

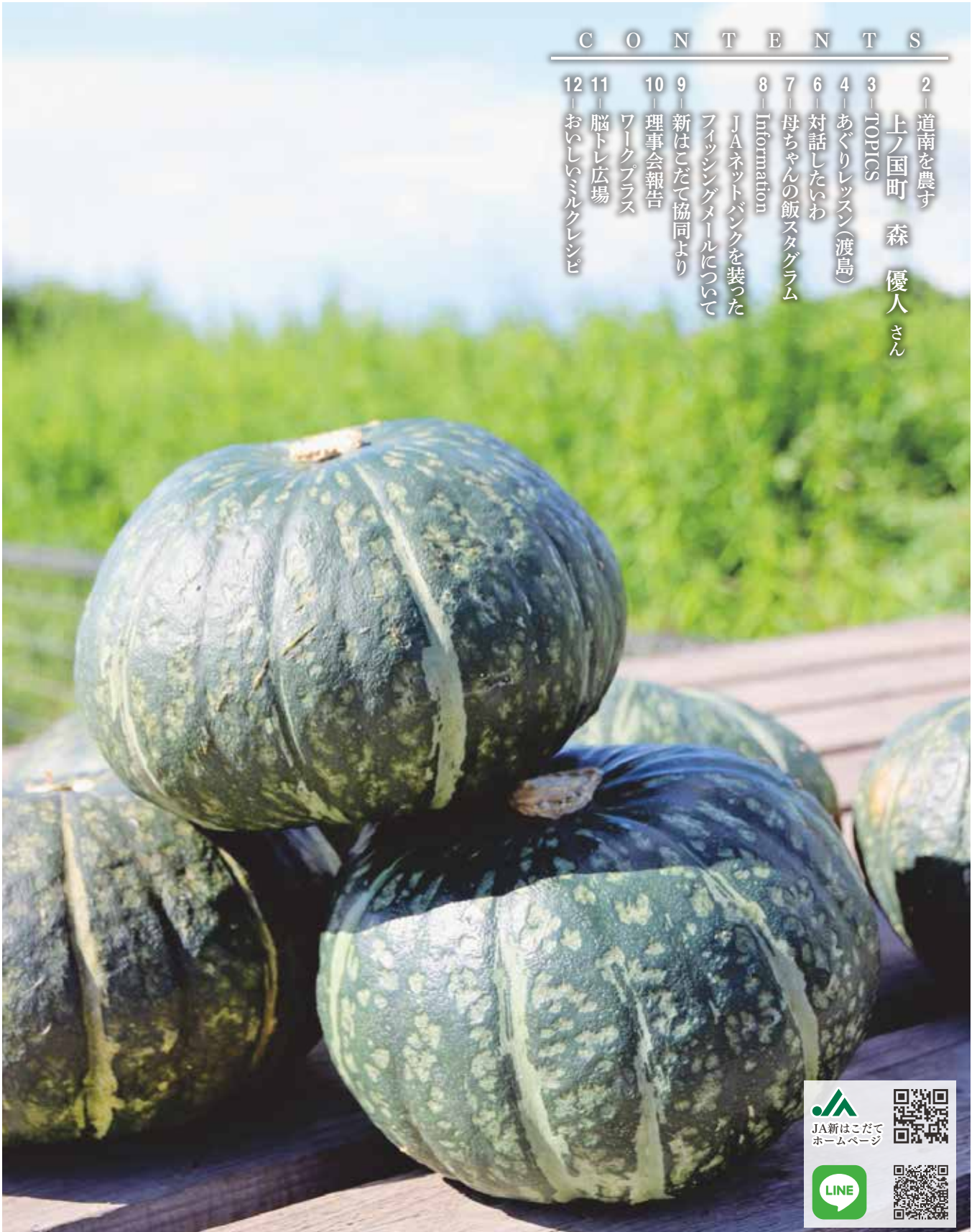
# 元すぽわーる新函館

JA新はこだてとみなさんを結ぶコミュニケーション誌

2025年  
10月号  
No.278

## C O N T E N T S

- 2 道南を農す  
上ノ国町 森 優人さん
- 3 TOPICS
- 4 あぐりレッスン(渡島)
- 6 対話したいわ
- 7 母ちゃんの飯스타그램
- 8 Information  
JAネットバンクを装った  
フィッシングメールについて
- 9 新はこだて協同より
- 10 理事会報告
- 11 ワークプラス
- 11 脳トレ広場
- 12 おいしいミルクレシピ



LINE@やホームページで、各種お知らせやイベント情報などを発信しています！ぜひ、ご覧ください！





【七飯】

## 新米初出荷 全量1等に

七飯営農センターは9月5日、新米の等級検査を始めた。

工藤誠一さんは「ゆめぴりか」6㍓を出荷し全量1等となった。

J Aの検査員がフレコンバッグから抽出したサンプルを念入りに検査し「水分・整粒・被害粒など問題なく全量等級と格付けしている」と講評した。

工藤さんは「ゆめぴりか」「ふっくりんこ」「ななつぼし」を12ヘクタール生産しており「田植え時期は例年通りだが、6月末から7月の高温

で出穂が早く、稲刈りも早まると思っていた。8月24日から収穫を開始し例年より1週間早く始めたが、全量1等米となり安心した」と語った。

工藤さんは当J Aとホクレン函館支所から祝いの清酒を受け取り、検査関係者には工藤さんから新米を使ったおにぎりが振舞われた。



横道組合長(右)より清酒を受け取った工藤さん(左)



上ノ国町

株式会社AOagri 代表取締役

森 優人さん (33)

もり ゆうと

取扱品目:米25ha/麦40ha/大豆10ha

## 『学びと挑戦、品質を求めて』

―就農までの経緯についてお聞かせください  
函館市内の高校を卒業後、4年間札幌で働いていましたが、地元で貢献したいという気持ちが強くなったこともあり、21歳の時に親元で就農しました。

農業については小さい頃から父の手伝いをしていました。遊びの感覚で手伝いをしていましたが、畑の耕起作業から収穫作業までの一連の流れを自然と学んでいました。

―就農当時など苦労したことはありませんか  
農業などの詳しい部分は難しく勉強するのがとても大変でした。現在もスマート農業やドローンなどを導入し使いこなすために日々勉強しています。

―この仕事をしていてやりがいがありますか  
頑張った分だけ収益になるので、稼ぎたいだけ稼げる部分は自分にとってとてもやりがいにつながっています。

―仕事をする上でのこだわりはありますか  
口に入るものを生産している以上、安心安全で高品質な農産物を生産するように強く意識しています。

―今後の展望についてお聞かせください  
高品質な農産物を生産することを念頭に規模拡大に取り組んでいきたいです。また、農業の基本である土づくりについてもしっかりと学び、より品質にこだわった作物を生産していきたいと思っています。



「品質にこだわる為にまだまだ勉強することは沢山ある」と語る森さん

【営農企画】

## 道南農業お仕事フェア



参加者に説明を行う山崎課長(右)

渡島総合振興局は8月31日、函館市のシエスタハコダテで「どうなん農業のお仕事フェア」を開き、当J Aは「1日農業バイトday work」を紹介した。タブレットでの実演を交え、アプリの概要や仕事の探し方からマッチングまでの流れなどを伝えた。

営農企画課山崎課長は「今後もアプリの普及拡大を進め、労働力確保につなげたい」と話す。

また、北斗市のブースには就農希望の女性などが訪れ、耕作できる農地や居住に関する質問が出た。

同市農林課は「独立就農だけでなく農業従事者増加の観点でも、このようなイベントには積極的に参加していきたい」と話す。



【北斗】

## 北斗高等支援学校生徒が 職場実習



トマトの箱にバンド掛けをする生徒

北斗営農センターは、9月1日からの5日間、北海道北斗高等支援学校の第1学年生徒16名を対象に、職場実習を実施した。職場実習は生徒にとって、秋に予定されている個別の職場体験に向けてのトレーニングも兼ねており、社会参加と自立を目指す上で欠かせない教育プログラムである。

生徒たちはトマトの箱詰めやバンド掛け、コンテナ積みなどといった連の作業を体験した。同校教諭の小島さんは「初めての実習を乗り越えることで、生徒たちが自信を持ち、次への弾みになるので良い経験をさせてもらっている」と語った。





【野菜】

来春に向け『良い土』づくりを！

作物が元気に育つ「良い土」とは、①作物に必要な養分がバランス良く十分に存在していること（化学性が良い）、②水はけ・水持ちが良いこと（物理性が良い）、③病原菌がなく、多様な土壌生物が住んでいること（生物性が良い）の3つが挙げられます。秋のうちに適切な管理を行い、これらの条件を整えましょう。

■土壌分析値に基づいた適正施肥

土壌の化学性を正しく把握するために、土壌診断を行いましょう。分析結果に基づいて、肥料や土壌改良資材の種類と量を調整します。畑やハウスの土は不均一なため、複数の地点から採取し、よく混ぜて500g程度を用意します（図1）。採取の際は表土を1cm程度除き、深さ20cm程度までの作土を均一に取ります（図2）。

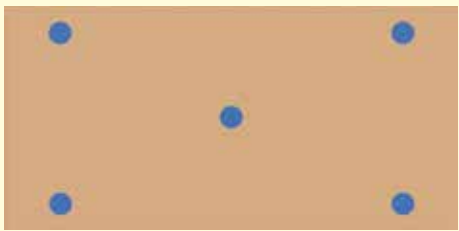


図1 土壌を採取する位置の例

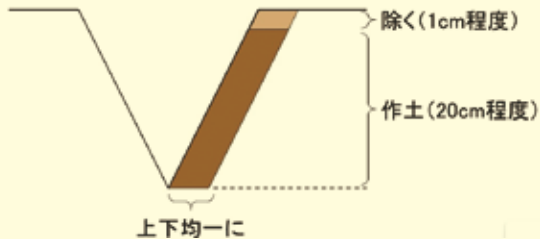


図2 土壌試料の採取方法

■透排水性の改善

今年のような集中豪雨に備え、透排水性の改善は極めて重要です。サブソイラ等で心土破碎を行う場合は、暗きょ疎水材の上端まで爪を入れ、暗きょ管の埋め込み方向と交差させると、水みちが作られて効果的です（図3）。  
滞水しやすいほ場では、額縁明きょを施工し排水路まで繋ぎましょう（写真1）。また、明きょや暗きょ管の出口が埋没していないか点検しておくことも重要です。

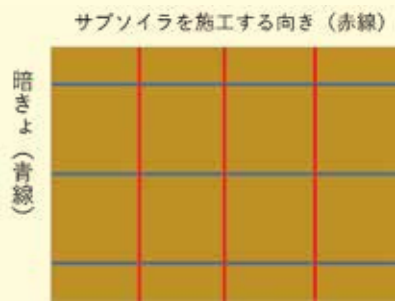


図3 サブソイラ施工の例

■有機物の施用

緑肥や堆肥などの有機物の施用は、化学・物理・生物性いずれにも効果があり、土壌の機能を維持・向上させるために有効です。  
後作緑肥のすき込みは、土壌中で分解に必要な温度が確保できる10月中旬頃までに行います。  
完熟堆肥の施用量の目安は、露地栽培で2t/10a、施設栽培で4t/10aです。春の施用はタネバエ等の害虫を増加させるため、なるべく秋に施用し、速やかに土壌混和しましょう。



写真1 額縁明きょの施工

【水稲】

次年度の作付けに向けた収穫後のほ場管理

1 透排水性の改善

- (1) 翌年の作業性や乾土効果を高めるため、溝切り、心土破碎等を施工し、水が溜まりやすい枕地やコンバイン走行跡等は重点的に施工しましょう。
- (2) 溝切りを行う場合は、必ず溝を明きょや落水口につなぎましょう。

2 稲わらの処理

- (1) 稲わらの収集・搬出  
稲わらで水田表面を覆ったままにすると土壌の乾燥を妨げます。また、春にすき込んだ場合は、水稲の生育期間中に①ワキによる根傷み・初期生育不良②生育後半の窒素放出による高タンパク化等の悪影響を及ぼします。そのため、稲わらは搬出して堆肥化し、ほ場に還元することが最善の方策です。
- (2) 稲わらの秋すき込み  
透排水性の良好なほ場に限り、稲わらの秋すき込みが可能です。収穫後、直ちに実施しましょう。腐熟促進には、以下の方法が有効です。

稲わらの腐熟促進技術

- ① 作期中の溝切りなどで排水性を良くして下さい。
- ② 収穫後、資材を散布します。  
**10a当りの推奨資材：尿素10kg＋粒状ケイカル20kg**
- ③ ローターで混和します。深さは5cm程度と、極浅くして下さい。  
10cm以上の深さでは翌春の乾きが悪くなる恐れがあります。
- ④ 心土破碎を実施して下さい。

3 土壌診断に基づく適正施肥

- (1) リン酸の減肥が可能  
3～4年おきに土壌診断を実施し、適正施肥に努めましょう。水田土壌診断結果をみると、ほとんどのほ場がリン酸過剰状態にあり（図1）、大幅な減肥が可能です。
- (2) 有機物施用に応じた減肥  
稲わらや堆肥等の有機物の施用により、減肥が可能です（表1）。有機物の有効利用により、肥料コストを低減しましょう。

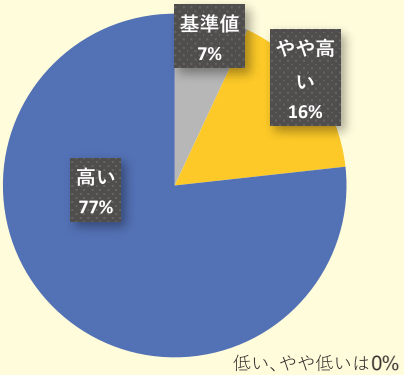


図1 渡島管内水田の有効態リン酸含量（2016～ 土壌診断結果より）

表1 有機物の施用に対応した減肥量

| 有機物の種類<br>(標準的な施用量)            | 連用年数 | 窒素減肥量<br>(kg/10a) | リン酸減肥量<br>(kg/10a) | カリ減肥量<br>(kg/10a) |
|--------------------------------|------|-------------------|--------------------|-------------------|
| 稲わら堆肥<br>(現物1t/10a)            | 1～4  | 1                 | 4                  | 2                 |
|                                | 5～9  | 1.5               |                    |                   |
|                                | 10～  | 2                 |                    |                   |
| 家畜糞堆肥<br>(現物1t/10a)            | 1～4  | 1.5               | －                  | 4                 |
|                                | 5～   | 2                 |                    |                   |
| 稲わら直接すき込み<br>(400～600kg乾物/10a) | 1～4  | 0～0.5             | －                  |                   |
|                                | 5～9  | 1                 |                    |                   |
|                                | 10～  | 2                 |                    |                   |





第7次地域農業振興計画（令和6年度～令和10年度）では、重点実施項目の一つとして「対話を通じた組合員との関係強化」を掲げております。組合員との対話を通じてJAをより身近に感じていただくとともに課題を共有し、意思結集のもとで「協同の成果」の追求を目指すこととしておりますので、取り組みの一部をご紹介します。

## 作況調査・対話 猛暑の影響少なく概ね順調

横道組合長・加藤専務・新谷常務及び菊谷農業振興部長ら役職員は9月5日、9月8日の2日に分けて、農作物の生育状況等を確認するため、水稻を中心に7営農センター管内の圃場を巡回しました。

猛暑の影響も懸念されましたが、全般的に作柄は前進傾向で平年作の収穫が想定される概ね順調な経過となりました。

また、作況調査と併せ訪問先組合員との“対話”を重視し意見交換を行いました。今後とも組合員との対話を通じJAをより身近に感じていただくとともに課題を共有し、組合員とJAの関係性強化に努めてまいります。



▲せたな地区での意見交換



▲知内地区の圃場視察

## 道南中心豪雨被害の状況について

8月22日、加藤専務・新谷常務らは、8月19日から20日にかけて道南を中心に降った豪雨による収穫前の水田や大豆の圃場など各地で発生した被害について、水稻や大豆の被害が大きい乙部、厚沢部両町を視察し、今後の対応について農家と意見を交わしました。

川から氾濫した水が押し寄せて一面にわたって稲が倒伏し、流木が横たわる水田もあり、豪雨から3日がたっても滞水が続いたままの大豆畑や種芋が流失した畑がみられました。

9月22日、北海道中央会の樽井功会長らは、先月の大雨による被害を受けた厚沢部町と乙部町の水田や畑作地、JA資材倉庫等を巡り、被災地の状況を視察しました。

現地を訪問した樽井会長は「大雨により収穫を控えた作物が多数失われ、現場は深刻な状況に直面している。個人の力には限界があると痛感しており、国へ現状を正確に伝え、復旧を実現することが不可欠である」との考えを示しました。



▲現地の状況を確認の様子



▲被害に遭った厚沢部町の畑の一部

この度、被害に遭われた組合員の皆様に、役職員一同心からお見舞いを申し上げますとともに、早期復旧へ向け、各関係機関と協力してまいります。



## 米麺

せたな町の米麺を使った

## トマト中華鍋焼き米麺

このコーナーは各地区女性部員の方に、その地区にゆかりのある農畜産物や加工品を用いた料理をご紹介します。紹介していただくコーナーです。

【栄養素】炭水化物（糖質）

【効果】体内でブドウ糖に分解され、脳や筋肉の主要なエネルギーとなります。過剰摂取は脂肪蓄積や血糖値の乱れを招きますが、不足すると疲労感や集中力低下を引き起こすため、適切な摂取が重要です。

Meshistogram



北檜山地区女性部



485likes

# せたな町産  
# 特産品の潮トマト  
# 湯剥きはお好みで  
# せたな産米 # 白米麺



| 材料(1人前)      |           |
|--------------|-----------|
| 米麺           | 1袋        |
| トマト          | 1個        |
| ぶなしめじ        | 4分の1個     |
| 卵            | 1個        |
| 鶏がらスープの素     | 小さじ1      |
| 大葉(ネギ・水菜でも可) | 適量        |
| しょうが         | みじん切り小さじ1 |
| ごま油          | 適量        |
| 水            | 600ml     |
| ラー油・胡椒       | お好みで      |

### 作り方

- しょうが、大葉をみじん切りぶなしめじは1/4ほどに切る。
- トマトを8等分に切る。

※トマトの皮が気になる場合は湯剥きする。



「湯剥きをする場合は軽く切れ目を入れ10秒程湯通しした後冷水で冷やして皮をむきます」

- 厚手の鍋を使いごま油でしょうが、トマト(6切れ)、ぶなしめじを軽く炒める。



「今回はトマトを湯剥きして使っていますが、皮ごと煮込んだ方が出汁が出やすいのでおすすめです！」

- ③に水を入れ沸騰したら米麺を入れて5分程煮る。
- 鶏がらスープの素と溶き卵を入れる。
- 卵が固まったら器に盛り、大葉とトマト(残りの2切れ)を盛り付けて完成。

今回料理を紹介していただくのは…

北檜山地区女性部



上列左から、平川恵美さん、古守次子さん  
下列左から、竹内厚子さん、長田元子さん



## 免税軽油利用組合員各位

## 免税軽油制度についてお知らせです!!



必ずご一読願います。



日頃当社給油所および免税軽油をご利用いただきありがとうございます。今年度の免税軽油使用報告及び次年度交付申請に向けて、下記のとおり今一度ご確認のほどよろしくお願いいたします。

## 《免税軽油制度》について『基本原則』

「人(組合員)」 「用途(農業)」 「機械(トラクター等)」の3要件があり、これらすべてが法律の条件に当てはまった時に限り課税控除(免税)が認められます。

免税軽油は、免税軽油使用者証に記載されている「人」「用途」「機械」以外には使用することはできません!誤って使用した場合でも、法律違反として罰せられる可能性があります。

## 《免税軽油3要件の定義》

「人」:一般的には「営農者」であり、農業委員会(市町村)が発行する営農証明書等で各振興局が確認を行います。

「用途」:農業に関する作業にのみ使用する機械の動力源であれば該当します。免税軽油が使用できる農業は、「種植え前の耕起から収穫後の整地まで」と定められています。

「機械」:一般的に農業に使用するとされている機械、建設機械を使用する場合は、具体的にどのような作物に、どのように使用するかを明示する必要があります。機械の所有者の確認は、ナンバー付きの場合は市長村が発行する標識証明書、標識交付がされていない場合は、メーカーの販売証明、貸与の場合は貸与契約書等が必要となります。

## 3要件に共通して

「免税軽油使用者が自分の農地において自分の機械で自分に帰属する農業収入を得るため農作業をする」ということが大前提となります。  
農作業を他組合員等に手伝ってもらった場合等は、課税軽油にて作業を行う必要があります。免税軽油での作業を依頼する場合は、ご自身の免税軽油タンクから給油し、現物支給を行ってください。

## 《免税軽油使用時のQ&amp;A(よくあるご質問)》

## Q1 免税用途とならない作業はどのようなものがあるか?

A1 道路の走行(収穫した作物を運搬する等であったとしても、いかなる場合も道路の走行は課税対象です。)その為、農業に使用される機械であっても、ご自宅から畑までの移動等道路の走行を行うことから道路走行分見合いとして、免税軽油交付数量の10%の課税軽油の引取が必要です。

## Q3 畑の除雪は免税軽油でよいのか?

A3 農作業ではないことから、認められません。基本的に免税軽油を使用できる期間は、「種植え前の耕起から収穫後の整地まで」となります。

## Q2 ビニールハウス内の暖房は免税軽油でよいのか?

A2 機械の動力源ではないことから、認められません。

## Q4 土中に貯蔵した(一度収穫して埋め戻した)生産物を冬季間に掘り起こす作業は免税軽油の使用が認められるか。

A4 収穫後の作業となることから、免税軽油の使用を認めることはできません。

## その他にも

《ナンバー付トラックへの給油》



《自宅の除雪》



登録していない機械・車両等へ免税軽油を使用することはできません!!



以下に該当する場合は直ちに当社給油所にご連絡ください!!  
連絡を怠った場合は数年間免税軽油を使用できなくなる可能性があります!!



## ⚠ 免税軽油使用者の変更→免税軽油使用者証の交付を受けた者が変わった

経営譲渡



法人化した



## ⚠ 機械の変更→あらかじめ登録した機械を入替えた(追加した等を含む)

機械を購入した



他人の機械を譲って貰った



いずれも手続きを怠ると、変更時から手続き完了までの使用分は  
すべて課税対象として納付する必要があります!!

寒くなり、免税軽油使用期間の終了を迎えた組合員も多くいらっしゃると思います。期日を過ぎた免税軽油の使用は認められません。タンク内の免税軽油についても、次の春まで在庫として残しておく必要があります。

また、機械などの消費実績を報告する義務があります。別途各SSより通知する報告期日までに「作業日報」の提出をお願いいたします。

株式会社 新はこだて協同

〔渡島総合振興局監修〕

JA ネットバンクを装った  
フィッシングメールにご注意ください。

JAバンクを装ったフィッシングメールが複数確認されておりますが、JAバンクでは電子メールでお取引目的やお客様情報を確認することは一切ありません。また、口座番号・暗証番号等を電子メール等でお尋ねすることはありませんので、回答しないようご注意ください。現在、不審なメールの件名を以下の通りと確認しておりますので、メールに記載されているURLには絶対にアクセスしないようご注意ください。

## 確認されているフィッシングメールの件名例

- セキュリティ設定未完了の方へ(振込制限の可能性)
- 本人確認未完了による一部機能停止
- 振込サービスのご利用に制限がかかる可能性があります
- 取引目的等の定期的なご確認ご協力ください。

(令和7年8月現在)

万が一不正サイトに口座情報等を入力してしまった場合、速やかにお取引店舗またはJAネットバンクヘルプデスクあてにご連絡をお願いします。

【JA ネットバンクヘルプデスクお問い合わせ先】

フリーダイヤル:0120-058-098

お問い合わせ時間:平日9:00~21:00/土日祝日9:00~17:00

## JAへの就職希望者100%就職

(令和6年度実績)

## 令和8年度 第2回学生募集

- 定員40名 ●男女共学 ●1カ年●寮完備(個室)/通学も可
- 受験資格:満27歳未満(令和7年4月1日現在)/大学卒及び見込、短大・専門学校卒及び見込、高校卒及び見込
- 試験日:12月6日(土)●願書受付:10月1日(水)~11月21日(金)消印有効
- オープンキャンパス随時開催中

JAグループ職員養成校

JAカレッジ

一般財団法人 北海道農業協同組合学校

〒069-0834 江別市文京台東町43-1 ☎0120-918-417 【JAカレッジ】で 検索



理事会開催報告

第9回理事会(定例)

日時／令和7年9月29日(月)10時30分  
場所／道南農業会館

報告事項

- (1) 第2四半期定期監事監査結果について
- (2) 第2四半期定期監事監査結果(株新はこだて協同)について
- (3) 第4回内部監査報告について
- (4) 第8回ALM委員会の開催報告について
- (5) 職員の退職について
- (6) 組合員の異動について
- (7) 令和7年産馬鈴薯(種子・食用)の概算払い単価の設定について
- (8) 固定資産「施設再編開発行為造成工事」の取得に係る入札結果について
- (9) 広域トマト共選施設再編に係る進捗状況について
- (10) 令和7年産米穀入庫状況について

議案

- 第1号 上期決算に係るディスクロージャー誌の発行について
- 第2号 職員への寒冷地手当の支給について
- 第3号 固定資産(リース取得)「ATM」の取得について
- 第4号 信用供与2億円超に係る賃貸住宅ローンの貸出について



数独®ニコリ  
二重枠に入った数字の合計は？

例

Q.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 |   | 3 | 7 |   |   |   |   |   |
| 7 |   | 3 |   | 2 |   |   | 1 |   |
|   | 6 |   |   |   | 8 |   |   | 9 |
| 7 |   | 4 |   | 1 |   | 5 |   | 3 |
|   | 2 |   | 1 |   |   |   | 4 |   |
|   |   |   |   | 6 |   |   | 9 |   |
|   |   |   |   | 4 | 9 |   |   | 2 |

A.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 1 | 2 | 3 | 7 | 5 | 9 | 4 | 8 |
| 5 | 7 | 9 | 8 | 2 | 4 | 3 | 1 | 6 |
| 8 | 4 | 3 | 9 | 1 | 6 | 2 | 7 | 5 |
| 1 | 6 | 5 | 4 | 3 | 8 | 7 | 2 | 9 |
| 2 | 3 | 4 | 6 | 9 | 7 | 5 | 8 | 1 |
| 7 | 9 | 8 | 1 | 5 | 2 | 6 | 3 | 4 |
| 9 | 5 | 1 | 2 | 8 | 3 | 4 | 6 | 7 |
| 4 | 2 | 7 | 5 | 6 | 1 | 8 | 9 | 3 |
| 3 | 8 | 6 | 7 | 4 | 9 | 1 | 5 | 2 |

全部埋めなくても  
答えはでるよ！  
まずは  
「3×3のブロック」  
で数字を順に  
考えてみよう！

ルール

- (1) 空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
- (2) タテ列(9列)、ヨコ列(9列)、太線で囲まれた3×3のブロック(それぞれ9マスあるブロックが9つ)のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入ります。

数独／前回の答え 10

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 8 | 9 | 2 | 4 | 5 | 7 | 1 | 6 |
| 6 | 5 | 2 | 1 | 7 | 9 | 4 | 3 | 8 |
| 4 | 1 | 7 | 6 | 3 | 8 | 9 | 2 | 5 |
| 8 | 2 | 6 | 4 | 9 | 3 | 5 | 7 | 1 |
| 9 | 7 | 3 | 5 | 1 | 6 | 8 | 4 | 2 |
| 5 | 4 | 1 | 8 | 2 | 7 | 6 | 9 | 3 |
| 7 | 9 | 5 | 3 | 6 | 1 | 2 | 8 | 4 |
| 1 | 6 | 4 | 7 | 8 | 2 | 3 | 5 | 9 |
| 2 | 3 | 8 | 9 | 5 | 4 | 1 | 6 | 7 |

クロスワード／前回の答え ラツカセイ

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| ケ | イ | ロ | ウ | シ | デ |
| シ | ー | ツ |   | シ | ロ |
| キ |   | コ | ン |   | ク |
|   | カ | ツ | ラ | ハ | マ |
| カ | ン |   | キ | ク | ダ |
| モ | ト | ネ |   | ン | ナ |
| ク | ウ |   | ジ | ユ | ツ |

パズル？ 頭の体操

Q.

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

- 1 10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様
- 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
- 19 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 写生をこうもいます
- 21 動物や鳥などの集団

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

WORK PLUS+

当JA職員について、趣味や好きなことを交えてご紹介します。

農業振興部 生産資材課  
よしだ 梨紗 職員(24歳)

Q. 業務において心掛けていることはなんですか？  
A. 仕事の慣れによるミスなどがないように気を付けています。  
Q. 仕事においてやりがいを感じる時はどんな時ですか？  
A. 電話対応先の方から、吉田さんの対応がよかったと言っていただけの時がとてもやりがいを感じます。

PROFILE

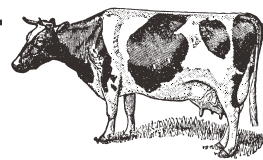
- 函館市出身 ■平成31年4月に入組
- 趣味は推し活・アニメ・ゲーム・お笑い・カフェ巡り
- 主な業務／事務(経理)関係



「WEST.の中間淳太君が好きです。友達とデュアルモニターを楽しんでいます。」

「休日はよくカフェ巡りをしています。」





牛乳をもっと食卓に

## 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

レシピ●料理家・管理栄養士 小山浩子さん  
出典●Jミルク乳和食サイト



### 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。



## まるめ郎アルバム総集編



まるめ郎が先月号をもってお別れになったということで、これまでのまるめ郎の軌跡を皆さまに見ていただきたいと思います😊

←二次元コードを読み取るとJA新はこだてホームページに遷移し、過去のまるめ郎アルバムをご覧ください！

新キャラクターの登場をお楽しみに!!

### 編集後記

まるめ郎いままでありがとう😊♡毎年10月頃からマルメロが北斗市で実り、収穫されています。JA新はこだて本店横の道や、新はこだて北斗駅にもマルメロの木がありますので立ち寄った際には見てみてください。

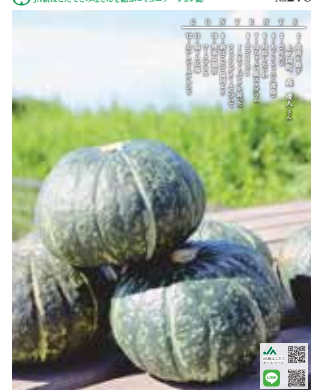
(菜)

## 今月号の表紙について

品目

南瓜

2025年  
10月号  
No.278



撮影場所

森地区にて撮影

## 緊急時のご連絡先

※業務時間内  
(平日9時～17時)には  
ご契約の支店に  
ご連絡ください。



お車の事故・トラブル

☎0120-258-931  
(JA共済事故受付センター)

キャッシュカードや通帳の紛失・盗難

☎0120-944-904  
(JAバンクキャッシュカード紛失共同受付センター)

お車のレッカー・ロードサービス

☎0120-063-931  
(JA共済サポートセンター)

JAクレジットカードの紛失・盗難

☎0120-159-674  
(三菱UFJニコス株式会社盗難紛失受付センター)

※JAカード一体型の盗難・紛失においては、両方にご連絡ください。