市場
7 (火)	巡回ドック～10日
8 (水)	根釧合同農協監事協議会視察研修～11日
9 (木)	
10 (金)	
11 (土)	あるる創業記念セール～13日
12 (日)	
13 (月)	スポーツの日
14 (火)	
15 (水)	
16 (木)	牛乳衛生講習会、ホクレン根室乳牛市場
17 (金)	
18 (土)	
19 (日)	
20 (月)	
21 (火)	財務諸表等監査～24日、共済課巡回事務指導
22 (水)	第3回共済課管理研修会
23 (木)	根室地区酪対役員会
24 (金)	役員道外視察研修～28日、LA情報交換会(釧路)
25 (土)	第16回全日本ホルスタイン共進会～26日
26 (日)	
27 (月)	熟年会秋期研修旅行～30日
28 (火)	
29 (水)	第3回管理購買委員会
30 (木)	第3回営農委員会
31 (金)	第7回理事会

牛乳をきっと食卓に

おいしいミルクレシピ



牛乳の甘味を生かして減塩してもおいしい

キノコとヒジキの ミルク袋煮

出典●Jミルクウェブサイト「ミルクレシピ」



材料 2人分

- 油揚げ..... 2枚
- 芽ヒジキ..... 大さじ1
- シイタケ..... 2個
- 鶏ひき肉..... 100g
- A
 - しょうゆ..... 大さじ1/2
 - 砂糖..... 小さじ1
 - 片栗粉..... 小さじ1
- サツマイモ..... 150g
- B
 - 牛乳..... 300ml
 - 水..... 50ml
 - みりん..... 大さじ3
 - 塩..... 小さじ1/2
- 細ネギ..... 適宜

作り方

- ①油揚げはぬるま湯でよくもみ洗いし、水気を絞って半分に切り、切り口から指を入れて袋状に開く。芽ヒジキは水400ml (材料外) で戻し、水を切る。
- ②シイタケは軸を除いて薄く切り、ボウルに入れる。ひき肉、Aを加えて混ぜ、芽ヒジキを加えてさらに混ぜる。油揚げに1/4量ずつ詰め、つまようじで留める。
- ③鍋に②とB、1cm幅の輪切りにしたサツマイモを入れて中火にかける。煮立つ前に、水でぬらしたキッチンペーパーをかぶせ、弱火にして20～25分間煮る。
- ④火を止め、ふたをしてそのまま20分間蒸らす。器に盛り、4cm長さに切った細ネギを添える。

JA なかしべつ広報誌 夢広がるなかしべつ

令和7年10月号 回答用紙

お名前： _____ 地区 _____

応募の際には一言コメントなどを必ずお願いいたします。

また、応募できる方は中標津町民の方のみとさせていただきます。

【募集内容】日々の雑感、ポエム、川柳、中標津のみどころ、おいしい食べ物屋さん情報。

- なかしべつの特産品・農畜産物の消費拡大に向けてのご意見、とっておき情報なども募集しています。

- 送信先 → メール： janakashibetsu.soshikikoho@gmail.com

FAX：72-5983

はがき：〒086-1007 標津郡中標津町東7条南2丁目1番地

- 本名掲載不可の方はペンネーム（PN）→

- 10月号 クロスワードパズルの答え →

★ 提出期限

組織広報係 宛 FAX 72-5983 令和7年10月22日（水）までにお願いします。