

あまくさ

1

January 2020
Vol.324

JA あまくさにいち早くアクセス!! → <http://www.jaamakusa.or.jp/>

Challenge
to the future



AMAKUSA

豊かな天草を未来へ



特集

- ①「食育クイズ」P6~P7
- ②「農業の現場を学ぶ」P8~P9

今月の表紙 カスミソウ

謹賀新年

本年も丁Aあまくさをよろしくお願いいたします

代表理事組合長 川口 義英 理事 西村 尚武 理事 生川 隆廣 代表監事 宮下 正利

副組合長 武部 満 理事 中村 五木 理事 山下 正通 常勤監事 豊内 勇作

常務理事 下田 敬二 理事 前田 亮一 理事 松浦 省一 監事 上野 和生

常務理事 崎本 和人 理事 山並 洋二 理事 鋤釣 文男 監事 橋口 鉄也

理事 大手 智人 理事 平岡 敬則 理事 村田 繁満 監事 山崎 繁春

理事 桑野 重治 理事 井上 敬教 理事 田嶋 栄治 員外監事 井立 千司

理事 橋本 正寛 理事 久保 肇 理事 吉田裕美子

理事 大久保修一 理事 田中 光雄 理事 端田 睦子 あまくさ農業協同組合 役職員一同

新年のご挨拶



新年あけましておめでとうございます。

組合員皆様におかれましては、輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中はJAの事業・運営に深いご理解とご指導を賜り、役職員を代表致しまして心より御礼申し上げます。昨年は元号も「平成」から「令和」へ変わり、時代の節目の年となりました。災害の無い穏やかな年を願っていましたが、夏には「九州北部豪雨」、秋には「台風15号・19号」の襲来により、農作物・農業施設はもとより人命をも奪う甚大な被害が発生致しました。当JAも復旧への一助として職員を派遣し倒壊ハウスの撤去作業等、支援をさせて頂きましたが、まだまだ復旧には時間が必要です。衷心よりお見舞い申し上げますと共に、今後も復旧・復興に向けての支援を続けて参りたいと思っております。

温暖化や大雨等、環境の異変からも農業経営は厳しさを増す中、国際貿易交渉をめぐる情勢ではTPP11とEUとのEPA（経済連携協定）は既に発行され、米国とのTAG（物品貿易協定）も本年1月から発行されます。日本の農業は今までにない自由化に足を踏み入れる事となり、段階を経ながら安価な輸入商品が流入してきます。今後の動向を注視しながら、日本食料の安全・安心を基軸とした農業経営に取り組めるよう、JAとして今まで以上に農家経営の指導力強化に努めていかなくてはならないと思っております。

本年は活動総合3カ年計画の2年目を迎えます。農業者の所得増大・農業生産の拡大を目標に、昨年に引き続き、天草地域振興局と連携して技術指導と経営指導の連携に向けた体制の強化を図って参ります。併せて生産資材のコスト低減にも取り組み、生産資材の利用拡大に向けた運動を展開して参ります。

また、昨年は支所再編を実施し、「6支所1取次店7事業所」の態勢となりました。経済部門の再編でもAコープ・Aマート等の閉鎖で組合員・地域の皆様には多大なるご迷惑、ご不便をお掛け致しました。これからも時代の流れとして事業再編は避けられませんが、「地域になくてはならないJA」としての責務を忘れず、改革に取り組んで参りますので、どうか組合員・地域の皆様のご理解、ご協力をお願い申し上げます。

結びに、組合員皆様のご多幸と本年が皆様にとりまして最良の年となりますようご祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

令和2年 元旦

あまくさ農業協同組合

代表理事組合長 川口義英

この地に生きる

天草人



すぎもと
杉本

ひろみち
博道さん

(37)・さくらさん (29)

花卉 50種栽培 (カスミソウ 25種他、金魚草、スターチス、フリージアなど)

— 大矢野町 —

こだわりを持って、
農業を楽しむ

(取材日：令和元年12月3日)

— 就農されたきっかけを教えてください —

(博道さん) 花卉農家に育ち、高校卒業後に作業の手伝いを始めました。そのころから自分が後を継ぐという心構えがあり、平成30年に父から引き継ぎ就農しました。(さくらさん) 服飾を学びましたが、結婚を機に初めて農業に携わりました。

— 農業で大変だったこと、苦労されたことは何ですか —

(博道さん) 年中収穫できるように花の咲く時期をずらして栽培していますが、今作は天候不順等

により予定通りに咲きませんでした。また、熱中症になり1週間寝込んでしまいました。天候にはかなわず、くやしいです。

— 農業での喜びや嬉しかったことは何ですか —

(博道さん) 自分たちで栽培するようになりこだわりもできて、農業を楽しんでいます。

(さくらさん) テレビやSNSで自分たちの育てた花が紹介されていて嬉しくなりました。

— 栽培上の工夫や心掛けていることはなんですか —

(博道さん) 夫婦で作業をしています

目次

新年のご挨拶	P 2～3
天草人	P 4～5
特集1「食育クイズ」	P 6～7
特集2「農業の現場を学ぶ」	P 8～9
トピックス	P 10～11
営農情報	P 12～13
目的別グループ紹介・情報コーナー	P 14～17
理事会だより・みんなのひろば	P 18～19



さくらさんが取り組むドライフラワー

旬の香り 今月はコレ! 「カスミソウ」



奥ゆかしく、可憐な花姿
網の目のように細かく分かれた枝先に小さな花を無数に咲かせるカスミソウ。白い花をたくさん付ける様子が春の霞（かすみ）のように見えることが名前の由来とされています。その花姿が奥ゆかしく可憐な印象であることから花言葉には「清い心」「無邪気」、目立たず他の花をひきたたせることから「親切」、花束には欠かせない存在であることから「感謝」などがあります。

今月のあまくさっ子



大矢野町

(左) 杉本 爽馬（そうま）くん 4歳
(右) 陸（りく）くん 2歳

お父さんが育てたカスミソウが世界1だぞ～♡



色鮮やかに染められたカスミソウ

ですが、水かけ1つにしても信頼関係が大事です。信頼できるパートナーと確実な作業を行うように心掛けています。

（さくらさん）無駄にする花が無いように、ドライフラワーアレンジメントをしています。全く経験はありませんでしたが、やり始めたら楽しくて、どんどん好きになりました。

—カスミソウの魅力はどんなところですか—

（博道さん）他の花に添えて脇役

にもなるし、単体で主役にもなります。

（さくらさん）花言葉は「感謝」で贈り物に最適です。

—今後の目標を教えてください—

（博道さん）みなさんに喜んでもらえる花を作ることはもちろんですが、経費を抑えて品質の良い花が作れるように、農業所得の向上を目指します。

（さくらさん）自分たちの育てた花がどこに行っても飾ってあるような光景が見れるよう、たくさんの方に私たちの育てた花を届けたいです。

食育クイズ

いつもおいしく
いただいている食べ物に
関するクイズです。
何問正解できるかな?

Q.1

小松菜の名前は
誰が付けた?

- (1) 徳川吉宗
- (2) 仁徳天皇



Q.2

イチゴはなぜ赤いの?

- (1) 動物に食べてもらうため
- (2) ケーキにのせるために人工的に作られた



Q.5

鶏の卵はどうして
真ん丸ではなく卵形なの?

- (1) 巣から転がり落ちないため
- (2) ひよこが卵の中で過ごしやすい形のため



Q.4

豆腐1丁には
大豆が何粒
使われているの?

- (1) 80粒
- (2) 100粒
- (3) 400粒
- (4) 1000粒



Q.3

どうして昆布は海の中では
だしが出ないの?

- (1) 実は少しずつだしは出ている
- (2) 昆布が生きているから(死なないとだしが出ないから)

出典：雑誌「食生活」(主婦の友社) イラスト：佐藤

地上で産卵しますが、鳥類の進化の過程が卵に残されているのでしょうか。

A.6 (2) 草

解説：バナナが実っているところを見ることがありますか？ バナナは木のようには思われていますが、実は草なんです。木の幹のように見えるのは、葉が何重にも重なった物で、横に切ったパウムクーヘンのような切り口も木のようです。

A.7 (2) 走り

解説：食べ頃には、時期によって三つの呼び方があります。「走り」は出回り始め、季節を先取りした物です。「盛り」

はその時期に一番おいしいとされる、まさに旬その物を指します。「名残」は旬を少し過ぎ、余韻を楽しむ物。世界中で、ここまで「食べ頃」を呼び分けているのは日本だけかもしれません。

A.8 (1) アイスcream

解説：賞味期限は「おいしく食べられる」ことを保証する期限のこと。アイスcreamや塩、砂糖、乾物などは品質の劣化が極めて少ない(腐りにくい)食品として、記載の義務がありません。賞味期限と消費期限の違いについても調べてみましょう。

A.9 (1) 3カ月

解説：ふ化後3カ月未満の鶏を「若鶏」と呼んでいます。若鶏はブロイラーとも呼ばれ、短期間で大きく育つように品種改良された鶏です。鶏は200日を過ぎるとだんだん肉質が硬くなっていくといわれています。

A.10 (3) サケ

解説：2017年の「家計調査」では、サケ、マグロ、ブリの順で多く食べられています。以前は、イカやエビが上位でしたが、ここ数年は順位が下がっています。切り身の状態で売られることの多い魚が調理のしやすさから上位になっているとも考えられています。

Q.9

- (1) 3カ月
- (2) 1歳
- (3) 3歳



鶏肉の「若鶏」は何歳まで?

Q.8

- (1) アイスクリーム
- (2) チョコレート
- (3) クッキー



賞味期限を記載しなくても
良い食品はどれ?

Q.6

- (1) 木
- (2) 草



バナナは木にできる?
草にできる?

Q.10

- (1) マグロ
- (2) イカ
- (3) サケ



日本で一番多く
食べられている魚は?

Q.7

- (1) 盛り
- (2) 走り
- (3) 名残り



食べ物の旬の直前、
出回り始める頃を
何と言う?

解答解説

A.1 (1) 徳川吉宗

解説:江戸幕府第8代将軍の徳川吉宗が小松川村(東京都江戸川区小松川)に立ち寄った際、青菜の入った餅の澄まし汁を献上されました。吉宗は香りの良い青菜をとて気に入り、土地の名から「小松菜」と名付けたそうです。その後小松菜は東京風のお雑煮にも欠かせない人気の野菜になりました。

A.2 (1) 動物に食べてもらうため

解説:植物は次の世代を広く残すため、動物や鳥に食べられることにより、遠くまで種子を運ばれようとさまざまな仕組みを持っています。イチゴは動物に食べてもらうために、真っ赤で目立つ

色に熟します。そして食べられることにより、種子が遠くまで運ばれ、ふんとして外に出されて新しい場所で芽を出すのです。

A.3 (2) 昆布が生きているから

解説:昆布のだし(うま味成分)は、昆布が海中で生きているときは細胞膜で守られているため、外には出ません。しかし、収穫後、太陽に当てて乾燥させると、細胞膜が壊れて(昆布が死んで)しまします。死んでしまった昆布を水に浸すと、この壊れた細胞膜からうま味成分が出てくるといわけです。

A.4 (3) 400粒

解説:豆腐のほとんどは水分で、残りの1~2割が大豆の成分です。1丁に使われる大豆の量は約400粒ですが、1丁の大きさは地域によってさまざま。東京では300~350gが多く、地方では若干大きめの350~400g、沖縄では1kgが一般的です。あなたの地域の1丁はどのくらい?

A.5 (1) 巣から転がり落ちないため

解説:魚やカエルの卵は真ん丸なのに、鶏など鳥の卵はいわゆる卵形。鳥は蛇など他の動物に狙われないよう、高い木の上に巣を作ります。そのため卵が木の上から転がり落ちないようにこの形になったといわれています。鶏は

農業の現場を学ぶ

2019 年度の新入職員を対象に、11 月に3日間の農家実習を行いました。農業を取り巻く情勢が厳しさを増す中、農家の現場で作業を共に行う事で、JA職員としての役割、心構えを身に付ける事を目的として行っています。職員は農業の現場で体験したことが今後の仕事に役立つよう、より一層頑張っています。受け入れていただいた農家の皆さま、誠にありがとうございました。



上支所 金融共済課信用係 くわはら かすみ 桑原 佳純

松島町の吉澤孝二さん宅にお世話になりました。

私は、トルコギキョウの枝・芽の整理を行いました。高校で野菜を栽培する授業がありましたが、花卉を栽培した事はなかったので、花卉の事は全くわかりませんでした。一株にたくさん蕾がついていて、取っても取っても終わらず、3日間かけても1つのハウス分を取り終える事はできませんでした。なぜ蕾を取るのか不思議に思い聞いてみると、蕾に栄養がいつてしまうために取るということを知りました。今回の農家実習を終えて、自分が想像していた以上に手間がかかっていることを知り、農業に対する考えが変わりました。祖母が家庭菜園で野菜を栽培しているので、休日は手伝いたいです。



牛深支所 金融共済課信用係 ^{さ さ き} 佐々木 ^{たかあき} 陸旭

久玉町の金棒和博さん宅にお世話になりました。



私は、ミニトマトとジャンボインゲンの収穫を行いました。ミニマトは光の当たり具合によって赤く見えたり青く見えたりで、収穫はとても難しく感じました。ジャンボインゲンは収穫する大きさが25%以上とのことで、その大きさに驚きました。3日間を通して感じた事は、農業をするにはかなりの経費が必要だと思いました。さらに、自然を相手にすることなので、台風や気温の変化などがあり、改めて大変な仕事だと思いました。これからはより一層農家の方たちの農協であるために、日頃から意識して業務に取り組んでいきたいと感じました。



共済部共済課 普及保全係 ^{おおいし} 大石 ^{あいこ} 愛子

有明町の田中伸悟さん宅にお世話になりました。



私は、ミニトマトの収穫を行いました。1日中低姿勢での作業になり、色を見分けたり、ヘタをとらないように気を付けたりと大変でしたが、収穫する楽しさも感じる事ができました。日頃の業務は机に座っての作業なので、農業の楽しさや大変さを知り、良い刺激になりました。田中さんのミニトマトは2年目で、葉っぱ1枚で茎の太さなど変わってくるそうです。色々な人に教えてもらい、様々な意見を聞くことで美味しいミニトマトができているんだと思います。私もまだまだわからない事ばかりです。色々な方に教えていただくことで成長し、楽しく前向きに業務に取り組みたいです。



上

「やまなみ商店」 オープン

10月に教良木店舗が閉店し、11月1日に「やまなみ商店」として新店舗がオープンしました。

「車を使えない高齢者が買い物難民になってしまう。人口減少にも拍車がかかる」と、店主と地元の同級生約10人とともに運営されています。営業時間は土曜日以外の午前9時から午後4時までです。皆さんぜひお立ち寄りください★



▲店内の様子



▲店主の山並さん

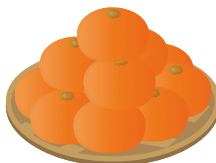
牛深

あかね市開催

牛深地区では11月30日から2日間、第30回牛深あかね市が開催されました。牛深支所からは女性部、青壮年部が活動の一環として参加しています。

女性部では地元の農産物のPR・消費拡大として様々な野菜を低価格にて販売し、青壮年部では温州みかんの販売、焼き芋の販売、ミニイベントを行いました。

青壮年部によって開催されたミニイベントでは、みかん積み重ね競争やミニトマトの箸渡し競争など、部員が生産した農産物を使った様々な競技が行われ、幅広い年齢層の来場者で賑わいを見せました。



▲賑わうあかね市の会場

西

女性部おしゃれサロン

天草支部女性部は11月22日、天草事業所でおしゃれサロンを行いました。女性部の活動として行っていて、今回で2回目です。

初開催した前回の反省を踏まえ、事前に折込チラシで周知を行い、希望があった靴の展示を行ったりと工夫を凝らしました。また、来場者全員に空くじなしのガラポン抽選会を行い、喜んでいただくことができました。

女性部長は「女性部会員さんが友人を連れて来店してくれたので前回よりお客様が増え、また、楽しんで買い物をされていたようでよかったです。今後も継続して取り組んで行きたいです」と話しました。



▲友人同士で品定めをする来場者

中央

女性部 正月料理教室

佐伊津支部女性部は11月19日、正月料理教室を行いました。14名が参加し、全5品を作りました。女性部員は長年主婦をされている大先輩の方々ばかり。日頃の料理経験を発揮し、レシピを参考にテキパキと、あっという間に作り上げました。全て美味しく出来上がり、試食会では完食!!会話も弾み、笑顔でお開きとなりました。



▲テキパキと調理する女性部員



上

今年もたくさんの方々が来場!

姫戸支部女性部は12月7日、姫戸老人福祉センターで女性部産業祭を開催しました。今回で35回目の開催で、部員が出品した農産物等を3部門で審査しました。

今年も多く地元住民の方々が来場し、部員が育てた野菜の即売会やバザーでたくさんの商品を購入しました。

支部長の田中喜久代さんは、「今後も皆で協力して、この歴史ある産業祭を続けていきたいです」と話しました。

品評会金賞は次の通りです。

- ▽白菜の部=田中 カヨ子
- ▽大根の部=藤本 しよ子
- ▽その他の部=松崎 禮子



▲野菜を購入する来場者



▶だご汁を販売する女性部員

あまくさ 中田さん 最優秀賞

JAあまくさは12月7日、信用窓口ロールプレイング大会を開催しました。窓口セールス強化の一環で、担当者の対応能力習得と意識向上を図るため毎年行っています。

出場者は事前に決めたテーマで商品・サービスを提案。顧客から多くの情報を収集しニーズに合った提案をしたか、商品を分かりやすく説明できたかなどで審査を行いました。

競技の結果、大矢野支所の中田美加さんが最優秀賞に輝きました。中田さんは「お客様が話しやすい雰囲気づくりを行い、いつも通りの笑顔で接客しようと心掛けました。今後、お客様に合った商品を提案できるよう、お声掛けをしていきたいです」と話しました。

成績は次の通りです。

- ▽最優秀賞=中田 美加(大矢野支所)
- ▽優秀賞=石本 翔太(東支所)
- ▽努力賞=阿多 彦紀(中央支所)



▶最優秀賞に輝いた大矢野支所の中田さん

野菜



オクラ栽培について



野菜

坂田 沙貴

上島営農指導センター
080-1759-0091

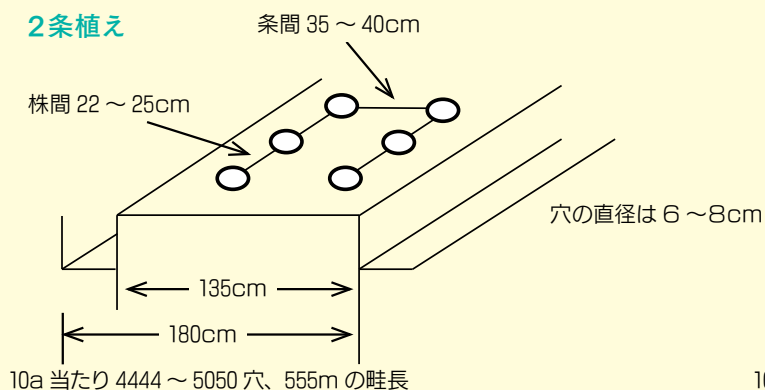
月	1月			2月			3月			4月			5月			6月			7月			8月			9月			10月			11月	
旬	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下		
作型							○			○																						
主要作業							播種						トンネル除去						摘葉						収穫追肥開始及び							

作業項目	
播種準備	●元肥は全面施用します。元肥の施用が多すぎると、初期生育が旺盛となり花止まりが悪くなるので、肥料の種類、前作の残量、施肥時期に注意しましょう。(特に前作が野菜の場合は施用を控えましょう) ●レタス栽培跡地は原則無肥料とします。 ●管理、収穫作業を便利にするため、通路はなるべく広く取るようにしましょう。 ●水分条件の良い時、施肥、畦立てしマルチまで行いましょう(早ければタバコのように年内でも可、また早蒔きはグリーンマルチも効果大) ●畦立てはなるべく高畦とします。(25cm程度) ●播種前、10日以上トンネルをして地温を高めておきましょう。
播種	●播種時期 3月中旬～4月下旬直播又は、移植します。 ●オクラの播種は硬実種子のため1昼夜ぬるま湯に浸漬してから播種します。 ●播種要領は1穴当たり5粒蒔きとし(10a 2ℓ) 指先で軽く鎮圧し、無病の土(育苗床土等)で被覆します。その際、深蒔きに注意しましょう。(注意:播種時の過湿・地温不足は種子が腐敗しやすい。) ●無理な早蒔きは、地温が低いので発芽揃いが悪く苗立枯れ病発生の原因となります。 ●欠株対策として、補植苗を準備しておきましょう。(10a 当たり 500本程度)
温度管理	●日中 30℃を超えないよう換気に努めましょう。
苗立枯れ病	●生育初期に発生が多いので低温、多湿を避けるように予防対策を徹底しましょう。
トンネル除去	●5月上～中旬頃外気温が 15℃を保つ時期の風のない温暖な時にトンネル除去を行いましょう。

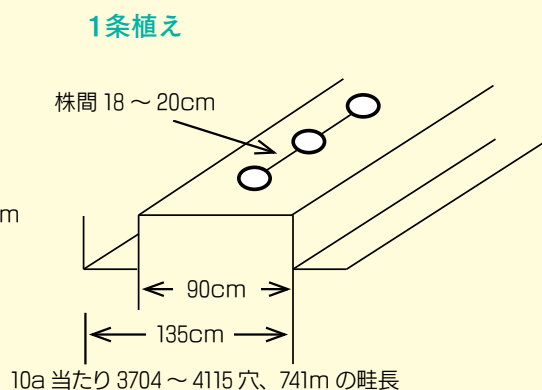
必要な生産資材(10a 当たり)

品名	規格	2条植え	1条植え
マルチ	150 幅	3本	
マルチ	135 幅		4本
種子	1ℓ 10000 粒目安	2.2ℓ	2.0ℓ
トンネル支柱			
トンネルビニール			

2条植え



1条植え



詳しいことは地区の担当者又は、栽培講習会等でお聞きください。

花卉



灰色カビ病について

・発生の特徴

灰色カビ病は寄生範囲が広く、ほとんどの植物で発生します。低温多湿を好むので秋口から冬の初め頃にかけて気温がやや低く、湿度の高い、雨が多くて日照が不足しがちな時期に発生が多くなります。発病適温は15℃～20℃で結露時間が長くなると多発し、植物体表面やその付近が結露しやすい環境下で発生します。

・被害症状

花、茎、葉が溶けるように腐り、さらに病気が進行すると灰色のカビに覆われ、同時に灰色がかった粉（孢子）を多量に形成します。花では始め、花卉に水滴がにじんだ様な跡がつき、白い花では赤い斑点、色のついた花では白い斑点が多数生じます。病気が進行すると花が褐色になり腐ってきて、やがて灰色のカビに覆われます。

・防除方法

灰色カビ病は湿度を好むので水のやりすぎに注意し、なるべく晴天時に行いましょう。そしてハウス内は風通しをよくして十分な換気をしましょう。枯れた部分にも病原菌が残っているので取り除きましょう。病原菌は害虫の食害跡やしおれた花卉、チッソ過多により軟弱に育った植物組織などから侵入するので、害虫を防除したり、肥培管理を適切にすることで予防できます。殺菌剤ではフルピカフロアブル、ボトキラー水和剤、エムダイファー水和剤、ポリオキシシンAL水和剤等が花き類での登録があり、なるべく同じ剤は使わないようローテーションでの散布を1週間～10日おきに散布し予防しましょう。

※農薬散布に際して薬害等のおそれがありますので、事前に営農センターへお問い合わせ下さい。



トルコギキョウ被害



スターチス被害



金魚草被害

果樹



1月の柑橘園管理

本年産については、夏場の乾燥、早期の着色により果皮障害が出やすい状況となっています。収穫、選別を丁寧に行い、貯蔵期間の腐敗、コハン症等注意しましょう。

1. 各品目別の収穫時期について

品種	区分	収穫基準日
露地デコポン	レギュラー	1/1より
	こだわり後期	1/20より ※簡易被覆のみ
天草文旦	完熟園	1/20より
甘夏	レギュラー	1/1より

2. 中晩柑の収穫と予措・貯蔵

腐敗果防止の為、収穫時は果実にキズをつけないよう丁寧に扱い、下の表を参考に予措を行って下さい。また、デコポンについてはポリ個装が遅れるとコハン症等が発生しやすい為、収穫時の天候状況に合わせた予措を行い、ポリ個装に入りましょう。

果樹

白石 一斗

下島営農指導センター
080-1729-1633

品種名	予措期間（減量割合）	予措湿度
デコポン	14日（3%程度）	85～90%
ポンカン	30日（7%程度）	85～90%
甘夏	14日（3%程度）	90%

3. 樹勢回復対策

収穫が終わった園では速やかにチッ素主体の葉面散布を行い、樹勢回復を行って下さい。

薬剤名	希釈倍数	備考
尿素 又は アミノジューシーN14 又は 神協スピリッツ	500倍	収穫後3回以上集中散布を行いましょう。

4. 出荷資材の取扱いについて

J Aで取り扱う柄入りポリ袋（Pプラス袋含む）、越冬完熟袋については、こだわり商材袋の為J A出荷以外は使えません。直売所等で販売する場合は、無地の袋を使用して下さい。

この指 と～まれ！



目的別グループとは…
女性部員主体で同じ目的
を持った仲間が集まって
実施する活動です。女性
部全体の活性化と「健康
的・文化的な豊かさと生
きがいづくり」を目的と
しています。

今月は

グループ名：ふじちゃんず

地区：新和

代表者名：藤田 千鶴子

メンバー数：15 名

活動場所：新和

活動日：イベントに合わせて

内容：ダンス

モットー：笑っていただけるように楽しく

一活動のきっかけを教えてください

ダンス指導の田中水枝さんがいらっしゃった事と、ダンスをしたい人がいた事。

一楽しい事やうれしい事を教えてください

難しいふり付けがやっと覚えられた事。
皆様の前で踊れて、笑っていただけた事。

一今後の目標について教えてください

足腰が弱ってきてますが、おばちゃんパワーで楽しんでいきたいです。

一PRをどうぞ

踊っている私達が楽しんでいますので、機会があればイベントに参加したいです。



2月号の見どころを紹介



水島シェフ流 料理の新常識

これまでの料理の常識を大きく覆す調理法を、料理科学研究所の水島弘史氏に教わります。

国産シードルに注目！

青森県や長野県を中心に、リンゴを発酵させたシードルづくりが盛んになっています。世界的にブームとなっている国産シードルの生産現場取材します。

インフルエンザ＆風邪の最新対策

最新の医療研究に基づいて、この冬を健康に過ごすための意外かつ効果的な対策法を専門医に教わります。

定価 629 円 (税込)

農家必見！スマート農業大全

ロボット技術やICT（情報通信技術）を活用して、省力化・精密化や高品質生産を実現するスマート農業。GPS（全地球測位システム）による自動運転のトラクターや田植え機など有名ですが、そのほか、どんなものが実用化され研究が進んでいるのか、スマート農業を一望します。

定価 618 円 (税込)

のりノリの講座

のりがどのようにして日本人の食卓に上ようになったのか、歴史をさかのぼりながらマンガで紹介します。そのほか、のりの種類、保存方法、古くなったのりで作るつくだ煮なども紹介します。

定価 492 円 (税込)

※企画・タイトルは変更することがあります。

お申し込みは最寄りの支所まで！

うまがもん



寒い冬のおやつに 甘酒ぜんざい



【材 料】(4人分)

エコープ米こうじの甘酒 … 4 本
ゆであずき（無糖） … 60g
砂糖（お好みで） … 大さじ 1 と 1/2
切り餅 … 4 個
生姜 … 薄いスライスを 2 ～ 3 枚

つくりかた

- ① 鍋に甘酒をふたシールをはがし、入れます。
- ② 小豆と生姜を入れます。砂糖を入れる場合、一緒に入れてください。
- ③ 火にかけ、沸騰したら弱火にして5分煮ます。
- ④ 餅をオーブントースターで温めて、焼き色がついたら器に入れて3のぜんざいを注いで、完成です。



アグリキッズ



第5回 料理教室

アグリキッズスクールは12月7日、本渡農事研修センターで料理教室を行いました。スクール生32人が参加し、カレー、豚汁、米粉のクレープを作りました。

ピーラーや包丁を使って野菜を下ごしらえ。切った野菜の形や大きさがスクール生それぞれで異なり、個性が垣間見れました。クレープ作りでは、ホイップクリームを班員で協力して泡立て、きれいに角が立ったクリームができました。

2時間ほどで作り上げ、野菜の甘味が引き立ったカレーと豚汁が出来上がり、全員で美味しくいただきました。次回はいよいよ卒業式です。



女性大学

第5回「商品研修」

J Aあまくさ女性大学は11月14日、講師を招いて安全・安心なAコープマーク商品の研修を行いました。

J A熊本県経済連の栗屋講師は、ヨーグルトにAコープマークの糸寒天を入れたデザートを紹介。「糸寒天はカロリーが低いけれども十分に満足感を得ることができず。糖尿病予防にもなるので、春雨の代用として料理に活用してください」と話しました。

厚生産業の日野講師は、ポリ袋で作るおいしい漬け物の漬け方を紹介。「漬け物を漬ける時の一番のポイントは水分を切ること。和え物にならないように、袋の中の空気を抜いて水分を取り除くことが大事です」とアドバイスしました。



高尿酸血症について

【尿酸とは】

尿酸とは、細胞の核であるプリン体が体内で分解されてできる老廃物です。尿酸はヒトの体内から尿と一緒に排出されます。しかし、不適切な食生活やアルコールを多量に摂取する生活習慣などが原因で、尿酸の産生が過剰になったり、排出が低下したりすると、尿酸が体内に蓄積し、さまざまな生活習慣病を引き起こします。

【高尿酸血症とは？】

高尿酸血症とは、血液中の尿酸値が、7.0mg/dLを超えている状態のことをいいます。この高尿酸血症の状態が続くと痛風といわれる発作が起きやすくなります。

痛風とは、足の親指の付け根の関節などに激しい痛みが急激に発症する病気です。この発作は、尿酸値が高いほど、そしてその状態が長く続くほど、起こるリスクが高くなります。痛風は、男性に多い病気です。患者さんの約98%は男性だといわれています。女性は女性ホルモンの影響で尿酸値が上がりにくいと、痛風になりにくいといわれています。しかし、閉経後は、女性ホルモンの分泌が減少し、尿酸値が上昇します。特に腎疾患のある方は痛風を発症しやすくなります。

【症状が出る前に】

高尿酸血症になっていても、ある日突然、激痛に襲われるまで、ほとんど自覚

症状がありません。そのため健康診断で「尿酸値が高い」という結果が出ても、自分には関係ないと思う方が多いようです。しかし高尿酸血症は、痛風発作以外にも、腎機能障害（痛風腎）などの恐ろしい合併症を引き起こすこともあり、決して放置してもよい疾患ではありません。早い段階で予防できるように自分の体を知るためにも、毎年健康診断を受診しましょう。



厚生連だより

聞こえでお困りの方 補聴器相談・体験会

ご希望の時間、場所へ JA 担当スタッフがお伺い致します。

無料

最寄の JA 窓口へご連絡ください。メガネのヨネザワ本渡店へご来店でも
ご対応は可能です。事前に下記へお電話をお願いいたします。



ヨネザワ JA 担当者宛にお電話下さい。
直通の電話番号 → **080-5257-0268**

聞こえのバランスが自動的に
整い、疲れにくい補聴器。

Y₂HA
G100
ヨネザワ オリジナル補聴器

片耳価格

99,000円



置くだけ簡単充電。
電池不要の充電式補聴器。

S-AI 16

片耳価格

120,000円



44,000 円 (税込)
充電器別売

耳の穴にすっぽり入って
目立ちにくい補聴器。

PHONAK
バートタオQ15



2 台同時購入で 2 台目半額！
両耳合計価格 147,000円

世界の一流メーカー取り揃え



PHONAK

ReSound

oticon

他

補聴器の

クリーニング、乾燥 致します。
他店でご購入の補聴器も承ります。

JAあまくさ
移動金融店舗

運行スケジュール（1月）

運休日

1月1日～5日・13日 (月曜・成人の日)

は運休とさせていただきます。

1号車	曜日	地区	営 業 場 所 営 業 時 間			
	月	栖本	栖本事業所		河内委託店	
			9：00～11：30		12：30～14：30	
	火	龍ヶ岳	旧樋島事業所	仏崎集会所横	島食堂横	龍ヶ岳事業所
			9：00～9：40	10：00～10：30	10：50～11：30	12：30～14：30
	水	姫戸	姫戸事業所			
			9：00 ～ 14：30			
木	龍ヶ岳	A マート大道		龍ヶ岳事業所		
		9：00～11：30		12：30～14：30		
金	姫戸	姫戸事業所				
		9：00 ～ 14：30				

2号車	曜日	地区	営 業 場 所 営 業 時 間		
	月	佐伊津	佐伊津事業所		J A - S S 佐伊津店
			9：00～11：30		12：30～14：30
	火	天草	福連木委託店	下田南公民館前	天草事業所
			9：00～10：00	10：30～11：30	12：30～14：30
	水	佐伊津	佐伊津事業所		J A - S S 佐伊津店
			9：00～11：30		12：30～14：30
木	栖本	栖本事業所		河内委託店	
		9：00～11：30		12：30～14：30	
金	天草	天草事業所		大江事業所	
		9：00～11：30		12：30～14：30	

※移動金融店舗の運行スケジュールは、交通状況・天候等により変更になる場合がございます。くわしくは、最寄りの窓口までお問い合わせください。

今なら、
新規のご入会で
おトクに!

JA CARD



初年度年会費無料!
(一般カード)

—— JAカードのご入会とご利用で ——

最大 **6,800円** 相当の
ポイントプレゼント

JAカード新規ご入会で
もれなく **2,000円** 相当のポイントをプレゼント

対象期間 2019年12月1日(日)～2020年3月31日(火)

上記期間中に新規ご入会(カード発行)の本人会員さま・家族会員さまが対象です。

○ご入会(カード発行)日は、JAカードお届け時の「カード送付明細」でご確認いただけます(お申込日とは異なります)。



JAカードでのショッピングご利用と携帯電話利用料金のお支払いで
最大 **4,800円** 相当のポイントをプレゼント



合計最大 **6,800円** 相当のポイントに!

理事会だより

令和元年 11 月 28 日午後 3 時より、JA 天草会館で令和元年 11 月定例理事会を開催し、以下の議案について審議されました。理事 23 / 24 名、監事 6 / 6 名が出席。

【議事の前に令和元年 10 月末事業実績報告及び専門委員会報告が行われました。】

第 1 号 議 案	貸出金の審議について
第 2 号 議 案	債権売却について (次回理事会提出)
第 3 号 議 案	給与規程の改正について
第 4 号 議 案	臨時職員就業規則の改正について
第 5 号 議 案	有限会社河浦自動車センター社名変更について
第 6 号 議 案	年末賞与の支給について

報告事項

- ・令和元年 9 月末仮決算支所別損益状況について
- ・令和元年度 10 月末自主検査報告について
- ・出資金増資運動の実績報告について
- ・年末年始の対応について
- ・令和元年度冬期貯金キャンペーン実施要領について
- ・市況速報

主要事業実績報告 (令和元年 11 月末実績)

単位: 万円

	11 月末計画	11 月末実績	計 画 対 比
販 売 品 販 売 高	22 億 3908	21 億 6905	97.0%
貯 金	874 億 7000	850 億 1200	97.2%
貸 出 金	180 億 2800	192 億 8700	107.0%
購 買 品 供 給 高	38 億 1174	36 億 8782	96.7%
	年度末計画	11 月末実績	進捗率
共済推進総合目標	10,700,000	6,919,124	64.7%

★お年玉クイズ★



※写真はイメージになります。



※写真はイメージになります。



A 賞 黒毛和牛 (2 名様)

B 賞 天草産デコボン (3 名様)

C 賞 JA 商品券 (2 千円分) (10 名様)

今月のクロスワードクイズの賞品はお年玉として豪華賞品をご用意しました!

ハガキに①クイズの答え②ご希望の賞品③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号を必ず記入し、下記の宛先までお送りください。なおハガキ 1 枚につき、ご希望できる賞品は 1 つとさせていただきます。

宛先

〒863-0032 天草市太田町 1-2

JA あまくさ 総務企画部

お年玉クイズプレゼント係 まで



◆応募締切◆ 令和 2 年 1 月 31 日必着
皆様のご応募お待ちしております!!

タテのカギ

Q 二重マスの文字を A~D の順に並べることができる言葉は何でしょうか?

1 「生麦生米生卵」とか「東京特許許可局」とか

2 夫の配偶者です

3 生まれたばかりの赤ん坊のこと

4 ゆつくりつかって「極楽、極楽」

5 剣や弓矢、大砲などのこと

6 首の後ろ側の部分

7 — をのんでなりゆきを見守った

8 刑事を意味する俗語

9 お酒は飲めない体質です

10 こたつに似合ふ果物

11 の記号で表すことも

12 だて巻き、数の子、黒豆などを重箱に詰めて用意します

ヨコのカギ

1 元日の寺社が混雑する理由

2 霊峰も銀峰もこれです

3 バイオリンやピオラより大きな

4 弦楽器

5 魚偏に里と書く魚

6 破(わ)れ鍋にお似合いです

7 一ニタカ三ナスビ

8 擦りむいた豚やあかぎれに塗ります

9 浅草寺の表参道にある一商店街

10 今より前の時点

11 てこの—を利用して重い物を動かした

12 グーとパーではパーの方

13 英語では king と言います

クイズ当選者

11 月号のクイズの答えは、「コガラシ」でした。
36 通のご応募をいただきました。
抽選の結果、次の方に「リサ・ラーソン ウォークマイキーひざ掛け」をお贈りいたします。
(月末までに配送予定です)

姫 戸 町 山下 由紀子さん
佐伊津町 浜洲 たえ子さん
河 浦 町 城下 春光さん



みんなのひろば

(姫戸町 Yさん)



1月号の天草人についで、若者の視点で今の人たちが求めている野菜にも挑戦されている息子を父も応援されているのでしょうか。自然の恵みに感謝しながら美味しい野菜を育てて下さい。

(有明町 Fさん)



定年まで天草に帰り早16年。今年初めて大豆を作ってみました。とてもたくさん実がつき嬉しかったです。次は何に挑戦しようか楽しみです。

(佐伊津町 Hさん)



鰺釣りにハマってます。世界で一番楽しい遊び！

(倉岳町 Mさん)



インフルエンザ注射を受けました。他の人にも勧めて健康に過ごしたいと思っています。種から作っている野菜がいっぱいで鍋に入れて食べるのが楽しみです。

(松島町 Yさん)



最初の干し柿はカビが来てしまい、友人に柿をもらってまた作りました。今とてもきれいに出来上がっています。

風景写真や絵はがきなどをお送りください。

JA あまくさでは、上記のお便りの他にも風景写真や変わった形をした農産物の写真、絵はがきなどたくさんの応募をお待ちしています。

【宛先】〒863-0032 熊本県天草市太田町1番地2 JA あまくさ 総務企画部 みんなのひろば係り

※写真・絵はがきには、撮影場所やコメント、実名以外での掲載をご希望の方はペンネーム等をご記載ください。

我が支所の

アイドル

Q: 仕事内容は？

A: 栖本地区を周り、集金業務をしています。

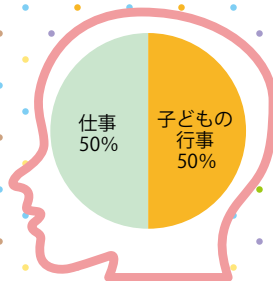
Q: 休みの日は何してる？

A: 子どものバスケの試合で毎週応援してます。

Q: 好きな食べ物は？

A: 肉!!

百田さんの最近の脳内グラフ



今月は

東支所
信用渉外係 (栖本担当)

ひやくだ まい
百田 舞 (35)

百田さんはこんな人 (同僚Hより)

同僚、組合員からも親しまれる明るく、笑顔のステキな人です。

今月のあなたの運勢 1月

モナ・カサンドラ



牡羊座 3/21 ~ 4/19

【全体運】思うようにならないことが増え、強引になりがち。謙虚さを大切に。陶芸や園芸など、土に触れると開運効果が

【健康運】体を動かせば、体調も運も上向きそう

【幸運の食べ物】クワイ



牡牛座 4/20 ~ 5/20

【全体運】保留になっていたことが動き始める予感。直感がさえるので、ピンときたら、即やってみると好結果に

【健康運】小まめに運動することで、運氣も活性化

【幸運の食べ物】セリ



双子座 5/21 ~ 6/21

【全体運】周りの意見に振り回されやすいとき。自分の経験値を信じて選択を。セールでは掘り出し物をゲット

【健康運】疲労をため込む傾向が大。笑いで発散を

【幸運の食べ物】ナガイモ



蟹座 6/22 ~ 7/22

【全体運】対人関係に変化がありそう。今まで敵対視していた相手が味方になる可能性が高め。新作映画やドラマにツキ

【健康運】生活のペースを落として。ゆとりが大事

【幸運の食べ物】ブリ



獅子座 7/23 ~ 8/22

【全体運】マイナス思考が現実化しやすい傾向あり。意識的に楽しいことを考えて。新しい習い事を始めること充実しそう

【健康運】うまく自己管理できそう。マッサージ吉

【幸運の食べ物】野沢菜



乙女座 8/23 ~ 9/22

【全体運】人気運が赤丸急上昇。自信を持ってリーダーシップを発揮して。また、長年の夢がかなう気配。新年会もラッキー

【健康運】消化に良い食べ物を。栄養にも配慮して

【幸運の食べ物】ゴボウ



天秤座 9/23 ~ 10/23

【全体運】うっかり発言でトラブルを招く暗示。特にお酒の席ではご用心。丁寧に玄関の掃除をすると運氣好転の効果大

【健康運】足腰を鍛える好機。短い時間でも歩いて

【幸運の食べ物】ホタテ



蠍座 10/24 ~ 11/22

【全体運】フットワークが軽くなる期間。興味を引かれるジャンルを見つけたら、早速試してみて。グループレジャー吉

【健康運】お正月太りにご用心。カロリー計算を

【幸運の食べ物】こんにゃく



射手座 11/23 ~ 12/21

【全体運】得意なことや好きなジャンルに情熱を注ぐと、それが活躍の場を引き寄せます。ずっと欲しかった物を買えそう

【健康運】スポーツを楽しめば、ストレス解消に◎

【幸運の食べ物】伊予カン



山羊座 12/22 ~ 1/19

【全体運】強運期。やりたいことに果敢にトライを。面接や公募などの自己アピールも好結果に。くじや懸賞も当たりそう

【健康運】良質な睡眠を目指せば、自然治癒力アップ

【幸運の食べ物】豆腐



水瓶座 1/20 ~ 2/18

【全体運】大仕事を成そうと気張るより、地道な積み重ねが福を呼びます。現代アートは感性に良い刺激を与えてくれそう

【健康運】健康グッズに注目を。体質に合う良品が

【幸運の食べ物】あんこ



魚座 2/19 ~ 3/20

【全体運】尊敬する人の行動を参考に仕事のやり方を変えるなど、自己改革に取り組んで。同世代有名人の出演番組にツキ

【健康運】暴飲暴食は厳禁。腹七分目くらいが正解

【幸運の食べ物】芽キャベツ



るっくるっくちゃいるど



おうたろう
旺太郎くん 1才



本渡町
無田 和也さん・愛さん
★食べるの大好き!!これからもたくさ
ん食べてスクスク育ってね!



ことの
夢乃ちゃん 2ヶ月

大矢野町
山下 翔さん・真未さん
★毎日笑顔いっぱい夢乃ちゃん。
これからも元気にすくすく育ってね!



ここな
心愛ちゃん 5才

あいか
愛叶ちゃん 2才



阿蘇郡 西原村
吉田 幸也さん・実佳さん
(松島町在住の瀬崎恵子さんのお孫さん)
★やさしい心愛ちゃん、おてんばな愛叶ちゃん、いつもなかよし姉妹
です。これからも元気いっぱい遊んでね!



はる
芭琉ちゃん 4才

はな
芭那ちゃん 2才



たいし
泰司くん 2ヶ月



有明町
五嶋 拓哉さん・知美さん
★じいじ、ばあばいつも遊
んでくれてありがとう!!

るっくるっくちゃいるど&みんなのひろば!!

JAあまくさでは、みなさんからの応募を
待っています。
2020年あまくさを飾るのは、あなた達
です!!!

募集

発 行／あまくさ農業協同組合
〒863-0032 天草市太田町1番地2
TEL0969-22-1100 FAX0969-22-1130
ホームページ <http://www.jaamakusa.or.jp/>
発 行 日／令和2年1月1日
発 行 責任者／川口義英
編集責任部署／総務企画部
印 刷 所／(株) キャップ

編集後記～編集係の ホッ とひとこと～

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。旧年中は広報誌「あまくさ」をご
愛読いただき、また広報活動にご理解・ご協力をいただき誠にありがとう
ございました。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

今回は、カスミソウを育てるご夫妻取材しました。ご自宅にお邪魔さ
せていただきましたが、部屋中が花だらけでびっくり!!天井にズラっ
と吊り下げられたドライフラワーが圧巻で、おしゃれで素敵な空間でした。
私も取り入れてみたいです。

さて、2020年は「子年」です。子年に始める事は大きく広がる可
能性があると言われています。新年を機に、新しい事にチャレンジしてみま
しょう!! (Y S)